

故郷を舞台に初監督

やまさき十三監督映画撮影ロケ

本市出身で、漫画「釣りバカ日誌」の原作者であるやまさき十三さんが初監督を務める映画「あさひるばん」の撮影が5月11日、大王小学校などで行われました。同映画は、宮崎の高校球児だった男性3人が主人公で、卒業して30年後、当時のマドンナから届いた手紙をきっかけに展開する人情喜劇。同校グラウンドでは、3人の高校時代の回想シーンが撮影されました。悪天候の中でしたが、現場の俳優やスタッフの熱気と緊張感に包まれていました。



汗を流して元気いっぱい

親と子のスポーツ教室

運動を通して子育て中の親同士の交流を深め、子どもの健全な発育を図る親と子のスポーツ教室が5月8日、早水公園体育文化センターで開催されました。今年3歳、4歳になる子どもとその保護者36組が参加。参加した親子らは、一緒にマット運動や平均台渡りに挑戦したり、トランポリンで遊んだりして、楽しみながら運動を学びました。初めて参加した永久井弘子さん（上川東一丁目）は「ほかにの子の刺激を受けて、我が子も積極的になってよかった」と笑顔で話していました。



世界に二つだけの宝物

プラザンきつず

イロイロ和紙と影絵のキャンドルホルダー作りが5月18日、ウエルネス交流プラザで開催されました。円筒の耐熱ガラスに和紙を貼り付けたキャンドルホルダーと、空き缶を切り抜いて作る影絵キャンドルホルダー作りに約30人が参加。参加した子どもたちは、和紙をはさみで切ったり、手でちぎったりしながらビンに貼り、花や果物などを個性豊かに表現していました。初めて参加した後藤琉香さん（東小2年）は「想像していたとおりに上手にできた」と出来栄に満足していました。



先輩から学ぶ鹿兒島藩の教え

郷中教育体験講座

鹿兒島藩で行われていた郷中教育を学ぶ講座の開講式が5月19日、都城島津邸で開催されました。講座では論語の素読や島津いろは歌、合気道などを28人の子どもたちに指導するために、大人に混じって大学生と高校生も参加。開講式の後に行われた自顕流の打ち込み稽古では、木刀に見立てた棒を師範の指導を受けながら、大声で振り下ろしていました。大塚彩乃さん（大王小2年）は「稽古では、緊張して声が出なかった。大きな声が出せるよう頑張りたい」と決意を述べていました。



古しきゆかしく豊稈祈願

お田植え祭り

五穀豊穰を祈願する伝統行事「お田植え祭り」が6月1日、高崎町の東霧島神社で行われました。雨の中、市内の小学校の児童18人が参加し、境内の水田で古式ゆかしく田植えを再現。法被姿の男子が鍬などの農器具で代かきをした後、かすりの着物に赤いたすきを掛けた早乙女姿の女子が加わり、古代の赤米の苗を手植えしていただきました。早乙女にふんした平田五月さん（上長飯小5年）は、「前かがみで腰が痛かったけど、田植えの大変さが分かってよかった」と笑みを浮かべていました。



10年目の節目を祝う

青井岳荘10周年記念イベント

平成15年6月のリニューアルから10年目を迎える青井岳荘で6月2日、記念イベントが開催されました。節目を祝う地元の弥五郎太鼓の勇ましい演奏でスタート。訪れた多くの人たちは、せんぐまきや牛乳の振る舞いに参加したり、諸県弁の語り部による昔語りや歌謡ショーなどに聞き入ったりして、イベントを満喫していました。同施設の支配人野崎一郎さんは「これからも季節に合わせたイベントを行うなど、皆さんに愛される施設を目指していきたい」と話していました。



ハッスルプレーに大歓声！

高崎町どろんこバレーボール祭

地域の活性化と五穀豊穰を願う高崎町どろんこバレーボール祭が6月2日、高崎小前の水田で開催されました。市内外から42チーム約280人が参加。参加者らは、趣向を凝らした衣装に身を包み、全身泥だらけになりながらプレーを楽しみました。昼食には地元産のみそを使った名物の北斗鍋を味わい、冷えた体を温めていました。伊藤絵梨さん（蕨原町）は「同僚と一致団結して優勝できた。来年は、衣装を工夫してベストドレッサー賞と優勝を狙います」と来年への意気込みをみせていました。



日頃の歯磨きを再確認！

お口の健康フェスティバル

歯と口の健康について理解を深め、その大切さを知ってもらおうと6月8日、お口の健康フェスティバルがウエルネス交流プラザで開催されました。歯科健診や、子どものフッ素塗布が無料で受けられることから、多くの家族連れが来場。来場者らは講演を聞いた後、歯科技工技術を体験したりして、歯の健康について理解を深めました。坂上美郷さん（上川東四丁目）は「日頃、気になっていた子どもの歯の状態や、磨き方の確認ができた。今後も歯を大切にしていきたい」と話していました。





