

広報 まじょう

2009

11月号

No.323



NEWS INDEX

【特集】いつまでも元気!
人事行政運営の公表
いぶき
まちのわだい
マスターズ陸上
教育長に選任(H.21 10 1)
人間高歳・ALT マジュー
文化財よまやま話46
腕「メタボ」クッキング
えほんの郷たより・町の人口

泥谷久光さん(全日本マスターズ陸上競技選手権大会)

情報提供・お問合わせ先
ホームページアドレス

<Eメール>
<URL>
<E-mail>

soumu@town.kijo.jp
http://www.kijo.jp/
info@town.kijo.miyazaki.jp

いつまでも元気！ …住み慣れた木城の まちで生き生きと…

木城町では、「住み慣れた木城のまちで生き生きと安全・安心・健康にふれあい安らぎと思いやりを育み、活動的で生きがいに満ちたひとづくり」を基本理念に、健康で安心して生活できる町づくりを進め、特に、地域の生活支援の取り組みなどと連動し、介護予防事業を積極的に進めています。

同時に、子どもから高齢者まで、年齢や介護・障害の有無に関わらず、誰もが安心して充実した生活を送るためには、「地域で支え合う力」を高めていくことが大切と考え、自助・共助・公助が適切に連携し、みんなが共存する地域づくりを進めています。

本町は、9月1日現在で65歳以上が1600人で、そのうち75歳以上の後期高齢者は、881人と増加傾向にあり、高齢化率は29.7%と全国・県よりも高い水準にあります。

介護予防事業の取り組み

1 特定高齢者施策

特定高齢者個別の対象者ごと
に作成される介護予防プラン
に基づき、「運動器の機能向上」
、「栄養改善」及び「口腔機能の向上」
などに取り組んでいます。

特定高齢者とは・・・

生活機能が低下していて、
介護が必要となる恐れのある

る虚弱な高齢者であり、毎年実施される健診（特定健診）と合わせて実施する生活機能評価で、要支援及び要介護状態になる恐れがあると認定された方が「特定高齢者」になります。

あおばと げん木塾

（地域支援事業特定高齢者通所事業 運動器の機能向上）

【毎週木曜日午後1時30分～

午後3時00分】

介護保険（要支援・要介護状態）該当になる可能性が高いと考えられる高齢者（特定高齢者）を対象として、寝たきり予防及び心と体の健康づくりを目的とし、平成19年度から実施しています。延10名の特定高齢者が運動教室・トレーニング等に参加し、個別計画に基づいて、高齢者個々の特性を考慮しつつ、簡単に楽しく参加できる教室として、また自宅等においても継続的に運動し続けることにより健康な体・要介護状態にならない強い体づくりを目指します。



健康運動指導士
柄本幸寿さん

この教室の趣旨は、もちろん参加されている方の体力（生活機能）の向上及び健康づくりですが、それをより効果上げるためには積極的にまた継続的に日常生活に運動を取り入れてもらうことが必要だと思っています。そのためにこの「あおばと げん木塾」でスタッフ一同心がけていることは、参加者の皆さんが楽しんで運動を行える雰囲気づくりを大切にしたいと考えています。

教室の内容としては高齢の方にもあまり体に負担のかからない道具（ゴムバンド、ソフトジム他）などを使っての筋力を向上させる運動やストレッチなど、自宅で実践できる運動プログラムとなっており、教室の最初と最後でそれぞれ体力測定を行い、皆さん効果が出ているようです。現在は逆にスタッフも参加者から元気を頂いています。

最後に、歳を重ねていきますと、様々な身体の機能は衰えていき、そうした状態が続くと健康も害われ、日常生活にも支障をきたすことも十分に考えられます。そうした体力の低下を防ぎ、充実した日常生活に少しでも寄与できればと考えています。

