♥形のまちのハートフルな広報紙

広報 PublicRelations MIMATA town

みまた

平成27年3月1日発行

2015 Vol.535

先輩の伝統を引き継ぐ若い力は
新しいまちの未来を
創っていく宝

特集

三股長距離陸上界の未来に思いをはせて

～世界に通用するランナーを育てるために～……2

燃えるごみの収集日は毎週月・火・金曜、燃えないごみの収集日は毎月第４木曜となりました…6　まちの話題…10

3

花と緑と水のまち 宮崎県 三股町

MIMATA PublicRelations 3 Vol.535

広報みまた ◀ 平成27年3月1日号

■発行・編集：三股町 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

PRINTED WITH SOY INK

学校へ行けなくなった黒部さくらの家に、
今日も吉田よし子先生は家庭訪問にやってきた。
けれど実は、
吉田先生も学校へ行けなくなっていたのである…

劇団こふく劇場プロデュース公演＃21

学校へ行こう

そんな先生と生徒の交流を
コメディタッチで描いたこの作品は、
現役の高校教諭でもあるみそがみとしひこ先生が
2003年に書き下ろし、高校の演劇部で上演されたものですが、
今回はこの作品に、劇団こふく劇場の二人の女優が挑みます。

作／みそがみとしひこ　演出／永山智行

■日時／**3月6日[金]** 午後7時00分開演（開場は開演の30分前）
■料金／一般…**1,500円**（当日1,800円）・高校生以下…**500円**（当日同料金）・ペア…**2,000円**（前売のみ）
※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）
※未就学児入場不可　※託児サービスあり（無料・申込先＝三股町立文化会館）
■出演／あべゆう、大浦愛
■主催／劇団こふく劇場、三股町・三股町教育委員会

演劇ワークショップ みまた座11期生・本公演

みなた 見つけた

Hinata Mikketa

11年めに入りました、小・中・高生による演劇ワークショップ「みまた座」。毎年3月に本公演を上演しています。今年も三股町立文化会館戯曲講座受講生から町民一人が書き下ろし。昨年に続き過去最多となった11期生25人と、指導する劇団こふく劇場の役者たちが躍動します。
ここ三股町立文化会館で、元気いっぱい活動し育ちゆく若者たちと、皆さまもここ三股町立文化会館で、「いま」を共に過ごしてください。毎年好評を博す「みまた座本公演」どうぞお見逃しなく！お楽しみに！

作／砂川香菜恵（平成25年度三股町立文化会館戯曲講座受講生）
構成／大迫紗佑里（劇団こふく劇場）
演出／永山智行（みまた座演劇監督・劇団こふく劇場）
原画／米澤怜美（演劇ワークショップみまた座８期生）

■日時／**3月29日[日]**
午前11時00分開演・午後3時00分開演
（開場はそれぞれ開演の30分前）
■料金／小学生以上…**300円**（当日同料金）・未就学児…**無料**
※上演回指定　※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11期生（25人）、劇団こふく劇場

みまた演劇フェスティバル 2015 Machi Dra!

まちなかでドラマに出会える3日間

5月22日[金]・23日[土]・24日[日]

「リーディング」とは朗読劇のこと。役者は台本を手に持ってセリフを読み、簡単な動きだけで演じる劇のことです。

セリフを覚えなくていいので、気軽に参加できます。
経験の有無は問いません！
稽古期間は約1カ月半。
新しい出会いの中で、
楽しくお芝居をしてみませんか？

まちドラ！

町民出演者大募集中！

■**定員**／約20人（参加無料）
■**対象**／町内在住で高校生以上の方ならどなたでも！
ただし「上演日の２日間とも必ず参加できる方」とします。
■**上演日時（予定）**／5月23日[土]・24日[日]
■**稽古**／4月上旬から開始し、夜や土・日を中心に週に1～2回程度、公演前10日間前後から毎日の稽古となる見込みです。
■**応募方法**／申込書を「文化会館 事務室」「役場 総合受付」「文化会館ホームページ[ダウンロード]」で入手してください。申込書に必要事項をご記入の上、文化会館へお持ちください。
■**応募締切**／3月31日[火]

三股町立文化会館自主文化事業

●お問い合わせ・電話予約・WEB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」は販売しないことがあります。

【特別座談会】

蓬原正嗣さん × 前田利保さん × 溝口良信さん

三股長距離陸上界の未来に思いをはせて

～世界に通用するランナーを育てるために～

（左）前田利保さん　（中央）蓬原正嗣さん　（右）溝口良信さん

1月12日、宮崎市で開かれた「第５回宮崎県市町村対抗駅伝競走大会」の「町村の部」で、５連覇を目指していた本町チーム。しかし、結果は三股町Ａチームが第３位、同Ｂチームが第６位に終わった―。

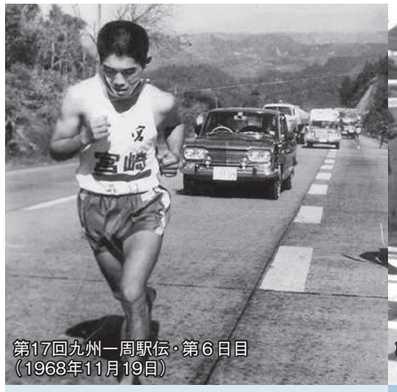
王座陥落となった本町チーム。それでも日々は続いていく。いつまでも下を向いてはいられない。

覇権奪回の鍵は何か。新たな道のりへの出発に当たり何が必要なのか。

かつて、あまたの猛者たちと互角以上に渡り合ってきた、三股長距離陸上界の「生ける伝説（レジェンド）」たちが熱く語り合った。

ことしの県市町村対抗駅伝「町村の部」で
三股町Ａチームは３位入賞を果たすも５連覇を逃す

第17回九州一周駅伝・第８日目（1968年11月21日）に、
宮崎県代表として走った３人が獲得した区間賞メダル


第17回九州一周駅伝・第６日目
（1968年11月19日）

第15回九州一周駅伝・第６日目
（1966年11月16日）【写真右が前田さん】

第18回朝日国際マラソン（1964年12月6日）
【右が蓬原さん、左が廣島日出国さん】

溝口 良信 さん（65）

1949年生まれ。梶山地区出身・在住。三股町職員として勤務するかたわら、九州一周駅伝に３回出場し、うち区間賞を４個獲得。また南九州駅伝では、選手として33回連続出場し、うち区間賞を４個獲得している。現在、三股陸上クラブ会長として「三股町南九州中学校駅伝競走大会」などを主催しながら後進の育成に励んでいる。また県市町村対抗駅伝の本町チーム強化副委員長も務める。好きな言葉は「原点」「基本」。

前田 利保 さん（74）

1940年生まれ。勝岡地区出身、今市地区在住。陸上自衛隊に所属しながら、九州一周駅伝に７回出場し、うち区間賞を11個獲得。またマスターズ陸上競技選手権３種目で日本記録（うち１種目はアジア記録）を持つ。ナンチク陸上部監督を務めた後、現在は県市町村対抗駅伝の本町チーム監督および三股陸上クラブ会員として、後進の育成に励んでいる。好きな言葉は「挑戦（今、自分にできること）」。

蓬原 正嗣 さん（76）

1938年生まれ。梶山地区出身・在住。旭化成陸上部選手として活躍。1967年の第２回国際マラソン（福岡市）では、２時間14分40秒０の自己最高記録で４位入賞を果たす（当該年の世界６位の記録）。68年メキシコシティ五輪強化指定選手となるも選考に漏れ涙をのんだ。また九州一周駅伝に９回出場し、うち区間賞を11個獲得。現在、町体育協会長として、本町体育文化の振興に尽力。好きな言葉は「努力と価値」。

