

みんなで一緒に楽しいよ。

特集
習うは一生
 生涯学習、始めてみませんか

3

花と緑と水のまち
 宮崎県 三股町

MIMATA

PublicRelations

3 Vol.511



広報みまた 平成25年3月1日号

発行：三股町 ■編集：地域政策室
 TEL：0986(52)1111 FAX：0986(52)4944
 〒889-1995 宮崎県北諸県郡三股町五本松1-1



『音楽で描く風景画』
 感性の如き筆で

山内達哉 CONCERT 2013



■日時/ **3月8日[金]** 午後7時00分開演 (開場は30分前)
 ■料金/一般…**2,000**円 (当日2,500円)、大学生以下…**1,000**円 (当日1,500円)、ペア…**3,000**円 (前売のみ)
 ※未就学児…無料 (他のお客さまのご迷惑にならないようお願いします) ※全席自由 ※電話予約可 ※WEB予約可 (三股町立文化会館WEBサイト)
 ■曲目/天空之城〜竹田城跡〜山内達哉 スターリング城と戦士達/山内達哉 Amore/小林真人 世界や日本の名曲をアレンジした曲などをお送りします。
 ■出演/山内達哉 (ヴァイオリン)、小林真人 (ピアノ)、谷口潤実 (パーカッション)、井尻兼人 (チェロ)、大河内淳矢 (尺八) ほか

今年は、18歳男子高校生が「みまた座9期生」のために戯曲を書き下ろし！
 9年目となったみまた座、過去最多の22人が出演します。

演劇ワークショップ みまた座 9期生・本公演

いいにおいのする家

作/内村慶舟 (23年度三股町立文化会館戯曲講座受講生、高校3年生)
 演出/永山智行 (みまた座演劇監督、劇団こぶく劇場)

ある日の放課後、「怖い話でもしよう！」
 というノリで集まった数人の子供たち。
 花子さんやコックリさんなんかの定番の話がひととおり話されたころ、
 一人の生徒が話し始めた。
 「家のすぐ近くなんだけど、前を通ると必ず『いいにおいのする家』があるんだ」
 「おもしろそう！」
 「よし、今から行ってみようよ！」
 もりあがった子供たちは、その家に行くことに…
 『いいにおい』をさがす物語

■日時/ **3月31日[日]** 午前11時00分開演・午後3時00分開演 (2回公演・開場はそれぞれ開演の30分前)
 ■料金/小学生以上…**300**円 未就学児…**無料**
 ※上演回指定 (上演内容は同じです) ※全席自由 ※電話予約可 ※WEB予約可 (三股町立文化会館WEBサイト)
 ■出演/演劇ワークショップみまた座9期生 (小中学生22人)・劇団こぶく劇場 (あべゆう・かみもと千春・濱砂崇浩・大浦愛・大迫紗佑里)



2nd album『Create』発売記念ツアー 2013

Twilight Trombone Quartet CONCERT



■日時/ **5月1日[水]** 午後7時00分開演 (開場は開演の30分前)
 ■料金/一般…**1,000**円 大学生以下…**500**円 ペア…**1,500**円 (前売のみ) 未就学児…**無料**
 ※全席自由 ※電話予約可 ※WEB予約可 (三股町立文化会館WEBサイト)
 ■出演/ Twilight Trombone Quartet (今村岳志、東川暁洋、廣田純一、佐藤敬一朗)
 ■プログラム/グリーグ作曲「ホルベルク組曲より前奏曲」、ドンデュー作曲「4本のトロンボーンのための組曲」 ほか

三股町立文化会館自主文化事業

●お問い合わせ・WEB予約・電話予約・チケット販売 [月曜を除く午前9時〜午後5時]
 三股町立文化会館 (Tel.0986-51-3462 <http://www.town.mimata.lg.jp/bunka/>)
 ●各公演とも前売にて完売の場合「当日券」は発行しないことがあります。



太極拳（第7地区分館・自主教室）

三股町文化の祭典

2月9～10日、町立文化会館で開催。各種団体・サークルから多くの人々が参加し、日ごろの練習成果を発表しました。



ソシアル
（第1地区分館・自主教室）



美壽々・隼人会



新体操
（第3地区分館・元気教室）



NPO法人みまたチャレンジ総合クラブ
フラダンス教室・中級



親子エアロビクス
（第1地区分館・元気教室）

生涯学習、

始めてみませんか

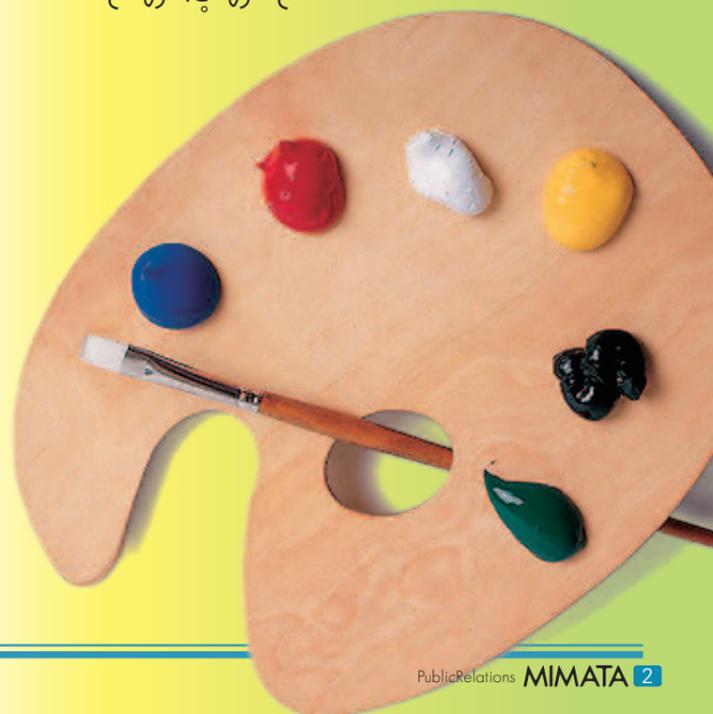
習うは一生

「習うは一生」ということわざがあります。意味は「人は生涯を通じ、学び続ける必要がある」というもの。昔の人による教訓ですが、現代社会を生きる私たちの心にも深く響きます。

2月9～10日、町立文化会館で開催された「三股町文化の祭典」において、参加者・出品者の顔は、

充実感からか老若男女問わず、いきいきと輝いていました。「いくつになっても学び続ける」ことの素晴らしさを体感することができた2日間でした。

今月は、「習うは一生」を実践している皆さんの活動を紹介しながら、「生涯学習」の魅力について探ってみます。



Interview



町教育委員会
教育課
重信 和人 課長

生涯学習とは

「生涯学習」とは、一人一人が自由に、そして自らテーマを選び、自分に合った方法を探りながら年

齢に関係なく、生涯にわたって必要なことを、必要な時に学ぶこと。学習内容は、文化、スポーツ、趣味、レクリエーション、ボランティア活動など多種多様です。

生涯学習の効用

生涯学習は単に知識や技術を身に付けるだけのものではありません。活動を通じて共通の趣味を持つ友達が増えたり、健康増進に役立つなど豊かな人生を送るための一助となります。

本町での取り組み

町教育委員会では、中央公民館・各地区分館などで各種教室を実施し、皆さんにあらゆる学習活動機会を提供できるよう取り組んでいます。教室受講生の中には、「この年になって発表会で舞台上に立つなんて、うれしくてたまりません」と笑顔で話す高齢者もいました。うまい、下手は関係ありません。初めての人もお気軽にご参加ください。

