

# 健康ひとくちメモ♪

## 感染症予防の基本は「手洗い・うがい・マスク」

冬は、空気が乾燥しウイルスにとって最適な環境になることから、風邪やインフルエンザ、感染性胃腸炎などの感染症が流行しやすい時期です。

去年は「手洗い・うがい・マスク」の意識が高まったことで、新型コロナウイルス以外の感染症の流行を全体的に抑えることができました。

感染症を予防するには、食事・運動・睡眠の生活習慣を整えて免疫を低下させないことや、「手洗い・うがい・マスク」および手指消毒でウイルスを体に入れないことが大切です。正しい感染症対策で、冬を元気に過ごしましょう。

1 / 21 (金)	1 / 13 (木)
①② コミュニティセンター	③ 西部保健センター (高崎福祉保健センター)

● **対象** 40歳以上の和暦で偶数年生まれの女性  
● **日程・場所**

● **1月の巡回がん検診(要予約)**  
事前に市ホームページや電話、健康課窓口で申し込みください。定員に達し次第締め切ります。  
● **「乳がん検診」**  
● **対象** 40歳以上の和暦で偶数年生まれの女性  
● **日程・場所**



● **受付時間** 8時30分～10時30分  
● **検診料** 1,400円  
※新型コロナウイルス感染症防止のため、発熱や咳、倦怠感、味覚などに異常がある場合は、受診を控えますよう

1 / 18 (火)
西部保健センター (高崎福祉保健センター)

● **対象** 40歳以上の市民  
● **日程・場所**  
● **受付時間** ① 9時～11時30分、② 13時～15時30分、③ 13時30分～16時  
● **検診料** 2千円  
● **「胃がん検診」**



**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

◎ 12月号で特に興味を持ったページのタイトル

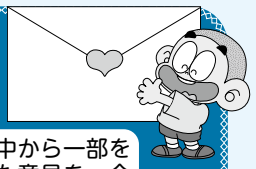
◎ 12月号を読んだわたしの一言

◎ 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、当選者発表と商品発送、質問などの回答以外には利用しません

## 10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いたします。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。

リポーターを務める中西さんの魅力ある紹介で、今まで知らなかった都城がさらに身近な存在になりそうで楽しみです。  
(申間市 Y・Kさん)

都城の郷土料理は知っていて、食べるのも大好きですが、どれも作ったことがありません。料理作りに参加する機会を見つけたいと思います。  
(大王町 F・Kさん)

表紙の写真、すてきでした。天体観察に最適なこの季節、今夜は空を見上げ、星を観よう。高崎の天文台にも行ってみたいなあ。  
(八幡町 T・Mさん)

普段の生活の中で、自治公民館にはお世話になっています。今後、私のような20・30代の若い世代にも多く加入してもらいたいですね!  
(LINE投稿 りんりんさん)

◀ 点線に沿ってお切りください(郵便はがきでも可)



溝渕直城さん

自治体の業務を人やITの力で支援し、地域の豊かな生活の実現に取り組むシフトプラス株式会社。平成18年に大阪で創業した同社は、ふるさと納税の制度が創設されると、管理システムの提供やコンサルティング、その他関連業務で多くの自治体をサポートすることに、急成長を遂げました。

平成29年には、都城市内（上町）に営業所を開設。本市のふるさと納税日本一の取り組みを支える存在として、重要な役割を果たしています。また、当初10人だった従業員は、今では80人を超え、

都城をけん引する企業を紹介

# 企業の力

vol.16

## シフトプラス株式会社

☎57-0311



繁忙期には約130人を雇用。さらに、市内のWEBデザイナーや印刷業者などに幅広く仕事を発注するなど、市内で働く場を提供する貴重な存在となっています。

この都城営業所で、ふるさと納税全般の業務に携わるのが溝渕直城さん。香川県の自治体職員から転身した溝渕さんは、市と返礼品事業者が両輪となって取り組む本市独自の仕組みにやり甲斐を見いだしています。特に、事業者と二人三脚で、新商品を開発したり、商品のブランド価値の向上を図ったりするなど、IT企業の枠を超えた取り組みに励んでいます。

