

申は申し込み、問は問い合わせ

NPOのイベント情報

※詳しくは、市ホームページを確認ください



シエロコモ!! シニア対象運動トレーニング & レクリエーション ※要予約

●日時 3/16(木)・30(木)、4/6(木) 10時～11時
●場所 ウェルネス交流プラザ
問 都城スポーツクラブシエロ(堀内) ☎090-8407-0406

田舎暮らしを楽しむ講座(鶏解体と料理) ※要予約

●日時 3/17(金)・18(土) 10時～13時
●場所 がまこう庵(吉之元町5186)
問 手仕事舎そうあい(蒲生) ☎37-0002

地域食堂 イロトリドリ ※要予約(テイクアウト可)

●日時 3/18(土) 11時～13時
●場所 NPO法人あした事務所隣(下長飯町669-5)
問 あした(池崎) ☎70-0190

どんぐり1000年の森27号地植樹会 ※要予約

●日時 3/19(日) 10時～12時
●場所 どんぐり1000年の森27号地(高原町国有林)
問 どんぐり1000年の森をつくる会 ☎57-5228

大淀川サミットRe:rive marche

●日時 3/25(土) 10時～15時
●場所 虎岳淵・歌舞伎橋広場(川の駅公園近辺)
問 都城大淀川サミット(宇都) ☎080-6440-9107

子育て支援センター
今月のオススメ行事

※その他の行事は、子育て支援センターのホームページでも確認できます



都城市子育て世代活動支援センター(ふれびか) ☎36-5858

あつまれ あかちゃん ※要申し込み
●日時 3/15(水) 14時～15時
●定員 生後6カ月までの親子5組

山之口地域子育て支援センター ☎57-3298

0歳の赤ちゃんroom
●日時 毎週木曜日 10時～11時45分

山田地域子育て支援センター ☎64-3171

お別れコンサート
●日時 3/17(金) 10時～11時
●定員 15組 ※申し込み順

東部地域子育て支援センター エンゼル ☎26-9587

助産師えりこ先生の子育てサロン
●日時 3/17(金) 10時30分～11時30分
●定員 8組程度 ※申し込み順

高崎地域子育て支援センター たんぽぽ ☎62-0027

春のミニミニコンサート
●日時 3/22(水) 10時30分～11時30分
●定員 7組 ※申し込み順

普通救命講習(無料)
●日時 3月11日(土) 9時30分～11時30分
●場所 消防局(菅蒲原町)
●対象 市内に在住・在勤・在学する18歳以上の人
●定員 10人 ※申し込み順
●その他 当日までに消防庁の「応急手当WEB講習」を受講し、修了証を持参ください
申 3月9日(木)までに消防局警防救急課 ☎22-8883

講座・教室

入門都城おもしろ歴史講座(全10回)
●日時 4月～8月の第2・4金曜日 10時～11時30分
●場所 都城島津伝承館
●定員 15人
※応募者多数の場合は抽選
申 3月31日(金)までにNPO法人都城歴史と文化のまちづくり会議(田代) ☎090-2397-3125

小学生物づくり体験教室(無料)
●日時 4月22日(土) 13時30分～17時
●場所 カンガエールプラザ(年見町)



●対象・定員 本市、三股町および曾於市の小学2～5年生(令和5年度に3～6年生)・30人
※応募者多数の場合は抽選
申 各小学校で配布する案内を確認し、3月20日(月)～31日(金)に往復はがきで都城少年少女発明クラブ事務局(大坪) ☎070-4116-9548

生涯学習課主催の教室
「よか・余暇・楽習ネットワーク事業」
●日時・場所・費用・準備物
①女性のための楽しい着付け教室 第1・3月曜日 10時～12時 中央公民館 1回500円・800円
②ウエルネス都城太極拳 毎週水曜日 19時30分～21時30分 妻ヶ丘地区公民館 1回500円 室内シューズ、飲み物、タオル、動きやすい服装
「きらり」体験教室
●日時・場所・定員・費用・準備物
③実家の片付けと親との向き合い方 4/15(土) 10時～11時30分 未来創造ステーション 20人 ※5人以上で開講 500円 筆記用具
申 ①②は随時、③は3月31日(金)までに生涯学習課 ☎23-0962

