

みんなが描く夢で
まちは元気になっていく



健康という財産

ある男性の経験をもとに「健康」について考えます2

平成27年度スポーツ大会等参加激励金交付団体...6 まちの話題...12

花と緑と水のまち
宮崎県 三股町

MIMATA PublicRelations 5 Vol.549



広報みまた 平成28年5月1日号

発行・編集：三股町 企画政策課
TEL：0986(52)1114 FAX：0986(52)4944
〒889-1995 宮崎県北諸県郡三股町五本松1-1



Twilight Trombone Quartet CONCERT

トワイライトトロンボーンカルテット

4th Album [Nextage]
発売記念ツアー 2016《三股公演》

Nextage

- 日時/ **5月7日[土]**
午後7時00分開演（開場は30分前）
- 料金/ 一般...1,000円（当日同料金）
大学生以下...500円（当日同料金）
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）

演劇ワークショップ 『みまた座』 13期生 募集

小学生・中学生・高校生を募集します

自由に、遊び心いっぱい、そして、緊張を満喫しながら演劇を、『みまた座』を、楽しんでみませんか？

- 期間・時間＝
6月9日[木] 開講～平成29年3月
原則として、毎週木曜午後5時～6時30分
（3月26日に本公演を上演予定）
- 対象・定員＝おおむね小学4年生～高校2年生・
おおむね20人
- 参加費＝月額1,000円（保険料・諸経費）
- 申込方法＝参加申込書に必要事項をご記入の上、
三股町立文化会館へお申し込みください。
※文化会館窓口、文化会館WEBサイトで入手できます
- 申込締切＝5月31日[火]

三股町立文化会館 自主文化事業

★13th 小さな音楽会のおはなしと音楽のコンサート 2016

Concert of the Story and Music

- 日時/ **5月15日[日]** 午後2時00分開演（開場は30分前）
- 料金/ **無料**（三股町立図書館で配布する「整理券」が必要です） ※全席自由
- 出演/ 小さな音楽会
川崎圭子（うた・おはなし） 横山桂子（ピアノ・フルート・キーボード）
福永那津子（ピアノ） 愛川義夫（クラシックギター）
- お問い合わせ・電話予約 三股町立図書館（Tel.0986-51-3200）

みまた演劇フェスティバル 2016 Machi Dra! まちなかでドラマに出会える3日間

5月27日[金]・28日[土]・29日[日]

まちドラ!

速足気分で特設劇場巡り 三股でドラマを満喫ください！
お得なセットチケットも販売いたします。「チケット料金」と、当日の「プログラム」の詳細はチラシまたは、三股町立文化会館WEBサイトでご確認ください。チケット予約も簡単です。

- ①ヨムドラ!【読むドラマ】
2015年文化会館戯曲講座で生まれた短編6本を「公募で集まった町民×九州の新鋭演出家」「九州屈指の劇団」が「朗読劇（リーディング）」にて上演。会場はまちなかの建物を利用した特設劇場です。劇場間を歩いてお楽しみください。
- ②カクドラ!【書くドラマ】
90分でドラマ（演劇台本）が書ける体験講座。書き上げた作品は、まちドラ! 期間中、俳優たちがリーディングで披露してくれるというぜいたくな特典付。（無料・事前申込が必要です。三股町立文化会館までお問い合わせ下さい。）
- ③ミルドラ!【観るドラマ】
わが町の劇場・文化会館では優れた演劇作品を上演。今年は、熊本を拠点に全国で活躍する「不思議少年」による、オリジナル短編+2015年文化会館戯曲講座で生まれた2作品のオムニバス作品です。
- ④「まちCafé!」そして「歌ったり踊ったりSTAGE!」
観劇の合間にちょっと一息、くつろぎの空間。どうぞお気軽に!

●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。



健康という財産

心と体が良好な状態のことを「健康」と呼びます。ですが、私たちは病気やけがのない状態を「当たり前」として過^{たが}てしまいがちではないでしょうか。本号では、上米地区に住む田上^{たがみ}四二^{よふじ}さんの経験をもとに「健康」について考えてみます。



糖尿病・・・血糖値（血液中のブドウ糖濃度）が病的に高い状態。さまざまな合併症を引き起こすことがある。
脳梗塞・・・脳の血管が詰まるなどの理由で、脳の血のめぐりが低下し、脳組織が壊死（梗塞）してしまう病気。

と診断されました。しかし、事態を軽く考えていた田上さんは仕事が忙しいことを理由に病院には行きませんでした。そして翌年の定期健診で出た数値は基準値の倍以上。病院の診察を受けると、危険な状態であると診断され、その日のうちに入院することになりました。約2カ月の入院生活を経て、これまでの生活を改めようと、田上さんは食事の量を減らし、自分の体力に合った運動を始め

るために、1日2回のウォーキングを雨の日でも続けました。

定年後に突然襲った新たな病

普段の生活習慣を見直して食事制限とウォーキング、そしてゴルフも始めた田上さん。充実した毎日を送りながら定年退職を迎え、ますます規則正しい生活に近づいたと感じていました。しかし、飲酒と喫煙はやめられず、長い時間をかけて引き起こした糖尿病は、なかなか完治するものではありませんでした。

64回目の誕生日を迎えた平成21年6月、家族でお祝いをした日のことでした。数日前から手のしびれとお酒に酔ったような感覚がありました。が、気のせいだろうと家族との時間を楽しく過ごしました。そしていつものように就寝し、夜中にトイレへ行こうと目を覚ますと体の左半分が動きません。何とか寝返りをうちベッドから立ち上がろうとすると転倒してしまいます。不思議に思いましたが、しばらく時間がたつと普段どおりに動けるようになり「寝ぼけていたんだろう」とトイレを済ませました。そして再び寝ようとすると、また左半身の自由が利かず転倒。これはおかしいと感じ、隣で寝ている奥さんに救急車を呼んでもらいまし

意識の低さが引き起こした病

「規則正しい生活で生活習慣病を予防しよう」という言葉はよく耳にしますが、私にとつてはどこか他人事のような感覚でした。上米地区に住む田上四二さんは、当時を振り返ります。

今から20年ほど前、会社勤めをしていた田上さんは、夕方から早朝までの夜勤を担当していました。日中に睡眠を取らなければなりませんが、訪問客や電話などの生活音で十分な睡眠が取れているとはいえない状態でした。体力勝負と考えた毎日の食事は、肉や油ものなどカロリーの高いものを一般的な摂取量の倍以上食べ、甘い缶コーヒーも毎日のように飲んでいました。たばこは1日に2箱以上、お酒も大好きで焼酎を毎日2合以上。職場や地域の飲み会があるときは、それ以上の飲酒・喫煙の量でした。仕事で体を動かすからと運動は特に行わず、地域のソフトボール大会に年1〜2回参加する程度でした。この当時、身長160^{センチ}に対し体重は74^{キログラム}。普段の生活は暴飲暴食そのもので、とても健康的な生活であるとはいえませんでした。そんな生活が続いていた平成12年6月、会社の定期健診で糖尿病の疑いがある



家族へのインタビュー
たがみれいこ
田上禮子さん
脳梗塞で体の自由が利かず、ろれつが回らない姿を目の当たりにしたときは、怖くてパニックになりました。健康の大切さを実感し、主人の退院後は私も食事制限やウォーキングをしています。できることから少しずつ継続することが大事だと気がされました。



健康がもたらすもの

田上さんは、病気になる経験から健康の大切さを実感し、身近にできるウォーキングを始めました。誰もが「健康であり続けたい」と思うのですが、健康なときほどその状態を当たり前として過ごし、病気の予防がおろそかになりがちです。ですが、私たちが健康であることは、自身のためだけでなく、まち全体にも良い影響が出るのです。

