



駆け出す背中に
 思いを託して

未来をつなごう

～ある日、骨髓バンクのドナーになった～
 「家族が重い病気にかかってしまったら」と考えてみたことはありますか？

皆さんの健康と医療を守る国民健康保険…6 まちの話題…10

花と緑と水のまち
 宮崎県 三股町

11

MIMATA PublicRelations **11** Vol.567



広報みまた 平成29年11月1日号

発行・編集：三股町 総務課
 TEL：0986(52)1113 FAX：0986(52)4944
 〒889-1995 宮崎県北諸県郡三股町五本松1-1



第39回 宮崎県高等学校総合文化祭 演劇部門 第70回 宮崎県高等学校演劇県大会

毎年、三股町で開催される県内の高校演劇部の頂点を決める大会
 「宮崎県高等学校演劇県大会」
 「三股を目指せ！」を合言葉に、9月の県予選会を勝ち抜いた6校が三股に集結し、
 高校生が、演劇という翼を付けて全力で表現します！
 九州大会へと、そして、
 全国大会を目標に羽ばたいていく瞬間を：町立文化会館でお楽しみください！



- 日時／**11月18日[土]・19日[日]**
 午後1時～(2校上演) 午前9時～(4校上演)
 ※各学校、制限時間60分のルールの中で上演いたします
- 料金／**無料**(予約や申し込みも不要。気になる学校だけでもご覧になれます)
- 出場校／佐土原高校、都城商業高校、宮崎大宮高校、宮崎東高校、都城泉ヶ丘高校、妻高校
 ※上演の順番と時間は、決まり次第ホームページ等でお知らせいたします
- 会場／三股町立文化会館(〒889-1901 宮崎県北諸県郡三股町大字榊山3404-2)

演目
 ござる・DE・探偵事務所
 附子



- 日時／**11月30日[木]** 午後7時開演(開場は30分前)
- 料金／一般…**1,500円**(当日1,800円)、大学生以下…**800円**(当日1,000円)、ペア…**2,500円**(前売のみ取扱)
 ※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
 ※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 ※託児サービス有(予約制)
- 出演／茂山あきら、茂山童司、網谷正美、茂山宗彦
- 会場／三股町立文化会館(〒889-1901 宮崎県北諸県郡三股町大字榊山3404-2)
- 主催／三股町、三股町教育委員会 ■共催／みやこのじょう子ども劇場
- お問い合わせ・チケット取扱・託児サービス受付／三股町立文化会館 TEL0986-51-3462 <https://bunka.town.mimata.lg.jp>

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 <https://bunka.town.mimata.lg.jp>)
 ●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。



未来をつなぐ

ある日、骨髓バンクのドナーになった

「家族が重い病気にかかってしまったら」と考えてみたことはありますか？今回は、急に発症することがある血液の病気と、その命を救うための「善意の自由意志」を見つめます。



骨髓の移植を受けた福永さん

骨髓を提供した桑畑さん

写真の2人は、「骨髓バンク」で今年9月に骨髓を提供した桑畑喜芳さん（宮村）と、5年前に骨髓の移植手術を受けた福永翔一郎さん（都城市）です。不治の病ともいわれた「白血病」をはじめとする血液の病気は、骨髓移植などの方法で、救える可能性がある病気になりました。そして、移植を受けた患者も、骨髓の提供者も、手術後にはこの2人のように、スポーツなどの趣味を楽しみながら過ごしています。

しかし、お互いの白血球の型が適合しなければ、移植はできません。その確率はわずか数回〜数万分の一といわれ、骨髓のドナー（提供希望者）に登録すれば、誰でも提供できるわけではありません。また、リスクも理解する必要があります。

骨髓バンクの関係者は、知らずに「怖い」などと誤解されることが悩みだと言います。骨髓移植に関わった人たちの思いを聴き、私たちにできることを考えてみましょう。

救える命があることを知った

私にもできることがある

骨髓バンクのドナーに登録したのは、いとこが白血病を発症したことがきっかけです。それまでは、骨髓バンクの存在すら知りませんでした。医師から「骨髓提供者がいなければ、移植手術ができない」と聞き、ただ「助きたい」という思いで、すぐに登録しました。骨髓を移植するためには、提供者と患者さんの白血球の型が適合する必要があります。適合する確率は兄弟や姉妹が一番高く、次に両親、親戚と低くなり、骨髓バンクに登録しているドナーの中で探すとならば、奇跡のような確率です。いとこは投薬治療で回復しましたが、その数年後、私の元に「適合通知」が届きました。

実際に通知が来たときは少し動揺しましたが、そこで「もし、自分の

子どもが同じ病気になってしまったら」と考えたんです。ドナーを探しているということは、家族や親戚でも適合せず、もう骨髓バンクに頼るしかない状況だということ。わらにもすがら思いで骨髓を待っているんです。「私にできることがあるのなら」そう思って決断しました。

この体は自分一人のものじゃない

「適合通知」が届いた後は、意思確認や検査が始まります。提供の意思を伝えると、移植に関する情報をしっかりと教えてくれて、それから何度も何度も再確認をして、家族と一緒に最終同意を行います。患者さんは、ドナーが最終同意をした時点で、新しい骨髓を体に入れられるための手術を行います。ここまでくると、意思の撤回はできません。最終同意書に署名した瞬間、「もう、この体は自分一人のものじゃない」と思いました。

怖がる前に、知って欲しい

骨髓の提供を知った友人からは「背骨、痛かったやろ！後遺症は大丈夫？」などと言われました。脊髄

と混同している人が多いですが、注射器で腰骨から採取します。全身麻酔をするので手術中の痛みは無く、術後は触ると少し痛みを感じましたが、2日目には退院できました。入院時の休業補償はありませんが、町からの助成があったので安心して手術に臨めました。退院して10日後には趣味のバドミントンができ、3週間後には登山も楽しめました。しっかりと調べると、リスクは少ないことが分かります。怖がったり否定する前に、正しく理解することが大切だと、身をもって思いました。

みんなが平等にできる人助け

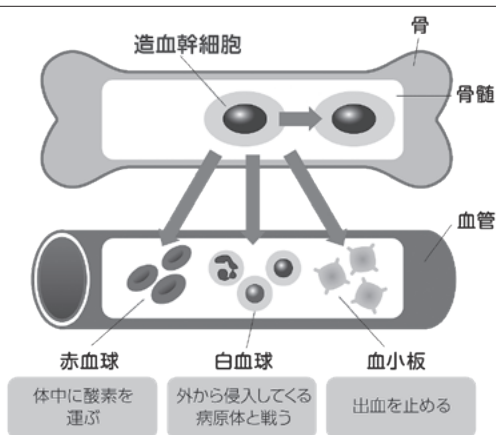
手術後、医師から「患者さんは、良い年末を迎えられるだろうね」と言われました。患者さんの家族や親戚が集まり、みんなが笑顔で過ごしている情景が浮かび、提供を決断して良かったと思えました。移植を受けた患者さんの5年後の生存率は50%で、このことに驚く人もいます。でも、移植しなければ先はありません。ドナー登録は、みんなが平等にできる人助けだと思います。登録しないことが間違いではありませんが、骨髓の提供を待ち望んでいる人がいること、救える命があるということ、一度真剣に考えて欲しいです。

骨髓と血液の病気

骨髓は、全身の骨の内部にあるスポンジ状の組織です。その中に、赤血球・白血球・血小板を作り出す重要な細胞「造血幹細胞」があります。「白血病」や「再生不良性貧血」などの血液の病気は、この「造血幹細胞」が正常に働かなくなることが原因です。

どうやって治療するの？

正常に血液を作ることができなくなった患者さんに、ドナーから採取した正常な「造血幹細胞」を移植することで、血液を作る力を取り戻すことができます。





みやざき骨髄バンク推進連絡会議
代表 中村 福代 さん(都城市)

時空を超えた親戚探し

私はこれまでに2度、骨髄を提供しました。初めて提供したのは20年前です。当時、宮崎には骨髄バンクの団体が無く、相談できる人もいませんでしたので、「適合通知」が届いたときに怖くて震えたことを覚えています。しかし、終わってみると「何てことはなかったなあ」という感じでした。

そして、この経験を生かさなければと思い、『みやざき骨髄バンク推進連絡会議』を立ち上げました。骨髄移植のことを知らない人が「怖い」と思うのは当然です。だからこそ、正しい情報をしっかり伝えたいという思いで活動しています。

