

■平成 21 年 3 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/>



美郷町さいごう完熟金柑部会部会長の 新田拓男さんの金柑園

出荷も最盛期に入り、きれいに熟れたきんかんに収穫作業も大忙し！
2月にはきんかん祭りも開催され大盛況でした。(関連記事14ページ)

国道388号整備促進 美郷町期成会 東国原知事へ要望

本町期成会では、林田町長をはじめ、各種団体の代表者16名に参加いただき、去る2月2日に、県土整備部、知事への要望活動を行いました。

町長による本路線、特に西郷・南郷間の実情について説明を行い、参加者からも、合併による一体感の醸成、各種会合、産業の振興や救急医療時の必要性について積極的な意見が出されました。これに対し、知事を始め県執行部は、「本路線改良事業の必要性、緊急性は理解しています。現在、実現に向け調査を実施中であり、施工中の工区の進捗状況を考慮しながら計画をしていきたい。」との回答をいただきました。

本期成会の要望活動は、今回で2回目となりましたが、参加者の意見は、当初予定された時間を超え、その熱意は、知事をはじめ県当局に町民の総意として伝わったことと思います。

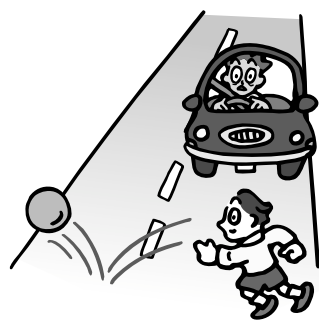
お忙しい中、ご協力いただいた参加者の皆様に、厚く御礼申し上げます。



交通事故死ゼロ 表彰を受けました！

平成21年1月29日(木)、本庁において交通事故死ゼロ表彰式が行なわれました。これは、市町村人口により死亡事故抑止日数が設定されており美郷町がその基準を達成したことによる表彰でした。人口5,000〜10,000人では730日(概ね2年)が表彰基準となっております。美郷町の最終交通死亡事故が平成19年1月27日であり、平成21年1月26日にその基準を満たしました。

現在、美郷町の交通死亡事故の最長記録は更新中で、他の市



町村の模範となっております。これからも町民一人一人が交通ルールを守り、町内から交通事故を出さないよう、また、町民が交通事故に遭わないよう心がけましょう。



旭日章受章 おめでとうございます



納村 徳さん(88歳)

本年1月1日付で、北郷区宇納間、の納村 徳さん(88歳)が旭日章を受賞されました。

納村さんは、旧北郷村議会議員や老人クラブ会長など、長年に渡る地方自治の発展と住民福祉向上への功績が認められ、今回の受賞となりました。

日向東白杵圏域情報

吉野宮神社大祭《座頭神祭》 〜室町時代から続く伝統の祭り〜

悠久の森に琵琶の音が響く日本で ただ一人の琵琶法師永田法順さん公演

吉野宮神社は、諸塚村と美郷町北郷区(宇納間)を結ぶ標高700メートルの尾根にあって、村境に接します。500年前の室町時代に南北朝の密命により、肥後国(熊本)に向かう途中、この地で賊に襲われ不幸にも命を落とした琵琶盲僧を祀ったもので、その命日にあたる3月28日に行われるのが大祭です。その謂われから座頭神は、目の神様・商売繁盛の神様とされ、多くの参拝客が訪れます。延岡のお大師さん祭り、宇納間の地藏さん祭りと共に宮崎県北の3大まつりとして古い歴史と伝統があります。当日は諸塚村の特産品販売や神楽だんご・うどん、そばなど盛りだくさんでお待ちしています。



みさとの文化財

町指定文化財 〔美術工芸品1件〕

神門神社所蔵

三十六歌仙扁額

(平成11年指定)

神門神社の三十六歌仙扁額(当時の優れた歌人の肖像画や名前、代表的な作品を記したものは、平成10年3月「日向国南郷神門神社・木城比木神社の師走祭調査報告書」で報告され、その後詳しい調査が行われたものです。

現存の扁額三十三枚は、画風やサイズの違いから二組のものとかわれ、その一組は「慶長拾貳年(1607年)丁未十一月……」の銘があり十四枚が現存します。

もう一方は、銘文にはないが江戸時代前〜中期(1700年前後)の土佐派の作とみられるもので、十九枚が残されています。

(大きさ約35cm×約25cm×約0.7cm)

(文化財保護調査委員会)



源 重之(詞花和歌集211)

風をいたみ 岩うつなみの をのれのみ くだけてものを思ふころかな



ケーブルで拓く美郷の未来!!

各区で住民説明会を開催

2月4日～6日に、南郷区・西郷区・北郷区において、情報通信基盤施設整備事業の住民説明会を開催しました。

今回は組合長の方を中心に開催し、約120名のご参加をいただきました。事業の目的や概要について説明した後、住民の皆さまからさまざまな貴重なご意見や質問などをいただきました。

今後はさらに公民館などの単位で説明会を計画しております。

また、1月21日、22日には共聴組合の代表者を対象にした説明会も開催しています。



南郷区での住民説明会の様子



西郷区での共聴組合説明会の様子

公民館の総会などでの事業について説明を希望の際は本所企画情報課または各区地域政策課にお問い合わせください。

☎66・3603(本所企画情報課)

総務省テレビ受信者支援センター(デジサポ)宮崎が開設されました

九州総合通信局では、2011年7月24日までにアナログ放送が終了することに伴い、地上デジタルテレビジョン放送への完全移行に向けて、昨年10月1日より、テレビを視聴している皆様のデジタル化に関する相談や支援等に対応するための拠点と

して「総務省九州・沖縄地域テレビ受信者支援センター」を福岡市内、熊本市内にそれぞれ設置しています。他の5県にも支援センターを設置し、2月2日(月)から業務を開始しました。

