

日 / 曜日	平良地区	城辺地区	上野地区	下地地区	伊良部地区
1 / 月	★健康相談 14 時～ 16 時 平良保健センター				★予防接種 (DT) 16 時～ 17 時 旧佐良浜診療所 (徳洲会病院敷内)
		○砂川生きいき教室 10 時 城辺社協		○棚根・洲鎌生きいき教室 10 時 棚根公民館	
2 / 火	★赤ちゃん広場 14 時～ 16 時 平良保健センター				
	★健康相談 14 時～ 16 時 下地福祉保健センター				
3 / 水	○狩俣生きいき教室 10 時 狩俣集落センター			○来間生きいき教室 10 時 来間公民館	
		○城辺生きいき教室 10 時 城辺社協		○上地・高千穂生きいき教室 10 時 上地構造改善センター	
4 / 木	○下崎生きいき教室 10 時 下崎公民館		○上野生きいき教室 10 時 上野老福センター	○手話サークル 20 時 下地社協	○伊良部 生きいき教室 14 時 仲地公民館
5 / 金	○大神生きいき教室 12 時 大神コミュニティセンター	○福嶺生きいき教室 10 時 城辺社協			
6 / 土					○ゆんたく ひだまりの家
7 / 日	★予防接種 (DPT) 9 時～ 10 時半 平良保健センター				
8 / 月	★予防接種 (BCG) 14 時～ 15 時半 平良保健センター				★予防接種 (不活化ポリオ) 16 時～ 17 時 旧佐良浜診療所
	★健康相談 14 時～ 16 時 平良保健センター				
9 / 火		○砂川生きいき教室 10 時 城辺社協			
		○西城生きいき教室 (吉田・西西・長南・上区) 10 時 城辺社協		○川満生きいき教室 10 時 川満構造改善センター	
10 / 水	○西原生きいき教室 10 時 西原公民館			○嘉手苅・入江生きいき教室 10 時 入江集落センター	★健康相談 14 時～ 16 時 伊良部庁舎
11 / 木	★3 歳児健診 13 時～ 15 時 平良保健センター ○荷川取生きいき教室 10 時 荷川取公民館	○西城生きいき教室 (比嘉・長中・長北・西中) 10 時 城辺社協		○与那覇生きいき教室 10 時 与那覇コミュニティセンター ○手話サークル 20 時 下地社協	○伊良部 生きいき教室 14 時 仲地公民館
12 / 金	★1 歳半児健診 13 時～ 15 時 平良保健センター ○老福生きいき教室 10 時 平良老福センター	○福嶺生きいき教室 10 時 城辺社協			
13 / 土	★4 ヶ月児健診 9 時～ 11 時 平良保健センター ★10 ヶ月児健診 13 時～ 15 時 平良保健センター				○ゆんたく ひだまりの家
14 / 日					
15 / 月					
16 / 火	★健康相談 14 時～ 16 時 下地保健福祉センター				
	○狩俣生きいき教室 10 時 狩俣集落センター			○来間生きいき教室 14 時 来間公民館	