これまでに、ドナー登録者の中で実際に骨髄を提供した人はわずか3%程度です。47万人以上がドナー登録していますが、提供まで至る人は、ほんのひと握り。患者さんはドナー

から候補者が見つかるだけでも奇跡のように喜ばれます。骨髄バンクは自由意志なので、「適合通知」が届いても断ることはできますが、なるべく多くの人に提供まで進んで欲しいと思います。よく理解して、登録を考えてもらえるとうれしいです。

骨髄バンクのドナーは、55歳の誕生日を迎えると登録が取り消されるため、毎年約2万人が卒業してしまいます。私たちの手で救える命を少しでも増やせるように、活動し続けることが大切だと考えています。

白血球の型が適合したということは、遠い先祖が繋がっているということです。「どこかに私を必要としている親戚がいる」と考えると、骨髄バンクは時空を超えた親戚探しのような気がします。そんな考え方もできるんです。



豊永由希恵さん(左)と清水美佳さん(右)

4歳のときに移植手術を受けた、現在28歳の豊永由希恵さん(宮崎市)と、日本骨髄バンク地区普及広報委員の清水美佳さん(仲町)は、県内各地で骨髄バンクのドナー登録を呼びかけています。

豊永さんは、「骨髄移植を受けていなければ、これまでの楽しい思い出は無かったかもしれない。そう思うと、移植を受けて本当に良かったと感じます。もし、身内が病気になっても、骨髄バンクを知っているだけで心の負担は軽くなると思います。可能性に希望を持つことができるからです。少しでも多くの命が救われることを願って活動しています」と話してくれました。

冒頭で紹介した桑畑さんは、骨髄の提供を決断するときに、「もし、家族や親戚が同じ病気になったら」と考えたことで、命を救うという奇跡に繋がりました。これは、骨髄バンクに限ったことではありません。人助けは簡単ではありませんが、誰かが困っていたら、少し立ち止まって「自分だったら」、「家族だったら」と想像してみてください。

私たちが少し意識を変えれば、救われる人がいます。奇跡は、案外身近にあるのかもしれない。小さな一歩は、明るい未来に繋がっています。

Q ドナーに登録するためには？

A 保健所や献血ルームで登録できます。また、献血バスで登録を受け付けることもあります。登録の条件は、健康な18歳～54歳で、体重が男性45kg以上、女性40kg以上の人です。

Q 登録時はどんなことをするの？

A はじめに骨髄のドナーになることをしっかりと理解してもらいます。そして問診、血圧測定、約2mlの採血を行えば完了です。早ければ15分程度で終了します。

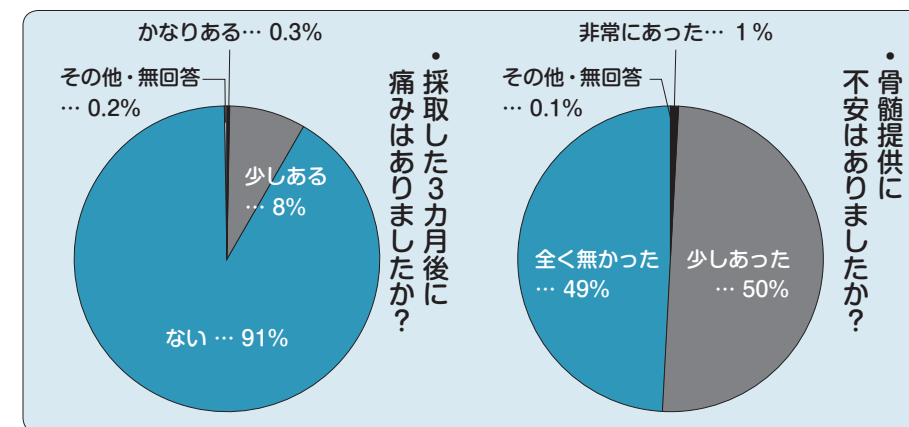
Q 登録したら骨髄提供が決定するの？

A 患者と白血球の型が適合し、提供候補者として選ばれるドナーは、全登録者の約37%です。つまり、登録しても約60%の人は適合しません。ドナーが増えれば、骨髄を提供できる確率も高くなります。

骨髄バンクのドナーになるってどうなん？

1年間で約1万人が、白血病など重い血液の病気と診断されます。血液の病気は、薬での治療のほか、骨髄移植などが有効とされています。そこで必要になるのが、移植するための正常な骨髄です。ドナーへの登録は、「骨髄を提供できます」という意思表示のようなもの。現在47万人が登録していますが、年齢制限で毎年約2万人以上が登録解除されます。

『骨髄バンク』は、ドナーの情報を管理している機関です。移植を必要とする患者は、ドナーの中から、自分の白血球の型と適合する人を探します。適合したドナーは、「提供候補者」となり、移植に向けた双方の調整が始まります。



骨髄提供者アンケート (回答数: 13,419人) ※平成5年1月～平成27年12月 骨髄バンク調べ

ドナー登録後

「適合通知」が届いたら…

患者とドナーの白血球の型が適合すると、ドナーに「適合通知」が届きます。この通知を受け取ったら、骨髄移植に向けて進みます。移植についての詳しい説明を聞き、手術を安全に受けることができるかを健康診断で確認します。そして本人と家族の同意を経て、ようやく手術となります。

※ドナー登録や骨髄提供は、善意の「自由意志」です。登録から提供に至る間、各段階で意思確認があり、断ることができます(ただし、最終同意後は、患者の負担が大きいため変更ができません)。

Q 入院期間はどれくらい？

A 骨髄採取の前日から3泊4日程度です。回復が早ければ、退院後すぐに復職・復学できますが、体への負担が大きい仕事の場合は、長めに休みを取ることをおすすめしています。

Q 手術ができる病院は？

A 骨髄移植推進財団が指定する病院で手術します。県内では「県立宮崎病院」、「宮崎大学医学部附属病院」で受けることができます。

町では骨髄提供者に奨励金を交付しています

骨髄移植に係る経費は患者負担で支払われますが、休業による所得補償はありません。本町では入院(手術前後の検査のための通院も含む)1日ごとに本人に2万円、勤務事業所に1万円を交付しています(最大7日間)。交付条件など詳しくはお問い合わせください。

■問い合わせ＝
町健康センター
☎52-8481

知っておきたい「骨髄バンク」のあれこれ

移植手術症例数

県内…59件
国内…2万1,202件

※平成29年9月時点での症例件数です

日本の骨髄バンクでは、2万件を超える移植手術で骨髄ドナーの死亡事例はありません。ただし、骨髄バンクを介さない血縁者間移植で、過去に海外で4例、日本で1例のドナー死亡事例が報告されています。

「提供できます！」ドナー登録者数

県内…3,753人
国内…47万7,839人(累計は71万3,200人)

