



健康ひとくちメモ♪

免疫力を高め、感染症を予防！

寒さが厳しくなり乾燥する日が続き、さまざまな感染症に注意が必要な時期になりました。感染症予防には、腸内環境を整えて「免疫力」を高めることが大切です。次のポイントを参考に健康的な食生活を送りましょう。

①食物繊維を摂る

腸内細菌のエサとなり、便通を良くする役割もあります。野菜や海藻、キノコ類を積極的に食べましょう。

②発酵食品を取り入れる

胃腸の負担を減らし、料理をおいしくする効果もあります。ヨーグルトや納豆、みそなどを継続して取り入れましょう。

● 検診料 1,300円

● 受付時間 8時30分～10時30分

2/20(土) コミュニティセンター

● 日程・場所

● 対象 40歳以上の市民

【胃がん検診】

● 検診料 1,300円

分～14時30分

● 受付時間 9時～10時、13時30

2/18(木) コミュニティセンター

● 日程・場所

● 対象 20歳以上の和暦で奇数年
生まれの女性

● 検診料 1,300円

【子宮がん検診】

2月の巡回がん検診(要予約)

● 検診料 2千円

● 受付時間 ①9時～11時30分、
②13時～15時30分、③13時30分～
16時

2/18(木) ①②コミュニティセンター

2/16(火) ②コミュニティセンター

2/13(土) ①②コミュニティセンター

2/7(日) ①②五十市地区公民館

2/5(金) ③妻ヶ丘地区公民館

2/4(木) ①②コミュニティセンター

● 日程・場所

● 対象 40歳以上の和暦で奇数年
生まれの女性

● 検診料 2千円

● 受付時間 ①9時～11時30分、
②13時～15時30分、③13時30分～
16時

2/18(木) ①②コミュニティセンター

2/16(火) ②コミュニティセンター

2/13(土) ①②コミュニティセンター

2/7(日) ①②五十市地区公民館

2/5(金) ③妻ヶ丘地区公民館

2/4(木) ①②コミュニティセンター

● 日程・場所

● 対象 40歳以上の和暦で奇数年
生まれの女性

● 検診料 2千円

● 受付時間 ①9時～11時30分、
②13時～15時30分、③13時30分～
16時

健康づくりの第一歩
がん検診を受けよう！
◎問い合わせ 健康課 ☎23-2765

◎あなたの年代は？ (○をつけてください)

10代 ・ 20～30代 ・ 40～50代 ・ 60代以上

◎1月号で特に興味を持ったページのタイトル

◎1月号を読んだのわたしの一言

◎今後、取り扱ってほしい記事

ご協力ありがとうございました。

※応募者の個人情報は、当選発表と商品発送、質問などの回答以外には利用しません

11月号に寄せられたお便り
このコーナーでは、「わたしの一言」の中から一部を紹介しします。また、皆さんから寄せられた意見を、今後の広報紙に生かしていきます。

「子どもたちの居場所」を読んで、支援員の皆さんの子どもに向き合う姿勢や活動に感動しました。安心して過ごせる居場所だと思います。
(平江町 N・Kさん)

「介護保険制度」の記事を読んで、自分のことはなるべく自分でやり、体を動かし、健康管理に気を付けて元気に過ごしたいと思いました。
(横市町 M・Nさん)

市の女性総合相談件数が多いことに驚いています。今年はコロナ禍の影響で、もっと増えているかもしれません。社会全体で考えたいですね。
(高木町 Y・Mさん)

ガールスカウト第13団の皆さんが、野外活動や環境学習のほか、施設訪問などの福祉活動まで幅広く活動していることに感嘆しました。
(梅北町 N・Yさん)

▲点線に沿って切りください 郵便はがきでも可

都城をけん引する企業を紹介

企業力

vol. 5



株式会社ヤマウ高崎工場

☎ 62-3400

福岡市に本社を構える株式会社ヤマウは、昭和48年に都城市高崎町に高崎工場を創業しました。道路の側溝や路肩法面ブロックなどのコンクリート製品の製造や販売、施工を行う同社。ヤマウフィロソフィー（ヤマウ哲学）を企業理念に、事業活動を通じて社会貢献し、顧客満足度の向上と社員の幸福実現を目指しています。

