

表現する喜び
 みんなの舞台



1,528人が力走!

第4回 **みまた**の
霧島パノラマまらそん ・・・2

認知症ってなんだろう?・・・4 平成31年4月は第19回統一地方選挙です・・・6
 まちの話題・・・10

花と緑と水のまち
 宮崎県 三股町

3

みまた座は、今年で15周年!



演劇ワークショップ「みまた座」15期生・本公演

「あのときはごめん」

15年間続く、三股の子どもたちの劇団「みまた座」が、三股町立文化会館ホールにて演劇を上演いたします。6月から始まった、みまた座15期生の集大成の本公演です。のびのびと元気いっぱいの子どものお芝居を、どうぞお楽しみください!

- 日時/2019年 **3月24日(日)**
 午前11時開演・午後3時開演(2回公演・開場は開演の30分前)
- 作/下沖悠人(みまた座9~10期在籍・平成29年度戯曲講座受講生・高校2年生)
- 演出/永山智行(みまた座演劇監督・劇団こぶく劇場)
- 出演/演劇ワークショップ「みまた座15期生」12名 劇団こぶく劇場の俳優陣
- 料金/小学生以上300円 未就学児無料
 ※上演回指定 ※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)
 ※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
- 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
- お問い合わせ・チケット販売
 三股町立文化会館 Tel.0986-51-3462 <https://bunka.town.mimata.lg.jp>

MIMATA PublicRelations

3 Vol.583



広報みまた 平成31年3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



みまた演劇フェスティバル「まちドラ! 2019」

町民出演者大募集!!!

今年も、「町の4つの劇場を巡ってお芝居を観る!」という町民参加の楽しい演劇のお祭り、みまた演劇フェスティバル「まちドラ!」が開催されます!
 そこで上演される短編演劇公演「ヨムドラ!」への町民出演者を大募集します!

演劇が大好き!・お芝居をしてみたい!
 自分を表現したい!・新しいことに挑戦してみたい!

などなど、演劇が初めての方から経験者までお気軽にご参加ください!

■日時/2019年 **5月25日(土)・26日(日)**

■募集人数/約20人(参加無料)

■対象/町内在住または職場が町内で、高校生以上の方

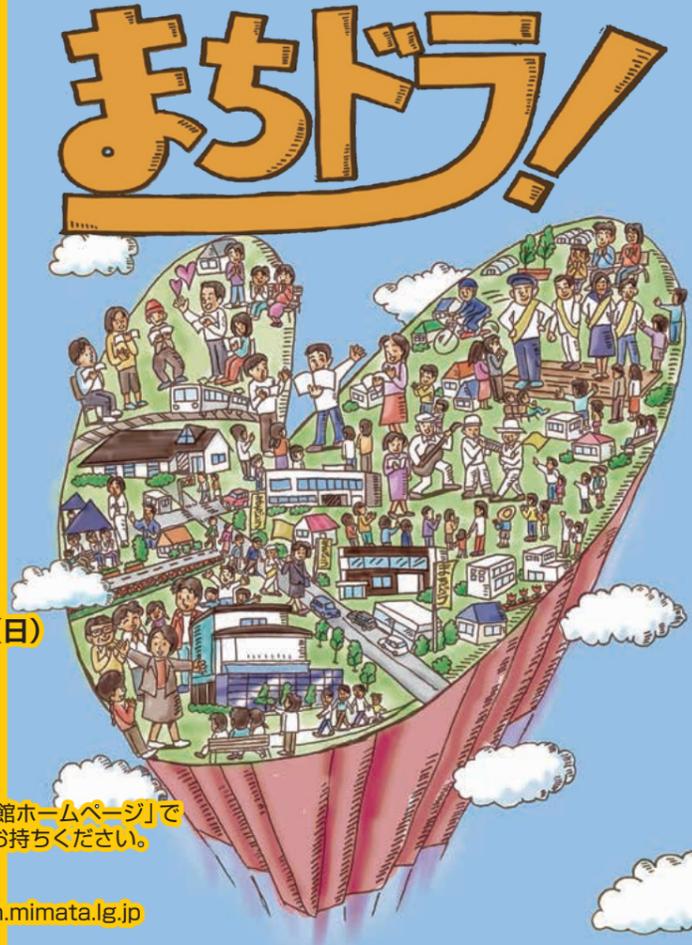
■演出/県外で活躍する演出家3名(20分ほどの作品を創作)

■稽古/4月...上旬から毎週木曜19:00~(週1回)
 5月...3チームに分かれ、各チームで調整
 公演7日前から毎日の稽古となる見込みです。

■応募方法/申込書を「文化会館 事務局」[役場総合受付]「文化会館ホームページ」で入手してください。申込書に必要事項をご記入の上、文化会館へお持ちください。

■応募締切/3月31日[日]

■お問い合わせ
 三股町立文化会館 Tel.0986-51-3462 <https://bunka.town.mimata.lg.jp>





雄大な霧島連山を仰ぎ見ながら、晴天の三股路を走る!



絶好のコンディションの中、元気にスタート



多くのボランティアが大会を支えた



手をつなぎ笑顔でゴール



参加者インタビュー

埼玉県から参加
佐藤直樹さん(56)
「全国各地の大会へ参加していて、今回が34県目です。ボランティアの皆さんとハイタッチをしたり、給水所での温かいもてなしに感激しながら、楽しく完走することができました。」



ハーフ女性
総合優勝
内山美希さん



ハーフ男性
総合優勝
川越隆暉さん



第4回 みまたの 霧島パノラマ まらそん

1,528人が力走!

1月27日、「第4回みまたん霧島パノラマまらそん」が開催されました。ふれあい中央広場をスタート・ゴールとする2キ、3キ、5キ、ハーフの各部門に、町内外から1,528人が参加しました。特にハーフ部門には、過去最多の635人が出走。手をつなぎ笑顔でゴールする参加者も多く、会場は大きな歓声に包まれていました。レース終了後には、埼玉県からの参加者に「遠来賞」、最高年齢の男

女一人ずつに「最高年齢賞」が贈られました。また、豪華景品が当たる抽選会などが行われたほか、完走後には豚汁や宮崎牛なども振る舞われ、笑顔があふれる大会となりました。本大会のボランティアスタッフは、自治公民館をはじめ、三股・都城管内の高校や三股中学校の生徒など約550人。沿道の声援も加わり、地域が力を合わせて大会を支えました。



認知症ってなんだろう？

認知症の人が住みなれた地域で
自分らしく暮らすことができる社会へ

認知症って？

認知症はさまざまな原因で脳の細胞が死んでしまったり、動きが悪くなったりするために起こる脳の病気です。物忘れがひどくなったり、できたことができなくなったり、今までどおりの生活が送れなくなり、認知症は誰にでも起こる病気で65歳以上の4人に1人が認知症の症状があるといわれています。その数は今後20年で約2倍に増えると予想されています。

認知症かも？と思ったら...

