

平成25年度 市・県民税及び固定資産税に係る 全期前納報奨金の廃止について

宮古島市では、これまで納税者の税に対する意識向上と早期税収確保の促進から全期前納報奨金制度を実施し、一定の効果をあげてきました。

しかし、最近の県内の状況をみると財政状況の厳しさもあり現在この制度を行っている市町村は、宮古島市と宜野座村だけとなっています。宮古島市では、これまで継続が廃止かで検討を行ってききましたが、納税者の納税に対する意識も進んでいると判断しまして、平成25年度より制度を廃止することとしました。

市民の皆様のご理解とご協力をよろしくお願い致します。

お問い合わせ 税務課 収納管理係 ☎ 72-0841

災害時要援護者登録について

宮古島市では、災害時に自力で避難ができず、支援を必要とする方(災害時要援護者)への支援を迅速かつ適切に行うため、災害時要援護者の登録を行っています。

登録された要援護者の情報は、関係機関や支援者(自主防災組織、自治会、ボランティア団体など)で共有し、災害時における要援護者の安否確認や避難に備えます。

災害時要援護者とは？

原則として在宅かつ近くに支援者がいない方で下記のいずれかに該当する方となります。

- 障がい者 身体障がい者(身体障害者手帳1、2級)、知的障がい者(療育手帳Aの判定を受けた者で福祉施設等に入所していない者)、精神障がい者(精神保健福祉手帳1級)
- 難病患者(障がい種別が腎臓機能障害又は呼吸機能障害等の疾病があつて、病院等に長期入院していない者)
- 高齢者(独居老人65歳以上、高齢者のみの構成で日常生活に支障をきたしている世帯)
- 要介護者(介護保険法でいう要介護者で介護保険施設等に入所していない者)
- 妊産婦(単身若しくは近隣に支援者がいない世帯)
- その他(災害時要援護者として市長が認める者)

支援内容

- 災害時における安否確認、避難支援
- 日常見回りを介した地域と要援護者の絆づくり

その他

- 関係機関及び支援者に、登録情報を提供することについて同意が必要となります。
- 要援護者支援は、自治会や民生委員等の地域に根ざした方々の協力により、要援護者を支援していくボランティアであり、災害時に支援が行き届かなかつたり、事故等が発生しても責任を伴うわけではありません。

申請先&お問い合わせ

生活福祉課地域福祉係 ☎ 72-3751(内線406)

難病をお持ちの方へ 平成25年4月から 障害者総合支援法が施行されます

平成25年4月1日から、「障害者自立支援法」が「障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための法律(障害者総合支援法)」になるとともに、障害者の定義に「難病等」が追加されます。「障害福祉サービス等」の利用を希望される対象疾病[※]をお持ちの方は、医師意見書依頼、認定調査、審査会等の手続きが必要となる場合がありますので、早めの申請・相談をお願い致します。

※「障害福祉サービス等」の対象となる難病等の範囲は、政令で定められた「130疾病」となりますので、下記の担当までお問い合わせください。

申請・相談受付及びお問い合わせ：障がい福祉課 自立支援給付係 ☎ 73-1975

3月の行政チャンネル(11CH) の番組案内!

『インフルエンザ一問一答』

みんなで知って、みんなで注意!

放送日：毎日

放送時間：8:00、12:30、16:00、20:30、23:30、2:00

『キビ刈り作業前に! じょーとー キビ刈り体操』

放送日：毎日

放送時間：6:20、10:20、13:20、15:20、
17:20、20:20、23:20、1:00

『みんなで受けよう! 特定健診』

放送日：毎日

放送時間：7:00、11:30、16:30、21:30

お問い合わせ 情報政策課 ☎ 72-1689

国民健康保険課から「夜間」納付(相談) 窓口開設のお知らせ

国民健康保険課では、平日仕事等で来所出来ない方のため、夜間納付窓口を開設しています。多くの加入者の皆様のご利用をお待ちしております。納付書の納付期限が過ぎますと、納付書の再発行が必要となりますのでご注意ください。また、納め忘れのないよう、口座振替をおすすめします。

