

たくましく元気に、
 みんなで大きくなろうね



5 今、三股で最もアツい!? 場所 **上米・中米地区**2
 町職員人事異動情報をお知らせします...8 まちの話題...9

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12年目! 風薫る5月、三股のまちなかで、いろいろな演劇が楽しめます。

プレドラ!

まちドラ!1週間前の演劇公演!
 劇団言魂(北九州)短編二本立て公演
短編二本立て「しんかのかてい」

わがままな人たちの、わがままなふたつの物語。
 これもきっと、かれらなりの「しんかのかてい」。
 ■作・演出/山口大器
 ■出演/山口大器・片山桃子・森唯美・青野大輔(非・売れ線系ビーナス)
 ■日程/5月20日(土)午後7時・5月21日(日)午前11時/午後3時
 ■料金/一般2000円 22歳以下1000円 ■会場/三股町立文化会館



カクドラ!

ためしにドラマを書いてみよう
 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!「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。)
 ■会場/三股町立文化会館・会議室



ヨムドラ!

読むドラマを楽しむ

特設3劇場にて、公募で集まった町民チームが九州の実力派演出家とともにつくる3作品、九州屈指の劇団・ユニットが演じる3作品が上演されます!
 ■上演3劇団/神里雄大(岡崎藝術座)演劇集団宇宙水槽(鹿児島)そめごころ(福岡)
 ■町民の演出家3人/五島真澄(PUYEY/福岡)、鷹巣将弥(佐賀さわげ)、原田耕太郎(劇団鳴かず飛ばず/鹿児島)
 ■期間/5月27日(土)・28日(日) ■会場/まちの特設3劇場



ミルドラ!

ホールで演劇を観よう!
 北九州と京都で活躍するブルーエゴナク(北九州)の新作公演!
二度と来ないわたしたちへ

■作・演出/穴迫信一
 ■出演/小関鈴音・なかむらさち・隠塚詩織・青木裕基
 ■日時/5月27日(土)午後7時・5月28日(日)午後4時
 ■会場/三股町立文化会館



まちドラ!2023詳しい情報は、三股町立文化会館WEBサイトで!

チケット取扱・お問い合わせ/三股町立文化会館 TEL(0986)51-3462

三股町立文化会館 検索

演劇ワークショップ みまた座20期生 大募集!



「みまた座」19期生

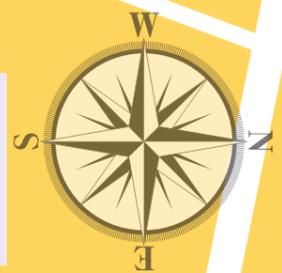
三股の子どもたちのための演劇講座「みまた座」です。初めての子も気軽に参加できます!!遊び心いっぱい、自由に演劇を楽しんでみませんか?

■期間・時間=令和5年6月開講～令和6年3月原則として、毎週木曜午後5時～6時30分
 初回:6月15日(木)午後5時～
 ■対象・定員=おおむね小学3年生～高校2年生・20人程度

■参加費=月額1,000円(諸経費)
 ■スポーツ保険…スポーツ保険に加入していただきます①中学生以下800円②高校生以上1,850円(参加費とは別になります)
 ■申込方法=参加申込書に必要事項をご記入の上、三股町立文化会館へお申し込みください。
 ※申込書は、文化会館窓口と役場受付、または文化会館WEBサイトで入手できます。
 ■申込締切=5月31日(水)



今、三股で最もアツい!? 場所



グローバルゲストハウスワジマ
古民家を改修し、図書室や宿泊施設も完備
※グローバルとは、グローバルとローカルを組み合わせた造語



駐車場 (10台)

P ● グローバルゲストハウスワジマ

P ● コーキングスペースコメ
駐車場 (3台)

コーキングスペースコメ
カフェスペース、無料本屋などを併設
営業時間: 午前11時~午後6時
定休日: 火曜



津崎ドッグ
ホットドッグやポテトなどを手ごろな価格で提供
営業時間: 午前11時~午後5時
定休日: 月曜・木曜

P ● 津崎ドッグ
駐車場 (5~6台)



P ● 光明寺
駐車場 (4台)

上水商店

榊山購買部



榊山購買部
惣菜・弁当のほか、文房具も販売
営業時間: 午前11時~午後6時30分
定休日: 日曜・祝日



ひかりの森子ども園

いっぽのひかり



上米・中米 地区

アツいという言葉には、「盛り上がっている」や「注目されている」という意味があります。
町内のあちこちで新しい店舗や施設ができる中、とある場所がアツくなっています。それが上米地区から中米地区にかけて南北約250mに延びる区間です。

ここには、令和2年4月に多様な立場や世代の人々が集まる場所として開設したカフェ「コーキングスペースコメ」があります。ほかにも、古民家を改装し図書室や宿泊施設も備えた「グローバルゲストハウスワジマ」、総菜と文具の販売さらには図書館活動を行う令和レトロな雰囲気「榊山購買部」など、さまざまな施設ができ、地域の人が町社会福祉協議会の支援を受け、一緒に活動しています。

