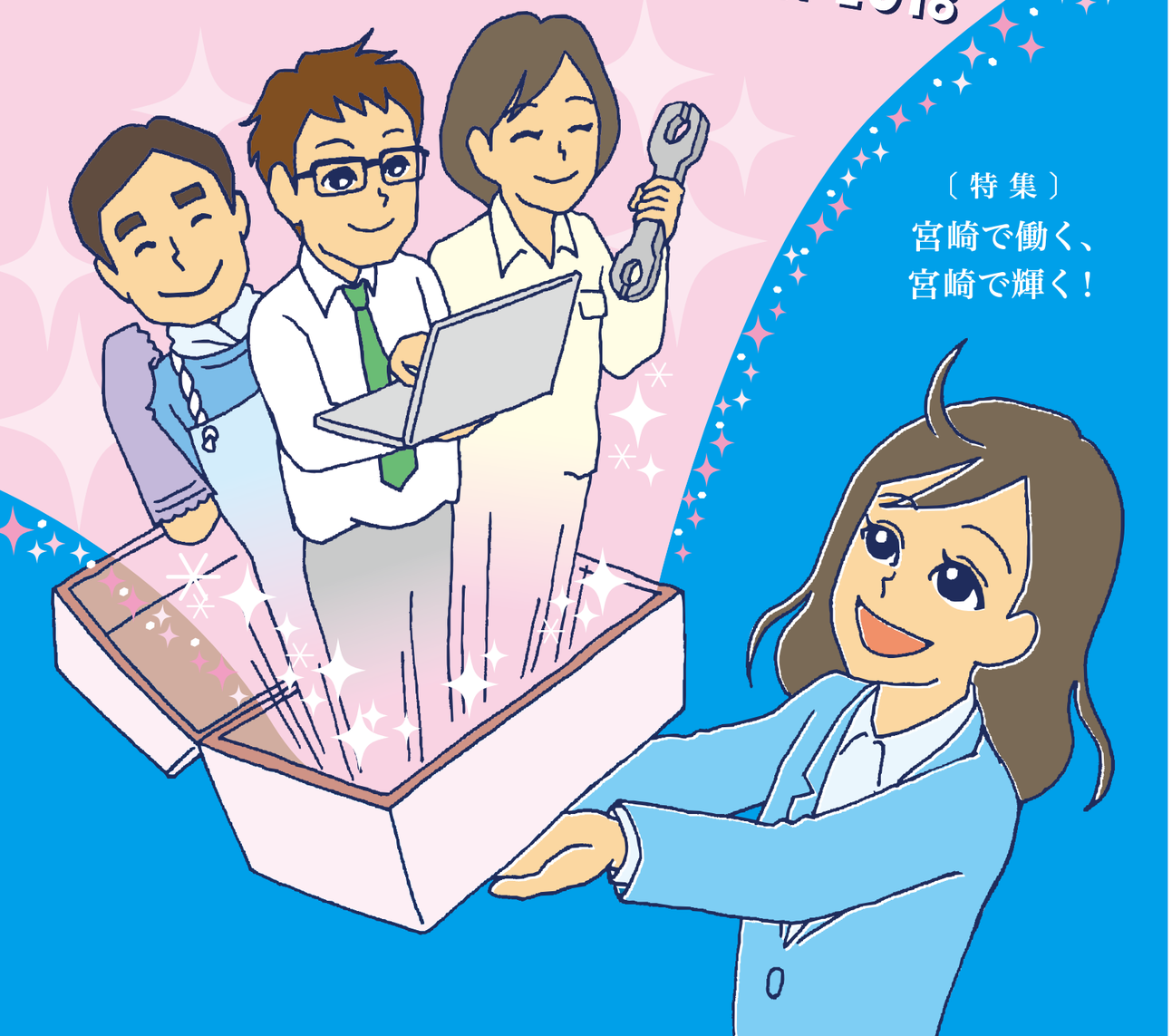
全世代がつながる情報紙 | 市広報みやざき | No.898

2018

みやざき 8

キラキラ workミヤザキ in 2018



〔特集〕
宮崎で働く、
宮崎で輝く！

［市広報みやざき］みやざき 8月号

平成30年8月1日発行（毎月1回発行）
編集・発行／宮崎市秘書課広報広聴室
〒880-8505 宮崎市橘通西1丁目1番1号
TEL0985-21-1705 FAX0985-21-1909

今月の読者プレゼント Present

クロスワードを解いてプレゼントに応募しよう！
ご協力いただいた企業の皆さま、ありがとうございました。



15名様



A 八九（HACHIKU）広島通り 平日ランチ券 1,000円分

うまい！と大評判の平日ランチ。丼から定食まで、週替わりで5種類を提供しています。飲み放題付きコース料理での個室宴会も好評です。

5名様



B 石崎の杜 歓鯨館 施設利用とバイキング ペア券

開放感あふれる温泉または本格室内温水プールと、地元野菜をふんだんに使った農家バイキング料理をお楽しみください。

5名様

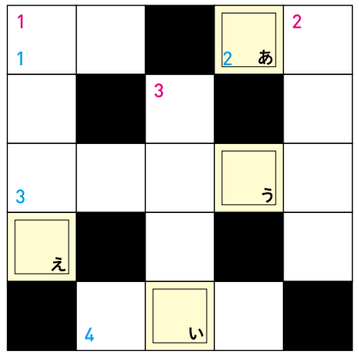


C 株式会社 響 宮崎牛サーロイン生ハム2枚セット

品質の良さで高い評価を受けている「宮崎牛」。そのサーロインを冷温燻製でじっくり熟成し、宮崎牛のうまみを凝縮させた生ハムです。

クロスワード

2重枠あ～えの文字を順に並べた言葉が答えです。 あ［ ］ い［ ］ う［ ］ え［ ］



タテのカギ

1 「ケアマネジャー受験前○○○○講座」の開催日は、9月14日（金）・18日（火）。

2 製造業の社風やワークライフ○○○○にも注目です。

3 大淀川学習館で「森の生き物と仲良くなろう！カブトムシ・○○○○ムシ展」開催。

ヨコのカギ

1 ことわざ「能ある○○は爪を隠す」。

2 みやざき企業魅力アップ事業。宮崎の企業の情報を提供し、その魅力を伝えることで職業選択の○○を広げ、地元企業への就職を促進しています。

3 「○○○○○まつりえきんまえ」は、JR佐土原駅前広場で開催。

4 「第12回市民プラザコンサート」は、アカペラやゴスペルなど「声」をテーマにした○○○です。

◎7月号の答えは「ケンシン」でした。

プレゼントの応募方法

62円の郵便はがきまたは62円分の切手を貼ったはがきにクロスワードの答え、希望するプレゼント（A～Cのうち1つ）、住所、氏名、年齢、電話番号、**ご意見・ご感想**とペンネーム（頂いたご意見などの一部を23ページ「読者の声」に掲載。掲載を希望しない人は「掲載不可」と記入）を書いてご応募ください。

■ 応募先 | 〒880-8505 宮崎市秘書課（住所不要）
■ 応募締切 | 8月31日（金）当日消印有効
■ 当選発表 | 当選者には、翌月中旬ごろに連絡します。

市ホームページからもプレゼントの応募ができます。
右のQRコードを読み込むと応募画面が表示されます。必要事項を入力し送信してください。
（毎月お1人様1回のみ有効）

※QRコードは（株）デンソーウェーブの登録商標です。

■ 市ホームページの応募締切は8月25日（土）となります。
■ 当選されたプレゼントの転売、譲渡は固くお断りします。
■ プレゼントのご応募の際に頂いた個人情報については、データ集計およびプレゼント発送のみに使用し、責任をもって管理します。ご本人の同意を得ずに第三者に開示することはありません。

市コールセンター

◎市役所のさまざまな制度や手続き、施設案内など、気軽にお問い合わせください。このほか、市政に対する要望などもお受けしています。

☎ 25-2111 月～金曜日（祝・休日を除く）8時～18時
FAX:38-4894／メール:mzkwebm@city.miyazaki.miyazaki.jp
※FAX・メールは、24時間受け付けています。

