広報 みやこ

9

September . 2021
令和 3年9月1日号
No.385

「森・川・海」とひとが調和し共生する安らぎのまち

今日はいっぱい遊ぼう～♪

特集

感謝 広報みやこNo.385記念号

目次

03 | **特集　感謝 広報みやこNo.385記念号**

10 | **市からのお知らせ**
新型コロナウイルス感染症に関連する情報について／東日本大震災から10年 つなげる いのちの写真展／佐藤廣昭副市長が退任 ／第35回宮古サーモン・ハーフマラソン大会特別大会宮古タイムチャレンジ参加者募集／野活フェス「森のカフェ 2021秋」／年金生活をしている人を支援する制度／宮古市いきいきシルバーライフ推進協議会委員を募集／動物愛W護週間／クマに注意 ほか

18 | **健康プラザ**
健康相談日程 ほか

20 | **子育て情報**
にこにこルームみやこ／つどいの広場／９月のハッピーバースデイ ほか

22 | **まちの話題**
道の駅たろう「第３回元祖サッパ市」／浄土ヶ浜SUP(サップ)体験会／ナイトライブラリー・図書館おばけやしき／浄土ヶ浜ビジターセンター「来館者300万人達成セレモニー」／第２期宮古市陸上養殖調査事業「ホシガレイ」の初出荷／宮古市遊覧船建造工事に係る起工式／東京2020パラリンピック宮古市聖火フェスティバル

24 | **図書館情報**
市立図書館９月の特集 ほか

25 | **各種相談**
９月の各種無料相談日程 ほか

26 | **情報掲示板**
公民館・各市民団体などの催し ほか

28 | **お知らせ**
市議会９月定例会議のお知らせ ほか

30 | **地域おこし協力隊便り、スタジオから**

31 | **ふるさと博物館**
遺跡から出土した青銅製品

32 | **まちの話題ピックアップ**
うみどり公園オープン

開園式では、新里小学校６年生11人による新里太鼓が披露され、イベントに華を添えました

関係者によるテープカットも行われ、新たな遊び場の誕生を祝いました

「うみどり公園」という愛称を命名した小成竜生（りゅうき）さん（宮古商工高校２年）に山本市長から記念の盾が贈られました

９月の納期

９月の市税の納期

国民健康保険税第３期

９月の夜間・休日の納税相談窓口

【夜間】　○期日＝９月９日㈭・30日㈭
　　○時間＝午後５時15分～８時

【休日】　○期日＝９月26日㈰
　　○時間＝午前８時30分～午後５時

※市役所への出入口は２階の市民交流センター側（東側）のみとします。ほかの出入口は施錠されていますので、ご注意ください

※新型コロナウイルス感染症の発生状況により窓口開設がない場合がありますので、来庁する際は電話などで確認願います

■問い合わせ　市税務課収納係（☎68−9074）

今日はい～っぱい遊ぼう～♫

●撮影日　７月31日
●場　所　うみどり公園

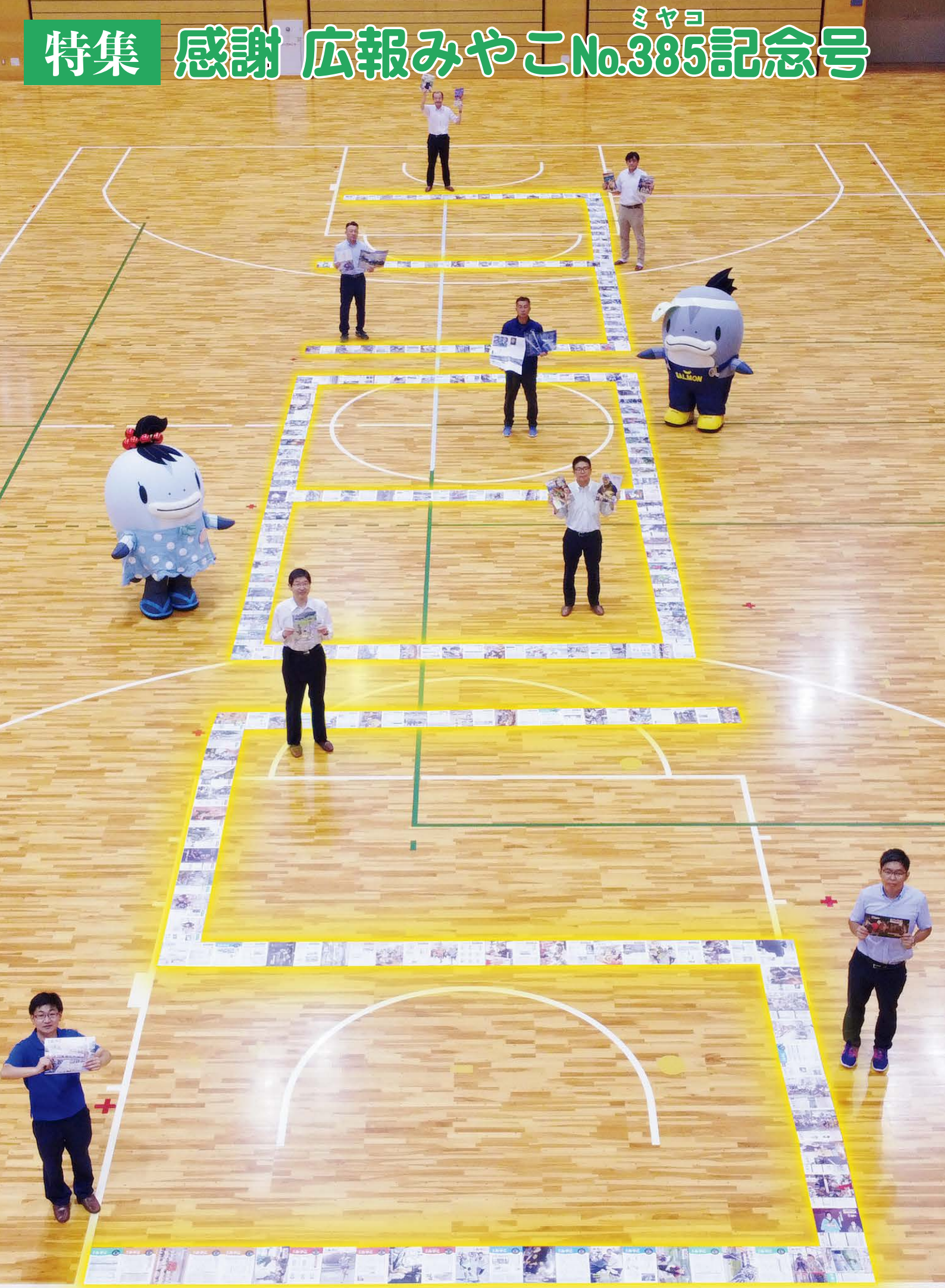
９月の表紙

今号の表紙は７月31日にオープンしたうみどり公園で遊ぶ子どもたち。公園にはオープンを待ちわびた親子連れが訪れ、遊具などを楽しむ姿が見られました。

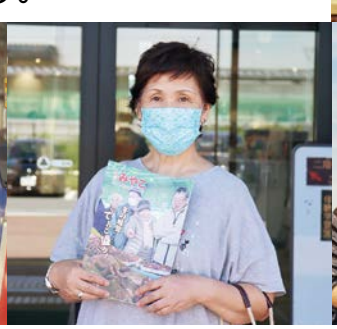
また、オープニングイベントに先立ち開会式が行われ、新里小学校の児童会長・袰岩友翔（ゆうが）くんが開会宣言を行いました。

詳しくは本号32ページ（裏表紙）で紹介していますので、ご覧ください。

特集 感謝 広報みやこ（ミヤコ）No.385記念号



【写真】市民総合体育館に広報みやこ１～384号を並べ385の数字を描きました。脇に立つのは広報みやこの歴代の編集者たち。



感謝 広報みやこ

No.385（ミヤコ）記念号

平成17年６月６日に旧宮古市、田老町、新里村の３市町村の合併により、現在の宮古市は誕生しました（平成22年１月に旧川井村が合併）。そして、広報みやこは平成17年７月１日に第１号が発行されました。

これまで広報みやこは17年間で多くの情報を発信し、さまざまな出来事を伝えてきました。本号は広報を通して宮古市の歴史を振り返るとともに、これまで登場していただいた皆さま、広報みやこを読んでくださっている皆さまへの感謝の気持ちを伝えます。

広報みやこのあゆみ

宮古市の折々の出来事が掲載された広報みやこの表紙から皆さんも一緒にタイムスリップしてみませんか。

No.175号（平成24年12月１日号）

東日本大震災後に復活した第26回宮古サーモン・ハーフマラソン大会の様子。

震災後から連載されていた「復興のつち音」では再建された重茂の昆布種苗施設を紹介。

No.25号（平成18年７月１日号）

新宮古市開庁式の際にくす玉割りに協力してくれた小学１年生。

宮古市誕生1周年を迎えて「市民憲章」「市章」「花・木・鳥・魚」の決定、まちへ寄せるみんなの声（エール）を掲載。

No.235号（平成27年６月１日号）

宮古港開港400周年の「開港時代行列」のセレモニーの様子。

「クローズアップ」は宮古海戦組。裏表紙では東京スカパラダイスオーケストラが小学校を訪れたことを紹介。

No.139号（平成23年６月１日号）

当時の天皇・皇后両陛下が市民総合体育館の避難所を慰問された際の写真。

写真特集で市内の被災記録を掲載し、復興への一歩を踏み出したことを記している。

No.315号（平成30年10月１日号）

「イーストピアみやこ」が10月１日にオープンするにあたり、外観をドローンで撮影した写真を掲載。

裏表紙では、台風被害などで４年ぶりに開催となった閉伊川川下り大会2018を紹介。

No.329号（令和元年５月１日号）

東日本大震災で被災し、三陸鉄道リアス線として完全復旧した三鉄の開通記念列車が宮古駅に到着した様子。目次、３ページにも鉄道の再開に沸く市民の笑顔の写真を掲載。

No.341号（令和元年11月１日号）

ラグビーワールドカップ2019™日本大会のナミビア代表選手団が、令和元年台風第19号で被災した市民や職員を激励するため、イーストピアみやこを訪れた際に、宮古駅前で撮影された写真。

No.259号（平成28年６月１日号）

東日本大震災で被災し、復旧した田老野球場の復旧記念試合（三陸鉄道キットDreams対たけし軍団）の写真。

まちの話題では、「学ぶ防災ガイド受講者10万人達成」を掲載。

No.269号（平成28年11月１日号）

46年ぶりに本県開催となった「希望郷いわて国体」。市では、セーリング競技、レスリング競技が開催されました。

裏表紙では、第70回記念田老地区運動会を掲載。

No.301号（平成30年３月１日号）

みやこ市民劇の第一回公演となった「拓け、いのちの道を～鞭牛和尚の挑戦～」の様子を紹介。

まちの話題では、宮古盛岡横断道路の新区界トンネル開通式を掲載。

全国広報コンクール入賞作品

広報コンクールとは、日本広報協会が主催する地方自治体などの広報活動の向上に寄与することを目的としたコンクール。各種広報作品について審査を行い、広報紙の部・1枚写真の部・組写真の部などの優秀団体を表彰するものです。昭和39年から実施されており、都道府県の部・全国の部があります。

宮古市では、No.151号が全国広報コンクール広報紙（市部）特選、総務大臣賞を受賞しています。「明日へ。－3・11の記憶－」と題して東日本大震災から復興へ歩み始めたまちの風景と人々の思いを写真とインタビューで伝えました。

このほかにも広報紙の部で県２位を３回、１枚写真の部、組写真の部で県３位を５回受賞しています。

No.151（平成23年12月1日号）

あの人は今？
～広報みやこに登場した人の現在を追う～

これまで数多くの市民の方にも登場していただいた広報みやこ。ここでは3人の方に再登場してもらい、当時のこと、これまでのこと、現在のこと、宮古のこと、広報のことなどを取材しました。

【写真】岩手県広報コンクール１枚写真の部で県３位となった広報みやこ。上から順にNo.191号、No.223号、No.273号、No.361号

2005年

No.１号（平成17年７月１日号）「ハッピー・バースデイ」に掲載

「ハッピーバースデイ」は２歳以下のお子さんが載る人気コーナー。ここに掲載された方も多いのではないでしょうか。

外地悠斗（ゆうと）ちゃん
今月で１歳です
よく食べ、よく寝、よく遊ぶ、悠ちゃん、大好きだよ♥
これからも、もっと元気に大きく育ってね☺　（家族）

16年前（1歳）

外地（そとち）　悠斗さん
（17、日影町）

宮古高校２年生。
バレー部に所属し、将来は理系の大学進学を目指しています。

将来は宮古で暮らしたい

自分が載っている広報みやこは初めて見ました。１歳なので当時のことはもちろん覚えていません。広報みやこは表紙に目を引かれた時は中身を見ています。

大学進学で一度は宮古から離れると思いますが、宮古の暮らしが好きなので、将来は帰ってきたいと思っています。少子高齢化で人口も減っていますが、いつまでも活気のあるまちであってほしいと願っています。

母の久美子さんは「赤ちゃんの頃の写真を見返すと、かわいかったなーと改めて思います。それと同時に、今では、自分の背丈も追い抜き、たくましくなったなと感じています。自分の道を一歩一歩進んでいってほしい」と我が子の未来に期待を込めて話しました。

キリトリ線

広報みやこアンケート

広報みやこへの「あなたの声」をお聞かせください。（□に✓をつけてください）

記載後は切り取り線で切り取り、イーストピアみやこ１階に設置してある「市長への手紙」ボックスへ投函ください。

問１　年齢を教えてください
□10代　□20代　□30代　□40代
□50代　□60代　□70代　□80代以上

問２　「広報みやこ」を読んでいますか？
□毎月読んでいる　□たまに読んでいる

問３　よく読むコーナーはどれですか？（複数回答可）
□すべて　□特集
□市からのお知らせ
□子育て情報　□健康プラザ
□図書館情報　□各種相談
□情報掲示板　□お知らせ
□地域おこし協力隊便り
□スタジオから　□ふるさと博物館
□俳句に親しむ　□市長のひとり言
□まちの話題ピックアップ
□編集後記
□その他（　　）