―本日はお忙しい中にもかかわらず、お集まりいただきありがとうございます。今回、皆さんの経歴（上記参照）をまとめてみたんですが、すごいですね。

溝口　私は九州一周駅伝に３回出場しただけやけど、蓬原さんは旭化成の選手として、また前田さんは自衛隊体育学校で円谷幸吉さん（64年東京五輪銅メダリスト）の練習相手をしながら、それぞれオリンピック出場を目指しておられましたからね。

蓬原　溝口君は三股町役場に勤務しながら九州一周駅伝に出ています。実業団選手の出場がほとんどだった九州一周駅伝に、一般から常勝軍団・宮崎県の代表として選ばれただけでもすごいことよ。

溝口　九州一周駅伝では、われわれ３人とも出場していますが、特に前田さんがすごかった。私と蓬原さんは区間賞を獲得したことはあるけど前田さんは区間新を記録しています。（区間新は）なかなか狙っても出せないですからね。

蓬原　九州一周駅伝は１大会につき、１人４回まで走れるんですが、前田さんはほとんど第１区だったな。スタートの鬼で、宮崎県のライバル・福岡県の選手にも一目置かれていたのよ。

小学５、６年生を指導する前田利保さん

前田　そうでしたね。ただ、この写真（3ページ上段掲載）は、宮崎県庁入りする時で最終区でしたけどね。

溝口　第17回大会（１９６８年）の第８日目は、われわれ３人が出場して全員が区間賞を獲※得しています。当時は、必死に走るだけだったけど、今、振り返ると、すごいことをしていたんだなぁと思うね。

―どうして、三股町は昔から長距離陸上の分野で強い選手が出てくるのでしょうか？

蓬原　昔は、町民体育大会と町青年駅伝大会というのがあって、地区を挙げて取り組んでいたな。

前田　そうですね。長距離は昔から町内全域で盛んでしたね。

溝口　蓬原さんより上の世代で、走るのが速かった方々もおられるけど、やっぱり一番（の要因）は蓬原さん。旭化成に入って、実業団のユニフォームで、地元を走られるのを見た子どもは当然憧れま

※2ページ下段の写真参照

蓬原正嗣さん

す。そして「自分も頑張ろう」と思ったのが一番だと思います。その後の前田さんもすごかった。さらに昭和45（1970）年ごろから、三股中に長距離専門の先生が代々赴任してくるようになって、指導をされたことも大きい。

―ところで、皆さんはお互いをいつごろから知っているんですか?

溝口　私と蓬原さんはいとこのため、小さい時から知っています。前田さんとは、私が都城工業高校の時からです。当時から、前田さんは陸上自衛隊のランナーとして活躍していました。

前田　私と蓬原さんは、私が都島高校に入学した時からです。もちろん、蓬原さんが高校の先輩になります。

―なるほど。それが、現在は力を合わせて町の長距離陸上界発展に尽力されているというのは、すごい縁ですね。さて皆さんが考えるトップアスリートの条件を教えていただけないでしょうか?

蓬原　一緒に練習した旭化成の廣島日出国さん、他チームでは寺沢徹さん、君原健二さん（68年メキシコシティ五輪銀メダリスト）を見ていて思ったのは、「勝ちたい」という気持ちが全身から出ていたこと。日々の精進の仕方から違ったね。円谷幸吉君も練習を見ていて、どこからそんな力が湧いてくるのかと思うぐらいすごかったね。

前田　私は、自衛隊体育学校で円谷選手と同じ部屋で寝泊まりしていました。彼は全体練習が終わった後も一人で縄跳びをしているんですね。後に私も見習ってするようになりました。これは、足にばねが付きます。とにかく、「プラスアルファの練習を考える人」がトップアスリートの条件ですね。

溝口　私は「ユニークに自分をコントロールできる人」。自分の体をよく知って、体調が悪いときでも前向きに考えながら、試合当日に心身の状態を頂点に持っていくことができる人かな、と考えます。

―それぞれ奥深いですね。では、次に今後、長距離陸上選手を志す若者にひと言ずつお願いします。

溝口　志を高く。

蓬原　僕も一緒よ。志を高くしてほしい。

前田利保さん

前田　長距離は年を取ってからもできる生涯スポーツです。もっと多くの人に若い時から高い目標を持って取り組んでほしいですね。

―ありがとうございます。ところで、ことしの県市町村対抗駅伝で、三股町チームは「町村の部」5連覇を逃してしまいました。今回の敗因は何だったのでしょうか?

前田　そうですね。新聞などでも報道された通り、年末から年始にかけて選手5人がインフルエンザにかかって満足な練習ができなかったのが大きかったですね。体調管理には気を配っていたのですが…。

―県市町村対抗駅伝に向けて、本町ではどのような取り組みを行っているのでしょうか?

宮崎県市町村対抗駅伝競走大会の本町チーム成績

大会／期日	三股町Aチーム	三股町Bチーム	区間・距離
第1回【2011.1.9】	2時間20分33秒（町村の部 第1位）（総合 第5位）	2時間27分23秒（町村の部 第6位）（総合 第16位）	10区間 42.3㌔
第2回【2012.1.9】	2時間7分13秒（町村の部 第1位）（総合 第4位）	2時間13分57秒（町村の部 第6位）（総合 第18位）	12区間 39.6㌔
第3回【2013.1.14】	2時間4分47秒（町村の部 第1位）（総合 第4位）	2時間12分7秒（町村の部 第4位）（総合 第13位）	12区間 39.2㌔
第4回【2014.1.13】	2時間5分20秒（町村の部 第1位）（総合 第4位）	2時間14分30秒（町村の部 第7位）（総合 第21位）	12区間 39.2㌔
第5回【2015.1.12】	2時間10分53秒（町村の部 第3位）（総合 第13位）	2時間12分4秒（町村の部 第6位）（総合第 第16位）	12区間 39.2㌔

本町チームの選手・スタッフの皆さん
（第5回宮崎県市町村対抗駅伝競走大会）

蓬原　他市町村では陸上競技協会に一任するところが多いようですが、三股では、町体育協会や三股陸上クラブを中心に、行政・教育行政などと一緒に強化委員会をつくり、皆で盛り上げていますよ。

前田　約12年前になりますが、三股から世界に羽ばたく人材を育成しようと「三股ジュニア陸上クラブ」を設立しました。ここでは小学生の練習指導などを行い、中学以上での陸上活動にすんなりと入っていけるようにしています。

溝口　三股陸上クラブには、各年代の指導者代表が所属しています。毎月10日に皆で集まり、全国各地に点在する三股出身選手の現況確認や選手発掘などの情報交換を焼酎を飲みながら行っています。

―練習では、前田監督が中心になって指導されたんですよね?

前田　中学生以上はそれぞれ所属先で練習していますから、私が直接指導したのは、小学5、6年生です。4月ごろから候補選手を集めて、一緒に走りながら指導しています。

―今後、三股が、県市町村対抗駅伝「町村の部」王者に返り咲くためには何が必要なのでしょうか?

