

こんにちは！  
国勢調査員です



令和2年10月1日 全国一斉に実施！

## 国勢調査を調査しよう！…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 まちの話題…10



文化の  
ちからで  
まちを、ひとを、  
ゲンキに。

開催にあたりご協力ください

①チケットの取扱は、窓口、電話、HP でのご予約のみといたします。②定員制とし、入場者のご連絡先把握をさせていただきます。③体調に不安のある方はご来場をご遠慮ください。④消毒やマスク着用にご協力ください。⑤入場時、検温を行います。⑥お客様の体調によっては入場をお断りすることがあります。⑦客席は、1 席空けてお座りください。⑧場内の消毒や、換気のための休憩を入れます。⑨感染状況により、公演が延期や中止になる場合がございます。三股町・三股町教育委員会

ゆるドラ！  
その4

三股町文化芸術支援事業 鑑賞・体験・回復プログラム

町民のドラマを楽しんでみよう ヨムドラ！傑作選



**PPP物語** (2012年上演作品)  
教室で起きた謎の小事件が、ついには、途方もないことに……  
作／内村慶舟  
演出／濱砂崇浩 (劇団こぶく劇場)



**F2F** (2013年上演作品)  
太陽の光が差し込む東家の台所。姉、弟、弁護士。それぞれのつながりとは……  
作／中村香織  
演出／守田慎之介 (演劇関係いすと校舎・行橋)



**魂振師～たまふりし～** (2015年上演作品)  
どこにでもありそうな喫茶店。けれどそこには、なんだかおかしい人たちが……  
作／たそがれりんこ  
演出／有門正太郎 (有門正太郎プレゼンツ・北九州)

2012年からはじまったまちドラ！その中で毎年3 作品は、町民チームが九州各地の劇団の演出家とともに「ヨムドラ！」としてリーディング (朗読劇) 作品をつくってきました。今回はその特別編として、これまで好評だった3 作品を傑作選として上演します。

- 日時／9月21日 (月) 午前11 時～／午後2 時～  
※開場は開演の30 分前／上演時間70 分 (途中休憩なし)／席数限定 各100 名
- 会場／三股町立文化会館
- 料金／一般500 円 中学生以下無料  
※事前予約をお願いいたします。  
※入場制限をいたします。定員を満したした場合、当日券は販売いたしません。  
※当日券ご購入時に、ご連絡先を聞き取りいたします。  
※中学生以下は、入場の際「学生証」の提示をお願いすることがあります。
- お問い合わせ・チケットのご予約、取り扱い  
☎0986-51-3462 WEB <https://bunka.town.mimata.lg.jp>
- 主催／三股町・三股町教育委員会・劇団こぶく劇場
- 協力／三股町商工会

カンゲキで、まちもゲンキに ～あなたのチケットが商品券に～ ご来場の当日、ゆるドラ！の公演のチケット半券を、チケット料金と同額の三股町商工会オリジナル商品券に交換してお渡します。その商品券を使って、ぜひこの機会に町内の店舗もご支援ください。



- 日時／令和2年10月1日 (木)  
昼の部…15 時開演 (70 分) 夜の部…19 時開演 (100 分)  
※昼公演と夜公演は、内容を変えてお送りいたします  
※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)  
遠山淳 (アレンジャー・キーボーディスト)・有村航平 (チェロ)・  
今井美恵子 (書道家)
- チケット料金／  
昼の部 一般1,000 円 (当日同料金) 大学生以下500 円 (当日同料金)  
夜の部 一般2,000 円 (当日同料金) ペア3,500 円 (前売りのみ)  
大学生以下1,000 円 (当日同料金)  
※全席自由 ※未就学児入場無料 ※親子室が利用できます  
※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  
※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
- 限定200 席
- 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・チケット取扱・ご予約／三股町立文化会館  
☎0986-51-3462 WEB <https://bunka.town.mimata.lg.jp>



- 四人が異なる個性を放つユニット「Cuarteto Nada más y Nada menos」が、誰もが聴き馴染みのある曲をラテン、ジャズ風にアレンジして聴かせます
- 日時／令和2年9月27日 (日)  
14：00 開演 (開場は開演の30 分前)
  - 出演／  
Cuarteto Nada más y Nada menos (カルテット ナダ マス イナダ メノス)  
夢川義夫 (アコースティック&エレキギター)  
黒木奈津季 (ピアノ&キーボード)  
坂元陽太 (ウッドベース)  
谷口潤実 (パーカッション)  
ゲスト：天辰直彦 (フルート)
  - プログラム  
インスピレーション、愛の挨拶  
ジェット機のサンバ、The Prayer 他
  - チケット料金／  
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 (前売りのみ)  
※全席自由 ※未就学児入場無料  
※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
  - 限定200 席
  - 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・チケット取扱／三股町立文化会館  
Tel.0986-51-3462 WEB <https://bunka.town.mimata.lg.jp>







今回の国勢調査は、新型コロナウイルス感染症の発生と感染拡大防止のため、インターネット回答をお願いします。

調査の回答は、可能な限りインターネット回答または郵送提出といった非接触の方法をとる。

## 方法②

調査の回答は、可能な限りインターネット回答または郵送提出といった非接触の方法をとる。

## 方法①

国勢調査員が調査書類を配布するときに、調査の趣旨などの説明はインターネット越しに行い、調査書類は郵便受けやドアポストに入れ、対面を避ける。対面での説明が必要な場合は、マスクの着用を徹底するなど咳エチケットを守る。

今も全国で猛威を振るう新型コロナウイルス感染症は、国勢調査にも影響を与えています。今回の国勢調査では、新型コロナウイルス感染症の発生と感染拡大を防止するため、できる限り対面しない方法で行うこととされています。本町でも、町の皆さんと国勢調査員を守るため、次の2つの方法で調査を行います。

