



募集

都城市美術展作品

- 搬入日時 8月24日(土)・25日(日) 9時30分～16時30分
- 応募資格 高校生以上
- 出品料 1点につき1500円。22歳以下は無料
- その他 1人3点まで出品可 ※応募条件など詳しくは、市ホームページを確認
- 申請 市立美術館 ☎25-11447



私たちの集い実行委員

- 各地区のはたちの集い(旧成人式)の企画運営を行います。
- 開催地区 本庁管内は、中学校区(西岳・夏尾地区は合同)ごと、総合支所管内は町ごと
- 対象 平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれの人
- その他 推薦したい人がいる場合は、連絡ください
- 申請 生涯学習課 ☎23-9545 各総合支所地域生活課

催し

- ナイトミュージアム(無料) 夜のお城に遊びに来ませんか
- 日時 7月15日(月) 17時～21時

親子で工作！白色トレイでおもちゃ作り(無料)

- 日時 7月28日(日)、8月12日(月) 13時30分～15時30分
- 対象・定員 小学生と保護者 各回25人 ※申し込み順
- 申請 各開催日前日の16時までに都城市リサイクルプラザさいせい館 ☎36-13900

チエーンソー取扱講習(無料)

- 日時 7月26日(金) 10時～12時
- 場所 都城市シルバー人材センター
- 対象・定員 市内在住の60歳以上で、シルバー人材センターの会員または入会を検討中の人 8人

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

地域食堂「おひさま広場」 ※要予約

- 日時 7/21(日) 11時～13時
- 場所 都原児童センター(都原町37-2)
- 問 子育てネットおひさまとはらっぱ(岡本) ☎080-6411-8441

保護ねこ・いぬ譲渡会

- 日時 7/28(日) 10時～15時
- 場所 (株)都城酒造HD事務所(乙房町4113-1)
- 問 のらゼロ都城(広津) ☎090-1925-9078

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

<p>都城市子育て世代活動支援センター(ふれびか) ☎36-5858</p> <p>早水公園へお散歩に行こう ※雨天中止</p> <p>● 日時 7/17(水) 10時30分～11時30分</p>
<p>山之口地域子育て支援センター ☎57-3298</p> <p>夏のAED教室 ※要申し込み</p> <p>● 日時 7/16(火) 10時30分～11時15分</p>
<p>山田地域子育て支援センター ☎64-3171</p> <p>敬老プレゼント「カレンダー作り」</p> <p>● 日時 8月の平日 9時30分～15時</p> <p>※要申し込み。実費あり</p>
<p>東部地域子育て支援センター エンゼル ☎26-9587</p> <p>ウルトラマン教室</p> <p>● 日時 7/10(水) 10時30分～11時30分</p> <p>● 定員 8組程度 ※申し込み順</p>
<p>高崎地域子育て支援センター たんぽぽ ☎62-0027</p> <p>助産師西畑先生のベビーマッサージ</p> <p>● 日時 7/26(金) 10時30分～11時30分</p> <p>● 定員 7組 ※申し込み順</p>

- 場所 都城歴史資料館
- ※先着順で光る灯ろう作りや光るぶらんどんぼんゴマ作りが体験できます
- 問 文化財課 ☎23-95547

都城歴史資料館企画展

大島富田遺跡と郡元西原遺跡 世の中が変わるとき。遺跡が語る古代から中世への大転換

- 日程 7月20日(土)～11月17日(日)
- 開館時間 9時30分～17時
- ※入館は16時30分まで。月曜日休館。月曜日が祝日の場合は翌日。9月18日(水)・19日(木)は臨時休館
- 場所 都城歴史資料館
- 入館料 大人220円(160円)、高校生160円(110円)、小・中学生110円(50円)
- ※()は20人以上の団体料金
- 問 文化財課 ☎23-95547

福祉のしごと就職フェア(無料)

