広報 みやこ 9
「森・川・海」とひとが調和する安らぎのまち
September. 2026
令和８年 ９ 月１日号
No.505



# 真っ赤な ミニトマトとれた！

## 献血で、つながる“いのち”
# 皆様のご協力をお願いします

400ミリリットル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大切なボランティアです。皆さまのご協力をお願いします。

**■９月献血車運行計画表**

| 実施日 | 実施時間 | 会場 | 住所 |
|---|---|---|---|
| ６日㈯ | 10:00～15:30 | いわて生協マリンコープDORA | 小山田二丁目2-1 |
| ８日㈫ | 10:00～12:00 | 宮古税務署（宮古合同庁舎１階） | 小山田一丁目1-1 |
| | 14:00～16:00 | 県立宮古病院 | 崎鍬ヶ崎第１地割11-26 |

対　体重50キロ以上の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す
詳細はこちら
問　市くらし安全課くらし安全係（☎68-9109）

# 人権擁護委員のご紹介

令和８年７月１日付で坂下尚志（なおし）さんが人権擁護委員に委嘱されました。なお、今回が２期目の委嘱となります。

人権擁護委員は、法務大臣に委嘱された民間の方々です。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。令和８年７月１日現在の人権擁護委員は次のとおりです。

（相談日程は毎月広報みやこ１日号に掲載）

| 氏名（順不同、敬称略） | | |
|---|---|---|
| 嵯峨良子（さがりょうこ） | 野内俊孝（のうちしゅんこう） | 小林徳光（こばやしとくみつ） |
| 山口暁美（やまぐちあけみ） | 松舘仁志（まつだてひとし） | 坂下尚志（さかしたなおし） |
| 橋場俊夫（はしばとしお） | 田中眞喜子（たなかまきこ） | 飛澤 隆（とびさわたかし） |
| 宮城貞子（みやぎていこ） | 長鈴秀夫（ながすずひでお） | 松下純子（まつしたじゅんこ） |
| 小笠原得男（おがさわらとくお） | 坂本百洪（さかもとももひろ） | 大槌聡子（おおづちさとこ） |

問　市くらし安全課市民相談室（☎68-9081）



# 住宅の専門家による住まいの相談会
## ～空き家・耐震・支援制度～

「相続した空き家」「自宅の耐震性」など、宅地建物取引士および建築士による個別相談会を開催します。一般的なアドバイスだけでなく、個々の事情に応じた相談や助言を受けることができます。

日　10月３日㈯・４日㈰
時　午前９時30分～午後３時
場　東北ヒロセシーアリーナ（産業まつり会場内）
¥　無料
申　電話または申し込みフォーム
期　９月25日㈮まで
※事前予約を受け付けます。事前予約がない場合は、お待ちいただく場合があります
申込フォーム



問　市都市整備課住宅政策係（☎77-5021）

# 「岩手県子育て支援員研修」受講者募集

日　**■事前説明会**
【第一期】10月４日㈰　【第二期】10月27日㈫
**■講義（ｅラーニング）**
【第一期】10月５日㈪～11月30日㈪
【第二期】10月28日㈬～12月25日㈮
**■演習（心肺蘇生法）**
【第一期】10月28日㈬（盛岡会場）、10月29日㈭（宮古会場）、10月30日㈮（奥州会場）
【第二期】11月25日㈬（盛岡会場）
**■見学実習**　申し込み後に調整します
内　地域保育コース（地域型保育またはこども誰でも通園制度）に基づく研修を行います。研修修了者には「子育て支援員」の修了証書を市から発行します。修了証書は全国で使用できます
対　県内で子育て支援業務に従事することを希望する人または従事している人
定　【第一期】300人【第二期】100人
※宮古会場での集合研修は、第一期のみ100人
申　申込書に必要事項を記入し持参または郵送
※申込書は市こども家庭センター（市役所１階）で配布
期　【第一期】９月７日㈪午後４時まで
【第二期】10月２日㈮午後４時まで
詳細はこちら
問　市こども家庭センター保育係（市役所１階、〒027-8501住所不要、☎68-9088）

日＝日時　時＝時間　場＝場所　内＝内容　師＝講師　対＝対象　定＝定員　¥＝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　⚠＝注意事項　問＝問い合わせ

# 「いのち支えあうみやこ『ストレスケアと睡眠習慣』」

９月は岩手県が定める**「こころに寄り添い　いのちを守る　いわて」**月間です。詳細はこちら

市は「ストレスケアと睡眠習慣」をテーマに展示を行います。こころとからだの健康を保つためには、睡眠などの生活習慣を見直すことが大切です。また、日々のストレスに気づいて、対処することもこころの健康づくりに欠かせません。

市民交流センターや各会場で、こころとからだの健康づくりに役立つ展示を行います。この機会に見直してみませんか。




日　９月１日㈫～ 30日㈫

場　▷市民交流センター１階交流プラザ・２階運動スタジオ前　▷田老・新里・川井の各保健センター

「こころや体の不調があるときは～ひとりで悩まず相談してください～」

○市内各保健センター
▷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）
○岩手県宮古保健所（☎64-2218）
○いのちの電話（☎0120-783-556）
○盛岡いのちの電話（☎019-654-7575）
○岩手県精神保健福祉センターこころの相談電話専用ダイヤル（☎019-622-6955）




【共通】問　市健康課（宮古保健センター内、☎64-0111）

# ９月９日は「救急の日」～救急時の対応を考えてみませんか～

## ●救急車の適正利用にご協力を

救急車は緊急を要する人を迅速に医療機関へ搬送するために用いることが望まれています。



救急車で病院に搬送した約半数が軽症（入院を必要としない外来診療）となっています。救急受診アプリ「Q助」を参考に救急車の適正利用にご協力をお願いします。

### ○救急受診アプリ「Q助」とは

急な病気やケガをした際に、症状の緊急度を素早く判定し救急車を呼ぶ目安が判断できるアプリです。詳細はこちら




## ●『迷ったら電話で相談＃７１１９』

救急受診アプリ「Q助」を参考にしても判断に迷う場合は「＃７１１９」を活用しましょう。詳細はこちら

岩手県では令和７年４月１日から救急医療の電話相談窓口「＃７１１９」を開設しています。

緊急時は迷わず１１９番通報してください。

### ○「＃７１１９」とは




24時間365日対応で看護師などの専門家に急な病気やけがの電話相談ができます。

問　岩手県保健福祉部医療政策室（☎019-629-5416）、市健康課地域保健医療係（☎64-0111）、宮古消防署救急係（☎62-5533）

## ●『応急手当の方法を学べます』



宮古消防署では、救急講習を開催しています。万が一の際に応急手当を行い、尊い命を救うことができるように学びませんか。

講習依頼は事前に連絡をお願いします。

また、ご自身のスマートフォンなどで「応急手当ＷＥＢ講習（ｅラーニング）」を通して応急手当の基礎知識を学ぶことができます。詳細はこちら

問　宮古消防署救急係（☎62-5533）

## 海の縄文体験 ～海釣り編～

日　９月13日㈰
時　午前10時～11時30分、午後１時～３時
場　日出島漁港
内　縄文の釣り道具を使った釣り体験
対　小学生以上（小学生は保護者同伴）
¥　無料
問　崎山貝塚縄文の森ミュージアム（☎65-7526）

詳細はこちら



鹿の角で作った道具で縄文時代の釣りを体験

## 黒森神楽 国指定20周年記念公演

日　９月６日㈯午後２時～３時
内　①神楽公演　②企画展の展示解説
¥　①無料　②入館料（【一般】200円【学生】150円【高校生以下】無料）
場・問　崎山貝塚縄文の森ミュージアム（☎65-7526）

詳細はこちら



国の重要無形民俗文化財「黒森神楽」を鑑賞

## 区界高原山と自然のきょうしつ

日　①９月20日㈯午前10時～午後３時
　　②10月11日㈯午前10時～午後３時
場　区界高原ウォーキングセンター集合
内　①区界高原トレッキングと熊のことを学ぼう　②水晶探索とコースター作り
対／👤　一般（小学生は保護者同伴）／30人
¥　【大人】2,200円【小学生以下】1,200円（保険料・昼食代含む）
申　申込書をファクスまたは申し込みフォーム（申込書は公社ホームページからダウンロードできます）
問　川井産業振興公社（☎65-7735、FAX0193-65-7736）

申込フォーム

詳細はこちら



秋の区界高原をトレッキング

## 千徳公民館まつり

日　９月26日㈯、27日㈰午前10時～午後５時
※27日㈰は午後３時まで
場　千徳地区体育館
内　①サークル団体などの作品の展示（水彩画・写真・パッチワーク・絵手紙　など）
②宮古アビリティーセンター出店（野菜・スイーツ・コーヒー　などの販売）
③ニードルパンチでモコモコ刺しゅう体験コーナー（26日㈯午後１時30分～３時30分）
④サークル舞台ミニ発表会（コーラス・舞踊　など）（27日㈰午前10時～午後０時30分）
¥　①②④入場無料　③200円（材料費）
問　千徳公民館（☎63-5402）

