



一般社団法人 都城国際交流協会会報

MIA NEWS

ミア ニュース

～協会からのお知らせ・インフォメーション～

◇韓国料理教室 参加者募集！

韓国出身の孫 永株(ソ・ヨンジュ)さんによる韓国料理教室を開催します。

日 時： 2025年9月27日(土) 10:00～13:00

場 所： 都城市コミュニティセンター

メニュー： チヂミ、テジブルゴギ(予定)

参加費 会員 1,500円 一般 2,000円

定 員： 16 名(先着順・会員優先)

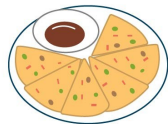
持ってくるもの： エプロン、マスク

お問合せ： (一社)都城国際交流協会(MIA)まで電話、E-mailでお願いします。

申し込み： 2025年9月12(金)までに、電話かメールでお申し込みください。

電話 0986-23-2295

E-mail mia@btvm.ne.jp



◇中国語講座 入門編 受講生募集！

中国語講座を開講します。たくさんの参加をお待ちしています。

日 程： 10月9日～11月13日 毎週木曜日(全6回)

時 間： 18:30～19:30

場 所： 都城市役所北別館 2階 共有会議室

講 師： 謝均妮さん(都城市中国国際交流員)

受講料： 無 料

定 員： 15 名(先着順)

お問合せ・申込み： (一社)都城国際交流協会(MIA)まで電話、E-mailでお願いします。

◇公益財団法人 宮崎県国際交流協会主催

外国人のための日本伝統文化体験講座

竹灯籠づくり 参加者募集！

宮崎の竹を使ってオリジナルの「竹灯籠」を作ります！

日 時： 9月20日(土曜日) 13:00～15:00

場 所： 都城市コミュニティセンター

対 象： 宮崎県内に住む外国人

講 師： 小川考洋さん(木育サポーター)

定 員： 15 名(先着順)

参加料： 無料

お問合せ： 公益財団法人宮崎県国際交流協会まで、電話、E-mailでお願いします。

電話 0985-32-8457

Email: miyainfo@mif.or.jp

申込み方法：

上の二次元バーコードより申込んでください。



◇ワールド・フェスタ in みやこのじょう2026

第14回「ワールド・フェスタ in みやこのじょう2026」に参加してくださる団体、個人、ボランティアスタッフを募集します。(都城市又は三股町にお住まいの方)。皆様のご協力をよろしくお願いします。

日 時： 2026年2月8(日) 12:00～16:30

会 場： 都城市総合文化ホール(MJ)

イベント内容： 海外の国や地域の紹介など。

募集対象： 国際交流、国際協力や多文化共生などワールドフェスタの目的に沿うもの。

募集内容：

①国や地域紹介ブース

体験交流できるもの。展示のみは不可

(モンゴル、中国、アメリカは、都城市国際交流員が担当予定ですので除きます。)

②国際交流、国際協力等の団体活動紹介コーナー

パネル展示

③個人、団体でのステージ発表

歌やダンスなど。時間は3分～10分以内

④ボランティアスタッフ

- ・前日の会場設営準備(荷物運搬やパネル設置など)
- ・当日のブース準備、終了後の片付け
- ・国紹介ブース補助、
- ・ステージ受付・案内
- ・ステージ裏補助等



注意事項：

*希望者多数の場合、調整させていただきますのでご了承ください。

*各ブースの広さは参加数によって調整します。

申込み締切： 2025年11月14日(金)

申込み・問合せ： いずれの募集も事前の申込みが必要です。団体名、お名前、参加内容を電話、E-mailでMIA事務局までご連絡ください。

電話： 0986-23-2295

Email: mia@btvm.ne.jp



「都城にて、心ほどけるスローライフを」

－自然と人のぬくもりに包まれて－

都城の皆さま、ごきげんよう。

このたびご縁があり、約10年間暮らした東京を離れて、結婚を機に都城へ移住してまいりました、モンゴル出身のべへと申します。「スーホの白い馬」や朝青龍、そしてドラマ「VIVANT」でお馴染みのモンゴルです。実は私、モンゴル人なのに寒さに強くなく、馬にも乗れません。モンゴルは青空と大草原が有名なので、ぜひ旅行先の選択肢に入れて、いつか訪れてみてください。また、モンゴルは星空も有名ですが、都城の人には言わない方がいいと妻に言われました。なぜなら、都城の星空も負けなくらい綺麗ですから(笑)。



