

# みやこ市民カレッジニュース



発行：宮古市生涯学習推進本部

令和5年10月号

生涯学習のマスコット  
「マナビ」

## 第26回 企画展

### 「失われゆく道具や技術

### ～活動のあゆみと調査記録の報告～

「北上山地川井村の山村生産用具コレクション1,345点」が国の重要有形民俗文化財に指定されて20年、当館ボランティア団体「小国分館友の会」結成10年となる節目の年に、これまで地域の方々のご協力を得て行ってきた調査記録の内容を、研究者の解説とともに紹介。

【日時】10月1日（日）～12月24日（日）9：00～17：00

※休館日は月曜日（祝日の場合は翌日が休館日）

【場所】北上山地民俗資料館2階企画展示室

【対象】どなたでも

【経費等】通常の入館料（一般200円、学生150円、高校生以下無料）

10月28日（土）～11月5日（日）の期間（休館日は10月30日（月））は開館記念日および「東北文化の日」にちなんで入館料が無料になります。

【問い合わせ先】北上山地民俗資料館 電話76-2167

## バレトン教室

### ～ニューヨーク生まれのエクササイズで健康&シェイプアップ～

「バレトン」は、バレエ・フィットネス・ヨガを組み合わせた有酸素運動エクササイズで、誰でもできるフィットネスです。音楽に合わせて楽しく汗をかき、健康そしてシェイプアップを目指しましょう！年齢性別関係なくどなたでも行えます。

【日時】10月3日（火）、10日（火）、17日（火）、24日（火）、31日（火）、  
11月7日（火）、14日（火）、21日（火）、28日（火）、  
12月5日（火）、12日（火）、19日（火）

※毎週火曜日 19：00～20：00 全12回

【場所】うみマチひろば 4F多目的ホール

【講師】Sayaka 氏（バレトン・ソールシンセシス インストラクター）

【対象】20名

【参加費】1,000円 ※参加費は前日までにお支払い頂きますようお願いいたします。

持ち物：運動できる服装、汗拭きタオル、飲料水

【申し込み】定員になり次第、締め切りいたしますので、ご了承ください。

変更等ある場合がございますので、詳細につきましてはお問い合わせください。

【問い合わせ先】うみマチひろば 電話65-7133

## 「ミュージアムおしごと体験～木の実編～」

崎山貝塚の季節を感じながら、そこで働くスタッフのいろいろな“おしごと”を体験してみよう！今回は、秋の“おしごと”のひとつ、崎山貝塚縄文の森公園でどんぐりやクルミなどの木の実拾い体験。また、それらを使用したクッキー、パンケーキの調理体験を行います。

【日時】10月8日（日）13：30～15：30

【場所】崎山貝塚縄文の森ミュージアム 体験学習室

【対象】小学生以上（小学生は保護者同伴）／15名

【経費等】無料

【申し込み】事前申し込み（申し込み開始9月15日（金）より）

【問い合わせ先】宮古市教育委員会文化課 電話65-7526

（崎山貝塚縄文の森ミュージアム）

## 船釣り入門講座～ジギングで大物を狙おう！～

ジギングとは、メタルジグといわれる金属製の疑似餌（ルアー）を用いて釣ることを指します。船で沖に出たジギングは、青物と呼ばれるワラサやブリ、場合によってはカツオや大型のヒラメなど、驚くようなゲストとのファイトを楽しむことができます。本講座では主に『やってみたくて、ジギングって…？』といった初心者の方々を対象に釣り方を解説し、実際に船で沖に出て釣りを楽しんでいただきます。

【日時】10月8日（日）13：00～16：00

【場所】神林木材港 ※リアスハーバー宮古に現地集合・現地解散

【講師】横田 祐一 氏（遊漁船 笑和丸 船長）

【対象】6名

【参加費】3,000円 ※参加費は前日までにお支払い頂きますようお願いいたします。

持ち物：飲み物、帽子、滑らない靴（スパイク不可）、持ち帰り用の入れ物、  
ペンチ（針はずし用）

【申し込み】定員になり次第、締め切りいたしますので、ご了承ください。

変更等ある場合がございますので、詳細につきましてはお問い合わせください。

【問い合わせ先】うみマチひろば 電話65-7133

## 宮古市電子図書館使い方講座

電子図書館とはなにか、電子書籍の借り方・探し方・返し方など、電子図書館の使い方を学びます。

【日時】10月14日（土）①10：00～

②13：30～（各回50分程度）

【場所】宮古市立図書館 2階学習スペース

【経費等】無料

持ち物：スマートフォンあるいはタブレット、宮古市立図書館の利用カード  
（新規利用登録や利用者カードの更新が必要な場合は、身分証明書や通勤・  
通学を証明する書類が必要です）

