

市新型コロナワクチン接種【予約・相談】センターが営業終了

広報みやこ2月1日号5頁でお知らせしたとおり、新型コロナワクチン接種は3月31日(日)で終了します。

このことに伴い、宮古市新型コロナワクチン

接種【予約・相談】センターは、2月29日(木)で営業を終了します。3月1日(金)以降の新型コロナワクチン接種の予約・相談は、下記にお問い合わせください。

■問い合わせ

宮古保健センター（市健康課地域保健医療係）

■電話番号 [☎64-0111](tel:027-64-0111)

■受け付け時間 午前8時30分～午後5時15分（平日のみ。土・日・祝日は休み）

住民税均等割のみの課税世帯、低所得者の子育て世帯の方などへ 宮古市低所得者支援給付金を支給

物価高騰に対応するため給付金を支給します。

■支給額

①住民税均等割のみの課税世帯 1世帯あたり10万円（1回限り）

②低所得者の子育て世帯 18歳以下の子ども1人あたり5万円

■支給対象 以下のいずれかに当てはまる世帯

①住民税均等割のみの課税世帯 世帯全員の令和5年度の住民税所得割が非課税である世帯

※7万円の給付金支給世帯を除く

②低所得者の子育て世帯 令和5年度の住民税非課税世帯および均等割のみの課税世帯で、同一世帯に18歳以下の子どもがいる世帯

※18歳に達する日以降最初の3月31日まで（平成17年4月2日生まれ以降）の子ども

《①②共通》▷令和5年12月1日時点で、本市に住民登録がある▷住民税均等割が課税されている人の扶養親族のみで構成される世帯を除く

■申請方法

①住民税均等割のみの課税世帯

【申請書の提出が必要な世帯】（**手続きが必要**）

令和5年1月2日以降の転入者や未申告の人がいる世帯

②低所得者の子育て世帯

【申請書の提出が必要な世帯】（**手続きが必要**）

別世帯だが扶養している子どもがいる、または基準日以降に生まれた新生児がいる世帯

《①②共通》【確認書が届く世帯】（**手続きが必要**）

確認書を記入し同封の返信用封筒で返送、または確認書に記載のQRコードでオンライン申請してください。

※詳しくは市ホームページ（右記QRコード）をご覧ください



■申請期限 5月31日(金)

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

「令和6年能登半島地震」への募金活動～皆様のご協力に感謝～

1月11日から31日にかけて、市内小・中学校10校が校内や街頭などで募金活動を実施しました。これらは、甚大な被害を受けた自治体などに送付され、被災された皆さんの生活支援に役立てられます。

■実施校（募金額）千徳小学校（112,827円）、高浜小学校（40,091円）、津軽石小学校（10,606円）、崎山小学校（51,053円）、第一中学校（80,161円）、第二中学校（126,812円）、河南中学校（160,727円）、宮古西中学校（133,114円）津軽石中学校（16,905円）、崎山中学校（27,627円）

地域のコミュニティ事業を応援！

宝くじ助成金で地域の備品を整備

自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として自治会などのコミュニティ活動に対する助成を行っています。

対象となる事業は、地域コミュニティ活動の充実・強化を図り、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与する事業です。

