

高田式体育教室ダイヤモンドキッズカレッジ開催!



高田延彦さん



向井亜紀さん

高田延彦さんが代表を務める高田道場が、東北ヒロセシーアリーナで高田式体育教室ダイヤモンドキッズカレッジを開催します。アマチュア

アレスリングの要素を取り入れた、高田道場オリジナルの体育教室です。

日 8月9日(日)午後1時～3時30分

場 東北ヒロセシーアリーナ

師 高田延彦、向井亜紀(タレント)ほか

対 満5歳～小学校6年生(家族の人とペア参加)

人 50組100人(応募者多数の場合は、抽選)

¥ 無料

申 高田道場ホームページから公式LINEを登録し、申し込み。またはチラシに掲載されている二次元コードから申し込み

※チラシは市内各保育施設、小学校へ配布しております。またスポーツ文化課でも配布します

期 7月27日(月)

午後10時まで

問 高田道場(☎

03-5749-5030)



たくさん運動しましょう♪(写真は昨年の様子)



公式LINE



詳細はこちら

夏の市民交流まつり

市民交流センターでは、夏のイベントを開催します。詳しくは、市民交流センターホームページをご覧ください。

日 8月1日(土)午前10時～午後3時

場 市民交流センター



詳細はこちら

	時間	内容
①	10:00～12:00	海のフォトフレームづくり
②	10:00～12:00	おばけやしき
③	12:00～15:00	いきものさがしゲーム 森のつみき広場
④	13:30～14:25	おばけアニメ上映

申 電話または申し込みフォーム(①のみ要予約)

問 市民交流センター(☎63-4166)



申込フォーム



昨年の海のフォトフレームづくり



海のフォトフレーム完成見本

第58回宮古夏まつり

	時間	内容	場所
7月25日(土)	16:00～17:30	末広町大神輿巡行	市内商店街
	15:00～20:00	郷土芸能披露 ほか	末広町・中央通り 特設ステージ
	18:30～20:00	さんさ絆まつり in MIYAKO	末広町～中央通り
7月26日(日)	14:00～20:30	バンド演奏 ほか	末広町 特設ステージ
	17:30～18:15	お笑いステージ	
	18:30～20:30	チーム対抗歌合戦	
両日	15:00～20:30	郷土芸能披露 太鼓競演	中央通り 熊安旅館前
	15:00～20:30	子供広場 露店・模擬店	宮古駅前広場 末広町～大通

8月12日(水)	時間	内容	場所
	20:00～21:00	海上花火大会	出崎埠頭沖
	15:00～21:00	露店・模擬店	出崎埠頭

※イベント内容は変更になる場合があります

※悪天候などにより中止する場合があります

※8月12日(水)出崎埠頭の遊覧船

発着所は終日駐車できません

※通常便の運航時刻や花火観覧臨時便の運航は「宮古うみねこ丸」ホームページをご覧ください

問 宮古夏祭協賛会(宮古商工会議所内、☎62-3233)



詳細はこちら

【広告】

おかげさまで創業100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.oomoritatami.jp/

介護の事なら

早めの相談

ケアマネ募集中心!

ケアセンターみやこ

0193-65-8513 栄町5-31
0193-89-1888 (応募はこちら)



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



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



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



マイコ
(iOS)



みやこ
(Android)

2026.7.15