

2026
令和8年

Miyakojima City Public Relations

8
No. 251

広報

みやこじま



UD
FONT
by MORISAWA

【TOPIC】

- P2 第5回 宮古島市
I7END ハーフマラソン伊良部島大会開催
P3 おこめ券を配布しています
P4 令和8年度 宮古島市敬老会のご案内
【表紙】7月17日 トゥリバー海浜公園

宮古島市 ふるさと納税 返礼品募集

宮古島市ふるさと納税における、返礼品を募集しています。
サイト作成や費用の負担なしで、全国へ商品やサービスをPRできます。
ご興味のある方は、宮古島観光協会へお気軽にお問い合わせください。

事業や宮古島を全国へPR
ポータルサイト掲載で全国へ魅力をPRできます！

サイト作成の手間を省略
パソコン操作が苦手な方でも安心！

費用の負担なし
送料、手数料など負担する費用はありません！

問 一般社団法人 宮古島観光協会
☎ 79-6612

おこめ券を配布しています(宮古島市物価高騰対策事業)

昨今の円安や国際情勢等の影響により長期化している物価高騰の影響を少しでも軽減し生活を応援するため、国の物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金を活用し、食料品など幅広い用途で利用可能な「おこめ券」を配布しています。

■配布内容：対象者1人あたり、おこめ券10枚(4,400円相当)
■対象：令和8年2月28日時点で市に住民登録がある宮古島市民

注意 今回配布する「おこめ券」には、有効期限が設けられています。
期限を過ぎた場合は使用できませんので、ご注意ください。
有効期限：令和8年9月30日

問 企画調整課 ☎ 72-4878

「じどうかんまつり」を開催します

こどもの居場所としての児童館の機能や役割を知っていただき「こどもどまんなか」な宮古島市の児童健全育成の向上を図るため、「じどうかんまつり」を開催します。

運動遊びプログラム「JAMP-JAM!」、各児童館のブースでの遊びや工作体験を行う「あそびのひろば」といった体験型のプログラムを用意していますので、家族やお友達をお誘いの上、是非ご参加ください。

日時：令和8年8月15日(土)10時～16時
会場：JTAドーム宮古島

問 ひらら児童館 ☎ 73-1481

スカイマーク Presents 第5回宮古島市17ENDハーフマラソン in 伊良部島大会開催!!

本大会は、温暖な気候と美しい自然景観を生かし、風光明媚な伊良部島・下地島の自然の醍醐味を満喫し楽しく海を見ながら走ることで、健康の増進・体力の向上を図り、スポーツイベントによる観光振興と地域活性化に寄与することを目的としています。

■開催日：令和8年11月8日(日)
■会場(スタート・ゴール)：伊良部屋外運動施設(平成の森公園)
■申込期間：令和8年7月1日(水)～令和8年8月31日(月)
■種目：【Aコース】21km / 【Bコース】8km / 【Cコース】2km
■参加資格：【Aコース】高校生以上
【Bコース】小学生以上
※ただし、保護者同伴で参加する場合に限り未就学児(5才以上)の参加も可能
【Cコース】年齢を問わずラン・ウォーキングを楽しめる方
※各コースに参加する高校生以下の参加者は、保護者の同意が必要です。

■申込方法：インターネットまたは右上の二次元コードからお申し込みください。
(スポーツエントリー) <https://www.sportsentry.ne.jp/event/t/106224>

■お問い合わせ先

○大会に関するお問い合わせ
宮古島市17ENDハーフマラソン実行委員会
(観光商エスポーツ部スポーツ振興課内)
TEL 73-1046 / FAX 73-5801

○エントリーに関するお問い合わせ
エントリーセンター(株式会社アイサム内)
TEL 098-987-4000
(月～金 10:30～16:00 土日祝日を除く)

お申し込みはこちらの二次元コードから

沖縄県知事選挙が実施されます

令和8年9月13日(日)に、沖縄県知事選挙が実施されます。期日前投票については、宮古島市役所1階エントランスホールのほか、各地区においても実施致します。

◆各種投票方法◆

①当日投票：宮古島市の入場券に記載されている当日投票所
②期日前投票：宮古島市役所1階エントランスホール(期間：8月28日～9月12日)
市役所城辺庁舎1階・伊良部公民館・下地公民館・上野公民館(期間：9月8日～9月11日)
※期日前投票は行政区関係なく、どこでも投票可能です。
③投票期間中に宮古島市にいない場合の不在者投票：
宮古島市選挙管理委員会に【投票用紙の請求】をして、お近くの選挙管理委員会での投票になります。

