

## 「日本一の肉と焼酎のふるさと」に集結

ふるさと納税九州サミットが7月28日・29日、総合文化ホールを中心に開催されました。ふるさと納税に携わる自治体職員や、特産品を取り扱う事業者など88団体・230人が本市に集結。参加者らは、基調講演や先進自治体の事例発表などに熱心に耳を傾け、ふるさと納税を活用した地域活性化への意識を高めていました。また、昨年度、寄附額日本一となった本市自慢の返礼品の製造現場や、発送作業も見学。納期や品質管理、発送手順などについて、活発な意見が交わされていました。



ふるさと納税九州サミットin都城

## まちの魅力と価値を高める

空き店舗を活用し、人々が集うまちなかづくりを進める二宮啓市タウンマネージャーが7月29日、ウエルネス交流プラザで活動報告を行いました。空き店舗を再生するリノベーションの手法に、各種データの分析を活用。まちなか「夢とチャンスを与える商店街」へ転換することの重要性を、熱く語り掛けていました。参加者からは、出店への期待と新しい試みへの不安の両方の意見が出され、「手作りや希少なものを扱えば、魅力的な店舗を実現できる」などと丁寧な答えていました。



タウンマネージャー市民報告会

## 盆地まつり



盆地まつりが8月6日、中央通り周辺で開催されました。2年連続の好天に恵まれ、約2千人の安久節やサンバヤッサの総踊り連が、祭りを盛り上げました。沿道には、地元の農畜産物などを販売する出店が立ち並び、訪れた家族連れらが舌鼓を打ちながら、にぎやかな祭りを楽しんでいました。

## 2千人による庄巻の総踊り

## お雪さんの杯流し



お雪さんの杯流しさかまきが7月30日、関之尾滝上流で行われました。地域にまつわる伝説を、観光に生かそうと荘内商工会が企画。600年ほど前、城主が主催した宴の席での粗相そどうを嘆いて、滝に身を投げたお雪さん。詰め掛けた来場者が見守る中、着物姿でお雪さんに扮した3人の女性が杯を流しました。

## 関之尾滝にまつわる伝説を再現

## 国際交流員離任のあいさつ



国際交流員として活躍したオーストラリア出身のダリン・ハミルトンさんが、任期を終え7月22日、市長を表敬訪問しました。2年間、市民の国際感覚の醸成に努めたハミルトンさん。「みごちもみごち自然やよか人たちなど、みよこんじよは人も環境も素晴らしい。誇りを持つて」と太鼓判を押しました。

## みよこんじよとオーストラリアを繋ぐ

## 全国初！食と音楽融合の野外イベント

野外音楽イベント「ONE+NATION」と、都城の肉・焼酎を満喫するイベント「タベノンサルク」が7月30日、観音池公園で開催されました。県内外から約5千人が来場。ステージでは、人気アーティスト8組が会場を熱く盛り上げました。また、タベノンサルクには約40店舗が出店。本市自慢の農畜産物を使ったメニューや、市内4蔵元の焼酎などを提供することで、都城の食をPRしました。来場者らは音楽と食の両方を楽しみながら、イベントを満喫していました。



ONE+NATION タベノンサルク

## 平和の大切さを受け継ぐ

明治以降の戦争による戦没者・殉職者と昭和20年の都城大空襲の犠牲者を慰霊する、戦没者・空襲犠牲者合同追悼式が8月6日、総合文化ホールで開催されました。遺族や関係者ら534人が参列。黙とうの後、参列者らが献花し、戦没者や殉職者、空襲犠牲者7333柱の冥福を祈りました。式では、南小学校5・6年生が折った千羽鶴を4人の児童が献納。そのほか、6年生76人が戦争について学んだ内容の発表と、平和への思いを歌った曲を合唱し、平和を誓っていました。



戦没者・空襲犠牲者合同追悼式

## 子ども向けイベントが盛況

夏休み期間中、子ども向けのイベントが多数開催されました。シラスや軽石などをペットボトルに詰めた模型を製作し、地層の成り立ちを学ぶ講座や、盲導犬の誘導などを通して、視覚障がい者への理解を深めるイベントなどに、多くの子どもが参加しました。



子ども美術書道教室



食育講座「夏休み親子料理教室」



点字図書館わくわく塾



歴史資料館「都城の地層模型づくり」



親子で公共施設探検



健康運動指導士

尾曲<sup>おまがり</sup>

ともみ

さん



おまかせあれ！ 「体を動かすサポート」

体育館や運動施設に響く楽しげな笑い声。たくさんの子どもらに囲まれ、一緒になって汗を流しているのが、健康運動指導士の尾曲ともみさん（高城町大井手）です。

健康運動指導士とは、一人一人の心身の状態に応じて、安全で効果的な運動プログラムの作成や、その指導をする資格を持つ人のこと。最近では、健康を支えるスペシャリストとして、特定健診や特定保健指導でも活躍しています。

