

新型コロナワクチン接種予約のお知らせ

今回の日程では、約8千人分の予約枠を確保しており、接種を希望する65歳以上の全ての方が接種を受けられる見込みです。

電話でご予約の場合、予約受付開始時は大変混み合うことが予想されますが、つながらない場合は、時間をおいておかけ直してください。どうしてもつながらない場合は、下記「**■ワクチン接種の予約が取れなかった方**」をご確認の上、ご連絡をお願いします。

■65歳以上の方のワクチン接種の日程

予約受付開始日時	接種日	接種場所
6月17日(木) 午前9時30分	6月21日(月) ～ 7月31日(土)	①イーストピアみやこ ②田老・新里・川井の各診療所 ③市内医療機関

【申し込み】宮古市新型コロナワクチン接種【予約】センター

▷ ☎019-606-8053 (午前9時30分～午後6時30分受け付け (土・日・祝日を含む))

※ワクチン接種を実施している市内医療機関については、広報みやこ6月15日号と同時に配布されたチラシ「**【新型コロナワクチン接種】個別接種実施医療機関**」をご覧ください

■ワクチン接種の予約が取れなかった方

上記の予約が取れなかった方や予約が困難な方は、宮古市新型コロナワクチン接種【相談】センターまたは各保健センター（宮古・田老・新里・川井）に電話してください。後日、接種日程を調整します。

▷ 受付期間／受付時間＝6月21日(月)～25日(金)／午前9時～午後5時

▷ 受付電話番号

○宮古市新型コロナワクチン接種【相談】センター (☎68-9100)

○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)



■ワクチン接種には、ぜひ公共交通をご利用ください

接種会場への移動には、バスや三陸鉄道、タクシーなどの公共交通機関をぜひご利用ください。

【無料でご利用できる場合があります】

詳しくは、接種券に同封した「**新型コロナワクチン集団接種路線バス・三陸鉄道無料乗車券**」、広報みやこ6月1日号と同時配布したチラシ「**新型コロナワクチン接種のためのタクシーの料金が無料になります**」をご覧ください。

【問い合わせ】市公共交通推進課 (☎68-9134)

住宅のリフォームを行う方へ

リフォーム経費を補助します

地域経済の活性化と、新型コロナウイルス感染症の影響を受けた市民の住環境の向上を図るため、リフォーム経費の一部を補助します。

- 申請期間 6月15日(火)～12月28日(火)
- 事業実施期限 令和4年3月31日(木)
- 対象経費・補助金額 20万円(税込)以上の工事に対し、10万円を補助
- 補助対象 ①申請者は、市内に住所を有し、その住宅に居住している所有者であること②平成22年12月31日以前に建築した住宅(固定資産税課税明細書で建築

年次が平成22年以前の住宅)のリフォームで補助対象となる工事(詳細については市ホームページ(<https://www.city.miyako.iwate.jp/kenchikujyuutaku/reform2021.html>)をご確認ください) ③申請者の世帯全員が、市税などを滞納していないこと④市内業者による施工であること⑤令和4年3月31日(木)までに工事の完了届が提出できること⑥令和3年4月1日以降に着手したリフォーム工事も対象とします

- 資料請求・申し込み 市建築住宅課公営住宅係(市役所3階、☎68-9107)



新型コロナウイルスの影響を受け収入が減少した方へ

負担金やサービス料などの減免・相談を受け付けます

新型コロナウイルス感染症の影響などにより収入の減少が見込まれる方などを対象に、制度の一部負担金やサービス利用料の減免および就学援助の相談を受け付けています。それぞれの制度によって、減免の内容や必要書類が異なりますので、詳しくは各担当まで問い合わせてください。

- 国民健康保険一部負担金
⇒市総合窓口課国民健康保険係(☎68-9075)

- 後期高齢者医療制度一部負担金
⇒市総合窓口課医療給付係(☎68-9076)
- 介護保険サービス利用料
⇒市介護保険課管理係(☎68-9085)
- 障がい福祉サービス利用料
⇒市福祉課障がい福祉係(☎68-9135)
- 就学援助
⇒市学校教育課学校教育係(☎68-9116)

国民健康保険および後期高齢者医療制度加入者の方へ

傷病手当金の支給期間を延長します

新型コロナウイルス感染症に伴う傷病手当金を支給します。申請を希望する方は、事前にご相談ください。

- 対象 次の要件を全て満たす方
- ①市国民健康保険および後期高齢者医療制度に加入している被用者(会社などに勤めている方)
- ②新型コロナウイルス感染症に感染した、または発熱などの症状により感染が疑われ、療養のために勤務することができなくなった方
- 給付内容 新型コロナウイルス感染症の療養を開

始してから4日目以降について、支給基準額の3分の2を支給(給与の支払いを受けることができる場合は、支給額が調整されることがあります)

- 適用期間 令和2年1月1日～令和3年9月30日(木)の間で、療養のために勤務することができない期間(ただし、入院が継続する場合は最長1年6カ月まで)
- ※必要書類や申請方法については、問い合わせてください
- 問い合わせ 市総合窓口課国民健康保険係(市役所1階、☎68-9075)、同課医療給付係(☎68-9076)

新型コロナワクチンを接種しようと考えている方へ

新型コロナワクチン詐欺にご注意を！

行政機関をかたった“なりすまし”などの不審電話が報告されています。新型コロナワクチン接種は無料です。行政機関などが「ワクチン接種に必要」などと言って、個人情報や金融機関の情報を電話やメールで聞くことはありません。少しでもおかしい、不安だ

と思ったら、市消費生活センターまたは新型コロナワクチン詐欺消費者ホットラインにご相談ください。

- 問い合わせ 市消費生活センター(☎68-9081)、新型コロナワクチン詐欺消費者ホットライン(☎0120-797-188)

投票日は

6月27日(日)

宮古市長選挙

大事な投票、忘れずに!