○開設場所：平良庁舎2階 国民健康保険課
伊良部庁舎 福祉室国保担当

○3月は、3月7日(木)・14日(木) 午後5時15分～午後7時

お問い合わせ 国民健康保険課 徴収係 ☎ 73-1973

夜間「くらしの無料法律相談会」

借金のこと等について悩んでいる方、仕事の都合で昼間はなかなか相談に行くことが出来ない方を対象に、弁護士、司法書士等の専門家が相談を受けます。

日時：3月13日(水)・27日(水) 午後6時～8時

場所：県宮古合同庁舎1階行政情報コーナー ※要電話予約

主催・問い合わせ 県民生活センター宮古分室 ☎ 72-0199

うつ予防講演会(手話通訳あり) 「うつ病に気づき・ささえ・つなぐ」 ～大切なひとのいのちを守る～

日時：3月14日(木) 午後3時～5時(開場14時30分)

場所：宮古島市中央公民館 大ホール

入場無料!
定員150名

講師：仲本 晴男 氏

沖縄県立総合精神保健福祉センター所長(精神科医)

内容：○誰でもうつ病になりえる!

○家族や周囲の人が“うつ”になった時の対応法

○「死にたい」「自分は必要ない人間だ」等訴えがあった時の対応法

○自分が「うつかな?」と感じたときの対応法 など

申込先：下記まで電話にて申し込みをお願いします。

宮古島市 障がい福祉課 地域生活支援係 ☎ 73-1975

申込期限：3月7日(木)

3月1日～8日は 女性の健康週間です

女性の皆さんが生涯を通じて家庭や職場、地域において自立し、健康で明るく充実した日々を過ごすことを支援する『女性の健康週間』の一環として、パネル展・健康相談を実施します。

【パネル展】3月4日(月)～8日(金)市役所平良庁舎1階ロビー

【健康相談】3月4日(月)～8日(金)14:00～16:00

場所：下地保健福祉センター

お問い合わせ 下地保健福祉センター ☎ 76-2785



ふれあい福祉相談室より

3月の日程をお知らせします

○無料暮らしの相談(法律)★弁護士対応
12日(火)、26日(火)

【午後2時00分～午後4時00分】

○総合相談(教育を含む)

4日(月)・7日(木)・11日(月)・
14日(木)・18日(月)・21日(木)・
25日(月)・28日(木)

【午前10時～午後4時】

相談場所は、
宮古島市社会福祉協議会平良支所です
☎ 72-3193

平成24年度巡回相談

障害者地域生活支援センター

さぼーと 3月16日(土)

※教育相談も随時受けられます。

時間：午前9時～午後4時

場所：ゆいみなあ(市働く女性の家)

☎ 74-3719

「無料人権相談所」開設

近隣とのトラブル、家庭内のもめごと、いじめ・体罰に関する問題、離婚、扶養、相続、遺言、借地借家等の相談に応じています。相談は無料で、難しい手続きもなく、秘密は固く守られます。

■3月19日(火)13:30～16:00

場所：市役所平良庁舎2階会議室

■3月26日(火)14:00～16:00

場所：城辺公民館(旧農村改善センター)

女性のための相談窓口 「女性相談室」開設

女性相談室は家族・離婚問題・生活苦・夫からの暴力などを一人で悩んでいるあなたのための相談室です。女性相談員が電話や面談による相談で、あなたと一緒に問題の解決方法を考えます。費用は無料で、秘密は堅く守られます。

■毎週月・水・木9:00～17:00

■場所：平良庁舎4階 女性相談室
宮古島市 女性相談室 ☎ 73-1947

賃貸住宅を喪失又は喪失するおそれのある方へ 住宅支援給付事業

お問い合わせ：生活福祉課地域福祉係
☎ 72-3751(内線 406)

離職者であって、就労能力及び就労意欲のある者のうち、賃貸住宅を喪失している者又は喪失するおそれのある者を対象として3ヶ月間(最長6ヶ月)住宅支援給付をし早期の就労に結びつくことを支援する。

手当支給額(宮古島市の場合)

単身世帯：32,000円 複数世帯 41,000円

※ 家賃は直接家主(管理会社)への支給となります。

【住宅手当の支給対象者】

1. 住宅手当申請時に離職後2年以内の者
2. 離職前に世帯の生計を維持していた者
3. 就労能力及び常用就職の意欲がある者
4. 公共職業安定所へ求職申し込みを行う者
5. 原則として収入のない方。同居親族の収入が次の金額以下であること。
単身世帯：8.4万円 複数 17.2万円
6. 同居親族の預貯金の合計額が次の金額以下であること。
単身世帯：50万円 複数世帯：100万円
7. 国の住宅喪失離職者等に対する雇用施策による貸付又は給付等を受けていない方
8. 申請時に65歳未満の者
9. 申請者と同居親族が暴力団員でないこと。

