

ありがとうございますの感謝を込めて
いただきます




Yoshio Aikawa Guitar
Yousuke Ohnishi Piano
Yota Sakamoto Bass
Hiromi Taniguchi Percussion

カルテット ナダ マス イ ナダ メノス
Cuarteto Nada más y Nada menos
Fusión de la Pasión
フシオン デ ラ パシオン

～音楽は時代のかきねを超えて～
それぞれが異なる個性を放つユニット「Cuarteto Nada más y Nada menos」による
ラテンやジャズにアレンジした世界の名曲のコンサート。

■日時 9月2日[土] 午後6時30分開演（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 ※電話予約可 ※WEB予約可（三股町立文化会館WEBサイト）
※未就学児入場無料 ※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 / Cuarteto Nada más y Nada menos（カルテット ナダ マス イ ナダ メノス）
愛川義夫（ギター）、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）、ゲスト／松崎加代子（ボーカル）

■会場／三股町立文化会館（〒889-1901 宮崎県北諸県郡三股町大字樺山3404-2） ■主催／三股町・三股町教育委員会
■お問い合わせ・チケット取扱／三股町立文化会館 TEL0986-51-3462 <https://bunka.town.mimata.lg.jp>



クラシックは
ドラマティック！
～Sohne special stage～

パリと東京を拠点に活躍するボタン式アコーディオン奏者伊藤浩子を
迎えてのコンサート。地元のヴァイオリン日高慶子、姉のピアニスト日高
亜美を中心に都城のソプラノ河野幸子も参加し、パリの香りと情熱の
ピアソラの曲を中心にお送りします。親しみ易い司会の桐原直子のご案内
役となり、しゃれた舞台となります。

■日時 9月24日[日]
午後2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 ※未就学児入場不可 ※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。

■出演 / 伊藤浩子（アコーディオン）、河野幸子（ソプラノ）、
日高慶子（ヴァイオリン）、日高亜美（ピアノ）、
桐原直子（MC・企画）

■会場／三股町立文化会館（〒889-1901 宮崎県北諸県郡三股町大字樺山3404-2） ■主催／三股町・三股町教育委員会
■お問い合わせ・チケット取扱／三股町立文化会館 TEL0986-51-3462 <https://bunka.town.mimata.lg.jp>

Program
パリの空の下 / H.ジョー Acc.
ディジー フィンガー / H.ジョー Acc.
ピッコロ ラグ / H.ジョー Acc.
ジュ トウ ヴ（あなたが欲しい） / E.サティ Soprano Pf.
エンパイア劇場のプリマドンナ / E.サティ Soprano Pf.
桜の木の下で / 伊藤浩子 Acc.
リベルタンゴ / 伊藤浩子 Acc.
鯨 / A.ピアソラ Th. Pf.
オブリビオン / A.ピアソラ Acc. Th. Pf.
アベマリア～アメイジンググレイス / C.グノー Acc. Th. Pf.
星影のワルツ / 遠藤実 Acc. Th. Pf.
ジグザグタンゴ / 伊藤浩子 Acc. Th. Pf.
美しき天然 / 田中穂積 Acc. Th. Pf.
タンゲリア / A.ピアソラ Acc. Th. Pf.
※都合によりプログラムが変更になる場合がございます



もったいない！

～食品ロスを減らそう～

もったいない食品を減らすために
私たち一人一人が今できることを考えてみませんか。……2

"年金請求書"を順次お届けしています。…6 「三股町史」の編さんを行っています…7
まちの話題…10

もったいない！

「食品ロスを減らそう」

毎日の食事や買い物の中で、食べきれず捨てられるもの、まだ食べられるのに廃棄されているもの、いわゆる「食品ロス」が全国的な問題になっています。もったいない食品を減らすために私たち一人一人ができることを考えてみませんか。

この現実をどう思いますか？



※平成25年度の統計より



買い過ぎない、余らせない。食品の無駄をなくそう

あれもこれもつい買いすぎて冷蔵庫の中がぎっしりという人も多いのではないだろうか。

しかし、こうして買った食べ物を余らせて捨ててしまうことはいいでしょうか。消費期限が切れてしまったり、食べ残してしまったり、もったいないことをした経験がある人も多いのかもしれない。

「食品ロス」とは、まだ食べられる食品が捨てられてしまうことです。主に食品関係の事業者や家庭から出しています。年間で2800万トの食品廃棄物があります。そのうち、食品ロスは632万トで、全体の約23%です。平均すると、一人当たり1日に136gの食品ロスがあり、お茶碗一杯分に相当します。毎日これだけの食品を捨てていると考えれば、いかに無駄が多いかが分かります。本号では、食品ロスが排出される理由と食品ロスを減らすために私たちにできることを考えてみます。

増やすことに繋がってしまいます。最近の食品の包装技術は進歩しています。期限内であれば、鮮度は保たれていて、基本的には安心して食べることができそうです。

※一度開封したら期限にかかわらず早めに食べるなど注意が必要です。

●削減の工夫② 残った食材は別の料理に活用

食べ残しなどを減らすために、料理は食べられる量だけ作るようにしましょう。食べ切れずに残ってしまった場合は冷蔵庫に保存し、早めに食べましょう。

また、中途半端に残ったら別の料理に活用するなど、食べ切る工夫をしてみましょう。

作りすぎて食べ残された料理や、冷蔵庫などに入れたままで消費期限が切れたものです。

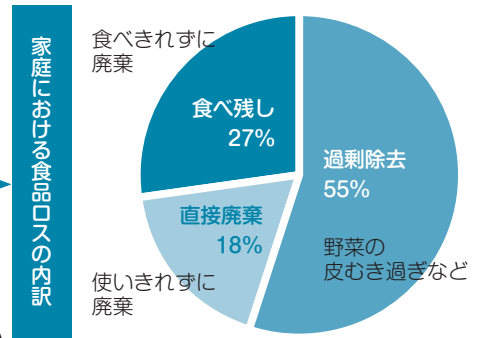
意外にも家庭での食品ロスの要因として最も大きいのが皮や脂の過剰な除去です。野菜などの皮や肉の脂などは、調理の際に取り除きますが、皮を厚くむき過ぎたり脂を必要以上に取り除いている場合があります。

食品ロスを減らす心掛け

●削減の工夫① 食材を「買い過ぎず」「使い切る」「食べ切る」

買い物をするときに値段が安いからといって買い過ぎたり、在庫があるのを忘れて同じ食材を買ってし

食品ロスとなっているもの		発生量
食品メーカー	定番カット食品(※)や期限を超えた食品などの返品	約 330万ト
	製造過程で発生する印刷ミスなどの規格外品	
小売店	新商品販売や規格変更に合わせて店頭から撤去された食品期限を超えたなどで販売できなくなった在庫など	約 302万ト
レストランなどの飲食店	客が食べ残した料理 客に提供できなかった仕込み済みの食材など	
家庭	調理の際に食べられる部分を捨てている	約 302万ト
	食べ残し 冷蔵庫などに入れたまま期限を超えた食品など	
合計		約 632万ト



※定番カット食品とは、新商品の販売や規格が変更されたために店頭から撤去された食品

【住民インタビュー】



すえなが たかし
末永 恭さん(三原在住)

もともと料理が好きで、普段から自宅のキッチンに立ち、ジャンルを問わず、いろいろな料理を作ります。二人の息子に好物のオムレツを作って食べさせると喜ぶので、嬉しいですね。

学生時代に居酒屋の厨房でアルバイトをしていた経験から、段取りを考えて調理し、食材を無駄なく使うことは心掛けています。

例えば、冷蔵庫に残っている食材をチェックし、古い順から選んで、他の食材と組み合わせで新しい料理に変身させられないか、料理レシピの投稿サイトなども参考にして工夫しています。



