

第5回石巻市民食育健康フェスティバル ～つなげよう食と健康 のぼそう健康寿命～

と き 10月23日(日) 午前10時～午後2時30分
と ころ 遊楽館

<ミニ健康講演会>

午前10時30分～11時15分
演題「健康は減塩から」
体験「災害に役立つ味噌玉づくり」
講師 フリー管理栄養士 大内 美幸

午後1時～1時45分
演題「高齢者の食とロコモティブシンドローム」
体験「ロコモ体操」
講師 佐々木整形外科・麻酔科クリニック 院長 佐々木 信之
東北福祉大学 特任准教授 鈴木 玲子

<各ブース> 午前10時15分～午後2時30分

・血管年齢・血圧・体成分測定、骨密度測定、脚の静脈血栓エコー検査、
試食、キッズコーナー等
・石巻焼きそば等販売

<シャトルバス>

石巻駅前(ロマン海遊側バスロータリー)から
大橋・開成・あけぼの北経由 午前8時45分、10時30分発
向陽経由 午前8時45分、10時30分発
イオン石巻駐車場内(ガソリンスタンド前)から
午前9時15分、11時5分発

問 石巻市民食育健康フェスティバル実行委員会
事務局(健康推進課)(内線2412)

景品じゃんけん抽選会

- じゃんけんで体組成計、自動血圧計等があたる!
- 先着 1,000人に粗品プレゼント

第25回かなんまつり・環境フェア2016

と き 11月5日(土) 午前9時30分～午後3時

と ころ 遊楽館

内 容 ①第25回かなんまつり
・「かなん」の農産物や加工品の販売
・スタンプラリー、演歌・舞踊ショー
②環境フェア2016“カーボンフリーライフへの招待”
～低炭素社会の構築～
・リサイクル作品展示 ・スタンプラリー(景品あり)等
※会場には駐車場が少ないため、当日は河南総合支所前からシャトルバスが運行されます。



問 ①第25回かなんまつり
かなんまつり実行委員会事務局(河南総合支所地域振興課)
☎72-2114
②環境フェア2016 環境課(内線3368)

第32回石巻市美術展

と き 10月2日(日)～10日(月・祝) 午前9時～午後6時
(2日(日)午前11時開場、10日(月・祝)午後4時閉場)

と ころ 河北総合センター「ビッグバン」

問 生涯学習課 ☎93-1910 ビッグバン ☎62-1120

楽しさいっぱい・こども展

親子で楽しめる創作コーナーや遊びコーナー、手遊び・体操等の公演、
子育てに関するパネル展示、人権啓発等

と き 10月30日(日) 午前11時30分～午後2時10分
※パネル展示は10月25日(火)～30日(日)

と ころ イオンモール石巻1階「緑の広場」 2階「ABCマート」前

対 象 幼児と保護者

問 教育総務課(内線5013)

第27回いしのまき大漁まつり

と き 10月16日(日)午前9時～午後2時

と ころ 石巻魚市場

※石巻駅前⇄会場を結ぶシャトルバス
(協力金100円)を約30分間隔で運行します。

各種イベント

- ☆水産品等の展示即売 ☆鮮魚競り
- ☆鮮魚すくい取り ☆ステージイベント
- ☆マグロ解体ショー、寿司試食
- ☆姉妹都市、姉妹観光都市の鍋(汁物)共演

問 いしのまき大漁まつり実行委員会
事務局(市水産課)(内線3514)



今月の休日 窓口開庁の お知らせ

10月2日(日)・16日(日) 午前9時～午後1時
市役所2階市民課
住民票、戸籍証明書、印鑑証明書の発行、印鑑登録、住所異動届等
※税証明書、電子証明書、マイナンバーに関する手続き、個人番号カード・住基カードを使用した転入届、臨時運行許可(仮ナンバー)申請、原動機付自転車等の廃止・登録はできません。

今月の税金

納期限 10月31日(月)
○市県民税 第3期 ○介護保険料第4期
○国民健康保険税 第7期 ○後期高齢者医療保険料 第4期
口座振替不能者の再振替日 10月17日(月)
(9月30日納期分)
○国民健康保険税 第6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 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 茨浜支所☎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
ホームページ <http://www.city.ishinomaki.lg.jp/>
次回発行は平成28年10月15日の予定です。
発行 石巻市総務部秘書広報課(内線4025・4784)FAX0225-23-4340
編集/印刷 (株)石巻日日新聞社

住民基本台帳による石巻市の人口と世帯数	
平成28年8月末現在	人口 148,060人 世帯数 60,984世帯
平成27年8月末現在	人口 149,013人 世帯数 60,362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8月末現在
直接死3,279人 関連死272人 行方不明者425人
※直接死とは 津波や家屋倒壊等が原因で亡くなった方
※関連死とは 直接死以外でこの震災が原因で亡くなり、災害弔慰金支給審査会等で認定された方