## 新型コロナウイルス対策を調査

令和2年10月1日 全国一斉に実施！

# 国勢調査を調査しよう！



## 体験！インターネット回答を調査

インターネット回答は、24時間いつでも簡単3ステップ  
※回答期間は9月14日(月)から10月7日(水)まで

### ①「国勢調査オンライン」へアクセスする

#### スマートフォンの場合

QRコードから

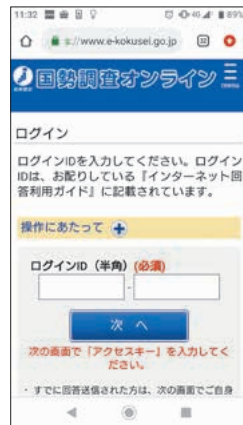


#### パソコンの場合

検索サイトから「国勢調査オンライン」で検索

または、ウェブブラウザのアドレスバーに「e-kokusei.go.jp」と入力

※検索サイトでの検索とアドレスバーへの直接入力、スマートフォンでもできます。



### ②「ログインID」と「アクセスキー」でログイン

9月14日(月)から配布する調査書類に同封の「インターネット回答利用ガイド」に書かれている「ログインID」と「アクセスキー」でログインしてください。

### ③画面の案内にそって回答する

10月1日(木)時点の状況を入力してください。回答データを保護するため、新しいパスワードを設定してから「送信」ボタンを押してください。

### これで、インターネット回答は終了です

新しく設定したパスワードは、回答内容の確認や修正を行うための再ログインをするときに必要です。

## 国勢調査ってどんな調査？

### 全世帯が対象



日本に住んでいるすべての人と世帯が対象です。生まれたばかりの赤ちゃんや外国人の方も対象に含まれます。

### 最も重要な調査



統計法という法律に基づいて、5年に一度実施される、日本で最も重要な統計調査です。

### 回答の義務あり



法律で回答することが義務付けられています。回答が確認できない場合、国勢調査員が調査票の受け取りにお伺いします。

### 調査書類は調査員が世帯ごとに配布



調査員が各世帯を訪問し、調査書類をお届けします。ご不在の場合は郵便受けに配布します。

### 全16問でかんたん



出生の年月や職業など世帯員に関する設問と、住居の種類や世帯員の数などの世帯に関する設問が16問です。

### 調査結果は身近な暮らしに活用



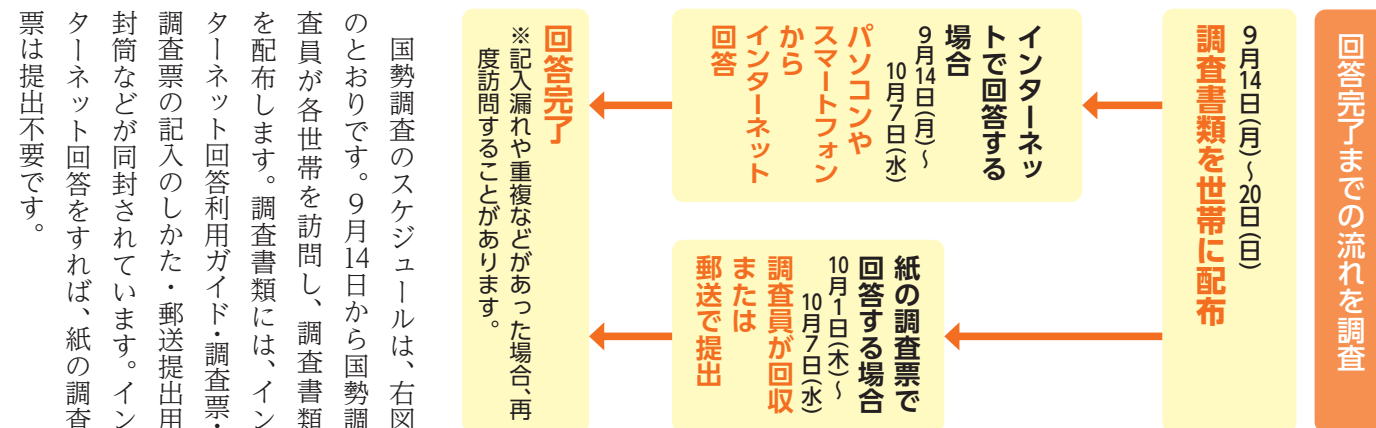
災害時に必要な物資を備えたり、コンビニの出店計画に利用されるなど、わたしたちの生活の身近なところに役立てられています。

今年は、5年に一度の国勢調査が行われる年です。10月1日を基準日として、全国一斉に実施されます。国勢調査という言葉は聞いたことはあっても、「前回の調査のことはあまり覚えていない」「調査に初めて回答する」など、疑問や不安がある人も多いのでは。今回は、私たちが納得して回答できるよう、国勢調査のことを調査して疑問や不安を解消していきましょう。

## 国勢調査を調査

国勢調査は、生まれたばかりの赤ちゃんや3カ月以上住んでいる（住む予定の）外国人も含めたすべての人と世帯が対象の調査です。また、国勢調査に回答することは、統計法という法律で定める私たちの義務でもあります。

左の図は、国勢調査がどんな調査なのかをまとめたものです







## Q2 A：インターネット回答をご活用ください。

9月14日から調査員が配布する調査書類には、「インターネット回答利用ガイド」が入っています。利用ガイドや3ページの「体験！インターネット回答を調査」を参考に、スマートフォンやパソコンなどでインターネット回答を行ってください。



## Q4 A：対策は十分に行います。

調査員は、訪問前の検温や訪問時にはマスク着用を行います。また、接触を避けるため、インターネット越しに調査内容を説明し、調査書類も郵便受けやドアポストへ入れます。皆さんには、できる限りインターネット回答または郵送での提出をお願いします。

# 町の皆さんが持つ国勢調査の疑問を調査



## Q1 A：大丈夫です。ご安心ください。

調査員には厳格な守秘義務が課せられ、インターネット回答も不正なアクセスの監視などを24時間行っているため、個人情報や回答データが漏れることはありません。それでも不安な人は、郵送での回答もできます。



## Q3 A：暮らしに役立つ重要なデータを作成するためです。

マイナンバーや住民基本台帳もありますが、住宅や仕事の状況までは分からず、必要なデータが得られません。暮らしに役立つ重要なデータを作成するためには、人口や世帯の現状を正確に把握できる国勢調査を行う必要があります。

## 「かたり調査」にご注意ください。

### 国勢調査では…

- ・金銭を要求することはありません
- ・銀行口座やクレジットカード番号などを聴くことはありません。
- ・国勢調査を装った不審な訪問者や電話などがあったときは、町企画商工課（☎52-1114）までお問い合わせください

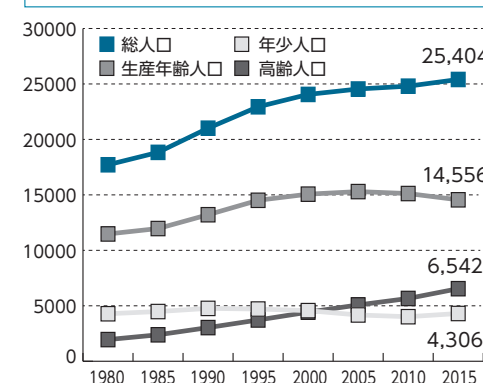
今を知り、未来をつくるためには正しく回答することが必要です。国勢調査への皆さんのご協力をよろしくお願いします。

国勢調査を調査した結果、今を知り未来をつくるために必要なものがあることがわかりました。また、得られたデータのの一つ一つが、私たちの暮らしをより良くするための役に立っていることもわかりました。

今回の国勢調査は、新型コロナウイルス感染症への対策を十分にとりながら行われます。こんな状況だからこそ得られるデータが、コロナ禍後の私たちの暮らしをより良いものにすると考え、国勢調査の大切さが見えてくるのではないのでしょうか。

## 調査結果のまとめ

## 三股町の年代別人口の推移



- ### 各種法令に基づく利用
- 衆議院の小選挙区の改定
  - 地方自治法で用いる人口として規定
  - 地方交付税の算出に利用
  - その他
  - 公職選挙法・過疎地域自立促進特別措置法
  - 地方税法・政党助成法・都市計画法施行令
  - 災害対策基本法施行令
  - 交通安全対策特別交付金等に関する政令