明るい選挙キャラクター
「選挙のめいすいくん」

今回の選挙は、皆さんの代表を選ぶ大切な選挙です。棄権することなく、有権者の皆さんの大切な一票を投票しましょう。

■問い合わせ

市選挙管理委員会（市役所3階、☎9123）

投票所について

投票所入場券に記載されている投票所および投票時間をお確かめの上、投票所にお越しください。

投票所までの無料送迎バスを運行

既存のバス路線のバス停などを利用し、6月21日(月)から25日(金)の間、期日前投票所までの無料送迎バスを運行します。詳しくは、本号の折り込みチラシをご確認ください。

また、投票日当日の投票所までの無料送迎バスも運行します。該当となっている地区には、別途チラシを配布しますのでご確認ください。

市長選挙専用ページ開設

市長選挙専用ページ（https://www.city.miyako.iwate.jp/senkan/R3nichosen_top.html）に次の内容を掲載しますのでご覧ください。



- ①投票日・当日投票など、期日前投票、不在者投票について
- ②新型コロナウイルス感染症対策について
- ③候補者情報(告示後に掲載します)
- ④投票状況の速報(投票者数、投票率など)、開票状況の速報(得票率、開票率)

※開票状況については、午後9時15分から30分おきに掲載予定

選挙執行における新型コロナウイルス感染症対策

市選挙管理委員会では、有権者の皆さんに安心して投票していただくよう、次のとおり新型コロナウイルス感染症の拡大防止対策を十分に実施します。有権者の皆さんにはご理解とご協力をお願いします。

【投票所(期日前投票所を含む)における取り組み】

- ▽手指消毒用アルコールを設置します
- ▽投票管理者・立会人・事務従事者は、マスクなどを着用します
- ▽定期的に投票所の換気を行うとともに記載台や机などの消毒を行います
- ▽鉛筆は使用の都度消毒します(受け付け時に配布し、投票終了後に回収します)
- ▽記載台での投票用紙への記入や受け付けの順番待ちなどで「密集」「密接」が生じないように、会場の配置などを工夫します

【有権者の皆さんへお願い】

- ▽マスクなどの着用、帰宅後の手洗い・うがい
- ▽投票所での、投票前・投票後の手指消毒、咳エチケットの徹底
- ▽密集を避けるため、入場をお待ちいただく場合もありますので、係員の案内に従ってください
- ▽投票日当日の混雑緩和のため、期日前投票の利用

▽投票所が混雑する時間帯・日を選じた投票

投票所の混雑予測

過去の選挙の傾向は次のとおりです。投票の際の参考にしてください。
▽投票日当日の投票所は、午前中に投票する人が多く、約60%は午前7時から正午までに投票しています。また、その中でも午前9時から正午までの時間帯に投票する人が多いです

期日前投票の積極的な利用について

現在の新型コロナウイルス感染症への感染が懸念される状況は、期日前投票を行うことができる事由となります。感染を懸念して期日前投票を行う場合「宣誓書」の事由欄は、「〇」(天災または悪天候により投票所に到達することが困難)に〇をつけてください。
※その他詳細については、広報みやこ6月1日号6頁〜8頁またはホームページをご覧ください

大雨の季節、土砂災害に注意しましょう！

これから大雨の季節を迎えます。土砂災害から身を守るため、あらかじめ自宅周辺の土砂災害の危険性や避難経路、および避難情報の入手方法などを確認し、いざという時に備えましょう。

- ①新聞・テレビ・ラジオから、台風などの大雨の情報が流れたら、早め早めに準備をしましょう。
- ②夜間の避難は、大変危険です。明るいうちに避難しましょう。
- ③「警戒レベル3 高齢者等避難」が発令されたら、急傾斜地など危険な場所にお住まいの人は、避難の準備を始めてください。お年寄りや障がいのある人、乳幼児などとその支援者といった避難に時間のかかる人は、避難を開始してください。
- ④「警戒レベル4 避難指示」が発令されたら、急傾斜地などの危険な場所にお住まいの人は、全員速やかに避難して下さい。
- ⑤「警戒レベル5 緊急安全確保」が発令されたら、既に災害が発生・切迫している状況です。直ちに安全確保を行ってください。
- ⑥避難先は、知人・友人宅など、指定避難所にかかわらず、安全な場所に避難してください。
▷避難所によっては、駐車場が冠水する場合があります。駐車位置に注意してください。
▷緊急速報メールで、避難所をお知らせする際、音声読み上げサービスを設定していると、異なる読み方をすることがありますので、注意してください（例：門馬（もんま）小学校、金浜（きんはま）農漁村センター など）。
- ⑦避難所では、新型コロナウイルス感染症対策として、以下の対策を実施します。ご協力をお願いします。
▷問診と体温測定をします（発熱のある人は、指示に従っていただきます）。
▷密集を避けるため、2 疋の間隔をとっていただきます（床にテープを張って区切ります）。
※避難者の人数によって、避難所の移動をお願い

することもあります
※マスク・消毒液は用意してありますが、できるだけ個人で持参してください
■問い合わせ 市危機管理課防災係（☎68-9111）

「避難の声かけ、安全の確認」



避難の声かけ

安全の確認

令和3年土砂災害防止のキャッチフレーズ

●6月1日から30日までは土砂災害防止月間です

国土交通省と岩手県では、防災・減災の取り組みの一環として、梅雨や台風の時期を迎えるにあたり、国民一人一人が土砂災害の防止および被害の軽減の重要性について認識し、理解が深められるよう、毎年6月を土砂災害月間と定めています。

●岩手県の土砂災害に関する情報（岩手県ホームページ）も合わせてご確認ください

▷岩手県の土砂災害警戒区域等の指定・基礎調査結果公表状況（☎<http://www2.pref.iwate.jp/~hp0607/>）

▷岩手県土砂災害警戒情報システム（土砂災害の危険度情報）（☎<http://sabo.pref.iwate.jp/dosha/>）

■問い合わせ 岩手県県土整備部砂防災害課（☎019-629-5922）

令和3年度北方領土に関する標語・キャッチコピー募集

■募集内容 北方領土に関するもので、啓発グッズなどをはじめとしたさまざまな世論啓発の場で使用する標語やキャッチコピー

■応募資格 どなたでも応募可能
■応募方法 応募作品、郵便番号、住所、氏名（ふりがな）、年齢、性別、電話番号、職業、この募集を何で知ったかを明記の上、はがき、封書、ファクス、メールまたは応募情報ウェブサイトで応募