問４　広報みやこへのご意見・ご感想などをご記入ください。
（例）こんなコーナーがほしい

2010年

No.127号（平成22年10月１日号）「巻末特集 はんもうどの海」に掲載

価格競争や後継者不足など、養殖漁業を取り巻く状況は厳しい中、新たな取り組みを始めた浜人たちを特集しました。

11年前（30歳）

平子（たいこ） 昌彦さん
（41、崎鍬ヶ崎）

株式会社　隆勝丸代表取締役。ホタテ・ホヤ養殖、釣り船、漁業体験ツアーなどを行っています。

宮古の漁業を次世代に残したい

あっという間の11年だったと思います。東日本大震災で広報みやこに一緒に掲載された義父を亡くしました。先輩漁師の方たちにも助けられ、困難も乗り越えてきました。あの頃の“漁師になって良かった”との思いは今も変わっていません。

現在は、主にホタテの養殖を行っていますが、宮古のホタテは味・大きさ・歯ごたえなど、日本一だと思っています。また、次世代の宮古の漁業を担う人を育成することも大事な使命だと考え、未経験でも漁業に興味のある人を積極的に会社で雇用したりしています。義父には「新しい船も作って一生懸命頑張っているよ」と伝えたいです。

2007年

No.37号（平成19年１月１日号）「亥年生まれの小学生集まれ 夢カルタ」に掲載

「亥年生まれの小学生集まれ　夢カルタ」は、将来の夢とこの年の抱負を市内の小学生に聞いたものです。

14年前（小学５年生）

伊藤 あかりさん
（25、花輪）

北日本銀行宮古支店勤務。就職して４年目で融資、出納など経験し、現在は窓口業務をしています。

宮古での思い出をこれからも増やしたい

小学生の頃は、本を読むことが好きでした。また、リコーダーを演奏することが楽しく「音楽を頑張りたい」と書いたと思います。バレーボールのスポーツ少年団に所属しており、バレーボール選手になることが将来の夢でした。

現在働く職場では、窓口でお客様をできる限りお待たせしないように意識して働いています。また、色々な方とお話できることが楽しく、励みになっています。

現在も小学校時代の友人と交流は続いており、思い出話に花が咲くこともあります。慣れ親しんだ宮古でこれからも楽しみつつ、頑張っていきたいと思います。

広報みやこのここが好き!!

三浦 真子さん
（30、佐原）

７歳と５歳と０歳の子どもがいるので、親子が楽しめるような催しがないか欠かさず毎号確認しています。子育てに関する情報がたくさん載っているので、重宝しています。「まちの話題」のコーナーは、色々なイベントの情報を知ることができるので好きです。

中村 ワキさん
（74、山田町）

宮古には友人も多く、市内で行われる催しにもよく参加しています。昨年からは広報が発行される度にイーストピアみやこで広報をもらっています。毎月、今月はどんな表紙かなと楽しみにしています。これからも読むのが楽しくなる広報を作ってほしいです。

広報みやこの発行に関わる人

市で発行している広報みやこですが、市民の方の協力をたくさんいただいています。ここでは、発行にあたり〝縁の下の力持ち〟の方、団体にスポットライトを当てます。

広報みやこの音声録音を担う
声で情報を届け利用者の世界を広げる

宮古音声訳の会

平成５年２月に７人の会員で声でまちの情報を伝える活動を開始。現在は「広報みやこ」「市議会だより」「社協だより」などの音声録音を９人で行い、20人の利用者にまちの情報を伝えています。メンバーの活動期間は３～21年とさまざまです。

宮古音声訳の会では、目が不自由な方のために広報みやこを読んで音声録音する作業をボランティアで行っています。

〝人の役に立ちたい〟〝音読が好きで、声で何かを伝えたい〟活動を始めるきっかけはさまざまだったメンバー９人。「目の不自由な方たちのためにまちの情報をより多く、正確に伝えたい」と同じ思いを胸に、声で情報を伝えています。この思いを会として共有したのは、活動に関わる講習会の講師に「聞く、聞かないは利用者一人一人が考え、選択すること。健常者の方はそうして情報を得ているでしょう」と問いかけられたことがきっかけだったとのことです。

会の活動は、広報みやこなどの録音・編集作業のほか、月１回の例会（勉強会、情報交換）、利用者との交流会を行っています。広報に掲載された写真は、聞く人にその情景が思い浮かぶように言葉一つ一つを選び説明を加えています。また、利用者にとって〝分かりやすいこと〟〝聞きやすいこと〟を意識して録音しています。そのために、記事の内容によって緩急をつけて、身近な生活に関することや慶弔欄はゆっくり読むように心掛けているそうです。

最近の会の悩みは利用者と会員が減ってきていること。メンバーの一人は「どこかに困っている人はいると思う。この活動を知ってもらい、より多くの人に利用してほしい。また、仲間が増えたらうれしい」と話します。

声でまちの情報を届け、利用者の世界を広げる活動はこれからも続きます。

宮古音声訳の会会員募集

宮古音声訳の会では“声でまちの情報を伝える”活動に一緒に取り組む仲間（読み手、編集者）を募集しています。あなたの声が地域で暮らす誰かの人生を豊かにします。“人のため、地域のため”に活動してみませんか。

■問い合わせ　宮古音声訳の会事務局・中家（☎72-2537）

広報みやこを配布して35年

佐藤　隆雄さん（75）
宮町二丁目行政連絡員

約１２０世帯に広報を配布しています。歩くのが好きで始めましたが、今は健康維持を兼ねて生きがいになっています。汚れたり、濡れたりしないように天気が良い日に配布するように心掛けています。配布するに当たって、紙面には全て目を通すようにしています。

今は電子媒体でも広報紙を見れますが、高齢者には紙媒体の方が読みやすいと思います。これからも見ていて楽しい、情報がたくさん詰まっている広報を作っていってほしいと思っています。私も元気な限り、自分の足で広報を配布していきます。

「俳句に親しむ」のコーナーの選者

〝心を整える〟俳句にはそんな力がある

さいとう 白沙（はくさ）さん（82）

宮古現代俳句会代表。約30年の俳句歴があります。平成26年５月１日号から「俳句に親しむ」のコーナーの選者。月に１回初心者向けに「くろしお俳句会」などの講座を開催しています。

「俳句に親しむ」のコーナーは、旧宮古市時代の広報から続く人気コーナーです。東日本大震災後、前の選者が退任となるも、多くの方の要望があり、復活した経緯があります。平成26年５月１日号から「俳句に親しむ」のコーナーの選者を担っているのが、さいとう白沙さんです。

市役所には市内だけでなく全国から応募はがきが届きます。「広報みやこは宮古に関わる多くの人たちに届いていることを実感します。そんな広報の一コーナーに関わることができてうれしい」と話すさいとうさん。気を付けている点について「添削はしますが、応募してきてくれた方の〝言葉〟を大事にしています」と話します。

俳句の魅力について尋ねると「まず、鉛筆と紙があればそれだけでできること。また、〝言葉の奥を考えさせる〟〝言葉の奥を広げる〟ことができる。俳句を詠む中で四季の移ろい・時間の流れ、〝生きている〟ことを実感できて、〝心を整える〟ことにつながる。一日一句詠むだけでも生活が違ってくる」と述べます。

現在、テレビ番組などで「俳句」が注目されていることについては「若い方は発想が豊かな人が多く、良い句を詠んだりします。学童クラブや小学校に協力してもらい、若い人たちにも俳句に親しむ機会を増やしていきたい。そして、宮古でも俳句好きな人を育てていけたらと思っています」と語ります。

最後に広報みやこについて「〝俳句に親しむコーナー〟はさまざま人が自分自身の感性を腕試しする良い機会。もっと色々な地域や年代の人から応募が来ればうれしいです」と話します。

広報みやこを読んでくださる皆さまへ

いつも広報みやこを読んでくださっている皆さま、ありがとうございます。広報みやこは皆さまの情報提供や取材協力があってこそ制作できています。また、毎号広報が届くのを楽しみに待ってくれている方がいるからこそ、私たちも一層頑張れるのだと思います。

宮古市は東日本大震災、平成28年台風第10号、令和元年台風第19号など、幾度となく自然災害に見舞われてきましたが、そんな困難も皆さまとともに乗り越えてきました。そして、現在は新型コロナウイルス感染症と、なかなか前を向くことが難しい状況にあります。その中でも、皆さまが少しでも笑顔になるよう、まちの希望や明るい話題を広報みやこはこれからも伝えていきます。

まちの情報発信は広報みやこ以外でも行っています

広報みやこや市の情報は下記の方法でも入手できます。

①市公式Facebook（Webhttp://www.facebook.com/city.miyako）

②市公式Twitter（Webhttp://www.twitter.com/miyako_city）

③市公式Instagram（Webhttps://www.instagram.com/tokotonmiyako/）

④みやこハーバーラジオ（FM82.6MHz）でも放送しています。また「リスラジ」、「サイマルラジオ」でも聴取可能。

アンケートはメールでも受け付けます

本号６ページ掲載の「広報みやこアンケート」はメールやファクスでも受け付けます。

タイトル（メールの場合は件名）を「広報みやこアンケート」とし、【問１】年齢【問２】広報みやこを読む頻度【問３】よく読むコーナー【問４】ご意見・ご感想をご記載ください。詳しくは６ページをご覧ください。

【メール】　✉info@city.miyako.iwate.jp

【ファクス】FAX63-9114

新型コロナワクチン接種のお知らせ

■集団接種での初回接種の予約受け付けを９月から再開します

市民交流センターで行っている集団接種の**９月６日㈪以降の予約は、９月２日㈭午前９時30分から受け付けを開始します**。

■２回目接種日の予定を確認してから予約してください

市内で使用しているファイザー社製ワクチンの場合、**２回目の接種日は原則、１回目接種日の３週間後の同じ曜日**になります。１回目の接種の予約の際には、２回目接種日の予定を確認した上で予約してください。

接種の当日に37.5℃以上の発熱があるなど、**体調が悪い場合や予約後に都合が悪くなった場合は、速やかに、必ずキャンセルの連絡をしてください**。

ワクチンを接種した後も、ご自身や周りの方を守るために、マスクの着用や手指消毒など、感染予防対策の継続をお願いします。

■問い合わせ

【接種の予約やキャンセル】宮古市新型コロナワクチン接種【予約】センター
▷☎019-606-8053（午前９時30分～午後６時30分受け付け（**土・日・祝日を含む**））
【一般的な相談】宮古市新型コロナワクチン接種【相談】センター
▷☎68-9100（午前９時～午後５時受け付け（日・祝日を除く））

いわての食応援プロジェクト～Go To Eatプレミアム付き食事券～

「いわて飲食店安心認証店」で利用できる食事券は、新型コロナウイルス感染症拡大による岩手緊急事態宣言に伴い、８月14日で販売を停止しています。

すでに購入された食事券は、12月15日㈬まで利用することができます。

販売の再開時期など、詳しくは公式ホームページ（Webhttps://www.iwate-gotoeat.jp/stores/index.php）をご確認ください。

■問い合わせ　いわての食応援プロジェクト事務局（☎019-624-5050）

大学生等修学継続支援金を支給しています

市は、親元を離れて生活する大学生などを対象に、昨年度に引き続き支援金を支給しています。**対象となる方で、申請が済んでいない方は、申請してください**。

詳しくは、市ホームページ（Webhttps://www.city.miyako.iwate.jp/kyouiku/kyouiku_daigaku_syugaku_sienn_2.html）をご覧ください。

■申請受付期限　令和４年３月31日㈭
■補助額　１人当たり５万円
■問い合わせ　市教委総務課（市役所３階、☎68-9114）

東日本大震災から10年
つなげる いのちの写真展

今年２月に釜石市で開催された催しの様子

発災時に最前線で救助や捜索活動などを行った、海上保安庁・自衛隊・警察・消防本部の活動写真や「おもかげ復元師」として、震災当時に宮古市でも活動した笹原留似子（るいこ）さんの絵日記などを展示します。

■日時　９月25日㈯午後１時～５時、26日㈰午前10時～午後４時

■場所　イーストピアみやこ内

■内容（日時／会場）　①オープニング式（25日午後１時／多目的ホール）②笹原留似子さん（おもかげ復元師）講演会「いのち輝かせて」（25日午後１時30分／多目的ホール）③後藤泌尿器科皮膚科医院震災記録映像「灯り続けた街の明かり～みちのくの医師の信念～」上映会（25日午後３時30分／多目的ホール）④海上保安庁・自衛隊・警察・消防本部の活動写真および笹原さんの絵日記パネル展（両日／運動スタジオ前ほか）⑥震災行方不明者相談会（25日午後１時／音楽スタジオ）⑦災害活動車両展示（26日午前10時／イーストピアみやこ駐車場）

■②講演会について　新型コロナ対策のため観覧者数を70人に制限します。観覧希望の人は９月１日㈬からイーストピアみやこ２階事務室で配布する整理券を事前に受け取ってください。

■その他　新型コロナ対策にご協力願います。また、感染拡大の状況などにより、規模の縮小や開催を延期する場合があります。

■問い合わせ　同写真展実行委員会事務局・長澤（０９０・８７８７・９７０７）

「おもかげ復元師」笹原留似子さん（上）と、絵日記作品（下）

教育委員の荒谷さんが再任

教育委員
荒谷榮子（さかえこ）さん（68）

市教育委員に荒谷榮子さんが再任されました。

任期は令和７年８月29日㈮までです。

■問い合わせ　市教委総務課総務係（☎68-9114）

佐藤廣昭副市長が退任

職員から花束を受け取る佐藤副市長

佐藤廣昭副市長が任期満了に伴い８月３日に退任しました。

佐藤副市長は、平成29年８月に副市長に就任。以来、４年間にわたって山本正徳市長を支えてきました。

任期中は、鈴木貴詞（たかし）元副市長および桐田教男副市長とともに山本市長が掲げる「産業立市」「教育立市」、東日本大震災からの復興の完遂、新型コロナウイルス感染症対策の着実な推進などに尽力しました。