市政に関する情報を配信中！

人口と世帯数 7月1日現在（前月比）

人口：398,971人（+20）／世帯数：179,832世帯（+72）
男性：187,286人（+36）／女性：211,685人（-16）

365日誕生花のご紹介

■ ハイビスカス（8月25日）
■ 花言葉：新しい恋



南国のイメージにぴったりのハイビスカス。実は30度を超す暑さには弱く、真夏には花数が極端に減ってしまいますが、春先から秋まで長く花を楽しむことができます。宮崎では場所を選べば屋外でも育てることができ、鉢植えにして屋内で育てると冬でも花をつけることもあります。

今月の誕生花一覧はこちら

#miyazaki_colors

夏の海の楽しみ方

ちょっと海辺の景色が見たい。波の音を聞きたい…。サンビーチ一ツ葉は、そんな気分転換にもお勧め。海水浴でにぎわう浜辺も、ゆっくり散歩できる芝生の広場も、深呼吸したくなる心地よさがあります。

公式インスタグラムはココから



撮影場所：サンビーチ一ツ葉（宮崎市阿波岐原町前浜）

市広報みやざき No.898 August 2018

CONTENTS

04 みやざき［トピックス／おでかけ情報］
06 キラリ！
市長コラム「ねこのひげ日記」
07 簡単 みやざきっちん
08 特集
～宮崎で働く、宮崎で輝く！～
キラキラ work ミヤザキ in 2018
14 クローズアップ
16 レジャー＆カルチャー遊・学・感
18 健康・福祉
19 子育て
20 情報ひろば
23 読者の声
自治会だヨ！全員集合



ステージで指揮も体験 親子で楽しむクラシック

宮崎シティフィルハーモニー管弦楽団の「ファミリーコンサート」が6月2日、宮崎市民文化ホールで開催されました。指揮者体験や、子どもたちが演奏者の間に座って生の演奏を聞くなど、趣向を凝らした演奏会で、多くの親子連れがクラシックコンサートを楽しみました。





中学生がスポーツの祭典で躍動

6月9日から生目の杜運動公園をはじめとする市内各会場で、宮崎地区中学校総合体育大会が開催されました。今年で69回目を迎える歴史ある大会は、県、九州、全国へとつながる予選会を兼ねており、時折雨も降る中、13競技で熱い戦いが繰り広げられました。





口蹄疫から8年が経過 防疫への思いを新たに

6月21日、平成22年に発生した口蹄疫で犠牲になった家畜を慰霊する献花式が行われました。佐土原町の長園原共同埋却地にある慰霊碑の前で、市長はじめ関係者が献花を行い、口蹄疫が二度と起こらないよう防疫に努めることを誓いました。





キャンプ地宮崎とホークスのきずなを深める

6月29日～7月1日の3日間、福岡ソフトバンクホークスの本拠地ヤフオク!ドームで、「みやざきスペシャルDAYS」を開催。本市出身芸能人による宮崎のPRや特産品販売などを行いました。市長による工藤監督への特産品の贈呈も行い、ホークスと宮崎のきずなを深めました。





9/2 第12回 市民プラザコンサート ～POWER of VOICE～

アカペラやゴスペルなど「声」をテーマにした舞台です。

■**日時** 9月2日(日)17:30～20:00(開場17:00)
■**場所** 宮崎市民プラザ
■**料金** 前売り券 予約席1,200円、一般席1,000円(当日1,200円)
窓口、市内プレイガイドで販売中。予約席は市民プラザのみ販売。取り置き不可。未就学児入場不可。
託児サービスあり、8月28日(火)までに要予約
[**問**] 宮崎市民プラザ　☎86-7777　FAX29-2244(月曜休館)



8/25～ みやざき青島国際ビールまつり

夏の夜に世界のビールと多彩なステージを楽しみましょう。フィナーレは、花火が青島の夜空を彩ります。

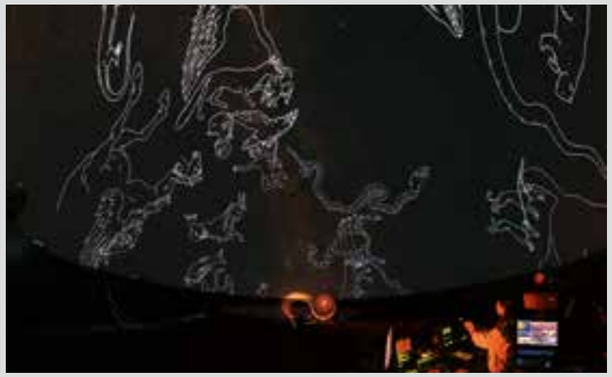
■**期間** 8月25日(土)、26日(日)各日16:00～21:30
■**場所** こどものくに
■**料金** 入場料 大人300円、子ども200円 ※飲食料別途
[**問**] 観光戦略課　☎21-1791　FAX20-2132



8/25 第26回 田野町太鼓フェスティバル

伝統芸能「雨太鼓」など迫力ある太鼓イベントです。花火とレーザーショーのコラボレーションもお楽しみください。

■**日時** 8月25日(土)16:00～21:00
■**場所** 田野運動公園
■**料金** 無料
[**問**] 田野総合支所地域市民福祉課　☎86-1111　FAX86-1987



8/18 星空さんぽinプラネタリウム ～星空動物園の旅～

動物の星座を探しながら、夏の星空を散歩しましょう。

■**日時** 8月18日(土)19:00～20:00
■**場所** 宮崎科学技術館
■**料金** 前売り券400円(当日500円)チケットは窓口で販売中
[**問**] 宮崎科学技術館　☎23-2700　FAX23-0791



キラリ！

カヌー・カナディアンペア



呼吸が合ったときの水をすべる感覚が最高

高校に入学してからカヌーを始めたという津田博翔さんと増野歩哉さん。昨年8月、海外派遣選手選考会に挑戦しましたが準決勝敗退。その悔しさから、冬場に長距離を何度もこいで心肺機能を強化し、下半身や広背筋の筋力アップを図りました。「次こそは雪辱を果たすと決め、意見がぶつかっても2人で解決してきました」と津田さん。

今年3月に行われた全国大会で海外派遣選手最終記録会の出場権を獲得するも、最終選考会では2位。世界選手権まで一歩及ばずでした。「九州総体で優勝し、9月の国体でも優勝を目指したい」と増野さん。呼吸が完全に合ったとき、水をすべる感覚になるという。そこを目指し、練習を重ねています。

プロフィール　宮崎工業高校3年生。1年生3学期からペアを組み、県新人戦で1位。九州新人戦では2位を記録。2年生から海外派遣選手選考会に挑戦中。

津田（つだ） 博翔（ひろと）さん
増野（ますの） 歩哉（ふみや）さん

（左から）増野歩哉さん、津田博翔さん

市長コラム　ねこのひげ日記

世界から見た日本の不思議



宮崎市の子どもたちは常夏の国シンガポールとの国際交流を30年も続け、お互いの学校訪問やホームステイなどで親交を深めています。

シンガポールは赤道に近く、年間を通して日中は30℃を超えますが、スコールが大地を冷やすため、比較的過ごしやすいそうです。ガーデンシティと呼ばれる緑あふれる街並みは、癒やしと潤いが感じられますし、一方では世界の金融と物流の要衝でもあります。

私にはホームステイを受け入れたことがきっかけで、長年お付き合いしている友人がいますが、その友人は、なぜ日本全土が真夏に甲子園で行われる高校野球に熱狂するのか、真冬の高校駅伝で沿道を埋め尽くして応援するのか、不思議だと言います。

私が、日本人は生まれ育った郷土のきずなを大切に想うので、盆や正月は帰郷するのが当たり前であるし、出身県のチームを郷土の誇りと感じて大きな声援を送るのだと伝えると、納得してくれました。

海外から見ると不思議な光景かもしれませんが、今年も郷土の代表を地域一丸となって応援し、その結束力をエネルギーに変えて、暑い夏を乗り切っていきたいと思います。

コラムタイトルは戸敷市長の「宮崎市版・365日誕生花」であるネコノヒゲ（8月31日）にちなんだものです。

簡単 miyaza KITCHEN

簡単 みやざきっちん vol.04

今月のテーマ[そうめん]
子どもから大人まで楽しめる
夏にうれしいレシピです。



カレーあんかけ揚げそうめん

さっくり、しっとり、おいしい一品です。

[材料]2人分
そうめん（ゆでておく）— 2束（約100g）
豚こま切れ肉（粗みじん切り）— 150g
カラーピーマン（色紙切り）— 1個
タマネギ（みじん切り）— 1/2個
ニンニク（みじん切り）— 1片
塩・こしょう — 少々
油 — 適量
A
- カレー粉 — 大さじ1
- しょうゆ — 大さじ1/2
- 塩 — 小さじ1/2
- 水 — 300mℓ