※選考方法などの詳細は独立行政法人北方領土問題対策協会ホームページ（☎<https://www.hoppou.go.jp/index.html>）をご覧ください

■応募期限 9月30日（木）（締切当日消印のはがき・封書、締切当日に到着したメール・ファクスおよび当日のウェブ応募は有効）

■その他 一人何作品でも応募可能ですが、入賞は一人一作品となります

■応募先 令和3年度北方領土に関する標語・キャッチコピー募集係（〒105-0011 東京都港区芝公園1-8の21 5階、☎03-5405-2064、FAX 03-5405-2061、✉hokuko@koubo.co.jp）

三陸ジオパークや海水浴場をきれいにしよう!

～一斉清掃活動の参加者を募集します～



三陸ジオパーク
Sanriku Geopark

海水浴シーズンを前に、国立公園内のジオサイトや海水浴場をみんなできれいにしましょう。どなたでも参加できます。

日時など詳細は以下の表をご覧ください。

《共通》

■用意する物 マスク、飲み物、長靴、動きやすい服装（軍手・ごみ袋は主催者で用意します）

■申し込み 市観光課ジオパーク推進係（☎68-9091）

※雨天または新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から中止する場合があります



日時	集合場所	内容	申込期限
7月3日(土) 午前10時～正午	三王園地駐車場	三王園地の周辺道路や真崎海岸・小港海水浴場の清掃、ジオパークの解説	6月30日(水) 午後5時
7月3日(土) 午前10時～11時30分	女遊戸海水浴場	女遊戸海水浴場の清掃	
7月17日(土) 午前10時～正午	浄土ヶ浜レストハウス前 ※駐車場は浄土ヶ浜第二～第四駐車場を利用	浄土ヶ浜園地の周辺道路や海水浴場の清掃、ジオパークの解説	7月14日(水) 午後5時
7月17日(土) 午前10時～11時30分	藤の川海水浴場 ※駐車場が限られているため公共交通機関でお越しください	藤の川海水浴場の清掃	

SNSで宮古のジオを紹介しています!

●フェイスブック

宮古市三陸ジオパーク推進協議会
(☎<https://www.m.facebook.com/miyako.Geopark/>)



●インスタグラム

miyakocitygeopark (☎<https://www.instagram.com/miyakocitygeopark/>)



昨年夏の浄土ヶ浜での一斉清掃活動には250人が参加しました



浄土ヶ浜では、海岸だけでなく周辺道路も清掃しました



昨年真崎海岸・小港海水浴場では、雨が降る中多くのゴミを拾いました

市の交際費を公表します

市の交際費について、令和2年度下半期（令和2年10月～令和3年3月）分をお知らせします。

市は、市政の円滑な運営を図るため、交際費として市政関係者・団体に対して弔費やお祝いなどを支出しています。支出にあたっては、社会通念上妥当な範囲で、最小限にとどめるよう努めています。

月ごとの支出内訳は、市ホームページ（☎<https://www.city.miyako.iwate.jp/hisyu/kosaihiR2nendo.html>）に掲載しています。



なお、詳細を知りたい場合は、いつでも情報公開の請求ができますので、問い合わせてください。

■問い合わせ 市秘書課秘書係（☎62-2111）

【令和2年度下半期交際費の支出内訳】

分類	件数	金額(円)	主な内容
弔費	24	215,000	公職者、市勢功労者、叙勲受章者などの逝去に伴う香典、花環代 など
祝費	1	4,140	魚市場初売式
会費	2	15,000	安全・安心の道づくりを求める全国大会、社会資本整備を考える首長の会令和2年度総会
その他	16	202,432	職員派遣元自治体などへのお礼、来訪者への土産など
合計	43	436,572	

● 各種健康診査・がん検診日程

今年度の成人けんしんが始まっています。受け忘れのないように、早めの受診をお勧めします。詳しくは、6月に各世帯へ配布している「令和3年度 宮古市成人けんしんのお知らせ」をご覧ください。届いていない場合は、各保健センターにお問い合わせください。
 ※今年度のけんしんは新型コロナウイルス感染症の発生状況により、実施を見合わせる場合があります

■ 問い合わせ 各保健センター

■ 各種検診日程

期日	受付時間	会場	検診種別
7/1(木)	9:30~10:30	田老公民館（午前）	大腸 子宮
		シートピアなあと（午後）	大腸 子宮
7/2(金)	13:00~14:00	川井保健センター（午前）	大腸 子宮
		新里保健センター（午後）	大腸 子宮
7/5(月)	9:30~11:00 13:00~14:00	近内地区センター	健診
7/6(火)		シートピアなあと	健診
7/7(水)			健診
7/12(月)		八木沢農村センター	健診
7/13(火)		宮古保健センター	健診
7/14(水)		千徳地区体育館	健診
			健診
7/15(木)	9:30~10:30	田老公民館（午前）	大腸 乳
	13:00~14:00	崎山公民館（午後）	大腸 乳
7/16(金)	9:30~11:00	千徳地区体育館	健診
	13:00~14:00		

【乳がん検診・子宮がん検診の対象】

- ▷ 乳がんは、40歳以上で、前年度受診していない人が対象です。
- ▷ 子宮がんは、①20歳～40歳の人②41歳以上で前年度受診していない人が対象です。
- ▷ 下記に該当の人には、無料クーポン券を郵送する予定です。ぜひ、この機会に受診しましょう。
- 【乳がん検診】 昭和55年4月2日～昭和56年4月1日生まれの人
- 【子宮がん検診】 平成12年4月2日～平成13年4月1日生まれの人

