

あなたが決めるふるさとの新名物

第2回みやこんじょ肉丼グランプリ

都城の新たな名物をつくる「みやこんじょ肉丼グランプリ」が1月17日・18日の2日間、都城圏地域産業振興センターで開催されました。来場者が一番おいしいと思った店舗に投票してグランプリを決める同イベント。豚肉がテーマの今回、来場者らは、アイデアあふれる肉丼に舌鼓を打つと、悩みながら投票していました。夫婦で参加した赤谷義政さん（志比田町）は「ラジオで情報を聞いて初めて来場しました。肉のまちならではの魅力的なイベントですね」と話していました。



新春の寒空に健脚を競う

成人記念ロードレース大会

成人を祝って行われる成人記念ロードレース大会が1月18日、都城運動公園陸上競技場発着で行われました。小学生から壮年まで、約400人の市民ランナーが参加。選手らは、年代や性別ごとに2キロから5キロのコースで健脚を競い合いました。中学1年生の部で優勝した園田麗夢さん（妻ヶ丘中）は「調子は良くなかったけれど、走れるところまで走ろうと思ったので、優勝に貢献できるようながんばりたい」と今年の抱負を力強く語っていました。



起伏に富んだ難コースに挑む

高崎クロスカントリー大会

高崎クロスカントリー大会が1月25日、高崎総合公園周辺で開催されました。起伏に富んだ難コースに市内外から約240人が挑戦。選手らは、親子の部や各学年ごとに設けられた1キロから3キロの部、スパーハードの部に分かれ健脚を競い合っていました。親子の部に父親と参加した末廣陽月くん（高崎町大牟田・6歳）は「前日にあった保育園のマラソン大会で優勝して、今日もお父さんと優勝できてうれしい。来年は小学生の部で優勝したい」と、早速、来年の目標を掲げていました。



たすきで繋ぐチームの想い

南九州駅伝競争大会

南九州駅伝競争大会が2月1日、えびの市真幸地区体育館から都城市役所までの7区間、61・25キロで開催されました。市内6チームを含む41チームが参加。選手らは、沿道から送られる家族や友人らの大きな声援を受け、自慢の健脚を競い合いながら次の選手へたすきをつないでいました。薬師イクコさん（高崎町繩瀬）は「孫が1区を走ったが、スタートのえびの市まで行けなかったのが孫のチームを応援しました。完走した孫に早く会って激励の言葉をかけたい」と、笑顔で話していました。



九州はひとつ

九州ジオパーク連絡会・交流会

九州内のジオパークの自治体関係者やガイドら約90人が集まり、「九州ジオパーク連絡会・ジオガイド交流会」が2月7日、市内のホテルで開催されました。火山活動などによって造られた地形や歴史、文化などのつながりを知ることができるジオパーク。会議では、霧島ジオパークを代表し、霧島市の前田市長が「九州はひとつを合言葉に、ジオパークを生かした観光施策を進めていきたい」とあいさつ。参加者らは、取り組み事例の発表や、今後の方向性などについて意見交換を行いました。



今後の人生の支えとなる一言

庄内中学校立志式

昔の元服に当たる15歳を前に、大人としての責任を自覚する「立志式」が2月8日、庄内中学校で開催されました。式には2年生64人と保護者が参加。石原口秀樹校長が「小さな夢に満足せず、大きな夢を持つてください」とあいさつ。その後、生徒らは、色紙に書いた人生の支えとして志す言葉を発表しました。「一期一会」の文字を書いた花房夏芽さんは、「部活動を通してたくさんの方と出会うことができました。これからも、その時々のお出合いを大切にしていきたい」と力強く話していました。



手作りのリンクで大はしやぎ

吉之元小学校スケート教室

吉之元小学校の校庭に作られたスケートリンクで2月9日、スケート教室が開催され、全児童6人が参加しました。この日の明け方の最低気温は、氷点下4.5度。児童らは、先生や保護者が夜通しかけて作った厚さ1センチほどの手作りのリンクで、仲良く手を繋いで滑ったり、鬼ごっこをしたりして歓声を上げていました。初めてスケート教室を体験した吉田紗彩さん（1年）は「上手に滑れず、何度も転んだけれど楽しかった。もっとうまく滑れるよう練習したい」と息を弾ませていました。



両手いっぱい大きなキンカン

完熟キンカン収穫体験

富吉小学校児童による完熟キンカンの収穫体験が2月10日、的野農村公園近くの農場で行われました。恒例の同校行事に1、2年生24人が参加。児童らは、キンカンを生産している亀沢優二さん（山之口町富吉）から収穫方法や、はさみの使い方などの説明を受けた後、黄色く色付いたキンカンの中からお目当ての大きなものを選ぶと、はさみで一つずつ丁寧に収穫していました。中村怜生くん（2年）は「去年よりも大きいものが獲れうれしい。妹と一緒に食べます」とうれしそうに話していました。





人の風景

smiling faces of miyakonojo

日本学生科学賞入選

笛水小中学校 8年(中2)

左から 深田 大和君

谷畑 康生君

村橋 なあこさん

理科への興味と関心を高めることを目的に開催された「平成26年度サイエンスコンクール」。県内の小中高生が応募した2万9,000点の科学論文の中から審査で選ばれた12作品のプレゼンテーションが11月8日、宮崎大学で行われ、笛水小中学校8年生の深田大和君、谷畑康生君、村橋なあこさんの論文「テニスボールの反発と回転に迫る」が、中学生の部で最優秀賞を受賞。さらに、県の代表として、「第58回日本学生科学賞」にも出品され、見事入選3等選ばれました。