- 県内の福祉事業所約70社が参加します。職場の雰囲気などについて聞くことができる貴重な機会です。
- 日時 7月22日(月) 13時30分～16時
- 場所 宮崎観光ホテル(宮崎市松山)
- 対象 福祉の仕事に関心がある人
- 申請 県福祉人材センター ☎0985-132-9740

霧島ジオパーク 山滴る韓国岳

- 日時 7月21日(日) 9時～15時
- 集合場所 えびのエコミュージアムセンター駐車場(えびの市末永)
- ※8時30分集合
- 対象・定員 小学生以上 30人
- ※小学生は保護者同伴。申し込み順
- 費用 千円(保険・ガイド料含む)
- ※高校生以下300円
- その他 登山に適した服装で、雨具や水筒、弁当などを持参
- 申請 7月19日(金)までにそお・みやこんじょジオガイドクラブ(宮川) ☎090-13797-13845

夏休み上下水道施設巡りバスツアー(無料)

- 日時 8月7日(水) 9時～12時
- ※8時50分に上下水道局集合
- 対象・定員 市内小学生および保護者 20人
- ※児童または保護者のみの参加は不可。申し込み順。詳しくは、市ホームページを確認
- 申請 7月10日(水)から31日(水)までに市ホームページの応募フォームまたは電話で上下水道局総務課 ☎23-4810



講座・教室

健康講座(無料)

- 日時 7月25日(木) 14時～15時
- 場所 都城医療センター
- 内容 佐藤内科医長による血液のがんと治療について
- ※申し込み不要
- 問 都城医療センター ☎23-41111

道の駅 都城NiQ.L 夏休みワークショップ

- 夏休みに親子で楽しめるワークショップを開催します。
- ※詳しくは都城NiQ.Lホームページを確認
- 申請 ココニクル都城 ☎38-5529



バウンドテニス体験教室(無料・全6回)

- 日時 8月4日(日)・11日(日)、9月8日(日)、10月6日(日)、11月3日(日)・10日(日) 9時45分～12時
- 場所 早水公園体育文化センター
- 申請 都城市バウンドテニス協会(植村) ☎090-14995-10178

サン・アビリティーズ都城 指定管理者自主事業の教室

- 日時 フラダンス教室(全10回) 8月～12月の第1・3金曜日 14時～15時30分
- コンディショニング&ヨガセラピー(全10回) 8月～12月の第1・3金曜日 10時～11時30分
- 場所 サン・アビリティーズ都城(都原町)
- 定員・費用 各15人 3千円
- ※申し込み順
- 申請 7月26日(金)までにサン・アビリティーズ都城 ☎25-2018

生涯学習課主催の教室

- 日時・場所・定員・費用・持参物 ゆるボール・ポールストレッチ(ソネワークス)(全6回)
- 8月/20(火)～9/24(火)の毎週火曜日 10時30分～11時30分 祝吉地区公民館 8人(5人以上で開催) 3千円
- ヨガマット、飲み物 タオル
- グラスアート(全3回) 8/23(金)、9/20(金)、10/18(金) 10時～12時、②18時30分～20時30分
- 未来創造ステーション 各5人(5人で開催) 6100円を初回全納
- はさみ、カッティングマット、油性ペン
- 申請 7月31日(水)までに生涯学習課 ☎23-10962

相談

こころの健康相談(無料)

精神科の医師が相談に応じます。気軽に相談ください。

●日時 7月18日(木) 13時30分～15時30分

●場所 都城保健所

●対象 保健師が事前に相談を受け、医師への相談が必要だと判断した人 ※家族や関係者からの相談も可

●定員 3人 ※申し込み順

●申問 都城保健所 ☎23-4504



1日中小企業相談会(無料)

