

9月21日は世界アルツハイマーデー 認知症をみんなで考えよう

認知症の人への特別な関わりだけが「支える」ということではなく、認知症を持つ人も、地域に参加して、共に「暮らしていく」という発想を共有していくことが大切です。

どのような関わりが望ましいか、市が行った「認知症の人と家族のこころの声アンケート」からヒントが見えてきます。

◆認知症の人の思い「周りの人にしてほしいことは？言ってほしい言葉は？」

- 声①「何でもいいから声をかけられるとうれしい」
- 声②「優しい声かけをしてほしい」
- 声③「特に言葉は要らないが笑顔が見られればそれでいい」

特別なことはありません。ただ笑顔で、やさしく話しかけてほしいのです

◆認知症の人の家族の思い「地域の住民への思いについて」

- 声①「お茶飲みに来てくれてありがたい(今まで通りの付き合いです)」

見守りや声かけは、家族の支えにつながっています

◆認知症に関する相談先

- ▽市介護保険課地域包括支援センター (☎9086) ▽みやこ河南地域包括支援センター (☎75959) ▽たろう地域包括支援センター (☎6010)
- ▽にいさと地域包括支援センター (☎4030) ▽かわい地域包括支援センター (☎75008) ▽みやこ西部地域包括支援センター (☎75771)

認知症市民講座

認知症についての理解を深めませんか？

■日時 10月27日(日)午後1時20分～4時(0時45分開場)

■場所 イーストピアみやこ2階多目的ホール

■定員 先着140人

■内容/講師 ▷第一部・講話「地域で支える認知症」～認知症に対する理解と取り組み～/紺野敏昭医師(こんの神経内科・脳神経外科クリニック院長)

▷第二部・「認知症の人の思い、家族の思い」～認知症の人と家族のこころの声アンケートより～/市介護保険課など

■申込期限 10月23日(水)

■申し込み 市介護保険課 (☎68-9126)



講話を行う紺野敏昭医師

10月から年金生活者支援給付金制度が始まります

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入や所得額が一定基準以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。受け取りには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは、日本年金機構(年金事務所)が実施します。

■対象者

▷高齢基礎年金を受給している人で、次の全ての要件を満たしている人

- ・65歳以上
 - ・世帯員全員が市民税非課税
 - ・年金収入額とその他所得の合計が88万円以下
- ▷障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している

人で、前年の所得額が約462万円以下の人

■請求手続き

①平成31年4月1日以前から年金を受給している人＝対象者には、日本年金機構から請求手続きのご案内が9月上旬から順次届きます。同封のはがき(年金生活者支援給付金請求書)を記入し提出してください。

②平成31年4月2日以降に年金を受給し始めた人＝年金の請求手続きと併せて年金事務所または市で請求手続きをしてください。

■日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内にご注意ください

日本年金機構や厚生労働省から、口座番号を聞いたり、手数料などの金銭を求めることはありません。

■問い合わせ

給付金専用ダイヤル (☎0570-05-4092)

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）

健康相談日程

血圧測定、尿検査、個別相談などを行います。気軽にお越しください。
■問い合わせ 各保健センター

地域	期日	時間	場所	講座など
宮古	9/30 (月)	13:30 ～14:30	津軽石公民館	▶講話「今日から始める糖尿病予防」 「食後の高血糖を防ぐ食生活」 ▶おすすめレシピの試食
	10/1 (火)	10:00 ～11:30	高浜地区センター	▶講話「こころの健康とストレス対処法」 ▶ハーブティーの試飲
	10/3 (木)	10:00 ～11:30	勤労青少年ホーム	▶講話「こころの健康とストレス対処法」 ▶ハーブティーの試飲
	10/4 (金)	10:00 ～11:30	磯鶏公民館	▶講話「こころの健康とストレス対処法」 ▶ハーブティーの試飲
川井	9/27 (金)	10:00 ～11:00	江繋地域振興センター	▶講話「新たな国民病、腎臓病について」
		13:30 ～14:30	向田コミュニティ消防センター	▶講話「新たな国民病、腎臓病について」

子どもの健康診査・相談日程

対象者には個人通知していますが、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。
■問い合わせ 各保健センター

