



健康づくりの第一歩

がん検診を受けよう！

◎問い合わせ 健康課 ☎23-2765



市ホームページからも予約できます

12月の巡回がん検診(要予約)

子宮がん検診

- 対象 20歳以上の和暦で偶数年生まれの女性
- 日程・場所

12/4(水)	①②高城生涯学習センター
12/19(木)	①②コミュニティセンター

- 受付時間 ①9時～10時、②13時30分～14時30分
- 検診料 1,300円

胃がん検診

- 対象 40歳以上の市民
- 日程・場所

12/12(木)	五十市地区公民館
12/13(金)	コミュニティセンター

- 受付時間 8時30分～10時30分

乳がん検診

- 対象 40歳以上の和暦で偶数年生まれの女性
- 日程・場所

12/5(木)	①②コミュニティセンター
12/20(金)	①祝吉地区公民館
12/25(水)	③山之口地区公民館
12/26(木)	①②コミュニティセンター
	③ウエルネス交流プラザ

- 受付時間 ①9時～11時30分、②13時～15時30分、③13時30分～16時
- 検診料 2千円

※予約不要の肺・大腸がん検診の巡回も実施しています。詳しくは、健康課まで問い合わせください



インタビュー

検診はあなたの命を守ります



健康課 保健師 栗山 佐代子 主幹

「定期的に検診を受けていて本当に良かった」。がん検診で、がんが見つかった人の言葉です。市では、今年度から精度の高い検査を追加。この検査で、自覚症状のない早期のがんを発見することができます。また、巡回検診は、自宅の近くで受けることができます。定期的に検診を受け、自分の命を守りましょう。



9月号に寄せられたお便り



このコーナーでは、「わたしの一言」の中から一部を紹介しします。また、皆さんから寄せられた意見を、今後の広報紙に生かしていきます。

特集「市民サービスのさらなる向上」を読んで、数年前に父を亡くしたとき、手続きにとまどったことを思い出しました。「おくやみ窓口」が設置されると、助かると思います。
(郡元町 とみちゃん)

人の風景を読んで、有馬妙子さんの名前だけは知っていました。45年もの長い時間、いろいろなことに取り組みされたことに感謝します。
(横市町 M・Nさん)

巨大地震の備えに、広報の特集ページをスクラップし、常に目につく場所に置きました。何度も何度も読み返し、日頃の備えに役立っています。
(高城町桜木 T・Uさん)

「ゲートキーパー」を知り、さっそく講座に申し込み、受講しました。とても勉強になりました。次も必ず受けます。
(早鈴町 くうさん)

● あなたの年代は？ (○をつけてください)
10代 ・ 20～30代 ・ 40～50代 ・ 60代以上

● 11月号で特に興味を持ったページのタイトル

● 11月号を読んだわたしの一言

● 今後、取り扱ってほしい記事

ご協力ありがとうございました。

※応募者の個人情報は、当選者発表と商品発送、質問などの回答以外には利用しません

▲点線に沿ってお切りください(郵便はがきでも可)

都城市を盛り上げてくれる、PR連携店やみやこんじょ大使を紹介!

みやこんじょ盛り上げ隊!

◎問い合わせ みやこんじょ PR課 ☎23-2615

当初は客足が伸びず、さまざまな鶏肉を試しましたが、しかし、自分の原点に立ち返り、叔父が扱う「霧島鶏」を選んだことで、自信を持って提供できるようになり、次第にお客さんが増え

親戚が養鶏関連の事業を営んでいたこともあり、幼い頃から鶏肉をよく食べていて、いつかは鶏肉中心の店を開きたいと思っていました。そして、大学卒業後に上京。飲食チェーン店で6年間働いた後、13年前に当店をオープンしました。

「宮崎酒房 くわ」の店主桑畑勝さんに、PR連携店としての思いを聞きました。

都城出身の人も満足できる味を赤坂で



都城市都北町出身、桑畑勝さんの店「宮崎酒房 くわ」。
平成28年6月、都城市PR連携店に認定。
所在地 〒107-0052 東京都港区赤坂三丁目18-2 ☎03-3583-3595
営業時間 昼11:30~14:00 夜18:00~24:00
定休日 土・日曜日、祝日 (10人以上の予約時は営業)