専門機関が中小企業者などの融資や経営の相談を受け付けます。

●日時 8月～令和7年3月の毎月第3木曜日 13時30分～14時30分、14時30分～15時30分 ※予約制

●場所 都城商工会議所

●対応機関 都城商工会議所、信用保証協会、日本政策金融公庫、商工組合中央金庫

●申問 商工政策課 ☎23-2983 都城商工会議所 ☎23-0001

市文化賞受賞候補者の推薦

本市の文化の向上発展に関し、特に顕著な業績または功労のあった本市在住者や出身者、縁故者、市内に所在する団体を表彰します。

●部門 ①学術、②芸術、③技術、④社会教育、⑤体育、⑥文化功労

●申問 地域振興課や各総合支所で配布または市ホームページから取得した所定の用紙に必要事項を記入し、7月31日(水)までに地域振興課 ☎23-2132



無人ヘリ農薬散布

水稲と大豆作付農地に農薬を散布します。ヘリが近くを飛んでいるときは窓を閉め、洗濯物を外に干さないでください。農薬が体にかかった場合は、できるだけ早くせっけんを使って洗い流してください。

※天候により日程変更の場合あり。散布地付近で養蜂や有機農作物などを栽培している人は、連絡ください

地域別実施日程

姫城五十市	8/1(木)、9/2(月)
祝吉	8/1(木)、9/2(月)
沖水	9/8(木)～9/11(日) 5時～5時(月)、9/11(日)～9/15(木) 5時～5時(月)
志和池	9/7(水)～9/10(土) 8時～30分(金)

お知らせ

低所得妊婦初診料助成事業



●対象 4月1日以降に妊娠確定診断のために市内の産科医療機関を受診する人で、次の全てに該当する人

・受診日時時点で、市に住民登録がある

・市販の妊娠判定薬で陽性(妊娠)を確認している

・市が医療機関などに支援に必要な情報を共有することに同意している

・市民税非課税世帯または生活保護世帯である(ただし、市民税が課されている者と生計を一にし、当該課税者の被扶養者である場合は対象外)

●助成額 保険適用外の初診料のうち上限1万円

※詳しくは、市ホームページを確認ください

●申問 市保健センター ☎36-5661



ご存知ですか 国民年金付加年金制度

付加年金は、毎月の国民年金保険料に加え400円の付加年金保険料を納めると老後の年金に付加年金

(200円×付加保険料納付月数)が毎年上乗せされるお得な制度です。

付加年金保険料は、国民年金第1号被保険者と任意加入被保険者(65歳以上の人を除く)が納付でき、納付開始は加入を申し込んだ月の分からず。

※詳しくは、日本年金機構のホームページで確認ください

●申問 保険年金課 ☎23-2629



寝具類等洗濯乾燥消毒事業

●対象 要介護1～5またはそれに準ずる状態の65歳以上の人、身体障害者手帳1級または65歳以上で身体障害者手帳2級の人のうち、身体の障がいや傷病などの理由で、本人または同居家族による寝具の衛生管理が困難な人

●利用料 1回当たり400円

●対象物 掛布団、敷布団、毛布(各1点)

●寝具の回収日 9月2日(月)・3日(火)(予備日:9月4日(水))

※クリーニング済みの布団などの配達、回収日から約1週間後

●回収時準備するもの 利用料、クーリングするもの

●その他 回収や配達は市の委託業者が行います。回収日時は、回収日

下水道排水設備工事 責任技術者共通試験

●日時 11月10日(日) 14時～16時

●場所 JA・AZMホール別館(宮崎市霧島一丁目)

