

市報 取り戻そう、ふるさと石巻

いしのまき



石巻市はSDGsを推進しています 



地域包括ケアの拠点が始動

「ささえあいセンター」30日オープン

JR石巻駅前の市役所西隣に整備した「石巻市ささえあいセンター」が5月30日(土)にオープンします。センターは、地域包括ケアを推進する中核的な拠点施設として、「医療・介護連携」「支え合う地域づくり」「包括的な相談支援」「子育て支援」「次世代育成」の五つの機能を発揮するためのさまざまな事業を展開。市民の皆さんが住み慣れた地域で安心して暮らし続けられる社会の実現を目指します。



石巻市イメージキャラクター

令和2年度 当初予算

問 財政課(内線4052)

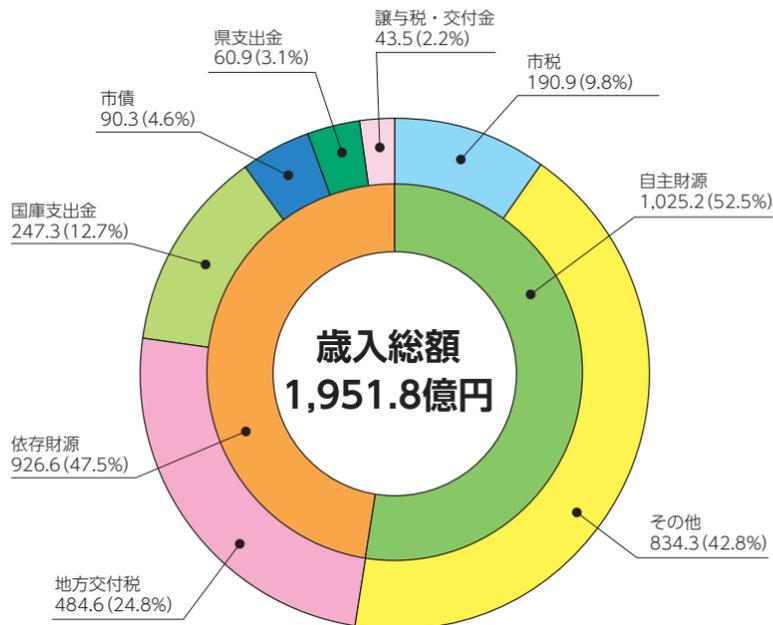
一般会計 1,951.8億円 (対前年度比 8.7%、155.8億円の増)
 総会計 3,142.3億円 (対前年度比 8.8%、255.0億円の増)

本年度は、震災復興基本計画の「発展期」の最終ステージです。10年間の総仕上げの1年として、復旧・復興事業を着実に推進させることに重点を置いています。また、復興期間終了後の財政状況が厳しいものとなることを見据え、前年度決算額を基準とした「歳入予算に見合った歳出予算」への転換を図り、持続可能な財政運営を意識した予算編成としました。

一般会計の内訳

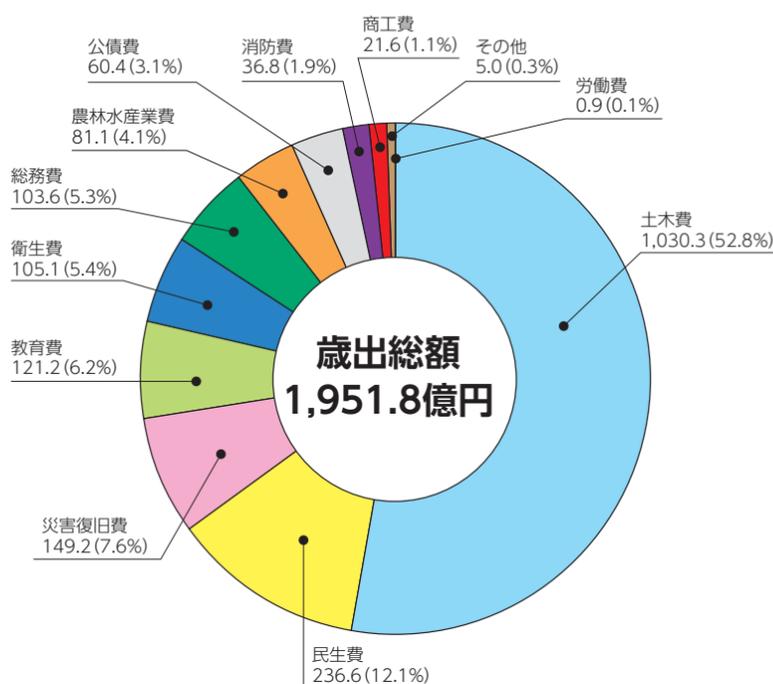
1. 歳入

(単位：億円)



2. 歳出 (目的別)

(単位：億円)



※ ()内は総額に対する割合を表します。

各種会計予算総括表

(単位：千円)

会計区分	令和2年度 当初予算	対前年度比較		
		増減額	増減率 (%)	
一般会計	195,178,000	15,578,000	8.7	
復旧復興分	124,584,344	15,537,025	14.2	
通常分	70,593,656	40,975	0.1	
特別会計	34,693,436	▲68,179,003	▲66.3	
内訳	土地取得	218,020	▲2,563	▲1.2
	水産物地方卸売市場事業	396,029	▲2,539	▲0.6
	下水道事業(企業会計へ移行)	—	▲64,875,041	皆減
	漁業集落排水事業(企業会計へ移行)	—	▲22,153	皆減
	農業集落排水事業(企業会計へ移行)	—	▲457,806	皆減
	浄化槽整備事業(企業会計へ移行)	—	▲62,057	皆減
	市街地開発事業	2,319,825	▲2,075,267	▲47.2
	国民健康保険事業	15,550,257	▲1,309,223	▲7.8
	後期高齢者医療	1,801,225	25,798	1.5
	介護保険事業	14,408,080	601,848	4.4
	病院事業会計	6,260,612	3,079	0.0
	下水道事業会計(新規)	78,095,420	78,095,420	皆増
	合計	314,227,468	25,497,496	8.8

※増減率は平成31年度当初予算との比較で▲は減少を表します。

一般会計(主な事業費)

(単位：千円)

●地域交通対策関係費	路線バス等地域交通の確保・維持等に要する経費	180,079
●防犯関係費	町内会等が設置する防犯灯について、LED化のための新規設置や交換、電気料金に対する補助金等	27,000
●震災遺構整備事業関係費	震災遺構の整備及び震災伝承に要する経費	886,925
●窓口証明関係費	市民課窓口業務の一部を民間に委託する経費等	248,064
●包括的支援体制構築事業費	複合的な課題を包括的に受け止める相談支援ネットワークの構築等に要する経費	17,774
●自立相談支援事業費	生活困窮者の就労準備支援や子どもの学習・生活支援等に要する経費	53,797
●子ども・子育て支援事業費	各種子育て支援や子どもの居場所づくり等子育て環境の向上に要する経費	57,014
●放課後児童クラブ関係費	放課後児童クラブの運営及び児童の健全育成に要する経費	296,826
●医療対策費	休日及び夜間における一次、二次、三次救急医療の確保等に要する経費	298,092
●環境政策推進費	環境にやさしい暮らしや事業の普及・啓発活動、環境教育等に要する経費	13,718
●一般廃棄物最終処分場建設事業費	次期最終処分場の整備に要する経費	2,053,292
●農業復興推進費	農地の大区画化の推進や被災した農業生産法人等への補助、ほ場整備に伴う県営事業負担金等	2,606,019
●水産振興事業費	担い手センターの運営や輸出版路の拡大、四大行幸啓の一つ「全国豊かな海づくり大会」開催等に要する経費	100,069
●漁業集落防災機能強化事業費	漁港背後地の集落道及び排水路等の整備に要する経費	2,091,865
●観光施設管理費	道の駅「上品の郷」の温泉施設改修等に要する経費	134,193
●企業育成支援事業費	地域資源を生かした商品開発や販路開拓支援、再生可能エネルギー・省エネルギー技術開発支援等に要する経費	271,175
●中小企業等融資関係費	事業資金を必要とする中小企業事業者への融資支援に要する経費	603,000
●田道町一・蛇田新橋線橋りょう整備事業費	老朽化した橋りょうの架け替えに要する経費	284,326
●石巻工業港運河線街路整備事業費	沿岸部(石巻工業港)から内陸部の蛇田地区側への避難路等として整備するもの	568,888
●渡波稲井線街路整備事業費	渡波地区から内陸部の稲井地区側への避難路等として整備するもの	2,079,781
●(仮称)鎮守大橋整備事業費	被災時における復旧活動、避難活動等の迅速化のため日和山、牧山間の最短ルートとして整備するもの	3,149,000
●釜大街道線街路整備事業費	釜大街道地区から日和山や市街地内陸部への避難路等として整備するもの	2,405,033
●南浜津波復興祈念公園整備事業費	犠牲者への追悼と鎮魂や、復興の象徴となる祈念公園を整備するもの	303,800
●コミュニティ・スクール推進事業費	地域の力を学校運営や子どもたちの健やかな成長に生かすことを目的とした、コミュニティ・スクール推進に要する経費	3,383
●小中学校施設老朽化対策事業費	老朽化した小中学校の校舎等施設改修に要する経費	789,100
●複合文化施設整備事業費	東日本大震災で被災した文化センターの博物館機能と市民会館のホール機能を複合施設として整備するもの	3,704,990
●複合文化施設災害復旧費		2,568,963



※新型コロナウイルスの影響により、行事などが中止や延期になる場合があります。



小学校入学祝い金

対象 本年度小学校に入学した第2子以降の子の保護者。5月1日(金)時点で市内に住所を有すること
支給額 対象児童1人につき3万円
申込方法 申請書を郵送

ご存知ですか？ 児童扶養手当・母子父子家庭医療費助成制度

児童扶養手当

次のいずれかに該当する18歳の年度末までの児童(または、20歳未満の政令で定める程度の障害の状態にある方)を監護している母、児童を監護し生計を同じくする父、父母に代わってその児童を養育している方に支給されます。