新型コロナウイルス感染防止

今後開催予定の催しや講座などは、中止または延期となる可能性があります。参加予定の方は、主催者に開催の有無を必ずご確認ください。



募集

県民総合スポーツ祭
都城市予選会出場者

6月に開催される県民総合スポーツ祭の本市代表選考会を行います。

①ラージボール卓球

●日時 3月19日(日) 13時～

●場所 祝吉地区体育館

②卓球

●日時 3月26日(日) 9時～

●場所 高崎総合体育館

申 ①②ともに当日会場にて受け付け

問 都城卓球協会(池田) ☎090-1850-0016

「道の駅」都城NICKL
施設内覧会参加者

4月のプレオープンに先立ち、施設内覧会を開催します。

●日時

4/15(土)	①13時30分～	②15時～
4/16(日)	③9時～	④10時30分～
	⑤13時30分～	⑥15時～

※見学時間は約1時間

●対象 市民

●定員 各回20人

※応募者多数の場合は抽選

申 はがきに住所、参加者氏名(1通2人まで)、電話番号、希望日時(番

号を記載)、「NICKL内覧会」と明記し、3月20日(月)までにふるさと産業推進局(〒851-8555)へ郵送。市公式LINEからも応募可能
問 ふるさと産業推進局 ☎23-2193



新規就農研修生

●対象 次のいずれかの人

①市内または三股町内の農家の子弟で、就農を希望する人

②県内外の新規就農希望者

●定員 2人程度 ※面接有り

●費用 無料

●研修期間 1年間(8月1日～令和6年7月31日)

申 5月31日(水)までにJA都城地域営農振興課 ☎38-6693

1坪当たり1万円で分譲中
毘砂丸団地宅地分譲

●募集区画 1区画(山田町山田9587番地44)

