

7

July 2023
令和5年7月1日号
No.429

広報みやこ

「森」「水」「海」と「ひと」が調和し共生する安らぎのまち



2度の千日手
将棋史に残る一戦

4:00 4:00

第8期
叡王戦
第4局 浄土ヶ浜パークホテル対局

主催  FUJIYA

特別協賛  宇治市

公認協賛人 日本将棋連盟

協賛  中部電力  豊田自動織機  豊田通商  AMD  宮古市  岩手日報社

- 03 クローズアップ
「みどりの日」自然環境功労者環境大臣表彰 市内2人が受賞
大森真吾さん、畠山安夫さん
- 04 市からのお知らせ
地域医療を支える～宮古市医師奨学生に聞く～
- 06 市からのお知らせ
<最大5万円を補助！>冷蔵庫の買替キャンペーン／税に関する改正のお知らせ／農業相談員を設置しています／「大曲の花火」子育て世帯を無料招待／第29回宮古市産業まつり出店者募集／遊覧船運航開始1周年記念イベント“宮古うみねこ丸”フェスティバル／地域おこし協力隊便り特別号／閉伊川川下り大会2023参加者募集 ほか
- 14 まちの話題
千徳ぶらり史跡散歩／2023年U17アジアレスリング選手権大会出場に伴う市長表敬／浄土ヶ浜 夜空のビールフェスタ／親子で体験・ミニトマトの苗植え／潮干狩りと海岸清掃／日本一のハナヒョウタンボク観覧会／Sunrise Trail～本州最東端「鮭ヶ崎」トレッキング～【連載】宮古ってどうですか？
- 16 子育て情報
にこにこルームみやこ／つどいの広場／7月のハッピーバースデー ほか
- 18 健康プラザ
各種健康診査・がん検診日程 ほか
- 20 図書館情報
市立図書館7月の特集 ほか
- 21 各種無料相談・お知らせ
7月の各種無料相談日程 ほか
- 22 情報掲示板
公民館・各市民団体などの催し ほか
- 24 お知らせ
水道メーターの取り換え作業を行います ほか
- 26 スタジオから・俳句・お知らせ
- 27 ふるさと博物館
北上山地民俗資料館の展示紹介「菊寿石（頑火輝石）」
- 28 まちの話題ピックアップ
復興たろう大漁まつり



藤井叡王と菅井八段は、対局前日の27日に宮古入り。浄土ヶ浜を訪れ、東日本大震災の犠牲者へ献花と黙とうを捧げました



27日、浄土ヶ浜パークホテルで行われた前夜祭。宮古小学校の羽藤永翔さん（5年、写真中央左）、鈴木徠愛さん（6年、写真中央）、上山智暉さん（5年、写真中央右）と記念撮影



対局翌日の29日には、釜石市出身の小山怜央四段と宮古駅の一泊駅長に。“出発進行！”のポーズを決めるお二人

7月の納期

7月の市税の納期

固定資産税第2期
国民健康保険税第1期

7月の夜間・休日の納税相談窓口

【夜間】○期日＝7月13日(木)・27日(木)

○時間＝午後5時15分～8時

【休日】○期日＝7月23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

■問い合わせ 市税務課収納係（☎68-9074）

2度の千日手
将棋史に残る一戦

●撮影日 5月28日

●場所 浄土ヶ浜パークホテル



7月の表紙

5月28日、浄土ヶ浜パークホテルで行われた第8期「叡王戦」五番勝負の第4局。2度の“千日手”が成立した激しい攻防戦の末、見事藤井叡王がタイトルを防衛しました。

藤井叡王は「攻めが上手いかさず際どい勝負だった。苦しいシリーズだったが結果を出すことができうれしい」と振り返り、菅井八段は「勝負にいかないといけない局面で千日手を選んでしまった。非常に悔しい」と対局を振り返っていました。

「みどりの日」自然環境功労者環境大臣表彰 市内2人が受賞

自然公園保護管理員の畠山安夫さんと大森真吾さんは、三陸復興国立公園内にある真崎地区・浄土ヶ浜地区の保全活動を15年以上担当しています。2人は担当地区内を歩いて巡視し、清掃や雑草・倒木の処理を行うなど、公園内の環境保護に尽力したことが評価されました。

大森 真吾 さん（おおもり・しんご 64歳）



畠山 安夫 さん（はたけやま・やすお 82歳）



浄土ヶ浜から姉ヶ崎までの区間を担当する大森さんは、登山やハイキングの趣味が高じて、管理員の活動を始めました。「自然を楽しんでもらうため、手を入れ過ぎない管理を心がけている」と語る大森さん。担当区間を利用者目線で歩きながら、年間100日ほど活動しています。

ハイカーや観光客との触れ合いを活力に

令和元年には「みちのく潮風トレイル」が開通し、担当区間の利用者が増加。大森さんは「利用者との交流がやりがい。遠くから来てくれる人も増えてきて、とてもうれしい」と笑顔で浮かべます。昨今は、外国人観光客もトレイルに訪れるため、公園内の保全に一層力が入ります。

活動15年目での表彰に大森さんは「受賞できたのはパークボランティアの皆さんの協力も大きい。今後とも体力を維持し、長く活動し続けたい」と意欲的です。「トレイルの魅力は何と言っても景色と爽快感。マナーを守りつつ、たくさんの人に散策を楽しんでほしい」と呼びかけます。

真崎海岸から佐賀部までの区間を担当する畠山さんは、重機を使う仕事の傍ら同管理員として活動しています。東日本大震災後には、重機を操縦し、がれきの撤去に奔走しながら、担当地区の管理を続けました。畠山さんは「当時は、午前中にながれきの撤去を行い、午後は管理員の活動をしてい

仲間と家族に支えられ、続けてこられた

たので大変だった」と振り返ります。現在は隔日で担当区間を巡視し、環境保全に取り組んでいます。「自然歩道での作業は重い機材を徒歩で運ぶ重労働もあるが、利用者との交流が楽しみ」と微笑みます。活動の中で公園内のゴミは減少傾向にありませんが、今でも多いのがタバ

コの吸い殻です。「ゴミやタバコのポイ捨てはしないよう心がけて利用してほしい」と呼びかけます。15年間の活動を振り返り「活動を続けられたのは仲間と家族のおかげ」と語る畠山さん。「歩くのは大変だが、体が動くうちは続けたい」と気持ちを新たに、活動への意欲をのぞかせました。



地域医療を支える

宮古市医師奨学生に聞く

宮古市を含め、岩手県の医師不足は深刻な状況です。7月1日現在、厚生労働省が公表している「医師偏在指標（※）」によれば、全国平均255.5・6に対して、岩手県は182.5、宮古医療圏では134.5と大きく下回っています。また、県内では、盛岡を除く全ての医療圏で、「医師少数区域」となっています。

※医師偏在指標Ⅱ人口10万人あたりの医師数に、地域の特性や医師の年齢などを加味して、その偏在度合いを示したもの

医師不足解消のために

市では、医師不足解消のため、平成23年3月に「宮古市医師等奨学資金貸付制度（以下、奨学金制度）」を創設しました。

この制度は、将来、市の指定医療機関で医師や看護師として働く意欲のある学生に奨学資金を貸し付け、一定の要件により全額免除するものです。

今回は、医師不足とどのように向き合っていくのか、岩手県立宮古病院の川村英伸院長にインタビュー。また、市の奨学金制度を利用し、4月から同院で活躍している3人の医師の皆さんに、医師を目指したきっかけなどを伺いました。

宮古市医師等奨学資金貸付制度とは？

- 応募資格 次のいずれかに該当する人
 - ▽大学の医学部に合格または在学中の人
 - ▽看護師養成所などに合格または在学中の人
 で、申請の際に本人または家族が本市に住所を有している人
 - 奨学金の種類 ①年度貸付金Ⅱ授業料や入学金などの相当額②月額貸付金Ⅲ【医学生】月額20万円以内【看護学生】月額10万円以内
 - 貸付期間 大学の医学部または看護師養成所などの正規の修学年限終了まで
 - 償還免除 全額免除（年度あるいは月額での貸付によって要件が異なります）
 - 募集期間 随時募集しています
- ※申請方法や償還免除に係る要件など、詳しくは市ホームページ（下記QRコード）をご確認ください
- 問い合わせ 市健康課（640111）



これからを担う若手医師の皆さんの思いを聞く



宮古市出身

い が ら し た く は ら
五十嵐 傑先生 (30歳)

脳神経外科医長 (専攻医)

※専攻医とは=2年の臨床研修を終え、診療科の専門医を目指す研修中の医師

県内の医師不足の状況を知って、地元に貢献したいと思い医師を目指しました。

脳神経外科は手術の機会が多いため、患者さんやご家族への分かりやすい説明を心がけています。大変なこともありますが、患者さんが日常生活への復帰を果たし、ご本人やご家族から感謝の言葉をいただいた時は、やりがいを感じます。

多くの経験を積み、専門的な知識を高め、信頼される医師になれるよう精進していきます。

さまざまな医療ドラマに刺激を受け、医師を目指すようになりました。

市の奨学金制度は、宮古市出身者でなくても申請することができ、東日本大震災の被災地の力にもなれると思い、宮古病院を選びました。

医師を目指す皆さん。勉強も大切ですが、それ以外に打ち込めることを見つけると、人としての面白さや深みが出ます。これから、一緒に現場に立てる日を楽しみにしています。

群馬県出身

くまがたけんしやう
久保憲尚先生 (33歳)

消化器内科 (専攻医)



群馬県出身

おさだ たかひろ
長田 昂祐先生 (31歳)

一年次臨床研修医

※研修医とは=一般的な診療に適切に対応できるよう、基本的な診療能力を身に付けるための研修(2年)中の医師

母親が手術を受けたことや、駅で倒れている人に対して何もできなかった自分に歯がゆさを感じた経験から、医師を目指すようになりました。

宮古市はとても住みやすく、休日は小山田のテニスコートで友人と汗を流しています。

現場では、日々患者さんと触れ合い、経験の積み重ねを大切にしています。医師不足だからこそ、多くの分野の事例に対応でき“患者さんのために動ける医師”になれるよう頑張ります。

