



新たな門出～最高の仲間と共に～

※以下のアイコンを使用しています

日=日時、場=場所、内=内容、師=講師、¥=参加料、
他=その他、問=申し込み、問い合わせ、申=申し込み
方法、定=定員、期=申込期限、申込期間、申込受付開
始日、持=持ち物、時=時間、対=対象、! =注意事項

目次

広報みやこ No. 467_Feb. 2025

03 クローズアップ

山形県の豪雨災害被災地へ手提げ袋のクリスマスプレゼント
鉄ヶ崎地区・手芸サークル 糸っこの会

04 市からのお知らせ

宮古市産業立市ビジョン案への意見を募集／市低所得者世帯
支援給付金支給／献血でつながる“いのち”／人権擁護委員
にご相談ください／みやこテクノフェスタ／農業まるごと体
験『ごぼう巻づくり』／第23回宮古毛ガニまつり ほか

07 まちの話題

宮古市交流親善大使第1号／宮古市魚市場初売り式／みやこ
市民劇第4回公演『鞭牛-拓け命の道を-』

08 子育て情報

にこにこルームみやこ／つどいの広場／2月のハッピー
バースデー ほか

10 健康プラザ

健康相談日程 ほか

12 図書館情報

市立図書館2月の特集 ほか

13 各種無料相談・地域おこし協力隊便り

2月の各種無料相談日程／地域おこし協力隊便り

14 情報掲示板

公民館・各市民団体などの催し ほか

16 お知らせ

市議会3月定例会議を傍聴してみませんか ほか

18 スタジオから・俳句・お知らせ

19 ふるさと博物館

河川流域に展開した古代エミシと中世土豪の世界

20 まちの話題ピックアップ

ハタチの笑顔はじける、友との再会！



「20歳の誓い」で支えてくれた人への感謝や未来への決意を
述べた榎家寧皇さん（写真左）と栗原蓮さん（写真右）



卒業アルバムや恩師からのメッセージなどに、自然と笑顔
がこぼれます



山口太鼓の会によるアトラクションで大盛り上がり！

2月の納期

2月の市税の納期

固定資産税第4期

国民健康保険税第8期

2月の夜間・休日の納税相談窓口

【夜間】○期日＝2月6日(木)

○時間＝午後5時15分～8時

【休日】○期日＝2月16日(日)

○時間＝午前8時30分～正午

※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

※市税は、スマートフォン決済アプリおよび
クレジットカードでも納税できます

☎ 市税務課収納係（☎68-9074）

新たな門出～最高の仲間と共に～

●撮影日 1月12日

●場 所 市民文化会館大ホール



2月の表紙

1月12日、市民文化会館大ホール
で「令和7年宮古市20歳のつどい」
が開催され、279人の新成人が出席。
式典ではスライドショーが上映され、
懐かしい写真や恩師の姿に歓声や笑
顔があふれました。

20歳の誓いを述べた栗原蓮さん
(20)は「責任感を持ち、宮古の活
性化のために協力できる人材になりた
い」と話し、同じく榎家寧皇さん(20)
は「宮古で教員になる夢を叶えるた
めに勉学に励みたい」と力強く話しま
した。

山形県の豪雨災害被災地へ手提げ袋のクリスマスプレゼント

鉾ヶ崎地区・手芸サークル ^{いと}糸つこの会 ^{かい}【村木トシ子代表／会員12人】

鉾ヶ崎地区の手芸サークル「糸つこの会」が、昨年7月の豪雨災害に見舞われた山形県内の被災地へ、昨年のクリスマスに手作りの手提げ袋を寄付しました。

この手提げ袋は、同会代表の村木さんが、東日本大震災直後に支援者からもらった手提げ袋に心を励まされた経験



「糸つこの会」会員と代表の村木トシ子さん（前列中央）

から「今度は自分たちが行動を起こそう」と作り始めたものです。夏ごろから会員たちで作ったため合計60枚を「支援に役立ててほしい」と市社会福祉協議会に託しました。同職員が岩手県社会福祉協議会へ相談し、被災地と寄付先の調整を重ね、寄付が実現しました。

村木さんは「鉾ヶ崎地区は東日本大震災で大きな被害を受けたが、たくさんの人に助けてもらった。手提げ袋を贈ることでその恩返しができる」と力を込めます。手提げ袋に添えたメッセージカードには「笑って過ごせる日が必ず来ます」「これから先いいことがたくさん待っています」など、被災地への励まし

の言葉などをつづりました。「糸つこの会」は、東日本大震災後に地区住民の創作や交流の場として発足。現在は毎週月曜日の午後に、鉾ヶ崎公民館でミシンを使った洋裁などに取り組んでいます。「皆で定期的に集まって、おしゃべりをしながら作業することが楽しい」と、活動について語る村木さん。会員同士で作品の感想や意見を交換しながら、和やかに活動しています。そんな同会には「手芸の材料として活用してほしい」と使われていない着物などが届くこともあり、今回寄付した手提げ袋もこうした材料を活用しました。村木さんは「今度は、材料に合わせて手提げ袋以外のものも作りたい。楽しく作ったものを皆さんに使ってもらえたらうれしい」と微笑みます。



手提げ袋はA4サイズの書類も入り、さまざまな場面で重宝する大きさです

思いを込めた手作りの贈り物で被災者の心に寄り添いたい

住民税非課税の世帯へ 低所得者世帯支援給付金を支給

■支給額 ▷1世帯あたり＝3万円
▷同一世帯に18歳以下の子どもがいる場合＝1人あたり2万円

■支給対象 令和6年12月13日時点で本市に住民登録があり、以下のいずれかに当てはまる世帯（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）

①世帯全員の令和6年度の住民税均等割が非課税である世帯（生活保護世帯を含む）②家計が急変し令和6年1月以降の収入が減少し、世帯全員が住民税非課税相当の収入となった世帯

■▷公金受取口座があるなどの理由で、市が振込口座を把握できる世帯は、振り込みの「お知らせ」をお送りします。

▷子どもや転入者がいる世帯、世帯状況や振込口座の確認を要する世帯には「確認書」をお送りします。書面に従い手続きしてください。

▷家計が急変した世帯、未申告の人がいる世帯などは、問い合わせてください。

■期 7月31日(木)まで

※詳しくは市ホームページ（右記QRコード）をご覧ください

■問 宮古市給付金コールセンター（☎0120-50-2320）※1月31日から開設します



宮古市産業立市ビジョン案 計画案への意見を募集

市では、産業振興に関し、目指すべき産業の将来像とその実現に向けた重点施策を推進する「宮古市産業立市ビジョン」を策定します。

この計画案に対する意見を募集します。

■募集期間 2月7日(金)～26日(水)必着

■閲覧場所 「市長への手紙」提言箱を設置している市の施設21か所

※市のホームページ（右記QRコード）でも閲覧できます（2月7日(金)から公開します）



■提出方法 任意の様式に住所、氏名(団体名)、電話番号を記入のうえ、閲覧場所に備え付けの提言箱に入れるか、郵送、ファクス、電子メールのいずれかで提出

■提出意見の取り扱い 計画策定の参考にします。また、意見概要とこれに対する考え方を市ホームページで公表します。

■問 市産業支援センター産業支援係（市役所2階、〒027-8501住所不要、☎68-9092、FAX63-9120、✉sangyo@city.miyako.iwate.jp）



保険証に関するお知らせコーナー【第5回】

広報みやこ令和6年10月1日号から各月1日号に連載中のこのコーナー。今回はマイナ保険証に関するお知らせです。

【マイナ保険証を利用する際は、マイナンバーカードの電子証明書の有効期限にご注意！】

保険証の利用登録を済ませたマイナンバーカード（マイナ保険証）で医療機関を受診している人は、マイナンバーカードの電子証明書の有効期限（有効期間の満了日）に注意しましょう。