退任式では、感謝の言葉とともに「住民感覚と当事者意識を持って、行政の高度化に的確に対応を」と、出席した職員を激励しました。

第35回宮古サーモン・ハーフマラソン大会
特別大会宮古タイムチャレンジ参加者募集

昨年に引き続き「宮古サーモン・ハーフマラソン大会」を特別大会として、宮古運動公園陸上競技場で開催します。

■**日時**　11月14日㈰午前8時15分開会

■**会場**　宮古運動公園陸上競技場

■**コース／距離／定員／参加対象者**

①白浜シーサイドコース／ハーフ／先着200人／一般男女（高校生以下出場不可）

②白浜シーサイドコース／10キロ／先着400人／高校生以上の男女

③堀内シーサイドコース／5キロ／先着200人／中学生以上の男女

④ファミリーコース／2キロ／先着150組・300人／家族（必ず小学生を入れること）

■**計測方法**　ネットタイム計測（スタート地点通過時からフィニッシュ地点通過時までのタイム）とします。参加者には記録証を交付します

■**ゲストランナー**　青山学院大学陸上競技部、鳥光健仁（Run Buddy Make代表）

■**参加料**　【一般】2千円【ファミリーコース】2500円【中学生・高校生】1200円

■**申し込み方法**　郵便振替またはインターネットで、申し込みおよび参加料の支払いを行うこと

※詳細については、市ホームページ（Web https://www.city.miyako.iwate.jp/shogai/salmonhalfmarathon_35.html）をご覧ください

■**申込期限**　9月30日㈭

■**その他**　大会に参加する場合は、主催者が行う新型コロナウイルス感染症拡大防止対策にご協力ください

■**問い合わせ**　宮古サーモン・ハーフマラソン大会実行委員会（市民総合体育館内、☎㉒6000）

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、大会を中止などとする場合があります

昨年のサーモン・ハーフマラソン大会の様子（ファミリーコース）

浄土ヶ浜 いいイロ 1116

「浄土ヶ浜のいいイロ」を募集

市では、地域が持つ特有の文化や自然環境などを「色」で表現し、その魅力を広く発信する目的で、浄土ヶ浜をテーマに皆さんがイメージする「地域色（愛称：いいイロ）」を募集します。

■**募集期限**　9月17日㈮

■**応募資格**　浄土ヶ浜や宮古市に興味・関心をお持ちの人ならどなたでも応募できます

■**応募内容**　①あなたが好きな「浄土ヶ浜の色」②その色を好きな理由（好きな色を表す写真がある場合は、併せて応募願います）

■**応募規定**　①何回でも応募できます（ただし、1回の応募につき1案のみとします）②応募いただく写真は二次使用いたしませんが、宮古市に帰属するものとし、返却しません

■**応募方法**　①インターネット（浄土ヶ浜のいいイロプロモーション2021入力フォーム、Web https://www.1116nippon.net/project/jdghm2021/）②郵送③持参（②③により応募する場合は、性別、年齢、居住地（市町村名）を必ず明記の上応募願います）

■**応募先**　市企画課いいイロ担当（〒027-8501住所不要、市役所4階、☎65-7056、68-9065）

野活フェス「森のカフェ2021秋～ピアノが誘う癒やしとくつろぎのひととき～」

疲れた心と体をリフレッシュしませんか？
（写真は、会場となる野外活動センターのキャンプサイト）

時間の許す限り、ゆったりできます

秋の一日を野外活動センターで、ゆったりとハンモックに揺られ、ピアノの生演奏を聴きながら、日ごろ頑張っている自分を癒やしませんか？地元のバリスタによるおいしいコーヒーとお菓子の販売もあります。

■**日時**　９月19日㈰午後２時～８時
■**場所**　田代地区野外活動センター
■**内容**　①野外フェスティバル「ピアノの生演奏会」（１時間ごとに30分間の演奏、演奏と演奏の間、一般の人も飛び入り参加できます）②会場に30枚のハンモックをつるします。どなたでも利用できますので、ゆったりとした時間を過ごしてください③午後５時から、ランタンを灯し、癒やしの空間を演出します④地元の有志でカフェをオープン。コーヒーと豆腐ドーナツを提供します
※カフェを利用する場合は、受け付けでチケットを購入願います
■**その他**　申し込み不要（来場時に受け付け有り）
※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、中止などとなる場合があります
■**問い合わせ**　市生涯学習課体育振興係（☎68-9120）

千徳ぶらり歴史散歩②
～神社仏閣城跡巡りで新たな気づき～

■**日時**　９月29日㈬午前９時30分～正午※荒天の場合、10月１日㈮に延期
■**集合場所**　千徳公民館
■**内容**　千徳城跡や善勝寺の文化財見学など、文化遺産を歩いて巡ります（千徳公民館→善勝寺→千徳八幡宮→千徳城跡→千徳公民館）
■**対象**　市民
■**定員**　先着10人
■**保険代**　50円
■**用意する物**　マスク、飲み物、雨具、タオル、動きやすい服装と歩きやすい靴
■**申し込み方法**　電話
■**申込受付開始日**　９月７日㈫午前９時
※申し込み１回につき２人まで
■**申し込み**　千徳公民館（☎63-5402）

まだ知らない歴史を学びませんか？

のんびり路線バスで行く 震災遺構たろう観光ホテルと蛸の浜海岸さんぽ
～いい日旅バス2021パート１～

■**期日**　９月25日㈯
■**集合時間／場所**　午前9時5分／宮古駅前①番バス乗り場
※解散予定は午後３時30分
■**内容**　①路線バスの乗車体験②震災遺構たろう観光ホテル見学③蛸の浜海岸散歩（約２㌔）④昼食（瓶ドン）
■**定員**　先着30人
■**参加料**　千円（同伴の小学生以下500円）
※昼食代、保険代含む
■**その他**　路線バスの運賃は各自で負担。バスカード利用可（大人500円、小学生250円）
■**申込受付開始日**　９月３日㈮午前９時
■**申し込み**　県北バス宮古駅前案内所（☎62-3620）

のんびりと「いい日」を満喫しませんか

年金生活をしている人を支援する制度があります

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入やその他の所得額が、一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取りには請求書の提出が必要です。

■対象

▽老齢基礎年金を受給している人で、次の全ての要件を満たしている人

①65歳以上②世帯員全員が市町村民税非課税③年金収入額とその他所得額の合計が約88万円以下▽障害基礎年金・遺族基礎年金を受給していて、前年の所得額が約472万円以下の人

■請求手続き

【新たに年金生活者支援給付金を受け取ることができる人】

対象者には、日本年金機構から請求手続きのご案内が8月下旬ごろに届いています。同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）を記入し提出してください。令和4年1月4日㈫までに請求手続が完了すると、10月分からさかのぼって受け取ることができます。

【年金を受給し始める人】

年金の請求手続きと併せて年金事務所または市で請求手続きをしてください。

■日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内にご注意ください

日本年金機構や厚生労働省から、家族構成や口座番号・暗証番号を聞いたり、手数料などの金銭を求めることはありません。

■問い合わせ　給付金専用ダイヤル（☎0570・05・4092（ナビダイヤル））

※詳細については、厚生労働省のホームページ（Web https://www.mhlw.go.jp/nenkinkyuufukin/index.html）をご確認ください

マイナンバーカードの受け取りはお済みですか？

申請のあったマイナンバーカードは市総合窓口課で保管していますが、受け取りの手続きが必要です。

■マイナンバーカードの受け取り・保管

現在は新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の観点から、対面での手続きを少なくするため、受け取り手続きが済んでいない人への再通知の送付を見合わせています。

再通知後も受け取りの手続きが行われない場合、保管中のカードは一定期間経過後に破棄することになっていますが、当面はカードを破棄せず、保管していますのでお心あたりのある人は問い合わせてください。

■マイナンバーカードの受け取りの場所・時間

9月から受け付け時間が変更となります

▽市総合窓口課＝平日午前9時～午後5時15分（木曜日のみ午後7時まで）

▽各総合事務所＝平日午前9時～午後5時15分

※休日の受け取りは、市総合窓口課で午前9時～正午（日曜日のみで日程は市ホームページ（Web https://www.city.miyako.iwate.jp/madoguchi/mynumber.html）をご覧ください）

■問い合わせ　市総合窓口課（☎㊽9077）

岩手県立農業大学校令和４年度入学生を募集します

令和４年度の入学生を募集します。

■募集定員　農産園芸学科50人、畜産学科20人

■出願資格　高等学校または中等教育学校卒業者（令和４年３月卒業見込みの者を含む）

※学生募集要項など、詳しくは農業大学校ホームページ（Web https://www.pref.iwate.jp/agri/noudai/index.html）をご覧ください

■問い合わせ　岩手県立農業大学校教務担当（☎0197-43-2211）

区分	出願期間	試験日
推薦入学試験	９月６日㈪～24日㈮	10月14日㈭
一般入学試験（前期）	11月８日㈪～19日㈮	12月８日㈬
一般入学試験（後期）	令和４年１月24日㈪～２月４日㈮	２月25日㈮
社会人特別選考		

「戦没者遺児による慰霊友好親善事業」の参加者を募集します

家族などを海外の戦地で亡くした戦没者遺児を対象として、戦没した旧戦地を訪問し、慰霊追悼と現地住民との友好親善をはかります。

■参加料　10万円

■実施地域

【広域地域】

①フィリピン（１次）②ソロモン諸島③マリアナ諸島④マーシャル諸島⑤フィリピン（２次）⑥台湾・バシー海峡

【特定地域】

①東部ニューギニア②西部ニューギニア③ミャンマー

■日程などの問い合わせ　日本遺族会事務局（☎03-3261-5521）

※相手国の事情や新型コロナウイルス感染症の感染状況により、変更や中止となる場合がありますので、ご了承ください。

詳細はホームページ（Web http://www.nippon-izokukai.jp）をご確認ください

宮古市いきいきシルバーライフ推進協議会委員を募集します

宮古市地域密着型サービス運営委員会委員を兼務し、高齢者福祉に関する事業や介護保険事業の進行管理、計画策定について審議する委員です。

■応募資格　①18歳以上（４月１日現在）で市内に引き続き３カ月以上住所のある人②市のほかの審議会などの委員を兼職していない人③市の高齢者福祉に関心を持っている人

■募集人数　１人

■任期　３年間（10月１日㈮～令和６年９月30日㈪）

■申し込み方法　申込書と小論文「これからの高齢者福祉について」（800字程度）を郵送・ファクス・メールまたは持参。

応募用紙は、市介護保険課（市役所１階）で配布するほか、市ホームページ（Web https://www.city.miyako.iwate.jp/kaigo/kaigo_iinbosyuu.html）からもダウンロードできます。

■申込受付期間　９月１日㈬～14日㈫必着

■申し込み　市介護保険課管理係（〒027-8501住所不要、☎68-9085、FAX62-7422）

市営建設工事の発注状況のお知らせ（７月着工分）

７月に着手した工事です。工事の入札契約の状況は市のホームページ（Web https://www.city.miyako.iwate.jp/index/jigyosya/sieikensetukouji_kekka.html）でも公表しています。

■問い合わせ　市契約管財課（☎68-9070）

工事名	場所	工事期間	契約金額(円)	請負者	工事担当課
石浜漁港（石浜地区）機能強化（防波堤）工事	重茂第21地割	R3.7.2～R4.2.14	103,400,000	大坂建設㈱	水産課
津軽石漁港（堀内地区）漁村再生（防波堤）工事	赤前第15地割	R3.7.2～R4.1.28	63,690,000	大坂建設㈱	水産課
市道飛の沢線舗装改修工事	蟇目第８地割	R3.7.2～R3.11.2	6,930,000	三好建設㈱	建設課
田の沢川河川改修工事	田老字田の沢	R3.7.2～R3.11.28	18,205,000	山大建設㈱	建設課
仲組漁港（本港地区）船揚場維持補修工事	重茂第27地割	R3.7.2～R3.10.3	2,135,100	㈱佐々木建設	水産課
磯鶏金浜線道路改良工事	八木沢第８地割	R3.7.2～R4.1.13	13,981,000	山大建設㈱	建設課
去石地区（浄水場）場内整備工事	区界第１地割	R3.7.3～R3.11.2	8,382,000	㈱佐々木建設	経営課
危機管理型水位計設置工事	津軽石第17地割	R3.7.9～R3.10.6	1,524,600	㈱旭電気工業	危機管理課
市道桐の木沢線舗装改修工事	区界第１地割	R3.7.9～R3.10.30	11,330,000	三好建設㈱	川井総合事務所
宮古中継ポンプ場送排風電気設備更新工事	新川町	R3.7.10～R3.12.7	8,877,000	小山田電業㈱	経営課
林道三ツ石線護岸補修工事	川井	R3.7.27～R4.2.25	18,898,000	㈱西沢鉄建	農林課
高齢者生活福祉センター高圧機器交換工事	川井第２地割	R3.7.27～R3.10.24	3,795,000	㈲オイカワ設備企画	介護保険課
田老簡易水道大平地区配水管布設工事	田老字小林および八幡水神	R3.7.28～R3.12.4	11,715,000	角登設備㈲	経営課

