

いしのまき

1.1
JAN.2017
 平成29年1月1日号
 No.206 (1月1日発行)

昔ながらの
 新年のおもてなし



広瀬小学校の 深谷サークルで楽しく交流

広瀬小学校の子どもたちに昔ながらのお正月の過ごし方を楽しんでもらおうと、PTAや地域の皆さん等で作る深谷サークル(熊谷勲実行委員長)が12月3日(土)、お正月教室を開きました。参加した親子約90人が、深谷サークルの皆さんの指導を受けながらお幣束や繭玉、しめ縄づくりや羽つき等で日本の伝統的なお正月への理解を深めました。最後は杵と臼を使った餅つきを行い、つくたてのお餅をほおばった子どもたちの笑顔と歓声が青空に響きました。



主な内容

- P 2 ----- 正月特集
- P 3・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

平成29年 石巻市成人式

対 象 平成8年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた方

とき	ところ
5日(木) 午後2時開会	桃生地区(桃生公民館文化ホール)
午前11時開会	河南地区(遊楽館かなんホール)
	北上地区(北上中学校体育館)
8日(日) 午後2時開会	石巻地区(石巻専修大学体育館)
	河北地区(河北総合センター文化交流ホール)
	雄勝地区(雄勝総合支所仮庁舎2階会議室)
	牡鹿地区(牡鹿保健福祉センター多目的ホール)

問 生涯学習課(内線5053)・各公民館

年頭にあたり、消防関係者の決意を新たにするとともに、市民の防火意識の高揚を図るため出初式を実施します。サイレンを鳴らす地域もありますが、本当の災害と間違わないようご注意ください。

地区	とき	ところ	サイレン
桃生	3日(火) 午前10時 式典終了後	式典:桃生公民館文化ホール 放水:桃生総合支所駐車場	午前8時
河南	4日(水) 午前9時45分 午前10時30分	式典:遊楽館	なし
北上		式典:北上中学校体育館	
牡鹿	午前10時	式典:牡鹿中学校体育館	午前8時
石巻	8日(日) 午前8時 午前9時30分 午前9時	放水:石巻市総合運動公園	なし
河北		式典:石巻地区消防本部	
		式典:ビッグバン文化交流ホール	
雄勝	午前10時30分 午前11時	放水:ビッグバン裏河川敷 式典:大須小学校体育館	

問 防災推進課(内線4178)

消防団出初式を実施します



石巻市長 亀山 紘

年頭のごあいさつ

平成29年の年頭に当たり、謹んで新年のごあいさつを申し上げます。

東日本大震災から間もなく6年が経過しようとしておりますが、いまだ不自由な生活を余儀なくされている多くの被災された皆さまに心からお見舞い申し上げます。今後も、住まいの再建をはじめ復興事業のさらなる加速化に向けて進取果敢に取り組んでまいります。

「石巻あゆみ野駅」の営業をはじめ、9月には石巻駅前到新市立病院が開業、渡波地区で石巻東消防署が運用を開始し、12月には石巻赤十字病院敷地内に夜間急患センターが開設する等、市民が安全に安心して暮らすことができる医療・福祉・防災の基盤が形になってまいりました。また、防災集団移転事業による宅地供給や復興公営住宅への入居が本格化する中、昨年6月に「石巻市被災者自立再建促進プログラム」を策定し、移転先におけるコミュニティの再構築、

孤立防止といった復興の進展に伴う課題の解決や仮設住宅の解消に全庁を挙げて取り組んでまいりました。

本年は、全ての地区で防災集団移転事業による宅地供給を開始する予定であり、待機児童の解消や子どもの健全な教育環境を整備するため、釜、渡波、雄勝保育所や渡波中学校、雄勝小・中学校の移転新設を予定しているほか、にぎわいのある中心市街地を再生させるため「仮称」生鮮マーケットをはじめとした「かわまち交流拠点」の整備、各地区においても総合支所を拠点とした地域の特性に合ったコンパクトシティ化を進め、地域全体で支えあうまちづくりを推進してまいります。

また、本年は、復興期間の「再生期」の締めくくりに当たる「発展期」につなぐ大事な年となります。そして、「発展期」の最終年度の平成32年度に開催される東京オリンピック・パラリンピックは「復興五輪」と位置付けられています。市民一丸とあって復興を果たし、生まれ変わった石巻の姿を全世界に示せるよう、市民の皆さまのご協力をお願い申し上げます。幸多き年にありますことをお祈り申し上げます。新年のごあいさつといたします。

夫婦二人三脚で健やかに



かみやま せいこ
神山 齊子さん
雄勝地区・昭和20年生まれ

復興公営住宅へ移り1年が過ぎ、穏やかに生活しています。近所には震災前からの隣人たちが移り住んでおり、コミュニティもそのまま維持されています。夫婦2人暮らしです。船乗りだった夫の体調のためにも、また、もう一度地元の海で仕事をするためにも、一緒にリハビリを兼ねて散歩をしています。合間には趣味のかご作りや畑仕事も楽しみながら、ぜいたく言わず二人三脚で健康に過ごしていければと思います。

仕事で復興サポート



えんどう ゆうと
遠藤 優斗さん
北上地区・平成5年生まれ

震災から5年がたち、待ちに待った自宅が完成しました。広い空間で快適な生活を送ることが出来て、ようやく一段落といったところです。…と、いっても世間はまだまだ復興に向かって進んでいる最中です。私は、医療事務という仕事を通して、石巻の医療体制をサポートし、復興の後押しが出来ればと思っています。いずれは自宅を出るつもりですが、それまではここで楽しく健康に過ごしたいと思えます。そこで我が家に一言「これからよろしく！」

健康で農作業を続けたい



たかはし まさはる
高橋 匡春さん
河北地区・昭和8年生まれ

昨年、健康第一で何事もなく順調に過ごせました。今年も同じように、長年続けてきた農業に精を出していきたいです。機械いじりも好きで、農業機械を整備する時間も楽しいです。老人会で5年ほどグラウンドゴルフを楽しんでおり、今年もゲームをしながら仲間たちと交流を深めていきたいです。新年の具体的な目標はありませんが、毎日何かしら忙しく体を動かし、健康に暮らしていけることを願っています。

文武両道を極めたい



たかはし さくらさん
高橋 さくらさん
石巻地区・平成17年生まれ

空手を習っています。昨年は全国大会の組手の部で優勝することができました。3年生のときには、4年に1度の世界大会で3位になり、これまでさまざまな経験をすることができました。今年是最上級生として勉強も、空手も頑張り、「文武両道」で先輩たちの手本になりたいです。また、今年には世界大会が開かれるので、師範や先輩方の指導を受けながら稽古に励み、再び世界の舞台に立ちたいです。



年男・年女の皆さんに今年の抱負や将来の夢を伺いました。

干支の特徴
理解力、洞察力に優れ、先を見抜く直感を持っています。頭の回転が早く、集中力、持続力もあるためチャンスを生かし成功する人が多いです。人間関係面では、親切で面倒見がよく、社会的なので周囲から慕われています。今年も笑顔で羽ばたく1年となるでしょう。

トリに関することわざ
「むしろ鶏口となるも牛後となるなかれ」
大きな集団の中で付き従う者となるよりも、むしろ小さい集団であつても、長となる方が良いという意味です。

落ち着いた1年願う



きむら ゆりこ
木村 百合子さん
石巻地区・昭和32年生まれ

昨年は自宅の建て替えや娘の結婚式等でバタバタした1年でした。そのせいか体調を少し崩し、20年以上勤める会社で初めて長期休暇をもらう等、疲れが見えた年でした。ちょっとしたことが大きな病につながるかもしれない年齢を迎え、今年はやはり健康が第一です。元気に仕事を続けながら、自宅の敷地で野菜や花等の土いじりを楽しみたいです。また、学生時代から続け震災後に中断していた洋裁を再開したいと考えています。

子どもたちの飛躍の年に



きむら こうぜん
木村 孝禅さん
河南地区・昭和44年生まれ

昨年は、山あり谷ありの1年でした。北村で小規模住居型の児童養育施設を運営しており、家族や多くの子どもたちと喜びと悲しみを共有して日々を過ごしてきました。少年野球にも関わっており、週末等も忙しく過ごしてきました。今年はず健康第一に一日一日を大切にしていきたいです。一緒に暮らしている子どもたちは進級や進学を迎え、飛躍の年になると感じています。その活躍を陰ながら支えていければと思います。

中学校でも努力惜しまずに



すぎやま りゅうのすけ
杉山 隆之助さん
牡鹿地区・平成17年生まれ

小学校の最上級生となった昨年は、下級生の手本となるような生活を送るよう心がけてきました。家ではお風呂の掃除をしたり、妹や弟たちに勉強を教えたりしながら毎日を過ごしました。今年が中学生となり、環境も変わりますが、得意な理数系の科目だけではなく、苦手科目も克服して成績上位を目指したいです。また、部活動は野球部に入り、ピッチャーになることを目標に練習に励んでいきたいです。

家族みんなで笑いながら



たかはし ひろみ
高橋 宏美さん
桃生地区・昭和56年生まれ

昨年は、長女が高校に、次女が中学にそれぞれ入学しました。末っ子で2歳の長男が保育園に通い始め、子どもたちの生活環境が一度に変わりました。成長を実感した、あっという間の1年でした。姉弟の中で年齢の離れた長男は家族や親戚に見守られて元気に成長しています。2人の姉たちも弟の面倒を積極的に見てくれています。今年も家族みんなが健康に過ごし、明るく笑いの絶えない年となることを期待しています。

