

新型コロナワクチン秋開始接種が3月31日(日)で終了

現在実施している新型コロナワクチン秋開始接種は、2月以降、接種体制を縮小し、3月31日で終了となります。

接種を検討している方は、お早めに接種する

ようお願いします。

なお、宮古市新型コロナワクチン接種【予約・相談】センターは、1月から平日のみの受け付けとなっていますのでご注意ください。

■問い合わせ

【接種の予約やキャンセルおよび一般的な相談】

宮古市新型コロナワクチン接種【予約・相談】センター

■電話番号 [☎0120-385-092](tel:0120-385-092) (フリーダイヤル)

■受け付け時間 午前9時～午後6時30分(平日のみ)

LINE



宮古市公式LINEアカウント
からも接種の予約ができます

住民税非課税世帯の方などへ

宮古市物価高騰対応重点支援給付金を支給

物価高騰に対応するための給付金を支給します。

■支給額

1世帯あたり7万円(1回限り)

■対象世帯

以下のいずれかに当てはまる世帯(令和5年12月22日に支給した世帯を除く)

①住民税非課税世帯

令和5年12月1日時点で本市に住民登録があり、世帯全員の令和5年度の住民税均等割が非課税である世帯

②家計急変世帯

令和5年1月以降の収入が減少し、世帯全員が住民税非課税相当の収入となった世帯

※住民税均等割が課税されている方の扶養親族のみで構成される世帯を除く

■申請方法

①住民税非課税世帯

【確認書が届く世帯】(手続きが必要)

転入以外の理由で、世帯構成が変わった世帯。確認書を記入し、3月15日(金)までに同封の返信用封筒で返送または、確認書に記載のQRコードでオンライン申請してください。

【申請書の提出が必要な世帯】(手続きが必要)

令和5年1月2日以降に転入した方や未申告の方がいる世帯。3月15日(金)までに申請が必要です。

②家計急変世帯

申請書の提出が必要です。3月15日(金)までに必要書類を持参または郵送してください。

※詳しくは市ホームページ(右記QRコード)をご覧ください



■問い合わせ

市福祉課生活福祉係(市役所1階、〒027-8501 住所不要、☎68-9083)

申告受け付けは3月15日(金)まで

税の申告、お早めに

令和5年分の所得の申告受け付けが始まります。
『市民税・県民税 申告の手引き』を、本号の広報と一緒に全世帯へ配布しました。申告が必要かどうか、何を持参すれば良いかなどを確認できます。

■問い合わせ 市税務課市民税係(市役所2階、〒027・8501住所不要、☎9072)

種類	受付期間【受付場所】・移動窓口
市民税・県民税	2月19日(月)～3月15日(金) (土・日・祝日は休み。3月10日(日)は受け付けます) 【受付場所】市役所2階税務課前 ※受付場所が変わりましたので、ご注意ください!
	【市内各所を回る移動窓口】 ■開設期間 2月2日(金)～16日(金) ※日程は「手引き」の15頁をご覧ください。悪天候などで中止となることがあります

申告が必要な人 1頁 手引き

申告に必要な物 16頁 手引き

- ▼令和6年1月1日現在、市内に住所があり、手引きに記載の所得があった人
- ▼令和6年1月1日現在市内に住所はないが、本人または家族が生活できる住居などを持っている人
- ▼所得証明書・課税証明書などが必要となる人
- ① マイナンバーカード
- ② 収入と必要経費が分かる帳簿や書類(収支内訳書など)
- ③ 所得控除の内訳が分かる資料
- ④ 金融機関(郵便局含む)の通帳か口座番号の控え

郵送申告

会場の密集・密接の回避のため、可能な限り郵送での申告をお願いします。郵送・記入済みの申告書は、2月2日(金)から受け付けます。

白紙の申告用紙は市内各施設に配置しますのでご利用ください。また、市ホームページ(下記QRコード)からもダウンロードできます。配置場所などは『申告の手引き』3頁をご覧ください。



市営駐車場利用料が無料になります

市役所への用事で市営駐車場を利用する場合は、無料で利用できます。手続きは市職員におたずねください。
▽市役所前駐車場 入庫から60分以内は無料。60分を超えると無料処理の手続きが必要です。
▽宮古駅前駐車場、宮古駅東駐車場 入庫から30分以内は無料。30分を超えると無料処理の手続きが必要。

スマホとマイナンバーがあれば 自宅でいつでも確定申告が可能!

作成方法は国税庁動画サイトで見ることができます。詳しくは国税庁ホームページ(右記QRコード)をご覧ください。
《操作方法などを聞きたい人へ》



- 申告書作成会場を開設します。
- 期間 2月16日(金)～3月15日(金)(土・日・祝日を除く)
- 時間 午前9時～午後5時
- 場所 宮古合同庁舎4階会議室(小山田)
- 入場整理券 入場するために必要です。
- 【取得方法】①国税庁公式LINE(右記QRコード)で事前発行②会場当日配布(配布状況に応じて、後日の来場をお願いします)
- 用意する物 スマートフォンまたはタブレット、マイナンバーカード(暗証番号を含む)
- 問い合わせ 宮古税務署(☎62-1921)




税理士による 所得税・相続税無料相談会

- 日時 2月3日(土)午前10時～午後3時
- 場所 ホテル沢田屋
- 対象 ▷宮古・下閉伊管内に在住する、年金受給者または給与所得者で、医療費控除や雑損控除などに伴う所得税の還付を受けるために確定申告をする人(不動産所得・事業所得・譲渡所得のある人は除く)▷相続が発生している人、将来の相続が心配な人
- 参加料 無料
- 用意する物 ①給与・年金の源泉徴収票原本 ②社会保険料納付額が分かるもの ③生命保険料・地震保険料の控除証明書 ④医療費の領収書
- その他 ▷今回は相談のみで、申告書の作成は行いません▷マスクを着用願います▷感染症などの状況により、中止とする場合があります。
- 問い合わせ 東北税理士会宮古支部・西川(☎62-2717)