●受験料 6千円

●申問 下水道課で配布する申込書に記入し、7月16日(火)～26日(金)に同課 ☎23-5921

令和6・7年度 競争入札参加資格の定期受け付け

市が発注する物品・役務の競争入札に参加希望する人は、申請方法などを市ホームページで確認し、申請く



住民税非課税世帯等支援およびごみ加算 物価高騰重点支援給付金

●対象 6月3日時点で市内に住民登録があり、令和6年度住民税非課税者および均等割のみ課税者のみで構成される世帯

●給付額 1世帯あたり10万円

※対象世帯で18歳以下の子どもがいる場合は、子ども1人当たり5万円を併せて支給。対象世帯には、6月末以降に文書送付予定。詳しくは、市ホームページを確認ください

●申問 物価高騰対応重点支援給付金担当 ☎36-8731



ください。

●受付期間 7月31日(水)までの9時～11時30分、13時～16時

●業務区分 ①物品(事務用品、OA機器、薬品、原材料、被服、電気機器、自動車、印刷など)

②役務(清掃、警備、施設管理、設備保守点検、人材派遣、電気保安、廃棄物収集運搬など)

●有効期間 10月1日～令和8年9月30日(2年間)

●契約課 ① ☎23-2669 ② ☎23-2679

休日急病診療機関

●診療時間 9:00～18:00

※歯科は17:00まで

●みやざき医療ナビも利用ください



月日	医療機関名	電話番号
7/21(日)	畠中小児科医院	52-6000
	城南病院(内)	23-2844
	長倉医院(内)	52-2109
	はまだクリニック(外・胃・肛)	45-2266
	きたむら皮膚科クリニック(皮・アレ)	38-7300
	北原医院(産・婦)	22-4133
7/28(日)	中央歯科	25-0007
	たけしたこども医院	51-0005
	有川呼吸器内科医院	24-6677
	いづみ内科医院	22-7111
	吉見クリニック(外・整・内)	58-5633
	酒井皮膚科医院	25-5322
8/4(日)	西浦医院(耳鼻)	22-0715
	花森歯科医院	25-8345
	仮屋医院(内・小)	36-0521
	伊達クリニック(内・循)	36-7088
	都城明生病院(泌)	38-1120
	まつもと心臓血管外科クリニック(循外・内)	36-8926
8/4(日)	よしかわクリニック(麻・整・内)	23-9384
	都城こみぞ眼科	57-7722
	広瀬歯科医院	25-6800

※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 ☎23-5555、歯科医師会 ☎25-4100)で確認ください。

休日当番薬局

7/21(日)	ひばり、さくら都城、そうごう三股仲町、ケーアイ吉尾
7/28(日)	みまたファミリー、そうごう上川東、グリーン、きたはら
8/4(日)	そうごう志和池、ハロー牟田町、アウルズ東町、前田町椎の木

安全・安心 情報

Safety and security
information

◎問い合わせ
危機管理課
☎23-2129

線状降水帯発生「半日前予報」が 発表されたら？

長時間にわたり大雨が降り続き、甚大な豪雨災害をもたらす恐れがある線状降水帯。気象庁はこの発生の可能性を知らせる「半日前予報」を、これまでの九州や近畿などの地方単位からおおむね都道府県単位に切り替えました。

「半日前予報」の発表は、発生6～12時間前。予報が出たら次のとおり備えましょう。

- ・大雨災害への心構えを高める
- ・他の大雨に関する情報も確認
- ・総合防災マップで避難所や避難経路を確認

※避難所開設は市から緊急速報メールなどで通知します



● 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

● 7月号で特に興味を持ったページのタイトル

● 7月号を読んだのわたしの一言

● 最近の関心事や身の回りのことなど

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

あなたの「出会い」 ここにあるかも



◎問い合わせ 人口減少対策課 ☎23-0934

市では、未婚の男女の交流を増やすさまざまな「出会いのイベント」を開催しています。令和5年度は約千人がイベントに参加。今回は、イベントに参加した人の声を紹介します。興味がある人はぜひ参加ください。

市のイベントはバーベキューなど内容そのものが楽しく、知人や友人にもおすすめしています。

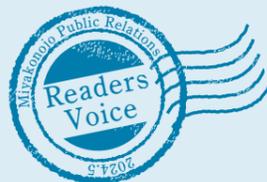
イベントに参加する前は緊張したけど、マッチングしたことで自分に自信が持てるようになりました。自分に合う人と出会えるかどうかは運もありますが、笑顔で楽しく話しかけたら、今の彼女と出会えました！(市内在住/30代男性)