道を考えてもらえれば幸いです。

ぜひ、職業選択の一つとして、医師という道を考えてもらえれば幸いです。

上記の3人は「市の奨学金制度」を利用し、本院で活躍している医師です。この制度のように、全国どこからでも本市に来ていただくことができる環境も整備されています。

「自分が育ててくれた病院に恩返しをしたい」とおっしゃっているように、いかに研修医を受け入れる体制を整えるかが重要です。

このような状況の中、実は、最初に研修した病院で常勤となる医師が増えています。本院では、4月から麻酔科に常勤医師が赴任しました。「自分を育ててくれた病院に恩返し

院数も減少しています。

域の病院の魅力を全国的にPRしていくことが大切です。



岩手県立宮古病院
院長

かわむらひでのが
川村英伸先生



税に関する改正のお知らせ



【共通】 ■問い合わせ 市税務課市民税係（市役所2階、☎68-9072）

◎国民健康保険税

関係法令の改正により、本年度から課税限度額と平等割および均等割の軽減判定所得基準が見直されます。

■課税限度額

- ▷医療給付費分 65万円（変更なし）
- ▷後期高齢者支援金分 22万円（2万円の引き上げ）
- ▷介護納付金分 17万円（変更なし）

【合計】 104万円（2万円の引き上げ）

■平等割および均等割の軽減判定所得基準

世帯主と世帯の国保加入者および旧国保加入者の前年所得合計額が一定基準額以下の場合、下図のとおり国民健康保険税が軽減されます。申請手続きは不要です。

■その他

本年度分の納税通知書は、7月中旬に発送します。税額の問い合わせなどは、納税通知書が届いた後にお願いします。

詳しくは、市ホームページ（右記QRコード）をご確認ください。



| 軽減割合 | 令和5年度以降基準額 |
|------|--|
| 7割軽減 | 基礎控除額43万円+10万円×（給与所得者などの数-1） |
| 5割軽減 | 基礎控除額43万円+29万円〔5千円の引き上げ〕×被保険者数（※） +10万円×（給与所得者などの数-1） |
| 2割軽減 | 基礎控除額43万円+53万5千円〔1万5千円の引き上げ〕×被保険者数（※） +10万円×（給与所得者などの数-1） |

※同じ世帯の中で国民健康保険の被保険者から後期高齢者医療に移行した者を含みます

◎軽自動車税

関係法令の改正により、7月1日から特定小型原動機付自転車（電動キックボードなど）にかかる新たな交通ルールが適用されます。

また、安全性の観点から、機体幅に収まる大きさのナンバープレートにする必要があるため、対象車両に特定小型原動機付自転車用のナンバープレートを交付します。交付開始は、9月頃を予定しています。詳細が決まり次第、ホームページでお知らせします。

なお、同ナンバープレートの交付を開始するまでは、これまでどおり原付一種のナンバープレートを交付します。

■対象車両 原動機付自転車のうち、外部電源により供給される電気を原動力とするもので、以下の要件全てに該当するもの

- ①原動機の定格出力が0.60kW以下であること
- ②長さ1.9m以下で、幅0.6m以下であること
- ③最高速度が時速20km以下であること

※要件を満たさないものは、形状が電動キックボードなどであっても、特定小型原動機付自転

車には該当しません

■ナンバープレート交付申請の手続き

▷新たに取得する時

申請手続きの方法は、原動機付自転車と変わりません。詳しい手続きは、市ホームページ（右記QRコード）をご確認ください。



▷交換を希望する時

すでに従来の宮古市ナンバープレートをお持ちの人でも、交換を受け付けます。費用はかかりません。

交換を行うと標識番号が変わりますので、自賠責保険の変更手続きなどが必要となる場合があります。詳しくはご加入の保険会社などに問い合わせてください。

〈交換手続きに必要な書類〉

- ①「対象車両」に該当することが分かる書類
- ②ナンバープレート
- ③標識交付証明書
- ④本人確認書類

農業のこと
相談してみませんか？

農業相談員を設置しています

市では、地域農業の振興と農業担い手の育成を図るため、園芸作物（野菜・花）や畜産などの農業技術の指導経験を有し、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。担当の分野や地区に応じて、農林課農政係でおつなぎしますので、お気軽に問い合わせてください。

※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（☎68-9094）



（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

| 氏名 | 畠山市右衛門さん | 阿部 亘さん | 久保田義明さん | 工藤正行さん |
|------|----------|--------|-----------|--------|
| 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 | |



介護保険「負担限度額認定証」申請受け付け

「負担限度額認定証」の申請を行うことで、所得の低い人は、介護保険施設の食費と居住費（部屋代）の負担が軽減されます。

所得に応じて自己負担額の上限（限度額）が決められています。詳しくは、利用施設または市介護保険課にお問い合わせください。

■対象施設 介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護療養型医療施設、介護医療院
 ※グループホームなど、本制度を利用できない施設もあります

■対象 以下の全てに該当する人

- ①対象となる施設に入所している人またはショートステイを利用している人
- ②世帯全員が住民税非課税の人（配偶者（別世帯を含む）がいる場合は、配偶者も住民税非課税である人）
- ③預貯金などの要件を満たす人

■対象利用期間 8月～令和6年7月

■申請に必要なもの

- ①申請書
- ②同意書（課税状況・預貯金の照会への同意）
- ③施設利用者名義の預貯金通帳（複数ある場合は全て提示する必要があります）
 ※配偶者がいる場合は配偶者の預貯金通帳も必要です

■申請書・同意書配布場所 市介護保険課（市役所1階）

※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



■申し込み方法 申込先へ必要書類を持参

■その他 月をさかのぼっての申請はできません。申告の内容によっては、金融機関への照会を行う場合があります

※不正があった場合は、ペナルティ（加算金）があります

■申し込み 市介護保険課管理係（☎68-9085）

全国花火競技大会「大曲の花火」

子育て世帯を 無料招待

友好交流都市である秋田県大仙市が「大曲の花火」へ、宮古市の子育て世帯を無料で招待します。

■期日 8月26日(土)・27日(日)

■行程 左記行程表のとおり

■対象者 小学生の子どもがいる、市内在住の家族

■定員 80人(定員を超えた場合は抽選)

■応募方法 申し込みフォーム(下記QRコード)または応募用紙に

必要事項を記入し、郵送、ファクス、メールのいずれかで提出

■応募用紙配架場所 市民交流センター2階事務室前、各総合事務所、各

出張所のほか、市ホームページ(下記QRコード)からもダウンロードできます

■その他 詳細な行程や注意事項などは応募用紙およびホームページに掲載しています。内容を十分確認のうえ、申し込んでください

■応募期限 7月19日(水)(当日消印有効)

■申し込み 市企画課次世代交流支援室(〒027-8501住所不要、☎5021、FAX9114、✉kikaku@city.niyako.iwate.jp)

7・8501住所不要、☎5021、FAX9114、✉kikaku@city.niyako.iwate.jp

7・8501住所不要、☎5021、FAX9114、✉kikaku@city.niyako.iwate.jp

7・8501住所不要、☎5021、FAX9114、✉kikaku@city.niyako.iwate.jp

7・8501住所不要、☎5021、FAX9114、✉kikaku@city.niyako.iwate.jp

■行程表(予定)

| 月日 | 時間 | 内容 |
|-------------|-------|----------------------------|
| 8/26 (土) | 8:20 | イーストピアみやこ正面玄関前集合 |
| | 8:30 | バス出発(途中雫石の道の駅で休憩) |
| | 14:00 | 仙北地域振興局到着、大曲体育館へ移動(徒歩500㍓) |
| | 14:30 | オリエンテーション・自由時間 |
| | 16:30 | 花火会場移動(徒歩700㍓) |
| | 17:00 | 花火大会観覧 |
| 8/27 (日) | 22:00 | 花火大会終了・移動(徒歩700㍓)休憩 |
| | 3:00 | バス出発(途中雫石の道の駅で休憩) |
| | 7:00 | イーストピアみやこ到着・解散 |

※時間や内容は変更になる可能性があります
※大会後の休憩は渋滞回避などのために設けています
※毛布などが必要な場合は各自で用意してください

防災士養成研修講座を開催

市では、地域防災のリーダーとなる新たな人材を育成するため“一町内会、一防災士”を目標に防災士養成研修講座を実施します。

- 日時 11月4日(土)午前9時～午後7時
11月5日(日)午前9時～午後5時
- 場所 市民交流センター2階多目的ホール
- 対象 自主防災組織や町内会・自治会で活動している人
※応募者は自主防災組織代表者や自治会・町内会長からの推薦が必要です
- 定員 先着25人
- 受講料 無料
- 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



昨年開催された講座の様子

- 申込受付期間 7月1日(土)～21日(金)
- 申込書配布場所・申し込み 市危機管理課防災係(〒027-8501住所不要、☎68-9111、FAX71-2103)
※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

◎防災士とは

「自助」「互助」「協働」を原則として、社会のさまざまな場で防災力を高める活動が期待され、そのための十分な意識と一定の知識・技能を習得したことを、日本防災士機構が認定した人です

三陸ジオパークを楽しもう!

「黒森さん」まで歩きませんか?

黒森神社例大祭に合わせ、山口公民館から黒森神社まで歩き、ジオサイト「黒森神社・黒森神楽」を見学します。
■日時 7月16日(日)午前8時15分～11時30分ごろ(荒天中止)

■集合場所 山口公民館前(午前8時15分集合)

■対象 往復4km(坂道あり)を歩くことができる人

■定員 先着15人(小学生以下は保護者同伴)

■参加料 1人500円

■用意する物 動きやすい服装、飲み物、タオル、虫よけスプレー

■申し込み方法 電話または下記QRコードから申し込み

■申し込み方法 電話または下記QRコードから申し込み

■申し込み方法 電話または下記QRコードから申し込み

■申し込み方法 電話または下記QRコードから申し込み



第29回宮古市産業まつり 出店者募集

9月30日(土)、10月1日(日)に市民総合体育館で開催する「宮古市産業まつり」の出店者を募集します。

■出店者の資格

市内の事業者、団体など

■出店内容

①農林水産物、加工品、工芸品などの販売

②企業製品や学習成果などの紹介

※調理を伴う「飲食販売」は屋外、「物品販売」および「展示」は屋内を基本とします(出店者数によって調整)

■1コマの出店料

【販売・展示(営業行為あり)】8千円

【展示(営業行為なし)】無料

【共通】

電源は1個につき5千円。出店名表示板の新規作成料は千円

※各出店者、原則1コマです。詳細は要項をご覧ください

■申し込み方法

出店申込書を郵送またはファクスで提出。要項・出店申込書は市産業支援センター(市役所2階)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。



■申込期限 7月28日(金)必着

■申し込み

宮古市産業まつり実行委員会事務局(市産業支援センター内、〒027-8501住所不要、☎68-9092、FAX63-9120)



皆さまのご来場をお待ちしております

みやこ秋まつりを一緒に 盛り上げましょう!