同社は、九州大学と共同で「FAボックスカルバート」を開発。工



中原修 工場長



現在工事中の都城志布志道路・乙房IC（仮称）

場で製造したコンクリート部材と現場打ちコンクリートを併用して作った「3分割の大断面ボックス」を現地で組み立てることで、工期を大幅に短縮することに成功しました。この技術を活用し、都城志布志道路の主な立体交差を施工しています。

「これからも地元根付いた活動をしっかりとやっていきたい」と話す中原工場長。市や地元高校とも連携して、若者の雇用の受け皿となるよう高校に向いて企業説明などに取り組んでいます。中原工場長は、「業界全体が発展していくためにも、地元の若い力を集めたい」と力を込めていました。

今月の読者プレゼント



【おつまみ鶏皮 4個セット 5組】

商品提供事業者

ネオフーズ竹森(株) (山田町山田 3983-7) ☎64-0197

鶏皮をあっさりとした塩味で味付けし、カリカリの食感になるまで揚げ、パウダーをまぶして仕上げた味と食感がクセになる一品。同商品は、「道の駅」都城などで購入できます。

プレゼントの応募方法

はがきに住所、氏名、電話番号と、1月号を読んだ感想などを書いて〒885-8555まで。

応募者の中から抽選でプレゼントを差し上げます。

◎応募締め切り 1月31日(日) 当日消印有効

◎当選者発表 本紙3月号

◎11月号当選者 野村いずみさん 他2人

◎11月号応募総数 479通

※市公式LINEとお友だちの人は、プレゼントボタンから応募できます

POST CARD

8 8 5 8 5 5 5

63円切手をお貼りください



都城市役所 秘書広報課 行

(広報 都城 Vol.181 2021年1月号)

フリガナ

氏名

ペンネームまたはイニシャル

※記入がない場合は、イニシャルで表示させていただきます

住所 □□□□□□□□

電話番号 () -

▶点線に沿ってお切りください(郵便はがきでも可)

vol.33

都城市立
美術館



しらす
「白洲の里」(1979年)

さくら 武春作 (油彩・キャンパス)

作者の櫻武春は、1942年に下水流町に生まれました。父の影響を受け、幼少から絵に慣れ親しんだ櫻は、中学生の頃に絵の道に進むことを決心。宮崎大学教育学部美術科を卒業後、県内の各学校で美術教師として教壇に立ちながら、作品制作や発表を続けました。

本作は第33回二紀会展(1979年)に入選。霧島をほうふつとさせる山々と白い壁面を背に、2人が抱擁しています。櫻は「私の里である都城のシラス台地で生活する人々を、幻想的な雰囲気表現した」と述べています。故郷とそこに暮らす人々への強い想いを込めた本作品は、1月5日(火)から開催の収蔵作品展で展示しています。

◎問い合わせ 市立美術館 ☎ 25-1447

国際交流員の
ひとりごと

しんにえんくおいるお
新年快乐!

せん けいぶん
銭 慧文さん
(中国)

vol.11



日本でクリスマスパーティーを楽しむ銭さん

皆さん、明けましておめでとうございます。今年もよろしくお祈りします。このコーナーを書いているのはまだ12月ですが、今年の正月は日本で過ごし、紅白歌合戦を見て新年を迎えたいと考えています。

さて、中国の正月は「春節」と呼ばれ、毎年日付が変わります。今年は、2月12日が春節になります。大晦日にあたる「除夕」は、中国版紅白歌合戦「春節聯歡晚会」を見ながら新年を迎え、年明けに縁起の良い食べ物とされる水餃子や白玉の団子スープを食べるのが恒例です。日本の正月と中国の春節の両方を迎える私は、少し得した気分になります。めでたい雰囲気の中、凄く幸せな気分を長く味わえるからです。

◎問い合わせ 国際化推進室 ☎ 23-2295

問

文化財課

☎ 23-9547

のことは、昭和17(1942)年のことです。

狭野神社(都島町)に名を

変え社殿を移

設。さらに現在

の場所に移った

のは、昭和17

(1942)年

のことです。



永6(1526)年の火災で焼失

しましたが、都城島津氏が再建。

その際、建物内部に「須久東大明

神は都城の祖先の霊を祭った宗廟

(場所)である」と記すほど、こ

の神社を深く信仰していました。

明治時代になり、政府による神

社統制の中、「狭野神社」に名を

ぼんちくんと
歴史探訪



狭野神社(都島町)

