

大きく育った稲穂
土の香りと学びの時間



令和元年度 第10回 地区座談会を開催しました2

皆さんの健康と医療を守る国民健康保険...4 第12回 みまた町民総合スポーツ祭...6
11月は児童虐待防止月間です...7 まちの話題...10

花と緑と水のまち
宮崎県 三股町

MIMATA PublicRelations 11 Vol.591



広報みまた 令和元年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41回 宮崎県高等学校総合文化祭 演劇部門 第72回 宮崎県高等学校演劇 県大会

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」。今年も、三股町立文化会館で開催されます。「三股を目指そう!」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、九州大会への切符をかけて全力で表現します! 演劇という翼を広げ、九州大会へ、さらに、全国大会を目標に羽ばたいていく瞬間を...お楽しみください!



■日時/2019年
11月16日(土) 午後1時開場予定(2校上演)
11月17日(日) 午前9時開場予定(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
■出場校/都城商業高校・都城西高校・延岡工業高校・佐土原高校
宮崎南高校・宮崎東高校
※上演順は、決まり次第ホームページ等でお知らせいたします
■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)
■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)

三股町立文化会館自主文化事業

人形劇団クラルテ 銀河鉄道の夜

人は死んだら
何処へ行くの?

本当の
ともだちって?

本当の
幸せって?

■日時/2019年12月11日(水) 午後7時開演(開演は開演の30分前)
■原作/宮沢賢治 ■脚色・演出/東口次登 ■出演/人形劇団クラルテ
■料金[全席自由]
一般...1,500円(当日1,800円) 大学生以下...1,000円(当日1,200円)
ペア...2,500円(前売のみ) 未就学児入場不可/無料託児あり(要予約)
※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榊山3404-2)
■チケット発売開始/10月19日[土]午前9時30分
■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/託児受付/三股町立文化会館
【電話予約】0986-51-3462
【WEB予約】https://bunka.town.mimata.lg.jp

チケット
発売中

劇団こふく劇場 プロデュース公演 #25

キャベツくん

長新太さんの人気絵本シリーズ
「キャベツくん」を
劇団こふく劇場が舞台化!

原作 長 新太(文・絵「キャベツくん」シリーズ)
構成・演出 永山智行

●日時/2019年【3回公演】
11月30日(土) 午後7時開演
12月1日(日) 午前11時開演/午後3時開演
(両日とも開演は開演の30分前)

●出演/あべゆう、かみもと千春、濱砂崇浩、大迫紗佑里(以上、劇団こふく劇場)
恒吉天音(フリー)、山口真梨(劇団あおきりみかん)ほか
●演奏/中村大介(ギター・キーボード)、長谷川洋(ドラム・パーカッション)
柳田裕輔(ギター)、坂元陽太(ベース)
●チケット料金/一般 2,500円(当日2,800円)
U25割 1,500円(前売・当日とも)
小学生以下 1,000円(4歳~小学生/前売・当日とも)
やさい割 2,000円(前売のみ)

※日時指定・全席自由・税込 ※3歳以下入場不可
(無料託児サービスあり/申し込み先=三股町立文化会館)
※U25割は、25歳以下のどなたでも適用されます。精算時に年齢を証明するものを
ご提示ください。
※やさい割は、ご家庭で収穫された野菜を上演日にご持参くださる方が対象です。

●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/劇団こふく劇場、三股町、三股町教育委員会
●助成/公益財団法人アサヒグループ芸術文化財団
公益財団法人宮崎県芸術文化協会チャレンジ文化活動事業(助成事業)
●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

チケット
販売中

三股町立文化会館自主文化事業

小さな音楽会のファミリーコンサート

ママのおひざでうたったうたは、きつと心に
残るはず。いっしょにうたって遊ばしよ。

パパとママといっしょに
おいておいて
X'masX'mas
コンサート

2019年12月21日(土) 14:00開演
(開演は開演の30分前)

■出演/【小さな音楽会】
川崎圭子(うた)・横山桂子(ピアノ・フルート・キーボード)
宇野奈津子(ピアノ)・愛川義夫(クラシックギター)
[スペシャルサポーターメンバー] 豊岡淳子(ウッドベース)
[スペシャルパフォーマー] CLOWN CHAPPY

■内容/みんなであうたおう! X'mas song、うたって 動いて 見て 聴いて!、
絵本、ミュージックシアター、あそびうたなど、いろんな音楽をたのしもう

■料金/1人チケット(0歳から一律)...600円(当日700円)
2人チケット...1,000円(当日1,200円)
3人チケット...1,500円(当日1,800円)

※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)
■チケット発売開始/11月2日[土]午前9時30分
■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
TEL 0986-51-3462 https://bunka.town.mimata.lg.jp

チケット
発売中

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。



地区座談会を開催しました

町では、5月から6月にかけて「地区座談会」を町内9カ所で開催しました。町民の皆さんと、町長・副町長・教育長・町の各課(局)長との間で、活発に意見が交わされました。

■問い合わせ先 企画商工課 企画政策係 ☎52-1114



地区座談会の様子(6月12日・第3地区分館)

- **目的・趣旨**▶「町民総参加のまちづくり」実現のため、町民の皆さんの意見などを町政に反映させるために行うものです。
 - **開催方法**▶開催日や場所は、各地区の自治公民館の希望に基づいて開催しています。本年度は5月から6月にかけて町内9つの地区で開催しました。
 - **主な内容**▶本年度の新規・重要事業などの説明と質疑応答、その他自由な意見交換などを行っています。
 - **意見・要望などの取り扱い**▶各地区の皆さんの貴重なご意見や提言、要望などを真摯に受け止め、今後の町政に生かしていきます。しかし、予算を伴う要望については、財政状況と要望の緊急性を考慮し、優先順位をつけて対応します。
- ※座談会の詳細は、町公式サイトでも確認できます。
<https://www.town.mimata.lg.jp/>
 ※質疑応答の内容を要約・抜粋して掲載しています。ご了承ください。

Q 質問・要望
 自主防災組織の結成について、どのくらい周知されていますか。

A 町の回答
 自主防災組織は、現段階で町内2

つの自治公民館がすでに稼働しています。

▼ **その後の対応**
 現在、新しい自主防災組織として前目と上米の自治公民館が立上げ中です。また第5地区は、10月より着手します。



東植木自主防災組織

※ **自主防災組織とは**▶地域住民が協力して「自分たちの地域を自分たちで守る」ために立ち上げる組織のことです。平常時には災害に備えた取組を実践し、災害時には被害を最小限に抑止めるための応急活動を行います。

Q 質問・要望
 町が推進しているサロン活動についてお尋ねします。町内にはサロンの看板を掲げた場所が何カ所ありますか。またどのような支援をしていますか。活動後は事業報告をする必要がありますか。

A 町の回答
 現在、町内に33カ所あります。また基本的に2万3千円を各サロンに助成していますが、サロンの開催回数が多いところなどには最高4万円を限度に支給しています。茶話会のような活動だけではなく、役場の保

