

■平成 25 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/>



宮崎県指定無形民俗文化財 御田祭

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7日(日曜日)に盛大に行われました。

県指定無形民俗文化財 引き継がれた稲作文化の祭典 神と人と牛馬の共演

御田祭



牛入れ



催馬楽



四半の大会



子ども神輿



青年神輿



歩行者天国



美々川音楽祭



田植え唄 優勝者



早乙女田植え

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6日・7日の2日間行われました。今年は、両日ともに祭り日和で多くの人が出でにぎわいました。

前夜祭で行われた、御田祭の里芸能フェスティバルには、北郷区から、つなまエイサー流星會と、絆によるエイサー、西郷区からは民謡で堀田義文さん、南郷区からは岩田利右衛門一座&かあちゃん一座にご出演いただきました。町外からも、延岡市のベリィダンス、宮崎県のミニンボルキヤラクターみやざき犬(キヤラわん隊)のご出演があり、会場を大いに盛り上げていただきました。

アマチュアバンドの競演、美々川音楽祭には、県内から多くの参加があり、会場内には観客の歓声や熱気に包まれ賑やかに開催されました。

恒例の花火大会は、美々川音楽祭のカウントダウンとともに上空の風の流れもよく約2500発の花火が夜空に満開にひらがり、山々にこたえました。

翌日は、御神霊を神輿に移す上田野神社の降神神事に始まり、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い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には祭りも最高潮に達し、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を感じられました。

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、120名を超える早乙女の皆様が、一本一本豊作を祈りながら丁寧に丁寧に田植えを行い、2013年の御田祭に幕を下ろしました。2日間行われた、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つて実施され、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、四半の大会は今年も町内外より多くの参加者で盛大に開催され、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、早乙女として町内外問わず田植えにご協力していただいた皆様に心から感謝しますとともに、各方面でこの祭りを盛り上げ支えていただいた方々に心からお礼申し上げます。

御田祭実行委員会

みやざき県民総合スポーツ祭

陸上競技男子C砲丸投げ 増田優二さん優勝!!



下田恭崇さんと増田優二さん



甲田伊直さん(312番)



四半的弓道(北郷チーム)



女性最年長の山本クニ子さん(91歳)



優勝したソフトボールチーム(東臼杵郡)

6月8日から6月27日にかけて開催、美郷町関係者出場種目分)されました平成25年度、みやざき県民総合スポーツ祭には、東臼杵郡代表として、美郷町から総勢84名の選手・役員が参加されました。6月8日の総合開会式には、女子バスケットボール競技の黒木千寿さん(南郷区)が東臼杵郡の旗手を務められました。陸上競技では、増田優二さん(北郷区)が男子C砲丸投げで10m87cmの記録で見事に優勝されました。他にも下田恭崇さん(南郷区)が男子C100mで第3位入賞、同200mでも第2位入賞と健闘されました。また、甲田伊直さん(西郷区)が男子F1500mで第3位入賞されており、おめでとうございます。

グラウンドゴルフ競技においては、山本クニ子さん(南郷区)がこの種目の出場選手の中で女性最年長となる91歳で出場され、最高齢者賞を頂いております。美郷町からは他にも男女のソフトテニス、四半的弓道、弓道、ラジボール卓球、バドミントン、テニスをそれぞれ出場され、県内各会場で大いに活躍されました。



グラウンドゴルフ美郷町選手団



東臼杵郡役員の皆さん

勤続30年表彰

交通指導員

富田紘之さん(峰区)

第45回宮崎県交通指導員会連絡協議会が6月8日(土)日南文化センターで開催され、西郷区の富田紘之さん(峰区)が、勤続30年交通指導員表彰を受賞されました。

今後も、交通事故のない安全で安心できる地域社会を、積極的に推進していただくことを期待します。



第20回 日向田植唄全国大会

祝! 川田久三郎さん、寿年の部優勝!!

お田植え祭りのふるさと、西郷が発祥の地とされる日向田植唄の全国大会が、今年も御田祭りの協賛行事として7月6日(土)に、西郷農村環境改善センターで、昨年を上回る199名の参加者のもと盛大に開催されました。

第20回の記念大会となった今回、町内からも18名の方々がご出場され、昔の田園風景を偲ばせるすばらしい唄声を披露されました。

その中で、寿年の部にご出場された西郷区の川田久三郎さん

が、のびのある唄声と豊かな表現力により、見事優勝されました。

川田さんは、一昨年第3位、昨年第2位、そして今年、この優勝を受賞されました。

今後も、日向田植唄の普及と発展にご尽力いただきますようお願いいたします。

また、年少少女の部で田原美紀さん(南郷区)が、昨年の入賞からさらに順位を上げ、見事第3位に入賞されました。大会の結果は次のとおりです。

年少少女の部

成績	氏名	住所	年齢
優勝	石井 杏奈	宮崎市	14
準優勝	梅野 ラ菜	宮崎市	14
第3位	田原 美紀	美郷町	14
優秀賞	河埜 佑都	日向市	9
優秀賞	岩本 真	宮崎市	15

寿年の部

成績	氏名	住所	年齢
優勝	川田 久三郎	美郷町	75
準優勝	安藤 盛幸	宮崎市	73
第3位	黒木 喜八郎	日向市	76
入賞4位	瀬戸口 房代	門川町	83
入賞5位	菊池 玲	宮崎市	75

実年の部

成績	氏名	住所	年齢
優勝	大庭 美千代	高鍋町	65
準優勝	川野 末吉	日向市	68
第3位	木原 チズ子	宮崎市	67
入賞4位	黒木 久代	門川町	72
入賞5位	松元 津子	宮崎市	69

青壮年の部

成績	氏名	住所	年齢
優勝	岩本 希	宮崎市	16
準優勝	上田 裕子	熊本県	55
第3位	吉富 今日子	大分県	37
入賞4位	石井 崇章	宮崎市	15
入賞5位	舩田 麻衣	日向市	19



日向木挽唄全国大会

田原美紀さん年少少女・高学年の部優勝



6月8日(土)、9日(日)日向市文化交流センターにおいて行われた第27回日向木挽唄全国大会で、南郷区上渡川の美郷南学園9年生の田原美紀さんが年少少女・高学年の部(小学5年生から中学3年生)で優勝しました。

予選には県内外より547名が参加。初日の予選を勝ち抜いた240人が最終日の決勝戦に挑み、田原さんは豊かな声量と伸びのある歌声で年少少女・高学年の部の頂点に輝きました。

また、弟である美郷南学園4年生の田原翼さんが年少少女・低学年の部7位入賞、美郷南学園9年生の黒木美鈴さんが年少少女・高学年の部で7位入賞と、美郷町から3名の入賞者ができました。おめでとうございます。

皆様の今後の活躍を期待します。

陸上競技

種目(男子)	氏 名			
共通110mハードル	猪股勇気(美郷南9年)			
共通走幅跳	坂口健太郎(西郷2年)	小野陽希(西郷2年)		
共通砲丸投	奈須天志(西郷2年)	早川建平(西郷2年)	堀内慎吾(美郷南9年)	後藤守(美郷南7年)
低学年リレー	美郷南学園	中田航平	中田雄介	久保諄
		中森京介	寺原優斗	木村寿廉
	西郷中学校	大野海那人	亀田竜平	田村健太
共通リレー	西郷中学校	鎌田海生	田常樹	
		小野陽希	坂口健太郎	高森賢汰
	美郷南学園	森川達博	菊池駿輔	
		大平二千翔	黒田祐作	中嶋響士
		長尾武柳	堀内慎吾	