管理栄養士
横山晶子さん

私が、「あおばと げん木塾」のお手伝いをさせていただくようになって約1年経ちますが、皆さんの大変なご苦労を経験されながら、一生懸命生きて来られた話や、野菜の育て方、漬物の漬け方などいろいろな事を教えていただき、こちらの方が勉強になることばかりです。また、スタッフの方達も明るくパワーがあり、とても楽しい教室です。これからも皆さんに喜んでいただけるように頑張りますので、よろしくお願致します。

2 一般高齢者施策

高齢者の自主的・主体的な介護予防の取り組みを日々の生活の中に定着させることを目的に、地域包括支援センターを中心に健康意識や健康習慣の普及に取り組んでいます。

介護予防 フォロアアップ教室

(地域支援事業一般高齢者通所事業)

【第2・4木曜日】

昨年度までの特定高齢者通所事業(あおばと げん木塾)の参加者及び一般高齢者を対象として、日常生活において毎日楽しく続けられるような運動や栄養の教室を定期的に開催



催しています。

教室の内容は、運動教室 健康運動指導士による簡単なストレッチ、スクワット運動、筋力トレーニング、ウォーキング指導、レクリエーション運動等、栄養教室 管理栄養士による

低栄養・骨を強くする食生活指導、食事栄養指導、実際食べている食事のチェックなど。

口腔教室 口腔ケアに関する講話、健口指導、唾液腺マッサージ、顔面体操、舌体操など。

落語教室 落語を聞いて見ての表情筋ストレッチを兼ね備えた「笑いの教室」。

介護予防教室

地域包括支援センターによる健康教室や健康相談のほか、各地区老人クラブ単位で介護予防教室等を実施し、健康の維持・増進のため、認知

症や閉じこもり予防など、介護予防に関する知識の普及啓発を図り、自宅・地域における継続的活動の支援を目的としています。

いぶ山学級(介護予防教室)

今年度より、中之又地区に



おいて月に1回(第3火曜日)実施。

健康チェック、健康体操、口腔ケア、運動教室、栄養指導、屋外レクリエーションなど毎月のテーマごとに楽しみながら体を動かす教室を始めました。

各種教室から自宅でも気軽に取り組める運動等を習得し、毎日続けることにより、日々の楽しい生活と元気な体を保ちましょう!

また、地域においても予防の意識を広げ、みんなで積極的な取り組みを進めましょう!

【問い合わせ先】

木城町地域包括支援センター

TEL32 2729

福祉保健課介護保険係

TEL32 4734

あおばと げん木塾参加者からの感想



税田 郁男さん(岩瀬上)

昨年から参加しています。この教室で学んだこと、毎日朝夕の散歩、前後の準備と整理運動を実行するように心がけています。

田中 恭子さん(御池)

この教室に参加してから、足腰の痛みがとれて、杖なしで大分歩けるようになりました。皆さんとも友達になり、楽しい一日です。家でも少しずつストレッチをしています。



鹿嶋 ヤエさん(町上)

以前は人との会話があまり好きではなかったが、この教室に参加するようになり、皆さんと気軽に話せるようになり気分も明るくなりました。子供たちからも「明るくなったネ」と言ってくれ、毎週この日を楽しみにしています。

黒木ヨシエさん(岩戸)

昨年から参加し、1年が経ちましたが、できなかった正座もできるようになりました。友達もできて毎週楽しみにしています。



中島八重子さん(中川原住宅)

自宅にいても何もしないため、毎週の教室参加を楽しみにしています。

本田壽美子さん(中川原)

教室に参加してから身体が大分楽になり、皆さんと会えるのを毎週楽しみにしています。



原 朋子さん(重木)

運動(体操)に参加した後は気持ち良く、皆さんとの時間が楽しいです。家でも時々歩いていますが、足のふらつきが治ればうれしいです。

阿部ケサ子さん(重木)

先月から参加していますが、足腰の痛み大分良くなりました。これからも続けていきたいと思えます。皆さんとの交流も楽しく、時間が経つのも早く感じます。



緒方フミエさん(出店北)