令和5年度は、1団体が助成事業の採択を受け、活動に必要な備品を整備しました。

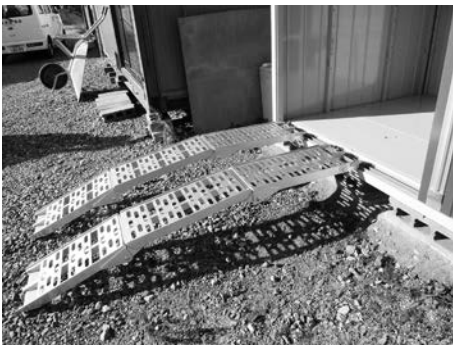
■実施内容

- ① 団体名Ⅱ鴨崎町第二自治会
- ② 助成金額Ⅱ130万円
- ③ 助成内容Ⅱ地域活動備品の整備（刈払機、プロア、除雪機、アル

【整備された備品の一例】



上（物置）下（アルミスロープ）などを整備



地域活動を通して住みやすいまちづくりを！



ミスロープ、発電機、ガソリン携行缶、物置、パソコン、プリンター、デジタルカメラ）
■問い合わせ
市生活課男女参画・協働推進係（☎68-9080）

「広報みやこ」一枚写真の部 岩手県第2位に輝く！

令和5年度岩手県市町村広報コンクール（県、県広報協議会など主催）の一枚写真の部で、広報みやこが第2位となりました！

受賞作品は広報みやこ6月1日号の表紙で、昨年4月に客船ダイヤモンド・プリンセスが寄港した時の一枚になります。

今後もより良い広報紙の発行に取り組んで参りますので、皆さまのご協力をよろしくお願い致します。

■問い合わせ 市企画課広報係（☎68-9065）



宮古市事業者等省エネルギー対策推進事業費補助金 事業者などの省エネルギー化を推進

市内事業者や商店街の省エネルギー化を推進するため、事業所内の照明機器や商店街の街路灯をLEDに更新する経費を補助します。

なお、本補助金は、宮古市の支援になります。

■対象者

市内に事業所を有し事業を営む法人、個人または商店街振興組合などで、公務を除く全業種（農・林・漁業、不動産業にあつては個人を除く）

■補助内容

事業を行う事務所・店舗・工場などの照明器具および商店街の街路灯をLED照明に更新する際にかかる経費（市内業者による施工または購入に限る）

■補助率 2分の1（上限30万円）

■申請期間 7月31日（水）

※対象要件、申請書類などの詳細は、市ホームページ（右記QRコード）をご覧ください

■申請方法 市産業支援センター（市役所2階）に持参

■問い合わせ 市産業支援センター商業労政係（☎68-9067）



イスラエル・ガザ人道危機救援金 受付期間を延長

日本赤十字社岩手県支部宮古市地区では、同救援金の受付期間を延長しました。

引き続き、皆さまの温かい支援をよろしくお願ひします。

■募集期限 3月29日(金) (2ヵ月延長)

■受け付け方法 市総合窓口課(市役所1階)、田老・新里・川井の各総合事務所、各出張所に設置している募金箱に入れてください

■日本赤十字社に直接送金する場合

日本赤十字社ホームページ(右記QRコード)を確認願ひます



■問い合わせ

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



市総合窓口課(市役所1階)に設置している募金箱

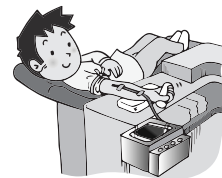
3月6日(水)	3月4日(月)	献血車運行日
岩手県宮古地区合同庁舎	市民交流センター	会場
①午前9時～11時30分 ②午後1時～4時30分	①午前10時～11時30分 ②午後1時～4時30分	時間

400ミリリットル献血の実施です。献血は、命を救うために欠かすことのできない大切なボランティアです。皆さまのご協力をお願ひします。

※65歳以上は、60歳から64歳までに献血経験がある人に限りです

■献血車運行日
左表のとおり

■問い合わせ
市生活課生活安全係(☎689109)



献血で、つながるいのち。皆さまのご協力を。

国民年金保険料の前納は口座振替・クレジットカードがお得!

国民年金保険料の納付は、割引のある前納が大変お得です。特に、口座振替による前納は、現金での前納より割引額が大きくなります。クレジットカードによる前納の場合、割引額は現金での前納と同じですが、ポイントが加算されるカードは最もお得になる場合があります。

なお、新たに口座振替・クレジットカードによる「2年・1年・6ヶ月」の前納を希望する場合、2月29日(木)までに申し込みが必要です。

また、3月1日(金)受け付け分以降は、年度

の途中でも初回の振替から前納が可能になります。それに伴い、納付申出書の様式が変わります。詳しくは、日本年金機構のホームページ(右記QRコード)をご覧ください。



■申し込み場所 宮古年金事務所(太田一丁目)、市総合窓口課(市役所1階)、各総合事務所・出張所

■用意する物 ①預金通帳またはクレジットカード②通帳登録印鑑(クレジットカード納付の場合は不要)③基礎年金番号が分かるもの

■問い合わせ 宮古年金事務所(☎62-1963)

【参考】令和5年度の保険料額と前納割引額

前納期間	1年(4月～翌年3月分)		2年(4月～翌々年3月分)	
	保険料額	割引額	保険料額	割引額
口座振替	194,090円	4,150円	385,900円	16,100円
現金またはクレジットカード	194,720円	3,520円	387,170円	14,830円

※令和6年度の保険料額は、2月下旬頃に告示される予定です

三陸ジオパーク学習会 ～今こそ学び直したい地震の基礎知識～

- 日時 3月2日(土)午前9時30分～正午
- 場所 浄土ヶ浜レストハウス2階
- 内容 地震が起きるしくみや用語を学び、地殻変動の痕跡が分かる地層を観察する
- 講師 柳澤忠昭(市三陸ジオパーク推進協議会学術アドバイザー)
- 定員/参加料 先着20人/100円(保険代)
- 用意する物 防寒具
- 申し込み 市観光課ジオパーク推進係(☎68-9091)または申し込みフォーム(右記QRコード)



断層などを観察します(写真は令和4年度の様子)

もしものために確認を！
土砂災害の危険性がある箇所が新たに公表

高精度な地形情報を使って、崖・沢などの土砂災害が発生する恐れのある箇所を抽出したマップが、岩手県から公表されました。

日頃から土砂災害の危険箇所を確認し、大雨時の避難などに役立てましょう。

■いわてデジタルマップ(土砂災害に関する規制図)
新たな「土砂災害が発生する恐れのある箇所」や、土砂災害警戒区域を確認できます(下記QRコード)。

■岩手県防災書課ホームページ
公表に関する概要や、市町村別の箇所数などを確認できます(下記QRコード)。



■問い合わせ 沿岸広域振興局土木部
宮古土木センター(☎0222-2221)、
市建設課管理係(☎0222-9102)

宮古の農業まるごと体験「こんにゃくづくり体験」

今年度4回目の農業体験は「こんにゃくづくり体験」を行います。この機会に、農産物の加工を体験してみませんか。

- 日時 3月2日(土)午前9時30分～午後0時30分
 - 場所 花輪農村文化伝承館(花輪6の13)
 - 内容 こんにゃくづくり、試食
 - 講師 竹野牧子(市農業委員)
 - 対象 市民(小学生以下は保護者同伴)
 - 定員 先着10人
- ※応募者多数の場合は、抽選。当選結果は文書で通知します
- 参加料 無料
 - 用意する物 エプロン、三角巾、マスク
 - 申し込み方法 氏名、生年月日、性別、住所、電話番号を電話で連絡
 - 申込受付期間 2月15日(木)～22日(木)午前9時～午後5時(土・日を除く)
 - 申し込み 市農林課農政係(☎68-9094)



こんにゃく芋を調理していくと...