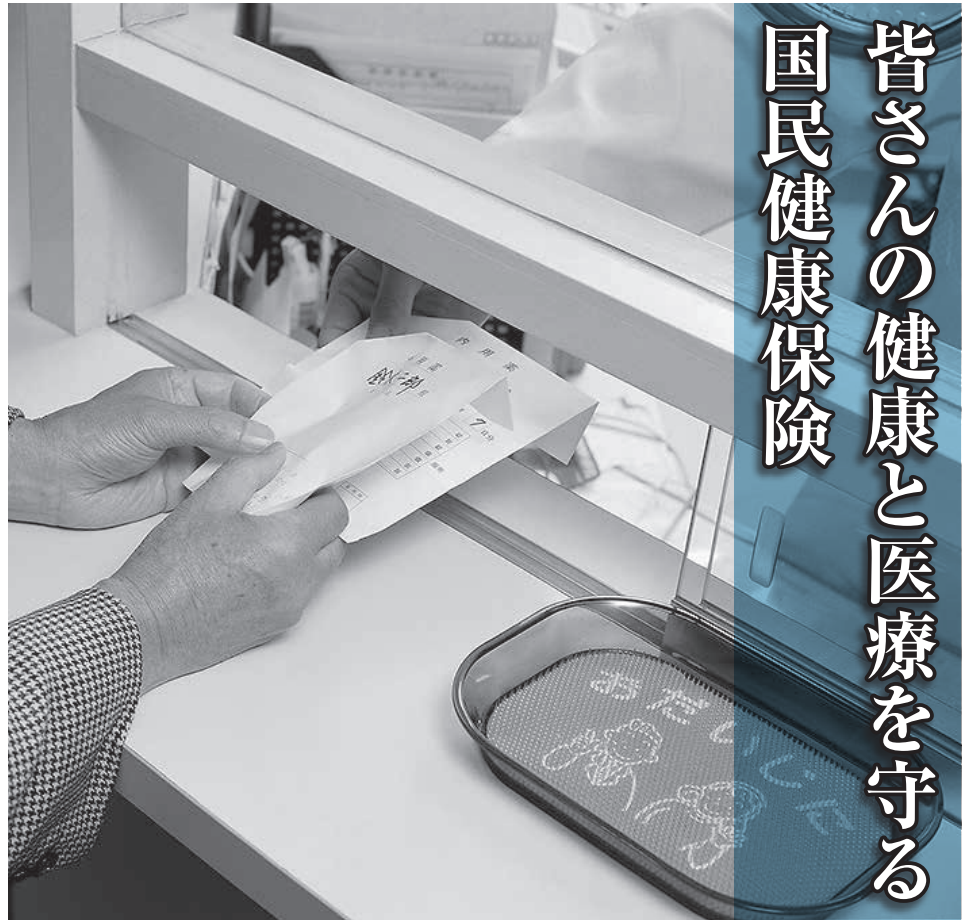
「探しています！」登録患者数

県内…17人
国内…3,689人(累計は5万2,041人)

※平成29年9月時点での登録数です

■問い合わせ＝
日本骨髄バンク ☎03-5280-1789

皆さんの健康と医療を守る 国民健康保険



国民健康保険の仕組み

国民健康保険（以下：国保）は、けがや病気に備えて被保険者がお金を出し合い、安心して医療機関を受診できるように助け合う制度です。その運営を町が行っています。

言い換えれば、町、国や県からの補助金と被保険者の皆さんが納めた保険税で、医療機関への支払いを行っているのです。収入（保険税の

収納率）が下がったり、支出（医療機関への支払い）が増えたりすると、国保の財政は厳しいものとなってまいります。財政の健全化に協力をお願いします。

一人当たりの医療費

平成28年度の町国保における一人当たりの医療費は38万5949円となっています。この額は県内26市町村中11番目となっていて、平均値よ

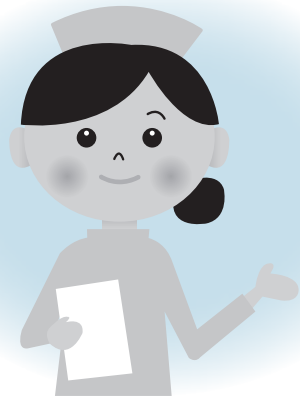
「治療」の前に、 まず「予防」を！

・病気を未然に防ぐため、また、病気を早期に見出し、治療するためにも、年に1回は健康診断を受けましょう。

・町国保では、40歳以上の人を対象として生活習慣に重点を置いた特定健診を毎年実施しています。平成29年度の指定医療機関での個別健診は6月～10月に実施しました。（自己負担の費用は500円です。）

・7月～11月に実施する、集団検診は無料で受診できます。

・受診できなかった人は来年度に受診しましょう。実施時期は「広報みまた」および回覧板でご案内します。



こんなときには 14日以内に 届け出を！

加入の届け出が遅れると…

- ・国保加入の届け出が遅れた場合は、他の健康保険をやめた月までさかのぼって国民健康保険を納めなければなりません。
- ・保険証がない期間、病院などの支払いが全額自己負担となります。

脱退の届け出が遅れると…

- ・国保の保険証で診療を受けてしまうと、国保が負担した医療費を後日返還することになります。
- ・国保を脱退する手続きをしないと、他の保険料と国保税を二重に納めることになります。

	届け出が必要なとき	届け出に必要なもの
加入	他の健康保険をやめたとき、被扶養者でなくなったとき	印かん、職場からの資格喪失連絡票
	他の市町村から転入してきたとき	印かん、転出証明書
脱退	他の健康保険に加入したとき、被扶養者になったとき	印かん、国保と職場の両方の保険証、または資格取得連絡票
	他の市町村へ転出したとき	印かん、保険証
その他	修学のため他市町村に住むとき	印かん、在学証明書、保険証
	保険証をなくしたとき	印かん、身分証明書



・届け出には全て個人番号（マイナンバー）の記入が必要ですので、個人番号カードなどをお持ちください。世帯主以外の人が届け出をする場合は「委任状」が必要です。

り高い位置にあります。

また、医療費の額は年々高くなる傾向にあります。

緊急の場合を除き、

平日の診療時間内に受診しましょう

休日や夜間の緊急医療機関は、急性性の高い患者さんを受け入れるためのものです。また、時間外診療や休日・夜間の受診は割増料金となり、自己負担も大きくなります。急病などのやむを得ない場合を除いては、診療時間内に受診しましょう。

「はしご受診」をやめ、

信頼できる「かかりつけ医」を持ちましょう

同じ病気で複数の医療機関を受診することを「はしご受診」といいます。「はしご受診」をすることは、医療費を増やしてしまうだけでなく、重複する検査や投薬などで、かえって体に悪影響を与えてしまう恐れがあります。信頼できる「かかりつけ医」を持ち、気になる症状があれば相談し、必要であれば「かかりつけ医」から適切な医療機関を紹介してもらいましょう。

また、薬のもらい過ぎ（残っている薬があるのに、必要以上にもらうなど）はやめましょう。

ジェネリック医薬品を使いましょう

ジェネリック医薬品（後発医薬品）

とは、最初に作られた薬（先発医薬品・新薬）の特許が切れてから作られた薬で、厚生労働省で新薬と効き目や安全性などが同じと認められた薬です。新しい薬を開発するための経費が掛からない分、ジェネリック医薬品は安い価格で提供されます。ジェネリック医薬品の使用は医療費の節減になります。医療費を節減することは、自己負担の軽減だけでなく、国保の保険料など医療保険の負担軽減にもつながります。ジェネリック医薬品の使用方法などは、医師や薬剤師に相談しましょう。

柔道整復師の正しいかかり方

柔道整復師（整骨院・接骨院）は医師ではないため、施術の行為が限定されています。また、保険証が使える場合と使えない場合がありますので、次の内容を参考にして受診してください。

●保険証が使える場合

- ・外傷性の捻挫、打撲
- ・医師の同意がある場合、骨折の応急処置、脱臼の施術

●保険証が使えない場合

- ・日常生活の単純な肩こり、腰痛など
- ・症状の改善がみられない長期の施術
- ・スポーツなどによる肉体疲労改善のための施術

もう受けましたか？『特定健康診査（健診）』

本年度最後の健診です

町では、6月から特定健康診査と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」を早期に見出し、その予防に取り組むことです。

まだ受けられていない人は、次の日時に「本年度最後の集団健診」があります。ぜひ受けましょう。

※①②の両方がないと受診できません。 ※駐車場には限りがあります。なるべく徒歩や乗り合わせでお越しください。

※受診票がない場合は、再発行ができますので、国保年金係（☎52-9632）までご連絡ください。

- 実施日＝11月19日（日）
- 受付時間＝午前9時～11時
- 場所＝町健康管理センター
- 受診費用＝無料
- 対象者＝40歳～74歳の三股町国民健康保険の加入者
後期高齢者医療制度の加入者
- 必要なもの＝①保険証
②受診票（横長の二つ折りで対象者には事前に個別郵送しています）

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

★11月の旬の食材は、レンコン、ゴボウ、ニンジン、ダイコン、ギンナン、リンゴです（材料は全て1人分です）。

One Point!

