

三陸沿岸道路 県内初の休憩施設(トイレ)完成

三陸沿岸道路の利便性向上を図るため、令和5年度より整備を進めていた津軽石パーキングエリア内のトイレが完成します。



津軽石パーキングエリアの俯瞰図 (画像はイメージ)



トイレ棟の近景図 (画像はイメージ)

■休憩施設 (トイレ)

- 回 1月31日(土)午後1時から利用可能
※上下線ともに、365日24時間利用可能です
- 場 津軽石パーキングエリア
- 内 【男性】大便器2器、小便器2器、洗面2器
【女性】大便器2器、洗面2器
【多機能】大便器1器、オストメイト対応トイレ1器、乳幼児用折りたたみベッド1台、洗面1器
【自動販売機(飲料)】1機
- 問 三陸国道事務所 (☎62-1711)

紙芝居「つなみ」を寄贈いただきました

12月10日、田老出身で昭和と平成、2度の大津波を体験した故・田畑ヨシさんが手がけた、津波の恐ろしさを伝える紙芝居「つなみ」を、田畑さんの長女の高橋恵美子さんより寄贈いただきました。本市からは高橋さんに感謝状と紙芝居「つなみ」のレプリカを贈呈しました。

紙芝居「つなみ」は今後、市災害資料伝承館の企画展などで展示し、津波の恐ろしさと命を守る大切さを次世代に伝える活動などに活用させていただきます。



高橋恵美子さん(左)と中村尚道宮古市長

「宮古音声訳の会」が「文部科学大臣表彰」を受賞

「視覚障害者の情報収集などの一助になること」を目的に活動する宮古音声訳の会(馬場邦子会長)が、「障害者の生涯学習支援活動」に係る文部科学大臣表彰を受賞し、中村尚道市長より表彰状が伝達されました。

宮古音声訳の会は平成5年に活動を開始し、広報みやこや市議会だより、福祉情報などを音声デージー図書CDとして作成し、視覚障がいのある人に声の便りとして届けるとともに、利用者との交流を深める活動を行っています。



宮古音声訳の会会員と中村尚道宮古市長

申告受け付けは3月16日(月)まで

税の申告、お早めに

令和7年分の所得の申告受け付けが始まります。
『市民税・県民税 申告のお知らせ』を、本号の広報と一緒に全世帯へ配布しました。申告の詳しい日程や、申告が必要かどうかなどを確認できます。

☎ 市税務課市民税係（市役所2階、〒027-8501住所不要、☎9072）

郵送申告

会場の密集・密接の回避のため、可能な限り郵送での申告をお願いします。郵送・記入済みの申告書は、2月2日(月)から受け付けます。

白紙の申告用紙は市内各施設に配置しますのでご利用ください。また、市ホームページからもダウンロードできます。配置場所などは『申告のお知らせ』裏面をご覧ください。

電子申告

令和8年度申告分（令和7年中の収入に対する申告分）から、マイナンバーカードを利用することで、スマートフォンやパソコンから市民税・県民税の申告手続きができます。

申告の詳しい内容は市ホームページへ

① マイナンバーカード
② 収入と必要経費が分かる帳簿や書類（収支内訳書など）
③ 所得控除の内訳が分かる資料
④ 金融機関（郵便局含む）の通帳か口座番号の控え

申告に必要なものなどを確認できる『市民税・県民税 申告の手引き』や、電子申告など、詳しくは市ホームページをご覧ください。



詳細はこちら

種類	受付期間【会場】・移動窓口
市民税・県民税	2月16日(月)～3月16日(月) (土・日・祝日は休み。3月8日(日)は受け付けます)
	【会場】市役所2階税務課前 ※受け付けは市民交流センター2階創作スタジオです
	【市内各所を回る移動窓口】 ■開設期間 2月2日(月)～13日(金) ※悪天候などで中止となることがあります

▼ 令和8年1月1日現在、市内に住所があり、お知らせに記載の所得があった人
▼ 令和8年1月1日現在、市内に住所はないが、本人または家族が生活できる住居などを持っている人
▼ 所得証明書・課税証明書などが必要となる人

申告が必要な人
お知らせ
表面

令和7年分から新たに特定親族特別控除が創設されました

令和7年度税制改正により、特定親族特別控除が創設されました。この改正は原則として令和7年12月1日から施行され、令和7年分以降の所得税・市県民税について適用されます。

令和7年1月1日から12月31日までの収入を基礎とする令和8年度の市民税・県民税から、合計所得金額が58万円を超える19歳から23歳未満の親族がいる場合でも、控除を受けることができる仕組みです。

■ 特定親族特別控除の対象となる人 ▷ 所得者と生計を一にする19歳以上23歳未満（平成15年1月2日から平成19年1月1日までに生まれた人）の親族▷ 合計所得金額が58万円超123万円以下の人▷ 控除対象扶養親族に該当しない人

■ 控除額（下表のとおり）

特定親族の合計所得金額（収入が給与だけの場合の収入金額）	控除額	
	所得税	住民税
58万円超85万円以下（123万円超150万円以下）	63万円	45万円
85万円超90万円以下（150万円超155万円以下）	61万円	45万円
90万円超95万円以下（155万円超160万円以下）	51万円	45万円
95万円超100万円以下（160万円超165万円以下）	41万円	41万円
100万円超105万円以下（165万円超170万円以下）	31万円	31万円
105万円超110万円以下（170万円超175万円以下）	21万円	21万円
110万円超115万円以下（175万円超180万円以下）	11万円	11万円
115万円超120万円以下（180万円超185万円以下）	6万円	6万円
120万円超123万円以下（185万円超188万円以下）	3万円	3万円
123万円超（188万円超）	0円（適用なし）	0円（適用なし）

