



広報

まじょう

2010

1月号

No.324



NEWS INDEX

- 新年のあいさつ(町長・議長)
- 人間萬歳・まちの話題
 - ◇ 東児湯鍋合戦“秋の陣”(H.21.11.15)
 - ◇ 第15回東京木城会(H.21.11.28)
- 2009年トピックス
- 木城町職員の給与・定員管理等の公表
- いぶき No.72
- 文化財よもやま話 47
- 脱「メタボ」クッキング
- えほんの郷だより・町の人口

情報提供・お問合わせ先
ホームページアドレス

<Eメール> soumu@town.kijo.jp
<URL> <http://www.kijo.jp/>
<E-mail> info@town.kijo.miyazaki.jp

新春を迎え

慎んで新年のごあいさつを

申し上げます。



木城町長 田口晃史



皆様におかれましては、ご家族お揃いで輝かしい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

日頃より町行政に対し温かいご支援、ご協力を賜り、順調に行政運営が進展しますことを厚くお礼申し上げます。

顧みますと、昨年とは天候に恵まれ、気象の面では穏やかでありましたが、ご承知のように経済不況により、新卒者の雇用悪化をはじめ、景気の低迷による農畜産物の価格の下落など農家の皆様には厳しい年であったことと存じます。町としましては、今後も引き続き支援をしたいと考えています。

さて、少子高齢化が急速に進んでいまして、本町におきましても65歳以上の高齢者は今年度中には30%に達するものと考えます。昨年は子育て支援として、義務教育終了時まで医療費を無料化することとしました。今年は、高齢者の皆さんの福祉の充実に一層努めることといたします。少し不便な点はあるかと思いますが、「不安の無い安全で安心して暮らせる町づくり」と財政の健全化に全力で取り

組む決意であります。皆様のご指導をお願いいたします。

町づくりの基本につきましては、農林業の振興をはじめ、福祉、教育、商工観光など全分野にわたって推進するとともに、雇用促進のため企業の支援と誘致に取り組んでまいります。

さて、ご承知のとおり政権交代により、国政も大きく変わりつつあります。私共は政治の動向を的確に把握し町政に取り組まなければなりません。私は、国と地方のあり方をしっかりと受け止め、「小さくてもキラリと輝く町づくり」に取り組んでまいりたいと考えております。町民の皆様が愛情と誇りを持てる町になるよう、様々な施策を展開したいと考えています。

どうか町民の皆様におかれましては、町政発展のために、より一層のご支援とご協力をお寄せいただきますようお願い申し上げます。

結びに、皆様のご家族ともども健康で幸多い年でありますよう心よりお祈り申し上げます。年頭のごあいさつといたします。

新年明けまして

おめでと〜ございませう。



木城町議会議長 神野源生

町民の皆様におかれましては、希望に満ちた輝かしい新春をご家族とともにお健やかに迎えのことと心からお慶び申し上げます。

一昨年からサブプライムローン・リーマンブラザーズ・ドバイショックなどに端を発した経済危機は、急激な不況、燃料や原材料高騰、地球温暖化や食の安全など私たちの生活の末端にまで不安と混乱を与えております。また、昨年の「新語・流行語大賞」では、「政権交代」、「新型インフルエンザ」、「脱官僚」、「派遣切り」、「事業仕分け」などが選ばれました。

このように、内外ともに激動・変化の年で、政治改革が叫ばれ、国民の大きな関心を呼び、選挙による初めての政権交代が生まれ、政治の変革期ともいえるべき一年でした。

町議会といたしましても、このような長引く不況や少子高齢化が進む中での町づくりや山間地域における農商工業の振興や救急医療体制の整備、道路整備など多くの課題が山積いたしておりますので、関係する市町村議会と連携を図り県・政府に強く要望してまいります。

