

広  
報

# みやこ 10

October, 2025  
令和7年10月1日号  
No.483

「森・海」と「心」が調和し共生する安らぎのまち



心、踊れ！  
響け、掛け声！

第39回みやこ秋まつり

※以下のアイコンを使用しています

日=日時 時=時間 場=場所 内=内容  
師=講師 対=対象 定=定員 参=参加料  
持=持ち物 申=申し込み方法 期=申し込み期限・期間  
他=その他 注=注意事項 問=問い合わせ

## 目次

広報みやこ No. 483\_Oct. 2025

- 03 series 世界に誇る宮古のモノづくり  
日本潜水機株式会社スーツ事業部
- 04 市からのお知らせ  
宮古市パートナーシップ・ファミリーシップ制度／宮古サーモン・ハーフマラソン大会に係る交通規制／「宮古真鱈まつり」出店者募集／みやこポートフェスタ2025 10月は6隻のクルーズ船が寄港！／「第73回みやこ市民文化祭」開催！／第47回公民館まつり ほか
- 11 まちの話題  
高田市体育教室「ダイヤモンドキッズカレッジ」／早稲田大学応援部「宮古市ふれあい発表会」／新造客船「飛鳥Ⅲ」初寄港／2025やまびこフェスタ
- 12 健康プラザ  
各種健康診査・がん検診日程 ほか
- 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  
宮古地域の粗大ごみ収集10月の対象地区 ほか
- 18 子育て情報  
にこにこルームみやこ／つどいの広場／10月のハッピーバースデー ほか
- 20 図書館情報  
市立図書館10月の特集 ほか
- 21 各種無料相談／地域おこし協力隊便り  
10月の各種無料相談日程／地域おこし協力隊便り
- 22 スタジオから・俳句
- 23 ふるさと博物館  
第28回企画展「伝えたい 昔の技～体験型の博物館をめざして～」
- 24 まちの話題ピックアップ  
閉伊川川下り大会2025 初秋の閉伊川を駆け抜ける！／植樹体験～先人が残した森林への感謝を込めて～



今年も元気と勇気を届けてくれました！（石川県立輪島高校和太鼓部）



サンバのリズムで楽しくハイタッチした！（G.R.E.S. 仲見世バルバロス）



躍動感あふれる踊りで大盛り上がり（八木山すずめでござる・仙台市）



大迫力の演舞で観客を魅了していました！（神風宮古流星海）



市民600人以上が参加した手踊りパレードは圧巻でした！



素敵な笑顔でさんさ踊りを披露（岩手大学さんさ踊り実行委員会）

## 10月の納期

### 10月の市税の納期

市県民税第3期  
国民健康保険税第4期

### 10月の夜間・休日の納税相談窓口

【夜間】 ○期日=10月16日(木)  
○時間=午後5時15分～8時  
【休日】 ○期日=10月26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）

## 心、踊れ！ 響け、掛け声！ 第39回みやこ秋まつり

●撮影日 9月14日  
●場所 未広町



## 10月の表紙

9月13日・14日に開催された「第39回みやこ秋まつり」では、駅前広場でのイベントや手踊り・船山車パレードなどが行われ、訪れた多くの観客でにぎわいました。

13日の手踊りパレードに参加した市内在住の女性は「昨年よりパレードに出る人も、観客も多く感じた。とても楽しく踊ることができた。これから、宮古がどんどん盛り上がってほしい。ぜひ、来年も参加したい」と笑顔で話しました。

世界に誇る宮古の企業！ 地元企業がオンリーワンの技術力で世界に挑んでいます。  
本市と立地協定を結び、地域の未来を創る宮古の企業を、毎月1日号で紹介します。

アポロ・クオリティを世界の海へ！ この一着に品質を追求、妥協を許さない職人魂

## 日本潜水機株式会社スーツ事業部



平成元年7月、宮古市臺目（旧新里村）にてスキューバダイビングスーツ専門工場として創業を開始しました。

ダイビングスーツの製造だけでなく、スーツメンテナンスサービスも提供できる体制を整えています。

ダイビングスーツの製造では、ダイバーのニーズに応じた企画を考案し、素材選びから始まり、型紙作成、裁断、接着、縫製、品質テストに至るまで、熟練の技術を持つスタッフが1着1着丁寧に作り上げています。

自社ブランド「apollo」のダイビングスーツがダイバーの皆さまにとって信頼できるパートナーとなり、長く愛用していただける製品であることを心より願っております。

### 企業紹介

「apollo」ブランドは、おかげさまで60周年を迎えました！

昭和40年に、登山家でありエンジニアであった創業者の服部清次が新たな挑戦として選んだのが、スキューバダイビング事業でした。

安全性・耐久性、使い心地に徹底的にこだわった結果、スキューバダイビング器材メーカーとして、世界中のダイバーに受け入れられる存在となりました。

これからも「apollo」クオリティの素晴らしさを伝えていくために、新しい挑戦が始まります。

### 企業基本情報

- 所在地 臺目第8地割119-2
- 連絡先 ☎72-2101
- 代表者 代表取締役社長 大沼 智子
- 創業 平成元年7月
- 従業員数 スーツ事業部14人  
(令和7年10月1日時点)
- 業種 製造業
- 主製品 スキューバダイビング  
スーツ製造



詳細はこちら



スーツ生地のカット作業の様子



縫製作業の様子



完成したダイビングスーツ

### 社員からの一言

当事業部は、スキューバダイビングスーツの製造において、品質と安全性を最優先に考えています。私たちの使命は、ダイバーのニーズに応じた高品質な製品を提供し、安全で楽しいダイビングをサポートすることです。そのために、常に技術の向上を目指し、新しいアイデアを取り入れ、改善を続けております。

たくさり かつとし  
田鎖 勝利さん（工場長）



# ご存じですか？ 宮古市パートナーシップ・ファミリーシップ制度

この制度は、現行の婚姻制度を利用できないお二人が性別や性自認、性的指向にかかわらず、お互いを人生のパートナーとして日常生活において協力し合うことを宣誓し、市が宣誓を証明する制度です。

また、お二人にお子さんや親御さんがいる場合は、ファミリーシップを併せて宣誓することができます。婚姻制度とは異なり、法律上の効力（相続や税控除など）を生じさせるものではありませんが、市が公に関係を証明することで、行政や民間企業が提供しているサービスを利用しやすくなります。

第 号	
パートナーシップ・ファミリーシップ宣誓受領証カード 宮古市パートナーシップ・ファミリーシップ宣誓の取り扱いに関する要綱に基づき、パートナーシップ・ファミリーシップ宣誓書を受領したことを証します。	
本人	パートナー
年 月 日生	年 月 日生
宣誓日 年 月 日	
宮古市長	

宣誓書を受領したことを証明するカード

## ■利用できるサービス

### 【行政サービス】

- ▷ 県営・市営住宅の入居
- ▷ 教育・保育給付認定申請
- ▷ 県立病院などでの面会や病状説明
- ▷ 岩手県子育て応援パスポートの交付・利用 など

### 【民間サービス】

- ▷ 生命保険の受取人指定
  - ▷ 自動車保険や火災保険などで配偶者と同様の補償
  - ▷ 携帯電話の家族割引適用
  - ▷ 慶弔休暇など福利厚生適用 など
- ※サービス内容は事業者により異なります。詳しくは、各事業者へお問い合わせください

## ■制度へのご理解・ご協力をお願いします

この制度は、誰もが人生のパートナーや大切な人たちと家族として暮らすことができるよう応援するものです。受領証や受領証カードの提示を受けた場合は、制度の趣旨をご理解いただき、本制度を活用できる場面が増えるよう、ご協力をお願いいたします。

制度を利用していることや制度利用者の性自認や性的指向などを、本人の同意なく第三者へ伝えること（アウトティング）は重大な人権侵害です。本人の了承を得ずに口外しないようお願いします。

☎ 市市民協働課男女参画・協働推進係  
(☎68-9080)



詳細はこちら

## U・Iターン就職者向け 市営住宅を貸し出します

市外から転入し、市内で新たに働く人や雇用する人に、市営住宅を貸し出します。

### ■入居資格 以下の全ての要件を満たす人

- ①市外から転入し、市内で新規に就労する人
  - ②18歳～59歳の人
  - ③3カ月以上入居する人（最長5年まで）
  - ④地域の自治会活動や団地の維持・清掃活動などに参加できる人
  - ⑤暴力団員ではない人
  - ⑥令和8年3月31日(火)までに入居できる人
- ※転勤による赴任や公務員、学生は対象外

### ■住宅タイプと申し込み条件

住宅タイプ	申込者	同居できる人	家賃（月額）
個人	U・Iターン者 本人	親族のみ	10,000円
社宅	U・Iターン者 を雇用する人	従業員 (複数可)と その家族	2LDK 20,000円
			3DK・3K 30,000円

☎ 申込書と必要書類を持参または郵送

※申し込み準備前に必ずお問い合わせください

期 10月10日(金)～31日(金)

※申し込み多数の場合は抽選を行います

■申込書配布・提出先 市建築住宅課(市役所3階)

※申込書は市ホームページからもダウンロードできます

■募集住宅・戸数

団地名	間取り	募集戸数
中里	3DK	2戸
西ヶ丘		3戸
日の出町		4戸
区界	3K 2LDK	各1戸
和美		
飛の沢		
長内		
川井		

▷ペット飼育不可▷共益費別途必要▷中里、日の出町、西ヶ丘は駐車場あり(1戸1台/月1,500円)

☎ 市建築住宅課公営住宅係 (☎68-9107)



