

市からののお知らせ 10月

電話番号案内

市役所 ☎95-1111 河北総合支所 ☎62-2111
 雄勝総合支所 ☎57-2111 河南総合支所 ☎72-2111
 桃生総合支所 ☎76-2111 北上総合支所 ☎67-2111
 牡鹿総合支所 ☎45-2111 渡波支所 ☎24-0151
 稲井支所 ☎95-2171 荻浜支所 ☎90-2111 蛇田支所 ☎95-1442

10月は3R推進月間です

3Rに対する理解を深め、できることから始めましょう!

楕圓型社会を実現するキーワード

Reduce(リデュース) ごみを減らす

- ★レジ袋はもらわない(マイバック持参)
- ★容器包装のごみが少ない商品を選ぶ
- ★不要なおまけは断ろう

Reuse(リユース) 繰り返し使う

- ★不要になったものは、フリーマーケット等を利用してほしい人に譲る
- ★修理して長く使おう

Recycle(リサイクル) 再び資源として利用する

- ★ごみをきちんと分別する
- ★集団資源回収に協力する

問 環境課(内線3375・3376)

下水道に接続しましょう!

市では、下水道の整備を公共下水道、農業集落排水および浄化槽事業等で進めています。

下水道は、私たちの日常生活に不可欠な施設であり、生活排水の排除やトイレの水洗化といった生活環境の改善を図るのみでなく、旧北上川等の河川や海の水質を守るための重要な役割を担っています。

しかし、皆さん一人ひとりが下水道に接続しなければ、その目的を達成することはできません。将来の水環境を守るために、下水道が整備された区域にお住まいの皆さんは、なるべく早めに接続するようご協力をお願いいたします。

問 下水道管理課
(内線5688)

住民票・印鑑登録証明書自動交付機のお知らせ

市役所1階の自動交付機では、市役所の開庁時間外

や休日でも住民票・印鑑登録証明書を発行していただけます。(交付機の利用には、事前に印鑑登録証等のカードおよび暗証番号の登録が必要です)

○設置場所と利用時間
 ・市役所1階総合案内隣(エレベーター向かい)
 12月29日～1月3日を除く毎日
 午前8時30分～午後8時

※機器メンテナンスのためこれ以外に臨時に休止する場合があります。
 問 市民課
(内線2319・2321)

原子力発電施設等周辺地域企業立地支援事業(F補助金)

電源地域の振興を図ることを目的に、企業に対する優遇制度があります。
 平成24年10月1日以降、市内に工場、事業所等を新設または増設し、電力会社との新規契約・変更契約等を行った場合、支払った電

気料金が対象となります。
 ※平成25年4月1日以降の新設または増設については、旧石巻市、旧河北町、旧雄勝町および旧牡鹿町のみ対象となります。

主な要件
 ・新設に伴い、電気の供給が開始していること。
 ・増設に伴い、契約電力が増加していること。
 ・新設または増設に伴い、雇用者(雇用保険の一般被保険者)が3人以上増加すること等

募集時期
 10月上旬～中旬
 ※平成25年4月1日から平成25年9月30日までの電気料金の支払い分が対象となります。
 申・問 (財)電源地域振興センター
 ☎03-6372-1730
 市産業推進課
(内線3543)

市民相談センターから

販売目的を告げずに自宅に入り込み、強引に商品の購入を勧める、訪問販売トラブルが増えています。

わかめや刺身等の生鮮食品も、クーリングオフでやめることができます。
 販売員の説明を聞いてしまうと、なかなか断ることができなくなり、一旦お金を払うと返金が難しくなるので、不要ならきっぱり断りましょう。

問 市民相談センター
(消費生活相談)
 ☎23-5040(直通)

ごみ収集車の火災事故防止にご協力ください

ガスカートリッジ、スプ

レー缶、使い捨てライターを燃やせるごみや燃やせないごみの中に入れて集積所に出されると、収集車へ積み込みする際に破裂し、車輻火災等の重大事故が発生することがあります。

ガスカートリッジ、スプレー缶、使い捨てライターを集積所へ出す際は、分別を徹底し、必ず中身を使い切ってから出してください。

ガスカートリッジやスプレー缶は、指定日に黄色のコンテナボックスへ入れてください。
 使い捨てライターは、有害ごみの日に個別に指定袋に入れて出してください。

問 環境課
(内線3375・3376)

ごみ出しルールをみんなで守ろう

○収集日の朝5時から8時30分までの間に、町内会で指定する集積所に出してください。

○市の指定マークのついた半透明のごみ袋に入れて、決められた方法で出してください。

不法投棄は犯罪です
 災害廃棄物の片付けや被災家屋の解体・リフォームが進んでいます。それに伴う不法投棄が多発しています。
 不法投棄禁止違反は、5年以下の懲役もしくは、1,000万円以下の罰金、または併科に処せられる犯罪行為です。
 警察もパトロール巡回しています。不法投棄物に

関する情報がありましたら、お近くの警察署または交番・駐在所、もしくは環境課へご連絡ください。

問 環境課
(内線3375・3376)