現在、子どもの医療費や高齢者の介護などに掛かる費用の一部を町の予算から支出しています。そしてこれらにかかる本年度の費用は、約1億9000万円にも上る見込みです。私たちが健康であれば、これらに掛かる費用を教育や産業など、将来を見据えたまちづくりに使えるようになります。そのために町では、健康づくりの手段の一つとして、町民が気軽に運動を楽しめるよう、さまざまな取り組みを行っています。



19歳以上の町民なら誰でも利用できるエクササイズクラブ

町民が気軽に運動を楽しむための主な取り組み

	事業名	概要	開催場所
一般	リズムウォーキング教室	全ての町民を対象に健康運動指導士が1時間程度「歩く動き」を中心に教室を毎月1回行っています	健康管理センター
	エクササイズクラブ	19歳以上の町民なら誰でも健康管理センター内の運動器具を利用できます。ただし利用は検診ホールが使用可能な日に限られ、事前登録が必要です	健康管理センター
	いきいき元気塾	行政と食生活向上員・健康づくり推進員が講師となって体操教室や料理教室などを行います	各地区分館など
	健康づくり推進員 (平成27年度 43人)	・町民の健康への関心を高め健康づくりに関する情報の提供を行います ・町オリジナルの「いきいき元気体操」の普及を図ります	各地区分館など
	食生活向上員 (平成27年度 51人)	「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに町民の食生活を中心とした健康づくりを推進します	各地区分館など
	みまたチャレンジ総合 クラブ主催事業	卓球・バドミントン・ミニテニスなどの定期的なサークル活動、ストレッチヨガやスキーなどの教室、ウォーキング大会(月1回)を行っています	各体育館など
高齢者	骨コツ貯筋教室	介護予防の必要性がある人を対象に体操指導や認知症予防などの講習を行います	健康管理センター
	足もと元気教室	高齢者の転倒予防と閉じこもり予防を目的とした「はんとけん体操」と「いきいき元気体操」を中心に教室を行います	各地区分館など
子ども	もぐもぐ教室 (離乳食教室)	乳児がいる保護者を対象に離乳食に関する講習を行う事業	健康管理センター
	保育園での食育講座 (食生活向上員との協働事業)	保育園などの年長児を対象に栄養バランスの講習や料理教室などを行います	保育園・各地区分館など
	スポーツ少年団	主に小学生を対象としたスポーツクラブです。町内には球技や武道など11種目19チームが活動しています	各公共施設
スポーツ大会	7月	みまた町民総合スポーツ祭	町武道体育館など
	8月	スポーツ特別講演会	町立文化会館など
	10月	体力テスト	勤労者体育センター
	1月	みまたん霧島パノラマまらそん	ふれあい中央広場
	随時	ニュースポーツ出前教室	町体育館など

アスリートタウンの実現へ向けて

町は、まちづくりの一つとして「アスリートタウンみまた」を掲げ、スポーツの振興に力を入れています。その理由は「いつでも・誰でも・いつまでも」スポーツができる環境を整え、町民の誰もが健康であってほしいと願っているからです。そのために「町民総合スポーツ祭」や「みまたん霧島パノラマまらそん」などの大会を開催し、スポーツに参加できる機会を増やしています。また、昼間は仕事で運動をする時間がないという人たちのために、夜間でも運動に取り組みめるよう、体育館や弓道場などの公共施設の整備も行っています。小規模の体育館が町内の各地区にあるのも、できるだけ多くの町民が気軽に運動をしてほしいという理由からです。さらに、九州大会や全国大会に出場する個人・団体には、交通費や宿泊費などの自己負担を減らすため「スポーツ大会参加等激励金」を交付するなど、選手の競技力向上に対する支援も行っています(6〜7ページに関連記事)。

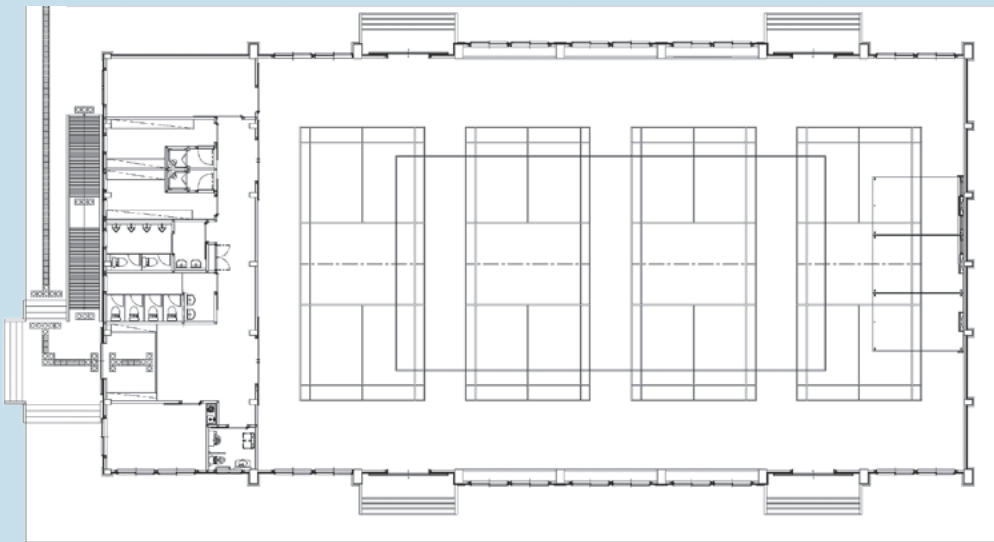
町は、私たちがスポーツに親しみ、各種大会や普段の活動を通して競技力が向上するだけでなく、地域につながりが広がってまちが元気になっていくことを大切にしています。

西部地区体育館が完成



夢を描いた体育館

本町でも人口密度の高い植木地区や稗田地区などの町西部には、体育施設が少ない現状にありました。かねてから「地域コミュニティや防災避難場所を兼ねた体育館を建設してほしい」という地域住民の要望もあり、町の「アスリートタウン構想」の考えと一致した西部地区体育館の建設が実現しました。建設に当たっては、昨年10月18日に、地域住民が体育館の梁に「未来の自分へのメッセージ」を思い思いに描きました。



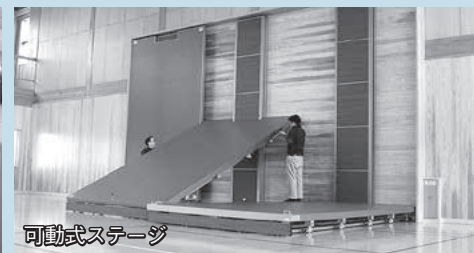
【概要】
 ・構造＝木造地上1階建て ・総事業費＝約3億1,233万円 ・敷地面積＝4,521㎡ ・延床面積＝898㎡
 ・アリーナ面積＝660㎡(19.1m×34.6m) ※バドミントンコートなら4面利用可能
 《主な設備》・可動式ステージ※手動設置型：4.5m×8.5m ・オストメイト対応多目的トイレ
 ・ユニットシャワー付き更衣室 ・ミーティング室 ・駐車場台数＝85台(身障者用2台分含む)



梁に描かれた子どもたちの夢



オストメイト対応多目的トイレ



可動式ステージ

大切にしたい、健康という財産

私たちは「財産」という言葉から、お金や家などのことを想像してしまいがちですが、心と体の健康を失ってしまふと、途端に充実した毎日を送れなくなってしまう。

体の健康を維持するために必要な「バランスのよい食事」と「快適な睡眠」をしてそれらのきっかけになるのが「適度な運動」です。

まずは、生活習慣に合った身近な運動から始めてみませんか？

私たちの健康が、このまちを支える力となる「まちの財産」なのです。



町民総合スポーツ祭：ミニバレーボール

健康という財産

「アスリートタウンみまた」の さらなる飛躍を目指して

町はアスリートを支援します



昨年11月から今年3月に「三股町スポーツ大会参加等激励金」の交付を受けた皆さんです（敬称略）。この激励金は、本町のスポーツ振興・競技力の向上を目的に、県または九州代表として大会などに参加する場合に交付されます（ただし、国民体育大会、学校体育団体が主催・主管する大会や強化合宿・学校活動の一環として開催される大会は除きます）。

