

## 年末年始の主な公共施設の休業・休館日のお知らせ

市役所の業務は、12月27日(土)から令和8年1月4日(日)までお休みとなります。

出生・死亡など戸籍に関する届け出は当直の職員が受け付けますので、市役所1階の夜間・休日受付窓口にお声がけください。

※出逢い橋側に専用の出入口があります。そちらからお入りください

【表】年末年始の主な公共施設の休業・休館日

施設名	12月										1月				
	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	
	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	
市役所、各総合事務所、各出張所、各保健センター、上下水道部					休	休	休	休	休	休	休	休	休		
市民交流センター・中央公民館							休	休	休	休	休	休			
休日急患診療所	休	休	休	休	休		休	休	休					休	
田老診療所、新里診療所、川井診療所、川井歯科診療所		◎			休	休	休	休	休	休	休	休	休		
中央公民館分館、山口・千徳・重茂・崎山・花輪・津軽石・磯鷲・宮町・鎌ヶ崎・田老・刈屋・和井内の各公民館			△	■	▲	○	休	休	休	休	休	休	▲	☆	
市立図書館・各分室							休	休	休	休	休	休		休	
新里・川井生涯学習センター、北上山地民俗資料館							休	休	休	休	休	休		休	
市民文化会館							休	休	休	休	休	休		休	
崎山貝塚縄文の森ミュージアム						休	休	休	休	休	休	休		休	
市民総合体育館							休	休	休	休	休	休		休	
姉ヶ崎サン・スポーツランド						休	休	休	休	休	休	休	休		
うみマチひろば(宮古市地域創生センター)							休	休	休	休	休	休			
シートピアなあと									★	休					
みやこ斎苑										●					
安庭山荘	令和8年4月上旬まで休業														
県立水産科学館						休	休	休	休	休	休	休	休	休	

◎=12月24日(水)休診…川井歯科診療所  
 △=12月25日(木)休館…磯鷲公民館  
 ■=12月26日(金)休館…鎌ヶ崎公民館  
 ▲=12月27日(土)、1月4日(日)は休館…和井内公民館  
 ○=12月28日(日)休館…刈屋公民館

★=12月31日(水)午後2時閉館…シートピアなあと  
 ●=1月1日(火)火葬のみ休業。予約受け付けは行います…みやこ斎苑  
 ☆=1月5日(月)休館…中央公民館分館、山口公民館、千徳公民館、崎山公民館、宮町公民館、刈屋公民館

## 保護司の田中和七さんが「法務大臣表彰」を受賞！

保護司として活動する田中和七さんが法務大臣表彰を受賞し、受賞報告のため中村尚道宮古市長を表敬訪問しました。

同表彰は、長年にわたり更生保護に従事して、その実績がほかの模範となる人に贈られるもので、田中さんは平成18年に保護司として委嘱を受け、現在も活躍されています。

☎ 市市民協働課市民相談室 (☎68-9081)



田中和七さん(右)と中村尚道宮古市長

# 令和7年度市勢功労者・市民榮譽賞・市民奨励賞

市は、11月20日に令和7年度市勢功労者・市民榮譽賞・市民奨励賞表彰式を行いました。表彰された市勢功労者12人・2団体と、市民榮譽賞1人、市民奨励賞1人を紹介します。

## 自治功労者



やまもとまさのり  
**山本正徳さん**  
(田老三王・70歳)

平成21年7月から令和7年7月まで4期16年、宮古市長として市勢発展と福祉向上に尽力し、度重なる災害では的確に対応し、復興事業推進に貢献しました。

## 民生功労者



ほそごしむつえ  
**細越睦恵さん**  
(磯鶏・75歳)

平成10年以降、26年余りにわたり民生委員・児童委員として、地域住民の保護更生活動と福祉の増進に尽力しています。

## 民生功労者



ごとうひでお  
**後藤英雄さん**  
(田の神・75歳)

平成4年以降、放射線科医として地域医療の確保と向上に尽力し、平成10年から宮古医師会理事として組織運営に寄与、退任後も保健医療体制強化に貢献しています。

## 産業功労者



すどうまさお  
**須藤征雄さん**  
(日の出町・81歳)

宮古市廻来船誘致協議会初代会長として16年間宮古市魚市場の水揚げ増大に尽力し、宮古水産加工業協同組合監事として30年以上水産業振興に貢献しました。

## 産業功労者



みやこしかわい せいさんくみあい  
**宮古市川井しそ生産組合**  
(鈴久名)

平成4年に川井しそ生産組合を設立以来、安定生産と主産地化を推進、「川井赤しそ」のブランド化に貢献しました。  
※組合長・杉下一雄さんが代表受彰

## 産業功労者



たくさり いわお  
**田鎖 巖さん**  
(小山田・79歳)

昭和50年に田鎖製作所を創業後「株式会社エフビー」に改称し本市で操業、移転後も市民を多数雇用し雇用安定と地域経済発展に尽力しています。

## 産業功労者



ほろのしょういち  
**袈野正一さん**  
(南町・80歳)

閉伊川漁業協同組合代表理事組合長として閉伊川の資源増殖や漁場保全に尽力し、内水面・海面養殖の振興に貢献しました。

※写真は職場から提供されたもの

## 治安功労者



おおつほたけみつ  
**大坪竹光さん**  
(川井・75歳)