緑黄色野菜…見た目の色合いが濃くて、100g中にカロテンを600マイクロg以上含んでいる野菜のこと。カロテン以外

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。

にもビタミン類、ミネラル類が豊富に含まれています。1日に必要な野菜は350gですが、120gを緑黄色野菜で取ることが望ましいです。 次回は『淡色野菜』を紹介します

◎主食 ご飯

168kcal 塩分0g

材 料 ご飯…100g

◎副菜 筑前煮

265kcal 塩分1.8g

材 料 鶏もも肉…60g、レンコン…40g、ゴボウ…40g、ニンジン…20g、ダイコン…100g、絹サヤ…2枚、みりん…小さじ2杯、しょうゆ…小さじ2杯、砂糖…小さじ1/2杯、サラダ油…小さじ1/2杯

作り方 ①鶏肉は一口大に切る。レンコンは皮をむいて厚めの半月切り、ゴボウは皮をこそいで斜め切り、ニンジンは乱切り、ダイコンは厚めのいちょう切りにする。②絹サヤはさっとゆでて斜めに切っておく。③鍋に油を熱し鶏肉を炒め、レンコン、ゴボウ、ニンジン、ダイコンも加えて炒める。調味料を入れ、ひたひたの水を加えて弱火で汁気が無くなるまで煮る。④最後に絹サヤを加える。

◎主菜 ごちそう茶碗蒸し

120kcal 塩分1.5g

材 料 卵…2/3個、だし汁…2/3カップ、塩…小さじ1/9杯、しょうゆ…小さじ1/9杯、片栗粉…小さじ1/6杯、シイタケ…1/2枚、エビ…1尾、ギンナン(茹)…2粒、カマボコ…2切れ、三つ葉…適量

作り方 ①だし汁に調味料を入れて中火で煮立て、同量の水で溶いた片栗粉を入れて一煮立ちしたら火を止めて冷ます。②エビは背ワタを除き小鍋に入れ、酒をふり蒸し煮して殻をむく。三つ葉はさっと

ゆでて形よく結ぶ。シイタケは薄く切る。③卵を溶き、だし汁を合わせてこす。④器に卵液を入れ、蒸気の上の蒸し器に入れて弱～中火で20分くらい蒸す。⑤茶碗蒸しの上にシイタケ、ギンナン、カマボコ、エビをのせ、さらに5分くらい蒸す。⑥三つ葉を飾る。

◎もう一品 甘酒スムージー

76kcal 塩分0.1g

材 料 甘酒…50ml、小松菜…50g、リンゴ…50g、レモン汁…小さじ1杯

作り方 ①小松菜、リンゴはざく切りにする。②材料全てをミキサーに入れ、滑らかになるまで攪拌（かくはん）する



外国語指導助手のコーナー

サンクスギビング

日本に来てから、一年が経ちました。家事をしたり遊んだりしているとき、ふと「今、私は日本にいる。日本に住んでいる!」と思うことがあります。そして、感謝の気持ちでいっぱいになります。アメリカで11月の第四木曜日は『サンクスギビング』といって、「感謝の日」です。家族みんなで集まって、日々の生活の中にある幸せに感謝して、ごちそうを食べます。私は日本にいたので、家族と集まったり七面鳥を食べることはできませんが、感謝の気持ちを忘

れたことはありません。仕事で疲れたとしても、楽しい仕事をしているのでハッピーです。一番感謝していることは、日本の生活そのものです。アメリカでは、病院に行くことや郵便局に電話することなどが面倒くさいと思っていました。日本では、日本語で上手に伝えることができ、無事にやり遂げたら「成功だ!」と思えてうれしくなります。日本での生活は、毎日面白い経験ができてとてもありがたいです。



リブリー・カリー

町制施行70周年記念行事実行委員会便り 【第1回】



平成30年! 本町は70周年を迎えます

昭和23年5月3日は三股村から「三股町」へ生まれ変わった日です。そして、来年、平成30年は、三股町制施行70周年の節目の年を迎えます。この70周年をみんなで祝うため「町制施行70周年記念行事実行委員会」を立ち上げました。これから委員会では、町民参加型の楽しい企画を提案し、広報紙などで「実行委員会便り」としてお知らせしていきます。今回はその企画第1弾です。

『みまたんフォトコンテスト』ただいま開催中!!

★「三股らしさ」をテーマに毎月フォトコンテストを行い、入賞作品を使って記念のカレンダーを制作します。毎月、入賞作品1点に記念品を贈呈。平成30年3月まで実施中です。

企画商工課
52-1114



フォトコンテスト4月の月間賞



秋の夜長に読書を楽しみませんか?



絵本と育児本が同じスペースで読めます



●問い合わせ
三股町立図書館
〒889-1901 三股町大字榑山3404-8
TEL.51-3200 FAX.51-3751

●秋の夜長に読書を楽しみませんか
読書の秋です。本をめくると心が落ち着きます。生活の中に読書を取り入れてみませんか? 図書館のおすすめ2冊を紹介します。
伊坂幸太郎『ゴールデンスランバー』(新潮社) : 野党初となる金田首相の凱旋パレードの真っ最中に、突如其ラジコンヘリが首相の頭上で爆発。首相暗殺事件が勃発する。主人公の青柳は、身に覚えのない証拠と見えな力によって暗殺犯に仕立て上げられていく。【第5回本屋大賞】※DVDも所蔵しています。
恩田陸『夜のピクニック』(新潮社) : 高校最後の行事、夜を徹して歩く歩行祭。主人公の甲田貴子は、ひそかに賭けをしていた。まだ一度も話したことがないクラスメイトに話しかける。賭けをするのは今日しかない。特別な日だから。【第2回本屋大賞】※DVDも所蔵しています。

●利用しやすい図書館を目指して
新しい育児本コーナーをつくりました。子どもは絵本を、親は育児本を同じスペースで読むことができます。今までと同じく、「くらしと生活」のコーナーにも育児本を置いていきます。
町立図書館には、約14万冊という膨大な本が所蔵されています。本と人をつなぐのが図書館の役割です。展示コーナーやおすすすめ本の掲示板を作るなど、来館された皆さんに楽しんでいただけるように、さまざまなアイデアを出し合って、本や視聴覚資料を提供しています。

●情熱的なコンサート

9月2日、『Fusión de la pasión(情熱の融合)Ⅳ』が行われました。

この公演は、愛川義夫(ギター)、大西洋介(ピアノ・キーボード)、坂元陽太(ベース)、谷口潤実(パーカッション)の4人によるコンサートです。今回、ゲストに歌手の松崎加代子を迎えました。5人の音が融合した情熱的な音楽が、会場を盛り上げました。

●日曜の午後にクラシックを楽しむ

9月24日、『クラシックはドラマティック!』が行われました。
出演は、伊藤浩子(ボタン式アコーディオン)、河野幸子(ソプラノ)、日高亜美(ピアノ)、日高慶子(ヴァイオリン)、桐原直子(司会進行)の5人。
桐原さんの楽しい曲の解説もあり、クラシック初心者も楽しめる日曜の午後のコンサートでした。

●宮崎出身の実力派ギタリスト

11月5日(日)、小林市出身の実力派ジャズ・ギタリストの西藤ヒロノブによるコンサートが開催されます。出演者は、ハヤタテツヤ(ピアノ・キーボード)、日野(二重奏)、ラジブジャヤウィーヤ(ドラム)という、分野のスペシャリストたち。

世界的評価を受けるジャズ・ミュージックをお楽しみください。

●九州大会を目指して!

11月18日(土)・19日(日)、『第70回宮崎県高等学校演劇大会』が行われます。これは、9月の予選で選ばれた県内の高校演劇部から、県の代表を決める大会です。今年は、都城景ヶ丘・都城商業・宮崎東・妻・佐土原・大宮の6校。九州大会を目指し、各学校の若い情熱がこもった作品を上演します。詳しくは本紙裏面をご覧ください。



『Fusión de la pasiónⅣ』本番の様子



『クラシックはドラマティック!』本番の様子



●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

県内外の中学生が力走 南九州中学校駅伝競走大会



9月30日に、第19回三股町南九州中学校駅伝競走大会、町体育協会・三股陸上クラブ主催）が開催されました。

選手たちの姿に、沿道からは温かい声援が送られていました。また、駅伝競走終了後には2キロのロードレースも開催されました。

町立文化会館西側をスタート・ゴールとする同大会には、県内外から男女計20校、30チームが参加。女子は全5区間10キロを、男子は全7区間20キロを争いました。三股中駅伝部（福本優監督、28人）からは、女子・男子ともに2チームが出場。女子の部は、三股中学校A、男子の部は三股中学校Aがともに一位という結果で、見事アベック優勝を果たしました。懸命にたすきをつなぐ



いつまでもお元気で 630人に敬老祝い金

9月18日の敬老の日を前に、町は80歳以上の節目（80歳、85歳、88歳、90歳、95歳、99歳、100歳以上）を迎えた町内在住の630人に長寿をお祝いするため敬老祝い金を贈りました。基準日となる7月1日時点で、町内には88歳の米寿を迎えた人が121人、100歳以上は17人います。

8月28日には、木佐貫町長が町内最高齢の若松ミキさん（105歳）宅を訪問しました。明治生まれの若松さんに対し、町長は「来年もまた元気でおいでしますように、これからも長生きしてください」とお祝いの言葉を述べて激励しました。