※遺族年金などの公的年金を受け取る資格がある方は、年金額が児童扶養手当額より低い場合に、その差額の児童扶養手当が支給されます。

※施設入所者などは手当が支給されません。

対象児童

- 父母が婚姻を解消し、父または母と生計を同じくしていない児童
- 父または母が死亡した児童
- 父または母が重度の障害者である児童
- 父または母の生死が明らかでない児童
- 父または母から1年以上遺棄されている児童
- 父または母がDV防止および被害者保護に関する法律の規定による保護命令を受けた児童
- 父または母が法令により1年以上拘禁されている児童
- 婚姻によらないで生まれた児童
- 父・母ともに不明である児童(孤児など)

児童扶養手当月額

(物価スライドなどにより改定される場合があります。)

〈本体額〉	
全部支給	43,160円
一部支給	43,150円～10,180円
〈第2子加算額〉	
全部支給	10,190円
一部支給	10,180円～5,100円
〈第3子以降加算額〉	
全部支給	6,110円
一部支給	6,100円～3,060円

※手当を受給してから5年を経過したとき、または支給要件である離婚や死別などから7年経過したときは、手当額の一部が支給停止となる場合があります。

母子・父子家庭医療費

母子・父子家庭を対象に医療費を助成する制度です。健康保険などにより、本人の負担する額から、入院の場合は、1件2,000円(食事療養費除く)、外来の場合は、1件1,000円を差し引いた金額を助成します。ただし、高額医療費または、付加給付金が支給される場合は、その額を差し引きます。

※いずれの制度も所得制限があります。
☎・☒ 子育て支援課(内線2512)・各総合支所保健福祉課

※申請書は小学校を通じて配布します。ホームページからもダウンロードできます。

申込期間 5月7日(木)～7月31日(金)※当日消印有効

☎・☒ 〒986-8501 (住所不要)

子育て支援課(内線2553)



今月は児童扶養手当の支給月です

3月・4月分の児童扶養手当を5月11日(月)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



雨水利用タンク設置補助金を交付

受付期間 5月11日(月)～令和3年3月26日

対象 市内に住所を有する個人または市内に事業所などを置く法人で、令和2年4月1日以降に市販されている80リットル以上の雨水利用タンク(雨水貯留槽)を設置した方、または令和元年度中に同様の設置を完了し、この補助をまだ受けていない方。住宅または事業所1棟につき1基までを対象とします。

太陽光発電システム設置に補助金を交付

受付期間 5月11日(月)～令和3年3月26日

対象 予算がなくなり次第終了(予算がなくなり次第終了)。
☎ 太陽光発電システム：令

雑用水に利用できます。

補助金交付額

雨水タンクの購入(設置費用含む)費用の2分の1(上限は3万円)

申請方法 申請書を持参するか郵送(必ず書留など配達記録が残る方法)してください。申請書は、環境課、各総合支所市民生活課および各支所の窓口で交付しています。ホームページからもダウンロードできます。

☎・☒ 〒986-8501 (住所不要) 環境課(内線3368)

再生資源集回収報奨金交付制度

受付期間 5月11日(月)～令和3年3月26日

対象 新聞・雑誌・段ボール、一升瓶・ビール瓶、アルミ缶・スチール缶
品目ごとに1割3円とし、一升瓶は1本1割、ビール瓶は1本0.5割換算とします。
☎・☒ 廃棄物対策課

和2年4月1日以降に電力会社と太陽光受給契約(系統連系電圧は低圧で、配線方法は余剰配線とした契約に限る)を締結した方、または、令和元年度中に同様の太陽光受給契約を締結し、この補助をまだ受けていない方

定置用蓄電池およびHEMS：令和2年4月1日以降に設置を完了した方、または、令和元年度中に同様の設置を完了し、この補助をまだ受けていない方

※新設が対象で、増設などは対象外です。
申請方法 申請書を持参するか郵送(必ず書留など配達記録が残る方法)してください。申請書は、環境課、各総合支所市民生活課および各支所の窓口で交付しています。ホームページからもダウンロードできます。

ごみ出しルールをみんなで守ろう

☎ 廃棄物対策課(内線3376)

新聞などの資源物を、市または市が委託した業者以外の人が収集することは条例により禁止されています。資源物持ち去り行為を行うと、罰則(20万円以下の罰金)を適用するなど、厳正に対処されます。

生ごみ減量容器購入補助制度

自宅が生ごみの減量化・堆肥化を行う方を支援するため、補助金を交付します。

補助対象 市内に住所を有し、かつ居住している方

①家庭用電気式生ごみ処理機：購入金額の2分の1(上限25,000円)を補助します。
※購入前に市へ申請する必要があるため、購入予定の機種・メーカー名および金額を調べ、認め印を持参の上、直接相談してください。

※市税に滞納がない方
②コンポスト容器：購入金額の2分の1(上限3,000円)を補助します。
③EM発酵容器：容器を2個以上購入した方に、容器1個分(2,000円以内)を補助します。

※②および③は、認め印を持参の上、購入時に取扱指定店で手続きしてください。

取扱指定店 ビバホーム 石巻店・DCMホームマック市内各店舗(㈱水沢種苗店)コンポスト容器のみ・JAIのまき(コンポスト容器のみ)・いやしろっ家(EM発酵容器のみ)
☎・☒ 廃棄物対策課(内線3373)

新聞などの資源物を、市または市が委託した業者以外の人が収集することは条例により禁止されています。

資源物持ち去り行為を行うと、罰則(20万円以下の罰金)を適用するなど、厳正に対処されます。

なお、資源物の持ち去り行為を発見した場合は、トラブルに巻き込まれる可能性があります。直接注意せず、日時・場所・車両のナンバーや特徴などをご連絡ください。

☎ 廃棄物対策課(内線3376)

ごみ出しルールをみんなで守ろう

ごみ出し時間については、収集日当日の午前8時30分までに、町内会などで指定する集積所に出してください。他の地区の集積所には出さないでください。

・ごみ袋は、市の指定マークのついた半透明のごみ袋に入れて、ごみの種類ごとに分別し、それぞれの収集日に出してください。
・カラスは視覚によりエサを認識することから、カラスによるごみの散乱を防ぐため、生ごみを出す際は、チラシなどで包んでから、ごみ袋に入れてください。

☎ 廃棄物対策課(内線3376)

資源物の持ち去りは禁止です！

ごみ集積所に出された古



「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
6月15日(月)	午前10時～午後4時	市役所5階市民サロン前

※5月の相談会は中止となります。

☎ 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)

東日本大震災の被災者生活再建支援制度手続き

加算支援金の申請期限が1年間延長となりました。被災された未申請世帯は申請手続きをしましょう。

申請期限 令和3年4月10日

支給対象 被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。

☎ 生活再建支援課



東日本大震災被災者住宅再建事業補助金の相談

被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)



震災移転再建時に水道加入金が免除されます

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

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

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

申請期限 令和3年3月31日

「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
6月15日(月)	午前10時～午後4時	市役所5階市民サロン前

※5月の相談会は中止となります。

☎ 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)

令和元年東日本台風災害義援金の手続き

本災害により、人的被害(死亡・行方不明者、重症者)および住宅に一部損壊以上の被害を受けた方に対して、義援金の配分を実施しています。

住家被害の対象者には、被災証明書と一緒に申請書を送付しています。災害義援金の受給には申請が必要です。特別な事情により、窓口や郵送による申請手続きが

困難な方はご相談ください。 ☎ 95-6707 企業団給水課

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

対象 被災証明書で、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 ・住宅・併用住宅(居宅と店舗など)、事務所などの上屋 ・住宅・併用住宅、事務所などの基礎(基礎くいばり対象外) ・浄化槽(みなし浄化槽含)

☎ 95-6707 企業団給水課 (内線 4767) 市生活再建支援課

新型コロナウイルス感染症の影響で水道料金・下水道使用料の支払いが困難な方へ

新型コロナウイルス感染症拡大防止対策の影響で、収入減少などにより水道料金・下水道使用料の期限内の支払いが困難な方は、支払い期限延長の相談に応じますので、問い合わせください。

☎ 96-4955 市下水道管理課 (内線 5694)

復興が進む姿に感銘 今年4月から勤務し、大川小学校旧校舎の震災遺構としての整備など、東日本大震災の記憶を後世に伝えることを目的とした業務を担当しています。



震災伝承推進室 おぬき 奈保さん(32) 神奈川県平塚市から派遣

石巻市役所で仕事をしながら復興が進んでいる姿を目にし、市民と行政、地元企業の皆さんが一体となり、同じ方向を向いて取り組んできた証しだと感銘を受けました。今後の新たな課題に対しても、市全体が一体で取り組んでいけるような街であってほしいと願っています。

防災「合言葉」受賞作品

すぐにげろ かぞくで決めた 避難場所 必ず迎えに行くからね

石巻小学校1年 阿部

☎ 学校安全推進課(内線5082)

令和元年度石巻市学校防災推進会議

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	3/5~3/27
市立保育所、私立幼稚園、私立保育園 (敷地)	0.04~0.09	3/3~3/27
公共施設等 (ホットスポット調査)	0.05~0.09	3/3~3/27
牡鹿地区集落	0.05~0.13	3/5~3/17

※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)

5月8日(金)午後3時ごろ 空間放射線量 3月の測定結果 除染などが必要となる空間放射線量は、毎時0.23マイクロシーベルト以下に抑えられています。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。

振替納税をご利用の方へ～口座振替日が変更になりました～

申告所得税および個人事業者の消費税の振替納税の納付日は、申告期限・納付期限が4月16日(木)に延長されたことに伴い、変更となりました。
詳しくは国税庁ホームページをご覧ください。

税目		振替日(変更前)		振替日(変更後)
申告所得税及び復興特別所得税	確定申告分	4月21日(火)	➡	5月15日(金)
	延納分	6月1日(月)	(変更なし)	6月1日(月)
個人事業者の消費税及び地方消費税		4月23日(木)	➡	5月19日(火)

石巻税務署 ☎22-4151

市・県民税特別徴収の税額決定通知書を発送します

市・県民税特別徴収税額決定通知書を事業所へ給与支払者へ5月15日(金)に発送の予定です。

市民税課
(内線3094)

軽自動車税(種別割)の納付をお忘れなく!

