

市報 取り戻そう、ふるさと石巻

いしのまき

4
APRIL.2020
No.260

記憶伝える大切さ 心に刻む



東日本大震災石巻市追悼式

東日本大震災から9年を迎えた3月11日、石巻市追悼式が河北総合センター「ビッグバン」で行われました。新型コロナウイルス感染拡大の影響で、式典は取り止めたが、震災が発生した午後2時46分には、亀山市長や県、市議会関係者と一般住民ら約80人が参列しました。大型モニターに写し出された首相官邸での献花式の進行に合わせ、ステージに設けられた祭壇に黙とうをし、白い花を献花台にささげて、犠牲者の冥福を祈りながら、震災の記憶を伝承していく大切さも心に刻みました。



石巻市イメージキャラクター

4月1日は市民憲章の日

市民憲章について考え、語り合い次世代へ受け継いでいきましょう!!



- 地域の集会所などに市民憲章のポスターを掲示しましょう。
 - 会議など市民が集まる際には、市民憲章の唱和を行きましょう。
 - ※市民憲章のポスター(A2判)をご希望の方は地域協働課にお越しください。
- ☎ 地域協働課(内線4235)

石巻市民憲章

平成20年4月1日制定

太陽の恵みを受け、太平洋と北上川に育まれた「日高見の国」。わたしたちは、この美しい郷土を愛し、笑顔あふれる希望のまちをつくり伝えるため、ここに市民憲章を定めます。

まもりたいものがある

それは 生命のいとなみ

豊かな自然

つたえたいものがある

それは 先人の知恵

郷土の誇り

たいせつにしたいものがある

それは 人の絆

感謝のこころ

わたしたちは 石巻で生きてゆく
共につくろう 輝く未来

令和2年度施政方針 復興完結 ～持続可能なまちの姿を見据えて～

「施政方針」は、市長が市政運営についての基本的な考え方や重点的に取り組む施策などを市民の皆さんにお示しするものです。令和2年度は、石巻市震災復興基本計画10年間の最終年度であり、復興の総仕上げと復興期間後の取り組みを見据えた重要な年となります。復興後の新しい石巻の姿を思い描ける1年となるよう、五つの重点施策に取り組めます。

1 安心して暮らせるまちづくり

震災からの復興を成し遂げるとともに、近年の頻発する台風などによる自然災害にも対応する基盤整備と組織体制の充実強化が求められており、「コンパクトなまちづくり」、「災害に強いまちづくり」、「防災体制強化の推進」の三つを柱に各種施策を展開してまいります。

「コンパクトなまちづくり」につきましては、東日本大震災により被災した地域の核となる雄勝総合支所と雄勝公民館を複合施設として、令和3年春の供用開始を目標に建設工事を進めてまいります。中心市街地については、人口減少や高齢化が進む中で、市民が安心して暮らせる生活機能を確保するための支援を行ってまいります。誰もが利用しやすい公共交通の環境整備については、地域住民の移動手段の確保や利便性の向上を図りながら、地域の実情も勘案した移動手段の構築を検討してまいります。

「災害に強いまちづくり」につきましては、津波や高潮に対する防災機能を高める海岸保全施設や、災害時における市民の迅速かつ安全な避難を可能とする復興道路、震災に伴う地盤沈下を起因とする排水不良対策として下水道施設などの完成に向けた整備を進めてまいります。また、環境にやさしく、災害時にも明かりと情報が途切れない安全・安心なまちづくりの実現を目指し、太陽光発電設備などの設置支援を引き続き推進してまいります。

「防災体制強化の推進」につきましては、施設の老朽化が著しい河北消防署庁舎の建て替えに着手し、地区住民が安全で安心して生活できる環境を整備してまいります。また、石巻市防災センターを拠点として、防災・減災に係る啓発活動をはじめ、災害時における情報を統括的に管理し、関係機関や市民に対し迅速に情報提供を行うことで、「自助」・「共助」・「公助」の防災体制を強化するほか、台風の大雨などによる浸水被害に対応するため、自主防災組織の育成および機能強化なども図ってまいります。さらに、児童生徒の命を守る学校防災については、大川小学校事故訴訟の確定した判決内容を踏まえ、災害や防災に関する最新の知見に基づく対応を進めるために、教職員の職務内容に応じた研修を実施し、平常時および緊急時のそれぞれに求められる資質・能力の向上を図ってまいります。また、引き続き学校の危機管理マニュアルを定期的に点検し、指導・助言を行うとともに、学校の立地や地理的条件を踏まえた実効性のある避難訓練を実施してまいります。

2 産業振興と人づくり

持続可能なまちとして発展していくためには、地域産業の活性化による雇用拡大と人材確保が必要不可欠であり、「産業基盤の強化」、「企業の立地による雇用拡大」、「産業を担う人材育成」、「農業・漁業の担い手育成」、「観光産業の振興」の五つを柱に各種施策を展開してまいります。

「産業基盤の強化」につきましては、石巻漁港および石巻港背後地に位置する湊西、上釜南部および下釜南部地区の基盤整備を推進し、産業集積ゾーンの形成を図るとともに、半島沿岸部については、排水不良を解消するための地盤かさ上げをはじめ、生業の再生に必要な生産基盤整備を引き続き進めてまいります。水産業については、新たな取り組みとして、持続可能な海洋資源の確保と海洋環境の維持のための支援を行ってまいります。また、農林業については、従事者の高齢化などによる構造の変化に対応するため、農地の集積、集約化を進めるとともに、森林環境の整備を促進して森林機能の向上に努めてまいります。さらに、優れた特性を持ち、多分野への応用が期待されるセルロースナノファイバーについては、より一層の利活用を推進するため、企業との連携体制を強化してまいります。

「企業の立地による雇用拡大」につきましては、本市のみならず国・県の各種優遇制度を活用し積極的に推進していくとともに、金融機関や産業支援機関などとの連携により新規創業を促し、地域産業の活性化と雇用の場の確保と拡充に努めてまいります。

「産業を担う人材育成」につきましては、地域資源を活用した新商品の開発や販路拡大、ブランド力向上のため、6次産業化の担い手となる人材の育成と事業化に向けた取り組みを支援するほか、将来を担う若者などを対象として、創業に対する理解や関心を持つような取り組みを進めてまいります。さらに、地域伝統産業の技術伝承と後継者育成のための支援を継続して行ってまいります。

「農業・漁業の担い手育成」につきましては、農業・漁業とも従事者の減少や高齢化が深刻な状況であることから、市内外の若者に魅力を発信すると同時に就業機会を提供し、担い手センターなどの活用により移住者などの支援を積極的に行うことで、新たな担い手の確保に努めてまいります。

「観光産業の振興」につきましては、おしかホエールランドや雄勝観光物産交流施設ならびに雄勝伝説産業会館が今春オープンするほか、十八成浜ビーチパークも本年夏の供用開始を予定しており、半島沿岸部のにぎわい創出が期待されます。また、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会などの大型イベントの開催や、大型客船の石巻港寄港も引き続き予定されていることから、インバウンドの受け入れ対策として多言語表記の観光案内板整備や総合観光ガイドブックを作成し、国内外の観光客へ石巻の魅力をPRするとともに、地域連携による広域的な観光振興を推進し誘客促進を図ってまいります。

3 子育てしやすい環境づくり

これまでの取り組みの成果を表す合計特殊出生率が、ここ数年、減少傾向にありましたが、平成30年度に1.35と上昇に転じております。その要因としては、女性人口が減少している中で一人当たりの出生数が増加したものであります。しかしながら、本市の数値目標と比較して低い水準にあることから、安心して産み、育てやすい環境をさらに充実させるため、「子育て世代の負担軽減」、「子育て施設の充実」、「教育環境の充実」の三つを柱に各種施策を展開してまいります。

「子育て世代の負担軽減」につきましては、子供の教育費や医療費の支援のほか、国民健康保険における18歳未満の被保険者に係る保険料の減免による経済面の負担軽減および関係機関などの連携による相談支援体制の充実により心身面の負担軽減を図ってまいりま

す。また、子供が地域とつながり、健やかに育つための居場所づくりの支援に引き続き取り組んでまいります。

「子育て施設の充実」につきましては、公立施設の更新や統廃合および民間誘致による保育所・こども園の整備を計画的かつ効率的に進め、必要な保育供給量の確保と保育人材の適正配置に取り組んでまいります。保育人材の確保に向けては、市内の私立保育施設への就労や保育士資格の取得に対し支援を行ってまいります。また、家庭教育の充実については、学校と家庭および地域の連携を図り、各学校などの保護者を対象として親の役割や子供の発達段階に応じた子育てなど、学習の機会を提供するとともに、就学前の乳幼児を持つ保護者に対して子育てに関する支援を継続してまいります。

「教育環境の充実」につきましては、通常の学級に在籍する支援の必要な児童生徒の学習環境の向上のために、各校の実情に応じ、特別支援教育支援員の配置と拡充を図り、一人一人が確かに学ぶことのできる環境に取り組むとともに、学校司書についても配置校を拡充し、学校図書館の運営の向上と児童生徒などの利活用を促進してまいります。また、教員の指導力向上のための研修会や学習習慣の形成のための取り組みなどを全小・中学校で展開し、児童生徒個々の学力向上の育成を図るとともに、学校や家庭などが抱える課題を地域ぐるみで解決し、子供たちの健やかな成長と質の高い学校教育の実現に向け、コミュニティ・スクールの導入を促進し、地域とともにある学校づくりを目指してまいります。

4 市民の健康づくり

少子高齢化・人口減少が急速に進む今日、身体面の健康だけでなく、人々が生きがいを感じ、安全・安心で豊かな生活を送ることができ、高齢になっても地域で元気に暮らせる社会の実現が求められており、「健康寿命の延伸」、「こころと体の健康増進」、「医療体制の充実」、「地域包括ケアの推進」の四つを柱に各種施策を展開してまいります。

「健康寿命の延伸」につきましては、生活習慣病の早期発見、早期治療が重要であることから、引き続き、国民健康保険の特定健康診査自己負担額の無料化や健康ポイント事業、受診環境の整備などを実施し、健診の受診率向上を図るとともに保健指導による重症化予防に取り組み、市民の健康づくりに寄与してまいります。また、日頃からスポーツを通して住民相互の交流と健康づくりができる環境の整備を継続して進めてまいります。

「こころと体の健康増進」につきましては、復興公営住宅などでの新たな生活環境に置かれた被災者に対し、健康状態の悪化を防ぐため、孤立予防や心のケアなどを行い、健康的な生活を送ることができるよう心身の健康増進に努めてまいります。また、市民が安心して暮らしていけるように、関係機関・関係団体と連携しながら、生きることの包括的な支援として、全庁的に自死対策事業に取り組み、一人一人の健康を支えるまちづくりを目指してまいります。

「医療体制の充実」につきましては、石巻市立病院において、市民が安心して暮らせる地域社会の実現に向けて、医師の確保に積極的に取り組むほか、東北大学病院や東北医科薬科大学病院、民間病院などとの連携強化を図り、安定した医療の提供に努めてまいります。石巻市夜間急患センターにおいては、石巻赤十字病院との緊密な連携により機能分担が進展しており、将来にわたり安定した1次救急医療の充実を図っていくため、地域医療への貢献をさらに高め、安定した運営の継続に努めてまいります。

「地域包括ケアの推進」につきましては、本年5月に供用開始する予定の石巻市ささえあいセンターを核として、複合的課題や各種制度の狭間の問題を抱える相談者を包括的に受け止める相談支援体制や、在宅医療・介護の連携体制を構築し、市民が互いに支え合う地域づくりを推進してまいります。高齢化の進展に伴う認知症高齢者の増加への対応としては、当事者や家族が、周囲の人々に見守られながら、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができるよう、認知症への理解を深めるための啓発活動や、早期に専門職が関わり、診断・対応につなぐための支援を行ってまいります。

5 絆と協働の共鳴社会づくり

復興を成し遂げ、新たな魅力と活力のある地域を創造するには、市民と行政との協働によるまちづくりが必要であり、地域の担い手となる人材の発掘および育成が不可欠であることから、「コミュニティ形成と人材育成」、「定住・移住の促進」、「交流人口の拡大」、「震災の伝承」の四つを柱に各種施策を展開してまいります。

「コミュニティ形成と人材育成」につきましては、地域の課題解決や多様なニーズに応え、市民一人一人が安心して心豊かに暮らせる地域社会を築き、それを持続可能なものとするために、市民や市民公益活動団体との協働によるまちづくりを進めるとともに、住民主体のコミュニティづくりや、地域の担い手育成につながるような人材育成に対する支援を行ってまいります。また、良好な生活環境の保全と公衆衛生の向上を図るため、町内会などが地域ぐるみで行うごみの飛散防止対策を支援し、地域の環境美化に努めてまいります。

「定住・移住の促進」につきましては、全国の移住希望者の受け入れを促進するため、多種多様な相談に応じる総合窓口を設置するとともに、確かな定住に向けて、起業型人材育成などの支援を進めてまいります。また、地域おこし協力隊についても活動を支援し本市への定住を図ってまいります。

