

深紅のつじと、深紅の愛

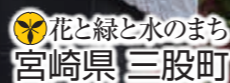


「備え」の第一歩2

町交流拠点施設整備事業 交流拠点の設計に着手!...4

脱炭素関連事業に関するお知らせ 「ごみ」に関するお知らせ...6

町職員人事異動情報をお知らせします...7 まちの話題...10



MIMATA

PublicRelations

5

Vol.669



広報みまた 令和8年5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



みまた演劇フェスティバル まちなかでドラマに出会える3日間!



2026年4月～5月、みまたの町の演劇祭「まちドラ!」関連のイベントが開催されます!今年も三股のまちで演劇ぞんまい!

プレドラ! まちドラ! 1週間前の演劇公演!

5月16日・17日(土・日) @三股町立文化会館 ホール

劇団HIT!STAGE「田丸家をぶっ壊せ!」

田丸家の主、田丸誠(76)がある日突然姿を消した。離れて暮らす四姉妹の出動だ!失踪?徘徊?はたまた女性問題?行方を追うごとに父の深い孤独を知る娘たち。親の老い、空き家問題、孤独死……。四姉妹を通し、誰もが直面する社会問題を提起する。

- 作/森馨由(劇団HIT!STAGE)
- 演出/池田美樹(劇団きらら)
- 出演/森タカコ(劇団HIT!STAGE)、古賀今日子(yummycheese!)、松本恵(F'sCompany)、池田美樹(劇団きらら)



カクドラ! 演劇の台本をためしに書いてみよう!

体験型講座「90分でせりふ書いてみる?」

5月22日(金) 午後7時30分～ @三股町立文化会館 会議室

初心者におススメ!演劇の台本を書く体験ができる講座です。簡単な会話をつないでせりふにして、自分だけの台本「ドラマ」を書き上げよう!「まちドラ!」開催期間中「俳優たちが演じてくれる」特典付です!

★参加無料(事前に申し込みが必要です)



ヨムドラ! 演劇をまちなか劇場で楽しもう!

5月23・24日(土・日) @まちの特設3劇場

まちなかに特設する3つの小劇場にて、町民3チームと九州で活躍する3つの劇団が、短編劇6作品を上演いたします!町民チームの演出は九州各地で活躍する3人の実力派演出家たち!いろいろな色の6作品を一度に楽しめる公演です。

■上演劇団/演劇集団非常口(鹿児島)、劇団鳴かず飛ばず(鹿児島)、CONTE&ACT器(熊本)

■町民チーム演出家/村田青菜(演劇ユニットせのび・若手)、濱田明良(演劇ユニットチックタックパーク・宮崎)、五島真澄(PUYEY・福岡)



まちドラ!2026の詳細情報は、三股町立文化会館ホームページをご覧ください。

演劇ワークショップ

みまた座23期生大募集!

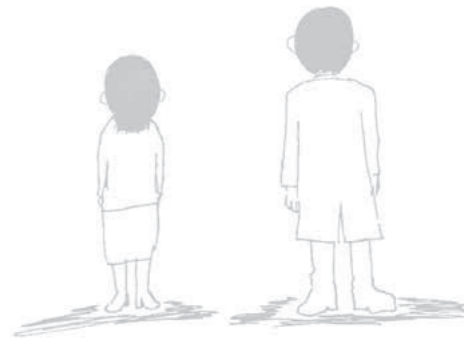


三股の子どもたちのための演劇講座「みまた座」です。初めての子も気軽に参加できます!!遊び心いっぱい、自由に演劇を楽しんでみませんか?

- 期間・時間=令和8年6月開講～令和9年3月本公演
原則として、毎週木曜午後5時～6時30分 初回:6月18日(木)17:00～
- 対象・定員=小学4年生～高校2年生
- 参加料金=月額1,000円(保護者会費)
※みまた座の子ども達をサポートするための保護者会があります。
- 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2,000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、スポーツ保険料と共に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(日)

ミルドラ! 演劇をホールで楽しもう!!
5月23日(土)19時開演・24日(日)16時開演
@三股町立文化会館 ホール

受付



精神科の受付を訪れた男が、受付の女に翻弄され、募金、アイバンク登録、献体…と了承させられていく不条理コメディの喜劇。

- 作 別役 実
- 演出 荒木宏志(劇団ヒロシ軍)
- 出演 荒木宏志(劇団ヒロシ軍)、古賀駿作(万能グローブ ガラパゴスダイナモス)
- 音響 フルドライブ林(劇団ヒロシ軍)
- 照明 工藤真一(ユニークプレーン)
- 衣装・メイク 宇土裕子(劇団ヒロシ軍)
- チケット料金
一般 2,000円(当日同料金)
高校生以下 1,000円(当日同料金)

劇団プロフィール

2007年、長崎県諫早市を拠点に旗揚げ。「青春・情熱・衝撃」の3つをテーマに青臭い作品が多く、最近ではそこに「爽快なバッドエンドと大きな愛」が付け加えられた。耳が聴こえない方でも楽しめるミュージカル劇「デ・ミセトラブル」(字幕付き)の上演をしたり、毎年夏には劇団プロデュースのお化け屋敷を実施。2019年にまちドラ!を通じて、劇団ヒロシ軍三股支部が誕生し、20名ほど在籍している。そして、今回、劇団ヒロシ軍福岡支部の古賀駿作が出演。

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。



非常用持ち出し品（避難時に持ち出すもの）

水 食品（ご飯（アルファ米など）、レトルト食品、ビスケット、チョコ、乾パンなど。最低3日分の用意を） 防災用ヘルメット・防災ずきん 衣類・下着 レインウェア 紐なしのズック靴（上履き） 懐中電灯（手動充電式が便利） 携帯ラジオ（手動充電式が便利） 予備電池・携帯充電器 マッチ・ろうそく 救急用品（ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など） 使い捨てカイロ ブランケット 軍手 洗面用具 歯ブラシ・歯磨き粉 タオル ペン・ノート マスク 手指消毒用アルコール 石けん・ハンドソープ ウエットティッシュ 体温計 貴重品（通帳、現金、パスポート、運転免許証、病院の診療券、マイナンバーカードなど）

【女性】 生理用品 サニタリーショーツ 防犯ブザー／ホイッスル おりものシート 中身の見えないごみ袋

【高齢者】 大人用紙パンツ 杖 補聴器 介護食 入れ歯・入れ歯用洗浄液 吸水パッド デリケートゾーンの洗浄剤 持病の薬 お薬手帳のコピー

【子ども】 粉ミルク（アレルギー用含む）または液体ミルク 使い捨て哺乳瓶 離乳食 携帯カトラリー 子ども用紙オムツ おしり拭き 携帯用お尻洗浄機 ネックライト 抱っこひも 子どもの靴

【参考】首相官邸公式サイト「災害の【備え】チェックリスト」（4月13日取得）
<https://www.kantei.go.jp/jp/headline/bousai/sonae.html#c3>



町防災アプリ (Android)



町防災ポータル



町防災アプリ (iOS)



町LINE公式アカウント

【参考】首相官邸公式サイト「防災の手引き〜いのちとくらしをまもるために〜」（4月13日取得）

<https://www.kantei.go.jp/jp/headline/bousai/index.html#jizen>

気象の警報などが変わります

5月29日（金）から運用が開始される新たな防災気象情報では、現行の大雨警報などから伝え方が大きく変わります。

右図のように、河川氾濫、大雨、土砂災害や高潮に関する警報などを、災害発生の危険度に応じて私たち住民がとるべき行動に対応した5段階の警戒レベルと整合させることとなります。