また、中央公民館内に事務局を構えるNPO法人みまたチャレンジ総合クラブでもさまざまなサークル活動（教室）を実施しています。併せてよろしくお願ひします。

町教育委員会主催教室

中央公民館や各地区分館で、町教育委員会主催教室（元気教室・はつらつ教室）を実施しています。町民であれば、誰でも参加できます。お気軽にご参加ください。

【元気教室】

●教室内容
教室内容について、年度ごとに見直し・変更があります。平成25年度の実施教室予定は、5月末までに回覧などでお知らせします。ご確認ください。

●受講料
ちなみに、平成24年度の「元気教室」は表1の通りです。

●受講料
年5000円

※教室により、年会費が異なる場合もあります。

※教材費が別途必要です。

●期間
6月から翌年3月までの10カ月間です。1回当たり2時間、年20回（教室により、1回当たり1時間、年40回の場合もあります）。

●申し込み
最終締切日（5月末日ごろ。あらためて回覧などでお知らせします）までに、申込用紙をご提出

表1 平成24年度主催教室（元気教室）

教室名	開講日	講師名(敬称略)	時間	場所	
英会話教室	毎月第2・第4木曜	デリック・ダレンジャー	午後7時～9時	中央公民館	
ヨガ&セラピー	毎月第1・第3水曜	野元博美	午後7時～9時		
フォーク弾き語り教室	毎月第2・第4月曜	樋口恭雄	午後7時30分～9時30分		
ボイストレーニング	毎週金曜	永野朱美	午後7時30分～9時30分		
レッツプレイピアノA			午後4時30分～6時30分		
レッツプレイピアノB					
子どもえいかいわ	毎週木曜	リユー・エビハラ	午後4時～5時 午後5時～6時 午後6時～7時		
簡単創作料理	毎月第2・第4木曜	永吉清美	午前10時～正午		第1地区分館
書道の入門	毎月第2・第4木曜	江口典子	午前10時～正午		
フォークダンス教室	毎月第2・第4木曜	深沢博子	午後1時30分～3時30分		第3地区分館
親子エアロビクス	毎週水曜	上村裕子	午後4時～5時		
新体操	毎週水曜	堀小百合	午後6時～7時	第5地区分館	
カラオケ教室	毎月第1・第3金曜	寺尾豊二郎	午後7時30分～9時30分		
初級・フラダンス教室	毎月第2・第3土曜	川崎一枝	午後1時30分～3時30分	第8地区分館	
3B体操	毎月第2・第4火曜	山下みづほ	午前10時～正午		
コアトレーニング	毎月第1・第3・第5木曜	日高めぐみ	午後7時30分～9時30分	元気の杜	
陶芸教室	毎月第1・第3土曜	桑畑和也	午前9時～11時		

表2 平成24年度主催教室（はつらつ教室）

教室名	開講日	講師名(敬称略)	時間	場所
フラワーアレンジ教室	毎月第2金曜	松田八津子	午前10時～午後10時	中央公民館



【はつらつ教室】
町教育委員会では、元気教室のほか、「はつらつ教室」を実施しています（表2参照）。元気教室との違いは「受講回数が年10回まで」「受講料が年2500円」などです。詳しくはお問い合わせください。

町教育委員会主催教室のほか、「自主教室」として、さまざまな活動が町内各所で行われています。詳しくはお問い合わせください。

■申し込み・問い合わせ
町教育委員会教育課生涯学習係（町中央公民館内）
☎52-11111（内線432）

◇次いで、「中央公民館主催教室」「自主教室」受講生による「教室の感想」を紹介します。

自主教室

「新しく始める人に一言」
大きく声を出すことでストレス発散にもなります。ほかの人と比較するのではなく、一歩ずつ自分の成長を実感できることがとても楽しいですよ。いろいろな人との触れ合いも面白いですね。「やろうと思った時が適齢期」という言葉を最近耳にしました。まさにその通りだと思います。興味がある人は一度教室をのぞいてみませんか。

Interview



【受講生】
小牧美佐子さん 74歳（仲町）

教室	日時	講師	場所
フォークダンス教室（元気教室）	毎月第2・第4木曜 午前9時30分～11時30分	深沢博子 先生	第1地区分館

—主な活動を教えてください—
毎月2回、各2時間、皆で仲良く練習しています。練習の成果を元気まつりで発表しました。

—始めたきっかけは？—
友達に勧められたのがきっかけです。この教室には今年度から参加しています。フォークダンスを始めたのは平成13年。同じ深沢先生の別教室にも通っています。

—参加してよかったことは？—
中学生の時に授業でフォークダンスを習っていたので、すんなり入ることができました。新しい友達ができるほか、普段の生活で緑



—新しく始める人に一言—
初心者の練習はやさしいステップから始まり、誰でも踊れるようになります。世界中の音楽を聴きながら、リズムに合わせて体を動かす楽しさ…。ぜひ皆さんに体験してもらいたいですね。

のない、さらびやかな衣装を身に着けて踊ることが、とても楽しいですよ。

Interview



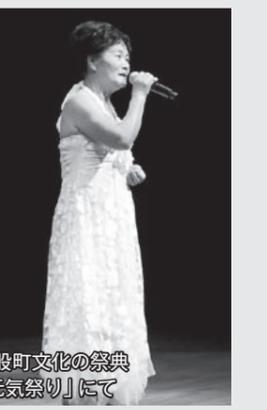
【受講生】
木佐貫フジ子さん 72歳（上新）

教室	日時	講師	場所
植木歌謡教室（自主教室）	毎月第1・第3火曜 午後8時～10時	阿久根一秋 先生	第9地区分館

—主な活動を教えてください—
毎月2回、皆で集まり、練習しています。日ごろの練習成果を11月の芸能発表会、2月の元気まつりなどで披露しています。

—始めたきっかけは？—
昔から歌が大好きでもっと上手になりたいと思っていました。教室に参加したのは約9年前。友達に誘われたのがきっかけです。

—参加してよかったことは？—
人前で歌える喜び。これに尽きます。舞台に立つ前の緊張感がたまらないですね。また活動を通じて交流の輪が広がりました。



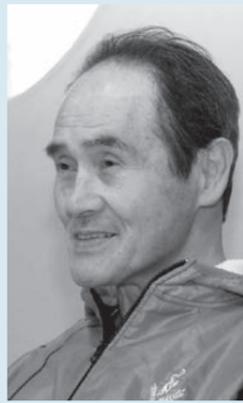
—主な活動を教えてください—
サークルで毎週2回、皆とミニテニスを楽しんでいます。そのほか、クラブが町体育館を開放する毎週水曜日にも午前10時から正午まで活動しています。活動は練習中心。試合は毎年7月の町民総合スポーツ祭に出るくらいですね。

—始めたきっかけは？—
約4年前、「みまたチャレンジ」の前身「旭ヶ丘スポーツクラブ」の案内を見たことです。ミニテニス未経験でしたが、興味を持ち、入会しました。

—参加してよかったことは？—

サークル	ミニテニス
日時	毎週火・金曜
場所	第6地区分館

【サークル会員】
安原 一成さん 63歳(轟木)



Interview



ミニテニスサークルの皆さん



活動風景

持病を抱えていますが、ミニテニスのおかげで体調が改善しました。また、競技を通じて新しい仲間が増えましたよ。

—新しく始める人に一言—
普通のテニスと違う点は、コートが狭く、ボールスピードも遅いことです。年齢、性別や体力に関係なく、誰でも楽しめます。60歳から始められる生涯スポーツです。ミニテニスで一緒に心地よい汗をかきましょう。



さんさんクラブ「悠々中原」の手芸愛好家で構成される「はなの会」

●学びの場はほかにたくさん
学びの場はほかにたくさんあります。町内各地にある教室・クラブなどでの活動のほか、さんさんクラブ三股(町老人クラブ連合会、正ヶ峯征男会長)では、クラブごとにさまざまな活動を行っています。また、資格取得を目指し、各種学校や独学で勉強することも「生涯学習」となります。「何を」「いつ」「どこで」「どのように」学ぶか、決めるのは自分自身。それが「生涯学習」です。

■さんさんクラブ三股・問い合わせ
町社会福祉協議会
☎52-1246



三股町ベタンク協会の皆さん

●習うは一生
今回、取材に応じてくれた「生涯学習」実践者の皆さんに共通するのが「旺盛な向上心」「若々しさ」です。「昨日の自分よりも成長したい」と明確な目標を持ち、活動が続けていることが、「生きがい」に、そして「健康維持」につながっているといえます。また、活動を通して新しい仲間・友達もできます。

一つのことじつくりと納得できるまで取り組むもよし、未体験の新しい世界に飛び込むもよしです。良いこと尽くしの「生涯学習」を今すぐ始めてみませんか。

表3 活動中のサークル・教室

種目	実施日	時間	場所	会費とは別に必要な経費
卓球	木曜	午前9時30分~正午	勤労者体育センター	—
	金曜	午後8時~10時		
バドミントン	火曜	午後8時~10時	町体育館	—
	木曜		町武道体育館	
ミニテニス	火・金曜	午前9時30分~正午	第6地区分館	—
	火曜	午後8時~10時	三股小体育館	
ミニバレー	水曜	午後8時~10時	梶山小体育館	—
	木曜		勝岡小体育館	
ストレッチヨガ教室	火曜	午後1時30分~3時30分	中央公民館	月額1,000円
	木曜	午後7時30分~9時30分		
フラダンス教室	水曜	午後7時~9時	西植木コミュニティセンター	月額2,000円
	木曜	午後7時30分~9時30分	第8地区分館	—
バウンデテニス	月曜	午後8時~10時	宮村小体育館	—
ピラティス教室	水曜	午前10時~11時30分	中央公民館	月額1,000円



ミニバレー



ストレッチヨガ教室

表4 年会費・保険料について

会員種別	年会費(※1)	スポーツ安全保険(※2)	合計
大人	6,000円	1,850円(※3)	7,850円
家族会員(2人分)	10,000円	3,700円(※3)	13,700円
大学生・高校生	4,200円	1,850円	6,050円
中学生以下	3,600円	800円	4,400円