「交流人口の拡大」につきましては、本年度は、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会が開催されることから、本市においても聖火リレーをはじめ、復興「ありがとう」ホストタウン事業を推進するなど、国内外の交流を拡大してまいります。中心市街地における展開については、川とまちをつなぐ新たな水辺空間を整備する「水辺の緑のプロムナード計画」を推進するとともに、中央地区堤防一体空間の利活用を促進し、にぎわいの創出を図るほか、スマートフォン向けのゲームアプリの活用を通じて本市の魅力を発信することで、来訪者の増加と回遊率の向上を図ってまいります。

「震災の伝承」につきましては、震災遺構の整備を進めるとともに、完成後の施設の活用を含め、産・学・官・民が一体となって東日本大震災の事実と教訓を永続的に伝承できる推進体制の構築に取り組んでまいります。

令和2年度児童扶養手当の手当額の改定について

児童扶養手当法に基づき、次のとおり改定されました。

児童扶養手当		3月分まで	4月分以降
本 体 額	全部支給	42,910円	43,160円
	一部支給	42,900円～10,120円の範囲で所得に応じて決定	43,150円～10,180円の範囲で所得に応じて決定
第 2 子 額	全部支給	10,140円	10,190円
	一部支給	10,130円～5,070円の範囲で所得に応じて決定	10,180円～5,100円の範囲で所得に応じて決定
第3子以降 額	全部支給	6,080円	6,110円
	一部支給	6,070円～3,040円の範囲で所得に応じて決定	6,100円～3,060円の範囲で所得に応じて決定

※支給月は、5・7・9・11・1・3月です。

☎ 子育て支援課(内線2512)
各総合支所保健福祉課

家庭の経済的な理由から支援が必要であると認められる児童・生徒の保護者に対して、就学に必要な経費の一部を支給する制度です。

対象
○保護者の世帯全体が次のいずれかに該当し、経済的な支援を必要としている世帯

小・中学生対象の就学援助制度



- 生活保護を停止または廃止された
 - 市民税が非課税または減免されている
 - 固定資産税や個人事業税が減免されている
 - 国民年金の保険料の減免を受けている
 - 国民健康保険税の減免または徴収の猶予を受けている
 - 児童扶養手当の支給を受けている
 - 生活福祉資金の貸し付けを受けている
 - 世帯員全員の合計収入が著しく低いなどの事情がある
- 東日本大震災により被災し、次のいずれかに該当する経済的な支援を必要としている世帯
- 家屋が半壊以上の被害を受けた
 - 原子力発電所の事故から避難してきた
 - 解雇などにより著しく収入が減っている

難聴児補聴器助成事業



身体障害者手帳の交付対象外である中度・軽度の難聴児に対し、補聴器の装用による脳の発達や言語の早期習得の促進のため、補聴器購入などの費用を助成します。

また、過去に交付決定を受けたことのある難聴児の補聴器は、修理費用も4月1日(水)から助成対象となります。

交付内容
・市民税課税世帯は基準額の9割
・市民税非課税世帯および生活保護世帯は基準額全額

対象
市内に住所を有し、身体障害者手帳の交付対象とならない軽度・中等度難聴児

☎ 障害福祉課(内線2475)
各総合支所保健福祉課

転出・転入される児童生徒の保護者の皆さんへ

※申し込み方法などは問い合わせください。

☎ 各小・中学校 市教育総務課(内線5017)

転出する方
転出前の学校で発行された在学証明書などの関係書類を、転出先の小・中学校または教育委員会へ提出してください。

転入した方
転入手続きをすると入学通知書が発行されますので、新しい学校へ提出してください。ただし、新一年生(入学前)は手続きが必要ですので、教育総務課にお越しください。

☎ 教育総務課(内線5018)

介護保険料(仮算定)納入通知書をお届けします

令和2年4月1日時点の世帯の状況、平成30年分の所得(平成31年分の所得が未確定のため)などに基づき、介護保険料を計算(仮算定)し、4月中旬に令和2年度納入通知を送付します。※年金から天引きされている方を除く

☎ 介護保険課(内線2445)
各総合支所保健福祉課

介護予防サロン活動へ助成します

集会所などで高齢者などを対象に体操や趣味などの交流の場を提供する個人や団体に補助金を助成します。

☎ 地域介護予防活動支援事業(内線5018)

対象 65歳以上の方
実施回数 月2回以上
助成金額 1回当たり1,000円(上限月額10,000円)

☎ 通所型サービス支援事業(内線5018)

対象 要支援者など
実施回数 週1回以上
助成金額 要支援者など一人あたり1回1,000円(上限月額50,000円)

※それぞれ1回あたり2時間程度、6カ月以上継続で参加者が5人以上であることが条件です。

※詳しくはホームページまたは問い合わせください。

☎ 介護保険課(内線2437)
各総合支所保健福祉課
各地域包括支援センター



水洗便所等改造資金融資あっせん制度

下水道処理区域内に在住の方で、排水設備工事を施

工する個人に、融資あっせんを行っています。

対象
一般住宅
1戸あたり100万円の範囲内で工事費の全額、もしくは一部
貸家・アパート
戸数に100万円を乗じた額、または工事費のいずれか低い額
利子 無利子
(市が全額負担)
償還方法 毎月、元金の均等償還となります。償還回数は借入金額に応じ、18回～60回に分割されます。

保証人の条件
・市内在住の方で、市県民税(所得割)を納付している方
・貸家、アパートで融資額100万円を超える場合は2人

取り扱い金融機関 市内の出納取扱金融機関および収納取扱金融機関
※詳しくは問い合わせください。

☎ 下水道管理課(内線5688)

国民健康保険加入の皆さん 簡易申告はお済みですか?

国民健康保険に加入している世帯は、所得金額の有無にかかわらず、申告する義務があります。

世帯主と国保に加入している世帯員の合算所得が基準を下回る場合、保険料が軽減される制度がありますので、次のような方で住民税申告をしていない場合は必ず簡易申告をしてください。

☎ 保険年金課(内線2336)
各総合支所市民生活課



湊地区コミュニティ広場を利用してみませんか

湊地区コミュニティ広場(旧湊第二小学校校庭)35番(大門町二丁目21番)にて、4月6日(月)午前9時から4月18日(土)午前9時から午後5時まで、一般2,000円、大

国民健康保険税の納税通知書をお届けします

国民健康保険に加入している世帯の世帯主へ、4月中旬に仮算定分の納税通知書(第1期、第3期の暫定賦課)を送付します。

また、第4期、第10期の保険税の納税通知書(確定賦課)は、7月中旬に送付します。

ただし、4月1日(水)以後に加入の届け出をした方には、4月に納税通知書は送付しません。

納税通知書が届かない場合は、問い合わせください。

※仮算定額は、平成31年度の保険税を基に、確定賦課は令和元年中の所得金額に基づいて算定されます。

☎ 保険年金課(内線2336)
各総合支所市民生活課

令和2年度障害者社会参加促進事業・自発的活動支援事業の補助金申請

障害のある方が自立した日常生活および社会生活が営むことができるよう社会参加活動や地域における自発的な活動を支援する団体などに補助金を交付しています。

補助対象要件			補助上限額
事業内容	参加人数	対象団体	
社会参加促進事業 ・障害者等スポーツ大会 ・障害者等レクリエーション大会など	15人以上 (障害者などの人数)	・市内の障害者などの団体 ・市内に活動拠点がある障害者などの支援団体	参加人数により 50,000円～ 100,000円
自発的活動支援事業 ・地域での障害者などの災害対策活動や見守り活動 ・ボランティア養成などの活動 ・障害者やその家族の情報交換ができる交流活動 ・権利や自立のために社会に働きかける活動 ・障害者などや地域住民が自発的に行う活動	6人以上 (支援者、ボランティアなど) 6人以上 (3人以上の障害者と支援者、ボランティアなど)	対象事業を実施する市内の団体またはグループ (福祉サービスを提供する法人を除く)	30,000円

- この補助金交付事業は、障害者総合支援法により定められた地域生活支援事業として実施するものです。
※障害者施設などを運営する法人が施設内で実施する行事などは、対象外です。
 - 申請期限は5月末です。詳しくは、問い合わせください。
- ☎ 障害福祉課(内線2483)

学生1,500円、高校生1,000円、中学生以下500円

※1団体の1時間あたりの金額

申請方法 電話で予約状況を確認の上、利用する3日前までに窓口へ申請書と利用料金を持参してください。

☎ 体育振興課(内線2516471)



東日本大震災被災者住宅 再建事業補助金の相談

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、早めにご相談ください。

申請期限

令和3年2月15日
生活再建支援課
(内線4766)

被災者生活再建支援制度 手続きはお済みですか

東日本大震災で被災された未申請世帯は早めの申請をお願いします。

申請期限

令和3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。

市生活再建支援課
(内線4767)

令和元年東日本台風に伴う被災 家屋などの解体・撤去申請受付

対象 り災証明書で、半壊以上の判定を受けた家屋などの所有者および中小企業法第2条に規定する中小企業事業者

対象範囲

- 1 住宅・併用住宅(居宅と店舗など)、事務所などの上屋
- 2 住宅・併用住宅、事務所などの基礎(基礎くいは対象外)
- 3 浄化槽(みなし浄化槽

含む)・汲み取り式便槽(住宅などと一体的に解体する場合のみ対象) 必要書類 7月31日(金)

- ・被災家屋等解体申請書
- ・印鑑登録証明書
- ・身分を証明できるもの
- ・り災証明書の写し
- ・令和元年10月14日以降に発行された登記事項全部証明書(未登記の場合は、固定資産評価証明)
- ・建物配置図
- ・建物などの被災状況がわかる写真

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)で、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は、免除の対象外です。
- 申請期限 令和3年3月31日
- 市生活再建支援課
(内線3372)
- 各総合支所市民生活課
企業団給水課
☎9516707

上下水道の手続きは お早めに

使用中の「水道使用水量等のお知らせ(検針票)」を確認し、早めにご連絡ください。

使用開始の手続き 「水道をご利用されるお客様へ」の「お客様番号」を確認し、使用開始の5日前までにご連絡ください。

なお、水道料金と下水道使用料は、合算で請求を行っています。

市水道企業団お客様センター(石巻地方水道サービス共同企業体)
☎9614955
(土日・祝日を除く)

空き家の管理に関する 条例を制定しました

適切な管理が行われていない空き家などが年々増加し、地域住民の生活環境に影響を及ぼしています。

市民の生命、身体および財産を保護するとともに、良好な生活環境の保全を図るため「石巻市空家等の適切な管理に関する条例」を4月1日から施行します。

条例の主な内容として、市や所有者などの責務、空家等対策計画の策定や適切な管理が行われていない空き家などに対する措置について定めています。

個人の財産である空き家などは所有者の責任において適切に管理しましょう。

※詳しくはホームページを

地域互助活動促進 事業助成金

ご覧ください。

住宅課(内線5555)

市民主体の団体が行う日常生活上の助け合い活動に対し、助成金を交付します。

対象 市内に活動の拠点を置く次の団体

- ・市民主体で、構成員が5人以上
- ・会則、規約などを有する

対象事業および助成限度額

- ・送迎支援 通院、社会参加などで交通手段に困っている高齢者、障害者などの車両による送迎 年額12万円
- ・買物支援 生活物資の調達に困難で、支援が必要な方への互助的な支援 年額6万円

見守り・声かけ支援 訪問による見守り、声掛け活動で安否確認、ひきこもり防止などを図る活動 年額6万円

交流・助け合い活動 集会所などを活用した高齢者、子ども、障害者などの多世代交流や座談会など 年額6万円

対象経費 事業の実施に要する経費

申込方法 ホームページまたは窓口で配布する申請書に必要書類を添えて、直接申し込みください。

※助成対象団体の設立、活動のサポートを実施します。事前にご相談ください。

市生活再建支援課
(内線2573)

各総合支所保健福祉課

「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
4月15日(水)	午前10時~午後4時 市役所5階市民サロン前
5月17日(日)	

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(工事が税抜き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・購入で消費税率8%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
4月15日(水)	午前10時~午後4時 市役所5階市民サロン前
5月17日(日)	

市生活再建支援課(内線3965)



住みよい街づくり願う

昨年4月から1年間、納税課で納税相談のほか、滞納者の財産調査や差し押さえなどの滞納処分を担当してきました。できるだけ専門的な用語は使わずに分かりやすい言葉で話すように心がけています。

丸亀から最初に応援に来た同期の職員から話を聞き、少しでも被災地のお役に立ちたいと応募しました。方言が分からず戸惑うこともありましたが、周囲の皆さんのお力添えで楽しく働



納税課 田村 涼さん(29)
香川県丸亀市から派遣

きました。

石巻は、海の幸が豊かな所です。瀬戸内海とは違う魚種があり、特に初めて食べたホヤやメヒカリが新鮮でおいしくて、鯨肉も好物になりました。

休みの日には、復興の現場に出掛けることもあります。雄勝の長く長い防潮堤を見たときは驚き圧倒されました。

丸亀に戻った後もこの貴重な体験を周囲の人たちに伝え、石巻が震災前以上に住みやすく活気のある街になることを願っています。

防災「合言葉」受賞作品

大きな声で避難の指示を
自分のために みんなのために
石巻中学校3年 遠藤 虹
「津波」だと 呼び掛け避難 高台へ
北上中学校2年 阿部 伊織

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

※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)