きれいなこんにゃくが完成!



みやこ“冬の味覚”イベントリレー 第5弾！第22回宮古毛ガニまつり

- 日時 3月3日(日)午前9時～午後2時
- 会場 宮古市魚市場特設会場
- 内容 ▷宮古の毛ガニ、ワカメ、カキ、サケ、マダラなどの特産品販売やグルメ屋台▷海産物セットが当たる抽選会（会場内で500円お買い上げごとに抽選券を1枚進呈。4枚で1回抽選）▷毛ガニ一本釣り（参加料2千円、参加者は当日抽選）
- ステージイベント（内容/時間）▷山口太鼓の会/午前9時30分▷オープニングセレモニー、餅まき/10時▷岩手まるごとおもてなし隊/正午▷小田代直子歌謡ショー/午後1時30分
- その他 ①会場周辺の道路や駐車場の混雑が予想されます。無料シャトルバス、無料シャトル遊覧船をご利用ください（時刻表を参照）②来場者を対象に「みやこ“冬の味覚”イベントリレー」プレゼントキャンペーンを開催中です。会場のQRコードからご応募ください
- 問い合わせ 宮古観光文化交流協会（☎62-3534）

宮古毛ガニまつり プレイベントin浄土ヶ浜

- 毛ガニの販売などを行います。皆さん、ぜひお越しください！
- 日時 2月25日(日)午前10時～午後2時
- 会場 浄土ヶ浜レストハウス前特設会場
- 内容 毛ガニの販売、毛ガニ一本釣り、輪投げで毛ガニをゲット など
- 問い合わせ 宮古観光文化交流協会（☎62-3534）



今が旬！身が締まった絶品の毛ガニです

■無料シャトルバス時刻表

宮古駅前⇄宮古毛ガニまつり会場

時刻表	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
宮古駅前発	8:30	9:30	10:30	11:30	12:30	13:30	-
宮古信金発	8:35	9:35	10:35	11:35	12:35	13:35	-
会場発	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	14:30

浄土ヶ浜第一駐車場⇄宮古毛ガニまつり会場

時刻表	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
浄土ヶ浜第一駐車場発	8:30	9:30	10:30	11:30	12:30	13:30	-
会場発	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	14:30

■無料『シャトル遊覧船』時刻表

浄土ヶ浜遊覧船発着所⇄出崎ふ頭発着所

時刻表	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
浄土ヶ浜発	8:40	9:30	10:30	11:10	11:50	12:30	13:10
出崎ふ頭	着	8:50	10:00	10:40	11:20	12:00	12:40
	発	-	10:10	10:50	11:30	12:10	12:50
浄土ヶ浜着	-	10:20	11:00	11:40	12:20	13:00	14:20

“宮古の毛ガニ” インスタグラムフォトコンテスト

- 募集期限 3月4日(月)
- 募集作品 宮古の毛ガニの魅力や、そのおいしさを表現する作品
- 応募資格 宮古の毛ガニに関する投稿ならどなたでも応募できます（撮影場所は、市内でなくても可）
- 各賞・賞品 【最優秀賞】毛ガニ1万円分【優秀賞】Ristorante KATSUYAMAお食事券5千円分、よし寿司お食事券5千円分【敢闘賞】遊覧船“宮古うみねこ丸”ペア乗船券【特別賞】宮古の幸詰め合わせ【参加賞】宮古毛ガニまつり優先入場券&毛ガニクリアファイル
- 応募方法 ①宮古観光文化交流協会公式アカウント（右記QRコード）をフォロー②ハッシュタグ「#宮古の毛ガニ」を付ける③タイトル、撮影日、撮影場所、あなたが思う宮古の毛ガニの魅力や宮古らしさ、説明文を明記
- ※詳しくは、同協会ホームページ（右記QRコード）をご確認ください
- 問い合わせ 宮古観光文化交流協会（☎62-3534）



● 3月1日(金)～7日(木)は「子ども予防接種週間」

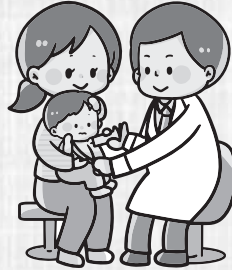
4月からのお子さんの入園・入学に備えて、受け忘れていた予防接種が無いかな、母子健康手帳で確認してみましょう。

定期予防接種は、病気の種類ごとに定められた対象年齢や対象時期があります。対象年齢や対象時期を過ぎてしまうと、任意接種の取扱いとなりますのでご注意ください。

接種をする際は、必ず事前に医療機関に予約をしてお受けください。

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

■問い合わせ 宮古保健センター
(☎64-0111)



● ノロウイルスによる食中毒を予防しましょう

令和4年度に発生した食中毒のうち、ノロウイルスによる食中毒は、総事件数962件中63件（6.5%）、総患者数6,856人中2,175人（31.7%）となっており、患者数では食中毒の原因の第1位となっています。