- ①「バレーボール」ウエルネス都城（西畑律子・原口ツヤ子）：第20回記念全国家庭婦人バレーボールことぶき大会（おふくの部）（平成27年11月6日～11月8日・福岡県）
- ②「バレーボール」エンジョイ（菅松新子）：第20回記念全国家庭婦人バレーボールことぶき大会（ことぶきの部）（平成27年11月6日～11月8日・福岡県）
- ③「バドミントン」三股バードウイング（上野聖翔）：第14回日本バドミントンジュニアグランプリ2015（平成27年11月20日～11月22日・宮城県）
- ④「ソフトバレーボール」ナチュラル（善家孝智）：平成27年度ソフトバレーボール九州ブロックフェスティバル宮崎大会（平成27年11月14日～11月15日・宮崎県）
- ⑤「バレーボール」さつき（南畑まゆみ・中山香織・京牟礼仁美・利田直美・歳川千代巳）：第5回全国ママさんバレーボール冬季大会（平成27年12月11日～12月14日・鹿児島県）
- ⑥「少林寺拳法」少林寺拳法三股出口弘一・多田淳一・出口弘耀・西村海樹・折田陸杜・多田一樹・海老原紫月・洪田晃輝・前田琉華・泊友紀・多田一世・木佐貫聡・松尾文豊・福田雅治・西村琉翔・海老原翔太：2015年少林寺拳法大会全国大会「KYOTO」（平成27年11月14日～11月15日・京都府）
- ⑦「サッカー」脇黒丸陽菜（三股サッカー）・藤本夢空（FCバリエンテ）：ガールズエイトサッカーフェスティバル第2回なでしこMIZAKIカップ（平成27年11月28日～11月29日・宮崎県）
- ⑧「バドミントン」三股バードウイング（上野聖翔）：第24回全国小学生バドミントン選手権大会（平成27年12月23日～12月25日・福岡県）
- ⑨「硬式テニス」みまたACT（田上玲・出水理花子・内村陽一郎）：2016九州選抜ジュニアダブルス選手権大会（平成28年2月10日～2月13日・沖縄県）
- ⑩「硬式テニス」三股中学校硬式テニス部（川島秀幸（監督）・中西遥・田上玲・塩見帆乃夏・濱崎梨帆・出水理花子・中原彩希・下沖凜音・濱崎梨衣）：第2回九州中学校選抜テニス大会（平成28年2月7日～2月8日・熊本県）
- ⑪「バレーボール」三股中学校女子バレーボール部（上杉秀人（監督）・山下扇奈・山下莉子・早田海央・馬場咲良・野村京花・福永麻理・福永満里奈・福永理絵・山内莉央・上村凜）：平成27年度アシックスカップ第33回九州中学校バレーボール選抜優勝大会（平成28年3月26日～28日・宮崎県）
- ⑫「空手道」萩原拓望：はまなす杯第10回全国中学生空手道選抜大会（平成28年3月28日～3月30日・北海道）
- ⑬「バスケットボール」三股中学校女子バスケットボール部（横山祥子（監督）・池平花音・吉原花穂・橋本楓華・下之蘭笑心・松原志帆・内村桃香・鬼塚瑞葵・内村綾由乃・戸高由美子・祝井谷美憂・中村夏希・菅野伊万里・吉村咲紀・平松彩香・下之蘭咲心）：第36回全九州中学生バスケットボール選手権春季大会（平成28年3月4日～3月6日・佐賀県）
- ⑭「ドッジボール」三股ブルースターズ（林良政（監督）・上牧颯・西村翔希・有馬佐恵・脇黒丸莉乃・藏満悠・栗原蒼空・脇黒丸奈々・上村直人・上村かなみ・中石大夢）：第25回春の小学生ドッジボール選手権九州大会（平成28年3月6日・宮崎県）
- ⑮「ソフトボール」都城ドリームガールズ（原田りこ・栗畑朱里）：第9回春季全日本小学生女子ソフトボール大会（平成28年3月26日～28日・熊本県）
- ⑯「硬式テニス」三股中学校硬式テニス部（川島秀幸（監督）・坂元柊太・中嶋一晴・福重葉汰・竹上和輝・濱田裕雅・三浦信義・内村颯馬・河野偉舜・中西遥・田上玲・塩見帆乃夏・濱崎梨帆・出水理花子・中原彩希・下沖凜音・濱崎梨衣）：第14回九州中学生新人テニス大会（平成28年3月28日～30日・佐賀県）

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! といったこと尽くしです。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。

5月の旬食材…セロリ

和名を「オランダ三つ葉」三つ葉に似た西洋的な野菜という意味で、こう呼ばれていました。独特の香りはアピインというポリフェノールで精神を安定させる働きがあります。
※材料は全て1人分です。

◎主食 ご飯 (100g)

168kcal 塩分0g

◎主菜 イカとセロリの塩炒め

116kcal 塩分1.4g

材 料 イカ…80g、セロリ…40g、赤ピーマン…20g、シメジ…20g、油…小さじ1、酒…小さじ2、塩…小さじ1/4、しょう油…小さじ1/4

作り方 ①イカの胴は1cm幅の輪切り、足は4cmの長さに切る。セロリは斜め切り、シメジは小房にわけ、赤ピーマンは細切りにする。②フライパンに油を中火で熱し、セロリ、シメジ、赤ピーマンを入れて炒める。イカを加え強火にしたら酒、塩を加える。水気がなくなったらしょう油を加える。

◎副菜 トマトのツナサラダ

91kcal 塩分1.2g

材 料 トマト…100g、ツナ(缶)…1/4個、キュウリ…1/4本、甘酢…小さじ2

作り方 ①トマトはざく切りにする。キュウリは厚めの半月切りにする。②甘酢を全体に絡め、ツナ缶を油ごと入れて混ぜ合わせる

◎副菜 カレークリームスープ

134kcal 塩分1.4g

材 料 キャベツ…1枚、タマネギ…1/8個、ベーコン…1/2枚、パセリのみじん切り…少々、水…100ml、牛乳…100ml、カレー粉…小さじ1/4、コンソメ…1/2個、こしょう…少々

作り方 ①キャベツはざく切り、タマネギはみじん切り、ベーコンは1cm幅に切る。②鍋に水と具材を入れ火にかけ、軟らかくなったコンソメ、カレー粉、牛乳を入れ一煮たちしたらパセリを振り掛ける。

◎果物 パイナップル

41kcal 塩分0g

材 料 パイナップル…80g



食事バランスガイドとは? 1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかをこま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5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

最後の春

春は花の季節です。私は三股町の四季を通して春が一番好きで、上米公園の夜桜は県内で一番きれいだと思います。「シャクナゲの森」では数え切れないくらいたくさんのお花が咲きますし、「椎八重公園」のツツジは山全体をピンクと紫と赤に染めます。そんな三股町の春が大好きです。私にとって今年が最後の三股町春まつりなので、存分に楽しみたいと思います。今年も上米公園でピクニックをしたり、リンゴアメを食べたり、夜桜を友達と見たりしました。椎八重公園ではツツジとチョウとマルハナ

バチの写真撮ったり、シャクナゲの森をゆっくりと散歩したりしました。春まつりの中でも一番楽しみなのは、初めての早馬まつりを体験することです。毎年ゴールデンウィークは町内にいなかったのですが、今度参加する機会がありませんでした。いつも祭りの写真を見ると、すごく楽しそうだと思っていました。特にジャンカン馬踊りや棒踊りなどの郷土芸能を見たいと思っていました。私は「てるてる坊主」を作り、いい天気になるように祈りました。



エドモンド・トリム

青年海外協力隊 in ウガンダ共和国

【第7回】

*「Oli otya」は、ルンガ語で「元気ですか」の意味です。



三股町職員 佐々木 義和

私たち青年海外協力隊は、赴任半年を機に活動計画目標を設定します。そこで、配属先職員らと協議し「住民の生活の質向上」を柱に「持続可能で安全な水の確保と衛生習慣の確立」「住民の収入向上」を活動目標としました。課題となっている水源の維持管理や衛生水準、低収入に関しては、住民の意識の低さや計画性のなさが大きく影響しており、その意識や行動を変えることは容易ではありません。それでも、「集会を開いて話し合おう」と呼び掛け、村の輪に入って一緒に考え、共に行動することで少しずつこのマユゲ県に発展と笑顔を広げていけたらと思っています。多くの出会いと別れに、一喜一憂しながら、残り1年半の活動を有意義なものにしていきます。

Weraba (ではまた)!