9月20日㈪～26日㈰は動物愛護週間です

動物愛護フェスティバル

■**日時**　9月26日㈰午前9時30分～11時（雨天決行、受け付けは午前9時から）
■**場所**　県宮古地区合同庁舎駐車場（雨天時庁舎前）
※車でご来場の際は、宮古消防署旧防災会館前をご利用ください
■**内容**　ワンワン運動会、犬猫慰霊祭、動物無料健康相談、犬猫の写真展示による譲渡会
※ワンワン運動会に参加を希望する人は、9月10日㈮午後5時までにグリーン動物病院（㊿0856）かアトム動物病院（㊼3993）に申し込みが必要です
■**対象**　宮古市、山田町、岩泉町、田野畑村にお住まいの人
■**参加料**　無料
■**注意事項**　参加する犬には必ず首輪とリードを付けてください
※新型コロナウイルス感染症の発生状況により中止とする場合があります

最近、猫に関する苦情や相談が増えています

●飼い主のいない猫にエサをあげている人へ

市内で飼い主がいない猫が増え、他人の敷地でふん尿をしたり、庭や畑を荒らしたり、病気に感染したり、他の猫とトラブルを起こしたり、望まない繁殖が起きています。

飼い主がいない猫を増やさないためにも、猫にエサをあげている人が責任を持って猫を管理することが大切です。

●猫の飼い主へ

▽屋内で最後まで飼いましょう
▽不妊・去勢手術をしましょう
▽迷子札・首輪・身元表示をしましょう

■**問い合わせ**　宮古保健福祉環境センター（☎㊿2218）

再生品展示会を開催します

■**期間**　10月29日㈮～31日㈰
■**時間**　午前9時～午後4時
■**場所**　宮古地区広域行政組合再生品ストックヤード（崎山6の122の1）
■**内容**　机、テーブルなどの補修品を3日間展示し、希望者へ無償提供します
※1つの展示品に2人以上申し込みがあった場合は抽選
■**対象**　宮古地区広域行政組合管内（宮古市、山田町、岩泉町、田野畑村）に居住している人
※再販売を目的とする場合は参加できません
■**費用**　無料。引き取りに係る費用は自己負担
■**申し込み方法**　1人当たり1点まで（小学生以上の人）、展示会場で直接申し込み
※展示期間中の引き渡しはできません
■**注意事項**　来場の際には、新型コロナウイルス対策としてマスク着用や検温・手指消毒にご協力をお願いします。また、感染拡大の状況によっては、中止とする場合があります
■**問い合わせ**　宮古地区広域行政組合施設課（☎64-7111）

9月9日は救急の日～尊い命を守りましょう～

『救急車の適正利用にご協力を』

救急車は緊急を要する人を迅速に医療機関へ搬送するために用いることが望まれています。救急車で病院に搬送した約半数が軽症（入院を必要としない外来診療）となっています。本当に救急車を必要とする人への対応が遅れないよう、救急受診アプリ「Q助」などを参考に救急車の適正利用にご協力をお願いします。

○救急受診アプリ「Q助」とは

急な病気やケガをした際に、症状の緊急度を素早く判定し、救急車を呼ぶ目安が判断できるアプリです（アプリは右記QRコードからダウンロードできます）。

『応急手当の方法を学べます』

宮古消防署では、通年実施している救急講習会の内容を、新型コロナウイルス感染症対策のため、一部変更して実施しています。万が一の際に応急手当を行い、尊い命を救うことができるようにぜひ利用してみてください。また「e－ラーニング」で応急手当の基礎知識を学ぶことができます。

詳細については、宮古地区広域行政組合消防本部ホームページ（Webhttp://fire.miyako.iwate.jp）に掲載されておりますので、参考にしてください。

■**問い合わせ**　宮古消防署救急係（☎62-5533）

野生きのこの取り扱いに注意しましょう

■野生きのこと放射性物質濃度

岩手県では、放射性物質濃度の影響により、未だ国から野生きのこの出荷制限が指示されている地域があります。次に記載する地域から採取し、販売することは食品衛生法違反となりますので、絶対に行わないでください。

▽野生きのこ（全ての種類）の出荷制限地域

一関市、陸前高田市、平泉町、釜石市、奥州市、大船渡市、金ヶ崎町、遠野市、住田町

■オークションサイト・フリマサイトを利用する皆さんへのお願い

ここ数年、オークションサイト・フリマサイトで、出荷制限地域「以外」から採取された野生きのこの販売が多く見られ、特に「コウタケ」や「サクラシメジ」「ムラサキシメジ」などの販売が確認されています。

これらの中には、「出品者」が放射性物質濃度検査を行わないまま販売している事例が多く見られます。

このため、厚生労働省では、基準値（放射性セシウム濃度　100ベクレル／㌔）を超える野生きのこがサイト上で販売されていないか、買い上げ検査を実施しています。安全性を確認していない野生きのこを販売しないようお願いします。

※万が一基準値超過が判明した場合、新たに国の出荷制限地域が指定され、その地域においては「マツタケ」や「コウタケ」「ナラタケ」など、種類に関係なく全ての野生きのこについて、出荷・販売を目的とした採取ができなくなります

■問い合わせ　沿岸広域振興局宮古農林振興センター林務室（☎㊸2215）

クマに注意！

山には、多くのツキノワグマが生息し、エサを求めて山から人里へ下り、目撃されています。また、ツキノワグマが、倉庫などの建物へ侵入する被害も増えています。家の周辺だけでなく倉庫の中にも、ペットのエサや米ぬかなど、臭いが強く野生動物が寄ってくる原因となる物は、置かないようにしてください。

また、次のことに気をつけてください。

●山林や田畑では、単独ではなく複数で行動し、鈴やラジオなどで、人間の存在を知らせる

●登山などの入山、山沿いや人通りの少ない場所、クマの活動が活発になる朝夕の時間帯の散策などは控える

●子連れの母グマはとても凶暴で、子グマの近くには母グマがいる可能性が高いため、子グマを見かけた場合や新しいフンや足跡を見つけた場合は、その場から離れる

■問い合わせ　市農林課農政係（☎㊽9094）

将来の地域農業について話し合いませんか？

市では、将来の地域農業を担う人と農地に関する話し合いを開催します。

申し込みは不要ですので、対象地区をご確認の上、ぜひご参加ください。

■内容　地域農業マスタープランの充実に向けた話し合い

■対象　10㌃以上の農地を所有または借り受けしている農業者

■問い合わせ　市農林課（☎68-9094）

■日程・場所

期日	時間	会場	対象地区
9/10㈮	午後6時30分	花輪農村文化伝承館	花輪（大谷地を除く）、田鎖、松山
9/13㈪		長沢農村センター	長沢、大野、折壁、川目
		第32分団屯所	摂待、新田、和野、乙部
9/14㈫		大谷地林業者センター	花輪（大谷地）、八木沢、小山田、磯鶏、高浜、金浜
		田老公民館	田老、大平、樫内、小田代
9/15㈬		花原市林業者センター	根市、花原市、牛伏
		津軽石公民館	津軽石、赤前、白浜、重茂
9/16㈭		根城農村センター	根城、老木
	午後7時	基幹集落センター	刈屋
9/17㈮	午後6時30分	近内地区センター	近内、山口、千徳、岩船
	午後7時	新里福祉センター	腹帯、茂市、蟇目
9/21㈫	午後6時30分	崎山公民館	崎山、崎鍬ヶ崎、日影町、日の出町
	午後7時	和井内ふるさと会館	和井内
9/22㈬	午後6時30分	田代林業者センター	田代
		門馬地域振興センター	区界、門馬
9/27㈪		小国地域振興センター	大仁田、新田、湯沢、小国、江繋
9/28㈫		川井生涯学習センター	川内、夏屋、鈴久名、蟹岡、箱石、片巣、川井

健康プラザ

※各種相談・教室、検診は新型コロナウイルス感染症拡大状況次第で急きょ延期または中止の可能性があります

宮古保健センター、子育て世代包括支援センター（イーストピアみやこ内、☎64-0111）
田老保健センター（☎87-2975）　新里保健センター（☎72-3500）
川井保健センター（☎76-2036）　宮古保健所（☎64-2218）
こども救急相談電話（午後７時～11時、☎019-605-9000、携帯電話からは＃8000）

● 各種健康診査・がん検診日程

受け忘れのないように、早めに受診することをお勧めします。健診の内容・詳細は、「令和３年度 宮古市成人けんしんのお知らせ」をご覧ください。

■**問い合わせ**　各保健センター

■各種検診日程

期日	受付時間		会　場	検診種別		
				各種健診	各がん検診	
9/16(木)	9:30～11:00	13:00～14:00	宮古保健センター	健診		
9/21(火)	9:30～10:30	13:00～14:00	市民総合体育館フォーラム棟		大腸	乳
9/22(水)	9:30～10:30	13:00～14:00	津軽石公民館		大腸	乳
9/24(金)	9:30～10:30	13:00～14:00	山口公民館		大腸	乳
9/25(土)	9:30～10:30	13:00～14:00	宮古保健センター		大腸	乳
9/30(木)	9:30～11:00	13:00～14:00	花輪農村文化伝承館	健診		

▷各種健診は、さわやか健診（39歳以下）、75歳以上、国保特定、他保特定、健康診査です。
▷肝炎ウイルス検査、前立腺がん検診は、各種健診の際に受診できます。

● 結核健康診断日程

65歳以上の人で、まだ肺がん検診、結核健診、人間ドックも受けていない人が対象です。

地域	期日	受付時間	会　場	期日	受付時間	会　場
宮古	9/15(水)	9:00～ 9:40	コープ西ヶ丘	9/16(木)	14:20～15:00	市民総合体育館駐車場
		10:00～10:40	宮古西中学校	9/17(金)	9:30～ 9:45	佐々木知宏氏宅前
		11:00～11:40	近内地区センター		10:00～10:15	笹見内地区会館
		12:00～12:10	岩船地区集会所		10:30～10:45	重茂漁業協同組合
		13:30～14:30	千徳公民館		11:00～11:10	元村集荷所
	9/16(木)	9:00～11:30	宮古消防署（五月町）		11:25～11:35	姉吉地区会館
		13:00～13:50	中央公民館分館（保久田）		13:00～13:15	25分団屯所

● 8020達成者・親と子の歯科健康賞・よい歯のおじいちゃん子おばあちゃん子歯科健康賞を募集！

80歳以上で自分の歯を20本以上持とう！という「8020（ハチマルニイマル）運動推進事業」の一環として、下記の表彰を行います。該当者には、賞状および記念品を差し上げます。なお、表彰式は11月13日(土)午前10時30分からとなります。詳細については、後日該当者の人にお知らせします。

＜①8020達成者＞

▷**対象**＝昭和16年９月30日以前に生まれ、自分の歯を20本以上有している人
※市内歯科医院からの推薦になりますので、歯科医院に予約後、歯科健診を受けてください。なお、かかりつけ歯科医が市外の人は新里保健センターにご相談ください

＜②親と子の歯科健康賞＞

▷**対象**＝平成29年１月から12月に生まれ、むし歯がなく、かみ合わせや食生活が極めて良好なお子さん

＜③よい歯のおじいちゃん子・おばあちゃん子歯科健康賞＞

▷**対象**＝平成31年1月から令和元年12月に生まれ、祖父母または曾祖父母の努力や協力によって、むし歯がなく、かみ合わせや食生活が極めて良好なお子さん

＜②③共通＞　②③の対象となるお子さんには、申し込みの後、宮古保健センターで歯科健診を受けていただきます

■**応募期間**　９月１日(水)～９月15日(水)

■**申し込み**　新里保健センター（☎72-3500）

９月は岩手県自殺防止月間「いのち支えあうみやこ～ストレスケアと睡眠～」

身近な生活習慣である睡眠は、心身の疲労を回復する働きがあり、健康を保つための大切な時間です。こころの健康に欠かせない要素である睡眠習慣を定期的に見直して快適な睡眠を心がけましょう。詳しくは健康課ホームページ（Web https://www.city.miyako.iwate.jp/kenko/iwatekenjisatsuboushigekkan.html）をご覧ください。

こころと体の不調に気づいたら～ひとりで悩まず、相談してください～

○宮古市内各保健センター【▷宮古保健センター（☎64-0111）▷田老保健センター（☎87-2975）▷新里保健センター（☎72-3500）▷川井保健センター（☎76-2036）】

○岩手県宮古保健所（☎64-2218）

○自殺予防いのちの電話（☎フリーダイヤル0120-783-556）

○盛岡いのちの電話（☎019-654-7575）

○岩手県精神保健福祉センターこころの相談電話専用ダイヤル（☎019-622-6955）

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らったら、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、市役所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となります。

■**問い合わせ**　市子育て世代包括支援センター（宮古保健センター内、☎64－0111）

介護予防のための運動教室

■**期日**　11月～令和４年３月（毎週１回）
■**時間**　午前10時～11時30分
■**場所**　近内介護予防拠点施設「いきいきおらんど近内」
■**内容**　健康運動指導士の指導の下、集団での運動を行う
■**対象**　65歳以上の市民の人で、基本チェックリスト該当者
■**送迎**　送迎あり。ただし、お住まいの地区によっては送迎できない場合や利用曜日が指定となりますので、まずはご相談ください
■**定員／参加料**　先着25人／無料
■**用意する物**　マスク、タオル、上履き
■**申し込み方法**　電話
■**申込期限**　９月21日㈫
■**申し込み**　市介護保険課地域包括支援センター（☎68-9086）

認知症の人と家族の会「ほっこりカフェ」

「認知症カフェ」とは、認知症の人やその家族、認知症について関心のある人などが集まり、認知症について学んだりおしゃべりをする場所です。介護の相談もできます。
■**日時**　９月17日㈮午後１時30分～３時
■**場所**　イーストピアみやこ２階多目的ホール
■**内容**　①ミニ講話「認知症の人のこころを知る」②おしゃべり
■**定員**　30人（要申し込み）
■**問い合わせ**　市介護保険課いきいきライフ推進室（市役所１階、☎68-9126）