マイナンバーカード自体の有効期間は10年（未成年者は5年）ですが、カードに格納されている電子証明書の有効期間は5年です。

電子証明書の有効期限の3カ月前になれば、お手元に更新手続きの案内が届きますが、今すぐに、自分で有効期限を調べたい場合は、右記の手順で、マイナポータルから、確認することができます。

有効期間が満了してから3カ月間は健康保険証として利用できますが、保険証以外の機能が利用

できなくなってしまう。更新の案内が届いたときは、速やかに更新手続きをお願いします。

■問 市総合窓口課国民健康保険係（市役所1階、☎68-9075）、同課医療給付係（☎68-9076）、同課市民窓口係（☎68-9077）

■マイナポータルアプリでの確認方法



（厚生労働省ホームページより引用）

あなたの街の相談パートナー 人権擁護委員にご相談ください

人権擁護委員は、法務大臣に委嘱された民間の人たちです。地域で人権啓発活動を行い、皆さんの基本的人権が侵害されないように見守り、法務局などで人権相談に応じています。

相談日程などは、毎月の広報みやこ1日号に掲載しています。詳しくは、市ホームページ（右記QRコード）をご覧ください。
【人権擁護委員（令和7年1月1日から）】



氏名（順不同、敬称略）		
さ が りょうこ 嵯峨良子	の う ちゆんこう 野内俊孝	こばやしとくみつ 小林徳光
やまぐちあけみ 山口暁美	まつだてひとし 松館仁志	さかしたなおし 坂下尚志
はしばとしお 橋場俊夫	たなかまさこ 田中真喜子	とびさわたくし 飛澤隆
みやぎていこ 宮城貞子	ながすずひでお 長鈴秀夫	まつしたじゅんこ 松下純子
おがさわらとくお 小笠原得男	さかもともひろ 坂本百洪	おおづちさとこ 大槌聡子

問 市生活課市民相談室（☎68-9081）

献血で、つながる“いのち” ご協力をお願いします

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ボランティアです。

■2月献血車運行計画表

実施日	実施時間	会場	住所
2日(日)	10:00～12:00	いわて生協マリン コープDORA	小山田二丁目 2の1
	13:30～16:00		
21日(金)	10:00～11:30	国土交通省 三陸国道事務所	藤の川4の1

■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ま。詳しくは、市ホームページ（右記QRコード）をご覧ください



問 市生活課生活安全係（☎68-9109）

農業まるごと体験『ごぼう巻づくり』 ふるさと冬の訪れを感じよう

日 3月1日(土)午前9時30分～11時30分

場 花輪農村文化伝承館（花輪6の13）

内 宮古地域の冬に作られている変わり漬け「ごぼう巻」の作り方を学ぶ

対 市民（小学生以下は保護者同伴）

人 15人（申し込みが多数の場合は、抽選。当選結果は後日郵送します）

料 無料

持 エプロン、三角巾、マスク

申 電話

期 2月3日(月)午前9時～17日(月)午後5時

問 市農林課農政係（☎68-9094）



美味しいごぼう巻を作りませんか？

知ろう！触れよう！体験しよう！ みやこテクノフェスタ

日 2月22日(土)午前10時～午後3時

場 市民交流センター

内 ▷宮古・下閉伊地域のモノづくり産業や企業の紹介

▷機材などの使用体験

・電子顕微鏡体験（覗いてみよう1ミクロンの世界）など

▷モノづくり体験

・ソーラーカーづくり体験（先着60人）

・My缶バッチ、いかせんべい、わたあめ など

他 各種体験は在庫がなくなり次第終了

問 市産業支援センター産業支援係（☎68-9092）



ワクワクするモノづくりを体験しましょう♪(写真は昨年の様子)

みやこ“冬の味覚”イベントリレー第4弾！ 第23回宮古毛ガニまつり

イベントリレー第5弾
宮古わかめまつり
同時開催

回 3月2日(日)午前9時～午後2時（プレミアムパスでの優先入場は8時30分から）

場 宮古市魚市場特設会場

因 ▷宮古の毛ガニ、ワカメ、カキなどの特産品販売やグルメ屋台

▷毛ガニ一本釣り（参加料3千円、参加者は抽選）

▷商品券が当たる抽選会（会場内で千円お買い上げごとに抽選券を1枚進呈）

■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

▷ちゃぶ台がえし世界大会！？ in宮古毛ガニまつり／11時

人 先着15人

申 申し込みフォーム（右記QRコード）

▷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

他 ①市内宿泊施設に宿泊すると、優先入場券、毛ガニ1本釣り優先参加券として使用できる「宮古毛ガニまつりプレミアムパス」をプレゼント！詳しくは、ホームページ（右記QRコード）をご覧ください。

②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）。

③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。会場内に設置しているQRコードからご応募ください。

問 宮古観光文化交流協会（☎62-3534）



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	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	-
宮古信金発	8:05	9:05	10:05	11:05	12:05	13:05	-
会場発	8:30	9:30	10:30	11:30	12:30	13:30	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	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	-
会場発	8:30	9:30	10:30	11:30	12:30	13:30	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

市営建設工事の発注状況（12月着工分）

12月に着手した工事です。工事の入札契約の状況および掲載していない工事は、市のホームペー

ジ（右記QRコード）でも公表しています。

問 市契約管財課契約検査係（☎68-9070）



工事名	場所	工事期間	契約金額(円)	請負者	工事担当課
宮古市広域総合交流促進施設外構補修工事	臨港通	R6.12.13～R7.3.10	6,855,200	佐藤土木工業(有)	観光課
小山田地区フェンス設置工事	小山田四丁目	R6.12.13～R7.3.13	2,330,900	飯岡興業(株)	建設課
北地区側溝蓋設置工事（その1）（R6）	宮町ほか	R6.12.13～R7.3.14	3,789,500	(株)西沢鉄建	建設課
北地区側溝蓋設置工事（その2）（R6）	宮園	R6.12.13～R7.3.15	3,965,500	飯岡興業(株)	建設課
臨港通地区消火栓設置工事	臨港通	R6.12.14～R7.3.6	1,529,000	(有)池田水道	施設課
松山地区緊急自然災害防止対策工事	千徳第13地割	R6.12.20～R7.3.15	12,426,700	(有)関川建設工業	建設課



令和7年地方卸売市場宮古市魚市場初売り式

豊漁で活気のある一年に

1月4日、宮古市魚市場で、令和7年「地方卸売市場宮古市魚市場初売り式」が行われました。山本市長ら関係者の出席の下、鏡開きや三本締めなどで今年一年の豊漁を祈願しました。

また、魚市場には水揚げされたばかりの新鮮なイワシやサバなどが数多く並び、初競りが行われました。威勢のいい掛け声とともに、新年を迎えた魚市場は活気にあふれました。

山本市長は「海のまち宮古として水産業の発展を目指し、引き続き取り組んでいく。豊漁で活気ある一年になってほしい」と話しました。



宮古市交流親善大使第1号

台湾から本市を支援！

台湾のロックバンド「Fire EX. (滅火器)」様に「宮古市交流親善大使」第1号を委嘱しました。

Fire EX. 様は、東日本大震災の被災地に心を寄せ、2016年以降、浄土ヶ浜でのPR動画の撮影や台湾での野球交流、田老野球場での音楽イベント出演など、本市と交流を続けてきました。

ボーカルのSamさんは「お互いに苦しい時、共に歩みを進めてきた。これから、宮古市に行く機会が増えることを期待している」と笑顔で話しました。



みやこ市民劇第4回公演『鞭牛-拓け命の道を-』

鞭牛和尚らの挑戦を市民が熱演！

12月21日・22日、市民文化会館大ホールで「みやこ市民劇第4回公演『鞭牛-拓け命の道を-』」が上演され、924人が来場しました。

本公演は、市民文化会館再開10周年を記念し、好評を博した第1回市民劇をブラッシュアップして再演したものです。宮古と盛岡を繋ぐ道を切り開こうと奮闘する鞭牛和尚と、その挑戦の途中で出会う人々との物語を、市民らが見事に



