



星空さんぽ「星空マスター第4弾」

天文に関するクイズに答えながら星空を観察する参加型のプラネタリウムです。

8月8日(土) 19:00~20:00

宮崎科学技術館(宮崎駅東1-2-2)

定員:240人 料金:500円(当日600円)

(問)同会場 ☎23-2700 ☎23-0791 (休)月曜

友の会は開催1か月前から、一般は3週間前からチケット販売
※詳細はお問い合わせください。



スターフェスティバル

星や宇宙の世界をご案内します。7月18日(土)からは
プレイベントを開催します。乞うご期待!

8月12日(水)~27日(木) 9:00~16:30

宮崎科学技術館(宮崎駅東1-2-2)

定員:なし

料金:無料(入館料別)

(問)同会場 ☎23-2700 ☎23-0791 (休)月曜



アスリート向け体幹トレーニング教室

将来に向けて体幹を鍛え、けがをしない体の基礎をつくり
ます。集まれ!未来のアスリート!!

7月下旬から8月中旬のうち5日間 10:00~11:00

※詳細はお問い合わせください。

宮崎市総合体育館(宮崎駅東1-2-7)

対象:市内在住の小学4~6年生

定員:30人程度 料金:2500円(全5回分)

(問)同会場 ☎29-5603 ☎29-5604 (休)第3月曜

当日までに電話、FAX、または窓口で申込



スピードアップ!わくわくかけっこ教室

夏休みの期間を利用してかけっこ教室を行います。速く
走るための基本動作が学べます。

【宮崎教室】幼児:8月6日(木)~25日(火)(全4回)

小学1~2年生、3~6年生:

8月7日(金)~21日(金)(全4回)

宮崎市総合体育館、生目の杜運動公園体育館

【佐土原教室】幼児:7月30日(木)~8月22日(土)(全4回)

小学1~2年生、3~6年生:

7月25日(土)~8月20日(木)(全4回)

佐土原体育館、佐土原西体育館

対象:幼児(平成26年4月2日~平成27年4月1日生まれ)と小学生

定員:各教室幼児30人、小学生各コース40人

料金:一回につき幼児500円、小学生1000円

(問)宮崎市体育協会 ☎21-1735 ☎21-1736

※申込方法などの詳細はホームページをご覧ください。

命の科学フェア ~さまざまな医療体験をしよう~



7月19日(日)10:00~15:00

宮崎科学技術館

(宮崎駅東1-2-2)

定員:なし

料金:無料(入館料別)

(問)同会場

☎23-2700 ☎23-0791

(休)月曜

おでかけして学び・癒し・体験……
宮崎市の楽しいイベント情報をお届けします!!

miyazaki

Fun Fun Fun

7月 → 8月

※掲載の情報は6月1日現在のものです。新型コロナウイルス
感染症の影響によりイベント中止などの可能性があります。
詳しくは主催者にお問い合わせください。



松本紀生フォトコンテスト写真募集! ~松本紀生さんに見せたい!宮崎の自然~

一年の約半分をアラスカで過ごし自然風景と野生動物
の写真で定評のある写真家・松本紀生さんが、あなたの
写真を審査します!

募集期間:7月1日(水)~8月31日(月)

対象:一般の部(高校生以上)、ジュニアの部(中学生まで)

(問)宮崎市民プラザ ☎86-7777 ☎29-2244

ホームページまたはfacebookにある応募フォームで応募



enjoy! 放課後テニス

8月の水曜(全4回)予定 16:00~17:00

宮崎中央公園テニスコート(宮崎駅東1-2-1)

対象:市内在住、在学の発達障がいのある人

定員:なし 料金:無料

(問)宮崎市総合体育館

☎29-5603 ☎29-5604 (休)第3月曜

7月31日(金)までに電話、FAX、または
窓口で申込



森の生き物と仲良くなろう! カブトムシ・クワガタムシ展

大淀川流域や世界に生息するカブトムシ・クワガタムシ
を展示します。

7月18日(土)~8月30日(日) 9:00~16:30

大淀川学習館(下北方町二反五瀬5348-1)

定員:なし 料金:無料

(問)同会場 ☎20-5685 ☎22-8481 (休)月曜

プール及び海水浴場の今夏の営業について

新型コロナウイルスの影響により、今夏の宮崎市所管のプール
及び海水浴場の営業について、下記のとおりといたします。

施設名	対応	所管課 / 電話番号
児童プール (全15施設)	中止	子育て支援課 21-1765
野島川 河川プール	中止	土木課 21-1801
宮崎市 フェニックス 自然動物園プール	中止	公園緑地課 21-1814 宮崎市フェニックス自然動物園 39-1306
瓜田自然プール	中止	高岡総合支所地域市民福祉課 82-1111
青島海水浴場	開設	観光戦略課 21-1791 青島海水浴場 65-1055
白浜海水浴場	開設	観光戦略課 21-1791 白浜海水浴場 65-1599

プチリニューアル!新作料理とドリンク♪できました

観光地「平和台公園」の中にある地元人気のビュッフェレストラン
“健康になった!”思わずそう感じる手作りの無農薬野菜をいっぱい使った
料理や添加物・保存料を使わない手作りの20数種類の料理や10種類以上の
ドリンクが好評です。もちろんお肉やお魚の料理もありますよ。オススメ
は手作り無添加で作った宮崎コラー。飲んでみてください!

公園で遊んだ後モリモリ食べるのもよし!たくさん食べた後公園散歩でカ
ロリー減らすのもよし!夜空や公園もキレイなので、食後はゆっくりと
デートや公園散策にもオススメです!

広告

人気!シゼンの健康オードブル(予約制)

ビュッフェ料金		営業時間		コロナ対策で安心	
シルバー	1,490円(税込)	ランチ	11時~15時30分 LO14時30分	・7ルコール消毒	・お客様専用手袋
大人	1,690円(税込)	ディナー	17時30分~21時 LO20時	・飛沫防止窓	・免疫アップ料理
子ども	1,090円(税込)	定休日	月/火(祝日除く)		

※シルバー70歳~ 子供4歳~ オーガニックレストランsizen ご予約 0985-31-3693 宮崎市下北方町越ヶ池6146

※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。