広報 みやこ 11
November. 2026
令和８年 11月１日号
No.509

「森・川・海」とひとが調和する安らぎのまち



～秋のひととき～ 狙うはストライク！

令和７年度 決算 一般会計・特別会計

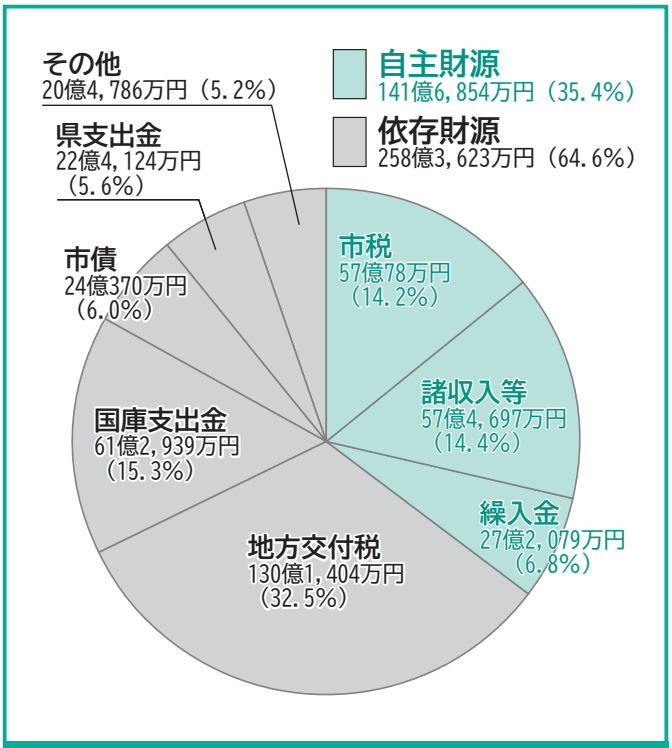
問　市財政課財政係（☎68-9068）

歳出の総額は５１７億３６５５万円

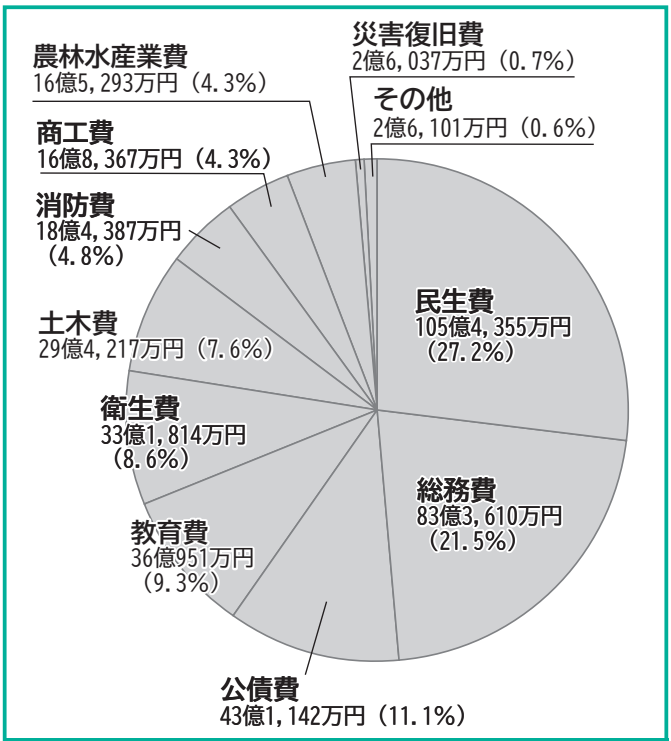
令和７年度の市の決算額は、一般会計と国民健康保険事業や介護保険事業などの特別会計を合わせて、歳入が**５３１億１６２９万円**、歳出が**５１７億３６５５万円**でした。

一般会計のみの歳入は**４００億４７７万円**、歳出は**３８７億６２７４万円**でした。

【一般会計決算額】



歳入総額　400億477万円



歳出総額　387億6,274万円

【特別会計決算額】

	歳　入	歳　出
国民健康保険	54億9,260万円	54億2,490万円
国保診療施設	4億3,824万円	4億3,747万円
後期高齢者医療	8億1,692万円	8億1,484万円
介護保険	62億9,563万円	62億2,847万円
魚市場	3,737万円	3,737万円
墓地	2,727万円	2,727万円
財産区	349万円	349万円
特別会計の合計	131億1,152万円	129億7,381万円

一般会計の合計	400億477万円	387億6,274万円
一般・特別会計の合計	531億1,629万円	517億3,655万円

▷歳入と歳出の差額は、令和８年度の財源として繰り越しています。

【企業会計決算額】

		収　入	支　出
水道事業	収益的収支	15億913万円	14億4,685万円
	資本的収支	1億2,358万円	6億5,902万円
下水道事業	収益的収支	17億8,470万円	16億5,456万円
	資本的収支	6億3,456万円	11億9,113万円

▷水道事業の資本的収支の不足分５億3,544万円は、損益勘定留保資金や積立金などで補てんしました。

▷下水道事業の資本的収支の不足分５億5,657万円は、損益勘定留保資金や積立金などで補てんしました。

※損益勘定留保資金＝収益的収支のうち、減価償却費など現金支出を必要としない費用の計上により、企業内部に留保される資金

※減価償却費＝水道管や下水道管などの固定資産の取得価格を耐用年数で分割し、耐用年数にわたって計上する費用

令和７年度財政健全化判断比率などを公表

国の基準をすべてクリア

「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」は、地方公共団体の財政の健全性を判断するための指標と健全化のための是正措置が必要となる基準を定めているほか、それらの指標の算定と公表を義務付けています。

市は、この法律に基づき、令和７年度の健全化判断比率および公営企業の資金不足比率を算出しました。

全ての指標で国が定める基準をクリアしていますが、今後も、より一層財政の健全化に努めます。

■健全化判断比率

財政状況が健全かどうかを４つの角度から数値化し、基準値を定めた表です。宮古市の場合はいずれの数値も、早期健全化基準および財政再生基準を下回る結果となりました。

区　分	実質赤字比率	連結実質赤字比率	実質公債費比率	将来負担比率
区分の内容	地方公共団体が、黒字か赤字かを判断する指標です。黒字であれば「-」となります。	地方公共団体が、水道事業などの公営事業会計を合わせて黒字か赤字かを判断する指標です。黒字であれば「-」となります。	地方公共団体の年間の収入に対する借入金の返済額の割合を表す指標です。数字が低いほど健全な財政状況といえます。	地方公共団体の将来負担しなければならない負債が、年間収入の何年分になるのかを表す指標です。数字が低いほど健全な財政状況といえます。
宮古市	-	-	10.5%	-
早期健全化基準	12.56%	17.56%	25.0%	350.0%
財政再生基準	20.00%	30.00%	35.0%	-

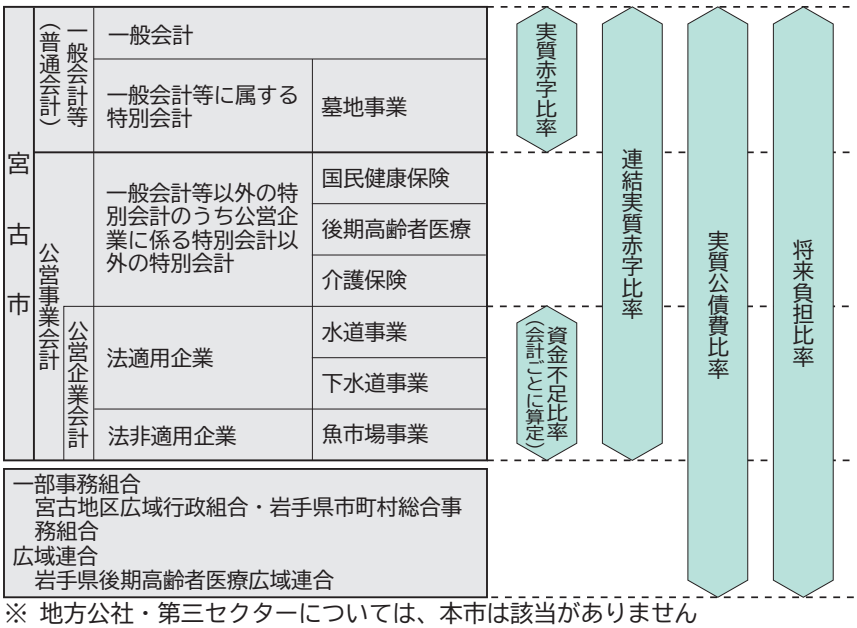
※早期健全化基準の数値を超えると、財政健全化のための是正措置が必要となります。また財政再生基準の数値を超えると、国関与のもと財政の再生が必要となります
※比率がマイナスで算定されない場合「-」となります

