



積み上げてきた練習の日々が「やれる!」の言葉で自信に変わる



1年間のお金の使い方が決まりました

令和5年度当初予算

4

まちの話題...10

花と緑と水のまち 宮崎県 三股町

MIMATA Public Relations 4 Vol.632

広報みまた 令和5年4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

三股のまちで演劇ざんまい!

みまた演劇フェスティバル 「まちドラ!」2023

～まちなかでドラマに出会える3日間!～
今年で11回目! 5月26・27・28日の3日間、三股の町なかで、いろんな形で演劇(ドラマ)を楽しもう!



カクドラ!

5月26日(金)
@三股町立文化会館・会議室
体験型講座「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にする」ことで、自分だけの短い台本「ドラマ」を書き上げます。まちドラ! 期間中に、どこかで「俳優たちが演じてくれる」という特典付!
●日 時/5月26日(金)午後7時30分～
(参加無料、事前に申し込みが必要です。)



ヨムドラ!

5月27日(土)・28日(日) @まちの特設3劇場
町をぶらぶら歩いて小劇場を巡って、短編朗読劇(読むドラマ)を楽しもう!
まちなかの3つの特設小劇場で、町民参加の3チームと県外から3つの劇団が、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、九州各地で活躍する3人の実力派演出家たち! まちをお散歩気分、ぶらぶら歩いて、演劇を楽しむ「ヨムドラ!」です。
出演劇団/そめごころ(福岡)・宇宙水槽(鹿児島)・神里雄大(岡崎藝術座)
町民チームの演出家/原田耕太郎(鳴かず飛ばず・鹿児島)・鷹巣将弥(佐賀さわげ)・五島真澄(PUYEY・福岡)



ミルドラ!

5月27日(土)・28日(日)
@三股町立文化会館・ホール
文化会館ホールにて、演劇公演を観よう!
全国で活躍する北九州の劇団「ブルーエゴナク」による新作公演!



プレドラ!

5月20日(土)・21日(日)
@三股町立文化会館
短編二本立て「しんかのかてい」
作・演出/山口大器
北九州の若手劇団、劇団言魂(げきだんことだま)による演劇公演!



シアアフエス

まちドラ! 前のイベントも開催します!
★まちドラ! キックオフイベント
シアターフェスティバル「春」2023
4月22日(土)「ショートショートの日」 @三股駅
4月23日(日)「高校演劇の日」 @三股町立文化会館ホール



まちドラ! 2023の詳細情報は、決まり次第ホームページなどでお知らせいたします

三股町立文化会館 検索



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。



1年間のお金の使い方が決まりました

令和5年度当初予算



3月に行われた町定例会議会で、本年度1年間（4月～令和6年3月）のお金の使い方が決まりました。目まぐるしい社会情勢の変化に柔軟に対応しながら、

「自立と協働が織りなす 元氣あふれるまち三股」

という目標に向け、町民の皆さんがより快適に生活できるための予算編成です。今号では、その予算の概要と主な事業を紹介します。

木佐貴町長が施政方針を表明

（令和5年3月1日）

昨年の10月定例会で、4期目のスタートにあたり今後4年間の町長と

住みやすいまちをつくるための

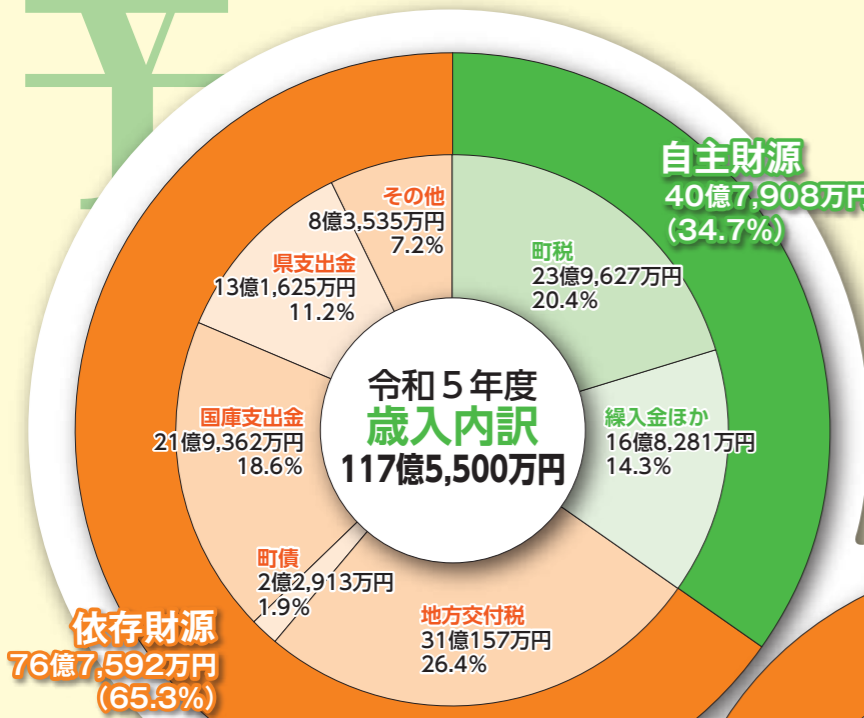
大切な予算

令和5年度の一般会計予算は、昨年度と比べて4億1500万円増の117億5500万円となりました。この増加の理由としては、保育所等整備補助事業や宮村小校舎外壁補修事業などの実施により投資的経費が2056万円の増となったほか、保育所等への施設型給付費や障害児施設給付費といった社会保障関連経費が5090万円の増、ふるさと納税関連業務委託料の増や電力価格の高騰などにより物件費が9561万円の増となったことが挙げられます。

本年度も、生活全般の施策を整理する「一般会計」と、公共下水道事業や介護保険事業などの特定事業を整理する「特別会計」によって、まちの特性を生かしつつ将来の成長に繋がる予算編成を行いました。行政サービスに偏りが出ないよう配慮しながら、各種基金など限られた財源を、将来にわたって効果的に活用できるよう、事務事業の取捨選択を行いました。