テレビ受信者支援センターでは、今年度は、地域においてデジタル受信相談対応・説明会等を実施し、来年度以降は、地域のコーディネーターとして、総合通信局、放送事業者、地方公共団体等と連携して、電器店・工事業や民生委員、ボランティアの協力を得ながら、説明会等を行っていくこととしています。

宮崎県テレビ受信者支援センター
(デジサポ宮崎)
住所:〒880-0022宮崎市大橋3-101-1
UMK宮崎ビル3F

テレビ受信等に関するお問い合わせは、
総務省地上デジタルテレビジョン
放送受信センター
☎0570-07-0101



スポーツ安全保険の加入について

平成21年度のスポーツ安全保険の受付が3月より始まります。

子ども会、運動クラブ、文化・ボランティア団体など5名以上から加入できます。

既に加入してある団体には代表者住所に案内が届きますが、新たに加入される場合は教育委員会各事務所に備え付けてある「加入依頼書」もしくはインターネットをご利用下さい。

【問合せ先】

(財)スポーツ安全協会宮崎県支部
☎0985・55・3136

インターネット申込

<http://www.spolkyo.jp/spoanet.html>



第3回 美郷町女性の集い

1月18日(日)に、町婦人連絡協議会(会長 三股ふくこ)主催による「第3回美郷町女性の集い」が開催されました。

「女性で築く美しき郷づくり(健康編)」をテーマに、平成20年度の総会後、「こころの健康について」と題した講演で、現代社会での心のケアについて学習しました。また、昼食では町食生活改善協議会(会長 下田市子)指導の下、低カロリーお弁当を試食しました。

午後は、血管年齢や血圧の測定等による健康講座、最後に、じゃんけんゲーム等のレクリエーションやダンスで体を動かし、心や体の健康づくりを学びました。



「音楽でリラックスコンサート」に出演された、コールチェリーナの皆様

美郷町農林業振興大会開催

2月14日(土)、北郷総合交流センターにおいて、美郷町農林業振興大会が盛大に開催されました。

本大会は、合併して初めて開催されたもので、町内各地域から農家・林家、約250名が参加し、

これからの農林業の進むべき方向と課題について再確認しました。



また、記念講演として日本気象協会、宮崎営業所の岩倉尚哉氏により「地球温暖化と異常気象について」と題し講演が行われました。温暖化の傾向は県内各地のデータから確実に進んでおり、このことが今後農林業に与える影響が大きいと考えられることから参加された方々は熱心に聞き入っていました。

最後に生産者代表が、未来に展望ある農業・農村を確立することを大会決議し閉会しました。

地域いきいき読書活動推進事業(地域ふれあい読書まつり)

人気絵本シリーズの「パンツぱんくろう」(講談社)の原作者としても有名な「あきやまだし」さんをお招きして地域ふれあい読書まつりを開催します。ぜひおいで下さい。



期日:平成21年3月20日(金)祝日

場所:美郷町(西郷区)ニューホープセンター大集会室

時間:午後2時から(2時間程度) 入場無料

主催:おはなしサークルぐりとぐら・ともだちコンサート実行委員会

お問合せ先:美郷町教育委員会 ☎0982-66-2130

おはなしサークルぐりとぐら(東) ☎0982-66-2176



くらしのレスキュー隊

定額給付金をよそおった「振り込め詐欺」や「個人情報の詐取」にご注意ください。

詐欺



現在、テレビや新聞等で報道されている「定額給付金」について、町民の皆さんに申請のためのご連絡や給付を行う段階ではありません。具体的な給付の方法等が決まり次第、広報やチラシ等でお知らせいたします。

なお、「定額給付金」に関して、

- ・町や国などがATMの操作をお願いすることは、絶対にありません。
- ・ATMを自分で操作して、他人からお金を振り込んでもらうことは絶対にできません。
- ・町や国などが、「定額給付金」のために、手数料などの振込を求めることはありません。
- ・現時点で、町や国などが電話等で町民の方の世帯構成や銀行口座番号などの個人情報を照会することは、絶対にありません。

ご自宅や職場などに町や国(総務省)の職員などをかたった電話がかかってきたり、郵便が届いたら、迷わず、役場企画情報課・各支所地域政策課及び警察署にご連絡ください。

【問合せ先】

美郷町役場企画情報課 ☎0982-66-3603
南郷支所地域政策課 ☎0982-59-1601
西郷支所地域政策課 ☎0982-66-3609
北郷支所地域政策課 ☎0982-62-6201

定額給付金のお知らせ

定額給付金事業は、景気後退下での住民の不安に対処するため、住民への生活支援を行うとともに、あわせて、住民に広く給付することにより、地域の経済効果に資することを目的としています。その概要について次のとおりお知らせします。

●給付対象者及び申請・受給者

給付対象者は、平成21年2月1日において、次のいずれかに該当する方です。

- ①住民基本台帳に記録されている者
- ②外国人登録原票に登録されている者(不法滞在・短期滞在者のみ対象外)

申請、受給者は、給付対象者の属する世帯主

●給付額

給付対象者1人につき12,000円
ただし、2月1日において65歳以上の者及び18歳以下の者については20,000円

●申請及び給付

申請及び給付については、具体的な方法等が決まり次第、広報や区長・組合長を通じてお知らせいたします。

国民年金基金に加入して年金を増やしませんか

国民年金基金は、国民年金の上乗せ年金です。公的年金ですから、安心して加入できます。詳細のお問い合わせについては、宮崎県国民年金基金までどうぞ。

- ①国民年金の第1号被保険者で、保険料を納めている方が加入できます。
- ②5つの型を組み合わせることで自由に設計でき、掛金月額6万8千円以内であれば、何口でも加入できます。
- ③納めた掛金は、将来確実に自分の年金になります。
- ④掛金は、全額社会保険料控除の対象となります。また、受け取る年金も公的年金控除が適用され、所得税、住民税等が軽減されます。