7 月

みやこじま健康カレンダー

7 月

日 / 曜日	平良地区	城辺地区	上野地区	下地地区	伊良部地区
17 / 水		○城辺生きいき教室 10 時 城辺社協		○上地・高千穂生きいき教室 14 時 上地構造改善センター	
18 / 木	○下崎生きいき教室 10 時 下崎公民館	○西城生きいき教室 (比嘉・長中・長北・西中) 10 時 城辺社協	★乳幼児健診 13 時～ 15 時 下地保健福祉センター		○伊良部 生きいき教室 14 時 仲地公民館
			○上野生きいき教室 10 時 上野老福センター	○手話サークル 20 時 下地社協	
19 / 金	○大神生きいき教室 12 時 大神コミュニティセンター	★乳幼児健診 13 時～ 15 時 城辺改善センター			
20 / 土					○ゆんたく ひだまりの家
21 / 日					
22 / 月	★健康相談 14 時～ 16 時 平良保健センター				
		○砂川生きいき教室 10 時 城辺社協		○棚根・洲鎌生きいき教室 14 時 棚根公民館	
23 / 火	★健康相談 14 時～ 16 時 下地保健福祉センター				
		○西城生きいき教室 (吉田・西西・長南・上区) 10 時 城辺社協		○川満生きいき教室 14 時 川満構造改善センター	
24 / 水	○西原生きいき教室 10 時 西原公民館			○嘉手苅・入江生きいき教室 14 時 入江集落センター	
25 / 木	○荷川取生きいき教室 10 時 荷川取公民館	○西城生きいき教室 (比嘉・長中・長北・西中) 10 時 城辺社協		○与那覇生きいき教室 14 時 与那覇コミュニティセンター ○手話サークル 20 時 下地社協	○伊良部 生きいき教室 14 時 仲地公民館
26 / 金	○老福生きいき教室 10 時 平良老福センター	○福嶺生きいき教室 10 時 城辺社協			
27 / 土					○ゆんたく ひだまりの家
28 / 日					
29 / 月	★健康相談 14 時～ 16 時 平良保健センター				★予防接種 (子宮頸がん) 16 時～ 17 時 旧佐良浜診療所
30 / 火		○西城生きいき教室 (吉田・西西・長南・上区) 10 時 城辺社協			
31 / 水		○城辺生きいき教室 10 時 城辺社協			

★印の日程 についてのお問合せ

★健康増進課健康づくり係 ☎ 73-1978 ★平良保健センター ☎ 73-4572 ★下地保健福祉センター ☎ 76-2785

○印の日程 (生きいき教室・ミニデイ等) についてのお問合せ

平良 / 社会福祉協議会 平良支所 ☎ 72-3193 城辺 / " 城辺支所 ☎ 77-7930 上野 / " 上野支所 ☎ 76-2540
下地 / " 下地支所 ☎ 76-2270 伊良部 / " 伊良部支所 ☎ 78-5973

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、平日仕事などで来所できない方のため、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下さい。

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

○7 月 4 日(木)、11 日(木)、18 日(木) 17:15 ～ 19:00

※ 平成 25 年度国民健康保険税納税通知書及び納付書の発送は 7 月中旬頃の予定です。

お問い合わせ 国民健康保険課 賦課徴収係 ☎ 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：7 月 10 日(水)・24 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

第 63 回『社会を明るくする運動』

『犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ』



“社会を明るくする運動”って？

犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない地域社会を築こうとする運動で、法務省が毎年 7 月を強調月間として全国的に展開しており、本年で 63 回目を迎えます。

犯罪や非行のない明るい社会へ

犯罪や非行からの立ち直りには、本人の立ち直ろうという努力が一番大切ですが、立ち直ろうとする人を受け入れ、支えるあたたかい地域社会があることが大きな後押しになります。

一人ひとりが関心を持って、犯罪や非行のない明るい社会を築くために地域社会の中で、できることに取り組んでみませんか？

立ち直りを支える人たち

保護司、更生保護女性会、BBS 会、協力雇用主、更生保護施設

お問い合わせ

宮古保護区保護司会事務局（宮古地区推進委員会事務局）☎ 77-8672

那覇保護観察所宮古島駐在官事務所 ☎ 72-4780



ふれあい福祉相談室より 7 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
9 日(火)、23 日(火)

【午後 2 時 00 分～午後 4 時 00 分】

○総合相談(教育を含む)

1 日(月)・4 日(木)・8 日(月)・
11 日(木)・18 日(木)・22 日(月)・
25 日(木)・29 日(月)

【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

☎ 73-0892

平成 25 年度巡回相談

障害者地域生活支援センター

さぼーと 7 月 20 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。

■ 7 月 16 日(火) 14:00 ～ 16:00

場所：市役所平良庁舎 1 階会議室

■ 7 月 17 日(火) 13:30 ～ 16:00

場所：前里添多目的施設

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 8:30 ～ 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