井戸利用者集会の様子



● **みまた座12期生・本公演**
3月27日、演劇ワークショップ「みまた座」12期生・本公演『未来人は平成の夢をみるか?』が行われました。今年で12年目の「みまた座」は、毎年6月から3月に、演劇監督 永山智行さん(劇団こふく劇場)と同劇団の劇団員の指導のもと、文化会館で行われている小学生・高校生を対象とした演劇講座です。今年の作品は、桐野莉可子さん(平成26年度文化会館戯曲講座受講生、みまた座OG)が書き下ろし。出演は、12期生17人に、みまた座卒業生と劇団こふく劇場を加え総勢24人。
物語は、過去を変えるため未来から来た少年「芥木」が、将来に悩む少女「ハヤカ」や自分の好きな物に夢中になっている現代人に出会い心変わりしていく…というお話。子どもたちは、舞台上で元気に伸び伸びと演じ、その熱演は観客に笑いと感動を与え、今年もみまた座本公演は盛り上がりしました。

● **今年で5年目の「まちドラ」!**
5月27・29日の3日間、みまた演劇フェスティバル「まちドラ」が行われます。その内容はこの3つ!
★「カクトラ」…90分で戯曲(演劇の台本)が書ける!体験型戯曲講座。
★「ヨムドラ」…期間中、「まちの駅」「中央公民館」「旧商工会館」が特設小劇場に生まれ変わり、そこで、昨年度の戯曲講座で生まれた短編6作品をリレーディング(朗読劇)公演として上演します。九州屈指の演出家による演出の町民3チームと福岡・長崎・鹿児島島の3劇団が創作した作品を、劇場から劇場へ歩いて演劇を楽しむ企画です!
★「ミドル」…文化会館で上演される本格的演劇公演。今、九州で一番勢いのある劇団「不思議少年」が「まちドラ」の最後を盛り上げます。
さあ、まちを歩きながら演劇さんまの3日間を過ごしませんか?
詳しくは本誌裏面をご覧ください。



みまた座本公演本番の様子



昨年の『まちドラ!』三股駅にて



◎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

●おはなしと音楽のコンサート

5月15日(日)に、町立文化会館で小さな音楽会の『おはなしと音楽のコンサート』を行います。開演時間は午後2時です。今年も楽しい絵本や音楽が盛りだくさんです。入場は無料ですが、整理券が必要です。図書館窓口でお求めください。電話予約も受け付けていますので、お問い合わせください。

● 映画会を行います

5月20日(金)午後2時30分〜午後4時まで、図書館多目的ルームで「いぬのえいが」を上映します。出演は、中村獅童、伊東美咲、宮崎あおい「いぬ」と「ひと」の愛情に満ち溢れた物語を、リレー形式で描く「いぬのえいが」です。ぜひお越しください。

● 新刊のご案内

『ラメルノエリキサ』
著者: 渡辺 優 出版社: 集英社



おはなしと音楽のコンサートの様子

あたらしく入ってきた本



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

女子高生・小峰りなは、どんな些細な不愉快事でも必ず「復讐」で決着をつける。そんな彼女が、ナイフで切り付けられた。りなは犯人が残した「ラメルノエリキサ」という言葉を手がかりに事件の真相を追うが…。著者: 渡辺優さんは、1987年宮城県生まれ。大学卒業後、仕事の傍ら小説を執筆。本書で第28回小説すばる新人賞を受賞しました。
『猿の眼』
著者: 市川猿之助 出版社: 淡交社
骨董を育てるも亦、楽しみというものの。歌舞伎俳優・四代目市川猿之助が、初公開を含む所蔵品を写真で紹介しながら、好きな骨董について語る。月刊誌「なごみ」と「日本経済新聞」連載をもとに単行本化しました。猿之助さんは、東京生まれで慶応義塾大学文学部国文学科卒業。2012年に4代目市川猿之助を襲名。08年度芸術選奨文部科学大臣新人賞受賞。
■ 休館日は、17階「くらしのカレンダー」をご確認ください。

4月9日、町消防団（朝倉勝昭団長・160人）の平成28年度辞令交付式が、勤労者体育センターで行われました。式では、新副部長1人、新入団員15人に朝倉団長が辞令を交付しました。

その後、辞令を受けた団員を代表して緒方裕士第4部副部長が「忠実に消防の義務を遂行することを誓います」と力強く宣誓。新団員たちは緊張した面持ちで消防団の使命を強く感じている様子でした。引き続き、3月31日付で退団した嘉藤一春第7部班長以下9人の団員の家族に、木佐貫町長から慰労金が手渡されました。また、日本消防協会からの精進章表彰伝達やラッパ隊の演奏も行われ、式は終始厳粛な雰囲気包まれていました。辞令内容は次のとおりです（敬称略）。

【新副部長】《第4部》緒方裕士
【新入団員】《機動本部》小谷賢治、上沖栄次、大田桃矢、第1部 釘村勝彦、第2部 野崎裕一、下石崇生、第3部 野崎彰吾、第4部 永田祐樹、鍋倉浩美、小林晴輝、第5部 高橋圭三、河野杉作、第6部 上牧健二、今村浩太郎、第7部 柏田啓介



精進章表彰伝達を受けた朝倉団長



力強く宣誓した緒方裕士第4部副部長



辞令を受けた新入団員

消防団 辞令交付式

— しょうぼうだんじれいこうふしき —

町の安全のため決意新たに

鮮やかに咲き誇る 椎八重公園つつじまつり

6万本のクルメツツジで知られる椎八重公園で、4月9日からつつじまつりが開催されました。「花旅みやぎさ」会場の一つとなっている椎八重公園。まつり期間中、2万人を超える観光客が訪れ、春の盛りを楽しみました。

まつり初日は、町観光協会（池邊美紀会長）による「つつじまつりオープニングセレモニー」が行われ、地元「長田おどろ会」と「うれし座」の舞踊披露で来場者を迎えました。また、ツツジの苗木200本の無料配布が行われ、整理券配布には長蛇の列ができていました。配布が始まると来場者は、赤い花芽のついた苗木を受け取り、満面の笑みを浮かべていました。



日南市から来場
川野寧佳さん(右)
平太拳人さん(左)

「職場でまつりの情報を聞き、園芸が好きな祖母に苗をプレゼントしたくて、インターネットで調べて来ました。」

4月13日、町スポーツ少年団（蓬原正三本部長）は、「平成28年度三股町スポーツ少年団結団式」を町武道体育館で行いました。これは、新年度の決意表明を行い、少年団活動の意義を深めるために毎年開催される行事で、町内20団体の団員約350人が参加。団員を代表して外原幸生君が誓いの言葉を宣言しました。最後に、木佐貫なつみさんの先導でスポーツ少年団綱領を全員で朗唱すると、団員たちは本年度の活躍を誓い、目を輝かせていました。



