



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。

〔ベタンク〕

●日時 3月25日(日) 9時～

●場所 ふれあい平山コート(高木町)

●申請 3月15日(水)までに都城市ベタンク協会(平山) ☎38-45331

〔クレイ射撃〕

●日時 4月2日(日) 10時～

●場所 日南クレイ射撃場(日南市北郷町)

●申請 3月31日(金)までに都城クレイ射撃同好会(水久保) ☎080-5272-3522

〔陸上競技〕

●日時 4月9日(日) 9時～

●場所 都城運動公園陸上競技場

●種目
【男子】 1000m、2000m、15000m、30000m、50000m、走り高跳び、走り幅跳び、砲丸投げ、円盤投げ

【女子】 1000m、2000m、15000m、走り高跳び、走り幅跳び、砲丸投げ、円盤投げ

●年齢区分 29歳以下、30～34歳、35～39歳、40～44歳、45～49歳、50～54歳、55～59歳、60～64歳、65～

69歳、70～74歳、75～79歳、80歳以上

※女子の部は65歳以上まで

●申請 3月31日(金)までに都城市陸上競技協会(田爪) ☎090-8352-8925

fuky@myanku.org

〔ミニテニス〕

●日時 4月9日(日) 9時～

●場所 勤労青少年体育センター

●申請 3月25日(土)までに都城ミニテニス協会(田村) ☎24-3232

〔ソフトボール〕

●日時 4月16日(日) 8時30分～

●場所 母智丘公園多目的広場

●申請 4月12日(水)までに電話連絡し、監督会議に参加

都城地区ソフトボール協会(釘崎) ☎090-2096-8247

庄内川堤防にこいのぼりを掲揚しませんか

庄内川に、名前入りのこいのぼりを掲揚してみませんか。

●期間 4月10日(月)～5月13日(土)

●場所 庄内川堤防(庄内橋下流側)

●費用 1匹当たり4千円

●その他 不用になったこいのぼり(3匹限定)の寄贈も受け付けます

●申請 4月7日(金)までに荘内商工会 ☎37-00024



都城市奨学生

●対象 次の条件を全て満たす人

①奨学金の貸与申請の提出期限日において、保護者が2年以上市内に居住している人

②学校教育法に規定する高校、中等教育学校(後期課程)、高専、大学、短大、専修学校(高等課程または専門課程)に在学する人

※通信制・定時制課程は除く

③学資の支払いが困難と認められる人

④大学・短大・専修学校生(専門課程)は、都城育英会から奨学金の貸与を受けていない人

※併願は可

●無利子貸与額・採用予定人数

高校・高専・中等教育学校(後期課程)・専修学校の高等課程生	月額1万円・30人
大学・短大・専修学校の専門課程生	月額2万5千円・19人

●提出書類 奨学金貸与申請書、奨学生推薦調書、在学証明書、平成28年分の所得を証明する書類など

●申請書配布場所 学校教育課、各総合支所地域振興課、各地区市民センター、市内の各中学校、市内・三股町内の各高等学校

●申請 4月3日(月)～12日(水)に学校教育課 ☎23-2161

広告

郷土愛と感謝を

つめこんだ

本格芋焼酎「霧島」。

都城の地で生まれた霧島酒造の

100年の歴史のなかで、

決して欠かすことのできないもの。

それは、故郷宮崎から

いただいた恩恵です。

宮崎への語りつくせない

感謝の気持ちをかたちに。

それが、本格芋焼酎「霧島」です。

ずしっと ほんかくー



宮崎限定

霧島酒造株式会社

本社 宮崎県都城市下川東4丁目28号1番

TEL 0986-228066(お客様相談室)

飲酒は20歳から。飲酒は適量を。飲酒運転は法律で禁じられています。



都城もちお桜まつり

「日本さくら名所100選」にも選ばれた母智丘公園の桜まつり。期間中は、開花状況や天候を見ながら、ライトアップ（日没～21時まで）を実施します。

☎ 都城観光協会 ☎23-2460

- 日程 3月24日(金)～4月2日(日)
※ステージイベントなどは3月25日(土)・26日(日)
- 場所 母智丘公園
- 関連イベント

【母智丘神社の鈴を鳴らせ！ さくら福男・さくら福女】

- 日時 3月25日(土)
福女の部：10時50分～ 福男の部：11時30分～
※小雨決行

【こどもさくらスケッチ大会 in もちお】

- 日時 3月24日(金)～4月2日(日)
※桜まつり臨時案内所で受け付け。雨天時は中止
- 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要同伴