●面積 392.50平方メートル

●分譲価格 118万9千円

●その他 木之川内小学校まで800メートル、JR万ヶ塚駅まで1500メートル

申 山田地域生活課 ☎64-1111

催し

プロ野球独立リーグ・九州アジアリーグ
「宮崎サンシャインズ」開幕戦

宮崎を明るく照らす県民球団「宮崎サンシャインズ」の開幕戦が本日で行われます。

●日時 3月18日(土)・19日(日) 13時～

●場所 都城運動公園野球場

●観覧料 高校生以上千円

●対戦相手 北九州下関フェニックス

問 宮崎サンシャインズ株式会社 ☎0985-3419030

都城もちお桜まつり内イベント

桜まつりの期間中は、交通規制や桜並木のライトアップ(21時まで)を行います。

●場所 母智丘公園

「こどもさくらスケッチ大会」もちお

●期間 3月下旬～4月上旬

●雨天中止

●受付場所 桜まつり臨時案内所

●テーマ 母智丘公園の桜

●対象 小学6年生までの児童
※未就学児は保護者または引率者同伴



「もちお公園スタンプラリー」

●日時 3月26日(日) 10時～

※小雨決行

●受付場所 桜並木入口横

●定員 先着200人

●コース 入口→トーチカ跡→幸福の鐘→母智丘神社→陰陽石→展望台

※完歩者には景品有り

問 都城観光協会 ☎23-2460

芸術文化協会加盟団体イベント

「宮崎県えびね連合会展示大会および都城えびね協会展示会(無料)」

●日時 4月14日(金)～16日(日) 9時～17時 ※14日(金)は12時から、16日(日)は15時30分まで

●場所 高城勤労青少年ホーム

問 都城えびね協会(増田) ☎090-1192618783

総合文化ホール自主事業

MJ寄席 春風亭一之輔独演会

古典落語を守りながらも、現代的なギャグを入れ、会場の反応を見て演目を決めるスタイルは必見です。

●日時 4月16日(日) 15時～

●場所 総合文化ホール

●費用 3800円

※ペア割6600円。全席指定

申 総合文化ホール ☎23-7190



申は申し込み、問は問い合わせ



講座・教室

都城地域高等職業訓練校

●科目・日時・受講料・開講日

CAD建築科	毎週月・木曜日(全32回) 19時～21時 4万7千円 4/3月 ※5人以上で開講
木造建築科、建築塗装科、 左官タイル施工科(2カ年)	毎週木曜日 8時30分～16時35分(月3回) 8万4千円 4/6(木)
建築配管科(5カ年)	毎週火曜日 8時30分～16時35分(月3回) 7万5千円 6/6(火)
造園科(2カ年)	毎週土曜日 8時30分～16時35分(月3回) 8万4千円 4/8(土)
和裁科(1カ年)	①毎週月・木曜日 9時30分～15時30分、②毎週火・金曜日 10時～16時(全62回) 8万円 ①4/3(月)、②4/4(火)
洋裁科(6カ月)	隔週土曜日 9時～12時30分 2万円 4/8(土) ※定員5人 申し込み順
手編科(6カ月)	毎週火曜日 10時～15時 2万5千円 4/4(火)
着付け科(3カ月)	毎週木曜日 ①10時～12時、②13時～15時、③19時～21時 1万1千円 4/6(木)
フラワーアレンジメント科(6カ月)	①隔週金曜日、②隔週土曜日 9時～12時 2万1千円 4/7(金)、②4/8(土)

市有財産の売却

●物件・地目・地積・建設年・最低売却価格

旧山之口ふもと保育所 (山之口町山之口2943番地 外2筆)	宅地および雑種地 2860・22平方メートル 建物 317・99平方メートル 昭和40年 93万3千円
-----------------------------------	---

- 入札日時 4月20日(木) 10時～
- 入札場所 本庁舎3階災害対策班活動室
- 入札参加資格
次の全てを満たす人
・市税および消費税などの滞納がない
・暴力団対策法などに規定する暴力団員またはその関係者でない

●特別弔慰金の請求はお済みですか
戦没者などの死亡当時の三親等内の遺族で、令和2年4月1日現在、公務扶助料や遺族年金などを受給する人がいない場合、先順位の遺族1人に特別弔慰金を支給します。

●支給額 額面25万円(5年償還記念国債)

●請求期限 令和5年3月31日(金)
●申請福祉課 ☎23-29980

はじめてのワード・エクセル(2カ月)
毎週月・木曜日(全16回)
19時～21時 3万円 4/3月
※5人以上で開講

はじめてのワード・エクセル(4カ月)
毎週土曜日(全16回)
9時～12時 3万円 4/8(土)
※5人以上で開講

●各開講日の1週間前までに都城地域高等職業訓練校
☎23-2316



お知らせ

市役所の一部事務所を移転します

北別館(旧商工会議所)の供用開始に伴い、次の事務所を移転します。

対象課	移転前	移転後
地域振興課(国際化推進室)、都市国際交流センター、都市国際交流協会	本館 2階	北別館 1階
地域振興課(男女参画・消費生活担当)、男女共同参画センター、消費生活センター	本館 2階	北別館 2階
環境政策課、森林保全課、環境施設課	本館 5階	北別館 3階

●3月22日(水)移転予定
●3月13日(月)移転予定
※電話番号の変更はありません
☎財産活用課 ☎23-2672

証明書発行手数料の支払いにキャッシュレス決済が利用できます

さまざまなQR決済サービスに対応したJ-PQRの導入に伴い、住民票や戸籍謄本などの証明書発行手数料の支払いに、キャッシュレス決済が利用できるようになりました。

- 対象窓口 市民課、市民税課、資産税課、納税管理課、各総合支所地域生活課、各地区市民センター
- 利用可能なQR決済 auPAY、d払い、FamiPay、楽天ペイ
※利用できる決済サービスは随時追加予定。キャッシュレスサービス利用時は、領収書の発行はできません