演じました。出演者の熱のこもった演技に、観客は盛大な拍手を贈っていました。

伊藤敏さん(山田町、70)は「出演者の皆さんの熱演に感動した。宮古から盛岡までの道をつなげた鞭牛和尚の功績の大きさを改めて感じた。鞭牛和尚ゆかりの道が、今後も公共交通を含めて発展していったほしい」と期待を込めて話しました。

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

特【※1】バスタオル【※2】上履き【共通】飲み物は、適宜ご持参ください

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・ホール利用可）

催し名	日時	場所	内容など	対象児
キッズ田老	6日(木)10:00～11:00	田老公民館	1年間ありがとうの会	0～6歳
イクナミ（育悩）タイム	7日(金)10:30～11:00	小山田保育所ホール	ママ・パパ向けミニマネー講座 師＝東北財務局盛岡財務事務所職員	
赤ちゃんサロン【※1】	13日(木)10:00～11:00	市民交流センター2階 運動スタジオ1・2	1年間ありがとうの会	3～12カ月
ふれあい広場「にこにこ」	19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
ぽかぽかランド【※2】	27日(木)10:00～11:00	市民交流センター2階 運動スタジオ2	1年間ありがとうの会	1～6歳

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5時 ※23日(日)・24日(月)はお休みです

催し名	日時	場所	内容など	対象児
健康相談会	3日(月)11:00～11:45	うみマチ ひろば	体とこころの成長について 師＝市こども家庭センター保健師	0～6歳
ふじたじいじの絵本の読み聞かせ	7日(金)11:00～11:15		絵本の読み聞かせ	
保護者向け講話会	10日(月)10:30～11:45 ※期＝7日(金)まで		「断捨離」子育てが楽しくなる空間作りについて 師＝だいぼうなつこ	3～12カ月
赤ちゃんのつどい、絵本の読み聞かせ【※1】	17日(月)11:00～11:45 ※期＝14日(金)まで		親子ふれあいあそび、絵本の読み聞かせ	
ばあばの絵本の読み聞かせ	20日(木)11:00～11:15		絵本の読み聞かせ	0～6歳
親子ふれあいあそび	21日(金)10:30～11:30 ※期＝20日(木)まで		ふれあいあそび	1～6歳

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

催し名	日時	場所	内容など	対象児
親子でギュー～ふれあいあそび ※期＝10組	4日(火)10:30～11:00 ※期＝3日(月)午後2時まで	ひよこ クラブ (宮古ひ かり)	親子で一緒にふれあいあそびや伝承あそびを楽しみましょう	0～6歳
ひよこルーム ※期＝4組	18日(火)9:00～11:00 ※期＝17日(月)午後2時まで		子育てについて気軽に相談してみませんか 師＝市こども家庭センター職員	
もうすぐうれしいひなまつり ※期＝8組	25日(火)10:30～11:00 ※期＝21日(金)午後2時まで		ひなまつり制作を楽しみましょう	

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 ●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
豆まきごっこ	3日(月)10:30～11:15	のびっこクラブ (そけい幼稚園)	グルグル描いて、鬼退治！	0～6歳
ひな飾り制作	19日(水)10:30～11:15 ※期＝17日(月)午後3時まで		つるしびなを作ろう	
2・3月の誕生会	26日(水)10:30～11:00 ※期＝21日(金)午後3時まで		みんなで誕生月のお友だちをお祝いしよう	



HAPPY BIRTHDAY



高橋悠空ちゃん
1歳になりました
お誕生日おめでとう！
たくさん食べてこれから
ますます育つてね！
(家族)



伊茂野柊里ちゃん
1歳になりました
お誕生日おめでとう！
みんなに遊んでもらえて幸
せだね！これから、に
こにこでいてね！(家族)



欠端真理ちゃん
1歳になりました
お誕生日おめでとう！
これからたくさん食べ
て動いて笑って大きくな
ってね！(家族)



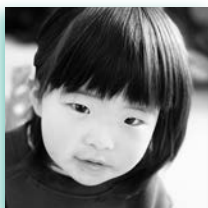
前野椿生ちゃん
1歳になりました
1歳の誕生日おめでとう！
これからもういっば
い食べてたくさん遊んで
大きくなろうね！(家族)



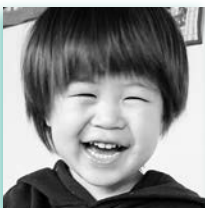
上田杏莉ちゃん
1歳になりました
一緒に歩くの楽しいね！
次はお話ができるよう
になりたいな！あんり
ちゃん大好き！(玲来)



川村泉翔ちゃん
2歳になりました
2歳おめでとう☆これ
からもニコニコ笑顔でみ
んなを癒してね！大好
きだよ Ti amo (家族)



吉田紬希ちゃん
2歳になりました
お誕生日おめでとう！
大大大好きだよ！これ
からも素敵に大きくなっ
てね (ネーネ達)



川部唯李ちゃん
2歳になりました
食べるの大好きないおり
くん！2歳になっても
モリモリ食べて大きく
育ってね！(父、母)



山崎和花ちゃん
2歳になりました
お誕生日おめでとう！
いつも元気なもんちゃん！
名前のとおりのかに
育ってね！(家族)



伊香波瑠人ちゃん
2歳になりました
2才のお誕生日おめでとう。
はるとの可愛い声で
これからはたくさんお話
しようね！(ねえね達)



鹿糠沢紬希ちゃん
2歳になりました
ツムちゃんのかわいい
笑顔がみんな大好きだ
よ。これからも元気に大
きくなってね。(家族)



安藤彪希ちゃん
2歳になりました
お誕生日おめでとう！
どんどん怪獣になってい
くぶ〜いっばい食べて
おっきくなあれ〜(家族)

HAPPY BIRTHDAYの掲載について

※応募者多数の場合は、初掲載の子どもを優先します

- 対 3月生まれの2歳以下の子ども
申 掲載希望フォーム(右記QRコード)
期 2月3日(月)まで
問 市企画課広報係 ☎68-9065



「小学生のためのプログラミング教室」 マイクラフト アワー オブ コード

- 回 2月15日(土)
時 午後2時～3時30分(1時30分受け付け開始)
場 市民交流センター2階多目的ホール
内 サイト上で動くマイクラフトのアプリを使用
したプログラミング教室
師 白石雅一
対 市内小学1～6年生
人 先着40人/¥ 無料
持 充電した学校用タブレット、筆記用具、メモ帳
申 電話または応募フォーム(右記QRコード)
期 2月7日(金)まで
他 保護者の見学は自由
問 宮古ユネスコ協会事務局(市生涯学習課内、☎68-9119)



一緒にチャレンジしてみよう！
(過去のプログラミング教室の様子)

ハローワーク宮古 マザーズコーナーのご案内

ハローワーク宮古では、子育てをしながら働きたい人のための専用相談室『マザーズコーナー』を設置しています。

絵本やおもちゃを備えたキッズスペースでお子さんを遊ばせながら、就職相談や求人事業所への紹介を受けることができます。

また、オンライン職業相談サービス(要予約)も実施しています。

- 時 午前8時30分～午後5時15分(平日のみ)
他 就職活動に役立つ情報を配信しています。公式LINE(右記QRコード)への友だち登録をお願いします。



問 ハローワーク宮古
(小山田一丁目1の1、☎63-8609)



みなさんお気軽にご利用ください！
(実際のマザーズコーナーの様子)



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 田老保健センター（☎87-2975）、新里保健センター（☎72-3500）

地域	期日	時間	会場	内容
田老	2/13(木)	10:00～11:00	田老保健センター	▶血圧測定、個別相談 ▶講話「腎臓病予防」
新里	2/18(火)	10:00～11:00	新里保健センター	▶血圧測定、個別相談 ▶講話「糖尿病予防」