※ 手当支給期間中は、ハローワークで月2回以上の職業相談・宮古島市役所での月4回以上の面接支援を受けること、求人先へ原則週1回以上応募することなどがが必要です。

【住宅手当を受けるには】

住宅支援給付を希望される方は、宮古島市役所・生活福祉課の窓口で制度等の説明を受けてください。

宮古島市都市計画ごみ処理施設整備事業に伴う環境影響評価書の縦覧について

沖縄県環境影響評価条例(平成12年沖縄県条例第77号。以下「県条例」という。)第23条第1項及び第2項の規定により、環境影響評価書(以下「評価書」という。)を作成したので、県条例第42条第3項の規定により読み替えて適用される同条例第24条に基づき次のとおり公告する。

平成25年2月18日 宮古島市長 下地 敏彦

1. 都市計画決定権者の名称：都市計画決定権者 宮古島市長 下地 敏彦
2. 都市計画事業の名称、種類及び規模
都市計画事業の名称 宮古島市ごみ処理施設整備事業
都市計画事業の種類 廃棄物処理施設の設置の事業
都市計画事業の規模 処理能力63t/日(31.5t/16h×2炉)
3. 都市計画事業が実施されるべき区域：宮古島市平良字西仲宗根地内
4. 関係地域の範囲：宮古島市
5. 評価書の縦覧の場所
宮古島市役所 建設部 都市計画課 都市企画係 下地庁舎2階
宮古島市役所 福祉保健部 環境施設整備室 平良庁舎5階
宮古島市役所 城辺支所1階 宮古島市役所 上野支所1階
宮古島市役所 伊良部支所1階 福祉室
沖縄県宮古合同庁舎(旧宮古支庁)1階合同庁舎内行政情報センター
6. 縦覧期間：平成25年2月19日(火)から3月20日(水)まで(土日祝祭日を除く)
時間：午前8時30分～午後5時まで

お問い合わせ：環境施設整備室 ☎ 72-3751(内線 219)

平成24年度第3回 沖縄バイオ燃料セミナー in 宮古島市

環境省は、地球温暖化対策事業の一環として、平成23年度から沖縄県において、可能な限り県産品さとうきび(糖蜜)由来のバイオエタノールを活用したバイオエタノール混合ガソリン(E3)を製造し、県内のSSでガソリン車に供給し、県下のガソリンの相当割合を段階的に(E3)化することを目標とした「沖縄バイオ燃料本格普及事業」を実施しています。

「沖縄バイオ燃料本格普及事業推進協議会」は、地域の方々や関係者の理解を得て、(E3)の普及を促進するため、各界の有識者、専門家等の参加・協力のもと、平成24年度第3回「沖縄バイオ燃料セミナー in 宮古島市」を開催します。

《セミナー》申込先着順(120人程度)・参加無料 《施設見学》申込先着順(50人程度)・参加無料
日時：3月9日(土)13:00～16:30 日時：3月10日(日) 9:00～12:30
場所：ホテルアトールエメラルド宮古島 漲水の間 ※ 集合時間 8:40

場所：宮古島市内再生可能エネルギー関連施設
集合場所：ホテルアトールエメラルド宮古島 入口前

《申込&お問い合わせ》沖縄バイオ燃料本格普及事業推進協議会事務局 ☎ 098-943-1762

宮古島市EVカーシェアリング事業 電気自動車(EV)をイベントで使ってみませんか

宮古島市では、低炭素社会・環境保全への取り組みとその普及啓発を目的として、市が公用車として導入した電気自動車の貸し出しを行っています。

【貸出対象】

営利等を目的としない団体・サークル等を対象とし、その使用は団体の実施する教育・スポーツ・福祉等のイベントに限ることとしております。

※ 個人への貸し出しは現在行っていません。

【電気自動車】

貸し出しをする電気自動車は、三菱 アイミーブです。
航続距離約150km。エアコン等を使用した場合、電力消費により航続距離が減少します。

【料金】無料です。

【貸出期間・場所】

貸出期間は、土日・祝日のみとします。
貸出・返却の場所は、平良庁舎の地下駐車場です。

【申請手続】

貸出日の一週間前よりエコアイランド推進課にて受け付けています。
申請書の様式は、市ホームページからダウンロード又は下記窓口に設置しております。

申し込み&お問い合わせ エコアイランド推進課(平良庁舎4階) ☎ 72-3751(内線 442)