☎ 市税務課市民税係（☎68-9072）

令和7年分所得税の確定申告書作成会場を開設します

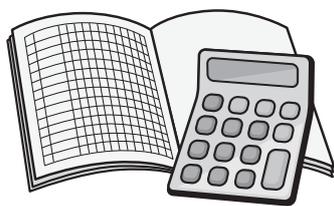
- ① 2月16日(月)～3月16日(月)(土・日・祝日を除く)
- ② 午前9時～午後5時
- ③ 宮古合同庁舎4階会議室 (小山田)
- 入場整理券 (入場するために必要)

【取得方法】

- ① 国税庁公式LINE (右記二次元コード) で事前発行
 - ② 会場当日配布 (枠に限りがあり、後日の来場をお願いすることがあります)
- 持 スマートフォン
またはタブレット、
マイナンバーカード (2種類の暗証番号を含む)
- 問 宮古税務署 (☎62-1921)



詳細はこちら



税理士による 所得税・相続税無料相談会

- ① 2月7日(土)午前10時～午後3時
- ② ホテル沢田屋
- ③ 対 ▷宮古・下閉伊管内に在住する、年金受給者または給与所得者で、医療費控除や雑損控除などに伴う所得税の還付を受けるために確定申告をする人 (不動産所得・事業所得・譲渡所得のある人は除く)
- ④ ▷相続が発生している人、将来の相続が心配な人
- ⑤ 無料
- ⑥ 持 ①給与・年金の源泉徴収票原本②社会保険料納付額が分かるもの③生命保険料・地震保険料の控除証明書④医療費の領収書
- ⑦ 他 ▷今回は相談のみで、申告書の作成は行いません▷マスクを着用願います▷感染症などの状況により、中止とする場合があります
- ⑧ 問 東北税理士会宮古支部・西川 (☎62-2717)

東日本大震災の被災者に 義援金を交付

日本赤十字社などに寄せられた国・県などの義援金と、市に寄せられた宮古市災害義援金を、対象者へ交付します。



振込先は現在登録済みの口座になりますので、あらためて申請手続きをする必要はありません。
※振込先の口座に変更がある場合のみ、下記の問い合わせ先に連絡してください

■振込予定日 1月23日(金)

■義援金の交付対象および内容 (予定)

義援金の種類	死亡・行方不明	住宅の全壊	住宅の半壊 (※)
国・県など	1,400円	1,400円	1,100円
市	400円	400円	200円
合計	1人あたり 1,800円	1世帯あたり 1,800円	1世帯あたり 1,300円

※大規模半壊を含む

問 市市民協働課被災者支援室 (☎68-9136)

介護認定を受けている人へ 障害者控除対象者認定書を発送

介護認定を受けている人へ、確定申告または住民税申告に利用できる認定書を送付します。

① 税法上の障害者控除を受けることができる人
■送付される人 以下の全てに該当する人

- ① 65歳以上で要介護・要支援認定を受けている人 (令和7年12月31日時点)
- ② 寝たきりなどの状態の人
- ③ 課税世帯

※昨年、認定書が送付され、非課税世帯になった人へも送付します

■送付されない人 以下のいずれかに該当する人は、これまでどおり市福祉課に申請してください
▷本年度内に転入した人
▷要介護認定期間が切れている人
▷別世帯の扶養を受けている人 など

④ 他 令和6年以前の分の修正申告のため、認定書の発行を希望する人は、市福祉課へご相談ください。詳しくは、市ホームページ (右記二次元コード) をご覧ください



詳細はこちら

問 【認定書の発送に関すること】市介護保険課管理係 (☎68-9085)
【認定書の申請に関すること】市福祉課障がい福祉係 (☎68-9135)



優良勤労青少年 推薦をお願いします！

宮古地域雇用対策協議会では青少年の雇用安定事業の一環として、他の模範となる優良勤労青少年を事業主に推薦いただき表彰しております。

■推薦基準

- ①令和7年12月1日時点で満30歳未満の人
- ②令和7年12月1日時点で同一事業所に3年以上勤務している人
- ③勤労意欲が旺盛で、職場において先輩・同僚から信頼されている人
- ④同一事業所で継続的に就業見込みのある人
- ⑤過去に同一の表彰を受けたことのない人

期 1月20日(火)まで

問 宮古地域雇用対策協議会（宮古公共職業安定所内、☎63-8609）



本年の宮古地区優良勤労青少年表彰式の様子

令和8年度学校施設開放事業 利用団体を募集！

市民のスポーツ・レクリエーション活動および生涯学習の場として、学校施設を開放します。現在、利用している団体も再度登録申請が必要です。

■利用期間 4月1日(水)～令和9年3月31日(水)

■開放施設 市内小中学校22校

問 申請書に必要事項を記入の上、持参または郵送、ファクス、メール

※申請書は市ホームページからダウンロードできます

期 2月6日(金)まで

問 市生涯学習課スポーツ振興係(市役所3階、〒027-8501住所不要、☎68-9120、FAX63-9112、✉shogai@city.miyako.iwate.jp)