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)	0.07~0.09	2/4~2/25
市立保育所、私立幼稚園、私立保育園 (敷地)	0.04~0.08	2/3~2/25
公共施設等 (ホットスポット調査)	0.06~0.09	2/3~2/25
牡鹿地区集落	0.06~0.13	2/4~2/18

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を超えています。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。

防災ラジオテスト放送
4月10日(金)午後3時ごろ
空間放射線量
2月の測定結果

固定資産税・都市計画税のお知らせ

課税台帳の閲覧および縦覧帳簿による縦覧

市内に資産(土地・家屋・償却資産)を所有する本人や同居する家族は、4月1日(水)から所有する資産の課税標準額などを閲覧することができま

また、納税者の方は、本人所有以外の市内に所在する土地や家屋の評価額を4月1日(水)～6月1日(月)の縦覧期間内に縦覧することができま

路線価の公開

宅地の価格評価の基準となる路線価と標準宅地の位置を4月1日(水)から窓口で閲覧できます。また、資産評価システム研究センターのホームページ「全国地価マップ」で閲覧することも

閲覧・縦覧場所

資産税課・各総合支所市民生活課・各支所
※路線価は、総合支所は各管内分、各支所は本庁分を備え付けています。

手数料

課税台帳の閲覧
1件につき300円
※縦覧期間中に令和2年度分の課税台帳を閲覧する場合は無料

縦覧帳簿による縦覧

無料
※閲覧、縦覧の際は身分証明書をお持ちください。

代理の場合は委任状が必要ですが(同居の家族の場合)の委任状は不要です。法人で社員の方が閲覧や縦覧をする場合は代表者の委任状が必要です。

証明書の交付時期

令和2年度分の評価証明書は4月1日(水)から、公課証明書は5月1日(金)から交付します(本庁の交付は市民税課で行います)。

資産税課

(内線3117)

法人市民税の申告と納付について

市内に事務所や事業所がある法人(NPO法人や公益法人を含む)は、利益の有無にかかわらず、法人市民税の申告、納付が必要です。税務署や県税事務所へ申告するときは、忘れずに市へも申告をしてください。

なお、収益事業を行わない公益法人などは、4月30日(木)までに、事業報告書などの必要書類と申請書を提出してください。

市民税課

(内線3099)

事業所新設などで電気料金を補助します

平成31年4月1日以降、市内に事業所などを新設または増設したことで電力会社との契約電力が増加し、かつ雇用者(雇用保険の一般被保険者)が3人以上増加した場合、電気料金の一部を補助します(原子力発電施設等周辺地域企業立地支援事業、通称F補助金)。

補助対象 令和元年10月1日～令和2年3月31日の支払い分

対象区域

旧石巻市、旧河

北町、旧雄勝町、旧牡鹿町

募集時期

4月上旬～中旬

※業種などの要件がありま

すので、詳しくは問い合

わせください。

興センター

(一財)電源地域振

興センター

興センター

03-6372-7307
市産業推進課
(内線3544)

奨学金の返還を支援します

医療・介護・福祉専門職の人材確保のため、奨学金返還の一部を助成します。

対象 次の要件を全て満たす方

- 市内に住所を有する方
- 奨学金の貸与を受けて大学、短大または専門学校を修学した方
- 看護師、保健師、助産師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、社会福祉士、介護福祉士、精神保健福祉士または保育士の資格を有する方

平成28年4月1日以降に市内の事業所に正規雇用された方(公務員を除く)

現在、奨学金の返還をしている方または申請年度内に返還を開始する方

奨学金の返還および市税に滞納がない方

暴力団員などでない方

助成金額 申請年度内の奨学金返還額(上限20万円)

助成期間 最長3年間

申込方法 申請書と必要書類を窓口へ持参してください。

申込期間 4月1日(水)～30日(木)

※詳しくはホームページをご覧ください。

興センター

として新たに勤務する方へ補助金を交付します。

補助金額

・就労支援金 最大30万円

・資格取得支援金 最大10万円

対象 市内在住で、同一施設に2年以上勤務することなど要件が複数ありますので、ホームページをご覧ください。

申請方法 申請書と必要書類を持参または郵送してください。

申込期限 対象施設勤務開始日の翌月末日

興センター

窓口を延長します

4月1日(水)～3日(金)午後7時まで

4月4日(土)午前9時～午後5時

※4月5日(日)は、休日窓口開庁を行っています。

開庁窓口 市民課

※各支所・総合支所は延長・休日開庁を行いません。

対象業務 住民票、戸籍証明書、印鑑証明書の発行、印鑑登録、住所異動届など

※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・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、原動機付自転車などの廃止・登録はできません。

※他市町村・他機関に確認の必要がある場合など、手続きができないこともあります。

※戸籍届出は、夜間・休日窓口をご利用ください。

市民課(内線2319)

犬の登録と狂犬病予防注射を忘れずに!! 4月10日(金)から狂犬病予防注射(集合注射)が始まります!

登録している方には、3月下旬に実施通知(はがき)を送付していますので、通知持参の上、お近くの会場にお越しください(登録しているのに実施通知が届かなかった方は、問い合わせください)。

また、新たに犬を飼われた方、まだ登録をしていない方でも、会場に登録して同時に注射ができますので、必ず登録し注射をしてください。

なお、集合注射で注射を受けることができるのは、「石巻市」に登録のある犬に限ります。他市町村から転入・譲渡され手続きが済んでいない方は、登録事項変更届が必要となりますので、必ず集合注射前に手続きをお願いします。

※期間中に登録または注射を受けることができない方は、個別に動物病院などで必ず行ってください。その際は、登録料・注射料のほかに診察料などが加算されます。また、犬の体調が不安定な場合は、獣医師と相談の上、注射してください。

集合注射料金 3,150円

(内訳 注射料2,600円、注射済票交付手数料550円)

※未登録の方 注射料金3,150円のほかに、登録料3,000円が加算されます。

環境課(内線3364)・各総合支所市民生活課

月日	地区	受付会場	時間
10日(金)	稲井(一部)住山	南境生活センター	9:00~9:25
		大橋北公園	9:40~10:20
		北上公園(中里)	10:35~11:15
11日(土)	休日対応日	県石巻合同庁舎駐車場	11:35~12:00
13日(月)	蛇田	新下前沼公園	9:00~9:15
		高玉神社	9:30~10:15
		向陽地区コミュニティセンター	10:30~11:00
14日(火)	稲井	裏区会館	11:15~11:30
		新立野1号公園(のぞみ野中央公園)	11:45~12:00
		裏沢田集会所	9:00~9:15
15日(水)	中央下釜大街道	井内東部ふれあい会館	9:30~10:00
		八津会館	10:15~10:30
		吉祥寺駐車場	10:45~11:00
16日(木)	湊渡波	内原集落センター	11:15~11:30
		旧寿菜荘前駐車場	8:50~9:05
		山下屋内運動場専用駐車場	9:20~10:05
17日(金)	渡波	五番谷地公園	10:15~10:30
		三ツ股三角びっこ広場	10:45~11:00
		青葉神社	11:10~11:50
19日(日)	休日対応日	不動町集会所	9:00~9:15
		一皇子神社	9:30~9:45
		鹿妻東公園	10:00~10:30
15日(水)	大谷地	渡波公民館駐車場	10:50~11:30
		根岸会館	9:00~9:15
		黄金浜会館	9:30~10:10
15日(水)	二俣	祝田(消防団石巻地区第9分団前)	10:30~10:45
		うしお荘	11:00~11:45
		県石巻合同庁舎駐車場	13:30~15:00
15日(水)	大谷地	大森公民館前	9:00~9:10
		東福田農事集会所前	9:15~9:25
		北境老人憩の家前	9:30~9:40
15日(水)	大谷地	二子西町内会館前	9:50~10:15
		沢田老人憩の家前	10:20~10:30
		鶴家公民館前	10:35~10:45
15日(水)	大谷地	五十五人生活センター前	10:50~11:00
		本地老人憩の家前	11:10~11:20
		大吉野福祉センター前	11:25~11:35

月日	地区	受付会場	時間
16日(木)	飯野川	中野林業センター前	9:00~9:10
		馬鞍老人憩の家前	9:20~9:30
		皿貝老人憩の家前	9:35~9:45
17日(金)	大川	中島生活センター前	9:50~10:00
		JAIのまき相野谷低温倉庫前	10:05~10:20
		河北総合支所駐車場	10:30~11:05
23日(木)	鹿又	川の上構造改善センター前	11:15~11:45
		大須集会所	9:25~9:35
		旧情報交流館雄勝館前	10:05~10:15
24日(金)	須江	入釜谷生活センター前	10:25~10:35
		谷地公民館前	10:45~10:55
		福地林業者生活改善センター前	11:00~11:10
27日(月)	北村	三輪田中区公民館前	11:15~11:25
		三輪田親林交流館前	11:30~11:50
		中山会館	9:00~9:10
27日(月)	北村	上谷地親交会館	9:15~9:25
		谷地中老人憩の家	9:35~9:45
		三軒谷地老人憩の家	9:55~10:05
27日(月)	北村	曾波神多目的研修センター	10:15~10:25
		本町コミュニティセンター	10:35~10:50
		道の生活センター	11:00~11:15
27日(月)	北村	鹿又農業研修センター	11:25~11:40
		梅木ふれあいセンター	11:50~12:00
		糠塚生活センター	9:00~9:10
27日(月)	北村	須江農村定住センター	9:20~9:35
		しらさぎ谷コミュニティセンター	9:45~10:05
		山根中坪転作推進集落センター	10:15~10:30
27日(月)	北村	柏木ふれあいセンター	10:40~10:55
		広瀬町下コミュニティセンター	11:05~11:20
		広瀬農業担い手センター	11:30~11:45
27日(月)	北村	中沢公会堂	9:00~9:10
		朝日会館	9:20~9:30
		大番所生活改善センター	9:40~9:50
27日(月)	北村	青木多目的研修センター	10:00~10:15
		新田公会堂	10:25~10:40
		北村農村交流センター	10:50~11:05

月日	地区	受付会場	時間		
27日(月)	北村	小崎生活センター	11:15~11:25		
		箱清水老人憩の家	11:35~11:45		
		箕田あすなろ館	9:00~9:15		
28日(火)	和	和洲地区コミュニティセンター	9:25~9:40		
		和洲山根ふれあいセンター	9:50~10:00		
		山崎公益堂	10:10~10:20		
23日(木)	太田	定川会館	10:30~10:45		
		根方公益堂	10:55~11:10		
		河南総合支所	11:20~12:00		
24日(金)	新田	桃生文化交流会館駐車場	9:00~9:30		
		JAセレモニールホール桃生構内(檜崎)	9:45~10:05		
		永井・倉坪牛田・深山	永井いきいき交流センター駐車場	10:20~10:50	
22日(水)	橋本	寺崎	寺崎担い手センター	11:05~11:30	
		高須賀	高須賀定住センター	9:00~9:20	
		給入町・神取	神取いきいき交流センター	9:30~10:00	
21日(火)	大原	新田	新田二部落集落センター	10:10~10:25	
		中津山・城内	桃生総合支所西側駐車場	10:40~11:30	
		吉浜	北上総合支所駐車場(にっこりサンパーク内こども園側)	9:00~9:10	
21日(火)	大原	橋浦大須・行人前	保健センター駐車場(太陽光パネル前)	9:20~9:35	
		橋浦本地	橋浦本地生活センター前	9:45~9:55	
		長尾	長泉寺境内地・外側駐車場	10:05~10:15	
21日(火)	大原	女川	中原地区チェーン着脱所	10:25~10:40	
		相川	大指林業センター前	11:05~11:20	
		十八成	くぐなり会館前	9:30~9:40	
21日(火)	大原	大原・小淵	宮城県漁業協同組合浜支所前	10:00~10:20	
		給分・小淵	谷川・泊	宮城県漁業協同組合谷川支所前	10:35~10:55
		寄磯・前綱	宮城県漁業協同組合寄磯前綱支所前	11:15~11:30	
22日(水)	大原	荻浜	荻浜支所・荻浜公民館駐車場	9:45~9:55	
		鮎川・新山	旧牡鹿公民館駐車場	10:20~10:50	
		長渡	網地島ライン発着所(長渡)	12:10~12:20	
22日(水)	大原	網地	網地島ライン発着所(網地)	12:35~12:45	

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、発熱などの症状がある方は参加を自粛し、後日動物病院で接種してください。
※会場にはたくさんのワンちゃんが集まります。首輪が抜けてしまわないか確認後、リードを必ず付けるようにしてください。また、フンの始末は飼い主が責任を持って行ってください。
※石巻地区の日程に「休日対応日」を設けています。どの地区の方でも受けることができますので、平日最寄り会場での接種が難しい方は、ご利用ください。