種類	対象児	期日	受付時間
1歳児《相談》	平成30年9月生まれ 平成30年10月生まれ	10月9日(水)	9:00～ 9:15
	平成30年10月生まれ	10月16日(水)	
1歳6カ月児（診査）	平成30年3月生まれ 平成30年4月生まれ	10月2日(水)	13:00～13:15
2歳児《相談》	平成29年8月生まれ 平成29年9月生まれ	10月2日(水)	9:00～ 9:15
	平成29年9月生まれ 平成29年10月生まれ	10月30日(水)	
2歳6カ月児《相談》	平成29年2月生まれ 平成29年3月生まれ	10月9日(水)	13:00～13:15
	平成29年3月生まれ	10月30日(水)	
3歳児（診査）	平成28年7月生まれ	10月16日(水)	13:00～13:15

ハロー赤ちゃん教室「マタニティライフ」

- 日時 10月7日(月)午前9時30分～11時30分（受け付けは9時15分から）
- 対象 妊婦とその家族
- 内容 妊娠中の過ごし方、お産について、産後の生活
- 用意する物 母子健康手帳、副読本
- 申込期限 9月30日(月)
- 場所・申し込み 宮古保健センター

産前・産後サポート事業 「すまいるママサロン」

相談や仲間づくりなど、妊産婦さんのサポートを目的としたサロンです。

■日時 9月24日(火)午前10時30分～午後3時

■場所 ①イーストピアみやこ2階和室②宮古保健センター

■内容 ①午前10時30分～午後1時＝助産師健康相談（血圧測定や乳児体重測定、育児相談など）②午後1時～3時＝離乳食教室（後期）

※①は定員なしで申し込み不要です。②は定員15人で9月19日(木)までに申し込みが必要です

■対象 妊婦、産後1年未満の産婦と乳児

■持ち物 母子健康手帳

※②に参加する人はエプロン、三角巾、おんぶひもを持参、①②両方に参加する人は昼食を持参のこと

■申し込み 宮古保健センター（☎64-0111）

おいしい健康料理教室 ～高血圧症予防～

あなたの減塩応援します。

■日時 10月23日(水)午前10時～午後1時

■内容 講話・調理実習

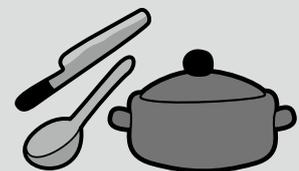
■参加料 300円

■用意する物 エプロン、三角巾、筆記用具

■定員 先着20人

■申込受付期間 9月18日(水)～10月15日(火)

■場所・申し込み 宮古保健センター（☎64-0111）



介護予防のための 運動教室

市では、「最近歩くのが大変になってきた」「活動する機会が減った」などの介護予防が必要と思われる人を対象に、健康運動指導士の指導のもと、みんなで楽しく行える運動教室を実施しています。

この機会に外に出て体を動かしてみましょう。

■期日 11月から令和2年3月までの期間に毎週一回

■時間 午前10時～11時30分

■場所 近内介護予防拠点施設「いきいきおらんど近内」(近内三丁目8の17)

※送迎あり。お住まいの地区によっては送迎できない場合や利用曜日が指定となる場合がありますので、申込時に申し出てください

■対象 65歳以上の市民で日常生活に必要な機能の低下がみられる人(申込時に基本チェックリストで確認をします)

※平成29年4月以降に「介護予防のための運動教室」を利用した人、要介護認定で要介護1～5の認定を受けた人は対象外となります

■定員 先着30人

■参加料 無料

■持ち物 タオル、上履き

■申込期限 10月4日(金)

■申し込み 市介護保険課地域包括支援センター(☎68-9086)



8月に行われた教室の様子

各種健康診査・がん検診日程

詳しくは、6月に各世帯に配布した「令和元年度宮古市成人けんしんのお知らせ」をご覧ください。

■問い合わせ 各保健センター

■各種健診・検診日程

●=受診できる日

期日	受付時間	場 所	健診・検診名		
			各種健診	がん検診 大腸	乳
9月16日(月)	9:00～10:30 13:00～14:00	宮古保健センター		●	●
9月17日(火)	9:00～10:30 13:00～14:00	フラットピアみやこ		●	●
	9:30～11:00 13:00～14:00	千徳体育館	●		
9月18日(水) 19日(木) 20日(金)	9:30～11:00 13:00～14:00	千徳体育館	●		
	9月24日(火) 25日(水)	9:30～11:00 13:00～14:00	西ヶ丘地区センター	●	