まずは、かかりつけ医（主治医）にご相談ください。本人が信頼しているかかりつけ医など専門家から勧めらうと、素直に受け入れられる場合もあります。その他に、町域包括支援センターに相談することもできます。このセンターは高齢者の総合相談窓口になっています。町役場の福祉課内にあり、認知症地域支援推進員などの専門職を配置しています。本人だけではなく、家族の皆さんや近所の人でも、気になる人がいれば、センターの職員が必要な支援に繋がります。また、介護保険のサービスについても気軽に相談してください。

認知症サポーター養成講座募集

町民、事業所、学校関係者や団体を対象に、60〜90分の講座を開催し、「認知症サポーター」の養成を行いますので、たくさんのお応募をお待ちしています。

お問い合わせ

町域包括支援センター ☎52-8634

もしかして認知症？と思ったら



ご自身やご家族に認知症の疑いを感じたら、早期に専門の医療機関を受診しましょう。

町内の認知症疾患医療施設

大悟病院 認知症疾患医療センター

【直通電話】
☎53-3366
【代表電話】
☎52-5800
住所：三股町大字長田1270



センター長 三山吉夫 医師

かかりつけ医、介護・福祉施設や自治体と連携し、地域の中で認知症の人やその家族に、適切な専門医療を提供しています。もの忘れ相談から診断、治療や介護保険申請の相談まで、ワンストップで支援し、地域に根付いた活動を行っています。

①お電話でお問い合わせ

②ご家族と受診の相談

③受診（初診 約1時間・再診 約30分）

大悟病院認知症疾患医療センター
予約時間／平日 午前8時～午後5時
診療時間／平日 午前9時～正午
午後1時～5時

※診察は完全予約制です。

認知症グループホームをご利用いただくには...

認知症がある人の生活の場の一として、グループホームがあります。少人数（9人単位）の家庭的な暮らしの中で、専門スタッフの援助を受けながら、安心して可能な限り普通の生活を営むことができるようにケアする居住施設です。

●入居条件

- ①65歳以上の高齢者で、「要支援2」または「要介護1」以上の認定を受けている人
- ②医師から認知症の診断を受けた人
- ③施設と同じ町内に住民票がある人
- ④その他、集団生活に支障のない人（身の回りの世話ができる、感染症にかかっていない、共同生活に適応できるなど、施設ごとに設定）

●入居に関するご相談

- ①要介護認定を受けている人は、担当ケアマネージャー、または各グループホームへ直接お問い合わせください。
- ②要介護認定を受けていない人は、町福祉課 介護高齢者係へお電話をください。

●町福祉課 介護高齢者係

☎52-90062

施設ご案内



グループホーム2ユニットさつき
電話：51-3993
住所：三股町大字榊山4845番地8

【受付時間】午前9時～午後5時
【定員】18人
【空き人数】9人(6月1日から)
【待機者】2人
【備考】1ユニット(定員9人)が休止中で、6月1日から定員18人で再開予定。

スタッフからのメッセージ



「利用者がいつまでも地域と共にをモットーに、地域行事への参加や、地域の皆さんに足を運んでもらえる行事の開催など、利用者の皆さんが楽しく生活を送れるグループホームです。活動の一つに「楽団」があり、三味線、大正琴、太鼓やハーモニカなどの楽器演奏を楽しみ、家族会や各種行事での披露も行っています。また、利用者さんとの日々の会話や出来事、過去の話を「ナラティブ・ノート」としてまとめ、人生の物語を共有しながら、一人一人に寄り添うことを大切にしています。

施設ご案内



グループホーム正寿の光
電話：51-1986
住所：三股町大字蓼池4607番地1

【受付時間】午前9時～午後5時
【定員】18人
【空き人数】0人
【待機者】11人

スタッフからのメッセージ



「思いやり」「自分らしさ」「笑顔」を基本理念として、住み慣れた家庭的な環境のもと地域の皆さんとの交流を続けているグループホームです。利用者の皆さんのできる事を引き出し、買い物、炊事や洗濯などを一緒にを行います。また、認知症の維持改善を目的とした非薬物療法として「くもん式学習療法」を取り入れています。言葉や笑顔を引き出すように、介護職員はその変化への気づく力を身につけ、全ての利用者さんによりよい質のケアが提供できるように日々取り組んでいます。

施設ご案内



グループホームはればれ
電話：52-2267
住所：三股町稗田46番地13

【受付時間】午前9時～午後5時
【定員】18人
【空き人数】0人
【待機者】12人

スタッフからのメッセージ



平成14年に開所し、今年で18年目を迎えます。中庭の陽光桜も大樹となりました。入居者の皆さんは懸命に毎日の筋トレ、脳トレや体操に取り組まれています。年間行事を大切に、誕生日には祝膳でお祝いし、また24時間体制の医療も充実しています。台所に立つ、洗濯物を干すなど、日常生活の中で自ら活躍できる生きがいを探し、たとえ認知症になっても住み慣れた場所で安心して生活ができるようお手伝いします。「皆さんの笑顔が見たい」をモットーにスタッフ一同頑張ります。

※人数は1月末時点

町では宮崎県議会議員選挙と三股町議会議員選挙の2つが執行されます。

宮崎県議会議員選挙

4/7
日

●立候補届け出の受け付け

日 時／3月29日(金) 午前8時30分～午後5時
場 所／都城市役所東館7階 大会議室

●投票の日時・場所

投票日／4月7日(日)
時 間／午前7時～午後6時
場 所／各投票所(表①)
※投票所は各家庭に郵送される入場券に掲載された投票所で投票してください。

●期日前投票(不在者投票)

投票日に仕事などの用事で、投票ができない人は、期日前投票(不在者投票)ができます。(表②)

●投票できる人

平成13年4月8日以前に生まれた人で、平成30年12月28日以前から引き続き三股町の住民基本台帳に記載されており、選挙人名簿に登録されている人。県

内への転出であれば投票権がある場合があるので、詳しくはお問い合わせください。

●郵便で不在者投票ができます

次のどちらかに該当する場合は、郵便で投票することができます。

- ①身体障害者手帳か戦傷病者手帳を持ち、両下肢などに重度の障害がある人(一定の条件があります)
 - ②要介護認定を受け、その状態区分が「要介護5」の人
- ※郵便で不在者投票をする場合には、あらかじめ「郵便等投票証明書」の交付を受ける必要がありますので、事前にご相談ください。

3月29日(告示日)に立候補届出者が2人に達しない場合は、投票は行われず、無投票当選となりますのでご注意ください。

●お問い合わせ＝
町選挙管理委員会 ☎52-1112

【表①】各投票所および投票区の区域

投票区	投票所の名称	投票区の区域
第1投票区	第1地区分館	山王原・仲町
第2投票区	第2地区交流プラザ	上米・中米・櫛田・谷
第3投票区	第3地区分館	小鷲巣・寺柱・大鷲巣・高畑
第4投票区	第4地区分館	田上・梶山
第5投票区	第5地区分館	轟木・飯屋・大野・大八重
第6投票区	第6地区分館	勝岡・前目・餅原・三原
第7投票区	第7地区分館	上新馬場・下新馬場
第8投票区	第8地区分館	東原・稗田
第9投票区	町西部地区体育館	東植木・西植木
第10投票区	蓼池児童館	蓼池
第11投票区	三股西小学校体育館	今市・中原・花見原

【表②】期日前投票の日時および場所

場 所	期 間	時 間
町役場 1階ロビー	3月30日(土)～ 4月6日(土)	午前8時30分～ 午後8時
第6地区分館 (出張所)	4月1日(月)	午後3時～ 午後7時45分
町西部地区体育館 (出張所)	4月2日(火)	午後3時～ 午後7時45分
三股駅多目的ホール (出張所)	4月3日(水)～ 4月4日(木)	午前10時～ 午後7時45分

