

# いしのまき



## ツール・ド・東北2018 ライダー3700人快走 震災復興 温かいもてなし

今年で6回目となる自転車の復興支援イベント「ツール・ド・東北2018」が9月15日、16日の両日、石巻専修大を主な発着点する9コースで行われました。全国各地から集まったライダーは約3700人。牡鹿半島を一周したり気仙沼間を往復したりと、いずれも津波で大きな被害を受けた沿岸部を自転車で駆け巡りました。沿道では多くの人たちが声援を送り、給水や栄養補給をするエイドステーション(AS)では、海の幸などを使った郷土料理を提供し、もてなしました。「語り部」が甚大な被災状況を伝えたASもあり、震災を風化させず、復興へと歩む姿勢をアピール。スポーツと観光の両輪としての大会を、多くの市民が支えました。



石巻市イメージキャラクター

### 主な内容

- P2~8 …… 今月のお知らせ
- P9 …… スポーツ・文化・催し
- P10・11 …… 健康コーナー
- P12 …… 子育て支援コーナー
- P13 …… かわまち交流センター開館
- P14 …… みんなの広場
- P15 …… まちの話題
- P16 …… 行政情報

## Jアラートの全国一斉訓練を11月21日に実施します

Jアラートを用いた全国一斉の情報伝達訓練が11月21日(水)午前11時ごろに行われます。防災行政無線、戸別受信機、防災ラジオからテスト音声流れます。実際の災害と間違わないようご注意ください。

※ Jアラートとは、地震・津波や武力攻撃などの緊急情報を、国から人工衛星などを通じて瞬時に伝えるシステムです。

☎ 危機対策課(内線4317)

## 平成31年度放課後児童クラブ利用児童募集

来年4月1日から放課後児童クラブの利用を希望する児童を募集します。  
**申込期間** 11月1日(木)～22日(木) 午後1時～5時(土日・祝日を除く)  
**申込書配布場所** 各放課後児童クラブ、子ども保育課、各総合支所保健福祉課  
 (雄勝総合支所を除く)  
**申込先** 各放課後児童クラブ(二俣地区は河北総合支所保健福祉課)

### 石巻市放課後児童クラブ一覧(石巻、河北、河南、桃生、北上、牡鹿地区)

#### <石巻地区>

対象小学校	クラブ名	開設場所	定員	電話番号
向陽小	向陽地区第一放課後児童クラブ	向陽小学校敷地内専用教室	70人	95-1270
	向陽地区第二放課後児童クラブ	かもめ学園敷地内専用教室	70人	96-6540
	向陽地区第三放課後児童クラブ	向陽小学校内	40人	95-0260
渡波小	渡波地区第一放課後児童クラブ	渡波小学校敷地内専用教室	50人	97-2416
	渡波地区第二放課後児童クラブ	(H31.4専用教室新設予定)	50人	
石巻小	石巻地区第一放課後児童クラブ	旧中央児童館内	50人	23-3298
	石巻地区第二放課後児童クラブ		40人	23-7406
中里小	中里地区第一放課後児童クラブ	中里小学校敷地内専用教室	70人	23-3341
	中里地区第二放課後児童クラブ		50人	23-1303
鹿妻小	鹿妻地区第一放課後児童クラブ	鹿妻小学校敷地内専用教室	50人	93-9714
	鹿妻地区第二放課後児童クラブ		50人	96-7880
	鹿妻地区第三放課後児童クラブ		50人	93-3112
大街道小	大街道地区放課後児童クラブ	大街道小学校内	70人	94-0285
釜小	釜地区第一放課後児童クラブ	釜小学校隣地専用教室	70人	94-8533
	釜地区第二放課後児童クラブ	釜小学校敷地内専用教室	50人	23-0465
蛇田小	蛇田地区第一放課後児童クラブ	蛇田小学校敷地内専用教室	70人	23-8253
	蛇田地区第二放課後児童クラブ		50人	22-8575
	蛇田地区第三放課後児童クラブ	蛇田小学校敷地外専用教室	50人	22-6835
	蛇田地区第四放課後児童クラブ		50人	22-6845
開北小	開北地区第一放課後児童クラブ	開北小学校敷地内専用教室	55人	23-3433
	開北地区第二放課後児童クラブ	開北小学校内	40人	23-3558
山下小	山下地区第一放課後児童クラブ	山下小学校内	40人	93-7241
	山下地区第二放課後児童クラブ		40人	
住吉小	住吉地区第一放課後児童クラブ	住吉小学校内	40人	23-1623
	住吉地区第二放課後児童クラブ		40人	
貞山小	貞山地区放課後児童クラブ	貞山小学校敷地内専用教室	50人	95-2606
万石浦小	万石浦地区第一放課後児童クラブ	万石浦小学校敷地内専用教室	70人	97-5078
	万石浦地区第二放課後児童クラブ	万石浦小学校内	40人	24-2474
	万石浦地区第三放課後児童クラブ	万石浦小学校敷地内専用教室	50人	25-3825
湊小	湊地区放課後児童クラブ	湊こども園内	70人	94-5018
稲井小	稲井地区第一放課後児童クラブ	稲井幼稚園内	40人	91-2152
	稲井地区第二放課後児童クラブ	稲井小学校隣地	40人	91-2855
	稲井地区第三放課後児童クラブ	仮設クラブ室	40人	91-2110

#### <河北地区>

対象小学校	クラブ名	開設場所	定員	電話番号
飯野川小	飯野川地区放課後児童クラブ	飯野川小学校内	50人	62-3202
大谷地小	大谷地地区放課後児童クラブ	大谷地小学校内	40人	62-2388
二俣小	二俣地区放課後児童クラブ	二俣小学校敷地内専用教室 (H31.4開設予定)	50人	62-2116 (河北総合支所)

#### <河南地区>

対象小学校	クラブ名	開設場所	定員	電話番号
広瀨小	広瀨地区放課後児童クラブ	広瀨小学校敷地内専用教室 (H31.4専用教室新設予定)	50人	73-3601
須江小	須江地区第一放課後児童クラブ	須江小学校敷地内専用教室	50人	73-2553
	須江地区第二放課後児童クラブ		50人	73-2675
北村小	北村地区放課後児童クラブ	北村農村交流センター内	40人	73-2033
前谷地小	前谷地地区放課後児童クラブ	前谷地小学校敷地内専用教室	50人	72-2016
和瀨小	和瀨地区放課後児童クラブ	和瀨小学校内	10人	72-3346
鹿又小	鹿又地区第一放課後児童クラブ	鹿又小学校敷地内専用教室	30人	74-2255
	鹿又地区第二放課後児童クラブ		50人	75-3237

#### <桃生地区>

対象小学校	クラブ名	開設場所	定員	電話番号
中津山第一小	桃生地区第一放課後児童クラブ	せんだんの社のものうなかつやま敷地内専用教室	40人	76-1887
中津山第二小 桃生小	桃生地区第二放課後児童クラブ	桃生保健センター内	50人	080-4426-6307

#### <北上地区>

対象小学校	クラブ名	開設場所	定員	電話番号
北上小	北上地区放課後児童クラブ	北上保健医療センター内	30人	67-2901

#### <牡鹿地区>

対象小学校	クラブ名	開設場所	定員	電話番号
牡鹿地区の小学校	牡鹿地区放課後児童クラブ	牡鹿保健福祉センター内	40人	45-2611

子ども保育課(内線2523)  
 河北総合支所保健福祉課 ☎62-2116(内線152)  
 河南総合支所保健福祉課 ☎72-2113(内線263)  
 桃生総合支所保健福祉課 ☎76-2111(内線251)  
 北上総合支所保健福祉課 ☎67-2113(内線112)  
 牡鹿総合支所保健福祉課 ☎45-2113(内線605)



**認知症カフェを  
開催しています**



**今月の  
お知らせ**

認知症に関するミニ講話  
や情報交換、相談などが  
できます。  
 ・「金曜やすらぎホットカ  
フェ」  
 第3金曜日 午後1時30  
分

**分**  
みやぎ生協大橋店2階  
「コープdeめぐみのカ  
フェ」  
 第4火曜日 午後1時30  
分  
 みやぎ生協蛇田店2階  
「なぎさカフェ」  
 第2月曜日 午後2時  
みやぎ生協渡波店2階  
**対象** 介護者や地域の方、  
関係者など  
**料金** 100円  
 介護保険課  
 (内線2437)

**対象** 目の不自由な方や、  
ボランティアに興味のあ  
る方  
**※要電話予約**  
**申込期限** 11月15日(木)  
**申込先** 「一歩を歩む石巻」  
 若山  
 ☎090-9532-6053  
 市障害福祉課  
 (内線2484)

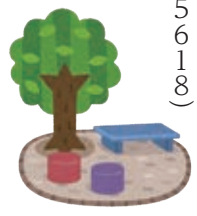
**対象** 盲ろう者(視覚と聴  
覚の両方に障害がある  
方)、その家族、関係者  
**申込方法** 電話・FAX・E  
メール  
**申込期限** 11月9日(金)  
**申込先** 県聴覚障害者情報  
センター(みみサポみや  
ぎ)  
 ☎022(393)5501  
 FAX 022(393)5502  
 info@mimisuppo-miyagi.  
org  
 市障害福祉課  
 (内線2484)

**対象** 聴覚障害者とその家  
族、関係者など  
**申込先** 県聴覚障害者情報セン  
ター(みみサポみやぎ)  
 ☎022(393)5501  
 FAX 022(393)5502  
 info@mimisuppo-miyagi.  
org  
 市障害福祉課  
 (内線2484)  
 FAX 22-6610

**雨水利用タンク  
設置補助金を交付**  
**交付期限** 平成31年3月29  
日(金)(予算がなくなり  
次第終了)  
**対象** 市内に住所を有する  
個人または市内に事業所  
などを置く法人で、平成  
30年4月1日以降に市販  
されている80ℓ以上の雨  
水利用タンク(雨水貯留  
槽)を設置した方、または  
平成29年度中に同様の設  
置を完了し、この補助を  
まだ受けていない方。  
**交付額** 雨水タンクの購入  
(設置費用含む)費用の2  
分の1(上限は3万円)  
**申請方法** 申請書に必要書  
類を添えて持参するか郵  
送(必ず書留など配達記  
録が残る方法)してくだ  
さい。申請書は、環境課、  
各総合支所市民生活課お  
よび各支所にて交付して  
います。また、ホームペー  
ジからもダウンロードで  
きます。

**太陽光発電システム  
設置補助金を交付**  
**交付期限** 平成31年3月29  
日(金)(予算がなくなり  
次第終了)  
**対象** ・太陽光発電システム  
平成30年4月1日以降  
に電力会社と太陽光受給  
契約(系統連系電圧は低  
圧で、配線方法は余剰配  
線とした契約に限る)を  
締結した方か、平成29  
年度に同様の契約を締結  
し、この補助をまだ受け  
ていない方  
 ・設置用蓄電池およびHE  
MS  
 平成30年4月1日以降  
に設置を完了した方か、  
平成29年度に同様の設置  
を完了し、この補助をま  
だ受けていない方  
**※新設が対象で、増設など  
は対象外です。**  
**申請方法** 申請書に必要書  
類を添えて持参するか郵  
送(必ず書留など配達記  
録が残る方法)してくだ  
さい。申請書は、環境課、  
各総合支所市民生活課お  
よび各支所にて交付して  
います。また、ホームペー  
ジからもダウンロードで  
きます。  
 ☎022-986-8501  
 (住所不要)  
 環境課(内線3368)

**公園はマナー守って  
キレイにしよう**  
 公園はみんなの空間で  
す。ほかの公園利用者や近  
隣住民が迷惑と感ずるよう  
な行為はやめましょう。  
 また、公園内に持ち込ん  
だゴミやペットのふんは必  
ず持ち帰りましょう。  
 都市計画課  
 (内線5618)





### 軽減税率と年末調整の説明会

とき 11月15日(木)・16日(金)

消費税率軽減税率制度説明会 午前10時30分～11時30分(受付開始午前10時) 年末調整説明会 午後1時30分～3時30分(受付開始午後1時)

ところ 河北総合センター「ビッグバン」

※年末調整に関する動画を配信していますので、国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp/publication/webtaxiv/index.html>)をご覧ください。

図 石巻税務署 法人課税 第一部門 源泉担当 ☎22-4151

### 印鑑登録では登録する印鑑を確認しています

印鑑登録証明書は車の購入や財産の移動などの際に使用する大変重要な証明書です。そのため、印鑑のふちが欠けていたり、すり減っていたりするものや、プラスチック製の印鑑は印鑑登録をお断りしています。これは登録したあとで、印影(ハンコの形)が変わるものがあり、印鑑を登録しても証明書として使えない場合があります。また、大量生産されている既製印鑑についても、印影を他のものと判別することができない

ので、同様にお断りしています。大切な財産を守ることもなるので、ご理解をお願いします。

印鑑登録を申請するとき

は、窓口で本人を確認する書類が必要です。運転免許証、パスポート、マイナンバーカードなどの官公署発行の写真付き身分証明書などを忘れずにお持ちください。なお、代理の方は、代理人選任届が必要となり、即日登録はできませんので、ご注意ください。

図 市民課(内線2319)

### 建築物等耐震対策助成事業受付終了間近

地震による被害から生命や財産を守るために、耐震対策事業補助金を交付しています。

対象事業

- ・木造住宅耐震診断助成事業
- ・木造住宅耐震改修工事助成事業
- ・危険ブロック塀等除却事業

申込期限 12月7日(金)

※詳しくはホームページをご覧ください。

図 建築指導課

(内線5675)

### 上釜南部・下釜南部・湊西地区産業用地的立地事業者を募集

上釜南部・下釜南部・湊西地区被災市街地復興土地地区画整理事業で造成が完了した用地から分譲を開始しま

す。

とき 11月1日(木)～30日(金)

申込方法 申込書と必要書類を持参してください。

※募集要項、申込書などについては、ホームページをご覧ください。

図 産業推進課

(内線3545)

### 11月は労働保険適用促進強化期間です

労働者(アルバイトを含む)を1人でも雇っている事業主は労働保険(労災保険・雇用保険)に加入する義務があります。

加入手続きを行っていない事業主の方は、速やかに労働基準監督署または公共職業安定所(ハローワーク)にご相談ください。

図 石巻労働基準監督署

☎22-3365

石巻公共職業安定所

☎95-0158

### 県の最低賃金が改正されました

内容 効力発生日 10月1日 時間額 798円

対象 県内の事業場で働く全ての労働者(臨時、パート、アルバイトなどを含む)

※次の賃金は、最低賃金の計算に含まれません。 精皆勤手当・通勤手当・家族手当・賞与など

時間外・休日・深夜手当 宮城労働局賃金室 ☎022-299-8841

石巻労働基準監督署 ☎22-3365

### 社会保険料(国民年金保険料)控除証明書が送付されます

年末調整・確定申告まで大切に保管を!