【もちお公園スタンプラリー】

- 日時 3月26日(日) 10時～
- 受付場所 桜並木入口横
- 定員 200人 ※申し込み順

【観光写真コンテスト】

- 日程 3月24日(金)～4月2日(日)
※桜まつり臨時案内所で随時受け付け
- テーマ もちお桜まつりの様子や、公園内の桜



都城育英会奨学生

- 対象 次の条件を全て満たす人
①市または三股町出身で、保護者が市または三股町に居住している人
②平成29年4月に学校教育法に規定する大学または短期大学、専修学校の専門課程に進学する人
※通信制・定時制課程は除く
③学業・人物ともに優秀かつ健康で、経済的理由により修学困難な人
- 募集人数 30人
- 貸与額 月額3万円(無利子貸与)
- 申請書配布場所 学校教育課、各総合支所地域振興課、各地区市民センター1、三股町役場教育課、市内三股町内の各高等学校

申開 4月3日(月)～12日(水)に都城育英会事務局(学校教育課内)
☎25-8545



山ノ口麓文弥節 人形浄瑠璃定期公演

- 日時 3月19日(日) 14時開演
- 場所 山ノ口麓文弥節人形浄瑠璃資料館(人形の館)
- 演目 娘手踊り(お伊勢参り)、出世景清(大仏殿普請の段、阿古屋住家の段)、間狂言(東岳猪狩)
- その他 麓小学校5・6年生が、出世景清(大仏殿普請の段)を披露

申開 山ノ口総合支所地域振興課
☎57-3111

都城弓まつり全国弓道大会

- 今年で30回目を迎える都城弓まつり全国弓道大会。国の伝統的工芸品に指定されている「都城大弓」の産地である都城を舞台に、選手たちの真剣勝負が行われます。
- 日程 中学・高校生の部 3月25日(日) 一般の部 3月26日(日)
- 場所 早水公園体育文化センター
☎23-2460

広告

低価格で今まで誰も出来なかった ワダハウジングの革命

- ①手持ち金0円で、マイホームが持てます。
- ②4LDK 1,100万円でもできます。
- ③高品質 パナソニック建材設備を使用しています。
- ④低価格 総工事費の安さは地域No.1を目指します。
- ⑤免震住宅 防震ドロップ工法で施工いたします。

宮崎県都城市東町7街区2号 電話0986-24-6162

☎ワダハウジング 検索

エゴ・脱臭・調湿 しらからちゃん

脱臭力は木炭の約3倍以上といわれています。

人工では、れい自然素材シラスでいやなにおい吸着します。
「しらからちゃん」は、約2万5,000年前、南九州にそびえ立つ霧島山の火山噴出物「自然シラス」と「鉱石トルマリン」を融合しています。シラスの力で脱臭調湿し、トルマリンの力で遠赤外線「マイナスイオン」を発生します。

下記、取扱い店にて好評発売中
●和楽笑の湯 ●金御岳サシバの館 ●三股町物産館「よかもんや」
●道の駅都城 ●道の駅山ノ口にて販売中！



【製造元】株式会社 T&Tシラテック 北諸県郡三股町宮村 845-1 ☎0986-36-5039



催し

NPO法人イベント情報

詳しくは各法人に問い合わせるか、市ホームページで確認ください。

【オレンジカフェ】

認知症の人や家族のほか、誰でも気軽に立ち寄ることができるオレンジカフェ。交流しながら認知症への理解を深めます。

●日時 毎週水・金曜日 10時～15時
●場所 オレンジカフェみやこんじよ (都北町5531番地)

●費用 昼食 300円

おやつ・飲み物 200円

※初めて利用する人のみ要申し込み

●費用 300円

●日時 3月10日(金) 10時～11時30分

●場所 ヨガスタジオオミキ (郡元町2700番地)

●対象 未就学児とその母親

●定員 10組 ※要申し込み

●費用 千円 (食事代含む。食事が必要な子どもは別途200円)

【春ヨガ木の温もりに包まれて】

●日時 3月12日(日) 8時～9時

●場所 林業総合センター(早鈴町)

●費用 500円

※申し込み不要。ヨガマットまたはバスタオルを持参

【ベビーマッサージでスキンシップ】

●日時 3月15日(水) 14時～15時

●場所 宮丸こども園

●費用 500円

※要申し込み。飲み物を持参

【産後エクササイズ】子どもの体重を(負荷に)

●日時 3月21日(火) 13時～13時50分

●場所 ヨガスタジオオミキ (郡元町2700番地)