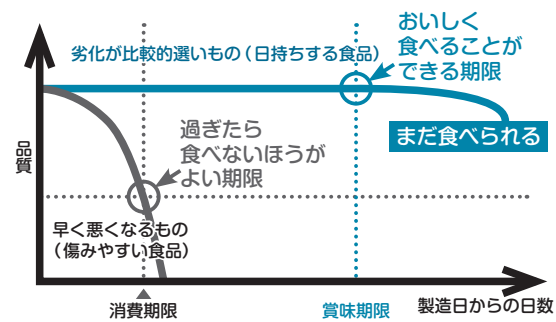


調理実習や家庭内でも子どもたち次の世代へ「食」への感謝、食品ロスへの意識を伝えていきましょう

●削減の工夫③ 「消費期限」と「賞味期限」の違いを理解

加工食品には、「消費期限」か「賞味期限」が表示されていますが、その違いは、意外と知られていないかもしれません。

その違いを正しく理解する必要があります。 「消費期限」は品質の劣化



消費期限と賞味期限のイメージ

通常、消費期限および賞味期限は「年月日」を表示しますが、賞味期限を表示すべき食品のうち、製造日から賞味期限までの期間が3カ月を超えるものについては、「年月」で表示することが認められています。

が早い食品に表示されている「食べても安全な期限」のため、それを超えたものは食べないほうが安全です。「賞味期限」は、品質の劣化が比較的遅い食品に表示されている「おいしく食べられる期限」であり、それを超えてもすぐに食べられなくなるわけではありません。賞味期限を過ぎてもすぐに廃棄せず、見た目や臭いなどで個別に食べられるかを判断することが大切です。

●削減の工夫④ 外食時での食べ残しを防ぐために

外食のときには、ボリュームが予想外に多い、嫌いな食べ物が含まれていた、などの理由で食べ切れない場合があります。飲食店では、こうした客の食べ残しが食品ロスの主な原因となっているので、これらを減らすために、次のような工夫をしてみましょう。

- ・小盛メニューがあれば利用する。
- ・料理を注文する際にボリュームを確認し、「食べ切れないかも」と思ったら「少なめにできますか?」とお願いする。
- ・セットメニューの中に食べられない物があれば、注文の際にあらかじめそれを抜いてもらう。

食品ロスが減らせれば

家庭で大切な食べ物が無駄なく消費し、食品ロスを削減できれば、食べ物の廃棄量を減らすという環境面だけでなく、家庭面にとってもメリットがあります。

食品ロスを減らせればごみ全体の量を減らせることにつながり、町のごみ処理費用も節約でき、それにもなって無駄に燃料を燃やすことも

なくなります。二酸化炭素の削減にもなって地球環境にも優しいということにつながります。また私たち消費者にとっても無駄な支出を減らすことにつながります。

片付けまでが料理

学校では、先生から「家に帰って着くまでは遠足です」と言われるように「片付け・洗い物まで済ませてこそ料理」という気持ちで、準備から片づけ

さんまるいちまる

★宴会の料理を食べきろう 3010運動★

楽しい宴会の席で、幹事が声を掛けます。「3010運動にご協力を。開始30分間と終了10分前には、自分の席に着いて、料理を残さずに楽しみましょう」とすると参加者は自席で配食された料理を食べます。

今、このような光景が全国で広がり始めています。

●開始後30分と終了前の10分

3010運動とは、宴会のときの乾杯後30分と宴会終了前の10分間は席に座って料理を食べようというシンプルな取り組みです。会社などの宴会では、上司や営業先にあいさつに回ることも多く、料理に手を出すタイミングを逃してしまうこともしばしば。そのまま食べ残しにつながることを解消する取り組みです。食べ残しが多くなりがちな宴会でも、食品ロスを削減できる工夫があります。



★正しい箸の持ち方を意識して★

「食品ロス」とは直接関係のないように感じるかもしれませんが、箸を正しく持てないと、細かいものをうまくつかめず、食べ物を残したり落したりして、粗末にしがちになってしまいます。そうならないよう、昔の人は箸の持ち方を工夫し「伝統的な持ち方」を編み出し今日まで伝えています。箸の作法の中にも、ムダを減らす智慧が隠れています。機能的ではない持ち方の例…二本の箸を握り込む「握り箸」だと、箸の機能使えません。箸先が交差する「クロス箸」だと、箸先が揃わないので小さなものがつまめません。



ひと工夫加えてごみ減量!

①生ごみを出すときは水切りを

生ごみは約80%が水分です。水切りをすれば、ごみの減量になるだけでなく臭いも軽減できます。また、野菜くずや果物の皮は、三角コーナーや排水口のごみ受けに捨てず、新聞紙やチラシで作ったごみ入れを使うなどの工夫でごみの減量ができます。

②生ごみ処理容器の活用で ごみの減量化に

生ごみ処理容器を使えば、乾燥や堆肥化により生ごみを減量することができま。

●家庭用電動生ごみ処理機購入費の一部を補助します。

家庭からの生ごみ減量化を図るため、生ごみ処理機購入費の一部を補助します。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。

- ・補助金額…購入金額の2分の1 (上限3万円)

※予定件数に達し次第、終了となります。詳しくは、担当課へお問い合わせください。

【問い合わせ先】

環境水道課 環境保全係
☎ 52-9082

年金を受けとるために必要な納付期間が、25年から10年に短縮されました。新たに年金を受けとれるようになる方に、

“年金請求書”を 順次お届けしています。

"年金請求書"が届いたら、「ねんきんダイヤル」で**予約**の上、手続きを！

ねんきん
ダイヤル

0570-05-1165

ご不明な点がある方も、こちらにお電話ください。

◆月曜日 午前8:30～午後7:00 ◆火～金曜日 午前8:30～午後5:15 ◆第2土曜日 午前9:30～午後4:00
※月曜日が祝日の場合は、翌日午後7:00まで相談をお受けします。 ※祝日は利用できません。

★不審な電話や訪問にはご注意ください。くわしい情報は [日本年金機構](#) [検索](#)

送付用封筒みほん（封筒の色は黄色です）

年金を受け取るためのお知らせです。（開封前に宛名をご確認ください）

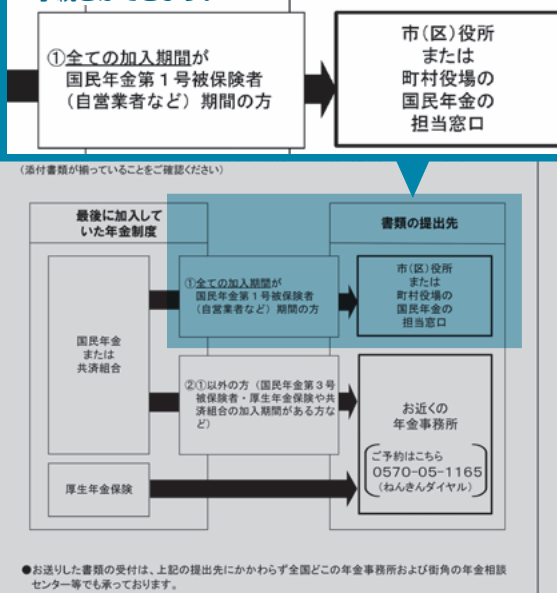
日本年金機構
Japan Pension Service

できるだけ早くお近くの年金事務所へ提出してください！
下記のダイヤルでご予約の上、お越しください。
ご予約がないと年金事務所窓口においてお待ちいただくことがあります。