妻のヒシゲは、現在都城市役所にて国際交流員として、日本とモンゴルの架け橋となるべく日々尽力しております。皆さまの中には、すでにご存知の方もいらっしゃるかもしれませんが。私たちの出会いは15年前に遡ります。私が在モンゴル日本大使館主催の日本語スピーチコンテストで司会を務めた際、参加者として美しいスピーチを披露していたのが彼女でした。時を経て昨年、再会を果たし、交際を経て今年2月に無事結納の儀を執り行うことができました。現在は自然豊かな都城の地で、温かな地域の皆さまに支えられながら、夫婦で心豊かなスローライフを楽しんでおります。



私はモンゴル国立大学にて日本文化を専攻し、ご縁あって来日しました。気づけば、日本での社会人生活も11年を迎えております。この間、日本の奥深く美しい文化に触れ、多くの温かな方々に支えられながら、歩みを重ねてまいりました。

社会人としての第一歩も母国ではなく日本で踏み出し、明治大学大学院にてMBA(経営管理修士)を修了しました。都城へ移住するまでの間は、大手広告代理店・サイバーエージェントグループにて、デジタルマーケティングのコンサルタントとして勤務し、日々の業務を通じて貴重な経験と多くの学びを積ませていただきました。

また、趣味として茶道(表千家)や華道(草月流)を通じて日本文化を深く味わい、その美しさや精神性に触れる時間を日常の中で大切にしております。心を整えるひとときとして自分自身と向き合う時間を設け、日々の暮らしに丁寧に向き合うよう努めております。



現在は、都城市に本店を構えるシフトプラス株式会社にて、ふるさと納税のマーケティング戦略に携わっております。地域ブランドの三本柱である「観光地・暮らし・特産品」のうち、特に「特産品ブランド」を中心に、地域の魅力や価値を広く発信する仕事に取り組んでおります。

そして私には、将来、母国モンゴルに「べへ大学(仮称)」を創設し、次世代を担う若者たちの学びと成長を後押ししたいという大きな夢があります。教育を軸とした社会づくりを目指し、将来的には政治の道にも挑戦したいと考えております。その一環として現在は、日本における地域ブランディングやふるさと納税制度の成功事例を研究しながら、それらをモンゴルの制度や地域社会にどのように応用できるかを模索しております。都城での実務経験や現場での学びは、モンゴルにおける地域活性化や地方創生に繋がる、大きなヒントになると実感しております。

最後に、まだまだ都城での暮らしも仕事も学びの途中ではありますが、地域の皆さまと共に、都城の一員として地域と深く関わりながら、国際交流にも貢献し、「地域を幸せに。美しいを、愉しむ」をコンセプトに新たな価値を創造できるよう努力してまいります。

都城の皆さま、今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



重慶の「辣妹子」

～都城市中国国際交流員 謝均妮さんによる中国紹介～

重慶は、山と川に囲まれた立体都市として有名ですが、もう一つ知られているのが「辣妹子(ラーメイズ)」と呼ばれる女性たちです。「辣」とは「辛い」という意味で、「辣妹子」は直訳すると「ピリ辛の女の子」。つまり、気が強くて行動力があり、芯の強い女性を指します。

なぜかという、重慶では昔から辛くて熱い火鍋をよく食べます。唐辛子と花椒の効いた味は、ピリッとしながらも心まで熱くしてくれるもの。人々の性格も、そんな料理のように辛口で熱い傾向があると言われています。

重慶の女性ははっきり物を言い、頼もしく、家族を引っばるタイプが多いとされます。それに対して、「耙耳朵(パーアルドウオ)」という言葉もあります。直訳すると「耳が柔らかい」という意味で、転じて「妻の言うことに素直に従う夫」を指す、ちょっとした冗談まじりの表現です。さら



バーベキューをしている夫

に、重慶では男性も料理ができて当然とされている点です。家での食事でも男性が台所に立つことが多く、地元では「男が料理できなければ嫁をもらえない」とまで言われるほど。