詳細はこちら

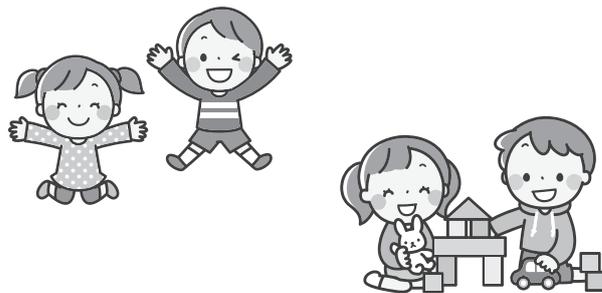
へき地保育所・児童館の 入所を受け付け

令和8年度の入所申し込みを次のとおり受け付けます。入所を希望する各施設で手続きをしてください。

問 市こども家庭センター保育係（市役所1階、☎68-9088）

■対象保育所・児童館

施設	受付日時	受付場所	受け入れ
小国保育所	1月13日(火)から 随時 午前8時30分～ 午後5時	小国出張所 (☎78-2111)	満2歳以上
重茂児童館		重茂児童館 (☎68-2343)	おおむね 3歳以上 (就学前)
高浜児童館		高浜児童館 (☎62-3464)	



宮古市事業者等 職場環境改善推進事業費補助金

市内事業者などの従業員の職場環境の改善を推進するため、事業所内の改修などに要する経費を補助します。

問 事業を行う事務所などの休憩室、更衣室などの設置や改修、バリアフリー化、遮熱、保温工事などの室温管理などによる従業員の職場環境の改善に係る経費（ただし、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50万円）

問 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。ただし、農林漁業、不動産業にあつては個人を除く

問 申請書に必要事項を記入の上、持参または郵送、メール

※申請書は市ホームページからダウンロードできます

期 1月19日(月)～7月31日(金)

問 市企業立地推進課(市役所2階、〒027-8501住所不要、☎65-7072、✉kigyo@city.miyako.iwate.jp)



詳細はこちら

令和7年度客船入港歓迎事業 おもてなし物産販売ブース出店者を募集!(第3期)

客船が寄港する藤原心頭内で、地元特産品などを販売する事業者を募集します。

場 宮古港藤原心頭

対象客船	寄港日	出店時間	出店料(定額)
レガッタ	3/25(水)	9:30~15:30	市内事業者 2,000円 市外事業者 3,000円

■テントブース規格 間口2㍍70㍍×奥行3㍍60㍍

■出店資格

▷本店または主たる事務所の所在地が県内である法人または個人事業主

▷客船歓迎事業の趣旨を理解し、積極的に運営協力できる者

▷事業者などの代表者や関係者(従事者を含む)などが、暴力団関係者でないこと

■販売品目

県産品、または乗客のニーズを満たすことが期待され、企画・製造・調理・販売などに県内事業者が関与する商品。外国籍船寄港時は法令などで輸出が禁止されている商品などは販売できません。

※飲食物の提供はキッチンカーに限ることとし、テントブースでは原則行えません

※調理済みの飲食物(食品営業許可施設で製造されたもの)は、テントブースで提供できます

☎ 申込書を郵送または持参、メール、ファクス

※要綱・申込書は、市商業振興課で配布するほか、市ホームページからもダウンロードできます



詳細はこちら

期 2月6日(金)まで

☎ 市商業振興課商業振興係(〒027-8501住所不要、市役所2階、☎68-9092、FAX63-9120、✉shogyo@city.miyako.iwate.jp)



客船の寄港をおもてなししませんか?(昨年の寄港の様子)

いつもをもしもに!暮らしとつながる 防災ワークショップ

日 2月11日(水)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

内 【講話】みんなで考えよう!ジェンダーや多様な視点を取り入れた災害への備え

【ワークショップ】いつもの暮らしで“もしも”に備える「フェーズフリー防災」を体験!

師 武藏野美和(防災士、いわて男女共同参画サポーターの会会長)

人/¥ 30人/無料

申 電話またはファクス、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、FAX63-9110)



申込フォーム



海上自衛隊大湊音楽隊 宮古市演奏会開催♪

日 1月29日(水)午後5時開演(午後4時開場)

場 市民文化会館大ホール

内 【演奏部隊】海上自衛隊大湊音楽隊

【曲目】決定次第、市ホームページに掲載します

¥ 無料(事前申し込み不要)

⚠ ▷会場周辺では混雑が予想されるため、なるべく公共交通機関を利用してください▷車でお越しの場合は、磯鶏駅前駐車場または市民文化会館中ホール駐車場をご利用ください

※詳しくは、市ホームページをご覧ください

問 市危機管理課防災係(☎68-9111)



詳細はこちら



幅広い世代が楽しめる華やかな演奏をぜひご鑑賞ください♪

● 各診療所で特定健診を行います

市の国民健康保険に加入している40～74歳の人で、本年度特定健診または人間ドックを受診されていない人を対象に、各診療所で特定健診を行います。

健診を受けて、自分の健康状態を知り、病気の早期発見、早期治療に努めましょう。

■日時・場所・定員

診療所	期日	時間	定員
国保田老診療所	2/ 2(月) 2/ 9(月) 2/16(月)	14:30	各日5人
国保新里診療所	2/ 5(木) 2/19(木)	9:00	各日2人
		14:00	各日1人
国保川井診療所	2/ 9(月) 2/16(月)	15:00	各日3人