● 健康相談日程

感染症予防に努めながら、血圧測定、個別相談などを行います。お気軽にお越しください。なお、健康手帳をお持ちの方はご持参ください。

■ 問い合わせ 市健康課成人保健係（☎64-0111）

地域	期日	時間	会場	内容
宮古	7/1(木)	10:00~11:30	愛宕屯所（5分団）	▶ 血圧測定、個別相談、熱中症予防について
		13:30~15:00	佐原地区センター	
	7/2(金)	13:30~14:30	山口団地住宅集会所	
	7/8(木)	10:00~11:00	大沢地区会館	
新里	6/25(金)	10:00~11:00	新里保健センター	▶ 講話「お口の健康について」
	7/6(火)	10:00~11:00	茂市消防コミュニティセンター	▶ 講話「熱中症予防について」
		13:30~14:30	新里生涯学習センター	

6月は「食育月間」 ～毎月28日は「いわて減塩・適塩の日」です～

6月は、社会全体で食育推進に取り組むために設けられた食育の強化月間です。

また、岩手県では毎月28日を「いわて減塩・適塩の日」に設定し、食生活習慣と健康について考え行動する日としています。

市ホームページ（☎https://www.city.miyako.iwate.jp/kenko/syokuikug_ekkaniwategennennt_ekiennohi.html）で減塩のコツ5箇条と適塩ヘルシーレシピを紹介していますので、ぜひご利用ください。

■ 問い合わせ 市健康課成人保健係（☎64-0111）



ハロー赤ちゃん教室 「土曜日開催」

- 日時 7月10日(土)午前9時30分～11時30分（午前9時15分から受け付け）
- 場所 宮古保健センター
- 内容 沐浴練習、赤ちゃんのおむつ交換などの育児体験
- 対象 ご夫婦で参加可能な人
- 定員 先着8組
- 用意する物 母子健康手帳
- 申込期限 7月2日(金)
- 申し込み 宮古保健センター（☎64-0111）



つどいの広場 すくすくランド 「健康相談会」

- **日時** 6月21日(月)午前11時～11時45分
- **内容** 健康相談、講話『トイレトレーニング』
- **講師** 宮古保健センター保健師
- **対象** 子育て中の保護者
※保護者のみの参加も可
- **問い合わせ** つどいの広場すくすくランド (☎63-8061)

産前・産後サポート事業 すまいるママサロンの開催

新型コロナウイルス感染症拡大防止に考慮し実施します。

【ママののんびりゆったりお話しサロン】

- **日時** 6月24日(木)午前10時15分～11時30分(午前10時受け付け開始)
- **定員** 5組程度
- **内容** 産前産後の情報交換と、必要時育児相談を行います。

【離乳食教室(後期)】

- **日時** 6月24日(木)午後1時45分～3時(午後1時30分受け付け開始)
- **定員** 8組程度
- **用意する物** 乳児訪問で配布した「すくすく子育て」の冊子《共通》
- **場所** 宮古保健センター2階
- **対象** 妊婦および産後1年未満の産婦および乳児
- **用意する物** 母子健康手帳、バスタオル、飲み物
- **参加料** 無料
- **申し込み方法** 電話
- **申込期限** 6月22日(火)
- **申し込み** 市子育て世代包括支援センター (☎64-0111)

● 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。会場には、対象のお子さん1人につき、保護者お一人の同伴にご協力をお願いします。

- **用意する物** 母子健康手帳、問診票、仕上げみがき用歯ブラシ
- **場所・問い合わせ** 宮古保健センター (☎64-0111)

種類	対象児	期日	受付時間
1歳児(相談)	令和2年6月生まれ/令和2年7月生まれ	7/14(水)	9:00 ～9:30
1歳6カ月児 (診査)	令和元年11月生まれ/令和元年12月生まれ	7/7(水)	13:00 ～13:30
	令和元年12月生まれ	7/21(水)	
2歳児(相談)	令和元年5月生まれ	7/21(水)	9:00 ～9:30
2歳6カ月児 (相談)	平成30年12月生まれ	7/7(水)	9:00 ～9:30
	平成30年12月生まれ/平成31年1月生まれ	7/28(水)	
3歳児(診査)	平成30年3月生まれ	7/14(水)	13:00 ～13:30
	平成30年4月生まれ	7/28(水)	

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況次第で急きょ中止とする場合があります

● 認知症に関する相談のお知らせ

「認知症かもしれない・・・」「認知症と言われたけど、これからどうなるか不安」などと感じている人はいませんか？気軽に相談してみましょう。

- **日時** 7月5日(月)午後1時～4時
- **場所** 介護保険課相談室
- **内容** 相談は予約制です。事前に電話で予約をしてください。
- **申し込み** 市介護保険課いきいきライフ推進室 (☎68-9126)



● シルバーリハビリ体操デモンストレーション

宮古市では、シルバーリハビリ体操を体験していただく機会として、デモンストレーションを開催します。人数は10人程度で行います。この機会にシルバーリハビリ体操を体験してみませんか？

- **日時** 7月12日(月)午後1時30分～3時30分
 - **場所** イーストピアみやこ2階運動スタジオ
 - **内容** シルバーリハビリ体操指導者によるデモンストレーションを行います。
 - **対象** 宮古市在住の人
 - **定員** 先着10人(新型コロナウイルスのワクチン接種状況により調整します)
 - **参加料** 無料
 - **用意する物** マスク、飲み物、タオル、上履き、運動しやすい服装
 - **申し込み方法** 当日、直接会場へお越しください。
 - **その他** 当日は、受け付けで検温と健康チェックを行います。
- ※**新型コロナウイルス感染状況により中止とする場合もあります**
- **問い合わせ** 市介護保険課地域包括支援センター (☎68-9086)

市環境生活課

▼男女共同参画週間事業

毎年6月23日～29日は国の定める「男女共同参画週間」です

《男女共同参画展》男女共同参画への理解を深めていただくために市内各所で展示や図書の紹介などを行います
 期間 6月15日(火)～29日(火) 場所 内容
 ① イーストピアみやこ2階通路 / パネル展 ② 市立図書館1階ロビー / 関連図書の紹介 ③ キャトル宮古駅前広場 連絡通路掲示板 / ポスター展