宮古島市農地賃貸借料情報 について

(10a当たり)

宮古島市全域	平均額	最高額	最低額	データ数
基盤整備地域	12,600円	20,000円	8,000円	80件
未整備地域	10,700円	20,000円	5,000円	144件

(平成24年1月～12月)

平成21年の農地法等の一部改正に伴い、これまでの標準小作料が廃止されました。これに代わり、毎年1月～12月までの間に締結された賃貸借契約の実績を取りまとめ、農地賃貸借料情報を提供することとなりました。

農地の賃貸借契約にあたっては、右表を参考に賃借料を設定してください。

お問い合わせ 宮古島市農業委員会 ☎ 76-3236

宮古島警察署からのお知らせ
特殊詐欺・狙われているアナタのお金

1 平成24年中の県全体の特殊詐欺認知状況

(1)振り込め詐欺認知状況

	オレオレ詐欺	架空請求	融資保証金	還付金等	合計
認知件数	0	7	0	10	17
被害額	0円	約459万円	0円	約812万円	約1271万円

(2)その他の特殊詐欺認知状況

	金融商品等取引	異性紹介あっせん	ギャンブル必勝法	その他	合計
認知件数	13	0	5	1	19
被害額	約1億4256万円	0円	約1718万円	約26万円	約1億6000万円

県内の振り込め詐欺の発生は、平成16年をピークに、年々減少してはきましたが、新たな振り込め類似詐欺の発生で、一人当たりの被害額が約1千万強と多くなっています。

2 平成24年中の宮古圏域の特殊詐欺認知状況

宮古圏域でも平成24年中は、金融商品取引等名下詐欺※1や、架空請求詐欺※2等、2件の特殊詐欺被害の届け出がありました。

※1 外国紙幣等を高値で買うと持ちかけ、現金をだまし取る詐欺

※2 インターネット有料サイトの利用料金が未払いである等、架空の事実を口実とした料金請求する文書等を送付して、現金をだまし取る手口

3 被害にあわないためのポイント

(1)儲け話や「被害金を取り戻してあげる」といった話は詐欺を疑う。

突然、このような話を持ちかけられても絶対に信用しない。

(2)犯人側に被害者名簿が出回っている可能性があります。

過去に大型投資詐欺の被害にあった方は、十分に注意すること。

(3)留守番電話の機能を活用する。

犯人は、自分の声を録音されることを極端に嫌がります。

また、受ける側は、一呼吸おいて冷静に内容を聞くことができるので、留守番電話はとても有効な手段です。



4 最後に

特殊詐欺にあわないために一番大切なことは、冷静になってすぐに振込まないことです。

相談＆お問い合わせは 宮古島警察署 ☎ 72-0110

小・中学校卒業式日程

3月10日(日)	【中学校】佐良浜、伊良部
3月12日(火)	【中学校】平良、北、鏡原、西城、砂川、下地、池間小・中学校
3月13日(水)	【中学校】久松、西辺、狩俣、城辺、上野、福嶺、来間小・中学校
3月19日(火)	【小学校】狩俣
3月20日(水)	【小学校】平一、南、鏡原、福嶺、砂川
3月21日(木)	【小学校】北、東、久松、宮原、西辺、西城、城辺、下地、上野、佐良浜、伊良部
3月22日(金)	【小学校】宮島

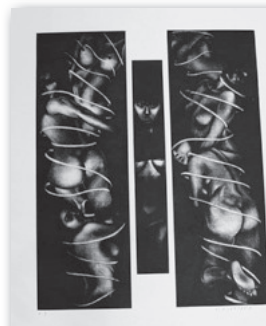


第23回企画展 『現代宮古の作家たちⅨ』 開催!



