

令和5年2月1日発行
 2023 Vol.630

はたちの門出 前途洋々の未来



三股町はたちの成人式2

スポーツ大会参加等激励金を交付しました...5 知ってください! 国保のいろいろ...6
 まちの話題...10

花と緑と水のまち
 宮崎県 三股町

MIMATA PublicRelations 2 Vol.630



広報みまた 令和5年2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

UD FONT by MORISAWA

VEGETABLE OIL INK

NONO 3/10 (金) 午後7時30分~ 3/11 (土) 午後2時~ / 午後7時~ 3/12 (日) 午前11時~

劇団こふく劇場 プロデュース公演#30 こふくの小箱版

テンペスト

原作 ウィリアム・シェイクスピア
 訳 松岡和子 / 構成・演出 永山智行
 出演 かみもと千春・濱沙果宏・大迫紗佐里・有村香澄・池田孝彰
 (以上・劇団こふく劇場) 平真子(劇団こふく劇場研究生)
 河内哲二郎(客演)・松永穂(客演)

会場 三股町立文化会館
 チケット料金

一般	前売	2,000円(当日2,500円)
U-25割	前売・当日	1,500円
やさい割	前売	1,500円(前売のみ)
ギフトチケット	前売	2,500円(当日3,000円)
高校生以下		無料(要予約)

お問い合わせ・チケット取扱
 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)
 電話予約 0986-51-3462
 WEB予約 <https://bunka.town.mimata.lg.jp>
 主催
 三股町・三股町教育委員会・合同会社こふく劇場

みまた座は、今年で19周年!

演劇ワークショップ「みまた座」19期生・本公演

チョコレート星人★

三股町の子どもたちの劇団「みまた座」が、三股町立文化会館ホールにて演劇を上演いたします。6月から始まりました活動の集大成! 元気いっぱい子どもたちの心温まるお芝居を、どうぞお楽しみください!

- 作 / 内田樹 (令和3年度戯曲講座受講生)
- 演出 / 永山智行 (みまた座演劇監督・劇団こふく劇場)
- 日時 / 2023年3月26日(日)
 午前11時00分開演・午後3時00分開演
 (2回公演・開場は開演の30分前)
- 料金 / 小学生以上...300円・未就学児...無料
 ※上演回指定 ※全席自由
- 出演 / 演劇ワークショップ「みまた座19期生」23名
 劇団こふく劇場の俳優陣
- 会場 / 三股町立文化会館
- 主催 / 三股町・三股町教育委員会
- お問い合わせ・チケット販売 /
 三股町立文化会館 TEL.0986-51-3462
<https://bunka.town.mimata.lg.jp>

みまた演劇フェスティバルまちドラ! 2023

町民参加型演劇公演 ヨムドラ!

町民出演者大募集!

2023年5月。今年も、町民と全国から演劇人が集い、三股の演劇の祭り「まちドラ!」を開催いたします。その中で上演される、町民参加型演劇「ヨムドラ!」の出演者を募集いたします! 演劇が初心者の方から経験者まで、お気軽にご参加ください!

ヨムドラ!とは...
 役者が台本を手に読みながら、声と簡単な動きで演じる朗読劇の公演です。セリフを覚えなくて良いので初心者でも気軽に参加できます! 役者が台本(ドラマ)を読む=ドラマをヨム=ヨムドラ!

演劇が大好き! お芝居をしてみたい!

自分を表現したい! 新しいことに挑戦してみたい!

- 募集人数 / 約20人 (参加費無料)
- 対象 / 町内在住または職場が町内で、高校生以上の方
- 演出 / 県外で活躍する演出家3名 (20分ほどの作品を創作)
- 上演日時 / 5月27日(土)・28日(日)
- 稽古 / 4月... 上旬から毎週木曜19:00~ (週1回) 5月... 3チームに別れ、各チームで調整
 公演7日前から毎日の稽古となる見込みです。
- 応募方法 / 申込書を「文化会館 事務局」「役場総合受付」「文化会館ホームページ」で入手してください。申込書に必要事項をご記入の上、文化会館へお持ちください。
- 応募締切 / 3月31日(金)
- お問い合わせ / 三股町立文化会館
 TEL.0986-51-3462 <https://bunka.town.mimata.lg.jp>

290人が祝いの門出 三股町はたちの成人式



成人式の企画・運営を行った実行委員の皆さん



中学時代の恩師がお祝いに駆けつけました



少林寺拳法演武(前田琉慧さん・川崎空人さん)



はたちの成人証書授与(渋田晃輝さん)

本日は私たちのために、このような盛大な式典を開催していただき、ありがとうございました。心よりお礼申し上げます。

私たちは、「20歳」という大きな節目を迎えました。

私は20年前、ここ三股町で生まれました。この20年間、多くの人に支えられて今があるのだと実感する毎日です。三股町での出会いは、私の人生に大きな影響を与えてくれました。その中でも、三股中学校で得た経験や出会いは、忘れることのできないものばかりです。中学校に入学した頃は、何をすることも自信が持たず、いろいろなことに挑戦する勇気を出せませんでした。後悔したこともありました。しかし、中学2年生のとき、クラス委員をしたことがきっかけで挑戦することの大事さを知りました。挑戦したことの一つには、三股町の事業で行かせていただいた



意見発表

松岡 愛樹さん

オーストラリア研修があります。自分の英語が伝わらなかつたり、ホームシックになったりするなど、上手くいかないこともありましたが、一緒にいった仲間や、先生方に助けられ、乗り越えることができました。そのときの経験が、自分の人間性を高め、自信を持てるきっかけになったと思います。これも、三股町がこのような機会を設けてくださったからです。自分で挑戦したことを乗り越えるまでには、大変なことを乗り越えることができましたが、それ以上に得られるものが多かったと思っております。

私は現在、長崎県で一人暮らしをしています。三股町を離れてはじめて気付いた、三股の人の温かさ、過ごしやすさなど、そのどれもが当たり前前ではなく、三股町に住んでいたからこそ感じることできたものなのだと強く実感します。それとともに、多感な時期に三股町で学び、いろいろな経験ができたことを誇りに思います。

三股町で生活する中で、私は一つの夢ができました。それはお世話になった故郷に貢献することです。私は今、大学で医学を学んでいます。が、大学卒業後は、宮崎県に戻り、地域医療に貢献したいと考えていま



式典の司会を務めた
堀内俊希さん



記念行事の司会を務めた
政野流星さん



町民憲章朗読(末永弥祿さん・長嶺歩果さん)