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 4月15日(水)・22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、JABANKのいずれかの通帳
人材センター
市商工課(内線3526)
☎94-3683



防災ラジオの 販売終了について

防災ラジオの販売を3月末で終了しました。今後は、市外からの転入者、不具合による交換希望者などに配布します。詳しくは問い合わせください。

図 危機対策課
(内線4158)

春の交通安全 県民総ぐるみ運動

とき 4月6日(月)～15日(水)

運動の重点
・子供をはじめとする歩行者の安全の確保
・高齢運転者などの安全運転の励行
・自転車の安全利用の推進
・飲酒運転の根絶
図 防災推進課

宝くじ文化公演 夏川りみと京フィルコンサート

公演中止のお知らせ

3月21日(土)に公演を予定していましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、公演を中止しました。

ご来場を楽しみにしていらっしゃったお客様には、大変ご迷惑をおかけしますこと、深くおわび申し上げます。

お買い求めいただいた入場券は、全て払い戻しをします。

払い戻し期限 4月10日(金)(月曜日を除く)
※受付時間は午前9時～午後5時
払い戻し窓口 遊楽館・河北総合センター「ビッグバン」
※ヤマト屋書店では払い戻しはできません

図 生涯学習課(内線5052)
遊楽館 ☎72-3561
ビッグバン ☎62-1120

(内線4173)
各総合支所地域振興課



障がい者の事務職員 を募集します

一般企業などへの就職の実現を図るチャレンジ雇用の一環として、障がい者の事務職員を募集します。
勤務場所 市役所・各総合支所・各支所・その他出先機関など
募集人員 7人程度
職種 事務職員
業務内容 パソコン入力・出力業務、電話対応、窓口対応、書類の整理、その他庶務事務の補助など

応募条件
・パソコンの操作(エクセル、ワードなど)が行えること
・身体障害者手帳、療育手帳または精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方
・主治医に一般就労が可能と認められている方
・チャレンジ雇用を通して一般就労を目指す方
雇用期間 6月1日(月)～令和3年3月31日(更新の可能性あり)

勤務日 月～金曜日(祝日、年末年始を除く)

勤務時間 午前8時30分～午後5時のうち6時間、週30時間勤務
給与 時給897円

・交通費別途支給(上限有り)
・賞与あり
・加入保険等 雇用保険、健康保険、厚生年金、公務災害補償

申込方法 ハローワークで紹介状を受け取り、履歴書と紹介状を郵送または持参してください。
募集期限 4月21日(火)必着
☎・図 〒986-8501
(住所不要)
人事課(内線4069)

放課後児童クラブ短期 補助員の登録者を募集

勤務内容 小学校の長期休業期間(夏・冬・春休み)放課後児童クラブを利用する児童の保育や指導などの補助

勤務期間
・夏季休業期間 7月21日～8月25日
・冬季休業期間 12月24日～1月7日
・学年末休業期間 3月25日～31日
・学年始休業期間 4月1日～7日
※土日・祝日を除く
勤務時間 午前8時～午後6時のうち6時間45分
勤務場所 市内の放課後児童クラブ
応募資格 保育業務経験または子育て経験のある方
定員 20人程度
給与 時給897円
登録方法 短期補助員登録申請書を子ども保育課

各総合支所保健福祉課またはホームページから取得し、履歴書を添えて郵送または持参してください。
☎・図 子ども保育課
(内線2526)

町内会などの防犯灯に 維持管理費を補助します

町内会や行政区が維持管理する防犯灯について、LED灯への交換・新設設置費用と、電気料金の一部を補助します。

対象
・地域の防犯を目的として、町内会や行政区が設置し、維持管理を行う防犯灯
・新規設置・交換の場合は、電力柱、電信柱または単独柱に電灯を取り付けた定額灯(灯具は自動点滅器を取り付けたもの)で、他の防犯灯などの設置間隔がおおむね40m以上※その他条件などがあるため、詳しくは問い合わせください。
申込方法 申請書をホームページまたは窓口で取得し、直接申し込みください。

補助金名称	申請期間
防犯灯新規設置費補助金	6月1日(月)～30日(火)
防犯灯交換費補助金	7月1日(水)から
防犯灯電気料金補助金	9月1日(火)～10月30日(金)

※予算がなくなり次第終了
☎・図 防災推進課
(内線4174)
各総合支所地域振興課

産業創造助成金

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 市内に事業所を有する事業者(個人の場合は、市内に住所および事業所を有している方)で対象事業を行う方
申込方法 事業着手の14日前までに直接申し込みください。
☎・図 商工課
(内線3523)

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。ただし、1日につき10万円を上限とする)
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)
知的財産等取得事業	対象経費の1/2以内(交付限度額50万円)

地域づくり基金事業 助成金

対象事業 地域活性化および地域課題の解決に資する事業
対象団体 市内に活動の拠点があ

り、かつ、①～③を全て満たす団体
①2人以上で組織している
②規約、会則などがある
③政治、宗教活動等を目的としていない
助成金額 上限30万円
助成率
・自治会の場合 助成対象経費の100%
・自治会以外の団体の場合 助成対象経費の70%
申込方法 申請書で直接申し込みください。
※国・県・市など他の助成事業との併用はできません。
申込期限 4月17日(金)
※詳しくはホームページをご覧ください。
☎・図 地域協働課
(内線4238)

宝くじの助成金で地域づくり

(一財)自治総合センターの宝くじ社会貢献広報事業などにより、住み良い地域づくり活動の拠点として垂水町集会所を整備しました。



図 地域協働課(内線4232)

地域づくりコーディネート ネット事業補助金

市民公益活動団体が主体となつて、自治会の機能強化や、自治会が行う地域活性化に向けた活動などを支援する事業に助成します。
補助金額 1団体200万円を限度
対象団体 NPOや一般社団法人などの市民公益活動団体
申込期間 4月13日(月)～24日(金)
申込方法 必要書類を持参または簡易書留で郵送してください。
※詳しくは、ホームページをご覧ください。
☎・図 〒986-8501
(住所不要)
地域協働課
(内線4236)

コミュニティ形成 支援補助金

住民主体の地域づくりなどを推進する事業(年度内に完了)に対して補助金を交付します。

※令和2年度より、コミュニティづくり支援補助金から名称、申請様式が変わりました。

補助金額

1団体につき上限10万円
対象団体 町内会・区会などの自治会

申込方法 申請書類を実施前に提出してください。

申込期間 随時受け付けています。

※予算の範囲内での先着順

● 地域協働課

各総合支所地域振興課
(内線4236)

ポリテクセンター宮城6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実施しています。

募集訓練科名(定員)

○名取実習場

・CAD・NCオペレーション科 16人

・溶接施工科 12人

○多賀城実習場

・情報ネットワーク技術科
(企業実習付きコース、ビジネススキル講習付きコース) 20人

訓練期間

○名取実習場

6月12日(金)～12月11日(金)(6カ月)

○多賀城実習場

6月23日(火)～令和3年1月13日(水)(7カ月)

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

4月10日(金)～5月25日(月)

○多賀城実習場

4月23日(木)～6月3日(水)

申込方法 ハローワーク石巻を通じて申し込みください。

● 名取実習場

022-784-2820

022-784-2820

022-362-2454

○名取実習場

4月10日(金)～5月25日(月)

○多賀城実習場

4月23日(木)～6月3日(水)

申込方法 ハローワーク石巻を通じて申し込みください。

● 名取実習場

022-784-2820

022-784-2820

022-362-2454

市商工課(内線3524)

外国人のための
楽しい日本語教室

市内在住の外国人の皆さん。日本語や日本の文化、生活習慣などについて楽しく学びましょう。ボランティア講師が日本語学習をサポートします。

とき・ところ

①4月13日(月)から毎月曜日

石巻中央公民館

②4月26日(日)から第2・第4日曜日

みなと荘

※どちらも午前10時～正午(祝日を除く)

対象

①市内在住の外国人

②外国人技能実習生

料金 月額500円(資料代・通信費・保険料)

※テキスト代は自己負担

申込方法 電話またはFAX(氏名・住所・年齢・連絡先を明記)で申し込みください。

※石巻中央公民館教室は無料託児利用可。みなと荘教室は託児なし

● 国際サークル友好

21(事務局清水)

023-28663

FAX 23-28665

● 地域振興課

(内線4247)

高齢者教室
「石巻つくも大学」

高齢者が年齢にふさわしい社会的能力を高め、さらには積極的な「生きがい」を求めて、明るく楽しい学習をするために開設します。

開催期間 5月15日(金)～令和3年3月5日

対象 昭和30年4月1日以前に生まれた市内在住の方

年会費 3,500円

申込方法 申込書に年会費を添えて申し込みください。(申込用紙は石巻中央公民館で配布)

受付期間 4月6日(月)～24日(金)

午前9時～午後4時(土日を除く)

● 石巻中央公民館

022-2970

自衛官採用試験

〈自衛官候補生〉

・応募資格 18歳以上33歳未満の方

・受付期限 5月15日(金)

〈一般曹候補生〉

・応募資格 18歳以上33歳未満の方

・受付期限 5月15日(金)

○一般

・応募資格 大卒程度で、22歳以上26歳未満(20歳以上22歳未満の方は大卒(見込み含む)、修士課程修了者など(見込み含む)は28歳未満)の方。大学院卒業者は、20歳以上28歳未満で修士課程修了者な

ど(見込み含む)の方

○歯科・薬剤科

・応募資格 専門の大卒(見込み含む)で20歳以上30歳未満(薬剤科は28歳未満)の方

・受付期限 5月1日(金)

〈医科・歯科幹部〉

・応募資格 医師・歯科医師の免許取得者

・受付期限 4月17日(金)

〈予備自衛官補〉

○一般

・応募資格 18歳以上34歳未満の方

・受付期限 4月10日(金)

○技能

・応募資格 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があります)

・受付期限 4月10日(金)

● 自衛隊宮城地方協力本部石巻地域事務所

083-6789

河川愛護モニター

応募資格 活動区間の沿川に在住している方で、河川に接する機会が多く、河川愛護に関心のある20歳以上の健康な方

活動内容

①日常生活の範囲内で知り得た河川に関する情報の提供

②河川に関する地域の要望を河川管理者へ連絡

③地域住民に対する河川愛護思想の普及啓発

④活動区間の河川を毎月1回以上観察して、気付いた点などの報告

⑤その他

活動区間

①旧北上川(内海橋から石井間門まで)

②北上川(新北上大橋から北上大堰まで)

募集人員 各1人(活動区間ごと)

※応募多数の場合は、書類選考で決定します。

任期 7月1日(水)～令和3年6月30日

報酬 月額4,500円程度

申込方法 履歴書(写真貼付)を送付してください。

申込期限 5月15日(金)

※必着

● 0986-0861

蛇田字新下沼80

国土交通省北上川下流河川事務所占用調整課

094-9851

橋通りイベント

開催

①橋通りCRAFTPARTY

とき 4月25日(土)・26日(日)午前10時～午後4時

ところ 中央二丁目 橋通り

内容 物販・料理などさまざまな手づくり品を販売します。

②COMMONSHIP

橋通り2周年イベント

とき 4月25日(土)・26日(日)午前10時～午後6時

ところ COMMONSHIP HIP 橋通り

内容 今年2周年を迎えるコモンにて感謝を伝えるイベントを開催します。コモン部活動の活動発表もあり、さまざまな体験ができます。

● (株)街づくりまんぼう

025-5169

市商工課(内線3523)



石ノ森萬画館 096-5055

春のマンガッタン祭り2020

とき 5月3日(日・祝)～5日(火・祝) 午前10時～午後3時
ところ 中瀬公園
仮面ライダーショーをはじめとする各種ステージイベントや、ワークショップ、出店など楽しいイベントが盛りだくさん! GWは家族みんなで石ノ森萬画館へ行こう!