ノロウイルスには次のような特徴がありますので、手洗いや食品の取扱いなどに十分気をつけてください。

【ノロウイルスの特徴】

(1)いつ発生するか 1年を通じて発生しますが、特に秋から冬にかけて多く発生します

(2)どんな症状か ウイルスが体内に取り込まれてから、24～48時間で発症し、吐き気、下痢、腹痛、嘔吐、発熱（38℃以下）などの症状が出ます

(3)どのように感染するか ノロウイルスを含む食品を食べる、ノロウイルスに感染した人の手などを介してウイルスが付いた食品を食べる など

(4)どんな食品が原因となるか カキなどの二枚貝が多い傾向にありますが、ほうれん草のおひたし、サンドイッチ、ロールケーキ、餅などでも、食中毒が発生しています

(5)どのように予防するのか

①加熱が必要な食品は、中心部までしっかり加熱しましょう（中心温度85～90℃で90秒間以上）

②食品取扱者や調理器具などからの二次汚染を防止しましょう

③トイレの後、調理する際、食事の前には石けんと流水でよく手洗いし、清潔なタオルまたはペーパータオルで拭きましょう

④嘔吐物や糞便などの汚物は、適切に処理しましょう（次亜塩素酸ナトリウムや加熱による処理が有効）

※消毒用エタノールは、ノロウイルスに対して十分な消毒効果が期待できません

■問い合わせ 宮古保健所環境衛生課食品医薬品チーム (☎64-2218)



西ヶ丘カフェ (認知症カフェ)

■日時 2月21日(水)午後1時30分～2時30分

■場所 西ヶ丘地区センター

■内容 認知症の学びとおしゃべりを楽しむカフェ

■対象 西ヶ丘に住んでいる人

■参加料 200円（お茶菓子代）

■申し込み みやこ西部地域包括支援センター (☎77-5771)



認知症に関する 相談のお知らせ

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

ぜひ、お気軽にご相談ください。

■日時 3月4日(月)午後1時～4時

■場所 市介護保険課相談室（市役所1階）

■内容 相談は予約制です。事前に電話で予約をしてください

■申し込み 市介護保険課いききライフ推進室 (☎68-9126)



シルバーリハビリ体操 デモンストレーション

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

■日時 3月4日(月)午後1時30分～3時

■場所 市民交流センター2階運動スタジオ

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

■講師 シルバーリハビリ体操指導者

■対象 市内在住の人

■定員 20人程度

※申し込み者多数の場合は、時間調整をすることがあります

■参加料 無料

■用意する物 運動しやすい服装、飲み物、タオル、上履き、マスク

■申込期限 当日の午前10時まで

■申し込み 市介護保険課地域包括支援センター（☎68-9086）



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
新里	3/5(火)	10:00～11:00	四番地区総合センター	▶血圧測定、個別相談、骨密度測定
		13:30～14:30	新里生涯学習センター	▶講話「骨粗しょう症予防」
	2/26(月)	13:30～14:30	川内地域振興センター	▶血圧測定、個別相談 ▶講話「オーラルフレイル」
	2/27(火)		江繋地域振興センター	
川井	3/4(月)	10:00～11:00	川井保健センター	▶血圧測定、個別相談 ▶講話「高齢者のうつと認知症」
		13:30～14:30	片栗集会所	▶血圧測定、個別相談 ▶講話「慢性腎臓病予防」
	3/5(火)	10:00～11:00	小国地域振興センター	▶血圧測定、個別相談 ▶講話「低栄養予防」
	3/6(水)		岡村集会所	▶血圧測定、個別相談 ▶講話「慢性腎臓病予防」

子どもの健康診査・相談日程

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

■用意する物 母子健康手帳、問診票、仕上げみがき用歯ブラシ

■場所・問い合わせ 宮古保健センター（☎64-0111）

種類	対象児	期日	受付時間
1歳児(相談)	令和5年2月生まれ	3/6(水)	9:00～9:30
1歳6カ月児(診査)	令和4年8月生まれ	3/6(水)	13:00～13:30
2歳6カ月児(相談)	令和3年7月生まれ/令和3年8月生まれ	3/13(水)	9:00～9:30
3歳児(診査)	令和2年11月生まれ/令和2年12月生まれ	3/13(水)	13:00～13:45

産前・産後サポート事業 すまいるママサロン

【ママののんびりゆったりお話サロン】

■時間 午前10時15分～11時30分（10時受け付け開始）

■内容 妊産婦さんの交流の場です。必要時育児相談を行います

【産前産後ヨガ】

■時間 午後1時45分～3時（1時30分受け付け開始）

■対象 妊娠20週、産後6週以降で運動制限のない人。参加の際は主治医の許可を得てください※申し込み多数の場合は初参加の人を優先します

【共通】

■期日/場所 2月22日(木)/宮古保健センター2階

■対象/定員 妊婦、産後1年未満の産婦および乳児/10組程度

■参加料/用意する物 無料/母子健康手帳、バスタオル、飲み物

■申込期限 2月20日(火)