学童の家・児童館使用料を クレジットカードで納付可能に

1月15日(月)から、学童の家と児童館の使用料をクレジットカードで納付できるようになります。

市ホームページ(右記QRコード)から専用の納付サイトにアクセスし、 手続きをしてください。

※すでに運用している市税のお支払いサイトとは異なります

■クレジットカードの種類

JCB、VISA、MasterCard、AMERICAN EXPRESS、DinersClub

■注意事項

①納付額に応じてシステム利用料がかかります(1円~1万円=利用料110円。1万円増えるごとに利用料が110円加算)

②1回あたりの納付額が30万円を超える場合は利用できません

③領収書は発行されません。必要な場合は、金融機関や市役所などの窓口で納付してください

■問い合わせ

市税務課収納係(☎68-9074)

※使用料に関する問い合わせは、市こども課保育係(☎68-9088)へ

へき地保育所・児童館の 入所を受け付け

令和6年度の入所申し込みを次のとおり受け付けます。入所を希望する各保育所・児童館で手続きをしてください。

■問い合わせ 市こども課保育係(☎68-9088)

■対象保育所・児童館

施設	受付日時	受け入れ
小国保育所 (☎78-2633)	1月15日(月)から随時 午前8時30分~午後5時	満2歳以上
重茂児童館 (☎68-2343)		おおむね 3歳以上 (就学前)
高浜児童館 (☎62-3464)	1月15日(月)から随時 午前8時30分~午後3時	
田代児童館 (☎64-8330)		



介護認定を受けている人へ 障害者控除対象者認定書を発送

介護認定を受けている人へ、確定申告または住民税申告に利用できる認定書を送付します。

■対象

税法上の障害者控除を受けることができる人

■送付される人

左記の全てに該当する人

①65歳以上で要介護・要支援認定を受けている(令和5年12月31日時点)

②寝たきりなどの状態である

③課税世帯である

※昨年、認定書が送付され、非課税世帯になった人へも送付します

■送付されない人

左記のいずれかに該当する人は、これまでどおり市福祉課に申請してください

▽今年度内に転入した人

▽要介護認定期間が切れている人

▽別世帯の扶養を受けている人など

■その他

令和4年度までの修正申告のため、認定書の発行を希望する人は、市福祉課へご相談ください。

詳しくは、市ホームページ(下記QRコード)をご確認ください。



■問い合わせ

市介護保険課管理係(☎68-9085)

※認定書の申請に関する問い合わせは、市福祉課障がい福祉係(☎68-9135)へ

三陸ジオパークが日本ジオパークに再認定



ジオパーク出前授業で田老の「学ぶ防災」ガイドから震災の教訓と復興を学ぶ中学生の様子

本市を含む三陸沿岸市町村で構成される「三陸ジオパーク」は、平成25年に日本ジオパークに初めて認定されました。地球の活動と人の関わりを楽しむことができ、貴重な地質や地形が守られ、地域振興のために活動している地域がジオパークとして認められています。

ジオパークは、その活動について定期的に日本ジオパーク委員会の審査を受けます。

令和5年12月、三陸ジオパークは、災害伝承の取り組みなどが評価され「再認定」となりました。



小学生のジオ作品「かわらばん」最優秀賞受賞者の久保尻翔真くん（崎山小2年、左）と宮古ジオ協議会の花坂副会長

本市では、市内の児童生徒向けにジオを観察した作品「かわらばん」の募集、防災学習やみちのく潮風トレイルを体験する「出前授業」を行っています。また、ジオガイドが案内するウォーキングやジオツアー、体験活動団体への支援なども行っています。

これからも、楽しめるジオパークを目指し、地域の皆さまと一緒に歩んでいきます。

■問い合わせ
市観光課ジオパーク推進係（☎9091）



市人権啓発標語コンクール入選作品展を開催しました

一人一人が人権を守る「権利」と「責任」について考え、人権尊重の理念に対する理解を深める機会として、人権擁護に関する標語コンクールを行い、市内の小中学校から1,191点の応募がありました。

審査の結果入選した32作品を、12月11日から15日まで市民交流センター2階に展示しました。

受賞者は次のとおりです（敬称略）。

《小学生の部》

■最優秀賞

山崎耀莉（重茂小5年）

「いじめだめ みんな仲良し やさしい世界」

■優秀賞

小田葉月（宮古小5年）、佐々木もも（磯鷄小5年）、藤田陽羽（花輪小6年）、浅利奏斗（崎山小5年）、若林駿（新里小6年）

■優良者

寶大耀（宮古小5年）、太田礼（同小6年）、金澤穩那（鋤ヶ崎小6年）、田代楓歩（山口小6年）、谷藤咲寧（千徳小5年）、古里桜舞（高浜小5年）、

岩浅莉桜（花輪小5年）、齊藤一那（津軽石小5年）、滝田草基（新里小5年）、日野心花（川井小5年）

《中学生の部》

■最優秀賞

中澤華月（津軽石中2年）

「気をつけて スマホの奥にも 人がいる」

■優秀賞

竹下莓花（宮古西中1年）、佐郷谷茉悠（同中1年）、福沢那奈（花輪中2年）、伊藤夢華（重茂中3年）、吉水愛莉（田老第一中3年）

■優良者

高濱瑠菜（第一中1年）、佐々木琉月（同中3年）、鈴木海士（同中3年）、齊藤理玖（宮古西中1年）、櫻野桃（同中1年）、上川原百夏（同中3年）、内村陽菜（花輪中3年）、堀内友誠（津軽石中2年）、山本怜旺（田老第一中1年）、伊東笑凜（同中3年）