水溶き片栗粉 — 適量



1. 水切りしたそうめんを平らにしながら、160度の油で揚げる。
2. フライパンに油を引き、ニンニク、タマネギを弱火で炒め、香りが立ったら豚肉を加え、さらに中火で5分ほど炒める。
3. 2にカラーピーマンを加え塩・こしょうを振る。Aを加えて軽く混ぜた後、水溶き片栗粉を回し入れてとろみをつける。
4. 1を皿に盛り、3をかけて出来上がり。

そうめん冷や汁

旬のキュウリたっぷり、
食感と食べやすさが魅力です。

[材料]2人分
そうめん（ゆでておく）— 2束（約100g）
絹ごし豆腐（水切りしておく）— 1/2丁
キュウリ（輪切り）— 1/2本
熱湯 — 200mℓ
A
- みそ — 50g
- 粉末いりこだし — 大さじ1
- すりごま — 大さじ1

細ネギ（小口切り）— 適宜
大葉（細切り）— 適宜
ミョウガ（細切り）— 適宜

1. Aを混ぜ合わせアルミホイルにのせて、トースターで少し焦げ目が付くまで5分ほど焼く。
2. 1をボウルに入れ熱湯をゆっくりと注ぎながら溶いて、冷蔵庫で冷やす。
3. 2が冷えたらキュウリと、キッチンペーパーなどに包んでつぶした絹ごし豆腐を加える。
4. 器にそうめんを盛り、3をかけて出来上がり。細ネギや大葉、ミョウガはお好みで。

〔特集〕

～ 宮崎で働く、宮崎で輝く！ ～

キラキラ work ミヤザキ in 2018



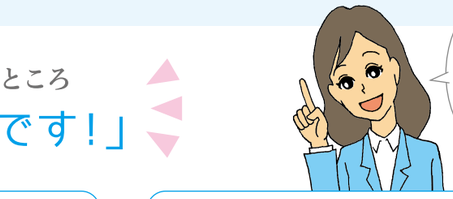




今年の春高校を卒業して県内で就職した人の割合は
58.1%（平成30年春の就職内定者中）。
4割以上が、さまざまな理由で県外で働く道を選んでいます。
そこで今回は、地元で働く魅力についてたっぷり紹介します。



◀就職コンサルタント
かなえさん



働く場「宮崎市」のいいところ

「だから宮崎なんです！」

拡大が期待できる分野で ゼロから共に歴史をつくる一歩を

宮崎日機装株式会社
代表取締役社長　**西脇 章**さん

弊社は日機装グループの最重要生産拠点としての役割を担う新しい会社です。世界的な航空機需要の高まりを背景に、8月完成の新工場で主力の逆噴射装置部品「カスケード」の生産を開始。生産技術の高度化を図りつつ、新しい未知の航空機部品の開発に挑みます。進出の決め手は人材で、平均年齢30歳、3割のUIJターンを含む本格的なものづくりを志す優秀な人材が結集しました。空港に近いなど立地面でも多くの魅力があります。ここから新しい歴史をつくっていきます。



［企業 DATA］
宮崎日機装株式会社
所在地（2018年8月下旬～）：宮崎市高岡町高浜1495番地63（宮崎ハイテク工業団地内）
社員数：170人
主な業務：炭素繊維強化プラスチック（CFRP）製民間航空機用部品、産業用特殊ポンプ・システム、その他日機装製品の製造

東京と同じ環境で活躍できる！

GMO NIKKO 株式会社
GMO NIKKO アドキャンプ株式会社
代表取締役社長　**橋口 誠**さん

弊社はGMOインターネットグループ企業として東京渋谷に本社を構える総合インターネット広告会社です。2013年に宮崎市に立地したのは、スピード感を持って組織拡大をしたいという思いからです。東京に比べると生活面や通勤などで生じるストレスが軽く、仕事などに集中できる環境だと思います。また、今は生まれ育った環境で十分に活躍できる時代です。この宮崎で若手を中心としたインターネット事業をもっと盛り上げていきたいと考えています。



［企業 DATA］
GMO NIKKO 株式会社 宮崎オフィス
所在地：宮崎市広島1-18-7 大同生命宮崎ビル
社員数：280人（宮崎48人）
主な業務：インターネット広告の制作入稿、運用、レポーティング業務





澤井友恵さん

IT技術を生かして フリーランスで働く

仕事も、趣味も魅力いっぱいです

2年前に夫と共に東京からIターンした澤井友恵さんは、フリーランスのIT技術者。主に東京の企業から受注するウェブサービス開発のためのプログラミングなどを手がけています。「ネット環境さえあればどこにいても技術的に問題はないし、IT系の仕事を盛り上げようとする動きが活発な宮崎は刺激をもらえます」と澤井さん。休日に趣味のボルダリングが楽しめるのも宮崎の魅力だそうです。



宮崎市の中心市街地で
近年注目されているのが、
IT（情報通信）関連の仕事です。
今回は、高校生が
仕事の現場を訪問しました。





世界のどこでも教育を
株式会社教育情報サービス

株式会社教育情報サービス（KJS）は、外国からの技術者も働くグローバルな会社です。

同社はITを活用して、学校や教師が少ない地域や途上国などの教育を支援するソフトやシステムを開発しています。新しい教育のスタイルとして、すでにケニアやバングラデシュなどで使われており、海外での事業拡大が期待されています。





バングラデシュ出身のエンジニアへ英語で質問中

Question!
高校生から海外からのエンジニアへ質問！

Q 海外にいるときに、どうやって宮崎の会社のことを知ったんですか？（武田あさひさん）



A 母国バングラデシュで働いていた会社がKJSと取り引きがあったので、知ることができました。また、私の出身大学とも連携をとっていたため、より身近に感じました。



Q この仕事の面白いところを教えてください。（桑畑純さん）

A 私は教育に特化したソフトを開発していて、そのアプリは誰かが学ぶことを助けることができるんです。それが私の誇りです。

Q 宮崎のいいところは、どんなところですか？（今田義智さん）



A 宮崎に住み始めて 1 年ちょっとですが、宮崎の人はすごく優しいです。日本語があまり話せない私にも、すぐに手助けしてくれます。友人にも、宮崎は景色が美しくて人が温かい、住みやすい場所だと伝えています。



［企業DATA］**株式会社教育情報サービス（KJS）**
所在地：宮崎市橘通西 3-10-36 ニシムラビル 6F

国際的なマインドを持って

代表取締役社長　**荻野次信**さん



海外の方と接する機会は、地方でも増えていきます。海外の方と共生することができるよう、海外の言葉や文化に積極的に興味を持つことはもちろん、自国の文化を紹介できるようになることも必要です。優れた海外の技術者と、新しい教育分野で働きましょう。



若草通りから働き方を提案
株式会社ブランディングエンジニア

東京に本社がある株式会社ブランディングエンジニアは、ITエンジニアに特化した採用支援や独立支援などを行う会社です。宮崎オフィスは、好きなテーブルにノートパソコンを置いて仕事をするスタイルで、カフェのような雰囲気。ここでITエンジニア向けウェブマガジン「Mayonez（マヨネーズ）」の編集など、制作を行っています。



［企業DATA］**株式会社 Branding Engineer 宮崎オフィス**
所在地：宮崎市橘通東 3-6-34 クロノビル 1F

新しい働き方　ここでも実現

宮崎オフィス責任者　**寺園友一**さん



2013年に東京で創業した会社で、業務の拡大・充実を図るため、初めての地方拠点を宮崎に開設しました。宮崎オフィスは本社社員からも働きやすいとの声が上がっています。ここから会社を発展させるよう、熱意ある人材と新しい働き方を生み出していきます。

Question!
高校生から企業へ質問！

Q 若草通りにオフィスを作った理由は何ですか？（毛利江里沙さん）



A 企業認知度を上げるためにも人目を引く場所を探していて、駅も近く、働く場としてとても便利であったため決めました。中心市街地で働く人が増えることで、街もまたにぎわって、活性化するといいなと思っています。