詳細はこちら

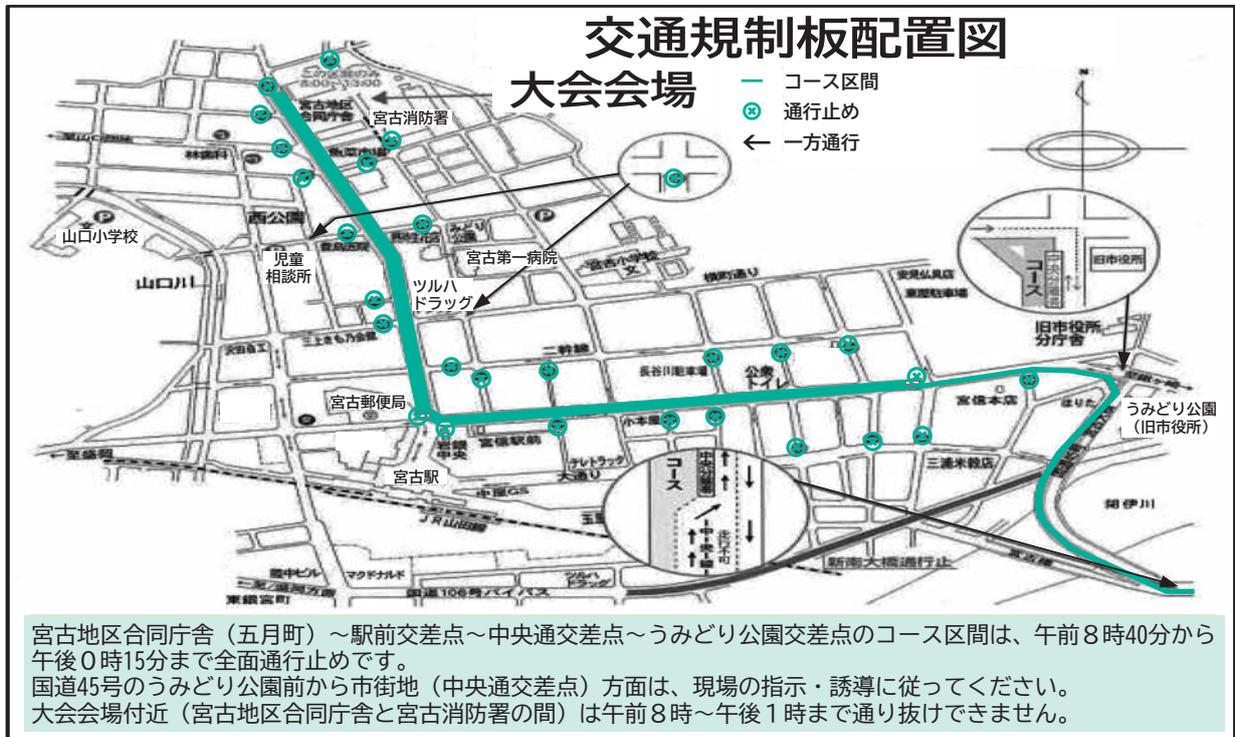
# 宮古サーモン・ハーフマラソン大会に係る交通規制

大会当日に交通規制を行います。皆様のご理解とご協力をお願いします。

📅 11月9日(日)午前8時40分～午後0時15分

■規制区間 下図のとおり

📍 宮古サーモン・ハーフマラソン大会実行委員会（宮古市体育協会内、☎62-6000）



# はかりの定期検査（有料）を行います

取引や証明に使用するため、はかりは、正確な計量を行えるように計量法により2年に一度検査を受ける必要があります。

左記日程表を確認し、必ず検査を受けてください。

※次の①～③のはかりは検査不要

- ① 家庭用のものや業務上の取引・証明に使用しないもの
  - ② 浴場・旅館などのサービス用体重計
  - ③ 計量士の代行検査を受けたもの
- 問 市商業振興課商業振興係 ☎689092

## 【特定計量器定期検査日程表】

10/24(金)	10/23(木)	10/22(水)	10/21(火)	10/20(月)	期日	時間	検査会場	対象地区
午後1時～3時	午前9時～11時30分	午後3時30分～4時30分	午後1時～4時	午後2時～4時	午前10時～正午	午後9時～正午	川井総合事務所	川井全域
午後1時～3時	午後1時～4時	午後3時30分～4時30分	午後1時～4時	午後2時～4時	午後9時～正午	午後9時～正午	新里福祉センター	新里全域
午後1時～3時	午後1時～4時	午後3時30分～4時30分	午後1時～4時	午後2時～4時	午後9時～正午	午後9時～正午	新川町、向町、大通、末広町、栄町、横町、黒田町、新町、本町、沢田	新川町、向町、大通、末広町、栄町、横町、黒田町、新町、本町、沢田
午後1時～3時	午後1時～4時	午後3時30分～4時30分	午後1時～4時	午後2時～4時	午後9時～正午	午後9時～正午	築地、愛宕、光岸地、鍛ヶ崎、日影町、熊野町、蛸の浜町、山根町、港町、日立浜町、臨港通、中里団地、日の出町、佐原、崎鍛ヶ崎、崎山、近内、西ヶ丘、千徳、長根、太田、千徳町、神田沢、板屋、上鼻	築地、愛宕、光岸地、鍛ヶ崎、日影町、熊野町、蛸の浜町、山根町、港町、日立浜町、臨港通、中里団地、日の出町、佐原、崎鍛ヶ崎、崎山、近内、西ヶ丘、千徳、長根、太田、千徳町、神田沢、板屋、上鼻
午後1時～3時	午後1時～4時	午後3時30分～4時30分	午後1時～4時	午後2時～4時	午後9時～正午	午後9時～正午	田老公民館	田老全域
午後1時～3時	午後1時～4時	午後3時30分～4時30分	午後1時～4時	午後2時～4時	午後9時～正午	午後9時～正午	津軽石公民館	高浜、金浜、白浜、津軽石、赤前
午後1時～3時	午後1時～4時	午後3時30分～4時30分	午後1時～4時	午後2時～4時	午後9時～正午	午後9時～正午	重茂漁業協同組合 海洋冷食工場	重茂、音部
午後1時～3時	午後1時～4時	午後3時30分～4時30分	午後1時～4時	午後2時～4時	午後9時～正午	午後9時～正午	花輪農村文化伝承館 イーストピアみやこ 西側駐車場	藤原、小山田、磯鶏、八木沢、上村、河南、神林、藤の川、実田
午後1時～3時	午後1時～4時	午後3時30分～4時30分	午後1時～4時	午後2時～4時	午後9時～正午	午後9時～正午	イーストピアみやこ 西側駐車場	宮町、南町、長町、館合町、鴨崎町、和見町、西町、泉町、田の神、黒森町、山口、宮園、保久田、緑ヶ丘、五月町、小沢、田代
午後1時～3時	午後1時～4時	午後3時30分～4時30分	午後1時～4時	午後2時～4時	午後9時～正午	午後9時～正午	イーストピアみやこ 西側駐車場	花輪、田鎖、松山、老木、長沢、根市、花原市
午後1時～3時	午後1時～4時	午後3時30分～4時30分	午後1時～4時	午後2時～4時	午後9時～正午	午後9時～正午	イーストピアみやこ 西側駐車場	その他未受検者

## 「宮古真鱈まつり」出店者募集

令和8年1月25日(日)に宮古市魚市場で開催する「宮古真鱈まつり」の出店者を募集します。募集要領をご確認の上、お申し込みください。

■出店内容 マダラの鮮魚販売やマダラを使用した加工品などの販売、地元農林水産物の販売 など

■1コマの出店料 ※各出店者、原則1コマ  
【テント半張(2.7m×2.7m)】 5,000円  
【テント1張(5.4m×2.7m)】 10,000円  
【キッチンカー】 8,000円

問 出店申込書を持参または郵送、ファクス、メールのいずれかで提出してください。要領・出店申込書は実行委員会事務局(市役所2階水産課)で配布するほか、市ホームページ(右記二次元コード)からもダウンロードできます。



詳細はこちら

期 10月17日(金)必着

問 宮古真鱈まつり実行委員会事務局(市水産課内、〒027-8501住所不要、☎68-9099、FAX63-9116、✉suisan@city.miyako.iwate.jp)

## 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。

### ■10月献血車運行計画表

実施日	実施時間	会場	住所
1日(水)	10:00～11:30	宮古消防署	五月町2-1
	13:30～16:00	㈱ユアテック宮古営業所	上鼻二丁目1-12
7日(火)	10:00～11:30	市民交流センター	宮町一丁目1-30
	13:00～16:30	市民交流センター	宮町一丁目1-30
8日(水)	9:30～11:00	国土交通省三陸国道事務所	藤の川4-1
	13:00～14:00	東北電力NW(株)宮古電力センター	築地二丁目2-33
	15:00～16:00	県立宮古病院	崎鍛ヶ崎第1地割11-26
12日(日)	10:00～12:00	マイヤ宮古磯鶏店	磯鶏一丁目6-28
	13:30～16:00	マイヤ宮古磯鶏店	磯鶏一丁目6-28

### ■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歳以上の方は、60歳から64歳までに献血経験がある場合に限りです

問 市市民協働課生活安全係 ☎68-9109



詳細はこちら

## 身体障がい者の補装具巡回相談

- 日 11月18日(火)午前10時30分  
※11時受付終了・要予約  
場 市総合福祉センター  
持 ▷身体障害者手帳  
▷本人の個人番号が確認できる書類（マイナンバーカード など）  
申 電話  
期 10月24日(金)まで  
他 ①適合判定・再交付・修理を希望する場合は、最も新しい（または修理する）補装具を持参してください  
②直接判定が必要な義肢および電動車椅子を優先して受け付けます。申し込み多数の場合、書類判定が可能なものは書面による判定とする場合がありますので、ご了承ください  
③介護保険給付該当者で車椅子の交付希望者は、事前にケアマネジャーに相談してください  
※詳しくは、市ホームページをご覧ください  
問 市福祉課障がい福祉係（☎68-9135）



詳細はこちら

## 第51回 岩手県精神保健福祉大会

- 【大会テーマ】 心の声を聴こう そしてともに歩む ～手を取りあい 彩りあるまちへ～  
日 11月12日(水)午後0時30分～3時15分  
場 市民文化会館  
内 ▷大会式典・講演▷宮古・下閉伊地域の障がい者福祉施設などの作品展示・販売（スイーツ・コーヒー など）  
■大会プログラム  
▷大会式典（午後0時30分～1時20分）  
▷対談「被災地の心の復興を考える」（午後1時40分～2時10分）  
▷パネルディスカッション「心の声から始まる地域づくり」（午後2時20分～3時）  
▷目で見える心の健康展（午前11時～午後3時15分）  
対 どなたでも  
料 無料  
問 大会実行委員会事務局（みなとホスピタル、☎62-7021）



## 高齢者や障がい者への虐待を防ぎましょう

家族や親族などの養護者、施設職員などからの高齢者虐待や障がい者虐待が、大きな問題となっています。虐待には、次の5つのタイプがあります。

### ■身体的虐待

たたく、殴る、つねる、蹴る、やけどをさせる、部屋に閉じ込める、薬を過剰に飲ませる など

### ■心理的虐待

怒鳴る、子ども扱いする、無視する、排泄などの失敗に対して恥をかかせる など

### ■性的虐待

懲罰的に下半身を裸にして放置する、合意のない性的な行為や強要 など

### ■経済的虐待

必要な金銭を渡さない・使用させない、預貯金や不動産を本人の意思や利益に反して使用する など

### ■世話の放棄・放任

空腹・脱水・栄養失調のまま放置する、劣悪な状態や環境で放置する、医療や介護・福祉サービスを受けさせない など

虐待に気づいた人には通報義務があります。養護者が誰にも相談できずに介護などの負担を抱え込むことで、気づかないうちに虐待に発展することもあります。

虐待を止めることは虐待をしている養護者を守ることにもなります。通報者の秘密は守られます。通報・相談は以下の問い合わせ先をお願いします。※市では、地域包括支援センターを中学校の学区ごとに設置しています。詳しくは、市ホームページをご確認ください