- 内/¥ 特定健診/無料
- 持 受診票（事前予約者に送付します）
- 申/☎ 電話（事前予約制・先着順）/1月28日(水)まで
- 他 診療所の特定健診は2月で終了します
- 問 市総合窓口課国民健康保険係（☎68-9075）

● シルバーリハビリ体操デモンストレーション

関節の動きや筋力の維持向上を目的とした介護予防の体操です。主に椅子に座って行います。

- 日 2月9日(月)午後1時30分～3時
- 場 市民交流センター2階運動スタジオ
- 内 頭の体操、えん下体操、筋力アップ体操 など
- 師 シルバーリハビリ体操指導者
- 対 市内在住の人
- 人数 20人
- ¥ 無料
- 持 上履き、飲み物、マスク、タオル、運動しやすい服装
- 申 電話
- 期 2月9日(月)午前10時まで
- 問 市介護保険課地域包括支援センター（☎68-9086）

● 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？

- 日 1月30日(金)午後1時～2時30分
- 場 市民交流センター1階会議室3
- 内 医療・介護のことについて、なんでも聞いてみましょう！

■スタッフ 看護師、保健師など

- 対 自宅で介護をしている人、これから介護を始める人
- ¥ 無料
- 申 電話
- 期 1月29日(木)まで
- 問 市介護保険課地域包括支援センター（☎68-9086）



認知症に関する相談

「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？お気軽にご相談ください。

日 2月2日(月)午後1時～4時

場 市介護保険課相談室（市役所1階）

☎ 電話（事前に予約が必要です）

問 市介護保険課いきいきライフ推進室（☎68-9126）

市は『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。

日 2月4日(水)午後2時～3時

場 マリンコープDORA（フードコート集合）

内 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ほかほかサロンがあります

問 市介護保険課いきいきライフ推進室（☎68-9126）



麻しん風しん混合(MR) 予防接種はお済みですか?

平成31年4月2日~令和2年4月1日生まれのお子さんは、3月31日(火)まで無料で予防接種を受けられます。

まだ接種がお済みでない人は、事前に医療機関に予約のうえ、お早めにお受けください。

不明な点は、お問い合わせください。

☎ 市健康課地域保健医療係(☎64-0111)



ハロー赤ちゃん教室 ~土曜開催~

☎ 2月14日(土)午前9時30分~11時30分(午前9時20分受け付け開始)

☎ 宮古保健センター2階

☎ 妊婦体験、妊娠中の食生活(適塩みそ汁試飲あり)、赤ちゃんの健康観察、沐浴(お風呂)体験

☎ 市内在住の妊婦・家族

☎ 先着12組

☎ 母子健康手帳、飲み物、動きやすい服装

☎ 電話または申し込みフォーム

☎ 2月6日(金)まで

☎ 市こども家庭センター母子保健係(☎68-9121)



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。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)、川井保健センター(☎76-2036)

地域	期日	時間	会場	内容
宮古	1/27(火)	10:00~11:30	宮古保健センター	▶血圧測定、健康相談、簡易尿検査 ▶講話「腎臓病予防」
田老	1/22(木)	10:00~11:00	田老保健センター	▶血圧測定、健康相談、骨密度測定 ▶講話「低栄養予防」 ※素足になれる格好で来てください
川井	1/19(月)	13:30~14:30	川井地域振興センター	▶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
	1/26(月)	13:30~14:30	江繋地域振興センター	▶血圧測定、健康相談 ▶講話「オーラルフレイル予防」

子どもの健康診査・相談日程

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。

☎ 宮古保健センター2階

☎ 母子健康手帳、問診票、仕上げみがき用歯ブラシ

☎ 市こども家庭センター母子保健係(☎68-9121)

種類	対象児	期日	受付時間
1歳児(相談)			
1歳6カ月児(診査)	令和6年6月生まれ/令和6年7月生まれ	2/4(水)	13:00~13:30
2歳児(相談)			
2歳6カ月児(相談)	令和5年6月生まれ/令和5年7月生まれ	2/4(水)	9:00~9:30
3歳児(診査)	令和4年11月生まれ/令和4年12月生まれ	2/18(水)	13:00~13:30

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】

☎ 午前10時15分~11時30分(午前10時受け付け開始)

☎ 妊産婦さんの交流の場です。必要に応じて育児相談も行います

【カミカミ離乳食教室】

☎ 午後1時45分~3時(午後1時30分受け付け開始)

☎ 離乳後期について、講話と調理体験を行います

☎ すくすく子育て冊子、エプロン、三角巾、おんぶひも

【共通】

☎/☎ 1月22日(木)/宮古保健センター2階

☎ 妊婦、産後1年未満の産婦および乳児

☎ 各10組程度(初参加の人を優先します)

☎/☎ 無料/母子健康手帳、バスタオル、飲み物

☎/☎ 電話/1月20日(火)まで

☎ 市こども家庭センター母子保健係(☎68-9121)

- 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

市文化課

▼第78回若手芸術祭巡回小・中学校美術展

● 1月31日(土)、2月1日(日)午前9時～午後5時(1日(日)は午後4時まで)
 ● 場市民文化会館展示室 ● 内県内小・中学生による書写と絵画の上位入賞作品を展示 ● 無料 ● 岡市文化課文化係 (☎667526)

