

2015
(平成 27 年)

11

No. 122

Miyakojima City
Public Relations

広報

みやこじま



宮古島市は 10 歳になりました!!

宮古島市市制施行 10 周年記念式典 [10/1 (木)]



宮古島市イメージキャラクター
「みーや」



今月の主な内容

- インフルエンザ予防接種について・・・・・・・・・・・・・・・・・・P2
- 保育所・幼稚園入所（園）案内・・・・・・・・・・・・・・・・・・P4~5
- 第 26 回宮古島 100km ワイドーマラソン大会参加者募集・・・・P13
- 「NHK のど自慢」出場・観覧者募集・・・・・・・・・・・・・・・・P14

平成 27 年度 高齢者・子どもインフルエンザ個別予防接種指定医療機関

※ 医療機関によって、通常の診療時間と予防接種を行う時間が異なる場合がありますので、下記を確認のうえお越し下さい。

医療機関名	実施時間	電話番号	備考
いけむら外科胃腸科・肛門科	月・火・水・金・土(8:00~18:00) 木(8:00~13:00)	73-6300	-
いけむら小児科	月~金(8:30~12:30、13:30~18:00) 土(8:00~12:30)	73-4970	-
池村内科医院	月・火・金(8:30~11:30、14:00~16:30) 水・木・土(8:30~11:30)	72-3500	-
いしみねクリニック	月・火・水・金(8:30~12:00、14:30~17:30) 木・土(8:30~12:00)	75-5878	-
うむやすみやあす・ん診療所	月・火・金(9:00~12:00、14:30~17:00) 水・木・土(9:00~12:00)	73-3854	高齢者のみ
おおはらクリニック	月・火・水・金(9:00~11:30、14:00~17:00) 木・土(9:00~11:30)	72-9806	-
きしもと内科医院	月・火・金(8:30~12:00、14:00~17:30) 水・木・土(8:30~12:00)	79-0501	-
城辺中央クリニック	月・火・木・金(9:00~12:00、14:00~18:00) 水・土(9:00~12:00)	77-4693	-
下地診療所	月・火・木・金(9:00~12:00、16:00~18:00) 水・土(9:00~12:00)	74-7878	-
下地内科医院	月・火・木・金(9:00~12:00、14:00~16:00) 水・土(9:00~11:00)	72-9068	-
砂川内科医院	月・水・金(8:30~12:00、14:00~17:30) 火・木・土(8:30~12:00)	73-0037	-
ドクターゴン診療所	月・火・水・金・土(8:30~11:30)	76-2788	-
ひが小児科医院	月~金(8:30~11:30、14:30~18:00) 土(8:30~12:00)	73-1477	-
比嘉内科胃腸科医院	月~金(8:30~17:30) 土(8:30~12:30)	73-2161	-
みやぎ Ms. クリニック	月・火・水・金(9:00~11:30、14:00~17:30) 木(9:00~11:30) 土(9:00~14:00)	75-0722	要予約
宮古島徳洲会病院	月~金(14:00~16:00) 土(9:00~11:30)	73-1100	-
宮古島リハビリ温泉病院	月~金(9:00~11:30、14:00~16:30) 土(9:00~11:30)	73-0800	高齢者のみ
たいら内科	月・火・木・金(9:00~12:00、14:00~17:00) 水・土(9:00~12:00)	73-8115	高齢者のみ
くらはし整形外科クリニック	月・火・木・金(9:00~12:00、14:30~17:30) 水・土(9:00~12:00)	75-5550	-
レオクリニック	土(15:00~18:00)	79-0923	要予約
徳洲会伊良部島診療所	月・火・水・金(9:00~11:30、13:00~16:00) 土(9:00~11:00)	78-6661	-