※「各種健診」は、さわやか・75歳以上・国保特定・他保特定の健康診査です。また肝炎ウイルス・前立腺がん・歯周病の各検査は各種健診の際に受診できます

■結核健康診断日程

65歳以上の人で、まだ肺がん検診、結核健診、人間ドックも受けていない人が対象です。

月日	受付時間	会場	月日	受付時間	会場
9月24日(火)	9:00～9:20	藤畑公民館	9月25日(水)	11:50～12:00	落合地区会館
	9:40～10:10	駒形通公民館	13:30～14:00	岩手塩元売(株)宮古営業所	
	10:30～10:50	赤前小学校	9月26日(木)	9:00～9:10	南川目農村センター
	11:10～11:20	堀内地区センター		9:30～9:40	旧北川目分校
	11:40～11:50	白浜体育館		10:00～10:10	長沢6組地区会館
	13:30～13:40	荒巻集会所		10:30～11:00	長沢農村センター
14:00～14:10	重茂北地区公民館	11:20～11:35		大野折壁交流センター	
9月25日(水)	9:00～9:10	箱石林業者センター	11:50～12:00	大谷地林業者センター	
	9:40～9:50	佐々木喜一氏宅前	13:30～13:45	花輪農村文化伝承館	
	10:10～10:20	吉田佐助氏宅前	9月27日(金)	9:00～9:30	第二中学校
	10:40～10:50	白杵集会所		10:00～10:40	中里団地集会所
	11:10～11:20	田代林業者センター		11:10～11:50	鎌ヶ崎公民館
11:30～11:40	君田部落集会所	13:30～14:20	佐原地区センター		

県立宮古病院「住民健康講座」

事前申し込みや参加料は不要の講座です。

■日時 10月8日(火)午後3時～4時

■場所 宮古保健センター1階大会議室

■内容/講師 ①糖尿病治療 最近の話題/村上晶彦(県立宮古病院院長)、②糖尿病と食事/佐々木弓子(同院栄養管理科長)

■問い合わせ 県立宮古病院地域医療福祉連携室(☎62-4011)

● 行事の内容など、詳しくは主催者にお問い合わせください

市環境生活課

▼みちのく潮風トレイルを歩いて温暖化と海洋ゴミなどについて考えよう！初秋の三陸海岸！

●日時 10月12日(土)午前8時30分～午後0時30分 ●集合場所 宮古駅観光案内所前 ●コース 田老地区(椗内)～栃内浜(佐賀部) ●講師 菅原省司(宮古市地球温暖化対策地域協議会会長)、佐々木宏(日本野鳥の会宮古支部) ●対象 市民(小学3年生以上) ●定員 15人 ●参加料 100円(保険料含む) ●用意する物 水、携帯食、上着、歩きやすい靴 ●申込期間 9月17日(火)～10月4日(金) ●問い合わせ 市環境生活課環境係(☎9078)

崎山貝塚縄文の森ミュージアム

▼第1回みるみる宮古！体験めぐり

●日時 10月6日(日)午前9時～午後2時30分 ●集合場所 宮古駅に午前9時(その後貸し切りバスで移動) ●内容 国登録文化財 盛合家、県立水産科学館、崎山貝塚縄文の森ミュージアムを巡ります ●定員 先着20人(小学生は保護者同伴) ●参加料 無料

北上山地民俗資料館

用意する物 昼食、飲み物 ●申し込み 崎山貝塚縄文の森ミュージアム(☎7526)

▼森の体験学習会 木の博物館「ヒバの森」の散策や小国分館の資料の見学をします

●日時 10月3日(木)午前10時30分～午後2時30分 ●講師 木の博物館案内人 ●対象 市民 ●定員 20人程度 ●参加料 125円(保険料) ●用意する物 弁当、歩きやすい服装・靴、飲み物 ●申し込み方法 電話 申込期間 9月15日(日)～27日(金) ●集合場所 申し込み 北上山地民俗資料館(☎2167)

新里生涯学習センター

▼布リース講座 あり布をおしゃれなリースに

●日時 10月16日(水)午前10時～正午 ●講師 荻宿郁実(D.I.Y.SAHI工房) ●対象 市民 ●定員 先着10人 ●参加料 千円(材料代) ●申込期限 10月9日(水)

▼玄翁館まつり

●期日 10月26日(土)、27日(日) ●時間 午前9時～午後5時(27日は3時まで) ●内容 舞台発表、作品展示、喫茶コーナー

▼玄翁館まつり 展示作品募集

●内容 書道、工芸、手芸、編み物、生花、盆栽など ※作品の搬入・展示については25日(金)に各自で行う ●申込期限 10月13日(日)

《共通》 ●場所 申し込み 新里生涯学習センター(☎2019)

