

- 平成23年8月1日発行
- 編集発行：宮崎県美郷町
- 宮崎県東臼杵郡美郷町  
西郷区田代1番地
- TEL 0982-66-3601
- FAX 0982-66-3137
- ホームページ  
<http://www.town.miyazaki-misato.lg.jp/>



## 無病息災を願い 2年ぶりの御田祭

人と牛馬が一体となって神事を行う御田祭(おんださい)が2年ぶりに行われ、多くの参拝者やカメラマンで賑わいました。

神人牛馬、神田を駆ける！

県指定無形民俗文化財

# 御田祭



豊年祈願太鼓



牛入れ



馬入れ

980年の伝統を誇る県指定無形民俗文化財の御田祭が、7月2日・3日に行われ、両日共に天候にも恵まれ多くの人出で賑わいました。前夜祭で行われた県内のアマチュアバンドの競演、美々川音楽祭には、多くの参加があり会場内は観客の歓声や熱気に包まれ賑やかに開催されました。

音楽祭の中で行われた「美郷芸能」には、北郷区から「うなまエイサー琉皇會」と、絆の皆様による「エイサー」、西郷区からは民謡で高山繁さん、南郷区からは岩田利右衛門一座のご出演をいただき、会場を大いに盛り上げていただきました。

恒例の納涼花火大会は、例年以上の色鮮やかな約2千5百発の花火が夜空を彩り山々にこだましました。

翌3日は、御神霊を神輿に移す上野神社の降神事に始まり、御神幸行列、上の宮田の田植えへと続き、中の宮田では勇壮に牛馬入れが行なわれました。特に、牛馬が泥を跳ね上げる姿に観客からは歓声と盛んな声援が送られ、県内外からつめかけた多くのカメラマンがしきりにシャッターを切っていました。

また、田代小学校児童による趣向を凝らした子ども神輿が「ワッショイ・ワッショイ」の元気の良い掛け

声とともに神田を練り歩きました。青年神輿が中の宮田に入る頃、祭りは最高潮に達し、力強く勇壮に神田を練り歩く姿には、この町を担う若者たちの力強さが感じられました。

賑やかだった祭りもいよいよフィナーレを迎え、催馬楽にあわせ、早乙女衣装姿の115名の皆様が一本一本豊作を祈りながら丁寧に丁寧に田植えを行い、農耕絵巻の幕を静かにおろしました。

一日間行なわれた、ふるさとつまいもん広場は、町内の商工関係者が中心になって実施され、飲食物や土産物などを観光客の方々が買い求めていました。

協賛行事として行われた、四半的大会は今年も町内外より多くの参加で盛大に開催され、祭りに華を添えました。

最後に、祭りの運営にあたり裏方で交通指導や警備等に御協力をいただきました方々、ボランティアとして清掃作業にご協力いただいた皆様方、また、早乙女として田植えにご協力いただいた皆様から感謝しますとともに、各方面でこの祭りを盛り上げて支えていただいた方々に心からお礼を申し上げます。

一日間を写真で振り返ります。  
御田祭実行委員会



豊年神楽の奉納



催馬楽



四半的大会



趣向を凝らした子ども神輿



青年神輿



歩行者天国



早乙女田植え

第18回 日向田植唄全国大会

第18回日向田植唄全国大会の結果

寿年の部			実年の部		
成績	氏名	住所	成績	氏名	住所
優勝	山本 幸子	美郷町	優勝	吉嶺 静子	新富町
準優勝	瀬戸口 房代	門川町	準優勝	田中 幸栄	延岡市
第3位	川田 久三郎	美郷町	第3位	川野 末吉	日向市
入賞4位	安藤 盛幸	宮崎市	入賞4位	安田 周平	門川町
入賞5位	黒木 里美	日向市	入賞5位	黒田 幸子	日向市

青壮年の部			少年少女の部		
成績	氏名	住所	成績	氏名	住所
優勝	請田 美香	門川町	優秀賞	田原 美紀	美郷町
準優勝	上田 裕子	熊本県	優秀賞	黒木 美鈴	美郷町
第3位	宇都宮 由美	宮崎市	優秀賞	樋口 友梨	日向市
入賞4位	藤堂 七美	日向市	優秀賞	海老原 花音	日南市
入賞5位	上杉 直美	延岡市	優秀賞	南土居 明維	日南市

西郷が発祥の地とされる「日向田植唄」の全国大会が、「御田祭」の協賛行事として2日間に行われ、西郷農村環境改善センターにて164名の参加者のもと盛大に開催されました。

町内からも14名の方々がご出場され、昔の田園風景を偲ばせる素晴らしい唄声を披露されました。

その中で、寿年の部で山本幸子さん(北郷区)が見事に優勝を飾り、同部門で川田久三郎さん(西郷区)が第三位に入賞しました。

また、少年少女の部で田原美紀さん(南郷区)、黒木美鈴さん(同区)が入賞されました。

大会結果は次のとおりです。



美郷町農業委員会委員決まる!

