



県広報

みやざき

Miyazaki Prefectural News Letter

10

2026 October

令和8年10月

偶数月発行

次回は12月に発行します。

特集

国スポ・障スポ開催まであと1年!

ひなたのチカラで盛り上げよう!

国スポ・障スポの
リッピングバス完成!!



幼ぐ感動 神話となれ

日本のひなた宮崎 国スポ・障スポ

第81回国民スポーツ大会

2027

第26回全国障害者スポーツ大会

2027.9/26(日)~10/6(水)
会期前実施競技:2027.9/9(木)~9/22(水)

2027.10/23(土)~10/25(月)

国スポ総合開会式まで

360日

障スポ開会式まで

387日

※令和8年10月1日時点

「宮崎県広報」Facebook、X(旧Twitter)発信中!
宮崎県公式LINE友だち、みやひなch登録募集中!

スマートフォン
からもご覧に
なれます→



YouTube
みやひなch→



宮崎県HP→



Facebook→



X(旧Twitter)→



LINE→



店舗などでの設置期間:10月1日~11月30日

のチカラで盛り上げよう！

障スポ

2027年 10月23日(土)～10月25日(月)

日本のひなた宮崎

紡ぐ感動
神話となれ



応援団活動第1弾！

▼郷土料理(がね)のふるまいの様子



応援団活動スタート！

問 総務企画課 ☎0985 (26) 7390



▲高原町応援団(地域婦人連絡協議会)の皆さん

宮崎国スポ・障スポに向けた応援団活動がスタート！7月19日(日)に高原町で開催されたりハール大会では、高原町応援団(高原町地域婦人連絡協議会)による郷土料理のふるまひが行われました。今後の県内各地での応援団活動もお楽しみに！

列車接近音が“ひなたのチカラ”に！

問 総務企画課 ☎0985 (26) 7390

山之口駅の列車接近音が大会イメージソング「ひなたのチカラ」アレンジバージョンに！これを記念して、8月1日(土)に「山之口駅列車接近音開始記念セレモニー」を行いました。河野知事とみやざき犬を乗せた列車の到着に合わせて、地元の子供や大人も一緒に「ひなたのチカラ」のメロディをお楽しみください。



過去の放送をチェック！



バス・トラックが国スポ・障スポバージョンに！

問 総務企画課 ☎0985 (26) 7390



宮崎国スポ・障スポバージョンにラッピングされたバス・トラックが宮崎の街を走ります！8月28日(金)には、県庁防災庁舎前広場にてお披露目式を行いました。大会マスコットキャラクター「みやざき犬」などが描かれた目を引くデザインです。見かけたラッキー♪

バス走行エリア

宮崎地区 (1台)
延岡地区 (1台)
都城地区 (1台)

トラック走行エリア

西日本 (1台:共同運送(株))
九州内 (1台:草水運送(株))
県内 (1台:(有)太田運送)

TA STYLE」放送中！

「応援したい」がきっと見つかる！

選手の想いに迫る大会公式番組

毎月第2・第3月曜 18:55～

毎月第1・第3日曜 11:45～

放送中です！ぜひご覧ください♪

大会公式SNSのフォローもお願いします♪



開催まであと1年！

ひなた

国スポ

2027年 9月26日(日)～10月6日(水)

会期前 2027年9月9日(木)～9月22日(水)

国スポ正式競技 競技別リハーサル大会開催中！

問 競技・式典課 ☎0985(26)0054

10月～11月の予定はこちら！

10月

▼リハーサル大会についてのお問い合わせは主催者(各市役所・町役場など)まで！

日 程	競 技	主催者	会 場
10日(土)～14日(水)	ホッケー	都農町	ミヤチク藤見公園ホッケー場 ミヤチク藤見公園西側多目的広場
23日(金)～25日(日)	卓球	宮崎市	KING SportsPark
24日(土)～26日(月)	サッカー	綾町	綾錦原サッカー場 綾小田爪多目的競技場 綾てるは広場
24日(土)～25日(日)、27日(火)		西都市	清水台総合公園多目的広場A面、B面、C面
24日(土)、26日(月)、28日(水)		新富町	新富町フットボールセンター いちご宮崎新富サッカー場 富田浜公園
31日(土)～11月2日(月)		延岡市	のべおかwaiwaiスタジアム
31日(土)～11月1日(日)		日向市	お倉ヶ浜総合公園 メディキットスタジアム
31日(土)	軟式野球	高鍋町	高鍋総合運動公園MASUDAスタジアム
31日(土)		川南町	川南町運動公園野球場
31日(土)～11月1日(日)		門川町	門川海浜総合公園野球場
31日(土)		西都市	西都原運動公園野球場
31日(土)～11月2日(月)	ライフル射撃	宮崎市	50m 宮崎県ライフル射撃競技場
			10m・AP 宮崎市田野体育館
			BR・BP

