

暑さに用心
こまめな休憩、水分・塩分補給を

誰でも・どこでも 「暑さ」も「油断」も危険です

まちの話題…6

8

花と緑と水のまち
宮崎県 三股町

ARATAI

～民謡そして現代曲～

伝統の技と革新の音、温故知新が奏でる新たな音楽。

民謡革新の第2弾！民謡曲から現代曲までを織り交ぜて贈ります。

日時

令和6年 10/3 (木)

19時開演(100分)
開場は開演の30分前

温故知新

民謡革新

吉浦 三貴子

石井 秀弦

上之園 謙治

有村 航平

石井 秀彩

石井 秀英

遠山 淳

出演

温故知新
石井 秀弦 (津軽三味線)
上之園謙治 (ドラムス・パーカッション)

遠山 淳 (キーボード・アレンジ)
有村 航平 (チェロ)
吉浦三貴子 (唄)
石井 秀彩・石井 秀英 (津軽三味線)

曲目

ひえつき節・ハンヤ節・陽風・古都
銀の龍の背に乗って
見上げてごらん夜の星を 他

チケット料金

一般 2,500円 (当日同料金) ペア 4,000円 (前売りのみ)
大学生以下 1,000円 (当日同料金) 未就学児入場無料

※全席自由 ※親子室が利用できません
※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

■ 会場 三股町立文化会館
(〒889-1901 宮崎県北諸県郡三股町大字榊山 3404-2)

■ 主催 三股町、三股町教育委員会

■ お問い合わせ・チケット取扱・ご予約
三股町立文化会館 TEL (0986) 51-3462
<https://bunka.town.mimata.lg.jp>

チケット

8/3

販売開始

MIMATA

Public Relations

8

Vol.648



広報みまた 令和6年8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。



誰でも・どこでも「暑さ」も「油断」も危険です

立っただけで汗が出てくる…体がだるい…日焼けで肌がひりひりする…毎日のように、私たちは日々襲ってくる猛暑と戦いながら生活をしています。しかし、人間の体には限界があります。この暑さの中、対策が甘いと熱中症になりかねず、屋内外、年齢などを問わず、どこでも、誰でも熱中症になる危険性があります。まだまだ続くであろうこの暑さに負けないよう、今回は熱中症について特集しました。



熱中症って？

私たち人間の体は、汗をかかずにして体温を調節する機能を持っています。しかし、気温が高いなど、激しい運動などにより体内でたくさん熱が出ると、産み出される熱と出ていく熱のバランスが崩れて体温が上がります。体に異常が出てきます。このような状態を、熱中症といいます。熱中症は、屋外だけでなく屋内でも発生することもあります。救急搬送された場合によっては死に至ることさえあるのです。熱中症の症状には、次のようなものがあります。



熱中症体験者に聞く

INTERVIEW



楠 淳さん (山王原在住)

私は、6年前の7月に、熱中症により緊急搬送されました。その日は気温・湿度が非常に高く、立っただけで汗が出てくるような気候でした。

町内で行われた、息子の野球の試合で審判を務め、試合開始から1時間ほど経過した時、手足のしびれを感じ、次第に体調が悪化していきました。試合の合間に助けを求め、木陰や本部席の椅子に腰かけ、しばらく体を休めました。その後、座っている事もできないくらいに体調が悪化。保護者に看護師がおり、保冷剤などを使って応急処置してもらいましたが、結果的に救急車を呼んでもらい、緊急搬送されました。

当日は、朝6時頃に起床し、試合会場の設営を行うなど、朝から体を動かしていました。試合中も比較的動いていたことや、芝生の近くに立つこともあり、ひどく暑さを感じたものです。服装は帽子をかぶり、半

袖・長ズボンで、試合の合間に2回ほど水分補給をしたと記憶しています。

緊急搬送されるまでの自分の行動を思い返すと、反省点が多いことに気付きました。まず、前日に飲み会があったため就寝時間が遅く、睡眠時間、質共に十分ではなかったのです。さらに、朝食を取らず、朝はコーヒーを1杯飲んだだけ。試合の合間に水分補給をしましたが、それだけではアルコールやコーヒーにより失った水分を補うことはできなかったでしょう。十分な睡眠を取らなかったことや十分な水分・塩分補給をしなかったことなど、そして「自分は熱中症にはならないだろう」と甘く考えていたことを、今でも後悔しています。

この反省を生かし、屋外で活動する予定がある時は、睡眠時間や朝食に気を遣い、経口補水液やスポーツドリンクなどを持ち歩くようにしています。

激しい運動をする時は水分・塩分補給を心がけるものですが、あまり動かない時は、怠ってしまうものだと思います。屋内外問わず、運動量の多い・少ないに限らず、これからも対策をしていきたいと思っています。

⑤ 天気の良い日は日陰の利用、こまめな休憩

⑥ 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、体を冷やす

対策「こまめに水分・塩分を補給する」

室内でも、外出時でも、のどの渴きを感じていなくても、こまめに水分を補給しましょう。また、水分だけでなく、塩分の補給も大切です。水分・塩分をしっかり取り、こまめに休憩しましょう。