◆不在者投票における投票用紙の請求方法◆

不在者投票の投票用紙等の請求書兼宣誓書に必要事項を記入後、宮古島市選挙管理委員会あてに郵送し、投票用紙を請求して下さい。(メールやFAXでは受付できません)
マイナンバーカードをお持ちの方はマイナポータルのぴったりサービスから手続きが可能です。

◆不在者投票における投票方法◆

宮古島市選挙管理委員会から郵送された投票用紙在中書類を受け取ったあと、開封厳禁の封筒と身分証明書を持参し、お近くの選挙管理委員会で投票してください。

投票済証を交付します
今回の沖縄県知事選挙から希望者から投票済証を交付します。ご希望の方は投票後に、お近くのスタッフまでお声かけをお願いします。

令和8年9月13日執行
沖縄県知事選挙
投票済証
えがこうよ 未来の島を
その一票で
令和7年度明るい選挙啓発標語コンクール
優秀賞 宮古島市立下地小学校6年
多和田 旺盛さん

問 選挙管理委員会事務局 ☎ 74-2215・2216

広報 みやこじま 8月号 2

不審な人物・車両情報の提供にご協力ください

沖縄県警察からのお願い

住宅地などで、次のような不審な状況を見かけた場合はご注意ください。

- 自宅を訪問したり、住宅地内の路上をうろついている不審な人物
- 地元住民ではないと思われる者が、民家をのぞき込むような行動をしている
- レンタカー等の車両内に乗車したまま、付近の民家を凝視している人物がいる
- 路上に駐車された車内に、ボールや帽子等の不審物が置かれている
- 正規の業者であれば当然答えられる質問に答えられない。

このような情報を見かけた場合は、すぐに通報してください。
また、上記以外でも不審に感じた場合は通報をお願いします。



通報先 沖縄県警察本部 ☎ 098-862-0110 / 警察相談専用ダイヤル：#9110

8月3日は「宮古・畑水(みゃーく・ぱりみず)」の日です！

川も湖もない、水の乏しい宮古島に地下ダムが建設されたことで、水なし雨待ち農業から脱却し、野菜や果樹など夢のある農業ができるようになりました。この地下ダム・土地改良施設に感謝する日として、宮古土地改良区は平成24年より**8月3日を「宮古・畑水(みゃーく・ぱりみず)」の日**と決めました。水需要が高まるこの時期、生産農家の皆様におかれましては、かんがい水の計画的な利用ならびにファームポンドや農道、沈砂池など地域の土地改良施設の美化につとめてくださいますよう、よろしく願いいたします！水の恵みを子や孫に引き継いでいきましょう！

問 宮古土地改良区 ☎ 73-1253

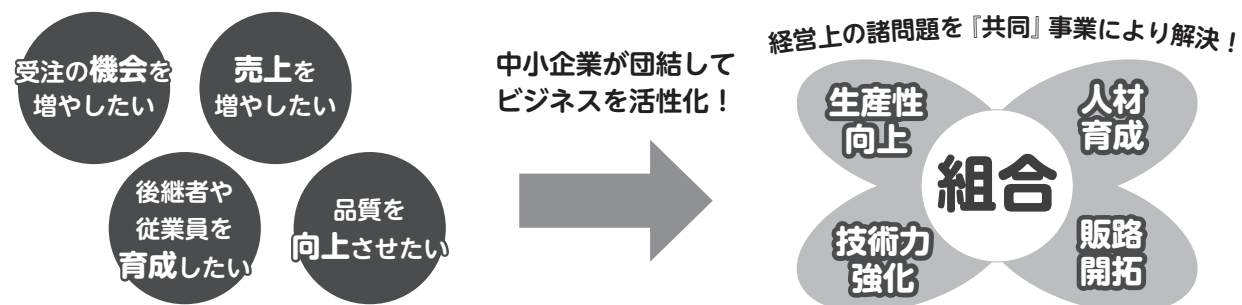


中小企業組合のご案内

中小企業組合とは？

中小企業者が個々では対応できない課題に対して、相互扶助の精神に基づき協同で事業を行うことにより、経営上の諸問題を解決し、経営の近代化・合理化や経済的地位の改善・向上を図ることを目的とする組合です。