	河川氾濫 1級河川などの大河川の氾濫	大雨 低地の浸水や大河川以外の氾濫	土砂災害 急傾斜地のがけ崩れや土石流	高潮 海水面の上昇や波の打上げによる浸水	(警戒レベルごとの) 住民がとるべき行動
警戒レベル5相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報	命の危険 たちちに安全確保
↓↓↓ (警戒レベル4までに危険な場所から 必ず避難!) ↓↓↓					
警戒レベル4相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報	危険な場所から 全員避難
警戒レベル3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報	避難に時間を要する人は早めに避難、避難の準備など
警戒レベル2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報	避難行動を確認(避難場所、避難ルートや避難のタイミングなど)
警戒レベル1	早期注意情報				災害への心構えを高める

非常用持ち出し品の準備を！

非常用持ち出し品を準備していますか？

左の表には、防災グッズや私たちが日常的に必要なとする食料・衣類などのほか、女性、高齢者や子どもが必要とする物も掲載しています。

また、持ち出し品のほかにも、ティッシュ、トイレットペーパー、ラップ、ごみ袋、ポリタンクや携帯トイレなどの生活用品や、家族全員の食料や水（最低でも3日分、できれば1週間分）などを備蓄することも重要です。

災害が発生する前に、平時から準備しておきましょう。

避難所・避難経路の確認を！

自宅や職場など、日々生活する場所からの避難経路や避難所を把握していますか？

町内の避難所は「町防災アプリ」、「町防災ポータル」(WEBサイト)に掲載しています。

また、自然災害が起きる可能性のある箇所などを地図上で示す「ハザードマップ」にも掲載しています。これは、町防災アプリ、町防災ポータルや町公式サイトで確認できるほか、町役場で紙のマップを配布しています。身の回りの危険箇所、避難所や避難経路が分からない人は、ぜひ参考にしてください。

情報収集の準備を！

大雨や台風の接近が予測されるときには、テレビ、ラジオやインターネットなどを活用して情報を集めましょう。また、町のLINE公式アカウント、町防災アプリや町防災ポータルでは、避難情報の発令状況や避難所の開設状況などを発信しています。

メディアの報道などに加えて、町から発信する情報も確認し、早めの避難を心掛けましょう。

「備え」始めましょう

大型の台風や大雨など、天気予報を見てから非常用持ち出し品や備蓄品を準備するのは非常に大変です。さらに、地震などの突発的な自然災害では、より困難です。

私たちの日ごろの備えが、私たち自身や、身近な人の命を守ることにつながります。一度に準備するのは大変なこともありません。だからこそ今、まずは小さなことから始め、「備え」の第一歩を踏み出しましょう。

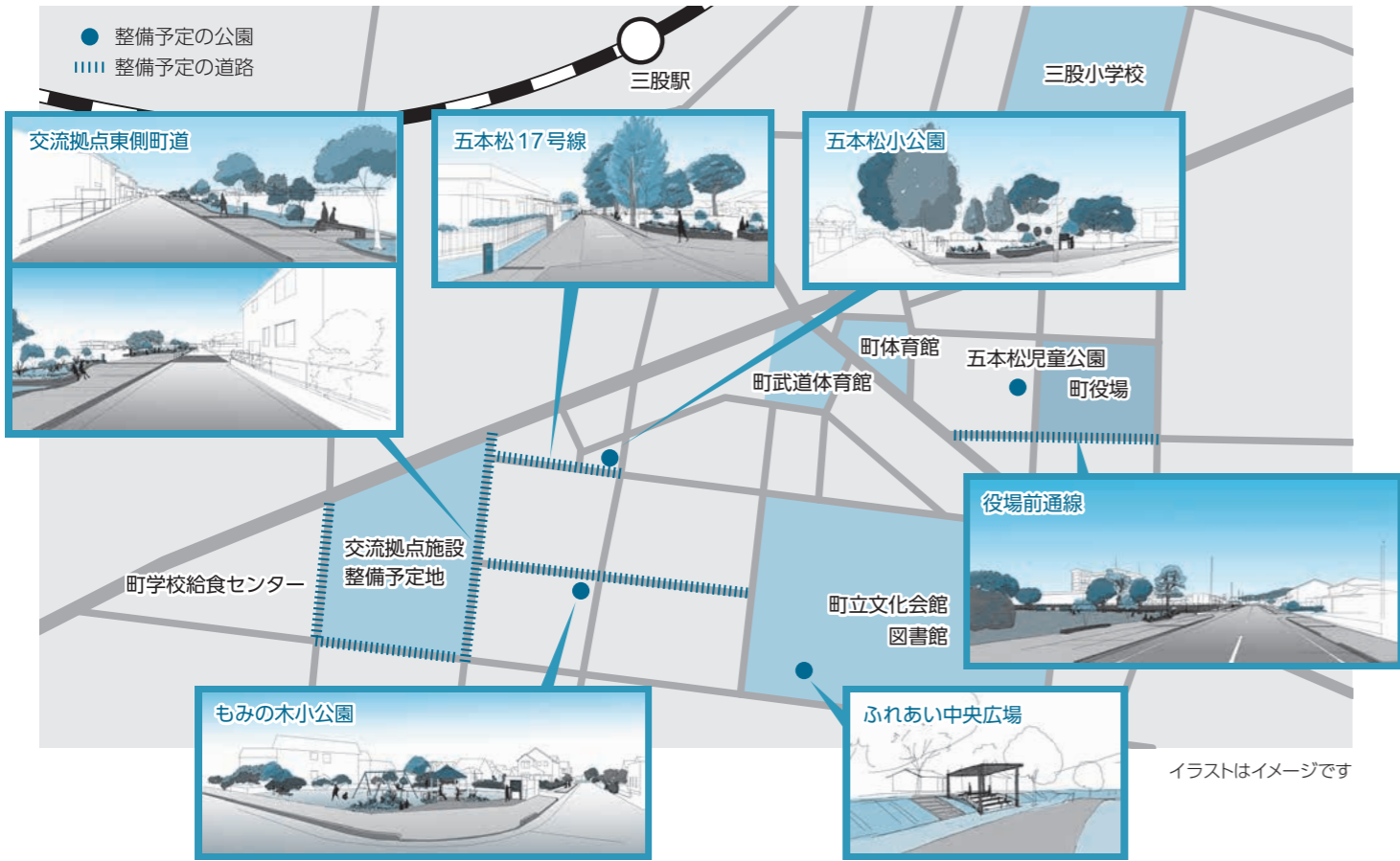
「備え」の第一歩

令和4年9月に本町を襲った台風14号。長時間にわたる暴風雨が私たちの生活に大きな影響を与えただけでなく、田上地区で発生した土砂災害では、1人が犠牲になりました。大規模な自然災害は全国で頻発しており、今後も私たちの身近な場所で発生する可能性があります。

これから、梅雨や台風の時期を迎えます。大雨や台風などの自然災害に備えるため、「今、何ができるのか」、「今、何をすべきか」を、あらためて考えてみましょう。

※写真は、前述の台風によって上米公園南側で発生した土砂災害の現場です（現在は右の写真のとおり復旧工事が完了しています）。





町交流拠点施設整備事業の現在地

町交流拠点施設整備事業は「地域密着型官民連携」の手法で進めており、これまでに多くの町民・事業者の皆さんと協働してきました。

本年度は、これまでの協働の中で生み出されたアイデアや意見などを形にするため、交流拠点や周辺の道路・公園の設計を開始します。

本号では、本事業の状況をお知らせするとともに、交流拠点の整備と並行して進める周辺道路・公園の整備イメージをお知らせします。



有識者会議の様子



設計協議会の様子

交流拠点の設計に着手！

町交流拠点施設整備事業

事業者グループと契約

交流拠点の設計に着手しました

事業を進めるにあたり、設計、建設や運営を担う事業者を選定するため、令和7年6月から、事業者の募集を行いました。

厳正な審査を経て、優先交渉権者に選定したのは、複数事業者で組織される「みまたんまんなか共同事業者」(代表事業者 株式会社ハラケアシステム)(以下「共同事業者」)。