みやこ秋まつりを一緒に盛り上げてくれる人を募集します。

【“まつり娘”大募集】

■対象 ①宮古市内または近隣市町村に住む人(高校生は保護者の同意が必要)②9月16日(土)・17日(日)の両日に参加できる人③8月下旬からの手踊り練習会に参加できる人

■申込期限 7月31日(月)

■申し込み方法 必要事項を明記の上、右記QRコードから申し込み



【ボランティアスタッフ大募集】

■対象 ①みやこ秋まつりを盛り上げたい、または運営に携わってみたい人②9月15日(金)～18日(月)のうち、1日以上参加できる人(1日のみの参加でも可)

■申込期限 9月8日(金)

■申し込み方法 必要事項を明記の上、右記QRコードから申し込み



【共通】

■問い合わせ

みやこ秋まつり実行委員会・小笠原(☎090-1378-0033、✉miyakoakimatsuri@gmail.com)



秋まつりを一緒に楽しみましょう



遊覧船運航開始1周年記念イベント



宮古 うみねこ丸 フェスティバル

遊覧船“宮古うみねこ丸”の運航開始1周年を記念して、出崎心頭を会場に“宮古うみねこ丸”フェスティバルを開催します！

■日時 7月15日(土)～17日(月)午前10時～午後9時(17日は午後5時まで)

■場所 出崎心頭「遊覧船発着所」特設会場

■内容 詳しくは、本号折り込みチラシをご確認ください

■問い合わせ

【イベント】森・川・海体験交流事業実行委員会（市観光課内、☎68-9091）

【花火関連】市企画課次世代交流支援室（☎77-5021）

【スケジュール】

| 期日 | 時間 | 内容など |
|-----------------|------------------------------|--|
| 7月15日(土) | 午後0時20分～50分 | ○運航開始1周年記念セレモニー |
| | ①午後5時30分～6時10分 | ○サンセット&ナイトクルーズ/周遊40分/出崎心頭発着 |
| | ②6時30分～7時10分 ③7時30分～8時10分 | ■乗船料 1,500円(ワンドリンク・軽食付き) ■申し込み方法 当日午後5時から、会場で乗船券を販売 |
| 7月16日(日) | 午後7時30分～45分 | ○遊覧船1周年記念“海上打ち上げ花火” |
| | 午後7時～8時 | ○花火鑑賞貸切遊覧船/周遊60分/出崎心頭発着 ■定員/乗船料 先着60人/5,000円(ワンドリンク・軽食付き) ■申込受付開始日 7月1日(土)午前9時～ ■申し込み 岩手県北自動車宮古遊覧船事業部(☎65-8856) |
| 7月15日(土)・16日(日) | 午後5時～9時 | ○“宮古うみねこ丸”夜市 |
| | 午後6時30分～7時30分 | ○昔懐かし盆踊り |
| 7月15日(土)～17日(月) | 午前10時～午後5時 | ○飲食などのブース出店 |
| | ①午後1時 ②午後2時 | ○郷土芸能ステージ 【15日】①黒森神楽保存会②山口太鼓の会【16日】①中川太治の会 ②宮古あばれ太鼓【17日】①花輪鹿子踊り保存会②小田代直子ステージ |



浄土ヶ浜の景色を眺めながら、気軽に楽しみましょう！

■問い合わせ 森・川・海体験交流事業実行委員会(市観光課内、☎9091)

■申し込み方法 下記QRコードから申し込み

■申込受付開始日 7月1日(土)午前10時

■参加料 無料

■用意する物 濡れてもよい服装(救命胴衣は用意します)

■対象 小学生以上

■定員 両日、各回8人(1クール30分)

■日時 ①午前10時②10時45分③11時30分④午後1時⑤1時45分

■場所 砥石浜付近(浄土ヶ浜園地内)

■講師 ムラサキスポーツイオンモール盛岡南店スタッフ



浄土ヶ浜SUP体験会

新たなマリンスポーツとして注目されている「SUP(スタンドアップパドルボード)」の体験会を開催します。

■日時 7月29日(土)・30日(日)午前10時～午後1時45分

地域おこし協力隊便り特別号

今回紹介するのは、6月1日から新たに協力隊として着任した、中村菜摘さん（上段）と伊藤和久さん（下段）です。自己紹介とこれからの活動を伺いました。



6月1日に着任しました、中村菜摘です。宮古にほれ込んでから5年。このたび、地域おこし協力隊として宮古に携わっていくこととなりました。一生懸命、楽しく、毎日精進しながら頑張ります！よろしくお願いします。



6月1日に着任した、伊藤和久です。見知らぬ土地へ引越してきて、とても新鮮な気持ちで毎日過ごしています（この気持ちを忘れないよう、文字や写真で記録しておかないといけないですね）。これからよろしくお願いします。



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！
https://www.facebook.com/miyako.chikikoshi/
yako.chikikoshi/



私は、神奈川県横浜市出身です。大学時代は下関市で過ごし、その後はオーストラリアで、海洋生物などについて勉強していました。

大学時代に出会った主人が、重茂の漁家の出身で、東日本大震災によって漁船が流されたにも関わらず、漁師の皆さんがその年の5月には漁を再開したというエピソードを教えてくださいました。その時、わずか2カ月での復旧に驚き、目に見えない「絆」や「強さ」を感じて、感動したことを覚えています。

同時に、大きな困難を乗り越えた宮古市を伝え広めることは、災害が絶えない日本の人々に大きな希望を与える一つの方法だと感じました。そして、これが私の使命なのだ。このたび、地域おこし協力隊として、宮古市の



主に、駅前の観光案内所で勤務しています！

観光に携わる機会をいただき、本当にうれしいです。大学時代に本州最西端でまちおこしに携わっていた時から、将来的に観光関連の仕事をしたという夢を持っていましたので、その夢がかないました。「よそ者」「若者」「ばか者」「三拍子そろっている今だからできる」とに一生懸命取り組みます。

外国客船の寄港や新型コロナウイルスからの観光業の回復など、さまざまな要因で多くの人が宮古を訪れています。そのような人が満足するだけでなく、市民の皆さんが宮古市の魅力を再発見でき、より幸せを感じていただけるように、楽しく宮古市の情報を発信していきます。

私は、埼玉県育ちで、長らく都内のオフィスに通う会社員生活を送っていました。IT企業に勤めていたので、常に新しい技術を追いかけて、効率を求める毎日だった一方「古き良きもの」や「このまま失うには惜しいもの」に惹かれ、30代から、いつか地方へ移住したいと思うようになりました。

行き先を探すに当たって、日本各地を飛び回りました。少子化や東京への一極集中を考えれば当然ですが、どの地方も、少なからず衰退・過疎化が進行していて、こうした状況を解決する一手は容易に見つかりそうにはありません。しかし、だからこそ地域おこしをお手伝いする仕事には意味があると思います。宮古市は、私にとっ



早速、海鮮丼を自作しました！

ながら、そのような活動に関われれば幸いです。まずは、市内あちこちを回り（食歩き）ながら、近隣の自治体にも足を延ばし、この地域をよく知ることから始めていきます。

第9回閉伊川鮎釣り 選手権参加者募集

- 日時 7月30日(日)午前7時30分(6時30分受け付け開始)
 - 参加資格 年齢制限なし(18歳未満は保護者の同意が必要)
 - 種目/参加料 鮎の友釣り/3千円(オトリ鮎2匹、保険料含む)
 - 競技会場 閉伊川および支流の刈屋川・小国川
 - 表彰 1位から3位まで
 - 申込期限 7月20日(休)必着
- ※詳細は市ホームページ(右記QRコード)をご覧ください



天然鮎の友釣りを楽しみましょう!(写真は令和4年実施の様子)

閉伊川川下り大会 2023参加者募集

- 日時 9月10日(日)午前10時(7時30分受け付け開始)
 - 参加資格 高校生以上で自分自身の安全を確保できる健康な人(18歳未満は保護者の同意が必要)
 - 種目/参加料 一般の部/8千円
団体の部/2万4千円
 - コース 閉伊川「腹帯橋付近~湯ったり館下」の約5.5km
 - 表彰 各種目の1位から3位まで
 - 用意する物 ゴムボート、オール、ヘルメット、ライフジャケット
 - 申込期限 8月15日(火)必着
- ※詳細は市ホームページ(右記QRコード)をご覧ください



閉伊川の大自然を満喫しましょう!(写真は令和4年実施の様子)

【共通】 ■問い合わせ 閉伊川遊イング事業実行委員会事務局(新里総合事務所内、☎72-2111)

市営建設工事の発注状況のお知らせ(5月着工分)

5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](https://www.city.miyako.iwate.jp/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 |
|---------------------|----------------------|------------------|------------|-----------|---------|
| 近内岩船線道路改良(舗装)工事 | 千徳第24地割 | R5.5.19~R5.8.1 | 6,240,300 | 佐藤土木工業(有) | 建設課 |
| 宮古市崎山保育所床張替工事 | 崎山第3地割 | R5.5.19~R5.9.15 | 18,946,400 | ㈱キクチ工務店 | こども課 |
| 教員住宅(墓目第3号ほか1棟)解体工事 | 墓目第9地割 箱石第4地割 | R5.5.19~R5.10.15 | 9,421,500 | ㈱崎尾工務店 | 教委総務課 |
| 川井地区道路修繕工事 | 片巣第3地割 ^{ほか} | R5.5.26~R5.8.19 | 9,639,300 | ヤマキ総業(株) | 川井総合事務所 |
| 宮古市立津軽石中学校校舎屋根改修工事 | 津軽石第11地割 | R5.5.26~R5.10.22 | 44,133,100 | ㈱菊地建設 | 教委総務課 |
| 宮古市立図書館高圧電気設備更新工事 | 宮町三丁目 | R5.5.26~R5.10.22 | 4,477,000 | 小山田電業(株) | 生涯学習課 |
| 崎山貝塚排水路設置工事 | 崎山第1地割 | R5.5.26~R5.9.2 | 3,158,100 | ヤマキ総業(株) | 文化課 |
| 月山山頂整備その2工事 | 重茂第30地割 | R5.5.26~R5.11.5 | 31,787,800 | ㈱小成良治商店 | 観光課 |
| 藤の川地区外自然災害防止対策工事 | 藤の川 ^{ほか} | R5.5.26~R5.11.6 | 3,851,100 | 雄和総業(株) | 建設課 |
| 加老の沢地区配水管切替工事 | 川井第2地割 | R5.5.27~R5.10.2 | 3,212,000 | ㈱池田水道 | 施設課 |



2023年U17アジアレスリング選手権大会
出場に伴う市長表敬

日本代表が誕生！世界へ

6月1日、館下^{いちね}母采さん（宮古商工高校1年）が表敬訪問のため宮古市役所を訪れました。

館下さんは「JOCジュニアオリンピックカップ令和5年度ジュニアクイーンズカップ・レスリング選手権大会」の女子73kg級で2位となり、日本代表に内定。6月10日から、キルギス共和国で開催されたアジア大会に出場しました。