Q ウェブマガジンはインターネットで無料で読めますが、会社の主な収入源は何ですか？（古川惇晟（じゅんせい）さん）

A ウェブマガジンの広告料です。ITエンジニアがより良い環境で働くための情報は、スポンサーからも注目されていて、広告を出す企業も増えています。

Q 外国人の社員はいますか？（福元和花（のどか）さん）



A 宮崎にはまだいませんが、東京本社にいて、お互いを高め合う素晴らしい存在です。いろんな人が個性を生かして働いています。



Part 2 ／ 製造業の仕事

次は、さまざまな分野がある製造業です。
ものづくりの現場で、
個性を生かして働く人たちを
紹介します。





国産ウナギのエキスパート
株式会社大森淡水

ウナギの養殖、卸、加工、レストラン「うなぎ処 鰻楽（まんらく）」の4事業を展開する株式会社大森淡水。約160人がそれぞれの分野のエキスパートとして、安全で安心な、100％国産ウナギの安定供給に取り組んでいます。

めりはりある働き方も魅力

「やっぱり地元が良かったし、趣味のバスケットボールが続けられるのがうれしい」と言う営業の池田耕士さんは、県外からのUターン。同社唯一の公式部活動「鰻楽（まんらく）バスケットボール部」の部長を務めています。「終業後、自宅で家族と過ごして、20時からの練習に行きます。対外試合にも行けるし、勤務体制が整っているからこそです」と、仕事と趣味が両立した生活を送っています。





青少年健全育成を目指し、バスケットボールイベントを主催するなど地域活動でも知られる鰻楽バスケットボール部

［企業DATA］
株式会社大森淡水
所在地：宮崎市塩路2300



営業職のバスケ部メンバー



ウナギの選別作業

世界展開する部品メーカー
株式会社ホンダロック

株式会社ホンダロックは、主にホンダ車のカギ、ドアミラーなど自動車関連部品の開発・製造を手掛けるグローバルな自動車関連部品製造メーカー。宮崎市の本社のほか、国内5拠点、海外7カ国に13拠点があります。

文系の能力を生かせる現場

海外で生産する新しい部品のスケジュール管理をする藏屋瞳さんは、本社から海外の現場をサポートする重要な仕事をしています。「製造業は理系の仕事と思われがちですが、大学で外国語を専攻した文系の力も十分生かせます。技術の専門知識も学びながら、海外の人たちと製品を作り上げるためにひとつになれるのがうれしい」と言います。海外出張の経験もあり、更なるスキルアップを目指す毎日です。



宮崎市出身の藏屋さん。海外に関心が高く、就職するなら地元か海外と考えていました。学生の頃に留学したアメリカで出合ったスタンドアップパドルボードを地元でもできることを知り、休日に同期入社の仲間を誘って楽しんでいます。

［企業DATA］
株式会社ホンダロック
所在地：宮崎市佐土原町下那珂3700



藏屋さんが携わる部品



本社外観

みやざき企業魅力アップ事業

市では就職活動前の高校生や大学生、その保護者に対して、いろいろな方法で宮崎の企業（市内製造業事業所）の情報を提供し、その魅力を伝えることで職業選択の幅を広げ、地元企業への就職を促進しています。



その1 宮崎の企業が勢ぞろい
みやざき企業パンフレットグランプリ

参加企業のパンフレットを見て、最も魅力を感じる企業に投票してもらい、グランプリを決めます。高校や大学で順次実施中。8/1(水)～8/31(金)に開催する市立図書館2階会場は、学生だけでなくどなたでも参加できますので、ぜひ投票してください。



その2 女性限定
市内事業所バスツアー

パンフレットグランプリに参加している企業を直接訪問できる女性限定のバスツアーを開催します。普段は見ることのできない工場の中なども見学できる貴重な機会です。

バスツアー予定
1回目：8月28日（火）
2回目：平成31年2月下旬

問 工業政策課 ☎21-1793





宮崎のことは20doアプリで！

「就職」や「進学」など身近な将来に向き合う全ての若者に送るウェブマガジンを配信しているアプリ。就職活動に役立つ情報も配信中。

情報を集めよう！
CHOICE!

注目の企業や宮崎の魅力など、学生だけでなく、保護者にも役立つ情報を発信しています。

◆みやざきインターンシップNAVI

MIYAZAKI インターンシップNAVI

インターンシップへの参加を希望する学生と、インターンシップを受け入れる企業とのマッチングを行うサイトです。

◆ひなた創生のための奨学金返還支援事業

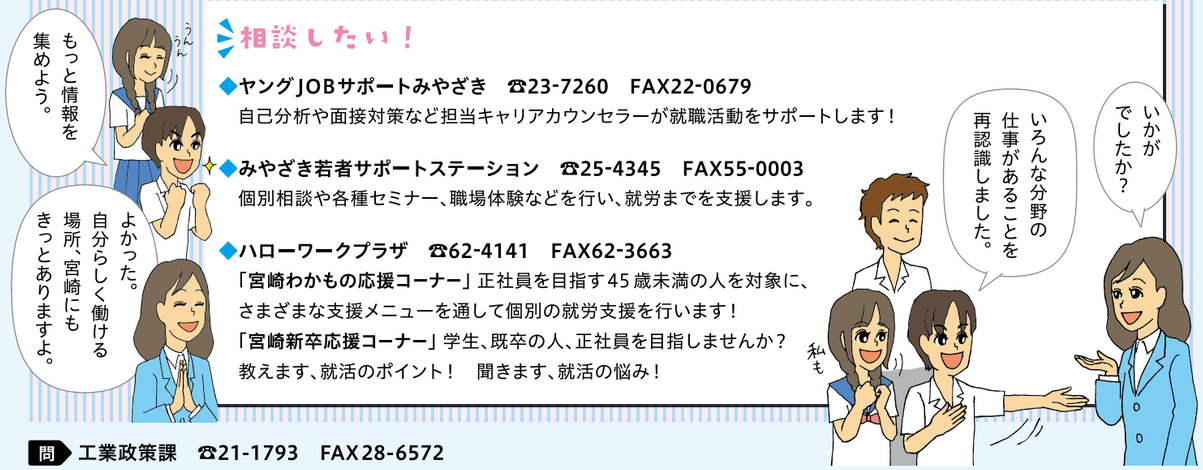
県内に就職した学生等の奨学金の返還を宮崎県と就職先の企業が最大150万円支援する事業です。

相談したい！

◆ヤングJOBサポートみやざき ☎23-7260 FAX22-0679
自己分析や面接対策など担当キャリアカウンセラーが就職活動をサポートします！

◆みやざき若者サポートステーション ☎25-4345 FAX55-0003
個別相談や各種セミナー、職場体験などを行い、就労までを支援します。

◆ハローワークプラザ ☎62-4141 FAX62-3663
「宮崎わかもの応援コーナー」正社員を目指す45歳未満の人を対象に、さまざまな支援メニューを通して個別の就労支援を行います！
「宮崎新卒応援コーナー」学生、既卒の人、正社員を目指しませんか？教えます、就活のポイント！ 聞きます、就活の悩み！



問 工業政策課 ☎21-1793 FAX28-6572

Close up 1

マイナンバーカードで証明書のコンビニ交付が便利！

マイナンバーカードと住民基本台帳カード（住基カード）を利用して、住民票の写しや印鑑登録証明書などが全国のコンビニエンスストアなどで取得できます。土・日曜日、祝日も取得でき、早くて便利です。

問 市民課 ☎21-1752 FAX26-9432

▼いつでも、近くで、簡単に、交付

コンビニエンスストアでの交付サービスは、店舗内のマルチコピー機を自分で操作するので手軽です。請求書を書く手間が省け、交付されるまでの待ち時間も短縮できます。

▼申請のお手伝いと交付を行います！

仕事などで窓口を利用できない人を対象に、マイナンバーカードの申請のお手伝いと交付を行います！

取得できる証明書と利用できる時間

種　類	●住民票の写し　●印鑑登録証明書　●所得証明書 ●所得課税証明書　●課税（非課税）証明書 ●戸籍全部（個人）事項証明書　●戸籍の附票の写し ※戸籍全部（個人）事項証明書は、事前に窓口で2つ目の暗証番号を登録する必要があります。
交付手数料	1通300円、戸籍全部（個人）事項証明書は1通450円
利用できる時間	6:30～23:00 戸籍の証明書は、月～金曜日9:00～17:00（祝・休日を除く） ※12月29日～1月3日、保守点検日は利用できません。