○5月1日(金)に納税通知書を発送します。納期限は6月1日(月)です。
通知書がお手元に届かない場合は、問い合わせください。

○身体あるいは精神に障害がある方の使用する軽自動車

軽自動車(種別割)の減免が受けられます。

申請に必要なもの 車検証、運転免許証、身体障害者手帳等、印鑑、個人番号カード(または通知カード)

申請期間 5月1日(金)～6月1日(月)

市民税課
(内線3101)

各総合支所市民生活課各支所

自動車税種別割の納付をお忘れなく!

自動車税種別割の納期限は、6月1日(月)です。

納税通知書は5月上旬に郵送します。納期限までに忘れず納付しましょう。

納税相談も随時行っていますので、ご利用ください。

市民税課
(内線3101)

国納税証明書の請求はオンライン請求をご利用ください!

自宅などのパソコンやスマートフォン端末で納税証明書請求データを作成し、オンライン請求することで、窓口で書面により請求する場合と比べ、安価な手数料で、窓口での待ち時間も少なく納税証明書を取得することができます。

詳しくは国税庁ホームページをご覧ください。

石巻税務署
☎22-4151

固定資産税・都市計画税のお知らせ

納税通知書を5月1日(金)に発送します。記載内容は令和2年1月1日現在の資産状況ですので、異なる場合はご連絡ください。

津波被害による減免

東日本大震災により被害を受けた区域のうち、要件に該当する区域に対する固定資産税などの減免については、引き続き被災した方の負担軽減のため「令和2年度固定資産税減免区域」の範囲で減免します。減免申請書の提出は不要です。詳しくは納税通知書をご確認ください。

被災代替資産の特例

被災した資産に代わる資

産を取得した場合、代替特例があり、適用には申告書の提出が必要です。

償却資産の申告時や新増築家屋の調査時に問い合わせください。

市民税課
(内線3124)

土地について
(内線3117)

償却資産について
(内線3119)

法定相続情報証明制度が便利でお得です!!

全国の登記所(法務局)では、法定相続人が誰であるのかを登記官が証明する「法定相続情報証明制度」を取り扱っています。

この制度を利用することで、各種相続手続きで戸籍謄本の束を何度も出し直す必要がなくなります。また、手数料も無料で、複数ある相続手続きが同時に進められるなど、とても便利でお得な制度です。

発行に必要な書類などは、ホームページまたは電話で問い合わせください。

※相続手続きが必要となる書類は、各機関で異なりますので、必要な書類は提出先となる各機関にご照会ください。



仙台法務局石巻支局
☎22-6188

便利な口座振替をご利用ください

口座振替は一度手続きをすると、自動的に振替日(各納期限日)に指定の口座から引き落とされますので、納め忘れの心配もありません。口座振替依頼書は、納税課、各総合支所・支所の窓口または市内取扱金融機関に備えてあります。

対象税目で、振替ができません。対象税目、再振替を行います。

対象税目 市県民税、固定資産税、軽自動車税(種別割)、国民健康保険税、下水道受益者負担金・分担金・農業集落排水事業分

担金・浄化槽事業分担金

※再振替日までに延滞金が発生する場合、納付書を送付しますので、納付窓口でお支払ください(30万円を超える場合、コンビニで取り扱いができません)。

※振替日(各納期限日)の前日までに預貯金残高をご確認ください。

市民税課(内線3135)

国民健康保険の喪失届忘れていませんか?

国保加入者が会社の社会保険など、国保以外の健康保険に加入した場合には、国保の喪失手続きが必要となります。喪失届を提出しないと国保は加入したままとなり、保険料も課税されたままとなります。

写し、国民健康保険証(ある場合のみ)、印鑑、身分証明(免許証など)、マイナンバーカード

※郵送でも可能ですのでお問い合わせください。

市民税課
(内線2347)

各総合支所市民生活課各支所

事業者向け助成金等お知らせメール配信サービス

国や地方自治体などの各種助成制度、法改正、各種セミナーなどをメールで配信します。

対象 法人または個人事業主
登録方法 商工課メールアドレス(ishinomaki.jp)に次の項目を送付してください。

○メールアドレス
・助成金等お知らせメール登録

○メール本文
1 名称、所在地(個人事業主は氏名、屋号、住所)
2 電話番号
3 登録するメールアドレス

4 業種(複数回答可)
5 希望するカテゴリ(複数回答可)
①補助金・助成金
②法令・制度改正
③セミナー・講演会・説明会

市民税課
(内線3524)

市政功労表彰候補者の推薦をお願いします

長年にわたり、市政の振興に寄与し、市民の模範と認められる善行があった方を、市政功労者として表彰します。皆さんの周りの方にぜひ、推薦してください。

対象 市の行政運営、発展について特別の功労のある方

・納税思想の普及、奨励などに尽力した方
・市民の健康増進、衛生思想の普及・発達に尽力した方

・清掃、公害など生活環境の改善に尽力した方
・産業の振興発展に尽力した方
・統計調査に従事し、統計思想の普及・発達に尽力した方
・教育の振興に尽力した方
・芸術文化の興隆に貢献した方

・道路の愛護、公園広場の整備その他の建設事業に尽力した方
・社会福祉事業に尽力した方

・消防、防犯、交通安全など治安維持に尽力した方
・篤行者で一般の模範となる方

推薦方法
・個人または団体(町内会や組合など)の推薦が必要
・推薦書類を各関係課・各総合支所関係課・各支所・秘書広報課またはホームページから取得し、各関係課の窓口へ直接提出してください。

提出部数 各2部(1部コピー可)
提出期限 6月5日(金)

秘書広報課
(内線4014)

係課の窓口へ直接提出してください。

提出部数 各2部(1部コピー可)
提出期限 6月5日(金)

秘書広報課
(内線4014)

セイホクパーク石巻からのお知らせ

セイホクパーク石巻(総合運動公園)は4月1日から、指定管理者制度を導入しました。

○指定管理者 特定非営利活動法人石巻市スポーツ協会

○指定期間 4月1日～令和7年3月31日
○公園供用時間
・4月1日～11月30日 午前7時～午後9時
・12月1日～3月31日 午前7時～午後9時(日曜日および休日は午後6時まで)

○セイホクパーク石巻
市体育振興課
☎25-6471

体育振興課執務室移転のお知らせ

4月6日から体育振興課の執務室が、「総合運動公園内」から「市役所2階」へ移転しました。この移転に伴い、各申請なども市役所での受け付けとなります。

体育振興課
☎25-6471



2020年工業統計調査を実施します

2020年工業統計調査を、6月1日(月)を調査期日として実施します。工業統計調査は、統計法に基づく報告義務がある重要な統計です。

5月中旬より、対象の事業所に、知事が任命した調査員が訪問しますので、ご協力をお願いします。
対象 4人以上の製造事業所
総務課

地域福祉活動団体などへの助成金

市内で福祉支援活動を行っている団体などに助成を行っています。

希望する場合は、事前に問い合わせください。
※他の助成を受けている団体などは対象外です。
助成金額 上限5万円
受付期間 5月1日(金)～29日(金)
申請先 日本赤十字社宮城県支部石巻市地区事務局(福祉総務課内 内線2459)

日本赤十字社活動資金へのご協力をお願いします

災害救護、青少年赤十字、各講習会の普及などさまざまな事業を行い、東日本大震災では医療救護活動、救護物資の配布、こころのケアなどに取り組んでまいりました。これらの活動資金は賛同していただく皆さんからの協力金(会費)で支えられています。協力金は、窓口で受け付けています。
申請先 日本赤十字社宮城県支部石巻市地区事務局(福祉総務課内 内線2459)

押切沼公園の利用再開のお知らせ

東日本大震災後、利用中止とした押切沼公園多目的広場は、5月から再開します。
料金 1時間につき600円
申込方法 河南中央公園管理棟へ直接申し込みください。
申請先 河南中央公園管理棟
☎73-4711

農地の無断転用や耕作放棄地をなくしましょう

農地の無断転用や耕作

石巻第二霊園墓所申込受付開始

申請書記付期間 5月7日(木)～15日(金)
申請書受付期間 5月18日(月)～22日(金)
申請書記付・受付場所 市役所 3階環境情報センター
※環境情報センター以外での申請書の配布・受け付けは行いません。
使用許可予定区画数
一般墓所(4平方²墓所) 90区画
個別集合墓所 30区画
※個別集合墓所とは複数の個人専用納骨室(カロート)を設置した集合墓所です。
墓碑などの制限 墓碑などの高さや外柵(囲い)および縁石については制限がありますので、使用申込実施要領をご確認ください。
申込資格
○一般墓所(4平方²墓所)
次の要件を全て満たす方
・2月7日以前から市内に住所を有する方で、墓所の祭し者
・申請者(家族を含む)が墓所(納骨堂は含まない)を有していないこと。ただし、網地島および田代島に墓所を有している方は申し込みができます。
・焼骨を有する方(死体(胎)埋火葬許可証または寺院などからの焼骨の埋・収蔵の確認書が必要です)。ただし、東日本大震災で亡くなり、遺体が発見されずに死亡認定を受けたご遺族の方は申し込みができます。
○個別集合墓所
2月7日以前から市内に住所を有する方で、次のいずれかに該当する方
・申請者が自己のために使用するとき。
・申請者が現に保有している親族等の遺骨を埋蔵するために使用するとき。
抽選日時
○一般墓所(4平方²墓所) 5月30日(土) 午前10時
○個別集合墓所 5月30日(土) 午後1時30分
抽選会場 市役所 3階環境課前
使用料および管理料
○一般墓所(4平方²墓所) 使用料 360,000円
管理料(5年分) 18,300円
○個別集合墓所 使用料 96,000円
管理料(永代一括) 91,660円
申請先 環境課(内線3365)