※入賞作品などの詳細は市ホームページ（右記QRコード）をご覧ください

■問い合わせ 市生活課市民相談室（☎68-9081）





区界高原 雪のゆうえんち



■日時／場所 2月4日(日)・11日(日)・12日(月)・18日(日)午前10時～午後2時／道の駅区界高原特設会場

【ソリ遊び・雪の迷路・かまくら・スノーラフティング】

■参加料 無料(スノーラフティングのみ1回500円)

【郷土食バイキング】(各日限定50食)

■バイキング内容 舞茸ひつまみ汁、舞茸おこわ など

■バイキング代 1,000円

【餅つき&お餅おふるまい】(各日先着100人)

■時間 各日午後1時30分

【その他イベント】

▷三陸ジオパーククイズラリー▷じゃんけん大会

【雪原トレッキング】(4日のみ開催・要予約)

■集合場所 区界高原ウォーキングセンター

■対象／定員 小学5年生以上／20人

■参加料 【中学生以上】2,000円【小学生】1,200円※お弁当、スノーラフティング乗車券を含む

■用意する物 防寒具、飲み物

■申し込み方法 申込書に必要事項を記入の上、ファクス、メール、ホームページお問い合わせホームのいずれかで提出※申込書は川井産業振興公社ホームページ(右記QRコード)からダウンロードできます



■申し込み 問い合わせ先

【雪のさんさ踊り】(4日のみ開催)

■出演 いわてさんさの会・加藤家

【共通】

■その他 開催日には、JR山田線快速リアスが区界駅に臨時停車します。運行時間は右表のとおりです

■問い合わせ 川井産業振興公社(☎65-7735、FAX65-7736、✉kawai-co@rnac.ne.jp)



区界高原でおもいっきり体を動かして、冬を満喫しましょう！(写真は昨年の様子)

【表】列車の運行時間

出発駅	区界駅	到着駅
宮古 9:19	10:53発	盛岡 11:41
盛岡 11:09	12:02発	宮古 13:32
盛岡 13:12	14:02発	宮古 15:31

乗車&来場特典として①スノーラフティング無料乗車券②ソフトクリーム引換券③かわいペリーラ(開業100周年記念ラベル)をプレゼント!

漁業体験の参加者を募集!

漁業に興味を持っている人、漁業への就業を検討している人を対象に、漁業体験を実施します。実施日の中から体験希望日を選んで、お気軽にお申し込みください。

■体験メニュー ワカメ・コンブ・カキ・ホタテの養殖漁業

■開催日 2月16日(金)・22日(木)、3月1日(金)・8日(金)

※各開催日の前日に市役所で参加者説明会を行います

※体験メニューにより開催日が異なります。詳しくは、市ホームページ(右記QRコード)をご確認ください



■時間 午前6時ごろ～正午ごろ(各種養殖漁業)

■場所 堀内・高浜・日立浜・日出島・楨待の各地区養殖漁場

■対象 60歳以下

■定員 各日2人

■参加料 無料

■申し込み方法 申込用紙を下記申込先へ提出

※申込用紙は市ホームページ(左記QRコード)からダウンロードできます

■申込期限 体験希望日の2週間前

■申し込み 市水産課水産振興係(☎68-9099)



カキの殻むき体験の様子

● インフルエンザ予防接種費用の助成期間延長

今年度のインフルエンザ予防接種費用助成期間を延長します。費用助成対象、助成額については変更ありません。インフルエンザが流行していますので、予防接種を早めに受けましょう。

- 費用助成対象 市民で①65歳以上の高齢者②1歳～中学3年生
- 費用助成額 2,500円（生活保護世帯および住民税非課税世帯の人は、上限4,000円）
- 費用助成期限 3月31日(日)
- 問い合わせ 市健康課地域保健医療係（☎64-0111）

● 産前・産後サポート事業 すまいるママサロン

【ママののんびりゆったりお話サロン】

- 時間 午前10時15分～11時30分（10時受け付け開始）
- 内容 妊産婦さんの交流の場です。必要時育児相談を行います

【ベビーマッサージ】

- 時間 午後1時45分～3時（1時30分受け付け開始）
- 内容 妊婦の人は人形で体験します。乳児は予防注射接種後48時間経過してからご参加ください※申し込み多数の場合は初参加の人を優先します

【共通】

- 期日/場所 1月25日(木)/宮古保健センター2階
- 対象/定員 妊婦、産後1年未満の産婦および乳児/10組程度
- 参加料/用意する物 無料/母子健康手帳、バスタオル、飲み物
- 申込期限 1月23日(火)
- 申し込み 市子育て世代包括支援センター（☎64-0111）

● 介護家族のためのリフレッシュの会

市では、自宅で介護をしている人に対して、介護に関する情報提供やレクリエーションを交えながら、日頃の介護の状況を話したり、心身ともにリフレッシュできる会を開催します。同じように、自宅で介護をされている人とお話をしたり、自分のためにリフレッシュをする時間を作りませんか？

- 日時 1月19日(金)午後1時～2時30分
- 場所 市民交流センター1階会議室1・2
- 内容 介護・医療について何でも聞いてみよう、参加者同士の情報交換
- 講師 市地域包括支援センター職員
- 対象 自宅で介護をしている人、これから介護を始める人
- 参加料 無料
- 申込期限 1月18日(木)
- 申し込み 市介護保険課地域包括支援センター（☎68-9086）