© T.Tairadate



© HIKARU HORI

宮川彬良×ぱんだウインドオーケストラ

内容 “アキラさん”こと宮川彬良と上野耕平コンサートマスター率いる、若手精鋭集団「新生」ぱんだウインドオーケストラがこの春、新たな冒険の旅へ!“アキラさん”自ら指揮する、吹奏楽コンクール課題曲 宮川彬良作曲「僕らのインベンション」を演奏。
とき 5月24日(日) 午後2時開演(午後1時15分開場)
ところ 河北総合センター「ビッグバン」
出演 指揮 宮川彬良
コンサートマスター 上野耕平(サクソフォン)
演奏 ぱんだウインドオーケストラ
入場料 全席自由 一般 2,000円(当日 2,500円)
学生【24歳以下】 1,000円(当日 1,500円)
※未就学児のご入場はご遠慮ください。

チケット発売日 3月28日(土)
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、サンリツ楽器石巻店、ローソンチケット、イープラス
● ビッグバン 062-1120



サン・ファン館 024-2210(火曜日休館) k-kouhou@santjuan.or.jp

サン・ファン館2020年GWイベント

GW期間中にワークショップ・撮影コーナー・昔の遊び体験コーナー・来場者プレゼントなど盛りだくさんのイベントを行います。
とき 5月2日(土)～5月6日(水・休)
午前9時30分～午後4時30分(最終入館30分前)
料金 入館料:350円 ※高校生以下無料
状況により、変更・中止となる場合があります。

令和2年度 サン・ファン友の会会員募集

とき 4月1日～令和3年3月31日(途中からでも入会できます)
対象 大人、小・中学生、高校生、法人または企業
料金 一般会員 1,000円・ジュニア会員 500円・賛助会員 5,000円
申込方法 事務局窓口または郵便振替で申し込みください

相談

生活不安の悩み

生活にお困りの方の相談を受け付けています。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は、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。



法テラス東松島 夜間・土曜日相談

とき

4月11日(土)・25日(土) 午前10時～午後4時
4月15日(水)・22日(水) 午後4時30分～7時30分
ところ 法テラス東松島(東松島市矢本字大溜1-1 コミュニティセンター西側)

内容 法テラスの日(4月10日)に伴い、弁護士無料相談を行います。

※予約優先(当日は空きがあれば相談可)

☎050-33383-0009

☎050-33383-0009

午前9時～午後5時(土日・祝日を除く)

☎ 市市民相談センター

(内線2534)

市民相談センターから

《スマートフォンの利用について》スマートフォンを安全に利用するには、第三者が予測しにくいパスワードにし、プライバシーを守ることが大事です。

子どもが使用する場合は、怪しげな有害情報をブロックするセキュリティ設定をすることが大切です。

また「ゲームアプリで」「有料アイテム」の「高額課金」を防ぐためには利用金額の上限を設定するなどの対策も有効です。

なお、心当たりのない請求メールを受信したときは、安易なクリックやメールを開かない、連絡しないなど落ち着いて対処しましょう。

☎ 市民相談センター

☎23-5040



少年センターから

第一回不審者対策学校区パトロールを各小学校で4月16日(木)を基準日として実施します。

児童の下校時刻に合わせて、街頭などでの見守りを願います。市民の皆さんのご協力をお願いいたします。

※小学校の都合により変更する場合がありますので、詳しくは各小学校に問い合わせてください。

○重点地区 和淵小学校

☎ 市民相談センター

(内線2533)

4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
1日(水) 午前10時～午後3時 雄勝総合支所仮庁舎 2階会議室
1日(水) 午前10時～正午 桃生総合支所 2階会議室
2日(木) 午前10時～午後3時 牡鹿総合支所 2階研修室
8日(水) 午後1時30分～3時30分 市役所 2階相談室B
17日(金) 午前10時～午後3時 河北総合支所
☎ 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) 庄司・松浦法律事務所 松浦弁護士
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 1日(水) 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 ※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。
☎ 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。
1日(水) 午前10時～午後3時 雄勝総合支所仮庁舎 2階会議室
1日(水) 午前10時～午後3時 桃生総合支所 2階会議室
2日(木) 午前10時～午後3時 牡鹿総合支所 2階研修室
※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)
●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

4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。
※新型コロナウイルスの影響により、行事が中止や延期となる場合があります。

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

26日(日)	第32回協会長杯親睦混合大会(家庭バレーボール)
いしのみき 総合スポーツクラブ	いしのみき総合スポーツクラブ令和2年度新規会員募集中です。
キッズバラエティ スポーツ教室	キッズバラエティスポーツ教室令和2年度新規会員募集中です。 受講料 年間3,500円 対象 小学1～3年生 定員 100人
石巻市総合体育館 バドミントン・卓球教室	石巻市総合体育館バドミントン・卓球教室令和2年度生徒募集中です。 卓球教室 料金:2,000円+保険料(任意加入) バドミントン教室 料金:3,000円+保険料(任意加入)

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 23日(木)
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。)

8日(水)・15日(水)	午前10時～10時45分	椅子ヨガ
8日(水)・15日(水)	午前11時～11時45分	リフレッシュエクササイズKAZE
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

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)・12日(日)	午前7時～午後6時	リトルシニア第39回宮城県支部春季大会	市民球場
18日(土)	午前8時～午後5時	準硬式野球連盟春季リーグ戦	
19日(日)・25日(土)・26日(日)	午前7時～午後5時	春季宮城県高等学校野球東部地区大会	
29日(水・祝)	午前7時～午後5時	石巻かほく杯中学校野球大会	フットボール場
26日(日)	午前7時～午後5時	なでしこリーグ ベガルタ仙台L対セレッソ大阪堺L	
4日(土)・5日(日)	午前8時30分～午後2時30分	高体連サッカー専門部石巻支部春季交流大会【フィールド第1】	フットボールフィールド
11日(土)・18日(土)・19日(日)・25日(土)・26日(日)・29日(水・祝)	午前9時～午後5時	2019ミヤギテレビ杯新人大会石巻地区予選【サッカー】【フィールド第1】	
11日(土)・12日(日)	午前7時～午後5時	宮城県春季スポ少・中学交流大会(ラグビー)【フィールド第2】	
12日(日)	午前7時～午後5時	みちのくリーグ2020南東北(サッカー)【フィールド第1】	
18日(土)・19日(日)	午前8時～午後4時	全国高等学校7人制ラグビー宮城県予選【フィールド第2】	
26日(日)	午前9時～午後1時	宮城県高校7人制大会(ラグビー)【フィールド第2】	
29日(水・祝)	午前8時～午後4時	東北・北海道7人制ラグビー大会【フィールド第2】	

石巻中央公民館 ☎22-2970 FAX21-6050 開 午前9時～午後9時 休 なし

9日(木)・16日(木)・23日(木)・5月7日(木)・14日(木)・28日(木)・6月4日(木)・11日(木)・25日(木)	午前10時～正午	利用協講座 初心者大正琴体験講座 講師 大正琴愛好会すみれ会 定員 15人(先着) 持ち物 筆記用具 大正琴(貸出可) ピック代など 500円 申込期限 7日(火) 申込方法 電話または直接申し込みください。
17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)」 内容 ペーパーアート、パネルシアター、読み聞かせ、手遊び など ※どなたでも参加できます。飲み物をご持参ください。
24日(金)	午後7時～8時30分(受付開始 午後6時30分)	石巻市子ども育成会石巻支部【令和2年総会】 内容 石巻支部表彰式、令和元年度事業・決算報告、令和2年度事業・予算案、子ども会安全共済会加入手続きについて、ジュニア・リーダー入会・派遣要請について ※単位子ども会より1名以上の参加をお願いします。

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 なし

令和2年度前期(4～9月)講座 受講生募集中!!パンフレット配布中!!
★おすすめ講座のご案内★

- ・初めての水泳 大人向け (毎週水曜日) 午前11時15分～午後0時15分
- ・関節痛改善水中ウォーキング 大人向け (毎週金曜日) 午前10時15分～11時15分
- ・ベビースイミング 生後6ヶ月～3歳 (毎週木・金曜日) 午後1時45分～3時
- ・健康マージャン教室 大人向け (毎週土曜日) 午前10時～11時15分
- ・将棋道場 大人向け (毎週日曜日) 午前11時～正午
- ・小中学生向け「将棋教室」小・中学生 (第2・4火曜日) 午後0時15分～午後1時45分
- ・アコースティックギターを弾こう 中学生～大人 (第1・3水曜日) 午前10時～11時30分
- ・手話で遊ぼう 中学生～大人 (第1・3土曜日) 午後3時30分～5時
- ・ハーブとアロマセラピーの時間 中学生～大人 (隔週日) 午前10時～11時30分
- ・競泳育成クラス 小学生～高校生 ※曜日、時間は問い合わせください。 (毎週火曜日) 午後7時～8時30分
- ・スタイルアップリフレッシュ 中学生～大人 (毎週火曜日) 午前10時5分～11時35分

★「サンデープログラム」★ (前期は4～5月、6～7月、8～9月で開催)

◀4～5月のプログラム▶

- ・プールサイドでほっとヨガ 全4回 午後3時～4時
- ・楽しくヨガピラティス 全3回 午後1時～2時
- ・年少さん～OK★ソフト粘土でこねこね作っちゃおう 全1回 午前10時30分～正午
- ・コスメティックアロマ～自分の肌に合う基礎化粧品を作ろう 全1回 午前10時～正午
- ・クラフトバンドで小物づくり 全2回 午後1時～2時30分

※対象年齢は問い合わせください。

令和2年度前期(4月～9月)講座&サンデープログラム新規受講生受付中!!
※パンフレットは、あいプラザ窓口にて配布しております!

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)
レイト割引 300円(午後7時15分以降の現金利用限定。利用できない曜日あり)
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、初回のみ利用登録をしていただきます。

【4月の休館日・休講日】 休館日…なし 休講日…29日(水・祝)

トレーニング機器 使用講習会

- 総合体育館 ☎95-8998 9日(木)・16日(木) 午後6時30分 / 14日(火) 午前10時 / 21日(火) 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 5日(日)・22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、29日(水・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。
3日(金)、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・ママになる方もご参加ください。おはなし会終了後から正午まで多目的室を開放します。
4日(土)、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、お話に親しみましょう。対象 幼児～小学校低学年くらい
14日(火) 午前10時～正午	読書会 今月の本「夢見る帝国図書館」 中島 京子 著 この作品を読んで、感想をおしゃべりしませんか。
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。
21日(火) 午前10時～正午	子どもの本を読む会 今月の本「命のパン」 堀米 薫 著 子どもの本を読む、大人のための読書会です。
18日(土) 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)

<ぼくのわたしの好きな本> あなたの好きな本をおしえてくれませんか? 「ぼくのわたしの好きな本」コーナーに掲示して、「なにかおもしろい本はないかな」と思っている人に届けます。
紹介文の募集期間 4月1日(水)～19日(日) 紹介文の掲示期間 4月23日(木)～5月31日(日)
※用紙は1階カウンターと児童コーナーに置いてあります。

<どくしょの木の花を咲かせよう!> 4月1日(水)～19日(日)の間、自分の貸出券で本を借りると、カウンターでお花などの形の紙がもらえます。「どくしょの木」に貼って、花でいっぱいにして。
対象 中学生以下
※図書館資料貸出券を作りたいた場合は、健康保険証など、名前と住所を確認できるものをお持ちください。

<出張図書館「へびた」の開催予定> 蛇田公民館で、予約を中心とした本の貸し出しを行っています。
と き 14日・28日(火) 午前10時～11時

<出張図書館「わたのほ」の開催予定> 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 14日・28日(火) 午後1時～2時

<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。

24日(金) 午前10時～11時30分 ツインズデーと孫育てひろば
なかよし保育園地域子育て支援センター

27日(月) 午前11時～正午 Mカフェ
子どもセンター「らいつ」

蛇田公民館 ☎95-0183 開 午前9時～午後9時 休 なし

今月は特に行事予定はございません。

稲井公民館 ☎22-4303 開 午前9時～午後9時30分 休 なし

今月は特に行事予定はございません。

渡波公民館 ☎24-0941 開 午前9時～午後9時30分 休 なし

今月は特に行事予定はございません。

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)・13日(月)・20日(月)・27日(月)

今月は特に行事予定はございません。

遊楽館 ☎72-3561 開 午前9時～午後9時 休 月曜日 6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)

4日(土) 開演 午後1時	高野音楽教室発表会 高野 ☎090-9422-7650
19日(日) 開演 午後1時30分 開場 午後1時	2020石巻シンフォニックウィンドアンサンブル定期演奏会 料金 500円(全席自由・小学生以下無料) 事務局 長谷川 ☎090-6456-0884
25日(土) 開演 午後3時 開場 午後2時30分	スギテツプレミアムコンサート ゲスト 浅野祥 料金 全席指定 2,800円(当日3,000円)
26日(日)	ピティナ・ピアノステップ石巻地区 ピティナ サンファン石巻ステーション 新堀 ☎dolce_kei2015@yahoo.co.jp

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

9日(木) 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。
19日(日) 午前11時～正午	アクアウォーク ～肩こり腰痛予防緩和教室～ 料金 500円 ※初めの方は無料 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。
29日(水・祝) ①午前9時30分～10時30分 ②午前11時～午後0時30分	運動会必勝塾 料金 1,000円 定員 ①30人(年中～小1) ②50人(小2～小6) 講師 ミズノ運動塾必勝塾インストラクター 持ち物 運動できる服装・室内用シューズ・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 申込開始 1日(水)
会員利用	～会員区分～ フルタイム:6,500円 デイタイム:5,700円 週一:4,200円 週二:5,300円 ～利用時間～ ウィークエンド:3,700円 ナイトタイム:4,200円 月～土曜日 午前10時～午後9時 日・祝 午前10時～午後5時 一般利用などもありますので、お気軽にご利用下さい。

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

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

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

4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



新型コロナウイルス感染症にご注意ください！

国内において、新型コロナウイルスに関連した感染症が各地域で確認されています。手洗いや、せきエチケットは全ての感染症の基本的な予防策です。日頃から予防の徹底をお願いします。

宮城県の相談窓口(コールセンター)
☎022-211-3883 (24時間)

☎ 健康推進課(内線2416)