また、町政に対しましても我が木城町の発展と町民福祉の密なる向上を目指し「明るく活力にみちた木城町」の町づくりに議員一丸となつてまい進していきたいと考えています。

厳しい政治・経済・社会情勢の中で明けた今年には果たしてどんな年になるのか、せめて昨年より良い年になることを願う心境であります。

どうか本年もいっそうのご指導とご協力を賜りますようお願い申し上げますとともに、町民皆様のさらなるご健康とご多幸を祈念し、議会を代表しての年頭のごあいさつといたします。

NinGenBanZai 人間萬歳

このコーナーは、毎回町内在住・勤務されているいろいろな方々に登場していただきます。さて、今回登場するのは、この人！



なか たけ ゆう こ
中竹祐子さん(28歳) 岩渕下
◇お 仕 事：県臨時職員 ◇趣味：染織
◇家族構成：両親との3人家族

●自己紹介

大学で、染色と織を学び、卒業後は鍋島緞通(なべしまだんつう)のデザイナーとして働いていました。昨年、創作活動のため、帰ってきました。織を中心に、テーブルウェア等をつくっています。視野を広げるため、今年の7月からは、宮崎県総合博物館で働いています。日々たくさんの方々との出会いがとても楽しみです。

(たくさんの方々との出会いは自分を成長させてくれます。これからも頑張ってください！私も頑張ります！)

●最近の出来事！

昨年、かわいい甥っ子が生まれました。毎日、携帯電話待ち受け画面の甥っ子の笑顔に癒されています。

(子どもの笑顔は本当に癒されますよね！私もその一人です！)

●その他・・・コメント

ただいま、宮崎県総合博物館では、SSP展(日本自然科学写真協会写真展)が開催されています(平成22年1月17日迄)。ぜひ、神宮の森ミュージアムに遊びに来てください。

(「神宮の森ミュージアム」家族そろって遊びにいきたいです。ご自宅にもお邪魔します・・・YES祐—CAN)



まちの話題

まちの話題

まちの話題

まちの話題

まちの話題

東児湯鍋合戦 “秋の陣”

11月15日(日)

東児湯5町が自慢の鍋料理を競い合う「第2回東児湯鍋合戦“秋の陣”」が高鍋町のルピナスパークで開催されました。昨年は“山くじら(いのしし)鍋”で参戦しましたが、結果はまさかの最下位！リベンジを誓い、幾度かの試食会を重ね、作り上げた鍋はその名も“きんちゃく鍋～力もつくね～”。もち・むかご・しし肉など木城どれの食材をふんだんに使い挑んだ今回は3位へと躍進！でも、悔しさの残る結果でした。来年の東児湯鍋将軍の座を奪うべく、戦いはもう始まっています。



第51回 東京木城会

11月28日(土)



東京都内のホテルルポール麹町において東京木城会総会並びに懇親会が開催されました。今年で15回目を迎えたこの会には、会員をはじめその家族、また本町からも町長、議長など総勢32名の参加があり、短い時間の中ではありますが、情報交換や交流を深めました。また、今年も木城発信の歌やビデオ鑑賞など、昔懐かしのお話を含めて大変な盛り上がりでした。来年に向けて、引き続き会運営の強化や会員の加入拡大など、より一層の会員相互間の親睦を図っていくことを確認しました。

ト ピ ッ ク ス

記憶に残っていますか？ こんなことがありました。

長引く景気低迷、新型インフルエンザなど暗い話題が浮かんできますが、8月の衆議院議員総選挙では民主党の歴史的勝利で政権交代が行われました。エコポイントやエコカー減税など環境に関する言葉もよく耳にする2009年でした。それでは、2009年木城町内の様々な出来事を振り返ります。



3月

中之又小学校
最後の卒業式

今年で136年の歴史に幕を閉じることとなった赤い屋根の小学校、中之又小学校最後の卒業式が同小学校体育館で行われました。地区住民や山村留学関係者など120名を越える方が見守る中、卒業する3名の卒業生に卒業証書が授与されました。