種目(女子)	氏 名			
2年100m	大村優花(美郷南8年)		長尾茉莉花(美郷南8年)	
3年100m	藤本紗結実(美郷南9年)			
1・2年80mハードル	大山鈴加(美郷南8年)		田原舞華(美郷南8年)	
共通100mハードル	黒木美鈴(美郷南9年)		菊池宙(美郷南9年)	
2年800m	松田寿美(美郷南8年)		岩崎葵(美郷南8年)	
3年800m	中束希良里(美郷南9年)		山本佳珠菜(美郷南9年)	
共通200m	岩崎つぐみ(美郷南9年)		藤本実乃里(美郷南9年)	
共通1500m	田中蘭(美郷南7年)		高見翼(美郷南9年)	
共通走幅跳	黒田千香(美郷南9年)		藤田沙也(美郷南9年)	
共通砲丸投	黒田美来(美郷南8年)		蛭子愛華(美郷南9年)	
低学年リレー	美郷南学園	田中舞	長尾茉莉花	田中蘭
		藤本結佳里	松田寿美	下田麗美
共通リレー	美郷南学園	黒田千香	岩崎つぐみ	大村優花
		藤本紗結実	藤本実乃里	高見翼



担当区	氏 名
西郷区	松 田 公 秀
西郷区	富 井 敏 郎
西郷区	小 川 賀 隆
南郷区	黒 木 務
南郷区	岩 崎 美津男
南郷区	猪 股 晃
北郷区	楠 紘一路
北郷区	上 杉 貴 教
北郷区	川 西 和 生



「社会を明るくする運動」は、7月1日に美郷町内で保護司の活動を行っている方々が、保護司とは、保護司法に基づき、法務大臣の委嘱を受けて犯罪や非行に陥った人の更正や支援を行う方々のことです。美郷町内には、各区それぞれ3名の方が保護司の委嘱を受けております。この日は、9名の保護司のうち7名の方が、「社会を明るくする運動」の趣旨について、説明を行いました。美郷町内で保護司という職務に携わる方は次のとおりです。

社会を明るくする運動とは...

犯罪をなくして社会を明るくするために、すべての日本国民が犯罪の防止と犯罪者の矯正および更生保護についての正しい理解を深め、すすんでこれらの活動に協力するように全国民によびかける啓発活動。

社会を明るくするために
保護司

6月8日(土)14日(金)の日程で平成25年度東臼杵地区中学校総合体育大会が、開催されました。

バレーボール競技女子の部においては、西郷中学校が見事優勝、ソフトテニス競技女子団体では、昨年に続き北郷中学校が優勝しました。

このほか、各種競技の上位入賞者が7月24日(水)~26日(金)に宮崎市で開催される県大会に出場します。

選手の皆さんの県大会での活躍を期待します！

バレーボール競技

女子の部優勝 西郷中学校

富井可奈子(3年) 川口笑弥佳(3年)
甲斐杏奈(3年) 甲斐ふかみ(2年)
菊池綾乃(2年) 中野佳奈(2年)
松田七有子(2年) 山田玲奈(2年)
川口奏(1年) 甲田知海(1年)
田村南穂(1年) 矢野李華(1年)



ソフトテニス競技

女子団体優勝 北郷中学校

柳田愛佳(3年) 黒木香菜(3年)
梅田美香(3年) 早瀬風香(2年)
福田慧(2年) 柄桃香(2年)
阿部史華(1年) 川名利里佳(1年)



女子個人優勝 黒木香菜(3年) 福田慧(2年)ペア《北郷中》
2位 柳田愛佳(3年) 早瀬風香(2年)ペア《北郷中》
3位 梅田美香(3年) 柄桃香(2年)ペア《北郷中》
3位 石井紋奈(3年) 黒木智瑛(3年)ペア《西郷中》

男子団体県大会出場 北郷中学校

甲斐雄大(3年) 山下大翔(3年) 新田浩人(3年) 田口司(2年) 黒木優(2年)
山本真史(2年) 林田伊織(2年) 黒木脩平(1年)

男子個人優勝 山下大翔(3年) 甲斐雄大(3年)ペア《北郷中》
2位 黒木脩平(1年) 田口司(2年)ペア《北郷中》
3位 黒木優(2年) 新田浩人(3年)ペア《北郷中》
3位 松本大吾(1年) 三浦柊二(1年)ペア《北郷中》

陸上競技

種目(男子)	氏 名			
1年100m	宇津航輔(北郷1年)	久保諄(美郷南7年)	中森京介(美郷南7年)	亀田竜平(西郷1年)
2年100m	長尾武柳(美郷南8年)	菊田和輝(北郷2年)	中田航平(美郷南8年)	
3年100m	森川達博(西郷3年)	甲斐龍一(北郷3年)	大平二千翔(美郷南9年)	
1年1500m	大野海那人(西郷1年)	木村寿廉(美郷南7年)	中束龍星(美郷南7年)	
2年1500m	中嶋響士(美郷南8年)	大野海斗(西郷2年)	田村健太(西郷2年)	
3年1500m	菊池駿輔(西郷3年)	猪股勇気(美郷南9年)		
共通200m	黒田祐作(美郷南8年)			
共通800m	寺原優斗(美郷南8年)			
共通3000m	田常大成(西郷3年)			

平成
25年度

東臼杵地区中学校総合体育大会結果

北郷出身者集う 平成25年度五十鈴会開催!!



北郷出身者が組織する各五十鈴会が開催されました。
町長、北郷区議員の方々、区長さんが参加され、5月19日に延岡五十鈴会が開催。6月2日には宮崎五十鈴会が、6月16日には日向五十鈴会が開催され、「ふるさとへの絆」を深め合いました。北郷でのイベントにはぜひ参加したいとの意見など、ふるさとへの思いを強く感じることのできる会でした。



美郷町スポーツ少年団も参加！ 日向市・東臼杵郡ブロック大会

今年も5月中旬から6月中旬にかけて、日向市・東臼杵郡ブロック大会が、日向・東臼杵各地で開催されました。本大会は、ブロック内のスポーツ少年団が競技ごとに交流と親睦を図り、また競技によつては県スポーツ少年団中央大会の予選会を兼ねて毎年行われているものです。

美郷町は軟式野球、バレーボール、少林寺拳法の大会開催地となっています。各競技にはブロック内から多く参加者が集まり、選手の声や保護者の声援で会場は大変賑やかなものとなりました。

美郷町スポーツ少年団からは、軟式野球に1団体、神門少年野球クラブ、バレーボールに3団体(田代少女バレーボールクラブ、美郷南学園バレーボールクラブ、北郷少女バレーボールクラブ)、少林寺拳法に1団体(少林寺拳法西郷スポーツ少年団)、サッカーに1団体(FC北郷)が参加しました。バレーボール競技においては、美郷南学



バレーボール開会式



ベスト4の神門少年野球クラブ



少林寺拳法

本年度も美郷町教育研究所がスタートしました!