都城出身の人も満足できるよう、タルタルソースをたっぷりかけたチキン南蛮

ました。今では、多くのリピーターが来店しています。もも焼きや自家製タルタルソースのチキン南蛮は、当店の人気メニュー。都城の人でもおいしいと思えるよう、味にこだわって作っています。
東京在住の都城出身の人が、「地元の色」が恋しくなったときに訪れたいくなるよう、この店を育てていきたいです。

今月の読者プレゼント



【クリスマスタルトケーキ(4号) 2組】

商品提供事業者

キッターリー
QUITTERIE (中町13-11オーバルパティオ内) ☎66-8099

店頭と並ぶとすぐに完売するバター風味豊かなクロワッサンやこだわりのタルトが人気の同店。広報都城用に考案したオリジナルクリスマスケーキをプレゼントします。



プレゼントの応募方法

はがきに住所、氏名、電話番号と、11月号を読んだ感想などを書いて〒885-8555まで。
応募者の中から抽選でプレゼントを差し上げます。

- ◎応募締め切り 11月30日(土) 当日消印有効
- ◎当選者発表 本紙1月号
- ◎9月号当選者 高山まなぶさん 他2人
- ◎9月号応募総数 41通

※読者プレゼントの寄付事業者を募集しています。詳細は、秘書広報課まで問い合わせください

POST CARD

8 8 5 - 8 5 5 5



都城市役所 秘書広報課 行

(広報 都城 No.167 2019年11月号)

フリガナ

氏名

ペンネームまたはイニシャル

※記入がない場合は、イニシャルで表示させていただきます

住所 □□□□□□□□

電話番号 () -

▶点線に沿ってお切りください(郵便はがきでも可)



河野 宗平作
(混合素材・合板にキャンバス)

vol.19
都城市立
美術館



昭和32年(1957)に日南市で生まれた河野は、宮崎大学教育学部で美術を学びました。その後、美術教師として経験を重ね、現在は都城市内の中学校で教壇に立っています。その傍ら、二紀会準会員や宮日美展無鑑査など制作者としても活躍しています。

第51回宮日美展の特選(宮崎日日新聞社賞)を受賞した本作品は、画面いっぱいコマ撮りのようになって顔が描かれ、内側から沸き上がるエネルギーを感じさせます。河野は「本来の人間性を回復したい衝動に駆られ、時代に叫ぶ気持ちを自分の顔を通して描いた」と語っています。

本作品は、12月1日(日)まで開催する特別展「自画像キャンパスの中の画家たち」で展示しています。

◎問い合わせ 市立美術館 ☎25-1447

国際交流員
の
ひとりごと



ジョージ・ウィリアム・グーナンさん
(オーストラリア)

vol.6

リディアさんの結婚式で、
リディアさん(右)と

オーストラリアでの結婚式

8月にオーストラリアに帰省し、大学時代からの友人の結婚式に出席してきました。式は、メルボルンを州都とするビクトリア州東部の自然豊かなまちヒールズビルで、100人以上が参加し、盛大に行われました。久しぶりに会えた友人らと一緒に祝うことができ、とても楽しく、最高の思い出になりました。

新婦のリディアさんは、ボルネオ出身で、式場の装飾や衣装、余興など異国を感じるものでした。中でも、驚いたのが乾杯。大声で「ヤーーッ!」と長く伸ばし、息が切れる寸前に「ムセン!」と杯を掲げます。これを、より大声で何度も繰り返すことで、祝い祈ります。多民族国家のオーストラリアは、このような素晴らしい経験が山ほどでき、本当に恵まれた国です。

◎問い合わせ 国際化推進室 ☎23-2295



9月に同校で開催されたETロボコン地区大会に出場した永徳さん

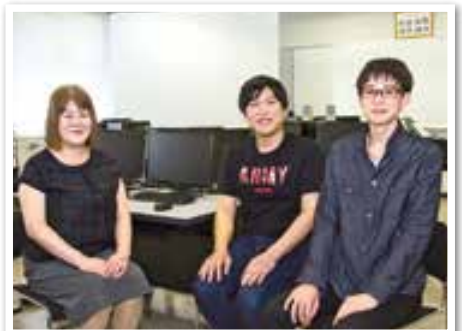
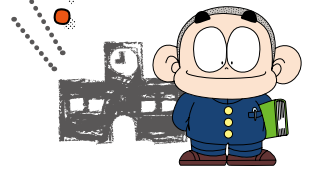
急速な発展を遂げているICT(情報通信技術)。さらなる発展が見込まれ、ICT業界で働く人材の需要が急増しています。未来の同業界で活躍する人材を都城から輩出するため、都城コアカレッジの情報デザイン科は、同業界で必要な技術や資格の取得に力を入れています。また、就職をサポートする体制も整っていて、昨年度就職率が100%となるなど、毎年、高水準を誇っています。