### 問 ①【高齢者に関する虐待】

市介護保険課地域包括支援センター（☎68-9086）

### ②【障がい者に関する虐待】

市福祉課障がい福祉係（☎68-9135）、レインボーネット（☎64-7878）



①詳細はこちら



②詳細はこちら

# みやこポートフェスタ2025 10月は6隻のクルーズ船が寄港!

客船名	日時	入港	出港
リビエラ	10月5日(日)	午前8時	午後5時
シーボーン・クエスト	10月9日(木)	午前9時	午後6時
セブンシーズ・エクスプローラー	10月19日(日)	午前8時	午後5時
飛鳥Ⅲ	10月23日(木)	午前8時	午後5時
ウエステルダム	10月25日(土)	午前8時	午後5時
にっぽん丸	10月29日(水)	午前8時	—
	10月30日(木)	—	午前9時30分



©Norwegian\_Cruise\_Line

場 宮古港藤原心頭

## ■歓迎事業など

▷入出港時は、郷土芸能や大漁旗などで歓迎、お見送りします

▷寄港中は、岸壁で観光PRや地域特産品の販売などを行います

▷寄港中は、藤原心頭や宮古駅前、商店街などに通訳スタッフを配置します。お困りのときはスタッフにお声がけいただくか、下記の問い合わせ先までご連絡ください

他 天候などにより、寄港や歓迎事業の内容は変更・中止する場合があります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問 市港湾課港湾振興係 (☎68-9093)



詳細はこちら

## ■客船「にっぽん丸」船内見学会参加者募集!

回 10月29日(水)午後2時~3時30分

場 宮古港藤原心頭

内 階段を利用する1時間程度の団体行動ができる人

人 15人 (応募多数の場合は抽選により決定) / 料 無料

申 往復はがきに以下を記入し、郵送

### 【往信はがき】

表面 〒027-8501 宮古市宮町一丁目1-30

「港湾課 にっぽん丸船内見学会係」と記入

裏面 見学希望者(2人以内)の住所・氏名・フリガナ・性別・生年月日・年齢・電話番号を記入

### 【返信はがき】

表面 応募者(代表者)の住所・氏名を記入

裏面 記載不要

期 10月15日(水)必着

## 三陸ジオパークを楽しもう ローソク岩観察会



回 10月18日(土)午前9時30分~11時30分 (午前9時15分から受け付け)

※波の状況により25日(土)に延期

■集合場所 大沢漁港前(崎鋤ヶ崎)

内 洋上からしか近づくことができないジオサイト「ローソク岩」に三陸ジオパーク認定ガイドとシーカヤックで訪れます。シーカヤック初心者でも参加できます!

対 小学生以上(中学生以下は保護者同伴)

人 先着10人

料 1,000円

持 濡れてもよい靴、服装、飲み物、タオルなど

申 申し込みフォーム

※電話での申し込みはできません

期 10月1日(水)から

問 市観光課ジオパーク推進係(☎68-9091)



申込はこちら

## 市民交流センター・三陸鉄道 4つの“まつり”を同時開催!

回 10月11日(土)午前10時~午後3時

場 市民交流センター、三陸鉄道宮古車両基地

内 ①市民交流まつり 牛乳パックではがき作り、新聞エコバッグ作り、法の脇獅子舞、鉄道模型展示

②脱炭素フェスタ 脱炭素体験ブース(マンパワー発電&クレーンゲーム、ソーラーカー作り)、EV展示・試乗、産直果物・野菜販売など

③公共交通まつり バス乗り方教室・乗車体験、電気バスの展示、ポッチャ体験会など

④三鉄車両基地まつり 車両展示、ピットウォーク、軌道自転車乗車体験、グッズ販売など

※詳しくは、市ホームページをご覧ください

問 ①市市民協働課市民交流センター(☎63-4166)②市環境課(☎77-5033)③市公共交通推進課(☎68-9134)④三陸鉄道運行本部(☎71-1201)



詳細はこちら

## 第39回新里まつり

- 日 10月19日(日)午前10時～午後3時  
場 新里トレーニングセンター特設会場  
内 ▷新鮮な野菜や地域特産品の格安販売  
▷タイムサービス  
▷釣り堀  
▷郷土芸能  
▷歌謡ショー  
▷大抽選会 など  
問 新里まつり実行委員会(新里総合事務所内、☎72-2111)



## 玄翁館まつり

- 日 10月25日(土)・26日(日)  
時 午前10時～午後5時(26日は午後3時まで)  
内 【作品展示】  
新里地区の学校、保育所、個人、各団体  
【舞台発表】  
日 25日(土)午後1時30分から  
内 各サークル団体や新里中学校の発表  
【出店】 あびさあべ  
場・問 新里生涯学習センター(☎72-2019)



## 秋季自然観察会

### 月山・津軽石川河口周辺の自然

- 日 10月25日(土)午前9時～午後3時(午前9時集合)  
※雨天の場合は10月26日(日)に延期  
■集合場所 宮古駅前総合観光案内所付近  
内 月山・津軽石川河口周辺を散策し、自然観察を行います  
師 日本野鳥の会宮古支部  
対 市民  
人 先着15人/¥ 無料  
申 電話/問 10月1日(水)午前8時30分から  
問 市環境課環境係(☎68-9078)



月山展望所からの景観や季節の野鳥を観察しませんか？

## 第75回田老地区体育大会

- 日 10月12日(日)午前9時～午後0時30分  
※雨天中止  
場 田老第一中学校校庭  
内 ▷伝統競技「田老名物」  
▷徒競走  
▷防災競技  
▷スティックボーリング  
▷田老一中と宮古北高校の合奏、田老一中太鼓  
▷田老保育所園児によるマスゲーム  
▷シルバーリハビリ体操 など  
問 田老総合事務所地域づくり係(☎87-2971)

## 田老公民館まつり

- 日 10月25日(土)・26日(日)  
時 午前10時～午後4時(26日は午後3時まで)  
内 ▷作品展示  
▷田老鉱山資料展示室開放  
▷喫茶コーナー  
■作品募集  
内 絵画、書道、手工芸、写真 など  
期 10月18日(土)午後5時まで  
他 【作品搬入】10月21日(火)～23日(木)  
場・問 田老公民館(☎87-2976)

## 川井生涯学習センターまつり

- 日 10月25日(土)・26日(日)  
時 午前9時～午後5時(26日は午後3時まで)  
内 【作品展示】  
手芸、工芸、絵画、写真、書道、生け花 など  
【舞台発表】 ① 25日(土)午前10時30分～午後3時  
▷しらかばカレッジ・コーラス講座受講生学習発表  
▷川井小学校ハンドベル演奏・合唱  
▷山崎尚子さんリサイタル  
▷映画「大いなる旅路」上映会 など  
場・問 川井生涯学習センター(☎76-2167)



絵画や手芸、写真などさまざまな作品をぜひご覧ください😊

# 「第73回みやこ市民文化祭」開催！

## 【開幕行事】

回 10月12日(日)／場 市民文化会館

【芸術体験コーナー】㊟ 午前11時から

内 三曲、書道、華道、美術

【オープニングセレモニー】㊟ 午後1時30分から

■舞台部門（会場＝市民文化会館）

実施日	名称	入場料	開始時間
10月12日(日)	市民文化祭開幕行事、体験コーナーなど	無料	午前11時
19日(日)	合唱・器楽演奏会	300円	午後1時30分
26日(日)	邦舞まつり	無料	午後1時
11月2日(日)	ピアノコンサート	300円	午後1時30分
3日(月)	宮古吹奏楽団演奏会	前売400円 当日450円	午後2時
6日(木)	小中学校連合音楽会(中学)▲	無料	午後0時45分
7日(金)	小中学校連合音楽会(小学)▲		午前9時30分
16日(日)	三曲演奏会(箏、尺八、三弦)		午後2時

▲は自校の保護者と祖父母のみ参加可(入れ替え制)

## 【オープニングステージ】

内 ▷書道と箏のコラボ

▷合唱(いずみ幼稚園、宮古高校音楽部)

▷バレエとピアノのコラボ

▷フィナーレ(宮古市民歌) など



詳細はこちら

■展示部門（会場＝市民文化会館、入場料＝無料）

実施日	名称	時間
10月25日(土) 26日(日)	美術展	午前9時から午後4時まで (26日(日)は午後3時30分まで)
11月1日(土) 2日(日)	盆栽展	午前9時から午後4時まで (2日(日)は午後3時30分まで)
	写真展	
	華道展	
6日(木) 7日(金)	俳句展	6日(木) 正午から午後7時まで 7日(金) 午前9時から午後2時45分まで
	小中学校児童生徒作品展	
8日(土) 9日(日)	書道展	午前9時から午後4時まで (9日(日)は午後3時30分まで)

《共通》問 宮古市芸術文化協会事務局・長尾(☎080-1800-9192)

### 《俳句募集》

■募集句 雑詠三句(未発表のもの)

甲 ハガキに三句と氏名・住所・電話番号を記入し、下記住所宛てに郵送(学生の場合は学年を記入)

期 10月10日(金)まで

問 市民文化祭募集係(〒027-0041西ヶ丘二丁目8-8牧原方、☎090-1497-0166)

## 岩泉線レールバイク10周年記念 無料乗車会&産直感謝祭

回 10月26日(日)午前10時～午後3時

場 岩泉線レールバイク発着所周辺

内 ▷岩泉線レールバイク無料乗車会(予約優先)

▷和井内深山産直による地場産品販売

申 電話

問 岩泉線レールバイク事務局(☎080-5564-2310)

## 郷土のおやつ ～がんばり作り挑戦！～

回 10月30日(木)午前10時～正午

内 郷土のおやつのがんづきを作る

師 市食生活改善推進員

対 おおむね60歳以上の市民/☎ 先着9人

¥ 300円/持 エプロン、三角巾、マスク

申 電話/期 10月1日(水)午前9時から

場・問 田老公民館(☎87-2976)

## 第47回公民館まつり

回 10月25日(土)午前10時～午後4時

10月26日(日)午前10時～午後3時

内 ▷作品展▷ハンドメイドマーケット▷サークル体験会(①宮古かな書道教室「かなの初歩・筆づかい・俳句を書く」(25日(土)午後1時～2時)、②遊墨会「水墨画体験会」(26日(日)午前10時～正午))  
※詳しくは、公民館まつりのチラシに掲載します  
場・問 中央公民館(市民交流センター、☎63-4166)



皆さまのご参加をお待ちしております！(写真は昨年の様子)



早稲田大学応援部「宮古市ふれあい発表会」

## 心を惹きつける応援

9月6日、今年で5回目となる早稲田大学応援部によるパフォーマンス「宮古市ふれあい発表会」が開催され、多くの市民が来場しました。

発表会では応援部の機敏な動きと迫力ある声出し、チアリーダーのダイナミックな空中技や吹奏楽団の一糸乱れぬマーチングなどが披露され、来場者は見入っていました。

小柳柚奈さん（宮古小6年）は「応援も、空中回転もかっこよく、演奏も隊列が揃っていてきれいだった」と心を打たれていました。



高田式体育教室「ダイヤモンドキッズカレッジ」

## 力を合わせて楽しく運動！

8月17日、市民総合体育館で高田式体育教室「ダイヤモンドキッズカレッジ～ファミリーで強くなる～」が開催され、市内外から45組90人の親子が参加しました。

タレントの高田延彦さん、向井亜紀さん夫婦らが講師を務め、参加者は親子で協力して運動のコツを楽しく学んでいました。

豊間根迪流さん（花輪小6年）は「今日のメニューを練習し、普段やっている陸上で活躍できるようにになりたい」と意気込んでいました。



2025やまびこフェスタ

## やまびこ館に拍手響く

9月6日・7日、道の駅やまびこ館イベント広場で「2025 やまびこフェスタ」が開催され、お笑いや郷土芸能、民踊のステージが披露されたほか、特産品販売や木挽き体験なども行われ、約8,900人の来場者で賑わいました。