館下さんは「まずは、初戦を突破できるように頑張りたい。優勝を目指して、一つ一つ勝利を積み重ねたい」と力強く話しました。



千徳ぶらり史跡散歩
～新緑の里山ハイキング編～

千徳の歴史・文化を知る

5月21日に開催された同イベントには、17人が参加。市市史編さん室の假屋雄一郎室長などが解説員を務め、千徳城跡・千徳八幡宮などを巡りました。参加者は、解説に熱心に耳を傾け、千徳地区の歴史や文化を学んでいました。

田鎖^{かずる}一男さん（79、臺目）は「子どもの頃、千徳地区に住んでいた。昔遊んだ場所は、道路ができるなど景色が変わった。解説が分かりやすく、千徳地区の歴史を詳しく知ることができて良かった」と充実した表情を見せました。



乳幼児期家庭教育学級「第1回めばえ」
～親子で体験・ミニトマトの苗植え～

大きくなあれ！と願って

6月3日、新里生涯学習センターで行われた体験会には、5組15人の親子が参加しました。

最初に絵本の読み聞かせが行われ、その後敷地内の畑でミニトマトの苗植えを体験。子どもたちは興味津々で、お父さん・お母さんと一緒に丁寧に苗を植え、水をあげていました。

中村薫^{みづほ}さん・光希さん夫婦（29、近内）は「土いじりもスコップを持つことも初めてで、子どもにとって貴重な体験になった。元気で活発な子に育ってくれれば」と目を細めていました。



浄土ヶ浜 夜空のビールフェスタ

浄土ヶ浜に酔いしれて

同イベントは、6月2・3日、浄土ヶ浜レストハウス前特設会場で初開催され、多くの来場者でにぎわいました。

会場には、各種メーカーのビールなどが勢ぞろい。上閉伊酒造の遠野麦酒“ZUMONA”や青森県黒石市、秋田県大仙市が特別出店するなどし、来場者は至福のひとときを過ごしていました。

鈴木亜実さん（愛知県、35）は「初めて浄土ヶ浜を訪れた。この景色とビールは最高の相性。どのグルメも絶品です」と大満足の様子でした。



ハナヒョウタンボクの群落
～日本一のハナヒョウタンボク観察会～

希 少な花や自然を満喫

6月7日、区界地内で行われた観察会には、8人が参加しました。

参加者は、講師からハナヒョウタンボクやコケイラン・エゾイタヤなど、さまざまな花や樹木について解説を受けながら、閉伊川沿いを散策していました。

増井恒彦さん(76、大通)は「ハナヒョウタンボクはとてもきれいだった。さまざまな花や樹木も観察でき、区界地区の自然を満喫できた」と晴れやかな表情で話しました。



潮干狩りと海岸清掃

潮 干狩りでワクワク!

6月5日、高浜小学校1～6年生の児童39人が金浜海岸で潮干狩り体験と海岸清掃を実施。

潮干狩りでは、友達と協力しながら夢中になってアサリをゲット。磯の生物もたくさん見つけられ、児童らは大きな歓声を上げていました。

海岸清掃では、ペットボトルなどのゴミを、一つ一つ分別しながら丁寧に拾っていました。

伊藤煌さん(6年生)は「アサリをたくさん見つけられて楽しかった。ゴミが多かったので、見つけたら拾うようにしたい」と話しました。

新コーナー

宮古ってどうですか?

このコーナーでは、イベントなどで訪れた宮古に縁のある方から宮古の魅力などを伺います。今回は“浄土ヶ浜 夜空のビールフェスタ”に参加した青森県黒石市在住の村上さんからお話を伺いました。

Q. 宮古の印象は?

A. 朝の浄土ヶ浜が好きで、宮古に来たときは必ず浄土ヶ浜で朝食を食べます。来るたびに温かい歓迎をいただくので、皆さんは“おもてなしのスペシャリスト”だと思います!宮古の存在は大海原のようで、なくてはならない存在です。

Q. 宮古市民に一言お願いします

A. 宮古は“第2のふるさと”です!これからも末永くこの関係を続けていきたいので、皆さんよろしくお願いします。黒石市にもぜひ足を運んでくださいね!お待ちしております!



浄土ヶ浜 夜空の
ビールフェスタに
参加した
有限会社レストラン
御幸・代表取締役

村上陽心さん(39)



Sunrise Trail
～本州最東端「鮭ヶ崎」トレッキング～

本 州 最 東 端 で 日 の 出 を

6月11日に初開催されたトレッキングイベント。市内外から15人が参加しました。

参加者は、姉吉から鮭ヶ崎まで“みちのく潮風トレイル”コースをトレッキング。日の出を見ることはできませんでしたが、美しい自然や鮭ヶ崎から望む水平線を堪能していました。

榎原隆行さん(54、東京都)は「本州四端を制覇できてうれしい。“みちのく潮風トレイル”の自然や景色は最高だったが、次回はぜひ日の出が見たい」とリベンジに燃えていました。

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

※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

※午前のみ、園庭・ホールの利用可

| 催し名 | 日時 | 場所 | 内容など | 対象児など |
|-----------------------|-------------------|-----------------------|------------------------|---------------------|
| キッズ田老 | 13日(木)10:00～11:00 | 田老公民館 | | 0～6歳のお子さんとその保護者 |
| ぼかぼかランド ※親子とも上履き持参 | 20日(木)10:00～11:00 | 市民交流センター 2階運動スタジオ2 | 手遊び、ふれあい遊び、縁日ごっこ、お話 ほか | 1～6歳のお子さんとその保護者 |
| 赤ちゃんサロン ※バスタオル持参 | 21日(金)10:00～11:00 | 小山田保育所 2階ホール | | 3カ月～12カ月のお子さんとその保護者 |
| ふれあい広場「にこにこ」 | 26日(水)10:00～11:00 | 市民交流センター 2階ふれあい広場 | 手作りおもちゃを作ろう、絵本の読み聞かせ | 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

| 催し名 | 日時 | 場所 | 内容など | 対象児など |
|--|-------------------|------------------------------|--|---------------------|
| お星様まつり | 2日(日)10:00～14:00 | すくすく ランド (うみマチ ひろば) | 制作体験コーナー | 子育て中の親子 |
| 季節行事・たなばた会と ぞうさんのミミの会「絵 本の読み聞かせ」 ※ウェットティッシュ持参 | 7日(金)10:30～11:45 | | たなばた飾りを作ろう、絵本の読み聞かせ ※事前申し込み（開催日の前日まで） | 0～6歳のお子さんとその保護者 |
| 赤ちゃんのつどい・ぞう さんのミミの会「絵本の 読み聞かせ」 ※バスタオル持参 | 13日(木)11:00～11:45 | | 「ねこちゃんのいないいないばあ」 を作ろう、絵本の読み聞かせ ※事前申し込み（開催日の前日まで） | 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 | 19日(水)10:30～11:30 | | 「ねこちゃんときんぎょ」を作ろう ※事前申し込み（開催日の前日まで） | 1歳～6歳のお子さんとその保護者 |
| ばあばの絵本の読み聞かせ | 27日(木)11:00～11:15 | | 絵本の読み聞かせ | 子育て中の親子 |

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（29日(土)は休園） ●開設時間＝午前9時～午後2時

| 催し名 | 日時 | 場所 | 内容など | 対象児など |
|----------------------------|-------------------|---------------------------|---|-----------------|
| 七夕飾りを作ろう | 4日(火)10:00～11:00 | ひよこ クラブ (宮古ひ かり) | 親子で七夕飾りを作りました | 0～6歳のお子さんとその保護者 |
| 離乳食とアレルギーについて | 11日(火)10:00～11:00 | | 離乳食のポイントと食物アレルギーについて ■講師＝同園管理栄養士 | |
| ひよこルーム ※申込期限＝17日(月)午後2時 | 18日(火)9:00～11:00 | | 子育てについて、気軽にご相談ください ■相談員＝市こども発達支援センター職員 | |
| お野菜スタンプ遊び | 25日(火)10:00～11:30 | | 色々なお野菜スタンプを押してみよう | |

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（17日(月)は休園） ●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 |
|---------------------|-------------------|---------------------------------|--------------------------------|-------------------|
| 笹燃やしに参加しよう | 10日(月)11:00～11:30 | のびっ こ クラブ (そけい幼 稚園) | 願いが叶うよう、七夕飾りを燃やしましょう | 0～6歳のお子さんとその保護者 |
| 全力水遊び ※帽子、着替え服持参 | 14日(金)11:00～12:00 | | 泡フロート、氷の宝石などで水の感触を楽しみましょう※雨天中止 | 1歳半～6歳のお子さんとその保護者 |
| 砂場で遊ぼう ※帽子持参 | 28日(金)10:00～12:00 | | 砂場あそびを楽しみましょう（汚れても良い服装）※雨天中止 | |

7

HAPPY BIRTHDAY



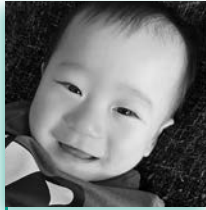
和野楓真ちゃん
今月で1歳です
1歳おめでとう！いつもニコニコかわいい笑顔でみんなを癒やしてくれてありがとう！これからも、たくさん遊ぼうね♥（家族）



瀧澤郁斗ちゃん
今月で1歳です
いくちゃん1歳おめでとう☺ これからも元気にすくすく育ってね☆（家族）



大澤瑚都ちゃん
今月で1歳です
おしゃべり、お散歩、おままごと！3人でやりたいことがいっぱい！こっちゃん、一緒に遊ぼうね♪（にい、ねえね）



中村楓麻ちゃん
今月で1歳です
1歳おめでとう！生まれてきてくれてありがとう。たくさん笑って泣いて怒って、元気に大きくなってね！（家族）



中道羽奏ちゃん
今月で1歳です
お誕生日おめでとう。姉兄に負けないくらい元気な食いしん坊☆歌に合わせて踊るのが得意☆怪我なく元気に大きくなあれ☆（家族）



前川協一ちゃん
今月で1歳です
1歳おめでとう！お兄ちゃんと逞しく、元気に育ってね！いつも笑顔にさせてくれてありがとう☆（家族）



山本ななせちゃん
今月で1歳です
姉、兄達と毎日きゅっきゅっ！きゅっきゅっ！楽しいネ☆これからも明るく元気に仲良くネ♥（家族）



前川晴道ちゃん
今月で1歳です
暴れん坊はるくん誕生日おめでとう♥ にいねえ達と仲良く、強くてたくましい男の子になってね♥（家族）



中野朱菜ちゃん
今月で2歳です
しゅっちゃん、2歳おめでとう！おしゃべり・まねっこ上手！これからもめんこい笑顔で家族を癒してね！（家族）



武藤伊吹ちゃん
今月で2歳です
みんなに優しい伊吹くん。走るのもボール遊びも上手で車が大好き！たくさん遊んで色々な所に行こうね！（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、市企画課広報係（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」までお送りください。