ご予約や予約の申し込みはこちら（ねんきんダイヤル）
0570-05-1165
050から始まる電話でおかけになる場合は
ナビダイヤル 03-6700-1165
お問い合わせの際は、基礎年金番号がわかるものをご用意ください。

<受付時間>
月曜日 午前8:30～午後7:00
火～金曜日 午前8:30～午後5:15
第2土曜日 午前9:30～午後4:00
※月曜日が祝日の場合は、翌日同様の開所日時に午後7:00まで相談をお受けします。
※休日（第2土曜日を除く）、12月29日～1月3日はご利用いただけません。
※代理人（二親等以内）の方からお問い合わせいただく場合は、ご本人の基礎年金番号、代理人の方の基礎年金番号も必要となります。

※年金の加入期間が国民年金第1号のみの人は、町民保健課窓口で請求書類の提出先手続きができます。



年金請求書在中（開封して必ずお読みください）

請求書はお返ししません。必要に応じてコピーを取っていただきますようお願いいたします。

（差出人住所）
〒168-8505 東京都杉並区高井戸西3丁目5番24号
※差出人住所は、書類の提出先ではありません。
上記の赤い四角で囲んだ部分の提出先をお願いします。

「三股町史」の編さんを行っています【資料紹介編：第3弾】

今回は、3月号に続く資料紹介の第3弾です。第3弾では、本町に残る明治時代の資料の一部を紹介いたします。

今回は、町史編さん事業によって収集された明治時代の資料を紹介いたします。

ここで、まずお詫びと訂正をいたします。29年3月号で紹介しました江戸時代の資料の所蔵者を、新馬場の松山様としておりましたが、正しくは長田地区飯屋出身で、現在中原地区在住の松山様です。所蔵者の方ならびに親族の方々にお詫び申し上げます、訂正いたします。

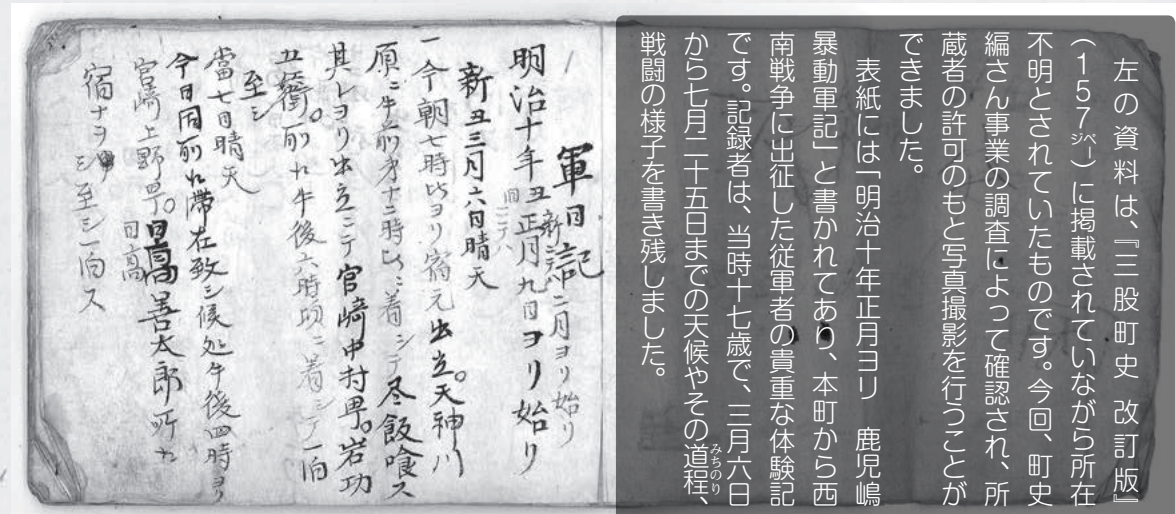
松山家の資料は数百点におよび、明治時代中期から後期にかけてのものが中心です。内容は、長田地区の農業や林業の様子が分かる日記類や地区の年中行事など、バラエティに富んでおり、また、手紙類も豊富にあります。さらに、松山様の先祖の松山司様は三股村議会議員であったので、明治後期の行政資料も含まれており、長田地区だけでなく、明治時代の本町の歴史を考察する上でも大変貴重な資料群となっています。



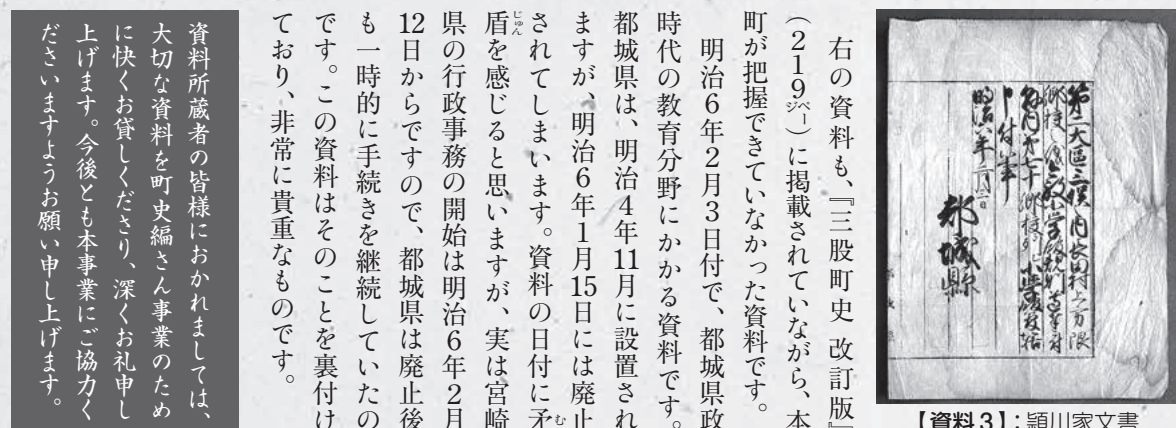
資料調査の様子



【資料1】：松山家文書



【資料2】：早田家文書



【資料3】：頼川家文書

※古い資料が見つかったときは、教育課までご連絡ください。 教育課生涯学習係 ☎52-9311

いきいき げんき!

～大人も一緒に「食育」～ ★健康バランス食実践のために★

毎月19日は
食育の日 ●問い合わせ：健康管理センター ☎52-8481

★8月の旬の食材は、赤ピーマン、ピーマン、ニンニク、キュウリ、トマト、タコです（材料は全て1人分です）。

One Point!

タンパク質の働き…体の約20%はタンパク質でできています。タンパク質は20種類のアミノ酸が複雑に絡み合った構造で、筋肉、皮膚、髪の毛、爪、臓器など体の大部分を構成している成分です。

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。

♪次回は『脂質の働き』を紹介します♪

◎主食・主菜 ドライカレー

398^{キロカロリー} 塩分2.4^{グラム}

材 料 豚ミンチ…60^{グラム}、玉ネギ…50^{グラム}、赤ピーマン…20^{グラム}、ピーマン…20^{グラム}、おろしニンニク…小さじ1/3杯、おろしショウガ…小さじ1/3杯、油…小さじ1/2杯、カレー粉…小さじ1/4杯、●ケチャップ…小さじ2杯、●ウスターソース…小さじ1杯、●水…1/4カップ、●カレールー(市販)…1/2個、●コンソメ…1/4個、ご飯…100^{グラム}

作り方 ①玉ネギ、赤ピーマン、ピーマンはみじん切りにする。②フライパンに油とショウガ、ニンニクを入れて中火で炒める。香りが立ったら、玉ネギを入れて炒める。③豚ミンチ、赤ピーマン、ピーマンを加えて炒める。④カレー粉を加え、香りがたったら●の調味料を加えて、とろりとなるまで煮詰める。⑤皿にご飯を盛り、ドライカレーを添える。