す。その夢を実現できるように、大きな節目を迎えた今、さらに勉学に励む所存です。

私たちの中には大学や専門学校で目標に向かって日々努力している人や、就職して毎日奮闘している人もいます。立場も場所も違うなかで、それぞれが目標に向かって頑張っていることを誇りに思い、自分もみんなのように頑張らなければと思います。20歳を迎えた私たちは、社会の一員として、三股町出身という看板を背負うものとして、責任ある行動をし、強く生きることが誓います。また、三股町、日本、そして世界で活躍できる、素晴らしい成人となることをここに約束いたします。新型コロナウイルスの影響で、思うように行動できない日々ですが、それでも、諦めずに頑張りを続けていきます。

最後になりますが、式典を開催してくださった主催者、ご来賓の皆さま、お世話になった先生方、20年間育ててくれた家族、実行委員のみんな、共に歩んできた仲間がこの場をお借りして、厚くお礼申し上げます。まだまだ未熟な私たちを、どうか今後も温かい目でご指導ご鞭撻のほどをよろしくお願ひ申し上げます。代表あいさつとさせていただきます。

1月5日、町立文化会館で令和5年三股町はたちの成人式(町・町教委主催)が開催されました。

令和5年の新20歳は男性141人、女性149人の計290人(町外在住の本町出身者を含む)。検温や手指消毒などの感染対策を実施しての開催となった本式には、このうち192人が出席しました。

式典では、堀内俊希さんが司会を務める中、末永弥祿さん、長嶺歩果さんが代表で町民憲章を読み上げた後、木佐貫町長が代表の渋田晃輝さんに「はたちの成人証書」を授与しました。続く意見発表では、松岡愛樹さんが発表。その堂々とした姿に会場から大きな拍手が送られました。第2部の記念行事では、実行委員長長の政野流星さんが司会を務め、前田琉慧さんと川崎空人さんによる少林寺拳法の演武披露、中学生時代のスライド上映や恩師が登場しての激励などがあり、会場は歓声と笑顔に包まれました。今回の企画と運営を行ったのは、7人の実行委員。

昨年8月から定期的に集まり、知恵を出し合って準備を進めてきた実行委員へ盛大な拍手が送られました。

なお、昨年4月から成人年齢が18歳に引き下げられましたが、本町ではこれまでどおり20歳を対象に成人式を実施します。

スポーツ大会参加等激励金を交付しました

令和4年8月～12月に「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、本町のスポーツや文化の振興、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



- ①【軟式野球】三股ブルースカイ(時任一咲、小原雅玖、中石輝空、福留朱斗、田中凌染、川崎明煌、安藤天晴、米村瑛太、坂口楓芽、原田稜也、綿屋桜成、丸谷彪斗、平川蒼空、花里咲翔、梶田結心、恒吉龍之介、中村魁仁、中西朔麻、竹田諒祐、エドワーズ龍真)・阿波おどりカップ全国学童軟式野球大会2022(8月17日～21日・徳島県)
- ②【囲碁】鳥越瑛太・第43回文部科学大臣杯少年少女囲碁大会全国大会(8月19日～20日・東京都)
- ③【エアロビクス】Fitness GardensASH(久保凛々生、下沖彩華、羽根田茉莉、山村瑞姉、羽根田花音、富田莉恋、飛岡愛菜、児玉ゆず、石塚鈴音、新谷結凜、植村涼花、原口稀衣、道添来望)・全国こどもチャレンジカップ第15回全国大会(8月27日～28日・東京都)
- ④【エアロビクス】三股中エアロビクス部(上牧海美、天神咲良、中原櫻子、堀内結月、森陽葵、屋敷芙蓉、岩橋花音、上牧麗花、新谷凜心、中西琉果、馬籠詩、中西真央、森日葵)・全国こどもチャレンジカップ第15回全国大会(8月27日～28日・東京都)
- ⑤【柔道】柔心館道場(橋口颯介)・2022年度マルちゃん杯全日本少年柔道大会(9月18日・東京都)
- ⑥【サッカー】セレンゴ都城(甲斐蒼斗、早瀬誉)・KYFA 2022九州U-13選抜サッカー大会(10月1日～2日・長崎県)
- ⑦【自転車】藤村一磨・2022年UCI Road World Championship(6月18日～25日・オーストラリア)
- ⑧【卓球】KATSUOKA Jr(中島咲、宮田柚、JOCジュニアオリンピックカップ2022年全日本卓球選手権大会(カデットの部)(10月28日～30日・奈良県)
- ⑨【ソフトボール】RISE(緒方美穂)・令和4年度ソフトボールボール九州ブロックフェスティバルinかごしま(11月5日～6日・鹿児島県)
- ⑩【バドミントン】三股バードウィング(坂田結愛、松迫小羽音、松迫翼)・第39回全九州小学生バドミントン選手権大会(11月4日～6日・沖縄県)
- ⑪【硬式野球】宮崎県南ボーイズ(高田瑛大、川畑陽太、田中琥楽)・第38回日本少年野球九州大会(11月5日～6日・大分県)
- ⑫【少林寺拳法】都城・三股中学校拳法部(浜田ひまり)・2022年少林寺拳法全国大会inOSAKA(11月19日～20日・大阪府)
- ⑬【自転車】藤村一磨・ツール・ド・フランスさいたまクリテリウム(11月6日・埼玉県)
- ⑭【バレーボール】さつき(有馬愛莉)・愛しととカップ第48回九州マさんバレーボール優勝大会(11月22日～23日・鹿児島県)
- ⑮【バドミントン】黒木響斗・第31回全国小学生バドミントン選手権大会(12月23日～27日・石川県)



Congratulation!

知ってください!国保のいろいろ

私たちが病気やけがをしたとき、病院に行って治療を受けます。病院の受付窓口で、「保険証を見せてください。」と言われることがありますが、保険証とは何でしょうか。

国民皆保険制度とは

国内に住所がある人は、国民健康保険法という法律によって、国民健康保険、職場の健康保険(社会保険など)、または後期高齢者医療制度など、何らかの健康保険に加入することが義務付けられています。これらの保険制度は、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という点では同じもので、何らかの保険に加入している証が保険証です。今回は、国民健康保険(国保)に絞って、その対象者や内容などを確認していきましょう。



国保に加入する人

国保には、職場の健康保険や後期高齢者医療制度に加入している人、生活保護を受けている人を除く全ての人が加入します。

国保に加入するのはこんな人です

お店などを営んでいる自営業の人



農業や漁業などを営んでいる人



パートやアルバイトなどをしていて、職場の健康保険などに加入していない人



退職して職場の健康保険などをやめた人



3カ月を超えて日本に滞在するものと認められた外国籍の人(例外あり)



国保では、世帯の一人一人が被保険者となりますが、加入は世帯ごとに行い、世帯主がまとめて加入手続きをします。



加入は世帯ごと、被保険者は一人ひとり

こんなときは? 国民健康保険の給付に関するQ&A

こんな疑問はありませんか?