■資金不足比率

資金不足は、地方公共団体の実質赤字に相当するもので、公営企業の資金の不足額が、事業規模に対してどの程度あるかを示すものです。資金不足がなければ「-」となります。

下の表のとおり、宮古市の該当事業は、すべて「-」となっています。

法適用企業			法非適用企業		
会計名	宮古市	経営健全化基準	会計名	宮古市	経営健全化基準
水道事業	-	20.0%	魚市場事業	-	20.0%
下水道事業	-	20.0%			



※ 地方公社・第三セクターについては、本市は該当がありません

用語解説

◇**一般会計**＝行政目的の施策を進めるための経費を盛り込んだ会計
◇**特別会計**＝特定の事業を行うための会計
◇**地方交付税**＝市の財政力に応じて国から交付されるお金
◇**国庫支出金**＝事業に対して国から交付されるお金
◇**市債**＝市が大きな事業を行うときに借りるお金
◇**公債費**＝過去の市債の償還金と利子の合計
◇**収益的収支**＝水道や下水道料金などの収入と、人件費・物件費などの支出
◇**資本的収支**＝配水設備などの整備や改良などにかかる支出と、その財源となる収入

みちのく潮風トレイル＆三陸ジオパーク２０２６シンポジウム

豊かな自然の恵みと、津波災害からの復興の歴史を持つ三陸。明治三陸津波から130年の節目に、先人たちの思いと教訓を振り返り、これからの三陸の未来にどう活かしていくかを共に考えます。

日　11月29日㈰午後１時30分～４時（午後１時開場）
場　浄土ヶ浜パークホテル３階コンベンションホール鳳松
対　どなたでも
¥　無料（事前申し込みが必要）
申　メールまたは申し込みフォーム
期　11月20日㈭午後５時まで
問　三陸ジオパーク推進協議会・阿部（☎64-1230、✉info@sanriku-geo.com）

申込フォーム



昨年のシンポジウムの様子

令和９年度からの公の施設の指定管理者を募集

■対象施設
①タイマグラ観光施設　②新里学童の家
■管理期間
①②令和９年４月１日㈭～令和14年３月31日㈬
■募集要項配布
日　①11月２日㈪から30日㈪午後４時まで
②11月16日㈪から12月16日㈬午後４時まで
場　①②市ホームページ
■応募資格
①市内に主たる事務所を有する法人または団体
②市内に主たる事務所を有する法人（社会福祉法人、学校法人、特定非営利活動法人　など）

①詳細はこちら
②詳細はこちら

問　①川井総合事務所（☎76-2165）
②市こども家庭センター（☎68-9088）

	対象施設	事前説明会 日／場	期
①	タイマグラ観光施設（キャンプ場、バンガロー村、早池峰山荘）	11月４日㈬午後２時から／川井総合事務所	11月30日㈪午後４時まで
②	新里学童の家		12月16日㈬午後４時まで

11月５日は「津波防災の日」

市は「津波防災の日」に合わせて、次のとおり訓練を実施します。

【緊急地震速報訓練】
「全国瞬時警報システム（Ｊアラート）」の訓練放送が「防災行政無線」および「みやこハーバーラジオ」で行われます。
※気象状況などにより中止の場合あり
日　11月５日㈫午前10時ころ

詳細はこちら

【水門陸閘閉鎖訓練】
日　11月７日㈯午前６時～７時
場　宮古市役所、岩手県水門・陸閘自動閉鎖システムにより閉鎖する水門・陸閘
⚠　**■訓練の中止**　災害などが発生した場合、または災害が発生するおそれがある場合は、訓練の全部または一部を中止することがあります
※各陸閘は、訓練中一時的に封鎖します。閉鎖確認後に開放操作をし、10分程度で通行可能となります

Ｊアラートの全国一斉訓練放送

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

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

日　11月11日㈫午前11時ころ
内　①チャイム「これは、Ｊアラートのテストです」（３回繰り返し）
②「こちらは、防災宮古広報です」チャイム
他　気象状況などにより放送内容を変更、あるいは中止する場合があります

詳細はこちら



問　市危機管理課防災係（市役所４階、☎68-9111）

市職員の給与などを公表します

人事行政運営における公正性と透明性を高めるため、令和７年度の市職員の給与や職員数などを公表します。詳しい情報は、市ホームページで公表しています。

詳細はこちら

問　市総務課給与厚生係（☎77-5020）

１）令和７年度普通会計の実績

１　人件費

人口（R8.3.31現在）	歳出額（a）	人件費（b）	人件費率（b/a）	前年度の人件費率
44,101人	38,711,714千円	6,291,122千円	16.2％	15.9％

２　職員給与費

職員数（a）	給与費				1人当たりの給与費（b/a）
	給料	職員手当	期末・勤勉手当	合計（b）	
525人	2,046,083千円	391,247千円	827,978千円	3,265,308千円	6,220千円

※職員数は令和７年４月１日現在の人数
※職員手当には退職手当は含まない
※市長・副市長・議員などの特別職の給与は含まない

２）職員の平均給料月額、初任給などの状況

１　学歴別初任給および経験年数別平均給料月額

（一般行政職、令和８年４月１日現在）　（単位：円）

区分	決定初任給	経験年数			
		10年	20年	25年	30年
大学卒	227,100	285,320	350,129	388,111	412,963
高校卒	201,600	253,829	313,650	366,133	369,975

２　平均給料月額と平均年齢（令和８年４月１日現在）

区分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
一般行政職	43.8歳	340,613円	442,385円
技能労務職	54.2歳	312,720円	339,904円

※平均給料月額＝令和８年４月１日現在における職種ごとの基本給の平均
※平均給与月額＝給料月額と毎月支払われる扶養手当、住居手当、時間外勤務手当などの諸手当の額の合計

３）職員の手当の状況

１　期末・勤勉手当（令和７年度実績）

支給割合		１人当たり平均支給額
期末手当	勤勉手当	1,693千円
2.525月分	2.125月分	
このほかに職制上の段階などによる加算措置あり		

２　退職手当（令和８年４月１日現在）

支給率	自己都合	勧奨・定年
勤続20年	19.6695月分	24.586875月分
勤続25年	28.0395月分	33.27075月分
勤続35年	39.7575月分	47.709月分
最高限度額	47.709月分	47.709月分
１人当たり平均支給額（令和７年度）	2,706千円	22,188千円

【そのほかの加算措置】定年前早期退職特例措置（２～45%加算）

３　そのほかの手当（令和７年度）

区分	主な内容および支給単価
扶養手当	扶養親族のある職員に支給しています。 ・配偶者　月額3,000円 ・子１人につき　月額11,500円 （満16歳から満22歳の子には5,000円加算） ・上記以外　１人につき月額6,500円
住居手当	月額12,000円を超える家賃を支払う職員に支給（限度額27,000円）
通勤手当	片道２km以上の通勤距離で、バスなどの交通機関や、自動車などの交通用具を使う職員に支給

４）特別職の報酬

特別職の報酬など（令和８年４月１日現在）

	報酬等月額	期末手当
市長	830,000円	６月期　1.75月分 12月期　1.75月分 計　3.5月分
副市長	670,000円	
教育長	590,000円	
議長	423,000円	
副議長	358,000円	
議員	338,000円	

５）職員数の状況

１　部門別職員数の状況と主な増減理由（各年４月１日）

部門	令和８年（a）	令和７年（b）	増減数（a）-（b）	主な増減理由
一般行政部門	467人	460人	7人	組織の見直しに伴う部門変更
特別行政部門	57人	65人	△8人	組織の見直しに伴う部門変更
公営企業等	76人	79人	△3人	職員配置の見直し
合計	600人	604人	△4人	

２　級別職員数（一般行政職、令和８年４月１日現在）

級	代表的な職名	職員数	構成比
１級	主事、技師	41人	11.6%
２級	主事、技師	27人	7.6%
３級	主任、主任技師	77人	21.8%
４級	係長、主査	102人	28.9%
５級	副主幹	51人	14.4%
６級	課長、主幹	41人	11.6%
７級	部長	14人	4.0%
合計		353人	100%