●認知症サポーターステップアップ講座受講者募集

認知症の人や家族の意思を尊重し、共に考え行動するボランティアを養成するための講座です。

回 ①第1回＝2月18日(火) ②第2回＝3月4日(火)（※全2回）

時 午前10時～11時30分

場 ①市民交流センター1階会議室3 ②宮古保健センター1階大会議室

内 ▶認知症の体験をしよう（VR体験）

▶認知症の人の気持ちに寄り添おう

▶共に生きるための活動について考えよう

対 認知症サポーター養成講座を受講したことがあり、地域での活動に興味のある人で、2回とも受講できる人

期 2月14日(金)まで

問 市介護保険課いきいきライフ推進室（☎68-9126）

●介護予防のための運動教室

■運動機能をチェックしてみよう！

①階段を昇るときはいつも手すりや壁をつたっている。

②椅子に座った状態から何かにつかまらなと立てない。

③15分ほど続けて歩けない。

④この1年で転んだことがある。

⑤転倒に対する不安が大きい。

あなたはいくつ当てはまりましたか？市では、上記の質問項目に3つ以上該当し、介護予防が必要だと思われる人を対象に、運動教室を開催します。送迎付きで、週1回の体操を習慣にしてみませんか？

回 4～9月の6カ月間（毎週1回）午前10時～11時30分

場 近内介護予防拠点施設「いきいきおらんど近内」

■送迎できない地区 田代・川井 ※重茂・田老・新里地区の方はご相談ください

内 身体の状態に合わせ、ストレッチ、筋力トレーニングなどの足腰を鍛える運動、参加者同士の交流やレクリエーション など

師 健康運動指導士

対 65歳以上の市民（要介護1～5の人は対象外）

料 無料

期 2月25日(火)まで

問 市介護保険課地域包括支援センター（☎68-9086）



3月1日(土)～7日(金)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、受け忘れの予防接種がないか、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。

接種する際には、必ず事前に医療機関に予約をしてからお受けください。

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 宮古保健センター（☎64-0111）

認知症カフェ

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ので、気軽にご参加ください。

●認知症の人と家族の会主催 認知症カフェ「ほっこりカフェ」

回 2月19日(水)午前10時～11時30分

場 市民交流センター2階多目的ホール

内 ①ミニ講話「楽しんで認知症予防」②おしゃべり

問 市介護保険課いきいきライフ推進室（☎68-9126）

母子健康手帳交付

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。

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 市こども家庭センター母子保健係(☎68-9121)



宮古市医師等養成奨学生を募集

【対】 将来、市の指定医療機関などに医師または看護師として従事することを希望し、次のいずれかに該当する人

- ①大学の医学部に合格または在学している
- ②看護師養成所などに合格または在学し、本人または家族の住所が市内にある

【人】 【医学生・看護学生】各若干名

■奨学金の種類および金額

- ①年度貸付金＝授業料や入学金の相当額の範囲
 - ②月額貸付金【医学生】月額20万円以内【看護学生】月額10万円以内
- ※別の制度を利用している人は減額となる場合があります

■貸付期間 正規の修学年限終了まで

■償還の免除 指定医療機関などに一定期間従事した場合は、償還が免除となります

【申】 市健康課(市役所1階)で配布する申請書などの必要書類を提出。必要書類は市ホームページ(右記QRコード)からもダウンロードできます



【期】 随時募集しますが、4月からの奨学生を希望する場合は、3月7日(金)までに申請してください

【問】 市健康課地域保健医療係(☎64-0111)

介護家族のためのリフレッシュの会

家族介護者としての思いや悩みを共有しながら、心身ともにリフレッシュすることを目的とした会です。この機会に日頃の介護の状況を話してみませんか？

【回】 2月14日(金)午後1時～2時30分

【場】 市民交流センター1階会議室1・2

【内】 リフレッシュ「色が持つ効果を学ぼう」、情報交換、介護相談

【対】 自宅で介護をしている人、これから介護を始める人

【料】 無料

【期】 2月13日(木)まで

【問】 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 2月の毎週日曜日と11日(火)、24日(月)

■受付時間 午前9時～午後5時

【内】 【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】 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。

【問】 当番医療機関

▷ 2月11日(火)午前9時～午後3時／デンタルオフィス松橋(保久田4の26、☎63-1145)

▷ 2月24日(月)午前9時～午後3時／宮古うみねこ歯科クリニック(向町4の4、☎65-8281)

●ほっちゃんカフェ(田老地区認知症カフェ)

【回】 2月18日(火)午後1時30分～3時／【場】 田老福祉センター

【内】 認知症についてのミニ講話とおしゃべり

【料】 200円

【他】 交通手段についてお困りの場合はご相談ください。

【問】 たろう地域包括支援センター(☎65-6010)



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

■2月の休館日

●市立図書館・田老分室・新里分室・川井分室…月曜日、20日(木)～28日(金)

市立図書館

特集1:「ゆったりほっこり お湯を満喫」

『とっておきの温泉宿』

和田 美代子 (著)



湯治、飲泉、かけ流し…心もからだもリセットできる、日本全国の至極の温泉宿をご紹介します。温泉の効用についても解説しています。

特集2:「さむい冬でもぽっかぽか」(こども図書室前)

☐ ころもからだもぽかぽか温かくなる絵本を紹介します。

特集3:「LOVEレボリューション」(ティーンズコーナー前)

☐ いろいろな恋の物語や恋愛を後押しする本など「LOVE」をテーマにした本を集めました。

◇こども映画会(視聴覚室)

①2月1日(土)午前11時、午後2時
▶「ミッキーマウス～プルトの悩み～」(8分)、「こどもにんぎょう劇場～さるとかに～」(15分)

②2月8日(土)午前11時、午後2時
▶「ふしぎ駄菓子屋銭天堂～ハンターバターサンド～」(8分)、「笠じぞう」(15分)

③2月15日(土)午前11時、午後2時
▶「おしりたんてい～プブおやつどろぼうはだれだ?～」(20分)

◇おはなし会(こども図書室)

☐ 2月1日(土)、8日(土)、15日(土)午後2時30分

☐ 絵本・紙芝居の読み聞かせ

蔵書点検のため休館します

休館する期間は下記のとおりです。

☐ 2月20日(木)～28日(金)

場 市立図書館・各分室

他 なぎさ号・うぐいす号の運行日程は、広報みやこまたは市ホームページをご確認ください

☐ 市立図書館 (☎62-2414)

◇図書館シネマ—大人のための映画会—(視聴覚室)

☐ 2月15日(土)午後3時

☐ 「森の王者ツキノワグマ 母と子の知られざる物語」(49分)

2月のイベント情報

◇BOOK☆BINGO

ビンゴのマスに描いてある本を借りて読むと、スタンプを押してもらえます。ビンゴ達成でプレゼントがもらえます。

☐ 2月1日(土)～3月15日(土)

場 市立図書館・各分室

対 市内の小・中学生

◇電子図書館使い方講座

☐ 2月8日(土)午後1時30分

場 市立図書館2階学習スペース

☐ 電子書籍の借り方・探し方・返し方について

特 スマートフォンもしくはタブレット

<共通>

詳しくは、市ホームページ(右記QRコード)をご覧ください。



☐ 市立図書館 (☎62-2414)

田老分室

(田老公民館内)

【特集】「プレゼントに、自分へのご褒美に」

☐ 簡単につくれる!お菓子レシピとラッピングの本を紹介します。

◇おはなし会(こども図書室)

☐ 2月15日(土)午前11時

☐ 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】「タイトルが気になって仕方がない」

☐ 手に取ってみたいくなるおもしろいタイトルの本を紹介します。

川井分室

(北上山地民俗資料館内)

【特集】「詩歌の世界」

☐ 詩や和歌、俳句など、詩歌にちなんだ本を紹介します。

移動図書館車

「うぐいす号(田老・新里・川井)」
2月の運行日程

地区	運行日・駐車時間	場所
新里	13日(木)	10:40～10:55 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 愛福社前 14:15～14:30 茂市駅付近 14:45～15:00 曇目駅付近
	14日(金)	10:15～10:30 檜内・宮古市消防団第29分団器具置き場付近 10:50～11:05 末前・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 三陸鉄道根待駅付近 14:30～15:00 崎山・グループホームたろう
川井・関伊川コース	5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 13:50～14:00 特産品加工施設 14:10～14:20 箱石地域振興センター 14:25～14:40 片栗御供養様前
川井・小国川コース	12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

本の修理講座

家にある破れてしまった本を修理してみませんか?