【対象】宮古市民、宮古市に通勤・通学している人 5名程度（先着順）

【申し込み】不要

【問い合わせ先】宮古市立図書館 電話62-2414

# 宮古市崎山貝塚縄文の森ミュージアム

## 第27回 企画展 第1期 知られざる鉄のまち宮古 ～古代の鉄作り体験15年の歩み～

古代の鉄作り体験の15年の歩みを振り返りながら、いまだ謎の多い宮古の鉄生産について紹介します！

【日時】10月14日（土）～11月17日（金）まで

【場所】崎山貝塚縄文の森ミュージアム 企画展示室

【経費等】入館料が必要となります。

高校生以下無料、学生150（80）円、一般200（100）円

※（ ）内は10名以上の団体割引料金

※11月25日（土）から第2期「北海道・東北の刀匠現代刀展」を開催予定です。

【問い合わせ先】宮古市教育委員会文化課 電話65-7526

（崎山貝塚縄文の森ミュージアム）

## 第4回小国分館 水車の畑まつり

北上山地民俗資料館小国分館は、宮古市内で収集された有形民俗資料を数多く収蔵する調査事務所です。この日は、所蔵資料や水車小屋の見学ができるほか、「昔の技術で小物づくり体験」や「ソバ打ち体験」の教室のほか、産直コーナーや郷土食おふるまいもあります。