※構成比は、表示単位未満を四捨五入しているため、合計値と一致しない

６）任免の状況

職員の採用・退職状況

令和７年度		令和８年４月１日	他団体間異動増減（R7.4.2-R8.4.1）
採用職員	退職職員	採用職員	
46人	38人	31人	△1人

※他団体＝宮古地区広域行政組合

第40回 市民芸能まつり

日　11月22日㈰午後０時30分開演（午前11時30分開場）
場　市民文化会館大ホール
内　舞踊や民謡などに取り組む５つの団体による芸能発表
【出演】 民踊うみねこ会、越田会、新舞陸中会、かすみ会、宮古民謡保存会
¥　【前売り】1,500円
【当日】2,000円
■プレイガイド
市民文化会館ほか
問　市民文化会館（☎63-2511）

詳細はこちら



山口公民館まつり

日　11月14日㈯・15日㈰
時　午前10時～午後５時（15日㈰は午後３時まで）
■**両日**　各サークルなどの作品展示、ＳＥＬＰわかたけ出店
■**14日㈯**　①フォトスタンド作り／午前10時30分～正午／10人／300円　②茶道体験／午前10時～正午／10人／無料　③水彩画体験／午後１時30分～３時／10人／無料



■**15日㈰**　①お茶会（表千家）／午前10時～午後２時／500円　②書道体験／午前10時30分～11時30分／５人／無料　③クラフトバンドでランドセルのストラップ作り／午後０時30分～１時30分／10人／100円
詳細はこちら
場・問　山口公民館（☎62-3670）

認定こども園、幼稚園、保育所（園）など
令和９年度入園児を募集

令和９年４月からの入所は、市こども家庭センターまたは各施設で受け付けます。必要書類をご用意の上、お越しください。
現在すでに施設を利用していて、来年度も継続して利用する場合は、利用中の施設からの案内に従って手続きしてください。
必要書類など、詳しくは市ホームページをご覧ください。
詳細はこちら

■施設ごとの受付日

①各施設に直接申し込みが必要となる施設

	第１希望の施設名	受付開始日
私立	認定こども園宮古ひかり（幼稚園部分）、認定こども園あかまえこども園（幼稚園部分）、認定こども園宮古泉幼稚園、認定こども園そけい幼稚園、小百合幼稚園	11月９日㈪～

②市こども家庭センターに申し込みが必要となる施設

	第１希望の施設名	受付日
公立	千徳保育所、津軽石保育所（指定管理）	12月１日㈫
	小山田保育所、花輪保育所（指定管理）	12月２日㈬
	佐原保育所、磯鶏保育所、崎山保育所	12月３日㈭
	田老保育所、新里保育所	12月４日㈮
私立	常安寺保育園、宮古保育園、認定こども園宮古ひかり（保育所部分）、認定こども園あかまえこども園（保育所部分）	12月７日㈪
	いずみ保育園、いずみ保育園分園、小規模保育事業所（ククナの家、かきのき保育園、みいつけた）、家庭的保育事業所（ぶどうのき、ぽかぽかてらす、いちごハウス、こぐまハウス、モアニ）	12月８日㈫

※上記日程で都合がつかない場合は12月18日㈮までに市こども家庭センター保育係で手続きしてください（受付時間＝午前９時～午後４時）
問　市こども家庭センター保育係（☎68-9088）

11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です

【パープル＆オレンジリボンプロジェクト】
女性への暴力根絶のシンボルであるパープルリボンと、子どもへの虐待防止のメッセージが込められたオレンジリボンにちなんだ展示などを行い、暴力根絶と児童虐待防止を呼びかけます。
日　11月12日㈭～25日㈫
場　市民交流センター、市立図書館ほか
■＃あなたに届ける紫とオレンジの写真展
皆さんが撮影した、紫色とオレンジ色の写真を募集中です。投稿いただいた写真は、展示会場にて展示するほか、市公式ＳＮＳで紹介します。



詳細はこちら

【相談窓口】
つらい気持ちをひとりで抱えていませんか？誰に相談したらよいかわからないとき、悩まず相談してください。



■**配偶者・交際相手からの暴力**
▷ＤＶ相談ナビ　＃８００８（はれれば）
▷警察相談専用電話　＃９１１０
▷ＳＮＳ相談　ＤＶ相談プラス
DV相談プラス
■**性犯罪・性暴力**
▷ワンストップ支援センター　＃８８９１（はやくワンストップ）
▷性犯罪被害相談電話（警察）　＃８１０３（ハートさん）
▷ＳＮＳ相談　Ｃｕｒｅ　Ｔｉｍｅ（キュアタイム）
Cure Time

問　市地域づくり推進課市民参画推進係（☎68-9080）

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

■11月の休館日
●市立図書館・川井分室･･･月曜日（23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：「『走る』を楽しむ本棚」

『あきらめないランニング』
白方 健一 ＋ ナイスク（著）



やりたいときが、始めどき！ランニングを始めたいと思っている人に向けて、長く楽しく続けられる走り方や基礎的な知識を解説します。

『風が強く吹いている』
三浦 しをん（著）



箱根駅伝を走りたい―。総距離200キロメートル余りの過酷なレースに駅伝経験がほとんどない無名チームで挑む、疾走青春小説です。

特集２：「あるいて　はしって　どこまでも」（こども図書室前）
内　おさんぽやマラソンなどの絵本を紹介します。

特集３：「色鮮やかなストーリー」（ティーンズコーナー前）
内　タイトルに色の名前が入っている本を集めました。

◇こども映画会（視聴覚室）
①11月７日㈯午前11時、午後２時
▶「みんなの童話～こぶとりじいさん／彦一とんちばなし～」（24分）
②11月14日㈯午前11時、午後２時
▶「年中行事アニメーション～七五三と子どもたち～」（10分）「こどもにんぎょう劇場～イソップときつね～」（15分）
③11月21日㈯午前11時、午後２時
▶「はたらく細胞～インフルエンザ～」（24分）
④11月28日㈯午前11時、午後２時
▶「おしりたんてい～プップッはんざいけいかくのシナリオ～」（20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　11月21日㈯午後３時
内　「弟は僕のヒーロー」（102分）

11月のイベント情報

◇大人のゆる～っとブックdeトーク
大好きな本の紹介を、ざっくばらんにゆる～っと皆さんとお話しませんか？
日　11月14日㈯午前10時30分～12時
場　市立図書館２階会議室
対　高校生以上
👤　８人
申　市立図書館本館に申込書を提出、電話
期　11月１日㈰～13日㈭開館時間中

◇電子図書館使い方講座
日　11月14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】「西村京太郎トラベルミステリー（岩手編）」
内　岩手を舞台にした本を集めました。

新里分室
（新里生涯学習センター内）

【特集】「冬支度」
内　編み物、料理本、絵本を紹介します。

川井分室
（北上山地民俗資料館内）

【特集】「手工芸、かご、道具など」
内　いろいろな物を作る楽しさを知ることができる本を紹介します。

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	12日 26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	13日 27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
	13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	11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	18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

● はじめてのシルバーリハビリ体操体験会

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。

日　11月16日㈪午前10時～11時30分
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　シルリハおらんど宮古の会（シルバーリハビリ体操指導者）
対／👤　市内在住の人／20人
¥　無料
持　飲み物、タオル、運動しやすい服装、上履き
申／期　電話／11月13日㈮午後５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

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？　話してみるだけでも気持ちがすっきりしたり、日々の介護に活かせるヒントが見つかったりするかもしれません。

日　11月20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　「クリスマスリースを作ろう」、情報交換、介護の相談
対　自宅で介護をしている人、これから介護を始める人
¥／申　無料／電話
期　11月19日㈭まで
問　市介護保険課地域包括支援センター（☎68-9086）

● 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」

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。（介護の相談も可能）

日　11月18日㈬午前10時～11時30分
場　市民交流センター２階多目的ホール
内　ミニ講話「薬のお話」、おしゃべり
問　市介護保険課いきいきライフ推進係（☎68-9126）

● チームオレンジみやこ ぽっぽ主催『スローショッピング』

日　11月11日㈬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お買い物②専用レジでゆっくり会計③おしゃべりができるぽかぽかサロン（おしゃべりだけの参加も可能）
対　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
問　市介護保険課いきいきライフ推進係（☎68-9126）

● 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

県立宮古病院「住民健康講座」～人生100年時代 一緒に語ろう心不全～

近年、患者数が増加している「心不全」について、医師や医療スタッフがわかりやすく解説します。症状や予防法、日常生活で気をつけるポイントなど、健康づくりに役立つ内容です。

