

市報 取り戻そう、ふるさと石巻

いしのまき

1
JANUARY.2020
No.257

謹賀 新年

年頭のごあいさつ



石巻市長
山 紘 亀

新年明けましておめでとうございます。皆さまにおかれましては、心新たに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

さて、東日本大震災から間もなく9年が過ぎようとしております。最大の被災地となった本市であります。おかげさまで「保健・福祉・医療・介護・地域」の連携・交流拠点であります(仮称)ささえあいセンターが本年3月に整備が完成予定となり、これにより石巻駅周辺地区津波復興拠点整備事業が完了する運びとなりましたことから、これまでの復興に向けた取り組みが着実に形となってまいりました。

昨年を振り返りますと、3月には復興公営住宅の整備が完了し、5月には市役所と市立病院、(仮称)ささえあいセンターを結ぶ歩行者デッキが供用開始され、8月には川とまちを一体的に活用できる賑わいのある空間を創出する堤防一体空間が供用開始、さらには、同月から58日間にわたり「リボンアート・フェスティバル2019」が開催されました。また、10月には牡鹿観光物産交流施設「cottu」がオープンするな

ど明るい話題が多い年でありました。

本年は、本市の震災復興基本計画に定める最終年度となります。蛇田支所及び蛇田公民館の複合施設が1月14日から供用開始され、半島沿岸部の3地区で進めてきた拠点エリアの整備につきましても、北上にっこり地区の全部、鮎川浜地区及び雄勝中心部地区の主要施設が3月に完成予定となっております。

本市の持続的発展を見据えたまちづくりの理念として、「クリエイティブ」「協働」「コンパクト」の3つをキーワードに掲げ、地域の価値を高め、新しい魅力と活力のあるまちづくりを進めるとともに、地域が共に支え合う協働のまちづくりを推進することで、子どもからお年寄りや障がいをお持ちの方など、誰もが役割と生きがいを持って笑顔で暮らせるまちの実現を目指してまいります。

また、新たな魅力と活力ある地域を創造するためには、市民と行政の協働によるまちづくりが必要でありますことから、復興完結に向け、残された事業を更に加速させてまいりますので、皆さまのご協力をお願い申し上げます。

結びに、皆さまにとって幸多き年になりますことを心よりお祈り申し上げます、新年のごあいさついたします。



今年は



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。

子年生まれの性格

柔和で明るく、人から好かれやすいようです。また、忍耐力に優れ、勉強や習い事、仕事などもきちんとこなします。ただ、他人に本音を言いにいくという特徴からストレスもたまりやすいようです。

子年生まれの主な有名人

明智光秀(一五二八年)、西郷隆盛(一八二八年)、渋沢栄一(一八四〇年)、津田梅子(一八六四年)、野口英世(一八七六年)、双葉山定次(一九二二年)、力道山(一九二四年)、長嶋茂雄、北島三郎(一九三六年)、木村拓哉、高橋尚子(一九七二年)

近所の方と楽しく交流



ふじむら きよこさん
河北地区
昭和11年生まれ

長面浦に面した自宅で雑貨販売の商店を営んでいましたが、東日本大震災の津波で全壊しました。震災後は、避難所や仮設住宅暮らしを経て平成28年12月から市営二子復興住宅で生活しています。

復興住宅にはかつて同じ地区だった方も住んでいますが、以前は私も含めて家に閉じこもりがちでした。昨年は生活も落ち着き、ご近所付き合いが活発になってきました。今年も皆さんと仲良く、楽しく暮らしていきたいです。

会社再々建へ決断の年



かすが つねき 常貴さん
雄勝地区
昭和47年生まれ

昨年は、雄勝硯の会社を登米市に再建するため後回しになっていた自宅の再建を終え、雄勝に戻ることができました。残る目標は雄勝での会社の再々建。津波の不安が残る場所に再建して子孫に引き継ぎたくはありませんが、山を削って高台に建設すると莫大な費用がかかります。

今年山林を入手して自力で整地し、雄勝硯の伝統の地に会社を再々建する一歩を踏み出すかどうかを決断する大事な年となるため、後悔のない選択をしたいです。

笑顔の絶えない一年に



さとう なつみ 佐藤なつ子さん
北上地区
昭和11年生まれ

昨年10月の台風19号では北上地区も大きな被害を受け、わが家も床上寸前まで浸水しました。床下や庭、田畑に泥などがたまり後片付けが大変でしたが、10人ほどのボランティアに手伝っていただき、感謝の気持ちでいっぱいです。

今年6月で84歳。時の流れの速さを痛切に感じています。近所に同年代の人が多く、お茶飲みなどを楽しみながら、3月で87歳になる夫と健康を一番に心掛けながら、笑顔の絶えない1年にしたいです。

麺類の魅力を広めたい



たにかわ かいみょう 谷川海明さん
石巻地区
昭和59年生まれ

渡波にある法音寺の副住職、また石巻青年会議所直前理事長として、昨年はいろいろな地方へ訪れました。ラーメンの食べ歩きが好きで、昨年は年間200杯を食べる目標を達成しました。その画像をSNSにアップして知人にも広めています。今年焼そばやパスタなど他の麺類のPRにも力を入れたいです。

代表を務める石巻復興支援会主催で、平成29年まで法音寺本堂で「クラシックコンサート」を開催しました。今年は3年ぶりに復活したいです。

オリックスの奮起期待



たかはし ゆうと 高橋雄斗さん
桃生地区
平成8年生まれ

野球観戦が好きで、プロ野球はオリックスのファンです。一昨年は仙台での試合を2度観戦しましたが、昨年は仕事で行けなかった上、チームもパ・リーグ最下位で悔しい一年でした。今年は何とか奮起してAクラス入りしてほしいです。

昨年は念願の自宅を新築し、社会人5年目となり会社で後輩を指導することも多くなりました。今年家族や会社のためにより貢献できるように頑張ります。

大正琴楽しく弾きたい



あおい ときこ 穴戸とき子さん
石巻地区
昭和23年生まれ

趣味の大正琴を頑張ります。昨年春から週1回公民館で習っています。指の使い方が難しいけれど5、6曲弾けるようになりました。友達と一緒に楽しく演奏したいですね。

昨年、初めて大型客船に乗って北海道に行きました。船旅の素晴らしさに感激、病みつきになりそうです。それにつけても健康です。一昨身体調を崩して呉服販売の仕事を辞めたので、体をいたわり元気に過ごしたいと願っています。

野球大会で優勝したい



さとう たくみ 佐藤拓海さん
河南地区
平成20年生まれ

広瀬小学校4年の春から野球の広瀬クラブスポーツ少年団に所属し、昨年はレギュラーとして外野や一塁を守りました。大事な場面でヒットも打てましたが、決勝戦で敗れた大会もあり、悔しい思いもしました。

6年生になる今年は、捕手としてチームをまとめ、埼玉西武ライオンズの森友哉選手のように打撃でも活躍し、大きな大会で優勝するのが目標です。勉強の方は、国語の漢字が苦手なので、克服できるように頑張ります。

家族全員の健康を願う



たかはし てるよ 高橋照代さん
牡鹿地区
昭和35年生まれ

東日本大震災では海沿いにあった自宅と夫が家業の沿岸漁業に不可欠な漁船なども失いました。仮設住宅で4年ほど暮らした後、平成28年1月から家族5人で災害復興住宅で暮らしています。

夫が個人経営する家業は、刺し網やかご、素潜りでシャコ、カニなどを捕る自然まかせな仕事で、魚種によって漁が不安定ですが、何とか生活はしていけるようになりました。家族全員が健康で、一人もけがなく過ごせるよう願っています。

新小・中学校1年生対象の新入学準備金のご案内
就学上必要となる経費の支払いが経済的な理由により困難な世帯の保護者に対し、新入学準備金を入学前に支給します。(小学校新1年生50,600円、中学校新1年生57,400円)
申請に関する案内および申請書は、入学通知書と同封し送付しています。
対象 次の条件にすべて該当する世帯
・ 2月1日現在、市内に住所を有する方
・ 市立小学校または中学校に入学予定の方
・ 市の就学援助制度の認定基準で準要保護の基準に該当する方
申込方法 申請書を窓口または入学予定の小学校、在学中の小学校へ提出してください。
申込期限 1月31日(金)
■ 教育総務課 (内線5017)
各小・中学校



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25年4月2日～平成26年4月1日生まれ)および、中学校に入学するお子さん(平成19年4月2日～平成20年4月1日生まれ)の保護者に、「入学通知書」を送付しました。まだ届いていない方や、転居など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。
■ 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、国民年金に加入することが義務付けられています。
・ 20歳の誕生日からおおむね2週間以内に、日本年金機構から「国民年金加入のお知らせ」や「国民年金保険料納付書」などが送付されます。
※「年金手帳」は別途送付されます。
・ 保険料の納付は、金融機関やコンビニのほか、口座振替やクレジットカード



今月は児童扶養手当の支給月です

11月・12月分の児童扶養手当を1月10日(金)に振り込みます。
■ 子育て支援課 (内線2512)
各総合支所保健福祉課

連珠の会を開催します

とき 1月21日(火)
午後1時30分～3時30分
ところ 保健相談センター
内容 情報交換・カフェタイムなど
対象 若年認知症の方とその介護者(介護者のみの参加も可)
料金 200円(飲み物など)
※要電話予約
■ 介護保険課 (内線2437)

ドでもできます。
・ 学生の方や納付が困難な方は、学生納付特例や免除・猶予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。
・ 就職して厚生年金や共済組合に加入している方や、その方に扶養されている配偶者は改めて届け出する必要があります。
■ 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
☎22-5115

民生委員・児童委員と
主任児童委員を
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 令和元年12月1日から令和4年11月30日(3年間)

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、児童福祉などあらゆる分野の相談に応じ、助言や調査などを行います。

民生委員・児童委員数

299人(16地区)

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・児童委員および主任児童委員は、守秘義務がありますので、活動上知りえた秘密(情報)は固く守られます。

主任児童委員数

31人(16地区)

福祉総務課

(内線2462)

民生委員児童委員協議会事務局(市社会福祉協議会内)

☎96-5290

石巻地区 定員:17人、うち主任児童委員2人(*)

※ 今回の委嘱委員数は、定員のうち16人です。

住吉地区 定員:34人、うち主任児童委員2人(*)

※ 今回の委嘱委員数は、定員のうち32人です。

門脇地区 定員:9人、うち主任児童委員2人(*)

※ 今回の委嘱委員数は、定員のうち8人です。

湊地区 定員:22人、うち主任児童委員2人(*)

