



あふれる笑顔は、
 このまちの宝物

妊娠・出産・子育てをサポートするまちへ
ひとりじゃないから

妊娠・出産・子育てに優しいまちづくりを考えます2

まちの話題...10

花と緑と水のまち
 宮崎県 三股町

8

MIMATA

PublicRelations 8 Vol.552



広報みまた 平成28年8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



Fusión de la pasión

TANGO, JAZZ, BOSSA NOVA, etc.

III

音楽は
 時代のかきねを超えて

聴き馴染みのある曲を
 ラテン、ジャズ風スタイルで演奏

Yousuke OHNISHI
 Piano

Cuarteto Nada más y Nada menos
 クアルテット ナダ マス イー ナダ メノス

Yota SAKAMOTO
 Bass

Yoshio AIKAWA
 Guitar

愛川義夫・大西洋介・坂元陽太・谷口潤実

Hiromi TANIGUCHI
 Percussion

■日時/ **9月4日[日]** 午後2時開演 (開場は30分前)
 ■料金/ 一般...1,000円 (当日1,500円)、大学生以下...500円 (当日700円)、ペア...1,500円 (前売のみ)
 ※全席自由 ※未就学児入場無料 ※電話予約・WEB予約可 (三股町立文化会館WEBサイト)
 ※大学生以下は入場の際「学生証」の提示をお願いすることがあります
 ■出演/ 愛川義夫 (Guitar)、大西洋介 (Piano)、坂元陽太 (Bass)、谷口潤実 (Percussion)

作・演出=柴幸男 (ままごと) 舞台美術=杉原邦生 (KUNIO)

自分の思う通りにならない。
 相手の思う通りにできない。

だけど、
 ひとりではいられない。

妥協点P

■日時/ **9月22日[木・祝]** 午後2時開演 (開場は30分前)
 ■料金/ 一般...2,000円 (当日2,500円)、高校生以下...1,000円 (当日同料金)、ペア...3,000円 (前売のみ)
 ※全席自由 ※未就学児入場不可 ※電話予約・WEB予約可 (三股町立文化会館WEBサイト)
 ※大学生以下は入場の際「学生証」の提示をお願いすることがあります
 ■出演/ 劇団うりんこ (牧野和彦、藤本伸江、宮田智康、平山真由美、岩越由花)

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。



妊娠・出産・子育てをサポートするまちへ ひとりじゃないから

人口減少と少子高齢化が全国的な問題となっている現代。その背景には、女性の社会進出に加えて、妊娠や子育てで孤立し、不安を抱える人たちの増加があります。子どもたちの笑顔があふれるまちの未来のために、今回は、妊娠・出産・子育てに優しいまちづくりを考えます。



長男、唯翔くんの誕生で、
毎日が笑顔の中井さん家族

赤ちゃんがほしい

妊娠を望む人の悩み

相談できない孤独な悩み

長田地区在住の中井里佳さん（なかいりか）がご主人と出会い、地元（長田）の愛知県で結婚したのは34歳のときでした。

妊娠・出産のピークを超えていると感じていた中井さんは、すぐに妊娠活動（以下、妊活）を開始。半年後に妊娠していることが分かりましたが、喜びも束の間、赤ちゃんが産声を上げることはありませんでした。

悲しみに暮れる毎日でしたが、またすぐに妊娠できると信じ、妊活を続けました。

過ぎていく時間、増えていく焦り

その後、ご主人が親戚の仕事を手伝うため、夫婦で本町に移住。以前住んでいた都市圏とは違い、このまちでは気さくに声を掛けてくれる地域の人の温かさを感じると思います。

しかし、話のきっかけにまず聴かれる「子どもはまだ？」とい

う言葉。何気ない質問でも、妊娠を望む中井さんにとっては胸が苦しくなる言葉でした。「どこか問題でもあるの？」という周囲の心配の声にも、そのたびに傷つき、妊娠できない自分を責めたといいます。

夫婦共に県外出身のため、相談できる同世代の友人もおらず、悩みを抱え込む毎日が続きました。そして、このままでは時間だけが過ぎていき、年齢を重ねるにつれてますます妊娠しにくくなっていくと考えた中井さん夫婦は、特定不妊治療を受けることにしました。

つらい治療を支えたもの

基礎的な知識はあった不妊治療でしたが、実際に受けると、投薬や注射の副作用、高額な医療費など、負担は予想を上回るものでした。

そして何より、膨らむ期待に對して月経がきたときのショックの大きさ。妊娠をあきらめよ

うとしたこともありましたが、ご主人は治療への協力を積極的に行ってくれました。くじけそうになったときは「大丈夫。もう少し頑張ってみよう。もしもこのまま二人でも楽しく生きていこう」と、優しく支えてくれたことで乗り越えられました。

費用面では、町の特定不妊治療助成があることを知り、経済的な負担も軽減できたことで、安心して治療を受けることができましたと話します。そして5年目で念願の妊娠。元気な男の子を出産することができました。

「今思うと、妊娠への焦りも不妊の要因の一つだったかもしれませんが、つらい時期を支えてくれた主人にはとても感謝しています」と、そばで支えてくれる人の大切さをかみしめています。

そして、同じように不妊で悩む人たちにも、「一人で抱え込まず、積極的に周囲や専門機関に相談して心が楽になってほしい」とメッセージを送ります。

妊娠・子育てに関するアンケート

妊活（育児中の男女126人に、結婚してからの悩み、不安やうれしかったエピソードなどを聴きました。笑顔があふれ、妊娠・子育てをしやすいまちにしていきたいために、私たちにできることは……。一緒に考えてみましょう。

妊活中に感じた悩みや不安

・周囲に「赤ちゃんはまだ？」と言われるのがすごくつらかった。「つくりたいんじゃないや」と心の中で泣いていました。（女性）

・不妊治療中は出口が見えない暗闇にいる気持ちで、友達の妊娠でも快く思えなかった。そんな自分もまた嫌いだっただ。（女性）

・「親がかわいそう」「どちらかに欠陥があるんじゃない？」「もう遅い」など、無神経な発言に周囲の理解不足を感じる。（男性）



妊娠、出産や子育てに不安を抱える人は多いといえます。そんな不安や悩みに寄り添う町の取り組みを紹介します。

親子の触れ合いの場 **子育て支援センター**

町総合福祉センターでは、安定期に入った妊婦さんとその家族を対象に「パパ・ママ教室」を開催しています。教室では、出産育児の講習のあと、人形を使った「沐浴体験」や、パパが7・5歳の妊婦ジャケットを装着し、妊婦の日常を体感する「妊婦体験」などが行われます。この教室では、出産前の事前学習や育児意識の向上の他に、パパ・ママ同士のつながりを広げることも目的の一つです。パパ・ママ同士が、同じように抱えている出産・育児の悩みや不安を相談し合い、「悩んでいるのは私一人じゃない」と感じることで、孤独な悩みは解消できます。他にも、離乳食や育児について学ぶ「もぐもぐ教室」や「すくすく教室」も行っています。また、同センターでは、各種健診・相談のほか、町内全ての新生児や妊産婦を対象に「新生児・妊産婦訪問」なども行っています。助産師や保健師が体重測定や授乳のアドバイスなど、産前・産後の悩みや不安をサポートしますので、気軽にお問い合わせください。