【研究員の委嘱を受けた先生】

後藤吉道教頭先生(田代小)、安保隆昭先生(西郷中)、河野一朗先生(北郷小)、竹口幸一先生(美郷南学園)、川越秀樹先生(田代小)、宮崎卓也先生(黒木小)、新田尚子先生(美郷南学園)、牧野将太先生(北郷中)

6月27日(木)に委嘱状交付式及び第1回研究所を行い、本年度の美郷町教育研究所がスタートしました。美郷町教育研究所は、町の教育課題を解決するために教職員による専門的な研究を行う機関です。
式では、長尾教育長が一人一人に委嘱状を交付した後、「研究の成果が、意欲的に学び、わかる・できる喜びを味わう児童生徒の育成につながると思う。」と激励の言葉を述べました。また、8名の研究員を代表し、田代小の後藤吉道教頭先生が、互いに切磋琢磨しながら課題解決に努め、授業力、教師力の向上を図る。」と意気込みを語りました。
研究員の先生方、よろしくお願いします!

北郷区キッズ 学園だより

北郷区放課後子ども教室「キッズ学園」では、7月に風鈴を作りました。
子どもたちは、無地の風鈴に思い思いの絵や模様を描いたり短冊に短歌を書くなどして、夏らしい風鈴を完成させました。今年の夏は、各家庭の軒下を涼しくすることでしょう。



町をきれいに！ 南郷商工会活動

南郷商工会 那須房雄会長は、6月9日(日)、南郷区総合グラウンド周辺の除草・清掃作業をおこないました。当日は雨の中、商工会の役員と青年部、女性部、事務局員計22名が早朝の2時間半、グラウンド周囲の植込みや広場の草刈り、道路の清掃などをおこないました。南郷商工会では、自分達の住む町を綺麗で安全なものにしたいとの考えから、ボランティア活動を年2回行っています。



ほおずき朝市が 開催されました

7月7日(日)に北郷区の「手づくり屋北の郷」で美郷町ほおずき朝市が開催されました。梅雨時期の曇天による日照不足で、実の色付きが心配されましたが、会場には、1200束の色鮮やかホオズキが並び、朝早くから多くの方が買い求めていました。



美郷町では、18名の生産者が約80haでほおずきの栽培を行っており、「宮崎のほおずき」といえばJ・A日向産」といわれるほど、市場からも高い評価を受けています。

広域情報

第27回

かどがわ納涼花火大会

今年の夏も門川の夜空に
大輪の花が咲き誇ります！

第27回かどがわ納涼花火大会が、8月31日(土)門川漁港周辺で開催されます。

日向灘を舞台に、約4千発の花火が夏の夜空を彩ります。見所は終盤。色とりどりの花火が鮮やかに咲き乱れ、クラッシュクズ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開催される予定です。

※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ご利用ください。

日時 門川町門川漁港周辺
場所 門川町役場産業振興課商工係
お問い合わせ 門川町役場産業振興課商工係

☎(0982)631140
FAX(0982)631356



お盆恒例！ 百済の里いだごろ祭り

南郷区のお盆恒例の行事第35回「百済の里いだごろ祭り」が開催されます。

いだごろ踊りは、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、いだごろ踊りのタナ(三味線、太鼓、口説き、囃子)が継承されており、今年は神門中区公民館、鬼神野公民館のタナの周りを区民、帰省客が総踊りで祭りを盛り上げて頂きます。

また、美郷南学園生徒による合唱やうなまエイサー琉星會の演舞、のど自慢カラオケ大会、日向十五夜太鼓による和太鼓演奏、小丸川での釣り大会や魚のつかみどりなどが予定されており、最後は約500発の花火が夜空を彩ります。会場を賑わす商業祭りも予定されていますので、ご家族そろってお越しください。

日時：平成25年8月15日(木)

午前11時から
午後9時15分まで

場所：南郷茶屋下駐車場



東北大震災復興支援

「みんなともだちプロジェクト」

カロム大会in美郷

日時：平成25年8月4日(日)13:00～ 場所：美郷町ニューホープセンター大集会室

美郷町でカロム大会を開催します。

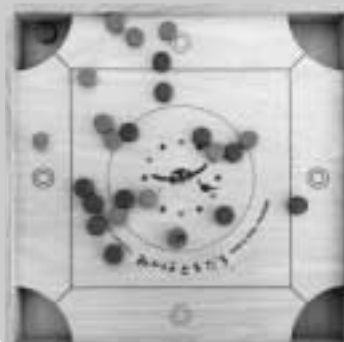
カロムとは、子どもから高齢者まで、年齢や性別を問わず、誰とでも対戦でき、同じ局面が2度とこない、まさにスリルのある頭脳ゲームです。ボードがあればどこでもできる手軽さ、そして電気をつかわない環境にやさしく、2人ないし4人で遊ぶおはじきゲームです。自分(チーム)の色のパックを指ではじいて4隅のポケットに入れ、最後に王様(ジャック)を落としたほうが勝ち。ビリヤードの原型といわれています。

あなたも、親子、友達、みんなで一緒に楽しめるカロム大会に参加しませんか。

カロムは、東北の木を使い福島の人達によって作られています。みんなで東北をつなごう！みんなでカロムを楽しもう！絵本作家でカロム大使の中川ひろたかさんもやってくる！



カロムはともだち！



カロムが1冊売れることで
いわきの経済が少し動きます。
カロムが広まることで
いわき、福島、東北の支援につながります。
カロムはともだちを作ります。
子どもたちの笑顔を作ります。
それも、大事な支援のひとつです。
ぼくたち「みんなともだち」だからね。
みんなともだちプロジェクト 中川ひろたか

主催：C1カロムグランプリ 宮崎支部 絵本サークル「スマイル虹」
後援：美郷町教育委員会・女性の輪・宮崎日日新聞社・夕刊デイリー新聞社
参加申し込み・お問い合わせ先：C1カロムグランプリ
宮崎支部 絵本サークル「スマイル虹」 東 TEL・FAX 0982-66-2176

素敵なサプライズもあります

『美郷町民スポーツ祭の日(仮称)』 名称について町民投票総選挙を実施します!