前田　各年代での強化は当然大切ですが、特に小学生の強化が求められています。小学生男女で計4区間あるんですけれど、ことしは全て高原町に負けています。せめて、うち2区間ぐらいは区間賞を獲得できるようにしないといけないですね。

溝口　中学生、高校生は各所属部で練習するとして、一般の部の全体練習でも、大学駅伝を経験した20代のメンバーに練習計画をつくらせ、皆を引っ張ってもらおうと思います。われわれスタッフも当然援助します。あとは、町民の皆さんの、この駅伝に対する意識がもっと高まるようにしたいですね。

蓬原　県市町村対抗駅伝の優勝を登竜門とする、われわれの最終目標は、「地元からオリンピック選手を出すこと」です。私や前田さんが、あと一歩のところで届かなかった場所に、次の世代にぜひ到達してほしい。三股町南九州中学校駅伝競走大会を毎年開くのも地域全体の底上げを目指しているからです。さて…、脱線したので話を元に戻すと、僕の目から見たら、三股のチーム力はもっと高いわけよ。ところが今回のようにアクシデントが起きるから…。次回以降は、そういうことがないように自己管理を徹底しないとね。

溝口　焼酎を毎日5合飲むのを「1合にしなさい」とかな（笑）。

―ありがとうございました。

溝口良信さん

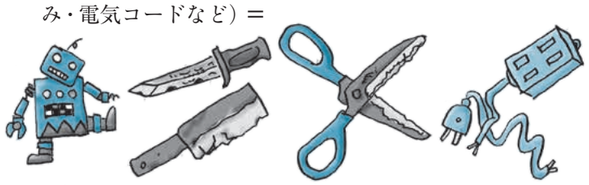
燃えるごみの収集日は毎週月・火・金曜、燃えないごみ（金属類やガラス・陶器など）の収集日は毎月第４木曜となりました

３月から、燃えるごみの収集日が毎週月・火・金曜（以前は毎週火・金曜）に、燃えないごみの収集日が毎月第４木曜（以前は毎週月曜）に変わりました。

燃えないごみは、週１回（２月まで）から月１回となりますので、ごみカレンダーで確認し、出し忘れにご注意ください。なおプラスチックやビニール類は、燃えるごみになりましたので、町一般廃棄物最終処分場への持ち込みができなくなりました。そのため燃えるごみの収集日に出してください、粗大ごみや量が多いなど直接捨てる場合は、都城市クリーンセンター（都城市山田町かかしの里パークゴルフ場の先）へ持ち込んでください。

燃えないごみの種類、ごみ出しの注意点

■金属製品類（金属の使われているおもちゃ・包丁・はさみ・電気コードなど）＝



※電気コードは１㍍未満に切ってください。

■小型電化製品類（ドライヤー・リモコン・電卓など）＝

※指定ごみ袋に入らない大きさのものは粗大ごみとなりますので、都城市リサイクルプラザもしくは町一般廃棄物最終処分場に持ち込んでください。

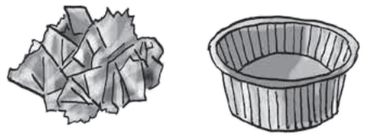
※なおテレビ・冷蔵庫（冷凍庫）・エアコン・洗濯機（衣類乾燥機）・パソコンは町では回収しません。販売店や取引業者にご相談ください。

■陶器類（瀬戸物・土鍋・素焼きの植木鉢など）＝

■ガラス類（鏡・花瓶・ガラスコップなど）＝

※割れたガラスや包丁などの鋭利な物をごみステーションに出すときには、新聞紙などで包み「キケン」と赤で明記してください。なお量が多い場合は、町一般廃棄物最終処分場へ直接持ち込んでください。

■その他（アルミ箔など）＝

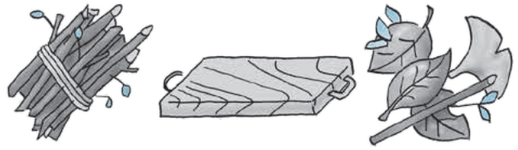


燃えるごみの種類とごみ出しする場合の注意点

■生ごみ類（残飯・骨・貝殻など）＝

※よく水切りをしてください。

■木くず類（剪定枝・草・竹・板切れ・木切れ・花・落ち葉など）＝



※量が多い場合は、都城市クリーンセンターへの持ち込みをお願いします。

■衣類など（衣類・シーツ・タオル・紙おむつなど）＝

※紙おむつなどの汚物は取り除いてください。

■革製品類（革靴・かばん・グローブなど）＝

※金属類はできるだけ取り外してください。

■ビニール・プラスチック類（お菓子の袋・シャンプーやマヨネーズなどの容器・卵パック・ラップ類・ＣＤ・ビデオテープ・ゴムホース・スニーカーなど）＝

※シャンプーやマヨネーズなどの容器は中身を使い切ってから出してください。ゴムホースは１㍍未満に切ってください。

■その他（たばこの吸い殻・中がアルミの紙パック・食用油など）

※たばこの吸い殻は完全に火を消してください。食用油は紙や布などに染み込ませて出してください。

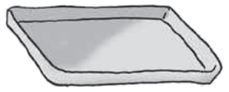
資源ごみ（ごみステーションで収集する物）

資源ごみはそれぞれの品目ごとに分別して出してください。

■ペットボトル＝

※キャップとラベルは燃えるごみで出してください。中を水ですすいで異物を入れないでください。

■白色トレイ＝



※洗って出してください。色付きのものは燃えるごみになります。

■缶類（ジュースやビールの缶・缶詰の空き缶・お菓子の缶）＝

※中を水ですすいで異物を入れないでください。

■瓶類（一升瓶・ビール瓶・ガラス製の空き瓶など）＝

※ふたは取り外してください（プラスチック製のふたは燃えるごみ、金属製のふたは燃えないごみで出してください）。中を水ですすいで異物を入れないでください。

自治公民館のリサイクル集積所

本町では、町内に35カ所のリサイクル集積所があり、自治公民館のリサイクル活動の拠点となっています。ペットボトル・白色トレイ・缶類・瓶類のほか、紙類のリサイクル回収をしています。自治公民館活動にご協力をお願いします。

■紙類（新聞紙・チラシ・雑誌類・ダンボール・中がアルミでない紙パック）＝

※紙類はそれぞれの品目ごとに紐などで十字に縛るなどして、ばらばらにならないようにしてください。

ごみ袋の表記と形状が変わります

従来のごみ袋には、以前の収集日が書いてありますが、新しい収集日に従い、決められた日にごみは出してください。なお変更後も従来のごみ袋はご利用いただけます。

■ 問い合わせ＝ごみの分別・収集に関すること　町環境水道課 環境保全係 ☎52−1111（内線264・265）

文化会館 Culture

新春の初笑い『東京名人会』

1月22日、宝くじ文化公演『東京名人会』が行われました。

出演は、春風亭昇太（落語）、東京ボーイズ（歌謡漫談）、ナポレオンズ（マジック）、林家木久蔵（落語）、三増れ紋（江戸曲ごま）、春風亭昇羊（落語）。

その名の通り、東京から6組の芸人が顔をそろえる豪華でバラエティ豊かな公演。観客は華麗な曲芸や熟練の漫談にマジック、勢いある噺など新春の初笑いを楽しみました。トリを飾ったのはテレビでもおなじみ春風亭昇太さん。客席から大きな拍手で高座に迎えられ、会場の期待と興奮は最高潮に。新作落語で高評を得ますが、この日かけた演目は古典「時そば」。上手下手に大きな身ぶり、かと思えばそばをすする繊細なしぐさと音で観る者を魅了。客席からは感嘆の声が絶えませんでした。

繰り出される名人芸の数々。下町寄席の雰囲気そのままの夜となりました。

11年目のみまた座・本公演

3月29日、演劇ワークショップ「みまた座」11期生・本公演『ひなた見っけた』を上演します。

小中高生を対象に6月から3月まで活動する体験型の演劇講座「みまた座」。延べ187人が舞台やコミュニケーションの楽しさ・豊かさを学んできました。ことしも昨年に続き過去最多となる25人が在籍し、元気に活動中です。

毎期の集大成となる本公演ですが、台本は前年の町立文化会館戯曲講座受講生の中から町民一人が手掛けていて、今年は砂川香菜恵さんが執筆しました。

みまた座25人に加え指導する劇団こふく劇場の俳優5人の総勢30人が躍動する舞台。〝ここ〟で育ちゆく若者たちと、皆さまも〝いま〟を共にお過ごしください。子どもの公演と侮るなかれ。見応えある舞台に300人を超すお客さまで毎年好評を博す『みまた座本公演』。どうぞお見逃しなく！