町総合福祉センター「元気の杜」内にある子育て支援センター。午前9時になると、乳幼児とその保護者が続々と集まります。ここでは、親子で楽しく遊ぶほか、参加者同士で交流ができるさまざまな催しが開催されます。また、自主的に親子で交流を図る子育てサークルに活動の場を提供するなどの支援も行っています。

この日は、助産師の西畑久美子さんが主催するミマタチルドレンサークルで「さらしを使った抱っこ講座」が行われました。この抱っこは、両手が使えて便利だけでなく、親子の密着度が増すため赤ちゃんが安心できるといいます。よほど気持ちいいのでしょうか、講座の途中ですやすやと眠る赤ちゃんの姿も。親子の触れ合いを大切にしている西畑さんの講座はお母さんたちに大人気です。

町健康管理センター **パパ・ママ教室**

町健康管理センターでは、安定期に入った妊婦さんとその家族を対象に「パパ・ママ教室」を開催しています。教室では、出産育児の講習のあと、人形を使った「沐浴体験」や、パパが7・5歳の妊婦ジャケットを装着し、妊婦の日常を体感する「妊婦体験」などが行われます。この教室では、出産前の事前学習や育児意識の向上の他に、パパ・ママ同士のつながりを広げることも目的の一つです。パパ・ママ同士が、同じように抱えている出産・育児の悩みや不安を相談し合い、「悩んでいるのは私一人じゃない」と感じることで、孤独な悩みは解消できます。他にも、離乳食や育児について学ぶ「もぐもぐ教室」や「すくすく教室」も行っています。また、同センターでは、各種健診・相談のほか、町内全ての新生児や妊産婦を対象に「新生児・妊産婦訪問」なども行っています。助産師や保健師が体重測定や授乳のアドバイスなど、産前・産後の悩みや不安をサポートしますので、気軽にお問い合わせください。



子育て支援センター職員
河野江利さん(右)
出水光代さん(左)
「子育て中のママは孤立してしまいがち。同じ悩みを持つママ同士の会話で心を軽くしませんか?」

Interview

利用者インタビュー
三宅愛陽さん(夢池在住)
西畑さんの赤ちゃん訪問がきっかけで講座に通うようになりました。育児に役立つ知識が学べるだけでなく、ママ友がたくさんできて相談し合えるので育児の不安が減りました。

健康管理センター保健師
都丸春佳 主任技師
「妊娠や子育ての悩みのほか、普段の健康づくりの相談にも応じますので、気軽にお問い合わせください」

Interview

利用者インタビュー
吉川貴裕さん(夢池在住)
妊婦ジャケットを着てみると予想以上に重く、足元が見えにくいなど、日常生活に支障が出ることを実感しました。妻をサポートしようという気持ちがこれまで以上に強くなりました。

- ・夫が子どもと1日過ごしたら大変さが少しは分かったようで、休日は家事を手伝ってくれるようになりました。(女性)
- ・赤ちゃんの体重が増えなかったとき、母乳の質が悪くないかなと言われた。傷ついた。(女性)
- ・赤ちゃんと24時間子どもに付きっきり。自分の趣味を減らして休みの日は子どもと一緒にいてほしい。1時間でもいいから自分の時間がほしいです。(女性)
- ・仕事は大変だろうけど休みがある。しかし子育てに休みはなし!。(女性)
- ・イライラするのは分かるが、言ってくれないと分からないこともあるので言葉にして伝えてほしい。(男性)
- ・言わなくても、気を利かせて行動してほしい。けど男性に求めちゃいけないと分かっているので本人には言わない。(女性)
- ・好きで残業しているわけじゃない。早く子どもの顔を見たいのに帰れないのです。(男性)
- ・子どもといると「俺の時間がない」と言っけど、母親は常がないんだ。(女性)
- ・店員さんが荷物を運んでくれたり、初対面の人から「楽しんでね」と優しい言葉を掛けてもらえたりするとすごくうれしくなります。(女性)
- ・家事をしたとき、妻からの「ありがとう」「ごめんね」の一言がうれしい。(男性)
- ・ホルモンバランスがくずれしていたためか、睡眠不足のせいか、産後は特に24時間疲れていました。それでも「育児は母親の仕事」という言葉を夫がとると「2人の子どもじゃないのかな」と感じていました。(女性)

妊娠・子育て中のエピソード

専門家に聴く 不妊・子育ての悩み対策 自分の心身の状態を知ってください

県立看護大学 別科助産専攻長
濱崎真由美 准教授

不妊件数と予防

不妊に悩む夫婦は、年々増加しているといわれています。これは、働く女性が増えて晩婚化が進んでいることが要因の一つとして考えられます。出産に最適といわれる25歳を過ぎると、不妊率だけでなく、流産や染色体異常の発生率も増加します。他にも、無理なダイエットや飲酒・喫煙などで、出産に適した体が備わっていない人が多い傾向にあります。食事は特に鉄分を多く取りましょう。三股町特産のゴマも妊娠しやすい体づくりに最適です。将来妊娠を望む人は、こうした知識を早くから身に付け、何歳で出産したいかを20歳位から意識しておくことが大切です。

大切な心のケア

女性の心の状態には女性ホルモンによる周期性が関係し



ます。イライラした日をスケジュール帳などに付けて、自分の心が不安定になる時期を把握しておくとい良いでしょう。そうすることで、家族・上司・友人などの対人関係の悪化を防ぐことができます。また、自分に合ったストレス解消法を見つけることも重要です。たまには、パートナーや地域に頼って、自分の時間をつくるようにしましょう。

周囲の人たちは、不妊や子育てに悩む人から悩みを打ち明けられたら聴き上手に徹してください。アドバイスは逆効果になる場合もありますので、女性の表情を良く見ながら悩みを寄り添う気持ちが大切です。夫から妻への感謝の言葉や、ほめてあげることも「自信」という心の栄養になります。不妊や育児中の女性が「二人じゃない」と感じられることが、悩む人の心を軽くする鍵となります。



地域で子育てをサポート ファミリー・サポート・センターたんぽぽ

急な用事で子どもを預けたいときに、困った経験はありませんか？ そんなときは、「ファミリー・サポート・センターたんぽぽ（以下、ファミサポ）」にご相談ください。援助を受けた「おねがい会員」と、子育てを支援する「まかせて会員」の仲介をファミサポが行います。事前に登録（無料）をすれば、町在住の人なら誰でも会員になれます。

まかせて会員の1人、榎田志穂さんの仕事は陶芸家。幼稚園教諭の資格を持ち、自宅で仕事をやっているため、子育てのサポートができるならと会員登録をしました。榎田さんが預かってきた子どもたちは、保育園などに通うようになって「また遊びに行きたい」とせがむそうです。2人の子どもを預けていた大保めぐみさんは、家で榎田さんのことを楽しそうに話す子どもたちを見て、安心できたといいます。

子どもたちにとっても、私たち大人にとっても、世代を超えて地域がつながることができ、まち全体で子育てを助け合うことができる。それがファミサポです。

Interview

まかせて会員インタビュー
榎田 志穂さん（三原在住）
結婚や出産など、女性としての願望はありますが、仕事が充実しているためあまり悩むことはありません。これまでの経験を生かして地域の子育てに関わることもできているので、つながりが広がっていく毎日が楽しいです。