国民年金保険料は、納付した全額が所得税・市町村民税の社会保険料控除の対象となります。その年の1月1日～12月31日に納付した保険料が対象です。

本年1月1日～9月30日に納付した方は社会保険料(国民年金保険料)控除証明書が11月上旬に日本年金機構から送付されます。年末調整や確定申告の際には必ずこの証明書を添付してください。

また、年の途中から国民年金に加入した場合など、10月1日～12月31日に初めて保険料を納付する方は、翌年2月上旬に送付されます。

図 石巻年金事務所

☎22-5115

ねんきん加入者ダイヤル

☎0570-003-004

市保険年金課 (内線2353)

### 11月9日は119番の日です

「いたずら・間違いなど」の受付回数は289件で全体の3.3%を占めています。

119番通報は、皆さんの「生命・財産」を守るための大切な電話です。必要とする人がスムーズにつなが

るよう、ご協力をお願いします。

また、目の前で起きた事故などで通報する場合、気が動転し興奮した状態になりがちです。1分1秒を争う場合でも落ち着いて119番通報できるように正しい通報要領を身につけましょう。

図 石巻消防署警防係

☎95-7112



### 狩猟解禁のお知らせ

11月15日(木)～平成31年3月15日(金)は狩猟期間です。

狩猟者が期間中に狩猟を行いますので、きのこ採りや森林作業などで山に立ち入る場合は、目立つ色のジャケットや帽子などを着用し、十分にご注意ください。

図 ニホンジカ対策室 (内線3557)

### 山下屋内運動場の利用休止

一部改修工事のため、施設利用を休止します。

とき 11月1日(木)～平成31年1月31日(木)※予定

図 体育振興課

☎25-6471

FAX 25-6473

### 口座振替納付内容は通帳で確認を

口座振替を利用している方に対して、12月に1年間の納付内容(口座振替納付済証明書)を郵送してきま

したが、経費削減と省資源化推進のため、平成29年から郵送を廃止しています。

口座振替での納付内容は通帳の記載によりご確認ください。なお、希望する方は、市税を含め個別に発行することが可能です。12月10日頃に順次発送を行いますのでご連絡ください。

図 納税課

(内線3135)

### 女性に対する暴力をなくす運動

11月12日(月)～25日(日)は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。

配偶者やパートナーからの暴力、性犯罪、売買春、セクシャル・ハラスメント、ストーカー行為など女性に対する暴力は、人権を著しく侵害するものです。暴力は決して許されるものではないとの意識を持ち、根絶に努めましょう。

11月25日は「女性に対する暴力撤廃国際日」となっています。

図 地域協働課

(内線4234)



### 住宅用火災警報器の点検をしていますか?

住宅用火災警報器が、全ての住宅に設置義務化となつてから10年が経過しました。総務省消防庁の統計によると、石巻地区の設置率は93%と高く、防火意識がとても高いです。この高い設置率を、火災の早期発見に活かすためにも、定期点検の実施をお願いします。



図 石巻広域消防本部予防課 ☎95-7167

### 平成30年 秋の火災予防運動

11月9日(金)～15日(木)の1週間、全国一斉に「秋の火災予防運動」が実施されます。火気の取り扱いに十分注意し、日頃から火の用心を心がけましょう。

#### ◇住宅防火 いのちを守る7つのポイント

—3つの習慣・4つの対策—

##### 3つの習慣

- 寝たばこは、絶対やめる。
- ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

##### 4つの対策

- 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- 寝具、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する。
- 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。
- お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

図 石巻広域消防本部予防課 ☎95-7167



## 復興特区による税制優遇制度

復興特区による税制優遇制度の相談、申請を受け付けています。

対象となる法人・個人事業者の方は、法人税や所得税、地方税減免などの特例を受けることができます。

※特例を受けるためには、市または県からの指定および事業実施状況の認定が必要です。

特区の認定日以降で前年度以前に取得した対象資産は、指定後に確定した分の地方税のみ免除を受けられます。

復興特区の種類	特区の名称(認定日)	対象区域	対象業種
復興特区の種類	石巻まちなか再生特区 (平成24年3月23日)	中央、中瀬、立町、千石町、鑄銭場、穀町、日和が丘一丁目の一部、住吉町一丁目の一部	医療業、商業、宿泊業、飲食業、ICT関連産業、新エネルギー関連産業など
	愛ランド特区 (平成24年7月27日) ※平成24年9月28日変更	田代、渡波、荻浜、雄勝、北上、牡鹿の各地区の一部	商業、宿泊業、飲食業、新エネルギー関連産業など
	ものづくり特区 (平成24年2月9日) ※平成26年2月28日、平成27年4月27日変更	用途地域における「工業専用地域」、「工業地域」、「準工業地域」のうち既存居住地域を除く地域など	自動車や高度電子機械、食料品などの製造関連産業
	IT特区 (平成24年6月12日)	中央、門脇町、羽黒町、山下・大街道、湊、中里、開成、蛇田の各地区の一部	情報サービス関連産業
	農業特区 (平成24年9月28日)	渡波、稲井、蛇田、河北、河南、北上、牡鹿の各地区の一部	農業に関連する食料品製造業、宿泊業、飲食業など
税制特例の内容	①新規立地法人優遇税制……………新設の法人が指定後5年間法人税の課税を繰り延べ		
	②新規取得設備の特別償却または税額控除……………新規取得などした建物・機械などについて、特別償却または税額控除		
	③被災雇用者給与の特別控除……………被災雇用者などに対する給与等支給額の10%を、税額の20%を限度に5年間税額控除		
	④研究開発設備の特別償却と税額控除……………開発・研究を目的とする新規取得資産について、特別償却と併せて税額控除		
	⑤地方税の特例……………①、②、④の特例を受けた場合、固定資産税などの減免を最大5年間受けられます。		
※①～③は、各年度でいずれか一つの選択適用となります。④は併用することができます。			

☎・☎ 商工課(内線 3524)



### プレハブ仮設住宅退去時は返還手続きを

プレハブ仮設住宅から引っ越しをするときは、仮設住宅コールセンター(☎92-5901)に連絡し、退去立ち会い(物品チェックなど)を受け、返還届を提出してください。

住宅再建済みの方や復興公営住宅その他の賃貸住宅などへ転居した方が、仮設住宅返還届を提出せずに不正に利用し続けることは入居契約違反となり、仮設住宅返還請求の対象となります。

なお、雄勝、北上、牡鹿地区のプレハブ仮設住宅については、各総合支所保健福祉課へご連絡ください。

☎・☎ 生活再建支援課 (内線3966)

### 住宅再建に係る補助金の相談

り災証明書が半壊以上で住宅再建(建設・購入、補修)をした、または予定している世帯で、加算支援金以外の補助金を申請していない世帯は、ご相談ください。

対象

- ・住宅再建事業補助金
- ・危険住宅移転事業補助金
- ・浸水区域被災住宅小規模補修補助金(要事前相談 ※半壊を除く)

☎・☎ 生活再建支援課 (内線4767)

### 被災者生活再建支援制度手続きはお済みですか

加算支援金の申請を一度もしていない世帯の方は、早めの申請をお願いします。

申請期限 平成31年4月10日

支給対象

- ・り災証明書が大規模半壊以上で住宅再建(建設・購入、補修、賃借)の契約が済んでいる世帯
- ・※賃借に関しては公営住宅を除く。

※申請、受給済みの世帯の方は申請できません。

☎・☎ 生活再建支援課 (内線3955)

### 震災移転再建時に水道加入金が免除されます

震災で住居などを移転再建する方の負担軽減のため、特例措置として加入金を免除しています。

対象

- ・給水区域内(石巻市・東松島市内)において、震災により住居などが被災した方で、移転再建する際に、新たな給水装置を設置すると同時に被災した場所の給水装置の廃止手続きをする方

※建売住宅や中古住宅など、すでに加入手続済みの物件を購入の場合は、免除の対象外です。

免除期限 平成33年3月31日

☎ 石巻地方広域水道企業団給水課 ☎95-6707

方を雇用する事業主を対象に「石巻市事業復興型雇用創出助成金」を支給し、雇入れの支援を行っています。

助成金額 労働者1人当たり最大120万円

※詳しい要件については市ホームページまたは、問い合わせください。

☎・☎ 石巻市事業復興型雇用創出助成金事務センター ☎21-6226

☎ 市商工課(内線3523)

ましたので通帳をご確認ください。

支給金額

- 人的被害
- ・死亡・行方不明者 5,500円
- ・災害障害見舞金支給対象者 5,500円

○津波浸水区域内における住家被害

- ・全壊 7,400円
- ・大規模半壊 4,400円

○津波浸水区域外における住家被害

- ・全壊 5,400円
- ・大規模半壊 3,400円

※義援金の振り込みが確認できない方や、世帯主や受取口座の変更がある方は、問い合わせください。

☎ 生活再建支援課 (内線4764)

### 事業復興型雇用創出助成金制度を行っています

東日本大震災で被災した



道路第2課 上出 厚 さん(61)  
かみで あつし  
静岡市から派遣

### 道路が復興の仕上げ

今年1月から、被災した道路の整備、橋の架け替えなどの復旧、復興事業をしています。

土地のかさ上げ、住宅などの整備をし、最後に道路を整備します。その意味では、地域復興の最後の部分を担っており、責任を感じつつ、日々仕事をしています。

長年、建設会社に勤務し、全国各地の地盤に関する研

究、さまざまな地盤に適した建物の設計、さらに防災施設の設計の経験を積んできました。

東日本大震災で、港湾施設をはじめ多くの建造物が被災し、大きな衝撃を受けました。静岡市が石巻への派遣職員を募集しており、お役に立てればと応募しました。

石巻弁のマスターに力を入れながら、中心街に人の集うまちづくりに協力していきます。

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30年9月末現在

直接死 3,279人 関連死 275人 行方不明者 421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

## 防災「合言葉」受賞作品

ぼくたちと うえをめざして  
さあ いこう みんなの未来  
ぼくらでつなごう

須江小学校5年 今野 千弥

☎ 学校安全推進課(内線5082) 平成29年度石巻市学校防災推進会議

☎ 環境課(内線3366)

※住民持ち込みによる食品など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。

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)	0.06~0.09	9/4~9/26
市立保育所、私立幼稚園、私立保育園 (敷地)	0.04~0.08	9/3~9/26
公共施設等 (ホットスポット調査)	0.05~0.09	9/3~9/26
牡鹿地区集落	0.05~0.13	9/4~9/18

### 防災ラジオテスト放送

11月9日(金)午後3時ごろ  
空間放射線量  
9月の測定結果

除染など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。市内において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。

**「災害復興住宅融資」無料相談会**

要電話予約

住宅金融支援機構(旧住宅金融公庫)は、震災により被害を受けた方が、住宅の再建・補修をするための融資(建設・購入の場合は当初5年間の金利0%)について、相談会を行っています。

また、地元金融機関の住宅ローンに関する相談も可能な場合があります。

とき	ところ
11月10日(土)	午前10時～午後4時 市役所5階市民サロン前
12月14日(金)	

☎ 住宅金融支援機構お客様コールセンター  
☎0120-086-353 午前9時～午後5時(祝日を除く)  
☎ 市生活再建支援課(内線3953)