Q 病院で診療を受けたときに保険証を忘れて10割負担したのですが…

A やむを得ず、保険証を持たずに医療機関で診療を受けた場合、医療費の全額を支払わなければなりません。後日、診療内容が記載された明細書と領収証を提出して手続きをすることで保険給付分が返還されます。申請のときは印かん、保険証、マイナンバーが分かるもの、身分証明書、世帯主名義の通帳が必要です。

Q 仕事中にけがをしたのですが…

A 仕事中のけがは、国保が適用される対象にはなりません。労災保険の対象となりますので、詳しくは、勤務先の保険担当者、労働基準監督署または国保年金係にお問合せください。

Q 70歳になったら窓口の負担割合がさがるのであるのでしょうか?

A 70歳の誕生日を迎えた翌月1日から医療機関での負担割合が、前年の所得によって変更になる場合があります。更新された保険証は誕生月の末日までに届くよう送付しています。

Q 社会保険に変わりましたが、保険証が届くまでの間、国民健康保険証は使えますか?

A 社会保険に加入した日以降に国保の保険証を使用することはできません。使用した場合は、国保から医療機関へ支払った額を、後日ご本人に請求することとなります。社会保険証がお手元に届いたら社会保険証とマイナンバーが分かるもの、国民健康保険証、身分証明証を持って、国保を脱退する手続きをしてください。

医療機関受診の3つのポイント

① 緊急の場合を除き、平日の時間内に受診しましょう

休日や夜間に受診すると、追加の費用が掛かります。また、診療体制が日中とは異なることもあり、検査なども十分に行えないことがあります。やむを得ない場合を除き、時間内に受診しましょう。

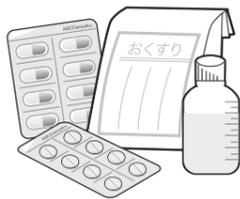
② 「はしご受診」をやめ、信頼できる「かかりつけ医」を持ちましょう

同じ病気で複数の医療機関を受診する「はしご受診」は、身体的にも経済的にも大きな負担になります。信頼できる「かかりつけ医」がいると、体調の変化で気になることを気軽に相談できたり、新たな病気にかかったときも体質や過去の病歴に照らして診察してもらえたりするメリットがあります。



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は、厚生労働省が新薬と効き目や安全性などが同じと認めた薬です。新しい技術で味や飲みやすさが改良されているものもあります。また、新薬を開発するよりも経費がかからず、安い価格で提供されるため、医療費の節減につながります。



国保には次のような制度もあります

はり・きゅうの施術に助成があります

町が指定した施設所でははり・きゅうを受けるとき、助成制度を利用できます。施術を受ける前に、町民保健課で「はり・きゅう施術利用者証」の交付申請をすることが必要です。



出産育児一時金の支給があります

国保の加入者が出産したときは、「出産一時金」を支給します。出産する医療機関で手続きを行うと、出産費用から出産育児一時金の支給額を差し引いた額を医療機関窓口で支払うだけで済む「直接支払制度」が原則です。



保険税の軽減措置があります

勤務先の倒産や解雇など、やむを得ない理由で離職をした人は、申請をすることで、一定期間の軽減を受けることができます。*国保以外の健康保険の制度は、各健康保険に確認してください。



交通事故などで病院にかかるとき

交通事故など、「第三者行為(相手の過失)」によるけがを治療する場合、国保に連絡し、「第三者行為による傷病届」を提出してください。これは、被保険者の自己負担分を除く医療費を、国保が一部立て替え、あとで過失割合に応じて加害者に請求するため必要です。また、示談をするその内容が優先されることで加害者に請求ができなくなることがあります。示談の前に国保への連絡と届け出をお願いします。

健康保険は助け合いの制度です

わたしたちは、健康になるため、健康であるために医療機関を受診します。もし、健康保険制度がなければ、医療機関を受診するたびに高額な医療費を支払う必要があり、健康を維持することが難しいかもしれません。国保だけでなく、さまざまな健康保険制度を維持していくことが大切です。健康保険で、お互いに助け合うことは、わたしたちやまの未来を支えることなのです。

● 国保のお問い合わせ //

町民保健課国保年金係 ☎52-196631



今月の表紙

『はたちの門出、前途洋々の未来』



令和5年はたちの成人式

1月5日、20歳を対象にした「はたちの成人式」が行われました。その様子は2~4頁に掲載したとおりです。会場は、中学校や高校卒業以来の友人との再会を喜び若者たちであふれ、式典終了後も、会場の外には笑顔や笑い声、写真を撮る姿がありました。成人年齢が18歳に引き下げられたとはいえ、成人式は一つの門出です。式典には、まちの未来を担う若者たちの希望のエネルギーが詰まっています。

地域おこし協力隊通信 vol.36



わたしたち協力隊の活動のようすをお伝えします！

『伝統を未来につなぐ第1歩』

地域おこし協力隊 江森 聡さん

春の足音が聞こえてくる中、町内で文化の足音が聞こえてくる場面に立ち会いました。県の伝統的工芸品にも指定されている楽器「ゴッタン」を製作する餅原地区の美木工房にて、製作者の上牧正輝さんと「瀬戸山聖宝流・津軽三味線」家元の瀬戸山和隆さんのマッチングコーディネートを行いました。ある人から、三味線歴25年で海外での演奏経験もある瀬戸山さんという演奏家がいると聞いたとき、上牧さんの「町内に作り手はいても演奏家、指導者の成り手がいない。それでも、次世代へと繋いでいきたい」という言葉を思い出しました。そこで、瀬戸山さんを紹介してもらい、上牧さんのお話をしたところ「ぜひお会いしたい」との返答があり、今回のマッチングに繋がりました。瀬戸山さんが奏でる三味線もゴッタンも魂に響く素晴らしい音で、次は1人でも多くの人を地域文化と繋げる楽しい場所を作ればと思います。



三股文芸

288 「短歌」 ◆◆◆ 三股短歌会 ◆◆◆

親子して図書館に来た四名の会話をそと顔上げず聞く

土井 恵子

瓦葺きホイサイホイサの掛け声は心深くも歌で残りおり

上門 典子

三股町立図書館をよく利用しています。たまたま休日の日に行くと親子四名で仲睦まじく本を選んでいる姿を目にしました。父親らしい人の柔らかい物言いが心地よくてそと聞き耳を立ててしまいました。

近年は瓦はモーターで地上よりあげるようになりましてが、以前は地上の人が投げるタイミングと屋根の上の受け取る人の意気込みが合わない大変なことだったのではと思われました。偶然通りすがりに見かけた瓦葺きの職人さんが「ホイサイホイサ」と声を掛け合っている風景が、歌のように心に残っています。

