

宮崎市民の思いをここに！ 皆さんの投稿を紹介いたします。

みやざきタイムマシンは自分が知らない昔の宮崎の姿を知ることができて、とても面白く読んでいます。

K・Kさん(30代・男性)

宮崎市消防団の特集を見て、消防団の活動だけではなく団員の意識の高さ、郷土を愛する心を感じました。地元宮崎のため、今の自分ができることはなにかと考えるきっかけが今月号にはありました！ 市の広報フルカラーで読みやすいです！！

Tさん(20代・男性)

お料理のコーナーでスイートコーンの簡単なほくし方が分かってうれしいです。

Fさん(40代・女性)

みんなでアクション!の内容は興味深く大変参考になりました。我が家にも

小さな庭があり、野菜を少し育てております。生ごみや雨水の再利用、ぜひとも試してみたいと思います。環境学習指導者養成講座にも興味がありましたのでホームページで確認しようと思います。

Iさん(30代・男性)

私は今大学で行政論について学んでいるので市政CLIPのコーナーが興味深かったです！

Nさん(20代・女性)

読者コーナーへの投稿募集中!

広報紙の感想やご要望、また日々感じていることなど、メッセージを募集しています。はがき、Eメール、特設サイトで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)
メール 01kouhou@city.miyazaki.jp

市民なんでも Q & A

ハガキやメールで寄せられたご質問にお答えします！

Q 地震や津波、台風、大雨などの防災情報を知りたいのですが。

A 地震や津波、台風、大雨などの防災情報は、防災行政無線や宮崎市のホームページ、テレビ、ラジオ、フェイスブックなどあらゆる手段でお知らせします。また、携帯電話をお持ちの方は、宮崎市防災メールにご登録いただければ防災に関する情報をメールで随時配信しています。いざという時に自分の命を自分で守るために、ぜひ宮崎市防災メールにご登録ください。

私がお答えしました!

宮崎市防災メールはこちら!



危機管理課 主任技師 豊田 ひとみ



自治会 NEWS



歌ってコミュニケーション 大塚台東2丁目自治会

自治会内の高齢者が増える中、元気にセカンドライフを過ごそうと、歌の好きな人たちが偶数月の第3木曜日にカラオケ店に集まり、12~13人ほどでカラオケを楽しんでいます。「お気に入りの歌を、みんなで気持ちよく歌い、心身ともに健康になっています」と、自治会長の小野さんは話します。

いつもは3部屋に分かれて歌っていますが、8月と12月はメンバー全員が大部屋に勢ぞろい。「多くの人とコミュニケーションをとることでより良い自治会活動につなげたいですね」と小野さんは笑いながら話してくれました。

市内の公園や街角などで見つけたとびっきりの笑顔をお届けします。

GOOD SMILE!!
(^^)u



羽田悠真(ゆうま)くん
夏休みいっぱい遊ぶぞ!



小林陽斗(はると)くん・
優月(ゆづき)ちゃん
仲良し兄妹です!!



杉田琉陽(りゅうひ)くん
お祭りたくさん行くぞ~!



藤本真優(まゆ)ちゃん
夢はカップケーキ屋さん!

©市広報みやざき7月号の訂正とおわび
7ページ下段 たかおか夏まつりの日付「8/9(土)~10(日)」とあるのは「8/8(金)~9(土)」の誤りでした。おわびして訂正いたします。

●「今こそ鍛えてよみがえれ」
介護予防運動教室(各15回)

運動の専門家の下、参加者の体力に合わせた運動を行い、体力向上を目指します。

会場	定員	開催日 (空き日あり)	時間	事前説明会	場所
スポーツクラブ&スパ ルネサンス宮崎	20人	10月3日~ 12月26日の 火曜・金曜	9:00~ 11:00	9/26(金) 9:00~ 10:00	宮崎駅東 2-6-1
清武総合 福祉センター	16人	10月3日~ 11月25日の 火曜・金曜	9:30~ 11:00	9/30(火) 10:00~ 11:00	清武町西新町 8番地6
さどわら ふれ愛センター	16人	10月6日~ 12月4日の 月曜・木曜	13:30~ 15:00	10/2(木) 13:30~ 14:30	佐土原町 東上那珂 12948番地1
21フィットネス クラブ	20人	10月9日~ 12月11日の 月曜・木曜	10:00~ 11:30	10/6(月) 10:00~ 11:30	権現町 181番地3
ANAホリデーイン リゾート宮崎	20人	11月13日~ 1月12日の 月曜・木曜・金曜	13:30~ 15:00	11/10(月) 13:30~ 15:00	青島1丁目 16番1号

■対象/市内に住民登録のある65歳以上の人で、介護保険の認定を受けておらず、体力低下がみられる人

■料金/ 3,000円

■申し込み/8月29日(金)までに市コールセンター(☎25-2111)へ。多いときは抽選。ただし、初めての人を優先。

[問]市コールセンター ☎25-2111

● 幼児スポーツ教室参加者(後期)

体操・ボール遊び・かけっこなど、全10回を行います。

■日時/9月10日~11月12日の毎週水曜 10時~11時30分

■場所/大久保学習センター

■対象/市内在住の2才以上の未就学児とその保護者

■定員/ 30組 ■料金/ 無料

■持参するもの/ 体育館シューズ

■申し込み/8月22日(金)までに直接生涯学習課清武事務所(清武総合支所3階)で申し込み。多いときは抽選。

※原則、前期参加者は受講できません。

[問]生涯学習課清武事務所 ☎85-1127

● 平成27年度採用の宮崎市職員

①採用試験区分

- ・一般行政I【一般事務・大卒程度】(スポーツなど特別枠)
- ・法律(法科大学院修了者対象)
- ・一般行政A【高校卒業程度】
- ・一般行政B【短大卒業程度】
- ・一般行政C【身体障がい者対象】

②採用予定人員 いずれも若干名

■日時/ 第一次試験: 10月中旬(予定)

■場所/ 宮崎公立大学

※試験区分や受験資格、申し込み方法など詳細は、市ホームページに8月下旬頃掲載予定です。

[問]人事課 ☎42-8709

市長コラム



昨年8月の夏期巡回ラジオ体操には、約9,800人の皆さんが参加しました

私の健康法 ラジオ体操

暑い日が続きますが、皆さんはいかがお過ごしでしょうか。熱中症などには注意されて夏を乗り切ってくださいね。

私は真夏の8月生まれですが、実は非常に暑さに弱いんです(>)そこで、この時期こそ体力を維持して毎日を爽やかに過ごそうと、早寝早起きをし、近所のラジオ体操会に出向いています。

ラジオ体操は、就学前からの夏休みの日課でした。兄に連れられ近所の広場で「1、2、3」と声を出しながら楽しい1日のスタートでした。今年もまた、肩、腰、足の筋肉を鍛えるため、7~8月の夏休み期間中は頑張って参加しようと考えています。

このようなラジオ体操の集いは、健康増進はもちろん、心の癒しにも最高だと思います。子どもや親、高齢者など近所の皆さんが顔を合わせることで、自然に話が弾みます。また、よく考えられた仕組みだと思いますが、ラジオ体操に参加して出席印をいただくのは、何だか得したような嬉しい気持ちになりますよね。

体をほぐし、ふれ合いを通した心身爽快な毎日のスタートに、ラジオ体操は1年を通して続けていきたいですね。特に夏休み中は「何でこんかつたね」と言われたい肝に銘じたいと思います(^-^)



◎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。