4人以上の中小企業者によって設立でき、共同事業を通じて組合員が行う事業を補完・支援するための事業を実施します。以前は同業種の事業者で組織する組合が大半でしたが、現在は異業種の事業者で組織する組合が多く、それぞれの組合員が保有する技術、経営のノウハウ等を出しながら活動しています。



沖縄県内にある組合の事例紹介として
YouTube 動画をご紹介します。
二次元コードからご確認ください。



問 沖縄県中小企業団体中央会
☎ 098-860-2525

令和8年度 宮古島市敬老会のご案内

宮古島市では、多年にわたり社会のためにつくしてきた高齢者の皆様に敬意と長寿を祝うために、満70歳以上の方を対象に下記の日程で敬老会の開催を予定しています。

たくさんの敬老者の方のご参加をお待ちしています。

開催日時・場所

- ◎城辺地区：9月17日(木) 13:00～城辺公民館(旧城辺農村環境改善センター)
- ◎下地地区：9月17日(木) 14:00～下地農村環境改善センター
- ◎上野地区：9月17日(木) 15:00～上野公民館(旧上野農村環境改善センター)
- ◎平良地区：9月18日(金) 14:00～未来創造センター多目的ホール
- ◎伊良部地区(年度毎に交互に順番を変更しています)

9月20日(日) 10:00～佐良浜学区／伊良部公民館

9月20日(日) 14:00～伊良部学区／伊良部公民館

※上記の日程は、変更となる可能性があります。

問 高齢者支援課 ☎ 73-1964



敬老祝金の口座振り込みについて

宮古島市では、「老人週間」の行事の一つとして、市内の70歳以上の高齢者へ長寿を祝し敬老祝金を贈呈しております。

祝金は、令和3年度からご本人の口座に振込を行っています。

8月上旬に敬老会のお知らせと一緒に回答書を郵送しますので、新規敬老者、未回答者は敬老祝い金の振込み口座名を回答書にご記入の上、同封の返信封筒にて、提出をお願いいたします。



※昨年までに祝い金を受け取っている方は回答書の提出は必要ありません。

※口座に変更のある方は高齢者支援課に8月28日までにご連絡下さい。

※令和8年度祝金は令和8年9月中旬に振込予定です。

※令和8年4月1日以前から宮古島市に住所を有している方で

9月1日現在引続き居住する方に限ります。

①70歳～99歳(昭和2年4月1日～昭和32年3月31日)・・・3,000円

②100歳以上(昭和2年3月31日以前に生まれた方)・・・10,000円

※新88歳と満100歳には記念品も支給されます。

問 高齢者支援課 ☎ 73-1964

令和8年度の国民年金保険料が全額免除または納付猶予に該当しなくなった方へ

経済的な理由により、保険料を納める事ができない場合に「免除制度」を活用することで未納を防ぐことができます。

令和7年度に免除申請が承認(対象期間：令和7年7月～令和8年6月)され、令和8年度も引き続き免除・納付猶予をご希望の方は、令和8年7月に継続審査が行われました。

審査の対象となる方の前年所得が基準額を超えていた場合は、引き続き免除を受けることができません。「不承認」だった方につきましては、令和8年7月分の国民年金保険料(17,920円/月)を納付していただきますようお願いいたします。(前年度全額免除であった方が納付猶予の審査基準に該当する場合も不承認となります。)

※審査の結果：7月下旬から8月中旬にかけて圧着ハガキでお知らせしています。

ただし！所得(収入)によって保険料が減額されることがあります

保険料を減額して納付する制度をご利用するためには、新たに免除の申請が必要です。お手続きならびにお問い合わせは市役所または平良年金事務所までお願いします。

◎お手続きは、マイナポータルから電子申請も可能です。

問 ●平良年金事務所 国民年金課 ☎ 72-3650(自動音声②→②)
●市役所市民課年金係 ☎ 72-3751(代)

MR（麻しん・風しん）ワクチンの予防接種について

麻しん・風しんは空気感染、飛沫感染、接触感染により感染します。2022年に国内での麻しん（はしか）確認例は6例でしたが、2026年4月5日時点で299例、6月2日時点の速報値は511例となっており、過去10年で突出して多かった2019年（744人）の同時期に迫るペースで増え、25年の累計265人（暫定値）を既に大幅に上回っています。基本再生産数（※）は、インフルエンザが1.2～2、新型コロナウイルスが2～3ですが、麻しんは1.2～1.8と感染力が非常に強い感染症で、感染症の中で麻しんが最も高い数値となっています。特効薬はなく、かからないためには予防接種が最も有効です。