毎年10月の最終(第4若しくは第5)日曜日と決定された「美郷町民スポーツ祭の日(仮称)」の名称募集につきましては、町内の小中学生を中心に実に211点(157名)の応募を頂きました。

美郷町体育協会(新玉謙一会長)総会の場において慎重に協議検討を行った結果、次の7点に絞り込まれました。更に、最終決定は町民の皆様による人気投票総選挙を行い、最多得票を得たものに決定することとなりました。

【候補作品】

- 美郷町スポーツデー
- 美郷町元気いっぱいスポーツデー
- 美郷町スポーツ絆の日
- 美郷町民スポーツの日
- 美郷元気の日
- 美郷みんなでエンジョイスportsデー
- 美郷Thanks(三区)Sports Day



今月(7月期)の区長会回覧文書にて投票用紙を回覧致します。町民の皆様なら年齢に関係なく1人1票が与えられます。「正」の字で足す形で1人1票分をご記入下さい。

結果は「広報みさと」10月号の紙面にて発表致します。町民投票総選挙に対します皆様の積極的なご参加をお願い致します。

お問い合わせは教育委員会教育課 各区事務局まで
・本所(西郷区): ☎66 - 3608(担当: 鎌田)
・南郷事務所: ☎59 - 1605(担当: 田村)
・北郷事務所: ☎62 - 6205(担当: 藤本)



美郷の温故知新

「入下橋」 (にゅうしたばし)

北郷区屋敷水流域地区の国道388号線の旧道に架けられた石橋で、町内でも2番目に大きな橋とされ、地域間交通の重要な役割を果たしてきたことが推測されます。また、周辺には城跡も確認されていることから、古来から形を変えながら架けられ、昭和7年11月にこの美しい石橋となったようです。



現在は、国道388号線の役目を終えた旧道となり、静かに本道の往来を見つめています。

美郷町内の隠れた観光スポット

観光シリーズ No.2

「雄 滝」

今回は、北郷区小原の「雄滝」を紹介します。

「雄滝」は五十鈴川の支流である清川谷の上流にあります。

行き方は宇納間地藏尊前から国道宇納間日之影線を日之影の方へ2kmほど行きます。小原橋(林田商店や小原バス停留所が目印)がありますのでそこから左折して清川谷に沿いながら作業道を上っていきます。ここからの道は舗装がされていないので運転には十分気をつけてください。約2kmで「雄滝」の下流に着きますので、そこからは歩いて舗装された道を上っていきます。5分ほどで「雄滝」に到着です。

飛瀑25メートルの「雄滝」。今の時期は見る人を圧倒する水量で、爆音が耳に響きます。秋は紅葉、冬には凍った滝など年中通して楽しむことができるのも魅力の一つです。

また、滝の側には子安観音像が安置されており滝の方を見守っており、観音様に抱かれた子供の安らかな表情に思わず癒やされます。滝の中腹には不動尊が安置されていたようですが、霧しづきや、冬場の氷結のためか、台座のみが残っています。

この「雄滝」の他に北郷区には「雌滝」という滝があります。場所は松ヶ下林道の道沿いにあり、松ヶ下林道の起点は小原橋から約500メートル日之影方面へ向かった左側にあります。雄滝と比べて水量は少ないですが、この雌滝の中腹にも2体の観音像が安置されています。少し見つけるのが難しいかもしれませんが、探してみてください。



竹林はるか遠く ヨーコ・カワシマ・ワトキンズ 著

終戦前後の朝鮮半島と日本での引き揚げ者が味わった真実

ダース・ヴェイダーとプリンセス・レイア ジェフリー・ブラウン 著

スターウォーズのダース・ヴェイダーが子育てをすると...ルーカスフィルムの公認パロディ絵本

	電話	休館日	開館時間	種類	書 名	著者名等
南郷図書館	59 ・ 1 6 0 5	月 祝日	9:30 ～ 18:00 ※土・日 17:00	一般	死神の浮力	伊坂 幸太郎
				一般	いじめのきもち	村山 士郎編
				一般	のさり	藤崎 童士
				YA	夜はライオン	長園 安浩
				児童	クモばんばとぎんのくつした	仁科 幸子
絵本	かあちゃん取扱説明書			いとう みく		
西郷図書館	66 ・ 2 6 3 6			一般	不緒の鳥 十二国記	小野 不由美
				一般	家族写真	萩原 浩
				一般	かんたん、かわいいエコクラフト雑貨	荒関 まゆみ
				YA	神々と目覚めの物語	あさのあつこ
				児童	くろくまレストランのひみつ	小手鞠 るい
北郷図書館	62 ・ 6 2 0 5			絵本	サルと人と森	石川 啄木
				一般	風に立つライオン	さだまさし
				一般	悪道 御三家の刺客	森村 誠一
				一般	罪なき者よ、我を撃て	渡辺 容子
		YA	2.43 清陰高校男子バレー部	壁井 ユカコ		
		児童	怪盗クイーンと悪魔の錬金術師	はやみね かおる		
		絵本	バスガエル	戸田 和代		

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

新着図書のご紹介

今月は西郷図書館から
オスメの2冊を
紹介します。

国道327号整備促進 「人と道」短歌大会作品募集

一日向を愛した若山牧水に想いをはせてー

■趣旨

今回、国道327号整備促進を祈念して「人と道」をキーワードに広く短歌を募集します。普段何気に通っている「道」。人が生活する上でなくてはならない一番身近なものといえるかもしれません。歌人・若山牧水が愛し歩んだ日向路を想像しながら短歌をつくってみませんか？

■募集対象【一般の部】＊高校生を含む【中学生の部】【小学生の部】

■募集期間 平成25年8月1日（木）～8月30日（金）

■募集規定【各部門共通】

- ・宮崎県内在住の方に限ります。一人1首とします。
- ・題詠「道路」＊必ず「道」または「路」の文字を入れて下さい。
- ・自作で未発表の短歌に限ります。

■応募方法 『官製はがき』にて、作品、住所、氏名（ふりがな）、電話番号、（学生の場合、学校名、学年）を記入して郵送。＊ファックス等による応募はできません。

■応募先及び問合せ先

日向商工会議所 国道327号短歌大会 係 ☎0982-52-5131

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25年10月3日～平成26年3月31日(6ヶ月間)

②平成25年10月10日～平成26年4月28日(橋渡し訓練+本訓練6ヶ月間)

・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)15名

・募集期間 ①平成25年7月12日～8月29日

②平成25年7月12日～9月6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



葉桜顕彰活動 25周年



郷土が生んだ歌人、小野葉桜のその生涯と作品を広く永く顕彰し地域文化発展の推進力にしようと、昭和63年2月に「葉桜顕彰会」が設立され、本年度25周年を迎えることとなりました。

顕彰活動25周年を記念し、葉桜の短歌を1首ずつご紹介しています。

あまり見まはしかけ入れれば
ただ一人なりき人形も見ずに
また逃げ出せり

(「悲しき矛盾」から)

(解説)

一人きりが心細くて逃げ出すのもおかしいが、はた目を気にしてかけ入る葉桜がいじらしい。縁日か、それとも祭り。

※解説は、前葉桜顕彰会理事 故石井啓夫氏によります。

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
一般曹候補生	参考(24年度) ・陸 約2,100名 ・海 約1,000名 ・空 約750名 (女子) ・陸 約80名 ・海 約40名 ・空 約80名	18歳以上 27歳未満の者	8月1日～ 9月6日	試験期日	1次:9月16日～17日 2次:10月5日～11日 いずれか1日を指定	26年 3月下旬 ～4月上旬
				合格発表	1次:9月30日 最終:11月8日	
自衛官候補生	参考(24年度) ・陸 約6,400名 ・海 約570名 ・空 約1,320名	18歳以上 27歳未満の者	年間を通じて 行っております。	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
	参考(24年度) ・陸 約500名 ・海 約80名 ・空 約130名	18歳以上 27歳未満の者	8月1日～ 9月6日	期日	9月22日～26日 いずれか1日を指定	26年 3月下旬 ～4月上旬
航空学生	参考(24年度) ・海 約70名 (うち女子若干名) ・空 約40名 (うち女子若干名)	18歳以上 27歳未満の者	8月1日～ 9月6日	試験期日	1次:9月21日 2次:10月12日～17日 3次:11月9日～12月12日	26年 3月下旬 ～4月上旬
				合格発表	1次:10月4日 2次:(海)11月6日 (空)11月1日 最終26年1月22日	
予備自衛官補	一般 約1,400名	18歳以上 34歳未満の者	7月16日～ 9月30日	試験期日	10月12日～15日 いずれか1日を指定	教育訓練の 開始時期 25年7月 以降
	技能 約200名	18歳以上で 国家免許資格 等を有する者		合格発表		