外出時はフリーングシエルトターの場所を確認しておきましょう！

熱中症特別警戒アラートが出た場合など、フリーングシエルトター(指定暑熱避難施設)への避難も重要な熱中症対策となります。フリーングシエルトターの場所をあらかじめ確認しておきましょう。

三股町のフリーングシエルトター

町役場1階ロビー、町中央公民館1、2階ロビー、町立文化会館ロビー、町立図書館、健康管理センター1階廊下、町総合福祉センター1階の杜「ロビー」(各施設には受入可能人数・日時の制限があります)

数字で見る熱中症

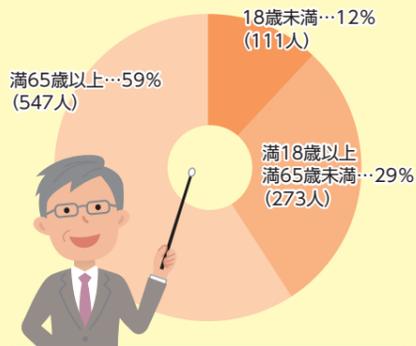
2ページで紹介した楠さんは、屋外での活動中に熱中症になり、救急搬送されてしまったそうですが、熱中症により倒れてしまったり救急搬送されるのは、どのようなシーンが多いのでしょうか。

総務省消防庁が公開している「熱中症による救急搬送人員に関するデータ」をもとに、グラフを用いて確認していきます。

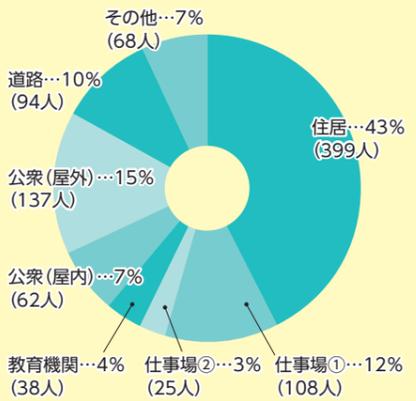
熱中症による緊急搬送者数が増加

総務省消防庁によると、令和5年5月～9月の期間、県内で熱中症により緊急搬送された人数は931人。令和4年の同時期に比べ、約140人も増加しています。

令和5年 年齢区分別救急搬送人数



令和5年 熱中症による救急搬送人数



このうち、緊急搬送された人数が一番多いのは7月でした(362件)が、8～9月も、計423人も患者が搬送されています。

「発生場所」の内訳を見ると、「住居」が最も多く、全体の43%を占めています。「住居」は「敷地内全ての場所を含む」と定義されているため、屋内・屋外の内訳は分かりませんが、「公衆(屋内)」でも一定数の人が搬送されており、屋内外問わず緊急搬送される人が出ている状況です。

また、年齢区分別の搬送人員を見ると、満65歳以上(以下、高齢者と記す)が最も多く547人(59%)、それ以外の年齢区分が384人(41%)となっています。

年齢問わず用心を！

このように、年齢、場所を問わず、

厳しさを増す暑さ、熱中症対策は？

では、熱中症を予防するため、どのような対策ができるのでしょうか。

対策「暑さを避ける」

- ① エアコンなどで温度をこまめに調節
- ② 外出時には日傘や帽子を着用
- ③ 吸湿性・速乾性のある、通気性の良い衣服を着用
- ④ 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用



『補給』



熱中症にご用心

今月号の特集は「熱中症」。年齢を問わず、そして屋内・屋外など場所を問わず熱中症の危険性があることをお伝えしました。表紙写真は、蓼池地区にある「たでいけ至福の園」と、その利用者の方々に協力いただき撮影したものです。散歩・ウォーキングやちょっとした外出でも、木陰やクーリングシェルターなどの涼しい場所でごまめに休憩をし、水分・塩分補給を心がけていきましょう。



地域おこし協力隊の活動のようすをお伝えします!

『三股の魅力を日々発見中!』

地域おこし協力隊 荒武 見希さん

三股に移住して1カ月が経とうとしています。着任して最初の1カ月は、まず町内の観光スポットや名所を勉強しようと、各地を見て回っています。その中で、三股の自然の豊かさに日々心を動かされています。高校生の時まで三股に住んでいましたが、あらためて町の魅力を再発見しているところです。先日、梅雨の晴れ間に、長田峡を約20年ぶりに訪れました。前日の大雨の影響もあり、水が流れ落ちる様子を間近で見ることができ長田峡は迫力満点! その豪快さに、「これから地域おこし協力隊として頑張っていこう」と決意を新たにしました。今年の夏も酷暑が予想されていますので、皆さまも長田峡に足を運んでいただき、涼を感じられてはいかがでしょうか。今後も三股の魅力をどんどん発見し、発信していきたいと思ひます。「ここに行ってみらんね!」という、皆さまイチオシの場所がありましたら、ぜひ教えてください!