詳細はこちら

日　①11月17日㈫
②令和９年１月19日㈫
場　①千徳公民館
②県立宮古病院１階総合待合ホール
🕒　午後２時～３時（午後１時30分から受け付け）
対　宮古圏域に在住の人
¥　無料（申し込み不要）
問　県立宮古病院地域医療福祉連携室（☎62-4011）

11月８日は「いい歯の日」

歯と口の健康は、毎日いきいき過ごすために大切です。

宮古地域口腔の健康づくり推進連絡会では、宮古歯科医師会の編集のもと、歯と口の健康づくりに役立つ情報を掲載した「歯っぴぃ～すまいる」を発行しています。

詳細はこちら

問　宮古保健所（☎64-2218）

イイ歯デーテレホン相談

日　11月９日㈰午前10時～午後７時
内　歯や口の悩みについて歯科医師が回答
¥　無料（通話料は自己負担）
問　岩手県保険医協会イイ歯デーテレホン相談係（☎019-651-7341）

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）

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、予約制の診療となります。

日　11月の毎週日曜日と３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**
▷11月３日㈫午前９時～午後３時／デンタルオフィス松橋（保久田４-26、☎63-1145）
▷11月23日㈪午前９時～午後３時／山本歯科医院（田老三王1-1-3-2、☎65-8855）

宮古保健所精神保健相談

日　11月26日㈬午後１時30分から
期　11月24日㈫まで
場・問　宮古保健所（☎64-2218）



●健康相談日程

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）、川井保健センター（☎76-2036）

地域	期日	時　間	会　場	内　容
宮古	11/16㈪	10:00～11:30	宮古保健センター	▶血圧測定、健康相談 ▶講話「糖尿病予防」 ※試食があります
	11/17㈫	10:00～11:00	山口公民館	▶血圧測定、健康相談 ▶講話「糖尿病予防」
	11/19㈭		山口団地住宅集会所	
		13:30～14:30	宮園自治会センター	
田老	11/12㈭	10:00～11:00	田老保健センター	▶血圧測定、健康相談 ▶講話「感染症予防」
	11/17㈫		摂待地区消防屯所	▶血圧測定、健康相談 ▶講話「糖尿病予防」
川井	11/5㈭	10:00～11:00	関根集会所	▶血圧測定、健康相談 ▶講話「糖尿病予防」
	11/9㈪		平津戸集会所	
	11/12㈭		田代集会所	▶血圧測定、健康相談 ▶講話「脂質異常症予防」
		13:30～14:30	去石集会所	

●シンポジウム「がんと折り合いをつけて生きる」

日　11月21日㈯午後１時30分～午後３時30分（午後１時開場）
場　市民交流センター２階多目的ホール
内　①基調講演「がんと折り合いをつけて生きる～これからはがんサバイバーシップの時代～」
　　②パネルディスカッション「がんと共に生きる」
師　①②熊坂義裕（よしひろ）（社会的包摂サポートセンター代表理事）
　　②高橋　都（みやこ）（日本がんサバイバーシップネットワーク代表理事）
　　村上晶彦（あきひこ）（岩手県対がん協会専務理事）
　　古澤優子（ゆうこ）（県立宮古病院乳がん看護認定看護師）
　　腹子（はらこ）あきこ（元日本医科大学付属病院がん化学療法看護認定看護師）
👤／¥　140人／無料
申　電話またはファクス、申し込みフォーム
期　11月４日㈬午前８時30分～17日㈫午後５時
問　市健康課生活習慣病指導係（☎64-0111、FAX64-5464）

詳細はこちら

申込フォーム

●職場でのがん検診受診状況のご回答のお願い

がんの早期発見・早期治療のためには、定期的ながん検診の受診が大切です。住民の皆さまの受診状況を把握し、より適切ながん検診のご案内を行うため、令和７年度に職場のがん検診や人間ドックでがん検診を受けた人、または本年度に受診を予定している人は、下記の専用フォームから簡単なアンケートにご協力ください。

期　12月31日㈭まで
問　市健康課地域保健医療係（☎64-0111）

回答フォーム

●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

市くらし安全課

▼地球温暖化対策地域協議会「勉強会～魚市場せり見学～」
●日11月11日㈬午前6時40分～8時（荒天などの場合は中止）●場市魚市場●対会員●👤10人●¥無料●申電話●期11月10日㈫正午まで●他市民であればどなたでも会員になれます。会費無料●問市くらし安全課（☎68・9078）

詳細はこちら

田老公民館

▼くるみ樹皮で編む～ミニかご&ストラップづくり～
●日11月27日㈭午前10時～正午●👤5人●¥300円（材料代）●期11月3日㈫～24日㈫●場・問田老公民館（☎87・2976）

詳細はこちら

新里生涯学習センター

▼そば打ち体験講習会
●日12月13日㈯午前10時～午後1時●内新里地区腹帯産のそば粉を使った十割そば打ちの体験●師新里グリーン・ツーリズムそば打ち研究会●対中学生以上の市民●👤12人●¥1000円（試食あり）●申電話●期11月8日㈯午前9時から●場・問新里生涯学習センター（☎72・2019）

市災害資料伝承館

▼企画展「津波の記憶をつなぐ～宮古に残された記録から、あの日をたどる～」
●日11月1日㈯～29日㈰

▼特別講演「地元誌みやこわが町がとらえた、東日本大震災津波・大規模災害」
●日11月7日㈮午後1時30分から●師橋本久夫●👤30人●申電話《共通》●¥無料●場・問市災害資料伝承館（☎65・6852）

詳細はこちら

うみマチひろば

▼ワインとチーズを楽しむ講座
●日11月22日㈯午後6時～8時●場鳥もと●対20歳以上の市民（初心者優先）●👤8人●¥4000円

▼はじめての太極拳～健康に良い生涯スポーツを体験！～
●日11月22日㈯・29日㈰●🕒午前10時～11時30分●場うみマチひろば●👤10人（両日参加できる人優先）●¥300円《共通》●他参加料の支払いは前日まで●問うみマチひろば（市地域創生センター、☎65・7133）

詳細はこちら

姉ヶ崎サン・スポーツランド

▼スイミングスクール体験月間
●日11月1日㈯～30日㈰●受講料＝300円（保険料含む）●プール利用料＝【大人】540円【子ども】320円●申電話●期11月30日㈰まで

▼第66回宮古市姉ヶ崎サン・スポーツランド水泳記録会出場者募集
●日12月6日㈯午前9時30分から●対小学生以上（未就学児も参加可能）●¥【中学生以下】800円【高校生以上】1000円●申申込書と参加料を受付に提出●期11月29日㈯まで《共通》●場・問姉ヶ崎サン・スポーツランド（☎63・6323）

詳細はこちら

浄土ヶ浜ビジターセンター

▼みちのく潮風トレイルメンテナンスin岩泉
●日11月14日㈮午前9時～午後3時●場浄土ヶ浜ビジターセンター集合●👤20人（小学生以下保護者同伴）●申電話または申し込みフォーム●期11月13日㈭まで●問浄土ヶ浜ビジターセンター（☎65・1690）

申込フォーム

開催・募集など

▼津軽石駅にぎわいまつり
●日11月3日㈫午前9時30分～午後2時30分●場津軽石駅前●内軽音楽ショウ、フリーマーケット、屋台の出店、盛合家庭園の見学●問津軽石駅にぎわいクラブ・野崎（☎090・5189・3679）

▼令和9年度福祉のまちづくり支援事業
●内福祉活動に直接使用する機器、用具の購入経費を助成●問岩手県共同募金会宮古市共同募金委員会（宮古市総合福祉センター内、☎77・3061）

詳細はこちら

〔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（☎㊽9065）までお問い合わせください。広報12月15日号の原稿締め切りは11月13日㈭です。

▼復興支援チャリティダンスパーティー
●日11月8日㈰午後1時30分～3時30分●場宮古市総合福祉センター●¥1000円●問リズム・山口（☎㉒6687）

▼老木公園探鳥会
●日11月8日㈰午前8時30分～10時30分●場老木公園西側駐車場集合●内ベニマシコ、ヒヨドリの観察●問日本野鳥の会宮古支部・関川（☎㉒4725）

▼支え愛・傾聴サロン
●日11月8日㈰午前9時30分～11時30分●場市民交流センター●問宮古地域傾聴ボランティア・支え愛（☎070・9118・0874、✉keitou.sasaeai@gmail.com）

