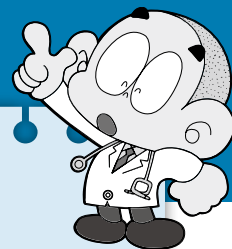


# がん検診を受けよう！

◎問い合わせ 健康課 ☎23-2765



Vol.24

## 健康ひとくちメモ

### ビタミンの「エース」を知っていますか？

ビタミンは13種類あり、それぞれに働きを持っています。その中でも「抗酸化作用」を持つ代表格のビタミンのアルファベットを並べて、ビタミンACE（エース）と呼ぶことがあります。皮膚や粘膜の健康を保ち細胞へのダメージを軽減するとともに、肌を守る効果が期待できます。また、免疫力維持にも欠かせません。

赤、緑、黄色などの色鮮やかな野菜や果物に多く含まれ、多くの食材を組み合わせる食べ方が効果的です。

バランス良く摂取することで、あなたの体の中で「エース級」の働きをしてくれます。

### がんは身近な病気です

がんは、日本人の死因第1位で、誰もがなり得る身近な病気です。治療が遅れると、転移・再発の危険や命を落とすこともあります。自身や家族の生活にも影響するため、早期発見・治療が大事です。家族や身近な人と一緒に、がん検診を定期的に受けましょう。

月中旬に公開予定です。自治公民館加入世帯に配布される検診（健診）ガイドや市ホームページを確認ください。

市が実施する集団検診では、新型コロナウイルス感染防止のため、発熱症状などがある場合は、受診をお断りすることがあります。検診は体調がいいときに受けましょう。

### WEB予約は24時間受付！

巡回がん検診（胃・乳・子宮）のWEB先行予約は、5月20日（金）の8時30分から受け付けます。

電話や健康課窓口での予約は、5月27日（金）8時30分から受け付けます。年間分の日程が予約可能で、日程などについては、5

### スケジュール変更の可能性

新型コロナウイルス感染症の影響により、検診ガイドの配布や検診受付開始日、検診の日程などを変更する可能性があります。変更の際は、市ホームページなどでお知らせします。

● 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

● 5月号で特に興味を持ったページのタイトル

● 5月号を読んでのわたしの一言

● 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

3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。

プロ野球やサッカーなど、躍動するスポーツのキャンプ地として都城市が発展するといいいですね。  
（梅北町 M・Kさん）

敬老バスの利用について、どうしても自分の運転が必要となる緊急の場合以外は、安全のために敬老バスを利用したいです！  
（高城町大井手 S・Mさん）

動画で防火・防災情報を発信しているとはびっくり。冬は乾燥しているので、火災には気を付けたいです。火災報知器もそろそろ交換の時期です。  
（下川東4丁目 ター坊さん）

都城志布志道路が開通すれば物流効率化、第一に雇用促進につながり、とても良いことだと思います。  
（高崎町大牟田 R・Mさん）

点線に沿ってお切りください（郵便はがきでも可）



池田吉啓取締役

豚の食肉処理の過程で従来廃棄されていた豚足や豚の内臓(副産物)を手作業で下処理・加工まで行う事業を中心に手掛ける株式会社栗山ノーサン。畜産に係るさまざまな仕事の困りごとの解決を図っています。昭和53年に創業し、本市の産地産業の裏方としても貴重な存在です。

としてソムリエに相談しながらワインに合う「おさつポークの生ジャッキー」を開発した池田取締役は、「都城には、宝の山がある。捨てられていたものにどのような価値を持たせるかを考えることが仕事の醍醐味」と目を輝かせます。

栗山孝男代表取締役社長を筆頭に、明るい社風の同社には、この1年で新たに15人の社員が入社。食品加工の経験はゼロからの社員が多いものの、主婦の目線や前職でのさまざまな経験を生かして活躍しています。

「地元農家あつての栗山ノーサン。だからこそ、地域の産業を守るためにこれからも『すてる』を『いかす』ための加工を施すことで、食の命のリレーの一端を担ってみたい」と力を込めていました。

# 企業の力

都城をけん引する企業を紹介

Vol.21

株式会社  
栗山ノーサン

☎23-8491



## 今月の読者プレゼント



### 【ジンギスカンセット 5組】

#### 商品提供事業者

北海道ダイニングMARUMI (志比田町4567-2) ☎22-5008

北海道直送の新鮮な食材を使った料理が楽しめる「北海道ダイニングMARUMI」から、店主が厳選したジンギスカンセットをプレゼント。北海道の野菜や新鮮な海の幸と一緒に楽しみください。



