



7月17日 笑顔と希望を乗せて
運航開始へ!

SDGs特集第1弾
持続可能なまちへ。そのためにできること

03 特集

SDGs特集第1弾 持続可能なまちへ。そのためにできること

10 市からのお知らせ

春の叙勲／新型コロナウイルス感染症に関連する情報について／宮古市職員を募集します／【東日本大震災】住宅再建支援制度の申請期限を延長しました／高校生の声から実現！三陸鉄道で実証運転を開始！／児童手当についての大切なお知らせです／農業相談員を設置しています／NHKのご自慢出場者・観覧者を募集！／3年ぶりの開催！高田式体育教室ダイヤモンドキッズカレッジ ほか

20 まちの話題

浄土ヶ浜クリーン作戦／第3期宮古トラウトサーモン初出荷／浄土ヶ浜春の催し／やかつにあつまれ～！「森のあそび場」／ウクライナ人道危機救援金／ミニサッパ市～四国フェア～／宮古の農業まるごと体験「田植え」

22 子育て支援情報

24 子育て情報

にこにこルームみやこ／つどいの広場／6月のハッピーバースデー ほか

26 健康プラザ

健康相談日程 ほか

27 図書館情報

市立図書館6月の特集 ほか

28 各種相談・地域おこし協力隊便り

6月の各種無料相談日程／地域おこし協力隊便り

30 情報掲示板

公民館・各市民団体などの催し ほか

32 お知らせ

宮古市議会6月定例会のお知らせ ほか

34 スタジオから・俳句

35 ふるさと博物館

絶滅危惧種チョウセンアカシジミ

36 まちの話題ピックアップ

宮古港出崎地区完成式



“宮古うみねこ丸”の航海の安全を祈願しました



山本市長による“宮古うみねこ丸”の命名を行いました



進水式では、クレーンで“宮古うみねこ丸”を吊り上げ、慎重に山田湾に進水させました

6月の納期

6月の市税の納期

市県民税第1期

6月の夜間・休日の納税相談窓口

【夜間】 ○期日＝6月9日(木)・23日(木)

○時間＝午後5時15分～8時

【休日】 ○期日＝6月26日(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)

7月17日笑顔と希望を乗せて
運航開始へ！

●撮影日 5月16日

●場所 山田湾



6月の表紙

5月2日、株式会社TFCやまだ工場で宮古市遊覧船建造工事命名・進水式が行われ、関係者約20人が出席しました。

山本市長は「たくさんの人の笑顔と希望を乗せて、末永く安全に運航できるよう祈っている」と期待を込めました。

表紙の写真は、5月16日に行われた施工業者の遊覧船洋上検査の様子です。

持続可能なまちへ。 そのためにできること



宮古地区広域行政組合 宮古清掃センター（小山田）に集められた大量のゴミ（5月9日撮影）



ゴミの減量化から考えるSDGs

エスディージャーズ

「SDGs」。2030年をゴールにした、世界共通の17の目標のことです（左下アイコン参照）。

しかし、その達成のために何をすればよいか具体的にイメージしにくい目標です。この特集では、SDGsの達成のために

SDGs（持続可能な開発目標）とは？

温暖化や天然資源の減少など、世界には多くの課題があります。

これらをみんなで解決するため、2015年の国連サミットで採択された17の世界共通目標、それがSDGsです。下記アイコンはそれぞれの目標を表しています。詳しくは外務省ホームページ（下記QRコード）をご覧ください。



誕生のきっかけ

現代の暮らしは「大量生産・大量消費」であり、地球に負荷をかけ続けていると言われています。SDGsは、この状況を変革し、持続可能な世界を作るために生まれた目標です。

誰一人取り残さない

SDGsのスローガンは「誰一人取り残さない」。宮古市も例外ではありません。『みんなで一緒に取り組む』、これが基本的な考え方です。2030年まで10年を切り、これからは一人一人ができることを考え、行動することが求められています。

必要な「ゴミの減量化」という、誰にとっても身近な問題を取り上げます。この問題は、実は8つもの目標の達成に貢献するものにつながります。

まずは、できることから始めていきたいと思います。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

| | | | | | |
|----------------------|--------------|-------------------|-----------------|-----------------------|-----------------|
| 1 貧困をなくそう | 2 飢餓をゼロに | 3 すべての人に健康と福祉を | 4 質の高い教育をみんなに | 5 ジェンダー平等を実現しよう | 6 安全な水とトイレを世界中に |
| 7 エネルギーをみんなにそしてクリーンに | 8 働きがいも経済成長も | 9 産業と技術革新の基盤をつくろう | 10 人や国の不平等をなくそう | 11 住み続けられるまちづくりを | 12 つくる責任つかう責任 |
| 13 気候変動に具体的な対策を | 14 海の豊かさを守ろう | 15 陸の豊かさも守ろう | 16 平和と公正をすべての人に | 17 パートナリーシップで目標を達成しよう | |



村井さんに聞く

教えて！SDGs！

世界共通の目標であるSDGs。言葉を聞いたことはあっても、どのように取り組めばよいか分からない方も多いと思います。

ここでは、盛岡市にある株式会社ムライロCOMPANY代表取締役の村井淳さんに、SDGsの重要性やその取り組み方をお聞きしました。

今の暮らしは「持続不可能」

今の世界には、天然資源の減少や温暖化による気候変動、人権問題や世界人口の急激な増加に伴う食料不足など、さまざまな問題があります。

これらの問題を踏まえ、これまでの「大量生産・大量消費」型社会・経済では地球が持たないと考えられているのです。



村井 淳さん (66歳)

株式会社ムライロ COMPANY代表取締役

盛岡市出身。盛岡市役所を退職後、令和元年5月“SDGsカードゲーム”に出会い感銘を受ける。

令和2年4月に同社を設立。全国の自治体・企業などが行うSDGsの取り組みをサポートしている。また、各地でSDGsワークショップを開催し、普及・啓発にも尽力している。

身近に迫る地球規模の危機

例えば、温暖化が進み、岩手でも夏の気温が30℃を超え、経験のない豪雨や台風が増えるなど、さまざまな影響が現れています。

SDGsの重要性が高まっている背景には、このような地球規模の危機が、私たちの身近に迫っていると感じる人が増えていることがあげられます。

「市民」「企業」「行政」間の連携が重要

私たちの身近にある社会課題を解決するために最も大切なのは、17番目の目標である「パートナーシップで目標を達成しよう」だと考えています。

社会課題の解決というと「行政」の仕事を考えがちですが、例えばゴミの減量化のためにできる取り組みを考えると「家庭」や「企業」でのちよっとした気付きが、大きな貢献につながることもあると思います。

SDGsを推進していくためには「市民や企業の力を借り、一緒に持続可能なまちづくりを進める」、この考え方が重要です。

今抱えている課題を共有し、お互いを否定せず共に前を向いて進んでいく必要があります。

ゴミの減量化もSDGs

「燃やせるゴミ」「燃やせないゴミ」「プラスチック」に分けて考えると、SDGsとの関連性が分かりやすいと思います。

【燃やせるゴミ】排出量を減らすことで、運搬や処理に伴うCO2も減少します。

【燃やせないゴミ】排出量を減らすことで、今ある処分場をより長



1月14日・15日に宮古市で開催された、SDGsワークショップの様子

く使うことができます。
【プラスチック】分別して排出することが、海への流出を防ぐことにつながります。

「もったいない」精神が大切

「4R（リデュース・リユース・リサイクル・リフューズ）」の意識を持ち、昔から根付く「もったいない」精神を思い出しましょう。
【リデュース（減らす）】①不要な物は買わない、もらわない②生ゴミは水を切り水分を減らす

【リユース（再利用）】①詰め替え用の製品を選ぶ②不要な物を譲る
【リサイクル（再利用）】①正しく分別する②再生品を利用する

【リフューズ（断る）】①マイバッグを持参する②レジ袋をもらわない

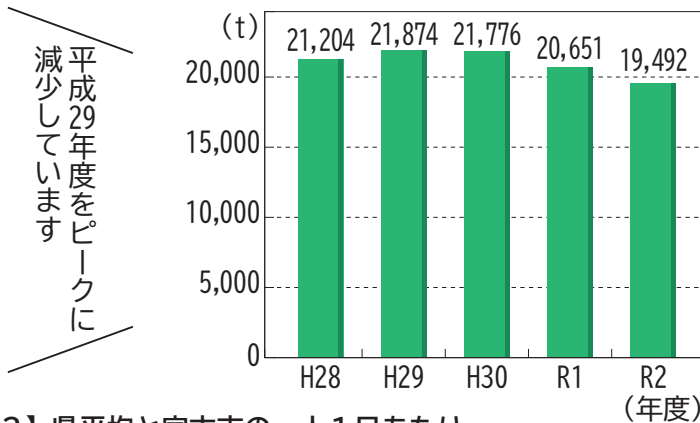


ゴミ排出量から見る

現状と課題

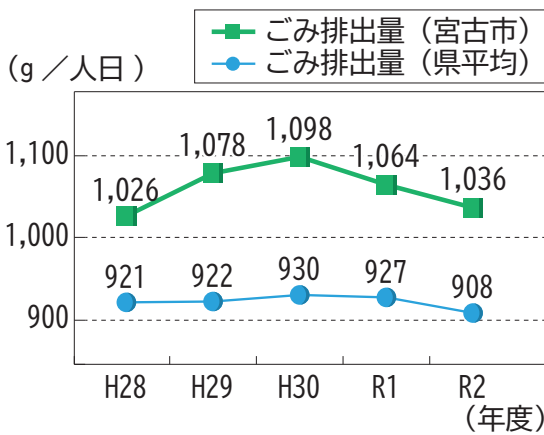
皆さんは、宮古市のゴミの排出量がどのくらいなのか知っていますか。ゴミの減量化を進めていく上で、まずは知っておきたい情報です。ここでは、過去5年間の宮古市の排出量、県と比較した一人1日あたりの排出量などを見ながら、その現状と課題を考えます。

【グラフ1】宮古市のゴミ総排出量



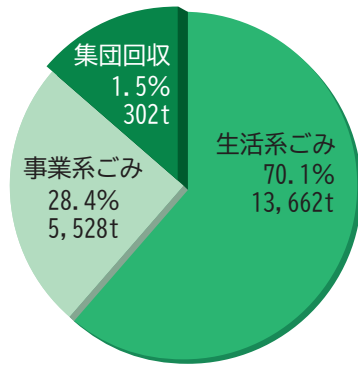
平成29年度をピークに減少しています

【グラフ2】県平均と宮古市の一人1日あたりのゴミ排出量の比較



いずれも、県平均より多くなっています

【グラフ3】宮古市のゴミ排出量（令和2年度）の内訳



家庭から排出されるゴミが半分以上を占めています

県平均よりも多い排出量

【グラフ1】を見ると、宮古市のゴミ総排出量は平成29年度をピークに、毎年およそ1000〜10000t減少しています。一方【グラフ2】は、総排出量を一人1日あたりに換算したものです。5年間いずれの数値もほぼ横ばいですが、市の数値は全体的

に県より高くなっています。

さらに、ゴミの排出内訳を【グラフ3】で見ると、家庭から排出されるゴミが、全体の半分以上を占めています。

つまり、ゴミを減らすためには、家庭から排出されるゴミ（生活系ごみ）を削減することが最も効果的だということが分かります。

市では、一人1日あたりの排出量について、令和7年度の目標を986gとしていて、あと50g削減しなければなりません。50gとは、板チョコ1枚分ぐらいです。これだけの量を減らすことで、目標の達成につながります。

ゴミの排出量の削減には一人一人の取り組みが大切

“一人1日あたりの排出量の目標値986g”を達成するためには“家庭から排出されるゴミのさらなる削減”が特に重要な鍵となります。

そのためには、一人一人ができることから取り組んでいくことが大切です。

食べきれない分だけの料理を作る、不要な物はリサイクルする、生ゴミは水を切ってから出すなど、小さな取り組みの積み重ねが大きな成果につながります。



ゴミの減量化の取り組み(行政)

ゴミの減量化に向けた取り組みは、個人だけではなく、みんなと一緒に進めていく必要があります。

ここでは、市が行っている取り組みとして、新里給食センターで実施している食育指導と、市が購入補助を行っている生ゴミ処理機を購入し、実際に使用している方の声を紹介いたします。

食育指導を通して伝えたいこと

食育指導は、学校と栄養教諭さんとで内容を協議し、ねらいに応じたさまざまなテーマを扱います。令和3年11月、山口小学校で「食品ロスを減らすために何ができるか」をテーマにした食育指導を企画した南野さん。児童は「給食」「家」「外食」でできる食品ロスを減らす取り組みを考えました。南野さんは「児童一人一人が真剣に、そして主体的に取り組んでくれた」と振り返ります。

この指導のねらいは、子どもたちが実践力を身に付けること。「自分にできることを考え、それを行動に移す力を養ってほしい」と成長を願います。



栄養教諭・南野穂乃香さん(26)
新里給食センター勤務(山口小学校所属)

子どもたちの「食べよう」とする気持ちを育てる

南野さんは「給食では、苦手なものでもまず一口食べさせてみる。また、食材の提供業者や調理する方々への感謝の気持ちも忘れないようにしてほしい」と子どもたちへ期待を込めます。



山口小学校での食育指導の様子

「食品ロスをテーマにした食育指導は今年度も継続し、より内容を充実させていきたい」と意気込む南野さん。また「食べよう」とする気持ちは、食への興味・関心から生まれる。ぜひ家庭でも、家族がおいしく、楽しく食べているところを子どもたちに見せて、食への意識を高めてあげてほしい」と食べ残しの削減に向けた思いを話します。

生ゴミ処理機の効果を実感！生ゴミの量が約半分に



須藤征雄さん(78、日の出町)
とし子さん(76)

須藤さん夫婦は、令和3年の秋に市の補助金制度を活用して、電動式の生ゴミ処理機を購入。

「以前から生ゴミの量が多く、減らしたいと思っていた」と征雄さん。「処理機を使用してから、量が約半分になった」とその効果を実感しています。

としさんは「処理機に入れる時に生ゴミを分別し、しっかり水を切るように心がけている。有機肥料を作るために発酵させる時の臭いには動物などが寄ってくるため、その対策が必要」

とこれから購入する人にアドバイスします。

お二人はさらに「処理機は生ゴミの量を減らすだけではなく、市販の土を混ぜて発酵させると、最高の肥料にもなる。自宅の庭の手入れにとっても重宝している」とそのメリットの大きさを感じながら、毎日欠かさず使い続けます。

【生ゴミ処理機購入費補助】

市では、処理機購入費を一部補助します。詳しくは、市生活課生活安全係(☎68-9109)まで問い合わせてください。



毎日欠かさず、水を切った生ゴミを投入しています



ゴミの減量化の取り組み(家庭)

「家庭でできる取り組みって、何から始めればいいのか?」と思う方も多いはず。ここでは、家庭や個人で4R(リデュース・リユース・リサイクル・リフューズ)を実践している市民の方々や、宮古市社会福祉協議会で行っている「フードバンク」に食材を寄付している方を紹介します。

【リデュース(減らす)】



戸田麻子さん(50、長根)

生ゴミは水を切り、乾燥させてから出すようにしています。

家族で買い物に行くときは、エコバッグを持参しています。

【リフューズ(断る)】



藤田康晴さん(宮古二中2年)

