

受け継がれてきた
 魂を胸にー。



チャレンジ! ノルディックウォーキング

～体を動かして自然を感じよう～ ……2

笑って元気に!三股にマギー司郎がやってくる!

マギー司郎の おしゃべり マジック!

with 斉藤京子ものまね七変化

2018年
9月2日(日)
 開演14:00~
 (開場は開演の30分前)

料金	
一般	3,000円 (当日3,500円)
大学生以下	2,000円 (当日2,500円)
ペア	5,000円 (前売りのみ)

※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=入場の際「学生証」の
 提示をお願いすることがあります
 ※前売りにて完売の場合「当日券」
 は販売しないことがあります

会場/三股町立文化会館
 〒889-1901 宮崎県北諸郡三股町大字樺山 3404-2

企画・製作/きどあいらく企画
 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>

全席指定席
チケット販売開始
 6月30日(土)
 14時00分

MIMATA PublicRelations 6 Vol.574



広報みまた 平成30年6月1日号

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



2018 爆笑落語四人会

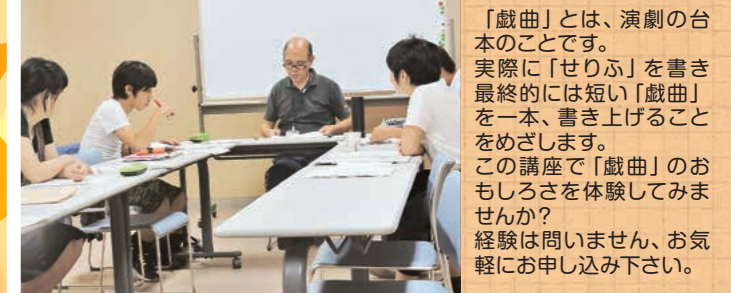
熟練した落語、ユーモアあふれる
 落語の魅力をつつぷりお届けします

川茶亭 龍 さんしょうていかりゅう 東京都府中市出身 平成22年真打昇進	桂竹丸 かつら たけまる 鹿児島県鹿屋市出身 平成5年真打昇進 NHK 新人大賞受賞
揚子園 龍 龍 たはせの えんごん 東京都台東区出身 平成28年真打昇進	昔々亭 植木 龍 せきせまでい しんたろう 東京都杉並区出身 平成22年真打昇進

6月23日(土)
 開場/18:00 開演/18:30
 ●木戸銭 1,000円 (全席自由席)

会場 三股町立文化会館
 宮崎県北諸郡三股町大字樺山3404番地2
 開催協力 三股町・三股町教育委員会
 お問い合わせ 0986-51-3462
<https://bunka.town.mimata.lg.jp>

文化庁委託事業「平成30年度次世代の文化を創造する新進落語家育成事業」
 主催:文化庁、公益財団法人落語振興協会
 制作:公益財団法人落語振興協会 協賛:三股町・三股町教育委員会



三股町立文化会館自主文化事業 戯曲講座「せりふ書いてみる?」 受講生募集のお知らせ!

■講師/永山智行
 (劇作家・演出家。劇団こぶく劇場代表)

■受講期間/平成30年7月~平成31年1月(12回)

1回目/7月10日(火)	7回目/10月2日(火)
2回目/7月16日(月・祝)	8回目/10月16日(火)
3回目/7月31日(火)	9回目/10月30日(火)
4回目/8月7日(火)	10回目/11月20日(火)
5回目/9月4日(火)	11回目/12月18日(火)
6回目/9月19日(水)	12回目/31年1月16日(水)

※時間は19:00~21:30になります。

■応募資格/高校生以上
 ■定員/6名程度(先着順)
 ■参加費/無料
 ■申し込み方法/
 ①住所②氏名③年齢④電話番号を記入の上、電話・FAXでお申し込みください。
 ※文化会館窓口または、文化会館ホームページに参加申込書がございます。
 ※高校生の方は、保護者の同意が必要になります。
 ■申込期間/平成30年6月30日(土)まで

ながよし劇場 人形劇団むすび座 ●幼児~低学年向き

だっせだっせのおばあさん

原作/佐野洋子
 「だっせ、わたしはおばあちゃんだもの」
 それが口ぐせのおばあさん。
 でも99才のお誕生日に、
 ねこが買ってきたろうそくはたったの5本。
 次の日おばあさんは……
 40年もの間
 愛され続けている
 佐野洋子の名作を
 かわいらしい人形とステキな
 音楽でおおくりします。

1公演
 150枚
 限定

2018 7月1日(日)
 三股町立文化会館

①10:15開場 10:30開演 (公演時間60分)
②18:15開場 18:30開演

チケット 大人 1,000円(当日1,200円)
 3歳~高校生 500円(当日700円)

●併演「1・2・3がく・4がく」
 ※3才未満はおひざで見るができます。
 ※前売り券で完売の場合は当日券はありません。

主催/三股町 三股町教育委員会 みやこのじょう子ども劇場

チケット取扱・問い合わせ
 三股町立文化会館 TEL51-3462 /みやこのじょう子ども劇場 TEL25-6477
 ※電話予約・WEB予約できます <https://bunka.town.mimata.lg.jp>





歩くことはいつでも、どこでも、安全にできる運動です。特にノルディックウォーキングは腕を使うため全身運動となり、健康づくりには最適です。そこで今回は、ノルディックウォーキングの魅力や効果などについてお知らせします。自然の中を歩けば発見があり、素敵な仲間にも出会えます。皆さんもぜひ始めてみませんか。

チャレンジ！ ノルディックウォーキング ～体を動かして自然を感じよう～

ノルディックウォーキングとは

ノルディックウォーキングは、1930年代のクロスカントリー選手が、夏の間の体力維持や強化トレーニングとして行った「スキーウォーク」が元になっています。

ノルディックウォーキングは、専用のポールを使い、ポールで地面を交互に押しながら歩く新しいフィットネスウォーキングです。このポールで地面を押し出すという動作が、通常のウォーキングにはない効果を発揮します。

この運動が加わることで、下半身中心の運動が上半身も含めた全身運動へと変わり、効果的なフィットネス運動になります。

ノルディックウォーキングの特徴

年齢や性別に関わらずこれまであまり運動をしてこなかった人でも無理なく始められ、生涯楽しめるスポーツです。また、ウォーキングが基本となっているため、誰でも簡単に始めることができます。

ポールを使って歩くノルディックウォーキングは、効果的な有酸素運動として、下半身だけでなく上半身も含めたフィットネス運動となります。ポールを使うことで、足首、膝、腰などの下半身にかかる負担を軽減します。ノルディックウォーキングは、その人の体力レベルや目的に合わせて効果的に運動を行うことができます。

と誰かを誘ってもいいでしょう。

歩くという運動は、仲間がいなくてもできるのですが、一人ではできない趣味やスポーツはたくさんあります。これが大切なポイントで、三日坊主で終わらせないコツかもしれません。また、脳を若返らせるうえでも、プラスアルファの効果があります。仲間がいれば、自分だけ途中でやめにくくなります。同じことでも仲間とやっていると、励みになります。なにより仲間とのコミュニケーションが楽しくなります。ひとりだったら、そのままやめてしまうことも多いのですが、仲間がいれば、一緒に楽しむことでやる気を後押ししてくれます。それで、「どうしようかなあ」という迷いが消えるかもしれません。

町地域包括支援センターと町社会福祉協議会では、健康づくりや多世代交流のきっかけ作りなどを目的にノルディックウォーキング教室を開催しています。

また、町内の各地域で自主的なノルディックウォーキングの活動の輪が広がっています。次のページでその活動状況をご紹介します。

ノルディックウォーキングの効果

「2本のポールで地面を押し出す」運動で、体の90%相当の筋肉を活動させ、通常のウォーキングと比較してエネルギー消費量を20%程度引き上げます。

通常のウォーキングと比較すると、ノルディックウォーキングは筋肉活動が増えるため、カロリー消費率が通常のウォーキングで1時間当たり280kcalのエネルギー消費量なのに対し、1時間当たり約400kcalを燃焼します。