不法投棄やめて！ 『宮古島市清掃の日』

5 月 26 日、大野山林北側の市道高野 11 号線で「宮古島市清掃の日」合同清掃が行われました。

道路沿いの林の中に入ると、テレビ、炊飯器、タイヤなども捨てられており、参加者らは、「わざわざここまで持ってきて捨てるのか」「分別して自宅の前に出せば収集していくのに」と表情を曇らせながらも、不法投棄ゼロ、美ぎ島(美しい島)を目指して、汗を流していました。

出会い！感動！飛躍！ビーチの勇者たち

6 月 8 日、9 日の 2 日間、与那覇前浜にて第 14 回ビーチバレー宮古島大会が開催されました。

大会では男女別 2 人制、男女混成 4 人制チームに別れ、各チーム優勝を目指して熱戦を繰り広げました。

2 人制は日本ビーチバレー連盟所属選手で構成されることから、白熱の試合が展開され、会場の観客を魅了していました。

慰霊の日のライトダウンに役立てて

6 月 11 日、放課後子ども教室で作ったエコキャンドルを「慰霊の日ライトダウン」に役立ててと、子どもたちが下地市長へ手渡しました。

今回、寄贈されたキャンドルは、子どもたちが「戦争で亡くなった人をなぐさめる」「平和を祈って」などの想いで作った約 400 個で、市が主体となり実施する「ライトダウン」に参加する事業所に配られました。



航海安全・豊漁を祈願

6 月 9、12、16 日に、市内各地で海の安全と豊漁を願う「ハーリー」が開催されました。

12 日にパイナガマビーチ行われた布干堂ハーリーでは様々な職場やグループ、高校生など男女合わせて 29 チームが参加し、それぞれの技術やチームワークを爬龍船の上で発揮していました。

漕ぎ手と操縦の息があわずに迷走するチームも多く見られ、「これまた一興」と観客も盛り上がるなど、和やかな雰囲気包まれた海神祭となりました。

うまんがい！がまんがい！

宮古島の
話題



単独浄化槽から 合併浄化槽に付け替える方へ 補助金制度のご案内

市では、単独浄化槽や汲み取り式トイレから合併浄化槽に付け替える方に補助金を交付します。５・７・１０人槽の浄化槽が対象です。

【対象者】

- 宮古島市在住で、諸税金を完納済みの方
- 平成 25 年 10 月 1 日～平成 26 年 2 月 28 日までに設置工事を完了する方
- 一戸建ての個人住宅で、商店・事業所以外のもの（住宅と併用のものは可）
- 新築や建て替えの場合は対象外です。

【対象地域】

- 市内全地区
- 公共下水道・農漁業集落排水区域外の地域

【合併浄化槽とは？】

台所やお風呂からでる生活雑排水を、トイレからのし尿とあわせて処理できる浄化槽で、車 1 台分ほどの駐車場スペースがあれば設置できます。

【申込締切】平成 25 年 12 月 27 日（金）

※申込者多数の場合は、抽選になることがあります。
※必要書類等は申込みの際に説明します。

お問い合わせ 環境衛生課 ☎ 75-5339

平成 25 年度青年就農給付金（経営開始型）の申請を受け付けています！

※ 青年就農給付金とは？

若い人の就農への意欲を高め就農後も安心して農業を続けていただく為、経営が安定しない就農直後の所得が確保できるよう年間 150 万円を給付する制度です。

《給付要件》

- ①就農開始から 5 年未満で農業を始める（始めた）時の年齢が 45 歳未満であり、農業経営者となることについて強い意欲があること。
- ②自分で農業を経営（独立・自営就農）していること。
- ③農業を始めて 5 年後までに、農業で生計が成り立つ計画であること。
- ④市が作成する「人・農地プラン」に中心となる経営体として位置づけられている、又は位置づけられることが確実であること。
- ⑤生活保護などの生活費を支給する国の他の制度の支援を受けていないこと。
- ⑥宮古島市において公的義務（納税等）を果たしていること。

