

発行

一般財団法人みやざき公園協会

〒880-0014 宮崎市鶴島2丁目10-25 URL <https://mppf.or.jp/>
※イベントは悪天候や社会情勢により中止・変更になる場合がございます。
予めご了承ください。
※3歳以下のイベント参加費は無料です。

お知らせイベント一覧（内容をご確認の上ご参加ください）

9月～10月		
7月～10月	● ピーチヨガ	みやざき臨海公園
9月開催予定	● ジュニアライフセービング教室	みやざき臨海公園
9/20(土)～11/24(月祝)	● ひとつ葉秋めぐり～未来へつなぐエシカルゲーム～	県立阿波岐原森林公園
9/28(日)	● 青島サンデーマーケット	宮交ボタニックガーデン青島
10月開催予定	● 親子釣り大会	みやざき臨海公園
10月開催予定	● 地引網体験会	みやざき臨海公園

11/20(木)	● 3B体操教室	佐土原体育館
11/22(土)	● 寄せ植え教室	宮交ボタニックガーデン青島
11/29(土)～12/21(日)	● ハワイアンキルト展	宮交ボタニックガーデン青島
11/29(土)	● クリスマスリースづくり教室	宮交ボタニックガーデン青島
11/29(土)	● 早春まで楽しめる寄せ植え教室	県立阿波岐原森林公園
11/30(日)	● コーラス花壇植栽	国際海浜エントランスプラザ
12月開催予定	● 天体観察会	みやざき臨海公園
12月開催予定	● Starfall SEA Night	みやざき臨海公園
12/3(水)	● 笑いヨガ教室	佐土原西体育館
12/11(木)	● 寄せ植え教室	佐土原体育館
12/13(土)	● 環境学習プログラム クリスマスリース作り	県立阿波岐原森林公園

2026年1月～2月		
1/10(土)	● バラの管理講習会	ひなた宮崎県総合運動公園
1/12(月祝)	● 凧揚げ体験会	萩の台公園
1/17(土)	● 親子ZUMBA	佐土原西体育館

10月 毎週木曜日	● 太極拳教室	佐土原体育館
10/11(土)	● 星空観察会	特別史跡公園西都原古墳群
10/25(土)	● 犬のマナー教室	県立阿波岐原森林公園
10/25(土)～11/24(月祝)	● 秋のフラワーショー	宮交ボタニックガーデン青島
10/26(日)	● 青島サンデーマーケット	宮交ボタニックガーデン青島
10/26(日)	● 秋の植物販売会	宮交ボタニックガーデン青島
10/26(日)	● ブーゲンビリア講習会	宮交ボタニックガーデン青島
10/26(日)	● トンボ池で見つけよう！ 秋の生き物観察会	萩の台公園

11月～12月		
11月開催予定	● ネイチャーゲーム	ひなた宮崎県総合運動公園
11月開催予定	● 親子パークゴルフ大会	宮崎市青島パークゴルフ場
11月開催予定	● ひなたいち（フリーマーケット）	みやざき臨海公園
11/9(日)	● 初めてのZUMBA	佐土原西体育館
11/15(土)	● 太極拳教室	佐土原武道館

2月開催予定	● 野鳥観察会	県立阿波岐原森林公園
2月開催予定	● 西都原体験会	特別史跡公園西都原古墳群
2/1(日)～2/28(土)	● 真冬のフラワーショー	宮交ボタニックガーデン青島
2/7(土)	● 昼間の天体観測会	青島参道南広場
2/14(土)	● 野鳥観察会	阿波岐原森林公園 市民の森
2/21(土)	● 星空観察会	特別史跡公園西都原古墳群

各公園 花苗プレゼント一覧（先着 1家族1セット）		
10/3(金)～6(月) 9:00～	● 一年草 各日100セット	宮崎市青島パークゴルフ場 正面入口
10/4(土) 9:00～	● 一年草 50セット	ひなた宮崎県総合運動公園 受付案内所前
10/4(土) 10:00～	● 一年草 100セット	宮崎市久峰総合公園 噴水広場
10/11(土) 10:00～	● 一年草 100セット	県立阿波岐原森林公園 管理事務所前
10/26(日) 13:00～	● 一年草 100セット	宮交ボタニックガーデン青島 園内

花苗の無人販売も行っています！

下記の公園や施設にて、開園時間に合わせて季節の花苗を販売しています！

- 宮交ボタニックガーデン青島
- 県立阿波岐原森林公園
- 阿波岐原森林公園 市民の森
- 国際海浜エントランスプラザ
- 萩の台公園
- 宮崎市青島パークゴルフ場