**「住まいの復興給付金」申請相談会**

東日本大震災で被災した住宅(借家を除く)の所有者が、平成26年4月1日の消費税率8%引き上げ以降に、住宅を建築・購入、または補修(工事費が税抜100万円以上)し、その後居住する場合に、消費税増税分相当(建築・購入の場合、最大90万円)の給付が受けられる制度です。

※申請は、住宅の引渡日から1年以内に行ってください。

(平成33年12月31日までに引き渡された住宅が対象)

※次の場合は申請対象外です。

被災時に住宅を所有していなかった場合/賃貸にお住まいだった場合/消費税率5%で建築・購入、あるいは補修を行っている場合

相談内容 給付の可否、申請書の記入方法、必要書類、作成済み書類の確認など  
※会場では申請書の提出はできません。

とき	ところ
11月10日(土)	午前10時～午後4時 市役所5階市民サロン前
12月14日(金)	

☎ 住まいの復興給付金事務局コールセンター  
☎0120-250-460(通話無料) 午前9時～午後5時(土日・祝日を除く)  
☎ 市生活再建支援課(内線3953)

**石巻地区の写真募集**

石巻の「今」を残し伝える「石巻かほく&フォトノマキフェスティバル2018」の開催のため、石巻地区で撮影された、写真作品を募集しています。

対象 2017年8月以降に石巻地区(石巻市・東松島市・女川町)で撮影した未発表の写真作品

申込方法 ホームページまたは、写真裏面の左上に申込用紙を貼って郵送にて申し込みください。

申込期限 11月30日(金)

☎ 千石町4-42  
石巻かほく&フォトノマキフェスティバル2018事務局 ☎96-0321  
☎ 市秘書広報課(内線4024)



研究を行っています。  
事業最終年度のため、シンポジウムを開催します。  
とき 11月8日(木)午後1時30分～4時40分

ところ 石巻ビルディング6F(立町一丁目4-15)  
対象 パソコンでインターネット検索ができる方  
業務内容 リスト作成業

ところ シルバー人材センター(南中里三丁目14-3)  
☎94-3683  
市商工課(内線3523)

**「みやぎ介護人材を育む取組宣言認証制度」のご案内**

『みやぎ介護人材を育む取組宣言認証制度』は、介護職員の育成や、働きやすい環境づくりの仕組みを整えている介護事業所が宣言し、宮城県の他介護関係団体で組織する『宮城県介護人材確保協議会』が認証する制度です。宣言・認証事業所は、ホームページ(https://www.miyagi-kaigojinzai.jp/)で公表しています。

※今年度の宣言申請は10月から開始しています。申請方法は、ホームページをご覧ください。

【宣言事業所マーク】 【認証事業所マーク】



《認証制度マーク見本》

☎ みやぎ介護人材を育む取組宣言認証制度事務局 ☎022-343-8538  
☎ sn.m33033ys@todock.jp  
県長寿社会政策課 ☎022-211-2556

**裁判員制度「名簿記載通知を送付します！」**

平成31年の裁判員候補者名簿に登録された方には、本年11月中旬に名簿に登録されたことの名簿記載通知(名簿記載通知)を送付します。

この通知は、来年2月ごろから約1年間、裁判員に選ばれる可能性があることをお伝えし、心積もりをしておもらうためのものです。

詳しくは最高裁のホームページ(http://www.courts.go.jp)をご覧ください。

☎022-222-6115  
仙台地方裁判所事務局 総務課

**募集案内**

**第4回石巻市創業ビジネスプランプリ**

地域資源を活かし、地域の発展に資するようなビジネスモデルやビジネスアイデアを募集します。

対象 一般部門 地域資源の発掘とそのプロデュース手法を明らかにした、事業化されていないビジネスプラン  
学生部門 地域資源を活用し、時代を先取りした、地域発展につながるようなビジネスアイデア

〈表彰および副賞〉

- 一般部門 最優秀賞 50万円(1件) 優秀賞 15万円(2件) 奨励賞 5万円(5件)
- 学生部門 最優秀賞 30万円(1件) 優秀賞 5万円(3件) 奨励賞 3万円(3件)
- 最優秀賞1万円相当の金品(1件)
- 優秀賞1万円相当の金品(2件)



申込方法 申込用紙をホームページからダウンロードし、持参、郵送またはEメールで提出してください。

申込期限 11月30日(金) 午後5時(当日消印有効)

☎ 986-8501  
(住所不要) 産業推進課

☎ isindust@city.ishinomaki.lg.jp  
(内線3545)

**「私立大学研究ブランディング事業」シンポジウムの開催**

石巻専修大学は、平成28年度文部科学省私立大学研究ブランディング事業に採択され、新しい餌料・内水面養殖システムの開発に向けて研究を行っています。

事業最終年度のため、シンポジウムを開催します。  
とき 11月8日(木)午後1時30分～4時40分

ところ 石巻専修大学4号館 4101教室

☎ 石巻専修大学共創研究センター  
☎ kahno@seishu-u.ac.jp

☎ 石巻専修大学事務局 ☎22-7716  
市総務課(内線4037)

**「石巻がんばっちゃテレワーカー」お仕事説明会**

育児・介護中の方、ダブルワーク希望の方で、自宅にいながらパソコンとインターネットを使って在宅ワークのように働きたい皆さんに説明会を随時実施します(要Eメール予約)。お子さん連れでも参加できます。

とき 随時(土日・祝日を除く)

ところ 石巻ビルディング6F(立町一丁目4-15)  
対象 パソコンでインターネット検索ができる方  
業務内容 リスト作成業

務、ライティングなど

☎ (株)テレワーク1000スタッフ(担当 浜野) hamano.takashi@telework1000staff.jp  
☎ 市商工課 (内線3526)

**シルバー人材センター 入会説明会**

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 11月21日(水)・28日(水) 午前9時(受付時間8時40分～50分) 入会時に必要なもの 年会費(3千円)、印鑑、健康保険証、七十七銀行の通帳

☎ (公社)シルバー人材センター(南中里三丁目14-3)  
☎94-3683  
市商工課(内線3523)

**ウォーキングイベント 紅葉の牧山ウォーク(11キロ)**

とき 11月11日(日)午前9時30分(午前9時集合)

ところ 集合・解散 石巻駅前  
コース 石巻駅前・零羊崎・神・牧山社務所・アスレチック広場・石巻駅前

料金 500円(保険料)  
☎ 石巻ウォーキング会 事務局 渡邊 ☎090-7326-7338  
☎25-6471

予約受付中  
平成31年版みやぎ手帳

で！

内容 一冊 500円(消費税込み)  
サイズ(17.5cm×8.8cm)  
見やすく使いやすい月間予定表と日記

最新の統計資料(国・県・市町村の主要指標)  
仕事や生活に役立つ資料

予約期限 11月8日(木)  
予約方法 直接または、電話で申し込みください。  
発売期間 11月22日(木)～12月10日(月)

※申込先で、代金引換となります。  
☎ 総務課 (内線4038)  
各総合支所地域振興課 各支所



**自衛官採用試験**

〈陸・海・空自衛官候補生〉

応募資格 18歳以上33歳未満

受付期限・試験日

11月2日(金)

(試験日11月10日(土)・11日(日))

11月26日(月)(試験日12月1日(土)・2日(日))

〈陸上自衛隊高等工科学校生徒(推薦)〉

応募資格 男子で中卒(見込み含む)17歳未満の成績優秀かつ生徒活動などに顕著な実績を修め、学

校長が推薦できる方

受付期間 11月1日(木)

試験日 平成31年1月5日(土) 7日(月)の指定された1日

〈陸上自衛隊高等工科学校生徒(一般)〉

応募資格 男子で中卒(見込み含む)17歳未満の方

受付期間 11月1日(木)

試験日 平成31年1月7日(月) 9日(水) 11日(金)

〈貸費学生〉

応募資格 大学の理学部、工学部の3・4年次等

受付期間 11月1日(木)

試験日 平成31年1月7日(月) 9日(水) 11日(金)

試験日 平成31年1月26日(土)

自衛隊宮城地方協力本部石巻地域事務所

(東松島市赤井字鷲塚1-

**石巻トレーニングセンターが12月1日にオープンします!**

オープンを記念しましてオープニングイベント(トレーニング体験会)と一般開放見学会を開催します。

※一般利用は、12月2日(日)からです。

とき 12月1日(土)

ところ 総合運動公園

回数券区分(1人) / 使用区分	1回券	11回券	とき
一般	500円	5,000円	午前9時~午後9時 ※日、祝日は午前9時~午後5時
大学生	300円	3,000円	
高校生	200円	2,000円	

☎ 体育振興課 25-6471 FAX 25-6473

6

☎ FAX 83-6789

**in石巻専修大学**

「ピリオバト」は一人を通して本を知る、本を通して人を知るがテーマのコミュニケーションゲームです。本を持ち寄って1人5分間で紹介し合い、質疑応答の後、一番読みたくなった本を投票してチャン

プ本を決めます。本のテーマは自由です。

とき 12月1日(土)

午前10時~11時30分

ところ 石巻専修大学図書

定員 6人程度

観覧者 30人程度

※観覧者は、当日参加も可。

申込方法 電話または、Eメールにて申し込みください。

申込期限 11月22日(木)

申込方法 石巻専修大学図書館(担当 尾崎) 221-7718

遠藤郁子研究室

end@isenshu-u.ac.jp

市総務課

(内線4037)

メンタルヘルス

講演会

うつ病は、心の症状だけでなく、体の症状として現

れることもあります。身近な人がうつ病になった時の対応について講演します。

とき 11月22日(木)

午後1時30分~3時30分

ところ 河北総合センター

「ビッグバン」

テーマ 「それってうつですか?」うつ病の理解と対応の仕方

講師 さいとうクリニック(横浜市)

齋藤庸男院長(精神科医)

定員 200人(先着)

※要電話予約

申込締切 11月15日(木)

申込方法 健康推進課

(内線2421)

各総合支所保健福祉課

第2回上級救命講習

一般公募

とき 11月25日(日)

午前8時30分~午後5時30分

ところ 石巻地区消防本部

対象 16歳以上

定員 30人(先着)

**第2回患者等搬送乗務員定期講習**

とき 11月30日(金)

午前9時~正午

ところ 石巻地区消防本部

対象 平成28年に患者等搬送乗務員基礎講習または患者等搬送乗務員定期講習を受講し、適認証(有効期限2年間)の交付を受けている方

申込方法 石巻広域消防ホームページまたは窓口にて申請書を取得し、申し込みください。

申込期間 11月12日(月)~21日(水)

※土日を除く

石巻地区広域消防本部警防課

95-7111

URL http://soyoubou.jp/

認知症サポーター養成開放講座

認知症の理解と対応、認知症サポーターの役割などの講義と受講者には、テキストとオレンジリングを配布しています。

とき 11月29日(木)

午後2時~4時

ところ イトーヨーカドー石巻あけぼの店正面入口側会場

定員 20人(先着)

※要予約

申込方法 電話または窓口で申し込みください。

申込期間 介護保険課

(内線2437)

**地域の支え合いを考える大会**

誰もが安心して暮らせる「地域共生社会における支え合い」について考える研修会を開催します。

とき 12月2日(日)

午後1時30分~4時15分

ところ 石巻専修大学5号館3階

内容

・基調講演

「地域共生社会の推進と地域力強化について」

・パネルディスカッション

「地域生活課題の解決に向けた取組について」

講師 日本相談支援専門員

協会代表理事 菊本圭一

定員 300人(先着)

※要電話予約

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

申込方法 石巻市地域包括ケア推進協議会(包括ケア推進室 内線2572)

牡鹿半島の旬の味「ワンコイン祭り」

とき 11月11日(日)

午前10時30分~午後1時30分

ところ はまさい隣(荻浜字家前)

内容 牡鹿半島の旬である、焼きがき、石巻おでんなどがワンコイン(100円・500円)で味わえます。会場ではエイサーや

**弁護士・社会福祉士による巡回無料相談会**

**弁護士による相談内容**

- ・離婚・家庭内暴力・被災ローン減免制度・金銭貸借・解雇・パワハラ・未払賃金など
- ・建築トラブル・不動産トラブル・交通事故・損害賠償・生活困窮・近隣トラブルなど

**社会福祉士による相談内容**

- ・生活困窮・介護・物忘れが気になる・人間関係・ストレス・眠れないなどひとりで悩まず専門家にご相談ください。上記以外の相談も可能です。

とき	ところ	相談時間	相談担当者
11月12日(月)	仮設向陽団地集会所(向陽町五丁目13-1)	午後1時~3時30分	弁護士
11月19日(月)	社会福祉協議会桃生支所(桃生町中津山八木157-1 桃生地域福祉センター内)		
11月26日(月)	仮設渡波第1団地集会所(渡波字四勺13-10)		弁護士・社会福祉士