☐ 2月14日(金)午後1時30分～3時30分

☐ 市民、市内保育所・幼稚園・学校の職員など

☐ 8人程度

※応募者多数の場合は抽選

☐ 無料

特 破れた図書(一人2冊まで)、エプロン

☐ 本館または各分室の窓口に備え付けの申し込み用紙を提出または電話、申し込みフォーム(右記QRコード)

期 2月7日(金)まで

場・☐ 市立図書館 (☎62-2414)



各種無料相談 ～一人で悩まずに～

2月の無料相談会の日程です。★は要予約、●は他に希望日があれば要相談。

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	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	●12日(水)午前9時～正午	市市民相談室（市役所1階、☎68-9081）	
公証人相談 （遺言相談）	●12日(水)午前9時～正午	宮古公証役場（陸中ビル2階、☎63-4431）	
★くらしとお金の 安心相談会	6日(木)午後1時～5時 ※5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 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）

2月の各種無料相談

このため、余った作物や草刈りの後の「残さ」は必ず処理し「寄せつけない」「餌場を作らない」対策をしっかりと行い、イノシシを呼び寄せない環境を作りましょう。



イノシシの被害対策の基本は「寄せつけない」「餌場を作らない」ことです！

私は現在、狩猟者としてもイノシシや他の有害鳥獣の被害対策に奮闘しています。これからも頑張っていく予定です。引き続き、皆さんの応援とご協力をお願いします。

イノシシは本来、警戒心が強く臆病な動物で、人前に姿を現すことはありません。しかし、警戒心が薄くなったイノシシは日中でも姿を見せるようになります。昼夜を問わず餌を求めて活動し、地面を掘り返して田畑を荒らすため、被害が拡大しています。

ただ、残念なことにイノシシは毎年増え続けています。イノシシを減らすためには、毎年、生息地域のイノシシの7割以上を駆除して初めて減るとの報告がありますが、狩猟者が駆除する数よりも、イノシシが増える数が勝っているのが現状です。

このような現状から、イノシシに遭遇する機会があるかもしれません。慌てる必要はありません。イノシシは本来、臆病なので逃げていきます。

ただし、興奮している場合は注意が必要です。刺激せず、静かにその場から離れ、安全な場所に避難してください。決して威嚇してはいけません。



第55回
小笠原世良さん



地域おこし協力隊の小笠原です。今回は、本市で目撃や被害が拡大しているイノシシの生息、被害を防ぐための対策、遭遇した際の対処方法についてお話ししたいと思います。

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/



地域おこし協力隊便り



- 会員募集の記事は掲載しないこととしていますので、ご了承ください
- 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

▼多様な視点で考えよう！防災ワークショップ

● 3月1日(土)午前10時～正午 ● 場市民交流センター2階多目的ホール ● 内多様なジェンダー視点から災害時の困難を考え、一人ひとりに合った災害に対する備えについて再確認する ● 師高橋福子 ● 対テーマに関心のある人 ● 30人 ● 無料 ● 申し込みフォーム(下記QRコード) または電話 ● 関市生活課男女参画・協働推進係(☎69080)



崎山貝塚縄文の森ミュージアム

▼公開講座「近内中村遺跡と巻貝形土器」

● 2月15日(土)午前10時～11時30分 ● 場崎山公民館多目的ホール ● 内巻貝形土器を中心とした講座と企画展の展示解説 ● 師当館職員 ● 対市民 ● 無料 ● 他ミュージアム入館料は無料。当日午前の通常縄文体験は休止 ● 関崎山貝塚縄文の森ミュージアム(☎7526)



巻貝形土器を見て、縄文時代を学びませんか？

中央公民館

▼サークル1DAY体験講座！

● 回/内①2月20日(木)午後6時30分～7時30分/フラダンス②3月3日(月)午前10時～正午/編み物③3月5日(水)午後7時30分～8時30分/書道④3月7日(金)午後1時～3時/合唱⑤3月15日(土)午後1時30分～2時30分/ベリーダンス ● 対市民 ● ①④⑤各先着10人②③各先着5人 ● 無料(②のみ500円) ● 申電話 ● 期2月4日(火)～15日(土) ● 場・関中央公民館(市民交流センター、☎34166)

千徳公民館

▼こころ整う大人の塗り絵教室

● 3月1日(土)午前10時～正午 ● 内色鉛筆を使った塗り絵 ● 師沼崎淳子 ● 対市民 ● 先着10人 ● 300円 ● 他色鉛筆の貸し出しあり ● 期2月5日(水)午前9時から ● 場・関千徳公民館(☎5402)

田老公民館

▼ゆうゆう講座「認知症予防！シニア向けぬり絵教室」

● 2月22日(土)午前10時～11時30分 ● 師沼崎淳子 ● 対おおむね60歳以上の人 ● 先着6人 ● 300円 ● 申電話 ● 期2月15日(土)まで

▼りんごの糸掛けアート教室

● 2月28日(金)午前10時～正午 ● 内かわいりんごの糸掛けアート作り ● 師佐藤久美子 ● 先着8人 ● 1050円 ● 期2月5日(水)午前9時から ● 共通 ● 場・関田老公民館(☎872976)

うみまちひろば

▼臨時休館のお知らせ

● 2月23日(日)・24日(月) ● 内ワックス作業のため

▼令和7年度定期教室

《茶道教室》 ● 第2・3水曜日午後7時～9時 ● 師細越静子 ● 12人 ● 1回300円 ● 特白い靴下
《シニア世代の書写交流教室》 ● 日火曜日午前10時～11時(月2回) ● 師嶋香徳子 ● 対60歳以上の人 ● 8人 ● 月2千円
《共通》 ● 期2月1日(土)から ● 場・関うみまちひろば(宮古市地域創生センター、☎657133)

市体育協会

▼令和6年度宮古市スポーツ選手育成強化支援事業・スポーツ選手強化プログラム『SAQトレーニング講習会』

● 2月22日(土)午前9時～11時45分(8時30分から受け付け) ● 場市民総合体育館メインアリーナ ● 内スピード能力改善トレーニング ● 師日本SAQ

〔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

開催・募集など

▼外国客船寄港時の通訳スタッフ募集
● 内宮古港への客船寄港時に、外国人の乗客・乗員を案内する通訳スタッフや、通訳ボランティア ● 募集内容【通訳スタッフ】(対語学資格などの条件あり(詳しくは、お問い合わせください))
【通訳ボランティア】(対どなたでも(通訳スタッフのサポートあり)) ● 関宮古市国際交流協会(☎info@iayako-kokusai.com、☎26534、FAX27030)

▼宮古地区公務員合同説明会

●回2月9日(日)午後1時30分～5時
●場市民交流センター1階会議室●因参加機関ごとの仕事内容などの説明(各機関10分)、個別相談会●対公務員志望の人、公務員の仕事に興味・関心のある人●参加機関●宮古市役所、海上保安庁宮古海上保安署、宮古警察署、宮古地区広域行政組合消防本部、宮古税務署、自衛隊岩手地方協力本部宮古地域事務所●他事前申し込み不要。参加者が多い場合、入場できない場合があります。詳しくは、市ホームページ(下記QRコード)をご覧ください●因自衛隊岩手地方協力本部宮古地域事務所(☎3881)



