♥形のまちのハートフルな広報紙

広報みまた

PublicRelations MIMATA town

令和３年11月１日発行

2021 Vol.615

みんなでつくる まちの未来は きっと笑顔で 満ちている

MIMATA PublicRelations 11 Vol.615 広報みまた 令和3年11月1日号

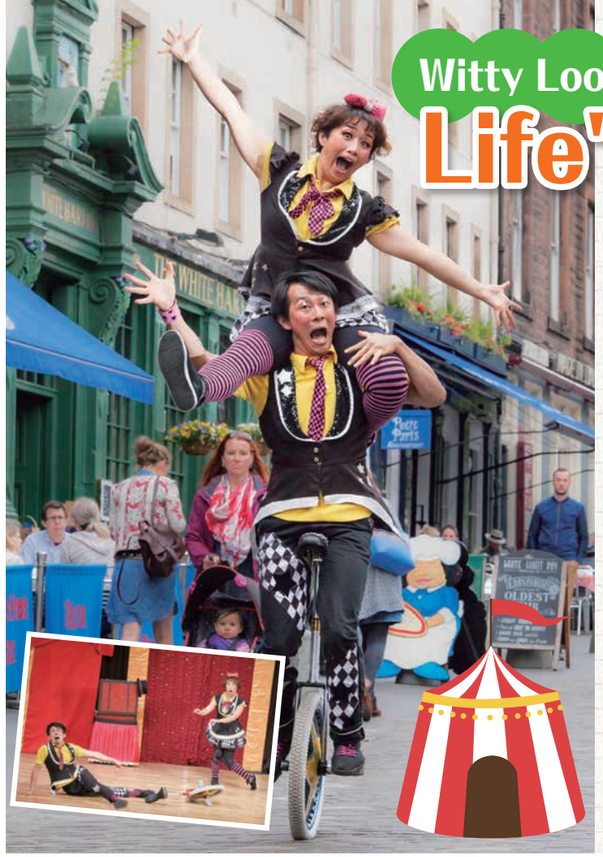
■発行・編集：三股町 総務課
TEL：0986(52)1113 FAX：0986(52)4944
〒889-1995 宮崎県北諸県郡三股町五本松1-1

11 みまた演劇フェスティバル「まちドラ！」2021 ……2

国民健康保険…4　日本赤十字社・社会福祉協議会の協力へのお礼と活動報告…6
「11月は児童虐待防止推進月間です」…7　まちの話題…10

花と緑と水のまち 宮崎県 三股町

VEGETABLE OIL INK



三股町立文化会館自主文化事業

Witty Lookの Life's a Circus!!!!!

シルクドゥソレイユも認めた!高い一輪車スキルに、アニメの世界観とサーカスやクラウンをミックスさせた世界でも類を見ないオリジナリティー溢れる一輪車コミックサーカス。世界22カ国で約2500回以上の公演を行い多くの笑いと感動を生み出してきた二人の集大成作品!サーカスと共に生き、様々な国の人々と触れ合い出会いと別れを繰り返してきた二人の経験から生まれたすごくて、楽しくて、ちょっぴり切ないお話。

●日　時／令和3年11月18日㈭ 19時開演
※開場は、開演の30分前
●作・演出／智春（CHEEKY !!）
●出　演／Witty Look（CHEEKY ‼ &DAIKI）
●チケット料金
一般 1,500円（当日1,800円）　ペア 2,500円（前売りのみ）
3歳～大学生 1,000円（当日1,200円）　※未就学児入場無料
※全席自由
※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
※感染症対策を行い実施いたします。

●企　画／Cheeky*Park（チィキィ＊パークゥ）
●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
●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
●お問い合わせ・チケットのご予約
三股町立文化会館　TEL 0986-51-3462
https://bunka.town.mimata.lg.jp
三股町立文化会館 検索

第43回 宮崎県高等学校総合文化祭 演劇部門
第74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／令和3年 11月20日(土) 午後1時開場予定～(2校上演)
11月21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。
■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）
■出場校／宮崎南高等学校・宮崎東高等学校通信制・宮崎大宮高等学校・宮崎北高等学校・妻高等学校・都城西高等学校
※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
■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）

※2020の大会の様子

ありがとう、2021年11月 おかげさまで開館20周年 20th Anniversary 三股町立文化会館 三股町立図書館 「思い育み 知の循環」

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。

●まちCafé

●まちCafé（朗読劇）

●「タフラブ」

●「だるまの仕業」

●「90分でせりふ書いてみる？」

●「おかえり」

「まちドラ」に来場いただいた皆さん

●プロジェクト大山（東京）「グッバイ！キャラバン」

●「花氷市役所なんでもこい課」

オープニング（吹奏楽部）

オープニング（詩の朗読）

クロストーク！

●「ハレル夜」

●「隣の芝、うちより青くね？」

●「恋わずらい」

みまた演劇フェスティバル「まちドラ！」2021

～まちなかでドラマに出会える3日間！～

ミルドラ!

ホールで舞台芸術を観よう！

10月9日(土)・10日(日)　場所／町立文化会館（ホール）

プロジェクト大山〔東京〕「グッバイ！キャラバン」

ポップかつシニカルな作風で人気を博している古家優里率いるダンスカンパニーが、結成15周年を迎えて新たな表現に挑む！「想像してわくわくする気持ち」が呼び起こされるような、そんなダンス作品。

演出・振付：古家優里

出演：古家優里、三輪亜希子、松岡綾葉、長谷川風立子、加藤未来、仁科幸

プロジェクト大山

2006年、主宰の古家優里を中心に、お茶の水女子大学舞踊教育学コースを卒業したメンバーにより結成されたダンスカンパニー。10年トヨタコレオグラフィアワードにて「次代を担う振付家賞」を受賞。これまでに、16年『それでもおどって』、18年『すばらしきあいまいな世界』などを発表。

ヨムドラ!

朗読劇を、まちなか小劇場をまわって楽しむ

10月9日(土)・10日(日)　場所／まちの特設3劇場

まちなかの3つの特設小劇場で、町民3チームと県内外から3劇団が、短編6作品を上演いたします！町民チームを演出するのは、全国各地で活躍する実力派演出家たちです。

●「恋わずらい」作：たそがれりんこ、演出：高野桂子（PUYEY・福岡）、出演：町民☆たいいくかんチーム　●「だるまの仕業」作：中村諒、演出：油田晃（三重）、出演：町民☆ちゅうこうチーム　●「花氷市役所なんでもこい課」作：山下あずさ、演出：大迫旭洋（不思議少年・熊本）、出演：町民☆いっちくチーム　●「隣の芝、うちより青くね？」作：山本茉優、演出：山口大器（劇団言魂・北九州）、出演：劇団言魂　●「ハレル夜」作：のむらゆみ、演出：当山彰一（劇艶おとな団・沖縄）、出演：当山彰一・平良暁　●「タフラブ」作：中島万紀、演出：黒木朋子（どらまさるく・宮崎）、出演：甲斐健治・成合朱美・門内一郎・木下龍・森夢希・三門佳太・ほか

カクドラ!

