

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

市のがん検診は、健康保険証の種類に関わらず、検診バスの巡回検診

または、指定医療機関で受診することができます。なお、指定医療機関

で受診するときは、医療機関に問い合わせください。

市の子宮がん・乳がん検診は2月

までですが、無料クーポン券対象者の多くが、まだ受診していません。

自分だけでなく家族のためにも、必ず受診しましょう。

(火・23日)

●受付時間 ①9時～11時30分、②13時～15時30分

※2月18日(火)は、②のみ

●場所 コミュニティセンター

●検診料 2千円

【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

2/25(火)	①③コミュニティセンター
2/17(月)	②③イオン都城ショッピングセンター(早鈴町)

●受付時間 ①9時～10時、②10時～11時、③13時30分～14時30分

●検診料 1,300円

2月の巡回がん検診(要予約)

【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 2月6日(木)・15日(土)・18日

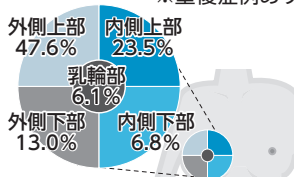


コラム

セルフチェックしよう!

しこり部分割合グラフ

※重複症例あり



資料：全国乳がん患者登録調査報告

乳がんは、体の表面に近いところに発生するので、体外から触って異常を確かめられます。しこり部分割合グラフを参考にして、しこりなどができやすい部分を定期的に自分で確認し、腕の上げ下げによるひきつりやしこり、分泌液などがあれば、すぐに専門医の診察を受けましょう。

● 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

● 1月号で特に興味を持ったページのタイトル

● 1月号を読んだのわたしの一言

● 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



11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。



「3カ国に広がる友好の輪」を読んで、日中戦争中に轟元帥が榕さんを救出した話を、昔、母が話してくれたことを思い出しました。モンゴル・中国との交流が今後も続くことを願っています。(大王町 み～バーバさん)

「屋外焼却不法投棄は禁止です」を読んで、自分の実家の倉庫を少しずつ片付けているので、分別に気を付けて処理していきたいと思います。(若葉町 M・Tさん)

人の風景の前原兄弟は、目標に向かって日々、レスリングのハードな練習に取り組んでいて頼もしいですね。応援しています。頑張ってください！(横市町 M・Nさん)

「買い物支援カー」の記事を読んで、過疎化や買い物困難者が今後ますます増えていくと思いました。ありがたい必要な支援ですね。(松元町 M・Tさん)

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

20年間、エステティシャンとして美を追求し、たり着いた答えは「最高の美容は笑うこと」。このことを多くの人に楽しく伝えたいとの思いから、「人生、笑ったもん勝ち!」をテーマに、ひととき目を引く格好で講演活動を始めました。男女問わず幅広い年代の人と話をすることで感じたことは、地域のつながりの大切さ。現在は、生活支援コーディネーターとして地域の

本市を拠点に活動する「コスプレ美魔女講演家・キャサリン」こと相良照代さんに、大使としての思いを聞きました。

「笑う門には美も来るよ。人生、笑ったもん勝ち!」



左から、「ツタナイカーメンシヅエさん」に扮した相良さん、池田市長、同じく大使の宮田わかかなさん

これからも都城市在住の大使として、皆さんに元気と笑いを運んでいきます。私を見掛けたら、声を掛けてくださいね!

世代間交流イベントなどにも携わっています。苦勞もありますが、達成した先の喜びを思えば、全てが楽しく感じられます。



高原町出身、都城市在住。平成28年4月、みやこんじょ大使を委嘱。5年前に講演家として活動開始。2015年に「キラキラ女性講演会全国大会」でグランプリを受賞。2018年に「第9回全国・講師オーディション」でフジサンケイビジネスアイ賞を受賞。

今月の読者プレゼント



【Miyakon joy! カレンダー 5人】

商品提供事業者

都城まちづくり(株) (中町16-15) ☎46-5253

市内の高校生が選んだ都城の方言に、本市出身のイラストレーター「オカタオカ」さんがイラストを合わせた日めくりカレンダー。今回は特別に、5人限定で「オカタオカ」さんのサイン入りカレンダーをプレゼント。

プレゼントの応募方法

はがきに住所、氏名、電話番号と、1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 1月31日(金) 当日消印有効
- ◎当選者発表 本紙3月号
- ◎11月号当選者 永山チヨ子さん 他1人
- ◎11月号応募総数 65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、秘書広報課までお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.169 2020年1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)



vol.21

都城市立 美術館



「和田合戦図屏風」(部分) 江戸時代
竹之下 信成 作 (紙本金地著色/六曲屏風)