今年から参加していますが、初めの頃に比べて足腰が軽くなりました。買い物などでの階段も楽になり、少しずつ良くように続けて参加したい。

平成20年度 木城町人事行政の運営等の公表

木城町人事行政の運営等の状況の公表に関する条例第6条の規定に基づき、本町の人事行政の運営等の状況の一部について、次のとおり公表します。木城町における職員の任用や定員、給与、勤務条件の状況等を公表することで、本町の人事行政の公正性と透明性を高めることを趣旨としています。

1. 職員の任免及び職員数に関する事項

(1) 職員の採用・退職の状況（平成20年度）（単位：人）

区 分	採 用	退 職
一 般 行 政 職	0	0
計	0	0

退職は平成21年3月31日

(2) 部門別職員数の推移（各年4月1日現在）

部 門	職 員 数 (人)					対 前 年 増 減 数 (人)				
	平17	平18	平19	平20	平21	平17	平18	平19	平20	平21
一般行政（福祉除く）	54	53	55	52	52	- 4	- 1	2	- 3	0
福 祉（民生、衛生）	16	15	17	16	15	- 1	- 1	2	- 1	- 1
教 育	9	9	9	9	9	0	0	0	0	0
上 下 水 道	6	6	6	5	5	0	0	0	- 1	0
そ の 他	6	6	6	7	8	0	0	0	1	1
計	91	89	93	89	89	- 5	- 2	4	- 4	0

その他は「介護保険」「国民健康保険」「後期高齢者医療」

2. 職員の給与に関する事項

(1) 職員給与費の状況（普通会計当初予算）

区 分	職 員 数	給 与 費				1人当り 給与費
		給 料	職 員 手 当	期 末 ・ 勤 勉 手 当	計	
平成20年度	人 77	千円 285,512	千円 40,982	千円 116,943	千円 443,437	千円 5,759

(注) 職員手当に退職手当は含みません。

(2) 職員の平均給料月額及び平均年齢の状況（平成20年度）

区 分	平均給料月額	平均年齢
一 般 行 政 職	308,300 円	39.5 歳

(3) 職員の初任給の状況

区 分	初 任 給
一 般 行 政 職	大 学 卒 161,600 円
	高 校 卒 140,100 円



(4) 給料表の級別職員数の状況（平成21年1月1日現在）

区 分	1 級	2 級	3 級	4 級	5 級	6 級	計
標 準 的 な 職 務 内 容	主 技 事 師	主 技 事 師	係 長 主 任 主 事	保 育 所 課 長 補	課 専 門 長 監	課 長	
職 員 数 (人)	2	19	42	13	5	8	89
構 成 比 (%)	2.3	21.3	47.2	14.6	5.6	9.0	100

(5) 職員手当の状況(平成20年度)

区 分		木 城 町		国	
期末・勤勉手		支 給 割 合			
		期 末 手 当	勤 勉 手 当	期 末 手 当	勤 勉 手 当
		3.0	1.5	3.0	1.5
退 職 手 当	勤 続 年 数	支 給 率			
		自 己 都 合	勸 奨 ・ 定 年	自 己 都 合	勸 奨 ・ 定
	20年	23.50	30.55	23.50	30.55
	25年	33.50	41.34	33.50	41.34
	35年	47.50	59.28	47.50	59.28
最 高 限 度 額	59.28	59.28	59.28	59.28	

(6) 特別職の報酬等の状況(平成20年度)

区 分		月 額	期末手当の支給割合	
給 料	町 長	704,000 円	6月期	1.60月
	副 町 長	562,000 円		
	教 育 長	536,000 円		
報 酬	議 長	303,000 円	12月期	1.75月
	副 議 長	225,000 円		
	議 員	211,000 円		
			計	3.35月

3. 職員の勤務時間その他勤務条件に関する事項

(1) 職員の勤務時間(一般職の標準的なもの)(平成20年度)

1週間の勤務時間	開始時間	終了時間
40時間	8時20分	17時20分

4. 職員の分限及び懲戒処分に関する事項(平成20年度)

