

**市報** 取り戻そう、ふるさと石巻

# いしのまき

**7.1**  
JUL.2016  
平成28年7月1日号  
No.194 (7月1日発行)

**第93回**

# 石巻川開き祭り



## 7月31日(日)

	時間	主な行事	会場
祭典	18:30~	東日本大震災供養祭 川村孫兵衛翁報恩供養祭・川施餓鬼供養祭	旧石巻商工信用組合本店跡地(予定)
	18:30~	流燈(5,000個)	北上川(内海橋上流)
水上	9:00~	孫兵衛船競漕(予選レース) ミニ孫兵衛船競漕(予選レース)	北上川
陸上	11:00~ 14:00~	縄張神社奉納大縄引き大会 千石船パレード・アクアカーニバルほか	中心市街地
	12:00~	お祭り広場	
煙火	20:00~	供養花火	中瀬

## 8月1日(月)

	時間	主な行事	会場
水上	9:00~	孫兵衛船競漕(準決勝・決勝レース) ミニ孫兵衛船競漕(準決勝・決勝レース)	北上川
陸上	10:55~	2020東京オリンピック・パラリンピック聖火リレー出発地誘致トーチリレー	中心市街地
	11:00~	消防音楽隊パレード	
	11:05~	中学生吹奏楽部演奏 小学生鼓笛隊パレード	
	12:20~	各種パレード	
	15:00~	ものう はねこ踊り、大漁踊り	
	12:00~	お祭り広場	
煙火	19:30~	花火大会	中瀬
特別企画	13:15~	ブルーインパルス 特別展示飛行	中心市街地上空

今年で93回目を迎える、石巻を代表する夏の一大イベントです。7月31日(日)は式典を中心に、東日本大震災供養祭や流燈を行い、8月1日(月)は、小学生鼓笛隊による演奏や伝統芸能の披露等多彩な陸上行事をはじめ、豪華花火大会等を開催します。活気にあふれた催し物を、どうぞお楽しみください。

問 石巻川開祭実行委員会(商工会議所内) ☎22-0145



石巻市イメージキャラクター

### 主な内容

- P 2~4 --- 行政情報
- P 5 ----- 相談あんない
- P 6 ----- スポーツ・文化・催し
- P 7 ----- お知らせコーナー
- P 8・9 ----- 子育て・健康情報
- P 10・11-- みんなの広場・まちの話題
- P 12 ----- 行政情報

**作品募集!!**

## 川開き祭り写真コンクール

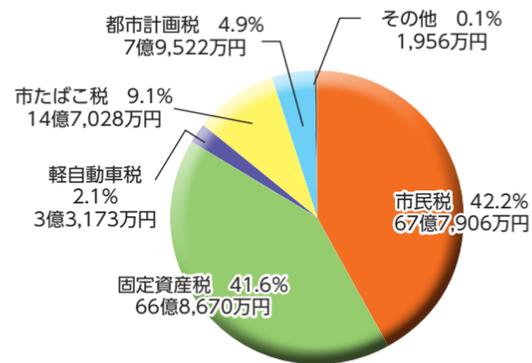
詳しくは、ホームページ、チラシ等でお知らせします。

問 秘書広報課(内線 4024)

### ◆市税収入の内訳

(総額:160億8,255万円)

市民1人当たりの		1世帯当たりの	
市税納税額	10万8,491円	市税納税額	26万5,200円
一般会計歳出	152万8,167円	一般会計歳出	373万5,508円



### ◆一般会計歳出の主な内容

(単位:万円)

区分	予算現額	内容
総務費	880億4,326	市庁舎の維持管理、防災対策等
民生費	308億9,909	社会福祉、児童福祉、生活保護等
衛生費	105億5,045	予防接種、ごみ収集・処理等
土木費	1,417億7,158	道路、河川、公園、住宅整備等
消防費	58億5,039	広域消防への負担金、消防施設整備等
教育費	120億5,048	幼稚園、小・中・高等学校等
公債費	65億9,321	借入金の返済に充てる元利償還金等
その他	589億5,742	農林水産業、商工業、雇用対策等
合計	3,547億1,588	

### ◆特別会計

(単位:万円)

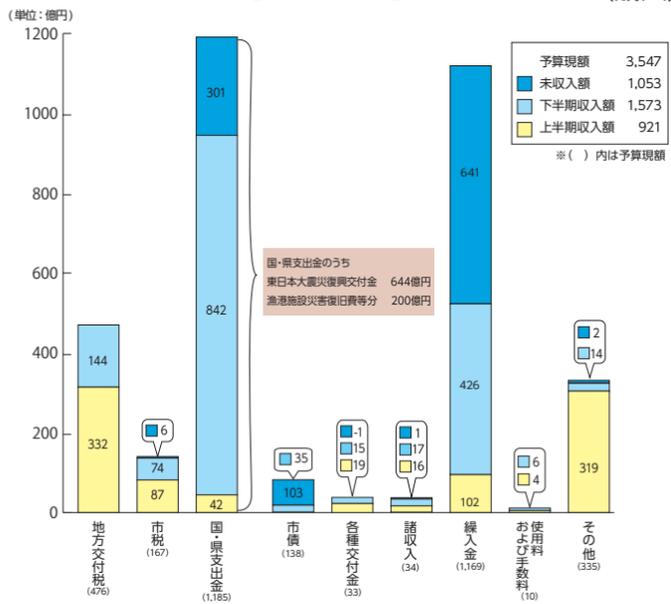
区分	予算現額	収入済額	支出済額
土地取得	20億3,534	20億3,532	20億3,505
水産物地方卸売市場	4億6,030	1億4,848	2億5,265
下水道	521億3,702	188億1,592	132億9,932
漁業集落排水	8,769	5,511	8,044
農業集落排水	5億2,691	3億2,437	4億9,722
浄化槽整備	8,567	1,471	7,758
市街地開発	337億6,197	215億4,996	159億5,181
産業用地整備	30億3,063	10億7,924	19億8,004
国民健康保険	232億2,817	183億9,939	202億 961
後期高齢者医療	16億7,839	14億1,595	14億6,927
介護保険	130億7,492	103億 352	116億6,473
合計	1,301億 701	741億4,197	675億1,772

### ◆市有財産

区分	面積、金額	内容
土地	41,920,860㎡	公園、牧山市民の森、市の建物の敷地
建物	29,481,088㎡	市庁舎、小・中学校の校舎、市営住宅等
基金	2,464億6,450万円	震災復興基金、財政調整基金等
有価証券	5億 469万円	株券等
出資金	18億8,867万円	(公財)石巻市芸術文化振興財団等

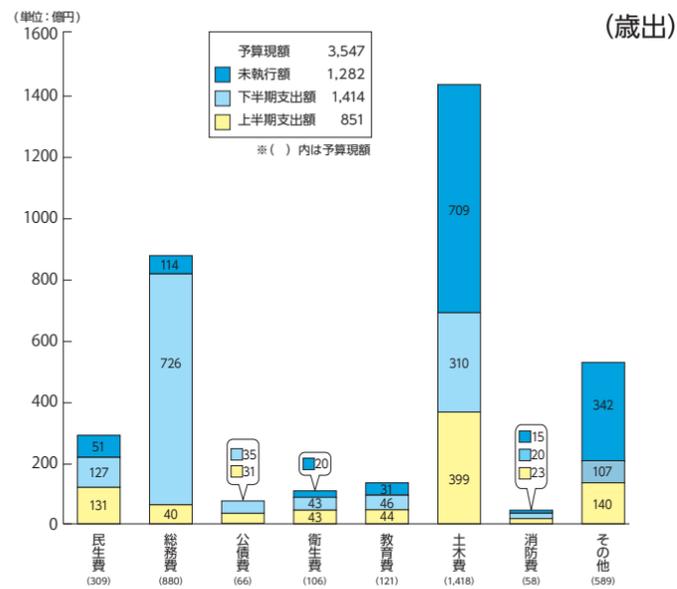
### 【一般会計】

(歳入)



平成27年度(平成27年4月1日〜平成28年3月31日)の市の財政状況です。なお、金額は平成28年3月31日現在です。

# 市の財政状況をお知らせします



### ◆一時借入金

借入額	借入先
無	無

※資金繰りのため、一時的(短期間)に借りるお金

### ◆市債残高

### 一般会計

(単位:万円)

区分	金額
普通債	341億5,349
災害復旧債	2億5,098
その他	364億2,450
合計	708億2,897

### 特別会計

(単位:万円)

区分	金額
土地取得	16億9,602
水産物地方卸売市場	7億 382
下水道	431億3,357
漁業集落排水	1億1,726
農業集落排水	29億8,638
浄化槽整備	1億3,311
産業用地整備	13億1,473
病院	46億8,966
合計	547億7,455

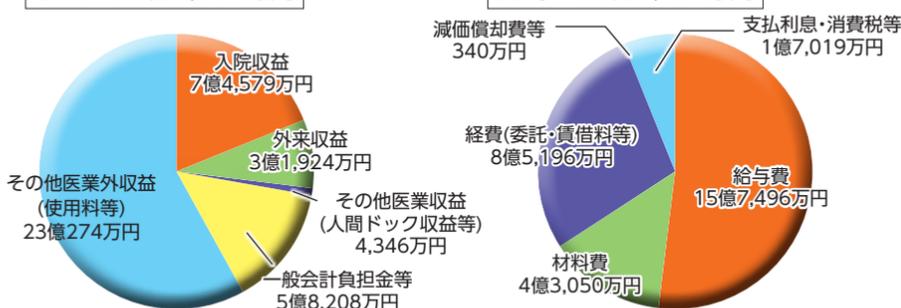
※歳入・歳出の未収入・未執行額については、現金の経理が5月31日までの出納整理期間内に行われるものがあるためです。また、市民1人当たり、1世帯当たりの納税額については、平成28年3月末の人口(148,238人)、世帯数(60,643世帯)を基準に算出しました。

問 財政課(内線4058)

## 病院事業のあらまし

### ◆平成28年度予算の概要 市立病院

収益 39億9,331万円



### 業務予定量 市立病院

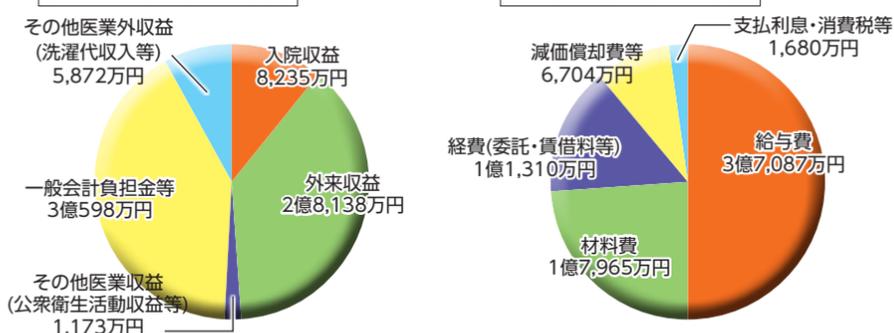
病床数	市立病院	
	一般病床	140床
療養病床	40床	
年間患者数	入院	26,076人
	外来	27,870人
1日平均患者数	入院	123.0人
	外来	199.1人
診療日数	入院	212日
	外来	140日
主要な建設改良事業	建設改良費	47億3,842万円
	機械装置購入費	20億5,107万円

### 業務予定量 市立牡鹿病院

病床数	市立牡鹿病院	
	一般病床	25床
年間患者数	入院	3,285人
	外来	20,655人
1日平均患者数	入院	9.0人
	外来	85.0人
診療日数	入院	365日
	外来	243日
主要な建設改良事業	機械装置購入費	1,300万円

### ◆平成28年度予算の概要 市立牡鹿病院

収益 7億4,016万円



### ◆平成27年度 下半期の業務状況

区分	市立病院(開成仮診療所)				市立牡鹿病院			
	平成26年度 下半期	平成27年度 下半期	平成26年度 下半期	平成27年度 下半期	延患者数	1日平均患者数	延患者数	1日平均患者数
入院	-	-	-	-	800人	4.4人	1,190人	6.5人
外来	4,418人	36.8人	4,515人	37.6人	10,936人	91.9人	10,513人	87.6人
計	4,418人		4,515人		11,736人		11,703人	