昭和47年に川井村消防団に入団以来、53年  
余りにわたり消防業務や地域住民に対する防  
火意識の高揚に努め、現在も宮古市消防団分  
団長として、火災予防活動に尽力しています。

## 治安功労者



たてした ひろし  
**館下 廣さん**  
(津軽石・75歳)

昭和51年に宮古市消防団に入団以来、49  
年余りにわたり消防業務や地域住民に対す  
る防火意識の高揚に尽力しました。

## 産業功労者



さわだ つかさ  
**澤田 令さん**  
(川井・78歳)

平成4年に株式会社ウツティかわいを設  
立し楽器部材製作から住宅用集成材へ事業  
を展開、33年間地元根ざした木材製造を  
行い、地域経済発展に貢献しています。

## 体育功労者



わたなべともあき  
**渡邊智昭さん**  
(南町・85歳)

昭和36年から宮古剣道協会役員を歴任  
し、競技普及や技術向上、組織強化に尽力  
したほか、県大会規模の大会開催を通じ青  
少年育成と宮古剣道の発展に貢献しました。

## 篤行者



かぶしがいしやごうどうしげん  
**株式会社合同資源**  
(千葉県長生郡長生村)

令和5年から脱炭素・再生可能エネルギー推  
進や防災事業に多額の寄附を行い、式典などの  
会場敷地を無償提供し地域に貢献しています。  
※代表取締役社長・山ノ井敏夫さんが代表受彰

## 治安功労者



うえさかまつお  
**上坂松夫さん**  
(田代・75歳)

平成元年に宮古市消防団に入団以来、  
33年余りにわたり消防業務や地域住民に  
対する防火意識の高揚に尽力しました。

## 市民奨励賞



たてしたいちね  
**館下苺采さん**  
(宮古商工・3年)

2025 U17レスリング世界選手権  
女子73kg級ベスト8進出

## 市民栄誉賞



やまやつばさ  
**山屋翔夢さん**  
(宮古商工・2年)

2025 U17レスリングアジア選手権  
男子フリースタイル48kg級準優勝

## 文化功労者



おがたよういち  
**尾形洋一さん**  
(山口・72歳)

昭和59年から41年余りにわたり文化財  
保護審議会委員として文化財保護の推進  
に貢献するとともに、チョウセンアカシ  
ジミの保護と緑化活動に尽力しています。

※写真は本人希望により活動中のもの

# 民生委員・児童委員、主任児童委員へ

駒形通	小堀内ゆみ子さん	松山1	永洞勝男さん	町・太長根	佐々木協子さん
藤畑	伊藤厚子さん	老木・根城	畠山晴夫さん	大平・上組・中組	新川妙子さん
弘川1	藤田好厚さん	長沢一・四	村上俊男さん	中瀬・下河原・二又	山口ルミ子さん
弘川2	館下文雄さん	長沢二・三	田鎖信一さん	八坂・飛	佐々木善憲さん
荷竹・根井沢・上根井沢	長沢雅彦さん	長沢五・六	吉田好枝さん	腹帯	佐々木孝子さん
赤前上・赤前中甲	宇都宮和秀さん	長沢七・八	前川 正さん	下刈屋	田畑拓夫さん
赤前中乙・赤前下	長洞義江さん	<b>田 老</b>		中野	中野美代子さん
堀内	亀梨正明さん	末前・青倉	下澤 昇さん	日向(刈)・北山・丹野	久保田圭吾さん
白浜	岩間準子さん	養呂地・神田	中島 薫さん	中里(刈)・永田	澤口喜一さん
<b>重 茂</b>		小田代	鈴木恵子さん	一番	山口正子さん
館	後川良二さん	檜内	和井田るみ子さん	二番	田越圭子さん
里	山下 隆さん	大平	坂本幸博さん	三番	上館喜代子さん
笹見内	坂本 博さん	小林1・災害公営住宅・田老一丁目1	入澤 睦さん	四番	中居克広さん
小角柄	佐々木孝宏さん	小林2・田の沢・館が森1	上屋敷正明さん	五番	東館ツカ子さん
千鷲・姉吉	佐藤 盛さん	荒谷・館が森2・ケラス・田老一丁目2・田老四丁目	前川さち子さん	<b>川 井</b>	
石浜・川代	畠山公二さん	下荒谷	唐木志守子さん	古田・巖岩・下川井	巖岩好恵さん
追切	小成文男さん	和野	越田 誠さん	中川井上	川口恵子さん
<b>崎 山</b>		重津部・青野滝	吉水克彦さん	片巢・岡村	山名 洋さん
女遊戸・松月	前川和子さん	小堀内	佐々木 優さん	箱石上下	山崎和茂さん
大付・日出島	小田島 一さん	水沢	佐々木リサ子さん	鈴久名・法師渡・横沢	山本建夫さん
崎山1	田中加代子さん	摂待	大下 明さん	蟹岡・夏屋・大畑	菅野和恵さん
崎山2	荒田仁子さん	田老三王一・二丁目1	田中律子さん	平津戸・門馬・松草	武内悦子さん
下在家1	菊池郁子さん	田老三王三丁目2	日蔭良好さん	黒沢・田代・去石	去石 徹さん
下在家2・大沢	館洞秀世さん	<b>新 里</b>		区界	佐々木悦子さん
早稲枒	北村弓子さん	和美・日向(茂)	茂市優子さん	赤沢・永田	河内弘子さん
箱石	菊地静子さん	日蔭	巢内雄司さん	大久保・下村	泉澤 隆さん
<b>花 輪</b>		廻立・巖地	菊地厚子さん	向田・大畑	中村智秋さん
花輪一・二・三・四	伊東昭男さん			土沢・末角	中村世志子さん
田鎖1・2	関畑美幸さん			湯沢上下	道又英光さん
田鎖3・4	山内千枝子さん				