勝岡少女バレーキャプテン
和田 凜さん
(勝岡小6年)



4月12日、町役場で、町長と町民による昼食会「ハートフルランチ」を開催しました。これは、町民の皆さんのまちづくりに対するさまざまな意見を直接聞き、今後の町政運営の参考にしたと企画したものです。町内に住んでいる人または勤務する人で3〜8人の団体であれば、誰でも気軽に参加することが出来ます。初開催となったこの日は、女性8人のグループと「町の魅力発信をテーマに、普段から感じているまちの魅力や今後の課題を語り合いました。」



参加者
兒玉たえ子さん
(大野地区)



JA都城いちご専門部会三股支部 町内産イチゴを贈呈
3月24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。今年は暖冬の影響で1月の収穫量が伸び悩んでいましたが、ハウスに散乱光機能を備えたビニールを使用するなど工夫し、発色が鮮やかでサイズも十分なイチゴが例年並みに収穫できました。同支部は安心・安全でおいしいイチゴづくりを心掛けています。



JA都城いちご専門部会三股支部長
中石 國弘さん
(谷地区)



町の魅力を全国に発信 特設サイト・PR動画が完成
4月1日、本町の魅力を全国に発信するための特設サイト「みまた〜ん・COM」と、町のPR動画「ドキドキみまた」が完成しました。人口減少が全国的な問題とされているなか、少しずつ人口増加が続いている本町。しかし、転入者の約7割が県内から移住している現状です。そこで、本町の魅力を県内だけでなく全国に発信するためにPR動画を作成し、同時に県外からの移住・定住を促進する特設サイトを作成しました。PR動画は、同サイト内でも見ることができ、実際に移住してきた町民へのインタビューなども掲載しています。



今後は「空き家等情報バンク」なども充実させ、移住・定住施策を推進していきます。

児童厚生員を募集します【急募】

町では、児童館・児童クラブで働く人を募集しています。

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。

希望する人は福祉課児童福祉係まで履歴書をご提出ください。

勤務時間	月曜日～金曜日	午後2時～午後6時 (小学校行事などにより早出勤務あり)
	土曜日	午前8時～午後6時 (早出・遅出あり、休憩1時間)
	春休み	
	夏休み	
	冬休み	
休日	・週休2日 (日曜日と、交代でもう1日) ・祝日・盆(8月13～15日) ・年末年始(12月29日～1月3日)	
給与	年間100万円程度(社会保険なし)	
募集人員	1人	

■応募条件＝

- ①子どもの指導ができる人
- ②年齢は問いませんが、子どもと一緒に遊ぶ体力がある人
- ③保育士または教諭の資格がある人、経験者が望ましい

■問い合わせ＝

福祉課 児童福祉係
☎52－9060

長田・梶山・宮村へ移住する人へ「奨励金」を交付しています

町内には、将来、人口減少が心配される小学校区があります。町ではこうした「過疎地域(長田・梶山・宮村地区の各小学校区)」へ移り住む人へ、「過疎地域定住促進奨励金」(2種類)を交付しています。移住予定がある人は、気軽に相談ください。

●新築・購入奨励金

■対象＝①～③の条件全てを満たす人

①過疎地域外(町内外を問わない)から過疎地域へ引っ越した人

②夫婦の満年齢合計が100歳以下の人

③引っ越してから1年以内に70平方メートル以上の住宅を建築・購入した人

■交付額＝

- ・小学生以下を扶養する世帯…80万円
- ・小学生以下がいない世帯…40万円

●転入・転居奨励金

■対象＝①、②の条件を共に満たす人

①過疎地域外(町内外を問わない)から過疎地域へ引っ越した人

②小学生を扶養している人

■交付額＝扶養する小学生が、

- ・1人の場合 …………… 10万円
- ・2人の場合 …………… 15万円
- ・3人以上の場合 ……… 20万円

■注意事項＝

- ・交付を受けるためには申請が必要です。
- ・引っ越してから6カ月を経過しなければ申請ができません。
- ・条件を満たした日(基準日)から、6カ月以内に申請を終える必要があります。
- ・2種類の奨励金は、重複して交付を受けることはできません。
- ・交付には、ほかにも条件があります。詳しくはお問い合わせください。

■問い合わせ＝

企画政策課 地域政策係
☎52－1114

「人権擁護委員の日」に特設相談所を開設します

◎6月1日は「人権擁護委員の日」

全国人権擁護委員連合会では、人権尊重思想を啓発するため、人権擁護委員法の施行日である6月1日を「人権擁護委員の日」と定めています。これに伴い、町では人権に関する特設相談所を開設します。

いじめ、虐待などの「人権相談」だけでなく、家族関係(夫婦・親子・離婚・扶養・相続)・近隣関係、金銭貸借、借地

借家、登記などの問題でお困りの人は、人権擁護委員または宮崎地方務局都城支局(☎22－0490)へご相談ください。相談は無料で、秘密は固く守られます。

【特設相談所】

■日時＝6月1日(水)午前10時～午後3時

■場所＝JR三股駅 多目的ホール

◎町内の人権擁護委員

本町で活動する人権擁護委員は、次の6人です。人権擁護委員は、町長が推薦し、法務大臣から委嘱されています。

柿原 信知 さん・黒木兼一郎 さん
馬場 真吾 さん・上西 理恵 さん
山之内絹代 さん・今村 理絵 さん

～人権擁護委員はあなたのまちの相談パートナーです～

■問い合わせ＝

総務課 行政係
☎52－1112

家庭用電動生ごみ処理機購入費の一部を補助します

「家庭用電動生ごみ処理機」とは、家庭から出た生ごみを減量化・堆肥化できる機械です。生ごみの量が減り、処理後は臭いもなくなり肥料として活用できます。家庭でできる環境保全活動に取り組んでみませんか？

■補助金額＝本体購入金額の半額(100円未満は切り捨て)。ただし、補助額の上限は3万円です。

※補助対象となるのは処理機本体の購入費(税込み)のみで、取り付け費用・付属品代・配達料などは対象となりません。

■受付期間＝平成29年2月28日(火)まで※予定件数に達し次第、終了となります。ご了承ください。

■補助対象＝次の要件に全て該当する人①町内に住所があり、引き続き住む予定の人※法人を除く。

②家庭で使用するために、町内または都城市内の販売店から電動生ごみ処理機を購入する人。

※購入済みのものは対象外です。

③電動生ごみ処理機購入費補助金を過去に一度も受けたことがない世帯※補助対象は1世帯に1台です。

④町税の滞納がない人

⑤処理機の使用状況などに関する調査に協力できる人

⑥補助金の交付決定日から平成29年3月31日(金)までに購入したもの

■その他＝補助金交付申請・実績報告など、各種書類の提出が必要です。

■問い合わせ＝

環境水道課 環境保全係
☎52－9082

「緑の募金」にご協力ください

(社)宮崎県緑化推進機構は「県民参加の森林づくり」を目指して「緑の募金」を行っています。皆さんの善意で集まった「緑の募金」は、森林づくりボランティア活動などによる森林の整備、緑化の推進、国際緑化協力に使われます。明るく住みよい未来に向けて、緑豊かな郷土を築くため、皆様のご支援とご理解をお願いします。

■昨年度の募金額＝130万300円

全額宮崎県緑化推進機構に納付しました。皆様のご協力、誠にありがとうございました。

■主な使いみち＝

- ・森林の整備事業……32万6,542円
- ・緑化推進事業 ……40万4,705円
- ・みどりの少年団活動費助成…15万円

平成28年経済センサス活動調査を実施します

経済センサス活動調査とは、事業所や企業の経済活動の状態を明らかにし、さまざまな統計調査の基礎となる情報の整備を図ることです。6月1日現在を基準日とし、全ての事業所と企業を対象に調査します。調査内容は、経営組織、従業員数、主な事業内容、売り上げや費用の金額などです。正確な統計を作るためにも、漏れなく回答をお願いします。