11月

19日(木)～23日(月)	ウェイトリフティング	小林市	小林市文化会館
21日(土)～23日(月)	ボウリング	宮崎市	宮崎エースレーン
25日(水)～29日(日)	ボクシング	えびの市	えびの市民体育館
26日(木)～29日(日)	バドミントン	高鍋町	井上スポーツセンター高鍋町総合体育館

運営ボランティア募集中！

みんなで大会を支えよう！ご応募お待ちしております♪

来年の国スポ・障スポの開閉会式および障スポ競技会場での受け付け・案内、会場整理、会場美化など大会の運営を支えていただきます！

応募締め切り

2027年5月31日(月)

応募は
こちらから！



「HINA

あなたの
〈競技の魅力、

MRT

UMK

毎月2話ずつ

宮崎日南ステージを楽しみ尽くそう！

世界の一流選手によるビッグレースが 今年も宮崎にやってくる！

選手や競技ルールを知らなくても大丈夫。
グルメやステージイベントなど、
みんなで楽しめるコンテンツが盛りだくさん。
お出かけ気分であげに楽しめます！

EVENT イベント 盛り上がるのは勝負だけじゃない！ 【日南市役所前・県庁楠並木通り】



日南市役所と県庁では、特設ステージで盛り上がる！豪華ゲストによるトークショーなど、どなたでもお楽しみいただける内容です。キッチンカーも勢ぞろい。
選手の到着をにぎやかに待ちましょう！

フィニッシュ 勝利の瞬間を見逃すな！ 【県庁楠並木通り】



宮崎日南ステージの勝利だけじゃない。総合時間賞やポイント賞など、大会全体のチャンピオンも楠並木通りで決まる。
歴史的瞬間を目に焼き付けましょう！



TOUR de KYUSHU 2026

マイナビ ツール・ド・九州

イベント情報満載！
大会特設ページを
チェック！！



- 主催 ツール・ド・九州2026実行委員会
一般社団法人 ツール・ド・九州
- レースカテゴリ UCIアジアツアー2.1 (ステージレース クラス1)
- 参加チーム 18チーム (108人)

一部区間で交通規制を行います。
安全確保のため、
ご理解とご協力をお願いします。
規制路線・規制時間はこちら▶



問 スポーツランド推進課 ☎0985 (26) 7108

県公式SNSで「知りたい」がすぐ届く！

県では、イベント・観光・防災・子育て情報など、宮崎での暮らしに役立つ情報を各種SNSで発信しています。



LINE



- ✓ 県主催のイベント情報
- ✓ お得なキャンペーン情報
- ✓ 台風や地震などの防災速報をお届け！

週1～2回、県主催のイベント情報やキャンペーン情報などを配信中！
いざという時に役立つ防災情報・災害時の緊急速報も速やかにお届けします。
お住まいの地域の情報だけを受け取る設定も可能です！

登録者限定！

毎月豪華プレゼントキャンペーンも！



※写真はイメージです。※商品は仕入状況により予告なく変更する場合がございます。



友だち登録はこちら



YouTube

🔍 | 楠並木ちゃんねる

宮崎の食・観光・イベントや県の動きを配信しています。



「日本のひなた宮崎 国スポ・障スポ」
みんなで盛り上げよう！(2026年4月8日公開)

県の動きを
分かりやすく
紹介！

🔍 | みやひなch

メインキャラクターの「ぞの」が、宮崎のグルメやアクティビティ、観光スポットなどを楽しく紹介！



毎週動画を
更新中！

【ぞの爆食】これが王道！宮崎ブランドポーク5品を
全力食べ比べ！🍖💖(2025年10月10日公開)

X, Facebook

X、Facebookでは毎日配信中！
県政情報や県主催のイベント情報、防災情報などを
幅広くお届けしています。

🔍 | 宮崎県広報

X(旧Twitter)



Facebook





『ポケふた』めぐり旅

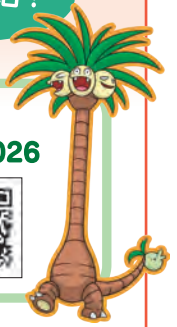
連載開始!