ファミサポアドバイザー
井上 富美さん
「子育て中のママには、リフレッシュの時間も必要です。登録しておけば心の支えにもなりますよ！」

周囲の人やこれから結婚する人に伝えたいこと

- ・地域活動は大事ですが、長く住んでいる人ほど「こうすべき」という考えが強い。お互いの生活の違いを思いやりながら地域を盛り上げていけたらと思います。（女性）
- ・幸せになるために結婚するのではなく、まず、幸せになつてから結婚してください。（女性）
- ・結婚で人との関わりが広く深くなり、周りに支えてもらっている実感することが増えました。（女性）
- ・「○○してほしい」という要望ではなく、周囲の人の考え方や気持ちを理解しようとすれば、その姿を見た相手もきっと同じようにしてくれるはず。そうした気持ちで家庭から地域に広がっていくことで、自然と自分が住みやすいまちになっていくと思います。（男性）

笑顔があふれるまちに

昨年実施した国勢調査の速報結果で、本町の人口は5年前の調査から610人増加し、これまで45年間増加し続けています。また、15歳未満の年少人口割合が県内で一番高く、「子育て世代が住みやすいまち」といえます。その一方で、不妊や子育てに悩んでいる人が増加している実態もあります。

悩みを抱えている人たちにとっては、周囲に打ち明けられることも、専門機関に相談することもできず、一人で孤立してしまうことが多くあります。そんなとき、最初に支えてあげられるのは、そばにいる私たちです。子育てを優しく支える地域の愛情で、「私は一人じゃない」と感じられるまちには、人のつながりや笑顔が自然とあふれていくはずです。

増やしていく「まちの宝物」

このまちの良さの一つに「地域の関わりが深いこと」があります。一人一人が相手を思い、地域が支え合って生まれる笑顔はこのまちの宝物です。そして、地域の愛情を受けて育った子どもたちもまた、このまちの未来を支えていく宝物です。私たちの手で、このまちの宝物を増やしていきたいです。

不妊専門相談センター「ウイング」
不妊症や流産などの不育症で悩んでいる人は、気軽にご相談ください。助産師、保健師や看護師が無料で相談に応じます。
面接：都城保健所 専用電話：☎090-8912-5331
メール：wing@pref.miyazaki.lg.jp

特定不妊治療費を助成します

【対象者】
①本町に1年以上住み、指定医療機関で体外受精などの特定不妊治療を受けた夫婦
②「宮崎県不妊に悩む方への特定治療費助成金給付」を受けることが決定した人
③町税などの滞納がない人

【助成内容】
初回の治療に限り15万円を上限に助成。その後は1回の治療につき7万5千円を上限に助成します。詳しくは、町健康管理センター（☎52-8481）にお問い合わせください。

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! といふこと尽くしです。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。

8月の旬食材…オクラ

原産地はアフリカで、南国の野菜なので冷蔵庫での保存(5度以下)は向いていません。長期間保存するときは、生のまま冷凍しましょう。

※材料は全て1人分です。

◎主食 ご飯

168kcal 塩分0g
材料 ご飯…100g

◎主菜 夏の肉豆腐

346kcal 塩分1.5g
材料 牛肉…50g、木綿豆腐…100g、タマネギ…50g、トマト…100g、青シソ…2枚、★しょうゆ…大さじ1/2、酒…大さじ1/4、水…大さじ2
作り方 ①牛肉は食べやすい大きさに切る。豆腐は3等角に切る。トマトは湯むきしてザク切りにする。タマネギは薄切りにする。②鍋に調味料★を入れ、火にかけて煮立ったら肉とタマネギを入れる。③肉の色が変わったら豆腐とトマトを入れ、煮汁を絡ませながら7～8分煮る。④千切りにした青シソを飾る。

◎副菜 オクラのすり流し

20kcal 塩分0.7g
材料 オクラ…2本、長イモ…20g、塩…小さじ1/10、薄口しょうゆ…小さじ1/5、だし汁…80ml
作り方 ①かつお節と昆布で濃い目の一番だしを取り、熱いうちに塩と

◎果物 オレンジ

46kcal 塩分0g
材料 オレンジ…100g

◎副菜 ニラとヒジキのピリ辛和え

18kcal 塩分0.7g
材料 芽ヒジキ…4g、ニラ…20g、赤ピーマン…20g、しょうゆ…小さじ1/2、酢…小さじ1/2、ゴマ油…小さじ1/2、豆板醤…小さじ1/10

作り方 ①ボウルに調味料を全て合わせておく。②芽ヒジキは水で戻して茹で、水切る。③ニラは長さ3等分、赤ピーマンは千切りに切り、さつと茹でる。④食べる直前に全部あえる。



しょうゆを加え、氷水で冷やす。②オクラはさつと茹で、縦半分に切り、種を除く。長イモは皮をむいてすりおろす。③ミキサーにオクラと少量のだしを加えて混ぜる。長イモと残りのだし汁を加え、滑らかになるまで混ぜる。

外国語指導助手のコーナー

このまじで最後の夏

また暑い夏がきました。今年の夏は特別です。なぜなら、日本で最後の夏だからです。8月に、母国オーストラリアに帰ることになりました。この蒸し暑い季節がくると、日本にまた来たばかりのことを思い出します。4年前、22歳の私は、どんな所なのかも全然分からないまま、初めて三股町にきました。「みんな優しいかな」「生活はどうなるかな」「すぐく田舎だったらどうしよう」と、心配していました。初めは諸県弁が難しくて全然理解できなかったし、日本語を話す自信が



エドモント・リム

なくて本当に悔しかつたけど、少しずつこのまちが大好きになりました。三股町は花と緑と水の町。でもそれだけではないと思います。確かに上米公園や椎八重公園、長田峡、めがね橋は素敵ですが、私にとって三股町は笑顔のまち。皆さんの笑顔が一番いい思い出になります。いつも優しい笑顔で接してくださってありがとうございます。この4年、本当にお世話になりました。三股町の皆さん、またいつか会いましょう。

青年海外協力隊 in ウガンダ共和国

【第10回】



三股町職員 佐々木 義和



※「Oli otya」は、ルンガ語で「元気ですか」の意味です。

JICA(独立行政法人国際協力機構)は、開発途上国に対して行う資金や技術の協力の一部を担っています。ここウガンダも、日本の協力で建設された道路や水源などが多く存在します。現在もナイル川架橋建設などいくつかのプロジェクトが進行中です。人口が急増しているウガンダのような開発途上国は生活基盤の整備が急務で、日本の技術協力が今後

も不可欠です。そんな中、バングラデシュでの人質テロ事件で交通渋滞緩和のJICAプロジェクト関係者が犠牲となりました。非常に残念で悔しい気持ちです。犠牲者のご冥福を心からお祈りいたします。今後、よりいっそう安全に配慮し、国際協力に関わる1人として、任地への貢献と生きて日本に帰ることを心に誓いました。



子どもたちと平和を祈りました

Weraba(ではまた)!