《募集期間》平成 25 年 4 月 25 日～平成 25 年 7 月 31 日まで

※ 申請前に下記の就農相談窓口にて面談を行います。お気軽にお問い合わせください。

《就農相談窓口》 宮古島市農政課 農政係 ☎ 76-6840
宮古農林水産振興センター 農業改良普及課 ☎ 72-3149
JA おきなわ・担い手渉外担当 ☎ 72-4588

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】 市内に所在する NPO 法人・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ります。個人への貸し出しは行っていません。

【電気自動車】 貸し出しする電気自動車は、三菱アイミーブです。航続距離 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。

申請書は市ホームページからもダウンロード又は下記窓口に設置しています。

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）



後期高齢者医療の「限度額適用・標準負担減額認定書」及び国保加入者の「限度額適用認定証」について

後期高齢者医療制度及び国民健康保険では、療養を受ける場合の一部負担金と食事代を減額するための「限度額適用・標準負担額認定書」、「限度額適用認定証」の交付を受けることができ、申請した月の初日から適用となります。

また、すでに「限度額適用・標準負担額認定書」、「限度額適用認定証」をお持ちの方は、有効期限が平成 25 年 7 月 31 日となっていますので、再度交付申請手続きが必要となります。

申請手続きは国民健康保険課または各支所にお越し下さい

【手続きに必要なもの】

- 後期高齢者医療被保険者証（後期高齢者のみ）
- 国民健康保険被保険者証（国保加入者のみ）
- 印鑑（国保は世帯主の印鑑）※ 必須
- 限度額適用・標準負担額認定証（すでにお持ちの方）

「国民健康保険高齢者受給者証」「後期高齢者医療被保険者証」の更新について

現在お使いの「国民健康保険高齢受給者証」および「後期高齢者医療被保険者証」の有効期限は平成 25 年 7 月 31 日までです。新しい受給者証・被保険者証を 7 月中に郵送予定なので、届いた際には名前・住所・生年月日・負担割合などの確認をお願いします。

※「国民健康保険高齢受給者証」の対象者は国保に加入している 70 歳～74 歳までの方です。
※「後期高齢者医療被保険者証」の対象者のうち、一部の方は窓口で交付します。
詳しくは下記までお問い合わせ下さい。

国民健康保険課 ☎ 72-3751
後期高齢者医療係（内線 281）
庶務給付係（内線 235・236・237）

平成 25 年度 高齢者介護予防運動施設利用料助成事業が始まります

宮古島市では、運動施設の使用料金を一部助成し、施設活用を促進した高齢者の機能維持向上及び体力低下防止を図った介護予防を目的とする「高齢者介護予防運動施設利用料助成事業」を 7 月 1 日より開始します。

【対 象】 ① 65 歳以上の宮古島市民 ② 介護保険給付サービス未利用者 ③ 介護保険料完納者

【対象施設】 ① スポーツアカデミー宮古島 ② スタジオボディ＆ブレイン

【助 成 額】 対象施設 1 人 1 回利用につき、500 円を 24 回まで助成します。

助成を受けるためには、「宮古島市高齢者介護予防運動施設利用料助成事業利用申請書」の提出が必要です。

【申請期間】 平成 25 年 7 月 1 日～平成 26 年 2 月 28 日まで

※詳しくは、地域包括支援センター ☎ 73-1979

平成 25 年度

「青少年深夜はいかい防止」「未成年者飲酒防止」県民一斉行動

次代を担う青少年は、活力ある社会の形成者として健全に育成される必要があり、その基本は、青少年自身に目的意識を持たせ、規律正しい生活態度を身につけさせることにあります。そのために全ての大人が総力をあげて青少年を支援することが重要です。

しかし、沖縄県の少年非行の特徴は、深夜はいかい、未成年者による集団飲酒であり、本県の「夜型社会」が大きな影響を及ぼしており、さらには、近年、大麻をはじめとする薬物汚染も深刻さを増しています。