福島第一原子力発電所事故による放射線の影響について

放射線量の測定をしています。期間中の測定の結果、空間放射線量は健康に影響を与えるレベルではありませんでした。測定は今後も定期的に行ってまいります。

空間放射線量の測定結果 (単位:マイクロシーベルト/時)

| 測定箇所 | 測定結果 | 測定期間 |
|-----------------------|-----------|----------|
| 石巻駅前にぎわい広場 | 0.05~0.07 | 8/1~8/30 |
| 市立小中学校、高校、幼稚園 | 0.05~0.13 | 7/8~8/24 |
| 市立保育所、私立幼稚園、私立保育園(敷地) | 0.05~0.10 | 8/2~8/30 |
| 公共施設等(ホットスポット調査) | 0.06~0.11 | 8/1~8/30 |
| 牡鹿地区集落 | 0.06~0.14 | 8/1~8/23 |

※住民持ち込みによる食品等の放射性物質の簡易検査および空間放射線簡易測定器の貸出を無料で行っていきます。

問 環境放射線対策室
(内線3366)

災害義援金第5次配分の振り込みのお知らせ

市報9月1日号でお知らせした第5次配分の災害義援金は、9月13日(金)までにご指定の口座に振り込みました。義援金の支給まで時間がかかりましたことをお詫び申し上げます。

なお、口座変更手続き等を行った方は振込日が異なります。順次振込手続きを行いますので、ご了承ください。

配分額

- 死亡・行方不明者 20,000円
- 災害障害見舞金対象者 20,000円
- 津波浸水区域外における住家被害半壊以上の世帯 一律11,000円
- 津波浸水区域内における住家被害
 全壊 81,000円 大規模半壊 61,000円 半壊 51,000円
- 半壊以上の住家被害を受けた母子・父子世帯 60,000円
- 大規模半壊以上の被害を受けた高齢者施設・障害者施設の入所者 60,000円

問 生活再建支援課(内線3953・3954)

10月から児童扶養手当および特別児童扶養手当の手当額が改定されます

国の制度改正に基づき、次のとおり改正されました。

○児童扶養手当額

| | 平成25年9月まで | 平成25年10月以降 |
|------|--------------------------------|--------------------------------|
| 全部支給 | 41,430円 | 41,140円 |
| 一部支給 | 所得に応じて 41,420円~9,780円の範囲で決定 | 所得に応じて 41,130円~9,710円の範囲で決定 |

※第2子加算5,000円、第3子加算3,000円は変更ありません。
 ※12月に支給される手当のうち8月分~9月分は、従来の額で支給されます。

○特別児童扶養手当額

| | 平成25年9月まで | 平成25年10月以降 |
|----|-----------|------------|
| 1級 | 50,400円 | 50,050円 |
| 2級 | 33,570円 | 33,330円 |

※11月に支給される手当のうち8月分~9月分は、従来の額で支給されます。

問 子育て支援課(内線2512・2514)・各総合支所保健福祉課

10月 スポーツ・文化・催し

表記の見方
休 休館日、休業日
開 開館時間、利用時間

| | |
|-----------------------|--|
| 総合体育館 ☎95-8998 | 開 午前9時～午後9時 ※日曜・祝日は午後5時まで 休 毎月第4木曜日 |
| 6日(日)午前9時～ | 2013武道フェスティバル石巻 |
| 8日(火)午前9時～ | 石巻市・石巻支部高齢者スポーツ大会 |
| 10日(木)午前9時～ | 平成25年度石巻好文館高校・石巻西高校合同芸術鑑賞会(校内発表) |
| 13日(日)午前9時～ | 第2回石巻地区少年剣道錬成大会 |
| 14日(月・祝)午前9時～ | 県民体育大会空手道競技会 |
| 18日(金)・19日(土)午前9時～ | 高体連石巻地区新人大会(卓球) |
| 19日(土)・20日(日)午前9時～ | 高体連石巻支部新人大会(弓道) |
| 20日(日)午前9時～ | 第27回市民家庭バレーボール大会 |
| 22日(火)午前9時～ | 高卒予定者の就職面接会 |
| 25日(金)午前9時～ | 石巻市立女子高等学校音楽祭 |
| 26日(土)午前9時～ | 剣道昇段審査形講習会 |
| 26日(土)午後1時～ | キッズパラエティ運動会 |
| 27日(日)午前9時～ | 第2回地域体協親睦家庭バレーボール大会 |
| 31日(木)午後1時～ | 平成25年度石巻高校芸術鑑賞会(校内発表) |