また、同会場では「第23回南部木挽唄全国大会」が行われました。

優勝した工藤ひよりさん（青森市・写真）は、「自分らしく楽しく唄うことができた。優勝できてとてもうれしい」と喜びました。



新造客船「飛鳥Ⅲ」初寄港

## 旗と踊りで寄港を歓迎

9月7日、同船が宮古港藤原ふ頭に初入港。多くの市民とともに、大漁旗や小学生ダンスチーム「MOP'S」によるダンスで歓迎しました。

ふ頭内には特産品販売やお振る舞いコーナーなどが設けられ、多くの乗客が満喫しました。

三宅正之さん（64、横浜）は「今回が初乗船。今日はレンタカーで浄土ヶ浜、龍泉洞を巡りたい。最高の船旅だ」と笑顔で話しました。

出港時には神風宮古流星海による大迫力の踊りと旗振りで見送られました。

## ● 各種健康診査・がん検診日程

自分の健康状態を把握するため、1年に1回けんしんを受けましょう。  
70歳以上の人や料金免除に該当する人は、全てのけんしん料金が無料（人間ドック除く）です。詳しくは、各世帯に配布された「令和7年度 宮古市成人けんしんのお知らせ」をご覧ください。  
☎ 市健康課地域保健医療係（☎64-0111）



詳細はこちら

期日	受付時間	会場	検診種別		
10/14(火)	9:30~11:00 13:00~14:00	重茂公民館	健診		
10/15(水)		重茂公民館	健診		
10/16(木)		市民文化会館	健診		
10/17(金)		市民文化会館	健診		
10/18(土)	7:00~ 9:30	鍬ヶ崎公民館		胃	肺 大腸
10/19(日)		宮古保健センター		胃	肺 大腸
10/21(火)	9:30~11:00 13:00~14:00	うみマチひろば 【市地域創生センター】	健診		
10/23(木)	17:00~18:30	宮古保健センター			大腸
10/26(日)	9:30~11:00 13:00~14:00	宮古第二中学校	健診		

※健診＝さわやか健診、国保特定、他保特定、健康診査または75歳以上健診。  
肝炎ウイルス検査および前立腺がん検診は各種健診の際に受診できます

## ● 小児インフルエンザ予防接種費用を助成します

- 接種期間 10月1日(水)~令和8年1月31日(土)
- 対 1歳~中学3年生（13歳未満は2回まで、13歳以上は1回まで）
- 持 インフルエンザ予防接種予診票、母子健康手帳
- 自己負担額 医療機関の接種料金（医療機関により異なります）から、助成額2,500円を差し引いた金額
- ※経鼻ワクチンも助成の対象となります
- ※下記に該当する人は、証明するものを窓口で提示することで、4,000円を限度として助成します
- ①生活保護世帯＝休日・夜間受診手帳
- ②世帯員全員（学生を除く）が市民税非課税＝令和7年度の世帯員全員の課税証明書

### ■お知らせ、予診票設置・配布場所

各保健センター、各総合事務所・出張所、各実施医療機関  
【宮古】市民交流センター、山口公民館、中央公民館分館、千徳公民館、ファル磯鶏店、マリンコープDORA、ジョイス宮古千徳店、スーパーマーケット玉木屋、マイヤ宮古磯鶏店  
【田老】田老公民館、畠山石油  
【新里】基幹集落センター、ひきめの里直売所、玄翁館、和井内ふるさと会館  
【川井】江繋地域振興センター、箱石地域振興センター  
☎ 市健康課地域保健医療係（☎64-0111）

## ● 『スローショッピング』を実施しています

- 一人での買い物が心細い人、楽しく安心して買い物をしたい人などのご参加をお待ちしています。
- ☎ 10月8日(水)午後2時~3時 / ☎ マリンコープDORAフードコート
  - ☎ ①ボランティアと一緒に楽しく買い物ができます
  - ②専用レジでゆっくり会計ができます
  - ③おしゃべりができるぼかぼかサロンがあります
  - ☎ 市介護保険課いきいきライフ推進室（☎68-9126）

## 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。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」

- ☎ 10月8日(水)午前10時~11時30分
- ☎ 市民交流センター2階多目的ホール
- ☎ ①ミニ講話「認知症についてもっと知ろう」
- ②おしゃべり
- ☎ 市介護保険課いきいきライフ推進室（☎68-9126）

## 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。介護の状況を話してみませんか

- ☎ 10月17日(金)午後1時~2時30分
- ☎ 市民交流センター1階会議室3
- ☎ 「認知症の人が生活の中で抱えやすい困りごとについて」、情報交換、介護の相談
- ☎ 認知症看護認定看護師
- ☎ 自宅で介護をしている人、これから介護を始める人
- ☎ 無料
- ☎ 電話
- ☎ 10月16日(木)まで
- ☎ 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。

■診療日 10月の毎週日曜日と13日(月)

■受付時間 午前9時~午後5時

☑【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)

☑ 休日急患診療所(西町一丁目6-2、☎64-0113)

### ●祝日当番歯科医療機関

救急患者を対象にした予約制での歯科診療となります。

### ☑当番医療機関

▷10月13日(月)午前9時~午後3時 / 黒田歯科医院(藤原二丁目10-25、☎64-1118)

## 10月は脳卒中月間

~毎月28日は減塩・適塩の日~

脳卒中などの生活習慣病の予防には、日頃から血圧を管理し、高血圧を予防することが重要です。食事では、減塩と野菜などに含まれるカリウムを摂取することが効果的です。

市ホームページでは、「減塩・適塩レシピ~汁物編II~」を公開中です。ぜひご覧ください。



詳細はこちら

☑市健康課健康増進係(☎64-0111)

## ●小学校入学予定者の健康診断を行います

令和8年度に小学校に入学する子ども(生年月日が平成31年4月2日から令和2年4月1日まで)が対象です。保護者宛てに通知書を送付しますので、10月15日(水)を過ぎても通知書が届かない場合や、記載事項に誤りがある場合は、お問い合わせください。

☑市学校教育課学校教育係(☎68-9116)

入学予定学校名	期日	健診会場校	受付時間	開始時間
宮古小学校	11/20(木)	宮古小学校	13:00~13:20	13:30
鉾ヶ崎小学校	11/25(火)	鉾ヶ崎小学校	12:40~12:50	13:00
磯鶏小学校	11/14(金)	磯鶏小学校	12:45~13:15	13:30
高浜小学校				
山口小学校	11/11(火)	山口小学校	12:40~13:05	13:15
千徳小学校	11/18(火)	千徳小学校	12:25~13:05	13:15
花輪小学校	11/19(水)	花輪小学校	13:05~13:20	13:30
津軽石小学校	10/27(月)	津軽石小学校	13:05~13:20	13:30
重茂小学校	11/26(水)	重茂小学校	13:40~13:50	14:00
崎山小学校	11/20(木)	崎山小学校	12:55~13:20	13:30
田老第一小学校	11/10(月)	田老第一小学校	13:10~13:20	13:30
新里小学校	11/13(木)	新里小学校	13:20~13:30	13:40
川井小学校	11/27(木)	川井小学校	13:20~13:25	13:30

▷健診の内容は、内科、歯科、言語、知能、視力、聴力の6種類です

▷原則、通知書に記載されている学校で受診してください

▷指定された期日に都合が悪く受診できない場合は、ご連絡ください

▷体調などで心配なことがありましたら、事前にご相談ください

## ●健康相談日程

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。

☑宮古保健センター(☎64-0111)、田老保健センター(☎87-2975)、新里保健センター(☎72-3500)、川井保健センター(☎76-2036)

地域	期日	時間	会場	内容
宮古	10/9(木)	10:00~11:00	鉾ヶ崎公民館	▶血圧測定、健康相談 ▶講話「脳卒中予防」
		10:00~11:00	田老保健センター	▶血圧測定、健康相談 ▶講話「糖尿病予防」
田老	10/16(木)	13:30~14:30	新田地区集会施設	▶血圧測定、健康相談 ▶講話「骨粗しょう症予防」
		10:00~11:00	中里集会所	▶血圧測定、健康相談 ▶講話「脳卒中予防」
新里	10/15(水)	13:30~14:30	基幹集落センター	▶講話「脳卒中予防」
		10/21(火)	10:00~11:30	新里保健センター
川井	10/9(木)	10:00~11:00	門馬集会所	▶血圧測定、健康相談 ▶講話「高血圧予防」
		13:30~14:30	区界集会所	
10/14(火)	10:00~11:00	大仁田コミュニティ消防センター	▶血圧測定、健康相談、足指力測定 ▶講話「転倒骨折予防」 ※素足になれる格好で来てください	

● 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

## 中央公民館分館

### ▼第51回社会経験者大学祭

● 10月25日(土)・26日(日)午前10時～午後4時(26日は午後3時まで) ● 場市民交流センター ● 肉作品展示、バザー、畳コースター作りなど

### ▼初めてのピラティスレッスン〜美しく動くためのしなやかな筋肉づくり〜

● 11月8日・15日・22日・29日(土)午後7時～8時30分 ● 場中央公民館分館 ● 師mak+ ● 先着8人 ● 2000円 ● 申電話 ● 10月4日(土)午前9時から  
《共通》 ● 岡中央公民館分館 (☎634700)

## 山口公民館

### ▼楽しい音楽教室・こころに残るあの曲を歌おう♪

● 11月1日・8日・22日(土)午前10時～正午 ● 国歌謡曲などのコーラスを楽しむ ● 師山下幸子 ● 対中学生以上の市民 ● 12人 ● 無料 ● 10月4日(土)から ● 場・岡山口公民館 (☎3670)

## 刈屋公民館

### ▼星空観察会

● 10月31日(金)午後7時～8時30分

## 新里生涯学習センター

師吉田偉峰 ● 対小学生以上の市民(小学生は保護者同伴) ● 先着20人 ● 無料 ● 申電話 ● 10月1日(水)から ● 場・岡刈屋公民館 (☎2216)

### ▼パソコン講座〜はがきを作ろう!!〜

● 11月6日(木)午前10時～午後3時 ● 宛名印刷、文書、イラストや写真を取り込みはがきを作る ● 対マウス操作、文字入力ができる市民 ● 先着8人 ● 429円(テキスト代) ● 申電話 ● 10月1日(水)から

