

エアコンの新規設置費用を補助！

熱中症リスクの高い高齢者、障がい者、子育て世帯に対し、エアコンの新規設置費用を補助します。

■対象経費 エアコン購入・設置経費の実支出額

■対象世帯と補助額（以下の要件をどちらも満たし、下表のいずれかに該当すること）

▷本市に住民登録している世帯

▷令和6年4月1日以降、自宅にエアコンを設置した（する）世帯

対象世帯とその要件		補助額（上限額）
高齢者世帯	65歳以上の高齢者のみの世帯	対象経費の2分の1（上限5万円）
障がい者世帯	世帯員に障がい者がいる世帯	
子育て世帯	0歳から小学6年生までのお子さんがある世帯	

■その他の要件 ▷すでに自宅にエアコンがある場合、買い増しは対象ですが、買い替えは対象外です
▷1世帯あたり1台のみとします
▷原則、市内店舗での購入としますが、申請受付開始日以前に購入した場合は、店舗を問いません
▷賃貸住宅の場合、所有者からエアコン設置の同意

を得ていること

▷市税などの滞納がないこと

▷暴力団員でないこと

■申請受付開始日 8月19日(月)

※詳しくは、市ホームページ（右記QRコード）をご確認ください



問 市建築住宅課公営住宅係（市役所3階、☎68-9107）

令和6年度宮古市総合防災訓練

令和6年能登半島地震などの災害から得られた課題を踏まえ、災害時に防災関係機関と住民が協力し、円滑な応急対策活動ができるよう、訓練を実施します。

回 8月25日(日)午前8時～10時

場 市内の津波浸水想定区域、旧赤前小学校 など

■想定 地震発生により大津波警報が発表。また、大雨に伴い大雨洪水警報・土砂災害警戒情報が発表。豪雨による河川の増水、落雷による火災、土砂災害が発生し、一部地域が孤立。

■重点項目 ▷孤立対策＝運搬用ドローンや船舶による物資輸送など▷避難対策＝衛生環境の整備（トイレカーの配備）、感染症対策▷地域連携＝自主防災活動組織との連携

他 午前8時3分ごろ、大津波警報（訓練）の発表に関する緊急速報メール（エリアメール）が配信されます。

※実際の災害とお間違えのないようご注意ください

※近くの津波避難場所に避難しましょう

問 市危機管理課防災係（☎68-9111）



訓練に参加し、防災意識を高めましょう(写真は3月11日の訓練)

市営駐車場の駐輪場などに 長期放置された自転車を撤去

宮古駅前・駅東駐車場、田老駅およびイーストピアみやこ駐輪場の放置自転車を撤去するため、該当すると思われる自転車に「長期駐輪禁止」の札を取り付けます。

札の付いた自転車が10月15日(火)以降も放置されていた場合は、保管場所に移動します。

10月31日(木)までに問い合わせ先に申し出がない場合は、処分します。

なお、駅前広場内は駐輪禁止です。指定の場所に駐輪してください。

問 市都市計画課管理計画係 (☎68-9108)、田老総合事務所地域振興係 (☎87-2971)、市契約管財課管財係 (☎68-9069)



Jアラートの 全国一斉訓練放送を実施

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ので、ご了承ください。

回 8月28日(水)午前11時ころ

内容 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。

※警報音は流れません

問 市危機管理課防災係 (☎68-9111)



市営住宅・災害市営住宅 などの入居者を募集

入居するにはいくつか条件があります。申し込み準備をする前に、まずは問い合わせてください。

《共通事項》

回 9月2日(月)～13日(金)

※土・日を除く

■申込書・入居申し込みのしおりの配布場所

▷市営住宅管理センター(栄町3の1)

▷市建築住宅課(市役所3階)

▷各総合事務所・出張所

■住宅の位置や間取り

入居申し込みのしおりに掲載のほか、市営住宅管理センターホームページ(右記QRコード)から確認できます。



■申し込み方法

申込書と必要書類を持参

※申込書は、上記QRコードからもダウンロードできます

問 市営住宅管理センター (☎62-5600)

◆市営住宅の募集戸数

				住宅名	3K	3DK	2LDK
				長内	3		
				臺目第2		1	
				和美		1	
				刈屋		1	
				刈屋日向		1	
				飛の沢		1	
				川井			4
				江繁			1

▷佐原はエレベーター有り▷2DKの住宅は単身で入居可
▷区界(3DK・1戸)は随時募集中

◆災害市営住宅の募集戸数(一般募集)

住宅名	2K	2DK	3DK	備考
近内1号棟			3	エレベーター有
近内2号棟			3	エレベーター有・ペット可
港町			1	エレベーター有
西町		1		エレベーター有
日の出町		1		
上村		1		エレベーター有
崎山		2	1	エレベーター有
重茂		2		
田老	2	5	2	エレベーター有
田老三王		6	2	

