

4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	7(月)、14(月)、21(月)、28(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	1(火)、8(火)、15(火)、22(火)		平良老人福祉センター	
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	2(水)、9(水)、16(水)、23(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	3(木)、10(木)、17(木)、24(木)		荷川取公民館	
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	4(金)、11(金)、18(金)、25(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	7(月)、14(月)、21(月)、28(月)	10 時	社会福祉センター	社 協 城辺支所 ☎ 77-7594
西 城	1(火)、8(火)、15(火)、22(火)			
城 辺	3(木)、10(木)、17(木)、24(木)			
福 嶺	4(金)、11(金)、18(金)、25(金)			

下 地 地 区	日 に ち／ 曜 日	時 間	場 所	連 絡 先
川 満 ・ 高 千 穂	1(火)、8(火)、15(火)、22(火)	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	2(水)、9(水)、16(水)、23(水)			
与那覇	4(金)、11(金)、18(金)、25(金)			

上 野 地 区	日 に ち／ 曜 日	時 間	場 所	連 絡 先
大 嶺 ・ 野 原 ・ 新 里 高 田 ・ 名 加 山	1(火)、8(火)、15(火)、22(火)	10 時	下地公民館	社 協 上野支所 ☎ 76-2540
宮国・豊原・上野	3(木)、10(木)、17(木)、24(木)		上野老人福祉センター	

伊 良 部 地 区	日 に ち／ 曜 日	時 間	場 所	連 絡 先
伊良部・佐良浜	1(火)、8(火)、15(火)、22(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	3(木)、10(木)、17(木)、24(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 4 月予定表

※予定は変更する場合があります。

健 診	日 に ち	受 付 時 間	場 所
★ 4 か 月 健 診	25 (金)	9:00 ～ 10:00	宮古島市 保健センター (宮古島市役所 同敷地内)
★ 1 0 か 月 健 診	25 (金)	13:00 ～ 14:00	
★ 1 歳 半 健 診	26 (土)	9:00 ～ 10:00	
★ 3 歳 半 健 診	26 (土)	13:00 ～ 14:00	
★ マ タ ニ テ ィ 教 室	15 (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	2 (水)、9 (水)、16 (水)、23 (水)、30 (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。

令和7年度国民健康保険税特別徴収仮徴収に関するお知らせ

国民健康保険税を特別徴収（年金天引き）で納付される世帯へ仮徴収の通知を送付します。

・**発 送 日**：令和7年4月初旬

・**対象世帯**：令和7年2月に特別徴収（年金天引き）で納付している世帯や新たに特別徴収の要件に該当する世帯
(ただし、世帯主が該当年度中に75歳に到達する場合は除きます)

・**内 容**：令和7年4月期、6月期、8月期に天引きされる仮徴収保険税。
各納期の保険税は、令和7年2月期と同額です。

◎特別徴収とは

世帯内の国保加入者全員が65歳以上である等（その他の要件あり）要件を全て満たす世帯は、国保税が特別徴収（年金天引き）となります。国保税の年間税額は、毎年7月に課税年度の前年中の所得を元に算定して決定します。そのため、年間税額が決定するまでは、「仮徴収期間」として、同年2月と同額の国保税を4月・6月・8月に納めることになります。

7月に年間税額が決定した後は、仮徴収期間に納めた額との差額を、10月・12月・翌年2月の3回で納めることになります。

ただし、特別徴収の要件を満たさなくなった場合は、普通徴収（納付書による納付等）に変更になる場合があります。

※原則として世帯主の年金から天引きになりますが、口座振替による納付をご希望の場合は、国民健康保険課へお問い合わせください。

問 国民健康保険課 ☎ 73-1973

後期高齢者医療保険へ加入している方へ

○令和7年度長寿健診について

生活習慣病の予防及び疾病の早期発見、早期治療を目的に長寿健診を実施しています。
年に一度健診を受けて健康管理にお役立てください。

○受診に必要なもの

- ①資格確認書、またはマイナ保険証
- ②令和7年度 長寿健康診査受診券（黄色の受診券、オレンジ色の封筒）
受診券は、令和7年3月下旬に発送します。

○受 診 期 間

令和7年4月1日～令和8年3月31日

○受 診 方 法

医療機関で行っている「個別健診」と、宮古島市で行っている「集団健診」があります。
どちらか一方を、ご自身の状況に合わせて選択してください。

○個別健診の指定医療期間（令和6年度時点）

医 療 機 関	電 話 番 号
い け む ら 小 児 科	☎ 73-4970
いけむら外科胃腸科肛門科	☎ 73-6300
池 村 内 科 医 院	☎ 72-3500
い し み ね ク リ ニ ッ ク	☎ 75-5878
うむやすみゃあす・ん診療所	☎ 73-3854
中 村 胃 腸 科 内 科	☎ 79-6790
砂 川 内 科 医 院	☎ 73-0037
き し も と 内 科 医 院	☎ 79-0501