します。

◎どうやって調査するのですか

5月末日までに調査員が直接伺って調査票を配布し、インターネットによる回答または記入済みの調査票を回収する方法で調査を行います。

◎調査の結果は、どんなことに役立てられるのですか

国内総生産(GDP)、県民所得などの推計に利用したり、地域の産業振興や商店街活性化のための施策などに利用されます。

◎調査内容が漏れることはないのですか

調査員をはじめとする関係者には、「統計法」により調査で知ったことを他には漏らしてはいけない義務と、これに反したときの罰則が定められています。

■問い合わせ＝

企画政策課 地域政策係
☎52－1114

5月は自動車税を納める月です

自動車税は、4月1日現在で宮崎運輸支局に登録されている自動車の所有者または使用者に課税されます。自動車をお持ちの人(法人を含む)は、5月31日(火)までに自動車税を納めてください。納付は、金融機関、県税・総務事務所、コンビニエンスストアのほか、パソコンや携帯電話などインターネット環境があればクレジットカードを利用して納めることもできます(詳しくは納税通知書をご覧ください)。5月中旬までに納税通知書が届かない場合は、近くの県税・総務事務所までご連絡ください。なお、障害がある人のために使用する自動車は、一定の要件に該当する場合、納期限までに申請すれば、自動車税が減免される場合がありますので、早めにご連絡ください。

【自動車税・軽自動車の税納期内納付推進キャンペーン】

・日時＝5月14日(土)

午後0時30分～3時

・場所＝イオンモール都城駅前

・内容:みやざき犬、ぼんちくんによるステージイベント、チラシ・花の種・ポケットティッシュの配布

■お問い合わせ＝

都城県税・総務事務所
☎23－4516

6月5日(日)～11日(土)は「危険物安全週間」です

消防庁では、危険物を取り扱う事業所の自主保安体制の確立を図るため、6月5日(日)～11日(土)を「危険物安全週間」とし、危険物の保安に対する意識の高揚と啓発を全国的に推進しています。

これを契機に、事業所は自主保安体制を確立していただき、町民の皆さんも、セルフ給油所などで給油するときは注意事項をよく読んで、事故防止に努めてください。

◎平成28年度推進標語

『危険物 決める無事故のストライク』

■問い合わせ＝

都城市消防局 予防課
☎22－8884

愛のご寄付

●忌明寄付(敬称略)

平成28年3月1日から3月31日まで社会福祉法人 三股町社会福祉協議会

寄 付 者	続柄	故人名	年齢	地区	金額
中野富士男	母	イツ子	92	大鷲巢	3万円
山本千代子	夫	辰美	87	山王原	3万円
時任 満昭	母	鳥越シヅエ	85	梶 山	3万円
矢方きよ子	母	福留ミツ子	81	上 米	3万円
轟木 秀明	妹	ようこ	78	山王原	3万円
上原 やすい	父	幸雄	80	上 米	5万円
桑畑マリ子	夫	國幸	89	山王原	3万円
中西ヨシエ	夫	さだゆき	88	櫟 田	5万円
緒方 涼子	夫	直行	65	西植木	3万円
馬渡 和子	母	横山トミ子	88	西植木	2万円
木下 春雄	母	ツル	95	中 米	3万円

●一般寄付(社会福祉協議会へ)

ボランティアグループ ほうれんそう
代表 長野征子 …………… 1万円

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＝6月2日（木）

■受付＝午後1時～1時30分

■対象者＝

・健診＝平成27年5月・11月・平成28年3月生まれの乳児

・相談＝平成27年7月・9月・平成28年1月生まれの乳児

※おっぱい相談や栄養相談も実施しますので、ぜひご利用ください。

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

●誕生会

■期日＝5月17日（火）

■時間＝午前10時～11時

■内容＝4・5月生まれのお友達をお祝いします。

●友達つろう！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＝5月19日（木）

■時間＝午前10時～11時

●親子ふれあいコンサート

笑顔を運ぶ音楽団「小さな音楽会」の、生の歌と演奏で楽しい時間を過ごしましょう。

■期日＝5月24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

●親子教室（ふれあいあそび）

親子でリズム体操など、遊びを通して楽しく触れ合うほか、絵本の読み聞かせやパネルシアターも行います。

参加を希望する人は、申し込みをしてください。

■期日＝5月25日（水）

■時間＝午後1時30分～

■講師＝工藤 純代さん、日高 由起さん（保育士）

■主催＝宮日母子福祉事業団

■申込先＝子育て支援センター

●おはなし会

読み聞かせボランティアグループ「おおきな木」が読み聞かせを行います。

■期日＝6月2日（木）

■時間＝午前10時～11時

●リトミック～音とリズムをお母さんと一緒に楽しみましょう～

■期日＝6月9日（木）

■時間＝午前10時～（30分程度）2歳未満対象
午前10時30分～（30分程度）2歳以上対象

※それぞれ、8組限定です。ただし、1人で立つ、歩くことが可能な幼児に限ります。

■場所＝総合福祉センター「元気の杜」大会議室

■講師＝川崎 圭子先生

■申込先＝子育て支援センター

●救急法講習会

■期日＝6月14日（木）

■時間＝午前10時30分～11時30分

■内容＝小児に対するAED（自動体外式除細動器）の使用法と心肺蘇生法。

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

当センターは、ご近所で助け合う子育てを組織化したものです。

”依頼者は信頼・安心して預け、

提供者は大切にかわいがって預かってくれる”

そんな、お互いにとって優しさや喜びが響き合うことを大切にしながら活動を行っています。

- ・子育てを手助けしてほしい人→おねがい（依頼）会員
- ・子育ての援助をしたい人→まかせて（提供）会員

子育てを頑張っている皆さん。緊急時に備えて会員に登録しませんか。登録は無料です（時間外は要予約）。

※4月1日から、子ども1人目のみ1時間あたり200円の利用助成が始まりました。詳しくはお問い合わせください。

「まかせて会員の講習会」は、7月と平成29年2月に実施する予定です。保健師、小児科医、臨床心理士、管理栄養士、保育士が講師となります。

講習を1回受けてから「まかせて会員」登録となります。

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＝5月16日（月）

■時間＝午前10時～11時

※ストレッチや「歩く」動作を中心とした運動を1時間程度行います。

●人間ドック料金の一部を助成します

30歳～70歳までの5歳ごとの節目の人を対象に、人間ドック料金の一部を助成します。受診希望者は、受診券の交付をしますので、健康管理センターまでお越しください。

■人間ドック実施期間＝6月～平成29年3月末まで

健康管理センターで受診券を発行してもらってから、個人で医療機関に受診日の予約をしてください。

■対象者＝定員150人（定員になり次第締め切ります）

年 齢	生 年 月 日
30歳	昭和61年4月2日～昭和62年4月1日
35歳	昭和56年4月2日～昭和57年4月1日
40歳	昭和51年4月2日～昭和52年4月1日
45歳	昭和46年4月2日～昭和47年4月1日
50歳	昭和41年4月2日～昭和42年4月1日
55歳	昭和36年4月2日～昭和37年4月1日
60歳	昭和31年4月2日～昭和32年4月1日
65歳	昭和26年4月2日～昭和27年4月1日
70歳	昭和21年4月2日～昭和22年4月1日