《いわて男女共同参画フェスティバル 基調講演上映会》笑って考えよう！ひとり一人の幸せのために性別による固定的な役割分担意識をなくそう！
 日 7月8日(木) 午後1時30分～3時45分 場所 イーストピアみやこ多目的ホール 内容 ① 男女共同参画基礎講座(30分) / オンライン視聴 ② 基調講演上映会(90分 / DVD上映) ● 講師 ① 山屋理恵(岩手県男女共同参画センター長) ② 瀬地山 角(東京大学大学院総合文化研究科教授) ● 定員 30人(お子様連れ可) ● 申込期限 7月2日(金)

《共通》 ● 問い合わせ 市環境生活課 男女参画・協働推進係 (☎9080)

市生涯学習課

▼第2回はなまるフランス「親子DEヨガ」

日 7月14日(水) 午前10時～11時
 場所 イーストピアみやこ運動スタジオ
 ● 内容 親子で楽しむヨガ、リフレッシュヨガ ● 講師 佐藤和美(カズミスタジオ代表) ● 対象 未就学児(生後6カ月以上)と保護者※妊娠している人は参加不可 ● 定員 親子10組 用意する物 マスク、飲み物、汗拭きタオル ● 申込期限 6月29日(火) 申し込み方法 電話またはアクセス ● 申し込み 市生涯学習課社会教育係 (☎9119, FAX 9112)

中央公民館分館

▼宮古市社会経験者大学ものづくり教室①「作って学ぼう!ハーバリウム教室」

日 7月14日(水) [午前の部] 午前10時～11時30分 [午後の部] 午後1時30分～3時
 場所 中央公民館分館1階多目的ホール ● 講師 中村敦(フラワーショップKotone) ● 対象 社会経験者大学生および市内在住のおおむね60歳以上の人 ● 定員 各回10人(社会経験者大学生が優先で、応募多数の場合は抽選) ● 参加料 1,200円※申込期間終了後に、封書で入金方法などを連絡します ● 用意する物 飲み物、

崎山貝塚縄文の森ミュージアム

▼みるみる宮古!体験めぐり①

日 6月19日(土) 午前9時～午後0時30分 ● 行き先 ① 長根寺 ② 旧東屋酒造店 ③ 浄土ヶ浜 集合場所 宮古駅 ● 内容 宮古の歴史や文化に触れながら、解説を聞きます ● 定員 先着10人(小学生以下は保護者同伴) ● 参加料 無料 ● 用意する物 飲み物 ● 申込受付開始日 6月15日(火) ● その他 事前(検温などの体調管理をお願いします) ● 申し込み 崎山貝塚縄文の森ミュージアム (☎7526)

千徳公民館

▼ラジオ体操とスローエアロビックス

運動不足解消・ストレス解消
 日 7月6日(火) 午後1時30分～3時
 場所 千徳地区体育館 内容 ラジオ体操とスローエアロビックスで日々の運動不足やストレスを解消します。誰もが知っているラジオ体操を正しいフォームで学び、スローエアロビックスで心身のリフレッシュを図ります ● 講師 宮古市体育協会指導員 ● 定員 先

着15人 ● 参加料 50円(保険料) ● 用意する物 マスク、飲み物、汗拭きタオル、動きやすい服装、室内運動靴

▼ミシンで作るバネぐちポーチ

日 7月13日(火) 午前9時30分～午後0時30分 ● 場所 千徳公民館 内容 ミシンを使って、バネぐちポーチを作ります ● 講師 大上香奈子(てづくりの店花鳥風月) ● 定員 先着6人 ● 参加料 500円(材料費、保険料) ● 用意する物 ミシン、ミシン糸、裁縫道具、マスク、飲み物

《共通》 ● 対象 市民 ● 申し込み方法 電話 ● 申込受付開始日 6月22日(火) 午前9時(火)～土曜日午前9時～午後5時受け付け ● 申し込み 千徳公民館 (☎5402)

うみマチひろば

▼初級エクセル2019講座

日 6月19日(土)・20日(日) 午前10時～午後4時(全2日間) ● 場所 うみマチひろば ● 講師 三陸NPO支援センター会員 ● 定員 10人 ● 参加料 1,500円 ● 用意する物 筆記用具 ● その他 前日までに参加料の支払いをお願いします

▼七夕イベント「七夕の夜空に届け私の願い」

日 6月19日(土)～7月11日(日) 午前9時～午後8時 ● 場所 うみマチひろば ● 内容 短冊に願い事を書いて笹に

飾ることができます。また、織姫・彦星のぬり絵コーナーもあります。ぜひご家族で遊びに来てください。【折り紙体験コーナー】●日時7月3日(土)午前10時～正午●内容折り紙サークル・宮古さくら会の会員が折り紙を教えてくれます

▼シーカヤック体験講座～宮古の夏を楽しまう！in浄土ヶ浜

●日時7月4日(日)午前10時～正午●場所浄土ヶ浜●集合場所砥石浜(現地集合、現地解散)●内容シーカヤックの乗り方を学び、ゆったりとした楽しい時間を過ごし、浄土ヶ浜のジオパーク体験もできます。安定している乗り物ですので、年齢や体力に関係なく楽しめます(初心者大歓迎)●講師鈴木和昌(シーカヤックインストラクター)●定員12人●参加料2200円(シーカヤックレンタル料含む)●用意する物動きやすい服装、かかとのあるサンダル、タオル、飲み物

▼就職スキルアップ講座「初めての簿記講座」

●日時7月16日(金)・19日(月)・21日(水)・26日(月)・28日(水)午後6時30分～8時30分(全5日間)●場所うみマチひろば●講師須田明廣(元宮古商業高校教員)●定員15人●参加料1千円(テキスト代)●用意する物筆記用具、電卓●その他本講座は雇用保険受給者の失業認定における「求職活動」に