※予約優先(当日相談可)。相談は専門家との個別面談です。

※巡回相談会のほか、法テラス東松島でも専門家による無料相談ができます。

曜日により担当専門家が異なりますので、詳しくは問い合わせください。

☎ 法テラス東松島 050-3383-0009 午前9時~午後5時(土日・祝日を除く)

☎ 市生活再建支援課(内線3965)

よさこいのステージも行われます。

☎ NPO牡鹿の旬彩

090-8615-0309

市観光課

(内線3537)

**「税を考える週間」11月11日~17日**

「くらしを支える税」をテーマにイベントを行います。

とき 11月17日(土)

午後1時30分

ところ イトーヨーカドー石巻あけぼの店

内容

・税金クイズ、一億円体験コーナーなどのイベント

・「税の絵はがきコンクール」選考会

☎ 局 (公社)石巻法人会事務局

93-6704

市市民税課

(内線3097)

**石ノ森萬画館**  
ISHINOMAKI MANGATTAN MUSEUM


石ノ森萬画館 ☎96-5055

### マンガタン文化祭

11月3日(土・祝)の「まんがの日」にちなんだ文化祭を開催します。今年はSF・宇宙をテーマとした楽しいイベントが盛りだくさんです。

とき 11月3日(土・祝)  
午前10時～午後4時

ところ 石ノ森萬画館



**サン・ファン館**

サン・ファン館企画広報課 ☎24-2210 (火曜日・年末年始休館)  
✉k-kouhou@santjuan.or.jp

### サン・ファン・イルミネーションツリー 2018

とき 11月9日(金)～平成31年1月6日(日)  
午後4時30分～8時30分(入館不可)

---

復元船進水25年記念シンポジウム  
「空と海とサン・ファン号」

海洋冒険家の今給黎 教子氏と共に、サン・ファン号が与えてくれたチャレンジ・勇気・その偉業の象徴である雄姿を再確認します。

とき 11月22日(木)  
午後1時～4時30分(受付開始午後0時30分)

ところ 石巻グランドホテル

申込方法 電話またはEメールにて申し込みください。  
☎ ☎sympo@santjuan.or.jp

---

### 第10回サン・ファン絵画コンクール作品展

サン・ファン絵画コンクール全応募作品を展示します。テーマに沿って描かれた小中学生の力作が並びます。

とき 11月23日(金・祝)～平成31年1月20日(日)

料金 一般350円・高校生以下無料(入館料)

**生きがいと創造の事業 作品展とみなと荘祭り**

「生きがいと創造の事業」で受講生が製作した作品を展示します。「みなと荘祭り」も同時開催します。

とき 11月18日(日)  
午前10時～午後2時

ところ みなと荘

内容


- ・作品展  
木工・陶芸・手編みの3講座で製作した作品
- ・みなと荘祭り  
みなと荘を利用して、団体・サークルの作品展と舞台発表や体験コーナーなど

☎96-10845  
市福祉総務課  
(内線2456)

### 第17回石巻かき祭り

地場産品販売や、かき鉄板焼き、かきご飯などの飲食ブースも多数出店します。

とき 11月23日(金・祝)  
午前9時30分～午後2時



☎90-2131  
市水産課(内線3519)

ところ 水産総合振興センター

タリ

石巻かきブランド化事業委員会(JFみやぎ石巻市東部支所)

**無料経営相談会 開催のお知らせ**

会社経営者や個人事業者の経営課題の解決のため、専門家による無料相談会を開催します。

とき 11月7日(水)・12月5日(水)・13日(木)・19日(水)

☎98-8782  
FAX 93-9397  
URL <http://www.iss-net.jp/>

無料経営相談会

会社経営者や個人事業者の経営課題の解決のため、専門家による無料相談会を開催します。

とき 11月7日(水)・12月5日(水)・13日(木)・19日(水)

☎96-3611

女性司法書士による女性のための無料法律相談会

県内に在住もしくは県内に職場のある女性を対象として、セクハラ・DV・借金・相続・親の介護問題等について、女性司法書士が電話面接による相談を行います。

とき 11月10日(土)

電話相談 午前10時～午後4時

面接相談 午後1時～4時

※面接相談は予約優先

☎石巻司法書士相談センター(鑄銭場59いせんばプラザ102)(午後1時～4時)

**せうがく・せうじゅく・せいごまごいし相談会**

仕事や生活などにお困りの方に対して出張相談会を実施します。一人一人の状況に応じて、専門の支援員が専門機関と連携して解決に向けた支援を行います。

とき 11月28日(水)  
午前10時～午後3時

ところ 北上保健医療センター

保護課(内線2505)

相談専用電話番号  
☎0120-216-870

**ハローワークの出張相談会**

就職に関する相談が出来ます。

とき・ところ

- ・11月13日(火) 河北総合支所
- ・11月14日(水) 河南総合支所
- ・11月27日(火) 雄勝総合支所

※全て午前10時～午後3時

☎95-0158  
市商工課(内線3523)

**生活不安の悩み**

生活保護制度および生活困窮者自立支援制度による

**せうがく・せうじゅく・せいごまごいし相談会**

仕事や生活などにお困りの方に対して出張相談会を実施します。一人一人の状況に応じて、専門の支援員が専門機関と連携して解決に向けた支援を行います。

とき 11月28日(水)  
午前10時～午後3時

ところ 北上保健医療センター

保護課(内線2505)

り、生活にお困りの方の相談を受けています。

生活に不安を抱えている方や仕事に就く自信のない方、あるいは病気や身体の障害など、何らかの事情により生活に困窮した場合に、一人で悩まずに窓口までご相談ください。

なお、相談の秘密は固く守られます。

☎保護課(内線2506)

**全国一斉「女性の権利ホットライン」強化週間**

夫やパートナーからの暴力やストーカー行為、職場でのセクシュアル・ハラスメント、家族間での問題など、さまざまな人権問題について、人権擁護委員が電話相談に応じます。秘密は固く守られます。

とき 11月12日(月)～16日(金) 午前8時30分～午後7時

11月17日(土)・18日(日) 午前10時～午後5時

☎0570-070-810 (ナビダイヤル)

☎022-225-5743  
仙台法務局人権擁護部

**東日本大震災の被災者支援のための無料相談会**

災害援護資金の返済相談、クレジット・消費者金融などの返済に関する相談、ヤミ金融被害、労働問題、その他東日本大震災に伴う生活困窮などの困りごとに関する

☎022-263-7231  
市民相談センター  
(内線2534)

して、弁護士・司法書士が面談相談を行います。

とき 11月11日(日)  
午後1時～5時

ところ 向陽地区コミュニティセンター

※予約優先(当日の参加可)

☎宮城県クレジット・サラ金問題を解決する会(みやぎ青葉の会)  
☎022-711-6225

当日の問い合わせ  
☎070-2436-7460  
市市民相談センター  
(内線2534)


**交通事故の損害賠償でお困りの方へ**

自動車事故被害に関する示談をめぐる損害賠償の問題でお困りの方へ、弁護士が「中立・公正」な立場で、当事者間の紛争解決のお手伝いをします。

被害者ご本人に損害賠償問題の法律知識がなくても、交渉に不慣れでも安心です。

※要電話予約

☎(公財)交通事故紛争処理センター仙台支部  
☎022-263-7231  
市民相談センター  
(内線2534)



### 空き家無料相談会

空き家の維持管理、相続問題、解体、売却などについて、不動産や法律・建築などの専門家が無料で相談に応じます。

と き	と ころ
11月18日(日)	午前9時～午後4時 河北総合センター「ビッグバン」



**対 象** 市内にある空き家の所有者または管理者（今後、空き家を所有する見込みの方を含む）  
※要予約  
☎・📍 復興政策課（内線 4215）

### 市民相談センターから

《注文していないのに》  
時々利用している大手インターネット通販会社から、注文していないのに、代金引換配達で商品が届いたという相談がありました。一度支払ってから返金を求めても、取り戻すのは困難です。身に覚えのない荷物が届いたときには、被害を防ぐためにも受け取り拒否をしましょう。  
また、家族宛ての荷物のときは、本人に注文したかどうかを確認してください。



送りつけの被害に遭ったときには、通販会社にもすぐに問い合わせ、調査を依頼するとよいでしょう。  
《弁護士による無料法律相談》  
日程などは「11月の相談あんない」をご覧ください。  
☎ 市民相談センター  
23-5040

## 11月の相談あんない

### 行政

- 行政書士相談 ※要予約  
19日(月) 午前10時～午後3時 市役所2階相談室A・B  
☎・📍 宮城県行政書士会石巻支部 ☎95-3820
- 行政相談  
5日(月) 午前10時～午後3時 北上保健医療センター事務室  
7日(水) 午後1時30分～3時30分 河南総合支所第2庁舎1階会議室  
14日(水) 午後1時30分～3時30分 石巻中央公民館楽屋  
☎ 東北管区行政評価局 ☎022-262-7839
- 県政に関する相談(県石巻合同庁舎1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3040)

### 法律

- 弁護士による無料法律相談(市役所2階市民相談センター相談室)  
13日(火) うみかぜ法律事務所 高橋弁護士  
27日(火) いしのみき法律事務所 前田弁護士  
午前10時30分～午後4時  
※定員1日9人[先着] ※要予約 予約受付開始 1日(木) 午前9時  
☎・📍 市民相談センター(内線2532・2533)
- 法律(弁護士)相談  
・仙台弁護士会無料相談(石巻法律相談センター 穀町12-18 石巻駅前ビル4階)  
月～金曜日(祝日を除く) 受付時間 午後1時～3時  
日曜日(祝日を除く) 受付時間 午前10時～午後3時  
※要電話予約  
※震災時、被災3県に在住の方は刑事事件・法人を除き、ご本人の相談は無料です。  
☎・📍 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  
午後1時～3時 ☎23-5451
- 司法書士による無料法律相談会  
(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)  
毎週水・金・土曜日(祝日を除く) 午後1時30分～4時30分  
※司法書士が無料で相続登記・法律相談に応じます。予約優先  
※10日(土)は女性のための相談会として相談時間が変わります。  
午後1時～4時  
☎・📍 石巻司法書士相談センター ☎96-3611  
午前9時～午後5時(土日・祝日を除く)

### 交通事故

- 県交通事故相談(県石巻合同庁舎1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3040)
- 交通事故に伴う自動車保険請求相談(そんぼ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

### 子ども

- 18歳未満の子どもに関する相談 県東部児童相談所(県石巻合同庁舎)  
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(子育て支援課)  
午前9時～午後4時(土日・祝日を除く) ☎24-6848

### 暮らし

- 無料人権相談  
特設人権相談窓口を開設します。  
5日(月) 午前10時～午後3時 北上保健医療センター指導室  
7日(水) 午前10時～午後3時 河南総合支所第2庁舎1階会議室  
16日(金) 午前10時～午後3時 河北総合支所2階会議室  
※仙台法務局石巻支局では、随時相談を受け付けています。  
☎ 仙台法務局石巻支局 ☎22-6188
- 年金受給に関する相談(石巻年金事務所 ☎22-5118) ※要予約  
・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。  
(受付時間 午後6時まで)  
・休日年金相談 10日(土) 午前9時30分～午後4時(受付時間午後3時まで)
- 農家相談(河北総合支所3階会議室)  
15日(木) 受付開始 午後1時30分  
※農地法許可申請受付期間 5日(月)～9日(金)  
☎ 農業委員会事務局 ☎62-4826
- 県消費生活相談(県石巻合同庁舎1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
- 市民生活相談(市役所2階市民相談センター)  
※時間はいずれも午前9時～午後5時  
市民相談(内線2532) ※土日・祝日を除く  
家庭児童相談(内線2534) ※月・火・木・金曜日  
少年相談(内線2533) ※月・火・水・木曜日  
消費生活相談(☎23-5040) ※土日・祝日を除く
- 虐待・DV相談(市役所2階虐待防止センター)  
午前8時30分～午後5時 ※土日・祝日を除く  
(内線2535・2538・2539・2543) 直通☎23-6614  
※児童、高齢者、障害者の各種虐待相談およびDV相談

### 介護

- 各地区包括支援センター ※( )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



# 11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。

<b>総合体育館</b> ☎95-8998	開 午前9時～午後9時(日曜・祝日は午後5時まで) 休 第4木曜日
1日(木) 午前11時 2日(金)・3日(土・祝) 午前9時	平成30年宮城県高等学校空手道新人大会
4日(日) 午前9時30分	石巻地区段位審査会(剣道)
10日(土) 午後2時	日本空手協会石巻地区協議会昇級審査会
11日(日) 午前8時45分	第32回石巻卓球協会長杯争奪卓球大会
17日(土) 午前10時30分	POWER up JAPAN from Tokyo いわて・みやぎ・ふくしま 3県合同バレーボールフェスティバル in 石巻
18日(日) 午前9時	第12回亀山杯家庭バレーボール大会
23日(金・祝) 午前8時30分	石巻市・塩釜市・大崎市親善ソフトテニス大会
6日(火) 午後2時 / 8日(木)・15日(木)	午後6時30分 / 20日(火) 午前10時 体組成測定会