健師が体操の実演を行ったりしています。事業報告についてですが、理学療法士が、町社会福祉協議会の職員と各サロンに定期的にお伺いし、問題の有無を確認しますので報告は不要です。

▼ **その後の対応**
 現在33カ所のうち3カ所が活動を休止しており、運営を行う上で必要となるリーダーの後継者育成が課題となっています。

Q 質問・要望
 防災士の概要を聞きたいです。また、年齢制限はありますか。

A 町の回答
 基礎講習というのがありまして、防災に関わる地震などの基本的な知識を一日受講した後、テキストが配られ、そのテキスト内で試験形式の回答をして送ると採点の結果が返ってきます。後日、応用編で講習が一日あり、テキストに沿って講習や事例などの発表があります。翌日、筆記試験があつて50点中40点以上で合格し、資格を取得できます。また年齢制限はありません。

Q 質問・要望
 過疎地区で町が分譲したとありますが、具体的にどのような流れで分譲が進むのかを教えてください。

A 町の回答

宮村の小鷺巣という集落ですが、小学生が少ないということで子育ての世帯を同地区に呼び込みたいと地区の皆さんから相談がありました。地域の協力を受け用地の選定や地権者との交渉を進めてきたところです。来年度中には分譲を行い売り出していこうと考えております。引き続き地域の皆さんの意見や知恵をお借りしながら用地の選定や分譲に向けての取り組みを進めます。

▼その後の対応

現在、小鷺巣地区においては、来年度の分譲に向けて工事を進めている所です。今後分譲地の件や、人を呼び込むための策などの相談があれば、積極的に関わらせていただきます。



小鷺巣地区の分譲予定地

何を整備したらいいのかを一緒に話させてもらいたいと思います。現在、土砂災害についてのハザードマップはありますが、本年度はさらに浸水や洪水の対策も盛り込んだ新しいハザードマップを作成し直すというところで進めています。

▼ **その後の対応**
 防災拠点施設整備計画を進めていく中で、主体的に自主防災組織づくりを支援していきます。

Q 質問・要望

町内には使わなくなったプールが数カ所あると思いますが、今後、解体や販売処理などをしてもらえないですか。また跡地についてはできれば公民館役員をはじめ地域全体で協力し利用計画を立てていきたいと思っています。何か情報があれば教えてください。

A 町の回答

現在利用されていないプールが町内にいくつかあります。長い間使っていないプールは、解体なども検討していますが、今年度は解体するための予算が確保されてないので難しいです。今後、検討していきたいと思っています。

▼その後の対応

利用していないプールについては、跡地の有効利用を考慮し、順次

検討していきます。

Q 質問・要望

聖火ランナーのコースや報酬などについて教えて欲しい。

A 町の回答

走るコースなどはだいたい決まっていますが、秘密情報であり、一般には公開できないことになっています。7月1日から各県で申込みが始まります。インターネットや役場でも申し込みができます。

▼その後の対応

聖火ランナーの募集は、8月末で締め切られました。今後選定に入りますが、町が選べる枠は、1人です。



前回の東京五輪大会聖火リレー参加を記念し建てられた国旗掲揚塔(町体育館)

Q 質問・要望

五本松団地跡地の今後について、まだ基本的に役場としては何をするかということは考えていません。どんな方面でいきたいとか大まかな方向性でも構いません。

A 町の回答

現段階で、具体的にどのような施設を作るか、どのように活用していくかというのはまだありません。た



地区座談会の様子(5月23日・第5地区分館)



五本松団地跡地

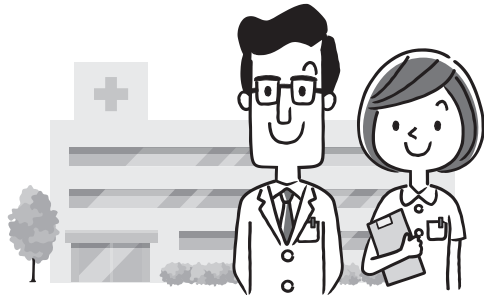
「治療」の前に、まず「予防」を！

生活習慣病を未然に防ぐためには、適度な運動と規則正しい食生活を心がけ、喫煙や飲酒に注意し、肥満を予防することが大切です。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」を早期に発見して病気を予防するためにも、年1回は健診を受けましょう。

町国保では、40歳以上の人を対象に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。

- 個別健診：指定医療機関で6月～10月に実施
※自己負担の費用は500円です
- 集団健診：各地区分館などで6月～11月に実施
※無料です

受診できなかった人は来年度に受診しましょう。来年度の実施時期は回覧で案内予定です。



本年度最後の健診です

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。

- 実施日 11月17日(日)
 - 受付時間 午前9時～10時30分
 - 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)
※両方がないと受診できません。

※①、②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てお越しください。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。

こんなときには14日以内に届け出を！

	届け出が必要とき	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、国保と職場の健康保険両方の保険証、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

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。

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の皆さんがお金を出し合い、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。

しかし、加入者の年齢構成も高く、高額な医療費がかかる人が多いなど財政的な問題も抱えています。

そのため、平成30年度から都道府県と市町村がともに保険者となり、それぞれの役割を担うことになりました。

一人当たりの医療費



平成30年度の町国保における一人当たりの医療費は41万9610円となっています。この額は県内の市



皆さんの健康と医療を守る
国民健康保険

町村平均の39万1230円に比べて2万8380円高い額となっています。

また、医療費の額は年々高くなる傾向にあります。医療費を少しでも抑えるために次の3つの事項に気を付けて受診しましょう。

①緊急の場合を除き、平日の時間内に受診しましょう

休日や夜間の緊急医療機関は、緊急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。

②「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、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。

③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かからない分、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

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

- 日常生活における単純な肩こり、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的疲労改善のための施術

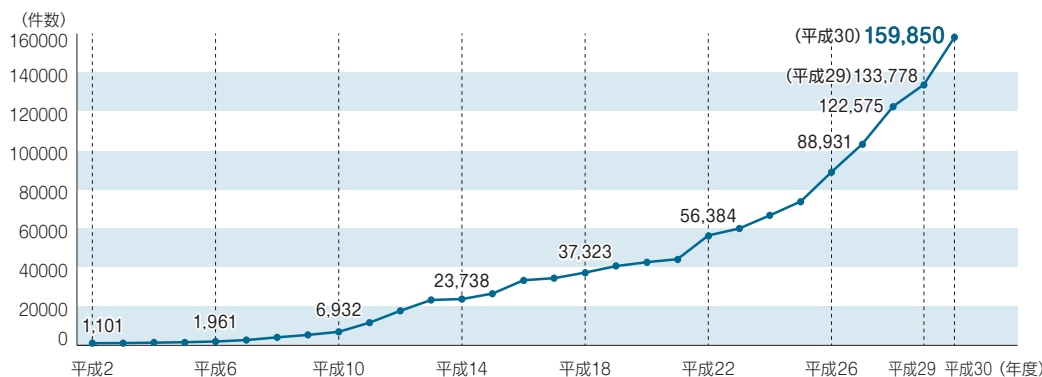
することは、自己負担の軽減だけでなく、国保の保険料など医療保険の負担軽減にもつながります。ジェネリック医薬品の使用方法などは、医師や薬剤師に相談しましょう。