あなたの身近な相談相手です。皆さん、悩まず気軽に相談を
新しい民生委員・児童委員を紹介します

全国一斉に改選時期を迎え、このたび、厚生労働大臣および宮城県知事から委嘱された委員の皆さんを紹介いたします。

任期(3年)

平成28年12月1日～平成31年11月30日

民生委員・児童委員数:302人(16地区)

主任児童委員数:32人(16地区)

※は主任児童委員

(敬称略)

- 石巻地区 (定員17人)
 - 境 政幸
 - 林 光次郎
 - 高橋 博美
 - 泉 文博
 - 藤井 平
 - 高橋 博子
 - 千葉 成子
 - 福原 ゆう子
 - 玉川 悟
 - 菅原 明江
 - 金野 日出春
 - 菊地 ふぢ子
 - 佐藤 由理
 - 平塚 けい子
 - 阿部 勇太郎
 - 木村 啓子※
 - 阿部 ひろ子※
- 住吉地区 (定員35人)
 - 梅 篤子
 - 林 久善
 - 芦野 きみ子
 - 芳賀 美智子
 - 久道 澄子
 - 菅原 源一
 - 日野 雅晴
 - 三浦 英憲
 - 浮津 たき子
- 門脇地区 (定員8人)
 - 秋月 幸子
 - 滝川 ミヨシ
 - 遠藤 佳子
 - 大内 勲
 - 千葉 信男
 - 木村 浩征
- 山下地区 (定員19人)
 - 土井 千枝子
 - 戸田 悦子
 - 今野 金俊
 - 保積 克彦
 - 後藤 よし子
 - 桂田 秀雄
- 寶 鉄雄※
- 平塚 やい子※
- 湊地区 (定員22人)
 - 大崎 美佐恵
 - 佐々木 笙子
 - 高橋 英一
 - 平塚 徳雄
 - 佐藤 善正
 - 山口 千賀子
 - 櫻井 法昭
 - 佐々木 明子
 - 阿部 なほ子
 - 加藤 純子
 - 齋藤 智恵子
 - 阿部 裕子
 - 阿部 弘子
 - 山田 清隆
 - 山田 清隆
 - 梅村 なみ子
 - 熊谷 智恵子
 - 後藤 千賀子
 - 佐々木 恵美
 - 加賀見つるゑ
 - 阿部 喜久子
 - 和泉 勲
 - 木村 勝子
 - 高橋 三郎
 - 鈴木 喜美子
 - 前野 千和子
 - 原 義教
 - 菅野 孝夫
 - 木村 百合子
- 蛇田地区 (定員30人)
 - 後藤 光一
 - 佐藤 かよ子
 - 武田 美也子
 - 大和 あゆ子
 - 田中 憲夫
 - 高橋 靖雄
 - 木村 一男
 - 藤井 由美
 - 石母田 裕美
 - 宗像 道大
 - 勝又 利恵子
 - 西條 マツ子
 - 山田 清隆
 - 山田 清隆
 - 梅村 なみ子
 - 熊谷 智恵子
 - 後藤 千賀子
 - 佐々木 恵美
 - 加賀見つるゑ
 - 阿部 喜久子
 - 和泉 勲
 - 木村 勝子
 - 高橋 三郎
 - 鈴木 喜美子
 - 前野 千和子
 - 原 義教
 - 菅野 孝夫
 - 木村 百合子

- 新田 美恵子※
- 久道 由美子※
- 荻浜地区 (定員9人)
 - 相澤 榮治
 - 阿部 けい子
 - 大山 はつ代
 - 平塚 ひろみ
 - 江刺 みゆき
 - 平塚 みき子
 - 阿部 和子
 - 高橋 捷
 - 阿部 匡子
 - 高橋 泰成※
 - 後藤 勝子※
 - 渡波地区 (定員29人)
 - 保原 稔
 - 丹野 和賀子
 - 阿部 一彦
 - 今野 三智子
 - 大島 ます子
 - 菅原 富喜子
 - 勝又 ますよ
 - 安倍 清義
 - 高橋 茂
 - 土井 裕子
 - 百々 康江
 - 末永 桂子
 - 木村 きく子
 - 佐藤 美佐子
 - 鈴木 由美子
 - 佐藤 美智枝
 - 阿部 美穂
 - 今野 幸子
 - 千葉 八千代
 - 古内 京子
 - 小野寺 照子
 - 田村 さつき
 - 二瓶 巳津子
 - 城間 けい子
 - 板橋 きね子
 - 大橋 まゆみ
 - 金子 啓子※
 - 大槻 やす子※
 - 稲井地区 (定員17人)
 - 高橋 敬子
 - 梶谷 喜久子
 - 梶谷 美江子
 - 杉山 司郎
 - 荒澤 みち子
 - 高橋 範子
 - 三浦 美智子
 - 木村 寅吉
 - 木村 恵美子
 - 落合 けい子
 - 吉野 武弘
 - 森山 わか子
 - 荒 たみ子
 - 阿部 稲雄
 - 本田 あや子※
 - 水間 景子※
 - 釜・大街道地区 (定員26人)
 - 古藤野 裕子
 - 坂井 京子
 - 阿部 和子
 - 吉田 忠雄
 - 井上 しづえ
 - 石田 守弘
 - 尾形 次也
 - 平塚 澄子
 - 横江 富士子
 - 大西 善彦
 - 堀川 恵美子
 - 草刈 裕美子
 - 大坪 俊男
 - 阿部 由美子
 - 中澤 定子
 - 日野 友子
 - 村田 初恵
 - 大嶋 真弓
 - 白畑 栄子
 - 阿部 武治
 - 北村 信也
 - 井上 誼一
 - 小笠原 弘之
 - 木村 勇七※
 - 佐藤 昌弘※
 - 河北地区 (定員42人)
 - 阿部 静江
 - 庄司 典子
 - 亀山 由美子
 - 今野 典子
 - 阿部 安吉
 - 山内 榮子
 - 梶原 利夫
 - 関根 護
 - 新沼 明美
 - 大内 二郎
 - 菊地 かをる
 - 千葉 由美
 - 佐藤 せい子
 - 櫻井 美子
 - 三浦 貞夫
 - 芳賀 茂吉
 - 佐藤 博文
 - 須藤 清男
 - 須藤 清男
 - 阿部 晴男
 - 須藤 清己
 - 鈴木 政人
 - 山口 修一
 - 渋谷 千代子
 - 渋谷 榮一
 - 梶原 さわ子
 - 日野 百合
 - 亀山 いつ子
 - 松川 礼子
 - 阿部 好廣
 - 今野 あい子
 - 本間 榮子
 - 佐々木 利子
 - 狩野 のり子
 - 佐々木 光子
 - 高橋 京子
 - 高橋 紀子
 - 片倉 三枝子
 - 佐々木 榮一
 - 佐々木 愛子
 - 佐藤 美喜子
 - 菅原 よしゑ
 - 横澤 百合子
 - 渋谷 敏子
 - 米谷 正信※
 - 佐藤 清子※
 - 村上 嘉澄※



民生委員・児童委員

一定の地域を担当し、地域住民の生活上の問題、家族の問題、高齢福祉、児童福祉のあらゆる分野の相談に応じ、助言や調査等を行います。

主任児童委員

民生委員・児童委員のうち、児童福祉に関する事項を専門に担当し、地区全般を担当します。民生委員・児童委員と一体となって、児童福祉を推進する活動を行います。
 ※民生委員法および児童福祉法に基づき活動する、準地方公務員です。

各地区において、さらに担当行政区等が決められていますので、相談される場合はお問い合わせください。
 福祉総務課(内線2458・2452)
 民生委員・児童委員協議会事務局
 (市社会福祉協議会内) ☎9615290

- 桃生地区 (定員19人)
 - 鈴木 昭子
 - 佐藤 のり子
 - 武山 ひさ子
 - 岡 卓男
 - 首藤 要次郎
 - 大内 耕一
 - 小松 豊実
 - 鈴木 学
 - 武山 美登里※
 - 門馬 むつ子※
 - 高橋 敬
 - 高橋 富
 - 千葉 みつ子
 - 大森 和枝
 - 石川 一好
 - 千葉 貞一
 - 須田 正美
 - 今野 秀雄
 - 三浦 宏一
 - 菅野 美貴子
 - 佐藤 加代子※
 - 森山 清枝※
 - 北上地区 (定員11人)
 - 小出 信作
 - 高橋 和美※
 - 辻 香苗
 - 遠藤 竹男
 - 平塚 照代
 - 高橋 正彦
 - 萬代 信子
 - 阿部 恵美子
 - 阿部 貞子
 - 木村 絹子
 - 阿部 貞子
 - 渡辺 恵美子
 - 須田 恵美子
 - 三浦 幸枝
 - 三浦 幸枝
 - 三浦 幸枝
 - 須田 幸枝
 - 菅野 美貴子
 - 佐藤 加代子※
 - 森山 清枝※
 - 北上地区 (定員11人)
 - 小出 信作
 - 高橋 和美※
 - 辻 香苗
 - 遠藤 竹男
 - 平塚 照代
 - 高橋 正彦
 - 萬代 信子
 - 阿部 恵美子
 - 阿部 貞子
 - 木村 絹子
 - 阿部 貞子
 - 渡辺 恵美子
 - 須田 恵美子
 - 三浦 幸枝
 - 三浦 幸枝
 - 三浦 幸枝
 - 須田 幸枝
 - 菅野 美貴子
 - 佐藤 加代子※
 - 森山 清枝※

民生委員・児童委員(主任児童委員)は、守秘義務がありますので、活動上知り得た情報は固く守られます。

防災ラジオテスト放送
 1月11日(水)午後3時ごろ
 危機対策課
 (内線4158)