ノルディックウォーキングを続けることで、心肺機能が向上し、血液の循環が良くなり、高血圧や動脈硬化などの生活習慣病・メタボリックシンドローム・筋肉や骨、関節などの障害で移動機能が低下するロコモティブシンドローム・認知症の予防と改善につながります。

ポールを使用することで、膝の関節や脊髄への負担を軽減します。

また、肩や首などの筋肉の緊張を和らげ、肩凝りや腰痛の防止と改善につながります。ポールで地面を押し出すことで、背筋を伸ばす形となり、正しい

歩行姿勢が自然にできます。

ポール使用は、バランスの保持や転倒防止になり、ケガや術後のリハビリとしても効果的です。

ノルディックウォーキングと通常のウォーキングとの比較

- 1 下半身だけでなく腕も使うことで全身運動になり、消費エネルギー量が平均で2割高い
- 2 膝や腰関節への負担が減少する
- 3 通常歩行より楽に感じる(主観的運動強度の低下)
- 4 足歩行のため転倒しにくくなる
- 5 ポールを使うことで背筋が伸び、姿勢が正される
- 6 生活習慣病の予防や改善、認知症予防、介護予防の効果が大きい

仲間がいればやる気が出てくる

「歩いてみようかなあ」と思っても、なかなか第一歩を踏み出せないことがあります。そんなとき、誰かに「一緒に歩いてみない？」と背中を押されると、気楽に第一歩を踏みだせるものです。逆に、「いっしょにやりましょう」

ノルディックウォーキングを体験してみよう！



- 1 ポールは握ったときに肘が90度になるような長さを調節
ストラップの下から手を入れて持つ
晴天のときは帽子が必要
動きやすい服装で

ノルディックウォーキングを行う前に服装をチェック



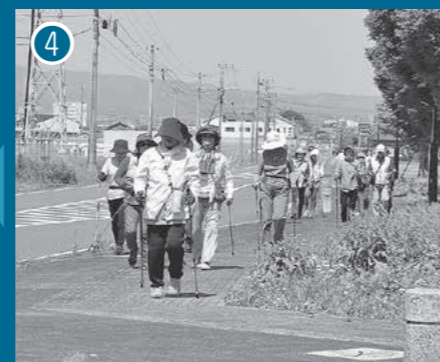
- 2 あごを引いて視線はまっすぐ
背筋を伸ばす
ポールを後ろに押し出すように

歩き方のポイント



- 3 始める前にしっかり準備運動

いざ出発。水分補給を忘れずに



- 4 終わった後は体操で体をほぐしましょう

終わった後は体操で体をほぐしましょう



- 5 ポールはどのようなものを使えば良いの？

ポールはどのようなものを使えば良いの？

ポールはノルディックウォーキング用とポールウォーキング用があります。体力や目的に合ったポールを選びましょう。まずはインストラクターに相談してください。長時間歩行に適した専用ポールはスポーツ用品店などで販売されています。ポールは伸縮のできる製品を選び、その日の体調に合わせて調節します。

ノルディック ウォーキング教室 開催地区MAP

チャレンジ! ノルディックウォーキング



前目地区
場所/前目自治公民館
教室開催日
毎月第3月曜日午後1時30分から
内容
日常的な活動を行う自主グループを立ち上げている。



梶山地区
場所/第4地区分館
教室開催日
毎月第3水曜日午前10時45分から
内容
足もと元気教室後に実施、月1回の教室を行いながら、日常的な活動を行う自主グループを立ち上げている。



轟木地区
場所/轟木集落センター
教室開催日
毎月第2水曜日午前11時から
内容
3つの自治公民館が交代して、当番制で開催している。ランドゴルフ後に開催していて、参加者も多い。



東原地区
場所/町西部地区体育館
教室開催日
毎月第1金曜日午後1時30分から
内容
月1回の教室を行いながら、日常的な活動を行う自主グループを立ち上げている。



三原地区
場所/旭ヶ丘運動公園
教室開催日
毎月第3水曜日午後1時30分から
内容
日常的な活動を行う自主グループを立ち上げていて、介護予防の足もと元気教室の後に開催している。



上米地区
場所/上米公園
教室開催日
毎月第1月曜日午前10時から
内容
昨年の11月から始まり、定期的に開催している。参加者の年齢が幅広い。



仮屋地区
場所/仮屋農村広場
教室開催日
毎月第2水曜日午前11時から
内容
3つの自治公民館が交代して、当番制で開催している。ランドゴルフ後に開催していて、参加者も多い。



山王原地区
場所/早馬公園
教室開催日
毎週月、木曜日
内容
古民家である小倉邸で実施している。指導者の資格を持つメンバーを中心に活動。貸し出し用ポールも用意している。



中央地区
場所/元気の杜
教室開催日
毎週木曜日10時から
内容
公認インストラクターの指導のもとで実施している。月1回は町内コースを巡回していて、町外在住の人でも参加可能。



大野・大八重地区
場所/大野農村広場
教室開催日
毎月第2水曜日午前11時から
内容
3つの自治公民館が交代して、当番制で開催している。ランドゴルフ後に開催していて、参加者も多い。



東植木地区
場所/植木公園
教室開催日
毎週木曜日午後2時30分から
内容
地域住民が中心となり、定期的に開催している。



体を動かして自然を感じよう

Nordic walking

自分なりのやりがいで、地域へ貢献

ノルディックウォーキングに参加している皆さんに話を聴くと、それぞれが自分なりの魅力を見つけ続けている人が少なくありません。「歩くのに自信がなかった」「今度はどうなコースを歩くのか楽しみ」「参加するようになって仲間が増えた」「屋外の活動なので気軽に参加しやすい」「季節の移ろいを肌で感じられる」などなど。初めての人でも資格を持つインストラクターから指導を受けることができます。効果的な運動として長く続けていくために、正しい動作を学ぶことは、大切なことです。まずは一歩を踏み出せば、きっとそれぞれの楽しさに気づくはず。

楽しく活動を続けていくことで、災害のときに役立ちます。安全な場所まで歩いて避難できるような体力づくりや途中経路の確認ができること。地域を歩くことで、地域の危険箇所や安全な場所を把握することにも繋がります。また、活動時間によっては子どもの登下校時の見守りを行うことができ、地域の防犯にも役立ちます。



新緑の中を快調に進む



オリジナルマップを作るために検討を重ねる



初心者向けの講習も随時実施



地域の協力で手作りのポールを制作

指導者の声



上級インストラクター
遠矢雄二郎さん
(仲町在住)

10数年ほど前から「魅力を感じて欲しい」と願い、普及活動を続けてきました。最近ではまち全体へ広がっていることに手応えを感じています。自然の中を楽しく歩き、健康の維持や体力づくりができます。老若男女問わずお薦めです。ポールの魔力を一度体験してみませんか。



インストラクター
鎌田淳一郎さん
(花見原在住)

昨年、指導者の資格を取得し、活動のお手伝いをしています。介護予防や自分の足で歩き続けることがこの取り組みの狙いだと思っています。歩きながら互いに世間話をすることで脳の活性化にも繋がります。一人でも手軽に始められますが、初心者の方は、一度講習にご参加ください。正しい基本動作を丁寧にお伝えします。

参加者の声



中央地区に参加
田中光寛さん
(東原在住)

この事業が始まった1年ほど前から参加しています。身近な場所でも、コースを歩いてみると、気づかなかった地域の歴史に出会うこともあります。また運動効果を実感できた今では、毎朝の散歩でもポールを活用し、膝の痛みも改善されたように感じます。今後も健康維持のために続けていきたいです。



大野・大八重地区に参加
河野ヨネさん
(大野在住)

地域の人と集まってみんなでお話をしながら歩くのは、一人のときは、また違った楽しさがあります。長田地区では、ポールを手作りしたり、ウォーキング以外にもオカリナの演奏が披露されたり、毎回趣向を凝らした工夫があります。長く元気に歩き続けられるように、これからもできるだけ参加します。

