

大人になってからも役立つ体験

着衣水泳体験（キッズボンパク）

子どもたちに都城の魅力を体験してもらおうイベント「キッズボンパク」が7月26日から8月26日、市内各所で行われました。8月2日、菖蒲原児童プールで開催された「親子で学ぶ生き抜く術^{すべ}」では、消防士が、子どもと保護者15人に着衣泳法などを指導。参加者らは、服を着たまま水に浮かぶ方法や、ペットボトルを使った浮き方を体験しました。上野聖志^{さとし}くん（明道小5年）は「水泳を習っているので興味があった。道具を使って、溺れている人を助けるコツが分かった」と学びを深めていました。



ジュニアドクター誕生！

都城病院職場体験ツアー

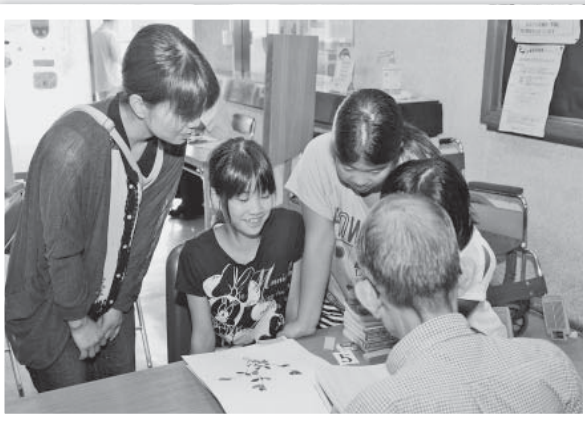
将来の進路を考える機会として、国立病院機構都城病院が企画した職場体験ツアーが8月6日、都城病院で開催されました。祝吉中学校の3年生12人が参加。生徒らはビデオ学習などの後、内視鏡手術などを体験するブラックジャックコースと、体位交換などを体験するナイチンゲールコースに分かれ、医療に対する興味と知識を深めていました。福島愛梨^{あかり}さんは「多くの人たちが関わって病院が成り立っていることが分かった。進路の選択の幅が広がった」と目を輝かせていました。



目指せ！ 植物博士

夏休み植物名前調べ会

夏休みの自由研究として、子どもたちが集めた植物の名前を調べ、夏休み植物名前調べ会が8月16日、市立図書館で行われました。都城盆地植物愛好会が主催。夏休み初旬、同会が開催した講習会で植物標本の作り方を学んだ子どもらは、家庭や地域などで植物を収集しました。丁寧に乾燥させて持ち寄った標本のうち、分かりにくい植物の名前調べを会員がサポート。中村紗英^{さえ}さん（大王小6年）は「家の周りや堤防などで60種類ほど集めた。珍しい植物を見つけると楽しい」と話していました。



日本文化に触れ心を通わす

ガールスカウト国際交流

本市と台湾のガールスカウトによる国際交流が8月16日から20日、市内を中心に開催されました。1988年から続く同事業に、台湾から19人が来県。関之尾滝や都城島津邸を訪れた後、茶道体験で茶せん^{ちせん}の使い方などを教わり、日本文化に対する学びを深めていました。また、子どもらは市内各家庭にホームステイをして日本の生活習慣も体験しました。2回目の訪問になる王孟霽^{ワンモンゼン}さん（高校1年）は「茶道は作法や決まり事が多く難しいが、おもしろかった」と、所作を楽しんでいました。



眠気吹き飛ばす！ 爽やかな一日の始まり 祝吉地区ラジオ体操

夏休み期間中、祝吉郡元公園でラジオ体操が行われました。祝吉地区は、地域での子育て支援を推進する県の補助事業のモデル地区に選定され、約1カ月にわたってラジオ体操を地域ぐるみで実施。8月25日は、小・中学生から大人まで約100人が参加し、ラジオ放送に合わせて、大きく体を動かしていました。参加した野元利矩くん（祝吉小2年）は、「毎朝楽しみにしています。朝早く起きるのは大変だけど、みんなと一緒に体を動かすのは楽しいです」と元気に話していました。



きれいな川を未来へ残そう 大淀川子どもサミット

川遊びを通じて、河川環境について学ぶ大淀川子どもサミットが8月24日、下沖水橋河川敷のせせらぎ水路公園で開催されました。市内外の幼児や小学生の親子ら約450人が参加。川に捨てられたごみの話などを聞き、河川浄化への意識を高めていました。また、イベントの目玉でもある魚のつかみ取りでは、子どもらが歓声と水しぶきをあげて楽しんでいました。橋口翔馬くん（今町小6年）は、「魚が素早く、つかみにくかったけれど、捕まえることができてよかった」と話していました。



夜空を彩る色とりどりの花火 山之口どんどんまつり

今年で35回目となる、山之口どんどんまつりが9月6日、山之口運動公園で開催されました。市内外から多くの家族連れらが来場。地元小学生による郷土芸能の披露や、武将弥五郎太鼓の演奏などを楽しんでいました。また、祭りの最後には約5,000発の花火が打ち上げられ、華やかに夜空を彩ると、会場からは歓声が沸き起こっていました。実行委員長の徳丸勝幸さんは、「準備が大変だったが、多くの人に来場してもらい、祭りがにぎわってうれしい」と祭りの成功に手応えを感じていました。