「シフトプラスは、地域と共にある会社」と語る溝渕さん。「地域に何が残せるかを常に考えて行動することで、都城の地域全体の発展に貢献していきたい」と目を輝かせていました。

## ★ 今月の読者プレゼント ♥



【豚なんこつのカレーうどんお食事券 3人】

商品提供事業者

わしの脇腹(上町5街区14号梅月堂ビル1階) ☎77-7172

こだわりの細麺に豚なんこつのブイヨンで作った特製スープがよく絡む洋風カレーうどんが大人気の同店。とろけるチーズやとんかつなど、好みのトッピングを合わせてさらにおいしくお楽しみください。

### プレゼントの応募方法

はがきに住所、氏名、電話番号と、12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 12月31日(金) 当日消印有効
- ◎当選者発表 本紙2月号
- ◎10月号当選者 抜水裕子さん 他4人
- ◎10月号応募総数 498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



▶点線に沿ってお切りください(郵便はがきでも可)

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 NO.192 2021年12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 ( ) -





「開門晴雪」  
（1923）  
山内多門作  
絹本・墨画彩色・軸

明治から昭和にかけて活躍した本市出身の日本画家・山内多門。本作は、南九州を題材に四季を絡めて描いた四幅の掛け軸の一つです。多門は東京に拠点を移してから度々帰郷し、故郷の風景を作品に残しました。

開聞岳といえど円すい状の山容が印象的ですが、本作ではあえて前景から中景に険しい山並みを描くことで、稜線のなめらかさと存在の大きさを強調しています。また、墨の濃さを少しずつ変化させて遠近感を生み出したり、輪郭線の外側に薄墨を広げることで雪の白さを際立たせたりするなど、作品の隅々まで気配りがされています。

開聞岳が裾野まで雪に覆われることはめったにありませんが、もし現実となったら、本作のような光景なのかもしれません。

◎問い合わせ 市立美術館 ☎25-1447

## 国際交流員の ひとりごと

vol.26

ルメイド・ソヨルマー  
さん  
（モンゴル）



## 日本とモンゴルの絆

皆さんは、モンゴルが親日国であることをご存じですか。モンゴルには、日本の相撲に熱中している人がたくさんいます。日本語が分からなくても、テレビでNHKの大相撲を観戦するうちに、番付が読めるようになるくらいです。また、日本でも、モンゴルの大草原や馬頭琴、馬などに興味のある人に出会う機会が多くあります。このように、友好的な両国の関係性がとてもうれしいです。

来年の2月24日には、日本とモンゴルの外交関係樹立50周年を迎えます。長い歴史を積み上げてきたこの節目の年に、都城市の国際交流員として勤務していることを、大変光栄に思います。私は、日本とモンゴルの友好関係がさらに発展し、国民同士の絆もより深まることを心から願っています。そして、大好きな日本のことをもっと勉強していきたいです。

◎問い合わせ 国際化推進室 ☎23-2295

問

文化財課 ☎23-9547



高城郷土資料館で  
展示中

高城町石山に所在する高取原地下式横穴墓は、約1500年前の古墳時代のお墓です。平成14年の発掘調査で鉄剣4本と矢の先端につける道具の鉄鏃23本が出土しました。その中に、鏃の片側にだけとげのような「逆刺」がついた片腸抉長三角形鏃と呼ばれる鉄鏃があります。非常に珍しい形で、他には滋賀県雪野山古墳や東京都野毛大塚古墳などで見つかっています。これらの古墳は巨大大副葬品も豪華であり、当時の権力の中心であった畿内と強い関係を持つた地方有力者の古墳だといわれています。高取原地下式横穴墓から出土したこの小さな鉄鏃からは、当時の都城の人々が、畿内を中心とした古墳社会につながり、貴重なものを手に入れる力を持っていたことがうかがい知ることができます。

