

こだまする
轟音と望郷の念

33回 まつり長田盆おどり大会

防災を学ぶ

～災害が起こる前にできる取り組みとは～2

ただ今、実施中！特定健康診査と特定保健指導を受けましょう...6

町の公式サイトをリニューアルしました...8 三股町投票率の現状...10

「スポーツ大会参加等激励金」を交付しました...11 まちの話題...14



～Sohne Present's～ フルートとハープの世界

～フルート・ハープ、フルートアンサンブルの風景～

マリー・アントワネットが愛した楽器ハープ。
王妃様がお弾きになるハープは、フランスで発
展し、またフルートもフランスで愛されていま
す。ハープとフルートの典雅な響きと、フル
ートアンサンブルをお楽しみください。

- 日時／2019年9月16日(月・祝)午後2時開演(開場は30分前)
- 出演／津野田圭(Hrp)、戸高美穂(FI)、壽山智美(FI)、熊谷愛香(FI)
上森朋乃(FI)、井田成海(FI)、吉本香葉(FI)、大保麗香(FI)
桐原直子(FI・お話し・企画)
- 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(前売のみ販売)、未就学児...入場不可
※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)
※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

- 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・チケット販売
三股町立文化会館 TEL0986-51-3462 <https://bunka.town.mimata.lg.jp>



温故知新 石井秀弦



岩切響一



遠山 淳



温故知新 上之園謙治



Whoopin

■日時／2019年10月10日(木)

午後7時開演(開場は開演の30分前)

- 出演／温故知新 石井秀弦(津軽三味線) 上之園謙治(ドラムス&パーカッション)
Whoopin with 宮崎ゴスペルクワイア
岩切響一(和太鼓奏者)・遠山淳(アレンジャー・キーボーディスト)

- チケット料金／一般2000円(当日同料金) 大学生以下1000円(当日同料金)
ペア3500円(前売のみ) 未就学児入場可

- ※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)
※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

- 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・チケット販売／三股町立文化会館 TEL0986-51-3462 <https://bunka.town.mimata.lg.jp>



三股町でやってくる!!
あつみの爆笑王が

チケット
販売中

四代目 三遊亭圓歌独演会

三遊亭歌之谷改メ

- 日時／2019年9月29日(日)
午後2時開演(開場は30分前)
- 料金／一般...2,500円(当日3,000円)
大学生以下...1,500円(当日2,000円)
ペア...4,000円(前売のみ販売)、未就学児...入場不可

- ※全席指定 ※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
※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

- 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・チケット販売
三股町立文化会館 TEL0986-51-3462 <https://bunka.town.mimata.lg.jp>

温故知新 +

魂を揺さぶる歌
魂に響く和太鼓

II

津軽三味線と打楽器の「温故知新」、アメリカの音楽
ゴスペル、和太鼓の融合による、古典を尊び、かつ、モ
ダンなステージ。魂の音楽をお楽しみください。

チケット販売中!



▲参加者は避難所に見立てた平面図にさまざまな状況カードを配置していく。



▲今市児童館で実施された避難所運営ゲームのようす



参加者の声
ささやまてるお
笹山照雄 さん (今市在住)

避難者の対応について、避難されてくる順番に個別に対応してほしいそうですが、全体のレイアウトをイメージして、配置や対応の優先度も考えることが大切だと感じました。

HUG とは？

避難所運営ゲーム (HUG) は、避難所 (Hinanzyo)・運営 (Unei)・ゲーム (Game) の頭文字を取ったもので、英語で「HUG (ハグ) =抱きしめる」という意味も含まれています。

避難者の情報 (年齢・性別・家族構成・持病など) が書かれたカードを、避難所となる体育館や教室に見立てた紙の上に、適切に配置していきます。トイレや炊き出しの場所や取材の応対など避難所で起こる様々な出来事にも対応します。

効果

①乳幼児、高齢者、障害のある人、持病のある人、外国人など様々な人が避難してくることを体験できます。②避難所での生活を具体的にイメージすることができます。③避難所で何ができるかを考える力を養います。④思いやりのある優しい心が育ちます。

[対象年齢：小学生以上 (学年混在でも可) / 班分け：1 班 6～8 人 / 実施時間：45 分×2 コマ、50 分×2 コマ]

災害発生時において、国、県および市町村など行政が行う公助は限界があり、「自らの安全は自ら守る」という自助と、同じように「自分の地域は自分たちで守る」という共助が

自主防災組織はなぜ必要？

自主防災組織とは、地域住民が協力して「自分たちの地域は自分たちで守る」ために立ち上げる組織のことです。平時時には災害に備えた取り組みを実践し、災害時には被害を最小限に食い止めるための応急活動を行います。また、復旧、復興時には町の再生のためにさまざまな取り組みを行います。

自主防災組織とは？

今回、「避難所運営ゲーム (HUG)」を実施した今市地区のように、現在、各地域で自主防災組織の結成の動きがあります。大災害による家屋の倒壊や同時多発火災の現場から人々の救出や避難を行うには地域の助け合いがとて大切で、平時時から各自の役割を決め、有事のときにはそれぞれの役割の中で、臨機応変に活動しましょう。

「自主防災組織」の重要性

重要です。大震災において、瓦礫の下から救出された人のうち、自力または家族や近所の住民によって救出されたケースが多く、地域住民の連携による活動の重要性は大きいと言えます。いざという時に備えて、地域の実情に応じた自主防災組織を結成しましょう。

自主防災組織のつくり方

自治公民館などのすでに地域内にある住民組織を活用して、防災活動を展開していく方法があります。組織づくりの手順としては、

- ①自治公民館の会議 (役員会や総会など) で自主防災組織の必要性を議題にする。
- ②総会での自主防災組織結成案を討議し、可決する。
- ③自主防災組織を結成し、活動を開始する。

組織を結成することで、迅速な避難が可能になる。的確に安否を確認することができるようになる。避難所の運営を円滑に実施することができるようになるなどの利点が考えられます。

防災を学ぶ

～災害が起こる前にできる取り組みとは～

台風などの雨が多く降る時期は自然災害が発生しやすく、より一層の備えが必要です。地域で自主的な防災組織を結成し、平常時から災害に備えた取り組みを始めている地域があります。今回は、その活動を紹介し、災害への備えをあらためて皆さんで考えましょう。

7月7日、今市自主防災隊は、今市児童館で避難所運営ゲーム (HUG) を実施しました。この日は、約50人が参加。都市消防局北消防署の下沖康太郎消防司令補が講師となり、避難所運営ゲームの体験会がありました。「避難所運営ゲーム」とは、カードを使って、ゲーム感覚で楽しみながら避難所運営を図上で疑似体験できる講座です。非常時の限られた時間・資源の中での、避難者への対応、物資の受け入れ方法などについて学びました。講師からは、「実際の避難所では、さまざまな立場の人が個別の事情を抱えています。今回のゲームのように日頃から訓練をすることで、実際に災害時に避難所での気配り目配りに繋がります。」とコメント。参加者の皆さんは、大きくうなずいていました。

◀講師をつとめていただいた都市消防局北消防署 下沖康太郎さん

いざという時に「土砂災害」から身を守るために

～日頃の備えと早めの避難を心がけましょう～

土砂災害警戒報に注意！

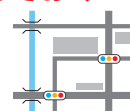
「土砂災害警戒情報」は大雨で土砂災害発生危険性が高まったときに、町長が住民への避難勧告などを適切に行えるように支援することや、住民の自主避難の判断にも利用できるように、県砂防部局と気象庁が共同で発表する市町村単位の情報です。土砂災害警戒情報に基づき避難をしましょう。



危険を感じたら早めの避難を！

避難の道順を決めておく

避難する道に危険な場所がないか、日頃から調べておきましょう。



危険箇所を調べておこう

危険箇所図は町役場や都城土木事務所で見ることができます。「どこが危険か」「避難場所はどこか」日頃から確認しておきましょう。

お年寄りや障害者は早めに避難

犠牲者の半数以上を占めるのは、お年寄りなど災害時要援護者です。移動時間を考えて早めの避難を心がけましょう。



防災無線や広報車による呼びかけに注意

強い雨や長雨の時には、町による防災無線や広報車の呼びかけなどに注意しましょう。



「土砂災害」にはこんな現象があります

こんな現象を見たら、聞いたら、早めに避難しましょう。キケンな場所には近づかないようにしましょう。

がけ崩れ



がけ崩れの特徴

斜面の地表に近い部分が、雨水の浸透や地震などでゆるみ、突然、崩れ落ちる現象。崩れ落ちるまでの時間がごく短いため、人家の近くでは逃げ遅れも発生し、人命を奪うことが多い。