崎山貝塚縄文の森ミュージアム

▼じっくり縄文体験土器編「でっかい土器を作ろう！」

● 2月8日(日)午前9時30分～午後4時 ● 2キタの粘土を使っていつもより大きい土器を作る ● 対小学校5年生以上(小学生は保護者同伴) ● 先着5組 ● 無料 ● 申電話 ● 1月15日(木)から ● 他当日の縄文体験は休止 ● 場・岡崎山貝塚縄文の森ミュージアム (☎667526)

中央公民館

▼ココロとカラダのセルフケア講座
 ● 2月7日(土)・14日(土)午後1時30分



～3時 ● 内簡単なセルフケア(リンパケア)、ココロ(自律神経、メンタル)をケアする方法を専門家から学ぶ ● 師さかのみずほ(メンタルトリートメントセラピスト) ● 対市民 ● 先着8人 ● 無料 ● 特動きやすい服装、飲み物(かた付きのもの) ● 申電話 ● 1月17日(土)午前9時から ● 場・岡中央公民館 (☎634166)

千徳公民館

▼親子で楽しむトールペイント教室

● 2月15日(日)午後1時～4時 ● 内親子で木のプレートにアクリル絵の具で絵を描き、壁掛けのルームプレートやウエルカムボードを作る ● 師伊東なお子 ● 対市内の小学生と保護者 ● 先着5組 ● 親子一組500円(材料費、保険料) ● 特エプロンまたは汚れてもよい服装、飲み物 ● 申電話 ● 1月17日(土)午前9時から ● 場・岡千徳公民館 (☎635402)

山口公民館

▼みやこの味を伝えたい！豆すつとき作り

● 2月14日(土)午前10時～正午 ● 内宮古のおやつ「豆すつとき」作り ● 師市食生活改善推進員 ● 対中学生以上の市民 ● 先着12人 ● 850円(材料費、保険料) ● 特エプロン、三角巾、マスク、飲料水 ● 申電話 ● 1月17日(土)午前9時から ● 場・岡山口公民館 (☎623670)

うみまちひろば

▼パステルアート講座～気軽に色を染しむ～

● 1月31日(土)午前10時～正午 ● 内初心者でも簡単に描ける技法で華マンダラを描く ● 師佐藤久美子 ● 10人 ● 1200円 ● 申電話 ● 他参加料の支払いは前日までお願いします

▼みんなでつなぐ震災写真展写真募集

● 内震災の記憶を映した写真を募集します。15年目の「3.11」を、みんなで繋ぎ、一緒に伝えていきませんか？ ● 申うみまちひろば2階事務所窓口で受け付け ● 1月31日(土)まで

▼中高生のためのパソコンスキルアップ講座

● 2月7日(土)・8日(日)午前9時30分～午後4時30分 ● 内Word、Excelの基本を習得し、タッチタイピングを学ぶ ● 師三陸NPO支援センター ● 対ローマ字入力ができる人(スピードは問いません) ● 10人 ● 1500円 ● 特筆記用具 ● 申電話 ● 他パソコンは主催者で用意します。参加料の支払いは前日までお願いします



● 場・岡うみまちひろば(宮古市地域創生センター、☎667133)

【広告】

屋根・外壁の塗り替えをお考えの方へ

後援 一般財団法人塗装品質機構

開催情報

1/30(金)・31(土)

[各日] 13:45～15:45 受付15分前～

宮古市民文化会館 会議室 参加無料

[定員]各5名 ※完全予約制

※宮古市民文化会館の主催ではございません

主催 お申し込みはフリーダイヤルまたはWEBから! ※締め切りは前日16時まで

株式会社 T'sリノベーション WEB申込はこちら▶▶▶

プロタイムズ 盛岡北店 0120-44-1616

(受付時間)10時～16時(日曜・祝日を除く)

贈り物にお米券いかがですか

【営業品目】

宮古市指定上下水道工事業・太陽光発電・管工事

住宅設備工事・土木工事・一般建築/2×4工法

冷暖房機器販売・米穀精米・LPガス・白灯油販売等

株式会社 小成良治商店

宮古市栄町1-23

TEL 0193-62-1317

【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。

姉ヶ崎サン・スポーツランド

▼施設修繕工事にかかる休所について
 ●回2月2日(月)～15日(日) ●圃姉ヶ崎サン・スポーツランド (☎036323)

宮古市体育協会

▼令和7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』
 ●回2月11日(水)午前9時～11時45分(午前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 ●因SAQトレーニング(スピード能力改善トレーニング) ●師日本SAQトレーニング協会認定インストラクター ●対市内小学生、中学生および指導者、保護者 ●無料 ●期2月6日(金)まで ●圃宮古市体育協会 (☎026000)

開催・募集など

▼令和7年度第39回宮古下閉伊地区高校芸術展
 ●回1月24日(土)午後1時～5時、25日(日)午前9時～午後4時 ●場市民交流センター交流プラザ ●因美術工芸、書道、写真、華道など ●参加校 山田高校、宮古高校、宮古北高校、宮古商工高校、宮古水産高校、宮古恵風支援学校、岩泉高校 ●圃岩手県高等学校文化連盟宮古支部 (宮古商工高校、☎0260856)