| | | |
|-----------------------------------|---------------------------|-----------|
| 総合運動公園 ☎22-9111 FAX22-9112 | | |
| 1日(火)・2日(水) 午前7時～午後4時 | 第10回石巻地区中学校新人総合体育大会(野球) | 市民球場 |
| 5日(土)・6日(日) 午前7時～午後5時 | 第36回東日本軟式野球石巻ブロック大会 | |
| 19日(土)・20日(日) 午前7時～午後8時 | 第10回宮城県軟式野球東北選抜大会 | |
| 26日(土)午前8時～午後5時 | 友好都市山形県河北町選抜野球交流会 | フットボール場 |
| 6日(日)・27日(日) 午前9時～午後4時 | クラブ社会人トーナメント(ラグビー) | |
| 12日(土)・13日(日) 午前8時30分～午後3時30分 | 宮城県高等学校新人大会石巻地区予選(サッカー) | |
| 20日(日)午前8時～午後4時 | 東北障がい者サッカー交流大会 | ふれあいグラウンド |
| 30日(水)・31日(木) 午前9時～午後4時 | 第66回宮城県高等学校新人大会(ラグビー) | |
| 4日(金)・5日(土)・8日(火) 午前8時30分～午後3時30分 | 宮城県高等学校新人大会石巻地区予選(サッカー) | |
| 6日(日) 午前8時30分～午後3時30分 | 東北社会人サッカーリーグ | ふれあいグラウンド |
| 12日(土)～14日(月)・19日(土) 午前9時～午後4時 | 2013宮城テレビ杯宮城県サッカー大会ブロック予選 | |
| 20日(日)午前8時～午後4時 | 東北障がい者サッカー交流大会 | |
| 31日(木)午前9時～午後4時 | 第66回宮城県高等学校新人大会(ラグビー) | |

| | |
|--|---------------------------------------|
| 石巻中央公民館 ☎22-2970 FAX21-6050 | 開 午前9時～午後9時30分 |
| 6日(日)～11月17日(日) | 第50回石巻中央公民館「文化祭」 対象 一般市民 入場料 無料 全館 |
| 石巻市家庭教育支援チーム「いっしょこタイム(子育てサロン)」開催 対象 小学校入学前のお子さんとお母さん、お孫さんとおばあさん等 ※お気軽にご参加ください。 ■登米市「もくもくランド」へミニ遠足(親子先着15組) とき 4日(金)午前9時 総合運動公園出発 ※事前に石巻中央公民館へ申し込みください。 ■自由遊び・親子体操・手遊び等 とき・ところ 18日(金)午前10時～正午 仮設南境第7団地西集会所 | |

| | |
|-----------------------|---|
| 蛇田公民館 ☎95-0183 | 開 午前9時～午後9時30分 |
| 6日(日)午前8時30分～ | 第44回蛇田地区市民大運動会 蛇田中学校校庭 |
| 14日(月・祝)午前10時～ | くらしの教室「明笑大学」大運動会 蛇田小学校体育館 |
| 11月3日(日・祝)午前10時～ | 第27回蛇田公民館利用協賛末チャリティー芸能大会 利用協加入団体による芸能大会(歌・踊り・詩吟・大正琴・民謡ほか) 大ホール |

| | |
|-----------------------|--|
| 渡波公民館 ☎24-0941 | 開 午前9時～午後9時30分 |
| 18日(金)午後1時30分～ | 女性教室「くらしの講座」 健康講座「ハワイアンのリズムで～心も体も優雅に～」 大ホール |
| 19日(土)・20日(日)午前9時 | 第48回渡波地区菊花展示会 |
| 21日(月)午後1時30分～ | 高齢者教室「寿大学」 鑑賞会「箏の演奏」 |

| | |
|--|---|
| 石巻健康センターあいプラザ・石巻 ☎95-8640 FAX95-8664 www.iplaza-fep.jp | 開 月～土曜日 午前10時～午後9時 ※日・祝は午後5時まで 休 なし ※14日(月・祝)は通常営業 |
| H25年度後期講座(10月～3月) 受講生募集中!!パンフレット配布中!! ★新規講座の紹介★ 太極舞(毎週月曜日)午前10時～10時45分(毎週金曜日)午後6時50分～7時35分 ZUMBA～ズンパ～(毎週金曜日)午後7時45分～8時30分 健康スイミング(毎週火曜日)午後1時30分～3時(毎週木曜日)午前10時15分～11時45分 ※途中からの申し込みも可能です。(先着) プール・トレーニングルームのフリー利用 ※曜日によって利用時間帯が異なります。 ・一般500円(現受講生は400円)・中学生～大学生300円(学生証提示) ・シニア65歳以上の方300円(年齢のわかるもの) 割引料金でのご利用の場合、各種証明書を必ずご持参ください。 ※プールは中学生以上、トレーニングルームは高校生以上のご利用となります。 | |

| | |
|---------------------------|---|
| にっこりサンパーク ☎67-2038 | 開 午前9時～午後9時 休 月曜日※14日(月・祝)は翌日 |
| 野球場・テニスコート:要電話予約 | |