一斉行動は、全県民がこれを深く認識し、「青少年の深夜はいかい防止」をはじめ、依然として深刻な「未成年者飲酒防止」の決意を表明し、さらに薬物乱用防止等総合的な非行防止対策を推進するとともに、安全・安心なまちづくりに向けた「ちゅらさん運動」についても、関係機関、業界と連携した力強い施策を展開するために実施するものです。

◎市民大会・街頭パレード

日時：7 月 12 日（金）午後 4 時～5 時半

場所：北小学校体育館

◎ボランティア夜間街頭指導

日時：7 月 19 日（金）場所：島内一円

お問い合わせ 生涯学習振興課 ☎ 77-4946



自衛官等募集のご案内

募集種目		受験資格	受付期間	試験日（1次）
航空学生（海・空）		高卒（見込含）21歳未満	8/1～9/6	9/21
一般曹候補生		18歳以上27歳未満	8/1～9/6	9/16
自衛官候補生（男子）		18歳以上27歳未満	一次募集 8/1～9/6 二次募集 10/1～11/11	一次募集 9/16（学科）、10/6（口述・身体検査） 二次募集 11/23（学科）、11/24（口述・身体検査）
自衛官候補生（女子）		18歳以上27歳未満	8/1～9/6	9/23
防衛大学校学生	推薦	高卒（見込含）21歳未満	9/5～9/9	9/28・29
	総合選抜			
	一般（前期）		9/5～9/30	11/9・10
	一般（後期）		H26.1/22～1/31	H26.3/1
防衛医科大学校学生	医学科	高卒（見込含）21歳未満	9/5～9/30	11/2・3
	看護学科	高卒（見込含）24歳未満		10/19

●説明会：7月20日（土）14:00～15:00
8月3日（土）、8月31日（土）10:00～11:00、14:00～15:00
平良地方合同庁舎2階会議室

お問い合わせ 自衛隊沖縄地方協力本部宮古島出張所 ☎ 72-4742

平成25年度 固定資産税第1期分の納期内納付のお知らせ

平成25年度市県民税第1期分の納付期限は、7月1日（月）となっております。納付は、各金融機関とコンビニエンスストアでの納付もできます。また、インターネットバンキング、モバイルバンキングを利用した納付、ATMからも納付できます。

休日、夜間でも納付することができ、大変便利になりましたので、ぜひ納期限内に納めて頂きますよう、市民の皆様のご協力をお願い致します。

なお、納め忘れのないよう、便利な口座振替をお勧めします。

お問い合わせ 税務課 ☎ 72-0841

行政チャンネル番組と 放送時間のお知らせ

7月の行政チャンネル（11CH）の
番組案内

『熱中症予防対策（労働編）』

放送日：毎日

放送時間：9:30 13:45 16:30
21:00 23:15

※宮古島市のホームページでも、ご覧いただけます。

※平良図書館で、DVDも貸し出しております。

お問い合わせ 情報政策課 ☎ 72-1689

2013年 県産品奨励月間のお知らせ 『しまんちゅの心つなげる 県産品』

7月は県産品奨励月間です。

県では、県産品の使用奨励と需要の創出による景気の維持、拡大を図り、経済の活性化を促進するため、産業界・消費者・行政等全県民と一体となって、県産品奨励運動を展開しています。

今年度は、県産品のすばらしさをPRするため、『しまんちゅの心つなげる 県産品』の標語のもと県産品の使用奨励に関する広報キャンペーンや各種事業を実施してまいります。

皆様には、本月間を契機に、今一度県産品の良さを再認識され、これまで以上に愛用していただくようお願いします。

詳細&お問い合わせ

沖縄県商工労働部ものづくり振興課 ☎ 098-866-2337
（公社）沖縄県工業連合会 ☎ 098-859-6191

7月14日（日）

第4回「宮古島のマンゴーまつり」開催

先着50名様にマンゴー1個プレゼント!!