主な前兆現象

- がけにひび割れができる
- 小石がパラパラと落ちてくる
- がけから水が湧き出る
- 湧き水が止まる・濁る
- 地鳴りがする



小石が落ちてくる



水が湧き出る

地すべり



地すべりの特徴

斜面の一部あるいは全部が地下水の影響と重力によってゆっくりと斜面下方に移動する現象。土塊の移動量が大きい場合、甚大な被害が発生。

主な前兆現象

- 地面がひび割れ・陥没
- がけや斜面から水が噴き出す
- 井戸や沢の水が濁る
- 地鳴り・山鳴りがする
- 樹木が傾く
- 亀裂や段差が発生



水が噴き出す



井戸の水が濁る

土石流



土石流の特徴

山腹や川底の石、土砂が長雨や集中豪雨などによって一気に下流へと押し流される現象。時速20～40kmという速度で一瞬のうちに人家や畑などを壊滅させてしまうことも。

主な前兆現象

- 山鳴りがする
- 急に川の水が濁り、流木が混ざり始める
- 腐った土の匂いがする
- 降雨が続くのに川の水位が下がる
- 立木が裂ける音や石がぶつかり合う音が聞こえる



山鳴りがする



川の水が濁る

資料提供／NPO法人土砂災害防止広報センター

「常在危機」の気持ちで被害を最小限に

九州北部豪雨、西日本豪雨など50年に1度と言われるような大雨被害が毎年のように発生しています。災害はいつどこで起こるかはわかりません。大雨など災害が発生しやすい状況では、気象情報などの情報収集が重要になります。そのため町では、町内全域に防災行政無線を整備しています。

大雨時には、土砂災害にも注意が必要です。大雨警戒発表時に、土砂災害の危険性が高まったときは、土

砂災害警戒情報が発表されます。その場合は、対象地域に避難勧告を発令しますので、土砂災害の危険性が高い地域に住んでいる人や自宅での滞在に不安がある人などは、直ちに避難をお願いします。

また、町では、町内全域で自主防災組織の設置を進めています。風水害に備えた防災訓練や研修会などの実施で、防災意識を高めて被害が最小限になるよう今後ともご協力をよろしくお願いします。

水害・土砂災害の防災情報は「警戒レベル」で伝えます

平成30年7月豪雨を受け、令和元年の出水期（川が増水しやすい時期）から、「避難勧告等に関するガイドライン」が変わり、新たに「警戒レベル」が用いられるようになりました。災害時に、「自らの命は自らが守る」という意識の下、最善の行動をとってください。



警戒レベルで避難のタイミングを確認！

警戒レベル5

既に**災害が発生**している状況です。命を守るための**最善の行動**をとりましょう。

災害発生情報
★三股町が発令

警戒レベル4

全員避難

速やかに避難先へ避難しましょう。指定避難所までの移動が危険な場合は、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。

避難勧告
避難指示(緊急)
★三股町が発令

警戒レベル3

高齢者などは避難

避難に時間を要する人（高齢者・障がい者・乳幼児など）とその支援者は、避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。

避難準備・
高齢者など避難開始
★三股町が発令

警戒レベル2

避難に備え、ハザードマップなどにより、自らの**避難行動を確認**しましょう。

洪水注意報
大雨注意報など
★気象庁が発表

警戒レベル1

災害への心構えを高めましょう。

早期注意情報
★気象庁が発表



次のような内容で町から避難を呼びかけます

例
警戒レベル4の場合

緊急放送、緊急放送、警戒レベル4、避難開始。
緊急放送、緊急放送、警戒レベル4、避難開始。

警戒レベルととるべき行動を伝えます

こちらは、防災三股町役場です。
〇〇地区に洪水に関する警戒レベル4、避難勧告を発令しました。

避難勧告の発令を伝えます

〇〇川が氾濫する恐れのある水位に到達しました。
〇〇地区の人は、速やかに全員避難を開始してください。

災害が切迫していることを伝えます

指定避難所への避難が危険な場合は、近くの安全な場所に避難するか、屋内の高い所に避難してください

とるべき行動を伝えます

Topics 三股町 防災ポータルサイト

町では、災害情報や緊急情報をまとめたポータルサイトを公開しています。災害の状況、避難場所の位置、土砂災害警戒区域や防災設備の設置場所など防災に関する情報の確認にご利用ください。

<http://mimata-saigai.jp>

スマートフォンのカメラで右のQRコードを読み込むとアドレスが表示されます。

新しいポータルサイトは10月1日(火)より公開



ただ今、実施中！ 特定健康診査と 特定保健指導を 受けましょう

●特定健康診査

- 40歳から74歳までの国民健康保険の加入者
※健康診査期間中に社会保険などに加入した人は受診できません。
- ・集団健診の日程と場所は【表1】のとおりで、料金は無料です。
- ・個別健診は、指定の医療機関で10月31日（木）まで、料金は500円です。

●後期高齢者健康診査

- 後期高齢者医療制度の加入者
・集団健診の日程と場所は【表1】のとおりで、料金は無料です。
- ・個別健診は、指定の医療機関で10月31日（木）までに受けてください。料金は無料です。
- 注意事項Ⅱ 指定医療機関以外での健診や、追加された項目は全て自己負担になります。

結果を確認し、生活を振り返る

集団健診を受けた人は、後日、受診した会場で結果票をお返しします。個別健診を受けた人で、「健康おうえん教室」「健診結果説明会」や「いきいき健康教室」に参加するときは、事前に郵送した結果票をお持ちください。

●健康おうえん教室 （特定保健指導）

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

《内容》
専門のスタッフ（保健師、管理栄養士、健康運動指導士）が、生活改善を3カ月間サポートします。料金は無料です。

《指導の流れ》

- ①初回面接（必ず受けてください）。健診結果説明会同日などに実施）
 - ・結果票の見方の説明やメタボ脱出のためのプラン作成など
- ②最終支援（必ず受けてください）
取り組みの成果を面接、電話や手紙などで確認します。
- ③血液検査（希望者）

●健診結果説明会

- 《対象》
- ・40歳から74歳までの人
 - ・腹囲または体重（BMI）が基準値未満の人
 - ・結果が異常なしの人
 - ・高血圧症、糖尿病、脂質異常症の治療で薬を服用している人

町では、6月から特定健康診査（集団健診・個別健診）などを実施しています。

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

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

そこで、結果を直接返し、健診結果を皆さんの生活に生かせるよう結果の説明を行い健康教室を開催しています。

※日程や場所は、特定健康診査と後期高齢者健康診査（集団）は【表1】、健康おうえん教室（特定保健指導）、健診結果説明会といきいき健康教室は【表2】をご確認ください。

健診を受ける

健診を受けるには、各地区の分館などで受診する集団健診と、指定医療機関で受診する個別健診があります。

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

療で薬を服用している人

《内容》

- ・結果票の見方の説明や生活改善のポイントなど

●いきいき健康教室

- 《対象》
- ・75歳以上の人

《内容》

- ・結果票の見方の説明や栄養と運動の指導を行います。料金は無料です。

※健診結果説明会は健診会場ごとに2日間あります。両日ともに参加できない場合は町健康管理センターにお電話ください。（☎52―8481）

●三股町健康マイレージ

ポイントを貯めて、商品券をゲット！
「特定健康診査」などを受けたり「健診結果説明会」などに参加すると、ポイントをもえます。ポイントが貯まると町商工会の商品券と交換できます。これをきっかけに、自分の健康について見直し、楽しく健康づくりに取り組んでみましょう。※詳しくは町健康管理センターにお尋ねください。

【表2】健診結果説明会・健康おうえん教室（特定保健指導）・いきいき健康教室

対象地区	日 程	実施場所
轟木、仮屋、大野、大八重	9月30日(月) ●○	第5地区分館
田上、梶山	10月4日(金) ●○	第4地区分館
東原、稗田	10月8日(火) ●○	第8地区分館
東植木、西植木	10月15日(火) ●○	第9地区分館
山王原、仲町	10月24日(木) ●○	町健康管理センター
上記地区の国保未受診者	12月1日(日) ●	
町内全地区の国保未受診者	12月15日(日) ●	
後期高齢者未受診者	12月16日(月) ○	
● 健診結果説明会(40～74歳対象)の受付時間: 午前9時～9時15分 ○ いきいき健康教室(75歳以上)の受付時間: 午後1時～1時30分		

日 程	実施場所
10月8日（火）●	町健康管理センター
10月10日（木）●	
10月16日（水）●	
10月25日（金）●	
●健診結果説明会（40～74歳対象）の受付時間：午後1時15分～1時30分	