7月10日に執行された美郷町農業委員会委員選挙において、18名の方が無投票により当選され、7月11日に当選証書付与式が行われました。また、7月20日には、菊田町長より町議会、農協、農業共済組合の推薦による3名に対し辞令が交付され、美郷町農業委員会は21名の新たな体制でスタートしました。

農業委員会は、市町村に設置が義務付けられている行政委員会です。農業委員は、公職選挙法を準用した選挙によって選ばれた農業者の代表であり、次の3つの役割を担っています。

1. 地域農業の構造改革の推進  
農業の担い手育成と農地の有効利用を通じて、活力ある町づくりに取り組みます。
  2. 農地行政の適正な執行  
農地の売買や転用等について、農業者を代表する機関として公正に審査します。
  3. 地域の世話役活動と農業者の利益代表  
農業委員が地域で細やかな世話役活動を行い、地域の声を行政等へ反映するため農業委員会として建議を行います。
- 今回決まった農業委員の任期は平成23年7月20日から平成26年7月19日までの3年間となっています。



【選挙による委員】(届出順)	大野 節夫(西郷区)	廣島 卓(北郷区)	村田 幸子(南郷区)	【選任による委員】
甲斐 治郎(西郷区)	菊田 正光(北郷区)	山口 時義(南郷区)	黒木 宏彦(南郷区)	川村 嘉彦(西郷区)
長浦 儀一(西郷区)	薄田 重勝(西郷区)	戸高 孝敏(北郷区)	菊池 義人(西郷区)	轟 春治(南郷区)
柳田 三男(北郷区)	黒田 勅治(南郷区)	真田 卓男(北郷区)	田崎 泰森(北郷区)	沖田 康之(北郷区)
末永まるみ(南郷区)	田村 身親(西郷区)	若田 勝正(南郷区)		

田代愛好会・とんとんチーム優勝 第78回 西郷区 ミニバレーボール大会 開催

西郷区ミニバレーボール協会主催の第78回大会が、7月10日(日)北郷区総合交流センターで開催されました。今回の参加チーム数は、50代が14チーム(76名)、60代が6チーム(29名)の総勢105名で熱戦が繰り広げられました。50代は3コートに分かれ、各コートからの勝ち上がりチームを、巴戦で決勝戦の組み合わせをしたところ、昨年の1月大会以来のとんとんAチームが見事に優勝杯を手にすることが出来ました。さすが50代、素晴らしい決勝戦を拝見させて戴きました。また60代は6チームを1コートで総当たり戦にして、年齢と体力と、この暑さを考慮し2セットまでの試合として同点の時は、得失点差で優勝チームを決定する事にしました。その結果大変な熱戦の末、8大会ぶりに田代愛好会が優勝杯を手にし致しました。年齢が60歳以上とは言え、まだまだスポーツも、仕事も頑張れそうです。これからも怪我のないように練習に仕事に励んで下さい。・・・大変暑い中お疲れ様でした。次回(79回)大会は、10月16日を予定しております。



50代	優勝 とんとんA チーム	60代	優勝 田代愛好会 チーム
	準優勝 田代愛好会 チーム		準優勝 ハートフル チーム
	3位 花水流ひょうたんず チーム		3位 和田ミニ チーム

50代	とんとんAチーム	60代	田代愛好会チーム
	長友良行・石井節子		黒木正樹・黒木英子
	富井祥博・大森千穂		川村寿美・奈須富久代

美郷町のほおずき

ほおずきはJA日向が県内最大の生産地であり、その中でも一番の生産量を誇るのが美郷町です。

今年は、3月から4月の天候不良の影響を受け、ほおずきの生育が心配されましたが、徐々に草丈も成長。6月に葉かき、色付けなどの作業を行いました。

7月の新盆、8月の旧盆用と、現在出荷の最盛期を迎えている美郷町ほおずき部会部会長 柳田隆喜(20名、約0.7ha)では、産地PRと地域活性化を目的として、西郷支部では7月3日(日)御田祭会場、南郷支部では7月10日(日)「グリントップ日向店」で、また同日北郷支部では「手作り屋 北の郷」で、ほおずきの即売会を開催しました。

どの会場も、自宅用に、贈り物に多くの人がたわわに実をつけたほおずきを買って帰っていました。

また美郷町ほおずき部会は、8月に宮崎市・楠並木朝市での販売を予定するなど活発に活動しています。

ほおずきは、雨よけハウスでの栽培が可能で、価格も比較的安定した作物です。「宮崎のほおずき」といえば日向産と言われるほど市場での評価も年々高まっています。栽培に興味のある方は、JA日向または役場農業振興課へお問合せください。



旭日單光章受章 北郷区黒木 清水忠雄さん



平成23年5月1日付で、北郷区黒木の清水忠雄さん(88歳)が旭日單光章を受章されました。

清水さんは、旧北郷村議会議員等として、長年にわたる地方自治の発展と住民福祉向上への功績が認められ、今回の受章となりました。

### “社会を明るくする運動”法務大臣 メッセージが伝達される

7月1日(金)日向地区保護司会からの“社会を明るくする運動”法務大臣メッセージが町内の保護司の皆さんより届けられました。

本年度で第61回を迎えるこの運動は、すべての国民が犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちや非行に陥った少年たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする運動です。



### スポーツ少年団中央大会 ソフトテニス競技の部3位入賞!

平成23年7月10日に宮崎県総合運動公園庭球場(宮崎市)で開催された第47回宮崎県スポーツ少年団中央大会ソフトテニス競技の部で、美郷ジュニアソフトテニススポーツ少年団の