● 母子健康手帳交付のお知らせ

医療機関から妊娠届出書をもったら、妊娠11週までに母子健康手帳の交付を受けましょう。来所を希望する保健センターなどに事前予約をお願いします。

なお、妊産婦医療費受給者証の交付は、市総合窓口課医療給付係(市役所1階)または田老・新里・川井の各総合事務所で行います。

- 問い合わせ 市子育て世代包括支援センター（☎64-0111）

国保田老診療所・国保新里診療所・国保川井診療所で特定健診を実施

市の国民健康保険に加入している40～74歳の人で、今年度特定健診または人間ドックを受けていない人を対象に、田老・新里・川井各診療所で特定健診を行います。

健診を受診して、自分の健康状態を知り、病気の早期発見、早期治療に努めましょう。

【田老診療所】

- 日時 ①2月5日(月)午後2時30分②2月19日(月)午後2時30分
- 定員 先着各日5人
- 申込期限 1月29日(月)

【新里診療所】

- 日時 ①2月7日(水)午前9時②2月14日(水)午前9時
- 定員 先着各日3人
- 申込期限 1月31日(水)

【川井診療所】

- 日時 ①2月8日(木)午後3時②2月15日(木)午後3時
- 定員 先着各日3人
- 申込期限 2月1日(木)

【共通】

- 受診料 無料
- 用意する物 予約した人へ事前に受診票を送付します
- 申し込み 市総合窓口課国民健康保険係（☎68-9075）



ハロー赤ちゃん教室 土曜開催

妊娠中・出産のお話や、赤ちゃんのお世話の体験などで、お父さん・お母さんになる準備ができます。

■日時 2月17日(土)午前9時30分～11時15分（9時20分受け付け開始）

■内容 妊婦体験、もく浴体験、妊娠中の食生活（適塩みそ汁試飲）、おっぱいとミルク

■対象 市内在住の妊婦および家族

■定員 先着8組

■用意する物 母子健康手帳、飲み物、動きやすい服装

■申込期限 2月9日(金)

■場所・申し込み 宮古保健センター（☎64-0111）

認知症に関する 相談のお知らせ

「認知症かもしれない・・・」「認知症と言われたけど、これからどうなるか不安」などと感じている人はいませんか？

ぜひ、お気軽にご相談ください。

■日時 2月5日(月)午後1時～4時

■場所 市介護保険課相談室（市役所1階）

■内容 相談は予約制です。事前に電話で予約をしてください

■申し込み 市介護保険課いきいきライフ推進室（☎68-9126）

健康相談日程

感染症予防に努めながら、血压測定、個別相談などを実施します。お気軽にお越しください。なお、健康手帳をお持ちの方はご持参ください。

■問い合わせ 市健康課成人保健係（☎64-0111）

地域	期日	時間	会場	内容
田老	1/23(火)	10:00～11:00	重津部地区集会施設	▶血压測定、個別相談 ▶講話「骨粗しょう症予防」
		13:30～14:30	青野滝地区集会施設	
田老	1/25(木)	10:00～11:00	田老保健センター	▶血压測定、個別相談 ▶講話「食事バランスガイド」
新里	1/23(火)	10:00～11:00	新里保健センター	▶血压測定、個別相談、握力・足指力測定 ▶講話「フレイル予防」

子どもの健康診査・相談日程

対象者個人には通知していますが、まだ受診していない人は、都合の良い日程で受診しましょう。会場には、対象のお子さん1人につき、保護者お1人の同伴にご協力をお願いします。

■用意する物 母子健康手帳、問診票、仕上げみがき用歯ブラシ

■場所・問い合わせ 宮古保健センター（☎64-0111）

種類	対象児	期日	受付時間
1歳児(相談)	令和5年1月生まれ/令和5年2月生まれ	2/21(水)	9:00～9:30
1歳6カ月児(診査)	令和4年7月生まれ	2/7(水)	13:00～13:30
2歳児(相談)	令和4年1月生まれ/令和4年2月生まれ	2/14(水)	9:00～9:30
	令和4年2月生まれ	2/28(水)	
2歳6カ月児(相談)	令和3年7月生まれ	2/21(水)	13:00～13:30
3歳児(診査)	令和2年10月生まれ	2/14(水)	13:00～13:45
	令和2年10月生まれ/令和2年11月生まれ	2/28(水)	

シルバーリハビリ体操デモンストレーション

市では、シルバーリハビリ体操を体験する機会として、デモンストレーションを開催します。この機会にシルバーリハビリ体操を体験してみませんか？

■日時 2月5日(月)午後1時30分～3時

■場所 市民交流センター2階運動スタジオ

■内容 シルバーリハビリ体操指導者によるデモンストレーション(頭の体操、えん下体操、筋力アップ体操など)

■講師 シルバーリハビリ体操指導者

■対象 市内在住の人

■定員 20人程度 ※申し込み者多数の場合は、時間調整をすることがあります

■参加料 無料

■用意する物 運動しやすい服装、飲み物、タオル、上履き、マスク

■申込期限 当日の午前10時まで

■申し込み 市介護保険課地域包括支援センター（☎68-9086）



●行事の内容などは変更となる場合がありますので、詳しくは主催者に問い合わせてください

●新型コロナウイルス感染症の状況により、中止または延期となる場合がありますのでご了承ください

情報掲示板

市教委総務課

令和5年度「宮古市総合教育会議」

●日時 1月26日(金)午後6時 ●場所 市民交流センター多目的ホール ●内容 ①小中学校の連携による教育活動の一層の充実について ②学校施設移転改築について ●その他 ③なただでも傍聴できます ●問い合わせ 市教委総務課 総務係(☎9114)

市産業支援センター

産業支援フォーラム

●日時 2月9日(金)午後6時30分～8時30分 ●場所 市民交流センター多目的ホール ●テーマ 中心市街地活性化を実現する組織力とは。持続的なまちづくりに必要な組織とその組織力について、事例も交えて講演 ●講師 下田孝志 ●定員 120人 ●申し込み方法 市ホームページ(下記QRコード)から申込書をダウンロードし、必要事項を記入の上ファクス。または市ホームページ内の「申込フォーム」から申し込み ●申込期限 1月29日(月)