■申し込み 市子育て世代包括支援センター（☎64-0111）

●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

情報 掲示板

市生活課

▼女性のココロとカラダのセルフケア
「リフレッシュヨガ」

●日時 3月14日(木)午後6時30分～8時
●場所 市民交流センター2階運動スタジオ2
●内容 職場や家庭、地域で多様な役割を担う女性が、いきいきと暮らし働き続けられるよう「ヨガ」で健康増進を図ります ●講師 maki (ヨガインストラクター) ●対象 興味・関心のある女性 ※妊娠中の人は参加不可 ●定員 10人 ●参加料 無料 ●用意する物 フォーム(下記QRコード)、飲み物、動きやすい服装、ヨガマット(お持ちでない人にはクッションマットを貸し出し) ●申し込み方法 申し込みフォーム(下記QRコード)、電話またはファクス ●申込受付開始日 2月15日(木) ●申し込み 市生活課男女参画・協働推進係(☎080・FAX09110)

市文化課

▼チョウセンアカシジミ産卵地観察会
●日時 3月10日(日)午前10時～正午
●場所 旧亀岳小学校周辺(田代第16地割141) ●内容 チョウセンアカシジミの産卵地および卵の観察 ●講師

尾形洋(チョウセンアカシジミの会代表) ●参加料 無料 ●問い合わせ 市文化課(☎07526)

北上山地民俗資料館

▼「玉味噌」作り体験

●日時 3月1日(金)午前11時～午後3時 第2回 3月2日(土)午後1時～3時 第3回 4月12日(金)午後1時～3時
●場所 第1回 タイマグラ、北上山地民俗資料館(10時55分までに同館に集合) 第2・3回 川井生涯学習センター 講師 山代陽子(タイマグラばあちゃん) 直伝の味噌作り伝承者 ●対象 全3回参加可能な人 ●定員 先着6人 ●参加料 千円(3回分) ●用意する物 エプロン、三角巾、マスク、昼食、飲み物 ●申込期間 2月15日(木)～25日(日) ●申し込み 北上山地民俗資料館(☎02167)

市民交流センター

▼3月の市民交流まつり

●日時 3月3日(日) 時間 午前9時～午後5時 ●内容 おひなまつりコンサート、語り継ぐ3・11防災特別企画、春のフラワーアレンジメント、季節のぬりえ など ●その他 詳細は交流センターホームページ(下記QRコード)をご覧ください ●場所・問い合わせ 市民交流センター(☎04166)

中央公民館

▼リズムステップでリフレッシュ!

●日時 3月2日・9日・16日(土) 全3回 午後1時30分～3時 ●内容 ステップ台を使ったエアロビクスとストレッチ ●講師 佐々木佳子(市体育協会) ●対象 市民 ●定員 先着8人 ●保険代 150円 ●用意する物 上履き、汗拭きタオル、運動のできる服装、飲み物 ●申込受付開始日 2月18日(日) 午前10時 ●場所 申し込み 中央公民館(市民交流センター、☎04166)

中央公民館分館

▼レジンアクセサリー教室 春色、ミモザのネックレス

●日時 3月9日(土) 午前9時～11時30分 ●講師 佐々木ひかる(ハンドメイドアクセサリー作家) ●対象 市民 ●定員 先着6人 ●参加料 1500円 ●用意する物 マスク、飲み物 ●申込受付開始日 2月17日(土) 午前9時 ●場所 申し込み 中央公民館分館(☎04700)

山口公民館

▼春を味わう・生わかめ料理講座

●日時 3月17日(日) 午前11時～午後1時 ●内容 宮古産の生わかめ調理体験 ●講師 晴澤雪枝(料理研究家) ●対象

〔広告〕

おうち消化器内科クリニック

【診療内容】

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

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

うみマチひろば

▼新年度「定期教室」生徒募集

①生花教室 ●日時 2月1回 火曜日 午後7時～9時 ●講師 小金淵陽子(草月流) ●定員 16人 ●会費 1回1200円程度 ●用意する物 花切りばさみ
②料理教室 ●日時 2月1回 日曜日の午前中 ●講師 各分野の先生(和・洋・中・お菓子) ●定員 15人 ●材料代

千円程度●用意する物●エプロン、三角巾、持ち帰り用容器

③ペン字教室●日時●第2・4木曜日午後7時～9時●講師●菅野安子(華翠塾代表)●定員●25人●会費●月600円(初回に年間テキスト代6千円)●用意する物●ボールペン、ノート

④デジタル倶楽部●日時●月1回日曜日午後1時～3時●内容●各自がパソコンやスマホを持ち寄り、分からないことを先生に聞いたり、お互いに教え合ったり、楽しく学び合えるサークルのような教室です●講師●川戸大洋●定員●10人●会費●1回700円●用意する物●お持ちのパソコン・スマホ、筆記用具など

②山口公民館●申込受付開始日●2月15日(木)●その他●2年度途中の募集は受け付けません

▼ひなまつりイベント

日時●3月2日(土)午前9時～正午●場所●うみマチひろば●内容●書写体験 ひな人形の展示、折り紙あそびなど●入場料●無料●その他●参加者にはひなあられをプレゼント

▼わたしの復興ぞうきん展

日時●3月2日(土)・3日(日)午前9時～午後9時(3日は午後5時まで)●場所●うみマチひろば●内容●3・11に向けて全国から集まった、手縫いで紡いだ復興ぞうきんとメッセージを展示します●入場料●無料