◎副菜 キュウリとタコのマリネ

133^{キロカロリー} 塩分1.0^{グラム}

材 料 キュウリ…50^{グラム}、トマト…100^{グラム}、ゆでタコ…50^{グラム}、◆オリーブ油…大さじ1/2杯、◆酢…大さじ1杯、◆しょう油…小さじ1杯、◆砂糖…小さじ1/2杯、◆こしょう…少々

作り方 ①キュウリは薄切りにして軽く塩を振り、絞る。トマトは1^{センチ}角に切る。ゆでタコは1^{センチ}くらいのぶつ切りにする。②ボウルに◆の調味料を混ぜて、具を全部和える。

◎もう一品 ヨーグルト

94^{キロカロリー} 塩分0.1^{グラム}

材 料 無糖ヨーグルト…100^{グラム}、ミカン(缶詰)…50^{グラム}

作り方 ①ヨーグルトにミカンを混ぜる(お好みでシロップを加える)。



外国語指導助手のコーナー

日本文化の「ユニコン?」

日本の食べ物はおいしいです。日本で食べるハンバーガーやオムライスが大好きです。しかし、アメリカ人の私にとって、日本の食文化には不思議に思うこともたくさんあります。その一つは食事のマナーです。食事の規則があることに驚きました。「ご飯は左側に置く」など、大したことではないような規則をよく聞きます。一方、アメリカには食事の規則が無く、もしクッキーにケチャップをつけても、誰も止めません。食事は自分が好きなように食べます。ご飯は必ず

左側に置くというルールがよく分かりません。右側に置いて、味は変わらないと思うからです。また、「お箸の使い方が上手!」もよく聞きます。アメリカではフォークでもスプーンでも、皿から口まで食べ物を運べたら使い方が正しいと思われます。鉛筆も同じで、持ち方は特に決まっています。しかし、さまざまな国の文化を体験することは、私にとって興味深く、今後の人生においても勉強になります。



リブリー・キャリア

青年海外協力隊 in ウガンダ共和国

【第22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

ウガンダでは、公立小学校でも授業料が必要で、授業料を払えずに学校へ通うことを諦めざるをえない子どもたちが多くいます。そのような背景のもと、小学校で活動する隊員とともに、「隊員が中心となって運営する奨学金制度」の立ち上げを行いました。その奨学金の資金調達のために、町物産館「よかもんや」さんのご厚意により、イベントの中で村落部の女性グループが製作したクラフトを販売していただくプロジェクトを実施しました。ウガンダから送ったクラフトがほとんど売り切れるほどの盛況ぶりでした。経費を差し引いた収益の全てをウガンダの子どもたちのために使わせていただきます。ご協力いただいた皆さま、本当にありがとうございました。

ウエラバ Weraba (ではまた)!



クラフト販売の様子



●北海道から「ヤーヤー」がやって来た!
7月1日に、人形劇「ふしぎの森のヤーヤー」が行われました。毎年この時期に開催される公演で、3歳未満でも見ることが出来る人気の人形劇シリーズです。公演を行ったのは、北海道的「人形劇団えりつこ」です。坂下絵李古が1988年に立ち上げ、絵本、童話や昔話をもとに人形劇を創作し、多くの子どもたちを楽しませてきた劇団です。今回の作品は、内田麟太郎の絵本が原作の物語です。不思議な森に住むウサギのような子ブタのような生き物「ヤーヤー」と、独り言ばかりのヒトリゴトさん、「知らねえ」しか言わないシラネエさん、羽があるのに飛ぼうとしない鳥のコリゴリさんの冒険物語。子どもたちは、人形のかわいい動きと不思議な世界に引き込まれて、ヤーヤーと一緒に冒険を楽しみました。

●ラテンの音楽に乗せて
9月2日に、音楽公演「フシオンデラパシオンIV」が行われます。今年で4回目になるこの公演は、本町在住のギタリスト・愛川義夫率いるユニット「クアルテットナダマスィナダメノス」によるコンサート。毎年子どもも大人も楽しめるコンサートで観客を魅了しています。出演は、愛川義夫(ギター)、大西洋介(ピアノ)、坂元陽太(ベース)、谷口潤美(パーカッション)のユニットのメンバーと、ゲストに歌手・松崎加代子を加えた5人です。演奏曲は、ビートルズの楽曲やひえつき節、アンデス民謡「フォルクロレの花祭り」など世界の名曲をラテンやジャズにアレンジしてお届けします。県内で活躍するアーティストによる、ラテンの音色を文化会館で楽しみませんか? 詳しくは本紙裏面の公演情報をご覧ください。



「ふしぎの森のヤーヤー」の様子



昨年の「フシオン デラ パシオン III」本番の様子

Culture 文化会館
©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

●中学生の職場体験

7月6〜7日に、三股中学校の女生徒2人が職場体験に来ました。窓口での本の貸し出し、返却業務や本の整理配架、新刊図書の受け付け、お薦め本の紹介文作成、本の展示コーナー作り、七夕の飾り付けなどを行いました。仕事の楽しさと苦勞を学んでいただき、充実した職場体験となりました。

●絵本作家・田中六大さんがやってくる

8月25日(金)午後3時から、図書館多目的ルーム(学習室)で、絵本作家の田中六大さんのおはなし会『君のストーリーに六大さんが絵を描くよ!』を開催します。これは、絵本の読み聞かせと、皆さんが作ったおはなしに合わせて、作家が絵を描くというものです。田中六大さんは、「音楽室の日曜日」「理科室の日曜日」「だいくのたこ8さん」など、絵本や児童書の絵を描いています。この事業は、「おはなしキャラ



新しくなった視聴覚コーナーのモニター



絵本作家 田中六大さんの絵本



©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

■休館案内(17時〜のしのカレンダー)
図書館では、所蔵しているビデオテープやDVDを館内で視聴することが出来ます。このたび、視聴コーナーのブラウン管テレビ5台分を、液晶テレビに入れ替えました。これまでテレビ画面の大きさは26型でしたが、1人用が32型、2人用が40型になり、より大きな画面で映像を楽しめるようになりました。ぜひ、ご利用ください。

●ビデオ・DVD視聴コーナーのモニターが新しくなりました

バン巡回公演」として、都城市、曾於市、志布志市でも開催されます。本年度で5回目となるこの公演は、毎年充実した内容で多くの人が参加しています。参加は無料ですが、事前の申し込みが必要です。図書館窓口、または電話で申し込みください。絵本作家との貴重な時間を過ごすことができます。親子でのご参加をお待ちしています。



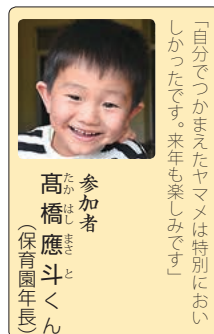
「キャンペーンを通して皆さんに牛乳の良さを知ってもらい、おいしい牛乳を飲んでほしいです」
都城区酪農青年部連絡協議会会長
中西基博さん
(都城市在住)

**父の日に牛乳を贈ろう
牛乳消費拡大をPR**
6月14日、都城区酪農青年部連絡協議会・JA都城女性酪農部会の代表5人が、町役場で「父の日に牛乳を贈ろう！」キャンペーンを行いました。これは、牛乳の消費拡大を目的に、「父と牛乳」という語呂合わせを使い、全国的に展開されているものです。キャンペーンでは同協議会員らが、町長や来庁者一人一人に地元産牛乳を振る舞い消費拡大を呼び掛けました。牛乳を受け取った皆さんは、喉を鳴らしながら、おいしいそうに飲んでいました。