臨店コンサルティング事業

●日時 2月13日(火)・14日(水) 2日間のうち、1時間程度 ●内容 市内事業

者の店舗や事務所に講師が訪問し、課題や計画を伺い、一緒に改善策を検討します ●定員 先着2事業者 ●申し込み方法 申込フォーム(下記QRコード)、電話 ●講師 高橋幸司 ●申込期限 1月31日

《共通》 ●参加料 無料 ●申し込み 市産業支援センター 商業労政係(☎9067、FAX9120)

市生活課

▼私の「あたりまえ」は思い込み？ アンコンシャス・バイアスに気づこう！

●日時 2月14日(水)午前10時～11時30分 ●参加方法 ①会場参加 ②オンライン参加(Zoom) ●会場 市民交流センター多目的ホール ●内容 無意識の偏見や思い込みに気づき、多様な視点を持つための講座です ●講師 山屋理恵 ※オンライン登壇 ●定員 各30人 ●参加料 無料 ●申し込み方法 申込フォーム(下記QRコード)、電話、ファクス ※Zoom参加を希望する場合は、2月7日(水)までに申し込みください ●申し込み 市生活課男女参画・協働推進係(☎9080、FAX9110)

市文化課

じっくり縄文体験「勾玉編」

●日時 2月11日(日)午後1時30分～

3時30分 ●場所 崎山貝塚縄文の森ミュージアム ●内容 滑石という柔らかい石を削って、勾玉のレプリカを作る ●対象 小学生以上 ●定員 先着12人 ※小学生は保護者同伴 ●申込期間 1月16日(火)～2月10日(土)

第76回岩手芸術祭巡回小・中学校美術展

●日時 2月11日(日)・12日(月)午前9時～午後5時 ※12日は午後4時まで ●場所 市民文化会館 ●内容 県内小・中学生による書写と絵画の優秀作品312点を展示

市埋蔵文化財センター

▼埋蔵文化財センター企画展「縄文人の耳飾り―その形と思い―」

●期間 3月10日(日)午前9時～午後5時(最終入館は4時30分)まで ●場所 崎山貝塚縄文の森ミュージアム ●内容 縄文時代の耳飾りを展示 ●入館料 一般 200円(学生)150円(高校生以下)無料 ●問い合わせ 市埋蔵文化財センター(☎7527)

山口公民館

▼みやこの味を伝えたい！豆すっとき作り

●日時 2月17日(土)午前10時～正午 ●講師 市食生活改善推進員 ●対象 市

【広告】

おうち消化器内科クリニック

【診療内容】

胃・大腸内視鏡、腹部超音波
生活習慣病管理 (高血圧症・糖尿病・高脂血症・高尿酸血症)
健診精査 (貧血・肝機能障害・胃がん・大腸がん)
各種ワクチン接種

【受付時間】 午前8時30分～11時30分 午後2時～5時30分
【休診日】 木曜・土曜午後、日曜祝日
〒027-0077 宮古市総合町1-8 【TEL】0193-71-1811

千徳公民館

ZUMBA(ズンバ)体験教室

●日時 2月2日(金)・9日(金)・16日(金) 午後7時～8時30分(全3回) ●場所 市民交流センター運動スタジオ ●内容 初心者でも楽しめるダンスフィットネス ●講師 Sayaka ●定員 先着20人 ●参加料 150円

親子みそづくり体験教室

●日時 2月18日(日)午前10時～正午 ●場所 千徳公民館 ●講師 竹野牧子

対象 市内の小学生親子 ● 定員 6組
● 参加料 2100円
《共通》 ● 申込受付開始日 1月17日(水) 午前9時 ● 申し込み 千徳公民館(☎5402)

田老公民館

▼ ゆうゆう講座「大人の塗り絵と色鉛筆で脳トレ！」
● 日時 2月3日(土) 午前10時～11時30分
● 内容 脳のトレーニングとしても効果のあるシニア向けの塗り絵を行う
● 講師 沼崎淳子 ● 対象 おおむね60歳以上の人 ● 定員 先着6人 ● 参加料 300円 ● 申込受付開始日 1月16日(火) 午前9時 ● 場所 申し込み 田老公民館(☎2976)

うみマチひろば

▼ 目指せ即戦力！就職パソコン講座
● 日時 2月6日(火)～9日(金)、13日(火)～16日(金) 午後1時30分～3時30分(全8日間) ● 内容 実践的なパソコン操作やトラブル対応、ワードとエクセルを学ぶ ● 講師 三陸NPO支援センター 会員 ● 定員 10人(求職者優先) ● 参加料 2千円(前日までにお支払い願います) ● その他 本講座は雇用保険受給者の失業認定における求職活動に該当します。パソコンは用意します
● 場所 申し込み うみマチひろば(宮古市地域創生センター、☎7133)

開催・募集など

▼ 里親制度パネル展・制度説明会 《パネル展》
● 展示期間 1月18日(木)まで ● 場所 市民交流センター 運動スタジアム前
《里親制度説明会》
● 日時 1月20日(土) 午後1時30分 ● 場所 県宮古児童相談所

《共通》 ● 問い合わせ 県宮古児童相談所(☎4059)

▼ 洋上の公務員「りあす丸」乗組員募集
● 募集期限 1月26日(金) ● 採用試験日 2月17日(土) ● 職種 甲板員、操機手、司厨員 ● 勤務内容 宮古水産高校に勤務し、岩手県高校共同実習船「りあす丸」で、甲板・機関・司厨業務に従事しながら操業実習業務を行う ● 採用予定人数 5人程度 ● 採用予定時期 4月
● 応募書類 履歴書、乗船履歴 ※ 募集要項、応募書類は県のホームページ(下記QRコード)をご覧ください ● 問い合わせ 宮古水産高校(☎1430)