「道の駅」都城NiQLL施設利用申請を受け付けます

- 受付開始 3月20日(月) 9時～
- 予約可能日 5月8日(月)分から
- 対象施設 多目的室、キッチンスタジオ、イベント広場
※施設概要や設備などは、ホームページを確認



●申込方法 「道の駅」都城NiQLLのホームページから申し込み、インターネット環境のない人は、連絡ください
☎ココニクル都城 ☎38-5529

3月27日(月)～4月4日(火) 住所異動に関する受付窓口を臨時開設します

3月下旬から4月上旬は、転入者や転出者が多いため、通常の窓口業務時間(8時30分～17時15分)以外に、平日の時間外や土・日曜日にも本庁の受付窓口を臨時的に開設します。

- 窓口を開設する課
市民課、保険年金課、こども課、保育課
※各総合支所、各地区市民センターは、平日の時間延長および土・日曜日は開庁しません



手続き可能な期間・時間

- 3月27日(月)～4月4日(火) 3月27日(月) 19時まで
- 月～金曜日 19時まで
- 土・日曜日 9時～17時
- 注意
時間外や土・日曜日の戸籍の届け出は、警備員室で受け付けます。また、小・中学校の校区外や区域外への転校手続き、就学申請、介護保険関連の手続きは、平日の時間内のみ対応となります。

手続きできる届け出や申請など

◆市民課(ピンク窓口) ☎23-2128
●住所異動届の受け付け ●住所異動に伴うマイナンバーカードの住所変更 ●各種証明書の発行、印鑑登録申請の受け付け
◆保険年金課(黄色窓口) ☎23-2127
●住所異動に伴う国民健康保険、後期高齢者医療の資格取得届および喪失届の受け付け、国民年金関係届の受け付け
◆こども課(緑色4番) ☎23-2684
●住所異動に伴う子ども医療費助成、児童手当などの諸申請の受け付け ●他市町村から本市への転入に伴う妊婦乳児健康診査受診票、予防接種ノートの交付
◆保育課(黄緑色3番) ☎23-4894
●住所異動に伴う保育所や認定こども園の入所・退所・転園などの手続き

「出産・子育て応援交付金」を活用した支援を実施します

妊娠から出産・子育てまで、一貫して相談支援を行う「伴走型相談支援」と、現金を給付する「経済的支援」を一体的に実施します。

- 事業開始日 3月1日
- 対象 市内在住で、令和4年4月1日以降に生まれた子および妊娠届を提出した人
- 内容・申請方法
伴走型相談支援
妊娠期と出産後に面談などを通して、必要なサービスや相談支援につなげ、切れ目のない支援を実施 ※申請不要

●出産応援給付金	妊娠1回当たり5万円を支給。妊娠届提出時に申請
●子育て応援給付金	生まれた子1人当たり5万円を支給。3カ月相談実施時に申請

※2月28日以前に出生した子を養育している人、または妊娠届を提出した人には、2月中旬に案内文を郵送しています。詳しくは、市ホームページを確認ください
☎保健センター ☎36-5661



国民年金保険料 学生納付特例制度

学生納付特例制度は、申請により

保険料の納付が猶予される制度で、将来の年金受給権や、事故・病気により障がいが残ったときの障害年金の受給資格を確保できます。

- 申請期間 20歳以上の人が学生である期間のうち、申請が受理された月から2年1カ月前までと、申請した年の年度末までです。また、猶予を受けた期間の保険料は、10年以上であれば古い期間から順に納付でき、将来受け取る年金額を増やすことができます。
- 対象 大学、大学院、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校、各種学校などに在学する20歳以上の学生で、前年所得が基準以下の人
- 申請窓口 保険年金課(黄色窓口)、各総合支所地域生活課、各地区市民センター、都城年金事務所
- 手続きに必要なもの
在学証明書の原本または学生証の表裏の写し、年金手帳、基礎年金通知書