※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。

放送大学 10月生募集のお知らせ

放送大学では、平成25年度第2期(10月入学)の学生を募集しています。

放送大学はテレビ等の放送やインターネットを利用して授業を行なう通信制の大学です。

心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など、幅広い分野を学べます。

出願期間は8月31日までです。資料を無料で差し上げています。お気軽に放送大学宮崎学習センター(☎0982-53-1893)までご請求下さい。放送大学ホームページでも受け付けております。

税務だより

○税を納めないでいる
とどうなる？

地方自治は税金で成り立っています。つまり納税者が福祉や教育、土木事業などの公共サービスを支えているのです。

町税の滞納は、町の財政を圧迫し、町民サービスに支障をきたすことにもなりかねません。

そして何よりも、納期内に税金をきちんと納付していたにいたる大多数の納税義務者との公平性を欠くことになりま。また、督促状の送付など、余分な経費に税金を使うことにもつながります。

このため町では、納付できるのに納付しない悪質な滞納者に対し、財産の差押えなどの滞納処分を行っています。また、宮崎県と協力して税の収納対策業務に取り組んでいます。これは税源移譲に伴う収入確保と、町税務職員への徴収技術の向上を目的として実施されているものです。町と県は協力して滞納町

税の解消と滞納整理、差押え等の強制処分を進めていきます。

本年度は7名の県職員に對して、6月20日に税務職員併任辞令交付が行われました。



併任人事交流では、悪質な滞納者に対して地方税法第48条に基づき県へ徴収引継を行う他、給与、預金などの差押え、自動車のタイヤロックの実施を行います。

○滞納を放置すると
損することばかり



税金を納期限までに納めなかった人へは、まず督促状を送付します。督促状を発送した日から起算して10日を経過した日までに完納しなかった場合には、『町は滞納者の財産（給与、預金、生命保険、不動産、自動車など）を差押えなければならぬ』と地方税法で定められています。

納期限までに納めた人との公平性を図るため、滞納税は強制的に徴収します。この結果、滞納者は経済的不利益を負うだけでなく、社会的信用も失うこととなります。

○滞納は放置せず、
事情のある人は必ず
納付相談を

病気や失業、事業の廃止など、やむを得ない理由で一時的に税金を納期限内に納めることが困難な人は、納期内に財務課に連絡をしてください。生活状況などを聞き取ったうえで、徴収の猶予などを行うことができます。ただし、虚偽の申し出や納付計画を守らずに不履行になった場合は、滞納処分の対象になります。



○家屋を新築又は取り壊した場合は役場に
報告してください

家屋を新築又は取り壊した場合は、原則本人の届出が必要です。届出を行わないと、

ずっと税が課税されたままだったり、後でまとめて税が課税されたりする場合がありますのでご注意ください。

●「固定資産税の課税基準日は1月1日となります。」
家屋の状態は基準日で把握します。基準日以前に状態が変わった場合は、次年度課税からの変更になり、基準日以後に変わった場合は、次々年度からの変更となります。

例
平成25年12月31日までに増改築又は取り壊した場合
【26年度課税から変更】
平成26年1月1日以降に増改築又は取り壊した場合
【27年度課税から変更】

◆美郷町役場財務課税務担当
☎0982-66-3602（直通）

◆各支所 財務課
北郷支所 ☎62-6201
南郷支所 ☎59-1606

年金に関するご案内

『国民年金後納制度』をご存じですか？

【制度の概要】

平成24年10月から平成27年9月の間において、年金保険料が納付できる期間を過去2年から10年に遡及し、過去に納め忘れ等で“未納となっている保険料”を遡って納めることが出来る制度です。

【利用のメリット】

- ① 年金額を増やすことができます。
平成25年度は、未納保険料を1月分納めることで年額1,638円プラスされます。また納付済期間も同じように増やすことができます。
- ② 年金受給権を得ることが出来る場合があります。
年金受給のための資格期間（原則25年）を満たす目的で、この制度を活用することができます。

【対象となる方】

年金を受給されていない方で、
1)20歳から65歳（60～65歳の方は任意加入している場合）までの方
2)65歳以上で任意加入中または無年金状態にある方
※制度利用の対象になると思われる方には、平成24年8月から年金機構より随時、案内が送付されています。



もう少し追納すると年金の受給資格ができるけどお金がない。
・・・どうすれば？

そんな時！『生活福祉資金貸付制度』をご利用してはいかがでしょうか？

この制度は、宮崎県社会福祉協議会が行っているもので、年金受給権取得のための掛金追納費用の貸付を受けることが出来ますが、必ず事前審査が必要となります。貸与の条件は、「年金受給権取得のため」ですので、単に掛金を借りるというだけでなく、追納することで年金受給の資格を取得できるといった条件が必要になります。

制度の詳細や手続きについては、下記までお問合せください

●国民年金後納制度に関すること

美郷町役場 町民生活課
本所・西郷支所 ☎66-3604 北郷支所 ☎62-6202 南郷支所 ☎59-1602

●生活福祉資金貸付制度に関すること

美郷町社会福祉協議会
西郷事業所 ☎66-2464 北郷事業所 ☎62-6191 南郷事業所 ☎59-0787

国税職員を装った不審な電話にご注意ください。

今年の4月以降、高齢者の方へ、国税局や税務署の職員を装った不審な電話が架かる事例が増えています。

電話の内容は、「年金額はいくらか？」、「預貯金総額はいくらか？」、「家族構成と年齢を教えてください」といったものです。

国税職員を名乗る電話で不審な点があるときは、即答は避け、相手の所属部署、氏名、電話番号を確認した上で一旦電話を切り、熊本国税局（納税者支援調整官）又は最寄りの税務署（総務課）にお問い合わせください。

詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。最寄りの税務署にお気軽にお尋ねください。

●熊本国税局
☎096-3546171

●延岡税務署
☎0982-323301

自動音声案内に従い「2」を選択してください。

保健だより

なぜ野菜を食べなくては
いけないのでしょうか

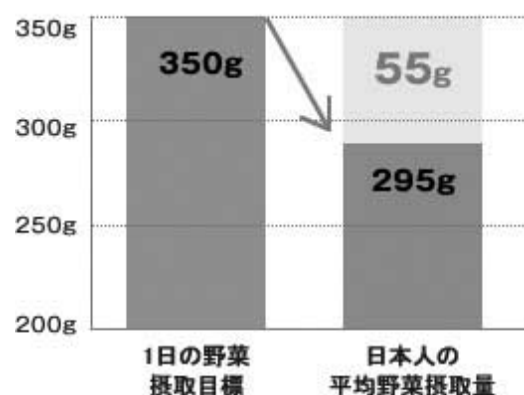
人間は60兆個の細胞からできています。
野菜の栄養素は細胞を作るとき、成長に必要なものです。
野菜にはビタミンA・ビタミンC・葉酸が含まれています。