高齢者の交通安全意識を高めるシニアドライバーコンテスト。9月27日、都城ドライブイングスクールで、「地区公民館対抗シニアドライバーズコンテスト」が開催されました。これは、都城警察署が高齢者の交通安全意識を高めるために実施しているもので、今年で4回目を迎えました。この日は、三股・都城の10公民館から65歳以上の計50人が参加しました。年代別に縦列駐車やクランクなどの各コースを走行。同校試験官の審査の結果、本町チームは準優勝に輝き、運転技術と交通安全意識の高さを証明しました。



焼き肉でまちを元気に 焼き肉カーニバル

8月26日、町ふれあい中央広場で、「焼き肉カーニバル2017（同実行委員会主催）」が開催されました。これは、社会貢献と地域活性化が目的で、益金の一部は、町ボランティア連絡協議会に寄付されました。この日は、350台のバーベキューコンロが用意され、詰め掛けた約2000人の来場者は、鶏・豚・牛の炭火焼きに舌鼓を打ちました。また、特設ステージでは、空手演武や文化協会の舞踊、町商工会女性部主催による浴衣コンテストなどが行われました。



会員同士の親睦を深める グラウンドゴルフ大会

9月28日、町老人クラブ連合会（大浦芳英会長、1255人）が、ふれあい中央広場で「さんさんクラブ三股グラウンドゴルフ大会」を開催しました。これは、健康で豊かな老後の生活の育成と、高齢者相互の親睦を図ることを目的に、毎年開催されているものです。この日は、町内26クラブから232人が参加。4ラウンド32ホールを回り、その合計打数で上位を競いました。参加者は、地区の枠を越えて交流を図り、会場には笑い声が響いていました。



みんなでまちをきれいに エコジョーボランティア

8月27日、町ボランティア連絡協議会と町社会福祉協議会が、「エコジョーボランティアinみまた」を開催しました。これは、環境美化を通してボランティアの輪を広げることが目的で、「県下一斉ボランティアの日」に合わせて行っているものです。この日は、町ボランティア連絡協議会、各地区のさんさんクラブや障害者団体など約700人が参加。町内24カ所でごみ拾いや除草作業などを行い、集められたごみは2トラック4台分にものぼりました。



黄金色の稲穂に歓声 三股西小児童が稲刈り

10月16日、三股西小学校（後藤世志哉校長、774人）の5年生児童124人が、同校近くの田んぼで稲刈りを体験しました。これは、6月に田植え体験をした稲が収穫時期を迎えたもので、子どもたちは鎌を使って丁寧に刈り取っていました。農業生産法人よしき農園（和田善秋理事長）のメンバーの協力を受けて、テンプよく無事に収穫は完了。精米された米の一部は、12月に協力者を招待して餅つき大会を行い、お礼として振る舞われる予定です。



町とアマチュア無線郡城クラブ 包括連携協定を締結

9月6日、町役場で、「町とアマチュア無線郡城クラブとの災害時における非常通信による情報収集等に関する協定の調印式」が行われました。町で大規模災害が発生し、町内の通信網が遮断された場合に、同クラブに協力要請をすることで、アマチュア無線による非常通信でも連絡を取り合うことが可能となります。この協定を機に、大規模災害などの緊急時にも連絡体制の確保ができ、救急や援助活動が円滑に行うことができるようになります。



小さな善意を大きな力に 共同募金運動開始式

10月6日、町総合福祉センター「元気の杜」で、町共同募金委員会による「赤い羽根共同募金運動開始式」が行われました。これは、中央共同募金会が主催する全国的な取り組みの一つで、開催したものです。この日は、厚生労働大臣などのメッセージ伝達が行われたあと、木佐貫町長から自治公民館連絡協議会ほか4団体に赤い羽根が伝達されました。その後、伝達を受けた各団体は、町内4カ所に分かれ、街頭で募金の呼び掛けを行いました。



三股町表彰式を開催します

町では、毎年、町政の振興、町民の福祉増進や産業・文化の発展などに功績のあった人や町民の模範と認められる活動をした人を表彰しています。

式典には誰でも参加できますので、みんなで受賞者を祝福しましょう。

■開催日＝11月3日（金・文化の日）

■時間＝午前10時開式

※午前9時30分受付開始

■場所＝町立文化会館

■問い合わせ＝

総務課 秘書広報係

☎52-1113

平成30年4月からの保育園などの入園受け付けが始まります

入園希望者は、新規・継続にかかわらず各園へ早めにお問い合わせください。退園・転園希望者も早めに各園または福祉課へお知らせください。申し込みは、次の要領で行ってください。

■申込書などの配布日＝12月1日（金）から配布します

■申込書などの配布場所＝入所希望の保育園、認定こども園、幼稚園
※園が児童数を把握する必要があるため、書類の受け取りは、必ず希望する園をお願いします。

■受付期間＝12月1日（金）～22日（金）

■提出先＝第1希望の園・継続利用する園

※受付期間以降も受け付けますが、期間内に必要書類を提出した人を優先します。

※1号認定の申し込みは、園での内定後に申込書の提出をお願いします。

※1号と2号の併願の場合は、2号認定での受け付けとなります。

※定員の関係上、第1希望に入園できない場合もあります。

※町外の保育園・認定こども園（2号・3号認定）は、新規での入園に制限があります。

■提出書類＝

【新規入園者】

・支給認定申請書兼入園申込書（児童1人につき1部）

・就労証明書（2号・3号認定を申請する人）

※マイナンバーの提示が必要です（下の「マイナンバーの提示」参照）。

【継続利用者】

・現況届（児童1人につき1部）

・就労証明書（2号・3号認定を申請する人）

追加書類が必要な世帯

①平成29年1月2日以降に町内に転入した世帯（新規入園者のみ）

→平成29年度所得課税証明書（両親分）※平成29年1月1日に住民票があった市町村からお取り寄せください。

②ひとり親世帯のうち児童扶養手当を受給しておらず、母子・父子家庭医療費受給資格者証をお持ちでない人（新規・継続利用者全員）

→戸籍謄本

③就労証明書に添付書類が必要な世帯（新規・継続利用者全員）

→世帯の状況により必要な書類（手帳、診断書、証書などの写し）

※必要書類の提出がない場合は、入園できません。

■マイナンバーの提示（新規入園者のみ）＝入園申込書に世帯全員（同居者含む）のマイナンバーの記入が必要です。また、申込書提出時には、本人確認のため世帯全員の個人番号カード、または通知カードと、保護者の顔写真付き証明書をお持ちください。

■面接日程＝面接の日程などは、11月15日号回覧、町公式サイト、または園からお知らせします。

■認定区分＝

【1号認定】満3歳以上で、保育を必要としない児童。幼稚園や認定こども園が利用できます。

【2号認定】満3歳以上で、保育を必要とする児童。保育園や認定こども園が利用できます。

【3号認定】3歳未満で、保育を必要

とする児童。保育園や認定こども園が利用できます。

■問い合わせ＝

福祉課 児童福祉係

☎52-9060

秋季全国火災予防運動を実施します

火災が発生しやすい時季です。火災による死者を無くすため、火の取り扱い、火の元の管理には十分注意し、住宅用火災警報器を設置・点検しましょう。

■期間＝11月9日（木）～15日（水）

■防火標語＝「火の用心 ことばを形に 習慣に」

■問い合わせ＝

都城市消防局予防課

☎22-8884

平成30年度通学区域外通学の申請を受け付けます

町内の小学校には、それぞれ通学区域が定められてあり、皆さんが住む通学区域の学校に通学することになります。ただし、次の「通学可能な小学校」を希望する保護者は申請をしてください。

指定小学校	通学可能な小学校
三股西小学校（下新馬場、稗田、東植木、西植木）	三股小学校、梶山小学校、宮村小学校、長田小学校
三股小学校、勝岡小学校、三股西小学校（全地区）	梶山小学校、宮村小学校、長田小学校