楽しみながらの一步一步が やがてまちの活力につながる

ポールを使った運動が習慣化して続いている人は、「孫と一緒に遊ぶため」「周りの人に迷惑をかけずに、旅行に行くため」と、運動の先に楽しみや目的があるようです。

「健康のため」とがんばり過ぎてしまうと途中で挫折してしまうかもしれません。ノルディックウォーキングで、無理をせずそれぞれの体力に合わせて楽しく歩くことの方が大切なのです。

健康づくりで大切なのは、運動の「量」ではなく「質」と言われています。ウォーキングでいえば、「歩数よりも効果のある正しい歩き方をしているかどうか」が大事なかもしれません。

ポールを持つことから始まる健康の維持や体力作り。それがノルディックウォーキングです。

またポールは転倒予防や認知症予防の道具として、介護予防の場でも力を発揮しています。

少子高齢化は、今後ますます進んでいくものと予想されます。これから高齢者が元気でまちを支える活力となること、介護、福祉、子育て支援、まちづくりや安全パトロールなど、さまざまな場面で、地域での主役に

なることが求められてくるはず。何歳になってもそのような地域づくりに貢献できることが、新たな生きがいや居場所づくりになるかもしれません。

ノルディックウォーキングで100歳まで健康寿命を伸ばすことも不可能ではないかもしれません。

さあ、ポールを手にノルディックウォーキングを始めてみませんか？

その先には、きっと目に見える変化や笑顔あふれる未来が待っているはず。

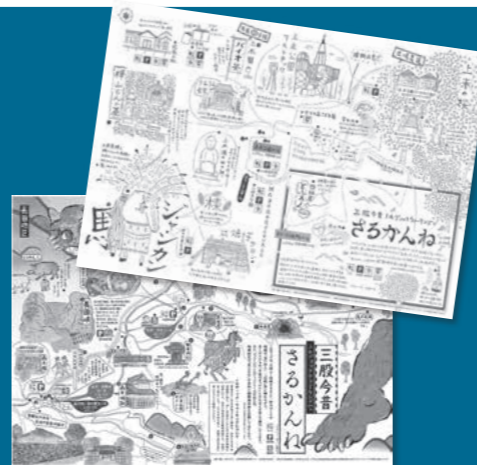
その思いが地域からまち全体へ広がっていけば、このまちはもっと元気になっていくでしょう。



好評の オリジナルマップ第2弾

「三股町昔ノルディックウォーキングでさるかんね」の第2弾が完成しました。この冊子は、県が実施する「地域と家族の絆」事業の一「防災のためのノルディックウォーキング教室」の助成を受けて作成しました。災害時の避難場所がイラスト入りで掲載されています。また、皆さんが楽しみながら歩けるよう自然や風景、歴史や文化などの見どころも各所に盛り込んでいます。

そして、モデル地区の公民館関係の皆さんも協力し、地域にまつわる話や伝説を取り入れたものとなっています。第1弾は長田・梶山・山王原地区でしたが、今回は二地区・三地区を取り上げています。マップは、役場 図書館や社会福祉協議会（元気の杜）、などに置いてあります。ぜひマップを片手に町内散策にかけてみてください。



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：町健康管理センター ☎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。

★6月の旬の食材 ピーマン、ニンニク、ウメ、ナス、トマトです (材料は全て1人分です)。

◎主菜 鶏肉とピーマンのパセリ炒め

212^{キログラム} 塩分1.1^{グラム}
材料 鶏もも肉…80^{グラム}、赤ピーマン…20^{グラム}、ピーマン…30^{グラム}、パセリ…5^{グラム}、●しょう油…小さじ1/2、●オリーブソース…小さじ1、ニンニク…1/3片、油…小さじ1/2
作り方 ①鶏肉は一口大に切る。ピーマンは千切りにする。パセリはみじん切りにする。ニンニクはみじん切りにする。②フライパンに油とニンニクを入れ火にかけ、香りが立ったら肉を入れて炒める。③●を入れ、ピーマンを入れて炒め合わせる。火を止めてパセリを加え、混ぜる。

◎副菜 ニラとモヤシのさっぱり和え

18^{キログラム} 塩分0.9^{グラム}
材料 ニラ…20^{グラム}、モヤシ…30^{グラム}、梅干し…1粒、みりん…小さじ1/2
作り方 ①ニラは食べやすい大きさに切る。②鍋に水とモヤシを入れて火にかける。沸騰したらニラを入れ、ひと煮たちしたらザルにあげる。③梅干しを刻み、みりんと混ぜ、水気を絞ったモヤシ、ニラと和える。

◎副菜 トマトとナスのみそ汁

65^{キログラム} 塩分1.1^{グラム}
材料 トマト…1/4個、ナス…1/4本、玉ネギ…1/8個、だし汁…120^{ミリリットル}、みそ…大さじ1/2、オリーブ油…小さじ1/2
作り方 ①ナスは薄めの半月切り、玉ネギは薄切りにする。鍋に油を入れ、ナスと玉ネギをさっと炒め、だし汁を注ぐ。②沸騰したら、みそをとき入れ、ざく切りにしたトマトも加えて、沸騰直前で火を止める。

◎もう一品 牛乳寒天 (ミカン入り)

(1/8切れで) 124^{キログラム} 塩分0^{グラム} ※表示はわかりやすい分量です。
材料 ミカンの缶詰(7号)…1個、粉寒天(4^{グラム})…1袋、水…250^{ミリリットル}、砂糖…50^{グラム}、牛乳…330^{ミリリットル}
作り方 ①ミカンの缶詰は果実とシロップを分ける。②鍋に水と粉寒天を入れ火にかけ、沸騰したら火を弱め、2分加熱する。③砂糖とシロップを加えて沸騰したら、牛乳を混ぜる。④平らな容器に流し入れ、ミカンを散らす。⑤冷蔵庫で冷やし、固まったら切り分ける。

◎主食 ご飯

168^{キログラム} 塩分0^{グラム}
材料 ご飯…100^{グラム}



外国語指導助手のコーナー

3才英語!

ゴールデンウィークに姉がはるるアメリカから遊びに来たので、一緒に宮崎県と鹿児島県を観光しました。霧島山、桜島や開聞岳など、たくさんの山を見ました。皆さんは山が素晴らしいものだと知っていますか? ちゃんと感謝していますか? 山が近くにあるなんて当たり前だと思っていまいませんか? 私の出身地には山が一つもなく、一番近い山は車で約13時間かかるところにあるので、私が山を初めて見たのは16歳のときでした。家族と一緒にアメリカ西部のコロラド州を運転していたと

き、ロッキー山脈がかすかに地平線に現れました。「山だ!」と母は叫んで、みんなで大騒ぎになりました。そのときまで、山と同じくらい大きなものを見たことがなかったのです。ビックリしました。まるで絵に描いたような山だったので、本物だと信じられませんでした。そんなきれいな絶景も見たことがありませんでした。今、毎日アパートの窓から山が見えたり、山道を運転できることがとてもうれしいです。近くに山があることに感謝しています。



リプリー・カリー

町制施行70周年記念行事実行委員会便り (第8回)

町制70周年記念のオリジナルポロシャツを販売します!