※本年度に町が実施する特定健診（集団および個別健診）を受診しない人が、人間ドック料金助成の対象となります。ご注意ください。

■受診券（助成券）交付日時＝

6月1日（水）～6月14日（火）（土・日を除く）

午後1時30分～4時

※電話での受け付けはできません。

※6月2日（木）と6日（月）は受診券の交付ができません。

■準備するもの＝

・印かん（認め印可）

・健康保険証または運転免許証などの身分を証明できるもの

※代理人が申請に来る場合は、代理人の身分を証明できるものも必要です。

■料金＝

人間ドック料金……………3万7,800円

町の助成額……………3万円

個人負担額……………7,800円

※人間ドック検査項目以外の検査や、精密検査費用は個人負担となります。

■検査項目＝

・診察

・身体計測（身長・体重・標準体重・肥満度・BMI・腹囲）

・CT検査（胸部）

・超音波検査（腹部）

・循環器検査（心電図・血圧測定）

・消化器検査（胃カメラ・便潜血検査2日法）

・血液検査（貧血、脂質検査、肝機能検査、膵臓機能検査、腎機能検査、糖尿病検査、血液型検査、電解質検査）

・尿検査

※オプションでピロリ菌検査ができますが、検査費用は個人負担となります。

■人間ドックができる医療機関＝

健康管理センターに医療機関一覧表があります。受診券交付時に、検便容器と一緒に持ち帰りください。

Advanced age

高齢者（介護保険）

地域包括支援センターからのお知らせ

●三股町地域包括支援センター ☎52-8634

●高齢者の訪問活動を実施しています！

地域包括支援センターは、高齢者が住み慣れた地域で、いきいきと安心して自立した暮らしが続けられるように支援します。そのために自宅訪問をして、日ごろの暮らしぶりや体調のこと、困りごとなどを聴いています。地域包括支援センターの職員が訪問したときは、気軽に何でもご相談ください。

地域包括支援センターでは、訪問のときに必ず地域包括支援センターの職員であることを名乗り、守秘義務を厳守します。



地域包括支援センター職員が訪問します。

●足もと元気教室

■日程＝5月16日～6月14日までの分

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	5月20日(金) 6月3日(金)
第2地区	午後1時30分～3時	第2地区交流プラザ	6月2日(木)
第3地区	午後1時30分～3時	第3地区分館	5月19日(木) 6月9日(木)
第4地区	午前9時30分～11時	第4地区分館	5月18日(水)
第5地区	午後1時30分～3時	轟木集落館	5月26日(木)
蓼池	午前9時30分～11時	蓼池児童館	5月26日(木) 6月2日(木)
花見原	午前9時30分～11時	花見原コミュニティセンター	6月1日(水)
餅原	午前9時30分～11時	餅原研修館	5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	5月18日(水)
下新	午前9時30分～11時	第7地区分館	6月10日(金)
今市	午前9時30分～11時	今市児童館	6月6日(月)
中原	午前9時30分～11時	中原地区コミュニティセンター	5月25日(水) 6月8日(水)
第8地区	午前9時30分～11時	第8地区分館	5月27日(金)
第9地区	午後1時30分～3時	第9地区分館	5月25日(水) 6月8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。
※5月1日～15日の日程は、『広報みまた』先月号をご参照ください。



◎ 今月の表紙

『未来へ』



夢を描いた体育館

本町植木地区に完成した西部地区体育館。建設中の10月18日に地域住民が集まって、梁（はり）の一部に「私の夢」と題して寄せ書きをしました。胸の中にある思いを真剣な表情で描く子どもたちと、それを見守る家族の笑顔。このまちで夢に向かって日々を過ごし、大人になったときにどんな思いでこの寄せ書きを眺めるのでしょうか。

みまた 暮らしのカレンダー

5月1日(日)～6月5日(日)

※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(夜間は都城夜間急病センター☎36-8890まで)。なお歯科については☎25-4100にお問い合わせください。

◎ 5月の予定

1	日	◎はしぐち小児科(小) ☎24-5500(都原町) ◎田口循環器科・内科クリニック(内) ☎24-0600(下川東) ◎大岐医院(内・胃) ☎57-2025(山之口町) ◎メディカルシティ東部病院(外・整) ☎22-2240(立野町) ◎石井皮膚科医院(皮) ☎23-4588(蔵原町) ◎北原医院(産・婦) ☎22-4133(北原町)	
2	月	・可燃物	・図書館休館日
3	火	◎教山内科医院(内・小) ☎62-1205(高崎町) ◎共立医院(内) ☎22-0213(蔵原町) ◎豊栄クリニック(内) ☎39-2525(下長飯町) ◎吉松病院(外・整) ☎25-1500(蔵原町) ◎姉川医院(皮・泌) ☎22-2205(小松原町) ◎西元眼科医院(眼) ☎25-8888(中原町) ・可燃物	・図書館休館日
4	水	◎たけしたこども医院(小) ☎51-0005(三股町) ◎伊達クリニック(内・循) ☎36-7088(牟田町) ◎みしま内科クリニック(内・循) ☎51-8100(三股町) ◎都城フォレストクリニック脳神経外科(脳) ☎80-4313(下川東) ◎倉内整形外科病院(整) ☎22-1252(上 町) ◎中山産婦人科医院(産・婦) ☎23-8815(前田町) ・図書館休館日	
5	木	◎有馬医院(内・小) ☎23-2610(上長飯町) ◎藤元総合病院(内) ☎22-1717(早鈴町) ◎いづみ内科医院(内) ☎22-7111(蔵 尾) ◎とまり内科外科胃腸科医院(内・外・胃) ☎52-1135(三股町) ◎どいクリニック(外・整・内) ☎22-1825(上東町) ◎たき心療内科クリニック(内・心・療) ☎46-9191(若葉町) ・図書館休館日	
6	金	・可燃物	
7	土		
8	日	◎畠中小児科医院(小) ☎52-6000(三股町) ◎柏村内科(内) ☎22-2616(上 町) ◎大橋クリニック(内・消・リウ) ☎37-0539(庄内町) ◎福島外科胃腸科医院(外・胃) ☎38-1633(都北町) ◎小牧病院(整) ☎24-1212(立野町) ◎西浦医院(耳鼻) ☎22-0715(松元町)	
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	◎飯屋医院(内・小) ☎36-0521(上水瀧町) ◎有川呼吸器内科医院(呼吸・内) ☎24-6677(上川東) ◎隅病院(内・胃) ☎62-1100(高崎町) ◎たかお浜田医院(外・内) ☎22-8818(蔵 尾) ◎池之上整形外科(整・リハ・リウ) ☎23-2311(上川東) ◎吹上耳鼻咽喉科医院(耳鼻) ☎21-4133(蔵 尾)	
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		
22	日	◎柳田病院(小・内) ☎22-4862(東 町) ◎ペテスダクリニック(内) ☎22-1700(年見町) ◎瀬ノ口内科放射線科医院(内) ☎25-7780(都原町) ◎三州病院(外・胃・内) ☎22-0230(花繰町) ◎飯田整形外科クリニック(整) ☎46-5115(上 町) ◎丸田病院(産・婦) ☎23-7060(八幡町)	
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) ◎松山医院(内・呼吸・リウ) ☎24-1046(上川東) ◎しげひらクリニック(内) ☎27-5555(神之山町) ◎吉見クリニック(外・整・内) ☎58-5633(高城町) ◎酒井皮膚科医院(皮) ☎25-5322(北原町) ◎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	

◎ 6月の予定

1	水		
2	木		
3	金	・可燃物	
4	土		
5	日	◎富田医院(内・小) ☎23-4586(栄 町) ◎村上循環器内科クリニック(内・心) ☎25-2700(宮丸町) ◎あきづき医院(内・心・内) ☎36-0534(上水瀧町) ◎安藤胃腸科外科医院(消・外・内) ☎39-2226(豊満町) ◎橋病院(整) ☎23-7236(中 町) ◎やの耳鼻咽喉科(耳鼻) ☎27-5222(吉尾町)	

亡くなられた女性のご遺族とその日のうちに会うことができ、その場で謝罪をしました。「まだ状況が理解できていない。感情が追いつかない」それが、その日のお言葉でした。翌日の通夜、葬式にも同わせていただきました。そのときのご遺族の視線、周囲の人々の視線、何より車を見るのが恐ろしくなり、1カ