契約に向けた交渉などを経て、町、まちづくり合同会社みまた(以下「まちづくり会社」と共同事業者の三者で契約を締結しました。

民間企業と協働し、まちの未来をデザインする

設計業務は、共同事業者が提示した企画提案をもとに進めていきます。

町、まちづくり会社、共同事業者の三者に加えて、大学教授などで構成する有識者会議の委員が参加する「設計協議会」で意見を出し合います。

これからも、官民連携で

一般的な施設整備事業では、設計業務を始めてから施設が完成するまで、住民が関わる機会はほとんどありません。しかし本事業は、設計業務が始まってからも、町民参加の機会を設ける予定です。

設計内容が具体的にになってきたら町民の皆さんにその内容を示し、どのような使い方ができそうか、または、どのような工夫を加えるべきかなど、さまざまな意見をいただき、完成前から交流拠点のファンを増やしていきたいと考えています。

交流拠点の整備と合わせて、周辺の道路・公園も整備

本事業では、新たに交流拠点を整備することによって中心地全体を活性化させることを目指しています。

そのためには、交流拠点周辺の道路・公園もリニューアルし、中心地全体をより魅力あるまちにする必要があります。この考え方は、交流拠点の整備を検討し始めた当初の段階から構想してきたものです。

本町ならではの、地域密着型の官民連携

多くの町民・事業者の皆さんと対話し、知恵を出し合い設計することによって多様な視点が盛り込まれ、より精度の高い設計ができる一方で、合意形成には時間がかかります。

しかし、本事業では官(行政)と民(町民や民間事業者など)が粘り強く議論を重ねることによって、多様な知性が融合することを目指しています。これこそが、本町が時間をかけて地域密着型の官民連携に取り組んできたねらいです。

暮らしの魅力を高める

令和5年度には道路・公園などの空間デザインについて、山王原、仲町、東原、上米の参加者の皆さんと一緒に、ワークショップを通じて検討しました。そこで作りあげられた完成予想図をもとに、本年度は道路・公園の設計も進めていきます。

本事業は「町民の暮らし」に焦点を当て、交流拠点の整備と合わせて、道路・公園を魅力的な空間に再整備することで「ここで暮らしたい」と思える魅力を生み出すことを目的としています。

行政主導・行政目線で整備するまちではなく、多くの人が関わって形づくられるまちだからこそ生まれる魅力があるはずです。

地域密着型、そして町民参加型のまちづくりで魅力を生み出すためには、よりいっそう町民の皆さんの参加が必要になります。これからも、皆さんの参加をお待ちしています。

今後も、本事業の進捗状況などについてお知らせしていきます。

お問い合わせ

企画商工課
五本松交流拠点施設推進室
☎ 52-11120



脱炭素関連事業に関するお知らせ



町はCO₂の排出量と森林などによる吸収量の均衡により、排出量を「実質ゼロ」にする「ゼロカーボン」を実現するため、関連事業として個人住宅・事業所向けの補助制度を設けています。下表のとおり、個人住宅向けでは太陽光発電や蓄電池の導入、高効率給湯器への入れ替えなどのメニューを設けているほか、事業所向けの補助メニューも用意していますので、ぜひ積極的に活用してください。補助金の内容など、詳しくは町公式サイトを確認してください。



町公式サイト

事業所向け

- 太陽光発電設備の導入
- 蓄電池の導入

個人住宅向け

- 太陽光発電設備の導入
- 蓄電池の導入
- 高効率給湯器への入れ替え



イベント情報



のらんま先生がやってくる!

町内の児童・生徒を対象とした、環境パフォーマンスのらんま先生によるECO実験パフォーマンスのイベントを開催します。

詳細が決まり次第、町公式サイトでお知らせします。

- 日程=7月25日(土)
- 時間=午前11時~午後0時15分
- 場所=町立文化会館
- 申込方法=決定次第、町公式サイトに掲載



過去のイベントの写真です

「ごみ」に関するお知らせ

①10月から、**ごみ袋の価格が変わります**
町では、町指定ごみ袋の価格を平成28年度以降据え置いてきましたが、近年の原材料価格の高騰の影響を受け、10月1日(木)から町指定ごみ袋の価格を左表のとおり改定します。

規格	容量	枚数	公民館販売価格(税込)		店頭価格(税込)	
			9月まで	10月から	9月まで	10月から
大	45ℓ	20枚	300円	350円	352円	407円
中	30ℓ	30枚				
小	10ℓ	50枚				

②ごみステーションの**防護ネットを貸し出します**
町では地域の良好な生活環境の確保を図るため、次のとおり、ごみステーションの防護ネットを貸し出します。貸し出しを希望するごみステーションの管理者は、環境水道課で手続きしてください。

- ネットの種類** 4^{メートル}×3^{メートル}(45ℓのごみ袋が20個程度覆える大きさです)
- 貸出枚数** 1ごみステーションにつき1枚
- 貸出期間** 1年

※ただし、返還の意思などがない場合は、継続して使用できます。
●**申請受付** 6月1日(月)~ ※ネットの数には限りがあります。準備枚数に達し次第、受付を終了します。

※本事業は、受付後に審査が必要です。防護ネットは、貸し出しの決定後に後日町役場で引き渡します。

●本ページに関するお問い合わせ
環境水道課 環境保全係
☎52-9082

町職員人事異動情報をお知らせします

町は4月1日付で人事異動を発令しました。詳細は次のとおりです。

※現職(前職)氏名の順、退職者は最終課



新規採用職員(3人)です。よろしくお願いします。

●新規採用(3人)

総務課デジタル推進係(新) 中吉雄大▽
財務課課長補佐(新) 大越海侑▽
高齢者支援課介護高齢者係(新) 今村朋也

●課長級

総務課課長(総務課課長兼課長補佐兼係長) 危機管理(瀨尾真紀)▽
都市整備課課長(宮崎原(宮崎県)人事交流) 坂本綱治▽
環境水道課課長(都市整備課課長補佐) 道路公園・都市計画(永吉由貴夫)▽
町民保健課課長(教育課課長補佐) 学校教育(下西志浩)▽
福祉課課長(福祉課課長) 社会福祉(島田美和)▽
教育課課長(環境水道課課長) 岩元勝二▽
教育課課長

兼課長補佐兼係長(文化振興・図書館) (教育課課長) 山田正人▽
計課課長(会計管理者) (会計課課長兼課長補佐) (会計管理者) 竹村恵美

●課長補佐級

総務課課長補佐(職員・秘書広報) (財務課課長補佐) 和田裕之▽
財務課課長補佐兼係長(危機管理) (総務課課長補佐) (職員・秘書広報) 大崎俊英▽
総務課課長補佐(デジタル推進) (総務課デジタル推進係長) 加藤浩太郎▽
企画商工課室長補佐(施設推進) (企画商工課主幹) (施設推進) 河野藤吉▽
企画商工課主幹(施設推進) 野藤吉▽
企画商工課主幹(施設推進) 進(都市整備課課長補佐) (建築) 福元雄二▽
財務課課長補佐(特別収納対策) (環境水道課主幹) (環境保全) 山之内祐二▽
都市整備課課長補佐(道路公園・都市計画) (環境水道課課長補佐) (下水道・衛生センター) 出水和樹▽
都市整備課課長補佐(建築) (企画商工課室長補佐) (施設推進) 永田祐樹▽
農業振興課課長補佐(農林整備) (農業委員会事務局局長補佐) 山内和広▽
農業振興課課長補佐兼係長(農政企画) (農業振興課課長補佐) (農政企画) 大浦英一▽
農業振興課課長補佐兼係長(畜産振興) (農業振興課課長補佐) (農林整備) 木場康彰▽
農業振興課主幹