※1: 年会費は一括納入のほか、2回分割または3回分割での納入もできます。非会員(ビジター)は1回当たり500円の参加料が必要です(スポーツ安全保険料は含まれていません)。
 ※2: スポーツ安全保険の保障内容などについては、お問い合わせください。
 ※3: 表中「大人会員」「家族会員」のスポーツ安全保険金額は「大人」の場合を表記しています。65歳以上の人は、「65歳以上を対象とする、年掛け金・1人当たり1,000円」の保険にも加入できます。加入または更新時に「大人」「65歳以上」のどちらに入るか選択してください。

◆次ページで、「みまたチャレンジ総合クラブ事務局(町中央公民館内)」
 申し込み・問い合わせ
 NPO法人みまたチャレンジ総合クラブ事務局(町中央公民館内)
 ☎51-1235
 ・ホームページ
<http://www.mimata-sc.com/>



ジュニアスキー教室(夏季)

■各種イベントの実施
 そのほか、「サイクリング教室」「ジュニアスキー教室(夏季・冬季)」などを行っています。

●ニュースポーツ普及活動
 各児童館などで気軽に楽しめる「ニュースポーツ(スカットボールなど)の普及活動を行っています。用具貸し出し(有料)から競技方法の説明までできる限り援助します。

なる場合があります。詳しくはお問い合わせください(表3・4参照)。

【そのほかの活動】
 ・ニュースポーツ普及活動
 各児童館などで気軽に楽しめる「ニュースポーツ(スカットボールなど)の普及活動を行っています。用具貸し出し(有料)から競技方法の説明までできる限り援助します。

NPO法人
 みまたチャレンジ総合クラブ
 「NPO法人みまたチャレンジ総合クラブ(上水漸理理事長)」は、本町に設立された総合型地域スポーツクラブです。「誰でも」「いつでも」「世代を超えて」「好きなレベルで」「いろ

いろなスポーツを楽しめる」クラブを目指します。

【サークル(教室)活動】
 ・活動中のサークル(教室)
 ・活動中のサークル・教室は表3の通りです。
 ・クラブへの入会方法

いきいきげんき!

～大人も一緒に「食育」～ ★楽しく・賢く・きちんと食べる★



毎月19日は食育の日
●問い合わせ：健康管理センター ☎52-8481

旬の食材は おいしい! 栄養価が高い! 安い! といいこと尽くしです。旬の食材を使った健康バランス食を紹介します。ご家庭での献立にご利用ください。

3月の旬食材…チンゲンサイ

中国から伝わった野菜で、白菜の仲間です。加熱してもよい歯触りが残ります。β-カロテンやカリウム、カルシウムを多く含みます。
※材料は全て1人分です。

◎主食 ご飯

【主食一つ(SV)】 168kcal 塩分0.2g
ご飯 100g

◎副菜 チンゲンサイの豆乳煮

【副菜一つ(SV)】 85kcal 塩分1.4g

材料 チンゲンサイ…1株、白ネギ…20g、ショウガ(みじん切り)…少々、ベーコン…10g、水…50g、豆乳…50g、スープの素…1/2個、塩コショウ…少々

作り方 ①チンゲンサイは長さを半分にし、さらに縦に8等分、ネギは斜め薄切り、ベーコンは細切り。②鍋を中火で熱し、ベーコンとショウガを炒め、香りが立ったら蓋の部分を炒め、水、豆乳、スープの素を加え4～5分煮る。③葉を加え、塩コショウで味を調える。

◎副菜 カリフラワーの2色ピクルス

【副菜一つ(SV)】 72kcal 塩分0.5g

材料 カリフラワー…1/5株、酢…大さじ1×2、砂糖…小さじ2×2、

◎主菜 コロッケ

【主菜一つ(SV) 副菜二つ(SV)】 480kcal 塩分1.3g
材料 ジャガイモ…150g、合いびき肉…25g、タマネギ…25g、塩コショウ…少々、小麦粉…小さじ2、溶き卵…1/4個分、パン粉…15g、揚げ油…適量、とんかつソース…大さじ1、ホウレンソウ…50g、プチトマト…2個

作り方 ①合いびき肉とみじん切りのタマネギを炒め合わせて塩コショウで味付けする。②やわらかくゆでてつぶしたジャガイモとよく混ぜ合わせ、1人分2個の小判型に丸める。③小麦粉、溶き卵、パン粉の順に付け、170度の油でキツネ色に揚げます。④ゆでたホウレンソウとプチトマト、ソースを添える。

◎もう一品 牛乳ゼリーオレンジソース

120kcal 塩分0.1g

食事バランスガイドとは? 1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかをコマの形のイラストで分かりやすく示しています。「何を」とは、主食・副菜・主菜・牛乳乳製品・果物の五つの料理グループ。「どれだけ」とは、1日の目安をそれぞれの料理グループごとに「つ(SV)」という単位で示しています。*「食事バランスガイド」は健康管理センターに置いてあります。

町公式サイトに今月分全レシピを掲載しています。ご参照ください。 町公式サイトアドレス: <http://www.town.mimata.lg.jp/>

外国語指導助手のコーナー

ロシア旅行

世界最大の国、ロシアを昨年12月22日から2週間かけて友達と旅行しました。最初に訪れた場所、サンクトペテルブルク市の気温はマイナス22℃。とても寒かったです。周りは一面雪景色で、すごくきれいでした。多くの史跡、名所などを見学し、素晴らしい写真を撮影することができました。その中でも特に、エルミタージュ美術館では、ピカソ、モネやゴッホなど有名な絵画がたくさん展示されていました。本物の作品を目の当たりにして、すごく感動しました。

そのほか、ロシアではいろいろな国の料理を楽しめます。中でも中東料理と日本の寿司が人気。「プリニ」というクレープのような食べ物もありません。プリニはそば粉からできていて、サワークリームやジャムを添えて、キャビアと一緒に食べます。味はフワフワ、モチモチしていて、とてもおいしかったです。今回の旅行はすごくいい経験になりました。皆さんも時間があればぜひロシアに行ってみてください。



リム・エドモンド

Mみて Sして 定住自立圏 Vol.11

★今回は、曾於市を紹介します。

●平季基の墓

大宰府の役人だった平季基は、万寿3(1026)年に日向国諸県郡島津に赴任して開荘。これが「島津荘」です。季基の墓は、末吉町南之郷橋野にあります。墓所近くで発見された季基の木像は、現在、都城市の基柱神社に祭られています。



平季基の墓

●旧都城県参事(知事)官舎

明治初期のわずかな期間、曾於市は都城県の一部でした。都城県初代参事が暮らした官舎が、大隅町月野にあります。建物は座敷が広く、玄関の間が狭いなど明治期における鹿児島住宅の特徴が見られます。



旧都城県参事(知事)官舎

●問い合わせ

曾於市 企画課
☎0986-76-8802



【名人芸で初笑い】
1月14日、自主文化事業、宝くじ文化公演「東京名人会」が行われました。出演は、三遊亭円楽(落語)、おぼんこぼん(漫才)、北見伸&ステイファニー(イリュージョンマジック)、ロケット団(漫才)、柳貴家小雪(太神楽曲芸)、三遊亭楽大(落語)。6組の芸人さんが東京からやって来ました。
観客は、華麗なイリュージョンマジックや繊細な曲芸、おぼんこぼんさんの漫才、そして、三遊亭円楽さんの落語を楽しみました。東京で活躍中の芸人さんの名人芸に、会場は新春の初笑いに包まれていました。

【9年目のみまた座・本公演】
3月31日、演劇ワークショップ「みまた座9期生」による本公演が行われます。みまた座は、小中高生の子どもたちを対象とした演劇講座です。今年で9年目。9期生は総勢22人と過去最多の人数です。
昨年6月から始まり、稽古の集大成として、本公演を上演します。
今年、上演するのは、平成23年度の戯曲講座(演劇の台本を書く講座)を受講した内村慶舟さん(高校3年生)の作品。タイトルは「いいにおいのする家」です。子どもたちによる元気いっぱいのお芝居を見に来ませんか。



落語家・三遊亭円楽さん



昨年のみまた座本公演の様子

Culture 文化会館
Mimata
●問い合わせ
三股町立文化会館
〒889-1901 三股町大字榑山3404-2
TEL.51-3462 FAX.51-3561