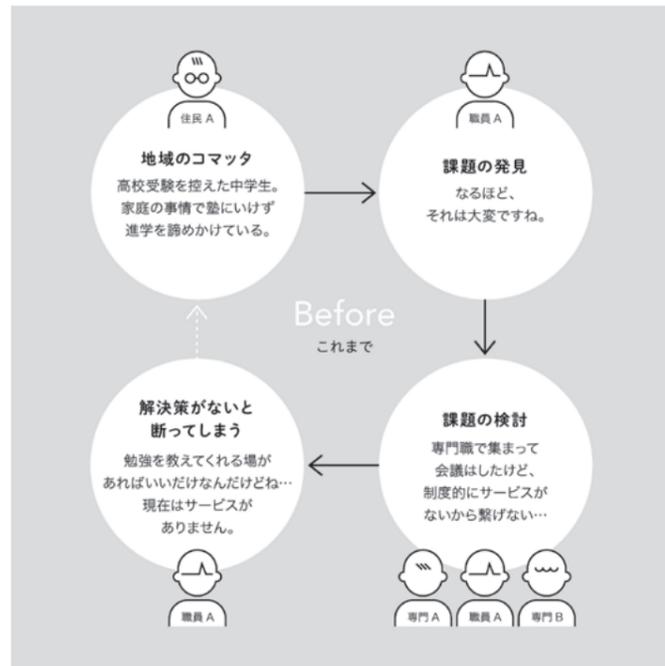
榊山「いっぴ」度はおらんど
「榊山天国」開催

4月15日、この区間でイベント「榊山天国」が開催されました。前日からの雨で心配された天気も、開始時間である午前11時までは持ち直し、多くの人が訪れました。

このイベントでは、マルシェ、フリーマーケット、弁当や総菜といった食べ物の販売、地域食堂や水出し茶の振る舞いなどが9店舗で実施されたほか、子どもたちが各店舗で合言葉をいうことで駄菓子をもらうことができる「駄菓子トレジャーハンター」も行われました。町内はもちろん、都市市、日南市、延岡市や福岡県などからも参加者がいて、弁当、総菜や地域食堂での食事などは、ほぼ全てが売り切れる大盛況ぶり、参加者は思い思いの場所で、まさに天国にいるかのように、自由で楽しい時間を過ごしました。

たくさんの人でにぎわった「榊山天国」。この3年で新しくできたコミュニティスペースコメや榊山購買部だけで行われたわけではなく、上水商店や上水園といった昔から地域に根差している店舗も一緒にあって、地域を巻き込んで行われたイベントでした。

このイベントを企画した地域のひと町社会福祉協議会は、地域のさまざまな人、知識、経験を生かして、人と人、人と社会がつながる「地域共生社会」の実現を目指して活動しています。



「地域共生社会」とは

これまでの社会保障制度では、病気、障害、介護、出産や子育てといったことを想定した給付やサービスを行い、公的な補償を行ってきました。その結果として、今では高齢者介護や障害福祉といった専門的な支援の提供を受けることができるようになりました。

一方で、個人が抱える生きづらさや多様化する福祉ニーズに、これまでの専門的な支援だけでは解決しきれないことも増えてきました。

そこで、「支える側」「支えられる側」という一方だけの関係ではなく、「地域で暮らしている以上、誰もが支え、支えられるものである」という考えのもと、人と人、人と社会がつながり合う取り組みが生まれやすいような環境を整えることを目指すのが「地域共生社会」です。



GUEST INTERVIEW

若草HUTTE&co-ba miyazaki オーナー
いまにし ただし **今西 正さん**

宮崎市のハイカラ横町でカフェ・物販スペースとワーキングスペースの運営をしています。以前、町社協の松崎さんがお客さんとしてきたことがきっかけで、この地域でのイベントに少し関わらせてもらっています。

町社協さんは、課題に向けたアプローチが自由だなと思います。さらに強みだと思うのは、まずやってみよう、改善するところはやりながら改善していこうというスピード感です。それができるのも、地域からのニーズを具体的なものとして捉えていて、上手に仕組みをつくることのできているからです。

宮崎市でも、三股町の社協は頑張っているよねと聞くことがあります。外から関わりたいという言葉が出てくるのは、入り口がたくさんあり、当てはまる「居場所」があるということだと思います。いつも勉強させてもらっています。

GUEST INTERVIEW

榊山購買部 スタッフ
ほりうち ひろなお **堀内 広直さん**

榊山購買部の手伝いを今年の1月末からしています。榊山購買部では3月には「雛フェス」、2月には「節分フェス」など、毎月のようにイベントを行っています。イベントではDJをしていて、お客さんも多くてうれしく思います。