※ 今回の委嘱委員数は、定員のうち20人です。

山下地区 定員:18人、うち主任児童委員2人(*)

※ 今回の委嘱委員数は、定員のうち17人です。

蛇田地区 定員:36人、うち主任児童委員2人(*)

※ 今回の委嘱委員数は、定員のうち32人です。

荻浜地区 定員:9人、うち主任児童委員2人(*)

渡波地区 定員:31人、うち主任児童委員2人(*)

※ 今回の委嘱委員数は、定員のうち30人です。

稲井地区 定員:17人、うち主任児童委員2人(*)

釜・大街道地区 定員:26人、うち主任児童委員2人(*)

※ 今回の委嘱委員数は、定員のうち19人です。

河北地区 定員:40人、うち主任児童委員2人(*)

※ 今回の委嘱委員数は、定員のうち37人です。

雄勝地区 定員:12人、うち主任児童委員2人(*)

河南地区 定員:43人、うち主任児童委員3人(*)

※ 今回の委嘱委員数は、定員のうち38人です。

桃生地区 定員:19人、うち主任児童委員2人(*)

北上地区 定員:11人、うち主任児童委員2人(*)

牡鹿地区 定員:18人、うち主任児童委員2人(*)

※ 今回の委嘱委員数は、定員のうち13人です。



固定資産税のお知らせ

【償却資産申告のお願い】
令和2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。

とき 1月4日(土)～31日(金)

午前8時30分～午後5時(土日・祝日を除く)

ところ 資産税課、各総合支所
支所 市民生活課および各支所

※該当する方には12月中旬に申告書を送付しています
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。

※申告期間の後半は大変込み合いますので、お早めに申告をお願いします。

● 資産税課

(内線3119)

各総合支所市民生活課
【復興特区法による固定資産税などの課税免除】

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、固定資産税などが課税免除されます。

対象

- ・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

申請期限 1月31日(金)

※初めて申請する場合は問い合わせください。

● 資産税課

(内線3119)

各総合支所市民生活課

【家屋滅失届の提出は早め】

めに

昨年中に家屋の全部または一部を取り壊した方は「家屋滅失届」と「解体証明書」を提出してください。

提出しない場合、令和2年度の固定資産税が課税される場合があります。

● 資産税課

(内線3117)

【新築・増築した方は住宅用地の申告を】

令和2年1月1日現在、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

- ・昨年中に住宅を新築・増築した方
- ・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

※家屋の新・増築調査済みの方は、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(金)

● 資産税課

(内線3123)

各総合支所市民生活課
各支所

台風19号災害義援金配分を行っています

人的被害(死亡・行方不明者、重傷者)および住宅に一部損壊以上の被害を受けた方に対して、義援金を配分しています。

- 支給金額
- 人的被害
- ・死亡・行方不明者 120,000円
- ・重傷者 60,000円

【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
1月19日(日)	午前10時～午後4時 市役所5階市民サロン前
2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 (通話無料) 午前9時～午後5時(祝日を除く)
- 市生活再建支援課 (内線3965)

【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、最大約90万円、消費税率10%の場合、最大約150万円)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。

(令和3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
1月19日(日)	午前10時～午後4時 市役所5階市民サロン前
2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3965)

○ 住家被害

- ・全壊 120,000円
- ・半壊(大規模半壊含む) 60,000円
- ・一部損壊(準半壊)または床上浸水 12,000円
- ・一部損壊(10%未満) 6,000円

支給時期

12月24日から順次支給しています。
※受給には申請が必要です。

● 生活再建支援課

(内線4767)

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)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、すでに加入手続き済みの物件を購入の場合は、免除の対象外です。

免除期限

令和3年3月31日(火)

● 石巻地方広域水道企業団給水課

☎95-6707



防災行政無線のテスト放送を実施します

防災行政無線のテスト放送が2回行われます。防災行政無線、戸別受信機からサイレンは鳴らず、テスト音声は流れますので本音の災害と間違わないように注意してください。

とき 1月24日(金) 午後1時～2時

● 危機対策課

(内線4317)

令和元年分確定申告の申告相談について

確定申告期間は申告書作成会場を設置し、申告相談を行います。
開設期間 2月17日(月)～3月16日(月)
※土日・祝日を除く

受付時間 午前9時～午後4時

※混雑状況により、早めにご相談受付を終了する場合があります。

ところ 石巻税務署3階
※国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では自動計算による確定申告書を作成することができません。
※1月から、2カ所以上の給与所得がある方や雑所得がある方など、スマートフォン専用画面の利用範囲が広がりました。

● 石巻税務署 ☎22-4151



国税庁ホームページ

防災ラジオテスト放送

1月10日(金)午後3時ごろ
空間放射線量11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0.23μSv/h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。

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)	0.06~0.10	11/6~11/27
市立保育所、私立幼稚園、私立保育園 (敷地)	0.04~0.09	11/5~11/27
公共施設等 (ホットスポット調査)	0.05~0.09	11/7~11/27
牡鹿地区集落	0.06~0.16	11/6~11/19

※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。

● 環境課(内線3366)

我慢強い職員に感銘

昨年4月に派遣され、現在市報の発行などの市政情報を発信する業務を行っています。

平成23年4月に芦屋市役所に入庁する直前に東日本大震災が発生しました。芦屋市からの職員派遣が始まりましたが、当時は行政職としてはまだ未熟で、派遣を志願できませんでした。しかし、年齢の近い先輩たちが毎年被災地に派遣されて活躍し



秘書広報課 みやた まさひろ 宮田 真浩さん(34) 兵庫県芦屋市から派遣

ている姿を見て、復興事業に貢献したいと思うようになりました。

現在の職場は、復興事業に加え、近年多発する風水被害への対応業務も多くなっています。市内外の情報把握や連携も難しい中、困難な仕事を我慢強く進める職員や関係者が多いことに感銘を受けています。芦屋に戻ってからもここで学んだ仕事への取り組みを生かしていくつもりです。

防災「合言葉」受賞作品

佳作 「おばちゃんも!」
みんなで行くべ! 避難場所
貞山小学校1年 鈴木 瑛斗

● 学校安全推進課(内線5082) 平成30年度石巻市学校防災推進会議

「業者登録」のお知らせ

- ①令和2・3年度物品購入・役務提供の入札参加資格申請(本登録)
- ②令和2・3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修繕等)希望者登録申請(本登録)
- ※①・②は登録済みの方も、3月31日(火)で有効期限が切れるため、新たに手続きが必要です。
- ③令和2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(補充登録)
- ※登録済みの方は、今回申請する必要はありません。
- ④市内建設業者の格付けに係る関係書類を提出してください(既に登録済みの方のみ対象)

※今回から解体工事を新たな格付工種として追加したため、参加を希望する場合は、忘れずに提出してください。

受付期間 2月3日(月)～14日(金) 午後5時(必着)
申込方法 郵送(書留など到着日時が確認できる方法)

※各申請要領などは、ホームページまたは市役所4階閲覧室、各総合支所で取得してください。
※各申請書類などが配達されたか確認するには、送付を依頼した会社へ問い合わせください。

管財課 ☎23-6611
(住所不要)
〒986-8501

経済センサス

基礎調査を実施しています

産業分野における事業所の活動状態調査を実施します。外観などから判断し、必要に応じて訪問していただきます。新たに把握した事業所は調査票を配布しますのでご協力をお願いします。

3月まで
5期目(2・3月)

該当地区 あげぼの、蛇田、新境町、字深淵、貞山、字南谷地、丸井戸、向陽町、中里、鑄銭場、駅前北通り、中央、立町、開北、元倉、東中里、大橋、旭町、千石町、大橋、住吉町、水明南、水明北、不動町、中瀬、門脇町、八幡町、吉野町、湊町、湊、鹿妻南、川口町、大門町、伊原津、緑町、南浜町、日和が丘、雲雀野町の全域または一部

石巻市プレミアム付商品券のお知らせ

プレミアム付商品券購入引換券の申請期間が間もなく終了します。対象になるとされる方には、申請書を送付していますので、購入を希望する方は期限までに手続きをお願いします。

申請期限 1月31日(金) ※申請は一度限りです。

対象	平成31年1月1日時点で、市内に住民登録がされていて、平成31年度の市町村住民税(均等割)が課税されていない方 ※課税されている方に扶養されている方、生活保護の受給者などは対象外です。
販売金額	1冊5,000円分の商品券を4,000円で販売します。
購入限度額	対象者一人につき、最大5冊25,000円分を20,000円で購入できます。

販売期限 2月28日(金)

販売場所 市内24郵便局(簡易郵便局を除く)

使用期限 3月31日(火)

※石巻市プレミアム付商品券取扱加盟店704店舗で使用できます。

※加盟店はホームページで確認できます。各総合支所保健福祉課および各支所窓口にも掲示しています。

☎90-8043・☎90-8044
福社総務課 プレミアム付商品券専用ダイヤル

2020年農林業センサスにご協力ください

対象 市内全域の事業所
総務課
(内線4035)
各総合支所地域振興課
2月1日現在で、全国一斉に実施されます。
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大切な調査です。

1月中旬から農林業を営んでいる方へ調査員が訪問しますので、調査票への農林業の経営状況などの記入について、ご協力をお願いします。

総務課
(内線4035)
各総合支所地域振興課

ハローワークのサービスが充実します!