▼ 宮古市国際交流協会からのお知らせ
《外国客船寄港時の通訳スタッフを募集》
【通訳スタッフ】語学力の目安 英検2級以上、またはTOEIC600点以上
【学生ボランティア】語学力の目安 なし(通訳スタッフのサポート)
《お茶会と書初研修》
● 日時 1月22日(月) 午後6時30分～7時30分 ● 場所 市民交流センター 創作スタジオ・和室 ● 定員 先着50人 ● 参加料 【茶道体験】一人500円(学生と同協会会員は無料) ※ 書初は無料 ● 申込期限 1月19日(金)

《共通》 ● 問い合わせ 宮古市国際交流協会(☎3534)

▼ 岩手県立農業大学の入学生募集
● 募集定員 農産園芸学科50人、畜産学科20人 ● 募集区分 一般入学試験(後期)、社会人特別選考 ● 出願期間 1月22日(月)～2月2日(金) ● 試験日 2月21日(水) ● 出願資格 高等学校または中等教育学校卒業業者(3月卒業見込みの者を含む) ● その他 詳しくはホームページ(下記QRコード)をご覧ください ● 問い合わせ 岩手県立農業大学 校務担当(☎0197・43・2211)

▼ 猫の飼い方について考える「近所に野良猫が：どうしよう」対策セミナー
● 日時 1月27日(土) 午後1時30分～3時30分 ● 場所 市民交流センター 多目的ホール ● 講師 NPO法人もりねこ ● 問い合わせ 沿岸広域振興局宮古保健福祉環境センター(☎642218)

▼ みちのく潮風トレイル入門編
● 日時 ① 1月27日(土) 午前9時～午後4時 ② 1月28日(日) 午前9時～午後2時 ● 集合場所 宮古駅 ● 場所 ① 釜石市 ● 宮古市 ● 定員 先着25人(小学生以下は保護者同伴) ● その他 みちのく潮風トレイルオリジナル手ぬぐいをプレゼント ● 申し込み方法 電話、グループフォーム(下記QRコード) ● 申し込み 一般 社団法人浄土日和・佐々木(☎080・5550・7666)

▼ 東京カワバグスストリングオーケストラ第11回「室内楽の夕べ」
● 日時 1月28日(日) 午後4時30分～午後6時(開場4時) ● 場所 市民交流センター 多目的ホール ● 曲目 アイネ・クライネ・ナハトムジーク 第一楽章、涙そうそう、昇すばる など ● 定員 144人 ● 入場料 無料 ※ 要入場整理券 ● 整理券取り扱い店 市民文化会館、リラパークこなり、かんの書店、梅村ヴァイオリンピアノ音楽教室 ● 賛助出演 宮古ジュニア弦楽合奏団、磯鶏小学校合唱クラブ、千徳小学校合唱委員会 ● 問い合わせ 宮古市で交響曲を演奏する会代表・梅村(☎7780)

▼ 新春講演会「縄文遺跡はなぜ世界遺産になったのか!!」
● 日時 1月30日(火) 午後6時～7時10分 ● 場所 ホテル沢田屋 ● 講師 高田和徳 ● 対象 市民 ● 入場料 無料 ● 申込期限 1月23日(火) ● 申し込み 宮古ユネスコ協会事務局(市教委生涯学習課内、☎9119)

▼ 宮古市民劇ファクトリー第4回公演
● 日時 2月3日(土) ① 午後2時 ② 午後6時(各30分前開場) ● チケット 一般 1千円(前売800円) 【高校生以下 800円(前売500円)】 ● 問い合わせ 市民文化会館(☎2511)

※記事掲載を希望する場合は、企画課広報係(☎9065)まで問い合わせください。広報2月15日(月)の原稿締め切りは1月18日(木)です。



高病原性鳥インフルエンザの予防対策を忘れずに!

..... 岩手県中央家畜保健衛生所

渡り鳥が飛来する季節になり、家庭で飼っている鳥が、鳥インフルエンザに感染する危険性が高まっています。しっかりと感染予防対策をしましょう。

異常が見られた場合は問い合わせ先または近くの獣医師にすぐに連絡してください。

【対策】①日常の飼育管理を徹底する②野鳥などの野生動物との接触を防ぐ③ウイルスを持ち込まない

■問い合わせ 県中央家畜保健衛生所 (☎019-688-4111)

20歳になったら国民年金

..... 宮古年金事務所 ほか

日本に住んでいる20歳以上60歳未満の人(国民年金第1号被保険者)は、国民年金に加入することが

義務づけられています。

20歳になった人(厚生年金加入者は除く)には、日本年金機構からの「国民年金加入のお知らせ」や納付書などで、加入をお知らせします。

若いときに公的年金制度に加入して保険料を納め続けることで、老後や、病気やケガで障害が残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、年金を受け取ることができます。

原則として、保険料を納めなければ年金を受け取ることができません。しかし、所得が低く保険料を納めることが困難な人のために「学生納付特例制度」や「免除・納付猶予制度」があります。

詳しくは、日本年金機構のホームページ(右記QRコード)をご覧ください。宮古年金事務所までお問い合わせください。



■問い合わせ 宮古年金事務所 (☎0193-62-1963)