●対象 未就学児とその母親
●費用 千円
※要申し込み。ヨガマットまたはバスタオル、飲み物を持参
【青空ヨガの春の風を感じながら】
●日時 4月9日(日) 7時～8時
●場所 神社公園
※雨天時は林業総合センター(早鈴町)
●費用 500円
※申し込み不要。ヨガマットまたはバスタオルを持参
●日時 3月10日(金)・16日(木)・23日(水) 19時～22時
【婚活おしゃべり会】
●日時 3月19日(日) 14時～16時
●場所 総合文化ホール ワークルーム
【子どもの婚活 親の相談会(無料)】
●日時 3月19日(日) 14時～16時
●場所 総合文化ホール ワークルーム

※免許証のコピーとはがきサイズの顔写真を持参

【婚活支援 ミニボウリング大会】

●日時 3月31日(金) 19時30分

●場所 ジョイプラザ都城店(三股町榊山)

●費用 実費

●日時 3月18日(日) 20日(月)

【田舎暮らし・都城まるごと体験】

●日程 3月18日(日)～20日(月)

●18日(日) 13時にJR都城駅集合

●場所 山之口町内各所

●費用 9千円

※3歳以下は無料。要申し込み

●日時 3月18日(日) 20日(月)

【熱気球学生選手権大会】

●日時 3月18日(日) 20日(月) 6時30分～10時30分

●場所 志和池市民広場周辺河川敷

【熱気球搭乗体験】

●日時 3月19日(日) 16時～18時

●場所 沖水川河川敷(霧島酒造北側)

※当日申し込み。定員になり次第締め切り

●日時 3月18日(日) 20日(月) 6時30分～10時30分

●場所 志和池市民広場周辺河川敷

●日時 3月19日(日) 16時～18時

●場所 沖水川河川敷(霧島酒造北側)

※当日申し込み。定員になり次第締め切り

●日時 3月18日(日) 20日(月) 6時30分～10時30分

●場所 志和池市民広場周辺河川敷

●日時 3月19日(日) 16時～18時

●場所 沖水川河川敷(霧島酒造北側)

※当日申し込み。定員になり次第締め切り

●日時 3月18日(日) 20日(月) 6時30分～10時30分

●場所 志和池市民広場周辺河川敷

●日時 3月19日(日) 16時～18時

●場所 沖水川河川敷(霧島酒造北側)

広告

麦を味わう。

大麦焼酎駒

創業明治参拾五年

柳田酒造合名会社

郡城市早鈴町十四街区四号

電話 0986-253330

未成年の飲酒は禁じられています。飲酒運転は法律で禁止されています。





どんぐり1000年の森植樹会

●日時 3月19日(日) 9時40分
●場所 宮崎市高岡町小山田地区
宮崎市市有林
※要申し込み。株券購入者のみ参加
できます。株券(1株500円)は
当日購入可
●申込 どんぐり1000年の森をつ
くる会 ☎57-5228

芸術文化協会加盟団体イベント

【池坊都城市支部 花展(無料)】
●日時 3月25日(土)・26日(日)
10時~17時
※26日(日)は16時まで
●場所 ウエルネス交流プラザ
●申込 華道家元池坊都城市支部(中島)
☎76-3216

【都城市民劇場第113回例会 青年劇場公演「島」】

●日時 4月3日(月) 18時30分
●場所 総合文化ホール
●その他 会員制。当日入会可
●申込 都城市民劇場(三田)
☎21-8082

ワークショップ「まちづくり」に活かす方言(無料)

十文字学園女子大学の松永修一教授によるワークショップを開催。都城・諸県弁の素晴らしさを見直し、まちづくりへの生かし方を考えます。
●日時 3月25日(土)

13時~15時30分
●場所 コミュニティセンター
●対象 中学生以上の市民
●申込 十文字学園女子大学(松永)
☎090-5521-0642

都城コアカレッジ
スペシャルオープンキャンパス(無料)

体験実習や卒業生とのパネルディスカッションを通して、進路や職業に対する理解を深めるオープンキャンパスを開催します。
●日時 3月25日(土) 10時~13時
●場所 都城コアカレッジ(吉尾町)
●対象 高校1・2年生
●申込 3月24日(金)までに都城コアカレッジ ☎38-4811

図書館読み聞かせ会

【都城市立図書館】
おはなしの部屋「そらまめ」
●日時 3月23日(木) 11時
本とおはなしの会
●日時 4月8日(土) 14時30分
●内容 花さかじいさん ほか
●申込 市立図書館 ☎22-0239
【高城図書館】
春のトントンシアター(アニメ映画会)
●日時 3月18日(土)
①11時~②14時
※入場無料。申し込み不要
おはなしトントン
●日時 3月25日(土) 11時
えほん侍、参上!
●日時 4月15日(土) 11時
●申込 高城図書館 ☎58-4224