歴史探訪！  
高取原地下式横穴墓から見つけた  
めっちゃ珍しい鉄鏃



問

都城島津邸 ☎23-2116



探究心の深さがうかがえます。

今回紹介する「明珍系図」は、宗政など著名な甲冑師を輩出した明珍家の由緒と家督相伝を著したものです。鎧を制作する代表的な甲冑師の流派は春田・明珍・早乙女の三派といわれ、特に明珍家は江戸時代に家元体制を整え、多くの弟子を育成し栄えました。都城島津家に伝来した本史料は写になります。朱書きでさまざまな情報が書き加えられていて、当家の探究心の深さがうかがえます。

「甲冑師明珍家の系図」  
都城島津邸に保管されている22代当主・島津久茂の甲冑「鉄錆地紺系威瑠璃斎胴具足」には、制作した人物である「明珍長門守紀宗政」の名が彫られています。  
宗政は江戸時代中期に活躍した甲冑師で、甲斐武田家の大切な宝として伝わっていた楯無鎧である「小椋韋威瑠璃兜大袖付」（国宝）の修復を寛政3（1791）年にしたといわれています。

都城島津  
「甲冑師明珍家の系図」

# 図書館だより

## 今月のコレミテツ

市立図書館で

写真を撮ってみませんか♪

冬の冷たい空気に、イルミネーションもキラキラと輝く季節になりました。素敵な景色や特別な場所、何気ない風景も写真に撮っておくと、大切な思い出になります。もちろん、市立図書館内での撮影も可能です。他の利用者の顔を



市立図書館で人気のフォトスポット

【お知らせ】  
市立図書館では、年末年始も通常通り開館しています。皆さんの利用をお待ちしています。

また、1階のプレビュースタジオでは、「インスタ都城選手権」の受賞作品を、12月7日(火)〜24日(金)まで展示しています。2016年から毎年開催するなど、好評の本選手権。Instagramを楽しむ皆さんが写真に収めた都城の魅力をぜひ、一緒に味わってみませんか。

◎問い合わせ  
市立図書館 ☎22-0239 高城図書館 ☎58-4224

写さない、本

の中を撮らな

いなどの約束

いただいた希

望者に、「撮

影許可済み」

のシールをお渡ししています。気軽にスタッフまでお声掛けくださ

い。



## まちなか広場

ハロウィンイベントを開催しました!



Mallmallまちなか広場で、今年も10月下旬にハロウィンにちなんだミニイベントを開催。縁日やワークショップを実施したほか、ハロウィンの装飾が会場を彩りました。

まちなか広場では、今後も、季節に応じたさまざまなミニイベントを開催予定です。詳しくは、WEBサイト「まちたん」を確認ください。

※イベントは、感染症対策を徹底した上で実施しています。また、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、イベントが中止または延期となる可能性があります



「まちたん」

◎問い合わせ

まちなか交流センター ☎21-6121

## トントン オススメの 一冊



写真を撮りたくなったら読む本 最高の一枚を巨匠に学ぶ

ヘンリー・キャロル(著)  
ボーンデジタル(出版)

目を奪われる、心惹かれる写真には理由があります。ロバート・キャパ、アンリ・カルティエ=ブレッソン、マーティン・パー、森山大道、アンセル・アダムスら50人の巨匠の作品を見ながら、「構図」「露出」「光」「レンズ」「見る」の5つの基本を感じていく1冊。20以上の言語に翻訳され、世界中で読まれている写真撮影の入門書です。読み終わったら、もっと写真を撮りたくなりますよ。