ワンポイントのロゴがかわいいポロシャツです。

価格 = 1着1,980円
 ※6月1日から受付開始
【申込方法】
 企画商工課窓口(町役場3階)で必要書類に記入していただき、現金を添えてお申し込みください(申し込み後、約1カ月以内のお引き渡しとなります)。
【お問い合わせ】
 町観光協会事務局(企画商工課内)
 ☎52-9085

※詳しくは「三股町観光ホームページ」→でご確認ください。
 ⇒ <http://www.town.mimata.lg.jp/kanko/> ロゴマーク

「みまたんフォトコンテスト」が終了しました

昨年開催しましたフォトコンテストの応募数は約300枚、投票数約2,700票。たくさんのご参加をいただくことができました。誠にありがとうございました。

どの写真も『三股らしさ』を切り取った、思いの込められた作品ばかりで、本町の魅力を再発見することができました。今後は、月間賞の写真などを使ったカレンダーを作成しますのでお楽しみに! ※次号このコーナーはお休みします



QRコード



●劇を取り入れたコンサート

5月3日、「トワイライト・トロンボーン・カルテット」によるコンサートが行われました。
 メンバーは、本町出身の今村岳志が率いる、東川暁洋、廣田純一、佐藤敬一朗の東京藝術大学出身の四人です。クラシックを多くの人に楽しんでもらうと、芝居にも挑戦している彼ら。毎年、コミカルな劇と音楽を交えた音楽劇で、枠にとられないステージを展開しています。
 今年は、「トワイライト・ミュージッククエスト」と題し、メンバーが世界の音楽を求めて冒険する物語でした。「オリンピックファンファーレ」「赤とんぼ」など6カ国の曲が演奏され、劇の中で曲の背景を学びながら、より深く曲を楽しむことができる公演となりました。観客は、ゴールデンウィークの一日、四つのトロンボーンが紡ぎ出す音色に聴き入りました。



トロンボーンコンサート本番の様子



「だっただっのおばあさん」公演の様子

●親子で人形劇を楽しもう

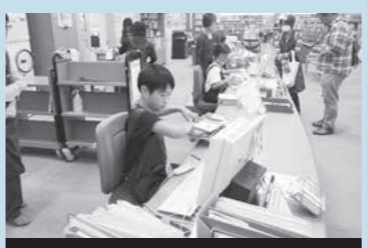
7月1日(日)、人形劇団「むすび座」による劇「だっただっのおばあさん」が行われます。「むすび座」は、1967年に名古屋で結成して創立50周年目を迎える劇団で、全国で活躍しています。上演作品は、40年間愛され続けている佐野洋子の名作で、おばあさんとネコの物語。3歳から楽しめる人形劇を親子で観劇しませんか? 公演情報は本紙裏面をご覧ください。

●真打の落語会が開催されます

6月23日(土)、「爆笑落語」四人会2018」が行われます。
 出演は、桂竹丸、三笑亭可龍、昔々亭慎太郎、橋ノ圓満の四人。熟練された話芸で、ユーモアあふれる江戸落語の魅力をつぶりとお届けします。
 入場料は真打四人の落語会としては、とてもお得な千円! この機会に気軽に落語を楽しみましょう。

Culture 文化会館

Mimata
 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



やってみよう! いちにちとしょかんいん



親子で落語を楽しもう~図書館寄席~

Library 図書館

Mimata
 三股町立図書館
 〒889-1901 三股町大字榑山3406-8
 TEL.51-3200 FAX.51-3751

●読書が楽しくなる! 子どもの読書週間イベントを開催しました

4月23日~5月12日は、子どもの読書週間でした。期間中は、子どもたちが楽しく読書に親しめるように、さまざまなイベントを開催しました。また、4月22日には、「こどものためのとしょかん寄席」を開催。アマチュア落語家の柱大輔さん、柱黒まるさんが古典落語を演じ、多くの親子連れが観覧しました。「しゅげむ」ひらばやし「ほりのうち」など、落語のおもしろさに触れることができる演目で、会場には笑い声があふれていました。合わせて、落語に関する絵本・児童書の展示も行いました。その他カウンターの中に入って、借りる本の手続きを行う「かだし体験」や、図書館の仕事体験できる「いちにちとしょかんいん」を行いました。「いちにちとしょかんいん」には二人の小学生が参加し、窓口で利用者の資料貸し出し、返却手続きや図書を本棚に戻す作業などを体験しました。

●蔵書点検のため長期休館します

6月20日(水)~6月28日(木)まで、蔵書点検のため休館します。返却本は返本ポストをご利用ください。
 DVD・CD・ビデオテープは、開館してから窓口へ直接返却をお願いします。長期の休館となりますが、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。
 ■休館案内(17時からのカレンダー)

図書館内では、子どもの年齢別におすすめ本を紹介する展示「本といっしょにおおきなうれ」や、図書館員が今までに読み聞かせをした絵本の展示、カードにおすすめ本の紹介文を書いて貼る「みんなのすきな本あつまれ」コーナーを作りました。また、初めての試みとして、読んだ本の記録を書ける「子ども読書手帳」を作成し、希望者に配布しました。イベントを通して、図書館や読書に親しんでいただけた週間になりました。



**新年度の決意新たに
町スポーツ少年団結団式**

4月11日、町スポーツ少年団（逢原正三本部長）は、「平成30年度三股町スポーツ少年団結団式」を町武道体育館で行いました。これは、新年度の決意表明を行い、少年団活動の意義を深めるために毎年開催される行事で、町内20団体の団員約363人が参加。団員を代表して永井蒼大くんが誓いの言葉を宣言しました。最後に、田實夢佳さんの先導でスポーツ少年団綱領を全員で朗唱すると、団員たちは今年活躍を誓い、目を輝かせていました。



**恒久平和を願って
戦没者慰霊祭**

4月19日、町社会福祉協議会（木佐貫辰生会長）主催による「平成30年度戦没者慰霊祭」が、早馬神社横の忠霊塔でしめやかに営われました。日清戦争以後の戦争で亡くなった森虎男海軍大佐ほか761柱の霊を慰めようと、遺族や関係者約100人が出席。式では、町遺族協白白菊会の田中久光会長が、「皆さまのご冥福を祈ります」と慰霊の言葉を述べました。その後、出席者一人一人が祭壇に白い菊の花を献花。出席者全員で恒久平和を祈りました。



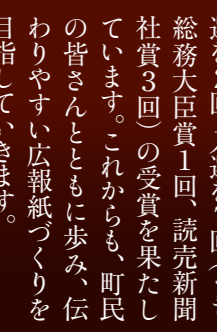
**ふるさとを美しく守る
河川浄化等推進員**

大淀川の支流である、沖水川流域などの環境保全のため、4月26日、町は「三股町河川浄化等推進員」の委嘱状交付式を行いました。本推進員は、河川パトロール、水質の悪化や汚染につながる不法投棄などの調査や報告、さらに河川浄化の啓発活動などを積極的にを行います。交付式終了後、町内河川のパトロールを行い、ガラスくずなどの不法投棄の処理を行いました。なお任命された8人の推進員（任期2年）は次のとおりです（敬称略）。



**劇団こぶく劇場
県地域づくり大賞受賞**

5月9日、「劇団こぶく劇場（永山知行代表）」が平成30年度県地域づくり大賞を受賞し、町長に報告に訪れました。この賞は、地域振興へ特に功績のあった個人や団体に贈られます。同劇団は、地元の小中高生などを対象とした演劇ワークショップ「みまた座」や町民参加型の演劇フェスティバル「まちドラ！」など、幅広い年代の人々を巻き込んだ活動を展開。文化振興のみならず、創造性豊かな地域づくりにより多大な貢献をした功績が評価されたものです。



**全国広報コンクールで入選
広報みまた**

「平成30年全国広報コンクール」（日本広報協会主催）の審査結果が発表され、「広報みまた」が昨年3月号が、組み写真部門で入選しました。同部門では、初めての受賞です。

本コンクールは、各都道府県で特選を受賞した自治体が県代表として推薦され、広報紙、広報写真やウェブサイトを審査されます。本紙は、これまでも特選を2回、入選を7回（うち総務大臣賞1回、読売新聞社賞3回）の受賞を果たしています。これからも、町民の皆さんとともに歩み、伝わりやすい広報紙づくりを目指していきます。



つじまつりに2万人

6万本のクルメツツジで知られる椎八重公園で、4月14日からつじまつりが開催されました。期間中、2万人を超える観光客が訪れ、春の盛りを楽しみました。

まつり初日は、町観光協会（池邊美紀会長）による「つじまつりオープニングセレモニー」が行われ、翌週には地元「うれし座」の舞踊披露で来場者を迎えました。また、まつり期間中、ツツジとシヤクナゲの苗木の無料配布が行われ、長蛇の列ができていました。配布が始まると来場者は、花芽のついた苗木を受け取り、満面の笑みを浮かべていました。



つじまつりに2万人

まつり初日は、町観光協会（池邊美紀会長）による「つじまつりオープニングセレモニー」が行われ、翌週には地元「うれし座」の舞踊披露で来場者を迎えました。また、まつり期間中、ツツジとシヤクナゲの苗木の無料配布が行われ、長蛇の列ができていました。配布が始まると来場者は、花芽のついた苗木を受け取り、満面の笑みを浮かべていました。