※平成27年度下半期の入院診療日数は182日、外来診療日数は120日です。

問 病院管理課 ☎25-5671・市立牡鹿病院事務部門 ☎45-3185

# 行政情報

## 国民年金保険料の免除申請手続きはお早めに!

所得が少ない等、保険料を納めることが経済的に困難な場合には、保険料の全額または一部の納付が免除される制度があります。

7月から法律が改正され、世帯主の所得を審査対象外とする納付猶予制度の対象者が、30歳未満から50歳未満の方に拡大されました。(ただし、配偶者が世帯主の場合は除く)

免除や猶予の申請は、2年1カ月前の月分まで遡及することが出来ます。

ただし、免除や猶予の期間は、将来受け取る年金額が減額されますのでご注意ください。

- 申請に必要なもの
- 年金手帳等基礎年金番号のわかるもの
- 印かん(ゴム印を除く)
- 雇用保険受給資格者証等

**申・問** 石巻年金事務所  
☎2215115  
市保険年金課  
(内線2353)  
各総合支所市民生活課  
各支所

## 第三者行為によって病气やけがをしたら

交通事故等第三者の行為によって負傷した場合も国民健康保険や後期高齢者医療保険で治療を受けられます。

ただし、この場合の治療費は本来第三者が支払うものなので、一時的に国民健康保険や後期高齢者医療保険で立て替え払いし、あとから第三者へ請求することになります。

治療を受ける際は、市へ届け出をしてください。必要な書類等については保険年金課にお問い合わせください。

また、介護保険の第1号被保険者の方が、第三者行為によって介護保険サービスを受けた場合は、併せて介護保険課へ届け出をしてください。

**申・問** 保険年金課(内線2349)  
介護保険課(内線2442)

## 「第5回なでこ川」開成塾「女性のための起業セミナー」開催

起業への心構えから経営の基本的知識の習得を目指すほか、講師の個別アドバイスを受けながら各自のビジネスプランづくりも行います。

8月30日(火)、9月6日(火)、13日(火)、23日(金)(全4回)  
午後1時~4時30分  
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)

**講師** 波多野卓司(中小企業診断士 経営コンサルティング 波多野事務所代表)

**定員** 10人(先着)

**申込方法** 石巻産業創造(株)ホームページまたは、電話・FAXで申し込みください。

**申込期限** 8月26日(金) 午後5時  
**申・問** 石巻産業創造(株)  
☎9211313  
FAX 9319397  
URL <http://www.iss-net.jp/>

## 高齢者向け給付金のお知らせ

給付の対象になると思われる方には、5月上旬に申請書をお送りしました。

**対象** 平成27年度臨時福祉給付金の支給対象者で、平成29年3月31日までに65歳以上になる方  
平成27年度臨時福祉給付金対象者

基準日(平成27年1月1日)において、石巻市に住民登録がされている方で、平成27年度分(平成26年中)市民税(均等割)が課税されていない方。ただし、次の方は対象外となります。

- ・自身を扶養している方が課税されている場合
- ・生活保護を受けている場合

**申請期限** 8月2日(火)  
**申・問** 福祉総務課臨時福祉給付金専用ダイヤル

## 「高齢受給者証」を送付します

国民健康保険に加入している方は70歳になった翌月から(誕生日が1日の人はその月から)「高齢受給者証」が交付され、医療機関を受診するときは保険証と一緒に提示することになります。

前年の所得に応じて負担割合を算定した新しい高齢受給者証を今月中旬以降に住民票の住所へ郵送します。

仮設住宅等、住民票を移さずに引越しをされた方は郵便局への転送手続き(1年ごとに必要)をお願いします。

**問** 保険年金課  
(内線2347)  
各総合支所市民生活課  
各支所

## 国民健康保険税の納税通知書をお届けします

国民健康保険に加入している方には、平成27年中の所得に基づき、加入者ごとに保険税を計算し、7月中旬に平成28年度納税通知書(第4期/第10期の確定賦課)を郵送します。

※納税通知書が届かない場合、または不明な点がありましたら、お問い合わせください。

**問** 保険年金課  
(内線2337)  
23392342  
各総合支所市民生活課

## 国民健康保険税の減免申請はお早めに!

**対象** 事業の倒産または世帯主の疾病・解雇等で、本年の見積合計収入金額が前年の合計収入金額の10分の3以上減少した方

世帯全員の平成28年中の収入(申請時での収入金額と申請後の収入見込額)が分かる資料および印かんを持参して窓口で申請してください。

**申請期限** 納期限の10日前まで  
※減免には基準となる収入額がありますので、収入が減少していても、減免に該当しない場合もあります。

**申・問** 保険年金課  
(内線2337)  
23392342  
各総合支所市民生活課

## IK地域研究員研究発表会

石巻市、東松島市、女川町を構成市町とする(公財)石巻地域高等教育事業団では、石巻専修大学が行う石巻圏域の文化・学術の振興に資する研究を対象として、助成事業を行っています。

平成27年度に助成をした、2件の研究成果について発表会を開催しますので、ぜひご参加ください。

**①**「地域間連携による製品開発事業に関する実証的研究」  
石原慎士(経営学部経営学科教授)  
**②**「学習の主體的な学びを促すための取り組みの調

査研究」  
山崎泰央(経営学部経営学科教授)  
**とき** 7月27日(水)  
午後6時30分

**定員** 40人(先着)  
**申込期限** 7月22日(金)  
**申込方法** 電話で申し込みください。  
(午前8時30分~午後5時(土日・祝日を除く))

**申・問** 石巻地域高等教育事業団(市総務課内)  
(内線4037)

## 「環境フェア2016」参加団体募集!

環境問題に関する知識の普及・啓発を図るため「環境フェア」を開催します。  
**とき** 11月5日(土)

午前9時30分~午後3時  
※同時開催「第25回かなんまつり」(主催:かなんまつり実行委員会)  
**ところ** 遊楽館アリーナ内

**対象** ①環境問題へ関心を高め、環境保全行動の実践につながるもの  
②イベント自体が環境に配慮したもの

**定員** 1~2団体程度(応募多数の場合は、市で調整する場合があります)  
**料金** 無料  
※ただし、利益が生じるものについては、売り上げの10%程度を地球環境基金へ寄附していただきます。

**申込方法** FAXまたはEメールで、参加希望の旨、団体名、代表者の住所・氏名・電話番号、イベントの内容を記入の上、申し込みください。

**申込期限** 7月22日(金)  
**申・問** 環境課  
(内線3368)  
FAX 2216120  
isenw@city.shinomaki.lg.jp



## 要介護・要支援認定を受けている方に「介護保険負担割合証」を交付します

要介護・要支援認定を受けている被保険者全員に、7月下旬までに負担割合(1割または2割)を記載した「介護保険負担割合証」を郵送します。

**問** 介護保険課  
(内線2442・2439)  
各総合支所保健福祉課

## 敬老会のご案内

本年度の敬老会を次のとおり開催します。  
**対象** 77歳以上の方(昭和14年12月31日以前に生まれた方)  
**ところ** 下記一覧表のとおりです。いずれかの会場1カ所に参加できます。  
**案内** 対象となる方には、7月中旬ごろに記念品を同封した案内通知を郵送・配達します。  
※さまざまなアトラクションやささやかなお祝いの品(お菓子)をご用意しています。

地区	ところ	とき	問い合わせ先
石巻	石巻専修大学	9月11日(日) 午前10時(受付開始 午前9時)	福祉総務課 (内線2454・2453)
河北	河北総合センター「ビッグバン」	9月10日(土) 午前10時(受付開始 午前9時)	河北総合支所保健福祉課 ☎62-2116
雄勝	大須小学校	9月3日(土) 午前10時(受付開始 午前9時)	雄勝総合支所保健福祉課 ☎57-2113
河南	遊楽館	9月10日(土) 午前9時45分(受付開始 午前9時)	河南総合支所保健福祉課 ☎72-2112
桃生	桃生公民館文化ホール(桃生総合支所内)	旧中津山地区 9月3日(土) 午前10時(受付開始 午前9時)	桃生総合支所保健福祉課 ☎76-2111
		旧桃生地区、せんだんの社、仮設住宅等入居者(地区外) 9月3日(土) 午後1時30分(受付開始 午後0時30分)	
北上	北上中学校	9月10日(土) 午前10時(受付開始 午前9時)	北上総合支所保健福祉課 ☎67-2113
社鹿	社鹿保健福祉センター「清俊館」	9月10日(土) 午前10時(受付開始 午前9時)	社鹿総合支所保健福祉課 ☎45-2113
	社鹿公民館長渡分館	9月13日(火) 午前10時(受付開始 午前9時)	
	網地生活センター	9月13日(火) 午後1時(受付開始 正午)	

**問** 福祉総務課(内線2454)

# 行政情報

## 8月から「介護保険負担限度額認定証」の更新受付が始まります

施設入所やショートステイ利用時の食費・居住費が減額される、現在使用中の「介護保険負担限度額認定証(紫色)」の有効期限は7月31日(日)となっています。この認定証の更新受付は、8月1日(月)から行う予定です。

7月下旬に、自宅または入所施設へ「更新案内」と「申請書」等を郵送します。で、手続きをお願いします。なお、新規申請については随時受け付けています。また、譲渡所得があった方について特例措置がありますのでご相談ください。

**申・問** 介護保険課  
(内線2442・2439)  
各総合支所保健福祉課

## 後期高齢者医療に関するお知らせ

○後期高齢者医療保険料の納入通知書を7月中旬に郵送します

後期高齢者医療制度に加入している方で、納入通知書が届かない場合、または不明な点がありましたら、お住まいの地区の後期高齢者医療担当までお問い合わせください。

**問** 保険年金課  
(内線2338・2342)  
各総合支所市民生活課

○保険証を更新します  
新しい保険証を7月中旬に住民票の住所へ郵送します。保険証の色がオレンジ色から緑色に変わりますので8月1日(月)以降に医療機関等にかかるときは、緑色の保険証を提示してください。

また、有効期限が7月31日(日)となっているオレンジ色の保険証は、8月1日(月)以降に保険年金課、各総合支所市民生活課または各支所まで直接返還をお願いします。

○限度額適用・標準負担額減額認定証を送付します  
現在認定証をお持ちの方で、8月1日(月)以降も認定要件を満たす方には、保険証と一緒に新しい認定証を送付します。保険証と一緒に医療機関の窓口へ提示してください。

※住民票を異動せずに他地域に避難されている方や、住民票の住所以外への郵送を希望される方は、忘れずに送付先変更申請手続きをお願いします。

**申請に必要なもの**  
・印かん(ゴム印を除く)  
・保険証  
・マイナンバーカードまたは通知カード  
・窓口来庁者の顔写真付き公的身分証明書

**申・問** 保険年金課  
(内線2340)

## 離島地区使用済自動車処理助成金

市では、網地島地区および田代島地区内に自動車所有している方が、車を廃車処分するために定期船を利用して、本土へ車を航送する際に必要となる航送費用の一部を助成しています。希望される場合は申請手続きが必要ですので、事前にお問い合わせください。

**問** 廃棄物対策課  
(内線3375)  
牡鹿総合支所市民生活課  
☎4512112

## 「地区津波避難計画作成支援説明会」参加者募集

地区ごとの津波避難計画作成を促進するため、計画作成の意義や、市が作成を支援する内容を説明します。

とき  
14日(木) 午後2時～3時  
ところ 市役所4階庁議室  
対象 市民  
定員 60人(先着)  
申込方法  
電話またはEメールで申し込みください。  
申込期限 12日(火)

**申・問** 危機対策課  
(内線4152)  
✉ ispragdi@city.ishinomaki.lg.jp

## 65歳以上の介護保険料(本算定)決定通知書を発送します

平成27年中の所得に基づき、介護保険料を計算し、平成28年度決定通知書を8月上旬に郵送します。

※決定通知書が届かない場合や不明な点がありましたら、お問い合わせください。

**問** 介護保険課  
(内線2443・2445)  
各総合支所保健福祉課

## 夏の交通事故防止運動

7月21日(木)～8月10日(水)運動の重点

- ・適度な緊張感を保持したゆとりある運転の徹底
- ・暴走族の根絶
- ・全ての座席のシートベルト等の正しい着用の徹底

**問** 防災推進課  
(内線4174)  
各総合支所地域振興課

## 飲酒運転を根絶しましょう

飲酒運転をなくすためには、自動車を運転する人も、周囲の人も、皆さんで協力することが大切です。

飲酒運転は、絶対に「しない」「させない」「許さない」という強い意志を持ち、皆さんで飲酒運転を根絶しましょう!