インフルエンザ予防接種について

公費負担で接種できる期間は、11月1日(日)~2月29日(月)です

かぜとインフルエンザのちがいは？

原因となるウイルスがちがいます。普通のかぜは、のどの痛み、鼻水、せき、くしゃみなどの症状が中心で一般的に軽症。インフルエンザは、急に38~40度の高熱がでるのが特徴的で、倦怠感、筋肉痛、関節痛など全身症状も強くこれらの激しい症状は通常5日間ほど続きます。

インフルエンザワクチンについて

インフルエンザは毎年流行するウイルス株が異なり、去年までは、A株2種類・B株1種類の3種類に対応していましたが、今年から、A株2種類・B株2種類の4種類に対応したワクチンになり、より重症化を防ぐことが可能となりました

インフルエンザワクチンの有効性は？

ワクチンを接種することによって、インフルエンザにかかりにくくなります。たとえかかっても症状が軽減され、合併症や症状の重症化から身を守ることができます。その年の流行とワクチンの株が一致した場合の有効性は70~90%、不一致でも30~60%です

インフルエンザ予防接種の副反応は？

接種局所の発赤、腫脹、発熱、頭痛、悪寒、倦怠感がでることがありますが、通常2~3日以内に消失します。まれにひどいアレルギー反応として顔が急に腫れる、全身にひどいじんましんが出る、はきけ、息苦しいなどの後、ショック状態があらわれることがあり、そのほとんどは接種後30分以内に生じます。

予防接種の時期は？

流行期前に抗体を作っておくことが大切(12月までに受けるようにしましょう)。抗体は2週間できき始め、およそ5ヶ月間持続します。

※インフルエンザワクチンは、本人(保護者)の希望で行う予防接種です。

☆子どもインフルエンザ予防接種無料(公費負担)実施のご案内☆

【対象者】 宮古島市に住所を有する1歳(平成27年11月1日時点)~中学3年生

※H27.11.2以降に1歳になった方は、健康増進課 ☎ 73-1978 までお問い合わせください

【期間】 平成27年11月1日(日)~平成28年2月29日(月)

【接種方法】

1歳以上3歳未満	0.25ml×2回	2~4週間の間隔を置いて2回接種。 ※ただし、中学1年生で接種時に13歳になっている方は、医師の判断及び保護者の同意で、0.5ml×1回の接種も可
3歳以上13歳未満 (中学1年生)	0.5ml×2回	
13歳以上(中学2・3年生)	0.5ml×1回	

☆高齢者インフルエンザ予防接種について☆

【対象者】 ○65歳以上の者

○60歳以上65歳未満で、心臓や腎臓、呼吸器の機能障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害を有する者

【期間】 平成27年11月1日(日)~平成28年2月29日(月)

【費用】 公費負担額2,500円 ※個人負担額は病院によって異なります。

お問い合わせ 健康増進課 ☎ 73-1978

平成28年度 公立・法人 保育所(園) 入所申込受付

- 【入所基準】** 入所を希望する児童の保護者が「保育に欠ける」状態にあること
 ・保護者が昼間仕事をしている
 ・保護者が病気などで入院している、又は親族等の介護が常に必要な状態などの児童も無条件で入所できる訳ではありません。
※ 保育に欠けるとは…保護者が日中児童を保育することが出来ないこと
- 【申込用紙の配布】** 平成27年11月16日(月) から
- 【受付期間】** 平成27年11月24日(火)～12月11日(金) ※土、日は受付しません。
 ※受付期間以降の申し込みは待機(空き待ち)の受付となります。
 ※4月に入所する児童については期間内に受付した方を優先します。
- 【受付時間】** 9:00～17:00(平良庁舎のみ、12:00～13:00も受付します。)
- 【配布及び受付場所】** 児童家庭課(平良庁舎4階)
 各支所窓口(城辺・上野・下地・伊良部庁舎)
- 【対象児童】** 生後3か月～5歳児(平成28年3月31日時点での満年齢)
 ※園によって若干異なります。



保育所(園)・幼稚園合同説明会開催

入園手続きや5歳児の受入状況等について説明します

【日時】 平成27年11月15日(日) 午前の部 10:00～11:00 午後の部 13:00～14:00

【場所】 下地農村環境改善センター

(駐車場に限りがありますので、当日は乗り合いでの来場をお願いします)