1月

木城町成人式

元旦恒例の木城町成人式が城山公園で行われました。少し雲がかかっていましたが式典中には美しい初日が登り、参加者は新しい年の願いを、また成人者としての自覚を込めて手を合わせていました。今年は75名の成人者で、そのうち46名の新成人が華やかな着物やスーツ姿に身を包み出席しました。

5月

宮崎県
総合防災訓練



宮崎県防災の日の5月24日（5月第4日曜日）、木城町と高鍋町の両会場で総合防災訓練が行われました。木城町では、町体育館北側河川敷をメイン会場に、現地災害対策本部運営訓練をはじめ、炊き出し訓練や林野火災訓練、椎木児童館では避難所開設・誘導訓練や防災講習会、また町体育館ではボランティアセンター運営・救援物資搬送訓練やトリアージ訓練などを実施し、関係機関・団体などとの連携強化を図りました。

障害者就労継続B型事業所「茶臼原自然芸術館」が完成し、落成式が行われました。この施設は、平成18年障害者自立支援法の施行を受け、知的・精神・身体（肢体不自由者等）障害者が地域の中で「就労・自立」を目指すための施設で、農業部門では農産物の栽培・生産を手がけ、染色・織物部門では、織物の材料となる糸づくりから、はた織り機で織物づくりの製作を行います。今ここに、福祉と芸術と農業をひとつにした、理想郷作りが始まりました。



5月

茶臼原自然芸術館
落成式

7月

部分日食



木城町でも部分日食を見る事ができました。曇り空で心配しましたが、11時前には雲の間からその姿がはっきりと見てとれました。次回は、2012年5月21日に金環日食が見られるそうです。

7月

 “いきいき集落”
認定書交付式


“いきいき集落”とは、中山間地域において、住民主体の元気な集落づくりに取り組む集落のうち、県が認定した集落のことです。7月15日(水)、県知事代理官(県商工労働部)が来町し、中之又基幹集落センターで認定書交付式が行われました。中之又地区ではこれまでも“山村留学”受入れや“中之又笑楽校便り”の機関誌発行など地域住民が一体・一丸となって元気な集落づくりに取り組んでいます。

9月

百歳長寿者お祝い



町内で今年度百歳を迎えられた長寿者は、善家 重さん(百合野在住)です。9月16日(水)に児湯福祉事務所ほか関係職員が訪問し、お祝いと記念品の贈呈を行いました。保育園に行き園児とランドゴルフを楽しんでいるという元気な善家さん。これからも健康にご留意していただき、健やかに過ごしていただきたいと思います。

7・8月

 ありがとう
“デイビット”
よつこそマッシュュー”


木城町のALT(外国語指導助手)として4年間お世話になったデイビット・ラングボーンさんが、7月末をもって母国イギリスに帰国されました。後任として同じくイギリス出身のマッシュュー・ハミルトンさんをお迎えしました。宜しくお願いします。

10月

 第25回
木城ふるさとまつり


今年で25回目を迎えた木城ふるさとまつりは、会場を小丸川河川敷に移し、2万人近くの来場者で賑わいました。同時開催の農林業まつりでも地元の食材を使用した試食会や抽選会など長蛇の列ができていました。また、友情都市の埼玉県毛呂山町にも特産品PRなど参加していただき、まつりを盛り上げていただきました。まつりのフィナーレは3千発の花火で秋の夜空を彩りました。

10月

日本新記録



第26回九州マスターズ陸上競技選手権において、日本新記録29秒35(前日本記録29秒42)を樹立されました。仕事を終えた夕方、毎週2回~3回は本格的な練習をされているという泥谷さん。日頃の練習の成果を大に発揮されました。

木城町職員の給与等の公表

町民のみなさんに職員等の給与を広く知っていただくため、給与等の公表を行っています。

今回公表するのは、平成21年4月1日現在の職員等の給与等の状況です。

町職員の給与は、国、他の地方公共団体の職員及び民間企業の従事者の給与等を考慮して、町議会の議決を経て条例で定めています。また、町長、議員等の特別職の報酬は、町内の各種団体の代表や学識経験者で構成される特別職報酬等審議会の意見を聞いて、町議会の議決を経て定めています。