昨年10月にオープンしたこの榊山購買部には、大人も子どもも毎日たくさんの方が訪れます。中には、学校終わりにやってきて、ここで宿題をする子どもたちもいて、こういう場所はなかなかないと思います。

初めは、お客さんとのコミュニケーションを取る理由がピンときませんでした。しかし、店員とお客さん、そしてお客さん同士で年齢や性別に関係なくコミュニケーションを取ることで、来たときよりも元気をもらって帰っていく姿を見た今では、買い物をするだけでなく、コミュニケーションを取ることができる場所がある大切さを実感しています。

**「地域共生社会」がつくる
まちの未来**

「福祉」といって、高い技術や専門知識が必要で、誰にでもできることではないというイメージがあります。福祉は自分ではない誰かがする縁遠いものと考えられる人もいます。一方、福祉には「幸福」という意味もあります。日々を幸福に過ごすことは誰もが願うことです。もし、福祉サービスの専門的な知識や技術を持っていないとしても、自分でできることをすることで、地域の中で幸福に生活できる人が増えるとしたら、また、自分にはできないことを誰かに助けてもらうことで幸せな生活を送ることができるとしたら、「福祉」はより身近なものだと感じることもできるのではないのでしょうか。

上米・中米地区で行われている「地域共生社会」の取り組みは、地域の中で、私たちが快適で幸福な生活を送ることができるとする一つのきっかけです。



イベントに来た人からは「こういうイベントを他の地区でもしてほしい」「こんなにたくさんのお店ができていることを初めて知りました。楽しいです」という声がありました。また、イベントに参加した店舗からは、「今回のイベントにもたくさんの子どもの来客が来ていますが、イベントに限らず、近所にお店ができたことで、来店する子どもが増えました。元気な声がしてにぎやかになると、こちらも元気をもらっています」「スタッフと、どんなことをしようかとウキウキしながら話をしていました。もしかすると、子どもたちよりも私たちの方がこのイベントを楽しみにしていたかもしれません」という声も聞くことができました。参加者も店舗スタッフも、地元で行われるイベントを共に楽しんでいただくことができます。

町社会福祉協議会の「地域共生社会」に関する取り組みの詳細は、こちらから確認することができます。



今月の表紙

『たくましく育ての願いを込めて』



小倉邸

5月5日は子どもの日です。鯉のぼりや鎧兜飾りを飾り、男の子が無事に成長することを祝い、願います。

山王原地区にある小倉邸では、5月は五月人形や鯉のぼりを展示。訪れた日は3組の親子が小倉邸に来ていました。がんばっど山王原の岩崎壽子さんが作った新聞紙の兜をかぶった男の子たちは小倉邸を探検。その可愛らしい一挙手一投足は、小倉邸にいた全員を笑顔にさせていました。

三股文芸
291 「短歌」 ◆◆◆ 三股短歌会 ◆◆◆

ふる里をグーグルアースに呼び出せば四本柱の土俵は在らず

山口勝己

今はもう知る人もいないふる里をグーグルアースで辿ってズームすれば、かつて遊んだ校庭隅の土俵も銀杏の大樹もすでに有りません。寂しい思いですが、忘れがたき故郷です。

他にない？手持ち無沙汰にスマホとは猫はひなたでまあるく昼寝

長松美行

ついついスマホを見てしまう自分。他、いろいろな場面で短い一生を生きている猫の姿に教えられる事が多々あります。



『まちドラ！2022』本番の様子



みまた座19期生本公演「チョコレート星人」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

今年もみまた座の劇を楽しむ

3月26日(日)、みまた座19期生本公演「チョコレート星人」が行われました。みまた座とは、毎年度、6月から3月の期間で行われる、子どものための演劇講座で、最後に町立文化会館で本公演を行います。今年の物語は、地球とチョコレート星を舞台に巻き起こる不思議で楽しいお話でした。広い舞台上、のびのびと元気に演じる子どもたちの姿に、観客は笑い、感動し、癒やしの時間を過ごしました。

参加ください。まちが演劇に染まる3日間！

5月26日(金)〜28日(日)、第11回みまた演劇フェスティバル「まちドラ！2023」が開催されます。

★「まちドラ！」はこんなイベント！

- ①開催期間中、三股駅と町体育館、町中央公民館の、3つのまちの施設が特設小劇場に！
 - ②小劇場では、全国各地で活躍中の3劇団と、プロの演出を受けた町民3チームが、20分ほどの短編朗読劇6作品を上演。気軽にいろいろな作品が楽しめます！
 - ③町立文化会館では演劇公演。しっかり演劇を観たい人はこちらもどうぞ。
 - ④7作品を、まちをぶらぶら歩きながら楽しもう！
 - ⑤まちカフェも開催。「まちドラ！」の合間に、食事や休憩をする空間です。ミニイベントも開催します！
- ◆「まちドラ！2023」の詳しい情報は本誌裏面をご覧ください。

