

いしのまき



明るく穏やかなひつじ年に
復興に弾みつく平成27年が幕開け



石巻市イメージキャラクター

主な内容

- P 2 ----- 正月特集
- P 3~5 ---- 行政情報
- P 6 ----- スポーツ・文化・催し
- P 7・8 ---- お知らせコーナー
相談あない
- P 9 ----- みんなの広場
- P 10・11 -- 子育て・健康情報
- P 12 ----- 行政情報

平成27年はひつじ年です。約9000年前の古代メソポタミア時代から家畜として人間とともに暮らしてきた羊は、温かい羊毛等を提供してくれる愛らしくて性格も穏やかな動物です。市内で飼育している農家もあり、天気の良い日に屋外で草を食んでいる羊たちの姿は、多くの人たちを癒やしてくれます。

ひつじ年の今年、市では市民の皆さんが心穏やかに希望を抱いて暮らせる復興のまちづくりを着々と進めていきます。

平成27年 石巻市成人式

対 象 平成6年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた方

とき	ところ
5日(月) 午後2時開会	桃生地区(桃生公民館文化ホール)
11日(日)	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)
	石巻地区(石巻専修大学体育館)
	午後2時開会 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(牡鹿中学校体育館)

問 生涯学習課 ☎21-6070

平成27年 消防団出初式を実施します

消防団による出初式を次のとおり実施します。サイレンを鳴らしますので、火災や津波など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	開始時間
河南 桃生	3日(土)	遊楽館	午前8時	午前9時30分
		桃生公民館	午前8時	午前10時
石巻 河北 北上	4日(日)	中瀬・総合体育館	なし	午前8時
		北上川河川敷(ビックバン裏)		午前11時30分
		北上中学校		午前10時30分
牡鹿 雄勝	11日(日)	牡鹿中学校	午前8時	午前9時30分
		大須小学校	なし	午前10時30分

問 防災推進課(内線4176)・各総合支所地域振興課



石巻市長 亀山 紘

年頭のごあいさつ

平成27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。

未曾有の被害と深い悲しみをもたらした東日本大震災から、まもなく4年が経過しようとしております。いまだに長く住み慣れた地域を離れて不自由な生活を余儀なくされ、今なお、これからの暮らしに不安を抱かれています。多くの皆様に対し、心からお見舞い申し上げます。また、復旧・復興事業を推進する中、市民の皆様から多大なるご協力をいただいておりますことに心より感謝申し上げます。

震災以降、日も早く、希望を持ち、笑顔あふれる日々を取り戻すことができるよう復興を進めることが私の使命と考え、全力で市政を運営してまいりました。特に昨年は、震災により住宅を失った方々のための賃貸住宅である復興公営住宅への入居が始まり、蛇田、渡波地区の土地画整理事業における宅地供給や、離半島部における防災集団移転事業での宅地の引き渡しが始まる等、生活再建の基礎となる「住まいの再建」が本格化することとなりました。また、市立病院の再建については、昨年9月に建設工事に着手し、医療体制の整備にも第1歩を踏み出しました。さらには、水産物地方卸売市場石巻売場が昨年8月に部供用を開始し、石巻の基幹産業である水産業についてもさらなる発展に向かって進む体制が整いつつあります。

本年は、昨年引き続き、復興公営住宅が順次完成し入居が進むとともに、土地画整理事業における宅地の供給や、防災集団移転事業での宅地引き渡しも順次行われる予定であり、さらには、今夏には仙石線の全面復旧も予定されている等、生活基盤の復旧・復興が加速化していくこととなります。

震災により大きな被害を受け、経験したことのないような惨状を眼前に呈し、被災された多くの方々、市民の皆様ともいえる思いを抱きました。市民の皆様のご協力をいただき、さらには全国そして世界中の皆様からのご支援により、ようやく復旧・復興を実感できるステージに至っております。今後も多くの課題を乗り越えていかなければなりません。断固たる決意をもって復旧・復興事業に取り組みまいります。新たな年を迎え、これまで以上にふるさと石巻の更なる発展に向けて全力を尽くしてまいります。市民の皆様のご協力をお願い申し上げます。ご多幸をお祈り申し上げ、新年のごあいさつとさせていただきます。



すどう たけゆき 須藤 健介くん (河南地区・平成15年生まれ)

スポーツも勉強も積極的に

今年小学校の最上級生になります。縦割り班長等でクラスや下級生たちをまとめ、見本とされる先輩になりたいです。1年生から所属しているバスケットボールスポーツ少年団でも練習を積み重ねて、県大会での優勝を目標に努力していきたいです。勉強では大好きな算数とともに、苦手意識のある社会をがんばりたいです。家でもお手伝いを積極的に行い、中学生へ向けて成長する1年にしたいと思っています。



ささき やよい 佐々木 弥生さん (河北地区・昭和42年生まれ)

笑顔で元気な日々を

震災直後、女川町内の薬局に勤めていた姉と連絡が取れず、不安で眠れない日々を送りました。数日後に市内の小学校の体育館で再会できたときは涙を流しながら抱き合い、喜びました。そんな経験があったからこそ何気ない日常に感謝し、1日1日を大切に精一杯生きていこうという気持ちが芽生えました。だから私の一番の願いは「家族全員が笑って元気に過ごすこと」です。今年も楽しい1年になってほしいです。



今年 未

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

穏やかで、やさしく、人情味があります。おとなしいため消極的に映りますが、本当は芯が強く、負けず嫌いの頑張り屋、粘り強さが特徴です。きれいな好きで計画的に行動するタイプが多いようです。

羊(ひつじ)年に関することわざ

群羊を駆って猛虎を攻む
力の弱い者も、集合すれば強力になることの意味

羊頭狗肉
羊の頭を看板にして、実際は犬の肉を売っていることから、見かけと中身が一致しないこと。また見かけにだまされてはいけないという教訓



ささき たかあき 佐々木 高明さん (石巻地区・平成3年生まれ)

今年もミュージカルで充実

昨年初めて、100人が100日間の練習で一つのミュージカルを完成させる「コモンビート」に参加しました。さまざまな年代の人たちと本番に向け練習を積み重ねた日々がとても充実していました。舞台を終えた達成感も忘れられません。人とのつながりが自分を成長させてくれると実感した出来事でした。今年も「コモンビート」に参加し、皆さんと素晴らしいステージを作り上げて成功を喜び合うことが目標です。



あんどう みこ 安藤 みゑ子さん (牡鹿地区・昭和6年生まれ)

趣味を楽しみ明るい年に

昨年も1年間、健康で楽しく過ごせることに喜びを感じています。「誰とでも仲良く、他人に迷惑をかけること」「美味しいものを食べて、笑顔を絶やさずに過ごすこと」がモットーの私です。60歳を過ぎてから踊りとカラオケを始め、とても楽しく続けています。冬場は牡蠣剥きの仕事を手伝っています。風邪等をひかないように注意して趣味や仕事に励みたいと思います。娘夫婦や孫たちも今年も明るく元気に暮らせますように願っています。



たけやま ともこ 武山 とも子さん (北上地区・昭和18年生まれ)

新しい趣味に挑戦したい

昨年は健康にも恵まれ、平凡ながらも穏やかな1年を過ごすことができました。同居する夫と息子夫婦、そして大学生なので今は離れていますが、楽しい思い出をくれた孫に感謝しています。植木や野菜の世話、手芸等が趣味です。70歳を機にやめた社交ダンスの代わりに、今年からはグラウンドゴルフに挑戦したいです。交流を広げながら無理なく元気に過ごし、何事も楽しみながら過ごしていければと思っています。



さとう とくみ 佐藤 徳民さん (桃生地区・昭和30年生まれ)

夫婦仲良くこれからも

社員として勤務しているかたわら、昨年4月からは地域団体の会長としての活動にも取り組んできました。今年で還暦となりますが、仕事は続けるつもりです。今年の目標は同じ年の妻とともに健康にいたいこと。2020年の東京五輪に向けて、2人で積み立ても始めました。妻への感謝の気持ちを忘れず、これまで以上に夫婦2人で仲良くいろいろな場所に旅行できたら幸せです。年を感じさせない60歳を目指します。



あべ ももか 阿部 季香さん (雄勝地区・平成15年生まれ)

後輩に慕われる最上級生をめざす

大須地区は自然に恵まれた地域です。私は古里のきれいな山々の景色が大好きです。私が通う大須小学校は全校児童数が8人の少規模校です。今春から6年生になるので、後輩たちの面倒をよく見る最高学年になることが目標です。特に体育教科は全校で取り組むことが多いので、しっかりとリードできるようになりたいです。また勉強面でも算数が少し苦手なので、テストで良い成績を残せるようにがんばりたいと思います。



おげや おさむ 桶谷 修さん (石巻地区・昭和54年生まれ)

地元の魅力を広く発信

石巻観光協会に勤務し今年で6年目です。主にロマン海遊21で物販を担当しています。震災から4年目となり、以前と比較すれば、県外から来られる観光客の方は減少傾向にあります。今年、より多くの皆さんに石巻に足を運んでいただけるように地場産品を広く、さらに積極的にPRしていきます。復興へ向けた地元企業の皆さんのがんばりを、物販を通して発信する懸け橋を担えれば幸いです。