## ■主任児童委員 (25人)

児童福祉に関する活動を専門に担当します。学校や児童福祉関係機関などと連携しながら、地域担当の民生委員・児童委員の活動をサポートします。

宮古南	臺目義顕さん	増井恒彦さん
宮古西	福土園美さん	山根正敬さん
宮古北	澤山恵美子さん	東館知里さん
鍬ヶ崎	中村登志江さん	早野幸雄さん
河 南	根市弘子さん	岩間としえさん

千 徳	竹花友子さん	北田 正さん
津軽石	宇都宮範子さん	大手利恵子さん
重 茂	高坂泰子さん	重茂愁子さん
崎 山	佐々木重光さん	太田真理子さん
花 輪	藤田博範さん	田澤和枝さん
田 老	中嶋隆子さん	佐々木良子さん
新 里	門坂めぐみさん	佐々木博康さん
川 井	古館栄子さん	

# 福祉に関する相談は、各地区の

民生委員・児童委員と主任児童委員が12月1日付けで改選されました。

各委員の任期は、12月1日から令和10年11月30日(木)までの3年間です。各地区の委員を紹介します。

☎ 市福祉課地域福祉係 (☎68-9082)



## ■民生委員・児童委員 (176人)

地域内の住民の相談に応じ、福祉サービスを提供する関係機関や行政とのつなぎ役として活動します。

また、福祉に関する調査なども行います。

宮古南	
向町	山内幸子さん
大通一丁目	斎藤志知子さん
大通二丁目	斉藤智美さん
大通三・四丁目	梶山康子さん
未広町	佐々木さみ子さん
宮町二丁目	鈴木奈保子さん
宮町三丁目2	金澤久子さん
宮町四丁目	鈴木共子さん
南町1	橋本美紀さん
南町2	浅沼祐子さん
宮古西	
柴町	佐川明子さん
館合町	佐々木信一さん
鴨崎町	後藤知子さん
和見町1	竹内政範さん
西町一丁目	三上えり子さん
西町三丁目	田村俊司さん
泉町1	大程朝子さん
泉町2	藤塚志津恵さん
田の神一・二丁目	小野寺善彦さん
黒森町	下澤邦彦さん
山口一・二丁目	吉田弘子さん
山口三丁目1	佐々木政旨さん
山口三丁目2	間瀬 寛さん
山口四丁目1	祝田由美さん
山口四丁目2	波岡達彦さん
山口五丁目	佐藤七郎さん
宮園・小平団地	池原谷久男さん
佐羽根・中里1・臼杵	中里正一さん
君田1・中里2	信夫幸子さん
落合・君田2	佐藤佳子さん

宮古北	
五月町・小沢一丁目	小成美子さん
小沢二丁目	熊谷キクさん
新町	佐藤健人さん
新川町・築地一・二丁目	澤田麻希子さん
愛宕一丁目	濱田静子さん
愛宕二丁目	大越郁子さん
光岸地	鈴木清次郎さん
鍬ヶ崎	
臨港通・鍬ヶ崎上町	長塚奉司さん
日影町2・熊野町1	伊勢孝始さん
蛸の浜町	佐々木則子さん
山根町・港町	金澤英司さん
日立浜町	福土久美子さん
日の出町・日影町3	盛合さち子さん
佐原一・二丁目	澤口礼子さん
佐原三丁目	館洞由美子さん
佐原四丁目	山根正美さん
中里団地1	上田喜代子さん
中里団地2・日影町1	大久保孝雄さん
河南	
藤原一丁目	久坂良子さん
藤原三丁目	伊東貴広さん
小山田二丁目	榊 亮一さん
小山田一・三丁目	山崎一美さん
小山田四丁目	小野寺岩夫さん
磯鶏沖	加賀留美子さん
磯鶏石崎	田崎研一さん
上村一丁目	蛇口美江子さん
上村二丁目	田中眞喜子さん
実田一・二丁目	菅野真由美さん
磯鶏西	佐々木悦子さん
磯鶏一・二丁目	飛鳥方由美子さん
河南一丁目・八木沢第4地割	宇都宮和彦さん
磯鶏三丁目1・神林1	伊藤瑞明さん
磯鶏三丁目2・神林2・藤の川	古館陽子さん