外国語指導助手のコーナー

「アルマジロ」

ロング・ジェレミー




今回は、アルマジロのお話をします。この動物は、種類によって体長13~150cm、体重85g~54kg、体のほとんどを鎧のような革が覆っていて、危険が迫ると身をを守るためにボールのように丸くなるのが特徴です。この革のせいで、爬虫類だと思いがいるかもしれませんが哺乳類です。スペイン語で「鎧を着た小さなもの」という意味で、日本では「ヨロイネズミ」ともいいます。主に中南米に生息していますが、「ココノオビアルマジロ」はテキサス州にまで生息地を広げました。夜行性で、低い木の根元、高い

草や道路など、どこでも見ることができるようになり、今ではテキサス州のマスコットです。鋭い爪でアリなどの昆虫を掘り起こして食べるだけでなく、この爪のおかげで巣穴を上手に掘ることもできます。実は6分間も潜ることができるとも、泳ぎも上手ですよ。アルマジロについて学ぶのは楽しかったですか。動物園に行くときにぜひ注目してみてください！

C U L T U R E

20年の時を重ねて

12月24日、25日、町民参加型演劇公演「しあわせなら手をたたこう」が行われました。

文化会館と図書館が本町に生まれてから20周年記念のこの公演。町民出演者と演劇ワークショップ「みまた座」の子どもたち、劇団こふく劇場の永山智行さんとその劇団員のほか、地元のミュージシャンの上之園謙治(下ラム)、愛川義夫(ギター)、「うれし座」、放課後児童クラブ「ビバーチエ」も参加し、三股のまちの歴史を紡ぐ新しい物語が上演されました。

三股中学校が制定された昭和32年から始まる、名前に「幸」の字をもつ「ゆきこ」「こうこ」「さちこ」の昭和から平成、そして令和までの物語。観客を感動へと引きこみ、町立文化会館20年間の集大成の公演となりました。

みまた座19期生本公演！

3月26日、子どものための演劇講座「みまた座19期生」本公演が行われます。タイトルは「チヨコレート星人」。子どもたちの楽しい演劇に、元氣と癒しをもらいましょう！

まちドラ！出演者大募集！

5月27日、28日、みまた演劇フェスティバル「まちドラ！2023」が行われます。町の施設を利用した4つの特設劇場を巡って、お芝居を楽しもうという毎年5月に開催される演劇のお祭りです。その「まちドラ！」に出演する町民の皆さんを募集します！

ブロの演出家の下、4月から2カ月間で20分ほどの短編劇を創作します。「演劇が好きだ！」「お芝居をしてみたい！」「新しいことをやってみよう！」など、演劇初心者から、演劇好きまで、お気軽に参加ください！

◆詳しくは、本誌裏面をご覧ください。



「しあわせなら手をたたこう」本番の様子



「まちドラ！2022」本番の様子

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

LIBRARY

ライブラリークリスマスコンサート

12月18日(日)に、ライブラリークリスマスコンサートを行い、絵本の読み聞かせや、クリスマス音楽を楽しみました。「あわてんぼうのサンタクロース」「ジングルベル」「ホワイトクリスマス」「赤鼻のトナカイ」など、聴きなじみのある13曲が演奏され、クリスマスシーズンを感ずる時間となりました。出演はソプラノ・天野のり子さん、クラシックギター・愛川義夫さんで、曲の解説を交えながらの演奏でした。親子連れなど32人の観覧があり、どの世代にも楽しめるクリスマスコンサートになりました。

絵本を楽しもう！読み納めおはなし会

12月27日(火)に、「読み納めおはなし会」を行いました。おはなし会では、図書館職員が選んだ絵本を多数並べ、その中から子どもたちに選んでもらった絵本を読みました。年の終わりのおはなし会で、8冊の絵本を楽しみました。図書館では、たくさんのお絵本をそろえています。館内や自宅などで、

ぜひご利用ください。

「若い人に贈る読書のすすめ」

読書推進運動協議会では、成人の日や卒業にあわせて「若い人に贈る読書のすすめ」として推薦本を選定しています。おすすめ本をご紹介します。

「空をこえて七星のかなた」

加納朋子 / 集英社

星を愛し星に導かれた人々が紡ぐミステリー全7話。

「最後の一年 緊急事態宣言―学生アスリートたちの闘い」

毎日新聞運動部 / 毎日新聞出版

コロナ禍という危機を、スポーツする学生たちはどう乗り越えていったのか。全国各地の学生にスポットをあてて、新聞記者によって書かれた記録。

「大人になるってどういうこと？」

神内聡 / くもん出版

18歳成人が気をつけたい契約やSNSトラブルなどを紹介。法律コラムも必見。

◆休館案内(17ページ)のカレンダー



ライブラリークリスマスコンサートを行いました



絵本を楽しもう
～読み納めおはなし会～

三股町立文化会館

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



1月8日、町と町消防団（里岡広志団長、170人）は、町ふれあい中央広場（町立文化会館西側）で新春を飾る「三股町消防出初式」を行いました。これは、団員の士気高揚と消防技術の向上を目的に毎年実施しているものです。当日は式典に先立ち、消防車両14台によって、町役場から会場までパレードが行われました。式典では、木佐貫町長が点検となり、機動本部から第7部までの各部の服装や規律、消防器械の整備状況、乗車状態から発水までの所要時間などの審査を実施したほか、新たに女性消防団員と



発水の美しい曲線に歓声があがった

なつた3人に辞令が交付されました。なお、幼年消防クラブによる放水と退団者などへの表彰は新型コロナウイルス感染拡大予防のため、中止となりました。式は、終始厳粛な中に消防団の気迫と見事な規律を感じさせるものとなりました。審査結果と受賞者・受賞団体・感謝状受領者は次のとおりです（敬称略）。

- 出初式点検・発水の審査結果**
- 1位/第5部
 - 2位/第1部
 - 3位/第2部
- 最優秀部長賞**
第5部長 轟木利郎
- 受賞者・受賞団体**
- 【真知事表彰】（定例表彰）下石賢史
 - 【感謝状・家族協力者】黒木尚美
 - 【真消防協会支部長表彰】（優良部）第2部
 - （団員）佐澤 元 別府大輔、原田大輔、池田一寛
 - 【町長表彰】（幹部特別）緒方裕士
 - （一般団員）有村正樹、岡林優晟、足立伊織、佐々木雄二、大峰崇史、北田広宣、上西由弘、笠島一郎、瀬尾星児、綿屋利洋
 - 【感謝状・家族協力者】和田千織、中野しおり、木下加奈、東香織、平木場康代
 - 【団長表彰】（一般団員）福田亮大、川畑一希、福永健斗、水元大樹、渡邊新之助、花牟礼崇、園田裕樹、南谷知仁、加藤浩太郎
 - 【退職報償者（銀杯）】（1号）勤続25年以上 西山雄治（2号）勤続15年以上 新原正人