▷2K・2DKの住宅は単身で入居可

◆定住化促進住宅の募集戸数

住宅名	2DK	3DK	備考
ひかげ		4	
かわい	3		単身で入居可

支援金・補助金で宮古へのU・Iターンをサポート！

東京圏からの移住者に 宮古市移住支援金を支給

市では、東京圏から本市に移住し、就業または起業などをした人の経済的負担を軽減する「移住支援金」を支給します。

■移住前の要件 次の条件をどちらも満たす人

①東京23区の在住者または東京圏以外に在住し、東京23区内に通勤・通学していた人

②①の期間が、直近1年以上かつ過去10年間のうち通算5年以上である人

■移住後の要件 次のいずれかに該当する場合

▷移住支援金対象の求人で就業した場合

▷プロフェッショナル人材事業などを利用し専門人材として就業した場合 など

■支給額

▷世帯での移住＝100万円▷世帯に18歳未満の子どもがいる場合＝子ども1人につき100万円加算▷単身での移住＝60万円

※詳細は、市ホームページ(右記QRコード)をご覧ください



宮古市若者就職活動支援補助金を活用ください

市外に在住する若者が、市内企業・事業所への就職活動やインターンシップを行う際に、本市への移動にかかる交通費と宿泊費の一部を補助します。

■対象 市外在住の学生または、既卒3年以内の29歳以下の人

■補助額

【交通費(1回あたり)】

▷県内在住者＝3千円

▷東北(県外)在住者＝5千円

▷東北以外の在住者＝1万円

【宿泊費(1泊あたり)】

3千円(宿泊施設を利用した場合のみ)

■申請方法 問い合わせ先に事前相談し、申請書類を持参、郵送またはメール。

※補助上限額や申請書類などの詳細は、市ホームページ(右記QRコード)をご覧ください



【共通】問 市産業支援センター商業労政係(市役所2階、〒027-8501住所不要、☎68-9067、✉sangyo@city.miyako.iwate.jp)

市いきいきシルバーライフ 推進協議会委員を募集

高齢者福祉に関する事業や介護保険事業の進行管理、計画策定を審議する委員です。

■応募資格 ①18歳以上(4月1日現在)で市内に引き続き3カ月以上住所のある人②市のほかの審議会委員などを兼職していない人③市の高齢者福祉に関心を持っている人

■募集人数/任期 1人/3年間(10月1日(火)～令和9年9月30日(木))

■申し込み方法 申込書と小論文「これからの高齢者福祉について」(800字程度)を郵送、ファクス、メールまたは持参。

※応募用紙は、市介護保険課(市役所1階)で配布するほか、市ホームページ(右記QRコード)からもダウンロードできます



■申込期間 8月19日(月)～9月6日(金)必着

申 市介護保険課管理係(〒027-8501住所不要、☎68-9085、FAX62-7422)

プレミアム商品券2024 Webアンケートにご協力を

宮古市プレミアム商品券2024の利用期限は、8月31日(土)までです(商品券の販売は終了)。

【Webアンケートのお願い】

今後の事業の参考とするため、皆様のご意見をお寄せください。回答者の中から抽選で10人に景品をお送りします(当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます)。

■回答方法 Webアンケートページ(右記QRコード)から回答



※受け付けは上記ページからのみです

■回答期限 9月20日(金)

問 市産業支援センター商業労政係(☎68-9067)



市道改良工事に伴う 国道45号通行規制

市が施工する市道崎山松月線交差点改良工事に伴い、片側交互通行規制を実施します。車での移動の際は、規制による待機時間が発生しますので、時間に余裕を持って出発するようにお願いします。

■規制期間 8月26日(月)～10月上旬(予定)

■時間 終日(24時間)

場 国道45号(宮古第3トンネル南口～宮古第4トンネル北口、1.2km)

問 市建設課工務第一係(☎68-9103)



グリーンピア三陸みやこ利活用 計画策定タウンミーティング

日 8月29日(木)午後6時30分～8時

場 市民交流センター1階会議室1・2

内 令和7年度から令和11年度までを実施期間とする「グリーンピア三陸みやこ利活用計画(第4期計画)」について、市民の皆さんから広く意見などを聴取し、計画内容について検討をします。

■対象

市内に在住または勤務する人で、おおむね16歳から40歳までの人

■申し込み方法

市ホームページ(右記QRコード)から申込書をダウンロードし、必要事項を記入の上ファクス、メールまたは電話



■申込期限 8月22日(木)

申 市観光課施設係(☎77-5028、FAX63-9120、[✉kanko@city.miyako.iwate.jp](mailto:kanko@city.miyako.iwate.jp))



国による基本調査を実施

国土交通省では、右図の区域を対象に、リモートセンシングデータを活用した効率的な手法導入推進基本調査を実施します。

高精度な航空レーザ測量や空中写真などによって得られるリモートセンシングデータを活用し、現地に行かずに集会所などで境界を確認する地籍調査です。

該当者には調査の概要を郵送でお知らせします。

【現場の作業に関する問い合わせ】

▷作業実施者＝朝日航洋株式会社(☎049-244-7776)

▷監督補助機関＝全国国土調査協会(☎03-3519-2450)

【調査に関する問い合わせ】

▷国土交通省不動産・建設経済局地理空間情報課地籍整備室(☎03-5253-8384)

▷市農林課国土調査室(☎68-9098)