ドラマを書いてみよう！

10月8日(金)　場所／町立文化会館・会議室

体験型戯曲講座「90分でせりふ書いてみる？」

演劇の台本を書く90分の講座です。日常の会話をつないで「せりふ」を作り、自分だけの短い台本『ドラマ』を書き上げます。「俳優たちが演じてくれる」特典付！

プレドラ!

まちドラ！1カ月前の演劇公演

9月18日(土)・19日(日)　場所／町立文化会館（ホール）

微魔女企画（福島県いわき市）「おかえり」

作：永山智行（劇団こふく劇場）

演出：ハギハラヒロキ　出演：大森由美子・松本恵美子・渡邉里美

照明：橘祝子　演出助手：橋本澄子

10月8日、わが町の劇場（町立文化会館）に三股中学校吹奏楽部の演奏が響き渡り、実に2年半ぶりとなる演劇フェスティバル「まちドラ！2021」の幕が開きました。オープニングセレモニーでは、町民出演者5人が『まちのうた』の詩を朗読。会場は大きな拍手に包まれました。その後、同会館では90分で戯曲（演劇の台本）を書き上げる「カクドラ！（書くドラマ）」が行われました。参加人数は3人。完成した作品は、フェスティバル期間中に特設会場で、みやざき演劇若手の会が朗読劇で熱演しました。

9～10日は「たいいくかん劇場」「ちゅうこう劇場」「いっちく劇場」の3会場で「ヨムドラ！（読むドラマ）」を開催。令和元年度の戯曲講座受講生5人とスペシャルリーディングの合計6作品が町民出演者や県内外の劇団によって上演されました。また、今年の「ミルドラ！（観るドラマ）」では、東京都のダンスカンパニー、プロジェクト大山が「グッバイ！キャラバン」を上演しました。公演終了後は「クロストーク！」として、各劇場で上演された作品の演出家や出演者が、本番に至るまでの裏話や本フェスティバルへの思いなどを語りました。

このほか、10日（日）には「まちCafé」がオープン。カレーやコーヒーなどが販売されました。来場者は、公演の合間に繰り広げられる音楽ライブなどを楽しみながら、お腹と心を満たしました。

今年も、2組のツアーコンダクターによるユニークな劇場間の案内や開演前の諸注意があり、徒歩移動の間や演劇が始まる直前まで笑顔があふれていました。舞台と客席の距離が近いことが魅力の4劇場。今回は出演者、劇場も十分な感染症対策をとって行われ、延べ889人の観客が訪れる大盛況の公演となりました。

また、9月18～19日には、福島県いわき市の「微魔女企画」による『おかえり（作：永山智行）』が、「プレドラ！（プレドラマ）」として町立文化会館で上演されました。

皆さんの健康と医療を守る 国民健康保険

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の財政的な問題もかかえていました。

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

令和2年度の町国保における一人当たりの医療費は39万8579円でした。この額は、県内の市町村平均の39万7778円に比べて801円高い額となっています。

医療費を少しでも抑えるために次の3つの事項に気をつ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」をすることは、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。

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疲労改善のための施術

「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、年に1回は健診を受けましょう。

●町国保では、40歳以上の人を対象として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。今年度は、個別健診の受診期間を延長しています。

●個別健診：指定医療機関で6月～令和4年2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、ぜひ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。

本年度最後の集団健診です

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21日（日）
●受付時間　午前8時45分～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）

※集団健診会場では、新型コロナウイルス感染拡大防止の対策をしますので、ご理解とご協力をお願いします。
感染防止ができるマスクなどを着用してください。「3つの密」を防止するため、入場する人数を制限します。
受付番号を配布し、順番がくるまでは入場できませんので、お待ちいただくこともあります。
※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。

マイナンバーカードが健康保険証として利用できるようになります

【注1】使える病院等は「マイナ受付」のポスターやシールを掲示する予定です。なお、今までの保険証も使用できるため、ご自分の利用する病院等で使えることがわかるまでは、保険証をお持ちください。

【注2】「利用者用電子証明書」（カードに手書きで書かれている日付）が有効期間内である必要があります。

●就職や転職・引っ越しをしても使える

今までは、就職や引っ越しをしたときに、しばらく保険証がない状態になることがありました。マイナンバーカードの利用の場合、電子証明書の有効期限内であり、加入・脱退の手続きがなされていれば、すぐに使うことができます。

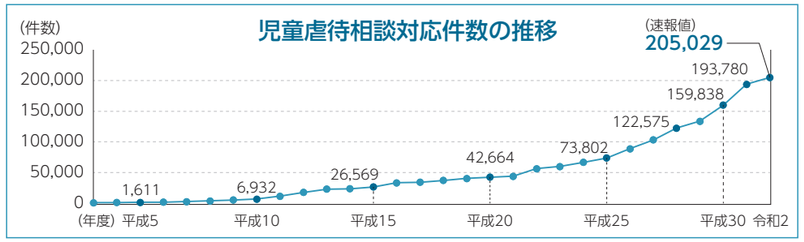
●健康管理や医療の質が向上

マイナポータルで、自分の薬剤情報や特定健診情報を確認できるようになります（10月開始）。また、ご本人の同意があれば医師や歯科医師がオンラインで薬剤情報や特定健診情報を、また薬剤師も薬剤情報を確認できるなど、より多くの情報をもとに診療や服薬管理が可能となります。

11月は児童虐待防止推進月間です

～ 189（いちはやく）「だれか」じゃなくて「あなた」から～

令和2年度中に、全国220か所の児童相談所が児童虐待相談として対応した件数は、205,029件（速報値）で、過去最多となりました。集計を始めた平成2年度から増加の一途をたどっています。

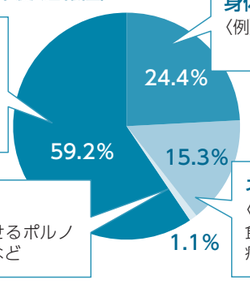


主な増加要因

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
- 心理的虐待に係る相談対応件数の増加（R元年度 109,118件→R2年度 121,325件）
- 心理的虐待が増加した要因として、児童が同居する家庭における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。（R元年度 96,473件→R2年度 103,619件）

児童虐待の内容別割合について

虐待相談の内容別件数（R2年度 速報値）



心理的虐待：心を傷つける
〈例〉
無視、言葉で怖がらせる
ＤＶを見せる
子どもの存在を否定するなど

身体的虐待：体を傷つける
〈例〉殴る、蹴る、たたく
やけどを負わせるなど

性的虐待：性的な嫌がらせ
〈例〉性的行為を要求する、見せるポルノグラフィの被写体にするなど

ネグレクト：育児放棄
〈例〉
食事や入浴をさせない
病院に連れて行かないなど

虐待相談の内容別では、「心理的虐待」が59.2%を占めており、次いで「身体的虐待」が24.4%を占めています。心理的虐待はR元年度より約3%増加しています。

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

お問い合わせ先
福祉課 児童福祉係☎52－9060（直通）

保護者が「しつけ」として体罰を加えることは法律で禁止されています。

子どもが思ったとおりに行動してくれず、イライラしたときに「子どものしつけのためだから仕方ない」として叩いたり、怒鳴りつけたり、罰を与えたりしていませんか？

体罰や暴言によって子どもの行動が変わったとしても、それは体罰や大人への恐怖心などによって一時的に行動した姿であり、自分で考えて行動した姿ではありません。

体罰や暴言は子どもの成長の助けにならないばかりか、その体験がトラウマとなり心身の発達などにも悪影響を及ぼしてしまう可能性があります。

全ての子どもは健やかに成長・発達する権利があり、体罰はその権利を侵害するものです。

子育て支援サービス、相談窓口を活用しましょう

色々な工夫をしても子育てがうまくいかないときは、周囲の力を借りると解決することもあります。子育ての相談窓口や町、NPOが行っているさまざまな支援、サービスの利用を検討するのも一つです。勇気をもってSOSをだすことで、不安や悩みが軽減することもあります。