**問** 防災推進課  
(内線4174)

## 石巻川開き祭りに露店を出される方へ

平成25年8月15日に京都府福知山市の花火大会の露店で多数の死傷者を出す爆発・火災事故が発生したことを受け、多数の人が集まる催しにて露店の出店を予定されている方は、石巻地区広域行政事務組合火災予防条例第45条に基づき、露店開設届出を提出していただくこととなります。

露店の出店を予定されている方は、届出をされることもに次の出火防止対策を図られますようお願いいたします。

△露店からの出火防止対策▽  
①対象火気器具等(ガソリン、灯油、LPG、炭等を使用する器具や発電機)は、建物や可燃物から離して設置し、常に周囲の整理整頓に努める  
②対象火気器具等は安全に使用する  
・対象火気器具等は転倒や落下する恐れのないように使用する

機器の接続等は確実に、劣化の進んだ物等は使用しない  
・発電機や燃料の取扱いは十分に注意する  
③必ず消火準備をする  
・火災の発生に備え、対象火気器具等の近くに消火器を備える

**問** 石巻消防署予防係  
☎9517112

## 7月は「河川愛護月間」です

川の環境を守り、安全で美しい川のせせらぎをいつまでも残せるように、「河川愛護」と「河川美化」へのご理解、ご協力をお願いします。また、河川へのゴミの不法投棄等を発見した時にはご連絡ください。

**問** 北上川下流河川事務所

## 防災ラジオの販売会

市河川港灣室  
(内線5608)

とき  
①7月14日(木)  
②7月26日(火)  
午後1時30分～4時30分  
ところ ①②ともに市役所4階40会議室

①購入時、運転免許証や健康保険証等の、市民であることが確認できるものを持参してください。なお、代理人による購入も可能です。この場合、実際に使用する世帯の世帯主等の身分証明書のコピーを持参してください。

②ラジオ石巻(FM76.4MHz)が受信できない場所では使用できませんので、必ず受信状況を確認の上、購入してください。購

## 福島第一原子力発電所事故による放射線の影響

放射線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いきます。

**問** 危機対策課  
(内線4158)

## 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
市立小学校、市立中学校、市立高等学校(敷地)	0.05～0.10	5/2～5/26
市立保育所、私立幼稚園、私立保育園(敷地)	0.05～0.08	5/2～5/30
公共施設等(ホットスポット調査)	0.05～0.10	5/2～5/25
牡鹿地区集落	0.05～0.17	5/2～5/19

※市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し出しを無料で行っていきます。

**問** 環境課  
(内線3366)

## 第11回石巻市統計グラフコンクール作品募集

統計は身近なできごとや社会の動き、自然現象等を数字にまとめたものです。皆さんも身近な統計をグラフで描いてみませんか?

- 応募資格 第一部 小学1・2年生 第二部 小学3・4年生  
第三部 小学5・6年生 第四部 中学生  
第五部 高等学校以上の生徒・学生および一般  
パソコン統計グラフの部 小学生以上

申込期限 8月29日(月)

**申・問** 総務課(内線4038)



## 石巻市民大学「まなび舎」講座一覧の訂正

5月下旬から全戸配付しました『石巻市民大学「まなび舎」講座一覧』に誤りがありましたので、お詫びして訂正します。

【まなび舎雄勝支部】内  
(12ページ～13ページ)

○申込先	○期日
オーリングハウス (誤)☎90-3370 (正)☎90-3770	No.5おがつスポレクまつり (誤)10月2日(日) (正)10月9日(日)

**問** 生涯学習課(内線5054) 雄勝公民館 ☎57-3052



## 石巻市身体障害者相談員・知的障害者相談員の皆さんを紹介します

身体や知的に障害をお持ちの方の各種相談に応じ、必要な助言を行います。お気軽にご相談ください。(任期 平成30年3月31日まで)

### ○身体障害者相談員

NO.	氏名	住所	電話
1	小幡 美子	西山町	☎98-4765
2	及川 幸男	広淵	☎090-1060-4790
3	小野寺 聖太郎	吉野町	☎93-9482
4	井上 利枝	日和が丘	☎93-5527
5	和田 清治	錦町	☎23-0077
6	高松 照義	水押	☎23-0040
7	青木 重雄	水押	☎95-7884
8	南 伸子	蛇田	☎93-3426
9	君田 清一	中里	☎94-0138 (FAX)
10	馬場 利一郎	三輪田	☎62-1214
11	遠藤 栄吾	北上町十三浜	☎66-2041
12	秋山 喜弘	雄勝町水浜	☎090-9634-7726

### ○知的障害者相談員

NO.	氏名	住所	電話
1	阿部 美幸	渡波	☎24-2137
2	畠中 勢子	開北	☎95-4460

☎ 障害福祉課 (内線2483)

### 市民相談センターから

〈弁護士による無料法律相談〉  
日程等は7月の相談あんないをご覧ください。

問 市民相談センター  
(消費生活相談)  
☎23-5040

無料法律相談会  
(予約優先)

とき 毎週水曜・土曜日  
(祝日を除く)

午後1時30分～4時30分  
※予約優先

ところ 石巻司法書士相談

センター(鑄銭場5-9  
いせんばプラザ10号)

受付 午前9時～午後  
5時(土日祝日を除く)

申・問 石巻司法書士相談センター  
☎96-3611

### 東北財務局・出前講座

振り込め詐欺等の手口や  
対処法を寸劇や歌等を用い  
て楽しく説明する高齢者向  
けの講座や、お金の大切さを  
学ぶ小・中・高校生向けの講  
座等、お金に関するさまざま  
な講座メニューがあります。  
まずはお気軽にお電話くだ  
さい。

対象 老人クラブ、町内  
会、各種会合(少人数でも  
開催できます)

受付 午前9時～正午・  
午後1時～5時(土日・祝  
日・年末年始を除く)

申・問 東北財務局金融監督第三課  
☎022-263-1111

## 7月の相談あんない

### 行政

●行政書士相談(要予約) 相続・許認可・会社設立・契約書作成にすることほか  
19日(火) 午前10時～午後3時 市役所2階相談室A・B  
☎ 県行政書士会石巻支部 ☎22-8471

### ●行政相談

4日(月) 午前10時～午後3時 北上保健医療センター  
13日(水) 午後1時～3時 石巻中央公民館楽屋  
13日(水) 午後1時～3時30分 河南総合支所第2庁舎

### 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  
●子育てに関する相談(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) 午前9時～午後5時(月・水・木・金曜日)  
・消費生活相談 ☎23-5040 午前9時～午後5時(土日・祝日を除く)  
●弁護士による無料法律相談(内線2532・2533)  
12日(火) 齋藤智法律事務所 齋藤弁護士  
26日(火) 萩綜合法律事務所 野沢弁護士  
午前10時30分～午後4時 市役所2階市民相談センター相談室  
定員 1日9人[先着] 予約受付開始 1日(金) 午前9時  
●虐待防止センター(市役所2階)  
・児童、高齢者、障害者の各種虐待相談およびDV相談(内線2535・2538・2539・  
2543)☎23-6614(直通)午前8時30分～午後5時(土日・祝日を除く)

### ●女性のための面接相談

心身不調、人間関係、夫婦問題、DV等のさまざまな問題に無料で応じます。  
とき 6日(水) 午前10時30分、午後1時、2時30分  
市役所市民相談センター内相談室  
20日(水) 午前10時30分、午後1時、2時30分 市役所2階相談室B

定員 1日3人[先着]※要予約

担当 田口 京子(日本フェミニストカウンセリング学会認定カウンセラー)

☎ 地域協働課(内線4234)

### ●物忘れ相談(包括ケアセンター)

とき 5日(火)  
定員 午前午後各2件[先着]※要予約  
☎ 介護保険課(内線2437)

### ●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)  
午後1時30分～4時30分 月～金曜日(祝日を除く)  
午前10時30分～午後4時30分 日曜日(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。

☎ 仙台弁護士会法律相談センター ☎022-223-2383

(受付 午前10時～午後5時[先着] 土日・祝日を除く)

※当日の相談予約・キャンセルは直接石巻法律相談センターへ  
午前10時～午後3時 ☎23-5451

### ●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

4日(月) 午前10時～午後3時 北上保健医療センター

13日(水) 午前10時～午後3時 河南総合支所第2庁舎

15日(金) 午前10時～午後3時 河北総合支所

☎ 仙台法務局石巻支局 ☎22-6188

### ●農家相談(河北総合支所3階会議室)

15日(金) 受付開始 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。

※農地法許可申請受付期間 4日(月)～8日(金)

☎ 農業委員会事務局 ☎62-4826

### ●年金に関する相談(石巻年金事務所)

・毎週月曜日(休日のときは翌日)は相談時間を午後7時まで延長します。

・休日年金相談 9日(土) 午前9時30分～午後4時 ☎22-5115

# 7月 スポーツ・文化・催し

**表記の見方**

**開** 開館時間、利用時間

**休** 休館日、休業日

※スポーツ行事の中には入場料が必要なものもあります。

**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

2日(土)午後1時	平成28年度いしのまき市民スポーツフェスタ オリンピックデー・フェスタinいしのまき
3日(日)午前9時	籠球仲間プロジェクト2016(バスケット)
10日(日)午前9時	全国少年柔道協議会「少年柔道教室」
16日(土)・17日(日)午前9時	石巻地区高校剣道合同錬成会
26日(火)第一部 午後1時 第二部 午後2時30分	企業と高校教諭との就職懇談会および 新規高等学校卒業予定者のための合同企業説明会
30日(土)午前9時	平成28年度全日本選手権ジュニアの部 宮城県予選石巻支部大会(卓球)
31日(日)午前9時	平成28年度石巻川開き祭り卓球大会

**総合運動公園 ☎22-9111 FAX22-9112**

**開** 午前9時～午後9時30分

**休** なし

3日(日)午前9時	日本選手権東北大会	市民球場
10日(日)～18日(月・祝)	全国高等学校野球選手権宮城県大会	
20日(水)・21日(木)・23日(土)・24日(日)午前9時		
30日(土)午前9時30分	市町村職員共済野球大会	ふれあいグラウンド
31日(日)午前9時	女子プロ野球チャレンジマッチ	
2日(土)午前9時	しんきん杯3年生大会(サッカー)	フットボール場
10日(日)・24日(日)午前9時	宮城県クラブ選手権およびクラブ社会人リーグ(ラグビー)	
3日(日)午前9時	JFL2ndステージ第3節Sony仙台vsFC大阪(サッカー)	
10日(日)午前9時	宮城県高体連競力対策事業宮城県選抜チーム強化試合(ラグビー)	
13日(水)・27日(水)午後3時	キッズ・バラエティスポーツ教室 ラグビー競技	
16日(土)・17日(日)午前9時	宮城県不感交流ラグビーフットボール大会	
24日(日)午前10時	Jリーグサテライト石巻復興支援マッチ(サッカー)	
29日(金)正午	1000km縦断リレー	公園構内