真打（しんうち）、春風亭昇太

演劇ワークショップ「みまた座」11期生

◎問い合わせ
三股町立文化会館
〒889-1901 三股町大字樺山3404-2
TEL.51-3462 FAX.51-3561

図書館 Library

●三股町立図書館 Q&A

Q 図書館には何冊の本がありますか？

A 大人の本が約7万8千冊、子供向けの本が約3万5千冊あります。その他、雑誌が60種、視聴覚資料も約5千500点あります。

Q どんな本が人気がありますか？

A 一般書は文学、特に小説が人気です。出版される数も多いようです。特に村上春樹や東野圭吾の作品は、予約数も多く、多くの人に読まれています。児童書は『かいけつゾロリ』のシリーズが人気です。

Q 図書館には1日に何人ぐらいの人が来ますか？

A 一日平均約700人が来ます。土日や夏休みは千人を越える日もあります。ただし、本年度はインフルエンザの影響もあって例年より少ないようです。

Q 毎月のおはなし会は、何歳ぐらいの子どもが対象ですか？

A 年長児から小学校低学年を対象にしていますが、もっと小さい子どもや大人も楽しむことができます。絵本には多くの人を引き付ける魅力がありますよ。

Q 「館内整理日」には何をしているの？

A 前の月の新聞を整理したり、書架にある、古い本を閉架書庫に入れたりします。展示コーナーの入れ替えも行います。さらにパソコンやAVブースの保守・点検や、おはなし会の練習もします。健康管理センターのすくすく教室もこの日に予定されているので、ブックスタートの説明に出掛けたりもします。

■休館案内（17ページくらしのカレンダー）
月曜日（祝日のときはその翌日）・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）

図書館の様子

おはなし会の様子

◎問い合わせ
三股町立図書館
〒889-1901 三股町大字樺山3406-8
TEL.51-3200 FAX.51-3751

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」と良いこと尽くしです。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…ミツバ　※材料は全て1人分です。

緑黄色野菜の1つで、独特の香りがあり、日本国内に自生する和製ハーブです。春の「根ミツバ」は年中出回る「糸ミツバ」より栄養価が高く、香りや味も良くなります。

◎主食　ご飯

168キロカロリー　塩分0グラム

材　料　ご飯…100グラム

◎主菜　タラのトマトソース掛け

128キロカロリー　塩分1.1グラム

材　料　タラ切り身…1切れ、塩こしょう…少々、かたくり粉…小さじ1、油…小さじ2、パセリ…適宜、トマト…50グラム、タマネギ…20グラム、ケチャップ…大さじ1、水…大さじ1、塩…小さじ1/10

作り方　①タラは一口大に切り、塩こしょうをして、かたくり粉をまぶす。②トマトは粗みじん切り、タマネギはみじん切りにする。③フライパンに油を入れて熱し、タラをこんがりと焼く。④タラを取り出し、タマネギを炒め、透き通ってきたらトマトも加える。水、ケチャップも加え、沸騰して5分ほど煮る。塩こしょうで味付ける。⑤皿にタラを盛り付け、トマトソースを掛け、パセリを添える。

◎副菜　シラスとカボチャのゴマサラダ

128キロカロリー　塩分1.0グラム

材　料　ブロッコリー…30グラム、カボチャ…60グラム、シラス干し…大さじ1（5グラム）、油…小さじ1、**★調味料**（合わせ酢…小さじ1、しょうゆ…小さじ1/4、白ゴマ…小さじ1/2）

作り方　①ブロッコリーとカボチャは、一口大にしてそれぞれゆでて水気を切る。②フライパンに油を熱し、シラス干しを炒める。パチパチしたら、★（調味料）を入れ、火を止める。③全部を混ぜ合わせる。

◎もう一品　タンカン

70キロカロリー　塩分0グラム

材　料　タンカン…1/2個

◎副菜　ミツバの澄まし汁

59キロカロリー　塩分1.1グラム

材　料　ミツバ…10グラム、卵…1/2個、だし汁…150ミリリットル、塩…小さじ1/8、薄口しょうゆ…小さじ1/4、かたくり粉…大さじ1/4

作り方　①ミツバは3センチ長さに切る。卵は溶きほぐす。②だし汁を煮立たせ、塩・しょうゆを入れる。同量の水で溶いたかたくり粉を入れ、とろみが付いたら卵を回し入れる。③ひと煮立ちしたら火を止め、ミツバを入れる。

外国語指導助手のコーナー
日本の冬を乗り切る

トルーアン・L・ルイーズ

私は日本に来るまで10年ほどオーストラリア北部・ダーウィンという町に住んでいました。ダーウィンには二つの季節しかありません。5～9月の乾季と、10～4月の雨季と呼ばれるものです。乾季の気温はめったに20度以下にはならず、湿度も低く、晴れの日が続き、観光客には人気の季節です。しかし、雨季は湿度が非常に高く、トロピカル・サイクロン（日本でいう台風）と季節風に伴う雷雨が続きます。この熱帯サバンナ気候になじんでいる私は、日本の冬をどう過ごせばいいのか、風邪をひくのか、アパートにこもりっきりになるのではと心配しました。三股にも冬が来て、もう何回か風邪をひきましたが、寒い日も服3枚で頑張っています。12月からは、屋外での運動やランニングを始めました。運動が終わり、帰るころには体が温まり、爽快な気持ちになります。さて、2月初めに「さっぽろ雪まつり」を見に札幌に行きます。三股よりもっと寒い地域に行くことに不安と期待でいっぱいです。

町へ車椅子寄贈
日本生命労働組合宮崎支部

車椅子が寄贈されました

2月2日、日本生命保険相互会社の労働組合宮崎支部（大宅敦司支部委員長）は、本町に「折り畳み式車椅子」1台を寄贈しました。

同支部では、福祉事業に役立ててほしいと、毎年、近隣自治体などに車椅子の寄贈を行っています。

同社都城南営業部の宮田ちえ子さんから車椅子を受け取った木佐貫町長は、「ありがとうございます。歩行困難な方や、足腰に不安のある方のため、大切に使わせていただきます」とお礼の言葉を述べました。

今回寄贈された車椅子については、寄贈元である同支部の意向に沿って、町総合福祉センター「元気の杜」に常置し、活用される予定です。

豆まき誕生会を実施
くるみ保育園

豆まきで鬼を撃退

2月3日の節分に、くるみ保育園（松谷浩樹園長、123人）は、同園で「豆まき誕生会」を行いました。

毎月恒例の誕生会が行われている会場に、保育士扮する3匹の鬼が乱入すると、園児は大騒ぎ。園児の代表3人が「良い子になります」と約束した後、新聞紙で作った豆を皆で鬼に投げつけると、鬼は退散していきました。続いて、同園の年長児・年中児が、手作りの面や衣装をまとって鬼に変身し、各クラスを訪問。園内には「鬼は外、福は内」と元気な声が響きわたり、伝統行事を皆で思う存分楽しんでいました。

年長児が鬼に変身

2件の表彰受賞を報告
勝岡小学校区みまもりたい

2件の表彰受賞を報告しました

このたび、「勝岡小学校区みまもりたい」（森政弘隊長、30人）が、2件の表彰を受賞。212月、同団体の森隊長、福島雅彦副隊長や勝岡小の野中栄治校長が町役場を訪れ、町長・教育長に受賞報告を行いました。表彰の内訳は、「平成26年度交通安全功労者等宮崎県知事表彰」と「平成26年度地域による学校支援推進にかかる県教育長表彰」です。

同団体は、平成17年に発足。以来、地域内の児童生徒に対する「登下校時の声掛け」や「見守り活動」を続けています。さらに、同校区から始まった活動が、町内全小学校区へ広がるなど、町の防犯意識の高揚に役立っていることなどが評価されての今回2件の受賞となりました。