(農政企画) (町民保健課主幹) (戸籍住民) 上水幸一郎▽
農業委員事務局局長補佐(農業振興課課長補佐兼係長) (畜産振興) 津曲浩二▽
環境水道課課長補佐(下水道・衛生センター) (教育課課長補佐) 兼係長(文化振興・図書館) 神野康志▽
環境水道課課長補佐(環境保全) (財務課課長補佐) (職員・秘書広報) 佐澤孝志▽
環境水道課課長補佐(環境水道課主幹) (環境保全) (福祉課主幹) (社会福祉) 山元博▽
環境水道課主幹(衛生センター) (環境水道課主幹) (衛生センター) 柚木崎竜▽
会計課課長補佐兼係長(町民保健課課長補佐) (戸籍住民) 中村三和子▽
町民保健課課長補佐(戸籍住民) (町民保健課) 戸籍住民係長 金丸浩介▽
町民保健課課長補佐(健康推進) (町民保健課) 健康推進(谷口さとみ)▽
町民保健課主幹(国保年金) (福祉課主幹) (児童福祉) 齊藤美紀▽
町民保健課専任主幹(健康推進) (町民保健課課長) 齊藤美和▽
町民保健課主幹(戸籍住民) (総務課) 須川宗一郎▽
福祉課主幹(社会福祉) (教育課主幹) 兼係長(生涯学習) 新原幸子▽
福祉課主幹(社会福祉) (高齢者支援課主幹) (介護高齢者) 木原美加▽
福祉課主幹兼係長(児童福祉) (福祉課児童福祉係長) 佐澤やよい▽
教育課課長補佐(学校教育) (総務課課長補佐) (デジタル推進) 下沖博秋▽
教育課課長補佐兼係長(生涯学習) (教育課課長補

佐(生涯学習) 綿田賢介▽
教育課専任主幹(給食センター) (教育課) 対策監(給食センター) 所長(渡貝知実)▽
教育課課長補佐兼係長(スポーツ振興) (農業振興課農政企画係長) 小田祐造▽
教育課専任主幹(スポーツ振興) (町民保健課) 策監兼課長補佐(健康推進) 下沖祐一

●係長級

財務課課長(会計課) 会計課課長補佐(宮元啓彰)▽
財務課課長補佐(特別収納対策) (財務課課長補佐) (特別収納対策) 大岩根猛▽
環境水道課課長補佐(衛生センター) (教育課) 主幹(文化振興) 山内まどか▽
町民保健課課長補佐(企画商工課) 主幹(商工観光) 内木場康朗▽
教育課主幹(文化振興) (都市整備課) 主幹(道路公園・都市計画) 上原さとみ

●一般職

総務課行政係(総務課職員係) 小宮山奈津希▽
総務課職員係(高齢者支援課) 包括支援係(田中翔也)▽
総務課付(町民保健課) 戸籍住民係 川北瑞紀▽
総務課付(福祉課) 児童福祉係 稲元桃子▽
総務課付(宮崎県人事交流) (都市整備課) 道路公園係 村中竜生▽
企画商工課商工観光係(農業振興課農政企画係) 加藤秀一郎▽
財務課課長補佐(住民税) (会計課) 原田華奈▽
財務課課長補佐(都市整備課) 建築係 廣津大介▽
都市整備課道路公園係(総務課) 宮崎県人事交流)

●派遣期間満了

宮崎県(宮崎県人事交流) (都市整備課) 田中英顕

【お詫びと訂正】
令和7年12月に、県を通じて公表した本町の「ラスパイルズ指数」について、「92.3」と公表しましたが、正しくは「95.8」です。深くお詫びいたします。
※国家公務員の給与水準を100と指し、地方公務員の給与水準を示す指標。



今月の表紙

『深紅』



つつじと愛に、うっとり

椎八重公園のつつじや八重桜が見頃を迎えた4月中旬。大勢のお客さんが来場しており、ゆったりと過ごす人、記念写真を撮る人など、それぞれが思い思いの時間を過ごしているようでした。表紙写真は、家族と共に来場していた女性と町外から駆け付けたというお孫さん。花を開いた深紅のつつじに囲まれて、手を取り合い、笑顔を見せる一。わずか1、2分の撮影でしたが、心温まる、春のひとときでした。

地域おこし協力隊通信 vol.74

わたしたち協力隊の活動のようすをお伝えします！
Instagramはコチラ  @MIMATA_KURASHI

「三股の春と韓国の辛い思い出」
地域おこし協力隊 **趙昇厚さん**

陽気もすっかり暖かくなり、3月の桜の時期からスタートした三股町の春まつりもそろそろ終盤ですね。皆さんは三股町の春を楽しみましたか。町公式観光サイトでは桜やつつじの開花情報を随時発信してきました。私は、その開花状況を確認するため毎日のように町内に出ているのですが、つぼみだった花が少しずつ開花していく様子を見るのが本当に楽しみでした。仕事を通して写真を撮る機会がたくさんあることをありがたく感じながら、日々活動しています。

また、最近久しぶりに韓国にも帰省しました。日本料理に慣れすぎて久しぶりの韓国料理が思ったよりも辛くて驚きました。

写真は大量の唐辛子としょう油などで煮込んだ鶏の甘辛煮チムタクです。クセになる辛さですが、本当においしいです。
짬뽕 (チムタク) チム→蒸す、タク→鶏
매운맛 (メウンマッ=辛い味)



三股文芸
327 **「短歌」**
◆◆◆ 三股短歌会 ◆◆◆

重篤の愛猫に決断安楽死良否に悶々その夜を明かす

長友喜 八

父親のエプロン姿の出迎へに尋ね来し娘の声弾けたり

河上久子

もともと手くぼに乗るほどの小さな捨て猫を拾ってきて、十八年余り共に過ごしていましたが、不治の病ガンを患い悪化していく一方なので、かかりつけの病院と相談し、苦渋の決断をしましたので、その時の苦しい胸の内を詠みました。

定年退職した夫は、テレビの料理番組をよく見ている。自分でも作ったら、と私から言われ、時折台所に立ちます。たまたま遊びに来た娘が、玄関に出迎えた父親のエプロン姿に、笑いながら話し掛けているのが聞こえてきました。私の心もほっこり。

外国語指導助手のコーナー

「日本で学んだこと」

ハームス・アレクシス



今月、私は誕生日を迎えます。実はこの誕生日で、私は成人してからの人生の半分を日本で過ごしたことになります。大学を卒業して日本に来たから、初めて1人暮らしをするようになりました。日本で過ごした期間、私はたくさんのお話を学びました。日本に来た時は、とても緊張していました。失敗をせず、完璧でありたいと思っていました。しかし、人生はそんな上手くはいきません。失敗することは避けられませんが、大切なのは失敗しないようにすることではなく、失敗から学ぶことだと教えてくれました。結局のところ、インターネットや教科書から学んだことより、日々の生活の中で経験したことが大切な学びを与えてくれました。さらに、ここにいる誰も私に完璧であることを期待したことはありません。三股町での生活は、どんな経験にも失敗はつきものだと教えてくれました。大切なのは、失敗しても学び続けることです。