●小学校巡回公演

6月21・23・24日の3日間、町内6校の小学校を対象に、自主文化事業「小学校巡回公演」を行いました。

これは、地元アーティストの協力のもと、小学生の感受性を育てる目的で音楽と演劇の公演を各年交互に行っている鑑賞教室です。今年も音楽公演の年。本町在住のギタリスト・愛川義夫率いる「三股演奏楽団」が「ルパン三世のテーマ」や「涙そうそう」など、みんな一度は聴いたことのある曲目を演奏しました。また、尺八、沖繩の楽器・三線や世界の打楽器などの紹介もあり、演奏を楽しみながら、いろんな楽器を知ることができました。後半は、子どもたちも参加するポディーパーカッションのコーナー。手足を鳴らして学年ごとに異なるリズムを刻み、音楽で心を通わせました。



梶山小、鑑賞教室の様子



昨年の『Fusión de la pasión II』本番の様子

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

して歌い、音楽を思い切り楽しんだ鑑賞教室となりました。

●本格的なジャズはいかがですか?

9月4日、自主文化事業・音楽公演「Fusión de la Pasión」(フシオン デラ パシオン)Ⅲが行われます。ギタリスト・愛川義夫を中心に、大西洋介(ピアノ)、坂元陽太(ベース)、谷口潤実(パーカッション)の4人による音楽ユニット「クアルテット・ナダマス・イー・ナダ・メノス」のジャズコンサートです。

今年で3回目となるこの公演。今回は「音楽は時代の垣根を超えて」をテーマに「ゴッドファーザーのテーマ」や「与作」など、おなじみの曲をラテン・ジャズスタイルで演奏します。地元宮崎で活躍する4人のアーティストが織りなす本格的なジャズコンサートをお楽しみください。詳しくは、本誌裏面をご覧ください。

●絵本作家のワークショップを開催

8月26日(金)午後3時から、図書館多目的ルームで、絵本作家・高島那生さんのワークショップとおはなし会を開催します。高島さんは「チーター大セール」「カエルのおでかけ」「バナナじけん」「おえかきしりとり」など、子どもも大人も楽しめる絵本を多数出版しています。この事業は、都城広域定住自立圏構想協議会の「夢と感動を広げるおはなしキャラバン巡回公演」として開催され、今年で4回目となります。毎年充実した内容でリピーターも多く、たくさんの方参加でにぎわいます。



前年度のワークショップの様子



山之口中学校職場体験の様子

●県立図書館がもっと身近に

県立図書館では、4月から市町村の図書館に本を毎日発送するサービスを始めました。町立図書館窓口で午前中に県立図書館にある本をリクエストすると、最短で翌日には皆さんの手元に届けることができます。ぜひご利用ください。(休館案内(17ページ)のカレンダー)

Library 図書館
Mimata
©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

●中学生の図書館職場体験

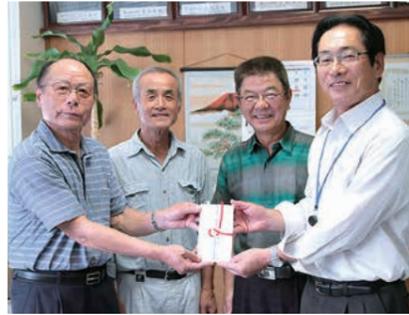
6月28～29日に、都城市立山之口中学校の女子生徒2人、6月30日～7月1日に、都城市立祝吉中学校男子生徒1人、7月7～8日に、三股中学校女子生徒2人が図書館で職場体験を行いました。窓口での本の貸し出し・返却業務や、本を整理して書棚に並べる配架作業、新刊図書の受け付け、本の展示コーナーづくりなどを体験しました。体験を終えた生徒たちは「働くことの苦勞と楽しみの両方を味わうことができました」と話してくれました。



海外派遣団員
米田 藍子さん
(二股中学校3年)

「形式の英語ではなく、現地の人と心がかよってコミュニケーションをのびのびと取りたいです」

それぞれの抱負を胸に 国内海外派遣結団式



パークゴルフ大会
参加者
内村 征生さん
(中米在住)

「チャリティコンペに参加して、被災者の励まし復興の助になればうれしいです」

町パークゴルフ協会 熊本地震被災地に義援金



ぶどうの会 会長
大村 麻里さん
(今市在住)

「子どもたちの心の成長を願い、活動を続けてきた結果が受賞につながり、とてもうれしく思います」

ぶどうの会 文部科学大臣表彰を受賞



「町民の力がまちがきれいになりました。今後はごみ拾いの必要のないまちを目指していきたいです」

「買のの高いさまでまな工芸品は見覚えがありました。華のキーホルダー作りなどの体験ができるのもいいですね」

みんなでまちをきれいに クリーンアップみまた



「盲導犬は色の区別ができないことが多かったので、信号などで困っていたら手助けをしたいと思います」

「賞の高いさまでまな工芸品は見覚えがありました。華のキーホルダー作りなどの体験ができるのもいいですね」

長田小学校児童 盲導犬の役割を学習



つくりびとのカタチ

みまたモノづくりフェア2016

6月17〜19日、みまたモノづくりフェア実行委員会(山下盛親実行委員長、8人)が、町武道体育館で、「みまたモノづくりフェア2016 つくりびとのカタチ」を開催しました。これは、手作り工芸品の良さを多くの人にアピールすることで、本町商工業の振興を図ることを目的としています。今回は、町内11店を含む52店が県内外から参加。陶芸、藍染め、木工家具、ガラス、革製

品などの工芸品の展示・販売が行われ、約1万2千人の人出でにぎわいました。会場内では、数々の卓越した職人技を前に、詰め掛けた観客からため息がもれていました。敷地内には町商工会に所属する5店舗の味が楽しめる「みまたうまいもんコーナー」も開設。料理やコーヒーの香りに誘われて集まった来場者は、地元の味に舌鼓を打ちました。また、三股駅多目的ホールでは、「思いのカタチ」として町文化協会会員による木目込み人形、アメリカンフラワーや押し花などの作品を展示。町物産館よかもんやでは、ハンドメイド雑貨を販売する「しゅしゅぽぽマーケット」も開催され、「ものづくりのまち」をアピールしました。フェア前日には、町内3つの小学校で工芸家によるワークショップを開催。子どもたちは、匠の技を感じ、真剣な表情で作品を完成させました。

「買のの高いさまでまな工芸品は見覚えがありました。華のキーホルダー作りなどの体験ができるのもいいですね」

成人式の実行委員を募集します

町では、平成29年1月5日(木)に開催を予定している「町成人式」の企画・運営を行う実行委員を募集します。自分たちの手で心に残る成人式を作ってみませんか。

性別は問いません。やる気のある皆さんの応募をお待ちしています。

- 募集人数 = 10人程度
- 募集年齢 = 平成29年4月1日までに20歳になる人と19歳になる人
- 内容 =

- ①10月から夜間に数回集まり、成人式の企画・運営方法などを話し合います。※会議の日程は実行委員の都合を考慮して行います。
- ②参加者の中心となって、当日の式典運営を行います。

- 募集締切 = 9月8日(木)
- 問い合わせ = 教育課 生涯学習係 ☎52-9311

町女性団体連絡協議会」の加入団体・加入者を募集します

町女性団体連絡協議会には、現在、町商工会女性部など7団体が加盟しています。男女共同参画社会を目指し、明るく豊かなまちづくりのために、講座・講演会の開催や青少年の健全育成など、さまざまな活動を行っています。