絵本読み聞かせの様子



●問い合わせ
三股町立図書館
〒889-1901 三股町大字榑山3404-8
TEL.51-3200 FAX.51-3751

●芥川賞・直木賞受賞図書を紹介
図書館では、第148回芥川賞・直木賞の受賞作家コーナーを設置しました。3作品の内容は次の通りです。
・「あばさんご」(芥川賞)
黒田夏子/著 文藝春秋
二つの書庫と巻き貝状の小部屋のある「昭和」の家庭で育った一人っ子の運命…。『全文横書き』かつ「固有名詞を一切使わない」という日本語の限界に挑んだ超実験小説です。
●「何者」(直木賞)
朝井リョウ/著 新潮社
就職活動の情報交換をきっかけに集まった拓人たち。生き抜くために本当に必要なことは何なのか。この世界を組む変える力はどこから生まれ来るのか。就活大学生の自意識をあぶり出す、リアルで切実な長編小説です。
●「等伯」(上)・(下)(直木賞)
安部 龍太郎/著 日本経済新聞出版
養父母の非業の死により、故郷・能登を追われ、上洛。そして戦乱の中へ。物事の本質を求める絵師の性と荒ぶる武家の血が苦難の道を歩ませることに…。長谷川等伯の生涯を骨太に描いています。
●読み聞かせ
2月6日に、第一幼稚園の年長さん40人、2月7日に同園の年中さん50人が図書館を訪れました。
園児たちは、図書館職員による絵本の読み聞かせを目を輝かせながら聴いていました。
■休館案内(17時からのカレンダ1)月曜日(祝日の時はその翌日)・祝日・年末年始(12月28日～1月4日)・第3水曜日(館内整理日)・館内資料一斉点検(年1回15日以内)



写真提供：財団法人地域創造

地域創造大賞を受賞！ 三股町立文化会館

地域における創造的・文化的な表現活動のための環境づくりに特に功績のあった公立文化施設として、三股町立文化会館が、財団法人地域創造による「平成24年度地域創造大賞（総務大臣賞）」を県内初受賞。その表彰式が1月18日、東京都で行われました。

町立文化会館は平成13年に開館。劇団こぶく劇場（永山智行代表）と連携し、「戯曲講座」「演劇ワークショップ」「みまた座」「まちドラ！」「開館10周年記念演劇」おはよう、わが町」などを実施し、活力ある地域づくりに貢献したことが評価されました。

町立文化会館は今後も文化・芸術による「出合いの広場」として、さらなる研さんを続けていきます。



町内全小中学校代表が集結 「ミニ子どもサミット」開催

1月21日、「平成24年度ミニ子どもサミット」が三股中学校で行われました。町内全小中学校の代表が一堂に会し、一つのテーマについて、各校の取り組み紹介や意見交換を行うことを目的として行います。本年度のテーマは「無言清掃」。初めに各校における取り組みの紹介がありました。続いて質疑応答に移ると、各代表による活発な意見交換が行われました。ユニークな質問も飛び出すなど「ミニ子どもサミット」は大いに盛り上がりしました。



「町内各小学校の取り組みを知ることができ、大変参考になりました。今後、三股中の活動に反映していきたいと思っております。」
三股中学校 生徒会長
友重 楓くん
(2年生)



プロボクシング西部新人王 内野々竜一さん受賞報告

昨年7月、ミニマム級西部新人王に輝いた本町出身のプロボクサー内野々竜一（リングネーム「内野々大叶」）さんが、1月22日、町長へ受賞報告を行いました。リングネーム「大叶」は死産となった子どもが、1月22日、町長へ受賞報告の名前から。昨年12月、「全日本新人王決定戦」では奮闘及ばず惜敗したものの、見事優勝に輝きました。今後の活躍について、町長から激励の言葉を贈られた内野々さんは、「日本王者、そして世界王者を目指します」と力強く決意を表明しました。



「同郷の偉大な先輩、邊重忠さんのようなボクサーになれるよう頑張ります。応援よろしくお願いします。」
本町お嬢さん
プロボクサー
西部新人王
内野々竜一さん
(郡城市)



三社詣では三股で 新春みまたんよかもんツアー

1月23日、町観光協会は「新春みまたんよかもんツアー」を開催しました。

これは「新年の三社詣でを地元で行ってもらう」と今年から始まった取り組みです。4人が参加。一行は、三股駅前から専用バスに乗り込み、「早馬神社」「御崎神社」「御年神社」の順で三社詣でを行いました。各神社で祝詞奏上や玉串奉納などの神事を執り行ったほか、神社の由来などについて説明を受けました。参加者は皆神妙な面持ちで参拝していました。



「町内各神社の歴史や由来などを知ることができ、大変よい勉強になりました。」
参加者
中西一雄さん
(東原)



JA都城 町へカーブミラー寄贈

交通事故防止に役立ててほしいとJA都城から町にカーブミラーが寄贈され、2月5日、町役場で贈呈式が行われました。

JA都城の総務・金融常務の内山直樹さんから「カーブミラー機材16基」の目録を受け取った町長は、「悲惨な交通事故をなくすため、有効に活用します」とお礼の言葉を述べました。

今回寄贈されたカーブミラーについては、3月末日までに町内各所に設置される予定です。



「JA都城では、地域社会に貢献できる福祉活動の充実を目的として各種活動を行っています。今回の寄贈で地域の事故防止に貢献できれば幸いです。」
JA都城 総務・金融常務
内山直樹さん



認知症の正しい認識学ぶ 認知症講演会を実施

2月5日、町地域包括支援センターは、中原コミュニティセンターで「認知症講演会」を実施しました。約20人が参加。社団法人八日会大悟病院認知症疾患医療センター長の三山吉夫氏を講師に招き、「認知症のいろいろ 三股町介護予防講座」と題し、「認知症」についてさまざまな話がありました。「認知症になった人を地域で支え、皆が余生を楽しめる世の中にしたい」といえない「などの同氏による呼び掛けに参加者は熱心に聞き入っていました。」



「今日の講演会で学んだように、高齢者を地域社会で支えることで、皆が仲良くそして楽しく暮らせる地域づくりを目指したいです。」
参加者
松山登美子さん
(中原)



①～②/会場は拍手の渦（9日、童謡まつり）
③/素晴らしい歌声を披露した「レディス・コールグループ」（9日、童謡まつり）
④/小学生も参加した歌詠み会（9日、文化芸能まつり）



3部構成で2日間 華やかに「文化の祭典」

2月9～10日の2日間にわたって、三股町文化の祭典（同実行委員会主催、3部構成）が、町立文化会館で開催されました。本行事は、本町における文化芸術と生涯学習活動の発展を目的として毎年行われています。

第1部は「童謡まつり」。15団体が出演し、息の合ったハーモニーを披露しました。また、特別ゲストとして、女声合唱グループ「レディスコールグループ」が素晴らしい歌声をホールいっぱい響かせました。続いて開催されたのが第2部「文化芸能まつり」。三股町短歌会や小学生による歌詠み会、町内の舞踊団体・師匠らによるあでやかな舞踊披露が行われました。

翌10日は、第3部「元氣まつり」。公民館教室などで生涯学習に励む39団体が舞踊、歌や演奏など日ごころの練習成果



生涯学習教室などによる作品展（9～10日、町立文化会館ホワイエ）

を発表。また、ミニコンサートとして音楽家の池田美保氏による美しい歌声の披露もありました。生涯学習講演会では、ナグモクリニク総院長の南雲吉則氏を講師に招きました。演題は「錆びない生き方」。同氏の提唱する健康法に来場者は熱心に耳を傾けていました。また、期間中、同館ホワイエにおいて、竹細工や和紙人形など生涯学習教室の作品展が行われ、訪れた人々の目を惹きつけていました。



⑤～⑥あでやかな舞踊披露が行われた（9日、文化芸能まつり）
⑦南雲吉則氏（右）と池田美保氏（左）（10日、元氣まつり）
⑧各教室による練習成果の披露（10日、元氣まつり）

奨学生を募集します

町では、次の通り奨学生を募集します。どれも貸与(償還あり)です。希望する人は、期間内にお申し込みください。

<三股町奨学資金>

- 対象者=次の条件を全て満たす人
 - ①父母またはこれに代わる法定代理人が三股町に住んでいる人
 - ②大学・短大・専修学校・高専・高校(通信制・定時制過程を除く)に在学し、その学校長または卒業した学校の校長の推薦がある人
 - ③学業、人物共に優秀かつ健康で、学資の支払いが困難である人
 - ④高校生・高専生はそのほかの奨学機関から、大学生・短大生・専修学校生は都城育英会から学資の支給または貸与を受けていない人
- 募集人員=15人(予定)
- 貸与月額=無利子
高校生・高専生……………1万円
大学・短大・専修学校生…2万5千円
- 貸与期間=4月～平成26年3月(1年間)
- ※継続して貸与を受ける場合は、毎年3月に継続の手続きが必要です。
- 申込期間=4月8日(月)～17日(水)
- ※3月5日(火)から教育課(中央公民館内)で配布する「募集要項」をご覧ください。
- ※大学・短大・専修学校の新入学生は、(公財)都城育英会にも申し込んでいることが条件です。ただし、併給はできません。
- 申し込み・問い合わせ