### 市立図書館

- 休館日／なし
- 開館時間／9:00～21:00

### 高城図書館

- 休館日／12月7日・14日・19日・21日・28日～1月5日・10日・11日
- 開館時間／9:30～18:00



# 安心・安全情報

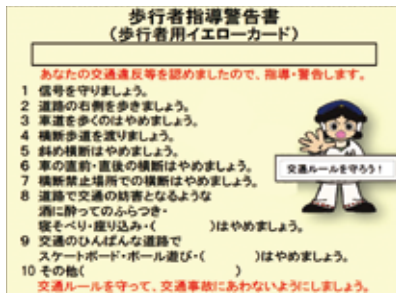
◎問い合わせ  
 都城警察署 ☎24-0110



## 「歩行者用イエローカード」による指導が始まりました！

県警察では、交通ルールを違反した歩行者に交付する「歩行者用イエローカード」を作成し、9月から現場での指導を始めました。

車と歩行者の事故であっても、歩行者側の過失責任が大きく問われる場合もあります。県内で過去5年間に発生した歩行者事故を分析すると、歩行者にも何らかの違反があった事故が約3割ありました。ドライバーも歩行者もそれぞれのルールを正しく守りましょう。



見本

## 市の提供番組紹介

### テレビ番組の案内

#### ■MRTテレビ(デジタル6ch)

「幸せ上々みやこのじょう」毎週水曜日  
 18:55~19:00

#### ■BTVケーブルテレビ(デジタル111ch)

「みやこのじょうジャーナル」※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3年11月1日現在	前月比	前年比
世帯数 71,337世帯	(-28)	286
人口総数 159,728人	(-3)	(-1,007)
男性 74,992人	(-6)	(-341)
女性 84,736人	(3)	(-666)

スマートフォンからも統計情報を確認できます。



※令和2年国勢調査に基づく推計人口

## 編集後記

自治体の広報紙には、市民の皆さんの関心ある話題を分かりやすく伝えるとともに、市政を身近に感じてもらい行動の変容につなげる役割があると思っています。「広報はラブレター」と言われます。想いは一方的に伝えるだけではなく、相手の心に届くことが大切。「デジタルを身近に感じて、触れてもらいたい」という想いを託した今月号。精一杯、作りました。(博)

GO VOTE!

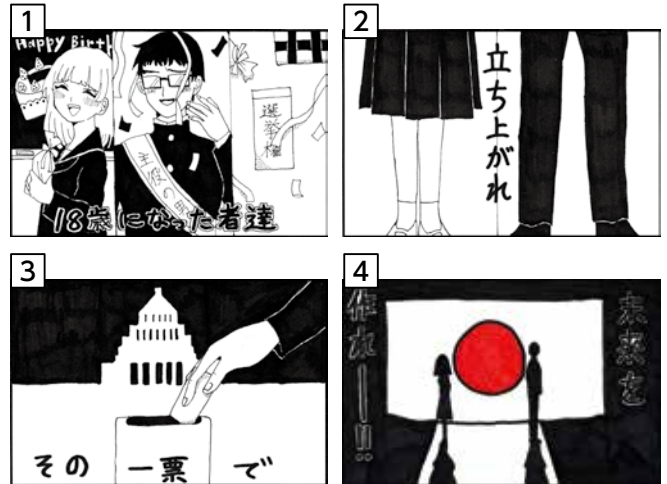


# 選挙に行こう!

◎問い合わせ  
 選挙管理委員会事務局 ☎23-7864

今回は、「令和2年度明るい選挙啓発4コマまんが」高校生の部で、ぼんちくん賞を受賞した「杉村 優奈さん(当時高城高等学校2年)」の作品を紹介します。

## タイトル：「次はあなた！」



高校生の部門は、投稿された作品すべてに画力があり、プロ級で悩みました。その中で、杉村さんの作品は4コマ目の表現が素晴らしいと思いました。(みやこのジョーさん)