8月生まれの子どもの写真は、7月6日(木)必着でお願いします。

女子サッカー W杯開催記念 サッカー体験会！！

- 日時/場所 7・8月の毎週月曜日午後7時～9時/宮古短大体育館
- 対象 年中以上の女の子と小学3年生以下の男の子
- 用意する物 動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲み物
- 申し込み CRAILスポーツひろば(☒crail.club@gmail.com)

園庭開放のお知らせ

6月から11月までの第3水曜日に、公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。
■7月の開放日時 7月19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」(☎020884)

足フェス ～2023夏in宮古～

- 期日 7月23日(日)
- 【第一部】正しい靴の選び方・履き方の講演(予約不要)
- 時間 午前10時～11時30分(9時45分開場)
- 場所 陸中ビル4階大ホール
- 対象/定員 どなたでも/100人
- 【第二部】足の計測と相談会(要予約、1人30分)
- 時間 午後1時30分～4時30分
- 場所 陸中ビル4階研修室
- 対象/定員 幼児～小学生(保護者同伴)/18人
- 【共通】
- 参加料 無料
- 問い合わせ すこやか足育会 LINE(右記QRコード)



子育て支援情報をモバイルメールで配信中(毎月25日)



● 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 |
|----|---|-------------|---|---|
| 宮古 | 7/6(木) | 10:30~11:30 | 駒形通公民館 | ▶血圧測定、個別相談 ▶講話「熱中症予防について」 |
| | | 13:30~14:30 | 赤前農漁村センター | |
| | 7/7(金) | 10:00~11:00 | 白浜ミニコミュニティセンター | |
| | 7/10(月) | | 落合地区会館 | |
| | 7/11(火) | | うみマチひろば | |
| | ①13:30~ ②13:45~ ③14:00~ ④14:15~ ⑤14:30~ | | ▶血圧測定、個別相談 ▶講話「熱中症予防について」 ※予約制による個別健康相談(30分ほど)です ※体組成測定を行います。裸足になりやすい服装でお越しください ※申し込みが必要です。10日(月)までに①~⑤の希望時間を、宮古保健センターに電話で伝えてください | |
| 田老 | 7/20(木) | 10:00~11:00 | 田老保健センター | ▶血圧測定、個別相談 ▶講話「熱中症予防について」 |
| 新里 | 7/18(火) | 10:00~11:00 | 新里保健センター | ▶血圧測定、個別相談 ▶講話「熱中症予防について」 |
| | 7/21(金) | 10:00~11:30 | 和井内ふるさと会館 | ▶血圧測定、個別相談 ▶講話・実習「食料備蓄について」 ※エプロン、三角巾(大きなハンカチでも可)をご持参ください |

● シルバーリハビリ体操デモンストレーション

市では、シルバーリハビリ体操を体験していただく機会として、デモンストレーションを開催します。

- 日時 7月10日(月)午後1時30分~3時
- 場所 市民交流センター2階運動スタジオ
- 内容 シルバーリハビリ体操指導者によるデモンストレーション(頭の体操、えん下体操、筋力アップ体操など)
- 対象/参加料 市内在住の人/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、受付で検温と健康チェックを行います。
- 申し込み 市介護保険課地域包括支援センター (☎68-9086)

● 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、発熱などの症状がある人は、予約制での診療となります。当日電話で予約してください。

- 診療日/受付時間 7月の毎週日曜日と17日(月)/午前9時~午後5時
- 診療内容 【午前】発熱などの症状がある人のみ診療(要予約)
【午後】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)
- 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。電話をしてから来院してください。

- 診療日/当番医療機関 7月17日(月)/吉川歯科医院(築地一丁目3の4、☎63-7125)
- 時間 午前9時~午後3時

夏休みクッキング！ みやこキッズ食育教室

- 日時 【第1回】7月28日(金)
【第2回】8月9日(水)午前9時30分~午後1時30分
- 内容 かんたん朝ごはんクッキングなど(講話と調理実習)
- 対象 市内小学4~6年生
- 定員 先着10人
- 参加料 無料
- 用意する物 エプロン、三角巾、中ズック
- 申し込み方法 電話
- 申込受付開始日 7月3日(月)午前8時30分
- 場所・申し込み 宮古保健センター (☎64-0111)

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。お気軽にご参加ください。

● 認知症カフェ「ほっこりカフェ」

- 日時 7月19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「お口の健康と認知症について」②おしゃべり
- 定員 30人(要申し込み)
- 申し込み 市介護保険課いききライフ推進室 (☎68-9126)

アルコール通信 ～第4号～

飲酒についての情報を市民の皆さまに月1回、来年の3月までお届けします。東日本大震災の際に「こころのケアチーム」として支援して下さった福田貴博先生（長崎県あきやま病院医師）から情報提供いただきました。

今回は、お酒による健康障害の代表、肝臓についてのお話です。「お酒を飲みすぎると肝臓を悪くする」のは知っていても、詳しい話は知らない人が多いと思います。

簡単に言えば、お酒を飲みすぎると、肝臓の細胞が破壊されます。どれぐらいの肝細胞が破壊されているかを示すのが、血液検査のAST (GOT)、ALT (GPT) です。AST、ALTが高いと言われた場合、たくさんの肝細胞が失われていることを意味します。飲みすぎにより、肝臓の再生が間に合わないほどダメージを受けると、繊維細胞という役立たずの細胞が代わりに増殖します。この繊維細胞は本来の細胞よりも硬く、肝臓のダメージが蓄積すると、徐々に繊維細胞に乗っ取られて、肝臓自体が硬くなってしまいます。この状態を肝硬変と呼び、こうなると残念ながらもう元には戻りません。血液検査の結果、AST、ALTが高い人は、これ以上肝細胞が壊れないようにお酒を減らしてみてください。

● 各種健康診査・がん検診日程

今年度の成人けんしんが始まっています。受け忘れのないように、早めの受診をお勧めします。

■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 | | |
| 7/19(水) | 9:30～11:00 / 13:00～14:00 | 宮古市民文化会館 | 健診 | | | |
| 7/20(木) | | | | | | |
| 7/21(金) | 7:00～9:30 | 宮古市民文化会館 | | 胃 | 肺 | 大腸 |
| 7/22(土) | | 山口公民館 | | 胃 | 肺 | 大腸 |
| 7/23(日) | | 千徳体育館 | | 胃 | 肺 | 大腸 |
| 7/24(月) | 9:30～11:00 / 13:00～14:00 | 宮古保健センター | 健診 | | | |
| | 7:00～9:30 | 花輪農村文化伝承館 | | 胃 | 肺 | 大腸 |
| 7/25(火) | 9:30～11:00 / 13:00～14:00 | 高浜小学校 | 健診 | | | |
| 7/26(水) | | | | | | |
| 7/27(木) | 7:00～9:30 | 赤前小学校 | 健診 | 胃 | 肺 | 大腸 |
| 7/28(金) | | 鎌ヶ崎公民館 | | 胃 | 肺 | 大腸 |
| 7/29(土) | | 第二中学校 | | 胃 | 肺 | 大腸 |
| 7/30(日) | | 千徳小学校体育館 | | 胃 | 肺 | 大腸 |
| 7/31(月) | | 9:30～11:00 / 13:00～14:00 | 宮古保健センター | 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。また、肝炎ウイルス検査、前立腺がん検診、尿中推定塩分摂取量測定は、各種健診の際に受診できます

● 献血で、つながる“いのち”～皆様のご協力を～

● 7月は「愛の血液助け合い運動」月間です

400ミリ献血のみ実施します。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50kg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歳以上の人は、60歳から64歳までに献血経験がある場合に限りです

■問い合わせ 市生活課生活安全係（☎68-9109）

| 期日 | 実施時間 | 献血会場 | 住所 |
|---------|----------------------------|-----------------|-----------|
| 7/4(火) | 10:00～12:00 13:30～16:30 | 岩手県宮古地区合同庁舎 | 五月町1の20 |
| 7/5(水) | 14:00～16:00 | 岩手県立宮古高等技術専門校 | 松山8の29の3 |
| 7/17(月) | 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 |



● 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後、妊娠11週までに母子健康手帳の交付を受けましょう。来所を希望する保健センターなどに事前予約をお願いします。なお、妊産婦医療費受給者証の交付は、市総合窓口課医療給付係（市役所1階）または田老・新里・川井の各総合事務所で行います。

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



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
- 7月の休館日 ●市立図書館・川井分室…月曜日(17日(月)は開館)、18日(火)
- 田老・新里分室…月曜日

市立図書館



【特集】「未来のために、今できること」

『捨てない未来』

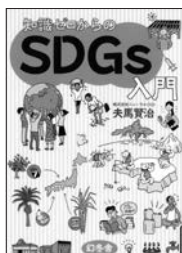
枝元 なほみ (著)



フードロスと飢餓ゼロ運動に力を注ぐ料理研究家の著者が伝える、子どもたちの未来を守るための「フードロス」。食材の保存方法や食べ方も紹介されています。

『知識ゼロからのSDGs入門』

夫馬 賢治 (著)



SDGsを知るとは、世界のリアルを知ること。SDGsの基礎知識や17の目標を、イラスト入りで分かりやすく紹介しています。

特集「知る知るSDGs!」(こども図書室前)

SDGsのことが詳しく分かる本や、SDGsが目指す17の目標に沿った絵本を紹介します。

特集「夏フェス ROCKしようぜ!」(ティーンズコーナー前)

ロックバンド・アーティストに関する本や楽器の入門書など、音楽をもっと楽しむための本を紹介します。

◇こども映画会(視聴覚室)

- 7月1日(土)午前11時、午後2時
▶「うしろのせきのオチアイくん～うしろのせきは、コワイ!～」(23分)
- 7月8日(土)午前11時、午後2時
▶「くまのアーネストおじさんとセレスティーヌ～セレスティーヌの林間学校～」(12分)「こどもにんぎょう劇場～三枚のお札～」(15分)
- 7月15日(土)午前11時、午後2時
▶「おしりたんてい～ププッおとうさまはしんぱいしょう～」(20分)
- 7月22日(土)午前11時、午後2時
▶「ホシガリ姫の冒険」(20分)

- 7月29日(土)午前11時、午後2時
▶「あらしのよるに～それぞれのよる～」(24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

◇図書館シネマ—大人のための映画会—(視聴覚室)

- 日時=7月15日(土)午後3時
- 「ああ栄冠は君に輝く」(81分)

◇Teens Voice ~10代の利用者の“声”を募集します~

- 対象=小学校高学年～高校生
- 7月1日(土)から9月30日(土)まで、ティーンズコーナーに投稿用紙とミニポストを設置します。「こんな本を読みたいな」「この本おもしろかったよ!」など、本や図書館に関する“声”を聞かせてください!