福島第一原子力発電所事故による放射線の影響

除染等が必要となる空間放射線量は、毎時0.23マイクロシーベルトと定められています。市内で放射線量の測定を行った結果、測定地点の全てで、健康に影響を与えるような数値は検出されませんでしたので、ご安心ください。

空間放射線量の測定結果

測定箇所	測定結果	測定期間
市役所北出入り口前	0.05~0.09	11/1~11/24
市立保育所、私立幼稚園、私立保育園(敷地)	0.05~0.08	11/1~11/29
公共施設等(ホットスポット調査)	0.05~0.10	11/1~11/24
牡鹿地区集落	0.05~0.17	11/1~11/16

※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し出しを行っています。
 環境課
 (内線3366)

行政情報

給付金のお知らせ

●臨時福祉給付金

対象 市民税(均等割)が課税されない方
※ただし、次の方は対象外です。

- ・課税されている方に扶養されている方
 - ・生活保護を受けている方
- 給付額 1人3千円

●障害・遺族基礎年金受給者向け給付金

対象 臨時福祉給付金対象者のうち、障害・遺族基礎年金を受給されている方
※ただし、次の方は対象外です。

- ・高齢者向けの給付金を受給された方

給付額 1人3万円
申請期限 1月20日(金)

いづれも1月20日(金)

申・問 臨時福祉給付金専用ダイヤル
☎90-8043
☎90-8044

届きましたか？ 入学通知書

今春、小学校に入学するお子さん(平成22年4月2日〜平成23年4月1日生まれ)の保護者の方に、「入学通知書」を郵送しました。まだ届いていない方や、転居等により入学校が変わる方、その他不明な点がありましたら、問い合わせください。

問 教育総務課
(内線5018)

管財課から「業者登録」のお知らせ

①平成29・30年度建設工事または測量・建設コンサルタント等業務の入札参加資格申請(本登録)すでに登録済みの方も、平成29年3月31日(金)で有効期限が切れるため、新たに手続きが必要です。
②平成29年度物品購入・役務提供の入札参加資格申請(補充登録)
③平成29年度小規模契約(履行が容易であると認められる、予定価格が50万円未満の小規模な

20歳を迎える方へ 国民年金加入の お知らせ

修繕等)希望者登録申請(補充登録)
②③については、すでに登録済みの方は、今回申請する必要はありません。
受付期間 2月1日(水)〜15日(水) 午後5時(必着)

申込方法

書留による郵送等、到着日時が確認できる方法で申し込みください。
※詳しくは、各申請要領をご覧ください。

各申請要領等配布場所

- ・市役所4階閲覧室
- ・各総合支所
- ※各申請書類等が市に配達されたか確認する場合には、各申請書類等の送付を依頼した会社へ問い合わせください。

管財課
☎23-6611
☎23-6612

出する必要はありません。
申・問 保険年金課(内線2353)
各総合支所市民生活課
各支所
石巻年金事務所
☎22-5117

石巻地域高等教育 事業団平成29年度 奨学生募集

対象

- ①石巻専修大学に平成29年4月に入学する方
- ②平成29年4月現在、石巻専修大学に在学する見込みの方

①②ともに、石巻圏域に2年以上住所を有すること。ただし、石巻圏域内の高等学校および石巻専修大学に入学する目的をもって、圏域内に住所を移転した方は除きます。

定員 10人程度(当事業団の奨

石巻霊園返還墓所 申込受付中

申請書配布・受付期限

3月31日(金)まで
午前9時〜正午、午後1時〜4時(土日・祝日、12月29日(木)〜1月3日(火)を除く)

申請書配布・受付場所

市役所3階環境課
※詳しくは市報12月1日号をご覧ください。

申・問 環境課
(内線3365)

事業主の皆さんへ 雇用保険が適用 拡大されます

1月1日(日・祝)から65歳以上の方も加入対象となります。詳細は問い合わせください。

問 ハローワーク石巻
☎95-0158
市商工課(内線3523)

消火栓や防火水そう の除雪にご協力を お願いします

消防署では、消火栓や防火水そうの蓋が雪で隠れてしまわないよう、除雪作業を行っています。

しかし、全てを巡回して除雪するには、かなりの時間を要します。

自宅前や職場等で除雪を行うときは、付近の消火栓等も除雪のご協力をお願いします。

問 石巻消防署
☎95-7112



1月1日(日・祝)から 男女雇用機会均等法 と育児・介護休業法が 改正されます

主な改正内容

- 妊娠・出産等への嫌がらせ(マタニティハラスメント)の防止が事業主の義務になります。
 - パート等期間雇用の方の育児休業・介護休業取得要件が緩和されます。
 - 介護休業の分割取得が可能となります。
 - 家族を介護している間、残業の免除が申し出られるようになります。
- 詳細については、問い合わせください。

問 宮城労働局雇用環境・均等室
☎02-299-8844
市商工課
(内線3523)

新市街地住宅用地の一般募集(再募集)

募集期間

1月10日(火)〜2月6日(月)(土日を除く)
午前9時〜午後5時(正午〜午後1時を除く)
※全体の造成が完了していないことから、事前登録という形での募集となります。
※新蛇田・新蛇田南・新渡波・新渡波西から1つの団地を登録し、団地登録期間終了後、次の順位で宅地の登録となります。

対象

- (1)市内で被災し、り災証明が全壊、大規模半壊または半壊(半壊した住宅を取り壊した場合または取り壊すことが確実である場合に限る)の方、り災時に市内には住んでいなかったが、市内に自己所有または2親等以内の親族が所有していた住家が全壊だった方で自立再建をしておらず、新市街地に移転を希望する方
- (2)新市街地に住宅を建築し、本人または親族(6親等以内の血族、配偶者、3親等以内の姻族)が居住する方

契約内容

定期借地権設定契約(52年)または売買契約
※ただし、対象(2)の方は売買契約のみ。
借地料は固定資産税評価相当額の1.4%(10年間は200m²まで全額減免)

申請方法

市役所3階事前登録相談窓口(37番窓口)へ申請書を直接お持ちください。
※募集要項および申請書は1月以降に事前登録相談窓口および用地管理課で配布するほか、ホームページからダウンロードできます。
※詳しくは問い合わせください。

申・問 事前登録相談窓口(内線3981〜3983)
用地管理課(内線5463〜5467)

平成28年度石巻市中小企業復旧支援事業 補助金(第3回)

震災により直接被害を受けた中小企業者を支援するため、被災した施設等の復旧に要する経費の一部を補助します。

対象

- ①震災時市内で事業を営んでいた方(個人事業者にあつては、震災時に市内に居住していた方)で、市内で事業を再開または継続する方 ※対象とならない業種もあります。
- ②施設が大規模半壊以上の被害を受けた方
- ③市税および国民健康保険税に未納がない方
- ④施設等の復旧に係る国・県等の補助金を受けていない方
- ⑤3月31日(金)までに復旧を完了し、実績報告を提出できる方(すでに復旧を終えている場合も可)

※すでに同制度を利用されている方は、対象外となります。

補助金額等

施設等の復旧に要した経費(税抜で20万円以上)の2分の1以内(限度額100万円)

補助金交付の申請は、1事業者につき1施設に係るもののみとなります。

(例えばアパート等を複数棟所有している場合でも、申請は1棟のみとなります)

受付期間 1月6日(金)〜23日(月)(土日・祝日を除く)

※補助金交付額が上限に達した場合は受け付けを終了します。

申・問 商工課(内線3524・3526)

市街化区域編入に伴う都市計画税の課税

新たに市街化区域となった新蛇田地区(のぞみ野・あゆみ野)・新渡波・新渡波西地区(さくら町)・あけぼの北地区(あけぼの北)・須江地区(須江字壘石前の一部)について、平成29年度から都市計画税が課税となります。

都市計画税について、ご不明の点は問い合わせください。

問 資産税課

土地について
(内線3124)
家屋について
(内線3115・3116)

復興特区法による固定資産税等の課税免除

対象

復興特区法(略称)課税免除(5年間)
・石巻まちなか再生特区
・愛ランド特区
・民間投資促進特区(ものづくり産業版・IT産業版・農業版)
※申請する場合は問い合わせください。

申請期限 1月31日(火)

申・問 資産税課
(内線3119・3125)

住宅用地の申告

1月1日(日・祝)現在居住用に使われている土地(住宅用地)は、固定資産税が軽減されます。

対象

平成28年中に住宅を新築・増築した方や住宅を建て替えた方(建替特例用)、建物の用途を住宅に変更した

方

※すでに家屋の新・増築調査が済んでいる方は、申告は不要です。

申告内容

住宅の所在地・地番・所有者の住所・氏名

申告期限 1月31日(火)

申告場所

資産税課・各総合支所市
民生活課・各支所
※印かん持参の上、申告してください。

申・問 資産税課

(内線3123・3124)
各総合支所市民生活課
各支所

市民相談センターから

《光回線の「転用」トラブル》

光コラボ業者から「光回線会社を変更すると通話料が安くなる」等と勧誘を受け、単なるプラン変更だと思いつつ転用番号を伝えたら、全く別な会社との契約になってしまったという相談が相次いでいます。

このようなトラブルを防ぐためにも、業者の説明不足や特典だけを強調する勧誘には十分注意が必要です。

高額な違約金や手数料を払わないと解約できないこともあるので、勧誘されてもすぐに返事をしないで、じっくり考えましょう。

お困りの際には、1人で悩まずに当センターまでご相談ください。

〔弁護士による無料法律相談〕
日程等は「1月の相談あんない」をご覧ください。

申・問 市民相談センター
(内線2542)