詳細はこちら




発表会や展示などさまざまなイベントが盛りだくさん！

## ゆうゆう講座
### 「楽しく作る♪縫わないがまぐち」

日　９月18日㈮
時　午後１時30分～３時30分
内　針や糸を使わずフェイクレザーでがまぐちを作る
師　佐藤久美子
対　おおむね60歳以上の人
定　８人
¥　600円（材料代）
申　電話
期　９月４日㈮９時から
場・問　田老公民館（☎87-2976）

詳細はこちら



## レジンで作る秋のキンモクセイアクセサリー講座

日　９月19日㈯
時　午前10時～正午
場　市民交流センター２階創作スタジオ
師　佐々木ひかる（RANTANA）
対／定　市民／８人
¥　1,500円（材料代）
申／期　電話／９月１日㈫正午から
問　中央公民館（☎63-4166）

詳細はこちら





自分だけのアクセサリーを作りましょう！

## つまみ細工に親しむかわいい髪飾り作り

日　10月３日㈯、10日㈯（全２回）
時　午後１時～４時
対　市民
定　６人
¥　2,000円（材料代）
申　電話
期　９月３日㈭から
場・問　山口公民館（☎62-3670）

詳細はこちら



## カフェ店主から学ぶ珈琲教室
### ～淹れ方ひとつでプロの味に～

日　９月26日㈯午前10時～正午
内　コーヒーの入れ方による味の違いを比較しプロの技術を学ぶ
師　山口正伸（ハーベストムーン店主）
対／定　市民／８人
¥　900円（材料代、保険料）
申／期　電話／９月３日㈭から
場・問　千徳公民館（☎63-5402）

詳細はこちら



コーヒーを美味しくするコツを学びます

## 宮古の農業まるごと体験『稲刈り』

市は、地元農産物の消費拡大・地産地消を推進するため「宮古の農業まるごと体験」を実施しています。

日　９月20日㈰（雨天中止）
時　午前９時～11時30分
場　花輪農村文化伝承館集合
※稲刈り会場へはバスで移動します
※宮古駅前発の送迎バスも運行します（宮古駅前午前８時40分発）
対　市民（小学生以下は保護者同伴）
定／¥　30人／無料
申／期　電話／９月10日㈭まで
問　市農林課農政係（☎68-9094）



宮古で稲刈りを体験しませんか？

# 青森県黒石市　姉妹都市締結60周年

**宮古市と黒石市は、産業、文化、教育、スポーツなど多くの分野で長年にわたり交流を重ねてきました。両市は、歴史的な伝説に基づく「ご縁」を背景に、昭和41年4月1日に姉妹都市を締結し、今年で60周年の節目を迎えました。**

問　市交流推進課交流推進係（市役所3階、☎65-8622）

詳細はこちら

## 【姉妹都市締結まで】

昭和40年10月、黒石市で開催された東北市長会で、当時の菊池良三宮古市長と高樋竹次郎黒石市長が懇談し、両市の歴史的な有縁や観光都市を目指す共通の方向性から「姉妹都市」となることを約束しました。

翌年、両市は3月定例議会に盟約締約案を上程し、いずれも満場一致で可決。昭和41年4月1日に両市は正式に姉妹都市となりました。



調印式（黒石市役所）


津軽石川の伝説の再現（平成28年）



新しい黒石のリーダー研修会in宮古

## 【締結のきっかけとなった伝説】

昔、黒石市が南部氏の所領だったとき、黒石を治めていた浅瀬石（あせし）城主・一戸行重が領地の千徳で死去し、そのまま花原市の華厳院に葬られたとされています。

また、行脚中の弘法大師から黒石の「汗石」をゆずり受け、川に沈めたところ「鼻曲がり鮭」が多く遡上するようになり、その川が「津軽石川」と呼ばれるようになったという伝説も残されています。

## 【青森県黒石市　～水清く　人情のあつい　あずましの里～】

■面積　217・05平方キロメートル
■人口　2万9536人（令和8年7月末時点）
■沿革　黒石市は青森県のほぼ中央部に位置し「米とりんごと温泉の田園観光都市」として親しまれ、平成17年には「中町こみせ通り」が国の重要伝統的建造物群保存地区に選定されるなど、城下町の風情を残した町並みや建造物が高く評価されています。

| | 日程 | 場所 | 内容 |
|---|---|---|---|
| 60周年記念関連事業 | 7月11日(土) | 黒石市 | 黒石市・宮古市スポーツ交流会（姉妹都市締結60周年記念） |
| | 8月9日(日)～10日(月) | 宮古市 | 新しい黒石のリーダー研修会in岩手県宮古市（中学生交流） |
| | 9月14日(月) | 宮古市 | 黒石市姉妹都市給食（小・中学生） |
| | 9月20日(日) | 宮古市 | 第40回みやこ秋まつり(黒石ねぷた運行)<br>姉妹都市締結60周年記念セレモニー |
| | 10月3日(土)・4日(日) | 宮古市 | 第32回宮古市産業まつり(黒石市物販) |
| | 11月8日(日) | 宮古市 | 第40回宮古サーモン・ハーフマラソン大会（黒石市民団体参加予定） |
| | 11月21日(土)・22日(日) | 黒石市 | 第35回黒石りんごまつり(宮古市物販)<br>姉妹都市締結60周年記念セレモニー |

## 市内の小・中学校で姉妹都市給食を行います！

令和8年は、黒石市（60周年）・多良間村（30周年）・八幡平市（20周年）の3つの姉妹都市が周年を迎える節目の年です。

これを記念し、各都市の食文化を取り入れた「姉妹都市給食」を市内小中学校で提供します。

第1弾は9月14日(月)の「黒石市給食」です。雑穀ご飯とサバの麹みそ焼きの宮古市メニューに加え、黒石市メニューとして「みずの炒め煮」と「黒石よされ鍋風ちゃんこ汁」の“宮古×黒石コラボ給食”を子どもたちに楽しんでもらいます。

第2弾は10月27日(火)に「八幡平市給食」、第3弾は12月1日(火)に「多良間村給食」です。各都市ならではの味わいを子どもたちにお届けします。

## 第40回みやこ秋まつりで「黒石ねぷた」を運行します！

黒石市姉妹都市締結60周年を記念し、「黒石青年会議所」「黒石市役所ねぷた愛好会」の皆さまが、9/20(日)開催の「第40回みやこ秋まつり」船山車運行で「黒石ねぷた」を運行します。

高さ約5メートルの迫力ある“ねぷた”が宮古のまちを進む姿は圧巻です。

笛・太鼓・鉦によるはやしに合わせて響く「ヤーレ、ヤーレヤー」の掛け声とともに、黒石のまつり文化をお楽しみください。



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）

# 図書館情報

■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

■９月の休館日
●市立図書館・川井分室･･･月曜日（21日は開館）、24日㈬
田老分室・新里分室･･･月曜日

## 市立図書館

**特集１：「星新一生誕100年」**

『宇宙の声』
星　新一（著）



宇宙基地に連れてこられたミノルとコハルは、奇妙な“電波幽霊”の正体をつきとめるため惑星の数々へ旅立った…。宇宙を大冒険するＳＦ作品です。

『星に届ける物語』
藤崎　慎吾 ほか（著）



2013年に創設された文学賞・日経「星新一賞」。意外な発想と展開が輝く、第11回までの一般部門グランプリ受賞作を収録しています。

**特集２：「宇宙のはなし地球のはなし」（こども図書室前）**

内　９月12日は「宇宙の日」。星や宇宙にまつわる話や地球のことが分かる本を紹介します。

**特集３：「もしも、の世界－ＳＦへの招待状－」（ティーンズコーナー前）**

内　もしもの世界へご招待。宇宙や未来へ旅立てるＳＦの本を集めました。

**◇こども映画会（視聴覚室）**

①９月５日㈯午前11時、午後２時
▶「チップとデール～リスのオモチャ合戦～」（８分）「はなかっぱのぼうさいくんれん「おかしもち」でいのちをまもろう」（14分）
②９月12日㈯午前11時、午後２時
▶「トムとジェリー～おかしなアヒルの子～」（８分）「おれたち、ともだち！～ごめんねともだち～」（13分）
③９月19日㈯午前11時、午後２時
▶「おしりたんてい～ププッおとうさまはしんぱいしょう～」（20分）
④９月26日㈯午前11時、午後２時
▶「ミッキーマウス～ミッキーの消防隊～」（８分）「こどもにんぎょう劇場～ふしぎなひしゃく～」（15分）