未来への決意新たに
三股中立志式

決意作文発表・馬場康成君（三股中2年）

三股中学校（八ケ代俊夫校長、796人）は、2月13日、町立文化会館で同校2年生268人を対象とした立志式を行いました。「将来への決意を新たにすること」を目的とします。第1部で、生徒代表8人が堂々と決意作文を発表。場内から盛大な拍手が送られました。続く第2部は、都城市立白雲中学校教頭・深江祐史氏による講演。三股中勤務時代の逸話を交えながら、「夢をかなえるためには、目標を書き出すこと、そして行動と勇気が大切」などと熱弁を振るいました。同氏の言葉に、生徒は熱心に耳を傾けていました。

深江祐史氏

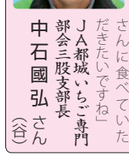
JA都城いちご専門部会三股支部
地採れイチゴはいかが

イチゴが贈呈されました

2月13日、JA都城いちご専門部会三股支部（中石國弘支部長）の支部員5人が、町役場を訪れ、最盛期を迎えたイチゴ（さがほのか）を町長に贈呈しました。

町内農家4戸で構成される同支部。安心・安全でおいしいイチゴを消費者に提供しようと、日々、細心の注意を払いながら作業を行っています。

試食した町長は、「ボリュームと歯応えがあり、大変甘くておいしいイチゴですね」と、満面の笑みを浮かべながら感想を述べました。


「ことしは天候も良く、糖度も十分で素晴らしいイチゴに育ちました。ぜひ皆さんに食べていただきたいですね」
JA都城いちご専門部会三股支部長
中石國弘さん（谷）

3部構成で2日間
華やかに「文化の祭典」

こばと保育園（7日、童謡まつり）

弥生会 中石セツ子師匠（7日、文化芸能まつり・舞踊【師匠】）

童謡まつりゲスト「Spirit」【スピリット】（7日、童謡まつり）

歌詠み会（7日、文化芸能まつり）

ウクレレ教室（8日、元気まつり）

生涯学習教室などによる作品展示（7～8日）

レポーター・菊田あや子氏（8日、元気まつり）

2月7～8日の2日間、こととしで15回目となる「三股町文化の祭典」（同実行委員会主催）が、町立文化会館で開催されました。

初日は第1部「童謡まつり」で開幕。13団体および独唱3人と、特別ゲストとして延岡市出身の女性デュオ「Spirit」（スピリット）が出演し、素晴らしい歌声を会場いっぱいに響かせました。

続いて開催されたのが第2部「文化芸能まつり」。三股短歌会の会員・小中学生による歌詠み会と、町内で活動する文化団体から6団体・師匠3人による華やかな舞台の披露が行われました。

翌8日は、第3部「元気まつり」。町教委主催教室などで生涯学習に励む36団体が、日頃の稽古・練習の成果を発表したほか、レポーター・菊田あや子氏が認知症予防などについて講演しました。

また期間中、同館エントランスホール・ホワイエにおいて、書道やちぎり絵など、町教委主催教室などの生涯学習作品展示が行われ、訪れた人々の目を楽しませていました。

体力つくり優良校表彰
梶山小学校

梶山小が「体力つくり優良校」の表彰を受けました

2月9日、梶山小学校（曽原良平校長、70人）が、「平成26年度体力つくり優良校」として県教委から表彰を受けました。それを受けて同校の曽原校長らが、2月16日、町長・教育長へ受賞報告を行いました。体力つくり優良校は、新体力テストの結果や、体力向上のための取り組みなどにより選ばれます。梶山小では、特に「梶山キッズ体操」や、正しい姿勢を保つことを目的とした立腰指導などに取り組んだことが評価されての受賞となりました。

梶山小学校
曽原良平校長
「今後は、苦手分野の運動能力向上を図るなど、現在の取り組みを継続しながら、さらに発展させていきたいですね」

県広報コンクールで2冠達成
広報みまた

広報紙・写真の両部門で特選に輝いた『広報みまた11月号』

このたび、「平成27年宮崎県広報コンクール」（宮崎県主催）の審査結果が発表され、本町が発行する『広報みまた』が、広報紙部門（町村部）および写真部門（一枚写真）で見事、特選に輝きました。広報紙部門（町村部）で特選に選ばれたのは、『広報みまた11月号』（平成26年11月1日発行）。一方、写真部門（一枚写真）では、同じく『11月号』の2ページ写真（梶山橋【めがね橋】を写した1枚）が受賞となりました。両受賞作品は、（公財）日本広報協会が主催する「全国広報コンクール」に宮崎県代表として推薦されます。取材にご協力いただいた皆さん、本当にありがとうございました。町では、今後も町民の皆さんに親しまれる広報紙作りを目指します。

平成27年度みやざき農業実践塾」の塾生を募集します

●経営実践コース

種類	長期：1年間、中期：半年間
内容	1年間または半年間、農業大学校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、技術を習得する。
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14人）。
日程	・長期（1年間）：7月～平成28年6月 ・中期（半年間）：7月～12月

■申し込み手続き＝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㌢×2.4㌢の写真を同封）。ただし、就農希望市町村が未定の人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11日（月）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）

●基礎体験コース

内容	インターネットなどを活用し、農業の基礎について在宅にて学習する。また学習したことを体験する場として、本校にて年4回の集合実習を行う（参加は任意）。
対象者	将来、就農を考えているが、まだ具体化していない人（約20人）。なお家庭菜園希望者は対象外。
日程	6月～平成28年5月

■申し込み手続き＝申込書に必要事項を記入の上、郵送・ファクスにてお申し込みください。
■申込書受付期間＝5月11日（月）まで
■研修費＝2千円／年
※入塾許可後に支払い方法などを連絡します。また実習に参加する際、実費を徴収する場合があります。
■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
FAX0983－21－1744

町税などの口座振替において、4月分から再振替を実施します

町では、町税などの口座振替において、これまで各期25日だけを口座振替日（25日が土・日・祝日の場合は、翌営業日）として振替を行ってきました。

このたび、利用者の利便性とサービス向上を目的に、残高不足などの理由で各期25日に口座振替できなかったものについて、4月分から2回目の振替（「再振替」）を行うことにしました。

再振替は、各期25日の翌月10日（10日が土・日・祝日の場合は、翌営業日）に実施します。

なお水道料については、既に再振替を実施しています。

皆さんのご理解とご協力をよろしくお願いします。

■4月分からの再振替対象＝町税（固定資産税、軽自動車税、町県民税【普通徴収】）、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料、奨学資金償還金、保育料、住宅使用料
■再振替を行う金融機関＝宮崎銀行、宮崎太陽銀行、都城農業協同組合、都城信用金庫、ゆうちょ銀行、九州労働金庫、鹿児島銀行
■問い合わせ（各担当課まで）
三股町役場
☎52－1111（代表）

奨学生募集・教育ローンのお知らせ

●奨学生を募集します
＜三股町奨学資金＞

町では、次の通り奨学生を募集します。希望する人は、期間内にお申し込みください。

■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な人
④高校生・高専生はその他の奨学機関から、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＝9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28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6日（月）～15日（水）
※3月上旬から町教委教育課（町中央公民館内）で配布する「募集要項」をご参照ください。
※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423）

＜（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27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＝28人（予定）
■貸与月額（無利子）＝月額3万円
■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および各総合支所地域振興課・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6日（月）～15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
（公財）都城育英会事務局
☎25－8545

●教育ローン
＜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1.30％（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（日本政策金融公庫）＞
■対象者＝高校、専修学校、短大、大学、各種学校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350万円以内
■利率＝年2.25％（母子家庭または世帯年収200万円〔世帯所得122万円〕以内の人は年1.85％）…平成26年11月10日現在
※利率は金融情勢によって変動します。借入金利（固定）は、記載され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
☎0570－008656（ナビダイヤル）
・ナビダイヤルが利用できない場合
☎03－5321-8656