わたしたちの生活に密着した身近な選挙であり、これからの県政、町政の進路を決める大切な選択の機会です。

当日、投票に行けない人は、町役場ロビーや三つの出張所で行われる期日前投票などを利用して必ず投票しましょう！



三股町議会議員選挙

4/21
日

●立候補予定者説明会

日 時／3月20日(水) 午前10時から
場 所／町役場4階 第1会議室

●立候補届け出の受け付け

日 時／4月16日(火) 午前8時30分～午後5時
場 所／町役場4階 第1会議室

●投票の日時・場所

投票日／4月21日(日)
時 間／午前7時～午後6時
場 所／各投票所(表③)
※投票所は各家庭に郵送される入場券に掲載された投票所で投票してください。

●期日前投票(不在者投票)

投票日に仕事などの用事で、投票ができない人は、期日前投票(不在者投票)ができます。(表④)

●投票できる人

平成13年4月22日以前に生まれた人で、平成31年1月15日以前から引き続き三股町の住民基本台帳に記載されており、選挙人名簿に登録されている人。

●郵便で不在者投票ができます

次のどちらかに該当する場合は、郵便で投票することができます。

- ①身体障害者手帳か戦傷病者手帳を持ち、両下肢などに重度の障害がある人(一定の条件があります)
- ②要介護認定を受け、その状態区分が「要介護5」の人

※郵便で不在者投票をする場合には、あらかじめ「郵便等投票証明書」の交付を受ける必要がありますので、事前にご相談ください。

●お問い合わせ＝
町選挙管理委員会 ☎52-1112

【表③】各投票所および投票区の区域

投票区	投票所の名称	投票区の区域
第1投票区	第1地区分館	山王原・仲町
第2投票区	第2地区交流プラザ	上米・中米・櫛田・谷
第3投票区	第3地区分館	小鷲巣・寺柱・大鷲巣・高畑
第4投票区	第4地区分館	田上・梶山
第5投票区	第5地区分館	轟木・飯屋・大野・大八重
第6投票区	第6地区分館	勝岡・前目・餅原・三原
第7投票区	第7地区分館	上新馬場・下新馬場
第8投票区	第8地区分館	東原・稗田
第9投票区	町西部地区体育館	東植木・西植木
第10投票区	蓼池児童館	蓼池
第11投票区	三股西小学校体育館	今市・中原・花見原

【表④】期日前投票の日時および場所

場 所	期 間	時 間
町役場 1階ロビー	4月17日(水)～ 4月20日(土)	午前8時30分～ 午後8時
第6地区分館 (出張所)	4月17日(水)	午後3時～ 午後7時45分
町西部地区体育館 (出張所)	4月18日(木)	午後3時～ 午後7時45分
三股駅多目的ホール (出張所)	4月17日(水)～ 4月18日(木)	午前10時～ 午後7時45分

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。

★3月の旬の食材 サワラ、三つ葉、ブロッコリー、イチゴ (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}

◎主菜 サワラの菜種焼き

210^{キロカロリー} 塩分1.3^{グラム}
材料 サワラ…1切れ、●しょう油…小さじ1/2、●みりん…小さじ1/2、卵…1個、▲砂糖…小さじ1/4、▲塩…小さじ1/12、三つ葉…5^{グラム}
作り方 ①サワラは●をまぶしておく。②三つ葉は細かく刻む。③卵は▲を入れて混ぜる。鍋に入れて弱火にかけて混ぜ、軟らかめのいり卵を作り、三つ葉を混ぜて冷ます。④サワラをトースター(またはグリル)で焼き、火が通ったら卵をのせて1分ほど焼く。

◎副菜 ブロッコリーのとろとろ煮

110^{キロカロリー} 塩分1.6^{グラム}
材料 ブロッコリー…60^{グラム}、絹ごし豆腐…100^{グラム}、カニかま…20^{グラム}、水…100^{ミリリットル}、●コンソメ…1/4個、●しょう油…小さじ1/2、●おろしショウガ…小さじ1/2、水溶き片栗粉(水小さじ1+片栗粉小さじ1)
作り方 ①ブロッコリーは小房に分けたものをさらに半分ほどの大きさに切り分ける。カニかまは長さ5^{センチメートル}に切ってほぐす。②鍋に分量の水を入れ、沸騰したらブロッコリーを入れて軟らかくなるまでゆでる。③カニかまと●の調味料を加える。④豆腐をスプーンですくいきながら入れ、温まったら水溶き片栗粉を加えて一煮立ちさせる。

◎副菜 ニンジンのミソ金平

88^{キロカロリー} 塩分0.7^{グラム}
材料 ニンジン…50^{グラム}、ゴマ油…小さじ1、ミソ…小さじ1/2、みりん…小さじ1、ゴマ…小さじ1/2
作り方 ①ニンジンを千切りにする。②フライパンにゴマ油を入れて弱火でニンジンを炒める。ミソのみりんで調味してゴマを振る。

◎もう一品 イチゴ

34^{キロカロリー} 塩分0^{グラム}
材料 イチゴ…100^{グラム}



外国語指導助手のコーナー

お疲れさまです!

私が大学生のころ、日本語の先生が「お疲れさまです」という言葉を教えてくれました。日本人は、仕事や職場から帰るときに、この言葉を使うことを初めて知りました。英語にはそのような言葉がないので、私やクラスメイトは不思議な感じがしました。「お疲れさまです」は、連帯感を表す表現の一つではないかと思えます。同じ職場の人を気遣いながらがんばることは、日本の集団主義の考え方に合っていると思います。一方で、アメリカ人は個人主義の考え方が強く、仕事中は同僚に「Hello」

を言うか会釈をする程度です。職場から帰るときも、ただ「Bye」言うだけです。それでも、同僚の気分について「How are you?」とはよく尋ねます。実は、「Hello」の挨拶の代わりに「How are you?」を頻りに使っています。このように、どちらの国も、相手を思いやる表現を使って良好な人間関係を築いています。私も職場の人にとんどん「お疲れさまです」と声をかけ、また、アメリカの友人にもこのような日本の文化を伝えていきたいです。



ゴンザレス・ディアナ

vol.3
地域おこし協力隊通信
わたしたち協力隊の活動のようすをお伝えします

『みまた』だから

地域おこし協力隊：笠島 一郎さん・幸代さん

三股町の知名度はどれだけあるのか? 宮崎市・都市市・日南市に囲まれ、どうしても話題になりづらい町です。話題性だけが大切な訳ではないけれど、社会を動かす「ヒト・モノ・コト・カネ・情報」は話題の地域に集まりやすいもの。移住した当初よく言われました『三股町ってどこだっけ?』それが最近変わってきました。『三股町って面白いよね!』話題になりづらかった分、まだ知られてない《みまたんたから》がたくさんあります。わが家からすると、このまちは宝探しのような新発見の毎日です。宮崎県庁、宮崎大学、研修会、企業や移住相談会、いろんなところで笠島家が感じたワクワクするまちの魅力をお伝えしています。《みまたんたから》を1人でも多くの人に届けられたら、今日もまちのワクワクを語りまくります!

おはなし隊の読み聞かせの様子
キャラバンカーの様子



おはなし隊の読み聞かせの様子

●15年間続く「みまた座」の本公演

3月24日(日)、自主文化事業・演劇ワークショップ「みまた座」15期生の本公演『あるときはごめん』が行われます。「みまた座」とは、小中高生が対象の演劇講座で、演劇監督に永山智行(劇団こぶく劇場、講師を同劇団の俳優の皆さんが務め、15年続いていきます。これまでに、延べ241人の子どもたちが在籍してきました。

今年の6月から毎週木曜日の午後5時に集まり、準備運動と発声練習、お芝居の稽古を続けてきました。今年の台本は、平成29年度戯曲講座の受講生の下沖悠人さん(本町在住・高校2年生)の作品「みまた座」の卒業生で、今後は後輩のために書き下ろしました。15年前から「みまた座」が公演を行ってきた文化会館の舞台で、今年もこのたびはお芝居をします。ぜひご来場ください。

●ちょっとお芝居してみませんか?

