

1秒でも早く!



防災特集  
**個々から始まる  
 地域防災**  
 ~防災意識の在り方を考える~ .....2

MIMATA PublicRelations 9 Vol.553

広報みまた 平成28年9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



作・演出=柴幸男(ままと) 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。

ただ、  
 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)  
 ※高校生以下は入場の際「学生証」の提示をお願いいたします  
 ■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)

温故知新  
 管弦楽人

# Innovation

—Again(再び)—

■日時/ 10月13日[木] 19時開演(開場は30分前)  
 ■料金/ 一般...2,000円(当日同料金)、大学生以下...1,000円(当日同料金)、ペア...3,000円(前売のみ)  
 ※全席自由 ※未就学児入場無料(親子室使用可) ※電話予約可 ※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  
 ※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  
 ■出演/ 温故知新:石井秀弦(津軽三味線)、上之園謙治(ドラムス・パーカッション)  
 管弦楽人:坂田梁山(尺八)、坂田美子(薩摩琵琶)、稲葉美和(箏)、加藤武雄(キーボード・アレンジ)  
 ■プログラム/ オリジナル、民謡、昭和歌謡からお届けします

静にして、動  
 大胆にして、精緻  
 厳かにして、奔放に

町民参加型演劇

# おはようわか町

Good morning, our town MIMATA

昔そこにあった暮らし  
 今ここにある暮らし  
 昔そこにいたあの人  
 今ここにいるあなたとわたし  
 みんなが  
 三股の今日をつくらっている  
 わたしも  
 明日の三股をつくらっていく

■日時/ 11月26日[土]・27日[日] ※2回公演  
 26日[土]:午後7時開演・27日[日]:午後2時開演 (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)  
 ※日時指定・全席自由 ※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」の提示をお願いいたします。  
 ■出演/ 公募で集まった町民29人、演劇ワークショップみまた座13期生11人、劇団こぶく劇場ほか  
 ■原作/ ソートン・ワイルダー「わが町」 ■構成・演出/ 永山智行(劇団こぶく劇場)

# 個々から始まる 地域防災

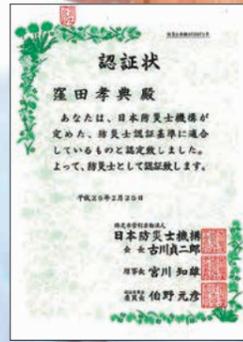
～防災意識の在り方を考える～

防災特集



防災教育を行う窪田教諭

防災士…特定非営利法人(NPO)日本防災士機構が認定する民間資格。災害発生時の減災や防災意識の啓発など、地域防災のリーダーを養成する目的で設立された。



は、左右に大きく揺れるカーポートや天井の看板に命の危険を感じ、すぐにテーブルの下に身を隠してしがみつきました。

陳列されていた商品が次々倒れる音と空港内に響き渡る悲鳴の中、真っ先に浮かんだのは生徒たちの安否です。しかし、激しい揺れに身動きを取ることすらできず、ただ全員の無事を祈るしかありませんでした。

ほどなくして揺れは収まり、生徒全員の無事を確認すると、一気に全身の力が抜けたといいます。

その後も余震が2時間続き、おびえる生徒たちを落ち着かせることに必死でした。この地震が、国内観測史上最大の東日本大震災だったことを

知ったのは、しばらくたってからのことでした。

その後、各便の欠航が相次ぐなか、予定していた熊本空港行きの際は運よく離陸することができ、学校に到着して初めて緊張と恐怖から開放されました。

### 痛感した防災意識の必要性

窪田教諭は、被災する以前にも教師という職業柄、防災や人命救助に関する講習を何度も受けていました。また、阪神・淡路大震災の被災者から体験談などを直接聴く機会もあり、自然災害の恐ろしさや災害発生後の対処法などを教育現場や家庭などで話してきました。それに加えて、自身

の被災体験。いつ起こるか分からない災害に対して、普段の生活から防災意識を持つておくことの必要性を痛感したといいます。そして、教育現場や家庭で災害の怖さを伝えたいと思っていたところ、防災士資格があることを知り、より多くの知識を得るために受験。研修や課題レポートの提出を経て筆記試験にも合格し、防災士資格を取得しました。

### 自分だからできる防災教育

防災士として得た知識、また被災者としての経験を生かし、窪田教諭は、普段の生活の中でも災害の怖さを伝える努力を惜しみません。三股中学校では、昭和44年に土砂崩れで生徒4人が生き埋めとなって死亡する事故が発生。以来、追悼集会が毎年行われています。

この集会をはじめ、顧問を務める吹奏楽部の活動時など、さまざまな場面で生徒たちに「今、大地震が起きたら避難経路はどこにあるか」「家族と連絡をとる手段は」と問い掛けます。災害発生直後、まずは自分が助かること(自助)、次に、近くの人と助け合うこと(共助)、それから、行政などの救助や支援(公助)を待つことが災害の犠牲者を減らす第一歩だと強く訴えています。「生徒たちは自然災害の怖さを、ニュースなどで知ってはいますが、

毎年、九州地方を中心に上陸する台風に加え、近年ではゲリラ豪雨や地震などの自然災害が猛威をふるっています。こうした中、全国で防災士の資格を取得する人が増加しつつあります。今回は、本町で防災士の資格を持つ中学教諭の思いから、防災意識の在り方を考えます。

### きっかけは自身の被災

三股中学校に勤務する窪田孝典教諭は、防災に対する知識を深めなければならぬと強く感じ、2年前に防災士の資格を取得しました。そのきっかけは、自らが東日本大震災の恐怖を体験したことでした。

平成23年3月。当時勤務していた西米良中学校の修学旅行に、窪田教諭は担任として同行していました。行き先は、西米良村の友好都市である岩手県遠野市。現地では有意義な修学旅行を終えた一行は、最終日の11日、帰路に着くため羽田空港に到着。搭乗を待つ間は買い物などの自由行動となり、生徒たちは思い思いに分散していきました。

そして午後2時46分。突然、空港全体が大きな揺れに襲われました。カフェにいた窪田教諭

被災経験はないので、どこか現実味がありません。被災経験者の私だからこそできる防災教育があると思っています。日常から災害を意識しておくことで、東日本大震災での釜石市のような結果が生まれるのだと思います」と、万が一の災害発生にも、一人一人の防災意識で全ての命が助かるよう、日々教えています。



昭和44年6月に勝岡地区で発生した土砂崩れを伝える、当時の広報みまた。この土砂崩れで三股中学校の女子生徒4人の尊い命が奪われた。



被災した鶏住居(うすのまい)小学校  
写真提供: 釜石市

### 「釜石の出来事(釜石の奇跡)」

釜石市は、昭和三陸地震(昭和8年)やチリ地震(昭和35年)などの津波で大きな被害を受けた経験があった。そのため、同市では、自分の命を守ることの重要性や津波の恐ろしさを伝える防災教育を実施してきたほか、「想定を信じるな」、「最善を尽くせ」、「率先避難者たれ」という「津波避難の3原則」を強く訴えてきた。こうして積み重ねられてきた防災教育が実を結び、釜石市の小中学生のほとんどが津波から避難をして助かることができた。※内閣府「防災白書」より抜粋・要約

# 防災士って何？

防災士は、地域の防災リーダーを養成するために特定非営利活動法人日本防災士機構が認定する民間資格です。特別な権限や義務はありませんが、突然発生する災害や、日ごろの防災意識の啓発に、その力を発揮します。地域に防災士が増えていけば、自然災害による被害を最小限に食い止めることが可能になります。



## 9月は防災月間です

毎年9月1日は「防災の日」と定められていて、9月は「防災月間」となっています。これは、大正12年9月1日に発生した関東大震災にちなんで、大規模災害から学んだ教訓を忘れず、日ごろから防災への心構えをしておくためのものです。