谷上智子先生は「技術発展が非常に速い業界だからこそ、その時勢に合った人材が求められる。どのような課題にも対応できる人材に育てていきたい」と力を込めていました。

●取得できる資格
基本情報技術者試験、応用情報技術者試験、ITパスポート試験など(いずれも国家資格)

都城市立
VOL.07
都城コアカレッジ
(情報デザイン科)
☎38-4811

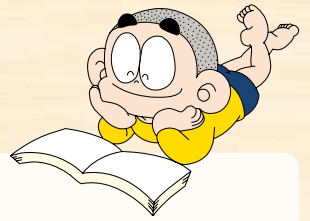
学校へ
行こう!



(左から)谷上先生、横山さん、永徳さん

●問い合わせ

市立図書館 ☎22-0239
高城図書館 ☎58-4224



図書館イベント

mallmallシアター(上映会)【場所】ギャラリーB

「土と育つ子どもたち」(42分)

【日時】11月24日(日) ①10:30~、②14:00~

【定員】50人 ※先着順。申し込み不要

「ある精肉店のはなし」(108分)

【日時】12月8日(日) ①10:00~、②13:30~
(15:30~ 瀬瀬あや監督のトークショー)

【定員】60人 ※電話または窓口での要事前申し込み



11・12月のmallmallシアターは、映画監督瀬瀬あやさんの作品を上映します。12月の「ある精肉店のはなし」は、大阪府貝塚市の北出精肉店の家族の暮らしを描いたもので、平成26年度文化庁映画賞文化記録映画部門大賞を受賞。上映後、同監督を招いてトークショーを行います。撮影や制作にかける思いを直接聞ける貴重な機会です。ぜひ、来場ください。

市立図書館	読み聞かせ会	おはなしまるまる 毎週土曜日 11時~11時30分 ※11/30(土)除く
		おはなしまるまる ザ・ワールド 11/18(月) 16時~16時30分
		おはなしの部屋「そらまめ」 11/28(木) 11時~11時30分
		えほん侍のおはなし会 11/30(土) 11時~11時30分
		本とおはなしの会 12/14(土) 14時30分~15時
	ワークショップ	スタンプのひ 11/17(日) 14時~14時30分 こうさくまるまる 11/24(日) 14時~15時 みずたまのひ(6歳以上対象) 12/1(日) 14時~14時30分
高城図書館	読み聞かせ会 「おはなしとんとん」 11/30(土)、12/14(土) 11時~11時30分	

市立図書館
高城図書館

●休館日/11月11日~15日(蔵書点検のため)
●休館日/11月12日・17日・19日・23日・26日、12月3日~7日(蔵書点検のため)・10日

●開館時間/9:00~21:00
●開館時間/9:30~18:00

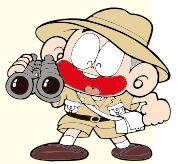
問

文化財課 ☎23-19547



12月8日(日)まで開催する都城歴史資料館企画展「みやこのじょう歴史散歩」で関連資料を展示中。

ぼんちくんと 歴史探訪
兼喜神社社殿
天正7年(1579)、都城島津家10代当主時久の長男相久が、父時久に対する逆心の疑いを掛けられ、安永金石城(庄内町)で自害しました。その後、怪奇現象が相次ぎ、相久の霊の仕業との噂から、その霊を鎮めるため天正9年(1581)、時久がのちに兼喜神社と呼ばれる社を建立しました。
現在の社殿は、天明8年(1788)に22代当主久倫が再建したもので、拝殿・舞殿・本殿の3棟は、一軸上に建立した権現造り。本殿向拝柱に彫刻が施されるなど、都城地域ではあまり見られない格調高い建造物で県指定文化財になっています。