11月は児童虐待防止月間です

～いち早く ちいさな命に 待ったなし～

平成30年度中に、全国212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、159,850件（速報値）で、過去最多となりました。集計を始めた平成2年度から28年間連続で増加しており、昨年と比較し、26,072件増加しています。

児童虐待相談件数の推移



平成30年度
159,850件

26,072件
増加

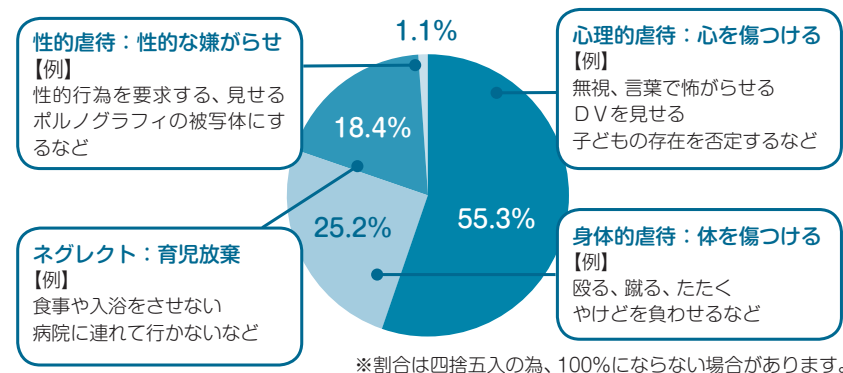
平成29年度
133,778件

※平成30年度の件数は、速報値のため、今後変更する可能性があります。

主な増加要因

- 児童虐待相談件数が増加した主な理由については、以下のことが挙げられます。
- 配偶者への暴力がある事案（面前DV）について、警察からの通告が増加した。
 - 児童相談所全国共通ダイヤル（189）の広報や、マスコミ報道などにより、児童虐待への意識が高まった。

平成30年度 虐待の内容別割合



虐待の内容別では、「心理的虐待」が55.3%を占めており、次いで「身体的虐待」が25.2%を占めています。心理的虐待が増加している要因の一つとして、警察からの面前DVの通告件数の増加が挙げられます。



子どもを健やかに育てるために ～愛のむち ゼロ作戦～

子育てをしていると、子どもが言うことを聞いてくれず、イライラして、つい、叩いたり怒鳴ったりしてしまいそうになることもあるはず。でも、体罰や暴言は、恐怖で子どもをコントロールしているだけで、なぜ叱られたのか子どもが理解できていないこともあります。最初は「愛のむち」のつもりでも、いつの間にか「虐待」へとエスカレートしてしまうこともあります。体罰や暴言による「愛のむち」は捨ててしまいましょう。次のポイントを心がけて、子どもの気持ちに寄り添いながら、皆さんで前向きに育てていきましょう。

- ① 子育てに体罰や暴言を使わない
- ② 子どもが親に恐怖を持ってしまうとSOSを伝えられない
- ③ 自分なりの方法で爆発寸前のイライラをクールダウン
- ④ 親自身がSOSを出そう
- ⑤ 子どもの気持ちと行動を分けて考え、育ちを応援

自分自身が出産や子育てに悩んだり、また皆さんの身近に子育てに悩む親がいたら、お気軽に相談窓口にご相談ください。

相談窓口 ～相談・通告はこちら～

- 福祉課 児童福祉係 …… ☎52-9060
- 都城児童相談所 …… ☎22-4294
- 児童相談所 全国共通ダイヤル … 189
- 連絡は匿名で行うことも可能です。
- 連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。

子どもたちを守るために、地域全体で発生予防や早期発見に取り組みましょう

問い合わせ先
福祉課 児童福祉係
☎52-9060（直通）



①バスケットボール ②テニス ③ミニバレー ④卓球パレー ⑤弓道 ⑥ミニテニス ⑦四半的弓道 ⑧グランドゴルフ
⑨パタンク ⑩卓球 ⑪ソフトボール

●ミニバレー部（1部）130歳以上の部）／リカーズB、2部（200歳以上の部）／つくしB

●卓球パレー 大村和彦・大村たつ子・時任ミチ子・永盛八重子・原田廣志

●弓道 男子／野辺厚、女子／中武陽子

●ミニテニス（ペア） 森田久美子・永徳咲子

●パークゴルフ 男子／大重陽一、女子／中村ミナ子

●四半的弓道 隈元勝男

●パタンク 指宿安正・山元凱雄・宮里翠

●卓球 男子／上西啓太郎、女子／稲員裕味

●バドミントン 長井朝葵

●グラウンドゴルフ 男子／北野勇、女子／有村トシ子

●自治公民館対抗ソフトボール 前目・下新馬場・夢池・高畑・中原・谷自治公民館

●硬式テニス 男子単・上級以上／五條量寿、男子単・中級以下／末吉成、女子単・オープン／南郷恵理子

●バスケットボール オクトパス

開会式 選手宣誓（左：宮之原 真稀さん 右：安藤 亜美さん）→

第12回

熱戦繰り広げられた みまた町民総合スポーツ祭



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いたします。ご家庭での献立にご利用ください。

11月の旬の食材

- ・ニンジン
- ・サツマイモ
- ・ホウレン草
- ・ゴボウ
- ・みかん

※材料は全て1人分です

■主食/ごはん

168^{キロカロリー} 塩分0^{グラム}

材 料 ごはん…100^{グラム}

■主菜/チーズタッカルビ

291^{キロカロリー} 塩分1.4^{グラム}

材 料 鶏モモ肉…60^{グラム}、キャベツ…100^{グラム}、ニンジン…20^{グラム}、タマネギ…30^{グラム}、ゴマ油…小さじ1、とろけるチーズ…20^{グラム}、●コチュジャン…小さじ1、●しょう油…小さじ1/2、●酒…小さじ1、●おろしニンニク…小さじ1/3、●おろしショウガ…小さじ1/3

作り方 ①鶏モモ肉は一口大に切り、●のタレに漬け込んでおく。②キャベツはザク切り、ニンジンは細切り、タマネギは薄切りにする。③フライパンにゴマ油を熱し、野菜を炒める。しんなりしたら鶏肉をタレごと入れ、全体を絡める。④フタをして中火で10分ほど蒸し焼きにする。⑤真ん中にチーズを入れ、再びフタをして、1～2分蒸し焼きにする。

■副菜/サツマイモのジャコ炒め

83^{キロカロリー} 塩分0.4^{グラム}

材 料 サツマイモ…50^{グラム}、チリメンジャコ…小さじ1、油…小さじ1/3、砂糖…小さじ1/3、しょう油…小さじ1/3

作り方 ①サツマイモはよく洗い、皮付きのまま4^{ミリ}厚さの斜め切りにし、さらに幅4^{ミリ}の細切りにする。水にさらしてザルに上げ、水気を切る。②鍋に油を入れ、サツマイモを入れ中火で炒める。ジャコと少量の水を加えフタをして蒸し焼きにする。③サツマイモが軟らかくなったら砂糖としょう油を加え、水気を飛ばすように炒める。