- 町教育委員会 教育課 学校教育係
☎52-1111(内線422)
- <(公財)都城育英会>
- 対象者=次の条件を全て満たす人
 - ①三股町または都城市出身で、保護者が三股町または都城市に住んでいる人
 - ②平成25年4月に学校教育法第1条に規定する大学、または同法第108条に規定する短期大学、または同法第124条に規定する専修学校の専門課程に進学する人(ただし通信制・定時制課程は対象外)
 - ③学業、人物共に優秀かつ健康で、経済的理由で修学困難である人
- 募集人員=33人(予定)
- 貸与月額=月額3万円(無利子)
- 申込方法=2月中旬から配布している「募集のしおり」をご覧ください。募集のしおりは、町教委教育課、都城市教委学校教育課、各総合支所教育課、各地区市民センター、各高等学校などで配布しています。
- 申込期間=4月8日(月)～17日(水)
- 申し込み・問い合わせ
都城市教育委員会学校教育課内
公益財団法人 都城育英会事務局
☎25-8545
- <三股町提携 教育ローン>
- 対象者=三股町に住み、子どもが高校、専門学校・短大・大学などに進学または在学している人で年間所得900万円以下の人
- 条件=完済時年齢が65歳未満であ

- り、町税などを滞納していない人
- 融資金額=200万円以内
- 返済期間=10年以内(最長4年の元金据え置き期間を含みます)
- 金利=年1.35%(別途保証料が必要です)
- 申し込み・問い合わせ
九州ろうきんローンセンター都城
☎23-2257
- <国の教育ローン>
- 対象者=高校、専修学校・短大・大学や外国の学校などに進学または在学している人の保護者
- 融資金額=学生・生徒1人につき300万円以内
- 融資利率=年2.45%(利率は金融情勢によって変動します。そのため借入金金利〔固定〕は、記載している利率と異なる場合があります)
- 申し込み・問い合わせ
教育ローンコールセンターナビダイヤル
☎0570-008656

町公式サイトでのバナー広告を募集します

- 広告掲載などを行う広告媒体の種類=三股町公式サイト
- 広告の規格・掲載位置・期間など=<規格>
 - (1)サイズ:縦40ピクセル×横160ピクセル
 - (2)データ容量:10*⁶バイト以内
 - (3)形式:GIF(アニメーション不可)、JPEG、PNG

- <掲載位置>
町公式サイトトップ右側に掲載
- <契約・掲載期間>

種別	契約期間
契約期間<1>	4/1～9/30(6カ月)
契約期間<2>	10/1～3/31(6カ月)
契約期間<3>	4/1～3/31(12カ月)
掲載期間<A>(※)	連続掲載6カ月間～(最長12カ月間)
掲載期間	スポット掲載、1カ月単位。料金は掲載月ごと

- ※連続掲載のみ初回登録の3カ月間無料。ただし、掲載期間は契約期間を超えることはできません。
- 広告掲載料(1カ月当たり、税込み)=

種別	掲載料
町内企業	5千円
町外企業	9千円

- 申込方法=申込書に必要事項を記入し、バナー広告原稿(データ)と会社の概要の分かるパンフレットなどを添えて、申し込んでください。「三股町広告掲載要綱」により、掲載できない場合もあります)
- 募集締切=3月15日(金)
- 広告の選定方法=広告審査委員会の承認による
- そのほかの必要事項=三股町町有資産広告掲載申込書による
- 申し込み・問い合わせ
総務課 情報システム係
☎52-1111(内線248・249)

平成25年度 町立小・中学校の入学式期日は次の通りです

区分	入学式期日	入学予定者の生年月日
小学校	4月10日(水)	平成18年4月2日～平成19年4月1日生
中学校	4月9日(火)	平成12年4月2日～平成13年4月1日生

- 入学通知書は、2月上旬までに対象家庭に郵送していますが、次の場合は町教育委員会までご連絡ください。
- ①現在までに入学通知書が届いていない場合
- ②町外への転出予定
- ③町内転居予定で指定学校に変更がある場合
- ④国公立、私立小・中学校への入学予定
- ※入学通知書は入学式当日に必要ですので紛失しないようご注意ください。紛失したときは、町教育委員会までご連絡ください。
- 問い合わせ
町教育委員会 教育課 学校教育係
☎52-1111(内線423)

町壮年連協・町女団連協合同研修講演会のお知らせ



深川真里氏

町壮年連絡協議会・町女性団体連絡協議会の合同研修講演会を開催します。会員以外の人でも参加可能です。ご

- 族、ご友人をお誘いの上、ぜひご来場ください。
- 期日=3月9日(土)
- 時間=午後7時～(開場は午後6時30分～)
- 場所=町立文化会館
- 参加料=無料。事前申込は不要です
- 講師=深川真里氏(新舞踊「彩峰流」家元)
- 演題=「人生は笑ってバラ色」
- 問い合わせ
町教育委員会 教育課 生涯学習係
☎52-1111(内線431・433)

愛のご寄付

三股町社会福祉協議会では、忌明け寄付・一般寄付を次の通りいただきました。故人のご冥福をお祈りいたしますとともに、社会福祉発展のために有意義に利用させていただきます。

誠にありがとうございます。
三股町社会福祉協議会
平成25年1月1日から31日まで

寄付者 続柄	故人名	年齢	地区	金額
花牟禮はつき 夫	輝男	71	上 米	2万円
金丸タマエ 夫	國平	94	長 田	1万円
福重津奈子 母	東クニ子	93	前 目	5万円
今村悦子 夫	政美	81	東 原	3万円
木下ミチ子 夫	重男	70	花見原	3万円
中島一雪 母	クワ	100	東 原	5万円
時任芳子 夫	重利	94	山王原	2万円
神宮司純郎 姉	トミ	88	東 原	3万円
荒武国弘 義兄	伊藤善雄	89	上 新	3万円
岩崎靖英 母	チサ	93	上 新	2万円

平成25年度「みやざき農業実践塾」の塾生を募集します

県内で新たに農業を始めようとする人を対象に、農業の担い手として必要な知識・技術を実践的に修得する塾生を募集しています。

コース名	経営実践コース(長期:1年間、中期:半年間)
内 容	1年間または半年間、農業大学のほ場などを活用し、就農に必要な野菜栽培についての実践的な知識、技術を修得する
対象者	新たに農業を始める人のうち、研修修了後に県内で就農を目指す、健康で長期間の研修を続けられる意欲と体力がある人(約20人)
日 程	・長期(1年間):7月1日(月)～平成26年6月13日(金) ・中期(半年間):7月1日(月)～平成26年1月17日(金)

- 入塾申込手続=入塾申込書、研修希望内容書を就農希望市町村の意見を添付して、県立農業大学校長へ提出してください(3*²×2.4*²の写真を同封する)。ただし、就農希望市町村が未定の方は宮崎県新規就農相談センターの意見を添付して、提出してください。
- 申込書受付期間=5月10日(金)まで
- 研修費=

- 長期:4万8千円(4千円/月)
- 中期:2万4千円(4千円/月)
- ※そのほか、詳しくはお問い合わせください。
- 申し込み・問い合わせ
県立農業大学校農業総合研修センター
〒884-0005 児湯郡高鍋町大字持田5733
☎0983-23-7447

Children

子ども

健康管理センターからのお知らせ

●健康管理センター ☎52-8481

●赤ちゃん健診

- 期日 = 4月18日(木)
- 受け付け = 午後1時～1時30分
- 対象者 = 平成24年3月・5月・7月・9月・11月・平成25年1月生まれの乳児
- 持ってくるもの =

母子健康手帳、タオル3枚程度(おっぱい相談希望者)

※身体計測、保健師・助産師の問診や医師の診察を行います。助産師によるおっぱい相談や栄養相談を無料で受けることができます。ぜひご利用ください。

※新しい日程表は、4月以降に役場1階案内窓口や健康管理センターに設置します。ご自由にお持ち帰りください。

●麻しん(はしか)、風しんの予防接種はお済みですか？

子どもは、保育園、幼稚園や小学校など集団生活の場で感染症にかかりやすくなります。予防接種で免疫力を高めて感染症にかからないように、またほかの人にうつさないように予防することが大切です。4月からの入園・入学に備えて必要な予防接種は済ませましょう。

重症化し、亡くなることもある病気です。接種が終わっていない人は体調のよい時に早めに済ませましょう。

※接種前にインフルエンザなどほかの感染症にかかった場合は、一定の間隔を空けてから接種することがありますので、かかりつけ医にご相談ください。

- 対象者 = 町内に住所がある①～③の人
 - ① 2期 = 平成18年4月2日～同19年4月1日生
 - ② 3期 = 平成11年4月2日～同12年4月1日生
 - ③ 4期 = 平成6年4月2日～同7年4月1日生

■ 接種料金 = 期限内に接種すれば無料

※接種期限を過ぎると全額自己負担(1万円程度)です。

- 接種期限 = 3月30日(土)【医療機関の診療時間内】
- 持っていくもの = 母子健康手帳、3・4期の人は予診票(送付済みです)