1月6日(月)から、利用者のニーズに応じたサービス提供をするため、インターネットサービス機能が充実します。

これまで以上に仕事をお探しの方に対する職業相談、人材を採用したい事業主の方に対する支援サービスを展開していきますので、是非ハローワークをご利用ください。



☎95-0158
市商工課(内線3524)

石巻霊園返還墓所

使用許可申請受け付け中

返還墓所とは、一度使用許可を受けて使用された墓所で、他の墓地への改葬などにより、市へ返還された墓所のことをいいます。

受付期限

3月31日(火) 午前9時～午後4時

※申請書受け付け順に墓所を選定してもらいます。

※全ての区画が決まれば、受け付けは終了します。

受付場所

環境課

※総合支所および支所で申請書の配布・受け付けは行いません。

※郵送による申請書の配布・受け付けは行いません。

対象

・申請時点で市内に3カ月以上住所を有する方で、墓所の祭し者

・焼骨を有する方

※死体(胎)埋・火葬許可証または焼骨の埋・収蔵事実の確認書が必要です。ただし、東日本大震災で遺体が発見されずに死亡認定を受けられたご遺族は申し込みができます。

墓所使用料

区画面積	使用料
4㎡	94,600円
6㎡	178,200円
9㎡	333,300円
12㎡	534,600円

※墓碑の制限については、申請書配布時に説明します。

※石巻霊園における返還墓地のみの供給であり、石巻第二霊園一般墓所および個別集合墓所の申し込みはできません。

☎・☎ 環境課(内線3365)



第5回石巻市創業ビジネスグランプリ表彰式

地域資源活用や地域活性化につながるさまざまなビジネスプランの中から、各部門の入賞者を発表・表彰します。

とき 1月26日(日)

午後1時(受付開始午後0時30分)

ところ かわまち交流センター(かわべい)

各部門によるビジネスプランのプレゼンテーション、学生部門の審査、創業事業者の展示紹介
産業推進課
(内線3545)

令和2年度図書館ボランティア募集

対象 図書館活動に理解と関心がある18歳以上の方
で、養成講座の全てを受講できる方

募集内容場所・人数

場所	募集人数
函書館	20名
河北分館	各館若干名
河南分館	各館若干名
桃生分館	各館若干名
北上分館	各館若干名
牡鹿分館	各館若干名
書架整理	20名
読み聞かせ	20名

申込書 函書館・河北・河南・桃生・牡鹿分館・北上公民館(北上総合支所内)

で取得してください。

申込期間 1月5日(日)～2月2日(日)

※定員に達したら終了
活動期間 4月1日～令和3年3月31日

養成講座
○書架整理
・2月14日(金)
午前10時30分～午後0時30分

・2月17日(月)
午前10時～午後3時

○読み聞かせ
・2月14日(金)
午前10時30分～午後4時

・2月21日(金)
午前10時～午後3時

☎93-8635
☎・☎ 函書館

(公財)石巻地域高等教育事業団の奨学生募集

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、奨学生を募集します。

対象

・石巻専修大学に、令和2年4月に入学する方

・令和2年4月現在、石巻専修大学に在学する見込

みの方

※どちらも石巻圏域に2年以上住所を有すること(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く)。

定員 10人程度(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
・経営学部 120万円
・人間学部 130万円
○在学生
・理工学部 130万円
・経営学部 90万円
・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6日(月)～2月28日(金)

☎・☎ 公益財団法人石巻地域高等教育事業団事務局(総務課内、内線4037)

令和2年 石巻市成人式

対象 平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれの方
 なお、進学・就職などのため市外に転出し、当日帰省して出席を希望する方は、案内はがきがなくても出席できますので、直接会場にお越しください。
 ※北上地区の会場を変更しました。

とき	ところ
1月5日(日)	午後2時 桃生地区(桃生公民館 文化ホール)
1月12日(日)	午前11時 河南地区(遊楽館 かなんホール) 北上地区(北上保健医療センター 多目的ホール)
	午後2時 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(雄勝小・中学校 多目的ホール) 牡鹿地区(牡鹿保健福祉センター 多目的ホール)

生涯学習課(内線5072)
 河北公民館 ☎ 62-2121 雄勝公民館 ☎ 57-3052 河南公民館 ☎ 86-3663
 桃生公民館 ☎ 76-2111 北上公民館 ☎ 67-2712 牡鹿公民館 ☎ 45-2611



昨年の成人式の様子から

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8日(水)
 午前9時(受付時間8時40分～8時50分)
 ところ シルバー人材センター(南中里三丁目14-3)
 入会時に必要なもの

年会費(3,000円)、印鑑、健康保険証、七十七銀行、ゆうちょ銀行、JABバンクのいずれかの通帳
 ①(公社)シルバー人材センター
 ☎ 94-3683
 ② 市商工課
 (内線3526)

ポリテクセンター宮城3月入所受講生を募集します

早期再就職に向けた職業訓練を名取実習場で実施しています。
募集訓練科名(定員)

・CAD・NCオペレーション科 6人
 ・溶接施工科 12人
訓練期間
 3月13日(金)～9月11日(金)
受講料 無料(ただし、テキストや作業服代などは自己負担)
募集期間 1月6日(月)～2月21日(金)
 ①・② ハローワーク石巻 ☎ 95-0158
 ③ ポリテクセンター宮城 訓練課名取実習場 ☎ 022-784-2820

応急手当普及員講習Ⅰ

市商工課(内線3524)
 紙を取得し、写真1枚を添えて窓口または各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3寸、横2.4寸、無帽、無背景)とし、裏面に氏名を記入したものを。
申込期間 1月20日(月)～29日(水)
 午前9時～午後5時(土日・祝日を除く)
ところ 石巻地区消防本部
対象 18歳以上で石巻圏に在住または勤務している方
定員 20人(先着)
料金 5,029円(テキスト代)
申込方法 各消防署またはホームページから申込用

応急手当普及員再講習

④・⑤ 石巻地区消防本部 警防課 ☎ 95-7433
 とき 2月14日(金) 午前9時～正午
ところ 石巻地区消防本部
対象 平成29年2月に応急手当普及員の認定を受けた方
 ※有効期限(3年間)内には、再講習を受講しない場合は、失効します。
申込方法 各消防署またはホームページから申込用紙を取得し、写真1枚を添えて窓口または各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3寸、横2.4寸、無帽、無背景)とし、裏面に氏名を記入したもの。
 ※受講申請時および講習当日に認定証を持参してください。



放送大学入学生を募集

心理学・福祉・経済・歴史など約300の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。
申込方法 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29日(土)
 第2回 3月17日(火)
 ⑥ 石巻地区消防本部 警防課 ☎ 95-7433
放送大学入学生を募集
 心理学・福祉・経済・歴史など約300の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。
申込方法 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29日(土)
 第2回 3月17日(火)
 ⑥ 石巻地区消防本部 警防課 ☎ 95-7433



国の教育ローンを募集

高校・大学などに入学時や在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度です。お子さん一人につき350万円以内を、固定金利(年1.66%11月1日現在)で利用できる、在学期間内



令和2・3年度 国有林モニター募集

は利息のみの返済とすることができ、また、防災証明書などを受けている方を対象として金利の引き下げなどの「災害特例措置」を実施しています。
 詳しくは、「国の教育ローン」で検索していただくか、左記のコールセンターへお問い合わせください。
 ⑦ 教育ローンコールセンター ☎ 0570-008656 (ナビダイヤル)または ☎ 03-5321-8656 学校教育課 (内線5028)

自衛官採用試験


募集期限 1月31日(金) (必着)
 募集人員 48人程度
 任期 4月1日から2年間
仕事内容 アンケートへの回答・現地見学会・国有林モニター会議への出席など
 ⑧ 東北森林管理局 企画調整課 ☎ 018-836-2228
自衛官採用試験
 (自衛官候補生(陸・空のみ))
応募資格 18歳以上33歳未満の方
受付期限 1月24日(金)
予備自衛官補(一般・技能)
応募資格 一般:18歳以上34歳未満の方
 技能:18歳以上で、国家免許資格などを有する方
 (資格による年齢の上限

放射線・放射能セミナーを開催します

放射線の基礎知識、健康への影響、食の安心安全などについて分かりやすく説明します。また、会場では機器を用いて自然界に存在する放射線をご覧いただけます。
 とき 1月17日(金) 午後1時30分～3時30分
ところ 県石巻合同庁舎
申込方法 電話・FAX・Eメール
申込期限 1月16日(木)
 ⑨ 県原子力安全対策課 ☎ 022-211-2340 FAX 022-211-2695
 ⑩ 市環境課 ☎ 3369 (内線3369)



があります。)
受付期間 1月6日(月)～4月10日(金)
 ⑪ 自衛隊宮城地方協力本部石巻地域事務所 ☎ 83-6789



石ノ森萬画館 ISHINOMAKI MANGATTAN MUSEUM
 石ノ森萬画館 ☎96-5055

石ノ森章太郎 生誕82周年記念イベント

1月25日は石ノ森章太郎生誕の日です。生誕82周年を記念して、今年も萬画家石ノ森章太郎について知ることができるクイズラリーなどのイベントを開催します。

と き 1月25日(土) 午前9時～午後5時

ジェット・リンクの誕生祭2020


当日はサイボーグ002ことジェット・リンクの誕生日！イベントに参加して、みんなでお祝いしよう！

と き 2月2日(日) 午前9時～午後5時

節分豆まき

今年も豆まきを開催します！鬼を退治して無病息災を願いましょう！

と き 2月2日(日) ①午前11時～ ②午後1時～



サン・ファン館 ☎24-2210(火曜日休館)
 ☒k-kouhou@santjuan.or.jp

サン・ファン・イルミネーション2019

サン・ファン・パウティスタの船体を約1万球の電飾とライトアップで幻想的に彩ります。太平洋に浮かぶ黄金色の船体は必見です。

今年はパークの1部にも電飾が施されています。

※点灯時間中、サン・ファン館への入館はできません。

と き 1月5日(日)まで
 午後4時30分～8時30分ごろまで

【第11回サン・ファン絵画コンクール】応募作品展

と き 1月19日(日)まで
 料 金 一般 350円・高校生以下無料(要入館料)

認知症サポーター育成 ステップアップ講座

と き 1月29日(水)
 午前10時～午後3時
 ところ 河北総合センター「ビッグバン」

対象 認知症サポーター養成講座を受講し、かつ、市内の認知症カフェ3カ所を見学済みの方で、認知症の方を支える地域活動をしたいという方

☎・☒ 介護保険課 (内線2437)

石巻広域消防音楽隊 『火の用心の音楽会』

と き 2月15日(土)
 午後1時30分開演
 ところ 遊楽館かなんホール

午前9時30分～正午
 ところ 石巻駅前
 コース 石巻駅前～鹿島御子神社～鳥屋神社～湯殿山神社～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
 ☎090173267338



定員 416人(先着)

※入場整理券は1月20日(月)～2月3日(月)河南総合支所、消防本部および各消防署所で配布します。

☎ 9517111

☎ 石巻地区消防本部総務課

石コレファッショ ショー「輝く私は60カラット」

60歳以上がモデルのユニークなファッションショーです。

と き 2月16日(日)
 午後1時30分(午後1時開場)

ところ 河北総合センター「ビッグバン」 文化交流ホール

※要入場整理券
 整理券配布場所 河北総合センター、遊楽館
 整理券配布開始日 1月7日(火)午前9時

☎ 62-1120

☎ (公財)石巻市芸術文化振興財団(河北総合センター内)