田老分室

(田老公民館内)

【特集】「いつでも災害対策…!!」

地震・災害時への備え/今スグ知っておきたいこと…。

◇映画会

- 日時=7月25日(火)午後2時
- 内容=こども向けアニメーションの上映(1時間程度)

新里分室

(新里生涯学習センター内)

【特集】「さがして みつけて さがし絵本」

子どもから大人まで楽しく脳を刺激できる本を紹介します。

川井分室

(北上山地民俗資料館内)

【特集】一般・児童共通「将棋をはじめよう!」

移動図書館車

「うぐいす号(田老・新里・川井)」
7月の運行日程

| 地区 | 運行日・駐車時間 | 場所 |
|------------------------|---------------------------|-------------------------------------|
| 新里 | 6日 20日 (木) | 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 |
| | | 14:15～14:30 茂市駅付近 |
| 田老 | 7日 21日 (金) | 10:15～10:30 檜内・宮古市消防団第29分団檜内器具置き場付近 |
| | | 10:50～11:05 末前・伝承館駅前 |
| | | 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ぱ |
| | | 13:45～14:00 三陸鉄道俣待駅付近 |
| 7日(金)のみ | 14:30～15:00 崎山・グループホームたろう | |
| 川井・関伊川コース | 12日 (水) | 9:45～10:00 泉山氏宅前 |
| | | 10:20～10:35 門馬出張所前 |
| | | 10:50～11:00 ウォーキングセンター |
| | | 11:05～11:35 大倉氏宅前 |
| | | 11:40～11:50 「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 | | |
| 14:15～14:30 片栗御供養様前 | | |
| 川井・小国川コース | 19日 (水) | 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 |
| | | 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 |

読書マラソン

市内の小中学生を対象に、図書館から借りて読んだ本の数を競争する「読書マラソン」を実施します。

- 期間=7月1日(土)～8月31日(木)
- 内容=期間中に、市立図書館・なぎさ号・うぐいす号・田老分室・新里分室・川井分室から借りて読んだ本の冊数を競争します。

詳しくは、図書館ホームページ(右記QRコード)をご覧ください。



各種無料相談 ～一人で悩まずに～

7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 | |
|-------------|-------------------|----------------------------------|---|------------------------------|
| 各種無料相談★は要予約 | ★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 | 毎週水曜日午前10時～午後4時 | 盛岡地方法務局宮古支局（☎62-2337） | |
| | 行政相談 | | 市市民相談室（市役所1階、☎68-9081） | |
| | 公証人相談 （遺言相談） | 11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 | |
| | ★交通事故相談 | 25日（火）午後1時～3時 ※21日（金）正午までに要予約 | 市市民相談室 （市役所1階、☎68-9081） | |
| | ★くらしとお金の 安心相談会 | 6日（木）午後1時～5時 ※前日までに要予約 | 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 融資相談会 | 19日（水）午後2時～4時 ※16日（日）までに要予約 | | 住宅金融支援機構 （☎0120-086-353） |

新里中学校で人権擁護教室を開催

5月30日、新里中学校の全生徒を前に、人権擁護委員の舩澤實登子さんと野内俊孝さんが、お互いの人権および尊厳を尊重することの大切さを話されました。

講演では「こどもの権利条約」を中心に、人権を守ることの必要性や困ったときの連絡先などを説明し「ひとりで悩まず相談してみよう」と生徒に伝えました。

人権擁護委員は、法務大臣が委嘱し、人権に

関する相談を受け、問題解決のお手伝いや人権侵害から被害者を救済する活動などを行っています。

■問い合わせ 市生活課市民相談室（☎68-9081）



真剣に話を聞いていました

8月4日（金）まで発売中！

1枚300円

7月4日（火）発売！！

サマージャンボ

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

（公財）岩手県市町村振興協会

いわて被災者支援センターからのお知らせ

県では、東日本大震災で被災された皆さんの生活再建を支援する「いわて被災者支援センター」を設置しています。

生活やお金などに関する困りごとを、弁護士やファイナンシャルプランナーなどの専門家、市町村・市町村社会福祉協議会などの関係機関と連携して解決のお手伝いをします。お気軽にご相談ください。

【弁護士無料相談（予約制）】

■日時 毎月第4金曜日 午前10時～午後3時

■場所 宮古地区合同庁舎（五月町1の20）

【問い合わせ・相談先】

▽いわて被災者支援センター

■住所 釜石市大町二丁目4の7

■電話番号 ☎0193・30・1034または080・9634・6650

▽サブセンター

■住所 盛岡市材木町3の5

■電話番号 ☎019・601・7640

《共通》

■受け付け時間 平日午前9時～午後5時

※本センターは、県の委託により、認定NPO法人インクルいわてが運営します

●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



崎山貝塚縄文の森ミュージアム

▼3館連携企画「めぐってワクワクスタンプラリー」

●期間 7月1日(土)～8月30日(水) ●対象施設 県立水産科学館、崎山貝塚縄文の森ミュージアム、北上山地民俗資料館 ●内容 3スタンプカードにスタンプを押し、3館全てを巡るとオリジナルステッカーをプレゼント

▼今年で7周年！開館記念スペシャルイベント

●期間 7月15日(土)～17日(月) ●時間 内容 7月15日 午前9時30分～正午、午後1時～4時 / 7月16日 午前9時～午後5時 / クラフト製作、午前9時～午後5時 / 7月17日 午前9時～午後5時 / 脱出(謎解きゲーム)、宮古市所蔵絵画展(17日午後4時まで) ●場所 崎山貝塚縄文の森ミュージアム ●参加料 無料(謎解きゲームは別途入館料が必要) ●共通 問い合わせ 崎山貝塚縄文の森ミュージアム (☎075226)



北上山地民俗資料館

▼布ぞうり作り教室

●日時 7月23日(日) 午前10時～午後3時 ●場所 川井生涯学習センター ●対象 小学校高学年以上 ●定員 11名 ●先着10名



中央公民館分館

人 ●参加料 300円(布ぞうりの布を持参する人は紐代50円) ●申込期間 7月1日(土)～20日(木) 申し込み 北上山地民俗資料館 (☎0762167)

▼公民館舞台部門発表会

●日時 7月23日(日) 午前11時開演(10時30分開場) ●場所 市民文化会館大ホール ●内容 公民館で音楽や踊りなどの活動をしているサークルの発表会 ●入場料 無料 ※7月1日(土)配布開始の入場整理券が必要 ●整理券配布場所 中央公民館(市民交流センター)、中央公民館分館、山口・千徳公民館

▼宮古市社会経験者大学ものづくり教室②「ちぎり絵教室」季節を感じるちぎり絵

●日時 7月26日(水) 28日(金) 午後1時30分～3時 ●場所 中央公民館分館 ●講師 沼崎淳子 ●対象 社会経験者大学生および市内在住のおおむね60歳以上の入会者 ●定員 各回先着10名 ●参加料 300円 ●申込期間 7月4日(火)～18日(火) ●社会経験者大学生が優先 ●親子で体験! 昔の手しごと 一閑張りの小物入れを作ろう ●日時 7月27日(木) 午後1時～4時 ●場所 中央公民館分館 ●講師 中島真知子 ●対象 定員 市内小学生8人とその保護者(先着順) ●参加料 1人1千円 ●申し込み方法 電話 ●共通 問い合わせ 中央公民館分館 (☎0764700)



山口公民館

▼親子で宝石せっけんをつくろう!

●日時 7月29日(土) 午前9時30分～11時30分 ●講師 内館紀子 ●対象 小学生とその保護者 ●定員 11名 ●参加料 1人300円 ●申し込み方法 電話 ●申込受付開始日 7月4日(火) 午前9時 ●場所 申し込み 山口公民館 (☎0763670)



田老公民館

▼ゆうゆう講座「イスに座ってできる簡単ヨガ!」

●日時 7月19日(水) 26日(水) 午後1時30分～3時(全2回) ●講師 maki ●対象 おおむね60歳以上の人 ●申込期限 7月14日(金)

▼癒しのバステルアート

●日時 7月21日(金) 午前10時～11時30分 ●内容 パステルという画材で、指やコットンなどを使い、数種類の描き方の基本を学ぶ ●講師 佐藤久美子 ●参加料 1200円 ●申込受付開始日 7月4日(火) 午前9時 ●共通 定員 11名 ●場所 申し込み 田老公民館 (☎0762976)



刈屋公民館

▼星空観察会

●日時 7月24日(月) 午後7時～8時30分

和井内ふるさと会館

▼和井内区文化公演会 ●日時 7月2日(日) 午後1時～3時30分(正午開場) ●内容 歌、踊りなど ●出演 堀とおる、ヒロと美樹、美咲綾花、若松舞踊一座 ●その他 無料送迎バスが午前11時に宮古駅前発、3時40分頃(終了後)会場発 ●場所 問い合わせ 和井内ふるさと会館 (☎07800)

【広告】

うみねこ鍼灸接骨院

【休診日】 日曜終日・木曜午後
※祝日の休診日は右記QR参照
☎027-0076 宮古市栄町1-40-1
☎0193-64-5855

県立水産科学館

▼第36回磯の生物展

● 期間 7月14日(金)～8月20日(日)午前9時～午後4時30分(入館は午後4時まで) ● 内容 宮古近海に生息する小型の魚介類を展示 ● 入館料 1(一般) 310円【学生】140円(高校生以下は無料) ● 場所・問い合わせ 県立水産科学館 (☎0535353)

うみマチひろば

▼ゆかた着付け講座

● 日時 7月23日(日)午後1時～4時30分 ● 内容 基本的な着付けの仕方、着崩れしないポイントなどを学ぶ ● 講師 西塚三希子 ● 対象 初心者 ● 定員 10人 ● 参加料 1千円 ● その他 託児希望の人は1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、☎0571333)

シートピアなあと

▼7月9日は「なあとの日」

● 日時 7月9日(日)午前8時45分～午後5時 ● 内容 七夕まつり、地ビール・物産フェア、特製お弁当の販売、キッチンカーの出店 など ● 場所・問い合わせ シートピアなあと (☎03100)

市民文化会館

▼コンサートキャラバンPLUS!