○ 事前予約が必要な場合があります。

○ 沖縄本島の医療機関一覧は、沖縄県後期高齢者医療広域連合のホームページにてご確認ください。

○ 人間ドックで受診券を使用の場合は、基本項目のみ無料です。

○ 令和7年度の集団健診実施期間は、別途広報誌にてお知らせします。

問 国民健康保険課 後期高齢者医療係 ☎ 72-3751(代)

広報 **みやこじま** 4月号 10

4月の図書館

新着図書 宮古島市立図書館 ☎ 72-2235

休館日

定例休館日：毎週月曜日
定期館内整理日（第3木曜）：17日（木）
公休日：29日（昭和の日）
※予定は変更になる場合があります。

児童書



イチオシ！

・わらって、考える！イグ・ノーベル賞ずかん
古澤 輝由 || 監修 萩原 慶 || 絵

★人々を笑わせ、そして考えさせる研究におくられる、イグ・ノーベル賞。今年で18年連続日本人が受賞し、話題になりました。一見すると「ヘン」な研究が多いけれど、研究者はいたってマジメ。さまざまな発見がある本賞を、楽しくわかりやすく解説します。

・今日からはじめる！マイクラフトたてものまちづくり BOOK

菅原 嘉子 || 文・構成

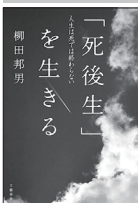
・ゆるめて解決！ゆるスポーツからはじめよう

世界ゆるスポーツ協会 || 監修

・もじもじモンスター レアキッズのための絵本

キリーロバ・ナージャ || 作 古谷萌と五十嵐淳子 || 絵

一般書



イチオシ！

・「死後生」を生きる
人生は死では終わらない
柳田邦男 || 著

★人は死によって肉体は失くなくても、その人の思いや愛や言葉や行為は、遺された者たちの心の中でずっと生き続ける——。柳田邦男さんは、そのことを「死後生」と名付けました。「生と死」というテーマに、半世紀あまり取り組んできた柳田さんの集大成的アンソロジー。

・平等について、いま話したいこと

トマ・ピケティ、マイケル・サンデル || 著

・上手に頼る介護 54のリアルと21のアドバイス

一般社団法人リボーンプロジェクト || 編集

・また団地のふたり

藤野千夜 || 著

郷土書



イチオシ！

・かたりあう沖縄近現代史 沖縄のこれからを引き継ぐための七つのムナガタイ
前田 勇樹・古波蔵 契 || 編

★沖縄研究の重鎮たちと若手研究者による対談集。戦後80年を迎える今、世代を超えて沖縄の「これまで」、そして「これから」に向き合う！

・沖縄のお弁当屋さん 応援ガイドブック

室井 昌也 || 編

・片づけられるようになるために私がやったこと

根原 典枝 || 著

・女声合唱とピアノのための沖縄のうた

かりゆしぬうた（楽譜）
瑞慶覧 尚子 || 編曲

電子図書館



イチオシ！

・新制度対応版 60歳から得する
新 NISA & iDeCo - まだ大丈夫！
貯蓄 0 でも 15 年で 2000 万円増やせる！

★図解&カラーページで、分かりやすく仕組みから具体的なはじめ方まで解説されているので、イマイチよく分からないけど、気になっている方に特におすすめです！

・マンガでわかるひとり暮らしのトリセツ

アベナオミ || 絵

・家電批評 2024 年 12 月号

家電批評編集部 || 編集

・はたらく細胞 映画ノベライズ

清水 茜 || 原作

宮古島市電子図書館(電子図書のオンライン貸出サービス)

24 時間いつでもご利用可能です！

（貸出は宮古島市に住民票があり、有効期限内の図書館利用カードをお持ちの方が対象。）

右の QR コードからアクセスしてください。

ログイン方法：電子図書館トップページで利用者 ID とパスワードを入力

ID：利用カードのバーコード下の 8 ケタの番号／パスワード：利用者の西暦の生年月日（8 ケタ）

例）2008 年 8 月 17 日生まれの方は「20080817」



電子図書館 QR コード

今年の夏休みは 深海展 だっ!!

深海には“しんかい6500”
という調査船でいくよ！
しんかい6500のパイロットに
聞いてみたいことはあるかな？

市内在住の小学生限定
教えてパイロットさん
質問募集中!



宮古島市総合博物館

4月の休館日：毎週月曜日・公休日 29日(昭和の日)

入場料 一般 300 円 大学生・高校生 200 円 小中学生 100 円 ※70 歳以上、高校生以下(土日・春休み) 無料

TEL 73-0567



3つのお知らせ!

いろいろことを体験して
“宮古のつくり”を
知ろう!!

子ども博物館講座 受講生募集!!

対象：市内小学校新4～6年生

定員：30名 ※定員に達し次第締め切り

お申し込みは4/8 Start! 電話または来館にて!