(1) 分限処分者数 な し(平成20年度)

(2) 懲戒処分者 な し(平成20年度)



5. 職員の研修及び勤務成績の評定に関する事項(平成20年度)

(1) 職員の研修の状況

研 修 区 分	研 修 回 数	参 加 者	備 考
市町村振興協会・一般研修	8	9	
市町村振興協会・能力開発研修	8	19	
市町村振興協会・専門研修	2	2	
市町村振興協会・人材育成研修	1	1	
市町村振興協会・出前研修			
独自研修(宮崎県町村会支援事業)	1	85	
宮崎市町村課実務研修	1	1	
市町村アカデミー			
その他の研修			
計	21	117	

(2) 職員の勤務成績の評定状況

平成20年度から試行中

ふれあいのつばさ2009

(木城町ふれあいのつばさ実行委員会)

「ふれあいのつばさ2009」が、8月21日(金)～24日(月)までの3泊4日で開催されました。沖縄県うるま市の方々と交流活動やホームステイ等を通して、自主性や協調性を培い、学校や地域活動でのリーダーとして活躍できる子どもの育成を目的としています。

本事業は、隔年ごとに訪問しあい今年で19年目をむかえる伝統ある事業です。今回は町内の小中学生32名、引率者10名の計42名で訪問してきました。海洋レクリエーションや南部戦跡視察など、とても貴重な体験ができました。

この経験を生かし、良きリーダーとして学校などで活躍できることを期待しています。



沖縄の海を満喫中! 【海中道路ビーチ】



え～あれに登るの! 【勝連城跡/世界遺産】



どう?この腰使い!! 【交流会】



いちゃりばちょ～で～!! (みな兄弟)



清掃と献花をしました。【ひむかいの塔】



「今後の君たちの活躍を期待しています。」
【解団式：上田好昭団長】

自治公民館親善ソフトボール大会

(自治公民館連絡協議会)

9月6日(日)に自治公民館親善ソフトボール大会が開催されました。合計12チーム(11地区155名)の参加申込があり、町内3会場(山塚運動広場2会場、木城小学校G1会場)において熱戦が繰り広げられました。各クラスの成績については、次のとおりです。

	Aクラス	Bクラス	Cクラス
優勝	高城在	岸立団地	中椎木B
準優勝	出店A	田神	岩戸

たくさんの珍プレー、好プレーが飛び出し、大変盛り上がりました。また、地域住民の親睦を深めるとともに、健康増進や体力向上が図られました。



木城町子ども会ふれあい球技大会

(木城町子ども会育成連絡協議会)

8月2日(日)に子ども会ふれあい球技大会が町体育館で開催され、男子はドッジボールを(低学年3チーム・高学年3チーム)、女子はミニバレーボール(8チーム)で競技を競いました。

結果は、男子ドッジボール低学年の部がスーパー、高学年の部がチームまつきよ、女子ミニバレーボールの部は中川原住宅子ども会が優勝しました。

なお、女子の部で優勝した中川原住宅子ども会と男子選抜チーム(ソフトボールの部)は、同月22日(土)に高鍋町で開催された郡子ども会親善球技大会に出場。男女とも惜しくもリーグ戦敗退となりました。



～防犯・不審者対策講習会、景観美化活動～ 木城スポーツ少年団本部フェスタ開催!

9月12日(土)に木城スポーツ少年団本部フェスタを町体育館で開催しました。フェスタのプログラムは木城駐在所迫分所長と、防犯アドバイザーによる実技を交えた講習会で、防犯の意識を高めました。



(防犯・不審者対策講習会)
『不審者にあったら
引き返す事が大事』



(景観美化活動)
『みんなで協力!』

景観美化活動では、町体育館横の歩道に花の寄せ植えをしたプランターを並べました。私たちが使う施設をきれいに飾り、町民のみなさんにも気持ちよく使ってほしい...、という気持ちをこめて作業しました。

これからも少年団は、『わ』を広げます!!