地域で子育て家庭をあたたかく見守りましょう

子育て家庭の様子を気にかけ、異変にいち早く気づくことが虐待の防止に繋がります。周囲のさりげない関わりが、親子の心の支えにもなります。子育てに悩む親の相談相手になる、孤立させないように声かけや手伝いをするなど周囲が手を差し伸べることも大切です。

心配になる子どもがいる、気になる家庭があるときは相談、通告をしましょう

虐待の通告は、国民の義務です。相談・通告をすることは子どもを虐待から守り、保護者を救うことにもつながります。通告した人の秘密は守られ、また匿名での通告もできます。虐待かどうか判断に迷うようなときも、専門の機関が慎重に調査をし、判断をしますのでためらわずに相談してください。

相談窓口
相談・通告はこちらまで

- 児童相談所 全国共通ダイヤル **189**（いち　はや　く）
- 都城児童相談所 ☎**22-4294**　●福祉課 児童福祉係 ☎**52-9060**

※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。

社会福祉協議会会費ご協力へのお礼と活動報告

皆さまのご協力をもちまして、本年度は**3,076,200円**（8月末現在）の会費を納入していただきました!! たくさんの方々にご賛同いただき誠にありがとうございました。

皆さまからお寄せいただいた会費は、社会福祉協議会が進める地域福祉活動の事業運営の財源として、大切に活用させていただきます。

戦没者慰霊祭

どうぞ便（こども宅食）

会費はこのような事業に使われています！

社会福祉協議会会費

3,076,200円

ご協力いただきありがとうございました!

（令和3年8月末現在）

その他の社会福祉協議会の福祉事業

- 愛のいたわり訪問(声かけ活動)
- 車いす貸し出し事業
- 敬老の日記念事業
- ボランティア事業
- 総合相談事業
- 法律相談事業
- 一時援護貸付事業
- 各種社団体等との連絡調整・活動支援
- 災害時避難所の開設
- その他福祉事業の事務費など

日本赤十字社の活動と寄付のお礼

日本赤十字社では「苦しんでいる人を救いたい」という人道の精神をもってさまざまな事業に取り組んでおり、その活動は皆さまからのご寄付で支えられています。

本町でも皆さまのご理解とご協力により、本年度は**2,411,000円**（8月末現在）の寄付金などが寄せられ、日本赤十字社に送金することができました。誠にありがとうございました。

災害救護

日本赤十字社では、災害が発生したときにすぐ医療救護班を派遣できる体制を整えています。そのため、要員の養成、毛布・生活用品などの救援物資の備蓄など、日ごろから災害への備えに取り組んでいます。

救急法などの講習

いざというときの手当て、事故防止に必要な知識や技術を広めるために、全国各地でAEDの操作方法、心肺蘇生法などを学ぶ救急法、高齢者の介護知識を学ぶ健康生活支援講習、幼児安全法、雪上安全法などの講習を行っています。

寄付金はこのような事業に使われています！

日本赤十字社寄付金

2,411,000円

ご協力いただきありがとうございました!

（令和3年8月末現在）

その他の日本赤十字の事業

- 赤十字病院の運営
- 看護師等の養成
- 青少年赤十字の育成
- 赤十字ボランティアの活動
- 社会福祉施設の運営

AED

三股町社会福祉協議会　日本赤十字社三股町分区三股町大字樺山3384-2
町総合福祉センター「元気の杜」　電話52-1246／ファクス52-8194

影絵の世界を楽しむ

9月11日（土）～12日（日）、日本最初の現代影絵劇の劇団かかし座による影絵劇「分福茶釜」が行われました。

第一部は、手影絵ショーと手影絵体験コーナー。手影絵ショーでは鳥が羽ばたく様子や、うさぎが跳ねる様子など、手の組み方だけで、まるで生きているように表現し観客を魅了しました。体験コーナーは、その手の組み方を教えてもらい、子どもたちは一生懸命に手を動かして体験していました。

第二部は、日本の昔話「分福茶釜」を影絵で上演しました。かわいいタヌキの影絵や、俳優の影で演じられるおじいさんなど、さまざまな手法を使った影絵劇で楽しませてくれました。

大人から子どもまで、影絵の魅力をいっぱい楽しめる公演でした。

サーカス舞台を楽しもう！

11月18日（木）、『Witty Look（ウィッティー ルック） の Life's（ライフズ） a Circus!!!!!（アサーカス）』が行われます。

Witty Look は、シルクドゥソレイユも認めた高い一輪車スキルに、アニメの世界観とサーカスやクラウンをミックスさせた、世界でも類を見ない、オリジナリティーあふれる一輪車コミックサーカスユニットです。楽しくて、ちょっぴり切ない物語のサーカス舞台をお送りします。

高校演劇部、県決勝大会

11月20日（土）～21日（日）、『宮崎県高等学校演劇県大会』が行われます。県内の代表を決めるこの大会。予選を突破した出場校は、宮崎大宮高校、宮崎南高校、宮崎東高校、都城西高校、宮崎北高校、妻高校。今しか観ることができない高校生の若さあふれる演劇をお楽しみください。

※詳しくは本誌裏面をご覧ください。

◇文化の力で人を町を、元気に！

お知らせした公演は、感染症対策を行って開催します。

Witty Look の二人

昨年の宮崎県高等学校演劇県大会（宮崎東高校）

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

雑誌の閲覧・貸出サービスのご案内

図書館では、約60タイトルの雑誌を収集し、貸し出しや閲覧サービスを行っています。月刊誌は3年分を保存していますので、バックナンバーの雑誌を読むこともできます。女性誌、文芸誌、スポーツ誌などさまざまなジャンルの雑誌を取り揃えていますので、ご利用ください。また、保存期間を過ぎた雑誌のリサイクル配布を11月18日（木）～21日（日）まで行います。

ライブラリーサマーコンサート

8月31日（火）にクラシックギターとヴァイオリンの演奏会を行いました。演奏は、愛川義夫（あいかわよしお）さんと黒田印南（くろだいんなん）さん。参加者は、「C線上のアリア」や「チャルダッシュ」など、聴きなじみのあるクラシック音楽の演奏を楽しんでいました。音楽や作曲者の解説を交えながらのプログラムで、音楽に親しむ時間となりました。図書館では、CDの貸し出しを行っています。クラシック音楽のCDも多数取りそろえていますので、ぜひご利用ください。

読書感想文感想画コンクール入賞作品の展示を行います

今年も子どもたちから多くの読書感想文・感想画が集まりました。応募総数は425点でした。ご応募ありがとうございました。審査の結果入賞した作品は、11月13日（土）、14日（日）に町武道館で開催される文化祭で展示します。また、11月18日（木）～30日（火）には図書館内で展示します。本を読んでの感想を、文章や絵で豊かに表現された作品をお楽しみください。