▼宮古高等技術専門校校内技能コンクール
●日11月11日㈫●㊡【自動車システム科】午前9時10分～午後1時25分【金型技術科】午前9時10分～正午●対市民●申メールまたは申し込みフォーム●場・問県立宮古高等技術専門校（✉cd0006@pref.iwate.jp）

▼子ども将棋教室
●日11月14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）

▼はあとふるフェスタ2026（障がい理解促進イベント）
《音楽いろいろ遊び》●日11月14日㈯午前10時～11時30分●👤30人
《ちかつ.inイーストピア》●日11月14日㈯午後1時～3時●内創作活動 など
《夢応援企画》●日11月15日㈰午後1時30分～2時30分●内トークイベント（天津木村の「その夢が叶うこと、あると思います」）●👤100人
《作品展示》●日11月14日㈯午前9時～15日㈰午後3時
《共通》●場市民交流センター2階●申電話●問NPO法人レインボーネット（☎㊹7878）

▼森を考える会
●日11月14日㈯午前9時～午後2時●場齋徳林業事務所●内間伐体験●期11月9日㈪まで●問森を考える会・斉藤（☎090・7660・0348）

▼日本ウミガメ会議特別講座 ウミガメと見つける『好き』のその先～海と希望の学校in三陸2026～
●日11月15日㈰午後1時30分～4時40分（午後1時開場）●場釜石市民ホールTETTO（テット）●申不要●問大槌町観光交流協会（㊷5121）

▼墨で遊ぼう！ワークショップ
●日①11月21日㈯②12月12日㈯●㊡午前10時～正午●場①市民交流センター②崎山公民館●対市内小中学生●👤①5組（1組3人まで）②10人●¥①1組1500円②1000円●申申し込みフォーム●期①11月20日㈭午後5時まで②12月11日㈭午後5時まで●問アスノスマイル・鈴木（☎090・7198・5664）

▼第2回吹奏楽ワークショップ&コンサート
●日11月23日㈷午後2時（午後1時30分開場）●¥【前売券】800円【当日券】1000円※未就学児無料●申申し込みフォーム●他ゲスト＝名取交響吹奏楽団有志、大久保茉美（まみ）（オーボエ奏者）●問同実行委員会・渡邊（☎0904558・4087）

▼岩手労働基準協会宮古支部
《酸素欠乏危険作業従事者特別教育》●日11月27日㈭午前9時～午後3時●¥12430円●期11月16日㈪まで
《フルハーネス型墜落制止用器具特別教育》●日12月11日㈭午前9時～午後4時●¥11440円●期11月30日㈰まで
《共通》●👤各30人●場・問岩手労働基準協会宮古支部（☎・FAX㉒4906）

▼森のあそびばツリークライミング体験会～野外活動センターの森の木に親しみましょう！～
●日①11月28日㈯正午～午後3時30分②29日㈰午前10時～午後1時30分●場市野外活動センター●対6歳以上の市民●👤各回6人●申電話●期①11月27日㈭まで②11月28日㈯まで●問小沢の里山をつくる会（☎090・3789・1270）

▼瀬戸内寂聴ビデオ放映会
●日11月29日㈰午後2時～4時（午後1時開場）●場市民文化会館大ホール●¥無料●問宮古の文化事業を考える会・佐香（☎㉒1130）

▼Hey-river自然体験！おぐに里山トレッキング&そば打ち体験
●日12月5日㈯●場午前8時45分宮古駅待合室集合●👤20人（小学生以下保護者同伴）●¥【大人】2000円【子ども】1000円●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（☎㊐1170）、一般社団法人浄土日和・佐々木（☎080・5550・7666）

▼能力開発セミナー
《シーケンス応用》●日12月17日㈭・18日㈮●㊡午前9時～午後4時●👤5人●申ファクスまたはメール●期12月3日㈭まで●場・問宮古高等技術専門校（☎㉒5606、FAX㊹6596、✉seminar_miyako@pref.iwate.jp）

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



街で外国人のお客様を見かけたら言ってみよう！

＜今回のフレーズ＞

宮古での時間を楽しみましたか？
Did you enjoy your time in Miyako?（ディッ ジュー エンジョイ ユア タイム イン ミヤコ）



「How did you like Miyako?」（ハウ ディッ ジュー ライク ミヤコ）（宮古はいかがでしたか？）という表現も併せて覚えておきましょう。

高病原性鳥インフルエンザの予防対策を忘れずに！

岩手県中央家畜保健衛生所

渡り鳥が飛来する季節になり、ニワトリなど家庭で飼っている鳥（家きん）が、鳥インフルエンザに感染する危険が高まっています。感染防止のため、予防対策をしましょう。異常が見られた場合は下記問い合わせ先または近くの獣医師にすぐに連絡してください。

①日常の飼育管理を徹底する
▷毎日観察し、飼育小屋やその周辺を清潔に保つ
▷手洗いやうがいをする
②野鳥などの野生動物の接触を防ぐ
▷金網や防鳥ネットなどで覆い、動物の侵入を防ぐ
▷エサや衛生的な水道水は小屋の中に置く
③ウイルスを持ち込まない
▷専用の履物、衣服を身につける
▷家きん舎内に入る人・物の徹底した消毒を行う
▷他の養鶏場、飼育場へは立ち入らない

問　岩手県中央家畜保健衛生所（☎019-688-4111）

園芸用農業資材の購入費用を助成します

宮古農林振興センター　ほか

内　令和８年４月から９月までに購入したナフサ関連資材（ハウスビニール、マルチ、出荷用ビニール　など）
詳細はこちら

■補助率　対象資材の購入実績額に価格上昇率30%を乗じた額の１／２（補助上限：9,000円/10a）

対　①農協へ出荷している人②農協へ出荷していない人（法人、組織）
※販売を目的として野菜、果樹、花きを生産している園芸農家に限る

申　①宮古営農経済センターに書類を持参
②宮古農林振興センターに法人または組織で申請

期　①11月30日㈰②12月28日㈰

問　宮古農林振興センター（☎64-2214）、新岩手農業協同組合宮古営農経済センター（☎69-3220）

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　12月11日㈭午前10時～午後３時
場　宮古地区合同庁舎１階相談室
内　弁護士による、離婚や親権、養育費などの相談
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）

青色申告特別控除の見直しについて

宮古税務署

令和８年度税制改正により、令和９年分確定申告以降、青色申告特別控除の見直しが行われます。

《主な改正事項》

①複式簿記による青色申告特別控除（75万円または65万円）の適用は、e-Taxの利用が要件になります
①詳細はこちら

②簡易簿記による青色申告特別控除（10万円）の適用は、前々年の収入が1,000万円以下の人などに限定されます
②詳細はこちら

③青色申告特別控除（75万円または65万円）の適用は、e-Taxの利用や複式簿記による記帳などが必要になります
③詳細はこちら

問　宮古税務署（☎62-1921）

令和８年秋季全国火災予防運動

宮古消防署 ほか

空気が乾燥し火災の起こりやすい気象状態が多くなります。火の取扱いには十分注意し、お出かけ前などにはもう一度火の元を確認しましょう。
また、暖房器具などを使用する際には周りに燃えやすいものを置かないようにしましょう。

日　11月９日㈰～15日㈯（７日間）

■2026年度全国統一防火標語
「火の確認 いい日を支える いい習慣」

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）

Ｂ型肝炎訴訟　弁護士による無料電話相談会

Ｂ型肝炎被害対策東北弁護団事務局

日　11月14日㈮午前10時～午後６時
対　Ｂ型肝炎患者または家族、相続人

■相談先　☎022-263-1777／☎022-263-1779

問　Ｂ型肝炎被害対策東北弁護団事務局（小野寺友宏法律事務所内、☎0120-76-0152）

宮古市内の交通事故件数（９月１日～30日）

■交通事故件数
▷人身事故＝１件　▷死亡者＝０人
▷負傷者＝２人　▷物損事故＝61件

日没時間が日に日に早くなっています。ドライバーの皆さん、午後４時には車のライトを点灯し、安全運転に努めましょう。

問　宮古警察署（☎64-0110）

おめでた&おくやみ

9/25～10/9（届け出順）

○生まれた赤ちゃん○

細川　穂（すい）ちゃん	太田二丁目	（凌）
髙田結心（ゆうしん）ちゃん	新田	（智昭）
佐々木湊大（みなと）ちゃん	払川	（大夢）
内海心花（こはな）ちゃん	日影町	（姫奈）
渡邊葉月（はづき）ちゃん	泉町	（誠）