6次産業化に取り組む事業者を紹介します。



厚ちゃんファーム
松元 厚子さん

元々、農協の組合員や友達と味噌を作って、道の駅山之口で販売していました。自分で加工場を持ちたいと思い、一昨年の夏頃、市の補助事業を活用して自宅に整備。自分で育てた米や野菜を使って、甘酒や漬物、ドレッシングなどを作り、道の駅などで販売しています。

野菜を売るだけではあまり利益になりませんが、加工品にすることで利益が大きくなります。野菜を使った保存期間が長い加工品をどうやって作るか、あれこれ考えながら作っています。これからも、楽しみながら6次産業化に取り組みたいです。



広告

住宅型有料老人ホーム **エスプリ都城 2号館新築** 入居者募集中!

下記料金には、部屋代・食事代・電気代・洗濯代及び管理費を全て含みます。

- 39,000円...10室 ●46,000円...19室
- 57,000円...91室 ●67,000円...22室

★入居一時金・保証金及び敷金は0円!

随時見学OK!!

お問合せはこちらまで **エスプリ都城** TEL0986-53-3636 千889-1912 三股町宮村一万城 2751-25

エスプリ都城 検索



講座・教室

よか・余暇・楽習ネットワーク事業

5人以上で開催。

● 学習料 1回550円～800円
(人数によって変わります)

※教材費・冷暖房費は別途必要

● 教室名・日時・場所

ハーブ教室

毎月第3水曜日 13時～15時
コミュニティセンター

● マクロビオティック料理教室
※玄米や雑穀を主食とした野菜中心の料理法

① 毎月第3金曜日 10時～12時
② 毎月第4金曜日 10時～12時
コミュニティセンター

● 申請 きらりネット都城
☎23-4080

パン作り体験教室

● 日時・内容

3/22(木) 10時～13時30分
塩タマネギパン、丸パン

● 場所 高城地域交流センター

「ベーカリーキッチン SAKURA」

● 定員 12人

● 費用 2500円

※材料費、軽食、飲み物代含む

● 申請 高城地域交流センター

「ベーカリーキッチン SAKURA」

☎58-2008

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
本庁の市民課、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
1では、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)

◎ 月～金曜日 8時30分～19時

◎ 土・日曜日 9時～17時

● 注意 時間外や土・日曜日の戸籍届け出は、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、平日の時間内のみの対応となります

手続きできる届け出や申請など

◆ 市民課 ☎23-2128

- 住所異動届の受け付け
- 各種証明書の発行、印鑑登録申請の受け付け

◆ 保険年金課 ☎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 ☎23-2684

- 住所異動に伴う乳児医療助成、母子父子医療助成、児童手当などの諸申請の受け付け
- 他市町村から都城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 ☎23-4894

- 住所異動に伴う保育所・認定こども園の入所や退所、転園などの手続き

広告

ご家族皆様で楽しめる施設です♪

だれでも自由に入出入りできる広場!馬と自然とふれあいのひとときを!

施設案内 敷地面積…15,000坪

★ 体験乗馬 10月～5月(10:00～11:00、15:00～16:00)

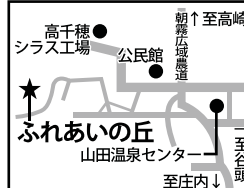
6月～9月(9:00～11:00、15:00～17:00)

★ ミニ動物ふれあい ★ 里山散策ウォーキング

★ フラワーガーデン ★ 手作り料理&食事会

★ バーベキューパーティ ★ 多目的広場

乗馬をご希望の方は必ず事前のご予約をお願いします



※近くまで来て場所がお分かりにならない場合は地元の方にお尋ねください。



ふれあいの丘

都城市山田町中霧島4480 ☎AM10:00～PM5:00
☎0986-64-0050 園なし 園あり



小型移動式クレーン運転 技能講習

- 日程 4月20日(木)～23日(日)
- 場所 学科…都城地区建設業協会
実技…吉原建設(株)(都北町)
- 定員 80人
- 受講料 3万3855円
※免除者は3万1555円
- テキスト代 1645円
※会員は645円
- 申込 宮崎労働基準協会都城支部
☎24-5603

ロコモ予防教室(無料)

- 日時 3月23日(木) 13時30分～
- 場所 小牧病院
- 定員 30人 ※申し込み順
- 内容 ロコモティブシンドローム(運動器症候群) 予防体操、体力測定
- 申込 小牧病院
☎070-4690-7955

コッコツ取り組もう、骨粗しょう症(無料)

- 日時 3月30日(木) 13時40分～14時
- 場所 小牧病院
- 定員 40人 ※申し込み不要
- 内容 医師による講話、理学療法士による運動指導
- 申込 小牧病院 ☎24-1212