三股文芸 306 [短歌] ◆◆◆ 三股短歌会 ◆◆◆

蓄えの習い持たねば雨の日も餌を求めて翔ぶ親燕

土井恵子

病院の軒先で燕が巣をかけ、子育てをしてみました。二羽の親燕が代わるがわる餌を運んでいるのでした。それから数日後、雨の日にも燕がとんでいるのを見て、ふと鳥は蓄えの習性を持たないの、子燕の為に雨の日でも餌を取らないといけないんだな、鳥ながらにけなげだと思いました。

太平洋戦争の始まった年に生まれ、終戦の時が四歳でした。B29の轟音の不気味さは今でもトラウマとなっていてます。世界の中では戦や、紛争が止む事ありません。いつの世も犠牲になるのは子どもたちです。

外国語指導助手のコーナー

「水泳」

ハームス・アレクシス

最近、学校の水泳授業が終わりまりました。私は、いつもうらやましいと感じています。実は、子どもの頃から水泳が大好きです。ですので、私も水泳をしたいと思います!

子どもたちは私に「学校で水泳の授業はありましたか?」と聞きます。私が「ありませんでした」と答えると、子どもたちは驚きます。私は小学校から高校まで、一度も水泳の授業がなかったのです。これは、日本の学校とアメリカの学校の違いの一つで、アメリカに泳げない子どもが多いことは、私にとって

とても残念なことです。学校の授業では教わりませんが、父が泳ぎ方を教えてくれました。

水泳を学ぶことは、素晴らしい運動の方法を知ることができるだけでなく、「安全」にも、とても役立ちます。水泳は全身を鍛えることができ、ほかの運動に比べて関節への負担も少ないのです。そして、泳ぎ方を知っていれば命を救うこともできるかもしれません。

水泳が日本のカリキュラムの一部に入っていることは素晴らしいことだと思います。

家族で人形劇を楽しむ時間

7月14日(日)、人形劇団クラルテによる人形劇「11びきのねこ」が行われました。

「人形劇団クラルテ」は、1948年に大阪で創立し、小学校への巡回公演、幼児のための公演「おひさま劇場」、大人向けの人形劇の創作と、子どもから大人まで楽しめる人形劇を数多く創作し、全国各地を飛び回っている老舗の人形劇団です。

今回の作品は、馬場のぼる原作の絵本「11びきのねこ」の人形劇で、いつもお腹を空かせている11びきのねこたちが、いかだを作り、大きな魚を探すため、湖へ行くという冒険物語です。

子どもたちは、とても近くで演じられる、コミカルでかわいい11びきのねこの人形の動きとその物語に引き込まれ一喜一憂していました。

チケットは完売し、会場は子どもと大人で大変にぎわい、家族でゆっくりと人形劇を楽しんだ公演でした。

温故知新のコンサート2024

10月3日(木)音楽公演「温故知新民謡革新ARATA II」民謡そして現代曲へ」が行われます。

温故知新とは、石井秀弦(津軽三味線石井流家元)と上之園謙治(ドラム・パーカッション)によるデュオグループで、伝統の楽器・津軽三味線と打楽器の現代的リズムを融合させ、温故知新「故きを温めて新しきを知る」を信念に音楽を創作し演奏してきました。

今年のテーマは「民謡革新」。毎年、さまざまなアーティストとコラボしています。今回のゲストは、遠山淳(キーボード・アレンジ)、有村航平(チェロ)、吉浦三貴子(唄)、石井秀英・石井秀彩(津軽三味線)の5人です。

民謡、オリジナル曲や現代曲を織り交ぜた、「ひえつき節」「ハンヤ節」「陽風」「銀の龍の背に乗って」「見上げてらん夜の星を」などをお届けします。

和と洋の融合した革新の音楽を、秋の夜にお楽しみください。



「11びきのねこ」本番の様子



温故知新、今年のコンサートの様子

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

中学生が図書館のお仕事体験

6〜7月にかけて、都城泉ヶ丘高等学校附属中学校、志和池中学校の2年生が図書館で職場体験を行いました。窓口での図書貸出・返却業務や、返却本の整理、新刊図書受け入れや図書展示コーナー作りなど2日間さまざまな仕事を体験しました。慣れない環境での活動に、緊張する様子もみられましたが、仕事について学ぶ良い機会となったようです。

夏休みの図書館イベントをお知らせします。親子で、ぜひお越しください。

●夏休みおはなし会

「にぎやか わいわい おはなし会」

【日時】8月7日(水)午前10時30分、体操したり手あそびしたり歌ったりと、にぎやかおはなし会を行います。

●ラジオ体操&おはなし会

【日時】8月14日(水)午前10時30分、絵本の読み聞かせを楽しんだあとに、ラジオ体操で体を動かします。

◆休館案内(13ページ)のカレンダー

●おはなし会&はらぺこあおむしをつくらう

【日時】8月18日(日)午前10時30分、エリック・カールの人気絵本「はらぺこあおむし」を折り紙で作ってみよう。

※事前申し込みをお願いします。夏休みおすすめ本なども用意していますので、ぜひご利用ください。

●新着DVDのご案内

新しく購入したDVDを紹介し、「銀河鉄道の父」

質屋を営む宮沢家の長男・賢治は、家業を「弱い者いじめ」と跡取りを拒んでいた。病の妹のために、一心不乱に物語を書き、読み聞かせる賢治。無名だった宮沢賢治を支えた父と家族の感動の物語。