民生委員・児童委員をご存じですか？

5月12日は『民生委員・児童委員の日』で、民生委員制度が始まった日とされ、地域の身近な相談相手としての民生委員・児童委員の存在や活動について、地域の住民や関係機関・団体などに理解を深めていただくための日とされています。また、5月12日～18日を活動強化週間としています。

例えばこんな困りごとはありませんか？



★民生委員・児童委員には、民生委員法により活動上知り得た情報について守秘義務があります。この義務は、委員退任後も引き続き課されます。相談を受ける際には相談者の人権を尊重し、相談内容や個人の秘密は守られますので、安心してご相談ください。

民生委員・児童委員は、あなたの身近な相談相手です。

☎ 社会福祉協議会地域福祉課 ☎96-5290
福祉総務課(内線2462)

コンビニ交付サービスの運用を停止します

5月2日(土)から6日(水・休)まで、システムメンテナンス作業のため、コンビニ交付サービスの運用を停止します。

農業委員会事務局 ☎62-4826



建築物等の耐震に対する補助金の申請募集について

また、6月から全ての農地を対象に利用状況調査を行いますので、ご協力をお願いします。
危険ブロック塀除却等補助事業
避難路に該当する道路に面した高さ1.5以上の危険なブロック塀などを除却などする場合に費用の一部を助成します。
木造住宅耐震診断事業
昭和56年5月31日以前に着工された木造住宅の耐震診断を希望する方に耐震診断士を派遣します。

事業所の新設などを支援します

市内に事業所を新設・増設・移設する場合、石巻市企業立地等促進条例に基づき、以下の助成金の交付を受けられます。

- ・木造耐震改修工事助成事業
 - ・企業立地助成金
 - ・上水道料金助成金
 - ・雇用奨励助成金
 - ・緑化推進助成金
 - ・環境対策設備助成金
 - ・事業継続対策助成金
 - ・技術研修派遣助成金
 - ・市内企業発注促進助成金
 - ・新産業等創出促進助成金
 - ・業種などの要件や対象地域限定の場合があります。
- 申請方法 指定企業者として指定を受ける必要がありますので、事前にご相談ください。
※指定企業者申請は操業開始の30日前までに行う必要があります。

申請先 産業推進課 (内線3548)

シルバー人材センター 地域別入会説明会

河北地区、河南地区、桃生地区で入会説明会を行います。

とき・ところ

○河北地区

・6月2日(火)午後2時

・河北総合センター「ビッグバン」 会議室2、3

○桃生地区

・6月3日(水)午前10時

・桃生公民館 視聴覚室

1、2

○河南地区

・6月3日(水)午後2時

・河南総合支所第3庁舎

2階会議室

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

○(公社)石巻市シルバー人材センター

☎94-3683

市商工課

(内線3526)

市内に居住する、60歳以上で、健康で働く意欲のある方などなたでも会員になる事ができます。

とき

5月20日(水)・27日(水)

午前9時(受付時間 午前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

○(公社)石巻市シルバー人材センター

☎94-3683

市商工課

(内線3526)

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)

○多賀城実習場

・電気・通信施工技術科

15人

・ビル設備サービス科

18人

住宅リフォーム技術科

18人

訓練期間
○多賀城実習場
7月15日(水)～令和3年1月20日(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 5月11日(月)～6月25日(木)

申込方法 ハローワーク石巻を通じて申し込みください。

○ハローワーク石巻

☎95-0158

ポリテクセンター宮城訓練課(多賀城実習場)

☎022-362-2454

市商工課(内線3524)

中小企業の事業主が、従業員の退職金を計画的に準備できる国の退職金制度です。

掛け金は全額非課税で一部を国が助成、家族従業員やパートタイマーも加入できます。

○(独)勤労者退職金共済機構(中小企業退職金共済事業本部)

☎03-6907-1234

市商工課

(内線3524)

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)

○多賀城実習場

・電気・通信施工技術科

15人

・ビル設備サービス科

18人

住宅リフォーム技術科

18人

訓練期間

○多賀城実習場

7月15日(水)～令和3年1月20日(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 5月11日(月)～6月25日(木)

申込方法 ハローワーク石巻を通じて申し込みください。

○ハローワーク石巻

☎95-0158

ポリテクセンター宮城訓練課(多賀城実習場)

☎022-362-2454

市商工課(内線3524)

中小企業の事業主が、従業員の退職金を計画的に準備できる国の退職金制度です。

掛け金は全額非課税で一部を国が助成、家族従業員やパートタイマーも加入できます。

○(独)勤労者退職金共済機構(中小企業退職金共済事業本部)

☎03-6907-1234

市商工課

(内線3524)

勤労者福祉サービスセンター新規会員募集

会員は次のような福利厚生事業を受けることができます。

・共済給付や生活安定資金

融資の事業

・人間ドックの助成や健康維持活動の支援

・自己啓発活動に係る助成、イベント企画および保養施設などの割引利用

対象

・石巻圏域の中小企業の労働者とその事業主

・石巻圏域在住の中小企業にお勤めの方

料金 500円(入会金)

月額700円(会費)

申込方法 電話またはEメールで申し込みください。

訓練期間

○多賀城実習場

7月15日(水)～令和3年1月20日(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 5月11日(月)～6月25日(木)

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

※随時受け付け

〔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)

〔技術海・空幹部〕

・応募資格 大卒以上で応募資格に定められた学部・専攻学科などを卒業後、2年以上の業務経験のある方

・受付期限 5月22日(金)

〔技術海・空曹〕

・応募資格 20歳以上で国家免許資格取得者

・受付期限 5月22日(金)

力本部長石巻地域事務所

☎83-6789

市総務課

(内線4037)

石巻専修大学

☎22-7716

〒22-7746

〒22-7746

〒22-7746

〒22-7746

〒22-7746

〒22-7746

〒22-7746

〒22-7746

〒22-7746

〒22-7746

〒22-7746

〒22-7746

〒22-7746

〒22-7746

〒22-7746

〒22-7746

〒22-7746

〒22-7746

講座・講習

みやぎ県民大学
「石巻専修大学開放講座」

とき 6月4日(木)～7月9日(木)

毎週木曜日全6回

午後3時～4時30分

※1回のみ受講も可

ところ 石巻専修大学4101教室

テーマ 「地元を知ろう」

対象 16歳以上の県民の方

定員 80人

申込方法 電話または大学のホームページから申し込み、EメールまたはFAXで氏名、性別、年齢、お住まいの市町村、電話番号、職業を記入の上、申し込みください。

申込期間 5月7日(木)～6月3日(水)

※定員に達するまで、開催期間中の申し込みが可能です。

○石巻専修大学

☎22-7716

FAX 22-7746

環境市民講座の 受講生を募集します

「大盤平自然観察ハイキング」

とき 5月24日(日)

午前9時～午後2時

ところ 石巻・川のピジターセンターおよび大盤平

定員 30人(先着)

申込期限 5月15日(金)

「磯の観察会とビーチクリーン」

とき 6月6日(土)

午前9時～11時

ところ 北上町十三浜大室

漁港

定員 20人(先着)

申込期限 5月29日(金)

対象 市内在住または市内に通勤・通学している小学3年生以上の方(小学2年生以下は保護者同伴)

申込方法 はがき、FAXまたはEメールに必要事項(受講希望の旨、住所、氏名・ふりがな、年齢、性別、職業・学校名、電話番号)を記入の上、申し込みください。

○市商工課

〒986-8501

〒986-8501

〒986-8501

〒986-8501

〒986-8501

〒986-8501

〒986-8501

〒986-8501

〒986-8501

〒986-8501

〒986-8501

〒986-8501

〒986-8501

〒986-8501

〒986-8501

〒986-8501

〒986-8501

〒986-8501

〒986-8501

〒986-8501

〒986-8501

〒986-8501

〒986-8501

図書

図書司書がテーマごとに選んだ本が3冊「おたのしみ袋」の中に入っています。中に入っている本の書名は分からないため、普段はあまり手に取らないような本と出合えるかもしれません。大人向け、子ども向け各30組用意しています。

※貸し出しの際に、図書館資料貸し出し券が必要で

資料貸し出し券が必要で

図書

図書司書がテーマごとに選んだ本が3冊「おたのしみ袋」の中に入っています。中に入っている本の書名は分からないため、普段はあまり手に取らないような本と出合えるかもしれません。大人向け、子ども向け各30組用意しています。

※貸し出しの際に、図書館資料貸し出し券が必要で

資料貸し出し券が必要で

資料貸し出し券が必要で

資料貸し出し券が必要で

資料貸し出し券が必要で

資料貸し出し券が必要で

資料貸し出し券が必要で

相談

不動産無料相談会

「土地・建物の価格が知りたい」「不動産を売りたい」「買いたい」けれど、「空いている土地を有効活用したい」など不動産のことでお困りの方に対して、専門家の不動産鑑定士が無料・秘密厳守で相談に応じます。

とき 5月25日(月) 午前10時～正午、午後1時～3時

ところ 宮城県不動産鑑定士協会会議室(仙台市青葉区二日町6番26号V1 P仙台二日町208号)

※要予約

団・圓 (一社)宮城県不動産鑑定士協会
☎022-26517641

小学校就学のお悩み

来春、小学校に入学予定のお子さんで、障害がある、または学習や生活に困難が予想されるお子さんの就学に関する相談を行います。

とき 5月1日～7月17日の毎週金曜日(全11回)

ところ 市役所 2階201会議室

対象 令和3年度小学校入学予定児童・保護者

申込方法 在籍する保育所・幼稚園に要電話予約(事情がある場合、直接の申し込み可)

申込期限 7月10日(金)

弁護士による「巡回無料相談会」

とき 5月22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)

団・圓 法テラス東松島
☎0501338310009
午前9時～午後5時(土日・祝日を除く)

団 市市民相談センター
(内線2534)