Topics

見事な規律で消防出初式



本町代表の選手・スタッフの皆さん



一位でゴールの瞬間



晴天に号砲一発、一斉にスタート



思いとともに「たすき」がつながる

Topics

盤石の走りで「町村の部」優勝 第13回県市町村対抗駅伝競走大会

監督 米田 透さん
選手全員が体調管理を怠らなかつたこと、チームの柱となる富永選手がいたことで予想通りの結果となりました。選手とそれを支える家族などの協力体制に感謝します

1月9日、宮崎市で「第13回宮崎県市町村対抗駅伝競走大会」が行われました。美郷町を除く県内25市町村から1チームずつが出場。コースは、県庁前をスタート・ゴールとする12区間39・2キロです。昨年の町村の部で4連覇を逃し、雪辱に燃える本町代表メンバーは米田透監督の下で練習に励んできました。競技の結果「町村の部」において、大会記録を更新する2時間8分30秒で見事優勝。総合でも都城市、宮崎市、小山市に次ぐ4位の成績で3大会ぶり8度目の栄冠をつかみました。個人では、3区（中学男子）花岡利玖斗さん、5区（50歳以上）蒲生英樹さん、6区（中学男子）岸村大尊さん、10区（一般）富永昌輝さんが区間賞を獲得する力走を見せ、盤石の走りで「アスリートタウンみまた」を県内全域にアピールしました。

県内の受賞者は1人
木下さん「緑白綬有功章」受章
地域農業の発展に貢献したとして、中米地区の木下行春さんが「緑白綬有功章」を受章し、12月5日、木佐貫町長に報告を行いました。木下さんは、現在、肉用牛繁殖120頭、水稲40畝、作業受託50畝を経営。農業者が組織する農作業受託組織の設立や作業受託による分業体制の構築、農家民泊やそば打ち体験などのグリーンツーリズムを通じた農村や食文化への理解醸成と活性化への貢献が評価されての受賞となりました。木下さんは「受章はうれしです。次の世代に農業の可能性を伝え、今後も地域のリーダー育成に取り組んでいきたいと思えます」と受章の喜びを話しました。



3年間の集大成を披露
都城東高で調理科卒業作品展開催
12月10日、学校法人豊栄学園都城東高校（ウィー・ピルブライアン）校長514人で、調理科3年生の卒業作品展が開催されました。生徒たちは、レシピの試行錯誤などの準備を進め、3年間で学んだ知識や技術を注ぎ込んだ集大成の料理を披露。会場内に並べられた和食、洋食、中華やお菓子は、保護者やこれまで指導してきた教師などに感謝の言葉とともに振る舞われました。料理を味わった保護者からの「身びいきではなく、本当においしいです」「調理をしている様子や作品を見て、ちゃんと勉強してきたことが分かります」などの声に、生徒たちは、照れながらも自信に満ちた表情を見せていました。



- 1区 小学男子 高添 健心さん
自分の力を全て出し切り、満足のいく走りできました。
- 2区 中学女子 外野 凜さん
楽しく走ることができました。次回は区間賞を目指して頑張りたいです。
- 3区 中学男子 花岡 利玖斗さん
区間賞は取れましたが、自分の目指すタイムではなかったので、来年は新記録で区間賞を取れる走りしたいと思います。
- 4区 小学女子 岩元 りのあさん
良いタイムで走ることができました。次回は今日を超える走りを目指したいです。
- 5区 50歳以上 蒲生 英樹さん
去年の雪辱を果すため、意地でもトップで次につなげたいと頑張りました。区間賞も優勝もでき、いい大会になりました。
- 6区 中学男子 岸村 大尊さん
中学生最後の大会で区間賞が取れてうれしいです。高校でもたくさんの区間賞をとれる走りしたいと思います。
- 7区 一般 野崎 寛さん
久しぶりに三股のユニフォームを着て走りました。まだまだ頑張ろうという気持ちになりました。
- 8区 高校40歳以上 徳留 慶太さん
去年は足を引っ張る走りでしたが、今年は後ろとの差を開き、優勝に貢献する走りできました。
- 9区 小学女子 坂元 愛花さん
初めて駅伝を走りました。町村の部で優勝できてよかったです。
- 10区 一般 富永 昌輝さん
目標タイムには届かなかったのですが、来年は区間記録を大幅に更新するような走りしたいと思います。
- 11区 小学男子 前田 元気さん
いつもは最後に踏ん張ることができないのですが、今回はスパートをかけることができましたよかったです。
- 12区 高校 辻 洵哉さん
タイムは満足いきませんでしたでしたが、チームがつかないたすきを優勝で持ち帰ることができ、うれしいです。

侍ジャパン宮崎キャンプ 2023 駐車場のご案内

2月17日(金)～27日(月)、侍ジャパン宮崎キャンプ2023がひなたサンマリンスタージアム宮崎で行われます。駐車場などの案内は次のとおりです。会場周辺は大変な混雑が予想されます。時間に余裕を持ってご来場ください。



会場と周囲の駐車場案内

その他

- キャンプ期間中、ひなた宮崎県総合運動公園の駐車場は、一部のみキャンプ観覧用として利用できません。許可のある場合を除き、キャンプ観覧以外の一般利用者は利用できません。
● 宮崎市内に臨時駐車場を最大5カ所用意しています。臨時駐車場は、総合運動公園間は、シャトルバスを運行します。
● 総合運動公園の駐車場を利用する場合は、事前に駐車整理券(有料)が、臨時駐車場を利用する場合は、事前に駐車整理券(有料)と

スポーツ安全保険に加入しましょう

スポーツ安全保険の受け付けが3月1日(水)から始まります。スポーツ・文化・ボランティア団体など、4人以上のグループで加入できます。

万一のけがや賠償責任などの事故に備えて加入しましょう。熱中症や突然死も対象となります。加入区分は8区分に分かれており、掛け金は年額800円からと安価に加入することができます。詳しくは、(公財)スポーツ安全協会の公式サイトでご確認ください。

加入方法 パソコンまたはスマートフォンで、インターネット加入システム「スポあんネット」から手続きしてください。インターネット加入が初めての団体は、新規会員登録から入り、「注意事項・規約に同意します」にチェックを入れてからメールアドレスなどを入力し、送信されてきた会員IDでログインしてください。必要事項を入力後にコンビニエンスストアなど、選択した支払方法で掛金を支払ってください。

お問い合わせ

(公財)スポーツ安全協会 ナビダイヤル 0570-087109 携帯電話から 03-5510-0033



バス乗車券(有料)が必要です。ひなたサンマリンスタージアム宮崎への入場には、別途整理券(無料)または観戦チケット(有料)が必要です。来場の際は、侍ジャパンオフィシャルサイトまたはみやざき観光情報「旬ナビ」で最新の情報を確認ください。



お問い合わせ

宮崎県スポーツランド推進室 0985-26-7108

町民参加型演劇「ヨムドラー」出演者募集

今年も5月26日～28日に開催の「まちドラ!2023」内で行われる朗読劇の参加者を募集します。朗読劇とは、「台本を読みながら簡単な動きだけで演じていく劇」のことです。演劇経験の有無は問いません。台本を覚える必要もありません!幅広い世代の皆さんとともに、楽しく稽古をしながら、出会ったみんなの力で一つの作品をつくってみませんか?