**石巻中央公民館 ☎22-2970 FAX21-6050**

**開** 午前9時～午後9時

**休** なし

8日(金)・21日(木)・29日(金) 午前10時～正午	石巻市家庭教育支援チーム「いっしょクラブ(子育てサロン)」 内容 8日(金)人形劇等 21日(木)・29日(金)水遊び、絵本deチャイルドセラピー 対象 小学校入学前の親子等 ※飲み物持参をお願いします。
17日(日) 午前10時～午後1時	世界の家庭料理教室「韓国春川名物タッカルビ」&「冷麺」 講師 桑原 英子 定員 24人(先着) 料金 1,500円(材料費) 申込方法 料金を添えて、申し込みください 申込期限 13日(水) 持ち物 エプロン、三角巾、お持ちの方は、調理バサミ
22日(金) 午後7時～9時	利用協講座 手話講習会 対象 一般市民 定員 30人(先着) 申込期限 20日(水) 申込方法 直接または電話で申し込みください。
23日(土) 午前6時～8時	利用協講座 おはよう史跡めぐり歩こう会(日和山、門脇地区) 集合場所 石巻中央公民館第一駐車場 対象 一般市民 定員 20人(先着) 申込期限 21日(木) 申込方法 直接または電話で申し込みください。

**蛇田公民館 ☎95-0183**

**開** 午前9時～午後9時30分

**休** なし

22日(金) 午前9時30分～11時30分	夏休み企画「ファミリー陶芸教室」 講師 陶芸家 樋田 隆 対象 小学生以上の家族 定員 12組(先着) 料金 1組1,800円(材料費) 申込期限 14日(木)(料金を添えて申し込みください)
27日(水) 午前10時～午後1時	利用協講座「孫と一緒に楽しいクッキング」 対象 小学生以上の孫と祖父母 講師 食改石巻分會蛇田地区会員の皆さん 定員 6組(先着) 料金 1人500円(材料費) 申込期限 19日(火)(料金を添えて申し込みください)
26日(火)・8月2日(火)・9日(火)・23日(火) 午後7時～8時30分	利用協講座「夏休み親子手話体験会」 講師 蛇田手話サークル会員 対象 親子および一般市民 定員 15人(先着) 申込期限 19日(火)

**渡波公民館 ☎24-0941**

**開** 午前9時～午後9時30分

**休** なし

7日(木)・14日(木)・21日(木) 午後7時～9時	利用協講座「親子手話体験教室」 講師 村上 ゆり子 申込期限 5日(火) 対象 小学生以上の親子(3日間参加できる方) 定員 10組20人(抽選)
15日(金)午前7時50分	女性教室「くらしの講座」移動学習会 研修先 大崎市方面
19日(火)・20日(水) 午前10時～正午	一般教養講座「カラオケ教室」～歌って笑って健康!!～ 講師 千葉 信行 対象 市内にお住まいの方(2日間参加できる方) 定員 20人(抽選) 申込期限 13日(水)正午
22日(金)午後1時30分	高齢者教室「寿大学」学習会 内容 防犯講話

**稲井公民館 ☎22-4303**

**開** 午前9時～午後9時30分

**休** なし

15日(金) 午後1時30分～3時30分	稲井くらしの講座「折り紙教室」 講師 千葉 紀子 定員 15人(先着) 申込期限 5日(火)
22日(金) 午後1時30分～3時30分	一般教養講座「浴衣着付け教室」 講師 阿部 厚子 定員 15人(先着) 申込期限 15日(金)
8月7日(日) 午前10時～正午	利用協講座「夏休み初級和太鼓体験教室」 講師 石巻日高見太鼓会員 対象 小学生以上の方 定員 20人(先着) 申込期限 29日(金)

**河北総合センター「ビッグバン」 ☎62-1120 bb.igbs.or.jp**

**開** 午前9時～午後9時

**休** 4日(月)・11日(月)・19日(火)・25日(月)

3日(日)開演 午後0時30分(開場 正午)	大橋兄弟舞踊・歌謡ショー 料金 全席自由 前売券2,000円 子ども1,000円 [問] 大橋兄弟オフィス ☎080-2165-1505
5日(火) 開演 午後6時	がんばろう東北!演歌の祭典 東北ツアー 出演 こまどり姉妹・山川大介 料金 前売券(自由席)2,700円 プレイガイド ビッグバン [問] オカダプランニング ☎22-0934
8日(金) 開演 午後6時(開場 午後5時30分)	第3回かほく寄席 出演 三遊亭遊馬、林家花、三遊亭遊かり 料金 1,000円 プレイガイド ビッグバン、遊楽館、上品の郷 [問] かほく文化協会 ☎62-2201(佐藤)
18日(月・祝) 開会 午後1時	サークルカリブ 夏のダンスパーティー 料金 1,000円 [問] サークルカリブ ☎23-5674
30日(土)開会 午後2時(開場 午後1時)	石巻復興プロレス大会「石巻元気と絆復興プロジェクト」 [問] いたばしプロレスリング ☎03-5918-6629

**図書館 ☎93-8635**

**開** 午前10時～午後6時(水曜日は午後7時まで、日曜日は午後5時まで)

**休** 月曜日

1日(金)・15日(金)午前10時30分～11時	あかちゃんおはなし会
2日(土)・16日(土)午前10時30分～11時	たのしいおはなし会
3日(日)午前10時30分～正午	七夕かざりを作ろう!
毎週火曜日 午後3時30分～4時	紙芝居とお話の会
12日(火)午前10時～正午	読書会 今月の本「青狼記」 榎 周平 著
14日(木)午前10時～正午	絵本とおはなしの会勉強会 読み聞かせやストーリーテリングと一緒に練習しませんか。
19日(火)午前10時～正午	子どもの本を読む会(大人のための読書会です) 今月の本「エリック・カールの絵本」
27日(水)午前10時15分～正午 8月4日(木) 午前10時15分～午後4時	手作り絵本教室 講師 今野 薫 定員 25人(先着) 対象 両日参加可能な方(小学校中学年以下の方はなるべく保護者同伴) 申込方法 1階カウンターまたは電話で申し込みください。※1日(金)受付開始 持ち物 材料(画用紙、ハサミ、のり、筆記用具等)、お弁当(2日目のみ)
3日(日)午前10時30分～11時30分	たなばたお話し会 ※河北分館(ビッグバン図書館)
16日(土)午前10時～10時30分	えほんとお話の会 ※桃生分館(桃生公民館)

<出張図書館「えほんびより」の活動予定>  
子育て支援センター等に出張し、貸出券の発行や本の貸し出しを行っています。

5日(火)午前10時～11時30分	「親子教室」(1歳6カ月～2歳6カ月)なかよし保育園子育て支援センター
6日(水)午前10時30分～11時30分	子育て支援室「わくわく」市子育て支援センター(湊こども園内) ※読み聞かせもあります。
14日(木)午前10時30分～11時30分	「あそびのひろば」河北子育て支援センター ※読み聞かせもあります。

**遊楽館 ☎72-3561 ygk.igbs.or.jp**

**開** 午前9時～午後9時

**休** 4日(月)・11日(月)・19日(火)・25日(月)

3日(日)開式 午後2時(受付 午後1時30分)	石巻市民大学「まなび舎」開校式 [問] 生涯学習課(内線5054)
10日(日) 受付 午前10時	宮城県年金受給者協会石巻支部河南地区会「ふれあいの集い」 [問] 佐々木 ☎73-3366
18日(月・祝) 午前9時30分～午後3時	河南婦人大会～わいわい婦人まつり2016～ [問] 河南公民館 ☎86-3663
8月20日(土) ①午前10時30分 ②午後1時30分	パイプオルガン体験教室(初心者向け) 内容 オルガニストによる実演や、ブループレッスン形式で1人10分程度演奏を体験できます。 対象 譜読みができる方、または一曲程度弾ける方 定員 各回5人(先着) 申込期間 9日(土)～31日(日) 申込方法 直接または電話で申し込みください。

**石巻健康センターあいプラザ・石巻 ☎95-8640 FAX95-8664 www.iplaza-fep.jp**

**開** 午前10時～午後9時(日・祝は午後5時まで)

**休** 7月31日(日)・8月1日(月)

1日(金)～21日(木)	大人向け講座「無料体験レッスン」開催 ※要予約(先着) 対象講座等、詳しくはお問い合わせください。 1人2講座まで。初めて受講される講座に限りです。
10日(日) 午前10時～午後1時	毎年恒例!!「プールDE運動会」 ※要予約(先着) 対象 中学生以上 料金 300円
24日(日) 午前10時～11時30分	「あいプラザ★わくわく!!プール学校♪」 ※要予約(先着) ①かえるコーチの「着衣水泳教室」 ②「ミニゲーム!!inプール」 ③「クロールミニレッスン」または「プールで自由に泳ごう」 ※好きな方を選べます。
27日(水)～8月9日(火)	「運動大相談会」 ※相談時間は日によって異なりますので、お問い合わせください。 参加特典①InBodyで体脂肪や筋肉量・体水分量等を詳しく測定できる!! 参加特典②健康クーポンをプレゼント!!

【7月の休講日】 休講日はありません。  
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) ・学生300円(学生証提示)  
・シニア65歳以上の方300円(年齢のわかるものを提示) ・障がい者300円(障がい者手帳を提示)  
※レイト割引300円(午後7時15分以降の現金利用限定。利用できない曜日もあります)  
※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利用となります。  
トレーニングルームは利用講習なしですぐに利用できます!!お気軽にご利用ください。

**河南室内温水プール ☎72-3605 kananpool.miz-ss.com**

**開** 午前10時～午後9時 ※日・祝は午後5時まで

**休** 休場日は遊楽館と同じ

3日(日)・10日(日)・24日(日) 午前9時～9時45分	朝ヨガ(3回クール) 簡単なポーズから無理なく始められます。 対象 高校生以上の男女 定員 15人(先着) 料金 3回参加 2,500円(税込) 1・2回参加 1回分1,000円(税込)
17日(日) 午前10時～11時30分	ヘキサスロン教室 「投げる・走る・飛ぶ」の練習をゲームを交えて行います! 対象 小学1～6年生 定員 15人(先着) 料金 1,000円(税込)
27日(水)～29日(金) 正午～午後1時	夏休み短期水泳教室(1期) ※2期3期を8月に開催予定です。 水慣れ～クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライまで指導します。 対象 4歳～小学6年生 定員 30人(先着) 料金 会員 3,000円(税込) 会員外 3,500円(税込)

★遊楽館室内プールでは、アリーナでの教室も開催しておりますのでぜひご参加ください!

**かなんパークゴルフ場 ☎72-2933 kanan-pg.com**

**開** 午前9時～午後9時

**休** 月曜日

10日(日) 29日(金)	サマーカップPG大会 ※終日貸切となります コース会員月例会
---------------	-----------------------------------

**にっこりサンパーク ☎67-2038**

**開** 午前9時～午後5時(電話予約があれば午後9時)

**休** 月曜日 ※18日(月・祝)は翌日

**野球場・テニスコート(要電話予約)**

**牡鹿交流センター屋内温水プール ☎45-3618**

**開** 午後1時～8時

**休** 休館日の前日は午前10時～午後5時

月曜日 ※18日(月・祝)は翌日

利用料金 一般・高校生500円 3歳～中学生200円 3歳未満無料

**トレーニング機器 使用講習会**

●総合体育館 ☎95-8998	20日(水) 午後3時30分(受付時間 午後3時～3時25分) 13日(水)・27日(水) 午後6時30分(受付時間 午後6時～6時25分) ※要予約
●ビッグバン ☎62-1120	8日(金) 午後3時/午後7時 ※要電話予約
●遊楽館 ☎72-3561	3日(日)・24日(日) 正午/午後5時 ※要電話予約
●牡鹿交流センター ☎45-3618	午後1時～8時 ※休館日の前日は、午前10時～午後5時 ※要電話予約

# 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

## 夏休み少年自然体験教室

と き 8月4日(木) 午前10時～午後2時30分  
 ところ 水沼野営場  
 (雨天時は稲井公民館でレクリエーション)  
 対 象 3公民館区域内の小学生・保護者 料 金 700円  
 定 員 50人(先着) [中央・稲井・渡波公民館合同開催]  
 申込方法 各公民館へ料金を添えて直接申し込みください。  
 申込期間 7月4日(月)～22日(金)  
・ 石巻中央公民館 ☎22-2970  
 稲井公民館 ☎22-4303  
 渡波公民館 ☎24-0941