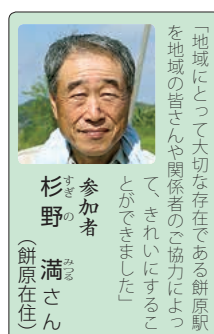
「初めてアイスクリームを作りました。とてもおいしかったので、自宅でも親子一緒に作りたいです」
参加者
段さおりさん
大翔くん
(西植木在住)

**牛乳で丈夫な体になる
「モーモースクール」**
6月24日、稗田保育園(久松伸寛園長、85人)で、年長児を対象とした「モーモースクール」が行われました。これは、カルシウムやタンパク質が豊富で栄養価が高い牛乳に親しんでもらおうと、JA宮崎経済連が町内酪農部会女性部などの協力を得て開催。牛乳と生クリームを使ったアイスクリーム作りを体験しました。子どもたちは、自分たちで手作りしたアイスクリームを頬張ると、「おいしい」と歓声を上げ、満面の笑みを浮かべていました。



「自分できかえたヤマメは特別にうれしかった。来年も楽しみたい」
参加者
高橋應斗くん
(保育園年長)

**ひまわり保育園長田分園
ヤマメをつかまえた!**
7月1日、ひまわり保育園長田分園でヤマメのつかみ取り大会が行われました。これは、自分で捕った魚を調理して食べることで、食べ物の尊さを学ぼうと毎年開催しています。参加した18人の園児は、素早く泳ぐヤマメを追いかけて、あつという間に50匹全てをつかまえました。その後、野菜などと一緒に炭火焼きにしたヤマメを、先生や保護者と一緒に味わいました。この行事をきっかけに、苦手だった魚を食べることができるようになる園児も多いそうです。



「地域にとって大切な存在である餅原駅を地域の皆さんや関係者の協力によって、きれいにすることができました」
参加者
杉野満さん
(餅原在住)

**みんなでまちをきれいに
クリーンアップみまた**
7月3日、町内一斉の環境美化活動「クリーンアップみまた」を開催しました。個人、民主・福祉団体、スポーツ少年団、企業など約1000人が参加。三股橋下河川敷に集まった参加者は、沖水川上流域と下流域に分かれてごみ拾いを行いました。また、餅原駅、矢ヶ測公園や上米公園など、各地区でも清掃活動を実施。集められたごみは、空き缶や刈り草のほか、冷蔵庫などの不法投棄も合わせて約10トにも上り、参加者はごみの量に驚いていました。



「ウガンダの人たちと初めて会話ができ、楽しかった。また地元の魅力を伝えることができてよかったです」
参加者
日高拓慎くん
(宮村小5年)

**宮村小児童が国際交流
ウガンダへ踊り披露**
7月4日、宮村小学校(和田保典校長、124人)の児童がインターネットを利用したテレビ電話で東アフリカのウガンダ協同国の子どもたちと交流しました。現地に青年海外協力隊員として派遣されている町職員の「子どもたち同士をつなぐ活動」との思いから実現。同小の児童は、郷土芸能の大太鼓踊りなどを披露。また習字の作品を英語を交えて説明するなど、交流を図りました。一方、ウガンダの児童は、太鼓のリズムに合わせて軽快にダンスを踊りました。



6月16〜18日、町武道体育館で、「みまたモノづくりフェア2017」つくりびとのカタチ(みまたモノづくりフェア実行委員会主催・山下盛親実行委員長、8人)が、開催されました。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。



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、1万7千人の出入でにぎわいました。会場内では、数々の卓越した職人技を前に、詰め掛けた来場者からは感嘆の声が上がっていました。

つくりびとのカタチ
みまたモノづくりフェア2017

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」も併設。料理、お茶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。

三股駅多目的ホール「M★ういんぐ」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などの作品を展示しました。



来場者
上原彩椰さん
(下新在住)

18日には、町物産館「よかもんや」でハンドメイド雑貨などを販売する「しゅしゅぽぽマーケット」も開催。同フェアの盛り上げを後押ししました。

町成人式の実行委員を募集しています

町では、平成30年1月5日（金）実施予定の成人式の企画・運営を行う実行委員を募集しています。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。

<募集内容>

- 募集人数＝10人程度
- 年齢＝平成30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、夜に数回集まり、成人式の企画・運営などについて話し合います（会議の日程は実行委員の都合を考慮して決定します）。
 - 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7日（木）
- 問い合わせ＝
教育課 生涯学習係
☎52－9311

町文化賞・功労賞の候補者や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（金曜・祝日）の文化の日に表彰式を開催するために、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、皆さんの周りで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、出身者や縁故者のほか、町内所在の団体
- 選考方法＝「文化賞等選考審査会」での審査
- 表彰式日程＝11月3日（金曜・祝日）文化の日

- 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
- 提出期限＝8月31日（木）
- 問い合わせ＝
町立文化会館
☎51－3462

町当地グルメコンテスト2017inまつり宮崎に出店します

町では、町内の農畜産物を活用して地域活性化を推進するため、県内26市町村が参加する「ご当地グルメコンテスト2017」に出店します。

当日は、都城東高等学校調理科の生徒が作った料理の販売を行います。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19日（土）午前10時～午後5時（雨天決行）
※荒天の場合20日（日）
- 会場＝MRTミック2階ダイヤモンドホール（宮崎市橋通西4丁目6－3）
※当日は「まつり宮崎」も同時開催されますので、会場周辺は混雑が予想されます。なるべく公共交通機関をご利用ください。

- メニュー＝「みまたこだわり 豚まん&ごま団子 高校生スペシャル」
※東高校調理科の生徒が考えた、町産食材を使ったレシピです。

- 使用食材（予定）＝バイオ茶ポーク、甘酒、みまたんごま、プチヴェールほか

- 問い合わせ＝
企画商工課 企画商工係
☎52－9084

昆虫写真家「新開孝さんの昆虫展」を開催します

町内在住の昆虫写真家、新開孝さんの昆虫写真展・講演会を開催します。9回目となる今年は、講演会終了後に会場の外へ移動して、虫の生態を観察します。力強く、美しく生きる虫たちの姿に触れてみませんか？

<写真展 メイン会場>

- 日時＝8月1日（火）～25日（金）午前9時～午後5時 ※月曜休館
- 会場＝町立文化会館エントランスホール

<写真展 サブ会場1>

- 日時＝8月3日（木）～25日（金）午前9時30分～午後6時
※土曜・日曜は午前9時～午後5時
- 会場＝みまたん駅内「M★ういんぐ」

<写真展 サブ会場2>

- 日時＝8月1日（火）～25日（金）午前9時～午後6時 ※月曜・祝日休館
- 会場＝町情報交流センター「あつまい」

- <講演会>
■内容＝「昆虫観察の楽しみ方」
※講演会終了後、会場周辺で自然観察会を行います。

- 日時＝8月20日（日）午前10時30分～
- 会場＝町立図書館 多目的ルーム
※写真展、講演会ともに入場無料です。
※展示期間や講演会の日程などは、都合により変更になる場合があります。
また、自然観察会は天候によっては中止する場合があります。
- 問い合わせ＝
企画商工課 企画商工係
☎52－1114

敬老祝い金を支給します

8月下旬～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28年7月2日～平成29年7月1日までの期間の満年齢です。（※1）満80歳の対象者
昭和11年7月2日～昭和12年7月1日が誕生日の人
（※2）満85歳の対象者

- 昭和6年7月2日～昭和7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

農地の堆肥散布に対する配慮とご理解をお願いします

<農業者へ>

耕作地における堆肥などの悪臭やハエの発生による苦情が多く寄せられています。農業者の皆さんは完熟した堆肥を使用し、堆肥散布後は早めに耕運しましょう。また、野焼きは風向きなどに注意して、必要最小限にしましょう。特に住宅隣接農地は、周辺への配慮をお願いします。