11・12月に実施される 生涯学習関連事業(予定)

全町民対象事業

- 11月 1日(日) 木城町民文化祭(いきいき作品発表会) 3日まで
- 11月15日(日) 児湯郡自治公民館対抗バレーボール大会(高鍋町)
- 12月20日(日) 第54回児湯郡町村対抗駅伝競走大会(都農町～新富町)
- 12月20日(日) 木城っ子安全守る隊応援パレード(町内)

青少年教育対象事業・学校行事

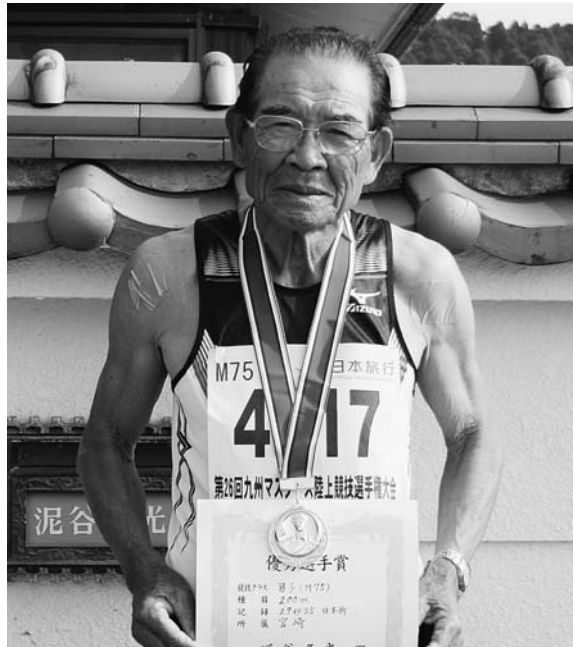
- 11月14日(土) 木城子どもフェスタ(川原自然公園) 15日まで
- 11月24日(火) 学校公開週間(木城小・木城中) 27日まで

高齢者・女性対象事業

- 11月29日(日) 木城町女性のつどい大会(木城町体育館)
- 11月11日(水) 福寿大学中央学級(福祉センター)
- 12月 1日(火) 福寿大学中之又学級視察(宮日・県庁)
- 12月 3日(木) 福寿大学石河内学級視察(宮日・県庁)
- 12月11日(金) 福寿大学中央学級(福祉センター)

行事等のお問い合わせは、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】

出ました 日本新記録！



ひじ や ひさ みつ
泥谷久光さん
(78歳 下鶴)

第30回記念国際・全日本マスターズ陸上競技選手権大会(愛知大会)に泥谷久光さん(78歳下鶴在住)が宮崎県代表として出場しました。成績は、60m(M75の部)が9秒01で2位、100m(M75の部)が13秒98で1位、200m(M75の部)が29秒00で1位でした。この200メートルの記録は、追い風参考ながら日本記録を上回る記録でした。さらに、10月11日に行われた第26回九州マスターズ陸上競技選手権では、200m(M75の部)で文句なしの日本新記録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いに発揮されました。世界マスターズに出場されないのですか? という問いに、10日間くらい家を空けんといかんかなと答える泥谷さん。ぜひ、世界の舞台で活躍していただきたい思いでいっぱいです。

教育長に選任されました

10月1日(木)



お の よし あき
小野順章さん
(川原)

10月1日(木)定例教育委員会が行われ、5名の教育委員による互選により教育長が選任されました。任期は4年です。小野教育長は木城町川原出身で、大学卒業後、宮崎県立高校に赴任され教育現場で活躍していました。小野教育長が掲げる教育方針を紹介します。

キャリア教育

夢を実現するために、小さい頃からそれぞれの機関でレール(道筋)をつけた。目標を持たせることでいきいきと育ってもらいたい。

子ども社会の復活

少子化が進んでいる昨今、子ども同士の中でのルールがなくなってきた。地区の公民館に行けば誰彼なしに遊びにきていて、自然に先輩・後輩の役割を体験し、その中で大事なものを覚えていく社会。