● 市立図書館 ☎62-2414 田老分室 ☎87-2976

新里分室 ☎72-2019 川井分室 ☎76-2167

● ■開館時間 午前9時～午後5時

※市立図書館のみ水～土曜日(祝日は除く)は午後7時まで開館しています

● ■休館日 月曜日

※市立図書館と川井分室は、2月12日(月)は開館し、13日(火)に休館となります



図書館からの
お知らせ

移動図書館車「なぎのくにの図書館」運行日程	期日	駐車時間	場所	期日	駐車時間	場所
移動図書館車「なぎのくにの図書館」運行日程	1月17日、31日、2月14日(水)	10:00～10:30 10:50～11:15 11:25～11:40 13:40～14:00 14:10～14:30 14:45～15:30	旧愛宕小学校 鎌ヶ崎小学校正門前 市営港町住宅 田鎖公民館前 花輪農村文化伝承館前 松山(松山荘)	1月20日、2月3日(土)	10:40～11:10 11:30～11:50 13:30～14:00 14:15～14:35 14:45～15:00	県営磯鶏アパート 赤前・柳澤商店付近 重茂・里(漁協集荷所付近) 笹見内・河原商店付近 重茂漁協
	1月18日、2月15日(木)	10:15～10:45 11:00～11:30 13:30～14:15 14:30～14:50 15:00～15:20	山口公民館 宮園自治会センター ジョイス駐車場 根市・雲南沢入口 花原市・華厳院前	1月24日、2月7日(水)	9:30～9:50 10:00～10:20 10:30～10:50 11:15～11:35 13:40～14:10 14:25～14:55 15:00～15:30	長根・東北電力宮古アパート前 ローソン宮古近内店前 近内消防屯所前 太田・県職員千徳宿舎前 日の出町・市営住宅1号棟前 佐原地区センター前 佐原・市営住宅前
	1月19日、2月10日(金)	10:30～10:50 11:00～11:30 13:40～14:00 14:15～14:35 14:50～15:40	藤の川・旧上野商店付近 国土交通省官舎前 長根・青猿神社付近 市営近内住宅 西ヶ丘二丁目県営住宅駐車場	1月25日、2月8日(木)	9:50～10:20 10:30～11:00 11:10～11:40 13:50～14:10 14:30～14:45 14:55～15:40	上村地区会館付近 磯鶏駅前 三社タクシー磯鶏営業所付近 高浜・村上氏宅前 津軽石・藤畑公民館前 津軽石・清寿荘前

期日	駐車時間	場所
1月26日、2月9日(金)	10:00～10:30 10:40～11:00 11:10～11:30 13:40～14:00 14:10～14:30 14:45～15:00	津軽石駅前 津軽石学童の家前 津軽石・新町公民館付近 八木沢・市営住宅駐車場 八木沢駅前駐車場 藤原公害試験室前
1月27日、2月10日(土)	9:25～9:45 10:00～10:30 10:45～11:40 13:40～14:00 14:10～14:30 14:45～15:05 15:20～15:40	西ヶ丘災害住宅 生協西ヶ丘店前 にしがおか公園付近 崎山・16分屯所付近 崎山小学校 女遊戸地区集会施設前 崎山貝塚縄文の森ミュージアム駐車場

おめでとう
おくやみ

12/13～12/21(届け出順・敬称略)

○生まれた赤ちゃん○

菊池由愛(ゆあ) 愛宕二丁目 (雅俊)
伊藤 禅(ぜん) 根市 (朝弘)
上田詩音(しおん) 八木沢二丁目 (海人)
菅野梨汰(りた) 田老三王三丁目(和史)

♡結婚したお二人♡

山下裕夢・久保 歩=下在家

■亡くなった方■

高橋イシ (92) 茂市
加倉徹雄 (82) 下在家
田頭久雄 (72) 中里
南館幸子 (90) 上鼻一丁目
中村幸司 (73) 千徳町
佐々木睦子 (81) 宮園
大倉文吾 (90) 腹帯

小林 巖 (85) 沢田
中屋キクエ (99) 上鼻一丁目
越田喜代子 (68) 田鎖二
佐々木 平 (80) 崎山一

※婚姻、離婚、養子縁組など、戸籍の届け出のときは、本人確認のため身分証明書の提示をお願いします
※届け出の際、広報への掲載を希望した場合は載せています
※住所については、行政区または土地の名称で記載しています

お知らせ

- 宮古市役所 ☎62-2111 (宮町一丁目1の30、イーストピアみやこ内)
- 新里総合事務所 ☎72-2111
- 田老総合事務所 ☎87-2111
- 川井総合事務所 ☎76-2111

※1月1日現在の「人口と世帯」と12月中の「人口のうごき」は 次号2月1日号に掲載しますので、ご了承ください

市役所前駐車場の料金体系が変更

市都市計画課

1月1日以降、入庫から1時間は完全無料とし、1時間を経過した時点から料金が発生する仕組みに変わりました。駅前・駅東駐車場に変更はありません。

■**駐車料金** 30分ごとに100円(午後11時～翌午前5時は50円)

【例】午前10時入庫→11時30分出庫の場合

▷変更前300円(午前10時～11時の料金も発生)

▷変更後100円(午前10時～11時は完全無料)

■**問い合わせ** 市都市計画課管理計画係(☎68-9108)

スマホって楽しい! 簡単スマホ教室

市デジタル推進課

基本操作やアプリの使い方などを分かりやすく説明します(総務省令和5年度利用者向けデジタル活用支援推進事業)。

■**日時/場所** 2月2日(金)午後1時30分～3時30分(集合1時15分) / 市民交流センター1階会議室3

■**内容** 電話のかけ方、カメラの使い方、インターネットの利用方法 など

■**講師** 一般社団法人トナリノ

■**定員/参加料** 先着10人(要予約) / 無料

■**用意する物** 筆記用具、ご自身のスマートフォン(貸出用もあります)

■**申込期限** 1月30日(火)

■**申し込み** 市デジタル推進課(☎68-9096)

献血で、つながる“いのち”～皆さまのご協力を～

市生活課

400ml献血のみの実施です。献血は、命を救うために欠かすことのできない大切なボランティアです。

■**献血できる人** 体重50キロ以上の、17歳から69歳までの男性と18歳から69歳までの女性※65歳以上は、60歳から64歳までに献血経験がある人に限ります