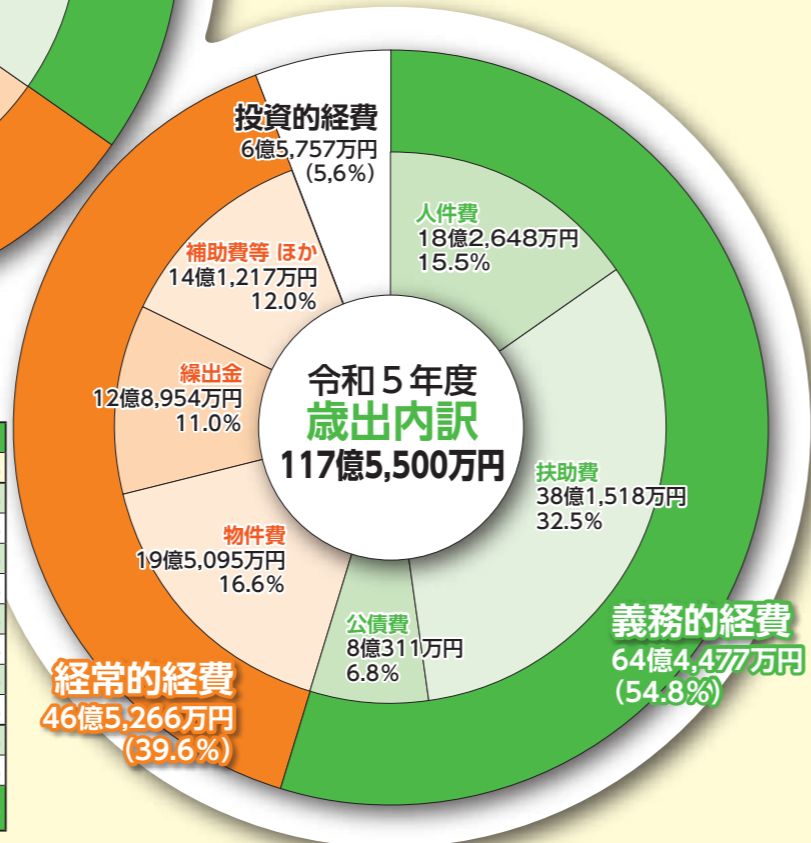
今後も、各種基金（貯金）や借入残高を考慮しながら、将来に不安を与えない財政運営を行います。また、子育てしやすい環境づくりや移住定住に繋がる各種施策を行い、魅力あふれるまちづくりを行っていきます。

令和5年度予算内訳



用語説明

- 義務的経費…制度的に支出が義務付けられている経費。
 - ・ 人件費…職員給与、議員・非常勤職員報酬など。
 - ・ 扶助費…高齢者、児童、障害者などに対して行う支援のための経費。
 - ・ 公債費…町の借金などを返還する経費。
- 経常的経費…毎年度持続して固定的に支出される経費。
 - ・ 物件費…賃金、旅費、交際費、需用費などの経費。
 - ・ 繰出金…一般会計、特別会計、基金の間で、相互に資金運用をするための経費。
 - ・ 補助費等…町から他の団体などに対して支払う経費で、報償費（講師謝金など）、役員費（保険料など）、補助金などが該当。
- 投資的経費…各種社会資本整備など支出の効果が長期にわたる経費。



令和5年度 会計別予算額

会計名	予算額	前年比 (%)
一般会計	117億5,500万円	▲ 3.7%
特別会計	69億9,192万円	▲ 6.9%
国民健康保険事業	29億5,592万円	▲△ 1.4%
後期高齢者医療保険事業	3億2,866万円	▲ 9.1%
梶山地区農業集落排水事業	3,607万円	▲△ 8.3%
宮村南部地区農業集落排水事業	3,997万円	▲ 4.6%
公共下水道事業	13億5,401万円	▲ 54.1%
介護保険事業	22億6,032万円	▲△ 0.4%
介護保険サービス事業	1,697万円	▲ 16.0%
企業会計（収益的収入）	4億3,739万円	▲ 1.0%
水道事業	4億3,739万円	▲ 1.0%
合計	191億8,431万円	▲ 4.8%

※令和4年度総計…183億1,121万円
※グラフは四捨五入のため、実際の数字と一致しない場合があります。

しての所信を述べました。その方針に則り、これまで進めてきた事業や新たな課題に積極的に取り組み、町の将来像「自立と協働が織りなす元氣あふれるまち三股」の実現を目指したいと考えています。第六次三股町総合計画の3年目となる本年度は、目標達成への「推進期」と捉え、常に町民との協働の視点を意識し、創意と工夫を凝らした施策を展開します。

町営五本松団地の跡地活用策では、令和4年度に町と商工会の出資によって「まちづくり会社」を設立しました。令和8年度中のオープンを目指し、引き続き取り組んでいきます。

新たなまちづくり構想のひとつの基点が公共交通の整備です。三股駅のバリアフリー化により駅利用者の増加が期待されることから、三股駅を交通結節の基点とし、「病院」、「買い物」、「公用・公共施設」などの利用に配慮した周回路線の設定、運行間隔の短縮により、コミュニティバス「くいまる」の利便性を高めていく考えです。

台風14号で被害を受けた生活道や公園は、現在、早期復旧に向けて工事を進めているところです。また、農地・農業施設の災害箇所的大部分は、既に工事発注を済ませ早期復旧に向けて鋭意取り組んでいます。

ふるさと納税は、応援事業者の開拓や返礼品の充実を進めることで寄付者への訴求力の強化を図り、自主財源の確保に向けて積極的に取り組んでいます。

児童が安全に学校生活を送れるよう宮村小学校の外壁改修工事を実施します。また、保護者の負担軽減を図るために中学校給食費の無償化を行うほか、学校と地域との連携・協働を更に推進するため、コミュニティスクールを梶山小、宮村小、長田

小でスタートさせ、併せて三股小と三股西小でも設置に向けての準備を行います。

このほか、デジタル行政の基盤となるマイナンバーカードの取得を促進するとともに、昨年11月に策定した「三股町DX推進基本計画」に基づき、「書かない窓口」や「公共料金等のキャッシュレス化」など、行政サービスのデジタル化を進めていきます。また、本町では、脱炭素（カーボンニュートラル）社会の実現に向けて全力で取り組んでいくため、昨年10月の議会定例会で「三股町ゼロカーボンシティ宣言」を表明したところです。今後は、これまでに以上の省エネルギーや積極的な再生可能エネルギーの導入で、町民、事業者の皆さまと共に協力・連携しながら町全体で地球温暖化対策の取り組みを進めていきます。

町政全般において、まちづくり基本条例を踏まえるとともに、町民の皆様との「協働」の理念に基づき、情報の共有化を図り、「見える行政」「伝わる行政」を進め、元氣で誇れる町づくりを目指して引き続き努力してまいります。議員各位をはじめ、町民の皆さまのご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

一般に向けた取り組みの中から特に重要な項目を抜粋しています。

まちの皆さんに向けて



①道路公園等空間設計業務委託事業など
.....予算額 2,643 万円

中心地ゾーンの未来ビジョンに基づき、歩きたくなるまちの実現を目指して、もみの木小公園、ふれあい中央広場、五本松37号線、町役場前通り線の空間整備と東原6号線の歩道設置と交差点改良を行います。



②都市再生整備計画事業ワークショップ運営支援業務委託事業
.....予算額 200 万円

交流拠点の整備に先立ち、整備される施設をどのように活用するか、町民参加型で企画会議を行い、跡地を暫定利用しながら社会実験的取り組みを行います。



③窓口受付支援システム等構築業務委託事業
.....予算額 3,630 万円

行政サービスのデジタル化を推進するため、昨年11月に「三股町DX推進基本計画」を策定しました。本年度は、窓口での申請簡略化と利用者の待機時間の削減などを旨とするシステムを構築します。