市民の皆さんに聞きました！ 家庭で実践！ゴミを減らす4Rの心得

【リユース(再利用)】



小國勇夫さん(43、山口)

ボトルを捨てず、詰め替え用の商品を買うようにしています。

ペットボトルとアルミ缶でゴミ箱を分け、分別の手間を省いています。

【リサイクル(再利用)】



沼里ちぐささん(38、津軽石新町)・
心想さん(津軽石小4年)

「もったいない」精神。フードバンクを通じて、自分にできる支援を



館石裕子さん(71、繁)

きっかけは、子どもたちの笑顔のため

館石さんは、令和3年8月から宮古市社会福祉協議会が行っている「フードバンク」に、自宅で栽培しているピーマンやブロッコリー、ナスなどを寄付しています。「社会福祉協議会が行っている『子ども食堂』で使う食材を探している」と聞き、真っ先に寄付することを決めた」と当時を思い出す館石さん。「家庭の事情で満足に食べられない子どももいる。自分が栽培した野菜を食べて、子どもたちが笑顔になってくれたら」と顔をほころばせます。

「嫌いなピーマンが食べられるようになった」とメッセージをもらい、涙が出るほどうれしかった」と振り返ります。

「もったいない」。物を大切にすることを意識が重要

館石さんは、昔から食べ残しをせず「家で作り過ぎた時は、ご近所さんにおすそ分けしています。昔ながらの『もったいない』精神ですよ」と笑みを浮かべます。

「もったいない」精神や「手を差し伸べる」気持ちやSDGsの基本。「余ったら捨てるのではなく、物を大切に考える方が重要」と力強く話す館石さん。これからも食材を通して子どもたちの笑顔に貢献し続けます。

【フードバンクとは】

安全に食べられるのに、包装の破損や過剰在庫などの理由で、流通に出せない食品を企業などから寄付してもらい、必要としている団体や困窮世帯などに無償で提供する活動です。

子ども食堂の子どもたちから感謝状をもらった時には



SDG達成のために。

ゴミの減量化から考える未来

SDGsを「他人事」ではなく「自分事」に。市民の皆さん、企業、行政、それぞれが主役だという気持ちを持ち、一緒になって行動していきましょう。そこそこが、SDGsを達成するための一番の鍵です。

いざ「1人の100歩」より「100人の1歩」のために！

ゴミの減量化はSDGsに大きく貢献する

私たちの暮らしと切り離すことができないゴミですが、その排出量をゼロにはできなくても、減らすことはできます。

下記の8つのアイコンは

「ゴミの減量化」に関係する目標のアイコンです。つまり「ゴミの減量化」への取り組みは、8個ものSDGsの目標とつながっています。

「1人の100歩」より

「100人の1歩」

切だと感じています。

「ゴミをしっかりと分別する」「生ゴミは水を切ってから出す」「詰め替え用の商品を積極的に買う」など、小さなことからみんなが始めていきましょう。

「広報みやこ」ではSDGsや環境に配慮した「ベジタブルオイルインキ」を使用しています。広報担当として取り組めることは

微々たることもかもしれませんが、小さな積み重ねが大

また、宮古市は「森・川・海とひとが調和し共生する安らぎのまち」を都市の将来像として掲げています。自然と共生するまちを目指しているからこそ、ゴミの減量化への取り組みはなくてはならないものです。

この特集が、皆さまのSDGsへの理解・関心を深め、行動を起こすきっかけになれば幸いです。

| | | | |
|-------------------------------|----------------------------|--------------------------------|------------------------------------|
| <p>1 貧困をなくそう</p> | <p>2 飢餓をゼロに</p> | <p>11 住み続けられるまちづくりを</p> | <p>12 つくる責任 つかう責任</p> |
| <p>13 気候変動に具体的な対策を</p> | <p>14 海の豊かさを守ろう</p> | <p>15 陸の豊かさを守ろう</p> | <p>17 パートナーシップで目標を達成しよう</p> |

みんなで取り組もう！SDGs アクション・ガイド

SDGsは世界共通の目標。達成するためには、世界が力を合わせなければなりません。

ですが、そのための取り組みは日常生活の中にあつた皆さんあります。ここではその一部を紹介します。

レベル1

ソファに寝たままできること

▽電気を節約しよう。電気機器を使わないときは電源を切ろう。

▽請求書は、オンラインかモバイルで支払おう。紙を使わないことで、森林破壊を抑制しよう。

▽印刷はできるだけしないようにしよう。覚えておきたいことは、ノートにメモしよう。

▽環境に優しい取り組みをしている企業の製品を買おう。

レベル2

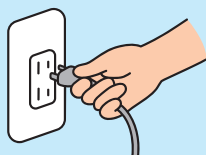
家ごとでもできること

▽髪の毛や衣服は自然乾燥させよう。洗濯機は容量を満タンにしてから使おう。

▽生鮮品、残り物、テイクアウトやデリバリーを食べきれない時は、早め

に冷凍しよう。▽窓やドアの隙間をふさいで、エネルギー効率を高めよう。

▽古い電気機器を使っていたら、省エネ型の機種や電球に取り替えよう。





未来への責任。それがSDGs

しもだいら [写真] 下平美咲さん (31、山口)・まさき 将生くん (5、写真左)・ゆうせい 悠晴くん (2、写真右)。
使わなくなった本やおもちゃなどはリサイクルし、赤ちゃんの頃のものを知り合いに譲るなど、捨てるのではなく再利用することを意識しています。

レベル3

家の外でできること

- ▽ 訳あり品を買おう！大きさや形・色が規格に合わず捨てられる食べ物がたくさんあります。
- ▽ 詰め替え用の商品を買おう。
- ▽ 買い物にはマイバッグ

を持参しよう。レジ袋は断って、常にマイバッグを持ち歩こう。
▽ 使わない物は地元団体に寄付しよう。あなたが大切に使っていた物に新しい命が生まれます。



レベル4

職場でできること

- ▽ 社内の冷暖房設備を省エネ型にしよう。
- ▽ 「ノーマインパクト（地球への影響ゼロ）週間」を実施しよう。まずは1週間、より持続可能な暮らし方を学んでみよう。

▽ 通勤は、自転車や徒歩、公共交通機関を使おう。
▽ リサイクルはできていますか？生態系に害を及ぼすような操業をしている業者から、資材などを調達していませんか？



ここで紹介した取り組みは、一部です。詳しくは、国連広報センターホームページ（下記QRコード）をご覧ください。



出典：国連広報センター「持続可能な社会のためにナマケモノにもできるアクション・ガイド」

春の叙勲

令和4年春の叙勲の受章者が決まりました。
本市から選ばれた6人を紹介します。

旭日小綬章・地方自治功労

熊坂 義裕さん（和見町・70歳）



昭和60年から県立宮古病院で勤務。昭和62年に熊坂内科

科医院を開業。平成9年に宮古市長に就任し、通算3期12年を務め、平成21年に退任。現在は再び熊坂内科医院で診療をしています。

熊坂さんは「合併に尽力し、毎日が真剣勝負だった。これからも地域医療に貢献したい」と意気込みます。

瑞宝単光章・消防功労

大森 茂さん（和井内・75歳）



昭和46年に旧新里村消防団の第6分団員となり、旧

新里村消防団分団長、宮古市消防団分団長を歴任。38年間、地域防災や若手団員の勧誘活動などに尽力しました。

大森さんは「隣の分団との境界線を明確にしたことで、団員の活動環境をよりよくすることができたと振り返ります。

旭日単光章・中小企業振興功労

鈴木 徹さん（崎山・75歳）



東京の建設会社で勤務後、昭和60年に兄の修さんと

「仲良くやって行く」という意味を込め、共和水産株式会社を設立。イカの加工などを手がけてきました。

鈴木さんは「いずれ尽きる人生と考える、諦めないよう頑張ってきた。受章は、関係事業所、会社の従業員、そしてとりわけ妻のおかげ」と話します。

瑞宝単光章・消防功労

小山田 舜次郎さん（刈屋・74歳）



昭和46年に旧新里村消防団の団員となり、旧新里村消

防団団長、宮古市連合消防団新里消防団団長を務め、約34年間、地域防災や消防活動に尽力しました。

小山田さんは「地域住民の生命財産を守るため、真剣に活動してきた。受章はまわりの方々の支えがあったおかげ」と語ります。

瑞宝双光章・教育功労

小林 茂さん（西ヶ丘・70歳）



昭和53年に山口小学校で教諭として勤務後、市内外

の学校で教鞭を執りました。田老第一小学校、千徳小学校などの校長も務めました。

小林さんは「一隅を照らす人になる」を座右の銘に、子どもに向き合ってきた。子どもと接する際は小さなことでも褒めて自己肯定感を育ててほしい」と語ります。

瑞宝単光章・消防功労

館下 忠さん（津軽石・78歳）



昭和44年に宮古市消防団の第20分団員となり、宮古市

連合消防団分団長、宮古市消防団分団長を歴任。約39年間、地域防災や啓発活動などに尽力しました。

館下さんは「家族同然の団員と共に活動してきた。この受章は、団員に恵まれたこと、内助の功のおかげ。言葉で言い表せないほど感謝している」と語ります。

新型コロナワクチン接種を希望する方はご予約を

新型コロナウイルス感染症にかかった場合の重症化予防を目的として、**4回目接種を実施します。**
4回目接種の対象者は、3回目までの対象者と異なります。

■対象 3回目のワクチン接種から5カ月が経過した、次のいずれかに該当する方
①60歳以上の方②18歳以上59歳以下の方で基礎疾患のある方など、その他重症化リスクが高いと医師が認める方

■接種券の発送時期

【60歳以上の方】3回目接種から5カ月を経過した方へ、6月以降順次発送します

【基礎疾患のある方など】詳細が決まり次第お知らせします

■使用するワクチン 1～3回目に接種したワクチンの種類に関わらず、ファイザー社または武田/モデルナ社のワクチンを使用します

【3回目接種の接種間隔が6カ月から5カ月に短縮】

新型コロナワクチンの3回目接種が、**2回目接種後から5カ月経過後に接種できるようになりました。**
接種を希望する方は、接種券が届き次第、お早めに予約をしてください。



■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** (フリーダイヤル)

■受け付け時間 午前9時～午後6時30分(土・日・祝日を含む)

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

「国民健康保険税」「介護保険料」の減免を延長します

新型コロナウイルス感染症の影響で収入が減少したなど、減免事由に該当する方は、令和4年度分の国民健康保険税、介護保険料が**減免になる場合があります(要申請)**。

減免申請は、**国民健康保険税、介護保険料ともに市税務課(市役所2階)**で受け付けます。

減免事由や用意する物などは、問い合わせるか、市ホームページ(右記QRコード)をご確認ください。



なお、令和4年度分の国民健康保険税、介護保険料の納税通知書は、7月中旬に郵送予定です。

■受け付け時間 午前8時30分～午後5時15分(土・日・祝日を除く)

※郵送での申請も受け付けます。市ホームページ(左記QRコード)から申請書をダウンロードして印刷し、必要書類と併せて、提出先まで郵送してください

■提出先 市税務課市民税係(〒027-8501住所不要)

■問い合わせ

【国民健康保険税】市税務課市民税係(☎68-9072)

【介護保険料】市介護保険課管理係(市役所1階、☎68-9085)

国民年金の臨時特例免除制度があります

新型コロナウイルス感染症の影響で、収入が減少し、国民年金保険料の納付が困難な場合には、「**臨時特例免除**」という新たな免除制度があります。

従来の免除制度のように前年所得を基に審査するのではなく、申請者から申し立てのあった年間所得の見込額により、審査する免除制度です。

新型コロナウイルス感染症による直接的な影響で

ない場合でも、収入が減少した事実があれば、広く該当しますので、保険料の納付が困難な場合は、ぜひご相談ください。

また、新型コロナウイルス感染症の影響で失業された方には、失業特例による免除制度もございますので、併せてご相談ください。

■問い合わせ 宮古年金事務所(☎62-1963)

【表1】試験職種ごとの受験資格

| 試験職種 | 採用予定人数 | 受験資格 |
|--------------------|------------------|---|
| 一般事務職員 | 5名程度 | 平成3年4月2日以降に生まれた人で、高校・短大・大学卒業者（短大・大学は令和5年3月卒業見込みを含む） ※高校卒業見込みの人は受験できません |
| 一般事務職員 (障がい者枠) | 2名 | 次の全てを満たす人 ▷昭和52年4月2日以降に生まれた人で、高校・短大・大学卒業者（短大・大学は令和5年3月卒業見込みを含む） ▷身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかの交付を受けている人 |
| 一般事務職員 (心理士枠) | 2名 | 昭和62年4月2日以降に生まれた人で、臨床心理士または公認心理師の資格を有する人（令和5年3月までに資格を取得できる見込みの人を含む） |
| 土木技術職員 | 1名程度 | 昭和62年4月2日以降に生まれた人で、高校・短大・高専・大学・専修学校の土木系学部、学科の卒業者（令和5年3月卒業見込みを含む） ※高校卒業見込みの人は受験できません |
| 建築技術職員 | 1名程度 | 昭和62年4月2日以降に生まれた人で、高校・短大・高専・大学・専修学校の建築系学部、学科の卒業者（令和5年3月卒業見込みを含む） ※高校卒業見込みの人は受験できません |
| 保育士 | 1名程度 | 昭和62年4月2日以降に生まれた人で保育士の資格を有する人（令和5年3月までに資格を取得できる見込みの人を含む） |
| 保健師 | 1名程度 | 昭和62年4月2日以降に生まれた人で保健師の資格を有する人（令和5年3月までに資格を取得できる見込みの人を含む） |
| 看護師 | 1名程度 | 昭和62年4月2日以降に生まれた人で看護師の資格を有する人（令和5年3月までに資格を取得できる見込みの人を含む） |
| 一般事務職員 (チャレンジ枠) | 若干名 ※前期試験のみ実施 | 昭和52年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた人かつ次のいずれかに該当する人で、それぞれの分野の知識・経験を生かして宮古市のまちづくりに貢献できる人 ▷国体・インターハイ・全日本大会などの全国大会に出場し、入賞などの優秀な実績がある人 ▷長期にわたり市民活動・ボランティア活動を行っている人 ▷高い外国語能力を有している人 ▷情報システムなどITに卓越した技能・知識・経験を有し、情報政策に関する企画および情報システムの開発や管理・運用ができる人 |
| 一般事務職員 (社会人枠) | 若干名 ※前期試験のみ実施 | 昭和52年4月2日から平成3年4月1日までに生まれた人で、民間企業、官公庁などにおける正規職員としての勤務経験が通算5年以上ある人 |

※採用予定人数は前期および後期の両採用試験を合わせた人数、また、事務事業の見直しにより変更することがあります
※前期試験の詳細については、市ホームページ（左記QRコード）を確認してください