お問い合わせ 児童家庭課 保育係 ☎ 73-1966

平成27年度 沖縄県広域地震・津波避難訓練のお知らせ

この訓練は、県民等の地震・津波に対する防災意識の啓発や津波避難計画の検証等を行い防災体制の向上を図る目的として、県下全域対象に行われます。また訓練開始後(10:03頃)に県全域に緊急速報メールが配信されます。マナーモード時も音が鳴る場合がありますので、業務等に支障がある場合は電源をお切りください。

【日時】 11月5日(木) 10:00

【参加対象団体】 保育所・福祉施設・住民組織・学校・宿泊施設・事業所等

お問い合わせ 防災危機管理班 ☎ 72-3751(代)

子育て支援セミナーのお知らせ

【日時】 12月3日(木) 18:30～20:30

【場所】 宮古合同庁舎 二階講堂 ※入場無料

【対象】 保護者、支援者

【講師】 高橋 脩 氏

【講演内容】

個性豊かな子どもたちが豊かな成人期をおくるため、家族や支援者それぞれの立場で大切にしたいことを考えます。

※参加については、事前申し込みが必要となります。託児サービス、手話通訳もありますので、お気軽にお問い合わせ下さい。

お問い合わせ 宮古福祉保健所 福祉班 ☎ 72-3771

宮古島市出産祝金について

宮古島市では、同一世帯の第3子以降出生児に祝金を交付しています

【対象者】

出生児の父母で、出産予定日の6ヶ月前から宮古島市に住所があること。

【申請期間】

子が出生した日から3ヶ月を経過し1年以内(1歳の誕生日まで)

【申請に必要なもの】

①母子手帳 ②普通預金通帳 ③印鑑

お問い合わせ

児童家庭課 児童母子係 ☎ 73-1966

幼稚園児募集 平成28年度 宮古島市立幼稚園入園案内

【対象児】 宮古島市在住 5歳児・4歳児

◎5歳児：平成22年4月2日～平成23年4月1日生まれの幼児

◎4歳児：平成23年4月2日～平成24年4月1日生まれの幼児

※4歳児保育実施園

(鏡原、池間、宮島、狩俣、城辺、福嶺、西城、砂川、下地・来間幼稚園となります。)

【必要書類】 認定申請書及び、その他の必要書類については規定の用紙に記入し、各幼稚園へ提出願います。印鑑を持参して下さい。

【受付期間・場所】 平成27年12月1日(火)～4日(金)

受付は各幼稚園となります。なるべく指定された日程でお願いします。

※受付期間後に入園を希望される方は事前に幼稚園と日程を調整のうえ、お申込みください。

※当日、簡単な面談を行いますのでお子さんと一緒に幼稚園へお越しください

【保育料】

階層区分		保育料(月額)
1階層	生活保護世帯	0円
2階層	市民税非課税世帯	3,000円
3階層	市民税所得割課税額77,100円以下	5,500円
4階層	市民税所得割課税額211,200円以下	8,000円
5階層	市民税所得割課税額211,200円以上	10,000円



預かり保育について



【利用対象】 就労や疾病等により午後の保育に欠ける者(勤務証明書の提出が必要です。)

【保育期間】 月～金(教育時間終了後～18:00) 夏季・冬季休業日も利用できます。(8:15～18:00)

【休業日】 土曜日・日曜日・祝祭日・慰霊の日・12月29日～1月3日

修了式の日～入園式の日、その他、園長が認める日

【預かり保育料】 月額5,000円 ※昼食は弁当持参又はケータリング(1食300円・月契約となります。)