▼第4回いい日旅バス2025のんびり路線バスで行く旅
 路線バスの利用促進を図るため、県北バスと市が共同で開催するツアーです
 ●回1月30日(金) ●集合時間 午前8時45分 ●集合場所 宮古駅前1番乗り場 (宮古駅前解散予定は午後3時ころ)
 ●因路線バスの乗車体験、龍泉洞見学(スカイランタン観覧など)、道の駅いわずみでお買い物、龍泉洞レストハウスで昼食 ●先着20人 ●円 [大人] 二千円 [同伴の小中学生以下] 千円 (昼食代、保険料含む) ●申電話 ●期1月16日(金)午前9時～26日(月) ●他路線バス運賃は別途各自で負担
 [大人] 1080円 [小人] 540円 (現金のほか、「iGUGA」や「Suica」が使用できます ●圃県北バス宮古駅前案内所 (☎023620))



▼小学生のためのプログラミング教室
 『スクラッチのアプリでしりとりにバトル!』
 ●回2月8日(日)午前10時30分～正午(午前10時受け付け) ●場市民交流センター2階多目的ホール ●因スクラッチのアプリを使用した、発想力を高めるプログラミング教室 ●師白石雅一 ●圃市内小学4～6年生 ●先着30人 ●無料 ●特充電した学校用タブレット、付属のキーボード、筆記用具、飲み物 (ふた付きのもの) ●申電話 また

は申し込みフォーム(下記二次元コード) ●期2月2日(月)まで ●他保護者の見学(市生涯学習課内、☎089119)
 ▼宮古地方「食の匠の技」公開講座
 ●回2月19日(木)午前10時～午後0時30分 ●場山口公民館 ●因「するめの酢漬」「いもだんす」の調理実習 ●12人(応募多数の場合は抽選) ●円1200円(材料代) ●特エプロン、三角巾 ●申電話 またはファックスで「氏名、電話番号、住所」を連絡してください ●期2月10日(火)まで ●圃宮古農業改良普及センター・佐藤 (☎02220、FAX045631)
 ▼能力開発セミナー
 《ホームページ作成講座「Figmaの基本操作」初心者でも分かるWebデザインツール》
 ●回2月26日(木)・27日(金)午前9時～午後4時 ●因クラウドベースのグラフィックツール「Figma」の基本操作を学び、パソコンやスマートフォン、タブレットにも対応したホームページのデザインを学ぶ ●初めホームページを作る人 ●10人 ●円無料 (テキスト代は自己負担) ●申受講申込書をファックスまたはメール ●期2月17日(火)まで ●他在職中の人を優先します ●圃・圃宮古高等技術専門校 (☎025606、FAX046596、☐seminar)

は申し込みフォーム(下記二次元コード) ●期2月2日(月)まで ●他保護者の見学(市生涯学習課内、☎089119)
 ▼宮古地方「食の匠の技」公開講座
 ●回2月19日(木)午前10時～午後0時30分 ●場山口公民館 ●因「するめの酢漬」「いもだんす」の調理実習 ●12人(応募多数の場合は抽選) ●円1200円(材料代) ●特エプロン、三角巾 ●申電話 またはファックスで「氏名、電話番号、住所」を連絡してください ●期2月10日(火)まで ●圃宮古農業改良普及センター・佐藤 (☎02220、FAX045631)
 ▼能力開発セミナー
 《ホームページ作成講座「Figmaの基本操作」初心者でも分かるWebデザインツール》
 ●回2月26日(木)・27日(金)午前9時～午後4時 ●因クラウドベースのグラフィックツール「Figma」の基本操作を学び、パソコンやスマートフォン、タブレットにも対応したホームページのデザインを学ぶ ●初めホームページを作る人 ●10人 ●円無料 (テキスト代は自己負担) ●申受講申込書をファックスまたはメール ●期2月17日(火)まで ●他在職中の人を優先します ●圃・圃宮古高等技術専門校 (☎025606、FAX046596、☐seminar)



in.yako@pref.iwate.jp)
 ▼国立県宮古障者職業能力開発校令和8年度受講生募集
 《3次募集》①Webデザイン科②OAビジネス科③総合実務科
 ●訓練期間 4月9日(木)～令和9年3月10日(木) ●選考日 ①2月13日(金)②3月17日(火) ●因①身体・精神・その他の障害のある人(知的を除く)。「その他」とは、難病・高次脳機能障害などの診断を受けている人で、手帳をお持ちでない人 ③療育手帳所持者 ●学校ホームページ(左記二次元コード)をご覧ください(2次募集で定員を満たした科については募集を行いません) ●期①2月18日(水)～2月26日(金)②2月2日(月)

●訓練期間 4月9日(木)～9月18日(金) ●選考日 ①3月18日(水)②3月19日(木) ●因①重度視覚障害者で身体障害者手帳を所持している人 ②精神障害者保健福祉手帳を所持している人 ●15人 ●20人 ●期1月30日(金)～2月27日(金) ●他入寮希望の場合、選考日に入寮審査も実施します
 《共通》
 ●他申し込み方法など、詳しくは学校ホームページ(下記二次元コード)をご覧ください ●圃・圃国立県宮古障者職業能力開発校(仙台市青葉区区原5丁目15の1、☎022223333124)



※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2月15日(日)の原稿締め切りは1月16日(金)です。