町内に住んでいる女性の皆さん、女性同士で情報交換をするなど、楽しく交流活動をしませんか。団体でも、個人でも大歓迎です。随時受け付けていますので、まずはお問い合わせください。

- 問い合わせ = 教育課 生涯学習係 ☎52-9311

股町文化賞・功労賞」候補者・団体をご推薦ください

町では毎年、町の文化の向上・発展に多大な貢献があり、学術・芸術・技

術・体育の各部門の功績が特に著しい個人や団体を表彰しています。

今年も11月3日(木・祝)の文化の日に表彰式を開催するため、選考準備を進めています。

対象者の年齢は問いません。各部門で、皆さんの周りに素晴らしい功績を挙げた人・団体がいましたら、ぜひ推薦してください。

- 表彰の種類 = 文化賞、功労賞
- 対象部門 = 学術・芸術・技術・体育の4部門
- 表彰範囲 = 町内在住者、出身者または縁故者、町内所在の団体
- 選考方法 = 「文化賞等選考審査会」を設け、審査します。
- 表彰式 = 11月3日(木・祝)
- 提出期限 = 8月31日(水)
- 推薦書の提出先 = 町立文化会館 ※推薦書用紙は町立文化会館にあります。
- 問い合わせ = 町立文化会館 ☎51-3462

なくそう農地の違反転用!

農地転用とは、農地を住宅・工場用地や店舗敷地、駐車場、資材置場、植林(山林)など、農地以外のものにすることをいいます。

農地法では、優良農地を守るために、農地転用の許可書交付を受けることが義務付けられています。

転用するときは、農業委員会に許可申請書を提出して許可を受けてから工事に着手してください。

◆許可を受けずに転用するとどうなりますか?

許可を受けずに農地を無断で転用した場合、または転用許可の事業計画どおりに転用を行っていない場合は、知事から工事中止や原状回復などの命令が出される場合があります。また、3年以下の懲役または300万円以下の罰金、法人は1億円以下の罰金という罰則を適用されることもあります。

◆対象となる農地は?

全ての農地(田・畑・採草放牧地)が転

用許可の対象となります。地目が農地であれば、耕作をしていなくても農地として活用できる状態である限り、農地として扱われます。

◆農地の転用手続き方法は?

転用申請には農地法第4条申請、農地法第5条申請があります。その農地の所在地を管轄する農業委員会に申請書を提出し(※)、知事の許可を受ける必要があります

- ※農地法第4条・・・自分の農地を農地以外に転用する場合
- ※農地法第5条・・・事業者がその農地の売買や賃貸など権利の設定や移転を同時に行って転用する場合
- ※転用手続きには農地法第4条、第5条申請書以外にも必要書類がありますので、詳しくはお問い合わせください。

- 問い合わせ = 町農業委員会 ☎52-9087

当地グルメコンテスト2016 inまつり宮崎」に出店します

県内26市町村が参加する「ご当地グルメコンテスト2016」が8月20日に開催され、本町も町内農畜産物を使ったメニューで出店します。

当日は、都城東高等学校調理科の生徒が考えたレシピのスイーツを販売します。入場は無料で全ブース1食500円です。26市町村の順位を決めるコンテスト投票も行われますので、お時間のある人はぜひお越しください。

- 日時 = 8月20日(土) 午前11時～午後6時
- ※雨天決行、荒天の場合は21日(日)に延期。
- 会場 = MR T ミック 2階 ダイアモンドホール(宮崎市橋通西4丁目6-3)
- ※当日は「まつり宮崎」も開催され、会場周辺は混雑が予想されます。公共交通機関をご利用ください。
- メニュー = 「みまたベジフルケーキ & スムージー・高校生スペシャル」

※ケーキは高校調理科の生徒が考えたプチヴェールを使ったレシピです。

■ 食材 = プチヴェール、マンゴー、イチゴ、ブルーベリーほか

- 問い合わせ = 商工観光係 ☎52-9084

敬老祝い金を支給します

8月下旬から9月上旬にかけて、次の年齢の皆さんを対象に敬老祝い金を支給します。

支給年齢	祝金年額
満80歳(※1)	5,000円
満85歳(※2)	5,000円
満88歳(米寿)	1万円
満90歳(卒寿)	1万円
満95歳	1万円
満99歳(白寿)	1万円
満100歳以上	2万円
最高齢	3万円

対象年齢は平成27年7月2日から平成28年7月1日までの期間の満年齢となります。(基準日 = 7月1日)

(※1) 満80歳の対象者

昭和10年7月2日～昭和11年7月1日が誕生日の人

(※2) 満85歳の対象者

昭和5年7月2日～昭和6年7月1日が誕生日の人

- 問い合わせ = 福祉課 介護高齢者係 ☎52-9062

ツマアカスズメバチにご注意ください

5月10日に、日南市で特定外来生物のツマアカスズメバチが、県内で初めて確認されました。ツマアカスズメバチは樹木の高い位置に巣を作り、主に蜜蜂などの昆虫類を捕食するといわれているため、養蜂業への影響が懸念されています。繁殖と被害を防ぐには早期発見が必要ですので、ツマアカスズメバチの生息や、それを疑う巣を発見した場合は、北諸県農林振興局農畜産課に情報提供をお願いします。

■ 特徴 = 体は全体的に黒っぽく、胴体

の先端がオレンジ色。働きバチは2センチ程度の大きさです。



※出展：環境省ホームページ

- 問い合わせ =

北諸県農林振興局 農畜産課 ☎23-4509・FAX22-7473

都城盆地土地改良区職員採用試験を行います

都城盆地土地改良区は、農業の生産性向上などを目的に、農業用のダムや水路など、さまざまな水利施設の維持・管理などを行う公共法人です。

- 採用区分 = 技術職
- 採用予定人員 = 若干名
- 対象 = 平成元年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた人
- 学歴 = 高等学校卒業程度の学力がある人
- 住居 = 三股町・都城市に住んでいる人、または住む予定の人。
- 資格 =

- ①測量士補または測量士、土木施工管理技士2級または1級、電気主任技術者、ダム管理主任技術者のいずれかの資格を持つ人
 - ②普通自動車運転免許を持つ人。
- ※①②とも、平成29年3月末日までに取得見込みの人を含む

■ 職務内容 = 都城盆地地域の畑地かんがい水利施設(ダム、パイプライン、ファームポンド、揚水機場など)の管理や土地改良事業に係る事務。

【第1次試験】

- 日程 = 10月16日(日) 受付: 午前8時50分～9時15分 試験: 午前9時30分～11時30分
- 場所 = 都城圏地域場産業振興センター(都城市都北町5225番地1)
- 受験申込書などの配布と請求方法 =

町役場産業振興課、都城盆地土地改良区、都城市農産園芸課、都城市各総合支所産業建設課で8月22日から配布します。

- 受付期間 = 8月22日(月)～9月9日(金)の午前9時～午後5時(土曜・日曜を除く)
- 申し込み・問い合わせ = 都城盆地土地改良区事務局 ☎36-6710

無料調停手続き案内」を実施します

都城地区調停協会では、夫婦間や遺産相続などのトラブルに関する調停手続きの相談に応じます。一人で悩まず、気軽にご相談ください。

- 日時 = 8月21日(日) 午前10時～午後3時
- 場所 = 都城市ウェルネス交流プラザ(都城市蔵原町11街区25号)
- 問い合わせ = 都城地区調停協会 ☎23-4131

裁判所の不動産競売をご存知ですか?