<町民の皆さんへ>

環境保全型農業（エコ農業）を行うには、堆肥などの利用が必要です。堆肥は臭いを伴う場合があります。また、害虫駆除のため、野焼きが必要となる場合があります。農業は本町の耕作地や食を守る大切な産業です。皆さんのご理解をお願いします。

- 問い合わせ＝
農業振興課 畜産振興係
☎52－9088

介護保険料を免除します

介護保険料の納付が必要な本人や代理人の申請で、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29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人増加するごとに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所有していない人。
- （キ）世帯において預貯金額が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（火）～8月31日（木）
※土曜・日曜・祝日を除く
- 申請場所＝福祉課窓口
- 問い合わせ＝
福祉課 介護高齢者係
☎52－9062

農地利用状況調査（農地パトロール）を実施します

8月中旬から、農地利用状況調査（農地パトロール）を行い、農地の違反転用と遊休農地の発生防止に取り組みます。農地パトロールで現地調査をして、農地の違反転用の実態を把握し、違反転用者には農地への回復などの指導・勧告を行います。また、遊休農地などは所有者（管理者）に今後の意向調査を行い、農地の再生や農地利用計画書の提出などの指導を行います。調査のために農地などに調査員が立ち入ることがありますので、ご理解とご協力をお願いします。

●遊休農地とは

- ①農地法上の用語で、一定期間耕作されておらず、今後も耕作されないと見込まれる農地。
- ②周辺の農地と比べて著しく低利用となっている農地。

●なぜ調査が必要？

農地は耕作をやめて数年経つと、原

形を失うほどに荒れて、耕作できる状態に戻すためには大変な手間と労力がかかります。農地の適正な管理を怠ると、雑草が茂って害虫などの温床となるだけでなく、粗大ゴミや産業廃棄物の不法投棄による悪臭や汚水の発生源となります。また、火災発生の原因となるなど近隣農業者や周辺住民に大きな迷惑となる可能性があります。草刈りや耕運などを行い、農地を再生して利用するか、いつでも耕作可能な状態にしておきましょう。

- 問い合わせ＝
農業振興課 農業委員会係
☎52－9087

若者の就職を支援します

就職に向けての悩みや不安の個別相談、セミナー、職場体験などを行っています。一人一人に合わせた支援で就労に結び付けます。

- 対象＝就職を目指す15歳～39歳の無職の人とその家族
- 日時＝月曜～金曜、午前10時～午後5時（土曜、日曜、祝日、年末年始を除く）
- 場所＝みやざき若者サポートステーションサテライト都城（都城市東町4街区30号）
- 問い合わせ＝
みやざき若者サポートステーションサテライト都城
☎36－6510

愛のご寄付

■寄付者一覧

平成29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
・忌明寄付

寄 付 者	続柄	故人名	年齢	地区	金額
比江嶋富美子	夫	哲二	78	仲 町	5万円
園田 稔	母	マサ子	87	小鷺巣	3万円
かりや 假屋 京子	母	ハツミ	92	田 上	5万円
由畑 武也	妻	ツヤ子	78	蓼 池	2万円
高橋美代子	夫	信行	71	梶 山	3万円
中原 廣美	母	スミ	102	上 米	3万円

・一般寄付

チェロチャリティリサイタル
ウィルソン悠希……………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7日（木）

■受付＝午後1時～1時30分

■対象者＝

・健診＝平成28年8月、平成29年2月・6月生まれ

・相談＝平成28年10月・12月、平成29年4月生まれ

■準備するもの＝母子健康手帳（おっぱい相談希望者は、タオル3枚程度をご準備ください）

※子どもの月齢に応じて医師の診察を行います。栄養相談やおっぱい相談も実施しますので、ぜひご利用ください。

●3歳児健診

■期日＝8月17日（木）

■受付時間＝午後1時～1時30分

■対象者＝平成26年1月1日～平成26年2月28日生まれ

■準備するもの＝母子健康手帳、質問票2枚、検尿

※当日は歯科と内科の診察があります。また心理相談、ことばの相談、栄養相談も実施します。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

●子育て支援センターに遊びにきませんか？

子育て支援センターは、町総合福祉センター「元気の杜」の中にあります。利用できるのは、未就学の子どもと保護者です（保護者同伴が原則）。月曜・火曜・木曜の午前9時～正午までと午後1時～3時まで、金曜は午前9時～正午までセンターを開放しています。開放日に合わせて、毎月楽しい行事や教室を行っています（予約が必要な活動もあります）。子どもと遊べる場所を探している、お友達をつくりたいお母さんたちは、ぜひ親子で遊びに来てください。

●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＝8月17日（木）

■時間＝午前10時30分～11時

●親子ふれあいコンサート

笑顔運ぶ音楽団「小さな音楽会」の歌と演奏で楽しい時間を過ごしましょう。

■期日＝8月22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」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7日（木）

■時間＝午前10時30分～11時

●親子教室（親子ピクス）

親子で体を動かしながら、心地よい汗をかきましょう。参加したい人は、申し込みをしてください。

■期日＝9月11日（月）

■時間＝午前10時30分～

■場所＝町総合福祉センター「元気の杜」大会議室

■講師＝田鍋いずみ先生（OKJ認定インストラクター）

■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12日（火）

■時間＝午前10時～11時

■内容＝誕生日のお友達をみんなでお祝いしましょう。

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。気軽にご相談ください。

＜現在行っている援助活動＞

・用事やリフレッシュをしたいときの預かり

・習いごとへの送迎

・幼稚園・保育園などへの送迎

・児童館などへの迎えと預かり など

●利用料金（町が1人目のみ200円〔1時間〕を助成）

利用時間	1時間あたりの利用料
月～金曜（祝日を除く） 午前7時～午後7時	子ども1人目のみ …400円 兄弟利用2人目から…300円
月～金曜の早朝夜間 および土曜・日曜・祝日	子ども1人目のみ …600円 兄弟利用2人目から…400円

※助成後の料金を表記しています

●まかせて会員を随時募集中です

地域の子育てを応援する「まかせて会員」を随時募集しています。送迎の協力だけでも構いません。まずは電話でお問い合わせください。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。ファミリー・サポート・センターたんぽぽから、かけ直します。

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

●町では骨髄移植ドナー支援事業を行っています

骨髄移植ドナーという言葉をご存知ですか。ドナーとは

「提供者」という意味です。骨髄移植は、白血病や再生不良性貧血などの病気によって、正常に血を作ることができなくなった患者さんの造血幹細胞を、健康な人の造血幹細胞と入れ替えることで、造血機能を回復させる治療法です。

町では多くの骨髄や末梢血幹細胞移植の実現とドナー登録者の増加を図るために、町内に住む骨髄などのドナーと、ドナーが勤務している事業所を対象に、奨励金を交付します。

■対象者＝

①日本骨髄バンクが実施する骨髄バンク事業で、平成29年4月1日以降に骨髄・末梢血幹細胞の提供を完了した人で、提供した日と奨励金の交付申請時に町内に住民票を登録していて、居住している人

②ドナーが勤務している事業所（国、地方公共団体や独立行政法人、地方独立行政法人やドナー休暇の取得が可能な事業所を除きます）

■奨励金の額＝ドナーが通院（検査）や入院をした日数（通算7日が限度）として、

①ドナーに対する奨励金の額は、1日につき2万円

②ドナーが勤務している事業所への奨励金の額は1日につき1万円

■申請の手続き＝骨髄、末梢血幹細胞採集に伴う入院をして退院した翌日から90日以内に、町健康管理センターで申請を行ってください。骨髄などのドナーと、ドナーが勤務している事業所ともに申請に必要な提出書類がありますので、詳しくはお問い合わせください。