市民相談センターから

《ネット通販は慎重に》
手軽で便利なネット通販ですが、商品を購入したものの「商品が届かない」「偽物や粗悪品が届いた」などの苦情が絶えません。

近頃はSNSの広告などがきっかけで、偽のブランドサイトにつながって、トラブルに巻き込まれるケースが増えています。

特に、事前に銀行口座へ振り込みをさせる手口が多く、返金を求めても連絡がつかず、泣き寝入りするケースがほとんどです。

トラブルを防ぐためにも、事業者の連絡先や代表者名、契約内容や返品条件をよく確認しましょう。

団 市民相談センター
☎2315040

5月の相談あんない

行政

- 行政書士相談 ※要予約
18日(月) 午前10時～正午 河北総合支所 2階第3会議室
団・圓 宮城県行政書士会石巻支部 ☎95-3820
- 行政相談
11日(月) 午前10時～午後3時 北上総合支所 1階相談室
13日(水) 午後1時30分～3時30分 市役所 2階相談室B
13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
団 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)
12日(火) 弁護士法人石巻向陽法律事務所 須藤弁護士
26日(火) いしのまき法律事務所 前田弁護士
午前10時30分～午後4時
※定員1日9人[先着]
※要予約 予約受付開始 1日(金) 午前9時
団・圓 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。
団・圓 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

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

- 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 9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
団・圓 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

5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。また、感染拡大防止のため、各施設は10日(日)まで利用休止となります。

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 ※10日(日)まで利用休止

24日(日) 午前9時 令和2年度協会長杯親睦大会(家庭バレー)

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年度会員募集は随時募集しています。

キッズパラエティスポーツ教室 キッズパラエティスポーツ教室令和2年度会員募集は随時募集しています。料金 3,500円 対象 小学校1年生～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年度生徒募集を随時募集しています。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** 28日(木) ※10日(日)まで利用休止
 ※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。)

今月は特に行事予定はございません

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** ※10日(日)まで利用休止

16日(土)～18日(月)・20日(水) 午前9時	高等学校春季大会宮城県大会	市民球場
26日(火) 午前9時	石巻高校・石巻商業高校定期戦	
27日(水)・28日(木)・30日(土)・31日(日) 午前9時	春季東北地区高等学校軟式野球宮城大会	フットボール場
11日(月) 午前9時	石巻地区総体ラグビー競技	
23日(土) 午前9時	東北女子リーグ ベガルタ仙台レディースユース VS 専大北上高校	フットボール場
30日(土)・31日(日) 午前9時	宮城県高校総体ラグビー競技	
11日(月) 午前8時30分	宮城県高等学校総合体育大会サッカー競技石巻支部予選【フットボールフィールド第1】	フットボールフィールド
16日(土)・17日(日) 午前9時	2020ミヤギテレビ杯新人大会石巻地区予選(サッカー)【フットボールフィールド第1】	
24日(日) 午前9時	2020年クラブ社会人リーグ(ラグビー)【フットボールフィールド第2】	フットボールフィールド
16日(土)・17日(日) 午前9時	県下小・中・高ラグビー交流大会【フットボールフィールド第2】	
23日(土)・24日(日) 午前9時	2020リスペクトリーグU12(サッカー)【フットボールフィールド第1】	フットボールフィールド
23日(土)・31日(日) 午前9時	宮城県スポーツ少年団交流大会(ラグビー)【フットボールフィールド第2】	
30日(土) 午前8時30分	宮城県高等学校総合体育大会(サッカー)【フットボールフィールド第1】	フットボールフィールド
31日(日) 午前9時	2020ミヤギテレビ杯新人大会宮城県大会(サッカー)【フットボールフィールド第1】	
31日(日) 午前9時	宮城県スポーツ少年団交流大会(ラグビー)【フットボールフィールド第2】	

石巻中央公民館 ☎22-2970 FAX21-6050 **開** 午前9時～午後9時 **休** ※10日(日)まで利用休止

16日(土)・6月6日(土) 午前9時～11時
 6月28日(日) 午前8時～10時
 初心者の方へのガーデニング講座(入門編) ～一緒につくろう花のある街～
 内容 16日 楽しい花づくりの基礎知識、「種まきをしよう」
 6月6日 「花苗を育苗ポットへ植え替えよう」
 6月28日 「花苗を花壇へ定植しよう」
 対象 [いきいき花のプロジェクト]に参加可能な方
 定員 15人(先着) ※要電話予約

15日(金) 午後1時～4時
 利用協講座 初心者のための川柳教室
 講師 川柳くらげ吟社
 対象 一般市民 定員 8人(先着)
 持ち物 筆記用具 国語辞典
 申込期限 14日(木) 申込方法 電話または直接申し込みください。

20日(水)・27日(水)・6月3日(水)・10日(水)・17日(水)・24日(水) 午後6時～8時
 利用協講座 民謡・民舞初心者講座
 講師 二葉園宗家日本民謡桃水会石巻支部桃川会
 対象 一般市民 定員 10人(先着)
 申込期限 19日(火) 申込方法 電話または直接申し込みください。

22日(金) 午前10時～正午
 石巻市家庭教育支援チーム「いっこクラブ(子育てサロン)」
 内容 アロマスプレーづくりなど 持ち物 飲み物

23日(土) 午前10時～正午
 石巻市ジュニア・リーダーサークルげろっぱ「第1回げろっぱ祭り」
 対象 小学1～6年生
 内容 ジュニアとゲーム、チャレンジコーナー(射的、輪投げ、防災○×クイズなど)
 紙飛行機とばしコンテストなど

24日(日) 午前10時～11時30分(受付 午前9時45分～)
 石巻子ども会育成会石巻支部「第1回インリーダー研修会」
 内容 ゲームのしかたをおぼえよう
 【指導:ジュニア・リーダー「げろっぱ」】
 K Y T(危険予知トレーニング)
 対象 小学4～6年生 定員 30人(先着)
 申込方法 小学校に配布する申込用紙を郵送またはFAXで申し込みください。

蛇田公民館 ☎95-0183 **開** 午前9時～午後9時 **休** ※10日(日)まで利用休止
 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** ※10日(日)まで利用休止
 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** ※10日(日)まで利用休止
 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** 1日(金)～11日(月)、18日(月)、25日(月)

31日(日) 開場 午前9時30分 開演 午前10時
 秋葉艶歌謡教室発表会
 入場料 自由席 前売 1,500円 / 当日 2,000円
 プレイガイド 河北総合センター「ビッグバン」
 阿部 ☎090-5355-7054

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 ※10日(日)まで利用休止

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。

12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。

14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。

19日(火) 午前10時～正午 子どもの本を読む会 今月の本 浜田桂子の絵本 子どもの本を読む、大人のための読書会です。

<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、「なかにおもしろい本ないかな」と思っている人に届けます。
 紹介文の掲示期間 5月12日(火)～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。

<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 12日・26日(火) 午前10時～11時

<出張図書館「わたのは」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 12日・26日(火) 午後1時～2時

<本のおたのしみ袋> 図書館司書がテーマごとに選んだ本が3冊、「おたのしみ袋」の中に入っています。大人向け、子ども向け各30個用意しています。※貸し出しの際に、図書館資料貸し出し券が必要です。と き 16日(土)

<100枚の葉> 図書館に來館した先着100人に、手作りの葉を配布します。と き 9日(土)

<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。

13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

20日(水) 午前10時30分～11時30分 みんなであそぼう 釜子子育て支援センター ※読み聞かせもあります

22日(金) 午前10時30分～11時30分 あそびの広場 渡波子育て支援センター ※読み聞かせもあります

25日(月) 午前11時～正午 Mカフェ 石巻市子どもセンター「らいつ」

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・休館日は午後5時まで) **休** ※10日(日)まで利用休止(電話対応のみ。午前10時～午後5時)

★「サンデープログラム」6～7月期 申し込み受け付け中!!
 サンデープログラムとは、日曜限定の短期講座(2カ月間)です。
 <<6～7月のサンデープログラム>> 原則中学生以上対象
 ・水陸トレーニングパラエティレッスン 全4回 午後1時～2時
 ・季節の養生 陰ヨガ 全4回 午後3時15分～4時45分
 ・ABCから始める英会話 全3回 午前11時～正午
 ・木工教室「ベンチとテーブルを手作りしてみよう」全1回 午前10時～11時30分
 料 金 全1回コース 1,150円/全3回コース 3,450円/全4回コース 4,600円
 ※途中申込が可能な講座や、別途材料費がかかる講座もあります。
 申込方法 窓口にて、各講座初回開講日前まで 直接申し込みください。(定員になり次第締め切ります)

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

【5月の休館日・休講日】 休館日…なし 休講日…3日(日・祝)～6日(水・休) ※プール、ジムフリーは日曜日の時間帯

遊楽館 ☎72-3561 **開** 午前9時～午後9時 **休** 1日(金)～11日(月)、18日(月)、25日(月)
 今月は特に行事予定はございません

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

17日(日) 午前9時～9時45分 ホットヨガ
 料 金 1,000円 定員 15人 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。

24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 ※初めてのの方は無料 定員 5人
 申込方法 電話または直接申し込みください。

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
 ウィークエンド:3,700円 ナイトタイム:4,200円
 ～利用時間～ 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 ※10日(日)まで利用休止
 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 ※10日(日)まで利用休止

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

トレーニング機器 使用講習会

●総合体育館 ☎95-8998 12日(火) 午前10時 / 14日(木)・21日(木) 午後6時30分 / 26日(火) 午後2時
 ※予定が変更になることがあります。 ※受け付けは開始15分前まで

●ビッグバン ☎62-1120 9日(土)・27日(水) 正午 / 午後5時 ※要電話予約

●遊楽館 ☎72-3561 8日(金)・22日(金) 午後3時 / 午後7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)

5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☎67-2113 牡鹿☎45-2113

こころの体温計



※新型コロナウイルスの影響により、行事などが中止や延期になる場合があります。

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。

不要不急の外出を避け、手洗いや、せきエチケットを徹底しましょう。また、日頃の生活の中で3つの「密」が重ならないように工夫し、感染を予防しましょう。

問 宮城県の相談窓口(コールセンター)