5月24日(金・祝)〜26日(日)に、「みまた演劇フェスティバル まちドラ! 2019」が行われます。

毎年、5月下旬に開催される「まちドラ!」は、駅などの施設を利用した町内4つの劇場を巡って演劇公演を観るという、まち歩きと演劇が楽しめるイベントです。毎年1000人以上の観客が来場し、今年で7年目になります。

この「まちドラ!」に出演する町民の皆さんを募集します。本町在住の高校生以上であれば誰でも参加できます。稽古は、劇団の演出家が行い、期間は4月〜5月の2カ月間です。

20分ほどの短編劇ですので、「お芝居がしたい」、「お芝居にちょっと興味がある」、「新しいことに挑戦したい」など、演劇が初めての人から経験者まで、気軽に参加してください。詳しくは本紙裏面をご覧ください。

昨年「みまた座」本公演
昨年「まちドラ!」本番の様子

Culture 文化会館
Mimata
©問い合わせ
三股町立文化会館
〒889-1901 三股町大字榑山3404-2
TEL.51-3462 FAX.51-3561

●講談社全国訪問おはなし隊が来館!

1月20日、全国を巡回している講談社おはなし隊キャラバンカーが図書館を訪問しました。2年ぶりの本県巡回で、当日は雨となりましたが多くの親子連れが参加しました。キャラバンカー見学では、車の中にたくさんのお絵本が並び、壁には絵本作家の直筆サインが書かれていました。夢のような小さな絵本部屋に乗り込んだ子どもたちは、お気に入りの絵本を選んで熱心に読んでいました。キャラバンカーの見学後は、図書館内で4人のおはなし隊が絵本の読み聞かせを行いました。40人以上の参加があり、親子で絵本の読み聞かせを楽しみました。

●平成30年によく読まれた本「ベストリーダーランキング」を発表します

平成30年の1年間でよく読まれ、貸し出し回数が多かった本を紹介します。

【一般書】

1位「九十歳。何がめでたい」 休館案内(17歳)くらしのカレンダー
2位「コンビニ人間」 佐藤愛子・著/46回
3位「羊と鋼の森」宮下奈都・著/42回
4位「蜜蜂と遠雷」恩田陸・著/39回
5位「祈りの幕が下りる時〜夢幻花〜」東野圭吾・著/36回

【児童書・絵本】

1位「かいつゾロリあついでーラーメンたいけつ」 原ゆたか・著/55回
2位「100万回生きたねこ」 佐野洋子・著/47回
3位「ミッケ」 ウォルター・ウィック著/46回
4位「ミラクルきょうふ! 本当に怖い話心霊学園」 関月麗・著/43回
5位「崖の上のポニョ」 宮崎駿・著/42回

貸し出しの多い本は、窓口やインターネットで予約ができますので、ご利用ください。

Library 図書館
Mimata
©問い合わせ
三股町立図書館
〒889-1901 三股町大字榑山3406-8
TEL.51-3200 FAX.51-3751



最後は仲良く記念撮影(第一幼稚園)

**第二地区厄年会
町内の6園で豆まき**

2月1日、2地区厄年会(石坂伸一代表、5人)が、町内の保育園・認定子ども園で豆まきを行いました。これは、第二地区に古くから伝わる伝統で、本厄を迎えた男性が地域の行事に参加しながら一年間かけて厄払いを行うものです。この日は、他地区の同級生も加わり、6園を回って豆まきを開始。鬼が姿を現すと、園児たちは驚いていましたが、勇気を出して「鬼は外！」と邪気を追い払うと優しい鬼に。豆やお菓子などを拾った後は、一緒に記念撮影を行いました。



「地域の皆さんに楽しんでほしいながら、みんなの笑顔で厄をはらってほしい」と願う福田貴之さん(株田出身)



町西部地区体育館に設置された宅配ロッカー

**ヤマト運輸(株)が本町と包括連携協定
西部地区体育館に宅配ロッカー**

2月1日、町役場で町と宅配業者のヤマト運輸(株)が、包括連携協定(以下、ヤマト)が、包括連携協定を結びました。協定には、ヤマト配達員による高齢者の安否確認や通学時の子どもたちの見守り支援などに関する協力など6項目が盛り込まれています。また、町の宅配便不在率が全国的に高いことから、協定の第一環としてヤマトの提案で、町西部地区体育館の敷地内に宅配便ロッカーが設置されました。自治体と連携した宅配便ロッカーが設置されたのは、九州で初めてです。



「受け取りニーズの多様化を踏まえ、24時間利用可能な宅配ロッカーを設置しました。利用してほしいと思います」(株田出身)



壮大な眺めを背景に写真撮影

**新たな桜の名所へ育てたい
地域住民が大平公園で植樹**

2月3日、小鷲巢の住民有志10人が同地区の大平公園でツツジ70本の植樹を行いました。かつて桜の名所として、地元小学校の遠足先でもあった同公園。公園としての維持管理が難しくなり、杉が植えられた時期もありましたが、地域での「桜を植えて再整備したらどうか」との声を受けて、大平公園整備委員会が発足の森林環境税を活用しての事業で、遊歩道の階段も設置しました。昨年はサクラ200本を植樹しており、今後も整備を続けていきます。



「かつてのような賑わいのある公園が復活できるように、地域みんな協力して取り組んでいきます」(小鷲巢在住)



**未来への決意新たに
三股中立志式**

2月7日、三股中学校(永山博一校長、798人)の2年生が町立文化会館で立志式を行いました。これは、昔の元服に倣い、未来への決意を新たにすることが目的です。式では各組の代表6人が決意作文を発表。盛大な拍手が送られました。



「この日のために生徒たちで準備を進めてきました。講演では相手を思いやり話すことの大切さを学び、自立心を持って行動してほしいと思います」(三股中2年生)



**「第13回わけもん主張」
都城東高の正村さんが最優秀**

2月2日に若者が政治や選挙についての意見を発表する「第13回わけもん主張」が宮崎市で行われました。この大会で最優秀賞に輝いた都城東高等学校の正村かなめさんが、13日、町長へ受賞を報告発表の中で、昨年留学したフィリピンでの若者の政治的関心の高さを、候補者が若者世代に向けた公約を示しているためと分析。日本で若者向けの政策が少ないのは、若者の低投票率も一因と考え、日本の将来のために、積極的に投票することが大切だと訴えました。



「高校生で初の最優秀賞とのこと大変光栄です。将来は英語を生かした仕事をしたいです」



**若い発想力で地域活性へ
地産地消料理コンクール**

2月9日、都城東高校で「第7回三股町地産地消料理コンクール」が開催されました。これは、町農畜産物利用地域活性化推進協議会(西山雄治会長、11人)が、地産地消の推進などを目的に開催しているものです。

この日は、同高校調理科の2年生25人が「料理」「デザート」の2部門に分かれて参加しました。生徒たちは、「町の特産品を使用したランチメニュー」をテーマに町内で生産された、バイオ茶ポーク、バイオ茶、宮崎牛の切り落とし、プチヴェール茎葉粉末、どぶ