●臨時休館のお知らせ

11月13日（土）、14日（日）は、町文化祭の開催運営のため、図書館は臨時休館します。ご確認をよろしくお願いします。

●読んでみよう 今月のおすすめ本「犬がいた季節」伊吹有喜／双葉社

■休館案内（17ページ くらしのカレンダー）

雑誌の貸出、閲覧サービス
～3年分のバックナンバーが読めます～

音楽を楽しもう
～ライブラリーサマーコンサート～

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

今月の表紙

みんな笑顔でハイ、チーズ！

まちドラ! 2021

10月8日～10日に開催された「まちドラ!2021」。当初の5月開催から延期になりましたが、今年も多くの町民や劇団関係者が参加しての開催となりました。今回は、手や体で『M』の形をつくってもらい、写真撮影。三股、まちドラ!、そして未来の頭文字『M』。みなさんが笑顔だったのは久しぶりのイベントを楽しんだからだけでなく、明るい未来への予感もあったのではないでしょうか。

【三股文芸】 273 ［短歌］ ◆◆◆ 三股短歌会 ◆◆◆

帰るまで一度も視線あげぬまま「うん」のみ言いてスマホの孫は

山口勝己

たまに来る二人の孫は、食事以外はスマホに夢中で、問いかけにもうなずくばかりです。大方の子どもたちがそうなんでしょうけど、二人とも来春は受験を控えているので少し心配です。

受付に立てば自動の検温機 心の内まで量られる感あり

児島順子

コロナ禍の今、検温は必須です。知らぬ間に検温されて居り、何もかも見透かされているような気分になりました。

地域おこし協力隊通信 vol.21

わたしたち協力隊の活動のようすをお伝えします！

「絶景かな、霧島連山」

地域おこし協力隊 江森（えもり） 聡（さとし）さん

過ごしやすく、風情のある季節になりましたね。この時季に、高い建物のない町内を移動しながら見る景色が好きです。観光名所にもなっている長田峡や、めがね橋。思わず足を止めて見入ってしまうほどの美しさですね。そんな中、私が撮影スポットとして良く写真を撮りに行く場所があります。それが樺山の田畑が一面に広がっている場所です。ここから見る霧島連山の景色は神々しいほどの美しさです。町を紹介するときに、ここから撮影した写真を見せることが良くあります。ここから撮影した、霧島連山が四季折々に見せる変化は、日本の素晴らしさを伝えるのに言葉がいらないほどです。外国の友人に紹介した際にも、コロナウイルスの影響が落ち着いたらぜひ訪問したいと言われました。空気が澄んだ日には桜島も見えるので本当にぜいたくな場にいると思います。

外国語指導助手のコーナー

「オーストラリアのソーセージロール」

ジョンストン・ナイジェル

ソーセージロールは、古典的なオーストラリアの軽食です。たくさん作り冷凍保存しておけば、食べたいときに簡単に焼いて食べられます。にんにくやローズマリー、フェンネルなどのハーブで味付けされた豚肉のミンチをソーセージ型にし、パイ生地で包んだ自家製ポークソーセージロールは、外出先でのパーティーやランチに最適です。

家で作るということは、好みに合わせて具材や味を調整できるということです。好きな具材を包み、オーブンに入れ、パイ生地の焼けた香ばしい香りがキッチンを満たすと、「ああ、早く食べたい！」とうずうずしてしまうこと間違いなしです！

ソーセージロール自体は英国で生まれましたが、このおいしいごちそうは確かにオーストラリアの象徴だと思います。日本のパン屋さんにあるウィンナーロールと似ていると思うかもしれませんが、生地や中のソーセージの食感などかなり異なります。皆さんの家でも、冷凍パイシートを使えば簡単に作ることができると思います。ぜひお家で作ってオーストラリアの味を楽しんでみてください。

Topics

今年も力作ぞろい「みまたんはあとな絵」審査会

会長賞

金賞 低学年

「めがねばし」 梶山小3年 吉武季穂

金賞 高学年

「めがね橋」 三股西小6年 花房心夏

「長田峡」 三股小6年 佐澤ひかり

10月4日、町役場4階の会議室で「みまたんはあとな絵」の審査会が行われました。今年も、町内の小学校から夏休みの宿題として提出された絵から、会長賞などが選ばれました。受賞作品は、例年であればふるさとまつりの会場で展示されますが、開催が見送られたため、今年は11月13日(土)、14日(日)に行われる三股町文化祭で展示されます。

企業版ふるさと納税第1号 ㈱都城北諸地区清掃公社が町に寄付

9月21日、町役場4階第1会議室で、㈱都城北諸地区清掃公社（福島俊郎社長）からの企業版ふるさと納税に対する感謝状贈呈式が行われました。

企業版ふるさと納税とは、国が認定した地方創出プロジェクトに寄付を行った企業の税負担を軽減する制度です。今回、同公社は創立50周年を記念し、本町の地域再生計画「三股町まち・ひと・しごと創生推進計画」へ1千万円の寄付を行いました。

贈呈式で、福島社長は「創業50周年を迎えた感謝の意を表したい」と述べ、木佐貫町長は「本町発展の大きな支えになる。魅力ある街づくりの助けに使わせてもらいたい」と感謝の言葉を述べました。

小さな善意を大きな力に 赤い羽根共同募金運動開始

10月1日、スーパーセンタートライアル三股店で、町共同募金委員会による「赤い羽根共同募金運動」が行われました。例年であれば、開始式を行い、町内各地で自治公民館連絡協議会など各団体が募金の呼びかけを行いますが、昨年同様、新型コロナウイルス感染防止のため、開始式は行わず、街頭での募金運動も、町社協の職員が1カ所で実施しました。

昨年度の町内での募金実績額は、461万9717円。いただいた寄付は、福祉・援助活動や地域福祉支援活動など、町内のさまざまな活動に使われます。

本年度の運動期間は、10月1日から12月31日まで、目標額は480万円です。

Topics

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

三股中エアロビックダンス部

Fitness Garden SPLASH

9月13日、「スポーツ大会参加激励金」の交付式が行われました。これは、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るものです。今回は、エアロビックダンスの2団体に交付。両団体とも、9月18～19日に東京都で開催された「全国こどもチャレンジカップ第14回全国大会」に出場しました。

【出場者】

三股中エアロビックダンス部
（西村優里、日渡小町、酒井桜子、上牧海美、天神咲良、中原櫻子、花屋結莉佳、堀内結月、森陽葵、屋敷芙蓉、岩橋花音、上牧麗花、新谷凛心、中西琉稟、馬籠詩）