または

【表1】特定健康診査・後期高齢者健康診査（集団）

対象地区	日 程	実施場所
轟木、仮屋、大野、大八重	9月2日(月)	第5地区分館
田上、梶山	9月3日(火)・6日(金)	第4地区分館
東原	9月9日(月)・10日(火)	町西部地区体育館
稗田	9月10日(火)	
東植木	9月12日(木)・13日(金)	
西植木	9月13日(金)・17日(火)	
山王原	9月20日(金)	
仲町	9月24日(火)	町健康管理センター
上記地区の未受診者	10月27日(日)	
町内全地区の未受診者	11月17日(日)	
各会場での受付時間：午前9時～10時30分		

町の公式サイトをリニューアルしました。



プリンターがなくてもコンビニで
申請書をプリント可能 (民間サービス利用)

- ①町の公式サイトから
必要な書類をダウンロード
- ②ダウンロードした書類を
ネットワークプリントサービスに
登録
- ③コンビニでマルチコピー機の操作
手順に従い書類をプリント (有料)
- ④自宅で記入した書類を
郵送もしくは受付窓口へ直接提出

取扱コンビニ
ファミリーマート・ローソン・セブンイレブンなど



町が運営するその他のサイト

三股町移住者情報サイト

みまた〜ん.com
http://www.mimataurn.com



三股町観光ホームページ

A Short Trip to Mimata
https://www.town.mimata.lg.jp/kanko/



寄付金の使い道や特典をご紹介

ふるさと納税特設サイト
https://furusato-mimata.jp



蔵書検索やイベント・行事の紹介など

三股町立図書館 HP
http://mimata-lib.jp



チケット予約・公演の案内・利用案内など

三股町立文化会館 HP
https://bunka.town.mimata.lg.jp



※スマートフォンのカメラで上のQRコードを読み込むと、
各サイトのアドレスが表示されて、簡単に閲覧できます。

現在、自治体には高齢者や障害者
など誰でもホームページを支援なく
利用できることを指す「ウェブアク
セシビリティ」への対応が求められ
ています。高齢な人も障害のある人
も、誰もが情報を探しやすい、見や
すく、使いやすいサイトであること
を念頭にリニューアルしました。
リアルタイムの更新や利用者の求
める情報の検索など、サイトだから
こぞできる情報発信を行いますので、
広報紙と合わせて活用ください。

アイコン画像で
さらに見やすく

使いやすさを重視し、情報を
整理したすっきりとしたデザ
インで全ページを一新。「生活
の場面から探す」では、アイコ
ンからより利用者の状況に合
わせた検索が可能です。



災害などの緊急時には
防災ポータル画面表示に

大量のアクセスが予想され
る災害時などは、日ごろの備え
から災害時まで防災情報の総
合窓口である「防災ポータル」
にトップ画面が切り替わりま
す。避難所情報などの重要な防
災情報を素早く確認できます。
※右上のアイコンで通常のトップ画
面へ切り替えることもできます。



防災ポータルサイトは10月1日より公開

町発行冊子が
読める

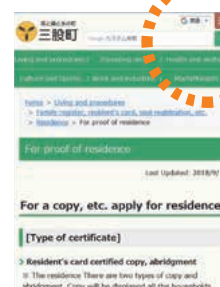
町が発行した町広報紙や議会
だよりなどを発刊第1号から読
むことができます。各種冊子は
随時追加していく予定です。



★言語の切り替えはコチラから

外国語変換機能
が使える

英語・韓国語・中国語への
切り替えが可能。画面上部から
言語を選択するだけで、自動で
翻訳した画面を表示します。



町の公式サイトを リニューアルしました。



スタート!



新アドレス <https://www.town.mimata.lg.jp>

本町では、スマートフォンやタブ
レットユーザーの増加を踏まえ、三
股町の情報をパソコン以外の端末で
もより見やすい環境とするため、公
式サイトを新しくしました。9年ぶ
り2回目のリニューアルになります。
「スマートフォンに対応していな
い」「閲覧する媒体によってレイア
ウトがずれる」などこれまでの課題
を解決し、より身近な存在となつた
公式サイトを町民の皆さんの暮らし
にも役立ててもらえればと思いま
す。また町外の皆さんにも本町の魅
力を知ってもらうための大切な媒体
として活用していきます。

スマートフォンに 対応しました。

※ Android、iOSの両方に対応しています。



スマートフォンのカ
メラで上のQRコー
ドを読み込むと新し
い公式サイトのアド
レスが表示されて簡
単に閲覧できます。



※画面ははめ込み合成です

4月～8月中旬に「三股町スポーツ大会参加等激励金」の交付を受けた皆さんです（敬称略）。この激励金は、本町のスポーツ振興・競技力の向上を目的に、県・九州代表として大会などへ参加する場合に交付されます（ただし、国民体育大会、学校体育団体が主催・主管する大会や強化合宿・学校活動の一環として開催される大会は除きます）。



「アスリートタウンみまた」のさらなる飛躍を目指して

「スポーツ大会参加等激励金」を交付しました

- ①【柔道】柔技館（吉田光一郎（監督）別府憂海、小田将之介、橋口颯介）・第37回九州少年柔道大会（7月6日～7日・福岡県）
- ②【柔道】都城武道館（宮里海璃、三島千春、三島大輝）・第37回九州少年柔道大会（7月6日～7日・福岡県）
- ③【バレーボール】みまたチャンプ（中村純一「監督」、戸郷礼翔、木佐貫遥斗、畑中凛太郎、大村蓮音、山内蒼太、大村心音、益山春希、小村会仕）・かんぼ生命ドリームカップ第39回全日本バレーボール小学生大会（8月6日～9日・神奈川県）
- ④【エアロビクス】Fitness Garden SPLASH（上村裕子「監督」、屋敷美蓉、天神咲良、上牧麗花）・全国こどもチャレンジカップ第12回全国大会（8月3日～4日・東京都）
- ⑤【空手】空手道少林寺会館都城三股支部（福田龍駒）・第1回オープントーナメント全日本空手道選手権大会（8月25日・大阪府）
- ⑥【空手】新格闘術龍拳会（伊黒和海「監督」、伊黒臈、小松珀、田口裕誠、田口蓮汰）・2019全日本青少年空手道選手権大会（8月25日・大阪府）

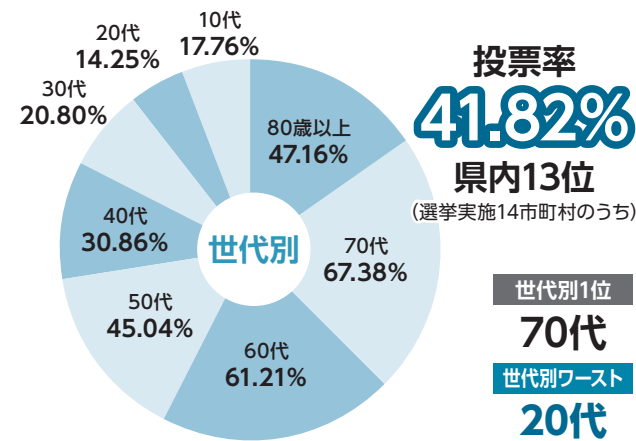
わたしたちの「声」を行政へ届けよう！

三股町投票率の現状

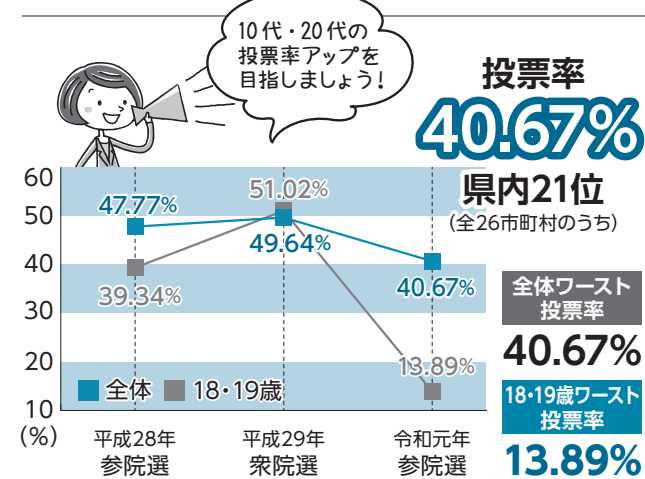
全国的に投票率が低下傾向にあるなか、今年4月の町議選、7月の参院選では、それぞれ過去最低の投票率となりました。その要因は一概には言えないものの、投票率の低下は憂慮すべきものです。町選挙管理委員会としても、有権者の皆さんが投票しやすい環境を整備し、投票率の向上を図るため、各種の取り組みを行っているところです。「こんな政策がほしい」「こんな社会にしていきたい」といった自分自身の考えを持ち、それが政治に反映されるよう、自ら働きかけていく—そのためには、自分たちの声を政治に届ける代表者を選ぶことが重要です。選挙と政治が自分自身の未来にどのように関わってくるか、みんな考えてみましょう。皆さんのご意見をお待ちしています。