問

都城島津邸 ☎23-12116

「石田三成書状写」
本史料は、天正20年(1592)に、豊臣秀吉の家臣石田三成が島津義久・義弘に宛てた書状で、人質に出す重臣と交代する組編成について示したものです。
豊臣政権に服属した島津家は領地の保障と引き換えに、人質を出す義務を強いられました。書状には、「人質は3組編成で、それぞれに本田親貞・町田久倍・平田歳宗に加えて各組4人ずつとし、7カ月交代で京都に滞在すること。この他、常時滞在しておく人質として重臣三家を定め、北郷家はそのうちの一家として、実子を差し出すこと」と記されています。
本史料から、豊臣政権がどのように戦国大名を従えていたかを知ることができます。また、島津家の人質の数が多いため、服属したとはいえ、強大な力を持つていた島津家への警戒を緩めなかったことを伺い知ることができます。



⊕ 都城島津

伝承館だより

安全・安心情報

◎問い合わせ
都城市消費生活センター ☎23-7154



年末年始の架空請求に注意！

年末年始にかけて、「消費料金に関する訴訟最終通告」といった身に覚えのない内容の架空請求によるトラブルが多発します。身に覚えのない請求には、絶対に連絡したり、お金を振り込んだりしないでください。また、「法的措置をとる」などと記載した文書を送りつけたり、実在する事業者をかたって個人情報を読み出ししたりする手口も増加しています。不安な場合や判断がつかない場合は、都城市消費生活センターに相談ください。



市の提供番組紹介

テレビ番組の案内

◆BTVケーブルテレビ(デジタル111ch)

「みやこんじょジャーナル」 ※毎回10分間放送
① 6:50 ~ ② 11:50 ~ ③ 16:50 ~
④ 20:50 ~ ⑤ 22:50 ~

ラジオ番組の案内

◆MRTラジオ(AM放送936kHz、ワイドFM90.4MHz)

「みやこのじょうドキドキナビ」
毎週月～金曜日(祝日を除く) 15:30 ~ 15:45

◆シティエフエム都城(FM放送76.4MHz)

「インフォメーションM」 毎週月～金曜日
9:50 ~ 9:55、15:55 ~ 16:00(再)

都城市現住人口

令和元年10月1日現在	前月比	前年比	スマートフォンからも市政情報を確認できます。
世帯数 70,965世帯	(-26)	(241)	
人口総数 160,980人	(-68)	(-988)	
男性 75,678人	(-44)	(-486)	
女性 85,302人	(-24)	(-502)	

※平成27年国勢調査に基づく推計人口です



朝晩が涼しくなり、過ごしやすい季節になりましたね。この季節は外出する意欲が高まります。最近、古民家カフェを巡り、スイーツの食べ歩きにはまっています。ただ、食べ過ぎによる体重増加の問題が発生。食欲と増加する体重を抑えるためウォーキングを始めることに。形から入る私は、早速、ウォーキングウエアを購入しました。そして歩くこと数回、今度は読書の欲が高まっています。書店でオススメの本を探す私の心は、移りやすい秋の空と同じかな。(史)

NPO通信

オレンジカフェみやこんじょ-楓凩

◎問い合わせ ☎38-8033

市内で
がんばる
団体を紹介



誰もが気軽に集える場所で地域とつながる

地域住民が世代を超えて集える場を作りたいとの思いから、NPOを設立。ヨガやパステル画などの教室を開催したり、認知症の人の家族からの電話相談を受け付けたりしています。現在、地域行事で披露する踊りを練習していて、利用者の「何かを成し遂げたい」という意欲の向上を実感しています。利用者が地域で活躍できる機会を増やしていきたいですね。

NPOのイベント情報

詳しくは、市ホームページで確認するか、各団体に問い合わせください。



自由陶芸「手作り作品を焼きましょう」 ※要予約

- 日時 11/10(日) 10時～12時
- 集合場所 山之口シルバーヤングふれあいの館
- ☎桜ます(谷ヶ久保) ☎090-7165-6207

IHフッキング体験教室 ※要予約

- 日時 11/13(水) 10時～12時
- 場所 子育て応援団ひいらぎ(養原町8240-1)
- ☎子育て応援団ひいらぎ(東) ☎080-3993-4919

終活・相続無料相談会 ※要予約

- 日時 11/15(金)、12/1(日) 10時～15時
- 場所 ライフサポートセンターHAPPY終活案内所(中町17-14)
- ☎ライフサポートセンターHAPPY(八反田) ☎090-2855-0482