☎022-211-2882 (24時間)

☎022-211-3883 (24時間)

市健康推進課(内線2416)

①換気の悪い 密閉空間



ポイント
 日中はこまめに室内の換気(30分ごとに1回以上、窓や扉を数分程度開ける)

②多数が集まる 密集空間



ポイント
 ・人混みを避ける。
 ・呼気が激しくなる室内運動は避ける。

③間近で会話や発生をする 密接空間



ポイント
 至近距離での会話、大きな声を出す、歌うなどを避ける。

※相談(妊産婦・栄養・歯科相談は要予約)

相談名	とき	ところ	問・問	
健康相談	月～金 (祝日を除く)	8:30～17:00	健康推進課	
育児相談				
こころの電話相談				
栄養相談	11日(月)	10:00～12:00	保健相談センター	内線2428
歯科相談	11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	12日(火)・19日(火)・26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	問・問
14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
28日(木) 10:45～15:15			

※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	問・問
アルコール関連相談	アルコール関連問題(ギャンブル依存も)で困っている本人や家族の専門相談	15日(金) 10:00～15:00	☎95-1431
思春期・引きこもり相談	心の問題についての専門相談	14日(木) 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 25日(月) 午前10時30分～午後3時
 ミニ勉強会 癒しのワークショップ ～アロマグッズ作り～ 午後1時30分
 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)
 問 河南総合支所保健福祉課 ☎72-2094(内線272)

※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 16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)
 問 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 31日(日) 午後1時～
 ところ 保健相談センター

※まきこの会：ひきこもりの家族会です。

とき 17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)
 問 「まきこの会」
 ☎080-6022-4478(高橋)

問 健康推進課 ☎94-9132

高齢者肺炎球菌予防接種予診票の送付について

5月中に予診票を送付しますので、定期接種を受けてください。

対象 本年度中に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方で、1度も肺炎球菌予防接種をしていない方

接種期限 令和3年3月31日
 問 健康推進課(内線2427)

5歳児すこやか事業

5歳の誕生月の翌月に「5歳児すこやかチェックシート」を送付します。お子さまの発達や生活の振り返りのために、チェックシートをお役立てください。気になる点について、相談を受け付けています。

問 健康推進課(内線2422)
 各総合支所保健福祉課

【石巻地区】胃がん検診が始まります

とき 5月1日(金)～令和3年1月30日

対象 30歳以上の方

検査方法 問診、胃エックス線検査(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)

申し込みをした方には、順次検診票を送付します。申し込み時に受けないと回答した方や、申し込みをしていない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。
 問 健康推進課(内線2427)

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
がんの種類問わず	16日(土) 13:30～15:00	○がんについて、人生についてさまざまな事を皆さんで語り合います。	ここひろ(蛇田字中塚5-8ヒノケン2F)	200円

問 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)

※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	12日(火)・21日(木)・29日(金)	保健相談センター
	1歳児よちよち相談	11日(月)・18日(月)・25日(月)	
	1歳6カ月児健診	14日(木)・22日(金)・28日(木)	
	2歳児歯科健診	13日(水)・19日(火)・27日(水)	
	3歳児健診	15日(金)・20日(水)・26日(火)	
河北・雄勝・北上	3～4カ月児健診	27日(水)	河北総合センター「ビッグバン」
	1歳6カ月児健診	20日(水)	
	2歳児歯科健診	13日(水)	
河南・桃生	3～4カ月児健診	29日(金)	河南母子健康センター
	1歳児よちよち相談	12日(火)	
	1歳6カ月児健診	14日(木)	
牡鹿	3～4カ月児健診	29日(金)	保健相談センター
	1歳6カ月児健診	28日(木)	
	3歳児健診	26日(火)	
	1歳児よちよち相談	29日(金)	
	2歳児歯科健診		

※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	問・問
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、保護者同士の交流など	13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2617)
もぐもぐ育児教室(河南会場)	定員 15組(要予約)	12日(火)	13:00～13:15	河南母子健康センター	河南総合支所保健福祉課 ☎72-2094(内線271)
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。	26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)

愛の献血

とき・ところ

実施日	実施場所	受付時間
3日(日・祝)	㈱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
5日(火・祝)		
6日(水・休)	イオンモール石巻	
23日(土)		
30日(土)		
31日(日)		

問 健康推進課(内線2418)

健康づくりは健診から！

年に1回、特定健診を受けましょう！

1. 国保の特定健診は自己負担額「無料」です！

生活習慣病は重症化するまで自覚症状がほとんどありません。健診を受けて、体の状態を確認し「健康寿命」を伸ばしましょう。※受診票は5月下旬以降に送付します。

※治療中の方も対象です。また、職場の健診や個人で人間ドックを受ける方は、健診結果の提供にご協力ください。

2. 特定健診受診で「国保健康ポイント事業」対象になります！

特定健診を受けた方から抽選で1,000人にクオカードを、対象となるがん検診を併せて受けるなどの条件を満たした方から抽選で30人に地場産品をプレゼントします。



※健診受診時に石巻市国民健康保険加入者で、国保税に滞納がない世帯の方が対象です。

※申し込みは不要。職場などでの健診結果の市への提供も対象です。

☎ 保険年金課(内線2333)

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。

☎ 夜間急患センター ☎94-5111

【石巻地区】乳がん検診が14日(木)から始まります

申し込みをした方には、順次検診票を送付します。対象の方で追加申し込みを希望する方はご連絡ください。

対象年齢	検査方法	検診開始	自己負担額	検診場所
30～39歳(毎年)	超音波検査	5月14日(木)	500円	保健相談センター
40～64歳(偶数年齢)	・マンモグラフィ(二方向撮影) ・超音波検査(条件該当者のみ)	8月ごろ	1,000円	
66歳以上(偶数年齢)	マンモグラフィ(一方向撮影)	5月14日(木)		

※対象年齢は、令和3年3月31日現在を基準としています。

※超音波検査追加の該当者は、撮影した写真では判断がつきにくく、マンモグラフィのみでは小さなしこりを見落とす危険性がある方です。

☎ 健康推進課(内線2413)

【雄勝地区】レディース検診(子宮頸がん検診・乳がん検診)の延期について

5月22日(金)に予定していた雄勝地区レディース検診は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、延期します。申し込みをいただいた方には別途通知します。なお、開催日程は感染状況などを検討し改めてお知らせします。

医療機関での個別検診をご希望の方は問い合わせください。

☎ 雄勝総合支所保健福祉課 ☎57-2113

市立病院のご案内

診療時間(休日 土日・祝日・年末年始)

診療科	受付時間	診療開始
内科・外科・整形外科	初診 午前8時～11時 再診 午前8時～11時30分	午前9時
眼科・皮膚科	午前8時～11時	午前9時
耳鼻咽喉科	午前8時～11時 木曜日:午前8時～10時30分	午前9時
午前【火・木】	火曜日:午前8時～11時 木曜日:午前8時～10時30分	午前9時
午後【月・火・木・金】	午後0時30分～3時	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した。(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した。(受付、診療開始時間に変更はありません。)

5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)まで問い合わせ下さい。

※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
3日(日・祝)	内科	かわらだ内科胃大腸クリニック(鑄銭場)	21-5335
	小児科	夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111
	産婦人科	齋藤産婦人科医院(中央三丁目)	22-0707
4日(月・祝)	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
	産婦人科	しらゆりクリニック(蛇田字新立野)	22-3717
5日(火・祝)	内科	まだらめ内科医院(わかば二丁目)	24-9133
	小児科	中山こどもクリニック(中里三丁目)	95-4121
6日(水・休)	内科	佐藤内科医院(イオンモール石巻1階)	22-3020
	小児科	夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111
	産婦人科	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
10日(日)	内科	かづま内科クリニック(鹿妻南一丁目)	96-7700
	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
17日(日)	内科	齋藤病院(山下町一丁目)	96-3251
	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
24日(日)	内科	よしろう内科(住吉町一丁目)	22-3277
	小児科	おおば小児クリニック(門脇字青葉西)	93-9693
31日(日)	内科	上石内科クリニック(清水町一丁目)	22-2602
	小児科	中山こどもクリニック(中里三丁目)	95-4121

日	曜	石巻市 河北地区	東松島市 矢本地区	歯科
3日	(日・祝)	石巻ロイヤル病院(内科のみ)(広瀨) 73-5888	仙台ペインクリニック石巻分院(赤井) 82-1310	高城歯科医院(恵み野六丁目) 96-7788
4日	(月・祝)	佐々木医院(和瀨) 72-3122	藤野整形外科(矢本) 83-2121	二宮歯科医院(大街道南一丁目) 22-5623
5日	(火・祝)	中川内科外科医院(前谷地) 72-2123	森さい生医院(野蒜ヶ丘) 98-8891	沼倉歯科医院(鑄銭場) 93-8622
6日	(水・休)	栗原医院(桃生町寺崎) 76-4170	イオンタウン矢本内科(小松) 24-6119	日野歯科医院(錦町) 22-4230
10日	(日)	簡野医院(鹿又) 74-2244	神山クリニック(赤井) 98-8617	藤江歯科医院(南中里一丁目) 95-2313
17日	(日)	紫桃内科医院(鹿又) 75-2325	石垣クリニック内科・循環器科(矢本) 83-7070	本郷歯科医院(蛇田字新丸井戸) 22-0775
24日	(日)	成田医院(相野谷飯野川町) 62-3221	伊東胃腸科内科(赤井) 82-6666	三宅歯科医院(千石町) 22-1448
31日	(日)	櫻井内科クリニック(広瀨) 73-3811	かしわや内科クリニック(小松) 83-2003	駅前もりたデンタルクリニック(穀町) 96-6755

石巻歯科医師会
休日診療所
(中里三丁目)
94-8223

5月の子育て支援コーナー

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。

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お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



※新型コロナウイルスの影響により、10日(日)まで子育て支援センターおよび、子どもセンターらいつは電話相談のみとなります。
※予定は変更になる場合もあります。詳しくはホームページをご覧ください。