裁判所では、個人でも参加可能な「不動産競売」を行っています。競売物件の情報は、裁判所の閲覧室や「BIT」というウェブサイト(<http://bit.sikkou.jp/>)で公開しています。

- 問い合わせ = 宮崎地方裁判所 都城支部 執行係 ☎23-4149

愛のご寄付

平成28年6月1日から6月30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
居田 京子 夫	等	76	下新	3万円
今村ハツミ 夫	勉	84	餅原	3万円
森實 和子 従姉	眞上 眞子	90	三原	5万円
財部 伍夫妻	美佐子	81	勝岡	3万円
横山 ひろ 夫	武久	75	蓼池	3万円
上田サチ子 夫	博昭	82	東原	3万円
萩野 洋子 母	麟シヅエ	91	谷	2万円
桑畑 翔 父	龍三	63	山王原	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＝9月1日(木)

■受付＝午後1時～1時30分

■対象者＝

- ・健診＝平成27年6月、平成28年2月、8月生まれ乳児
- ・相談＝平成27年10月・12月、平成28年4月生まれ乳児

●マザークラス・パパママ教室

■期日＝

- ・パパママ教室＝9月18日(日)午前10時～正午
- ・マザークラス＝9月23日(金)午後1時30分～3時

■持ってくるもの＝母子健康手帳

※軽い体操ができる服装でお越しください。

■申し込み＝健康管理センターにお申し込みください。

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

●友達つろう！一緒にあそぼう！

子育て中のママたちのサークル「いもん子クラブ」と触れ合います。

■期日＝8月18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＝8月23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

●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」による読み聞かせを行います。

■期日＝9月1日(木)

■時間＝午前10時～11時

●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、子育て支援センターに申し込みをしてください。

■期日＝9月7日(水)

■時間＝午後1時30分～開始

■場所＝総合福祉センター「元気の杜」大会議室

■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

●誕生会(8・9月生まれのお友達)

■期日＝9月13日(木)

■時間＝午前10時～11時

■内容＝誕生日のお友達をみんなで祝いましょう。

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

●ファミリー・サポート・センターの

利用助成を始めました

子ども1人1時間あたり200円の利用助成が始まりました。助成後の利用料金は次のとおりです。

利用時間	1時間あたりの利用料
月～金(祝日を除く) 午前7時～午後7時	基準額……………600円 【助成後】……………400円
早朝・夜間および土・日・祝日	基準額……………800円 【助成後】……………600円

※子どもを2人以上預ける場合は、これまでどおり2人目から半額ですが、利用料の助成は1人目だけとなります。

※1時間以上の利用で延長をした場合は、30分以内であれば半額、30分以上は1時間の金額となります。助成額も同様に、30分までは100円、30分以上は200円を助成します。

《会員数(7月1日現在)》

- ・おねがい会員(子育てを手助けしてほしい人)…248人
 - ・まかせて会員(子育てを援助したい人)…60人
 - ・どっちも会員……………31人
- 急な用事や、仕事を始める前に登録(無料)することをお勧めします。今後の心の支えに、きっとなるはずです。

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＝9月12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します。

町民なら誰でも参加できます。運動のできる服装で室内履きを持って、気軽にお越しください。

●熱中症に注意しましょう！

近年、熱中症で緊急搬送される人が増加傾向にあります。熱中症は短い時間で進行する機会が多く、甘くみていると危険です。重症化すれば死に至ることもあります。また、回復しても後遺症が残る可能性もあります。正しい対策を学び、熱中症を予防しましょう。

・熱中症を予防するには

①こまめに水分・塩分を補給する

- ・喉の渇きを感じなくてもこまめに水分補給をしましょう。

②室内環境に注意する

- ・風通しを良くし、扇風機やエアコンを使って室内は温度28℃、湿度60%以下になるように調整しましょう。

③外出のときに準備をする

- ・通気性がよく、汗を吸収発散しやすい衣服を着ましょう。
- ・室外では保冷剤や氷、冷たいタオルなどを利用し、体温を下げるように心掛けましょう。
- ・日傘や帽子を着用し、直射日光を避けましょう。

④体調を整える

- ・気温の変化に対応するためにも、バランスのよい食事、睡眠、休養をしっかりとって規則正しい生活を心掛けましょう。

・熱中症になったときの処置は

①涼しい場所に避難させる。

②衣服を脱がせ、体を冷やす。

③水分・塩分を補給する。

※自力で水を飲めない・意識がない場合は、すぐに救急車を呼びましょう。

Advanced age

高齢者(介護保険)

介護高齢者係からのお知らせ

●介護高齢者係 ☎52-9062

●介護保険料の減免

介護保険料の納付が必要な本人、または代理人の申請により、特に必要があると認められた場合は介護保険料を減額します。

■対象となる人＝以下の(ア)～(キ)の全てに該当する人。

(ア)平成28年度介護保険料所得段階区分が第2段階または第3段階(世帯全員非課税)の人。

(イ)前年中の収入金額の合計額が、次の金額以下の人。

- 1人世帯の場合……………75万円以下
- 2人世帯の場合……………110万円以下
- 3人世帯の場合……………145万円以下

※世帯員が1人増えるごとに35万円を加算、借家に住んでいる場合は別途25万円を加算します

(ウ)住民税課税者と生計を共にしていない人。

(エ)住民税課税者に扶養されていない人。

(オ)住民税課税者から仕送りを受けていない人。

(カ)処分できる不動産を持っていない人。

(キ)世帯の預貯金額が150万円以下の人。

■申請に必要なもの＝

- ・印かん(認め印可)
- ・年金の支払通知書
- ・世帯員の全ての通帳(最新の状況を記帳してください)
- ・全ての収入が分かるもの
- ・健康保険証

■申請期間＝8月1日(月)～8月31日(水)

※土曜・日曜・祝日を除く

■申請場所＝町役場 福祉課窓口

■問い合わせ＝福祉課 介護高齢者係 ☎52-9062

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 Tel.52-8634

●成年後見制度を知っていますか？

判断能力が衰えてくると、財産を管理したり、福祉サービスを利用するための契約をしたりする必要があっても、自分で行うことが難しい場合があります。また、訪問販売などで、よく理解できずに契約してしまい、悪徳商法の被害に遭ってしまうことも考えられます。成年後見制度は、認知症、知的障害、精神障害などで物事を判断する能力が十分でない人に、成年後見人(本人の権利を守る援助者)を選ぶことで、本人を法的に保護・支援する制度です。

【よくある質問】家族がいても成年後見制度は必要ですか？

本人が契約の内容を理解することができない場合など、家族が代わって行うことが慣習として行われていますが、法的には本人と契約したことにはならず、本人に契約を結ぶ能力がない場合には契約は成立しません。ですから、本人に代わって法的に「本人として」契約ができる後見人が必要です。昨今は家族が勝手に本人の預貯金を引き下ろしたり、財産を処分したりするなど、本人の利益に反する「経済的虐待」が増えていることも背景にあります。