元気に年を重ね、みんなに感謝 高齢者世帯慰問

老人の日・老人週間に合わせて市内の高齢者世帯慰問が9月3日に行われました。今年度、市内の100歳以上の高齢者は111人で、そのうち100歳到達者は81人。市内最高齢の坂元タメさん（郡元一丁目・107歳）を池田市長が表敬訪問し、名前が入った大湯飲みと花束を贈って長寿を祝いました。長男の坂元義則さん（宮崎市）は「母は、踊りとガーデニングが大好き。今でも音楽に合わせて手を動かします。これからもまだまだ長生きしてほしいです」と母親の長寿を祝っていました。

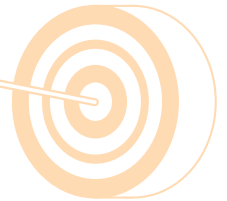




「弓のまち都城」から日本一に

都城工業高等学校 3年

有馬 翼さん



全国高校総体弓道男子個人が8月に東京都武道館で開催され、有馬翼さん（都城工業高等学校3年）が見事、優勝。県勢としては、同種目個人で8年ぶりの快挙となりました。

幼いころから、兄が通っていた弓道教室を見に行き、弓道に興味を持っていた有馬さん。中学校入学と同時に弓道を始めました。初めは的に当てるのが楽しく、結果にはこだわりませんでした。しかし、経験を積むごとに他校の同級生の活躍などを見て、負けたくないという思いが芽生え、高校に入ると、大会で結果を残すことに喜びを感じるようになりました。

日ごろの練習では、一つ一つの動作を丁寧に行うことを心掛け、弓道の基本動作「射法八節」の一つである、しっかりと狙いを定める「会」に力を入れて取り組みました。ひたむきに取り組んだ練習が結果にもつながり、高校1年生の時には、全国高等学校弓道選抜大会で準決勝に進むまでに上達しました。

高校生活最後の全国高校総体でも、持ち前の集中力を発揮。順調に予選を勝ち抜き、37人が進んだ決勝は、一度でも的を外せば敗退する「射詰め」方式で争われ、8



本目からは一騎打ちになりました。有馬さんは、予選を含め放った矢20本全てを的に皆中させ、見事優勝。「8位以内を目標としていたので、優勝できて驚いた。有終の美を飾ることができてうれしい」と大会を振り返ります。

努力を重ね結果を残す一方で、「母親や友達から試合の前に届いた、励ましのメールが支えになった」と周りの人たちへの感謝の気持ちも忘れません。

卒業後は就職を希望している有馬さん。「今後も弓道をつけ、社会人で国体選手を目指したい。目標は弓道団体で全国優勝です」と次の目標を見据えています。

霧島七景



■鹿児島空港から見る霧島山

「霧島市には、南九州の空の玄関口である鹿児島空港があります。そこから見る霧島山は、季節ごとに移り変わる多彩な表情のほかに、特別な表情を見せてくれます」と話すのは、県内外から多くの写真愛好家が作品を寄せる「きりしまフォトコンテスト」で多くの入賞経験を持つ閩民子（うらたみこ）さん。写真歴は9年で、市内から見える霧島山や桜島の姿を撮り続けています。



閩民子さん
(霧島市国分敷根)

■霧島山の特別な表情

鹿児島空港は霧島市溝辺町の台地に位置しています。周辺には茶畑が広がり、視界をさえぎる建物などがないため、展望デッキから

は一面に連なる霧島山の姿を眺めることができます。

「空港は出会いと別れのドラマがある場所。雄大な霧島山を背景に飛び立つ飛行機と、それをさまざまな思いで見送る人々の姿が重なり、ここでしか見られない霧島山の特別な表情が生まれます。出会いと別れをそっと見守るふるさとの山が私たちの霧島山です。」と話す閩さん。

皆さんも、鹿児島空港から見る事ができる特別な霧島山をぜひご覧ください。



閩さんの作品「思い出を乗せて」

◎問い合わせ

霧島市秘書広報課

☎ 0995-64-0934

※環霧島圏域のイベント情報を、市ホームページで紹介しています



盆地生まれの元気をいただきます

1日の野菜摂取量は 350g

ななつ干し野菜を使った生鮭のマリネ

※1人分167kcal、塩分0.9g

乾燥野菜は、野菜の水分を飛ばすことで、野菜本来の乾味が凝縮され旨みが増します。調味料の味が浸透しやすく、火の通りも早くなるので、短時間で調理ができます。



米粉は、油の吸収率が小麦粉や片栗粉より低いので体に優しい食材です。焼いたり揚げたりしても、口当たりよく仕上がります。



- 材料 (4人分) ※大…大さじ 小…小さじ
 生鮭…8切れ (240g) 塩…小 1/5 こしょう…少々
 米粉…大 1と 1/2 油…大 1 玉ネギ…中 1/2 個(100g)
 ななつ干し野菜…1袋 (20g) ごま油…小 1
 A [酢…100cc 砂糖…大 3 濃口しょうゆ…小 1]
 薄口しょうゆ…小 1]

●下準備

- 生鮭…塩、こしょうを振り、米粉をまぶす
 玉ネギ…薄切りし、水にさらして水分を切る
 ななつ干し野菜…ぬるま湯で戻して水分を切る

●作り方

- ① Aの調味料を煮立たせ砂糖を煮溶かす。下準備した玉ネギとななつ干し野菜、ごま油を入れる
- ② フライパンに油を熱し、生鮭を焼く
- ③ ①に②を漬けこみ冷やし、皿に盛る

今回、使用したななつ干し野菜は、都城地域雇用創造協議会の「地域資源を利用したフード商品開発事業」で誕生した乾燥野菜。「道の駅」都城で購入でき、今月の広報クイズのプレゼントにもなっています。ぜひ、ご応募ください

◎問い合わせ 健康課 ☎ 23 - 2765