黒木 脩平くん(北郷小学校 5年生)  
松本 大吾くん(北郷小学校 5年生)  
ペアが3位に入賞されました。



### 県民総合スポーツ祭 男子砲丸投げ 増田優二さん優勝!!

6月11日(総合開会式)から6月26日の期間に開催された平成23年度みやざき県民総合スポーツ祭におきまして、陸上競技男子砲丸投げ年代別男子Bで北郷区の増田優二さんが12m39cmの記録で見事優勝されました。  
また1500m男子Eで西郷区の甲田井直さんが5分22秒46の記録で3位に入賞されました。  
おめでとうございます。  
また、平成23年度のみやざき県民総合スポーツ祭には、美郷町よりバスケットボール・バドミントン・バレーボール・ソフトテニス・少林寺拳法・軟式野球・四半的弓道・ミニテニス・ラジボール卓球・弓道・サッカー・陸上競技に105名の方が出場され活躍されました。  
出場されました皆様の今後益々の活躍を期待いたします。

### あなたの好きな渡川を撮ろう 第1回ふるさと自慢写真大会

平成23年6月号の広報みさとで紹介しました渡川地区の新しい取り組み「渡川ONE」が今度はフォトコンテストを実施します。南郷区渡川にちなんだ写真なら何でもOKです。優秀作品には副賞を贈呈します。なお、優秀作品の発表・展示は11月に開催される渡川神社例大祭の際に行います。皆さまのご応募をお待ちいたします。

(募集内容)  
応募期間 平成23年9月末まで 応募枚数 お1人様1枚  
写真サイズ 自由  
注意事項 写真の裏に必ず「題名」、「住所」、「氏名」、「電話番号」をお書きください。応募いただいた写真はご返却できません。また入賞作品の著作権は主催者側に帰属します。あらかじめご了承ください。  
受付 事務局 今西猛 住所:〒883-0303美郷町南郷区上渡川290-1 ☎090-7989-0079) まで郵送若しくはご持参ください。

賞品をご提供いただけるスポンサーの方も募集しています。こちらの方もどうぞよろしくお願ひします。

### 「いだいの祭」のお知らせ

南郷区の真夏の風物詩、第33回百済の里いだいの祭りが開催されます。いだいの踊りは、お盆の鎮魂供養踊りとして区内各集落で伝承されている民俗芸能です。各集落では、いだいの踊りの夕(三味線、太鼓、口説き、囃子)が継承されています。昨年、口蹄疫の影響で中止になった夏祭り。今年こそ区民、帰省客の皆さんの総踊りで祭りを盛上げて頂きます。会場を賑わす商業まつりや各種イベントが予定されており、家族そろって参加して下さい。



日時 8月15日(月)午前10時から午後9時30分まで  
場所 南郷茶屋駐車場

### 千年の森をこえて

キャシー・アッペルト 著  
現代の子ネコたちの物語と、千年前の先住民の伝説とが交差する、不思議な物語。

### 「あの日」のこと東日本大震災

2011-3-11  
高橋 邦典(写真/文) 著  
言葉を失うほどに破壊された故郷の姿と、そこで生き抜こうとする人々をカメラと言葉に刻み込みました。

南郷区公民館図書室	電話	休館日	開館時間	種類	書名	著者名等
南郷区公民館図書室	59-0126	土日祝日	8:30 ~ 17:15	一般	日本人の誇り	藤原 正彦
				一般	幸福な生活	百田 尚樹
				一般	ぬるい毒	元宮 有希子
				児童	たった3語で話せる! はじめての英会話①~③	大門 久美子
				絵本	よるのえほん	バーバラ&エド・エンバリー
				絵本	世界は気になることばかり	五味 太郎
西郷図書館	66-2636	月祝日	9:30 ~ 18:00 ※土・日 17:00	一般	「また、必ず会おう」と誰もが言った。	喜多川 泰
				一般	四つ話のクローバー	水野 敬哉
				一般	陰陽師 醍醐の巻	夢枕 獺
				児童	もったいないばあさんと考えよう世界のこと	真珠 まりこ
				絵本	おすわり くまちゃん	シャール・パレント
				絵本	ぞうれっしやがやってきた	小出 隆司
北郷図書館	62-6205	月祝日	8:30 ~ 17:15	一般	世界で一番美しい元素図鑑	セオドア・グレイ
				一般	ウミウシ 不思議ないきもの	今本 淳
				一般	おおきなかぶ、むずかしいアボカド	村上 春樹
				児童	周期表 ゆかいな元素たち!	サイモン・バジャー
				絵本	ともだちやもんな、ぼくら	くすのき しげのり
				絵本	ぶどう だいすきせんシリーズ	天野 秀二

\*ご利用したい図書等のご要望がございましたら、お近くの図書館(室)にお気軽にご連絡下さい。参考にさせていただきます。

### 今年も門川の夜空に 大輪の花が咲き誇ります

日時 8月27日(土) 雨天順延  
午後8時から  
場所 門川町門川漁港周辺

第25回かどがわ納涼花火大会  
今年も門川の夜空に大輪の花が咲き誇ります。約4千発の花火が夏の夜空を彩ります。見どころは終盤、色とりどりの花火が鮮やかに咲き乱れ、クワイマックスには一尺玉の花火が打ち上がります。また、門川みなと祭りも、同日で開催される予定です。たくさんの方のご来場をお待ちしております。

当日は、会場周辺で交通規制を実施します。また、駐車場に限りがありますので、できるだけ公共交通機関を利用してください。門川町役場産業振興課商工係 ☎63-1140(内線291)