ミュージカル「ジパング青春記～慶長遣欧使節団出帆～」



<石巻ゆかりの物語がミュージカルに！>

政宗公の願い。そして……復興への想いは、400年前も、現代も変わらないこの船は、奇跡そのものだ!! 常長とリウタの旅が今はじまる。

あきた芸術村に拠点を置いて全国各地で公演を展開し、ミュージカル・演劇の楽しさを伝えている劇団わらび座。サン・ファン・パウティスタ号の建造を巡って繰り広げられるミュージカルを、ゆかりの地である本市で開催します。郷土の先人の偉業と、建造に関わった若者の熱意を舞台化した公演を、ぜひご鑑賞ください。

と き 2月22日(土) 午後3時開演(午後2時開場)
 ところ 河北総合センター「ビッグバン」アリーナ
 入 場 料 無料(未就学児の入場は不可) ※ただし整理券が必要となります。
 整理券設置場所 河北総合センター「ビッグバン」、遊楽館、各公民館、図書館、県慶長使節船ミュージアム(サン・ファン館)、旧観慶丸商店、生涯学習課
 整理券配布開始 1月8日(水) ※なくなり次第終了
 ☎ 生涯学習課(内線5056) 河北総合センター「ビッグバン」 ☎62-1120
 劇団わらび座 ☎0187-44-3332

公益財団法人 石巻市芸術文化振興財団設立30周年記念事業

谷村新司トーク&ライブキャラバン ココロの学校

～音で始まり、歌で始まる～

谷村新司が“ココロの校長先生”となり、歌とトークで展開していくコンサートです

地元のこどもたちが“ココロの生徒”として共演予定

と き 3月14日(土) 午後2時(午後1時開場)
 ところ 河北総合センター「ビッグバン」アリーナ
 入 場 料 全席自由 2,000円
 ※未就学児の入場はご遠慮ください

チケット発売日 1月18日(土) 午前9時 ※イープラスは午前10時から
 プレイガイド 河北総合センター「ビッグバン」・遊楽館・ヤマト屋書店TSUTAYA(中里店・あけぼの店)・ローソンチケット・イープラス

アキラさんとまこと君 ふたりのオーケストラ

宮川彬良と平原まこと、二人の音のマジシャンが「喜べるか、楽しめるか、泣けるか」をモットーに、童謡から映画音楽、ジャズ、クラシックを縦横無尽にお届けする「ふたりのオーケストラ」。今回は特別に石巻ジュニアジャズオーケストラも共演します。

と き 3月22日(日) 午後2時30分(午後2時開場)
 ところ 河北総合センター「ビッグバン」文化交流ホール
 入 場 料 全席指定 一般 2,000円 / 高校生以下 1,000円
 ※未就学児の入場はご遠慮ください

※ビッグバン窓口でのみ100セット限定で、お得なセット券を販売します。
 2公演のチケットを1枚ずつ1セットで通常料金から1,000円値引き

(一般) 通常4,000円のところ3,000円
 (高校生以下) 通常3,000円のところ2,000円

☎ 河北総合センター「ビッグバン」 ☎62-1120

相談



無料経営相談会のお知らせ

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 1月14日(火)・22日(水)・2月5日(水)・19日(水)

午前10時～正午、午後1時～3時

ところ 石巻ルネッサンス館(開成1-35)

対象 会社経営者や個人事業者または創業を計画している方

定員 1日2組

申込方法 電話、FAXまたはホームページ(石巻産業創造で検索)

申込期限 開催前日まで

☎ 098-8782

FAX 93-9397

☎ 市産業推進課 (内線3547)

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・建築の専門家が無料で相談に応じます。

とき 1月26日(日) 午前9時～午後4時

ところ 遊楽館

対象 市内にある空き家の所有者または管理者(今後、空き家を有する見込みの方を含む)

※要電話予約
☎ 市 住宅課 (内線5556)

弁護士による「巡回無料相談会」

とき 1月24日(金) 午前10時～正午

ところ 河北総合支所2階 第3会議室

※予約優先(当日は空きがあれば相談可)

☎ 050-3383-0009

☎ 050-3383-0009

☎ 050-3383-0009

☎ 050-3383-0009

☎ 050-3383-0009

☎ 050-3383-0009

☎ 050-3383-0009

☎ 050-3383-0009

☎ 050-3383-0009

☎ 050-3383-0009

☎ 050-3383-0009

☎ 050-3383-0009

☎ 050-3383-0009

☎ 050-3383-0009

☎ 050-3383-0009

市民相談センターから

《訪問販売トラブルに注意!》

突然自宅を訪ねてきた業者からの勧誘を断りきれずに契約してしまったという訪問販売の相談が後を絶ちません。

住宅リフォームの訪問販売の場合、屋根や床下の写真を見せて契約を迫る業者もいますが、本当に自宅の写真なのかは不明です。

また、見積もりのつもりで業者を呼んだのに無断で修理された、無料点検の後に高額な契約をさせられたなどのトラブルも発生しています。

訪問販売の場合はクーリングオフができますので、契約書は忘れずに受け取りましょう。

☎ 市民相談センター 23-5040

☎ 23-5040

☎ 23-5040

☎ 23-5040

☎ 23-5040

☎ 23-5040

☎ 23-5040

1月の相談あんない

行政

- 行政書士相談 ※要予約
20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
8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
15日(水) 午後1時30分～3時30分 市役所 2階相談室B
☎ 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)
14日(火) かもめ法律事務所 中尾弁護士
28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
※定員1日9人[先着] ※要予約 予約受付開始 6日(月) 午前9時
☎ 市民相談センター (内線2532・2534)
- 仙台弁護士会法律相談
(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) 午後1時30分～4時30分
日曜日(祝日を除く) 午前10時30分～午後4時30分
※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
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
- 司法書士による無料法律相談会 ※予約優先
(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。
※1日(水)、4日(土)はお休みです。
☎ 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

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 子育て支援課
午前8時30分～午後5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)
特設人権無料相談窓口を次のとおり開設します。
8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
9日(木) 午前10時～午後3時 北上保健医療センター 指導室
17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 ☎22-5115) ※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 11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)
20日(月) 受付開始 午後1時30分
詳しくは、問い合わせください。
※農地法許可申請受付期間 6日(月)～10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
- 福祉まるごと相談(市役所 2階包括ケアセンター)
午前8時30分～午後5時 ※土日・祝日を除く
※複雑で制度のはざまの問題を抱え困っている方の相談
☎ 包括ケアセンター (内線2575)

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

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 第4木曜日、年始1日(水・祝)～4日(土)
5日(日) 午前9時30分	宮城県公立武道館協議会10,000人寒げい古	
11日(土) 午前9時	第48回新春石巻オープンバスケットボール大会 兼 市民体育大会バスケットボール競技	
12日(日)	2020新春フットサル大会 U-10	
18日(土)、19日(日)、20日(月) 午前9時	宮城県高等学校新人バスケットボール大会	
26日(日) 午前9時	第39回石巻市民インドアソフトテニス大会	

いしのみき総合スポーツクラブ 2019年度 後期会員受付中
各教室、詳しくは事務局まで問い合わせください。

トレーニングセンター ☎25-7731		開 午前9時～午後9時(日曜・祝日は午後5時まで)
		休 18日(土)
すべて無料で参加できます。(トレーニングセンターの利用料金は別途必要です。)		
9日(木)、23日(木) 午後1時30分～2時30分	初めての楽しいエアロ	
15日(水)、29日(水) 午前10時～10時45分	椅子ヨガ	
15日(水)、29日(水) 午前11時～11時45分	リフレッシュエクササイズKAZE	

セイホクパーク石巻(総合運動公園) ☎22-9111 FAX22-9112		開 午前7時～午後9時
		休 なし
4日(土)、5日(日) 午前9時	宮城県高校新人ラグビートーナメント出場チーム強化試合【フィールド第2】	フットボール フィールド
11日(土)、14日(火)、18日(土)、25日(土) (予備日) 午前9時	第72回宮城県高等学校新人ラグビー競技決勝トーナメント【フィールド第2】	
19日(日) 午後1時 25日(土)、26日(日) 午前9時	ウィンターリーグ2019【フィールド第1】	

石巻中央公民館 ☎22-2970 FAX21-6050		開 午前9時～午後9時
		休 年始1日(水・祝)～3日(金)
11日(土)・18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 講師 石巻かるた協会会員 対象 小学生以上 定員 15人(先着) 申込期限 10日(金) 申込方法 電話または直接申し込みください。	
23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)」 ところ 石巻中央公民館 和室 内容 手遊び、読み聞かせ、親子ダンス 他 対象 小学校入学前のお子さんとお母さんなど ※どなたでも参加できます。飲み物をご持参ください。	
25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・米飯協同組合石巻支部 定員 20人(先着) 持ち物 エプロン、三角巾 料金 500円(材料費) 申込期間 6日(月)～17日(金) 申込方法 電話または直接申し込みください。	

蛇田公民館 ☎95-0183		開 午前9時～午後9時
		休 年始1日(水・祝)～3日(金)

2月1日(土) 午前10時～午後1時	親子ケーキ作り教室 内容 バレンタインデー用ホールケーキ作り 材料費 2人組 1,400円 3人目の方は400円 申込方法 直接申し込みください。 申込期限 23日(木)
2月8日(土)、9日(日) 午前10時～午後4時 (9日は午後3時まで)	第62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、盆栽などの作品を展示 【出展作品募集】 出展資格 市内に居住または通勤・通学している方 作品数 自己の創作した未発表のものを一人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 29日(水)

稲井公民館 ☎22-4303		開 午前9時～午後9時30分
		休 年始1日(水・祝)～3日(金)

17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」 対象者 稲井くらしの講座会員
26日(日) 午前9時～正午	「普通救命講習会」 対象者 稲井公民館利用会員

渡波公民館 ☎24-0941		開 午前9時～午後9時30分
		休 年始1日(水・祝)～3日(金)

17日(金) 午前10時30分～午後1時30分	一般教養講座「サーモンと小海老のフランス料理教室」 内容 家庭でも手軽に作れる「サーモンとポテトのパート包み焼き焦がしバターソース」と「小海老、野菜、クリームチーズの白和え仕立て」をメニューとしたフランス料理講習会 定員 20人(抽選) 料金 2,000円(材料費) 申込方法 9日(木)正午までに料金を添えて公民館へ申し込みください。
21日(火) 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 内容 新舞踊鑑賞会
2月2日(日) 午前10時	第48回渡波地区意見発表会 内容 渡波・鹿妻地区に居住、勤務している方による意見発表会
2月16日(日) 午前9時	利用協講座「手話を楽しもう」 内容 手話による紙芝居や手話ソングを通して、手話への理解を深めます。 定員 15名(抽選) 申込期限 10日(月)