国勢調査から得られる統計は、国や地方公共団体が公正な行政運営を行うために利用されるとともに、他のさまざまな公的統計を作成する上で欠くことのできない基礎データとして用いられます。また、企業や各種団体における需要予測や経営管理などを行うための活用や、学術・研究機関における研究のための活用など、さまざまな分野で幅広く活用されています。

## 国勢調査の活用事例を調査

## 国勢調査員を調査

- ・国勢調査員は、町内の全世帯を134人で訪問し、調査内容の説明と調査書類の配布、回収を行います。新型コロナウイルス感染症対策のため、次のような方法をとります。
- ・調査の趣旨などの説明はインターネット越しに行う
- ・調査書類は郵便受けやドアポストに入れる

- ・マスクの着用を徹底するなど咳エチケットを守る
- ・調査員は、総務省統計局長が発行した、顔写真付きの「調査員証」を持っています。また、調査のときに金銭を要求することや銀行口座、クレジットカード番号などを確認するようなことはありません。国勢調査を装った不審な訪問者や電話などがあつたときは、町企画商工課にお電話ください。（☎52-1114）

## 国勢調査員134人が町内の全世帯を訪問します







# 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

※新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、  
急きよ中止や変更をすることがあります。

月31日（土）まで受診でき、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
- 集団健診の料金は無料です。
- 個別健診は、指定の医療機関で10月31日（土）まで受診でき、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、結果  
を直接お返しして説明をするととも  
に、結果を皆さんの生活に生かせる  
ように、健康教室を開催しています。  
個別健診を受けた人で、「健診結果  
個別説明」や「健康おうえん教室」に  
参加を希望する人は、事前に電話で  
予約をして郵送で届いた結果票をお  
持ちください。

※特定保健指導などの日程や場所は、  
下記の【表2】をご確認ください。

## ●特定保健指導（予約制） 《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）
- 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を行います。

### ②健康おうえん教室（運動支援）

- 9月から令和3年2月の間で2週間に1回程度、全10回の運動教室を行います。希望する日だけの参加も可能です。
- 健康運動指導士が家庭でも手軽にできる、効果の高い運動を実践指導します。日程表は初回面接日にお渡しします。

### ③中間支援

- ④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。

### ⑤健康おうえん教室（血液検査）

- 希望者のみ実施します。
- ※②から⑤は別日程で、①を受けた人が対象です。

町では、6月から特定健康診査・  
後期高齢者健康診査（集団健診・個  
別健診）（以下、「健診」という。）を実  
施しています。

健診の目的は、心筋梗塞や脳卒中  
の前兆となる「メタボリックシンド  
ローム」を早期に発見して、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。

## 健診を受ける

健診を受けるには、各地区分館な  
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。

※集団健診の日程や場所は、下記の  
【表1】をご確認ください。

## ●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。  
●集団健診の料金は無料です。

- 個別健診は、指定の医療機関で10

## ●健診結果返却・個別説明（予約制） 《対象》

- 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

### 《内容》

- 結果票の見方の説明や、生活改善  
のポイントの説明などを行います。

## ●いきいき健康教室

### 《対象》

- 75歳以上の人
- 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。

## ●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！  
「健診」を受けたり「特定保健指導」  
などに参加すると、ポイントになり  
ます。ポイントを貯めると町商工会  
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。

## ●お問い合わせ

町健康管理センター ☎52-8481

【表2】特定保健指導・健診結果返却個別相談（予約制）（40歳～74歳対象）  
実施時間：午前9時～午後5時（所要時間：結果に応じて15分～40分）

| 対象地区         | 日 程       | 実施場所      |
|--------------|-----------|-----------|
| 田上、梶山        | 10月12日（月） | 第4地区分館    |
| 山王原、仲町       | 10月15日（木） | 町健康管理センター |
| 轟木、仮屋、大野、大八重 | 10月23日（金） | 第5地区分館    |
| 東植木、西植木      | 10月30日（金） | 第9地区分館    |
|              | 11月6日（金）  |           |
| 東原、稗田        | 11月10日（火） | 第8地区分館    |
| 上記以外の国保未受診者  | 11月29日（日） | 町健康管理センター |
| 町内全地区の国保未受診者 | 12月20日（日） | 町健康管理センター |

※新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、中止や変更になることもあります。

●いきいき健康教室（75歳以上）  
受付時間：午後1時～1時30分

| 日 程       | 実施場所      |
|-----------|-----------|
| 10月12日（月） | 第4地区分館    |
| 10月15日（木） | 町健康管理センター |
| 10月23日（金） | 第5地区分館    |
| 11月9日（月）  | 第9地区分館    |
| 11月11日（水） | 第8地区分館    |
| 12月22日（火） | 町健康管理センター |

【表1】特定健康診査・後期高齢者健康診査（集団） ※新型コロナウイルス感染拡大防止対策のため一部変更しています。  
受付時間：午前9時～10時30分（第5地区分館は除く）

| 対象地区             | 日 程                     | 実施場所      |
|------------------|-------------------------|-----------|
| 田上、梶山            | 9月8日（火）・9月11日（金）        | 町健康管理センター |
| 山王原、仲町           | 9月14日（月）・9月15日（火）       | 町健康管理センター |
| 轟木、仮屋、           | 9月25日（金） 受付9時～9時45分     | 第5地区分館    |
| 大野、大八重           | 9月25日（金） 受付9時45分～10時30分 |           |
| 東植木、西植木、         | 9月29日（火）10月2日（金）、6日（火）  | 西部地区体育館   |
| 稗田               | 10月7日（水）                |           |
| 東原               | 10月8日（木）                | 西部地区体育館   |
| 1・4・5・8・9地区の未受診者 | 10月25日（日）               | 町健康管理センター |
| 全地区未受診者          | 11月22日（日）               | 町健康管理センター |

※新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、中止や変更になることもあります。





『こんにちは! 国勢調査員です』



国勢調査員の上石さん

今年は、5年に一度の国勢調査が行われます。国勢調査で重要な役割を担う調査員の必需品は、調査員証に腕章にかばんに調査書類。今年はマスクも欠かせません。今回は、調査員の上石さんご協力のもと、調査員の必需品をつけていただいて写真を撮りました。調査書類は、14日から上石さんたち調査員が私たちの世帯へ配布します。



わたしたち協力隊の活動のようすをお伝えします!