人の風景

Smiling Faces of Miyakonojo

大淀川の環境美化に尽力！

都城大淀川サミット会長

まつした
忝下

のぶよし
信芳 さん



河川の環境美化や水質改善に長年、功績のあった人に贈られる河川功労賞が、忝下信芳さん（花繰町・84歳）に贈られました。忝下さんは、花繰自治公民館長をしていた平成4年、地区の人から「柳河原川が汚れているので掃除をしたい」との要望をきっかけに、河川浄化に取り組むようになりました。

その翌年、地区の有志20人で「花繰めだかの学級」を発足。年2回の河川清掃に加え、堤防に川の名前にちなんで柳の木や花などの植栽を行いました。「活動を始めた頃は、自転車や冷蔵庫などの不法投棄もあり、処分するのも大変でしたが、今ではごみもほとんど見ることがなくなり、きれいになってうれしい」と話す忝下さん。

この頃、大淀川流域16市町村で開催されていた「大淀川サミット」で、花繰自治公民館での活動内容を発表したことをきっかけに、大淀川の河川浄化にも、興味を持つようになりました。

現在では、大淀川上流の水質改善に関するイベント「都城大淀川サミット」「大淀川こどもサミット」「大淀川環境大学」を主催。「毎年たくさんの方が参加してくれるので、環境への関心が高まり、年々

第3回 都城大淀川サミット高城



川がきれいになっています」と話す忝下さん。

これからの目標については、「子どもたちが、魚釣りをしたり川で泳いだり、昔の遊びができるくらい、きれいで安全な川にすること」と話す忝下さん。イベントに参加する人たちも、河川浄化に興味を持ち、忝下さんの思いを受け継いでいます。

現在は、8月25日(日)に開催される、「大淀川こどもサミット」の準備に奔走しています。「このイベントに参加した子どもたちにきれいな川で遊んでもらい、川は危険な場所でないことを伝えたい」と、未来へそして、子どもたちへメッセージを伝えます。

環霧島探訪

Vol.15

今月は、環境省えびの高原エコミュージアムセンターを紹介します。

◎問い合わせ

環境省えびの高原エコミュージアムセンター

〒0984-33-3002

霧島の自然の様子などを、写真や映像、模型、標本などで分かりやすく紹介する自然博物館「環境省えびの高原エコミュージアムセンター」が7月20日、リニューアルオープンします。

同センターは、霧島連山の登山や火口湖めぐりの出発点として、えびの高原のすばらしい自然環境の中にあります。

近年、新燃岳の噴火など、えびの高原の環境は変化してきて、これまでの施設では変化に対応できない部分もありました。



今回のリニューアルで、霧島山の独自性や成り立ちを紹介するコーナーや見どころを紹介するコーナー、霧島山の今と昔の風景を写真で見比べるコーナーなどが新たに設けられ、えびの高原の最新の情報を学ぶことができます。

また、同センターに、登山者の質問などに答える受付カウンターが初めて設置され、解説員が、霧島山やえびの高原の魅力を分かりやすく教えてくれます。



霧島の自然情報がたくさん詰まったえびの高原エコミュージアムセンターに、ぜひ一度、足をお運びください。

●開館時間 9時～17時

※年中無休

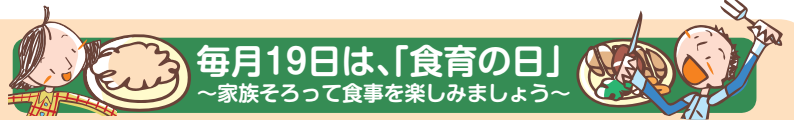
◎オープニングセレモニー

●日時 7月20日(土) 10時～

※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



毎月19日は、「食育の日」

～家族そろって食事を楽しみましょう～

トマトとズッキーニの Pasta

※1人分 394kcal、塩分 2.4g



トマトはビタミンAやC、リコピンなど多くの栄養素を含む夏野菜。その中でもリコピンは抗酸化作用が強く、生活習慣病予防などに効果があります。



●材料 (4人分)

スパゲティ(乾)…280g ズッキーニ…40g トマト…2個
エビ…100g ニンニク…1かけ 青じそ…2枚
トウガラシ…1/2本 酒…大さじ1 オリーブオイル…大さじ3
塩…小さじ1 濃口しょうゆ…大さじ1 こしょう…少々

●下準備

ズッキーニ…5mm ぐらいの薄さで半月切りにする
エビ…酒を振っておく トマト…湯むきしてみじん切り
ニンニク…みじん切り トウガラシ…輪切り

●作り方

- ①スパゲティを時間通りにゆで、ざるにあげる
- ②フライパンにオリーブオイルを熱し、ニンニクとトウガラシを炒め、香りが出てきたらズッキーニとスパゲティ、トマト、エビを加え、塩、こしょう、濃口しょうゆで味をつける
- ③皿に盛り、青じそを散らす

ナスがズッキーニの代わりに？

ナスを使う時は、皮つきのまま先にフライパンで焼いて取り出し、最後に加えると彩りよく仕上がります。



◎問い合わせ 健康課 ☎ 23-2765



ワン!
ポイント

トマトは生で食べるよりも、加熱した方が、体内でリコピンが吸収されやすくなります。また、油を使って調理することで効果はさらに高まります。