〈利用できる店舗〉
セブン-イレブン、ファミリーマート、サークルKサンクス、ローソン、ミニストップ、エーコープ鹿児島のうちマルチコピー機が設置されている店舗。

〈必要なもの〉
マイナンバーカードまたは住基カード、数字4桁の暗証番号、交付手数料
※有効期限を過ぎた住基カードは利用できませんので、ご注意ください。



おもて



うら

対象窓口	市民課、総合支所地域市民福祉課、地域センター ※市民課利用の人は、市役所第2庁舎前駐車場をご利用ください。	
日　時	8月26日（日） 9:00～13:00 ※田野総合支所および青島・生目・北地域センターは12:00まで	9月の毎週木曜日 （6日・13日・20日・27日） 19:00まで ※普及促進月間として9月のみ
窓口で対応する業務	❶マイナンバーカード交付申請書の作成補助や写真撮影 新規の交付申請のみ受け付けます。 カード作成には1カ月半程度の時間を要します。 〈窓口に持参するもの〉 ◎運転免許証などの身分証明書 ◎通知カードに付属する交付申請書（ある場合のみ） ❷マイナンバーカードの交付 既に交付申請がお済みで、個人番号カード交付通知書（はがきか封書）が届いている人が対象。交付の窓口や持参する必要書類は、通知書でご確認ください。 ※その他の受け付けは行いません。	

Close up 2

眠れない…その症状「うつ病」かも。かかりつけ医に相談してみませんか？

うつ病とは、精神や身体的なストレスなどが重なって、日常生活に支障を来す状態ですが、薬の治療効果が期待される病気です。早めに発見し、治療につなげましょう。

問 健康支援課 ☎29-5286 FAX29-5208

▼もしかしてうつ病？

うつ病は、いつでも誰でもかかる可能性があります。「ちょっと疲れているだけ」「まさか自分がうつ病なんて」などと軽く考えず、自分の心や体の状態をチェックしてみましょう。

こんな症状が2週間以上続くようなら、うつ病のサインかもしれません。



自殺の原因にもなるうつ病

平成28年の宮崎市の自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺者数）は15.1人と高く、その背景にはうつ病が潜んでいることが多いといわれています。

▼早期発見・早期治療が大切！

うつ病も他の病気と同じように、早期発見・早期治療が大切です。休養、服薬、心理療法が治療の柱となります。多くの場合は治療によって回復し、安定した生活が送れるようになります。

▼かかりつけ医に相談を

不眠など、長く続く症状があれば、まずはかかりつけ医で診てもらいましょう。

かかりつけ医がうつ病と診断した場合、宮崎市では、精神科、心療内科などの専門医と連携して治療につなげる体制ができています。適切な薬の服用や、心身の休養など、早めの治療につなげましょう。

精神科医による「こころの健康相談」

心の健康に関する悩みや問題を抱える本人・家族の相談に応じます。精神科に通院中の人は、主治医にご相談ください。

■**日時** 8月23日（木）13:30～、14:30～、15:30～（各50分程度）
■**場所** 市保健所
■**定員** 3組
■**料金** 無料
■**申込** 前日までに電話で健康支援課へ
※毎月第4木曜日に実施。次回は9月27日（木）。



宮崎市きよたけ児童文化センター
9/8(土)13:30~15:30

▶ 館長さんと描こうね時間

デッサンを中心とした楽しい絵画講座です。
［対象・定員］子どもと親子20人　［料金］100円(1人)
問 同会場　☎85-6811　FAX85-4244　休 月曜
〒889-1613 清武町西新町1-6　jidoubunka@rice.ocn.ne.jp
申 9月7日(金)までに☎またはメールで

宮崎市フェニックス自然動物園
9/15(土)・16(日) ①11:45~12:45 ②14:30~14:40

▶ 国際レッサーパンダデー2018

①レッサーパンダのお面作り
②レッサーパンダのお話し
［対象・定員］なし　［料金］無料(入園料別)
問 同会場　☎39-1306　FAX39-1300　休 水曜(8月休園なし)
〒880-0122 大字塩路3083-42

宮崎公立大学
9/18(火)10:00~12:00

▶ 宮崎公立大学セミナー「子育て世代の身体づくり」

子育て世代のお父さん、お母さん、体づくりを共に考えましょう。
［対象・定員］一般20組　［料金］無料　※託児あり、要問い合わせ
問 同会場　☎20-2000　FAX20-4820
〒880-8520 船塚1-1-2　koza@miyazaki-mu.ac.jp
申 8月31日(金)までにFAX・郵送またはメールで

生目の杜運動公園
9/22(土)10:00~15:00

▶ 宮崎市障がい者スポーツ大会

体力増進や心身のリフレッシュのためにぜひ、ご参加ください。
［対象］障がいのある人　［料金］500円
［持参］運動着、屋内用運動靴
問 障がい福祉課　☎21-1772　FAX21-1776
申 8月20日(月)までに専用申込用紙で障がい福祉課へ

景観課
11月発表予定

▶ みやざき景観100選フォトコンテスト作品募集

市内の魅力的な場所、風景など景観フォトを募集します。
問 景観課　☎21-1817　FAX21-1816
〒880-8505 住所不要 市役所第二庁舎7F 景観企画係
30keikan@city.miyazaki.miyazaki.jp
申 9月28日(金)までに応募票に必要事項を記入し、郵送またはメールで

フローランテ宮崎(主催 環境保全課)
8/3(金)~19(日)①16:00~、18:00~ ②17:00~、19:00~

▶ アニメ無料上映会「ガラスの地球を救え！」

みやざきグルメとランタンナイト会場で、地球温暖化についてのアニメを上映。
①『地球との約束』声の出演：本田望結ほか
②『私たちの未来』声の出演：足立梨花ほか
［対象・定員］各回20人　［料金］無料(入園料別)
問 環境保全課　☎21-1761　FAX22-0405

宮崎科学技術館
8/11(土・祝)~29(水)9:00~16:30

▶ スターフェスティバル2018

星空やロケットについて展示します。フェスティバル期間中に特別イベントも開催します。
［対象・定員］なし　［料金］無料
問 同会場　☎23-2700　FAX23-0791　休 月曜
〒880-0879 宮崎駅東1-2-2

宮崎市安井息軒記念館
8/18(土)10:00~11:45　講師：岡本武憲(日南市生涯学習課専門主事)

▶ 安井息軒記念館講座「振徳堂と小村寿太郎」

［対象・定員］一般50人　［料金］無料
［持参］筆記用具
問 同会場　☎84-0234　FAX84-2634　休 月曜
〒889-1605 清武町加納甲3378-1
申 当日までに☎・FAXまたは窓口で

フローランテ宮崎
8月土・日 ①10:00~11:30 ②13:30~15:30

▶ ガーデニング講習「植物の夏場の管理方法について」

①・②の時間帯で30分程度、日照調整方法などについて講習を行います。
［対象・定員］なし　［料金］無料(入園料別)
問 同会場　☎23-1510　FAX23-1530　休 火曜
〒880-0836 山崎町浜山414-16
申 当日会場。8/4(土)~19(日)は休講

佐土原総合文化センター(主催 佐土原図書館)
9/1(土)13:00~14:00

▶ 租税教室

税理士が身の回りの税金について分かりやすく説明します。
［対象・定員］一般20人　［料金］無料
問 佐土原図書館　☎30-1037　FAX72-2066　休 火曜
〒880-0211 佐土原町下田島20527-4
申 8月31日(金)までに☎・FAX・窓口またはHPで

高岡地区農村環境改善センター(主催 景観課)
9/14(金)10:00~11:00

▶ 宮崎市版・365日誕生花 フラワーポットづくり講座



9月の誕生花を取り入れた寄せ植えです。
■対象・定員 一般20組(1組1セット、1人での申し込みも可、初めての人優先)
■料金 500円(1セットにつき)
■持参 軍手、はさみ
〒880-2221 高岡町内山2880-1
問 ☎21-1817　FAX21-1816(景観課)
申 8月24日(金)までに☎で

生目の杜遊古館
9/2(日) 10:00~12:00

▶ 旬の素材で草木染め(春・夏)



旬の草花で作った染色液を使い、染め物を楽しみます。
■対象・定員 幼児～一般40人
■料金 150円(1つにつき)
〒880-2101 大字跡江4200-3
☎47-8001　FAX47-8202　休 月曜
申 8月6日(月)～24日(金)までに☎で

大淀川学習館
6/30(土)~9/17(月・祝)