④道路維持補修事業.....予算額 7,243 万円

本年度も、町内各地の道路で維持補修および側溝のふたかけなどの事業を行います。また、この事業とは別に、勝岡蓼池線、島津紅茶園切寄線の整備・改修事業や橋梁修繕事業を引き続き行います。



⑤都城市郡医師会病院心臓・脳血管センター整備事業
.....予算額 2,023 万円

都城市郡医師会病院は、緊急性の高い医療を提供できる体制を構築するために新たに心臓・脳血管センターの整備を計画しています。その整備のための支援です。



台風14号 復旧関連 令和4年度繰越予算額 / 1億9,704万円

.....令和5年度予算額 / 1億3,169万円



昨年9月、大型の台風14号が九州を縦断、県内各地で猛威を振りました。本町でも、梶山地区の土砂崩れ、上米公園通路の崩落、農地や用排水路が土砂でうまるなど、各地で大きな被害が出ました。令和4年度に引き続き、本年度も復旧に取り組んでいきます。



令和5年度当初予算の具体的な取り組み



町は、総合計画で掲げる「五つの基本方針」をもとに、町民全ての人たちの住みよいまちをつくるため、さまざまな取り組みを行います。
その中から、世代ごとに取り組む主なものを紹介します。

五つの基本方針

- ①豊かな自然と共生し、安全で快適に暮らせる定住のまちづくり
- ②歴史と伝統を尊び、豊かな人間性と想像力を育む文教のまちづくり
- ③やさしさとぬくもりにあふれ、みんなが支え合う生涯健康・福祉のまちづくり
- ④活力ある未来を拓く、持続可能で強靱な産業のまちづくり
- ⑤人々の英知と努力、協働で創る自主自立のまちづくり

各世代に向け、主に取り組むもの

子ども・子育て世代



①子ども医療費助成事業 予算額 1億1,275万円

乳幼児・小中学生の通院・入院・薬局にかかる医療費を助成し、医療機関にかかりやすくすることで、子どもたちの健全な発育の手助けをします。ただし、小中学生の通院外来には、一部自己負担(200円)があります。



②宮村小校舎外壁補修事業 予算額 5,225万円

宮村小学校校舎の外壁が老朽化のため、基礎部分からはがれてしまっている場所が複数箇所あります。このままでは児童に危険が及ぶため、外壁の補修を行います。



③出産・子育て応援給付事業 予算額 2,400万円

全ての妊婦・子育て世代が安心して出産・子育てできる環境整備を行うため、面談や情報発信などを行う伴走型相談支援と妊娠届後と出生届後の経済的支援を行います。



④学校給食費負担軽減補助事業 予算額 4,321万円

現在、中学生1人につき一月4,600円×11カ月の給食費を徴収しています。この金額を無償化することで、中学生の子を持つ保護者の負担軽減を図ります。

高齢者世代



①三股町法人後見センター事業 予算額 1,214万円

認知症や知的障害などによって物事を判断する能力が十分でない人に対し、町社会福祉協議会が後見人となり、安心して日常生活ができるよう支援します。



②特定高齢者住宅改修費補助事業 予算額 300万円

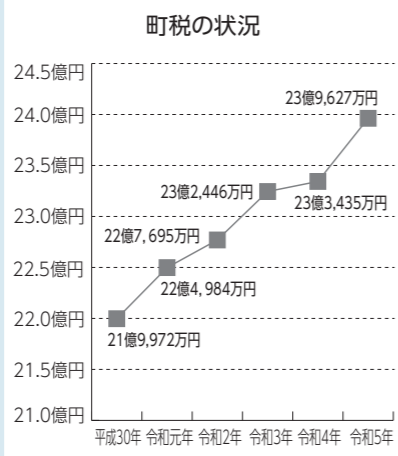
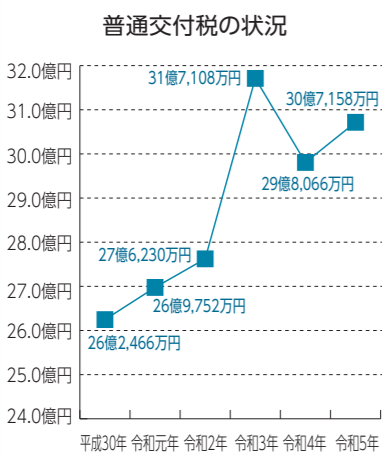
町内に住む満65歳以上の在宅の人で、これから要支援状態や要介護者になる可能性がある人と判断された特定高齢者が行う、介護予防を目的とした軽微な住宅改修を補助します。



③認知症施策総合推進事業 予算額 620万円

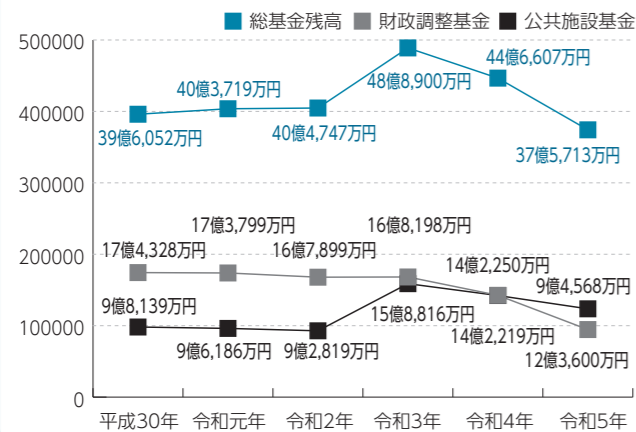
認知症地域支援推進員を配置し、小学校での「認知症サポーター養成講座」や身体・認知機能測定などを実施することで認知症の人を地域で支援するネットワークを構築します。

町のお金の出入りはどうなっているの!?



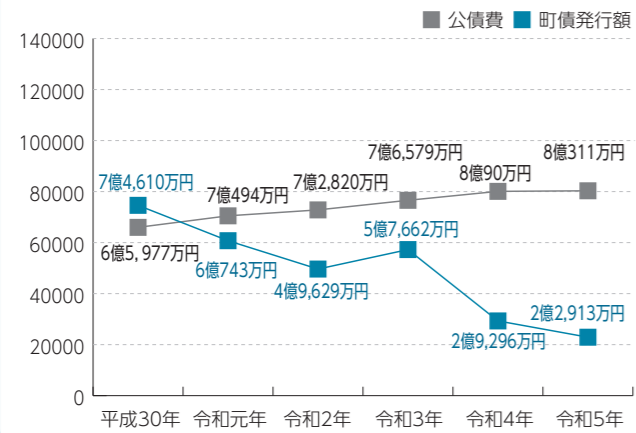
町税・普通交付税などの状況

私たちが納めている町民税や固定資産税、軽自動車税などの町税は、町の大切な収入源で、本年度の総収入の20.4%となっています。普通交付税は、町の収入の中でも一番大きい財源で26.1%です。普通交付税とは、国から地方公共団体に交付されるもので、その原資は所得税、酒税などで構成されています。自主財源も、国や県からの補助金・交付金も、町の収入の中心になる大切な財源ですから、減少すると町の運営に大きな影響を与えることになります。