## 『暑くて熱い夏』

地域おこし協力隊 江森 聡さん

大変暑い夏がやって来ました。三股に来て一年が過ぎましたが、この暑さにはまだ慣れません。そんな暑さにも新型コロナウイルスにも負けず、何かできないかと模索していました。曾於市と都城市の知人に相談する中で出した答えは、「次世代へ残していくべき道を都会に伝えたい」。そこで、知人と共にある団体を立ち上げました。それが「九州ベネルクス」です。この団体は、三股、都城、曾於でしか味わえない食品の良さを、インターネットでの販売を通じて伝えることが目的です。実際に食品を購入してくださった人からも好評で、手ごたえを感じています。ホームページ・Instagram・チラシで宣伝しています。一人でも多くの人に関心を抱いてもらいながら、良さを伝えて行きたいと思います。まだまだ手探りで勉強しながらですが、この経験を町へ還元できるように、熱く頑張ります。



九州ベネルクス 公式サイトアドレス

# 三股文芸

259

「短歌」

三股短歌会

## 携帯の明滅の灯に目覚めれば 夢でしか会えぬ姉さんがいた

山口勝己

枕辺に置いた携帯の点滅する灯に目が覚めれば、三十三歳で幼子を残して病で逝った優しかった、若いままの姉の夢を見ていたようだった。

## おぼつかぬ足取りで来て老い人は 車に乗れば「ビュン」と走り行く

児島順子

地方では車がないと大変不便で車の存在は大きく、反面、急発進する様を見たりすると危険性も感じ複雑です。

## 外国語指導助手のコーナー

### 「リトルクレイコアラ」

ジョンストン・ナイジェル

皆さんは、私の母国オーストラリア(豪州)で昨年9月から今年2月まで燃え続けた森林火災のニュースを覚えていますか?これは、私が感動した、アメリカに住む6歳の少年オーウェンくんと、その両親が行ったある活動のお話です。彼はかつて、豪州に住んでいたことがあり、いつかまた豪州に行きたい、と願っていました。しかし、豪州で酷い火災が発生してしまい、幼稚園児の彼はそれを聞いてとても心を痛めたそうです。彼はコアラやカンガルーに空から雨が降り注ぐ絵を描き、早く火災が収束して動物達

皆さんは、私の母国オーストラリア(豪州)で昨年9月から今年2月まで燃え続けた森林火災のニュースを覚えていますか?これは、私が感動した、アメリカに住む6歳の少年オーウェンくんと、その両親が行ったある活動のお話です。彼はかつて、豪州に住んでいたことがあり、いつかまた豪州に行きたい、と願っていました。しかし、豪州で酷い火災が発生してしまい、幼稚園児の彼はそれを聞いてとても心を痛めたそうです。彼はコアラやカンガルーに空から雨が降り注ぐ絵を描き、早く火災が収束して動物達

## 三股町立図書館

〒889-1901 三股町大字樺山3404-2  
TEL.51-3200 FAX.51-3751



## C U L T U R E

### ☆文化の力で、町を、人を元気に!

町立文化会館では、感染症対策をしながら、秋のコンサートを開催します。

### ジャズとラテンのコンサート

9月27日、自主文化事業『Fusión de los Sonos VII (情熱の融合7)』が行われます。この公演は、本町在住のギタリスト愛川義夫を中心に集まったアーティストによるジャズ・ラテンのコンサートです。

出演は、愛川義夫(ギター)、黒木奈津季(ピアノ)、坂元陽太(ベース)、谷口潤美(パーカッション)と、ゲスト・天辰直彦(フルート)の5人です。

演奏曲は、インスピレーション、愛の挨拶、ジェット機のサンバ、ゴスペルなど、これらの曲を、ジャズ・ラテン風にアレンジして聴かせます。県内で活躍する5人のアーティストが奏でる上質な音楽を、お楽しみください。

### 癒しの1/f ゆらぎの音楽

10月1日、『温故知新1/f ゆらぎ癒しの音を求めて』が行われます。この公演は、石井秀弦(津軽三味線石井流家元)と上之園謙治(ドラムス&パーカッション)の音楽ユニット「温故知新」によるコンサートです。

津軽三味線の音色と、打楽器のリズムが融合した音楽で多くの人を魅了してきました。毎年、文化会館でさまざまなアーティストとの共演で楽しませてくれます。

今年、「温故知新」と共演するのは、チェロ「有村航平」と、アレンジャー・キーボーディスト「遠山淳」と、書道家「今井美恵子」の3人です。

和と洋の音楽と書道パフォーマンスが融合した癒しの音楽の時間をお楽しみください。

詳しくは本誌裏面をご覧ください。

## LIBRARY

### としよかん映写会を行いました

3月からお休みしていた、としよかん映写会を7月29日(水)・31日(金)午前10時10分から午後2時から(31日は午前のみ)の計5回行いました。上映作品は、台風の夜に別々に暮らす家族が集まり、偶然取り戻した一夜限りの家族の時間を描いた、「海よりもまだ深く」主演・阿部寛、樹木希林。監督・是枝裕和。室内換気など感染予防対策をとりながら、一回の上映につき定員12人の予約制で行いました。3日間で31人が視聴し、久々の映写会を楽しんでいました。

### 新しいDVD・CDを購入しました

新着のおすすめDVD2作品を紹介します。

☆「紙の月1」「紙の月2」

角田光代・原作  
原田知世・主演

「誰かに愛されれば、必要とされれば、満たされる。わたしは、そう信じていたから...」金で「愛」を買い取った女は、何を失ったのか?勤務する銀行から一億円を横領した41歳の主婦の物語。NHK総合テレビで放送された連続ドラマです。

☆「桐島 部活やめるってよ」

朝井リョウ・原作  
神木隆之介・主演

ありふれた時間が校舎に流れる「金曜日」の放課後。1つだけ昨日までと違ったのは、学校内の誰もが認める「スター」桐島のバレーボール部退部のニュースが校内を駆け巡ったこと。彼女さえも連絡が取れずその理由を知らされぬまま、退部に大きな影響を受ける部員たち。あらゆる部活、クラスの間、人間関係が静かに変化していく。校内の人間関係に緊張感が張りつめる中、桐島に一番遠い存在だった映画部前田が動きだし、物語は思わぬ方向へ展開していく。

原作本もありますので、あわせてご覧ください。ほかに「君の名は。」「新海誠 監督「ミニオンズ」「トイ・ストーリー2」などのアニメーションDVDや、「天晴/さだまさし」「ニュートンの林檎/椎名林檎」などの音楽CDを新しく購入しました。貸出ができますので、ぜひご自宅でお楽しみください。

■休館案内(17階くらしのカレンダー)

## 三股町立図書館

〒889-1901 三股町大字樺山3404-2  
TEL.51-3200 FAX.51-3751





## 夏休みの宿題もこれで解決 東原で陶器の風鈴づくり

7月26日、第8地区分館で東原子ども会と東原公民館が主催する工作教室が開催されました。これは、東原地区の小学生を対象に毎年開催されているもので、今年も親子合わせて58人が参加し、紫薺窯の山下盛親さんが指導に当たりました。今年のテーマは陶器の風鈴。子どもたちは、山下さんが用意した粘土に、レース布やヘアなどで思い思いの絵や模様を描いていました。焼きあがった風鈴は、8月16日に参加者に届けられました。