県立阿波岐原森林公園

ひとつ葉秋めぐり～未来へつなぐエシカルゲーム～

SDGsをテーマに一つ葉地域を巡りながら、スタンプやクイズ、松ぼっくりや海洋ごみ集めなどのミッションをクリアし、ポイントを集めるポイントラリーを実施します。豊かな自然環境がこれからもずっと続くように、私たちにできることを楽しみながら考えてみませんか？

日 時	9月20日(土) ～11月24日(月・祝)
場 所	一つ葉地域一帯
参加費	無料

犬のマナー教室

愛犬とのふれあい方や、散歩時のしつけのコツなどを学んでみませんか？
愛犬と一緒にご参加ください。

日 時	10月25日(土) 10:00～11:00
場 所	管理事務所前
参加費	1頭500円 (追加参加者1名あたり追加料金100円)
定 員	15組(要事前申込、1頭につき1名)

宮交ボタニックガーデン青島

青島サンデーマーケット

ナチュラルオーガニックをテーマとした日曜市です。

日 時	9月28日(日)、10月26日(日) 9:00～14:00
場 所	芝生広場

秋のフラワーショー

ヤシ類と芝生が広がり、色鮮やかな熱帯植物が花壇を彩ります。
トロピカルな青島の秋をお楽しみください。

日 時	10月25日(土)～11月24日(月・祝) 8:30～17:00
場 所	園内

● 秋の植物販売会

秋に見頃を迎えるブーゲンビリア、熱帯花木などを販売します。

日 時	10月26日(日) 9:00～14:00
場 所	イベント広場

● ブーゲンビリア講習会

ブーゲンビリア初心者の方にぴったりの育て方講習会です。

日 時	10月26日(日) 10:30～11:30
場 所	イベント広場
参加費	無料
定 員	15名(当日受付)

● 寄せ植え教室

季節に合わせた花苗を使用した寄せ植えを作る体験教室です。

日 時	11月22日(土) 10:00～11:00
参加費	1人1,000円
場 所	学習室
定 員	20名(要事前申込)

友の会通信 2025 秋冬号 Miyazaki Parks Association

早春まで楽しめる寄せ植え教室

ビオラやシロタエギクなどの一年草を使って、春先まで長く楽しめる寄せ植えを作成します。

日 時	11月29日(土) 10:00～11:00
参加費	1人1,000円
持ち物	汚れてもいい服装、園芸用手袋、移植こて
場 所	管理事務所
定 員	15名(要事前申込)

環境学習プログラム クリスマスリース作り

園内で採れるどんぐりや松ぼっくりを使ってリースや飾り物を作ります。

日 時	12月13日(土) 10:00～11:00、14:00～15:00
場 所	管理事務所
参加費	1人500円
定 員	各回10名(要事前申込)

野鳥観察会

干潟には様々な生き物が生息していて、野鳥も多く見られます。専門家の先生の解説を聞きながら一緒にバードウォッチングを楽しむイベントです。

日 時	2026年2月開催予定
場 所	一つ葉入江
参加費	1人300円
定 員	30名(要事前申込) 最少催行人数10名に達しない時は、イベントを中止する場合もございます。
持ち物	各自必要な防寒対策(帽子・手袋・長靴・カイロなど)、 持っている方は双眼鏡(8倍率程度)

お申込み・お問合せ

県立阿波岐原森林公園 管理事務所
〒880-0834 宮崎市新別府町上和田1336-1
TEL.0985-23-2635 FAX.0985-23-2636
E-mail awaki@mppf.or.jp URL <https://mppf.or.jp/awaki/>

イオンモール宮崎近く

ハワイアンキルト展

植物園で実際に見られる植物や、日南海岸をモチーフに作られた創作キルトを多数展示します。布で表現された植物を是非お楽しみください。

日 時	11月29日(土)～12月21日(日) 9:00～16:00
場 所	学習室

クリスマスリースづくり教室

松ぼっくりやドライフラワーなどを使ってオリジナルのリースを作りましょう。

日 時	11月29日(土) 10:00～11:00、13:30～14:30
場 所	公開培養温室
参加費	1人1,000円
定 員	各回10名(要事前申込)