<b>総合運動公園</b> ☎22-9111 FAX22-9112	開 午前5時～午後9時 休 なし	
10日(土) 午前8時～午後5時	第30年度宮城県高野連東部支部1年生大会	市民球場
23日(金・祝) 午前8時～午後4時	石巻野球フェスティバル	
25日(日) 午前8時～午後5時	石巻中央カップ	
4日(日)・7日(水)・10日(土) 午前8時～午後4時	第71回宮城県高校新人大会ラグビー競技	フットボール場
11日(日) 午後1時	コパルトーレ女川 vs 流経大ドラゴンズ龍ヶ崎	
16日(金)・17日(土) 午前9時～午後4時	平成30年度宮城県高等学校サッカー新人大会	
25日(日) 午前9時～午後4時	トップイーストDV1	ふれあい グラウンド
4日(日)・7日(水)・10日(土) 午前8時～午後4時	第71回宮城県高校新人大会ラグビー競技	
11日(日) 午前8時～午後4時	宮城県社会人リーグ	
16日(金) 午前9時～午後4時	平成30年度宮城県高等学校サッカー新人大会	フットボール フィールド
25日(日) 午前9時～午後4時	トップイーストDV1	
3日(土・祝) 午前9時～午後4時	石巻地区秋季リーグ(サッカーライン)	
4日(日)・7日(水)・10日(土) 午前8時～午後4時	第71回宮城県高校新人大会ラグビー競技(ラグビーライン)	フットボール フィールド
4日(日)・11日(日)・23日(金・祝)・ 25日(日) 午前9時～午後3時	第7回石巻かほく杯U-15サッカー選手権大会(サッカーライン)	
10日(土) 午前8時～午後4時	高円宮杯U-15東北大会(サッカーライン)	
11日(日) 午前8時～午後4時	宮城県社会人リーグ(ラグビーライン)	フットボール フィールド
17日(土) 午前9時～午後4時	石巻地区秋季リーグU-11(サッカーライン)	
17日(土)・24日(土) 午前9時～午後3時	石巻ラグビーデー《ラグビーライン》	
25日(日) 午前9時～午後4時	東北大学医学部現役OB交流大会(ラグビーライン)	フットボール フィールド
18日(日) 午前8時～午後6時	県下駅伝大会(市民球場・ふれあいグラウンド・フットボールフィールド)	

<b>石巻中央公民館</b> ☎22-2970 FAX21-6050	開 午前9時～午後9時 休 なし
2日(金)・14日(水) 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 2日 親子 de セルフマッサージ 14日 親子 de 工作[手型でミノムシ]
12日(月)・19日(月)・ 26日(月)・12月3日(月) 午前10時～正午	市民教養講座「第3回カラオケ広場」 人前ではどうも上手く歌えない。一曲ぐらいは歌えるようになりたいという方、ぜひ、参加してみませんか。 対 象 初心者 定 員 80人(先着) ※要電話予約 料 金 500円(教材費) 申込期間 1日(木)～9日(金)
21日(水)・29日(木)・ 12月6日(木) 午前10時～午後0時30分	市民教養講座「椅子に座ってお抹茶をいただきます」 講 師 茶道裏千家 助教授 大森 宗憲 料 金 900円(抹茶、菓子代) 定 員 20人(先着) ※全3回に参加できる方 申込方法 参加費を添えて、直接申し込みください。 申込期限 19日(月)
24日(土) 午前10時～11時45分	ジュニア・リーダーサークルげろっば 「第3回げろっば祭り」 内 容 ジュニアとゲーム・もの作り・チャレンジコーナー・紙飛行機とばしなど 対 象 小学1～6年生
25日(日) 午前9時30分～午後3時30分 (受付開始 午前9時)	石巻市石巻支部主催「第11回ドッジボール大会」 と ころ 総合体育館 対 象 小学3～6年生(子ども会・学校単位でも可) 内 容 石巻支部ルールにより、1セット5分×3セットで試合を行う。 優勝、準優勝、3位のチームには記念品を贈呈する。 申込方法 石巻中央公民館で配布している申込書に記入の上FAXまたは郵送にて申し込みください。
25日(日)まで	第55回石巻中央公民館文化祭開催中!!

<b>蛇田公民館</b> ☎95-0183	開 午前9時～午後9時 休 なし
11日(日) 午前10時	第31回蛇田公民館利用協年末チャリティ芸能大会 内 容 芸能大会(歌・踊り・詩吟・大正琴・民謡など)・野菜・花鉢のバザーコーナー

<b>渡波公民館</b> ☎24-0941	開 午前9時～午後9時30分 休 なし
11日(日) 午前8時30分	第41回渡波地区市民家庭バレーボール大会 と ころ 渡波小学校
13日(火) 午後1時30分	女性教室「くらしの講座」学習会 内 容 「がん予防について」 講 師 宮城県対がん協会
23日(金・祝) 開演 午後1時30分 (開場 午後0時30分)	渡波地区文化講演会「お笑いものまねライブ in 渡波」 出 演 お笑いものまねタレント カマダ セイコ 料 金 500円
27日(火) 午後1時30分	高齢者教室「寿大学」学習会 内 容 講話「サンファン出帆の地」 講 師 速藤 光行(元石巻市立湊小学校長)

<b>稲井公民館</b> ☎22-4303	開 午前9時～午後9時30分 休 なし
10日(土)・11日(日) 午前9時～午後4時 ※11日(日)は午後3時まで	第25回稲井地区作品展示会
16日(金) 午後1時30分～3時30分	稲井くらしの講座11月学習会「わくわく健康体操」

<b>図書館</b> ☎93-8635	開 午前10時～午後6時(水曜日は午後7時まで、日曜日と3日(土・祝)は午後5時まで) 休 月曜日、23日(金・祝)
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・手遊びなどを一緒に楽しみましょう。
2日(金)・16日(金) 午前10時30分～11時	あかちゃんおはなし会 赤ちゃん絵本・わらべうた・手遊びなどで、親子一緒に楽しみましょう。これからパパ・ママになる方も参加ください。おはなし会終了後から正午まで多目的室を開放します。
3日(土・祝) 午前10時30分～11時	たのしいおはなし会文化の日スペシャル(なつかしいあそび) 絵本・手遊びなどで、お話に親しみましょう。さらに、「なつかしいあそび」コーナーも設置します。
8日(木) 午前10時～正午	絵本とおはなしの会勉強会 絵本の読み聞かせやストーリーテリング(お話の語り)と一緒に練習しませんか。
13日(火) 午前10時～正午	読書会 今月の本『おらおらでひとりいぐも』若竹 千佐子 著 この作品を読んで、感想をおしゃべりしませんか。
17日(土) 午前10時30分～11時	たのしいおはなし会 絵本・紙芝居・手遊びなどで、お話に親しみましょう。
20日(火) 午前10時～正午	子どもの本を読む会 今月の本『兄ちゃんは戦国武将!』佐々木 ひとみ 著 子どもの本を読む、大人のための読書会です。
18日(日)まで 開催	企画展「手作り絵本展 & "子どもの本を読む会"ってなに?」 市民の皆さんが心をこめて作った、世界にたった一冊しかない手作り絵本を展示しています。作者へお便りを書けるお手紙コーナーや、絵本作りに関する本を集めたコーナーもあります。
18日(日) 午前10時30分～11時	定例おはなし会 ※河北分館(ビッグバン図書室)
12月2日(日) 午前10時30分～11時30分	クリスマスおはなし会 ※河北分館(ビッグバン ふれあいの部屋)
<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などに出張し、貸出券の発行や本の貸し出しを行っています。
9日(金) 午前10時30分～11時30分	子育て支援室「わくわく」 湊子育て支援センター ※読み聞かせもあります。
21日(水) 午前10時30分～11時30分	みんなであそぼう 釜子子育て支援センター ※読み聞かせもあります。
29日(木) 午前10時～11時30分	親子教室 なかよし保育園 ※読み聞かせもあります。

<b>河北総合センター「ビッグバン」</b> ☎62-1120	開 午前9時～午後9時 休 月曜日
10月28日(日)～ 11月3日(土・祝) ※10月29日(月)は休館日	フェスティバル・イン・かほく 2018「かほく文化祭」 ・作品展 10月28日(日)～11月3日(土・祝) 午前9時～午後5時 ・芸能音楽祭 10月28日(日) 午前10時 ・レッツダンス大会 11月3日(土・祝) 午後1時 ・神楽大会 11月3日(土・祝) 午前9時30分
4日(日) 開演 午後3時	司馬遼太郎「燃えよ剣」～土方歳三に愛された女、お雪～ 出 演 十朱 幸代 宮川 彬良(ピアノ演奏) 料 金 全席指定 3,000円 ※未就学児はご入場できません プレイガイド 河北総合センター・遊楽館・ヤマト屋書店TSUTAYA(あけぼの店・中里店)・ ローソンチケット・イープラス
11日(日) 開演 午後1時30分	平成30年度財団設立30周年記念事業 綾小路さきみら笑撃ライブ2018 ※チケットは完売
17日(土) 開演 午後1時30分	第22回仏教講演会 笑うみんなが観音さま ～落語と法話をおり交ぜての講演～ 十二教区仏教講演会 坂本 ☎62-0742
25日(日) 午前9時30分	河北協会主催 第78回バドミントン大会団体戦 河北バドミントン協会事務局 ☎94-1320

<b>遊楽館</b> ☎72-3561	開 午前9時～午後9時 休 月曜日
3日(土・祝) 午前9時20分～午後3時	第27回かなんまつり 園 河南総合支所地域振興課 ☎72-2114 環境フェア2018 園 環境課(内線3369)
15日(木) 開演 午後1時 (開場 午後0時30分)	第39回宮城県老人クラブ大会 ※要電話予約 園 (公財)宮城県老人クラブ連合会 ☎022-223-1156
18日(日) 午前10時～午後3時	科学で東北を盛り上げ隊! @石巻 園 やまがた「科学の花咲く」プロジェクト事務局(山形大学SCITAセンター内) ☎023-628-4506
23日(金・祝) 開演 午前11時	MKピアノルーム ピアノ発表会 園 MKピアノルーム ☎090-2606-9458
24日(土) 開演 午後1時30分	大槻ひとみ門下生ピアノ発表会 園 大槻 ☎090-1062-1938
25日(日) 開演 午後1時	齋藤かおりピアノ教室 発表会 園 齋藤 ☎090-7064-7564

<b>石巻健康センターあいプラザ・石巻</b> ☎95-8640 FAX95-8664	開 午前10時～午後9時(日・休講日は午後5時まで) 休 なし ※3日(土・祝)・23日(金・祝)は通常営業
19日(月)	「新春☆川柳大会」の申込用紙の配布を開始します あいプラザに関する川柳を詠んでみませんか!! 特別賞(1名)・優秀賞(2名)・その他の賞(若干名)を受賞した方には素敵なプレゼントを贈呈します!! 受付開始 12月1日(土) ※発表は1月中旬以降です。
平成30年度後期講座(10月～3月) 講座受講生募集中です! パンフレットは、受付にて配布中です!	
【11月の休館日・休講日】 休館日: なし 休講日: 11月3日(土・祝)、23日(金・祝)	

<b>河南室内温水プール</b> ☎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
25日(日) 午前11時～正午	アクアオーワーク 料 金 500円(税込) ※初めてのの方は無料 定 員 5人(先着) 講 師 金山 末子 申込方法 電話または直接申し込みください。

<b>にっこりサンパーク</b> ☎67-2038または67-2712	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
野球場・テニスコート:要電話予約	

<b>牡鹿交流センター屋内温水プール</b> ☎45-3618	開 午前11時～午後7時 (休館日の前日と日曜日は、午前10時～午後5時) 休 月曜日
屋内温水プール利用料金 一般・高校生500円 3歳～中学生200円 3歳未満無料	
<b>トレーニング機器 使用講習会</b>	
●総合体育館 ☎95-8998 6日(火) 午後2時/8日(木)・15日(木)午後6時30分/20日(火)午前10時 ※各日定員20人(先着) ※電話または直接予約してください。 ※受け付けは開始5分前まで	
●ビッグバン ☎62-1120 9日(金)・23日(金・祝) 午後3時/午後7時 ※要電話予約	
●遊楽館 ☎72-3561 11日(日)・21日(水) 正午/午後5時 ※要電話予約	
●牡鹿交流センター ☎45-3618 利用時間 午前11時～午後7時 ※休館日の前日と日曜日は、午前10時～午後5時 随時受付 ※要電話予約	

# 11月の健康コーナー

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

こころの体温計



## ❖相談(妊産婦・栄養・歯科相談は要予約)

相談名	とき	ところ	☎・☎ 健康推進課	
健康相談	月～金 (祝日を除く) 8:30～17:00	健康推進課	内線2425	
育児相談			内線2422	
こころの電話相談			内線2421 ☎94-9132	
栄養相談	5日(月)	10:00～12:00	保健相談センター	内線2428
歯科相談	12日(月)	13:00～15:00	保健相談センター	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 またはベビースマイル	内線2422