**三股の春真っ盛り！
つじ・早馬まつり**

早馬まつりに9000人

一方、都城・北諸地方の二大祭として知られる「早馬まつり」は、4月29日、早馬公園で開かれ、約9000人の見物客でにぎわいました。

神事の後「山王原子どもみこし」を皮切りに「中米のジャンカン馬踊り」「上米の棒踊り」「新馬場の棒踊り」といった郷土芸能などが次々に奉納され、見物客から盛んな拍手が送られました。

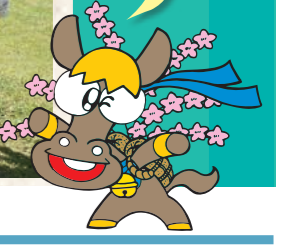
その後、文化協会、どんぐり会、早馬龍雲太鼓、フラダンス、三股中学校吹奏楽部がステージを披露。町商工会青年部企画の「ミマタレンジャー」

ショーでは、子どもたちが大声援を送りました。

この日は奉納行事として剣道や柔道、弓道や四半の大会が町内各会場で行われ、多彩な催しでにぎわいました。

また、奉納を終えた郷土芸能の一行は、地元を中心に練り歩く「庭もどし」を行い、三味線や太鼓の音を町内に響かせていました。

同日は、「目指せ2020年！空港発、みやざきブーゲンビリア植栽プロジェクト」と題して、町へブーゲンビリアの贈呈があり、苗50本が来場者へプレゼントされました。



町女性団体連絡協議会への加入団体・個人を募集します

町女性団体連絡協議会には、現在5団体が加盟しており、男女共同参画社会、明るく豊かな地域づくりを目指して活動しています。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。加入は随時受け付けています。

■お問い合わせ＝
教育課 生涯学習係
☎52-9311

放送大学の入学生を募集します

放送大学は、今年度の10月入学生を募集しています。10代から90代の幅広い世代から、約9万人の学生が、「大学を卒業したい」「学びを楽しみたい」など、さまざまな目的で学んでいます。心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、約300の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。

■出願期間＝
第1回…6月15日(金)～8月31日(金)
第2回…9月1日(土)～9月20日(木)
■資料請求・お問い合わせ＝
放送大学宮崎学習センター
☎0982-53-1893
放送大学の公式サイト
http://www.ouj.ac.jp

生活雑貨とフードイベント『MIMATA MARKET』が開催されます

町物産館「よかもんや」で開催されていた『しゅしゅぼぼマーケット』がグレードアップし、『MIMATA MARKET』として2日間にわたり開催されます。

【線路沿いのお店で“世界にひとつだけ”を見つけよう！】をテーマに、町内外の作家さんによるハンドメイド雑貨やこだわりの雑貨が多数集まります。雑貨の他に、飲食店なども出店予定です。地採れの新鮮な野菜を中心に県

内の特産品などを多数取り揃えていますので、ぜひお越しください。

■日時＝6月16日(土)・17日(日)午前10時～午後3時
■場所＝町物産館「よかもんや」
■お問い合わせ＝
町物産館「よかもんや」
☎51-3131

「みまたモノづくりフェア2018～つくりびとのかたち～」を開催します

陶器、布、木工、ガラス、金属、革、竹、藁の工芸品が、町内はもとより九州各地から三股町に大集合する展示販売会を開催します。工芸品に興味のある人、プレゼントを探している人は、ぜひご覧ください。世界で一つしかない手作り品は、父の日のプレゼントにもおすすめです。

■開催期間＝
6月15日(金)～17日(日)
■開催時間＝6月15日(金)・16日(土)午前9時～午後6時、6月17日(日)午前9時～午後4時
■開催場所＝町武道体育館
※駐車場が少ないため、コミュニティーバス「くいまーる」をご利用ください。
■お問い合わせ＝
みまたモノづくりフェア実行委員会事務局(企画商工課商工観光係)
☎52-9085

農業振興公社で行う農地売買事業を活用してみませんか？

農地の売買(相手方が決まっています、売買金額が双方合意している場合のみ)で一定の要件に当たる人は、公益社団法人宮崎県農業振興公社(以下、公社)が行う農地売買事業をご活用ください。

【出し手(売り手)のメリット】
①公社という公的機関が介在するので、安心して農地を売ることができます。
②農業委員会のあっせんから、約1カ月～1カ月半後には指定の金融機関に、農地買入れ代金が確実に支払

われます。また、支払いが確実なので個人間のトラブルがありません。

③農地を売った場合、譲渡所得(800万円控除)の特別控除を受けることができます。
④登録免許税など所有権移転登記に係る費用は、公社で負担します。
⑤書類作成などは、農業委員会と機構が行います。

【受け手(買い手)のメリット】
①農地売買事業の、「一時貸し付けタイプ(最長5年)」や「分割払いタイプ(最長10年)」を活用することで、計画的に農地の取得資金の準備ができます。
②農地売買事業の、「即売りタイプ」を活用すると、売り渡しのときに必要な諸経費や登記費用の支出が無いので、買入れ金以外の支出がありません(登記事務は公社で行います)。
③公社から農地を取得した場合、不動産取得税の減額措置があります。

【受け手(買い手)の要件など】
①受け手農家の要件は、認定農業者・基本構想水準到達農業者・中心経営体(三股町人・農地プランで位置づけ)などであること。
②受け手の農家は、現に耕作している農用地など(農作業受委託農用地などを含む)と併せて、売買予定農地から半径500mの範囲以内に、おおむね0.5%以上の団地を形成すること。
※詳しくは、農業委員会事務局にお問い合わせください。

■お問い合わせ＝
町農業委員会事務局☎52-9087

児童手当・特例給付現況届を提出してください

今年の5月分以前から本町で児童手当を受けていた人は、引き続き児童手当を受ける要件を満たしているかを確認するため、6月に「児童手当・特例給付現況届」を提出する必要があります。この現況届を提出しない場合、受給資格があっても6月以降の児童手当を受けることができませんので、期日までに必ず手続きをしてください。混雑が

予想されますので、余裕をもってお越しください。

■今回の現況届の対象受給者＝
中学生以下の児童を養育している人
※対象者には、6月上旬に現況届の書類を郵送します。
※6月1日(金)以降、本町から転出する人も届け出が必要です。
※公務員の場合は勤務先で手続きをしてください。

■受付期間＝
6月11日(月)～15日(金)
※都合の悪い人は福祉課窓口で6月30日(土曜・日曜を除く)までに必ず手続きをしてください。

■受付時間＝
6月11日(月)・13日(水)・15日(金)午前9時～正午、午後1時15分～5時
6月12日(火)・14日(木)午前9時～正午、午後1時15分～8時

■受付場所＝
町役場4階第2会議室

■準備するもの＝
児童手当法の支給要件に「生計を維持する所得の高い者」とあるため、平成30年度(29年中)所得の状況によっては、受給者が変更になる場合があります。その際は、新受給者の保険証と預金通帳のコピーが必要になります。

【全員が必要なもの】
①児童手当・特例給付現況届
②印かん(認め印可、スタンプ式不可)
③受給者の健康保険証のコピー
※「受給者」とは、父または母のうち所得が高い人となります。子どもの保険証では手続きできません。保険証で確認できないときは「年金加入証明書」が必要です。

【世帯の状況で必要となる書類】
(ア)児童と別居して、6月1日現在で児童の住民票が本町にない人
⇒児童の世帯全員の住民票とう本(省略なし)

※本籍・続柄・マイナンバーが載っているもの
※5月31日以前に取得したもので、受け付けができません。
※別居監護申立書が必要ですので、

受付時に申し出てください。
(イ)配偶者と別居して、6月1日現在で配偶者の住民票が本町にない人
⇒配偶者の個人番号が分かるもの
(ウ)日本に住居登録が無い父または母
⇒海外在住であることが分かる書類(例：ビザなど)