真冬のフラワーショー



どこよりも早く春を告げる花々が園内を彩ります。ストック、パンジー、ビオラなどの花が咲き誇る、青島にしかない風景をお楽しみください。

日 時	2026年2月1日(日)～2月28日(土) 8:30～17:00
場 所	園内

お申込み・お問合せ

宮交ボタニックガーデン青島(県立青島亜熱帯植物園) 管理事務所
〒889-2162 宮崎市青島2丁目12-1
TEL.0985-65-1042 FAX.0985-55-4803
E-mail aoshima@mppf.or.jp URL <https://mppf.or.jp/aoshima/>

宮崎市佐土原町域社会体育施設

太極拳教室

【佐土原体育館】

太極拳を通して、血行促進による肩こりや腰痛の緩和、心身のリラックス等による健康増進を図りましょう。子どもからお年寄りまで、どなたでも挑戦できます。

日 時	10月の毎週木曜日 10:00～11:30
場 所	佐土原体育館 会議室
参加費	1人1回300円
定 員	20名(要事前申込)
持ち物	動きやすい服装、汗拭きタオル、バスタオルまたはヨガマット、飲み物、シューズ



初めてのZUMBA 承認No.32162

【佐土原西体育館】

ZUMBA（ズンバ）とは音楽とダンスを融合させたダンスフィットネスエクササイズです。初心者の方でも気軽に体を動かすことができる楽しいダンスです。是非ご参加ください！

日 時	11月9日(日) 13:30～15:00	参加費	1人500円
場 所	佐土原西体育館 アリーナ	定 員	20名(要事前申込)
持ち物	動きやすい服装、汗拭きタオル、飲み物、シューズ		

3B体操教室

【佐土原体育館】

幅広い年齢に対応した体操で、誰でに気軽に簡単に行うことができます。運動が苦手な方も健康増進のためにぜひご参加ください。

日 時	11月20日(木) 10:00～11:30
場 所	佐土原体育館 会議室
参加費	1人500円
定 員	20名(要事前申込)
持ち物	動きやすい服装、汗拭きタオル、飲み物、シューズ



みやざき臨海公園

ビーチヨガ（主催:ヨガスタジオ Silkaid）

南ビーチの砂浜の上で、気持ちよく身体を動かしましょう！

日 時	7～10月（モーニング6:30～毎週日曜、ナイト18:30～毎週金曜）		
場 所	南ビーチ	参加費	1人1,000円(未就学児無料)
持ち物	ヨガマットもしくは大きめのバスタオル、飲み物		
お問合せ	090-3418-2769(ヨガスタジオSilkaid)		

ジュニアライフセービング教室

楽しく海で遊ぶために、海の危険を知り、命の大切さを学ぶ、小学生を対象としたライフセービング教室です。

日 時	9月開催予定	場 所	北ビーチ
参加費	1人500円	定 員	小学生10名(要事前申込)
持ち物	熱中症対策用品、濡れてもよい服装、紐付きの帽子、タオル、着替え、飲み物、マリンスーツまたはビーチサンダル(ライフジャケットはこちらで準備します)		

親子釣り大会

親子でエントリーする釣り大会。釣りの経験がない人もスタッフがエサのつけ方、釣り方まで指導します。釣れた魚の数などで競い、入賞者には賞品を進呈します！

日 時	10月開催予定	場 所	釣り護岸
参加費	1人500円	定 員	3歳以上、小学生以下の親子10組(要事前申込)
持ち物	バケツまたはクーラーボックス、帽子、体温調節ができる服装、飲み物(ライフジャケットはこちらで準備します)		

地引網体験会

昔ながらの漁法「地引き網」を体験してみませんか？サンビーチーツ葉にはどんなお魚が住んでいるのか調べてみよう！

日 時	10月開催予定	集合場所	北ビーチ
参加費	無料	定 員	30名(要事前申込)
持ち物	汚れてもいい服装		

笑いヨガ教室

【佐土原西体育館】

姿勢や呼吸法を学び、自律神経の働きや内臓器官の働きを整えるヨガで健康増進を図ります。

日 時	12月3日(水) 10:00～11:00	参加費	1人300円
場 所	佐土原西体育館 アリーナ	定 員	20名(要事前申込)
持ち物	動きやすい服装、汗拭きタオル、飲み物、シューズ		

寄せ植え教室

【佐土原体育館】

植え方から管理方法まで学ぶことが出来る教室です。一緒に寄せ植えを作ってみませんか。

日 時	12月11日(木) 10:00～11:30
場 所	佐土原体育館 会議室
参加費	1人1,000円
定 員	15名(要事前申込)



