

異国の文化に触れ、夢膨らむ

海外の文化や歴史などに触れることができるワールドフェスタinみやこのじょうが1月23日、交流プラザで開催されました。モンゴルやジャマイカ、アメリカなど12カ国を紹介。今回、初参加のフィリピンを紹介するコーナーでは、竹の棒2本を使ってステップを踏むバンブーダンスに、子どもから大人まで悪戦苦闘しながら、掛け声に合わせて楽しんでいました。家族と訪れていた竹ノ内美由菜さん（上長飯小2年）は、「伯母がオーストラリアにいたので会いに行つて、カンガルーと遊んでみたい」と、海外への興味を深めていました。



ワールドフェスタinみやこのじょう

起伏に富んだコースに挑戦

高崎クロスカントリー大会が1月31日、高崎総合公園周辺で開催されました。市内外から健脚自慢の約260人がエントリー。親子の部や学年別に設けられた1キロから3キロの部、スパーハードの部に出場した選手らは、起伏に富んだコースに悪戦苦闘しながらも、ゴールを目指していました。親子の部で優勝した益留輝くん（6歳・山田町中霧島）は、「去年の大会では2位で悔しかったので、一生懸命に走った。もうすぐ保育園のマラソン大会があるので、また優勝したい」と、次の目標を見据えています。



高崎クロスカントリー大会

声援を背に健脚を競う

新成人を祝うロードレース大会が1月17日、都城運動公園陸上競技場発着で開催されました。小学生から壮年まで約360人がエントリー。選手らは年代や性別ごとに2キロから5キロのコースに分かれ、沿道に詰め掛けた家族や友人らの声援を受けながら、寒風吹く都城路で健脚を競いました。



成人記念ロードレース大会

ぼんちくん、ナンバープレートでPR

PR部長ぼんちくんや霧島山、市のキャッチコピーをあしらった限定1,000枚のご当地ナンバープレートの交付が、1月18日から始まりました。早朝から多くの人々が来庁。新市誕生10周年を記念して製作したご当地ナンバープレートは、行きかう人たちの注目を集めています。



ご当地ナンバープレート交付

タッチパネルで市役所を案内

市役所本館1階ロビーの庁舎案内板が、2月1日からデジタル化されました。案内板のタッチパネルを指で触れることで、50音や目的から担当課を探し、案内図を表示。このほか、会議案内機能も備えています。また、市政情報や市のPR情報も発信。広報機能の拡充とともに、来庁者の利便性を高めます。



庁舎案内板をデジタル化

未来の花嫁をお出迎え

テレビ番組「ナイナイのお見合い大作戦」歓迎イベントが2月6日、高城観音池公園で開催されました。全国から花嫁候補が訪れるとあって、多くの市民がお出迎え。会場内では、市民参加のダンスや民俗芸能、太鼓などが披露され、イベントに花を添えていました。ダンスで出迎えた相良照代さん（乙房町）は「全国から来た皆さんに、都城のことを好きになってもらいたい。たくさんのカップルができ、幸せになつてくれることを期待しています」と、番組の参加者が、花嫁として都城へ来てくれることを願っていました。



「ナイナイのお見合い大作戦」歓迎イベント

早春の霧島路を駆ける熱き戦い

第70回記念南九州駅伝競走大会が2月7日、えびの市真幸地区体育館から都城市立美術館までの7区間、61・3キロで開催されました。県内外から45チームが参加。選手らは、沿道から送られる声援を受け、健脚を競い合いながらたすきをつないでいました。今回は70回を記念して、各中継所やゴール地点などで太鼓の披露や振る舞いなども行われました。都城市役所チームでアンカーを務めた蒲生英樹さんは「向かい風がきつかったが、ベストタイムでゴールできた。沿道の声援が背中を押してくれた」と汗をぬぐっていました。



第70回記念南九州駅伝競走大会

サッカー Jリーグファンクラブ

Jリーグチームの都城キャンプが1月下旬から2月にかけて、高城運動公園で行われました。プロの選手を間近で見られる絶好の機会に、会場は家族連れなど多くのサッカーファンで賑わいました。また、キャンプ期間中にはさまざまな催しも行われ、2月11日に開催されたFC東京の選手との交流会には、地元高校生ら30人も参加。憧れの選手との交流に、目を輝かせていました。



栃木SC



FC東京歓迎交流会



ツエーゲン金沢



FC東京サッカークリニック

一粒のどんぐりから膨らむ
1000年の夢



NPO法人どんぐり1000年の森をつくる会

ひらばる おきかす
会長 平原 洋和さん



地 域活性化に取り組む団体を支援する第6回地域再生大賞で、九州・沖縄ブロック賞に選ばれた「NPO法人どんぐり1000年の森をつくる会」。同会の会長を務めるのが平原洋和さん（下水流町）です。