#### プレゼントの応募方法

はがきに住所、氏名、電話番号と、5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 5月31日(火) 当日消印有効
- ◎当選者発表 本紙7月号
- ◎3月号当選者 野村みどりさん 他9人
- ◎3月号応募総数 123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

63円切手をお貼りください

8 8 5 8 5 5 5

### 都城市役所 秘書広報課 行

(広報 都城 No.197 2022年5月号)

フリガナ

氏 名

ペンネームまたはイニシャル

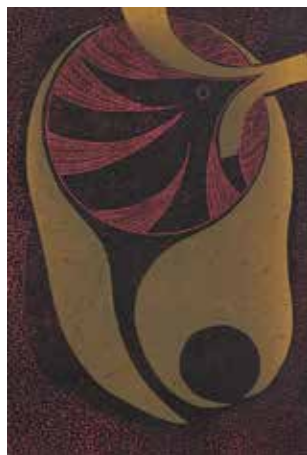
※記入がない場合は、イニシャルで表示させていただきます

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)





「鳥の碑」  
片ノ坂登作(紙・孔版画)  
(1976)



作者の片ノ坂登は、1928(昭和3)年に小林市で生まれ、宮崎師範学校(現在の宮崎大学)を卒業後、県内の小・中学校で教壇に立ちました。本市では上長飯小や庄内小で校長を務めています。

版に空いた孔を通してインクを刷る「孔版画」の技法が用いられた本作。片ノ坂が「モチーフとの対話を重ねて計画的に進めないと完成しないので、構築性が要求される」と語るように、複数の版から成る色と形が1つの画面上で響き合っています。また、主役の鳥は楕円の中に包まれ、神話や歴史を得意とした片ノ坂ならではの物語を想像させます。

※本作は、5月24日(火)から開催する収蔵作品展「版で表す」で展示予定

◎問い合わせ 市立美術館 ☎25-1447

## 国際 交流員の ひとりごと

vol.16

せん けいぶん  
銭 慧文さん  
(中国)



日中国交正常化50周年記念  
ロゴマークと銭さん

## 50周年と5年

皆さんは、今年が日中国交正常化50周年の年であることを知っていますか。中国日本商会から発表された50周年記念ロゴマークは、重なり合う2つの円に万里の長城と富士山のモチーフを取り入れたデザインになっていて、日中両国が手を取り合い、心をつなぐという願いが込められています。

私はといえば、本市の国際交流員として5年目に突入しました。学校訪問の際、「銭ちゃん」「銭先生」と呼び慕ってくれる生徒たちに楽しく聞いてもらえるよう、毎年講座内容をアップグレードしています。

新年度もこれまでの経験を糧に、皆さんにもっと中国のことを楽しく理解してもらえるよう頑張りますので、よろしくお願いします。

◎問い合わせ 国際化推進室 ☎23-2295

## 歴史探訪!

### 麓武家屋敷跡(山之口町)

江戸時代の都城は鹿児島藩に属し、外城や私領と呼ばれる区画に分けて治められていました。藩の直轄領に当たる外城は、いくつかの村で構成され、その中心となる村には「麓」と呼ばれる武士集落がつくられました。都城には山之口や高城、高崎に外城が置かれていました。

このうち、山之口町麓地区では、現在でもその武士集落の跡が良好な状態で残されていて、多数の武家屋敷の門や石垣、生垣も見ることができ、また、周辺は入り組んだ狭い道となっていますが、これは、地区の防衛のためにあえて見通しが悪くなるよう設計されたためです。

本屋敷跡は、江戸時代の武家集落の名残を感じられる貴重な史跡となっています。



武家屋敷



生垣と石垣

関

文化財課

☎23-9547

## 都城島津 伝承館だより

都城島津家史料  
「玄武時絵鞍」

都城島津家には、人や荷物を馬の背にさせるために用いた「鞍」が11点伝来しています。その意匠は、黒漆塗りに丸に十字の家紋を金時絵で施したものをはじめ、藤の花や鉄線といった植物や、猿や鶴などの動物、伝説の生き物などさまざまです。