「使用した食材を調和するの心がけました。将来はパン職人になれるように今回の経験を生かしたいです」



「野菜を使ったメニューが評価されてうれしかったです。子どもが好きなように、保育園などの調理士を目指しています」

2019三股町春まつり」を開催します

毎年恒例の「三股町春まつり」を次のとおり開催します。

●上米公園 桜まつり

500本のソメイヨシノが咲き誇る、桜の名所・上米公園。まちを一望しながら満開の桜をお楽しみください。夜間はライトアップも行われます。

■開催期間＝3月22日(金)～4月上旬
※開花状況で変更あり

■会場＝

上米公園(三股町大字樺山115番地1)

■ライトアップ＝開催期間中の午後6時30分～9時30分

●椎八重公園 つつじまつり

4.6ヘクタールの園内に約6万本のクルメツツジと50本の八重桜が同時に咲き誇る椎八重公園。真紅のツツジと、山の緑によるコントラストが醸し出す優雅な自然をお楽しみください。

■開催期間＝4月13日(土)～4月下旬
※開花状況で変更あり

■会場＝椎八重公園

(三股町大字長田5515番地1)

<つつじセレモニー2019>

■日時＝4月13日(土)午前11時開始
セレモニー終了後、200人にツツジの苗木をプレゼントします。整理券配布は午前10時30分からの予定です。

<シャクナゲの苗木プレゼント>

■日時＝4月20日(土)午前11時～
先着200人にシャクナゲの苗木をプレゼントします。整理券配布は午前10時30分の予定です。

●早馬公園 早馬まつり

都城市母智丘の大祭とともに都城・北諸地方の二大まつりといわれる早馬まつり。郷土芸能などの奉納のほか、ダンスやミマタレンジャーショーなど、多彩な催しをお楽しみください。

■開催日時＝4月29日(月・祝)、午前9時～午後2時30分

■会場＝早馬公園、早馬神社境内周辺

■内容＝郷土芸能(ジャンカン馬踊り、棒踊りなど)、ステージ(文化協会・ミマタレンジャー、三股中学校吹奏楽部など)を予定しています。

※別会場で柔道大会(武道体育館)、弓道大会(弓道場)、四半的大会(四

半的弓道場)などの開催も予定。
※各まつりの日程などは変更になる場合があります。

●しゃくなげの森 しゃくなげ花まつり

■開催期間＝4月1日(月)～5月6日(月)

■会場＝

しゃくなげの森(長田5268番地)

■お問い合わせ＝

町観光協会事務局(企画商工課内)

☎52-9085

池芝桜まつり」が初開催されます

蓼池地区の水路沿いに4kmにわたって咲き誇る芝桜。満開の時期に合わせて次のとおり催しが行われます。

■開催期間＝3月21日(木・祝)～24日(日)

■場所＝国道269号線沿い菊池商店前駐車場(まつり用駐車場あり)

■内容＝21日は餅つき、ぜんざいの販売(無くなり次第終了)。また、期間中は農産物や飲料の販売などを実施。

■お問い合わせ＝

蓼池緑保全会事務局(福永均)

☎090-3072-3672

平成31年度 三股町奨学資金奨学生を募集します

町では、次のとおり三股町奨学資金奨学生を募集します。希望する人は、期間内にお申し込みください。

■対象者＝次の条件を全て満たす人

- ①父母または父母に代わる法定代理人が町内に住んでいる人
- ②大学・短大・専修学校・高専・高校(通信制・定時制課程を除く)に在学し、その学校長または卒業した学校長の推薦がある人
- ③学業、人物ともに優秀かつ健康で、学資の支払いが困難な人
- ④高校生、高専生はそのほかの奨学機関から、大学生・短大生・専修学校生は都城育英会から学資の支給または貸与を受けていない人

■募集人員＝6人(予定)

■貸与月額＝

高校生・高専生…1万円(無利子)、大学生・短大生・専修学校生…2万5,000円(無利子)

■貸与期間＝4月～2020年3月までの1年間(継続して貸与を受ける場合は、毎年3月に継続の手続きが必要)

■申込方法＝2月中旬から教育課(中央公民館内)で配布する「募集要項」をご確認ください。※大学・短大・専修学校の新入学生は、(公財)都城育英会にも申し込んでいることが条件です。ただし、併給はできません。

■申込期間＝4月1日(月)～12日(金)

■お申し込み・お問い合わせ＝

町教育委員会 教育課 学校教育係

(中央公民館内) ☎52-9314

平成31年度 都城育英会奨学生を募集します

都城育英会では、奨学生を募集します。希望する人は、期間内にお申し込みください。

■対象者＝次の条件を全て満たす人

- ①本町または都城市出身で、保護者が町内または都城市に住んでいる人
- ②平成31年4月に学校教育法に規定する大学・短期大学・専修学校の専門課程に進学する人。※ただし通信制・定時制課程、省庁大学校は対象外です。
- ③学業、人物ともに優秀かつ健康で、経済的理由で修学困難な人

■募集人員＝30人程度

■貸与月額＝月額3万円(無利子)

■申込方法＝2月中旬から配布する「募集要綱」をご覧ください。

※募集要綱は、町教育委員会教育課、都城市教育委員会学校教育課、各総合支所地域振興課、各地区市民センター、三股町・都城市の各高等学校などで配布しています。

■申込期間＝4月1日(月)～12日(金)

■お申し込み・お問い合わせ＝

都城市教育委員会内 公益財団法人 都城育英会事務局 ☎25-8545

小企業・小規模事業者の皆さまへ

2019年(平成31年)10月1日から消費税率が10%に引き上げられ、同時に消費税軽減税率制度が実施されます。

中小企業・小規模事業者などに対しては、複数税率対応レジの導入や、受発

注システムの改修などに必要となる経費の一部を補助する国の制度がありますので、ぜひご利用ください。

※軽減税率制度については、「国税庁」の公式サイトをご覧ください。

⇒ <https://www.nta.go.jp>

※軽減税率対策補助金については、「軽減税率対策補助金事務局」の公式サイトをご覧ください。

⇒ <http://kzt-hojo.jp/>

■お問い合わせ＝

企画商工課 商工観光係 ☎52-9084

町民参加型演劇「ヨムドラ!」の出演者を募集します

今年も5月24日(金・祝)～26日(日)に開催の「まちドラ! 2019」内で行われる朗読劇の参加者を募集します。朗読劇とは、「台本を読みながら簡単な動きだけで演じていく劇」のことです。演劇経験の有無は問わず、台本を覚える必要もありません。幅広い世代の皆さんと楽しく稽古をしながら、一緒に作品を作ってみませんか?

■募集人数＝約20人

■対象＝町内在住または職場が町内で高校生以上の人。ただし、上演日の2日間とも必ず参加できる人。

■上演日＝5月25日(土)・26日(日)

■稽古＝4月上旬から、毎週木曜日の夜を中心に週に1回行います。公演7日前から毎日の稽古となる見込みです。場所は主に町立文化会館です。

■参加費＝無料

■応募方法＝申込書は町立文化会館事務局、町役場総合受付にあります。また、町立文化会館の公式サイトからダウンロードする事もできます。申込書に必要事項を記入して、町立文化会館事務局に提出してください。

■応募締切＝3月31日(日)

■お問い合わせ＝

町教育委員会 教育課 文化係

(町立文化会館) ☎51-3462

3月は自殺対策強化月間です

全国では、毎年約2万人が自殺で亡くなっています。県内では、平成19年の約400人をピークに減少しており、平

成29年は199人でした。しかし、全国に比べると高い自殺死亡率で、九州ではワースト1位となっています。

●あなたの「こころ」は元気ですか?