直木賞受賞作「銀河鉄道の父」門井慶喜/著を映画化した作品。

貸し出しや館内視聴ができますので、ぜひご覧ください。

三股町立図書館

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

夏休みおはなし会 (昨年のおはなし会の様子)

職場体験 中学生が図書館の仕事を体験



Topics

みまたモノづくりフェア2024
つくりびとのカタチ



「ナ」も開設。みまたんごまやパイオ茶などの地場産品、料理、お茶やコーヒーなどの香りに誘われて集まった来場者は、地元の名産を楽しみました。また、三股駅多目的ホールでは、「思いのカタチ」として町文化協会会員による絵画や写真などの作品を展示。町物産館よかもんやでは、「食を楽しむ」をテーマにしたフリーイベント「MIMATA MARKET」も開催され、こちらにも多くの人が足を運んでいました。



「さまざまな年齢層のお客さんに見てもらいたいので、制作のヒントになるような機会となりました。」



出店者
馬場裕華さん
(五本松在住)



来場者
湯之前美穂さん
恰玖さん

「めったに見られない工芸品があるので、楽しみにしています。また、子どもと一緒に楽しめるワークショップがあったのが良かったです。」

Topics

訓練の成果を発揮
消防操法大会で町勢3冠



6月30日、「第44回宮崎県消防協会都城支部消防操法大会」が、町立総合文化施設南側臨時駐車場で開催されました。

今回は、町消防団(里岡広志団長・170人)から14隊、都市消防団(田中富士夫団長・1321人)から9隊が出場。日頃の訓練の成果を発揮し、3つの部門全てで町消防団が優勝しました。優勝した部は、8月24日に県消防学校で開催される県消防操法大会に出場します。

大会結果は次のとおりです。(以下、町消防団は「町」、都市消防団は「市」と表記する)

- 【ポンプ車の部】1位Ⅱ町第6部、2位Ⅱ町第2部、3位Ⅱ町第1部
- 【小型ポンプ積載車の部】1位Ⅱ町第2部、2位Ⅱ市高城分団第5部、3位Ⅱ町第4部



南九州大学と共同開催
子ども向け「わくわく教室」

6月9日、南九州大学都城キャンパス体育館で、わくわく教室「大学生と楽しむ運動教室」を開催しました。

これは、町が主催する生涯学習教室の一環として、町と南九州大学(中瀬昌之学長)が共同で開催したものです。

この日は、町内外から親子39組が参加。音楽に合わせた体操や跳び箱などの器械運動を、人間発達学部生などの補助のもと行いました。

10月にも親子向け運動教室の開催を予定しており、詳細は9月に掲載しています。



南九州大学
人間発達学部3年
河野愛琳さん

「自分の体重を支えられない子どもがいる中、支えるための手立てをこのイベントで学ぶことができてよかったです。」



町塗装防水業協会
西部地区体育館外壁を清掃

6月28日、町塗装防水業協会(福田照美会長、5社)が、西部地区体育館の外壁や玄関の階段をボランティアで清掃しました。

これは、地域貢献活動の一環として行った取り組みで、これまでも上米公園のトイレや町立文化会館の屋外通路などを清掃してきました。

今回は、協会に加盟している企業から計5人が参加。高所作業車や高圧洗浄機を使用し、清掃を行いました。また同会は、7月12日に町弓道場の清掃も行いました。



町塗装防水業協会
会長
福田照美さん
(前住)

「きれいに清掃できてよかったです。今後、ほかの公共施設の清掃を行ってみたいと思います。」



都城東高レスリング部の2人
ジュニアオリンピックで快挙

6月11日、都城東高校レスリング部(松雪成葉監督・6人)の小此木仁之祐さん、中島徳紗さんと同校関係者が、町三役を表彰訪問しました。

小此木さんはJOCジュニアオリンピックカップU17フリースタイル51kg級で優勝、中島さんは同ジュニアクイーンズ大会49kg級で第3位の成績を残しました。

小此木さんは、8月にヨルダンで開催されるU17世界選手権に出場します。



「世界選手権では相手より多く点を取って勝利を目指してがんばります。」
小此木仁之祐さん
(都城東高二年)

「高校生になって初めての大会で入賞できてうれしかったです。課題も見つけたいので、大会に向けて頑張ります。」
中島徳紗さん
(都城東高一年)



演劇ワークショップ
みまた座開講式

6月13日、町立文化会館で演劇ワークショップ「みまた座」の開講式を開催しました。

これは、平成16年に開始した事業で、子どもたちが演劇を通して「表現すること」「創造すること」の楽しみを体験し、感性を磨き、心豊かな人間に成長していくことを目的に実施しています。今年も過去最多の35人が参加。8月と3月の公演に向けて、劇団こぶく劇場(永山智行代表)指導の下で稽古を行うほか、観劇、舞台づくりやホールボランティアなどを行います。