20歳になったら国民年金

市総合窓口課

日本に住んでいる20歳以上60歳未満の学生・農林漁業者・自営業者・無職の人など（国民年金第1号被保険者）は、国民年金に加入することが義務付けられています。

20歳になった人（厚生年金加入者は除きます）には、日本年金機構から「国民年金加入のお知らせ」や納付書などにより、国民年金に加入したことをお知らせします。



詳細はこちら

若いときに公的年金制度に加入して、保険料を納め続けることで、老後や、病気やケガで障害が残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、年金を受け取ることができます。

原則として、保険料を納めなければ年金を受け取ることができません。しかし、所得が低く保険料を納めることが困難な人のために「学生納付特例制度」や「免除・納付猶予制度」があります。

詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。

宮古年金事務所までお問い合わせください。

宮古年金事務所（☎62-1963）

高齢者社会貢献活動に関するアイーナ相談窓口

岩手県高齢者総合支援センター

高齢者のみなさん、地域でやってみたい活動はありませんか？ご希望に沿った活動団体の紹介や活動を行うための助成金などの情報提供、高齢者の生きがいづくりや社会貢献活動に関する相談ができます。

- ☑ 毎週火曜日、木曜日（祝日、年末年始を除く）
- 🕒 午前9時～午後4時（正午～午後1時を除く）
- 📍 高齢者活動交流プラザ内（アイーナ6階）
- ☎ 岩手県高齢者総合支援センター（☎019-606-1774、FAX019-606-1765）

精神科医師による精神保健相談

岩手県宮古保健所

- ☑ 1月22日（休）午後2時から
- 📍 宮古保健所
- ☑ 原則、精神科や心療内科を受診したことがない人や家族
- 🆓 無料
- ☎/📞 電話 / 1月20日（火）まで
- ☎ 宮古保健所（☎64-2218）

- 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



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
1月28日（水）	10:00～10:30	旧愛宕小学校	1月17日、31日、2月14日（土）	10:40～11:10	県営磯鶏アパート
	10:50～11:15	鉾ヶ崎小学校正門前		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	笹見内地区会館
	14:10～14:30	花輪農村文化伝承館前		14:45～15:00	重茂漁協
	14:45～15:30	松山荘			
1月15日、20日、2月12日（水）	10:15～10:45	山口公民館	1月21日、2月4日（水）	9:30～9:50	長根・旧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
				14:25～14:55	佐原地区センター前
1月16日、30日、2月13日（水）	10:30～10:50	藤の川・旧上野商店付近	1月22日、2月5日（水）	9:50～10:20	上村地区会館付近
	11:00～11:30	国土交通省官舎前		10:30～11:00	磯鶏駅前
	13:40～14:00	長根・青猿神社付近		11:10～11:40	三社タクシー磯鶏営業所付近
	14:15～14:35	市営近内住宅		13:50～14:10	高浜・村上氏宅前
	14:50～15:20	西ヶ丘二丁目県営住宅駐車場		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
1月23日、2月6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	市営八木沢住宅駐車場
	14:10～14:30	八木沢駅前駐車場
	14:45～15:00	藤原公害試験室前
1月24日、2月7日（土）	9:45～10:15	西ヶ丘災害住宅
	10:30～11:00	生協西ヶ丘店前
	11:15～11:40	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	女遊戸地区集会所前
	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

12/8～12/18（届け出順）

○生まれた赤ちゃん○

- 井戸端眺みちゃん 日の出町（浩之）
- 伊藤瑠羽ちゃん 磯鶏沖（翔太）
- 伊藤咲舞ちゃん 和見町（駿）

♡結婚したお二人♡

山崎哲平さん・琴畑千鶴さん＝板屋三丁目

■亡くなった方■

- 吉田禮子さん (85) 中里団地
- 村木 寛さん (43) 里
- 工藤 亨さん (59) 長根四丁目
- 工藤幸子さん (83) 高浜三丁目
- 林本貞子さん (94) 佐原一丁目
- 石清水千恵子さん (72) 日影町
- 藤田チサさん (79) 松山
- 佐々木カツさん (93) 摂待和野
- 山館ツマさん (83) 弘川
- 芦莖幸子さん (78) 緑ヶ丘
- 山根勝正さん (84) 田鎖五

- 藤原静江さん (75) 茂市
- 柿本トミさん (89) 花原市
- 北田春美さん (90) 古里

※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

※1月1日現在の「人口と世帯」と12月中の「人口のうごき」は 次号2月1日号に掲載しますので、ご了承ください

宮古市墓園合葬墓の納骨・墓参り再開について

市総合窓口課

市は、宮古市墓園合葬墓の拡張工事に伴い、一時休止としていました合葬墓の納骨と墓参りを、次のとおり再開します。

- 回【納骨】4月1日(水)
- 【墓参り】3月17日(火)
- 問 市総合窓口課墓園管理係 (☎68-9128)



農業委員会の委員を公募(欠員募集)します

市農業委員会事務局

- 任期 4月1日(水)～令和9年6月5日(土)
- 選考方法 評価委員会による書類審査
- ※必要に応じて聞き取り調査を行う場合があります
- 募集人数・資格要件など