なお、公表する給与額などは、税金や保険料などを差し引く前のもので、手取り額ではありません。

1 総括

(1) 人件費の状況（一般会計決算）

区分	住民基本台帳人口 (21.4.1現在)	歳出額 A	実質収支	人件費 B	人件費率 A/B	(参考) 19年度の人件費率
20年度	5,383 人	3,853,371 千円	138,072 千円	661,192 千円	17.2 %	21.0 %

(2) 職員給与費の状況（一般会計予算）

区分	職員数 A	給与				一人当たり給与費 A/B
		給料	職員手当	期末・勤勉手当	計 B	
21年度	77 人	285,512 千円	40,982 千円	116,943 千円	443,437 千円	5,759 千円

- (注) 1 職員手当には退職手当を含まない。
2 給与費は当初予算に計上された額である。

2 職員の平均給与月額、初任給等の状況

(1) 職員の平均年齢、平均給料月額及び平均給与月額の状況（21年4月1日現在）

一般行政職

区分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
木城町	39.5 歳	303,700 円	340,600 円
国	41.5 歳	325,521 円	391,770 円

- (注) 1 「平均給料月額」とは、21年4月1日現在における各職種ごとの職員の基本給の平均である。
2 「平均給与月額」とは、給料月額と毎月支払われる扶養手当、調整手当、住居手当、時間外勤務手当などの諸手当の額を合計したものである。

(2) 職員の初任給の状況（21年4月1日現在）

区分		木城町	
		初任給	2年後の給料
一般行政職	大学卒	161,600 円	177,300 円
	高校卒	140,100 円	148,500 円

(3) 職員の経験年数別・学歴別平均給料月額の状況（21年4月1日現在）

区分		経験年数7~10年	経験年数10~15年	経験年数15~20年
		一般行政職	大学卒	250,800 円
	高校卒	209,100 円	246,500 円	282,500 円

4 職員の手当の状況

(1) 期末手当・勤勉手当（21年4月1日現在）

木城町		国	
1人当たり平均支給額(20年度)	1,459 千円	-	
(20年度支給割合)		(20年度支給割合)	
	期末手当 3.0 月分 (1.6) 月分	期末手当 3.0 月分 (1.6) 月分	勤勉手当 1.50 月分 (0.75) 月分
(加算措置の状況)	職制上の段階、職務の級等による加算措置	(加算措置の状況) 職制上の段階、職務の級等による加算措置	

- (注) () 内は、再任用職員に係る支給割合である

3 一般行政職の級別職員数等の状況

(1) 一般行政職の級別職員数の状況（21年4月1日現在）

区分	標準的な職務内容	職員数	構成比
1級	主事、技師又はこの職と同等の職務	1 人	1.5 %
2級	高度の知識又は経験を必要とする業務を行う主事、技師又はこの職と同等の職務	13 人	19.4 %
3級	係長、主査、主任主事、主任技師の職務	34 人	50.8 %
4級	1 課長補佐の職務 2 保育所長の職務 3 主幹の職務	8 人	11.9 %
5級	課長又はこの職と同等の主幹、専門監	2 人	3.0 %
6級	困難な業務を処理する課長又はこの職と同等の職務	9 人	13.4 %
計		67 人	100. %

- (注) 1 木城町の給与と条例に基づく給料表の級区分による職員数である。
2 標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職務である。

(2) 退職手当(21年4月1日現在)

木 城 町			国		
(支給率)	自己都合	勸奨・定年	(支給率)	自己都合	勸奨・定年
勤続20年	21.00 月分	27.30 月分	勤続20年	23.50 月分	30.55 月分
勤続25年	33.75 月分	42.12 月分	勤続25年	33.50 月分	41.34 月分
勤続35年	47.50 月分	59.28 月分	勤続35年	47.50 月分	59.28 月分
最高限度額	59.28 月分	59.28 月分	最高限度額	59.28 月分	59.28 月分
その他の加算措置 (退職時特別昇給))		その他の加算措置 定年前早期退職は特例措置有 (2%~20%加算)		