## 画家 小野寺純一先生の絵画教室

先生のご指導のもと、復元船「サン・ファン・パウティスタ」をテーマに、絵画の楽しさを学びます。  
 と き 7月18日(月・祝)午前10時～正午 **要予約**  
 ところ サン・ファン館セミナールーム  
 対 象 小学生から中学生 定 員 20人 [先着]  
 申込方法 電話またはEメールで申し込みください。  
 申込期限 7月13日(水)  
 ※画板・画用紙以外はご持参ください。  
・ サン・ファン館 ☎24-2210  
 k-kouhou@santjuan.or.jp

## サン・ファン館開館20周年記念 第8回「サン・ファン絵画コンクール」作品募集

作品募集期間 7月1日(金)～10月10日(月・祝)  
 対 象 県内小中学生  
 申込方法 当館配布の作品応募票に必要事項を記入の上、  
 作品裏面に貼付し、郵送または持参してください。  
・ 〒986-2135 石巻市渡波字大森30-2  
 サン・ファン館 ☎24-2210

## 「第3回サンファン石恋まつり」

「石巻に恋しちゃった」で活躍中の達人さんや石恋を応援して下さっている方たちによる作品販売、ワークショップやヨガ等を開催します。  
 と き 7月18日(月・祝)  
 ところ サン・ファン・パウティスタパーク  
 特定非営利活動法人石巻復興支援ネットワーク  
 担当:戸田、山口、伊藤、柏原  
 ishikoi@yappesu.jp ☎23-8588  
 URL http://ishikoi.com  
 市地域協働課(内線4235)

## 水生生物による水質調査への参加者募集

と き 8月11日(木・祝) 午前8時15分～午後3時  
 ところ 総合運動公園駐車場集合  
 内 容 ・水辺に生息する水生生物の調査  
 ・「NPO法人ひたかみ水の里」によるカヌー体験  
 調査場所 皿貝川  
 対 象 市内小・中学生  
 ※小学3年生以下の方は保護者同伴  
 定 員 40人(先着) 料 金 600円(保険料)  
 申込方法 住所・氏名・学年・電話番号を記入の上、FAXまたは  
 はがきで申し込みください。  
 申込期限 7月29日(金)(必着)  
・ 〒986-8501 [住所不要]  
 環境課(内線3369) FAX 22-6120

## 「宝塚歌劇花組仙台公演」鑑賞バスツアー

と き 9月18日(日) 午前11時開演  
 ところ イズミティ21  
 内 容 ミュージカル『仮面のロマネスコ』～ラクロ作「危険な関係」より～  
 グランド・レビュー『Melodia -熱く美しき旋律-』  
 【出演】明日海りお、花乃まりあ ほか  
 対 象 市内在住の方(中学生以下は保護者同伴)  
 定 員 40人 [抽選]  
 料 金 7,800円(S席指定券、往復バス代、保険料込)  
 申込期限 7月14日(木)(必着)  
 申込方法 往復はがきに、参加を希望される全ての方の氏  
 名・住所・年齢・電話番号を記入の上申し込み  
 ください。はがき1枚につき2人まで申し込みでき  
 ます。  
・ 〒986-0102 成田字小塚裏畑54  
 石巻市河北総合センター内  
 (公財)石巻市芸術文化振興財団  
 「宝塚歌劇花組鑑賞バスツアー」係  
 ☎62-1120

## スポーツを楽しもう!わんぱくスポーツ教室

と き 7月2日(土)から毎週土曜日  
 午前9時30分～11時30分  
 7月6日(水)から毎週水曜日  
 午後4時30分～6時30分  
 ところ totoコート(蛇田北経塚11-9)  
 対 象 小学1～6年生(男女問わず)20人  
 種 目 サッカー、ラグビー、キックベース、キャッチ  
 ボール等  
 指導者 日本体育協会公認コーチ  
 料 金 1・2年3,000円/月 3年～6年4,000円/月  
・ NPO法人石巻スポーツ振興サポートセンター  
 担当:松村 ☎090-8787-3873  
 市体育振興課 ☎22-9111

## 自衛官採用試験

**一般曹候補生**  
 資 格 18歳以上27歳未満の方  
 受付期間 7月1日(金)～9月8日(木)(必着)  
 試験日 1次 9月16日(金)・17日(土)のうち指定する1日  
 2次 10月6日(木)～12日(水)のうち指定する1日  
**陸・海・空自衛官候補生(男子)**  
 資 格 18歳以上27歳未満の方  
 詳しくは、お問い合わせください。  
**陸・海・空自衛官候補生(女子)**  
 資 格 男子と同じ  
 受付期間 7月1日(金)～9月8日(木)(必着)  
 試験日 1次 9月16日(金)・17日(土)のうち指定する1日  
**航空学生**  
 資 格 21歳未満の方 高卒(見込含む)  
 受付期間 7月1日(金)～9月8日(木)(必着)  
 試験日 1次 9月22日(木・祝)  
 2次 10月15日(土)～20日(木)  
 3次 11月12日(土)～12月15日(木)  
**事務所説明会のご案内**  
 と き 7月23日(土)・24日(日)  
 1回目午前10時30分 2回目午後2時  
 ところ 自衛隊石巻地域事務所  
・ 自衛隊宮城地方協力本部石巻地域事務所  
 ☎・FAX 83-6789  
 市総務課(内線4037)

## YUGAKUKAN Summer Concert 2016

と き 7月16日(土)・23(土) 午後2時開演  
 ところ 遊楽館コモレピフォーラム  
 内 容 7月16日 大森潤子(ヴァイオリン)&中川賢一(ピアノ)  
 特別出演 かなん合唱団JOY  
 7月23日 Orchla木管五重奏団&竹佐古真希  
 (パイプオルガン)  
 遊楽館 ☎72-3561

## 石巻市子ども会育成会石巻支部 「第2回インリーダー研修会」

と き 7月10日(日)  
 午前9時～午後3時(受付開始 午前8時30分)  
 ところ 牧山市民の森  
 内 容 テント設営、野外炊飯(カレーライス)  
 対 象 小学4～6年生 定 員 50人 [先着]  
 料 金 500円(材料代) 当日受付でお支払いください。  
 申込期限 7月4日(月)

## 石巻市子ども会育成会石巻支部 「第3回インリーダー研修会(サマーキャンプ)」

と き 8月6日(土) 午前6時45分 市総合運動公園集合  
 8月7日(日) 午後5時30分 石巻着  
 ところ 花山青少年旅行村  
 内 容 テント設営、沢遊び、野外炊飯、キャンプフ  
 ァイヤ、登山  
 対 象 小学4～6年生 定 員 50人 [先着]  
 料 金 5,000円(事前説明会の受付でお支払いください)  
 事前説明会 7月30日(土) 午前9時45分  
 石巻中央公民館大ホール  
 ※どちらも詳しくは小学校へ配布するチラシでご確認ください。  
 石巻中央公民館 ☎22-2970

## 石ノ森萬画館開館15周年記念 「マンガタンフェスティバル2016」

石ノ森萬画館開館15周年を記念し、楽しいステージイベ  
 ントやワークショップ、屋台の出店等イベントが満載です。  
 と き 7月23日(土)・24日(日)  
 ところ 石ノ森萬画館、中瀬公園  
 石ノ森萬画館 ☎96-5055  
 市観光課(内線3536)

## ①パソコンセミナー ②プログラミン体験セミナー

①PC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プログラミンを使って作品づくりを楽しむセミナー  
 と き ①毎日開催(休館日を除く)  
 午前10時～正午または午後1時～3時  
 ②7月9日(土)・23日(土)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小学生(高学年)～中学生  
 定 員 ①1日2人 [先着] ②1日10人 [先着]  
 料 金 ①500円 ②無料 **要電話予約**  
・ 情報プラザ「メディアシップ」  
 (月曜休館、祝日の場合は翌日休館) ☎61-1200

# 7月の子育て支援コーナー

## 市子育て支援センター

【申・問】 湊こども園内 ☎94-2366・FAX22-4665

### ★子育て支援室「わくわく」

小さいお子さんとそのご家族のためのスペースです。お子さんとゆったり過ごし、他の親子ともじっくり遊び、悩み事も話せますよ。湊こども園の園庭で園児との遊びの交流もできます。これからママになる方もお気軽にお越しください。子育ての情報が得られます!

と き 月曜日…4日(歯磨き指導・申込必要)、11日、25日(成長測定)  
水曜日…6日(絵本びより)、13日、20日、27日  
金曜日…1日、15日、22日、29日  
午前9時30分～11時30分(時間内の出入り自由)

ところ 湊こども園2階 子育て支援室

(みなと荘の玄関からお入りください)

※25日(月)は成長測定ができます。(赤ちゃん測定もできます)

※指定の場所以外への駐車はご遠慮ください。

※詳しい活動内容は、支援センター便りかホームページをご覧ください。

### ★あそびの広場

と き 午前9時30分～11時30分

8日(金) 稲井公民館

14日(木) 向陽コミュニティーセンター

26日(火) うしお荘



## なかよし保育園子育て支援センター

【申・問】 ☎96-4551・FAX22-9881

### ★親子教室

・1歳6カ月～2歳6カ月グループ 5日(火)、19日(火)

※5日は移動図書館が来ます

・2歳6カ月以上グループ 12日(火)、26日(火)

### ★すくすく赤ちゃん

・ネンネ・寝返りグループ 7日(木)、28日(木)

・ヨチヨチ・ハイハイグループ 14日(木)

★ツイズ・デー孫育て広場 8日(金)、22日(金)

★たまご・ひよこサロン 4日(月)

★子育てふれあいサロン 25日(月)

★育児講座「すいか割り」 11日(月) 午前10時

みなさんですいかを割って食べましょう!

要予約 定員15組程度 ※予約開始 1日(金) 午前10時

★プール交流 15日(金)、21日(木)、29日(金) 午前10時

大きいプールにも入ることができます。

要予約 定員15組程度 ※予約開始 1日(金) 午前10時

★開放日 1日(金)

## 雄勝子育て支援 キッズ広場

【申・問】 雄勝総合支所保健福祉課 ☎57-2113

親子で楽しく遊んだり、お母さん同士で子育てについてお話してみませんか。もうすぐママになる方もお気軽にどうぞ。

内容 自由遊び・制作・リズム遊び・絵本の読み聞かせ等

と き 毎週火・水・木曜日(変更になる場合があります)

ところ 雄勝ささえあいセンター

持ち物 飲み物(お茶や水)、着替え(おむつ等)

※毎週月・金曜日電話相談

※詳しい日程・内容についてはホームページをご覧ください。

## 河北子育て支援センター

【申・問】 飯野川保育所内 ☎61-1601・FAX62-2359

### ★あそびの広場

～明るく開放感のあるセンターです!ホッと一息つきながら、みんな楽しく遊びましょう!～

と き 午前10時～11時30分

・0～1歳親子 14日(木)、28日(木)

・2歳以上親子 6日(水)、13日(水)、20日(水)、27日(水)

・ひろば開放日 4日(月)、25日(月)

持ち物 飲み物(お茶や水)、手拭きタオル、着替え等

### 《主な行事》

4日(月) 自由解放日 7日(木) 七夕会

11日(月) 保健指導 14日(木) 出張図書館えほんびより

21日(木) 赤ちゃん講座 ※10組程度

25日(月) ひだまりの会による絵本の読み聞かせ

※水遊びが始まります。タオル、水着、帽子を持ってきてください。

※都合により変更になることがあります。詳細についてはお問い合わせください。

## 北上子育て支援センター

【申・問】 相川保育所内 ☎66-2177・FAX61-2008

### ★あそびの広場

と き 4日(月)、11日(月)、25日(月)

午前9時30分～11時30分

ところ 相川保育所内

持ち物 親子の上靴、飲み物(お茶や水)、着替え(おむつ等)

### ★ひまわりキッズ

と き 6日(水)、13日(水)、20日(水)、27日(水)

午前10時～11時30分

ところ 北上保健センター

持ち物 親子の上靴、飲み物(お茶や水)、着替え(おむつ等)

