

催し物案内 予定は変更になることがあります。お確かめのうえ、ご来場下さい。

期日	催し物	入場料	開場と開演 / 主催
2日(木)	公開録画「新婚さん いらっしゃい」	招待券入場	開場: 14:00 開演: 15:00 琉球朝日放送
4日(土)	第25回宮古更生保護女性会 チャリティショー	1,000円	開場: 13:00 開演: 14:00 宮古更生保護女性会
11日(土)	野村流古典音楽保存会 宮古島支部「芸能公演」	1,500円	開場: 18:00 開演: 18:30 野村流古典音楽保存会宮古支部
12日(日)	第41回宮古高等学校吹奏楽部 定期演奏会	499円	開場: 18:30 開演: 19:00 宮古高等学校吹奏楽部
30日(木)	マティダワークショップ 「舞台づくりのおもしろミニ講座」	参加者募集中	開場: 12:30 開演: 13:00 宮古島市文化ホール

催物申請について

必要な書類	受付期間	使用料金の納期限
文化ホール使用許可申請書 付属設備使用許可申請書	使用する月の一年前の初日から。受付時間 は午前9時から午後5時まで。 ※使用許可の順位は原則申請順となります。	原則2週間以内。 ※使用料金が確認できない場合、使用をお断り することがあります。予めご注意ください。

んみゃーちカレンダー 7月です



日	月	火	水	木	金	土
■印の行事: 中央公民館 (☎ 73-1123) □印の行事: 城辺公民館 (☎ 77-4903) ○印の行事: 下地公民館 (☎ 76-6017) ★印の行事: 上野公民館 (☎ 76-2483)			□寿学舎舞踊教室 14:00~16:00	2	3	■男の料理講座 10:00~12:00 ■三味線講座 19:00~21:00
5	★ヨーガ教室 20:00~22:00 ○琉舞講座 20:00~22:00	○三味線講座 20:00~22:00 ★シルバークラス 14:00~16:00 ★新舞踊教室 20:00~22:00	□女性学級舞踊教室 20:00~22:00	○琉舞講座 20:00~22:00	10	■男の料理講座 10:00~12:00 ■三味線講座 19:00~21:00
12	★ヨーガ教室 20:00~22:00 ○琉舞講座 20:00~22:00	○三味線講座 20:00~22:00 ★シルバークラス 14:00~16:00 ★新舞踊教室 20:00~22:00	□女性学級舞踊教室 20:00~22:00 ○タケアラ教室 14:00~16:00	○琉舞講座 20:00~22:00	17	■三味線講座 19:00~21:00
19	★ヨーガ教室 20:00~22:00	○琉舞講座 20:00~22:00 ★シルバークラス 14:00~16:00 ★新舞踊教室 20:00~22:00	★パソコン教室 (フード) 20:00~22:00 □女性学級舞踊教室 20:00~22:00	○琉舞講座 20:00~22:00 ★パソコン教室 (フード) 20:00~22:00 □絵画教室 10:00~12:00	□絵画教室 10:00~12:00 ★パソコン教室 (フード) 20:00~22:00	■三味線講座 19:00~21:00 □絵画教室 10:00~12:00
26	■夏休み親子 陶芸体験教室 10:00~12:00 □絵画教室 10:00~12:00	■夏休み児童 絵画教室 10:00~12:00 ○琉舞講座 20:00~22:00 ★パソコン教室 (フード) 20:00~22:00 □絵画教室 10:00~12:00	★パソコン教室 (フード) 20:00~22:00 □三味線・大正琴 10:00~12:00	■夏休み児童 絵画教室 10:00~12:00 ★パソコン教室 (フード) 20:00~22:00	○琉舞講座 20:00~22:00 ★パソコン教室 (フード) 20:00~22:00	■夏休み児童 絵画教室 10:00~12:00 ■三味線講座 19:00~21:00 □絵画教室 10:00~12:00

7月 図書館のまはり 7月 図書館のまはり

定期休館日: 6日、13日、20日、27日  
定期館内整理日: 16日  
公休日・振替日: 20日、21日

図書館は、宮古島市民のどなたでも無料で利用できます。お気軽にお越し下さい。

城辺図書館 (77-8813) 平良図書館 (72-2235)

☆おはなし会 / 5日 15:00~  
★夢の光号巡回日程 1日(福嶺幼・小)、2日(砂川幼・小)、7日(西城幼・小)、8日(砂川中)、9日(西城中)、10日(福嶺中)、14日(砂川保)、15日(上野保)、22日(城辺生き生き教室)