■副菜/ホウレン草とゴボウのゴマ和え

50^{キロカロリー} 塩分1.0^{グラム}

材 料 ホウレン草…50^{グラム}、ゴボウ…30^{グラム}、コショウ…少々、バター…小さじ1/2、●酢…小さじ1/2、▲しょう油…小さじ1、▲砂糖…小さじ1/6、ゴマ…小さじ1/3

作り方 ①ホウレン草は熱湯で茹で、3^{センチ}長さに切り、しっかりと絞る。②ゴボウは斜め薄切りにする。フライパンにバターを溶かし、ゴボウを炒める。軽くコショウをふる。③▲の調味料をよく混ぜ、具材を和え、ゴマを振る。

■もう一品/みかん

37^{キロカロリー} 塩分0^{グラム}

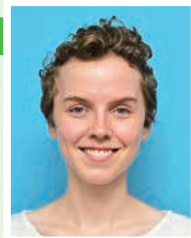
材 料 みかん…1個

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

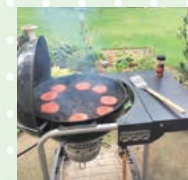
「ただいま」

リプリー・カラリー



最近、3年ぶりに地元のアメリカアイオワ州に帰省しました。楽しみにしていた反面、日本に慣れていたで、逆カルチャーショックを受けるのではと心配していました。また、久しぶりに故郷を訪れたら、日本に戻りたくなくなる可能性も心配でした。いよいよ13時間のフライトの末、実家の最寄りの国際空港に到着。久しぶりなのに昨日も眺めてたような景色を見て、ほっとしました。毎日分らないことだらけの日本と違って、相手の言っていることをとっさに理解し、すぐに返事をす

ることができて、不思議に感じました。そして実家の静かな裏庭を眺めながら、父が焼くおいしいバーガーを食べて、故郷っていいなと思いました。それでも、やはり逆カルチャーショックもありました。知らない人でも、すぐに話しかけるアメリカ人のフレンドリーさや、昔は暑いと思っていたアイオワの真夏を涼しく感じたことなど、ビックリしました。それにしても、最高な10日間でした。



vol.11

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

『人を育てる長田小』

地域おこし協力隊：笠島 一郎さん・幸代さん

今年度は全校児童数 35 人の長田小を中心に長田地区は動いています。学校の敷地内にある「ひまわり保育園長田分園」の園児は児童と、いつも交流しています。自然豊かな環境と、地域全体で子どもたちを育てる雰囲気の中、0歳児から小学6年生まで自然と名前を呼び合える関係があります。また特認校制度を使って校区外から長田小へ通う子どもたちも大切な長田地区の宝です。情報量の多さに子どもたちでさえ追われている現代。子どもの人格形成の時期にこれでいいのかという疑問がありました。東京で暮らしていた当時、息子の極度の人見知りや悩んでいました。でも、先日の保育園と長田小合同の運動会には、人見知りや嘘のようにわんぱくに育っている息子がいました。長田は人を育てる力がある地域です。長田小と一緒に学んでみませんか？



C U L T U R E

小倉邸で演劇を楽しむ

9月29日、全国各地の演劇を味わう「みまた演劇物産展2019」第一弾、福岡県行橋市の劇団「演劇関係いす」と校舎」による演劇公演『ものみ』が行われました。会場は古民家「小倉邸」の一室。観客は8畳の部屋で演じられる行橋の家族の物語を隣の部屋から楽しみました。

9月16日、『三遊亭歌之介改メ四代目三遊亭圓歌独演会』が行われました。「歌之介」から「圓歌」襲名後、初の三股公演。その話術に観客は大笑い、会場は大変盛り上がりしました。

さつまの爆笑王がやって来た!

11月16日、音楽公演『フルートとハーブの世界』が行われました。本町出身の大保麗香さんも含めたフルート奏者8人とハーブ奏者による演奏。美しい音色が会場を優しく包み込みました。

フルートとハーブの音色

★文化会館の主催公演(11月12月) 高校演劇部、県決勝大会

11月16日、17日、『県高等学校演劇大会』が行われます。県内の高校演劇部代表を決めるこの大会。出場は、予選を突破した都城商業高校、都城西高校ほか6校。高校生たちのエネルギー溢れる演劇をお楽しみください。

劇団こふく劇場が絵本を舞台化!

11月30日、12月1日、劇団こふく劇場による演劇公演『キャベツくん』が行われます。長新太のナンセンス絵本「キャベツくん」シリーズを、俳優の表現力とバンドの生演奏で舞台化します。

宮沢賢治の名作の人形劇!

12月11日、人形劇団「クラルテ」による『銀河鉄道の夜』が行われます。宮沢賢治の名作を人形劇にしました。一緒に、銀河の旅にでかけましょう!

詳しくは、本誌裏面をご覧ください。



『ものみ』本公演(小倉邸)



昨年の「高校演劇大会(都城西高校)」本公演

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

音読にチャレンジを開催しました

9月25日、「脳の運動!音読にチャレンジ」を開催しました。6人の参加があり、図書館職員と一緒に詩や古典を声に出して読んだり、脳トレに挑戦しました。参加者からは、「声に出すことで詩の内容を吟味できた!」「最近あまり本を読むことがなかったのに、文学に触れる機会となった!」などの感想が聞かれました。音読は脳を活性化させると言われています。今後も、定期的に音読教室を実施していきます。

としょかん映写会「西郷どん」上映

昨年放送の「大河ドラマ西郷どん総集編」の映写会を11月に行ないます。

8日(金)と15日(金)

午前10時10分/正午/前編
午後1時30分/4時/後編

※両日とも同じ内容です

前編(第1章「薩摩」第2章「再生」)
後編(第3章「革命」第4章「天命」)



詩や古典を声に出して読む、音読にチャレンジ



図書館で落語を楽しむ
~としょかん寄席開催します~

三股町立図書館

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

図書館で落語を楽しむ

11月24日(日)午後2時からアマチュア落語家による「としょかん寄席」を行います。出演は、日向市を拠点に定期寄席などを開催している古典落語同好会「としろう党」のみなさんです。たったひとりですべての登場人物を演じる落語の魅力に触れてみませんか。子どもも大人も、気軽に落語を楽しめる機会です。入場無料で、事前申し込みは必要ありません。落語にまつわる資料も館内に展示していますので、あわせてご覧ください。

「絵本カフェ」絵本の魅力を語ろう

お気に入りの絵本を持ち寄って、絵本の魅力について語りませんか。11月30日(土)午後2時から行います。カフェで話すような気楽な気持ちで、ご参加ください。参加を希望する人は、図書館までお申し込みください。

●休館案内(17ページ)のカレンダー)