高浜一・三丁目	佐々木祐子さん
高浜二・四丁目	佐々木 功さん
金浜	岡崎江利子さん
八木沢四丁目・大字八木沢	八木澤秀一さん
八木沢一・二丁目	坂本和子さん
八木沢三丁目	宮本直美さん
千 徳	
近内上	佐々木政憲さん
近内中	大久保義夫さん
近内下	前田郁子さん
近内災害公営住宅	高島正人さん
岩船	高橋俊明さん
根市・花原市	伊藤隆幸さん
上鼻一・二丁目	中屋昌富さん
板屋一丁目・神田沢町2	畠山幸子さん
板屋二丁目・三丁目3・四丁目3	皆野川道江さん
板屋三丁目1・四丁目1	大森多美子さん
神田沢町1・板屋三丁目2・四丁目2	金田一 望さん
千徳町・千徳沢	野田口良子さん
長町一・二丁目	阿部悦子さん
長根一・二丁目	門屋菊子さん
長根三丁目	飯岡健志さん
長根四丁目	内澤雅代さん
太田一丁目	中村 晃さん
太田二丁目	佐々木英策さん
西ヶ丘一丁目	富谷 猛さん
西ヶ丘二丁目1	松崎賢一さん
西ヶ丘二丁目2	石崎勝正さん
西ヶ丘三丁目1	湧田広重さん
西ヶ丘三丁目2	佐々木 計さん
西ヶ丘四丁目	小林 茂さん
牛伏	太田耕昭さん
津軽石	
法の脇・馬越・稲荷ヶ下町・有川・栄通り・本町	有田耕治さん
新町上・新町下・館ヶ下	下山孝司さん

## ● 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。

- 場 宮古保健センター2階
- 持 母子健康手帳、問診票、仕上げみがき用歯ブラシ
- 問 市子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)	令和6年12月生まれ/令和7年1月生まれ	1/28(水)	9:00~9:30
1歳6カ月児(診査)			
2歳児(相談)	令和5年12月生まれ/令和6年1月生まれ	1/21(水)	9:00~9:30
2歳6カ月児(相談)	令和5年5月生まれ/令和5年6月生まれ	1/14(水)	9:00~9:30
3歳児(診査)	令和4年9月生まれ/令和4年10月生まれ	1/14(水)	13:00~13:30
	令和4年10月生まれ/令和4年11月生まれ	1/28(水)	

## ● 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)
- 内 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

### 【産前産後ヨガ】

- ⌚ 午後1時45分~3時 (午後1時30分受け付け開始)
- 対 妊娠20週、産後6週以降で運動制限のない人
- ※参加の際は主治医の許可を得てください

### 【共通】

- 日 12月25日(木)
- 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
- 人数 各10組程度 (初参加の人を優先します)
- 料 無料
- 持 母子健康手帳、バスタオル、飲み物
- 申 電話
- 期 12月23日(火)まで
- 問 市子ども家庭センター母子保健係 (☎68-9121)



## みやこキッズ食育教室 ~冬休みコース~

- 日 ①12月25日(木)②令和8年1月8日(木)
- ⌚ 午前10時~午後1時30分
- 場 ①千徳公民館②津軽石公民館
- 内 テーマ「しっかり食べよう朝ごはん」  
お話と調理実習 (活力おむすび、けんちん汁、簡単サラダ)
- 対 小学生
- 人数 各回先着10人
- 料 無料
- 持 エプロン、三角巾、上履き
- 申 電話または申し込みフォーム
- 期 12月15日(月) 午前8時30分から
- 問 市健康課生活習慣病指導係 (☎64-0111)



申込フォーム



## ● ハロー赤ちゃん教室3回目~赤ちゃんのお世話~

妊娠中・出産のお話や、赤ちゃんのお世話体験などを通して、お父さん・お母さんになる準備ができます。

- 日 令和8年1月16日(金)午前9時30分~11時15分 (午前9時20分受け付け開始)
- 場 宮古保健センター2階
- 内 赤ちゃんの健康観察、赤ちゃんのお世話 (沐浴など) 体験
- 対 市内在住の妊婦・家族
- 人数 先着8組
- 持 母子健康手帳、飲み物、動きやすい服装
- 申 電話または申し込みフォーム
- 期 令和8年1月9日(金)まで
- 問 市子ども家庭センター母子保健係 (☎68-9121)



申込フォーム

## 西ヶ丘カフェ (認知症カフェ)

- 日 12月24日(水)午後1時30分~2時30分
- 場 西ヶ丘地区センター
- 内 認知症の学びとおしゃべりを楽しむカフェ
- 師 根市ファミリー薬局薬剤師
- 対 西ヶ丘にお住まいの人
- 料 300円 (お茶菓子代)
- 申 電話
- 問 みやこ西部地域包括支援センター (☎77-5771)

## がん検診(追加検診)のお知らせ

本年度の各種がん検診を受診できなかった人を対象に追加検診を行います。**予約の必要はありません。**

今回が**本年度最後**のご案内となります。受け忘れないように、 受診することをお勧めします。  
詳細はこちら

☎ 12月17日(水)午前7時～9時30分

☎ 宮古保健センター

### ■検診種別

胃がん検診・肺がん検診・大腸がん検診

☎ 市健康課地域保健医療係(☎64-0111)

## オンライン服薬指導を開始します

川井診療所を受診した人を対象に、宮古薬剤師会と連携して、令和8年1月5日(月)よりオンライン服薬指導を行います。

オンライン服薬指導を行うことにより、画面越しに薬剤師より服薬指導や薬の説明を受け、自宅で薬を受け取ることができます。

☎ 国保川井診療所(☎76-2015)



## ● 年末年始の歯科医療機関の診療日

12月28日(日)～令和8年1月4日(日)、市内で診療を行っている歯科医療機関は下記のとおりです。



期日	時間	場所	住所	電話番号
12/28(日)	9:00～12:30	宮古うみねこ歯科クリニック	向町	☎65-8281
12/29(月)	9:30～12:30	くらた歯科医院	実田	☎64-5088
	9:00～12:30	山本歯科医院	田老三王	☎65-8855
	9:00～12:00	宮古第一病院(歯科)	保久田	☎62-3737
	9:30～12:00 14:00～18:00	佐原歯科医院	佐原	☎64-6688
12/30(火)	9:30～12:00			
12/31(水)～1/4(日)	診療している医療機関はありません			