宮古島内外で活躍されている宮古島出身の芸術家の作品を集めた美術展です。出品者は数多くの大きな作品展への出品経験があり、いずれも秀逸な作品揃いです。

本企画展は9回目を迎えます。今回は、絵画作品の他に立体作品(オブジェ)があるということ、若い作家さんが初参加されているということ、宮古島では未発表の作品を展示するなど盛りだくさんの内容です。郷土出身芸術家の作品がこのような揃うのはめったにない機会ですので皆様お誘いの上ご鑑賞ください。



【関連行事】

絵画教室 3月17日(日)9:00~12:00

講師:西里 恵子さん(画家)

対象:小学生

定員:20名

※申し込みは3月15日(金)まで

お問い合わせ・申込先 宮古島市総合博物館 ☎ 73-0567



**日本最大の弦楽合奏の祭典、宮古島で
第71回全国大会コンサート**

日本唯一の弦楽器の専門家の全国組織である一般社団法人日本弦楽器指導者協会が主催する、3才児から大人まで、初心者から一流の演奏家や先生方まで約500名が同じステージで心を一つに演奏する素晴らしい「アンサンブルの祭典」です。

日時:3月31日(日) 開演 14:00 (開場 13:30)

場所:マティダ市民劇場

入場無料:開演30分前から受付で入場整理券を配布します。

お問い合わせ
 日本弦楽指導者協会
 ☎ 090-8685-7821



平成25年度

**『道路ふれあい月間』
推進標語募集**

◇募集テーマ

道路は、生活向上と経済の発展に欠くことのできない国民共有の、つまりあなたの財産です。みんなが道路と親しみ、ふれあい、常に広く、美しく、安全に、共に楽しく利用し、子孫に受け継いでいきましょう。

【応募資格】小学生以上 【応募期間】平成25年3月31日まで(当日必着)

【応募部門・賞】[小学生の部] 最優秀賞1作品、優秀賞2作品

[中学生の部] 最優秀賞1作品、優秀賞2作品

[一般の部(高校生以上)] 最優秀賞1作品、優秀賞2作品

【応募方法】1人何作品でも応募できます。

○はがきによる応募の場合・・・はがきに、標語と必要事項(氏名とフリガナ、住所、電話番号、性別、年齢、応募部門の別)を記入のうえ郵送。

郵送先:〒100-8918 東京都千代田区霞が関2-1-3

国土交通省道路局道路交通管理課 標語担当あて

○電子メールによる応募の場合

メール本文に、標語と必要事項(氏名とフリガナ、住所、電話番号、性別、年齢、応募部門の別)及びアンケート(回答は任意)を記載のうえ、dourohyogo25@mlit.go.jp に送信してください。

国家公務員採用試験のお知らせ

●院卒者試験、大卒程度試験

試験名	受験資格	受付期間	第1次試験日	第2次試験日
国家公務員採用 総合職試験	【院卒者試験】 昭和 58.4.2 以降生まれで ①大学院修士課程又は専門職大学院の 課程修了者及び平成 26.3 までに大 学院修士課程又は専門職大学院の課 程修了見込の者 ②人事院が①に掲げる者と同等の資格 があると認める者	※インターネット 4月1日(月) ～4月8日(月) ※インターネットによる申 込みができない環境にあ る場合は、平成 25 年 3 月 11 日(月)～平成 25 年 3 月 29 日(金)×土日 祝日を除く 9 時～17 時 に)に人事院沖縄事務所 へお問い合わせください。	4月28日(日)	【院卒者試験】 [筆記] 5月26日(日) [政策課題討議・ 人物] 6月5日(水) ～ 6月14日(金)
	【大卒程度試験】 ①昭和 58.4.2 ～平成 4.4.1 生まれの者 ②平成 4.4.2 以降生まれで (ア)大学卒の者及び平成 26.3 までに 大学卒見の者 (イ)人事院が(ア)に掲げる者と同等の 資格があると認める者			【大卒程度試験】 [筆記] 5月26日(日) [人物] 5月28日(火) ～6月14日(金)
国家公務員採用 一般職試験	【大卒程度試験】 ①昭和 58.4.2 ～平成 4.4.1 生まれの者 ②平成 4.4.2 以降生まれで (ア)大学卒の者及び平成 26.3 までに 大学卒見の者並びに人事院がこ れらの者と同等の資格があると 認める者 (イ)短大又は高専卒の者及び平成 26.3 までに短大又は高専卒見の 者並びに人事院がこれらの者と 同等の資格があると認める者	※インターネット 4月9日(火) ～4月18日(木) ※インターネットによる申 込みができない環境にあ る場合は、平成 25 年 3 月 21 日(木)～平成 25 年 4 月 8 日(月)×土日祝 日を除く 9 時～17 時に)に人事院沖縄事務所へお 問い合わせください。	6月16日(日)	[人物] 7月17日(水) ～ 8月5日(水)