各基金の状況

町では、特定の目的のために基金 (=貯金) を積み立てています。一般会計が持っている基金は13種類 (令和4年度末見込み) あり、どれも目的達成のための大切な財源で、本年度は10億1,540万円を取り崩しました。このうち、町を応援するために全国からいただいた「ふるさと未来寄附金」の積み立てから、寄付者の意向に沿う事業の財源として2億8,881万円を取り崩しました。今後も、将来を見据えた基金の計画的な運用・活用が重要となります。



町債・公債費の状況

町債 (= 借金) は、施設の増改築などといった大きな事業に取り組む場合などに増えるものです。本年度は、宮村小校舎外壁補修事業や公共施設等適正管理推進事業などの資金として2億2,913万円を予算計上しています。公債費 (= 借金返済額) は、町の借金や利子などの返済に充てる費用です。中長期間に想定される事業の借入れや、その返済計画などの財政シミュレーションを行い、まちの将来に負担を掛けない努力をしています。

●お問い合わせ=税務財政課 財政係 ☎ 52-9637

令和4年度の主要事業

令和4年度に実施した事業のなかから特に重要な事業を抜粋しています。



コロナ禍における原油価格・物価高騰等対策 計1億4,433万円

コロナ禍における原油価格・物価高騰などへの対策として、中小企業者や農業経営者への支援金を給付しました。また、給水契約をしている生活者、事業所に対して4カ月分の水道基本料金を減免するなど、町民生活と地域経済を守る施策を行いました。



電力・ガス・食料品等 価格高騰重点支援事業 計7,766万円

ロシアのウクライナ侵攻や円安に端を発する原油・原材料の高騰などへの対策として、畜産農家への配合飼料や加温機を使用する施設園芸農家、町内に住所を有する医療機関・薬局、介護・障害福祉サービス事業所、保育所などへ支援金の給付などを行いました。



子ども医療費助成事業 計1億1,270万円

乳幼児・小中学生の通院・入院・薬局にかかる医療費を助成することで、疾病などの治療を容易にし、福祉の向上と児童の健全な発育の促進を図る事業です。ただし、小中学生の通院は一部自己負担があります。



三股中学校プレハブ校舎整備事業 計4億3,780万円

三股中は、県内でも有数の大規模校で、令和8年度には生徒数が1000人を超えることが予想されています。このプレハブ校舎は2階建てで、40人規模の教室が8つあります。2月末に完成し、3月23日には落成式が行われました。



三股駅バリアフリー化事業 計7,411万円

これまでプラットフォームへ行くためにはこの線橋を渡るしかなく、高齢者や足の不自由な人の利用が困難でした。スロープや遮断機を新たに設置したことで、この線橋を使わなくてもプラットフォームへ行けるようになりました。



三股小学校南校舎外壁補修事業 計4,816万円

三股小学校南校舎の外壁は、老朽化によってひび割れや一部脱落が起こるなど、児童に危険が及ぶ可能性があります。児童の安全確保と校舎の耐久性向上のため、昨年5月～11月にかけて外壁の補修と屋根の塗装を行いました。



ふるさとまつり、みまたん霧島パノラマまらそんなど 計1,957万円

全ての人々がスポーツを楽しむことができるまちを目指す「アスリートタウンみまた」と「健康で豊かな生活ができるまちづくり」の一環として、ハーフマラソン大会を3年ぶりに実施しました。昨年度はほかにも、ふるさとまつりやモノづくりフェアなど、コロナ禍によって中止・延期していた事業も実施しました。



AED自動体外式除細動器購入 計212万円

町内の主要な施設にAEDを設置していますが、地域によってばらつきがあります。格差軽減のため、昨年度は第3地区分館、消防団第4部詰所と第5地区防災センターに屋外配置しました。また、三股中、三股小、三股西小にもAEDを玄関脇などの屋外に設置しました。



今月の表紙

『やれる! やれる! やれる!』



三股中女子バスケットボール部

2月25日・26日に福岡市で行われた「令和4年度第43回全九州中学生バスケットボール春季選手権大会」で、三股中女子バスケットボール部が見事に優勝を果たしました。毎年のように九州大会に出場するなど、まさに常勝チーム。そんな彼女たちの掛け声は「やれる!やれる!やれる!」。この言葉は、自分たちを鼓舞するだけでなく、その裏にある積み重ねてきた努力と練習の日々を確かな実力と自信に変える魔法の言葉です。

地域おこし協力隊通信 vol.38



わたしたち協力隊の活動のようすをお伝えします!

『春に響く音色』

地域おこし協力隊 江森 聡さん

4月はしゃくなげの森や椎八公園できれいな花々を觀賞しに多くの方が訪れる時期ですね。4月29日には、4年ぶりに早馬神社境内にて早馬まつりが開催されます。五穀豊穡を祈願するジャンカン馬踊りをはじめ、町内各地の郷土芸能が奉納されます。その舞台上、「みまたんゴットンプロジェクト」でゴットンの演奏、指導を行っていく「瀬戸山聖宝流 津軽三味線」家元の瀬戸山隆賢さんがゴットンの演奏をセレモニーで行います。昔は「何はなくともゴットン」というほど家庭で親しまれていた楽器でした。町内、県内でも知る人が少なくなりました。この舞台を一つのきっかけとして町内でも盛り上げていく流れを作れることができればと思います。

三股文芸

290 [短歌]

◆◆◆ 三股短歌会 ◆◆◆

寒き朝スカートなびかせベダルこぐ女子学生の頬紅色に

山本マリ子

女子高生でしょうか? 白い息を吐きながら懸命にベダルをこいでいる姿を見て我もこんな時代があったなど懐かしく思い詠みました。

幼子はベンギン連れてタツタカタ無心に遊ぶ入園近し

吉松奈津代

小さなベンギンのぬいぐるみは孫の一番のお気に入りです。いつも一緒に時間がリズムミカルに流れていきます。

外国語指導助手のコーナー

「さようなら!」

ジョンストン・ナイジェル




私のALTとしての5年間で、3月でついに終わりました。三股町で英語を教えたことは、とても素晴らしい経験です。現在の5・6年生が低学年のころから、ずっとそばで成長を見ることができたのをうれしく思います。今まで出会った素晴らしい子どもたちにはとても感謝しています。英語の授業はもちろん、一緒に給食を食べ、昼休みに走り回って遊んだことは良い思い出です。その中でも特に印象に残っているのは、子どもたちが授業で発表を重ねていくことで英語を話す力と自信を身につけていく姿です。その自信をずっと持ち

続けてほしいと思います。また、オーストラリアの文化や世界の国々について教えることは、本当に楽しいことでした。私はスポーツが好きなので、オーストラリアンフットボールやクリケットの遊び方を教えることができ、とても充実した時間を過ごせました。梶山小、勝岡小、宮村小では、素晴らしい先生たちと一緒に働くことができました。三股町役場、そして教育委員会の皆さん、5年間お世話になりました。これまで私を助け、支えてくれた皆さんに感謝しています。ありがとうございました。またお会いしましょう。

C U L T U R E

16世紀の演劇を楽しむ

3月10日、12日、劇団こぶく劇場による演劇公演「テンペスト」が行われました。イギリスの劇作家シェイクスピア最後の長編作品を、70分に凝縮し再構成したものです。

物語は、陰謀で国を追放され無人島に流された元王様で魔法使いのプロスペローを中心に巻き起こる不思議なお話。その密度の高い作品は、観客を古典の世界へと引きこみ、子どもも大人も楽しい時間を過ごしました。

今年も「まちドラ!」開催します!