該当します。前日までに参加料の支払いをお願いします

《共通》●注意新型コロナウイルス感染症対策のため、マスクの着用をお願いします●申し込みうみマチひろば(宮古市地域創生センター、☎7133)に

▼みちのく潮風トレイルブロックフォーラムとトレイルと海岸線

●日時6月19日(土)午前9時30分～午後5時(9時15分受け付け)●6月20日(日)午前9時～午後0時30分(8時45分受け付け)●集合場所①小津波防災センター(岩泉町)②田野畑駅●内容トレイルやシーカヤック体験など、大自然を満喫しませんか?●定員先着50人※小学生以下保護者同伴●参加料無料●用意する物昼食、飲み物、歩きやすい服装、帽子、マスク、手袋、タオル、雨具、リュック●申込期限6月18日(金)午後5時●申し込み方法電話またはインフォメーションで受け付け●申し込み浄土ヶ浜ビジターセンター(☎1690)※イベント実施・募集内容については、変更になる可能性があります。詳しくは浄土ヶ浜ビジターセンターへ直接問い合わせください

▼西ヶ丘カフェ

●日時6月23日(水)午後1時30分～3時●場所西ヶ丘地区センター●内容



●認知症になっても住み慣れた地域で暮らすための学びと会話を楽しむカフェ●対象西ヶ丘にお住まいの人●定員先着30人●参加料200円(お茶菓子代)●申し込みみやこ西部地域包括支援センター(☎5771)

▼船の模型展inシートピアなど

●日時7月3日(土)・4日(日)午前9時～午後5時●内容手作り船の模型の展示●場所問い合わせシートピアなど(☎3100)

▼アフリカンス語初級講座

東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会で、宮古市はナミビア共和国のホストタウンになります。これを機に、アフリカンス語(ナミビアで広く使用されている言語)を学び、理解を深めます●日時7月4日(日)・11日(日)・18日(日)・25日(日)午後1時30分～2時30分●場所宮古市地域創生センター●内容アフリカンス語のあいさつ、基本的な文法などを学びます●講師佐々木フレデリカ(ナミビア出身、宮古市在住)●定員先着10人●参加料無料●申し込み方法問い合わせ先に電話、ファクスまたはメール●申込期限6月25日(金)●問い合わせ宮古市国際交流協会(☎3534、FAX7030、☎3030、☎3030、FAX7030、☎3030、FAX7030、☎3030、FAX7030)

▼岩手労働基準協会宮古支部の催し

《玉掛け技能講習》●期日7月19日(月)～21日(水)●場所岩手労働基準協会

宮古支部ほか●申込期限7月5日(月)●受講料25850円

《アーケ溶接業務特別教育》●期日7月29日(木)・30日(金)●場所岩手県立宮古高等技術専門学校●申込期限7月15日(木)●受講料13200円

《ガス溶接技能講習》●期日8月5日(木)・6日(金)●場所岩手県立宮古高等技術専門学校●申込期限7月21日(水)●受講料11880円

《小型移動式クレーン運転技能講習》●期日8月23日(月)～25日(水)●場所岩手労働基準協会宮古支部ほか●申込期限8月6日(金)●受講料31955円

《共通》●時間午前9時～午後5時●定員30人●申し込み岩手労働基準協会宮古支部(☎4906)

▼体験集「戦争の時代を生きて」第6集原稿

●内容あの戦争は何だったのか、戦争の惨禍を知らなければ、本当の平和は語れない。戦後・被爆76年の今、書き残しておきましょう。応募条件未発表の原稿で、2千字以内のもの※聞き書きにも伺います●応募期限10月1日(金)●応募方法送付先に郵送またはファクス●送付先宛名〒027-0055長根四丁目14の4、FAX7500/宮古市開伊地域の戦争を記録する会代表・前川慧一(☎080-6027-2179)●問い合わせ宮古民主商工会・深澤口(☎1346、FAX0494)

夏休み！親子県議会教室

県議会事務局

- 日時 8月7日(土)午後1時～4時(受け付けは午後0時15分～0時45分)
- 場所 岩手県議会議事堂(盛岡市内丸10の1)
- 内容 議事堂探検、県議会クイズ、議員とのふれあいトークなどで、県議会の仕組みや役割が学べます
- 対象 県内の小学校・義務教育学校に通う5・6年生の子どもと保護者
- 定員 親子20組程度
- 応募方法 親子の氏名(ふりがな)、子どもの学校名・学年、電話番号を記載の上、応募先(☎gikai@pref.iwate.jp)にメール
- 募集期間 6月7日(月)～7月2日(金)
- ※定員になり次第終了
- 留意事項 当日撮影する写真などは、広報紙いわ

て県議会だよりや県議会ホームページなど、岩手県議会や各議員の広報活動で使用しますので、あらかじめご了承ください

■問い合わせ 岩手県議会事務局議事調査課(☎019-629-6022)

介護のしごと「臨時出張相談会」のお知らせ

岩手県福祉人材センター宮古

- 日時 6月27日(日)午前11時～午後3時
- 場所 マリンコープドラ2階特設会場
- 対象 福祉の職場に関心のある人や就労を希望する人
- その他 予約の人を優先しますので、ご連絡ください
- 問い合わせ 岩手県福祉人材センター宮古 キャリア支援員・館洞(☎080-8201-0199)

- 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
- ■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