地域おこし協力隊通信 vol.39



わたしたち協力隊の活動のようすをお伝えします！

『三股でイタリア気分』

地域おこし協力隊 江森 聡さん

段々と冷たいもののおいしくなる時季になりました。今回は、町内でイタリアンジェラートのお店をオープンしようとしているご夫婦を紹介します。それが、イタリア出身のダルオリオ・マヌエルさんと原田ゆり子さん夫婦です。前目地区の介護老人保健施設はまゆうの近くにあるコンテナハウスで「Ciao Gelateria」というお店のオープンに向けて自分たちで外壁を塗装するなど、夢に向けて活動されています。昨年の夏、マヌエルさんが里帰りをしたときに食べたジェラートが、これまで何度も食べてきたはずなのにとてもおいしく感じ、その味を広めたいという思いからお店を開くことを決めたそうです。町内産のゴマやフルーツを使ったフレーバーを出すということで、5月中旬のオープンが今から楽しみです。



外国語指導助手のコーナー

「1年間ありがとう」

ロング・ジェレミー



皆さんこんにちは！ジェレミーです。約1年、三股町のALTとして皆さんと一緒に勉強してきましたが、残念なこととその時間が終わってしまいました。三股町で教わった歴史、文化、日本語や皆さんの夢など、全部すごいと思います。三股のいつも元気で勉強熱心な生徒たちとの授業では、私の役割は何か質問があればちゃんと答えて、彼らのサポートをすることでした。初めのころ、生徒たちは英語がまだよくわからないからか、あまり興味が無いのかと思っていました。段々と英語に慣れてくると、自信を持って話せるようになりました！すごうれしかったです。そして、私のへたな日本語も一生懸命に聴いてくれて、いつも励まされていました。先生方も、教えてくれて本当にありがとうございました。皆さんは親切な人です。三股では、生徒や先生だけでなく、いろいろな人と話ができ、すごく楽しかったです。その気持ちを絶対忘れません。三股も絶対忘れません。三股町の皆さん、1年間本当にありがとうございました。とても感謝しています。じゃ、またね。

LIBRARY

ピアノと絵本であそぼう
スプリングコンサート

3月25日(土)に、音楽と絵本を楽しむスプリングコンサートを行いました。これは、手遊び、絵本と音楽を組み合わせた読み聞かせやパネルシアターなど、春の訪れを感じる絵本や音楽を織り込んだプログラム。絵本の読み聞かせは永山涼子さん、ピアノ演奏を上野美紀さんが行い、息のあったパフォーマンスで、親子が楽しめるおはなし会となりました。

図書館へ行こう！こどもの読書週間

4月23日(日)〜5月12日(金)はこどもの読書週間です。「0さいからたのしめるえほん」、「わらえる本・笑顔になれる本」をテーマにした展示コーナーや、図書館マスタービンゴ、貸出体験など、読書や図書館で過ごす時間を楽しめるイベントを行っています。また、5月16日(火)、30日(火)、31日(水)は「えほん広場」を多目的ルームで行います。親子で絵本や、おりがみあそびを楽しめる広場をつくっています。



ピアノと絵本であそぼう
～スプリングコンサート～



読書を楽しもう
～昨年のこども読書週間展示様子～

三股町立図書館

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

す。絵本選びなどのご相談も受けまますので、親子で気軽にご参加ください。こどもの読書週間中、図書館で過ごす時間をぜひお楽しみください。

としょかん映画会のお知らせ

としょかん映画会を行います。上映作品は「梅切らぬバカ」。高齢の母と自閉症を抱える息子が、社会の中で生きていく様子を温かく誠実に描いています。地域コミュニティとの不和や偏見といった問題を取り入れながらも、親子の絆と深い愛を描いたヒューマンドラマです。出演は、加賀まりこ、塚地武雅、渡辺いっけい、森口瑠子、ほか。

参加希望の人は、事前申し込みを受け付けています。ぜひ、ご覧ください。

◆休館案内(17階)くらしのカレンダー

【上映日】5月24日(水)・25日(木)

①午前10時30分〜11時30分
②午後1時30分〜2時50分



Topics

こ線橋を渡らずホームへ
三股駅バリアフリー化



3月10日、三股駅でバリアフリー化完成式典が行われました。今回は遮断機やスロープを新設する工事を実施。これにより、こ線橋を渡ることなくホームに行くことができ、高年齢や足の不自由な人にも利用しやすくなりました。式典にはJR九州宮崎支社や町身体障害者連絡協議会など、約30人が参加。