「25年度も
楽しい講座を
計画中！」

- ・博物館探検
- ・美術作品鑑賞
- ・十五夜シーシャ作り
- ・自然観察@大野山林
- ・足跡巡り

平和展

『未来を創る君たちへ』 戦争体験談の募集

5月開催の平和展に向けて

戦争体験談を募集します。

あなたが体験された出来事を

「未来を創る君たち」に

伝えませんか？

ぜひご連絡ください。



4月



マティダ市民劇場 ☎ 72-9622

催し物案内 ※予定は変更になることがあります。各主催者の情報をお確かめのうえ、ご来場下さい。

催物申請
について

- 利用料金の納期限 原則 2 週間以内。※納付が確認できない場合、利用をお断りすることがあります。予めご注意ください。
- 必要な書類 文化ホール利用許可申請書、附属設備利用許可申請書
- 受付期間 利用する月の 1 年前の初日から。受付時間は午前 9 時から午後 5 時まで。
※利用許可の順位は原則申請順となります。

4 月の催し物はありません。

令和 7 年度 慰霊巡拝の実施について

沖縄県より令和7年度慰霊巡拝の実施につきましてお知らせがあります。

〈遺族の範囲〉

慰霊巡拝を行う戦域における戦没者の配偶者（再婚した者を除く。）、父母、子、兄弟、姉妹、参加遺族（子・兄弟姉妹）の配偶者、戦没者の孫、戦没者の甥、姪であること。ただし、政府の実施した当該戦域における慰霊巡拝に参加したことのない者を優先することとする。

〈費用〉所要額の 3 分の 2 （所要額の 3 分の 1 は厚生労働省が支給）

〈日程表〉

	実施地域名	実施予定期間	実施期間	募集予定人数	宮古島市 申込締切日
1	中国 東 北 地 方 (旧 満 州 地 区 全 域)	8 月 19 日(火)～8 月 29 日(金)	11 日間	15 名	4 月 4 日(金)
2	イ ン ド ネ シ ア	9 月 3 日(水)～9 月 12 日(金)	10 日間	15 名	4 月 9 日(水)
3	東 部 ニ ュ ー ギ ニ ア	9 月 17 日(水)～9 月 25 日(木)	9 日間	20 名	4 月 9 日(水)
4	カザフスタン共和国	9 月 2 日(火)～9 月 10 日(水)	9 日間	15 名	4 月 18 日(金)
5	ト ラ ッ ク 諸 島	10 月 8 日(水)～10 月 16 日(木)	9 日間	15 名	4 月 23 日(水)
6	ウズベキスタン共和国	9 月 25 日(木)～10 月 3 日(金)	9 日間	15 名	5 月 2 日(金)
7	硫 黄 島(第 1 次)	11 月中旬	2 日間	100 名	6 月 17 日(火)
8	フィリピン(1 班) フィリピン(2 班) フィリピン(3 班)	令和 8 年 2 月 4 日(水) ～2 月 13 日(金)	10 日間	75 名	7 月 25 日(金)
9	パ ラ オ 諸 島	令和 8 年 1 月 22 日(木)～1 月 29 日(木)	8 日間	20 名	8 月 5 日(火)
10	硫 黄 島(第 2 次)	令和 8 年 2 月中旬	2 日間	100 名	9 月 17 日(水)
※ 11	ミ ャ ン マ ー	令和 8 年 3 月上旬	1 週間程度	15 名	

※ 11 については現地の情勢等を踏まえ、参加者の募集を当面見合わせることにしております。

★沖縄県より令和7年度慰霊巡拝の実施につきまして上記の日程でお知らせがあります。詳しくは生活福祉課までお問い合わせ下さい。

問 生活福祉課地域福祉係 ☎ 73-1981

消費者相談 迷ったら相談しよう！ ～認知症を患う高齢者の契約トラブル「訪問購入編」～



Q

高齢で認知症を患っている母の家に、買取業者が訪問。母は言われるがまま、いろいろな物品を渡しており、私が大切にしていたブランドのバッグもなくなっていた。買取業者の控えがあり、日付は3週間前になっている。電話をかけ、「返してほしい」と伝えたが、「8日以上経過しているのでクーリング・オフはできない」と言われた。母は判断力が乏しく、要介護認定も受けている。事業者も認識できたはずだ。物品を返してもらいたい。

A

訪問買取業（＝訪問購入）は特定商取引法の規制を受け、クーリング・オフの適用もありますが、契約後 8 日を経過するとクーリング・オフができません。しかし、契約書面の不交付や、突然来訪して買取り勧誘をした場合は、特商法上の禁止行為にあたります。また、判断能力が著しく低下している母親が契約について困惑している場合は、消費者契約法による取り消しを通知することもできます。訪問購入による契約・解約で困った時には早めに相談しましょう。



沖縄県消費生活センター宮古分室 ☎ 72-0199(9～12 時／13～16 時) ※平日のみ

宮古島市地域振興課 消費者相談窓口 ☎ 73-2695

土・日・祝祭日は消費者ホットライン 188

広報 みやこじま 4 月号 12