《キャラバンコンサート》 ● 日時/場所 7月28日(金)午前10時/田老公民館、午後2時30分/川井小学校 ● 出演 いわてフィルハーモニー交響楽団 ● 入場料 無料 ● 《ホールコンサート》 ● 日時 7月29日(土)午後2時(1時30分開場) ● 場所 市民文化会館大ホール ● 出演 木管五重奏カラフル、いわてフィルハーモニー交響楽団 ● 入場料 1500円【高校生以下】500円(当日500円増、未就学児無料) ● 《共通》 ● 問い合わせ 市民文化会館 (☎02511)

姉ヶ崎サン・スポーツランド

▼大人のスイミングスクール体験会

● 期間 7月1日(土)～31日(月) ● 対象 成人 ● 募集クラス ホームページ(下記QRコード)からご確認ください ● 受講料 無料 ● プール利用料 540円 ※当日、窓口にお支払いください ● 申し込み方法 電話 ● 場所・申し込み 姉ヶ崎サン・スポーツランド (☎063233)

開催・募集など

▼創業スクール開講

● 日時 7月5日(水)午後6時～9時

②13日(木)午後6時～9時 ③20日(木)午後1時～2時 ④午後6時～9時 ⑤27日(木)午後6時～9時 ⑥8月3日(木)午後6時～9時 ● 場所 ①②④⑤ホテル近江屋 ③宮古商工会館 ● 内容 経営などを学び、創業に向けた事業計画を策定 ● 講師 伊藤理恵 ● 対象 新規創業を志す人 ● 定員 15人 ● 参加料 無料 ● 申し込み方法 電話または参加申込書をファクス ※申込書はホームページ(下記QRコード)からダウンロードできます ● 申し込み 宮古商工会議所経営支援課 (☎023233、FAX061331)

▼シネマ・デ・アエル 《マンスリーセレクト映画『フレンチアルプスで起きたこと』上映会》 ● 日時 7月7日(金)午後7時 ②8日(土)午前10時30分 ③午後1時30分 ④午後4時30分 ※各回上映30分前開場 ● 場所 シネマ・デ・アエル(東屋「蔵」内) ● 入場料 1200円(中学生以下無料) ● 問い合わせ シネマ・デ・アエルプロジェクト (☎0908582・4940)

▼小沢の里山であそぼう会

● 日時 7月9日(日)午後0時30分～4時30分 ※雨天中止 ● 場所 小沢の里山(黒森権現トンネル西口手前の北側) ● 内容 アスレチック遊具や木登り など ● 定員 10人程度 ● 参加料 無料 ● 申し込み 小沢の里山を作る会・福原 (☎0903789・1270)

▼参加者募集! Chatroom

● 日時 7月10日(月)・24日(月)、8月7日(月)・21日(月)午後6時～6時50分 ● 場所 市民交流センター創作スタジオ ● 内容 英語や中国語でおしゃべり ● 定員 各回15人程度 ● 参加料 500円 ● ※学生または宮古市国際交流協会会員は無料 ● 申し込み方法 申し込みフォーム(下記QRコード)から申し込み、または電話 ● 申し込み 宮古市国際交流協会 (☎023534)

▼いわてまるごと科学・情報館in宮古

● 日時 7月29日(土)午前10時～午後4時 ● 場所 市民総合体育館 ● 内容 最先端の科学技術などに触れることができる体験会など ※詳しくはホームページ(下記QRコード)をご覧ください ● 対象 小・中学生 ● 入場料 無料 ● 申し込み方法 一部イベントは事前申し込みが必要 ● ホームページを「確認の上、事前申し込みをお願いします」 ● 問い合わせ 岩手県科学・情報政策室 (☎0196295313)

▼シーカヤック体験

● 日時 10月までの毎週日曜日午前9時～11時 ● 場所 リアスハーバー宮古 ● 対象 小学生以上 ● 定員 1回あたり3人まで ● その他 子供会や学校行事としての体験なども対応できますので、お気軽にご相談ください ● 申し込み 宮古シーカヤック協会 (☎01120)

Uターン就職や移住に関する個別相談会

..... 市産業支援センター

宮古市にUターン就職を検討している人や、その家族などを対象とした相談会です。対面のほか、オンライン相談も可能です。

■日時 ①7月8日(出)午前10時～午後4時②7月26日(水)午前10時～午後4時、午後7時～8時※1回あたり1組1時間程度

■場所 市民交流センター

■参加料 無料

■申し込み方法 申し込みフォーム(右記QRコード)から申し込み

■申込期限 開催日の3日前まで

■問い合わせ 市産業支援センター商業労政係(☎68-9067)



令和5年度第2回保護猫譲渡会

..... 沿岸広域振興局(宮古)

■日時/場所 7月8日(出)午後1時～3時/宮古地区合同庁舎1階第2会議室

■内容

①宮古保健福祉環境センターと動物愛護団体が保護している猫が参加予定②猫と対面し、希望を申し出ていただき、審査を経てから後日譲渡③希望者が重複する場合は抽選で決定④譲渡希望者には、飼育方の講習会を会場で実施⑤参加者は、感染症予防対策をお願いします

■その他 個人が動物を出展することはできません

■問い合わせ 沿岸広域振興局保健福祉環境部宮古保健福祉環境センター環境衛生課(☎64-2218)

フリーマーケット開催(出店者募集)

..... みやこ広域リサイクルセンター

【開催案内】

■日時 7月30日(日)午前9時～正午(雨天決行)

※「お譲り品(本・食器)コーナー」はありません

【出店者募集】

■対象 宮古地区広域行政組合管内の市町村(宮古市、山田町、岩泉町、田野畑村)に住所を有する人

■定員/参加料 先着28店(1店約2㊦四方)/無料

■用意する物 出店場所用シート

■申込受付開始日 7月3日(月)

※詳細はホームページ(右記QRコード)をご確認ください

■場所・申し込み みやこ広域リサイクルセンター(☎64-7111)



2023年度いわて男女共同参画サポーター養成講座

..... 岩手県男女共同参画センター

■内容 「ジェンダー平等」「ワーク・ライフ・バランス」「性と権利」などを学ぶ

■受講方法 ①基礎講座: YouTubeで視聴②実践講座: 会場参集(北上市、宮古市、盛岡市)

■動画配信期限 12月25日(月)午後5時

■対象 県内に在住・勤務・在学中の人

■受講料 無料

■申し込み方法 専用申込フォーム(右記QRコード)から申し込み、受講申込書をメールまたはファクス

■申込期限 11月30日(木)

■申し込み 岩手県男女共同参画センター(☎019-606-1761、FAX019-606-1765、✉danjo@aina.jp)



宮古市内の交通事故・犯罪件数 (5月1日～31日)

■交通事故件数 ▷人身事故=0件▷死亡者=0人▷負傷者=0人▷物損事故=55件

※自転車運転時のヘルメット着用は努力義務です! 年齢問わず、ヘルメットを着用しましょう!

■犯罪件数

▷侵入盗=1件▷自転車盗(無施錠)=1件

▷万引き=2件▷車上狙い=1件

▷振り込め詐欺=通報15件(被害0件)

▷もうけ話の詐欺=通報1件(被害0件)

▷子どもへの声かけ事案など=1件

※「介護施設に優先的に入居できる、入居権が不要なら他の人に譲ってほしい」などとかたる特殊詐欺の予兆電話が増えています

■問い合わせ 宮古警察署(☎64-0110)

おめでた おくやみ

5/31～6/13(届け出順・敬称略)

○生まれた赤ちゃん○

竹下 蘭(らん) 花輪三(洋平)
下野修平(しゅうへい) 上鼻二丁目(哲男)
城内陽月(やづき) 近内二丁目(祐哉)
田村知瀬(ちせ) 近内五丁目(憲介)
中村心陽(こはる) 赤前下(界子)
中屋美徠(みらい) 八木沢四丁目(祐樹)
在原心奏(ここな) 古里(裕貴)
馬場新太(あらた) 板屋三丁目(裕誠)

♡結婚したお二人♡

佐々木雅弘・山崎裕香=大平1
三浦 稜・関村美央=佐原四丁目
井戸端浩之・佐々木冴子=近内二丁目

上川原広大・木村日和=刈屋
浅水 翔・小田原理香=西ヶ丘二丁目

■亡くなった方■

村井正明(59) 大通二丁目
中村紀子(81) 末広町
鈴木静雄(82) 近内六丁目
鈴木照子(91) 小山田三丁目
出雲丕治(86) 西ヶ丘四丁目
佐藤一雄(90) 鈴久名
小田トシ(85) 欽ヶ崎下町
伊藤友次郎(96) 西ヶ丘二丁目
中島ワカエ(94) 佐原四丁目
中村順子(82) 磯鶏三丁目
沼里倉造(94) 駒形通
山本フジ子(90) 田老一丁目
佐々木芳子(90) 太田二丁目
吉田邦弘(81) 長沢五

飛澤義一(95) 臺目
松館トシ(91) 板屋一丁目
西館タキ(100) 里
笹川 久(87) 和見町
田崎和子(96) 山口一丁目
榊原 亮(71) 緑ヶ丘
山内英彦(78) 磯鶏沖
盛合リ工(93) 新町
菊地 務(89) 小国
伊藤アイ(91) 大通一丁目
田頭信行(71) 白杵
岩間ミチ工(100) 高浜一丁目
木村安雄(84) 白杵
鈴木てつ子(82) 近内三丁目

※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

【お詫びと訂正】広報みやこ6月1日号24㊦の「亡くなった方」の「本田牧子」さんについて、正しくは「本多牧子」さんの誤りでした。お詫びして訂正いたします。

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 | 人口 | 男 | 女 | 世帯 |
|-------------------------|------------------|------------------|------------------|-----------------|
| ※6月1日現在 ※()内は前月との比較 | 47,293人 (-81) | 22,693人 (-56) | 24,600人 (-25) | 22,799 (-17) |
| 人口のうごき | 出生 | 死亡 | 転入 | 転出 |
| ※5月1日～31日 | 26人 | 89人 | 60人 | 77人 |

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をお願いします。

- 作業期間 7月10日(月)～7月20日(木)
- 対象地区 藤原、小山田、磯鶏石崎、磯鶏沖、磯鶏西、上村、磯鶏、実田、河南、八木沢、神林、藤の川、高浜、金浜 ほか
- 問い合わせ 市上下水道部施設課給排水普及係 (☎63-1198)

宮古地域の粗大ごみ収集7月の対象地区

市生活課

- 収集日と対象地区
- ▷7月26日(水)=館合町、鴨崎町、和見町、泉町、山口、宮園
- ▷7月27日(木)=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
- ▷7月28日(金)=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
- ▷7月31日(月)=高浜、金浜、津軽石、赤前、白浜、重茂、音部
- 注意事項 ①収集地区を確認の上、申し込んでください②1軒の申し込みにつき3点以内です。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を聞き取ります。事前にご確認の上、連絡願います④収集できない粗大ごみもありますので、申し込みの際に問い合わせてください
- 申込期限 7月10日(月)
- 申し込み 市生活課きれいなまち推進室 (☎64-6488)