**◇おはなし会（こども図書室）**

日　毎週土曜日午後２時30分
内　絵本・紙芝居の読み聞かせ

**◇図書館シネマ－大人のための映画会－（視聴覚室）**

日　９月19日㈯午後３時
内　「ロスト・キング　500年越しの運命」（108分）

**９月のイベント情報**

**◇電子図書館使い方講座**

日　９月12日㈯午後１時30分
場　市立図書館２階学習スペース
内　電子書籍の借り方・探し方・返し方
持　スマートフォンもしくはタブレット

**＜共通＞**

詳しくは、市ホームページをご覧ください。

詳細はこちら

問　市立図書館（☎62-2414）

## 田老分室
（田老公民館内）

**【特集】「秋の山菜特集」**

内　山菜の名前・特徴・おすすめ料理などがわかる本を集めました。

## 新里分室
（新里生涯学習センター内）

**【特集】「敬老の日」**

内　心豊かに、老いを楽しく過ごすための本を紹介します。

## 川井分室
（北上山地民俗資料館内）

**【特集】「Ｄ・Ｉ・Ｙ」**

内　ＤＩＹに興味があるけど日曜大工は難しそうと思うあなたにおすすめの本を紹介します。

## 移動図書館車「うぐいす号（田老・新里・川井）」

| 地区 | 運行日・駐車時間 | | 場所 |
|---|---|---|---|
| 新里 | 3日 17日 ㈭ | 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 | 蟇目駅付近 |
| 田老 | 4日 18日 ㈮ | 10:15～10:30 | 樫内・第29分団樫内器具置き場付近 |
| | | 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べ |
| | | 13:45～14:00 | 摂待･第32分団摂待屯所駐車場 |
| | 4日 ㈮のみ | 14:30～15:00 | 崎山・グループホームたろう |
| 川井・閉伊川コース | 9日 ㈬ | 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 | 片巣御供養様前 |
| 川井・小国川コース | 16日 ㈬ | 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 |

## ●８０２０（はちまるにいまる）運動表彰のお知らせ

80歳以上で自分の歯を20本以上持とう！　という「８０２０（はちまるにいまる）運動推進事業」の一環で、下記の表彰を行います。表彰式は**11月14日㈯午前10時**からです。

**【①８０２０達成者】**

対　昭和21年９月30日以前に生まれ、自分の歯が20本以上ある人

※市内歯科医院からの推薦になります。歯科医院に予約をして歯科健診を受けてください

期　９月１日㈫～11日㈭

**【②親と子の歯科健康賞】**

対　令和４年１月から12月に生まれ、むし歯がなく、かみ合わせや食生活が極めて良好なお子さん

**【③よい歯のおじいちゃん子・おばあちゃん子歯科健康賞】**

対　令和６年１月から12月に生まれ、祖父母または曾祖父母の努力や協力によって、むし歯がなく、かみ合わせや食生活が極めて良好なお子さん

**【②③共通】**　本年度の表彰は、幼児歯科健診の結果お口の状態が良好なお子さんを対象とし、ご案内を郵送いたします

問　新里保健センター（☎72-3500）

## ●『９月は防災月間』防災食クッキング

日　９月15日㈫午前10時～午後１時

場　宮古保健センター

内　時短にも災害時にも便利なポリ袋調理

👤／持　20人／エプロン、三角巾

¥　300円

申　電話または申し込みフォーム

申込フォーム

期　９月３日㈬～10日㈬

問　市健康課生活習慣病指導係（☎64-0111）

## ●介護家族のためのリフレッシュの会

介護に関する講話や、レクリエーションに参加しながら、日頃の介護の状況を話してみませんか？

日　９月18日㈭午後１時～２時30分

場　市民交流センター１階会議室３

内　講話「口腔の清潔と誤嚥（ごえん）防止」、情報交換、介護の相談

師　摂食嚥下（えんげ）障害看護認定看護師

対　自宅で介護をしている人、これから介護を始める人

¥／申　無料／電話

期　９月17日㈬まで

問　市介護保険課地域包括支援センター（☎68-9086）

## ●出張介護予防運動教室

市は、希望する団体に、健康運動指導士を派遣して介護予防の運動指導を行っています。講師派遣は、１団体あたり年間３回までです。

🕒　平日午後１時30分～４時の間の１時間程度

場　市内全域

内　希望や目的に合わせたストレッチ、軽体操などの運動指導

対　地域における住民主体の介護予防活動などを行っている団体　など

¥　無料

申　近内介護予防拠点施設「いきいきおらんど近内」（☎63-3315）に電話

期　実施日の１カ月前まで

問　市介護保険課地域包括支援センター（☎68-9086）

### 日本全国ＡＥＤマップへの登録をお願いします

突然の心停止から命を救うため、市内公共施設にＡＥＤを設置しています。

また、公共施設以外のＡＥＤの設置場所をお知らせするため、ＡＥＤをお持ちの事業者の皆さまは、日本全国ＡＥＤマップへの登録にご協力をお願いします。

詳細はこちら

詳細はこちら

問　市健康課地域保健医療係（☎64-0111）

### 成人歯科健康診査

本年度、20・30・40・50・60・70歳の誕生日を迎える人へ、４月末に成人歯科健康診査の案内を郵送しています。無料で受診できるのは10年に１度だけ！　まだ受診していない人は、この機会にぜひ受診してください。

**■受診期限**　12月31日㈬まで

**■受診方法**　希望する歯科医院へ事前に予約

持　成人歯科健康診査票①および②成人歯科健診結果票

※用意する物は対象者に郵送しています。紛失した場合は再交付しますので、各保健センターまで連絡願います

問　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）



# 健康プラザ

市こども家庭センター母子保健係(☎68-9121)・保育係(☎68-9088)・子育て支援係(☎68-9084)・こどものそだち応援係(☎68-9117)
宮古保健センター(イーストピアみやこ内、☎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)　宮古保健所(☎64-2218)
こども救急相談電話(午後7時～11時、☎019-605-9000、携帯電話からは＃8000)

## 母子健康手帳交付

医療機関から妊娠届出書をもらったら、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電話で事前予約をお願いします。

妊産婦医療費受給者証は、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交付します。

問　市こども家庭センター母子保健係(☎68-9121)

詳細はこちら

## 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】**

時　午前10時15分～11時30分(午前10時受け付け開始)

内　妊産婦さんの交流、育児相談の場です

**【カミカミおやつ＆仕上げみがきレッスン】**

時　午後1時45分～3時(午後1時30分受け付け開始)

持　仕上げみがき用歯ブラシ

他　生後8カ月以降のお子さんにお勧めです

**【共通】**

日　9月17日㈭

場　宮古保健センター2階

対　妊婦、産後1年未満の産婦および乳児

定　各10組程度（初参加の人を優先します）

持　母子健康手帳、バスタオル、飲み物

申　電話

期　9月15日㈫まで

問　市こども家庭センター母子保健係（☎68-9121）

## ●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人はご持参ください。

問　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 | 9/10㈭ | 10:00～11:00 | 駒形通公民館 | ▶血圧測定、健康相談<br>▶講話「こころの健康」 |
| | | 13:30～14:30 | 藤畑地区公民館 | |
| | 9/15㈫ | 10:00～11:00 | 津軽石公民館 | |
| 田老 | 9/10㈭ | 13:30～14:30 | 樫内地区集会施設 | ▶血圧測定、健康相談<br>▶講話「脳卒中予防」 |
| | 9/17㈭ | 10:00～11:00 | 田老保健センター | ▶血圧測定、健康相談<br>▶講話「こころと睡眠」 |
| 新里 | 9/15㈫ | 10:00～11:00 | 新里保健センター | ▶血圧測定、健康相談<br>▶講話「腎臓病予防」 |
| | 9/17㈭ | | 丹野地区総合センター | ▶血圧測定、健康相談<br>▶講話「お口の健康」 |
| 川井 | 9/10㈭ | 10:00～11:00 | 尻石集会所 | ▶血圧測定、健康相談<br>▶講話「骨粗しょう症予防」 |
| | | 13:30～14:30 | 赤沢集会所 | |
| | 9/14㈪ | | 横沢集会所 | |
| | 9/15㈫ | 10:00～11:00 | 向田コミュニティ消防センター | |

## ●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

発熱などの症状がある人は、予約制での診療となります。

日　9月の毎週日曜日と21日㈪、22日㈫、23日㈬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6-2、☎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。