### 新刊図書のご紹介

今月は南郷図書館からオススメの2冊をご紹介します。

## 職業訓練受講生募集

ポリテクセンター延岡では、次のとおり職業訓練受講生を募集しています。技能・技術を身につけ、再就職に向けて頑張ってみませんか。

これまでと違う自分を見つけるチャンスです。ご応募をお待ちしています。

### ◎職業訓練生(離職者対象)募集

- ・訓練期間 ①平成23年10月4日～平成24年3月28日(6ヶ月間)  
②平成23年10月12日～平成24年4月27日(6ヶ月間+橋渡し訓練)

- ・訓練科 ①テクニカルオペレーション科 18名  
金属加工科 18名 福祉住環境サービス科 33名  
電気設備科 15名 ビジネスワーク科 18名  
②テクニカルオペレーション科(ものづくりコース) 20名

- ・募集期間 ①平成23年7月15日～8月29日  
②平成23年7月15日～9月9日

- ・入所資格 求職中の方  
ただし、②は40歳未満の若年者対象

- ・受講料 無料(ただしテキスト代は必要です)

- ・特典 雇用保険受給者は諸手当を受給しながら訓練が受講できます。  
雇用保険受給者以外の方も一定の条件を満たせば職業訓練受講給付金を受給しながら受講できます。

詳しくはハローワークにお問い合わせください。

- ・申込先 最寄りの公共職業安定所(ハローワーク)  
※8月18日～19日の施設見学会にも是非お越し下さい。

- ・問い合わせ先 ポリテクセンター延岡 担当:訓練支援係 ☎0982-37-0675

## 美郷町職員採用試験を実施します

### ■採用選考の職種、採用予定人員及び受験資格

職種	採用予定人員	受験資格	
		年齢	資格
看護師	若干名	平成24年4月1日現在の年齢が30歳以下のもの	看護師の資格を有するもの
幼稚園教諭	若干名	平成24年4月1日現在の年齢が35歳以下のもの	幼稚園教諭の資格を有するもの

### ■試験の方法

試験科目	内容
作文試験	表現力、課題に対する理解力その他の能力についての記述式による筆記試験
人物試験	面接試験
身体検査	胸部疾患の有無等の健康状態についての医学的検査

### ■受験手続き

- 申込用紙の提出先 美郷町役場 総務課(〒883-1101 美郷町西郷区田代1番地)
- 受付期間 8月15日(月)から土曜・日曜を除き9月30日(金)まで
- 問い合わせ先 美郷町役場 総務課 ☎0982-66-3601

### ■選考の日時及び場所

- 選考 10月(申込者に直接通知します。)

## 自衛官を募集します!

募集種目	募集人員(全国)	資格	受付期間	試験期日及び合格発表		入(校)隊
				1次	2次	
一般曹候補生	参考(平成22年度) ・陸 約3,000名 (うち女子約110名) ・海 約610名 (うち女子約180名) ・空 約800名 (うち女子約80名)	18歳以上 27歳未満の者	8月1日 ～9月9日	9月17日	10月6日～13日間1日	24年 3月下旬 ～4月上旬
自衛官候補生	参考(平成22年度) ・陸 約3,650名 ・海 約250名 ・空 約620名	18歳以上 27歳未満の者	年間通じて	受付時にお知らせ致します	合格発表日は試験時にお知らせ致します	採用予定 通知書で お知らせ 致します
				期日	9月25日～28日	
航空学生	参考(平成22年度) ・海 約70名 (うち女子若干名) ・空 約70名 (うち女子若干名)	高卒(見込み) 21歳未満の者	8月1日 ～9月9日	最終合格	11月10日	24年 3月下旬 ～4月上旬
				1次	9月23日	
				2次	10月15日～20日	
				3次	11月12日～12月15日	
				最終合格	最終24年1月20日	

※ご不明な点がございましたら、日向地域事務所(0982-52-6914)までご連絡下さい。なお、自衛官募集ホームページ等でもご確認できます。

## インターネットサービス「ねんきんネット」を開始しました

「ねんきんネット」とは、いつでもご自身の年金加入記録をインターネットで確認することができるサービスです。

### ○いつでも、最新の年金記録が確認できます!

24時間いつでも、「ねんきん定期便」より新しい年金加入記録を確認できます。

### ○年金の「もれ」や「誤り」の発見が容易になります!

年金に加入されていない期間や厚生年金に加入した期間の標準報酬額の大きな変動など、ご確認いただきたい記録が分かりやすく表示されています。

### ○「私の履歴整理表」で記録の確認が容易になります!

画面の指示に従って、「私の履歴整理表」がご自宅で簡単に作成でき、年金記録の確認に役立ちます。

### ○将来の年金額が試算できます!

「年金を受け取りながら働き続けた場合の年金は?」といった知りたい情報をご自宅でご覧になれるような機能を平成23年秋以降どんどん追加していく予定です。

※インターネットのご利用の難しい方は、お近くの年金事務所でも年金記録を確認いただけます。

詳しくは「ねんきん定期便・ねんきんネット専用ダイヤル」でご確認ください。

ねんきんネットのサービス登録は <http://www.nenkin.go.jp/n/net/>  
ねんきん定期便・ねんきんネット専用ダイヤル 0570-058-555  
03-6700-1144(IP電話・PHS用電話)

# 地域医療だより

## 「絆」を広げる！ 地域医療塾がスタート！

塾生と塾の名称も募集！

地域のみなさんと医師を始めとする医療従事者、美郷町を訪れる臨床研修の医師・医学生などが地域医療についての理解を深め、その魅力を体験できるよう交流及び情報交換の場のために「みさと地域医療塾」が開講されました。