### ▼第2回ネイチャー写真講座

《座学》 ● 11月8日(土)午後1時～4時 ● 場新里学習センター ● 師藤田弘基 ● 真ホール作品鑑賞、講義「レンズフィルターを使いこなす」、受講者作品の合評  
《野外講座》 ● 11月9日(日)午前8時30分～午後3時30分(8時20分までに新里生涯学習センターに集合) ● 撮影場所 花巻空港 ● 100円(保険料)  
《共通》 ● 師山根美智夫 ● 対市民 ● 先着15人 ● 10月2日(木)～26日(日) ● 新里生涯学習センター (☎2019)

### ▼楽しく弾こう♪「ウクレレ教室」

● 11月8日・15日・22日・29日(土)午後1時～3時 ● 初心者向けの体験教室(貸出用ウクレレあり) ● 師ウクレレスクールハピレレみやこ ● 対小学生以上の市民 ● 先着10人 ● 無料 ● 申電話 ● 10月4日(土)9時から ● 場・岡新里生涯学習センター (☎2019)

## うみまちひろば

### ▼バザー品募集

● 10月1日(水)～24日(金) ● 他壊れたもの、汚れたものなどはご遠慮ください ● バザー開催日は11月1日(土)～30日(日)  
▼ピラティス&エアロ教室〜筋肉をバランスよく鍛えながらシェイプアップ〜

● 10月21日(火)～12月9日(火)午後7時～8時30分(毎週火曜日) ● 師ピラティスで筋力アップ、柔軟性向上、姿勢改善などを行い、エアロピクスを取り入れたシェイプアップを目指す ● 対高校生以上の市民 ● 先着30人 ● 1000円 ● 10月1日(水)午前9時から ● 他参加料のお支払いは前日までお願いします

《共通》 ● 場・岡うみまちひろば (宮古市地域創生センター、☎7133)

## 浄土ヶ浜ビクターセンター

### ▼トレイン&トレイル in 野田村

● 10月11日(土)午前9時～午後2時30分 ● 集合場所 三陸鉄道/宮古駅または野田玉川駅 ● 因みちのく潮風トレイルのトルをガイドと一緒に行く ● 先着30人

● 10月25日(土)午前9時～午後1時 ● 集合場所 三陸鉄道/宮古駅または小本駅

● 因みちのく潮風トレイルの巣断崖

申込フォーム

## 【広告】

医療法人財団 正清会

**みなとホスピタル** 精神科 内科

外来診療：予約制  
9時～12時/14時～17時  
休診日：土日・祝日

お気軽にお電話で  
ご相談ください

無料送迎バス運行

〒027-0047 宮古市根市第2地割35番2 Tel.0193-62-7021

**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

【広告】 広告主の責任において市が掲載しているものです。広告の内容について、市が推奨などをするものではありません。

島越駅まで約4.5キロメートルをガ  
イドと一緒に歩く●先着25人  
《共通》●対どなたでも(小学生以下  
保護者同伴)●無料●申電話または  
申し込みフォーム●期10月1日(水)から  
●他宮古駅から集合・解散場所まで三  
陸鉄道を往復で利用する場合、当日宮  
古駅で割引切符を販売●間浄土ヶ浜ビ  
ジターセンター(☎01690)

### 宮古市体育協会

▼シアーリーナスポーツまつり  
●回10月13日(月)午前9時～午後4時  
●因ニユースポーツ体験、体力テスト  
(20歳～79歳) トレーニングルーム無  
料開放(初回利用はオリエンテーショ  
ンが必要)●場・間宮古市体育協会(☎  
6000)

▼宮古運動公園エンジョイスポーツデー  
●回10月13日(月)午前8時～午後4時  
●因陸上3種(走・跳・投) チャレンジ、  
グラウンドゴルフ体験、ランニング練  
習無料開放、【かけっこチャレンジ】  
①初心者向け・午前10時～11時②上級  
者向け・午後2時～3時30分●師宮武  
アビダラリー●場①②先着30人●場  
・間宮古運動公園(☎019811)

### 姉ヶ崎サン・スポーツランド

▼スポーツの日プール無料開放  
●回10月13日(月)午前10時～午後8時  
●対満3歳から(小学3年生以下は20

歳以上の水着着用の保護者同伴)●他  
水着・水泳帽子が必要

### 開催・募集など

▼スイミングスクール体験月間  
●回10月2日(木)～31日(金)●受講料11  
カ月3000円●プール利用料11【大人】  
5400円【子ども】3200円●申電話  
●期10月2日(木)から  
《共通》●場・間姉ヶ崎サン・スポー  
ツランド(☎036323)

▼僕らの夏祭り  
●回10月12日(日)正午～午後6時●場赤  
前コミュニティ消防センター●因【出  
演】澤内早苗(宮古市出身シンガーソ  
ングライター) 境田虎舞(山田町)【催  
し】カラオケ大会、ビンゴ大会、各種  
出店 など●駐車場1旧赤前小学校庭  
●間僕らの夏祭り実行委員会・伊藤(☎  
090-7938-7974)

▼県立大学宮古短期大学の催し  
《蒼翔祭(大学祭)一般公開》  
●回10月18日(土)、19日(日)午  
前10時から●因模擬店出店  
など  
《10月ミニオープンキャン  
パス》●回10月18日(土)10時  
から  
《共通》●場・間県立大学宮古短期大  
学部(☎02230)

▼和井内区文化公演会  
●回11月2日(日)正午～午後3時10分  
(11時開場)●場和井内ふるさと会館

●因歌、踊り など●出演1中川あい  
子社中、三本木智子、ヒコと美樹ほ  
か●無料送迎バス11午前10時に宮古駅  
前発、終了後会場発●前売券申し込み  
11電話●間和井内区文化公演会事務局  
(和井内ふるさと会館、☎037800)

### 岩手労働基準協会宮古支部の催し

▼海を安全に愉しむための講習会  
●回10月11日(土)午後1時～3時●場う  
みマチひろば●因①海と救急②海を愉  
しむための心得●師①山野目辰味(宮  
古山口病院医師) ②宮古海上保安署  
●無料●他事前申し込み不要●間宮古  
シーカヤック協会・加藤(☎090-  
7062-7044、午後5時～7時)

▼「森を考える会」林業体験  
●回10月11日(土)午前9時～午後2時  
●場齋徳林業事務所●因間伐、搬出作業、  
森林環境学習●無料●申電話●期10  
月10日(金)まで●間森を考える会・齋藤  
(☎090-7660-0348)

▼津軽石川河口探鳥会  
●回10月12日(日)午前8時30分～10時30  
分●場津軽石川サケ直売所前●因力毛  
類、ハヤブサなどの観察●間日本野鳥  
の会宮古支部・関川(☎04725)  
▼支え愛・傾聴サロン  
●回10月12日(日)午前9時30分～11時30  
分●場市民交流センター●対ゆつくり

話がしたい人、悩みをお持ちの人●  
無料●間宮古地域傾聴ボランティア・  
支え愛(☎070-9118-087  
4、✉kettyou.sasae@gmail.com)  
▼防災講演会「うごめき始めた岩手山  
と火山災害への対応」  
●回10月18日(土)午前10時開演(受け付  
け午前9時30分から)●場市民交流セ  
ンター2階多目的ホール●因火山防災  
について●師齋藤徳美(岩手大学名誉  
教授工学博士)●先着100人●  
無料●他事前申し込みなし●間防災・  
減災を考える会事務局(☎02377)

### 花きふれあい研修第2回寄せ植え コースの受講者募集

●回11月6日(木)①午前10時～正午②午  
後1時30分～3時30分●因秋の寄せ植  
えの講義、実習●師吉川三枝子ほか●  
●各回25人(抽選)●¥2500円●  
申電話またはメール(氏名・住所・電  
話番号・参加を希望する時間を連絡)

●期9月16日(火)～10月10日(金)●他10月  
27日(月)以降のキャンセルの場合は、材  
料代をいただきます。詳しくは、  
ホームページをご覧ください  
ください●場・間県立花き  
センター(☎01997-43-210  
7、✉CE029@pref.iwate.jp)

▼不動産に関する無料相談会  
●回10月29日(水)午前10時～正午、午後  
1時～4時●因対面および電話による  
相談会●間県不動産鑑定士  
協会事務局(☎019-6  
04-3070)

※記事掲載を希望する場合は、企画課広報係(☎09065)まで問い合わせください。  
広報11月1日(日)の原稿締め切りは10月3日(金)です。

**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年に合わせて水道メーターの交換を行います。メーターボックス周辺を整理願います。

- 作業期間 10月10日(金)～20日(月)
- 対象地区 崎鍬ヶ崎、崎山、花輪、田鎖、松山、千徳、老木、長沢、八木沢、津軽石 ほか
- ☎ 市上下水道部施設課給排水普及係 (☎63-1198)

**まいたけ菌木を販売します**

市川井総合事務所

- 📅 10月1日(水)から
- 🕒 【平日】午前9時～午後4時【日・祝日】午前9時～午後3時(土曜日は休み)
- 📍 まいたけ研究開発センター(夏屋6-5)
- 💰 10個14,250円から
- 📌 申し込み不要です。在庫が無くなり次第、終了します。
- ☎ 市まいたけ研究開発センター(☎75-2250)、市川井総合事務所(☎76-2114)

**ビギナー創業スクール開催**

宮古商工会議所

- 📅 10月15日(水)午後6時～8時
- 📌 ①講演②パネルディスカッション③グループワーク
- 👤 伊藤理恵(株)スリーデイズ代表取締役
- 🎯 起業に興味がある人や高校生、大学生など
- 👤 20人/¥ 無料
- ☎ 電話または参加申込書をファクス
- 📍・☎ 宮古商工会議所経営支援課(☎62-3233、FAX63-6131)

**食品ロスを減らしましょう！**

市市民協働課

- 10月は食品ロス削減月間です。おいしく楽しく食べきましょう！(食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品)
- ①お買い物では…安いからといって買いすぎないように注意しましょう！買い物前に冷蔵庫の中身をチェックしましょう！
- ②食品の保存では…冷蔵庫を整理しましょう！
- ③調理するときは…食べられる分だけ作りましょう！
- ☎ 市市民協働課きれいなまち推進室(☎64-6488)

**市営工事の発注状況をお知らせします**

市契約管財課

令和7年7月に着手した工事は28件です。工事の入札契約の状況は、市のホームページで公表しています。



**フリーマーケット開催(出店者募集)**

宮古地区広域行政組合

- 📅 10月26日(日)午前9時～正午(雨天決行)
- 📍 みやこ広域リサイクルセンター
- 🎯 本市、山田町、岩泉町、田野畑村にお住まいの人
- 👤 24人/¥ 無料
- 📌 出店場所用シート
- 📅 10月1日(水)～24日(金)
- ☎ 宮古地区広域行政組合施設課(☎64-7111)