勤労青少年ホーム

▼包丁の扱い方の基本と魚のさばき方

●日時 9月29日(日)午前10時～午後1時 ●定員 8人 ●参加料 千円(材料代) ●講師 木村圭太(鳥もと料理長) ●用意する物 エプロン、三角巾、持ち帰り用容器、使い慣れた包丁 ●その他 託児希望の人は一週間前までに相談

▼暮らしに役立つ！ひとと

●期日 10月7日(月)、8日(火) ●時間 午後7時～9日(時) ●場所 勤労青少年ホーム講習室 ●定員 10人 ●参加料 300円 ●講師 岡芹高志(岩手県キャンプ協会)

《共通》 ●問い合わせ 勤労

青少年ホーム(☎7712)

▼フラットピアみやこ

●先延ばしにしない自分になる方法

●期日 10月8日(火)、11月12日(火)、12月10日(火) ●時間 午後7時～9時 ●講師 藤村七美(シニア産業カウンセラー) ●内容 仕事と生活の充実、時間の有効活用を目指す ●定員 先着15人 ●参加料 無料 ●場所 申し込み フラットピアみやこ(☎2352)

中央公民館分館

▼第42回公民館まつり

●期日 9月28日(土)、29日(日) ●時間 午前10時～午後4時(29日は3時まで) ●内容 中央公民館および分館で活動しているサークルの展示発表、ハンドメイド市、レジン体験など ●問い合わせ 中央公民館分館(☎4700)

山口公民館

▼キッチンでできる染色教室

●期日 10月16日(水)、22日(火) ●時間 午前9時30分～正午 ●内容 身近にあるものを使って染色の仕方を学ぶ ●講師 沼崎淳子 ●定員 先着12人 ●参加料 1300円 ●用意する物 エプロン、タオル2枚、ゴム手袋、拡大鏡(必要に応じて老眼鏡)、汚れてもよい服装

▼ミシンで作る帆布のトート

●期日 10月26日(土)午前9時30分～午後4時30分 ●講師 佐々木智子(布小物作家 Sata Patta) ●対象 市民 ●定員 先着10人 ●参加料 2500円 ●用意する物 ミシン、裁縫道具、定規、昼食 ●共通 ●申込受付開始日 9月17日(火)午前9時 ●場所 申し込み 山口公民館(☎670)

田老公民館

▼乳幼児家庭教育学級おひさまクラブ 楽しい絵本の時間!

●日時 10月8日(火)午前10時～11時30分 ●内容 パネルシアター、絵本の読み聞かせなど ●講師 岩船操(田老かもめおはなし会) ●対象 未就学児とその保護者 ●用意する物 飲み物など ●その他 栄養士によるおやつ教室有り ●申込期限 10月4日(金) ●場所 申し込み 田老公民館(☎2976)

▼シートピアなあと

●日時 9月22日(日)午前10時～午後2時 ●内容 日用品や雑貨などのフリーマーケット ●場所 問い合わせ シートピアなあと(☎3100)

▼なあとフリーマーケット

●日時 9月22日(日)午前10時～午後2時 ●内容 日用品や雑貨などのフリーマーケット ●場所 問い合わせ シートピアなあと(☎3100)

開催・募集など

▼手作りキャンダル講座〜ペンギンのキャンダルを作ろう〜

●日時 9月22日(日)午後1時〜2時 ●場所 千徳公民館 ●対象 幼稚園年長以上 ●定員 10人 ●参加料 1000円 (材料代) ●申し込み方法 電話、メール ●申込期限 9月17日(火) ●申し込み 一般社団法人あとり芸芸向上支援協会 (☎090・3984・5008、✉info@atori-society.com)

▼第55回「秋の書楽会展」

●日時 9月28日(土)、29日(日) 午前9時〜午後5時 (29日は午後4時まで) ●場所 市立図書館2階展示室 ●入場料 無料 ●問い合わせ 宮古書を楽しむ会事務局・佐々木 (☎073275)

▼みちのく潮風トレイル&三陸ジオパークをきれいにしよう!