※2期の予診票は指定医療機関に置いてあります。接種歴が分からない人や母子健康手帳・予診票を紛失した人は、健康管理センターまでお問い合わせください。

子育て支援センターからのお知らせ

●子育て支援センター ☎52-8101

●子育てについて相談しませんか？

子育て支援センターでは、臨床心理士による子育て相談を行っています。誰かに相談したい、話を聞いてほしいと思っている人は、ぜひご利用ください。事前の予約が必要です。

- 期日 = 3月の毎週月・火曜日
- 時間 = 午前10時～午後4時(要予約)

※1回の相談時間は1時間まで

- 相談方法 = 電話または来所による相談
- 誕生会
 - 期日 = 3月14日(木)
 - 時間 = 午前10時～11時
 - 内容 = 2・3月生まれのお友達をお祝いします

●子育てプチ講話会

- 子育てのヒントとなる話が満載です。
 - 期日 = ①3月19日(火) ②3月29日(金)
 - 時間 = 午前10時30分～11時
 - 内容 = ①子どもの困った行動への対処法
②親子関係がよくなる「しつけ」の方法

●友達つろう！一緒にあそぼう！

- 期日 = 3月21日(木)
- 時間 = 午前10時～11時
- 子育てサークル「いもん子クラブ」さん

●親子ふれあいコンサート

「小さな音楽会」による生の歌と演奏で楽しい時間を過ごしましょう。

- 期日 = 3月26日(火)
- 時間 = 午前10時～11時
- 場所 = 総合福祉センター「元気の杜」大会議室

ファミリー・サポート・センターたんぽぽからのお知らせ

●ファミリー・サポート・センターたんぽぽ ☎51-5688
ファミリー・サポート・センターとは、以前のように地域で助け合っていた子育てを組織化したものです。

- ・ 会員数(3月1日現在)
 - ・ おねがい(依頼) 会員…148人
 - ・ まかせて(提供) 会員…52人
 - ・ どっちも会員……………10人
- ・ 現在行っている援助活動
 - ・ 児童館、保育園の迎えと預かり
 - ・ 学校休み時の預かり
 - ・ 習い事の送迎
 - ・ 土曜日の児童館への送り
 - ・ 用事のための短時間預かり

※まかせて(提供) 会員を随時募集しています。詳しくはお問い合わせください。

General

一般

健康管理センターからのお知らせ

●健康管理センター ☎52-8481

●リズムウォーキング

- 期日 = 3月18日(月)
- 時間 = 午前10時～11時
- 場所 = 第1地区分館

●エクササイズクラブに登録してみませんか？

健康管理センターでは、検診ホール内の運動器具を無料開放しています。

- 対象 = 19歳以上で町内に住所のある人
- 利用方法 = 会員登録(無料)後に利用できます。エクササイズクラブのカレンダーを確認したうえで、都合のよい日・時間に利用してください。

※また、エクササイズクラブに登録している人・登録をお考えの人を対象に運動教室を開催します。運動器具の使い方や日ごろの運動方法に疑問をお持ちの人など、どちらか都合のよい日にお気軽にお越しください。

- 日時 = ①3月11日(月) 午後1時30分～3時
②3月28日(木) 午前9時30分～11時

- 持ってくるもの = 室内用シューズ、飲み物
- 申し込み = 必要です。健康管理センターまで電話でお申し込みください。

●3月1～8日は女性の健康週間です

近年、女性を取り巻く環境が大きく変化し、女性のライフスタイルも大幅に変化しました。仕事の有無に関わらず、家事に育児にと忙しく動き回る女性も多くなり、それに伴って受けるストレスも多様化しています。

女性は思春期、妊娠・出産、更年期などホルモンのバランスが大きく変動します。いつまでも健康で、楽しく充実した毎日を送るために、日ごろの体調管理や定期的な健康診断は欠かせません。この機会に自分の体と向き合ってみましょう。

Advanced age 高齢者(介護保険)

高額介護(予防)サービス費について

●介護高齢者係 ☎52-1111(内線162・163)

同じ月に利用した介護保険の利用者負担額(1割)が高額になり、一定額を超えた時は、申請により超えた分が「高額介護(予防)サービス費」として後から支給されます(下表参照)。

該当する人には、申請書を郵送します。早めに福祉課介護高齢者係(1階6番窓口)へご提出ください。

段階区分	上限額(世帯合計)月額
一般世帯	3万7,200円
住民税世帯非課税	2万4,600円
合計所得金額および課税年金収入額の合計が80万円以下の人	個人1万5,000円
高齢福祉年金の受給者	
生活保護の受給者	
利用者負担を1万5,000円に減額することで生活保護の受給者とならない場合	

福祉用具購入費の住宅改修費利用者負担分、支給限度額を超える利用者負担分、居住費・食費などについては対象外です。ご注意ください。

地域包括支援センターからのお知らせ

●町地域包括支援センター ☎52-8634

●足もと元気教室リーダーを知っていますか？

足もと元気教室は、介護予防事業として高齢期を迎えた人たちが介護を受ける状態にならないように町内12カ所で行っています。

足腰を弱らせないための体操を、健康チェック後に専門の運動指導者が指導しています。

足もと元気教室を実施する上で欠かせないのが、「足もと元気教室リーダー」の存在です。各教室のリーダーが中心になり、会場の準備をしたり、新規参加者を募ったり、教室を盛り上げるためのさまざまな努力をしてもらっています。リーダーには、年1回の研修を受けてもらい、技術や知識を高めています。昨年度における各リーダー活動状況報告の一部を紹介します。

- ・ 開始1年目で手探りだったが、公民館長や民生委員の協力もあり、参加者も多い。
 - ・ 体力づくりだけでなく、生きがいにつながっている。
 - ・ 教室を通じて、地域のつながりができると感じる。
 - ・ 参加者以外の人も参加できるような企画をして教室をPRしている。
 - ・ 教室を心待ちにしている人が多い。今後はいつでも集まれるサロンのような形にしていきたい。
 - ・ 口コミで参加者が増えてきている。
- など、それぞれの地域性を生かした教室の運営が行われています。

教室は、いつでも誰でも参加できます。運動できる服装で気軽にお越しください。

●「足もと元気教室」3月1～31日の日程

※4月以降は日程が決まり次第お知らせします。

地区名	時間	場所	日程
1地区	午前9時30分～11時	第1地区分館	3月1日(金) 3月15日(金)
2地区	午後1時30分～3時	2地区交流プラザ	3月5日(火)
3地区	午後1時30分～3時	第3地区分館	3月14日(木)
梶山	午前9時30分～11時	第4地区分館	3月13日(水)
轟木	午後1時30分～3時	轟木集落館	3月22日(金)
三原	午後1時30分～3時	三原コミュニティセンター	3月13日(水)
蓼池	午前9時30分～11時	蓼池児童館	3月7日(木) 3月21日(木)
餅原	午後1時30分～3時	餅原堂農研修館	3月18日(月)
今市	午前9時30分～11時	今市児童館	3月4日(月)
中原	午前9時30分～11時	中原コミュニティセンター	3月6日(水) 3月27日(水)
8地区	午前9時30分～11時	第8地区分館	3月22日(金)
植木	午後1時30分～3時	第9地区分館	3月6日(水) 3月27日(水)

■準備するもの=体操のできる服装、シューズ、水分補給用の飲み物



◎ 今月の表紙

『童心に返った日』



町立文化会館にて

2月9～10日、町立文化会館で開催された「三股町文化の祭典」の第1部「童謡まつり」(9日)に出演した「みまた幼稚園」(福澤晃二園長、125人)の皆さんです。童謡「線路は続くよどこまでも」ほか2曲を踊りも交えながら元気よく歌ってくれました。さまざまな童謡を聴きながら、童心に返っている自分に気がきました。懐かしく、そして素敵なひと時を過ごすことができました。

みまた 暮らしのカレンダー

1.March ~ 11.April 2013

※診療時間 午前9時～午後6時

※やむを得ず変更する場合がありますので、☎23-5555でご確認ください。

(※夜間/都城救急医療センター☎39-1100)