**国民年金保険料はクレジットカード納付がおすすめ**

市総合窓口課

国民年金保険料の納付は、クレジットカード納付を利用すると、金融機関などに行く手間と時間が省け、納め忘れも防ぐことができます。クレジットカード納付には「前納」も可能です。前納の割引額は現金前納と同じですが、カードによってはポイントが加算される場合があります。またクレジットカード納付による前納を希望する場合は、いつでもお申込みができ、振替開始時から年度末(または翌年度末)までの保険料をまとめて振替ができます。詳しくは、日本年金機構のホームページをご覧ください。



☎ 宮古年金事務所(☎62-1963)

**宮古市内の交通事故件数  
(8月1日～31日)**

- 交通事故件数 ▷人身事故=3件▷死亡者=0人▷負傷者=3人▷物損事故=76件
- ドライバーの皆さん、「危険」はいろいろな場所に潜んでいます。交通事故を人ごとと思わず、緊張感を持った運転を心がけましょう。
- ☎ 宮古警察署(☎64-0110)

**おめでたおくやみ**

8/28～9/9(届け出順)

**〇生まれた赤ちゃん〇**

- 👤 竹内琴音ちゃん 山口五丁目(英晃)
- 👤 前野楓斗ちゃん 近内六丁目(康綺)
- 👤 中島悠月ちゃん 田老三王二丁目(竜二)
- 👤 田鎖那悠ちゃん 臺目(亮)
- 👤 小野寺姫花ちゃん 小沢二丁目(夏葵)

**■亡くなった方■**

- 👤 武田広行さん(66) 八木沢一丁目
- 👤 佐藤元さん(59) 花輪二
- 👤 宮澤トミさん(91) 板屋二丁目
- 👤 坂本安正さん(75) 笹見内
- 👤 山野目弘さん(72) 前田
- 👤 明石ウタさん(86) 茂市
- 👤 林正雄さん(95) 川内
- 👤 岩間吾郎さん(78) 磯鶏三丁目
- 👤 佐々木弘さん(81) 山口五丁目
- 👤 平塚千佐子さん(86) 太田二丁目
- 👤 小笠原孝明さん(82) 長根二丁目
- 👤 田中久美子さん(87) 山口一丁目
- 👤 櫻井正行さん(86) 腹帯

- 👤 鳥居サヨさん(91) 泉町
- 👤 野崎リヤウ子さん(99) 鍬ヶ崎仲町
- 👤 袈屋正男さん(76) 崎山二
- 👤 伊藤邦治さん(74) 八木沢
- 👤 山野目光男さん(87) 駒形通
- 👤 滝野弘見さん(82) 鈴久名
- 👤 武田光信さん(81) 田鎖五
- 👤 山内春平さん(87) 山口四丁目

※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  
※届け出の際、広報への掲載を希望した場合は載せています

# 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	人口	男	女	世帯
※9月1日現在 ※( )内は前月との比較	44,862人 (-43)	21,540人 (-13)	23,322人 (-30)	22,302 (-10)
人口のうごき	出生	死亡	転入	転出
※8月1日～31日	17人	58人	35人	38人

## 宮古地域の粗大ごみ収集10月の対象地区

市市民協働課

■収集日と対象地区

▷10月28日(火)=西ヶ丘、長根、太田、近内、岩船  
▷10月29日(水)=千徳町、板屋、神田沢町、上鼻、根市、花原市、花輪、田鎖、松山、老木、長沢、藤原、小山田  
▷10月30日(木)=宮町、長町、光岸地、鉾ヶ崎、日影町、熊野町、蛸の浜町、港町、山根町、日立浜町、佐原、臨港通  
▷10月31日(金)=南町、築地、愛宕、中里団地、日の出町、崎山、崎鉾ヶ崎、田代

⚠ ①収集地区を確認し、申し込んでください②1軒につき、3点以内です。戸別収集の為、集積場には置かないでください③粗大ごみの寸法を聞き取ります④収集できない粗大ごみもあります

期 10月10日(金)まで  
問 市市民協働課きれいなまち推進室 (☎64-6488)

## 一清潔で住みよいまちに 秋の大掃除を実施します

市市民協働課

10月18日(土)～24日(金)は秋の大掃除の期間です。町内会・自治会での側溝清掃やごみ拾いなどの作業は協力して行いましょう。

■側溝清掃 10月24日(金)までに完了させてください。土砂などの堆積物は、土のう袋の半分程度を目安に入れ、ごみの集積場所からできるだけ離して置いてください。業者が28日(火)・29日(水)に運搬します。

■側溝堆積物以外のごみの分別 草刈り、ごみ拾いなどで出たごみは、「燃やせるごみ」「燃やせないごみ」に分別して指定袋に入れて下さい。

■刈り払いをした草 土をしっかりと落としてから指定袋に入れて下さい。

■ごみの運搬 必要な場合は、事前に市きれいなまち推進室 (☎64-6488) に連絡してください。

■消火栓の水の使用 宮古消防署 (☎62-5533) の許可を受けてください。

■事故に注意 草刈時の飛び石や、グレーチングを持ち上げる時など、十分注意して作業してください。また、もしものために保険などに加入しましょう。

問 市市民協働課生活安全係 (☎68-9109)

## 働く人のためのストレスマネジメント講座

市市民協働課

回 ①10月29日(水)②11月5日(水) (全2回)  
時 午後6時30分～8時  
場 市民交流センター1階会議室1  
内 ①自分も相手も大切に作るアサーティブコミュニケーション②考え方の癖に気づき、心を軽くするストレス対処法  
師 河野暁子 (県立大学宮古短期大学部准教授)  
定 20人/回 無料  
申 電話または申し込みフォーム  
問 市市民協働課男女参画・協働推進係 (☎68-9080) 申込はこちら

## 企業版ふるさと納税によりご寄付いただいた企業様をご紹介します

市企画課

令和7年度に企業版ふるさと納税により、本市にご寄付いただきました企業様をご紹介します。

■令和7年6月  
【企業名】株式会社合同資源 (千葉県長生郡長生村)  
【寄付額】2,000,000円  
【寄付活用事業】防災資機材整備事業

■令和7年7月  
【企業名】株式会社アガルート (東京都新宿区)  
【寄付額】100,000円  
【寄付活用事業】結婚支援事業

■令和7年8月  
【企業名】株式会社合同資源 (千葉県長生郡長生村)  
【寄付額】1,000,000円  
【寄付活用事業】防災資機材整備事業

8月22日に株式会社合同資源の本社において、寄付の贈呈式を行いました。山ノ井敏夫代表取締役社長 (写真右) より寄付を贈呈いただき、中村尚道宮古市長より感謝状をお渡ししました。  
問 市企画課企画創生係 (☎68-9064)



## 【広告】

住まいのことなら何でもお任せください

畳 ぶすま 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 有限会社 上田豊店  
宮古市板屋4丁目5-23 (営業時間) AM8:00～PM7:00

冷え・だるさ・疲れに  
お灸で体質改善!

その日の患者様の不調に合ったツボを選んでお灸します  
優しい温度のお灸なので初めての方も安心!

お灸8壮(個) ¥1,320円

いとう接骨院・鍼灸院 土・日・祝も営業中!  
〒宮古市保久田4-27 63-0641  
平日 9:00～18:30 (月17:00)  
土・祝 9:00～18:00  
日 9:00～17:00

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】レジャーシート、おやつ 【※2】上履き 【※3】歯ブラシ 【※4】バスタオル 【共通】飲み物

## 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
お出かけにこにこルーム【※1】	6日(月)10:00～11:30 ※期＝3日(金)まで	清水公園（港町）	ミニ遠足を楽しもう ※駐車場は鯉ヶ崎公民館	0～6歳
ぼかぼかランド【※2】	8日(水)10:00～11:00	市民交流センター2階 運動スタジオ	手遊び、ふれあい遊び、秋のお散歩 ウォークラリー、お話 ほか	3カ月～6歳
キッズ田老	9日(木)10:00～11:00	田老公民館		0～6歳
イクナミ(育悩)タイム①	20日(月)9:30～10:00	小山田保育所ホール	保育所(園)、認定こども園の入所(園)について	0～6歳
イクナミ(育悩)タイム②【※3】	20日(月)10:45～11:30	小山田保育所ホール	1歳児からの歯磨き指導 師＝伊藤房恵(伊藤歯科医院)	0～6歳
ふれあい広場「にこにこ」	22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

## 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

催し名	日時	場所	内容など	対象児
赤ちゃんのつどいと絵本の読み聞かせ【※4】	3日(金)11:00～11:45 ※期＝2日(木)まで	うみマチ ひろば	親子ふれあい遊び	3～12カ月
講話会「絵本のある暮らし」	6日(月)11:00～11:45 ※期＝5日(日)まで		絵本の読み聞かせの大切さ 師＝嶋田ひろ子(絵本専門士)	0～6歳
じいじの絵本の読み聞かせ	10日(金)11:00～11:15		絵本の読み聞かせ	0～6歳
ばあばの絵本の読み聞かせ	16日(木)11:00～11:15		絵本の読み聞かせ	0～6歳
親子ふれあい遊びと絵本の読み聞かせ	17日(金)10:30～11:30 ※期＝16日(木)まで		親子ふれあい遊び	1～6歳
ハロウィンフェスタ2025	26日(日)9:00～12:00		ハロウィンごっこ	どなたでも
健康相談会「冬の感染症について」	27日(月)11:00～11:45 ※期＝26日(日)まで		冬の感染症について	0～6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
園庭で遊びましょう ※☎＝8組	14日(火)10:30～11:00 ※期＝10日(金)午後2時まで	ひよこクラブ (宮古ひかり)	広い園庭で開放感を感じながら遊びましょう	0～6歳
ハッピーハロウィン ※☎＝8組	28日(火)10:30～11:15 ※期＝27日(月)午後2時まで		ハロウィンの簡単な製作やゲームを楽しみましょう	

## 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 ※6日(月)はお休み

催し名	日時	場所	内容など	対象児
中学生のお兄さんお姉さんと遊ぼう！	15日(水)10:00～11:00	のびっこクラブ (そけい幼稚園)	中学生のお兄さんお姉さんと遊ぼう！	1歳半～6歳
人形劇を楽しもう！	20日(月)10:30～11:00		劇団クスクス ～カービーブーとおともだち～	0～6歳
ハロウィンごっこを楽しもう！ ※☎＝10組	29日(水)10:30～11:00 ※期＝22日(水)午後3時まで		ハロウィンごっこを楽しもう！	0～6歳