日／**当番医療機関**

▷9月21日㈪午前9時～午後3時／昆デンタルクリニック（津軽石第5地割88-1、☎67-4380）

▷9月22日㈫午前9時～午後3時／坂下歯科医院（宮町一丁目1-46、☎65-6030）

▷9月23日㈬午前9時～午後3時／佐原歯科医院（佐原三丁目4-1、☎64-6688）



## ●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。本年度から自己負担額が変更となりましたのでご注意ください。

詳しくは、各世帯に配布された「令和8年度宮古市成人けんしんのお知らせ」をご覧ください。

問　市健康課地域保健医療係（☎64-0111）

詳細はこちら

●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

## 新里生涯学習センター

**▼令和8年度玄翁館まつり展示作品募集**
●内手芸、絵画、陶芸、写真 など●対本市に住所または職場がある個人または団体●期10月11日㈰午後3時まで●問新里生涯学習センター（☎72-2019）

## うみマチひろば

**▼臨時休館のお知らせ**
●日9月22日㈫～23日㈬●内全館ワックス作業のため

**▼般若心経（はんにゃしんぎょう）に学ぶ～安心への近道～**
●日9月27日㈰午後2時～3時30分●👤30人●¥200円●他託児希望の人はご相談ください

**▼パソコン基礎講座～パソコンの基礎の基礎を学ぼう！～**
●日9月28日㈪～30日㈬●㊡午後6時30分～8時30分●👤10人●¥1000円●他パソコンは用意します
《共通》
●他受講料の支払いは前日まで●場・問うみマチひろば（宮古市地域創生センター、☎65-7133）

詳細はこちら

## 市災害資料伝承館

**▼「わたしの防災、今日から」風水害を学び備える企画展**
●日9月1日㈫～30日㈬●内記録や写真を通して、防災情報や日頃からできる備えを紹介

**▼防災ワークショップ**
《ロープワークとビニール袋を使った簡易カッパの作成講座》
●日9月20日㈰午前10時～11時●👤12人●申電話または申し込みフォーム●期9月19日㈮まで

申込フォーム

《災害用パーテーションテント、ベッド組立体験》
●日9月21日㈪●㊡①午前10時～11時 ②午後2時～3時 ③午後3時～4時●👤各回10人●申電話または申し込みフォーム●期9月20日㈰まで

申込フォーム

**▼「2011・3・11あの日を語り、未来へつなぐ」震災を語ろう**
●日9月22日㈫午後1時30分～2時30分●内語り部講話、思いや記憶を共有できる交流の場●👤20人
《共通》
●¥無料●場・問市災害資料伝承館（☎65-6852）

## 開催・募集など

**▼市民・県立大学生交流「夏の昼夜避難訓練」**
●日9月5日㈯午後4時～5時、6日㈰午前2時30分～5時●場道の駅たろう道路情報等提供施設集合●問NPO法人津波太郎・玉沢（☎090-7002-0915）



**▼三陸鉄道三鉄ツーリスト**
《JR山田線で行く 材木町よ市を楽しむミニツアー》
●日9月12日㈯午前8時45分から●¥無料

申込フォーム

《Tey-river 自然体験！第2弾！ 義経北方伝説サイクリング&閉伊川流域の食材ピザ作り体験》
●日9月19日㈯午前8時45分から●¥【大人】1200円【子ども】600円

申込フォーム

《共通》
●場宮古駅集合●対どなたでも（小学生以下保護者同伴）●👤合計20人●申申し込みフォーム●問三陸鉄道株式会社三鉄ツーリスト（☎71-1170）、一般社団法人浄土日和・佐々木（☎080-5550-7666）

**▼森を考える会**
●日9月12日㈯午前9時～午後2時●場齋徳林業事務所●¥無料●期9月11日㈭まで●問森を考える会・斉藤（☎090-7660-0348）

**▼子ども将棋教室**
●日9月12日㈯、19日㈯●㊡午前9時～正午●場市民交流センター●問宮古将棋クラブ・黒澤（☎080-5223-9638）

**▼支え愛・傾聴サロン**
●日9月13日㈰午前9時30分～11時30分●場市民交流センター●¥無料●問宮古地域傾聴ボランティア・支え愛（☎070-9118-0874、✉keityou.sasaeai@gmail.com）

〔広告〕








【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。

※記事掲載を希望する場合は、秘書広報課広報・プロモーション係（☎68・9065）までお問い合わせください。広報10月15日号の原稿締め切りは9月11日㈭です。

**▼津軽石川河口探鳥会**
●日9月13日㈰午前8時30分～10時30分●場津軽石川サケ直売所前集合●内シギチドリ類・ハチクマなどの観察●問日本野鳥の会宮古支部・関川（☎62・4725）



**▼第21回市民総合スポーツ大会（水泳）**
●日9月22日㈫午前10時●場姉ヶ崎サン・スポーツランド屋内温水プール●内①小学生②中学生③一般（高校生以上）●¥【中学生以下】500円【高校生以上】1000円●申申込書を窓口に提出●期9月15日㈫まで●問宮古市水泳協会・大上（☎090・7067・9839）

**▼いい日旅バス2026～のんびり路線バスで行く旅～**
●日9月26日㈯午前9時15分～午後2時40分●場宮古駅前集合●内路線バスの乗車体験、みちのく潮風トレイルの体験（約3・8キロ）、浄土ヶ浜パークホテルで昼食 など●👤20人●¥【大人】2000円【小人】1000円（昼食代、保険料含む）※路線バス運賃は自己負担（現金のほか「iGUCA」や「Suica」使用可）●期9月2日㈬～18日㈮●問県北バス宮古駅前案内所（☎62・3620）

**▼みちのく潮風トレイルウォーク in 宮古**
●日9月27日㈰午前10時～午後2時●内全国から集まったハイカーが市内のトレイルを歩きます。ハイカーを見かけたらぜひ応援してください●問同実行委員会事務局（テレビ岩手）（☎019・624・9042）

詳細はこちら

**▼日本航空東北支社**
《トレイルウォークのコースを清掃》
●日9月26日㈯午前11時～正午（小雨決行）●申メール●期9月9日㈫まで●問日本航空東北支社・佐々木（☎080・4053・0292、✉sasaki.pmgx@jal.com）

**▼漂着ゴミ回収体験**
●日10月3日㈯午前9時～正午●場白浜漁港●申電話または申し込みフォーム●期9月27日㈰まで●問宮古シーカヤック協会（☎71・1120）

申込フォーム

**▼岩手労働基準協会宮古支部**
《高所作業車運転技能講習》
●日10月1日㈬～2日㈭●㊡午前9時～午後5時●場同協会宮古支部 ほか●👤20人●¥40920円●期9月18日㈮まで
《玉掛け技能講習》
●日10月6日㈫～8日㈭●㊡午前9時～午後5時●場同協会宮古支部 ほか●👤20人●¥27555円●期9月25日㈮まで
《自由研削砥石取り替え業務特別教育》
●日10月22日㈭●㊡午前9時～午後3時●場同協会宮古支部●👤30人●¥12320円●期10月9日㈮まで
《石綿使用建築物等解体等の業務特別教育》
●日10月29日㈭●㊡午前9時～午後3時●場同協会宮古支部●👤30人●¥11550円●期10月16日㈮まで
《共通》
●問岩手労働基準協会宮古支部（☎62・4906）

**▼県立大学宮古短期大学部**
《オープンキャンパス》
●日10月4日㈰午後1時～4時（午後0時30分開場）●申申し込み不要（団体で参加希望の場合は事前にご連絡ください）●問県立大学宮古短期大学部（✉myk_nyukou@ml.iwate-pu.ac.jp）
《プログラミング体験教室》
●日10月4日㈰午後1時～4時30分●対本市に在住の中学生●👤10人程度●¥無料●申電話または申し込みフォーム●期9月29日㈫まで
《共通》
●場・問県立大学宮古短期大学部（☎64・2230）

詳細はこちら　申込フォーム

**▼リーダーシップ研修**
●日10月22日㈭～23日㈮●👤10人●¥【協会員事業所】3000円【会員外事業所】5000円●期10月14日㈫まで●問宮古職業訓練協会（☎63・6688）

**▼能力開発セミナー**
《PowerPointビジネス活用》
●日10月22日㈭、23日㈮●㊡午前9時～午後4時●👤10人●¥無料（テキスト代は自己負担）●申ファクスまたはメール●期10月8日㈭まで●場・問宮古高等技術専門校（☎62・5606、FAX64・6596、✉seminar_miyako@pref.iwate.jp）