加入申込み、資料請求、お問い合わせは、
宮崎県国民年金基金(宮崎市)
☎0985-25-0090
フリーダイヤル 0120-65-4192

美郷町育英奨学生を募集します



●対象

学校教育法で定める大学・短大・高校(中等教育学校後期課程を含む)・高等専門学校及び各種学校に在籍する者又は入学予定者

●貸付額

高校生／月額3万円、大学・短大・専門学校生／月額4万円、医大生／6万円

●貸付期間

奨学生の在籍する学校の正規の修業期間

●資格

本町の居住者が保護者となる者で品行方正であり、かつ、学業成績良好にもかかわらず修学に要する学資の支弁が困難と認められる状態にある者。

●償還方法

月賦、半年賦、年賦のいずれかによる。

●償還期間

貸与の事実が終了した翌月から貸与期間の2倍の期間(高等学校等から大学等を通じて奨学金の重複貸与を受けた者については、12年以内の期間)

●提出書類

①育英奨学金貸与願(保証人2名が必要です。保証人は、「美郷町定住者」に限っていますが、所得証明書を添付する事により近隣市町村居住者でも受付いたします。年齢はおおむね65歳以下・同居家族不可・既に奨学金を貸与している保護者不可。)

②中学校長等による育英奨学金貸与願者推薦書

③入学許可証の写し又は在学証明書
※申込書の配布について、現在、中学3年生の皆様には学校を通して配布済です。
すでに高校・大学等に在籍している皆様は、教育委員会へご連絡ください。必要書類を送付いたします。

●申込締切

平成21年4月13日(月)必着

●問い合わせ

美郷町教育委員会本所 ☎0982-66-3608)

「新玉謙一さん、富田友子さん」九州地区体育指導委員功労者賞受賞



新玉謙一さん(左)、富田友子さん(右)

1月24・25日に宮崎市で開催された第51回九州地区体育指導委員研究大会で本町の体育指導委員である新玉謙一さん(南郷区)と富田友子さん(西郷区)が功労者として表彰されました。

2名は共に20年以上の間、地域のスポーツ振興と地域住民の体力向上および健康増進に貢献されてきました。

今後も益々のご活躍を期待します。

平成21年度「県立高等学校日向地区生徒寮」入寮募集

●募集人員

男子 20名 女子15名

●入寮対象高校

富島高等学校、日向高等学校、日向工業高等学校、門川高等学校

●入寮資格

- ①平成21年度県立高等学校に合格したもの及び在校生
- ②自宅からの通学が不可能なもの
- ③自己管理能力、協調性及び忍耐力等を有し、健全な寮生活が送られるもの

●出願手続き

入寮希望者は、入寮願に必要事項を記入の上、中学校へ提出する(高校生は在学する学校へ提出する)。

●寮費

現行月額29,100円(1日3回の食事を提供。ただし月1回閉寮日あり)

●問合せ先

日向地区生徒寮 ☎52-2805
富島高等学校 ☎52-2158

やさしい

町財政の話

その10

【歳出について③】

今回は性質別分類で「補助費等」に分類されるものについて説明したいと思います。

「補助費等」は字句のとおり各団体等への補助金が連想されますが、それ以外にも一部事務組合（入郷地区衛生組合等）への負担金や各種イベント記念品代、火災保険料、自動車重量税等が含まれます。

このように「補助費等」は多種多様な支出項目となります。

「補助費等」は、平成19年度美郷町一

補助費等（8億5,678万円）

(単位:千円)

区		19年度決算
1. 負担金	国・県に対するもの	2,033
	一部事務組合に対するもの	178,756
	その他	41,422
2. 補助交付金		457,711
3. その他		176,858
計		856,780

養護老人ホーム
入所措置費等が
あります。

町立病院運
営補助金等
があります。

各団体等への補助金
はここに含まれます。

多重債務は必ず解決できる

多重債務に関して法律相談を受ける際の連絡場所

日向入郷地区ひまわり基金法律事務所
(要予約)
〒883-0044 日向市上町17-13
KYビル ☎0982-50-3711

夜間テレフォン相談 時間内電話受付順
毎週水曜日午後7時から8時30分まで
☎0985-23-6112

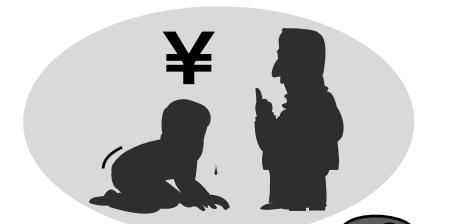
司法書士会の電話相談
(10時から16時まで)
☎090-2581-3479(延岡市)
☎090-6894-0966(日向市)

平成19年度の宮崎県の自殺者の割合が全国2位になっていることはみなさんご承知でしょうか？報告によると、宮崎県では、50～60歳の男性が多く、理由としては、健康問題、経済問題(クレジットサラ金など)が多いことが分かっています。

日向入郷地区ひまわり基金法律事務所によると、多重債務(借金)となった動機は生活費の不足や、いったん借入をした後は返済のための借入をしよう、といったことだそうです。多重債務整理方法には、任意整理、特定調停、個人再生、自己破産等の手続きがあります。

多重債務が原因で、高齢者の年金搾取や自殺に追い込まれないために、ぜひ、専門機関に相談しましょう。秘密は、必ず守られます。

自己破産!