- 募集人数 約20人
● 対象 町内在住もしくは職場が町内で高校生以上の人。ただし、「上演日の2日間とも必ず参加できる人」とします。
● 上演日 5月27日(土)・28日(日)

宗教などからの悪質な寄付の勧誘を抑制・救済するセミナーを開催します

「信仰の自由」や「寄付の重要性」を尊重しつつ、悪質な寄付を抑制し、被害に遭った場合には救済できるような知識を高めるためのセミナーです。

三股町や都市部の皆さんが、悪質な寄付の被害などに遭わないために、また、もし被害に遭って困っている人がいたら助けることができるよう、法律を分かりやすく学びましょう。

- 日時 2月26日(日) 午前10時～正午
● テーマ 「ストップ!宗教等からの悪質な寄付の勧誘」
● 講師 法テラス宮崎 遠藤真吾弁護士

お問い合わせ

町福祉・消費生活相談センター 052-0999

ハートの町生誕150周年記念事業が小倉邸で開催されます

昨年10月にも開催された三島通庸

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

参加費 無料

応募方法 申込書は「町立文化会館事務室」に「町役場総合受付」にあります。また、町立文化会館の公式サイトからダウンロードすることも可能です。申込書に必要事項を記入し、町立文化会館事務室に提出してください。

- 応募締め切り 3月31日(金)
● お問い合わせ 町立文化会館 051-3462

第35回三股町文化合同展を開催します

町立文化会館で、「第35回三股町文化合同展」を開催します。町文化協会で活躍している皆さんの作品が一挙に展示されますので、ぜひご覧ください。入場は無料です。また、各部門の体験コーナーもあります。

- 日時 2月28日(火)～3月5日(日)、午前9時～午後4時30分 ※最終日は午後4時終了
● 場所 町立文化会館
● 展示作品 絵画、書道、写真、華道、短歌、陶芸、押花、茶道、木目込み人形、陶芸木工、ちぎり絵、版画、刺しゅう
● お問い合わせ 三股町文化協会 090-8417-0640

小倉邸でひな飾りを展示します

小倉邸で、町民などから提供されたひな人形、さげもんや手まりなどの展示を行います。

- 日時 2月20日(月)～3月16日(木)の月曜と木曜
● 3月17日(金)・18日(土)・19日(日) いずれも午前10時～午後4時
● その他 無料でお茶会を実施します。時間は午前10時30分～午後2時です。
● お問い合わせ 山王原 090-8838-4834

市町村交通災害共済加入申し込みを受け付けます

交通災害共済は、交通事故により死亡・ケガをした場合に、お互いに助け合い、見舞金を支払う制度です。支部加入している人は、支部長(班長)に申込用紙の取りまとめを依頼しています。申込期間中は、支部長に申込書と掛金を預けてください。また、個人で申し込むこともできます。申込用紙は支部長へ配付するほか、町役場の案内窓口にもあります。

- 申込期間 2月1日(水)～3月24日(金)
● 共済期間 4月1日～令和6年3月31日(1年間)
● 4月1日以降に加入した人は、受付日の翌日から令和6年3月31日までが共済期間です。ご注意ください。

加入資格

- 町内在住で住民票のある人(外国人住民含む)
● 修学(学生)のため一時的に町外に転出している人も加入できます。
● 申込方法 申込書に必要事項を記入し掛金を添えて、支部長または町役場(案内窓口)・郵便局(ゆうちょ銀行)まで申し込みください。
● 共済掛金 1人につき500円
● お問い合わせ 町役場 案内窓口 052-11111



配偶者や恋人などからの暴力に関する相談窓口

- DV相談ナビ ☎#80008
● 宮崎県女性相談所 (配偶者暴力相談支援センター) ☎0985-22-3858
● 警察安全相談室 ☎#9110
● 県男女共同参画センター ☎0985-60-1822
● 女性の人権ホットライン(法務省) ☎0570-070-810
● 性暴力被害者支援センター さぼーとねっと宮崎 ☎0985-38-8300
● 町女性相談所 ☎52-0999
● 町役場総務課行政係 ☎52-11112
※緊急時は迷わず110番へ

愛の寄付

12月1日から12月31日まで 社会福祉法人三股町社会福祉協議会 寄付者 籍貫 故人名 年齢 地区 金額
中内虎美 母 ハル工 108 中米 5万円
指宿典夫 母 アキ工 90 上新 3万円
轟木洋 母 セツ 85 梶山 3万円
立山護 母 サチ 93 勝岡 3万円
木下忠儀 妻 より子 73 夢池 3万円
一般寄付 藤元メディカルシステム医療専門学校 1万円

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 3月2日(木)
 - 受付時間 午後1時～1時30分
 - 対象者 令和4年2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カ月児健診

- 期日 3月9日(木)
 - 受付時間 午後1時～1時30分
 - 対象者 令和3年6～7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。

● 利用料金 1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金
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 4000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 2月20日(月)
 - 時間 午前10時～11時
 - 持ってくるもの 運動靴、タオル、飲み物
 - 場所 町健康管理センター
 - 定員 15名
- ※事前の予約が必要です。電話または町公式サイトから予約してください。



3歳児健診

- 期日 2月16日(木)
 - 受付時間 午後1時～1時30分
 - 対象者 令和元年5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に遊びに来ませんか？

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、保護者同伴が原則です。開放日は月曜～金曜の午前9時～正午と、午後1時～3時で、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。

英語であそぼう

親子で外国語指導助手の先生と一

2月24日(金)は「三股町総ぐるみ献血参加運動」の日です

総ぐるみ献血参加運動とは、町内全ての皆さんに献血の協力を呼び掛ける運動で、県、各市町村、推進団体や血液センターが連携し、県内各地で実施しています。輸血用の血液は、事故や手術だけでなく、その多くは病気の治療のために使われています。また、血液は長期保存ができません。安全な血液製剤の安定した供給のために、皆さんのご協力をお願いします。