うつ病は、単に気分が落ち込んでだけでなく、心身の疲労が蓄積し、休息のリズムが乱れ、疲れているのに休めない状態をいいます。厚生労働省の調査によると、生涯で約15人に1人はうつ病を経験しており、誰の身にも起こりうる身近な病気であるといえます。うつ病の人は自殺に至るケースが多いといわれています。自殺は発作的に行われる印象が強いのですが、生活習慣や言動の変化に気をつけることで、深刻な事態を避けることができます。

●うつ病を疑うサイン

- ・悲しい、憂うつな気分、沈んだ気分
 - ・疲れやすく元気がない
 - ・気力、意欲、集中力の低下がある
 - ・寝つきが悪く、夜中や朝早く目が覚める
 - ・心配や悲しみ、失望から立ち直れない
 - ・自分を責め、自分は価値がないと感じる
- ※このような症状が2週間以上、ほとんど毎日続いていて日常生活に支障が出ている場合は専門家への相談を勧めます。

●「あいざつ+ひと言」で自殺予防を

自殺に至るまでの過程として、健康問題、家庭や職場での人間関係などが複雑に関係しています。ご家族、友人や職場の同僚などで悩みを抱えている人はいませんか? 日常の何気ないあいざつをきっかけに、私たちが悩みを抱えている人たちの小さな変化に気づき、その悩みに耳を傾けてあげることが自殺予防の第一歩となります。

■お問い合わせ＝

福祉課 社会福祉係

☎52-9061

放送大学の入学生を募集します

放送大学は、平成31年4月からの入学生を募集しています。放送大学では、10代から90代の幅広い世代、約9万人の学生が、「大学を卒業したい」「学ぶことを楽しみたい」など、さまざまな目的で学んでいます。テレビでの授業だけでなく、インターネットでの受講も可。約300の授業科目があり、1科目

からでも学ぶことができ、卒業すれば学士を取得できます。放送授業1科目の授業料は11,000円(入学金は別途必要)。半年ごとに学ぶ科目分だけの授業料を払うシステムです。また、半年だけ在学习することも可能です。全国に学習センターやサテライトスペースがあり、サークル活動などの学生の交流も行われています。

■出願期間＝3月17日(日)まで

■お問い合わせ＝

放送大学宮崎学習センター

☎0982-53-1893

愛のご寄付

■寄付者一覧

平成31年1月1日から1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
吉田 揚子 夫	光明	67	東植木	3万円	
町田 英子 夫	胤夫	85	東植木	10万円	
中内 弘美 姉	ミエ子	79	谷	2万円	
瀬尾 マチ子 夫	和行	71	山王原	3万円	
政野 愛子 父	泰男	93	谷	5万円	
安藤 正子 母	トキエ	100	勝岡	3万円	
福田 イツ子 夫	正義	92	上米	3万円	
柳橋 ヨシ子 夫	岩男	87	仲町	3万円	
綿屋 邦子 夫	秀秋	89	梶山	3万円	
前田 キミ子 夫	弘	79	山王原	2万円	
小牧 ヒロ子 夫	吉胤	75	東植木	5万円	
石崎 文代 夫	一幸	53	蓼池	3万円	
上原 昭典 父	数盛	89	中米	3万円	
内村 チサエ 夫	善常	92	蓼池	5万円	
中石 和子 夫	春夫	83	上米	3万円	
和田 利弘 父	重利	85	下新	3万円	

【お詫びと訂正】

広報みまた2月号の5ページに掲載した「国民健康保険」内の項目「医療費のお知らせ」の中で、次のとおり誤りがありました。お詫びして訂正します。

〔訂正箇所〕

誤：この通知(国民健康保険医療費通知書)は、所得税の申告で医療費控除を受けるときの領収書とはなりません。

正：領収書の代わりに使用することができます。

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

■期日＝4月4日(木)

■受付＝午後1時～1時30分

■対象者＝

- ・健診＝平成30年3月、9月、平成31年1月生まれ
- ・相談＝平成30年5月、7月、11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を3枚程度お持ちください)

※子どもの月齢に応じて、医師の診察を行います。希望者には、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。

●3歳児健診

■期日＝4月18日(木)

■受付期間＝午後1時～1時30分

■対象者＝平成27年9月1日～平成27年10月31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、希望者には心理相談、ことばの相談、栄養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

●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～木曜の午前9時～正午までと午後1時～3時までを開放しています。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。

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おります。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」と手遊びや製作を通して触れ合ひましょう。

■期日＝3月14日(木)

■時間＝午前10時30分～11時

●誕生会(2・3月生まれのお友だち)

■期日＝3月19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。

●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＝3月26日(火)

■時間＝午前10時～11時

■場所＝総合福祉センター「元気の杜」大会議室

●おはなし会

読み聞かせボランティアグループ「おおきな木」による読み聞かせを行います。

■期日＝4月11日(木)

■時間＝午前10時～11時

●英語であそぼう

外国語指導助手の先生と一緒に、親子で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

■時間＝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、活動しています。

- ・子育てを手助けしてほしい人 → おねがい(依頼)会員
- ・子育てを援助したい人 → まかせて(提供)会員

育児をがんばりすぎていませんか？地域の人に甘えてみませんか？一人で悩まず気軽に相談してください。急な用事に備えて、念のため登録している人もたくさんいます。

<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・幼稚園や保育園・児童館への送迎など

●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。

■お問い合わせ＝

ファミリー・サポート・センターたんぽぽ☎51-5688(町総合福祉センター「元気の杜」子育て支援センター内)

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

音楽に合わせてながら、ストレッチや歩く動作を中心とし

た運動をします。町民なら誰でも参加できますので、動きやすい服装で、室内履きを準備してお越しください。

■期日＝3月18日(月)

■時間＝午前10時～11時

■場所＝町健康管理センター

●高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種費を助成します

平成30年度の高齢者肺炎球菌ワクチンの助成期間は3月31日で終了です。高齢者肺炎球菌ワクチンの助成は、生涯に1回のみです。対象者にはハガキ(予防接種券)を送付していますので、受けてない人は早めに受けましょう。

肺炎球菌ワクチンは、1回接種すると約5年は効果が持続し、接種年齢が若いほど免疫が付きやすいといわれていますので、特に65歳の接種対象者は、肺炎球菌ワクチンを接種しましょう。

※肺炎球菌感染症の予防接種は全ての肺炎を防ぐものではありません。また、予防接種は強制ではありません。

■接種対象者＝

・本町に住所があり、次の生年月日に当てはまる人(誕生日がくる前でも受けられます)

65歳：昭和28年4月2日～昭和29年4月1日生まれ

70歳：昭和23年4月2日～昭和24年4月1日生まれ

75歳：昭和18年4月2日～昭和19年4月1日生まれ

80歳：昭和13年4月2日～昭和14年4月1日生まれ

85歳：昭和8年4月2日～昭和9年4月1日生まれ

90歳：昭和3年4月2日～昭和4年4月1日生まれ

95歳：大正12年4月2日～大正13年4月1日生まれ

100歳：大正7年4月2日～大正8年4月1日生まれ

※過去5年以内にワクチンを接種した人、医師の診察の結果、予防接種を受けることが適当でないと判断された人は対象外です。

■助成対象期間＝3月31日まで

■接種場所＝町内・都城市内の指定医療機関

■接種料金＝個人負担2,500円(町が1人1回に限り4,500円を負担します)