(注) 退職手当の1人当たり平均支給額は、前年度に退職した全職種に係る職員に支給された平均額である。

(3) 特殊勤務手当(21年4月1日現在)

支給実績(20年度決算)				千円
支給職員1人当たり平均支給年額(20年度決算)				円
職員全体に占める手当支給職員の割合(20年度)				%
手当の種類(手当数)				
手当の名称	主な支給対象職員	主な支給対象業務	左記職員に対する支給単価	
	木城町は特殊勤務手当はありません			

(4) 時間外勤務手当

支給実績(20年度決算)	11,088 千円
支給職員1人当たり平均支給年額(20年度決算)	165 千円
支給実績(19年度決算)	7,643 千円
支給職員1人当たり平均支給年額(19年度決算)	116 千円

(5) その他の手当(21年4月1日現在)

手当名	内容及び支給単価	国の制度との異同	国の制度と異なる内容	支給実績(20年度決算)	支給職員1人当たり平均(20年度決算)
扶養手当	配偶者に対し月額13,000円支給	同	-	9,456 千円	236,400 円
住居手当	月額12,000円以上の家賃に対し支給	同	-	7,482 千円	258,000 円
通勤手当	片道2キロ以上に支給	同	-	1,615 千円	68,400 円
管理職手当	課長級に対して支給	異	-	4,039 千円	367,200 円

5 特別職の報酬等の状況(21年4月1日現在)

区分	給 料		報 酬			期 末 手 当					退 職 手 当		
	町長	副町長	議長	副議長	議員	町長	副町長	議長	副議長	議員	町長	副町長	
給料月額等	円 704,000	円 562,000	円 303,000	円 225,000	円 211,000	(20年度支給割合) 3.35 月分			(20年度支給割合) 3.35 月分			(算定方式) 給料月額に在職月数と調整率を乗じる 調整率は町長(41.7/100) 副町長(24.8/100) (支給時期) 退職時(任期毎)	

6 職員数の状況

(1) 部門別職員数の状況と主な増減理由(各年4月1日現在)

区 分	部 門	一般行政部門			特別行政部門		公営企業等会計部門			合 計
		一般行政	福祉関係	小計	教 育	小計	上下水道	そ の 他	小計	
職員数	平成21年	52	15	67	9	9	5	8	13	89 [98]
	平成20年	52	16	68	9	9	5	7	12	89 [98]
対前年増減数				-1		0			1	0 [0]

(注) 1 職員数は一般職に属する職員数である。

2 []内は、条例定数の合計である。

(2) 年齢別職員構成の状況(21年4月1日現在)

区 分	20歳未満	20歳 23歳	24歳 27歳	28歳 31歳	32歳 35歳	36歳 39歳	40歳 43歳	44歳 47歳	48歳 51歳	52歳 55歳	56歳 59歳	60歳以上	計
職員数(人)	0	0	9	13	20	9	8	10	7	9	4	0	89

(7)

木城町民文化祭・えほんまつり

(木城町生涯学習推進協議会)
(木城町自治公民館連絡協議会)
(木城町文化協会)

10月31日(土)に町体育館で木城町民文化祭「生涯学習のつどい・自治公民館研究大会」が開催されました。表彰式では、自治公民館の発展に寄与した、団体・個人と生涯スポーツに功績のあった個人が表彰されました。表彰者は次のとおりです。

自治公民館教育長表彰：重木公民館
自治公民館連協会長表彰：小泉 清一郎氏(溜水)・山田 秋吉氏(牧之内)
生涯学習及び生涯スポーツ功労者表彰(体育活動)：泥谷 久光氏(下鶴)