●健康相談日程

感染症予防に努めながら、血圧測定、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人は、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
宮古	9/ 7㈫	13:30～14:30	津軽石公民館	▶血圧測定、個別相談 ▶講話「骨粗鬆症予防について」
	9/ 9㈭	10:00～11:00	老木地区会館	
	9/10㈮	10:00～11:00	小山田地区センター	
		13:30～15:00	市公害試験室	
	9/14㈫	①13:30～ ②13:45～ ③14:00～ ④14:15～ ⑤14:30～ ⑥14:45～ ⑦15:00～ ⑧15:15～	市立図書館	▶血圧測定、個別健康相談 ▶講話「野菜を美味しく食べよう」 ※予約制による個別健康相談（20分程度）となります ※申し込みが必要となるため、９日㈭までに①～⑧の希望時間を宮古保健センターに電話で申し込んでください
	9/17㈮	10:00～11:00	赤前農漁村センター	▶血圧測定、個別相談
		13:30～14:30	白浜コミュニティ消防センター	▶講話「こころの健康について」
田老	9/14㈫	10:00～11:00	神田地区集会施設	▶血圧測定、個別相談
		13:30～14:30	小田代山荘	▶講話「脳卒中予防について」
	9/16㈭	10:00～11:00	田老保健センター	▶血圧測定、個別相談、認知症、ストレスに対処するためのヒント－自分をほめてみる－についてのお話
新里	9/10㈮	10:00～11:00	八坂自治会館	▶血圧測定、個別相談、糖尿病予防についてのお話
		13:30～14:30	下川原子供会館	
	9/17㈮	10:00～11:00	新里保健センター	▶血圧測定、個別相談、生活習慣病予防についてのお話
		13:30～14:30	腹帯生活改善センター	▶血圧測定、個別相談、糖尿病予防についてのお話
川井	9/ 6㈪	10:00～11:00	川井保健センター	▶血圧測定、個別相談、がん予防についてのお話

●休日急患診療所、祝日当番歯科医療機関の診療日

●休日急患診療所

感染症対策のため、午後は発熱などの症状のある人のみ診療します。予約制となりますので、当日の受付時間内に電話予約してください。
■**診療日**　９月の毎週日曜日と20日㈪、23日㈭
■**受付時間**　午前９時～午後５時
■**診療内容**　【午前】内科・外科の応急的な診療（発熱などの症状がある人を除く）【午後】発熱などの症状がある人のみ診療（**要予約**）
■**問い合わせ**　休日急患診療所（西町一丁目６の２、☎64-0113）

●祝日当番歯科医療機関

救急患者を対象に歯科診療をします。電話を入れてから来院してください。
■**診療日／当番医療機関**　９月20日㈪／山本歯科医院（田老三王一丁目１の３の２、☎65-8855）９月23日㈭／伊藤歯科医院（小山田二丁目７の69、☎71-2288）
■**時間**　午前９時～午後３時

●広げよう献血の輪

400ミリリットル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。皆さまのご協力をお願いします。
■**献血できる人**　体重50キログラム以上の、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
■**問い合わせ**　市環境生活課生活安全係（☎68-9109）

期日	実施時間	献血会場	住所	電話番号
9/5㈰	10:00～12:00 13:30～16:30	いわて生協マリンコープDORA	小山田二丁目２の１	63-3131
9/6㈪	9:00～11:30	榊鐵工所	田鎖９の50の１	63-5300
	13:30～16:30	岩手県立宮古病院	崎鍬ケ崎１の11の26	62-4011
9/7㈫	9:00～11:00	宮古合同庁舎（宮古税務署）	小山田一丁目１の１	62-1921
	13:00～16:00	ユニオン宮古	上鼻二丁目８の70	64-6111

妊娠中の人や赤ちゃん・子ども向けの催しなど
子育てに関する情報を紹介するページです

BABIES & CHILDREN'S ROOM

子育て情報

※新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、下記イベントを中止とする場合があります
※各施設をご利用の際は、予約が必要です。事前に問い合わせてください

子育て支援センター「にこにこルームみやこ」（小山田保育所内、☎62-0884）

●開設日＝毎週月～金曜日　●開設時間＝午前９時～正午、午後１時～３時　●持ち物＝親子とも上履き

催し名	日時	場所	内容など	対象児など
赤ちゃんサロン ※バスタオル持参	７日㈫10:00～11:00	山口公民館和室	手遊び、ふれあい遊び、ミニミニ運動会、お話 ほか	３カ月～12カ月のお子さんとその保護者
キッズ田老	９日㈭10:00～11:00	田老公民館		０～６歳のお子さんとその保護者
ぽかぽかランド ※親子とも上履き持参	16日㈭10:00～11:00	山口公民館多目的ホール		１歳～６歳のお子さんとその保護者
にこにこルーム川井	28日㈫10:20～11:20	川井保健センター		０～６歳のお子さんとその保護者

つどいの広場「すくすくランド」（キャトル宮古５階、☎63-8061）

●開設日＝毎日　●開設時間＝午前10時～午後６時

催し名	日時	場所	内容など	対象児など
健康相談会	２日㈭11:00～11:45	すくすくランド（キャトル宮古５階）	健康相談、講話「スプーン・はしの教え方」 ■講師＝宮古保健センター保健師、栄養士	子育て中の親子（保護者のみの参加でも可能）
ぞうさんのミミの会「絵本の読み聞かせ」	３日・17日㈮11:15～11:30		絵本の読み聞かせ	
赤ちゃんのつどい ※バスタオル、飲み物、筆記用具持参	10日㈮11:00～11:45		「はじめての靴との出会い」 ■講師＝佐藤功（いさお）（さとう靴店オーナー）	３カ月～11カ月のお子さんとその保護者
ばあばの読み聞かせ会	30日㈭11:00～11:15		絵本の読み聞かせ	１歳以上のお子さんとその保護者

つどいの広場「ひよこクラブ」（認定こども園宮古ひかり内、☎62-6845）

●開設日＝毎週月～土曜日　●開設時間＝午前９時～午後２時　●定員＝５組
※25日㈯は、「ひかりんぴっく」開催のためお休みします

催し名	日時	場所	内容など	対象児など
ひよこルーム（子育て、子どもの育ち、排せつなど何でも相談）	７日㈫９:00～正午	ひよこクラブ（宮古ひかり）	子どもに関する悩みや相談を気軽に話してみませんか？ ■講師＝市発達支援センター職員	０～６歳のお子さんとその保護者
入園・入所について	21日㈫10:30～11:30		入園・入所についての話を聞く ■講師＝市こども課職員	
園庭で遊ぼう	28日㈫10:30～11:00		砂場やすべり台、山登りをして遊ぼう ※帽子、靴持参	

つどいの広場「のびっこクラブ」（認定こども園そけい幼稚園内、☎62-8678）

●開設日＝毎週月・水・金曜日　●開設時間＝午前９時～正午、午後１時～３時

催し名	日時	場所	内容など	対象児など
親子ふれあい遊び	１日㈬10:30～11:15	のびっこクラブ（そけい幼稚園）	親子でリズムに合わせて体を動かして遊びましょう ※上履き、飲み物持参	１～６歳のお子さんとその保護者
９月生まれのお友達の誕生会	６日㈪10:30～11:00		みんなで誕生月のお友達のお祝いをしましょう ※上履き、飲み物持参	０～６歳のお子さんとその保護者

9 HAPPY BIRTHDAY

澤舘幸河ちゃん
今月で１歳です
1歳のお誕生日おめでとう☆ 甘えん坊のこうちゃん♡ ねぇねといっぱい遊んでいっぱい笑って家族4人で幸せに過ごそうね♡ 大スキだよ♡ こうちゃん♡（家族）

斉藤糸穂ちゃん
今月で１歳です
お誕生日おめでとう。糸ちゃんスマイル☺で皆も幸せだよ。これからも元気で楽しく過ごそうね!!（家族）

奥 心花ちゃん
今月で１歳です
１歳おめでとう！ 元気いっぱいこのちゃん☺みんなを笑顔にさせてくれてありがとう♡（家族）

鹿糠沢聖臣ちゃん
今月で１歳です
おみ君の可愛い笑顔がみんな大好きだよ。これからも元気に大きくなってね。（家族）

千葉凪時ちゃん
今月で１歳です
お誕生日おめでとう♡ モリモリご飯食べて、活発で元気な子!! これからも笑顔いっぱい楽しく過ごしていこうね♡（家族）

中屋 怜ちゃん
今月で１歳です
今月で1歳おめでとう!! やんちゃな男の子！ いっぱい食べて笑ってお姉ちゃんと一緒に元気に過ごそうね♡ 色んな思い出を作っていこうね！（家族）

木村新波ちゃん
今月で２歳です
にいなのにこにこ笑顔がみんなの癒し♡ だいすきだよー♡
（パパ、ママ、ねえね）

伊藤汐那ちゃん
今月で２歳です
お誕生日おめでとう♪ チャレンジ精神が旺盛な汐那ちゃん。これからもたくさんのことに挑戦して、たくさんの笑顔を見せてね！ だいすきだよ♡（家族）

応募方法 対象年齢は２歳以下。応募者多数の場合は、初掲載の子どもを優先します。

写真に、子どもの名前・ふりがな・生年月日・郵便番号・住所・電話番号・メッセージ（40字程度）を書いたメモを添えて、市企画課（市役所４階）にお届けください。郵送の場合は、〒027-8501住所不要、宮古市役所「広報みやこ」係へ。メールの場合は「✉info@city.miyako.iwate.jp」まで。10月生まれの子どもの写真は、９月３日㈮必着でお願いします。

※新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、下記イベントを中止とする場合があります

親子で遊ぼう！うみマチ基地

■**日時**　９月24日㈮・26日㈰、10月１日㈮午前10時～正午（全３日間）
■**内容**　親子で、子ども同士で、ママさん同士で楽しく遊びます。親子の時間を楽しみながら、心身の健康、コミュニケーション、運動不足解消、ストレス発散しませんか？ベビーダンス、抱っこひも試着会、絵の具遊び、ウールレター、親子サーキット（からだ遊び）、フォトガーランドなど、ワクワクの“うみマチ基地”へおいでください！
■**講師**　三村愛（一般社団法人日本ベビーダンス協会認定インストラクター）
■**対象**　０～６歳のお子さんとその保護者
■**定員**　10組
■**参加料**　1,500円
■**用意する物**　動きやすい服装、飲み物、タオル、オムツ、抱っこひも、マスク
■**その他**　前日までに参加料をお支払い願います
■**場所・申し込み**　うみマチひろば（宮古市地域創生センター、☎65-7133）

園庭開放のお知らせ

６月～11月までの間、第３水曜日に市立保育所の園庭を開放しています。

利用方法など詳細は、利用したい保育所に問い合わせてください。

■**９月の開放日時**　９月15日㈬午前10時～11時30分（雨天中止）
■**用意する物**　帽子、飲み物（水かお茶）
■**駐車場**　各自で確保してください
■**問い合わせ**　子育て支援センター「にこにこルームみやこ」（☎62-0884）

子育て支援情報をモバイルメールで配信中（毎月25日）

田老地区の元気印！

道の駅たろう「第3回元祖サッパ市」

7月23日・24日、道の駅たろうで第3回元祖サッパ市が行われ、市内外から約1600人が足を運びました。

23日には、洋野町出身の演歌歌手・三本木智子さんによる歌謡ショーが行われ、田老を思って作られた「田老大漁節」など、約10曲が披露されました。

田老在住の70代女性は「コロナ禍で人と人とのつながりが薄れている中、すごく元気をもらえた」と笑顔を見せました。

サッパ船上ではさまざまな宮古の特産品が販売されました

「SUP」で海上散歩

浄土ヶ浜SUP（サップ）体験会

7月31日と8月1日の両日、浄土ヶ浜園地内の砥石浜で行われた体験会に約40人が参加しました。

参加者は、講師から基本的な動作などのレクチャーを受け、ボード上で風向きに合わせてパドルを動かし、海上散歩を楽しみました。

道又翔さん（33、市内在住）は「SUPは初めてだったが、とても楽しくあっという間に時間が過ぎた。いつもと違った目線で浄土ヶ浜を見ることができて新鮮だった」と充実した表情を見せました。

穏やかな浄土ヶ浜湾内で行われた体験会の様子

お化け屋敷は図書館職員らの手作りで、あまりの怖さに泣き出す子どももいました

夏の夜の肝試しを満喫

ナイトライブラリー・図書館おばけやしき

8月1日、図書館でナイトライブラリー・図書館おばけやしきが行われ、13組の親子連れが参加しました。

参加者は、2階で怖い絵本の読み聞かせを聞いた後、1階の書架スペースに作られたお化け屋敷を楽しんでいました。

2回目の参加の岩間海翔（かいと）くん（高浜小3年）は「最後のお墓から出てきたお化けが怖かった。1回目の時よりも怖かった」とお化け屋敷を満喫していました。

来館者300万人達成

浄土ヶ浜ビジターセンター「来館者300万人達成セレモニー」

8月5日、浄土ヶ浜ビジターセンターで「来館者300万人達成セレモニー」が行われました。

記念すべき300万人目の来館者となった、照井博和さん（38、紫波町在住）家族には、山本市長から認定証と記念品が贈呈されました。

照井さんは「300万人目になったことにはびっくりしたが、とてもうれしい。家族でサッパ船に乗るなど、夏の思い出を作りたい」と笑顔を見せていました。

300万人目となった照井さん家族と山本市長ら

ホシガレイに期待込め

第2期宮古市陸上養殖調査事業「ホシガレイ」の初出荷

8月10日、宮古漁協の高浜水産研究センターで陸上養殖された「ホシガレイ」の今季初出荷が、宮古市魚市場で行われました。

ホシガレイは幻の高級魚とも呼ばれています。この日は20尾（計11・3キロ）が競りに掛けられ、昨年度よりもやや高値で取引されました。

この事業は、水産物の安定的な生産を目指し、天候などの影響を受けにくい陸上施設での養殖の実証調査で、今季は12月末までに千尾の出荷を予定しています。

今季初出荷となるホシガレイに熱い視線を注ぐ買受人ら

令和４年７月の運航開始に期待が高まります

遊覧船の建造始まる

宮古市遊覧船建造工事に係る起工式

8月12日、山田町の造船会社・株式会社ティエフシーのやまだ工場で宮古市遊覧船建造工事に係る起工式が挙行され、関係者ら約15人が出席しました。

式では、同社・神原潤（かんばらじゅん）代表取締役社長と山本市長らが、建造の安全を祈願しました。

山本市長は「来年7月からの就航に向けて、皆さんとともに一歩ずつ歩んでいきたい」と期待を込めました。遊覧船は、令和４年５月に完成する予定です。

復興への思いを聖火に

東京2020パラリンピック宮古市聖火フェスティバル

8月15日、うみどり公園で東京2020パラリンピック宮古市聖火フェスティバルが、新型コロナウイルス感染症対策を講じ、無観客で行われました。

東日本大震災により、甚大な被害を受けた市内４地区（鍬ヶ崎、津軽石、重茂、田老）から代表者らが集まり、地区ごとに火おこしを行い、火種が1つに集められ「みやこ復興の火」が灯されました。