【表2】試験職種ごとの受験資格（通年試験）

| 試験職種 | 採用予定人数 | 受験資格 |
|------------------|--------------|---|
| 土木技術職員 (社会人枠) | 若干名 ※通年募集 | 次の全てを満たす人 ▷昭和52年4月2日から平成10年4月1日までに生まれた人で、高校、短大、高専、大学、専修学校などの土木系学部・学科などを卒業した人 ▷官公庁または民間事業所などにおいて土木実務（CADシステムによる設計のほか、積算および監督業務など）の経験が3年以上ある人 |
| 建築技術職員 (社会人枠) | 若干名 ※通年募集 | 次の全てを満たす人 ▷昭和52年4月2日から平成10年4月1日までに生まれた人で、高校、短大、高専、大学、専修学校などの建築系学部・学科などを卒業した人 ▷建築主事任用資格、1級建築士資格もしくは2級建築士資格を有し、かつ、官公庁または民間事業所などにおいて建築実務（CADシステムによる設計のほか、積算および監督業務など）の経験が3年以上ある人 |

【表1】【表2】共通

次のいずれかに該当する人は受験できません
▷禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまで、または執行を受けることがなくなるまでの人
▷宮古市職員として懲戒免職の処分を受け、当該処分の日から2年を経過しない人
▷日本国憲法またはその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成し、またはこれに加入した人

あなたの想いが宮古を彩る！

令和5年4月1日採用

宮古市職員を募集します



職員採用PR動画
を作成しました

■問い合わせ 市総務課職員係 (☎68-9062)

■今年度の試験の特徴

▷第1次試験に面接試験を行い、人物重視の選考を実施します(「チャレンジ枠」、「社会人枠」を除く)。

▷前期および後期の2回、採用試験を実施。前期の試験では、第1次試験に教養試験などを課さない「チャレンジ枠」「社会人枠」の試験も行います。

▷土木技術職員(社会人枠)・建築技術職員(社会人枠)試験については、通年募集します。

前期試験について

■試験日/場所 ●第1次試験=7月10日(日)/宮古市地域創生センター(うみマチひろば)4階多目的ホール●最終試験=8月/第1次試験合格者に通知します

■受験資格 前期試験の受験資格は右記【表1】のとおりです

※前期試験と後期試験の併願はできません。また、複数の職種の試験を併願することもできません

※前期試験は高校卒業見込みの人は受験できません。後期試験を受験してください

■試験の内容

《第1次試験》

▷一般事務職員=教養試験、事務適性検査、人物試験(集団面接)(その他語学加点あり)

▷一般事務職員(障がい者枠)・一般事務職員(心理士枠)=教養試験、人物試験(個別面接)

▷土木技術職員・建築技術職員・保育士・保健師=教養試験、専門試験、人物試験(個別面接)

▷看護師=教養試験、看護師適性検査、人物試験(個別面接)

▷一般事務職員(チャレンジ枠)・一般事務職員(社会人枠)=エントリーシートによる書類選考

《最終試験》

▷共通=人物試験(個別面接)、身体検査(健康診断書を提出)

■試験案内・受験申込用紙の配布 市総務課(市役所4階)、田老・新里・川井の各総合事務所1階窓口で配布するほか、市ホームページ(右記QRコード)からもダウンロードできます



※試験案内・受験申込用紙の配布は6月1日(水)から開始します

※郵便で請求する場合は、封筒の表側に「受験を希望する職種」を朱書きし、120円の郵便切手を貼った返信用封筒(A4判の書類が入るサイズのもの)を同封の上、市総務課(〒027-8501住所不要)に送付してください

■申込受付期間/申込受付場所 6月1日(水)~16日(木)午後5時15分必着(持参する場合は、土・日・祝日を除く平日の午前8時30分~午後5時15分)/市総務課職員係(市役所4階)

通年募集の試験について

■試験の内容 ●第1次試験=エントリーシートなどによる書類選考●最終試験=人物試験(個別面接)、身体検査(健康診断書を提出)

■受験資格 通年試験の受験資格は右記【表2】のとおりです

■試験案内・受験申込用紙の配布 前期試験と同様です

■申込受付期間/申込受付場所 6月1日(水)~令和5年2月28日(火)(持参する場合は土・日・祝日を除く平日の午前8時30分~午後5時15分)/市総務課職員係(市役所4階)

後期試験について

後期試験の詳細については広報みやこ7月15日号および市のホームページに掲載する予定です。

新型コロナウイルス感染症 感染拡大防止のために

①県外から受験する人は、受験当日の朝に抗体検査を実施し、陰性であることを受付で証明してください(キットそのもの、またはキットを撮影した写真のいずれかを提示)。

※状況により変更する場合があります

②試験会場では、感染予防のためマスクの着用をお願いします。試験前に検温、手指消毒を実施します。

③新型コロナウイルス感染症に罹患し治癒していない人や濃厚接触者として健康観察の指示を受けている人は、他の受験者への感染のおそれがあるため、当日の受験を控えていただくようお願いします。なお、これを理由とした欠席者向けの再試験は予定しておりません。

【東日本大震災】住宅再建支援制度の申請期限を延長しました

次の補助金の申請期限を令和5年3月31日(金)まで延長しました。未申請の方はお早めに手続きをお願いします。

■宮古市被災者住宅再建支援事業補助金

▷対象 住居の全壊または解体で被災者生活再建支援金の基礎支援金を受給し、県内に住居を建設または購入して同加算支援金を受給している世帯
▷補助額 最大100万円

※手続き方法など、詳しくは市ホームページ（右記QRコード）をご確認いただくか問い合わせてください



■宮古市すまいの再建促進事業補助金

▷対象 住居の全壊または解体で被災者生活再建支援金の基礎支援金を受給し、市内に住居を建設または購入して同加算支援金を受給している世帯
※災害公営住宅に入居してからの再建は対象外
▷補助額 最大200万円

※手続き方法など、詳しくは市ホームページ（右記QRコード）をご確認いただくか問い合わせてください



【共通】

■問い合わせ 市福祉課生活福祉係（☎68-9083）

【令和元年台風第19号】加算支援金の申請はお早めに

加算支援金の申請期限が迫っています。未申請の方はお早めにお手続きをお願いします。

■加算支援金（被災者生活再建支援制度）

▷対象 大規模半壊以上または解体した世帯で、住宅を再建した方

※支給額など詳しくは市ホームページ（右記QRコード）をご確認いただくか問い合わせてください



■申請期限 11月11日(金)

■問い合わせ 市福祉課生活福祉係（☎68-9083）

市営住宅・災害市営住宅などの入居者を募集

入居するにはいくつか条件があります。申し込み準備をする前に、まずは問い合わせください。

《共通事項》

■募集期間 6月1日(水)～14日(火)

※土・日を除く

■申込書・入居申し込みのしおりの配布場所
市営住宅管理センター（栄町3の1）および市建築住宅課(市役所3階)、各総合事務所・出張所

■住宅の位置や間取り 入居申し込みのしおりに掲載のほか、市ホームページ（https://www.city.miyako.iwate.jp/kenchikujuutaku/siejutaku_R4.html）にも掲載しています



■申し込み方法 申込書と必要書類を持参

■申し込み

▶市営住宅管理センター（☎62-5600）

▶市建築住宅課公営住宅係（☎68-9107）

◆市営住宅の募集戸数

| 住宅名 | 1DK | 3K | 3DK | 住宅名 | 3K | 3DK | 2LDK |
|------|-----|----|-----|------|----|-----|------|
| 山口 | | | 1 | 長内 | 3 | | |
| 中里 | | | 20 | 和美 | | 1 | |
| 西ヶ丘 | | | 18 | 刈屋 | | 1 | |
| 日の出町 | | | 11 | 刈屋日向 | | 1 | |
| 佐原 | 1 | | 1 | 飛の沢 | | 1 | |
| 館合 | | | 7 | 川井 | | | 3 |
| | | | | 江繋 | | | 1 |

▶佐原はエレベーター有り

▶区界（3DK・1戸）は随時募集中

◆災害市営住宅の募集戸数（一般の世帯も応募できます）

| 住宅名 | 1DK | 2K | 2DK | 3DK | 備考 |
|-------|-----|----|-----|-----|---------|
| 近内1号棟 | | | | 2 | エレベーター有 |
| 近内2号棟 | | | | 1 | エレベーター有 |
| 和見町 | | | 1 | | エレベーター有 |
| 津軽石 | 1 | | 1 | | エレベーター有 |
| 港町 | | 2 | | | エレベーター有 |
| 赤前 | | | 1 | | |
| 重茂 | | | 1 | | |
| 田老 | | | 2 | 1 | エレベーター有 |
| 田老三王 | | | 3 | 1 | |

▶1DK・2K・2DKの住宅は単身で入居可

▶近内2号棟はペット可

◆定住化促進住宅の募集戸数

| 住宅名 | 2DK | 3DK | 備考 |
|-----|-----|-----|--------|
| ひかげ | | 3 | |
| かわい | 2 | | 単身で入居可 |

高校生の声から実現！ 三陸鉄道で実証運転を開始！



三陸鉄道では、5月9日から臨時列車の実証運転を開始しました。

この実証運転は、2月5日に開催された「宮古商工高校まちづくり協働参画事業発表会」で同校の生徒から「地域住民の利用促進を図るため、通勤通学時間帯の運行区間を短くして運行本数を増やすべきではないか」という提案を受け、実施するものです。

運行開始日には、宮古商工高校3年の生徒5人が宮古駅前でPR活動を実施。駅を利用する学生や通行人に「臨時列車をぜひご利用ください」と声を掛けていました。PR活動を行った橋場心那さんは「通学だけではなく、たくさんの人に利用してもらいたい」と期待を込めました。

この臨時列車は5月9日から7月22日(金)まで運行(土休日運休)され、利用データなどを検証し、今後のダイヤ改正の参考とします。

実証運行の詳細は、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 市公共交通推進課(市役所4階、☎68-9134)

■実証運転実施時刻

| 上り列車 | 宮古 | 磯鶏 | 津軽石 | 陸中山田 | 岩手船越 |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 岩手船越行 | 17:17 | 17:20 | 17:33 | 17:58 | 18:06 |

| 下り列車 | 岩手船越 | 陸中山田 | 津軽石 | 磯鶏 | 宮古 |
|------|------|------|-------|-------|-------|
| 津軽石発 | — | — | 18:48 | 18:59 | 19:02 |

※実証運転の便以外は通常運行です



生徒ら自身がデザインしたチラシや、チラシが入ったポケットティッシュを配りました

宮古で活躍する若手を表彰

宮古地域雇用対策協議会では、毎年、優良勤労青少年の勤労意欲の向上および管内就職者の雇用安定のため、優良勤労青少年を表彰しています。今年度は、14人を表彰しましたのでお知らせします。

■推薦基準

宮古地域の事業所に3年以上勤務し、職場で信頼されていて事業所から推薦された人

■表彰者

◎宮古地域雇用対策協議会会長表彰(14人)

▽阿部花奈美(ジューピター工業株式会社)

▽大澤和輝(丸奥自動車工業株式会社)

▽大下海輝(株式会社宮古日舗)

▽加倉瑞記(ジューピター工業株式会社)

▽梶山和也(宮古漁業協同組合)

▽門口誠也(日本郵便株式会社宮古郵便局)

▽金丸千春(株式会社角登商店)

▽佐々木雄大(株式会社角登商店)

▽豊間根 蓮(ラサ工業株式会社)

社)

▽西村沙也華(株式会社富士工業)

業) 橋田隆人(株式会社小成)

▽前川真美(東海電業株式会社)

▽山口百香(社会福祉法人若竹会わかたけ学園)

▽山崎良輔(宮古漁業協同組合)

合)

※五十音順、敬称略

■問い合わせ 宮古地域雇用対策協議会事務局(☎8609)

策協議会事務局(☎8609)



4月21日に行われた表彰式

児童手当についての大切なお知らせです

●所得が「上限限度額以上」の人は児童手当が支給されません

令和4年10月支給分から（B）「所得上限限度額」が設けられます。

（A）所得制限限度額未滿の人＝児童一人につき月額1万円または1万5千円（変更なし）

（A）所得制限限度額以上の人＝児童一人につき月額一律5千円（変更なし）

（B）所得上限限度額以上の人＝支給なし

※児童手当が支給されなくなったあとに、所得が（B）を下回った場合は、改めて認定請求書の提出が必要です

■所得制限限度額と所得上限限度額（目安）（単位:万円）

| 扶養親族の数 | （A）所得制限限度額 | | （B）所得上限限度額 | |
|--------|------------|--------------------|------------|--------------------|
| | 所得額 | 収入額の目安 ※給与のみの場合 | 所得額 | 収入額の目安 ※給与のみの場合 |
| 0人 | 622 | 833.3 | 858 | 1,071.0 |
| 1人 | 660 | 875.6 | 896 | 1,124.0 |
| 2人 | 698 | 917.8 | 934 | 1,162.0 |
| 3人 | 736 | 960.0 | 972 | 1,200.0 |
| 4人 | 774 | 1,002.0 | 1,010 | 1,238.0 |
| 5人 | 812 | 1,040.0 | 1,048 | 1,276.0 |

●現況届の提出が原則「不要」になります

市では、令和4年度から受給者の現況を公簿などで確認することで、現況届の提出を原則「不要」とします。

ただし、次の人は引き続き提出が必要です。

▷配偶者から暴力などを受けていて、住民票の住所地が宮古市と異なる人

▷離婚協議中で配偶者と別居している人

▷単身赴任など、受給対象となる児童や配偶者と別居している人

▷その他、宮古市から提出の案内があった人

●次の変更があった人は速やかに届け出を

①児童を養育しなくなるなど、支給対象児童がいなくなったとき

②受給者や配偶者、児童の住所や氏名が変わったとき

③受給者が婚姻または離婚したとき

④受給者の加入する年金が変わったとき（公務員になったときを含む）

⑤その他、変更事由が発生したとき

●公務員の人へ

公務員の方は勤務先から児童手当が支給されます。次の場合は、その翌日から15日以内に現住所の市区町村と勤務先両方に届出・申請が必要です。

①公務員になった場合

②退職などで、公務員でなくなった場合

③公務員ではあるが、勤務先の官署に変更がある場合（出向など）

④配偶者が公務員で、配偶者の復職などで受給者が変わる場合

■問い合わせ 市こども課子育て支援係（市役所1階、☎68-9084）

お知らせします

■その他 応募者全員に参加賞を贈呈

■注意点 ①入賞作品の著作権は主催者に属します②入賞者の学校名・学年・氏名を公表します③入賞作品（一部を除く）は、明るい選挙推進協会が主催する「明るい選挙啓発ポスターコンクール」の第2次審査（県審査）に推薦します

■提出先・問い合わせ 宮古市明るい選挙推進協議会（市選挙管理委員会内、市役所3階、〒027-8501住所不要、☎9123）

※詳細は市ホームページ（<https://www.city.miyako.iwate.jp/senkan/poster-bosyu.html>）をご覧ください



令和4年度宮古市明るい選挙啓発ポスターコンクール作品募集

明るい選挙を呼びかけることをテーマに、自由に表現した作品を募集します。

■画材 描画材料は自由。紙の大きさは画用紙の四つ切り（542^リ×382^リ）、八つ切り（382^リ×271^リ）またはそれに準じる大きさ

■応募資格 市内在学の小学生・高校生

■応募方法 作品裏の右下に学校名・学年・氏名（ふりがな）・作品への思いを記載の上、提出先に持参または郵送

■応募期限 9月9日（金）

■作品展示 応募作品は、9月中旬に行う展示会で、市民の皆さんに公開する予定です。詳細は決まり次第、広報みやこなどでお知らせします

農業相談員を設置しています

農業のこと
相談してみませんか？

市では、地域農業の振興と農業担い手の育成を図るため、農業技術などの指導経験があり、助言や相談活動を行う「農業相談員」を設置しています。

農業を営んでいる人、農業に興味のある人、農業に関して分からないことなどを、ぜひご相談してみませんか。農林課農政係でおつなぎしますので、お気軽にお問い合わせください。
※相談員自らも農業を営んでいるため、すぐに相談に対応できない場合もあります