9月21日は世界アルツハイマーデー

～共に生き ともに歩もう 認知症～



●認知症になっても地域でともに暮らす

市では、認知症の人とその家族が地域で安心して暮らせるように、認知症への理解を深めるための取り組みを行っています。本人や家族だけで抱え込まず、ぜひご相談ください。

認知症サポーター養成講座

認知症サポーターは、認知症の人やその家族を温かく見守る地域の応援者です。あなたも認知症サポーターになりませんか？市の認知症サポーターは7,400人を超えました！

関心のある人は誰でも受講できます。講師を派遣しますので興味のある人はお問い合わせください。



サポーターカード

認知症に関する相談

「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。

- 回 9月2日(月)午後1時～4時
場 市介護保険課相談室（市役所1階）
内 相談は予約制です。事前に電話で予約をしてください。



世界アルツハイマーデーイベント ～認知症への理解を深めよう～

▷認知症に関する情報の掲示、本人メッセージの視聴、パンフレットの配布などを行います。

- 回 9月3日(火)～29日(日)
場 市民交流センター1階まちの情報プラザ
▷認知症に関する本の紹介・展示、パンフレットの配布などを行います。
回 9月4日(水)～27日(金)
場 市立図書館

宮古警察署「シルバーSOSネットワーク宮古」事前登録

外に出かけて道に迷う徘徊は、本人にとっては目的があつての行動ですが、出かけないよう家族が注意を払うには限界があります。

出かけてもすぐに見つけてもらえる方法の一つに「シルバーSOSネットワーク宮古」の事前登録があります。申請した人には「みやこすみまもりホルダー」などの登録グッズをお渡ししています。

- 対象 認知症などで道に迷うおそれがある人
■用意する物 申請書（市介護保険課に配架）、本人の写真（直近3カ月以内のもの）

認知症カフェ

認知症の人やその家族、地域の人や専門職など誰もが集うことができ、認知症への理解を深めることで認知症にやさしい地域づくりを進めていくために各地区で行われています。

●認知症の人と家族の会主催「ほっこりカフェ」

- 回 9月4日(水)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 ①ミニ講話「認知症の人の対応について」
②おしゃべり



認知症に関するご相談・問

- ▷市地域包括支援センター（☎68-9086）
▷みやこ中央地域包括支援センター（☎65-8151）
▷みやこ河南地域包括支援センター（☎77-5959）
▷みやこ西部地域包括支援センター（☎77-5771）
▷みやこ南部地域包括支援センター（☎77-4471）
▷みやこ北部地域包括支援センター（☎65-8489）
▷たろう地域包括支援センター（☎65-6010）
▷にいさと地域包括支援センター（☎77-4030）
▷かわい地域包括支援センター（☎79-5008）

【共通】問 市介護保険課（市役所1階、☎68-9126）

● 結核健康診断日程

地域	期日	受付時間	会 場	地域	期日	受付時間	会 場
新里	8/26(月)	9:00～ 9:15	腹帯コミュニティ消防センター	新里	8/26(月)	10:40～10:50	新里保健センター
		9:30～ 9:50	新里生涯学習センター			11:00～11:10	下刈屋地区総合センター
		10:00～10:05	太長根地区総合センター			11:15～11:25	基幹集落センター(刈屋)
		10:15～10:30	茂市コミュニティ消防センター			13:30～13:50	新里高齢者コミュニティセンター(臺目)
川井	8/27(火)	12:30～12:40	川井保健センター	新里	8/27(火)	14:00～14:10	八坂自治会館
		13:00～13:10	小国出張所			14:15～14:25	下川原子供会館
		13:20～13:30	江繋地域振興センター			9:00～ 9:05	四番地区総合センター
		13:45～13:50	JR箱石駅前			9:15～ 9:25	和井内林産会館
		14:00～14:10	鈴久名集会所			9:30～ 9:40	和井内ふるさと会館
		14:20～14:30	蟹岡集会所			9:45～ 9:55	一番組集会所
		14:40～14:45	川内地域振興センター			10:05～10:15	林業活力センター
		15:00～15:05	去石集会所			10:20～10:30	丹野地区総合センター
		15:15～15:20	区界団地前			10:35～10:45	刈屋地区生活改善センター
		15:30～15:40	ビーフビレッジ前				

※本年度、肺がん検診を受診した人は、結核健診を受ける必要はありません

● 子どもの健康診査・相談日程

対象者個人には通知していますが、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。

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 市こ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5年8月生まれ	9/11(水)	9:00～ 9:30
1歳6カ月児(診査)	令和5年2月生まれ	9/11(水)	13:00～13:30
2歳児(相談)	令和4年8月生まれ/令和4年9月生まれ	9/18(水)	9:00～ 9:30
2歳6カ月児(相談)	令和4年1月生まれ	9/18(水)	13:00～13:30
3歳児(診査)	令和3年5月生まれ/令和3年6月生まれ	9/25(水)	13:00～13:30

● 食中毒にご注意を！

細菌性食中毒は夏場に集中発生します。次の点に気をつけましょう。

①冷蔵・冷凍食品は最後に購入し、すぐに冷蔵庫・冷凍庫へ

②冷蔵庫に食材を詰め込み過ぎず、庫内温度を適切に保つ

③野菜はよく洗い、手や調理器具は調理中も清潔に保つ

④食材、特に肉や内臓は中まで十分に加熱する

⑤食前にしっかり手を洗い、料理は調理後2時間以内に食べ終わる

⑥余った料理はすぐに冷蔵・冷凍保存し、短期間で食べ終わる

問 宮古保健所 (☎64-2218)、岩手県食品衛生協会宮古支会 (☎62-7714)

● ハロー赤ちゃん教室2回目～妊娠中の食生活～

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。3回目(10月18日(金)開催予定)と合わせての予約をおすすめします。