1月の相談あんない

行政

●行政書士相談(要予約)

16日(月) 午前10時～午後3時 市役所2階相談室A・B
相続・許認可・会社設立・契約書作成に関することほか

申・問 県行政書士会石巻支部 ☎22-8471

●行政相談

11日(水) 午後1時～3時 石巻中央公民館楽屋

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)

10日(火) 庄司・松浦法律事務所 松浦弁護士
24日(火) あおぞら総合法律事務所 小川弁護士
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 4日(水) 午前9時
相談内容 賃貸借、不動産、離婚や多重債務、相続関係等

●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)

●無料法律相談会 ※予約優先、4日(水)は休み

とき 毎週水・土曜日 午後1時30分～4時30分
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102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

●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 4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
18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)

申・問 地域協働課(内線4234)

●物忘れ相談(包括ケアセンター)

とき 10日(火)

定員 2件(先着) ※要予約

※定員超過の場合は別日に2件まで対応を検討します。

申・問 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。

申・問 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

11日(水) 午前10時～午後3時 河南総合支所第2庁舎

12日(木) 午前10時～午後3時 北上保健センター指導室

20日(金) 午前10時～午後3時 河北総合支所2階会議室

問 仙台法務局石巻支局 ☎22-6188

●特設人権相談 近隣のトラブル、虐待、暴力、いじめ、差別、その他、人権に関すること

とき 11日(水) 午前10時～午後3時

ところ 河南総合支所第2庁舎1階会議室

申・問 仙台法務局石巻支局・石巻市人権擁護委員協議会 ☎22-6188

●農家相談(河北総合支所3階会議室)

17日(火) 受付開始 午後1時30分

詳細については、問い合わせください。

※農地法許可申請受付期間 4日(水)～10日(火)

問 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 14日(土) 午前9時30分～午後4時 ☎22-5115

●高齢者・障害者のための成年後見相談会

とき (面接相談)21日(土) 午後1時30分～4時30分 ※予約優先

(電話相談)21日(土) 午前10時～午後4時

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102号)

申・問 石巻司法書士相談センター ☎96-3611

償却資産申告

1月1日(日・祝)現在で、償却資産をお持ちの方は、申告が必要です。次の日程で申告を受け付けています。

申告受付日程表

とき	ところ
1月6日(金)～31日(火) (土日・祝日を除く)	午前9時～午後4時30分 市役所5階 市民サロン 各総合支所市民生活課および各支所

※該当する方には12月中に申告書をお送りしていますが、届いていない方や昨年中に事業を始めた方のご連絡ください。※期間中であれば最寄りの会場で申告可能です。※申告期間の後半は大変込み合いますので、早めの申告をお願いします。

問 資産税課(内線3119・3125)・各総合支所市民生活課

暴力団問題等無料出張相談所

民事介入暴力担当弁護士や警察官等が、暴力団問題等に関する困りごとや相談に応じます。～相談無料、秘密厳守、予約不要、安心してご相談を!!～

とき 1月13日(金) 午後1時～4時

ところ 市役所2階201会議室

相談員 ・弁護士(仙台弁護士会民事介入暴力対策委員会)

・警察官(宮城県警察本部暴力団対策課)

・相談員((公財)宮城県暴力団追放推進センター)

問 (公財)宮城県暴力団追放推進センター ☎022-215-5050

宮城県警察本部 暴力団対策課 ☎022-222-8930

市地域協働課(内線4237)

1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、年末年始12月28日(水)～1月4日(水)
5日(木)午前10時	平成29年宮城県公立武道館協議会10,000人寒げい古
9日(月・祝)午前9時	第45回新春石巻オープンバスケットボール大会兼市民体育大会
14日(土)・15日(日)午前9時	2017新春フットサル大会
21日(土)・22日(日)午前9時	第35回コカ・コーラ杯フットサル大会
29日(日)午前8時30分	石巻市民インドアテニス大会

総合運動公園 ☎22-9111 FAX22-9112	開 午前7時～午後6時 休 なし
-----------------------------------	-----------------------------------

石巻中央公民館 ☎22-2970 FAX21-6050	開 午前9時～午後9時30分 休 年末年始12月29日(木)～1月3日(火)
---------------------------------------	---

14日(土)・21日(土) 午後1時30分～3時30分	利用協講座「小倉百人一首競技かるた教室」 対 象 小学生以上 定 員 20人(先着) 申込期限 20日(金) 申込方法 電話または直接申し込みください。
18日(水)、25日(水)、2月2日(木)、8日(水)、15日(水)、22日(水) 午前9時45分～11時45分(6回連続)	ノーバディズ・パーフェクト講座(子育てワークショップ) 第16シリーズ 対 象 0歳から就学前のお子さんの親 定 員 8人(先着) 託 児 有(0歳～就学前まで) 申込方法 電話で申し込みください。
19日(木) 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 みんなでこねこね作っちゃおう!(クレイ粘土を使って) 対 象 小学校入学前のお子さんとお母さん等 ※どなたでも参加できます。飲み物を持参してください。
22日(日) 午前10時～午後1時	世界の家庭料理教室 外国人のための日本郷土料理「お赤飯とおかずかけ」 講 師 飾り巻き寿司マスター・インストラクター 遠山 由佳理 対 象 日本料理に興味のある外国人の方 定 員 20人(先着) 料 金 1,000円(材料費) 申込方法 料金を添えて、直接申し込みください。 申込期限 19日(木) 持 ち 物 エプロン、三角巾、ラップ
27日(金) 午前10時～正午	子育てワークショップ「親のみちしるべ講座」 対 象 全保護者12人(先着) 定 員 12人(先着) 託 児 有(0歳から小学3年まで、定員5人) 申込方法 電話で申し込みください。
28日(土) 午後2時～4時	市民教養講座 調理パン講習会 内 容 サンドイッチを作ります。 講 師 宮城県製パン協同組合石巻支部 定 員 20人(先着) 持 ち 物 エプロン、三角巾 申込期間 5日(木)～20日(金)
29日(日) 午前9時30分～正午(受付開始 午前9時)	子ども会大会 内 容 各子ども会の壁新聞の展示会 各子ども会の活動を紹介する発表会 子ども会で使えるゲームの練習 ※参加する子ども会は、16日(月)までに壁新聞を提出してください。
2月11日(土・祝)～12日(日) 1泊2日	2016まんがのまち 人・自然ふれあい交流活動 と ころ 秋田県横手市増田町 内 容 スキー教室、まんが美術館見学、犬っ子祭り体験 対 象 小学4～6年生 定 員 50人(先着) ※20人未満の場合は中止となります。 料 金 10,000円(貸スキー等利用の場合は別途レンタル料がかかります) 申込期限 13日(金) 申込方法 各小学校から配布されたチラシに記入しFAXまたは郵送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 年末年始12月29日(木)～1月3日(火)
-----------------------	---

2月11日(土・祝)・12日(日) 午前9時30分～午後4時(12日(日)は午後3時まで)	第59回蛇田公民館「作品展覧会」 内 容 絵画、パッチワーク、陶芸、工芸、写真、書道、編み物、短歌等の作品を展示 【出展作品募集】 対 象 一般市民 ※自己の創作した未発表のものを1人3作品以内 申込方法 公民館で配布している出展申込書に必要事項を記入の上、申し込みください。 申込期限 30日(月)
---	---

渡波公民館 ☎24-0941	開 午前9時～午後9時30分 休 年末年始12月29日(木)～1月3日(火)
-----------------------	---

13日(金)午後1時30分～3時	女性教室「くらしの講座」学習会 内 容 マイナンバーのはなし 一般教養講座「牡蠣と豚フィレ肉のフランス料理教室」 内 容 「牡蠣のクラムチャウダー」と「豚フィレ肉のサルティンボッカ」 対 象 市内にお住まいの方 定 員 20人(抽選) 料 金 2,000円(材料費) 申込方法 12日(木)正午まで材料費を添えて申し込みください。
17日(火) 午前10時30分～午後1時30分	
27日(金)午後1時30分～3時	高齢者教室「寿大学」学習会 内 容 健康体操講座
2月5日(日)午前10時	第45回渡波地区意見発表会 内 容 渡波・鹿妻地区に居住、勤務しているの方々による意見発表会
2月8日(水) 午後1時30分～3時	一般教養講座「気軽に楽しもう!!3B体操体験教室」 内 容 頭文字にBの付く3つの用具(ボール・ベル・ベルター)を使用して、誰でも無理なく楽しめる健康体操を体験します。 対 象 市内にお住まいの方 定 員 20人(抽選) 申込期限 2月3日(金)正午

稲井公民館 ☎22-4303	開 午前9時～午後9時30分 休 年末年始12月29日(木)～1月3日(火)
-----------------------	---

13日(金)午後1時30分～3時30分	稲井くらしの講座1月学習会「新春映画鑑賞会」 一般教養講座「スタンシル教室」 講 師 東北電力ホームパルの皆さん 料 金 700円(材料費) 対 象 市内在住の方 定 員 15人(先着) 持 ち 物 エプロン 申込期限 12日(木)
24日(火) 午前10時～正午	
29日(日)午前9時～正午	「普通救命講習会」 対 象 稲井公民館利用協会員
河北総合センター「ビッグバン」 ☎62-1120	開 午前9時～午後9時 休 年末年始12月29日(木)～1月3日(火)、10日(火)、16日(月)、23日(月)、30日(月)
14日(土)開演 午後1時30分(開場 午後1時)	石巻教育研究会音楽研究会 第20回教職員研究演奏会 開 矢本第一中学校 藤岡 ☎82-2146
29日(日) 開会 午前9時15分	第1回石巻剣道祭 開 石巻剣道祭実行委員会 菅井 ☎090-3360-9634