※おやつ代等は別途徴収となります。

宮古島市立幼稚園一覧

※公立幼稚園は指定校区はありませんが、小学校は現住所により指定校区があります。

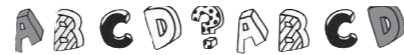
園名	電話番号	受付日時	園名	電話番号	受付日時
平一	72-3884	12/2(水) 14:00～16:00	池間	75-2370	12/3(木) 15:00～16:00
北	72-4261	12/4(金) 14:00～16:00	西城	77-4502	12/1(火) 15:00～16:00
南	73-1545	12/4(金) 14:30～16:00	城辺	77-4503	12/3(木) 15:00～16:00
東	73-2146	12/1(火) 14:00～16:00	福嶺	77-4917	12/4(金) 14:00～16:00
久松	72-8891	12/4(金) 14:00～16:00	砂川	77-4711	12/4(金) 14:00～16:00
鏡原	72-0196	12/3(木) 14:00～16:00	下地	76-2456	12/3(木) 14:00～16:00
西辺	72-2088	12/4(金) 14:30～16:00	上野	76-6536	12/3(木) 14:00～16:00
狩俣	72-5718	12/3(金) 15:00～16:00	佐良浜	78-4060	12/4(金) 14:00～16:00
宮島	72-5624	12/3(木) 14:00～16:00	伊良部	78-3559	12/1(火) 14:00～16:00

※来間幼稚園については、学校教育課で受け付けます。12/1(火) 13:00～17:00

※10/19時点の情報です。日付、時間は変更になる場合があります。

お問い合わせ 学校教育課 ☎ 77-4944

んみゃーちカレンダー 11月



日	月	火	水	木	金	土
1 (中)親子でゼロから囲碁講座 10時～	2	3 (上)エコクラフト講座 19時半～ (伊)琉舞講座 19時～	4 (城)琉舞講座 20時～ (下地)タケアラ学級講座 14時～ (下地)有酸素運動講座 19時半～	5 (城)大正琴講座 20時～ (下地)生け花講座 19時半～	6 (中)紅型講座 19時～ (城)もっと素敵にカラオケ講座 14時～ (下地)エコクラフト講座 19時半～ (伊)琉舞講座 19時～ (下崎)琉舞講座 19時半～ (西)新舞踊講座 15時～	7 (中)紅型講座 16時40分～ (城)月桃・あだん葉で物作り講座 20時～ (上)キャンドル作り講座 10時～ (西)椰子の繊維で作る民具講座 10時～ (久)キッズフラダンス講座 17時～
8 (中)紅型講座 10時～ (中)親子でゼロから囲碁講座 10時～ (上)キャンドル作り講座 10時～ (西)椰子の繊維で作る民具講座 10時～ (久)キッズフラダンス講座 17時～	9	10 (上)エコクラフト講座 19時半～ (上)エアロビクス講座 20時～	11 (下地)有酸素運動講座 19時半～ (西)アイデアハンドメイド講座 15時～ (上)新舞踊講座 20時～	12 (城)大正琴講座 20時～ (下地)生け花講座 19時半～	13 (城)もっと素敵にカラオケ講座 14時～ (下地)生け花講座 19時半～ (上)いきいきシルバー講座 14時～ (下崎)琉舞講座 19時半～	14 (中)花づくり講座 14時～
15 (中)親子でゼロから囲碁講座 10時～	16	17 (上)エアロビクス講座 20時～	18 (上)高齢者新舞踊講座 14時～	19 (城)大正琴講座 20時～	20 (城)もっと素敵にカラオケ講座 14時～	21 (中)欲張りデコレーション講座 15時～
22 (城)旬の食材でクッキング講座 14時～ (中)親子でゼロから囲碁講座 10時～	23	24 (上)エアロビクス講座 20時～	25	26 (中)パンの食べ方講座 10時～ (城)大正琴講座 20時～ (上)エアロビクス講座 20時～	27 (城)もっと素敵にカラオケ講座 14時～ (上)いきいきシルバー講座 14時～	28
29 (中)親子でゼロから囲碁講座 10時～	30	(中) : 中央公民館 ☎ 73-1123 (城) : 城辺公民館 ☎ 77-4903 (下地) : 下地公民館 ☎ 76-6017 (上) : 上野公民館 ☎ 76-2483 (伊) : 伊良部公民館 ☎ 78-3558 (西) : 西原地区公民館 ☎ 72-1732 (下崎) : 下崎地区公民館 ☎ 73-0044 (久) : 久松地区公民館 ☎ 72-7997				