❖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	内線2425	
育児相談			内線2423	
こころの電話相談			内線2421 ☎94-9132	
栄養相談	6日(月)	10:00～12:00	保健相談センター	内線2428
歯科相談	13日(月)	13:00～15:00		内線2417
助産師による妊産婦相談	14日(火)・21日(火) 28日(火)	9:30～12:30 (要予約)	市役所2階授乳室	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	桑島 由美	健康推進課(内線2421) ☎94-9132
10日(金) 13:30～17:00	河南母子健康センター	樋口 広思	河南総合支所保健福祉課 ☎72-2094(内線272)

❖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) 10:00～15:00	☎95-1431

❖定点型からだところのケアサロン「からころん」

と き 28日(火) 午前10時30分～午後1時
 「お花見」 ※参加無料
 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	ところ
14日(火) 10:00～11:30	市営筒巻復興住宅集会所
20日(月) 10:00～12:00	鹿妻地区集会所(鹿妻南二丁目6-25)
23日(木) 10:00～11:30	寿楽荘(日和が丘一丁目1-1)
蛇田お茶っこサロン	
8日(水) 10:00～12:00	新蛇田第1集会所(新立野復興住宅)

※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

❖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)
 ☎ 070-5548-2186

❖つむぎの会:さまざま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
 ☎ 090-8614-5466

❖たんぽぽの会:自死で家族を亡くされた方の集いです。

と き 12日(日) 午後1時30分
 と ころ 保健相談センター
 ☎ 090-5835-0017(田中)

❖まきこの会: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
 参加費 1家族1,000円(当事者は無料)
 ☎ 080-6022-4478 (高橋)

☎ 健康推進課 ☎ 94-9132

食育推進 **コーナー**

《若いうちからの高血圧対策が大切です》
 市では要介護認定者の疾病別割合の第1位が脳卒中となっています。脳卒中の最大の危険因子は「高血圧」です。
 高血圧予防のため、日ごろから薄味を心がけましょう。(内線2617)

1日の塩分目標量

- ・男性 7.5g未満
- ・女性 6.5g未満
- ・高血圧及び慢性腎臓病(CKD)の重症化予防(男女)6.0g未満(日本人の食事摂取基準2020年版)

※4月から、1日の塩分目標量が変わります。
 しょっぱいものは控えめに!
 石巻市食育推進キャラクターとまとまっぴ

骨髄バンクドナー支援事業

骨髄などを提供した方に助成金を交付します。

対 象 次の全てに該当する方

- ・骨髄などの採取に伴う入院から退院までの期間に、市に住所を有する方
- ・(公財)日本骨髄バンクが実施する骨髄バンク事業において、骨髄などの提供を行った方で、証明書類の交付を受けた方
- ・市税に滞納のない方

助成対象

- 骨髄などの提供に係る通院・入院
- ・最終合意のための面接
- ・健康診断のための通院
- ・自己血採血のための通院
- ・骨髄等採取のための入院
- ・その他骨髄などの提供に関して、骨髄バンクが必要と認める通院

助成金額

骨髄などの提供に要した日数のうち、1日につき2万円(上限7日)

受付期間

4月1日(水)～令和3年3月31日

申込方法

直接または郵送で申し込みください

申請書類

交付申請書(様式第1号)・(公財)日本骨髄バンクが発行する骨髄などの提供が完了したことを証する書類・振込先通帳の写し
 ※交付申請書はホームページからダウンロードできます。

☎・☎ 〒986-8501(住所不要)
 健康推進課(内線2416)
 各総合支所保健福祉課

「健康づくりは健診から」～国保健康ポイント事業の当選者へ景品を贈呈しました～

昨年度、市国保特定健診を受診した方から厳選なる抽選を行い、3月に景品を送付しました。

- ・1,000人に、クオカード1,000円分
- ・2年連続受診、がん検診受診などの条件を満たす方の中から30人に、1万円相当の地場産品

今年も6月から特定健診が始まります。受診票が届いたら、健診を受けて「健康」とお得なプレゼントを手に入れましょう!
 ☎ 保険年金課(内線2333)

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	料 金
①がん体験者と家族、地域の皆さん、医療者	12日(日) 10:00～11:00 11:00～12:00	○(日曜)街中がんサロン ・優しいヨガと瞑想(めいそう) ・交流会 <医療者参加>	石巻レインボーハウス	会 員 200円 非会員 300円
①がん体験者と家族の皆さん	10日(金)、 24日(金) 10:00～14:00	○(金曜)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。	かわまち交流センター「かわべい」	無 料
②がんの種類問わず	4月の催し予定はありませんが病气などで困りごとがありましたら、ご相談ください。			

☎ ① NPO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)
 健康推進課(内線2413)

❖乳幼児の健診・相談

対象地区	健診・教室名	実施日	会 場
石 巻	3～4カ月児健診	10日(金)・21日(火)・28日(火)	保健相談センター
	1歳児よちよち相談	6日(月)・16日(木)・20日(月)	
	1歳6カ月児健診	9日(木)・14日(火)・22日(水)	
	2歳児歯科健診	8日(水)・15日(水)・24日(金)	
	3歳児健診	7日(火)・17日(金)・23日(木)	
河北・雄勝・北上	1歳児よちよち相談	15日(水)	河北総合センター「ビッグバン」
	3歳児健診	22日(水)	
河南・桃生	3～4カ月児健診	24日(金)	河南母子健康センター
	1歳児よちよち相談	7日(火)	
	1歳6カ月児健診	16日(木)	
	2歳児歯科健診	21日(火)	
牡 鹿	3歳児健診	23日(木)	保健相談センター
	3～4カ月児健診	28日(火)	
	1歳6カ月児健診	22日(水)	
	3歳児健診	23日(木)	

※対象者には、日程や受付時間などを個別に通知しています。
 ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、延期・変更する場合がありますが、その場合は個別に連絡します。

❖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(石巻会場)	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 お話し、保護者同士の交流など 定 員 15組(要予約)	9日(木)	13:15～13:30	保健相談センター	健康推進課(内線2617)
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。	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 ☎72-2094(内線275)

第30回市立病院健康講座

「なるほど健康塾」

〔開催延期のお知らせ〕

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、当面延期します。なお、日程が決まり次第、改めてお知らせします。

☎ 市立病院病院総務課 ☎25-5555

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
25日(土)	イオンモール石巻	

☎ 健康推進課(内線2418)

【石巻地区】結核・肺がん検診が始まります

と き 4月28日(火)～11月21日(土)
対 象 者 結核検診 65歳以上の方
 肺がん検診 40歳以上の方
検査方法 胸部エックス線検査(胸部のレントゲン写真を撮ります)
 喀痰細胞診検査(該当者のみ、1週間で3日間のたんをとります)
 申し込みをした方には、順次検診票を送付します。申し込みをしていないまたは受診しないと回答した方で受診を希望する方は、ご連絡ください。
 ※対象年齢は令和3年3月31日現在を基準としています。
 健康推進課(内線2414)

医療用ウィッグ・乳房補正具購入費助成事業

がん患者の治療と就労や社会参加の両立を支援し、経済的負担の軽減を図るため、医療用ウィッグおよび乳房補正具を使用する方に助成金を交付します。
対 象 者 次の全てに該当する方
 ・世帯の市民税額(所得割課税年額)が304,200円未満で市内に住所を有する方
 ・がんと診断され、その治療を行っている方
 ・がん治療に伴い、ウィッグまたは乳房補正具が必要となる方
 ・市税に滞納のない方
 ・過去に他の都道府県および市区町村において補正具などの購入に対する助成などを受けていない方
助成対象 令和2年4月1日以降に購入した医療用ウィッグまたは乳房補正具の購入費用
助成金額 医療用ウィッグ・乳房補正具(右側)・乳房補正具(左側) 20,000円
 ※金額は助成の上限金額です。医療用ウィッグの付属品およびケア用品、乳房補正具の下着は対象外です。
受付期間 4月1日(水)～令和3年3月31日
申込方法 直接または郵送で申し込みください。
申請書類 交付申請書・補正具などの購入に係る領収書の写しまたは支払いの事実が確認できる書類・がん治療の受診を証する書類の写しまたはがん治療受診証明書・照会同意書・振込先通帳の写し
 ※交付申請書、がん治療受診証明書および照会同意書はホームページからダウンロードできます。
 健康推進課(内線2416) 各総合支所保健福祉課

【石巻地区】【河北地区】各種レディース検診が6日から始まります

	対 象 者	日 程	検診場所
【石巻地区】子宮頸がん検診	20歳以上の女性 ※各総合支所地区の指定医療機関受診申込者も含みます。	6日(月)から	指定医療機関
【河北地区】乳がん検診	超音波 30歳代の女性(毎年) マンモグラフィ 40歳以上の女性(偶数年齢)	7日(火)～10日(金)	河北総合センター「ビッグバン」

健康推進課(内線2413) 河北総合支所保健福祉課 ☎62-2117(内線163)

夜間急患センターの診療時間

●夜間診療

	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	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	午後6時～9時

○休日(昼間)診療

	外 科
日曜日・休日	午前9時～午後5時 (受付時間:午前9時～11時30分・午後1時～4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。
 健康推進センター ☎94-5111

令和2年度予防接種のお知らせ

○子どもの予防接種

定期送付分(出生の翌月下旬ころに送付)
 予防接種の種類: BCG、四種混合、麻しん・風しん混合、ヒブ、小児用肺炎球菌、B型肝炎、水痘、日本脳炎第1期、おたふくかぜ
 今年度の予診票の発送予定(年に1回送付分)

予防接種名	対象の生年月日	接種期限	送付日
麻しん・風しん混合第2期	平成26年4月2日～平成27年4月1日	令和3年3月31日	
日本脳炎第2期(小学4年生)	平成22年4月2日～平成23年4月1日	13歳の誕生日の前日	4月下旬ごろ
日本脳炎第2期(高校3年生)	平成14年4月2日～平成15年4月1日	20歳の誕生日の前日	
二種混合(ジフテリア・破傷風)第2期	平成20年4月2日～平成21年4月1日	13歳の誕生日の前日	5月下旬ごろ

※日本脳炎第1期(3歳)は、出生翌月に送付しています。

○高齢者肺炎球菌予防接種

※過去に1度でも接種した方は対象になりません。
対 象 ①令和2年度の対象者は次のとおりです。対象の方には5月上旬に通知します。

65歳となる方	昭和30年4月2日生～昭和31年4月1日生
70歳となる方	昭和25年4月2日生～昭和26年4月1日生
75歳となる方	昭和20年4月2日生～昭和21年4月1日生
80歳となる方	昭和15年4月2日生～昭和16年4月1日生
85歳となる方	昭和10年4月2日生～昭和11年4月1日生
90歳となる方	昭和5年4月2日生～昭和6年4月1日生
95歳となる方	大正14年4月2日生～大正15年4月1日生
100歳となる方	大正9年4月2日生～大正10年4月1日生

②60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓または呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する方およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方(身体障害者手帳1級の内部機能障害に該当)

実施医療機関 指定の医療機関

持ち物 予診票と住所および年齢確認できる書類(健康保険被保険者証・運転免許証など)

※②に該当する方は、身体障害者手帳(1級)または医師の診断書(診断料金は自己負担)

自己負担金 4,000円(生活保護受給の方は事前に申請すると無料。接種後の申請はできません)

接種期限 令和3年3月31日 ※期限を過ぎると全額自己負担(8,000円程度)となります。

○成人男性風しん予防接種

対 象 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性
 今年度は昭和37年4月2日～昭和47年4月1日生まれの方へ、4月下旬にクーポンとともに通知を送付します。令和元年度に発行したクーポン券をお持ちの方は、令和3年3月31日まで使用できます。

○子宮頸がん予防接種

対 象 小学6年生～高校1年生相当の女子
 ※積極的な接種勧奨を差し控えています。接種を希望する方は問い合わせください。

○市外の病院で予防接種を受ける場合

・県内の医療機関でも、市発行の予診票を持参で予防接種を受けられます。対象の広域医療機関をホームページで確認いただくか問い合わせください(BCGや市の助成予防接種を除く)。
 ・指定医療機関以外で予防接種を受ける場合は、接種希望日の10日以上前までに、「予防接種実施依頼書」の申請が必要です。予防接種実施依頼書を持参の上、全額自費で受けた場合は助成制度(上限あり。自己負担金がある場合はそれを引いた金額)があります。

対象の予防接種

・ヒブ、小児用肺炎球菌、B型肝炎、BCG、四種混合、麻しん・風しん混合、麻しん、風しん、日本脳炎、水痘、二種混合、不活化ポリオ、三種混合、子宮頸がん、おたふくかぜ
 ・高齢者肺炎球菌、高齢者インフルエンザ(定期接種の対象者のみ自己負担金あり)
 ※転入の方は未接種分の予診票を渡しますので、窓口へ母子健康手帳を持参してください。

健康推進課(内線2427)・各総合支所保健福祉課

市立病院のご案内

診療時間(休診日 土日・祝日・年末年始)

内科・外科・整形外科	
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	
午前【火・木】	
受付時間	火曜日:午前8時～11時 木曜日:午前8時～10時30分
診療開始	午前9時
午後【月・火・木・金】	
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