今回紹介する「玄武時絵鞍」は、江戸時代に制作されました。架空の生き物である玄武が描かれ、全体に美しい金の装飾が施されています。

古代中国で天の四方を守護する「四神思想」が成立した際、北方を守る神とされていた玄武。この姿は古来、蛇と亀が合体した姿で描かれることが多かったのですが、時代が下るにつれて多くの図案が生まれ、吉兆の象徴として調度品を飾るようになります。

四神思想は日本にも伝わり、高松塚古墳やキトラ古墳石室への描写をはじめ、平城京および平安京造営に大きな影響をもたらしたと考えられています。



関

都城島津邸

☎23-2116

問 日本茶専門店shop&cafe日向時  
77-6943

ワークショップは、お茶のシーズンに合わせて随時開催していて、気軽に参加できます。ぜひフェイスブックから情報をチェックしてみてください。

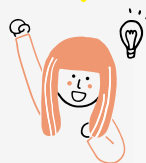


5月は新茶の時期。今回は日向時間の店主・坂元寛之さんら「みんなの都城茶をつくる会」が主催するワークショップを紹介します。茶摘みや焙煎、お茶工場見学にブレンド体験など、豊富な体験メニュー。知っていそうで意外と知らないお茶の魅力に触れながら、自分だけの都城茶を作ることができます。

都城茶の魅力がいっぱい♪



観光地や遊び場、イベント、グルメスポットなど、市内で楽しめる場所・モノ・コトを紹介!

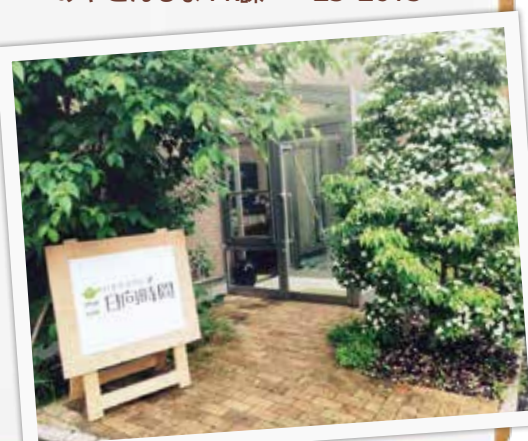


都城茶で幸せ上々

◎問い合わせ  
みやこんじょ PR課 ☎23-2615



店主の  
坂元寛之さんと  
ばんちゃん



## Books of This Month

## 5月の おすすめ図書

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



### 月刊たぐさんのふしぎ2011年1月号

福井優子(文)・たなかみか(絵)  
福音館書店(出版)

世界には一般的なものから移動式や人力、さまざまな形の観覧車があります。本県唯一の観覧車は観音池公園のものだそうですよ。



### えんしょく 縁食論

藤原辰史(著)・ミシマ社(出版)

ひとりぼっちで食べる「孤食」とも、つながりを強制されて食べる「共食」とも異なる、「あたらしい食のかたち」を考える本です。

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/5月3日・4日・10日・15日・17日・24日・31日、6月7日
- 開館時間/9:30~18:00

## まちなか de わくわく 高城図書館へようこそ!



高城図書館は2009(平成21)年5月、高城生涯学習センター内に開館し、今年で13年を迎えました。約5万冊の本を所蔵していて、そのうち約半分が子ども向けの読み物や絵本です。大きな窓から明るい光が降り注ぎ、ゆっくり読書を楽しめます。

また、当館では、おはなし会や工作会、生涯学習センターのホールを使った上映会などのイベントも開催しています。ぜひ、お越しください。

※イベント情報は、館内掲示または図書館ホームページを確認ください

◎問い合わせ  
高城図書館 ☎58-4224







## 飲酒運転の根絶を宣言

市全体の機運の高揚につなげ、飲酒運転の根絶を図ることを目的とした飲酒運転根絶宣言式を3月29日、市役所で開催しました。

市内の14事業所が飲酒運転根絶を宣言し、市長が「飲酒運転根絶宣言事業所」に認定。池田市長は「県内初の取り組みに、先陣を切って賛同いただき心から感謝したい。皆さんと連携して飲酒運転根絶の取り組みを推進していきたい」とあいさつしました。宣言式には、5つの事業所が出席し、飲酒運転の根絶を宣言。市では宣言を希望する市内事業所を随時募集しています。



## 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)

「みやこんじョジャーナル」 ※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)