含まれる栄養素	働 き	不足すると
ビタミンA	細胞が増えるとき 入れ替わるとき必要	粘膜が弱くなる ・鼻、口＝風邪を引きやすくなる ・皮膚＝乾燥して固くなり、傷つきやすくなる ・胃、腸＝消化・吸収力が落ちる 下痢 をする
ビタミンC	結合組織の材料を作るとき必要 赤血球を作る	骨・歯・腱・血管の外側が弱くなる 貧血
葉 酸	赤血球を作る 細胞の核を作る	貧血

日本人は1日あたり
平均約**55g**の
野菜が不足している！

●野菜の目標摂取量と実際の摂取量との差



資料：厚生労働省「平成21年国民健康・栄養調査」、
健康・体力づくり事業財団「健康日本21」

野菜は食物繊維を多く含みます。食物繊維は、余分なコレステロールを体外に出し、便通を整え、ご飯やいも類などの炭水化物の吸収をゆるやかにして、食後の血糖値が急上昇することを防ぎます。

食物繊維がないと便が作られません。

どの年代とも野菜摂取量が不足しています。
成人では、一日350g以上の野菜が必要です。
食卓にもう一皿野菜料理を増やしましょう！



*腎臓機能低下でカリウム制限がある方は、医師に相談しましょう。

暑い季節になり、体力がおちる時期でもあります。
旬の野菜には、その季節に人の体が必要とする栄養素がぎっしり詰まっています。
サラダやお浸し、煮たり蒸したり炒めたりと、旬の野菜をいただきましょう！

がん相談ホットライン 祝日を除く毎日
03-3562-7830

日本対がん協会は、がんに関する不安、日々の生活での悩みなどの相談（無料、電話代は別）に、看護師や社会福祉士が電話で応じる「がん相談ホットライン」（☎03-3562-7830）を開設しています。祝日を除いて毎日午前10時から午後6時まで受け付けています。

相談時間は1人20分まで。予約は不要です。

平成25年8月30日から『特別警報』の
発表を開始する予定です

気象庁では、大雨・暴風・高潮や地震、津波などにより重大な災害の起こるおそれがある時に、警報を発表して警戒を呼びかけています。より甚だしい大雨や大きな津波等が予想され、重大な災害による危険性が非常に高まった際には、特別な警戒を呼び掛けるため、新たに「特別警報」を発表します。

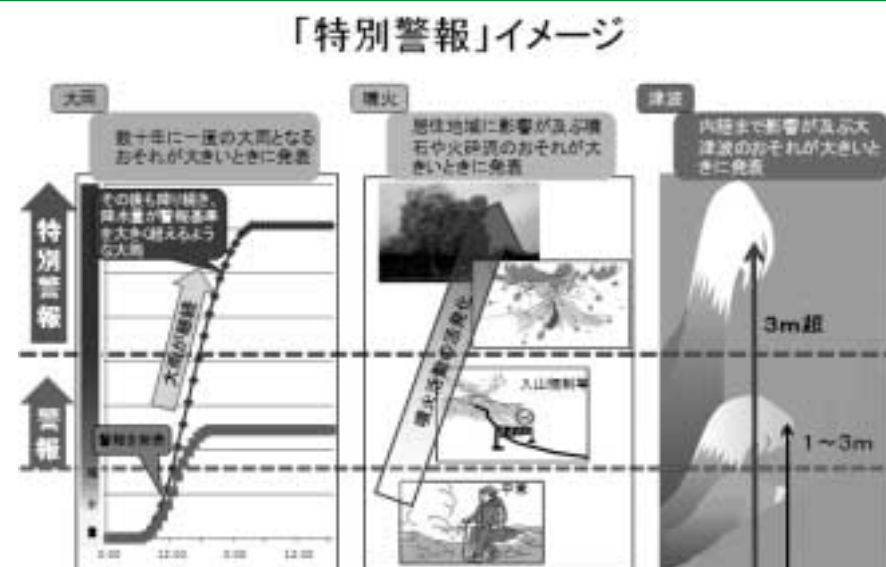
特別警報の対象とする現象は「東日本大震災」や、我が国の観測史上最高の潮位を記録し、犠牲者5,000人以上を出した「伊勢湾台風」、九州北部に甚大な被害をもたらした、死者・行方不明者合わせて29名を出した「平成24年7月九州北部豪雨」等が該当します。

特別警報が発表された場合、お住まいの地域は数十年に一度しかないような非常に危険な状況にあります。屋外の状況や、避難指示・勧告等に留意し、ただちに命を守るための行動をとってください。また、大雨等の被害を防ぐには、時間を追って発表される注意報、警報やその他の気象情報を活用して、早め早めの行動をとることがあなたや家族の命を守ります。

特別警報の詳細は、気象庁ホームページでご確認ください。

<http://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/tokubetsu-keiho/index.html>

【お問い合わせ先】宮崎地方気象台防災業務課 ☎0985-25-4032



～新たな一歩を踏み出そう！～

東臼杵南部地域 6次産業化相談会

●日時：毎週第4水曜日 午前10時から午後3時まで ●場所：東臼杵南部農業改良普及センター

6次産業相談委員が皆様の疑問にお答えします！

●6次産業化について知りたい農林漁業者や農業法人の皆様、ぜひご参加下さい！



6次産業化って何？
どんな支援制度があるの？
6次産業化の計画認定って何？



※相談は予約制となっております。相談を希望される方は、事前に最寄りの普及センターにご連絡下さい。

相談・申込先：東臼杵南部農業改良普及センター ☎0982-68-3100

主催：みやざき6次産業化サポートセンター（公益社団法人宮崎県農業振興公社）

☎0985-51-2011

宮崎県のがん相談支援センター 一覧

がん相談支援センターでは、ご本人やご家族が、がんの治療を受けるうえでの不安や悩み、療育生活や仕事のこと等についてご相談をお受けしています。下記の医療機関で診療を受けていない方でもご利用できます。

医 療 機 関 名

宮崎大学医学部附属病院

『相談支援室』

☎0985-85-1909 FAX.0985-85-9186

Mail:soudan@fc.miyazaki-u.ac.jp(予約受付のみ)