診療日

診療科	受付	月	火	水	木	金
内 科	午前	○	○	○	○	○
外 科	午前	○	○	○	○	○
整形外科	午前	○	-	○	○	○
眼 科	午前	-	○	-	-	○
皮 膚 科	午前	-	-	-	○	-
耳鼻咽喉科	午前	○	○	-	○	-
	午後	○	○	-	○	○

※ 整形外科のみ紹介状と事前に予約が必要です。

◇皮膚科の診療日変更のお知らせ◇

4月から皮膚科の診療日が木曜日に変更となります。(受付、診療開始時間に変更はありません。)

◇眼科の診療日変更のお知らせ◇

4月から眼科の診療日が火・金曜日に変更となります。(受付、診療開始時間に変更はありません。)

4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。
 ※外科については、「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
5日(日)	内 科	いしづか内科クリニック(恵み野五丁目)	92-7311
	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
12日(日)	内 科	茜平クリニック(茜平二丁目)	98-5108
	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
19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

日付(曜日)	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
26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
29日(水・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
	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

日	曜	石巻市 河北地区	東松島市 矢本地区	歯科
5日	(日)	石巻ロイヤル病院(内科のみ)(広瀨) 73-5888	永沼ハートクリニック(赤井) 82-6680	志摩歯科クリニック(中里二丁目) 96-8595
12日	(日)	成田医院(相野谷飯野川町) 62-3221	ひかりサントクリニック(矢本) 84-1333	かいほく歯科クリニック(開北一丁目) 21-6487
19日	(日)	櫻井内科クリニック(広瀨) 73-3811	みやぎ東部循環器科(赤井) 82-9930	鈴木歯科クリニック(大街道北三丁目) 93-4182
26日	(日)	須江きむら医院(須江) 24-6311	やもと内科クリニック(矢本) 98-3260	高砂本家歯科医院(三和町) 24-2311
29日	(水・祝)	ものうファミリークリニック(桃生町中津山) 76-4024	野蒜ヶ丘整形外科・リハビリテーション科(野蒜ヶ丘) 98-6662	千葉歯科クリニック(蛇田字新坪寺) 94-1771

石巻歯科医師会 休日診療所(中里三丁目) 94-8223

4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。

支援センター
詳細はこちら



子育てメール相談



子育て支援センターは

- ・費用無料(イベントによって参加費あり)
- ・申し込み不要(要予約イベントもあり)
- ・利用年齢(0歳児~就学前)・電話相談、来所相談ができます。

湊子育て支援センター

園 湊こども園2階 ☎94-2366・FAX22-4665

- ★わくわく広場 午前9時30分~11時30分(3カ月~就学前)
月曜日…13日(月)(成長測定)・20日(月)・27日(月)
水曜日…8日(水)(はじめましての会)・15日(水)・22日(水)
金曜日…10日(金)・17日(金)・24日(金)(みんなと遊ぼうの日)
- ★ここに広場 午前9時30分~11時30分
(3カ月~1歳11カ月・妊婦さん)
9日(木)・16日(木)・23日(木)・30日(木)
- ★自由開放日(3カ月~就学前)
1日開放日 午前:9時30分~11時30分、午後:1時~4時
…6日(月)・7日(火)・14日(火)・21日(火)・28日(火)
午後開放日 午後1時~4時
…広場がある日は午後の自由開放をしています。
※あそびの広場(稲井地区の方対象)は、5月からの予定です。

渡波子育て支援センター てんとうむし

園 渡波保育所内 ☎25-0567

- ★3日(金) 開所の集い
- ★20日(月) こいのぼり制作
- ★24日(金) 保健師による子育て講座『赤ちゃんの育ちを学ぼう』
- ★27日(月) 助産師による成長測定・子育て相談
※1日(水)、2日(木)は、相談のみ
※6日(月)は、渡波保育所入所式のため休み
- ★あそびの広場 毎週月・水・木・金曜日 午前9時30分~11時30分
- ★あかちゃんひろば 毎週月・火・木曜日 午後1時~3時
- ★ハイハイひろば 毎週水・金曜日 午後1時~3時

釜子育て支援センター「あおぞら」

園・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 9日(木)・23日(木)
・よちよち・はいはい 16日(木)・30日(木)
・1歳6ヶ月~2歳6ヶ月 7日(火)・21日(火)
・2歳6ヶ月以上 14日(火)・28日(火)
・みんなであそぼう 15日(水)
- ★育児講座 午前10時~午後3時(予約受付時間)
・6日(月) 助産師による身体測定(母子手帳持参)
・22日(水) 生活習慣について(保健師) ※要予約
・8日(水) えほんびより ※要予約
- ★あそび場自由開放日 午前10時~午後3時 ※前日までに要予約
1日(水)・2日(木)・3日(金)・10日(金)・13日(月)・17日(金)・
20日(月)・24日(金)・27日(月)

なかよし保育園地域子育て支援センター

園・園 なかよし保育園内 ☎96-4551・FAX22-9881

- ★すくすく赤ちゃん ・ネンネ・寝返り 7日(火)・21日(火)
・ヨチヨチ・ハイハイ 14日(火)・28日(火)
- ★親子教室 ・1歳6カ月~2歳6カ月 9日(木)・23日(木)
・2歳6カ月以上 16日(木)・30日(木)
- ★ツインズデーと孫育てひろば 10日(金)・24日(金)
- ★たまごひよこサロン 13日(月)
- ★ベビーマッサージ 2日(木)
- ★子育てふれあいサロン 20日(月)
- ★北上公園出張 4日(土)・11日(土)・18日(土)・25日(土)
- ★自由開放 3日(金)・6日(月)・27日(月)
午前9時30分~午後4時30分

【要予約講座】

- ★育児講座「骨盤教室」 17日(金)

にじいろひろば

園 NPO法人にじいろクレヨン ☎070-1142-9332

- ★自由開放 火・水・金(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』

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・3土曜日 午前10時~午後3時
・20日(月) 午後1時30分 スマイルトーク
テーマ「石巻へ転入(引越)してきた親子」

河南子育て支援センターパプラ

園 河南農村環境改善センター2階 ☎・FAX72-4670

- ★わいわいサロン 毎週火曜日、木曜日(2日(木)・23日(木)を除く)
午前9時30分~11時30分
・保健師、栄養士による相談日 14日(火)
- ★自由開放 ・6日(月)・13日(月) 午前9時30分~午後2時30分
・毎週火・木曜日(2日(木)・23日(木)を除く)
正午~午後2時30分
- ★スクエア子育てひろば
・「はじまりの会 ぐるんぱ友の会人形劇」
23日(木) 午前10時~11時30分
- ★サークル活動支援 毎週水・金曜日(1日(水)を除く)

北上子育て支援センター

園 相川保育所内 ☎66-2177

- ★自由開放 月~金曜日(午前10時~午後4時)
※ひまわりキッズ活動日の午前は除く
- 《主な行事》
・15日(水) 開所の集い
・22日(水) ひまわりキッズ ところ:北上公民館

河北子育て支援センター

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
月・金曜日 0歳~未就園児開放
水曜日 ひまわり (2歳以上)
木曜日 ちゅうりっぷ(0~1歳)
- ★自由開放(赤ちゃん限定) 午後1時30分~3時
月・火・木・金曜日 7カ月~11カ月
水曜日 3カ月~6カ月
- 《主な行事》
・8日(水) 開所式
・13日(月) 保健師来所日~身体測定~

桃子育て支援センター「キッズホーム」

園 バイオ研修センター内 ☎76-4521

- ★あそびのひろば 午前9時30分~午後3時
・0~1歳親子 9日(木)・16日(木)・23日(木)・30日(木)
・2歳以上親子 8日(水)・15日(水)・22日(水)
・サークル活動支援 6日(月)・13日(月)・17日(金)・20日(月)・24日(金)
- ★自由開放 午前9時30分~午後3時
・火曜日・10日(金)・27日(月)

雄勝子育て支援センター

園 雄勝保育所内 ☎25-6331

- ★キッズ広場 火・木曜日 午前9時30分~11時30分
- 《主な行事》
・7日(火) 開所のつどい 保健師来所日:身体測定
・21日(火) 助産師来所:乳がんセルフチェックについてのお話
・ダンベル体操 毎週火曜日
・わらべ歌遊び・地域交流 毎月第3木曜日
- ★自由開放 午前9時30分~11時30分/午後1時30分~4時30分
とき 火・木曜日 午後
水・金曜日 午前・午後
※休館日 月曜日

牡鹿子育て支援センター

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
とき 15日(水)・22日(水)・28日(火) 午前9時~正午
持ち物 帽子、着替え、飲み物、おしぼり、汗拭きタオル
- ★自由開放 月・火・金曜日 午前9時~午後3時
水曜日 午後1時~3時
※28日(火)の自由開放は午後のみ
※休館日 木曜日

子どもセンターらいつ(児童館)

園 子どもセンターらいつ(児童館) ☎23-1080

- ★ゆったり「Mカフェ」 毎週月曜日(祝日を除く)
午前10時~午後1時
- ★自由開放 午前9時30分~午後7時
※休館日 2日(木)・16日(木)



子育て駅伝

緑豊かな環境の中にある保育所

北村保育所

園 北村字幕ヶ崎一17-2 ☎73-3885

県立旭山公園の麓に位置し、緑に囲まれた自然豊かな環境の中で、1歳児から5歳児までの子どもたちが楽しく過ごしています。近くには北村小学校や老人ホームがあり、交流も盛んです。平成17年から保育所、幼稚園に通っていない幼児も預かる「一時保育事業」を行っています。



コバルト・レ女川の訪問サッカー教室

子どもたちの体力を鍛える「運動遊び」



所内にある畑で野菜の苗植え



クリスマスの行事食をおいしく味わう

利用者さんへインタビュー



- ♥相澤奈奈さん・泰智ちゃん(6歳)・瑛太ちゃん(4歳)(写真左)
長男は2歳児から4年間お世話になり、1歳児から通っている次男は4年目になります。長男は工作や字を書くのが大好きで、これから始まる小学校生活を楽しみにしています。次男は、3人きょうだいの一番下で甘えん坊ですが、友達と外でいっぱい遊びたいようです。
- ♥三浦亜耶さん・理央ちゃん(3歳)(写真右)
好奇心旺盛で、家では小学生の兄とヒーローごっこをするなど元気いっぱいです。昨年4月から保育所に通うようになってからは、人の話をよく聞いて、「ありがとう」や「ごめんね」と言えるようになり、成長ぶりを感じます。優しく、思いやりのある子に育ててほしいです。



風船 キャンドルで追悼

「がんばろう」看板前で「3.11のつどい」

「東日本大震災追悼 3.11のつどい」(実行委員会主催)が3月11日、南浜町3丁目の「がんばろう!石巻」看板前など2カ所で開かれました。来場者全員で震災が発生した午後2時46分に合わせて黙とうした後、鎮魂と明日への希望を込めた白、青、緑3色と鳩型の風船を飛ばしました。日暮れには看板前に「3.11追悼」の文字をかた

どったキャンドルをともし、亡くなった人たちの冥福を静かに祈りました。また、市の追悼式が行われた河北地区以外の石巻、雄勝、河南、桃生、北上、牡鹿の各地区では市役所、総合支所などに祭壇と献花台が置かれ、地区住民らが次々と献花に訪れ、祈りをささげました。



石巻地区(市役所4階庁議室)



雄勝地区(雄勝総合支所仮設庁舎)



河南地区(遊楽館)



白、緑、青の風船が大空へ

「3.11」に浮かび上がったキャンドルの明かり



桃生地区(桃生総合支所)



北上地区(北上保健医療センター)



牡鹿地区(牡鹿保健福祉センター)

地域の困り事の解決に取り組む NPOを知ろう! 参加しよう!

東日本大震災の発生直後から石巻市には全国から数多くのNPOが支援に入り、また、被災者自らもNPOを立ち上げ、復旧・復興に大きな役割を果たしました。そんなNPOは現在、市の抱える地域課題に対しどのような取り組みを行い、今後どのような役割を担っていくのでしょうか? 「石巻市NPO支援オフィス」のゆるキャラ、ロック&ロールと一緒に考えてみましょう。

このコーナーでの「NPO」とは、NPO法人のみならず公益活動を行う社団法人、財団法人、ボランティアグループなどの任意団体も含まます

● NPOが困り事の解決に必要なわけは?

「石巻市の抱える地域課題」の解決って、市役所がやることじゃないの?

ロック(石) / 市民活動に興味あり

だったら、全部NPOに任せたらいいじゃん?

そうなんだけど、市役所の事業って議会の承認などで時間がかかったり、公平・一律が原則なので効率的でなかったりするんだ。NPOは、ボランティアの協力や助成金などを活用しながら、スピーディーに社会的サービスを提供できるよ。

ロール(巻) / 石巻市NPO支援オフィス相談員

● 石巻市のNPOはどんな活動をしてる?