視覚に障がいのある人のためのプチカフェ

- 日時 11/20(水) 11時～14時
- 場所 ビ助っ人(志比田町3362-2)
- ☎ビ助っ人(三原) ☎57-7744

シエロコモ! シニア対象運動トレーニング&レクリエーション ※要予約

- 日時 11/21(木)、12/5(木) 10時～11時
- 場所 ウェルネス交流プラザ
- ☎都城スポーツクラブシエロ(水久保) ☎090-8407-0406

自由陶芸「コケ玉や多肉植物を植えよう」 ※要予約

- 日時 11/23(土)・24(日) 10時～12時
- 場所 11/23(土) 下水流児童館
11/24(日) すくすく児童クラブ(山之口町富吉1562-1)
- ☎桜ます(谷ヶ久保) ☎090-7165-6207

婚活 お食事会 ※要予約

- 日時 11/23(土) 19時～21時30分
- 場所 エンクエントロ(中町13-22オーバルパティオ内)
- ☎婚活支援良縁どっと混む(黒木) ☎070-5530-7964



都城産宮崎牛の「ローストビーフ」を使った 和風ローストビーフサンド

●材料(4人分)

都城産宮崎牛ローストビーフ(冷凍) … 1袋(約230g)

バゲット(約40cm) … 1本、バター … 適量

レタスやトマトなど好みの野菜 … 適宜

A [付属のタレ … 40g

[マヨネーズ … 小1、ゆずこしょう … 小1/2

●下準備

Aのマヨネーズとゆずこしょうをよく混ぜ合わせたら、付属のタレを少しずつ加え、分離しないようよく混ぜ合わせてソースを作る。ローストビーフは半解凍にして、余分な汁気を取り、2mmくらいの薄切りにする。野菜は水洗いして水気を切り、食べやすい大きさに切る。

●作り方

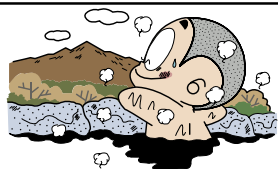
- ① バゲットに縦の切れ込みを入れ、バターを塗る。
- ② ①にローストビーフと野菜を挟み、好みの大きさに切る。食べる直前にAのソースをかける。



都城市ふるさと納税推進事業者

株野上食品 (山之口町花木2303 ☎29-1080)

ふるさと納税返礼品で人気の、都城産宮崎牛を扱う当社の看板商品「ローストビーフ」。一頭買いを行う当社だからこそ、安定供給できる良質の内モモ肉を、低温加熱でじっくりやわらかく仕上げています。直売所「肉の野上」や宮崎ブーゲンビリア空港のほか、ホームページでも購入できます。



みやこんじょの温泉で プレミアムな忘年会を!

宴会
ご予約
承り中

広告

表示価格は税込です

山之口 青井岳荘

☎ 0986-57-2177

【レストラン ~ 雅楽~】

会席料理 3,500円~

■送迎無料(10名様以上)

■温泉入浴券付き

☎ 11:30~15:00 / 17:00~21:00

☎ 第1木曜日



〈メニュー例〉4,000円コース(9品)
豆乳鍋、鶏の香草焼き、お造り
胡麻豆腐揚げ出し、茶碗蒸し

山田 かかしの里 ゆぼっぼ

☎ 0986-64-3711

【ふるさと料理 花ゆらり】

和洋会席 3,300円~

■送迎無料(15名様以上)

■温泉入浴券付き

☎ 11:30~14:00 / 17:30~21:00

☎ 第2・4火曜日



〈メニュー例〉5,500円コース(11品)
伊勢海老の雲丹焼き舌平目キャビア添え
牛ヒレ肉和牛ステーキ、獅のしゃぶしゃぶ

高崎 ラスパタかざき

☎ 0986-62-5526

【中華名菜 星蘭】

和洋中会席 3,300円~

■送迎無料(10名様以上)

■温泉入浴券付き

☎ 11:00~14:00 / 17:00~21:00

☎ 木曜日



〈メニュー例〉4,400円コース(9品)
県産牛のロースト温野菜添え
高崎産原木干し椎茸のポタージュ

高城 観音さくらの里

☎ 0986-29-2100

【桜きゃのん亭】

☎ 0986-77-5085(予約直通)

会席料理 3,000円~

■温泉入浴半額券付き

☎ 11:00~14:00 / 17:00~20:00

☎ 水曜日



〈メニュー例〉3,000円コース(8品)
観音池パークと季節野菜の鍋
お造り、天ぷら四種盛り