## ● 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。

☎ 川井保健センター(☎76-2036)

地域	期日	時間	会場	内容
川井	12/22(月)	10:00～11:00	川井保健センター	▶血圧測定、健康相談 ▶講話「低栄養予防」

## ● 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。

健診を受診して、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	1/19(月) 1/26(月)	14:30	各日5人
国保新里診療所	1/8(木) 1/22(木)	9:00	各日2人
		14:00	各日1人
国保川井診療所	1/19(月) 1/26(月)	15:00	各日3人



☎ 無料/☎ 受診票(事前予約者に送付します)

☎ 電話(事前予約制・先着順)/☎ 12月25日(木)まで

☎ 令和8年2月も各診療所で実施予定です

☎ 市総合窓口課国民健康保険係(☎68-9075)

● 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

## 市水産課

▼ 漁業体験の参加者を募集

● 令和8年1月16日(金)・23日(金)・30日(金)、2月6日(金)・13日(金) ● 午前7時～正午 ● 場内・高浜・日立浜・日出島・揖待 各地区養殖漁場 ● 内力キ、ホタテ、ワカメ・コンブの養殖漁業 ● 対65歳以下で漁業に興味を持っている人、漁業への就業を検討している人 ● 各日2人 ● 無料 ● 申込用紙を左記問い合わせ先へ提出 ● 令和8年1月9日(金)まで ※ 申込用紙は市ホームページからダウンロードできます ● 各開催日の前日に市役所で参加者説明会を行います。体験メニューにより異なりますので、詳しくは市ホームページをご覧ください ● 関市水産課漁政係 (市役所2階、 ☎657075)



詳細はこちら

## 田老総合事務所

▼ 田老地区老人憩の家運営事業

● 内グリーンピア三陸みやこで日帰り入浴 ● 対市内に住所を有する60歳以上の

の人 ● 1回300円 ● 入浴時間 正午～午後3時 ● 送迎バス 田老地区のみ運行(1日1便) ● ※ 年末年始の営業日など、詳しくはグリーンピア三陸みやこホームページをご覧ください ● 田老総合事務所地域づくり係 (☎02972)



詳細はこちら

## 山口公民館

▼ 小正月行事「みずき団子」ともちつき体験

● 令和8年1月10日(土) ● 午前10時～正午 ● 内みずき団子作り、餅つきなど ● 対小学6年生までの子どもと保護者 ● 先着15組 ● 1人50円(保険料) ● 特上履き、手拭きタオル、飲み物 ● 申電話 ● 期12月17日(水)午前9時から ● 場・関山口公民館 (☎023670、火曜日から土曜日の午前9時～午後5時)

## 新里生涯学習センター

▼ 「麹を使った料理教室」 ～ 野菜たっぷり発酵ワンプレートごはん

● 令和8年1月16日(金) ● 午前10時～午後1時 ● 内調理実習 ● 師伊藤里紗(発酵×やさしい料理教室「彩日和」管

## うみまちひろば

▼ 実践エクセル講座

● 令和8年1月14日(水)～16日(金)、19日(月)・20日(火) ● 午後6時30分～9時(最終日のみ午後8時30分終了) ● 場3階研修室 ● 内エクセル中級者向けの一歩進んだ機能を学ぶ講座 ● 師三陸NPO支援センター ● 対エクセルの基礎(線が引ける、行列の幅変更、簡単な計算など)ができる人 ● 10人 ● 1600円 ● 特筆記用具 ● 他パソコンは主催者が用意します

▼ バランスボールヨガで体幹エクササイズ教室 ～ ハードなバランスボールヨガでしっかり脂肪燃焼

● 令和8年1月14日(水)～3月17日(火) 毎週火曜日午後7時～8時30分(全10回) ● 場3階大会議室 ● 師佐藤和美(カズミスタジオ代表インストラクター) ● 先着15人(全10回に参加できる人優先) ● 3500円(バランスボールレンタル代含む) ● 期12月15日(月)午前9時から

《共通》 ● 申電話 ● 他参加料の支払いは前日までにお願ひします ● 場・関うみまちひろば(宮古市地域創生センター、☎657133)

### 【広告】

**株式会社 小成良治商店**

営業品目

- 宮古市指定上下水道工事店
- 一般建築・輸入住宅(2×4)・設計・施工
- 管工事業・住宅設備工事・土工事・太陽光発電
- 石油機器・ガス機器・冷暖房機販売
- 米穀・LPG・白灯油販売

【住所】〒027-0076 宮古市栄町1-23  
 【TEL】0193-62-1317 【FAX】0193-62-8998

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

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/> 大森屋

【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

### ▼新春プール開き式

●回令和8年1月5日(月) ●午前10時15分から30分程度 ●対満3歳から(小学校3年生以下は20歳以上の水着を着用した保護者同伴) ●式典に参列した人は無料 ●場・圃姉ヶ崎サン・スポーツランド (☎036323)

## 開催・募集など

### ▼戦後・被爆80年記念体験集「戦争の時代を生きて」第10集発表・懇談会

●回12月21日(日) ●午後1時30分〜4時 ●場市民交流センター2階多目的ホール ●¥千円(体験集「戦争の時代を生きて」第10集提供) ●岡宮古・下閉伊地域の戦争を記録する会・深澤口 (☎080・1816・1886)