参加者  
木下莉来さん  
(三股小4年)  
里佳さん



## 脚本は自分たちで書きました みまた座試演会

8月2日、町立文化会館で、みまた座第17期生が試演会「ものものがたり」を行いました。この試演会は、台本を持って音読する朗読劇で行われ、全部で17本の短編が上映されました。各短編の脚本は、17期生一人一人が1本ずつ、消しゴムや靴下、せっけんといった身近な「もの」を主人公に物語を作成しました。検温や客席の間隔を広めにとるなど感染症対策が取られた会場では、17期生が書いた思いもかけない物語の展開や結末に笑い声と拍手が響いていました。17期生は、来年3月末に予定されている本公演に向けて稽古を続けます。



## 長年の防災尽力に感謝 退職消防団員に感謝状

7月17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8人が対象。式では、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。  
丸山祐宜(本部)、佐々木義和(本部)、綿田賢介(一部)、蔵元裕介(2部)、上村竜一(2部)、馬渡芳行(3部)、楠生隼人(4部)、坂元智紀(ラッパ隊)



退団者  
丸山祐宜さん  
(植木在住)



## 復興への願いを込めて 町女団連が布マスクを作成

7月28日、町中央公民館で町女性団体連絡協議会(森秋生会長)が布マスクを作成しました。これは、令和2年7月豪雨で甚大な被害を受けた人吉市に寄付するためのもので、この日までに200枚の布マスクを作成しました。町女団連は、人吉市の女団連とこれまで何度も交流があり、何か手助けをしたいと布マスクの作成を決めました。この活動に賛同する町内の団体が作成を手伝うなど、復興への願いを込めた活動が町内に広がっています。



町女団連会長  
森秋生さん  
(勝岡在住)



## 県内から大勢の選手が参加 第34回宮崎県パークゴルフ大会

7月16日、上米公園パークゴルフ場で「第34回宮崎県パークゴルフ大会」が開催されました。これは、健康の増進や生きがいづくりなどを目的に、年に2回、県内パークゴルフ場の持ち回りで開催されています。今年は、雨天にもかかわらず、県内から116人が参加し、3コース27ホールの合計打数で順位を競いました。プレーした参加者からは、町パークゴルフ協会の運営に対して「温かいおもてなしに感謝したいです」などの声が寄せられました。



優勝者  
中嶋正彦さん  
(山王原在住)



## 熱戦が繰り広げられています 第13回みまた町民総合スポーツ祭

8月4日、第7地区分館広場でスポーツを通して、健康増進を図りながら、地域住民相互の親睦を深めることを目的とした第13回みまた町民総合スポーツ祭のペタンク競技が行われました。ペタンクは南フランス生まれのスポーツで、目標球(ビュット)に金属製のボール(ブル)を投げ合って、相手より近づけることで得点を競います。

この日は、3人一組のトリプル形式で全11チームが出場。各チームとも優勝を目指して白熱した試合が繰り広げられました。町民総合スポーツ祭は、引き続き町内各所でさまざまな競技が行われます。

優勝者 松山量朗 宮里翠、大岩保徳



## 花やかなお出迎え 町役場庁舎などに花の展示

8月6日から、町長室、町役場案内カウンター、町役場3階農業振興課カウンター、町中央公民館入口ホール、町図書館入口の5カ所にコチョウランを展示しています。これは、新型コロナウイルスの影響で落ち込んだ花の需要が回復することを目的に、「みやざき花で彩る未来」推進協議会が行う「みやざき花いっぱいプロジェクト2020」という取り組みの一つです。また、8月11日からは、町役場ロビーでフラワーアレンジメントを展示しています。これも同プロジェクトの取り組みで、定期的に花と飾り付けが変わり、季節の花が展示されます。

どちらも来年3月まで展示が続きます。



## 元気に育って 梶山小児童がキジを放鳥

7月31日、矢ヶ淵公園で梶山小(平仁田正洋校長、68人の5・6年生がキジの放鳥を行いました。これは、同校が県の愛鳥モデル校に指定されていることから行われたものです。また、キジは国鳥で、生息地が減少していることから放鳥の対象になっています。

始めに県北諸県農林振興局の職員からキジの雄と雌の体の大きさや色の違いを教わった児童たちは、興味津々のまなざしでキジを観察していました。放鳥は、4羽ずつ入った籠のふたを児童が開けることで行われました。児童が見守る中、キジは力強く羽ばたき、近くの林や竹林へ飛んでいきました。



## 将来のための貴重な経験に 町がインターンシップ受け入れ

8月3日から17日まで、町の五本松交流拠点施設推進室で、都城工業高等専門学校からのインターンシップ(就労体験)を受け入れました。就労体験をしたのは、建築学専攻1年で本町出身の立元廉さん。期間中は、地域活動のヒアリング調査の手伝いや、地域おこし協力隊に同行して餅原の木工工房や植木の(尙)堂領建設といった町内の事業者を訪問するなど、精力的に活動を行いました。町では、9月もインターンシップを受け入れる予定です。



インターンシップ生  
立元廉さん  
(都城工業専攻科1年)



## 新型コロナウイルスの影響で 本町も例年とは違う夏に

今年の初めから全国各地に影響を与える新型コロナウイルスは、夏を迎えても収束していません。県内各地で感染者が確認され、7月26日には県が「感染拡大緊急警報」を発令。県内の飲食店に休業要請や時間短縮営業が要請されました。本町でも8月12日から31日まで町立図書館や情報交流センター「あつまい」を臨時休館するなどの対応を取りました。また、各地区で六月灯や夏祭りの開催が自粛されるなど、春と同じように、例年とは違う夏になりました。一方で、梶山地区ではお盆の時期に見られる盆灯籠が掲げられるなど、夏の風物詩も見られました。新型コロナウイルスの一日も早い終息が望まれます。







子ども



健康管理センターからの  
お知らせ

〒52-8481

赤ちゃん健診（1歳児のみ）

- 期日 10月1日（木）
- 受付時間 午後1時～1時30分
- 対象者 令和元年9月生まれ
- 準備するもの 母子健康手帳、バスタオル
- ※希望者には、栄養相談やおっぱい相談を実施します。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。

1歳6か月児健診

- 期日 9月24日（木）
- 受付時間 午後1時～1時30分
- 対象者 平成30年11月生まれ
- 持ってくるもの 母子健康手帳、質問票、フェイスタオル
- ※小児科医・歯科医の診察を行います。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。

各健診受診時の注意事項

- お子さんやご家族が、①～③に該当するときは、受診をお控えください。
- ① 咳、鼻水、倦怠感、37.5℃以上の発熱などの風邪症状や体調不良がある。
- ② 過去2週間以内に発熱や感冒症状で受診や服薬などをした。

一般



健康管理センターからの  
お知らせ

〒52-8481

胃がん、乳がんの集団検診  
を実施します

健康管理センターでは、10月に胃がん、乳がんの集団検診を実施します。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55年12月31日以前）で和暦で奇数年生まれの人
- 検査内容 マンモグラフィ、超音波検査
- 個人負担料金 2400円
- 日程 10月20日（火）・11月11日（水）・12月1日（火）・12月8日（火）
- 令和3年2月2日（火）・3日（水）
- 場所 健康管理センター