5月26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。毎年、劇団こぶく劇場の永山智行さんをフェスティバルディレクターに迎え、期間限定のまちの特設劇場と町立文化会館で、全国各地から招いた劇団と公募で集まった町民3チームによる演劇を楽しむイベントです。今年で11回目となり、全国でも知られる演劇祭となりました。

特設3劇場では、町民3チームと全国各地から3劇団が参加して、朗読劇6作品を上演する「ヨムドラ!」が開催されます。

町立文化会館では、ホールで見る演劇公演「ミルドラー」が開催されます。「まちドラ!」が開催される3日間、近隣はもちろん、全国各地からやって来る出演者と観客で三股のまちが大変にぎわいます。まちをぶらぶら歩いて、演劇を思いっきり楽しみましょう。

「まちドラ!」プレイベント!

4月22日、23日、「まちドラ!」のキックオフイベント「シアターフェスティバル「春」2023」が開催されます。演劇・ダンス・映画などのさまざまな団体によるショートパフォーマンスが一度に楽しめる「まちドラ!2023」最初のイベントです。

◆詳しくは、本誌裏面をご覧ください。

LIBRARY

「ひらいてどじた 笑顔がふえた」 こどもの読書週間がはじまります

4月23日、5月12日は、「こどもの読書週間」です。今年の標語は、「ひらいてどじた 笑顔がふえた」です。読書週間にあわせてイベントや図書展示などを行います。たくさんさんの絵本や児童書、読み聞かせ用の紙芝居、大型絵本などを用意しています。親子でぜひ図書館をご利用ください。

作品を二倍楽しもう

本を読もう・映画を観よう

2月、3月に、映画やドラマ化された本やDVDを集めた展示を行いました。展示作品は、小川糸/著「ツバキ文具店」、ロアルド・ダール/著「チョコレート工場の秘密」(映画タイトル:チャリーとチョコレート工場)など。映像と小説を両方楽しめる作品紹介コーナーでした。図書館では、小説から映画・ドラマ化されたDVDを多数そろえています。読書が苦手な人は、映画やドラマから楽しんでみませんか。

作品を2倍楽しもう
本を読もう映画を観よう

読んでみませんか?
ベストリーダーの本

三股町立 図書館

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

よく読まれました ベストリーダー
昨年1年間、貸出数の多かった小説や絵本・児童書を紹介します。

【一般書】
「白鳥とコウモリ」東野圭吾/幻冬舎
「そして、パトンは渡された」瀬尾まいこ/文藝春秋
「元彼の遺言状」倒産続きの彼女 新川帆立/宝島社
「三千円の使いかた」原田ひ香/中央公論新社

【絵本】
「くだものさん」tuperatupera/学研プラス
「ぼくのおふる」ぼくのおとん 鈴木のりたけ/PHP研究所
「りんごかもしれない」もうぬげない ヨシタケシンスケ/ブロンズ新社

【児童書】
「ふしぎ駄菓子屋銭天堂」廣嶋玲子/偕成社
「さんねんないきもの事典」今泉忠明/高橋書店
本をご用意しています。気になる本がありましたら、読んでみてください。
◆休館案内(17ページ)のカレンダー



(団体) 藤寿津会



(団体) 櫻紫葉会



(元気まつり) 1地区キッドピクス



(師匠) うれし座/美鼓~MIKO~



童謡まつり



歌詠み会

生涯学習作品展



日本郵便株式会社と包括連携協定を締結

2月3日、町役場で町と日本郵便株式会社の包括連携協定締結式が行われました。町と日本郵便はこれまでにもプレミアム付き商品券の販売などで連携してきました。この包括連携協定では、町と日本郵便が人的・物的資源を有効に活用して、町民サービスの向上を図ることを目的としています。安心・安全な暮らしの実現に関することや地域経済活性化に関することなど、5つの事項で連携して取り組めます。締結式で、木佐貫町長は「これからも、一人暮らしの高齢者の安全確認、子どもの見守りや特殊詐欺被害の未然防止など、郵便局の力を借りながら町民の安心・安全を守っていききたい」と話しました。



3部構成で2日間
華やかに「文化の祭典」

2月11日、12日の2日間、「三股町文化の祭典」(同実行委員会主催)が、町立文化会館で開催されました。初日は第一部「童謡まつり」で開幕。園児やコーラスグループなどの組が息のあったハーモニイを披露しました。同日午後からの第二部「文化芸能まつり」では、三股短歌会の会員と小・中学生が自作の短歌を発表する歌詠み会のと、町内で活動する文化団体から3団体と6人の師匠が舞踊などを披露。会場は大きな拍手に包まれました。

翌日は、第三部「元気まつり」。町教育委員会が主催する生涯学習教室などで活動する20団体が日頃の稽古・練習の成果を発表しました。また、同会館のホワイエでは2日間いわたつて書道や押し花といった生涯学習教室の作品展示も行われ、訪れた人々の目を楽しませていました。



④株式会社長田運送



③株式会社中村食肉



②日進パレット株式会社



①都城運輸株式会社

2月2日、町役場で県立会いのもと、本町と町内に進出や工場などを建設する4企業の立地調印式が行われました。これにより、今後5年間で39人の新規雇用を計画しています。調印式は4社別々に行われ、それぞれに町と調印を取り交わしたほか、長田運送を除く3社には県企業立地の認定書も交付されました。調印した企業などは次の4社です。

① 配送・倉庫業の都城運輸株式会社(井福千秋代表取締役)
↓ 倉庫を備えた三股営業所開設のため

② 木製パレットを製造販売する日進パレット株式会社(横山治樹社長)
↓ 製造工場を近接地への移転新築のため

③ 食肉・加工品製造販売の株式会社中村食肉(中村廣正社長)
↓ 食肉加工品とスパイスの生産増強に向けた工場新設のため

④ 貨物運送の株式会社長田運送(長田克彦社長)
↓ 本社営業所移転のため

町内外の企業4社と立地調印式



NTT西日本宮崎支店と災害時の相互連携協定を締結

1月11日、町役場で町とNTT西日本宮崎支店の災害時における相互連携協定締結式が行われました。この相互連携協定は、災害に伴う通信障害が発生したときに早期復旧のため、情報の共有や町の要請に基づく障害物除去、同社の要請に基づく作業拠点の確保などに協力して取り組むというものです。同社では、県や県内市町村と同様の協定を結んでいて、今回の締結が14市町村目となりました。