まちの話題

雄勝地区

11月16日(日)
おがつ店こ屋街



3周年を記念して ホタテまつり

地域の人々の生活を支えている仮設商店街「おがつ店こ屋」が3周年を迎えたのを記念してホタテまつりが開かれました。当日の朝に水揚げされた新鮮なホタテをお目当てに、地元ばかりでなく市内外から約1,500人が訪れ、会場は活気づきました。中でも水槽でのホタテ釣りや炭火焼コーナーには長い行列ができる人気ぶりでした。

河北地区

12月3日(水)
河北総合支所



サバだしラーメンが カップ麺に

石巻専修大学の学生たちが河北まちづくり研究会「なつかしの町・飯野川」や地元企業等と連携して開発した「石巻・飯野川発サバだしラーメン」が、総合食品メーカーの東洋水産(株)の協力でカップ麺になりました。12月1日(月)から全国で販売されたのを記念して、関係者を招いた報告・発表会が開かれました。学生たちは商品を通して市を広く紹介し、復興の一助になることを期待していました。

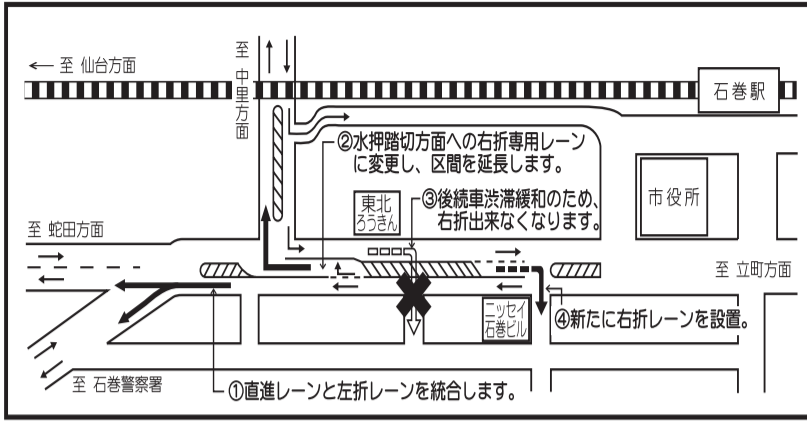
行政情報

国道398号の車線形状変更のお知らせ

この度、市街地中心部の渋滞緩和のため、穀町地区において国道398号の車線形状を右図に示した①から④のとおり変更します。

工事の実施は、平成27年1月から2月までの期間を予定しています。渋滞緩和のために必要な対策ですので、ご協力をお願いします。

問 石巻駅周辺整備プロジェクト推進室 (内線 5626)



届きましたか？入学通知書
教育委員会では、今春、小学校に入学するお子さん（平成20年4月2日～平成21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せんでしたら、お問い合わせください。
問 教育総務課 (内線5018)
20歳を迎える方へ
国民年金加入のお知らせ
20歳になると、国民年金への加入が義務づけられて

問 石巻駅周辺整備プロジェクト推進室 (内線 5626)

○「年金手帳」は大切に保管してください。
問 市保険年金課 (内線2353)
各総合支所市民生活課各支所
石巻年金事務所
☎22-51117
(公財)石巻地域高等教育事業団平成26年度奨学生募集
石巻圏域に住む優秀な学生で経済的理由により就学困難な方を対象に、次代を担う有能な人材育成を目指して、奨学生を募集します。
対象
①石巻専修大学推薦入試または一般入試に合格し、平成27年4月に入学する方
②平成27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

います。
○20歳の誕生日を迎える月の前月末日頃に、日本年金機構から「国民年金被保険者資格取得届書」が送られますので、必要事項を記入して届け出してください。
○保険料の納付は、納付案内書により金融機関やコンビニで納付することができます。口座振替やクレジットカードでのお支払いもできます。
○学生の方や、納付が困難な方は学生納付特例や免除制度がありますので、ご相談ください。
○「年金手帳」は大切に保管してください。

冬期間の除雪・融雪対策
市では、冬期間、市が管理している道路(市道等)について主に交通量の多い幹線道路での除雪・融雪作業を行っています。しかし、日常利用している道路の全てで作業を行うことは困難なため、融雪剤を配布していますので、必要な場合は、ご連絡ください。

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
(当事業団の奨学生選考委員会の審査により決定します)
貸与限度額
○新入学生(理工学部) 160万円
○新入学生(経営学部) 120万円
○新入学生(人間学部) 130万円
○在学生(理工学部) 130万円
○在学生(経営学部) 90万円
○在学生(人間学部) 110万円
※限度額の範囲内で10万円単位の希望する額
申込期間 1月15日(木)～2月20日(金)
問 (公財)石巻地域高等教育事業団事務局(市総務課内) (内線4038)

※個人所有の私道は、原則的に除きます。
問 道路課(内線5654)
施設維持事務所
☎23-10850(直通)各支所

管財課から「業者登録」のお知らせ
①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)
平成27・28年度、市が発注する建設工事や測量・建設コンサルタント等業務の競争入札に参加を希望する事業者からの申請を受け付けます。
すでに登録済みの方も、平成27年3月31日で有効期限が切れますので、新たに手続きが必要です。
※建設工事に登録申請される場合は、平成27・28年度の申請から社会保険等の加入が要件となります。詳しくは申請要領をご覧ください。

【各申請要領等配布場所】
・ホームページ
・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お問い合わせください。
問 〒986-18501 (住所不要) 管財課
☎23-6611・23-6612

③ 小規模契約希望者登録申請(補充登録)
平成27年度、市が発注する小規模契約(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のもの)を希望する事業者からの申請を受け付けします。
すでに登録済みの方は、有効期限が平成28年3月31日までとなっていますので、今回申請する必要があります。
【受付期間】
2月2日(月)～2月13日(金)午後5時(必着)
【申込方法】
郵送のみの受付とします。「書留」等、到着日時が確認できる方法としてください。
※詳しくは、各申請要領をご覧ください。

まちの話題



桃生地区

11月8日(土)
東京臨海広域防災公園

第24回全国消防操法大会で市消防団桃生地区団が優良賞受賞

11月8日(土)、東京都の東京臨海広域防災公園で、第24回全国消防操法大会が開催されました。

宮城県代表として市消防団桃生地区団が小型ポンプ操法の部に出場し、見事優良賞を受賞しました。

厳しい訓練を積んできた成果を選手が存分に発揮し、全国で上位入賞という素晴らしい成績を残すことができました。

河南地区

12月7日(日)
遊楽館周辺



景色楽しみながら疾走

「第9回かなんクロスカントリー大会」には、小学生から一般まで300人以上が出場し、初冬の風景を楽しみながら健脚を競いました。年代や体力に合わせて1キロから6.85キロまで10種目が設定され、選手たちが起伏に富んだコースに挑みました。ゴール後は温かい豚汁が振る舞われ、選手たちは疲れた体を癒やしていました。

行政情報

市民課窓口では「本人確認」を行っています

住民票や戸籍の請求・住所の異動届および戸籍の届を受け付けるときに、来庁された方の本人確認を行っています。

目的
・個人情報保護のため
・なりすましによる虚偽の請求、届け出を防止するため
必要なもの

①官公庁発行の写真付き身分証明書
(運転免許証・パスポート・住民基本台帳カード等)

②①をお持ちでない方は氏名、住所、生年月日の確認できる複数の書類
(健康保険証・介護保険証・年金手帳・年金証書等)証明書が無い場合は、聞き取り等により本人確認を行わせていただくことがあります。

問 市民課
(内線2313・2316・2321)

農業委員会委員選挙人名簿登録申請は1月10日(土)まで

選挙管理委員会では、申請に基づき、1月1日現在で選挙人資格を調査し、市農業委員会委員選挙人名簿を調製しています。

対象

市内に住所がある、20歳以上の方で、次の要件を備えた方

①10アール以上の農地の耕作業務を営むこと
②①の同居の親族またはその配偶者で、年間60日以上耕作に従事していること

申請書用紙の配布場所および提出場所
選挙管理委員会事務局・各総合支所・各支所・農業委員会事務局

※1月10日(土)は閉庁日のため、農業委員会事務局のみの受付となりますのでご了承ください。

※申請しない場合、農業委員会委員選挙の投票ができなくなりますが、忘れずに申請してください。

問 選挙管理委員会事務局
(内線5823・5824)

消火栓や防火水そうの雪かきにご協力をお願いします

雪により、消防隊が使用する消火栓や防火水そうといった消防水利が埋もれてしまうことがあります。

消防水利が雪に埋もれた状態では火災が発生した場合、消防隊の活動に支障をきたし、消火活動に遅れが生じます。

その対策として、降雪時は、消防署員が消防水利の雪かきにあたっています

が消防水利の数が多く、降雪量によっては、作業が追いつかないことも考えられます。

いち早い消火活動のため、お近くの消防水利の雪かきにご協力をお願いします。

問 石巻消防署警防係
☎95-7112



固定資産税のお知らせ

◎償却資産申告のお願い

平成27年1月1日現在で、償却資産をお持ちの方は、申告が必要です。

【申告受付日程】
とき 1月7日(水)～2月2日(月) 午前9時～午後4時30分(土日・祝日を除く)