「運営に携わる人たちのフォローや、年下の参加者へのアドバイスをして、優しい先輩として活動したいです。」
参加者
(右)高橋綱弥音さん
(左)本田みなみさん



みんなでまちをきれいに
クリーンアップみまた

7月7日、町内一斉の環境美化活動「クリーンアップみまた」を開催しました。

当日は、個人、民主・福祉団体、スポーツ少年団、企業など約600人が参加。三股橋下河川敷に集まった参加者は、沖水川上流域と下流域に分かれてごみ拾いを行いました。

また、餅原駅、早馬公園や上米公園など、各地区でも清掃活動を実施。集められたごみは、空き缶や刈草など、約6トにも上り、参加者はごみの量に驚いていました。



参加者
才田芽奈さん
(中町在住)

「アイスのごみなど、普段目にするものがたくさん落ちていたので拾いました。あらためて、ポイ捨てはいいなと感じました。」

三股町結婚新生活支援事業のご案内

町は、新婚生活のスタートを応援するため、住宅取得費用などの一部を補助しています。申請する人は、対象となる要件や必要な提出書類の確認のため、事前に企画商工課へお問い合わせください。

- 対象世帯①②③の条件を全て満たす人
①令和6年1月1日以降に婚姻した
②婚姻日の年齢が夫婦ともに39歳以下
③夫婦の合計所得が500万円未満

※直近の所得証明書の額

- 対象経費④4月1日～令和7年2月28日までに支払った費用が対象です。期限を過ぎる場合はご相談ください。

(1) 引越費用

婚姻を機に町内に引っ越しする際に要した経費のうち、引越業者または運送業者へ支払った費用。

(2) 住宅賃貸費用

婚姻を機に新たに契約した住宅の賃借に要した費用および既に契約済みの住宅で婚姻日または婚姻を機に同居を始めた日以後の住宅の賃借に要した費用のうち賃料、敷金、礼金、共益費や仲介手数料。

ただし、居住用途の部分と事業用途の部分(店舗など)が併存する併

用住宅については、居住用途の部分のみ対象とします。

(3) 住宅取得費用

婚姻日から起算して1年前の日以降に婚姻を機に新たに取得した住宅の購入または新築に要した費用。

ただし、居住用途の部分と事業用途の部分(店舗など)が併存する併用住宅については、居住用途の部分のみ対象とします。

(4) 住宅リフォーム費用

婚姻日から起算して1年前の日以降に婚姻を機に新たに実施した、住宅機能の維持または向上を図るために行う修繕、増築、改築や設備更新などの工事費用。

ただし、居住用途の部分と事業用途の部分(店舗など)が併存する併用住宅については、居住用途の部分のみ対象とします。

補助金額⑤最大30万円

受付期間⑥

令和7年2月28日(金)

午後5時まで

お問い合わせ⑦

企画商工課 企画政策係

☎52-11114

敬老祝いを支給します

8月下旬～9月初旬にかけて、次の年齢の皆さんを対象に敬老祝い金

を支給します。

対象者には、通知をします。次の支給年齢の人で通知が来ない人はお問い合わせください。

Table with 2 columns: 支給年齢, 祝金年額. Rows include 満88歳 (1万円), 昭和10年7月2日～昭和11年7月1日が誕生日の人 (2万円), 大正12年7月2日～大正13年7月1日が誕生日の人 (3万円), 最高齢 (3万円).

対象年齢は、令和5年7月2日から令和6年7月1日までの期間の満年齢です(基準日⑧7月1日)。

お問い合わせ⑨

高齢者支援課 介護高齢者係

☎52-90062

8月は「人権啓発強調月間」です!

宮崎県では、夏休みなどで家族や友だちとのふれあいの機会が多い8月を「人権啓発強調月間」と定め、県とともに全市町村が人権啓発に取り組んでいます。

この機会に、学校で、家庭で、地域で、人権尊重の大切さや思いやりについてぜひ話し合ってみてください。

「令和6年度三股町文化賞・功労賞」候補者・団体をご推薦ください

町では毎年、町の文化の向上・発展に多大な貢献があり、学術・芸術・技術・体育の各部門の功績が特に著しい個人および団体を表彰しています。

今年も11月3日(日・祝)の文化の日に表彰式を開催するために、選考準備を進めています。

- 対象者の年齢は問いません。各部門において、皆さんの周りで素晴らしい功績を挙げた人・団体がいたら、ぜひ推薦してください。
●表彰式⑩11月3日(日・祝)
●表彰の種類⑪文化賞、功労賞
●対象部門⑫学術・芸術・技術・体育の4部門

●表彰範囲⑬町内在住者、出身者または縁故者や町内所在の団体を設け、審査します

●推薦書の提出先⑭町立文化会館 ※推薦書用紙は町立文化会館にあります。

提出期限⑮8月31日(土)

お問い合わせ⑯

町立文化会館 ☎51-3462

生涯学習教室「チャレンジ運動教室」参加者を募集します

町では、南九州大学との共催で幼

「いきいきふれあいリレー啓発展」の開催について

県では、人権啓発のパネル展示を全市町村でリレーして実施する「いきいきふれあいリレー啓発展」を開催中です。町では、次の日程で行いますので、ぜひご覧ください。

開催期間⑰

8月24日(土)～9月4日(水)