回/場 9月13日(金)午前10時～正午(9時50分受け付け開始)/宮古保健センター 2階

内/対 栄養講話、調理実習(試食あり)/市内在住の妊婦および家族

人/持 先着8組/母子健康手帳、飲み物、動きやすい服装、エプロン、三角巾

期/申 9月6日(金)/市こども家庭センター母子保健係(☎68-9121)

シルバーリハビリ体操 デモンストレーション

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。主に、椅子に座って行う体操を行います。お越しの際は、十分な暑さ対策をお願いします。

回 9月9日(月)午後1時30分～3時

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 シルバーリハビリ体操指導者

対 市内在住の人

人/¥ 20人程度/無料

持 運動しやすい服装、飲み物、タオル、上履き、マスク

期 当日の午前10時

申 市介護保険課地域包括支援センター (☎68-9086)

西ヶ丘カフェ(認知症カフェ)

回 8月28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

対 西ヶ丘にお住まいの人

¥ 200円(お茶菓子代)

申 みやこ西部地域包括支援センター (☎77-5771)

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 りお話サロン】

🕒 午前10時15分～11時30分(10時受け付け開始)
📍 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



【離乳食教室(後期)】

🕒 午後1時45分～3時(1時30分受け付け開始)
📍 すくすく子育て冊子、エプロン、三角巾、おんぶひも



【共通】

📅 8月22日(木)
📍 宮古保健センター2階
👥 妊婦、産後1年未満の産婦および乳児
🎫 10組程度／無料
📋 母子健康手帳、バスタオル、飲み物
📅 8月20日(火)
📍 市こども家庭センター母子保健係(☎68-9121)



● 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。

📍 市健康課地域保健医療係(☎64-0111)

「令和6年度 宮古市成人けんしんのお知らせ」リンク先



期日	受付時間	会 場	検 診 種 別			
			各種 健診	各がん検診		
9/1(日)	7:00～ 9:30	山口公民館		胃 肺 大腸		
9/2(月)	9:30～11:00／13:00～14:00	津軽石公民館	健診			
	7:00～ 9:30	鉾ヶ崎公民館		胃 肺 大腸		
9/3(火)	9:30～11:00／13:00～14:00	津軽石公民館	健診			
	7:00～ 9:30	金浜老人福祉センター		胃 肺 大腸		
9/4(水)	7:00～ 9:30	田老公民館	健診	胃 肺 大腸		
9/5(木)						
9/6(金)						
9/7(土)						
9/7(土)	9:30～10:30／13:00～14:00	宮古保健センター			大腸 乳	
9/9(月)	9:30～11:00／13:00～14:00	花輪農村文化伝承館	健診			
	7:00～ 9:30	重茂漁業協同組合		胃 肺 大腸		
9/10(火)	9:30～11:00／13:00～14:00	花輪農村文化伝承館	健診			
	9:30～10:30	川井保健センター			大腸 乳	
	13:00～14:00	新里保健センター				

【乳がん検診(要予約)】

📅 9月30日(月)午後 📍 宮古保健センター ■ 予約受付開始日 8月30日
(金)午前9時※専用フォーム(右記QRコード)からお申し込みください



● 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方はご持参ください。

📍 宮古保健センター(☎64-0111)、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	8/21(水)	10:00～11:00	落合地区会館	▶血圧測定、個別相談 ▶講話「骨粗しょう症予防」
	8/23(金)	13:30～15:30	宮古保健センター	▶血圧測定、個別相談、骨密度測定 ▶講話「骨粗しょう症予防」
	8/27(火)	10:00～11:00	重茂北地区公民館	▶血圧測定、個別相談 ▶講話「骨粗しょう症予防」
		13:30～14:30	笹見内地区会館	
	8/29(木)	10:00～11:00	津軽石公民館	
		13:30～14:30	山口公民館	
	8/30(金)	10:00～11:00	牛伏農産物加工センター	▶血圧測定、個別相談 ▶講話「こころの健康」
	9/4(水)	10:00～11:00	中里団地集会所	
	9/5(木)	10:00～11:00 13:30～14:30	鉾ヶ崎公民館 佐原地区センター	
新里	9/2(月)	10:00～11:00 13:30～14:30	旧歯科医師住宅 一番組集会所	▶血圧測定、個別相談 ▶講話「フレイル予防」
川井	8/29(木)	10:00～11:00	繋集会所	▶血圧測定、個別相談 ▶講話「中性脂肪対策」

- 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

市企画課

▼第15回みやこ縁結びイベント

● 回 9月8日(日) ①午前10時開始 ②午後2時開始 ● 内開始から終了まで2時間で終わるスピードデート ● 対 20歳から45歳の独身男女 ※ 市内在住または在勤の人を優先 ● 男女各8人 ● 男性 千円(女性) 500円 ● 申し込みメールフォーム(下記QRコード) ● 期 8月29日(木) 午後4時まで ● 岡市企画課次世代交流支援室 (☎75021)

市生涯学習課

▼早稲田大学応援部「宮古市ふれあい発表会」

● 回 9月1日(日) 午前10時〜11時(9時30分開場) ● 場 市民総合体育館 ● 内 早稲田大学応援部総勢170人の、熱く迫力ある応援をご体感ください ● 無料 ● 岡市生涯学習課 (☎89120)