■問い合わせ：町選挙管理委員会 ☎52-11112

4月21日執行 町議選



7月21日執行 参院選



平成30年12月23日執行 第20回宮崎県知事選挙 投票管理者・ 投票立会人アンケート

当日、期日前と通して投票管理者及び投票立会人としてご協力いただいた皆さんを対象にいただいたアンケート結果です。（抜粋）

- ①このたびの選挙に個人的に関心がありましたか？
- ・大いに関心があった 10・7%
- ・関心があった 46・4%
- ・あまり関心がなかった 39・3%
- ・ほとんど関心がなかった 3・6%
- ②地域での集まりなどで今回の選挙が話題にのぼったことはありますか？
- ・頻繁にあった 0%
- ・話題になったことがあった 35・7%
- ・あまりなかった 53・6%
- ・ほとんどなかった 10・7%
- ③期日前・当日投票所の設備は十分だと思えますか？
- ・十分に整っている 40・7%
- ・整っている 55・6%
- ・あまり整っていない 3・7%

町選管の取り組み

期日前投票所の拡充

有権者にとって利便性の高い三股駅など合計3カ所に期日前出張所を設置。



コミュニティバスの無料化

期日前投票実施中の一部期間、コミュニティバス「くいまーる」を無料化。



街頭啓発

明るい選挙推進協議会が、町内のスパーマーケットなどでチラシを配布。



今後の選挙予定

衆議院議員総選挙

任期満了日／令和3年10月21日
投票日／議会解散の日から40日以内、または任期満了前、30日以内

参議院議員通常選挙

任期満了日／令和4年7月25日
投票日／任期満了前、30日以内

三股町長選挙

任期満了日／令和4年9月22日
投票日／任期満了前、30日以内

町の栄養士から

いきいき
げんき!

毎月19日は
食育の日



旬の食材は おいしい! 栄養価が高い! 安い! といったこと尽くしです。旬の食材を使った健康バランス食を紹介します。ご家庭での献立にご利用ください。

9月の旬の食材

- ・ショウガ
- ・シメジ
- ・ナス
- ・ニンジン
- ・ブドウ

※材料は全て1人分です

■主食／ごはん

168^{キカロ} 塩分0^{グラム}

材料 ごはん…100^{グラム}

■主菜／肉詰め高野豆腐の照り焼き

327^{キカロ} 塩分2.1^{グラム}

材料 高野豆腐…1枚、鶏ミンチ…40^{グラム}、ヒジキ…1^{パック}、しょう油…小さじ1/2、片栗粉…大さじ1、油…大さじ1、●だし汁…1/4カップ、●みりん…小さじ1、●しょう油…小さじ1、●砂糖…小さじ1、ピーマン…1/2個、シメジ…1/4パック

作り方 ①高野豆腐は戻して、水気をしっかり絞り半分に分ける。切り込みを入れて袋状にする。シメジは根元を切ってほぐす。ピーマンは縦に切る。②水で戻して刻んだヒジキと鶏ミンチ、しょう油をよく混ぜタネを作る。③高野豆腐に等分に詰めて、片栗粉をまぶす。④●の調味料を混ぜてタレを作っておく。⑤フライパンに油を熱し、タネを詰めただけから焼き、全体を焼く。⑥フライパンの空いているところでシメジとピーマンを焼き、タレを回し入れて軽く煮詰める。⑦皿に盛り付け、タレを掛ける。

■副菜／焼きナス

23^{キカロ} 塩分0.5^{グラム}

材料 ナス…1/2本、おろしショウガ…小さじ1/2、ネギのみじん切り…5^{センチ}、削りカツオ…1/2袋、ポン酢…小さじ1

作り方 ①皮を剥きやすくするため、ヘタの先に一周切れ込みを入れ、皮にも縦に5～6筋切れ目を入れる。②グリルで10分ほど焼く。③皮を剥き、食べやすく切って器にのせ、上におろしショウガ、かつお節、ネギのみじん切りを盛る。ポン酢を掛ける。

■副菜／ニンジンのぽってりスープ

99^{キカロ} 塩分0.9^{グラム}

材料 ニンジン…50^{グラム}、トマト…1/4個、タマネギ…1/4個、水…50^{センチリットル}、コンソメ…1/3個、バター…小さじ1/2、牛乳…50^{センチリットル}、コショウ…少々、パセリのみじん切り…少量

作り方 ①ニンジンは皮付きのまま薄い輪切りにする。タマネギは薄切りにする。トマトは薄いくし切りにする。②鍋にバターを入れ、ニンジンとタマネギを焦がさないように炒める。③トマトと水、コンソメを加え中火でニンジンが柔らかくなるまで煮る。④ミキサーでなめらかに攪拌し、鍋に戻し牛乳を加える。弱火で加熱し、コショウで味を調える。⑤器に注ぎ、パセリを散らす。

■もう一品／ブドウ

56^{キカロ} 塩分0^{グラム}

材料 ブドウ…100^{グラム}

問い合わせ：町健康管理センター ☎52-8481

外国語指導助手のコーナー

「マスクをつける ことについて」

ゴンザレス・ディアニ



私は高校生の頃、インフルエンザにかかりました。翌日は大事なコンクールに参加する予定があり、病気をうつしたくなかったため、口をスカーフで覆うことにしました。しかし、会場に着いたら同級生みんなは私を見て混乱した表情で、「どうして顔を覆っているの?」と聞きました。何人かは私が傷やニキビなどがあるから覆っているのではないかと不思議に思っており、本場の理由を信じてくれませんでした。アメリカ人だけではなく、西洋諸国では顔を覆うことはすごく変で失礼だと考えられます。

【お詫びと訂正】広報みまた8月号中、執筆者の名前と写真に誤りがありました。お詫びし、次のとおり訂正します。
【誤】ジョンストン・ナイジェル→【正】デレック・ライト

vol.9

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

『ご縁をつなぐ』

地域おこし協力隊：笠島 一郎さん・幸代さん

人との出会いや共有の場をどれだけ丁寧に大切にできるか、わが家の大きなテーマのひとつです。東京都千代田区、日本武道館や靖国神社のある一角に建つ日本式洋館「kudan house」。私たちがいつも応援してくださる外部有識者のお招きで、国の登録有形文化財にも指定されている洋館の一室をお借りし、本町の魅力を思う存分お伝えしてきました。会場には大勢の人が来場され、「宮崎県に三股町というまちがあるのを知らなかった」との声とともに「そんなに素敵なおとこならぜひ行ってみたい」との感想もたくさん寄せられました。まちの持つポテンシャルや町民の持つ素朴さと温かみを、首都東京のど真ん中で心を込めてお伝えする。地方だから都会だからではなく、まちやヒトが大切にしているモノから、本物の価値が生まれ、繋がります。



C U L T U R E

アイランドジャズを楽しむ

7月26日、宮崎県出身で、世界で活躍している、アイランドジャズのギタリスト、『西藤ヒロノブデビュー15周年記念コンサート』が行われました。西藤ヒロノブのギター・ウクレレの音色と、ピアノ、コントラバスやドラムが重なりあったアイランドジャズの音色に、観客は酔いしれていました。

またまた座16期生試演会

8月11日、演劇ワークショップ・みまた座16期生の試演会が三股駅で行われました。この公演は、6月に始まった「みまた座16期生」の初めての朗読劇の公演です。タイトルは、「びーあんびしやす」。みまた座OGの田代小夏さん（高校2年生）が書き下ろしました。観客は、子ども達が、物語を緊張しながらも一生懸命に演じる姿に元気をもらいました。

★文化会館の主催公演（9月～10月）

本町出身のフルート奏者が出演

9月16日、音楽公演『フルートとハーブの世界』が行われます。本町出身の大保麗香さんが出演し、フルートとハーブの美しい響きをお届けします。

さつまの爆笑王がやって来る！

9月29日、『三遊亭歌之介改め四代目三遊亭圓歌独演会』が行われます。襲名後、初の三股公演です。さあ、文化会館で大いに笑いましょ！

恒例の温故知新のコンサート

10月10日、石井秀弦（津軽三味線）と上之園謙治（ドラムス）による『温故知新+魂を揺さぶる歌・魂に響く和太鼓II』が行われます。今年は、和太鼓とゴスペルとの共演です。魂を揺さぶる音楽をお楽しみください。

詳しくは、本誌裏面をご覧ください



みまた座16期生試演会
本番の様子



『フルートとハーブの世界』出演
大保麗香さん

三股町立 文化会館

〒889-1901 三股町大字樺山3404-2
TEL.51-3462 FAX.51-3561

L I B R A R Y

脳の運動、音読にチャレンジ!