▼武道体験

日時●3月10日(日)午後1時～4時●場所●うみマチひろば●内容●初心者を対象に、空手、柔道、剣道、合気道、テコンドーの体験会を行います●講師●各団体代表●定員●20人●参加料●500円●用意する物●運動できる服装、タオル、飲み物●その他●参加料は前日までにお支払い願います

④共通●問い合わせ●うみマチひろば(宮古市地域創生センター、☎0571-333)

浄土ヶ浜ビクターセンター

▼潮風トレイルin宮古毛ガニまつり

日時●3月3日(日)午前9時～11時30分※荒天時翌週順延●内容●アップダウンのあるトレイルコース約6キロを歩きます。ゴールでは宮古毛ガニまつりを楽しんでいただき、会場(宮古市市場)で解散となります●定員●先着25人●参加料●無料●用意する物●歩きやすい服装、雨具、行動食、飲み物、リュック、帽子、手袋●申込受付開始日●2月15日(木)●申し込み方法●申し込みフォーム(下記QRコード)●集合場所●申し込み●浄土ヶ浜ビクターセンター(☎1690)

開催・募集など

MoParadise PARTY SANRIKU2024
日時●2月23日(金)午後2時～5時

30分●場所●市民文化会館大ホール

内容●三陸の活力を発信するダンスイベント―豪華ゲストを招いたラジオ公開収録など●入場料●無料●その他●最新情報はインスタグラム(下記QRコード)をご覧ください●問い合わせ●MoParadisePARTY実行委員会(☎inoparadiseparty@gmail.com)

④共通●問い合わせ●浄土ヶ浜ビクターセンター(☎0571-333)

▼昭和思い出探し「宮古のひなまつり」

日時●2月25日(日)～3月3日(日)午前10時～午後4時●場所●市民交流センター2階和室●おひな様づくり体験●日時●2月27日(火)午前10時～正午●場所●カフェ風●材料代●500円

④共通●お問い合わせ●ひなあられをプレゼント

お問い合わせ●イベント事務局・松原(☎0563-3632)

▼「終活」無料説明会

日時●2月26日(月)午前10時～11時●場所●陸中ビル3階研修室●内容●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●川島和雄●定員●10人程度●参加料●無料●申し込み●エンディングサポートみやこ(☎090-7521-4139)

▼宮古高等学校通信制の生徒を募集

通信制●日曜スクーリングへの出席レポートの添削指導、テストに合格することで単位修得を進める高校です。文化祭やボウリング大会などへの参加も卒業の要件です。年齢を問わず入学できます※詳細はホームページ(下記QRコード)をご覧ください●問い合わせ●宮古高等学校通信制(☎0574-228)

▼希望郷いわてモニター募集

内容●県の施策についてのアンケート(おおむね年5～10回程度)に回答●資格●県内在住の満18歳以上の人(4月1日現在)●募集人員●100人程度●任期●4月1日(月)～令和8年3月31日(火)(2年間)●謝礼●謝礼品を贈呈(年1回、アンケート回答者のみ)●申し込み方法●県ホームページ(下記QRコード)をご覧ください●申し込み期限●2月29日(木)●問い合わせ●県庁広聴広報課「希望郷いわてモニター」募集係(☎019-629-5281)

「統計の日（10月18日）」の標語を募集

総務省

総務省では10月18日を「統計の日」と定め、その一環として、毎年「統計の日」ポスターなどに活用する標語を募集しています。

■応募期限 3月31日(日)

■応募方法 所定の応募用紙で1人5作品まで応募できます。必要事項を記入し、郵送またはメールで提出してください。詳しくは、総務省ホームページ(右記QRコード)をご覧ください。



■問い合わせ 総務省政策統括官付統計企画管理官室地方統計機構担当 (〒162-8668東京都新宿区若松町19の1、☎toukeinohi@soumu.go.jp、☎03-5273-1144)

「解決の糸口を見つけに行こう！」相談会

信用生協盛岡事務所・釜石事務所

専門スタッフや弁護士がお金や暮らしに関する悩みなどを聞き、一緒に解決の糸口を見つけます。

■日時 3月2日(土)午前10時～午後4時

■場所 ①信用生協盛岡事務所(盛岡市南大通1の8の7CFCビル2階) ②釜石市保健福祉センター9階研修室(釜石市大渡町3の15の26)

■対象の相談 ①お金の問題(多重債務問題など) ②遺産相続③不動産売買④税金などの公共料金の滞納⑤DV・離婚問題⑥その他暮らしに関する悩み事

■相談料 無料(要事前予約)

■予約・問い合わせ 信用生協盛岡事務所(☎0120-101-245)、信用生協釜石事務所(☎0120-101-965)

- 市立図書館 ☎62-2414 田老分室 ☎87-2976
新里分室 ☎72-2019 川井分室 ☎76-2167
- ■開館時間 午前9時～午後5時
※市立図書館のみ水～土曜日(祝日は除く)は午後7時まで開館しています
- ■休館日 月曜日、2月21日(水)～27日(火)