和田合戦は、鎌倉幕府重臣の和田義盛が建保元年(1213)に幕府内の実権を握りつつあった北条氏を討とうとした戦いです。その様子を描いた「和田合戦図」は、室町から江戸時代に多く制作されたようですが、現存する唯一のものが市立美術館が収蔵している本作品です。びょうぶ中央に、白髪老将の和田義盛がくわ形のかぶとをかぶり、騎馬武者5人と徒歩立ちの従者4人を従え、指示を出す様子が描かれています。

寛永16年(1639)に野々美谷で生まれた竹之下信成は、狩野派に学んだ絵師で、諏訪神社(野々美谷町)に残る「縁起絵詞」などを制作しています。

本作品は、3月1日(日)まで開催している収蔵作品展で展示しています。

◎問い合わせ 市立美術館 ☎25-1447



せん けいぶん
錢 慧文さん
(中国)

vol.7

重慶市江津区人民代表大会党
組書記の石詩龍さん(右)の通
訳をする銭さん

友好交流都市締結20周年

モンゴル国ウランバートル市と本市、また中国重慶市江津区と本市の友好交流都市締結20周年を記念して11月24日、式典を総合文化ホールで開催しました。ウランバートル市と重慶市江津区から、訪問団が来日。多くの市民の皆さんも来場して、この記念すべき20周年を一緒に祝うことができました。私も通訳として、20周年の節目に立ち会い、式典に参加できてとてもうれしかったです。

今後、両国の相互理解と友好交流が一層深まることを、心から願っています。都城市の皆さんをはじめ、関係者の皆さんのおかげで、来場した皆さんの記憶に残る素晴らしいイベントになりました。本当にありがとうございました。

◎問い合わせ 国際化推進室 ☎23-2295

また、同校は、
医療事務(歯科)
や介護福祉士実

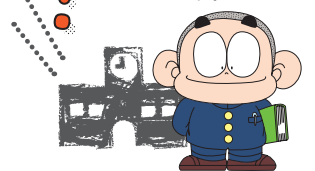


口腔の健康が全身の健康に影響を与えることから、口腔の健康管理を担う「歯科衛生士」の需要が全国的に増加しています。
市内の歯科医院に多くの歯科衛生士を輩出している都城デンタルコアカレッジも、昨年度の求人倍率が18・6倍となっていて、毎年100%の就職率を誇っています。森山菜さん(3年・都城商業高校出身)は「市内の歯科医院から内定をもらった。求人数がとても多く、子育てなどで離職しても復職しやすい資格は心強いです」と顔をほころばせます。

都城デンタル
コアカレッジ
(歯科衛生士科)
☎38-4812

学校へ 行こう!

都城の高等教育機関を紹介



●取得を目指す資格
歯科衛生士(国家試験)、医療事務(歯科)など
2月8日(土)にオープンキャンパスが開催されます。

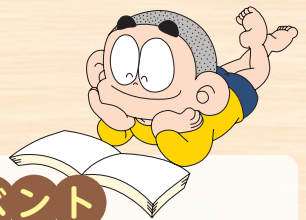
務者研修も取得でき、幅広く活躍できる歯科衛生士を養成しています。本坊優佳さん(3年・都城西高校出身)は「高齢社会を見据え、介護福祉士実務者研修を取得。この資格を生かして、幅広い年代の皆さんの生活習慣や口腔ケアに良い影響を与えられる歯科衛生士になりたい」と目を輝かせます。
加治佐恵理子先生は「3年間の学校生活で、歯科衛生士が、健康な生活をサポートする職業だと学んでいる。口腔ケアの大切さを、多くの人に広められるようになってほしい」と力を込めていました。



(左から)森山さん、本坊さん、加治佐先生

●問い合わせ

市立図書館 ☎22-0239
高城図書館 ☎58-4224



今 | 月 | お | す | す | め | の | 本 |

児童



わたしはあかねこ

サトシン(作) 西村敏雄(絵)
文溪堂(出版)

家族は、白や黒などのネコらしい色模様なのに、1匹だけ赤色の「あかねこ」。自分を認めてもらえないあかねこは、ある日家を出て…。

夢と感動を広げる

「おはなしキャラバン巡回公演」2020 新春！ サトシン絵本ライブ

絵本作家サトシンさんの絵本ライブを開催します。

「おてて絵本」のワークショップもありますよ！

【日時】 1月19日(日) 10:30～12:00

【場所】 市立図書館1階ホール

【定員】 小学生以下30人、大人60人

【内容】 読み聞かせや歌、ワークショップ



図書館イベント

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
		ノタン文庫のおはなし会 1/17(金) 10時30分～11時30分
		おはなしまるまる ザ・ワールド 1/20(月) 16時～16時30分
		おはなしの部屋「そらまめ」 1/23(木) 11時～11時30分
		本とおはなしの会 2/8(土) 14時30分～15時
	ワークショップなど	だいじなものトーク ～言葉で伝える～ 1/25(土) 14時～16時 ゲスト: 畠山容子 こうさくまるまる 1/26(日) 14時～15時 みずたまのひ(6歳以上対象) 2/2(日) 14時～14時30分 mallmallシアター「A Film About Coffee」 2/8(土) 13時～、19時～ 13時ゲスト: 竹下直樹
高城図書館	おはなしとんとん 1/25(土)、2/8(土) 11時～11時30分 スタンプのひ 2/2(日) 10時～17時	