この地域医療塾は、西郷病院の小田先生が塾長として、師範代に同病院の山下先生が、金丸総院長が顧問となつています。そして町内外の多くの医師・医療従事者ももちろんのこと地域の方々が「塾生」として今後参加していただく企画となっております。

7月9日から10日にかけて、南郷区のコテージ山霧に、自治医科大学を卒業し県内の医療機関に勤務している若い医師とその家族、宮崎県医療薬務課、地元南郷区の建設業や婦人会、議員、医療従事者など約40名が集まりました。受付から塾の開会までの間には、抹茶とお菓子を味わっていただきました。塾の開会では、菊田町長が歓迎のあいさつを行い、続いて宮崎県福祉保健部の橋本次長の来賓あいさつ、小田先生が塾長として、地域で働いてい

る医師と看護師などの医療関係者の連携と若い医師に向けて地域医療の魅力発信し、地域住民と一体となつた「絆」の輪を広げ、地域の活性化につなげたいとあいさつ。

その後、塾の顧問の金丸総院長が、「つなごう！地域医療の文化」と題して特別講演を行いました。西郷美郷町へ来て20年の間には、医療と福祉を通じて地域に向き、西郷弁方言を覚えた。住民との「コミュニケーション」の中で、医療人として「患者さんに何とか健康になつていただきたい」との気持ちと、住民として「健康を何とかして回復したい」とのお互いの希望と信頼、感謝が醸成された。住民と医療機関との「絆」が医療の原風景(原点)となっている。これからの医療の流れは、県・大学・医師会と市町村が連携を図るとともに、住民の大胆援助を得て、医療の確保ができる。と話されました。

交流会では、南郷で栽培収穫されたそば粉を提供いただき、100%そば粉だけの手打ちそばを小田塾長と金丸顧問が、ざるそばと温かいそばを参加者に振舞いました。



## チャイルドシートの貸与を行なっています

社会福祉協議会では、乳幼児の交通安全とチャイルドシートの着用促進を目的として、チャイルドシートの無償貸与事業を行っています。

- ◇対象者: 本町の住民基本台帳に記載又は外国人に登録されている方で、6歳児未満の保護者又は、美郷町に一時帰省する6歳児未満の保護者である方
  - ◇貸与期間: 3ヶ月間
  - ◇申請方法: 社会福祉協議会各事業所(南郷、西郷、北郷)まで、印鑑及び運転免許証をご持参のうえ、申請して下さい。
- ※数に限りがありますので、在庫切れの場合はご容赦下さい。



### 社会福祉協議会本所・南郷事業所の電話番号訂正について

美郷町電話帳「美郷町テレパル50」に記載の、美郷町社会福祉協議会本所・南郷事業所の電話番号は誤りです。下記の通り、訂正いたします。  
美郷町社会福祉協議会 本所・南郷事業所 (電話番号)59-0787

## 南郷区でも放課後子ども教室「百済の里キッズ学園」が開始されました

既に西郷区、北郷区では行われていますが、南郷区でも4月25日から美郷南学園内で放課後子ども教室「百済の里キッズ学園」が開始されました。



キッズ学園は学校の空き教室を利用して、放課後における子ども達の安全・安心な活動拠点(居場所)を確保し、様々な体験、学習活動等を行うものです。  
現在、安全管理員3名と子ども達38名(小学1年生～6年生)で、授業終了時間～午後4時40分まで学習・室内または外遊び等の活動を行っています。  
スクールバスの運行時間があるため全体での大きな活動はあまり出来ませんが、子どもたちは、美郷南学園多目的教室や運動広場で、楽しく元気に活動しています。  
一度、ご覧になってください。



## 8月は人権啓発強調月間です。 思いやりの心で 豊かな人間関係を

### 美郷町特設人権相談所を開設します

日時:8月25日(木)午前10時から午後3時まで  
場所:南郷区多目的研修センター  
担当者:甲斐保男 富田紘之

- ひとりで悩まずにご相談ください。
- 相談内容については、秘密を守ります。
- 相談は無料でむずかしい手続きもありません。

### 夏休みふれあい映画祭のお知らせ

美郷町では、子どもと大人と一緒に、感動あふれる映画を鑑賞することにより、思いやりの心や豊かな人間性について考える機会を提供するためふれあい映画祭を開催します。ご家族、お友達お揃いでぜひおこしください。  
日時:8月19日(金)午後6時30分より上映開始  
場所:西郷ニューホープセンター  
上映作品:「みんないちばん」「トイ・ストーリー3」の2本(テーマ:友情)

## 食中毒にご用心

食中毒の発生件数が増えているのは飲食店ですが、それに次ぐのが家庭です。きっちりと、家族の健康を守りましょう。

### 食中毒予防の3原則

- つけない** …… ふきん、台ふきんは清潔なものを用意し、スポンジやたわしは使用したら熱湯をかけましょう。ひとつの食品ごとに包丁やまな板を洗う、まな板は肉用、魚用、野菜用があると良いが牛乳パックなどをまな板の上に敷いて食材ごとに替えて切っても良い。
- 増やさない** …… 冷蔵庫の中身は7割程度に。冷蔵庫は、食品ごとに置き場所を決めておく。すぐに食べない料理は手早く冷まして冷蔵庫へ。魚介類は少しの時間でも冷蔵庫へ。
- 殺す** …… 調理器具は漂白剤や熱湯で消毒し、日光に当てて乾燥させる。食品はしっかり加熱。電子レンジで加熱する時はときどきかきまぜる。