※都合により変更になることがあります。

※詳しい内容は、ホームページをご覧ください。

※電話相談、来所相談ができます。

## 桃生子育て支援センター「キッズホーム」(パイオ研修センター内)

### ★あそびの広場

【申・問】 ☎76-4521

と き 午前9時30分～11時30分

・0～1歳親子 7日(木)、14日(木)、21日(木)、28日(木)

・2歳以上親子 6日(水)、13日(水)、20日(水)、27日(水)

・広場開放日 5日(火)、12日(火)、19日(火)

持ち物 飲み物(お茶や水)、おしぼり、着替え等

※開放日以外にはいろいろな親子活動を予定しています。詳しい内容はキッズホームだよりかホームページ、または電話等で確認してください。

### ★どんぐり子育て広場「たなばた会」

と き 26日(火) 午前10時～11時30分

ところ キッズホーム

内容 遊びのコーナーやスイカ会食等

参加費 1家族300円(当日集金)

持ち物 飲み物(お茶や水)、おしぼり、着替え等

申込方法 申込用紙(キッズホームにあります)にご記入の上、キッズホームまで申し込みください。

申込期限 22日(金)

## 河南子育て支援センターパプラ

【申・問】 河南農村環境改善センター2階 ☎・FAX72-4670

### ★わいわいサロン

と き 午前9時30分～11時30分

・0～1歳親子 5日(火)、12日(火)、19日(火)、26日(火)

・2歳以上親子 7日(木)、21日(木)、28日(木)

・保健師、栄養士来訪 19日(火)

持ち物 飲み物(お茶や水)、外靴入れ、着替え等

★自由開放 河南農村環境改善センター2階

と き 第1、第2月曜日 午前9時～午後3時

毎週木曜日 正午～午後3時 ※14日はお休みです。

持ち物 わいわいサロンと同じ ※昼食を食べる方はお弁当等

### ★スクエア子育て広場

『阿部衛生先生の子育て講座』(託児付)

テーマ 「こどもの生きる力を引き出すカッコいい大人 PART2」

講師 コーチング研修会社ドリームフィールド代表 阿部 衛生

と き 14日(木) 午前9時30分～正午

ところ 河南農村環境改善センター

持ち物 わいわいサロンと同じ 参加費 1家族300円

申込方法 参加費を添えて7日(木)まで申し込みください。

## 牡鹿地区子育て支援

【申・問】 牡鹿総合支所保健福祉課 ☎45-2113

親子の遊びの広場です。お気軽にご参加ください。

と き 7日(木) 七夕まつり 28日(木) 水遊び、泥んこ遊び

午前10時～11時30分

※雨天時は、遊びの内容を変更します。

※28日(木)は、水着や水遊び用オムツがある方はお持ちください。

ところ 牡鹿保健福祉センター清優館(研修室)

持ち物 飲み物(お茶や水)、おしぼり(お手持用)、タオル、帽子

## 石巻市子どもセンター「らいつ」

全て要予約 【申・問】☎23-1080

### ★移動子どもセンター(桃生エリア)

外で遊びたい乳幼児親子から高校生、遊びごころのある大人も大歓迎

と き 10日(日) 午前10時～午後5時

ところ 桃生総合支所前芝生広場

★親子ピクス(しっかり歩ける1歳から2歳の親子対象)

と き 8日(金) 午前10時30分～11時30分

★音楽で遊ぼう!(しっかり歩ける1歳から2歳の親子対象)

と き 12日(火) 午前10時30分～11時30分

★ベビーマッサージ(はいはいまでの乳幼児親子が対象)

と き 15日(金) 午前10時30分～11時30分

★Earth Teens「夏だ! カヌーやろうぜ!」

と き 23日(土) 午前10時～午後0時30分

ところ 水押三丁目6(石井蘭門付近) 保険代 300円

★めざせ!料理王「キャラクターパンづくり」

と き 9日(土) 午前10時～午後1時

ところ 萬葉堂 材料費 200円

★青春力「DJって何?をやってみる会」

と き 3日(日) 午後2時～4時

# 7月の健康コーナー

## 食育推進コーナー

### 《地産地消で食育推進》

#### 石巻産オリーブ栽培実験

平成26年から平成28年にかけて、雄勝・牡鹿・北上・河北の各地区でオリーブを植樹しました。現在、石巻市で結実するか栽培実験を行っています。結実すれば、石巻市はオリーブ栽培の北限地となります。今年5月には、新芽や花芽が確認でき、順調に生育していることから、石巻産オリーブが実るのも間もなくのようです。



【問】 農林課(内線3555)

### 愛の献血(7月)

#### とき・ところ

3日(日)	午前10時～11時45分 午後1時～4時30分	カワチ薬品石巻西店
10日(日)		イオンモール石巻
23日(土)		

【問】 健康推進課(内線2418)

【健康推進課】☎95-1111  
【各総合支所保健福祉課】河北☎62-2117 雄勝☎57-2113  
河南☎72-2094 桃生☎76-2111  
北上☎67-2301(北上保健センター内) 牡鹿☎45-2113

## ◆乳幼児の健診・相談

対象地区	健診・相談名	対 象	と き	受付時間	と ころ
石巻	3～4カ月児健診	H28年3月生まれ	12日(火)・20日(水)・28日(木)	12:45～13:00	市保健相談センター
	1歳児よちよち相談	H27年6月生まれ	4日(月)・19日(火)・25日(月)	9:15～9:30	
	1歳6カ月児健診	H26年11月生まれ	7日(木)・15日(金)・26日(火)	12:30～12:45	
	2歳児歯科健診	H25年12月生まれ	8日(金)・13日(水)・21日(木)		
	3歳児健診	H25年1月生まれ	6日(水)・14日(木)・22日(金)		
河北 雄勝 北上	3～4カ月児健診	H28年2月26日～4月20日生まれ	20日(水)	12:30～12:45	河北総合センター 「ビッグバン」
	1歳6カ月児健診	H26年11月～12月生まれ	13日(水)		
	2歳児歯科健診	H25年12月～H26年1月生まれ	6日(水)		
河南 桃生	3～4カ月児健診	H28年3月生まれ	22日(金)	12:45～13:00	河南母子健康センター
	1歳児よちよち相談	H27年6月生まれ	5日(火)	9:30～9:45	
	3歳児健診	H25年1月生まれ	14日(木)	12:30～12:45	
牡鹿	3～4カ月児健診	H28年3月生まれ	28日(木)	12:45～13:00	市保健相談センター
	1歳6カ月児健診	H26年11月生まれ	26日(火)		
	3歳児健診	H25年1月生まれ	22日(金)		

## ◆各種教室

教室名	内 容	と き	と ころ
もぐもぐ育児教室 (石巻地区)	対象 6～7カ月児の保護者の方 内容 離乳食の進め方、生活リズムや発達のお話、保護者同士の交流等 定員 15組(要予約) 【申・問】健康推進課(内線2428)	5日(火) 受付 13:15～13:30	市保健相談センター
もぐもぐ育児教室 (河南・桃生地区)	対象 6～7カ月児の保護者の方 内容 離乳食の進め方、生活リズムや発達のお話、保護者同士の交流等 定員 15組(要予約) 【申・問】河南総合支所保健福祉課(内線273)	5日(火) 受付 13:00～13:15	河南母子健康センター
みんなの 楽しくダンベルクラブ	「かなん楽しくニギニギ隊」と一緒に、筋力アップや基礎代謝量を上げる 玄米ダンベル運動で健康づくりをしませんか。どなたでも参加できます。 【申・問】河南総合支所保健福祉課(内線275)	26日(火) 受付 9:30～11:00	遊楽館アリーナ

## 7月の健康コーナー

### ◆相談(妊産婦・栄養・歯科相談は要予約)

相談名	とき	ところ	申・問 健康推進課
健康相談	月～金 (祝日を除く)	8:30～17:00	内線2425
育児相談			内線2423
こころの電話相談			内線2421 ☎94-9132
栄養相談	4日(月)	10:00～12:00	市保健相談センター
歯科相談	11日(月)	13:00～15:00	内線2417
助産師による妊産婦相談	毎週火曜日	10:00～15:00	市役所2階授乳室 内線2422

### ◆心理カウンセラー等によるこころの相談会(要予約)

不眠・不安感・ストレス・イライラ・依存症等こころの問題についての相談を行います。※プライバシーは守られます。

とき	ところ	担当	申・問
21日(木)10:45	市役所2階相談室	今野 廣子	健康推進課(内線2421) ☎94-9132
22日(金)13:30	河北総合支所	奥地 康子	河北保健福祉課 ☎62-2117

### ◆東部保健福祉事務所(石巻保健所)

ところ 東部保健福祉事務所 旧保健所棟

相談・教室名	内容	とき	申・問
アルコール関連相談	アルコール関連問題(ギャンブル依存も)で困っている本人や家族の専門相談(要予約)	15日(金) 10:00～15:00	☎95-1431
思春期・引きこもり相談	心の問題についての専門相談(要予約)	27日(水) 11:00～15:00	

### ◆お酒をやめている人たちの話を聞いてみよう! ※どなたでも参加できます。

とき	ところ	問
14日(木)13:30～15:00	河北保健センター	河北総合支所保健福祉課 ☎62-2117

### ◆からころ相談ダイヤル:心の無料電話相談

((一社)震災こころのケア・ネットワークみやぎ)  
☎0120-322-016(午前10時～午後4時)  
※留守番電話対応になる場合もあります。

### ◆仙台いのちの電話

((福)仙台いのちの電話)  
☎022-718-4343(24時間年中無休)  
・毎月10日「自殺予防いのちの電話」  
☎0120-738-556(午前8時～翌朝8時)

### ◆わかちあいの会

大切な方を亡くした方が話せる場所です。  
とき 10日(日) 午後2時～4時30分  
ところ カリタスジャパン(末広町3-14)  
☎24-9858  
問 NPO法人仙台グリーンケア研究会  
☎070-5548-2186

### ◆つむぎの会

さまざまな形で子どもを亡くした親の集いです。  
とき 24日(日) 午後1時  
ところ 市保健相談センター  
問 つむぎの会  
☎090-8614-5466

問 健康推進課 ☎94-9132

### ◆定点型からだこころのケアサロン

「からこころ」  
とき 26日(火) 午前10時30分～午後3時  
●ミニ勉強会テーマ 発達障害の対応について  
とき 午後1時30分～3時  
ところ 河南母子健康センター  
専門のスタッフに体やこころに関する相談ができます。  
どなたでも参加できます。  
問 河南総合支所保健福祉課  
☎72-2094(内線272)

### ◆傾聴ボランティアによるカフェ

サロン♡さくら		とき	ところ
1日(金) 10:00～12:00	仮設南境第7団地北集会所		
1日(金)、15日(金) 10:00～12:00	仮設大橋団地集会所		
11日(月)、25日(月) 10:00～12:00	鹿妻南コミュニティハウス(鹿妻南二丁目6-25)		
※天候等により中止する場合があります。 問 健康推進課 ☎94-9132			
サロン♡ひまわり			
毎週月曜日(祝日は休み) 10:00～15:00	北上保健センター内		
問 北上保健センター ☎67-2301			
蛇田お茶っこサロン			
13日(水) 10:00～12:00	新蛇田第1集会所(新立野復興住宅)		
問 健康推進課 ☎94-9132			

## 「認知症カフェ」始まっています

認知症の方の家族、または支援している方が気兼ねなく参加し、自分たちの思いを話したり情報交換ができます。ミニ講話や音楽を聞いたり、会場によって内容がさまざまです。ぜひおいでください。

名称	ところ	とき	じかん	対象
金曜やすらぎホットカフェ	みやぎ生協大橋店	第3金曜日	午後1時30分～3時	家族・支援者
コープdeめぐみのカフェ	みやぎ生協蛇田店	第4火曜日		家族・支援者
認知症カフェin渡波店	みやぎ生協渡波店	第2月曜日	午後2時～3時30分	家族・支援者
だるまさんの会	包括ケアセンター	第2火曜日	午後1時30分～3時	本人・家族・支援者
おれんじカフェ	河北保健センター他	年3～6回(不定)	午前	家族・支援者
にんじんの会	雄勝または北上地域包括支援センター	年3回(不定)	午前	本人・家族