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 6日(月)・14日(火)・20日(月)・27日(月) 1日(水・祝)～3日(金)は年始のため休館
26日(日) 開演 午前9時15分	第4回 石巻剣道祭 石巻剣道祭実行委員 ☎090-4555-0017 (石川)	

トレーニング機器 使用講習会	
●総合体育館 ☎95-8998	9日(木)・31日(金)午後6時30分、21日(火)午前10時、29日(水)午後2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15分前まで
●ビッグバン ☎62-1120	10日(金)・24日(金) 午後3時/午後7時 ※要電話予約
●遊楽館 ☎72-3561	13日(月)・29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 (日曜日および休館日の前日は、午前10時～午後5時) 随時受付(要電話予約)

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 ※年始1日(水・祝)～4日(土)

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。
9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。
14日(火) 午前10時～正午	読書会 朗読CD「箱の中」阿刀田 高作 この作品を聞いて、感想をおしゃべりしませんか。
17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してください。 おはなし会終了後から正午まで多目的室を開放します。
18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、お話を親しみましょう。
21日(火) 午前10時～正午	子どもの本を読む会 子どもの本を読む、大人のための読書会です。 今月の本 『車のいろは空のいろ』 あまきみこ 著
19日(日) 午前10時30分～11時	定例おはなし会 ※河北分館(ビッグバン内図書室)

<出張図書館「わたのは」> 渡波公民館で、予約を中心とした本の貸し出しを行っています。
と き 7日(火)、21日(火) 午後1時～2時

<出張図書館「えほんびより」> 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。

15日(水) 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。
22日(水) 午前10時30分～11時30分	子育て支援室「わくわく」 漢字子育て支援センター ※読み聞かせもあります。
28日(火) 午前10時～11時30分	すくすく赤ちゃん(ヨチヨチ・ハイハイグループ) なかよし保育園地域子育て支援センター

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・休講日は午後5時まで)
		休 年始1日(水・祝)～4日(土)

☆新春特別企画「フリー回数券&レッスン回数券2割引販売」☆	
内容 1/5(日)、1/6(月)の2日間、新春特別企画として「新春初売りフリー回数券&レッスン回数券2割引販売」を実施します。	
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 ※割引回数券をお求めの場合、各種証明書を必ずご持参ください。下記フリー利用欄参照。	
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・ズンパ・ダイエットヨーガ・太極舞・中国気功・大人のクラシックバレエ(初級)・スタイルアップリフレッシュ NEW 体すっきりトレーニング(火) 19:20～20:30 ※レッスン内容については窓口まで問い合わせください。	
5日(日)～6日(月)	
『新春☆川柳大会』の受賞者発表を行います(ロビーに展示します) 内容 皆さんからご応募いただいた、あいプラザに関する川柳の受賞者を発表いたします。 ロビーに展示しますので、ぜひご観覧ください。 ※最優秀賞(1人)、優秀賞(3人)、その他の賞(若干名)など。	

【施設修繕工事実施のお知らせ】
修繕期間 10月下旬以降で予定しております修繕工事期間については、日程が決まり次第お知らせいたします。
修繕箇所 プールサイドシャワーおよびプール採暖室
※修繕工事期間中はプール講座・プールフリー利用がお休みとなります。
詳しくはホームページ・窓口などで順次ご案内いたします。

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)
ライト割引 300円(19:15以降の現金利用限定。利用できない曜日あり)
割引料金でご利用の場合、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。
トレーニングルームのマシンを全て入れ替えし、リニューアルオープンしました!
(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、初回のみ利用登録が必要です。

【1月の休館日・休講日】 休館日…1日(水・祝)～1月4日(土) 休講日…なし

遊楽館 ☎72-3561		開 午前9時～午後9時
		休 月曜日 6日(月)、14日(火)、20日(月)、27日(月) ※年始1日(水・祝)～4日(土)

19日(日) 開演 午後1時30分	石巻市子どもたちと3日間つくる 子どもの笑顔元気ミュージカル「おとぎの森へ」 こどもミュージカルプロジェクト ☎022-276-8864
25日(土) 開演 午後2時	渡邊公威テノールコンサート in 石巻 料金 一般 2,000円 高校生以下 1,000円 渡邊かれん ☎22-5357 渡邊公威 ☎03-6914-5925

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

19日(日) 午前11時～正午	アクアオーワーク ～肩こり腰痛予防緩和教室～ 料金 500円 ※初めてのの方は無料 定員 5人(先着) 申込方法 電話または直接申し込みください。
26日(日) 午前9時～9時45分	ホットヨガ 料金 1,000円 定員 15人(先着) 講師 笠安子 持ち物 運動できる服装・タオル・飲み物 申込方法 電話または直接申し込みください。

にっこりサンパーク ☎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 ※年始1日(水・祝)～3日(金) ※13日(月・祝)は翌日
野球場・テニスコート:要電話予約		

牡鹿交流センター屋内温水プール ☎45-3618		開 午前11時～午後7時 ※日曜日および休館日の前日は、午前10時～午後5時まで
		休 月曜日 ※年始1日(水・祝)～4日(土) ※13日(月・祝)は翌日

利用料金 一般・学生 600円 小・中・高校生 300円 幼児 200円 3歳未満:無料

1月の健康コーナー



【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	20日(月)	10:00～12:00	保健相談センター	内線2428
歯科相談	20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 (要予約)	市役所2階授乳室 またはベビースマイル	内線2422

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	☎・☎
23日(木) 10:45～15:15	市役所2階相談室	今野 廣子	健康推進課(内線2421) ☎94-9132
30日(木) 10:45～14:00	河北総合支所		河北総合支所保健福祉課 ☎62-2117

東部保健福祉事務所(県石巻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	17日(金) 10:00～14:00	☎95-1431
アルコールなどに悩む家族教室	アルコール・ギャンブル・薬物に悩むご家族のための教室	17日(金) 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	15日(水) 13:00～17:00	

定点型からだこころのケアサロン「からころん」

とき 28日(火) 午前10時30分～午後3時
 ミニ勉強会「睡眠レストラン」
 午後1時30分～3時

ところ 河南母子健康センター
 専門のスタッフに体やこころに関する相談ができます。どなたでも参加できます。

スタッフ からころん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)

傾聴ボランティアによるカフェ

サロン♡さくら	
とき	23日(木) 10:00～11:30
ところ	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	
とき	8日(水) 10:00～12:00
ところ	新蛇田第1集会所(新立野復興住宅)
☎ 健康推進課 ☎94-9132	

からころん相談ダイヤル: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 18日(土) 午後2時～4時30分
 ところ 石巻レインボーハウス(中里二丁目2-3)
 ☎ 仙台グリーンケア研究会 ☎ 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 26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

まきっこの会:ひきこもりの家族会です。

とき 19日(日) 午後1時～4時
 ところ 保健相談センター
 料金 1家族1,000円(当事者は無料)
 ☎ 「まきっこの会」 高橋 ☎ 080-6022-4478

☎ 健康推進課 ☎ 94-9132

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、まだ受診していない方は、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)

高齢者インフルエンザ定期予防接種の期限は1月31日(金)です

インフルエンザの予防には予防接種や手洗いなどが有効です。まだ予防接種を受けていない方は期限内に受けてください。対象者などはホームページをご覧ください。



☎ 健康推進課(内線2427)

第28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・維持に役立てていただけ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 16日(木) 午後1時～2時

ところ 市立病院3階講堂

テーマ 肌のお手入れについて
 ～カサカサ・かゆみを防ぐために～

講師 市立病院 看護師長

☎ 市立病院病院総務課 ☎25-5555

がん体験者のための情報交換会

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	参加費
①女性のがん体験者と家族の皆さん	10日(金)・24日(金) 10:00～14:00	●街中がんサロン がん体験者同士の語り合いと情報提供の場です。 ※サロン内でセミナー開催(両日10:30～11:30) 10日(金)「就労のコツ」 24日(金)「適正体重を保つためのコツ」	牡鹿観光モデルハウス(門脇字二番谷地13-477)	無料
①がん体験者と家族・地域の皆さん	18日(土) 13:30～14:30 14:30～15:30	●茶話会(がんへの気付きの場) ・ストレスケア ～心と体のゆるめ術～ ・交流会	石巻レインボーハウス(中里2丁目2-3)	100円
②がんの種類問わず	25日(土) 13:30～15:30	●がんについて、人生についてさまざまなことを皆さんで語り合います。 対話中心の会です	ここひろ(蛇田字中埠5-8ヒノケン2階)	200円

☎ ①NPO法人 パセリの会 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2413)

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	ところ
石巻	3～4カ月児健診	R1年9月生まれ	9日(木)・22日(水)・30日(木)	12:30～12:45	保健相談センター
	1歳児よちよち相談	H30年12月生まれ	14日(火)・20日(月)・27日(月)	9:15～9:30	
	1歳6カ月児健診	H30年5月生まれ	17日(金)・23日(木)・28日(火)	12:30～12:45	
	2歳児歯科健診	H29年6月生まれ	8日(水)・15日(水)・31日(金)	12:30～12:45	
	3歳児健診	H28年7月生まれ	7日(火)・16日(木)・24日(金)	12:30～12:45	
河北雄北	3～4カ月児健診	R1年9月～10月生まれ	22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	H30年5月～6月生まれ	29日(水)	12:30～12:45	
	2歳児歯科健診	H29年6月～7月生まれ	15日(水)	12:30～12:45	
河南桃	3～4カ月児健診	R1年9月生まれ	24日(金)	12:45～13:00	河南母子健康センター
	2歳児歯科健診	H29年6月生まれ	21日(火)	12:30～12:45	
	3歳児健診	H28年7月1日～8月15日生まれ	16日(木)	12:30～12:45	
牡鹿	3～4カ月児健診	R1年9月生まれ	30日(木)	12:30～12:45	保健相談センター
	1歳6カ月児健診	H30年5月生まれ	28日(火)	12:30～12:45	
	3歳児健診	H28年7月生まれ	24日(金)	12:30～12:45	
	1歳児よちよち相談	H30年11月～H31年2月生まれ	31日(金)	12:45～13:00	
	2歳児歯科健診	H29年5月～8月生まれ		12:30～12:45	

各種教室・講演会

教室名	内容	とき	受付時間	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)	15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。	28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275)

愛の献血

とき・ところ

実施日	実施場所	受付時間
5日(日)	㈱カワチ薬品石巻西店	午前10時～11時45分 午後1時～4時30分
11日(土)	イオンモール石巻	
12日(日)		
25日(土)		

☎ 健康推進課(内線2418)