C U L T U R E

今年もみまた座の劇を楽しむ

3月29日(日)、みまた座22期生の公演として『サクラ時々、宇宙人』を上演しました。毎年、6月から3月に開講する子ども向け演劇講座「みまた座」の、22回目の本公演です。22期生26人は、それぞれの役を元気に演じ、観客はその物語に見入っている様子でした。「仲の良さやのびのびとした雰囲気、気が伝わってきた」「子どもたちの姿に元氣をもらった」「来年の公演もぜひ見たい」など、多くの温かい感想が寄せられました。

みまた座23期生大募集！

演劇ワークショップ「みまた座」の、23期生の募集を開始します。演劇監督・永山智行さん(劇団こぶく劇場)と、同劇団の俳優陣を講師に迎え、今年も6月から令和9年3月の期間で開講します。興味のある人は、舞台を通じて子どもたちがのびのびと表現する場所「みまた座」に、ぜひ参加してください。

まちが演劇に染まる3日間！

5月22日(金)〜24日(日)、今年で15年目、みまた演劇フェスティバル「まちドラ!2026」を開催します。

★「まちドラ!」はこんなイベント！

- ① 開催期間中、三股駅、町体育館と仲町の町研修センターが、期間限定の特設小劇場に！
- ② 特設小劇場では、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、短編劇6作品を上演。気軽にさまざまな作品を楽しめます！
- ③ 町立文化会館では、「劇団ヒロシ軍」(長崎)による不条理コメディ的喜劇「受付」を上演します！
- ④ これら7作品を、一日かけてまちをぶらぶら歩きながら楽しむイベントが「まちドラ!」です！
- ⑤ 公演の合間に、食事やミニイベントを楽しむ野外のくつろぎ空間「まちカフェ」も開かれます！

公演情報は本紙裏面をご覧ください。



みまた座22期生本公演『サクラ時々、宇宙人』本番の様子



「まちドラ! 2025」町民チーム

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

L I B R A R Y

大人が楽しむ絵本時間

3月12日(木)、「大人が楽しむ絵本時間」を行いました。図書館職員が「くるみのなかには」たかおゆうこ/著、「あるとき、そこにきみがいた」熊本地震の現場から/よじますすみ/著など、3冊の絵本を読みました。また、参加者全員で詩の音読や合唱、春の楽曲をフルート演奏で聴くなど、季節感のあるにぎやかな時間となりました。

聴きドク！聴いて楽しむ朗読会

エッセイ編

3月27日(金)、劇団こぶく劇場の団員あべゆうさんによる朗読会を行いました。「過ぎたるは及ばざるが如し」佐藤愛子/著など、5つのエッセイを朗読しました。あべゆうさんの表現力豊かで迫力のある朗読を耳で聴き、心も魅了されるような時間になりました。

こどもの読書週間

4月23日(木)〜5月12日(火)は、こどもの読書週間です。期間中、読書イベントや図書展示などを行います。

◆休館案内(17階)くらしのカレンダー◆

- 日時Ⅱ
 - ・ 5月21日(木) 午後1時30分〜3時10分
 - ・ 5月22日(金) ①午前10時10分〜11時50分 ②午後1時30分〜3時10分
- 事前申込は不要です。
- 休館案内(17階)くらしのカレンダー)

読書週間イベントのお知らせ

「世界に一冊だけの絵本をつくらう!!」
絵の具で描かれたカラフルな紙(カラペ)を切り貼りして、オリジナル絵本を作ります。世界に一冊だけの絵本を作ってみませんか。

- 日時Ⅱ 5月30日(土) 午後1時30分〜3時30分
- 講師Ⅱ カラペハリエ公認オーガナイザー 橋口亜里紗さん
- 対象Ⅱ 小学生(定員10人)

※事前申込が必要です。町立図書館窓口、または電話で受け付けます。

としようかん映写会のお知らせ

上映作品『九十歳。何がめでたい』
佐藤愛子/原作

三股町立図書館

令和6年度カラペハリエ絵本作りの様子

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



Topics

24歳のローラーライダーも！
上米公園に新遊具が完成



上米公園の遊具更新に伴い、新しい遊具が完成し、3月25日(水)から利用を開始しました。
今回の更新は、同公園の大型遊具の老朽化に伴うもので、遊具広場内にローラーライダー付き複合遊具を設置しました。これは、24歳のローラーライダーやトラポリンなど、多数の遊具が揃う複合遊具で、対象年齢は6〜12歳です。



災害への備えを
防災士研修会を開催

2月21日(土)、町役場で、「令和7年度三股町防災士研修会」を開催しました。
これは、町の「防災士資格取得助成事業」を利用して防災士資格を取得した人を対象に、資格取得後のフォローアップやスキルアップを目的に、毎年開催しているものです。

研修会の講師は、NPO法人宮崎県防災士ネットワーク都城支部長の平井泉さん。「三股町で起こり得る災害から身を守るためにできること」と題し、地震や台風などの災害について、その原因となる地層や天候に関する図などを用いながら講演を行いました。防災士資格を持つ約50人の参加者は熱心に聞き入っている様子でした。



スポーツ優秀者・功労者を表彰
令和7年度町スポーツ協会表彰

3月12日(木)、町中央公民館で令和7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の優秀者や功労者を表彰するもの。スポーツ優秀賞や、県民スポーツ祭賞として令和7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が表彰されました。
なお、受賞者は次のとおりです(敬称略)。

- 受賞者
- 【スポーツ優秀賞】
蒲生英樹
木村夏樹
- 【県民スポーツ祭賞】
弓道女子団体
Fitness Garden SPLASH
岡田悠都
尾崎英子



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13日(金)、都城地区生コンクリート協同組合(久保幸蔵理事長)が、子どもたちの防犯に役立ててほしいと、町・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(木田正美理事長)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17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、周囲へ注意を促すもの。町内の各小学校を通じて、この春入学した児童に配布されました。
防犯ブザーの配布により、児童たちの防犯意識の向上も期待されます。



学びと交流の場

参加型のまちづくり交流会を開催

3月15日(日)、町総合福祉センター「元気の杜」で「聴き合う・学び合う参加型の地域活動」を開催しました。

これは、町内で地域活動を行う個人・団体や、参加型のまちづくりに興味のある人が集まり、学びと交流を深めるために開催したものです。今回は、小倉邸(山王原)を拠点に活動する「がんばっどー」や、ふるさとまつりのサブ会場の企画運営を行った地域づくり活動団体「Social good fellows」が、それぞれの取り組みやその想いを話しました。また、宮崎産業経営大学の出身実准教授による講演とワークショップを実施。約15人の参加者は交流を図りながら学びを深めました。



ゲームで交流！

夢池地区で、e-sports大会

3月15日(日)、夢池児童館で、夢池地区の子ども会「夢池双葉会」が、e-sports大会を開催しました。

これは、子どもたちが学年などにかかわらず楽しみながら交流してもらおうと開催されたレクリエーション。同会行事でe-sportsを通じて交流を図るのは初めての試みで、レーシングゲームや格闘ゲームを、家庭用ゲーム機を使ってプレイしました。
参加した児童は約40人。時折歓声を上げながらプレイし、交流を深めました。



参加者
平野杏花さん
「普段遊ぶ機会がない人も遊ぶことができ、とても楽しかったです。また同じようなイベントがあれば参加したいです。」



交通事故死ゼロを継続中

交通事故死ゼロ市町村表彰を受賞

町は、交通事故死ゼロ市町村表彰を受賞し、3月23日(月)、町役場で町長が伝達を受けました。

この表彰は、死亡事故のゼロ日数を長期間継続している市町村に対し、県知事が表彰し、その功績をたたえらるることに、積極的な交通安全対策の促進を図ることを目的として行っているものです。