水木海冶（かや）さん（河南中１年）からは「皆さん、そして市民の方々の復興への思いが詰まった大切な火である〝みやこ復興の火〟を無事に届けます」と決意が示され、宮古市の代表として、８月16日に行われた「岩手県集火・出立式」へ「みやこ復興の火」を届けました。

「きりもみ式」による火おこしの様子

市内４地区の代表者（左から山崎高太郎さん（重茂中３年）、藤田顛惺（てんせい）さん（第二中３年）、中村遥音（はると）さん（津軽石中３年）、山本慎之介さん（田老一中２年））

市内４地区の代表者らにより採火された「みやこ復興の火」を山本市長から受け取る水木海冶さん

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）

図書館情報

■開館時間
●市立図書館･･･水～土曜日 9:00～19:00、火曜･日曜･祝日 9:00～17:00
●田老・新里・川井分室･･･火～日曜日 9:00～17:00

■９月の休館日
●市立図書館・川井分室････月曜日（20日は開館）、21日㈫
●田老・新里分室････月曜日

※新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては、図書館や分室で予定している おはなし会・映画会を中止する場合があります

市立図書館

【特集】〇〇の秋

『クラシック音楽を10倍楽しむ魔境のオーケストラ入門』
齋藤　真知亜（著）

オケマンは高給取り？演奏の腕前と楽器の値段は比例する？チャイコフスキーは体育会系？交響楽団の知られざる世界や、オケマンの生態、クラシック音楽の裏話などを紹介します。

『ひとり酒、ひとり温泉、ひとり山』
月山　もも（著）

絶景、極上湯、地物食材、地酒…。全部ひとりじめ！
人気ブロガー月山ももが、それぞれのエピソードを中心にひとりでそれらを楽しめることのすばらしさと、楽しむための方法を紹介します。

◇展示コーナー
特集「みんな大好きおにぎり！」（こども図書室前）
みんなが大好きな、おにぎりの本を集めました。

◇こども映画会（視聴覚室）
①９月４日㈯午前11時、午後２時
▶「ミッキーマウス　～ミッキーの消防隊～」（８分）▶「くまのアーネストおじさんとセレスティーヌ～ネズミの舞踏会～」（13分）
②９月11日㈯午前11時、午後２時
「おしりたんてい　～プップッ　コアラちゃんだいかつやく～」（20分）
③９月18日㈯午前11時、午後２時
「チップとデール　～リスの汽車ごっこ／リス君は歌姫がお好き～」（14分）▶「年中行事アニメーション　～おじいちゃんはボクのヒーロー～」（10分）
④９月25日㈯午前11時、午後２時
▶「トムとジェリー　～ピアノ・コンサート～」（８分）▶「ふるさと再生日本の昔ばなし　～ぶんぶく茶釜／うれし、めでたや、ありがたや～」（16分）

◇おはなし会（こども図書室）
期日＝毎週土曜日
時間＝午後２時30分
内容＝絵本・紙芝居の読み聞かせ

田老分室
（田老公民館内）

【特集】「秋の楽しいものづくり…‼」
毎日コツコツ…趣味のひとつにプラスしたい本を紹介します。

新里分室
（新里生涯学習センター内）

【特集】「防災について学ぼう！」
いつくるか分からない災害時に役立つ本を紹介します。

川井分室
（北上山地民俗資料館内）

【特集】「敬老の日特集」
おじいちゃんおばあちゃんの絵本を紹介します。

移動図書館車「うぐいす号（田老・新里・川井）」９月の運行日程

	場所	運行日・駐車時間	
新里	和井内･和井内深山産直付近	2日 16日 30日 ㈭	10:40～10:55
	刈屋・澤口氏宅前		11:00～11:15
	刈屋・高橋理容所前		11:30～11:45
	新里中学校前		13:10～13:30
	愛福祉会前		13:45～14:00
	茂市駅付近		14:15～14:30
	蟇目駅付近		14:45～15:00
田老	樫内・宮古市消防団第29分団樫内器具置き場付近	3日 17日 ㈮	10:15～10:30
	末前･伝承館前		10:50～11:05
	三王災害公営住宅10号棟付近		11:20～11:35
	グループホームおもつべ		13:00～13:30
	三陸鉄道摂待駅付近		13:45～14:00
	崎山･グループホームたろう		14:30～15:00
川井・閉伊川コース	平津戸	15日 ㈬	9:55～10:05
	門馬出張所前		10:15～10:30
	柳渡氏宅前		10:40～10:50
	ウォーキングセンター		11:00～11:10
	大倉氏宅前		11:15～11:40
	「道の駅」区界高原		11:45～11:50
	やまびこ産直館		12:35～12:45
	特産品加工施設		12:50～12:55
	川井中学校		13:05～13:35
	好心寺		13:45～13:55
	箱石地域振興センター		14:00～14:10
	片巣御供養様前		14:20～14:30
川井・小国川／箱石コース	ユーニット	22日 ㈬	9:40～ 9:50
	赤沢集会所		10:00～10:10
	上湯沢集会所前		10:20～10:30
	小国出張所		10:35～11:00
	横道氏宅前		11:10～11:20
	大久保バス停		11:30～11:40
	川井小学校		13:05～13:45
	むつわ荘		14:00～14:20

各種無料相談 ～一人で悩まずに～

９月の無料相談会の日程です。気軽にご利用ください。

９月の各種無料相談（★は要予約）

相　談		日　時	場　所	予約・問い合わせ
★弁護士相談		毎週木曜日 午前10時～午後３時	市市民相談室（市役所１階、☎68-9081）	
人権相談	宮古	毎週水曜日 午前10時～午後４時	盛岡地方法務局宮古支局	盛岡地方法務局宮古支局（☎62-2337）
	川井	22日㈬午前10時～正午	川内地域振興センター	
行政相談	宮古	14日㈫午前９時～正午	市市民相談室（市役所１階、☎68-9081）	
	田老	８日㈬午後１時30分～３時30分	田老総合事務所（☎87-2111）	
	★川井	22日㈬午前10時～正午	川内地域振興センター	川井総合事務所（☎76-2111）
公証人相談（遺言相談）		21日㈫午前９時～正午	宮古公証役場（陸中ビル２階、☎63-4431） ※左記以外に相談希望日があればご連絡ください	
★くらしとお金の安心相談会		２日㈭午後１時～５時 ※前日までに要予約	中央公民館分館（保久田）	信用生協盛岡事務所（☎019-653-0001）
★災害復興住宅融資相談会		29日㈬午後２時～４時 ※28日㈫午後５時までに要予約	市役所内	住宅金融支援機構（☎0120-086-353）

お金やくらしに関する悩みを解決しませんか？

消費者信用生活協同組合による無料相談会を開催します。専門スタッフや弁護士が、お金やくらしに関する悩みを丁寧に聞き取りし、一緒に解決の糸口を見つけます。

■日時　９月11日㈯午前10時～午後４時

■場所　信用生協盛岡事務所（盛岡市南大通１の８の７ＣＦＣビル２階）、信用生協釜石事務所（釜石市中妻町１の４の20第一豊後ビル１階）

■内容　①多重債務問題など②遺産相続③不動産売買④公共料金の滞納⑤ＤＶ・離婚問題⑥その他くらしに関する悩み事

■その他　事前予約が必要

■申し込み　信用生協盛岡事務所（☎0120-101-245）、信用生協釜石事務所（☎0120-101-965）

高齢者叙勲　受章者の紹介

高齢者叙勲は、春秋の叙勲によってまだ勲章の授与を受けていない功労者で、年齢が88歳に達した方に勲章を授与するものです。昭和48年６月以降、毎月１日付けで実施しています。

令和２年度には、宮古市から１人が受章しましたので、お知らせいたします。

【教育功労（令和２年12月受章）】

重茂叔夫（としお）さん（磯鶏西・88歳、元公立小学校長）

高齢者の皆さん！困った時は迷わず相談を

「高齢者の消費者トラブル１１０番週間」

県内では、令和２年度にあった消費生活相談のうち、４割が契約当事者が60歳以上の人です。

このことから、相談対応を集中的に受ける期間を設け、県内全体で高齢者の消費者被害の防止に取り組みます。

■期間　９月13日㈪～17日㈮

■相談窓口　市消費生活センター（☎㊽９０８１）

「シルバー１１０番特別相談デー」

医療・法律・税金・介護・認知症などに関する困り事など、電話や来所による相談に専門家が応じます。

なお、平日は午前９時～午後５時まで「シルバー１１０番」として相談を受け付けていますので、お気軽にご相談ください。

■日時　９月11日㈯午前10時～午後３時

■対象　高齢者やその家族

■相談料　無料（秘密は厳守します）

■相談電話　☎０１２０・８４・８５８４

■場所・問い合わせ　岩手県高齢者総合支援センター（盛岡市本町通三丁目19の１、☎０１９・６２５・７４９０）

●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

市環境生活課

▼再就職準備セミナー
仕事と家庭の両立に向けて暮らし方やマネープランについて学び、働き方を考えるセミナーです。
《育児＆仕事　両立のための整理収納術》●期日＝9月10日㈮●講師＝金田（かねた）玲子（整理収納アドバイザー）
《子育て世代のライフプラン・マネープラン》●期日＝9月24日㈮●講師＝宮本良雄（ファイナンシャルプランナー）
《共通》●時間＝午前10時～正午●場所＝宮古職業訓練センター（長町）●対象＝仕事と育児の両立を希望する求職者●定員＝各回15人●参加料＝無料●申し込み＝ハローワーク宮古マザーズコーナー（☎㊸8609）

崎山貝塚縄文の森ミュージアム

▼みんなで縄文の暮らし体験「釣り竿」編
●日時＝9月12日㈰午後1時～4時●内容＝竹を使って釣り竿を作る体験●対象＝小学5年生以上（小学生は保護者同伴）●定員＝20人（見学者含む）●参加料＝無料●用意する物＝汚れても良い服装●申込期限＝9月11日㈯●場所・申し込み＝崎山貝塚縄文の森ミュージアム（☎㊺7526）

中央公民館

▼初心者向け大人の編み物教室～かぎ針編みでマスクストラップづくり～
●日時＝9月28日㈫午前9時30分～正午●場所＝イーストピアみやこ創作スタジオ●講師＝伊藤由紀子●対象＝市民（初心者）●定員＝先着7人●材料代＝350円●用意する物＝マスク、かぎ針1本（5／0号～6／0号）、はさみ、飲み物、筆記用具（お持ちの人は、とじ針、アクセサリー用ペンチ）●申し込み方法＝電話●申込受付開始日＝9月5日㈰午前10時●申し込み＝中央公民館（☎㊸4166）

中央公民館分館

▼宮古市社会経験者大学ものづくり教室②「折り紙教室～作ろう！季節の飾り物～」
●日時＝9月29日㈬【午前の部】午前10時～11時30分【午後の部】午後1時30分～3時●講師＝沼崎淳子（じゅんこ）●対象＝社会経験者大学生および市内在住のおおむね60歳以上の人●定員＝各先着10人●材料代＝200円●用意する物＝飲み物、ハンカチ、マスク、ふれあい学習ノート●申込期限＝9月18日㈯※社会経験者大学生が優先。学生は随時募集中●場所・申し込み＝中央公民館分館（☎㊷5807）

田老公民館

▼ゆうゆう講座「楽しく筋力アップ！いきいき運動教室」
●日時＝9月16日㈭午前10時～11時30分●内容＝簡単にできるストレッチ、ボールやゴムバンドなどを使って運動を行う●講師＝関口健（たけし）（エムジョイ）●対象＝おおむね60歳以上の人●参加料＝無料●用意する物＝動きやすい服装、室内用運動靴、飲み物、汗拭きタオル●申込期限＝9月10日㈮
▼～ワイヤークラフト～天然石とビーズのリング‼
●日時＝9月17日㈮午前10時～正午●内容＝ワイヤーを手やペンチなどを使ってさまざまな形に曲げたり、ねじったりして、素材感のあるシンプルでおしゃれなリングを作ります●講師＝佐藤久美子●材料代＝1300円●用意する物＝手拭きタオル、飲み物●申込受付開始日＝9月3日㈮午前9時《共通》●定員＝先着8人●場所・申し込み＝田老公民館（☎㊼2976）

千徳公民館

▼絵手紙教室～秋だより～
●日時＝9月14日㈫午前10時～正午●内容＝秋の果物や野菜、植物を題材にした絵手紙教室●講師＝沼崎淳子●対象＝市民●定員＝先着8人●参加料＝800円（はがき代と題材代）●用意する物＝筆を拭くための布またはティッシュ、飲み物、マスク●申し込み方法＝電話●申込受付開始日＝9月1日㈬午前9時●場所・申し込み＝千徳公民館（☎㊸5402）