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・年末年始12月28日(水)～1月4日(水)
------------------------	--

6日(金)・20日(金) 午前10時30分～11時	あかちゃんおはなし会 絵本やわらべうた・手遊び等で、親子一緒に楽しみましょう。
7日(土)・21日(土) 午前10時30分～11時	たのしいおはなし会 絵本・紙芝居・手遊び等で、お話を親しみましょう。
毎週火曜日 午後3時30分～4時	紙芝居とお話の会 紙芝居・絵本・手遊び等を一緒に楽しみましょう。
10日(火)午前10時～正午	読書会 朗読CD「山月記」(中島 敦 作)を聞く この作品を聞いて、おしゃべりしませんか。
12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。
17日(火)午前10時～正午	子どもの本を読む会 今月の本:横 ひろしの絵本 子どもの本を読む、大人のための読書会です。
15日(日)午前10時30分～11時30分	おはなし会 ※河北分館(「ビッグバン」図書館)
21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」の開催予定>
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。

10日(火)午前10時～11時30分	「親子教室」 なかよし保育園地域子育て支援センター
12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。
18日(水) 午前10時30分～11時30分	子育て支援室「わくわく」 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。
25日(水) 午前10時30分～11時30分	「親子ではび☆はび」 市子どもセンターらいつ ※読み聞かせもあります。

遊楽館 ☎72-3561	開 午前9時～午後9時 休 年末年始12月28日(水)～1月4日(水) 10日(火)、16日(月)、23日(月)、30日(月)
------------------------	---

今月は特に行事予定はありません。

石巻健康センターあいプラザ・石巻 ☎95-8640 FAX95-8664	開 午前10時～午後9時(日・祝は午後5時まで) 休 年末年始12月28日(水)～1月4日(水)
--	---

8日(日)	新春特別企画「新春☆書き初め・川柳大会&回数券2割引販売」 【新春☆書き初め・川柳大会】 ※書き初め&川柳に参加していただいた方は、当日プール・ジムフリーどちらかを無料でご利用いただけます。 (プール:中学生以上/ジム:高校生以上の特典となります) ※さらに!!!川柳で特別賞を受賞した方には素敵なプレゼントがあるかも?!! ※あいプラザ川柳は、12/1(木)から受け付けています!! 【初売り】フリー回数券とレッスン回数券を2割引で販売します。 ★プール・ジムフリー回数券 一般¥5,000⇒¥4,000/受講生¥4,000⇒¥3,200 シニア(65歳以上)・学生・障がい者¥3,000⇒¥2,400 ※割引回数券をお求めの場合、各種証明書必ずご持参ください。(下記フリー利用欄参照) ★レッスン回数券(有効期間は初回利用日から2カ月) 対象講座の中から、好きな講座をセレクトして1回ずつ利用できる便利な回数券。 10枚綴り¥12,000⇒¥9,600/5枚綴り¥6,250⇒¥5,000 【対象講座】プールウォーキング系講座・エアロビクス系講座・ジャズダンス・ヒップホップ・ズンバ・太極舞・中国気功・大人のクラシックバレエ(初級)
-------	--

【1月の休講日】 1月の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300円(65歳以上の方、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。 (プール・ジムともに、初回のみ利用登録をしていただきます)
--

河南室内温水プール ☎72-3605	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
------------------------------	--

今月は特に行事予定はありません。

かなんパークゴルフ場 ☎72-2933	開 午前9時～午後4時 休 休場日は遊楽館と同じ
-------------------------------	---

27日(金)	コース会員月例会
--------	----------

※冬期間は積雪により閉鎖する場合があります。詳しくはホームページでご確認ください。

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時まで) 休 月曜日 ※9日(月・祝)分は10日(火) 年末年始12月29日(木)～1月3日(火)
------------------------------	---

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(休館日の前日および27日(火)は午前10時～午後5時) 休 月曜日 ※9日(月・祝)は翌日 年末年始12月28日(水)～1月4日(水)
------------------------------------	---

温水プールは平成29年3月31日(金)まで休業します。

トレーニング機器 使用講習会

- 総合体育館 ☎95-8998 定員 各20人(先着)
10日(火)、29日(日)午前10時(受付時間 午前9時30分～9時55分)
12日(木)午後2時(受付時間 午後1時30分～1時55分)
17日(火)、24日(火)午後6時30分(受付時間 午後6時～6時25分)
※電話または直接予約してください。
- ビッグバン ☎62-1120 13日(金)、27日(金) 午後3時/午後7時 ※要電話予約
- 遊楽館 ☎72-3561 8日(日)・22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 ※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

こちらで市ホームページのイベントカレンダーも見られます 

普通救命講習(一般公募)

と き 2月19日(日) 午前9時~正午
と ころ 石巻広域消防本部2階大会議室
対 象 中学生以上 定 員 30人(先着)
申込期間 1月30日(月)~2月9日(木)
午前9時~午後5時
申込方法 消防署または石巻広域消防ホームページにある申請書に必要事項を記入し、最寄りの消防署に申し込みください。

応急手当普及員講習

と き 2月14日(火)~16日(木)
午前8時30分~午後5時30分
と ころ 石巻広域消防本部2階大会議室
対 象 18歳以上 定 員 30人(先着)
料 金 4,937円(テキスト代)
申込期間 1月23日(月)~2月3日(金)
午前9時~午後5時
申込方法 消防署または石巻広域消防ホームページにある申請書に必要事項を記入し、写真1枚を添えて最寄りの消防署に申し込みください。
※写真は申請日の6カ月以内に撮影した上半身像(縦3cm×横2.4cm・無帽・無背景)とし裏面に氏名を記入してください。
 石巻広域消防本部警防課 ☎95-7433
URL <http://isyoubou.jp/>

第63回石森萬画館特別企画展 「サイコパス原画展」in石森萬画館

平成24年から現在に至るまで根強い人気を誇るアニメ作品「サイコパス」が宮城県初上陸! 劇場版冒頭シーンの絵コンテをはじめ、厳選した原画や設定資料300点以上を一挙展示。
と き 12月23日(金・祝)~2月12日(日)
※年末年始も開館しています。
と ころ 石森萬画館 料 金 800円
 石森萬画館 ☎96-5055
市観光課(内線3534)



©サイコパス製作委員会

ウォーキングイベント初詣ウォーク(10キロ)

と き 1月15日(日)
集合:午前9時 スタート:午前9時20分
と ころ 観光物産情報センター「ロマン海遊21」前集合・解散
コ ー ス 鹿島御子神社・羽黒山神社・湯殿山神社
料 金 500円(保険料)
 石巻ウォーキング会 渡辺 ☎090-7326-7338
 市体育振興課 ☎22-9111

第8回サン・ファン絵画コンクール作品展

と き 11月3日(木・祝)~1月15日(日)
料 金 無料(施設見学は入館料が必要)

年末年始休館日

と き 12月27日(火)~1月4日(水)
 サン・ファン館 ☎24-2210

総合体育館インボディー測定会

~今の脂肪や筋肉の量を調べてみよう~
体重・体脂肪率・筋肉量・水分量・筋肉バランス等の体組成を調べることができます。

と き 1月 9日(月・祝) 午前10時~11時30分
午後 2時~ 3時30分
1月25日(水) 午前10時~11時30分
1月29日(日) 午後 2時~ 3時30分

定 員 各回20人(先着) **要予約**
料 金 一般500円 会員300円
※会員とは、トレーニング室新許可証所持者・いしのまき総合スポーツクラブ入会者です。
※ペースメーカー装着の方は測定できません。妊婦さんは参考値となります。
・ NPO法人石巻市体育協会 ☎95-8998
 市体育振興課 ☎22-9111

「第3期地域福祉計画」「第3次障害者計画」への ご意見(パブリックコメント)をお寄せください

市では「第3期地域福祉計画」「第3次障害者計画」の策定を進めています。市民の皆さんより、ご意見を募集します。
◆各計画案の閲覧場所
市役所4階情報公開コーナー、各担当課(福祉総務課または障害福祉課)、各総合支所、各支所、ホームページ

◆ご意見を提出できる方
・市に在住・在勤・在学の方
・市内の事業者および団体
・本市に納税義務を有する方
・本件に関して利害関係を有する方
◆ご意見の提出方法
住所、氏名、年齢、性別、職業、電話番号を必ず記載の上、郵送、FAX、Eメールまたは各担当課窓口へ直接持参してください。(ホームページに意見募集参考様式を掲載しています)
◆ご意見の提出期間
1月25日(水)~2月15日(水)
◆ご意見の提出先
〒986-8570 (住所不要)
・地域福祉計画 福祉総務課 FAX 22-3454
 iswelfare@city.ishinomaki.lg.jp
・障害者計画 障害福祉課 FAX 22-6610
 ishandwelf@city.ishinomaki.lg.jp

福祉総務課(内線2457)
 障害福祉課(内線2482)

「北上川(1)圏域」(※1)河川整備計画 変更についての意見を聴く会

と き 1月18日(水) 午後7時
と ころ 市北上保健センター
※1:皿貝川、大沢川、富士川流域
※詳細についてはホームページをご覧ください。
 県河川課 ☎022-211-3173
URL <http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/kasen/>
市河川港湾室(内線5608)

①パソコンセミナー ②インターネット体験セミナー

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インターネットの閲覧・検索方法を学べるセミナー
と き ①午前10時~正午、午後1時~3時(休館日を除く)
②1月14日(土)・28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インターネット未経験者・初心者(文字入力ができる方)
定 員 ①1日2人(先着) ②1日10人(先着)
料 金 各500円 **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