## 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ご確認ください。詳しくは、市ホームページを確認ください。



ホームページ

### 終活・相続無料相談 ※要予約

- 日時 12/11(土)・25(土)、1/8(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)
- ☎ ライフサポートセンター HAPPY(八反田) ☎090-2855-0482

### きりしまペダルでゆぽっぽサイクリング

- 日時 12/12(日) 9時~15時
- 場所 かかしの里ゆぽっぽから霧島神宮方面
- ☎ペダルハートきりしま(本田) ☎090-3012-2202

### 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 12/16(木)、1/13(木) 10時~11時
- 場所 ウエルネス交流プラザ
- ☎都城スポーツクラブシエロ(水久保) ☎090-8407-0406

### 田舎暮らしを楽しむ講座(ハム、ベーコン、年越しそば) ※要予約

- 日時 12/17(金)、12/18(土) 10時~13時
- 場所 がまこう庵(吉之元町5186)
- ☎手仕事舎そうあい(蒲生) ☎37-0002

### 地域食堂 イロトリドリ ※要予約

- 日時 12/18(土) 11時~13時
- 場所 下長飯町669-5(NPO法人あした事務所隣)
- ☎あした(池崎) ☎70-0190

※地域食堂：食を通じた子どもや高齢者の居場所

市民みんなで  
「都城」を盛り上げましょう

令和3年分の寄附控除を  
受けるための期限は

**12月末まで!**

# 都城市ふるさと納税

応援したいまちを寄附することで支援できる「ふるさと納税」。本市の令和2年度の実績は、寄附金額が約135億2,500万円で全国第1位となりました。寄附金額日本一は、平成27・28年度に続き3度目。寄せられた寄附金は、さまざまな事業の財源として有効に活用します。

市民の皆さんも、市外の友人や親戚の人などにお勧めください。一緒に「都城」を盛り上げましょう!

**お得な情報満載!**  
都城市ふるさと納税公式SNSを、ぜひ、ご紹介ください!!

公式SNSあります! / お得な情報やキャンペーン情報更新中

登録は右記QRコードより▶

LINE Twitter Instagram

ふるさと納税の使  
い道などは、特設  
サイトを確認ください



【問い合わせ】 ふるさと産業推進局 ふるさと納税担当 ☎23-2452



編集・発行/都城市総合政策部秘書広報課 〒885-8555 宮崎県都城市都城町6-21  
TEL0986-23-3174(直通) TEL0986-23-2111(代表) FAX0986-23-9824  
ホームページ <https://www.city.miyakonojo.miyazaki.jp/> 印刷/博文昌堂

日本を代表するオーケストラの  
トッププレイヤーが集結!



# ARK BRASS

## HOMMAGE À PJBE

広告

2022年 **1月30日** (日)

14:00 開演 中ホール「あさぎり」  
全席指定 一般 3,000円 高校生以下 2,000円

\*未就学児入場不可  
\*車イスのまま鑑賞できる(車イス席チケット)を販売しています。  
\*介助者が隣で鑑賞される場合も車イス席をご購入下さい。  
\*収容率 50%で販売します。制限緩和による販売座席追加は予定していません。

**12月4日(土) 一般発売開始!**

佐藤 友紀(トランペット) 伊藤 駿(トランペット) 福川 伸陽(ホルン)  
青木 昂(トロンボーン) 次田心平(チューバ)

予定曲 小フーガ ト短調 (J.S. バッハ)  
戦いの組曲 (S. シャイト)  
ウェスト・サイド・ストーリー (L. バーンスタイン) ほか

都城市総合文化ホール

〒885-0024 宮崎県都城市北原町 1106-100 TEL(0986) 23-7140

<チケット予約・購入方法>  
【窓口】1階チケットカウンター (水曜を除く 10:00~19:00)  
【電話予約】専用電話番号 0986-23-7190 (水曜を除く 10:00~19:00)  
【インターネット予約】都城市総合文化ホール ホームページにアクセス (24時間受付)