■問い合わせ 市農林課農政係 (☎68-9064)



(相談事例)

「野菜に虫がついて大変だけど、良い方法がないかな」
「●●が作ってみたいけど、今の畑で大丈夫かな？」
「新しい作物に挑戦したいけど、作れるか心配…」
「作付けの計画、一度誰かにチェックしてもらいたい」



■農業相談員一覧

| 担当地域 | 宮古地域 | 田老地域 | 全域 | 新里地域 | 川井地域 |
|------|---------|----------|--------|-----------|--------|
| 氏名 | 藤田隆雄さん | 畠山市右衛門さん | 阿部 亘さん | 久保田義明さん | 中村一豊さん |
| 担当分野 | 主に野菜を担当 | | 主に牛を担当 | 主に野菜・花を担当 | |

空き家所有者を支援 リフォーム・解体に補助

申請するためには、事前相談が必要です。希望する人は、事前に電話で予約の上、ご相談ください。申請書類は事前相談の際にお渡しします。

■補助対象 次の全てに該当する物件

①市内に存在すること②2年以上使用されていないこと③個人の所有であること

■対象者 次のいずれかに該当する人

①登記簿上の所有者②登記簿上の所有者の相続人

■補助額

▷リフォーム＝工事費の3分の1（上限70万円）

▷解体＝工事費の3分の1（上限50万円）

■申請受付期間 6月1日(水)～8月1日(月)

■事前相談に必要な書類

①対象となる空き家の登記事項証明書（未登記の場合は、固定資産評価証明書）

②空き家である期間が分かる書類（電気、水道またはガスの使用中止日が分かる書類、宅建業者が「現況空き家」と表示した広告など）

③住宅全体および補助事業部分の現況写真

④申請予定の人が相続人である場合は、相続関係を証明できる書類の写し

■申し込み 市企画課地域創生交流推進室（市役所4階、☎65-7056）

令和4年度 岩手県地方創生起業支援金

地域課題の解決を目的とした社会的事業を新たに起業する人などを対象に、対象経費を補助します。

■対象 県内に居住または令和5年2月15日(水)までに居住を予定し、令和4年4月1日から令和5年2月15日(水)までの間に社会的事業の起業などを行う人

■対象事業 県内で実施する地域活性化関連、まちづくりの推進、過疎地域等活性化関連、買物弱者支援、地域交通支援、またはSociety5.0関連業種などの付加価値の高い産業分野などで、地域社会が抱える課題の解決に資する事業

■補助対象経費 人件費、店舗賃借料、設備費、原材料費、マーケティング調査費、広報費などの創業に要する経費

■補助率および補助額 対象経費の2分の1以内（上限200万円）

■申請方法 起業支援金ホームページ（右記QRコード）をご覧ください

■申請期限 6月30日(木)

■問い合わせ 岩手県中小企業団体中央会連携支援部（☎019-624-1363）



8/7 NHKのど自慢

出場者・観覧者を募集！

NHK盛岡放送局と市では「NHKのど自慢」を実施します。この番組は「歌で思いを届ける！」をテーマに地域のみならずの元気な歌声を全国にお届けします。司会は、小田切アナウンサー、福田こうへいさん・田川寿美さんをゲストに迎えます。

出場者・観覧者を募集します。ぜひご応募ください。

■日時 8月7日(日)午前11時50分～午後1時15分予定(11時15分開場、**生放送**)

■会場 市民文化会館大ホール

■出演予定 予選通過者(18組程度)

※詳しくはNHKホームページ(下記QRコード)をご覧ください。



田川寿美さん



福田こうへいさん

観覧の申し込み

■申し込み方法 往復はがきに必要な事項を記入の上、次の宛先に送付

【往信用裏面】①郵便番号②住所

③名前(ふりがな)④電話番号⑤

観覧希望人数(2人まで)

【返信用表面】①郵便番号②住所

③名前

【宛先】〒027・0097宮古市

崎山1の16の1、市文化課「NHK

のど自慢」観覧係

■申込期限 7月1日(金)必着

※当選者・落選者の両方に、7月21日(木)ごろ通知を発送予定

出場の申し込み

▽インターネットの場合

■申し込み方法 NHKサイトの専用申し込みフォーム(右記QRコード)から申し込み

■申込期限 6月20日(月)

▽往復はがきの場合

■申し込み方法 往復はがきに必要な事項を記入の上、次の宛先に送付

【往信用裏面】①郵便番号②住所③

名前(ふりがな)④年齢⑤性別⑥電

話番号⑦職業(中学・高校・大学生は

学年、部活動なども記入)⑧歌う曲

目とその歌手名⑨選曲理由(詳しく)

【返信用表面】①郵便番号②住所

③名前
【宛先】〒020・8555住所不要、NHK盛岡放送局「NHKのど自慢」出場係

■申込期限 6月20日(月)必着

※当選者・落選者の両方に、7月21日(木)ごろ通知を発送予定

※中学生は予選会・本選ともに保護者の同伴が必要です。保護者の名前と電話番号も記入してください

※1グループ4人まで。全員の名前(ふりがな)と年齢、性別、職業を明記し、代表者が申し込んでください

予選会

予選会は、応募者の中から180組程度を選出し、出場予定者のみの非公開で行います。

■日時 8月6日(土)正午

■場所 市民文化会館大ホール

※結果発表は同日午後5時30分頃の予定

※新型コロナウイルスの感染状況、荒天などの影響で公演中止とする場合があります

問い合わせ

【出場について】NHK盛岡放送局

(☎019・626・8811、平日

午前9時30分～午後6時受け付け)

【観覧について】市文化課(☎657526、午前8時30分～午後5時15分受け付け)

市営建設工事の発注状況のお知らせ(4月着工分)

4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(☎<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 |
|-------------------|-------------------|----------------|------------|-----------|-------|
| 宮古東地区道路維持修繕工事(R4) | 重茂 ^{ほか} | R4.4.2～R4.9.30 | 12,100,000 | ㈲マツモト機材工業 | 建設課 |
| 宮古西地区道路維持修繕工事(R4) | 刈屋 ^{ほか} | R4.4.2～R4.9.30 | 12,749,000 | ㈲関川建設工業 | 建設課 |
| 宮古南地区道路維持修繕工事(R4) | 津軽石 ^{ほか} | R4.4.2～R4.9.30 | 12,287,000 | ㈲関川建設工業 | 建設課 |
| 宮古北地区道路維持修繕工事(R4) | 崎山 ^{ほか} | R4.4.2～R4.9.30 | 13,860,000 | ㈲関川建設工業 | 建設課 |
| 宮古A地区路面補修工事(R4) | 崎山 ^{ほか} | R4.4.2～R5.3.15 | 23,166,000 | 佐藤土木工業㈲ | 建設課 |
| 宮古B地区路面補修工事(R4) | 津軽石 ^{ほか} | R4.4.2～R5.3.15 | 22,990,000 | 三好建設㈱ | 建設課 |

3年ぶりの開催!高田式体育教室ダイヤモンドキッズカレッジ

元プロレスラー・元総合格闘家でタレントの高田延彦さんが代表を務める高田道場が、3年ぶりに開催する高田式体育教室ダイヤモンドキッズカレッジ。アマチュアレスリングの要素を取り入れた、高田道場オリジナルの体操教室です。

参加者(お子さん)には、高田道場オリジナルTシャツをプレゼントします。

- 日時 6月26日(日)午後1時~3時30分
- 場所 市民総合体育館メインアリーナ
- 講師 高田延彦、向井亜紀(タレント)ほか
- 対象 満5歳児~小学校6年生(父または母とペアで参加)

※今回は、新型コロナウイルス感染症感染防止対策のため、親子での運動のみを行います

- 定員 50組100人(応募者多数の場合は、抽選)
- 参加料 無料
- 用意する物 上履き、動きやすい服装
- 申し込み方法 申込書に必要事項を記入の上、郵送またはファクスで高田道場宛てお申し込みください

※申込書は、市内各小学校へ配布します。また、市民総合体育館および市生涯学習課(市役所3階)でも配布します

※高田道場ホー

ムページ(右記QRコード)からも申込書をダウンロードできます

■申込先 高田道場DKC事務局(〒121-0012 東京都足立区青井5の4の21、FAX03-5749-5031)
※市民総合体育館(フォーラム棟1階)でも受け付けます

■申込期限 6月18日(土)必着

■その他 参加者同士の間隔の確保や検温など、新型コロナウイルス感染症感染防止対策を行った上で実施します

■問い合わせ 宮古市体育協会(☎62-6000)



講師を務める高田延彦さん(写真左)・向井亜紀さん(写真右)



令和4年度宮古市消防団大演習

■日時 6月5日(日)午前9時~11時

※午前8時40分に防災行政無線で演習招集のサイレンが鳴ります

■時間/場所/訓練内容

- ①午前9時/小山田合同資源敷地/部隊編成、開会行事、表彰式、観閲、ラッパ訓練
- ②午前10時10分/閉伊川河川緑地公園/放水訓練(消防ポンプ自動車22台)
- ③午前10時35分/小山田合同資源敷地/閉会行事

■その他 当日は新型コロナウイルス対策としてマスクを着用し、他の人との距離を保った上でご観覧ください

【消防団員募集】 宮古市消防団は、正義と勇気に溢れ、郷土愛をもって住民の生命・身体・財産を災害から守る活動を日夜続けています。興味のある人はお気軽にご相談ください

■問い合わせ

宮古消防署(☎62-5533)、田老分署(☎87-2545)、新里分署(☎72-2011)、川井分署(☎76-2110)



大迫力の放水をご覧ください

早池峰山山開き

■日時 6月12日(日)(雨天決行)

※入山式は小田越登山口で午前8時開始

【車両交通規制を行います】

早池峰山登山口付近の交通混雑を解消するため、車両の乗り入れを規制します。登山する人は、麓の無料駐車場に駐車し、登山口へはシャトルバスをご利用ください。

■規制期間 6月12日(日)~8月7日(日)の間の土・日・祝日の18日間

■規制対象/時間

【普通車】午前5時~午後1時

【大型車・特定中型車】午前5時~午後5時

■規制区間 主要地方道紫波江繋線のうち、江繋地内~花巻市大迫町内川目岳地内の約16km

■規制対象外の車両 路線バス・シャトルバス・タクシー・ハイヤー・二輪車・許可車両(身体に障がいのある人を輸送する車両、警察署長がやむを得ないと認める車両など)

※貸切バス、観光バスなどは規制対象です

■問い合わせ 市川井総合事務所地域振興係(☎76-2165)



気持ちよく観光客を迎え入れるため、丁寧に清掃しました

連休前のもてなし準備

浄土ヶ浜クリーン作戦

4月23日、浄土ヶ浜園地内および周辺道路で行われた清掃活動には、約200人が参加しました。

参加者は5班に分かれ割り当てられたコースを清掃。ゴールデンウィークを前に、たばこの吸殻やティッシュなどの小さなゴミを見逃さないよう丁寧に拾っていました。

家族で参加した下平将生くん(5、山口)は「小さいゴミが多くて探すのが大変だったけど、いっぱい見つけられた。捨てる人が少なくなったらいいな」と話しました。

待望の出荷に沸く市場

第3期宮古トラウトサーモン初出荷

4月28日、宮古市魚市場で行われたトラウトサーモンの初出荷。約2千尾が早朝に水揚げされ、その後に行われたセリでは市場関係者の熱い視線が注がれました。

宮古漁協の大井誠治組合長は「3期目を迎え、順調に生育し、軌道に乗ってきたと考えている。これからは、市場の需要と供給のバランスを見ながら増産していきたい」と展望を話しました。第3期の出荷量は、7月中旬までで約127トが見込まれます。



ウミネコに餌をあげようと一生懸命に手を伸ばしました



セリでは威勢のよい掛け声が響きました

連休にぎわう浄土ヶ浜

浄土ヶ浜春の催し

5月3日、浄土ヶ浜ではシーカヤック体験、漁船「岸浜ツアー」、浄土ヶ浜ビジターセンターでは「こっしえる」作りなどの「春の催し」が開催され、旅行者などでにぎわいました。

夫婦で来た酒井きよ江さん(茨城県、61)は「30年前にも来て、桜がきれいだったのを覚えている。今日は漁船ツアーで波しぶきを受けながらウミネコに餌をやり、また良い思い出ができた」と笑顔で話しました。

こどもの日に自然満喫

やかつにあつまれ〜森のあそび場

5月5日、野外活動センターで森のあそび場が開催され、家族連れなど約70人が訪れました。

会場には、ツリークライミングやターザンロープなどさまざまな遊具が設置され、晴天の下、来場者は自然と触れ合いながら休日を満喫していました。

家族で訪れた八木澤悠梧さん(磯鶏小1年)は「ツリークライミングで高くまで登れて楽しかった。次はてっぺんまで登りたい」と目を輝かせていました。



溢れる自然の中、伸び伸びと遊ぶ子どもたち

宮古で支援の輪広がる

ウクライナ人道危機救援金

5月10日、茂市老人クラブから、日本赤十字社岩手県支部宮古市地区へ5万円の募金がありました。

山本市長は「支援に感謝する。県内にも避難民が来ているので、市でもできることから協力していく」と意気込みを語りました。

同クラブの川崎安旺やすむね会長（81）は「連日のメディア報道を見て、わずかでも力になりたいと思い寄付をした。これを機に支援をする動きが活発になってほしい」と願いました。



豊富な特産品に、思わず足を止める来場者

四国の特産品を求めて

ミニサツパ市〜四国フェア〜

5月14日から22日まで、道の駅たろうでミニサツパ市が開催されました。香川県の讃岐うどん、徳島県の徳島ラーメン、高知県のカツオのたたき、愛媛県のみかん加工品など、四国の特産品が販売され、キッチンカーの出店もあり、利用客でにぎわいました。

「親戚が四国にいて、親しみのある商品だった」「四国の商品を買う機会はありませんので興味がありました」と思い思いに商品を買う利用客の姿が見られました。



日本赤十字社を通じてウクライナの方々に支援します

大変でも楽しい米作り

宮古の農業まるごと体験「田植え」

5月15日、大野折壁地区で行われた田植え体験には17人が参加しました。参加者は、冷たい泥のぬかるみに苦戦しながら、約1反（990平方メートル）の田んぼにひとめぼれの苗を植えました。お土産には、地域のお母さんたちが炊いた五目おこわが配られました。