ところ 市役所3階納税課 脇申告会場(立体駐車場4階出入口手前) 各総合支所市民生活課 各支所

※該当する方には12月中旬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はご連絡ください。

※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、早めに申告をお願いします。

申・問 資産税課

平成27年度より軽自動車税が改正されます

○原動機付自転車、二輪車等は表1のとおりです。

車種区分	税額(年額)		
	現行	改正後	
原動機付自転車	50cc以下	1,000円	2,000円
	50cc超90cc以下	1,200円	2,000円
	90cc超125cc以下	1,600円	2,400円
	ミニカー(50cc以下)	2,500円	3,700円
軽二輪(125cc超250cc以下)、ポートレラー、フルレラー	2,400円	3,600円	
小型二輪(250cc超)	4,000円	6,000円	
小型特殊自動車	農耕作業用	1,600円	2,400円
	その他(フォークリフト等)	4,700円	5,900円

○軽自動車は表2のとおりです。

車種区分	税額(年額)			
	①現行	②改正後	③重課税率	
四輪乗用	営業用	5,500円	6,900円	8,200円
	自家用	7,200円	10,800円	12,900円
四輪貨物	営業用	3,000円	3,800円	4,500円
	自家用	4,000円	5,000円	6,000円
三輪	3,100円	3,900円	4,600円	

※③重課税については、平成28年度分から適用となります。
・平成27年4月1日以降に購入した場合は表2の②改正後の税額が適用されます。
・平成28年度分より、最初の新規検査から13年を経過した車を所有している場合は表2の③重課税率が適用されます。
※課税基準日が毎年4月1日となっています。使用していない車の廃車手続きは早めをお願いします。

問 市民税課(内線3101)

(内線3125・3127) 総合支所市民生活課

◎住宅を新築・増築した方へ

平成27年1月1日現在居住用に使用されている土地(住宅用地)は、固定資産税が軽減されます。

対象 平成26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)

※新築調査の際に申告書を提出した方は申告不要です。

申告内容

住宅の所在地・地番・所有者の住所・氏名

申告期限 2月2日(月)
※印かんを持参してください。

申・問 資産税課
(内線3123・3124) 各総合支所市民生活課

(内線3125・3127) 総合支所市民生活課

◎固定資産税の課税免除と不均課税

平成26年1月2日から平成27年1月1日までの間に製造業等に使用する設備を新増築した場合は、固定資産税が軽減される場合があります。

対象 また、東日本大震災復興特別区域法により特例の適用となる事業(業種)に該当する場合は、固定資産税が課税免除されます。(要申請)

①原簿法(略称) 不均課税(3年間)
②企業立地促進法(略称) 課税免除(3年間)
③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)

申請期限 2月2日(月)
申・問 資産税課
(内線3125・3127) 各総合支所市民生活課

づくり産業版・IT産業版・農業版

申請期限 2月2日(月)

申・問 資産税課
(内線3125・3127) 各総合支所市民生活課

また、東日本大震災復興特別区域法により特例の適用となる事業(業種)に該当する場合は、固定資産税が課税免除されます。(要申請)

提出されない場合、平成27年度の固定資産税が課税される場合があります。

申・問 資産税課
(内線3114・3117) 各総合支所市民生活課



まちの話題

牡鹿地区

11月23日(日・祝)
おしかのれん街



浜の魅力込めて感謝祭

複合型仮設店舗「おしかのれん街」の3周年を祝う感謝祭が開かれました。被災地自慢の創作料理を競う「復興グルメF-1大会」で準優勝したカキ料理が提供されたほか、鮮魚すくいや豪華景品が当たる大抽選会、餅まき、特設ステージではヒップホップダンスやお笑いコンビによる漫才等が繰り広げられ、活気にあふれました。

北上地区

12月1日(月)
北上小学校



災害に備え避難訓練

いつ、どんな時に発生するか分からない災害に備えるため、北上小学校では毎月1～2回、定期的に避難訓練を行っています。状況は授業中、清掃中、スクールバス乗車時等さまざまです。12月1日の訓練は「朝の会の最中に大規模な地震が発生し、緊急地震速報が発表された」という想定で行いました。児童たちはすばやく机の下に身を隠し、その後、防災頭巾をかぶって避難する一連の流れを確認していました。

市からののお知らせ 1月

電話番号案内

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

6次産業化・地産地消推進助成金制度

農林漁業者と地域の事業者との連携を強化し、地域資源の高付加価値化を図るため、1次・2次・3次産業を営む事業者がネットワークを形成して取り組む商品開発や販路開拓等の事業に対し助成金を交付します。

対象事業・区分	助成額
新商品開発事業	対象経費の3/4以内 (交付限度額 1事業者あたり50万円)
販路開拓事業	対象経費の3/4以内 (交付限度額 1事業者あたり50万円)
施設整備事業	対象経費の1/2以内 (交付限度額 1事業者あたり200万円)

対象
 ・ネットワークを形成して事業に取り組む市内事業者
 ・市税および国民健康保険税を完納しており、かつ、助成金交付終了後も事業の継続が確実であると認められるもの。
 ※随時受け付けています。ただし、事業着手の30日前までに申請書を提出してください。
申・問
 商工課(内線3526)

産業創造助成金制度

産業振興と雇用拡大を図るため、創造的事業を行う事業者に対して助成金を交付します。

対象事業・区分	助成額
人材育成事業	対象経費の1/2以内(交付限度額50万円)
研究開発事業	対象経費の1/2以内(交付限度額250万円)
情報提供事業	対象経費の1/2以内(交付限度額50万円) <small>※平成26年4月1日から3年間 東日本大震災により損害を受けた程度が全壊またはそれに準じる大規模な被害を受けた者が「販路拡大を目的とした商品見本市等」に出展する場合対象経費の3/4以内(交付限度額100万円)</small>
業務支援事業	対象経費の1/2以内(交付限度額50万円)

対象
 (1)市内に事務所または事業所を有する中小企業者、個人事業者
 (2)東松島市または女川町に事務所または事業所を有する中小企業者、個人事業者
 (3)市外(東松島市または女川町を除く)に事務所または事業所を有する中小企業者、個人事業者であって、

支店、営業所等を市内に有しており(1)の者と共同して対象事業を行うもの代表者
 ※随時受け付けています。ただし、事業着手の30日前までに申請書を提出してください。

申・問
 商工課(内線3526)

市立保育所の臨時保育士・パート保育士を募集しています

保育士を希望する方は、履歴書に保育士証の写しを添えて、持参または郵送してください。
 勤務条件等詳しくはホームページをご覧ください。

申・問
 子育て支援課
 (内線2524)

農林業センサスにご協力ください

2月1日現在で、全国一斉に「農林業の国勢調査」といわれる「2015年農林業センサス」が実施されます。
 この調査は、今後の農林業の政策に役立てるために5年ごとに実施される極めて大切な調査です。
 1月中旬から農林業を営んでいる皆さんのところに調査員が訪問して、調査票に農林業の経営状況等の記

入をお願いしますので、ご協力をお願いします。
問 総務課(内線4035)

愛犬家の皆さんへ

・散歩の時は必ずリードを付けましょう。
 ・糞の後始末は飼い主が責任を持って行いましょう。
 ・犬の快適な生活に気を配り、ストレスによる病気や、過剰に吠える等の問題行動を予防しましょう。
問 環境課(内線3364)
 各総合支所市民生活課



不法投棄は犯罪です

不法投棄禁止違反は、5年以下の懲役もしくは1,000万円以下の罰金または併科に処せられる犯罪行為です。
 警察もパトロール巡回しています。不法投棄物に関する情報がありましたら、お近くの警察署または交番・駐在所、もしくは廃棄物対策課へご連絡ください。

問 廃棄物対策課
 (内線3375・3376)

ごみ出しルールをみんなで守ろう

○ごみ出し時間については、収集日当日の朝5時から8時30分までの各地区のごみ出し時間中に、地元の内会等で指定する集積所に出してください。
 ○また、ごみ袋については、市の指定マークのついた半透明のごみ袋に入れて、それぞれの収集日に出してください。

○燃やせるごみと燃やせないごみ・資源物の収集指定日を間違えないよう、ご注意ください。
 ○燃やせるごみと燃やせないごみ・資源物の置き場が隣接している集積所については、燃やせるごみと燃やせないごみ・資源物を区分して置くようにしてください。
ごみ収集車の火災事故防止にご協力ください
 ガスカートリッジ、スプレー缶を空き缶として出し、使い捨てライターを燃やせるごみや燃やせないごみの中に入れて集積所に出されると、収集車の中で破裂・発火し、車輛火災等の重大事故が発生することがあります。
 ガスカートリッジ、スプレー缶、使い捨てライターを集積所へ出す際は、分別を徹底し、必ず中身を使い切ってから出してください。
 ガスカートリッジやスプレー缶は、指定日に黄色のコンテナボックスへ入れてください。
 使い捨てライターは、有

害ごみの日に個別に指定袋に入れて出して下さい。
問 廃棄物対策課
 (内線3375・3376)



市民相談センターから

《回線契約は慎重に》
 電話や訪問による「ひかり回線」や「プロバイダ」の勧誘を、大手通信事業者からの「電話回線変更のお知らせ」と思い込み、契約してしまうトラブルが後を絶ちません。
 最近では「将来、今の回線は使えなくなる」とか「近所の人はもう変更している」等と契約をせかされてしまったケースや、勧誘後すぐに遠隔操作でプロバイダを変更設定されてしまったというケースも報告されています。
 業者の説明をうのみにせず、契約内容を十分に理解し、必要がなければきっぱり断りましょう。
問 市民相談センター
 ☎23-5040