☆おはなし玉手箱 / 4日、11日、18日、25日 15:00~  
☆ブック・トーク「夏を楽しむ科学の本」 / 25日 13:30~14:30

ひんやり和のおやつ 金塚 晴子 / 著 一般書

寒天、白玉、わらびもち、水まんじゅう、おしるこ、和風パフェ…。人気のひんやりした和菓子のレシピ集。昔ながらの基本編、野菜や果物、チョコレートなども使った応用編のおやつを紹介。

涙のシャンプー ~美容室で出会った、人生を変えた15の物語~ 松本 望太郎 / 編

そこにいるのは、カリスマだけではありません。ハサミーつであなたの心や人生を、美しく明るくしてくれる人たちが、こんなにもたくさんいるのです。美容師が体験した心に響く15の話。

ゆびさきの宇宙 生井 久美子 / 著

極限状態で、人はどう生きるのか。人間にとって本当に大切なものは何か。膨大なインタビューをもとに、世界で初めての旨ろうの大学教授、福島智の人的魅力に迫る。

武士猿 (ブサーザール) 今野 敏 / 著

鹿藩置県後の沖縄。琉球王族の三男坊、本部朝基は兄に勝つため、伝統の「手」の修行を始める。修行を重ねるうちに、沖縄の人々が抱える劣等感に朝基は気づき…。伝説の唐手家の生涯を描く。

★キレイをつくる睡眠の基本と習慣 356 文化出版局 / 編  
★育てておいしいはじめてのゴーヤー+島やさい図鑑 八月社 / 編  
★12の空 三船 恭太郎 / 著  
★つまづき解消! クイック水泳上達法 牧野 満 / 編

★ROOKIES 勝利学 吉野 敬介 / 著  
★おなかやせ骨盤 PUSH ダイエット 齋藤 恵美子 / 著  
★語りかけ育児実践ルール 高取 しづか / 著  
★天声人語 2009 春 朝日新聞論説委員室

ねこさんかぞくのみどりのカーテン 津田 直美 / 著 児童書

植物の葉で窓を覆う「みどりのカーテン」は、暑い夏、太陽の光をさえぎり、部屋を涼しくしてくれます。ねこさん家族の楽しいおはなしを通して、「みどりのカーテン」の作り方を教えます。

恐竜がくれた夏休み はやみね かおる / 著

時空石によってタイムスリップしてきた恐竜のロロと、小学生グループのひと夏のファンタジー。なぜ恐竜は滅びたのか?なぜ現代に現れたのか?地球の未来を恐竜達が物語る。

うみのダンゴムシ・やまのダンゴムシ 皆越 ようせい / 著

みんなの知っているダンゴムシ、知らないダンゴムシ。海辺にいるよ、山にいるよ、ダンゴムシ。そして町にもダンゴムシ。いろいろな種類のダンゴムシ、見たことあるかな?

おばけのがっこうへきてください さくら ともこ / 著

つよし君は、運動が大好き。みんなからは、よわし君とよばれています。でも、おばけの学校の先生になってからは、元気もりもり。

★いじわるなないしょオバケ ティエリー・ロブヒト / 著  
★米村でんじろうのDVDでわかるおもしろ実験!! 米村 でんじろう / 監修  
★ポロポロゆうびん 竹下 文子 / 著  
★14歳のノクターン さとう まきこ / 著

★あかしなあかしなあかしのはなし さいとう しのぶ / 著  
★おせんべたくシー 山崎 克己 / 著  
★子どもから大人まで楽しく読める 沖縄のむかしばなし 宮沢 貞子 / 著  
★日食観測ガイド 藤井 旭 / 監修