木佐貫町長が「これを機に駅周辺が盛り上がるよう大いに利用していただきたい」と述べ、参加者全員で渡り初めを行いました。



駅利用者
寺崎理恵さん
(郡城市)
「ときどき駅を利用します。高齢者はもちろん、子どもたちにも優しい駅になります。ありがとうございます。」



1年の活動の功績をたたえて
町スポーツ少年団解散式

3月10日、町多目的スポーツセンターで、町スポーツ少年団(宮内浩二郎本部長)主催の「令和4年度三股町スポーツ少年団解散式」が行われました。この日は、町内13団体の団員が参加。団員を代表して志道会みまた道場の今村幸斗さんに修了証書が授与された後、瀬尾日菜子さんがお礼の言葉を述べました。また、団員の活動を支えた指導者や母集団の中でも、特に功績が認められた10人に対して功労賞の表彰も行われました。



志道会みまた道場
今村幸斗さん
(三股中3年)
「毎日質の高い練習ができました。先生とも親しく話げできたことで、苦手を克服し、強さを伸ばせるのは三股のスポーツならではだと思います。」



2階建て8教室
三股中にプレハブ校舎完成

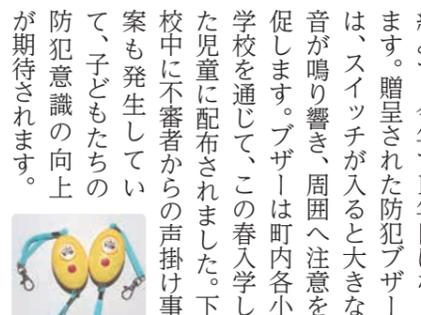
三股中学校の体育館南側テナスコートにプレハブ校舎が完成し、3月23日に落成式と内覧会が行われました。三股中は、生徒数が令和7年度には1000人を超えることが予想されるなど、現在の校舎では教室数が不足することからプレハブ校舎を建築しました。

落成式には木下文秋校長をはじめ、木佐貫町長など関係者が出席。テープカットで完成を祝った後、教室や施設を見学しました。このプレハブ校舎には40人教室が8つあり、タブレットPCを接続できるプロジェクト付きホワイトボードや二酸化炭素センサーを備えています。また、屋上には太陽光発電設備を設置しています。



都城地区生コンクリート協同組合
防犯ブザーを贈呈

3月14日、都城地区生コンクリート協同組合(戸高望理事長)が、子どもたちの防犯に役立ててほしいと、町教育委員会に防犯ブザー300個を贈呈しました。これは、宮崎県生コンクリート協同組合連合会(木田正美会長)が、社会貢献の一環として県下一斉に行っている取り組みで、今年で14年目になります。贈呈された防犯ブザーは、スイッチが入ると大きな音が鳴り響き、周囲へ注意を促します。ブザーは町内各小学校を通じて、この春入学した児童に配布されました。下校中に不審者からの声掛け事案も発生しているため、子どもたちの防犯意識の向上が期待されます。



スポーツ優秀者、功労者を表彰
令和4年度町スポーツ協会表彰

3月15日、町中央公民館で令和4年度三股町スポーツ協会表彰式が行われました。これは町スポーツ協会(中村新会長)が本町スポーツの優秀者や功労者を表彰するもので、今回は、令和4年度宮崎県民総合スポーツ祭で優秀な成績を残した個人と団体を表彰。中村会長の表彰を受け、受賞者を代表して大久保誠さんが「応援いただき大変ありがたい」と感謝の言葉を述べました。なお、受賞者は次のとおりです。(敬称略)

【県民スポーツ祭賞】柳田浩一、蒲生英樹、大久保誠、尾崎英子、嘉藤収、久保田孝子、後藤蒼依、吉丸虎太、三股バレーボールチーム女子2部、三股中エアロビクスダンス部 SMILE



新小学1年生へ
更女会がマスコット配布

3月16日、町更生保護女性会(内村エミ子会長、48人)が教育長を訪ね、同会が手作りのマスコットを贈呈しました。これは、同会が社会を明るくする運動の一環として約30年続けているもので、今回は町内の新小学1年生などに向けて計358個を同会の役員が1年かけて作成してきました。米丸麻貴生教育長は「時間をかけ、気持ちを込めて作っていただいた。きっと子どもたちも喜ぶます」と感謝の言葉を述べました。



町更生保護女性会
会長 内村エミ子さん
(山王原在住)
「マスコットには私たちの元気なひびのびと学校生活を楽しくしてほしい」という気持ちで込められています。ぜひ大切にしてください。」



短歌コンクールで特選に入選
長田小の児童が町長へ報告

3月22日、「第18回しきなみ子供短歌コンクール」で特選に入選した児童が、木佐貫町長に報告しました。このコンクールは、全国の小学生を対象に毎年開催されています。今回は6万首を超える作品の中から、長田小6年の森園優月さんの作品が特選に選出されました。森園さんが詠んだ句は、次のとおりです。