【全地区】追加の胃がん検診を実施します

まだ受けていない方のために、追加検診を実施します。
対象 30歳以上の方(令和2年3月31日現在)
検査方法 問診、胃X線検査(発泡剤とバリウムを飲み、方向を変えながらレントゲン写真を撮ります)

会場	実施日
保健相談センター	20日(月)、23日(木)、28日(火)、31日(金)、2月1日(土)
河北総合センター「ビッグバン」	29日(水)
河南母子健康センター	30日(木)
向陽地区コミュニティセンター	2月1日(土)

※受付時間は、午前7時30分から9時30分まで
 ※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。
 健康推進課(内線2427)

【石巻地区】乳がん検診の夕方検診を実施します

とき 15日(水)、23日(木) ※要電話予約 **ところ** 保健相談センター
対象 30歳代、40歳以上(偶数年齢)の女性 **受付時間** 午後4時30分～6時30分
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)に申し込みください。
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。
 ※対象年齢は令和2年3月31日を基準としています。
 健康推進課(内線2413)

【全地区対象】令和2年度各種健(検)診の申込調査が始まります！

令和2年度の各種健(検)診申込調査書は、世帯主あての封筒に対象者分の個人名入りハガキを同封し、1月上旬に各家庭へ送付します。
 健(検)診は、隠れている病気の発見だけでなく、年齢とともに変わる体の機能を調べ、自分の健康状態を知っておくために大切です。年に一度は健(検)診を受けましょう！
健(検)診を受ける方……番号記入欄に「0」を記入
健(検)診を受けない方……番号記入欄に「1～5」該当する番号を記入
提出方法 申し込みハガキをポストへ投函してください。 **提出期限** 31日(金)
 ※市の健診を受ける方も受けない方も必ずハガキに記入のうえ返送してください。未回答の方には、受診票などが届く場合があります。詳しくは、送付される案内をご覧ください。
 ※郵便物の転送届を出している方は、転送期間が1年間となっていますので、毎年郵便局に更新の手続きが必要です。
 ※申込調査書は、12月2日の住民登録を基に送付します。
 健康推進課(内線2415)

「健診結果」個別相談のお知らせ

～健診を受けたあなたのために…自分の体の状態に合った生活習慣を見つけましょう～

健診結果は、あなたの体の状態を教えてください。
 健診結果を通して、食事や生活習慣をふり返ってみませんか？
内容 ・健診結果からあなたの体の状態を探ってみよう。
 ・食べ方や動き方など、生活習慣をふり返ってみよう。
とき 月～金曜日(祝日を除く) 午前9時～午後4時
 ※通院中の方は、まずは主治医にご相談ください。
 ※要電話予約。予約時に相談場所を決定します。
対象 特定健診、健康診査を受けた市民の方
 健康推進課(内線2613)



《医食同源》

いしょくどうげん
 医食同源という言葉をご存知でしょうか。医療と食事は人間の健康にとって最も大切なものです。特に私たちの食物の中で魚が重要な理由は、「胎児が育つ羊水」と生命が発した「太古の海水」の塩分濃度が同じだからです。

石巻の冬といえばカキ。栄養価の高い健康食として、生でも、加熱調理しても美味しい食材です。私は出始めの高価な時期は生食で酢がきが一番。盛漁期に入った頃には1*。購入し佃煮を作ります。佃煮は鍋に水切りしたカキを入れ、日本酒を入れ煮立て、適量の醤油を入れて沸騰させれば完成です。ご飯のお供にも酒の肴にもなり、家族全員が楽しめます。

石巻市食育推進会議会長 須能 邦雄

健康推進課(内線2617)

市夜間急患センターの診療時間

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

外科	
曜日	診療時間
月～土曜日	午後6時～翌朝7時
日曜日・休日	午前9時～午後5時・午後6時～9時 年末年始(12/29～1/3)お盆(8/14～16)は内科と同じ。

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。
 市夜間急患センター ☎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 受付 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	内科 午前 ○ ○ ○ ○ ○
診療開始 午前9時	外科 午前 ○ ○ ○ ○ ○
眼科・皮膚科	整形外科 午前 ○ 手術日 ○ ○ ○
受付時間 午前8時～11時	眼科 午前 - - ○ - ○
診療開始 午前9時	皮膚科 午前 ○ - - - -
耳鼻咽喉科	耳鼻咽喉科 午前 - ○ - ○ -
受付時間 火曜日：午前8時～11時 木曜日：午前8時～10時30分	午後 ○ ○ - ○ ○
診療開始 午前9時	
受付時間 午後0時30分～3時	
診療開始 午後1時	

市立病院 ☎25-5555 ※ 整形外科のみ紹介状と事前に予約が必要です。

1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。
 ※下表に記載のない産婦人科の対応は当日、市役所(☎95-1111)まで問い合わせください。
 ※外科は、「市夜間急患センターの診療時間」の欄を参照ください。



日付(曜日)	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
1日(水・祝)	内科	齋藤病院(山下町一丁目)	96-3251
		いしのまき矢吹クリニック(大橋三丁目)	21-6117
	小児科	おおば小児クリニック(門脇字青葉西)	93-9693
	産婦人科	齋藤産婦人科医院(中央三丁目)	22-0707
2日(木)	内科	佐藤内科医院(イオンモール石巻1階)	22-3020
		駅前北さし内科クリニック(駅前北通り一丁目)	95-3123
	小児科	夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111
3日(金)	産婦人科	しらゆりクリニック(蛇田字新立野)	22-3717
	内科	かづま内科クリニック(鹿妻南一丁目)	96-7700
		高橋消化器内科(千石町)	95-1621
5日(日)	小児科	中山こどもクリニック(中里三丁目)	95-4121
	内科	中浦内科医院(中浦一丁目)	21-7551
	産婦人科	夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111
		あべクリニック産科婦人科(大街道西二丁目)	22-3322

日付(曜日)	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
12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	齋藤産婦人科医院(中央三丁目)	22-0707
13日(月・祝)	内科	佐藤神経内科医院(大手町)	22-5522
	小児科	夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111
19日(日)	産婦人科	しらゆりクリニック(蛇田字新立野)	22-3717
	内科	かわらだ内科胃大腸クリニック(鑄銭場)	21-5335
26日(日)	小児科	夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111
	内科	こばやし医院(蛇田字南経塚)	22-0789
	小児科	おおば小児クリニック(門脇字青葉西)	93-9693

日	曜	石巻市 河北地区	東松島市 矢本地区	歯科
1日	(水・祝)			三宅歯科医院(千石町) 22-1448
2日	(木)			よしだファミリー歯科(渡波字栄田) 24-1185
3日	(金)			泉谷歯科医院(南中里二丁目) 95-7715
5日	(日)	石巻ロイヤル病院(内科のみ)(広瀨) 73-5888	わたなべ整形外科(赤井) 84-2323	駅前もりたデンタルクリニック(穀町) 96-6755
12日	(日)	須江きむら医院(須江) 24-6311	ししど内科クリニック(赤井) 83-8830	ことぶき歯科(わかば三丁目) 98-7750
13日	(月・祝)	佐々木医院(和瀨) 72-3122	藤野整形外科(矢本) 83-2121	横山歯科医院(大手町) 21-1711
19日	(日)	栗原医院(桃生町寺崎) 76-4170	永沼ハートクリニック(赤井) 82-6680	きらら歯科クリニック(蛇田字坪寺) 92-9300
26日	(日)	中川内科外科医院(前谷地) 72-2123	みやぎ東部循環器科(赤井) 82-9930	植木歯科クリニック(中里六丁目) 22-0066

石巻歯科医師会 休日診療所(中里三丁目) 94-8223

1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



子育て駅伝



自然豊かな
高台に建つ保育所

雄勝保育所

図 雄勝町小島字和田123
☎25-6351

東日本大震災で被災して休所していましたが、平成29年4月、県道沿いの自然豊かな高台に新築移転して再開しました。子育て支援センターも併設し、1歳児から5歳児までの11人が家庭的な雰囲気の中のびのびと活動しています。

外でも裸足で元気に遊ぶ



みんなで楽しんだお花見



プランターで育てた野菜を収穫



毎日楽しみにしている給食

利用者さんへインタビュー



♥永沼ちあきさん・寛翔ちゃん(3歳)(写真左)

昨年の4月からお世話になっています。毎日、家に帰ると、保育所の行事の様子や楽しかったことを話してくれます。これからも、お友達と仲良く元気に過ごしてほしいです。

♥末永奈津子さん・莉緒菜ちゃん(6歳)・煌空ちゃん(3歳)(写真右)

上の子はお世話になって3年目、下の子は2年目になります。きょうだいそろってにぎやかで仲が良く、お姉ちゃんは弟の面倒をよく見てくれ、小さなお母さんみたいです。二人とも優しく思いやりのある子に育ってほしいです。



健やかな成長願い「次の一歩」へ

石巻市子どもの権利に関する条例

制定10周年記念フォーラム

平成21年4月に制定された「石巻市子どもの権利に関する条例」の10周年記念フォーラムが11月23日、石巻専修大学で開かれました。市、市教育委員会、南三陸人権啓発活動地域ネットワークが主催。市民や人権団体の関係者ら約150人が参加し、子どもたちの声を大人たちが受け取り、明るく健やかに成長してもらうための「次の一歩」について考えました。

第1部では、制定10周年を記念し市が募集した「子どもの権利に関する標語」の入賞17作品を表彰しました。市内小・中学校21校の6年生児童405人と中学生98人から計768点の応募があり、最高賞の市長賞には小学校の部が杉山さくらさん(向陽小学校6年)の「わたしたちにも あるんだぞ Yes! No!」、中学校の部は横山玲奈さん(蛇田中学校2年)の「耳すませ 子供の心 聞いてみて」が選ばれました。

記念講演ではファミリーアドバイザーでアナウンサーの金子耕式氏が「この時代の家庭と子育て

に必要なこと」をテーマに話しました。金子氏は子どもが幸せに生活するために何よりも大事なものは「親の愛情」と指摘。「親子で一緒に遊んだり旅行したりして感動や失敗を共有することや、いろいろなことに挑戦させ、子どもの潜在能力を見いだすことが大切」と強調しました。

第2部は「子どもたちの『いま』と『これから』を話そう!」と題したワークショップを開催。参加者が6グループに分かれ、石巻における「子どもの権利」を守るために虐待、不登校の問題の解決策や居場所の確保、子育て支援の在り方などについて活発に意見を交わし、今後も有志による話し合いの場の継続が提案されました。