本町が影響を受けやすい自然災害といえば、風水害があります。そして9月は台風の上陸が多くなる時期です。平成17年9月上旬に発生した台風14号は、非常に強い風や大雨などをもたらし、甚大な被害を与えました。梶山地区では、高さ15m、幅30mの土砂崩れが発生。住宅1棟が押し流され、2人の尊い命が奪われました。また、同23年1月26日には、霧島連山の一つ、新燃岳が噴火。その噴煙は、火口縁上1500mまで上り、町全域は火山灰に覆われました。膨大な降灰の除去作業に多くの費用と時間を費やし、農作物などへの被害は甚大なものでした。

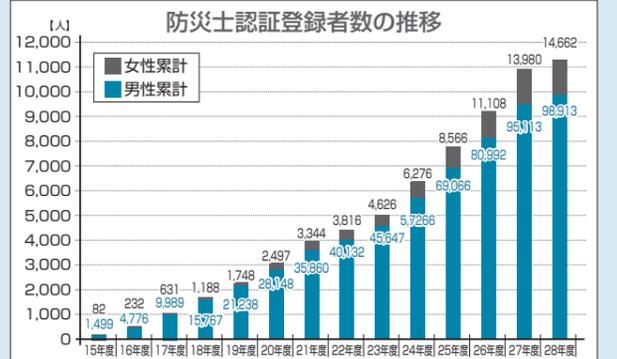
自然災害は、いつ発生するか分かりません。平和な日常を突然襲う災害からの被害を最小限に食い止めるのは、私たち一人一人の防災意識と日ごろの備えです。災害備蓄品の確認、家屋の老朽化対策や家族との連絡手段など、あらゆる災害を想定した準備を心掛けておきましょう。

## 防災士資格取得までの流れ

- 7月～9月上旬** 宮崎県地域防災士養成研修（基礎コース）受講：1日間 ※受講料無料
- 基礎コース終了時** 防災士資格取得試験受験申込書（兼専門コース受講申込書）提出 ※防災士教本と課題レポートを配布します ※受験料3,000円（町の助成制度あり）
- 10月～12月** 課題レポートを事務局へ提出 ※提出期限は基礎コース会場ごとに異なります
- 1月下旬～2月上旬** 宮崎県防災士養成研修（専門コース）受講：2日間 ※2日目の最後に防災士資格取得試験を受験
- 2月～3月** 合格通知受領 ※この日までに、自治体、消防署などが主催する「救急救命講習」を受け、その修了証を取得しておく必要があります ※登録料5,000円（町の助成制度あり）
- 5月** 防災士認証状交付式

※本年度の受講申し込みは終了しました。  
※警察・消防職員、消防団員などは、講座の受講に際して免除規定があります。  
※詳しくは、町役場 総務課 危機管理係 ☎52-1110までお問い合わせください。

防災士認証登録者数  
**11万3,575人**が、全国で活躍中  
※平成28年7月末日時点  
7月の防災士認証登録者数 **975人**



九州の県別防災士認証者数 ※平成28年7月末現在

1	大分県	7,642人
2	宮崎県	3,154人
3	福岡県	3,041人
4	熊本県	1,124人
5	長崎県	1,093人
6	鹿児島県	1,041人
7	佐賀県	950人
8	沖縄県	275人

災害だけでなく、急病人が出たときなどにも役立つ資格だよ



平成17年9月に、累積雨量732mmを観測した台風14号で土砂崩れが発生。住宅をのみこみ、2人の尊い命が奪われた。

町消防団  
**朝倉勝昭** 団長



消防団は、火災時の出動のイメージが強いと思いますが、台風などの自然災害発生にも真っ先に初期対応を行う自衛組織です。団員は会社員や農業者など、それぞれに仕事を持ちながら活動しています。日ごろから訓練を行っています。自助・共助・公助で地域が一体となって被害を最小限に食い止められます。町民の皆さんのご協力をお願いします。

総務課危機管理係  
**馬場勝裕** 係長



町は、急な災害に備えて日ごろから訓練を行い、備蓄品などを準備していますが、町全体に被害が及ぶような自然災害が発生すれば、その機能は麻痺してしまいます。そんなときにまちを支える力となるのは、町民の皆さん一人一人の助け合いです。台風やゲリラ豪雨が懸念され、過去には死者を出す悲惨な土砂災害も発生しています。日ごろから、まち全体で防災意識を高めていきたいと思います。

## 地域を守る、個々の防災意識

台風をはじめ、落雷や地震などの自然災害を、私たち人間の力で防ぐことはできません。しかし、過去の教訓を生かし、災害に対する知識を身に付けることで、災害を最小限に食い止めることはできます。

窪田教諭は、防災士の資格と自身の経験を生かして子どもたちの防災教育に努め、若宮さんは、家族や地域を守りたいと、今年、防災士の資格に挑戦します。こうした一人一人の思いが地域に根差し、防災意識が高まれば、災害に強いまちをつくることのできるのです。資格を取ることが難しい人は、基礎コースだけの受講や救命救急講習を受講するだけでも「もしものとき」の備えになります。地域に被害が出なければ、自然災害は「自然現象」ととどまるのです。まずは、自分自身が生き延びること（自助）・隣にいる人と助け合うこと（共助）・行政などの救助や支援（公助）の三つが、しっかりと機能することです。この機会に、災害が起きたときのことを、家族や地域で話し合ってみてください。私たちが笑顔で過ごしている今日は、災害が起こる前日かもしれません。地域や家族、そして私たち一人一人の命を守るには、個々の防災意識なのです。

防災士を受験する  
**若宮廣志** さん（東植木在住）



震災のニュースを見るたびに、「災害が発生する前に防災の知識を身に付けておかなければ」と感じていました。そんなとき、町からのお知らせで防災士の試験があることを知り、受験を決意しました。もしものときに地域の力になれるよう、しっかり学びたいと思います。

Information  
**災害に便乗した詐欺や悪質商法にご注意ください**

震災などに便乗し、自治体や防災士をかたった義援金詐欺・悪質商法が多発しています。怪しいと感じたら、町福祉・消費生活相談センター（☎52-0999）までご連絡ください。

《主な事例》  
・耐震リフォーム詐欺・義援金詐欺・防犯グッズ商法 など  
※義援金や防災の備えは、地元の信頼できる団体・業者に依頼しましょう。

# ただ今、実施中！ 特定健康診査・特定保健指導を 受けましょう

町では、6月から特定健康診査・後期高齢者健康診査（集団健診・個別健診）を実施しています。健診を受けて結果を確認し、生活を振り返ることで、生活習慣病を予防しましょう。



## 健診を受ける

健診は、各地区分館などで受診する集団健診と、指定医療機関で受診する個別健診があります。

対象者には、受診票を郵送していただきます。受診するときは、必ず保険証と受診票（横長の二つ折り）をお持ちください。

## ● 特定健康診査の対象者

- 40歳から74歳までの町国民健康保険の加入者。
- 健康診査期間中に社会保険などに加入した人は受診できません。
- 本年度、町国民健康保険に加入した人で、特定健診受診票が届いていない人は、町役場国保年金係までご連絡ください。

## 特定健診は、 受けた後が大切です

特定健診の目的は、心筋梗塞や脳卒中の前兆となる『メタボリックシンドローム』を早期に発見して、その予防に取り組むことです。

健診を受けて、結果を確認し、生活を振り返ることで、生活習慣病の予防につながります。

そこで、今年から、結果票を直接返し、健診結果を皆さんの生活に生かしてもらうための健診結果説明会を行います。また、保健指導の対象となった人には「健康おうえん教室（特定保健指導）」を行います。