防災行政無線の放送内容をLINEでお知らせ

市危機管理課

市では、7月3日(月)から、防災行政無線の放送内容を「宮古市公式LINE」でも配信します。

配信を希望する人は、右記QRコードから友だち登録してください。



〔広告〕

うちの子「結婚」しないのかしら？

独身のお子様の結婚相談承ります



お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

☎019-613-5013

結婚相談所 ムスベル

■配信内容 市内の防災行政無線で放送した内容

■利用料 無料

※受信する際に通信料がかかります。また、通信回線の混雑状況などで、受信までに時間がかかる場合があります

※放送内容は「いわてモバイルメール」でも配信しています。メール配信を希望する人は、右記QRコードから登録してください



※火災に関する情報は「宮古地区消防防災情報」に登録し、ご確認ください

■問い合わせ 市危機管理課防災係 (☎68-9111)

トルコ・シリア地震救援金を日本赤十字社へ

市生活課

日本赤十字社岩手県支部宮古市地区では、皆さまから寄せられた総額187万908円の地震救援金を日本赤十字社本社に送金しました。

救援金は、日本赤十字社を通じて、国際赤十字・赤新月社連盟などが実施する救援・復興支援活動に使われます。皆さまのご協力に感謝いたします。

■送金期日 6月5日

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

絵本の読み聞かせに挑戦！

～10代の読み聞かせボランティア養成講座～

市立図書館

中・高校生を対象とした絵本の読み聞かせボランティア養成講座を開催します。

■日時 7月22日(土)午後1時30分～3時30分

■対象 中学1年生～高校3年生 (市内在住もしくは市内の中学校・高校に通っている生徒)

■定員 8人

■申し込み方法 申込用紙に必要事項を記入し、ファクスまたは持参。申込用紙は図書館で配布するほか、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。



■申込期限 7月14日(金)

■その他 終了後、希望者は7月29日(土)に実施する「おはなし会」にボランティアとして参加できます。

■場所・申し込み 市立図書館 (☎62-2414)

生涯学習を行うグループに講師を派遣

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6年2月末まで/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

■申し込み 市生涯学習課社会教育係 (☎68-9119)

スタジオから

夏の盛りとなりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。今回は、みやこハーバーラジオの新たな仲間を紹介します。

- Q. 自己紹介をお願いします。
 A. 大槌町出身、新人パーソナリティの山崎真緒です。宮古市に来て、まだ1年目なので、宮古のグルメや観光を楽しみたいです。
- Q. 宮古の魅力や、好きなどころは。
 A. 海が好きです。落ち込んだり気分を上げたいときに見て癒やされています。
- Q. どのような放送をしたいですか。
 A. ほっと心がほぐれる時間を提供できる放送をしたいです。
- Q. 自己紹介をお願いします。
 A. 営業の佐藤翔太です。仕事を通じて宮古のことをたくさん知りたいです。

- Q. 宮古の魅力や、好きなどころは。
 A. 過ごしやすい気候ときれいな景色です。
 開局10周年を目前に、新たに仲間を2人加え、宮古を盛り上げます。これからもみやこハーバーラジオをよろしくお願ひします。



- 「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・メールお待ちしております
- 〒027-0076 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)

一般セミナー「ふるさと探訪①」 ～閉伊七社明神巡り～

閉伊地方を治めていた閉伊頼基の家臣で、領内の要地を守っていた七士を祭神とする神社を巡ります。

- 日時 7月20日(木)午前9時～午後3時ごろ
- 集合場所 北上山地民俗資料館
- 見学場所 老木明神(田鎖神社)、刈屋明神(貴船神社)、国境明神(兜明神)、小国明神(八坂神社)ほか
- 講師 市市史編さん室・假屋雄一郎室長
- 定員 10人
- 参加料 無料
- 用意する物 昼食、飲み物、動きやすい服装(山道を歩く箇所があります)
- 申込期間 7月1日(土)午前9時～16日(日)午後5時
- ※3日(月)・10日(月)は休館日です
- 申し込み方法 電話
- その他 バスで移動します
- 申し込み 川井生涯学習センター (☎76-2167)

俳句に親しむ

季題「草取」「夏の月」

さいとう白沙 選

【特選】

草むしり草に名前を問うてみる

齋藤敏通

評||朝ドラの「らんまん」

は日本の植物学の父牧野富太郎の物語。多数の植物の命名で知られている。

まぼろしか湖面に浮ぶ夏の月

松崎光子

評||おそろく夏の満月だろ。

湖面に映っているのだが浮かんで見えた。上五の倒置法が効いている。

【入選】

けだるさの残るひと日や夏の月

大越貞子

空見上げ友だちと見る夏の月

小野寺未来(小6)

吾子手術ひたすら祈る夏の月

大村良子

納骨を済ませて帰路の夏の月

川崎みちえ

草むしり終えて味わう爽快感

刈屋國夫

草取や取れば取るほど意地がでて

駒井和子

草取や集合時間は朝六時

佐々木勝幸

草取れば花誇らしく咲きにけり

長洞良枝

◆次の季題「青胡桃」「燕の子」※7月6日(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39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。原則として、季題は一句に一つ。
 ○小中高生の作品歓迎。年齢、住所、氏名、電話番号を書いてください。
 ◇選者詠「ぶりっぶりの噴火しそうな海鞘を買う 白沙」

北上山地民俗資料館の展示紹介「菊寿石（頑火輝石）」

市教育委員会文化課 編

写真は、川井地域の小国地区道又で産出される頑火輝石という鉱物です。早池峰山の基盤を作っていることでも知られている「蛇紋岩」という岩石が熱による変成を受けてできたものです。繊維状の結晶が放射状の形となり、その形が菊の花のように見えることから、きれいに磨いて観賞用の石として珍重されてきました。

地元ではキクの花のような模様から「菊^{きく}花石^{かせき}」と呼んでいますが、本来の「菊花石」という名称は、国の特別天然記念物に指定されている岐阜県の「根尾谷^{ねおだに}の菊花石^{けいかかせき}」が有名です。これは方解石という鉱物の結晶がキクの花のように見えるもので、頑火輝石の「菊寿石」とはまったく異なるものなのです。この小



「小国の菊寿石（頑火輝石）」（宮古市川井総合事務所蔵）北上山地民俗資料館ロビーで展示中

国の「菊寿石」のような放射状の頑火輝石は全国的に珍しく、小国地区は国内最大の産地でした。1970（昭和45）年ころから採掘されていましたが、現在では採掘されていないために数が少なく、今でも貴重な品として出回っています。当館ロビーでは、昨年度に開催したミニ企画展「みやこの鉱物」で「菊寿石」を展示しましたが、現在も継続して展示していますので是非ご覧ください。

市長のひとり言

5月28日に浄土ヶ浜パークホテルを舞台に行

われた第8期叡王戦五番勝負第4局。3連覇に王手をかけた藤井聡太叡王と、かど番の菅井竜也八段による一戦は、総手数250手の激闘でした。

対局者ら日本将棋連盟の一行は、前日27日に宮古入り。道の駅やまびこ館、遊覧船宮古うみねこ丸、浄土ヶ浜を案内し、浄土ヶ浜では、震災で犠牲となられた方々に献花を行っていただきました。遊覧船では、束の間の休息を楽しみむかのように、笑顔を見せながらウミネコに餌をあげる対局者らの姿がとても印象的でした。

気になる「勝負飯」や「勝負ドリンク」は？というところ、藤井叡王は、やまびこ館で試飲した紫蘇ジュース「川井ペリラー」を勝負ドリンクに選んでいただきました。菅井八段は、勝負飯に「ウニ、宮古トラウトサーモン、いくら」の『三色丼』。「とても美味しく、完食しました」と喜んでいただきました。

勝負の結果は、2度の「千日手」の末、差し直し局を制した藤井叡王が勝利し、叡王戦3連覇を果たしました。12時間にも及ぶ激闘は「観る将」の私も胸が熱くなり、両者に心からの拍手を贈らせていただきました。

「記録」にも「記憶」にも残る歴史的な対局は、藤井叡王、菅井八段をはじめ関係者の皆様から「素晴らしい環境だった」「また宮古での開催を楽しみにしている」との最高の誉め言葉をいただきました。

主催の不二家様、日本将棋連盟様、特別協賛のレオス・キャピタルワークス様をはじめ関係者の皆様に、改めて感謝申し上げます。

ご縁ができました棋士の皆様のさらなる活躍を応援しています。



対局モニター室にて。左から、大盤解説を務めた聞き手の竹部さゆり女流四段、解説の小山怜央四段、立会の森内俊之九段

〔広告〕

大いなる開拓人生をヒロセ電機とともに。

HRS 東北ヒロセ電機株式会社
本社・工場／岩手県宮古市赤前第二地割21番地2

〔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/kohomiyakokoukokubosyuu.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）



田老漁港から引き船が出港。色とりどりの大漁旗をはためかせながら湾内を周回し、海の安全と大漁を祈願しました



タイを釣る場面は、恵比寿舞の見所の一つ。息の合ったかけ合いに、会場からは拍手が起きていました



観客の皆さんも手拍子でノリノリでした♪

5月21日、田老町漁協横イイベント広場などを会場に「復興たろう大漁まつり」が開催され、約900人が来場。まつりでは、海上安全と大漁成就を願い、黒森神楽の演舞が行われ、「山の神舞」と「恵比寿舞」が披露されたほか、1980年代を魅了した麻倉未稀さんのミニライブも開催されました。佐原地区在住の50代女性は「青春時代に聞いていた懐かしい曲ばかりで最高だった。落ち込んだ時には必ず「ヒーロー」を聞いて元気をもらっている。生の歌声を聞くことができて感動した」とその余韻に浸っていました。

大漁・安全を祈願！
宮古の水産業に活気を

麻倉未稀さんが
ミニライブ！

「ヒーロー」や「ホワット・ア・フィーリング～フラッシュダンス」など6曲を披露。その姿を一目見ようと、会場に訪れた多くの観客を魅了しました。



「ヒーロー」を熱唱する麻倉さん

編集後記

▼観王戦第4局を取材（表紙・目次参照）。藤井観王の防衛が、菅井八段が第5局に持ち込むか。ネット上では「二千日手」がトレンド入りしたり、「お二人が飲んだ」かわいペリーラ」の注文が殺到。日本中から注目された一戦を取材できたこと、一生の宝物です。（秀）

▼「潮干狩りと海岸清掃」を取材（15頁参照）。アサリを見つけて喜ぶ児童らの笑顔は素敵でした。子供達にはいつも元気をもらいます。5月には、取材した子供から手紙を頂きました。しかも、受け取った日は、誕生日でした！最高のプレゼントをありがとうございました！（憲）

▼本号から編集をお手伝いしています、地域おこし協力隊の伊藤です。ハナヒョウタンボクを観察会で、初めて取材に同行しました。ハナヒョウタンボクも珍しいもので見事でしたが、道すがら、近くにお住まいの方の庭先に咲いていた花も素敵でした。あれはスズランかな…。（和）



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