図書館からの
お知らせ

期日	駐車時間	場所	期日	駐車時間	場所
2月28日(水)	10:00～10:30	旧愛宕小学校	2月17日(金)	10:40～11:10	県営磯鶏アパート
	10:50～11:15	鎌ヶ崎小学校正門前		11:30～11:50	赤前・柳澤商店付近
	11:25～11:40	市営港町住宅		13:30～14:00	重茂・里(漁協集荷所付近)
	13:40～14:00	田鎖公民館前		14:15～14:35	笹見内・河原商店付近
	14:10～14:30	花輪農村文化伝承館前		14:45～15:00	重茂漁協
2月15日(水)	10:15～10:45	山口公民館	3月6日(水)	9:30～9:50	長根・東北電力宮古アパート前
	11:00～11:30	宮園自治会センター		10:00～10:20	ローソン宮古近内店前
	13:30～14:15	ジョイス駐車場		10:30～10:50	近内消防屯所前
	14:30～14:50	根市・雲南沢入口		11:15～11:35	太田・県職員千徳宿舍前
	15:00～15:20	花原市・華厳院前		13:40～14:10	日の出町・市営住宅1号棟前
2月16日(木)	10:30～10:50	藤の川・旧上野商店付近	3月7日(木)	14:25～14:55	佐原地区センター前
	11:00～11:30	国土交通省官舎前		15:00～15:30	佐原・市営住宅前
	13:40～14:00	長根・青猿神社付近		9:50～10:20	上村地区会館付近
	14:15～14:35	市営近内住宅		10:30～11:00	磯鶏駅前
	14:50～15:40	西ヶ丘二丁目県営住宅駐車場		11:10～11:40	三社タクシー磯鶏営業所付近
			13:50～14:10	高浜・村上氏宅前	
			14:30～14:45	津軽石・藤畑公民館前	
			14:55～15:40	津軽石・清寿荘前	

期日	駐車時間	場所
3月8日(金)	10:00～10:30	津軽石駅前
	10:40～11:00	津軽石学童の家前
	11:10～11:30	津軽石・新町公民館付近
	13:40～14:00	八木沢・市営住宅駐車場
	14:10～14:30	八木沢駅前駐車場
3月9日(土)	14:45～15:00	藤原公害試験室前
	9:25～9:45	西ヶ丘災害住宅
	10:00～10:30	生協西ヶ丘店前
	10:45～11:40	にしがおか公園付近
	13:40～14:00	崎山・16分団屯所付近
14:10～14:30	崎山小学校	
14:45～15:05	女遊戸地区集会施設前	
15:20～15:40	崎山貝塚縄文の森ミュージアム駐車場	

おめでた
おくやみ

1/16～1/29 (届け出順・敬称略)

○生まれた赤ちゃん○

畠山椰彩(やや)	宮町四丁目(和貴)
佐々木庵李(いおり)	南町(竜輝)
隅田蒼亮(そうすけ)	向町(裕亮)
佐々木萌羽(もあ)	太田一丁目(滉太)
佐藤結珠(すず)	上村二丁目(颯大)
中野詩芽(うい)	南町(雄貴)
千葉椋月(りつき)	長根四丁目(龍聖)
高島柊凪(ひな)	日の出町(実寛)

♡結婚したお二人♡

下村竜大・佐藤寿里=日立浜町

■亡くなった方■

三上清七郎	(95) 黒森町
古館光司郎	(49) 八木沢二丁目
宇都宮サキ	(92) 磯鶏
工藤義則	(79) 太田一丁目
大澤照子	(97) 中里団地
信夫琴子	(73) 板屋三丁目
高梨美代子	(87) 小山田三丁目
伊藤三郎	(98) 西ヶ丘一丁目
村上正吉	(100) 君田
田中セツ子	(87) 八木沢三丁目
林 政志	(62) 八木沢三丁目
大久保アイ	(100) 日の出町
上野清美	(74) 西ヶ丘二丁目
鈴木静子	(83) 小山田二丁目
中野安代	(104) 刈屋
田中敬子	(83) 田鎖三
中澤ツ子	(92) 八木沢三丁目

皆川軍治	(84) 山口三丁目
大峠長一	(91) 平津戸
一ノ渡淳子	(65) 崎山二
山野目 正	(94) 沼里
小山田憲一	(82) 長町一丁目
上野チヤ	(91) 川井

※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)
- 新里総合事務所 ☎72-2111
- 田老総合事務所 ☎87-2111
- 川井総合事務所 ☎76-2111

※2月1日現在の「人口と世帯」と1月中の「人口のうごき」は 次号3月1日号に掲載しますので、ご了承ください

永久選挙人名簿に対する異議の申出を受け付け

..... 市選挙管理委員会

3月1日現在で調製した永久選挙人名簿に、特定の人が登録されているかを確認するために閲覧し、その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 3月2日(土)～6日(水)
- 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)

第9回保護猫譲渡会

..... 宮古保健福祉環境センター

- 日時 2月17日(土)午後1時～3時
- 会場 岩手県宮古地区合同庁舎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当日は猫と対面した上で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先着順④譲渡希望者には、飼い方の講習会を会場で実施
※個人が動物を出展することはできません
- 問い合わせ 宮古保健福祉環境センター(宮古保健所、☎64-2218)