健診を受けた会場ごとに日程が異なりますので、「表2」をご確認ください。

## 健診結果説明会

### 《対象》

- 体重（BMI）または腹囲が基準値未満の人
- 結果が異常なしの人
- 高血圧症、糖尿病、脂質異常症の治療で薬を服用している人

### 《内容》

- 結果票の返却
- 保健師・管理栄養士による結果票の見方の説明
- 追加した検査項目の説明
- 生活改善のヒント

※健診結果説明会は2日間あります

## 健康おうえん教室 （特定保健指導）

### 《対象》

体重（BMI）または腹囲が基準値以上であることに加えて、血圧、血糖、脂質のいずれかが基準値以上の人。

### 《内容》

専門のスタッフ（保健師、管理栄養士、健康運動指導士）が、生活改善を6カ月間サポートします。全教室無料です。

### 1 初回面接

（必須・健診結果説明会同日に実施）

- 結果票の見方の説明
  - 生活の見直しポイント
  - 生活改善のためのプラン作成
- ※初回面接を受けていない人は、支援や教室に参加できません。

### 2 運動支援

9月～平成29年2月の間で2週間に1回程度の運動教室を行います。希望の日だけの参加も可能です。健康運動指導士が家庭でも手軽にできる効果の高い運動を実践指導します。



● 「健康おうえん教室」は代理人が参加することはできませんので、ご了承ください。

### 3 中間支援

初回面接からおおよそ3カ月後に腹囲、体重（血圧）を測定します。初回面接で作成したプランを継続できているか確認し、必要に応じて見直しをします。

### 4 血液検査（希望者）

希望者には、平成29年1月ごろに特定健診と同じ項目の採血を行い、運動や食事療法での効果を確認します。

### 5 最終支援（必須）

初回面接から6カ月後の腹囲、体重（血圧）を測定します。教室終了後もプランを継続できるようにアドバイスを行います。

## ● 後期高齢者健康診査

● 集団健診の日程と場所は「表1」のとおりで料金は無料です。また、集団健診当日に町の肺がん検診を無料で行うことができます。

● 個別健診は、指定の医療機関で10月31日（月）までに受けてください。料金は500円です。町の肺がん検診を受ける人は、別日で集団健診会場へお越しください。

● 町の助成を受けて人間ドックを受診した人や、受診予定の人は特定健康診査を受診できません。

■ 後期高齢者医療保険の加入者

● 集団健診の日程と場所は「表1」のとおりですので、ご確認ください。料金は無料です。

● 個別健診は、指定医療機関で10月31日（月）までに受けてください。料金は無料です。

■ 注意事項 II 指定医療機関以外での健診、追加された項目は全て自己負担になります。

【表1】 集団健診の日程と場所

日	月	時間	場所	対象	分館
8	29	午前9時～10時	山王原	1～10支部	第1地区分館
		午前10時～11時	山王原	11～17支部	
2	金	午前9時～10時	仲町	1～5支部	第2地区交流プラザ
		午前10時～11時	仲町	6～11支部	
5	月	午前9時～10時	上米	全支部	第2地区交流プラザ
		午前10時～11時	中米	全支部	
6	火	午前9時～10時	谷	全支部	第4地区分館
		午前10時～11時	榎田	全支部	
12	月	午前9時～10時	田上	全支部	第4地区分館
		午前10時～11時	梶山	全支部	
13	火	午前9時～10時	東植木	1～6支部	第9地区分館
		午前10時～11時	東植木	7～11支部	
9	14	午前9時～10時	東植木	12～20支部	第9地区分館
		午前10時～11時	西植木	1～6支部	
16	金	午前9時～10時	西植木	7～9支部	第9地区分館
		午前10時～11時	西植木	10～13支部	
23	金	午前9時～10時	轟木・仮屋	全支部	第5地区分館
		午前10時～11時	大野・大八重	全支部	
26	月	午前9時～10時	今市	全支部	第7地区分館
		午前10時～11時	花見原	全支部	
27	火	午前9時～10時	中原	全支部	第7地区分館
		午前10時～11時	上新	全支部	
30	金	午前9時～10時	下新	1～8支部	第7地区分館
		午前10時～11時	下新	9～16支部	
10	16	日	全地区		町健康管理センター
11	20	日	未受診者		町健康管理センター

※対象地区の日時での受診を基本としますが、ほかの地区で受診することもできます。

【表2】 健診結果説明会・健康おうえん教室（特定保健指導）

対象地区	日時	場所
山王原、仲町	10月3日（月） 午前	1 地区分館 または 10月5日（水） 午後 町健康管理センター
上米、中米、谷、榎田	10月7日（金） 午前	2 地区分館 または 10月12日（水） 午後 町健康管理センター
田上、梶山	10月14日（金） 午前	4 地区分館 または 10月17日（月） 午後 町健康管理センター
東植木、西植木	10月20日（木） 午前	9 地区分館 または 12月24日（月） 午後 町健康管理センター
轟木、仮屋、大野、大八重	10月27日（木） 午前	5 地区分館 または 10月31日（月） 午後 町健康管理センター
今市、花見原、中原、上新、下新	10月28日（金） 午前	7 地区分館 または 10月31日（月） 午後 町健康管理センター
全地区	11月14日（月） 午前	町健康管理センター または 11月14日（月） 午後 町健康管理センター
未受診者	12月19日（月） 午後	町健康管理センター

各会場での受付時間：午前10時～11時30分、午後1時30分～3時

# 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。

## 9月の旬食材…キノコ

カルシウム吸収に必要なビタミンDが多く、食物繊維は不溶性、水溶性どちらも豊富です。キノコは洗うと有効成分が損なわれやすく、水っぽくなってしまいます。汚れは濡らしたタオルなどでふき取って使いましょう。※材料は全て1人分です。

### ◎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

### ◎副菜 タマネギのゴマ酢あえ

73キロカロリー 塩分1.2グラム  
材料 タマネギ…1/4個、塩…小さじ1/8、レタス…10グラム、すりゴマ…大さじ1、みりん…小さじ1、酢…大さじ1  
作り方 ①タマネギは薄くスライスして塩をまぶし、軽くもんで絞る。②ゴマ、みりん、酢をあえて、レタスを敷いた器に盛る。

### ◎果物 ブドウ

56キロカロリー 塩分0グラム  
材料 ブドウ…100グラム

### ◎主菜 キノコいっぱいイワシ焼き

208キロカロリー 塩分0.9グラム  
材料 イワシ…1尾、塩こしょう…少々、オリーブ油…小さじ1/2、ミニトマト…2個、オクラ…2本、マイタケ…25グラム、エノキダケ…

25グラム、パセリ…少々、塩…小さじ1/8、オリーブ油…小さじ1/2、パン粉…大さじ1、粉チーズ…小さじ1/3

作り方 ①イワシは背開きにして水気を拭き、軽く塩こしょうをかける。②マイタケとエノキダケは細かいみじん切りにする。③ボウルにキノコと塩を入れてよく混ぜ、水気を絞る。パン粉、粉チーズ、オリーブ油を入れ、よく混ぜる。④イワシにキノコを乗せてはさむ。⑤オーブントースターで15～20分、またはフライパンにオリーブ油を薄くひき、弱～中火で両面こんがり焼く。⑥ミニトマト、オクラもさっと炒めて器に盛りつける。

### ◎副菜 サツマイモのみそ汁

63キロカロリー 塩分1.0グラム  
材料 サツマイモ…30グラム、ニンジン…20グラム、ダイコン…20グラム、細ネギ…少量、だし汁…120グラム、みそ…大さじ1/2  
作り方 ①サツマイモは厚めのいちょう切り、ニンジン、ダイコンは薄めのいちょう切りにする。②だし汁でサツマイモ、ニンジン、ダイコンを軟らかく煮て、みそを溶き入れる。小口切りにした細ネギを散らす。



みまた座13期生試演会・本番の様子



『しょうぼうじどうしゃじぶた』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 三股町大字榊山3404-2  
TEL.51-3462 FAX.51-3561

### ●「もの」の気持ちになってみよう

7月18日、演劇ワークショップがみまた座13期生・試演会『ものものがたり』が行われました。「みまた座」は、毎年6月から3月まで、小中高生を対象に文化会館で行われている演劇講座です。今年で13年目を迎え、11人の子どもたちが参加しています。