※歯科については☎25-4100に問い合わせてください。

◎ 3月の予定

1	金	・可燃物	
2	土		
3	日		◎瀬ノ口医院(内・消) ☎25-5155(姫城町) ◎児玉小児科(小) ☎25-5570(花線町) ◎大橋クリニック(内・消・リハ) ☎37-0539(庄内町) ◎郡城フォレストクリニック(脳神経外科) ☎80-4313(下川東) ◎とまり内科外科胃腸科(内・外) ☎52-1135(三股町) ◎中山耳鼻科(耳鼻) ☎24-2648(妻ヶ丘町)
4	月	・不燃物	・図書館休館日
5	火	・可燃物	
6	水		
7	木	・缶・びん	
8	金	・可燃物	
9	土		
10	日		◎三嶋内科(内) ☎24-7171(鷹尾) ◎園田光正内科(内) ☎38-5115(太郎坊町) ◎早水公園クリニック(内・小・外・リハ) ☎36-6117(早水町) ◎仮屋外科(外・胃・内・肛門) ☎25-7712(志比田町) ◎酒井皮膚科(皮) ☎25-5322(北原町) ◎すみ産婦人科(産・婦) ☎23-1152(東町)
11	月	・不燃物	・図書館休館日
12	火	・可燃物	
13	水		・図書館休館日
14	木	・トレイ・ペット	
15	金	・可燃物	
16	土		
17	日		◎村上クリニック(循・内) ☎25-2700(宮丸町) ◎豊栄クリニック(内) ☎39-2525(下長坂町) ◎島中小児科医院(小) ☎52-6000(三股町) ◎吉松病院(外・整) ☎25-1500(蔵原町) ◎寺本整形(整) ☎22-1171(北原町) ◎きたむら皮膚科クリニック(皮) ☎38-7300(吉尾町)
18	月	・不燃物	・図書館休館日
19	火	・可燃物	
20	水		◎有川医院(呼吸・胃) ☎24-6677(上川東) ◎森山内科・外科クリニック(内) ☎21-5000(南鳳尾町) ◎政所医院(内・小) ☎58-2171(高城町) ◎柳田病院(脳・外) ☎22-4862(東町) ◎横山病院(脳・消) ☎22-2806(都島町)

20	水	◎たき心療内科(心内・精・神内) ☎46-9191(若葉町) ・図書館休館日	
21	木	・缶・びん	
22	金	・可燃物	
23	土		
24	日	◎森山内科・外科クリニック(内) ☎21-5000(南鳳尾町) ◎富田医院(内・小) ☎23-4586(栄町) ◎竹田内科(内) ☎38-1036(高木町) ◎もちお蛸原医院(整形・形成) ☎21-5355(養原町) ◎はまだクリニック(外・胃・肛) ☎45-2266(祝吉町) ◎岩下耳鼻咽喉科(耳鼻) ☎51-1187(三股町)	
25	月	・不燃物	・図書館休館日
26	火	・可燃物	
27	水		
28	木	・トレイ・ペット	
29	金	・可燃物	
30	土		
31	日	◎おおくぼクリニック(内) ☎26-1500(千町) ◎とくとめクリニック(内・消・消) ☎26-1820(上長坂町) ◎山田医院(内・小・リユ・アレ) ☎64-2816(山田町) ◎橋病院(整) ☎23-7236(中町) ◎一心外科(外・胃・肛門・内) ☎52-7788(三股町) ◎くぼた眼科(眼) ☎26-3100(南鳳尾町)	

◎ 4月の予定

1	月	・不燃物	・図書館休館日
2	火	・可燃物	
3	水		
4	木	・缶・びん	
5	金	・可燃物	
6	土		
7	日	◎原田医院(内・小・外) ☎26-3330(郎元町) ◎鶴木内科医院(循・内) ☎26-0008(花線町) ◎隅病院(内・胃) ☎62-1100(高崎町) ◎山路医院(外・内) ☎64-3133(山田町) ◎小牧病院(整) ☎24-1212(立野町) ◎西元眼科(眼) ☎25-8888(中原町)	
8	月	・不燃物	・図書館休館日
9	火	・可燃物	
10	水		
11	木	・トレイ・ペット	

交通事故(人身)発生ワースト順位 ◎県内10位/平成24年12月31日現在 (26市町村中) ※ワースト…悪い方からの順位

事故当時、29歳だった私は、飲食店に正社員として勤務していました。当日は土曜日で、深夜1時過ぎまで働いていましたが、終業直後に、私の歓迎会を開いてくれるという話があり、断る理由もなく私はそれを受けました。近くの居酒屋に行くということでしたが、私はアルバイトの2人を自分の車で送り迎えすることになりました。とはいえ帰り道に真つすぐに帰らず2人をドライブに連れて行ったのは、少しくらの酒と距離なら平気だろうという甘えと、車を速く走らせればすこいと思われらるだろうというゆがんだ自己顕示欲だったと思います。そして、そのまま運転を始めた私は、5分もしないうちに差し掛かったカーブで車を暴走させ、単独で事故を起こしてしまいました。事故直後、特にながのなかつた私は、状況を軽く考えていました。しかし、私の呼び掛けに2人が反応することはありませんでした。助手席にいた1人はほとんど意識がなく、うめき声を出すだけでした。そして、恐ろしいことに後ろを振り返ると、そこにいたはずのもう1人は座席ごと消えていました。シートベルトを締めておらず窓も開いていたため、衝突のショックで外へ投げ出されてしまったのです。2人はすぐに病院へ搬送されたものの、後部座

席にいた1人は、意識を取り戻すことはなかったそうです。私はそのまま逮捕されました。留置場に入ってから数日後に、遺族の方が面会にいらつしやいました。最後の様子を知りたいとのことでしたが、私は冷静ではいられず、何を話したのか分かりませんでした。私の家族が私に代わり謝罪や献花、焼香などを行つてくれていることがせめてもの償いといえると思います。そんな家族も被害者だといえます。事故の後、しばらくの間は、現実を見るのができず、死にたいとさえ考えました。しかし、刑務所で生活する中で、周りに生かされている自分を強く実感するようになりまし。外の社会に戻つたら、ありふれた日常にこそ感動し、感謝して、より謙虚に生きていこうと決心しています。

※ 贖いとは、罪を償うという意味。ここに掲載してある手記は、交通事故を引き起こして刑務所で罪の償いをして人たちの悔いの記録です。一瞬の過ちによって、家族、恋人、友人など親しい人々から隔絶され、自ら犯した罪を反省している様子が文脈の端端から伝わってきます。このような悲惨な事故を引き起こさないよう、心の戒めにしていただきたいと思います。(財団法人交通安全協会提供)

生かされている
ということ

交通事故はもうたくさん……贖いの日々

Y・O 31歳 飲食店店員

税

● 問い合わせ：税務財政課 TEL 52-1111(代) FAX 52-4944

固定資産課税台帳の縦覧などについて

● 資産税係(内線 142・143)

平成25年度の固定資産課税台帳と土地・家屋評価縦覧帳簿が、次の通り縦覧・閲覧できます。

● 縦覧・閲覧日時

・ 期日=4月1日(月)～4月30日(火)

※ただし、土・日・祝日を除く

・ 時間=午前8時30分～午後5時

※ただし、午後0時15分～1時を除く

● 縦覧・閲覧場所

・ 税務財政課(役場1階5番窓口)

● 縦覧・閲覧できる人

・ 固定資産の所有者本人

・ 固定資産の所有者の同意を得た人(委任状をご持参ください)

・ 固定資産の納税管理人(届け出をしている人)

※窓口に来る人の印かん(認め印可)、本人確認できるもの(運転免許証など)が必要です。

● 縦覧・閲覧手数料

上記期間に限り、縦覧・閲覧をする人に手数料は掛かりません。ただし、別途各証明書が必要な場合、手数料が必要となります。

・ 町税の納付は「安心・便利・確実」な口座振替のご利用を! ・ この社会 あなたの税が生きている ・ たばこは町内で買しましょう



絵画創作活動中の正吉さん

人生を決定づけた言葉

絵画の魅力のとりこに

「小 学生の時、担任の先生から『絵は心で描くもの』他人が描かないような面白い画材を見つけたいか」と助言を受けました。絵画の魅力に取りつかれたのは、その時からです。そう語るのには稗田在住の画家・田中正吉さん。幼少時から画才を発揮した正吉さんが油彩を始めたのは、宮崎師範学校に進学してから。卒業後、先生として赴任先各

学校で絵の面白さを説いた。現在は町文化協会会長として、本町文化振興に多大の貢献を行う一方、絵画教室「絵を描く会」(昼・夜の部)を主宰し、後進育成や自身の創作活動に力を入れている。画材として最も好んで描くのが「廃船」。「大漁旗をなびかせ、威風堂々としていた船が時間の経過とともに劣化し、忘れ去られていく」。『人生の悲哀』に通じますね。正吉さんの胸中に、幼い日の「恩師の助言」が今も息づいている。

クロースアップ
まちをささえる人たち

稗田在住 田中正吉さん

三股文芸

169

「短歌」◆三股短歌会

戌の日に安産ねがひ 腹帯を巻きて神社に 孫は詣でぬ

今村 良

高千穂に住んでいる娘の長女(孫)が、十二支の戌(いぬ)の吉日に安産を願って神社に参詣。おはらいしていただいたことを大変うれしく思い、歌に詠みました。ひ孫の産まれる日が待ち遠しいです。

夕焼けの空ぼぎつつ 車庫閉めて なにごともなく ひと日暮れゆく

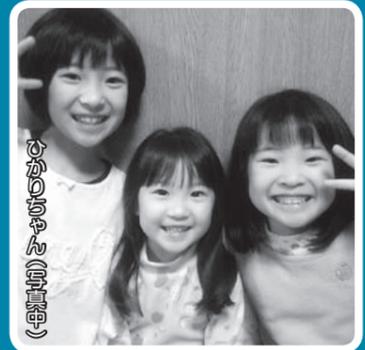
黒木 文子

私は車庫を閉める時に、夕方の空を見るのを楽しみにしています。この日はきれいな夕焼けでした。何もないことに慣れてしまつて当たり前のことのようにですが、無事に一日を終えられることに幸せを感じ、感謝です。