Fitness Garden SPLASH
（上村裕子（監督）、久保凛々生、堂領小真千、原口稀衣、森日葵、久保菜生）

第14回みまた町民総合スポーツ祭 グラウンドゴルフ大会実施

9月23日、ふれあい広場で町と町グラウンドゴルフ連盟の共催による第14回みまた町民総合スポーツ祭グラウンドゴルフ大会が行われました。

雲一つない秋晴れの下で行われたこの大会には、95人が参加。数多くのホールインワンが出るなど、日頃の練習の成果を競った会場では多くの歓声が響きました。

《競技結果》

【男子の部】
優勝＝菊地ヒメ、準優勝＝本村理津子、3位＝山中シゲ子

【女子の部】
優勝＝森正一、準優勝＝衞藤光之、3位＝内村充

【最高齢賞】
男子＝原田重治、女子＝本村理津子

創立15周年記念 パークゴルフ大会開催

9月23日、上米公園パークゴルフ場で、創立15周年を記念した大会が行われました。

この大会は、町パークゴルフ協会が主催し、町の内外から102人が参加。開会式では木佐貫町長が力強く始球式を行いました。その後は各コースに分かれて競技開始。36ホールの合計打数で順位を競いました。会場では、ホールインワンなどの好プレーにあちこちのホールで歓声が上がり、秋晴れの空の下、参加者は地域の枠を超えて交流を深めていました。

「創立から15年間でたくさんの人に楽しんでいただきました。これからもどこにも負けない運営をしていきます」
町パークゴルフ協会 会長 大重陽一さん（東原在住）

黄金色の稲穂に歓声 長田小児童が稲刈り体験

10月7日、長田小学校の全校児童が、同校南側の田んぼで稲刈りを体験しました。これは、6月に田植え体験をした稲が収穫時期を迎えたものです。鎌を使って丁寧に行われた刈り取りは、地域の人たちの協力だけでなく、上級生が下級生に指導しながら、無事に完了しました。

今回収穫した米は、収穫祭を行い、おにぎりなどにして食べるほか、協力者へのお礼として振る舞われたり、町物産館よかもんやでの販売などが予定されています。

「稲が育っていくのを見て、お米の大切さがよく分かりました。おにぎりで食べるのが楽しみです」
参加者 藏元瑠那さん（長田小6年）

「令和3年度三股町表彰式」を実施します

町では毎年、町政の振興や町民の福祉増進、産業の進展などに功労のあった人、町民の模範と認められる活動をした人などを表彰しています。

本年度は、消毒・検温などの感染症対策を講じたうえで実施します。

また、同日は社会福祉の増進に功績のあった個人や団体に対する「社会福祉功労者等表彰」も行います。

●表彰の種類＝

・功労賞…町政の振興、産業の進展などに功労のあった人・団体

・文化賞…町の文化向上発展に寄与し、その功績が顕著な個人・団体

・善行賞…町民の模範となる活動をした人・団体　など

●日時＝11月3日（水・文化の日）午前10時～正午（予定）
※午前9時30分受付開始

●場所＝町立文化会館

●お問い合わせ＝
総務課 秘書広報係
☎52－1113

令和4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。

●申込書などの配布日・場所＝11月1日（月）から、入園希望の保育園・認定こども園・幼稚園で配布します。
※園が児童数を把握する必要があるため、書類は必ず希望する園で受け取ってください。

●受付期間・提出先＝

・幼稚園型認定こども園
11月1日（月）～12月17日（金）

・保育園、保育園型・幼保連携型認定こども園
11月19日（金）～12月17日（金）

・提出先
第1希望の園・継続利用する園

●提出書類＝

・新規入園者
①支給認定申請書兼入園申込書（児童1人につき1部）
②就労証明書（2号・3号認定を申請する人）

・継続利用者
①現況届（児童1人につき1部）
②就労証明書（2号・3号認定を申請する人）

●マイナンバーについて＝新規入園者は、入園申込書に、同居家族を含む世帯全員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、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。

●注意事項＝
①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。
②1号認定は、園での内定後に申込書を提出してください。
③1号と2号の併願の場合は、2号認定での受付けとなります。
④定員の関係上、第1希望に入園できない場合もあります。
⑤2号・3号認定は、町外の保育園・認定こども園への入園には制限があります。
⑥年度途中で他の保育園・認定こども園への転園は認められません。

●無償化に関する申請＝1号認定で預かり保育が必要な人・満3歳以上で認可外保育園を利用する人は、別途、施設利用等利用給付認定の申請手続きをお願いします。

●お問い合わせ＝
福祉課 児童福祉係
☎52－9060

令和3年「秋季全国火災予防運動」を実施します

「おうち時間　家族で点検　火の始末」

火災が発生しやすい時季を迎えます。火災による死者を無くし、財産を守るため、火の取り扱い、火の元の管理には十分注意しましょう。また、火災の早期発見のため、住宅用火災警報器を設置し、定期的に点検しましょう。

●実施期間＝
11月9日（火）～15日（月）

●お問い合わせ＝
都城市消防局予防課
☎22－8884

「刈払機取扱作業者安全衛生教育講習」を開催します

草刈りの際に使用する「刈払機」を安全に使用・点検・整備する方法を学びます。全行程終了した人には「終了証」をお渡しします。ぜひご参加ください。

●講習日時＝11月30日（火）午前10時～午後4時20分

●場所＝町シルバー人材センターおよびクリーンヒルみまた

●締切日＝11月19日（金）必着

●受講料＝無料

●対象者＝
①令和4年3月31日時点で満60歳以上の人
②シルバー人材センターへの入会・就業に興味のある人
③現在会員の人で新たな分野での就業を希望している人

●申し込み方法＝町シルバー人材センターに置いてある所定の申込用紙を町シルバー人材センターへ直接お持ちいただくか、郵送または

「みまたん霧島パノラマまらそん」は開催を1年延期します

令和4年1月23日（日）に開催を予定していた『第6回みまたん霧島パノラマまらそん』は、新型コロナウイルス感染症の影響を考慮し、参加されるすべての関係者の安全を第一に検討を重ねた結果、昨年度に引き続き、開催を1年延期することとなりました。

●お問い合わせ
みまたん霧島パノラマまらそん実行委員会事務局
（教育課 スポーツ振興係内）
☎52−9312／ファクス52-9724

FAXでお申し込みください。
なお、県シルバー人材センター連合会でも受け付けます。

●お申し込み・お問い合わせ＝
(公社)三股町シルバー人材センター
三股町大字樺山3890－5
☎52－7150
FAX52－8715

(公社)宮崎県シルバー人材センター連合会
宮崎市祇園2丁目95番地
☎0985－31－3775
FAX0985－31－3776

宝くじ助成事業で備品の整備を行いました

一般財団法人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っています。これは、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です。このたび、同事業を活用して、前目自治公民館が、音響機器、ワイヤレスアンテナ、エアコンなどの整備を行いました。

●お問い合わせ＝
教育課生涯学習係
☎52－9311
企画商工課企画政策係
☎52－1114

令和4年度三股町就学援助希望者の申請を受け付けます

町では、経済的な理由で就学が困難な児童生徒の保護者に、学校給食費や学用品費などの経費の一部を援助しています。この「就学援助」を希望される人は、お子さんの在学する（新小学1年生は就学時健康診断を受けた）学校へ申請を行ってください。なお、学校から配付される「希望調査書」は希望されない人も全員提出してください。