この試演会は、活動が始まって最初の舞台となる、お試しの公演です。内容は、子どもたちが「もの」の気持ちになって書いた詩の朗読。古いイヤホンや消しゴム、スマートフォンなどの「もの」の気持ちを想像して書かれた物語はどれも独創的なものでした。観客は、一つ一つの作品を楽しみ、会場はあたたかい拍手に包まれていました。

### ●人形劇でみんな笑顔

7月24日、自主文化事業・劇団道化による人形劇『しょうぼうじどうしゃじぶた』

### ●「劇団道化」は、福岡を拠点に活動している老舗の劇団。国内だけでなく海外の子どもたちにも、たくさんのお芝居を届けている劇団です。今回の作品は、かわいいジープ消防車「じぶた」の物語。もとは絵本が原作で、海外でも子どもから圧倒的な人気を得ている絵本です。公演が始まると、子どもたちはお芝居にくぎ付け。人形の動きや、それを操る俳優の演技に笑ったり、感動したりと楽しい時間を過ごしました。

### ●名古屋の劇団がやって来る

9月22日、名古屋の劇団うりんこによる演劇『妥協点P』が行われます。1973年に8人の若者で立ち上げた劇団で、全国各地で活躍しています。他者と自分、現実と理想、今日と未来、そして自分自身との、妥協点を探す物語。ぜひ、ご来場ください。詳しくは、本誌裏面をご覧ください。

### ●夏休み中の図書館

猛暑の続く夏休み中、涼しい図書館は、連日1000人前後の利用者で大にぎわいでした。人が多くなると、ルールを守らない人が多くなりましたが、利用者の多くは、夏休みの宿題に使う本や図鑑を探したり、学習スペースで宿題をしたり、おはなし会に参加して絵本や工作を楽しんだり、さまざまな時間を過ごしていました。

### ●職場体験学習

毎年7～8月は、職場体験、研修や実習の多い月です。8月2～4日は都城泉ヶ丘高等学校附属中学校2年の女生徒1人、8月17～19日は教職員の10年経過研修として梶山小学校の女性教諭1人が、それぞれ職場体験をしました。返本ポストの返却手続きから始まり、本の配架(返却本を本棚の元にあつた場所に並べる)こと、書庫の整理、本の受け入れなどを熱心になさっていました。ま



職場体験の様子



読み聞かせ相談室の様子

**Library 図書館**  
Mimata  
◎問い合わせ  
三股町立図書館  
〒889-1901 三股町大字榊山3406-8  
TEL.51-3200 FAX.51-3751

### ●絵本の読み聞かせ相談室

7月15～16日に絵本の読み聞かせ相談室を行い、読み聞かせをしていて分からないことや困っていることなどの相談を受け付けました。小学校で読み聞かせボランティアをしている人や親子連れなどが参加し、絵本を手にとったり、絵本の選び方などを相談したりしていました。また、数多くある絵本の中から、図書館職員がおすすめ絵本を選んで一言コメントを付け、対象年齢別に展示紹介しました。

絵本は、子どもも大人も楽しめる作品がたくさんあります。日ごろから絵本選びの相談も窓口で受け付けていますので気軽に声を掛けてください。(休館案内(17時から)のカレンダー)

### 外国語指導助手のコーナー

## ハリエリーは…ハリエリーです

私はハリエリー・クロススタといいます。オーストラリアのメルボルンから来ました。私は三股町に着任した3人の外国語指導助手の一人です。去年メルボルン大学を卒業したばかりです。三股西小学校と三股小学校で英語を教えます。皆さんはオーストラリアに詳しいかわかりませんが、「ウェリビー」という町を知っていますか?そこが私の古里です。この町にあるウェリビーパークは、オーストラリアで有名な観光地です。ここには、大邸宅や特別な動物園があります。

アフリカのサバンナみたいな動物園ですが、柵がなくても対策がしっかりしてあるので安全です。また、バラに取り囲まれた1877年建築の大邸宅があります。多くの結婚式が行われますが、夜には幽霊もよく出るそうです。ウェリビーは「おいしいカフェ」と「親切な町」で有名です。三股町も同じような雰囲気のある町だと感じています。しかし、ここには幽霊が出ないので安心しました。皆さん、これからよろしくお祈りします。



ハリエリー・クロス

### 青年海外協力隊 in ウガンダ共和国



三股町職員 佐々木 義和

8月上旬にアフリカ南部のモザンビークでの研修会に参加してきました。私のように水衛生分野で活動を行っている隊員(通称「水の防衛隊」)を対象としたもので、現在実施中の水衛生分野での技術支援プロジェクト(持続的村落給水・衛生改善プロジェクト)の視察や村人との交流、専門家や各国の隊員との交流を通して非常に多くの学びを得ました。何より、住民へのアプローチ方法など同じ悩みを抱えた仲間との情報共有や議論は今後の大きな励みとなりました。また、モザンビークは海に面した国であり、研修後の食事でウガンダでは食べることのできない海鮮物をお腹いっぱい食べられて本当に幸せでした。この貴重な経験と心の栄養をウガンダの活動に繋げていきます。



井戸建設地で各国の隊員と

Weraba(ではまた)!



「優勝はできませんでしたが、力を合わせてリレーや応援を頑張ったので悔いはありません」  
記録会参加者  
東 楓弥くん  
(三股小6年)

**町小学校水泳記録会 熱戦が繰り広げられる**  
7月26日、町教育委員会と町小学校体育連盟主催による水泳記録会が三股西小学校プールで開催されました。参加した児童は各校を代表する5年生と6年生。自由形や平泳ぎのほか、100メートルリレーなどが行われました。この日は強い日差しが照りつける快晴。児童は定期的に水を浴びるなどして熱中症予防に努めながら、懸命に泳ぐ仲間を応援しました。駆けつけた保護者の声援も児童たちの背中を後押しし、会場は終始熱気に包まれていました。



「地域の皆さんと一緒に、かつて中心市街地だった駅前辺を、また盛り上げていきたい」と思っています。  
みまたん駅前よかもん元氣会  
会長  
大河原 祐さん

**駅前を元気に盛り上げるよかもん元氣会**  
7月30日、町物産館「よかもん元氣会」が主催する「よかもん元氣会」が行われました。来場者は、地域の団体・店舗などが出店する飲食物に舌鼓を打ちながら、ステージで繰り広げられる踊りや演奏などを楽しまれました。また、町商工会女性部企画のゆかたコンテストも開催され、男性・女性・親子の各部門に総勢46人が出場。部門ごとの優勝者が発表されたほか、三股小5年の安藤羽菜さんが総合優勝の栄冠に輝き、大きな拍手が贈られました。



「ストレッチの重要性を学んだので、今後野球の試合や練習に生かしていきたいです」  
講演会参加者  
飛松 ひよりさん  
(三股小6年)

**未来のアスリート育成へ 町スポーツ特別講演会**  
8月5日、町武道体育館で、町体育協会と町スポーツ少年団主催の「スポーツ特別講演会」が行われました。この日は、南九州大学の西村盛正教授が「スポーツとは？」と題して講演。自身の経験をもとに、食やストレッチの重要性、そして素直な気持ちを持つことの大切さを子どもたちに伝えました。現在でもレスリング競技で全日本マスターズ選手権大会優勝などの実績を誇る西村教授の話に、約300人の参加者は熱心に耳を傾けていました。



「昆虫が好きな孫と参加しました。これまで知らなかった昆虫の話が聴けて勉強になりました」  
講演会参加者  
河野 瑛太くん  
鍋倉 裕一さん  
(佐土原町在住)

**昆虫の世界をのぞいてみよう 新聞さんの虫めがね**  
8月7日、田上在住の昆虫写真家、新聞孝さんの講演会「新聞さんの虫めがね 花と虫のものごと」が町立図書館で行われました。私たちの身近に存在する花と虫の日常を、同氏が撮影した写真のスライドを使って説明。普段よく目にする花と昆虫の不思議な世界の話に、集まった約30人の来場者は目を輝かせていました。また、同施設ロビーと三股駅多目的ホールでは写真展も開催。町内外から訪れた来場者は、迫力ある花と虫の世界に見入っていました。