高鍋町編

県内全ての市町村には、「宮崎だいすきポケモン」のナッシーやアローラナッシーが描かれたポケモンマンホール『ポケふた』が設置されています。
『ポケふた』を探しつつ、おすすめの「いっチャが! スポット」に足を運んでみませんか?
連載初回となる今回は、高鍋町をご紹介します!

ナッシーと巡ろう!!
宮崎スタンプラリー2026

2月28日(日)
まで開催中!
詳しくはこちら▶



『ポケふた』 in 高鍋町

アローラナッシーと、「なみのり」を楽しむアローライチュウが描かれています♪

ポケふたがあるのは、蚊口海浜公園! 遊具やキャンプ場があり、潮風を感じながら親子で楽しむことができます。

詳しくはこちら



＼ いっチャが! スポット / 高鍋湿原

▶サギソウの花
(花期 8月〜10月頃)



▶ベニトンボ
(成虫 4月〜11月頃)



防災ダム工事をきっかけに生まれた湿原で、約400種の植物が自生し、ベニトンボやリンドウ、サギソウなど希少な動植物を見ることができます。

東部と西部に分かれている湿原は遊歩道で結ばれており、散策におすすめです。

詳しくはこちら



©Pokémon. ©Nintendo/Creatures Inc. /GAME FREAK inc.
ポケットモンスター・ポケモン・Pokémonは任天堂・クリーチャーズ・ゲームフリークの商標です。



忙しい毎日に
少しの工夫で、
健康増進!

おうち de ベジ活クッキング!!

～ベジ活・適塩を毎日の食生活に～

野菜を
多く摂りましょう!
おいしく
適塩生活!

大根ゆず胡椒あえ

適塩後で作ると
より健康的に!

【材料(2人分)】

適塩前

- 大根 100g
- かいわれ 20g
- しょうゆ(大さじ1) ... 18g
- ごま油(小さじ1) 5g
- ★ 酢(小さじ2) 10g
- 砂糖(小さじ1/2) 2g

適塩後

- 大根 100g
- かいわれ 10g
- カニ風味かまぼこ 18g
- しょうゆ(小さじ1) 6g
- ゆず胡椒 1.2g
- へべす(果汁)(小さじ2) ... 10g
- サラダ油(小さじ1) 4g

【作り方】

- ①大根は細切りにし、水につけておく。(スライサーも可)
- ②かいわれの根元を切り落として4等分の長さに切り、水でゆすぐ。
- ③カニ風味かまぼこは1cm幅の輪切りにする。
- ④ボウルに★の調味料をよく混ぜ合わせ、水気をしっかり切った大根とかいわれ、カニ風味かまぼこを加えて和える。

適塩前

1人分あたり
エネルギー 43kcal
食塩相当量 1.3g

適塩後

1人分あたり
エネルギー 47kcal
食塩相当量 0.8g

1人分の野菜・きのこ量
55g



ポイント

●ゆず胡椒の風味とピリッとしたアクセントで満足感のある味わいになります。

レシピ作成：日向市食生活改善推進協議会



令和8年熊本地震 ～常在危機の備え～

令和8年熊本地震によりお亡くなりになられた方々に謹んで哀悼の意を表します。ご遺族の皆さまに衷心よりお悔やみ申し上げますとともに、被災されたすべての皆さまに、心よりお見舞い申し上げます。

本県は、日頃からつながりの深い隣県として、また、九州地方知事会の会長県（被災地支援対策本部を設置）として、地震が発生した7月28日には直ちに職員を熊本県庁に派遣し、被災状況の情報収集や関係機関との連絡調整に着手しました。

また、医師、看護師などからなるDMAT（災害派遣医療チーム）や警察官を派遣し、県内各消防本部から27隊97名が宇城広域連合消防本部での支援に入るなど、迅速な支援を展開してまいりました。その後、保健師、栄養士などの各専門家チームも順次派遣しています。

8月2日からは、国との調整に基づき、震度7を記録した宇城市への対口支援（※）として、県及び市町村職員を毎日約50名派遣し、避難所運営や支援物資調整などを支援してきました。