●日時 9月28日(土)午前9時〜午後3時 (8時45分受け付け開始) ●集合場所 宮古地区合同庁舎 (その後貸し切りバスで移動) ●コース 摂待茂師海岸 ●用意する物 歩きやすい服装、昼食、飲み物 ●軍手、ゴミ袋などは主催者側が準備 ●定員 20人 (小学

生以下は保護者同伴) ●参加料 無料 ●申し込み方法 電話、メール ●申し込み 浄土ヶ浜ネイチャーガイド (☎080・8215・8555、✉mail@jnguide.org)

▼宮古北高校の催し

《宮北祭》一般公開 ●日時 9月28日(土)午前10時から午後2時 ●内容 ステージ発表、模擬店、作品展示など ※先着順で炭火焼きサンマのお振る舞い有り

《学校へ行こう週間》

●日時 10月1日(火)〜4日(金)午前10時〜午後3時30分 ●内容 授業など日常の教育活動を一般公開

《共通》

●場所 問い合わせ 宮古北高校 (☎3513)

▼第29回宮古市長杯学童相撲大会ボランティア募集

●日時 9月29日(日)午前8時〜試合終了まで ●場所 シーアリーナ土俵場 ●対象 男女不問の小学校高学年以上 ●定員 若干名 ●内容 記録係、土俵係の補助 ●申し込み 宮古市相撲協会事務局・松崎 (☎、✉0561)

▼宮古と世界をつなげる日

いわて青年国際塾、多文化共生講演会の開催

《いわて青年国際塾》 ●日時 9月29日(日)午前9時30分〜

正午 ●内容 英語でのコミュニケーションセッションと論理的思考を学ぶ ●講師 フェリス・ウイリアム ●対象 高校生、専門学校生、大学生など ●定員 20人

《多文化共生講演会「多文化共生ってなに？」》

●日時 9月29日(日)午後1時15分〜2時 (第一部)、午後2時15分〜3時45分 (第二部) ●内容 多文化共生について理解を深める講演会 (第一部)、ワールドカフェ形式のワークショップ (第二部) ●講師 熊本早苗、パトリック・マーハー (県立大学盛岡短期大学部) ●定員 50人

《共通》

●場所 問い合わせ アみやこ会議室 ●申込期限 9月25日(水) ●申し込み 宮古市国際交流協会 (☎3534、✉07030、✉info@miyako-kokusai.com)

▼三陸祭

●日時 9月28日(土)午前9時〜午後3時 ●内容 医師、看護師による健康講座、堀トオル歌謡ショー、屋台コーナーなど ●その他 無料送迎バスが宮古駅から午前9時30分、正午に出発 ●場所 問い合わせ 三陸病院 (☎7021)

▼第5回地域交流会

●日時 10月3日(木)午前11時〜午後3時 ●内容 バザー、焼きそば、綿あめなどの出店 ●場所 問い合わせ 岩手県社会福祉事業団「そら」(保久田5番4号) (☎636337)

●定員 20人 ●申込期限 10月9日(水) ●受講料 38184円

《共通》

●場所 宮古高等技術専門学校など ●申し込み 岩手労働基準協会宮古支部 (☎4906)

▼第67回市民文化祭の催し

《開幕行事》 ●日時 10月6日(日)正午 ●場所 市民文化会館大ホール ●内容 芸術体験コーナー (茶道など)、セレモニー (テープカットなど)、オープニングステージ (パレエトピアノのコラボなど) ●入場料 無料 ●問い合わせ 市芸術文化協会・阿部 (☎1397)

《展示作品募集》

【書道】 ●出品資格 高校生以上 ●作品規格 大作品は縦・横サイズ自由。小作品は半紙・色紙など ●出品点数 一人一点 ●出品料 一般1500円、高校生500円 ●申込期限 10月6日(日) ●作品搬入 10月18日(金)午後2時から市民文化会館に持参 ●申し込み 宮古書道協会・小豆嶋 (☎、✉7212)

《短歌》

●出品点数 一人二首まで ※新作に限る ●申込期限 9月30日(月) ●申し込み方法 郵送で提出 ●申し込み こだま短歌会・佐々木 (南町4の15、☎4616)

《高所作業車運転技能講習》 ●期日 10月23日(水)、24日(木) ●時間 午前9時〜午後5時

《玉掛け技能講習》 ●期日 10月7日(月)〜9日(水) ●時間 午前9時〜午後5時 ●定員 30人 ●申込期限 9月24日(火) ●受講料 25850円

**宮古市地域自治組織活動拠点施設
整備支援事業補助金について**

市環境生活課

町内会や自治会などの地域自治組織が独自に取得し、管理・運営する集会施設を整備するための経費の一部を補助します。補助率、限度額など詳細については、問い合わせてください。

■補助対象 新築工事、既存施設買取り、改修工事、水洗化工事、備品購入

■申請期限

▷令和元年度事業＝9月30日(月)

▷令和2年度事業＝10月15日(火)

■問い合わせ 市環境生活課協働安

全係 (☎68-9080)