声に出して詩や小説を読む「音読」を生活の中に取り入れてみませんか。音読は口、目や脳の運動になり脳機能の老化を防ぐことができるといわれています。また、さまざまな文学作品と出会う機会にもなります。図書館では、音読コーナーを常設してテキストの配布や関連図書・CDの展示をしています。音読についてさらに知ってもらうため、音読教室を行います。音読をはじめ、脳トレあそびや座ってできる体操なども行います。みなさんの参加をお待ちしています。

としょかん映写会のご案内

毎月第3金曜日は、としょかん映写会の日です。今月の上映会は9月20日（金）午前10時10分～正午に行います。上映作品は「人生、いろどり」です。過疎化に悩む徳島県上勝町で、町の危機



夏休みの図書館
～やってみよう！めだかすくい～



夏休みの図書館
～絵本を楽しもう！おはなし会～

三股町立 図書館

〒889-1901 三股町大字樺山3406-8
TEL.51-3200 FAX.51-3751

夏休みの図書館、賑わいました

学校の夏休み中、連日500人を超える来館がありました。夏休み中は、さまざまなイベントを実施しました。怪談話を集めたおはなし会、子ども映写会、絵本のおはなし会、ヨーヨーづくりやおりがみ工作。1枚の紙に絵の具で花火を寄せ描くイベントなど。また、図書館利用者の人にメダカを提供していただき、メダカすくいも行いました。読書については、読書感想文や感想画、自由研究や工作の宿題のために、本を借りる親子が多くみられました。

夏休みの図書館、賑わいました

に立ち上がった農協職員と女性たちの活躍で友情を描く感動の実話です。出演：吉行和子、富司純子、中尾ミエ、藤竜也ほか。事前申し込みは不要です。図書館での映画時間を、お楽しみください。



7月20日、「長田小ファミリーコンサート」が長田小体育館で行われました。このコンサートには、県内在住の音楽家、姉の日高亜美（ピアノ）と妹の日高慶子（ヴァイオリン）からなる姉妹デュオ「Catelea」をはじめ、長田地区で陶芸家と音楽家として活躍中の園田空也さんがコントラバス奏者としてゲスト出演。また同じく同地区出身の作曲家である玉利空海さんが書き下ろした曲が演奏されました。高度な演奏技術から紡ぎ出される音色に約200人が集まった会場は盛り上がり



Topics 長田小学校でコンサート 音楽のチカラで地域を活性化



ました。さらに劇団こぶく劇場が率いる「みまた座」も出演し、谷川俊太郎作詞の「生きる」を音楽に合わせて朗読しました。このコンサートは、町の地域おこし協力隊員の笠島一郎さんが、子どもたちは地域の活性化に大切な存在と考え、全校児童数35人の長田小でのコンサートを企画。長田地区の活動に共感した日高姉妹の「夢と希望の支えとなる本物の音楽を子ども達へ届けたい」との思いで実現しました。出演者4人で長田小のテーマ曲を制作することも発表されました。

「周囲の皆さんのおかげで、消防団活動を無事に終えられました。県操法大会で3位入賞が一番の思い出です」

退団者
兄玉昭人さん
(中原在住)

長年の防災尽力に感謝
退職消防団員感謝状贈呈式

8月8日、町役場で「退職消防団員に対する感謝状贈呈式」を行いました。町消防団に5年以上在籍し、3月末で退団した5人が対象です。

式では、西村尚彦副町長が感謝の言葉を述べ、一人一人に感謝状を手渡しました。なお、退団者は次のとおりです。

敬称略、(内は所属部)

永吉由貴夫(本部・部長)、
馬場弘樹(一部)、
福永栄一(六部)、
兄玉昭人(七部・部長)、
兄島高志(七部・副部長)



講師をつとめた
山口ひろ子さん

色彩の知識をプロが伝授
色選びの大切さを学ぶ

8月8日、町は町立図書館で県景観まちづくりアドバイザーの山口ひろ子さんを招き「プロに学ぶ色選びに大切な10のコト」を開催しました。

普段、洋服や建物などさまざまな色に囲まれ生活しているのかを考え、人の心理にどう影響を与えるのかを学んで、景観にも興味を持つてもらおうと開催。この日は町内外から14人が参加。「根拠に基づいた色彩設計」の話は面白かった」などの声が寄せられました。



「当日明け方まで仕込みを行い、本番に臨みました。完売してほっとしています。この経験を今後の料理人人生に生かします」

参加者
蜂須賀菜菜さん
(北諸・料理人)

地元産食材をふんだんに使用
ご当地グルメコンテスト

8月17日、「ご当地グルメコンテスト2019 in まつり宮崎」が宮崎市で開催されました。本町は、「お箸処北諸」と町が共同考案した「ライスボール」が「みまたま」で挑戦。食材には、「みまたんごま」『町産米』『パイオ茶ポーク』などを使用しました。結果は上位入賞こそ逃しましたが、用意した450食が完売。食べた人からは味や量も好評で、本町の地場産品と調理技術の高さをアピールすることができました。



7月27日、町農畜産物利用地域活性化推進協議会と町観光協会の共催で「親子で体験！食育ツアー2019」が「スイーツアー」が行われました。これは町内の畑やビニールハウスで生産者から果物の栽培の大変さなどを聞き、自分たちの住むまちで育った食べものを、収穫し食べることで「食と農の大切さを学ぶ」ことが目的です。この日は、8組の親子16人が参加しました。

Topics 親子8組が食と農を学ぶ たいけん食育ツアー！



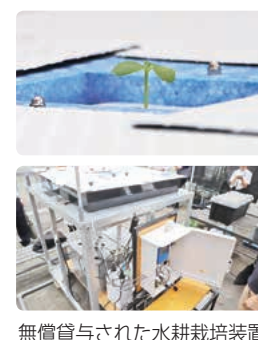
ウ畑と児玉辰教さんのブルーベリー畑で、それぞれ収穫を体験。参加者は、採れたばかりの果物を口に運び、「新鮮で美味しい！」と歓声を上げていました。その後、町健康栄養センターに移動し、管理栄養士の中前みどりさんから「食育」の大切さを学んだほか、食育ティーチャラーの指導のもと、収穫したばかりのブルーベリーを使ったジャムを作り、全員で試食。またデコレーションしたジャム瓶に詰めて持ち帰りました。

親子で果物を収穫したり、ケーキを作ったり貴重な体験ができ、夏休みの思い出になりました

参加者
平川美倉空さん
絵美さん
(三原在住)



ブルーベリージャムを詰めた
ジャム瓶



無償貸与された水耕栽培装置

南九大と本町が物品使用の調印式
水耕栽培装置で研究

7月9日、(学)南九州学園(寺原典彦理事長)と同大学都城キャンパスで、「六次産業化戦略作物営農定着化推進事業委託業務に伴う「町田式水耕栽培槽」の使用貸借契約」の調印式を行いました。

同大は、本町から貸借した自動で水の循環や追肥を行う水耕栽培装置を用いてメロンなどの実験栽培を実施します。今後、その他の付加価値が高い作物の栽培も視野に入れ、新しい六次産業化作物の提案を目指します。



町幼保小中連携推進協議会
その子に応じた発達支援を学ぶ

7月24日、町幼保小中連携推進協議会と町教育委員会は、町役場でNPO法人さだの作業療法士、四本由紀さんを講師に招き合同研修会「当たり前が難しい子どもたちへの作業療法支援」を開催しました。これは幼児児童生徒に関わる指導者が、具体的な指導方法を学ぶことで、子どもたちの身体づくりへの意識を高め、資質の向上を目的に開催。

この日は指導者など約50人が参加。参加者からは「子どもたちの行動に対して叱責ばかりではなく、「なぜそのような行動になるのか」といった行動の背景を知ろうとすること、理解することが重要であると感じた」などの声が寄せられました。



三股町文化の祭典「童謡まつり」の参加者を募集します

令和2年2月8日(土)に開催される「三股町文化の祭典」の第1部「童謡まつり」で、童謡や唱歌を歌う参加者を募集します。「歌いたい」と思う気持ちがあれば、誰でも参加できます。年齢や性別は問いません。気軽にお申し込みください。

■申込期限＝9月15日(日)
※団体名・代表者名・住所・電話番号を記入して、ファクス、郵送または町立文化会館窓口までご提出ください。申し込みは先着順ですので早めにお申し込みください。

■参加条件＝定員20組

- ①曲は童謡または唱歌(※生演奏、アカペラのみ参加可)
- ②2人以上での合唱
- ③出演時間は1団体5分程度(予定)
- ④2回実施するリハーサルに必ず参加ができること。