「22年以上在籍した消防団経験は、私の財産になりました。今後は違う形で地域に貢献したいと思っております」  
退団者  
小牧 純七さん  
(轟木在住)

**長年の防災尽力に感謝 退職消防団員に感謝状**  
8月8日、町役場で「退職消防団員に対する感謝状贈呈式」を行いました。町消防団に5年以上在籍し、3月末で退団した11人が対象。式では、西村副町長が感謝の言葉を述べ、一人一人に感謝状を手渡ししました。なお、退団者は次のおりです。敬称略。(内は所属部)  
杉山雅英(本部)、川上勝己(本部)、甲斐広志(1部)、福留和幸(2部)、出水康喜(2部)、園田竜真(3部)、永井祐一郎(4部)、山元博(4部)、小牧純七(5部)、西田敬寛(6部)、嘉藤一春(7部)



**町消防団、訓練の成果を披露 町・都城支部操法大会**



**町消防操法大会**  
7月17日、町消防団(朝倉勝昭団長、160人)は、岩下橋下河川敷で、「第35回三股町消防操法大会」を開催しました。これは、消防技術の向上を目的に2年に1度行われるものです。今年も小型ポンプの部に10隊、小型ポンプ積載車の部に9隊、ポンプ自動車の部(表彰対象外)に3隊が出場。直前の大雨で足場の悪い中で大会となりましたが、出場者は日頃の訓練の成果を存分に発揮しました。大会結果は次のとおりです。  
【小型ポンプの部】優勝 第1部1班、2位 第7部1班、3位 第6部1班  
【小型ポンプ積載車の部】優勝 第2部、2位 第1部、3位 第3部



町大会6連覇、支部大会優勝の第2部

**都城支部操法大会**  
7月31日、都城高崎総合公園多目的広場で、「第42回宮崎県消防協会都城支部消防操法大会」が開催されました。同大会には、町大会で優勝した第1部(小型ポンプの部)、第2部(小型ポンプ積載車の部)と、機動本部(ポンプ自動車の部)が町代表として出場。町大会からさらに訓練を重ね、磨き上げた消防技術を披露しました。結果は第2部が優勝し、機動本部は3位に入賞しました。なお、第2部は、8月27日に宮崎市で開催された県大会に出場。この結果は、10月号でお知らせします。

## 町学校給食会職員採用試験を実施します

町学校給食会(給食センター)職員採用試験を次のとおり実施します。

- 試験期日【第1次試験】＝  
10月16日(日)午前9時試験開始  
※第2次試験は11月20日(日)の予定
- 試験会場＝町総合福祉センター「元気の杜」
- 試験内容＝  
《第1次試験》  
ア.教養試験：一般的知識・知能についての多岐選択式  
イ.作文試験：課題は当日発表  
ウ.面接試験：簡易面接(履歴などの確認)  
※試験中に携帯電話を時計代わりに使用することはできません。

- 《第2次試験》  
ア.面接試験  
イ.健康診断(費用は自己負担)
- 採用職種・人数＝  
①調理従事員…1人  
②給食会事務員…1人
- 受験資格＝昭和61年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた人。調理従事員は調理師免許の資格取得者(取得見込み者含む)に限ります。
- 欠格事項＝次のうちいずれか一つに該当する人は受験できません。

- ア.日本国籍がない人
- イ.成年被後見人または被保佐人(準禁治産者を含む)
- ウ.禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまで、またはその執行を受けることがなくなるまでの人
- エ.日本国憲法のもとに成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党、その他の団体を結成し、またはこれに加入した人

- 受験手続き＝  
①受験申込用紙の請求など  
ア.受験申込用紙の交付場所／町立学校給食センター  
イ.郵便での受験申込用紙の請求方法／町立学校給食センター宛の

封筒の表に「受験申込書請求」と朱書して、140円切手を貼った宛先(受験者)明記の返信用封筒(A4判が入る大きさ)を同封のうえ請求してください。

- ②受験の申し込みなど  
ア.受験申込先：〒889-1901 三股町大字樺山2046番地1 三股町立学校給食センター  
イ.申込手続：所定の受験申込書に必要事項を記入し、6カ月以内に撮影した写真を貼り、受験票となる返信用はがきに宛先(受験者)を明記して52円切手を貼って提出してください。

- ※第2次試験の内容は、第1次試験合格者に通知します。
- 受験申込書の受付期間＝  
9月5日(月)～9月23日(金)  
※土曜日・日曜日・祝日を除く午前8時30分から午後5時まで
- 給与・勤務条件など＝  
①給与：町学校給食会規程に基づいて給料が支給されるほか、期末勤勉手当、通勤手当、扶養手当などを支給。  
②勤務条件・休暇など：勤務時間は1日7時間45分とし、原則として土曜・日曜・祝日は休み。この他に年次休暇、療養・特別休暇などあり。
- 問い合わせ＝  
町立学校給食センター  
☎52-4610

## 町コミュニティバス「くいまーる」運転士を募集します

町内を巡回するコミュニティバス「くいまーる」の運転士を募集します。次の事項を確認し、希望する人は必要書類を提出してください。

- 募集人員＝若干名
- 応募条件＝60歳以下で、大型2種免許または大型免許取得者
- 雇用期間＝平成29年4月1日～平成30年3月31日  
※更新あり(最大65歳まで)
- 勤務時間＝午前6時～午後8時30

- 分の間で交代制勤務
- 賃金＝時給1,050円
- 必要書類＝①履歴書、②運転免許証のコピー、③免許センター発行の運転記録証明書(過去5年分)
- 申込締切＝10月31日(月)
- 申し込み・問い合わせ＝  
総務課 行政係  
☎52-1112

## 文化の祭典「童謡まつり」の参加者を募集します

来年2月11日(土)に開催される「三股町文化の祭典」の第1部「童謡まつり」で、童謡または唱歌を歌う参加者を募集します。「歌いたい」という気持ちがあれば、誰でも参加できます。年齢・性別は問いません。気軽にお申し込みください。

- 申込期限＝9月15日(木)  
※ファクス・郵送可  
※定員は20組で、先着順となります。早めにお申し込みください。
- 参加条件＝  
①2人以上での合唱  
②曲は童謡または唱歌  
※カラオケ不可  
③出演時間を厳守できる人  
④1月下旬の個別リハーサルと2月上旬の全体リハーサルに確実に参加できる人
- その他＝出演時間、リハーサル・本番の日程などは、10月中に連絡します。
- 申し込み・問い合わせ＝  
教育課 文化係(町立文化会館)  
☎51-3462  
FAX51-3561

## 無料体力テストでカラダ年齢を測ってみましょう

毎年好評の体力テストを実施します。このテストは、国の基準に基づいて、自分の体力年齢を計ることができます。自分の体力を数字でチェックし、今後の健康・体力づくりの参考にしましょう。また、体力テスト終了後に卓球交流

会を開催します。体育の日に楽しく汗を流しませんか。

- 日時＝10月10日(月・祝)  
受付開始：午前8時30分  
体力テスト：午前9時～10時  
卓球交流会：午前10時～午後5時
- 場所＝町西部地区体育館
- 体力テストの内容＝握力・上体起こし・長座体前屈・反復横跳び・急歩・立ち幅跳び・20mシャトルランなど
- 募集人員＝70人
- 対象年齢＝20歳以上
- 申込期限＝10月3日(月)  
※電話で申し込みを受け付けます。
- 申し込み・問い合わせ＝  
教育課 スポーツ振興係  
☎52-9312

## 秋の臨時福祉給付金を支給します

臨時福祉給付金は、平成26年4月実施の消費税率引き上げに伴う所得の少ない人への影響を緩和するため、または賃金引き上げの恩恵が及びにくい所得の少ない年金受給者を支援するために給付金を支給するものです。