木佐貫町長は締結式で「昨年の台風14号など、災害は広域化、激甚化している。通信網の早期復旧は町民の安心安全に直結するため、ぜひ相互に協力していききたい」と話しました。



記念誌や記念品を作成
三股小創立150周年記念式典

令和4年8月、三股小学校(澁谷雅治校長、585人)が創立150周年を迎え、2月2日に記念式典が行われました。式典は、PTAなどで構成される実行委員会が企画。記念動画の上映や記念誌が配布されました。また、澁谷校長は「これまでの卒業生は1万人以上。皆さんも、みまた魂を継承していつてほしい」と話しました。式典に出席したのは6年生のみでしたが、他の学年には式典の様子が配信され、三股小全体で150周年を祝いました。



記念式典実行委員長 木佐貫雄一さん(東原在住)



現役職員が説明します
長田小でJALお仕事教室

2月10日、長田小学校(甲斐かおり校長、59人)で「JALお仕事教室」が行われました。これは日本航空宮崎支店が行ったもので、スライドショーやクイズ、質疑応答を交えながらJALの仕事について紹介しました。お仕事教室の後は、紙飛行機教室と飛ばし大会も開催。児童だけでなく先生も一緒に折り方を丁寧に教えてもらいながら作成した紙飛行機で、飛距離を競いました。紙飛行機を投げるたびに、児童と先生たちの歓声も飛び交っていました。



参加者 兒玉 禪さん(長田小5年生)

障害者(児)の日常生活用具給付事業の内容を拡充しました

4月1日から、障害者(児)を対象とした「日常生活用具給付事業」の内容を拡充しました。主な変更点は次のとおりです。なお、日常生活用具は購入前に申請が必要です。また、世帯の所得状況などによっては、申請者が購入金額の一部を負担する必要があります。

〈新規追加〉

人工呼吸器用の自家発電機または外部バッテリー

対象者

- ①呼吸器機能障害3級以上で、日常生活用具給付にかかる意見書または医師の診断書から、人工呼吸器が必要と認められる人(児童)。
②障害等級3級以上であって、手帳に記載されている原因疾病名および自家発電機等意見書または医師の診断書から、人工呼吸器が必要と認められる人(児童)。
③難病患者については、人工呼吸器が必要と認められる人(児童)。

性能

人工呼吸器の機能を維持するためのものであって、介護者が容易に使用できるもの。

基準額

10万円

1500円が必要です。

申込期間

5月8日(月)まで

お申し込み・お問い合わせ

都城点字図書館 ☎26-1948

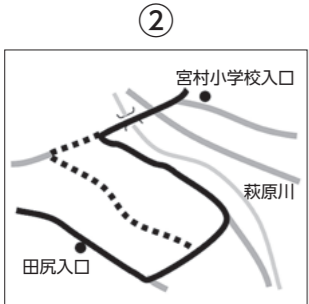
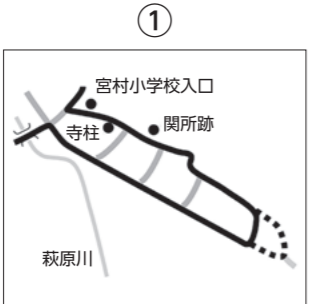
町コミュニティバス「くいまる」の時刻などを一部変更します

4月1日から、走行上の安全性などを考慮し、「榊山・宮村・植木コース」の走行ルートと時刻、「田上・蓼池コース」の時刻を一部変更しました。ご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

走行ルートの変更点

榊山・宮村・植木コース

次の3カ所について、これまでの路線(点線)から黒線に変更します。



●=バス停
= 4月1日からの路線
= 3月31日までの路線
※バス停の変更はありません

耐用年数10年
電気式たん吸引器用の自家発電機または外部バッテリー

対象者

- ①電気式たん吸引器の対象者の要件を満たしている人(児童)。
②現に電気式たん吸引器の給付を受けている人(児童)。

性能

電気式たん吸引器の機能を維持するためのものであって、介護者が容易に使用できるもの。

基準額

5万円

耐用年数

10年

〈給付対象者の拡充〉

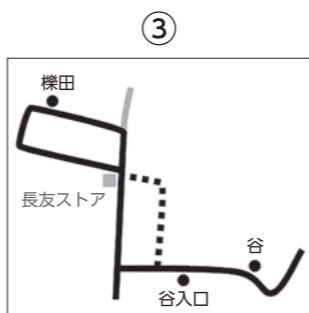
紙おむつ

拡充された対象者

- ①上肢と下肢の機能障害(2級以上)かつ療育手帳A
②上肢と体幹の機能障害(2級以上)かつ療育手帳A
①または②で、排尿または排便の意思表示が困難で定時排泄などの排泄コントロールが困難な人(児童)
基準額11万2000円/月
お問い合わせ
福祉課社会福祉係 ☎52-9061

令和5年度慰霊巡拝事業の参加者を募集します

令和5年度も、厚生労働省主催の旧主要戦域における慰霊巡拝事業が実施されます。実施地域は次のとおりです。



時刻表の変更点

榊山・宮村・植木コース

平日の生活支援便が8便で、土曜の生活支援便が6便で終了します。

田上・蓼池コース

土曜の生活支援便が6便で終了します。

お問い合わせ

くいまるバス事務 ☎52-0000
または、総務課 行政係 ☎52-1112

南九州大学公開講座「チャレンジ運動教室」を開催します

「運動が苦手な子ども」とその「保護者」が一緒に運動を楽しむ「チャレンジ運動教室」を開催します。運動遊びとおして、さまざまな動きづくりをしてみませんか。

期日 5月13・20・27日、6月10・17・24日

時間

幼児の部(年中・年長)：午前9時30分～10時30分、小学生の部(1～2年生)：午前10時45分～正午

実施地域

カザフスタン共和国、中国東北地方(旧満州地区全域)、インドネシア、東部ニューギニア、イルクーツク州・プリヤート共和国(※)、ハバロフスク地方・ユダヤ自治州(※)、北ボルネオ、ビスマーク諸島、インド、フィリピン、硫黄島、マーシャル諸島、ミャンマー(※)

参加対象者

慰霊巡拝の派遣地域における戦没者の遺族(配偶者、父、母、子、兄弟姉妹、参加遺族「子・兄弟姉妹」の配偶者、孫、甥、姪)

申込期限

5月上旬以降随時(実施地域により異なります)

参加費用

お問い合わせください。

その他

政府は参加する遺族代表に旅費の3分の1相当額の補助金を交付します。

お問い合わせ

宮崎県指導監督・援護課 援護恩給担当 ☎0985-26-17061

都城青少年発明クラブ員募集

「物づくり」を通して自分のアイデアや創造性を育むことを目的に、年20回ほど、木工工作や電子工作に取り組み小学生を募集します。

場所

南九州大学都城キャンパス 体育館

定員

各部20組(先着順)