## ❖定点型からだとこころのケアサロン「からこころ」

とき 27日(火) 午前10時30分～午後3時  
 ミニ勉強会のテーマ 「健診結果の見方について」  
 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。  
 スタッフ からこころステーション心のケア相談員  
 (医師・看護師・心理士・精神保健福祉士など)  
 ☎ 河南総合支所保健福祉課 ☎72-2094 (内線272)

❖からこころ相談ダイヤル:心の無料電話相談 ☎0120-322-016 (午前10時～午後4時)  
 担当:震災こころのケア・ネットワークみやぎ ※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 ☎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 17日(土) 午後2時～4時  
 ところ 石巻レインボーハウス(中里二丁目2-3)  
 ☎ 仙台グリーフケア研究会 ☎070-5548-2186

❖つむぎの会:さまざまな形で子供を亡くした親の集いです。  
 とき 25日(日) 午後1時 ところ 保健相談センター  
 ☎ 「つむぎの会」 ☎090-8614-5466

問 健康推進課 ☎94-9132

## ❖心理カウンセラーなど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・依存症などこころの問題についての相談を行います。

とき	ところ	担当	☎・☎
1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(木) 10:45～			

## ❖東部保健福祉事務所(県合同庁舎内石巻保健所) 要予約

相談・教室名	内容	とき	☎・☎
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	16日(金) 10:00～14:00	☎95-1431
アルコール家族教室	アルコール関連問題を抱えた家族を対象にした教室	14:15～15:15	
思春期・引きこもり相談	心の問題についての専門相談	28日(水) 13:00～17:00	

## ❖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
2日(金)・16日(金) 10:00～12:00	仮設大橋団地集会所
26日(月) 10:00～12:00	鹿妻南コミュニティハウス(鹿妻二丁目6-25)
8日(木) 10:00～11:30	市営筒場復興住宅集会所
22日(木) 10:00～11:30	寿楽荘(日和が丘一丁目1-1)
※悪天候などの事情により中止する場合があります。 ※初めての方もご参加ください。 ☎ 健康推進課 ☎94-9132	
蛇田お茶っこサロン	
14日(水) 10:00～12:00	新蛇田第1集会所(新立野復興住宅)
☎ 健康推進課 ☎94-9132	

### 【石巻地区】大腸がん検診が終了します

検診は12月7日(金)までです。まだ、受けていない方は、早めに受診しましょう。

対象の方で追加申し込みを希望する場合や、検診の申し込みをされていて通知書が届かない場合は問い合わせください。

☎ 健康推進課(内線2413)

### 【石巻地区】結核・肺がん検診が終了します

結核・肺がん検診が11月22日(木)で終了します。まだ、受けていない方は、早めに受診しましょう。

申し込みしていない方で、受診を希望する方は、追加申し込みができますので、問い合わせください。

☎ 健康推進課(内線2413)

### 第14回市立病院健康講座 「なるほど健康塾」

地域の皆さんが病気や医療について知識を深め、健康増進・維持に役立ててもらえるよう健康講座を開催しています。申し込み不要です。

とき 11月15日(木) 午後1時～2時

ところ 市立病院3階講堂

テーマ インフルエンザと風邪の新常識  
～感染予防でこの冬を乗り切ろう!～

講師 市立病院 内科部長

☎ 市立病院病院総務課 ☎25-5555

### 愛の献血

とき・ところ

4日(日)	㈱カワチ薬品 石巻支店	午前10時～11時45分 午後1時～4時30分
11日(日)	イオンモール石巻	
24日(土)		

☎ 健康推進課(内線2418)

### “がん”について語ろう

がんになり抱える悩み・不安について、一緒にお話ししましょう。ご家族の方もぜひご参加ください。

対象	とき	内容	ところ	料金
①がん体験者とご家族、地域の皆さん	11日(日)	○ハイキングに行こう!～がん仲間と共に～サポートを頂きながら、山の自然を楽しみませんか。ゆるやかコースもあります。 申込方法 2日(金)までパセリへ電話で申し込み	上品山 ※要電話予約	1,000円 (保険代など)
	13日(火) 15:00～16:00	○筋肉トレーニングの大切さを学びましょう 自宅で出来る簡単ストレッチやトレーニングと一緒に体験しましょう。	石巻赤十字病院 会議室	無料
	12月1日(土) 13:30～14:30 14:30～15:30	●茶話会&交流会 ○アロマスプレー制作 日常を心地良く過ごせるように、アロマセラピーを生活に取り入れてみませんか。 ○交流会	石巻レインボーハウス (中里二丁目2-3)	100円
②がんの種類問わず	24日(土) 13:30～15:00	○がんについて、人生についてさまざまな事を皆さんで語り合います。	ここひろ (蛇田字中坪5-8)	200円

☎ ①マンマの会パセリ(石巻乳がん体験者の会) 菅原 ☎070-5320-5538

②がん哲学外来 日和山カフェ代表 佐藤 ☎080-5742-4225 (月～金曜日 18:00～20:00)

市健康推進課(内線2415)

## ❖乳幼児の検診・相談

対象地区	健診・教室名	対象	実施日	受付時間	会場
石巻	3～4カ月児健診	H30年7月生まれ	9日(金)・29日(木)	12:30～12:45	保健相談センター
	1歳児よちよち相談	H29年10月生まれ	5日(月)・15日(木)・19日(月)	9:15～9:30	
	1歳6カ月児健診	H29年3月生まれ	8日(木)・16日(金)・27日(火)	12:30～12:45	
	2歳児歯科健診	H28年4月生まれ	13日(火)・22日(木)・28日(水)	12:30～12:45	
	3歳児健診	H27年5月生まれ	2日(金)・6日(火)・30日(金)	12:30～12:45	
河北雄勝北	3～4カ月児健診	H30年7月4日～8月28日生まれ	28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	H29年3月～4月生まれ	21日(水)	12:30～12:45	
	2歳児歯科健診	H28年4月～5月生まれ	7日(水)	12:30～12:45	
河南桃生	3～4カ月児健診	H30年7月生まれ	30日(金)	12:45～13:00	河南母子健康センター
	3歳児健診	H27年5月生まれ	22日(木)	12:30～12:45	
牡鹿	3～4カ月児健診	H30年7月生まれ	29日(木)	12:30～12:45	保健相談センター
	1歳6カ月児健診	H29年3月生まれ	27日(火)	12:30～12:45	
	3歳児健診	H27年5月生まれ	30日(金)	12:30～12:45	

## ❖各種教室・講演会

教室名	内容	とき	ところ	☎・☎
もぐもぐ育児教室(石巻地区)	対象 5～7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、保護者同士の交流など 定員 15組程度(要予約)	21日(水) 13:30～15:00 (受付開始13:15～)	保健相談センター	健康推進課(内線2428)
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。	27日(火) 9:30～11:00	遊楽館アリーナ	河南総合支所保健福祉課(内線272)

**【石巻地区】乳がん検診の夕方検診を実施します 要予約**

**と き** 6日(火)・22日(木)  
**と ころ** 保健相談センター  
**受付時間** 午後4時30分～6時30分  
**対 象** 30歳代、40歳以上(偶数年齢)の女性  
 ※対象年齢は平成31年3月31日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。  
**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。  
 ㊟・㊞ 健康推進課(内線2427)

**風しんに注意してください!!**

関東地方を中心に風しんが流行しています。妊娠20週頃までの女性が風しんウイルスに感染すると胎児にも感染してしまい、生まれた赤ちゃんが先天性風しん症候群という重い病気を発症することがあります。  
 先天性風しん症候群の主な症状は、生まれつきの心臓病、白内障、難聴、発育発達の遅れなどです。妊娠中の女性は、ワクチンを受けることができないため、妊娠中の女性のそばにいる人は風しんを発症しないよう予防に努めてください。これまでにワクチンを受けたことがない方(特に30～50代の男性)は、注意が必要です。また、妊娠中の女性は風しんが流行している地域に出かけることを再考したり、流行している地域での外出を控えましょう。  
 ㊟ 健康推進課(内線2413)

**「ヘルシー栄養セミナー」受講者募集**

血糖高めの方、生活習慣を見直してみませんか。  
**と き** 11月20日(火)・12月4日(火)・19日(水)・平成31年1月10日(木)  
 ※11月20日(火)午後1時に開講式  
**と ころ** 河南母子健康センター  
**料 金** 200円(材料費)  
**定 員** 20人(先着)  
**対 象** 河南地区在住の40歳～74歳の方  
**申込期限** 11月7日(水)  
 ㊟・㊞ 河南総合支所保健福祉課 ☎72-2094

**市立病院より**

**～本当は怖い高齢者肺炎～**

多くの方が「医療が進み、良く効く抗生物質(抗菌薬)を惜しみなく使える日本。肺炎なんて怖くない」と思っていませんか? 実は、肺炎は、がん、心臓病に次いで、わが国の死亡原因の第3位を占めています。年齢別にみると60歳以降に急激に肺炎死亡が増加し、75歳以降の後期高齢者が全肺炎死亡の95%を占めています。  
 若い人の肺炎は適切な抗菌薬で治りますが、高齢者の肺炎は抗菌薬だけでは治りません。若い人では「バイ菌の強さとうつりやすさ」で肺炎が起こるのに対し、高齢者では「自身の内部の問題」で肺炎が起こるためです。介護が必要な状態(フレイル)になったり、脳のある一部に障害が起こると、唾液などを肺に(※)誤嚥しやすくなります。この状態で、お口の汚れや歯周病の悪化でバイ菌が増えたり、体の抵抗力や栄養状態が低下すると容易に肺炎を起こします。抗菌薬で治療しても長引き、遂には抗菌薬が効かなくなったバイ菌(耐性菌)を含む唾液の誤嚥が続くため、肺炎は治りづらく重症化し、死に至ります。若い人では「たかが肺炎」ですが、「本当は怖い高齢者肺炎」と言えます。  
 高齢者肺炎は予防が重要です。禁煙や運動、生活習慣病や歯科疾患の治療で脳梗塞やフレイルを予防し、お口を清潔にしてしっかり食べて飲み込める生活を心がけることが、「健康寿命を延ばしてピンピンコロリの人生を歩む」ための大切な秘訣のひとつです。  
 ※誤嚥: 飲食物や唾液(だえき)を誤って食道ではなく、気道に飲み込むこと  
 石巻地域肺炎ネットワーク(石巻赤十字病院・石巻市立病院)  
 ㊟ 市立病院地域医療支援センター ☎25-5555

**がん予防セミナー**

**「知ってほしい大腸がんの今～大腸がんの最新医療・予防・検診について～」**

大腸がんは近年増加傾向にあります。大腸がんについて正しく知り、検診を受け健康を保ちましょう。  
**と き** 30日(金) 午後2時～3時30分  
**と ころ** 保健相談センター  
**講 師** 市立病院院長 椎葉 健一  
**定 員** 100人(先着) ※要電話予約  
 ㊟・㊞ 健康推進課(内線2612)・各総合支所保健福祉課

**夜間急患センターの診療時間**

小 児 科	
曜 日	診 療 時 間
月～金曜日	午後7時～10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

内 科・外 科	
曜 日	診 療 時 間
月～金曜日	午後6時～翌朝7時
土曜日	
日曜日・休日	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。  
 ㊟ 夜間急患センター ☎94-5111

**市立病院のご案内**

診療時間(休診日 土日・祝日・年末年始)		診療日					
内科・外科・整形外科		診療科	月	火	水	木	金
受付時間	初診	午前8時～11時	○	○	○	○	○
	再診	午前8時～11時30分					
診療開始	午前9時						
眼科・皮膚科							
受付時間	午前8時～11時						
診療開始	午前9時						
耳鼻咽喉科							
受付時間	午後0時30分～3時						
診療開始	午後1時						

※ 整形外科のみ紹介状と事前に予約が必要です。  
 ※ 耳鼻咽喉科のみ、午後の受付・診療です。  
 ㊟ 市立病院 ☎25-5555

**11月の休日等救急当番医**

◇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。

※診療時間は、午前9時～午後5時となります。  
 (注)ただし、「佐藤内科医院」は午前9時30分から午後5時30分となります。  
 ※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。  
 ※下表に記載のない外科、産婦人科の対応については当日、市役所(☎95-1111)まで問い合わせください。



日付(曜日)	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
3日(土・祝)	内 科	茜平クリニック(茜平二丁目)	98-5108
	小 児 科	あいかわ小児クリニック(丸井戸三丁目)	92-8805
	産婦人科	齋藤産婦人科医院(中央三丁目)	22-0707
4日(日)	内 科	佐藤内科医院(イオンモール石巻1階)	22-3020
	小 児 科	夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111
	産婦人科	しらゆりクリニック(蛇田字新立野)	22-3717
11日(日)	内 科	亀田内科皮膚科クリニック(大街道南五丁目)	95-6118
	小 児 科	夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111
	外 科	佐藤整形外科医院(中央一丁目)	95-1755