市生活課

▼再就職準備セミナー

《第1回》子育て世代のライフプラン・マネープラン ● 回 9月6日(金) ● 師 宮本良雄

《第2回》「仕事と育児 両立のためのストレスマネジメント」 ● 回 9月27日(金) ● 師 藤村七美

《共通》 ● 午前10時〜正午 ● 場 市民交流センター1階会議室1・2 ● 対 仕事と育児の両立を希望する求職者 ● 各回15人 ● 無料 ● 申 八戸ワーク宮古マザーズコーナー (☎8609)

崎山貝塚縄文の森ミュージアム

▼縄文の暮らし体験! 釣り針編

● 回 9月8日(日) 午後1時〜4時 ● 内 シカの角を削って釣り針を作る ● 対 小学生以上 ● 15人 ● 無料 ● 期 8月15日(木)開 ● 場 崎山貝塚縄文の森ミュージアム (☎7526)

北上山地民俗資料館

▼地域の魅力再発見! 門馬地域編②

● 回 9月14日(土) 午前9時30分〜午後3時 ● 内 門馬地域へバスで移動し、旧宮古街道の痕跡が分かる場所や石碑を徒歩でめぐる ● 師 山野目辰味 ほか ● 先着10人 ● 無料(昼食は各自) ● 期 8月15日(木)〜30日(金) ● 集合場所 申北上山地民俗資料館 (☎72167)

山口公民館

▼ビー玉&ワイヤーで作る・マールアート教室

● 回 9月14日(土) 午後1時〜3時 ● 内

マールアートでリース形の作品を作る ● 師 山崎奈美 ● 対 市民 ● 8人 ● 1550円 ● 期 8月21日(水) 午前9時開始 ● 場 申山口公民館 (☎3670)

田老公民館

▼大人のお手軽運動教室〜運動習慣のきっかけづくりをしましょう〜

● 回 8月31日(土)、9月7日(土) 午前10時〜11時(全2回) ● 内 遊び感覚で行えるトレーニングを行う ● 師 名取秀志 ● 対 市民 ● 先着10人 ● 100円 ● 期 8月15日(木) 午前9時開始 ● 場 申田老公民館 (☎2976)

新里生涯学習センター

▼パソコン講座〜ビジネス文書や長文文書を編集しよう〜

● 回 9月26日(木) 午前10時〜午後3時 ● 内 書類やレポート作成に便利な機能の使い方を学ぶ ● 師 齋藤舞美 ● 対 初心者・シニア世代 ● 先着8人 ● 550円 ● 期 9月13日(金)まで ● 場 申新里生涯学習センター (☎22019)

うみマチひろば

▼かごあみバッグ作り講座〜初級平編み「お出かけバッグ」を作ろう〜

● 回 9月1日(日) 午前10時〜午後3時 ● 内 クラフトバンドを使いバッグを作る ● 師 坂下富士枝 ● 6人 ● 1800円

【広告】

Gakken 認知能力+非認知能力=生きる力

認知能力

目に見える「学力」



非認知能力



この夏、2つの力を伸ばそう!

お子さまに合うか無料で試そう!

夏の無料体験学習

宮古市の学研教室はこちら/

学研 宮古さくらんぼ教室

指導コース: 算数/国語/英語
指導者: 鈴木 学習日: 月・木

お申込はWEBから▶

学研 花鶏学苑教室

指導コース: 算数/国語/英語
指導者: 鈴木 学習日: 水・金

お申込はWEBから▶

お問い合わせ先 ☎0120-114-154 祝休日を除く: 月〜金 9:00〜17:00

▼パソコン基礎講座 (Windows 11 & インターネット)

●回 9月7日(土)・8日(日)午後1時～4時(全2日間) ●因マウスの使い方、画面説明、文字入力など、パソコンの基礎を学ぶ。さらにインターネットの基礎知識と情報検索を行う ●師 三陸NPO支援センター ●人 10人 ●¥ 600円 ●他 パソコンは用意します。
《共通》 ●他 参加料は前日までにお支払い願います ●場・囲 うみまちひろば(宮古市地域創生センター、☎667133)



開催・募集など

▼あつまれ!みんなの赤前小!ファミリールーヴくわくフェスタ2024

●回 8月31日(土)午前10時～、9月1日(日)午前10時～ ●因 旧赤前小学校でキッチンカーやeスポーツ大会、津波模様の展示 など※詳しくは、ホームページ(下記QRコード)をご覧ください



●回 旧赤前小学校校利用検討委員会(☎akanesyoungakkou.r.c@gmail.com)
▼支え愛・傾聴サロン

●回 9月1日(日)午前9時30分～11時30分 ●場 市民交流センター ●対 悩みをお持ちの人、ゆつくりとお話したい人 ●¥ 無料 ●因 宮古地域傾聴ボランティア・支え愛(☎070・9118・0874、☎keityou.sasaeai@gmail.com)

▼岩手県子育て支援員研修

●回 【事前説明会】9月10日(火)(第一期)、10月7日(月)(第二期) 【講義・オンライン】9月17日(火)～11月29日(金)(第二期) 【演習】第一期・10月8日(火)(宮古)、10月9日(水)(盛岡)、10月10日(木)(一関)、第二期・11月6日(水)(盛岡) 【見学実習】申込後調整 ●因 【地域型保育コース】に基づく研修を行います。修了者には「子育て支援員」の修了証書を発行します ●対 県内で、子育て支援業務への従事を希望する人または従事している人 ●期 【第一期】8月20日(火)午後5時～【第二期】8月26日(月)～9月20日(金)午後5時※詳しくは、ホームページ(下記QRコード)をご覧ください ●場 市子ども家庭センター 保育係(☎9088)