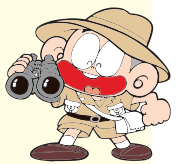
市立図書館
高城図書館

●休館日/ 2月4日(施設点検のため)
●休館日/ 1月19日・21日・28日、2月4日・11日・12日

●開館時間/ 9:00～21:00
●開館時間/ 9:30～18:00

ぼんちくんと 歴史探訪

鶴喰遺跡
かまどを備えた竪穴住居



横市町にある鶴喰遺跡は、横市川左岸の低地に面した小高い場所であり、平成8～9年の発掘調査で、古墳時代以降の集落跡や中世の水田跡など、多くの遺構が見つかりました。

同遺跡には、7世紀前半の古墳時代終末期に造られた竪穴住居跡が68基あり、このうち28基は、住居内の北壁に、かまどを備えていた跡があります。かまどは、5世紀に朝鮮半島から日本各地に伝わったとされる炊事施設で、それまで主流だった炉と比べると、熱効率が高く、煙を屋外に排出できたため、人々の生活環境が一気に向上しました。



竪穴住居内のかまど跡

文化財課 ☎23-19547

都城島津 伝承館だより

「中将様御参勤御船賦帳写」

江戸幕府3代将軍徳川家光が制度化した参勤交代。大名らは、1年交代で江戸と領地を往復するため、大きな負担となりました。その一方で、江戸に通じる交通網の整備は大きく進展しました。

薩摩藩は、出水筋・大口筋・高岡筋を主要街道として利用。江戸中期頃まで参勤交代の際は、都城經由の高岡筋を通過して日向細嶋(現:日向市)から船に乗り、大坂(現:大阪)で下船後、陸路を行く行程が主だったようです。

本史料は、元禄13年(1700)、薩摩藩3代藩主島津綱貫が参勤交代で使用した船団の記録です。大小さまざまな船が38隻あり、藩主が乗った船「住吉丸」には、船頭とこぎ手が92人と記録されていて、船での参勤交代に、相当の労力と費用が必要だったことをうかがい知ることができます。



都城島津邸 ☎23-2116

安全・安心情報

◎問い合わせ
危機管理課 ☎23-2129



災害時に備えて 携帯トイレを常備しましょう

災害が起きると、断水や停電により、水洗トイレの多くが使えなくなります。東日本大震災や熊本地震の際にも、被災者がトイレ問題に直面しました。いつ起きるか分からない災害を想定し、携帯トイレを常備しておきましょう。携帯トイレは、洋式便器などに設置して使用するもので、ホームセンターなどで購入できます。日常生活でトイレに行く回数は、1日に4～7回といわれています。最低3日間を補える15回分の携帯トイレを常備しておくことが大切です。



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12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 71,016世帯	(-6)	(230)	
人口総数 160,999人	(-29)	(-942)	
男性 75,709人	(-6)	(-466)	
女性 85,290人	(-23)	(-476)	

※平成27年国勢調査に基づく推計人口です

編集後記

松の内も「あっ」という間に過ぎ、いつもの生活に戻りましたね。正月気分もほどほどに、慌ただしい日々を送る人も多いのではないのでしょうか。私たち広報担当も、初日の出や成人式など、年始の取材を終えたばかりなのに新たな仕事があります。それは、市ホームページのリニューアル作業。デザイン作業が終わると、全ページの移行と校正作業が待っています。新ホームページは、3月下旬の公開予定。見やすさや検索性を高めたホームページに、乞うご期待。(久)

NPO通信

いろはの森(高城町桜木1618-1)

◎問い合わせ ☎36-6168

市内で
がんばる
団体を紹介



障がいのある人が毎日楽しく過ごせるために

障がいに対する理解を深めていきたいとの思いからNPO法人を設立。日常生活の支援を行う「生活介護事業」や、預かりサービスを提供する「日中一時支援事業」などを行っています。月に1回、花見など季節を感じられる行事を取り入れ、利用者の皆さんが毎日楽しく過ごせるように工夫しています。見学も受け付けていますので、気軽にお越しください。