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56年4月1日以前）
- 検査内容 胃部X線撮影
- 個人負担料金 1500円
- 日程 10月7日（水）・11月22日（日）
- 場所 健康管理センター
- ※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、町で実施しているがん検診などは、町公式サイトに記載しています。ご確認ください。

- ③ 感染拡大している地域や国への訪問歴が2週間以内にある。
- 自宅で体温を測定してきてください。
- マスクなどの感染防止策を行ってください。
- 換気のため窓を開放します。調整できる上着やタオルなどを用意ください。
- 「密集」を避けるため、会場への入場制限を行います。車中待機などのご協力をお願いします。

子育て支援センターからの  
お知らせ

〒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、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。

新型コロナウイルス感染症対策のため、人数制限を行うことがあります。また、催し物について、予約が必要なものがあります。ご協力をお願いします。

リズムウォーキング

- 期日 9月14日（月）
- 時間 午前10時～11時
- 場所 健康管理センター

※音楽に合わせてながら、ストレッチや歩く動作を中心に、楽しく体を動かします。動きやすい服装で、室内履きを持ってきていただけます。登録後すぐに参加できます。

9月は「健康増進普及月間」  
です

- 1に運動 2に食事

平均寿命の延びにみられるように、全国的に健康の水準は向上してきています。その一方で、高齢化や、社会生活環境の急激な変化に伴って、がん、糖尿病、心臓病、脳卒中等に代表される生活習慣病の増加が大きな問題となっています。

生活習慣病は日常生活と深く関連していることから、運動習慣の定着や食生活の改善といった健康的な生活習慣を確立することが重要です。「平均寿命」を延ばすだけでなく、健康で自立して生活できる期間である「健康寿命」を伸ばしましょう。

健康寿命を延ばすために今日から  
できること

- 健診（健康診断）を受け、結果を見て生活習慣の改善を行う。
- がん検診を受け、がんを早期に見し、治療する。（がんの初期には

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。

友達つくるうー！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。

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29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
- 定員 20組（要予約）

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1日（木）
- 時間 午前10時30分～11時
- 定員 7組（要予約）

子育て講座「入園前のおはなし」

町役場の保育担当から入園にあ

高齢者（介護保険）



地域包括支援センターからの  
お知らせ

〒52-8634・9063

9月21日（月）は世界アルツ  
ハイマーデーです

1994年「国際アルツハイマー病協会（ADI）は世界保健機関（WHO）と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定し、この日を中心にアルツハイマー病の啓発を実施しています。また、9月

たつての話を聞きませんか。質問にも答えてください。

- 期日 10月8日（木）
- 時間 午前10時～11時
- 定員 7組（要予約）

ファミリーサポートセンターたんぽぽ  
からのお知らせ

〒51-5688

当センターは、ご近所で助け合う子育てを組織化したものです。依頼者は信頼・安心して預け、提供者は大切にかわいがって預かってくれる。そんな、お互いにとって優しさや喜びが響き合う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

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、念のために登録（無料）している人もたくさんいます。

利用料金 町が一人目のみ1時間  
300円を助成します。

| 利用時間                    |           | 1時間当たりの利用料   |
|-------------------------|-----------|--------------|
| 月・金曜 午前7時～午後7時          | 子ども1人目のみ  | 300円         |
| 月・金曜の早朝・夜間<br>と土曜・日曜・祝日 | 兄弟利用2人目から | 500円<br>400円 |

※助成後の料金を表記しています。※時間外の場合は、留守番電話にお名前と電話番号を残してください。

を「世界アルツハイマー月間」と定め、例年さまざまな取り組みを行っています。

アルツハイマー型認知症の症状には、原因となる病気がもとで脳に障害が生じて起こる「中核症状」と、本人の性格や周りの環境が重なって起こる「行動・心理症状」があります。

アルツハイマー型認知症の他にも、認知症には代表的なものが3種類あり、一言で認知症と言っても、脳のどの部分に異常が起こったかによって症状が違い、対応法が変わってきます。身近に認知症の疑いがある人がいる場合は、先月号で紹介した認知症の人との接し方を参考にし、かかりつけの病院の先生や地域包括支援センターまでご相談ください。

足もと元気教室

● 日程 = 9月15日～10月14日までの分

| 地区名 | 時 間         | 場 所            | 日 程       |
|-----|-------------|----------------|-----------|
| 1地区 | 午前9時30分～11時 | 第1地区分館         | 9月18日（金）  |
|     |             |                | 10月2日（金）  |
| 2地区 | 午後1時30分～3時  | 2地区交流プラザ       | 10月1日（木）  |
| 3地区 | 午後1時30分～3時  | 第3地区分館         | 10月8日（木）  |
| 4地区 | 午前9時30分～11時 | 第4地区分館         | 9月16日（水）  |
| 5地区 | 午後1時30分～3時  | 轟木集落館          | 9月17日（木）  |
| 蓼池  | 午前9時30分～11時 | 蓼池児童館          | 9月24日（木）  |
|     |             |                | 10月1日（木）  |
| 餅原  | 午前9時30分～11時 | 餅原営農研修館        | 9月28日（月）  |
| 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16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23日（水）  |
|     |             |                | 10月14日（水） |
| 今市  | 午前9時30分～11時 | 今市児童館          | 10月5日（月）  |
| 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7日（水）  |
| 下新  | 午前9時30分～11時 | 第7地区分館         | 10月9日（金）  |
| 8地区 | 午前9時30分～11時 | 第8地区分館         | 9月25日（金）  |
|     |             |                | 9月23日（水）  |
| 9地区 | 午後1時30分～3時  | 第9地区分館         | 10月14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」先月号をご確認ください。  
※ 新型コロナウイルス感染症対策として、9月以降の日程につきまして、足もと元気教室の開催を中止する場合があります。参加される場合は、事前に町地域包括支援センターまでご確認ください。



くらしのカレンダー

〔ゴミ回収日・図書館休館日・イベント〕

| 日  | 月             | 火                     | 水      | 木               | 金   | 土  |
|----|---------------|-----------------------|--------|-----------------|-----|----|
|    |               | 1                     | 2      | 3               | 4   | 5  |
|    |               | 可燃物                   |        |                 | 可燃物 |    |
| 6  | 7             | 8                     | 9      | 10              | 11  | 12 |
|    | 可燃物<br>図書館休館日 | 可燃物                   |        | 白色トレイ<br>ペットボトル | 可燃物 |    |
| 13 | 14            | 15                    | 16     | 17              | 18  | 19 |
|    | 可燃物<br>図書館休館日 | 可燃物                   | 図書館休館日 | 缶・ビン            | 可燃物 |    |
| 20 | 21            | 22                    | 23     | 24              | 25  | 26 |
|    | 可燃物<br>図書館休館日 | 可燃物<br>秋分の日<br>図書館休館日 | 図書館休館日 | 不燃物             | 可燃物 |    |
| 27 | 28            | 29                    | 30     |                 |     |    |
|    | 可燃物<br>図書館休館日 | 可燃物                   |        |                 |     |    |