税務だより

○記帳の方法及び帳簿等の保存について

事業を営んでいる方や不動産の貸付を行っている方が記帳をすることは、ご自分の経営状態等を知る上で大切なことです。が、税法上においても記帳の方法及び帳簿書類の保存が義務付けられています。

①青色申告の方

青色申告の方は、日々の取引を正しく記帳し、帳簿書類はその種類により5年間又は7年間保存しなければなりません。

②青色申告でない方

青色申告でない方でも、不動産所得、事業所得又は山林所得を生ずべき業務を行う方で、前々年分又は前年分にこれらの所得の合計額が3百万円超える場合は、帳簿を備え付け、これらの所得に関する事項を簡易な方法により記録し、帳簿書類をその種類により5年間又は7年間保存しなければなりません。

さらに、前述した業務を行う方で、確定申告書若しくは総収

入金額報告書を提出している方、又は決定を受けた方は帳簿書類を5年間保存しなければなりません。

③消費税の課税事業者の方

消費税の課税事業者の方も帳簿を記帳し、7年間保存しなければなりません。

なお、消費税の計算上、記帳された帳簿及び請求書等の保存がされていない場合には、仕入税額控除が受けられなくなる等、消費税額の計算上不利になる場合があります。

記帳の方法等についてお分かりにならないことや、詳しくお知りになりたいことがありますら、最寄りの税務署や税務相談室にお尋ねください。

○土地や建物などを売ったとき

土地や建物などを売ったときの利益を譲渡所得といい、この譲渡所得にも税金がかかります。

譲渡所得に対する税金は他の所得と分離して計算することとなります。

譲渡所得は土地や建物などを売った金額から取得費、譲渡費用を差し引いて計算します。

○消費税・地方消費税の期限内納付

納税は社会の基本的ルールです。

特に、消費税及び地方消費税は、消費者からの「預り金」的な性格を有する税金ですから、日頃から、納税のための資金の備蓄に努め、期限内に確実に納付してください。

個人事業者の方の納付については、ご指定の金融機関の預貯金口座から自動的に引き落としとなる、振替納税が大

変便利です。

また、納期内に納付がない場合には、本税のほか、完納の日までの延滞税も併せて納付しなければなりません。

なお、納税についてお分かりにならないことや、詳しくお知りになりたいことがありますら、最寄りの税務署や税務相談室にお気軽にお尋ねください。

延岡税務署
☎0982-32-3301
※自動音声案内

○軽自動車税の減免について

軽自動車税には身体障害者手帳、療育手帳、戦傷病手帳をお持ちの方のうち、障がい程度が一定以上の場合に減免が受けられる規定があります。減免には本人または家族の申請が必要となります。

【申請期限】

納税通知書発行後から4月23日まで(納期限の7日前まで) ※申請期限を過ぎた場合は減免が受けられませんので、ご注意ください。

【申請に必要なもの】

☆身体障害者手帳、療育手帳、戦傷病手帳のいずれか
☆運転免許証
☆印鑑

【注意】

☆各支所地域政策課で受け付けます。
☆減免申請は毎年必要となります。
☆家族が運転する場合は条件が別となります。
☆減免の範囲が変更となり、減免が受けられない場合があります。

☆自動車税(県税)との重複はできません。
※身障者減免の範囲については役場にお問い合わせ下さい。

◆美郷町役場財務課税務担当

☎0982-66-3602(直通)

◆各支所地域政策課

西郷支所 ☎66-3609

北郷支所 ☎62-6201

南郷支所 ☎59-1601

禁煙体験談

「私は健康を選びました!」

(役場職員 男性)

愛煙家は、全国で2,680万人ともいわれています。嗜好品ですので、吸うのも、吸わぬも自由。私も一丁前に大人の気分を味わいたく二十歳過ぎに喫煙を覚えました。

以来35年程たばこを吸い続け、特に酒宴のときは愛用したものです。国、県、市町村の税収(約2兆円)として財源確保に貢献しているのも事実です。

しかし、やはり健康が一番です。50半ばを過ぎ、体のどこそに欠陥が生じる現実と直面し、やっぱりたばこは健康に良くないことを改めて認識しました。(個人差はあるかも)

それである日、突然禁煙を決断しました。保健師さんの助言や激励もあり、何とか継続することが出来、早3か月を迎えようとしています。もう大丈夫でしょう。他人の喫煙の臭いが嫌になる段階まで進展しました。寿命は神のみぞ知ることで、どうすることも出来ませんが、健康に関心を持ちその大事さを認識したことだけでも、これからの人生のプラスになったと信じています。健康は人間の宝です。私の選択に間違いは無かったと確信しています。

平成21年度特定健診・がん検診の希望調査について

「健診(検診)希望調査」ご協力をお願い

本年度から、各医療保険者が保険加入者に対して特定健診(従来の基本健康診査にあたるもの)を実施することになりましたが、美郷町国民健康保険が実施しました特定健診では、受診率が50%を超えるなど国保加入者の健康に対する意識の向上が見られました。ありがとうございました。

さて、4月より平成21年度の「特定健診、がん検診の受診希望調査」を実施しますので、調査にご協力をお願い致します。不明な点や疑問に思うことがあれば、各支所福祉保健課までお問い合わせください。