入選
森園優月さん
(長田小6年)
「小学1年生のときから書いていて、初めて入選しました。宮崎県で1人だけ選ばれたことがうれしいです。」

ゆかたを着てるクラスの子
いつもとちがう
心がおどる」



災害時などの施設利用で
㈱ダイナムと町が協定締結

3月28日、町役場で町と㈱ダイナムの災害時等での施設利用の協力に関する協定調印式が行われました。これは、町内で地震や風水害などの大規模災害が発生した場合はそのおそれがある場合に、やむを得ない事情により自家用車などを利用して避難する被災者の安全確保のため、車中泊者の一時的な避難場所として店舗の駐車場の提供を町が受けるために締結するものです。

調印式で木佐貫町長は「避難者の安全を確保するため、協力は大変心強い」と述べ、㈱ダイナム宮崎三股店小林剛敏ストアマネジャーは「地域に貢献できるように協力させていただきます」と述べました。



町議会議員として長年活躍
山領征男さんへ叙位伝達

地方自治における長年の功績が認められた山領征男さんに、日本の位の一つである正六位が授与され、3月30日、町長室で伝達式を行いました。山領さんは、町議会議員として昭和58年5月、平成23年4月の7期28年間にわたり地方自治の発展に寄与されました。平成5年5月、平成7年4月には議長を務めるなど、長きにわたり町の発展に尽力されました。山領さんは今年1月に逝去されたため、妻のヒサ子さんが代理で伝達を受けました。



代理出席者(妻)
山領ヒサ子さん
(高畑在住)
「皆さまから厚情をいただき、長年議員を務めることができた本人も大変感謝しております。厚く御礼申し上げます。」

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 6月1日(木)
● 受付時間 午後1時～1時30分
● 対象者 令和4年5月生まれ、令和5年3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。

2歳6カ月児歯科健診

- 期日 5月18日(木)
● 受付時間 午後1時～1時30分
● 対象者 令和2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
※歯科の診察を行います。希望者には、ことばの相談、栄養相談も実施しますので、ご利用ください。

3歳児健診

- 期日 5月25日(木)
● 受付時間 午後1時～1時30分
● 対象者 令和元年8月生まれ
● 持ってくるもの 母子健康手帳、アンケート、検尿

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て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 5月15日(月)
● 時間 午前10時～11時
● 持ってくるもの 室内用シューズ、タオル、飲み物
● 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。



※内科と歯科の診察を行います。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ので、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。



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 5月16日(火)
● 時間 午前10時30分～11時
● 定員 7組(要予約)

人間ドック費用の一部を助成します

30歳～70歳の、5歳ごとの節目の人で、職場などで受ける機会のない人を対象に、人間ドック費用の一部を助成します。

受診希望者は、受診券を交付します。町公式サイトまたは電話での申し込みをお願いします。

- 申込期間 5月15日(月)～31日(水)
● 申込方法 町公式サイトから予約または健康管理センターに電話
● 健康管理センターに來所しての申し込みは受け付けていません。
● 定員 150人
● 人間ドック実施期間 令和6年3月31日まで

- 検査項目 ①診察 ②問診 ③身体計測 ④呼吸器検査 ⑤循環器検査 ⑥超音波検査 ⑦消化器検査 ⑧脂質検査 ⑨肝機能検査 ⑩膵機能検査 ⑪血液一般 ⑫腎機能検査 ⑬糖尿病検査
● オプション検査 (ピロリ菌検査)
● 費用の助成額 消化器検査で①胃カメラを選択…2万4000円 (自己負担…7500円)
②バリウムを選択…2万1000円 (自己負担…6500円)

※詳細は町公式サイトでご確認ください。



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
● 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 5月23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 6月1日(木)
● 時間 午前10時30分～11時
● 定員 7組(要予約)

ウルトラマン教室

子育ての悩みや発達の不安などを気軽に話してみませんか。「小さな集団遊び」とひかり園の先生を交えてお母さんの座談会を行います。申

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

高齢者の訪問活動を実施しています！

町地域包括支援センターは、高齢者が住みなれた地域で、いきいきと安心して自立した暮らしが続けられるように支援します。そのために、自宅に訪問して日ごろの暮らしぶりや、体調のこと、困りごとなどを聴いています。地域包括支援センターの職員が訪問した際には、お気軽に何でもご相談ください。



わたしたちが地域包括支援センターの職員です

〈注意とお願い〉

地域包括支援センターでは、訪問の際に必ず地域包括支援センターの職員であることを名乗り、守秘義務を厳守します。

救急法講習会

- 申し込みは不要です。
● 期日 6月7日(水)
● 時間 午前10時～11時30分
● 講師 都城ひかり園の先生
● 場所 町総合福祉センター「元気の杜」大会議室と子育て支援センター

ファミリーサポートセンターたんぽぽからの お知らせ

☎51-5688

まかせて会員の養成講習会を行います

一時的な託児や保育施設への送迎など、困っているお父さんやお母さんの育児のお手伝いをする「まかせて会員」の養成講習会を行います。時間、預かる子どもの年齢など、活動内容は選ぶことができます。講習会で基本的な知識を身に付けてから、有償ボランティアとして活動していきます。
● 日時 6月13日(火)

足もと元気教室
● 日程=5月15日～6月14日までの分

Table with 4 columns: 地区名, 時間, 場所, 日程. Lists various locations and dates for the 'Legs and Feet Healthy Classroom'.