**▼市民文化祭「ピアノコンサート」**
●日11月1日㈰午後2時●場市民文化会館大ホール●対高校生以下●申電話（各ピアノ教室の指導者をとおしてご連絡ください）●期9月15日㈫まで●問ピアノ音楽協会宮古支部・阿部（☎89・1397）

詳細はこちら



## サーモンくん・みやこちゃんの やさしい日本語・英語ミニフレーズ

**<今回のフレーズ>**
「そこへは徒歩で（バスで）行くことができます。」
「You can get there on foot (by bus).」
（ユー キャン ゲット ゼア オン フット バイ バス）

「get（ゲット）」には「着く、到着する」という意味もあります。
「get（ゲット）」の代わりに「go（ゴー）」を使っても良いです。
「徒歩で」は「on foot（オン フット）」で表します。
「バスで」や「タクシーで」など、乗り物を表す時は「by（バイ）」を使いましょう。

**街で外国人のお客様を見かけたら言ってみよう！**



## 令和８年度敬老会開催事業助成金

宮古市社会福祉協議会

各町内で開催される敬老会に対し助成金を交付します。

詳細はこちら

■**対象者**　昭和25年４月１日以前に生まれた77歳以上の人
■**対象内容**　①敬老会開催　②敬老祝い品配布
■**助成金額**　１人当たり250円
問　宮古市社会福祉協議会地域支援係（☎77-3061）

## 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

日　９月27日㈰午前９時～正午（雨天決行）
場　みやこ広域リサイクルセンター
対　本市、山田町、岩泉町、田野畑村にお住まいの人
👤／¥　24人／無料
持／期　出店場所用シート／９月25日㈮まで
問　宮古地区広域行政組合施設課（☎64-7111）

## 「解決の糸口を見つけに行こう！」相談会

信用生協盛岡事務所 ほか

日　９月12日㈯午前10時～午後４時
場　信用生協盛岡事務所（盛岡市南大通1-8-7CFCビル２階）、釜石地区生活応援センター（釜石市大町3-8-3）
内　専門スタッフや弁護士が、多重債務問題や遺産相続、不動産売買など暮らしに関する悩み事について、一緒に解決の糸口を見つけます
¥　無料（事前に申し込みが必要）
問　信用生協盛岡事務所（☎0120-101-245）、信用生協釜石事務所（☎0120-101-965）

## ファミサポ会員募集説明会を開催します

宮古市ファミリーサポートセンター

子育て経験を活かして地域の子育てを応援してみませんか？

日　①９月３日㈭　②13日㈰
🕒　午前10時30分から１時間程度
内　活動内容や活動を始めるための準備などの説明
対　本市に住所があり、子育て経験のある、お子さんの預かりや送迎などのお手伝いをしたい人
期　①９月２日㈬正午まで　②11日㈮正午まで
場・問　ふれあいステーション・あい（☎64-4117）

## ９月・10月は「行政相談月間」です！

市くらし安全課

行政相談は、国の行政などへの苦情や意見・要望を受け付け、担当行政機関とは異なる立場から、その解決や実現を促進するとともに、行政の制度や運営の改善に生かすものです。総務省では、９月・10月の２カ月間を「行政相談月間」と定めています。

**【特設行政相談所】**
日　10月３日㈯・４日㈰午前９時30分～午後３時
場　東北ヒロセシーアリーナ（産業まつり会場内）
問　市くらし安全課市民相談室（☎68-9081）

## 第70回 船員労働安全衛生月間

東北運輸局岩手運輸支局

９月は船員労働安全衛生月間です。月間期間中、岩手運輸支局では、船員災害防止協会宮古地区支部とともに船内における船員の労働災害を防止するため**「その一歩　見守る家族　待つ笑顔」**をスローガンに各種運動を行います。

船舶所有者・船員のみなさんも各船で安全衛生について点検を行うとともに、乗組員全員で話し合い、災害、疾病の撲滅に積極的に取り組みましょう。

問　東北運輸局岩手運輸支局宮古庁舎（☎62-3500）

## 高齢者の消費者トラブルを防ぎましょう！

市消費生活センター

９月14日㈪～18日㈮は「高齢者の消費者トラブル110番週間」です。県内では、契約当事者が65歳以上の消費生活相談が増えていることから、高齢者の消費者被害の防止に取り組みます。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）

## 宮古市内の交通事故件数（７月１日～31日）

■交通事故件数
▷人身事故＝４件　▷死亡者＝０人
▷負傷者＝４人　▷物損事故＝75件

県内では、連日暑い日が続いています。暑さや疲労などによる「過労運転」や「ぼんやり運転」に注意が必要です。運転中はこまめな休憩と水分補給を心がけ、交通事故防止に努めましょう。

問　宮古警察署（☎64-0110）

# おめでた&おくやみ

7/24～8/10（届け出順）

※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

## ○生まれた赤ちゃん○

| | |
|---|---|
| 舘崎恵茉（えま）ちゃん | 小沢二丁目（卓也） |
| 小川瑛茉（えま）ちゃん | 近内四丁目（さえ） |
| 尾形瑠生（るい）ちゃん | 払川（大地） |
| 村上叶向（かなた）ちゃん | 崎山一（和希） |
| 松田琉之介（りゅうのすけ）ちゃん | 上鼻二丁目(ちひろ) |
| 金子実央（みお）ちゃん | 西ヶ丘三丁目(侑真) |

## ♡結婚したお二人♡

ムース　アレクサンダーさん・山崎麗和さん=大付
山代　生さん・村井　杏さん=江繋
田鎖　壮さん・佐々木藍梨さん=田鎖一
佐藤貴弥さん・菅　よし子さん=上鼻一丁目
田口睦朗さん・三浦　令さん=舘合町
大川原光将さん・藤原萌々香さん=近内五丁目

## ■亡くなった方■

| | |
|---|---|
| 髙坂敏朗さん | (90) 舘下 |
| 北村ヒデさん | (96) 上村二丁目 |
| 黒澤ハルさん | (93) 区界 |
| 花輪仁右工門さん | (77) 摂待 |
| 佐香恒子さん | (92) 日の出町 |
| 信夫京子さん | (91) 緑ヶ丘 |
| 中嶋ヒテさん | (96) 新町下 |
| 出町　将さん | (74) 小山田四丁目 |
| 山崎正一さん | (91) 小山田三丁目 |
| 前川哲夫さん | (79) 下在家 |
| 佐々木八千代さん | (91) 田の沢 |
| 飛澤信子さん | (85) 西ヶ丘二丁目 |
| 佐々木信晴さん | (78) 山口四丁目 |
| 小松倉禮子さん | (90) 蟇目 |
| 太田恵子さん | (73) 千徳町 |
| 前川孝雄さん | (85) 黒森町 |
| 重茂浩次さん | (81) 沼里 |
| 大越圭悦さん | (66) 磯鶏沖 |
| 大葛清三郎さん | (85) 小沢二丁目 |
| 加藤育子さん | (66) 近内三丁目 |
| 米澤富子さん | (93) 横町 |

# 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**
※8月1日現在
※()内は前月との比較

| 人口 | 男 | 女 | 世帯 |
|---|---|---|---|
| 43,768人<br>(−101) | 21,039人<br>(−44) | 22,729人<br>(−57) | 22,077<br>(−35) |

**人口のうごき**
※7月1日～31日

| 出生 | 死亡 | 転入 | 転出 |
|---|---|---|---|
| 16人 | 74人 | 43人 | 85人 |

## 証明書自動交付機を市民交流センターに設置します

市DX推進課

9月1日㈫に、市民交流センター2階事務室前に証明書自動交付機を設置します。マイナンバーカードを利用し、各種証明書をご自身で取得できます。窓口での申請や待ち時間が減り、スムーズに証明書を受け取ることができます。
※利用にはマイナンバーカードと利用者証明用電子証明書の暗証番号（4桁）が必要です
場 市民交流センター2階事務室前
**■取得できる証明書および利用可能時間**

| 取得できる証明書 | 利用可能時間 |
|---|---|
| 住民票の写し | 午前9時～午後9時 |
| 印鑑登録証明書 | |
| 課税証明書 | |
| 戸籍全部(個人)事項証明書 | 午前9時～午後5時15分（平日のみ） |
| 戸籍の附票の写し | |

※市民交流センター休館日およびシステムメンテナンス日は利用できません
問 【住民票・印鑑登録・戸籍・マイナンバーカード】市総合窓口課市民窓口係（☎68-9077）
【課税証明書】市税務課市民税係（☎68-9072）

## 宮古地域の粗大ごみ収集9月の対象地区

市くらし安全課

日／対 ▷9月25日㈭／舘合町、鴨崎町、和見町、泉町、山口、宮園
▷9月28日㈪／新川町、向町、大通、末広町、栄町、西町、田の神、黒森町、保久田、緑ヶ丘、五月町、小沢、横町、黒田町、新町、本町、沢田
▷9月29日㈫／磯鶏石崎、磯鶏沖、磯鶏西、上村、実田、磯鶏、八木沢、河南、神林、重茂、音部
▷9月30日㈬／高浜、金浜、津軽石、藤の川、白浜、赤前
⚠ ▷3点以内です。戸別に収集します。集積場には置かないでください ▷申し込み時に粗大ごみの寸法を聞き取ります。収集できない場合もあります
期 9月10日㈭まで
問 市くらし安全課環境係（☎64-6488）