♡結婚したお二人♡

山﨑貴幸さん・岡本奈々さん＝宮町四丁目

■亡くなった方■

花舘秀子さん	（86）	西町三丁目
坂本キミさん	（103）	笹見内
大久保ムツ子さん	（85）	松山
藤田博明さん	（54）	藤原上町
梅澤アヘ子さん	（89）	板屋四丁目
前田正弘さん	（75）	花輪三
鳥取耕司さん	（83）	刈屋
中村勝子さん	（89）	磯鶏三丁目
伊勢昭子さん	（87）	日影町
畠山賢治さん	（78）	水沢
中野綾子さん	（89）	刈屋
鈴木徹哉さん	（59）	大通二丁目
佐々木忠吉さん	（94）	摂待和野
小松邦男さん	（72）	藤畑
打越公敬さん	（92）	佐原三丁目
中屋辰巳さん	（73）	上鼻一丁目
山崎ハツミさん	（86）	磯鶏石崎
多田壽子さん	（94）	宮町二丁目
眞田ヤス子さん	（94）	小国
中居ユリさん	（92）	田の沢
佐藤　潔さん	（94）	藤原上町
加藤敬子さん	（85）	西ヶ丘三丁目
中澤秀昭さん	（70）	西ヶ丘
本田英子さん	（68）	鍬ヶ崎下町
橋場京子さん	（98）	黒田町
大川原ミサオさん	（99）	刈屋

※届け出の際、広報への掲載を希望した場合に載せています
※住所については、行政区または土地の名称で記載しています

お知らせ

●宮古市役所 ☎62-2111
（宮町一丁目1の30、イーストピアみやこ内）
●田老総合事務所 ☎87-2111
●新里総合事務所 ☎72-2111
●川井総合事務所 ☎76-2111

人口と世帯
※10月１日現在
※（）内は前月との比較

人口	男	女	世帯
43,627人（-81）	20,987人（-24）	22,640人（-57）	22,038（-24）

人口のうごき
※９月１日～30日

出生	死亡	転入	転出
7人	73人	42人	57人

宮古地域の粗大ごみ収集11月の対象地区

市くらし安全課

日／対　▷11月25日㈫／舘合町、鴨崎町、和見町、泉町、山口、宮園
▷11月26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
▷11月27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
▷11月30日㈪／高浜、金浜、津軽石、藤の川、白浜、赤前
期　11月10日㈫
⚠　▷収集地区を確認し、申し込んでください　▷１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　▷粗大ごみの寸法を聞き取ります　▷収集できない粗大ごみもあります
問　市くらし安全課環境係（☎64-6488）

献血で、つながる“いのち”～皆さまのご協力をお願いします～

市くらし安全課

内　400ミリリットル献血のみ実施します。
対　体重50キログラム以上の、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

実施日	献血会場	実施時間
11/7㈯	ファミリーマート宮古根市店	10:00～12:00 13:30～15:30
11/12㈬	宮古地区合同庁舎	10:00～11:30 13:00～16:00

問　市くらし安全課くらし安全係（☎68-9109）

多重債務者相談強化キャンペーン2026

市消費生活センター

借入れ・ローンの返済などお困りの人はご相談ください。
日　12月31日㈬まで
時　平日の午前９時～午後９時（土曜日は午後５時まで、祝日・年末年始除く）
■相談先　法テラス・サポートダイヤル（☎0570-078374）
問　市消費生活センター（☎68-9081）

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。メーターボックス周辺の整理をお願いします。
日　11月10日㈫～20日㈭
対　長沢、津軽石、赤前、重茂、音部、白浜、田老地区、新里地区、川井地区　ほか
問　市上下水道部施設課給排水普及係（☎71-2299）

再生品展示会開催

宮古地区広域行政組合

日　12月４日㈭～６日㈯午前９時～午後４時
場　宮古地区広域行政組合再生品ストックヤード（崎山第６地割122-1）
内　タンス、テーブルなどの補修品を展示し、希望者へ無償提供（複数の申し込みがあった場合は抽選）
対　宮古地区広域行政組合管内に居住している人
※再販売を目的とする場合は申し込み不可
¥　無料（引き取りに係る費用は自己負担）
申　小学生以上１人１点、展示会場で受け付け
※展示期間中の引き渡しはできません
問　宮古地区広域行政組合（☎64-7111）

国道340号宮古岩泉間整備促進住民総決起大会開会

国道340号宮古岩泉間整備促進期成同盟会

日　11月14日㈯午前10時
場　岩泉町民会館（岩泉町岩泉字松橋21-1）
問　国道340号宮古岩泉間整備促進期成同盟会（市建設課内、☎68-9102）

創業スクール開講

宮古商工会議所

日　11月12日㈬・19日㈬・26日㈬、12月３日㈬・10日㈬
時　午後６時～９時（11月12日㈬のみ午後１時～２時および午後６時～９時）
場　宮古商工会館３階大会議室
内　経営、財務、人材育成、販路開拓について学び、実践的な事業計画を策定
詳細はこちら
師　伊藤理恵（㈱スリーデイズ 代表取締役）
対／👤／¥　新規創業を志す人／15人／無料
申　電話または参加申込書をファクス
※申込書はホームページからダウンロードできます
問　宮古商工会議所（☎62-3233、FAX63-6131）

〔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】エプロン、三角巾、おんぶ紐（必要な人）【※2】上履き 【※3】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）
※27日㈮午前はお休み

催し名	日時	場所	内容など	対象児
赤ちゃんサロン【※1】	４日㈬10:00～11:00	山口公民館和室	かんたん、おいしい離乳食を作ろう	３～12カ月
ぽかぽかランド【※2】	11日㈬10:00～11:00 ※期＝10日㈫まで	市民交流センター2階 運動スタジオ1・2	手遊び、ふれあい遊び、お買い物ごっこ、お話 ほか	１～６歳
ふれあい広場「にこにこ」	18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	25日㈬10:00～11:30 ※期＝24日㈫まで	市民交流センター2階 運動スタジオ1・2	高齢者サークル「あづまっぺし」の皆さんによるトーンチャイム演奏を聴いたり交流する	
にこにこルーム川井	26日㈭10:00～10:45	川井保健センター	手遊び、ふれあい遊び、お買い物ごっこ、お話 ほか	
にこはぐの日	30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	

つどいの広場「すくすくランド」（うみマチひろば（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・者
赤ちゃんのつどいと絵本の読み聞かせ【※3】	６日㈮11:00～11:45 ※期＝５日㈭まで	うみマチひろば	秋の製作あそび、絵本の読み聞かせ	3～12カ月
ふじたじぃじの絵本の読み聞かせ	13日㈮11:00～11:15		絵本の読み聞かせ	０～６歳
いわてこどもあそび隊がやってくる！	19日㈭10:30～11:30 ※期＝18日㈬まで		親子ふれあい遊び、手あそび 師＝岩手県立児童館 いわて子どもの森職員	
親子ふれあい遊びと絵本の読み聞かせ	20日㈮10:30～11:30 ※期＝19日㈭まで		秋の製作あそび、絵本の読み聞かせ	１～６歳
保護者向け講話会	24日㈫10:30～11:45 ※期＝23日㈪まで		わたしと我が子のためのスキンケア 師＝斉藤とも絵（スキンケアアドバイザー）	どなたでも（お子さんの同伴可）
保健相談会	30日㈪11:00～11:45		歯と口の健康について	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	10日㈫10:30～11:00 ※期＝９日㈪午後２時まで	ひよこクラブ（宮古ひかり）	園内や園庭での雰囲気を感じながら遊んでみる	０～６歳
ひよこルーム ※👤＝４組	17日㈫9:00～11:00 ※期＝16日㈪午後２時まで		子育てについて気軽に相談	

つどいの広場「のびっこクラブ」（認定こども園そけい幼稚園内、☎62-8678）

●開設日＝毎週月・水・金曜日 ●開設時間＝午前９時～正午、午後１時～３時

催し名	日時	場所	内容など	対象児
10・11月の誕生会 （誕生児は10:30集合）	６日㈮10:45～11:30 ※期＝４日㈬午後３時まで	のびっこクラブ（そけい幼稚園）	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	０～６歳
クリスマス製作【※3】 ※👤＝６組	16日㈪10:30～11:20 ※期＝13日㈮午後３時まで		お家に飾れるクリスマス飾りを作りましょう！	