●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
※5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。

くらしのカレンダー

(ゴミ回収日・図書館休館日・イベント)

5月

Calendar grid for May with dates 1-31 and notes on library closures and events.

★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。

Form for submitting comments and suggestions.

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、今後の広報誌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

5月

Table of emergency medical services on holidays, listing 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。

【お詫び】

先月号の「お知らせ」にて、「町コミュニティバス「くいまー」の時刻などを一部変更します」で、本文の一部が見えない状態になっていました。正しくは、以下のとおりです。『4月1日から、走行上の安全性などを考慮し、「樺山・宮村・植木コース」の走行ルートと時刻、「田上・夢池コース」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します。』



自転車に乗るときは、大人も子どももヘルメットを着用しましょう。三股町と都城市では、自身で決めるべきです。

歩行者も運転者も交通ルールを守りましょう。横断歩道を渡る際は、必ず一時停止をしましょう。



令和5年春の全国交通安全運動

例年4月に行われている「春の全国交通安全運動」が、今年は5月に行われます。この運動は、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣づけることで、交通事故防止の徹底を図ることが目的です。

た運転ルールを守る「制限運転」に取り組んでいます。「制限運転」とは、65歳以上の高齢運転者が自身の体調や運動能力を把握し、自動車を運転する時間帯や場所などの運転ルールを自分自身で決め、守ることで交通事故の危険性を減らし、少しでも長く安全運転を続けようという取り組みです。

交通事故(人身)発生ワースト順位 ◎県内第14位 / 令和5年2月28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31日(水)の納期限までに納付しましょう

● 軽自動車税
口座振替日は5月25日(木)です。また、再振替日は6月12日(月)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。

町税の納付は「安心・便利・確実」な口座振替をご利用ください

- ◆ 申し込み手続き
・口座振替依頼書は町役場税務財政課のほか、町指定金融機関(都城農業協同組合、宮崎銀行など)や郵便局にあります。
・金融機関などに「預金通帳」「口座届け出印」をお持ちになり、口座振替依頼書に必要な事項を記入のうえ、申し込んでください。

- ◆ 金融機関など(各支店・各支所)
都城農業協同組合、宮崎銀行、宮崎太陽銀行、宮崎第一信用金庫、鹿児島銀行、郵便局、九州労働金庫
◆ 口座振替ができる町税
町民税、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税
◆ 口座振替ができる預貯金の種類
普通預金、当座預金、納税準備預金、通常郵便貯金
◆ 口座振替の開始月
依頼日の翌月または翌々月からの引き落としになります。
◆ 振替日
毎月25日(金融機関が休みの場合、翌営業日になります)
◆ 注意事項
毎月25日の翌月10日(金融機関が休みの場合、翌営業日になります)に再振替を行っています。再振替でも引き落としできなかった場合は、町役場窓口で納付していただくことになります。
■ お問い合わせ = 納税管理係 ☎ 52-9635

◎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 ◎たばこは町内で買しましょう

三股町の人口(令和5年4月1日現在)
・男/11,953人・女/13,530人・合計/25,483人(前月比-75人)
・世帯数/10,349戸(+16戸)・出生/13人・死亡/24人・転入/181人・転出/245人



4月15日、つばじまつりせしモニーで、ごったんを演奏

クロスアップ
まちを支える人たち 169 山王原在住 瀬戸山 和隆(32)さん

ごったんと三味線、二刀流のプレーヤーに
伝統文化の新しい担い手

祖 母が弾く三味線の音に魅了されて約25年。これまでに海外での演奏会を2度経験するなど、着実に技術を磨き、今では瀬戸山聖宝流の2代目家元として活動している。今年1月、地域おこし協力隊の江森聡さんとごったん製作者の上牧正輝さんとの出会いをきっかけに「ごったん」を初めて演奏した。「地域の文化を残していきたいというお二人の思い

に心を打たれました。三味線とごったんの二刀流の演奏家としてまちを盛り上げていきたいです」と目を輝かせる。ごったんの魅力は落ち着いた爽やかな音色。三味線ほどの力強さはないが、柔らかく懐かしく、聞く人の心に届く。「これまではコロナ禍で演奏の機会が少なかったですが、これからはいろいろな場所で三味線とごったんの音を響かせたいですね」。瀬戸山さんが弾く力強い三味線と優しいごったんの音色がまちに響く日が楽しみだ。