ひとり一役運動

便利な世の中になり、電化、機械化の発達で子どもの出番が少なくなってきた。地域・学校・家庭の中で役割を持たせることで、子どもに自信を持たせたい。

精一杯頑張りますので、どうぞ宜しくお願いします。

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！



いとう あき
伊藤安希さん(23歳) 川原

お仕事：会社員 趣味：読書
家族構成：両親、祖母、姉2人との6人家族

自己紹介

イギリスから帰ってきて一年半が経ちました。落ち込んだりもしたけれど、私は元気です。“若いうちに広い世界をみて、自分の感性を磨きたい”そう思ってロンドンに2年間留学しました。そこで語学学校に通いました。友達ができました。地下鉄に乗りました。焼酎をおぼえました。フランス人とケンカしました。空を飛びました！車にはねられて……。夢は絵本をつくって世界中のひとに感動を与えることです。ちなみに今は養豚の仕事をしています。人生何がどうなるか全くわかりません！みんな！Love & Pig！
(海外に留学！うらやましいです。
その経験を今後に生かしてください……)

最近の出来事！思い！

常々思っているのが、いつの日か姉2人が結婚して離れていくのだと思うと悲しくてならないということです。So Sad！

(う～ん姉妹愛ですね！お姉さん2人もそう思っているのですよ。きっとSo Sad！)

その他・・・コメント

私は木城町で、木を愛で蟲を愛で、そしてイノシシたちとだいたい同じ山道を歩み育ちました。そのおかげで今の私があると思っています。モネの睡蓮(スイレン)よりも木城のオニハス！！We Love Kijo
(いろんな経験から今の自分がここにある訳ですね！夢に向かって1歩づつ前進してください！ ~565~) コルゴ



マシュー・ハミルトン

教えてください。

2006年8月に日本に来て、1年間西米良でその後2年間小林で英語を教えていました。今回、木城で楽しく児童や生徒と一緒に勉強できることを期待しています。

今までの3年間で相撲をしたり、温泉に行ったり、日本の文化面をたくさん経験することができました。剣道や空手も経験しました。木城でもまだ知らないことをたくさん経験してみたいと思います。

いつでも気軽に私に声をかけてください、そして遠慮なく私のおかしな日本語をなおしてくださいね。最後に、ぜひ私が経験できるようなことがあったら誘ってください、絶対一緒に参加したいと思います。

マシュー

Hello everyone,

I am Kijo's new ALT. My name is Matthew Hamilton but please call me マシュー。
I am 26 years old and come from the UK. I studied Japanese and Politics at Sheffield University and I have lived in Japan for 4 years now. So I can speak a little Japanese but I am still learning so please correct my Japanese if I make a mistake.

I came to Japan in August 2006 and spent one year teaching English in Nishimera before spending two years teaching in Kobayashi. Now I am in Kijo and I look forward to teaching the children and students here too.

Over the last three years I have experienced many aspects of Japanese culture from Sumo wrestling to going to the onsen as well as tried many activities such as Kendo and Karate. However I am still looking forward to having new experiences here in Kijo.

So please say hello, correct my Japanese, and if you invite me to try something I will probably say yes.

Matthew Hamilton
Aka マシュー

「高城合戦を彩る武将達⑥ 大友宗麟について」

今回は、これまで紹介してきた島津兄弟と高城合戦で戦いを繰り広げてきた大友氏の武将、大友宗麟について述べたいと思います。

大友宗麟は、享祿三年（一五三〇年）大友家の第二十代当主である義鑑（よしあき）の長男として生まれました。幼名は塩法師といい、十一歳で元服し五郎と名乗り、室町幕府の将軍である足利義晴の一字を取り、義鎮（よししげ）と称しました。大友氏は、鎌倉時代初期から戦国時代まで豊後国（今の大分県）の守護として、その地位を保持していましたが、その間は安泰とは言えない状況が続きました。