宮古島市に **がんずう長寿** を取り戻そう **高齢者の健康づくり**

宮古島市では、現在 65 才以上の方が約 12,500 人いますが、20 年後の 2035 年には、約 15,000 人に増加、高齢化率は 34.1%と、人口の 3 人に 1 人は高齢者になります。いつまでも元気に過ごすために、健康づくりにとりくみましょう。

いきいき元気な 5 生活

- 転ばぬ生活
- バランス栄養生活
- 歯つらつ生活
- おでかけ生活
- いきいき生活

●高齢者支援課は、高齢者の健康づくりのとりくみを行っています。

お問い合わせ 高齢者支援課 ☎ 73-1979

11月 図書館のコーナー

【休館日】

定例休館日(平良館・城辺館) 2・9・16・30日
(北分館) 3・10・17・24日
定期館内整理日: 19日(3館とも)
祝祭日・振替休日: 3、23日(平良・城辺)
4、24日(北)
※北分館は11～22日は蔵書点検のため休館

城辺図書館(77-8813)

一般書

- ☆レールの向こう 大城 立裕//著
- ☆悔いてのち 永瀬 準介//著
- ☆おひさまのようなママでいて 大日向 雅美//著
- ☆乳幼児期から育む自尊感情 近藤 卓//著
- ☆夫婦カップルのためのアサーション 野末 武義//著

児童書

- ☆がっこうのおばけずかん 斉藤 洋//作
- ☆おなやみ相談部 みうら かれん//作
- ☆命はどうしてたいせつなの? 大野 正人//作
- ☆実験対決 変化の対決 すとーりー a//文
- ☆おれさまはようかいやで あんず ゆき//作

平良図書館(72-2235)

一般書

- ☆世界で一番美しい分子図鑑 セオドア・グレイ//著
- ☆“運”をつかむ人の幸せ法則 龍羽 ワタナベ//著
- ☆日曜日のハローワーク 小田 豊二//著
- ☆文章力の基本の基本 阿部 紘久//著
- ☆はるなつふゆと七福神 賽助//著

児童書

- ☆おかあさん、おみやげ ささき みお//作・絵
- ☆ハロウィーンの星めぐり 夜に飛ぶものたち ウォルター・デ・ラ・メア//詩
- ☆ことらちゃんの冒険 石井 桃子//お話
- ☆ディズニーのちょっとこわいはなし 伊藤 菜摘子//訳
- ☆ちびまる子ちゃんのかけ算割り算 福嶋 淳史//著

北分館(72-2317)

一般書

- ☆狩俣の娘 池間 美代//著
- ☆沖縄しきたり歳時記 稲福 政斉//著
- ☆石垣島ハーブ暮らし セルフドクタークラブ島ぐらし研究会//著
- ☆漫画: シュガー・ローフの戦い上・中・下巻 しんざと けんしん//著
- ☆写真集: 沖縄のことを教えてください 初沢 亜利//著

フーツ ヌ

11月の博物館

高校生以下は
土・日曜 無料



休 2日、9日、
館 16日、23日、
日 24日、30日

お問い合わせ
宮古島市総合博物館
☎ 73-0567

特別展示「平成 25・26 年度新収蔵品展」開催中!

平成 25～26 年度にかけて、当博物館に寄贈及び寄託された資料全 498 点を、歴史、民俗、美術工芸、自然、視聴覚資料の 5 つのテーマに分けて展示しています。民具などの懐かしい資料も展示していますので、多くの方のお越しをお待ちしています。

【期間】 10月30日(金)～12月1日(火)まで

【場所】 博物館特別・企画展示室