今春、新しい市郡医師会病院などが移転開院します

三股町、都城市、都城市北諸県郡医師会の三者共同事業として整備を進めてきた新施設が、この春、移転開院します。

■新施設の主な概要＝
①都城夜間急病センター
・診療科：内科、外科、小児科
・診療時間：午後7時～翌朝7時
・☎36-8890（代表）
②都城健康サービスセンター
・各種健診（人間ドックなど）
・☎36 - 8700（代表）
③都城市郡医師会病院
・診療科：内科、循環器内科、外科、脳神経外科、小児科、放射線科、麻酔科、形成外科、救急科、整形外科（新設）、消化器内科（新設予定）、リハビリテーション科（新設予定）
・☎36-8300（代表）
■移転に伴う休診期間＝決まり次第、お知らせします。
■新施設の開院日＝決まり次第、お知らせします。
■問い合わせ
町健康管理センター
☎52－8481

平成27年度 町立小・中学校の入学式の期日をお知らせします

区　分	入学式期日	入学予定者の生年月日
小学校	4月10日（金）	平成20年4月2日～平成21年4月1日
中学校	4月9日（木）	平成14年4月2日～平成15年4月1日

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。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）

森林環境税」をご存じですか

宮崎県では、県民全員で森林づくりを進めることとし、その役割などを示した「水と緑の森林づくり条例」を平成18年に制定、この条例に基づき「森林環境税」を創設しました。同税は、個人の場合、県民税均等割の納税義務がある人に対し年額500円、法人の場合は均等割（年額）の5％を納めていただき、さまざまな森林づくりの取り組みに使われています。私たちにさまざまな恩恵を与えてくれる森林を、みんなで守り、健全な姿で次の世代へ引き継ぎましょう。
■問い合わせ
宮崎県　環境森林部　環境森林課
みやざきの森林づくり推進室
豊かな森林づくり担当
☎0985－26－7153

愛のご寄付

三股町社会福祉協議会では、忌明寄付・一般寄付を次の通り頂きました。

故人のご冥福をお祈り致しますとともに、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した。

三股町社会福祉協議会

平成27年1月1日から31日まで

●忌明寄付（敬称略）

寄付者	続柄	故人名	年齢	地区	金額
藏元 芳仁	父	文雄	95	中米	3万円
福田 洋子	夫	鶴群	69	山王原	2万円
出水 チリ	夫	虎男	77	谷	3万円
大盛 ユ子	夫	義雄	94	上米	3万円
可児由紀子	夫	宇三郎	65	稗田	3万円
飯田理恵子	母	小林キミエ	90	餅原	3万円
堀内 勝義	父	竹町清吉	100	中米	5万円
木下フクエ	夫	一人	73	東植木	3万円
富田知代乃	夫	康彦	78	榛田	2万円
青屋 節	母	マサエ	95	大八重	3万円

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・相談

■期日＝４月９日（木）
■受付＝午後１時～１時30分
■対象者＝
・健診＝平成26年3月、9月、平成27年1月生まれの乳児
・相談＝平成26年5月、7月、11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のみ）

※子どもの月齢に応じて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も実施します。
※新しい日程表は、４月以降に町役場１階案内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。

●３月１日（日）～７日（土）は子ども予防接種週間です

子どもは集団生活の場で感染症にかかりやすくなります。予防接種で免疫を付けてかからないように、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を済ませましょう。
※麻疹（ましん）・風疹（ふうしん）混合ワクチン（ＭＲ）の第２期の対象年齢は小学校入学前１年間（年長児）に受けることになっています。忘れずに受けるようにしましょう。
※予防接種期間を過ぎると有料になります。計画的に受けましょう。

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

●誕生会

■期日＝３月17日（火）
■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。

●友達つくろう！一緒にあそぼう！

子育てサークル「いもん子クラブ」と触れ合いましょう。
■期日＝３月19日（木）
■時間＝午前10時～ 11時

●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24日（火）
■時間＝午前10時～ 11時
■場所＝町総合福祉センター「元気の杜（もり）」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。仕事復帰や仕事を始める前に登録（無料）することをお薦めします。何か用事ができるかもしれない今後の心の支えになります。

■会員数（３月１日現在）＝

・おねがい（依頼）会員
　～子育てを手助けしてほしい人…… 209人
・まかせて（提供）会員
　～子育ての援助をしたい人……57人
・どっちも会員……24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
・学校終了後、まかせて会員宅へ帰宅

※「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。なお時間外は留守番電話で対応しています。お名前・電話番号をメッセージに残してください。こちらから電話をかけます。

福祉課からのお知らせ

●福祉課　児童福祉係　☎52−1111（内線166）

●児童厚生員（４月から勤務できる人）を募集します

町では、児童館・児童クラブで働く児童厚生員を募集しています。児童厚生員の仕事内容は、昼間、仕事などで保護者が家にいない小学校低学年の児童に、適切な遊びや交流の場を提供することです。希望する人は、町福祉課まで履歴書をご提出ください。

■勤務時間など＝

勤務日	勤務時間
月～金曜	午後２時～６時 （小学校に合わせて早出あり）
土曜・春・夏・冬休み	午前８時～午後６時 （早出・遅出あり、休憩1時間）

■休日＝週休２日（日曜日および交代で１日）、祝日、お盆（8月13 ～ 15日）、12月29日～翌年１月３日
■給与＝年間96万円～ 100万円程度（社会保険なし）
■応募条件＝

・子どもの指導ができる人
・保育士または教員の資格がある人が望ましい
・子どもと一緒に遊ぶ体力のある人（年齢は問いません）

●福祉課　社会福祉係　☎52−1111（内線164・165）

●４月２～８日は「発達障害啓発週間」、４月２日は「世界自閉症啓発デー」です

発達障害とは、脳の機能の問題により言語や運動能力、社会生活に適応する上で必要な能力の獲得に困難がある状態をいいます。その症状はおおむね18歳以前の低年齢の発達期に現れ、生涯にわたり影響を及ぼします。

発達障害は、先天的な障害です。発達障害が生まれつきの脳機能の障害であることを理解し、適切な関わり方をはじめとする環境づくりに努めていくなど、長い目で見守っていくことが大切です。

南九州大学子育て支援センターからのお知らせ

●南九州大学子育て支援センター　☎090-2506−3988

●南九州大学子育て支援センターの子育て広場「みなみん」～親子でほっとしてみませんか？

■期日＝３月13日（金）
■時間＝午前10時～正午
■場所＝南九州大学都城キャンパスひばり館１階（都城市立野町3764番地１）
■対象＝未就学の乳幼児とその保護者
■内容＝大学生と遊びましょう。出入り自由です。
■参加費＝無料、申し込み不要です。
■問い合わせ＝南九州大学子育て支援センター 黒川久美（ひさみ）

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

●３月１日（日）～８日（日）は女性の健康週間です

女性は性ホルモンの影響を受け、思春期、成人期、更年期といったライフステージごとに特有の症状や健康障害を起こしやすくなります。そのため、女性自身が健康についての知識や予防方法を知り、健康づくりに取り組むことが必要となっています。いつまでも健康で、楽しく充実した毎日を送るために、自分の生活や体について見直してみましょう。

●エクササイズクラブをご活用ください

健康管理センターでは、ホールの使用可能な日に運動器具の開放を行っています。19歳以上の町民なら誰でも登録の上、利用可能です。なお年度ごとに更新が必要です。昨年度から継続して利用している人も、再登録をしてください。利用可能日が書かれたカレンダーを月ごとに作成しています。健康づくりのために、ぜひご活用ください。

Advanced age 高齢者（介護保険）

福祉課・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

●認知症講演会を開催します

現在、65歳以上の４人に１人が認知症と、その“予備軍”といわれており、今後その数はますます増えていくと予想されます。　認知症について、本人はもちろん、周りの人が正しく理解することで、不安、負担や虐待などの問題を減らすことができます。認知症の人やその介護者を周りで支え、安心して暮らせるように「認知症」について一緒に学んでみませんか。ご近所お誘い合わせの上、奮ってご参加ください。