震災前からの団体もあれば、震災支援で市外から来た団体もあり、石巻市は担い手となるNPOが多様なんだ。「コミュニティ」「子育て」「移動支援」等々、さまざまな困り事に対し、各団体がその専門性を活かして活動しているよ。



ところが、NPOが提供するサービスは、役所のように広範囲に行き渡らなかつたり、財源が安定せず継続的な提供ができなかつたりするんだ。NPO単体ではなく、市役所、地域の事業者、そして住民の皆さんと協力し、課題解決に取り組むことが大切なんだよ。これからは、市役所が何でもしてくれる時代ではなくなるからね。

残念なのは、住民の皆さんの理解や参加(ボランティア、寄付など)が、なかなか得られないことかな... NPOの役割は、多くの人の参加をもって社会を良くすること。まずは、身近にいるNPOの活動に興味を持って欲しいな。そして、共感できる活動があれば積極的に参加みよう!

● 石巻市NPO支援オフィスについて

石巻市NPO支援オフィスは、市民公益活動団体の支援拠点として、市が平成14年に市総合体育館敷地内に設置しました。会議室や印刷機の貸し出し、団体設立・運営などの相談、講座や交流会の開催など、市民公益活動や自治会活動を応援する施設です。ぜひご利用ください。

☎ NPO法人いしのまきNPOセンター(指定管理団体) ☎23-0851
市地域協働課(内線4237)

みんなのた場



空手の国際大会で優勝

高橋 さくらさん (14)

〓 蛇田中学校3年 〓

負けず嫌いで研究熱心
全国制覇目標に猛稽古



2度目の全国制覇を目指し稽古に励む高橋さん

昨年8月にタイのバンコクで開かれた第2回アジア・オセアニア空手道選手権大会の少年の部14歳女子組手で優勝しました。今年9月、盛岡市で開催予定の小学生・中学生全国空手道選手権大会で、小学5年以来となる2度目の全国制覇を目指しています。

別に組手、形の個人戦、団体戦を行いました。高橋さんは、トーナメント戦を順調に勝ち抜き、決勝では長身のタイの選手を相手に中段突きを2本決め2-0で勝利。「会心の試合でした」と振り返ります。

「海外の選手は、日本の選手と空手のスタイルが違い、やりにくい面もありますが、対戦を重ねるうちに、相手の動きに合わせて技が出せるようになりました。」

と話す高橋さん。国際大会は、平成26年10月に東京で開かれた第13回少年世界空手道選手権大会の9歳女子組手で3位に入賞しています。

アジア・オセアニア大会に同行した母のあづささんは「自宅にいるときも高校生の全国大会などのビデオを見るなど研究熱心。その成果が国際舞台でも発揮されました」と、家族ぐるみで快挙を喜んでいきます。

兄と姉が空手を習っていたことから4歳で日本空手協会石巻支部に所属。清水町にある湯殿山神社の会館で毎週2回、幼稚園児から一般まで55人の支部会員と一緒に稽古に励んでいます。

石巻支部の鈴木道男支部長(72)は「負けず嫌いな性格が試合でも生かされています。空手の素質があるのでも、良い面をどんどん伸ばし、さまざまな大会で優勝できる選手に育ってほしいです」と期待します。



112

資料調査、コツコツと

文化財レスキュー事業

生涯学習課

東日本大震災では数多くの文化財が被災し、それらを修復し、守るために文化財レスキュー事業が行われました。文化財レスキュー事業により救出された資料のひとつに牡鹿町誌編さん資料があります。牡鹿町誌編さんのために旧牡鹿町内外から集められたもので、内容は古文書や編さん委員の勉強ノート、写真、執筆原稿など多岐にわたり、木箱300箱を超える膨大な資料群です。

旧牡鹿公民館からレスキューされた後、東北福祉

大学で一時保管と資料の薫蒸を行い、その後東北学院大学博物館へ移送され、現在は旧湊第二小学校の校舎を利用した文化財収蔵庫に保管しています。

数年前より牡鹿地域の文化の掘り起こしのため、東北学院大学文学部歴史学科民俗学ゼミナール、市の学芸員により資料の再整理を行っています。資料1点1点の写真撮影を行い、目録を作成しています。かつて流刑地であった網地島・田代島に関する古文書や罪人一人一人の調査、捕鯨が盛

んだった鮎川ならではの関連資料など、作業を進めていくと興味深い資料がたくさん出てきます。資料から編さん委員が楽しく、そしてとても熱心に勉強した様子が見てとれます。

震災により牡鹿地域は大きく変わってしまいました。この春にはホエールランドも再オープンする予定です。震災から10年目を迎える、今後復興を遂げ盛り上がる牡鹿地域の歴史や文化を市民のみなさんと共有できるように、地道に整理作業を続けていきます。



元楽天選手の草野さん プロの打撃術伝授 石巻野球会議・協会が合同野球教室

プロ野球東北楽天の選手、コーチとして活躍し、現在は野球解説者の草野大輔さんを講師に招いた野球教室「指導者・選手の打撃塾」が2月22日、遊楽館アリーナで開かれました。石巻地方の小学生から社会人までの野球チームの指導者と、市内のリトルシニアチーム、中学校野球部の選手ら合わせて約100人が聴講しました。

草野さんは、投球、打撃、守備のうち、プレーの醍醐味でもある打撃に重点を置いて解説。ヒットを打つポイントとして「投手がボールを持った手を下ろす瞬間、ボールが手から離れる瞬間、左足の着地の瞬間などに注意するとタイミングが取れる」などとアドバイスしました。

選手からの「普段の部活動で心掛けるべきことは」との質問には「100回の打撃練習より素振りを200回した方が良い」と回答。「素振りですっかりフォームを固めることは、イメージトレーニングにもなる」と強調しました。

教室は、野球人口の拡大と人材育成事業を展開する石巻野球会議と石巻野球協会が合同で開催しました。



資料整理作業の様子



明治時代の大謀網関係資料

雄勝 被災地を花と緑で飾ろう

地区住民ら55人が植樹活動



Topic of town まちの話題



東日本大震災の被災地を花と緑で再生しようと、雄勝ガーデンパーク計画の第一弾として、植樹活動「おがつ植樹DAY」が2月14日、上雄勝の新山神社付近で開かれました。地区住民ら55人が参加し、蔵王苗圃(蔵王町)の太田富造社長の指導を受け、約800平方メートルの敷地にサトザクラ、シダレザクラ、アセビの苗木の計70本を植樹しました。参加者は、数年後に美しい花が咲くのを楽しみにしながら、汗を流しました。

河北 ふるさとの風と海の幸を満喫

大川地区思い出バス第2弾

2月23日、大川地区模型プロジェクト主催の「大川地区思い出バス」の第2弾が運行されました。当日はあいにくの天候でしたが、参加者は防潮堤に囲まれた長面海岸を巡り、一変した景色を眺めました。その後、はまなすカフェの交流会で今が旬の「長面浦の牡蠣」をはじめとした数々の海の幸を堪能し、東北ユースオーケストラによるミニコンサートも楽しみました。



石巻 「火炎放射」ゲーム楽しむ

萬画館の「張々胡誕生祭」にぎわう

石ノ森章太郎の代表作「サイボーグ009」に登場するサイボーグ006張々胡の誕生祭が2月29日、石ノ森萬画館で開かれました。張々胡を紹介するパネル展示や、戦士としての能力にちなみ、炎に見立てた10個のピンポン玉を転がして的を倒す「火炎放射」ゲームが来場者を楽しませました。展望喫茶では、中華飯店「張々胡」と銘打ち、倍盛り炒飯などの当日限定メニューを提供し、人気を集めました。



桃生 統合50周年の節目祝う

桃生中学校で記念式典

桃生中学校の統合50周年記念式典が2月22日、同校体育館で開かれました。全校生徒176人と地区住民ら合わせて約300人が出席し、昭和44年に中津山、桃生の2中学校が統合してから半世紀の節目を祝いました。第1部の式典に続き、第2部では同校の元教員で女川町教育委員会教育長の村上善司氏が記念講演。生徒と卒業生による「はねこ幻想」と、校歌50周年記念バージョンの記念演奏も行われました。



河南 火の元の確認 忘れないで

車両パレードで住民に呼び掛け

春の全国火災予防運動初日の3月1日、市消防団河南地区団の「春の防火パレード」が行われました。河南総合支所前で総合支所長、地区団長らから激励を受けた後、団員や婦人防火クラブ員ら50人が消防車など16台に分乗して出発。前谷地、鹿又の2コースに分かれて区内を巡り、「お出掛け前、お休み前にもう一度、火の元を確認しましょう」と呼び掛けました。



牡鹿 「ほっとまる」感謝祭にぎわう

合同で牡鹿稲井商工会「青祭」

牡鹿交流センター「ほっとまる」で、感謝祭が2月9日に開かれ、多くの住民らでにぎわいました。鮎川婦人会によるフラダンスショーをはじめ、はらこ飯や新鮮な野菜の販売、サンマつまみれ汁の無料配布、くじ引き抽選会がありました。牡鹿稲井商工会青年部の「青祭」も合同で行われ、一般参加のカラオケ大会などで盛り上がりしました。



北上 ワカメ詰め放題が大盛況

観光物産交流センターで2周年祭

北上観光物産交流センターで2月11日、オープン2周年記念祭が開かれました。目玉はシーズンを迎えた十三浜産ワカメの詰め放題。朝から多くの買い物客が訪れ、約250kg分のワカメが午前中で完売しました。セリ鍋やはつと汁など、地元のグルメも提供され、冷えた体を温めました。同センターは、市が整備した地区唯一の物産施設で、東日本大震災の津波被災跡地を活用し、2018年2月に完成しました。



真野大橋災害復旧工事に伴う通行止めのお知らせ



真野川に架かる真野大橋の橋りょう架け替え工事を行います。工事期間中は、終日全面通行止めとなります。ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

と き 4月1日(水)～
令和4年3月25日
(予定)

図 道路第2課(内線5649)

国土地理院 電子国土Webを使用し作成

ライト・イット・アップ・ブルー

国連が定める世界自閉症啓発デーに合わせ、自閉症啓発カラーの青色で石ノ森萬画館を8日までライトアップします。



と き 4月2日(木)～8日(水)
ところ 石ノ森萬画館
図 ライト・イット・アップ・ブルー
IN 石巻実行委員会
☎95-9566
市障害福祉課(内線2483)

ジュニア・リーダー・サークル「げろっぱ」 全国子ども会連合会長表彰を受賞



ジュニア・リーダー・サークル「げろっぱ」が長年にわたり活発な活動を実践してきたことが認められ、模範的なサークルとして、全国子ども会連合会長から表彰されました。石巻市では初の受賞になります。
図 石巻中央公民館 ☎22-2970

令和元年度石巻市特別表彰

芸術文化やスポーツで優秀な成績を収められた方を表彰する石巻市特別表彰において、8人の方が受賞されました。

- 受賞者 ※敬称略、学年は令和2年3月時点
- 千葉 美遼(渡波小学校6年)
平成30年度土砂災害防止に関する絵画・作文コンクール作文の部
国土交通大臣賞(最優秀賞)
 - 佐々木 日和(中津山第二小学校5年)
平成31年用国土緑化運動・全国育樹運動ポスター原画コンクール
全国特選 農林水産大臣賞・国土緑化推進機構会長賞
 - 遠山 学(東北大学3年)
第38回全日本珠算技能競技大会第2部(中学生以上の部)
フラッシュ暗算競技 優勝
 - 亀山 太陽(石巻高等学校3年)
第38回全日本珠算技能競技大会第2部(中学生以上の部)
団体総合競技 優勝
 - 吉田 成希(中里小学校6年)
第38回全日本珠算技能競技大会第1部(小学生の部)
読上暗算競技 優勝、団体総合競技 優勝
 - 林 諒(山下小学校5年)
All Japan Soroban Championship2019
個人総合競技 小学3・4年生の部 優勝
暗算チャンピオン決定戦 小学4年生以下の部 暗算チャンピオン
第38回全日本珠算技能競技大会第1部(小学生の部)
個人総合競技 優勝、団体総合競技 優勝、読上算競技 優勝
フラッシュ暗算競技 優勝
 - 高橋 さくら(蛇田中学校2年)
第2回アジア・オセアニア空手道選手権大会
14歳女子組手の部 優勝
 - 高橋 義喜(農業)
第2回アジア・オセアニア空手道選手権大会
50～54歳 形の部 優勝
- 図 秘書広報課(内線4014)

北上総合支所等複合施設の開所について

- 北上にっこり地区に完成した北上総合支所等複合施設が4月13日(月)から、供用を開始します。
- 複合施設：北上総合支所、北上公民館、市図書館北上分館、北上地区放課後児童クラブ
 - 新 住 所：北上町十三浜字小田93番地4
図 北上総合支所 ☎67-2111 北上公民館 ☎67-2712

今月の休日 窓口開庁の お知らせ

4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、住所異動届など
※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、原動機付自転車などの廃止・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 4月30日(木)

- 国民健康保険税 第1期
- 介護保険料 第1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 <https://www.city.ishinomaki.lg.jp/>

市報いしのまき 第260号 令和2年4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。
図 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

令和2年2月末現在	人口 142,349人 世帯数 61,566世帯
平成31年2月末現在	人口 144,222人 世帯数 61,394世帯