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まいります。

空間放射線量の測定結果

測定箇所	測定結果	測定期間
石巻駅前にぎわい広場	0.05~0.06	11/4~11/19
市役所北出入り口前 ※にぎわい広場工事のため測定場所を変更	0.06~0.07	11/20~11/28
市立保育所、私立幼稚園、私立保育園(敷地)	0.05~0.09	11/4~12/2
公共施設等(ホットスポット調査)	0.05~0.09	11/4~12/2
牡鹿地区集落	0.05~0.11	11/4~11/19

(単位:マイクロシーベルト/時)

※市民の皆さんが持ち込んだ食品等の放射性物質の簡易検査および空間放射線簡易測定器の貸出を無料で行っています。
問 環境放射線対策室
 (内線3366)

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

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(日)～4日(日)
5日(月) 午前9時30分	石巻市武道協議会10,000人寒稽古
17日(土) 午前9時	親子キッズフェスティバル 石巻サッカー協会
18日(日) 午前9時	第34回石巻市民ソフトテニスインドア大会 石巻ソフトテニス協会
24日(土) 午前11時 25日(日) 午前10時	トリムカップ2015第8回全国女子選抜フットサル東北大会 石巻サッカー協会

石巻中央公民館 ☎22-2970 FAX21-6050	休 年末年始12月29日(月)～3日(土)
13日(火)、20日(火)、28日(水)、2月3日(火)、10日(火)、17日(火) 午前9時45分～11時45分 (6回連続)	ノーパディズ・パーフェクト講座(子育てワークショップ) 第5シリーズ ところ 13日・28日 稲井公民館 20日・2月17日 石巻市子どもセンター 2月3日・10日 渡波公民館 対象 0歳から就学前のお子さんと暮らす親8人(先着) 託児 0歳から就学前のお子さんを別室で保育します。 参加費・託児 無料 進行 NPファシリテーター 三浦敏広 後藤和江 申・問 石巻中央公民館
23日(金)、30日(金)、2月6日(金)、12日(木)、27日(金)、3月6日(金) 午前10時～正午 (6回連続)	ノーパディズ・パーフェクト講座(子育てワークショップ)第6シリーズ ところ 石巻市子どもセンター 対象 0歳から就学前のお子さんと暮らす親8人(先着) 託児 0歳から就学前のお子さんを別室で保育します。 参加費・託児 無料 進行 NPファシリテーター 荒木裕美 中居みずほ 申・問 石巻中央公民館
19日(月)、26日(月)、2月2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月) 午前9時45分～11時45分 (6回連続)	ノーパディズ・パーフェクト講座(子育てワークショップ)第7シリーズ ところ 19日・26日・2月9日・16日・23日 桃生公民館 2月2日 稲井公民館 対象 0歳から就学前のお子さんと暮らす親8人(先着) 託児 0歳から就学前のお子さんを別室で保育します。 参加費・託児 無料 進行 NPファシリテーター 三浦敏広 遠藤仁美 申・問 石巻中央公民館
16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)」 ところ 仮設南境第7団地西集会所 内容 手遊び、読み聞かせ、親子ダンス、ビンゴゲーム他 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。外国人の方もどうぞ。
25日(日) 午前10時～正午	石巻市ジュニア・リーダーサークルげろっば「プレーパーク」 ところ 向陽地区コミュニティセンター 対象 未就学児～小学生 内容 空気砲、的あて、輪投げ、紙飛行機とばし他 申・問 石巻中央公民館
27日(火) 午前10時～11時45分	子育てワークショップ ～NP体験版～ ところ 渡波公民館 会議室・和室(託児) 対象 未就学児をお持ちの母親 8人(先着) 託児 お子さんを別室で保育します。 ファシリテーター 保土原さえ子 鈴木呈子 受講料・託児 無料 申・問 石巻中央公民館

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(月)～3日(土)
31日(土) 午後1時～3時	「調理パン講習会」 ところ 調理実習室 内容 サンドイッチ等の製作 対象 市内在住または勤務先を有する勤労者および配偶者 講師 宮城県製パン協同組合石巻支部 定員 20人(先着) 受講料 無料 持ち物 エプロン、三角さん 申込方法 20日(火)まで公民館へ申し込みください。
2月4日(水) 午前10時～午後1時	利用協議講座「男の台所教室パート9」 ところ 調理実習室 内容 男性を対象とした料理教室です。対象 市内在住の男性 定員 15人(先着) 受講料 無料(ただし、材料費600円負担) 講師 石巻市食生活改善推進員連絡協議会石巻分会蛇田地区会会員 持ち物 エプロン、三角さん 申込方法 28日(水)まで材料費を添えて公民館へ申し込みください。
2月14日(土)、15日(日) 午前9時～午後4時 (15日は午後3時まで)	第57回蛇田公民館「作品展覧会」 ところ 大ホール、和室、調理実習室 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 入場料 無料 【出展作品募集】 出展資格 市内にお住まいの方 作品数 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し、30日(金)まで申し込みください。

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(月)～3日(土)
20日(火) 午前10時30分～午後1時30分	一般教養講座「牡蠣と帆立のフランス料理教室」 内容 家庭でも手軽に作れる「牡蠣のパエリア」と「帆立貝のポアレ」をメニューとしたフランス料理講習会 ところ 渡波公民館 調理実習室 対象 市内にお住まいの方 定員 20人(抽選) 受講料 無料(ただし、材料費2,000円負担) 申込方法 14日(水)まで材料費を添えて公民館へ申し込みください。
26日(月) 午後1時30分	高齢者教室「寿大学」・女性教室「くらしの講座」合同学習会

石巻市子どもセンター「らいつ」 開 月曜日～金曜日 午前9時30分～午後7時 土・日曜日は午後5時まで ☎23-1080 FAX23-1081 休 祝日 年末年始12月29日(月)～3日(土)
15日(木)、23日(金)、24日(土)は施設安全点検等のため臨時休館日とします。イベント等の内容は、ホームページまたは電話でお問い合わせください。 URL https://www.facebook.com/ishinomakicc

図書館 ☎93-8635	開 午前9時～午後5時 休 年末年始12月28日(日)～5日(月)・11日(日)・12日(月)・19日(月)・26日(月) ※水曜日は午後7時まで、土・日曜日は午後4時まで
6日(火)、13日(火)、20日(火)、27日(火) 午後3時30分～4時	紙芝居とお話の会
8日(木) 午前10時～正午	絵本とおはなしの会勉強会
13日(火) 午前10時～正午	読書会 内容 朗読CD「越前海岸」(乃南アサ 作)を聞く
16日(金) 午前10時30分～11時	あかちゃんおはなし会
17日(土) 午前10時30分～11時	たのしいおはなし会
20日(火) 午前10時～正午	子どもの本を読む会 テキスト「妖怪アパートの幽雅な日常1」香月日輪 著
17日(土) 午前10時～11時	えほんとお話の会 ※桃生分館(桃生公民館)
18日(日) 午前10時30分～11時	おはなし会 ※河北分館(ビッグバン図書館)

遊楽館 ☎72-3561	開 午前9時～午後9時 休 年末年始12月28日(日)～5日(月)・13日(火)・19日(月)・26日(月)
11日(日) 受付 午前10時 開式 午前11時	平成27年 石巻市河南地区成人式 問 河南公民館 ☎86-3663 かなんホール

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 年末年始12月27日(土)～5日(月)・13日(火)・19日(月)・26日(月)
---------------------------	--

◆プールイベントの他にも、走り方教室等のアリーナイベントも随時開催しています！詳しくはプールホームページ、またはお電話でお問い合わせください。
 プールホームページ <http://www.miz-ss.com/kananpool>

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 年末年始12月28日(日)～4日(日) ※12日(月・祝)は通常営業
5日(月)～12日(月・祝)	新春特別企画①「回数券割引販売」 内容 期間限定!!プール・ジムフリー回数券&レッスン回数券 2割引販売 ①プール・ジムフリー回数券 一般5,000円⇒4,000円/受講生4,000円⇒3,200円 シニア(65歳以上)・学生・障がい者3,000円⇒2,400円 ②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円⇒9,600円/5枚綴り6,250円⇒5,000円 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
11日(日)	新春特別企画②「新春☆書き初め大会」 内容 新年の抱負を、筆で書いてみよう!!(どなたでも参加可能) 書き初めに参加した方は、プールもしくはジムフリー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

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分以降のご利用限定。利用できない曜日あり)
 ※割引料金でのご利用の場合、各種証明書を必ず持参してください。
 ※プールは中学生以上、トレーニングルームは高校生以上の利用となります。

河北総合センター「ビッグバン」 開 午前9時～午後9時 休 5日(月)・13日(火)・19日(月)・26日(月) ☎62-1120 臨時休館12月28日(日) 年末年始12月29日(月)～3日(土)	
11日(日) 受付 午後1時 開式 午後2時	平成27年 石巻市河北地区成人式 問 河北公民館 ☎62-2121 文化交流ホール
18日(日) 開演 午後1時30分 (開場 午後1時)	第10回 腎臓病フォーラム「腎臓を護ることは生命を守ること2015」※入場料 無料 問 宮城県腎臓病患者連絡協議会 ☎022-355-7537 文化交流ホール
25日(日) 午前9時30分	第20回 桃生剣道祭 ※入場料 無料 問 石巻剣道連盟桃生支部 ☎73-4344 アリーナ