父である義鑑は、義鎮の異母弟である塩市丸に家督を譲ろうと画策しようと思いましたが、天文十一年（一五五〇年）二月にそれに対して義鎮の重臣が察知し謀反を起こし、塩市丸と母を暗殺しました。この政変を二階崩れの変と言い、この後に義鎮は大友氏の家督を相続し、第二十一代当主となります。

その後、豊後国・肥後国（今の熊本県）・筑後国（今の福岡県南部）の守護職を得、さらには、豊前国（今の福岡県東部及び大分県北部）・筑前国（今の福岡県西部）は守護職以外に九州探題職を与えられ、北九州地域における支配力を手にするようになりました。このように、義鎮は大友氏における全盛期の地盤を築き上げ、その後も足利将軍家に援助を続け、室町幕府という中央政権との交渉を行い、政治的財産を手に入れます。そして、永祿五年（一五六二年）には、出家して宗麟と名乗るようになります。

しかし、それから北九州地方の支配権は、大友氏の独占とは言い難く、中国地方からの毛利氏の攻撃や、元龜元年（一五七〇年）肥後国における龍造寺氏との戦いである今山の戦いでは大敗を喫して、和睦をせざるを得ない状況になり、勢力の膨張を許すことになりました。

又、その頃の南九州方面では、元龜三年（一五七二年）、薩摩国（今の鹿児島県）から新興勢力としてその頭角を現してきた島津義弘率いる軍勢が木崎原（えびの市）の戦いにて伊東義祐率いる軍勢を打ち破り、勢力分布の様相が変化を見せ始めてきた状況でした。この戦いで敗北を喫した義祐は、友好関係であった大友氏に救援を求めて、それを聞いた、宗麟は田原親賢（たわらちかかた）を大将として、日向国（今の宮崎県）の高城まで攻撃を仕掛けようとしています。

しかし、大友氏の家臣の間では、この戦いについて時期尚早と主張するものや、

積極的に戦うことを主張するものなど意見が折り合わない状況で出陣することになりました。肝心の当主である宗麟においては、高城まで攻めにこず、延岡方面までしか来なかったと言われています。当時の宗麟の心境は戦いそのものよりも、キリスト教にのめり込み、そういった様相も家臣をまとめきれなかった原因の一つだと考えられます。

この高城の戦いは天正六年（一五七八年）に行われ、この戦いで大友氏は敗北を喫し、豊後国まで命からがら引き上げることになりました。その後、宗麟は大坂城まで出向き、豊臣秀吉に救援を求めて、天正十五年（一五八七年）に行われた豊臣氏の軍勢と島津氏の軍勢の戦いでは、島津義久が秀吉に和睦を申し入れて、九州地域における戦国絵巻の様相は落ち着きを見せるようになります。

なお、この天正一五年の豊臣秀吉の九州征伐の頃に宗麟は病に倒れます。秀吉は島津氏の降伏後、宗麟に日向国を与えようとしたのですが、その頃には死去していたとされています。



「大友宗麟が攻め落とせなかった高城」

以上のように、大友宗麟は豊後国における内紛を解決して、北九州における支配権を手中に収めたかに見えましたが、その裏では、周囲の攻撃に大いに苦慮していたことが分かります。

また、キリスト教に魅せられて、家臣の心を束ねる姿勢を忘れ、晩年は、大友家の当主としては惨めなほどの転落ぶりを見せています。まさに、九州地方の戦国時代の代表的武将として、波乱万丈の一生を過ごしたと言えるでしょう。

（白岩 修）

（参考文献）

「戦国九州三國志 島津・大友・龍造寺の戦い」二〇〇八年 学研

「戦国武将 島津義弘 平成18年度 開館20周年記念特別展図録」

二〇〇六年 始良町歴史民俗資料館

「高城戦記」山内 正徳 二〇〇八年 鉾脈社



きのこどんぶり

キノコ類に含まれる食物繊維は、コレステロールや中性脂肪の吸収を抑える働きがあります。低いエネルギーで食事のボリュームをアップさせる、**脱メタボにはもってこい!**の食材です。