●高卒者試験等

試験名	受験資格	受付期間	第1次試験日	第2次試験日
国家公務員採用 一般職試験	【高卒者試験】 ①平成 25.4.1 において高校又は中等 教育学校を卒業した日の翌日から起 算して2年を経過していない者及び 平成 26.3 までに高校又は中等教育 学校卒見の者 ②人事院が①に掲げる者に準ずると認 める者	※インターネット 6月24日(月) ～7月3日(水) ※郵送又は持参 6月24日(月) ～6月28日(金)	9月8日(日)	[人物] 10月17日(木) ～ 10月25日(木)
	【社会人試験(係員級)】 昭和 48.4.2 以降生まれの者(高卒者 試験の①に規定する期間が経過した 者及び人事院が当該者に準ずると認 める者に限る。)			

☆なお、上記以外の国家公務員採用試験や受験資格等の詳しい内容については下記にお問い合わせください。

☆人事院ホームページもご参照ください。「採用情報ナビ」<http://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.htm>

お問合せ先：人事院沖縄事務所 調査課 試験担当 ☎ 098-834-8400

地下水採取許可を受けている皆様へ!! 地下水利用状況報告のお願い

宮古島市地下水保全条例第 15 条では、地下水採取許可を受けている方に地下水の利用状況について年 1 回報告していただくよう規定しています。(年 1 回の報告義務は、条例施行から 3 年間免除されていましたが、昨年 9 月末日をもって免除期間が終了しました。)

報告の様式等については個別に送付しておりますので、報告がお済みでない方は速やかにご報告くださいますようお願いいたします。(今年度報告済みの方は、新たに報告する必要はありません。)

なお、地下水採取許可を受けた方が相続等により変更となった場合や、地下水採取が不要(廃止)となった場合などは、関連する届出が必要となりますので、下記までご連絡ください。



報告・お問い合わせ先

〒 906-0012 宮古島市平良字西里 7 9 4 - 3

下水道課 地下水保全係 ☎ 73-7200

宮古島税務署からのお知らせ

☆☆☆所得税の確定申告書はご自分で作成してお早めに☆☆☆

平成 24 年分の所得税確定申告の相談及び申告書の提出は

平成 25 年 3 月 15 日(金)まで

平成 24 年分の個人事業者の方の消費税及び地方消費税確定申告書の提出は、

平成 25 年 4 月 1 日(月)まで

期間間近になりますと、税務署は大変混雑し、長時間お待ちいただくことが予想されます。申告書はできるだけご自分で作成して、お早めに提出してください。

☆☆☆申告書を作成するときは☆☆☆

国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、画面の案内に従って金額等を入力すれば、所得税、消費税の申告書や青色申告決算書などを作成できます。作成したデータは印刷して書面により提出することができる他、「e-Tax」を利用して提出することもできます。

また、所得税の確定申告の手引きや申告書用紙等は、国税庁ホームページからダウンロードできますので、ご活用ください。

☆☆☆納付期限と振替納税の利用について☆☆☆

確定申告による所得税の納期限は**平成 25 年 3 月 15 日(金)**、消費税及び地方消費税の納期限は**平成 25 年 4 月 1 日(月)**です。申告書の提出後に、納付書の送付や納税通知等による納税のお知らせはありません。納付には便利な振替納税を是非ご利用ください。

- 振替納税を利用した場合の所得税の振替日は、**平成 25 年 4 月 22 日(月)**
個人事業者の消費税及び地方消費税の振替日は、**平成 25 年 4 月 24 日(水)**です。

振替納税をお申込みの場合は、「預貯金口座振替依頼書兼納付書送付依頼書」を**各税目の納期限まで**に提出してください。

- 自宅やオフィス等からインターネット等を利用して納付できる電子納税が便利です。詳しくは、e-Tax ホームページ(www.e-tax.nta.go.jp)をご覧ください。