かなんパークゴルフ場 ☎72-2933	開 午前9時～午後4時 休 年末年始12月28日(日)～5日(月)・13日(火)・19日(月)・26日(月)
※冬期間中は積雪により閉場となる場合がありますので、ご確認ください。	

にっこりサンパーク ☎67-2038	休 冬季休館12月28日(日)～2月28日(土)
3月以降の貸館の予約は3月1日(日)から受け付けます。	

牡鹿交流センター ☎45-3618	開 午後1時～午後8時 ※休館日の前日は午前10時～午後5時 休 月曜日・年末年始12月28日(日)～5日(月)
温水プールは3月31日(火)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 21日(水) 午後3時30分～(受付時間 午後3時～3時25分) 14日(水)・28日(水) 午後6時30分～(受付時間 午後6時～6時25分)
●ビッグバン ☎62-1120 9日(金)・23日(金) 午後3時/午後7時 ※要電話予約
●遊楽館 ☎72-3561 8日(木)・22日(木) 午前10時30分/午後7時30分 ※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 随時受付 ※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

みやぎジョブカフェからのお知らせ

① 就職支援セミナー&就職相談会(要予約)

と き 1月15日(木)、22日(木)、29日(木)
 就職支援セミナー 午前10時～11時50分
 (各日 定員10人)
 就職相談 午後1時、午後2時、午後3時
 (各時間 定員2人)
ところ 県石巻合同庁舎1階104会議室
 (東中里一丁目4-32)
対象 39歳以下の求職者
 (フリーター・パート・アルバイトを含む)

② 合同適性試験&合同企業説明会

さまざまなセミナーをコーディネートしワンストップで求職者と企業を支援する事業です。
と き 1月19日(月)
 合同適性試験(事前予約可) 午前10時30分
 午後12時30分、午後3時30分～5時20分
 (受付時間各30分前～10分前)
 合同企業説明会 午後1時30分～4時30分
 (受付時間午後1時～4時)
ところ アエル5階(仙台市青葉区中央一丁目3-1)
対象 39歳以下の求職者および平成27年3月大学等卒業予定者(既卒3年までを含む)
 ※当日は学生証・運転免許証等を持参してください。
 みやぎジョブカフェ ①☎022-217-3562
 ②☎022-745-0007
 URL <http://www.miyagi-jobcafe.jp/>
 市商工課(内線3523)

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ことができます。
と き 1月14日(水)・28日(水) 午前9時
【入会時に必要なもの】
 年会費(3,000円)、印かん、健康保険証、七十七銀行の通帳
 ※詳しくは電話でお問い合わせください。
 市シルバー人材センター
 (旧石巻消防署南中里出張所) ☎94-3683
 市商工課(内線3523)

平成26年度応急手当普及員講習開催

と き 平成27年2月17日(火)～19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
 (大橋一丁目1-1)
対象 満18歳以上
定員 30人(先着)
受講時に必要なもの 応急手当指導者標準テキスト(ガイドライン2010対応)
申込期間 1月26日(月)～2月6日(金)
 午前9時～午後5時(土日・祝日を除く)
申込方法 石巻広域消防本部警防課または石巻広域消防ホームページから申込用紙を取得し、申込期間内に、申し込みください。
 石巻広域消防本部警防課 ☎95-7433
 URL <http://isyoubou.jp/>

パソコンセミナー・エクセル実践セミナー(要予約)

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エクセル関数の基本
と き ①休館日を除いた毎日開催
 午前10時～正午または午後1時～3時
 ②1月25日(日) 午後2時～4時
ところ ①メディアシップ2階 ワークキャビン
 ②メディアシップ1階 コミュニティーコート
対象 ①これからパソコンを始めたい方およびワードやエクセルを基礎から学びたい方
 ②エクセル経験者(基本的なデータ入力、表計算ができる方)
定員 ①1日4人(先着) ②1日10人(先着)
参加費 500円
申込方法 随時電話で申し込みください。
 情報プラザ「メディアシップ」午前9時～午後5時
 (月曜休館、祝日の場合は翌日休館) ☎61-1200

ウォーキングイベント 初詣でウォーキング

と き 1月18日(日) 午前9時～正午
 ※市観光物産情報センター「ロマン海遊21」前に集合ください。
参加料 500円(保険料)
 石巻ウォーキング会 ☎090-7326-7338
 市体育振興課 ☎22-9111

キッズフェスティバル 笑顔な一日!親子の日! JFAキッズU6・U8サッカーフェスティバル

と き 1月17日(土)
 【午前の部】午前10時～11時30分
 【午後の部】正午～午後2時
ところ 市総合体育館
対象・定員 【午前の部】未就学児～小学生2年の親子 50組
 【午後の部】小学1年生～6年生 40人
内容 【午前の部】親子体操・ボール遊び・サッカーゲーム
 【午後の部】サッカーボール遊び
参加料 無料(参加記念品あり)
 NPO法人石巻スポーツ振興サポートセンター
 ☎090-8787-3873
 市体育振興課 ☎22-9111



石巻地域若者サポートステーションからのお知らせ

就労・自立を支援します!
 若者サポートステーションは、就労・進学等の社会的および職業的自立に向けた各種支援を行っています。
受付時間 午前10時～午後6時(土日・祝日を除く)
対象 15歳～39歳以下の求職者およびその家族
 ※要電話予約
 石巻地域若者サポートステーション ☎90-3671
 市商工課(内線3523)

NHK仏教美術鑑賞セミナー

と き 2月13日(金)
 ①午前11時 ②午後2時30分
ところ 河北総合センター「ビッグバン」文化交流ホール
料 金 無料 ※要入場整理券(1歳以上のお子さんから(先着))
 ※郵送を希望する場合はお問い合わせください。
整理券配布場所 生涯学習課および河北総合センター窓口
内容 NHKの美術番組の映像を交えながら、ゲストによる特別講演や教養セミナーを通じて、日本での花開いた仏教美術の魅力に迫ります
 出演:大谷徹英(法相宗大本山薬師寺執事)
 NHK仙台放送局 ☎022-211-1016
 市生涯学習課(内線5055)

市営住宅入居者募集

申込書配布 住宅管理課、管轄の総合支所で配布
受付期間 1月20日(火)～22日(木)午前8時30分～午後5時
受付場所 住宅管理課、管轄の総合支所 **入居予定時期** 2月上旬

管 轄	本 庁			北 上
種 類	公 営			公 営
住 宅 名	水押5-15号【1階】	万石浦1-55号【5階】	稲井4-22号【2階】	橋浦5号
所 在 地	水押二丁目8番	流留字七勺9番地1	新栄二丁目5番地	北上町橋浦字大須230
間 取 り	3K(6/4.5×2)	3DK(6×3)	2LDK(6×2)	2LDK(6/8)
建 築 年 度	昭和48年度	昭和59年度	平成8年度	平成14年度
構 造	中層耐火4階建	中層耐火5階建	中層耐火3階建	木造平屋建
家 賃	9,400円 ～28,800円	15,400円 ～45,400円	19,500円 ～97,800円	22,300円 ～84,300円
募 集 戸 数	1戸	1戸	1戸	1戸
単 身 入 居	不可	不可	不可	可

※家賃は世帯の所得等により決定します。

<重要>

- ・申し込み時点で入居予定者の中に市税等の滞納がある方がいる場合または暴力団員がいる場合は申し込みできません。
- ・申し込みの際に必要な書類は、事前にお問い合わせください。
- ・災害等で住宅の提供が必要な場合、募集を中止することがあります。
- ・ペットの飼育は禁止です。
- ・東日本大震災で住居を失った方(り災判定で自宅が全壊、大規模半壊または半壊で解体を余儀なくされた方)については、収入基準等の入居要件を満たしているものとして申し込み可能です。(特定公共賃貸住宅を除く)
- ・上記の方が一般の市営住宅に入居した場合、復興住宅への入居申し込みはできません。また、家賃低減化の措置は復興住宅にのみ適用されるため、受けられません。
- ・牡鹿総合支所の空き住宅には、随時募集している住宅があります。[先着]
- ・その他詳細については、ホームページをご覧ください。か、お問い合わせください。

住宅管理課(内線5753・5754)

北上総合支所地域振興課・牡鹿総合支所地域振興課

1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
相続・許認可相談ほか

☎ 県行政書士会石巻支部 ☎22-8471

●行政相談

14日(水) 午後1時～3時30分 河南総合支所第2庁舎

14日(水) 午後1時～3時 蛇田公民館和室

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

●休日子育てに関する相談(石巻市子どもセンター「らいつ」)

午前10時～午後3時(祝日を除く土日のみ) ☎23-1080

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・火・水・木曜日)

・消費生活相談 ☎23-5040 午前9時～午後5時(土日・祝日を除く)

●虐待防止センター(市役所2階)

・児童虐待相談(内線2539) 午前8時30分～午後5時(土日・祝日を除く)

・高齢者虐待相談(内線2538) 午前8時30分～午後5時(土日・祝日を除く)

・DV相談 ☎23-6614 午前8時30分～午後5時(土日・祝日を除く)