■**献血車運行日**

実施日	会場	時間
2/4(日)	いわて生協マリンコープ DORA	10:00～12:00
		13:30～16:30
2/5(月)	国土交通省三陸国道事務所	9:00～11:00

■**問い合わせ** 市生活課生活安全係(☎68-9109)

市民文化会館の指定管理者が決定

市文化課

■**指定管理者** 特定非営利活動法人いわてアートサポートセンター

■**指定期日** 4月1日(月)～令和11年3月31日(土)(5年間)

■**問い合わせ** 市文化課文化係(☎65-7526)

令和6年度学校施設開放事業の利用団体を募集

市生涯学習課

市民のスポーツ・レクリエーション活動と生涯学習の場として、学校施設を開放します。現在利用している団体も再度登録申請が必要です。

■**利用期間** 4月1日(月)～令和7年3月31日(月)

■**開放施設** 市内小中学校23校(予定)

■**申し込み方法** 申請書を記入し、郵送、持参、ファクスのいずれかで提出※市ホームページ(右記QRコード)からダウンロードできます

■**申込期限** 2月2日(金)

■**申し込み** 市生涯学習課体育振興係(市役所3階、〒027-8501住所不要、☎68-9120、FAX63-9112)

令和5年台風第6号災害義援金などを日本赤十字社へ

市生活課

日本赤十字社岩手県支部宮古市地区では、皆さまからの義援金・救援金を、令和5年12月6日に日本赤十字社へ送金しました。

■**令和5年台風第6号災害義援金** 17万円

■**2023年モロッコ地震救援金** 2万4千円

■**2023年リビア洪水救援金** 2万2千円

■**問い合わせ** 日本赤十字社岩手県支部宮古市地区事務局(市生活課生活安全係内、☎68-9109)

ミツバチを飼う人は飼育届を忘れずに!

宮古農林振興センター

ミツバチを飼育している全ての人は「蜜蜂飼育届」を岩手県に毎年提出する必要があります。

1月1日現在の飼育群数と年間の飼育計画などを記載し、1月31日(水)までに提出してください。「蜜蜂飼育届」の様式は県ホームページ(右記QRコード)からダウンロードできます。

■**提出先・問い合わせ** 宮古農林振興センター(五月町1の20、宮古地区合同庁舎3階、☎64-2214)

【広告】

小規模保育所

クク十の家

保育士募集中

自然保育で生きる力を

TEL0193-77-4835

園の様子はこちら →

いとう接骨院・鍼灸院

その痛み、我慢しないで是非ご相談ください

保久田(本院)		板屋店	
定休日	月曜日	定休日	月曜日
平日	18:30まで	平日	19:00まで
土曜・祝日	17:00まで	土曜・祝日	17:00まで
日曜	12:00まで	日曜	12:00まで
宮古市保久田4-27 0193-63-0641		宮古市板屋1-2-14 0193-65-1715	

ホームページ <http://www.topsteam.co.jp> 予約はこちら →

おまねんせ〜！みやこ“冬の味覚”イベントりレー 〜1月21日(日) 同日開催〜

第3弾！本州屈指の水揚げ「宮古真鱈まつり」

本州屈指の水揚げを誇る“宮古のマダラ”を使った料理や加工品、“至極の鱈汁”を販売するほか、地元の農林水産物なども味わうことができます。

詳しくは、市ホームページ（右記QRコード）をご覧ください



- 日時 1月21日(日)午前10時～午後2時
- 会場 宮古市魚市場特設会場
※宮古駅と会場を結ぶ、無料シャトルバスを運行します
- 問い合わせ 宮古真鱈まつり実行委員会事務局
(市水産課内、☎68-9099)



マダラの鮮魚や加工品などは売り切れ必至！早めにお買い求めを！

第4弾！早採りわかめ「春いちばん」まつり

- 日時 1月21日(日)午前10時～午後2時
- 会場 シートピアなあと
- 内容
 - ①早採りわかめ「春いちばん」のしゃぶしゃぶ試食（先着400食限定）
 - ②早採りわかめ「春いちばん」の特別販売
 - ③重茂・田老町の両漁協による海産物販売
 - ④早採りわかめ「春いちばんラーメン」販売
▷販売価格＝500円（先着100食限定）
 - ⑤旬の魚タイムセール
▷1回目＝午前10時30分～10時45分
▷2回目＝午後0時30分～0時45分
 - ⑥会場内で500円以上お買い物した人に、塩蔵わかめの小袋プレゼント（先着千人）
 - ⑦キッチンカー出店（約15店舗）

※詳しくは、市ホームページ（右記QRコード）をご覧ください



- 問い合わせ 市観光課（☎68-9091）



肉厚の「春いちばん」を、ぜひ会場で味わってください！

【広告】

市内小学校ウェア
中学校制服・ウェア
高校制服

指定販売店

高京 宮古市栄町1-67
(リラパークこなり様向)
TEL 62-9627

※タイムズ駅前駐車場(蛇の目寿司様裏)をご利用ください。

株式会社 **小成良治商店**

営業品目

- 宮古市指定上下水道工事店
- 一般建築・輸入住宅(2×4)・設計・施工
- 管工事業・住宅設備工事・土工事・太陽光発電
- 石油機器・ガス機器・冷暖房機販売
- 米穀・LPG・白灯油販売

【住所】〒027-0076 宮古市栄町1-23
【TEL】0193-62-1317 【FAX】0193-62-8998



みやこハーバーラジオ放送中！FM82.6MHzのほか「リスラジ」「サイマルラジオ」でも聴取可。FAX77-3936、✉826@miyakofm.com



LINE
https://line.me/R/ti/p/%40120wrcws



ホームページ
https://www.city.miyako.iwate.jp



マチイロ
(iOS)



(Android)

みやこ 2024.1.15