各イベント	7/14（日）
マンゴー、ドラゴン、パッション、パイン等青果試食販売	10:00～17:00
マンゴー加工品試食販売	10:00～17:00
マンゴー果樹及び野菜、防風林用苗木販売	10:00～17:00
マンゴー等果樹栽培相談会	13:00～14:00
マンゴー接ぎ木講習会	14:30～15:30
マンゴー争奪ゲーム	16:00～
マンゴーコンテスト	10:00～
地産地消コーナー	10:00～17:00
表彰式	16:00～

マンゴーまつりは、宮古島産マンゴーの地産地消、県内外の消費拡大及びブランド化の推進を図るため開催されます。当日は、多くのイベントを準備して、市民の皆様のご来場をお待ちしております。

○日時：7月14日（日）10:00～17:00

○会場：宮古島市熱帯植物園（体験工芸村）内



マンゴー争奪ゲーム

優勝商品はマンゴー2キロを5ケース!!
※大人の部・こどもの部（小学6年生以下）があります。



『マンゴーコンテスト』開催!

最優秀賞受賞者は世田谷区まつりに参加!!

【応募条件】市内で、マンゴーを経済栽培（10a以上）している農家または生産組合

【応募締切】7月8日（月）

【応募方法】規定の応募用紙に必要事項を記入し、まつり事務局まで申込みしてください。

お問い合わせ 宮古島市マンゴーまつり実行委員会
（宮古島市農政課内）☎ 76-6840

平成25年度 飼い犬・猫の 去勢・避妊手術 助成

動物にかけられる手間、時間、空間には限りがあります。むやみに繁殖させて数が増えると、一匹一匹を適正に飼えなくなることがあります。

「動物の愛護及び管理に関する法律」でも、きちんと管理できる数を超えないようにすること、また、生まれる命に責任が持てないのであれば、不妊去勢手術などの繁殖制限措置を行うことが示されています。

市では飼い犬・飼い猫の去勢・避妊手術費用の一部を助成することになりました。右記の事項をご確認のうえ、動物病院に申し込んでください。

【対象】 犬：登録及び狂犬病予防接種済
猫：飼い主の住民票の添付

【助成金額】 ※1頭あたり

	去勢手術	避妊手術
犬	5,000円	10,000円
猫	2,500円	5,000円



手術後に本来の手術費用から助成金額を差し引いた額を支払って下さい

【期間】手術を受けた日が平成25年

7月1日（日）～12月末

※以降は予算の状況を見ながら検討します

【病院】赤嶺獣医科医院 ☎ 72-7976

宮里動物病院 ☎ 73-6130

【お問い合わせ】環境衛生課 ☎ 75-5121

小中学生のみなさんへ「地下ダム」を夏休みの自由研究のテーマに選んでみませんか
～宮古島の農業の発展に大きく貢献した「地下ダム」開発の歴史～

- 【概要】 宮古島には大きな川はなく、昔から水不足に悩まされてきましたが、多くの人々の努力により世界的に珍しい「地下ダム」（地下につくったダム）が作られ、天気に頼る「水なし農業」から脱却することができました。このように宮古島の農業の発展に大きく貢献した「地下ダム」に関する開発の歴史や建設技術を学べる施設をご紹介します。
- 【開催日】 第1回目：7月26日（金）14時～16時
第2回目：8月6日（火）14時～16時
- 【集合場所】 地下ダム資料館前（宮古島市城辺字福里 1645-8）
- 【費用】 地下ダム資料館入場料が必要となります。
一般：250円、高校・大学生：150円、小中学生：無料
- 【その他】 現地集合・現地解散。各自にて移動手段を準備いただくことを原則とします。移動手段の確保ができない方は、下記の参加受付担当者にご相談ください。
- 【参加受付連絡先】 沖縄総合事務局 宮古伊良部農業水利事業所 ☎ 75-3290 FAX 75-4132
参加受付担当：庶務課 羽地、調査設計課 首藤
E-mail: sayuri_haneji@ogb.cao.go.jp（羽地） toshihiko_shuto@ogo.go.jp（首藤）