▶ 森の生き物と仲良くなろう！ カブトムシ・クワガタムシ展



大淀川流域や外国に生息するカブトムシやクワガタムシを展示します。
■対象・定員 なし
■料金 無料
〒880-0035 下北方町5348-1
☎20-5685　FAX22-8481
時間 9:00～16:30
休 月曜(8月13日開館)

宮崎市総合体育館(主催 宮崎市体育協会)
10/8(月・祝)①9:00~ ②10:30~ ③14:00~ ④15:30~

▶ 第1回 宮崎市民一斉体力測定



成績優秀者にはTシャツ進呈。その他、スポーツ広場や足形測定などを行います。
■対象・定員 6歳以上(9歳以下保護者同伴)各80人
■料金 無料
〒880-0879 宮崎駅東1-2-7
問 ☎21-1735　FAX21-1736(宮崎市体育協会)
info@miyazaki-sports.or.jp
申 9月19日(水)までにはがき・FAX・メールで

市内各スタジアム
9/3(月)~5(水)・7(金)~9(日)

▶ 第12回BFA U18 アジア野球選手権大会



18歳以下の国際野球大会です。1次ラウンド3日～5日、スーパーラウンド7日～8日、決勝・3位決定戦9日。雨天順延あり。
■場所 アイビースタジアム、KIRISHIMAサンマリンスタジアム宮崎
問 ☎20-5151　FAX20-5171
(スポーツランド推進課)
☎27-7166　FAX65-6551
(大会事務局)

JR佐土原駅前広場
8/25(土)16:00~21:00

▶ さどわらんまつりえきんまえ



JR佐土原駅前に町内のおいしいものが大集合します。ステージイベントや振る舞いなどもお楽しみください。
荒天時は26日(日)に順延
問 ☎73-1411　FAX73-4279
(佐土原総合支所地域市民福祉課)



※この欄は、広告です。掲載されている広告の内容などの問い合わせは、直接広告主へお願いします。



※この欄は、広告です。掲載されている広告の内容などの問い合わせは、直接広告主へお願いします。

地域子育て支援センターの親子講座・発達相談



情報はココから

■対象 未就学児と保護者

支援センター		講　座	日　時	申　込	その他
中央	☎・FAX27-2401	小児科医に聞く子育て講話	8／23(木) 14:00～15:30	【申込】8／2(木)～22(水) 来所のみ　【定員】15人	【託児】未就学児10人まで
島之内保育園	☎39-0694 FAX39-0735	シャボン玉遊び	8／23(木) 11:10～11:40	なし	
跡江保育所	☎48-1523 FAX48-1511	キャンプごっこ	8／27(月) 10:30～11:30	【締切】8／24(金) 【定員】15組	
希望ケ丘こども園	☎56-2881 FAX56-2912	寝姿アート	8／28(火) 9:30～11:30	なし	
高岡	☎82-5294 FAX82-5401	1歳までのベビーマッサージ	8／28(火) 10:30～11:30	【申込】8／1(水)～27(月) 来所のみ　【定員】10組	【準備】バスタオル、水分補給用の飲み物
和保育園	☎47-2200 FAX47-2243	親子遊び	8／29(水) 10:30～11:30	【締切】8／28(火) 【定員】30組	
おひさま保育園	☎26-5252 FAX26-5217	音遊び	8／29(水) 10:30～11:30	【締切】8／28(火) 【定員】15組	
あおぞら保育園	☎65-5800 FAX25-6852	足育講座	8／30(木) 10:00～11:30	なし	
大坪保育園	☎51-1478 FAX51-1486	敬老の日プレゼント作り	9／11(火)・12(水) 10:00～14:00	【締切】8／31(金) 【定員】20組	

[問] 子育て支援課　☎21-1765　FAX27-0752

ケアマネジャー受験前対策講座

試験範囲を短期間で学ぶことができます。

■**対象** ひとり親家庭の父または母、寡婦
■**日時** 9月14日(金)・18日(火) 9:00～15:30
■**場所** ライブビジネススクール(江平西1丁目 第3丸三ビル)
■**定員** 20人　■**料金** 無料(テキスト代 3,024円)
■**申込** 申込書を8月31日(金)までに直接または郵送で市母子寡婦福祉協議会(〒880-8505、住所不要)へ
[問] 市母子寡婦福祉協議会・子育て支援課
☎21-1765　FAX27-0752

ラブリーズ交流会

口唇口蓋裂(こうしんこうがいれつ)の子どもと保護者の交流会を開催します。保護者同士の情報交換の場としてご活用ください。
口腔ケアについての講話も予定しています。

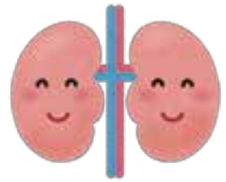
■**日時** 8月22日(水) 13:30～15:30
■**場所** 市保健所
■**申込** 8月20日(月)までに電話またはFAXで親子保健課へ
[問] 親子保健課　☎73-8200　FAX29-5208

初回相談料無料　1時間以内
離婚　相続　交通事故　借金問題　等
要電話予約
広告
宮崎県弁護士会所属
弁護士 真早流 踏 雄　弁護士 久保山 博 充　弁護士 外 山 亮
弁護士 松 田 幸 子　弁護士 松 浦 里 美　弁護士 新 福 宏　弁護士 小久保 光
詳しくはHPで……
えいらく法律事務所　検索
弁護士法人 えいらく法律事務所
■宮崎 宮崎市永楽町182番地6 ☎0985-23-1355
■日南 日南市大字星倉4543番地1 ☎0987-55-1212
■都城 都城市姫城町5街区10号 ☎0986-22-8225
■日向 日向市鶴町1丁目21番地 愛ビルII1階 ☎0982-66-0881
※この欄は、広告です。掲載されている広告の内容などの問い合わせは、直接広告主へお願いします。

腎臓のための栄養相談

慢性腎臓病(CKD)の予防に役立てていただくため、栄養士が腎臓をいたわる食事についての個別相談を毎月1回行っています。8月は夜間も行います。

■**対象** 市内在住の人
■**日時** 8月29日(水) 9:00～20:00
■**場所** 市保健所
■**料金** 無料
■**申込** 前日までに電話で健康支援課へ
[問] 健康支援課
☎29-5286
FAX29-5208



筆談ボードの購入費補助

障がいのある人の支援やコミュニケーションが円滑にできるよう、筆談ボードの購入費用を一部補助します。

■**対象** 市内に店舗などを所有する人
■**期間** 8月1日(水)から申請受け付けを開始。予算額に達した時点で終了します。
■**補助額** 購入費用の2分の1(上限額2,000円)
■**持参** 交付申請書、見積書、営業許可証の写し、カタログなどの写し
■**申込** 交付申請書に記入し、必要書類を添えて障がい福祉課へ提出
[問] 障がい福祉課　☎21-1772　FAX21-1776

脳力・体力パワーアップ運動教室 受講者募集

■**対象** 体力の低下などで日常生活に不安がある65歳以上の人(要介護認定者を除く)
■**日程** 10月～12月の間で、全15回
■**定員** 各18人
■**料金** 3,000円
■**申込** 8月31日(金)までに電話で介護保険課へ。詳しくは市ホームページに掲載しています。

会場
デイサービスセンタービオラ　(下北方町常盤元997-1)
メディカルフィットスパわくわく　(大字小松1158-8)
山元リハビリテーションクリニック　(大字加江田4514-1)
市社会福祉協議会佐土原支所(佐土原町東上那珂12948-1)

[問] 介護保険課　☎21-1777　FAX31-6337

視覚障がい者の鍼灸(しんきゅう)マッサージ業を支援します

鍼灸治療院などの新規開設や、開設後に治療機器を整備する際の費用の一部を助成します。今年度から助成金額が変更になりました。

■**対象** 市内在住で、市内で事業を行い次の①②いずれにも該当する人。①身体障がい者手帳の交付を受け、視覚障がいの記載がある ②あんま、マッサージ、はり、きゅうの免許証を所持し、所得税非課税世帯に属している
■**助成金額** (上限)新規開設 30万円、開設後の整備 10万円。開設後の整備について過去に申請をしたことがある場合は、前回の補助決定日から6年を経過していること
■**申込** 直接、障がい福祉課へ
[問] 障がい福祉課　☎21-1772　FAX21-1776