ステップ運動教室(無料)

- 日時 3月22日(水) 9時30分～12時
- 場所 コミュニティセンター
- 対象 40歳以上の市民
※通院・治療中の人は、主治医に相談し、参加ください
- 定員 40人 ※申し込み順
- 持参するもの 運動のしやすい服装、運動靴、飲み物
- 申込 健康課 ☎23-2765

入門おもしろ歴史講座(全10回)

- 都城の歴史の基礎や流れを学びます。
- 日時 4月～平成30年1月の毎月第1金曜日、10時～11時30分
 - 場所 都城島津伝承館
 - 定員 30人
※応募多数の場合は抽選
 - 費用 2千円
 - 申込 4月4日(火)までに都城島津邸
☎23-2116



女性相談員や女性弁護士による 女性総合相談(無料)

- ① 電話・面接相談
毎週月～金曜日 10時～16時
※面談の場合は要予約
- ② こころの相談(要予約)
3月21日(火) 14時～16時
- ③ 法律相談(要予約)

3月28日(火) 13時～16時

- 場所 男女共同参画センター(市役所本館2階)
- 相談時間 ①、②は1時間程度、③は30分程度
- 相談専用電話 ☎23-7157

子育てや虐待に関する相談(無料)

子育ての悩みや不安はありませんか。1人で抱えこまず、気軽に相談ください。

- 【こども課】 ☎23-2684
- 【東部保健センター(高城保健センター内)】 ☎58-6800
- 【西部保健センター(高崎福祉保健センター内)】 ☎62-4411
- 【都城児童相談所】 ☎22-4294
- 【児童相談所全国共通ダイヤル(24時間・365日)】 ☎189(いちばやく)
- 【こども家庭支援センターつぼみ(24時間・365日)】 ☎0985-78-3737

厚生労働省・宮崎県委託事業 若者就職支援(無料)

- 対象 就職を目指す15歳～39歳の無職の人とその家族
- 時間 10時～17時
- 場所 みやざき県南若者サポートステーション(東町4街区30号)
- 申込 みやざき県南若者サポートステーション ☎36-6510

広告

暮らしに木のぬくもりを。

都城市早鈴町の自社展示場「第1センター」「リビング館」「工場ショールーム」の3会場ではオリジナル家具、国内優良メーカーの人気ダイニング、リビング、ベッド、婚礼家具など数多く展示しています。



はしづめ家具

都城市早鈴町2124-1 木工団地

☎(0986)22-2096

店舗情報はウェブで

はしづめ家具

検索



相談

ライフサポートセンターみやこのじょう
暮らしなんでも相談(無料)

● 場所 都北労働福祉会館

(北原町4街区4号)

● 電話・面接相談

毎週月～金曜日 10時～17時

● 専門相談

【多重債務・生活法律相談】

毎週火曜日 13時～16時

【年金・老後の暮らし相談、職場・

学校・家庭での悩みごと相談】

毎週木曜日 13時～16時

※専門相談は要予約

● 相談専用電話

☎012013971868

● メールでの相談

tohoku@miya-cho.or.jp

教育相談専用ダイヤル(無料)

● 電話・面接相談

毎週月～金曜日 9時～16時30分

● 場所 教育相談室

(市役所八幡町別館)

● 相談専用電話 ☎4612088

交通事故相談(無料)

● 日時 月・火・木・金曜日

9時～16時

● 場所 交通事故相談室

(市役所本館2階)

● 相談専用電話 ☎2310944

3月は「自殺対策強化月間」 みんなので考える心の健康



国では、月別自殺者数の最も多い3月を「自殺対策強化月間」と定めています。

自殺する人はさまざまな悩みを抱えて、心理的に追い詰められた結果「死」という悲しい道を選んでいます。1人でも多くの命を救うため、この機会に心の健康について考えてみませんか。

◎問い合わせ

福祉課 ☎2312980

後を絶たない自殺者

日本では年間2万5千人が自らの命を絶つていて、一日当たり約70人が自殺で亡くなっていることになりました。人口10万人当たりの年間自殺者数を示す自殺死亡率は、主要先進7カ国で最も高く、また、児童生徒を含む若年世代の自殺死亡率も高くなっています。平成27年の本市の自殺死亡率は29・6人となっていて、全国平均18・4人と比べて高い値になっています。

自殺の原因となるうつ病

自殺の原因や動機の半数は健康問題だと言われ、その半分はうつ

病が背景となつています。うつ病に陥ると、絶望感や孤独感にさいなまれ、生きる意欲やエネルギーが乏しくなるため、自殺願望を抱きやすくなります。うつ病になると、次のような症状が現れます。