表彰者は、宮崎県交通安全対策推進本部長の河野知事、伝達を行ったのは、県総合政策部交通・地域安全対策監。今回の表彰の対象期間は令和7年2月12日(水)から2月11日(水)までです。
本町は、令和3年2月に死亡事故が発生して以降、交通事故死ゼロを継続しています。



働きやすい職場を実現

「ひなたの極」町内2社が認証

令和7年12月に上原林業株式会社(上原洋一社長)、株式会社ヤマシタアグテム(福田芳弘社長)が県の「働きやすい職場」「ひなたの極」認証企業に認証されたことを受け、3月25日(水)、両社の代表が表敬に訪れました。

これは、仕事と生活の調和の実現に向けた職場環境づくりを積極的に行う企業などのうち、特に優れた取組成果が認められる企業などを県が認証する制度です。

受賞の報告や両社の取り組みの説明を受けた町長は「町としても誇らしく思います。町内企業のトップランナーとして、ぜひほかの企業に対しても取り組みをPRしていただければと思います」と話し、祝意を伝えました。



新旧の民生委員・児童委員

委嘱状・解嘱状などを伝達

4月3日(金)、町役場で、新旧の民生委員・児童委員に対し、それぞれ委嘱・解嘱の伝達を行いました。

4月1日(水)付で委嘱状が交付されたのは、西植木地区(6・9支部)の堤弘恵さん。3月31日(火)付で解嘱状・感謝状が伝達されたのは、同地区の嶋田松夫さんです。

「民生委員・児童委員」は、厚生労働大臣から委嘱を受け、地域福祉の担い手として活動する身近な相談員。現在、町内では42人の委員が活動しています。



堤弘恵さん
西植木(6・9支部)

県防災士養成研修を実施します

地域防災活動の中核的な人材となる防災士を養成するため、防災士養成研修を実施します。また、町では災害に強いまちづくりを推進するため、防災士資格取得者に助成金を交付しています。

●内容 Ⅱ 防災士資格取得には、次の4つの過程を完了することが必要です。

- (1)県が実施する「防災士養成研修」基礎コースの受講
(2)課題レポートの提出
(3)「防災士養成研修」専門コースの受講
(4)日本防災士機構が実施する「防災士資格取得試験」を受験し合格すること

※別途、消防署、日本赤十字や自治体が実施する「救急救命講習」を受講し修了証を取得する必要があります。

●日程・研修場所

【基礎コース】

- 日程：6月20日(土)
午前9時～午後5時15分(予定)
●場所：都城市コミュニティセンター(予定)

【専門コース】

- 日程：10月～12月頃(予定)、2日間
●場所：都城市(詳細未定)
※日程や会場が変更となる可能性があります。

は、町公式サイトからダウンロードできます。

- (2)耳鼻咽喉科の受診
医師意見書用紙を持って、耳鼻咽喉科を受診します(受診料・検査料・文書料などは自己負担)。
(3)申請・決定

- (ア)①申請書②滞納のない証明書③医師が発行した医師意見書④補聴器販売店が作成した見積書を高齢者支援課へ提出します。
(イ)町から補助決定通知書と請求書の用紙が届きます。

- (4)購入
補聴器を購入し、購入店舗からその領収書(宛名は申請者本人)をもらいます。請求書に領収書と保証書の写しを添付し、高齢者支援課に提出します。
※決定通知前に購入したものは、補助対象外です。

- (5)補助
指定口座に補助金を振り込みます。
●補助内容 Ⅱ 3万円を上限として、購入費用の半額を補助します。

- ※1人1台(片耳分)、1回限りの補助です。
●補助対象は、管理医療器としての補聴器本体と付属品(集音器は対象外)です。

- 故障修理、メンテナンスなどは対象外です。
●受診・検査費用などは自己負担です。
●予算の範囲内での支給となります。

●お問い合わせ



町公式サイト

Ⅱ町では防災士の資格を取得し、地域防災に協力するなど、交付要件を満たす人へ受講、登録に係る経費を助成します。

●申込方法と期限 Ⅱ 5月22日(金)までに総務課へ申し込みください。

※会場の定員になり次第、募集を締め切ります。早めに申し込みしてください。

●お問い合わせ

総務課 危機管理係 ☎52-1110

5月は自動車税を納める月です

自動車税は、4月1日現在で宮崎運輸支局に登録のある自動車の所有者または使用者に課税され、納期限は6月1日(月)です。金融機関、県税・総務事務所やコンビニエンスストアでの納付のほか、スマートフォンなどからのクレジットカード納付・アプリ決済も可能です(詳しくは納税通知書の裏面および同封のチラシを確認してください)。

なお、障がいのある人のために使用する自動車は、一定の要件に該当している場合、納期限までに申請することで自動車税が減免されることとなりますので、早めに相談してください。

●お問い合わせ

都城県税・総務事務所
納付に関する ☎23-4516
減免に関する ☎23-4517

高齢者支援課 介護高齢者係

☎52-9062

町内の事業所・企業の皆様へ「令和8年経済センサス」活動調査へのご協力をお願いします

「経済センサス」活動調査とは、事業所や企業の経済活動の状態を明らかにし、日本経済の「いま」を明らかにするための統計調査です。調査結果は、国や地方公共団体における行政施策の立案や、民間企業における経営計画の策定など社会経済の発展を支える基礎資料として活用されます。正確な統計を作るためにも、漏れなく回答をお願いします。

なお、行政機関が行う統計調査であるかのような、紛らわしい表示や説明をして、家を訪問し個人情報や搾取する「かたり調査」に注意してください。

●調査基準日 Ⅱ 6月1日(月)

●調査対象 Ⅱ 全国全ての事業所と企業

※例えば、支店、営業所や工場など(従業者と設備を有し、継続的に経済活動を行っている場所)が調査の対象です。

●調査内容 Ⅱ 名称および電話番号、所在地、主な事業の内容、売上(収入)金額など

●調査方法 Ⅱ 調査員が訪問し調査票を配布するか、インターネットまたは郵送にて実施

※調査書類が郵送にて4月に配布

おくやみ窓口を開設しています

身近な人を亡くされた際の各種手続きを、少しでも安心して進められるよう、4月から「おくやみ窓口」を開設しています。

●内容 Ⅱ 担当職員が付き添いながら、必要な手続きを案内します。複数の窓口に行く負担を減らし、手続きをスムーズに進められるようサポートします。

●利用方法 Ⅱ 事前予約制

※電話予約を受け付けているほか、来庁時に申し込むことも可能です(当日の状況によりお待ちいただく場合があります)。

また、手続きの流れや必要なものをまとめた「おくやみハンドブック」を作成しました。町公式サイトでも確認できますので、ぜひ活用してください。



町公式サイト

●お問い合わせ

総務課 行政係 ☎52-1111

6月7日～13日は「危険物安全週間」です

令和8年度危険物安全週間推進標語『つかみ取れ! めざす無事故の頂を』

消防庁では、危険物を取り扱う事業所における自主保安体制の確立を図るため、6月7日(日)～13日(土)を「危険物安全週間」とし、危険物の保安に対する意識の高揚や啓発

されている事業所もあります。

●回答方法 Ⅱ インターネット回答か紙の調査票で回答



経済センサス活動調査の詳細はこちら

●お問い合わせ

企画商工課 企画政策係
☎52-11114

シルバー人材センターの会員を募集しています

あなたの能力や経験を「シルバー人材センター」で生かしてみませんか。会員の条件は、町内に住んでいる原則60歳以上で経験や能力を生かす仕事をしたい人、健康で働く意欲のある人です。