☆☆税に関する情報は、国税庁ホームページへ☆☆ 『国税庁』で検索

お問い合わせ 宮古島税務署 ☎ 72-4874

宮古島市 食生活改善推進協議会
宮古島の旬の食材を使ったメニュー



メニュー
★かつおのバルダマパン粉焼き
・ベジタブルドライカレー
★以外のメニューレシピは広報チャ
ンネル(11ch)で紹介します。

【かつおのバルダマパン粉焼き】

人参ペーストをつくります。

- ①人参は皮をむいて乱切りにします。
- ②鍋にバターを熱し、人参を軽く炒めて塩をひとふりしバターを絡ませます。
- ③水を入れて、人参が軟らかくなるまで煮ます。人参が軟らかくなったら取り出し、煮汁を取り分けておきます。
- ④荒熱がとれたらミキサーにかけてなめらかにします。人参ペーストのできあがりです。
- ⑤カツオはステック状に切り、こしょう少々を振っておきます。

バルダマパン粉をつくります。

- ①バルダマをみじん切りにします。
- ②ボールに人参ペースト大さじ7、パン粉1カップ、好みの量のバルダマのみじん切りを加え、全体を均一に混ぜます。パン粉がしっとりするまで手でよくなじませます。
- ③カツオにバルダマパン粉をまんべんなくまぶし、余分なパン粉を落とします。
- ④フライパンにオリーブ油を入れ、カツオを入れて、手早く返しながら両面をきつね色になるまで焼きます。
- ⑤トマトをくし形に切り、レタスを添えて盛りつけます。

材料(4人分)

かつお 200g
こしょう 少々
オリーブ油 大さじ4

【ペースト】

人参 1本
バター 小さじ2
塩 ひとつまみ
水 適宜

【バルダマパン粉】

人参ペースト 大さじ7
パン粉 1カップ
バルダマ 適宜
レタス 4枚
トマト 1個

【一人分摂取量】

エネルギー 179kcal
たんぱく質 14.3g
脂質 9.0g
カルシウム 76mg
鉄 2.0g
塩分 0.5g

宮古島の人口

1月31日現在 ※()は先月比

宮古島市の人口	54,882 (- 26)
平良	36,488 (- 12)
城辺	6,530 (- 17)
上野	3,067 (+ 6)
下地	3,081 (± 0)
伊良部	5,716 (- 3)
男性	27,315 (- 7)
女性	27,567 (- 19)
世帯数	24,738 (+ 10)

(1月の人口動態)

転入 127 転出 124 出生 48 死亡 81

元気なBABY



ともゆき

池間 叶幸 ちゃん

2012年5月30日生まれ・平良

父：洋友 母：さち子

自動交付機をご利用ください!

○申請書を記入する手間が省け、窓口の混雑時にも証明書がスムーズに取得できます。

証明書の種類：住民票、印鑑証明書、戸籍、戸籍附票、所得課税証明書、納税証明書

場 所：平良庁舎1階ロビー

利用時間：平日の午前8時～午後7時まで

※ 土日祝日、慰霊の日、年末年始は休止

ご利用に際しては、暗証番号を登録した宮古島市民カード(印鑑登録証)等が必要です。

旧市町村の印鑑登録証をお持ちの方は、事前に市民カードへの切替が必要です。



詳細については、市民生活課 ☎ 72-3751

窓口での届出や交付請求には
「本人確認が必要」です!

本人確認は、官公署発行の写真付きの身分証明書(運転免許証、住民基本台帳カード、パスポート等)で行います。忘れずにお持ち下さい。

○戸籍・・・本人以外又は同一戸籍に記載されている者以外
○住民票・・・本人以外又は同一世帯以外の者が届出・請求する場合は、委任状が必要です。

窓口での「身分証明書発行」について
交付請求できる場合

○本人 ○未成年者の場合は、親権者からの請求
○成年者(20才以上)の身分証明書を請求する場合は、親子であっても本人からの委任状が必要です。

住民票は、市立図書館(平良第2庁舎)でも発行しています。
利用時間は、土曜日：午前10時～午後6時
日曜日：午前10時～午後5時