もちろん、すべての女性は気が強いわけではありませんが、「辣妹子」は、自分らしく生きる女性たちへの親しみと尊敬を込めた言葉です。重慶を訪れた際には、ぜひ火鍋を囲みながら、明るい辣妹子と優しい耙耳朵たちのやりとりに耳を傾けてみてください。



料理を作る父



皿を洗う父



「モンゴルのおもてなし」

～都城市モンゴル国際交流員 ヒシゲさんによるモンゴル紹介～

7月6日から13日まで、モンゴル大統領の招請により、天皇皇后両陛下が国賓としてモンゴルを公式訪問されました。この記念すべきご訪問の際、モンゴルならではの独特なおもてなしの文化が随所に見られました。今回はそのモンゴルの伝統的なおもてなし文化について紹介したいと思います。

◇歓迎のお菓子「アーロール」

モンゴルでは、長い冬と乾燥地帯特有の気候に備えるため、長期保存ができる食べ物がたくさん作られています。その代表は「アーロール」です。アーロールは発酵乳を煮て水分を飛ばし、乾燥させた保存食です。ヨーグルトを煮詰めたような味で、硬くて酸味が強いのが特徴！

アーロールをはじめとする乳製品を「白い食べ物」と呼び、純粋さ、善意、神聖さを意味します。お客様に「乳製品のように白い心であなたをお迎えします」という気持ちで差し上げます。つまりおもてなしの食べ物です。栄養価も高く、日常生活にもよく食べられています。結婚式やお祝い事など、特別な場にも欠かせないごちそうです。銀杯に盛られたアーロールは最大限の敬意を込めた伝統的なしきたりです。



民族衣装の女性が銀杯で差し出したモンゴルの乳製品「アーロール」

◇青い布「ハダグ」

天空の色をしたハダグは大切なものを守る、願う、祈る、敬う、慕う、感謝するなどの気持ちが込められた聖なる布です。伝統的な儀式や挨拶の場で、目上の方に敬意を表すために用いられます。両手のひらに広げて持ち、「アマルバエノー(ごきげんよう)」と挨拶するのが一般的です。また、家の中や車内・大切な道具にも掛けられ、長旅に出る家族の無事を願うときや、

旧正月の挨拶などにも使われます。ハダグは、目に見えない絆やモンゴルならではのおもてなしの象徴です。

◆雨

両陛下がモンゴルに到着された際に、少し雨が降りました。モンゴルでは、お客さまが来る時や大事な日に雨が降るのは縁起がいいと言われていて、幸先のいいスタートとなります。



トとなります。

モンゴルは乾燥した気候で、年間を通して晴天の日が多いため、雨は恵みの雨とされ、幸運を引き寄せると考えられています。つまり、日本で晴れ女(男)は、モンゴルでは雨女(男)ということになります(笑)。

都城の皆さまにも、いつかぜひモンゴルを訪れていただき、モンゴルならではの温かなおもてなしを体験していただければ幸いです。

編集部より

皆さん、こんにちは。

口を開けば、枕詞のように「暑いですね」が飛び出してくる今日この頃。皆様いかがお過ごしでしょうか。きちんと水分、ミネラル補給されていますか？

暑くなるとかなり薄着になってきますが、それは人間に限らずわんこも同じようで…

先日、我が家の愛犬アニーちゃんのカラダをふきふきシートで拭いておりましたら、大量の抜け毛が！！こりゃ、いかん！と思ってブラッシングを始めたら、…取れるわ、取れるわ、大量の毛がブラシに収まりきらず、空中を舞う始末。ちっちゃいアニーちゃんのぬいぐるみが作れるんじゃないかと思うぐらい大量の抜け毛。お洋服着せてるから、暑くて抜け毛も多いのかな？

〔亀谷〕

7月にモンゴル国ウランバートル市と宮崎を結ぶチャーター便が初めて就航しました。所要時間は約4時間。これまで遠く感じられていたモンゴルが、ぐっと身近な存在にかんじられました。

都城市は、1999年にウランバートル市と友好交流都市提携を結んでおり、これまで文化や人的交流を通じて、長年にわたる信頼関係を築いてきました。

さらに7月には、天皇陛下がモンゴルを公式訪問され、日本とモンゴルの友好関係は、国家レベルでも新たな段階を迎えています。このタイミングでのチャーター便の就航は、両国、そして両市の絆を一層深める契機となりました。