「こだわり米」生産の今新町内初「ひなたGAP」取得

9月17日、町役場で農業生産工程管理制度「ひなたGAP」の認証書授与式があり、県北諸県農林振興局の図師郁夫局長が町内の農事組合法人「今新」の小倉組合長に認証書を手渡しました。県独自の制度で今回が本町で初の認証となります。同組合は、農地約40畝を管理しコメ、大豆やジャガイモを生産。認証を受けたのは「こだわり米を生産する2畝余りです。同米は町物産館「よかもんや」で販売しています。小倉組合長は「認証シールを活用してPRし、安全安心なコメを提供したい」と話しました。同制度は五輪の食材調達基準も満たしている、来年の東京五輪・パラリンピックでの食材提供が可能です。



会員同士の親睦を深めるグラウンドゴルフ大会

10月8日、町老人クラブ連合会（大浦芳英会長、1103人）が、元気の杜広場などで「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を育成と、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24クラブから192人が参加。3ラウンド24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。



地域おこし協力隊 清山美咲さんが着任

町として3期目の地域おこし協力隊1人が10月15日に着任しました。本年度2人目の隊員となります。任期は最長3年間で、町の非常勤特別職として、本町の魅力化に取り組めます。着任したのは、宮崎市出身の清山美咲さん。清山さんは、串間市地域おこし協力隊として、移住定住促進を担当、また市内の高校では、対話型による授業やまち歩きワークショップを自主的に行うなど活躍されました。その後、本町のまちづくりに魅力を感じ応募。今までの貴重な活動や経験を生かし、五本松交流拠点施設整備など、住民参加型のまちづくりの支援に取り組みます。



10月15日、宮崎梅田学園硬式野球部（宮崎市）がティーボール教室を夢池公園で開催しました。これは、小さい頃から野球に親しんでもらおうと、日本野球連盟が主催し、たいてい認定子ども園の約40人の園児が参加しました。同学園が自動車教習所を運営していることから、最初に交通安全教室として横断歩道の渡り方などを学びました。次に園児はボールの捕り方や投げ方



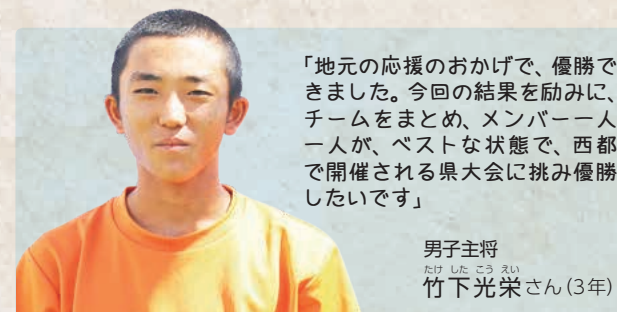
を教わった後、バッティングを体験。ウレタン製のボールを台の上に乗せて打つティーボールを楽しみました。ゴロあり、空振りもありと、園児は打つ感触を味わい、一打一打に歓声を上げていました。



「最初は、難しかったけど、ボールをバットで前に飛ばすのは楽しかったです」
たていけ認定子ども園 中津咲羽ちゃん（三原在住）

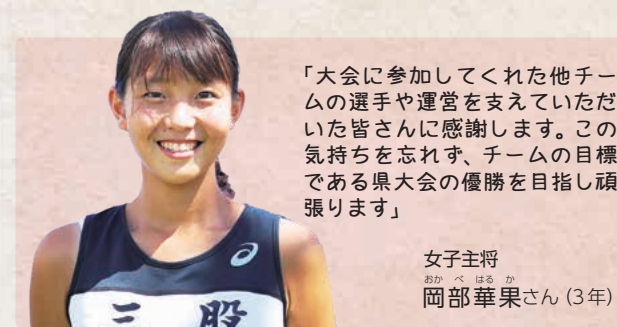


ティーボール教室開催 園児たちがバッティング体験



「地元の応援のおかげで、優勝できました。今回の結果を励みに、チームをまとめ、メンバー一人一人が、ベストな状態で、西都で開催される県大会に挑み優勝したいです」

男子主将
竹下光栄さん（3年）



「大会に参加してくれた他チームの選手や運営を支えていただいた皆さんに感謝します。この気持ちを忘れず、チームの目標である県大会の優勝を目指し頑張ります」

女子主将
岡部華果さん（3年）



男子スタート



女子スタート



Topics
南九州中学校駅伝競走大会
三股中3年連続アベックV!

9月29日に、第21回三股町南九州駅伝大会（町体育協会・三股陸上クラブ主催）が開催されました。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21校、42チームが参加。女子は全5区間10キロを、男子は全5区間15キロを争いました。三股中駅伝部（横山邦泰、米田透監督、計30人）からは、女子2チーム、男子3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3年連続でアベック優勝を果たしました。懸命にたすきをつなぐ選手たちの姿に、沿道からは温かい声援が送られていました。また、駅伝競走に先立って男女2キロのロードレースも開催されました。

町商工会長
廣瀬吉弘さん
（親田在住）

町商工会チャリティゴルフ募金全額を町社協に寄付
9月20日、町商工会の廣瀬吉弘会長が町長室を訪れ、9月1日に開催したチャリティゴルフで集まった募金全額を木佐貫町長に手渡しました。町商工会では、会員の交流を図るため、ミニバレーボールやパークゴルフなどを毎年開催。今年は、2年ぶりとなるチャリティゴルフコンペを開催し、会員や大会の趣旨に賛同する町民など58人が参加しました。

町商工会長
廣瀬吉弘さん
（親田在住）

寄付金は、町社会福祉協議会を通じて、地域福祉のために役立てられます。



小さな善意を大きな力に
赤い羽根共同募金運動開始式

10月1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5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。

年金生活者支援給付金制度」の担当者を名乗る電話や訪問にご注意ください！

■事例内容＝

年金支給の担当者を名乗る男女二人組が、自宅を訪問し「年金生活者支給給付金制度の通知漏れがある」などと語り、口座番号などの個人情報を入力させるといふ事例が町内で発生しています。

■年金生活者支援給付金制度とは＝

年金生活者支援給付金は、10月1日より開始された制度です。消費税率引き上げ分を活用し、公的年金などの収入や所得額が一定基準額以下の人に、年金に上乗せして支給するものです。給付金を受け取るためには、9月上旬から順次対象者に送付される請求書の提出が必要です。

■アドバイス＝

都城年金事務所または町の職員が、この支援給付金に関する電話での連絡や訪問を行うことはありません。また口座番号などの個人情報を聞くことは、一切ありません。

少しでも不審に思われたり、不安を感じたら、都城年金事務所または町民保健課 国保年金係までご連絡ください。

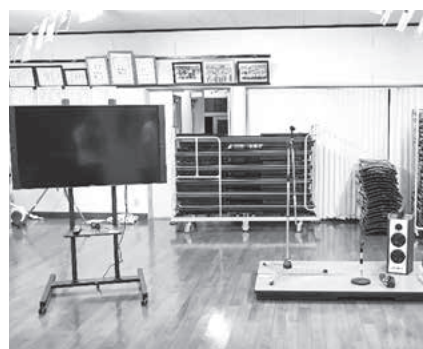
■お問い合わせ＝

都城年金事務所 ☎23-2571
町民保健課国保年金係
☎52-9631



宝くじ助成事業で備品の整備を行いました

(一財)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、安全な地域づくりなどに対して助成を行い、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を行っています。このたび、この事業を活用して、高畑自治公民館が、映像設備・音響機器・会議用テーブル・折りたたみ椅子などの整備を行いました。