**9月21日(土)開催の「生涯学習
市民のつどい」について**

市生涯学習課

8月15日号広報12号でお知らせした「生涯学習市民のつどい(9月21日(土)／イーストピアみやこ)」は、無料臨時駐車場を第一中学校校庭に設けます。

午後1時30分から多目的ホールで行う鈴木明子さん講演会の入場整理券は配布終了しましたが、1階交流プラザで講演の様子を同時上映します。

■問い合わせ 市生涯学習課社会教育係 (☎68-9119)

**図書館からの
お知らせ**

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)

■休館日 月曜日、17日(火)、22日(日)～24日(火)

※市立図書館は16日(月)、川井分室は16日(月)・22日(日)・23日(月)、田老・新里分室は17日(火)は開館します。

■開館時間 午前9時～午後5時

※市立図書館のみ水～土曜日は午後7時まで開館しています

移動図書館車「なぎさ号(宮古地域)」運行日程

期日	場所	駐車時間	期日	場所	駐車時間
9月18日	旧愛宕小学校 鉦ヶ崎小学校正門前 市営港町住宅	10:00～10:30 10:50～11:15 11:25～11:40	9月25日	長根・東北電力宮古アパート前 近内消防屯所前 太田・県職員千徳宿舍前	9:50～10:20 10:30～10:50 11:00～11:20
10月2日(水)	田鎖公民館前 花輪農村文化伝承館前 松山・松山荘前	13:40～14:00 14:10～14:30 14:45～15:30	10月9日(水)	日の出町・市営住宅1号棟前 佐原地区センター前 佐原・市営住宅前	13:40～14:10 14:25～14:55 15:00～15:30
9月19日	宮園自治会センター ジョイス駐車場	11:00～11:30 13:30～14:15	9月26日	上村地区会館付近 磯鶏駅前 三社タクシー磯鶏営業所付近	9:50～10:20 10:30～11:00 11:10～11:40
10月3日(木)	根市・雲南沢入口 花原市・華厳院前	14:30～14:50 15:00～15:20	10月10日(木)	高浜・村上氏宅前 津軽石・藤畑公民館前 津軽石・清寿荘前	13:50～14:10 14:30～14:45 14:55～15:40
9月20日	藤の川・上野商店付近 国土交通省官舎前	10:30～10:50 11:00～11:30	9月27日	津軽石駅前 津軽石学童の家前 津軽石・新町公民館付近	10:00～10:30 10:40～11:00 11:10～11:40
10月4日(金)	長根・青猿神社付近 市営近内住宅 西ヶ丘二丁目県営住宅駐車場	13:40～14:00 14:15～14:35 14:50～15:40	10月11日(金)	八木沢・市営住宅駐車場 八木沢・元ショッピング駐車場 藤原公害試験室前	13:30～13:45 13:55～14:10 14:25～14:40
9月21日	県営磯鶏アパート 赤前・柳澤商店付近	10:40～11:10 11:30～11:50	9月28日	生協西ヶ丘店前 にしがおか公園付近 崎山・16分屯屯所付近	10:00～10:30 10:45～11:40 13:40～14:00
10月5日(土)	重茂・里 笹見内・河原商店付近 小角柄・佐々木商店付近	13:30～14:00 14:15～14:35 14:50～15:10	10月12日(土)	崎山小学校 女遊戸・前川酒店前 赤坂ヘリポート付近	14:10～14:30 14:45～15:05 15:20～15:40

おめでたおくやみ

8/16～8/31 (届け出順・敬称略)

生まれた赤ちゃん

八重樫泰央(たお) 西ヶ丘二丁目(祐一)
島香瑛太(えいた) 泉町(源)
相澤 凜(りん) 近内六丁目(和宏)
新田晃大(あきひろ) 松山(雅道)
高玉健佑(けんすけ) 小山田二丁目(智晴)
澤野李來(りく) 田鎖五(良太)
宮本爽雅(そうま) 崎山二(雄大)
村山紗南(さな) 宮町三丁目(弘樹)
木村彩月(さつき) 黒森町(渉)

♡結婚したお二人♡

山本元気・小西寧々＝早稲栃

■亡くなった方■

中澤チヤ (102) 黒森町
梶原孝夫 (78) 太田一丁目
藤村榮喜治 (94) 刈屋
小椋金次郎 (84) 山口一丁目
岡本 京 (94) 泉町
飛澤武美 (87) 暮目
永田俊夫 (91) 根城
岩船正義 (78) 近内六丁目
中屋 清 (87) 新町上
小林義雄 (93) 花原市
矢切マツエ (98) 黒田町
森 泰道 (84) 川井
山根ハマ子 (84) 小角柄
波岡政子 (91) 山口四丁目
加藤カネ子 (74) 西ヶ丘四丁目
畠山ユリ (83) 水沢
黒田フク (95) 長根二丁目
澤内清志 (53) 里
佐々木ヒロ (84) 鴨崎町
濱中新一 (88) 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は載せています