- 支給対象者＝以下の①～④を全て満たす人。  
①平成28年1月1日、本町に住居登録をしている人  
②平成28度分住民税が非課税の人  
③平成28年度住民税の課税者に扶養されていない人  
④生活保護を受給していない人
- 支給額＝1人につき3,000円
- 受付期間＝  
9月5日(月)～12月22日(木)  
※支給対象になる可能性がある人には、9月上旬に申請書などを送付します。申請書が届いてから手続きをしてください。
- 受付方法＝返信用封筒での郵便申請か、町役場臨時福祉給付金業務室での窓口申請のいずれかの方法で申請してください。
- 加算＝支給対象者のうち、厚生労働省が指定する障害基礎年金や遺族基礎年金などを受給している人には、

一人につき3万円の加算があります。ただし、高齢者向け給付金を受給した人は除きます。

- 問い合わせ＝  
臨時福祉給付金業務室(町役場内)  
☎52-1115・52-1116(直通)  
《厚生労働省給付金専用ダイヤル》  
☎0570-037-192

## 第20回「みまたボランティアまつり」を開催します

「ボランティアとして何かやってみよう。でも、自分にあったボランティアって何だろう？」と日ごろ考えている町民の皆さんに、自分らしいボランティア活動を見つけてもらうことを目的として、「ボランティアまつり」を開催します。さまざまな催しが行われますので、ぜひご来場ください。

- テーマ＝「みまたにひろがれボランティアの輪！」
- 日時＝10月15日(土)午前10時～午後3時30分
- 場所＝総合福祉センター「元気の杜」
- 内容＝ボランティア登録受付、歯科検診、バザー、国際交流、ミニコンサート、各ボランティアの広場、出店(炊出し・創作遊び・環境・茶の湯・手話交流)
- ※当日行うバザーの物品を集めています。ご協力をお願いします[募集締切＝10月7日(金)]。益金は福祉事業に役立てられます。☎52-1246

- 問い合わせ＝  
町社会福祉協議会  
☎52-1246

## 宝くじ助成事業で備品の整備を行いました

財団法人自治総合センターの「宝くじの貢献広報事業」を活用して、東植木自治公民館に音響設備・折りたたみ会議用テーブル・折り椅子の整備助成を行いました。地域コミュニティの活性化や円滑な活動に役立てられます。宝くじ収益金は、市町村の明るい町づくりや環境対策、高齢化対策などの地域

住民の福祉向上に使われています。

- 問い合わせ＝  
企画政策課 地域政策係  
☎52-1114



## 「法の日」無料法律相談を行います

毎年、10月1日は「法の日」です。これにちなんで、法律・人権・裁判手続きなどの無料相談を行います。弁護士、人権擁護委員や裁判所書記官がお話を伺いますので、気軽にご相談ください。

- 日程＝10月7日(金)
- 時間＝  
①午前10時～正午  
②午後1時～3時
- 場所＝都城地方合同庁舎2階会議室(都城市上町、広口交差点そば)
- 問い合わせ＝  
宮崎地方法務局都城支局総務課  
☎22-0490  
宮崎地方裁判所都城支部庶務課  
☎23-4131

## 愛のご寄付

- 寄付者一覧  
平成28年7月1日から7月31日まで  
社会福祉法人 三股町社会福祉協議会
- 忌明寄付

寄付者	続柄	故人名	年齢	地区	金額
かみむら 上村	みつあき 父	あき 昭夫	86	東植木	3万円
とじろ 轟木	よしかず 母	シヅ子	79	梶山	3万円
くまもと 隈元	ゆりこ 母	クニ	86	今市	3万円
おおぞの 大園	ツユ子 夫	ちか 親雄	95	西植木	5万円
くろやま 黒山	ゆき子 子	かつまさ 勝正	50	長田	3万円
おぐら 小倉	幸利 父	さち雄 幸雄	94	下新	5万円
山元	ツキ 夫	秀一郎 秀一郎	80	寺柱	3万円
小島	アサエ 子	ひで 英雄	66	山王原	3万円
松山	茂忠 母	イキ	92	長田	3万円
下石	義廣 母	トシエ	97	谷	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=10月6日(木)
- 受付時間=午後1時～1時30分
- 対象者=

- ・健診=平成27年9月・平成28年3月、7月生まれの乳児
- ・相談=平成27年11月・平成28年1月、5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。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。

●小児救急医療電話相談(＃8000)を利用しましょう

県では、夜間、小児救急患者の保護者などからの電話による相談窓口を設置しています。全国統一の「＃8000」をダイヤルすると、県の相談窓口へ自動転送されます。夜間の子どもの急病のときや、病院へ行ったほうが良いかどうか判断に迷ったときにご利用ください。

■相談電話番号=＃8000

※ダイヤル回線、IP電話などからの場合は、☎0985-35-8855

※相談料は無料です。ただし通話料は利用者負担となります。

■相談時間=毎日午後7時～翌朝午前8時

小児科医の支援体制のもとに看護師が相談に応じます。保護者の目から見て、明らかに緊急を要する急病の場合は、119番をご利用ください。

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

●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」と手遊びや製作などを通して触れ合ひましょう。

- 期日=9月15日(木)
- 時間=午前10時～11時

●多世代交流

生きがいデイサービスを利用している高齢者の皆さんと交流をしましょう。

- 期日=9月20日(火)
- 時間=午前10時30分～

●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=9月27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楽しみましょう。

- 期日=10月6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=10月18日(火)
- 時間=午前10時～(30分)2歳未満が対象  
午前10時30分～(30分)2歳以上が対象
- 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 ☎52-8101

それぞれ、8組限定となります。(ただし、1人で立つ、歩くことが可能な幼児)

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

育児を頑張り過ぎていませんか？地域の人に甘えてみませんか？1人で悩まず、まずは気軽に相談してください。

●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、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。

●まかせて会員を随時募集中です

次回の講習日は平成29年2月8日です。希望する人は、お電話ください。講習日が近くなりましたら、はがきでお知らせします。

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=10月17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。町民であれば、誰でも参加できます。運動しようと思っただけでもなかなかきっかけがない人は、ぜひご参加ください。

●9月は「健康増進普及月間・がん征圧月間」です。

“1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ ～健康寿命をのばそう～”

平均寿命の延びにみられるように近年人口の高齢化、社会生活環境の変化に伴って、糖尿病、心臓病、脳卒中などに代表される生活習慣病の増加が大きな問題となっています。

生活習慣病は日常生活と深く関連していることから、運動習慣の定着や食生活の改善といった健康的な生活習慣を確立することが重要です。

がん検診の目的は、単にがんを見つけることではありません。がん検診による早期発見、早期治療をすることで、がんが治る確率を高めること、がん患者本人の肉体的、精神的、経済的な負担を軽くすることにあります。

がんにかかるということは、患者本人だけの問題ではありません。自分と自分の大切な家族を守るために、定期的ながん検診を受診しましょう。

●9月は「食生活改善普及運動月間」です。

～食事をおいしく、バランスよく～

●毎日「プラス一皿」の野菜：大人が1日に必要な野菜の摂取量は350gです。これは日本人の平均摂取量にもう一皿加えた量に相当します。

●おいしく減塩1日マイナス2g：目標は現在の塩分摂取量からマイナス2gです。だし、柑橘類、香辛料などを使って「おいしく減塩」してみませんか。また、日頃から栄養表示を見て、「かしこく減塩」を心掛けましょう。

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

●町地域包括支援センター ☎52-8634

●成年後見制度(その2)