※接種するときははがき(予防接種券)が必要です。

紛失された場合は再発行ができますので、町健康管理センターへご連絡ください。

●快適な眠りについて考えてみませんか？

3月18日は「睡眠の日」です。また、その前後の1週間(3月11日～3月25日)は睡眠健康習慣と定められています。

日本は、韓国とともに睡眠時間が短い国であり、年々さらに短くなっています。睡眠は、運動、栄養と並んで健康の3要素と言われており、心や身体、脳の健康にとっても重要です。良い睡眠とは、「寝つきが良い」「ぐっすり眠る」「寝起きすっきり」の3つが条件です。質の良い睡眠のために、取り入れやすことから始めてみましょう。

<睡眠の質を向上させる方法>

・就寝3時間前には夕食を済ませる(就寝時には消化活動

が終わっている事が理想的)。

・温かい飲み物で眠気を促す(白湯、生姜湯、カモミールティなど)。

・ぬるめの入浴で体をリラックスさせる(38度程度のぬるめのお湯に5～30分浸かる)。

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

●在宅療養・看取り出前講座のご案内

都城市北諸郡医師会では、「住み慣れた我が家で最後まで笑って私らしく生きるためのしあわせ出前講座」を実施しています。

『病気になっても安心して暮らし続けるためのヒント!』を地域の人たちと学んでみませんか。

■日時＝ご希望の曜日で実施可能ですので、事前にご相談ください。時間は午前9時30分～午後4時となります。

■時間＝1回50分程度

■参加費＝無料

■場所＝ご希望の場所にお伺いします。

■定員＝地区、地域単位での実施も可能です。人数はご相談ください。

※講座のご希望があれば、お気軽に都城市北諸郡医師会(☎090-4980-7830)または町地域包括支援センター(☎52-8634)までご相談ください。

●足もと元気教室

■日程＝3月15日～3月31日までの分

地区名	時間	場所	期日
1地区	午前9時30分～11時	第1地区分館	3月15日(金)
4地区	午前9時30分～11時	第4地区分館	3月20日(水)
5地区	午後2時～3時	轟木集落センター	3月28日(木)
蓼池	午前9時30分～11時	6地区分館 ※通常とは場所が異なるためご注意ください	3月28日(木)
餅原	午前9時30分～11時	餅原堂農研修館	3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	3月20日(水)
中原	午前9時30分～11時	中原コミュニティセンター	3月27日(水)
8地区	午前9時30分～11時	8地区分館	3月22日(金)
9地区	午後1時30分～3時	9地区分館	3月27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
※3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

『文化の祭典』



町立文化会館にて

2月9、10日に町文化の祭典実行委員会
が町立文化会館で開催した「第19回文化
の祭典」の第三部元気まつりからの一こ
まです。当日、子どもも高齢者も幅広い年
代層の出演者が舞台上で日ごろの練習成
果を発表。あでやかな衣装を身にまとっ
た出演者の皆さんによる舞踊、演奏や合
唱などの披露に、多くの観客が時間の経
過を忘れて見入っていました。

みまた 暮らしのカレンダー

平成31年3月1日(金)～4月13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。

◎ 3月の予定

1	金	・可燃物	
2	土		
3	日	◎原田医院(内・小・外) ☎26-3330(郡元町) ◎共立医院(内) ☎22-0213(蔵原町) ◎大橋クリニック(内・滑・リハ) ☎37-0539(庄内町) ◎宗正病院(外) ☎22-4380(八幡町) ◎どいクリニック(外・胃・内) ☎22-1825(上東町) ◎永吉眼科医院(眼) ☎22-1530(姫城町)	
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	◎山内小児科医院(小) ☎22-0048(上町) ◎野辺医院(内・胃) ☎22-0153(上町) ◎しげひらクリニック(内) ☎27-5555(神之山町) ◎野口脳神経外科(脳) ☎47-1800(太郎坊町) ◎ながはま整形外科(整) ☎46-7188(都北町) ◎やの耳鼻咽喉科(耳鼻) ☎27-5222(吉尾町)	
11	月	・可燃物	・図書館休館日
12	火	・可燃物	
13	水		
14	木	・白色トレイ・ペットボトル	
15	金	・可燃物	
16	土		
17	日	◎はしぐち小児科(小) ☎24-5500(郡原町) ◎三嶋内科(内) ☎24-7171(蔵原町) ◎宇宿医院(内・胃・滑) ☎25-9031(栄町) ◎もりやま脳神経外科(脳) ☎21-6888(久保町) ◎寺本整形外科医院(整) ☎22-1171(北原町) ◎西浦医院(耳鼻) ☎22-0715(松元町)	
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	◎富田医院(内・小) ☎23-4586(栄町) ◎ライフクリニック(内) ☎39-2525(安久町) ◎黒松病院(内) ☎38-1120(金田町) ◎柳田病院(脳・外) ☎22-4862(東町) ◎吉見クリニック(外・整・内) ☎58-5633(高城町) ◎小山田眼科医院(眼) ☎22-0710(松元町)	・缶・瓶 ・図書館休館日

22	金	・可燃物	
23	土		
24	日	◎城南病院(小・内) ☎23-2844(大王町) ◎森山内科・脳神経外科(内) ☎21-5000(南園町) ◎長倉医院(内) ☎52-2109(三股町) ◎池之上整形外科(整・リハ・リウ) ☎23-2311(上川東) ◎ならはら皮膚科医院(皮) ☎22-1455(志比田町) ◎野田医院(産・婦) ☎24-8553(蔵原町)	
25	月	・可燃物	・図書館休館日
26	火	・可燃物	
27	水		
28	木	・不燃物	
29	金	・可燃物	
30	土		
31	日	◎畠中小児科医院(小) ☎52-6000(三股町) ◎村上循環器内科クリニック(内) ☎25-2700(宮丸町) ◎あきづき医院(内・心・内) ☎36-0534(上水瀧町) ◎三州病院(外・滑) ☎22-0230(花鎌町) ◎橋病院(整) ☎23-7236(中町) ◎岩下耳鼻咽喉科(耳鼻) ☎51-1187(三股町)	

◎ 4月の予定

1	月	・可燃物	・図書館休館日
2	火	・可燃物	
3	水		
4	木		
5	金	・可燃物	
6	土		
7	日	◎早水公園クリニック(滑・小・滑・ア) ☎36-6117(早水町) ◎すみクリニック(内) ☎36-7701(東町) ◎隅病院(内・胃) ☎62-1100(高崎町) ◎とまり内科外科胃腸科医院(内・外・滑) ☎52-1135(三股町) ◎石井皮膚科医院(皮) ☎23-4588(蔵原町) ◎中山産婦人科医院(産・婦) ☎23-8815(前田町)	
8	月	・可燃物	・図書館休館日
9	火	・可燃物	
10	水		
11	木	・白色トレイ・ペットボトル	
12	金	・可燃物	
13	土		

「ばれなければ大丈夫」
私はそう思って生きてきました。日常
的になつてきた飲酒運転。正直、事故を
起こすまでは、飲酒運転の恐ろしさを全
く理解していませんでした。
ある年の一月、私は仕事を終わらせ
て、久しぶりに会った友人たちとの飲み会
に参加しました。会話は弾み、気が付け
ば日付けが変わり、終電や終バスの時刻
を過ぎていました。
店を出ると、私は当たり前のように
車に乗り、友人を家まで送り届けまし
た。後は通り慣れた道を帰るだけで、家
も近くなり気が緩んでいました。抜け道
である一方通行の道に入った矢先、人影
らしきものを見たときに「ドン」という
鈍い音が車全体を通して伝わってきま
した。人をはねてしまったことは瞬時に
分かりました。正常な判断ができていれ
ば、すぐに車を止めて人命救助に向かっ
たでしょう。
しかし、酒に酔っていた私は「警察に
捕まってしまう、会社を辞めさせられ
かもしれない」という気持ちしかなく、
その場から逃走してしまいました。さら
に、私はこの罪を逃れようと車を乗り捨て
て、警察に「車を盗まれた」と嘘の通報を
しました。警察署に行き、車を盗まれた
というでたらめな話をしているとき、警