今後は観光、経済、教育などさまざまな分野での交流が一層広がるのが期待されます。

なお、モンゴルでは馬に乗って直線20キロを走るレースがあるそうです。日本ではできない体験をしにウランバートルまで行ってもいいでしょうか！！

〔富吉〕

みなさんこんにちは(^^)／

7月下旬、友好交流都市であるモンゴル国ウランバートル市から青少年訪問団の皆さんが都城市を訪れました。7泊8日の日程で、都城市内を中心に、宮崎市や日南市まで足を運び観光をしたり、高校生との文化交流などを楽しみました。私も随行で一緒に各地を回ったのですが、宮崎の良さを再確認することができ、プライベートでももっと宮崎県内各地を訪れたいと感じました。また、私の娘も少し交流をさせていただいたのですが、ウランバートル青少年の皆さんは英語が堪能で、いい刺激になったのと友達ができ素敵な機会に感謝しています。

天候にも恵まれ、無事に訪問団の皆さんが全行程を終えられたことにほっとしています。来年はまたモンゴルを訪れるチャンスがあるといいな～(*^*)

追伸

先日の盆地祭りで、踊り連に参加しました。サンバヤッサが足腰にくるお年頃…。

汗だくて踊って、気持ちのいい汗をかきました(*' ω' *)

〔中瀬〕

先日、友達と沖縄を訪れましたが、あいにく台風の影響で、楽しみにしていた絶景の海やシュノーケリングは体験できませんでした。でも、天気ばかりはどうにもなりませんね。その代わり、観光客が少な

く、渋滞もなく、食事でも並ばずに沖縄料理をゆっくり楽しめました。ゴーヤチャンプルーは苦手なゴーヤも美味しくいただけて感動！久しぶりに友人たちと再会し、のんびりおしゃべりできたことが何より嬉しかったです。

最近では毎日のようにニュースで「猛暑日」と報道されていますね。とはいえ、暑さに慣れている重慶と比べると、都城の夏はまだ快適だと思います。皆さんも体調に気をつけて、こまめに水分補給しましょう。

〔謝(しゃ)〕

今年も都城国際交流会の盆地祭りの踊り連に参加することになり、今回で3回目となりました。

ダンスが始まる前、周りの道がピリピリと温かく響き、今年こそ上手く踊れたらいいなと思っていました。

太陽さまへ胸を張りながら、ダンスがあまり得意でない私は自分なりに頑張ったので、多少脚さばきが崩れても大丈夫かな、と自分に言い聞かせています(笑)

〔セス〕

皆さん、サエンバエノ！

7月末にウランバートル市青少年訪問団が都城にきました。1週間の滞在でしたが、多くの市民の皆さまに温かく迎えていただき、本当に嬉しいです。今回の青少年訪問団も海でたくさん遊ぶことができました。日本人はモンゴルの大草原を見て感動するのと同じように、モンゴル人は海が大好きです。ただし、海の深さと広さの感覚がないため、要注意！(笑)。

〔ヒシゲ〕

盆地まつり踊り連に参加いただいた皆さん、ありがとうございました。

先日、ムジカホールでの古楽器演奏会に行ってきました。文字通り、古い楽器での演奏です。生演奏は初めてで聴きました。知らない曲ばかりでしたが、とても耳に優しいものばかりでした。来年も公演されるとのこと、楽しみです。

〔藤元〕

ベトナムの方が笠をかぶっているのを、以前にも増してよく見かけます。自国での暑さ対策を実践しているのかな？どれくらい涼しいのかな？私もおかぶって、日よけしてみたいなと思っています。

〔迫田〕

7月末に、故郷に帰って来ました。7月の第4週の気温は、昼間は25-28度ぐらいでしたが、朝と夜はこちらの秋らしい涼しさで、長袖を着るとぴったりぐらいでした。今の季節だと、だいたい朝5時半から太陽が昇り、夕方8時半ごろ太陽が沈みます。太陽が沈んでも夏休み中であって、夜遅くなっても、ライトアップされている広場で外遊びする子供たちは懐かしい風景でした。

〔ソヨ〕