【日時】10月15日（日）10:00～13:00

※ソバ打ち体験は11:00開始

【場所】北上山地民俗資料館小国分館（宮古市小国22-12）

【対象】どなたでも

※ソバ打ち体験のみ定員10名で事前申し込み制（先着順）となります。

【経費等】ソバ打ち体験1人500円

【申し込み】ソバ打ち体験のみ定員10名で事前申し込み制となります。

申し込み開始は10月1日（日）からとなります。

そのほかは事前申し込みは必要ありません。会場に直接お越しください。

【申し込み・問い合わせ先】北上山地民俗資料館 電話76-2167

※月曜休館（祝日の場合は最も近い平日）

## 初級エクセル講座

初心者を対象に、エクセル2021の使い方を学び、表の作成、計算式や関数の挿入、グラフの作成などを行います。

【日時】10月16日（月）～19日（木）18:30～21:00 全4日間

【場所】うみマチひろば 3F 研修室

【講師】三陸NPO支援センター

【対象】10名

【参加費】1,500円 ※参加費は前日までにお支払い頂きますようお願いいたします。

持ち物：筆記用具 ※パソコンはこちらで用意いたします。

【申し込み】定員になり次第、締め切りいたしますので、ご了承ください。

変更等ある場合がございますので、詳細につきましてはお問い合わせください。

【問い合わせ先】うみマチひろば 電話65-7133

## 図書館シネマ ～大人のための映画会～

毎月1回、大人向けの映画会を開催します。

「愛情屋台（昭和30年代の日本・家族の幸福 夫婦編）」55分

【日時】10月21日（土）15：00

【場所】宮古市立図書館 視聴覚室

【経費等】無料

【対象】どなたでも

【問い合わせ先】宮古市立図書館 電話62-2414

## 「～秋にやりたいストレッチ!!～」

夏に疲れたカラダをケアしながら、季節の変わり目の不調対策に、毎日スキマ時間で出来るカラダにやさしいストレッチを学びます。

【日時】10月21日（土）9：30～11：00

【場所】田老公民館 大会議室

【講師】名取 秀志 氏（ゴールワークス 代表）

【対象】市内在住の方 先着8名

【経費等】無料

【持ち物】シューズ、タオル、飲み物、動きやすい服装

【申し込み】10月4日受付開始 田老公民館に電話等で申し込みください

【問い合わせ先】宮古市田老公民館 電話87-2976



## 第45回 公民館まつり

中央公民館（市民交流センター）および分館で活動しているサークル団体による、日頃の活動の成果である作品展示（パッチワーク、和裁、書道、華道など）を開催します！

今年は作品展示に加え、ハンドメイドマーケットやサークル体験会、同じく中央公民館および分館で活動している、音楽芸能等サークル団体によるミニ発表会も開催いたします。

皆様のご来場をお待ちしております！！

【日時】10月21日（土）10：00～16：00

10月22日（日）10：00～15：00

【場所】中央公民館（市民交流センター）

【対象】どなたでも

【経費等】入場無料

※来場者は駐車料が無料となりますので、駐車券をご持参ください。

【問い合わせ先】宮古市中央公民館（市民交流センター） 電話63-4166



## 第49回社会経験者大学祭

市内に住んでいる概ね60歳以上の方を対象とした「宮古市社会経験者大学」の学生による、クラブ作品（書道、短歌）や講座作品、日ごろ趣味等で制作している手芸・写真などの個人作品の展示を行います。