ご自身の健康管理や医療費の抑制、国保財政の安定のためにも、家族そろって必ず受診しましょう。

留意事項

(1) 特定健診については、国保加入者が対象です。社会保険等の加入者の方は、別途案内があります。

(2) 特定健診以外の検診(がん検診)は、加入する保険に関係なくすべての町民が対象です。

3月 保健事業予定表

	日	内 容
南郷	3日(火)	壮快塾 (10:00~ 南郷保健センター) 運動しナイトジム (19:30~ 南郷保健センター)
	4日(水)	母子 保健センター開放日 (10:00~ 南郷保健センター) 麻疹風疹混合ワクチン予防接種 (16:00~ 南郷診療所)
	17日(火)	壮快塾 (10:00~ 南郷保健センター) 運動しナイトジム (19:30~ 南郷保健センター)
	18日(水)	母子 保健センター開放日 (10:00~ 南郷保健センター)
	19日(木)	三種混合予防接種 (16:00~ 南郷診療所)
	26日(木)	音遊び教室 ほんぼクラブ (10:00~ 南郷保健センター)
西郷	3日(火)	健康相談 (10:00~11:30 古川コミュニティセンター)
	4日(水)	健康相談・壮快塾 (10:00~11:30 和田集落センター)
	10日(火)	MR予防接種 (14:00~ 西郷健康管理センター)
	18日(水)	健康相談・壮快塾 (10:00~11:30 仮迫公民館)
	25日(水)	三種混合予防接種 (14:00~ 西郷健康管理センター)
	27日(金)	健康相談 (10:00~11:30 立石集会センター)
北郷	4日(水)	壮快塾 (13:30~15:00 入下老人福祉館)
	5日(木)	うりぼうの広場 (10:00~12:00 北郷保健センター)
	13日(金)	幼児健診 (13:00~ 北郷保健センター)
	18日(水)	壮快塾 (13:30~15:00 長野生活改善センター)
	19日(木)	ぷちMAMAサークル (10:00~12:00 北郷保健センター)



家庭をストレスから守ろう

家庭にもしのびよるストレスの波

人の結びつきでもっとも強いものは、夫婦、親子、兄弟姉妹など家族の絆です。同じ家の中で信頼し合って暮らしているのがその基礎となっています。

しかし、油断はできません。最近では家庭内でもストレスの大波にさらされています。

家庭は、社会や職場でもみくしゃにされた心身にやすらぎを与え、活力を充電する機能をもってきましたが、今それが崩れかかっているのです。あなたの家庭がストレスの場とならないよう、しっかりと守ってください。

お母さんのストレス度自己チェック

最近1か月のあなたは…? YESかNOで答えて下さい。

- | | |
|-------------------------|------------------------------|
| * ①家庭内でいろいろな問題があったばかりだ。 | ⑫食欲があまりなく、少しずつ体重が減ってきた。 |
| * ②職場で配置転換などの多くの変化があった。 | ⑬生理が不順である。 |
| ③仕事をあまりやる気がなく、疲れやすい。 | ⑭頭がすっきりせず、重く感じられる。 |
| ④人に会うのがおっくうで、何をするのも面倒だ。 | * ⑮よくカゼをひくが、治りにくく長引くことが多い。 |
| ⑤お腹が張るようで下痢や便秘を交互に繰り返す。 | * ⑯体調が悪くて医者に行ったが、気のせいだと言われた。 |
| ⑥目が疲れたり、めまい、立ちくらみがある。 | ⑰前日の疲れが残っていて、朝から体がだるい。 |
| ⑦気分がどうも沈みがちで、憂うつである。 | ⑱寝つきがわるく、夢を見ることが多い。 |
| ⑧些細なことで腹が立ち、イライラしてしまう。 | ⑲急に息苦しくなったり、胸が痛くなる。 |
| ⑨楽しみにしている趣味などはほとんどない。 | ⑳手足が冷たく感じたり、汗をかく量が多くなった。 |
| ⑩運動など何もやっていない。 | |
| ⑪肩こりや背中、腰が痛くなることがある。 | |

YESが5つ以下……正常範囲

YESが6~10……ストレス予備状態

YESが11~15……ストレス状態

YESが16以上……ストレス症

* 印の設問が1つでも入っていればYESが少なくとも要注意!!!

<家族の心のサインを見逃すな!>

一家団らんは、お父さん、お母さんにとっても大切な時間です。家族の心の変化を見逃さないようにしてください。

<存在感が揺らいでいるお母さんたち…>

子供の成長に合わせて家事の必要性も少なくなり母親としての存在価値を失ってきたと感じる方もいらっしゃる。旦那さんが奥さんをしっかりと支えてあげてください。

<夫婦の絆をしっかりと…>

疲れた心を癒してくれるのは、どんな趣味や業より、まず暖かい家庭のくつろぎです。

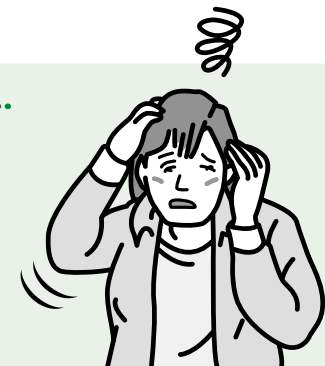
そして、その土台を築くのは夫婦の太い絆です。お互いに本音で語り合い、理解しあう時間を持っている人は、ストレスにも強いです。

比較的若い世代の主婦を襲う…

- ・結婚後悔症
- ・育児ノイローゼ
- ・幼児虐待症
- ・台所恐怖症
- ・主婦症候群etc…

中年期以降の主婦に多くでる…

- ・空の巣症候群
- ・キッチンドリinker
- ・更年期うつ病
- ・家庭内離婚etc…



師走祭り

百済王伝説を今に伝える、美郷町南郷区神門神社と木城町比木神社合同の「師走まつり」が、1月23日（金）から25日（日）の三日間おこなわれました。

伝説によると、千三百年前に滅亡し日本に亡命した百済の王族が、国内の動乱に巻き込まれて都を後にし、九州を目指しました。途中しげに遭い、父の禰嘉王は日向市金ヶ浜に、王の妻と長男福智王は高鍋町蚊口浜に漂着。それぞれ山奥へ安住の地を求めて入り、父王は神門神社の、長男は比木神社の祭神として祭られました。この父子が年に一度再会するのが師走祭りです。以前は9泊10日の日程でしたが、現在は2泊3日でおこなわれています。