| | |
|--|--|
| 図書館 ☎93-8635 | 開 午前9時～午後5時 休 月曜日、第2日曜日 ※水曜日の開館時間は午後7時まで、土・日曜日は午後4時まで |
| 1日(火)・8日(火)・15日(火)・22日(火)・29日(火)午後3時30分～4時 | 紙芝居とお話の会 |
| 1日(火)～12日(土) | 企画展「縄文・古代・中世の集落」 2階展示室 |
| 4日(金)午前10時30分～11時 | あかちゃんおはなし会 |
| 5日(土)午後1時30分～3時30分 | 郷土史講座「縄文・古代・中世の集落」 定員 30人(先着) |
| 8日(火)午前10時～正午 | 読書会 テーマ「真昼なのに昏い部屋」 江國香織 著 |
| 10日(木)午前10時～正午 | 絵本とおはなしの会勉強会 |
| 15日(火)午前10時～正午 | 子どもの本を読む会 テーマ「月の少年」 沢木耕太郎 著 |
| 19日(土)午前10時30分～11時 | たのしいおはなし会 |
| 25日(金)～11月9日(土) | 企画展「サン・ファン・パウティスタ号出帆記念 400年前の日本」 2階展示室 |
| 19日(土)午前10時～ | えほんとお話の会 ※桃生分館(桃生公民館) |
| 20日(日)午後1時30分～2時 | おはなし会 ※河北分館(ビッグバン図書館) |

| | |
|-------------------------------|--|
| 河北総合センタービッグバン ☎62-1120 | 開 午前9時～午後9時 ※日曜・祝日は午後5時まで 休 月曜日 ※14日(月・祝)は翌日 |
| 5日(土) 午後0時30分～ | 第20回全国高等学校ロボット競技大会宮城県予選会 入場料 無料 園 石巻工業高校 ☎22-6338 文化交流ホール |
| 6日(日)午前9時30分～ | 第36回 石巻・桃生・牡鹿地方神楽大会 入場料 1,000円(当日200円増) 園 河北公民館 ☎62-2121 アリーナ |
| 13日(日)午前10時～ | 第2回 石巻市民食育健康フェスティバル ※詳細は7ページをご覧ください。 文化交流ホール アリーナ |
| 14日(月・祝) 午前11時45分～ | サンリツ音楽教室 エレクトーン発表会 入場料 無料 園 三立石巻店 ☎22-6478 文化交流ホール |
| 14日(月・祝) 午後0時30分～ | かえっこパズル「あそびのひろば in 石巻」 入場料 無料 園 (特活) せんだいの子ども劇場 ☎022-375-3548 アリーナ |
| 19日(土)午後1時30分～ | 認知症にやさしいまちづくりフォーラム「認知症の人とともにくらすこと」 入場料 無料 園 県東部保健福祉事務所 ☎95-1419 文化交流ホール |
| 20日(日)午前9時～ | 河北協会主催「バドミントン大会」 入場料 無料 園 事務局 ☎94-1320 アリーナ |
| 11月1日(金)～4日(月・祝) | フェスティバル・イン・かほく2013「かほく文化祭」～人・心・絆～ 入場料 無料 ■展示部門 1日(金)～4日(月・祝)午前9時～午後5時(4日は午後2時まで) / 各フロア ■芸能音楽祭 2日(土)午前10時 / 文化交流ホール ■レッツダンス大会 2日(土)午後6時 / アリーナ ■神楽大会 3日(日・祝)午前9時30分 / 文化交流ホール |

| | |
|--------------------------------------|---|
| 遊楽館 ☎72-3561 | 開 午前9時～午後9時 ※休館日の前日は午後5時まで 休 月曜日 ※14日(月・祝)は翌日 |
| 毎月第2・第4土曜日 午後0時15分～ | こもれびフォーラム ヒルズコンサート <パイプオルガンのミニコンサート> 小さいお子さんから、どなたでも鑑賞できます 入場無料 ところ コモレビフォーラム 特設ステージ |
| 19日(土)午前10時～午後5時 20日(日)午前10時～午後3時 | みやぎ県民文化祭 ・展示部門:作品展(絵画・書・写真 他)、特設コーナー「石巻地区の復興」写真展 ・舞台部門:舞踊・民謡・石巻地域伝承芸能演奏・洋楽演奏 他 |
| ※情報化研修室のプリンターは使用できませんのでご了承ください。 | |

| | |
|----------------------------|---------------------------------------|
| かなんパークゴルフ場 ☎72-2933 | 開 午前9時～午後4時 休 遊楽館に同じ |
| 1日(火)～31日(木) | ※大会等により貸し切りとなる場合がありますので確認してください。 |

| | |
|--|--|
| 河南室内温水プール ☎72-3605 | 開 午前10時～午後9時 ※日曜・祝日は午後5時まで 休 遊楽館に同じ |
| ◆一般利用料金 成人:500円 シルバー:400円 中学生:300円 3歳～小学生:200円 2歳以下:無料 ★小学3年生以下のお子様には、成人の方の同伴(水着での入水)が必要です ◆子どもスクール会員・成人会員募集中(無料体験実施中) 料金等お問い合わせください。 子ども・成人 週1回スクール:4,200円 週2回:5,300円 成人フルタイム6,500円 デイタイム5,700円 ナイト4,200円 ウィークエンド3,700円 | |
| 2日(水)～11日(金) ※休館日(7日)は除く 午前10時～午後8時 (日曜は午後4時) | ◆体組成測定 料金 500円/回 対象 10歳以上 |
| 14日(月・祝)午後1時30分～3時 | ◆走り方教室 料金 1,000円/人 対象 年中～小学生 定員 30人 |
| 14日(月・祝)午前10時～午後4時 | ◆足型測定 料金 無料(測定+説明で15分ほどを予定) |
| 20日(日) 午前11時～午前11時30分 | ◆ベビースイミング 料金 500円/組 対象 6ヵ月～3歳児と保護者 定員 15組 |

| | |
|---|---|
| 牡鹿交流センター ☎45-3618 | 開 午後1時～8時 ※休館日前日は午前10時～午後5時 休 月曜日 ※14日(月・祝)は翌日 |
| 温水プールは10月1日～平成26年3月31日まで休業します。 ※8日(火)～10日(木)入浴施設・トレーニングジムは臨時休業します。また、この期間の図書館は午前10時～午後5時の開館です。 | |