茶じょけ
昨年10月に榊山購買部がオープンしたときに早速写真を撮り、広報11月号の表紙に使わせてもらいました。そのときには「お弁当やお惣菜が手ごろな値段で売られていて、いいお店ができたな」という程度の認識でした。今年2月の節分フェスに参加したとき、地域の高齢者と子どもたちがお店に来て交流している姿に、どうやらここは面白い場所だなと感じました。そして今回の榊山天国。いつもの店舗に加えてマルシェあり、フリーマーケットあり、DJありとブースごとに違いがあざやかで、企画した人たちが楽しみたいことを詰め込んだような、いい意味で雑多な、自由な、ゆるくつながった空間は逆に居心地の良いものでした。次のイベントが楽しみです。(ヤ)

No.633 令和5年5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

●ピュアなごま油
今回は、今年2月に発売された、しも農園の「国産金ごま油生搾り」をご紹介します。みなさんもよくご存じの「みまたんごま」のごま油。今回発売されたごま油は、小林市の金崎製油さんにて、焙煎していない生のみまたんごまを非加熱によるコールドプレス機で、溶剤なども一切使わず圧力をかけて自然ろ過で丁寧に絞っています。そのため、搾れる量は少ないですが、ごまの栄養がぎゅっと詰まった貴重な逸品です。生のまま絞っているため、油の色は淡い黄色で、すっきりとしたごま本来のココロのある自然な味わいが特徴です。焙

煎して絞ったごま油とは違い、特有の香ばしい香りはあまりしないため、香りを気にせずお料理に使うことができます。おすすめの使い方は、サラダに直接かけたり、手作りのドレッシングに使ったり、素材の味を引き立ててくれます。また、他の油と比べ酸化しにくいので、油っぽくなくにお菓子やパン作りにもおすすめです。ぜひ一度、手に取りお試しください。贈り物にも最適です。

【国産金ごま油生搾り】
1本 100g入
価格2,484円(税込)
販売者/ (株)しも農園



【国産金ごま油生搾り】
1本 100g入
価格2,484円(税込)
販売者/ (株)しも農園



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

んどや様
だより No.121

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

町の栄養士から 大人も一緒に「食育」
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。

5月の旬の食材
・サワラ
・玉ネギ
・アスパラガス
・タケノコ
※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グラム
材料 ごはん 150グラム

2 主菜/サワラのクリームソース 247キロカロリー 塩分1.1グラム
材料 サワラ...70グラム、塩こしょう...少々、アスパラガス...15g、バター...4g、玉ネギ...35g、シイタケ...20g、エノキタケ...10g、牛乳...25g、とろけるチーズ...1枚、こしょう...少々
作り方 ①サワラに塩こしょうをしておく。②玉ネギとシイタケを2割角に、エノキタケを長さ2センチ程度に切る。アスパラガスを食べやすい長さに切る。③フライパンにバターを熱し、サワラとアスパラガスを焼く。④火が通ったら皿に取り出し、玉ネギとシイタケ、エノキタケをフライパンに入れてよく炒める。⑤④に牛乳を入れ、沸騰したら火を止めて、こしょうととろけるチーズを入れて溶かす。⑥⑤のソースを④で取り分けたサワラとアスパラガスにかける。

3 副菜/ピーマンとモヤシのサラダ 70キロカロリー 塩分0.5グラム
材料 ピーマン...30g、モヤシ...50g、▲オリーブ油...小さじ1、▲酢...小さじ3/5、▲塩...小さじ1/12
作り方 ①ピーマンを細切りにする。②ピーマンとモヤシを耐熱皿に入れ、軽くラップをして電子レンジ600wで2分程度加熱する。③▲を混ぜ合わせ、②にかけて混ぜる。

4 副菜/タケノコスープ 33キロカロリー 塩分0.8グラム
材料 タケノコ...35g、ニンジン...7g、油揚げ...5g、▼水...150g、▼鶏がらスープの素...小さじ1、ネギ...適量
作り方 ①タケノコとニンジンを角切りにする。②油揚げを食べやすい大きさに切る。③鍋に▼と①、②を入れ、火が通るまで煮る。④ネギを小口切りにし、③に入れる。

5 もう一品/もちあん春巻き 167キロカロリー 塩分0グラム
材料 春巻きの皮...2枚、◆あんこ...10g、◆スライス餅...12g、小麦粉...少々、水...少々、油...適量
作り方 ①春巻きの皮に◆をのせ、包むように好きな形に折る。②①を水溶性小麦粉を使って中身が出てこないように閉じる。③②を180℃に熱した油で揚げる。

問い合わせ: 町健康管理センター ☎52-8481

わが家の一番星

川野 月麦ちゃん
令和4年7月10日生まれ(0歳)
川野淳平さん・香菜美さんの長女

石屋 惺羽ちゃん
令和4年8月29日生まれ(0歳)
石屋辰則さん・美幸さんの次女

つむちゃん! いっぱい食べて、いっぱい寝て、いっぱい笑って、大きく成長してくださいね! 将来はバレーボール選手かな? 笑

騒がしい両親といつても大はしゃぎの姉・兄の元に産まれた癒しの子! いつまでも怪羽らしく育つてね! 本当にありがとう!

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

2023.5 vol.633

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