参加した伊藤成世なるよさん（5、実田）は「尻もちをついたけど、ご飯を作る体験ができて楽しかった」と、お母さんの後ろで笑みを浮かべながら話しました。



丁寧に一つずつ苗を植えました



足が取れないように慎重に田植えを行いました



地区のお米で炊いた絶品の五目おこわ

子育て支援

— 各種制度の
紹介 —



子育てにやさしいまちを目指して、市が取り組んでいる子育て支援制度の一部を紹介します。
子どもの笑顔は、地域の元気の源。健やかな成長を応援しましょう。

■子育て支援制度全般の問い合わせ
市子ども課子育て支援係 ☎ ☎ 9084

特別保育

● 一時的保育

保護者が労働や職業訓練、病気などで、家庭での保育が一時的に困難な場合に利用できます。

■場所 小山田・田老・新里の各保育所

■対象年齢／利用料（1日）

○1歳～3歳未満／2000円

○3歳～1700円

○4歳～就学前／1400円

※平日利用の場合はそれぞれ半額

※世帯の状況により減免あり

■問い合わせ 小山田保育所 ☎ ☎ 0875

田老保育所 ☎ ☎ 7337

新里保育所 ☎ ☎ 2318

● 病後児保育

児童が病気の回復期にあるため集団保育が難しく、かつ保護者が

仕事などのため昼間の保育が難しい場合、一時的に児童を預かります。事前登録と医師からの連絡票が必要です。

■場所 小山田保育所

■対象年齢 1歳～小学校3年生

■利用日時 月～金曜日、午前8時～午後5時30分

■利用料 1日2千円

※世帯の状況や保育所などに入所している児童は減免あり

■問い合わせ 小山田保育所 ☎ ☎ 0875

子育て支援拠点事業

子どもや親同士の交流の場の提供、育児相談や子育てサークルなどの支援を行っています。また、

市民交流センターや田老地域で「出前ひろば」を開催します。親子で気軽にご利用ください。

■場所・問い合わせ
▽子育て支援センター「ここにこルームみやこ」 小山田保育所内 ☎ ☎ 08884

▽つどいの広場「すくすくフンド」
うみまちひろば（地域創生センター、☎ ☎ 8061）

▽つどいの広場「ひよこクラブ」
認定こども園宮古ひかり内 ☎ ☎ 6845

▽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 ☎ ☎ 8678

※新型コロナウイルス感染症拡大状況により、休止している場合があります。ご利用の際は、事前に各施設へご確認ください

●ファミリーサポートセンター
子どもの預かりの「援助を受けたい人」と「援助を行いたい人」の間をつなぎ、子育てをサポートする会員制の子育てネットワークです。

■場所・問い合わせ
▽宮古市ファミリーサポートセンター 西町一丁目2の13 ふれあいステーション・あい内 ☎ ☎ 4117

●学童の家（学童保育）
保護者が仕事などで帰りが遅い

家庭の小学生を対象に、授業終了後「学童の家」や「児童館」で遊びや生活の場を提供します。

■利用料 月額4千円（1年生は6千円）

※世帯の状況により減免あり

■場所・問い合わせ

●学童の家（11カ所）

▽宮古 横町5の1

千徳 西ヶ丘一丁目2の1 ☎ ☎ 6599

山口 鴨崎町3の25 ☎ ☎ 6846

欽ヶ崎 熊野町6の33 ☎ ☎ 5856

磯鶏 上村二丁目4の1 ☎ ☎ 5907

崎山 崎山3の2 ☎ ☎ 5862

花輪 花輪4の26 ☎ ☎ 3155

津軽石 津軽石4の82 ☎ ☎ 9171

田老 田老公民館内 ☎ ☎ 9171

宮古 養護 崎山5の88 ☎ ☎ 3506

新里 刈屋11の53の3 ☎ ☎ 1588

●児童館（3カ所）

▽重茂 重茂2の1 ☎ ☎ 2343

▽重茂 重茂2の1 ☎ ☎ 2343

▽重茂 重茂2の1 ☎ ☎ 2343

▽重茂 重茂2の1 ☎ ☎ 2343

▽重茂 重茂2の1 ☎ ☎ 2343

▽重茂 重茂2の1 ☎ ☎ 2343

▽重茂 重茂2の1 ☎ ☎ 2343

▽重茂 重茂2の1 ☎ ☎ 2343

▽重茂 重茂2の1 ☎ ☎ 2343

▽重茂 重茂2の1 ☎ ☎ 2343

▽重茂 重茂2の1 ☎ ☎ 2343

▽重茂 重茂2の1 ☎ ☎ 2343

▽高浜Ⅱ高浜四丁目1の40
(☎023464)
▽田代Ⅱ旧亀岳小学校内
(☎048330)

※川井地区では、放課後の子どもの居場所として「放課後子ども教室」を実施しています。詳しくは、市生涯学習課(☎09119)へ問い合わせてください

地域型保育事業所

地域型保育は保育者の居宅、その他の場所で行われる、小規模の保育です。施設の規模により、小規模保育事業所と家庭的保育事業所に分かれます。

▽施設名(定員) Ⅱ住所(問い合わせ)【保育時間】

●小規模保育事業所(定員6〜19人)

▽ククナの家(10人) Ⅱ上村一丁目9の6(☎070・2014・3967)【午前7時30分〜午後6時】

●家庭的保育事業所(定員1〜5人)

▽つくしんぼ(5人) Ⅱ上鼻二丁目5の13(☎075559)【午前8時30分〜午後6時】
▽ぶどうのき(5人) Ⅱ山口三丁目2の23(☎06283)【午前7時30分〜午後6時30分】
▽ぼかぼかてらす(5人) Ⅱ山口

三丁目6の1(☎090・7337・1440)【午前7時30分〜午後6時30分】
■対象年齢 0〜2歳児



今年度から新たに開所した家庭的保育事業所のぶどうのき(写真右)とぼかぼかてらす(写真左)。ぜひご利用ください。

家庭訪問型子育て支援事業(ホームスタート)

未就学の子どもがいる家庭にボランティアスタッフが週に1回訪問し、一緒に家事や育児をしたり話をしたりしながら過ごします。

■利用料 無料

■場所・問い合わせ ホームスタート・みやこ(西町一丁目2の

13、ふれあいステーション・あい内、☎044117)

手当・支援制度

●児童手当

中学校修了前(15歳の誕生日後の最初の3月31日まで)の児童を養育している人に支給されます。

●児童扶養手当

父または母がいない児童の家庭や、実質的に父または母が不在の状態にある児童の家庭のうち、18歳の誕生日後の最初の3月31日までの間にある児童または法令で定める程度の障がいの状態にある20歳未満の児童を養育している人に支給されます。

●特別児童扶養手当

精神や身体に障がいのある、20歳未満の児童を養育している人に支給されます。

●在宅子育て支援金

保育施設などを利用せず、生後7カ月から満3歳に達する月までの児童を家庭で養育する人に支援金を支給します。

《共通》

■問い合わせ 市こども課子育て支援係(☎09084)

相談

●家庭児童相談

家庭での児童の養育に関するさ

まざまな問題について、相談と支援を行います。

●女性相談・ひとり親家庭の自立支援

ドメスティックバイオレンス(DV)など、さまざまな困りごとを抱えた女性からの相談に応じます。また、ひとり親家庭などの自立に向けた相談に応じ、各種支援制度についてご紹介します。

《共通》

■問い合わせ 市こども課子育て支援係(☎09084)

●子どものそだちの相談

18歳までの子どもがそだちと子育ての困りごとや悩みについての相談に応じます。

■問い合わせ 市こども課こども発達支援センター(☎09117) ※オンラインでの相談もできます

●児童虐待に関する相談

虐待は早期発見が解決の糸口となります。身の回りで「虐待かもしれない」と思う事例があったら、迷わず連絡してください。

■問い合わせ 宮古児童相談所(☎189、024059)

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、事業やイベントを中止・延期することがあります。その際は、市ホームページなどでお知らせします

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 ●用意する物=親子とも上履き
※午前のみ園庭の利用可

| 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(火)10:00～11:00 | 山口公民館和室 | 手遊び、ふれあい遊び、だるまさんおきあがりこぼしを作って遊ぼう、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(木)10:00～11:00 | 田老公民館 | 手遊び、ふれあい遊び、ぼつとん遊び、お話 ほか | 0～6歳のお子さんとその保護者 |
| ぼかぼかランド | 16日(木)10:00～11:00 | 山口公民館多目的ホール | | 1～6歳のお子さんとその保護者 |
| イクナミ(育悩)タイム ※歯ブラシ持参 | 24日(金)11:00～11:30 | 子育て支援センター「にこにこルームみやこ」 | 1歳児からの歯磨き指導～はじめまして乳歯くん～ ■講師=伊藤房恵(伊藤歯科医院) | 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」（うみマチひろば(宮古市地域創生センター内)、☎63-8061）

●開設日=毎日 ●開設時間=午前10時～午後6時 ●定員=10組

| 催し名 | 日時 | 場所 | 内容など | 対象児など |
|-------------------------------|-------------------|----------------------|--|---------------------------------|
| ぞうさんのミミの会 「絵本の読み聞かせ」 | 3日(金)11:00～11:15 | すくすくランド (うみマチひろば) | 絵本の読み聞かせ | 子育て中の親子(保護者のみ参加も可) |
| 赤ちゃんのつどい ※バスタオル、飲み物持参 | 10日(金)11:00～11:45 | | 手作りおもちゃで遊ぼう | 3カ月～12カ月のお子さんとその保護者 |
| 親子ふれあい遊び | 23日(木)11:00～11:45 | | バルーンで遊ぼう | 1～6歳のお子さんとその保護者 |
| 保護者向け講話会 ※飲み物、筆記用具、おんぶひも持参 | 27日(月)10:30～11:45 | | だっことおんぶの大切さについて ■講師=菊地舞子(いわてベビーウェアリングコンシェルジュ) | 3カ月～3歳のお子さんとその保護者 ※保護者のみ参加も可 |

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

| 催し名 | 日時 | 場所 | 内容など | 対象児など |
|--------------------------|-------------------|-------------------|--------------------------------------|-----------------|
| ひよこルーム | 7日(火)9:00～正午 | ひよこクラブ (宮古ひかり) | 子育てについての悩み相談 ■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 |
| 子どもの歯について ※歯ブラシ、タオル持参 | 14日(火)10:30～11:00 | | 口腔衛生についてのお話や質問相談 ■講師=伊藤房恵(伊藤歯科医院) | |
| 食育・アレルギーについて | 21日(火)10:00～11:00 | | 離乳食の進め方と食物アレルギー ■講師=同園管理栄養士 | |

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 ●持ち物=上履き、飲み物

| 催し名 | 日時 | 場所 | 内容など | 対象児など |
|----------------|-------------------|---------------------|---------------------------------------|-----------------|
| トイレトレーニングについて | 6日(月)10:30～11:00 | のびっこクラブ (そけい幼稚園) | トイレトレーニングを学ぼう ■講師/定員=宮古保健センター職員/5組 | 0～6歳のお子さんとその保護者 |
| てるてる坊主で雨降りバイバイ | 15日(水)10:30～11:00 | | レースペーパーやシール、スタンプで、可愛いてるてる坊主を作りましょう | |
| ホールで遊ぼう！ | 22日(水)9:30～10:30 | | 平均台・マットなどで体を動かして遊ぼう | |

6

HAPPY
BIRTHDAY

ろく
横田 禄工ちゃん
今月で1歳です
お誕生日おめでとう♡ 可愛い笑顔で癒やしてくれるろくちゃん、沢山遊んで大きくなろうね☆ (家族)



ひゅう
佐々木 彪ちゃん
今月で1歳です
1歳おめでとう☆ たくさん泣いて笑って兄弟仲良く元気に大きくなってね♡ (家族)



かなた
畑中 湊太ちゃん
今月で1歳です
お誕生日おめでとう♡ いつもここにこ大暴れ。そんな湊太が大好きだよ (パパ、ママ)



よつば
古里 四葉ちゃん
今月で1歳です
たくさん遊んで、ご飯もいっぱい食べて元気にすくすく大きくなってね! (家族)



のあ
佐々木 稀愛ちゃん
今月で1歳です
お誕生日おめでとう♡ いつもニコニコのあちゃん、これからもたくさん食べていっぱい遊んで大きくなってね! 大好きだよ (家族)



ゆづき
野崎 結月ちゃん
今月で1歳です
♡HAPPY BIRTHDAY♡ ニコニコのゆづきに、いつも癒されてるよ!! これからも、いっぱい食べようね☆ (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「mailto:info@city.miyako.iwate.jp」まで。7月生まれの子どもの写真は、6月3日(金)必着をお願いします。



りゅうのすけ
細川 竜之介ちゃん
今月で2歳です
お誕生日おめでとう♡ お散歩大好きな竜之介と一緒に沢山歩くのが楽しいです♡ (父、母)



えいしん
石崎 瑛心ちゃん
今月で2歳です
お誕生日おめでとう♡ しっかり者でユニークな瑛心!! いつもたくさん笑顔がありがとう(*^^*) (パパ、ママ、姉、兄)

※新型コロナウイルス感染拡大状況により、下記イベントについては中止する場合があります

乳幼児期家庭教育学級おひさまクラブ 「親子で虫よけスプレーを作ろう！」

- 日時 6月22日(水)午前10時～11時
- 内容 アロマセラピーを学び、天然100%のエッセンシャルオイルを使った、子どもに安心な虫よけスプレーを2種類作ります
- 講師 佐藤和美(カズミスタジオ代表)
- 対象/定員 未就学児とその保護者/5組
- 材料代 800円(1種類の場合は400円)
- 用意する物 布巾、飲み物、筆記用具
- 申込期限 6月15日(水)
- 場所・申し込み 田老公民館(☎87-2976)

宮古市在宅子育て支援金を拡充

在宅子育て支援金の対象を、令和4年4月分から次のとおり拡充します。

- 対象 以下の要件に全て該当する人(下線部が拡充部分です)
 - ①生後7カ月から満3歳に達する月までの児童を養育している
 - ②市税の滞納がない
 - ③父母の市民税所得割額の合計が7万7,100円以下。ただし、育児のための休職などで収入が見込めない人の分は含めない(要申請)。
 - 支給額 児童1人あたり月額1万5千円
 - 支給期間 対象児童が生後7カ月から満3歳に達する月まで
- ※期間中に市外へ転出した場合や保育所などに入所した場合は、その月から支給対象外とします
- 申請方法 現在、支援金を受け取っていない人は申請が必要です。対象者には、6月初旬までに申請書を郵送します。支援金の給付を希望する人は申請してください。
 - 問い合わせ 市こども課子育て支援係(☎68-9084)

園庭開放のお知らせ

6月～11月までの第3水曜日に、市立保育所の園庭を開放しています。

詳細は、利用する保育所に問い合わせてください。

■6月の開放日時 6月15日(水)午前10時～11時30分(雨天中止)

■用意する物 帽子、飲み物(水またはお茶)

■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「ここにこルームみやこ」(☎0200884)



● 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 | 6/16(木) | 10:00~11:00 | 田老保健センター | ▶血圧測定、個別相談 ▶講話「お口の健康について」 |
| | 6/17(金) | 10:00~11:00 | 末前神楽伝承館 | ▶血圧測定、個別相談 ▶講話「骨粗しょう症予防について」 ▶骨密度測定(素足になれる服装でおこしください) |
| 新里 | 6/9(木) | 10:00~11:00 | 和井内林産会館 | ▶血圧測定、個別相談 |
| | | 13:30~14:30 | 一番組集会所 | ▶講話「お口の健康について」 |
| 川井 | 6/13(月) | 10:00~11:00 | 川井保健センター | ▶血圧測定、個別相談 ▶講話「がん予防のポイント」 |
| | 6/14(火) | | 横沢集会所 | ▶血圧測定、個別相談 ▶講話「フレイル予防で健康長寿」 |
| | 6/17(金) | | 岡村集会所 | ▶血圧測定、個別相談 |
| | 6/20(月) | | 片巣集会所 | ▶講話「お口の健康からフレイル予防」 |