### 教室

### ▼美ユナイターBodyWave=ZUMBA

●回12月28日(日) ●午前11時30分〜午後0時30分 ●場市民交流センター2階運動スタジオ1 ●専用バンドで背骨のつまりを取り、インナーマッスルを鍛えて姿勢を改善、ズンパで脂肪燃焼 ●師EMI(インストラクター) ●先着20人 ●¥千円 ●持室内シューズ、飲み物 ●☎電話 ●期12月15日(月)から ●他専用バンドは貸し出します ●☎ZUMBA・成ヶ澤 (☎090・4559・1825、午後5時以降)

## ▼2026新春・第23回みやこ走り初め&ウォーク

●回令和8年1月1日(日) ●午前10時スタート ●コースイラストピアみやこ前〜横山八幡宮〜花輪橋方面(折り返し地点は自由) ※当日、イラストピアみやこ前に午前9時30分までにお集まりください ●☎みやこサーモンランナーズ・岩間 (☎090・7529・5422)

### ▼宮古市魚菜市场年末恒例歳末市およびお飾り市

●回12月27日(土)〜31日(水) ●午前6時30分〜午後5時30分(31日は午後5時まで) ●他12月24日(水)・12月31日(水)は休まず営業します。新年は令和8年1月4日(日)から営業します。



年末年始やその他の情報など、詳しくはインスタグラムをご覧ください ●場・圃協同組合宮古市魚菜市场 (☎021521)

### ▼岩手県立大学宮古短期大学部令和7年度第2回授業公開

●回令和8年1月6日(火)〜9日(金) ●内大学の雰囲気を感じ、実際に学生と一緒に講義を受ける ●☎ごな たでも ●☎無料 ●☎電話 または申し込みフォーム ●期



12月23日(火)まで ●他詳しくは、ホームページをご覧ください ●場・圃県立大学宮古短期大学部 (☎02230)



### ▼令和7年度岩手県・盛岡市屋外広告物講習会

●回令和8年1月29日(木)・30日(金) ●場盛岡市都南公民館3階第1研修室 ●☎屋外広告物に関する法令や表示方法などについての知識の習得を目的とした講習会 ●期11月28日(金)〜令和8年1月15日(木) ●他申し込み方法など、詳しくは県または盛岡市のホームページをご覧ください ●☎岩手県屋外広告美術業協同組合 (☎019・645・3140)



### ▼令和8年度一般公募助成「赤い羽根じぶんの町を良くする活動応援事業」

●☎誰もが住み慣れた地域で安心して生活できるよう、住民自らが企画し活動する地域づくり・福祉のまちづくりの事業を募集します ●期令和8年4月1日(水)から令和9年3月31日(水)までに実施する事業 ●募集総額110万円(申請事業の総経費の8割を上限として助成) ●期令和8年1月15日(木)まで ●☎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、☎3061)

### ▼令和7年度岩手県自殺対策事業「こころの電話&Chat相談」

●☎【電話相談】毎週土曜日(☎0120・018・520) ※フリーダイヤル

ヤル【Chat相談】毎週金・土曜日 ●☎午後7時〜11時(最終受け付け午後10時30分) ●☎ひとりりで苦しいとき、つらい気持ちを話してみませんか? なたでもどんな内容でも相談できます ●☎岩手県およびその周辺地域にお住まいの人 ●☎無料 ●期12月27日(土)まで ●☎Chat相談の方法などについてはホームページをご覧ください ●☎一般社団法人日本産業カウンセラー協会東北支部岩手県自殺対策チーム(☎0120・018・520)

クマを誘引する放任果樹の伐採費用を補助します

■補助額 経費の4分の3(上限額1本あたり3万円。3本まで) ●☎対象経費 クルミなどの堅果類、柿などの樹木の伐採および処分料 ※自分で伐採する場合は対象となりません ●☎伐採する樹木の所有者 ●期12月15日(月)〜令和8年2月27日(金) ●☎詳しくは、市ホームページをご覧ください ●☎市農林課農政係(☎09094)



※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1月15日号の原稿締め切りは12月11日(木)です。

**国民年金保険料がスマートフォンアプリで納付  
できます**

..... 市総合窓口課

国民年金保険料については、現金、口座振替、クレジットカード、Pay-easyなどによる納付のほか、スマートフォンアプリを使用した電子（キャッシュレス）決済での納付が利用できます。

詳しくは、日本年金機構のホームページをご覧ください。宮古年金事務所までお問い合わせください。



詳細はこちら

※各決済アプリの使用方法などは、ご利用の決済事業者様にお問い合わせください

- ご利用に必要なもの ①納付書（金額が30万円を超えないもの）②スマートフォン③決済アプリ

**手帳や自立支援医療制度の有効期限を確認しましょう**

..... 市福祉課

障がいに関する手帳や自立支援医療受給者証には有効期限があり更新の手続きが必要な場合があります。お持ちの手帳や受給者証の期限を確認し、有効期限前に更新手続きなどを行いましょ。

- 手帳 ▷療育手帳、身体障害者手帳＝次回判定・再認定年月が設けられている場合があります  
▷精神障害者保健福祉手帳＝2年ごとに更新手続きが必要です。有効期限の3カ月前から手続きが可能です
- 自立支援医療受給者証 ▷更生医療、育成医療、精神通院＝3カ月～1年に1回更新手続きが必要です。有効期限の3カ月前から手続きが可能です
- 場 市福祉課（市役所1階）、各総合事務所
- 特 手帳の種類によって、必要な物が異なりますので、お問い合わせください
- 問 市福祉課障がい福祉係（☎68-9135）