イベント情報は
コチラ



読者のお便り



5月号に寄せられた皆さんからのお便りを紹介します。

「みやこのじょう桜スポット」を見て、桜がきれいな都城に住んで改めて良かったと思いました。少しでも長く桜を見ていたいですね。
(LINE投稿 都城大好きママさん)

表紙の女の子の生き生きとした笑顔に、見てこちらも元気が出ます。小学生の夢を紹介する「私の夢」のコーナーも毎月楽しみにしています。
(LINE投稿 チャーハンさん)

移住して1カ月。自然豊かで人も温かく、楽しく過ごしています。子どもたちもすぐに環境に慣れたようで、引越して良かったです。
(山田町中霧島 HKさん)

日本の滝100選に選ばれている関之尾滝。自然の中でゆったりできるきれいな施設が整備されたこと知り、ぜひ行ってみたいと思います。
(横市町 M・Nさん)

【納付書または口座振替の人】
令和6年度介護保険料納入通知書を7月上旬に発送しますので、期日までに納付ください。
便利な口座振替は、インターネットまたは金融機関の窓口で申し込みできます。口座振替開始月は、申し込み方法や時期で異なりますので、申し込み後に届く口座振替開始通知書を確認ください。

【年金差し引きの人】

【介護保険料の納付】
令和6年度介護保険料納入通知書を7月上旬に発送しますので、期日までに納付ください。
便利な口座振替は、インターネットまたは金融機関の窓口で申し込みできます。口座振替開始月は、申し込み方法や時期で異なりますので、申し込み後に届く口座振替開始通知書を確認ください。

【減免制度】
65歳以上で収入が少ない人の負担軽減のため、介護保険料の減免制度があります。なお、毎年手続きが必要です。

【対象】 次の全てに該当する人
・介護保険料が第2・3段階
・前年の世帯年間収入金額が、1人世帯の場合105万円以下(世帯員が1人増えることに35万円加算)
・市民税課税者に扶養されていない
・市民税課税者と生計を共にしていない

【世帯の預貯金が160万円以下、居住用以外の不動産を所有していない】

【減免額】 第2・3段階の保険料年額を、第1段階相当の年額2万1200円に減額
※9月以降の申請は、申請月以降を月割計算した額を減額
●受け付け 8月1日(木)～令和7年4月30日(水)までに介護保険課または各総合支所地域生活課
☎23-25596

海の事故に注意！
これからの時期は、遊泳中の事故が増加します。海を訪れる際は、次のことを心がけましょう。
・監視員のいる海水浴場で泳ぐ
・高波や強風の日は泳がない
・飲酒後は泳がない
・子どもから決して目を離さない
・救命胴衣を着用する
※海で安全に遊ぶための情報など詳しくは、海上保安庁ホームページを確認

☎099-472-4999

令和6年度介護保険料納入通知書兼特別徴収通知書を7月中旬に発送します。保険料額の変更により、4・6・8月と10・12・2月の保険料の差が大きくなる場合、10月以降の各保険料の差し引きが均等になるよう、8月以降の保険料で調整します。

【減免制度】
65歳以上で収入が少ない人の負担軽減のため、介護保険料の減免制度があります。なお、毎年手続きが必要です。

【対象】 次の全てに該当する人
・介護保険料が第2・3段階
・前年の世帯年間収入金額が、1人世帯の場合105万円以下(世帯員が1人増えることに35万円加算)
・市民税課税者に扶養されていない
・市民税課税者と生計を共にしていない

【世帯の預貯金が160万円以下、居住用以外の不動産を所有していない】

【減免額】 第2・3段階の保険料年額を、第1段階相当の年額2万1200円に減額
※9月以降の申請は、申請月以降を月割計算した額を減額
●受け付け 8月1日(木)～令和7年4月30日(水)までに介護保険課または各総合支所地域生活課
☎23-25596