開催場所⑱

町立文化会館 エントランスホール

お問い合わせ⑲

教育課 生涯学習係

☎52-93311

令和7年度「都城三股みらい応援奨学金」の奨学生を募集します

令和7年度の奨学生を募集しますので、希望する人は期間内に申し込んでください。

対象者⑳ 次の条件を全て満たす人

- ①三股町または都城市出身で、保護者が三股町または都城市に居住している人
②令和7年4月に学校教育法に規定する大学院・大学または短期大学、専修学校の専門課程に進学または在学中の人
③学業・人物ともに優秀かつ健康で、経済的理由により就学困難な人

募集人員㉑ 30人程度

貸与金額㉒ 月額3万円または5万円

宮崎県女性相談支援センター (配偶者暴力相談支援センター) ☎0985-1213858

県男女共同参画センター相談室 ☎0985-601822

女性の権利ホットライン(法務省) ☎0570-070-810

性暴力被害者支援センター さぽーとねっと宮崎 ☎0985-3818300

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

6月1日から6月30日まで

社会福祉法人三股町社会福祉協議会

忌明け寄付

寄付者 籍柄 故人名 年齢 地区 金額

馬渡芳文 妻 啓子 70 寺柱 5万円

半代京子 夫 賢一 87 飯屋 3万円

福田和康 母 節子 90 上米 3万円

大村典子 夫 忠義 68 梶山 3万円

大坪仁一 母 ハツネ 96 西楢木 5万円

石坂昭一 母 ミサ子 85 櫻田 3万円

一般寄付

昭和43年度三股中学校卒業生

.....2万728円

(古希同窓会残金)

町女性団体連絡協議会加入団体を募集します

町女性団体連絡協議会は、男女共同参画社会の推進、明るく豊かな地域づくりを目指し活動しています。

昨年度は視察研修や、みまたん宅食「どうぞ便」への協力などを行いました。町内に居住する女性の皆さん、2人以上で団体として加入できます。女性同士で交流を深めながら楽しく活動しませんか。

お問い合わせ①

教育課 生涯学習係

☎52-93311

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 9月5日(木)
- 受付時間 午後1時～1時30分
- 対象者 令和5年8月生まれ、令和6年6月生まれ

● 持ってくるもの 母子健康手帳
 (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)
 ※希望者には、おっぱい相談や栄養相談を実施します。ぜひご利用ください。

1歳6か月児健診

- 期日 9月12日(木)
- 受付時間 午後1時～1時30分
- 対象者 令和5年1～2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 8月29日(木)
- 受付時間 午後1時～1時30分

● 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。

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 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、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 8月19日(月)・9月9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

- 対象者 令和2年12月～令和3年1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～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」と思っている保護者は、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ておはなし会です。

HPVキャッチアップ接種について

子宮頸がんや咽頭がん、膣がんなどを予防することができます。「HPVワクチン」のキャッチアップ接種を行っています。定期接種の機会を逃した人(平成9年4月2日から平成20年4月1日生まれの女性)で、HPVワクチン接種(全3回)が終わっていない人は、令和7年3月31日までの期間に、無料で接種を受けることができます(すべて自費で接種すると、約10万円かかります)。3回の接種を終えるまでに、約半年の期間を要するため、希望する人は早めに接種を済ませてください。

- 助成対象期間 令和7年3月31日まで

接種場所 県内の指定医療機関

※要予約
 ※詳しくは町公式サイトをご覧ください。



献血

安全な血液製剤を安定して供給するために、献血へのご協力をお願いします。

- 期日 8月17日(土)
- 時間 午前10時～午後4時

- 期日 8月20日(火)～9月3日(火)
- 時間 午前10時30分～11時
- ※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。

はぐくみ教室

- 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
- ※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。

おはなしかい

- 期日 8月27日(火)
- 時間 午前10時30分
- 場所 町総合福祉センター「元気の杜」大会議室
- ※要予約

子育てを助けたい人

子育てを援助したい人
 ↓まかせて(提供)会員
 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)

- 読み聞かせボランティアグループ「おきな木」による読み聞かせを行います。
- 期日 9月5日(木)
- 時間 午前10時30分～11時
- ※要予約

誕生会(8・9月生まれのお友達)

- 期日 9月10日(火)
- 時間 午前10時～11時
- ※誕生者は、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

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。

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
 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)

- 場所 トライアル三股店
- 事前予約 献血アプリ「ラブラッド」または宮崎県赤十字血液センター 血液推進課に電話(0985-50-11800)で予約してください。電話予約は前日の午後5時までです。

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

公開講座「認知症を正しく理解する」を開催します

9月21日は「世界アルツハイマーデー」です。また、9月は「世界アルツハイマー月間」で、認知症への理

- 日時 9月26日(水) 午後2時～3時
- 会場 町総合福祉センター「元気の杜」大会議室
- 講師 大悟病院 認知症疾患医療センター センター長 三山吉夫医師
- 参加対象 三股町民
- 定員 80名
- 参加費 無料
- 申込締め切り 9月13日(金)
- ※定員になり次第締め切ります