## 市指定ごみ袋以外の袋でのごみ収集を延長します

市くらし安全課

家庭ごみの排出で、指定ごみ袋を購入できない場合は、指定ごみ袋以外の袋でも収集します。
日 11月30日㈪まで
**■使用できる袋** おおむね20ℓから45ℓまでの透明または半透明のビニール袋
問 市くらし安全課環境係（☎64-6488）
詳細はこちら

## 「みやこ斎苑」9月17日㈭は休業します

市くらし安全課

施設の保守点検のため、9月17日㈭に休業します。9月18日㈮以降の火葬の予約は通常どおり受け付けます。
問 市くらし安全課環境係（☎64-6488）
詳細はこちら

## 川井火葬場を廃止します

市川井総合事務所

施設の老朽化などにより、**9月30日㈬をもって廃止します。**10月以降の火葬には、みやこ斎苑などをご利用ください。
問 川井総合事務所地域づくり係（☎76-2111）

## 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年を経過する水道メーターの交換を行います。
日 9月10日㈭～18日㈮
対 八木沢、神林、藤の川、高浜、金浜、長町、近内、太田 ほか
問 市上下水道部施設課給排水普及係（☎71-2299）

## ひとり親家庭などのための無料法律相談

宮古保健福祉環境センター ほか

日 10月2日㈮午前10時～午後3時
場 宮古地区合同庁舎1階相談室
内 弁護士が離婚や親権、養育費などの相談に応じます
対 ひとり親家庭の人、離婚を考えている人 など
¥ 無料
問 宮古保健福祉環境センター（☎64-2213）、岩手県母子寡婦福祉連合会（☎019-623-8539）

〔広告〕










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

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

持【※1】バスタオル　【※2】上履き　【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 |
|---|---|---|---|---|
| 赤ちゃんサロン【※1】【※2（保護者のみ）】 | ３日㈭10:00～11:00<br>※期＝２日㈬まで | 山口公民館多目的ホール | ミニミニうんどうかいごっこ | ３～12カ月 |
| ※10月１日㈭赤ちゃんサロンは調理実習をします。参加希望の人は９月11日㈮までに申し込みをお願いします | | | | |
| ふれあい広場「にこにこ」 | 16日㈭10:00～10:30 | 市民交流センター２階ふれあい広場 | 絵本の読み聞かせ | ０～６歳 |
| お出かけにこにこルーム【※2】 | 17日㈭10:00～11:30<br>※期＝16日㈭まで | 東北ヒロセシーアリーナ１階幼児高齢者室 | 身体を動かして遊ぼう | |
| にこはぐの日 | 28日㈪10:00～10:45 | 小山田保育所ホール | 身長・体重測定、絵本の読み聞かせ | |
| ぽかぽかランド【※2】 | 30日㈭10:00～11:00<br>※期＝29日㈫まで | 市民交流センター２階運動スタジオ１・２ | うんどうかいごっこ | |

## 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【※1】 | ４日㈮11:00～11:45<br>※期＝３日㈭まで | うみマチひろば | お月見製作を楽しもう！ | ３～12カ月 |
| 保護者向け講話会 | ７日㈪10:30～11:45<br>※期＝６日㈰まで | | 産後ケアの大切なお話<br>師＝小松みなみ（フェムケア講師） | ０～６歳 |
| ふじたじぃじの絵本の読み聞かせ | 11日㈮11:00～11:15 | | 絵本の読み聞かせ | |
| ばぁばの絵本の読み聞かせ | 17日㈭11:00～11:15 | | | |
| 親子ふれあい遊びと絵本の読み聞かせ | 18日㈮10:30～11:30<br>※期＝17日㈭まで | | お月見製作を楽しもう！ | １～６歳 |
| 保健相談会 | 28日㈪11:00～11:45 | | 生活リズムについて | 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　※18日㈮は正午まで

| 催し名 | 日時 | 場所 | 内容など | 対象児 |
|---|---|---|---|---|
| 園庭で遊びましょう<br>※👤＝８組 | ８日㈫10:30～11:00<br>※期＝７日㈪午後２時まで | ひよこクラブ（宮古ひかり） | 園庭に出て解放感を感じながら遊ぶ（雨天時は室内遊び） | ０～６歳 |
| ひよこルーム<br>※👤＝４組 | 15日㈫9:00～11:00<br>※期＝14日㈪午後２時まで | | 子育てについて気軽に相談 | |
| 初めてのパパ、ママ　入園・入所について　※👤＝10組 | 29日㈫10:30～11:00<br>※期＝28日㈪午後２時まで | | こども園や保育所への入園・入所について話を聞く | |

## 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　※28日㈪はお休み

| 催し名 | 日時 | 場所 | 内容など | 対象児 |
|---|---|---|---|---|
| 縁日ごっこを楽しもう！ | ２日㈬10:30～11:30<br>※期＝１日㈫午後３時まで | のびっこクラブ（そけい幼稚園） | 室内で縁日ごっこを楽しみましょう！ | ０～６歳 |
| ８・９月の誕生会（誕生児は10:30集合） | 11日㈮10:40～11:20<br>※期＝９日㈬午後３時まで | | みんなでお祝いした後に幼稚園の誕生会を楽しみましょう | |
| 幼稚園の運動会に参加しよう！ | 27日㈰　※開始時刻はお問い合わせください | 宮古短期大学 | “ちびっこがんばれ”のレースに参加しましょう！　（雨天中止） | |



# HAPPY BIRTHDAY



**小野寺姫花(ひめか)ちゃん**
1歳になりました
お誕生日おめでとう！ 姫ちゃんの笑顔に癒されてるよ♡ これからも元気いっぱい大きくなってね！（家族）



**加藤瑛茉(えま)ちゃん**
1歳になりました
1歳おめでとう！ にいにの事が大好きなえまちゃん♡ これからもすくすく元気に育ってね！（家族）



**金澤璃音(りお)ちゃん**
1歳になりました
ニコニコ元気なりおちゃん♡ 1歳おめでとう！ 毎日幸せをいっぱいありがとう！ 大好きだよ♡ （家族）



**坂井悠慎(ゆうしん)ちゃん**
1歳になりました
お誕生日おめでとう！ 甘えん坊でねえね大好きなしんくん。いっぱい遊んですくすく育ってね☺（家族）



**小野寺楓翔(ふうが)ちゃん**
1歳になりました
1歳誕生日おめでとう！ いつも元気なふうくんこれからも元気にすくすく育ってね♡ （家族）



**木村颯稀(さつき)ちゃん**
1歳になりました
お誕生日おめでとう！ 颯稀が日に日に歩ける姿を見るとみんな幸せだよ！ ありがとう！（家族）



**大矢千歳(ちとせ)ちゃん**
1歳になりました
泣き虫で甘えたな千歳丸。可愛さで許されるのは今だけだぞ♡ はやく背も髪も野比のび郎。 （家族）



**岩塚心瑚(ここ)ちゃん**
1歳になりました
笑顔はもちろん全てがかわいい心瑚～♡ お誕生日おめでとう！ 心瑚らしく大きくなってね♪（家族）



**佐々木花寧(はなね)ちゃん**
1歳になりました
足の動きが元気なはなちゃん。毎日かわいいね。はなちゃんのペースで大きくなぁれ。 （父、母）



**田鎖那悠(なゆ)ちゃん**
1歳になりました
お誕生日おめでとう！ これからもたくさんの笑顔で、元気いっぱい大きくなってね。 （家族）



**伊藤重士郎(じゅうしろう)ちゃん**
1歳になりました
お誕生日おめでとう！ じゅうちゃんの笑った顔が大好きだよ～♡ 早く一緒に歩きたいなぁ… （らん）

## 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 10月生まれの2歳以下の子ども
申 申し込みフォーム
期 9月4日㈮まで
問 市秘書広報課広報・プロモーション係（☎68-9065）