■対象学年＝全学年と平成30年度新入学児童

■申請方法＝通学区域外通学申請書を教育課 学校教育係に提出してください。※申請書は中央公民館内の学校教育係にあります。

■申請期間＝11月1日（水）～12月28日（木）

■許可決定＝申請があった保護者に直接お知らせします（1月中旬ごろ）。

■通学方法＝保護者の責任による通学とします。

※希望者多数の場合は抽選を行うこともあります。

※申請書を提出しなければ、従来ど

おり就学指定小学校に通学することになります。

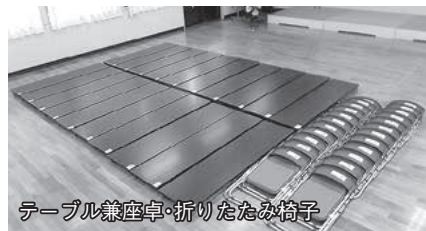
■問い合わせ＝

教育課 学校教育係

☎52-9314

宝くじ助成事業で備品の整備を行いました

一般財団法人自治総合センターは、宝くじの社会貢献広報事業として、コミュニティ活動に必要な備品や集会施設の整備、安全な地域づくり等に対して助成を行っています。これは、地域のコミュニティ活動の充実・強化を図ることにより、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与するための事業です。このたび、同事業を活用して、稗田自治公民館が、物置・テーブル兼座卓・折りたたみ椅子の整備を行いました。



■お問い合わせ＝

町教育委員会（教育課 生涯学習係）

☎52-9311

企画商工課 企画商工係

☎52-1114

第11回全国和牛能力共進会のお礼

全国の優秀な和牛を一堂に集めて、改良の成果や優秀性を競う5年に1度の和牛のオリンピック（全国和牛能力共進会「通称：全共」）が、9月7日～11日に宮城県仙台市で開催されました。

全共では、肉牛の部（枝肉の状態で脂肪の入り具合などの肉質審査）と種牛の部（雄牛・雌牛の体型の良さなど、改

良成果を月齢別審査）に分けて審査します。本県は、肉牛の部では「名誉賞（内閣総理大臣賞）」を獲得し、種牛の部でも優等賞上位を占めるなど好成績を残し、全国に向けて「宮崎牛」をアピールできました。

本町は畜産業が基幹産業であり、前々回（第9回鳥取全共）、前回（第10回長崎全共）の大会では蓼池の（株）福永牧場が肉牛の部で優等首席を獲得し、日本一・2連覇を達成しています。今回の全共に向けて、出品農家を中心に生産者組織（和牛生産部会・肥育牛部会）、JA都城と連携した3年以上の取り組みをしてきました。残念ながら、今大会では本町から県代表牛を送り出すことはできませんでしたが、5年後の第12回全共（鹿児島県開催）では、本町の和牛の良さをアピールすべく、関係者と連携し、さらなる取り組みを進めます。最後に、第11回全共への本町の取り組みにあたって、町民の皆さんのご理解とご支援をいただいたことにお礼を申し上げます。

■問い合わせ＝

農業振興課 畜産振興係

☎52-9088

「ねんきんネット」を知っていますか

11月30日は「年金の日」です。厚生労働省では、「国民一人一人が『ねんきんネット』などを活用しながら、高齢期の生活設計に思いを巡らしてもらう日」として、11（いい）月30（みらい）日を「年金の日」と設定しました。

この機会に、「ねんきん定期便」や「ねんきんネット」で、自分の年金記録と年金受給見込額を確認して、未来の生活設計について考えてみませんか。「ねんきんネット」を利用すると、いつでも年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額について、自分の年金記録を基にさまざまなパターンの試算をすることもできます。

「ねんきんネット」については、日本年金機構の公式サイトでも確認できます。詳しくは、都城年金事務所にお問い合わせ下さい。

■問い合わせ＝

都城年金事務所

☎23-2571

11月は児童虐待防止月間です

平成28年度中に、全国210カ所の児童相談所が児童虐待相談として対応した件数は12万2,578件（速報値）で、過去最多。前年からは約2万件増えていて、26年間連続で増加しています。

暴言や面前DV（親が子どもの前で配偶者や家族に暴力を振るうこと）などによる「心理的虐待」が51.5%と最も多く、次に殴る・蹴るなどの「身体的虐待」が26.0%を占めています。

児童虐待は、心身の成長や人格の形成に影響を与えるだけでなく、次世代に引き継がれる恐れもあります。発生意予防、早期発見に取り組みしましょう。

子育てには不安や悩みはつきものです。一人で抱え込まず、信頼できる人や相談機関に早めに相談しましょう。児童相談所全国共通ダイヤルは「189」です。※匿名可、秘密は守られます。

■問い合わせ＝

福祉課 児童福祉係

☎52-9060

愛のご寄付

■寄付者一覧

平成29年9月1日から9月30日まで社会福祉法人 三股町社会福祉協議会

・忌明け寄付

寄 付 者	続柄	故人名	年齢	地区	金額
山中 利弘	母	トシ子	97	蓼 池	3万円
かりや 假屋 宗男	母	ミチ	90	田 上	3万円
くろき 黒木 伸二	父	しんじ 松	88	東 原	3万円
とくち 戸口トキ子	夫	まさる 守	74	蓼 池	3万円
飯田 一郎	父	とらみ 寅美	92	上 米	5万円
たかの 高野 透子	夫	みつよし 満良	73	今 市	3万円
こくぶ 国分 凡子	夫	もりよし 盛義	79	寺 柱	3万円
ひろり 西村 洋則	母	トシ子	89	谷	3万円
ま 馬渡 幸一	母	いつ 逸	91	山王原	10万円
和 田 咲子	夫	けんじ 健二	43	中 米	2万円
山元 勝雄	妻	レイ子	71	上 新	3万円
原田 純一	妻	ちよこ 千恵子	63	稗 田	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＝12月7日(木)

■受付時間＝午後1時～1時30分

■対象者

・健診＝平成28年11月、平成29年5月、9月生まれ

・相談＝平成29年1月、3月、7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)

※こ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。

●パパママ教室

パパママ教室は、これから赤ちゃんを迎えるパパママの
ための教室です。出産や育児を事前に体験して、赤ちゃん
を迎える準備をしましょう。

■期日＝12月10日(日)

■時間＝午前10時～正午

■対象者＝妊娠7、8、9カ月の妊婦、またその家族

■参加料＝無料

■教室内容＝パパの妊婦体験、沐浴練習、オムツ交換練習

■準備するもの＝母子健康手帳

※対象者には個別に案内を送付します。参加を希望する人
は、事前の申し込みが必要です。

●マザークラス

マザークラスは、ママが穏やかで安心した妊婦生活を送
れることを目的とした教室です。また、ほかの妊婦さんと
交流して、出産や育児に向けた楽しみや不安などの気持ち
を共有する場にもなっています。

■期日＝12月15日(金)

■時間＝午前10時～正午

■対象者＝妊娠7、8、9カ月の妊婦

■参加料＝無料

■内容＝妊娠中の食生活、妊婦体操、妊娠・出産の経過

■準備するもの＝母子健康手帳

※対象者には個別に案内を送付します。参加を希望する人
は、事前の申し込みが必要です。

●11月は乳幼児突然死症候群(SIDS)対策強化月間で

「乳幼児突然死症候群(SIDS:Sudden Infant Death
Syndrome)」は、元気だった赤ちゃんが、事故や窒息では
なく、突然死亡してしまう病気です。原因は解明されてい
ませんが、早産児・低出生体重児、また冬季の早朝から午
前中に死亡するケースが多いこと、うつぶせ寝、両親の喫
煙や人工栄養児での発生が多いことが研究で分かっています。
いずれもSIDSの直接の原因ではありませんので、必要
以上に不安に思う必要はありません。日ごろの子育てを再

確認して、おおらかな気持ちで子育てをしましょう。

①うつぶせ寝は避けましょう。

②赤ちゃんの周りでは、たばこの喫煙はやめましょう。

③できるだけ母乳で育てましょう。

子育て支援センターからのお知らせ

●子育て支援センター ☎52-8101

●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。また開放日に合わせて、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。また、行事や教
室は、内容が変更になる場合があります)。

子どもと遊べる場所を探している、友達をつくりたいお
母さんは、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＝11月16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＝11月28日(火)、12月12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

●救急法講習会

小児に対するAED(自動体外式除細動器)の使用方法和心
肺蘇生法の講習会です。

■期日＝11月30日(木)

■時間＝午前10時30分～11時30分

●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＝12月7日(木)

■時間＝午前10時～11時

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。

＜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

・習い事、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1時間200円を助成)

利用時間	1時間当たりの利用料
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、 夜間と土曜・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。