初日（上りまし）の23日は、日向市東郷町の伊佐賀神社まで神門神社の一行が出迎えに向かいます。ここで1年ぶりに再会を果たした父子のご神体は、約8キロの道のりを徒歩で神門神社を目指します。途中王の墓といわれる「塚の原古墳」では、神楽の奉納や故事にのっとりた野焼きがおこなわれ、たくさん見物客で賑わいました。その後、小丸川衣淵では、神職と入り厄による「みそぎ」がおこなわれました。

夕闇迫る頃、地元の有志や公民館等が設置した杉櫓29基に火が放たれ、たくさん見物客やカメラマンが待つ中、夜空を焦がすような炎の中を、ご神体の一行が到着し、初日のクライマックスを迎えました。

2日目（中旦）の24日は、午前中にご神体の衣替えがおこなわれ、午後からは王族を助けたと伝えられる地元豪族のドンタロ塚へのお参り、小丸川での洗濯の祭事などが行われました。夜は神社境内で神楽十八番が奉納され、底冷えのする寒さの中、振舞われる焼酎や焚き火で暖をとりながら、多くの見物客が夜神楽に魅入っていました。

最終日（下りまし）の25日は、別れの悲しみを隠すためといわれる「ヘグロ塗り」がおこなわれ、神職や氏子だけでなく、見物客等も墨を塗られ、境内には笑い声が響きわたっていました。その後、比木神社一行は帰路につき、神門神社の氏子や地元の方たちはザルやひしゃくを手を持ち、「オサラバー」と声をあげ、別れを惜しむように見送っていました。

今年も祭りにあわせて体験ツアーを開催しました。今年は初日から中旦の昼までの1泊2日の参加でしたが、百済の里観光ボランティアの会の協力などもあり、参加者の方からは、「古よりの伝統の文化を大切に守り継承されているのは素晴らしい」との感想が出ていました。



オサラバー



比木神社一行



中 旦

夜神楽の奉納



みそぎ



上りまし

迎え火の様子

故事にのっとりた野焼き

植樹祭が開催されます

美郷町南郷ふるさと山づくり植樹祭が3月1日（日）に開催されます。

これは、近年、地球温暖化問題など環境への意識が高まる中、森林の持つ大気汚染防止や水源涵養機能などその役割が大きく見直されています。一方で植栽未栽地の放置や荒廃等、山林を取り巻く環境が劣悪化しており、山林の有する国土保全としての機能を喪失しかねない状況が、ここ美郷町南郷区でも見受けられます。

そこで、昨年設立されたNPO法人セーフティ・ライフ&リバーと美郷町南郷区の「ふるさと山づくり実行委員会」が協働して、美しい山づくり、美しい県土づくりを実行すべく、植樹祭が開催されます。

当日は、県内からのバスツアー参加者150人、町内からの一般参加者250人、スタッフ100人により約1,000本の桜の植樹がおこなわれます。

一般の方以外にも、多方面からの来賓が来られる予定で、記念植樹も計画されています。

●日時：平成21年3月1日（日） 午後2時30分～午後3時55分
開会式：午後2時45分～ 植 樹：午後3時15分～

●場所：南郷区神門 恋人の丘周囲

※植樹祭開催に伴い、県道西都南郷線の一部区間が当日は関係車両以外進入禁止となりますので、ご協力をお願いします。

愛を込めてつくりました



ケーキラッピング作業の様子

南郷区の福祉工房「ゆめたまご」では、今年も恒例のバレンタインのチョコレートケーキ作成をおこないました。

ガトーショコラを限定150個で予約注文をとったところ、即完売。当日は朝9時より、メレンゲ作成を始め、部屋に甘い香りが漂う中、焼きあがったケーキを手際よくラッピングしていききました。出来映えもよく、参加した全員大満足でした。

ゆめたまごでは、来年もチョコケーキの作成を予定しています。今年買いそびれた方は、来年はぜひ手作りケーキをいかがでしょうか。

ロードレース大会に声援をお願いします

第12回ロードレースイン百済の里が3月1日（日）、南郷中学校グラウンドを発着点に開催されます。今年も町内外から昨年より多い、6,900人がエントリーしており、早春の百済路を駆け抜けます。

沿道の皆さんの応援が選手の大きな励みになりますので、当日は多数の皆さんの声援をよろしくお願いいたします。

●国道388号線

神門伊久良原～鬼神野市谷
3月1日 午前10時～午前11時30分
4車以上通行止め

●町道仮屋線 吾味～下仮屋線～神門橋～こもろ橋線・長堀～小路前田線
3月1日 午前10時～午後1時30分
車両通行止め

【スタート時間】	
一般男女 ハーフマラソン	午前10時00分
小学生男女（高学年）	午前10時05分
中学生男女	午前10時10分
小学生男女（低学年）	午前10時35分
一般男女 5km	午前10時40分
【ハーフマラソン先頭通過予定時刻】	
鬼神野入田橋	午前10時10分
鬼神野市谷折り返し地点	午前10時25分
恋人の丘登り口	午前10時45分
渡場瀬橋	午前11時00分





これからも応援して下さい！

おやじバンド万歳！

美々川音楽祭や御田祭、中学校文化祭、日向市などのライブなどで音楽活動しています。西郷区の「ランディング」が、去る2月1日宮崎市で開催された「第2回おやじバンドコンテスト」に出場しました。このコンテストは、平均年齢40歳以上の者で構成されたバンドがその演奏と歌声を競うもので、今回も県内外から60組以上が応募し、一時審査を通過した10組のバンドがMRミックスで開催された決勝戦に出場しました。

決勝戦では、どの出場バンドも個性があり、これまでの音楽活動の成果を出し、会場を訪れたお客さんたちを魅了していました。ランディングは、惜しくも入賞は逃しましたが、素晴らしい演奏で会場からも惜しみない拍手を受けました。