# HAPPY BIRTHDAY



**大森 玲陽ちゃん**  
1歳になりました  
1歳おめでとう! お姉ちゃんお兄ちゃんに負けず、いっぱい食べて遊んで、大きくなってね〜(家族)



**森山 蓮翔ちゃん**  
1歳になりました  
いつもたくさん笑顔と幸せをありがとう! れんれん、だいすきだよ(にいに★ねえね)



**大久保 旭ちゃん**  
1歳になりました  
ニコニコ笑顔は家族の太陽♡ いっぱい食べて健やかに育ってね!(父ちゃん母ちゃん)



**佐藤 咲菜ちゃん**  
1歳になりました  
1歳お誕生日おめでとう! たくさん食べて元気いっぱい遊んですくすく大きくなってね(家族)



**芳賀 充葉ちゃん**  
1歳になりました  
元気いっぱいパワフルみーたん! お誕生日おめでとう! ぐんぐんおがれ(とと&ママ)



**金澤 夏芽ちゃん**  
1歳になりました  
お誕生日おめでとう! 好奇心旺盛のなっちゃん、いっぱい遊んで元気に育ってね(家族)



**中野 丞士郎ちゃん**  
2歳になりました  
2歳おめでとう! 家族みんなが車大好きめいこいじょが大好きだよ! これからは兄としても明るく元気に逞しく大きくなあれ(家族)



**山脇 大助ちゃん**  
2歳になりました  
たすの笑顔がみんなの癒しだよ! 生まれてきてくれてありがとう! 大好き(家族)



**熊谷 碧人ちゃん**  
2歳になりました  
誕生日おめでとう! 泣いても怒っても可愛いあお◎ 元気にすくすく大きくなってね!(家族)



**伊藤 結翔ちゃん**  
2歳になりました  
弾ける笑顔でおしゃべり全開! 踏切や滑り台で頭いっぱい。一緒に歩む「時」が宝物だよ。(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 11月生まれの2歳以下の子ども
  - 申 申し込みフォーム
  - 期 10月6日(月)まで
  - 係 市企画課広報係
- (☎68-9065)



●広報みやこ9月1日号13頁「HAPPY BIRTHDAY」に掲載の吉田葵子ちゃん(7歳)の年齢は、正しくは「1歳」でした。お詫言ひして訂正いたします。

### 第4回はなまるフレンズ 親子で楽しくリフレッシュヨガ

- 日 10月22日(水)午前10時~11時
- 場 市民交流センター2階運動スタジオ
- 内 親子やお友達と一緒にヨガ体験
- 師 佐藤 和美 (カズミスタジオ)
- 対 6カ月~未就学の子どもと保護者
- 先着10組
- 持 動きやすい服装、飲み物
- 申 電話、ファクスまたは申込フォーム / 期 10月15日(水)午後4時まで
- 他 託児ボランティアあり
- 問 市生涯学習課社会教育係 (☎68-9119、FAX63-9112)



申込フォーム

### 第5回はなまるフレンズ・第5回めばえ共催事業 「親子でふれあい♪ 英語リトミック」

- 日 11月1日(土)午前10時~11時
- 場 市民交流センター2階運動スタジオ
- 内 親子で音楽に合わせて体を動かして遊ぶ
- 師 あずま ゆか (英語リトミック教室Rhythm)
- 対 6カ月~未就学の子どもと保護者
- 先着10組
- 持 動きやすい服装、飲み物
- 申 電話 / 期 10月6日(月)~23日(木)午後4時まで
- 問 市生涯学習課社会教育係 (☎68-9119)、新里生涯学習センター (☎72-2019)

### 市立保育所 園庭開放のお知らせ

- 6月から11月までの第3水曜日に市立保育所の園庭を開放しています。詳しくは、利用する保育所にお問い合わせください。
- 日 10月15日(水)午前10時~11時30分 (雨天中止)
  - 持 帽子、飲み物 (水またはお茶)  
※駐車場は各自で確保してください
  - 問 市子育て支援センター「にこにこルームみやこ」 (☎62-0884)

### あそびの森

~はしって、とんで、うんどうかい~

- 日 10月21日(火)午前10時~11時30分
- 場 市民総合体育館多目的体育室
- 内 親子ふれあい遊び「うんどうかいごっこ」
- 対 0~6歳のお子さん(と保護者)
- 持 上履き、外靴を入れる袋、飲み物
- 申 電話 / 期 10月6日(月)まで
- 問 にこにこルームみやこ (☎62-0884)、すくすくランド (☎63-8061)、ひよこクラブ (☎62-6845)、のびっこクラブ (☎62-8678)



# 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  
■10月の休館日 ●市立図書館・川井分室…月曜日(13日は開館)、14日(火)  
田老分室・新里分室…月曜日

## 市立図書館

### 特集1:「NO MUSIC, NO LIFE」

『音盤の来歴』

榎本 空 (著)



つらく悲しいことが度々起こる世界で、音楽はシェルターとなりうるのか? 神学・人類学者である著者がつづった、音楽に守られ、支えられた生活の記録です。

『音楽が鳴りやんだら』

高橋 弘希 (著)



天賦の作詞作曲の才能に恵まれた福田葵。彼が幼馴染と組んだバンドがデビューする条件は、メンバーを入れ替えることだった。圧巻のバンド小説です。

### 特集2:「いっしょにうたおう! かなでよう!」(こども図書室前)

☑ 楽しい音楽や楽器が登場する絵本を集めました♪

### 特集3:「未来の選択肢」(ティーンズコーナー前)

☑ 進学や将来就きたい職業など、進路の参考になるような本を紹介します

#### ◇こども映画会(視聴覚室)

- ①10月4日(土)午前11時、午後2時  
▶「ねずみくんのきもち」(13分)  
「年中行事アニメーション～お月様とうさぎ～」(10分)
- ②10月11日(土)午前11時、午後2時  
▶「ミッキーマウス～ミッキーの船長さん～」(8分)「14ひきのひっこし」(15分)
- ③10月18日(土)午前11時、午後2時  
▶「おしりたんてい～プツッキンなまるいもの～」(20分)
- ④10月25日(土)午前11時、午後2時  
▶「ウォルト・ディズニー名作アニメ集～小鳥の冒険～」(8分)  
「こどもにんぎょう劇場～ぎざみみうさぎ～」(15分)

#### ◇おはなし会(こども図書室)

- ☑ 毎週土曜日午後2時30分
- ☑ 絵本・紙芝居の読み聞かせ

#### ◇図書館シネマール大人のための映画会(視聴覚室)

- ☑ 10月18日(土)午後3時
- ☑ 「天王寺おばあちゃんゾウ春子最後の夏」(43分)

#### 10月のイベント情報

##### ◇電子図書館使い方講座

- ☑ 10月11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
- ☑ スマートフォンもしくはタブレット

##### ◇ビブリオバトル

おすすめの一冊を書評して、観客が一番読みたくなったチャンプ本を投票で決定する「ビブリオバトル」を開催します。

- ☑ 11月8日(土)午後1時30分～3時
- ☑ 場 市立図書館2階会議室
- ☑ 発表者:高校生以上、観客:中学生以上
- ☑ 発表者:5人、観客:20人
- ☑ 発表者:10月31日(金)まで、観客:11月8日(土)まで
- ☑ 他 チャンプ本に選ばれた発表者には景品があります。発表された本は市立図書館1階ロビーに展示します

◇昔なつかし紙芝居が図書館にやってくる!!

いろいろなジャンルの紙芝居を主としたおはなし会を行います。最後になつかしいプレゼントも用意しています。どなたでも参加できますので、ぜひお越しください。

- ☑ 10月4日(土)午前10時～10時30分
- ☑ 場 市立図書館2階展示室

<共通>  
詳しくは、ホームページをご覧ください。

- ☑ 10月4日(土)午前10時～10時30分
- ☑ 場 市立図書館2階展示室

☑ 市立図書館 (☎62-2414)

## 田老分室

(田老公民館内)

### 【特集】「気になるところヘアブローチ!」

☑ スキマ時間でお手軽ストレッ

チをしたい方におすすめです

#### ◇おはなし会

- ☑ 10月18日(土)午前11時
- ☑ 絵本や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】「日本の神様と神の世界」

☑ 日本人の暮らしの中から生まれた信仰について楽しく学ぼう

## 川井分室

(北上山地民俗資料館内)

### 【特集】「コーヒー・紅茶」

☑ あなたはコーヒー派? それとも紅茶派?

## 移動図書館車

「うぐいす号(田老・新里・川井)」  
10月の運行日程

地区	運行日・駐車時間	場所
新里	9日 23日 (水)	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 愛福祉会前 14:15～14:30 茂市駅付近 14:45～15:00 臺目駅付近
		10日 24日 (木)
田老	10日 24日 (木)	10:15～10:30 檜内・第29分団檜内器具置き場付近 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 摂待・第32分団摂待屯所駐車場
		10日 24日 (木)
川井・閉伊川コース	8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 片巢御供養様前
川井・小国川コース	15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

# 各種無料相談 ～一人で悩まずに～

10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 ※30日(木)を除く	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）	
	3日(金)午前9時～正午	市市民相談室（市役所1階）	盛岡地方法務局宮古支局 （☎62-2337）
	15日(水)午前10時～正午	門馬地域振興センター	
行政相談	●14日(火)午前9時～正午	市市民相談室（市役所1階、☎68-9081）	
	20日(月)午前9時30分～11時30分	新里福祉センター	市市民相談室（☎68-9081）
	16日(木)午前10時～正午	門馬地域振興センター	
公証人相談 (遺言相談)	●14日(火)午前9時～正午	宮古公証役場（陸中ビル2階、☎63-4431）	
★くらしとお金の 安心相談会	2日(木)午後1時～5時 ※1日(水)までに要予約	市市民相談室（市役所1階）	信用生協盛岡事務所 （☎019-653-0001）
★交通事故相談	28日(火)午後1時～3時 ※24日(金)正午までに要予約	市市民相談室（市役所1階、☎68-9081）	

10月の各種無料相談

## 地域おこし協力隊便り



### 第63回 重田正憲さん

今年もカッターレースに参加し、普段の仕事では接点の少ない方々とも交流を深めることができました。地域の絆を感じるとともに、新たな出会いが広がる貴重な機会となりました。

要な機会となります。

岩手県沿岸広域振興局が主催する移住体験ツアー「いわて三陸うみまちJOURNEY 先輩移住者と語る三陸ライフ・住む・働く・楽しむ」が、10月25日・26日に開催されます。県外に暮らす方々に三陸沿岸の暮らしや魅力を知っていただき、移住を検討するきっかけを提供する一泊二日のプログラムです。参加者は岩泉町や田野畑村、山田町、そして宮古市を訪れ、地域の風景や文化、地元の方との交流を通じて「三陸での暮らし」を体感することができます。

私の地域おこし協力隊としての役割は、移住や定住を促進し、宮古と関わる人を増やしていくことです。役割を担う上で、移住体験ツアーは重



宮古港カッターレースでの重田隊員(写真中央)

移住希望者が知りたいのは「日々の暮らし」に直結する情報です。今回のツアーは、その目標を実際の体験を通じて具体化する大切な場であり観光とは異なり、買い物や交通の利便性、自然と共に生きる安心感、人と人との距離感。宮古で暮らすうえで大切なポイントを肌で感じてもらうことで、参加者にとって「宮古で暮らす」という選択肢が現実のものとして見えてくるのではないのでしょうか。

私自身も、この機会を通じて市民の皆さまとツアー参加者の方々をつなぎ、宮古の未来を一緒に考えるきっかけをつくりたいと願っています。移住や関係人口の拡大は、一足飛びには進みません。けれども一つひとつの出会いの積み重ねが、宮古の未来を豊かにしていくと信じています。今回の移住ツアーが、その第一歩になるよう取り組んでまいります。



# スタジオから



秋の行楽シーズンを迎えました。週末のお出かけを楽しむのにぴったりの季節ですね。

今回は、週末に放送しているみやこハーバーラジオ製作の番組「土曜の朝だよ!」「日曜の朝だよ!」を紹介します。

「土曜の朝だよ!」は毎週土曜日午前8時から1時間生放送の番組です。当日の天気情報や宮古市周辺の交通情報、週末や近日に開催される&開催中のイベントの情報をお伝えしています。

「日曜の朝だよ!」はパーソナリティが週替わりで登場します。宮古市役所からの行政情報と広報みやこの内容を毎週日曜日の午前8時から30分間放送をお届けしています。地域の参加したいイベントや講座探しにも両番組をぜひお役立てください!