足もと元気教室

● 日程=8月15日～9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	8月16日(金)
			9月6日(金)
2地区	午後1時30分～3時	2地区交流プラザ	9月5日(木)
3地区	午後1時30分～3時	第3地区分館	9月12日(木)
4地区	午前9時30分～11時	第4地区分館	8月21日(水)
5地区	午後1時30分～3時	轟木集落館	8月29日(木)
			8月22日(木)
蓼池	午前9時30分～11時	蓼池児童館	9月5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	9月4日(水)
餅原	午前9時30分～11時	餅原営農研修館	8月19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	8月21日(水)
			8月28日(水)
中原	午前9時30分～11時	中原コミュニティセンター	9月11日(水)
今市	午前9時30分～11時	今市児童館	9月2日(月)
下新	午前9時30分～11時	7地区分館	9月13日(金)
8地区	午前9時30分～11時	8地区分館	8月23日(金)
			8月28日(水)
9地区	午後1時30分～3時	9地区分館	9月11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
 ※8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)

8月

Calendar grid for August with days of the week and dates. Includes markers for library closure and fire hazards.

★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。

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。



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。

※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。

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

町では、公式LINEを運用しています

町からさまざまな情報をお届けしますので、ぜひ友だち登録をお願いします。詳しくは、町公式サイトをご確認ください。



友だち登録はこちら



町公式サイトはこちら



休日急患診療機関

8月

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

AEDの使用および町公式サイトなどの掲載について

町では、救命措置が必要な事案が発生した場合に、所有しているAEDの使用にご協力いただける民間事業所を募集します。

事故や急病は、いつどこで起こるかわかりません。民間事業所の皆さんの協力は、地域の救命体制の向上に必要不可欠なものですので、よろしくお願いたします。

なお、ご協力いただける事業所は町公式サイトで公表し、防災ポータル・アプリ上の防災マップにも表示します。

●対象Ⅱ次の要件全てを満たす、AEDを設置している町内の民間事業所

①営業時間中に事業所の近辺で救命措置が必要な事案が発生した時、速やかにAEDを無償提供できる事業所

②AED設置場所などを町公式サイトなどで公表することを了承いただける事業所

●町公式サイトおよび防災ポータル・アプリでの公表内容Ⅱ事業所の名称と所在地、AED使用可能時間

●申請方法Ⅱ総務課危機管理係にご連絡ください。

AED設置場所一覧

(協力事業所含む)

公共施設20カ所のほか、協力事業所4カ所を掲載しています。(7月5日時点)

Table listing AED locations across 9 districts, including district names and facility names.

お問い合わせ先 総務課危機管理係 ☎52-1110

交通事故(人身)発生ワースト順位 ◎県内第19位/令和6年5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

9月2日(月)は納付期限です

●町県民税(第2期)

●国民健康保険税(第2期)

口座振替は8月26日(月)が振替日です。やむを得ず引き落としされなかったときは、9月10日(火)に再振替を行います。前日までに預貯金口座の残高確認および入金をお願いします。

また、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納めてください。

■お問い合わせ=納税管理係 ☎52-9635

納期内納付にご協力ください

納税の本来の姿は、定められた納期限までに、納税義務者が税金を自主的に納めることです。

仮に、定められた納期限までに町税を納めず滞納の状態にあれば、町は滞納者に対して督促状などを送付

し、納税を促すこととなります。

町税を滞納したままですと、町は納期限内に納めた納税者との公平性を保つため、また町税を確保するために、やむを得ず滞納者の不動産・給料などの財産を差し押える「滞納処分」を行うこととなります。

納期限までに納税者の皆さんが自主的に納めていただきますようお願いいたします。

■お問い合わせ=特別収納対策係 ☎52-9634 「納税相談」をご利用ください

税金は納期限内に納めていただくことが原則ですが、「やむを得ない特別な事情があって納期限内に納税できない」「一度に納めることが難しい」といった場合には、ご相談ください。

また、納税について分からないことがある場合も気軽にご相談ください。

■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 あなたの税が生きる◎たばこは町内で買ひましよう

Table with population statistics for Sagami City as of July 1, 2024, including total population, gender, and household counts.



30年の教員生活に52歳で終止符を打った米田さん。農業者として独立すべく、今春から県農業大学校で学ぶ日々を送っている。契機は、就農相談会の新聞広告。「以前から、教員とは別の世界を経験したい、自分の幅を広げたいと思っていました。広告を見た時、これだ！と思いましたよ」と話す。突然飛び込んだ農業の世界。知らないことばかりだが、学ぶ日々がとにかく充実し

ているという。「一歩踏み出してその場に身を置く」と何が必要なのか見えてくるものですね。その必要なことを、楽しんでやるのが大切だと思います。特に若者は今しか出来ないことに挑戦してほしいです。そして挑戦の過程を楽しんでほしい」と次代を担う若者への思いを語る姿は「三股魂」と叫び続け指導に当たっていた時と変わらず、真剣そのものだ。そして「三股魂を次世代に引き継ぐ」との情熱は、次は農業者として三股の地で燃やし続けるだろう。