日付(曜日)	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
18日(日)	内 科	森消化器内科外科(新橋)	23-2151
	小 児 科	夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111
	産婦人科	あべクリニック産科婦人科(大街道西二丁目)	22-3322
23日(金・祝)	内 科	佐藤神経内科医院(大手町)	22-5522
	小 児 科	中山こどもクリニック(中里三丁目)	95-4121
	産婦人科	齋藤産婦人科医院(中央三丁目)	22-0707
25日(日)	内 科	かわらだ内科胃大腸クリニック(鑄銭場)	21-5335
	小 児 科	夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111
	外 科	石巻診療所(穀町)	23-0125

日	曜	石巻市 河北地区	東松島市 矢本地区	歯科
3日	(土・祝)	栗原医院(桃生町寺崎) 76-4170	石垣クリニック内科・循環器科(矢本) 83-7070	横山歯科医院(大手町) 21-1711
4日	(日)	石巻ロイヤル病院(内科のみ)(広瀨) 73-5888	ひかりサントクリニック(矢本) 84-1333	ことぶき歯科(わかば三丁目) 98-7750
11日	(日)	櫻井内科クリニック(広瀨) 73-3811	かしわや内科クリニック(小松) 83-2003	よしだファミリー歯科(渡波字栄田) 24-1185
18日	(日)	須江きむら医院(須江) 24-6311	永沼ハートクリニック(赤井) 82-6680	きらら歯科クリニック(蛇田字埴寺) 92-9300
23日	(金・祝)	ものうファミリークリニック(桃生町中津山) 76-4024	藤野整形外科(矢本) 83-2121	泉谷歯科医院(南中里二丁目) 95-7715
25日	(日)	佐々木医院(和瀨) 72-3122	うつみレディスクリニック(赤井) 84-2868	内海歯科(水明北一丁目) 93-3156

石巻歯科医師会  
 休日診療所  
 (中里三丁目)  
 94-8223

# 11月の子育て支援コーナー

行事内容や申し込み方法など、詳しくは各支援センターに問い合わせください。またはホームページをご覧ください。

一発検索  
支援センター



子育てメール相談



子育て支援センターは、0歳児～就学前まで、無料・申し込み不要で利用できます(イベントにより例外があります)。電話相談、来所相談も随時受け付け中です。詳しくは各子育て支援センターのHPをご覧ください。

## 湊子育て支援センター

圏・園 みなと荘内 ☎94-2366・FAX22-4665

- ★わくわく広場 《午前9時30分～11時30分》  
月曜日…5日(看護師講話)・12日・19日(成長測定)・26日  
水曜日…7日(みんなと遊ぼう)・28日  
金曜日…2日・9日(えほんびより)・16日・30日
- ★はいはい広場 午前9時30分～11時  
1日(木)(栄養士講話)・21日(水)
- ★よちよち広場 午前9時30分～11時  
14日(水)・27日(火)

## 渡波子育て支援センター てんとうむし

圏・園 渡波保育所内 ☎25-0567・FAX24-0668

### 《主な行事》

- ・2日(金) アート制作「花びら巾着」
- ・9日(金) 秋の集い(親子ヨガ教室)
- ・12日(月) 英語であそぼう
- ・16日(金) まちの保健室
- ・19日(月) 食生活改善推進員による食育講座
- ・26日(月) 助産師による成長測定&ミニ講話
- ・28日(水) 親子リトミック教室
- ★あそびの広場 月・水・金曜日 午前9時30分～11時30分
- ★自由開放 5日(月)・21日(水)
- ★子育て相談(電話・来所) 月～金曜日 午前9時～午後4時
- ★子育てサークル支援 火曜日 午前9時～11時30分

## 釜子育て支援センターあおぞら

圏・園 釜保育所内 ☎24-6113

- ★月齢ごとの親子ふれあい日 午前10時～11時30分  
・ねんね・寝返り 1日(木)・15日(木)  
・よちよち・はいはい 8日(木)・22日(木)  
・1歳6カ月～2歳6カ月 6日(火)・20日(火)  
・2歳6カ月以上 13日(火)・27日(火)  
・みんなであそぼう 7日(水)・28日(水)
- ★育児講座  
・12日(月) 助産師による成長測定 午前10時～11時30分  
・14日(水) ハンドマッサージと育児相談  
・21日(水) えほんびより
- ★自由開放 午前10時～午後3時  
2日(金)・5日(月)・9日(金)・16日(金)・19日(月)・26日(月)・29日(木)・30日(金)

## なかよし保育園子育て支援センター

圏・園 なかよし保育園内 ☎96-4551・FAX22-9881

- ★すくすく赤ちゃん ・ヨチヨチ・ハイハイ 13日(火)・27日(火)  
・ネンネ・寝返り 6日(火)・20日(火)
- ★親子教室 ・1歳6カ月～2歳6カ月 1日(木)・15日(木)・29日(木)  
・2歳6カ月以上 8日(木)・22日(木)
- ★ツインズデーと孫育てひろば 2日(金)・16日(金)
- ★たまごひよこサロン 5日(月)
- ★ベビーマッサージ 24日(土)
- ★北上公園出張おはなし会 土曜日 10:30
- ★講座 ・地域交流「いも煮交流」 9日(金)  
・育児講座「わらべうたであそぼう」 26日(月)
- ★トータルケア「親子ピクス」 30日(金)
- ★自由開放 19日(月)

## 河南子育て支援センターパプラ

圏・園 河南農村環境改善センター 2階 ☎・FAX72-4670

- ★わいわいサロン 午前9時30分～11時30分  
(お弁当食べる方は午後0時30分まで)  
・0～1歳親子 6日(火)・13日(火)・20日(火)・27日(火)  
・2歳以上親子 1日(木)・8日(木)・15日(木)・22日(木)・29日(木)  
・保健師、栄養士による相談日 13日(火)
- ★自由開放 ・5日(月) 午前9時～午後3時  
・木曜日 正午～午後3時
- ★母子心の健康づくり講演会「楽しい子育てのコツ」  
・12日(月) 午前10時

## 河北子育て支援センター

圏・園 飯野川保育所内 ☎61-1601・FAX62-2359

- ★あそびのひろば 午前10時～11時30分  
・0歳～1歳親子 1日(木)・8日(木)・15日(木)・22日(木)  
・2歳以上親子 7日(水)・14日(水)・21日(水)・28日(水)  
・ひろば開放日 5日(月)・19日(月)・26日(月)

### 《主な行事》

- 6日(火) 栄養指導
- 12日(月) 保健指導
- 13日(火) 親子研修会
- 19日(月) 自由開放
- 20日(火) 赤ちゃん講座
- 26日(月) ひだまりの会による読み聞かせ
- 29日(木) 歯磨き教室

## にじいろひろば

圏・園 NPO法人にじいろクレヨン ☎070-1142-9332

- ★自由開放 火・水・金曜日(祝日休み) 午前10時～午後3時

## マタニティ・子育てひろば『スマイル』

圏・園 NPO法人 ベビースマイル石巻 ☎98-5322

- ★自由開放 月～金曜日、第1・第3土曜日 午前10時～午後3時
- ★お子様の歯科相談 14日(水) 午前10時

## 桃生子育て支援センター「キッズホーム」

圏・園 バイオ研修センター内 ☎76-4521

- ★あそびの広場 午前9時30分～11時30分  
・0・1歳親子 1日(木)・8日(木)・15日(木)・22日(木)・30日(金)  
・2歳以上親子 7日(水)・14日(水)・21日(水)・28日(水)  
・サークル活動 5日(月)・9日(金)・12日(月)・16日(金)・19日(月)  
・広場開放日 上記以外の日(土日・祝日を除く)

### ★どんぐり子育て広場「親子クッキング」

- と き 20日(火) 午前10時～11時30分
- ところ 桃生保健センター

### ★子育てサークル「チップとディル」バザー開催

- と き 13日(火)～15日(木) 午前9時30分～11時30分

## 北上子育て支援センター

圏・園 相川保育所内 ☎66-2177・FAX61-2008

- ★あそびのひろば 午前9時30分～11時30分  
と き 5日(月)  
12日(月)・19日(月)<心とからだのトータルケア 講話>  
26日(月)
- ★ひまわりキッズ 午前10時～11時30分  
と き 7日(水)・14日(水)<保健指導>  
21日(水)・28日(水)
- ところ 北上保健センター

## 雄勝子育て支援センター

圏・園 雄勝保育所内 ☎25-6331

- ★キッズ広場  
と き 火・水・木曜日 午前9時30分～11時30分
- 《主な行事》  
・ダンベル体操 火曜日  
・20日(火) 保健師来所日 身体測定とお話「冬場の体調管理について」
- ★自由開放 午前9時30分～11時30分  
と き 月・金曜日(変更になる場合があります)

## 牡鹿子育て支援センター

圏・園 牡鹿保健福祉センター清優館内 ☎45-2197

- ★ぐんぐんすくすく 午前9時～11時30分  
と き 7日(水)・14日(水)・28日(水)
- ★自由開放 午前9時～11時30分  
と き 月・金曜日(祝日を除く)

## 子どもセンターらいつ(児童館)

圏・園 子どもセンターらいつ ☎23-1080

URL <http://ishinomaki-cc.jp/>

- ★親子でほかほか「絵本のおはなし」  
11月8日(木) 午前10時30分～11時30分
- ★ベビーマッサージ 11月16日(金) 午前10時30分～11時30分
- ★自由開放 午前9時30分～午後7時  
(1日(木)・3日(土・祝)・15日(木)・23日(金・祝)・29日(木)を除く)

## 助産師によるマタニティ講座

### 妊婦体験・沐浴体験・産後クライシス講話「マタニティフェスタ」

と き 3日(土・祝) 午前10時30分～正午  
ところ 桃生公民館

先輩パパママの「妊娠中にこんなイベント欲しかったな」の声を元に開催します。助産師による人気の講座で沐浴体験してみよう！プレパパママも一緒にどうぞ。



圏・園 NPO法人ベビースマイル石巻 ☎24-8304

## 子育て支援センター駅伝

### 桃生子育て支援センター キッズホーム

圏・園 バイオ研修センター内 ☎76-4521

キッズホームは《お母さんたちの声》で設立された施設です。安心して楽しく子育てできるよう支援し、子育て家庭の《心のより所》となる場所を目指しています。地域の子育てボランティアさんと共に、親子の成長の為に気付きや学びになるようなさまざまな活動やイベントを計画しており、いろんな体験が出来ます。子育てサークル(3サークル登録)も利用しています。

※利用が出来る日は玄関にプーさんのぬいぐるみを出しています。

2部屋のスペースですが沢山の玩具があり喜ばれています。



玄関ホール



プレイルーム

地域の駐在所所長さんが「交通安全教室」を行っています。



小さな子でも大丈夫 別会場で「親子運動会」



別会場で「親子ヨガ」

## 利用者さんへインタビュー



今野良子さんと翔大くん



小泉奈穂美さんと穂乃果ちゃん

### ♥今野良子さんと2人目孫 翔大くん(3歳)

若いお母さん達とも交流が出来て嬉しいですし、キッズはいろんな活動があるので毎日楽しく過ごさせて頂いています。ママはお仕事なので孫育て頑張ります。

### ♥小泉奈穂美さんと長女 穂乃果ちゃん(1歳)

キッズを利用して地域の方々と知り合うことが出来ました。初めての子育てでいろんな事を情報交換できて助かっています。たくさんのイベントも企画してもらい親子で楽しんでいます。先生方ママたちに感謝です。



1階は一部吹き抜け。開放的な空間が広がります



「かわべい」と呼んでね!