HAPPY BIRTHDAY



木村心玲（みれい）ちゃん
1歳になりました
強くたくましい我が家の三女♡ ハッピーバースデー♡♡♡ （家族）



色川ひなたちゃん
1歳になりました
㊗1歳♪ いつもニコニコ笑顔に癒されてるよ☺ いっぱいいっぱい遊ぼうね！ （じぃじ､ばぁば）



渡邉湊保（みなほ）ちゃん
1歳になりました
みーちゃんお誕生日おめでとう♪ いっぱい食べていっぱい遊んで大きくなろうね！ （家族）



菅原小鈴（こすず）ちゃん
1歳になりました
お誕生日おめでとう！ ごはん大好きこっちゃん､いっぱい食べて大きくなろうね！ 大好き☺♥ （家族）





佐々木海凪（みな）ちゃん
2歳になりました
イヤイヤ真っ只中！ 日々成長！ 2歳にレベルアップした俺をよろしくね☆ （みな）



大棒絢仁（あやと）ちゃん
2歳になりました
ムードメーカーの絢仁✨ いつも笑顔に癒されてるよ♡ 元気にすくすく大きくなってね☺ （家族）



鳥居龍羽來（りゅうら）ちゃん
2歳になりました
Happybirthday♡りゅうちゃん♡ たくさん食べて元気に大きくなってね🍀 （家族）





山根楓龍（はやと）ちゃん
2歳になりました
2歳のお誕生日おめでとう！ 沢山食べて！ 遊んで！ 寝て！ 健康で楽しく元気に過ごそうね！ （家族）



川目果穂（かほ）ちゃん
2歳になりました
いつもいろんな表情で楽しませてくれる果穂ちゃん♥ 食べ物ポイポイはそろそろ卒業しましょ！ （家族）



佐々木凪音（なぎと）ちゃん
2歳になりました
2歳おめでとう！お喋り上手になってきた凪くん！ 笑顔いっぱい大きくなってね ☺ （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 12月生まれの2歳以下の子ども
申 申し込みフォーム
期 11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

令和8年度「みやこ3（さん）ライズ・ミーティング」を開催します！

宮古市学校保健会、宮古市ＰＴＡ連合会、宮古市教育振興運動推進組織の三者が、子どもの健やかな成長を願い、合同で研究大会を行います。

日 11月28日㈯午後1時30分～4時（午後1時から受け付け）
場 市民交流センター2階多目的ホール
内 ①青少年健全育成標語表彰、学校保健会研究発表、地域学校協働活動取組発表
②講演 【演題】「子どもへの向き合い方・寄り添い方について」
師 佐藤敦士（県南青少年の家所長）
対 学校関係者、ＰＴＡ連合関係者、教育振興各地区実践協議会会員、市民（定員20人）
他 参加、託児を希望する人は、11月13日㈮までに申し込み
問 市地域づくり推進課生涯学習係（☎68-9119、FAX63-9123）

申込フォーム

乳幼児期家庭教育学級　第4回おひさまクラブ『親子クッキング』～親子でつくる　かわいいカップケーキ～

日 12月5日㈯午前10時～正午
場 田老公民館
内 カップケーキを作ってデコレーション
対 0歳～就学前の子を持つ保護者、その家族
👤 親子5組
¥／持 300円／飲み物、エプロン、三角巾
申／期 電話／11月3日㈫～26日㈭まで
問 田老公民館（☎87-2976）



昨年の親子クッキングの様子

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



みちのく潮風トレイルウォークin宮古

三陸の海と自然を満喫

９月27日、世界に誇る景勝地・浄土ヶ浜を有する本市で「みちのく潮風トレイルウォークin宮古」が開催され、市内外からの参加者436人が三陸地域の景色を満喫しました。

参加者は、約６㌔と約10㌔のコースに別れて出発。浄土ヶ浜や竜神崎展望台を廻り、10㌔コースはさらに宮古駅前まで散策しました。

米澤明良（あきら）さん（磯鶏小４年）は「疲れたけど歩けば歩くほど楽しくなった」と充実した表情で話しました。



第32回宮古市産業まつり

産業の魅力を体感

10月３・４日、東北ヒロセシーアリーナで「第32回宮古市産業まつり」が開催され、多くの来場者でにぎわいました。

会場では数多くのブースが屋内外に並び、市内や姉妹都市・友好交流都市の特産品などが販売され、来場者は体験や買い物を満喫しました。

お楽しみ抽選会で特賞のゲーム機が当選した高橋楓佑（ふうすけ）さん（磯鶏小３年）は「今までこのような抽選会で当選したことがなかったため、とても嬉しい」と喜んでいました。



第７回小国分館水車の畑まつり

郷土文化を楽しむ

10月11日、北上山地民俗資料館小国分館（旧小国中学校）で「第７回小国分館水車の畑まつり」が開催され、約100人が来場しました。

会場では、郷土食「しっしょ豆腐」の実演などが行われ、来場者は暮らしの知恵や文化に触れながら、催しを楽しんでいました。

来場した嵯峨良子（さがりょうこ）さん（江繋、67）は「とてもアットホームな雰囲気で、参加している皆さんが楽しそうにしていて、こちらも温かい気持ちになった」と笑顔で話しました。



第74回みやこ市民文化祭

市民が創る文化の祭典

10月11日、市民文化会館で「第74回みやこ市民文化祭」の開幕行事が催されました。

オープニングステージでは、バレエとピアノ、書道と詩吟など市内で活動する団体のコラボレーション発表や、市内の園児、児童らによる合唱などが披露されました。

堀切彩良（さら）さん（磯鶏小２年）は「弟が出演するそけい幼稚園の合唱を応援しに来た。バレエの踊りがきれいだったので、自分もやってみたい」と目を輝かせていました。

各種無料相談 ～一人で悩まずに～

11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。

11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		毎週水曜日午前10時～午後４時	盛岡地方法務局宮古支局（☎62-2337）	
	行政相談	宮古	●10日㈫午前９時30分～11時30分	市市民相談室（市役所１階、☎68-9081）	
		★田老	４日㈬午前９時30分～11時30分 ※２日㈪までに要予約	田老総合事務所	市市民相談室 （☎68-9081）
	公証人相談 （遺言相談）		●10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		５日㈭午後１時～５時 ※４日㈬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



交流推進部観光課トレイル担当、任務は「みちのく潮風トレイルの魅力発信事業」です。最近の悩みは、月に1度くらいしかトレイルを歩けていないことです……。

第76回 長谷川充洋（みつひろ）さん

先日（と言っても8月ですが…）、同じ地域おこし協力隊のジュリアン隊員と一緒に「みちのく潮風トレイル」の宮古湾周遊コースを歩きました。朝8時30分に宮古駅発石浜行きの県北バスに乗り、9時過ぎに白浜漁港の白浜バス停に到着。そこから津軽石方面へ歩き始めました。

前半は宮古湾東岸を進みます。歩道のない舗装路もあり、車に注意が必要ですが、頭上に響く蝉の声、心地よい海風、岸壁や海に集う海鳥など、夏の宮古らしい景色を楽しみながら歩けます。

東北ヒロセ陸上競技場を過ぎ、津軽石川水門で川を渡ってコンビニで少し早めの昼休憩。西岸では堤防の上から街並みを眺め、震災への思いも胸に歩きました。途中で「モナカ屋」さんに立ち寄り、4種類の餡から選べる「いか最中」（写真）でひと休み。さらにトレイルオアシスの「異人館」さんでは、夏の日差しで火照った体をクリームソーダでクールダウンしました。



白浜漁港から宮古湾を望む



藤の川海水浴場を過ぎ、リアスハーバーへ抜ける小さな冒険を楽しんだ後は、国道45号へ戻り、「すがた」さんの「いかせんべい」で元気を補給。宮古大橋でゴールです。

このコースは、宮古市内ルートでは珍しくほぼ舗装路のため、これからトレイルを始めたい方にもおすすめです。秋の行楽シーズンに、次の週末歩いてみてはいかがでしょうか。

インスタグラム「trailtown miyako」

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

スタジオから

市内の小中学校では文化祭・学習発表会が行われ、子どもたちの活躍にふれた人も多いと思います。

みやこハーバーラジオでは、毎月第２・４金曜日13時から、市内の小学校、中学校、高等学校、短大・専門学校の式典やイベント、学校報の記事を紹介する「学校だより」のコーナーを放送しています。