これまでの音楽活動の中で多くの方のお世話になり、多数の応援と支援を原動力として、地域に密着した音楽活動を今後も続けたいと話していました。

ふるさと再発見 第6回

和田区沖の堂様

和田地区には「沖の堂様」があります。沖の堂様は、耳川を見下ろす眺めの良い場所に祀ってありましたが、沖ノソネ地区の区画整備のため、和田の天神様の横に移られました。今は木地蔵の七地蔵、石地蔵の四地蔵と一緒に祀ってあります。沖の堂様は、無くし物をした時、お願いすれば不思議と見つかるのです。財布・免許証など貴重な品物を置き忘れてしまい、どんなに探しても見つからず、途方に暮れてしまった時、その場でいいので沖の堂様のある方角に向かって「見つけてください」とお願いすると、数時間後あるいは数日後にはあんなに探して見つからなかった物が目の届く場所で見つかるのです。お願いのお礼には、お酒かおにぎりでお礼詣りをしています。



美郷町さいごう 完熟きんかんまつり 09' 大盛況

「さいごう完熟きんかん」をPRするため今年も恒例の「さいごう完熟きんかんまつり09」が美郷町さいごう完熟金柑部会主催で2月14、15日の2日間、日向市のJ・A日向グリーン・トップにて開催されました。会場では、きんかんの試食販売、きんかんお菓子の販売、きんかん餅つきの体験や振る舞い、びっぴりキンカンなどの催しに、昨年以上の沢山の来場者で賑わいました。

美郷町さいごう完熟きんかん部会では、さいごうの完熟きんかんを広く知っていただきたいと生産者が中心となり様々なPR活動を行っています。

来年も皆様のお越しをお待ちしています。

完熟きんかんの出荷は現在最盛期を向かえ、3月いっぱいまで行われます。



第69回西郷区 ミニバレーボール大会開催！

新春、1月18日(日)に西郷区ミニバレーボール協会主催の第69回大会が、北郷総合交流センターで開催されました。今回の参加チームは、50代14チーム、60代7チームの参加で熱戦が繰り広げられ、年齢を感じさせない好プレー・珍プレーでこの大会を無事終了しました。

各団体の役員並びに会員の皆様のご協力によりまして大きな怪我も無く、楽しく大会を終了しました事に御礼を申し上げます。

また、21年度大会開催の日程等は3月に代表者会にて決定します。



50代優勝の「トントンBチーム」(左)と60代優勝の「田代愛好会チーム」(右)

今回の試合結果は次のとおりです。

【50代優勝】トントンBチーム
長友良行、桑津文佳、大森千穂、松浦美佐子

【準優勝】ハートフルチーム

【3位】ひょうたんずチーム

【60代優勝】田代愛好会チーム
川村寿実、黒木正樹、奈須義広、黒木英子、奈須富久代

山開きに200人参加 第6回大椎山開き

2月15日(日)に石峠レイクランド後方に位置する大椎山(標高543m)の山開きが行われ、町内外から200人が参加しました。当日は、春らしいさわやかな天候に恵まれ、参加者も思い思いのペースで頂上を目指し、さわやかな汗を流しました。下山後は、参加者全員に「ぜんざい」が振る舞われました。



全寿大学 「健康料理教室」

2月6日に第5回全寿大学として「健康料理教室」を開催しました。町食生活改善推進協議会の皆さんの指導のもと、男女一緒にワイワイ言いながらヘルシーな料理を作りました。完成品は、昼食としておいしくいただきました。



「次どんげすっ？」

御田の里学園視察研修

1月22日に高齢者学級御田の里学園が東郷メデイキット日向第二工場(東郷町)の視察に行きました。同施設では、病院等でよく目にする注射針やカテーテルを、最新の機械を使って24時間体制で作っていました。

製品が出来上がるまでの工程や衛生管理等、工場長の懇切丁寧な説明があり、わかりやすく大変勉強になりました。



「とても清潔な工場でした」

平成21・22年度 御田の里学園学園生募集

御田の里学園では、自主的に学び活動する学園生を募集します。

- 期 間 平成21年4月～平成23年3月(月1回程度)
- 内 容 創作、実習、スポーツ、勉強会等
- 資 格 おおむね60歳以上の方で、健康で学習意欲があり2年間続けて参加可能な方。
- 参加費 学習内容に応じて自己負担あり
- 募集期限 平成21年3月13日(金)
- 申込先 教育委員会西郷事務所 ☎66・2130



第27回

うなま地藏健康マラソン大会

2月8日、快晴のもと第27回うなま地藏健康マラソン大会が開催され、当日は最年少1歳から最年長80歳まで、257名のエントリーがありました。

開会式では、樫村敏夫大会長（美郷町北郷区体育協会会長）が「体調に合わせて和気あいあいと楽しく走ってください。」と激励のあいさつを行いました。その後、1キロの部（小学2年生以下）を皮切りに競技が開始され、日頃の練習の成



「最後まではしったよ」

宇納間会 沖縄訪問



1月21日から3日間、宇納間会（長田圭二郎代表）の27名が沖縄県を訪問しました。

これは、昨年の姉妹都市盟約20周年に伴い豊見城市宇納間会（當銘保信会長）のみなさんが北郷を訪れた際に、「今度はお礼に沖縄を訪問してはどうか」という声があがり実現したものです。

沖縄での交流会には疎開当時の同級生10名が集い、温かく盛大な歓迎を受け、旧交を温め絆の深さを肌で感じたところでした。また、昨年北郷での交流会にお越しできなかった石垣島在住の同級生の方々とも再会することができ、名残惜しいうちに2泊3日の再会と交流の旅は盛会に終わりました。