受賞おめでとうございます。日頃のご尽力に感謝し、今後のご活躍を期待します。

また、実践発表・人権講演会では、前重木公民館長の松尾稔文様が「重木公民館の活動報告」、アデリーズクラブが「クラブの活動報告・フルート演奏」、木城小学校4年生が「合唱・合奏」、落語家の林家染丸師匠が「人権講演・落語」を行いました。

午後からは、文化協会主催のふるさと芸能発表会が行われました。

なお、同会場において、えほんまつりも開催されました。絵本の展示やおはなし会などが実施され、たくさんの来場者がありました。



【表彰式】



【実践発表・アデリーズクラブ】



【人権講演会】



【えほんまつり】

第34回木城町女性の集い大会

(木城町女性団体連絡協議会)

1月29日(日)に町体育館において、木城町女性の集い大会が開催されました。

木城町女性団体連絡協議会は3団体(農協女性部・商工会女性部・地域婦人連絡協議会)で構成していて、毎年女性の集い大会を実施しています。今回は、ニュースポーツを取り入れた運動会を行い、町内の女性の親睦が図られました。



(アジャタ競技)

アジャタ競技(玉入れ)・・・

100個の玉を先に籠に入れたチームの勝ち。

第11回木城町子どもフェスタ

(子どもフェスタ実行委員会)

1月14日(土)川原自然公園で開催を予定しておりましたが、木城町子どもフェスタは、小学校でインフルエンザの感染拡大が確認されたため中止となりました。開催にあたり、2回の実行委員会を開催し、プログラムの企画等をしていただいた各実行委員の方々にとっても、子ども達以上に残念な結果となりました。ぜひ、来年は開催させたいものです。

なお、当日予定しておりました植樹(冬桜・柊もくせい)につきましては、ジュニア・リーダークラブで行いましたのでご報告します。



優良表彰受賞者紹介

石河内小学校PTAの文部科学大臣表彰をはじめ、様々な分野で町内の団体及び個人の方々が優良表彰を受賞しておりますのでご紹介いたします。今までのご苦勞をねぎらうとともに、今後益々のご活躍、ご健勝をご祈念申し上げます。

優良PTA文部科学大臣表彰
石河内小学校PTA

宮崎県地域文化功勞者教育長表彰
山内 正徳氏(町)

九州地区子ども会育成連絡協議会表彰
萱嶋 了氏(立小路)

宮崎県子ども会育成連絡協議会表彰
金子 信吾氏
令子氏(岩戸)



1・2月に実施される 生涯学習関連事業(予定)

全町民対象事業

- 1月 1日(金) 木城町成人式(城山公園)
- 1月11日(月) 第38回新春ジョギング大会(町内)
- 1月16日(土) ボランティアまつり(町体育館)
- 1月31日(日) 第16回町青少年育成町民大会・PTA研究大会(トレセン)
- 2月20日(土) 第18回町民グランドゴルフ大会(山塚運動広場)

青少年教育対象事業・学校行事

- 1月16日(土) 三世代交流第5回ふれあい創作大会(町体育館)

高齢者・女性対象事業

- 1月20日(水) 福寿大学中央学級(福祉センター)
- 1月29日(金) 福寿大学石河内・中之又学級(中之又地区)
- 2月19日(金) 福寿大学中央学級(福祉センター)

行事等については、役場教育課 社会教育係までお問い合わせください。

【電話: 32 - 4731】

「福永丹波守の墓について」

今回は、石河内の鵜懐地区に位置する福永丹波守の墓について紹介いたします。

福永丹波守は、本名を祐友といい、生まれた年も亡くなった年も詳細な点不明であります。

丹波守は、高城合戦が繰り広げられた天正六年（一五七八年）より少し前の時代に日向国を支配する伊東氏の家臣であり、野尻城（現在の野尻町）の城主として名を馳せていました。この野尻城は、日向四十八城の一つとして数えられます。日向四十八城とは、本町では高城や石城（現在の日向新しき村）なども数えられ、当時の日向国（今の宮崎県）全体を支配する上で重要な役割を果たす城として知られています。