農業委員	
募集人数	1人
資格要件	農業に関する識見を有し、農地などの利用の最適化の推進に関する事項その他の農業委員会の職務を適切に行うことができる人
業務内容	(1)会議に出席し、農地の権利移動の許可等に係る審議 (2)農地等の利用の最適化の推進に関する指針の作成・変更 (3)農地利用最適化推進委員と連携した現場活動など

- 公募方法 推薦または応募
- ▷推薦書または応募申込書などに必要事項を記入して提出してください
- ※推薦書・応募申込書などは農業委員会事務局、各総合事務所において配布するほか、市のホームページからダウンロードできます
- 期 1月16日(金)～2月20日(金)
- 問 市農業委員会事務局(市役所2階、☎68-9125)



「令和7年度みちのく潮風トレイル×三陸ジオパークシンポジウム」を開催します

三陸ジオパーク推進協議会事務局

「世界とつながる三陸地域の魅力と持続的発展を考える」をテーマにシンポジウムを開催します。

- 回 1月31日(土)午後1時～4時30分(午後0時30分から受け付け)
- 場 久慈市アンバーホール小ホール
- 対/¥ どなたでも/無料
- 申 件名を「シンポジウム参加申込」と入力しメールまたは申し込みフォーム
- 期 1月26日(月)まで
- 問 三陸ジオパーク推進協議会(☎64-1230、☎info@sanriku-geo.com)



令和7年度公共職業訓練

市企業立地推進課

- 《ウェブデザイン基礎科》
- 回 2月3日(火)～5月29日(金)午前9時～午後4時
- 場 宮古職業訓練センター
- 取得目標資格 エクセル3級・ウェブデザイン技能検定3級
- 対/👤/¥ 求職者/15人/36,190円
- 期 1月22日(木)まで
- 問 ハローワーク宮古(☎63-8609)

林野火災注意報・警報発令について

宮古消防署 ほか

令和8年1月1日から、林野火災の予防上注意が必要な場合は、林野火災注意報または警報が発令されることになりました。

林野火災注意報は、屋外での火の使用を控えることを目的としており罰則はありませんが、林野火災警報は、屋外での火の使用を制限するもので、違反者に対して罰則が伴う場合があります。

また、「たき火」を行う場合は、消防署への届出が必要となりますので、詳しくは、お近くの消防署または分署までお問い合わせください。

問 宮古消防署(☎62-5533)、田老分署(☎87-2545)、新里分署(☎72-2011)、川井分署(☎76-2110)



〔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

UEDA 有限会社 上田畳店

Tel.0193-62-3416

宮古市板屋4丁目5-23 [営業時間] AM8:00～PM7:00

墓石清掃承ります!

～墓地清掃士資格者が対応いたします!!～

忙しいあなたに代わって お墓参りの代行も承ります!

～対応地域～
宮古市内
その他の地域をご希望の方も、お気軽にお問い合わせください。

家事全般&その他
家事代行業

心優

〒027-0064 宮古市宮園11-1

☎080-8206-6367

Instagram 情報公開中!

冬を楽しもう!



区界高原 雪のゆうえんち

回 2月1日(日)・8日(日)・11日(水)・15日(日)
時 午前10時～午後2時
場 道の駅区界高原特設会場

■そり遊び・雪の迷路・かまくら

¥ 無料

■スノーラフティング

¥ 1回500円



■農家レストラン

内 舞茸ひつまみ汁、舞茸おこわ、おしるこ など
¥ 有料

■餅つき&お餅お振る舞い

回 2月1日(日)・8日(日)・11日(水)

時 各日午後1時30分から

対 各日先着100人

※15日(日)は餅まきとお菓子まきのみ



■ステージイベント

▷川井小学校(15日(日)午前10時30分)

▷いわてさんさの会☆加藤家(15日(日)午前11時)

※天候により時間を変更する場合があります

■その他イベント

▷三陸ジオパーククイズラリー

▷お菓子じゃんけん

時 随時

対 小学生以下



■雪原トレッキング

回 2月1日(日)のみ

場 区界高原ウォーキングセンター集合

対 小学5年生以上

対 先着15人

¥ 【中学生以上】2,000円【小学生】1,500円
(昼食代、保険料、スノーラフティング乗車券)

持 防寒具、飲み物

申 申込書に必要事項を記入し、ファクス、メール、または申し込みフォーム
※申込書は川井産業振興公社ホームページ(右記二次元コード)からダウンロードできます

※天候により内容を変更する場合があります



詳細はこちら

■列車の運行時間

出発駅	区界駅	到着駅
宮古 9:19	10:53着 10:53発	盛岡 11:41
盛岡 11:09	12:01着 12:02発	宮古 13:32
盛岡 13:12	14:01着 14:02発	宮古 15:31

他 開催日には、JR山田線快速リ阿斯が区界駅に臨時停車します。ぜひご利用ください!

【乗車&来場特典】スノーラフティング無料乗車券をプレゼント!

問 川井産業振興公社 (☎65-7735、FAX65-7736、✉kawai-co@rnac.ne.jp)

【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

お気軽にご相談ください!お問い合わせは▼
☎0120-747-465
〒027-0061 岩手県宮古市西町三丁目2-4
http://www.oomoritamai.jp

見つけた!

理想のサービス。

デイサービス あたご

0193-65-6375 宮古市築地2-2-17

FM826

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/R/
ti/p/%40120wrcws

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

マチロ (iOS) (Android)

みやこ 2026.1.15

12