期日	場所	駐車時間	期日	場所	駐車時間
6月23日 7月7日(水)	旧愛宕小学校	10:00～10:30	6月26日 7月10日(土)	県営磯鶏アパート	10:40～11:10
	鎌ヶ崎小学校正門前	10:50～11:15		赤前・柳澤商店付近	11:30～11:50
	市営港町住宅	11:25～11:40		重茂・里	13:30～14:00
	田鎖公民館前	13:40～14:00		笹見内・河原商店付近	14:15～14:35
	花輪農村文化伝承館前	14:10～14:30		重茂漁協	14:45～15:00
6月24日 7月8日(水)	山口公民館	10:15～10:45	6月16日 30日 7月14日(水)	長根・東北電力宮古アパート前	9:30～9:50
	宮園自治会センター	11:00～11:30		ローソン宮古近内店前	10:00～10:20
	ジョイス駐車場	13:30～14:15		近内消防屯所前	10:30～10:50
	根市・雲南沢入口	14:30～14:50		太田・県職員千徳宿舍前	11:15～11:35
	花原市・華厳院前	15:00～15:20		日の出町・市営住宅1号棟前	13:40～14:10
6月25日 7月9日(金)	藤の川・上野商店付近	10:30～10:50	6月17日 7月1日(水)	佐原・市営住宅前	15:00～15:30
	国土交通省官舎前	11:00～11:30		上村地区会館付近	9:50～10:20
	長根・青猿神社付近	13:40～14:00		磯鶏駅前	10:30～11:00
	市営近内住宅	14:15～14:35		三社タクシー磯鶏営業所付近	11:10～11:40
	西ヶ丘二丁目県営住宅駐車場	14:50～15:40		高浜・村上氏宅前	13:50～14:10
				津軽石・藤畑公民館前	14:30～14:45
				津軽石・清寿荘前	14:55～15:40

期日	場所	駐車時間
6月18日 7月2日(金)	津軽石駅前	10:00～10:30
	津軽石学童の家前	10:40～11:00
	津軽石・新町公民館付近	11:10～11:30
	八木沢・市営住宅駐車場	13:40～14:00
	八木沢・元ショッピング駐車場	14:10～14:30
6月19日 7月3日(土)	藤原公害試験室前	14:45～15:00
	西ヶ丘災害住宅	9:25～9:45
	生協西ヶ丘店前	10:00～10:30
	にしがおか公園付近	10:45～11:40
	崎山・16分団屯所付近	13:40～14:00
崎山小学校	14:10～14:30	
女遊戸地区集会施設前	14:45～15:05	
サンホームみやこ前	15:20～15:40	

※届出の際、広報への掲載を希望した場合に掲載させていただきます
※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

おめでた

おくやみ

5/16～5/31(届け出順・敬称略)

○生まれた赤ちゃん○

- 菊地碧馬(あおは) 近内三丁目(由樹)
- 山内咲菜(えま) 大付(隆史)
- 栗原律(りつ) 八木沢四丁目(健)
- 盛合海杜(かいと) 神林(七海)
- 南館心愛(みあ) 磯鶏(二郎)
- 中村奏斗(かなと) 近内二丁目(薫)
- 佐々木野乃(のの) 宮町三丁目(淳)
- 栗橋春暖(こはる) 山口二丁目(拓也)
- 馬場悠翔(はると) 千鶴(竣介)

♡結婚したお二人♡

- 小堀内大将・伊藤ゆかり=堀内
- 林崎淳弥・小暮美麻=板屋三丁目
- 長門哲太・小川口いつく=近内六丁目
- 山崎裕介・後藤智美=笹見内

■亡くなった方■

- 去石京子(76) 区界
- 岩澤知夫(80) 長根一丁目
- 中洞美和子(84) 田老一丁目
- 藤原榮子(78) 茂市
- 澤田睦男(83) 山口三丁目
- 高橋勝政(79) 板屋四丁目
- 佐々木昭平(91) 下荒谷2

- 松本ロク(98) 近内二丁目
- 大久保堅治(84) 松山
- 中嶋ヒデ子(74) 有川
- 和野とみ子(71) 轟目
- 佐々木ハツ(89) 川内
- 野澤慶一(90) 八木沢三丁目
- 在原サキ(94) 山口三丁目
- 多田岡子(86) 茂市
- 吉川クニ(88) 古里
- 大石春海(85) 茂市
- 久保恒男(84) 刈屋
- 藤村格(52) 刈屋
- 古館喜美代(84) 宮町三丁目
- 金丸孝(84) 中里団地

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

※6月1日現在の「人口と世帯」と5月中の「人口のうごき」は 次号7月1日号に掲載しますので、ご了承ください

宮古市男女共生推進委員会委員を公募します

..... 市環境生活課

市の男女共同参画社会の形成に意見・提案をする委員を公募します。

■募集人数 2人

■任期 任命の日から2年間

■応募資格 次の①～③のいずれにも該当する人

①男女共同参画に関心がある人

②18歳以上(申し込み時点)で市内に引き続き3カ月以上住所がある人

③市のほかの審議会などの委員を3つ以上兼職していない人

■応募方法 応募用紙と小論文「女性の活躍推進について」(800字程度)を、郵送、ファクス、メールまたは持参

■応募用紙配布場所 市環境生活課(市役所1階)、田老・新里・川井の各総合事務所および市ホームページ(☎https://www.city.miyako.iwate.jp/kankyo/danjo_shishingikaiin_1.html)

■応募期限 7月5日(月)必着

■提出先・問い合わせ 市環境生活課男女参画・協働推進係(〒027-8501住所不要、☎68-9080、FAX63-9110、✉kankyo@city.miyako.iwate.jp)

就学に向けての教育相談会(就学相談)

..... 市こども課

安心して入学を迎えられるよう、学校生活や学習について不安や心配事がある保護者の相談に応じます。お子さまの状況に合わせた対応や関わりを一緒に考えますので、お気軽にご相談ください。

■内容 教育委員会の担当者が各園に出向き相談

※後日、必要に応じて学校見学なども実施

■対象 令和4年4月に小学校に入学する子どもがいる家庭

■申し込み方法

▷幼稚園・保育所・認定こども園などに在籍している子どもは在籍先の施設に相談

▷上記以外(在宅)の子どもについては市こども課担当者から案内を送付

■問い合わせ 市こども課こども発達支援センター(☎68-9117)、市学校教育課学習指導係(☎68-9118)