理科が好きなきな3人。興味がある分野が異なるためテーマ選定に悩みました。先生のアドバイスや、3人が所属する硬式テニス部からアイデアを得て、ラケットのガットを張る縦横の強さの違いがボールの反発力や回転に与える影響を研究しようと意見が一致しました。

3人は、まず、プロ選手のガットの違いを調べ、プレースタイルによって縦と横のガットの強さが違うことに気付きました。夏休みに学校の体育館で、斜めに固定したラケットを使い3メートルの高さからボールを落とし、跳ね上がる高さや距離を測定。2,000回を超

える実験の結果、プレーに合わせた最適なガットを張る強さを9パターン発見しました。早速この結果を試合で実践したところ、深田君は県の大会で見事準優勝。研究の成果を自ら証明しました。

指導担当教諭で、部活の顧問でもある大峯隆史(たかねし)先生は、「時間をかけてがんばったことが評価されてうれしい」と3人の受賞を喜びます。今回の研究を通して、深田君は「部活も勉強も前より好きになった」、村橋さんは「研究の成果を実践して、中学校最後の大会でも良い結果を残したい」と意気揚々です。また、谷畑君は「ラケットを作る職人になりたい」と将来の夢を膨らませていきました。





小林総合運動公園は、市街地の中心から西に約2キロの標高330メートルの高台に位置しています。公園内には、多目的広場や陸上競技場、テニスコート、野球場などの施設があり、雄大な霧島連山を一望しながらスポーツを楽しむことができます。

■気軽に楽しむクロスカントリー
公園内に全長630メートルの起伏に富んだクロスカントリーコースを設置。コースは芝生で整備されており、体への負担が少なく、効果的な運動ができます。



小中学生のリレー大会の様子

また、陸上競技場内のトラックやジョギングコースを併用することで、約2キロのコースとしても利用でき、誰でも気軽に楽しむことができます。

■競技力向上へ大きな役割果たす

このコースは、陸上長距離の練習場としても活用されています。

昨年12月に開催された全国高等学校駅伝競争大会



クロカンコースから見える霧島

で、3年連続入賞を果たした小林高校駅伝部。同部にとっても、このコースは必要不可欠なものになっています。横山美和監督は、「起伏に富んだコースを走ることによって体が鍛えられ、選手たちの力もついていく。このコースがあったからこそ3年連続入賞することができた」と話しています。

また、昨年8月に開催された日本陸上競技連盟オリンピック育成競技者女子長距離研修合宿でも利用され、小中学生の競技力向上にも大きな役割を果たしています。

◎問い合わせ
小林市保健体育課

☎0984-22-7911

※環霧島地域のイベント情報を、市ホームページで紹介しています



1日の野菜摂取量は350g

盆地生まれの元気をいただきます



春のおもてなし料理

◎問い合わせ 健康課 ☎23-2765

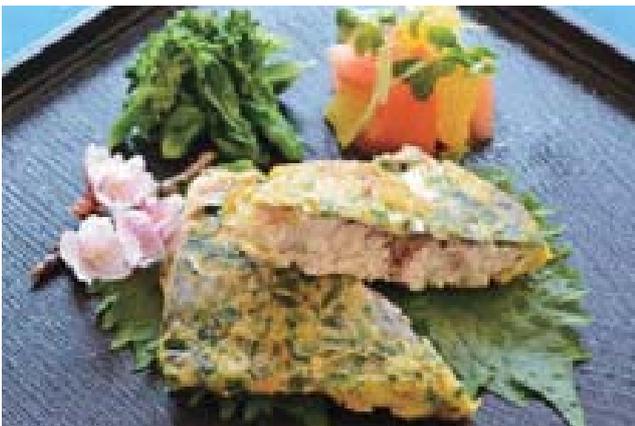
【菜の花のからしあえ】 1人分35kcal、塩分0.9g

●材料（4人分）

- 菜の花…200g すりごま（白）…小2
- A【練りがらし…小1/3 濃い口しょうゆ…大1と1/3】

●作り方

- ①菜の花を食べやすい長さに切り、茹でる
- ②Aとあえて皿に盛る



【鯖の若草焼き】 1人分185kcal、塩分0.9g

●材料（4人分）

- 鯖（無塩）…70g（4枚） ごま油…小2 青シソ…適宜
- B【酒…小2 ショウガ…4g 薄口しょうゆ…小2】
- C【小麦粉…大1と小1 ニラ…16g 卵…1個】
- 水…小1弱 塩…小1/5

●作り方

- ①ショウガをすりおろし、ニラは小さく切る
- ②鯖をBに20分程漬け込む
- ③Cに鯖を入れ、両面にまんべんなく付ける
※小麦粉と卵を混ぜ合わせ、水を加えるとダマになりにくい
- ④フライパンにごま油を熱し、鯖の両面を焼き皿に盛る
※好みで青シソを敷く

【トマトと甘夏のサラダ】 1人分22kcal、塩分0g

●材料（4人分）

- トマト…100g 甘夏（缶）…40g カイワレ大根…10g
- こしょう…少々 オリーブオイル…小1
- ①トマトと甘夏を2cm角に切り、カイワレ大根は2cmに切る
- ②①をオリーブオイルとこしょうであえて皿に盛る

ちょっとひと工夫 鯖の代わりに季節の魚や、鶏肉や豚肉を使っても、違った味わいを楽しめます。