▼津軽石川河口探鳥会

●回2月9日(日)午前8時30分～10時30分●場津軽石川サケ直売所前●因コクガン、カムリカイツブリなどの観察●因日本野鳥の会宮古支部・関川(☎4725)

▼「見守り支援配食事業」ボランティアはじめて！研修会

●回2月12日(水)午前11時●場市総合福祉センター●因見守りが必要な世帯へお弁当を配達するボランティアに必要な知識などを学びます●対ボランティアに関心がある人、これからボランティアを始めた人●15人●¥無料●申電話●期2月7日(金)まで●因市社会福祉協議会地域福祉課(☎73061)

▼湯ったり館「そば打ち体験」

●回2月22日(土)【午前の部】午前10時～午後0時30分【午後の部】午後1時30分～4時●内地元そば粉を使ったそば打ち体験●対18歳以上●各回5人●¥2千円●期2月17日(月)まで●他参加者に湯ったり館無料入浴券を贈呈●場・間湯たり館(☎73800)

▼ジュニア・アンサンブルみやこ第10回発表会

●回2月23日(日)午後1時30分(1時間場)●場市民文化会館展示室●因ジュニア・アンサンブルみやこ生徒によるバイオリンレッスンの成果発表会●¥無料●賛助出演●弦楽アンサンブルアリエ、セガレ●助演客演●いわてフィルハーモニー・オーケストラ●因ジュニア・アンサンブルみやこ事務局(市民文化会館、☎2511)

▼昭和思い出探し「宮古のひなまつり」

●回2月23日(日)～3月3日(月)午前10時～午後4時●場系ぐるま、小成園2階、商店街、市民交流センター2階和室●対ひなフェス

●回3月2日(日)午前10時～午後4時●場市民交流センター2階和室●因ひなフェス体験企画、ウォークラリー企画《ひなまつりコンサート》

●回3月2日(日)①午前11時～正午②午後1時30分～2時30分●場市民交流センター1階交流プラザ●出演●早稲田大学混声合唱団OB合唱団みやこ、大澤信子社中

《お琴演奏》

●回3月3日(月)午前11時～正午●場小成園2階●出演●大澤信子

《共通》●因昭和通りのおかみさんもてなしたい事務局・松原(☎3633)

▼宮古・下関伊地区ふるさと就職面談会

●回2月28日(金)午後1時30分～3時30分●場市民交流センター2階多目的ホール●因10社(予定)の事業所との個別面談、就職相談など●対宮古・下関伊地区に就職を希望する人とその家族●申申し込みフォーム(下記QRコード)●他当日参加可。受付が混雑するため、事前申し込みをお願いします。詳しくは、ホームページ(下記QRコード)をご覧ください



●因宮古地域雇用対策協議会(宮古公共職業安定所内、☎8609)

▼ひとり親世帯応援事業「薪割り・ピザ作り体験バスツアー」

●回3月2日(日)午前9時～午後3時●場吉里吉里国(大槌町)●対市内の小・中学生のいるひとり親世帯●10世帯●期2月17日(月)まで●申申し込みフォーム(下記QRコード)または電話●因市社会福祉協議会くらしネットみやこ相談室(☎7046)



▼総務省認定「第4級アマチュア無線技士養成課程講習会」

●回3月22日(土)・23日(日)●場うみまちひろば●先着42人●¥18歳以下●13850円【一般】25050円●

期3月15日(土)まで●他講習会後、修了試験を実施●因はんこスーパーストーン宮古店・山野目(☎2110)

▼令和7年度「ふれあい看護体験」

●回5～9月●場病院、訪問看護ステーション、介護老人保健施設、特別養護老人ホーム、保健所など●因施設ごにいろいろなふれあいを行う●因看護職をめざす一般の人および中高生●因【中高生】学校ごとに取りまとめ申し込み【一般】ホームページ(下記QRコード)をご覧ください●他実施施設、開催日など詳しくは、ホームページ(右下記QRコード)をご覧ください●期2月10日(月)必着●因若手県看護協会(☎019・663・5206、fureaiko@wate-rango.or.jp)



▼いわて「あったかエコ」キャンペーン

●回2月10日(月)まで●因キャンペーン参加者の中から抽選でお米券5000円分などの素敵な景品が当たる。●対県内在住の人●因申し込みフォーム(下記QRコード)または郵送、ファクス、メール※詳しくは、ホームページ(下記QRコード)をご覧ください●因いわて「あったかエコ」キャンペーン事務局(〒020・0045盛岡市盛岡駅西通一丁目7の1いわて県民情報交流センター・アイーナ5階、☎019・606・1752、FAX019・629・5334、eco@all-eai.na.jp)



宮古都市計画変更素案の公表など

..... 県都市計画課 ほか

県および市では、宮古都市計画道路のうち三陸縦貫自動車道宮古線、宮古盛岡横断道路宮古線、本町高浜線、小山田インター線を変更するため、変更素案図書を公表し、説明会と公聴会を開催します。

《変更素案の公表》

回 2月4日(火)～3月4日(火) (土・日・祝日を除く)
 ㊦ 午前9時～午後5時 / 場 県都市計画課(県庁7階)、市都市計画課(市役所3階)

《説明会(申し込み不要)》

回 2月12日(水)午後2時(県決定分)、午後3時(市決定分) / 場 市民交流センター2階多目的ホール
 《公聴会》

回 3月13日(木)午後2時(県決定分)、午後3時(市決定分) / 場 市民交流センター1階会議室3

㊦ 公聴会に出席し意見を述べたい人は、意見の趣旨とその理由、住所、氏名、連絡先を記載した書面(公述申出書)を郵送または持参してください。

※期限までに公述の申し出がなかった場合は、中止

期 3月4日(火)必着

問 県県土整備部都市計画課(〒020-8570盛岡市内丸10の1、☎019-629-5886)、市都市計画課(〒027-8501住所不要、☎68-9108)

出前無料労働相談会

..... 県労働委員会

労働者と事業主間のさまざまな問題について、岩手県労働委員会の委員(弁護士、経営者など)が相談に応じます。

回 2月15日(土)午後1時～4時

場 奥州地区合同庁舎(奥州市水沢大手町1の2)

申 電話

期 相談会の2日前まで

問 岩手県労働委員会事務局(☎0120-610-797)

日本年金機構より「ねんきんネット」のご案内

..... 宮古年金事務所 ほか

「ねんきんネット」は、スマートフォンなどからご自身の年金情報を確認できるサービスです。

■「ねんきんネット」でできる機能

▷ご自身の年金記録の確認

▷将来の年金見込額の確認

▷「ねんきん定期便」や各種通知書の確認

▷国民年金保険料口座振替の申出 など

また「マイナポータル」と「ねんきんネット」を連携させると、さらに便利に利用できます。

マイナンバーカードとスマートフォンを使用し「ねんきん定期便」のペーパーレス化や、オンラインでの確定申告に使える「公的年金等の源泉徴収票」、「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」の電子送付希望の登録ができます(税務署や市町村での確定申告でも「ねんきんネット」で各種通知書を確認し、年金額などの入力・記入に利用できます)

詳しくは、日本年金機構のホームページ(右記QRコード)を確認、または宮古年金事務所までお問い合わせください。



問 宮古年金事務所(☎62-1963)、ねんきん定期便・ねんきんネット専用番号(☎0570-058-555)※050から始まる電話番号の人は、☎03-6700-1144へお電話してください

宮古市内の交通事故件数
(12月1日～31日)

■交通事故件数 ▷人身事故=8件▷死亡者=0人
 ▷負傷者=9人▷物損事故=77件

※天候が良い日でも、トンネルの出入口や橋の上、日陰では、部分的に路面凍結している場合があります。スピードを抑えるほか、急ブレーキや急ハンドルに気を付けましょう

問 宮古警察署(☎64-0110)

おめでた
おくやみ

12/21～1/13(届け出順・敬称略)