●援助を受けることができる人＝生活保護受給者に準ずる程度に困窮している保護者。

●申請方法＝

・新小学1年生＝11月19日（金）までに、就学時健康診断を受けた学校へ「就学援助費受給申請書」を提出してください。申請書は小学校にあります。

・新小学2年生～新中学3年生＝お子さんが在学する学校にお問い合わせください。就学援助希望調査で〝希望します〟と回答された保護者には在学する小・中学校を通して申請書を配布します。新中学1年生の保護者には、在学する小学校を通して申請書を配布します。

※申請書に必要事項を記入し、必要書類を添えて学校に提出してください。申請書は、学校ごとに1枚必要です。また、現在受給中の人も毎年申請が必要です。

●認定審査の方法＝提出された申請書などにより、学校長と民生委員・児童委員などの意見を参考にしながら町教育委員会で審査して認定します。認定を受けた、新小学1年生または新中学1年生の保護者には、「新入学児童生徒学用品費」を入学前に支給します。

●審査結果のお知らせ＝新小学1年生または新中学1年生のお子さんがいる申請者には2月上旬ごろ、その他の申請者には4月中旬ごろまでにお知らせします。

●お問い合わせ＝
教育課 学校教育係
☎52－9314

【お詫びと訂正】

10月1日発行の、広報みまた10月号に誤りがありましたのでお詫びして訂正します。

6ページ「学校ICT教育環境整備事業など」 1行目
分散**投稿**→分散**登校**

愛のご寄付

寄付者一覧
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
大久保悦子	母	戸田ヒデ子	92	梶山	3万円
松山義弘	妻	ミヨ子	87	仲町	3万円
原田順一	母	幸	96	上米	3万円
中村信子	夫	利夫	92	花見原	3万円
政野知和	父	正一	84	谷	3万円
畑中道子	夫	信人	72	下新	3万円
山内七子	夫	義男	91	東植木	3万円
中村十三征	妻	ツル子	78	中米	3万円

●一般寄付……なし

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、健診およびイベントなどが延期または中止となる場合があります。

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

●**期日**＝12月2日（木）
●**受付時間**＝午後1時～1時30分
●**対象者**＝令和2年11月生まれ
●**持ってくるもの**＝母子健康手帳
※希望者には、おっぱい相談や栄養相談も実施します。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**＝11月18日（木）
●**受付時間**＝午後1時～1時30分
●**対象者**＝令和2年5月生まれ
●**持ってくるもの**＝母子健康手帳、アンケート
※内科と歯科の診察を行います。また、希望者には心理相談、歯科相談、栄養相談を実施します。ぜひご利用ください。

2歳6か月児歯科健診

●**期日**＝12月9日（木）
●**受付時間**＝午後1時～1時30分
●**対象者**＝令和元年5～6月生まれ
●**持ってくるもの**＝母子健康手帳、アンケート
※歯科の診察を行います。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。

3歳児健診

●**期日**＝11月25日（木）
●**受付時間**＝午後1時～1時30分
●**対象者**＝平成30年3月生まれ
●**持ってくるもの**＝母子健康手帳、アンケート、検尿
※内科と歯科の診察を行います。また、希望者には、心理相談、ことばの相談、栄養相談を実施します。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 ☎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。

ふわふわ布絵本

ボランティアグループ「ふわふわ布絵本の会」の手作りの作品を使ったおはなし会です。
●**期日**＝11月16日（火）
●**時間**＝午前10時30分～11時
●**定員**＝7組（要予約）

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
●**定員**＝7組（要予約）

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30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**＝15組（要予約）

おはなしかい

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2日（木）
●**時間**＝午前10時30分～11時
●**定員**＝7組（要予約）

救急法講習会

乳幼児に対する心肺蘇生法とAEDの使用法について実技を交えて実施します。お子さんと一緒に参加ください。
●**期日**＝12月9日（木）
●**時間**＝午前10時30分～11時15分
●**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？一人で悩まず、まずは気軽に相談してください。

〈現在行っている援助活動〉
・用事やリフレッシュしたいときの子どもの預かり
・幼稚園、保育園、児童館への迎えなど

●**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	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 500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。

一般

健康管理センターからのお知らせ ☎52-8481

リズムウォーキング

健康運動実践指導者の指導でストレッチや、音楽にあわせながら歩く動作を中心とした運動をします。運動を始めるきっかけづくりとして参加してみませんか。
●**期日**＝11月15日（月）
●**時間**＝午前10時～11時
●**持ってくるもの**＝運動靴、タオル、水分
●**場所**＝町健康管理センター
※動きやすい格好でお越しください。

歯周病は、糖尿病の合併症の1つです

糖尿病があると、歯周病になりやすく重症化しやすくなります。一方で、歯周病は糖尿病に悪影響を及ぼします。歯周病やむし歯は、糖尿病以外にも肥満、肺炎、睡眠時無呼吸症候群、胃腸障害、栄養障害など、さまざまな疾患の原因になると言われています。お口を健康な状態に保つことは、全身の健康に関わる大切なことです。40・50・60・70歳の人に歯科検診の検診票（緑色）を送付しています。令和4年2月まで使用できますので、この機会にぜひ受診してください。

11月14日は世界糖尿病デー

11月8日（月）～14日（日）は全国糖尿病週間です。糖尿病をもつ人は、あなたと同じ社会で活躍できる人です。糖尿病のことを何も知らない人たちからの誤解や偏見のために、就学や就職、結婚、マイホームの夢を絶たれる人がいます。病気のことが言えずに、無理をしながら生活している人がいます。糖尿病治療に前向きになれない人がいます。近年、糖尿病は治療が飛躍的に向上し、ふつうの人と変わらない一生を送ることができる病気なのに…。
今、あなたの、そして社会からの正しい理解を必要としています。

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

認知症サポーター養成講座を開催してみませんか？

「もっと認知症について知りたい、接し方を知りたい」「何か認知症の人やご家族の支援ができれば…」と思われている人はいらっしゃいませんか？地域の集まりや会合、企業や団体など、事前にお申し込みいただければ、講師が出向きます。
講座は60分程度の基本カリキュラムのほか、内容や時間はご希望に合わせますので気軽にご応募ください。

認知症サポーター養成講座（令和3年8月実施）

足もと元気教室

●**日程**＝11月15日～12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	11月19日（金）
			12月 3日（金）
2地区	午後1時30分～3時	2地区交流プラザ	12月 2日（木）
3地区	午後1時30分～3時	第3地区分館	12月 9日（木）
4地区	午前9時30分～11時	第4地区分館	11月17日（水）
5地区	午後1時30分～3時	轟木集落館	11月18日（木）
蓼池	午前9時30分～11時	蓼池児童館	11月18日（木）
			12月 2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	12月 1日（水）
餅原	午前9時30分～11時	餅原研修館	11月15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	11月17日（水）
中原	午前9時30分～11時	中原コミュニティセンター	11月24日（水）
			12月 8日（水）
今市	午前9時30分～11時	今市児童館	12月 6日（月）
下新	午前9時30分～11時	第7地区分館	12月10日（金）
8地区	午前9時30分～11時	第8地区分館	11月26日（金）
9地区	午後1時30分～3時	第9地区分館	11月24日（水）
			12月 8日（水）

●準備するもの＝体操のできる服装、タオル、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。
※新型コロナウイルス感染症対策として、11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もあります。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〕 11月