親子ZUMBA 承認No.32163

【佐土原西体育館】

親子で楽しめるダンスです。アップビートなリズムに合わせて体を動かすことで全身の機能の向上効果も見込める運動プログラム、是非親子で体験してください！

日 時	2026年1月17日(土) 13:30～15:00	参加費	1人500円
場 所	佐土原西体育館 アリーナ	定 員	20名(要事前申込)
持ち物	動きやすい服装、汗拭きタオル、飲み物、シューズ		



お問合せ お申込み	佐土原体育館 管理事務所
	〒880-0211 宮崎市佐土原町下田島20688-74
	TEL.0985-73-7223 FAX.0985-75-0155
	E-mail sad-sports@mppf.or.jp URL https://mppf.or.jp/sadowara/

ひなたいち（フリーマーケット）

フリーマーケットとハンドメイド、食品販売などが出店します！

日 時	11月開催予定	場 所	多目的広場
-----	---------	-----	-------

天体観察会

普段あまり観ることのない星や星座等を観察し、先生の話聞いてみませんか？

日 時	12月開催予定
集合場所	多目的広場
参加費	1人500円
定 員	10名(要事前申込、中学生以下は保護者同伴)
持ち物	防寒グッズ・懐中電灯・筆記用具



Starfall SEA Night

イルミネーション等で彩られた南ビーチで、暖かな焚火に身をゆだね、穏やかな時間を過ごしてみませんか？

日 時	12月開催予定	場 所	南ビーチ
-----	---------	-----	------

お問合せ お申込み	みやざき臨海公園 管理事務所
	〒880-0834 宮崎市新別府町前浜1400-16
	TEL.0985-62-2665 FAX.0985-62-2773
	E-mail marineparks@mppf.or.jp URL https://mppf.or.jp/marineparks/

佐土原武道館

太極拳教室

太極拳のゆっくりとした体重移動と深呼吸は体幹をやさしく鍛えてくれます。身体と精神を健やかにしてくれる太極拳に触れてみませんか。

日 時	11月15日(土) 10:00～12:00	場 所	佐土原武道館
参加費	1人300円	定 員	20名(要事前申込)
持ち物	動きやすい服装、体育館シューズもしくは靴下、ヨガマットもしくは大きめのバスタオル		

お問合せ お申込み	宮崎市久峰総合公園 管理事務所
	〒880-0212 宮崎市佐土原町下那珂13754
	TEL/FAX.0985-73-2782
	E-mail hisamine@mppf.or.jp URL https://mppf.or.jp/hisamine/

特別史跡公園 西都原古墳群

星空観察会

専門家による星座の話聞きながら、夜空を眺めてみませんか？

日 時	10月11日(土)、2026年2月21日(土) 18:30～20:30		
場 所	第2古墳群	参加費	1人300円
定 員	各回30名(要事前申込、中学生以下は保護者同伴)		
持ち物	飲料水、懐中電灯、敷物		

西都原体験会

西都原公園の自然を堪能しながら、西都原の神話を学んでみませんか？

日 時	2026年2月開催予定	場 所	第2古墳群	主 催	iさいと
定 員	20名(要事前申込、中学生以下は保護者同伴)	参加費	1人100円	持ち物	飲料水、動きやすい服装

お問合せ お申込み	特別史跡公園西都原古墳群 管理事務所
	〒881-0005 西都市大字三宅西都原5670
	TEL.0983-42-0024 FAX.0983-42-0242
	E-mail saito@mppf.or.jp URL https://mppf.or.jp/saito/

宮崎市青島パークゴルフ場

親子パークゴルフ大会

親子（祖父母可）でパークゴルフ大会に参加してみませんか？参加賞として全員に花苗プレゼントや、順位賞も多数用意しています。

日 時	11月開催予定	大会方式：ペア競技 (ベストボール方式) 2人1組でペアを組み、2打目から1個のボールを選択し、以後ペア同士が交互に打つ方式です。
参加費	1組1,000円 クラブ・ボールレンタル代:100円	
定 員	100名50組(要事前申込)	

お問合せ お申込み	宮崎市青島パークゴルフ場 管理事務所
	〒889-2161 宮崎市加江田7470-3
	TEL.0985-65-1113 FAX.0985-33-9590
	E-mail aopago@mppf.or.jp URL https://mppf.or.jp/aopago/