ランプシェード作り体験（先着各10名）、リサイクルバザーも両日開催いたします！  
皆様のご来場をお待ちしております。

【日時】10月21日（土）10：00～16：00

10月22日（日）10：00～15：00

【場所】中央公民館（市民交流センター）1階 会議室

【対象】どなたでも

【経費等】入場料：無料

※ランプシェード作り体験に参加される方は、参加料200円頂戴いたします。

【申し込み】不要

【問い合わせ先】宮古市中央公民館分館 電話63-4700

## 季節のリース教室～autumn 編～

“秋”をテーマにナチュラルテイストの素材を使用し、季節のリースを制作します。  
お部屋に玄関に、オリジナルのリースを飾りませんか。

【日時】10月27日（金）9：30～正午

【場所】山口公民館 1階 調理体験実習室

【講師】江崎 悠希乃 氏

【対象】市民 先着6名

【経費等】参加料：2,000円（材料代）※当日集金

持ち物：エプロン、花ばさみ、飲み物

【申し込み】10月3日（火）9：00から電話にて受け付けます。

※ただし、定員になり次第締め切ります。

【問い合わせ先】宮古市山口公民館 電話62-3670

※受付時間：火曜日～土曜日の9：00～17：00まで



↑完成イメージ

## 田老公民館まつり

田老地域での芸術文化活動の成果を発表します。また、田老鉱山資料展示室も見学いただけます。

【開催期間中】作品展示、田老鉱山資料展示室一般開放、喫茶コーナー

【日時】10月28日（土）10：00～16：00

10月29日（日）10：00～15：00

【場所】田老公民館

【対象】どなたでも

【問い合わせ先】宮古市田老公民館 電話87-2976

# うみマチ★ハロウィンフェスタ

幼児・小学生向けのハロウィンイベント。

各種体験コーナー、お化け屋敷、スタンプラリー（仮装&スタンプラリーを完成させてお菓子ゲット）、フォトスポット、わたあめ販売など、楽しい内容盛りだくさんです！

【日時】10月29日（日）9：00～12：00

【場所】うみマチひろば 1F交流ホール

【申し込み】変更等ある場合がございますので、詳細につきましてはお問い合わせください。

【問い合わせ先】うみマチひろば 電話65-7133

## 令和5年度 市民協働推進事業 「地域づくりと協働についての講演会」

地域の「課題」を解決したい！

そんなとき、「協働」という方法をご存じですか？

地域の方だけでは限界があり、行政では目が粗く、企業では利益にならない。

そんな課題解決のための事業を、関わる人達がWIN-WINになれる「協働」という手法を用いて解決しませんか？

そのために必要な「協働」スキルを学ぶと共に、地域活動で課題へ取り組む方法について一緒に学びましょう！

演 題：実践に学ぶ これからの地域づくりへのヒント

講 師：高崎経済大学 地域政策学部地域づくり学科 教授  
大学院地域政策研究科長 櫻井 常矢 氏

【日時】10月31日（火）14：00～15：45

【場所】市民交流センター2階 多目的ホール

【対象】市民（定員：140名）

【経費等】無料

【申し込み】下記QRコード・電話・FAX・E-mailからお申し込みください。

申し込み締め切り：10月24日（火）（先着順）



【問い合わせ先】宮古市生活課男女参画・協働推進係

電話68-9080（係直通） FAX63-9110

E-mail：sekatsu@city.miyako.iwate.jp

**生涯学習ボランティア大募集！「何かしたい」を生かしませんか？お待ちしております♪  
お気軽にお問い合わせください！！お問い合わせは⇒生涯学習課 ☎68-9119**

## 第53期（令和5年度）社会経験者大学 第5回講座「わたしの安心ノート」について

近年、耳にするワードの「エンディングノート」について、専門の先生から、書き方等を教えて頂きます。ご自分やご家族のため、どのようなものか試しに聞いてみてはいかがでしょうか？

【日時】11月2日（木）13：30～15：00

【場所】中央公民館（市民交流センター）2階 多目的ホール

【講師】宮古市介護保険課 職員

【対象】100名

社会経験者大学生および市内在住の概ね60歳以上の方

※社会経験者大学は概ね60歳以上の方ならどなたでも入学できます。

入学申込みは随時受け付けています。

【経費等】無料 持ち物：飲み物、ふれあい学習ノート（社会経験者大学生のみ）

【申し込み】必ず申込みの上ご参加ください。申込期限：10月27日（金）

【問い合わせ先】宮古市中央公民館分館 電話63-4700

## 女性に対する暴力をなくす運動事業 「家庭に潜む暴力、逃れにくい関係性 ～人生の選択で一番大切なこと～」

内閣府が毎年11月12日～25日までの2週間を「女性に対する暴力をなくす運動」期間と定めています。これに伴い関連する講座を開催します。夫やパートナーと対等な関係を築けていますか？ いつも我慢し相手の顔色を伺っていませんか？ 人生は選択の連続です。

自分の人生を主体的に選択するために、さまざまな暴力が起こる背景や影響、また法律や制度などを知り、これからの自分らしい生き方について考えてみませんか。

【日時】11月10日（金）10：00～12：00

【参加方法】会場参加：市民交流センター2階 多目的ホール

オンライン参加：Zoom

【講師】弁護士 渡部 容子 氏（弁護士法人 幹 盛岡さくら法律事務所）

【対象】関心のある方どなたでも（定員各30人）

【経費等】無料 持ち物：筆記用具、飲み物

【申し込み】右記QRコード・電話・FAXからお申し込みください。



オンライン参加ご希望の方は、11月7日（火）までにお申し込みください。

《事前質問受け付けています》

講義の中で、詳しく教わりたいこと知りたいことがありましたら、講師へお伝えします。


お申し込みの際、お申し出ください。

【問い合わせ先】宮古市生活課男女参画・協働推進係

電話68-9080 FAX63-9110

E-mail：sekatsu@city.miyako.iwate.jp

# 10月開催の生涯学習事業

日	月	火	水	木	金	土
1 北 第4回水車の畑まつり (ソバ打ち体験のみ) 申込開始	2	3 バレトン教室 全12回	4 秋にやりたいストレッチ!! 受付開始	5	6	7 おはなし会
8 おしごと体験 ～木の実編～	9	10	11	12	13	14 第27回企画展 第1期知られざる鉄のまち宮古 宮古市電子図書館 の使い方講座
15 第4回小国分館 水車の畑まつり	16 初級エクセル講座 全4日間	17	18	19	20	21 秋にやりたい ストレッチ!!
22 第49回 社会経験者大学祭	23 地域づくりと協働に ついての講演会 申込締切	24	25	26	27 第53期社会経験者大学 第5回講座 申込期限	28 田老公民館まつり
29 田老公民館まつり	30	31 令和5年度 市民協働推進事業 地域づくりと協働 についての講演会				

印の見かた

- (図) : 図書館
- (中) : 中央公民館
- (分) : 中央公民館分館
- (山) : 山口公民館
- (田) : 田老公民館
- (文) : 文化課
- (北) : 北上山地民俗資料館
- (生) : 生活課
- (う) : うみマチひろば

## みやこ市民カレッジニュース

令和5年10月発行 宮古市生涯学習推進本部 宮古市教育委員会事務局生涯学習課 電話68-9119  
 《ホームページに最新の情報を掲載しています (https://www.city.miyako.iwate.jp)》