▶トレーニング室(市総体)

●各施設のトレーニング機器の使用を希望する方は、トレーニング使用講習を事前に受講してください。
※対象は中学生以上ですが、中学生の方は、保護者同伴で受講してください。

●トレーニング機器使用講習会
総合体育館
 ☎95-8998
 9日(水)・23日(水)
 午後6時30分～
 (受付 午後6時～)
 16日(水)
 午後3時30分～
 (受付 午後3時～)
ビッグバン
 ☎62-1120
 11日(金)・25日(金)
 午後3時～午後7時
 要電話予約
遊楽館
 ☎72-3561
 6日(日)
 午前10時～午後2時
 17日(木)
 午前10時～午後7時
 定員 10人(先着)
 要予約(電話予約可)
牡鹿交流センター
 ☎45-3618
 随時受付中

お知らせコーナー

表記の見方



申し込み先



問い合わせ先



Eメール

第24回いしのまき大漁まつり

と き 10月20日(日)午前9時～午後2時
と ころ サン・ファン・パウティスタパーク
内 容 鮮魚競り、水産品等の展示即売、ステージイベント、その他復興支援イベント

※当日、立体駐車場は利用できませんが、駐車台数に限りがありますので、イオンスーパーセンター石巻東店に臨時特設駐車場を設置し、会場まで無料送迎バスを運行します。また、石巻駅前⇄会場を結ぶシャトルバス(協力金100円)を約40分間隔で運行します。

問 いしのまき大漁まつり実行委員会(石巻市水産振興協議会)
 ☎23-8121 市水産課(内線3514)

歓迎「オーシャンドリーム」ウェルカムフェスタ 2013in石巻港

大型豪華外国客船「オーシャンドリーム」が石巻港に寄港します。

この豪華客船の入港時に大漁旗のお出迎えや入出港時のセレモニー等寄港歓迎イベントを開催します。※気象状況等により中止する場合があります。

※当日、船内見学はできません。

と き 10月9日(水) 入港午前7時30分

出港午後5時 開場7時15分～

と ころ 石巻港中島埠頭

問 河川港湾室(内線5628)

第8回かなんクロスカントリー大会参加者募集中

と き 12月1日(日)
受 付 午前7時40分～8時40分 遊楽館
開 会 式 午前9時 遊楽館アリーナ
競技開始 午前9時50分

と ころ 遊楽館外周コース(北村字前山15番地1)

種 目
 ①さくらコース 男子 2.1km
 ②さくらコース 女子 1.0km
 ③小 学 男 子 1.4km
 ④小 学 女 子 1.4km
 ⑤中 学 男 子 3.3km
 ⑥中 学 女 子 3.3km
 ⑦一般・高校女子 3.3km
 ⑧壮年女子(40歳以上) 3.3km
 ⑨壮年男子(40歳以上) 4.6km
 ⑩一般・高校男子 6.85km

出場制限 小学生の参加は、4年生以上とします。さくらコースの部の出場者は、以下の方とします。

①特別支援学校中学部および高等部に在籍する生徒
 ②高等支援学校に在籍する生徒
 ③中学校の特別支援学級に在籍する生徒
 ※視覚障害のある方は、必ず伴走者を付けること。
 ※聴覚障害のみの方は、このコースへの参加はできません。

参 加 料 さくらコースの部 500円(スポーツ保険含む)
 小・中学生 500円(スポーツ保険含む)
 高校・一般・壮年 1,000円(スポーツ保険含む)

申込期限 11月3日(日・祝)必着 期限厳守

申込方法 参加費を添えて直接申し込みください。

受付時間 午前9時～午後5時(遊楽館の休館日を除く)
 ※郵送でも受け付けます。詳細は、かなんクロスカントリー大会実行委員会事務局にお問い合わせください。

そ の 他 大会当日、選手および一般の方の駐車場は河南総合支所駐車場となります。なお、午前7時30分から随時、大会会場までのシャトルバスを運行します。

申・問 かなんクロスカントリー大会実行委員会事務局(遊楽館内)
 (月曜休館、月曜が祝日の場合は火曜日休館)
 ☎72-3561 FAX72-3707

楽しさいっぱい・こども展を開催します

と き 10月20日(日)午後1時25分～3時

と ころ イオンモール石巻 緑の広場

対 象 就学前の幼児と保護者

問 教育総務課(内線5019) 子育て支援課(内線2525)

「ツール・ド・東北2013 in 宮城・三陸」開催 全国からの選手たちにぜひ温かい声援を!