▼簿記講習会～日商簿記3級程度の知識技能の習得～

●回 9月12日(木)～11月14日(木)(毎週月・木曜日) ●⌚ 午後6時30分～8時30分 ●場 宮古商工会館大会議室 ●人 先着15人 ●¥ 3千円 ●因 宮古商工会議所経営支援課(☎6232333)

▼書道ワークショップ「墨であそぼう!」ポストカード作り

●回 9月21日(土)・22日(日)各日午前10時～正午 ●場 崎山公民館 ●因 書道の道具にふれながら、墨を使ってポストカードを作る ●対 市内小中学生とその家族 ●人 各回10人 ●¥ 500円

●申 申し込みフォーム(下記QRコード) ●問 鈴木日美(☎090・7198・5664) ●場 〇〇〇

▼チャレンジキッズ「海はともだち シーカヤック体験と海の避難訓練」

●回 ①9月28日(土)②10月5日(土) ●場 リアスハーバー宮古 ●因 デイキャンプ、シーカヤック体験、海の避難訓練 ●対 小学3～6年生 ●人 各回20人 ●¥ 千円 ●申 ①8月28日(水)開始②9月4日(水)開始 ●因 チャレンジキッズ実行委員会事務局・坂下(☎090・4315・5872)

▼岩手労働基準協会宮古支部の催し

《玉掛け技能講習》 ●回 10月1日(火)～3日(木)午前9時～午後5時 ●場 岩手労働基準協会宮古支部 ●人 30人 ●¥ 27005円 ●期 9月17日(火)まで
《高所作業車運転技能講習》 ●回 10月10日(木)・11日(金)午前9時～午後5時 ●場 岩手労働基準協会宮古支部 ●人 20人 ●¥ 39534円 ●期 9月26日(木)まで

《自由研削と石取替業務特別教育》 ●回 10月24日(木)午前9時～午後4時 ●場 岩手労働基準協会宮古支部 ●人 30人 ●¥ 11220円 ●期 10月10日(木)まで

《石綿使用建築物等解体等の業務特別教育》 ●回 10月17日(木)午前9時～午後3時 ●場 岩手労働基準協会宮古支部 ●人 40人 ●¥ 10329円 ●期 10月3日(木)まで

《共通》 ●申 岩手労働基準協会宮古支部(☎624906)

▼ギタードラム体験教室

●回 通年/午前9時～午後9時 【ドラム】月・火・金・日曜日 【ギター】月・水・木・金・土曜日 【ベース】応相談(1回40分程度で、時間は要相談) ●因 演奏体験および指導、作曲法、打楽器の基礎指導 ●師 尾林星、尾林由貴、須賀原文二 ●対 幼稚園・高校生(親子の参加も可) ●¥ 【初回】無料(二回目以降)一回2千円 ●期 希望日の3日前まで ●他 令和7年2月に発表会を行います※楽器は用意します ●場・因 NPO法人輝きの和(☎73967、☎Kagayaki3967@gmail.com)

▼令和6年度消防設備士講習

●回・場 受講する講習区分によって異なるため岩手県防災保安協会ホームページ(下記QRコード)をご確認ください



受講申請書配布場所 〇宮古消防署、田老・新里・川井分署、岩手県防災保安協会および岩手県復興防災部消防安全課 ●期 8月30日(金)～9月13日(金)(土、日、祝日は受け付け不可) ●問 岩手県防災保安協会(盛岡市本宮6丁目34の55、☎019・631・1625)

▼宮古市民文化祭「ピアノコンサート」出演者募集

●回 11月2日(土)午後6時開演 ●場 市民文化会館大ホール ●対 高校生以下 ●申し込み方法 II 指導者を通じて申し込み ●期 8月31日(土)まで ●因 ピアノ音楽協会宮古支部・阿部(☎81367)

令和7年度岩手県立農業大学校学生を募集

..... 岩手県立農業大学校

■定員 農産園芸学科50人、畜産学科20人

■日程

区分	出願期間	試験日
推薦入学試験	9/2(月)～9/20(金)	10/10(木)
一般入学試験(前期)	11/28(木)～12/12(木)	12/24(火)
一般入学試験(後期)	令和7年	
社会人特別選考	1/21(火)～2/4(火)	2/21(金)

■出願資格 高校または、中等教育学校卒業生(令和7年3月卒業見込みの者を含む)

※学生の募集要項など、詳しくは農業大学校ホームページ(右記QRコード)をご覧ください。



☎ 岩手県立農業大学校教務担当(☎0197-43-2211)

令和6年度第4回危険物取扱者試験

..... 消防試験研究センター岩手県支部

☎ 10月5日(土)

■説明開始時間【甲種、乙種第1～6類・丙種】午前9時30分【乙種第4類】午後1時30分

※乙種第4類に限り、午前・午後に分けて実施する場合があります

■試験会場(予定) 県立大学宮古短期大学部ほか

■願書配布場所 宮古消防署、田老・新里・川井分署

※消防試験研究センターホームページ(右記QRコード)からも電子申請が可能です



■願書受付期間【電子申請】8月20日(火)～27日(火)午後11時59分【書面申請】8月20日(火)～27日(火)(当日消印有効)