○生まれた赤ちゃん○

佐藤有華(ゆうか) 近内三丁目(祐輔)
 鈴木麻来翔(まなと) 太田一丁目(龍也)
 仲田結乃暖(ゆのん) 近内三丁目(慎二郎)
 小山真由(まゆ) 松山(修平)
 カイリー・ファトニ 港町
 (シャンティ・セティヨ・リニ)
 園部琴都(こと) 泉町(修平)

♡結婚したお二人♡

大堰由翔・上川原陽菜=宮町三丁目
 長鈴知樹・千代川るい=向町
 伊藤 駿・飛澤亜由美=和見町
 上田貴夫・前川亜由美=日の出町
 後川孝成・伊藤瑠衣=館上
 上野みなみ・千葉龍哉=西ヶ丘一丁目
 村上昌訓・佐々木遥=弘川

■亡くなった方■

中居忠郎 (86) 西町一丁目

下野一男
 今野慶子
 佐々木楨子
 竹内榮一
 高森民雄
 藤村キエ
 須藤正勝
 野崎浩司
 山本和子
 小島セツ
 山崎昭男
 川内チエ
 鹿角悦子
 佐々木幸雄
 金澤 勝
 中屋 審
 黒田久志
 橋本京一
 藤野久美子
 藤田憲子
 長澤美昇
 笹花武士
 神樂光信
 菅野信子
 永岡達郎

(89) 愛宕一丁目
 (84) 緑ヶ丘
 (77) 田の沢
 (75) 西町三丁目
 (68) 小国
 (104) 弘川
 (67) 藤原三丁目
 (91) 磯鶏一丁目
 (89) 高浜四丁目
 (85) 光岸地
 (81) 近内二丁目
 (92) 川内
 (87) 鈴久名
 (69) 金浜1
 (86) 太田一丁目
 (91) 上村一丁目
 (76) 小堀内
 (93) 板屋一丁目
 (83) 太田二丁目
 (79) 磯鶏西
 (92) 荷竹
 (90) 川井
 (82) 鈴久名
 (74) 川井
 (89) 松山

藤原直人
 幅野キヨ
 工藤 武
 平野 暁
 崎尾昭三
 崎尾貞子
 山崎敏實
 佐々木 昭
 上野健治
 木村昭夫
 古館里志
 山本輝千子
 豊間根 修
 坂本和子
 吉田 守
 山根妙子
 中里哲夫
 立花カツヲ
 後川孝一
 畠山勇吉
 越田 実
 山本芳夫
 中里朝雄

(76) 八木沢二丁目
 (93) 宮園
 (95) 崎山一
 (64) 港町
 (92) 田の神二丁目
 (92) 末広町
 (90) 茂市
 (85) 弘川
 (85) 川井
 (84) 西ヶ丘一丁目
 (92) 和井内
 (82) 下在家
 (75) 沼里
 (86) 日の出町
 (63) 小堀内
 (89) 堀内
 (99) 根市
 (81) 西ヶ丘三丁目
 (93) 館上
 (92) 蛸の浜町
 (91) 刈屋
 (84) 小田代
 (80) 川井

※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

※1月1日現在
※()内は前月との比較

人口	男	女	世帯
45,632人 (-80)	21,895人 (-32)	23,737人 (-48)	22,418 (-36)

人口のうごき

※12月1日～31日

出生	死亡	転入	転出
12人	88人	44人	47人

市議会3月定例会議を傍聴してみませんか

市議会事務局

市議会はどなたでも傍聴できます。予約不要です。
来場が難しい場合は、市民交流センターでテレビ中継を放映するほか、インターネット(右記QRコード)では生中継・録画をご覧いただけます。



- 開会=2月12日(水)午前10時
閉会=3月18日(火)※予定
場 市役所5階議事堂
問 市議会事務局(☎68-9113)

道の駅EV用急速充電器がリニューアル!

市エネルギー推進課

市内道の駅のEV用急速充電器設備を更新しました。出力は市内最大級の50kWです。また、QRコード決済・クレジットカード決済が可能になりました!

■設置場所/利用開始日時

- ①道の駅みやこ(シートピアなあと)/1月14日午後3時
②道の駅たろう/1月15日午後3時
③道の駅やまびこ館/1月16日午後3時

■設備詳細

- ▷運営会社=日本充電インフラ株式会社
▷メーカー名=JFEテクノス
▷型式=RAPIDAS-X

※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 市エネルギー推進課エネルギー推進係(☎68-9079)

化粧品の定期購入にご注意!

市消費生活センター

「“1回限り”という広告を見て化粧品を注文したが、定期購入の契約になっていた」という相談が増えています。通販は便利な一方、トラブルに発展するケースも少なくありません。注文時には契約条件をよく確認しましょう。

困ったときは、市消費生活センターへお気軽にご相談ください。

問 市消費生活センター(☎68-9081)

Jアラートの全国一斉訓練放送が行われます

市危機管理課

弾道ミサイルなどの武力攻撃に備え、消防庁からの国民保護情報を住民へ伝達する訓練が全国一斉に行われます。

この訓練に伴い「全国瞬時警報システム(Jアラート)」の訓練放送が、防災行政無線とみやこハーバーラジオで流れますので、ご了承ください。

開 2月12日(水)午前11時ころ

■放送内容

- ①チャイム「これは、Jアラートのテストです。」(3回繰り返し)
②「こちらは、防災宮古広報です。」チャイム
他 気象状況などにより放送内容を変更、あるいは中止する場合があります(警報音は流れません)。
問 市危機管理課防災係(☎68-9111)

小規模修繕契約希望者の名簿登録申請を受け付け

市契約管財課

市が発注する小規模な建築・土木・設備などの、修繕契約希望者名簿への登録を受け付けます。

■登載期間 令和7～8年度

対 令和6～8年度名簿に未登録の人

※現在、名簿登録のある人は申請不要です

申 申請書に必要事項を記入し、市契約管財課(市役所3階)へ持参または郵送。申請書は市契約管財課で配布するほか、市のホームページ(右記QRコード)からもダウンロードできます。



期 2月14日(金)～3月14日(金)

※土・日・祝日を除く

問 市契約管財課契約検査係(☎68-9070)

2月は下水道受益者負担金の納付月です

市上下水道部経営課

受益者負担金制度は、下水道を使用できる地域の土地や建物を所有する人に、建設事業費の一部を負担していただく制度です。

該当者には納入通知書を送付しますので、2月28日(金)までに納付してください。

問 市上下水道部経営課経営管理係(☎63-1115)

【広告】

住まいのことなら何でもお任せください



畳

ふすま

クロス

建具

網戸

リフォーム

障子・クロス・カーテン
「リフォーム」ご相談下さい
Tel.0193-62-3416
宮古市板屋4丁目5-23【営業時間】AM8:00～PM7:00
有限会社 上田豊店

宮古第一病院 脳神経外科・脳神経内科 外来診療開始のお知らせ

この度、宮古第一病院に脳神経外科・脳神経内科を新設することになりました。特徴は、脳や脊髄・末梢神経はもちろん、それらに関連する各種疾患、類似の病気など幅広く診療を行います。具体的には、改善しない頭痛・めまい・しびれ・認知症・意識消失・顔面や手足のけいれん・ふるえ、メンタルなどが中心となります。

外来診療時間

	月	火	水	木	金	土	日
午前受付時間/8:30～11:00	○	○	○	○	○	○	○
診療開始/9:00～	○	○	○	○	○	○	○
午後受付時間/13:30～15:30	○	○	○	○	○	○	○
診療開始/14:00～	○	○	○	○	○	○	○