★コロナウイルス対策により、急遽休館になる場合があります。ホームページでご確認ください。

今月号を読んだ感想、今後取り上げてほしい話題や記事、あなたの身近で起きた出来事などお寄せください。

（切り取ってポストへ投函してください）

皆さんのまちづくりに対する夢あるご意見、ご提案を募集します。

お送りいただいた個人情報等は、今後の広報紙の誌面づくりの参考に致します。それ以外に情報の利用は致しません。

休日急患診療機関

| 日   | 病院名                   | 町名   | 電話番号     |
|-----|-----------------------|------|----------|
| 6日  | 共立医院(内・小)             | 蔵原町  | ☎22-0213 |
|     | 村上循環内科クリニック(循・内)      | 宮丸町  | ☎25-2700 |
|     | 大橋クリニック(内・消・リハ)       | 庄内町  | ☎37-0539 |
|     | 山路医院(外・内)             | 山田町  | ☎64-3133 |
|     | ならはら皮膚科医院(皮)          | 志比田町 | ☎22-1455 |
| 13日 | 永吉眼科医院(眼)             | 姫城町  | ☎22-1530 |
|     | はしぐち小児科(小)            | 都原町  | ☎24-5500 |
|     | 宮永病院(内・胃・外)           | 松元町  | ☎22-2015 |
|     | 宇宿医院(内・胃・消)           | 栄町   | ☎25-9031 |
|     | まつもと心臓血管外科クリニック(循外・内) | 東町   | ☎36-8926 |
| 20日 | 倉内整形外科病院(整)           | 上町   | ☎22-1252 |
|     | 北原医院(産・婦)             | 北原町  | ☎22-4133 |
|     | 志々目医院(内・小)            | 山之口町 | ☎57-2004 |
|     | 森山内科・脳神経外科(内)         | 南鷹尾町 | ☎21-5000 |
|     | 佐々木医院(内)              | 高崎町  | ☎62-1103 |
| 21月 | 宗正病院(外)               | 八幡町  | ☎22-4380 |
|     | 小牧病院(整)               | 立野町  | ☎24-1212 |
|     | やの耳鼻咽喉科(耳鼻)           | 吉尾町  | ☎27-5222 |
|     | 有馬医院(内・小)             | 上長飯町 | ☎23-2610 |
|     | ゆうクリニック(内)            | 広原町  | ☎46-6100 |
| 22火 | 田中隆内科(内)              | 三股町  | ☎52-0301 |
|     | 吉見クリニック(外・整・内)        | 高城町  | ☎58-5633 |
|     | 速見泌尿器科医院(泌)           | 妻ヶ丘町 | ☎24-8344 |
|     | 丸田病院(産・婦)             | 八幡町  | ☎23-7060 |
|     | 畠中小児科医院(小)            | 三股町  | ☎52-6000 |
| 27日 | 有川呼吸器内科医院(呼・内)        | 上川東  | ☎24-6677 |
|     | ライフクリニック(内)           | 安久町  | ☎39-2525 |
|     | 都城フォレストクリニック脳神経外科(脳)  | 下川東  | ☎80-4313 |
|     | ながはま整形外科(整)           | 都北町  | ☎46-7188 |
|     | 小山田眼科医院(眼)            | 松元町  | ☎22-0710 |
| 27日 | 教山内科医院(内・小)           | 高崎町  | ☎62-1205 |
|     | 坂元医院(内・胃)             | 牟田町  | ☎22-0360 |
|     | 坂田医院(内・消・胃)           | 三股町  | ☎51-2003 |
|     | 柳田病院(脳・外)             | 東町   | ☎22-4862 |
|     | 都城明生病院(泌)             | 金田町  | ☎38-1120 |
| 27日 | 吹上耳鼻咽喉科医院(耳鼻)         | 鷹尾   | ☎21-4133 |

※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。



今回は『町史 上巻』から弥生時代の記事紹介です。弥生時代の定義は、弥生式土器の使用開始、稲作の開始、金属器(青銅器・鉄器など)の使用開始などにまとめられます。

縄文・弥生ともに土器の名称が時代の名称となっています。縄文と弥生との時代の境界線は、水田稲作の開始時期という観点では変動的で、まだ決着をみていません。本町に水田跡の発掘調査事例はなく、町内でいつから稲作が開始されたのかは不明で、その有無も判断できません。都城市では大淀川流域で水田跡が発見されており(坂元A遺跡など)、弥生時代の早い段階から稲作農耕が開始されていたことがわかっています。縄文時代から弥生時代への移行は生活スタイルの変化でもありました。狩猟・採集生活という移動生活から稲作による定住生活へ、道具の進化も大きく影響しました。三股の基幹産業の一つである稲作が町内で、いつどこから出発したのかは今後の発掘調査成果にゆだねるしかありません。

町内の弥生時代末期から古墳時代前期にかけての遺跡としては諏訪廻第1遺跡(上巻99頁)が挙げられます。

●問い合わせ=生涯学習係 ☎52-9311

「心の準備はできている?言うからね。亡くなったよ…」と言われ、私は頭の中が真っ白になるとともに、親友が救急車に運ばれなかったのは、亡くなったからなのだと思うと、ショックで泣き出してしまい、入院中も事件の記憶や親友が夢に出てき

「未熟者」②  
そして、すぐに親友を探そうと、周りを見ると、道路の端の方に倒れていました。すぐさま胸に耳をあて、心臓が動いていたのを確認し、救急車を呼ぼうとしましたが、私はパニック状態だったため、自力で呼べず、偶然通り掛かった車を呼び止めて、救急車を呼んでもらいました。救急車が来ると、先に私が運ばれましたが、親友は運ばれなかったのを疑問に思いながら救急車に乗りま

ました。  
数日後、家族から親友の告別式に参加したという事を知らされました。数週間後に退院し、事件現場にお花を供え、ご遺族の自宅へ謝罪に向かいました。ご遺族は私を責めず、「逆の立場だとしたら、私達はどうすることもできない。やってしまったことは仕方ないから後は誠意を見せてくれればいい」と仰ってくだ

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みの記録です。

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、心の戒めにしていただきたいと思います。

〔(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2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

税のお知らせ

●税務財政課からのお知らせ

9月30日(水)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(金)が口座振替日です。24日(木)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12日(月)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

「今一度ご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たし

三股町の人口 (令和2年8月1日現在)

・男/11,830人・女/13,577人・合計/25,407人(前月比-24人)  
・世帯数/10,424戸(+8戸)・出生/8人・死亡/23人・転入/73人・転出/82人





「統計調査員として得た経験は、自分のプラスになるものばかりです」と話す大脇さん。国勢調査などの統計調査員として20年以上も活躍している。「大変だし、面倒に思うこともあります。でも、苦にはなりません。なんでもとりあえず経験してみることが大切だと思っていま