※前年または今年退職して学生になった人は、雇用保険被保険者離職票または雇用保険受給資格者証の写し。代理申請の場合は、写真付きの身分を証明するものが必要
☎保険年金課 ☎23-2629
☎都城年金事務所 ☎23-2571

■マイナンバーカードを利用して、全国のコンビニで各種証明書を取得できます。(6:30～23:00)

市役所の開庁時間 平日8:30～17:15
※毎週木曜日 市民課証明窓口は19:00まで開設

健康づくりの第一歩 がん検診を受けよう!

●問い合わせ 健康課 ☎23-2765



Vol.34
健康ひとくちメモ

ながら運動で健康づくり

コロナ禍による生活環境の変化や車社会の影響で、ずっと座ったままになっていませんか。

座り過ぎは、がんや心臓病・2型糖尿病などの発症に影響し、寿命の短縮にもつながることが分かっています。デスクワーク中心の人は、30分に一度は立ち上がるなど、体に刺激を与えましょう。ほかに、駐車場は遠くに停める、3階までは階段を使う、テレビを見たり家事をしたりしながらできる運動をするなど、日常生活で体を動かすチャンスは数多くあります。まずは今より1日に10分でも多く体を動かし、無理なくできる範囲で健康づくりに取り組みましょう。

は検診ではなく、診察を受けてください。

自覚症状がある人は診察が最優先となるため、検診の予約を断る場合があります。

忙しくてなかなか受けられない

市の令和5年度がん検診は、6月から始まります。多くの人が受診できるよう、市内および三股町の指定医療機関での受診が可能です。また巡回検診では、土・日曜日や夜間の検診、一度に複数の検診が受けられる日程もあります。ぜひ受診ください。



がん検診を受けられるのはどんな人?

年齢などの条件を満たしていれば、加入している健康保険(保険証の種類)に関係なく受診できます。職場の検診で受診機会の無いがん検診を、市の検診で受診することも可能です。各種がん検診は、4月~翌年3月の年度内に1回受けられます。

年間スケジュールや予約方法など、がん検診の詳細は5月中旬発行の「検(健)診ガイド」に掲載します。

体調は良いけど受けていいの?

がん検診は、自覚症状が無い時に受診するものです。体に異変や不調があるときに

INFORMATION

申は申し込み、問は問い合わせ



お知らせ

令和5年度分 介護保険料年金差し引き

介護保険料を納付書または口座振替で納付している人で、年金受給額が年額18万円以上で次のいずれかに該当する人は、4月から納付方法が年金差し引きになります。

●対象

①令和4年4月2日~10月1日に65歳になり、令和4年10月時点で年金を受給

②65歳以上で、令和4年4月2日~10月1日に新たに年金受給の決定が行われた

③本市に転入し、令和4年10月1日までに日本年金機構などで住所変更を行い、前住所地で介護保険料が年金から差し引かれていた ※対象者には、3月末に送付する特別徴収開始通知書で、4月・6月・8月介護保険料仮徴収額を通知します

問 介護保険課 ☎23-2596

ハンセン病患者家族への補償金支給制度

「ハンセン病患者家族に対する補償金の支給等に関する法律」に基

づき、元患者の家族を対象に補償金を支給します。詳しくは、問い合わせください。

●請求方法 厚生労働省健康局補償金担当へ平日の10時~16時に直接連絡 ☎03-3595-2262

●請求期限 令和6年11月21日(木) 健康課 ☎23-2765

春の全国火災予防運動

火災から命を守るために、日ごろから避難経路や消火器の使用方法、住宅用火災警報器などの点検を心掛きましょう。

●運動期間 3月1日(水)~7日(火) 消防局予防課 ☎22-8884

宝くじ助成事業

市では、一般財団法人自治総合センターが行う宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源とするコミュニティ助成事業を実施しています。この助成を受けて、荒ヶ田自治公民館が屋外放送設備を整備しました。これにより、地域コミュニティ活動の活性化が期待されます。