▲今回整備された映像設備などの備品

■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 企画政策係
☎52-1114

令和元年分給与所得の年末調整説明会を開催します

12月は、給与などに係る源泉所得税の年末調整の月です。

都城税務署では、令和元年分給与所得の年末調整等説明会を開催します。

■日時＝11月19日(火)

午前9時30分～11時30分または午

後1時30分～3時30分

■会場＝都城市総合文化ホール 中

ホール(都城市北原町1106番地100)

■対象＝事業所の年末調整事務担当者

■問い合わせ＝

都城税務署 ☎22-4377

年金の仕組みを一緒に学びませんか？

(一社)宮崎県年金協会では、年金説明会を開催します。複雑でわかりにくいと思われがちな年金制度について、少しでもご理解いただき、退職後の生活設計にお役立ていただくよう、わかりやすく解説します。

■日時＝11月20日(水)午後1時30分～3時30分(予定)

■講師＝日本年金機構 都城年金事務所
お客様相談室長 天辰 健太郎さん

■会場＝

都城市コミュニティセンター1階
(都城市姫城町10-7)

■対象＝年金の受給が開始された人やこれから年金を受給される人など、年齢に関係なくどなたでも参加可能です。

■参加料＝無料

■問い合わせ＝

(一社)宮崎県年金協会
☎0985-22-6075

令和2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。また、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＝11月1日(金)

から配布します

■申込書などの配布場所＝入園希望の保育園、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、必ず希望する園でお願いします。

■受付期間＝11月21日(木)～12月20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。

※2号・3号認定の皆さんは、町外の保育園・認定こども園への入園に制限があります。

※年度途中での他の保育園・認定こども園への転園は認められません。

■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」を参照)。

【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)

■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。

■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



2019世界糖尿病デーイベントin都城」を開催します

■日時＝11月22日(金)午後6時30分～午後9時 ※予定

■会場＝都城市総合文化ホール(中ホール)

■参加料＝無料

■定員＝600人 ※申込不要

■内容＝糖尿病に関する講演会、アトラクション(太鼓、ダンスなど)

■お問い合わせ＝

都城健康サービスセンター
☎36-8750

事業者向け消費税軽減税率制度説明会を開催します

都城税務署では、事業者を対象に、

消費税軽減税率制度に関する説明会を開催します。多くの事業者に関係のある制度ですので、ぜひご参加ください。

■日程＝11月27日(水)11月29日(金)

■時間＝両日とも午後3時～4時(受付は2時30分から)

■場所＝都城税務署

2階会議室(都城市上町2街区11号都城合同庁舎内)

※詳しくは、国税庁の公式サイト

www.nta.go.jpをご覧ください。

■申し込み・問い合わせ＝

都城税務署
法人課税第1部門
☎22-4383(直通)



愛のご寄付

■寄付者一覧

令和元年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

●忌明寄付

寄 付 者	続柄	故人名	年齢	地区	金額
竹内 広樹 父	坦	79	東原	3万円	
橋口 敏子 夫	治良	94	前目	5万円	
崎田 文子 夫	稔	74	田上	3万円	
中石 高男 妻	さわ子	82	上米	3万円	
福田みどり 義母	ミル工	90	前目	3万円	
尾崎 勇 妻	工ミ子	80	高畑	3万円	
八木 明子 義兄	桑畑幸三	88	下新	2万円	
渡辺まり子 夫	哲郎	66	山王原	3万円	
初森 幸治 母	好子	93	餅原	3万円	

●一般寄付

三股町商工会 商工会長杯チャリティゴルフ大会…………… 36,750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5日(木)

■受付時間=午後1時~1時30分

■対象者=平成30年11月・平成31年5月、9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)

※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カ月児健診

■期日=11月28日(木)

■受付時間=午後1時~1時30分

■対象者=平成30年3月1日~平成30年4月30日生まれ

■持ってくるもの=母子健康手帳、質問票

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

●11月は乳幼児突然死症候群(SIDS)対策強化月間です

「乳幼児突然死症候群(SIDS:Sudden Infant Death Syndrome)」は、それまで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。

~SIDSの発症率を下げる3つのポイント~

①寝かせる時はあおむけに寝かせましょう

②できるだけ母乳で育てましょう

③たばこはやめましょう

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)。

月~金曜の午前9時~正午までと、午後1時~3時に開放しています。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、町社会福祉協議会公式サイトでもお知らせしています。

「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。

●親子教室(親子でのびのびストレッチ)

乳幼児を抱っこして負荷をかけて行うストレッチを紹介します。15組限定です。参加したい人は申し込みをお願いします。

■期日=11月19日(火)

■時間=午後1時 開始 (受付午後0時50分~)

■場所=町総合福祉センター「元気の杜」大会議室

■講師=中筋 清人先生 (健康運動指導士)

■対象=首が座ったくらいから3歳児くらいまでの乳幼児と母親

■準備=乳児は、抱っこ紐(スリングは不可)

■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

外国語指導助手(ALT)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=11月21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26日(火)、12月10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=12月5日(木)

■時間=午前10時30分~11時

●ウルトラマン教室

子育ての悩みや発達の不安などを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=12月12日(木)

■時間=午前10時~11時30分

■講師=都城ひかり園の先生

■場所=町総合福祉センター「元気の杜」大会議室と子育て支援センター

ファミリー・サポート・センターたんぼぽからのお知らせ

●ファミリー・サポート・センターたんぼぽ ☎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助け合う組織です。”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事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?一人で悩まず、気軽に相談だけでも来てください。急な用事に備えて、登録(無料)している人もたくさんいます。

<現在行っている援助>

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、保育園や児童館への送迎など

●利用料金(町が一人目のみ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。

■登録・お問い合わせ=

ファミリー・サポート・センターたんぼぽ☎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)
※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

●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18日(月)

■時間=午前10時~11時

■場所=町健康管理センター

●インフルエンザの流行が近づいてきます。

インフルエンザの流行は1~2月頃がピークですが、11月頃から徐々に増え始める病気です。インフルエンザ予防のために、早めの対策をしましょう。

~普段からできる予防法~

・インフルエンザワクチン接種

・外出時のマスクの着用

- ・人混みへの外出を控える
- ・室内の適度な湿度を保つ(加湿器の使用など)
- ・十分な休養とバランスの良い食事
- ・うがい、手洗いの徹底

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・9063

●ロコモティブシンドローム(運動器症候群)をご存知ですか?