8月の巡回がん健診(要予約)
【乳がん健診】
●対象 40歳以上の和暦で奇数年生まれの女性、または無料クーポン券対象者 ※申し込み順
●日程・場所
8/7(水) ②④コミュニティセンター
8/19(月) ①③五十市地区公民館
8/28(水) ⑤山之口総合センター

●受付時間 ①9時～11時30分、②9時～12時、③13時～15時30分、④13時～16時、⑤14時～17時
●定員・検診料 各回30人 2千円
●子宮頸がん健診
●対象 20歳以上の和暦で奇数年生まれの女性、または無料クーポン券対象者、個別通知者 ※申し込み順
●日程・場所
8/19(月) ①②五十市地区公民館
●受付時間 ①9時～10時30分、②13時～14時30分
●定員 ①80人、②50人
●検診料 1300円
●①胃がん健診、②特定・後期高齢者健診、③肺がん健診、④大腸がん健診
●対象 40歳以上の市民
※②は国保加入者および後期高齢者医療制度加入者が対象。申し込み順
●日程・場所
8/25(日) コミュニティセンター

8月の巡回がん健診(要予約)
【乳がん健診】
●対象 40歳以上の和暦で奇数年生まれの女性、または無料クーポン券対象者 ※申し込み順
●日程・場所
8/7(水) ②④コミュニティセンター
8/19(月) ①③五十市地区公民館
8/28(水) ⑤山之口総合センター

●受付時間 ①9時～11時30分、②9時～12時、③13時～15時30分、④13時～16時、⑤14時～17時
●定員・検診料 各回30人 2千円
●子宮頸がん健診
●対象 20歳以上の和暦で奇数年生まれの女性、または無料クーポン券対象者、個別通知者 ※申し込み順
●日程・場所
8/19(月) ①②五十市地区公民館
●受付時間 ①9時～10時30分、②13時～14時30分
●定員 ①80人、②50人
●検診料 1300円
●①胃がん健診、②特定・後期高齢者健診、③肺がん健診、④大腸がん健診
●対象 40歳以上の市民
※②は国保加入者および後期高齢者医療制度加入者が対象。申し込み順
●日程・場所
8/25(日) コミュニティセンター

8月の巡回がん健診(要予約)
【乳がん健診】
●対象 40歳以上の和暦で奇数年生まれの女性、または無料クーポン券対象者 ※申し込み順
●日程・場所
8/7(水) ②④コミュニティセンター
8/19(月) ①③五十市地区公民館
8/28(水) ⑤山之口総合センター

●受付時間 ①9時～11時30分、②9時～12時、③13時～15時30分、④13時～16時、⑤14時～17時
●定員・検診料 各回30人 2千円
●子宮頸がん健診
●対象 20歳以上の和暦で奇数年生まれの女性、または無料クーポン券対象者、個別通知者 ※申し込み順
●日程・場所
8/19(月) ①②五十市地区公民館
●受付時間 ①9時～10時30分、②13時～14時30分
●定員 ①80人、②50人
●検診料 1300円
●①胃がん健診、②特定・後期高齢者健診、③肺がん健診、④大腸がん健診
●対象 40歳以上の市民
※②は国保加入者および後期高齢者医療制度加入者が対象。申し込み順
●日程・場所
8/25(日) コミュニティセンター

8月の巡回がん健診(要予約)
【乳がん健診】
●対象 40歳以上の和暦で奇数年生まれの女性、または無料クーポン券対象者 ※申し込み順
●日程・場所
8/7(水) ②④コミュニティセンター
8/19(月) ①③五十市地区公民館
8/28(水) ⑤山之口総合センター