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

休日急患診療機関 11月

日		病院名	町名	電話番号
3	水	有馬医院(内・小)	上長飯町	☎23-2610
		柏村内科(内)	上町	☎22-2616
		田中隆内科(内・泌)	三股町	☎52-0301
		柳田病院(脳・外)	東町	☎22-4862
		速見泌尿器科医院(泌)	妻ケ丘町	☎24-8344
		武田産婦人科医院(産・婦)	蔵原町	☎22-0336
7	日	仮屋医院(内・小)	上水流町	☎36-0521
		伊達クリニック(内・循)	牟田町	☎36-7088
		しげひらクリニック(内)	神之山町	☎27-5555
		もりやま脳神経外科(脳)	久保原町	☎21-6888
		どいクリニック(外・胃・内)	上東町	☎22-1825
		宮田眼科病院(眼)	蔵原町	☎22-1441
14	日	久保原田中医院(内・小)	久保原町	☎22-7700
		すみクリニック(内)	東町	☎36-7701
		みしま内科クリニック(内・循)	三股町	☎51-8100
		福島外科胃腸科医院(外・胃・整)	都北町	☎38-1633
		酒井皮膚科医院(皮)	北原町	☎25-5322
		北原医院(産・婦)	北原町	☎22-4133
21	日	畠中小児科医院(小)	三股町	☎52-6000
		鵜木循環器内科医院(循・内)	花繰町	☎26-0008
		佐々木医院(内)	高崎町	☎62-1103
		宗正病院(外)	八幡町	☎22-4380
		小牧病院(整)	立野町	☎24-1212
		西元眼科医院(眼)	中原町	☎25-8888
23	火	原田医院(内・小・外)	郡元町	☎26-3330
		藤元総合病院(内)	早鈴町	☎22-1717
		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
		都城明生病院(泌)	金田町	☎38-1120
		永吉眼科医院(眼)	姫城町	☎22-1530
28	日	共立医院(内・小)	蔵原町	☎22-0213
		ゆうクリニック(内)	広原町	☎46-6100
		大橋クリニック(内・消・リハ)	庄内町	☎37-0539
		一心外科医院(外・胃・肛・内)	三股町	☎52-7788
		もちお鍼原医院(整・形)	簑原町	☎21-5355
		かみながえクリニック(耳鼻)	上長飯町	☎25-0224

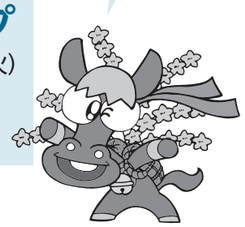
※休日急患診療機関の診療時間は午前９時～午後６時です。やむを得ず変更する場合がありますので、☎23-5555でご確認ください(夜間は都城夜間急病センター☎36-8890まで)。なお歯科については☎25-4100にお問い合わせください。

三股町文化祭開催!

11月13日(土) 午前9時～午後5時
14日(日) 午前9時～午後4時
場所：町武道体育館
※ふるさとまつりは開催しません

長田峡ライトアップ

期間：11月1日(月)～30日(火)
点灯時間：午後５時～８時
場所：長田峡公園



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。

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。

(切り取ってポストへ投函してください)

交通事故はもうたくさん……贖(あがな)いの日々

「終わりのない後悔」①

(全3回) 29歳 Y・H

2月も終わりかけたある日、私は人生を大きく狂わせました。私が自分の人生を狂わせただけなら良かったが、何の落ち度もない方々の人生をも同時に狂わせました。「破壊した」という方が正しいのかも知れない。あの日あの瞬間、私は取り返しのつかない罪を犯しました。

私は当時一人暮らしで、小さな工務店勤めの大工でした。大工の仕事は楽しく、時間を忘れるほどでした。その日、私は数日前から続いていた風呂場の改修工事に携わっていました。先輩大工と2人で古いタイル貼りの風呂を解体し、新たにユニットバスを設置する準備が整ったところでした。解体はかなりの重労働で、2月といえど全身から汗が噴き出し、現場は文字通り蒸し風呂状態でしたが、それも終わり、いよいよこれから大工仕事を始められることが、私はとても嬉しかったことを覚えています。

昼12時、私はコンビニエンス・ストアへ行くためダンプに乗り込むと、外で昼食をとっていた先輩大工から「ついでに作業場に戻って足りない材料を貰って来てくれ」と頼まれました。貴重な休憩時間が潰れるのと、嫌いな社長に会うかも知れないのが嫌だったので、本当は断りたかったのですが、材料がなければ工事が進まないので渋々引き受けました。その時、私はもう二度と現場に戻れなくなるとは夢にも思いませんでした。コンビニエンス・ストアに寄った後、作業場に到着した時には社長は不在でした。今のうちにと思い、急いで材料を積み終えましたが、出発しようとした途端、社長が現れ、「断熱材も持って行け」と私に指示しました。社長との関係が悪かった私は一刻も早く去りたかったので、雑に積んだ断熱材の上に自分の道具箱を乗せ、そそくさとその場を後にしました。

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(ざんげ)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7位**／令和3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

税のお知らせ

● 税務財政課からのお知らせ

11月30日(火)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(木)です。

やむを得ず口座振替できなかったときは、12月10日(金)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。

■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

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、各種納税相談を受け付けています。

■お問い合わせ=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。

■お問い合わせ=特別収納対策係☎52-9634

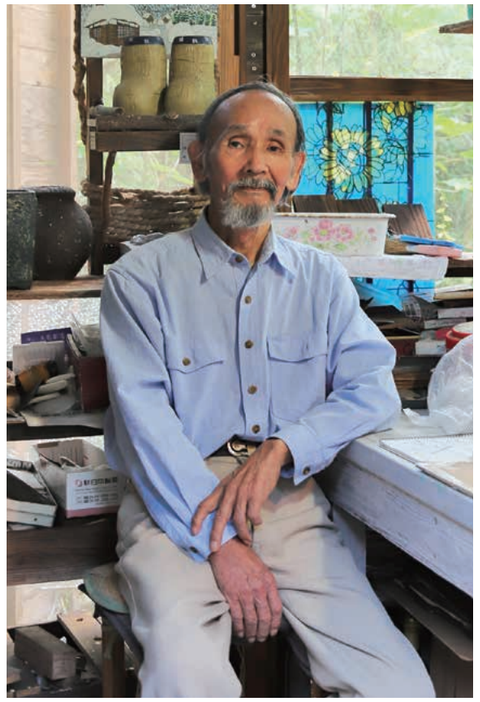
◎町税の納付は「安心・便利・確実」な口座振替のご利用を！◎この社会 あなたの税が生きている◎たばこは町内で買いましょう

三股町の人口 (令和３年10月1日現在)	• 男／11,962人 • 女／13,679人 • 合計／25,641人(前月比－1人) • 世帯数／10,189戸(－4戸) • 出生／23人 • 死亡／22人 • 転入／53人 • 転出／55人