この野尻城は薩摩国から攻めてくる島津氏を迎え撃つ最前線の基地としての役割を果たしていました。そこで、島津側はこの城を攻略するために、丹波守を中傷する策略を用い、「丹波守は島津方に内通している。」との偽りの文書を佐土原城下にばら撒きました。ここで身の危険を感じた丹波守はこれまで仕えた伊東義祐から離れて、島津方へ寝返り、島津方を城内に招くようになります。なお、この野尻城は、現在、野尻町の指定文化財になっておりますが、遺構はほとんど残っていない状況であります。

そして、元龜三年（一五七二年）のえびの市の木崎原の戦いで島津義弘率いる軍勢に大敗した伊東氏は三ツ山城・高原城（現在の高原町）などを失い、凋落の一途を辿るようになります。

その後、丹波守は、米良山を越え、石河内まで逃れ、賊に追いかけられる最中に、南瓜の蔓に足がからまり、討たれて亡くなったという説がありますが、実際は石河内には来たということでは文献では確認されておらず、伝承の域を越えていません。

現在、この丹波守の墓が鵜懐地区の福永神社の近くに位置しています。建立者及び建立時期は不明で素材は自然石であります。規模はおよそ縦六〇cm、横三〇cmで正面に「福永丹波守墓」と記されています。以前は、現在の位置の対岸にありましたが、その後、現在の位置に移動してきました。

なお、現在は、地区住民を中心に、旧二月一日に神社にて祭りを行っております。伝承の影響か、地域の方は南瓜を食べずに、この神社にてお参りすると足の病が良くなるという話が伝えられています。

以上のように、文献上には確認がない伝承として本町に関連する武将ではありますが、当時の激戦とは一線を画すように、今では、地域の方々にひっそりと見守られながら大切にされています。



福永丹波守の墓（向かって右側）

※ なお、本稿作成にあたり、木城町文化財保存調査委員 江藤睦美氏により貴重なご教示をいただきました。記して謝意を表します。

（白岩 修）

（参考文献）

「木城町石碑・石塔めぐり」
一九九七年 木城史友会



トマキムチ鍋

<作り方>

トマトの赤い部分には「リコピン」が含まれており、抗酸化作用があります。酸味であるクエン酸は肉類や魚介類のうま味を引き出すと言われ具沢山の鍋などにはピッタリな食材です。

- ① トマトを湯むきして食べやすい大きさに切る。他の野菜も食べやすい大きさに切る。
- ② (★)の材料を合わせて鍋のスープを作る。
- ③ 材料とスープを鍋に入れ、火にかけて、材料に火が通ったらできあがり。

<材料 4人分>

トマト	1個	
キャベツ	半個	
長ネギ	1本	
レタス	1個	
しめじ	1パック	
えのき茸	1パック	
豚肉スライス	300g	
ズッキーニ	1本	
(★) 出し汁	1500cc	
薄口しょうゆ	100cc	
みりん	100cc	
キムチのもと(市販)	大さじ2	
トマトジュース(無塩)	1000cc	

野菜は何を入れてもOKです。
シメにご飯を入れると
リゾット風になります。



<レシピ提供>
木城町食生活改善推進員

<1人当り栄養価>
エネルギー 385Kcal

白菜と油揚げのサツと煮

<材料 4人分>

白菜	1/4株
油揚げ	2枚
出し汁	200cc
しょうゆ	大さじ1
みりん	小さじ1
砂糖	小さじ2
塩	小さじ1/2

もっと野菜を
食べよう!



<作り方>

<1人当り栄養価>
エネルギー 95Kcal

- ① 白菜はひと口大に切り、油揚げはお湯をかけて油抜きをして1センチ幅に切る。
- ② 鍋に調味料を煮立て、白菜と油揚げを加え、弱火で7、8分煮る。

地区やグループへ調理実習を行っています!

楽しく
ヘルシーメニュー
作りませんか?