● 認知症カフェのお知らせ

「認知症カフェ」とは、認知症の人やその家族、認知症に関心のある人などが集まり、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。気軽に参加してください。

● 認知症の人と家族の会 認知症カフェ「ほっこりカフェ」

■ 日時 6月15日(水)午前10時~11時30分

■ 場所 市民交流センター2階多目的ホール

■ 内容 ①ミニ講話「認知症の人の対応について」 ②おしゃべり

■ 定員 30人(要申し込み)

■ 申し込み 市介護保険課いきいきライフ推進室(市役所1階、☎68-9126)

● 子宮頸がん予防ワクチン(HPVワクチン)接種のお知らせ

子宮頸がん予防ワクチンは、平成25年6月14日の厚生労働省通知に基づき積極的な接種勧奨を控えていましたが、令和3年11月26日に同通知が廃止され、接種勧奨を行うことが国により示されました。

【ワクチンの接種機会を逃した人(キャッチアップ接種)】

積極的な勧奨が控えられていた期間に定期接種対象年齢となり、接種機会を逃した人にキャッチアップ接種を実施します。対象の人には個別に順次案内通知を送付します。

■ 対象 平成9年4月2日~平成18年4月1日生まれの女性で、今までに子宮頸がん予防ワクチンの接種を合計3回受けていない人

■ 接種期間 令和4年4月1日~令和7年3月31日(月)

【定期予防接種】

■ 対象 中学1年生から高校1年生相当の女子

■ 接種期間 令和4年4月1日~令和5年3月31日(金)

《共通》

■ 接種場所 宮古市子宮頸がん予防接種実施医療機関(要予約)

■ 用意する物 ①母子健康手帳②HPV(子宮頸がん)予防ワクチン接種予約票③健康保険証

■ 問い合わせ 市健康課(☎64-0111)

6月は「食育月間」です

6月は、家庭、学校、地域、職場など社会全体で食育推進に取り組むために設けられた、食育の強化月間です。

市では、第3次宮古市食育推進計画で「栄養バランスに配慮した食事をする」「家族で食卓を囲む」「郷土料理を伝承する」などを重点目標に、取り組みを推進しています。

ご自宅で過ごす時間の多い今、小中学生が考えた簡単朝食レシピ(令和3年度朝食レシピコンテスト入賞作品)にチャレンジしてみませんか。

市ホームページ(右記QRコード)で、レシピを紹介していますので、ぜひご利用ください。



■ 問い合わせ 市健康課(☎64-0111)

シルバーリハビリ体操デモンストレーション

■ 日時 6月20日(月)午後1時30分~3時30分

■ 場所 市民交流センター2階多目的ホール

■ 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

■ 対象 市内在住の人

■ 定員 10人程度

■ 参加料 無料

■ 用意する物 マスク、飲み物、タオル、上履き、運動しやすい服装

■ 申し込み方法 電話

■ その他 当日は、受け付けで検温と健康チェックを行います。申し込み多数の場合は、時間を調整する場合があります

■ 申し込み 市介護保険課地域包括支援センター(☎68-9086)

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）

休日急患診療所の診療日

●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 6月の毎週日曜日

■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）

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。

■妊産婦医療費受給者証交付場所 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

■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）

●各種健康診査・がん検診日程

生活習慣病予防健診、がん検診が始まります。

70歳以上の人や料金免除に該当する人は、全てのけんしん料金が無料です。

詳しくは、6月上旬までに各世帯に配布される「令和4年度 宮古市成人けんしんのお知らせ」をご覧ください。届いていない場合は、各保健センターに問い合わせてください。

【成人けんしんのお知らせ8割人間ドック申込先の訂正】

岩手県予防医学協会電話番号 【誤】019-638-4837 【正】0570-00-7185

■問い合わせ 市健康課（☎64-0111）

■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 | | | |
| 6/14(火) | 7:00～9:30 | 和井内ふるさと会館 | 健診 | 胃 | 肺 | 大腸 | |
| 6/15(水) | 7:00～9:30 | 基幹集落センター（刈屋） | 健診 | 胃 | 肺 | 大腸 | |
| 6/16(木) | 7:00～9:30 | 新里高齢者コミュニティセンター | 健診 | 胃 | 肺 | 大腸 | |
| 6/17(金) | 9:30～11:00 | 近内地区センター | 健診 | | | | |
| | 13:00～14:00 | | | | | | |
| 6/18(土) | 7:00～9:30 | 新里保健センター | 健診 | 胃 | 肺 | 大腸 | |
| 6/20(月) | 9:30～10:30 | 花輪農村文化伝承館（午前） | | | | 大腸 | 乳 |
| | 13:00～14:00 | 宮古市地域創生センター（午後） | | | | 大腸 | 乳 |
| 6/21(火) | 9:30～11:00 | シートピアなあと | 健診 | | | | |
| 6/22(水) | 13:00～14:00 | | 健診 | | | | |
| 6/23(木) | 7:00～9:30 | 門馬地域振興センター | 健診 | 胃 | 肺 | 大腸 | |
| 6/24(金) | 7:00～9:30 | 箱石地域振興センター | 健診 | 胃 | 肺 | 大腸 | |
| 6/25(土) | 7:00～9:30 | 川井保健センター | 健診 | 胃 | 肺 | 大腸 | |
| 6/27(月) | 7:00～9:30 | 川内地域振興センター | 健診 | 胃 | 肺 | 大腸 | |
| 6/28(火) | 7:00～9:30 | 江繋地域振興センター | 健診 | 胃 | 肺 | 大腸 | |
| 6/29(水) | 7:00～9:30 | 小国地域振興センター | 健診 | 胃 | 肺 | 大腸 | |
| 6/30(木) | 9:30～10:30 | 花輪農村文化伝承館（午前） | | | | 大腸 | 子宮 |
| | 13:00～14:00 | 市民総合体育館フォーラム棟（午後） | | | | 大腸 | 子宮 |

※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。

また、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

※乳がん検診は、40歳以上で、前年度受診していない人が対象です

※子宮がん検診は、①20歳～40歳の人②41歳以上で前年度受診していない人が対象です

●後期高齢者歯科健康診査

後期高齢者医療制度に加入する人で、令和3年度（令和3年4月1日から令和4年3月31日までの間）に75歳の誕生日を迎えた人を対象に、無料の歯科健診を実施します。対象となる人には案内を送付します。

■期間 6月1日(水)～12月28日(水)

■場所 市内の歯科医院

※電話予約が必要です

■用意する物 被保険者証、歯科健診の案内通知書（歯科健診「口の健診」のご案内）

■問い合わせ 市総合窓口課医療給付係（市役所1階、☎68-9076）



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
■6月の休館日 ●市立図書館・田老・新里・川井分室…月曜日

市立図書館 

【特集】「時は金なり」

『本当に必要なことはすべて「ひとりの時間」が教えてくれる』

横田 真由子 (著)



上質で自分らしいものだけを選び抜く、心がザワザワする予定は手放す…。ライフスタイルコンサルタントが「ひとりの時間」を中心に、限りある時間の質を上げ、毎日をもっと素敵にするためのヒントを提案しています。

『10分仕事術』

滝岡 幸子 (著)



「作業を10分単位の作業に分解する」「いつでも取りかかれる準備をしておく」…。圧倒的に時間が足りない状況でもせかせかせずにテキパキ仕事を片付けられる、10分仕事術を紹介します。

◇展示コーナー

特集「時間ってなんだろう？」(こども図書室前)

「時間」をキーワードにして、いろいろな本を紹介します。

◇こども映画会 (視聴覚室)

① 6月4日(土)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 ～ばんぶく茶釜／うれし、めでたや、ありがたや～」(16分)

② 6月11日(土)午前11時、午後2時
▶「ドナルド・ダック ～食いしん坊がやってきた～」(8分)、「こどもにんぎょう劇場 ～じゅげむじゅげむ～」(15分)

③ 6月18日(土)午前11時、午後2時
▶「ぎろろんやまと10ぴきのかえる」(20分)

④ 6月25日(土)午前11時、午後2時
▶「ミッキーマウス ～ミッキーの引越し大騒動～」(8分)、「おれたち、ともだち! ～ともだちくるかな～」(13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】「花と緑に癒されて…!!」

～プランターからガーデンまで…楽しみetc.～

◇おはなし会

期日=6月18日(土)午前11時

内容=絵本・紙芝居の読み聞かせ

新里分室

(新里生涯学習センター内)

【特集】「子育て応援隊」

子育てに役立つ本を紹介します。

◇おはなし会

期日=6月4日(土)

内容=乳幼児期家庭教育学級「めばえ」の開催時に読み聞かせ

川井分室

(北上山地民俗資料館内)

【特集】「お天気絵本」

6月1日は気象記念日、そこで天気まつわる絵本を紹介します。

移動図書館車 「うぐいす号(田老・新里・川井)」 6月の運行日程

| 地区 | 運行日・駐車時間 | 場所 | |
|-------------------|-------------------|-------------------------------------|------------------------|
| 新里 | 9日 23日 (休) | 10:40～10:55 和井内・和井内深山産直付近 | |
| | | 11:00～11:15 刈屋・澤口氏宅前 | |
| | | 11:30～11:45 刈屋・高橋理容所前 | |
| | | 13:10～13:30 新里中学校前 | |
| | | 13:45～14:00 愛福祉会前 | |
| 田老 | 10日 24日 (金) | 10:15～10:30 椋内・宮古市消防団第29分団椋内器具置き場付近 | |
| | | 10:50～11:05 未前・伝承館前 | |
| | | 11:20～11:35 三王災害公営住宅10号棟付近 | |
| | | 13:00～13:30 グループホームおもつバ | |
| | | 13:45～14:00 三陸鉄道摂待駅付近 | |
| 川井・関伊川コース | 24日 (金) のみ | 14:30～15:00 崎山・グループホームたろう | |
| | | 8日 (水) | 9:45～10:00 平津戸 |
| | | | 10:15～10:30 門馬出張所前 |
| | | | 10:40～10:50 柳渡氏宅前 |
| | | | 11:00～11:10 ウォーキングセンター |
| 11:15～11:40 大倉氏宅前 | | | |
| 川井・小国川／箱石コース | 15日 (水) | 11:45～11:50 「道の駅」区界高原 | |
| | | 12:40～12:50 やまびこ産直館 | |
| | | 13:05～13:35 川井中学校 | |
| | | 13:40～13:50 特産品加工施設 | |
| | | 14:00～14:10 箱石地域振興センター | |
| 川井・小国川／箱石コース | 15日 (水) | 14:20～14:30 片栗御供養様前 | |
| | | 9:40～9:50 ユーニット | |
| | | 10:00～10:10 赤沢集会所 | |
| | | 10:20～10:30 上湯沢集会所前 | |
| | | 10:35～11:00 小国出張所 | |
| 川井・小国川／箱石コース | 15日 (水) | 11:10～11:20 横道氏宅前 | |
| | | 11:25～11:35 大久保バス停 | |
| | | 13:05～13:35 川井小学校 | |
| | | 13:50～14:00 むつわ荘 | |

各種無料相談 ～一人で悩まずに～

6月の無料相談会の日程です。気軽にご利用ください。

| 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 | 盛岡地方方法務局宮古支局 (☎62-2337) |
| | 田老 | 5日(日)午前10時～午後3時 | |
| | 新里 | 3日(金)午前10時～午後3時 | |
| | 川井 | 1日(水)午前10時～午後3時 | |
| 行政相談 | 宮古 | 14日(火)午前9時～正午 | 市市民相談室（市役所1階、☎68-9081） |
| | 田老 | 3日(金)午前10時～午後3時 | 田老総合事務所（☎87-2111） |
| | | 8日(水)午後1時～午後3時30分 | |
| | ★新里 | 20日(月)午前9時30分～11時30分 | 新里福祉センター |
| ★川井 | 1日(水)午前10時～午後3時 | 川井地域振興センター | 川井総合事務所（☎87-2111） |
| 公証人相談 (遺言相談) | 14日(火)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(木)午後1時～5時 ※1日(水)までに要予約 | 市市民相談室（市役所1階） | 信用生協盛岡事務所 (☎019-653-0001) |
| ★災害復興住宅 融資の相談会 | 22日(水)午後2時～4時 ※19日(日)正午までに要予約 | | 住宅金融支援機構 (☎0120-086-353) |

6月の各種無料相談

★は要予約

野外活動センターは、キャンプ利用の他、さまざまなアクティビティも体験できます。スケートリンクではインラインスケートもできますので、お休みの日にはご家族でのんびりしに来てくださいね。



は、とスルスルと高い所に怯えず、スルスルと驚かされました

なってきたことは、本当にうれしいことです。地道な活動を通じて地域に互助の輪が広がり、楽しい地域づくりが続いていくことを見守りながら今後も寄り添ってまいります。



第26回 福原隆泰さん



久しぶりの登場です。今回の活動報告は、こどもの日のイベント『森のあそび場』と田代地区での取り組みを紹介し、地元へ寄り添う活動から小さな芽生えが始まっています！

5月5日のこどもの日、野外活動センターで『森のあそび場』を開催しました。いつもの手作りアスレチックに加え、クラブやまねっこさんのご指導でツリークライミングの体験会と、陸中海岸青少年の家の指導員さんによるネイチャーゲームを行いました。当日は天候にも恵まれ、家族連れなど67人来場いただきました。緑が鮮やかに輝く森の中、子どもたちの笑顔がはじけ、親子で楽しい一日を過ごしてもらうことができました。

令和3年11月からは、閉校した旧亀岳小学校で月に2回「お茶っこ」を開いています。集まった皆さんから、お茶っこに合わせて「お菓子を手作りしてみんなで食べよう」と意見が出て、4月からお菓子作りも始まりました。せっかくだからグループにしようとな前も『よいとりの会』と決まりました。

また、同校の利活用を地域の皆さんと検討する中、お話を聞くと声を揃えて「健康が一番！」とおっしゃいます。そんなことも「よいとりの会」の皆さんにお伝えしたら、お菓子作りの合間に健康体操教室『シルリハ体操』をやるうと盛り上がり、教室もスタートしました。

地域おこし協力隊便り



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！
https://www.facebook.com/miyako.chilikokoshi/



●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

市環境課

▼自然観察会く田老周辺の自然と沼の浜の海浜植物観察く
 ●日時 6月18日(土)午前8時30分〜午後3時※雨天の場合は25日(土)に延期
 ●コース 田老く沼の浜周辺 ●集合場所 宮古駅前総合観光案内所付近(午前8時30分集合) ●定員 15人 ●参加料 無料 ●用意する物 昼食、飲み物、雨具 ●申し込み方法 電話 ●申込受付開始日 6月1日(水) ●申し込み 市環境課 (☎9078)

川井総合事務所

▼ハナヒョウタンボク観察会
 ●日時 6月6日(月)午後1時30分〜3時 ●集合場所 旧門馬小学校 ●参加料 無料 ●申し込み方法 住所、氏名、連絡先をファクスまたは電話 ●申し込み 市川井総合事務所 (☎2165、FAX 2042)