<材料 4人分>

生しいたけ	100g
しめじ	100g
エノキ茸	100g
むきえび	100g
出し汁	200cc
酒	大さじ3
みりん	大さじ2
砂糖	大さじ2
しょうゆ	大さじ4
ご飯	200g
三つ葉	1/2束



<作り方>

- ① 生しいたけは薄いせん切りにし、しめじは小房に分け、エノキ茸は、半分に切ります。
- ② むきえびは、背ワタをとります。
- ③ 鍋に出し汁、酒、みりん、砂糖、しょうゆを煮立てキノコ類とむきえびを加え、火が通ったら水溶き片栗粉でトロミをつけます。(きのこあんの完成です)
- ④ 器にご飯を盛り、きのこあんをかけて三つ葉をのせて、三つ葉を散らします。



<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 461Kcal

簡単五目きんぴら

<材料 4人分>

鶏ミンチ	100g
ごぼう	1/2本
にんじん	1/2本
れんこん	1節
さやいんげん	10本
めんつゆ	大さじ2
ごま油	大さじ2
白ごま	大さじ1

もっと野菜を
食べよう!



味付けは「めんつゆ」のみ!
簡単な具沢山きんぴらです。
常備菜としても利用できます。

地区やグループへ調理実習を 行っています



町健康教室にてバランスを考えた
モデル食を提供しました。



楽しく
ヘルシーメニュー
作りませんか?

調理実習の依頼・問い合わせは

保健センター(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。



原初のががやき 秋野亥左牟の世界展

～11月15日(日)まで



講演会

木城えほんの郷では、『原初のががやき 秋野亥左牟の世界展』を11月15日(日)まで開催しています。



秋野亥左牟と絵を描こう！
～宇宙物語～

9月20日に、秋野亥左牟さんの講演会とワークショップがありました。午前中の講演会では原画のスライドをみながらのトーク、作品への想いなど楽しいお話でした。午後からは、一枚の大きな布に、みんなで自由に絵を描きました。大人と、子どもが、それぞれのワールドに少しずつ侵入し、ひとつになっていく、世界で一枚の絵に大満足でした。



アーサー・ビナードさん & 木坂涼さんが えほんの郷にやってくる！

11月8日(日) 10:30～12:00

アーサー・ビナード講演会

テーマ 『アメリカのかちかち山の旅』
～物語というメディアをみつめて～
参加費 500円

11月8日(日) 13:30～14:30

木坂涼さん、アーサー・ビナードさんといっしょに絵本や詩を楽しもう！

参加費 無料



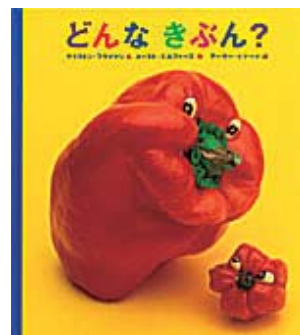
これからの企画

村長のがらくた筐
黒木郁朝の世界展
11月21日(土)～12月25日(日)

木の実・草の実であそぼう
12月13日(日) 10:00～



オレンジやピーマンなど、普段は見慣れた野菜や果物に、造形作家フレイマンがカタターナイフで切り込みを入れ、野菜で作った目鼻を付けることで生まれるユーモラスな表情が新鮮です。添えられている短いことばを訳したのは、日本語の達人でもある詩人アーサー・ビナード氏。野菜たちのやりとりに自分を重ねながら、「コミュニケーション」の微妙な作用を体験できるといふ、面白い試みの絵本です。



ページをめくるごとに、色鮮やかな野菜や果物たちが会話しています。「きみきみ、どんなきぶん？」「しんせんなきぶん？」

サクストン・フレイマン・ジューズ・エル・アーズ作
アーサー・ビナード訳

福音館書店 1575円

『どんなきぶん?』

おすすめの1冊