料 金 お茶代100円程度 問 介護保険課(内線2437)

## 仮設住宅 呼吸器かびアレルギー集団検診

とき 2日(土) 午前10時～11時30分(あがらいん・ルネッサンス館横) 午後2時～6時(黄金浜会館)  
3日(日) 午前10時～午後2時(石巻赤十字病院看護専門学校・会議室)  
対象 仮設住宅に現在または過去に居住の15歳以上の方  
定員 両日各100人[先着] 料金 無料  
持ち物 お薬手帳(ある方) 申込方法 各会場で受付(前日まで電話予約可)  
申・問 国立医薬品食品衛生研究所(予約窓口・渡辺) ☎070-3667-7647(平日:午前10時～午後6時)  
問 市生活再建支援課(内線3968)



## 7月の休日急患担当医

◇担当医は変更になることがあります。各医療機関に確認の上、受診してください。

日	曜	内科	小児科	外科	産婦人科
3日	日	齋藤病院 96-3251(山下町一丁目)	石巻赤十字病院 21-7220(蛇田字西道下)	二宮外科医院 22-0202(住吉町一丁目)	やまもと産婦人科 93-7000(大街道北一丁目)
10日	日	佐藤内科医院 22-3020(橋平四丁目(イオンモール石巻1階))	仮設石巻市夜間急患センター 94-5111(日和が丘一丁目)	佐藤整形外科医院 95-1755(中央一丁目)	齋藤産婦人科医院 22-0707(中央三丁目)
17日	日	久門医院 97-4141(垂水町)	仮設石巻市夜間急患センター 94-5111(日和が丘一丁目)	三浦泌尿器科医院 95-1961(新橋)	しらゆりクリニック 22-3717(蛇田字新立野)
18日	月・祝	かづま内科クリニック 96-7700(鹿妻南一丁目)	中山こどもクリニック 95-4121(中里三丁目)	石巻診療所 23-0125(穀町)	やまもと産婦人科 93-7000(大街道北一丁目)
24日	日	いしのまき矢吹クリニック 21-6117(大橋三丁目)	仮設石巻市夜間急患センター 94-5111(日和が丘一丁目)	中川内科外科医院 72-2123(前谷地)	(注1)
31日	日	まだらめ内科医院 24-9133(わかば二)	仮設石巻市夜間急患センター 94-5111(日和が丘一丁目)	あらい脳神経外科クリニック 98-3671(蛇田字下中埠)	あべクリニック産科婦人科 22-3322(大街道西二丁目)

※診療時間は、午前9時～午後5時となります。  
※担当医や受付終了時間、昼休み時間については、各医療機関に確認の上、受診してください。  
注1:7月24日(日)の産婦人科の対応については当日、石巻市役所(95-1111)までお問い合わせください。

日	曜	石巻市 河北地区	東松島市 矢本地区	歯科
3日	日	櫻井内科クリニック 73-3811(広洲)	やもと内科クリニック 98-3260(矢本)	木村歯科医院 95-8000(中央二丁目)
10日	日	石巻ロイヤル病院(内科のみ) 73-5888(広洲)	いしがき・みみ・はなのクリニック 84-1187(矢本)	桑島歯科クリニック 23-2688(向陽町二丁目)
17日	日	ものうファミリークリニック 76-4024(桃生町中津山)	ひかりサンテクリニック 84-1333(矢本)	デンタルクリニックことうの 21-8280(開北二丁目)
18日	月・祝	佐々木医院 72-3122(和洲)	石垣クリニック内科循環器科 83-7070(矢本)	門脇歯科クリニック 22-6480(清水町一丁目)
24日	日	中川内科外科医院 72-2123(前谷地)	伊東胃腸科内科 82-6666(赤井)	デンタルクリニック齋藤 23-5566(穀町)
31日	日	栗原医院 76-4170(桃生町寺崎)	かしわや内科クリニック 83-2003(小松)	坂井おとなこども歯科 22-4618(中里三丁目)

※診療時間は、午前9時～午後5時となります。

## 女性医師による女性の健康相談

女性医師が、女性の健康増進に関する相談、思春期や更年期の身体的・精神的不調、家庭や職場でのストレス等で悩んでいる女性の相談に応じます。(完全予約制・相談無料)  
とき 16日(土) 午後2時～4時  
ところ 労働会館  
※仙台市内にお住まいの方、仙台市に通学・通勤をしている方は、仙台市会場(エルソーラ仙台)でも相談を受けることができますのでご相談ください。  
申・問 宮城県女医会女性の健康相談室 ☎090-5840-1993  
午前9時～午後5時(土・祝日を除く)  
県健康推進課 ☎022-211-2623

## 「おやこ料理教室」受講者募集

～みんなで料理の楽しさを体験してみませんか～

石巻地区  
とき 7月22日(金) 午前10時～午後1時  
ところ 市保健相談センター  
内容 ・栄養講話(あさごはんをたべよう!)  
・調理実習(フライパンでかんたん!夏野菜ピザ&照り焼きキンピラ、キラキラ寒天)  
対象 旧市内在住の小学生(1～6年生)、幼稚園年長児およびその保護者  
定員 12組程度(先着)  
持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具  
料金 1人200円(調理実習材料費)  
申込期限 13日(水)  
申・問 健康推進課(内線2427・2428)



河北・雄勝・北上地区  
とき 8月10日(水) 午前10時～午後1時(受付 午前9時30分)  
ところ 河北総合センター「ビッグバン」  
内容 ・栄養のおはなし「バランスのとれた食事をしよう!」  
・調理実習「夏野菜たっぷりメニュー」  
対象 旧河北・雄勝・北上町の小学生(1～6年生)およびその保護者 ※5・6年生は子どものみの参加可  
定員 8組(先着)  
持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具  
料金 1人200円(調理実習材料費)  
申込期限 29日(金)  
申・問 北上保健センター ☎67-2301

## 夜間急患センターの診療時間 (中学生以下の方は小児科になります)

曜日	小児科	内科・外科
月～金曜日	午後7時～10時	午後6時～翌朝7時
土曜日	午後6時～翌朝7時	
日曜日・休日	午後6時～翌朝6時	午後6時～翌朝6時

・所在地 日和が丘一丁目2-11(石巻中央公民館南隣)  
※駐車場は、石巻中央公民館脇駐車場ほかをご利用ください。  
・主な医療機器 エックス線一般撮影装置、CT装置、生化学自動分析装置等各種検査機器ほか

問 夜間急患センター ☎94-5111

# みんなのた場

## サ一フル 仲問 94

桃生地区 日高見はねこ会

### 伝統の踊りを引き継いで 本番に向けて熱心に練習

日高見はねこ会は、桃生小学校の全校児童によるはねこ踊りの会です。地元の伝統芸能であるはねこ踊りを通じて、学年間交流を深め、地域を活性化しようとして、平成12年に発足しました。会の名前は地域にある日高見神社にあやかつて命名されました。今年も桃生小学校の1年生から6年生まで123人がメンバーです。学校での授業や運動会のプログラムに取り入れられているほか、桃生地区芸能祭や「もうふれあい祭」等で発表し

ています。

現在も6年生8人が9月に桃生植立山公園で開催されるふれあい祭に向けて練習に励んでいます。毎週火曜日と金曜日の夜に学校の体育館に集まり、同校の阿部栄二教諭と日高見はねこ会代表の阿部計さんの指導を受けながら息を合わせて踊りを身に付けています。

するとき等に踊られてきました。もともとは永井地区が発祥の地ですが、このほかのところで踊られています。集落単位で振りに差異があったことから、最も知名度の高い寺崎の型で統一され、現在の形になりました。踊りは、打ち囃子、献囃子、馬鹿囃子の3つから構成され、民俗芸能としては珍しく跳躍調で踊りも華やかです。そのため運動量が多く、毎回練習では子どもたちが額に汗を流しながら伝承されてきた振りを確認しています。児童たちの指導にあたる阿部計さんは「桃生の伝統あるはねこ踊りを後世にも長くつないでいくことは大事です。そのためには子どもたちに親しんでもらい、誇りを抱いて踊っていくよう、地域に根ざした活動を続けていきたいです」と話していました。



▲囃子に合わせて一糸乱れぬ踊りを目指す桃生小学校の6年生たち



▲日高見はねこ会の皆さん

## キラッとパチリ

### 寄り添う業務で地域をサポート



産業推進課  
榎 和浩さん 33歳  
千葉県千葉市から派遣



市街地再開発整備課  
中島 誠仁さん 28歳  
千葉県千葉市から派遣

今年4月に着任した榎さんは、被災した造船事業者への復興支援や被災企業の移転先となる産業用地を整備する業務を担当しています。少しでも復興の力になればと派遣を志願しました。石巻を訪れて感じたのは

景色の美しさと人の温かさといえます。「北上川を中心としたまちは、海や山や水田等が調和しており、とても美しいと感じます。急速に変わっていく景色の中で、地域の皆さんの温かさや自然の豊かさ等、唯一無二の良さが

が出るまちになってほしいです」と期待します。

昨年4月に着任した中島さんは、市街地再開発事業等に関する業務や、補助金の交付申請に従事しています。東北での生活は初めてで、夜の冷え込みや風の強さに当初は体調管理が難しかったそうですが、徐々に慣れてきました。飲食店等も訪れて、ホヤやクジラといった新鮮な魚介類の魅力も味わっています。

「石巻市には震災を機に多くの派遣職員やボランティア団体等があります。その活力を地元の方々とうまく連携し、活気あるまちに戻してほしいです。私もできる限りの力を、少しでもまちづくりに生かしていければ」と話していました。

## 健康コラム 石巻市立病院

### 第19回 「健康寿命」について

石巻市立病院 外科部長 福山 尚治

我が国の平均寿命は男女とも年々長くなっており、世界保健機関(WHO)が発表した2014年版「世界保健統計」によると、2012年の日本人の男女合わせた平均寿命は84歳で前年に続き世界最長になりました。男女別で見ると、日本の女性の平均寿命は87歳で首位、男性は80歳で8位でした。この年齢まで健康で過ごすことが理想ですが、現実的にはここまで、病気等何らかの健康上の問題が発生しています。そこで健康寿命という概念が提唱されたわけですが、簡単に言えば健康上の問題がない状態で日常生活を送れる期間のことです。平均寿命から健康寿命を引くと男性は約9年、女性は約12年となるとの統計結果があります。誰もが健康寿命が長いことを願うわけですが、自立度低下をきっかけに要支援・要介護状態に陥ります。この自立度低下要因の第1位は「運動器の障害」いわゆる「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」です。骨や筋肉は適度な運動で刺激を与え適切な栄養を摂取することで強く丈夫に維持されますが、弱った骨や筋肉では、40代・50代で既に身体の衰えを感じやすくなり、60代以降になると思うように動けない身体になってしまう可能性があります。筋肉、骨と同様に軟骨や椎間板にも適正な運動負荷が必要です。ただし、過度なスポーツや過体重によって過負荷状態になると、軟骨や椎間板は逆に傷んでしまうことになります。また、やせすぎると筋肉や骨は弱くなってしまいます。適切な運動管理が健康管理につながり、健康寿命を長くすることになります。いつまでも健やかに過ごすことができるよう、日頃からの心がけが必要です。

#### ◆投稿募集

皆さんからの投稿をお待ちしています。テーマに沿ったあなたのとっておきの話をお寄せください。  
テーマ 「ありがとう」  
日常生活の中で、皆さんの「ありがとう」に関する逸話(エピソード)をお聞かせください。  
字数 400字以内  
投稿方法 住所、氏名、年齢、電話番号を明記し郵送またはEメールで秘書広報課までお送りください。掲載の場合はペンネームを可能としますので、ペンネーム希望の場合はその旨明記してください。  
注意事項 公序良俗に反するもの等やスペースの関係上、投稿いただいたものを全て掲載できるものではありません。また、字数等の関係で内容を調整させていただくことがあります。