■お問い合わせ＝
福祉課 児童福祉係
☎52-9060

手話奉仕員養成講座の受講生を募集します

手話を必要とする聴覚障害者のコミュニケーションを支援するため、日常生活程度の手話技術を習得することができます。

参加を希望する人は、申し込みをお願いします。また、見学は随時行っています。

■講座内容＝
・入門課程…これまで手話を学んだことがなく、簡単なあいさつや自己紹介など手話の基礎知識を学びたいと考えている人向けの講座です。
・基礎課程…基礎課程は、入門課程を修了した人向けの講座です。

■開催日＝毎週火曜日(年間41回程度)
■開催時間＝午前10時～正午

■場所＝
町総合福祉センター「元気の杜」

■費用＝入門課程…年間6,000円(テキスト代含む)、基礎課程…年間2,200円

■対象者＝高校生以上で聴覚障害者福祉に関心のある人

■募集期間＝6月末まで

■申し込み・お問い合わせ＝
福祉課 社会福祉係
☎52-9061

医療講演会を開催します

みやざき骨髄バンク推進連絡協議会が主催する医療講演会が開催されます。講演内容は、白血病などの血液の病気についてです。

白血病が不治の病から治る病気になってきたのは、医療の進歩と、治療に

取り組む医療スタッフの熱意によるものです。年間百数十例の造血幹細胞移植に臨む医師による、血液の病気についての貴重な講演です。

また、成人T細胞白血病の元患者による体験談も聴くことができます。

■基調講演＝「造血細胞移植を考える」
■講師＝虎の門病院副院長・血液内科部長 谷口 修一さん

■日時＝6月23日(土)午後2時～午後4時(開場：1時30分)

■会場＝都城ウェルネス交流プラザ 茶霧茶霧ギャラリー

■参加費＝無料(定員100人)
※事前の申し込みが必要です。

■申し込み方法＝名前・参加人数・連絡先を明記して、ファクスでお申し込みください。

ファクス：38-0482(みやざき骨髄バンク推進連絡協議会)

※町では、平成28年4月1日から町内に住む骨髄などの提供者(ドナー)とドナーが勤務している事業所を対象に、多くの骨髄または末梢血管細胞移植の実現とドナー登録者の増加を図るために奨励金交付事業を実施しています。

■お問い合わせ＝
みやざき骨髄バンク推進連絡協議会
☎090-8229-0880

愛のご寄付

■寄付者一覧
平成30年4月1日から4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
西村 浩二	父	よしなり 良成	86	餅原	3万円
野瀬 幸子	夫	あきひろ 明博	79	下新	3万円
白川 勝美	子	こずえ	36	上新	3万円
川添 純安	妻	タミ	86	上新	3万円
去川 泰子	母	瀬ノサキ	94	上新	5万円
榎田都喜子	夫	秀生	95	梶山	10万円
永吉 丸男	義母	大坪サチエ	95	蓼池	3万円
野瀬 康典	母	志保子	67	仲町	5万円
千代森佐洋子	夫	みつお 光雄	64	東植木	3万円
松山カトリ	夫	斌男	93	大野	2万円

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＝7月5日(木) 受付:午後1時～1時30分

■対象者＝

・健診＝平成29年6月、12月、平成30年4月生まれ

・相談＝平成29年8月、10月、平成30年2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枚程度をお持ちください)

※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。

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

●開放日が変更になりました

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)。開放日が、月曜～木曜の午前9時～正午、午後1時～3時に変更になりました。開放日に合わせて、楽しい行事や教室を行っています。詳しくは、町社会福祉協議会の公式サイトでもお知らせしています。

●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「いもんクラブ」と手遊びや製作などを通して触れ合いましょう。

■期日＝6月21日(木) 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＝6月26日(火) 午前10時～11時

■場所＝総合福祉センター「元気の杜」大会議室

●ウルトラマン教室

子育ての悩み、発達の不安があれば気軽に話してみませんか? 「小さな集団遊び」と「ひかり園の先生を交えてお母さんの座談会」を行います。申し込みは不要です。

■期日＝7月4日(水) 午前10時～11時30分

■講師＝ひかり園の先生

■場所＝総合福祉センター「元気の杜」大会議室と子育て支援センター

●おはなし会

読み聞かせボランティアグループ「おおきな木」による読み聞かせを行います。

■期日＝7月5日(木) 午前10時30分～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ふれあうほか、絵本の読み聞かせやパネルシアターも行います。

■期日＝7月9日(月) 午前10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

■申し込み先＝子育て支援センター ☎52-8101

●英語であそぼう

親子で外国語指導助手の先生と一緒に英語に慣れ親しみながら、楽しい時間を過ごしましょう。

■期日＝毎週水曜日(7月11日は休み) 午後1時30分～2時30分

■講師＝ライト・デレック先生、リプリー・カラリー先生

ファミリー・サポート・センターたんぼぼからのお知らせ

●ファミリー・サポート・センターたんぼぼ ☎51-5688

当センターは、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活動を行っています。

・子育ての手助けをしてほしい人→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

●短距離の送迎・短時間託児など、困っているお母さんやお父さんのお手伝いをしてみませんか?

「まかせて(提供) 会員＝子育ての援助をしたい人」の養成講習会を行います。預かる子どもの年齢・時間・援助内容は選ぶことができます。講習会で基本的な知識を身に付けてから援助開始となります。実際の活動は講習後に決めることができます。

■期日＝7月11日(水) 午前8時40分～午後3時30分(午前8時30分受付開始)、7月12日(木) 午前8時50分～11時※2日間受講できる人

■場所＝町総合福祉センター「元気の杜」

■内容＝保健師、小児科医、臨床心理士、管理栄養士、保育士による保育の講習

※翌日、救急法を1時間受講する必要があります。

※短時間に分けた受講や、託児希望者をご相談ください。

■申し込み・問い合わせ＝

ファミリー・サポート・センターたんぼぼ事務所(町総合福祉センター内) ☎51-5688 ※時間外の場合は留守電話に名前・電話番号を残してください。

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

●平成30年度のがん検診が始まります!

次の①～③に該当する人は検診費用が無料になります。

①75歳以上の人(検診当日に保険証の提示が必要)

②生活保護世帯の人(福祉課で費用免除の証明書の交付を受け、検診当日にお持ちください)

③無料クーポン券対象の人(クーポン券と保険証を検診当日にお持ちください)

【集団検診】

肺がん検診(レントゲン検査)

■対象者＝40歳以上(生年月日が昭和54年4月1日以前)

■検査内容＝胸部X線撮影(レントゲン撮影)

■日程＝6月18日(月)～9月28日(金)、8月26日(日)、10月28日(日)、11月18日(日)※特定健診と同時実施です。

■個人負担料金は無料(費用1,949円全額を町が負担)

大腸がん検診

■対象者＝40歳以上(生年月日が昭和54年4月1日以前)

■検査内容＝便潜血検査2日法

■便提出期間＝6月18日(月)～9月28日(金)、8月26日(日)、9月30日(日)、11月18日(日)に回収します。※特定健診と同時実施です。

■個人負担料金は500円(費用全額1,771円のうち)

■その他＝対象者には、地区での受診日が早い順に受診票を発送します。以前辞退した人には受診票は発送しません。受診希望者は、町健康管理センターにご連絡ください。

乳がん検診

■対象者＝40歳以上(生年月日が昭和53年12月31日以前)で、和暦で奇数年の人

■検査内容＝マンモグラフィ、超音波検査

■個人負担料金は2,300円(費用全額7,722円のうち)

■日程＝10月23日(火)・24日(水)、平成31年2月5日(火)・6日(水)

胃がん検診(バリウム検査)

■対象者＝40歳以上(生年月日が昭和54年4月1日以前)

■検査内容＝胃部X線撮影

■日程＝10月2日(火)・3日(水)・4日(木)

■個人負担料金は1,400円(費用全額4,774円のうち)

※問診票は予約を受けてから郵送します。受診を希望する人は町健康管理センターへ電話でお申し込みください。

子宮がん検診

■対象者＝20歳以上(生年月日が平成11年4月1日以前)で、和暦で奇数年の人

■検査内容＝子宮頸部の細胞診検査

■日程＝11月6日(火)・7日(水)