国民年金を一部免除できる制度があります

..... 市総合窓口課

経済的な理由などにより、国民年金保険料を納めることができない場合の免除制度には、「全額免除」の他に「一部免除」の制度があります。

一部免除には、所得に応じて、4分の3免除・半額免除・4分の1免除の3種類があり、それぞれ「残りの納付が必要な保険料」を納付しないと、免除期

間ではなく「未納期間」となってしまいます(例えば、4分の3免除であれば、残りの4分の1の保険料を納付する必要があります)。

保険料を未納のままにすると、老齢年金の他、障害・遺族年金も受け取ることができなくなる場合がありますので「残りの納付が必要な保険料」の納付をお願いします。

■問い合わせ 宮古年金事務所(☎62-1963)

緊急地震速報の試験放送が行われます

..... 市危機管理課

「全国瞬時警報システム(Jアラート)」の試験放送が、「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。防災行政無線や防災ラジオから緊急地震速報の警告音が流れますので、ご了承ください。※気象状況などにより中止の場合があります

■日時 6月17日(木)午前10時ごろ

■放送内容

①チャイム「こちらは防災宮古広報です。ただ今から訓練放送を行います」

②緊急地震速報の警告音「緊急地震速報。大地震です。大地震です。これは訓練放送です」(3回繰り返し)

③「こちらは防災宮古広報です。これで訓練放送を終わります」チャイム

※放送内容は変更する場合があります

■自主参加型行動訓練(シェイクアウト)に取り組みましょう

シェイクアウトとは、地震が到達する前に身の安全を確保することを考えて行動する訓練です。緊急地震速報の試験放送に合わせて取り組みましょう。

■問い合わせ 市危機管理課防災係(☎68-9111)

※「全国瞬時警報システム(Jアラート)」のエリアメール・緊急速報メールなどが受信できない場合の確認方法などについては、市ホームページ(☎https://www.city.miyako.iwate.jp/kikikanri/sumahoapuri_Jalert.html)をご確認ください



発生時の安全確保行動1-2-3(Drop, Cover, and Hold On)

①ドロップ：姿勢を低く！

②カバー：体、頭を守って！

③ホールド・オン：揺れが収まるまでじっとして！

※そのままの姿勢を1分程度続けてください

☆♡♡ あなたの「出会い・結婚」を応援します♡♡☆

“いきいき岩手”結婚サポートセンター「i-サポ」 入会登録料(1万円)全額助成!

■対象 宮古市に住民登録している人
※1人につき1回限りの助成です
※申請書類は入会手続き時に「i-サポ」窓口で記入いただきます。市役所での手続きは不要です
※助成対象者であれば入会手続き時に入会登録料は掛かりません

■登録できる人 県内にお住まいまたはお勤めの人などで、20歳以上の独身の人
※登録料は1万円で、2年間有効

【i-サポ宮古】

■開所時間【平日】午前10時～午後7時
【土日】午前9時～午後6時

※火曜日、祝日、お盆、年末年始は休所
※事前予約が必要です

■場所 陸中ビル3階(宮町一丁目3の5)

■相談・予約 i-サポ宮古(☎65-7222)

※『“いきいき岩手”結婚サポートセンター「i-サポ」』ホームページ(☎<https://www.ikiiki-iwate.com/>)からも予約が可能です



「i-サポ」とは?

結婚を希望する独身男女の出会いを支援するため、会員登録制による1対1の出会い(お見合い)の場を提供し、あなたの理想のパートナー探しをサポートします。

新婚世帯の住居費・引越費用を助成します!



市は、新婚世帯に対し、新生活に向けた住居費および引越費用の一部を補助します。

■対象世帯 婚姻届を提出して1年以内かつ婚姻日における夫婦の双方の年齢が39歳以下の世帯
※対象要件の詳細は問い合わせてください

■対象経費 ▷住居費=婚姻を機に住宅を購入または賃借して居住する際に要した費用

▷引越費用=引越業者への支払いに要した費用

■補助金額 ▷夫婦の双方の年齢が29歳以下の世帯=1世帯あたり上限60万円

▷夫婦の双方の年齢が39歳以下の世帯=1世帯あたり30万円

※1月1日以前に婚姻届を受理された世帯は、対象要件および補助金額が異なります

■申請に必要な書類 必要書類などについては、問い合わせてください

■申請方法 必要書類を記入し市企画課へ持参

■申請書配布場所 同課(市役所4階)で配布しているほか、市ホームページ(☎<https://www.city.miyako.iwate.jp/kikaku/kekonnhojo.html>)からダウンロードできます



■問い合わせ 同課地域創生交流推進室(☎65-7056)

職場の若きエースを表彰

宮古地域雇用対策協議会では、毎年、優良勤労青少年の勤労意欲の向上および管内就職者の雇用安定のため、優良勤労青少年を表彰しています。今年度は、12人を表彰しましたのでお知らせします

■推薦基準

宮古地域の事業所に3年以上勤務し、職場において信頼されており事業所から推薦された人

■表彰者

◎宮古地域雇用対策協議会会長表彰(12人)

▽前川 瑳 玖(モルデック株式会社宮古工場)

▽田澤 凱 暉(医療法人仁泉会)

▽永田 一 紗(医療法人仁泉会)

▽畑中 慎 之 輔(小山田電業株式会社)

▽高村 響(小山田電業株式会社)

▽岩鼻 直 人(ジュピター工業株式会社)

▽加賀 谷 夏 生(特別養護老人ホームサンホームみやこ絆)

▽田 畑 桃 花(特別養護老人ホームサンホームみやこ)

▽有 谷 航(特別養護老人ホームサンホームみやこ)

ムみやこ)

▽細 越 龍 太 郎(宮古漁業協同組合)

▽佐 藤 研 史(株式会社角登商店)

▽小 林 一 真(株式会社角登商店)

※順不同、敬称略

■問い合わせ 宮古地域雇用対策協議会事務局(☎8609)

宮古地区優良勤労青少年表彰式



4月19日に行われた表彰式。今後の皆さんのさらなる活躍が期待されます



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、E826@miyakofm.com



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



マイロ



(iOS)
(Android)