- ・ 物事に興味や関心が持てない
- ・ 何をするのも面倒で、すぐ疲れる
- ・ 外出を避けるようになる
- ・ 何をしても楽しくない、笑えない
- ・ たくさん眠っても眠気が取れない
- ・ 食欲がなく、体重が減る
- ・ 死んでしまいたいと思う

うつ病を防ぐために

うつ病は責任感が強く、真面目で仕事熱心な人ほどかかりやすいものです。自分に合った「ストレスとの上手な付き合い方」を身に付け、うつ病を未然に防ぎましょう。

「あいさつ十ひと声」が大切

うつ病を防ぐために、周囲の人と日頃からコミュニケーションを取っておくことが大切です。職場や地域、

家庭などでも、日頃からあいさつをして、お互いのことを気に掛けておくと、小さな変化にも気付くことができます。

さらに、あいさつにプラスして、「最近どう?」「元気ですか?」など、ひと声掛けてみましょう。そうすることで会話が生まれ、うつ病のサインにも早く気付くことができます。

相談窓口

● 電話相談

【みづの電話】

月～金曜日 9時～19時

☎098513215566

【宮崎自殺防止センター】

水・金・日曜日 20時～23時

☎098517719090

● 相談機関

【宮崎県精神保健福祉センター】

精神科医による診療相談、ストレス専門診療相談、一般診療相談、

薬物関連診療相談 ※要予約

☎098512715663

【都城保健所】 ☎2314504

【福祉課】 ☎2312980

【高城保健センター】

☎5816800

【高崎福祉保健センター】

☎6214411



子育て支援センター行事予定

◆都城市地域子育て支援センター ☎22-1659	
3/15 (水) 10時～	子育て広場「フォトフレーム作り」 場所：中郷地区公民館 ※要申し込み
3/22 (水) 10時～	マタニティの会 「産前産後の過ごし方・沐浴指導など」 対象：妊婦 ※要申し込み
4/ 3 (月) 10時～	ふたごの会「ふたご以上の親子・妊婦 さんの集いの場」 対象：ふたご以上の親子・妊婦
4/10 (月) 10時～	いちごクラブ「こいのぼり製作」 対象：2歳以上の親子
◆山之口地域子育て支援センター ☎57-3298	
毎週月曜日 9時30分～	なかよし広場「遊びを楽しもう!! 絵本 や手遊び」 対象：0、1歳
毎週木曜日 ※第2を除く 9時30分～	なかよし広場「遊びを楽しもう!! 絵本 や手遊び」 対象：2歳以上
3/15 (水) 10時～	発達・療育・あそびの日「ぐんぐん」 「子育ての悩みや発達の不安など気軽に 話しませんか？」
3/21 (火) 10時～	マタニティ class「プチプチ」 「おもちゃ作り」 材料費：300円 ※裁縫セットを持参。要申し込み
◆山田地域子育て支援センター ☎64-3171	
3/22 (水) 11時～	誕生会「2月・3月生まれ」
3/24 (金) 10時30分～	お別れミニコンサート「フルーツ・ピ アノ」 定員：15組 ※要申し込み
4/ 7 (金) 10時～	身体測定
4/14 (金) 10時～	つくって遊ぼう「こいのぼり作り」
◆東部地域子育て支援センター インゼル ☎26-9587	
3/17 (金) 10時30分～	あっこ先生のことばのへや 「言語聴覚士による言葉の相談会」
3/21 (火) 10時30分～	おでかけエンゼル「遊びの広場」 場所：イオン都城店（早鈴町）
3/22 (水) 10時30分～	おでかけエンゼル「遊びの広場」 場所：イオン都城駅前（栄町）
4/17 (月) 10時30分～	なかよしちび組 「身体測定」
◆高崎地域子育て支援センター たんぽぽ ☎62-0027	
3/21 (火) 10時～	育児講座（コモンセンスペアレント） 「子どものしつけや育児についての講 習会」 ※要申し込み
3/22 (水) 10時～	ウルトラマン教室「ひかり園の先生と 一緒に遊んだりお話をしたりします」
4/ 7 (金) 10時30分～	自然豊かな高崎の春を探しに出かけま す ※動きやすい服装で参加ください
4/11 (火) 10時30分～	センター内の畑に親子で野菜の種や苗 を植えます