※全く免疫を持たない集団の中で、一人の感染者が次に平均で何人にうつすかを表した指標のこと。

■定期接種対象者：

- ・MR 1期：1～2歳未満のお子さん
- ・MR 2期：小学校就学前の1年間（令和8年度：令和2年4月2日から令和3年4月1日生まれのお子さん）
- ※MR2期対象者には予防接種券を送付

■定期接種の延長対象者（特例措置）：

- 以下の方は令和9年3月31日まで定期接種の期間が延長されています。
- （第1期）対象者：令和4年4月2日生まれから令和5年4月1日生まれのお子様
 - （第2期）対象者：平成30年4月2日生まれから平成31年4月1日生まれのお子様
 - （第5期）対象者：昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性であって、令和7年3月31日までに抗体検査を実施した結果、風しんの抗体が不十分な方
- ※令和7年度以降、抗体検査を実施した方は対象外

☎ 健康増進課 ☎ 73-1978

渡航費の一部助成拡充に関するお知らせ

本市以外の医療機関への通院・治療を余儀なくされている、がん・指定難病・特定疾患・小児慢性・未熟児養育医療・難治性てんかん患者、不妊治療・妊産婦・不育症治療中の方に対し渡航費の一部助成を行っています。

★助成対象が増えました！

未熟児養育医療の対象の方も助成を受けられます（8回／年度）

★付添人の要件が変わりました！

3親等内の親族のみ → 親族に限らず付添可能
18歳未満の患者への付添人数変更 → 必要と認められた場合のみ2人まで付添可能

※診療日から6ヶ月以内に申請してください。ただし不妊治療・不育症治療の場合は、治療期間の開始日から1年以内かつ治療期間の終了日から6ヶ月以内となります。

※令和8年4月1日以降の申請分から対象になります。

※郵送での申請も受け付けておりますので、詳しくは健康増進課までお問い合わせください。

☎ 健康増進課 ☎ 73-1978

令和8年度「健康づくり推進員育成講座」受講生募集

本市では、市民の健康づくりへの意識を高め、地域での健康に関するボランティアを实践する「健康づくり推進員」を育成する「健康づくり推進員育成講座」を開催いたします。全3回の育成講座で身体活動や健康づくりを学び、ご自身の健康推進と地域の健康づくり活動を実践していきませんか？

- 受講対象者：20歳以上の宮古島市民
- 定員：20人
- 講座期間：全3回

令和8年9月3日（木）、9月10日（木）

9月17日（木）全3回

14：00～16：00（2時間）

- 場 所：宮古島市保健センター 多目的ホール
- 受講料：無料
- 募集期間：令和8年8月3日（月）～8月21日（金）

※定員に達し次第締め切り

☎ 健康増進課 ☎ 73-1978

7 宮古島市の市外局番は（0980）です。

ミャーク新婚ライフサポート事業のご案内 新婚世帯を対象に家賃等を支援します

新婚世帯を対象に、住居取得・住居賃借費用・リフォーム費用・引越費用の補助を行います。

対象者：新婚世帯

令和8年1月1日～令和9年2月28日の間に入籍し、夫婦ともに婚姻日時点の年齢が39歳以下、夫婦ともに過去に結婚新生活支援事業に基づく補助金を受けていない世帯。

※ただし、令和7年度に補助金交付決定を初めて受けた夫婦で、上限額を受け取っていない夫婦は今年度も補助対象となります。

補助金上限：新婚世帯1世帯あたり **50万円**、夫婦ともに29歳以下の世帯 **80万円**

夫婦合計所得が500万円以上の世帯 **20万円**

令和8年4月1日～令和9年3月31日に支払った経費が対象となります。

詳しい条件・内容については、
宮古島市ホームページまたは
市民協働課までお問い合わせください。



☎ 市民協働課 ☎ 73-4905

令和8年度 児童扶養手当、母子・父子家庭等医療費助成「現況届」 特別児童扶養手当「所得状況届」のご案内

各種手当の対象者には案内を郵送します。案内が届いた方は、期間内に手続きを済ませてください。

児童扶養手当、母子・父子家庭等医療費助成「現況届」

【受付期間】 8月3日（月）～8月31日（月）平日9時～16時30分（11時30分～13時は除く）
窓口時間延長日 8月21日（金）、24日（月）18時30分まで