- 期日 2月24日(金)
 - 時間 午前9時30分～午後4時 (休憩：正午～午後1時)
 - 場所 町役場(1階ロビーで受け付け後、献血車内で行います。)
 - 種類 400ミリ献血
 - 対象者 男性：17～69歳、女性：18～69歳で、体重50キログラム以上の体調の良い人
- ※65歳以上の人は60～64歳までに献血経験がある人に限られます。その他、当日の問診で献血できないと判断する場合があります。
- ※検査後、血液型や健康管理の目安となる検査数値を希望する人に通知しています。健康管理にお役立ちください。

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)

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ておはなし会です。

- 期日 2月21日(火)
- 時間 3月14日(火)
- 時間 午前10時30分～11時
- 定員 7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 3月2日(木)
- 時間 午前10時30分～11時
- 定員 7組(要予約)

誕生会(2・3月生まれのお友達)

誕生日のお友達をみんなでお祝いしましょう。

- 期日 3月7日(火)
- 時間 午前10時～11時
- 定員 誕生者限定(要予約)

親子教室(ふれあいあそび)

親子でリズム体操など、遊びを通

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

高齢者の虐待を防ぎましょう

高齢者虐待を知っていますか？(その1)

高齢化社会と少子化により、個人や家族での介護が困難になっていることなどから、「高齢者の介護」や「虐待」が大きな問題になっています。高齢者虐待は、高齢者(65歳以上)を世話する家族などによる虐待と、要介護施設従事者などによる虐待があります。発生の原因には次のようなことが考えられます。

- ・ 介護の疲れやストレス
 - ・ 介護の相談者、協力者がいない
 - ・ 人間関係がうまくいかない
 - ・ 経済的に困っている など
- 虐待を受けている高齢者の中には認知症の症状がある場合もあります。

虐待の自覚がなくても… 介護者のさまざまな行為によって高齢者に心理的・身体的影響を与えることがあります。また高齢者のためにも思っていることが、虐待につながる可能性があります。知らないうちに、不適切な対応になっていないか確認してみましょう。

※次回(その2)に続きます。

足もと元気教室

● 日程=2月15日～3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	2月17日(金)
			3月3日(金)
2地区	午後1時30分～3時	2地区交流プラザ	3月2日(木)
3地区	午後1時30分～3時	第3地区分館	3月9日(木)
4地区	午前9時30分～11時	第4地区分館	2月15日(水)
5地区	午後1時30分～3時	轟木集落館	2月16日(木)
			3月2日(木)
蓼池	午前9時30分～11時	蓼池児童館	2月16日(木)
			3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	3月1日(水)
餅原	午前9時30分～11時	餅原営農研修館	2月20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	2月15日(水)
中原	午前9時30分～11時	中原コミュニティセンター	2月22日(水)
			3月8日(水)
今市	午前9時30分～11時	今市児童館	3月6日(月)
下新	午前9時30分～11時	第7地区分館	3月10日(金)
			2月22日(水)
8地区	午前9時30分～11時	8地区分館	2月24日(金)
			3月8日(水)
9地区	午後1時30分～3時	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
 ※ 2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、2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)

2月

Calendar grid for February showing days of the week, dates, and events like library closures and holidays.

★コロナウイルス対策により、急きょ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。



QRコードを読み込むと町の公式ホームページのアドレスが表示されます。

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。

Form for submitting comments and suggestions, with a vertical label '切り取ってポストへ投函してください'.

Form for submitting ideas for the town's mascot, with the text '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

2月

Table listing emergency medical services on weekends and holidays, including hospital names, addresses, and phone numbers.

※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。

水道管の凍結にご注意ください

気温が氷点下4℃以下になると、水道管が凍結しやすくなります。凍結防止の方法や、万が一水道管が破裂したらどうすればよいかは、町公式サイトを確認してください。



「悪夢であってほしい」 ① (全3回) 50代 A・K
私は取返しつかない重大事故を起こしてしまいました。その日は、前日トレーラーに積み込んだ荷物を3か所の目的地まで運び、帰りに新たな荷物を積み込んで帰るようになっていました。会社を出発して最後の荷物を御客様に届けるまでの運転距離は片道250kmになります。その日の朝は体調に変化はなく、いつものように運転を始め午前6時過ぎには最初の目的地に到着しました。朝が早かったので、荷物を降ろしてもらったまでの待機時間に仮眠をとりました。午前9時には、荷物を降ろす作業が終了したので、トレーラーの台車の道具を片付け次の現場に向かいました。次の現場は、ここから約150km離れた所で、先に会社の同僚が空車で向かっていたので、私も急がなければと焦っていました。運転を始めると、急に腹痛が痛くなりだし、次第に気分も悪くなりました。そこで最寄りの特約店で燃料を入れる際に、少し休憩を取って様子を見ようかと思いましたが、先着している同僚を待たせるのも悪いと思い直し、給油を済ませてから直ぐに出発しました。

贈りとは、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、心の戒めにしてくださいと思います。(一財)東京交通安全協会提供

自分の体調を考えず出発したのは、最悪の場合途中に道の駅があれば、そこで休憩すればよいと思ったからです。次の積み込み地では、重機(コンボ)を積み込む事になっていました。そのためしばらく走り、自動車専用道路に入る手前まで来たところで、今から行く現場のピンポイントナビゲーションで確認しながら同僚と携帯電話で会話を始めました。勿論、危険ですから片手運転はしていません。イヤホンを通しての会話で、前方をしっかり見て運転していません。同僚には体調があまり芳しくないで少し遅れることを告げた後も、気を紛らわすため、同僚と話をしながら運転をしていました。

交通事故(人身)発生ワースト順位 ◎県内第14位 / 令和4年11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

2月28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4期)
●国民健康保険税(第8期)
口座振替は2月27日(月)に行います。また、再振替は3月10日(金)に行います。前日までに預貯金口座の残高確認をお願いします。なお、解約などで口座振替ができなかった場合は、「口座振替不能用の納付書」を送付します。納付書に記載されている納付場所で早急に納めてください。
■お問い合わせ=納税管理係 ☎52-9635

町県民税申告が始まります

令和5年度(令和4年分)町県民税申告を2月1日(水)から3月15日(水)まで受け付けます(土曜・日曜は除く。2月1日(水)から7日(火)までは事前予約制)。申告日時や申告に必要なものなどは、「1月15日付回覧」に添付し

たチラシをご参照ください。昨年に引き続き、申告書にマイナンバーの記載が必要です。

- 申告が必要な人
令和5年1月1日現在、町内に住所があり、
・事業所得などがある人(申告が必要でない人を除く)
・社会保険料控除や医療費控除など、その他諸控除の適用を受けようとする人
・非課税所得(遺族年金・雇用保険金など)がある人
・収入が全くない人(所得・課税証明や国民健康保険税などの算定に必要)
●申告が不要な人
・所得税の確定申告書を税務署に提出する人
・給与所得のみで、勤務先から年末調整済みの給与支払報告書が町に提出され、医療費控除など年末調整の対象とならない諸控除の適用を受けない人
・公的年金所得のみで、諸控除の適用を受けない人
■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くありません

Table showing population statistics for Sagami City as of January 1, 2023, including total population, gender, and household counts.