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。



ぜんざいの振る舞い

- 日時 1/21(火) 11時～13時30分
- 場所 もみじサロン(志比田町3362-2)
- ☎ビ助っ人(三原) ☎57-7744

OWL MARCHE(オウル マルシェ)

- 日時 1/21(火) 10時～16時
- 場所 ふくろうの会(南横市町1049-2)
- ☎ふくろうの会(山下) ☎090-6428-5673

婚活 おしゃべり会

- 日時 1/23(木) 19時～22時
- 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

オリジナルカードを作ろう ※要予約

- 日時 1/24(金) 10時30分～11時50分
- 場所 子育て応援団ひいらぎ(蓑原町8240-1)
- ☎子育て応援団ひいらぎ(東) ☎080-3993-4919

婚活 お食事会 ※要予約

- 日時 1/25(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

こども自由陶芸 自作のタイルを焼こう ※要予約

- 日時 1/26(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(川内) ☎70-0581

節分を楽しもう ※要予約

- 日時 2/3(月) 10時30分～11時50分
- 場所 子育て応援団ひいらぎ(蓑原町8240-1)
- ☎子育て応援団ひいらぎ(東) ☎080-3993-4919



今が旬! 「都城産イチゴ」を使ったイチゴのふわふわムース

- 材料 (10カップ分)
都城産イチゴ … 300g (20～25個)
砂糖 … 100g、生クリーム … 200cc
卵白 … 2個分、粉ゼラチン … 10g、水 … 50cc
飾り用のイチゴやミント … 適宜
- 下準備
イチゴはヘタを取り、水で洗う。粉ゼラチンは水でふやかしておく。卵白と生クリームは、それぞれツノが立つまで泡立てる。
- 作り方
① イチゴをつぶして鍋に入れ、砂糖を入れて混ぜる。イチゴの水分が出てきたら、中火で砂糖が溶けるまで煮る。
② ①にふやかした粉ゼラチンを加え、溶けたら火を止め、粗熱をとる。
③ ②に泡立てた卵白と生クリームを加え、軽く混ぜる。
④ ③を器に入れ、冷蔵庫で1時間ほど冷やす。



都城市の農畜産物生産者

JA都城いちご専門部会
(JA都城園芸課内 ☎38-6691)

黒原 昭彦さん・貴子さん夫婦
(高崎町前田)

5月ごろまで各スーパーなどに並ぶ都城のイチゴは、甘味と酸味のバランスの良さが自慢。高崎いちご部会の女性たちが手作りするイチゴジャムも好評です。ぜひ、ご賞味ください。



デーモン閣下 & 岡本知高の劇的コンサート

悪魔の森の音楽会

ロックシンガー デーモン閣下とソプラニスタ 岡本知高が、夢の競演!
九州初公演をお見逃しなく!

魔暦22年 2月23日(日) 開演 17:00 (開場 16:30)

チケット発売中 全席指定 5,000円

【演奏】
N響団友オーケストラ
(弦楽四重奏+ピアノ・キーボード)

予定楽曲 (曲目 A)
「ボヘミアン・ラブソディ」(デュエット)
「乾杯の歌」(デュエット) その他



*未就学のお子様のお入場はご遠慮ください。
*託児サービス受付締切 2/9 (土) まで。対象は首が座った乳児～就学前のお子様まで。但し、定員になり次第締め切り。1人1,000円、2人目以降500円。
*車イス席の販売があります。取扱はホールのみ (窓口、電話、インターネット)。介添の方も車イス席をご購入下さい。原則として車イス利用者1名につき介添1名までとさせていただきます。
*その他サポートが必要な方は、ホールまでお問い合わせください。

広告

MJ寄席

三遊亭歌之介改メ四代目三遊亭圓歌 襲名披露公演

3月25日(水) 開演14:00(開場13:30)

チケット発売中 全席指定 6,000円

【ゲスト】
三遊亭小遊三、三遊亭円楽、林家たい平



*未就学のお子様のお入場はご遠慮ください。
*託児サービス受付締切 3/10 (火) まで。対象は首が座った乳児～就学前のお子様まで。但し、定員になり次第締め切り。1人1,000円、2人目以降500円。
*車イス席の販売があります。介添の方も車イス席をご購入下さい。
原則として車イス利用者1名につき介添1名までとさせていただきます。
*その他サポートが必要な方は、ホールまでお問い合わせください。

お知らせ

2020年4月より、
公演チケット取扱時間(窓口/電話)が
10:00～19:00 となります。

今後もおお客様にご満足いただけるサービスを提供するため、公演チケットの取り扱いに関する業務内容を見直し、上記のとおり、変更させていただきました。何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

*インターネット予約は 24 時間可能 (ホール主催公演のみ)
*ホール主催公演のみ電話予約可