うみマチひろば

▼糸かけアート講座～心癒されるアートで不思議体験！～
●日時＝9月12日㈰午前10時～正午●内容＝糸かけアートは、木の土台にくぎを打ち、糸をかけて作ります。集中力が高まり、脳の活性化にもつながります。糸かけで鳳凰（ほうおう）の柄を作ってみませんか？●定員＝10人●講師＝佐藤久美子（糸かけ師）●参加料＝二千円（材料代とテキスト代含む）●用意する物＝ハサミ（先が尖ったタイプ）、マスク●その他＝前日までに参加料をお支払いください。託児希望の人は一週間前までにご相談ください●場所・申し込み＝うみマチひろば（宮古市地域創生センター、☎㊺7133）

浄土ヶ浜ビジターセンター

▼みちのく潮風トレイルin岩泉～恐竜が生きた時代へ～
●日時＝9月18日㈯午前9時30分～午後3時30分（9時15分受け付け開始）

※荒天時は翌日順延●集合場所＝浄土ヶ浜ビジターセンター●内容＝宮古市「摂待駅」～岩泉町「浜の駅おもと愛土館」まで約５㎞のアップダウンのあるトレイルコースを歩きます。途中、モシリュウの化石が発見された場所で、ジオ解説があります●用意する物＝昼食、飲み物、歩きやすい服装、帽子、マスク、手袋、タオル、雨具、リュック●定員＝先着20人（小学生以下保護者同伴）●参加料＝無料●申し込み方法＝電話●申込受付開始日＝９月１日㈬午前９時●申し込み＝浄土ヶ浜ビジターセンター（☎65－1690）

市民文化会館

▼大駱駝艦（だいらくだかん）田村一行（いっこう）舞踏公演『宮古仄聞記（そくぶんき）』

●日時＝９月25日㈯午後２時（開場は午後１時30分）●出演＝田村一行、高桑晶子（あきこ）、梁鐘譽（やんじょんえ）（大駱駝艦）●内容＝『宮古仄聞記』は、宮古の風土からインスピレーションを受け、オリジナル要素を盛り込んだ公演です●定員＝500人●入場料＝【前売券】一般＝千円、高校生以下＝500円（指定席）※当日券は各500円増●チケット販売場所＝市民文化会館、リラパークこなり、マリンコープDORA、かんの書店、宮古市職員生協、もりおか町家物語館●場所・問い合わせ＝市民文化会館（☎63－2511）

開催・募集など

▼出前傾聴サロン～話してスッキリしませんか？～

●期日／場所＝①９月５日㈰／西町２号棟災害公営住宅②９月12日㈰／崎山災害公営住宅③９月26日㈰／宮町災害公営住宅の各集会所●時間＝午前10時～正午●対象＝公営住宅入居者および近隣住民●参加料＝無料●問い合わせ＝宮古地域傾聴ボランティア支え愛代表・田村（090・9630・8740）

▼シネマ・デ・アエル《マンスリーセレクト映画「99歳母と暮らせば」上映》

●日時＝①９月10日㈮午後７時②９月11日㈯午前10時30分③９月11日㈯午後１時30分※開場は各回上映30分前●入場料＝1200円（中学生以下無料）●場所・問い合わせ＝シネマ・デ・アエル（東屋「蔵」内、本町２の２、☎070・5320・5274）

▼津軽石川河口探鳥会

●日時＝９月12日㈰午前８時30分～10時30分●集合場所＝津軽石川サケ直売所前●内容＝シギ・チドリ類、カモ類、ミサゴ、ハチクマなどの観察※マスク着用●問い合わせ＝日本野鳥の会宮古支部・関川（☎62－4725）

▼森を考える会～林業体験～

●日時＝９月18日㈯午前９時～午後２時●集合場所＝箱石林業者センター（崎山）●内容＝間伐体験●用意する物＝昼食、飲み物、長袖、長靴、手袋、タオルなど●参加料＝無料●申込期限＝９月17日㈮●申し込み＝齋藤（☎090・7660・0348）

▼田老川カヤック体験教室

●日時＝９月19日㈰【午前の部】午前10時～正午【午後の部】午後１時～３時●集合場所＝みなと公園（田老）●内容＝基本的な乗り方、こぎ方を体験し覚える●講師＝鈴木和昌（三陸シーカヤックスクールSea-son（シーズン））●対象＝小中学生とその保護者●定員＝各先着10人●保険料＝300円●用意する物＝マスク、運動靴、濡れても良い服装（着替え）、帽子、飲み物など●申し込み＝NPO法人津波太郎（☎090・7002・0915）

▼令和３年度宮古市キッズテニス教室―2021チャレンジショートテニス大会IN宮古―

●日時＝９月19日㈰【教室】午前９時15分～10時30分【大会】午前11時～午後３時●場所＝市民総合体育館●対象＝小学校１～６年生●定員＝先着30人●参加料＝【教室】無料【大会】500円●参加資格＝詳細は、ホームページ（Web https://tenichalle.jimdo.com/）をご覧ください●コーチ＝NPO法人テニスチャレンジいわて2020指導員、宮古市テニス協会スタッフ●用意する物＝運動ができる服装、上履き、飲み物●申込期限＝９月10日㈮午後５時（必着）●申し込み方法＝ファクスまたは郵送●申し込み＝NPO法人テニスチャレンジいわて2020（〒020・0817盛岡市東中野字立石８の11、☎・FAX019・652・8778）

▼第16回宮古市民総合体育大会水泳競技

●日時＝９月20日㈪午前10時（９時30分～９時45分受け付け）●場所＝姉ヶ崎サン・スポーツランド（〒027・0097宮古市崎山第３地割75の１）●対象＝①小学生②中学生③一般●定員＝40人●参加料＝【高校生以上】千円、【中学生以下】500円●申し込み方法＝申込書を姉ヶ崎サン・スポーツランドへ持参または郵送●申込期限＝９月13日㈪●その他＝入場制限や健康チェックなどをお願いします。詳細は、申し込み時にお問い合わせください●問い合わせ＝宮古市水泳協会・大上（☎090・7067・9839）

▼親子で楽しむシーカヤックでジオ体験

●日時＝９月20日㈪【午前】午前10時～正午【午後】午後１時～３時（10分前に集合）●場所＝浄土ヶ浜レストハウス前●内容＝シーカヤックを使った環境学習会●対象＝小・中学生とその保護者●定員＝各10人程度●参加料＝無料●用意する物＝濡れても良い服装、靴、帽子、飲み物など●申し込み方法＝住所・電話・名前・年齢を電話またはメール●申し込み＝シーカヤックスクール・鈴木（☎090・4550・0250、✉mail@sea-son.net）

「みやこ斎苑」９月18日㈯・19日㈰は休業

みやこ斎苑

みやこ斎苑（火葬場）は、施設・設備の保守点検のため９月18日㈯・19日㈰の２日間、休業します。

翌日以降の火葬の予約は通常どおり受け付けます。

■問い合わせ　みやこ斎苑（☎64－2225）

令和３年社会生活基本調査にご協力をお願いします

岩手県調査統計課

総務省統計局（岩手県）では、10月20日現在で社会生活基本調査を実施します。国民の生活時間の使い方を調査し、各種施策の基礎資料とします。９月から調査員証を携行した調査員が対象世帯へお伺いしますので、ご理解とご回答をお願いいたします。

■問い合わせ　岩手県調査統計課（☎019-629-5305）

ひとり親家庭の親などのための無料法律相談

宮古保健福祉環境センターほか

■日時　９月17日㈮午前10時～午後３時

■会場　宮古地区合同庁舎１階相談室

■内容　離婚や親権、養育費についてなど、日常生活において困っていること、悩みなど弁護士による相談を行います

■対象　ひとり親家庭の人（母子家庭の母、父子家庭の父、寡婦）他

■参加料　無料（要予約）

■申し込み　沿岸広域振興局宮古保健福祉環境センター（☎64-2213）、(一社)岩手県母子寡婦福祉連合会（☎019-623-8539）

第39回「けいりょう」強調月間の標語を募集

計量計測技術センター

11月１日の「計量記念日」ならびに11月の「計量強調月間」に合わせ、計量普及啓発用の標語を募集します。入賞７作品には賞状と副賞が贈られます。

※前年の岩手県知事賞「良い製品　計量管理が　第一歩」

■募集作品　未発表作品かつ計量・計測、環境保全に関するもの

■応募資格　岩手県在住の人

■応募方法　作品に住所・氏名・年齢・職業・電話番号を記入の上、官製ハガキ、封書、ファクスまたはメールで何点でも応募可（作品は返却されず著作権は計量計測技術センターに帰属します）

■応募期限　９月10日㈮

■問い合わせ　一般社団法人計量計測技術センター（〒020-0846盛岡市流通センター北一丁目８番10号、☎019-639-0909、FAX019-639-0910、✉info@kryo.jp）

介護のしごと「再就職支援 介護技術講座」を開催

岩手県福祉人材センター

■日時　９月14日㈫13時30分～16時30分（受付は13時）

■場所　宮古市総合福祉センター２階

■内容　介護技術講座、求人状況や人材センターの利用について

■対象　資格の有無を問わず、介護職経験のある人や介護職への就職、再就職を検討している人など

■定員　10人（受講料無料）

■申し込み　岩手県福祉人材センター・舘洞（☎080-8201-0199）

不審なショートメールには気をつけて！

宮古警察署 ほか

通信会社をかたり、「ご利用料金の確認が取れません。本日中にサポートセンターまでご連絡ください」などという内容の架空請求メールが発生しています。実在する会社名、団体名が記載されていると警戒心が薄れてしまい、不用意に連絡すると高額な請求をされることがあります。不審に思ったら警察や消費生活センターに相談しましょう。

■問い合わせ　宮古警察署（☎64-0110）、市消費生活センター（☎68-9081）

宮古市内の交通事故・犯罪件数（７月１日～31日）

■交通事故件数

▷人身事故＝１件、▷死亡者＝０人

▷負傷者＝１人、▷物損事故＝42件

※自転車運転中の事故急増。自転車も安全運転をしっかり行いましょう

■犯罪件数

▷侵入盗（無施錠）＝０件▷自転車盗＝０件▷万引き＝１件▷車上狙い＝０件▷振り込め詐欺＝通報５件（被害０件）▷もうけ話の詐欺＝通報０件▷子どもへの声かけ事案など＝１件

※身に覚えのない買い物やインターネットサービス利用料の支払いを要求される架空請求詐欺に注意しましょう

■問い合わせ　宮古警察署（☎64-0110）

おめでた&おくやみ

7/30～8/15（届け出順・敬称略）

○生まれた赤ちゃん○

橘　海征（かいせい）　西ヶ丘二丁目(克仁)
下屋敷美月（みつき）　近内五丁目　(一樹)
佐藤凰駿（おうしゅん）　早稲栃　(寿)
武塙　翼（つばさ）　上鼻一丁目　(丈希)

♡結婚したお二人♡

関川　哲・佐藤　絢＝藤原一丁目

■亡くなった方■

中嶋照平　(90) 大平２
古澤　固　(69) 八木沢三丁目
茶畑ミヤ　(92) 門馬
舘洞博昭　(56) 鍬ヶ崎下町
笹平一男　(84) 高浜四丁目
佐々木ハマ子　(98) 近内二丁目
大畑キン　(92) 川内
根木孝雄　(95) 茂市
大川アイ子　(95) 南町
畠山健藏　(86) 摂待
野澤和夫　(77) 藤原二丁目
岩間徳右エ門　(98) 高浜四丁目
谷地ヒテ　(97) 黒田町
工藤タケ　(93) 泉町
一条岩巳　(83) 刈屋
城内ルイ子　(85) 高浜一丁目
野崎チエ　(85) 追切
高橋佑幸　(83) 磯鶏一丁目
中澤和夫　(80) 板屋一丁目
関向繁男　(100) 長沢五
佐藤保男　(77) 高浜一丁目
岡田啓一　(68) 小沢二丁目
古舘勝則　(68) 長根一丁目
菊池サツエ　(95) 高浜三丁目
舘石朝子　(88) 川井
馬場キノ　(88) 山口三丁目
吉澤容子　(87) 和井内
本間タエ　(98) 磯鶏一丁目
山内　充　(71) 女遊戸
栗津義人　(87) 舘下

※届け出の際、広報への掲載を希望した場合に載せています
※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）
●田老総合事務所　☎87−2111
●新里総合事務所　☎72−2111
●川井総合事務所　☎76−2111

人口と世帯
※８月１日現在
※（）内は前月との比較

人　口	男	女	世　帯
49,685人（−52）	23,884人（−23）	25,801人（−29）	23,293（−17）

人口のうごき
※７月１日～31日

出　生	死　亡	転　入	転　出
24人	65人	75人	86人

市議会９月定例会議のお知らせ

市議会事務局

新型コロナウイルス感染拡大の影響が収束するまでの間、会議の傍聴については、極力ご遠慮いただきますよう、ご協力をお願いします。本会議はインターネット（Webhttps://smart.discussvision.net/smart/tenant/miyako_city/WebView/rd/council_1.html）での生中継・録画をご覧いただけますので、ご活用ください。

■日時　開会＝９月６日㈪午前10時
閉会＝10月１日㈮（予定）
■場所　市役所５階議事堂
■問い合わせ　市議会事務局（☎68−9113）

宮古地域の粗大ごみ収集９月対象地区のお知らせ

市環境生活課

■収集日と対象地区
▷９月27日㈪＝舘合町、鴨崎町、和見町、泉町、山口、宮園
▷９月28日㈫＝新川町、向町、大通、末広町、栄町、西町、田の神、黒森町、保久田、緑ヶ丘、五月町、小沢、横町、黒田町、新町、本町、沢田
▷９月29日㈬＝磯鶏石崎、磯鶏沖、磯鶏西、上村、実田、藤の川、磯鶏、八木沢、河南、神林
▷９月30日㈭＝高浜、金浜、津軽石、赤前、白浜、重茂、音部
■注意事項
①収集地区が細かく分かれていますので、よく確認の上、申し込んでください②１軒の申し込みにつき３点以内。戸別に収集しますので、集積場には置かないでください③申込時に粗大ごみの寸法（縦×横×高さ）を聞き取りますので、事前にご確認のうえ、ご連絡願います④収集できない粗大ごみもありますので、申し込みの際、問い合わせてください（小山田の清掃センターでは随時粗大ごみの受け入れを行っていますので、ご利用ください）
■申込期限　９月17日㈮
■申し込み　市環境生活課きれいなまち推進室（☎64−6488）