ロコモティブシンドローム(以下、ロコモ)とは、運動器の障害のために移動機能の低下をきたした状態のことをいい、進行すると介護が必要になるリスクが高くなります。

ロコモは、筋肉、骨、関節、軟骨や椎間板といった運動器のいずれか、あるいは複数の障害が起り、「立つ」「歩く」といった機能が低下している状態をいいます。

ロコモが進行すると、日常生活にも支障が生じます。いつまでも自分の足で歩き続けていくために、運動器を長持ちさせ、ロコモを予防し健康寿命を延ばしましょう。

町が開催している足もと元気教室やこけないからだ体操講座などでは、ロコモを予防するための運動を多く取り入れています。いつまでも健康でいるために、これらの教室に参加してみませんか?

※町内在住の人は誰でも利用できます。

こけないからだ体操講座は場所や日程について『広報みまた』先月号をご参照ください。

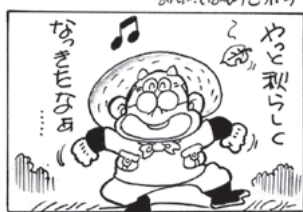
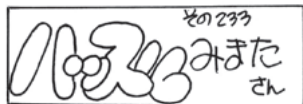
※利用希望の人は、町地域包括支援センター(☎52-8634・9063)にご相談ください。

●足もと元気教室

■日程=11月15日~12月14日までの分

地区名	日 程	時 間	場 所
1地区	11月15日(金) 12月6日(金)	午前9時30分~11時	第1地区分館
2地区	12月5日(木)	午後1時30分~3時	2地区交流プラザ
3地区	12月12日(木)	午後1時30分~3時	第3地区分館
4地区	11月20日(水)	午前9時30分~11時	第4地区分館
5地区	11月21日(木)	午後1時30分~3時	轟木集落館
三原	11月20日(水)	午後1時30分~3時	三原コミュニティセンター
蓼池	11月21日(木) 12月5日(木)	午前9時30分~11時	蓼池児童館
餅原	11月18日(月)	午前9時30分~11時	餅原研修館
下新	12月13日(金)	午前9時30分~11時	第7地区分館
今市	12月2日(月)	午前9時30分~11時	今市児童館
中原	11月27日(水) 12月11日(水)	午前9時30分~11時	中原コミュニティセンター
花見原	12月4日(水)	午前9時30分~11時	花見原コミュニティセンター
8地区	11月22日(金)	午前9時30分~11時	第8地区分館
9地区	11月27日(水) 12月11日(水)	午後1時30分~3時	第9地区分館

■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

『収穫の喜び』



三股西小の稲刈り学習

三股西小学校（内村浩二郎校長、772人）の5年生が、「米づくりを通して、食と命の関係を考えよう！」をテーマに学校近くの田んぼで稲刈り体験しました。地域の協力を得て1把ずつ丁寧に刈り取り、縛った束を次々に運んで掛けていきました。収穫したもち米は脱穀後、11月に学校で餅つきを実施する予定です。

みまた 暮らしのカレンダー

令和元年11月1日（金）～12月9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	金	・可燃物	
2	土		
3	日	◎児玉小児科 ^{（小）} ☎25-5570 ^{（花線町）} ◎藤元上町病院 ^{（内）} ☎23-4000 ^{（上 町）} ◎大橋クリニック ^{（内・消・リハ）} ☎37-0539 ^{（庄内町）} ◎一心外科医院 ^{（外・胃・肛門・内）} ☎52-7788 ^{（三股町）} ◎小牧病院 ^{（整）} ☎24-1212 ^{（立野町）} ◎宮田眼科病院 ^{（眼）} ☎22-1441 ^{（蔵原町）} ・図書館休館日	
4	月	◎柳田病院 ^{（小・内）} ☎22-4862 ^{（東 町）} ◎瀬ノ口医院 ^{（内・消）} ☎25-5155 ^{（姫城町）} ◎田中隆内科 ^{（内）} ☎52-0301 ^{（三股町）} ◎山路医院 ^{（外・内）} ☎64-3133 ^{（山田町）} ◎いき形成外科ひか科クリニック ^{（形・皮）} ☎45-0020 ^{（年見町）} ◎かみながえクリニック ^{（耳鼻）} ☎25-0224 ^{（上長飯町）} ・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		・図書館休館日
10	日	◎原田医院 ^{（内・小・外）} ☎26-3330 ^{（郡元町）} ◎森山内科・脳神経外科 ^{（内）} ☎21-5000 ^{（南鳳尾町）} ◎宇宿医院 ^{（内・胃・消）} ☎25-9031 ^{（栄 町）} ◎三州病院 ^{（外・胃・内）} ☎22-0230 ^{（花線町）} ◎きたむら皮膚科クリニック ^{（皮・アレ）} ☎38-7300 ^{（吉尾町）} ◎丸田病院 ^{（産・婦）} ☎23-7060 ^{（八幡町）} ・図書館休館日	
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	◎共立医院 ^{（内）} ☎22-0213 ^{（蔵原町）} ◎宮永病院 ^{（内・胃・外）} ☎22-2015 ^{（松元町）} ◎みしま内科クリニック ^{（内・備）} ☎51-8100 ^{（三股町）} ◎川畑医院 ^{（外・胃）} ☎46-3225 ^{（年見町）} ◎寺本整形外科医院 ^{（整）} ☎22-1171 ^{（北原町）} ◎西元眼科医院 ^{（眼）} ☎25-8888 ^{（中原町）}	・図書館休館日
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	
22	金	・可燃物	
23	土	◎MKクリニック ^{（小）} ☎51-6777 ^{（早鈴町）} ◎村上循環器内科クリニック ^{（循環）} ☎25-2700 ^{（宮丸町）} ◎園田光正内科医院 ^{（内）} ☎38-5115 ^{（太郎坊町）} ◎メディカルシティ東部病院 ^{（外・整）} ☎22-2240 ^{（立野町）} ◎花房泌尿器科医院 ^{（泌尿）} ☎25-1177 ^{（北原町）} ◎西浦医院 ^{（耳鼻）} ☎22-0715 ^{（松元町）} ・図書館休館日	
24	日	◎畠中小児科医院 ^{（小）} ☎52-6000 ^{（三股町）} ◎もりやま脳神経外科 ^{（脳）} ☎21-6888 ^{（久保町）} ◎しげひらクリニック ^{（内）} ☎27-5555 ^{（神之山町）} ◎吉見クリニック ^{（外・整・内）} ☎58-5633 ^{（高城町）} ◎どいクリニック ^{（外・胃・内）} ☎22-1825 ^{（上東町）} ◎北原医院 ^{（産・婦）} ☎22-4133 ^{（北原町）}	
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		