# かわまち交流センター開館

## 観光案内、人と地域つなぐ拠点

観光案内や地域活動の拠点となる「石巻市かわまち交流センター」が9月8日、中央二丁目にオープンしました。愛称は「かわべい」。かわまち、川村孫兵衛、英語で湾・入り江を意味するベイをイメージして命名されました。鉄骨2階、延べ床面積約750㎡で、1階には観光情報を提供するインフォメーションスペースをメインに、市民交流ホール、ミーティングスペースなどがあります。2階には広いサロンスペース、隣接する「いしのまき元気いちば」と連携した料理教室なども企画できるキッチンスペースを設けました。2階の東側にはデッキもあり、旧北上川や中瀬の石ノ森萬画館を望むことができます。年末年始を除き無休で開館は午前9時～午後9時。



市民交流ホールで行われた式典では、テープカットで開館を祝いました



「かわべい」の命名者に亀山市長から認定書が贈られました



2階のサロンスペースは多目的な利用ができます



キッチンスペース。オープンはテレビでも活躍する料理研究家「とうちゃん」がカツオ料理を作りました



インフォメーションスペースで行われたオープニングイベント



デッキからは旧北上川などを見渡すことができます



オープンな外観。中心市街地の活性化を担います

# みんなのた場



## 桃生地区・神取

高橋 瑠菜さん(11歳・津山第一小5年)  
一颯君 (8歳・向3年)  
侑里ちゃん(3歳・新田保育所)

祖父、両親を含め空手一  
家に育つ3人のきょうだ  
い。地元道場の「絨武会」で  
心身を鍛えています。

長女の瑠菜さんは、8月  
に東京で開かれた第18回全  
日本少年少女空手道選手権  
大会に宮城県代表の一人と  
して出場、形の部で3回戦  
まで進みました。「もつと稽  
古をして、さらにいい成績  
を上げたい」と、高い向上心  
を持ち続けています。

上達してきました。今後は  
各種大会に出場する中で、  
実力アップを目指していき  
ます。

次女で末っ子の侑里ちゃ  
んは、まだ「デビュー」前。姉  
や兄の稽古の様子や試合を  
見て、目を輝かせています。  
母・裕美さんは「礼儀作  
法、相手を敬う心も養って  
ほしい」と子どもたちを励  
まします。

父・一さんは「目標を掲げ  
努力することが大切」と3  
人の成長を見詰めます。



(左から)一颯君、侑里ちゃん、瑠菜さん

## 3人で精進、空手の道



石巻市立桜坂高等学校

## 桜坂だより

第3号

### 盛んな交流 生徒会活動

こんにちは。桜坂高校です。  
今月は、生徒会の活動についてお話し  
ます。本校の生徒会では、他校との交流が盛んに行われて  
います。今回は夏休みに行われた交流事業について紹介  
します。

#### 《広島市立広島商業高校との交流会》



広島商業高校と平和について学習

これは、平成24年度に統合前の石巻市立女子商業  
高校を広島商業高校の先生が訪問して以来続いている  
交流で、今年も代表生徒が桜坂高校を7月26日に訪  
れました。

今年も、平和教育について戦争や原爆の悲惨さなど  
を、動画や資料などを使ってとても分かりやすくお話し  
してもらいました。

原爆に関する映像を見たときは、とても衝撃を受け  
ましたが、平和の大切さを学ぶことができました。

#### 《大阪桐蔭高校との生徒会リーダー講習会》



大阪桐蔭高校サッカー部との合同トレーニング

大阪桐蔭高校サッカー部は東日本大震災以降毎年被災  
地を訪問し、復興の様子を学ぶなど、各地の学校と交  
流を図っています。

7月28日に部員が初めて桜坂高校を訪れ、本校生  
徒と防災をテーマにグループワークを行い、全体共有  
として発表をしました。

大阪桐蔭高校の生徒は、この体験を大阪に持ち帰り  
これからの活動に生かしたいと話していました。その  
後、桜坂高校の運動部の生徒と一緒に準備運動などト

レーニングを行いました。参加した生徒は、全国レベ  
ルの部員たちの練習を体験することができ、とても貴  
重なことだと話していました。

#### 《石巻市子どもの未来づくり事業》

8月4日に1・2年生の生徒会執行部6人が参加し  
ました。石巻の未来について考えるというテーマで、  
小・中学生のグループに入りファシリテーターとして  
意見を引き出すという役割でした。最初は難しく感じ  
たけれど、徐々に慣れてきて、多くの意見を引き出す  
ことができたのでよかったという感想をもらいまし  
た。

この他にも、生徒会ではテスト週間を除く毎週金曜  
日の朝に昇降口前での挨拶運動を実施して、挨拶の活  
性化と品格ある制服の着こなしを呼びかけるなど、学  
校生活を充実させるために、自分たちでいろいろなこ  
とに取り組んでいます。

また、桜坂高校には、生徒会活動のほかに家庭クラ  
ブという組織があり、全校生徒がクラブ員になってい  
ます。

家庭クラブは、「創造」、「勤労」、「愛情」、  
「奉仕」の基本精神のもと各種ボランティア活動や美  
化活動、体験学習などを行っています。

私たち桜坂高生は、さまざまな活動を通して、女子  
力が高まっていくような気がします。

## 食育推進コーナー



### 「みやぎ食育フォーラム～みやぎの食育を次世代につなげよう～」を開催します！

と き 11月16日(金) 午後1時～3時30分  
と ころ 東北歴史博物館 講堂(多賀城市高崎一丁目22-1)  
内 容 パティシエール 柿沢 安耶 氏の講演

テーマは「～身土不二～野菜と大豆のパワーで身体も地域も元気になろう！」。  
柿沢氏は、世界初の野菜スイーツ専門店を開店、新しいムーブメントを作ったパティ  
シエールとして注目され、農林水産省を中心とした自給率アップをうたう政府広報活動  
「FOOD ACTION NIPPON」のメンバーとしても活躍中の「パティスリーポタジ  
エ」オーナーパティシエール。このほか活動事例発表もありますので、皆様のご来  
場をお待ちしています。

場 県健康推進課 食育・栄養班 ☎022-211-2637  
健康推進課 (内線2428)



## だぞ強いっしんがね

亀山なつみさん 100歳(湊町)

亀山なつみさんは大正7年8月20  
日、渡波鹿松に生まれました。20代中  
ごろに、流留で運送業をしていた阿  
部徹さんと結婚。徹さんが婿入りし  
1男1女に恵まれましたが、2人目  
が生まれた直後に徹さんは戦争に徴  
集され、戦死しました。  
戦後は知り合いの水産加工場で働  
いた後、渡波保育所やふたば保育所  
などで給食業務に従事。その後は、大  
手町にあった母子寮で寮母として働  
き、子どもを養いました。  
一人っ子ということもあるのか、  
しっかりしていて芯が強い性格。こ  
れまで大病したことはないとのこと  
。食事も自分で食べており、肉類、  
魚介類が好物です。  
幼い頃から華道、茶道を習う傍ら、  
レース編みや合唱団に参加して活動  
するなど多趣味な面を持ち合わせて



います。  
現在は長女の養子さん(73)と2人  
暮らし。週3回のデイサービスと月  
数回のショートステイを利用してい  
ますが、最近の楽しみはここでい  
ろいろな人と話すこと。娘と一緒に暮  
らしていること、自分で体につけ  
ることが健康の秘けつと話して  
います。

# 10/9 雄勝 大須崎灯台、「恋する灯台」認定

ハート形漁港見下ろすスポット



雄勝半島先端にある大須崎灯台が、(一社)日本ロマンチスト協会が選ぶ「恋する灯台」に、灯台が立地する石巻市が「恋する灯台のまち」に認定され、10月9日、同協会の波房会長から認定証が送られました。大須崎灯台から見下ろすとハート型に見える大須漁港の風景は、雄勝地区の新たな観光名所として期待されます。

# 10/7 河北 二子団地で法印神楽奉納

北野神社奉祝祭

10月7日、二子三丁目の公園で約400年以上続く伝統行事「北野神社奉祝祭」が開かれました。舞台では「釜谷長面尾の崎法印神楽保存会」と「女川法印神楽保存会」により、8時間にわたって11演目が披露されました。この祭りは震災後、追波川河川団地の仮設住宅で行ってききましたが、集団移転が進んだことから初めて二子団地での開催となり、地域住民や遠方から暮らす皆さんも多く訪れ、故郷を思いながら神楽を懐かしんでいました。



# 9/18 石巻 「ダイヤモンド・プリンセス」初寄港

欧米の乗客らを歓迎

石巻港に9月18日、英国籍の豪華客船「ダイヤモンド・プリンセス」(11万5,875ト)が初寄港しました。過去最大のクルーズ船の入港を歓迎し、地酒を振る舞ったほか、ホヤの焼き物やかまぼこなど石巻の海産物を販売しました。乗客2,714人のうち、8割が欧米人。「いしのまき元気いちば」まで運行の大型バスに乗るなどして石巻観光を満喫しました。



# 9/3 桃生 交通死亡事故ゼロ1000日達成

感謝状伝達

桃生地区は9月3日、交通死亡事故ゼロ連続1,000日を達成しました。翌4日、桃生総合支所で河北警察署長から感謝状の伝達式が行われました。桃生地区は平成27年12月8日以来、交通死亡事故が起きていません。さかのばれば、26年度にも交通死亡事故ゼロ1,500日を記録しています。今後も関係機関が一丸となって交通死亡事故のない、安心の住み良い地域を持続します。



# 9/8 河南 「長生きしてね」児童が作文

地区敬老会

河南地区敬老会が9月8日、遊楽館で開かれ、長寿と健康を祝いました。市長らの祝辞に続き、地元の小学6年生の男女2人が「おじいさん、おばあさん。長生きしてください」と感謝の思いを込めた敬老作文を読み上げました。約300人の出席者は健康維持のため軽く手足を動かすダンベル体操を体験したほか、地域の愛好者らによる歌や踊りなどの演芸を楽しみました。



# 10/5 牡鹿 秋の景色楽しみ 爽やか汗

ウォーキング教室

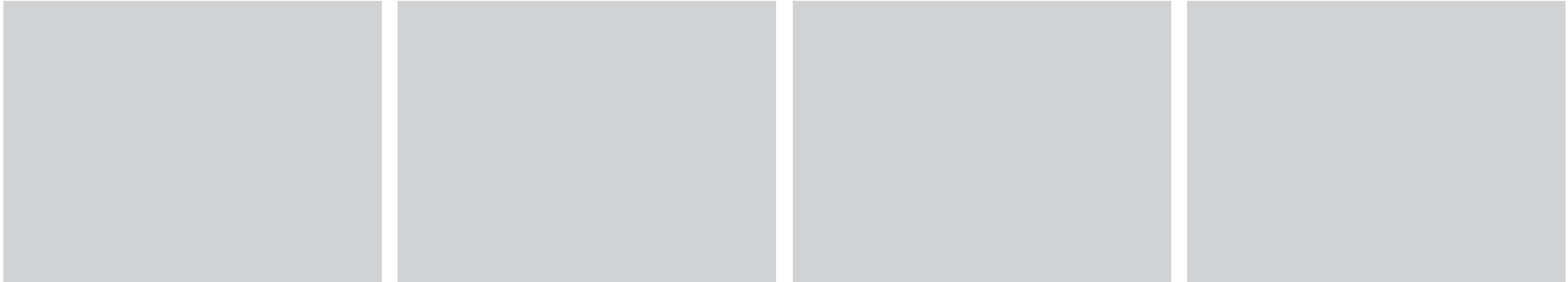
牡鹿公民館主催の「牡鹿ウォーキング教室」が10月5日、御番所公園周辺で行われました。住民ら10人が石巻ウォーキング会の指導を受け、適度に起伏のある往復2.5kmのコースを歩きました。秋晴れの下、目に見える金華山や太平洋を望む景観などを楽しみながら、それぞれのペースを守り、爽やかな汗を流しました。



# 9/16 北上 地域の安全守り 操法技術を競う

消防団北上地区団が演習

市消防団北上地区団は9月16日、北上中学校校庭で本年度の消防演習を行いました。7チームが機械器具点検の後、積載車操法競技を実施し、日夜訓練に取り組んできた成果を発揮しました。審査の結果、1位は第1分団・釜谷崎班、2位が第3分団小滝班、3位が同相川班となりました。団員は、地区の安全安心のための技術向上をあらためて誓いました。



## 一般国道398号石巻バイパスⅡ期(大瓜工区)開通のお知らせ

県が整備を進めてきた石巻バイパスⅡ期(大瓜工区3.4km)が、11月17日(土)午後3時(予定)に開通します。



図 県東部土木事務所道路建設第一班 ☎94-8763

### いしのまき消防フェスティバル

ちびっこレスキュー体験や消防車両搭乗体験、はしご車などの展示をします。楽しいイベントも予定していますので、この機会に楽しみながら学びましょう。



**とき** 11月11日(日)  
午前10時～正午 ※雨天中止  
**ところ** ホームマックススーパーデポ石巻蛇田店 駐車場  
(恵み野三丁目4-40)  
☎ 石巻消防署予防係 ☎ 95-7112

### 花緑復興支援プロジェクト「花譜」参加者募集

スイセンの球根1万球を石巻南浜津波復興祈念公園整備地内に植えて、来春に開花したスイセンを多くの皆さんにご覧いただく活動です。

**とき** 11月11日(日) 午前10時～正午  
**ところ** 石巻南浜津波復興祈念公園整備地内  
「がんばろう石巻」看板前

**定員** 100人[先着]

**申込方法** 申込書をホームページからダウンロードし、電話またはFAXで申し込みください。

☎ 0224-84-5991 FAX 0224-84-5992  
URL <http://www.michinoku-park.info/wp/>  
☎ 市基盤整備課(内線5520)



### 今月の休日 窓口開庁の お知らせ

11月4日(日)・18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、マイナンバーカード(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 11月30日(金)**  
○固定資産税 第3期 ○国民健康保険税 第8期  
○後期高齢者医療保険料 第5期  
**口座振替不能者の再振替日 11月15日(木)**  
(10月31日納期限分)  
○市県民税 第3期 ○国民健康保険税 第7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



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30年12月1日の予定です。

発行 石巻市総務部秘書広報課(内線4024) FAX 0225-23-4340  
編集/制作 三陸河北新報社

#### 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



※機種によってアプリが必要な場合があります。  
※通信料金がかかります。  
☎ 秘書広報課(内線4024)

#### ごみだしアプリ



#### 住民基本台帳による石巻市の人口と世帯数

平成30年9月末現在	人口 144,823人 世帯数 61,348世帯
平成29年9月末現在	人口 146,516人 世帯数 61,268世帯