自衛官採用試験

陸・海・空自衛官候補生(男子)
応募資格 学歴不問、日本国籍を有する方で、採用月の1日現在18歳以上27歳未満の方
受付期限 1月30日(月)
試 験 日 2月5日(日)
合格発表については試験時にお知らせします。
防衛大学校(一般(後期))
資 格 高卒(見込含)21歳未満の方
受付期間 1月21日(土)~27日(金)
試 験 日 1次 2月18日(土)
2次 1次試験合格者に通知します。
・ 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)

放送大学平成29年度第1学期生募集

対 象 15歳以上の方
申込方法 放送大学ホームページから申し込みください。
申込期限 (第1回)2月28日(火) (第2回)3月20日(月・祝)
・ 放送大学宮城学習センター ☎022-224-0651
URL <http://www.ouj.ac.jp>
 市生涯学習課(内線5053)

Eyes for Future byランコム ~石巻で、輝くわたしになる!~ 第5期地方創生変革コース受講生募集

女性の起業や、自立・社会参画を応援する講座です。
と き 3月~10月 全10回
と ころ 石巻中央公民館等
定 員 20人程度(選考有)
料 金 10,000円(資料代)
申込期限 1月31日(火)
※申込方法等、詳細はホームページをご覧ください。
・ NPO法人石巻復興支援ネットワーク
☎23-8588
URL <http://eyesforfuture-yappesu.jimdo.com/>
 市地域協働課(内線4234)

1月の子育て支援コーナー

子育てメール相談はこちら



子育て・妊娠・出産に関する情報や行政サービスはこちら



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」 ※1月は11日(水)から開所です。
 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、悩み事も話せませすよ。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…16日(ふれあいサロン)、23日、30日(成長測定)
 水曜日…11日、18日、25日(えほんびより)
 金曜日…13日、27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)

※予約不要
 ※20日(金)、24日(火)は第1子の3カ月～11カ月児のみの「ハイハイ広場」です。
 ※30日(月)は成長測定ができます(赤ちゃんも測定できます)。
 ※指定の場所以外への駐車はご遠慮ください。総合福祉会館をご利用の方もいますので、駐車場が満車となります。早めにおいでください。
 ※詳しい活動内容は、支援センターだよりかホームページをご覧ください。

★あそびの広場

と き 20日(金) 稲井公民館
 12日(木) 向陽地区コミュニティセンター
 24日(火) うしお荘
 午前9時30分～11時30分

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 10日(火)、24日(火)
 ・2歳6カ月以上グループ 17日(火)、31日(火)

★すくすく赤ちゃん

・ネンネ・寝返りグループ 12日(木)、26日(木)
 ・ヨチヨチ・ハイハイグループ 5日(木)、19日(木)
 ※12日(木)は助産師さんが来ます。

★ツイズ・デー孫育て広場 13日(金)、27日(金)

★たまご・ひよこサロン 16日(月)

★子育てふれあいサロン 30日(月)

★離乳食教室 20日(金)

離乳食(9～11カ月)メニューを作ります。
持ち物 エプロン、三角巾
要予約 ※予約開始は4日(水)10時 定員 8組程度(先着)

★育児講座「歯磨き教室」 23日(月) 午前10時～11時30分

歯科衛生士さんに来ていただきます。
要予約 ※予約開始 4日(水) 午前10時
定員 15組程度(先着)

★市推進事業 産前産後のトータルケア
 「ベビーマッサージ」12日(木) 午前10時～11時30分

要予約 ※予約開始は4日(水) 午前10時

★開放日 6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 10日(火)、17日(火)、24日(火)、31日(火)
 ・2歳以上親子 5日(木)、12日(木)、19日(木)、26日(木)
 ・保健師、栄養士さんによる相談日 24日(火)

持ち物 飲み物、外靴入れ、着替え等

★自由開放

と き 16日(月) 午前9時～午後3時
 毎週木曜日 正午～午後3時

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

★スクエア子育てひろば「親子わいわいクッキング」

と き 2月14日(火)

料 金 500円

申込受付開始 17日(火)

詳しくは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 16日(月)、23日(月)、30日(月)
 午前9時30分～11時30分

ところ 相川保育所内

持ち物 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 11日(水)、18日(水)、25日(水)
 午前10時～11時30分

ところ 北上保健センター

持ち物 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。

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。

と き 毎週火・水・木曜日(変更になる場合があります)

午前9時30分～11時30分

※上記実施日が祝日の場合は、お休みとなります。

ところ 雄勝ささえあいセンター

内 容 自由遊び・制作・リズム遊び・絵本の読み聞かせ等

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。

牡鹿地区子育て支援事業「ぐんぐんすくすく」

申・問 牡鹿総合支所保健福祉課 ☎45-2113

親子で楽しく遊ばせよう。お気軽にご参加ください。

と き 12日(木) お正月遊びを楽しもう！

26日(木) 鬼退治(豆まき会)をしよう！

午前10時～11時30分

ところ 牡鹿保健福祉センター「清優館」

持ち物 飲み物(お茶や水)、おしぼり(お手拭用)、タオル

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)

申・問 ☎76-4521

★あそびの広場

と き 午前9時30分～11時30分
 ・0～1歳親子 5日(木)、12日(木)、19日(木)、26日(木)
 ・2歳以上親子 4日(水)、11日(水)、18日(水)、25日(水)
 ・広場開放日 10日(火)、17日(火)、24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「豆まき会」

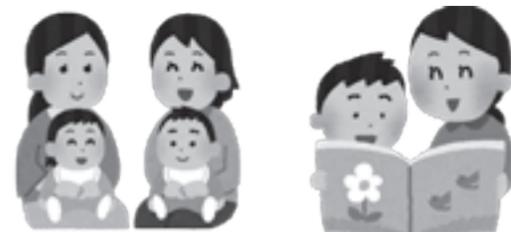
と き 31日(火) 午前9時45分～11時30分

と ころ 永井いきいき交流センター

料 金 1家族200円(菓子・保険代込、当日集金)

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

申込期限 27日(金)



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、みんなで楽しく遊びましょう！～

と き 午前10時～11時30分

・0～1歳親子 12日(木)、19日(木)、26日(木)

・2歳以上親子 11日(水)、18日(水)、25日(水)

・ひろば開放日 5日(木)、16日(月)、23日(月)

持ち物 飲み物(お茶や水)、手拭きタオル、着替え

《主な行事》

5日(木) 自由解放日

12日(木) えほんびより

16日(月) 保健師来所日～身体測定もします～

23日(月) ボランティアさんによる読み聞かせ

30日(月) 消防指導

※都合により変更になることがあります。詳しい内容については問い合わせください。



1月の健康コーナー

食育推進コーナー

「食育」は奥が深い!

食育とは体育・知育・徳育の基礎であるとの解釈があります。また食農教育という、食べる事から農(育てる事)を知るの考えもあります。『食育』を『職育』と書けば食育に関係するあらゆる職業人が係わり、その大切さが理解されるでしょう。

今年も元気に1年を過ごしましょう。

石巻魚市場(株)社長 須能 邦雄



問 健康推進課(内線2617)

愛の献血(1月)

とき・ところ

2日(月・振)	午前10時～11時45分 午後1時～4時30分	イオンスーパーセンター 石巻東店
8日(日)		
23日(月)	午後1時～4時30分	カワチ薬品石巻西店
28日(土)		市役所
		イオンモール石巻

問 健康推進課(内線2418)

問 【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9月生まれ	11日(水)・20日(金)・26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12月生まれ	16日(月)・23日(月)・30日(月)	9:15～9:30		
	1歳6カ月児健診	H27年5月生まれ	6日(金)・17日(火)・25日(水)	12:30～12:45		
	2歳児歯科健診	H26年6月生まれ	13日(金)・19日(木)・27日(金)			
	3歳児健診	H25年7月生まれ	12日(木)・18日(水)・24日(火)			
河北 雄勝 北上	3～4カ月児健診	H28年9月8日～10月25日生まれ	25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	H27年5月～6月生まれ	18日(水)			
	2歳児歯科健診	H26年6月～7月生まれ	11日(水)			
河南 桃生	3～4カ月児健診	H28年9月生まれ	20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12月生まれ	10日(火)	9:30～9:45		
	1歳6カ月児健診	H27年5月生まれ	12日(木)	12:30～12:45		
	2歳児歯科健診	H26年5月1日～6月15日生まれ	17日(火)			
	3歳児健診	H25年7月生まれ	19日(木)			
牡鹿	3～4カ月児健診	H28年9月生まれ	26日(木)	12:45～13:00	市保健相談センター	
	1歳6カ月児健診	H27年5月生まれ	25日(水)	12:30～12:45		
	3歳児健診	H25年7月生まれ	24日(火)			
	1歳児よちよち相談	H27年11月～H28年2月生まれ	31日(火)	12:45～13:00		牡鹿保健福祉センター 「清優館」
	2歳児歯科健診	H26年5月～8月生まれ		12:30～12:45		

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) 問 健康推進課(内線2428)	10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) 問 河南総合支所保健福祉課(内線273)	10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 玄米ダンベル体操で健康づくりをしませんか。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	24日(火) 受付 9:30～11:00	遊楽館

1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	16日(月)	10:00～12:00	市保健相談センター	内線2428
歯科相談	16日(月)	13:00～15:00	センター	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
19日(木)13:00	市役所2階相談室	今野 廣子	健康推進課(内線2421) ☎94-9132

◆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)	20日(金)	10:00～14:00
アルコール家族教室	アルコール関連問題で困っている本人や家族のセミナー(要予約)		14:00～15:00
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)	17日(火)	11:00～14:00

