

# CONTENTS

- 04 みやざき[トピックス／おでかけ情報]
- 06 キラリ！ 猪崎 大介選手(バスケットボール選手)  
宮崎市公式SNSいろいろ
- 07 おうちcafe 今月の宮崎食材「ゴーヤー」
- 08 特集1  
今できる「賢い選択」  
**クールチョイス**  
未来の地球環境のためにできること
- 12 特集2  
事前の備えが被害を軽減します  
**風水害に備えよう！**
- 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  
わがまち自治会 宝自慢

#miyazaki\_colors



## 今日も楽しかったね

@\_10.macha さんの写真

宮崎市公式Instagram(@miyazaki\_city)から厳選した、今月の1枚をご紹介します。この他にも、宮崎市近郊で撮影した皆さんの素敵な写真を数多く掲載しています。お気軽にフォローください。

公式  
インスタ  
グラムは  
ココから



撮影場所: 青島ビーチ