記念講演をする金子氏



子どもの権利推進標語の入賞作品表彰式



子どもの権利の「次の一歩」を話し合ったワークショップ

子育て支援センター

イベント・行事予定



- 湊 ☎ 94-2366 渡波 ☎ 25-0567
- 釜 ☎ 24-6113 スマイル ☎ 98-5322
- にじいろひろば ☎ 070-1142-9332
- なかよし保育園 ☎ 96-4551
- 河南 ☎ 72-4670 河北 ☎ 61-1601
- 桃生 ☎ 76-4521 北上 ☎ 66-2177
- 雄勝 ☎ 25-6331 牡鹿 ☎ 45-2197

子どもセンターらいつ

☎ 23-1080



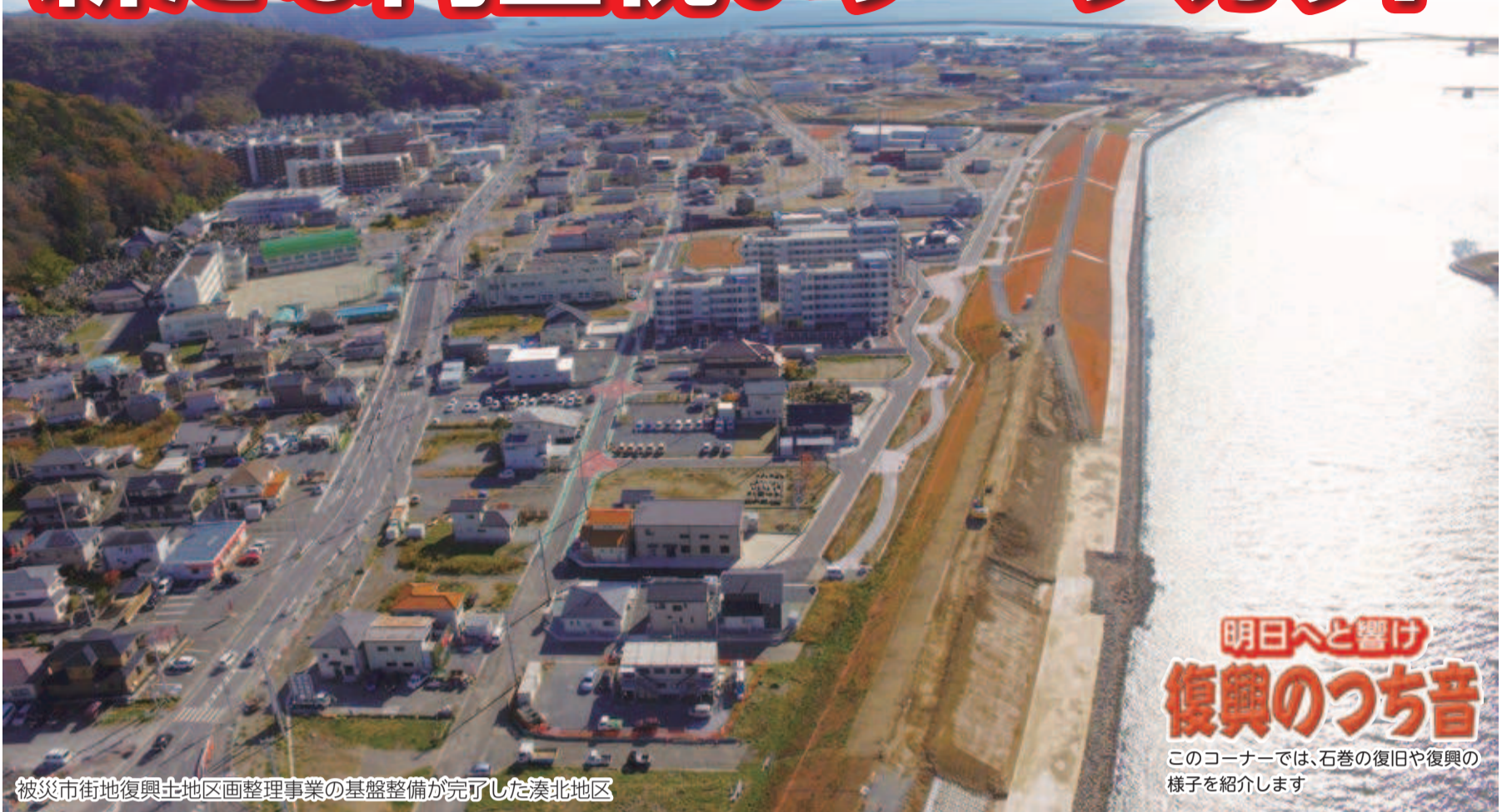
ハイ!チーズ!

釜子育て支援センター



「木のぬくもりを感じながらゆったりと!」

新たな門出祝いテープカット



被災市街地復興土地区画整理事業の基盤整備が完了した湊北地区

**明日へと響け
復興のつち音**

このコーナーでは、石巻の復旧や復興の様子を紹介します

新たなまちの門出を祝ったテープカット



湊北地区「まちびらき式」

市の被災市街地復興土地区画整理事業の基盤整備が完了した湊北地区で11月24日、「まちびらき式」が開かれました。湊町一丁目復興住宅南側に整備された「1号公園」でセレモニーを実施。地区住民ら約100人が出席し、東日本大震災の被害を乗り越え、新しく生まれ変わった「まち」の門出を祝いました。

初めに式を主催した住民組織「湊北地区合同街づくり協議会」の佐藤彰会長が「新しい道路、公園、緑地、住宅地が整備され、都会風に生まれ変わった新しいまちが、震災前にも増してにぎやかになることを心から期待しています」とあいさつ。亀山市長が祝辞を述べ、「新たな門出を迎えた湊北地区が、子どもからお年寄りまで笑顔があふれるまちとして発展してほしい」と期待しました。

続いて、市区画整理課の担当者が平成26年7月に工事着手した土地区画整理事業の概要を説明。佐藤会長、亀山市長や湊小学校児童代表ら8人がテープカットしてセレモニーを締めくくりました。

あいにくの雨のため、予定した湊小学校鼓笛隊のパレードや風船飛ばしは中止になりましたが、用意した100個の鳩型の風船の一部は訪れた子どもたちに記念品としてプレゼントされました。また、地域コミュニティ醸成のきっかけにしようと来場者には紅白餅と石巻焼きそばが振る舞われました。



主催者を代表してあいさつする佐藤会長



市担当者からの事業概要説明に耳を傾ける出席者



来場者には紅白餅と焼きそばが振る舞われた



子どもたちには記念品の風船などをプレゼント

図 区画整理課(内線5586)

みんなのた場

サークル仲間 123

折り紙サークル 変身する楽しさ魅力

元保育士仲間が桃生地区の町民文化祭で子どもたちに折り紙を教え始めたのをきっかけにして活動を始め、平成7年に「折り紙サークル」の名で正式に発足しました。現在も保育士経験のある7人がメンバーになっており、毎月1回、桃生公民館2階の和室に集まり、一枚の紙からいろいろな作品を作り上げる折り紙の魅力を楽しみながら、交流を深めています。

毎年秋には、桃生公民館で開かれる桃生地区文化祭に向けた作品制作や会場展示などの準備にも励みます。

昨年11月9日、10日に開催された文化祭では、定番の鶴や花のほか、アニメキャラクター、本物と同様に手で回せるコマ、小物入れなど約300点を会場に展示。訪れた子どもたちにも折り方を教えるなどして面白さを体験してもらったほか、作品の一部は来場者にプレゼントして喜ばれました。

通常の活動では、各メンバーが折り紙の教材書やテレビ番組で学んだ作品を持ち寄って、互いに教え合いながら技を磨いています。

入会して15年になる斎藤美代子さんは「飾ったり遊んだりする作品だけでなく、

「簡単に折れる作品も多いのですが、折るのが難しい作品に挑戦する楽しさもあります。一人では折れなくても、みんなで教え合っ

て完成した時の喜びはひとしおです」と語るのには、サークル代表の佐藤喜代さん。「家庭の事情や仕事が忙しくて来られない人や途中で帰宅せざるを得ない人もいます。そういう人も無理をせずに楽しめるサークルを目指していきます」と抱負を話します。

過去には、登米市内の学童保育施設や東松島市の福祉施設などに赴いて子どもたちや高齢者に折り紙を指導する活動もしており、「今後も依頼があれば、出向いていきます」とメンバー全員が張り切っています。



地区文化祭で来場した子どもたちと折り紙を楽しむ



「折り紙の楽しさを多くの人に広めたい」と語るサークルメンバー

石巻市立桜坂高等学校

桜坂だより

第10号

こんにちは、桜坂高校です！
私たちは、総合的な学習（探求）時間として、「桜坂タイム」に取り組んでいます。

- 1学年：まちなかポスタープロジェクト（地域理解）
- 2学年：さくらプロジェクト（就業体験）
- 3学年：市役所プロジェクト（公民権教育）

このプロジェクトを通して、郷土愛やコミュニケーション能力が培われています。



11月6日(水) 3年生：市役所プロジェクト

市役所を訪問、各課の課題へのプレゼン発表後、市議会議場を見学。本物の議員さんと一緒に議会体験しました。

10月9日(水) 2年生：さくらプロジェクト

就業体験をさせていただいた企業の方をお招きして、企業研究を発表しました。



11月6日(水) 1年生：まちなかポスタープロジェクト

お店の魅力を伝えるには、まずそのお店を知ることからスタート。真剣なまなざしでお話を伺います。



まきチャンネル + プラス



金メダリスト 塚原父子の演技と指導に歓声

湊小学校で体操特別授業

体操の元五輪選手が指導する特別授業が11月22日、湊小学校で開かれました。団体総合でメキシコ、ミュンヘン、モントリオール五輪金メダリストの塚原光男さん、アテネ五輪団体総合金メダリストの塚原直也さん父子をはじめとする塚原体操センターの4人が講師を務めました。全児童136人は、鉄棒の「月面宙返り（ムーンサルト）」を編み出した光男さんから今夏の東京五輪などの話を聞き、直也さんからはマット運動と跳び箱の実技指導を受けました。切れのある模範演技に「すごい」「カッコいい」と歓声を上げて拍手を送りました。特別教室は直也さんの奥様が湊小学校出身という縁で実現しました。

牡鹿 南極の氷や石に触ったよ

鮎川小児童、隊員の話に関心



Topic of town まちの話題



南極地域観測隊の隊員から話を聞く「南極教室」が11月13日、鮎川小学校で開かれました。観測隊に計4回参加した鯉田淳さん(52)が、全児童18人を前に厳しい自然環境や基地の仕事、ペンギンなどの動物について説明しました。子どもたちは南極の氷や石、鯉田さんが実際に着用した防寒具に触れ、未知の世界を楽しみました。