都城歴史資料館に隣接する狭野

神社。詳しい創建年は分かってい

ませんが、五十市地区で最古の神

社といわれています。

創建当初は、現在の位置より南

側の塚(都島)にあったとされて

いて、永和元(1375)年に都

城島津(北郷)氏が「都城」を築

いた際、城の北東の川沿いに社殿

を建て、須久東大明神と呼ぶよう

になりました。その後、社殿は大

日本書記

都城島津
伝承館だより

問

都城島津邸

☎ 23-2116



日本書記巻第一(都城島津邸蔵)

681年、天武天皇の命令で編

さんが開始されたといわれる「日

本書記」。天武天皇の死後、養老4

(720)年に完成しました。神々

や国土の誕生に始まる神話から持統

天皇11(697)年8月までの歴代

天皇の業績や事件が記されています。

本史料には、南九州にゆかりのあ

る説話や人物も数多く登場。禊をす

るイザナギ、高千穂峰に降り立つホ

ノニニギ、海幸彦・山幸彦、ヤマト

タケルの熊襲征討、現在の早水神社

(早水町)に祭られる髪長媛と諸皇

君など、私たちにもなじみのある神

話や伝承が記録されています。

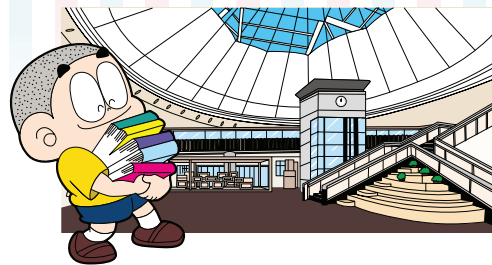
本史料は、約1,300年前の日

向や大隅、薩摩の様子や、当時の政

権と地方の関係を現代に伝える上で

も、大変貴重な史料です。

行こうよ!
まるまる!



まちなか広場で「まるまる朝市」を再開!

新型コロナウイルス感染拡大に伴い、3月から開催を自粛していた「まるまる朝市」。11月から Mallmall 内のまちなか広場で再開しています。

野菜や果物、海産物、パン、加工品などがまちなかに一堂に会する「まるまる朝市」で、買い物を楽しんでみませんか。



●毎月1回開催予定

※詳しくは、「まちたん」のホームページを確認ください



◎問い合わせ

都城まちづくり株式会社 ☎ 26-1100

注目!

新型コロナウイルス感染対策を徹底しています!

【会場での感染対策】

- 「密」を防ぐため、店舗間の距離などに十分配慮した会場レイアウト
- アルコール消毒液を会場数カ所に設置
- 販売窓口には飛沫防止の遮蔽幕を設置
- スタッフはマスク着用や、アルコール消毒を実施

【来場者へのお願い】

会場受付で氏名や連絡先などの「来場者登録」や「検温」「マスク着用」などの協力をお願いします。



News from library
図書館だより

◎問い合わせ 市立図書館 ☎22-0239
高城図書館 ☎58-4224

「白」をテーマにした本を紹介!

寒い空気に吐く息や書き初めの半紙、やわらかいお餅、皆さんはどんな「白」を思い浮かべますか?

今月のおススメ



白
原研哉 (著)
中央公論新社 (出版)
「白」を感じる感受性について、グラフィックデザイナーが語った1冊。見えてはいても、その役割に気付いていない「白」の魅力に迫ります。

市立図書館

- 休館日 / 2月9日(施設点検のため)
- 開館時間 / 9:00~21:00

高城図書館

- 休館日 / 1月11日、12日、17日、19日、26日、2月2日、9日、11日、16日、21日、23日、24日
- 開館時間 / 9:30~18:00

今月のおススメ



白い生きもの図鑑

小宮輝之 (監修)
河出書房新社 (出版)
雪山のハンター「オコジョ」。夏はチョコレート色の体毛が、冬前に真っ白に変化。その他、哺乳類や鳥類、爬虫類に植物など、さまざまな白い生き物76種を集めた1冊です。

今月のおススメ



このかみななに?