クローズアップ
まちを支える人たち 166 上米在住 大村美千香(28)さん

命の大切さを、命に触れることで学ぶ

牛から日々学ぶ

「小さい頃は牛舎が遊び場で、思っていた以上に、繁殖農家になって2年目、父の見ていた世界が見たいと、仕事の大変さも分かったうえで飛び込んだ。それでも、自分が気付かなかった牛の異変を父は見逃さないことや初めてのお産で子牛が死んでしまったことなど、命を扱う大変さは想像以上。それでもこの仕事を続けるのは、農作業や牛の世話をとおして、自分たちが他の命のおかげで生きていることを再認識できるからだ。命の大切さは、命に触れることで学べる。ある日、友人が子どもを連れてきたので牛を見せると、初めはその大きさに怖がるものの、帰るころには平気で近づき餌まで与えるようになった。「命に触れることで人は大きく成長することができるのだ」と思いました。いつか、子どもが命を学ぶ場所を作ることが私の夢の一つです」と話す美千香さんのまなざしは、やさしく力強い。

茶じよけ

新年のわが家では、ニューイヤー駅伝、箱根駅伝を見ることが恒例行事です。以前はほとんど興味なかった私ですが、最近は懸命に走る姿やゴールテープを切る歓喜の瞬間に胸を熱くしています。今回の市町村対抗駅伝でも胸を熱くするシーンがいくつもありました。スタート前の緊張感、号砲に弾かれたように飛び出していく選手たち、たすきに込めた思いも一緒に次の選手へつないで送り出し倒れこむ姿、そして、ほんの数メートルの差でたすきがつながらなかった無念さ。テレビでは分からないドラマにただ夢中でシャッターを切りました。本町は、大会新記録で8回目となる町村の部の優勝を果たしました。来年はどんなドラマが見られるのか楽しみです。(や)

No.630 令和5年2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



【マセズ生チョコレート】900円(1缶) 販売者/世界のチョコレートアイデンティティ よかもんやパンフレット

次回のみまたん駅前よかもん朝市
期日=開催未定

三股町物産館よかもんや 情報発信コーナー

んだや様 だより

No.124

新しいパンフレットできました
新しい「よかもんや」のパンフレットを作りました。よかもんやの情報はもちろんのこと、三股町の「よかとこ」へよかとこをご紹介。周辺おさんぽMAPも掲載しています。店内に置いてありますので、一度手に取り、ご覧ください。

ト」はリピーターも多く、この時期の定番となっている商品です！一度食べたらずまらないほどおいしいチョコレートは、バレンタインにぴったりの商品です。

三股町物産館よかもんや
〒889-1990-1 宮崎県北諸県郡三股町大字榊山4421番地22(JR三股駅隣)
☎0986(52)3131
営業時間/午前9時30分〜午後5時30分
定休日/毎週木曜日

http://mimatatan.com

大人も一緒に「食育」

町の栄養士から 健康バランス食実践のために

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!おいしいこと尽くしです。旬の食材を使った健康バランス食をご紹介します。ご家庭での献立にご利用ください。

2月の旬の食材

- 小松菜
- カブ
- 水菜
- リンゴ

※材料は全て1人分です

- ① 主食/ごはん**
252キロカロ 塩分0.0グラム
材料 ごはん…150グラム
- ② 主菜/トマト入り生姜焼き**
307キロカロ 塩分1.6グラム
材料 トマト…60グラム、豚ロース薄切り…80グラム、油…小さじ1、玉ねぎ…30グラム、●おろししょうが…小さじ1、●おろしにんにく…小さじ1/2、●しょうゆ…小さじ1、●オイスターソース…小さじ2/3、●みりん…小さじ1/2、●料理酒…小さじ1/2、レモン果汁…小さじ1/2
作り方 ①トマトをくし切りに、玉ねぎを細切りにする。②フライパンにトマトを入れ、軽く焦げ目がつくまで焼いて皿にとる。③フライパンに油を熱し、豚肉を入れる。④火が通ってきたら玉ねぎを入れ、●を入れて混ぜ合わせる。⑤②のトマトとレモン果汁を入れ、炒め合わせる。
- ③ 副菜/小松菜のおひたし**
31キロカロ 塩分0.5グラム
材料 小松菜…40グラム、ニンジン…25グラム、▲かつおぶし…2グラム、▲いりごま…適量、▲しょうゆ…小さじ1/2
作り方 ①小松菜を食べやすい長さに切り、ニンジンを細切りにする。②①を耐熱容器に入れ、ふんわりとラップをかけて電子レンジ500wで2分ほど加熱する。③②の粗熱がとれたら軽く絞り、▲と混ぜ合わせる。
- ④ 副菜/カブと水菜のスープ**
65キロカロ 塩分0.7グラム
材料 干しシイタケ…2個、水…150グラム、カブ…50グラム、水菜…20グラム、エノキタケ…15グラム、ベーコン…10グラム、塩…小さじ1/12、こしょう…少々
作り方 ①干しシイタケを水に浸しておく。②カブをいちょう切りに、水菜とエノキタケ、ベーコンを食べやすい大きさに切る。③①のシイタケを取り出し、細切りにする。④鍋に①の戻し汁を入れ、②と③を入れて加熱する。⑤塩こしょうで味を整える。
- ⑤ もう一品/リンゴのコンポート**
66キロカロ 塩分0.0グラム
材料 リンゴ…50グラム、■水…50グラム、■砂糖…小さじ2、■レモン果汁…小さじ3/4
作り方 ①リンゴの芯を取り除き、皮つきのまま一口大に切る。②鍋に①と■を入れて火にかけ、煮立ったらアクをスプーンで取り除く。③ふたをして弱火にし、20分ほど煮る。

問い合わせ: 町健康管理センター ☎ 52-8481

わが家の一番星

西ノ村理心ちゃん
令和元年5月8日生まれ(3歳)
西ノ村一成さん・利枝さんの長女

歌とダンスが大好きな理心ちゃん。かわいさ溢れる笑顔もママと一緒にお料理作りも大好きです!

西ノ村依飛ちゃん
令和4年4月16日生まれ(0歳)
西ノ村一成さん・利枝さんの長男

いつもニコニコ笑顔に癒されています。たくさん笑って、たくさん遊んでスクスク育ってね!大好きだよ!

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

889-1995

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

2023.2 vol.630

フリガナ

氏名

ご住所

電話 () -

年齢 性別 男・女