「みやこのじョドキドキナビ」  
毎週月~金曜日(祝日を除く) 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4年4月1日現在 | 前月比    | 前年比      |
|------|------------|--------|----------|
| 世帯数  | 71,181世帯   | (-21)  | (69)     |
| 人口総数 | 158,405人   | (-821) | (-1,264) |
| 男性   | 74,370人    | (-445) | (-446)   |
| 女性   | 84,035人    | (-376) | (-818)   |

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

大学時代の恩師の定年退官に際して、お祝いを贈りました。学生結婚だった自分にとっては、学業以外もお世話になった大切な方。忙しくしている毎日ですが、これまで支えてくださった方々とのつながりを大切にしたいと改めて思いました。(博)

5月号から広報都城の表紙や定番コーナーなどのデザインがリニューアルしました。見やすく、親しみやすい雰囲気心を掛けながら、印刷業者さんと作り上げた今年度の広報紙デザイン。皆さんに楽しんで読んでもらえるとうれしいです。(奈)

# 都城フィロソフィ①

◎問い合わせ 職員課 ☎23-2119

## 第1部 素晴らしい人生を送るために

### 第1章 成功方程式(人生・仕事の方程式)

## 人生・仕事の結果=考え方×熱意×能力

人生や仕事の結果は、考え方と熱意と能力の掛け算で決まります。そのため、能力があっても熱意に乏しければ、良い結果は出ません。逆に能力がなくても、情熱を燃やし、一生懸命努力すれば、能力に恵まれた人よりはるかに良い結果が得られます。

また、熱意を持って物事に取り組むことで、日々、能力は進歩します。

この熱意と能力に考え方が掛かります。考え方とは生きる姿勢そのものであり、プラスからマイナスまであります。

そのため、人生や仕事の結果を最良のものとするためには、熱意と能力とともに、人間としての正しい考え方を持つことが何より大切です。



## 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。

### 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 5/12(木)・25(水)、6/2(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

### 田舎暮らしを愉しむ講座 ※要予約

- 日時 5/20(金)・21(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 5/21(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:食を通した子どもや高齢者の居場所



愉快で陽気なジャズサウンド！

**BLACK BOTTOM BRASS BAND**

**6月18日(土) 13:30 開演**



木管の繊細な響きと楽しいお話♪

**クインテット・アッシュ**

**6月28日(火) 19:00 開演**

60分ワンコインで気軽に楽しめるシリーズ

**MJちょこっとライブ**

自由席 500円

**5月15日一斉発売**

※各公演それぞれチケットを販売します。  
※3歳未満膝上鑑賞無料。

**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）

# みんなで楽しいパークゴルフ



西日本最大級  
8コース  
**72ホール**  
霧島連山を見渡すロケーション

山田町

**かかしの里パークゴルフ場**

営業時間 (10月～5月) 9:00～17:00 / (6月～9月) 8:00～18:00  
利用料金 大人 / 520円 小人 (中学生以下) / 210円 道具レンタル / 50円  
定休日 第2・第4木曜日 (祝日の場合は変動します)

都城市山田町山田 5025-1 TEL.0986-64-3888



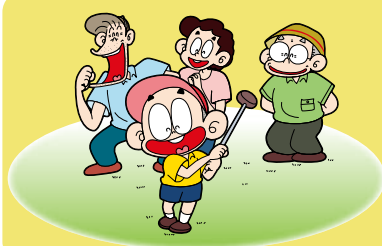
バラエティに富む  
6コース  
**54ホール**  
高低差を活かしたコース

高崎町

**高崎パークゴルフ場**

営業時間 (10月～5月) 9:00～17:00 / (6月～9月) 8:30～18:00  
利用料金 (道具レンタル料含む) 大人 / 520円 小人 (中学生以下) / 260円  
定休日 第1・第3木曜日 (祝日の場合は変動します)

都城市高崎町大牟田 1399 TEL.0986-45-8600



「都城ぼんちスポーツクラブ」会員限定の大会

**ロングランコンペ 開催中！**

★かかしの里パークゴルフ場と高崎パークゴルフ場で毎月開催中

★プレー料金の割引特典あり ★月間5回以上の参加で豪華賞品のチャンス！

詳しくは「都城ぼんちスポーツクラブ」まで 電話 (0986) 58-3232

一度エントリーすれば  
**2023年3月末まで参加可能**



都城ぼんち地域振興株式会社

都城市高城町石山 4195 TEL 0986-58-5500

各施設の詳細はホームページへ