谷内つねお (さく)
福音館書店 (出版)
長くてふわふわで、薄いけど、よじると強くなる。普通の紙とは違って不思議なところがたくさんある「トイレットペーパー」の秘密を知ろう。

GO VOTE! 選挙に行こう!

◎問い合わせ
選挙管理委員会事務局 ☎23-7864

今回は、令和元年度明るい選挙啓発4コマ漫画中学生の部で、優秀賞を受賞した「中島 心愛さん（当時都城ヶ丘高等学校附属中1年）」の作品を紹介します。

タイトル:「自分の意見を伝えよう！」



選挙の大切さが1コマごとに違う表現で描かれ、良くまとまっていて「うまい!」と思います。(ぼんちくん作者 みやこのジョーさん)

市の提供番組紹介

テレビ番組の案内

◆BTVケーブルテレビ (デジタル 111ch)

「みやこんじょジャーナル」 ※毎回10分間放送

- ① 6:50 ~ ② 11:50 ~ ③ 16:50 ~
- ④ 20:50 ~ ⑤ 22:50 ~

ラジオ番組の案内

■MRTラジオ (AM放送936kHz、ワイドFM90.4MHz)

「みやこのじょうドキドキナビ」
毎週月~金曜日 (祝日除く) 15:30~15:45

■シティエフエム都城 (FM放送76.4MHz)

「インフォメーションM」 毎週月~金曜日
9:50~9:55、15:55~16:00 (再)

都城市現住人口

令和2年12月1日現在	前月比	前年比
世帯数 71,394世帯	(-13)	(378)
人口総数 160,071人	(-54)	(-928)
男性 75,314人	(-16)	(-395)
女性 84,757人	(-38)	(-533)

スマートフォンからも市政情報を確認できます。



※平成27年国勢調査に基づく推計人口です



私たち広報担当の1月といえば、ななとこをはじめ、カセグワイなど地域の伝統行事や、成人式、消防出初式を取材するため連日、カメラ片手に市内中を駆け回ります。昨年はカセグワイの取材で、全身に神水を掛けられるというありがたい?体験をしました。今年はコロナ禍で年末年始の行事が中止や延期となり、昨年の水浴びを懐かしく思い出します。地域行事の再開を願い、取材を通して多くの笑顔に会える日を楽しみに、今年も皆さんに多くの情報を発信していきます。(史)



NPO通信

都城スポーツクラブシエロ (天神町7-15)

◎問い合わせ ☎090-8407-0406 (水久保)



子どもたちが楽しくスポーツできる環境づくり

子どもたちがさまざまなスポーツを楽しめる環境を整えたいとの思いから法人を設立。「総合型地域スポーツクラブ」として、タグラグビー (札のような目印「タグ」を腰に2本付けて尻尾とみなし、尻尾取りをする競技) やバスケットボール、バレーボールなどの種目を、日替わりで子どもたちに教えています。また、当クラブでは、クラブ専用車による送迎サービスを提供。練習場や試合会場まで送迎を行うことで、保護者の負担を減らし、子どもがスポーツに参加しやすい環境を整えています。

子どもたちには、スポーツを楽しむことはもちろん、困難に立ち向かい努力し、成功する喜びを味わってほしいと考えていて、クラブでの経験を通し、成長していく姿を目の当たりにすると、本当にうれしくなります。

この他、大人も参加できる種目もありますので、興味がある人は、気軽に問い合わせください。私たちと一緒にスポーツを楽しみましょう!



都城スポーツクラブシエロホームページ

NPOのイベント情報

新型コロナウイルス感染防止のため、イベントが中止または延期になる場合があります。

参加を予定している人は、主催者に開催の有無を必ず確認ください。

シエロコモ! シニア対象運動トレーニング&レクリエーション ※要予約

●日時 1/21(木)、2/4(木) 10時~11時

●場所 ウェルネス交流プラザ

問 都城スポーツクラブシエロ(水久保) ☎090-8407-0406

終活・相続無料相談会 ※要予約

●日時 1/23(土) 10時~17時

●場所 ライフサポートセンター HAPPY 終活案内所(中町17-14)

問 ライフサポートセンター HAPPY(八反田) ☎090-2855-0482