【受付場所】 市役所1階 子育て支援課

注意！

現況届を期限内に提出しないと、11月分（令和9年1月支給分）以降の手当が受けられなくなります！
届出をせず、2年経過すると受給資格がなくなるためご注意ください。

【電子申請】 マイナンバーカードをお持ちの方は現況届の事前送信のみ、マイナポータルでオンライン申請が出来ます。ただし、手続きの完了にはその他の書類の提出や窓口での面談が必要になりますので、ご注意ください。

特別児童扶養手当「所得状況届」

【受付期間】 8月10日（月）～9月14日（月）平日9時～16時30分（11時30分～13時は除く）
窓口時間延長日 8月21日（金）、24日（月）18時30分まで

【受付場所】 市役所1階 子育て支援課

※原則窓口での受付のみになります。郵送ご希望の方は、問い合わせ先までご連絡ください。

注意！

所得状況届を期限内に提出しないと、8月分（令和8年11月支給分）以降の手当が受けられなくなります！
届出をせず、2年経過すると受給資格がなくなるためご注意ください。

☎ 子育て支援課 児童扶養手当担当、特別児童扶養手当担当 ☎ 72-3751（代表）（内線2584、2593）

広報 みやこじま 8月号 6

出産後の安心サポート～知っておきたい産後ケア～

産後ケアとは

産後1年未満のお母さん等を対象に、助産師等による心身のケアや、体調管理、授乳・沐浴など育児に関する相談などができるサービスです。

実際に育児が始まると、思い描いていた育児のイメージとのギャップを感じる人も少なくありません。
また、産後は女性ホルモンがガクッと減り、さらに育児で不規則な生活リズムになるため、心身ともに不安定になっています。
子育ては始まったばかり。ひとりで抱え込まず、周りや専門機関に頼ってください。
宮古島の産後ケアには以下のようなサービスがあります。



	宿泊型	通所型	訪問型
サービス内容 食事の有無	1泊2日 当日の昼食、夕食 翌日の朝食	3時間コース：食事なし 6時間コース：1食つき	午前または午後の3時間 食事：なし ※利用者の自宅へ訪問
回数（上限）	6泊7日	4回	4回
利用料 （自己負担額）	1泊 3,000 円	3時間：1,000 円 6時間：2,000 円	1回 1,000 円

※非課税世帯・生活保護世帯の方は、自己負担額の免除制度があります。
※ R6.4 月より課税世帯の方に対し、1 回 2,500 円のクーポン券を 5 回分交付しています。
使用の場合は自己負担分から 2,500 円を差し引いた額を事業者へお支払いください。
なお、2,500 円より少ない額の場合は、支払い 0 円となります。

<市指定産後ケア事業者>

島内：奥平産婦人科医院、だんだん助産院、hana 助産院、LaLuna 助産院
島外：おおそ助産院、ゆいクリニック、沖縄県助産師会母子未来センター

<利用の流れ>

- ①オンライン申請または窓口申請が可能です。
オンライン申請は右記 QR コードからお申込みください。
- ②市で審査を行い、利用が認められた場合は
「利用承認通知書」と「利用券」をお送りします。
- ③利用を希望する産後ケア事業者に、直接予約をしてください。



問 家庭保健課 母子保健係 ☎ 73-4572



宮古島市 公式LINEで災害に備えましょう

リッチメニュー内の「防災」タブから確認できること



- 早期注意情報：気象庁の防災情報を確認できます。
- 重ねるハザードマップ：様々な災害リスク情報や避難場所を一つの地図上にまとめて重ね合わせ、表示した地域のリスクを直感的に確認できます。
- スマホ防災：災害時に役立つ知識がスマホで学べます。
- 避難所検索：現在地の近くにある避難所が検索できます。
上記以外にも様々な防災情報が取得できます！



宮古島市公式LINEの友達追加、ブロック解除は二次元コードから!!