中央公民館

▼大人の編み物教室くアフガン編みで夏のストール作りく
 ●日時 6月17日(金)・24日(金)午前10時〜正午(全2回) ●場所 中央公民館

(市民交流センター創作スタジオ) ●内容 アフガン編みで夏のストール制作 ●講師 伊藤由紀子 ●対象 市民 ●定員 15名(2回参加できる人) ●参加料 1650円 ●用意する物 アフガン針(8/0号)、とじ針、はさみ ●申し込み方法 電話 ●申込受付期間 6月1日(水)〜7日(火) ●申し込み 中央公民館 (☎4166)

山口公民館

▼こんにやく作り体験教室
 ●日時 6月29日(水)午前9時30分〜11時30分 ●定員 6人 ●参加料 1050円 ●用意する物 エプロン、三角巾、ゴム手袋 ●申し込み方法 電話 ●申込受付開始日 6月1日(水) ●場所 問い合わせ 山口公民館 (☎3670) ※月曜休館

田老公民館

▼10分間ウォーキング・エクササイズ!!
 ●6月17日(金)・24日(金)午後2時〜3時30分(全2回) ●内容 正しいウォーキングを習慣にすることで、全身の持久力を高め健康維持を図る ●講師 横田紀子(宮古市体育協会指導員) ●定員 8人 ●参加料 無料 ●用意する物 上履き、タオル、飲み物、動きやすい服装 ●申込受付開始日 6月3日(金)午前9時 ●場所 申し込み 田老公民館 (☎2976)

新里生涯学習センター

▼藤田弘基写真展「仏教美術の源流」
 ●日時 6月8日(水)〜8月28日(日)午前9時〜午後5時 ●内容 中央アジアからチベットに至る仏教美術の秘宝や遺跡を撮影した作品の展示(第1部カンダラ・インド編) ※月曜休館

▼パソコン講座くデジカメ活用術!!
 ●日時 6月23日(木)午前10時〜午後3時 ●内容 写真データの取り込み方法・補正など ●講師 齋藤舞美 ●定員 15名 ●参加料 1630円 ●用意する物 写真データ、筆記用具、昼食 ●申し込み方法 電話 ●申込受付開始日 6月3日(金)

▼初心者のためのギター教室
 ●日時 7月6日(水)・13日(水)・20日(水)・27日(水)午後7時〜9時 ●講師 三上憲夫 ●対象 中学生以上 ●定員 15名 ●参加料 1000円 ●用意する物 ギター、筆記用具、ピック ●申し込み方法 電話 ●申込受付開始日 6月5日(日)

《共通》 ●場所 申し込み 新里生涯学習センター (☎2019)

北上山地民俗資料館

▼ミニ企画展「早池峰山麓木(気)になる花(実)」(写真展)
 ●日時 6月1日(水)〜30日(木)午前9時〜午後5時(月曜休館) ●入館料 無料(ミニ企画展のみ) ●場所 問い合わせ

●日時 6月11日(土)午前10時〜正午 ●《バラアレンジメント作り》 ●講師 菊池洋子 ●定員 50人(当日受け付け) ●参加料 3000円 ●《布草履》 ●講師 伊藤由起子 ●定員 10人(要予約) ●参加料 500円 ●《バルーンアート》 ●講師 阿部幸子 ●定員 50人(当日受け付け) ●参加料 無料

シートピアなあと

▼シートピアなあとの催し
 ●日時 6月11日(土)午前10時〜正午 ●《バラアレンジメント作り》 ●講師 菊池洋子 ●定員 50人(当日受け付け) ●参加料 3000円 ●《布草履》 ●講師 伊藤由起子 ●定員 10人(要予約) ●参加料 500円 ●《バルーンアート》 ●講師 阿部幸子 ●定員 50人(当日受け付け) ●参加料 無料

●日時 6月18日(土)午前10時〜正午 ●定員 15名(要予約) ●用意する物

出前タクシー



お店からタクシーが出前します
 新規登録者および掲載店舗募集中!
 ☎0193-62-3337
 (岩手県タクシー協会宮古支部)



Trail Town MIYAKO みちのく潮風トレイル 全線開通3周年特別企画



トレイル体験会 (入門編)

- 日時 6月毎週土曜午前9時～午後0時30分(荒天時中止)
- 内容 浄土ヶ浜園地内の初心者向けコース(約5km)を三陸ジオパーク認定ガイドと歩きます
- 定員 各回先着20人
 ※小学生以下は保護者同伴
- 参加料 500円(保険料・ガイド代)
- 用意する物 歩きやすい格好、飲み物、リュック、帽子、手袋、雨具、行動食(必要であれば)
- 申し込み方法 電話またはインフォメーションで申し込み
- 申込期限 各回前日午後5時
- 集合場所・申し込み 浄土ヶ浜ビジターセンター(☎65-1690)

求む! 高校生の熱い想い 『みやこ未来議会2022』 高校生議員募集!

「みやこ未来議会」は高校生が議員になって行う市議会です(11月3日(木)開催予定)。地域の課題を自由な発想や視点で捉え、自分たちの考えを直接市に提言してみませんか。

- 対象 市内の高校生
- 定員 各校4人程度(公募枠、学校推薦を含め約20人程度予定)
- 申し込み方法 右記QRコードから申し込むか、問い合わせてください
- 申込期限 6月20日(月)
- その他 参加者は事前オリエンテーション(7月・8月・10月に4回開催予定)に参加すること
- 問い合わせ 陸中宮古青年会議所まちづくり委員会委員長・吉田(☎090-7324-8941、✉y.yoshida6011@gmail.com)



うみまちひろば

- IIエプロン、三角巾●参加料II二千円
- 《共通》●場所・申し込みIIシートピアなど(☎713100)
- ▼書道・短歌文化展
 - 日時II6月11日(土)・12日(日)午前9時～午後5時
 - 内容II家庭倫理の会、秋津書道会、しきなみ短歌会の書道・短歌作品の展示イベント
 - 入場料II無料
 - その他II申し込み不要
- ▼座禅体験と講話〜無念無想の境地へ〜
 - 日時II6月19日(日)午後1時30分～3時30分
 - 内容II座禅体験と住職の講話
 - 講師II清水誠勝(曹洞宗龍昌寺住職)
 - 定員II10人
 - 参加料II無料
 - 用意する物II座りやすい服装
 - その他II託児希望の人は、1週間前までに要相談
- ▼出会いイベント「大人の縁結び」40代からの出会い☆めぐり逢い〜
 - 日時II6月26日(日)午後1時30分～4時30分
 - 対象II40～59歳の県内在住の

開催・募集など

- ▼第11回鎌ヶ崎元気市
 - 日時II6月5日(日)午前9時30分～午後10時
 - 午後8時受け付け
- ▼夜間小学生水慣れ教室
 - 日時II6月5日(日)～9月25日(日)の月・土・日曜午後6時30分～7時15分
 - 練習内容II顔つけ・浮き身・ビート板キックなど基礎練習
 - 対象II小学1年～4年生までの児童
 - 定員II各回15人程度
 - 受講料II各回500円
 - 申し込み方法II電話
 - 申し込みII姉ヶ崎サン・スポーツランド(☎66323)

姉ヶ崎サン・スポーツランド

- 後2時30分●場所II鎌ヶ崎七滝公園および周辺の市道
- 内容II地元事業者、県内事業者ら約80団体の物販、芸能ステージなど
- 問い合わせII鎌ヶ崎元気市の会(☎667181)
- ▼「終活」無料説明会
 - 日時II6月8日(水)午前10時～11時
 - 場所II陸中ビル3階研修室
 - 内容II今後の人生をよりよく生きるために終活について考えてみませんか
 - 講師II川島和雄
 - 定員II20人程度
 - 参加料II無料
 - 申し込みIIエンディングサポートみやこ(☎090・7521・4139)
- ▼シネマ・デ・アエル《映画「リアリティのダンス」上映会》
 - 日時II①6月10日(金)午後6時30分②6月11日(土)午前10時③6月11日(土)午後1時30分④6月11日(土)午後4時30分
 - 各回上映30分前開場
 - 対象II15歳以上の人(R-15指定作品)
 - 入場料II1200円
 - 場所II問い合わせIIシネマ・デ・アエル(東屋「蔵」内、本町2の2、☎090・8582・4940)

- ▼宮古美術協会展(絵画展)
 - 日時II6月10日(金)～12日(日)午前9時～午後5時(12日は午後4時まで)
 - 場所II市立図書館展示室
 - 問い合わせII武藤(☎6186)
- ▼サツキ花季展
 - 日時II6月11日(土)・12日(日)午前9時～午後4時(12日は午後3時30分まで)
 - 場所II中央公民館分館
 - 問い合わせII宮古さつき会・長尾(☎0706)
- ▼老木公園探鳥会
 - 日時II6月12日(日)午前8時30分～10時30分
 - 集合場所II老木公園西側駐車場
 - 内容IIカツコウ、オオヨシキリ、イカルチドリを観察
 - 問い合わせII日本野鳥の会宮古支部関川(☎4725)
- ▼「森を考える会」〜林業体験〜
 - 日時II6月18日(土)午前9時～午後2時
 - 集合場所II箱石林業者センター
 - 内容IIスギ人工林の間伐
 - 用意する物II昼食、飲み物、タオル
 - 参加料II無料
 - 申込期限II6月17日(金)
 - 申し込みII斉藤(☎090・7660・0348)

農業者年金現況届を忘れずに提出してください

市農業委員会

農業者年金受給権者は、毎年1回現況届の提出が必要です。現況届用紙は5月31日までに農業者年金基金から直接送付されますので、必要事項を記入の上、提出してください。

■受付期間 6月1日(水)~30日(木)(土・日は除く)

■受付窓口 市農業委員会事務局(市役所2階)、田老・新里・川井の各総合事務所住民生活係、各出張所

■問い合わせ 市農業委員会(☎68-9125)

生涯学習を行うグループに講師を派遣します

市生涯学習課

生涯学習活動を行うグループを支援する「講師派遣事業」です。講師謝礼金は市が負担します。

■対象 生涯学習活動を行う5人以上のグループ

■派遣期間/回数 令和5年2月28日(火)までの期間/1グループ3回まで

■講師 宮古市生涯学習リーダーバンクに登録している指導者(指導者を掲載した冊子「生涯学習学びガイド」を希望するグループに差し上げています)

■申し込み 市生涯学習課社会教育係(市役所3階、☎68-9119、FAX63-9112、✉shogai@city.miyako.iwate.jp)

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 6月10日(金)~20日(月)

■対象地区 山口、宮園、保久田、緑ヶ丘、五月町、小沢、横町、黒田町、新町、本町、沢田、築地、愛宕、光岸地、鎌ヶ崎、中里団地 ほか

■問い合わせ 市上下水道部施設課給排水普及係(☎63-1198)

消費税のインボイス制度説明会を開催します

宮古税務署

税務署では、事業者を対象としたインボイス制度説明会を開催します。

■日時 6月13日(月)午後1時30分~2時30分

■場所 宮古合同庁舎4階会議室(小山田)

■定員 10人

■申し込み方法 電話

■申込期限 6月8日(水)

■申し込み 宮古税務署個人課税部門(☎62-1923)

宮古市勤労者生活安定資金融資制度のご案内

東北労働金庫宮古支店

市では、市内に在住する勤労者の生活の安定を図るため、東北労働金庫が窓口となり、生活資金の融資を行っています。

■利用できる人 以下の全てに該当する人

①満20歳以上で市内に住所を有している人②同一事業所に1年以上勤務し、かつ継続的に収入のある人③市税を完納している人

■資金の用途 婚姻、出産、引っ越しなどのため、臨時または緊急に必要な生活費全般(負債整理資金を除く)

■融資条件

▷融資利率=年2.75% ▷融資限度額=100万円以内

▷償還期間=5年以内

■申し込み 東北労働金庫宮古支店(☎62-6843)

**宮古市内の交通事故・犯罪件数
(4月1日~30日)****■交通事故件数**

▷人身事故=2件、▷死亡者=0人

▷負傷者=2人、▷物損事故=55件

※ハンド・コミュニケーションを推進しましょう

■犯罪件数

▷侵入盗(無施錠)=0件、▷自転車盗(無施錠)=0件

▷万引き=0件、▷車上狙い=0件

▷振り込め詐欺=通報7件(被害0件)

▷もうけ話の詐欺=通報3件(被害0件)

▷子どもへの声かけ事案など=3件

※メールなどを利用して偽のホームページへ誘導し、ネットサービスのIDやパスワード、クレジットカードの番号などを入力させて情報を盗み取る、フィッシング詐欺に気を付けましょう

■問い合わせ 宮古警察署(☎64-0110)

**おめでた
おくやみ**

4/29~5/13(届け出順・敬称略)

○生まれた赤ちゃん○

佐々木陽向(ひなた) 弘川 (大夢)
佐々木暖心(なごみ) 山口三丁目(将臣)
山本彩央依(あおい) 田の神一丁目(誠治)
大川湊士(みなと) 花輪二 (智史)
伊藤愛唯(めい) 近内六丁目(寛朗)
青笹心暖(こはる) 藤原一丁目(諒)

♡結婚したお二人♡

木村海斗・中野心美=崎山一

■亡くなった方■

佐々木テル (95) 長根一丁目
面野ユキ (86) 末前
上田利久 (96) 磯鶏二丁目
亀ヶ澤義弘 (62) 佐羽根
田鎖キク (96) 墓目
山内カヨ (84) 長根二丁目
久坂孝一 (88) 田老三王二丁目
新川トヨ (91) 墓目
立花かち子 (96) 中里
佐々木喜久子 (89) 八木沢一丁目
伊藤美次夫 (64) 鴨崎町
内館美智子 (97) 千徳町
巖岩祥佐 (88) 川井

佐々木久美子 (74) 赤前上
中島照夫 (86) 港町
佐々木エイ子 (86) 保久田
上花輪ハル (75) 駒形通
山内二七男 (69) 藤原一丁目
大森孝夫 (79) 刈屋

※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

※5月1日現在
※()内は前月との比較

| 人口 | 男 | 女 | 世帯 |
|---------|---------|---------|---------|
| 48,607人 | 23,356人 | 25,251人 | 23,060人 |
| (-154) | (-75) | (-79) | (+2) |

人口のうごき

※4月1日～30日

| 出生 | 死亡 | 転入 | 転出 |
|-----|-----|------|------|
| 12人 | 78人 | 269人 | 359人 |

市議会6月定例会議

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。本会議は市民交流センター2階でテレビ中継を放映するほか、インターネット(🌐https://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=6月8日(水)午前10時
閉会=6月23日(木) (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)

自治会や町内会などの皆さんと市長が意見交換を行います

市秘書課

市民の皆さんからの意見を広く聞き、今後の市政運営に生かすことを目的に、市長が、自治会や町内会などの皆さんと意見交換を行います。

希望する団体は、ご連絡ください。

■問い合わせ 市秘書課秘書係(市役所4階、☎62-2111、FAX63-9124)

永久選挙人名簿の異議の申出

市選挙管理委員会

6月1日現在で調製した永久選挙人名簿について、特定の人が登録されているか確認するため閲覧し、また、その登録内容に異議がある場合は、次の期間に申し出ることができます。

■期間 6月2日(木)～6日(月)