※休診日…土・日・曜日、祝日、お盆、年末年始 ※金曜日は午後休診です

青春リハビリテーション

宮古第一病院

宮古市保久田8-37

TEL0193-62-3737

スタジオから

年が明けてから早ひと月が経ちました。寒さに負けず元気にお過ごしですか？寒いとお家でまったりと温まりながら過ごしたくなりますよね。

今月は、昨年4月から放送を開始した水曜日の日替わりコーナー「わんにゃんアカデミア」を紹介します。宮古保健所の行政獣医師光井太平さんを教授に、生徒であるパーソナリティーの村上と、動物に関する楽しい授業をお送りしています。課外授業ではスタジオを飛び出し、宮古地区合同庁舎で毎月開催されている保護猫譲渡会や、市内で行われたわんちゃん猫ちゃんのイベントの様子をお伝えしています。知ると誰かに話したくなるような動物の知識や、宮古の保護動物事情などをお届けします。

放送は毎週水曜日午後1時からです！ご自宅にペットがいる人は、ぜひ一緒に聞いてお楽しみください。

この冬もみやこハーバーラジオを聴いて楽しい時間をお過ごしください。

●「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」(<http://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)」をダウンロードし聴くことができます。

※川井地域は川井テレビ (11ch) で放送中

●X (旧Twitter) アカウント「@miyakofm」(右記QRコード)

●Instagramアカウント「miyako_harbor_radio」(右記QRコード)

●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

☎ 宮古エフエム放送 (☎77-3399)



第16回みやこ郷土芸能祭

日 3月2日(日)午後1時 (0時30分開場)

場 市民文化会館中ホール

■出演団体

▷黒森神楽

▷平倉神楽 (遠野市)

▷江繋早池峰神楽

▷末角神楽

¥ 無料 (整理券が必要です)

■整理券取り扱い場所

市民文化会館、イーストピアみやこ、田老・新里・川井の各総合事務所

☎ 市民文化会館 (☎63-2511)



ゲストの早池峰嶽流平倉神楽保存会 (遠野市)

俳句に親しむ

季題「寒鴉」^{かんがらす}「春を待つ」

さいとう白沙 選

【特選】

春待つや草はしつかり根を張りて

佐々木るみ子

評 冬は地上部が枯れて

も土深く息衝いてい

る花や草々の根。確

かな把握が句を立ち

上げた。

評 庭先で餌をあさる鴉

の様子を擬態語を用

いて詠み、まともに

の良佳句。

齊藤敏通

づかづかと餌を漁るのか寒鴉

【入選】

寒鴉庭にくるみの落し物

大村良子

病床を移り窓辺に春を待つ

北村克哉

詰襟の孫の制服春を待つ

駒井和子

待春やふせんの多き旅の本

坂下安紀

床の間に春待つ赤きランドセル

島香良

寒がらす夕日を背負い塀へと

武田義雄

春を待つ御陣乗太鼓や復興地

山崎榮治

逆風や強く生きよと寒鴉

山根正夫

◆次の季題「雑祭」^{ひなまつり}「春炬燵」^{はるごたつ} ※2月4日(火)消印有効

◆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30人でした。ありがとうございました。

【選者より】○季語は一句に一つが基本です。傍題も可とします。

○小中高生の作品歓迎。

◇選者詠「海沿いのドライブ四温日かな 白沙」

「河川流域に展開した古代エミシと中世土豪の世界」

市教育委員会文化課 編

本市では、約1,000年以上前の奈良時代・平安時代、そして中世にかけて、鉄生産が盛んに行われました。鉄の原料となる砂鉄が採取でき、豊かな森林により燃料となる木炭が生産できたからです。

鉄生産が行われた古代、東北地方の人々は「蝦夷」と呼ばれていました。蝦夷の権威を示す蕨手刀や戦いに不可欠な鏃・馬具、刀子・鉄斧などの日常生活用具、さらに草刈鎌・穂積具などの鉄製品が市内の遺跡から出土しています。八木沢地区にある島田Ⅱ遺跡のように、製鉄や鍛冶を行う専門的な職人の集落も現れ、宮古は蝦夷にとって鉄生産の重要な拠点の一つでした。

また、遠隔地で生産された須恵器や陶磁器、中国産陶磁器なども遺跡から出土しており、昆布や塩などの海産物に加え、鉄も交易品として重要であったと考えられます。

鎌倉時代になると、閉伊氏が鎌倉幕府の地頭として当地方を治め、田鎖・刈屋・和井内・茂市・長沢・花輪・大沢・箱石・墓目・中村・重茂などの諸家が割拠しました。彼らは「田鎖党」「田鎖十三家」と称され、その氏名が地名と一致しています。

室町時代に入ると、城館遺跡が市内71箇所で見つ

認され、大規模な千徳城、山口館、田鎖館などからは宮古地方を治めていた国人領主の存在がうかがえます。こうした領主の下に束ねられた土豪が、各地に小規模な館を築いて村を治めていました。

地域を治めていた国人領主や土豪は、単に戦や村の統治を司っていただけではなく、宗教的な面でも地域の核となる存在でした。小山田神社には、鎌倉時代の「毘沙門天像」と室町時代の懸仏が残されており、当時の領主が地域の安寧を祈願したものと考えられます。



市指定有形文化財「毘沙門天像」



県指定有形文化財「長根古墳群出土品」

市長のひとり言

姉妹市村の沖縄県多良間村と宮古市は、毎年、お互いのまちの小中学生を派遣し合い、交流を続けています。今年度は宮古市から11人の児童生徒が、1月6日～11日の行程で多良間村への派遣交流事業に参加。私もそこに同行いたしました。9日に多良間村を訪れ、多良間村の伊良皆光夫村長や、宮古製糖株式会社の多良間工場を訪問。両市村の近況や今後の取り組みなどについて、意見交換を行いました。村内視察では、平成23年の初訪問時に植樹式をした「宮古市の森」へ行き、立派に成長した記念樹にお会いしてきました。

9日夜の懇談会にはたくさんの方々が参加してくださり、にぎやかな時間を過ごしました。最後は、みんなで輪踊りで盛り上がり、心ひとつになった思い出がありました。宮古とは違う景色や文化に触れて、学んで、参加した宮古の児童・生徒たちにとって、非常に貴重な経験になったと思います。私はというと、心残りが1つ。多良間名物・ヤギ汁を食べ損ねてしまいました。次回訪問時の楽しみにとっておこうと思います。

来年・令和8年は多良間村と宮古市が姉妹市村になって30周年の記念イヤー。両市村で盛り上げていきたいと思っています。



多良間村の皆さんと笑顔で輪踊りをする山本市長と伊良皆多良間村長(右)

〔広告〕

学校給食センター 調理員募集！

勤務地 「新里給食センター」「田老給食センター」

勤務日時 A.調理 週5日 7:30～15:00 または 8:00～15:30
(実働6.5時間、休憩60分)

B.調理補助 週3～5日 8:00～14:30
(実働5.5時間、休憩なし) ※勤務日数、時間相談可

C.洗浄・清掃等 週3～5日 13:30～16:30
(実働3時間、休憩なし) ※勤務日数、時間相談可

時給 A.時給1,100円 B.時給952円 C.時給952円

休日・休暇 土・日・祝日
春休み・夏休み・冬休み(清掃等で数日勤務あり)

ご応募＆お問い合わせ

☎022-292-5585 受付時間/08:30～17:30(平日)
広報を見たとお伝えください！

お仕事内容

- ・調理(大きな釜での調理・コンベアー式のフライヤーでの揚げ物等)
- ・仕込み(野菜洗浄・野菜カット等)
- ・配缶(各クラスごとに人数、分量を量り、食缶入れ等)
- ・洗浄(使用した器具、食器等)・清掃等

未経験者大歓迎！
年齢不問！

資格・経験

経験・資格がなくてもOK！

待遇

- ・(Aの場合)社会保険完備
- ・制服無償貸与・食事控除あり・資格手当あり(調理師・管理栄養士)
- ・交通費支給(無料駐車場有)



未来の元気を創造する
一富士フーズサービス株式会社

北海道・東北支社 / 仙台市宮城野区権田3-4-1 アゼリアビル3F