沖縄の同級生のみなさん、温かで盛大な歓迎と心からのおもてなしを本当にありがとうございました。

新春ゲートボール大会が開催されました



1月19日、北郷区細宇納間グラウンドにおいて北郷区ゲートボール協会（阿部誠会長）主催による新春ゲートボール大会が開催されました。

好天に恵まれ、今回の大会には18チーム101名が参加し、新年第一打に真剣になりながらも試合の合間に選手同士新年のあいさつを交わし、日頃の練習の成果を真剣に発揮する中にも笑いの絶えない大会となりました。

接戦を制し優勝したのは「秋元A」。準優勝「小黒木B」、三位「小黒木A」という結果でした。参加されたみなさん、お疲れさまでした。

如月の空にひびく「エイシー」の声
長野薬師尊祭・相撲大会

2月1日、長野薬師尊祭（旧暦1月8日が大祭日）相撲大会（長谷野公民館主催）長友敏明館長が行われました。当日は雲ひとつない晴天に恵まれ、町内外から多くの方々が参拝とこの祭りに奉納される相撲大会の観戦に訪れました。

りや、地域の子どもたちから力自慢の力士まで、無病息災の祈願相撲に土俵を見上げる人たちから勝負が決まることに一喜一憂の声があがりました。また、しし汁やぜんざいなどが振る舞われ、訪れた方々は冷えた体を温めながら、咲き始めた紅梅を背に小春日の一日、風情のある昔ながらの祭りを楽しんでいました。



祝 還 暦

1月29日、「平成21年美郷町北郷区還暦の賀」が開催されました。

対象者は、昭和24年（己丑、つちのとうし）4月2日から昭和25年（庚寅、かのえとら）4月1日までに生まれた北郷区民の方で、当日は18名の方が出席されました。還暦の賀は、美郷町と美郷町教育委員会が主催し実施している行事で、郷土の振興発展に長年に渡って寄与されてきた方々を祝福すると同時に、今後とも充実した人生を送るとともに経験と識見を生かして地域社会のため活躍いただくことを願い実施しているものです。

式典では、北郷区入下見性寺の久義正意住職の記念講話が行われ、また、林田敦町長と堀田静雄北郷区公民館連絡協議会会長よりお祝いと激励の言葉が送られました。還暦を迎えられたみなさんにはこれからも「生涯現役を目標に日々健康で地域発展のためにがんばっていただきたいです。」



百歳のお祝い

北郷区入下の甲斐スエさんが、このたび満100歳の誕生日を迎えられ、お祝いとして町より祝状と記念品が贈られました。

スエさんは明治42年生まれ。明治、大正、昭和、平成と激動の時代を生きぬき、このたびめでたく100歳の誕生日を迎えられました。この間、スエさんは4人のお子さんを育てられ、現在は8人のお孫さんと11人のひ孫さんがいらっしやいます。

長生きの秘けつは「毎日牛乳を飲むこと」だそうです。プリンと果物とめん類も大好きで、よく食べていらっしやるとか。身のまわりの世話もご自身で行い、晴れた日はひなたぼっこをして過ごしていらっしやるそうです。

これからもスエさんが健やかに毎日を過ごされますよう、ご祈念申し上げます。本当におめでとうございました。



甲斐スエさんが、このたび満100歳

地域トピックス

梅まつり開催



毎年恒例の水清谷梅まつり（水清谷ふるさと再生委員会主催）が、2月15日（日）に開催されました。

当日は小春日和で汗ばむ陽気の中、昨年の2倍の100名を越える参加者があり、オートキャンプ場からの往復約4kmのウォーキングを、満開の梅の花の中、小鳥の鳴き声や蜜蜂の羽音を聞きながら楽しみました。

その後は、大鍋による豚汁や特産品の抽選会があり、参加された方達は早春の穏やかなひと時を満喫されたようでした。

ふるさと再発見 第7回

中区 伝統の新春歩こう会

中区公民館は、町内でも戸数・人口とも少ない公民館ですが、全区民が家族的な温かい付き合いの残るアットホームな公民館です。そんな中区からは、毎年元日に実施している「新春歩こう会」を紹介します。

「新春歩こう会」は、約20年続いている伝統行事です。元日の朝、まだ暗くて寒い早朝に中区コミュニティセンターに集合します。そこから約3km登った石の元公園を目指し、老若男女思い思いのペースで新年の挨拶を交わしたり、楽しくおしゃべりしながら歩きます。30分ほどで到着する公園はようやく白みがかかり360度広がる大パノラマはまさに絶景です。今年は残念ながら初日の出は顔を見せませんでしたが、みんなで東の空に向かい手を合わせ参拝しました。その後新年の挨拶や年男・年女の紹介などがあり、帰省した人たちと近況報告などしながら、振る舞い酒も入り楽しいひと時を過ごしました。

このように仲良く区民が一つになり、手を取り頑張りつていく姿こそ小さな中区公民館の大きな力だと思っています。今年も60名ほどの参加があったこの「新春歩こう会」。数ある公民館活動の中でもいつまでも続けて行いたい行事の一つです。



美郷町の人口

		前月	今月	増減
人口	男	3,315	3,315	0
	女	3,586	3,582	△4
	計	6,901	6,897	△4
世帯数		2,872	2,872	0

平成21年1月31日現在（住民基本台帳による）

広報みさととは、福祉、保健、医療、農林業、教育など住民生活に密着したお知らせのほか、町政の解説、施策や行事の案内などを、住民のみなさんへいち早く伝えるという重要な使命を担っています。また、広報紙は毎月1回発行し、各家庭にお届けしていますが、町外の方で希望者に対しても無料（郵送料は申込者の負担）でお送りしています。

このため、広報の編集に当たりましては、伝えたい記事の内容がより正しく確実に伝わるように、十分庁内で検討するようにしています。読者のみなさんご意見も参考にしたいと考えますので、「提言コーナー」（現在偶数月に掲載）をご利用いただければ幸いです。（編集担当）

あなたと町政をつなぐ「広報みさと」!!