※1回目[令和2年1月中旬]…団体別・舞台リハーサル、2回目[令和2年2月1日(土)午前中]…本番前・総合リハーサル

■その他＝出演時間、リハーサル・本番の日程やスケジュールなどは、10月中旬に連絡します。ご不明な点などありましたら、気軽にお問い合わせください。

■お申し込み・お問い合わせ＝
町立文化会館 ☎51-3462
ファクス51-3561

小規模特認校「長田小学校」のオープンスクールを開催します

小規模特認校「長田小学校」のオープ

ンスクールのお知らせです。町教育委員会では、梶山小学校、宮村小学校、長田小学校を小規模特認校として指定しています。

今回は、この小規模特認校のうち「長田小学校」のオープンスクールを開催します。

自然に囲まれた中で、小規模ならではの授業の様子や子どもたちの生き生きとした様子をぜひこの機会にご覧ください。

■内容＝学校紹介(学校の特色などの説明や学校施設の見学)
1年生と4年生の授業への参加
※タブレットを使った授業に参加し、実際に体験します。

■日時＝9月27日(金)午前9時から11時30分まで

■場所＝町立長田小学校

■募集締切＝9月20日(金)

※準備のため参加人数を把握する必要があります。事前の申し込みをお願いします。

■お申込み・お問い合わせ＝

町教育委員会 学校教育係
☎52-9314

昆虫写真家「新開孝さんの昆虫展」を開催します

本町在住の昆虫写真家である新開孝^{しんかい たかし}さんの昆虫展を開催します。

11回目となる今年は、講演会終了後に町環境学習公園(エコフィールドみまた)へ移動して、虫の生態を観察します。

四季の自然と共に力強く生きる小さな世界を覗いてみませんか?一緒に、虫たちに会いに行きましょう!

【写真展】

■日時＝9月17日(火)～9月27日(金)
午前9時30分～午後6時まで
※土曜と日曜は午前9時～午後5時

■場所＝三股駅内「M★ういんぐ」

■内容＝町内外で撮影された昆虫などの写真を展示します。

■入場料＝無料

【講演会と自然観察会】

■日時＝9月28日(土)午前10時00分から正午まで

■場所＝町情報交流センター「あつまい」

■内容＝昆虫写真家の新開孝さんによる講演「昆虫観察の楽しみ方」を行います。終了後は、「エコフィールドみまた」に移動して自然観察会を実施します。

■入場料＝無料

※写真展示、講演会や自然観察会は、天候などで日程変更や中止になる場合があります。あらかじめご了承下さい。

■お問い合わせ＝

町企画商工課 企画政策係
☎52-1114



▲昨年度の「写真展」の様子

令和2年歌会始のお題と詠進歌の詠進要領について

宮内庁から「令和2年の歌会始のお題と詠進歌の詠進要領」が発表されましたのでお知らせします。

■令和2年歌会始のお題＝令和2年歌会始のお題は『望』と定められました。

(注)お題は「望(のぞみ)」ですが、歌に詠む場合は「望」の文字が詠み込まれていればよく、「希望」、「望郷」のような熟語にしても、また、

「望む」のように訓読しても差し支えありません。

■詠進の期間＝9月30日までとし、郵送の場合は、消印が9月30日までのものを有効とします。詳しくは、「宮内庁 歌会始」で検索してください。

■お問い合わせ＝

宮内庁 式部職儀式第二係
〒100-8111

東京都千代田区千代田1-1

☎03-3213-1111

(内線3393、3394)

ファクス03-3282-1404

10月1日から消費税・地方消費税の税率は10%へ

10月1日に消費税・地方消費税の税率が10%へ引き上げられます。10%のうち2.2%は地方消費税(地方税)です。日本では高齢化が進み、社会保障の費用は増え続けています。みんなが安心できる社会にするためには、安定した財源を確保し、社会保障制度を次世代に引き継ぐとともに、全世代型へ転換していく必要があります。そのためには10%への税率の引上げが必要です。

引上げ分は、消費税・地方消費税ともに、全世代を対象とする社会保障の充実と安定のために使われます。例えば、

- ①待機児童の解消
- ②3歳から5歳までの幼児教育・保育の無償化
- ③真に支援の必要な学生の高等教育(大学など)の無償化
- ④介護職員の処遇改善
- ⑤所得の低い高齢者の介護保険料の軽減
- ⑥所得の低い年金受給者への給付金の支給など

税率引上げに合わせて、飲食料品(お酒・外食を除く)と新聞(定期購読契約・週2回以上発行)に係る税率を8%

に据え置きます(軽減税率制度)。このほか、家計や景気への影響を緩和するための対策も実施します。

※一般に「消費税」と言うのは、消費税(国税)と地方消費税(地方税)を合計したものです。地方消費税の税収は、地方自治体の貴重な財源として、住民の皆さんに身近な行政に生かされています。

詳しくは、「政府広報 消費税」で検索してください。

令和2年度新入学予定児童の健康診断を行います

来年4月に小学校に入学する児童の健康診断を行います。詳しくは、保護者の皆さんに直接、案内文を郵送しますので、ご確認ください。

学校名	実施日(場所)	受付時間
三股西小学校	10月10日(木) (三股西小体育館)	午後1時35分～1時50分
三股小学校	10月23日(水) (三股小体育館)	午後1時30分～1時50分
勝岡小学校	10月25日(金) (勝岡小体育館)	
梶山小学校 宮村小学校 長田小学校	10月31日(木) (町健康管理センター)	

※宮村小学校の入学予定児童は、健康診断が終わった後、標準服の採寸などを行います。

■お問い合わせ＝

町教育委員会 教育課 学校教育係
☎52-9314

「法の日」週間を迎えて～10月1日からの1週間は「法の日」週間です～

■「法の日」とは＝

「法の日」は、国民の皆さんに、法の役

割や重要性について考えてもらうきっかけになるようにと、裁判所、検察庁と弁護士会の協議で提唱され、昭和35年に政府によって「国をあげて法の尊重、基本的人権の擁護、社会秩序の確立の精神を高めるための日」として定められました。

■「法の日」週間行事＝

裁判所、法務省、検察庁と弁護士会では、10月1日からの1週間を「法の日」週間とし、毎年、各種の行事を実施しています。各地の裁判所の行事は、裁判所ウェブサイト(<http://www.courts.go.jp/>)や、各地の裁判所の総務課でご案内しています。ぜひご参加いただき、法や裁判所を身近に感じてください。

■裁判所の手続き案内など

(お問い合わせ)＝

①民事…都城簡易裁判所

☎23-4161

(賃金、給料、代金未払、身近な人とのトラブル、土地建物利用などの紛争関係)

②家事…宮崎家庭裁判所都城支部

☎23-4177

(離婚や相続など、夫婦、親子、親族間における紛争関係、後見関係)

③見学…宮崎地方裁判所都城支部

☎23-4131

(裁判の傍聴、法廷見学など)

愛のご寄付

■寄付者一覧

令和元年7月1日から7月31日まで
社会福祉法人 三股町社会福祉協議会

●忌明寄付

寄 付 者	続 柄	故 人 名	年 齢	地 区	金 額
鍋倉マリ子	夫	六 ^{むつみ} 己	84	仲町	3万円
中村春美	母	スギ子	93	中米	3万円
野崎 ^{かつ} 勝雄	母	ナミエ	94	蓼池	3万円
白尾 ^{まさひろ} 智子	夫	正博	58	花見原	3万円

●一般寄付……………該当なし

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＝10月3日（木）
- 受付時間＝午後1時～1時30分
- 対象者＝平成30年9月、平成31年3月、令和元年7月生まれ
- 持ってくるもの＝母子健康手帳、タオル3枚程度（おっぱい相談希望者のみ）

※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。

●1歳6か月児健診

- 期日＝9月26日（木）
- 受付時間＝午後1時～1時30分
- 対象者＝平成30年1月1日～平成30年2月28日生まれ
- 持ってくるもの＝母子手帳、質問票

※医師の診察を行います。また、希望者には、心理相談や歯科相談、栄養相談も実施しますので、ぜひご利用ください。

●2歳6か月児歯科健診

- 期日＝9月19日（木）
- 受付時間＝午後1時～1時30分
- 対象者＝平成29年2月1日～平成29年3月31日生まれ
- 持ってくるもの＝母子手帳

※歯科診察を行います。また、希望者には、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来ませんか？

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）。

開放日は月～金曜の午前9時～正午までと午後1時～3時です。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、三股町社会福祉協議会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。

●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
- 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