と き 11月3日(日・祝)午前6時30分 スタート
 午後4時30分 大会終了予定

と ころ 【スタート・ゴール】石巻専修大学

【給水所】雄勝硯伝統産業会館跡地
 北上にっこりサンパーク入口

※大会日は、車両通行の遅滞等でご迷惑をおかけすることもあります。大会の安全な運営に努めますので、ご理解とご協力をお願いします。

申・問 商工観光課(内線3533・3535)

かほく文化祭 出展の一般募集

募集内容 ①展示部門(絵画、書、写真、彫塑)
 5人以内(1人3点以内)
 ②舞台部門
 3団体以内(1団体15分以内)

応募期限 ①②ともに10月11日(金)〔先着〕

※応募期間中に締め切る場合があります。なお、内容によっては、お断りする場合があります。

参 加 料 無料

問 河北公民館 ☎62-2121

父母セミナー・石巻市男女共創セミナー

と き 10月18日(金)午後5時30分～7時30分

と ころ 石巻グランドホテル

対 象 一般参加者70人〔先着〕 ※参加無料

テ ー マ 「コミュニケーションの大切さ」

講師 ㈱ユー企画代表 大塚真実氏

締切期限 10月11日(金)

申込方法 電話・FAX・Eメール等で申し込みください。

申・問 地域協働課(内線4235) FAX22-4995
 ✉iscviact@city.ishinomaki.lg.jp

シルバー人材センターからのお知らせ

【入会説明会のご案内】

市内に居住する、60歳以上で、健康で働く意欲のある方ならどなたでも会員になる事ができます。

と き 10月9日(水)・23日(水)(各日とも午前9時～)

入会時に必要なもの

年会費(3,000円)、印鑑、健康保険証、七十七銀行の通帳
 詳しくは電話でお問い合わせください。

申・問 石巻市シルバー人材センター
 (旧石巻消防署南中里出張所) ☎94-3683

知って得する糖尿病予防セミナー

と き 10月26日(土) 午後2時～3時30分

(受付:午後1時30分～)

※10月21日(月)までに電話で申し込みください。

と ころ 遊楽館 大会議室

内 容 ・講演 テーマ「血糖値が高い」と言われたら

～自分は大丈夫だと思っていないませんか～

講師 石巻赤十字病院 内科医(糖尿病外来)

杉村 和彦先生

申・問 健康推進課(内線2425) 各総合支所保健福祉課

石巻仮設住宅自治連合推進会からのお知らせ

石巻仮設住宅自治連合推進会主催の勉強会において、専門の講師をお招きし、「アルコールとの上手な付き合い方」について学びます。

講 師 東北会病院 院長 石川 達(とおる)先生

と き 10月18日(金) 午後6時30分～8時

と ころ 石巻専修大学 4号館1階4104教室

連絡方法 10月16日(水)までに電話またはFAXで申し込みください。

受付時間 午前9時～午後5時(土日・祝日を除く)

申・問 石巻仮設住宅自治連合推進会事務局
 ☎・FAX 22-0223

パソコンセミナー・エクセル実践セミナー

①パソコンセミナー PC入門・ワード入門・エクセル入門

のうち、希望するコース ※マンツーマン形式

②エクセル実践セミナー エクセル(2010)の関数を使った集計入力に関するセミナー

と き ①10月10日(木)～25日(金)

午前10時～正午または午後1時～3時

※16・22日を除く

②10月27日(日) 午後2時～4時

と ころ ①メディアシップ2階 ワークキャビン

②メディアシップ1階 コミュニティーコート

対 象 ①これからパソコンを始めたい方およびワードやエクセルを基礎から学びたい方

②エクセル経験者(データ入力、表作成程度できる方)

定 員 ①1日4人〔先着〕 ②1日10人〔先着〕

参加費 ①・②共に500円

受 付 10月5日(土)午前9時から電話で受け付けます。

申・問 情報プラザ「メディアシップ」
 (月曜休館、月曜が祝日の場合は火曜休館)
 ☎61-1200

パソコンママネット10月の予定

と ころ 【石巻中央公民館 第1講座室(3階)】

| 内 容 | と き | |
|------------|--------|-------------|
| パソコン基礎 | 10日(木) | |
| タッチタイピング | 15日(火) | 午前9時半～正午 |
| ワード初級 | 16日(水) | 定員 各10人〔先着〕 |
| ワード中級 | 17日(木) | 受講料 1,500円 |
| エクセル初級 | 18日(金) | (テキスト代込) |
| エクセル中級 | 21日(月) | 3人以下の場合は講 |
| 電子メール | 23日(水) | 習会は開講しませ |
| デジタルカメラ講座 | 25日(金) | るのであらかじめご |
| デジタル写真加工講座 | 28日(月) | 了承ください。 |
| デジタルムービー | 29日(火) | |

(※パソコン基礎講座のみパソコン持込み可)

・なんでも相談会

と き 9日(水)午前10時～正午(入退場自由)

と ころ 石巻中央公民館 第1教養室(1階)