クローズアップ
まちを支える人たち 151

仲間との演劇は心の財産

梶山在住 黒葛原（つづらはら） 理（おさむ）（79）さん



心の財産を増やしたい

「まさか演劇にこんなに一生懸命打ち込むなんて、思ってもいませんでした」と話す黒葛原さん。自身が販売する紙芝居の読み聞かせのコツを学びたいと、演劇フェスティバル『まちドラ！』に参加するまで、演技の経験はなかった。ところが、チームで芝居を作る過程は思っていたよりも面白く、すっかり演劇のとりこに。「物語の登場人物が成長する手助けができる。そのことに達成感があるんです」と目を細める。これまでに、町民参加の役者チームに6回参加、演劇の台本を3本書くなど、今では『まちドラ！』に欠かせない存在。演劇を通じて多様な年代の仲間もできた。仲間と一緒に芝居の稽古をし、あだ名で呼び合うと、自分の居場所はそこにあるのだと気持ちが明るくなる。「仲間と芝居を作る時間は、心の財産です」。次はどんな仲間と楽しい時間が過ごせるだろう。わくわくしながら次の演劇にむけて準備が進んでいる。

●実りの秋・食欲の秋

先月から、長田をはじめとする町内産の新米がぞくぞくと入荷しています。そこで今回は、このおいしい新米「三股米」と、それにぴったりなご飯のお供を紹介したいと思います。水がきれいな本町で栽培されたお米は、どこの地区で収穫されたものも本当においしい！生産者それぞれのこだわりが詰まっていますので、自分のお気に入りを見つけてください。

さて、ご飯のお供のまず一つ目は、我生庵の「よしばぁーの油みそ」。使用している材料は、味噌にゴマとにんにくというシンプルさ。なのに、これだけでご飯が何杯でもいけちゃう商品、よかもんやではまとめ買いする人続出の人気商品です。

二つ目は、㈱上沖産業の「万能おかず生姜」。国産生姜を細かく刻み、しょうゆに漬けてあるこの商品。ピリッとした生姜の辛さとアツアツご飯との相性はバッチリです。

三つ目は、しゃくなげの森の「幻のご飯味噌」。尺ヤマメを炭火で焼き、丁寧に身をほぐして、自家製の田楽味噌で作り上げた逸品です。味は、通常タイプとピリ辛味・柚子こしょう味の3種類あります。これらの商品は、よかもんやから全国へ発送できます。

「新米とご飯のお供」

次回のみまたん駅前よかもん朝市
期日＝店頭にてご確認ください

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！といいことづくしです。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。

11月の旬の食材
- ニンジン
- ホウレンソウ
- ネギ
- 春菊
- サツマイモ

※材料は全て1人分です

❶主食・主菜／野菜たっぷりそぼろごはん

541キロカロリー　塩分2.3グラム

材料　ごはん…150グラム、合いびき肉…50グラム、ニンジン…20グラム、ホウレンソウ…20グラム、ネギ…10グラム、エノキダケ…20グラム、ショウガみじん切り…少々、ニンニクみじん切り…少々、ごま油…小さじ1/2、サニーレタス…1枚、卵…1コ、●しょうゆ…小さじ2、●みりん…小さじ2、●料理酒…小さじ2

作り方　①ニンジン、ホウレンソウ、ネギ、エノキダケは細かく切る。②フライパンにごま油を熱し、目玉焼きを作り、取り出しておく。③そのままのフライパンにショウガ、ニンニク、合いびき肉を入れて炒め、野菜も加えて炒め合わせる。●を加え、炒りつける。④器にごはん、ちぎったレタス、そぼろ、目玉焼きを盛り付ける。

❷副菜／春菊とニンジンのゴマ和え

60キロカロリー　塩分0.9グラム

材料　春菊…25グラム、ニンジン…10グラム、油揚げ…5グラム、◆しょうゆ…小さじ1/2、◆だし汁…100ミリリットル、◆みりん…小さじ1/2、▲すりごま…小さじ1、▲砂糖……小さじ1/4、▲しょうゆ…小さじ1/4

作り方　①春菊は葉を摘み取る。②ニンジンは短冊切り、油揚げは2センチの角切りにする。③鍋に◆とニンジン、油揚げを入れて弱火で汁気がなくなるまで煮る。④ボウルに移し、▲と春菊を加えて混ぜ合わせる。

❸もう一品／スイートポテト（25個分）

50キロカロリー　塩分0.0グラム（1コ分）

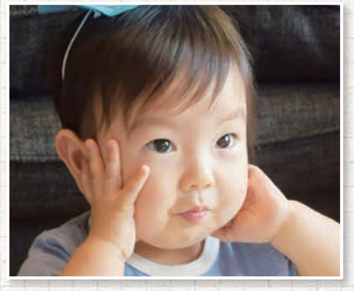
材料　サツマイモ…500グラム、●砂糖…大さじ4、●無塩バター…20グラム、●卵黄…1個分、生クリーム…50ミリリットル、黒ゴマ…少々、照り用卵黄…少々

作り方　①サツマイモは皮をむき、1センチ角に切り、水にさらす。②水気を切り耐熱ボウルに入れ、ふんわりラップをかけ、電子レンジ（600W、約8分）でやわらくなるまで加熱する。熱いうちにフォークでつぶす。③●を加えて混ぜ、生クリームも加えてよく混ぜる。④25等分して成形して、卵黄をぬる。⑤トースターで焼き色がつくまで焼き、黒ゴマを飾る。

問い合わせ：町健康管理センター ☎52−8481

わが家の一番星

池下 湊翔（みなと）ちゃん
令和2年9月17日生まれ（1歳）
池下健司さん・千夏さんの長男



コロナ禍の中、元気に産まれてきてくれてありがとう。毎日ニコニコ、ねぇねが大好きな湊翔くん。これからも怪我や病気などせず元気に成長しますように！

西森 憧（しょう）ちゃん
令和元年10月29日生まれ（2歳）
西森孝幸さん・優美さんの長男

毎日おどろきと笑いをありがとう❤憧くんの成長が毎日楽しみです!!これからもたくさん笑って大きくなってね♪

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…https://www.town.mimata.lg.jp）

問い合わせ　総務課　秘書広報係　☎52-1113（直通）

茶じょけ

10月7日、長田小の稲刈りの様子を取材しました。今の6年生は、これまでに何度か取材や写真をお願いしているからか、ありがたいことに「あ、カメラマンさんだ」と声をかけてくれます。今回も私を見かけると、マスクごしでも分かる笑顔で近づいてきてポーズを取ってくれました。写真を撮ると、「今の写真、載りますか」や「今度の運動会は取材に来ますか」と言われました。その言葉には、ただ「広報に載りたい」というよりも、「みんなで思い出を共有したい」という思いを感じます。残念ながら、運動会は取材できませんでしたが、これからも広報みまたがまちへの思いの詰まったものであるようにしなければと、思いを新たにしました。<や>

No.615　令和3年11月1日号
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
https://www.town.mimata.lg.jp
町FacebookURL
https://www.facebook.com/mimatatown

三股町物産館よかもんや　情報発信コーナー
んじゃ様だより
No.109
三股町物産館 よかもんや
〒889-1901 宮崎県北諸県郡三股町大字樺山4421番地22（JR三股駅隣）
☎0986(52)3131
営業時間／午前9時30分～午後5時
定休日／毎週木曜日
http://mimatan.com

（切り取ってポストへ投函してください）

POST CARD
8889-1995

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

2021.11　vol.615

氏名	フリガナ		
ご住所	□□□-□□□□		
電話	（　　）　　ー		
年齢		性別	男・女