ファミリー・サポート・センターは、町総合福祉センター
「元気の杜」子育て支援センター内にあります。登録・お問
合せなど気軽にお越しください。

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

ストレッチや「歩く」動作を中心とした運動をします。

■期日＝11月20日(月)

■時間＝午前10時～11時

●11月8日は「いい歯の日」です

「いい歯の日」は、「8020運動」推進の一環として、日本歯
科医師会が制定しました。「8020運動」とは、いつまでもお
いしく食事をいただくために、80歳になっても自分の歯を
20本以上保つことが目的の取り組みです。

「食事がおいしい」と感じるために

身体の健康を保ち、おいしく食べ物を食べるには「歯と
口の健康」がとても大切です。食べ物をしっかり噛むこと
で、唾液の分泌が増え、胃や腸での吸収が良くなります。
20本以上の歯があれば、ほとんどの食べ物を噛み砕くこと
ができるため、味を楽しみながら食事することができます。
ほかにも食べ物をしっかり噛むことで、脳のはたらきが活
性化され、運動機能が向上するなど、噛むことによるメリッ
トがたくさんあります。

噛む機能を保つためには

- 1.歯ごたえのあるものをしっかり噛んで食べましょう。噛
むことであごの筋肉が鍛えられます。
- 2.毎日の歯磨きをていねいに行いましょう。虫歯や歯周病
のリスクが下がります。また、歯間ブラシなどを使って、
歯のすき間の汚れも落としましょう。
- 3.抜けた歯は放置せず歯科医院でみてもらいましょう。
- 4.定期的に歯科検診を受けましょう。

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

●認知症初期集中支援チームを知っていますか？

認知症になっても本人の意思が尊重され、できる限り住

み慣れた地域や環境で暮らし続けてもらうために、町では
認知症の人やその家族に早期に関わる「認知症初期集中支
援チーム」を配置しています。

●認知症初期集中支援チームとは

複数の専門職が、認知症が疑われる人、認知症の人と
その家族を訪問(アウトリーチ)し、専門医の鑑別診断
などをふまえて、観察・評価を実施します。本人や家族
支援などの初期の支援を包括的・集中的に行い、自立生
活をサポートするチームです。

●チームのメンバー

認知症専門医、医療と介護の専門職(保健師、看護師、
社会福祉士、介護福祉士など)

●支援対象者

在宅で生活している40歳以上で、認知症が疑われる人
や認知症の人のうち、以下のいずれかに該当する人。

- ①医療・介護サービスを受けていない人、または中断して
いる人で次の(ア)～(エ)のいずれかに該当する人
(ア)認知症疾患の臨床診断を受けていない人
(イ)継続的な医療サービスを受けていない人
(ウ)適切な介護保険サービスに結びついていない人
(エ)診断されたが介護サービスが中断している人
- ②医療・介護サービスを受けているが、認知症の行動・
心理症状が顕著なため対応に苦慮している。

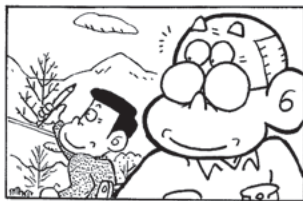
※認知症かな？と思ったときや認知症で困ったときは、気
軽に地域包括支援センターまでご相談ください

●足もと元気教室

■日程＝11月15日～12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 ※11月24日は午後1 時30分～3時	第1地区分館	11月17日(金) 11月24日(金) 12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	12月7日(木)
第3地区	午後1時30分～3時	第3地区分館	12月14日(木)
第4地区	午前9時30分～11時	第4地区分館	11月15日(水)
第5地区	午後1時30分～3時	轟木集落センター	11月16日(木)
三 原	午後1時30分～3時	三原 コミュニティセンター	11月15日(水)
夢 池	午前9時30分～11時	夢池児童館	11月16日(木) 12月7日(木)
餅 原	午前9時30分～11時	餅原堂農研修館	11月20日(月)
下 新	午前9時30分～11時	第7地区分館	12月8日(金)
今 市	午前9時30分～11時	今市児童館	12月4日(月)
中 原	午前9時30分～11時	中原 コミュニティセンター	11月22日(水) 12月13日(水)
花見原	午前9時30分～11時	花見原 コミュニティセンター	12月6日(水)
第8地区	午前9時30分～11時	第8地区分館	11月24日(金)
第9地区	午後1時30分～3時	第9地区分館	11月22日(水) 12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
※11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。



◎ 今月の表紙

『思いを込めたたすき』



南九州中学校駅伝競走大会

三股中男子の7人が1本のたすきをつないでいきます。沿道からの大きな声援の中、懸命に中継点を目指して駆けてきた走者が次の走者へたすきを渡し背中を押す瞬間、その表情に思いが溢れます。たすきリレーは、そこにしみこんだ仲間の汗、言い換えればともに積み重ねてきた努力を運んでいることなのかもしれません。

みまた 暮らしのカレンダー

11月1日(水)～12月11日(月)

※休日急患診療機関の診療時間は午前9時～午後6時です。やむを得ず変更する場合がありますので、☎23-5555でご確認ください(夜間は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。

◎11月の予定

1	水		
2	木		
3	金	◎志々目医院(内・小) ☎57-2004(山之口町) ◎森山内科・脳神経外科(内) ☎21-5000(南風尾町) ◎田中隆内科(内) ☎52-0301(三股町) ◎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(廣・整・内) ☎23-9384(前田町) ◎丸田病院(産・婦) ☎23-7060(八幡町) ・可燃物 ・図書館休館日	
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(産・内) ☎25-2700(宮久町) ◎園田光正内科医院(内) ☎38-5115(太郎坊町) ◎もりやま脳神経外科(脳) ☎21-6888(久保原町) ◎どいクリニック(外・胃・内) ☎22-1825(上東町) ◎吹上耳鼻咽喉科医院(耳鼻) ☎21-4133(鷹尾) ・可燃物 ・図書館休館日	
6	月	・可燃物	・図書館休館日
7	火	・可燃物	
8	水		
9	木	・白色トレイ・ペットボトル	
10	金	・可燃物	
11	土		・図書館休館日
12	日	◎沖水子どもクリニック(小) ☎27-5656(太郎坊町) ◎野辺医院(内・胃) ☎22-0153(上町) ◎大橋クリニック(内・消・リハ) ☎37-0539(庄内町) ◎宗正病院(外) ☎22-4380(八幡町) ◎飯屋整形外科クリニック(整) ☎46-5115(上町) ◎宮田眼科病院(眼) ☎22-1441(蔵原町) ・図書館休館日	
13	月	・可燃物	・図書館休館日
14	火	・可燃物	
15	水		・図書館休館日
16	木	・缶・瓶	
17	金	・可燃物	
18	土		
19	日	◎柳田病院(小・内) ☎22-4862(東町) ◎森山内科・脳神経外科(内) ☎21-5000(南風尾町) ◎坂田医院(内・消・胃) ☎51-2003(三股町) ◎たかお浜田医院(外・内) ☎22-8818(鷹尾) ◎もちお蛸原医院(整・形) ☎21-5355(義原町) ◎いそいち産婦人科医院(産・婦) ☎22-4585(平塚町)	
20	月	・可燃物	・図書館休館日

21	火	・可燃物	
22	水		
23	木	◎児玉小児科(小) ☎25-5570(花繰町) ◎山下医院(内・呼) ☎52-1348(三股町) ◎黒松病院(内) ☎38-1120(金田町) ◎山路医院(外・内) ☎64-3133(山田町) ◎池之上整形外科(整・リハ・リウ) ☎23-2311(上川東) ◎小山田眼科医院(眼) ☎22-0710(松元町) ・不燃物 ・図書館休館日	
24	金	・可燃物	
25	土		
26	日	◎畠中小児科医院(小) ☎52-6000(三股町) ◎ペテスタクリニック(内) ☎22-1700(年見町) ◎ひかりクリニック都城(内・番・酒) ☎26-1820(上長坂町) ◎福島外科胃腸科医院(外・胃) ☎38-1633(都北町) ◎寺本整形外科医院(整) ☎22-1171(北原町) ◎中山産婦人科医院(産・婦) ☎23-8815(前田町)	
27	月	・可燃物	・図書館休館日
28	火	・可燃物	
29	水		
30	木		