●法律(弁護士)相談

・仙台弁護士会石巻法律相談センター(石巻駅前ビル4階 穀町12-18)

午前10時～午後4時(土日・祝日を除く)

震災時被災3県に在住の方は刑事事件・法人を除き全て無料です。

☎ 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9時30分～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

14日(水) 午前10時～午後3時 河南総合支所

15日(木) 午前10時～午後3時 北上保健医療センター

16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) 19日(月) 受付時間 午後1時30分

詳細については、事前にお問い合わせください。

※農地法許可申請受付期間 5日(月)～8日(木)

☎ 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 10日(土)午前9時30分～午後4時 ☎22-5115

女性のための面接相談(要予約)

何もする気になれない、心身の不調、家族、職場の人間関係、配偶者からの暴力(DV)等の問題にカウンセラーが応じます。

一人で悩まずに、まず相談してみませんか。

とき 7日(水)・21日(水) 午前11時、午後1時30時、午後3時

ところ 市役所2階相談室B

定員 6人(1日3人)〔先着〕

担当 田口京子先生(ウィメンズカウンセリングいずみ/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4233)



無料経営相談会(要予約)

震災復興に向けたご相談や会社経営者・個人事業者の皆さんの課題解決のための専門家による無料相談会を実施します。事業経営に関するあらゆる問題に対応します。お気軽にご相談ください。

とき 13日(火) 午前10時～正午・午後1時～3時

ところ 石巻ルネッサンス館1階 アドバイザールーム(開成1-35)

定員 2社(午前・午後各1社)

申込方法 所定の申込用紙に必要事項を記入し、FAXで申し込みください。

申込期限 12日(月・祝) 午前10時

☎・☎ 石巻産業創造(株) ☎92-1313・FAX93-9397

☎ 市産業推進課(内線3544)

弁護士による無料法律相談(要電話予約)

とき 13日(火)・27日(火) 午前10時30分～午後4時

ところ 市役所2階市民相談センター相談室

定員 18人(1日9人)〔先着〕

予約受付開始日 5日(月) 午前9時

相談内容 貸借、不動産、離婚、多重債務、相続関係等

☎・☎ 市民相談センター(内線2532・2533)

みんなのおた場

届いたお手紙から みんなのおたより紹介



温もりのある出逢いに ありがとう

10月1日の朝、起きてから1時間後、突然太ももから左足全体が激痛におそわれ地面に足がつけなくなりました。

目かの「まさか」となった痛みと心折れそうな不安の中で娘たちに連れられ病院に向かいました。

診察室で先生が「手術をして元気を取り戻しましょう」といった言葉に涙が出るほど嬉しかったのと同時に

に元気と勇気をいただきました。

40余日間の入院生活は、患者の心に寄り添い、やさしい言葉で病人をさわやかな気分させ、笑顔を絶やさないう看護師さんたちや、リハビリテーションの療法士さんたちの礼儀正しく心温まるあいさつ、そして笑顔で不安なく送ることができました。

また、手術前日の回診時に「明日はがんばりましょう」と笑みを浮かべて語りかける先生に一本の道が開けたような勇気がわいてきました。何にも勝る良薬の一言でした。

歩けるようになったうれしさと先生をはじめ多くの職員の皆さん、本当にありがとうございました。

(佐藤 みよ子)

サークル仲間 (80)

子どもたちに読み聞かせ 真剣な目と笑顔が生きがい

お月とお星の会

桃生地区を拠点に活動する「お月とお星の会」(佐藤貴子代表)は地域の30〜70代の女性13人で構成する幼児・児童を対象にした読み聞かせボランティア団体です。

に数回、情報交換会や研修会等を開き、メンバー同士の交流や技術向上にも励んでいます。

会の名称は、地元のお茶臼山に伝わる昔話「お月とお星の話」に由来しており、地域の民話等も伝えていきたいという思いが込められています。

発足当時からメンバーの熊谷良子さん(62)は「子どもたちの喜ぶ顔、真剣な眼差しで話を聞いてくれる姿等が皆の生きがいにもつながっています。子どもたちや保護者の皆さんの意見を取り入れながら、これからも地域に根差した活動に取り組みたいです」と話していました。

平成18年4月に発足した当時のメンバー7人の多くは、以前幼稚園や保育所に勤めていました。それぞれが培ってきた技術や経験を子どもたちの健全育成に還元できないかと考えたのが活動のきっかけです。

随時、新規メンバーを募集しています。興味のある方は桃生公民館(☎76-2111)までご連絡ください。

健康コラム 石巻市立病院

第10回 冬の入浴について

石巻市立病院 内科医員 末永 拓郎

石巻の冬は冷え込みが厳しいですね。入浴の際に浴室に入ると寒くて体がぶるぶる震えてしまうこともあるのではないのでしょうか。実はこの時期、寒い中での入浴では失神、心筋梗塞、脳卒中を起こしてしまう危険性が高くなってしまいます。

このようなことが起こる原因の一つには温度差による血圧の急激な変化があります。まず寒い中で裸になると体から熱を奪われないようにと血管が収縮し血圧が上がります。次いで熱い湯船につかり体が急速に温まると血管がゆるんで一気に血圧が下がり、体に大きな負担をかけてしまうのです。特に高齢の方や、心臓が悪い方、または糖尿病、高血圧、脂質異常症等の生活習慣病がある方はこの危険性が高くなると言われています。

低い気温と熱い湯船の間の大きな温度差が原因となるので、その温度差を小さくするために脱衣所や浴室内をなるべく暖かくする方がよいでしょう。またお湯はぬるめにして、ゆっくりと体をなじませながら湯船に入り、湯船から上がる時も急に立ち上がらないようにしましょう。

寒い冬には温度差に気を付けた穏やかな入浴を行い、心身を労わってあげてはいかがでしょうか。

☆次回3月1日号は「春の病にご注意を」です。

開成仮診療所 <http://ishinomaki-zaitakurenkei.jp/>

主に小学校や子育て支援センターなどに出向き、子どもたちを対象に絵本や紙芝居の読み聞かせを行っています。年齢と発達に合わせた上で「分りやすく、楽しく、季節にあつた本」を選ぶように心がけています。また年



▲子どもたちをお話の世界に引き込む読み聞かせ活動 (桃生子育て支援センター「キッズホーム」)

◆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きます。

☎ 秘書広報課(内線4024) ☎986-8501(住所不要)

✉ ispubinfo@city.ishinomaki.lg.jp

まちの話題



石巻地区

11月23日(日・祝)
サン・ファンパーク

4年ぶり本拠地での カキまつり盛況

「第13回石巻かきまつり」(石巻かきブランド化事業委員会主催)には約3万人が訪れ、石巻産カキのおいしさを堪能しました。震災による中断を経て再開した昨年は、市総合運動公園が会場となりましたが、今回は4年ぶりに従来通りサン・ファンパークで開催されました。市民参加のステージイベントが盛り上がりを見せたほか、焼きガキ等人気コーナーには長蛇の列ができていました。

石巻地区

ナンク回商品開発 ワークショップ

12月12日(金)
石巻商工会議所



牡鹿半島の十八成浜で動脈硬化等の予防効果があるとされる成分を含む微細藻類の「ナンノクロロプシス」を製造しているスメーブジャパン(株)が藻を使った開発商品の説明会を開きました。食品としての藻の認知度を地元でも高め、各種商品開発に活用してもらおうのが目的です。市の誘致に応じて進出した同社は、平成25年夏から培養を始め、今年夏には雄勝地区に新工場が完成する予定です。

1月の子育て支援コーナー

市子育て支援センター(石巻地区保育所内)

申・問 ☎FAX94-2366

★「わくわく」開設
～小さいお子さんがいる家族のためのフリースペースです。保育所の庭でも遊べます～
と き 月曜日 19日、26日 水曜日 14日、21日、28日
午前9時30分～正午
ところ 中央児童館放課後児童クラブ室、石巻地区保育所所庭
※費用無料・予約不要
※上記時間ならいつ来てもいつでも自由です。玩具や絵本を用意してありますので、ご利用ください。

★あそびの広場

●うしお荘(2階大広間)
・いちご(0歳～2歳未満)27日(火)・めろん(2歳以上)13日(火)
・フリー(0歳～未就学児)20日(火)
●かもめ学園
・いちご(0歳～1歳半未満)15日(木)
・みかん(1歳半～2歳半未満)22日(木)
・めろん(2歳半以上)29日(木)
●稲井公民館(2階和室)
・いちご(0歳～2歳未満)23日(金)・めろん(2歳以上)30日(金)
・フリー(0歳～未就学児)16日(金)
と き 午前10時～11時(受付 午前9時30分～50分)
※10時から活動が始まりますので、受付時間内にお越しください。
持ち物 水分補給用の飲み物 ※費用無料・予約不要
※路上駐車や指定の場所以外への駐車は遠慮ください。
※詳しい活動内容は、ホームページをご覧ください。
※大雨・暴風等の悪天候や道路状況によりやむを得ず、お休みする場合がありますので、ご了承ください。