申込方法

次の3つの内容を記入し、Eメールで申し込みをください。定員に達して参加をお断りするときは、電話でご連絡します。

【記入内容】

①件名「チャレンジ運動教室参加申し込み」

②参加する子どもの氏名、年齢、通っている小学校名または幼稚園・保育園名

③参加する保護者の氏名、住所、常に連絡が取れる電話番号

申し込み先 Eメール child@nankyudai.ac.jp

お問い合わせ

南九州大学人間発達学部 子ども教育学科 ☎21-2111

感電事故に気をつけましょう

こののぼりの季節が近づいてきました。感電事故防止のため、電線付近での掲揚は絶対に行わないようにしてください。万が一、こののぼりや風船などが電線にかかった場合は、自分で取ろうとせず、九州電力送配電までご連絡ください。

お問い合わせ

九州電力送配電株式会社 都城配電事業所 ☎0800-777-9444

日時

5月20日(土)～令和6年3月2日(土)

毎月第1・3土曜日(1月は第2、第4)午後1時30分～5時

場所

都城市年見町14-1

対象

小学3～6年生、計60人

費用

5000円

申込期間

4月10日(月)～21日(金)

申込方法

4月10日(月)ごろに各学校で案内を配布します。

お問い合わせ

都城青少年発明クラブ事務局 ☎070-4116-9548

点訳・音訳ボランティア養成講座の受講生を募集します

視覚障害者に提供する点字図書、録音図書を制作するためのボランティア養成講座を行います。受講を希望する人は、申し込みください。対象 講座終了後にボランティア活動ができる18歳以上の人。 ※点訳ボランティア活動にはパソコンが必要です。

講座日時

5月10日(水)～令和6年3月6日(水)

①点訳

水曜(月2回程度)、午前9時30分～11時30分

②音訳

水曜(第3水曜を除く)、午後1時30分～3時30分

場所

都城市総合社会福祉センター

受講料

無料。ただし、教材費として点訳1700円、音訳

配偶者や恋人などからの暴力に関する相談窓口

相談は無料、秘密は厳守します。

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相談室

☎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

☎52-1112

※緊急時は迷わず110番へ

愛の寄付

2月1日から2月28日まで

社会福祉法人三股町社会福祉協議会

忌明け寄付

故人名 年齢 地区 金額

Table with columns for donor name, age, region, and amount. Includes entries for various locations like Miyama and Ueno.

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 5月11日(木)
● 受付時間 午後1時～1時30分
● 対象者 令和4年4月生まれ、令和5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か月児健診

- 期日 4月20日(木)
● 受付時間 午後1時～1時30分
● 対象者 令和3年8～9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。

3歳児健診

- 期日 4月27日(木)
● 受付時間 午後1時～1時30分
● 対象者 令和元年7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、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。

親子ビクス

親子で体を動かしながら、心地よい汗をかきましょう。

高齢者(介護保険)



地域包括支援センターからのお知らせ ☒ 52-86349063

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3)

高齢者虐待防止法では、高齢者虐待を65歳以上の高齢者に対して養護者・要介護施設従事者などによって行われる行為として5つに分類しています。

【身体的虐待】

高齢者の身体に外傷が生じる、または生じる恐れのある暴行を加えること。

【介護・世話の放棄、放任】

適切な養護をおこなうこと。

【心理的虐待】

暴言や拒絶的な対応、そのほか高齢者に著しい心理的外傷を与える言動を二つすること。

【性的虐待】

高齢者にわいせつな行為をする、またはさせること。

【経済的虐待】

高齢者の財産を不当に処分すること。

高齢者虐待は、虐待をしている養護者本人に「虐待をしている」という認識がない場合が多く、また虐待

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 5月11日(木)
● 時間 午前10時30分～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

地域の人が甘えてみませんか？まずは気軽に相談してみてください。利用するには事前に会員登録が必要です。

〈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
・児童クラブや保育施設への送迎など

● 利用料金 1町が一人目のみ1時間300円を助成します。

介護連携推進協議会が作成したものです。この推進協議会公式サイト「在宅ぼんちネット」の「みんなあんしん入退院」コーナーでは、ルールブックや動画「病気になっても安心して暮らし続けるために」退院編」などを公開しています。ぜひご覧ください。

● 在宅ぼんちネットの「みんな安心入退院コーナー」は左の二次元バーコードからアクセスすることができます。



足もと元気教室

● 日程=4月15日～5月14日までの分

Table with 4 columns: 地区名, 時間, 場所, 日程. Rows include 1地区, 3地区, 4地区, 5地区, 蓼池, 餅原, 三原, 中原, 今市, 下新, 8地区, 9地区.

● 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
※4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。



※動きやすい格好でお越しください。
※事前予約が必要です。電話または町公式サイトから予約をお願いします。

くらしのカレンダー

(ゴミ回収日・図書館休館日・イベント)

4月

Calendar grid for April with days of the week and dates. Includes markers for library closures and events like 'Shohei no Hi'.

★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。



二次元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。

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

4月

Table listing emergency medical services on 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。

「三股町春まつり」を現在開催中です

イベントの最新情報は、町公式観光サイトや町観光協会の公式インスタグラムでご確認ください。



観光協会 インスタグラム



観光協会 公式サイト



切り取ってポストへ投函してください

「悪夢であってほしい」 ③ (全3回) 50代 A・K
会社の社長と会社の顧問弁護士からは控訴しなさいと言われましたが、私はこのまま刑務所に服役したほうがよいと思っていました。なぜならば、受刑生活の中で自分自身を振り返り、被害者やその御遺族に対する感謝の気持ちを深めるとともに、心より反省して罪を償いたいと思ったからです。しかし、この事故で会社に多大な迷惑をかけた私は会社の説得に応じ控訴することになりました。控訴から約2年後、最高裁で却下され、保釈の身から刑務所に服役する事になりました。現在、私は禁錮2年10か月の刑に服しています。弁護士には、何度も御遺族の方に手紙を出したいと相談しましたが、御遺族側の弁護士を通して「今は、家に来て欲しくない、手紙も受け取りたくありません」との回答がありました。

会社の社長からも、お線香を上げさせて欲しいと御遺族のもとに伺ったが叶わなかったと連絡がありました。服役するまでの5年間、被害者の命日には欠かさず事件現場に赴き献花をして、被害者のご冥福をお祈りしました。服役中の今はそれも叶わず、何も出来ません。せめて御遺族の感情を推し量りながら、これから本当の償いを背負っていかねばと思っています。私は事件を起こしたことで、会社を解雇されましたが、私の妻は夫婦揃って被害者に償っていきこうと言ってくれました。私が起こしたのは交通事故ではなく、被害者や御遺族にとっては犯罪被害に遭ったようなものです。そのため強い怒りの感情を持たれていると思います。愛する人を奪われ、平穏な生活を無茶苦茶にされたのですから私に怒りと憎しみを持つのは当然だと思います。私は取り返しのつかない重大事件を起こしたと心から反省しています。そして被害者やその御遺族に対して感謝の気持ちを生涯持ち続けたいと思っています。最後に、二度と私と同じ過ちが繰り返されないことを心から願っています。