申込フォーム



**吉田葵子(きこ)ちゃん**
2歳になりました
毎日楽しませてくれてありがとう！ 笑顔,泣き顔,怒り顔,いじけ顔…全部大好きだよ♡ （家族）



**青笹結心(ゆうしん)ちゃん**
2歳になりました
ねえねが大好きでいつも甘えん坊でべったりな結心☺これからも仲良くすくすく大きくなーれ♡ （家族）



**佐藤 凪(なぎ)ちゃん**
2歳になりました
お誕生日おめでとう！ おしゃべりが上手になってきて、毎日が楽しいね！元気に育ってね！（家族）



**大森玲陽(れい)ちゃん**
2歳になりました
2歳の誕生日おめでとう。ねぇね、こうくん、るっちゃんに負けず、大きくなぁれ♡ （家族）

## 宮古市長杯学童相撲大会




日 9月27日㈰午前9時から
対 年中～小学6年生
¥ 500円
申 申し込みフォーム
期 9月4日㈮まで

**■学童相撲大会に伴う練習会**

日 9月6日㈰・12日㈯・13日㈰・19日㈯・21日㈪
🕒【土曜日】午後6時から
【日・月曜日】午前9時30分から
※参加希望者は練習会当日に直接来場のこと

**【共通】**

場 東北ヒロセシーアリーナ
問 宮古市相撲協会事務局・佐藤（☎080-1844-4056、✉385sumo.iwate@gmail.com）

申込フォーム




**こども劇団みやこデイジー第11回公演**
**不思議なおかしやさん**

日 9月13日㈰午後2時（午後1時30分開場）
内 小学2年生から中学2年生までの13人が練習の成果を発表
¥ 500円（小学生以下無料）※要整理券
**■プレイガイド** 市民文化会館、申し込みフォーム
場・問 市民文化会館（☎63-2511）

申込フォーム

# まちの話題

■市の催しなどは、Facebookなどでも紹介しています。
※URLは裏表紙をご覧ください



客船「三井オーシャンフジ」寄港

## 夏の宮古を楽しんで♪

８月６日、客船「三井オーシャンフジ」が宮古港藤原ふ頭に入港しました。

ふ頭では、横断幕や大漁旗を手に同船を迎えました。同船の乗客がバルコニーから手を振って応える姿もあり、お互いにひとときの交流を楽しんでいました。

同船に乗客している堀雄次(ゆうじ)さん(54)は「東北の祭りが見たくて乗船した。宮古では三陸鉄道を見たり、おすすめしてもらった店で海鮮を食べたりするのが楽しみ」と笑顔で話しました。



「本州最東端・宮古の海」大仙市民招待事業

## 大仙市のみなさんようこそ！

８月８日・９日、「本州最東端・宮古の海」大仙市民招待事業が行われ、友好交流都市の秋田県大仙市から小学生の親子79人が参加しました。

参加者は浄土ヶ浜を訪れ、昼食に瓶ドンなどを味わい、海水浴を行うなど、思い思いに夏の浄土ヶ浜を楽しんでいました。

進藤慈心(いっしん)さん(５)は「お昼ご飯の瓶ドンがとても美味しかった。先週も秋田の海で泳いできたが、宮古の海も景色が綺麗で泳ぐのが楽しい。また宮古に来たい」と宮古を楽しんでいました。



第13回ダイヤモンドキッズカレッジ

## 親子で心と身体を磨く

８月９日、タレントの髙田延彦さん、向井亜紀さんらが主催する髙田式体育教室「ダイヤモンドキッズカレッジ」が東北ヒロセシーアリーナで開催され、45組90人の親子が汗を流しました。

参加者は髙田・向井講師や髙田道場スタッフから体の使い方やコツのアドバイスを受けながら、親子で運動を楽しんでいました。

及川駿(しゅん)さん(山口小６年)は「６年生なので今回が最後になるが、髙田さんと『タオル綱引き』ができていい思い出になった」と振り返りました。



第32回宮古港ボート天国

## マリンレジャーを満喫😊

８月９日、リアスハーバー宮古で「第32回宮古港ボート天国＆ハーバーまつり」が開催されました。

会場では宮古海上保安署巡視艇はつかぜや水上バイクの体験航海、シーカヤックの体験試乗などが行われ、約850人が夏のマリンレジャーを体験していました。

また、「本州最東端・宮古の海」大仙市民招待事業の参加者も来場し、普段味わえないマリンレジャーを楽しみ、思い出を作っていました。

# 各種無料相談 ～一人で悩まずに～

９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。

| 9月の各種無料相談 | 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 | 宮古 | 毎週水曜日午前10時～午後４時<br>※23日㈬を除く | 盛岡地方法務局宮古支局（☎62-2337） | |
| | | 川井 | 16日㈬午前10時～正午 | 川内地域振興センター | 盛岡地方法務局宮古支局（☎62-2337） |
| | 行政相談 | 宮古 | ●８日㈫午前９時30分～11時30分 | 市市民相談室（市役所１階、☎68-9081） | |
| | | ★川井 | 16日㈬午前10時～正午<br>※14日㈪までに要予約 | 川内地域振興センター | 市市民相談室（☎68-9081） |
| | 公証人相談（遺言相談） | | ●８日㈫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 | | ３日㈭午後１時～５時<br>※２日㈬午後５時までに要予約 | 市市民相談室（市役所１階） | 信用生協盛岡事務所（☎0120-101-245） |

# 地域おこし協力隊便り



地域おこし協力隊の宮武です。協力隊に着任して1年余りが経ちました。活動を通して多くの方々と出会い、地域との繋がりを感じながら、充実した日々を過ごしています。

東北ヒロセシーアリーナの情報発信 Instagram

宮古市地域おこし協力隊 MIYAKO CHIIKIOKOSHI KYOURYOKUTAI

## 第74回宮武アビータうりーさん

現役陸上選手としては、５月に東日本実業団選手権、７月に岩手県選手権、国民スポーツ大会予選会に出場しました。

目標としていた結果には届きませんでしたが、自身の課題や強みを改めて確認することができました。また、第一線で活躍し続ける厳しさや、自分自身と向き合いながら練習を重ねることの難しさも実感しましたが、目標を見失うことなく挑戦を続け、これからも日々のトレーニングに励んでいきます。

スポーツ指導員としては、６月に週１回、市スポーツ協会事業の「リズムステップクラス」を担当させていただきました。ステップ台を使い、音楽に合わせて身体を動かす、誰でも気軽に楽しめる運動教室です。10月にも担当する予定ですので、ぜひ多くの皆さんに参加いただけると嬉しいです！



リズムステップクラス指導

週３回の陸上教室では、小中学生の子どもたちからたくさんのパワーをもらっています。

８月４日に開催された東北中学校体育大会において、市立河南中学校の皆さんが、女子低学年４×100㍍リレーで３位入賞を果たしました！　私も会場で応援し、選手たちが最後まで力強くバトンをつなぐ姿に大きな感動をもらいました。本当におめでとうございます！

子どもたちに負けないよう、これからも市民の皆さんにスポーツの楽しさや魅力を伝え、地域に貢献できるよう活動を続けていきます。



市立河南中学校の皆さん

# スタジオから

秋の行楽シーズンスタート！ 今月は大型連休もありますね。楽しみなイベントも多い一方、季節の変わり目で体調を崩しやすい時期でもあります。今回は子どもの健康情報もお伝えしている「すくすくみやごキッズ」のコーナーを紹介します。

朝の生放送「おはよう潮風ラジオ（午前７時～９時）」内で、毎週水曜日午前７時20分から放送中です。

毎月第一週・第二週の放送では広報みやこ掲載の子育て世帯に向けた行政情報、未就学児と一緒に参加できるイベントのお知らせをピックアップしてオンエアしています。

月の後半は、川原田小児科医院の川原田隆司先生、豊島医院の豊島喜美子先生にご出演いただき、流行中の感染症への注意や子どもの身体・健康の情報を教えてもらっています。過去には「季節性インフルエンザの予防接種」「母子手帳の歴史」「赤ちゃんの言葉の発達」と多岐にわたるテーマでお話をうかがいました。


人形を使った「乳幼児の救急救命講座」

他にも、保育施設の子どもたちが参加した季節の楽しい行事、公園やおまつりで出会ったお子さん連れ家族への取材インタビューもしています！ 子育て中のみなさん、教育保育に携わるみなさん、いつも協力ありがとうございます。楽しくも悩みが多く、地域差もある子育ての話題、情報収集にコミュニティFMをお役立てください！

●「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）」（Web https://listenradio.jp）や「サイマルラジオ」（Web https://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。
●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・メールお待ちしています
〒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
問 宮古エフエム放送（☎77-3399）

# 俳句に親しむ

季題「星月夜」「西瓜」
豊島喜美子 選

【特選】

星月夜空の句ひの降りこぼれ
阿部 稔
評＝中七下五の調べが美しく幻想的な一句。

ひと声で子らの静まる西瓜かな
古舘徳雄
評＝西瓜を楽しみにしている子供たちの様子が的確に伝わる。

【入選】

買い物籠西瓜一個が占領す
岩泉美佳子

熊本のなるに合わす手星月夜
大村良子

櫂納めカッター眠る星月夜
北村克哉

数独や一息つきし星月夜
齋藤敏通

風呂敷につつむ西瓜のまんまるく
佐々木俊子

西瓜割り昭和の海は遠くなり
内藤賢一

子だくさん西瓜きっちり六等分
中野幸子

旅の湯や両手で掬う星月夜
山崎榮千

◆次の季題「花野」「小鳥」※９月４日㈭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26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「深海に未知の生物星月夜 喜美子」
思いが強すぎるとかえって意味が伝わらないことがあります。