わが家の一番星

佐澤 ひかりちゃん(3歳)

◎平成21年5月26日生まれ
◎孝志さん・やよいさんの三女



ひかりちゃん(写真中)

川崎 明煌くん(2歳)

◎平成22年4月21日生まれ
◎紀久さん・聡子さんの次男



おしゃべり上手な「きかん坊」歌に踊りに舞いこっこ。おひかりちゃんに負けないうさぎ〜

◎わが家の一番星

町内在住で3歳以下のお子さんについて、掲載申込書に写真を添えてお申し込みください。

◎ご長寿万歳(新コーナー)

町内在住で80歳以上の元気な高齢者について、掲載申込書に写真を添えてお申し込みください。※「わが家の一番星」ご長寿万歳の掲載申込書は町役場にあり。また町公式サイトからダウンロードすることもできます。

■町公式サイトアドレス <http://www.town.mimata.lg.jp/>

■問い合わせ 地域政策室地域政策係 ☎52-1111

■茶しよけ

先月号の続きです。約20年前の冬、中国・万里の長城を後にした私と友人。宿の判断。びっくりしました。ある北京市郊外へ向かうため、バスに乗り込みました。ところが、バスは来た道に戻らず、違う方向に向けて出発。どうやら乗るバスを間違ってしまったようです。「一体どこへ向かうんだ。不安に駆られる私たち。車内を見渡すとほかに日本人はいません。『まずい。』仕方なく、得意ではない中国語で、車両先頭に座っている添乗員に話し掛けました。筆談も交えながらやりとりした結果、「明

十三陵(しんじやうりやう) (明代の皇帝陵墓群) に向かっていることが判明。びっくりしました。というのも、行きたかった観光地の一つだったからです。万里の長城を訪れたため、観光時間がないだろうとあきらめていた矢先、偶然にも行くことができました。しかし、言葉が不自由な異国の地であやうく迷子になりかけたあの日の焦燥感を今でも鮮明に思い出します。◇余談です。帰国した日の天気は雪。帰りの電車の中で新聞を広げたら大好きな作家・司馬遼太郎の死亡記事が載っていました。(W)

◎町の生い立ち

いろいろと発掘される土器などから、新石器時代より三股町各所に人が住んでいたことがわかります。また、その名の起源は「古くから川三条、股になりて流れたり」と古書にあって、その名「三股」をとどめているといわれています。江戸時代は薩摩藩に属し、明治初年五戸長を一丸として、戸長役場と改称しました。当時の地頭三島通庸公は荒涼たる原野に土木を興し、産業を奨励し教育の振興を図って村づくりをなし、ここ三股の基礎が築かれたのです。

明治23年、町村制実施により三股村となり、昭和23年5月3日に町制を施行して名実共に三股町として発足しました。以来自治の発展に努め、文化農村建設へとまい進し、今や数多くの企業誘致により町民の所得向上を図りながら町民参加型の「自立と協働で創る 元気なまち」を目指し、躍進しています。

◎町章/町の木「イチョウ」を図案化したもので、外形は丸く円満で輪、すなわち和やかさを表し無限を意味しています。

◎町の花/サツキ
◎町の鳥/ホオジロ
◎町の木/イチョウ



三股町の人口

平成25年2月1日現在

・男/11,700人・女/13,519人・計/25,219人・前月比+31人
・世帯数/9,774戸(+11戸)・出生/20人・死亡/19人
・転入/95人・転出/65人

No.511
2013.3

発行・編集/三股町 地域政策室
〒889-1995 宮崎県北諸県郡三股町五本松1番地1
TEL0986-52-1111 FAX0986-52-4944
URL <http://www.town.mimata.miyazaki.jp/>

三股町物産館よかもんや 情報発信コーナー

んじや様だより 第5回



アメリカ先住民のスタミナ源



栄養価が高く、人気の高いアピオス。カルシウムはジャガイモと比較して30倍、鉄分は4倍、エネルギーは4倍となっています。食物繊維も豊富です。ほかのイモにはないビタミンEを含むなど、今注目の植物。塩ゆでや素揚げに、また、小さい粒のものは天ぷらなどでご賞味いただけます。

【アピオス】

200g・290円(価格は変動する場合があります) / ●生産者: セツ谷キエエさん



鶴と亀



「よかもんや」の菓子コーナーに、かわいい鶴と亀の形をしたお菓子が並んでいます。(お菓子司久月あんりお菓子「鶴亀もすこ」です。伝統的な和菓子落雁(らくわん)について、宮崎県では「もすこ」と呼ばれています。「鶴亀もすこ」は、甘さ控えめでリピーターの多いお菓子です。敬老会などの記念品としても大活躍しています。

【鶴亀もすこ】

1セット160円(鶴と亀各1個ずつ入っています) / ●(お菓子司)久月

ひな祭りの季節 じゃのうた



三股町物産館よかもんや

〒889-19001
宮崎県北諸県郡三股町大字樺山4421番地22 (JR三股駅隣)
☎0986(52)3131
営業時間/午前9時30分〜午後6時30分

<http://ameblo.jp/yokamonya/>

※表示価格は全て税込みです

町の栄養士から～

いきいき げんき！ ～大人も一緒に食育～

★楽しく・賢く・きちんと食べる★

旬の食材は おいしい！栄養価が高い！安い！といいこと尽くしです。旬の食材を使った健康バランス食を紹介します。ご家庭での献立にご利用ください。

3月の旬食材 チンゲンサイ：中国から伝わった野菜で、白菜の仲間です。加熱してもよい歯触りが残ります。β-カロテンやカリウム、カルシウムを多く含みます。

材料は全て1人分です。

主食

【主食一つ(SV)】 168キロカロリー 塩分 0グラム

ごはん 100グラム

副菜 チンゲンサイの豆乳煮

【副菜一つ(SV)】 85キロカロリー 塩分 1.4グラム

チンゲンサイ 1株
白ネギ 20グラム
ショウガ(みじん切り) 少々
ベーコン 10グラム
水 50ミリリットル
豆乳 50ミリリットル
スープの素 1/2個
塩コショウ 少々

1. チンゲンサイは長さを半分にし、さらに縦に8等分、ネギは斜め薄切り、ベーコンは細切り。
2. 鍋を中火で熱し、ベーコンとショウガを炒め、香りが立ったら茎の部分を炒め、水、豆乳、スープの素を加え4～5分煮る。
3. 葉を加え、塩コショウで味を調える。

副菜 カリフラワーの2色ピクルス

【副菜一つ(SV)】 72キロカロリー 塩分 0.5グラム

カリフラワー 1/5株
酢 大さじ1×2
砂糖 小さじ2×2
塩 小さじ1/5×2

1. 鷹の爪入りとカレー粉入りの合わせ酢をそれぞれ作る。
2. カリフラワーを小房に切り、沸騰した湯で固めにゆで、水気を切り半量ずつそれぞれの合わせ酢に

鷹の爪 1/5本
カレー粉
小さじ1/3

入れ、30分以上漬け込む。

主菜 コロッケ

【主菜一つ(SV) 副菜二つ(SV)】 480キロカロリー
塩分 1.3グラム

ジャガイモ 150グラム
合いびき肉 25グラム
タマネギ 25グラム
塩コショウ 少々
小麦粉 小さじ2
溶き卵 1/4コ分
パン粉 15グラム
揚げ油 適量
とんかつソース 大さじ1
ホウレンソウ 50グラム
プチトマト 2個

1. 合いびき肉とみじん切りのタマネギを炒め合わせて塩コショウで味付けする。やわらかくゆでてつぶしたジャガイモとよく混ぜ合わせ、1人分2個の小判型に丸める。
2. 小麦粉、溶き卵、パン粉の順に付け、170度の油でキツネ色に揚げる。
3. ゆでたホウレンソウとプチトマト、ソースを添える。

もう一品 牛乳ゼリーオレンジソース

【牛乳一つ(SV) 果物一つ(SV)】

120キロカロリー 塩分 0.1グラム

牛乳 100ミリリットル
砂糖 5グラム
粉ゼラチン 2.5グラム
水 大さじ1

オレンジ(絞り汁) 30ミリリットル
蜂蜜 小さじ1/2
コーンスターチ 小さじ1/2

1. 粉ゼラチンは水でふやかしておく。
2. 温めた牛乳に砂糖を溶かし、ゼラチンを加え溶かす。型に入れて冷やし固める。
3. オレンジソースの材料を小鍋に入れ、よく混ぜながら弱火にかけ、とろりとさせる。
4. 固まったゼリーをサイコロ状に切り、ソースを掛ける。