9 宮古島市の市外局番は(0980)です。

宮古島税務署からのお知らせ

年末調整の電子化について

これまでの年末調整は、一連の手続きを書面で行っていました。この一連の手続きが電子化されると、従業員は控除証明書を電子データで受け取り、当該データを電子化に対応した民間ソフトウェアや国税庁が提供する年末調整控除申告書作成用ソフトウェア(通称「年調ソフト」)にインポートすることで、各種控除申告書をデータ作成しメール等で勤務先に提出することができるようになります。

※「年調ソフト」・・・国税庁では、控除証明書の電子データの取込から控除申告書のデータ作成に対応した「年調ソフト」を開発し、各アプリストアや国税庁ホームページで公開しています。

電子化のメリットは？

従業員のメリット

- ★控除額等の記入・手計算が不要
- ★控除証明書等データを紛失しても再交付依頼が不要
- ★勤務先からの問合せが減少

勤務先のメリット(給与担当者)

- ★保険料控除等の控除額の検算が不要
- ★控除証明書等のチェック事務が削減
(従業員が控除証明書等データを利用した場合)
- ★従業員からの問合せが減少
- ★年末調整関係書類の保管コストの削減

マイナポータル連携について

従業員の方が保険会社等から取得する控除証明書等データについては、保険会社等のウェブサイトから入手する方法のほか、マイナポータルを通じて一括取得することができます(マイナポータル連携)。詳しくは国税庁ホームページの「マイナポータル連携特設ページ」をご覧ください。
(<https://www.nta.go.jp/taxes/tetsuzuki/mynumberinfo/mynapo.htm>)



問 宮古島税務署 ☎ 72-4874

沖縄国税事務所からのお知らせ

所得税・消費税・贈与税の申告・相談は

国税庁LINE公式アカウントが便利です！

確定申告書の作成や税に関する手続・疑問解決に役立つ情報があなたのスマホから簡単にアクセスできます！

国税庁 HP(確定申告書等作成コーナー) からスマホで送信！マイナポータル連携で確定申告がもっと簡単になります！

●納税はキャッシュレス納付が便利です！

●「よくある税の質問」(タックスアンサー)や「チャットボット」に相談できます！

●確定申告会場へ来場する場合に必要な入場整理券も国税庁LINE公式アカウントからオンライン取得できます！

まずは「ともだち追加」から！



問 宮古島税務署 ☎ 72-4874

広報 みやこじま 8月号 8

8月 生 ま い き 教 室 日 程 表

平 良 地 区	日 に ち ／ 曜 日	時 間	場 所	連 絡 先
南西里二区・大三俵二区・大原二区・馬場七原・地盛・山中・宮原・腰原一区・腰原二区	3(月)、10(月)、17(月)、24(月)	10 時	平良老人福祉センター	社 協 平良支所 ☎ 72-3193
上角・前比屋・大原一区・出口・羽立東・栄・富名腰一区・富名腰二区	4(火)、18(火)			
保里一区・保里二区・添道・下崎・東川根一区 東川根二区・東川根三区・東川根四区 野原越・盛加・細竹・高野・福山 西原・大浦・島尻・狩俣	5(水)、12(水)、19(水)		下崎公民館	
漲水・北西里・根間・下屋・仲屋・旭高阿良・仲保屋・荷川取・成川	6(木)、13(木)、20(木)			
南西里一区・神屋・大三俵一区 大三俵三区・大原三区・久貝・松原	7(金)、14(金)、21(金)、28(金)		平良老人福祉センター	

城 辺 地 区	日 に ち ／ 曜 日	時 間	場 所	連 絡 先
砂 川	3(月)、10(月)、17(月)、24(月)	10 時	社会福祉センター	社 協 城辺支所 ☎ 77-7594
西 城	4(火)、12(水)、18(火)、19(水)			
城 辺	6(木)、13(木)、20(木)、31(月)			
福 嶺	7(金)、14(金)、21(金)、28(金)			

下 地 地 区	日 に ち ／ 曜 日	時 間	場 所	連 絡 先
川 満 ・ 高 千 穂	4(火)、18(火)、19(水)、31(月)	10 時	下地公民館	社 協 下地支所 ☎ 76-2270
上 地 ・ 洲 鎌 ・ 棚 根 来 間 ・ 入 江 ・ 嘉 手 苅	5(水)、12(水)、18(火)、19(水)			
与那覇	7(金)、14(金)、21(金)、28(金)			

上 野 地 区	日 に ち ／ 曜 日	時 間	場 所	連 絡 先
大嶺・新里・名嘉山	3(月)、10(月)、17(月)、24(月)	10 時	上野老人福祉センター	社 協 上野支所 ☎ 76-2540
宮国・豊原・上野・名嘉山 高 田 ・ 野 原	6(木)、13(木)、20(木)、24(月)			