問 秘書広報課(内線4023) ☎986-8501(住所不要) ✉ ispubinfo@city.ishinomaki.lg.jp

# まちの話題

## 雄勝地区



6月4日(土)  
上雄勝二丁目

### 地域の情報と 魅力発信

震災からの復興状況や教訓を発信する「石巻市復興まちづくり情報交流館雄勝館」が開館しました。隣接地に移転した仮設商店街のおがつ店こ屋街も同時にオープンし、テープカットや記念イベントでにぎわいました。いずれも復興事業が完了するまでの一時的な施設ですが、住民の皆さんの日常生活を支えるとともに観光客へ地域の情報と特産品等の魅力を紹介しています。

## 河北地区



5月13日(金)  
亀ヶ森公園

### 桜を植えて 憩いの空間づくり

石巻地区森林組合と石巻東ロータリークラブの皆さんが、飯野川小学校の4年生30人と一緒に桜の苗木を植えました。相野谷にある亀ヶ森公園は、桜の名所として知られています。しかし、近年は複数の老木が枯れて伐採されたため、市内で植樹活動をしている両団体が児童たちと協力して紅シダレザクラ等10本を植えました。参加した皆さんは美しい花が咲くことを期待していました。

## 桃生地区



6月11日(土)、12日(日)  
桃生総合支所西側駐車場

### 見事に咲き誇る さつき一堂に

今年で37回目となる「さつき盆栽展」には、桃生町さつき愛好会の皆さんが丹精込めて育てた約100点の見事な花が並びました。盆栽展は、会員の成果発表の場として毎年開催されています。多くの人たちが足を運び、鮮やかに咲き誇る花々と枝ぶりをじっくりと見て楽しみました。また会場では、販売コーナーも設けられ、会員から育て方等の説明を受けて買い求める人の姿もありました。

## 河南地区



5月22日(日)  
旭山農業体験実習館コロボックルハウス

### 大きく、おいしく 育ててね

スクエア子育てひろばの「さつまいも植え会」には、親子約60人が参加しました。いも植えを通して親子のふれあいを深めるとともに、子どもたちに野菜がどのように育つのかを知ってもらおうと毎年開催されています。この日は親子で協力し合いながら苗を等間隔に植えていき、「おいしく、大きくなってね」と語りながら水を与えていました。育ったいもは10月16日に収穫します。

## 牡鹿地区



5月5日(木)  
牡鹿中学校体育館

### 県消防操法大会に向け 安全祈願祭と結団式

7月24日(日)に富谷町総合運動公園で開催される「第49回宮城県消防操法大会」に、石巻地区支部の代表として石巻市消防団牡鹿地区団が参加します。これに向けた安全祈願祭と結団式が行われました。県大会は「小型ポンプ操法の部」と「ポンプ車操法の部」の2種目で操法技術を競い合います。今年は「ポンプ車操法の部」で優勝したチームが長野県で行われる全国大会に出場します。

## 北上地区



5月7日(土)、8日(日)  
にっこりサンパーク内クラブハウス

### かわんな山野草 咲き誇る

北上文化協会山野草愛好会の皆さんが大切に育てている草や花の鉢約200点を持ち寄って展示会を開きました。震災後、愛好会のメンバーは3人と少なくなりましたが、かわんに咲く山野草の魅力を多くの人に知ってもらおうと、毎年春と秋の年2回開催しています。楽しみにしている人も多く、今回も市内外から2日間で125人が訪れ、鉢の中に創られた小さな自然の世界を堪能していました。

## 石巻地区



5月22日(日)  
サン・ファン・パウティスタパーク

### 開館20周年飾る サン・ファン祭り

サン・ファン・パウティスタの進水日(平成5年5月22日)に合わせて恒例の「サン・ファン祭り」が開かれました。今年はサン・ファン館の開館20周年でもあり、市内外から約1万6千人が訪れました。ステージでは渡波小学校鼓笛隊や万石浦小学校マーチングバンド等14組が演奏や踊りを披露しました。また、前夜祭も盛り上がったほか、ライトアップされた復元船が多くの人を魅了しました。

## 石巻地区



5月14日(土)  
立町商店街

### 地域を花で美しく

地域を花で飾ろうと、石巻市子どもセンター「らいつ」を利用する小・中・高校生約20人が、立町商店街の歩道にサフィニアマックスのプランター96個を設置しました。花は、らいつを建設し現在も活動支援を続ける企業が提供しました。子どもたちは苗を植えたプランターを協力して各店に届けました。大きく咲いた花は、通りを行く人たちを楽しませています。

## 平成29年度採用 石巻市・石巻地方広域水道企業団・石巻地区広域行政事務組合職員募集

区分	職種	採用予定人員	受験資格	申込用紙(試験要項)の配布	
石巻市	中級(短大卒程度) 保育士 幼稚園教諭	11人程度	昭和62年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた方で、保育士資格および幼稚園教諭免許の両方を有する方または平成29年3月31日までに資格を取得する見込みの方	<b>●配布場所</b> ○石巻市 人事課・各総合支所・各支所 ○広域水道 広域水道企業団総務課・各管理事務所・ホームページ／石巻市人事課・各総合支所・各支所／東松島市総務課・鳴瀬総合支所 ○広域行政 広域行政総務企画課・消防本部総務課・各消防署所／石巻市人事課・各総合支所・各支所／東松島市総務課・鳴瀬総合支所／女川町役場 ※郵送を希望する場合は、封筒の表に「中級試験申込書請求」、「初級試験申込書請求」または「社会人経験者申込書請求」と朱書き、あて先を明記した返信用封筒(A4サイズが入る大きさ・140円切手貼付)を必ず同封し、下記宛て請求してください。 なお、広域水道はホームページからも試験要項が取得できます。 <b>●請求・問い合わせ先</b> ○石巻市 石巻市総務部人事課 〒986-8501 (住所不要) ☎95-1111(内線4065) ○広域水道 石巻地方広域水道企業団総務課 〒986-0861 石巻市蛇田字新上沼116番地 URL www.ishikousui.or.jp ☎95-6713 ○広域行政 【行政】石巻地区広域行政事務組合総務企画課 〒986-0844 石巻市重吉町8番地20 ☎96-3101 【消防職】石巻地区広域行政事務組合消防本部 総務課 人事教養係 〒986-0805 石巻市大橋一丁目1番地1 ☎95-7111	
	初級(高校卒程度) 行政(事務)	8人程度	平成7年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた方		
	土木	1人程度	平成7年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた方で、職種に関係の深い科目を履修した方または履修中の方		
	社会人経験者	行政(事務)	8人程度		昭和42年4月2日から昭和62年4月1日までに生まれた方で、直近5年中に通算3年以上の職務経験を有する方(平成28年6月30日現在)
		土木	1人程度		昭和42年4月2日から昭和62年4月1日までに生まれた方で、直近5年中に通算3年以上の土木工事の設計、施工管理または市街地開発事業その他の都市計画に関する土木に係る計画業務の職務経験を有する方(平成28年6月30日現在)
		保育士	4人程度		昭和42年4月2日から昭和62年4月1日までに生まれた方で、保育士資格および幼稚園教諭免許の両方を有し、直近5年中に通算3年以上の保育士としての職務経験を有する方(平成28年6月30日現在)
	理学療法士	1人程度	昭和57年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた方で、理学療法士の資格を有し、直近8年間に通算3年以上、理学療法士としての職務経験を有する方(平成28年6月30日現在)		
広域水道	初級(高校卒程度) 機械 電気	1人程度 1人程度	平成7年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた方で、職種に関係の深い科目を履修した方または履修中の方		
広域行政	初級(高校卒程度) 行政(事務) 消防職	2人程度	平成7年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた方		
		2人程度	平成7年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた方で、採用後、石巻市、東松島市または女川町に居住できる方		

- 試験日 9月18日(日)
- 要項配布 7月1日(金)から配布
- 申込受付 7月1日(金)～8月12日(金)まで郵便に限り受け付け(当日消印有効) ※詳細は試験要項をご覧ください。

### 第32回石巻市美術展作品募集

**■開催日程**  
**とき** 10月2日(日)～10日(月・祝) 午前9時～午後6時  
 (初日は午前11時開場、最終日は午後4時閉場)  
**ところ** 河北総合センター「ビッグバン」アリーナ

**■募集要項**  
**資格** 15歳以上の方(中学生は除く)  
**種目** 日本画(水墨画含む)、洋画、書、彫刻、陶芸の5部門  
**作品** 未発表のものに限ります。  
**搬入受付** 全部門9月27日(火) 午後4時～6時  
**出品点数** 日本画・彫刻・陶芸部門1人2点以内、洋画・書部門1人1点  
 ※作品は、本人または代理人が「出品手数料(1点につき2,500円、平成10年4月2日以降に生まれた方は1,000円)」を添えて、河北総合センターまで搬入し、受け付けしてください(作品には必ず「出品票」を付けてください)。  
 ※作品の大きさについては、開催要項をご覧ください(開催要項および出品票は、各公民館、生涯学習課に用意しています)。  
**☎** 生涯学習課 ☎93-1910  
 河北総合センター「ビッグバン」 ☎62-1120

### 石巻川開き祭り前夜祭流燈への記帳受け付け

石巻川開き祭り前夜祭の供養祭において、東日本大震災で犠牲になられた方々の慰霊のため、流燈を実施します。記帳の受け付けは次のとおりです。  
 なお、供養料として流燈1個につき500円の負担をお願いします(両替や釣り銭の用意はありません)。

**■受付場所**  
 ・石巻仏教会所属寺院(西光寺、永巖寺、普誓寺、称法寺、東雲寺、禅昌寺、久円寺、廣濟寺、壽福寺、長林寺、慈恩院、多福院、松巖寺、法山寺、梅溪寺、法音寺、観音堂)  
 ※上記以外の寺院檀家の方は、商工会議所または市役所で受け付けします。

**■受付終了** 7月22日(金)  
 ・石巻商工会議所 7月27日(水)まで  
 ・観光課(市役所3階) 7月22日(金)まで  
 ・各総合支所地域振興課、各支所窓口 7月20日(水)まで

**☎** 石巻川開き祭り実行委員会(商工会議所内) ☎22-0145  
 市観光課(内線3538)

### 今月の休日 窓口開庁の お知らせ

7月3日(日)・17日(日) 午前9時～午後1時  
 市役所2階市民課  
 住民票、戸籍証明書、印鑑証明書の発行、印鑑登録、住所異動届等  
 ※税証明書、電子証明書、マイナンバーに関する手続き、個人番号カード・住基カードを使用した転入届、臨時運行許可(仮ナンバー)申請、原動機付自転車等の廃止・登録はできません。

### 今月の税金

**納期限** 8月1日(月)  
 ○固定資産税 第2期 ○国民健康保険税 第4期  
 ○後期高齢者医療保険料 第1期  
**口座振替不能者の再振替日** 7月15日(金)  
 (6月30日納期分)  
 ○市県民税 第1期 ○国民健康保険税 第3期

表記の見方 **申** 申し込み **問** 問い合わせ **✉** Eメール **〔** 先着 〕先着順 **〔** 抽選 〕申し込み多数のときは抽選

**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



石巻市役所 〒986-8501 宮城県石巻市穀町14-1  
 ☎0225-95-1111 FAX 0225-22-4995  
 開庁時間 午前8時30分～午後5時  
 ホームページ <http://www.city.ishinomaki.lg.jp/>  
 次回発行は平成28年7月15日の予定です。  
 発行 石巻市総務部秘書広報課(内線4025-4784)FAX0225-23-4340  
 編集/印刷 (株)石巻日日新聞社

住民基本台帳による石巻市の人口と世帯数	
平成28年5月末現在	人口 148,153人 世帯数 60,874世帯
平成27年5月末現在	人口 149,247人 世帯数 60,218世帯

石巻市で被災されたとする死者数および行方不明者数 ※平成28年5月末現在
直接死3,279人 関連死270人 行方不明者425人
※直接死とは 津波や家屋倒壊等が原因で亡くなった方 ※関連死とは 直接死以外でこの震災が原因で亡くなり、災害弔慰金支給審査会等で認定された方