湊子育て支援センター

園 湊こども園2階 ☎94-2366・FAX22-4665

《主な行事》

- 11日(月) はじめましての会
- 13日(水) 看護師講話「子どもの様子を見るポイント
～発熱・嘔吐・下痢・咳・発疹～」
- 15日(金) みんなと遊ぶの日
- 18日(月) 助産師さんの成長測定
- 22日(金) 栄養士講話「乳幼児肥満と食生活について
～咀嚼力との関係～」

【要予約講座】

- 27日(水) 親子リトミック講座
- ★あそびの広場(稲井公民館) 12日(火) ※稲井地区の方対象
- ★自由開放日(3カ月～就学前)
・午前・午後開放 19日(火)・26日(火)
午前9時30分～11時30分、午後1時～4時
・午後開放 月～金曜日 午後1時～4時

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

- 20日(水) 保健講話「子どもの症状を見るポイント」 ※要予約
- 22日(金) えほんびより
- 25日(月) 成長測定・子育て相談
- 28日(木) ファミサボ説明会
- 29日(金) 歯科衛生士による子育て講座 ※要予約
- ★自由開放 午前9時30分～11時30分
14日(木)・18日(月)・21日(木)・28日(木)
・午後開放 午後1時～3時
あかちゃん☆ひろば(妊婦～生後3カ月) 毎週月・火・木曜日
ハイハイ★ひろば(生後4カ月～11カ月) 毎週水・金曜日

にじいろひろば

園 NPO法人にじいろクレヨン ☎070-1142-9332

- ★0～1歳生活リズムについて(保健師) 15日(金) ※要予約
- ★はじめましての会 20日(水) ※要予約
- ★自由開放日 火・水・金曜日 10:00～15:00

釜子育て支援センター「あおぞら」

園・園 釜保育所内 ☎24-6113

- ★育児講座
11日(月) 助産師による身体測定(母子手帳をご持参ください)
13日(水) 子育てふれあいサロン ※要予約
20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
15日(金)・18日(月)・22日(金)・25日(月)・29日(金) ※要予約

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

- ★ツイズデーと孫育てひろば 22日(金)
- ★3B中里28会ふれあい広場 11日(月)
- ★たまごひよこサロン 18日(月)
- ★ベビーマッサージ 29日(金)
- 【要予約講座】
★助産師による講座「乳がんについて」 12日(火)
- ★育児講座「親子でリズム遊び」 15日(金) ※要予約
- ★保健講話「からだとハートを整える～ママのためのセルフリリメント～」(病後児室ミルク) 25日(月)
- ★自由開放日 1日(金) 午前9時30分～午後4時30分

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
・18日 午後1時30分 スマイルトーク
テーマ「ワンオペ育児」

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

- ★保健師、栄養士による相談日・成長測定 14日(木)
- ★歯のチェックと講話 14日(木)
- ★助産師小田嶋さんの親子ピクス 26日(火)
- ★自由開放
・11日(月) 午前9時30分～午後2時30分
・毎週火・木曜日 正午～午後2時30分
- ★スクエア子育て広場「はじめの会：ぐるんぱ友の会人形劇」
28日(木) 午前10時～11時30分

河北子育て支援センター

園 飯野川保育所内 ☎61-1601・FAX62-2359

- ★保健指導～身体測定～ 11日(月)
- ★えほんびより 13日(水)
- ★栄養指導 19日(火)
- ★春の遠足 27日(水)
- ★午前自由開放(午前10時～11時30分)
18日(月)、毎週金曜日(0歳～未就園児)
- ★午後自由開放(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)

桃生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

- ★どんぐり子育て広場「はじめの会」
とき 19日(火) 午前10時～11時30分
内容 どんぐりの会メンバーによる大型紙芝居や手遊び、シアターや人形劇など
参加費 1家族200円 ※要予約
- ★自由開放 午前9時30分～午後3時
12日(火)・15日(金)・25日(月)・26日(火)・29日(金)

北上子育て支援センター

園 相川保育所内 ☎66-2177

- 《主な行事》
・18日(月) 保健師相談会
- ★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中は除く

雄勝子育て支援センター

園 雄勝保育所内 ☎25-6331

- 《主な行事》
・わらべうた遊び(地域交流会) 21日(木)
- ・保健師来所日：身体測定 26日(火)
- ★自由開放
・午前、午後開放 水・金曜日
(午前9時30分～11時30分、午後1時30分～4時30分)
・午後開放 火・木曜日(午後1時30分～4時30分)
※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 13日(水)・20日(水)・27日(水) 午前9時～正午
※5月13日(水)は保健師が来所し、育児相談をします。
- ★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
※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

- 開館時間 午前9時30分～午後7時
- ※休館日 3日(日・祝)、4日(月・祝)、5日(火・祝)、6日(水・休)、7日(木)、21日(木)

らいつ
予定はこちら



子育て駅伝

桃生新田保育所

園 桃生町新田字西町30 ☎76-4123

近くに北上川が流れ、春には菜の花が満開に咲き、秋には田んぼにたくさんのお米が実る自然豊かな環境の中、0歳児から5歳児までの77人がのびのびと楽しく過ごしています。近隣にある幼稚園や小学校との交流活動も盛んです。

桃生地区で唯一の保育所



夏のお楽しみ「プール遊び」



菜の花が咲くお散歩コースの河川敷



親子遠足で訪問した八木山動物公園



サンタとパチリ。「クリスマス会」

利用者さんへインタビュー



♥三浦衣里子さん・想大ちゃん(3歳)・希星ちゃん(1歳)(写真左)
2人とも昨年4月からお世話になっています。長男の想大はおとなしく、マイペースな子ですが、保育所の行事や遊んだことなどを楽しそうに話してくれます。次男の希星はお兄ちゃんが大好きで、けんかしてもすぐ後を追いかけてきます。

♥高橋恵美さん・京汰ちゃん(5歳)・宏奈ちゃん(3歳)(写真右)
お世話になって京汰は6年目、宏奈は3年目になります。京汰はいつも元気で、保育所で覚えたことを家でよく話してくれます。小学2年生の長男を含めて兄が2人なので、宏奈は女の子用よりも男の子用のおもちゃで遊ぶのが好きです。





大きな窓から陽光が降り注ぐ2階のロビー



2階入り口となる歩行者デッキは市役所、市立病院とつながる

市民生活支える多様な設備

石巻市ささえあいセンター

市役所西隣に30日にオープンする石巻市ささえあいセンターは、鉄骨造3階で、延べ床面積は4,256平方メートル。医療、介護、保健、福祉のサービスを地域と連携して一体的に提供するとともに、子育て支援や障害者支援にも重点を置いた多様な設備で市民生活を支えています。

センターは1階が駐車場、駐輪場です。市役所、市立病院に通じる歩行者デッキがある2階には、総合受付とミーティングルーム、子育て世代包括支援センター、子育て交流室、市民交流室や福祉関連の相談室などを配置しました。

3階は市社会福祉協議会の事務所や200人が収容できる「ささえあいホー

ル」、介護予防体操などの健康づくりの場となる「市民活動室」などがあり、災害時には福祉避難所として活用できるように、簡易ベッドや食料品などの備蓄倉庫も備えました。

2、3階の東側は吹き抜けのガラス張りになっており、2階にはロビー、3階には展示スペースを設け、訪れた人たちが明るい日差しを浴びながら、ゆったりとくつろげる空間になっています。

図 包括ケア推進室(内線2572)



200人収容できる3階の「ささえあいホール」



介護予防体操などの健康づくりに使われる市民活動室



子育て世代の利用者のために2、3階には授乳室も備えた

五輪の聖火 被災地に希望届ける

南浜津波復興祈念公園で「復興の火」展示



東京2020オリンピックの聖火が「復興の火」として3月20日、南浜町の石巻南浜津波復興祈念公園に展示されました。同公園の中核的施設で記念式典が行われた後、施設の外に設置された聖火皿に亀山市長が点火。聖火皿に炎が上ると見守った村井知事、聖火リレー公式アンバサダーの「サンドウィッチマン」の伊達みきおさんと富澤たけしさんや公開を待ちかねた200人を超える市民から、大きな拍手が湧き起こりました。新型コロナウイルスの感染拡大の影響で、東京2020オリンピックは来年に延期されましたが、この日夜まで公開された「復興の火」は、被災地を応援する希望の光として、市民を元気づけました。

図 東京オリンピック・パラリンピック推進室(内線4250)

みんなのた場



河北地区・小船越舟形

伊勢崎

瑠依さん(10歳大谷地小学校5年)
莉生君(9歳大谷地小学校4年)
香音さん(6歳大谷地小学校1年)

特殊照明製造会社に勤務する伊勢崎利文さん方は6人家族。1男2女の子どもたちと妻由香さん、母和子さんの3世代が、深緑の山と田園地帯が目の前に広がる自然豊かな場所に建つ自宅で、楽しく暮らしています。

毎日元気に自転車通学

3人きょうだいの長女瑠依さんはしっかりした性格で、勉強は漢字が得意。1年生から漢字検定に挑戦し、4年生で6級を取得しました。長男の莉生君は、少しやんちゃな面もありますが、旅先などでは、初めて会った結果は、将来きつと役に立つはずです」と期待します。自身が小学4年生から高校3年まで野球に打ち込んで身に付けた礼儀や人とのつながりが、これまでの人生の糧となった体験に基づくだけに重みがあります。



た知らない人とすぐに仲良しになって家族を驚かすほど、コミュニケーション能力に優れています。

次女の香音さんは、少し甘えん坊ですが、3月まで通っていた幼稚園では年少の子どもたちともよく遊び、慕われていました。

3人が在籍する大谷地小学校には毎日、自転車で通学します。4月に入学したばかりの香音さんも、入学前から一生懸命に乗り方を練習し、瑠依さん、莉生君を含む地区の子どもたちと一緒に、約2キロ離れた学校まで集団登校しています。