■閲覧時間 午前8時30分～午後5時

■閲覧場所・問い合わせ 市選挙管理委員会(市役所3階、☎68-9123)

宮古地域の粗大ごみ収集6月の対象地区

市生活課

■収集日と対象地区

▷6月27日(月)=西ヶ丘、長根、太田、近内、岩船

▷6月28日(火)=千徳町、板屋、神田沢町、上鼻、根市、花原市、花輪、田鎖、松山、老木、長沢、藤原、小山田

▷6月29日(水)=宮町、長町、光岸地、鍬ヶ崎、日影町、熊野町、蛸の浜町、港町、山根町、日立浜町、佐原、臨港通

▷6月30日(木)=南町、築地、愛宕、中里団地、日の出町、崎山、崎ヶ崎、田代

■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軒の申込につき3点以内とします。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、事前にご確認の上、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 6月15日(水)

■申し込み 市生活課きれいなまち推進室(☎64-6488)

緊急地震速報の訓練放送が行われます

市危機管理課

「全国瞬時警報システム(Jアラート)」の訓練放送が、「防災行政無線」および「みやこハーバーラジオ」で行われます。防災行政無線や防災ラジオから緊急地震速報の警告音が流れますので、ご了承ください。※気象状況などにより中止の場合あり

■日時 6月15日(水)午前10時ごろ

■放送内容

①チャイム「こちらは防災宮古広報です。只今から訓練放送を行います」②緊急地震速報の警告音「緊急地震速報。大地震です。大地震です。これは訓練放送です」(3回繰り返し)③「こちらは防災宮古広報です。これで訓練放送を終わります」チャイム

※放送内容は変更する場合があります

■自主参加型行動訓練(シェイクアウト)に取り組みましょう

シェイクアウトとは、地震が到達する前に身の安全を確保することを考え行動する訓練です。緊急地震速報の試験放送に合わせて取り組みましょう。

■問い合わせ 市危機管理課防災係(☎68-9111)

防災行政無線の放送内容をメールでお知らせします

市危機管理課

市では、防災行政無線で放送した内容を「いわてモバイルメール」で配信しています。メールの受信を希望する人は、市ホームページ(右記QRコード)から登録してください。



■コンテンツ名 「防災みやここうほう」

■放送内容 市内の防災行政無線で放送した内容(火災情報を除く)

※火災に関する情報は、宮古地区広域行政組合消防本部で配信している「宮古地区消防防災情報」に登録してください

■利用料 無料

※ただし、メールを受信する際に通信料がかかります

■いわてモバイルメール活用の利点 防災行政無線で放送が流れると、メールが届くため、放送を聞き逃しても文字で正確に放送内容を確認することができます

■問い合わせ 市危機管理課防災係(☎68-9111)

スタジオから

梅雨の季節となりました。皆さまいかがお過ごしでしょうか。

今から4年前の6月に、岩手県初となる定期フェリー「宮古・室蘭航路」が開設。それが縁で、みやこハーバーラジオでは北海道室蘭市のコミュニティFM放送局「FMびゅー」の井川さんとお電話で、お互いの市の天気情報や話題を交換しています。放送時間は毎週月曜日の午前8時40分からです。

井川さんからは、室蘭市をはじめ西胆振地域のさまざまな情報をお伝えいただいています。3月には、FMびゅーさんでもYouTubeでの配信を行った「DRIVE IN 室蘭花火大会」を、4月には、北海道の産業革命を読み物や動画・食べ物など、幅広い視点で紹介する「炭鉄港ポータルサイト」などをご紹介いただきました。

現在、宮古・室蘭航路は運行していませんが、私たちはその復活を願っています。宮古市と室蘭市は、観光やお互いの市のイベントへの相互参加・災害時の相互援助など、これまで絆を深めてきました。その室蘭市を、身近に感じていただくために、これからもお互いの市の情報を交換してまいります。

●「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)」
(<http://listenradio.jp>)や「サイマルラジオ」(simulradio.info/)でもお聴きいただけます。

スマートフォンでは、無料アプリ「リスラジ(ListenRadio)」をダウンロードすると聴くことができます。

※川井地域は川井テレビ(11ch)で放送中です

●お便り・ファクス・メールお待ちしております

〒027-0076宮古市栄町4番地 三陸鉄道本社1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)



みるみる宮古!文化めぐり①

田老の歴史・文化を体感しよう!

■日時 6月12日(日)午前9時~午後2時30分(8時50分までに集合)

■集合場所 宮古駅前

■内容 田老地区の津波に関する石碑や三王岩、道の駅たろうなどをバスで巡ります

■定員 先着12人(小学生は保護者同伴)

■参加料 無料

■申込受付開始日 6月1日(水)

■申し込み 崎山貝塚縄文の森ミュージアム(☎65-7526)



見学をしたことがない人もこの機会に訪れてみてはいかがでしょうか?

俳句に親しむ

季題「母の日」「こどもの日」

さいとう白沙 選

【特選】

母の日の宅配すべて私宛

千束千壽子

評||幸せを言い切っています。

遊び心が窺われ、うれしい一句です。

子どもの日思い出作りの泣き相撲

中村豊子

評||お子さまには人生初めての試合、勝つても負けても良い思い出にな

りましょう。

【入選】

母の日を祝ひて花を病床に

阿部 稔

こどもの日の子の好物をテーブルに

岩泉美佳子

母の日や逢えずじまいをメールにて

大越貞子

健やかに育てと願うこどもの日

刈屋 國夫

一人っ子のひとり遊びや子供の日

佐々木俊子

母の日や祈りを捧ぐ郷の海

佐藤茂之

ウイルスに負けず頑張り子供の日

去石雄喜

未使用の母の日の券星遠し

山崎榮治

◆次の季題「父の日」「^{らまひ}蝸牛」※6月8日(水)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36人でした。ありがとうございました。

【選者より】○歳時記は作句の手引書、ぜひ目を通しましょう。傍題の活用も可とします。○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「六月の庭はさながら万華鏡 白沙」

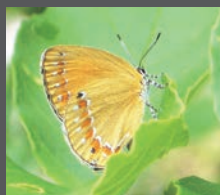
「絶滅危惧種チョウセンアカシジミ」

市教育委員会文化課 編

936個 —この数字は市指定天然記念物チョウセンアカシジミの令和3年度の産卵数調査の結果です。宮古市内の生息域のほぼ全域を調査しているため、多少の前後はあるにしても実態を表わしている数字といえます。

この産卵数調査は、市指定天然記念物の保護活動の基礎資料とするために市文化課で毎年実施しているものです。平成23年度に18,281個で最大数を記録して以降、減少傾向にあります。前回調査の令和2年度が3,542個だったことを考えると、令和3年度は大幅に減少していることが分かります。ちなみに、いわてレッドデータブックではBランク（絶滅の危機が増大している種）に位置付けられています。

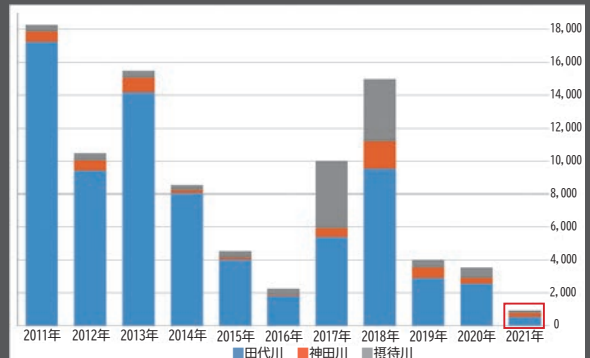
令和3年度の減少の原因としては、幼虫に寄生する寄生バチの増加の可能性が専門家からは指摘されています。



市指定天然記念物
チョウセンアカシジミ

「里山のチョウ」ともいわれるチョウセンアカシジミは、少子高齢化による里山の荒廃や近年増加傾向にある台風による被害などでいくつ年も減少と増加（回復）を繰り返しています。

自然の回復力に委ねるのか、それとも人が手を加えて回復させるのか、難しい選択を迫られています。



産卵数調査の結果 (枠内が令和3年度)

市長のひとり言

市と地域づくりや教育振興に関する包括支援協定を締結している青山学院大学（東京都渋谷区）の小学校にあたる青山学院初等部を、4月28日に訪問しました。5月に船を使った修学旅行で宮古市を訪問される6年生128名の皆さんに、事前学習として、宮古市の特色や震災復興のことなどを紹介しました。

浄土ヶ浜をはじめとした本州最東端の地・宮古の美しい自然と、その美しい風景を一変させた津波の恐ろしさを伝えたい、という思いを込めてお話ししました。

子どもたちは皆、一生懸命メモを取って、真剣に聞いてくれました。宮古について興味を持ち、積極的に学ぶその姿を見て、感心するとともに非常に嬉しく思いました。

質問コーナーでは、小学生とは思えない鋭い質問に驚かされました。また、クイズコーナーでは「浄土ヶ浜の遊覧船で売っていた『うみねこパン』に含まれている宮古の特産品は？」の問いに「宮古のサーモン！」など沢山の回答が出て、大いに盛り上がりました。

もっと宮古のことを知ってほしい、という願いから、128名の皆さんに「宮古市親善大使」を委嘱させていただきました。

修学旅行だけでなく、ぜひ、大きくなっても、何度でも、宮古に来て欲しいものです。その為にも、宮古をさらに魅力あふれるまちにしていきたいと、改めて思いました。



青山学院初等部6年生128名に宮古市のお話をする市長(写真左)と、児童への市観光親善大使委嘱状交付の様子(写真右)

【広告】

広報みやこでは、掲載を希望する広告を随時募集中です。詳しくは市ホームページ（<https://www.city.miyako.iwate.jp/kikaku/koho/kohomiyakokoukokubosuu.html>）をご覧ください。

■規格 縦45^{ミリ}×横81^{ミリ}

■問い合わせ 市企画課広報係（市役所4階、☎68-9065）



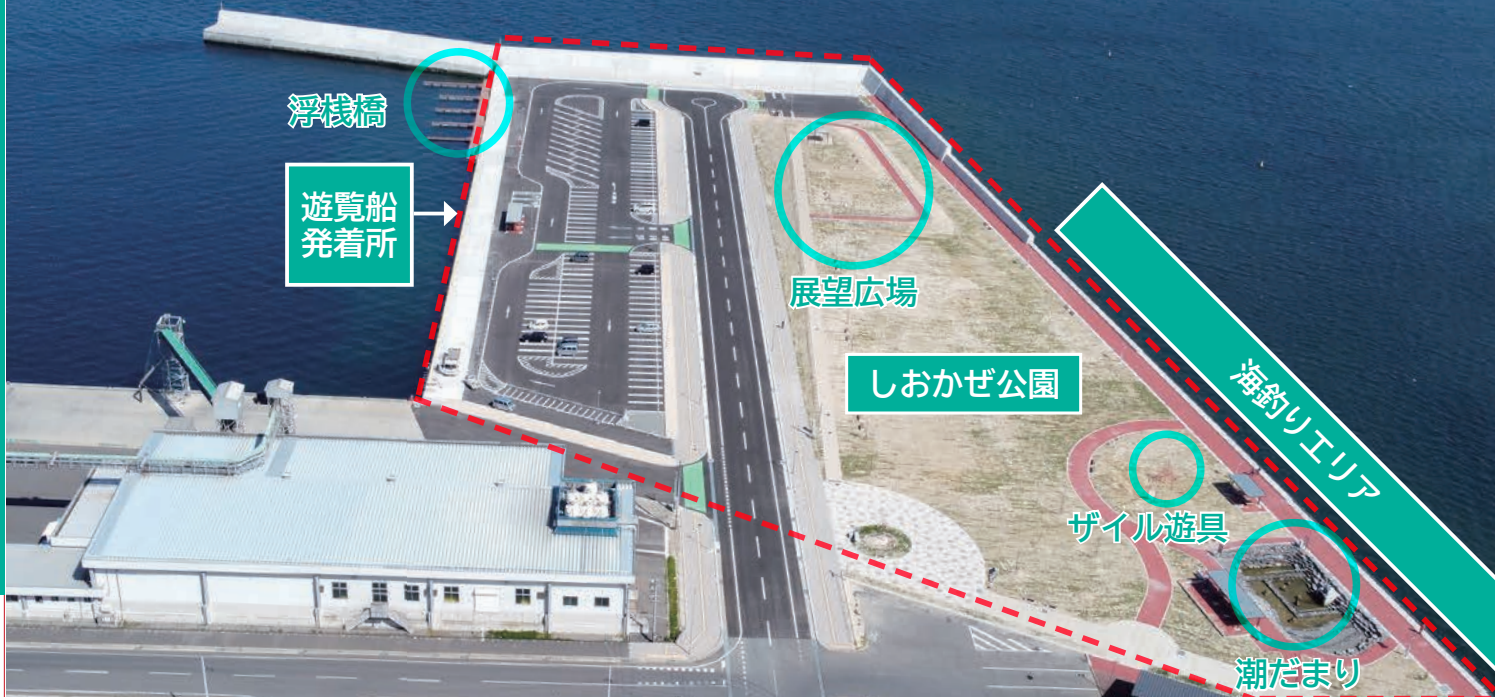
大坂建設株式会社

英知 創造 躍動



安心・安全・うまい!

〒027-0052 岩手県宮古市宮町一丁目3番43号
TEL 0193-62-2305(代) FAX 0193-63-7486



親水機能を有する新たなにぎわいの拠点が生まれました。7月17日(日)に運航開始を迎える遊覧船の新たな発着所を備えています



平成22年3月9日時点の鯨ヶ崎地区の航空写真(岩手県提供)



港まちの魅力のさらなる発信に期待を込めオープン



「潮だまり」では海の生き物が見られるかも

宮古の港に 新たなにぎわい

4月29日、出崎地区に整備された「しおかぜ公園」で「宮古港出崎地区完成式」が開催され、待望の供用開始を迎えました。

山本市長は「浄土ヶ浜などの宮古湾内が、出崎地区を中心の一つの体験型観光エリアになると考えている。港を核として地域に新たなにぎわいが生まれるようPRしていきたい」と決意しました。

「しおかぜ公園」には、潮位の移り変わりが観察できる「潮だまり」などが整備され、7月17日(日)からは出崎地区を発着所として新たな遊覧船「宮古うみねこ丸」が就航します。

編集後記

▼叙勲受章者を取材(10頁参照)。皆さんが話されたことは色々心に残りましたが、殊に「周りの方々のおかげです」という言葉は共通でした。私も素敵な方々に囲まれて、本当に恵まれた環境にいるんだなと改めて思いました。日々感謝の気持ちを胸に向上します。【東】

▼宮古市遊覧船建造工事業命名・進水式を取材(表紙・目次参照)。7月17日の運航開始を前に、検査などで動いている遊覧船を見て、実際に乗船するのがとても楽しみにしていました。6月には出崎埠頭に「宮古うみねこ丸」が着岸している予定ですので、皆さんお楽しみに！【元】

▼近頃、よく耳にする「SDGs」。言葉を聞いたことはあっても、何をすれば良いかわからない方も多いのでは。本号では、ゴミの減量化という身近な話題からSDGsを考えます。「100人の1歩」を踏み出すために、今日からできることに一緒にチャレンジしましょう。【秀】

目の不自由な方に広報などのCD(デジタル)を無料で貸し出しています(宮古音声訳の ☎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