☎ 消防試験研究センター岩手県支部(〒020-0015盛岡市本町通1の9の14MEZY本町通ビル5階、☎019-654-7006)

- 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



移動図書館車「なめやのり」(宮古地域)「運行日程

期日	駐車時間	場 所	期日	駐車時間	場 所
8月28日、9月11日(水)	10:00～10:30	旧愛宕小学校	8月17日、31日、9月14日(土)	10:40～11:10	県営磯鶏アパート
	10:50～11:15	鉾ヶ崎小学校正門前		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
	14:45～15:30	松山(松山荘)			
8月29日、9月12日(木)	10:15～10:45	山口公民館	8月21日、9月4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
				14:25～14:55	佐原地区センター前
		15:00～15:30	佐原・市営住宅前		
8月30日、9月13日(金)	10:30～10:50	藤の川・旧上野商店付近	8月22日、9月5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	磯鶏駅前
	13:40～14:00	長根・青猿神社付近		11:10～11:40	三社タクシー磯鶏営業所付近
	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
8月23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 八木沢・市営住宅駐車場 14:10～14:30 八木沢駅前駐車場 14:45～15:00 藤原公害試験室前	
8月24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分団屯所付近 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	

おめでた

おくやみ

7/16～7/28(届け出順・敬称略)

○生まれた赤ちゃん○

佐香和弥(かずや) 保久田(智紀)
角館珠々子(すずこ) 磯鶏西(梨紗子)

♡結婚したお二人♡

畠山祐樹・鹿糠有実=近内六丁目

■亡くなった方■

釜ヶ澤悦子 (91) 赤前下
晴山 宏 (81) 磯鶏二丁目
宇都宮ツギ (85) 赤前中甲
花坂成紀 (34) 宮町一丁目
佐々木ミサ (89) 下在家
向田アイ子 (94) 江繋
佐々木康昭 (72) 西町一丁目
佐々木チヨ (95) 近内上
澤口武志 (79) 江繋
中村 宏 (84) 大通四丁目
川口ミト子 (77) 泉町

大久保ミサ (86) 八木沢四丁目
金丸茂男 (88) 熊野町
館下貞子 (83) 刈屋
姉石ヨエ (85) 宮町二丁目

※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)

●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

※8月1日現在の「人口と世帯」と7月中の「人口のうごき」は 次号9月1日号に掲載しますので、ご了承ください

「みやこ斎苑」休業のお知らせ

..... 市総合窓口課

みやこ斎苑(火葬場)は、空調機器改修工事と施設の保守点検のため次のとおり休業します。翌日以降の火葬の予約は通常どおり受け付けます。

■休業日 8月23日(金)・29日(木)、9月3日(火)

※上記日程以外にも休業する場合があります

☎ 市総合窓口課墓園管理係(☎68-9128)

敬老事業開催経費の一部を助成

..... 市介護保険課

9月から10月に敬老事業を実施した地区に対し、開催経費の一部を助成します。

■助成額 75歳以上一人あたり650円

希望する地区は、市介護保険課(市役所1階)にある申請書をご使用ください。

※市ホームページ(右記QRコード)からもダウンロードできます



■申請期限 11月11日(月)

☎ 市介護保険課いきいきライフ推進室(☎68-9126)

永久選挙人名簿・住民投票資格者名簿の異議の申出

..... 市選挙管理委員会

9月1日現在で調製し、9月2日(月)に登録する永久選挙人名簿と住民投票資格者名簿について、特定の人が登録されているかを確認するために閲覧し、その登録内容に異議がある場合は、次の期間に申し出ることができます。

■期間 9月3日(火)～7日(土)

■閲覧時間 午前8時30分～午後5時

■閲覧場所・☎ 市選挙管理委員会(市役所3階、☎68-9123)

国民年金手続きの電子申請のご案内

..... 宮古年金事務所

スマホを使って、マイナポータルから国民年金手続きの電子申請ができます。

■対象の手続き ①国民年金(第1号被保険者)加入届②国民年金保険料免除・納付猶予申請③国民年金保険料学生納付特例申請④国民年金付加保険料納付申出(辞退)⑤国民年金付加保険料該当(非該当)届⑥国民年金保険料の産前産後免除の届出⑦国民年金保険料の口座振替納付に関する申出

「マイナポータルの利用者登録」が必要ですが、電子申請は24時間365日申請が可能で、処理状況や申請結果が確認できます。

利用方法などは、日本年金機構ホームページ(右記QRコード)の動画をご確認ください。



ご不明な点などがあれば、日本年金機構ホームページを確認するか、ねんきん加入者ダイヤル(☎0570-003-004)までお問い合わせください。

☎ 宮古年金事務所(☎62-1963)

第42回「けいりょう」強調月間の標語募集

..... 計量計測技術センター

11月1日(金)の「計量記念日」と11月の「計量管理強調月間」に合わせ、計量普及啓発用の標語を募集します。入賞作品には賞状と副賞が贈られます。

■募集作品 未発表作品かつ計量・計測、環境保全に関するもの

■応募資格 県内在住の人

■応募方法 作品に住所・氏名・年齢・職業・電話番号を記入し、ハガキ、封書、ファクス、メールのいずれかで応募(何点でも応募できます)