平成25年度 駐留軍等労働者事前募集要項

- 【応募資格】 沖縄県在住の満18歳以上の方で、過去1年間に応募していない方
- 【応募受付期間】 インターネット：24時間受付中（スマートフォン対応可能）
窓口応募：受付中
午前9時から午後5時30分
（但し土曜・日曜、祝日及び12月29日～翌年1月3日までを除く）
- 【応募方法】 インターネット又は窓口のいずれか1回の応募で有効
インターネット：労務管理機構のホームページ <http://www.1mo.go.jp> を開き「求人情報」
「沖縄県における事前募集」をご覧ください。（スマートフォンはインターネット応募と同様）
窓口応募：指定の応募用紙に必要事項を記入の上、お申込みください。
- 【窓口応募受付場所及び問合せ先】 独立行政法人 駐留軍等労働者労務管理機構 沖縄支部 管理課
沖縄県中頭郡嘉手納町字屋良 1058 番地 1 ☎ 098-921-5532

7月のカン類・ビン類（資源ゴミ）の収集日について
（4月1日から変更になっています）

7月	日	月	火	水	木	金	土
第1週（カン類）→		1	2	3	4	5	6
第2週（ビン類）→	7	8	9	10	11	12	13
第3週（カン類）→	14	15	16	17	18	19	20
第4週（ビン類）→	21	22	23	24	25	26	27
第5週（カン類）→	28	29	30	31			

カン類の収集日 第1週、第3週、第5週
ビン類の収集日 第2週、第4週
※各地区で指定された曜日



カレンダーでその月の1日がある週が第1週だよ。曜日と間違えないでね！

お問い合わせ 環境衛生課 ☎ 75-5339

厚生労働省委託事業

無料スキルアップ講座 参加者募集のお知らせ

宮古島地域雇用創造協議会では、求職者支援の一環として、パソコン基礎講座を始め、ビジネスマナー、プレゼンテーション等、様々な講座を開催します。

- ビジネススキル初級講座 パソコン初級（Excel、Word等）、ビジネスマナー
第3期：7月1日（月）～7月5日（金） 9:30～16:30
第4期：7月22日（月）～7月26日（金） 9:30～16:30
第5期：8月5日（月）～8月9日（金） 9:30～16:30
第6期：9月2日（月）～9月6日（金） 9:30～16:30
第7期：9月30日（月）～10月4日（金） 9:30～16:30
- ビジネススキル中級講座 パソコン中級（Excel、Word、PowerPoint等）
第3期：7月8日（月）～7月12日（月） 9:30～16:30
第4期：7月29日（月）～8月2日（金） 18:30～21:30
第5期：8月12日（月）～8月16日（金） 9:30～16:30
第6期：9月23日（月）～10月4日（金） 18:30～21:30
- ビジネススキル上級講座 企業会計等
第2期：7月1日（月）～7月26日（金） 18:30～21:30
第3期：8月19日（月）～8月30日（金） 9:30～16:30
- 宮古島の“宝”発見・創造講座 地域の宝創造等
第1期：8月19日（月）～8月24日（土） 18:30～21:30
第2期：9月9日（月）～9月14日（土） 18:30～21:30
- 民泊マイスター育成講座 民泊事業の概況と受け入れ準備
第1期：7月27日（土）～7月28日（日） 9:30～16:30
第2期：8月17日（土）～8月18日（日） 9:30～16:30
- 外国人観光客受け入れ基礎研修 会話基礎・応用、接客コミュニケーション
第1期 7月15日（月）～7月19日（金） 9:30～16:30
第2期 9月9日（月）～9月13日（金） 9:30～16:30