みやこハーバーラジオの番組は10月に改編

期を迎えます。みやこハーバーラジオのスタッフが出演・取材している自主制作番組から全国放送のラジオ番組まで、新コーナーや新番組をお楽しみに! タイムテーブルは、みやこハーバーラジオスタジオ前で配布しているほか、公式ホームページからもダウンロードできます!

## ●「みやこハーバーラジオ」放送中!

FMラジオ【82.6MHz】

●インターネットの「リスラジ (ListenRadio)」  
(<http://listenradio.jp>)や「サイマルラジオ」  
(<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」(右記二次元コード)



●Instagramアカウント「miyako\_harbor\_radio」(右記二次元コード)



●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)

## 俳句に親しむ

季題「月」「虫」

豊島喜美子 選

### 【特選】

物言わぬ一日を月に語りかけ

山桑敏子

評|| 静かな一日の終わりのしつとりとした感慨が感じられる。季節の月が生きている。

目覚めればただ虫の音の中に居り

佐々木俊子

評|| 暑く長かった今年の夏だが、気が付けば季節は確実に進んでいる。

### 【入選】

九十路一つ越えしや虫の秋

大村良子

虫の闇主人のおらぬ空サイロ

北村克哉

月煌々ほろ酔いで帰る八十路会

駒井和子

虫すだく土手をジョギング部活の子

齋藤敏通

湾頭の月光映し寄せる波

坂下健治

昨日とは違わぬ朝に虫の声

内藤賢一

月暈やくじ付き自動販売機

中村 薫

賽銭の五円玉より月まつる

山崎榮治

## 【広告】

創業99周年

リフォーム承ります

畳・襖・障子・網戸・クロス  
カーペット・カーテン  
クッションフロア・内装工事

内装リフォーム

**大森畳店**

0120-747-465

〒027-0061 岩手県宮古市西町三丁目2-4  
<http://www.oomoritatami.jp/>

広告主の責任において市が掲載しているものです。広告の内容について、市が推奨などをするものではありません。

### ◆次の季題「秋風」「紅葉」※10月6日(月)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27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「虫の闇一雨ごとにふくらみぬ 喜美子」

季語の「花」は桜を、「虫」は秋に鳴く虫全般をさします。季語を使うことで、言葉の数が少なくても詩を表現できることが、俳句の醍醐味ではないでしょうか。

北上山地民俗資料館の企画展紹介

## 第28回企画展「伝えたい 昔の技～体験型の博物館をめざして～」

市教育委員会文化課 編

北上山地民俗資料館に展示している昔の暮らしや仕事で使われた道具は、日々の生活を営むうえでどれも欠かすことができないものでした。しかし、工場で大量生産された機械工業製品が普及し、さまざまな作業も機械化されるようになると、はるか昔から受け継がれてきた技術が、急速に忘れられたり、失われたりしています。そこで当館では、伝統的な技術の消滅を惜しみ、記録を行うとともに、道具の作り方や使い方の体験ができる活動を行っています。

通常、博物館の展示資料は触れることはできないものですが、今回の展示では昔の道具をさわってみたり、動かしてみたりできるコーナーを設けています。また、当館が行っている「昔の技術や自然の素材で小物づくり」をテーマにした体験メニューの一端に触れるコーナーもあります。実際に体験することで昔の道具に関する技術

についての理解を深め、地域に伝わる暮らしの知恵や工夫も知っていただけの内容の企画展です。この機会に是非ご来館ください。



【足踏み脱穀機】を使ってイネの脱穀体験をする様子

### 第28回企画展

「伝えたい昔の技～体験型の博物館をめざして～」

開催期間＝10月1日(水)～12月28日(日) (開館日のみ)

入館料＝【一般】200円【学生】150円【高校生以下】無料

☎ 北上山地民俗資料館 (☎76-2167)

### 市長のひとり言

今夏は、首都圏を中心に多くの学生が宮古市で活動してくださいました。

200人という大所帯で訪れた早稲田大学応援部、70人で陸上合宿を行った東京女子体育大学、20人で地域防災のフィールドワークに取り組んだ青山学院大学。そして、各施設でインターンやアルバイトに励んだ学生など。地域に溶け込んで活動することで、彼らは多くの刺激と新たな気付きをもたらしてくれました。

中でも、早稲田大学応援部は4年連続5回目となる宮古合宿でした。10日間にわたる合宿で、現4年生にとっては、入学後から、毎年宮古で夏季合宿を経験したことになります。

応援部はリーダー、チア、吹奏楽の3部体制で構成されており、全体を統括する豊島悠主将、小崎墨副将、森太輝さんは、「毎年、素晴らしい環境の中で、充実した合宿を行うことができ、宮古に育ててもらった思いだ」と語ってくれました。

夜間の応援練習を見学させていただいた際に、重松清さんの小説「あすなる三三七拍子」の一説を思い出しました。「応援はそも

そも傲慢なもの。精一杯頑張っている人に頑張れと言う。(中略)人に頑張れと言うからには、応援する側がもっと頑張らなければ、応援する資格を持たない。この言葉を胸に、志を忘れずにいたいと思います。

11月2日、東京六大学野球「早慶戦」にて、早稲田大学応援部の応援を見に行くと予定です。



200人で訪れた早稲田大学応援部と記念撮影

### 【広告】

集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに持続感染された方へ、一人で悩まずに無料個別相談会をご利用ください。

# B型肝炎 給付金について

**無料個別相談会**を行います。

**日程・会場**  
 10/31 (金) 宮古市地域創生センター(うみマチひろば) コミュニティ室 宮古市神林3番1号  
 11/1 (土) 釜石情報交流センター 会議室1 釜石市大町一丁目1番10号

**対象者** 昭和16年7月2日～昭和63年1月27日生まれ ※ご遺族の方も給付金請求できます。

**給付金** 50万円～3,600万円 ※病態に応じて給付金等の内容が異なります

**完全予約制 ☎ 0120-013-621**  
 <ご予約受付時間>  
 平日 9:00～18:00  
 個別面談なので、他の方と顔を合わせることはありません。

弁護士費用 着手金・相談料 無料 成功報酬制 ※訴訟実費別途

弁護士法人 プレシャス総合法律会計事務所  
 東京都新宿区四谷4-3 福慶ビル6-A  
 【営業時間】平日 9:00～18:00  
 ☎ TEL 03-5363-6333 ☎ E-mail: info@precious-law.jp  
 ☎ FAX 03-5363-6334 ☎ https://precious-law.jp/

**無料電話相談も**  
 同時受付中! お気軽にお電話下さい。

【広告】 広告主の責任において市が掲載しているものです。広告の内容について、市が推奨などをするものではありません。



## 閉伊川川下り大会2025 初秋の閉伊川を駆け抜ける!

9月7日、閉伊川で「閉伊川川下り大会2025」が3年ぶりに開催され、一般の部39チーム、団体の部7チームの合計120人が参加しました。

当日は少雨の影響で川の水位が低く、難しい条件での競技になりました。参加者は声をかけ合いながらボートとパドルを駆使して、腹帯橋から湯ったり館下までの約5.5kmの急流を勢いよく下っていました。

一般の部では「水沢スキー協会」が優勝し、団

体の部では「TEAM佐藤・閉伊川大好き♡ありがとう新里」が優勝しました。

一般の部で優勝した今野祐記さん(51)と早坂慶一郎さん(51)は「北上川ゴムボート川下り大会で3連覇し、この大会でも優勝できてうれしい。岩場などの乗り上げやゴムボートの方向転換が難しかったが、全力・本気で楽しんだ。若い人たちにも自然を楽しむスポーツをどんどんやってほしい」と笑顔で話しました。

## 植樹体験

～先人が残した森林への感謝を込めて～

9月9日、区界高原ウォーキングセンター付近で「宮古市森づくり体験学習会」が行われ、東日本旅客鉄道株式会社など関係団体や川井小学校児童など61人が参加しました。

開会式では中村尚道宮古市長が「森林は林産物の供給や水源のかん養などさまざまな恩恵をもたらしてくれる。植樹の体験を通じて森林の重要性を知り、森を育てていく契機としてほしい」とあいさつし、川井小中学校森林愛護少年団代表者の河内愛翔さん(川井小4年)、神



三陸北部森林管理署など、地域の林業関係者が協力し、400本の植樹を行いました☺

楽結菜さん(同小3年)が「祖先から引き継ぐ貴重な緑を、僕たち、私たち、少年団の手で、緑の地球を守ります」と宣誓しました。参加者は0.2haの面積に「アカエゾマツ」や「ミズナラ」、「カラマツ」の苗木を植えました。

初参加した横道珀亞さん(同小4年)は、「根っこが硬くて掘るのが難しかったけど、いろんな人が優しく手伝ってくれた。いろんな木を植えて、みんなと体験できて楽しかった」と笑顔で話しました。



アドバイスを受けながら、楽しく丁寧に植樹を行いました!

### 編集後記

▼宮古市森づくり体験学習会取材(上記参照)。青空の下、汗を流しながら植樹を行う参加者の姿を撮影していたところ、体験のお誘いの声がかかりました。皆さまの作業スピードは凄まじく、一本植え終わる頃には植樹できる面積は残りわずかに(笑)。筋力不足と手際の悪さを披露してしまいました。この一本も宮古市の森の一部になれるよう成長を祈りつつ、自分と一緒に成長としてグングン成長してまいります!【涼】

▼第39回みやこ秋まつりを取材(表紙、自次参照)。街全体が活気に満ちあふれる中、ワクワクしながら取材へ。船山車の威勢の良い掛け声に応える沿道の方々は、心躍らせ、自然と笑顔に。手踊りパレードは多くの市民が参加し、老若男女問わず、たくさんの方々が撮影できました。熱気に包まれながら、夜風を浴び、やっと涼しくなってきた宮古の秋を感じながら、少し寂しくなってしまうかもしれません。もう来年が楽しみです!【福】



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(市社会福祉協議会 ☎64-5050、FAX64-5055)。



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人は、市企画課広報係へファクスまたはメールで問い合わせてください。  
**【ファクスでの問い合わせ】**  
 63-9114  
**【メールでの問い合わせ】**  
 info@city.miyako.iwate.jp