●受付時間 ①9時～11時30分、②9時～12時、③13時～15時30分、④13時～16時、⑤14時～17時
●定員・検診料 各回30人 2千円
●子宮頸がん健診
●対象 20歳以上の和暦で奇数年生まれの女性、または無料クーポン券対象者、個別通知者 ※申し込み順
●日程・場所
8/19(月) ①②五十市地区公民館
●受付時間 ①9時～10時30分、②13時～14時30分
●定員 ①80人、②50人
●検診料 1300円
●①胃がん健診、②特定・後期高齢者健診、③肺がん健診、④大腸がん健診
●対象 40歳以上の市民
※②は国保加入者および後期高齢者医療制度加入者が対象。申し込み順
●日程・場所
8/25(日) コミュニティセンター

8月の巡回がん健診(要予約)
【乳がん健診】
●対象 40歳以上の和暦で奇数年生まれの女性、または無料クーポン券対象者 ※申し込み順
●日程・場所
8/7(水) ②④コミュニティセンター
8/19(月) ①③五十市地区公民館
8/28(水) ⑤山之口総合センター

●受付時間 ①9時～11時30分、②9時～12時、③13時～15時30分、④13時～16時、⑤14時～17時
●定員・検診料 各回30人 2千円
●子宮頸がん健診
●対象 20歳以上の和暦で奇数年生まれの女性、または無料クーポン券対象者、個別通知者 ※申し込み順
●日程・場所
8/19(月) ①②五十市地区公民館
●受付時間 ①9時～10時30分、②13時～14時30分
●定員 ①80人、②50人
●検診料 1300円
●①胃がん健診、②特定・後期高齢者健診、③肺がん健診、④大腸がん健診
●対象 40歳以上の市民
※②は国保加入者および後期高齢者医療制度加入者が対象。申し込み順
●日程・場所
8/25(日) コミュニティセンター

●受付時間 8時30分～11時
●検診料 ①1400円、②③無料、④500円
●定員 ①40人、②各50人、③④なし
●申込 予約フォーム、電話、または健康課窓口
☎23-2765

●選考方法 8日3日(土)に都城運動公園陸上競技場で開催する「都城市土曜強化記録会」で選考
●申込 宮崎陸上競技協会ホームページ掲載の申請書に必要事項を記入し、7月11日(木)までに市陸上競技協会事務局
toasu4201@yahoo.co.jp

1500名	中学女子
3000名	中学男子・50歳以上男子
5000名	高校男子・49歳以下男子

●受付時間 8時30分～11時
●検診料 ①1400円、②③無料、④500円
●定員 ①40人、②各50人、③④なし
●申込 予約フォーム、電話、または健康課窓口
☎23-2765

●選考方法 8日3日(土)に都城運動公園陸上競技場で開催する「都城市土曜強化記録会」で選考
●申込 宮崎陸上競技協会ホームページ掲載の申請書に必要事項を記入し、7月11日(木)までに市陸上競技協会事務局
toasu4201@yahoo.co.jp

1500名	中学女子
3000名	中学男子・50歳以上男子
5000名	高校男子・49歳以下男子

●受付時間 8時30分～11時
●検診料 ①1400円、②③無料、④500円
●定員 ①40人、②各50人、③④なし
●申込 予約フォーム、電話、または健康課窓口
☎23-2765

●選考方法 8日3日(土)に都城運動公園陸上競技場で開催する「都城市土曜強化記録会」で選考
●申込 宮崎陸上競技協会ホームページ掲載の申請書に必要事項を記入し、7月11日(木)までに市陸上競技協会事務局
toasu4201@yahoo.co.jp

1500名	中学女子
3000名	中学男子・50歳以上男子
5000名	高校男子・49歳以下男子

テレビ番組の案内

◆BTVケーブルテレビ(デジタル111ch)
「みやこんじョジャーナル」 ※毎回10分間放送
①6:50～ ②11:50～ ③16:50～ ④20:50～ ⑤22:50～