三股魂

さあ、一歩踏み出そう

クローズアップ
まちを支える人たち 184

米田 透(52)さん

茶じよけ

昨年4月、福岡市で行われたフジコ・ヘミングさんのコンサートに行きました。高齢にもかかわらず第一線で活躍される姿を一目見たい、音を聴きたい、そして次にいつ九州で公演があるかわからないと思ひ、足を運びました▼「今しか出来ないこと」、「今だから出来ること」があるのではないかと。ぼんやりと考えることはありましたが、16歳の米田さんへのインタビューを経て、あらためて考えてみました。「コンサートに行く」程度のものから、自身の人生を大きく変えるようなものまで、その程度はさまざまですが、挑戦してみる人生もいいなと、今になって思います▼「一歩踏み出し、その過程を楽しむ」。米田さんの熱い姿・言葉に学びます。

No.648 令和6年8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



【CONTRATO (株) さちみちる生ハム工房】 / 080-7856-0866

イベント情報

「お盆だよ 全員集合!! ただいま・おかえり市」
日程: 8月11日(日)午前10時～午後3時 / 場所: 町物産館よかもんや



Instagram

三股町物産館よかもんや 情報発信コーナー

● 渾身の一品

今回は、7月から「よかもんや」に加入した「CONTRATO」(株) さちみちる生ハム工房さんをご紹介します。本町の緑豊かな自然と、きれいな水を見た徳満会長が「生ハムを作るならココだ!」と、昨年、餅原地区で工房をオープンしました。道半ばで大病を患っても懸命なりハピリと家族のサポートで乗り越え、みんなと共に長年の夢だった最高の生ハムを作り上げた「徳満幸裕」会長の「幸」と「満」から、屋号を「さちみちる」としたそうです。熱い思いが詰まった生ハムは、手間暇かけて

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)
TEL 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(祝日を除く)

http://mimatatan.com

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。



8月の旬の食材

- ・ピーマン
- ・トマト
- ・セロリ
- ・オクラ

※材料は全て1人分です

① 主食 / ごはん

252キロカロリ 塩分 0.0グラム

材料 ごはん…150グラム

② 主菜 / ピーマンとトマトの卵炒め

317キロカロリ 塩分 1.4グラム

材料 ピーマン…40グラム、タマネギ…50グラム、ミニトマト…45グラム (約3個)、油…小さじ2、鶏がらスープの素…小さじ1、卵…100グラム (約2個)、こしょう…適量、バター…8グラム

- 作り方
- ① ピーマンとタマネギは幅5センチ程度の細切りに、ミニトマトはくし切りにしておく。
 - ② フライパンに油を熱し、①のピーマンとタマネギ、鶏がらスープの素を入れて炒める。
 - ③ 卵を軽く溶き、こしょうを入れて混ぜる。
 - ④ ②のフライパンにバターを加え、③の溶き卵を入れて炒め合わせる。
 - ⑤ ①のミニトマトをフライパンに加え、混ぜ合わせる。

③ 副菜 / セロリとエノキダケのサラダ

85キロカロリ 塩分 0.4グラム

材料 セロリ…40グラム、エノキダケ…30グラム ▼マヨネーズ…小さじ2、▼粒入りマスタード…小さじ2

- 作り方
- ① セロリを斜め薄切りに、エノキダケを食べやすい長さに切る。
 - ② ①の野菜を耐熱容器に入れ、ラップをして火が通るまで電子レンジで加熱する。
 - ③ ▼をボウルに入れて混ぜ合わせる。
 - ④ ③に②の野菜を加えて混ぜる。

④ 副菜 / オクラと厚揚げのみそ汁

93キロカロリ 塩分 0.8グラム

材料 オクラ…10グラム (約2本)、厚揚げ…50グラム、出し汁…150ミリリットル、みそ…小さじ1

- 作り方
- ① オクラの表面に塩(分量外)をぬってまな板などで板ずりをし、水で洗い流す。
 - ② ①のオクラを斜め厚切りにし、厚揚げは食べやすい大きさに切る。
 - ③ 鍋に出し汁を沸騰させ、オクラと厚揚げを入れて火が通るまで加熱する。
 - ④ 火を止めてみそを溶かす。



問い合わせ: 町健康管理センター ☎ 52-8481

わが家の一番星

食べるのが大好きなさっくん。これからもたくさん食べてお兄ちゃんたちといっしょに遊んで、元気に大きくなってね。



杉元 朔仁ちゃん
令和4年6月29日生まれ(2歳)
杉元佳悟さん・麻木さんの三男

いつも元気いっぱい車が大好きなりくとくん。これからもたくましく優しい子に育ってね!



田熊 睦登ちゃん
令和4年6月21日生まれ(2歳)
田熊 凌さん・友美さんの長男



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)

POST CARD

8 8 9 1 9 9 5

お手数ですが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

(切り取ってポストへ投函してください)

2024.8 vol.648

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