相続登記義務化に向けた全国一斉遺言・相続相談会

..... 岩手県司法書士会

- 日時 2月17日(土)午前10時～午後4時
- 実施方法 ①対面相談②ウェブ相談③フリーダイヤル(☎0120-339-279)による電話相談
- 場所 ①岩手県司法書士会館(盛岡市本町通二丁目12の18)②水沢南地区センター2階和室(奥州市水沢大鐘町二丁目12)③マストホール(上閉伊郡大槌町小槌27の3の4シーサイドタウンマスト2階)
- 予約方法 対面相談は予約優先、ウェブ相談は完全予約制です。相談予約サイト(上段の右記QRコード)または岩手県司法書士会へ電話予約をお願いします。詳しくは、同会ホームページ(下段の右記QRコード)を確認してください。
- 予約先・問い合わせ 岩手県司法書士会事務局(☎019-622-3372)



岩手県特定(産業別)最低賃金が改正

..... 岩手労働局

岩手県特定(産業別)最低賃金は、令和5年12月30日以降から適用されています。

- 同賃金の適用労働者 ○鉄鋼業、金属線製品、その他の金属製品製造業(949円) ○光学機械器具、レンズ、時計・同部分品製造業(925円) ○電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業(917円) ○自動車小売業(945円)
- ※岩手県最低賃金は、令和5年10月4日から時間額893円に改正されています。詳しくは、岩手労働局ホームページ(右記QRコード)をご確認ください。



- 問い合わせ 岩手労働局労働基準部賃金室(☎019-604-3008)

自衛官等採用試験を受け付け

..... 自衛隊宮古地域事務所

防衛省・自衛隊では、自衛官候補生および予備自衛官補の採用試験の申し込みを受け付けています。試験会場などの詳細は問い合わせてください。

- 陸・海・空自衛官候補生
▷資格 18歳以上32歳までの人(32歳の方は採用予定月の末日現在、33歳に達していない人)
- ▷願書受付期間 2月8日(木)～29日(木)
- ▷試験日【ウェブ試験】3月4日(月)～8日(金)の1日を指定(本人の希望日)【口述試験・身体検査】3月9日(土)(岩手駐屯地内)
- ▷合格発表 3月12日(火)
- 予備自衛官補
▷資格【一般(陸のみ)】18歳以上52歳未満の人(7月1日現在)【技能】18歳以上55歳未満の人で国家資格免許を有する人(陸・海のみ)(7月1日現在)
- ※国家資格免許の種類は問い合わせてください
- ▷願書受付期限 4月11日(木)
- ▷試験日 4月6日(土)～21日(日)(期間中のいずれか1日)
- ▷合格発表 5月29日(水)
- 説明会 適時、説明会を個別に当事務所で開催します。興味・関心のある人は、問い合わせてください。
- 問い合わせ 自衛隊岩手地方協力本部宮古地域事務所(☎63-3881)

【広告】



ククナの家
Kukuna House



スタッフ募集中!

小規模保育所と一緒に働きますか?
TEL0193-77-4835

園の様子はインスタで! →

いとう接骨院・鍼灸院
その痛み、我慢しないで是非ご相談ください

保久田(本院)		板屋店	
定休日	月曜日	定休日	月曜日
平日	18:30まで	平日	19:00まで
土曜・祝日	17:00まで	土曜・祝日	17:00まで
日曜	12:00まで	日曜	12:00まで

宮古市保久田4-27
0193-63-0641

宮古市板屋1-2-14
0193-65-1715

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

3月9日(土)

宮古市つなげるいのちの写真展 震災ドキュメンタリー映画無料上映会



震災の記録と記憶を風化させないために、そして、私たち一人一人の“心の復興”のために、震災に関係した特別映画の無料上映会を、市共催のもと行います。皆さんぜひご覧ください。

- 日時 3月9日(土)午後1時～4時
- 場所 市民文化会館中ホール
- 問い合わせ 同写真展実行委員会事務局・長澤 (☎090-8787-9707)



「おもかけ復元師」笹原留似子さん

【第1部】 灯り続けた街の明かり 1時～ ～みちのくの医師の信念～

震災当時、200人以上の避難者を受け入れた後藤泌尿器科皮膚科医院の活動を、当時の記録や関係者のインタビューなどで振り返ります。



【第2部】 おもかけ復元師 2時～ ～続いていくいのちの側で～

ボランティアとして、被災地で300人以上のご遺体を復元した“おもかけ復元師”笹原留似子さんのドキュメンタリー映画です。



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

【対象施設の問い合わせ先が変更】 広報みやこ2月1日号6頁「インターネットから公共施設の予約ができます」の記事における対象施設の問い合わせ先が、以下のとおり変更となりました。

- 宮古運動公園 (変更前⇒変更後) ☎63-4166⇒☎68-9120 (市生涯学習課体育振興係)
- 新里健康増進施設 (変更前⇒変更後) ☎72-2669⇒☎68-9120 (上記と同じ)
- へいがわ老木公園 (変更前⇒変更後) ☎69-9040⇒☎68-9120 (上記と同じ)

【広告】

市内小学校ウェア
中学校制服・ウェア
高校制服

指定販売店

高京 宮古市栄町1-67
(リラパークこなり様向)
TEL 62-9627

※タイムズ駅前駐車場(蛇の目寿司様裏)をご利用ください。

株式会社 **小成良治商店**

営業品目

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

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

LINE @みやこ FM82.6MHz
https://line.me/ti/p/%40120wrcws
ホームページ https://www.city.miyako.iwate.jp
マチイロ (iOS) (Android)



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



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



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



マチイロ
(iOS) (Android)



みやこ 2024.2.15