●仕事の内容 Ⅱ

- (1)技術分野：自動車運転、樹木剪定、網戸張替、大工仕事
(2)管理分野：施設管理
(3)軽作業分野：清掃、除草、商品管理、農作業、草刈、樹木消毒
(4)サービス分野：家庭内の掃除・洗濯、病院付き添い

◎希望する人は、会員登録をお願いします。会員になるための入会説明会は、平日に行っていますので、まずは電話で問い合わせてください。

●入会手続きに必要なもの Ⅱ 所定の申込書類、会費、互助会会費(年3000円)

※仮登録制度 Ⅱ 希望する仕事を事務局であっせんし、仕事が見つかったときに会員の申し込みをする制度で、登録した時点では会

を、全国的に推進しています。

これを機に、事業所では自主保安体制の確立を、町民の皆さんはセルフ給油所などで給油の際は注意事項を順守のうえ、事故防止に努めていただくようお願いいたします。

●お問い合わせ

都城市消防局 予防課 ☎22-8884

高齢者の補聴器購入費用の一部を補助します

町では、聴力低下へ早期に対応し、認知症やフレイル(※)の進行を緩やかにすることで生活の質を維持し、社会交流を図りながら、住み慣れた地域で自分らしく暮らすことができるよう、難聴で生活に支障が生じている高齢者に補聴器購入にかかる費用の一部を補助します。

※加齢などにより心身が老い衰えた状態で、健康と要介護状態の、中間の状態。

●補助対象者 Ⅱ

- (1)町内に住所がある満65歳以上の人
(2)耳鼻科の医師の診断を受け、補聴器の必要性を認める証明(医師意見書)を受けた人(中等度難聴程度・医師の判断による例外あり)
(3)聴覚障害による身体障害者手帳の交付を受けていない人
(4)町税などの滞納のない人
●補助の流れ Ⅱ
(1)申請書入手
高齢者支援課で、申請書と医師意見書用紙を受け取ります(書類

費はいりません。

●お申し込み・お問い合わせ

町シルバー人材センター
☎52-7150

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

●宮崎県女性相談支援センター

(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

☎52-1112

※緊急時は迷わず110番へ

愛の寄付

3月1日から3月31日まで

社会福祉法人三股町社会福祉協議会

●忌明け寄付

Table with columns: 寄付者 (Donor), 続柄 (Relationship), 故人名 (Deceased Name), 年齢 (Age), 地区 (Area), 金額 (Amount)



ニじもと

健康管理センターからのお知らせ

赤ちゃん健診

- 期日 6月4日(木)
● 受付時間 午後1時～1時30分
● 対象者 令和8年3月生まれ、令和7年5月、11月生まれ
● 持ってくるもの 母子健康手帳
● 持ってくるもの 母子健康手帳
● 持ってくるもの 母子健康手帳
● 持ってくるもの 母子健康手帳

2歳6か月児歯科健診

- 期日 5月21日(木)
● 受付時間 午後1時～1時30分
● 対象者
● 持ってくるもの 母子健康手帳、アンケート
● 持ってくるもの 母子健康手帳、アンケート

ファミリーサポートセンターたんぼぼからのお知らせ

当センターは、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ださる。そんな、お互いにとって優しい

一般

健康管理センターからのお知らせ

リズムウォーキング

健康運動実践指導者の指導で、音楽にあわせながらストレッチや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



子育て支援センターのInstagramはこちら

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

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人が1人目のみ1時間300円を助成します。

Table with 2 columns: 利用時間, 1時間あたりの利用料金. Rows include 月々金曜、午前7時～午後7時、月々金曜の早朝・夜間、と土曜・日曜・祝日.

※助成後の料金を表記しています。

子育て支援センターからのお知らせ

センターへ遊びに来ませんか？

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、未就学の子どもで保護者同伴が原則です。

月々金曜の午前9時～正午と、午後1時～3時の開放日に合わせて、毎月楽しい行事や教室を行っています。親子でほっとできる場所へ遊びに来ませんか。

英語であそぼう

親子で外国語指導助手の先生と一

加してみませんか。

- 期日 5月18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 町健康センター
● 帯状疱疹予防接種の費用を助成します

助成対象者

- ① 4月上旬に「接種券・済証ハガキ」が届いた人
② 60歳以上65歳未満の人で、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害がある人
● 接種するワクチン 2種類あります。どちらのワクチンを接種するかは、医師に相談してください。
● 自己負担額 接種するワクチンによって異なります。詳しくは、お送りしている「接種券・済証ハガキ」を確認してください。
※町の助成を受けられるのは、生涯で1回限りです。
※ワクチンは、町内・都市の指定医療機関で接種できます。※要予約

高齢者肺炎球菌予防接種の費用を助成します

助成対象者

- ① 町内に住民票のある65歳の人
※65歳の誕生日前月に「接種券・済証ハガキ」を送付します。
② 60歳以上65歳未満の人で次の(ア)、

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
※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」が手作り作品を使ってお話し会を開きます。やわらかな布絵本の世界を親子で楽しみましょう。

- 期日 5月19日(火)
● 時間 午前10時30分～11時
※要予約

ランチタイム

月に一度、センターでお昼ごはんを食べることが出来ます。お弁当や軽食の持参が可能です。みちはあばの手作りお弁当(要予約)の注文もできますので、親子でゆっくりランチを楽しみましょう。

- 期日 5月22日(金)
● 時間 正午～午後1時
(ランチタイムの前後も遊べます)

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26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

mamanote (体操)

理学療法士の内久保鮎子さんが産後の体を無理なく整える体操を行います。赤ちゃんと一緒に、心と体をほぐす時間を過ごしてみませんか。

- 期日 5月27日(水)
● 時間 午前10時30分
● 場所 町総合福祉センター「元気の杜」和室
● 対象 町内在住で産後2カ月～1年程度のお母さん
※要予約(5組限定)

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。わらべうたやペープサートもあります。

- 期日 6月4日(木)
● 時間 午前10時30分～11時
※要予約

mamanote (マッサージ)

理学療法士・植村郁さん、内久保鮎子さんによる産後ママ向けの個別マッサージの時間です。自分の体と心に向き合い、ゆったりと過ごしましょう。

- 期日 6月5日(金)
● 時間 午後1時30分
● 対象 町内在住で産後2カ月～1年程度のお母さん
※要予約(4組限定)

ウルトラマン教室

子育ての悩みやお子さんの発達に

自宅に訪問して日ごろの暮らしぶりや体調のこと、困りごとなどを聞いています。センターの職員が訪問した際には、気軽に何でも相談してください。

高齢者(介護保険)

地域包括支援センターからのお知らせ

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、



町公式サイト



※町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。

足もと元気教室

Table with 4 columns: 地区名, 時間, 場所, 日程. Lists various community events across different districts from May 15 to June 14.

●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 table for May with days of the week and dates. Includes icons for library closures and events like 'まちドラ! 2026'.

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 dashed line for writing.

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。



町公式サイト

※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で確認してください(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。



休日急患診療機関

5月

Table of emergency medical services for May, listing hospital names, addresses, and phone numbers.

休日急患診療機関

6月

Table of emergency medical services for June, listing hospital names, addresses, and phone numbers.