相談窓口

こころの悩み
こころのダイヤル　[相談日時]月・水・金・日曜20:00～23:00　[問]宮崎自殺防止センター　☎77-9090
[相談日時]火・木・土曜19:00～23:00　[問]ライフネット宮崎　☎28-2555
流産、死産、病気などで子どもを亡くされた人の相談(グリーフケアはあと)
[相談日時]月～金曜9:00～17:00　[問]当事者の会(宮崎天使ママの会)　☎080-8589-3216
[相談日時]木曜9:30～15:30　[問]メンタルサポートスロースステップ　☎080-8589-3215

人間関係
DV・セクハラなどの電話相談　[相談日時]月・水・木・土・日曜9:00～17:00(受付16:30まで)
金曜13:00～21:00(受付20:30まで) 火曜、祝日、年末年始を除く
[問]宮崎市男女共同参画センター パレット　☎25-2057　FAX25-2056

虐待など
児童虐待の相談　[問]子育て支援課 子ども相談室　☎21-1766　FAX27-0752
高齢者虐待の相談　[問]介護保険課　☎21-1777　FAX31-6337
または地域包括支援センター
障がい者虐待の相談　[問]障がい福祉課　☎21-1772　FAX21-1776
または市障がい者総合サポートセンター　☎63-2688　FAX53-5540
[相談日時]すべて月～金曜8:30～17:15(祝・休日、年末年始を除く)

市では、弁護士による法律相談などさまざまな相談を受け付けています。詳しくは市ホームページからも確認できます。

今月の 情報ひろば

募集 08-14　お知らせ 01-07

02 8月は人権啓発強調月間

人権問題は私たちにとって身近な問題です。この機会に、地域や家族・学校で人権を尊重することの大切さや思いやりについて考えましょう。市や県では、人権に関する作文・図画・ポスターを募集しています。詳しくは各学校にお問い合わせください。

■ 対象 県内の小学生・中学生・高校生

問 総務法制課 ☎21-1721 FAX27-8070
県人権同和対策課 ☎32-4469 FAX32-4454

03 8月は道路ふれあい月間

①道路に看板やのぼり旗を置いたり、敷地内の樹木などがはみ出したりすると通行の妨げになり危険です。道路は安全に正しく利用しましょう。②道路の穴ぼこを見つけたら連絡をお願いします。

①看板などの道路占用に関することは用地管理課へ
②道路の維持・管理に関することは道路維持課へ

問 用地管理課 ☎21-1805 FAX27-6377
道路維持課 ☎21-1802 FAX21-1575

01 食中毒に注意しましょう

気温が高い日が続く夏は、次のことを心掛けましょう。

- ○食品を取り扱う際は十分に手を洗う
- ○食品の加熱を十分に行う
- ○肉の生食を避ける
- ○調理後は早く食べる
- ○常温で放置しない

問 保健衛生課 ☎29-5283 FAX61-1210

04 国民健康保険・後期高齢者医療の高額療養費の上限額が変わります

平成30年8月診療分から、70歳以上の国民健康保険の加入者および後期高齢者医療制度の加入者の、月ごとの医療費の自己負担限度額が引き上げられます。なお、所得区分の低所得者Ⅰ・Ⅱ(住民税非課税世帯)は変更ありません。

問 国保年金課 ☎21-1745 FAX20-3562

所得区分	外来＋入院(世帯単位)	
年収約1160万円～ 課税所得690万円以上	252,600円＋(医療費－842,000)×1％ 〈140,100円〉	
年収約770万円～約1160万円 課税所得380万円以上 ★	167,400円＋(医療費－558,000)×1％ 〈93,000円〉	
年収約370万円～約770万円 課税所得145万円以上 ★	80,100円＋(医療費－267,000)×1％ 〈44,400円〉	
一般	外来(個人単位) 18,000円 (年間14万4千円上限)	57,600円 〈44,400円〉

※〈 〉内は、過去12カ月以内に4回以上、上限額に達した場合の4回目以降の自己負担限度額。
※高額介護合算制度についても、上限の引き上げがあります。
★新たに、限度額適用認定証の交付を受けることが必要です。

広告

過払い金があるのか気になっている方へ

いくらあるのか、いくら取り戻せるか、無料で調査します。 ゆき法務 お金の相談 検索

LINEでもお気軽にご相談できるようになりました!
業界初!! LINEで過払い金を一発診断!!
友だち追加はこちらから ID:@yukihoumu
書類や明細をカメラで撮ってLINEで送るだけで、簡単に過払い金の診断やご相談ができます!

ご予約 ご相談 専用番号 0120 FREEDIAL 0120-844-110
【電話受付時間】月～金／9:00～20:00 ※土・日・祝も対応しております。
※受任後に費用が発生致します。代理権の範囲は140万以下の案件に限られます。

司法書士 行政書士 ゆき法務事務所
東京都中央区銀座1-4-9 銀座スワロービル8階 TEL.03-3538-6350
司法書士 ●東京司法書士会所属 登録番号 東京 第5918号
田代 隆浩 ●簡裁訴訟代理関係業務 認定番号第901166号

※この欄は、広告です。掲載されている広告の内容などの問い合わせは、直接広告主へお願いします。

05 住宅・土地統計調査にご協力を

10月1日現在で、全国一斉に住宅・土地統計調査が実施されます。8月下旬から対象となった地区の建物を確認するため、調査員が巡回しますので、ご理解とご協力をお願いします。

■ 対象 全国約370万世帯
■ 実施期間 8月下旬～10月下旬

問 情報政策課 ☎21-1713 FAX22-6106

06 法定相続情報証明制度をご存じですか？

トラブルを未然に防ぐためにも、早めの相続登記をお勧めします。また、法務局では「法定相続情報証明制度」を開始しています。この制度を利用すると相続人の負担が軽減され、スムーズな各種相続手続きが可能になります。相続登記や制度について、詳しくは法務省ホームページに掲載しています。

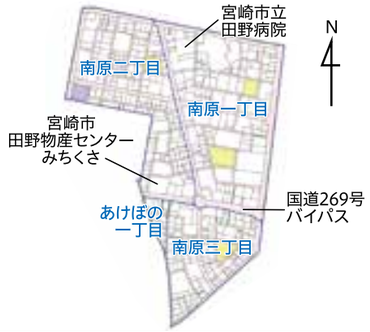
問 宮崎地方法務局 ☎22-5124

07 町名・地番が変わります

田野都市計画事業南原土地区画整理事業の完了に伴い、次のとおり町名・地番が変更になります。対象世帯には変更後、詳細な情報や各種手続きなどについてお知らせします。

■ 変更後の町名・地番表記
「宮崎市田野町南原一丁目○○番地○」
「宮崎市田野町南原二丁目○○番地○」
「宮崎市田野町南原三丁目○○番地○」
「宮崎市田野町あけぼの一丁目○○番地」

■ 変更時期 10月中旬(予定)



問 区画整理課 ☎21-1893 FAX20-8323

08 指定管理者

平成31年4月1日から次の施設を管理・運営する指定管理者を募集します。

■ 申込 8月24日(金)までに直接、担当課へ。詳しくは市ホームページに掲載しています。

問 資産経営課 ☎44-0373 FAX20-5025

施設名	担当課
宮崎市民活動センター	文化・市民活動課 ☎21-1835
宮崎市男女共同参画センター	
宮崎市民プラザ	
宮崎市民文化ホール	
宮崎市椿山森林公園	森林水産課 ☎21-1919
宮崎市久峰総合公園他1施設	スポーツランド推進課 ☎20-5151
宮崎市総合体育館他1施設	
宮崎市緑松体育館他1施設	
宮崎市北部土地区画整理事業記念体育館 他3施設	

施設名	担当課
阿波岐原森林公園(市民の森・北エントランス)	公園緑地課 ☎21-1814
阿波岐原森林公園(南エントランス)	
萩の台公園	
大淀川市民緑地他3施設	
宮崎市田野物産センター他1施設	田野総合支所 農林建設課 ☎86-1114
宮崎市高岡交流プラザ	高岡総合支所 地域市民福祉課 ☎82-1111
宮崎市道の駅高岡	高岡総合支所 農林建設課 ☎82-1114
宮崎市きよたけ児童文化センター	生涯学習課 ☎85-1834

広告

お住まいの塗り替えをする前に、聞きたい！知りたい！予備知識！ スクリーン映像による

市民講座「屋根・外壁塗り替えセミナー」開催!!