〔広告〕



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店・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

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

# ふるさと博物館

## 地域の魅力再発見！地域の宝マップ作成・川井区域編
## 「川井区域の見どころ～旧宮古街道の面影～」

市スポーツ文化課　編

閉伊川の中流域に位置する川井区域は、川内、箱石、川井の３つの地区からなります。川沿いに開かれた集落を結ぶ道には、徒歩で２泊３日かけて宮古と盛岡を結んだ時代の旧宮古街道の面影をとどめた場所が、今も多く残されています。

川内地区の通称「細越峠」には、道標が残されています。道の駅やまびこ館の東側から川内八幡神社付近に下りる山道に位置し、天保12（1841）年の年号が刻まれています。北側に大きく蛇行する閉伊川沿いの往来の不便を解消するため、盛岡藩の道普請により近道が開削された際に建てられた石碑です。

箱石地区にある旧川井中学校の裏山には、市内にただ一つ残る旧宮古街道の「早坂一里塚」があります。旧街道は尾根を下り、山沿いに閉伊川の右岸を進んでいました。現在の国道106号と重なる区間もあり、ちょうど好心寺の前を通るルートです。

旧宮古街道は崖沿いの難所が多く、江戸時代の鞭牛和尚による道路改修で知られています。城下盛岡と主要な港町宮古を結ぶ重要な街道として整備され、海産物などの運搬にも活用されたことから「五十集の道」とも呼ばれました。途中の集落では荷馬の入れ替えが行われ、馬も人も泊める宿が繁盛したといいます。



「細越の道標」（石碑）
碑文「（宮）古道・右八山道・左八川道」天保12（1841）年



早坂一里塚（市指定文化財）

「宮古市文化財保存活用地域計画」では、未指定文化財も含めた「地域の宝」を活用し、後世に伝え残すため、文化財保存活用区域を設定し「宝マップ」にまとめます。今回は９つある区域の中から「川井区域」にある「地域の宝」について紹介しました。

## 市長のひとり言

7月28日に発生した熊本地震において犠牲になられた方々のご冥福をお祈りするとともに、被災された全ての方々に、心よりお見舞いを申し上げます。

宮古市では、8月7日、本州四端協議会（本州の4つの端の自治体で構成される協議会）で交流のある山口県下関市（本州最西端）に、飲料水500箱を発送しました。今後、下関市を通じ熊本市へ、熊本市から周辺自治体へ送られます。必要な方に水が行き届き、暑さが少しでも和らぎますようにと、願わずにはいられません。

市が所有するトイレカーも、要請があり次第、被災地に派遣する予定です。今後も状況を注視し、速やかに支援にあたってまいります。

熊本を、ともに支えましょう。

さて、8月7日、NPO法人結人(昆亜紀夫代表)が運営する「センター・うぇる花夢」を訪問しました。今年4月に完成した施設の見学や意見交換の後、利用者の皆さんと一緒に昼食をいただき、楽しい一時を過ごさせていただきました。

宮古に暮らす全ての人々が、互いに個性を認めあい、街の真ん中で、一緒に暮らしていく環境を作りたい。心からそう思います。

9月から10月にかけて、市長と語ろうタウンミーティングを開催します。様々なお声を聞かせていただければ幸いです。





〔広告〕

家は、性能。
一条工務店
釜石分譲展示場
TEL:0193-27-5161
釜石市甲子町10-159-272
県立釜石病院すぐそば！
HUGme fam
期間＆棟数限定
一条の！高性能×新価格
本体価格 1,630万円～
(税込1,793万円)
※その他別途付帯工事や諸費用が必要となります。
【24時間受付】ご来場予約

株式会社宮古マランツ
mml miyako marantz,ltd
宮古市津軽石19-18
TEL:0193-67-2511
メール: mml@miyako-marantz.jp
正社員募集!!
職種：製造職（機械 OP） 2名
勤務時間： 8:00～17:00
20:00～05:00（週単位）
年　齢：50才以下（製造経験者は55才まで可）
休　日：年間休日122日
（GW:5日、お盆8日、年末8日の連休、土曜出勤は8月に1回のみ）
収入例：26万円～（夜勤割増、残業20h含）
賞　与：年2回（2025年実績）
詳細はハローワーク求人参照
※勤務開始3,6か月後満了祝金5～10万別途支給
ホームページ
お問い合せ

## 多くの船が宮古港に寄港！
# みやこポートフェスタ2026

9月～11月は、10隻のクルーズ船が寄港！

| 客船名 | 日時 | 場所 | 入港 | 出港 | 乗客定員 |
|---|---|---|---|---|---|
| シルバー・ムーン | 9月16日㈬ | 宮古港 藤原ふ頭 | 午前8時 | 午後6時 | 660人 |
| 三井オーシャンサクラ 初寄港 | 9月25日㈮ | | | 午後5時 | 458人 |
| シルバー・ムーン | 10月1日㈭ | | | 午後6時 | 660人 |
| シーボーン・アンコール | 10月6日㈫ | | 午前10時 | | 600人 |
| | 10月12日㈪ | | 午前8時 | | |
| シルバー・ムーン | 10月15日㈭ | | | | 660人 |
| セブンシーズ・エクスプローラー | 10月17日㈯ | | | 午後5時 | 809人 |
| ウエステルダム | 10月22日㈭ | | | | 2,370人 |
| 三井オーシャンサクラ 宮古港発 | 10月30日㈮ | | － | | 458人 |
| シーボーン・アンコール | 11月1日㈰ | | 午前10時 | 午後6時 | 600人 |

■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　▷客船寄港時は、藤原ふ頭や宮古駅前、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

詳細はこちら

問　市観光課クルーズ振興係（☎68-9093）

# 第32回宮古市産業まつり

日　10月3日㈯・4日㈰

時　午前9時30分～午後3時

場　東北ヒロセシーアリーナ

内　■出店内容　特産品、地場産品の販売、姉妹友好都市などの特産品販売　など（予定）

■展示・体験内容　はたらくくるま展示、ものづくり体験コーナー、運動×ちびっこ広場（ＤＩＤＩＭ体験）、企業・団体・学校などの製品・活動紹介・学習成果　など（予定）

■オープニングセレモニー

日　3日㈯午前10時から

内　▷宮古市・八幡平市姉妹締結20周年記念セレモニー　▷浅沢神楽保存会（八幡平市）　▷ドンパン娘（大仙市）　▷餅まき

詳細はこちら

■ステージイベント

日／内　3日㈯／盛岡さんさ伝承会もいち（盛岡市）
4日㈰／津軽石さんさ踊り保存会、小田代直子歌謡ショー





問　宮古市産業まつり実行委員会（市商業振興課内、☎68-9092、FAX63-9120）

目の不自由な方に広報などのCD(デイジー)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、市秘書広報課広報・プロモーション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

## ９月の納期

### ９月の市税の納期

国民健康保険税第３期

### ９月の延長・休日の納税相談窓口

【延長】日　９月３日㈭、17日㈭
時　午後４時～６時30分
【休日】日　９月27日㈰
時　午前９時～正午

※延長・休日の市役所への出入口は２階の市民交流センター側（東側）のみです。ほかの出入口は施錠されていますので、ご注意ください

問　市税務課収納係（☎68-9074）

## ９月の表紙

８月１日、新里生涯学習センターで「乳幼児期家庭教育学級「第３回めばえ」～親子で体験・ミニトマトの収穫～」が行われ、10組25人の親子が参加しました。最初に、収穫するミニトマトをいれるカバンを製作。

その後、敷地内の畑でミニトマトの収穫を体験。あいにくの雨でしたが、子どもたちは赤いミニトマトを懸命に収穫していました。



●撮影日　８月１日
●場所　新里生涯学習センター

■発行　宮古市　■編集　政策推進部秘書広報課　■印刷　株式会社文化印刷
〒027-8501岩手県宮古市宮町一丁目１番30号、☎0193-62-2111、FAX0193-63-9114
Facebook http://www.facebook.com/city.miyako
X（旧ツイッター） http://www.twitter.com/miyako_city
Instagram https://www.instagram.com/miyako_city_official

UD FONT　VEGETABLE OIL INK
LINE https://line.me/R/ti/p/%40120wrcws
ホームページ https://www.city.miyako.iwate.jp
マチイロ (iOS) (Android)