### 生で食べる食品への注意

- 魚介類、肉類、卵、野菜など、生で食べるものの取り扱い、下記の点に気をつけましょう。
- ・冷蔵庫で保存し、調理前に流水でよく洗う。卵は調理直前に割る。
- ・消費期限は必ず確認し、期限内に食べきる。
- ・冷凍したときは、解凍は冷蔵庫内か電子レンジで。自然解凍は細菌が増殖しやすい。
- ・お刺身や卵料理は、調理が始まってから2時間以内に食べきる。
- ・軽く火を通す程度のもは生ものと考えて扱う。購入も生食用を。



### 子どもの食事は気をつけて

食中毒の患者数は子どもが大人の3倍～5倍も多いことをご存知ですか。家族で同じものを食べて大人は何の症状も出なかったのに子どもは発病してしまったという事例もあります。子どもは大人より抵抗力がないので食事や卵などは気をつけましょう。

## 平成23年度原爆被爆者二世健康診断についてのお知らせ

両親のどちらかが被爆者健康手帳を所持しており、原爆投下後に生まれた方(胎児被爆者は除く)で、健康診断受診を希望する方を対象に健康診断を行ないます。希望される方は、以下の要領で期限までに申し込んでください。受診希望者が多数の場合は、未受診者、異常を訴える方を優先します。

- ◎ **申込期間** 平成23年8月1日から9月2日(金)まで
- ◎ **健診期間** 平成23年9月から(予定) 日程の詳細は後日受診希望者に通知します。
- ◎ **申込方法**  
任意の様式に「被爆者二世健診申込」と書き、  
(1)本人の氏名(フリガナをつけること)・性別・生年月日・住所・電話番号・過去の受診歴(年度及び受診結果を記入すること)  
(2)親の氏名・住所・電話番号・被爆者健康手帳の番号  
(1)、(2)を明記の上、封書で申し込んでください。
- ◎ **申込先**  
宮崎県福祉保健部健康増進課疾病対策担当  
住所:〒880-8501 宮崎市橘通東2丁目10番1号  
電話:0985-26-7079
- ◎ **その他**  
健康診断料は無料です。ただし、各医療機関への交通費は自己負担とします。

## 特定健診を受けていないあなたへ!

特定健診はわたしたちの健康をおびやかす生活習慣病を早期発見・予防することが可能です。前回の健診で都合が悪く受診できなかった方も、下記の日程で健診を実施しますので、積極的に受診くださいますようお願いいたします。

受診される方は、申し込みは必要ありませんので、お気軽にお越し下さい。

- ①【対象区】西郷区・北郷区  
【日 時】平成23年8月20日(土)午前8時～9時、午後1時～2時受付  
【場 所】西郷病院
- ②【対象区】南郷区  
【日 時】平成23年8月27日(土)午前8時～10時、午後1時～2時受付  
【場 所】南郷保健センター  
※対象者:40歳～74歳の国民健康保険の加入者(現在病院治療中の方も健診対象者になります)  
※午前中に受診される方は、当日の朝食をとらずに健診会場にお越し下さい。  
午後を受診される方は、朝食は軽めにすませ昼食をとらずに健診会場にお越し下さい。



問合せ先:西郷健康管理センター(☎66-3610)・南郷健康センター(☎68-4070)・北郷健康福祉課(☎62-6202)

### 国保係からのお知らせ

## 特定健診で健康づくりと国保税低減を!! 受診率65%を達成しないとペナルティがあるって本当?

国は、国民の健康を増進し医療費を抑えるため、平成24年度(来年度)までに特定健康診査の受診率を「65%」とする目標を掲げています。

平成22年度(昨年度)の美郷町の受診率は51.3%でしたが、来年度になっても目標の65%を達成しないと、国保の会計から最大で約1千万円のペナルティを支払わなくてはなりません。

がんばって健康に気をつけ医療費を下げようとする市町村には配分を、逆であれば応分の負担をするという制度になっているわけです。

もし達成できなかった場合の追加徴収金は国保税などで賄わなければなりません。特定健康診査は健康維持はもちろんですが、国保財政にも大きく影響します。医療機関にかかっている方も、そうでない方も、まずは皆さんで特定健診を受診しましょう。

## 妊娠したら、妊娠の届け出が必要です

美郷町に住居票を有する方で、医療機関で妊娠の診断を受けたら下記窓口にて、妊娠届の手続きを行ってください。美郷町の住民の方ならどの窓口でも手続きできます。

- 妊娠届をされた方に対して「母子健康手帳」を交付します。
- 母子健康手帳を交付する際には、手帳の活用方法や町で実施している母子保健サービスについて保健師が説明の上お渡しします。
- 特に必要なものはありませんが、保健師が不在のときもありますので、一度、各支所健康福祉課にお電話をされてからお越しください。

窓口	・美郷町西郷健康管理センター (66-3610) ・美郷町南郷総合保健センター (68-4070) ・北郷支所健康福祉課 (62-6202)
受付時間	月～金の8:30～17:15
届出人	本人、またはその家族
交付に必要なもの	特にありません。
気をつけていただきたいこと	・医師から母子健康手帳をもらって来て下さいと言われてから、お越しください。 ・来られる前に、連絡をしていただくと助かります。