月ほど家の中に引きこもるような状態になってしまいました。その間、謝罪らしい謝罪をしなかったことが今でも悔やまれます。家族や周囲の支えもあり、立ち直った後すぐに手紙を書きました。しかし、その手紙が逆にご遺族の感情を刺激することになってしまいました。その原因は、私の近況を書いたことでした。今、ご遺族にとってみれば自分の家族を殺した人間の状況など知りたくもないはずです。そんな簡単なことが当時の私には分からず、形だけの自己満足に過ぎない謝罪をしてしまったのです。そんな私でしたが、電話での話し合いや直接お会いしての謝罪を続け、ありがたいことにお墓の場所まで教えていただきました。

※ 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る人たちの懺悔の記録です。

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。

〔(一財)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11位／平成28年2月29日現在(全26市町村中) ※ワースト…悪い方からの順位

税

● 税務財政課からのお知らせ

ください。

● 金融機関など(各支店・各支所)
都城農業協同組合、宮崎銀行、宮崎太陽銀行、都城信用金庫、鹿児島銀行、郵便局、九州労働金庫

● 口座振替ができる町税
町県民税、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税

● 口座振替ができる預貯金の種類
普通預金、当座預金、納税準備預金、通常郵便貯金

● 口座振替の開始月
ご依頼日の翌月または翌々月からの引き落としになります。

● 振替日
毎期25日(金融機関が休みの場合、翌営業日になります)

● 注意事項
毎期25日の翌月10日(金融機関が休みの場合、翌営業日になります)に再振替を行っています。再振替でも引き落としできなかった場合は、町役場窓口で納付してもらうことになります。

■ 問い合わせ＝納税管理係 ☎52-9635

町税の納付は「安心・便利・確実」な口座振替をご利用ください

● 申し込み手続き

- ・口座振替依頼書は町役場税務財政課のほか、町指定金融機関(都城農業協同組合、宮崎銀行など)や郵便局にあります。
- ・金融機関などに「預金通帳」「口座届け出印」をお持ちになり、口座振替依頼書に必要事項を記入のうえ、申し込んで

・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 ・たばこは町内で買ひましょ



「家の中でじっとしているのが嫌いなんですよ。はっきりした口調で話す園田さんは100歳を超えているとは思えないほど元気だ。息子の龍三さんとその家族が同じ敷地に住んでいるが、別棟で一人暮らしを続けている。炊事や洗濯はもちろん、風呂も薪を使って自分で沸かす。長寿の秘訣を尋ねると「自分で作った野菜とたまに飲むワイン、そして

孫やひ孫が遊びに来るのを楽しみに過ごしているからでしょうかね」とほほ笑む。毎日様子を見に来てくれる龍三さんの妻、由喜子さんとの会話も心の支えだという。過去には皮膚がんの発症や骨折、そして娘2人に病気で先立たれるなど、気持ち落ち込んでもあった。そんなときに支えてくれたのもやはり家族だった。「家族がいなければ今の元気はなかったでしょうね」。毎日、家族と食べるための野菜の成長を楽しみにしている。

家族との時間が元気の源

できる限り自分の力で

クローズアップ
まちを支える人たち ⑧5

小鷺巢在住 園田トシエさん(101)

三股文芸

207

「短歌」◆三股短歌会

雪にぬれ精一杯のおもてなしマラソン走者にチョコ配りたり

葉畑 洋子

去る1月24日に行われた第一回またんバノラマまらそんはあいにくの雪となりました。遠くからの参加者もあると聞き、夫と一緒に自前でチョコと黒糖を買って、ゴールで参加者に配りました。

痛む足引きずりながら朝昼晩食堂に急ぐ施設の暮らし

葉畑 トミ子

施設に入所しておかげさまでお世話になっております。ここでの暮らしは規則を守ることが大事で、短歌に歌ったとおりに楽しいです。

わが家の一番星



ライト翼心くん(1歳)

◎平成27年3月4日生まれ
◎ライトデレックさん・千里さんの長男

やんちゃな、つばさくん！でもね、その笑顔を見ると癒されるんだよね♡わが家の大切な宝物だよ☆



中内大惺くん(3歳)

◎平成24年12月25日生まれ
◎なかうちいっせいなかうちいっせいなかうちいっせいな

中内一晴くん(1歳)

◎平成26年10月21日生まれ
◎中内竜太さん・梨詠さんの次男・三男

わが家の一番星

◎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。

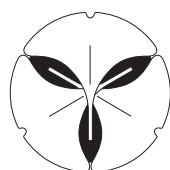
※「わが家の一番星」「ご長寿万歳」の掲載申込書は町役場にあります。また町公式サイトからダウンロードすることもできます。

(町公式サイトアドレス…http://www.town.mimata.lg.jp/)

■問い合わせ 企画政策課 地域政策係 ☎52-1114(直通)

■茶じよけ

熊本地震で被災された皆様からお見舞いを申し上げます▽本号の記事作成中に、普段はマナーモードにしている携帯電話と庁舎の防災アラームが鳴り響き、驚いて飛び上がりました。一人うろたえていると、しばらくして大きな地震が発生。慌ててテレビやインターネットを見ると熊本市内の様子が映し出されていました。建物などの被害はあるものの津波の心配もなく、これまでの大地震ほどの被害ではないだろうと胸をなでおろしたのですが、翌朝目に飛び込んできたニュース映像に目を疑いました。東日本大震災などの復興も終わっていない中で新たな震災に、力を失いかけている人も多いのではないのでしょうか。ですが、「自分ができること」から行動を起こし、みんなの力が少しずつ集まれば、笑顔になれると必ずつくと信じています。失ったものは取り戻せませんが、これから生み出すことはできます。一人一人の元気が集まって、まちは元気になるのです。それでは、またがんそ！へりん！※またがんそ！諸県弁で「またね」という意味。



◎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。江戸時代は鹿兒島藩に属し、明治初年、五戸長を一元として、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「イチヨウ」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／イチヨウ

三股町の人口

平成28年4月1日現在

- ・男／11,737人・女／13,571人・計／25,308人(前月比－101人)
- ・世帯数／9,991戸(+10戸)・出生／16人・死亡／22人
- ・転入／150人・転出／245人

No.549
2016.5

発行・編集／三股町 企画政策課
〒889-1995 宮崎県北諸県郡三股町五本松1番地1
TEL.0986-52-1111(代表) FAX.0986-52-4944
町公式URL…http://www.town.mimata.miyazaki.jp/
町FacebookURL…https://www.facebook.com/mimatatown

旨みの極限

我生庵の『麴の極(どぶろく味噌漬)』を紹介し、塩御殿やどぶろく『みやむら』で有名な我生庵の新品は、どぶろくと無添加みそを混ぜたものに豚肉や鶏肉を漬けたみそ漬肉です。肉の臭みがなく、自然な甘みが特徴です。宮崎空港や「よかもんや」店頭で行った試食販売会でも大好評でした。冷凍での販売です。お土産や贈答用にもおすすめです。



今年もやります!!

ハンドメイド

雑貨やおしゃれアイテムのイベント『しゅしゅぽぼぼマーケットvol.6』6月19日(日)・午前10時～午後4時・よかもんや駐車場と「コミュニティ室」で開催



いい季節じゃな！
連休はどこへ
出掛けるかの？



みまたん駅前よかもん市

■期日 5月22日(日)

■時間 午前8時～10時30分ごろまで

【麴の極(豚)】(1袋100g)・580円、
鶏(1袋140g)・480円／製造者・我生庵

【しゅしゅぽぼぼマーケットvol.6】6月19日(日)・午前10時～午後4時・よかもんや駐車場と「コミュニティ室」で開催

<https://facebook.com/mimata.yokamonya>