宮古市生涯学習推進会議の委員を募集

市生涯学習課

■応募資格　①市の生涯学習に関する施策に関心のある人②18歳以上で市内に引き続き３カ月以上住所がある人③市の他の審議会などの委員を３つ以上兼職していない人④年２回程度開催する会議に出席できる人
■募集人員　１人
■任期　２年（10月１日㈮～令和５年９月30日㈯）
■応募方法　応募用紙と小論文「私の生涯学習」（800字程度）を持参または郵送、ファクス、メールのいずれかで提出
■応募用紙配布場所　市生涯学習課（市役所３階）、中央公民館（イーストピアみやこ２階）、中央公民館分館、田老公民館、新里生涯学習センター、川井生涯学習センター、市立図書館、イーストピアみやこ１階総合案内
※応募用紙は市ホームページ（Webhttps://www.city.miyako.iwate.jp/index/sosiki/syogaku_kyotu.html）からもダウンロードできます
■募集期間　９月１日㈬～16日㈭
■応募先　市生涯学習課社会教育係（〒027−8501住所不要、☎68−9119、FAX63−9112、✉shogai@city.miyako.iwate.jp）

簡単朝食レシピコンテストを開催

市健康課

元気になれる栄養バランスのとれた朝食レシピを募集しています。
■募集内容　栄養バランスを考えた簡単朝食をテーマにしたごはん（白飯）に合うおかず（主菜と副菜をそれぞれ１品ずつ）のレシピと写真
■対象　市内の小学４年生～中学３年生
■応募方法　①右記ＱＲコードからダウンロードできる応募用紙に必要事項を記入する②１人分の完成料理の写真１枚（白飯とおかず２品を撮影したもの）を添える③郵送またはメールで提出
■募集期限　９月17日㈮
■応募先　市健康課母子保健係（☎64−0111、〒027−8501住所不要、✉kenko@city.miyako.iwate.jp）
※最優秀賞の人には記念品を贈呈します

水道メーターの取り換え作業を行います

市上下水道部施設課

有効期限８年を経過する水道メーターの交換を行います。メーターボックス周辺の整理にご協力願います。
■作業期間　９月10日㈮～17日㈮
■対象地区　津軽石、赤前、重茂、音部、白浜、小国、江繋、川内、夏屋、区界、鈴久名、箱石
■問い合わせ　市上下水道部施設課給排水普及係（☎63−1198）

９月10日は「下水道の日」

市上下水道部施設課

下水道はトイレの水洗化による快適な生活をもたらすだけでなく、生活排水を処理することで身近な川、海などの水環境の保全に役立つ大切な施設です。
下水道が整備された地域の皆さんは、早めの接続をお願いします。
■問い合わせ　市上下水道部施設課給排水普及係（☎71−2299）

地域おこし協力隊便り

第19回 吉浜知輝（ともき）さん

地域おこし協力隊の吉浜知輝です。早いもので、入隊して1年半が経過しようとしています。今回は、首都圏での関係人口創出施策「食堂「みやこ」」と、市内の若手コミュニティ醸成に取り組む「Meet up！Miyako」について紹介していきます。

新型コロナウイルスの影響で買い物は通販サイト、外食は制限されテイクアウトやデリバリーの推奨、仕事はリモートワークへと、世の中にはさまざまな変化が起こっています。コロナ禍で研修や担当事業は全てオンラインへ切り替わり、難しさを感じながら活動しています。

このコロナ禍の中でも宮古を思ってくれる人がいるということを活動を通じて感じています。この状況下だからこそ、できることはないかと企画して立ち上げたのが関係人口創出施策「食堂〝みやこ〟」です。首都圏在住の人向けに、宮古市の食材を食べながら、宮古の「ヒト・モノ・コト」について学んでもらい、宮古愛を深めるイベントを定期的に開催しています。現在はオンラインで開催をしていますが、新型コロナウイルス終息後には、都内で顔を合わせる形でイベントを開催する事で、さらにコミニュティを大きくしていけるよう検討を進めています。

また、宮古市内でも市内在住の20代向けに、つながりと学びの場を提供する目的で「Meet up!Miyako」という事業も立ち上げました。多彩な経験を持つゲストスピーカーをお招きし、その人の経験に基づいた講演を聞き、さらに学びを深めるためにワークショップを行います。こちらの事業も定期的に開催することで、地域内の若手コミュニティ形成につなげ「地域を盛り上げたい」と思う人を増やしていきたいと考えています。

開催方法やリスク管理など細部まで意識をして〝地域おこし〟の活動をすることはそう簡単ではありません。しかし、地域のニーズを多角的に捉え、行動し続けることが何より大切だと思います。最長であと1年半の任期ですが、任期終了後も地域に必要とされる人材となれるよう頑張っていきます。

宮古市地域おこし協力隊
フェイスブックページで情報発信中！
Web https://www.facebook.com/miyako.chiikiokoshi/

Meet up! Miyako（ミート アップ みやこ）
宮古に生きる「20代のための」つながるイベント

20代の皆さん、ぜひ参加してみませんか？

スタジオから

残暑も和らぐ秋の気配が感じられる季節となりました。皆さま、お変わりありませんか？

何かとお家時間が多い中、クッキングはいかがですか？みやこハーバーラジオでは、夕方の生放送「ラジオサンセット」の毎週木曜日午後6時30分ごろから「みやごのお料理知恵袋」をお送りしています。季節の食材を使った料理や郷土料理などを、市内のさまざまな方に伺ってレシピを紹介するコーナーです。

先月は宮古の夏の味覚「ウニ」を使った料理を教えてもらいました。普段はそのまま、またはご飯にのっけてお醤油をたらして食べていましたが、なるほどそんなアイデアがあるのかと感心しました。どんなアイデアかは放送を聞いてみてください。まさに「お料理知恵袋」ですね。

以前はこのコーナーは「おはよう潮風ラジオ」の木曜日午前7時20分ごろから放送していましたが、秋田県大仙市の「FMはなび」さんとの中継をお届けするようになって、朝から夕方にお引っ越ししました。

皆さんのアイデア料理や、こんな郷土料理の作り方が知りたい！などありましたらお便りをくださいね。夕方の「みやごのお料理知恵袋」をどうぞよろしくお願いします！

●「みやこハーバーラジオ」放送中！　FMラジオ【82.6MHz】
●インターネットの「リスラジ(ListenRadio)」やサイマルラジオでもお聴きいただけます。
●お便り・ファクス・メールお待ちしています
〒027-0076 栄町3の35 キャトル4階
みやこハーバーラジオ宛て
FAX77-3936　✉826@miyakofm.com
■問い合わせ　宮古エフエム放送（☎77-3399）

ふるさと博物館

遺跡から出土した青銅製品

市教育委員会文化課　編

写真は今の宮古市津軽石出張所や保育所を建てる前に行った遺跡の発掘調査により発掘された青銅製品（銅と錫からなる合金）です。高さは3.5㌢、幅は3㌢弱あり、手のひらに乗せることができる大きさです。重さは57.4㌘で、およそ500円硬貨８枚分です。はたして何に使われた物なのでしょうか。

これは竿式秤に使われた昔の分銅（おもり）で、1,100年くらい前（平安時代）の時代のものです。

使い方ですが、決まった重さの分銅を片方に置いて量りたい物の「重量」を知る天びんとは異なり、量りたい物を竿の片方にかけ、分銅を左右に動かして釣り合わせ、竿が水平になった時の分銅の位置で重さを知る秤（棹秤と言います）として使われたものです。上には穴が空けられていることから、この穴に紐を通し竿に吊るしていたものと考えられます。

市内で初の発掘例ですが、全国でも７例しか出土していない大変珍しいものです。また、日本のはかりの歴史を知る上においてもとても貴重な出土品といえます。

津軽石大森遺跡から出土した分銅の写真（上：正面　左下：上部　右下：裏）。色は濃い緑色、体部と下の高台部には同心円状の浅い沈線が二重または三重施されている。

市長のひとり言

７月31日、旧宮古市庁舎跡地に「うみどり公園」がオープンしました。体が不自由な方や、お年寄りから小さいお子さんまで、誰もが利用できる大型の「インクルーシブ遊具」を備えた公園としては、東北初となります。この遊具は、公園の整備内容を検討していた時、台湾での導入例の資料を見て、初めて知りました。「誰一人取り残さない」という市のまちづくりの姿勢にも重なり、新たな憩いの空間にぴったりだと思い、設置しました。多くの人に楽しんで欲しいです。

公園内には、多目的芝生広場や、スポーツでも利用できる舗装されたスペースもあります。また、東日本大震災津波メモリアルモニュメントでは、献花をしたり、追悼の鐘を鳴らすことができます。記憶・鎮魂・伝承・希望の願いが込められた４つ塔は、デザインや高さにそれぞれ意味があるので、ぜひ現地でご覧になってみてください。

震災から10年。様々な人たちがともに集える場所の完成を嬉しく思います。うみどり公園と、駅、市役所、市民交流センターを繋ぐエリアから、たくさんの笑顔とにぎわいが生まれることを期待しています。

震災メモリアルモニュメントの追悼の鐘を鳴らす山本市長

俳句に親しむ

季題「夏帽子」「虫干」

さいとう白沙　選

【特選】

村境麦わら帽の地蔵尊
古舘徳雄

評＝素朴な景を切り取った一句。人々に敬愛されているお地蔵さまが目に浮かびます。

虫干や思い出深き辻が花
去石エイ子

評＝辻が花は絞染の一種。晴着をまとった日が懐かしく思いだされ感無量のことでしょう。

【入選】

日を避けて風を探して夏帽子
上坂初代

お散歩の母子揃いの夏帽子
坂下由美子

日曜や部活の子等の夏帽子
佐々木俊子

虫干や「ゲーテ」の横に押し花も
千束千壽子

農に生き筋金入りの夏帽子
長澤智子

父逝きて曝し忘れしままの古書
内藤賢一

登園のマスクの子らの夏帽子
永田ハナ

虫干や母の遺愛の紺がすり
横坂京子

◆次の季題「流れ星」「青蜜柑」※9月6日㈰必着
◆応募は一人３句までです。◆いただいた句を添削することがあります。◆はがきまたは封書で、句のほかに住所、氏名、**ふりがな**、電話番号を書いて、〒027-8501（住所不要）宮古市役所「広報みやこ」係へ応募してください。
◆今回の投稿者は2人でした。ありがとうございました。

【選者より】〇歳時記を参考に**傍題の活用**もお勧めします。
〇小中高生の作品歓迎。学年のみ明記、他は一般に準じます。
◇選者詠「波の譜に合わせて歩く秋の浜　白沙」

広報みやこ
令和3年9月1日
No.385

■発行　宮古市　■編集　企画部企画課　■印刷　株式会社文化印刷
〒027-8501岩手県宮古市宮町一丁目1番30号、☎0193-62-2111、FAX0193-63-9114

フェイスブック
http://www.facebook.com/city.miyako
ツイッター
http://www.twitter.com/miyako_city
インスタグラム
https://www.instagram.com/tokotonmiyako/

宮古の新たなシンボルが誕生！大盛況!!ワクワクがいっぱい

うみどり公園オープン

7月31日、うみどり公園（旧市役所跡地）でオープニングイベントが行われました。

特設ステージでダンスや合唱が披露されたほか、特設コートではバスケットボール3×3などが行われました。また、バスケットボールパフォーマー・もりもりと岩手ビッグブルズチアリーダーがスペシャルパフォーマンスを披露したほか、3×3エキシビジョンマッチとして、岩手ビッグブルズ対STIWATE LANDERSが行われました。

公園には多くの子どもが訪れ、たくさんの子どもたちの笑顔が見られました。

盛岡市から家族で訪れた渡辺芽來（はる）くん（7）は「綱渡りで足を地面に着かないようにして遊ぶのが楽しかった。また家族で遊びに来たい」と公園を満喫していました。

編集後記

▼図書館のナイトライブラリーを取材（22㌻参照）。図書館の職員の皆さんの工夫を凝らしたお化けの演出や怖い絵本の読み聞かせの様子を見て、子どもたちを怖がらせようとする熱意を感じました。年々クオリティが上がっていることを聞き、数年後が楽しみになりました。【元】

▼広報みやこ385号を特集するに当たり、384号まで全てに目を通しました。努力の跡が残る広報紙を見て歴代広報マンが繋いできたものに感銘を受けました。宮古の今を記し、私も未来に繋いでいきたい。見た人が少しでも笑顔・元気になる広報を作っていきたいと思います。【道】

▼東京2020パラリンピック宮古市聖火フェスティバルを取材（23㌻参照）。復興への思いが詰まった「みやこ復興の火」。改めて、震災の記憶を次世代へ繋いでいく大切さを実感した。手に汗握るオリンピック・の感動が再び。選手たちの練習の成果が存分に発揮されることを祈って。【秀】

目の不自由な方に広報などのCD（デイジー）を無料で貸し出しています（宮古音声訳の会☎兼FAX72-2537）。

耳の不自由な方など記事への問い合わせが電話だと難しい方は、市企画課広報係へファクスまたはメールで問い合わせてください。
【ファクスでの問い合わせ】
FAX63-9114
【メールでの問い合わせ】
✉info@city.miyako.iwate.jp

UD FONT
VEGETABLE OIL INK

ホームページ
https://www.city.miyako.iwate.jp
マチイロ
(iOS)
(Android)