■個人負担料金は1,400円(費用全額4,644円のうち)

【個別検診】

■受診期間＝平成31年2月28日(木)まで

■実施医療機関＝一覧表が役場1階ロビーまたは町健康管理センターに置いてあります。

※医療機関に予約をしてから受診してください。

胃がん検診(バリウム検査)

■対象者＝40歳以上(生年月日が昭和54年4月1日以前)

■検査内容＝胃部X線撮影

■個人負担料金は3,800円(費用全額12,566円のうち)

子宮がん検診

■対象者＝20歳以上(生年月日が平成11年4月1日以前)で、和暦で奇数年の人

■検査内容＝子宮頸部の細胞診検査 ※子宮体部は頸部検診受診者が必要がある人

■個人負担料金は2,200円(費用全額7,414円のうち)

乳がん検診

■対象者＝40歳以上(生年月日が昭和53年12月31日以前)で、和暦で奇数年の人

■検査内容＝マンモグラフィのみ

■個人負担料金は2,700円(費用全額9,115円のうち)

胃がんリスク検診

■対象者＝平成30年3月31日時点で、40・45・50・55・60・65・70歳の年齢に達する人

■検査内容＝血液検査(ピロリ菌抗体、血清ペプシノゲン値測定)

■個人負担金は1,900円(費用全額6,334円のうち)

※胃がんリスク検診は、胃がんのリスクがある人を早期に発見し、将来の胃がん発生予防につなげるものです。対象者は、胃がん検診か胃がんリスク検診のどちらか一方のみ受けることができます。対象者には案内を送付します。

●6月4日～6月10日は「歯と口の健康週間」です

口の健康は、全身の健康に影響します。口の中で増えた

細菌が血液によって全身に回り、脳卒中、心臓病、糖尿病、誤嚥性肺炎、早産などの危険性を高めることがあります。歯がしみる、歯がぐらついている、口臭がする、口が渇く、固い食べ物が噛みにくくなった、出血する部分があるなどの異常はありませんか? 口の健康が損なわれている可能性がありますので、歯科健診で異常の早期発見・治療に努めましょう。

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

●災害時要支援者調査を実施しています

災害が発生したときに、自力で避難することが困難な人などが、円滑に地域などの支援を受けることができるように、個別に避難支援プランを作成しています。また、避難支援の必要な人を把握するために訪問調査をしています。

■対象者＝

65歳以上の一人暮らしで支援が必要な人、75歳以上のみの世帯で支援が必要な人、要介護3～5の認定を受けている人、身体の障害(1級または2級)がある人、視覚障害・聴覚障害がある人、療育手帳を持っている人、精神障害者保健福祉手帳を持っている人、その他支援が必要と思われる人

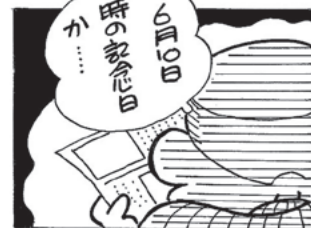
民生委員、町地域包括支援センター職員や障害者基幹相談センター職員が個人宅を訪問し、調査を行いますので調査の協力をよろしくお願いします。

●足もと元気教室

■日程＝6月15日～7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	6月15日(金) 7月6日(金)
第2地区	午後1時30分～3時	2地区交流プラザ	7月5日(木)
第3地区	午後1時30分～3時	第3地区分館	7月12日(木)
第4地区	午前9時30分～11時	第4地区分館	6月20日(水)
第5地区	午後1時30分～3時	轟木集落館	6月21日(木)
蓼池	午前9時30分～11時	蓼池児童館	6月21日(木) 7月5日(木)
餅原	午前9時30分～11時	餅原堂農研修館	6月18日(月)
三原	午後1時30分～3時	三原コミュニティセンター	6月20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	7月4日(水)
中原	午前9時30分～11時	中原コミュニティセンター	6月27日(水) 7月11日(水)
今市	午前9時30分～11時	今市児童館	7月2日(月)
第8地区	午前9時30分～11時	第8地区分館	6月22日(金)
第9地区	午後1時30分～3時	第9地区分館	6月27日(水) 7月11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
※6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

『引き継がれるもの』



上米の棒踊り

毎年4月29日に開催される早馬まつりでの一コマ。早馬神社境内ではさまざまな郷土芸能が奉納されます。奉納後、各地区に繰り出し踊りを披露する「庭戻し」に出発。江戸時代から続くといわれる長い伝統を、親から子へ、子から孫へと地域が一つになって受け継ぐ姿は、まちの誇りです。

みまた 暮らしのカレンダー

平成30年6月4日(月)～7月21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。

◎ 6月の予定

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	◎久保原田中医院(内・小) ☎22-7700(久保原町) ◎ベテスダクリニック(内) ☎22-1700(年見町) ◎大岐医院(内・胃) ☎57-2025(山之口町) ◎宗正病院(外) ☎22-4380(八幡町) ◎江夏整形外科クリニック(里・リハ) ☎51-1122(三股町) ◎野田医院(産・婦) ☎24-8553(蔵原町)	
11 月		・図書館休館日
12 火		
13 水		
14 木	・白色トレイ・ペットボトル	
15 金	・可燃物	
16 土		
17 日	◎原田医院(内・小・外) ☎26-3330(郡元町) ◎田口循環器科・内科クリニック(内) ☎24-0600(下川東) ◎みしま内科クリニック(内・備) ☎51-8100(三股町) ◎仮屋外科胃腸科医院(外・胃・内) ☎25-7712(志比田町) ◎小牧病院(整) ☎24-1212(立野町) ◎くぼた眼科(眼) ☎26-3100(南風町)	
18 月	・可燃物	・図書館休館日
19 火	・可燃物	
20 水		・図書館休館日
21 木	・缶・瓶	・図書館休館日
22 金	・可燃物	・図書館休館日
23 土		・図書館休館日
24 日	◎たけしたこども医院(小) ☎51-0005(三股町) ◎伊達クリニック(内・備) ☎36-7088(牟田町) ◎宇宿医院(内・胃・消) ☎25-9031(栄町) ◎柳田病院(脳・外) ☎22-4862(東町) ◎池之上整形外科(整・リハ) ☎23-2311(上川東) ◎すみ産婦人科医院(産・婦) ☎23-1152(東町)	・図書館休館日
25 月	・可燃物	・図書館休館日
26 火	・可燃物	・図書館休館日
27 水		・図書館休館日
28 木	・不燃物	・図書館休館日
29 金	・可燃物	
30 土		

◎ 7月の予定

1 日	◎城南病院(小・内) ☎23-2844(大王町) ◎共立医院(内) ☎22-0213(蔵原町) ◎瀬ノ口内科放射線科医院(内) ☎25-7780(郡原町) ◎たかお浜田医院(外・内) ☎22-8818(鷹尾) ◎橋病院(整) ☎23-7236(中町) ◎北原医院(産・婦) ☎22-4133(北原町)	
2 月	・可燃物	・図書館休館日
3 火	・可燃物	
4 水		
5 木		
6 金		
7 土		
8 日	◎仮屋医院(内・小) ☎36-0521(上水瀧町) ◎坂元医院(内・胃) ☎22-0360(牟田町) ◎戸嶋病院(内) ☎22-1437(郡元町) ◎MKクリニック(小) ☎51-6777(早給町) ◎酒井皮膚科医院(皮) ☎25-5322(北原町) ◎いそいち産婦人科医院(産・婦) ☎22-4585(平塚町)	
9 月	・可燃物	・図書館休館日
10 火	・可燃物	
11 水		
12 木	・白色トレイ・ペットボトル	
13 金	・可燃物	
14 土		
15 日	◎早水公園クリニック(内・小・外・産・婦) ☎36-6117(早水町) ◎宮永病院(内・胃・外) ☎22-2015(松元町) ◎あきづき医院(内・心・内) ☎36-0534(上水瀧町) ◎メディカルシティ東部病院(外・整) ☎22-2240(立野町) ◎なかむら整形外科クリニック(整) ☎36-5333(江平町) ◎かみながえクリニック(耳鼻) ☎25-0224(上長坂町)	
16 月	◎島中小児科医院(小) ☎52-6000(三股町) ◎藤元総合病院(内) ☎22-1717(早給町) ◎黒松病院(内) ☎38-1120(金田町) ◎鶴岡フォレストクリニック(脳神経外科) ☎80-4313(下川東) ◎速見泌尿器科医院(泌尿) ☎24-8344(妻ヶ丘町) ◎たき心臓内科クリニック(内・胃・腸) ☎46-9191(若菜町)	・可燃物 ・図書館休館日
17 火	・可燃物	・図書館休館日
18 水		・図書館休館日
19 木	・缶・瓶	
20 金	・可燃物	
21 土		