■応募期限 8月30日(金)

■応募先・☎ 計量計測技術センター(〒020-0846 盛岡市流通センター北一丁目8の10、☎019-639-0909、FAX019-639-0910、✉info@kryo.jp)

8月30日(金)～9月5日(木)は建築物防災週間

..... 沿岸広域振興局宮古土木センター ほか

この週間は、災害による人命や建築物の被害を防止し安心して生活できるよう、建築物に関する防災知識の普及に努め、関係法令の周知徹底を図り、建築物の防災対策の推進を目的としています。

県では、関係機関と共同で防災査察を実施し、必要に応じた指導を行います。

期間中は、下記の場所に防災相談所を設置し、建築に関する地震対策の他、火災・がけなどの安全確保に関する相談にお答えします。

■防災相談所の設置場所 沿岸広域振興局宮古土木センター(☎64-2221、FAX71-1239)

※ブロック塀に関する相談は、市建築住宅課(市役所3階、☎68-9129)でも受け付けています

【広告】

住まいのことなら何でもお任せください

豊

ふすま

クロス

宮古市
プレミアム
商品券

建具

網戸

リフォーム

登録店



障子・クロス・カーテン
「リフォーム」ご相談下さい

Tel.0193-62-3416

宮古市板屋4丁目5-23【営業時間】AM8:00～PM7:00

有限会社 上田豊店

宮古第一病院 脳神経外科・脳神経内科 外来診療開始のお知らせ

この度、宮古第一病院に脳神経外科・脳神経内科を新設することになりました。特徴は、脳や脊髄・末梢神経はもちろん、それらに関連する各種疾患、類似の病気など幅広く診療を行います。具体的には、改善しない頭痛・めまい・しびれ・認知症・意識消失・顔面や手足のけいれん・ふるえ、メンタルなどが中心となります。

外来診療時間

	月	火	水	木	金	土・日
午前受付時間	8:30	8:30	8:30	8:30	8:30	8:30
診療開始	9:00	9:00	9:00	9:00	9:00	9:00
午後受付時間	13:30	13:30	13:30	13:30	13:30	13:30
診療開始	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00

※休診日…土・日・曜日、祝日、お盆、年末年始 ※金曜日は午後休診です

青春リハビリテーション

宮古第一病院

宮古市保久田8-37

TEL0193-62-3737

第38回宮古サーモン・ハーフマラソン大会参加者募集

ハーフマラソンの部は、宮古運動公園陸上競技場をスタートし、五月町の宮古地区合同庁舎前でフィニッシュするコースです。

また、今大会から女子の参加区分が大幅に増えます（7区分→16区分）。

詳しくは、市体育協会ホームページ（右記QRコード）をご覧ください。



【ランナーの皆さんへ】

📅 11月10日(日)午前8時開会

📍 宮古消防署前広場 ほか

■種目

▷ハーフマラソンの部

▷10^{キロ}の部

▷5^{キロ}の部

▷ペアマラソンの部（必ず小学生を入れること）

👉【ハーフマラソン】5千円

【一般】4千円

【中学生・高校生】2千円

【ペアマラソン】4千円

※申し込み後の参加取り消しや不参加の場合、参加料は返金しません

■申し込み方法 インターネット（右記QRコード）または郵便振替（募集要項の払込取扱票に必要事項を記入し、参加料を添えて郵送）



■申込期限 9月30日(月)（当日消印有効）

※参加者には、アスリートビブスと計測チップを10月下旬ごろに郵送します

■表彰 各種目、年齢区分ごとに1位から6位の入賞者には、賞状および賞品を授与します。

特別賞（遠来賞、最高齢者賞、ペア賞）などのほか、ハーフマラソンの完走者には東京マラソン2025の出走権が当たるチャンスもあります！

【ボランティアも募集中】

■活動日程 11月9日(土)・10日(日)（前日準備、当日スタッフ）

■申し込み方法 市体育協会ホームページ（左記QRコード）から参加申込書をダウンロードし、必要事項を記入の上、同協会へ提出

■募集期限 8月31日(土)

【共通】

📍 宮古サーモン・ハーフマラソン大会実行委員会（市体育協会内、☎62-6000）



潮風を浴びながら海岸線を走り抜ける爽快感は格別です！



ペアマラソンの部では、ユーモアあふれる仮装も！

【広告】

TOYOTA Rental & Leasing

ご家庭内の不用品「処分・廃棄」にはレンタカーが便利です！

車種クラス	主な車種・仕様	最大積載量	料金	
			6時間まで	12時間まで
バン	V0 ハイゼット	350kg	6,160円～	6,600円～
	V3 ハイエース	1,000kg	9,900円～	12,650円～
トラック	T0 ハイゼット	350kg	5,500円～	6,600円～
	T1 ライトエース	750kg	6,050円～	7,150円～
	T2 デイプラ	2,000kg	9,350円～	12,650円～
	T3-A デイアルミ	2,000kg	12,320円～	15,950円～
	T5-AP デイアルミライト	3,000kg	17,600円～	23,650円～

*別途、補償制度がございます

📞 027-0076 宮古市栄町1-23 宮古駅前店
📍 宮古市大通3丁目2-22 ☎0193-64-0100

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・土木工事・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



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/R/
ti/p/%40120wrcws



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



マチイロ
(iOS)



みやこ
(Android)

2024.8.15