●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いましょう。

- 期日＝9月19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＝9月24日（火）
- 時間＝午前10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＝10月3日（木）
- 時間＝午前10時30分～11時

●子育て講座「入園前のおはなし」

役場保育担当の方から入園にあたっての話を聞きますか。質問にも答えてくださいます。

- 期日＝10月10日（木）
- 時間＝10時～11時
- 参加したい方は申し込みをしてください
- 申し込み先＝子育て支援センター ☎52-8101

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、ご近所で助け合う子育てを一時的に有料で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

育児を頑張りすぎていませんか？地域の人に甘えてみませんか？一人悩まず、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。

会員	おねがい（依頼）会員	316名
	まかせて（提供）会員	63名
	どっちも（依頼・提供）会員	49名

<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。

■お申込み・お問い合わせ＝

ファミリー・サポート・センターたんぼぼ ☎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）
※時間外の場合は留守電に、お名前、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

●胃がん、乳がんの集団検診を実施します

三股町健康管理センターでは、10月に胃がん、乳がん検診の集団検診を実施します。現在日本人の2人に1人ががんを患い、3人に1人ががんで命を落としています。がん検診を行い、早期のがんをみつけて早く治療を行うことで、がんによる死亡率を下げるができます。がんの早期発見には、定期的な検診を受けることが必要です。是非この機会に、がん検診を受診しましょう。

※検診車が健康管理センターに来て、検診車の中で受けます。

●乳がん検診

- 対象者＝40歳以上（生年月日が昭和54年12月31日以前）で和暦で偶数年の人
- 検査内容＝マンモグラフィ、超音波検査
- 個人負担料金＝2,300円
- 日程＝10月23日（水）・12月3日（火）・12月10日（火）令和2年2月4日（火）・5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55年4月1日以前）
- 検査内容＝胃部X線撮影
- 日程＝10月1日（火）・2日（水）
- 場所＝三股町健康管理センター
- 個人負担料金＝1,400円

※受診には予約が必要です。受診を希望する人は健康管理センターへ電話でお申し込みください。その他の三股町で実施しているがん検診等については、三股町公式サイトに記載していますのでご確認ください。

●9月24日～9月30日は結核予防週間です

結核は、結核菌を吸い込むことで感染します。感染しても発病する人は約2～3割ですが、発病すると、咳や痰、微熱、だるさなど風邪とよく似た症状が現れます。正しい治療を行えば完治することができますが、治療をしなければ発病してから約5年で、4分の1が死に至ると言われています。このようなことに心当たりはありませんか？

- ・痰のからむ咳が2週間以上続いている
- ・微熱や身体のだるさが2週間以上続いている

これらに当てはまる場合には、結核の可能性があります。すぐに受診し、いつもと違うところを医師に伝えましょう。

Advanced age 高齢者（介護保険）

地域包括支援センターからのお知らせ

●町地域包括支援センター ☎52-8634

●住民向け研修「地域で支える看取り」を開催します

「都城市・三股町在宅医療介護連携推進協議会」では、終末期を自宅で迎えるまでの経過と医療や介護サービス、地域やボランティアとの関わりなどを通して、自宅での看取りとそれを支える地域や各関係機関の役割について理解を深めるための住民向け研修を開催します。

今回の研修会では、講演会とパネルディスカッションの

2本立ての内容となっております。

日 時	9月20日（金）午後2時～午後4時 （午後1時30分開場）
場 所	都城市ウエルネス交流プラザムジカホール
参加料	無料
申 込	不要
テーマ	地域で支える看取り ～自分らしく生きるために 今できること～
内 容	1部 講演「[ここで看取ってもらいたい]を叶えるために」 講演者：医療法人社団樺の葉 ホームクリニックみまた 院長 郡山 晴喜 先生
	2部 パネルディスカッション ※会場からのご質問にお答えします 【座長】祝吉・沖水地区地域包括支援センター 細野 伸一 氏 【パネリスト】 ①医療法人社団樺の葉 ホームクリニックみまた 院長 郡山 晴喜先生 ②たでいけ 至福の園 看護師 土橋 竜子 氏 ③三股町社会福祉協議会訪問看護ステーションなごみ 訪問看護認定看護師 大村 友美 氏 ④オニクス・ソーシャルプランニング 介護支援専門員 長田 泰平 氏 ⑤三股町自治公民館連絡協議会 会長 西山 繁敏 氏

将来、地域での看取りを考えている人や現在、在宅で介護をされている人など今後の参考になる大変有益なお話が聞けると思います。案内チラシは高齢者支援課窓口にて配布しております。

■お問い合わせ＝

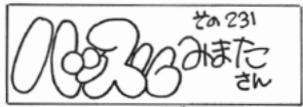
高齢者支援課 町地域包括支援センター（1階 ⑦番窓口）
☎52-8634・9063（直通）

●足もと元気教室

■日程＝9月15日～10月14日までの分

地区名	時 間	場 所	期 日
1 地区	午前9時30分～11時	第1地区分館	9月20日（金）
			10月4日（金）
2 地区	午後1時30分～3時	2地区交流プラザ	10月3日（木）
3 地区	午後1時30分～3時	第3地区分館	10月10日（木）
4 地区	午前9時30分～11時	第4地区分館	9月18日（水）
5 地区	午後1時30分～3時	轟木集落館	9月19日（木）
			9月19日（木）
蓼 池	午前9時30分～11時	第6地区分館 蓼池児童館	10月3日（木）
花見原	午前9時30分～11時	花見原コミュニティセンター	10月2日（水）
三 原	午後1時30分～3時	三原地区コミュニティセンター	9月18日（水）
中 原	午前9時30分～11時	中原コミュニティセンター	9月25日（水）
			10月9日（水）
今 市	午前9時30分～11時	今市児童館	10月7日（月）
下 新	午前9時30分～11時	第7地区分館	10月11日（金）
8 地区	午前9時30分～11時	第8地区分館	9月27日（金）
			9月25日（水）
9 地区	午後1時30分～3時	第9地区分館	10月9日（水）
			10月9日（水）

■準備するもの＝体操のできる服装、シューズ、水分補給用の飲み物
※9月1日～14日の日程は、『広報みまた』先月号をご参照ください。



◎ 今月の表紙

『長田盆おどり』



第33回まつり長田盆おどり大会

8月18日にまつり長田盆おどり大会が轟木集落センター広場で開催されました。舞台演技や全員参加の総おどりで会場内は大いに盛り上がりました。一番の目玉は、会場を真っ暗にしたあとのやまびこ花火。空を鮮やかにいろどる花火が周囲の山にその音を響きわたらせます。その迫力に観客は酔いしていました。

みまた ぐらしのカレンダー

令和元年9月1日(日)～10月12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。

◎ 9月の予定

1	日	◎沖水子どもクリニック(小) ☎27-5656(太郎坊町) ◎伊達クリニック(内・備) ☎36-7088(牟田町) ◎有川呼吸器内科医院(呼・内) ☎24-6677(上川東) ◎吉見クリニック(外・整・内) ☎58-5633(高城町) ◎ならは皮膚科医院(皮) ☎22-1455(志比田町) ◎丸田病院(産・婦) ☎23-7060(八幡町)	
2	月	・可燃物	・図書館休館日
3	火	・可燃物	
4	水		
5	木		
6	金	・可燃物	
7	土		
8	日	◎たけしたこども医院(小) ☎51-0005(三股町) ◎大岐医院(内・胃) ☎57-2025(山之口町) ◎園田光正内科医院(内) ☎38-5115(太郎坊町) ◎福島外科胃腸科医院(外・胃・整) ☎38-1633(都北町) ◎またむら皮膚科クリニック(皮・アソ) ☎38-7300(吉尾町) ◎小山田眼科医院(眼) ☎22-0710(松元町)	
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	◎富田医院(内・小) ☎23-4586(栄町) ◎森山内科・脳神経外科(内) ☎21-5000(南廣尾町) ◎長倉医院(内) ☎52-2109(三股町) ◎すみクリニック(内) ☎36-7701(東町) ◎橘病院(整) ☎23-7236(中町) ◎武田産婦人科医院(産・婦) ☎22-0336(蔵原町)	
16	月	◎はしぐち小児科(小) ☎24-5500(都原町) ◎ベテスダクリニック(内) ☎22-1700(年見町) ◎田中隆内科(内) ☎52-0301(三股町) ◎柳田病院(脳・外) ☎22-4862(東町) ◎花房泌尿器科医院(泌) ☎25-1177(北原町) ◎ふたみ眼科(眼) ☎38-5532(都北町)	・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		