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	人口	男	女	世帯
※9月1日現在 ※()内は前月との比較	52,064人 (-65)	25,047人 (-29)	27,017人 (-36)	23,721 (-27)
人口のうごき	出生	死亡	転入	転出
※8月1日～31日	19人	65人	81人	100人

室蘭市と災害災害時等における相互協力応援に関する協定を締結

市危機管理課

昨年6月に就航した定期フェリーで結ばれた室蘭市と、8月20日に「災害時等における相互協力応援に関する協定」を締結しました。災害時における支援に必要な物資・資材の提供、応援職員の派遣、平常時から相互協力していくこととなります。

■問い合わせ 市危機管理課防災係 (☎68-9111)

「第25回宮古市産業まつり」を開催します

市産業支援センター

■期日 10月5日(土)、6日(日)

■時間 午前9時30分～午後4時

※6日(日)は3時まで

■場所 市民総合体育館

■出店内容 地場産品、宮古市や姉妹友好都市などの特産品の販売、企業・学校などの展示

■オープニングセレモニー

▷10月5日(土)午前9時30分＝秋田県大仙市提供「昼花火」、餅まき

■ステージイベント 市内各団体が出演

■共催事業

▷ビンゴ大会、お楽しみ抽選会

▷小中学生ものづくり体験教室

▷すくすくランド

■問い合わせ 宮古市産業まつり実行委員会(市産業支援センター内、☎68-9092)

宮古サンマまつりを開催します

宮古観光文化交流協会

■日時 9月21日(土)午前9時30分～午後2時30分

■場所 宮古市魚市場隣接岸壁

※宮古駅から無料シャトルバスを運行します

■内容

▷サンマお振る舞い＝午前9時30分～/先着2千人/1人1本

▷体験イベント＝午前9時30分～午後1時30分/サンマつかみ取り(参加料500円)など

※当日、順次受付します。サンマがなくなり次第終了となります

▷ステージイベント＝午前10時30分～/大根おろし早おろし大会(参加料無料、先着10人)など

■問い合わせ 宮古観光文化交流協会(☎62-3534)

客船「にっぽん丸」が寄港します

市港湾振興課

客船「にっぽん丸」が宮古発着クルーズで宮古港に寄港します!

出港セレモニーや来場者参加型のお見送り・お出迎えも行いますので、多くの市民の皆さまの参加をお待ちしております。

■日時

▷出港＝9月20日(金)午前11時

▷入港＝9月22日(日)午後4時

■場所 宮古港藤原ふ頭

■お見送り事業 宮古保育園園児による「マーチングバンド」

▷9月20日(金)①午前10時～、②午前10時50分～

■歓迎事業 神風宮古流星海による「よさこいソーラン」

▷9月22日(日)午後3時30分～

■問い合わせ 市港湾振興課港湾振興係☎(68-9093)

「10月12日(土)～18日(金)」は秋の大掃除期間

市環境生活課

町内会や自治会で側溝清掃やごみ拾いなどを協力して行いましょう。

【側溝清掃は10月18日(金)までに】

宮古地域では側溝清掃も実施します。10月18日(金)までに完了し、側溝から上げた堆積物は、必ず土のう袋に入れてください。市の委託業者が

10月23日(水)・24日(木)に回収します。※土のう袋は、ごみの集積場所からできるだけ離して置いてください。※堆積物は土のう袋の半分程度を目安に入れてください

【側溝堆積物以外のごみは分別を。運搬を要する場合は市に連絡を】

草刈りやごみ拾いなどで出たごみは、燃やせるごみ・燃やせないごみ・びん・缶に分別して指定袋に入れてください。刈り払いをした草は、土をしっかりと落としてから指定袋に入れてください。集まったごみの運搬が必要な場合は、事前に市環境生活課きれいなまち推進室(☎64-6488)に連絡してください。また、消火栓を使う場合は、事前に宮古消防署(☎62-5533)の許可を受けてください。

■問い合わせ 市環境生活課環境保全係(☎68-9078)