宮崎県立宮崎病院

『がん相談支援センター』

☎0985-38-4157 FAX.0985-38-4166

都城病院

『地域医療連携室』

☎0120-411-329 FAX.0986-26-1893

Mail:trenkei@miyakonojo.hosp.go.jp

宮崎県立延岡病院

『相談支援センター(医療連携科内)』

電話:0982-32-6202 FAX.0982-32-6729

Mail:jimukyoku@pref-hp.nobeoka.miyazaki.jp

宮崎県立日南病院

『がん相談支援センター』

☎0987-23-3156 FAX.0987-23-5142



食中毒に注意しましょう。 ピークは7月～8月



食中毒予防の3原則は、細菌やウイルスを

「つけない」「増やさない」「やっつける」

「付けない」…… 見た目はきれいでも、手には多くの細菌がついています。ていねいに手を洗う習慣を身に付けましょう。包丁やまな板、布巾は常に清潔に保ちましょう。

「増やさない」… 冷蔵庫や冷凍庫の過信は禁物です。早めに食べ切るようにし、食品の長期保存は避けましょう。

「やっつける」… 調理は清潔な手で行い、食材は加熱することを心がけましょう。あやしいと感じた食品は捨てましょう。

○ 食中毒が疑われるときは医療機関へ

食中毒が発生したときは、一刻も早い医療機関での治療が必要です。食中毒は細菌やウイルスの種類によって治療法が異なります。また、医療機関へ行く前は次の事に注意しましょう。

* 自己判断せずにしっかりとした予防を

- ・食中毒には嘔吐や下痢を伴うことがしばしばあります。これは毒素を体外に出して体を守ろうとする働き(自浄作用)です。自己判断で薬を服用し症状を抑えようとすることは避けましょう。
- ・手洗いをする、食品は十分に加熱するなど、基本的な予防方法をしっかりと守るようにしましょう。

認知症予防教室・パソコングループ フラワーセブン

平成24年度、認知症予防のパソコン教室が開かれその受講生で結成された南郷区のグループです。自主活動が始まって、まず、NPO法人認知症予防サポートセンター「あの町委員会」の募集に記事を応募しました。もうすぐグループの記事が載った冊子が届くと思います。楽しみにしています。これが最初の活動でした。

その後、何をしようかと行き詰ってしまいました。グループの中にパソコンの指導が出来る人がいなかったせいだと思います。

でも、この5月から素敵な仲間が入ってくれました。御歳81歳、大先輩ですが、パソコンに対する知識と情熱は20代の青年です。

素晴らしい先生にめぐり会えて、いま、志を新たに奮闘しているところです。

大先輩に引っ張られ悪戦苦闘しています。おかげで認知症という言葉など忘れてしまいそうです。

まずは、もっとパソコンを使えるようになることです。一年後を目標にがんばります。

黒田村子、藤田博子、坂本充子、高見雪子、村田幸子、米上美鈴、黒木洋子、以上7名に中村吉次朗先生が加わって再スタートしました。それぞれの紹介は次回にしたいと思います。

日本脳炎予防接種について

日本脳炎の予防接種後に重い病気になった事例があったことをきっかけに、平成17年度から平成21年度まで、日本脳炎予防接種のご案内を行いませんでした。

その後、新たなワクチンが開発され、現在は通常通り受けられるようになっています。

この措置により受けそびれた方で、平成7年4月2日以降に生まれた方は、20歳未満まで日本脳炎の定期接種を受けることができます。

母子健康手帳等をご確認の上、不足分の接種を受けてください。

1期接種…3回 2期接種…1回 計4回接種

日 程	受付時間	接種会場	対象者
8月20日 8月27日	13:30～	西郷健康管理センター	高校生以上のみ各日25名まで
8月12日 8月19日 8月26日	15:30～	南郷保健センター	小学生以上

※接種日の1週間前までに予約の連絡(健康福祉課まで)をお願いします。

「健診結果説明会」が始まります

7月から実施しています特定健診の結果説明会を、8月から9月にかけて行います。健診の結果は、生活習慣病があるかどうかを総合的に判断して、下記の3つの段階に階層化されます。ご自身の健康を振り返る良いとても重要な機会です。健診を受けられた方は必ずご参加ください。

- | | | |
|--------------------------------------|---|---|
| <p>① 情報提供
現時点では特に異常が認められない方</p> | ➡ | <p>各公民館での結果説明会で個別に結果をお返しします。
日程については、行事予定表をご参照ください。</p> |
| <p>② 動機づけ支援
メタボリック症候群予備群の方</p> | ➡ | <p>該当になった方の結果説明については、後日個別に案内いたします。</p> |
| <p>③ 積極的支援
メタボリック症候群のリスクが高い方</p> | ➡ | <p>各公民館の説明会では健診結果をお返しできませんので、ご了承ください。</p> |

「骨粗鬆症とは・・・」

美郷町国民健康保険西郷病院

副院長 小田 竜



皆さんこんにちは。西郷病院の小田竜です。長い梅雨も明け、暑さも本格的になってきたこの季節、町民の皆様いかがお過ごしでしょうか？ 夏場は汗をかき体液が減少してきます。そのため、冬場より血圧は低めになります。また、脱水で低血圧ショックを起こす事もありますので、十分な水分摂取に心がけてください。

さて今日は「骨粗鬆症」のお話をさせていただきます。みなさん「骨粗鬆」ってご存知ですか？ それは、骨がもろくなっている状態の事です。病気やお薬の副作用でなる場合もありますが、多くは老化現象の一つとしてなります。特に女性では、閉経を境にみなさん「例外無く」骨の強度は低下していきます。ですから骨粗鬆症は男性に少なく女性に多いのです。

骨粗鬆には「もうこれ以上もろくなったら大変!!」という基準があります。もちろんその基準を下回ったら、「骨粗鬆症」という「病気」として治療を始めなければなりません。（基準を下回っていなくとも、骨粗鬆の傾向があれば、予防的に飲む事ができる内服薬もあります）

「どうせ老化現象だから・・・」と、みなさん放っておいてはいけません！ 骨粗鬆症になってしまうと、ちょっと転倒しただけで骨折するようになります。中には「よっこらしょ」と、地面に腰かけただけで、骨盤を骨折された方もいらっしゃいました。

骨粗鬆症につきましては、まず適切な予防そして早期治療の二つが重要と考えます。

予防で大事な点は、食事と運動であります。食事は主に カルシウム ビタミンD ビタミンK を積極的に摂る事です。

具体的には以下のとおりです。

（カルシウム）牛乳、乳製品、小魚、干しエビ、小松菜、チンゲン菜、大豆製品
（ビタミンD）サケ、ウナギ、サンマ、メカジキ、イサキ、カレイ、シイタケ、キクラゲ
（ビタミンK）納豆、ホウレン草、小松菜、ニラ、ブロッコリー、キャベツ

それから、運動は「骨に体重をかける運動」が良いです。

一番のお勧めはウォーキング（歩く事）です。以下に具体的なウォーキングのやり方を示します。

【始める前に】

- ・動きやすいズボンや運動靴を用意する。
- ・1回の運動時間は30分以内から始める。体力に自信がでてきたら少しずつ距離や時間をのばす。
- ・運動中に具合が悪くなったらすぐに中止する。

【歩くときの姿勢】

- ・胸を張り背筋を伸ばす。
- ・膝を伸ばし脚はしっかりと伸ばす。
- ・つま先で地面をけり、体を前に進める。
- ・着地はかかとから。
- ・歩調はリズムカルに。
- ・歩幅はいつもより広めの70～80センチくらいに。あごを引いて、やや遠くを見る。