22	日	◎城南病院(小・内) ☎23-2844(大王町) ◎もりやま脳神経外科(脳) ☎21-6888(久保原町) ◎あきづき医院(内・心・内) ☎36-0534(上水瀧町) ◎安藤胃腸科外科医院(腸・外・内) ☎39-2226(豊満町) ◎よしかわクリニック(麻・整・内) ☎23-9384(前田町) ◎吹上耳鼻咽喉科医院(耳鼻) ☎21-4133(廣尾)	
23	月	◎教山内科医院(内・小) ☎62-1205(高崎町) ◎ゆうクリニック(内) ☎46-6100(広原町) ◎海老原内科(内) ☎64-1211(山田町) ◎とまり内外科科胃腸科医院(内・外・胃) ☎52-1135(三股町) ◎速見泌尿器科医院(泌) ☎24-8344(妻ヶ丘町) ◎野田医院(産・婦) ☎24-8553(蔵原町)	・可燃物 ・図書館休館日
24	火	・可燃物	・図書館休館日
25	水		
26	木	・不燃物	
27	金	・可燃物	
28	土		
29	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) ◎もりやま脳神経外科(脳) ☎21-6888(久保原町) ◎はまだクリニック(外・胃・肛) ☎45-2266(祝吉町) ◎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)	
30	月	・可燃物	・図書館休館日

◎ 10月の予定

1	火	・可燃物	
2	水		
3	木		
4	金	・可燃物	
5	土		
6	日	◎政所医院(小・内) ☎58-2171(高城町) ◎田口循環器科・内科クリニック(内) ☎24-0600(下川東) ◎隅病院(内・胃) ☎62-1100(高崎町) ◎仮屋外科胃腸科医院(外・胃・内・肛) ☎25-7712(志比田町) ◎なかむら整形外科クリニック(整) ☎36-5333(江平町) ◎永吉眼科医院(眼) ☎22-1530(高城町)	・可燃物 ・図書館休館日
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	・可燃物	
12	土		

私は自分が安全運転をしていると自分勝手に思い込み、運転初心者であった頃のように懸命に周囲の状況に気を配るという事を忘れ、注意力を欠いた受刑生活を送っています。

市原刑務所で交通犯罪被害者ご遺族の方々に事故後のつらい経験についてお話を伺う機会があり、その時に加害者が罪を償うためにはどうあるべきかについてもご助言をいただきました。そうした受刑中の教育を通じて、自分の犯した罪に正面から真剣に向き合うこと、被害者ご遺族の方がどんなにつらい思いで毎日を生きているかをよく考えること、自分の犯した罪を一生忘れないという気持ちを持ち続けることなど、私に課せられた責務をはつきりと自覚できました。もちろん私の犯した罪は決して許されるものではなく、謝罪によって被害者ご遺族の方の悲しみや怒りが癒えることはないと思います。それでも例えどんな形であっても一生謝罪を続けようと思います。私の犯した罪により、被害者ご遺族の方のつらい思いを考え続けて、可能であれば少しでも理解できるようになればと思います。

「償いへの遠い道」③

交通事故はもったくさん……
(全3回)

あがな 贖いの日々

63歳 T・H
状態で運転して前方不注意の結果、自動車運転過失致死という取り返しのつかない罪を犯しました。私のような愚かな行為による交通犯罪が少しでも減ることを願ってこの手記を書かせていただきました。自動車の運転は絶えず危険を伴う行為ですので、どうか運転中は気を抜くことなく常に十分に安全確認をしていただくようお願い致します。

※ 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15位／令和元年6月30日現在(全26市町村中) ※ワースト…悪い方からの順位

税

● 税務財政課からのお知らせ

9月30日(月)は納期限です

● 固定資産税(第2期)

● 国民健康保険税(第3期)

9月25日(水)が口座振替日です。24日(火)までに預貯金口座の残高確認をお願いします。

なお、やむを得ず口座振替ができなかったときは、10月10日(木)に再振替を行います。

■ お問い合わせ＝納税管理係 ☎ 52－9635

「納税相談」をご利用ください

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

滞納したまましていると延滞金が日に日に増していきます。また、滞納したまま連絡もなく、納付の意思が認められない

場合、やむを得ず預貯金や給料、不動産などの財産を差し押える「滞納処分」を行うことになります。

■ お問い合わせ＝特別収納対策係 ☎ 52－9634

町税などに関する届け出について「今一度で確認をお願いします」

国民健康保険の加入者で社会保険に加入した人、または会社を退職した人、軽自動車(原動機付自転車、小型特殊自動車、自動二輪車など)に乗らなくなった場合や他人に譲り渡した場合は、早めに手続きを行うようお願いします。

届け出をしないと、いつまでも税金を払うことになります。場合によっては、過去にさかのぼって税金を払うことになってしまいます。

■ お問い合わせ＝住民税係 ☎ 52－9638

・町税の納付は「安心・便利・確実」な口座振替のご利用を！ ・この社会 あなたの税が生きている ・たばこは町内で買いましょう



「バレーの試合中は、日常の全とそ魅力を語る勇さん。中学校の部活でボールを手にしたときから、これまでバレーボールとともに人生を歩んできた。40歳から町内のバレーボールチーム「三股壮年」に所属し、30年以上にわたりボールを追いかけてきた。一選手として汗をかきながら、チームの代表として、選手の確保にも奔走している。「ひと

バレーボールとともに歩み続ける

伝統あるチームを新しい世代へつなぐ

クロースアップ
まちを支える人たち 125 山王原在住 中村 勇(78)さん

三股文芸

247

「短歌」◆三股短歌会

医師が告げし告知年数疾うに過ぎ気づけば夫七十五歳なり

黒木 文子

主人は五十才の時、担当医に「この手術をした人は五年位しか生きられない」と言われました。障害はありませんが、現在、七十五才で生かされています。ただただ感謝です。

ケイタイをスマホに買い替えを心するこれと孫とのラインは楽し

栗畑 洋子

機械に弱い私ですが携帯電話をスマホに買い替えました。無料のラインを使い始めたところ、孫から返事のメッセージが届き、言葉のキャッチボールを楽しんでいます。

わが家の一番星

石屋美朔さん

◎平成28年1月24日生まれ(3歳)
◎石屋辰則さん・美幸さんの長女



毎日の歳大へしたことをやれらるって
いる娘、これからそのままだ元気に
育て！……こもあつこはしとやかに
ね。

川崎文太くん

◎平成29年2月13日生まれ(2歳)
◎川崎隆児さん・美佳さんの長男



可愛くて大好きなぶんちゃん♡いつも
笑顔で元気にくれる我が家のヒーロー
であー！いつまでも愛しいぶんたくん
いてね♡

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

▼台風10号がお盆時期の本町に最接近し、長時間にわたり大雨をもたらしました。私自身は、長田地区に開設された轟木集落センターで避難所の運営を担当しました。暗くなる前には避難所の中に「自宅にひとりであるのが不安だから、ここにくると安心する」との声も。顔見知り同士が身を寄せ合うことだけでも、お互いの災害への不安を減らせるのかもしれない。大きな被害もなく一晩が過ぎて、翌朝の避難解除後にそれぞれ家路に着きました。それ



◎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、五戸長を一元として、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

令和元年8月1日現在

- ・男/11,776人・女/13,592人・合計/25,368人(前月比-9人)
- ・世帯数/10,312戸(+2戸)・出生/15人・死亡/21人
- ・転入/95人・転出/98人

No.589
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
TEL.0986-52-1111(代表) FAX.0986-52-4944
町公式URL..... <http://www.town.mimata.miyazaki.jp/>
町FacebookURL... <https://www.facebook.com/mimatatown>

ハンバーグは好きですか？

町内では一家に一つはあると言われる中村食肉の調味料マキシマム。そのマキシマムを使用したマキシマムハンバーグを販売しています。

宮崎県産黒毛和牛と黒豚の肉のうま味に、マキシマムのスパイスがしっかりと効いたハンバーグとなっています。ソースがなくてもおいしく食べられるので、パンにはさんでサンドイッチやハンバーガーにしたり、ご飯の上のせてハンバーグ丼にするなどアレンジも自由自在です。冷凍で販売していますが、電子レンジで3分間温めるだけで完成するという手軽さも人気の秘密となっています。

あわただしい日のおかずの一品として

みまたん駅前よかもん朝市

■期日11月22日(日)午前8時～10時30分ごろまで



マキシマムハンバーグ
100g350円／販売者 中村食肉

ていかがでしょう。
他にもよかもんやでは、宮崎県産黒毛和牛と黒豚のハンバーグや宮崎牛ハンバーグなども販売しています。是非ご賞味ください。

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83回



夕暮れがきれいで
涼しくなる
季節じゃが、
夏の疲れを
しっかりと
とるんじゃぞ。



三股町物産館
〒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

<http://mimatan.com>