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 6日(火)、20日(火)
・2歳6カ月以上グループ 13日(火)、27日(火)
★すくすく赤ちゃん
・ネンネ・寝返りグループ 8日(木)、22日(木)
・ヨチヨチ・ハイハイグループ 15日(木)、29日(木)
★ツインズ・デーと孫育て広場 ※費用無料・予約不要
と き 9日(金)、23日(金) 午前10時～11時30分
★たまご・ひよこサロン 19日(月)
★子育てふれあいサロン 26日(月)
★育児講座「歯磨き教室」 歯科衛生士さんに来ていただきます。
と き 16日(金) 午前10時～11時30分 定員 15組程度
※費用無料・要予約 ※受付開始は5日(月) 午前9時
★離乳食教室「離乳食(7～8カ月)」
と き 30日(金) 午前10時～11時30分 定員 8組程度
持ち物 エプロン、三角巾
※費用無料・要予約 ※受付開始は5日(月) 午前9時
★解放日 5日(月)

河北子育て支援センター

申・問 飯野川保育所内 ☎61-1601・FAX62-2359

★あそびのひろば
～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歳～1歳親子 8日(木)、15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)、22日(木)、26日(月)
持ち物 水筒(お茶または水)、手拭きタオル、着替え
《主な行事》
19日(月) 保健師来所～身体測定をします～
22日(木) 消防指導
26日(月) 自由開放日
28日(水) ボランティアによる絵本の読み聞かせ
29日(木) 豆まき会、ボランティアによる絵本の読み聞かせ
申込期間 7日(水)～21日(水)
定員 15組(先着) 参加費 200円
※都合により変更になることがあります。

北上子育て支援センター

申・問 相川保育所内 ☎66-2177・FAX61-2008

★あそびのひろば(ところ 相川保育所内)
と き 19日(月)、26日(月) 午前9時30分～11時30分
持ち物 親子の靴、飲み物、着替え(おむつ等)
★ひまわりキッズ(ところ 北上保健センター)
と き 7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水)
午前10時～11時30分
持ち物 親子の靴、飲み物、着替え(おむつ等)
※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」(バイオ研修センター内)

申・問 ☎FAX76-4521

★あそびの広場
と き 午前9時30分～11時30分
・0～1歳親子 8日(木)、15日(木)、22日(木)、29日(木)
・2歳以上親子 7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水)
・広場開放日 6日(火)、13日(火)、20日(火)
持ち物 親子の飲み物(お茶か水)、おしぼり、着替え等
※開放日以外もいろいろな活動を予定しています。詳しい内容は、おた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 27日(火) 午前10時～11時30分
と ころ 桃生 永井いきいき交流センター
内 容 鬼のお面作りと豆(新聞ボール)まき
参 加 費 1家族150円
持 ち 物 親子の飲み物、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)に記入して、キッズホームまで申し込みください。
申 込 締 切 23日(金)

雄勝子育て支援事業 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。
と き 毎週月・水・金曜日(変更になる場合あり)
午前9時30分～11時30分
※毎週火・木曜日は電話相談のみ受け付けます。
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 親子の飲み物(お茶や水)、着替え(おむつ等)
※詳しい内容についてはホームページをご覧ください。

河南子育て支援センターパプラ

申・問 ☎FAX72-4670

★わいわいサロン 河南農村環境改善センター(パプラ)2階
と き 午前9時30分～11時30分
・0～1歳親子 6日(火)、13日(火)、20日(火)、27日(火)
・2歳以上親子 8日(木)、15日(木)、22日(木)、29日(木)
持 ち 物 親子の飲み物、外靴入れ、着替え等
※20日(火)保健師・栄養士さんが来ます。
★自由開放 河南農村環境改善センター(パプラ)2階
と き 5日(月) 午前9時～11時30分
※昼食をとる方は午後1時まで
持 ち 物 親子の飲み物、外靴入れ、着替え、昼食をとる方はお弁当等

牡鹿地区子育て支援

申・問 牡鹿総合支所保健福祉課 ☎45-2113

★子育て支援事業「ぐんぐんすくすく」
親子で楽しく遊びましょう。お気軽にご参加ください。
と き 15日(木) お正月遊びを楽しもう！
22日(木) 鬼退治(豆まき)
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(お茶か水)、おしぼり(お手拭用)
※費用無料

1月の健康コーナー

食育推進コーナー

『和食』がユネスコの『無形文化遺産』として、平成26年に登録されました。自然崇拜にもとづく日本人の宗教観は自然との調和を重んじ、世界に類をみない独特の文化に裏打ちされたものです。
和食の特徴は素材の良さを最大限に引き出し、高鮮度で食べ、五感に訴えるものです。
伝統食の最高の和食は『おせち料理』です。各地の貴重な食材を活用した最高の『ハレ』の料理です。
歴史を学び、食を知り、一家だんらんで新しい年の食農教育(食育)を考えてみましょう。
石巻市食育推進会議会長 須能 邦雄 (石巻魚市場(株))
問 健康推進課(内線2617)

愛の献血(1月)

とき・ところ
4日(日) 午前10時～午後4時30分 カワチ薬品石巻西店
11日(日) 午前10時～午後4時30分 カワチ薬品石巻西店
21日(水) 午前10時～午後4時30分 市役所(北側通用口前)
24日(土) 午前10時～午後4時30分 イオンモール石巻
30日(金) 午前10時～午後4時30分 イオンモール石巻
※午前11時45分～午後1時は休み
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	H26年9月生まれ	15日(木)・23日(金)・28日(水)	12:45～13:00	市保健相談センター
	1歳児よちよち相談	H25年12月生まれ	7日(水)・19日(月)・30日(金)	9:15～9:30	
	1歳6カ月児健診	H25年5月生まれ	9日(金)・20日(火)・29日(木)	12:30～12:45	
	2歳児歯科健診	H24年6月生まれ	7日(水)・16日(金)・22日(木)		
	3歳児健診	H23年7月生まれ	8日(木)・21日(水)・27日(火)		
河北 雄勝 北上	3～4カ月児健診	H26年8月27日～10月21日生まれ	21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	H25年5月～6月生まれ	14日(水)		
	2歳児歯科健診	H24年6月～7月生まれ	28日(水)		
河南 桃生	3～4カ月児健診	H26年9月生まれ	30日(金)	12:45～13:00	河南母子健康 センター
	7～8カ月児すくすく相談	H26年5月生まれ	13日(火)	13:15～13:30	
	1歳児よちよち相談	H25年12月生まれ		9:30～9:45	
	1歳6カ月児健診	H25年5月16日～6月30日生まれ	22日(木)	12:15～12:40	
	3歳児健診	H23年6月16日～7月31日生まれ	15日(木)		
牡鹿	3～4カ月児健診	H26年9月生まれ	28日(水)	12:45～13:00	市保健相談センター
	1歳児よちよち相談	H25年11月～H26年2月生まれ	29日(木)	13:15～13:30	牡鹿保健福祉センター 「清優館」
	1歳6カ月児健診	H25年4月～7月生まれ		12:45～13:00	
	2歳児歯科健診	H24年5月～8月生まれ		12:30～12:45	
	3歳児健診	H23年6月～9月生まれ			

各種教室

教室名	内 容	と き	と ころ
離乳食教室(石巻地区)	5～8カ月児の保護者の方を対象に、離乳の進め方のお話があります。定員 15組(要予約)	13日(火) 受付 13:15～13:30 申・問 健康推進課(内線2428)	市保健相談センター
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。	27日(火) 受付 9:30～11:00 申・問 河南総合支所保健福祉課 ☎72-2094(内線271)	遊楽館アリーナ

1月の健康コーナー

◆相談(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	健康推進課
育児相談			内線2425
こころの電話相談			内線2423
栄養相談	19日(月)	10:00～12:00	市保健相談センター
歯科相談		13:00～15:00	内線2417

◆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。相談は原則2回までです。

とき	ところ	担当	申・問
15日(木) 10:45	市役所2階相談室	今野 廣子 先生	健康推進課(内線2421) ☎94-9132
20日(火) 13:30	河北総合支所	小山 勝己 先生	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)	16日(金)	☎95-1431
アルコールセミナー	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)		
思春期・引きこもり相談	16歳～29歳の心の問題についての専門相談(要予約)	20日(火)	11:00～15:00

◆からこる相談ダイヤル:心の無料電話相談

(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

大切な人を亡くした方の集いです。
とき 11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

☎ 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 25日(日) 午後1時
ところ 市保健相談センター

☎ つむぎの会
☎090-8614-5466

☎ 健康推進課 ☎94-9132

◆定点型からだこころのケアサロン

「からこるん」 ※参加費無料
とき 27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:「発達障害について」
午前10時30分～
「思春期・引きこもりの対応」
午後1時30分～

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。
☎ 河南総合支所保健福祉課
☎72-2094(内線275)

◆傾聴ボランティアによる仮設カフェ「サロン♡さくら」

とき	ところ
16日(金) 10:00～12:00	仮設南境第7団地北集会所
26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番25号)

※天候等により中止する場合があります。※はじめての方もご参加ください。

☎ 健康推進課 ☎94-9132

◆傾聴ボランティアによるカフェ「サロン♡ひまわり」

とき	ところ
毎週月曜日 10:00～15:00	北上保健センター内

※祝日はお休みします。

☎ 北上保健センター ☎67-2301

まもなく成人歯科健康診査が終了します!