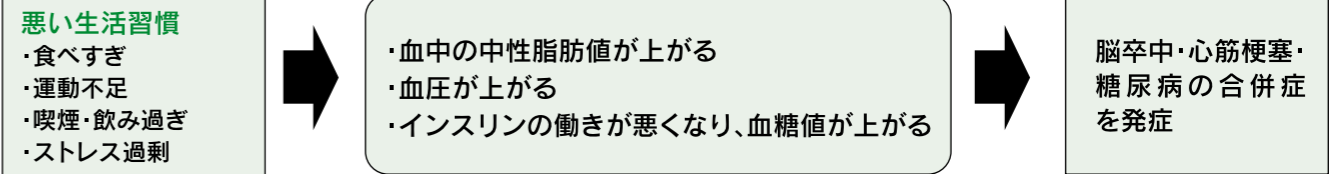
8月 保健事業予定表	
日	内容
1月	三種混合(DPT)・Hib予防接種(受付15:45~ 南郷診療所)
2火	認知症予防講演会(10:00~12:00 南郷保健センター)
3水	母子 保健センター開放日(10:00~ 南郷保健センター)
5金	乳幼児健診(13:00~南郷保健センター)
6土	肺がん検診(時間予約制 南郷保健センター)
7日	肺がん検診(時間予約制 南郷保健センター)
8月	新壮快塾(10:00~南郷保健センター 13:30~水清谷集落センター)
9火	医療座談会(19:00~20:00 渡川中区公民館)
10水	母子 保健センター開放日(10:00~ 南郷保健センター)
17水	母子 保健センター開放日(10:00~ 南郷保健センター)
18木	特定健診結果説明会(9:00~10:00門田公民館/11:00~12:00渡川中区公民館/13:00~14:00古園公民館/15:00~16:00鬼神野森の駅)
19金	特定健診結果説明会(9:00~10:00吐公民館/11:00~12:00市田公民館/13:00~14:00又江の原公民館/15:00~16:00神門上区公民館)
22月	新壮快塾(10:00~南郷保健センター 13:30~鬼神野折立公民館)
24水	BCG・MR予防接種(受付15:45~ 南郷診療所)
25木	医療座談会(19:30~20:30 神門上区公民館)
26金	母子 保健センター開放日(10:00~ 南郷保健センター)
27土	特定健診結果説明会(9:00~10:00鬼神野折立公民館/11:00~12:00入川公民館/13:00~14:00神門下区公民館/15:00~16:00・19:00~20:00南郷保健センター)
29月	医療座談会(19:00~20:00 神門下区公民館)
31水	大腸がん内視鏡健診(時間予約制)
4木	大腸がん内視鏡健診(時間予約制)
10水	音遊び教室「ぼんぼクラブ」(10:30~11:30 南郷保健センター)
20土	特定健診・歯周疾患検診・前立腺がん検診(受付8:00~10:00/13:00~14:00 南郷保健センター)
24水	結核検診・大腸がん検診(8:00~ 南郷保健センター他)
27土	日本脳炎・肺炎球菌予防接種(15:45~南郷診療所)
28日	医療座談会(19:00~20:00 水清谷集落センター)
31水	母子 保健センター開放日(10:00~ 南郷保健センター)
4木	認知症予防講演会(9:45~10:45 西郷ニューホープセンター)
10水	健康相談(10:00~ 小原集会所)
20土	新・壮快塾(13:30~ 西郷生きいきトレーニングセンター)
24水	特定健診・結核・大腸がん・前立腺がん検診・歯周疾患健診(受付8:00~9:00/13:00~14:00 西郷病院)
27土	健康相談(10:00~ 仮迫公民館)
28日	新・壮快塾(13:30~ 西郷生きいきトレーニングセンター)
31水	乳がん検診(時間予約制 9:30~小原集会所/13:30~ 和田集落センター)
4木	肺がん検診(時間予約制 13:00~ 西郷病院)
18木	乳がん・肺がん検診(時間予約制 9:00~ 西郷病院)
25木	乳児相談(10:00~ 西郷健康管理センター)
29月	うりぼうの広場(10:00~12:00 北郷保健センター)
30火	新・壮快塾(10:00~11:30小原多目的施設/13:30~15:00長野生活改善センター)
31水	結核もれ者検診(13:00~小原多目的集会所/13:35~長野生改センター/14:10~保健センター/14:45~細宇納間生改センター/15:10~入下老人福祉館/16:00~黒木當農改善施設)
	新・壮快塾(10:00~11:30北郷保健センター/13:30~15:00細宇納間生活改善センター)
	新・壮快塾(10:00~11:30黒木當農改善施設/13:30~15:00入下老人福祉館)
	特定健診結果説明会(黒木當農改善施設9:00~9:30/小黒木生活改善センター10:15~10:45)
	木炭の館11:15~11:45/細宇納間生活改善センター13:30~14:30)
	(速日公民館9:00~9:45/入下老人福祉館10:30~11:30/坂元公民館13:30~14:00/長野生活改善センター14:30~15:30)
	(小原多目的施設13:30~14:30/北郷保健センター15:00~16:30、19:00~20:00)