◆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
12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」
☎0120-783-556(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 8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 29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

◆定点型からだところのケアサロン

「からころん」
と き 24日(火) 午前10時30分～午後3時
ところ 河南母子健康センター
ミニ勉強会テーマ「認知症への対応の仕方」
午後1時30分～3時
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

◆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
20日(金)10:00～12:00	仮設大橋団地集会所
23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	
11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	

追加の胃がん検診を実施します

対 象 30歳以上の方(対象年齢は平成29年3月31日(金)現在を基準としています)
検査方法 問診、胃X線検査
受付時間 午前7時30分～9時30分

ところ	と き
市保健相談センター	20日(金)・21日(土)、26日(木)～28日(土)
向陽地区コミュニティセンター	28日(土)
河北総合センター「ビッグバン」	24日(火)

※受診を希望する方で、受診票をお持ちでない方は、問い合わせください。

申・問 健康推進課(内線2413～2415)

まもなく成人歯科健康診査が終了します

対象 市内に住所を有する40・50・60・70歳になる方が対象です。受診票が届いている方で、まだ受診していない方は、指定医療機関に直接予約を入れて受診してください。

問 健康推進課(内線2417)

1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
1日	日・祝	西平クリニック 98-5108(西平二丁目) 齋藤病院 96-3251(山下町一丁目)	夜間急患センター 94-5111(石巻赤十字病院敷地内)	森消化器内科外科 23-2151(新橋)	やまもと産婦人科 93-7000(大街道北一丁目)
2日	月・振	久門医院 97-4141(鹿水町) 西平三丁目イオンモール(西平三丁目)	夜間急患センター 94-5111(石巻赤十字病院敷地内)	石巻診療所 23-0125(穀町)	あべクリニック産科婦人科 22-3322(大街道西二丁目)
3日	火	古山内科・循環器科 23-0221(元倉一丁目) かつま内科クリニック 96-7700(鹿妻南一丁目)	夜間急患センター 94-5111(石巻赤十字病院敷地内)	ささき整形外科医院 22-3121(大橋二丁目)	齋藤産婦人科医院 22-0707(中央三丁目)
8日	日	高橋消化器内科 95-1621(千石町)	夜間急患センター 94-5111(石巻赤十字病院敷地内)	中川内外科医院 72-2123(前谷地)	(注1)
9日	月・祝	いしのみき矢吹クリニック 21-6117(大橋三丁目)	夜間急患センター 94-5111(石巻赤十字病院敷地内)	石巻診療所 23-0125(穀町)	しらゆりクリニック 22-3717(蛇田字新立野)
15日	日	いしづか内科クリニック 92-7311(恵み野五丁目)	夜間急患センター 94-5111(石巻赤十字病院敷地内)	森消化器内科外科 23-2151(新橋)	やまもと産婦人科 93-7000(大街道北一丁目)
22日	日	まだらめ内科医院 24-9133(わかば二丁目)	おおば小児クリニック 93-9693(門脇字青葉西)	二宮外科医院 22-0202(住吉町一丁目)	(注2)
29日	日	佐藤内科医院 22-3020(西平四丁目イオンモール石巻1階)	中山こどもクリニック 95-4121(中里三丁目)	佐藤整形外科医院 95-1755(中央一丁目)	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。但し、佐藤内科医院の診療時間は、午前9時30分～午後5時30分となります。
※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、注2:1月8日(日)、22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
1日	日・祝			高砂本家歯科医院 24-2311(三和町)
2日	月・振			千葉歯科クリニック 94-1771(蛇田字新坪寺)
3日	火			塚本歯科医院 97-3338(渡波町)
8日	日	中川内外科医院 72-2123(前谷地)	うつみレディスクリニック 84-2868(赤井)	石巻歯科医師会 休日診療所 94-8223(中里三丁目)
9日	月・祝	栗原医院 76-4170(桃生町寺崎)	鳴瀬中央医院 87-3853(牛網)	(同日程で診療)
15日	日	舘田耳鼻咽喉科医院 62-3036(相野谷旧屋敷)	わたなべ整形外科 84-2323(赤井)	志摩歯科クリニック 96-8595(中里二丁目)
22日	日	簡野医院 74-2244(鹿又)	ししど内科クリニック 83-8830(赤井)	鈴木歯科クリニック 93-4182(大街道北三丁目)
29日	日	紫桃内科医院 75-2325(鹿又)	加藤医院 82-2030(矢本)	大街道鈴木歯科医院 96-4636(大街道南五丁目)

※診療時間は、午前9時～午後5時となります。

【石巻地区】乳がん検診の夕方検診を実施します

と き 2月8日(水)、10日(金) 午後4時30分～6時30分
ところ 市保健相談センター

対 象 30歳代(毎年)、40歳以上(偶数年齢)の女性
※対象年齢は平成29年3月31日(金)を基準としています。
検診票をお持ちの方…

乳がん検診日時変更専用ダイヤル(☎24-8383)で申し込みください。

要電話予約

検診票をお持ちでない方…

検診票を準備しますので、問い合わせください。

申・問 健康推進課(内線2413～2415)

乳がん体験者のための情報交換会

と き	内 容	と ころ	料 金
21日(土) 午後1時30分～3時30分(予約不要)	○茶話会 講習会「乳がん体験者への栄養指導とその必要性」 講師 石巻赤十字病院管理栄養士 阿部 薫 定員 約25人(先着)	向陽地区コミュニティセンター 多目的室	200円

問 マンマの会パセリ(石巻乳がん体験者の会)
菅原 ☎070-5320-5538
市健康推進課(内線2415)

よくわかる!!「健診結果」個別相談会

と き 25日(水)、2月6日(月)
午前9時～午後4時(1人40分程度)
※前週金曜日までに電話で申し込みください。

と ころ 市保健相談センター
内 容 保健師・栄養士と健診結果や生活習慣について振り返りをします。

対 象 特定健診、健康診査を受けた市民の方

持 ち 物 健診結果表、筆記用具

申・問 健康推進課(内線2425・2426)

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 蛇田字西道下71(石巻赤十字病院敷地内)
※駐車場は、石巻赤十字病院駐車場をご利用ください。
・主な医療機器 エックス線一般撮影装置、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
98

和渕お茶っこ飲み会

月に1回の交流会 支え合い笑顔広がる

和渕老人憩いの家に地域のお年寄りが集まり、親睦を深める「お茶っこ飲み会」は平成10年から続く交流の場です。会は毎月第一水曜日に開かれています。お茶飲みに参加する75歳以上の会員35人と、運営をサポートするボランティア10人の計45人が集会を通して、楽しい時間を過ごしています。

漬物や煮物等が用意され、お茶を飲みながら最近の出来事や街の話題等、よもやま話に花を咲かせています。春にはお花見、秋には紅葉狩りに出かけるほか、交通安全について学ぶ講話や人形劇を楽しむ時もあります。

毎回、ボランティアの皆さんが持ち寄った手作りの

平成24年から会長を務める齋藤扶美子さん(68)は「これからも地域住民の交流の場として互いに支え、見守り合う場にしていきたいです」と、活動の輪を一層広げていく考えを笑顔で語ります。

齋藤さんを中心としたボランティアの皆さんは、準備から後片付けまでをこなしています。「継続的な運営には苦勞もありますが、それ以上に、月に一度のお

茶っこを楽しみにしている方々と顔を見せ合い、会話を弾ませるのが楽しくて仕方ありません」と異口同音に語ります。

定期的に顔を合わせることで、お年寄りの会員たちの体調の変化等にも気付くこともできます。会は身近な地域で暮らす者同士が心を通わせ合いながら、互いにサポートするための土壌づくりとして大切な場にもなっています。

12月7日(水)には、近くの和渕小学校6年生の皆さんとの交流会を開きました。子どもたちはこの日のために事前に会の見学を行い、会員たちが楽しめるプログラムを考案しました。そして、学校で練習を重ねた演劇、手遊び、クイズ、ダンベル体操、日本舞踊を披露しました。

また、児童たちが自己紹介で祖父の名前を伝えると、ほとんどの会員たちは知り合いと分かり、会話もぐ近所トークで盛り上がりました。食事の時間は、児童たちが作った白菜の即席漬け等も味わい、楽しい世代間交流の時間を過ごしました。



お茶っこ飲み会の皆さんと和渕小学校6年生の子どもたち。



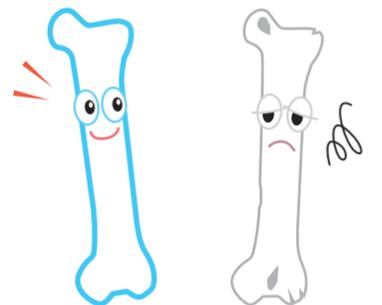
▲いつも笑顔の輪が広がります。

第22回 骨のお話

石巻市立病院 整形外科部長 大森 康司

皆さん、あけましておめでとうございます。おかげさまで、開院して初めての新年を迎えることができました。

新年最初のお話は「骨」についてです。骨は整形外科が扱う領域の大部分を占めます。骨は私たちが立ったり運動したりする際の支えになるものですから、より充実した生活を送るには骨を健康に保つことが大切です。中年以降、骨がもろくなっていく病気、「骨粗鬆症」は大敵です。骨の中をミクロで見ると、骨を作る細胞(骨芽細胞)と骨を溶かす細胞(破骨細胞)がいて、「骨を溶かしては作る」を繰り返しています。正常の骨は常に、まるで新築の家のように頑丈です。とくに女性に多い骨粗鬆症の場合は、破骨細胞の働きが強くなるために骨がもろくなります。骨粗鬆症になると骨折しやすくなり、腰や背中が曲がり、関節も悪くなります。昔は年のせいだ、と諦められていましたが、この20年間で骨粗鬆症の診断・治療法は劇的な発展を遂げています。今や骨は増やせる時代になっています。あなたの骨はどうですか? 骨粗鬆症は骨密度を測れば分かります。ぜひ、最寄りのクリニックにお問い合わせください。