町内会などが行うコミュニティ活動への助成事業を募集します

市環境生活課

(一財)自治総合センターが宝くじの社会貢献広報事業として行う助成事業です。申請方法など詳しくは問い合わせてください。

■対象団体 町内会や自治会などのコミュニティ組織

■事業内容

①一般コミュニティ助成事業

▷助成対象＝コミュニティ活動に直接必要な設備など(建築物、消耗品は除く)の整備に関する事業

▷助成金額＝100～250万円以内

②コミュニティセンター助成事業

▷助成対象＝集会施設の建設または大規模修繕およびその施設に必要な備品の整備に関する事業

▷助成金額＝対象事業費の5分の3以内に相当する額(上限1,500万円)

■申請期限 9月26日(木)

■問い合わせ 市環境生活課協働安全係(☎68-9080)



× 宮古港海戦

～海戦の歴史を辿るまち歩き～

宮古港海戦150周年を記念して、海戦ゆかりの地をたどるツアーを行います。普段何気なく目にする風景を解説員と一緒に歩いて、地域の歴史を再発見しませんか。

- 日時 9月29日(日)午前9時～午後3時30分
※雨天時は中止
- 集合場所 イーストピアみやこ1階宮古港海戦資料展前
- 行程 資料展～幕軍・官軍墓碑～宮古港戦蹟碑～

シートピアなど(自由昼食)～浄土ヶ浜園地内記念碑～竜崎展望所～イーストピアみやこ(解散)

- 参加料 無料
- 定員 先着20人
※小学生以下は保護者同伴
- 用意する物 動きやすい服装、飲み物、昼食、タオルなど
- 申込期限 9月26日(木)
※要事前申し込み
- 申し込み 市観光課ジオパーク推進係(☎68-9091)

ラグビーワールドカップ2019™日本大会予選「フィジーvsウルグアイ」戦のパブリックビューイングを行います。世界中が熱狂する一戦をみんなで観戦し、盛り上がりましょう！

- 日時 9月25日(水)午後1時開場、2時15分試合開始
- 場所 イーストピアみやこ2階多目的ホール(無料でどなたでも観戦できます)
- 問い合わせ 市生涯学習課ラグビーワールドカップ推進室(☎69120)



ラグビーワールドカップ2019™ 日本大会パブリックビューイング

スポーツの秋！宮古を走ってみませんか？

第33回宮古サーモン・ハーフマラソン大会参加者募集

- 日時 11月10日(日)午前8時開会式
- 集合場所 宮古消防署前広場
- 種目 ①ハーフマラソンの部 ②10kmの部 ③5kmの部 ④ペアマラソンの部(約2km)
※①～④の、区分など詳細については、市ホームページ(☎https://www.city.miyako.iwate.jp/shogai/salmonhalfmarathon.html)参照
- ゲストランナー 青山学院大学陸上競技部
- 参加料 一般3千円、高校生・中学生1,200円、ペアマラソン1組3,500円(保険料含む)
- 申し込み方法 申込書に参加料を添えて郵便局で申し込みのこと。※インターネットでの申し込みも可能(ランネット☎http://runnet.jp/)
- 申込期限 9月30日(月)

■表彰など 各種目の区分ごと1位から6位までに賞状及び賞品を授与。ハーフの部完走者から抽選で3人に東京マラソン2020の出走権を贈呈(経費は自己負担)

【協賛金を募集しています】
事業所・個人協賛金を募集します。協賛していただいた事業所・個人の氏名は、大会プログラムに掲載します。

- ◎協賛額
▷事業所=1口5千円から
▷個人=1口千円から
- 問い合わせ 宮古サーモン・ハーフマラソン大会実行委員会(市民総合体育館内、☎62-6000)



昨年の同大会の様子

道の駅たろう「第2回元祖サッパ市」を開催します

- 日時 9月29日(日)午前10時～午後3時
- 場所 道の駅たろう
- 内容 ①サッパ船(7艘)の上で特産品の販売②サッパ船に乗って、お食事、写真撮影会③まつたけ・きのこ直売会④秋の味覚「さんま」焼き(七輪は無料で貸し出し)⑤ノスタルジックカーin MIYAKO2019(午前10時～午後2時)※9月25日(水)まで展示者募集中⑥ステージイベント=田老さんさの会による手踊り(午前10時～)、バンド演奏(午前10時30分～)、元キックボクシング世界チャンピオンで「キックの神様」藤原敏男さん(旧田老町出身)によるトークショー(午後1時30分～)
- 問い合わせ 田老総合事務所地域振興係(☎87-2971)



7月開催の「第1回元祖サッパ市」の様子