**「飲む前に 車じゃないよね？ 再確認」**

..... 市市民協働課

- 冬の交通事故防止県民運動 冬季は、積雪や凍結による道路環境の悪化に伴う交通事故や冬休み中の子どもが関係する交通事故の発生が懸念されることから、交通ルールの遵守と交通マナーの実践により、交通事故防止の徹底を図りましょう。
- 運動の重点 ①スピードダウンの徹底②高齢者と冬休み中の子どもの交通事故防止③飲酒運転の根絶④冬道用タイヤ装着の徹底
- 問 市市民生活部市民協働課（☎68-9109）

- 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、12月29日(月)～令和8年1月3日(土)  
※市立図書館・川井分室は1月12日(月)は開館、1月13日(火)は休館



**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
12月17日、1月14日(水)	10:00～10:30	旧愛宕小学校	12月20日(土)	10:40～11:10	県営磯鷄アパート
	10:50～11:15	鎌ヶ崎小学校正門前		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
12月18日(木)	10:15～10:45	山口公民館	12月24日、1月7日(水)	9:30～9:50	長根・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
12月19日(金)	10:30～10:50	藤の川・旧上野商店付近	12月25日、1月8日(木)	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	磯鷄駅前
	13:40～14:00	長根・青猿神社付近		11:10～11:40	三社タクシー磯鷄営業所付近
	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
12月26日、1月9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
12月27日、1月10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分屯所付近
	14:10～14:30	崎山小学校
14:45～15:05	女遊戸地区集会施設前	
15:20～15:40	崎山貝塚縄文の森ミュージアム駐車場	

**おめでとう  
おくやみ**

11/11～11/24（届け出順）

○生まれた赤ちゃん○

- 関根 昊佑ちゃん 牛伏（敦）
- 渡邊 湊保ちゃん 八木沢三丁目（淳一）
- 木村 心玲ちゃん 泉町（翔太）
- 千葉 湊和翔ちゃん 近内三丁目（航）

♡結婚したお二人♡

- 佐々木博行さん・小笠原藍さん＝西ヶ丘三丁目
- 上坂喜和さん・加賀谷佳子さん＝中里
- 金子侑真さん・松館笑実さん＝西ヶ丘三丁目

■亡くなった方■

- 畠山とよ子さん (91) 沼里
- 茶畑トクエさん (93) 門馬
- 佐々木セツさん (96) 大付
- 川戸治男さん (83) 和野
- 田村孝子さん (65) 緑ヶ丘
- 大久保祥子さん (84) 宮町三丁目
- 阿部 弘さん (86) 長根四丁目
- 橋場 三さん (102) 佐原一丁目
- 榊 マツさん (87) 鴨崎町
- 花坂ゆかりさん (69) 宮町一丁目
- 後藤廣志さん (74) 下在家
- 山口 武さん (80) 田鎖二
- 山崎ソノさん (81) 下在家
- 大久保善太郎さん (93) 日の出町
- 嶋田昇子さん (85) 山口三丁目

- 中山修子さん (81) 田老三王三丁目
- 鳥居愛子さん (90) 松山
- 山田睦子さん (94) 鎌ヶ崎上町
- 白木昌和さん (73) 小沢二丁目
- 松下信子さん (89) 熊野町
- 西川清一さん (78) 茂市
- 館崎シヨさん (95) 八木沢四丁目
- 大手嘉幸さん (66) 水沢
- 館崎清志さん (89) 熊野町
- 坂下武志さん (77) 新町
- 中谷義人さん (82) 鴨崎町
- 刈屋正廣さん (75) 暮目
- 横山 孜さん (78) 長根二丁目

※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

※12月1日現在の「人口と世帯」と11月中の「人口のうごき」は 次号1月1日号に掲載しますので、ご了承ください

## 市公式LINEから、子育てや介護などの電子申請サービスが利用できます

..... 市デジタル推進課

子育て、介護、引っ越しに関することなど、電子申請サービスを利用して手続きが可能です。

市の公共施設の予約申請手続きもできますので、ぜひご利用ください。

### ■ご利用方法

①市公式LINEを友達登録

②市公式LINEのメニュー1「電子申請・公共施設予約」を選択

③トーク部分に「電子申請サービス」と「公共施設予約システム」が表示されるので、手続きしたいサービスを選択し、手続きを行う

※手続きによって、本人確認のため、マイナンバーカードと4桁の暗証番号が必要です

■市公式LINEと友達になる方法

LINEアプリの「友達追加」から「QRコード」を選択し、右記二次元コードを読み取ってください

※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です

☎ 市デジタル推進課デジタル推進係 (☎68-9096)



※画像はイメージです



友だち追加はこちら

## 宮古市高齢化対策基金による来年度の助成要望を受け付けます

..... 市介護保険課

高齢者の保健や福祉の増進のため、高齢者団体などが行う非営利事業(例：高齢者生きがいづくり、ボランティア活動)に対して助成をします。

令和8年度の助成を希望する団体などは申し込んでください。申請書は介護保険課窓口にご用意しております。

☎ 令和8年1月13日(火)必着

☎ 市介護保険課いきいきライフ推進室 (☎68-9126)