受講料無料！



※お電話での対応は、お問い合わせのみです。お申し込みは、先着順（20名）にて受付し、各講座開始日の前週木曜日が締切日です。お早めに直接協議会までお越しください。

お問い合わせ及び受付場所
宮古島地域雇用創造協議会（宮古島市平良第二庁舎2階）☎ 79-5288

沖縄の米軍関連施設で働いたことのある方
およびご家族の方へ
《石綿による健康被害の救済について》

石綿による疾病は、数十年前の仕事でも発症します。

※米軍関連施設で働いたことのある方は、石綿のさらされる作業に従事した可能性があります。

- ◆石綿による疾病と認定された場合、労災保険制度または石綿健康被害救済制度による給付を受けられる場合があります。
- ◆お心当たりのある方は、以下の機関にご相談ください。

沖縄労働局労働基準部労災補償課 ☎ 098-868-3559
各労働基準監督署

那覇 ☎ 098-868-8040 沖縄 ☎ 098-982-1263
名護 ☎ 0980-52-2691 宮古 ☎ 0980-72-2303
八重山 ☎ 0980-82-2344
独立行政法人 環境再生保全機構 ☎ 0120-389-931

声の広報みやこじまを
届けます

「広報みやこじま」を視覚障害者の方を対象に、声の広報としてお届けする事業があります。

ご家族、知人等の視覚障害者の方に同事業お知らせとご利用を進めて頂きますようご協力をお願いします。

利用する際は申込みが必要になりますので、詳しい事につきましては、下記までご連絡下さい

お問い合わせ 障がい福祉課
地域生活支援係
☎ 73-1975

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

★へちまと里いもの煮物
・オクラとトマトのもずく和え
★以外のメニューレシピは市広報チャネル(11ch)でも紹介します。



【へちまと里いもの煮物】

- ①里いもは水で綺麗にあらひ、芋が隠れるくらいのたっぷりの水から茹で、沸騰2分くらい茹でます。
- ②水で冷まし皮をむしると綺麗に取れます。
- ③皮をむいた里いもはひと口大に切ります。
- ④人参は皮をむき3mmの輪切りにし、花形にくり抜きます。
- ⑤シイタケは水で戻しそぎ切りにします。
- ⑥厚揚げは、熱湯をくぐらせ、油抜きをし3等分にしてから、斜めに切ります。
- ⑦へちまは皮をむき縦半分に切り、ひと口大の斜め切りにし熱湯にサッとくぐらせておきます。
- ⑧鍋にお湯を沸騰させ、多めのかつお節を入れ、だしをとります。
- ⑨だし汁の入った鍋に、里いもと人参を入れ沸騰させ、あくを取り除きます。
- ⑩大さじ1/2の醤油を加え、里いもと人参が軟らかくなるまで煮込みます。
- ⑪里いもと人参に竹串が通った時点で、しいたけ、厚揚げを入れ再び煮込み、しいたけが軟らかくなったら、へちまを加えて醤油大さじ1/2とみりん小さじ2を加え全体に味を絡めて仕上げます。

【へちまと里いもの煮物】の摂取成分

(1人分当り)

エネルギー	174kcal
たんぱく質	18.1g
脂質	3.5g
カルシウム	108mg
鉄	2.5g
塩分	0.7g

材料(4人分)

へちま(中)	2本
厚揚げ	2枚
しいたけ	4枚
里いも	300g
人参	120g
鰹だし汁	3カップ
調味料	
みりん	小さじ2
醤油	大さじ1

【一口メモ】夏野菜の代表である「みずみずしい食感のへちま」に胃腸のバランスを整え、倦怠感や疲労回復に役立つ里いもを組み合わせた副菜です。

宮古島市の人口

5月31日現在 ※()は先月比

宮古島市の人口	54,788(+6)
平良	36,490(+45)
城辺	6,488(-18)
上野	3,060(-7)
下地	3,070(+3)
伊良部	5,680(-21)
男性	27,316(+12)
女性	27,472(-6)
世帯数	24,938(+37)

(5月の人口動態)

転入 135 転出 142 出生 51 死亡 41

元気なBABY



きはる

葛西 姫華ちゃん

2013年4月20日生まれ・平良

父：容平 母：綾香

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