今後も、被災地の一日も早い復旧・復興に向けて、被災された方々に寄り添い



県職員派遣の際の出発の様子

ながら、全力で支援に取り組んでまいります。

今回の震災では、九州の南北を結ぶ大動脈である九州自動車道の一部区間が通行止めとなりましたが、東九州自動車道や九州中央自動車道が広域迂回路の役割を果たしました。

南海トラフ地震の発生が懸念される本県にとって、防災・減災の観点から、災害支援や物流の中核を担う高速道路ネットワークの整備を、これまで以上に加速させる必要があります。今回の地震を教訓として、未整備区間の解消と4車線化の早期実現など、国やNEXCO西日本に強く訴えてまいります。

県民の皆さまには、日頃からの備えとして、ぜひ県や市町村の支援策を活用いただき、木造住宅の耐震化や、家具転倒防止器具・感震ブレーカー・非常用電源の整備、避難場所や避難経路、ハザードマップの再確認のほか、最低3日分、できれば1週間分の水や食料の備蓄をお願いします。

熊本地震に続き、千葉や北陸で線状降水帯による豪雨災害が発生しました。こうした自然災害からご自身や大切な人の命を守るため、これからも「常在危機」の意識を徹底していきましょう。

※対口支援とは、被災市町村ごとに支援団体を割り当てて支援する仕組みのことです。



◀避難所での注意点などをまとめた動画を県ホームページに掲載しています。こちらも、ぜひ、ご覧ください。



知ってますか？避難所のTKB

検索

特別展「旅するみやざき展 ～出かけよう、宮崎の記憶をたどる6つの旅へ～」

民俗・歴史・考古・動物・植物・地質の6分野から、旅に関する展示を通して、宮崎の文化と自然をめぐる総合展です。

日時 10月17日(土)～11月30日(月)
9:00～17:00 (入場16:30まで)
場所 県総合博物館 2階特別展示室
料金 無料

休館日 毎週火曜日(祝日を除く)、火曜日が祝日の場合は翌日

詳しくは県総合博物館(みやはく)のホームページをご覧ください。

問 県総合博物館 ☎0985(24)2071



第3期コレクション展

当館所蔵を代表するシュルレアリスム作品として、今回はマグリットの作品を展示するとともに、没後50年を迎えたエルンストの版画を中心に18点の初公開作品も展示予定！ 瑛九展示室では「ふわふわ」「くねくね」といったオノマトペを視点到多彩な作品が並びます。また、作品に関連した技法体験やフォトスポットが楽しめるコーナーも用意しています。

10月31日(土)からは、現代のイタリア彫刻作品を紹介する小企画展も開催します。

期間 10月10日(土)～12月22日(火)
開館時間 10:00～18:00(入場17:30まで)
場所 県立美術館 コレクション展示室 **料金** 無料
休館日 月曜日(祝日を除く)、祝日の翌平日

コレクション企画 イタリア現代彫刻展 10月31日(土)～12月23日(水)

詳しくは県立美術館のホームページをご覧ください。

問 県立美術館 ☎0985(20)3792

ルネ・マグリット
「現実の感覚」



小曽根真 × 壺阪健登 ソロ&デュオリサイタル

世界的に活躍するピアニスト、小曽根真が宮崎に登場。今注目の若手ピアニスト、壺阪健登をゲストに迎えて奏でるソロ&デュオのステージをお聴き逃しなく。

日時 11月1日(日)
13:30開場 14:00開演
場所 メディキット県民文化センター(宮崎県立芸術劇場) アイザックスターンホール

出演者 小曽根真、壺阪健登
曲目 G.ガーシュウィン: ラプソディ・イン・ブルー(2台ピアノ版) 他

料金 (全席指定) S席 5,000円 A席 4,000円
U25割 各席種半額※鑑賞時25歳以下

問 メディキット県民文化センター
☎0985(28)7766



公演HP▶



「緑陰コンサート」のお知らせ

今年度2回目の「緑陰コンサート」を開催します。今回は、小さいお子様から大人の方まで楽しめる生演奏のファミリーコンサートです。ぜひお気軽にお越しください！

日時 10月31日(土)
13:30～15:00
場所 宮崎県立図書館
北玄関付近

料金 無料
定員 約100人

詳しくは県立図書館のホームページをご覧ください。

問 県立図書館 ☎0985(29)2956



昨年度の緑陰コンサートの様子



情報アラカルト

最新情報は別途ご確認ください。

その他のお知らせは「県政けいじばん」をご覧ください。

▶県政けいじばん



令和8年度特別展

日向の残照

～日本遺産「南国宮崎の古墳景観」～

日本独自の形である前方後円墳が造られた時代、宮崎にも西都原古墳群をはじめ、多くの古墳が築かれました。列島各地であまた造られた古墳は時の移ろいの中で様変わりしていましたが、県内には当時に近い景観が今もなお保たれています。