【成年後見制度の種類】

本人の判断能力が低下した(あるいはなくなった)場合に行う「法定後見制度」と、判断能力のあるうちに後見人を決めておく「任意後見制度」があります。

「法定後見制度」は判断力の段階によって3類型に分けられ、それぞれ家庭裁判所で選任された、次に示す人が支援します。

●補助人

判断能力が不十分な人で、契約の代理や取り消しなどを行います。

●保佐人

判断能力が著しく不十分な人で、重要な契約には、保佐人の同意が必要です。保佐人の同意を得ずに交わされた契約は取り消すことができ、契約の代行も行えます。

●後見人

判断能力がほとんどない人で、本人に代わって契約したり、本人が交わした契約を取り消すことができます。

【市町村申し立て】

成年後見制度利用の必要性があっても、身寄りがなく、申し立て経験がない、後見人などへの報酬負担ができないなど、さまざまな理由で利用できない場合は公的に支援する制度がありますので、ご相談ください。

●足もと元気教室

■日程=9月15日～10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	9月16日(金) 9月30日(金)
第2地区	午後1時30分～3時	第2地区交流プラザ	10月6日(木)
第3地区	午後1時30分～3時	第3地区分館	10月13日(木)
第4地区	午前9時30分～11時	第4地区分館	9月21日(水)
第5地区	午後1時30分～3時	轟木集落館	9月15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	9月21日(水)
蓼池	午前9時30分～11時	蓼池児童館	9月15日(木) 10月6日(木)
餅原	午前9時30分～11時	餅原研修館	9月26日(月)
下新	午前9時30分～11時	第7地区分館	10月14日(金)
今市	午前9時30分～11時	今市児童館	10月3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	9月28日(水) 10月12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	10月5日(水)
第8地区	午前9時30分～11時	第8地区分館	9月23日(金)
第9地区	午後1時30分～3時	第9地区分館	9月28日(水) 10月12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  
※9月1日～14日の日程は、『広報みまた』先月号をご参照ください。

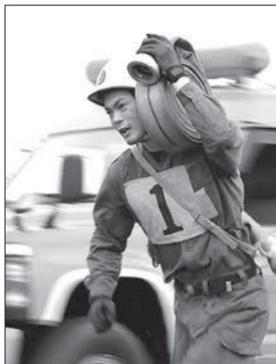
★【急募】ケアマネジャーを募集します

地域包括支援センターでは、介護支援専門員(ケアマネジャー)を募集しています。要支援者に対するケアプラン作成が主な業務です。希望する人は地域包括支援センターまでご連絡ください。



◎ 今月の表紙

『一秒でも早く』



町消防操法大会

7月17日に行われた町消防操法大会での一コマ。2年に1度開催され、各地区の子選を経て全国の舞台へと続くこの大会。各部隊は、1秒でも早く、正確に操作を行うため、日夜練習に励みます。団員たちが真剣なまなざしで見つめる先にあるのは「地域の安全」。団員一人一人の地域への思いが、私たちの平和な暮らしを支えています。

# みまた 暮らしのカレンダー

9月1日(木)～10月9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。

◎ 9月の予定

1	木		
2	金	・可燃物	
3	土		
4	日	◎有馬医院(内・小) ☎23-2610(上長瀬町) ◎柏村内科(内) ☎22-2616(上 町) ◎瀬ノ口内科放射線科(内) ☎25-7780(都原町) ◎福島外科胃腸科(外・胃) ☎38-1633(都北町) ◎酒井皮膚科(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(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(耳鼻) ☎21-4133(鹿 尾)	
12	月	・可燃物	・図書館休館日
13	火	・可燃物	
14	水		
15	木	・缶・瓶	
16	金	・可燃物	
17	土		
18	日	◎富田医院(内・小) ☎23-4586(栄 町) ◎藤元上町病院(内) ☎23-4000(上 町) ◎しげひらクリニック(内) ☎27-5555(稀之山町) ◎安藤胃腸科外科(外・内) ☎39-2226(豊瀬町) ◎橋病院(整) ☎23-7236(中 町) ◎丸田病院(産・婦) ☎23-7060(八幡町)	
19	月	◎城南病院(小・内) ☎23-2844(大王町) ◎ベテスタクリニック(内) ☎22-1700(年見町) ◎田中隆内科(内) ☎52-0301(三股町) ◎飯屋外科胃腸科(外・胃・内) ☎25-7712(志比田町) ◎速見泌尿器科(泌) ☎24-8344(妻ヶ丘町) ◎いわよし耳鼻咽喉科(耳鼻) ☎36-5555(千 町)	・可燃物 ・図書館休館日
20	火	・可燃物	・図書館休館日

21	水		・図書館休館日	
22	木	◎畠中小児科(小) ☎52-6000(三股町) ◎鶴木循環器内科(内) ☎26-0008(花線町) ◎海老原内科(内) ☎64-1211(山田町) ◎柳田病院(産・外) ☎22-4862(東 町) ◎もちお姥原医院(整形・形成) ☎21-5355(蔵原町) ◎武田産婦人科(産・婦) ☎22-0336(蔵原町)	・不燃物 ・図書館休館日	
23	金	・可燃物		
24	土			
25	日	◎原田医院(内・小・外) ☎26-3330(都元町) ◎村上循環器内科クリニック(内) ☎25-2700(宮丸町) ◎長倉医院(内) ☎52-2109(三股町) ◎都北岐島クリニック(内・外) ☎38-6060(都北町) ◎飯田整形外科クリニック(整) ☎46-5115(上 町) ◎小山田眼科(眼) ☎22-0710(松元町)		
26	月	・可燃物	・図書館休館日	
27	火	・可燃物		
28	水			
29	木			
30	金	・可燃物		

◎ 10月の予定

1	土			
2	日	◎ふくしまクリニック(内・小) ☎46-5001(下川東) ◎山下医院(内・呼) ☎52-1348(三股町) ◎ひかりクリニック(内) ☎26-1820(上長瀬町) ◎宗正病院(外) ☎22-4380(八幡町) ◎いき形成外科(整形) ☎45-0020(年見町) ◎永吉眼科(眼) ☎22-1530(姫城町)		
3	月	・可燃物	・図書館休館日	
4	火	・可燃物		
5	水			
6	木			
7	金	・可燃物		
8	土			
9	日	◎政所医院(小・内) ☎58-2171(高城町) ◎宮永病院(内・外) ☎22-2015(松元町) ◎佐々木医院(内) ☎62-1103(高崎町) ◎メディカルシティ東部病院(外・整) ☎22-2240(立野町) ◎ながはま整形外科(整) ☎46-7188(都北町) ◎野田医院(産・婦) ☎24-8553(蔵原町)		

## 認識の甘さ①

交通事故はもうたくさん……  
あがな 贖いの日々

24歳 建設業

来るべくしてここへ来た。その年の7月、当時の私は、18歳のときに一目ぼれをした女性と久しぶりに会う約束をしていました。  
午後6時過ぎに会い、午後9時まで楽しい時間を過ごしました。彼女を家に送り、自宅に帰る途中に「このまま家に帰っても暇だから」という考えから友達に電話し、飲食に誘いました。  
待ち合わせの駅まで車で向かい、友達と合流し、居酒屋に入っていました。席に座り、少しづつ良いだろうと思ひ、生ビールを飲みながら語り合っていました。

時間が経ち、アルコールが入っていたせいか、さっきまで一緒にいた女性に会いたくなり、「会いたい」とメールし、数分後にメールを受信し着信音が鳴りました。メールを開くと、「お酒を飲んでるのでしょっ？だめだよ」と返信がありました。私は彼女に会いたいという欲に負けてしまい「お酒なんか飲んでないよ」と嘘の返信をしてしまいました。数分後、またメールを知らせる着信音があり、開いてみると「それならいいよ」と書かれていました。  
「じゃあ、0時くらいに行くね」と返信し、午後11時45分ごろに会計を済ませ、店を出ました。  
友達に別れを告げ、ビール中ジョッキを5杯ほど飲んでるにもかかわ