昨年度、地区での実習で作った
簡単!ヘルシーおせちです!

★ 調理実習の依頼・問い合わせは
保健センター (TEL 32-4010) まで
※ 食生活改善推進員と栄養士が地区にうかがいます。



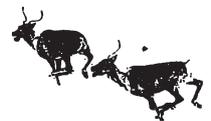
無数の星たちがまたたいている。
アラスカの夜空の星たちは
なぜこんなに大きく見えるのか。

耳をつんざくような沈黙の雪原を行く
カリブーの群れ。
森の中のムース。
氷の海のクジラ。
アザラシの親子。北極グマ。
そして、人間。

星野道夫の遺した
写真の前に立てば、
彼の目指した心の方位に
重なることが
できるかもしれない。

深い沈黙の彼方から、
星野道夫の真のことばが
聞こえてくるかもしれない。

撮影：星野道夫 提供：星野道夫事務所



永遠の一瞬 星野道夫の世界展

2010年1月3日(日)～2月28日(日)

【入場料：大人500円／小中高生300円】

2010年の新春、木城えほんの郷は、『永遠の一瞬 星野道夫の世界展』を開催します。
“厳しい自然の中で身を守って生きる”とか“生きるためには何かの命をいただくしかない”という、
極北アラスカの自然の暮らしとは遠くかけ離れた、現代の文明に浴して生きている私たちに、星野道夫は
アラスカの自然界の原理を見せてくれます。
この、地球に人間として生きているということ。あらゆる生命のめぐりを包み込んで、自然は厳然と存在
しているということ。自然と人間。動物たち、植物たち、あらゆる生命の始原の姿。
星野道夫が生涯をかけて目指したものがなんだったのか。
1996年に自然へと還っていった星野道夫の魂が、現代文明に浴して生きている私たちを激しく打ち
続けるのは何なのか。
彼の写真の深い沈黙の奥から、静かに感じられることと思います。



☆ 星野直子 講演会 ☆

1月10日(日) 午後1時半～ 参加費5000円

木城えほんの郷に奥様の星野直子さんをお迎えして
スライドをみながら、星野道夫さんの大きなテーマ
であった、カリブー、グリズリー、南東アラスカの
話を中心に、そのテーマへの思い、撮影に同行した
時の思い出や、ALASKAでの生活についてお話し
していただきます。

くらやみ探検隊
おはなしと火のまつり

2月6日(土)・7日(日)

毎年恒例になりました

「くらやみ探検隊

おはなしと火のまつり」は、
2010年2月6日・7日に

行います。



あなたは、自然の深い闇の中を

歩いたことがありますか？

五感をとぎすまし、全身を目にして、

耳にして、身体を委ねることが出来ますか？

くらやみ探検隊は、2月6日の冬の夜、
えほんの郷周辺の森の中を探検します！
火を囲んでお話しも楽しめます！
あなたも参加してみませんか！

参加申込は 木城えほんの郷

TEL 39-1141

編集後記

今は師走、皆様も忙しい毎日をお過ごしのことと思います。

さて、今年一年を振り返りますと何だか暗い話題ばかり話が変わって、先日私の同僚が青島太平洋マラソン(フルマラソン)に出場しました。10キロまでは気持ちよく走れたが、まだ先は32キロ！だんだん足が重くなり、もうやめようと思うと、沿道の声援に背中を押され何とかゴール！「この達成感はずごく気持ちいい」との事！
平成22年は、皆様にとつて明るい達成感の1年でありますようお願いいたします。

【町の人口】 (21年12月1日現在) ●人口 5,325人 (先月比+4人) ●男 2,535人 (+5人) ●女 2,790人 (-1人)
【世帯数】 2,069世帯 (先月比+4世帯) 【町面積】 146.02km²
【発行】 木城町役場 〒884-0101 宮崎県児湯郡木城町大字高城1,227-1 TEL.0983-32-4725・FAX.0983-32-3440
【編集】 総務課