学校の枠を超えて開催された野球教室や意見発表会などの取材に加え、夏休み期間には、岩手県立大学宮古短期大学部の学生にスタジオにお越しいただき、生放送に出演していただきました！

８月１日実施の「三陸アカデミー列車」企画チームの学生３人（写真）が、三陸の魅力を伝えたいというモニターツアーに込めた思いをインタビュー。実際に使ったアイテムを用いたり、防災学習の企画として行った災害対応ゲームの問題について説明したりしながら、工夫し、苦労して作り上げた学習の成果をリアルな声でお届けしました。

放送が平日の日中なので、生の声を届けることはなかなか難しいですが、宮古で頑張る学生の姿やなつかしい母校の現在、お子さんやお孫さんが通う学校の行事など、子どもたちの活躍をぜひお聴きください。



●「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）」（https://listenradio.jp）や「サイマルラジオ」（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「秋の海」「林檎」

豊島喜美子 選

【特選】

寂しさの果ての果てなる秋の海　内藤賢一
評＝言葉を繰り返している中七が波のように効いている。秋の海が美しい。

ＡＩの進化横目に林檎食う　古舘徳雄
評＝膨大なデータを内蔵するＡＩは名句を生むのか。だがヒトは林檎の味を実感する。

【入選】

悲しみのなかったような秋の海　岩泉美佳子
常々に三桁生きむと林檎食む　大村良子
林檎もぎ青き空へと透かし見る　鎌田祐二
不揃いの林檎に蜜や当たりくじ　佐藤栄子
おとなしく良い子の如く秋の海　島香　良
林檎売るばあさん来るが毒はなし　武内悦子
リアス線車窓の外は秋の海　田澤好充
少しばかり死への憧憬秋の海　中野幸子

◆次の季題「冬に入る」「落葉」※11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29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「彼方より藍の生まるる秋の海　喜美子」
季節の移ろいが強く感じられる今日この頃です。皆様の力作をお待ちしております。

〔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。

ふるさと博物館

地域の魅力再発見！地域の宝マップ作成・重茂区域編
「隠れた絶景！！黒﨑神社」

市スポーツ文化課　編

重茂半島最北端の岬、宮古湾の入り口の岩場の上に黒﨑神社があります。祭神は須佐之男命と、鎌倉時代に閉伊郡を治めたとされる閉伊頼基です。本殿は天保11（1840）年の銘がある石の祠で、祠を囲う玉垣（神域を分ける石の垣根）には天明２（1782）年の銘が刻まれています。本殿の周りには「海上安全」「大漁成就」と刻まれた石碑もあり、江戸時代後期には漁業関係者の信仰を集めていました。明治に入ると重茂村の村社となり、現在は重茂漁業協同組合が中心となり祭礼や管理を行っています。

毎年６月の第２日曜日に例大祭、前日の夜に宵宮が執り行われます。昭和初期には重茂半島の漁船だけではなく、宮古・鍬ヶ崎の漁船も漁を休み、船を出したそうです。宵宮では漁業関係者から厚い支持を受けている黒森神楽の神楽衆によって、権現舞や神楽が奉納されます。翌日の例大祭では黒﨑神社の神輿を漁船に乗せ、重茂地区の各漁港を廻る海上渡御が行われます。

長い歴史のなかで多くの漁業者関係者から信仰されてきた黒﨑神社。波の浸食によりできた入江や、宮古湾を一望できる眺望も見事です。歴史と自然が織りなす絶景を楽しみながら、お参りしてみてはいかがでしょうか。



黒﨑神社と入江



天明２（1782）年の玉垣

宮古市が策定した「文化財保存活用地域計画」では、未指定の文化財も含めた「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「重茂区域」について紹介しました。

市長のひとり言

９月19日、市民講座「ありのままを受け入れる力～自分を大切にするということ～」を開催しました。講師は、映画「ミッドナイトスワン」「ブルーボーイ事件」、ドラマ「月夜行路」に出演された俳優の真田怜臣さん。「性別などの属性ではなく、一人の人として他者を見ること」「見た目や考えが自分と異なる人に対して、心ない言葉をかけないこと」。様々な経験をされた真田さんご自身の言葉で伝えていただき、考えさせられることや、多くの気づきがありました。思い込みで決めつけてしまっていること、まだまだ多いなと感じながら。

９月26日は、岩手県聴覚障害者協会宮古支部「キャッスルみやこ」との意見交換をさせていただきました。「ろう者を中心とした城を築きたい」との想いから、今年４月に設立された団体です。ろう者の皆さんの生活や経験してきたことを、寸劇を織り交ぜながら表現してくださいました。今に至るまで、私が感じえなかった苦労があったこと。手話が一つの言語として「当たり前」になったのは近年であり、その手話によって日常の世界が広がっていること。まだまだ理解不足の私、またお話を聞かせていただきたいと思います。

性別、国籍、障がいの有無、属性…そんなものは関係なく、誰もが、道の真ん中を堂々と歩ける社会でありたい。行政も民間もなく、皆で実現するもの。そんな想いを新たにした機会でした。

多くの機会に恵まれている宮古市。感謝しながら、今できることを一つ一つです。



キャッスルみやこの皆さんと

〔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

〔広告〕

広報みやこでは、掲載を希望する広告を随時募集中です。
詳しくは、市ホームページをご覧ください。
■規格　縦45㍉×横81㍉
問　市秘書広報課広報・プロモーション係（市役所４階、☎68-9065）



【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。

第27回崎山貝塚縄文まつり

日　11月３日㈫午前10時～午後２時30分
場　崎山貝塚縄文の森ミュージアム
内　▷フォローウィンズ「縄文の森コンサート」　▷豚汁のお振る舞い　▷縄文火おこし選手権2026　▷縄文ペンダント作り・丸木舟縄文フィッシング　▷弓矢・石斧体験　など
¥　無料
問　崎山貝塚縄文まつり実行委員会事務局（市スポーツ文化課内、☎65-7526）

詳細はこちら



弓矢体験など、楽しいイベント盛りだくさん！

宮古の農業まるごと体験『りんごの収穫』
宮古のりんごについて学ぼう

日　11月28日㈯午前９時30分～11時30分
場　南澤果樹園（崎鍬ヶ崎地内）
内　収穫体験
対　市民（小学生以下は保護者同伴）
👤　20人（初めての人優先）
¥／持　無料／汚れても良い服装
申　電話
期　11月２日㈪午前９時～13日㈮午後５時
問　市農林課農政係（☎68-9094）

詳細はこちら



生産者からりんごの紹介などの話を聞きながら収穫☺

津波遺構たろう観光ホテル
無料一般公開

日　11月22日㈰午前10時～正午
場　津波遺構たろう観光ホテル
内　災害の教訓を伝える「学ぶ防災」のガイド解説と津波映像の上映
申　不要
他　道の駅たろうと災害資料伝承館を巡ると記念品がもらえるスタンプラリーも開催！
問　市観光課ジオパーク・トレイル推進係（☎68-9091）

詳細はこちら



映像を交えながら解説します

第47回宮古市田老
「鮭・あわびまつり」

日　11月22日㈰午前９時～午後２時30分
場　田老野球場駐車場
内　▷アワビとり体験（各30人／1,500円／1人２枚まで）①午前10時から（午前９時30分から受け付け）②午後０時30分から（正午から受け付け）▷鮭のつみれ汁販売（数量限定、午前11時45分から）　▷農林水産物の販売　など
問　田老観光イベント実行委員会事務局（田老総合事務所内、☎87-2971）

詳細はこちら



海の恵みをご堪能ください♪

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

11月の納期

11月の市税の納期
国民健康保険税第５期

11月の延長・休日の納税相談窓口
【延長】日　11月５日㈬、19日㈬
時　午後４時～６時30分
【休日】日　11月29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
※市税はスマートフォン決済アプリ及びクレジットカードでも納税できます
問　市税務課収納係（☎68-9074）

11月の表紙

９月26日・27日、道の駅区界高原で「区界高原秋のめぐみマルシェ2026」が行われ、市内外から約1,200人が来場しました。

特産品の販売やモルック体験などが行われ、来場者は旬の味覚を堪能しながら秋の区界高原を満喫しました。松葉春史（はるふみ）さん（向中野小３年）は「たくさんのピンを狙って倒すことができてよかった」と笑顔で話しました。



●撮影日　９月26日
●場所　道の駅区界高原

■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）