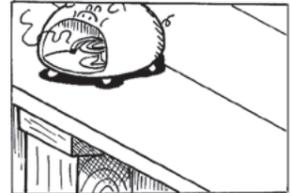
詳しくは、町地域包括支援センター、または、町福祉・消費生活相談センター(☎52-0999)にお問い合わせください。

●足もと元気教室

■日程＝8月15日～9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	8月19日(金)
第2地区	午後1時30分～3時	第2地区交流プラザ	9月1日(木)
第3地区	午後1時30分～3時	第3地区分館	8月25日(木) 9月8日(木)
第4地区	午前9時30分～11時	第4地区分館	8月17日(水)
第5地区	午後1時30分～3時	轟木集落館	8月18日(木)
蓼池	午前9時30分～11時	蓼池児童館	8月18日(木) 9月1日(木)
三原	午後1時30分～3時	三原地区 コミュニティセンター	8月17日(水)
餅原	午前9時30分～11時	餅原研修館	8月22日(月)
今市	午前9時30分～11時	今市児童館	9月5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	8月24日(水) 9月14日(水)
花見原	午前9時30分～11時	花見原地区 コミュニティセンター	9月7日(水)
下新	午前9時30分～11時	第7地区分館	9月9日(金)
第8地区	午前9時30分～11時	第8地区分館	8月26日(金)
第9地区	午後1時30分～3時	第9地区分館	8月24日(水) 9月14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
※8月1日～14日の日程は、「広報みまた7月号」をご参照ください。



◎ 今月の表紙

『たからもの』



笑顔あふれる子育て支援センター

町子育て支援センターに集まる乳幼児と保護者はいつも笑顔。多彩な催しに元気な声が響きます。また、保護者同士のつながりも広がり、子育ての悩みやエピソードなどを話す姿が印象的です。こうして、一つの場所をきっかけにまちの人たちの交流が深まることで、地域で支え合い、増えていく笑顔は、このまちの宝物です。

みまた 暮らしのカレンダー

8月1日(月)～9月11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。

◎ 8月の予定

1	月	・可燃物	・図書館休館日
2	火	・可燃物	
3	水		
4	木		
5	金	・可燃物	
6	土		
7	日	◎たけしたこども医院(小) ☎51-0005(三股町) ◎藤元総合病院(内) ☎22-1717(早幹町) ◎いづみ内科医院(内) ☎22-7111(鷹尾) ◎とまり内外科胃腸科医院(内・外) ☎52-1135(三股町) ◎石井皮膚科医院(皮) ☎23-4588(蔵原町) ◎西元眼科医院(眼) ☎25-8888(中原町)	
8	月	・可燃物	・図書館休館日
9	火	・可燃物	
10	水		
11	木	◎教山内科医院(内・小) ☎62-1205(高崎町) ◎共立医院(内) ☎22-0213(蔵原町) ◎黒松病院(内) ☎38-1120(金田町) ◎都城フォレストクリニック(整形外科) ☎80-4313(下川東) ◎もちお蛸原医院(整形・形成) ☎21-5355(蔵原町) ◎たき心療内科クリニック(心療・精神) ☎46-9191(若葉町) ・白色トレイ・ペットボトル ・図書館休館日	
12	金	・可燃物	
13	土		
14	日	◎飯屋医院(内・小) ☎36-0521(上水瀧町) ◎田口循環器科・内科クリニック(内) ☎24-0600(下川東) ◎宇宿医院(内・胃・消化) ☎25-9031(栄町) ◎はまだクリニック(外・胃・肝) ☎45-2266(祝吉町) ◎どいクリニック(外・胃・内) ☎22-1825(上東町) ◎ふたみ眼科(眼) ☎38-5532(都北町)	
15	月	◎山内小児科医院(小) ☎22-0048(上町) ◎松山医院(内・呼吸・リウ) ☎24-1046(上川東) ◎園田光正内科医院(内) ☎38-5115(太郎坊町) ◎三州病院(外・胃・内) ☎22-0230(花線町) ◎江夏整形外科クリニック(整形・リウ) ☎51-1122(三股町) ◎岩下耳鼻咽喉科(耳鼻) ☎51-1187(三股町) ・可燃物 ・図書館休館日	
16	火	・可燃物	
17	水		・図書館休館日
18	木	・缶・瓶	
19	金	・可燃物	
20	土		

21	日	◎柳田病院(小・内) ☎22-4862(東町) ◎伊達クリニック(内・補) ☎36-7088(牟田町) ◎隅病院(内・補) ☎62-1100(高崎町) ◎吉松病院(外・整) ☎25-1500(蔵原町) ◎姉川医院(皮・泌) ☎22-2205(小松原町) ◎中山産婦人科医院(産・婦) ☎23-8815(前田町)	
22	月	・可燃物	・図書館休館日
23	火	・可燃物	
24	水		
25	木	・不燃物	
26	金	・可燃物	
27	土		
28	日	◎はしがち小児科(小) ☎24-5500(都原町) ◎おおくぼクリニック(内) ☎26-1500(千町) ◎大橋クリニック(内・消・リハ) ☎37-0539(庄内町) ◎たかお浜田医院(外・内) ☎22-8818(鷹尾) ◎小牧病院(整) ☎24-1212(立野町) ◎小山田眼科医院(眼) ☎22-0710(松元町)	
29	月	・可燃物	・図書館休館日
30	火	・可燃物	
31	水		

◎ 9月の予定

1	木		
2	金	・可燃物	
3	土		
4	日	◎有馬医院(内・小) ☎23-2610(上長崎町) ◎柏村内科(内) ☎22-2616(上町) ◎瀬ノ口内科放射線科医院(内) ☎25-7780(都原町) ◎福島外科胃腸科医院(外・胃) ☎38-1633(都北町) ◎酒井皮膚科医院(皮) ☎25-5322(北原町) ◎西浦医院(耳鼻) ☎22-0715(松元町)	
5	月	・可燃物	・図書館休館日
6	火	・可燃物	
7	水		
8	木	・白色トレイ・ペットボトル	
9	金	・可燃物	
10	土		
11	日	◎久保原田中医院(内・小) ☎22-7700(久保原町) ◎有川呼吸器内科医院(呼吸・内) ☎24-6677(上川東) ◎あきづき医院(内・心内) ☎36-0534(上水瀧町) ◎吉見クリニック(外・整・内) ☎58-5633(高城町) ◎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(鷹尾)	

交通事故はもうたくさん…… 贖いの日々 (全2回)

自分をもっと変えるか②

(前号より)