将来の夢については3人とも「まだ分からない」と模索中ですが、利文さんは「自分なりの目標を見つけ、その実現に向かって一生懸命に頑張ってほしい。努力した結果は、将来きつと役に立つはずです」と期待します。自身が小学4年生から高校3年まで野球に打ち込んで身に付けた礼儀や人とのつながりが、これまでの人生の糧となった体験に基づくだけに重みがあります。たまに激しいけんかもありますが、それだけ仲の良い証拠。自宅ではいつも騒がしい3人ですが、友達のお母さんや学校の先生たちからは「小さい子の面倒をよく見てくれて、頼りがいがあります」と言われます」と語る由香さん。それぞれの個性や良い面を生かしながら元気に成長する姿を、温かく見守っています。

石巻市立桜坂高等学校

桜坂だより

第12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「桜坂タイム」の地域理解・就業体験として毎年皆さんの地域や職場にお世話になっています。



1年生は「まちなかポスタープロジェクト」を通して地域理解に取り組みます。



2年生は「さくらプロジェクト」で、地元の各企業で就業体験をさせていただいています。



キラッとパチリ

団員の増員に力注ぐ

4月1日付で石巻市消防団長に就任しました。昭和55年に河南町消防団に入団し、分団長、副団長などを経て、平成26年から6年間、市消防団河南地区団長を務めました。

東日本大震災では、河南地区内の避難所や断水家庭への給水活動などに奔走しました。携帯電話が通じない中、団の車両に装備してい



石巻市消防団長
くぼた かつゆき 勝幸さん(61)

た無線で河南総合支所と連絡を取りながら的確に活動でき、災害時の情報共有の大切さを痛感しました。

市消防団には約1700人の団員がいますが、震災の被災地などを中心に団員が減り続けています。「消防団は地域防災の要」という意識を高めてより多くの方に入団してもらえよう、行政や企業関係者、地域の皆さんの理解と協力を得ながら、増員に取り組みます。

食育推進コーナー



石巻市食育推進キャラクター「いしのまき隊」

《食生活改善推進員連絡協議会石巻分会》

「野菜たっぷりベトナム料理に挑戦！」



食育の推進と会員の交流を図るため、地産地消研修会を実施しています。

今回は、ベトナム料理に挑戦し、揚げ春巻きや酢の物などを作りました。地元の新鮮な野菜をたっぷり使い、和食とは違う味わいをみんなで楽しむことができました。

健康推進課(内線2617)

北上 十三浜ワカメの安定生産目指す

青年研究会が人工採苗に挑戦



北上地区で2月～4月末ごろに収穫される「十三浜ワカメ」の安定生産とブランド価値向上を目指し、県漁協北上町十三浜支所青年研究会(遠藤貴彦会長)の20～40代の若手漁業者14人が、地元産ワカメから自前の種を採取する人工採苗に挑戦しています。

Topic of town まちの話題



同地区ではこれまでも自種でのワカメ養殖を模索してきましたが、技術不足などで定着せず、県内外の業者から種を購入してワカメ養殖を続けています。しかし、種業者の高齢化が進んで、将来の供給量減少が心配されるため、同研究会は、平成30年度から県水産技術総合センターの支援を受けて人工採苗に取り組み始めました。

2年目の令和元年度は、東日本大震災の復興支援としてNTTドコモから寄付された500万円で購入した顕微鏡や採苗用タンクなどを購入し、機材が充実しました。遠藤会長は「まだまだ勉強段階ですが、手応えはあります。肉厚で歯応えが自慢の十三浜ワカメの種を、将来は他産地にも提供できるよう頑張ります」と張り切っています。

エスディーゼズ SDGsで未来を変えよう!



SDGs地域戦略推進室(内線4223)

より良い未来のために



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

1 貧困をなくそう	2 飢餓をゼロに	3 すべての人に健康と福祉を	4 質の高い教育をみんなに	5 ジェンダー平等を実現しよう	6 安全な水とトイレを世界中に
7 エネルギーをみんなにそしてクリーンに	8 働きがいも経済成長も	9 産業と技術革新の基盤をつくろう	10 人や国の不平等をなくそう	11 住み続けられるまちづくりを	12 つくる責任 つかう責任
13 気候変動に具体的な対策を	14 海の豊かさを守ろう	15 陸の豊かさも守ろう	16 平和と公正をすべての人に	17 パートナリシップで目標を達成しよう	

SDGsってなに?

SDGs(エスディーゼズ)は、Sustainable(サステイナブル) Development(ディベロップメント) Goals(ゴールズ)の略で、日本語訳は「持続可能な開発目標」です。

2015年(平成27年)9月の国連サミットで193カ国の加盟国が全会一致で採択した、2030年までの開発目標で、17の目標などで構成されています。

誰一人取り残さないをスローガンに、現在も、そして子どもや孫の世代も、豊かな暮らしができ、発展していけるような社会を実現するために、世界全体で取り組んでいく目標です。

なぜSDGs?

地球では、温暖化をはじめ、さまざまな環境問題が深刻化しています。

大量生産と大量消費を繰り返し、利便性や快適性だけを求め続けていたら、未来はどうなるでしょう。日本を含む先進国のこれまでの経済成長は、公害や自然環境の破壊を引き起こし、このままいくと経済的にも環境的にも破綻してしまうと言われています。

また、世界では、極度の貧困や飢餓など、さまざまな問題を抱えている人々があり、生活水準の向上などが急務となっています。

このような課題を解決し、持続可能な社会を築くためには、みんなでこの世界を変えていく必要があるのです。

誰が取り組むの?

私たち一人一人、全ての人が主役です! SDGsは、世界規模の社会変革に向けた目標で、なかなか身近に感じられないかもしれません。

しかし、SDGsは市民・企業・行政などがそれぞれに取り組んでいても達成できません。それぞれが17の目標を意識して、連携して取り組むことで、未来を変えることができるのです。

みんなでSDGsを「自分のこと」として捉え、普段の生活の中から取り組んでみましょう!

みんなではじめよう! SDGs!

一人一人の小さな行動が、未来を変える大きな動きにつながります。SDGs達成のためにできることを考え、取り組んでみましょう!

マイボトルを使う (目標14: 海の豊かさを守ろう)

マイバッグやマイボトルの使用は、プラスチックごみの削減につながります。小さな心がけが、豊かな海を守ります。

食べ残しをなくす (目標12: つくる責任 つかう責任)

必要な量だけ買う、注文するなどにより食品ロスをなくすことで、資源の有効活用と持続可能な消費と生産につながります。

マイカー利用を控える (目標13: 気候変動に具体的な対策を)

マイカーの利用を控え、公共交通機関の利用や歩くことで、地球温暖化の原因である二酸化炭素の排出を抑制できます。

来月号から、17の目標ごとに、それぞれの内容などについてご紹介します。

交通規制のお知らせ

石巻駅工業港北線(JR貨物 釜踏切付近)の一部区間で、道路築造工事により片側交互通行による交通規制を実施します。ご理解とご協力をお願いします。

規制期間 6月1日(月)～6月30日(火)(予定)
規制内容 昼間(午前8時～午後5時)
 → 片側交互通行
 夜間および休日
 → 全面通行可

※工事期間は作業の都合上、変更することがあります。ご了承ください。



図 区画整理課(内線5587)

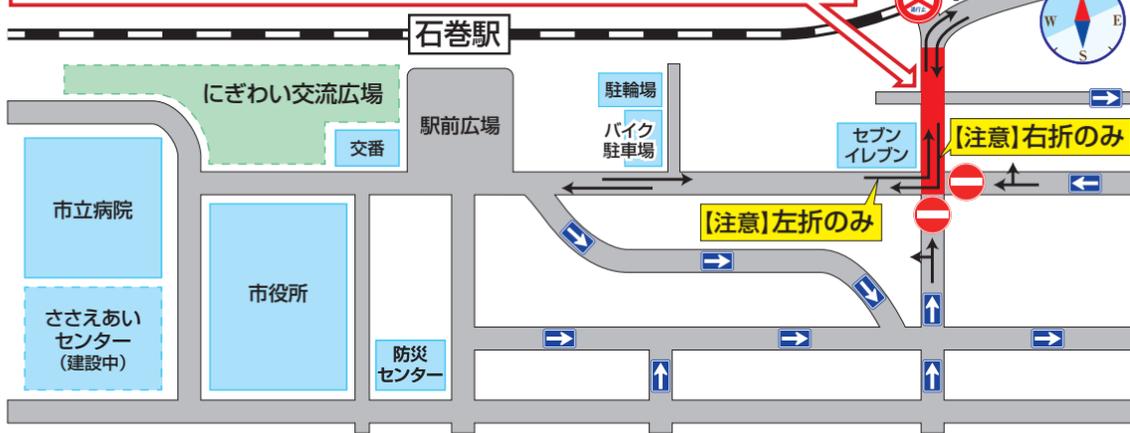


市道の一部相互通行開始

現在、鑄銭場・住吉町一丁目2号線ほか1路線の道路改良工事を行っています。整備の完了した南北区間は、4月1日から相互通行を開始しました。

図 石巻駅周辺整備プロジェクト推進室(内線5635)

◎4月1日から市道の一部が相互通行となりました



Jアラートの全国一斉訓練を実施します



Jアラートを用いた全国一斉の情報伝達訓練が5月20日(水)午前11時ごろに行われます。防災行政無線、戸別受信機、防災ラジオからテスト音声の流れます。実際の災害と間違わないようご注意ください。

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

図 危機対策課(内線4317)

今月の休日窓口開庁のお知らせ

5月3日(日・祝)・17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 6月1日(月)
 ○軽自動車税(種別割) 全期 ○固定資産税 第1期
 ○国民健康保険税 第2期
 □口座振替不能者の再振替日 5月15日(金)
 (4月30日納期限分)
 ○国民健康保険税 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261号 令和2年5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)



住民基本台帳による石巻市の人口と世帯数

令和2年3月末現在	人口 141,887人 世帯数 61,625世帯
平成31年3月末現在	人口 143,701人 世帯数 61,402世帯