■期日＝３月25日（水）
■時間＝午後２時～
■場所＝第３地区分館
■講師＝大悟病院　心理士・栄養士

●福祉課　介護高齢者係　☎52−1111（内線162・163）

●高額介護（予防）サービス費の申請方法を案内します

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、一定額を超えたときは、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までご申請ください。

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 老齢福祉年金の受給者	個人 １万5,000円
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・住宅改修費の利用者負担分、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。

●「足もと元気教室リーダー」をご存じですか？

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13カ所で実施しています。健康チェック後に、足腰を弱らせないための体操を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、新規参加者募集や、教室を盛り上げるためのさまざまな努力をしています。リーダーは年１回の研修を受けることで、自分たちの技術や知識を高めています。足もと元気教室は、いつでも誰でも参加できます。運動が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16日（月）～31日（火）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	期日
第1地区	午前9時30分～11時	第１地区分館	3月20日（金）
第4地区	午前9時30分～11時	第４地区分館	3月18日（水）
第5地区	午後1時30分～　3時	轟木集落センター	3月27日（金）
蓼池	午前9時30分～11時	蓼池児童館	3月19日（木）
餅原	午後1時30分～　3時	餅原営農研修館	3月16日（月）
三原	午後1時30分～　3時	三原地区コミュニティセンター	3月18日（水）
中原	午前9時30分～11時	中原地区コミュニティセンター	3月25日（水）
第8地区	午前9時30分～11時	第８地区分館	3月27日（金）
第9地区	午後1時30分～　3時	第９地区分館	3月25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
※３月１～15日の日程は、『広報みまた』先月号をご参照ください。

●問い合わせ：三股町　TEL 52－1111㈹　FAX 52－4944

交通事故はもうたくさん……

贖（あがな）いの日々

（全2回）

命を預かるものとして①

T・H　29歳　アルバイト

私が事故を起こしたのは、平成18年10月のことです。当時、私は19歳でした。その日、私は友人3人と遊ぶ約束をしていました。友人3人とは、高校卒業以来、皆で会うのは久しぶりで、ずっと前から遊ぶ計画を立てており、とても楽しみにしていました。

朝から雨が降っていました。しかし、私はそんなことは全く気にせず、久しぶりに会う友人を目の前にして気分が高まり、浮かれていました。

シートベルトもせず、スピードもかなり出していました。友人から「スピードを出し過ぎだ。近くのコンビニで運転を代わろう」と注意を受けたのですが、私はそれを無視するかのように気にせず、「この先にもコンビニはあるから」と身勝手なまま運転を続けました。急ぐ必要も焦る必要もなかったはずなのに、車の速度は100キロ以上になっていました。

そこは、片側2車線の幹線道路でした。交差点には、対向車の大型トレーラーが右折のウインカーを出して待っていました。私は、このスピードなら大型トレーラーは曲がって来ないだろうと判断し、スピードを落とすことなく交差点に向かって直進しました。

次の瞬間、私は大きな声で「うそだっ」と叫び、ブレーキを強く踏みました。大型トレーラーは、私の甘い判断とは逆に右折を始めたのです。自分を守らなければという意識からか、とっさにハンドルを大きく右に切りましたが、ブレーキは利かず、私の車はトレーラーの後部に衝突し、大破しました。

一瞬の出来事でした。後部座席にいた友人2人は、シートベルトをしていなかったため、フロントガラスを突き破り、外に投げ出され、私は胸を強打し、足は全く動かない状態でした。助手席側の友人を確かめようと振り返った時、私はがくぜんとしました。

私は、必死に「頑張れ」と声を掛け続けました。何の反応もない友人に、ただ祈ることしかできませんでした。

その後、救急車が到着し、私たち4人は別々の病院に運ばれました。やがて、私は回復し、後部座席にいた友人2人は、全治2カ月の重傷ながらも一命は取り留めましたが、助手席にいた友人は亡くなりました。即死だったとのことです。私は、目の前が真っ暗になり、自分で引き起こしたこととながら、現実を受け入れることができませんでした。（以下次号）

※ 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いる人たちの懺悔（ざんげ）の記録です。

一瞬の過ちによって、家族、恋人、友人など親しき人々から隔絶され、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。

〔財東京交通安全協会提供〕

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

税

● 問い合わせ：税務財政課　☎52-1111㈹　FAX 52-4944

「固定資産課税台帳」「土地・家屋価格縦覧帳簿」を無料で縦覧・閲覧できます

● 資産税係（内線142・143）

平成27年度の「固定資産課税台帳」と「土地・家屋価格評価縦覧帳簿」について、次の通り、無料で縦覧・閲覧できます。

●縦覧・閲覧日時

- 期日＝4月1日（水）～30日（木）
  ※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（町役場1階5番窓口）

●縦覧・閲覧ができる人

- 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）、本人確認ができるもの（運転免許書など）が必要です。

●縦覧・閲覧に係る手数料

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、上記以外の各種証明書が必要な場合、発行手数料が必要となります。ご注意ください。

・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　・たばこは町内で買いましょう

◎ 今月の表紙

『剣道で絆づくり』

三股勤労者体育センターにて

今月の表紙写真は、三股町剣道連絡協議会（轟木利孝会長）の皆さんです。同協議会では、毎月1回、小中高生および一般での合同稽古を行っています。また春の早馬まつりでの奉納試合、秋の三股町剣道錬成大会、冬の寒稽古・越年稽古も皆で取り組んでいます。轟木会長は、「いろいろな世代の人たちと交流することで絆づくりにつながっています」と話していました。

みまた くらしのカレンダー

3月1日（日）～4月13日（月）

※休日急患診療機関の診療時間は午前9時～午後6時です。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（夜間は3月中は都城救急医療センター☎39-1100、4月からは都城夜間急病センター☎36-8890）。なお歯科については☎25-4100にお問い合わせください。

◎3月の予定

1	日	◎仮屋医院（内・小）	☎36-0521（上水流町）
		◎共立医院（内）	☎22-0213（蔵原町）
		◎瀬ノ口内科放射線科医院（内）	☎25-7780（都原町）
		◎柳田病院（脳・外）	☎22-4862（東　町）
		◎いき形成外科ひふ科クリニック（形・皮）	☎45-0020（年見町）
		◎中山産婦人科医院（産・婦）	☎23-8815（前田町）
2	月	・可燃物	・図書館休館日
3	火	・可燃物	
4	水		
5	木		
6	金	・可燃物	
7	土		
8	日	◎冨田医院（内・小）	☎23-4586（栄　町）
		◎藤元総合病院（内）	☎25-1313（早鈴町）
		◎あきづき医院（内・心内）	☎36-0534（上水流町）
		◎仮屋外科胃腸科医院（外・胃・内・肛門）	☎25-7712（志比田町）
		◎どいクリニック（外・胃・内）	☎22-1825（上東町）
		◎北原医院（産・婦）	☎22-4133（北原町）
9	月	・可燃物	・図書館休館日
10	火	・可燃物	
11	水		
12	木	・白色トレイ・ペットボトル	
13	金	・可燃物	
14	土		
15	日	◎城南病院（小・内）	☎23-2844（大王町）
		◎おおくぼクリニック（内）	☎26-1500（千　町）
		◎豊栄クリニック（内）	☎39-2525（下長飯町）
		◎もりやま脳神経外科（脳外）	☎21-6888（久保原町）
		◎寺本整形外科医院（整）	☎22-1171（北原町）
		◎西元眼科医院（眼）	☎25-8888（中原町）
16	月	・可燃物	・図書館休館日
17	火	・可燃物	
18	水		・図書館休館日
19	木	・缶・瓶	
20	金	・可燃物	
21	土	◎有馬医院（内・小）	☎23-2610（上長飯町）
		◎森山内科・脳神経外科（内）	☎21-5000（南鷹尾町）
		◎山下医院（胃・外）	☎52-1348（三股町）
		◎都城フォレスト・クリニック脳神経外科（脳外）	☎80-4313（下川東）
		◎よしかわクリニック（麻・整・内）	☎23-9384（前田町）
		◎たき心療内科クリニック（心内・精・神内）	☎46-9191（若葉町）
			・図書館休館日
22	日	◎畠中小児科医院（小）	☎52-6000（三股町）
		◎伊達クリニック（内・循）	☎36-7088（牟田町）
		◎とくとめクリニック（内・循・消）	☎26-1820（上長飯町）
		◎川畑医院（外・胃）	☎46-3225（年見町）
		◎小牧病院（整）	☎24-1212（立野町）
		◎いわよし耳鼻咽喉科クリニック（耳鼻）	☎36-5555（千　町）
23	月	・可燃物	・図書館休館日
24	火	・可燃物	
25	水		
26	木	・不燃物	
27	金	・可燃物	
28	土		
29	日	◎久保原田中医院（内・小）	☎22-7700（久保原町）
		◎田口循環器科・内科クリニック（内）	☎24-0600（下川東）
		◎みしま内科クリニック（内・循）	☎51-8100（三股町）
		◎マドコロ外科医院（外・胃）	☎22-0138（小松原町）
		◎池之上整形外科（整・リハ・リュ）	☎23-2311（上川東）
		◎武田産婦人科医院（産・婦）	☎22-0336（蔵原町）
30	月	・可燃物	・図書館休館日
31	火	・可燃物	