河北 ベル演奏や絵本を楽しむ

クリスマスおはなし会

クリスマスおはなし会が12月7日、河北総合センター「ビッグバン」で開かれました。河北公民館の主催で、読み聞かせボランティア「ひだまりの会」のメンバー9人がミュージックベルの演奏やクリスマスにちなんだ物語を絵本やブラックライトシアターなどで披露。サンタクロースからのプレゼントもあり、集まった幼児、小学生とその保護者ら40人を楽しませました。



石巻 市議会の役割に理解深める

初の「行ってみっちゃん議会」

市議会は11月24日、「行ってみっちゃん議会」を市役所6階議場で開催しました。議会に対する関心を高めようと初めて企画し、市民約80人が来場しました。来場者は、議場で石巻好文館高校マンドリン部の演奏を楽しんだほか、総務企画、環境教育、保健福祉、産業建設の4委員会に分かれ議会報告会にも参加し、行政課題の解決に取り組む議会の役割に理解を深めました。



河南 起伏に富んだコースを力走

かなんクロスカン トリー大会

第14回かなんクロスカン トリー大会が12月1日、遊楽館を発着点とする周辺コースで開かれました。特別支援学校の卒業生らを対象にした「さくらコース成年男子」を新たに加えた11種目に、石巻地方や大崎市、登米市などの小学生から一般まで約250人が出場。保護者や仲間の声援を受け、1*から6.85*までの起伏に富んだコースで、白熱したレースを繰り広げました。



雄勝 応援歌熱唱し元気届ける

広島在住のHIPPIYさん

広島市在住のシンガーソングライターHIPPIYさんが11月10日、雄勝ローズファクトリーガーデンで復興支援ライブを行いました。同じ広島県在住のピアニスト遠鳴サトさんのピアノ伴奏で「花言葉」「君に捧げる応援歌」など6曲を熱唱。最後は、集まった約50人の観客と肩を組んで一つの輪をつくり「雄勝、ガンバローや!」と力強くエールを送りました。



北上 幻想的な神楽、ヨシ原をパチリ

太平洋写真学校に43人参加

第16回「太平洋写真学校-北上教室」が11月30日、12月1日の両日、北上町内で開かれました。43人の参加者が3人のプロカメラマンごとに3コースに分かれ、撮影指導を受けました。両日とも天気に恵まれ、1日目は、かがり火の中で幻想的に舞う女川法印神楽を撮影し、2日目は早朝から太平洋から昇る日の出、さらに北上川の広大なヨシ原を撮りました。撮影した写真は第12回にっこり写真コンクールに応募される方が多いそうです。



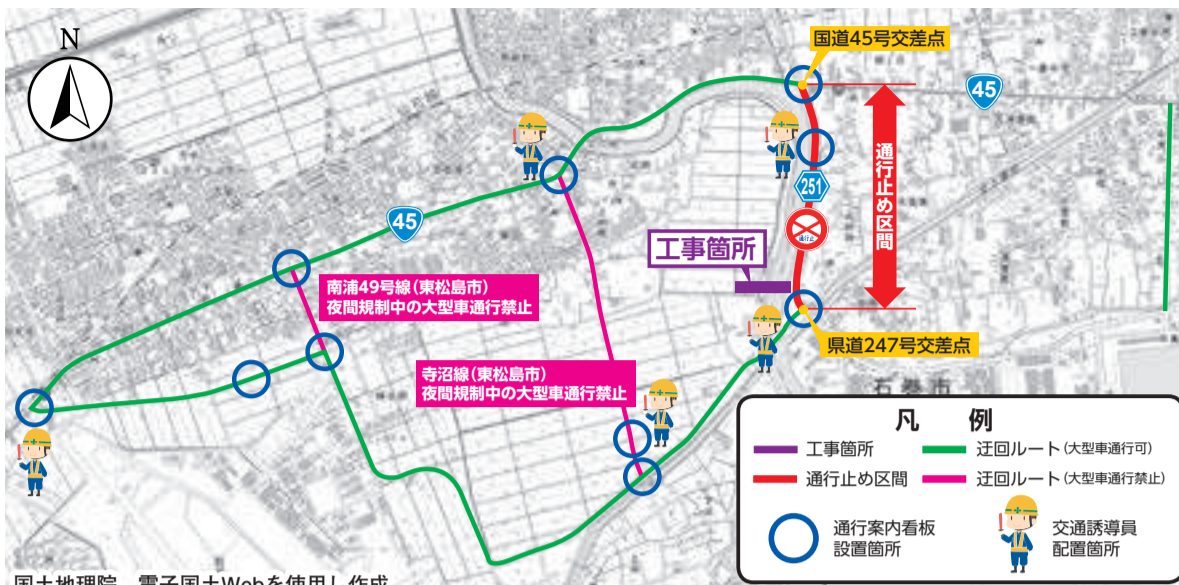
桃生 拍子木たたいて火の用心!

幼年消防クラブが防火パレード

11月11日に火災予防運動の一環として幼年防火パレードが桃生地区で行われました。パレードには、消防団、婦人防火クラブと桃生新田保育所の子どもたち41人、桃生幼稚園の子どもたち50人が参加しました。子どもたちは幼年消防クラブの法被に身を包み、「火の用心のうた」に合わせて拍子木をたたきながら地区内を明るく元気に行進し、住民の皆さんに火災予防を呼び掛けました。



(仮)新定川大橋上部工工事に伴う夜間通行止めのお知らせ



新定川大橋上部工工事により夜間通行止めになるため、迂回路の通行にご協力願います。

- 規制区間** 県道251号(石巻港インター線)
国道45号交差点(パチンコダイナム前)～
県道247号交差点(重吉興業前)
- 規制内容** 夜間全面通行止め(午後9時～翌午前6時)
- 規制期間**
- ① 1月中旬～1月下旬(うち7日間を予定)
 - ② 3月中旬(うち1日間を予定)
 - ③ 4月下旬(うち1日間を予定)
 - ④ 5月中旬(うち9日間を予定)
 - ⑤ 6月上旬～6月中旬(うち8日間を予定)
 - ⑥ 12月上旬～12月中旬(うち8日間を予定)

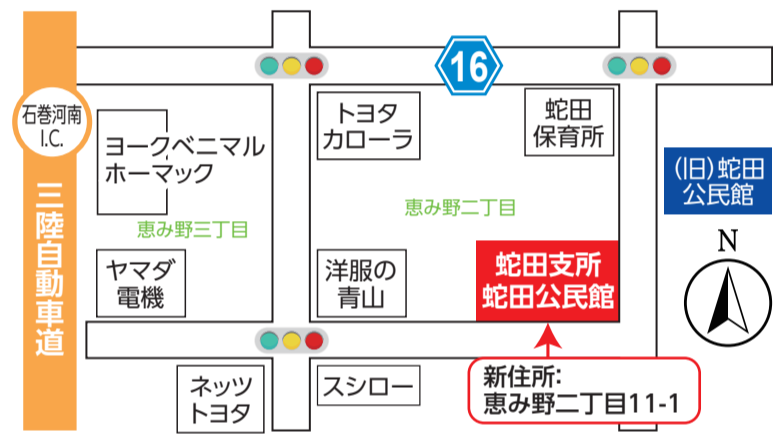
☎ 県東部土木事務所道路建設第二班 ☎94-8786
☎ 横河ブリッジ仙台営業所 ☎98-7131

蛇田支所と蛇田公民館が複合施設として開所します！

恵み野に移転新築を進めていた蛇田支所と蛇田公民館が複合施設として1月14日(火)から、供用開始となります。
公民館は、大ホール、会議室、和室、調理室、創作室を備えています。
使用には、事前予約が必要です。

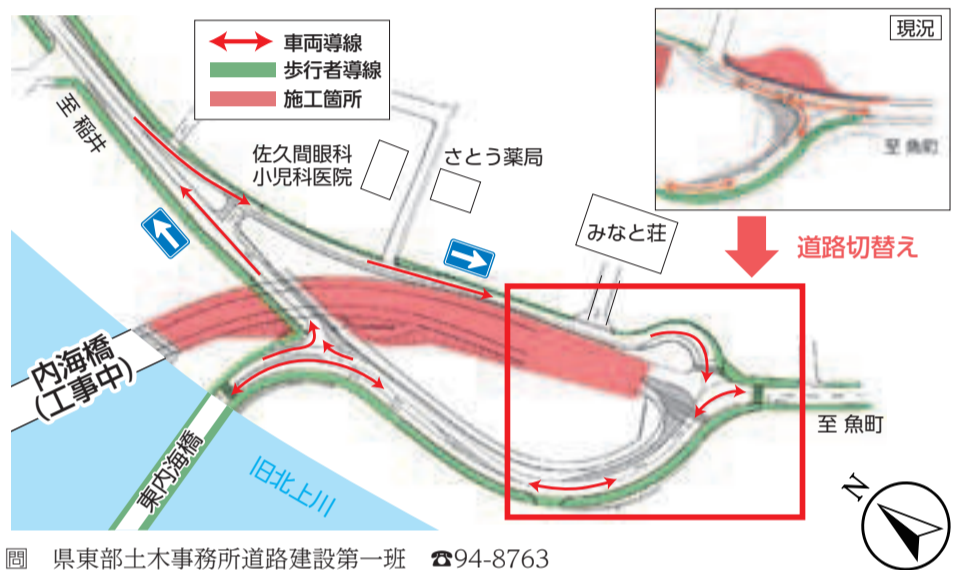
※新住所は、恵み野二丁目11番地1です。

☎ 蛇田支所 ☎95-1442 蛇田公民館 ☎95-0183



内海橋災害復旧工事 道路切り替えのお知らせ(八幡町地区)

1月下旬から道路形状変更に伴い交通の切り替えを実施しますので、ご協力をお願いします。切り替え日時については、現地の工事看板などによりお知らせします。



☎ 県東部土木事務所道路建設第一班 ☎94-8763
☎ 株若生工業 ☎98-4861

今月の休日 窓口開庁の お知らせ

1月5日(日)・19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 1月31日(金)
○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17日(金)
(1月6日納期限分)
○国民健康保険税 第9期

表記の見方

☑ 申し込み ☑ 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 <https://www.city.ishinomaki.lg.jp/>

市報いしのまき 第257号 令和2年1月1日発行

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



※機種によっては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)



住民基本台帳による石巻市の人口と世帯数

令和元年11月末現在	人口 142,766人 世帯数 61,587世帯
平成30年11月末現在	人口 144,664人 世帯数 61,411世帯