事故後、現場で被害者の方が亡くなられたことを知り、胸が張り裂けそうになり大変申し訳なく取り返しのつかないことをしてしまったと思い、自首することを決心しました。

自首までの日々は私にとって地獄でした。罪悪感に襲われ、被害者の方がどうなったかが気になって心配で、正直なところ一睡も出来なかったのも事実です。何度早く警察に行かなければと思ったことか。妻にも話さなければと何度思ったことか。しかし、私は被害者の死を知るまでその行動に出ることができない意気地のない弱い人間でした。その後、保釈により3カ月ほど出させていただき、4～5回謝罪と墓前の焼香に伺わせていただきました。今でも最初に伺ったときに「私の子どもたちは、ひき逃げするような父親は父親とは思わないと言っていますよ」、「自首するまでの2日間どうしていたのですか」と言われたことが頭から離れません。私の卑怯な行動は、お子様の目にも悔しく憎く映ったことと思います。私の不注意な運転で事故を起こし、人としてあるまじき行為により、現場に置き去りにされた被害者の方の悔しさ、憤りははかりしれないものがあると思います。自己中心的な心を恥じ入るばかりです。今後、私自身の責任を果たす

※ 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行っている人たちの悔みの記録です。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、心の戒めにさせていただきたいと思えます。〔(一財)東京交通安全協会提供〕

とともに、生涯をかけて、真の償いをしていかなければならないと考えます。何をもちて償いとするのか、市原刑務所に入所以来考えてきました。改善指導、被害者ご遺族の方の生の声を聞かせていただき、「自分自身を変えること」が償いだと思付きました。このことが償いの出発点でもあると思います。受刑の現実は今までの自分の考え、方行動の結果です。自分の犯した罪を反省し、ご遺族の多岐にわたるつらい悲しみを肝に銘じ、墓前に立てる人間となるよう受刑生活において、自分自身を変えることでご遺族の苦しみ、辛さを少しでも和らげられるものと思っています。(完)

54歳 会社員

交通事故(人身)発生ワースト順位 ◎県内第7位 / 平成28年5月31日現在(全26市町村中) ※ワースト…悪い方からの順位

税

8月31日(水)は納期限です

- 町県民税(第2期)
 - 国民健康保険税(第2期)
- 口座振替は8月25日(木)が振替日です。24日(水)までに預貯金口座の残高確認をお願いします。また、再振替日は9月12日(月)です。
- 問い合わせ=納税管理係 ☎52-9635

納期内納付にご協力ください

納税の本来の姿は、定められた納期限までに、納税義務者が税金を自主的に納めることです。仮に、定められた納期限までに町税を納めず滞納の状態であれば、町は滞納者に対して督促状などを送付し、納税を促すことになります。町税を滞納したままですと、町は納期限内に納めた納税者との公平性を保つため、また町税を確保するために、やむを

● 税務財政課からのお知らせ

滞り滞納者の不動産・給料などの財産を差し押える「滞納処分」を行うこととなります。納期限までに納税者の皆さんが自主的に納めていただきますようお願いいたします。

■ 問い合わせ=特別収納対策係 ☎52-9634

「納税相談」をご利用ください

税金は納期限内に納めていただくことが原則ですが、「やむを得ない特別な事情があって納期限内に納税できない」「一度に納めることが難しい」といった場合には、印かんをお持ちになり、ご相談ください。早めの納税相談は分割納付などにおいて納付期間や金額に余裕を持つことができます。また納税について分からないことがある場合も気軽にご相談ください。

■ 問い合わせ=特別収納対策係 ☎52-9634

・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



笑顔を生み出す三味線

心弾む、みんなの場所

公 民館に三味線の音色と笑い声が響く。「地域のつながりと健康づくりの輪が広がれば」と、8地区三味線同好会を始めたのは15年前。指先を使うため脳の活性化に役立つと考えたのがきっかけだった。長めの休憩で弾む会話も楽しみの一つ。普段の悩みなどを話したあとは、皆すっきりした表情になる。認知症の兆候があった参加者は3カ月で回

復したという。そんな姿を見ると、自身の心も晴れる。そのうち、福祉施設などから演奏依頼がくるようになった。慰問では、民謡だけでなく手遊び歌も交えて童謡や歌謡曲などを入所者と一緒に歌う。ときにはリクエストが相次ぎ、30分の予定が90分になることも。「長い演奏は疲れませんが、参加者の目が輝きますと元気をもらえます」と満面の笑顔。可児さんの奏でる三味線は、音楽だけでなく地域に笑顔を生み出している。

クローズアップ
まちを支える人たち ⑧ 稗田在住 可児由紀子さん(68)

わが家の一番星



おかばやし かなれ
岡林華成ちゃん(2歳)
◎平成26年7月14日生まれ
◎岡林竜次さん・くるみさんの長女



とくどめ そういちろう
徳留蒼一郎くん(0歳)
◎平成28年2月21日生まれ
◎徳留歩澄さん・愛恵さんの長男

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)

■茶しよけ

本号の特集のテーマは「妊娠・子育て」。町保健師との話で、特定不妊治療助成の申請件数が増加していることを知ったのがきっかけでした。関係機関に取材し、生の声を聴こうと、既婚者の皆さんにアンケートを実施しました。その結果、約半数は不妊で悩んだことがあるという回答に驚きました。そして、その心の傷は私の想像よりも深く、焦りや不安で孤独に陥っていることも思い知らされました。不妊に限らず、自分経験がないことであれば悩む人の気持ちに気付く

「またね」という意味。

三股文芸

210

「短歌」◆三股短歌会

亡き母がロザンさんでいた「ふるさと」を今も聴きたび胸熱くなり

原田 恵津子

病に倒れてベッド上の生活だった実家の母は気分が良いときよく歌っていました。何十年たっても忘れることはありません。

もぎたてのトマトを食べれば謎き日の古里の夏つつましくあり

三浦 好子

もぎたてのトマトの香りは、戦後の貧しくとも豊かな日々を生きていた子どもころの夏を思い出します。

◎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」と古書にあつて、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7月1日現在

- ・男/11,740人・女/13,595人・計/25,335人(前月比+7人)
- ・世帯数/10,013戸(+17戸)・出生/17人・死亡/18人
- ・転入/75人・転出/67人

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
TEL0986-52-1111(代表) FAX0986-52-4944
町公式URL… <http://www.town.mimata.miyazaki.jp/>
町FacebookURL… <https://www.facebook.com/mimatatown>

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46回



夏季限定!かき氷始めました

青葉食堂の「かき氷」を紹介します。よかもんや店内にある惣菜と弁当の店「青葉食堂」が作る、暑い夏にぴったりのかき氷です。定番のイチゴ味の他に、自家製のシソのシロップを使ったシソ味もあります。そして一番人気は、冷凍フルーツと自家製あずきや特製シロップをかけた「しろくま」です。暑い夏の期間限定商品です。涼しい店内にも飲食スペースがありますので、ぜひご利用ください。



夏バテ対策に!

百姓屋の「食べる甘酒」を紹介します。冬の飲み物と思われがちな甘酒ですが、飲む点滴といわれるほど栄養が豊富で、特に食物繊維やブドウ糖が、夏の疲れの回復をサポートしてくれるといわれています。おすすめの食べ方は、手軽に効率よく栄養を吸収するためにスプーン1杯そのまま食べる方法です。白(もち米)・赤(黒米)の2種類があります。



【かき氷】200円/販売・青葉食堂/販売期間:7月~9月ごろまで

【食べる甘酒】1パック・250円/冷蔵販売/製造者・百姓屋

みまたん駅前よかもん市

■期日 8月28日(日)

■時間 午前8時~10時30分ごろまで



三股町物産館 **よかもん市**
〒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

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