【靴の選び方】

- ・足の幅や甲の高さがあっているきゅうくつでないもの。
- ・靴底がしなやかで、足裏に密着している。
- ・軽くて通気性がある。
- ・底が厚く、クッション性が高い。すべらない。 [出典:骨粗鬆症財団より]

次に早期治療についてですが、骨粗鬆症の治療の一番の目的は『骨折しない事』です。骨がもろくなり、骨折してから治療開始したのでは実は遅いのです。ですから女性であれば、閉経をきっかけに定期的な骨粗鬆症の検査を受けられる事をお勧めします。骨量の減少が早期に分かれれば、骨折予防のための治療が早期に開始され、老後の骨折リスク「危険性」がずっと減ります。つまり元気な老後が過ごせる確率が高くなるという訳です。

骨粗鬆症の治療として従来からの内服療法に加え、最近では特殊な注射による治療も開発されております。西郷病院では約20名の方がこの注射療法を受けられて来ております。詳しい適応等は割愛させていただきますが、興味のある方や、御心配のある方、また一度骨密度を検査してみたい方などいらっしゃいましたら、気軽に御相談ください。それでは失礼いたします。

中学生からのプレゼント

平成25年6月28日（金）西郷病院において、西郷中学生が大切に育てたサルビアとマリーゴールドが贈呈されました。

中学生代表4人が病院を訪問、植栽したプランター9台、そして、あたたかいメッセージを綴ったポスターを贈呈していただきました。

患者様へのメッセージ、職員への感謝などが丁寧に綴られており、皆々、顔をほころばせています。

西郷中学校の生徒の皆さん、本当にありがとうございます。

なお、花のプランターとメッセージは、病院玄関前・ロビーに飾らせていただきました。町民の皆様、どうか、ご遊覧ください。



8月 保健事業予定表

	日	内 容
南郷	5 月	二種混合 予防接種（受付15:30～ 南郷保健センター）
	6 火	壮快塾（10:00～ 南郷保健センター／13:30～ 長堀公民館）
	11 日	特定健診 / 歯周疾患検診 / 結核検診 / 前立腺がん検診 / 大腸がん検診 / 肝炎検診 （受付8:00～10:30 南郷保健センター / 13:30～14:30 南郷保健センター）
	12 月	子宮頸がん/日本脳炎 予防接種（受付15:30～ 南郷保健センター）
	19 月	子宮頸がん/日本脳炎 予防接種（受付15:30～ 南郷保健センター）
	20 火	壮快塾（10:00～ 南郷保健センター／13:30～ 旧渡川中ランチルーム）
	21 水	特定健診結果説明会（門田公民館9:00～10:00/渡川中区公民館10:30～11:30/ 古園公民館13:30～14:30/神門上区公民館15:30～16:30）
	22 木	特定健診結果説明会（吐公民館9:00～10:00/市田公民館10:30～11:30/ 仁田公民館13:30～14:30/神門下区公民館15:00～16:00）
	23 金	特定健診結果説明会（鬼神野森の駅9:00～10:00/鬼神野折立公民館10:30～11:30/ 入川公民館13:30～14:30/又江の原公民館15:30～16:30）
	26 月	二種混合/日本脳炎 予防接種（受付15:30～ 南郷保健センター）
	27 火	特定健診結果説明会（水清谷上区公民館9:00～10:00/水清谷集落センター10:30～11:30/ 小又集落センター13:30～14:30/南郷保健センター15:30～16:30/南郷保健センター18:30～19:30）
	30 月	乳幼児健診（13:30～南郷保健センター）
西郷	1 木	日本脳炎予防接種（受付13:30～ 西郷健康管理センター）
	7 水	壮快塾（10:00～11:30 上野原文化伝承館）
	8 木	日本脳炎予防接種（受付13:30～ 西郷健康管理センター）
	20 火	日本脳炎予防接種（受付13:30～ 西郷健康管理センター）
	21 水	壮快塾（10:00～11:30 若宮集落センター）
	23 金	乳児相談（10:00～11:00 西郷健康管理センター）
	25 日	特定健診 / 歯周疾患検診/結核検診 / 前立腺がん検診 / 大腸がん検診 / 肝炎検診 （受付8:00～10:00/13:00～14:30 西郷病院）
	26 月	特定健診結果説明会（14:00～14:30 上区コミュニティセンター／15:00～15:30 中区コミュニティセンター／16:00～16:30 下区集会センター）
	27 火	日本脳炎/子宮頸がん予防接種（受付13:30～ 西郷健康管理センター）
	28 水	特定健診結果説明会（14:00～14:30 小原集会センター／15:00～15:30 立石集会センター／19:00～20:00 和田集落センター）
北郷	1 木	特定健診 / 歯周疾患検診/結核検診 / 前立腺がん検診 / 大腸がん検診 / 肝炎検診 （受付8:00～10:00/13:00～14:30 北郷保健センター）
	8 木	すくすくこどもクラブ（13:30～15:00 北郷保健センター）
	18 日	特定健診 / 歯周疾患検診/結核検診 / 前立腺がん検診 / 大腸がん検診 / 肝炎検診 （受付8:00～10:00 北郷保健センター）

今年も花菖蒲が咲いたよ



南郷区長堀の海野勝さん方裏の花菖蒲園で紫や白の花が満開となりました。ここは、海野さんが20年程前から少しずつ拡張を行いながら整備し、現在は400㎡ほどの広さになっています。

この花菖蒲の見頃(5月末から6月始め)に合わせて、神門保育所の園児が訪れました。この訪問は毎年おこなっており、はとぐみ、うさぎぐみ、くまぐみ、それぞれに分かれて訪問しました。園児達は、園内の遊歩道を歩いたりしながら楽しんだ後、海野さんが園児のために準備したお菓子などを美味しそうに食べていました。



陸上小学5年生女子100m宮崎県チャンピオン

かみむらえり

上村恵梨さん いざ全国大会へ!!

美郷南学園5年生の上村恵梨さんが、6月16日に開催された、陸上競技の第29回県学童大会兼全国小学生交流大会選考会の小学5年生女子100m競技において、14秒35(予選は14秒27)という素晴らしい記録で第1位に輝き、8月(23日～24日)に横浜市の日産スタジアムで開催される「全国小学生陸上競技交流大会」に宮崎県代表として出場することになりました。

上村さんは日向アスリートに所属し、藤本久充監督の指導の下でめきめきと力を付け、陸上を始めてわずか1年で今回の快挙達成となりました。藤本監督は「大変素直な子で、言うとおりにやって伸びてくれた。まだ粗削りな部分があり将来が楽しみな選手。」と評価されております。

上村さん本人は「初めて全国の大きな大会に行くから少し緊張します。13秒台を出して準決勝に残れる様な走りをしたい。」と力強く語ってくれました。

美郷町からのスプリンター誕生は大きな話題となっております。上村さんの今後が大いに楽しみです。

美郷町の人口

		前 月	今 月	増 減
人 口	男	2,813	2,813	0
	女	3,053	3,055	2
	計	5,866	5,868	2
世帯数		2,469	2,475	6

平成25年7月1日現在 (現住人口による)



上村さんと藤本監督



目指せ13秒台!!