◎4月の予定

1	水		・図書館休館日
2	木		
3	金	・可燃物	
4	土		
5	日	◎たけしたこども医院（小）	☎51-0005（三股町）
		◎坂元医院（内・胃）	☎22-0360（牟田町）
		◎しげひらクリニック（内）	☎27-5555（神之山町）
		◎山路医院（外・内）	☎64-3133（山田町）
		◎もちお姥原医院（整形・形成）	☎21-5355（蓑原町）
		◎やの耳鼻咽喉科（耳鼻）	☎27-5222（吉尾町）
6	月	・可燃物	・図書館休館日
7	火	・可燃物	
8	水		
9	木	・白色トレイ・ペットボトル	
10	金	・可燃物	
11	土		
12	日	◎早水公園クリニック（内・小・外・消・アレ）	☎36-6117（早水町）
		◎野辺医院（内・胃）	☎22-0153（上　町）
		◎大橋クリニック（内・消・リハ）	☎37-0539（庄内町）
		◎三州病院（外・胃）	☎22-0230（花繰町）
		◎江夏整形外科クリニック（整・リュ・リハ）	☎51-1122（三股町）
		◎ふたみ眼科（眼）	☎38-5532（都北町）
13	月	・可燃物	・図書館休館日

ご長寿万歳

桑畑ミキさん（86歳）【今市】

孫との触れ合いが元気の秘けつです。また朝のラジオ体操を日課とするほか、読書をたしなみます。さらに地区のいきいき健康体操教室にも通っています。

橋口操さん（84歳）【今市】

日本習字の先生として、小学生から大人まで幅広い年代の方を指導しています。教室の子どもたちと会話することで、元気をもらっていますよ。

ご長寿万歳

◎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

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す。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（内線２２３）

■茶じょけ

今月特集『三股長距離陸上界の未来に思いをはせて』はいかがだったでしょうか。かつての日本長距離陸上界を牽引した名選手たちと、同じ舞台で競い合った皆さん。一つ一つの言葉に重みがあると実感しました。68年メキシコシティ五輪の強化指定選手ながら選考に漏れ涙をのんだ蓬原正嗣さん、悲劇のランナー・円谷幸吉さんの練習パートナーだった前田利保さん、公務員ランナーの先駆け・溝口良信さんら。また機会があれば、さらに掘り下げて紹介できたらと思います。特集で紹介できなかった逸話を一つ。昔、蓬原さんが、ある有力選手の強さの秘密を探ろうと、彼の合宿所での振る舞いを全て観察していたそうです。すると、風呂では、あまり体も洗わずに、さっと出て部屋でビールを飲んでいる。翌朝、起きると布団の中で、またまたビールを飲んでいる。でも練習では決して手を抜かず、人の何倍も努力するとのこと。「飲んでばっかりで、記事としては書きづらいですね」と取材現場で大笑いしました（あっ、書いちゃった）。〈W〉

三股文芸　193　［短歌］

◆三股短歌会

老いた身の辛さに気づかぬ若き日よ母偲びては悔いて居るなり

児島順子

年を取ることが、こんなにつらいことかと身をもって知る年となりました。若い時は思いも及ばず、「若気の至り」と後悔しきりです。

一人聞く冬の雨音寂しくて歳重ねたりされど生き抜かむ

津曲香代子

幾年も一人暮らしには慣れているとはいえ、静まり返っている中の夜の雨音は特に寂寥感が募る。何が起こるかも分からない老いへの不安が脳裏をよぎると眠れなくなるが、命のある限り生きなくては。

◎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うかがわれます。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。江戸時代は鹿児島藩に属し、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（みしまみちつね）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成し、ここ三股の基礎が築かれたのです。

明治22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27年２月１日現在

- 男／11,824人 • 女／13,674人 • 計／25,498人 • 前月比＋3人
- 世帯数／10,044戸（－2戸） • 出生／34人 • 死亡／28人
- 転入／64人 • 転出／67人

No.535 2015.3

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
町公式URL …… http://www.town.mimata.miyazaki.jp/
町FacebookURL…https://www.facebook.com/mimatatown

MMate通信

MimatePublicRelations エムメイト

クローズアップ

まちを支える人たち(71)　東植木在住　木下一義さん(68)

植木にて植木を愛でる

育てた庭木が癒やしに

「冬でも青々とした常緑樹を見ると、元気が湧いてきますね」。ヒトツバやチャボゴヨウマツなど、約20本を数える自慢の庭木を眺めながら、木下一義さんが嬉々として語る。木下さんが植木に興味を持ったのは約40年前。造園業を営んでいた義父の仕事を手伝ううちに、その奥深さにひかれていった。商船会社の機関士として、昭和63年まで1年の大半を異国の海上で過ごしていた木下さん。久しぶりに帰るわが家での家族との語らいや木々との触れ合いが、心のよりどころだった。「木の剪定などは全部自分でやっています。体力が続く限り、自らの手で見守っていきたいですね」。ところで、木下さんが住む「植木」地区の名称は、戦国時代に領主がカキやクリの木などを植えたことに由来するという。そんな地で植木を愛でる木下さんの姿に、時代を超越した不思議な縁を感じる。

チャボゴヨウマツを剪定する木下一義さん

三股町物産館よかもんや 情報発信コーナー

んじゃ様だより　第29回

んじゃ様

宮崎県の伝統工芸品

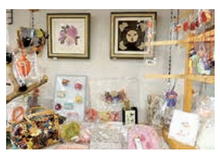
松崎刃物製作所の『手打刃物』を紹介します。県の伝統工芸品にも認定されている同商品は、焼き入れなどの製造工程に昔ながらの木炭を使い、焼いては、たたきを繰り返して1本1本が手作りで丁寧に仕上げられています。切れ味抜群の包丁は、全国にファンがいる人気の逸品です。その他、草刈り鎌なども人気です。

【手打刃物】
包丁ほか・2160円～／松崎刃物製作所／売り切れとなる場合があります。

手作りのぬくもり

手あそび倶楽部の作る『手作り小物』を紹介します。さまざまな素材から成るバッグや洋服など、たくさんの商品があります。特に人気があるのは、押し花のしおりやコースター。贈り物にも喜ばれています。一つ一つ丁寧に作られた手作りのぬくもりを手に取り、感じてみてください。

【手作り小物】
100円～／手あそび倶楽部



みまたん駅前よかもん市

■期日＝3月22日（日）
■時間＝午前8時～10時30分ごろ

http://ameblo.jp/yokamonya/

※表示価格は全て税込みです。

三股町物産館 よかもんや
〒889-1901 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
定休日／毎月第3木曜