伊 良 部 地 区	日 に ち ／ 曜 日	時 間	場 所	連 絡 先
伊良部・佐良浜	4(火)、18(火)、25(火)	10 時	伊良部老人福祉センター	社協 伊良部支所 ☎ 78-5973

池 間 地 区	日 に ち ／ 曜 日	時 間	場 所	連 絡 先
池 間	6(木)、13(木)、20(木)	10 時	池間島離島振興総合センター	きゅーぬふから舎 ☎ 75-2870

■乳幼児健診・健康相談 8 月予定表

健 診	日 に ち	受 付 時 間	場 所
★ 4 か 月 児 健 診	14(金)	9:00 ~ 11:00	宮古島市 保健センター (宮古島市役所 同敷地内)
★ 10 か 月 児 健 診	14(金)	13:00 ~ 15:00	
★ 1 歳 6 か 月 児 健 診	15(土)	9:00 ~ 11:00	
★ 3 歳 6 か 月 児 健 診	15(土)	13:00 ~ 15:00	
★ マタニティスクール	4(火)	13:30 ~ 14:00	

※乳幼児健康診査は予約制となっています。
 ※乳幼児健診の対象児には健診日の1～2週間前に封書で通知します。
 対象児については、宮古島市ホームページをご確認ください。
 ※母子手帳発行、赤ちゃん計測は**予約制**です。(予約：家庭保健課母子保健係 ☎ 73-4572)

相 談	日 に ち	時 間	場 所
★ 健 康 相 談	5(水)、12(水)、19(水)、26(水)	14:00 ~ 16:00	健康増進課

(健康増進課健康づくり係 ☎ 73-1978)

Ⅱ 宮古島市の市外局番は(0980)です。

「んみゃーち健幸教室」参加者募集

いつまでも自分らしくいきいきと暮らせるよう
 介護予防について一緒に学びませんか？

- 対象者：65 歳以上の宮古島市民
(60 ～ 64 歳で参加を希望される方は要相談)
- 日 時：令和 8 年 8 月 16 日(日) 午後 2 時～ 4 時
- 場 所：宮古島市地域包括支援センターひらら・みやこ(旧袖山ガーデン)
- 内 容：・地域包括支援センターの活用方法について
・熱中症とフレイル、食事について
・一品料理のデモンストレーション
・介護に関する相談事等
- 受講料無料
- 募集期間：8 月 14 日(金)まで
(※定員 15 人に達し次第受付終了)
- お申込み・お問い合わせ：宮古島市地域包括支援センターひらら・みやこ
☎ 75-0656



令和8年度 長寿大学短期講座 受講生募集

宮古島市社会福祉協議会では、令和 8 年度 長寿大学短期講座の受講生を募集いたします。

会 場	講 座	講 師	定 員	日 程(全 10 回)	時 間
久松地区公民館	ぬりえ	高田美幸	15 名	10/16(金)・10/23(金)・10/30(金) 11/6(金)・11/13(金)・11/20(金) 11/27(金)・12/4(金)・12/11(金) 12/18(金)	14:00～16:00



- 応募要件：宮古島市に住所を有する 65 歳以上の方
(60 ～ 64 歳の方も参加可)
- 受 講 料：3,500 円(教材費)
- 持 参 物：消しゴム、鉛筆削りまたはカッターナイフ、
発砲スチロールトレイ、飲み物
- 申込方法：電話または窓口(宮古島市社会福祉協議会 平良支所)
- 申込期間：令和 8 年 8 月 3 日(月)～ 令和 8 年 8 月 21 日(金)

※申込期間内に教材費をお支払いいただける方を優先とします。
 ※教材を発注後、キャンセルされる場合は教材のお渡しとなる場合があります。

問 宮古島市社会福祉協議会 平良支所(宮古島市平良老人福祉センター内)
 地域福祉課 長寿大学係(比嘉・有銘)
 ☎ 72-3193(12時～13時除く) 土・日・祝日休み

2026 年 8 月クルーズ船 入港予定(7 月 20 日時点)

8/25(火) 10:00 スターボイジャー

入港情報をメールでお知らせ
 「宮古島市クルーズ船情報
 配信サービス」



最新の予約確認は、
 「クルーズ船寄港予約管理システム」
 へ変更となりました



※予定は変動する可能性があります。

問 港湾課 ☎ 72-4876