以後の休日急患診療機関については翌月号に掲載します。

5月は、自転車マナーアップ強化月間です。自転車利用中の交通事故防止と自転車利用者による危険・迷惑行為の防止のため、自転車の交通ルールやマナーを守って利用しましょう。



自転車を利用する時は交通ルールを守りましょう

「ヘルメット着用」と「交通ルールの遵守」で自分の身を守りましょう。ヘルメット着用について、令和5年4月1日から全ての自転車利用者はヘルメット着用が努力義務となっています。

自転車マナーアップ強化月間

期間：5月1日(金)～31日(日)

交通事故(人身)発生ワースト順位 ◎県内第9位 / 令和8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

6月1日(月)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(月)です。また、再振替日は6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。

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(宮崎県農業協同組合、宮崎銀行など)や郵便局にあります。

- ◆金融機関など(各支店・各支所)
宮崎県農業協同組合、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
町県民税、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
毎期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
毎期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、町役場窓口で納付することになります。
■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◎たばこは町内で買いたくありません

Table with demographic data for Sagami City: 三股町の人口 (令和8年4月1日現在), 男/11,641人, 女/13,217人, 合計/24,858人, etc.



町 民参加型の演劇イベント「まちドラ」に、昨年から参加している壽山智仁さん。「夢が叶いました」と目を輝かせるのは「生まれ変わったら役者になりたい」と考えていたからだ。「東京の飲食店で働いていたとき、お客さんに『役者にならないか』と誘われました。一歩踏み出すか、しばらく悩みましたが、自信が持てずにお断りしました」と振り返る。そんな壽山さんは、都城市で行われ

夢叶え、彩りを加える

まちドラで叶えた夢

た演劇イベントで演劇の魅力に触れ「やっぱり演じる側になりたい」と、まちドラ出演を決意。「稽古期間中はまちドラ中心の生活で、とても充実していました。自宅や通勤中はもちろん、上演作の舞台となった場所で自主練習したこともあります。お客さんの笑い声、見入る姿など、一つの反応が本場にうれしかったですね」と声を弾ませる。「一歩踏み出し、人生というドラマに、演劇という彩りを加えた壽山さん。今日も稽古に励み、彩りを愛する日々を送る。

クローズアップ
まちを支える人たち 205

稗田在住 壽山智仁(39)さん

茶じよけ

皆さんは、実際に大災害に遭ったことはありますか？多くの人は「ない」と答えるかもしれませんが。大災害を前にして、そんな私たちは「素人同然」、ときに無力です。▼今月の特集は防災。季節がら、大雨や土砂災害などに絞って掲載しましたが、私たちが備えるべき災害は地震をはじめ、ほかにも多くあります。私たちに今出来ることは、過去の大災害の教訓に耳を傾け、自らの「備え」に生かすこと。非常持ち出し品のリストは、これまでに多くの災害を経験したこの国が、蓄積してきた知見の結晶です。▼一度に準備することは大変かもしれませんが。費用も、時間もかかる…。しかし、大変だからこそ、今から少しずつでも備え始め、防災に対して関心を寄せるきっかけを作ってみませんか？

No.669 令和8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



イベント 出店情報

最新のイベント情報は、「よかもんや」公式サイトかInstagramでご確認ください。



Instagram

●受け継がれる技と想い

今回は、「松崎刃物製作所」の松崎英雄さんをご紹介します。松崎さんは中学卒業後この道へ進み、木炭で焼いては叩く昔ながらの技法を守り続けてきました。その一本一本には、長年培われた確かな技と想いが込められています。妻の久子さんは「職人肌だけど優しく、人に好かれる人」と語り、その人柄も多くの人を惹きつけています。現在は、弟子の戎井さんとともに年間30回以上、全国の物産展などに出演。戎井さんについて松崎さんは「商売上手！さらに技術も磨いて受け継いで

ほしい」と期待を寄せています。「元気なうちは各地を回りたい」と、全国に広がる多くのファンに支えられ、今日も鍛冶の火を絶やさずことなく歩み続けています。今月は母の日！日頃の感謝を込めて、贈り物に松崎さんの包丁はいかがですか。

三股町物産館よかもんや 情報発信コーナー
No.163
だより

三股町物産館
〒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(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。



5月の旬の食材

- ・カツオ
- ・タマネギ
- ・タケノコ

※材料は全て1人分です

① 主食/白ごはん

243^{キロカロ} 塩分0^{グラム}

材料 ごはん…150^{グラム}

② 主菜/カツオのカルパッチョ

152^{キロカロ} 塩分0.6^{グラム}

材料 カツオのタタキ…70^{グラム}、サニーレタス…20^{グラム}、タマネギ…20^{グラム}、ミニトマト…2個、▲オリーブ油…大さじ1/2、▲レモン汁…大さじ1/2、▲粒マスタード…小さじ1/4、▲パセリみじん切り…小さじ1/2、▲しょう油…小さじ1/2、▲コショウ…少々

作り方 ①タマネギはうす切りにして水にさらした後、水気をきる。レタスは一口大にちぎり、ミニトマトは半分に切る。

②▲の材料を全て混ぜ合わせる。

③皿に①とカツオのタタキを盛り、食べる直前に②をかける。

③ 副菜/タケノコとコンニャクの煮物

73^{キロカロ} 塩分0.9^{グラム}

材料 タケノコ(水煮)…70^{グラム}、コンニャク…50^{グラム}、シイタケ…1個、インゲン…2本、だし汁…80^{ミリリットル}、●砂糖…小さじ1、●酒…小さじ1/2、●みりん…小さじ1/2、●ミソ…小さじ1、すりゴマ…小さじ1/2

作り方 ①タケノコとシイタケは食べやすい大きさに切る。インゲンは3^{センチ}長さに切る。

②コンニャクは一口大にちぎり、塩(分量外)を揉みこみ、熱湯でゆでて水気をきる。

③鍋にタケノコ、コンニャク、シイタケとだし汁を入れ火にかけ、落とし蓋をして弱火の中火で5分ほど煮る。

④●を加えさらに5分ほど煮て、インゲンを加え汁気がなくなるまで煮る。

⑤すりゴマをふりかける。

④ 副菜/かきたま汁

59^{キロカロ} 塩分1.3^{グラム}

材料 卵…1/2個、ワカメ(乾)…小さじ1、カイワレ菜…10^{グラム}、だし汁…120^{ミリリットル}、しょう油…小さじ1/4、塩…小さじ1/10、◆片栗粉…小さじ1/4、◆水…小さじ1/2

作り方 ①カイワレ菜は長さを半分に切る。卵は割りほぐしておく。

②鍋にだし汁としょう油、塩を入れて沸騰させ、◆を混ぜて流し入れる。沸騰したら卵を細長く垂らすように回し入れる。

③お椀にワカメとカイワレ菜を入れておき、②を注ぐ。

⑤ もう一品/オレンジ

42^{キロカロ} 塩分0^{グラム}

材料 オレンジ…1/2個

★総エネルギー 560^{キロカロ} 塩分:2.8^{グラム}

問い合わせ:町健康管理センター ☎52-8481

わが家の一番星

5人姉兄のまっ子ちゃん!元氣いっぱいわんぱく娘♥



下石 楽ちゃん
令和5年8月2日生まれ(2歳)
下石弥勇さん・なな子さんの四女

お歌が上手な我が家のアイドル!すくすく大きくなーれっ。



山口 実桜ちゃん
令和6年4月2日生まれ(2歳)
山口裕貴さん・沙季さんの長女

わが家の一番星

町のLINE公式アカウントからお申し込みください。トーク画面で「一番星」とメッセージを送信すると、申込フォームの案内メッセージが表示されます。

(申込者多数により、申し込みを一時停止する場合があります)



町のLINE
公式アカウントはこちら

問い合わせ 総務課 秘書広報係 ☎52-1113 (直通)

POST CARD

8891995

お手数ですが
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

2026.5 vol.669

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