●8月10日は日本心臓財団が定める『健康ハートの日』です

心臓は、全身に血液を運ぶ重要なポンプの役割を果たしている臓器です。心臓は、冠動脈という血管を流れる血液から酸素や栄養をもらっています。この冠動脈が何らかの原因で狭くなったり、閉じてしまうと、栄養が届かずに心臓が機能しなくなり、命に関わる危険な状況になってしまいます。心臓病の危険因子には高血圧、高脂血症、肥満、糖尿病、喫煙などたくさんありますが、これらの危険因子を軽減するためには、日常生活を見直すことが大切です。日常で気を付けるべき「健康ハート10カ条」をチェックしてみましょう。

【健康ハート10カ条】

①血圧とコレステロール値を正常にしましょう（太りすぎ、糖尿病には注意）

②脂肪の摂取は、植物性を中心にしましょう

③食塩は調理の工夫で、無理なく減塩しましょう（1日、6g未満が目標）

④食品は、栄養バランスを考えましょう（1日、30食品が目標）

⑤食事の量は、運動量とのバランスを考えましょう（甘いものには要注意）

⑥努めて歩き、適度な運動をしましょう

⑦ストレスは、工夫を凝らして上手に発散しましょう

⑧お酒は、自分のペースでほどほどにしましょう

⑨たばこは吸わない、禁煙を心がけましょう

⑩毎年1回は健康診断を受けましょう

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

●三股町地域包括支援センター ☎52-8634

●自分の身体機能を調べてみませんか？

地域包括支援センターと社会福祉協議会では、小牧病院と協力して、健康寿命を伸ばすための調査研究事業を行います。

これは、アンケートや身体能力測定、水分量や筋肉量などの体成分分析などの評価の結果を踏まえた体操をプログラムし、その体操を週1回、3カ月間行い、その効果を調査するものです。

初回評価日時：8月20日（日）午前9時～正午

場 所：第7地区分館

対 象 者：20歳以上であれば誰でも参加できます

参 加 費：無料

※大勢の参加が予想されますので、いくつかのグループに分けて測定を行います。必ず事前に地域包括支援センターか社会福祉協議会（☎52-1246）まで申し込みをお願いします。

●足もと元気教室

■日程＝8月16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18日（金） 9月1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7日（木）
第3地区	午後1時30分～3時	第3地区分館	9月14日（木）
第4地区	午前9時30分～11時	第4地区分館	8月16日（水）
第5地区	午後1時30分～3時	轟木集落センター	8月17日（木）
蓼 池	午前9時30分～11時	蓼 池 児 童 館	8月17日（木） 9月7日（木）
餅 原	午前9時30分～11時	餅原堂農研修館	8月21日（月） 9月11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	8月16日（水）
今 市	午前9時30分～11時	今 市 児 童 館	9月4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23日（水） 9月13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6日（水）
下 新	午後1時30分～3時	第7地区分館	9月8日（金）
第8地区	午前9時30分～11時	第8地区分館	8月25日（金）
第9地区	午後1時30分～3時	第9地区分館	8月23日（水） 9月13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～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

『おいしいね!』



たでいけ認定子ども園

今月の表紙を飾ってくれたのは、た
でいけ認定子ども園(福永譲二園長以
下110名)の年長児です。特集「食品ロ
ス」の取材で、お昼ごはんの時間にお邪
魔しました。とても美味しそうにごはん
を食べる女の子に思わずカメラを向け
ました。屈託のない笑顔が生まれる場所
がまちにはたくさんあります。

みまた 暮らしのカレンダー

8月1日(火)～9月9日(土)

※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	火	・可燃物	
2	水		
3	木		
4	金	・可燃物	
5	土		
6	日	◎有馬医院(内・小) ☎23-2610(上長崎町) ◎伊達クリニック(内・産) ☎36-7088(牟田町) ◎佐々木医院(内) ☎62-1103(高崎町) ◎もりやま脳神経外科(脳) ☎21-6888(久保原町) ◎もちお蛸原医院(整・形) ☎21-5355(義原町) ◎丸田病院(産・婦) ☎23-7060(八幡町)	
7	月	・可燃物	・図書館休館日
8	火	・可燃物	
9	水		
10	木	・白色トレイ・ペットボトル	
11	金	◎柳田病院(小・内) ☎22-4862(東 町) ◎おおくぼクリニック(内) ☎26-1500(千 町) ◎田中隆内科(内) ☎52-0301(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) ◎飯田整形外科クリニック(整) ☎46-5115(上 町) ◎吹上耳鼻咽喉科医院(耳鼻) ☎21-4133(鷹 尾)	・可燃物 ・図書館休館日
12	土		
13	日	◎早水公園クリニック(内・小・外・産・アシ) ☎36-6117(早水町) ◎村上循環器内科クリニック(産・内) ☎25-2700(宮丸町) ◎坂田医院(内・産・胃) ☎51-2003(三股町) ◎山路医院(外・内) ☎64-3133(山田町) ◎どいクリニック(外・胃・内) ☎22-1825(上東町) ◎宮田眼科病院(眼) ☎22-1441(蔵原町)	
14	月	◎富田医院(内・小) ☎23-4586(栄 町) ◎野辺医院(内・胃) ☎22-0153(上 町) ◎黒松病院(内) ☎38-1120(金田町) ◎宗正病院(外) ☎22-4380(八幡町) ◎池之上整形外科(整・リハ・内) ☎23-2311(上川東) ◎いそいち産婦人科医院(産・婦) ☎22-4585(平塚町)	・可燃物 ・図書館休館日
15	火	◎沖水こどもクリニック(小) ☎27-5656(太郎坊町) ◎森山内科・脳神経外科(内) ☎21-5000(南鳳尾町) ◎ひかりクリニック都城(内・産・消) ☎26-1820(上長崎町) ◎たかお浜田医院(外・内) ☎22-8818(鷹 尾) ◎いき形成外科ひびろクリニック(形成) ☎45-0020(年見町)	

15	火	◎小山田眼科医院(眼) ☎22-0710(松元町) ・可燃物	
16	水		・図書館休館日
17	木	・缶・瓶	
18	金	・可燃物	
19	土		
20	日	◎城南病院(小・内) ☎23-2844(大王町) ◎瀬ノ口医院(内・消) ☎25-5155(姫城町) ◎しげひらクリニック(内) ☎27-5555(神之山町) ◎はまだクリニック(外・胃・肛) ☎45-2266(祝吉町) ◎よしかわクリニック(麻・整・内) ☎23-9384(前田町) ◎武田産婦人科医院(産・婦) ☎22-0336(蔵原町)	
21	月	・可燃物	・図書館休館日
22	火	・可燃物	
23	水		
24	木	・不燃物	
25	金	・可燃物	
26	土		
27	日	◎たけしたこども医院(小) ☎51-0005(三股町) ◎ベテスダクリニック(内) ☎22-1700(年見町) ◎大橋クリニック(内・産・リハ) ☎37-0539(庄内町) ◎都北鯉島クリニック(胃・内・外) ☎38-6060(都北町) ◎倉内整形外科病院(整) ☎22-1252(上 町) ◎野田医院(産・婦) ☎24-8553(蔵原町)	
28	月	・可燃物	・図書館休館日
29	火	・可燃物	
30	水		
31	木		

◎ 9月の予定

1	金	・可燃物	
2	土		
3	日	◎児玉小児科(小) ☎25-5570(花繰町) ◎坂元医院(内・胃) ☎22-0360(牟田町) ◎いづみ内科医院(内) ☎22-7111(鷹 尾) ◎川畑医院(外・胃) ☎46-3225(年見町) ◎寺本整形外科医院(整) ☎22-1171(北原町) ◎くぼた眼科(眼) ☎26-3100(南鳳尾町)	
4	月	・可燃物	・図書館休館日
5	火	・可燃物	
6	水		
7	木		
8	金	・可燃物	
9	土		