亡くなられた友人の奥さまは、私の弔問を受け入れてくださり、そして、気丈に対応してくれました。そのそばでは、幼い息子が無邪気に遊んでいる姿が目にとまり、友人が何よりも大切にしていた家族が、理不尽に与えられた不安を抱えていることが、私の心に痛いほど伝わってきたのです。最愛の人たちを残して亡くなられた友人の無念、間違いなく不幸のどん底に突き落とされた家族の悲劇、そして、元凶である私と対面し気丈に対応された奥さまの怒り。全てにおいて、例えようのない深い悲しみが私を支配していききました。その後、事故は裁判に移行し、出された判決は懲役1年8カ月でした。遺族宛てに、無責任で身勝手な己を矯正するために服役してきますという内容の手紙を郵送して、私は市原刑務所に入所しました。受刑生活では法律や規則を守るといって、人として当たり前の遵法精神を学んでいます。そのような最中、私の母が持病を悪化させ、刑務所暮らしをする息子の出所を待つことなく、失意のうちに亡くなりました。定期的な面会に来所して、くれる父の表情が、日に日に暗くなつていくさまは、私の事件がもたらした影響の大きさを物語っています。私は遺族を路頭に迷わせただけでなく、自分の家族にまで迷走することを押し付けてしまったのです。私が結果として起こした事件は、私自身が創り出した原因によるも

「原因」と「結果」②

のです。運転免許を失効させたにも関わらず、日々の忙しさという自分に都合のよい身勝手な考え方で、免許の再取得をせず、取り返しのつかない結果を招いてしまいました。私の責任で起こした事件は、元には戻りません。亡くなられた友人の命が蘇ることもありません。遺族の生活が元通りになることもありません。ですから、私は生涯をかけて、亡くなられた友人の供養に努め、遺族に精一杯の謝罪を続け、今の気持ちを一生忘れずにように生きていきたいと思っています。全ての結果には必ず原因が存在するのであれば、私は「償い」という結果を追い続け、「行動」という原因を日々追求していく。現実を正面から見据えて、「私たちが人生の中で体験することは、その全てが自分の思いに起因しており、よって私たちは自分の思いを改善することで未来を改善できる」という信念を大切にしていきたいと思っています。遺族と私の家族の未来に、明るい光が差し込むことを願いながら。

※ 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く人たちの悔いの記録です。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々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えます。〔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4位 / 平成30年3月31日現在(全26市町村中) ※ワースト…悪い方からの順位

税

7月2日(月)は納期限です

納期限内に納付しましょう。
● 町県民税(第1期)
 口座振替日は6月25日(月)です。また、再振替日は7月10日(火)に行います。振替日の前日までに預貯金口座の残高確認をお願いします。口座の解約などで振替ができなかった場合は、「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早めに納めてください。
■ お問い合わせ＝納税管理係 ☎52-9635

土地・建物の名義人が死亡したときは「相続人代表者指定届」が必要です

土地・建物の名義人がすでに死亡し、「相続の手続きを行っていない」、または「納付書などが死亡した人の名前で届いている」場合は、相続人代表者の届け出が必要です。届け出をしていない場合は、納付書などを送付できないこともありますので、必ず届け出をしてください。

・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



全て手打ちの松崎刃物は一つとして同じものがない。感覚を研ぎ澄ませ、繊細な作業を体で覚え込ませていく

クローズアップ
まちを支える人たち ①⑩ 蓼池在住 関 絃太郎(35)さん

ゼロから飛び込んだ職人への道

自らの手で作り出す喜び

岡から移住し、蓼池地区に作業場を構える「松崎刃物製作所」で働く関さん。時間に追われる生活に疲れ、将来を模索していたときに東京の工芸展で松崎刃物と出会った。ブースに人が集まり次々に刃物を購入していくのを見て興味を持ち、すぐに作業場を訪問。今なお手打ちにこだわる、県伝統工芸士・松崎英雄さんの刃物への熱い思いに魅了され、会社を退職して弟子入り

を決意。「体が覚えるまで、とにかく経験を積むこと。道具に触れるほど良くなる」という師匠の言葉を胸に、鍛錬を重ねた。初めて自分の手で製作した「草取り刃」を実家に贈ると「よく切れる、ありがとう」と連絡を受け、喜びをかみしめた。「使い続けているという言葉がうれしい。全国で待つ人たちに、より満足してもらえる刃物を作りたい」と話す。まなざしの奥に、松崎刃物の信頼と、作り手が見える刃物職人の姿を未来に受け継ぐ強い意志がみえる。

三股文芸

232

〔短歌〕◆三股短歌会

子の成長願いて立てた幟旗キラキラネームがキラキラはためく

児島 順子

鯉のぼりと一緒に立てられた幟に、家紋と、今流行している読むのが難しい名前が染められて、未来に向かって輝いているように見えました。

懐かしき維新のふるさと鹿兒島へ西郷どんブームで賑わいており

栗畑 洋子

26年ほど住んでいた鹿兒島へ、久しぶりに出かけました。今年には明治維新150年で、NHK大河ドラマ西郷どんブームに乗って大変賑わっていました。

わが家の一番星

松尾 沙耶ちゃん
◎平成29年10月22日生まれ(0歳)
◎松尾優也さん・さおりさんの二女

富田 彩芽ちゃん
◎平成29年3月21日生まれ(1歳)
◎富田祐市さん・美輝さんの二女

わが家の一番星

梅雨も
カエルどんや
草花たちには
うれしい季節
じゃのう♪

三股町
物産館
よかもんや

〒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

みまたん駅前よかもん朝市

■期日 6月24日(日) 午前8時〜10時30分ごろまで

内容を充実させてリニューアル!
毎年6月の第3日曜日に開催していた雑貨イベント「しゅしゅほぼマーケット」は、より皆さんに親しんでもらえるように「MIMATA MARKET(ミマタマーケット)」としてリニューアル。今年も、6月16日・17日の2日間にわたり開催します。「よかもんや」の軒下と、店内奥のコミュニティ室で、「よかもんや」スタッフおすすめの「いつもの暮らしがちょっと楽しくなるような生活雑貨」、スイーツやパン、ドリンクなどといった魅力的なお店が出店します。同時開催の「みまたんモノづくりフェア2018」との関連企画であるスタンプラリー会場の一つにもなっているため、毎回町内外からたくさんのお客さまにご来場いただいで

Facebook = @mimata.yokamonya
Instagram = @yokamonya

6月16日(土)・17日(日)ともに午前10時〜午後3時

●MIMATA MARKET

んじや様だより

第68回

んじや様

三股町の人口

平成30年5月1日現在

- 男/11,750人・女/13,591人・計/25,341人(前月比-49人)
- 世帯数/10,161戸(-1戸)・出生/25人・死亡/19人
- 転入/148人・転出/203人

◎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

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

No.574
2018.6

茶しよけ

広報みまたの平成29年3月号が全国広報コンクール組み写真部門で入選に選ばれました。入選した組み写真は見開き2ページに「冬の一大イベント」第2回「みまたん霧島パノラマまらそん」を特集。そこに写るのは、ユニークな仮装でポーズを取る参加者や、歯を食いしばって走る選手の姿。そして地域住民による心のこもったもてなしや沿道で応援する子どもたちの姿です。この大会の楽しさや住民の心の温かさが伝わったことが受賞につながったのではないかと思います。へっ

■問い合わせ 総務課 秘書広報係 ☎52-1113(直通)

◎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/)