す」そう思えるようになったのは、自分にとって大きいと思っていた悩みを、そんな小さな事と笑い飛ばして

## 経験が自信になる

# 経験してみることの大切さ

クロースアップ  
まちを支える人たち ⑬ 中米在住 大脇 由紀美(55)さん

## 茶じょけ

暑いです。気象庁によれば、7月28日に梅雨明けしてから3週間、都城観測所では最高気温が30℃を下回った日はありません。さらに、8月18日には都城観測所史上最も高い39.4℃を記録し、全国でも一番暑い日になりました。…と冷静に書いてみたら暑さを忘れられるかと思いきや、そんなことはなく、当たり前のように汗が止まりません。体も少し溶けたのではないかと思うくらいです。夏バテ、熱中症にならないよう十分に気を付けたいと思います。ちなみに8月18日は最高気温全国10位のうち、5つが県内の市町村で、南国宮崎の力を見せつけた日になりました。正直なところ、そんなに頑張らなくていいんだと太陽に伝えたいくらいです。＜や＞

No.601 令和2年9月1日号

発行・編集／三股町 総務課  
〒889-1995  
宮崎県北諸郡三股町五本松1番地1  
TEL 0986-52-1111 (代表)  
FAX 0986-52-4944

町公式URL  
https://www.town.mimata.lg.jp  
町FacebookURL  
https://www.facebook.com/mimatatown

大豆が入っているのが味の秘訣で「昔の味に親しんでもらえたら」と話

味噌と砂糖、ニンニクの他に干し大豆が入っているのが味の秘訣で「昔の味に親しんでもらえたら」と話



よしばの油味噌／300円  
製造・販売者／我生庵



次回のみまたん駅前よかもん朝市

期日＝9月27日(日)予定／午前8時～10時30分ごろまで

## ●思い出の味、油味噌を皆さんに

今月は、どぶろくや塩御殿でおなじみ我生庵の油味噌を紹介します。「よかもんや」でもまとめ買いする人、県外へ送る人や「この油味噌しか食べられない」とわざわざ遠方から買いに来店する人など多くのファンがいる人気商品となっています。

我生庵の上石さんは、幼い頃から母親の作る油味噌が大好きで毎日のように食べて育ちました。そんな油味噌を「もっと多くの人たちに知って食べて欲しい」という思いから商品化したそうです。

温かいご飯にはもちろんのこと、おにぎり、お弁当にも合います。さらに野菜にそのまますけたり、塗って焼いて食べたりとさまざまなアレンジができますのでぜひご賞味ください。

三股町物産館よかもんや 情報発信コーナー  
No.95 んじゃ様 だより

三股町物産館よかもんや  
〒889-1901 宮崎県北諸郡三股町大字樺山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://mimatatan.com

町の栄養士から

いきいき げんき!

毎月19日は 食育の日

大人も一緒に「食育」

健康バランス食実践のために

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

- ・カレイ・シメジ
- ・シイタケ・トマト
- ・ミョウガ・レタス
- ・カボチャ
- ・チンゲン菜
- ・イチジク

※材料は全て1人分です

## ① 主食／ご飯

168<sup>キロカロリー</sup> 塩分0<sup>グラム</sup>

材 料 ご飯…100<sup>グラム</sup>

## ② 主菜／カレイの和風グラタン

242<sup>キロカロリー</sup> 塩分1.9<sup>グラム</sup>

材 料 カレイ切り身…1切れ、小麦粉…大さじ1、塩・こしょう…少々、シメジ…1/4パック、シイタケ…1個、タマネギ…1/4個、ピザ用チーズ…10<sup>グラム</sup>、しょう油…小さじ1、みりん…小さじ1、バター…小さじ1、細ネギ…少量

作り方 ①タマネギとシイタケは細く切る。シメジはほぐす。細ネギは小口切りにする。②カレイに塩こしょうを軽くふり、小麦粉をまぶす。フライパンにバターを溶かし、カレイを色よく焼く。③カレイを取り出し、タマネギ、シメジ、シイタケを入れ中火で炒める。しょう油とみりんを加え全体に絡める。④耐熱容器にカレイを入れ、上から③のをせ、その上にチーズを散らす。⑤200度に温めたオーブンで10分くらい焼く。こんがりしたら取り出し、ネギを散らす。

## ③ 副菜／トマトとミョウガのサラダ

27<sup>キロカロリー</sup> 塩分0.5<sup>グラム</sup>

材 料 トマト…1/2個、ミョウガ…1個、レタス…10<sup>グラム</sup>、しょう油…小さじ1/2、削り節…1/2袋

作り方 ①トマトは小さめの一口大に切る。ミョウガは小口切り、レタスはちぎる。②ボウルに材料と調味料を全部入れて、混ぜ合わせる。

## ④ 副菜／カボチャの味噌汁

60<sup>キロカロリー</sup> 塩分1.1<sup>グラム</sup>

材 料 カボチャ…40<sup>グラム</sup>、チンゲン菜…20<sup>グラム</sup>、だし汁…120<sup>ミリリットル</sup>、みそ…大さじ1/2

作り方 ①カボチャはイチョウ切り、チンゲン菜はざく切りにする。②鍋にだし汁とカボチャを入れ、火にかけ、柔らかくなったたらチンゲン菜を加え、煮えたら火を止め、みそを溶き入れる。

## ⑤ もう一品／イチジク

43<sup>キロカロリー</sup> 塩分0<sup>グラム</sup>

材 料 イチジク…1個



問い合わせ：町健康管理センター ☎52-8481

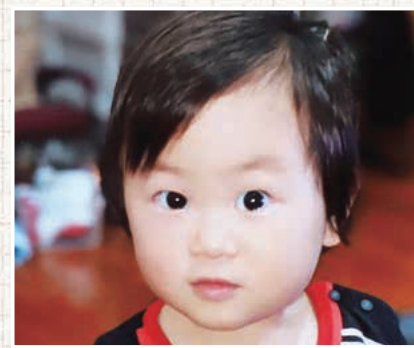
# ★わが家の一番星★

食いしん坊で歌とダンスが大好きな長女。これからのもののびのび元気に育ってね!



中原 杏心 ちゃん  
平成31年3月10日生まれ(1歳)  
中原雅基さん・由季さんの長女

いつもニコニコ走り回る羽海君。これからも元気でいてね。



藤田 羽海 ちゃん  
平成31年2月16日生まれ(1歳)  
藤田裕次さん・奈津美さんの次男



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… https://www.town.mimata.lg.jp)

問い合わせ 総務課 秘書広報係 ☎52-1113 (直通)

POST CARD

8 8 9 1 9 9 5

お手数ですが  
63円切手を  
貼ってお出し  
ください。

三股町役場 総務課  
秘書広報係 行

2020.9 vol.601

|     |           |
|-----|-----------|
| 氏 名 | フリガナ      |
| ご住所 | □□□□□□    |
| 電 話 | ( ) -     |
| 年 齢 | 性 別 男 ・ 女 |