「後悔」①

交通事故はもうたくさん……
(全2回)

あがな 贖いの日々

※ 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

21歳 S・A
警官に「実は近くで人が死亡する事故
があった」と聞かされました。その瞬間、
頭の中が真っ白になり、私が事故を起こ
した張本人であると全て白状しました。
逮捕後すぐに、家族と会社の上司が
来てくれて、目に涙を浮かべながら話
すのを見て、本当に大変なことをして
しまったと感じました。そして、取り調
べの中で被害者がどんな人だったのか
を聴かされる度に、人を殺してしまっ
たという現実が重くのしかかってきま
した。「ばれなければ大丈夫」という考えで
やってしまっていた飲酒運転。このとき
に初めて自分のやってきたことの恐ろ
しさを知り、何度も後悔しました。

交通事故(人身)発生ワースト順位 ◎県内第11位/平成30年12月31日現在(全26市町村中) ※ワースト…悪い方からの順位

税

「固定資産課税台帳」「土地・家屋価格評価縦覧帳簿」を無料で縦覧・閲覧できます

平成31年度の「固定資産課税台帳」と「土地・家屋価格評
価縦覧帳簿」を無料で縦覧・閲覧できます。

- 縦覧・閲覧日時
 - ・期日＝4月1日(月)～5月7日(火)
 - ※ただし、土曜・日曜・祝日を除く。
 - ・時間＝午前8時30分～午後5時
 - ※ただし、午後0時15分～1時を除く。
- 縦覧・閲覧場所
 - ・税務財政課(町役場1階5番窓口)
- 縦覧・閲覧ができる人
 - ・固定資産の所有者本人
 - ・固定資産の所有者の同意を得た人

● 税務財政課からのお知らせ

- ・固定資産税の納税管理人、相続人代表者(届け出をしている人)
※窓口に来る人の印かん(認め印可)、本人確認ができるもの
(運転免許証など)が必要です。
※固定資産の所有者以外の方が縦覧・閲覧をするときは「委
任状」が必要です。
- 縦覧・閲覧に係る手数料
この期間に限り、縦覧・閲覧をするときは手数料が掛かり
ません。ただし、縦覧・閲覧以外の各種証明書が必要な場合、
発行手数料が必要となります。ご注意ください。

固定資産税納税通知書を送付します

4月上旬に固定資産税の納税通知書を送付します。この通
知書に記載されている「課税明細」と、今回縦覧(閲覧)でき
る内容は同じものです。記載内容に不明な点がありましたら、
資産税係までお問い合わせください。

■ お問い合わせ＝資産税係 ☎52-9636

・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し



クロイズアップ
まちを支える人たち 119 東京在住 永山芳春(93)さん

いつまでも感謝の思いを大切に 仲間と楽しむパークゴルフ

「うー」も、気持ちも切り替えて、次のコースに臨むことが大切。今月1日で93歳になる芳春さんは、スコアを伸ばすコツをこう語る。歩くことを目的に2年前にクラブを手にしてから、週の半分はゴルフ場に通って練習し、大会にも積極的に参加する。「上位入賞を目指すけど、飛び賞も楽しみ。これまでの大会の成績は記録しているよ。戦争をくぐり抜け、体調を崩して転職も経験した。人生の荒波を超えながら、50年以上日記を書き続けている。「頭の中の考えを整理すると、気持ちまで落ち着く。また、周りから受けた恩も書き記し、忘れないようにしたい」。気の合う仲間やゴルフを通して親しくなった人との会話を楽しみの一つ。「芳春さんに元気をもらおうわ、私たちの目標よ」。そんな仲間の声も励みに、これからも元気に通い続ける。

★ わが家の一番星 ★

ずしことさ
凶師寿咲さん

◎平成27年4月30日生まれ(3歳)
◎凶師洋さん・久美さんの長女



フリキコアが大好きで、元気いっぱいなこちゃん! みんなでこいつはいい笑って楽しく成長していこうね★

ひらのれんせい
平野蓮晟くん

◎平成29年8月7日生まれ(1歳)
◎平野幸司さん・香奈さんの長男



わが家の小さな天窓♡家族みんなを笑顔にしてくれるね、これからいっぱい遊んでいってほしいね、大きくなっぺね。

★ 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

今年で4回目を迎える「コース上の全世帯が総出「みまたん霧島パノラマ」と思えるほど、途切れない「そん」が1月27日に盛大に開催されました。今回は、学生がボランティアで頑張るような青空に霧島山、安さ、美味しさに応援に来ていた家族もすっかりこの大会のファンになりました。大会の中で実施された「高千穂の雄姿が眺められるのも素晴らしい」「甘い酒が最高!」「大会の雰囲気も、三股のまちも最高」。回を追うごとに充実し、冬の風物詩として定着した本大会。来年も町内外から大勢のご参加をお待ちしています。(セ)

三股文芸

241

「短歌」◆三股短歌会

春を呼ぶ夜半の嵐はあわれにも桜の花を散らして去りぬ

三浦好子

四季の移り変わりの中で、冬から春への移行は容易なことではありません。春一番、二番の洗礼を受けて、やっと新しい季節が生まれます。自然の摂理の尊さを感じる時期です。

親友と夏を遊びに二十代のふふふ楽しい思い出のあり

西畑よし子

親友と夏に遊んだとき、誰にも言えない二人だけの楽しい思い出があつて、会うたびお互いにそのときの話が出て笑話になっています。

◎町の生い立ち

いろいろと発掘される土器などから、新石器時代より三股町各所に人が住んでいたことがわかります。また、その名の起源は「古くから川三条、股になりて流れたり」と古書にあって、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31年2月1日現在

- ・男/11,815人・女/13,660人・合計/25,475人(前月比+3人)
- ・世帯数/10,249戸(+17戸)・出生/33人・死亡/33人
- ・転入/59人・転出/56人

No.583
2019.

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>

三股町物産館よかもんや 情報発信コーナー

んじや様だより

第77回

みんな大好き!お芋のおやつ

藪池に工場を構える「育みの里しろはと」で製造しているお芋のおやつ3種類を紹介いたします。使われているサツマイモは全て国産。安心・安全の商品を届けるために、直営農園と契約農園で、たっぷりの愛情と自然の恵みを受けて育ったおいしいサツマイモを使用し、自社で残留農薬の検査までできる環境を整えています。「スティックポテト・皮つき大学芋・甘熟やきいも」の3種類があり、冷凍での販売です。全て自然解凍で食べることができ、お弁当に入れるデザートの一品にもおすすめです。スティックポテトと大学芋は、半解凍で冷たいままアイスのように食べるのもおいしいです。また、焼き芋は徹底した管理で長期



スティックポテト・皮つき大学芋・甘熟やきいも
各1袋/302円

生産者・有限会社 育みの里しろはと

みまたん駅前よかもん朝市

■期日11月24日(日)午前8時~10時30分ごろまで



三股町物産館よかもん朝市
〒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

<http://mimatan.com>