ひなた宮崎県総合運動公園

ネイチャーゲーム

秋の日本庭園の自然を題材に楽しむネイチャーゲーム。子どもから大人まで楽しめる体験イベントです。

日 時	11月開催予定		
場 所	日向景修園(日本庭園)	参加費	1人500円
持ち物	動きやすい服装、筆記用具、バンダナ、敷物、飲料水、雨具		
定 員	20名(要事前申込) 最少催行人数10名に達しない時は、イベントを中止する場合もございます。		

バラの管理講習会

バラ園にて、バラの上手な咲かせ方や、剪定方法、増やし方について学べる講習会を行います。

日 時	2026年1月10日(土) 10:00～11:30	場 所	バラ園
参加費	無料	定 員	30名(要事前申込)

お問合せ お申込み	ひなた宮崎県総合運動公園 管理事務所	※土日祝日は 駐車場料金が発生します。
	〒889-2151 宮崎市大字熊野1443-12	
	TEL.0985-58-6543 FAX.0985-58-4560	
	E-mail undou@mppf.or.jp URL https://mppf.or.jp/undou/	

国際海浜エントランスプラザ

コーラス花壇植栽

英国式庭園に向かう園路沿いの花壇で植栽イベントを行います。春のフラワーガーデンショーに向けて、チューリップ球根や春の草花を植え付けます。参加者には花苗をプレゼント。

日 時	11月30日(日) 10:00～	集合場所	コーラス花壇
参加費	無料	定 員	30区画60名(要事前申込)

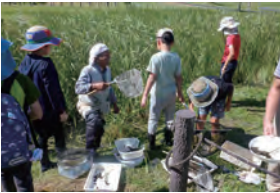
お問合せ お申込み	国際海浜エントランスプラザ 管理事務所
	〒880-0836 宮崎市山崎町浜山414-1
	TEL.0985-32-1369 FAX.0985-32-1380
	E-mail plaza@mppf.or.jp URL https://mppf.or.jp/entrance_plaza/

萩の台公園

トンボ池で見つけよう！秋の生き物観察会

トンボ池で生き物観察会を開催します。秋のトンボ池では赤トンボ、バッタ、タイコウチ、ゲンゴロウなど多種多様な生き物の観察が楽しめます。

日 時	10月26日(日) 10:00～11:00
場 所	トンボ池及び周辺
参加費	1人300円
定 員	30名(要事前申込、小学生以下は保護者同伴)



風揚げ体験会



芝生広場は近くに建物や電線が無く、風揚げにぴったり。スタッフが揚げ方のサポートもするので、初心者でも安心です！風を持っていない方には貸出しや販売も行います。

日 時	2026年1月12日(月・祝) 10:00～12:00		
場 所	芝生広場	参加費	無料

お問合せ お申込み	萩の台公園 管理事務所
	〒880-0125 宮崎市大字広原字竹増迫7150
	TEL.0985-30-2163 FAX.0985-39-5940
	E-mail haginodai@mppf.or.jp URL https://mppf.or.jp/haginodai/

青島参道南広場

昼間の天体観測会

明るい時間帯でも観測できる天体を見てみよう！天体や空について、詳しく解説します。

日 時	2026年2月7日(土) 17:00～18:30	場 所	広場内
参加費	1人300円	定 員	30名(要事前申込、締切2/5) 最少催行人数10名に達しない時は、イベントを中止する場合もございます。

お問合せ お申込み	一般財団法人みやざき公園協会 事務局
	〒880-0014 宮崎市鶴島2-10-25
	TEL.0985-25-7410 FAX.0985-25-7390
	E-mail aoshima-hiroba@mppf.or.jp URL https://mppf.or.jp/sandou/

阿波岐原森林公園 市民の森

野鳥観察会

宮崎市内でも広大な森林面積を有する市民の森には多くの野鳥が生息しています。「日本野鳥の会宮崎県支部」のメンバーと一緒に、この時期に観ることができる野鳥について観察を行います。

日 時	2026年2月14日(土)9:00～11:00		
集合場所	管理事務所	参加費	1人300円
定 員	30名(要事前申込)		
持ち物	双眼鏡(持っている方)、 筆記用具、飲み物、防寒着		



お問合せ お申込み	阿波岐原森林公園 市民の森 管理事務所
	〒880-0835 宮崎市阿波岐原町産母128
	TEL.0985-39-7308 FAX.0985-39-7328
	E-mail shimin@mppf.or.jp URL https://mppf.or.jp/shimin/