贖いとは、罪を償うという意味。ここに掲載してある手記は、交通事故を引き起こして刑務所で罪の償いをしている人たちの悔みの記録です。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

交通事故(人身)発生ワースト順位 ◎県内第13位/令和5年1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

5月1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1期)
口座振替日は4月25日(火)です。また、再振替日は5月10日(水)に行います。振替日の前日までに預貯金口座の残高確認をお願いします。口座の解約などで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めに納めてください。
■ お問い合わせ=納税管理係 ☎52-9635

『催告』を確認したら担当係に連絡をください

町役場からの「通知」「電話」「訪問」などによる『催告(納付を請求すること)』を確認したら、必ず担当課・係に連絡をしてください。連絡がない場合、「納付する意思がない」とみなされ、財産差し押さえなどの滞納処分を受けることにつながります。ご注意ください。
■ お問い合わせ=特別収納対策係 ☎52-9634

軽自動車税の減免申請を受け付けます

4月1日現在、軽自動車を所有している人で、身体障害者などの減免を希望する人は、次の要領で申請してください。
※減免申請書にマイナンバー(個人番号・法人番号)の記載が必要です。
● 受付期間=4月3日(月)~5月31日(水)。ただし、土・日・祝日は除きます。期日を過ぎると受け付けできません。
● 持ってくるもの=個人番号確認書類、障害などを証明するもの(身体障害者手帳、戦傷病者手帳など)、運転免許証、車検証など(家族が運転する場合、各種証明書類が必要となる場合があります。)
● 申請できる人=障害の内容や等級が異なります。詳しくはお問い合わせください。
● 注意事項=減免申請は、軽自動車または普通自動車のどちらか1台に限られます。受け付けた減免申請は、納期限(5月31日)後に取り消すことはできません。ご了承ください。
■ 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 あなたの税が生きる◎たばこは町内で買いたくありません

三股町の人口(令和5年3月1日現在)
・男/11,975人・女/13,583人・合計/25,558人(前月比+44人)
・世帯数/10,333戸(+40戸)・出生/13人・死亡/26人・転入/105人・転出/48人



兄弟と、仲間と一緒に強くなる

将棋でアマ2段の腕前

将棋を解き合う声や駒を指す「パチツ」という音が今日も響く。次の一手を考え、盤面を真剣な表情で見つめる子どもたちの中に上野さんの姿がある。兄が、楽しそうなことをしていると道場を見学したことがきっかけで、兄弟4人で将棋を始めてわずか2年。今ではアマチュア2段の腕前で、弟たちもアマ1級、アマ初段と実力十分。「将棋の魅力

クローズアップ
まちを支える人たち 168
仲町在住 上野 司馬(10)さん

は、年齢や学年に関係なく対局を楽しめること。たくさんの人と対局できる道場に行くのはとても楽しいです」と笑顔を見せる。今年1月に開催された「第48回公文杯小学生将棋名人戦」宮崎県予選大会では、初の優勝を飾り、3月には同西日本大会に県代表として出場。「初優勝はうれしくて、もっと強くなりたいと思います」と目を輝かせる。兄弟の憧れの棋士は羽生善治九段。未来の名人を目指し、兄弟や道場の仲間と切磋琢磨する日々は続く。

茶じよけ

光陰矢の如しとはよく言ったもので、広報担当になってからは特に時間の流れが早くなったように感じます。これまで知らなかったことを見て、聴いて、写真を撮って。広報担当にならなければ、お話をすることも、私の話を聞いてもらうこともなかった人もおられたかもしれません。広報担当になって、たくさんのお宝ができた気がします。と、まるで卒業するようなことを書きましたが、今年度も引き続き広報の担当でいることができそうです。これからもカメラとメモ帳を握り締め、町内あちこちを駆け回り、たくさんのお話を聴き、まちの皆さんとつながる広報紙をつくりたい。よろしくお願ひします。(や)

No.632 令和5年4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



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.126

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!といいこと尽くしです。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。

4月の旬の食材

- ・新ゴボウ
- ・春キャベツ
- ・新ジャガイモ
- ・スナップエンドウ

※材料は全て1人分です

- ① 主食/白ごはん
252キロカロリー 塩分0.0グラム
材料 ごはん 150グラム
- ② 主菜/新ごぼうのおからコロッケ
363キロカロリー 塩分1.3グラム
材料 ●新ゴボウ…60グラム、●おから(乾)…20グラム、水…60グラム、●鶏ひき肉…30グラム、●薄力粉…5グラム、●塩…小さじ1/12、●おろししょうが…小さじ1/4、●ウスターソース…小さじ1、●ゆず果皮…少々、(衣用:薄力粉…10グラム、卵…25グラム、パン粉…15グラム、油…適量)
作り方 ①ゴボウを細切りにし軽く水にさらした後、粗みじん切りにする。②おから(乾)を水で戻す。③●をよく混ぜ合わせて俵型にする。④卵を溶いておく。⑤③を薄力粉、溶き卵、パン粉の順に付け、160℃に熱した油で揚げる。
- ③ 副菜/春キャベツのサラダ
42キロカロリー 塩分0.5グラム
材料 春キャベツ…60グラム、ニンジン…20グラム、キュウリ…20グラム、塩…小さじ1/12、ミニトマト…30グラム、▲酢…大さじ1/2、▲砂糖…小さじ1/2、▲こしょう…少々
作り方 ①春キャベツとニンジンは細切りに、キュウリは小口切りにする。②①に塩を振り、混ぜ合わせる。③ミニトマトは4等分のくし切りにする。④▲を混ぜ合わせ、②、③を入れて和える。
- ④ 副菜/春野菜のスープ
95キロカロリー 塩分0.9グラム
材料 新ジャガイモ…60グラム、スナップエンドウ…20グラム、ブロッコリー…20グラム、油…小さじ1、◆水…150ミリリットル、◆コンソメ…小さじ1/2、こしょう…少々
作り方 ①新ジャガイモを食べやすい大きさに切る。②スナップエンドウは筋を取り、半分に切る。③ブロッコリーは小房に切り分け、軸は食べやすい大きさに切る。④鍋に油を熱し、①を炒める。⑤④に◆を入れ、柔らかくなるまで煮る。⑥⑤に②、③を入れさっと煮て、こしょうで味を整える。

お問い合わせ: 町健康管理センター ☎ 52-8481

わが家の一番星

お兄ちゃん大好きな大翔。父ちゃんと母ちゃんのごとくに生まれて大きくなってありがとう♡すくすく大きくなあれ。むじもむじも☆

お兄ちゃんのこと大好き!いつもすりはいしながら追いかけています。兄弟仲良く元気に育つてね。

令和3年12月20日生まれ(1歳)
花房裕樹さん・まあやさんの次男

令和4年1月31日生まれ(1歳)
片平禎陽さん・結菜さんの次男

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

889-1995

お手数ですが63円切手を貼ってお出ください。

三股町役場 総務課
秘書広報係 行

2023.4 vol.632

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

(切り取ってポストへ投函してください)