◎12月の予定

1	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）} ◎大岐医院 ^{（内・胃）} ☎57-2025 ^{（山之口町）} ◎柳田病院 ^{（脳・外）} ☎22-4862 ^{（東 町）} ◎もちお蛸原医院 ^{（整・形）} ☎21-5355 ^{（義原町）} ◎やの耳鼻咽喉科 ^{（耳鼻）} ☎27-5222 ^{（吉尾町）}	
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	◎富田医院 ^{（内・小）} ☎23-4586 ^{（栄 町）} ◎田口循環器科・内科クリニック ^{（内）} ☎24-0600 ^{（下川東）} ◎長倉医院 ^{（内）} ☎52-2109 ^{（三股町）} ◎もりやま脳神経外科 ^{（脳）} ☎21-6888 ^{（久保町）} ◎ならはら皮膚科医院 ^{（皮）} ☎22-1455 ^{（志比田町）} ◎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

翌日、取調室で男性が亡くなった事を知りました。私の頭の中は真っ白になり、私は「人殺しをしてしまったんだ」と自分を責め、涙が止まりませんでした。取り返しのつかない事をしてしまい、これから先どう生きていけば良いのか、仕事はどうなるのかなど、色々な事を想像しました。留置場の中では、もっと早く気づけばと、悔しくて涙が止まりませんでした。

お通夜と告別式には、私の代わりに、両親と親戚が参列しました。私は、10日後に保釈され、両親と親戚とともに被害者

※ 贖いとは、罪を償うという意味。ここに掲載してある手記は、交通事故を引き起こして刑務所で罪の償いをしている人たちの懺悔の記録です。一瞬の過ちによって、家族、恋人、友人など親しき人々から隔絶され、自ら犯した罪を反省している様子が文脈の端端から伝わってきます。このような悲惨な事故を引き起こさないよう、心の戒めにしていきたいと思います。（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17位／令和元年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

12月2日（月）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 25 日（月）です。

やむを得ず口座振替できなかったときは、12月10日（火）

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。

■ 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、病気や失業など、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、また一度に納めることが難しいといった

場合には、印かんをお持ちのうえ、早めにご相談ください。

年度を繰り越す滞納とならないよう、や各種納税相談を受け付けています。

■ 問い合わせ＝特別収納対策係 ☎52－9634

町税の納め忘れはありませんか

町税の納付をうっかり忘れるなどして納期限を過ぎると、滞納として督促状が送られ、本来納めるべき税額のほかに督促手数料や延滞金も併せて納めなければならない場合があります。

また、滞納したままで放置すると、財産の差し押さえなどの滞納処分を受けることにもなります。町税は納期限内に完納しましょう。

■ 問い合わせ＝特別収納対策係 ☎52－9634

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



さらなる高みを目指し鍛錬中
柔道に響く気迫に満ちた声、一方で思い描いた技が決まらな
いと悔しさが表情に浮かぶ颯介君。
7月に福岡県久留米市で開かれた九
州少年柔道大会。4本の一本勝ちを
含む6人を打ち破り見事頂点に立つ
た。わんぱくぶりを見かねた母親の
亜由美さんの後押しで、柔道道場「柔
技館」の門を叩いたのが、若干3歳
のとき。遊び感覚で通い始めてから、
次第にのめりこんでいく。「伝えた

柔道に夢を乗せて

クロースアップ
まちを支える人たち 127
今市在住 橋口颯介(8)さん

ことは素直に聞いて自分なりに工夫
し、練習に励むのが強さの秘訣」と
指導者は評する。一時期は思うよう
に成績が残せず、やめたいというこ
ともあったが「これまでの練習や悔
し涙を無駄にしたくない」と努力を
積み重ねてきた。今回の優勝をバネ
に、次の高みを目指している。練習
に付き合う父親の敬史さんと自宅で
も技を研究する日々。家族の支えも
力に変えて、五輪に出場できるよう
な立派な柔道家を目指している颯介
君。彼の挑戦は始まったばかりだ。

三股文芸

249

「短歌」◆三股短歌会

初盆によく似た顔の集まりで遺影に背向け結に花が咲く

上門典子

久しぶりに親戚が集まると少し悲しみも癒えて
思い出話に花が咲きました。その様子です。

黒土にふわり舞い降りし蝶のごと胡麻の白花散り敷く朝

土井恵子

ジャガ芋の後に降った種から見知らぬ芽が出て何だろう
と興味深々でした。花が咲き胡麻の花だと分かりました。あ
る朝、釣鐘のような白い胡麻の花はふわっと黒土の上に落
ちて一筋の白い列をなしていました。

わが家の一番星

平川 蒼歩空 くん
ひらかわ そあら

◎平成27年12月11日生まれ(3歳)
◎平川隆志さん・絵美さんの長女



四人兄弟の三番目でもお元気坊
だけ、兄弟仲良く、モリモリ食べて
大きくなってね。

末廣 奏翔 ちゃん
すえひろ かなと

◎平成30年8月5日生まれ(1歳)
◎末廣拓也さん・美味さんの次男



奏翔くんの笑顔で、みんなを癒やして
くれますよ。お兄ちゃんと一緒に仲良く
遊んで、元気にあそぶてきてね！

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

10月8日の早朝は、さんさ
んクラブ主催のグラウンド
ゴルフ大会に足を運びまし
た。朝から元気にプレーさ
れる参加者の皆さん。広
報いつも見ているよ「元氣
にがんばっちゃうね」と何
人かの人が声をかけてくだ
さいます。「広報に携わっ
ていてよかった」と思える
瞬間です。▼「このまちの
自然、食べ物、そして人の
温かさが好きで、いつか住
んでみたかった」と、三股
への思いを熱く話された地
域おこし協力隊の清山美咲
さんが10月15日に着任。7
月の江森聡さんに続き、今
年度二人目になります。以
前から地域の各分野で活躍
している皆さんに、別の感
性や感覚を持った人材が
加わり、混ぜ合わさること
で、新しい価値が生まれる
ことを期待します。▼10月
14日は、町子ども会主催の
「じゃんけん大会」に小学
生の娘と参加。大勢の子ど
もたちが、地区ごとに数人
のチームを作り、じゃんけ
んに勝って関所を通過する
ゲームに挑戦します。子ど
もも、応援する大人も一緒
に盛り上がり、地域を超え
て交流できる貴重な機会で
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 元氣なまち」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10月1日現在

- ・男／11,773人・女／13,606人・合計／25,379人(前月比+7人)
- ・世帯数／10,322戸(+7戸)・出生／16人・死亡／29人
- ・転入／95人・転出／75人

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.591
2019.

おいしい！ヘルシー！

今回紹介するのは、低カロリー・低糖
質で人気の商品「こんにやく」です。

あくまきでおなじみ八千世物産の
「手づくりこんにやく」。あくが少なく
ので、生のまま薄く切り刺身としても
おいしく食べられます。ここの手づく
りこんにやくは、材料となるこんにやく
芋を県内はもとより全国各地から取
り寄せ、手作りしています。芋の産地
によって、各地の特色が現れ、出来上
がりも変わってくるそうです。

口の中でプルンと踊るような弾力の
食感がやみつきになり「よかもんや」
でも、リピーターの多い人気商品とな
っています。

刺身なら、醤油にわさびやしょうが



手づくりこんにやく
2個入り250円・170円／販売者 八千世物産

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

<http://mimatan.com>



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