平成8年に結成された同会は、本市周辺に自生していた照葉樹の森を再生し、野生動物が息づく自然風土を後世に引き継ぐ取り組みを続けています。昨年までに国有林など19カ所、約60畝に14万7,300本のどんぐりの木を植樹。活動を支える株主は延べ12万人を越えました。

平原さんは「森には、地球温暖化の原因となる炭酸ガスを吸収し、洪水などを防ぐためのダムの役割を果たす機能があり、美しい山並を守っている」と力説します。

「最近では山奥に行っても鳥の鳴き声を聞くことができなくなり、小動物の姿も見かけなくなりました。自然を回復させるためには、野生動物の食料となる実のなる木が必要」と、どんぐりの木を植える大切さを話す平原さん。

同会は、植樹活動の傍ら、平成22年に「どんぐり村」子ども自然塾（上水流町）を開村。敷地内の森を散策したり、どんぐりの森図書館で本を読んだりしながら、自由に森遊びに親しめます。

夏休みや冬休みに環境教室を開催し、参加する子どもたちは、自然に親しみながら、おのずと創造性や感性を培っています。

会員は、毎年アラカシやコナラ、クヌギなどの実を拾い、苗木を育て、3月には植樹会を開催。植樹会には、市内外の多くの人が参加し、会員が育てた苗木を山に植えています。

今年も、3月20日に20号地（山田町長尾国有林）の植樹を予定している。準備に余念がない平原さん。「これからも植樹活動を続け、次世代を担う子供たちのために森の再生を続けていきたい」と夢を膨らませていました。



中心市街地（まちなか）の活性化や魅力度アップを図ろうと奮闘している、都城市中心市街地活性化タウンマネージャーの二宮啓市さん。
二宮さんが、昨年8月に着任して以降の、まちなかの賑わいづくりの取り組みを紹介します。

まずは知ることから

私は、北九州市でまちなかの空きビルを再生し、賑わいを取り戻す取り組みを続けてきました。そして今回、タウンマネージャーとして活動する機会を得て、都城のまちなかを歩き感じたことは「自家用車利用型のまち」であるということでした。

北九州市も含めて各都市では、まちなかの地価が高く、駐車場も少ないことから、訪れる人たちは、バスや電車を利用するのが一般的です。都城では、どこへ行くのも自家用車を使うことが多く、まちなかにも多数の駐車場がありながら、より駐車場が利用しやすい郊外に人が流れています。

都城のまちなかを活性化する上で、空きビルの利活用と併せて、自家用車利用を前提にした仕掛けが重要になると考えています。

仲間を増やす

私は、4年の任期内で、まちなか活性化のための事業が完了するとは考えていません。人々をまちなかに呼び戻すためには、



この地域で活動する人が必要です。そのために、空き店舗を活用するための「リノベーションセミナー」に加え、隠れた魅力・眠っていた地域資源への気付きを促す「まち歩き」などを開催。まちなかのことを一緒に考え、自分たちで何かをやるうとする「仲間」を増やす取り組みを進めています。

そして、私が任期を終えた後は、その仲間たちが、取り組みを続けてくれるのです。

次のステージへ

この3月までは、都城を知り、仲間を増やす期間でした。そして4月からの1年間は、まちなか再生のための手掛かりを明確にし、賑わいづくりのための事業をスタートさせる準備期間です。限られた時間で最大の効果を生み出すため、仲間たちと次のステージへ進みます。

◎問い合わせ 秘書広報課 ☎23-3174



イチゴに含まれるビタミンCの量は果物の中でも高く、風邪や肌荒れの予防に効果があります。また、赤い色素は、アントシアニンと呼ばれるポリフェノールの一種で、眼精疲労や視力回復のほか、活性酸素を減らす作用があり、がん予防にも効果的です。

材料（5人分）

イチゴ……………	150g	生クリーム……………	75g
牛乳……………	150g	※飾り用	
ゼラチンパウダー…	10g	イチゴ……………	5粒
砂糖……………	40g	ミントの葉……………	5枚

●作り方

- ①イチゴはへたを取り、ミキサーにかける
※ミキサーがないときは、細かくつぶす
- ②牛乳を鍋に入れ、砂糖とゼラチンを入れて煮溶かし、沸騰する直前に火を止めて冷ます
- ③生クリームは、七分立てに泡立てる
※全体にボリュームが出て、泡立て器ですくうととろりと落ちる程度
- ④②に①と③を入れ、型に入れて冷やし固め、好みでイチゴやミントの葉を飾る

牛乳の代わりに、カロリーが低い豆乳を使用することで、ヘルシーなデザートになります。また、③の生クリーム（大さじ3杯程度）を冷蔵庫で冷やし固め、イチゴやミントと一緒に飾ると、おもてなしのデザートになります。

ちょっと工夫

盆地生まれの元気をいただきます!

イチゴのババロア

※1人分 115kcal、塩分0.1g

1日の野菜摂取量は350g

◎問い合わせ 健康課 ☎23-2765