(前号より)
私は逮捕されて拘留されていました
ので、直接の謝罪はできず、弁護士を通
じて手紙で謝罪をして、妻や両親が私
の代わりに被害者ご家族に会い、謝罪
をしてもらっていました。土下座をし
て謝罪をしたことを面会時に聴き、妻
や両親にまでつらい思いをさせてし
まっていることに、本当に情けない気
持ちで目を合わせることができません
でした。保釈後、被害者ご家族に連絡を
取り、謝罪することができ、示談にも
応じていただきました。私の起こした
事犯は決して許されることではないの
に、どんな気持ちで示談にに応じてくれ
たのかと思うと本当に申し訳ない気持
ちでいっぱいになりました。私は現在、
市原刑務所で受刑生活を送っています。
私が起こした事犯から逃避せずに向き
合い、今までの自分勝手な判断や考え、
大人としての自覚の甘さを改めて、生
まれ変わることも一つの償いになるの
ではないかと考え、事犯を忘れないよ
うに、日々、手を合わせ、反省するこ
とで、少しでも償いになるのではないかと
過ごしています。私には命があり、こ
れからは私の一生を懸けて償い続けて
いく決心をしています。それに、不自由な生
活をさせてしまっている妻や幼い子ど
もたちのことも考えれば、つらいなど
と言ってはられません。私は被害者

※ 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〕

の命だけではなく、家族や両親にまで
被害を与えてしまったのです。それな
のに私は家族に支えてもらっています。
たくさんの人たちに支えられて、過ご
しています。この恩を決して無駄にせ
ず、今度は私が支えていく人間となら
なければなりません。最後に、この手記
を読まれた皆さまにお願いです。決し
て、飲酒運転を許さないでください。も
し身近に飲酒運転をしている人がいる
のなら、注意をして止めさせてくだ
さい。私のような人間がこの世からい
なくなつて欲しいのです。両親や妻、子
どもたちにこんなつらい思いを与えな
いでください。自分一人の命ではない
のです。事故を起こしてから、人の命を
奪つてから気付いたのでは遅いのです。
命は、二度と戻らないのです。幸せな生
活の日々は、戻つてこないのです。

交通事故(人身)発生ワースト順位 ◎県内第9位／平成29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

● 税務財政課からのお知らせ

8月31日(木)は納期限です

納期限内に納付しましょう。

● 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(金)が振替日です。24日(木)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11日(月)です。

■ 問い合わせ：納税管理係 ☎52-9635

納税は「納期内納付」が原則です

納税の本来の姿は、『納税義務者が、定められた納期限まで
に、自主的に納めること＝納期内納付』です。

仮に、『納期限までに納めない＝滞納』の状態であれば、町は
督促状などを送付し、早期に納税いただくよう請求をします。

それでも滞納したままでいると、町は、納期内納付をして
いる納税者との公平性を保つために、また貴重な財源である

税を確保するために、やむを得ず、預貯金や給料、不動産など
あらゆる財産を差し押える『滞納処分』を行うこととなります。
滞納処分は、ご本人の身の回りや生活にさまざまな影響
を及ぼします。また、滞納すると、延滞金も増えていきます。

税は、納期限までに、自主的に、納めましょう。

■ 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

税は『納期限内納付』が原則ですが、「やむを得ない特別な
事情があり期限内に納税できない」「一度に納めることが難
しい」といった場合は、お早めにご相談ください。

『早めの相談・早めの納付開始』は期間や金額に余裕を生み、
滞納の計画的な解消につながります。放置すれば延滞金が増
えていきます。

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しょう



地域を包み込む優しい光
か
ぐや姫がひよっこり出てき
そうな幻想的な光が竹筒か
ら四方に輝く。「図柄に加え中から
溢れる光の印象も大切」。大きさと
デザイン、二つとして同じものはな
い作品を前に、笑顔で話す辰美さん。
民芸品として手に入れた竹灯籠の魅
力に引かれ、自作を始めた。竹林か
ら切り出し、いくつかの工程を経て
生み出した作品は50本を超える。地

域の宴会に景品として提供した作品
が話題に。「道具などを試行錯誤し、
徐々に満足のいく出来になってき
た。皆さんに喜んで貰えることが何
よりうれしい」。他にも民生委員や
通学児童の見守りなどさまざまな地
域活動に従事。「やらずに後悔する
よりはやって後悔したほうがいい」
と語る。一環しているのは「地域の
ために自分ができることを」という
思い。これからの温かいまなざしが
地域全体を優しく照らし続ける。

竹灯籠の明かりに魅せられて

クロージアアップ
まちを支える人たち 100 榎田在住 大脇辰美さん(63)

三股文芸

222

「短歌」◆三股短歌会

どくだみの十字架に似たる白き花梅雨の晴れ間に楚々とききをり

津曲 香代子

庭隅の雑草の中で四枚の白色の苞(ほう)に淡黄色の小花も
咲かせるどくだみは、可愛らしく、優雅さが感じられます。
十字架に似たどくだみの花を見ていると身が洗われるよう
な、とても不思議な心地がします。

何気なく取りたる茄子のトゲの刺さり親指に残る黒き一点

西畑 よし子

十本の茄子が次々と太り、ついついトゲのあることを忘れ
て取ってしまします。たまには親指にトゲが残ることがあり
ます。

わが家の一番星



なかもと せい
中元 晟太くん

◎平成28年10月11日生まれ(0歳)
◎中元孝明さん・依久美さんの長男



まえはら こ
前原 来幸ちゃん

◎平成27年2月10日生まれ(2歳)
◎前原光さん・奈津美さんの次女

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 総務課 秘書広報係 ☎52-1113(直通)

■茶じよけ

いよいよ夏真っ盛りで
す。毎日力強い天気であ
はエネルギーに満ちあふ
れています。天気と裏腹に皆
さんはなぜだか調子が上
がらない、なんだかスラン
だなど感じる時に心がけ
ていることはありますか。私
がそのような時、ある人に
言われた言葉が「低空飛行
の時こそ、その時にしか味
わえない景色がある。」で
した。聞いた時はよく理解
できなかったのですが、時
間をかけて考えてみると低
空をじっくりさまよって
いる分、普段見過ごしがち
な大切な足元をみる余裕に
繋がると感じました。急
に上昇しようとする
と、かえってエンジンに負
担をかけてしまい、途中で
ガス欠になるかもしれませ
ん。時にはゆっくりじんわ
り進んでいくことも必要
なのではないでしょうか。
さて今月の特集は「食品
ロス」です。食事をすると
きには、誰かが私たちのた
めに作ってくれた大切な
食材であることを思い浮
かべて、味わうこと。そし
て飛び続けるために、欠か
せない燃料である「食」を
これからも大切にしてい
きたいと思いました。(へせ)

◎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、明治初年、五戸長を一人として、
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29年7月1日現在

- ・男/11,764人・女/13,592人・計/25,356人(前月比-1人)
- ・世帯数/10,091戸(-3戸)・出生/32人・死亡/16人
- ・転入/52人・転出/69人

No.564
2017.8

発行・編集／三股町 総務課

〒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
みまたん
〒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

みまたん駅前よかもん朝市
■期日11月27日(日) 午前8時〜10時30分ごろまで

【パイオ茶スイーツ】価格などは店頭
でお尋ね下さい/生産者・十字屋

【胡麻せんべい】1袋400円/販売
者・しも農園

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