## 愛宕中里線法面工事による市道通行止めのお知らせ

..... 市建設課

市道愛宕中里線において、落石対策工事を実施するため、車両通行止めとなります。

ご利用の皆さまにはご不便をおかけいたしますが、安全確保のため、何卒ご理解とご協力をお願い申し上げます。車両でお越しの際は案内標識に従い周辺の道路をご利用ください。

☎ 令和8年1月5日(月)～2月27日(金)までの平日

※工事の進捗により変更になる場合があります

🕒 午前8時～午後5時(左記以外は通行可能)

📍 市道愛宕中里線(下図の★マークの区間)

🚫 車両通行止め(歩行者・自転車は通行可能)

☎ 市建設課工務係 (☎68-9103)



## 岩手県共同実習船「りあす丸」乗組員募集!

..... 市水産課

岩手県教育委員会では、県立高校共同実習船の乗組員を募集しています!

■職種 甲板員(若干名)

■職務内容 県立学校職員として宮古水産高校に所属し、共同実習船「りあす丸」で主に船舶運航に従事すると共に操業(漁業)実習業務を行います。詳しくは、県ホームページをご覧ください。

☎ 宮古水産高校 (☎62-1430)

## 【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

**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!

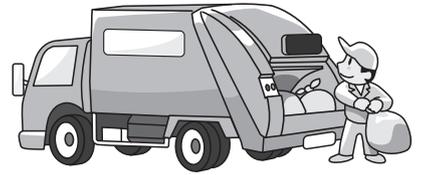
お灸8社(個)¥1,320円

**いとう接骨院・鍼灸院** 土・日・祝も営業中!

〒宮古市保久田4-27  
\*宮古駅から徒歩4分  
☎63-0641

平日 9:00~18:30 (月17:00)  
土・祝 9:00~18:00  
日 9:00~17:00

# 年末年始ごみ収集日程のご確認を!!



問 【収集】市市民協働課きれいなまち推進室 (☎64-6488)  
 【持ち込み】宮古地区広域行政組合施設課 (☎64-7111)

## ■令和8年1月1日(木)～4日(日)のごみ収集はお休み

年末年始のごみ収集日程や、臨時収集日のお知らせです。詳しくは【表1】・【表2】をご確認ください。

【表1】年末年始のごみ収集、ごみの持ち込み、し尿の受け入れ

区分	地域	12月									1月				
		24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	
		水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	
ごみ収集	宮古														
	田老														
	新里					休				休	休	休	休		
	川井														
ごみの持ち込み					休				休	休	休	休			
し尿の受け入れ				※	休	※	※	休	休	休	休	休			

※27日(土)・29日(月)・30日(火)は、臨時でし尿を受け入れます

【注意】12月30日(火)・31日(水)は混雑が予想されます。ごみを持ち込む場合は、時間に余裕を持ってお越しください。  
**搬入時間は、午前8時30分～正午、午後1時～4時30分です。**

## ■ごみの収集日が、令和8年1月1日(木)～3日(土)に重なる地域の一部では臨時収集を実施

【注意】▷臨時収集日にごみを出す場合は、必ず収集日当日の午前8時までに、集積場に出してください。  
 ▷下記の地区は、通常収集日には収集せず、臨時収集日に収集します。

【表2】正月（三が日）にごみ収集日が重なっている地区のうち、臨時収集を行う地区とその収集日

地域	臨時収集日	通常収集日	地区	収集物の種類
田老	1月6日(火)	1月1日(木)	青野滝、重津部、新田（新田・新田平）、和野	紙製容器包装、有害ごみ、缶
		1月2日(金)	小堀内、摺待、水沢	紙製容器包装、有害ごみ、缶
新里	1月10日(土)	1月1日(木)	和井内	新聞紙、雑誌、段ボール、紙パック
川井	12月31日(水)	1月1日(木)	江繁、小国、川井の一部	燃やせるごみ
	12月29日(月)	1月2日(金)	川井	缶・ペットボトル
	12月30日(火)	1月3日(土)	川井	燃やせないごみ、びん類

## 宮古駅前広場のプランターが新しくなりました!



11月5日、宮古駅前西広場に新たなプランターを設置しました。冬を思わせる柊や、色とりどりのパンジーやビオラが植えられています。

宮古駅前広場にお越しの際はぜひご覧ください。  
 ※公益財団法人都市緑化機構および一般財団法人日本宝くじ協会からの助成を受けて設置しました

問 市都市計画課管理計画係 (☎68-9108)

### 【広告】

#### ●外来診療開始のお知らせ●

### 脳神経外科 脳神経内科

頭痛、めまい、しびれ、ふるえ、ふらつき、物忘れ、意識消失、顔や手足のけいれん、帯状疱疹によるしびれや痛み、メンタルなど、脳や神経に関する症状でお困りの方はお気軽にご相談ください。専門医による培った経験、知識、知見をもとに診断と治療を行います。

外来診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 受付時間 8:00～11:30	○	○	○	○	○	○	休
診療時間 9:00～12:20	○	○	○	○	○	○	休
午後 外来受付またはお電話でお問い合わせください	△	△	△	△	△	休	休

宮古山口病院  
 〒027-0063 宮古市山口五丁目3番20号  
 電話 0193-62-3945

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>

QRコード マチロ (iOS) (Android)

みやこ 2025.12.15