らず、「自分は事故なんか起こさない」という甘い考えでハンドルを握ってしまいました。シートベルトをし、好きな人にまた会える喜びを感じながら車を発進させました。  
「云ったら何話そうかな？」そんなことを考えながら運転し、2〜3分が過ぎようとしたとき、目の前に四角い物体が見え、「ガンッ」と音がして、気付いたときにはもう遅くてブレーキすら踏めませんでした。  
私は「今のはなんだ？」と思ひ、ルームミラーを確認すると、さっき見た四角い物体がありました。私はどこかの運送屋が落ちた荷物だと思ひ、その場で止まらず、次の信号で止まり、車から降りフロントを確認したところ、ナンバープレートが曲がっていただけで他に変わりはありませんでした。  
(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、心の戒めにしていきたいと思ひます。  
〔(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8位 / 平成28年6月30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

### 9月30日(金)は納期限です

- 固定資産税(第2期)
  - 国民健康保険税(第3期)
- 9月26日(月)が口座振替日です。23日(金)までに預貯金口座の残高確認をお願いします。なお、やむを得ず口座振替ができなかったときは、10月11日(火)に再振替を行います。なお、再振替でも引き落としされなかった場合は、納付書で納めることになります。
- 問い合わせ＝納税管理係 ☎52-9635

### 「納税相談」をご利用ください

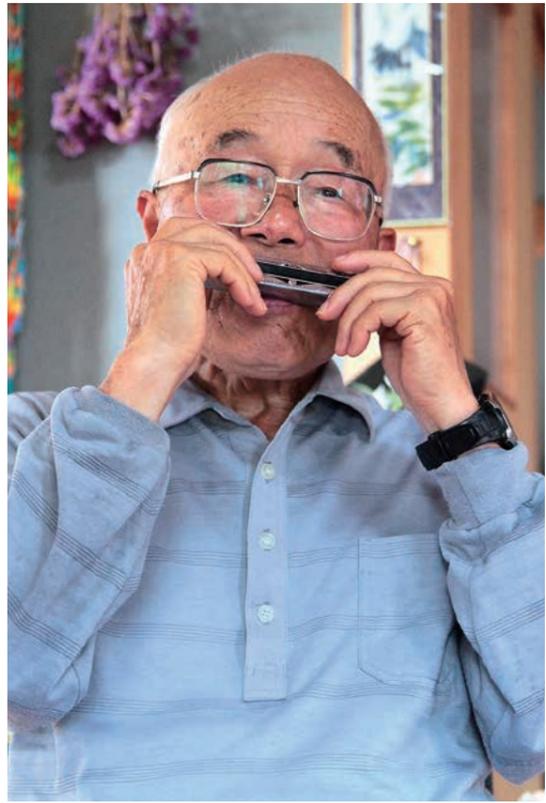
「やむを得ない特別な事情があって納期限内に納税できない」「一度に納めることが難しい」といった場合には、特別収納対策係にご相談ください。

早めの納税相談は分割納付などの場合に納付期間や金額に余裕を持つことができます。相談の際は、印かんをお持ちください。また、納税について分からないことがありましたら、気軽にご相談ください。  
■ 問い合わせ＝特別収納対策係 ☎52-9634

### 町税などに関する届け出について「今一度ご確認をお願いします」

国民健康保険の加入者で社会保険に加入した人、または会社を退職した人、軽自動車(原動機付自転車、小型特殊自動車、自動二輪車など)に乗らなくなった場合や他人に譲り渡した場合は、早めに手続きを行うようお願いいたします。届け出をしないと、いつまでも税金を払うことになります。場合によっては、過去にさかのぼって税金を払うことになってしまいます。  
■ 問い合わせ＝住民税係 ☎52-9638

・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たくありません



クロージングアップ  
まちを支える人たち ⑧9 稗田在住 北畑昌實さん(80)

## 心つながるハーモニカ

生きがいは、みんなの笑顔

「ハーモニカを演奏していると、子どもたちの情景が浮かんできます。北畑さんが初めてハーモニカを手にしたのは小学校の音楽の授業。今でも、童謡『ふるさと』を演奏すると、幼かった戦時中の思い出がよみがえる。やがて大人になり、小学校の教師になると、子どもたちに演奏を聴かせるようになった。子どもたちの私と同じ表情を見せてくれる瞬間がたまらなくうれしかった」と、北畑さんは当時を懐かしむ。退職後は、施設の慰問や地域のイベントなどで演奏。『おはら節』などの民謡に合わせて参加者が踊りだすと会場全体に笑顔が生まれる。「自分が心地よいと感じる音色でみんなが笑顔になってくれる。気持ちが一つになれたと感じる時間が私の生きがいです」と、満面の笑顔。北畑さんは、みんなの笑顔を思い浮かべながら次に演奏できる機会を待ちわびている。

## わが家の一番星



きくかわちはる  
菊川千晴ちゃん(0歳)  
◎平成28年3月1日生まれ  
◎隆見さん・和佳子さんの長女



かみざきあおい  
上崎葵依ちゃん(0歳)  
◎平成28年2月9日生まれ  
◎貴博さん・加奈さんの長女

## 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

消防団に所属する私に、小学生の息子が「大人になつたら消防団に入る！」と一言。活動内容は理解していませんが、親の姿を見てくれているのだなと、うれしくなりました。

▽今年、2年に1度の消防団法大会の年。団員は、それぞれの仕事を終えてから練習に励みます。重ねてきた時間や苦労が多いほど、大会後には喜びや悔しさも込み上げたと思います。大いに関わった皆さん、お疲れさまでした。▽本町は、台風やゲリラ豪雨などの風水害が毎年のように発生します。こうした自然災害に備えて、防災士の資格を持つ窪田教諭や、これから資格取得に挑戦する若宮さんのような人たちが増えていけば、「被災者ゼロのまち」は現実になると、今回の取材で感じました。多忙な人は、1日だけの防災士基礎コースや救命救急講習だけでも受けてみてはいかがでしょうか。私も、行政職員・消防団員・父親という立場から、地域の防災を見つめ直してみたいと思います。それでは、またがんぞー(へり) ※またがんぞー：諸県弁で「またね」という意味。

## 三股文芸

211

「短歌」◆三股短歌会

梅雨晴れに輝き光る田の水面空を仰げば満天の星

上門典子

久しぶりの梅雨晴れに世の中が輝いて見え、これから良いことが起きそうな期待の気持ちを表しました。

雷が天から地へとどろきてこの世の乱れを警告すること

黒木文子

雷が、今までになく天から地へとすさまじく鳴り響き続けました。まるで、近年の乱れた世に対して警告しているように痛感しました。清らかな心で平和を守ってほしいと思います。平和であってこそ私たちは穏やかに暮らせるのですから。

### ◎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、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28年8月1日現在

- ・男/11,764人・女/13,613人・計/25,377人(前月比+42人)
- ・世帯数/10,026戸(+13戸)・出生/29人・死亡/16人
- ・転入/109人・転出/80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47回

### 腐葉土を販売します

町シルバー人材センターの「完熟腐葉土」を紹介します。この腐葉土は、植木の剪定くずをチップ化し、仕込みの段階で土着分解菌を混ぜて発酵させています。土の通気性がよく、栄養分を吸収しやすいため植物の成長に大きな効果を発揮します。畑に入れるのももちろんですが、鉢やプランター栽培にも最適です。その場合は、黒土や培養土などと混ぜてお使いください。腐葉土で元気な野菜や植物を育ててみませんか。

【完熟腐葉土】1袋20ℓ380円/製造元・町シルバー人材センター



### 畑の味方!

有限会社タグの「竹の粉たけこ姫」を紹介します。県内産のモウソウダケを粉碎して発酵させた肥料です。土の表面にまくと草が生えにくくなったり、混ぜると養分として吸収されたりするなどの効果があります。また、家畜の糞尿に混ぜると匂いを抑える効果もあります。家庭菜園や無農薬・有機農法などの利用にもおすすめの商品です。

【竹の粉たけこ姫】1袋5kg・945円/販売者・有限会社タグ



みまたん駅前よかもん市  
■期日 9月25日(日) ■時間 午前8時～10時30分(ごろまで)

夕暮れがきれいで涼しくなる季節じゃが、夏の疲れをしっかりとるんじやぞ。

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榊山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>