市内に住所を有する40・50・60・70歳になる方を対象に実施している成人歯科健康診査がまもなく終了します。2月は補足健診期間になっていますが、受診票が届いている方で、まだ受診されていない方は、指定医療機関に直接予約を入れて余裕をもって受診してください。

☎ 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	木・祝	古山内科・循環器科 23-0221(元倉一丁目)	石巻市立病院東部診療所 23-3200(総合運動公園敷地内)	佐久間眼科小児科医院 92-7651(八幡町一丁目)	石巻診療所 23-0125(穀町)
2日	金	まだらめ内科医院 24-9133(蛇田字東道下)	いしのみきクリニック 21-6117(大橋三丁目)	おおば小児クリニック 93-9693(門脇字青葉西)	森消化器内科外科 23-2151(新橋)
3日	土	齋藤病院 96-3251(山下町一丁目)	駅前北まき内科クリニック 95-3123(駅前北通り一丁目)	中山こどもクリニック 95-4121(中里三丁目)	二宮外科医院 22-0202(住吉町一丁目)
4日	日	佐藤内科医院 22-3020(石巻市立病院敷地内)	高橋消化器内科 95-1621(千石町)	石巻赤十字病院 21-7220(蛇田字西道下)	三浦泌尿器科医院 95-1961(新橋)
11日	日	上石内科クリニック 22-2602(清水町一丁目)	仮設石巻市夜間急患センター 94-5111(日和が丘一丁目)	鈴木整形外科クリニック 92-7707(鹿妻北一丁目)	齋藤産婦人科医院 22-0707(中央三丁目)
12日	月・祝	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)	あらい脳神経外科クリニック 98-3671(蛇田字下中埠)	しらゆりクリニック 22-3717(蛇田字新立野)
18日	日	古山内科・循環器科 23-0221(元倉一丁目)	仮設石巻市夜間急患センター 94-5111(日和が丘一丁目)	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)
25日	日	高橋消化器内科 95-1621(千石町)	仮設石巻市夜間急患センター 94-5111(日和が丘一丁目)	森消化器内科外科 23-2151(新橋)	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。

日	曜	石巻市 河北地区	東松島市 矢本地区	歯科
1日	木・祝			駅前もりたデンタルクリニック 96-6755(穀町)
2日	金			横山歯科医院 21-1711(大手町)
3日	土			きらら歯科クリニック 92-9300(蛇田字塔寺)
4日	日	石巻ロイヤル病院(内科のみ) 73-5888(広瀬)	みやぎ東部循環器科 82-9930(赤井)	よしだファミリー歯科 24-1185(渡波字柴田)
11日	日	ものうファミリークリニック 76-4024(桃生町中津山)	やもと内科クリニック 98-3260(矢本)	沼倉歯科医院 93-8622(鑄銭場)
12日	月・祝	中川内科外科医院 72-2123(前谷地)	いしがき・みみはなのどクリニック 84-1187(矢本)	日野歯科医院 22-4230(錦町)
18日	日	栗原医院 76-4170(桃生町寺崎)	ひかりサントクリニック 84-1333(矢本)	藤江歯科医院 95-2313(南中里一丁目)
25日	日	佐々木医院 72-3122(和瀬)	石垣クリニック内科循環器科 83-7070(矢本)	阿部歯科医院 96-6546(末広町)

※診療時間は、午前9時～午後5時となります。

よくわかる!!「健診結果」個別相談会(要予約)

とき 19日(月)・2月2日(月)・24日(火)
午前9時30分～午後4時(1人40分程度)
※相談日の前週の金曜日までに申し込みください。
ところ 市保健相談センター
内容 保健師・栄養士による健診結果や生活習慣のアドバイス
対象 被災者特別健診、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
☎ 健康推進課(内線2425・2613)

インフルエンザ予防接種について

●高齢者インフルエンザ予防接種(65歳以上対象)は、1月31日(土)までに受けてください。(この期日を過ぎると公費助成は受けられません。)
☎ 健康推進課(内線2413～2415)

こころのエクササイズ研修(要予約)

日常のストレス対処に役立つ認知行動療法の基本的な考え方、スキルを学べる研修です。演習を交えて楽しみながら体験し、学べます。
とき 事前説明会:1月26日(月)…この日にグループA・Bが決まります
グループA:2月9日(月)、16日(月)、23日(月)、3月2日(月) 全4回
グループB:3月9日(月)、16日(月)、23日(月)、30日(月) 全4回
(※説明会を含め、全プログラムを受講してください。グループのA・Bは選べません) 午前10時30分～正午
ところ 市保健相談センター 3階 講義室
対象 18～79歳の方(※精神科で治療中の方は治療への影響を考えてご遠慮いただいています)
講師 東北大学精神科医師 参加費 無料 定員 60人(各グループ30人)
申込方法 電話または電子メールで申し込みください。申込期限 1月21日(水)
☎ 東北大学大学院医学系研究科予防精神医学寄附講座
☎022-717-8059 ☒ iueda.tohoku@gmail.com
☎ 市健康推進課(内線2421)

夜間急患センターの診療時間

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、石巻中央公民館協賛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

☎ 夜間急患センター ☎94-5111

マンガタンお正月イベント2015

石ノ森萬画館のお正月は元旦から元気に開館します！！毎年恒例の餅つき大会は、お子さんも体験できるほか、つきたてのお餅をふるまいます♪その他、お正月ならではの凧揚げやワークショップ等も開催します！グッズショップでは「福袋」も販売します。

とき 1月1日(木・祝)・2日(金) 午前9時～午後3時

ところ 石ノ森萬画館

料金 大人800円、中高生500円、小学生200円

内容 参加無料 凧揚げ(1日 午前10時頃から)
餅つき(両日ともに午前11時30分頃から 約100食)
参加有料 お正月ワークショップ
(両日ともに午後1時～3時 材料費100円～)

問 石ノ森萬画館 ☎96-5055・市観光課(内線3534)

【全地区対象】平成27年度各種健(検)診の申し込み調査が始まります！

1月上旬に各家庭に調査書(申込用紙)を送付します。受け取りましたら、「受ける」、「受けない」欄の該当する項目に忘れずに○を記載し、同封の封筒により返送してください。

提出期限 2月2日(月)

※対象年齢は平成28年3月31日を基準としています。

※年に一度は健(検)診を受けましょう。

問 健康推進課(内線2413～2415)・各総合支所保健福祉課

太陽光発電システム等(太陽光発電システム、蓄電システム、HEMS(エネルギー管理システム))を設置した方へ補助金！

受付期限 平成27年3月31日(火)(予算がなくなり次第終了)

対象

- 太陽光発電システム…平成26年4月1日以降に電力会社と太陽光受給契約(系統連係電圧は低圧で、配線方法は余剰配線とした契約に限る)を締結した方、または、平成25年度中に同様の太陽光受給契約を締結し、この補助をまだ受けていない方
 - 定置用リチウム蓄電池およびHEMS…平成25年4月1日以降に設置完了し、この補助をまだ受けていない方
- ※新設が対象で、増設等は対象外となります。

申請方法 申請書に必要書類を添えて持参または郵送(必ず書留等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の窓口で交付しています。また、ホームページからもダウンロードできます。

問 〒986-8501【住所不要】環境課(内線3368・3367)

「石巻消防署一日消防署長」火災予防PRを実施！

平成26年秋の火災予防運動の行事の一環として11月10日(月)にひまわり保育園保育士の佐々木静香さんを一日消防署長として委嘱し、避難訓練指導および火災予防啓発活動を実施しました。



物販店による街頭広報活動

問 石巻消防署予防係
☎95-7112

平成27年度採用 石巻市職員厚生会事務局職員募集

職種	職務内容	採用 予定人員	受験資格	任用期間	試験要項の 配布場所・問合先
一般事務	福利厚生事業の企画、立案、実施に係る事務、予算経理事務、公益企業会計の出納事務、保険・財産形成事業に伴う各種事務手続き、パソコンによる入力作業、その他一般事務	1人	昭和60年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた方	1年(最長5年まで更新可能です)	市役所4階人事課 内職員厚生会 (内線4067)

■試験日(第1次試験) 1月25日(日)

■申込受付 1月5日(月)～1月15日(木)

※詳細は試験要項をご覧ください。

放送大学平成27年度第1学期生募集

放送大学では平成27年度第1学期(4月入学)の学生を募集中です。

対象 15歳以上の方から入学できます。

申込方法 放送大学ホームページでも受け付けています。

URL <http://www.ouj.ac.jp>

申込期限 (第1回)平成27年2月28日(土)

(第2回)平成27年3月20日(金)

問 放送大学宮城学習センター ☎022-224-0651
市生涯学習課(内線5053)

今月の休日 開庁のお知 らせ

1月4日(日)・18日(日) 午前9時～午後1時 市役所2階 市民課・保険年金課
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、住所異動に伴う
各種国民健康保険関係手続き
※税証明書、電子証明書、住基カードの発行、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、原動機付自転車の廃止・登録はできません。

1月18日(日) 午前9時～午後1時 市役所3階 納税課
税金の納付や相談に関すること
今月の税金 納期限 平成27年2月2日(月)
○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

表記の見方 問 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
年末年始の休業日 平成26年12月27日(土)～平成27年1月4日(日)
ホームページ <http://www.city.ishinomaki.lg.jp/>
次回発行は平成27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4023・4025) 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

	人口	世帯数
平成26年11月末現在	149,972人	59,934世帯
平成25年11月末現在	151,010人	59,464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26年11月末現在

直接死3,274人 関連死263人 行方不明者431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