本展示会では、日本遺産「南国宮崎の古墳景観」の魅力を余すことなく紹介します。

※特別展関連シンポジウム【10月25日(日)】を開催します。興味のある方は、西都原考古博物館まで申し込みください。

展示期間 10月10日(土)～12月13日(日)
開館時間 9:30～17:30(入場17:00まで)
場所 西都原考古博物館展示室 **料金** 無料

休館日 月曜日(祝休日・10月26日(月)を除く)、祝休日の翌平日

問 西都原考古博物館
☎0983(41)0041



鬼の窟古墳(西都市)



考古館ホームページ

国スポ・障スポ
の舞台で
汗を流そう!

県スポーツ施設で楽しく健康づくりしませんか?

2027年「日本のひなた宮崎 国スポ・障スポ」の舞台となる「ひなた宮崎県総合運動公園」や「アスリートタウン延岡アリーナ」!

実はこうした県のスポーツ施設では、1年を通じて県民の方々も利用できる楽しい運動プログラムを実施中です!

トップ選手が集う素晴らしい会場で、皆さんも気持ちよく汗を流してみませんか? 楽しく動いて健康づくりを始めましょう!

ひなた宮崎県総合運動公園
ひなた武道館



ヨガやピラティスなどの気軽に楽しめるフィットネスから、テニスやランニングなどのスクールまで、幅広く用意しています!

アスリートタウン延岡アリーナ



詳しくはこちら!



問 スポーツ振興課 ☎0985 (26) 7247



アンケートにお答えいただいた方の中から抽選で5人の方にプレゼント!

●今回のプレゼント

もらってうれしい県産品の詰め合わせ



〈詰め合わせの例〉

応募方法

次の事項をもれなく明記の上、下記のいずれかの方法でご応募ください。

※応募は、お1人様につき1回限り有効です。

- ①郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号
- ②県広報みやざきをどこで入手しましたか。またはどこでご覧になりましたか。
☐ 自治会経由 ☐ 公共機関(県庁、市町村役場など) ☐ 図書館
☐ コンビニ ☐ イオン ☐ 金融機関 ☐ 県ホームページ ☐ その他
- ③県広報みやざき10月号で最も良かったコーナーを1つ
- ④県広報みやざきに関するご意見

応募先

ハガキ: 〒880-8501 (住所不要)

宮崎県秘書広報課「県広報みやざき読者プレゼント」係
県電子申請: 右の二次元コードを読み取って応募できます。



応募締切

11月2日(月) ※ハガキの場合は、当日消印有効

※このプレゼント応募に伴い知り得た個人情報は、プレゼント発送にのみ使用し、それ以外の目的には使用しません。
※当選者の発表は、プレゼントの発送をもってかえさせていただきます。

宮崎県の推計人口と世帯数
(2026年8月1日現在)

■推計人口/1,008,832人

■世帯数/468,879世帯

編集後記

愛読いただいている皆さま、初めまして。4月から広報戦略室に配属されました、㊦と申します。「県広報みやざき」を通じ、2か月に一度、皆さまとつながれることに喜びを感じています。暑かった夏が過ぎ行き、私の故郷である日之影町の棚田には黄金色の稲穂が頭を垂れています。ひと雨ごとに寒さが増していくこの季節、体調に気をつけながら、皆さまと一緒に美しい宮崎の秋を堪能したいです。㊦



日本の
ひなた
宮崎県

宮崎県では、新たな収入確保対策として、有料広告を掲載しています。

広告内容は県が推奨するものではありません。掲載されている広告の内容などのお問い合わせは、直接広告主へお願いします。

広告掲載については、株式会社ジチタイアド 地方協創事業部 西日本支社(☎092-716-1401)まで。

260
古紙(リサイクル)配合率50%以上紙を使用