尾曲さんは、市内の3つの総合型地域スポーツクラブのひとつ、NPO法人高城スポーツクラブに在籍。運動器症候群を予防するスクエアステップや、子どもに体の使い方を教えるコーデイネーションントレーニング、気軽に取り組めるニュースポーツの普及など、さまざまな資格を生かして、幼児から高齢者まで、安全に体を動かす指導を行っています。

「私が子どもの頃は、遊びの中で、登る・跳ねる・ねじるなどの動きが自然に身についた。今は遊びの種類が少なく、体をうまく使えない子どもが増えている」と話す尾曲さん。

しゃがめない子どもや、後ろ向きで走れない子どもが、悔し涙を流しながら練習しているうちに、それができるようになった瞬間、満面の笑



みになるのを見ることが活力になると目を細めます。

子どもへの運動指導のほか、貯筋<sup>ちよきん</sup>運動などの介護予防教室で、多くの高齢者も指導している尾曲さん。「脳梗塞で体が不自由になった人が、回を重ねるごとに機能を回復し、それを目の当たりにした人が、周りの人に体を動かすことの大切さを伝えてくれたこともある。子どもでも、高齢者でもやろうと思うことが大事。やりたいと思う気持ちを、サポートしたい」と力を込めます。

今後は「30歳〜50歳代の働き盛りの人たちが、休日に買い物を楽しむような感覚で、いろいろなスポーツに親しめる環境を作っていきたい」と思いを話していました。

都城の技

「宮崎ロクロ工芸品」

シリーズ第3弾は、木目の美しさを最大限に生かして作られる宮崎ロクロ工芸品（県指定伝統的工芸品）を紹介します。

匠の技が生み出す木目の美しさ

細やかな手作業を繰り返して作られる宮崎ロクロ工芸品は、木目の美しさと木肌の温もりが特徴の逸品です。始めに、樹木ごとに違う風合いを吟味して原木を選び、荒削りした後、乾燥。次に、「まがり」という特別な工具を使い、木の特性を見極めながら、削る早さや角度、力の入れ具合を変えて成形します。最後に、4種類のサンドペーパーを使い分けて磨き、蝋やウレタンなどで艶を出します。

熟練の技

から生まれる宮崎ロクロ工芸品は、昭和60年に県の伝統的工芸品に指定されました。



伝統美の追求

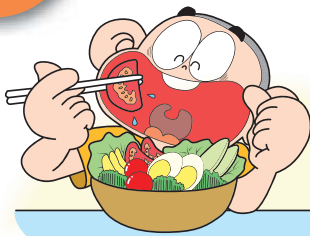
年輪を重ねた原木を鋭い眼力で吟味し、「美」を生み出すのが、県の伝統工芸士の西川嵩さん（野々美谷町）。高級素材である桑や黒柿の縞目などの独特な模様や、希少価値の高い屋久杉の細やかで泡粒のような木目の美しさを引き出すため、自らの手で鋼などを打ち鍛え、「まがり」を製作します。その「まがり」を巧みに操り、生み出される碁碁（碁石入れ）やなつめの艶やかな丸みは、美の骨頂と評されます。

最近では、海外の囲碁愛好家から注文も多く寄せられる西川さんの作品。西川さんは、木肌が淡い金色に光る櫛でワイングラスを制作するなど、新たな「美」を常に探求しています。

◎問い合わせ みやこんじょPR課 ☎23-2615



盆地生まれの元気をいただきます!



カボチャの  
だんご

一日に5皿の  
野菜料理を食べよう!

※一人分151Kcal、塩分0.4g



カボチャは、細胞を活性化しガンや老化防止にも効果がある、ベータカロテンを多く含みます。ベータカロテンは、体内で必要な量だけビタミンAに変わり、粘膜や健康な皮膚を作ります。

●材料(4人分)

カボチャ	120g	たれ	水	80~100cc
白玉粉	100g		砂糖	大2
絹ごし豆腐	50g		濃口しょうゆ	小2
水	適量		片栗粉	小1
黒ゴマ	適量		水	小2

●下準備

カボチャ…種を取り、皮の付いたままラップに包んで、電子レンジで5分~8分加熱。柔らかくなった実をスプーンで皮から外し、ほぐしてペースト状にする

●作り方

- ①ボウルに絹ごし豆腐を入れて崩す。カボチャと白玉粉を加え、水を少しずつ加えながら、粉っぽさがなくなるよう生地をこね、一つにまとめる
- ②生地を一口大に丸め、沸騰した湯でゆでる。ゆであがったら、冷水にくぐらせて冷ます
- ③たれを作る。水、砂糖、しょうゆを火にかけ、沸騰したら水溶き片栗粉を加える。②からめてゴマを散らす



カボチャの代わりに、サツマイモを使ってもおいしくできます。軟らかい仕上がりなので、固めが好みの方は、白玉粉を少し多めに加えてください。

◎問い合わせ 健康課 ☎23-2765