● **都城市消費生活センター（無料）**
電話・面接相談
毎週月～金曜日 9時～16時
● **弁護士法律相談（要予約）**
3月17日（金） 13時～16時
● **場所** 消費生活センター
（市役所本館2階）
● **相談時間** 30分程度
● **相談専用電話** ☎23-7154
● **DV被害者の電話相談**
● **女性ホットライン・くすのき（無料）**
● **電話相談** ☎36-0740
（毎週土曜日 14時～16時）
● **女性専門・不妊専門・妊娠
総合相談（無料）**
● **場所** 都城保健所

● **「女性専門相談「スマイル」**
● **日時** 毎週木曜日
9時30分～15時30分
● **「不妊専門相談「ウイング」**
● **日時** 第2・4金曜日
9時30分～15時30分
● **専用電話** ※面談の場合は要予約
☎090-8912-5331
● **「妊娠総合相談」**
● **日時** 月～金曜日
9時30分～15時30分
☎23-4504
● **「こころの健康相談」**
精神科の医師が相談に応じます。
● **日時** 3月16日（水） 14時～16時
● **場所** 都城保健所 ※要申し込み
● **申込** 都城保健所 ☎23-4504

お知らせ
スポーツ安全保険に加入
しましょう
スポーツ安全保険の受け付けが3
月1日から始まります。子ども会や
自治公民館、運動クラブ、文化・ポ
ランテニアクラブなど4人以上のゲ
ループで加入できます。加入して
万一のケガや賠償責任などに備えま
しょう。熱中症や突然死も対象とな
ります。
加入依頼書は、スポーツ振興課、
各総合支所地域振興課、各地区公民
館、都城運動公園体育館、早水公園
体育文化センター、高城運動公園ケ
ラブハウスで配布しています。

● **加入方法**
● **「銀行などでの加入」**
加入依頼書に必要事項を記入し、指
定銀行の宮崎銀行の窓口で掛金と一
緒に提出
※振込手数料が別途必要
● **「インターネットでの加入」**
スポーツ安全協会ホームページ「ス
ポアねっと」で必要事項を入力後、
コンビニエンスストアで掛け金を支
払いください
● **その他** 加入区分は活動内容と年
齢で6区分に分かれ、掛金額は年間
800円から
● **問** スポーツ安全協会宮崎県支部
☎0985-5513136



平成28年消防統計から

日頃から火災や救急に備えましょう

昨年一年間の火災発生や、救急出動の状況などをお知らせします。安心・安全な暮らしのために、防火や防災に対する理解を深めましょう。

◎問い合わせ 消防局総務課 ☎22-8882

火災出動の状況と出火原因

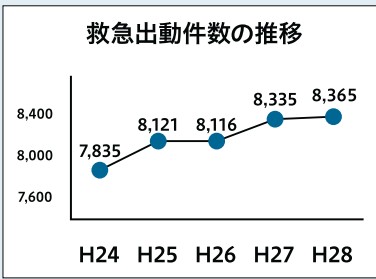
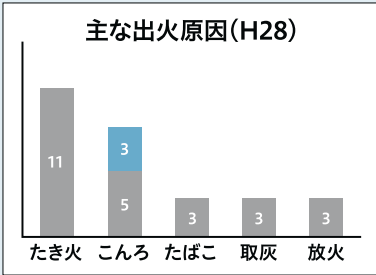
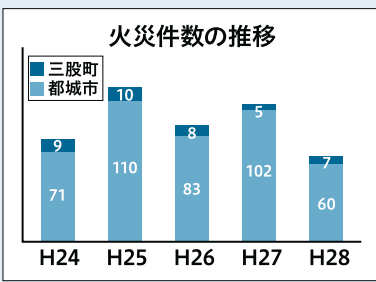
平成28年の管内の火災件数は67件で、前年に比べて40件減少。火災統計を取り始めた昭和46年以降で最も火災が少ない年でした。しかし、5人の尊い命が失われています。

火災を種別ごとにとみると、建物火災が44件と一番多く、全体の約66%を占めています。出火原因の主な内訳は、たき火(11件)が最も多く、次いでこんろ(8件、うち天ぷら鍋3件)、たばこ・取

灰(残火)・放火(各3件)の順になっています。

屋外焼却などのたき火は、風が強い日や、軒先で紙を燃やした際などに、延焼する可能性があるため大変危険です。ごみはルールを守って適正に処理しましょう。

また、天ぷら鍋を火にかけたまま台所を離れない、寝たばこをしない、就寝前や外出の際は必ず火の始末と確認をするなど、日頃から心掛けましょう。



救急出動の状況

救急出動件数は8,365件で、前年に比べて30件増加で過去最高。1日に約23件出動している計算になり、最も多いのが、急病4,895件で全体の59%を占めています。