## 健診結果説明会を8月から9月に実施します メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)とは

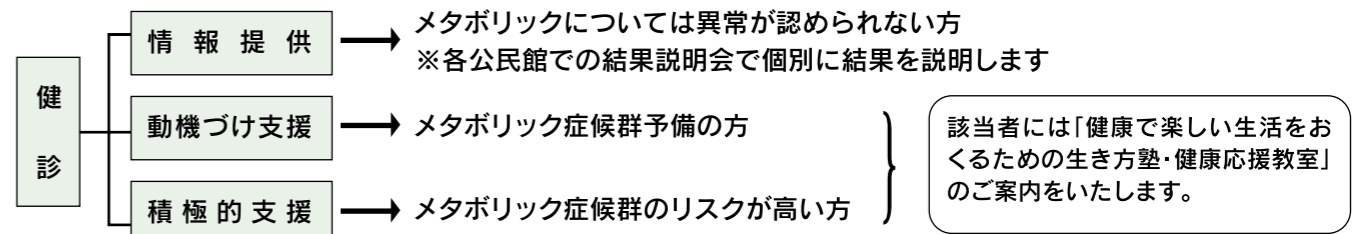


内臓脂肪がたまり過ぎ、生活習慣病のリスクがでてくる。内臓脂肪型肥満をベースに肥満症・高血圧症・脂質異常症・糖尿病といった生活習慣病が重なり合って発症。

### 内臓に脂肪が過剰にたまる



今回の健診結果はメタボリック症候群があるかを総合的に判定して3つの段階に階層化されます。



\* 動機付け支援・積極的支援に該当になった方は、各公民館の説明会では健診結果をお返しできません。ご注意ください。  
\* 情報提供だけの方でも、これをきっかけに生活習慣の見直しをすることで将来のメタボリック症候群の発症を防げます。

## 認知症予防プログラム参加者募集

認知症になるのを遅らせる効果のある、「脳の使い方」を習慣化する活動のことです。プログラム開始時から、参加者がグループで自主的に活動できることを目指して、保健師がお手伝いします。

今年度は料理とウォーキングのプログラム、パソコンプログラムに取り組みます。参加申込が必要ですので、参加希望の方は、8月5日(金)までに下記連絡先まで申し込み下さい。

### 《パソコンプログラム》

【会場1:北郷総合保健センター】

- ①. 期間:平成23年8月24日(水) ~平成23年12月14日(水)まで  
毎週水曜日 週1回 4ヶ月実施

【会場2:西郷ニューホープセンター】

- ①. 期間:平成23年8月23日(火) ~平成23年12月13日(火)まで  
毎週火曜日 週1回 4ヶ月実施
- ②. 時間:午前9時30分~11時30分
- ③. 注意:ノートパソコンをお持ちの方がこれから購入予定のある方に限ります。

### 《料理・ウォーキングプログラム》

【会場1:西郷生きいきトレーニングセンター】

- ①. 期間:平成23年8月23日(火) ~平成23年12月13日(火)  
毎週火曜日 週1回 4ヶ月実施

【会場2:南郷保健センター】

- ①. 期間:平成23年8月25日(木) ~平成23年12月15日(木)  
毎週木曜日 週1回 4ヶ月実施
- ②. 時間:午前9時30分~11時30分
- ③. 負担金:料理のプログラム参加時には食材について実費負担があります。
- ④. その他:料理は4ヶ月の実施期間中、みんなで調理するのは2回です。ウォーキングは自宅で、各自で行うことが基本になります。

問い合わせ及び連絡先

主催:美郷町 健康福祉課 電話:西郷 66-3610・北郷 62-6202・南郷 68-4070

## 【旬】この時期この味ががてしょうか? かんたん! きゅうり漬

きゅうりの時期ですね!!  
きびしい暑さの中に育った夏野菜。体の熱をとり夏場の食欲不振を解消し利尿作用、むくみを解消する働きがあります。  
水分が96%占め栄養的には期待はできませんが、シャキッとした歯ざわりみずみずしい味わいを楽しみましょう。



※体を冷やす働きがあるので、冷え性の人や胃腸の弱い人は多食しないように気をつけましょう。

- ① きゅうりは塩少々まぶしてまな板の上でゴリゴリ転がす。(板ずり)
- ② すりこぎ等でたたいて、食べやすい大きさに切る。
- ③ きゅうりをごま油、濃口醤油、すりごまで和える。
- ④ 盛り付け千切り生姜をのせる。

★忙しい夕方に簡単にできる一品です。

生姜の他に、ねりわさび・辛子・大葉・みょうが等を入れてもさっぱり食べやすくなります。

### 材 料 (2人分)

- ・きゅうり 1本
- ・濃口醤油 小さじ1
- ・生姜 少々
- ・ごま油 小さじ1/2
- ・すりごま 小さじ1/2

美郷町食生活改善推進協議会



# 郷土の期待を背に 熱戦を繰り広げる 第3回美郷町消防操法大会

7月9日(土)に西郷区において、第3回美郷町消防操法大会が開催され、3部門に16部19隊が出場し、日向支部大会への出場をかけて、熱戦を繰り広げました。審査の結果は次のとおりです。

●ポンプ車操法の部

優勝 北郷分団 本部

●積載車操法の部

優勝 南郷分団 本部  
第2位 南郷分団 第2部

●小型ポンプ操法の部

優勝 南郷分団 第3部  
第2位 南郷分団 第5部

以上の部及び積載車操法の部で西郷分団第2部(西郷分団1位)と北郷分団第4部(北郷分団1位)は、8月6日(土)に開催される日向支部消防操法大会に出場します。ご健闘をお祈りします。



ポンプ車操法の部 優勝 北郷分団 本部



積載車操法の部 優勝 南郷分団 本部



小型ポンプ操法の部 優勝 南郷分団 第3部



## 美郷町の人口

		前月	今月	増減
人口	男	2,848	2,843	△5
	女	3,153	3,149	△4
	計	6,001	5,992	△9
世帯数		2,526	2,528	2

平成23年6月30日現在(現住人口による)