7月みまごじま

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
1/水				○上地・高千穂ミニデイ 10時 上地公民館 ○健康相談 14時 下地社協	
2/木	○下崎ミニデイ 10時～13時 下崎公民館	○ミニデイ 9時～11時 加治道公民館 14時～16時 福北公民館		○手話サークル 20時 下地社協	
3/金	○大神ミニデイ 12時～14時半 大神コミュニティC				
4/土					
5/日	★予防接種 (DPT) 9時～10時半 平良保健センター ★予防接種 (日本脳炎) 13時～14時半 平良保健センター				
6/月				○榎根・洲鎌ミニデイ 10時 榎根公民館 ○教育・心の相談 10時 下地社協	★予防接種 (DT) 16時～17時半 徳洲会伊良部診療所
7/火	★赤ちゃん広場 14時～16時 平良保健センター				
	○狩俣ミニデイ 10時～13時 狩俣公民館			○来間ミニデイ 10時 来間公民館 ○介護・障害相談 10時 下地社協	
8/水	○西原ミニデイ 10時～13時 西原公民館	○ミニデイ 9時～11時 長南公民館 14時～16時 西西公民館		○嘉手刈・入江ミニデイ 10時 入江公民館 ○教育・心の相談 10時 下地社協	
9/木	★3歳児健診 13時～15時 平良保健C ○荷川取ミニデイ 10時～13時 荷川取公民館			○与那覇ミニデイ 10時 与那覇公民館 ○手話サークル 20時 下地社協	
10/金	★1歳半児健診 13時～15時 平良保健C ○ミニデイ 10時～13時 老人福祉センター				
11/土	★4ヵ月児健診 9時～11時 平良保健C ★10ヵ月児健診 13時～15時 平良保健C				
12/日					
13/月	★予防接種 (BCG) 14時～15時半 平良保健センター				
				○榎根・洲鎌ミニデイ 14時 榎根公民館 ○教育・心の相談 10時 下地社協	★予防接種 (DT) 16時～17時半 徳洲会伊良部診療所
14/火	★予防接種 (MR1期) 14時～16時 指定医療機関				
		○ミニデイ 9時～11時 友利公民館 14時～16時 上区公民館		○川満ミニデイ 10時 川満公民館 ○介護・障害相談 10時 下地社協	
15/水			★集団健診 8時半～11時 宮国公民館	○上地・高千穂ミニデイ 14時 上地公民館 ○健康相談 14時 下地社協	★親子広場 9時～11時 子育て支援センター
16/木	○下崎ミニデイ 10時～13時 下崎公民館		★集団健診 8時半～11時 上野保健センター	○手話サークル 20時 下地社協	
日/曜日	平良地区	城辺地区	上野地区	下地地区	伊良部地区

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/金	○大神ミニデイ 12時～14時半 大神コミュニティC	○ミニデイ 9時～11時 比嘉公民館 14時～16時 西中公民館	★集団健診 8時半～11時 上野保健センター		
18/土			★集団健診 8時半～11時 上野保健センター		
19/日					
20/月					
21/火	○狩俣ミニデイ 10時～13時 狩俣公民館			○来間ミニデイ 14時 来間公民館 ○介護・障害相談 10時 下地社協	
	★赤ちゃん計測 14時～16時 平良保健センター				
22/水	○西原ミニデイ 10時～13時 西原公民館	★集団健診 8時半～11時 上区改善センター		○嘉手刈・入江ミニデイ 14時 入江公民館 ○健康相談 14時 下地社協	
23/木	○荷川取ミニデイ 10時～13時 荷川取公民館	★集団健診 8時半～11時 保良農総管施設	★乳幼児健診 13時～15時 上野保健センター	★乳幼児健診 13時～15時 上野保健センター ○与那覇ミニデイ 14時 与那覇公民館 ○手話サークル 20時 下地社協	
24/金	○ミニデイ 10時～13時 老人福祉センター	★乳幼児健診 13時～15時 城辺保健センター ★集団健診 8時半～11時 友利集落センター			
25/土		★集団健診 8時半～11時 砂川構造改善センター			
26/日	★予防接種 (ポリオ) 9時～10時半 平良保健センター				
27/月		★集団健診 8時半～11時 城辺改善センター		○教育・心の相談 10時 下地社協	★予防接種 (DPT) 16時～17時 徳洲会伊良部診療所
28/火		★集団健診 8時半～11時 城辺改善センター		○川満ミニデイ 14時 川満公民館 ○介護・障害相談 10時 下地社協	
29/水		★集団健診 8時半～11時 城辺改善センター		○教育・心の相談 10時 下地社協	
30/木		★集団健診 8時半～11時 城辺改善センター		○手話サークル 20時 下地社協	
31/金		★集団健診 8時半～11時 城辺改善センター			
日/曜日	平良地区	城辺地区	上野地区	下地地区	伊良部地区

★印の日程 についてのお問合せ

平良 / 平良保健センター ☎ 73-4572 下地 / 下地保健福祉センター ☎ 74-7171 伊良部 / 福祉保健課 ☎ 78-6252  
 城辺 / 健康増進課健康づくり係 ☎ 77-7595 老人福祉センター ☎ 76-2270

※上野地区については下地保健福祉センターにお問い合わせ下さい

○印の日程 (デイサービス等) についてのお問合せ

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

健康カレンダーは“こうほうし”から取り外してお使い下さい★