問 地域振興課 ☎23-7146

マイナンバーカードの受け取りを忘れていませんか

マイナンバーカードを申請し、交付通知書が届いた後、まだ受け取っていない人は、早めに受け取りに来てください。市では、3月31日(金)までに初めてマイナンバーカードを取得するなどした人に、5千円分のQUOカードを配布しています。



問 マイナンバーカードサポートセンター ☎23-2774

新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ

発熱などの症状があるときは 宮崎県在住者(長期滞在者含む)

で64歳以下かつ基礎疾患のない人や重症化リスクの低い人は「宮崎県陽性者登録センター」からウェブで抗原検査キットの配布を申請ください。自宅へ検査キットを配送します。 問 県陽性者登録センター(9時~18時 土・日曜日、祝日も対応) ☎0570-089-050 65歳以上の人、または基礎疾患を有する人で、受診や相談する医療機関に迷う場合は、県の「新型コロナウイルス感染症受診相談センター」に連絡ください。 相談センター(24時間対応) ☎0985-78-5670 聴覚に障がいのある人や音声での相談に不安がある人 ☎0985-44-2616

休日急病診療機関

●診療時間 9:00~18:00 ※歯科は17:00まで 問 みやざき医療ナビも利用ください



月日	医療機関名	電話番号
3/21(火)	志々目医院(内・小)	57-2004
	ゆうクリニック(内)	46-6100
	園田光正内科医院	38-5115
	柳田病院(脳・外)	22-4862
	横山病院(泌・消)	22-2806
	よしだ眼科クリニック	77-8817
3/26(日)	いわよし歯科医院	36-4332
	MKクリニック(小)	51-6777
	松山医院(内・呼・リウ)	24-1046
	しげひらクリニック(内)	27-5555
	三州病院(外・胃)	22-0230
	酒井皮膚科医院	25-5322
かみながえクリニック(耳鼻)	25-0224	
あさお歯科	52-8148	

※診療機関は変更することがあります 詳しくは、テレホンサービス(医師会は☎23-5555、歯科医師会は☎25-4100)で確認ください

●休日当番薬局

3/21(火)	東町、そうごうたかお南
3/26(日)	早鈴マリンバ、ふれあい川東、みどり、ひゅうが、きたはら

■マイナンバーカードを利用して、全国のコンビニで各種証明書を取得できます。(6:30~23:00)

1月号に寄せられたお便り

このコーナーでは、「わたしの一言」の中から一部を紹介し、また、皆さんから寄せられた意見を、今後の広報紙に生かしていきます。

令和4年の都城を振り返ると、3年振りのイベント開催などで街に活気が戻ってきたと感じます。今後、人と人の出会いも増えていくといいですね。

(山之口町花木 コスモスさん)

年始から読売巨人軍ファームチームや、FC東京などのサッカーチームのキャンプが開催され、都城のにぎわいと躍動感を感じました。

(横市町 M・Nさん)

「今月の都城の風景」を見て、こんな素敵な場所があることを初めて知りました。まだまだ知らない都城があることに驚きました。

(LINE投稿 ごまさん)

隠れぼんちくんの存在を初めて知りました。散歩コースにして巡りたいと思います!

(LINE投稿 笹貫さん)

● あなたの年代は? (○をつけてください)
10代 ・ 20~30代 ・ 40~50代 ・ 60代以上

● 3月号で特に興味を持ったページのタイトル

● 3月号を読んだわたしの一言

● 今後、取り扱ってほしい記事

ご協力ありがとうございました。

※応募者の個人情報は、当選者発表と商品発送、質問などの回答以外には利用しません