内 容 パソコンのことなら何でもご相談ください。操作、疑問点、購入方法等何でも結構です。

| 内 容 | と き | |
|---------|--------|------------|
| 就職活動ワード | 11日(金) | 午後1時～4時 |
| 全3回のコース | 18日(金) | 参加費 5,000円 |
| | 25日(金) | (テキスト代込) |

申 問 NPO 法人 パソコンママネット事務局
 山下町 2-2-50
 午前9時～午後4時(土日・祝日を除く)
 ☎23-0822・FAX23-0822

第2回 石巻市民 食育健康フェスティバル ～つなげよう食と健康 のばそう健康寿命～

と き 10月13日(日) 午前10時～午後2時

と ころ 河北総合センター「ビッグバン」

ステージ 午前10時15分～11時50分

・食育講演会「ウエル噛む」～噛む・食べる・生きる～
 講師:歯学博士、料理研究家、かむかむクッキング
 田沼敦子氏

・男前ダンベル体操 ・抽選会

各ブース 午前11時50分 ・血管・血圧・脳年齢・骨密度測定、脚の静脈血栓工コー検査、足型測定、減塩セラダバイキング試食、キッズコーナー等

・山形かほく冷たい肉そば・石巻焼きそば等販売

シャトルバス 市役所北口玄関前より大橋・開成經由

午前8時50分、10時10分発

蛇田經由午前8時30分、10時10分発

体組成系、自動血圧計等が当たる抽選会を行うほか、先着1,000人に粗品をプレゼントします!

問 フェスティバル実行委員会事務局(健康推進課内)
 (内線2412)

10月の相談あんない

表記の見方 申 申し込み先 問 問い合わせ先 Eメール

弁護士による無料法律相談(要予約)

と き 9日(水)・23日(水) いずれも午前10時30分～午後4時
 ところ 市役所2階 市民相談センター相談室
 定 員 18人(1日9人)(先着)
 予約受付 1日(火)午前9時から電話で受け付けます。
 申・問 市民相談センター(内線2532・2533)

虐待防止センターから <DV被害者等サポート事業>

午前はDV被害者をサポートする各種講座、午後は「個別相談」、「DV被害当事者間の話し合い・癒しの手工芸タイム」の二部構成です。(申し込みは午前・午後の部のいずれでも可)
 と き 30日(水)・平成26年1月8日(水) いずれも午前10時～午後4時
 ところ 石巻合同庁舎 5階 大会議室
 その他 託児を希望する場合は事前にお申し出ください。
 申・問 虐待防止センター(内線2533・2542)

10月1日(火)～7日(月)は「公証週間」です

私人間の権利や義務を明確にし、争いを未然に防止するのが公証制度です。
 遺言、任意後見、離婚(養育費や慰謝料等)や金銭・土地建物の貸借、不動産の売買等の大切な契約は、法務大臣が任命した法律の専門家である公証人が作成した「公正証書」にしておくことをお勧めします。お気軽にご連絡ください。
 問 石巻公証役場 ☎22-5791

仙台法務局からのお知らせ

「全国一斉!法務局休日相談所」を開催します
 と き 6日(日)午前10時～午後3時 ところ イオンモール石巻
 問 仙台法務局民事行政部民事行政調査官室 ☎022-225-5720

10月21日(月)～27日(日)は「行政相談週間」です!

行政相談は、国の仕事やサービス、各種制度の手続き等に関し、困っていることや要望したいことについて相談に応じ、その解決の促進を図るものです。
 行政相談委員は、身近な相談相手として、自宅で相談をお聞きするほか、この週間にちなみ、各地区でも行政相談所を開設しますので、お気軽にご利用ください。
 問 秘書広報課(内線4023)

「子どもの人権110番」強化週間電話相談

と き 9月30日(月)～10月4日(金) 午前8時30分～午後7時
 ※相談無料、予約不要。
 電話番号は、フリーダイヤル0120-007-110(子どもの人権110番)です。
 問 仙台法務局人権擁護部 ☎022-225-5743

無料調停相談会

と き 6日(日)午前10時～午後4時
 ところ 市観光物産情報センター「ロマン海遊21」(JR石巻駅前)
 問 石巻調停協会(仙台地方裁判所石巻支部内) ☎22-1220

弁護士による母子父子家庭等特別相談(無料)

と き 16日(水) 午後1時～2時
 ところ 東部保健福祉事務所(石巻合同庁舎内)
 申・問 県東部保健福祉事務所 ☎95-1431

女性のための面接相談

と き 2日(水)・16日(水) ところ 市役所2階相談室
 予約時間 午前9時～午後5時
 申・問 地域協働課(内線4233)

県社会保険労務士会石巻支部無料相談会を開催します

と き 4日(金) 午前10時～午後4時
 ところ 市観光物産情報センター「ロマン海遊21」(JR石巻駅前)
 問 魚喜社会保険労務士事務所 ☎93-2455

無料経営相談会

と き 17日(木) 午前10時～正午 午後1時～3時
 ところ 石巻ルネッサンス館1階アドバイザールーム(開成1-35)
 申込期限 16日(水)午前10時
 申込方法 所定の申込用紙に必要事項を記入の上、FAXで申し込みください。
 申・問 石巻産業創造(株) ☎92-1313・FAX93-9397
 問 市産業推進課(内線3544)