◎12月の予定

1	金	・可燃物	
2	土		
3	日	◎山内小児科医院(小) ☎22-0048(上町) ◎鵜木循環器内科医院(産・内) ☎26-0008(花繰町) ◎いづみ内科医院(内) ☎22-7111(鷹尾) ◎飯屋外科胃腸科医院(外・胃・内・整) ☎25-7712(志比田町) ◎江夏整形外科クリニック(整・リハ・リウ) ☎51-1122(三股町) ◎野田医院(産・婦) ☎24-8553(蔵原町)	
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		
10	日	◎はしぐち小児科(小) ☎24-5500(都原町) ◎柏村内科(内) ☎22-2616(上町) ◎しげひらクリニック(内) ☎27-5555(神之山町) ◎柳田病院(産・外) ☎22-4862(東町) ◎橘病院(整) ☎23-7236(中町) ◎岩下耳鼻咽喉科(耳鼻) ☎51-1187(三股町)	
11	月	・可燃物	・図書館休館日

私は今まで、重大な事故を起こしたことがなく、交通事故は、私には無関係だと勝手に思っ過ぎてきました。それがある日突然、二度と取り返しのつかない過ちを犯してしまいました。当時、私は大手の運送会社の荷物を支店から別の支店に運ぶ仕事をしていました。常日頃から、危険と隣り合わせだという認識を忘れないようにと、上司から言われてきました。ですが、このときは仕事の慣れから運転への認識が薄れていたと思います。

その日、私は十分な睡眠を取ることができないまま、夜の仕事に向かいましました。そして、いつものように朝方まで、他のトラックの積み込みの手伝いと、私のトラックの積み込みを終え、朝4時30分ごろに出発しました。この時点では、積み込みの疲れ程度で眠気も全くありませんでした。それから30分ほど走ったところで、軽い眠気が襲ってきました。本来なら、この時点でどこかでトラックを停めて、少しでも休息をしていれば事態は変わっていたと思います。しかし、私は、73km/hの速度を出し、早く目的地に着いて、少しでも長く眠りたいという焦りと、近いかから大丈夫という勝手な判断で走り続け、運転の途中からの記憶を無くして完全に眠ってしまいました。

もの凄いい衝撃と音で目が覚めました

※ 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、心の戒めにしていきたいと思います。

〔(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9位／平成29年8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

11月30日(木)は納期限です納期限内に納付しましょう

● 固定資産税(第3期)

● 国民健康保険税(第5期)

口座振替は11月27日(月)です。やむを得ず口座振替できなかったときは、12月11日(月)に再振替を行います。前日までに預貯金口座の残高確認をお願いします。

再振替でも引き落としされなかったときは、「口座振替不能用の納付書」を送付します。納付書に記載されている納付場所で納めてください。

■ 問い合わせ＝納税管理係 ☎52-9635

「納税相談」をご利用ください

税金は納期限内に納めることが原則ですが、思わぬ事故、

・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

罪の重さ

①

交通事故はもうたくさん……(全2回)

あがな 贖いの日々

47歳

運送業

が、すでに目の前に橋の欄干が迫っていてどうすることもできず、そのままぶつかって止まることができませんでした。近くで目撃していた人がすぐに通報してくれたおかげで救急車と消防警察が到着しました。私は足を挟まれていて身動きがとれませんでした。トラックから降りることができませんでした。私は、すぐに携帯電話を探し、会社に電話することが精一杯で、家に電話をすることもできませんでした。相手の状況が分からないまま、警察に連れられて事情聴取が行われました。(以下次号)



生け花で広がる地域の笑顔
飾 られた生け花が季節感を演出し、みまたんえきを行き交う人たちの目を楽しませている。「皆さんの気持ちを少しでも和ませられれば」と語るふじ子さん。夫の運転する車で毎週のように駅へ通って、自宅の庭で育てた草花を中心に四季折々の花を生けている。「運転免許を持たないので、協力してくれる家族には感謝です」。熊本の田舎で育ち、

就職した大阪にいたとき、中学校に花を生けるボランティアに参加。荒れているといわれた学校の生徒たちが「何という花なの?」と心を開いてくれた。そんな生け花の魅力を実感する体験が、今の活動へと繋がっている。駅から眺めるまちの雰囲気、緑豊かなふるさとに重なるという。「地域の皆さんにも空気を和ませてくれる生け花を家庭で気軽に楽しんでもらえれば」。まち全体へ笑顔の花が咲き誇ることを願っている。

笑顔の花が咲くとき

クロージアップ
まちを支える人たち 103

村内ふじ子さん(67)

三股文芸

225

「短歌」◆三股短歌会

夏草のほのかに匂ふ広場にて焼き肉カーニバル賑はいてをり

葉畑洋子

今年も8月26日に、三股の焼き肉カーニバルが行われました。天気にも恵まれ、きれいに刈り込まれた芝生の広場に大勢の人が集まりました。わが家も帰省した子や孫たちと参加しました。

若き日の未来はすでに過去となりただひたすらに今日を生きをり

児島順子

若き日のたくさんの夢や希望は、歳を重ねるうちに全て過去となってしまいました。今では今日一日が健やかであるようにと、現在だけを見つめて過ごしています。

わが家の一番星



西久保紗希ちゃん

◎平成28年12月16日生まれ(0歳)
◎西久保秀樹さん・史帆さんの長女



安達奈菜ちゃん

◎平成27年4月18日生まれ(2歳)
◎安達亮太さん・美香さんの長女

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 総務課 秘書広報係 ☎52-1113(直通)

■茶じよけ

9月28日に国会で解散し、先月の22日に投票が行われた衆議院総選挙。皆さんの手元にこの広報紙が届く頃には、すでに選挙の結果は出ていることと思います。本号の記事作成時は、選挙準備の真っ最中でした。係員2名で、広報業務と同時進行で選挙事務の支援に奔走していました。短期間で準備が必要な事務手続きは少なくありません。有権者の皆さんの大切な一票を扱うため、事務処理にはより慎重さが求められます。広報と選挙の切り替えに細心の注意を払いました。職員同士でお互い協力して今後も適正な選挙執行を目指します。▽広報業務に携わり、はや7カ月。一人でも多くの町民の皆さまに伝わる広報にはまだまだ程遠く、いまだに不安と苦悩の毎日です。ただ掲載をきっかけに、町民の方から声をかけて貰う機会も増え励みになります。日ごろから発刊を手伝ってくれる同僚や取材に協力いただいた皆さん、広報紙に関わる全ての皆さんに心から感謝いたします。今後ともよろしく願います。(セ)

◎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、五戸長を一丸として、戸長役場と改称しました。当時の地頭・三島通庸(みしまみちつね)は荒涼たる原野に土木を興し、産業を奨励し、教育の振興を図って村づくりを成し、ここ三股の基礎が築かれたのです。

明治22年、町村制実施により三股村となり、昭和23年5月3日に町制を施行して名実共に三股町として発足しました。以来自治の発展に努め、文化農村建設へとまい進し、今や数多くの企業誘致により町民の所得向上を図りながら町民参加型の「自立と協働で創る 元気なまち」を目指し、躍進しています。

◎町 章／町の木「イチヨウ」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10月1日現在

・男/11,789人・女/13,598人・計/25,387人(前月比-3人)
・世帯数/10,107戸(-4戸)・出生/19人・死亡/15人
・転入/44人・転出/51人

No.567
2017.11

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>



みまたん駅前よかもん朝市

■期日11月26日(日)午前8時〜10時30分ごろまで

おいしい惣菜が新しく仲間入り
蓼池に店舗を構える「味処 大幸」の『惣菜』を紹介します。「よかもんや」で人気のある惣菜コーナーに新しく仲間入りしました。魚の唐揚げやチキン南蛮、レタス巻きなど常時10種類ほど並ぶ惣菜は、どれもおいしく、手頃な価格で販売しています。おすすめるは、なかなかお目見えすることのない、魚のアラの唐揚げ。いつものお昼ご飯にもう一品!大幸の美味しい惣菜はいかがですか?
【惣菜各種】1パック・180円／生産者・味処 大幸／※日曜日は入荷がありません。



便利な新サイズが登場
「我生庵」の『塩御殿詰め替え用ミニ』を紹介します。ひと振りで料理がおいしくなると人気の『塩御殿』の詰め替え用が、小さいサイズで登場しました。中瓶サイズにぴったり入る量で、味は白(ノーマル)・大辛・カレー・ハーブの4種類。セットでお土産にしたり、イベントの景品などに使用するなど、さまざまなシーンに使える便利なサイズです。
【塩御殿詰め替え用ミニ】1袋360円／販売者・我生庵