参加費 無料

「後悔しない外装リフォーム」をテーマに優良業者の選び方や一般的な適正価格などを、分かりやすくお伝えします。

日時 8/18(土) 宮崎市民プラザ《小会議室1》 【開始】午前 9:40 【終了】午前 11:40
8/19(日) 宮崎市民プラザ《小会議室1》 【開始】午前 9:40 【終了】午前 11:40

● スクリーン映像セミナー講師
一般社団法人市民講座運営委員会 代表理事
皆川 一 (NPO法人 安全安心まちづくり研究会 理事)



会場 宮崎市民プラザ 宮崎県宮崎市橘通西1丁目1番2号 定員 10名 参加費 無料(要予約)
※注1 スクリーン映像による『屋根・外壁塗り替えセミナー』になります。当日、相談員(外装劣化診断士)による質疑応答も受付いたします。 ※本講座は宮崎市主催ではございません。

●お申し込みはこちら ※要予約！ご予約はお早めに。 0120-040-235 お電話受付時間 9:00～18:00
主催 一般社団法人市民講座運営委員会 | 東京都千代田区富士見1-6-1-10F
協賛 プロタイムズ宮崎北店 株式会社東建装 | 宮崎県宮崎市大字瓜生野2218番地

※この欄は、広告です。掲載されている広告の内容などの問い合わせは、直接広告主へお願いします。

読者の声 Reader's Voice

365日誕生花でジャカランダを初めて知りました。テレビで見ましたが、青紫色の鮮やかな花。ぜひ苗を手に入れたいです。M・Hさん（88歳・女性）

いろいろな防災情報がQRコードで手に入り便利です。手元に情報があるとデマなどに気を取られず判断ができます。R・Hさん（61歳・女性）

自治会コーナーにわが団地が紹介されていました。自治会長や役員の皆さんが子どものために活動されていてありがたいです。T・Nさん（50歳・女性）

クロスワードを解くと、これを作る人って天才って毎回思います。M・Kさん（42歳・女性）

東日本大震災が起こった時間を考えても、災害が起きたときに家族がみんな家にいるとは限らず、家族一人一人の状況を想定して、他人ごとにせず自分のこととしてきちんと考える、いいきっかけになりました。M・Oさん（56歳・女性）

オリックス・バファローズ戦楽しみです。宮崎出身選手の活躍も楽しみです。観戦券のプレゼントがあるとよかった。M・Fさん（61歳・男性）

今回の記事で家の非常用袋や非常食などをもう一度見直しました。サイズが小さくなった子ども服も入れ替え、避難場所も家族で再確認しました。H・Eさん（43歳・男性）

自転車レーンができると、安全性が高まり、もっと自転車人口が増え、健康維持にもつながると思います。景色も気候も良い宮崎市で、自転車イベントが増え、観光地としてアピールできるといいなと考えます。Y・Fさん（45歳・女性）

家の近くにプールがあるなんて知りませんでした。野島川河川プールに今年の夏は家族みんなで行ってみたいです。M・Yさん（28歳・女性）

お茶の葉のふりかけは驚きでした。最近子どもたちとお弁当を持って公園に行くことが多くなってきましたが、マンネリ化していたので参考にします。M・Kさん（39歳・男性）

読者の声 投稿募集中！

市広報みやざきへのご意見・ご感想を募集しています。はがき、市ホームページからどしどしご投稿ください。
[宛先]〒880-8505 宮崎市秘書課広報広聴室（住所不要）
※市ホームページは裏表紙「プレゼントの応募方法」QRコードから

環境大臣表彰 祝

■地域環境保全功労者表彰（敬称略）
和石地区田園の景観を守る会

愛のご寄付

■市への寄付（敬称略）
【市民活動の支援】
㈾江坂商会／江坂設備工業㈱
【文化の振興】
㈾江坂商会

■社会福祉事業への寄付（敬称略）
【市社会福祉協議会】
㈱湖月／江坂設備工業㈱／㈱太鼓屋／㈱丸岩産業 代表取締役 岩屋洋／エタニティダンスクラブ／小川潔士／杉尾歌謡教室

■香典返し寄付（敬称略）
【市社会福祉協議会】
長友政秋／道本英之／黒木みち子／釜賀洋昭／池田洋子／神戸圭介／中村文生／外山治男／永山芳弘／野田幸子／矢野睦雄／川野陽子／平島千鶴代／村中奈良子／折萩直美
【地区社会福祉協議会】
原田昌浩／吉松郁子／中村芳松／日髙和子／横山順子／日髙文夫／川越公代／大上敏男

自治会だヨ！全員集合

西士十方自治会（にししじゅうほう）

会長 大田原 和好（おおたはら かずよし）





毎月の行事で会員間の交流を深める

住吉地区にある西士十方自治会。佐土原・島津家の武家屋敷だった歴史のある土地で、70世帯が自治会活動に参加しています。

西士十方自治会は、民生委員や福祉協力員、自治会役員が中心になって、毎月食事会やふれあいサロンなどの行事を行っています。「大きな行事は、100人近くが参加する夏祭りと、30人から70人が集まりバーベキューで交流する春の花見会です。子どもや高齢者も参加し、好評です」と大田原さん。

毎月、古紙資源物の回収を実施し、収益を自治会活動に活用する事業も4年目となります。行事で顔を合わせることで地域内の交流が活発になり、住民同士の暮らしの支え合いが充実しています。

問 宮崎市自治会連合会 ☎61-9065 FAX61-9066

12 放送大学の10月入学生

放送大学は通信制の大学です。働きながら学んで大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で幅広い世代の人が学んでいます。
■申込 9月20日（木）までに電話で放送大学宮崎学習センターへ（☎0982-53-1893 FAX0982-53-1898）。大学ホームページからも出願できます。

問 生涯学習課 ☎85-1834 FAX85-0458

09 男女共同参画キャッチフレーズ

家庭や地域、学校、職場など暮らしの中にある男女共同参画をテーマにしたキャッチフレーズを募集します。
■対象 市内在住、在勤、在学の人
■申込 9月10日（月）までに応募用紙に記入し、直接、郵送またはFAXで文化・市民活動課へ。詳しくは市ホームページに掲載しています。

問 文化・市民活動課 ☎21-1835 FAX20-1564

13 こころのサポーター養成講座

こころの悩みを抱えている人への寄り添い方や、話の聴き方などを学びます。
■対象 市内在住で受講経験のない人
■日時 9月27日（木）9:45～16:00 ■定員 30人
■場所 市保健所 ■料金 無料 ■申込 8月27日（月）までに電話で健康支援課へ。多いときは抽選

問 健康支援課 ☎29-5286 FAX29-5208

10 コンポスト現地見学会

市で支給しているコンポストのほか、自家製のコンポストや段ボールコンポストなどで生ごみや枯れ葉を使って堆肥作りをしている家庭を見学します。
■対象 生ごみなどの自家処理に興味のある人
■日時 9月11日（火）13：30～ ■定員 18人
■申込 8月31日（金）までに電話で環境業務課へ

問 環境業務課 ☎21-1762 FAX21-1686

14 健康運動教室の看護師

高齢者向けの健康運動教室をサポートする看護師を募集。
■対象 看護師免許を有する人
■日時 会場によって異なる。1回2時間程度
■場所 市内の自治公民館など
■内容 血圧測定、体操実施時の見守りなど
■謝金 1回につき2,000円 ■申込 電話で介護保険課へ

問 介護保険課 ☎21-1777 FAX31-6337

11 介護認知サポート講習

介護補助員や同行援護従業者の資格取得講習です。
■対象 55歳以上のハローワーク求職登録者
■期間 9月18日（火）～27日（木）土・日・祝日は除く
■場所 カクイックスウィング宮崎営業所 ■定員 10人
■料金 無料 ■申込 9月4日（火）までに申込書を県シルバー人材センター連合会へ

問 県シルバー人材センター連合会 商業労政課 ☎31-3775 FAX31-3776 ☎21-1792 FAX28-6572

広告



創業92年

想いを込めて つくるものだから、安心と納得を

石にこだわります
永年の経験から厳選された風化に強い石材を使用します。

施工にこだわります
永年培った技術で見えないところもしっかりと工事します。

業務内容
・墓石・記念碑
・石材彫刻（公共工事等）

（有）大石石材店
■事務所・工場 ☎0985-75-6981
国富町宮王丸702（準工業地帯）
■展示場 みたま園中央入口西側

※この欄は、広告です。掲載されている広告の内容などの問い合わせは、直接広告主へお願いします。