届いたお手紙から みんなのおたより紹介

「ありがとう」

私たちは後期高齢者4人組です。自称健康パターゴルフ愛好会を結成し、月2回のペースで総合運動公園のパターゴルフ場でプレーを楽しんでいます。愛好会のスタートは今から12年程前の高校同期生の集まりで、誰からともなく老後を健康に過ごすために何かやろうとの話になり、

ちょうどパターゴルフ場がある事を知りスタートしたものです。当初7人でスタートしましたが、亡くなったり震災により石巻を離れる者が出たため、現在は4人で楽しんでいきます。当然真剣勝負ですが、プレーの後はランチ会等でプレーの反省をしたり、お互

いの近況等を話題に親睦を深めています。成績により各種賞を設けプレーの励みにもしています。このように私たちが毎回楽しくプレー出来るのも、使用料が無料で整備されたグラウンドがあり、それを整備してくださる方々がいるからです。私たちはグラウンドを整備してくださる方々と、いつもプレーしているグラウンドに感謝の気持ちを込めて、「ありがとう」と申し上げます。

健康パターゴルフ愛好会 一同

◆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お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あて

にお送りください。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。

☎ 秘書広報課(内線4784) 〒986-8501(住所不要)

✉ ispubinfo@city.ishinomaki.lg.jp

まちの話題

雄勝地区



11月12日(土)
葉山神社

雄勝のすばらしさを体験

雄勝地区復興応援隊が主催する子ども向けの地域学習イベント「本当はすごい!!ほこれる雄勝の自然と歴史!」が行われ、参加した市内の小学生親子約20人が地域の歴史や文化、産業を学びました。また、神楽等かぐらで使う篠笛しのぶえの音を出してみたり、雄勝石でアクセサリを作ったりするワークショップもあり、子どもたちが楽しみながら挑戦しました。

河北地区



11月21日(月)~26日(土)
河北三反走仮設集会所
川の上構造改善センター

震災前の大川地区の姿を復元

東日本大震災の津波で大きな被害を受けた大川地区を「記憶の街」として模型で復元するワークショップが開かれました。住民有志等の実行委員会が、神戸大学等の研究室の協力で始めた取り組みです。地区の9つの集落のうち間垣、釜谷が500分の1で再現され、来場した住民が自宅の模型に彩色したり、古里の良さや思い出話に花を咲かせたりしました。

桃生地区



11月8日(火)
桃生新田保育所周辺

子どもたち元気に「火の用心」

秋の火災予防運動(11月9日(水)~15日(火))に合わせて、桃生新田保育所の幼年消防クラブ員が防火パレードを行いました。法被姿で列を組んだ38人が、拍子木を打ちながら「マッチ1本火事のもと」と元気な声を響かせました。パレードをした県道沿いでは、保護者や地域の皆さんが優しく見守り、「子どもたちの手本となるように火の元確認等をしっかりしたいです」と気を引き締めていました。

河南地区



12月4日(日)
遊楽館

健脚を競い250人が快走 クロスカントリー大会

「第11回かなんクロスカントリー大会」が開かれ、小学生から壮年まで約250人が参加しました。大会は平成17年の遊楽館オープンを記念して始まり、毎年開催されています。上り坂や下り坂といった遊楽館周辺の変化に富んだ地形を生かしたコースが特徴で、毎回市内外から多くの選手が出場しています。今年も計10種目で自己記録の更新等を目指し、青空の下で健脚を競いました。

牡鹿地区



11月10日(木)
鮎川小学校

子どもたちが有事想定して体験活動

県教育委員会から「みやぎ防災教育推進協力校」の指定を受けている鮎川小学校で、防災教育のあり方等を学ぶ実践公開研究会が開かれました。児童たちは、県内の教員約80人を前にワークショップ等で有事への取り組みを発表し、特に避難所運営をテーマにした体験活動では、生活環境が大きく変わる中で生じる課題について皆で解決策を見いだす等、教員たちも感心するような成果を上げていました。

北上地区



11月21日(月)
北上保健センター

交通事故のない明るい地域を目指して

官民一体による「交通安全広報日」街頭キャンペーンが行われました。来庁者にチラシと啓発品を配りながら「飲酒運転撲滅」、「子どもと高齢者の事故防止」、「反射材の効果的活用」等呼び掛けました。隣接する北上保健センターでは、河北署交通課長が「高齢者の事故が目立つので皆さんの周りの方へ交通安全を心掛けてもらうよう話してください」と啓発活動を行いました。

石巻地区



11月12日(土)
中瀬公園

ゲームとイベントで魅力PR

世界中で人気を博すスマートフォン向けゲームアプリ「Pokémon GO」と連携した宮城県主催の観光振興イベントが行われました。中瀬公園で行われたセレモニーでは、村井嘉浩県知事が「被災地はまだ大変な状況です。これを機会に2度、3度と足を運んでください」と全国から訪れた人々を歓迎しました。会場には、石巻焼きそばをはじめ県内自慢の味も並び、大好評でした。

石巻地区



11月24日(木)
貞山小学校

フィギュアスケート選手 鈴木明子さんと楽しく滑走

冬季五輪等で活躍した元五輪日本代表選手の鈴木明子さんを講師に招いた出張授業「スケートキャラバン」が行われました。貞山小学校の全校児童を対象にした講演会で、鈴木さんは「失敗してもいいから、まずはやってみることが大事」と挑戦することと努力し続けることの意義等を語りました。また、体育館に設けた簡易スケートリンクで3、4年生と一緒に滑走し、交流を深めました。

「石巻東消防署一日消防署長」 火災予防PRを実施!

秋の火災予防運動に先駆け、11月2日(水)に湊こども園保育士の岡穂奈実さんを石巻東消防署一日消防署長に委嘱し、湊こども園幼年消防クラブ結成式および防火パレードを実施し、火災予防普及啓発活動を行いました。



問 石巻消防署予防係 ☎95-7112
石巻東消防署予防係
☎24-0601

自動交付機休止のお知らせ

メンテナンスのため、次の期間休止します。

とき 12月29日(木)~1月3日(火)、1月21日(土)・22日(日)

問 市民課(内線2321)

平成29年度採用 市病院局職員(看護師)募集

職種	採用予定人員	受験資格
看護師	2人程度	看護師資格を有する方または3月31日(金)までに看護師資格を取得する見込みの方

勤務地 牡鹿病院

要項配付 1月4日(水)から配付

配布場所 ○牡鹿病院 ○市立病院(病院管理課)

※郵送を希望する場合は、封筒の表に「看護師試験申込書請求」と朱書きし、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。

申込期間 1月4日(水)~20日(金)(当日消印有効)

申込方法 郵送で申し込みください。試験日 2月5日(日)

申・問 〒986-2523 鮎川浜清崎山7
牡鹿病院事務部門 ☎45-3185

平成29年度各種健(検)診の申込調査が始まります!(はがきタイプに変わります)

平成29年度の各種健(検)診申込調査書を、1月上旬に各家庭へ送付します。

○申込調査書は世帯主あてに、健(検)診対象者の個人名入りはがきを同封します。

健(検)診を受ける方・・・はがきの「受ける」の欄に○を記入

健(検)診を受けない方・・・はがきの「受けない理由」の欄に該当する番号を記入

提出方法 記入の上、ポストへ投函してください。

提出期限 1月31日(火)

※「受ける」または「受けない」の回答がないと、通知等が届く場合があります。

※郵便物の転送届を出している方で、転送期間の更新が必要な方は手続きをお願いします。

詳しくは、送付される案内をご覧ください。

問 健康推進課(内線2413~2415)

～記入の手順～

- はがきに記載されている、ご自身の住所、氏名等をご確認ください。お住まいの地区もご確認ください。
- 電話番号を忘れずにご記入ください。
- 健(検)診希望の方は「受ける」の欄に○をご記入ください。希望しない方は「受けない理由」の欄に該当する番号をご記入ください。
- 本庁管轄外(他市町村)の方は・・・お住まいの地区での総合健(検)診、本庁管轄(他)部のどちらか希望する欄に○をつけてください。
- 市立病院(他)・保健センターの方は・・・お住まいの地区での総合健(検)診、本庁管轄(他)部、石巻ロイヤル病院のついでにぜひご希望する欄に○をつけてください。

※本庁地区(馬折地区以外)の方は、本庁管轄部となりまので選択不要です。

ここからはがしてください

**今月の休日
窓口開庁の
お知らせ**

1月15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

(コンビニ収納・口座振替が便利です)

納期限 1月31日(火)

○市県民税 第4期 ○国民健康保険税 第10期

○後期高齢者医療保険料 第7期

口座振替不能者の再振替日 1月19日(木)

(1月4日納期分)

○国民健康保険税 第9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

市のホームページを携帯やスマホでも見られます

バーコードを読み取って簡単に接続!

スマートフォン用

※機種によってアプリが必要な場合があります。
※通信料がかかります。
問 秘書広報課(内線4784)



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
年末年始の休業日 平成28年12月29日(木)~平成29年1月3日(火)
ホームページ <http://www.city.ishinomaki.lg.jp/>
次回発行は平成29年1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11月末現在	人口 147,728人 世帯数 60,986世帯
平成27年11月末現在	人口 148,833人 世帯数 60,491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11月末現在	
直接死	3,278人
関連死	274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