行政

- 行政相談 10月21日(月)～27日(日)は「行政相談週間」です。

| | | |
|--------|------------|--------------|
| 1日(火) | 午前10時～正午 | 桃生総合支所 2階会議室 |
| 9日(水) | 午前10時～午後3時 | 雄勝総合支所仮庁舎 |
| 9日(水) | 午後1時～3時 | 石巻中央公民館楽屋 |
| 10日(木) | 午前10時～午後3時 | 牡鹿総合支所 2階研修室 |
| 16日(水) | 午後1時～3時 | 石巻中央公民館楽屋 |
| 16日(水) | 午後1時～3時30分 | 河南老人福祉センター |
| 18日(金) | 午前10時～午後3時 | 河北総合支所 |
| 22日(火) | 午前10時～正午 | 北上保健医療センター |
| 25日(金) | 午前10時～午後3時 | 雄勝総合支所仮庁舎 |
 - 「行政書士制度広報月間」無料相談会(要予約)

| | | |
|--------|------------|---|
| 15日(火) | 午前10時～午後3時 | 市観光物産情報センター「ロマン海遊21」(JR石巻駅前) 相続・許認可相談ほか |
|--------|------------|---|
- 申・問 県行政書士会石巻支部 ☎22-8471

子ども

- 県東部児童相談所(石巻合同庁舎) 18歳未満の子どもに関する相談
午前8時30分～午後5時15分(土日・祝日を除く) ☎95-1121
- 子育てダイヤル相談(子育て支援センター)
午前9時～午後4時(土日・祝日を除く) ☎94-2366

介護

- 各地域包括支援センター ※ ()内は担当地区

| | | | |
|--------------|----------|---------|----------|
| 中央(石巻・中央) | ☎21-5171 | 河北(河北) | ☎61-1252 |
| 稲井(稲井・住吉) | ☎93-8166 | 雄勝(雄勝) | ☎61-3732 |
| 蛇田(蛇田) | ☎92-7355 | 河南(河南) | ☎86-5501 |
| 山下(山下・釜・大街道) | ☎96-2010 | ものう(桃生) | ☎76-5581 |
| 渡波(渡波・荻浜) | ☎25-3771 | 北上(北上) | ☎61-7023 |
| 湊(湊) | ☎90-3146 | 牡鹿(牡鹿) | ☎44-1652 |

交通事故

- 県交通事故相談(石巻合同庁舎3階県民サービスセンター)
午前8時30分～午後4時45分(土日・祝日を除く) ☎95-1411(内線241)
- 交通事故に伴う自動車保険請求相談(そんぽADRセンター東北)
午前9時15分～午後5時(土日・祝日を除く) ☎0570-022808

暮らし

- 市民相談センター(市役所2階)
 - ・市民生活相談 午前9時～午後5時(土日・祝日を除く)
 - ・市民相談(内線2532) 家庭児童相談(内線2534)
 - ・少年相談(内線2533) 月・水・木・金曜日 午前9時～午後5時
 - ・消費生活相談 ☎23-5040(直通) 午前9時～午後5時(土日・祝日を除く)
- 虐待防止センター(市役所2階)
 - ・児童虐待相談(内線2539) 午前8時30分～午後5時(土日・祝日を除く)
 - ・高齢者虐待相談(内線2538) 午前8時30分～午後5時(土日・祝日を除く)
 - ・DV相談 ☎23-6614(直通) 午前8時30分～午後5時(土日・祝日を除く)
- 法律(弁護士)相談
 - ・仙台弁護士会石巻法律相談センター(石巻駅前ビル4階 穀町12-18) ☎23-5451
午前10時～午後4時(土日・祝日を除く)
震災時被災3県に在住の方は刑事事件・法人を除き全て無料です。
(受付 午前10時～午後3時(先着))
- 問 仙台弁護士会法律相談センター ☎022-223-2383
- 県政に関する相談(石巻合同庁舎3階県民サービスセンター)
午前8時30分～午後4時45分(土日・祝日を除く) ☎95-1411(内線241)
- 県消費生活相談(石巻合同庁舎3階県民サービスセンター)
午前9時～午後4時(土日・祝日を除く) ☎93-5700
- 震災に関する裁判所の手続き案内(仙台家庭・簡易裁判所)
午前9時～午後5時(土日・祝日を除く) ☎022-745-6090
- 無料人権相談

| | | |
|--------|------------|---------------------|
| 1日(火) | 午前10時～午後3時 | 石巻中央公民館・市役所2階相談室A・B |
| 1日(火) | 午前10時～午後3時 | 桃生総合支所 2階会議室 |
| 9日(水) | 午前10時～午後3時 | 雄勝総合支所仮庁舎 |
| 10日(木) | 午前10時～午後3時 | 牡鹿総合支所 |
- 問 仙台法務局石巻支局 ☎22-6188
- 農家相談(河北総合支所2階213会議室) 18日(金) 受付時間 午後1時30分～
詳細については、事前にお問い合わせください。
※農地法許可申請日受付期間 1日(火)～8日(火)
- 問 農業委員会事務局 ☎62-4826