救急車は、緊急性の高い傷病者が利用するものです。症状が軽い場合や、緊急性がなく自分で病院に行ける場合は、自家用車やタクシーなどを利用してください。

ただし、胸の中心が締め付けられるような痛みや、突然の激しい頭痛、顔半分がしびれるなどの症状がある場合は、すぐに119番通報してください。

救助およびその他の出動の状況

救助出動件数は91件で、前年に比べて9件増加。最も多いのが、交通事故による救助69件で、全体の約76%を占めています。

その他の出動は463件で、前年に比べて9件減少。主な内訳は、救急支援出動が241件、ヘリ支援出動が33件となっています。

落ち着いて はっきり119番

火災や救急などの出動は、119番通報から始まります。通報を受け

たと同時に、消防隊員は出動準備をします。まずは、落ち着いてはっきりと住所・目標物などを伝えてください。なお、問い合わせには、119番は利用できません。

知って助かる応急手当と避難術

消防局では、AED(自動体外式除細動器)の操作方法や心肺蘇生法などについて学ぶ応急手当講習会の開催や、火災のときの避難術の実演などを実施しています。詳しくは、問い合わせください。

【応急手当講習】
警防救急課
☎22-8883



【避難術の実演など】
予防課 ☎22-8884

3月1日～7日は

春季全国火災予防運動週間

火災による死者を無くすため、火の取り扱いや火の元には十分注意し、住宅用火災警報器の設置・点検を行うなど、防火に備えましょう。



お知らせ

市有財産の売却

- 入札日時 3月30日(木) 10時～
- 入札場所 山田総合支所2階 第1会議室
- 物件・地番・地目・地積・最低価格

旧東谷頭団地
(山田町中霧島3044番地1)
宅地 1943.99平方メートル
316万円

● 入札参加資格および条件

- ① 市税および消費税などの滞納がないこと
 - ② 購入者（法人の場合は、役員などを含む）が、暴力団関係者と関係がないこと
 - ③ 敷地内に残っている旧住宅2棟とごみステーションを、契約後6カ月以内に必ず撤去すること
- ※詳しくは、市ホームページを確認ください

● 申請 3月23日(木)までに山田地域振興課 ☎64-1111

平成29年度分介護保険料年金差引き

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 平成28年4月2日～10月1日に65歳になった人で、平成28年10月に年金を受給した人
- ② 65歳以上で、平成28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人
- ③ 都城市に転入し、平成28年10月1日までに日本年金機構などで住所変更届を行った人で、前住所地で介護保険料が年金から差し引かれていた人

※対象者には、3月末に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

● 介護保険課 ☎23-2596

「地域福祉に関する住民活動アンケート」に協力ください

日本地域福祉学会では、地域福祉活動の現状把握と今後の地域福祉推進の課題を明らかにすることを目的に、無作為に抽出した市内の千人にアンケート調査を実施しています。アンケート調査が届いた人は、調査に協力ください。

● 福祉課 ☎23-2980

婚活サポート事業

SAKURA SAKU 春のアフタヌーンパーティー

- 日時 3月25日(土) 15時～18時
- 場所 高城地域交流センター「ブーカリーキッチン SAKURA」

● 定員 男女各10人

● 費用 2千円

● 申請 3月13日(月)までにMIYAB I塾(山崎) ☎080-1395210844

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することができます。

● 申請期間は、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、各総合支所市民生活課、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裏の写し、印鑑(スタンプ式を除く)、年金手帳

※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、代理人の運転免許証など、本人確認ができるものが必要

● 保険年金課 ☎23-2629
● 都城年金事務所 ☎23-2571

休日急病診療機関

● 診療時間 9:00～18:00
※ 歯科は17:00まで

みやざき医療ナビ

医療機関名	電話番号
3月20日(月)	
久保原田中医院(内・小)	22-7700
松山医院(内・呼・リカ)	24-1046
田中隆内科	52-0301
吉松病院(外・整)	25-1500
速見泌尿器科医院	24-8344
いわよし耳鼻咽喉科クリニック	36-5555
中央歯科	25-0007
3月26日(日)	
教山内科医院(内・小)	62-1205
藤元総合病院(内)	22-1717
園田光正内科医院	38-5115
仮屋外科胃腸科医院(外・胃・内・肛)	25-7712
飯田整形外科クリニック	46-5115
西浦医院(耳鼻)	22-0715
浜田歯科医院	22-0223

※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)で確認してください

◎みやざき医療ナビもご利用ください
<http://www.e-navi.pref.miyazaki.lg.jp>

● 休日当番薬局

月日	薬局名
3月20日(月)	ハートハンズ、ふれあい川東、上町おおた、妻ヶ丘、いわよし
3月26日(日)	しびた、日研