

**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 

## 自閉症への理解促進と 医療従事者に感謝込め



## 青い光で萬画館をライトアップ

国連が定める世界自閉症啓発デーの4月2日から8日までの1週間、石ノ森萬画館を青い光で照らす「ライト・イット・アップ・ブルー」が行われました。発達障害への理解を深めようと「ライト・イット・アップ・ブルー in石巻」実行委員会が主催しました。新型コロナウイルス感染拡大の影響で点灯式などは中止になりましたが、萬画館と実行委員会は、感染拡大防止と治療のため、最前線で働く医療従事者に感謝の気持ちを伝えようと、5月7日から萬画館を再び青い光でライトアップし、医療現場にエールを送っています。



石巻市イメージキャラクター

## 新型コロナウイルス感染症の受診・相談の目安が変更になりました

5月8日から目安が変更されたので、次の症状がある方は県の相談窓口にご相談ください。  
 なお、引き続き不要不急の外出を控え、手洗いやせきエチケットを行い、感染症予防に取り組みましょう。

### 次の症状がある方は、県の相談窓口にご相談ください

- ・ **息苦しさ** (呼吸困難)、強い **だるさ** (倦怠感) や **高熱** などの **強い症状** のいずれかがある
  - ・ **重症化しやすい方** (妊婦や高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患などの基礎疾患がある方、透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤などを用いている方) で、発熱やせきなどの **比較的軽い風邪** の症状がある
  - ・ 上記以外の方で発熱やせきなど **比較的軽い風邪の症状が続く** 場合
- ※症状が4日以上続く場合は必ずご相談ください。症状には個人差がありますので、強い症状と思う場合にはすぐ相談してください。解熱剤などを飲み続けなければならない方も同様です。

### 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)

## 特別定額給付金(10万円)の申請はお済みですか

新型コロナウイルス感染症の拡大防止に留意しつつ、家計への支援を行うため、給付を行います。  
 5月14日(木)から順次申請書を送付していますので、期限までに忘れずに手続きをお願いします。

対象 令和2年4月27日現在で、市内に住民登録されている方

給付額 一人当たり10万円

申請方法 受給権者は、世帯主です。

・ 郵送申請

・ オンライン申請(マイナンバーカード所持者で署名用電子証明書が発行されている方)

申請期限 8月14日(金)

※特別定額給付金の給付を装ったEメールや電話による詐欺にご注意ください。

市や警察、銀行などが、通帳やキャッシュカードを受け取ったり、口座の暗証番号を聞いたりすることは、絶対にありません。

☎・☎ 市特別定額給付金専用ダイヤル ☎90-8052

☎ 総務省特別定額給付金コールセンター ☎0120-260020

※配偶者などからの暴力を理由に避難している方の受給に関する相談は、虐待防止センターで受け付けています。

☎ 市虐待防止センター ☎23-6614



## 石カラ・プロジェクト ～石巻のチカラを合わせて、大きな壁を乗り越えよう～

新型コロナウイルス感染症で大きな影響を受けた飲食業界を支援する「石カラ・プロジェクト」が始動しました。

自分のお気に入りのお店を選び(複数可)、金額を指定して「割増応援チケット」を購入します。

後日、そのお店に行くとチケットを使用すると、チケット購入額プラス10%割り増しで食事が楽しめます。

石巻の飲食店を皆さんで応援しましょう!

詳しくは特設ホームページをご覧ください。

販売期限 6月30日(火)

※チケットは購入日の翌日から180日間有効

料金 1枚3,000円

購入方法 参加飲食店、かわまち交流センター、市役所1階 観光案内所、インターネットで購入できます。

☎・☎ (一社) 石巻観光協会 石カラプロジェクト委員会 ☎93-6448



石カラ・プロジェクト  
特設サイト



## 新型コロナウイルスなどの感染拡大防止のための使用済みマスクの捨て方

せきやくしゃみなどの風邪症状がある場合、使用済みマスクなどは、次のとおり捨てましょう。

・ 唾液や排泄物などの体液が付着したごみは、ビニール袋などで密閉した上で、指定袋に入れて排出してください。

※使用済みマスク、鼻をかんだティッシュ、おむつなど

・ 指定袋は、ごみが散乱しないようしっかり結び、収集日に集積所へ出してください。

☎ 廃棄物対策課(内線3373)



## 「古着・布類」の家庭内保管をお願いします

新型コロナウイルスの影響を受け、現在、国内外で多くの古着・布類が一時的に滞留しています。

当面の間、各家庭で不用となった衣類などは、排出を控え、直接使用してくれる方に譲って、古着として排出しないなど、ご協力をお願いします。

※古着・布類の収集を完全に休止するものではありませんので、排出が必要な場合は、通常どおり、古着・布類の収集日に出してください。

☎ 廃棄物対策課(内線3373)

## 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。

☎ 石巻地方広域水道企業団 お客さまセンター ☎96-4955

市下水道管理課(内線5694)

# コロナにまけるな ~フレイルを予防しましょう~

新型コロナウイルス感染症は、高齢者や基礎疾患のある方は重症化しやすいことが明らかになっています。高齢者が自分自身を守るためには、手洗いを中心とした感染症予防が重要です。また、人が多く集まる場所を避けることも必要ですが、家に閉じこもりがちになると、動かない事(生活不活発)による、心身や脳の機能が低下する**フレイル(体が弱くなる・虚弱)**が進みます。そのため、一人一人が新型コロナウイルス感染症に負けない暮らしを続け、フレイルを予防しましょう!!

## コ コロの元気を維持してストレス解消!!

ストレスで心の元気がなくなると免疫力が落ちます。ストレスをためないよう、簡単な運動やおいしい食事、ぬるめのお風呂にゆっくり入る。映画やお笑いのビデオなどでストレス解消。普段はできないことにも挑戦してみてくださいはいかがですか? (園芸、読書)

## ク 腔機能を維持しましょう!!

パタカラ体操で飲み込む力をアップさせましょう。(パパパ、タタタ、カカカ、ラララとそれぞれ10秒間できるだけ早く発音するトレーニングです)



## な んでも食べて免疫力アップ!!

しっかりとした食事をとることが免疫力アップにつながります。活動の低下は食欲減退を引き起こし、簡単な食事ばかりで済ませてしまうと、筋力や免疫力の低下を引き起こします。また、お口の筋力も低下しますので、たんぱく質や野菜をよくかんで食べましょう。



## に んち機能低下を予防しましょう!!

閉じこもりの状態が続くと、認知機能の低下を招き、判断力や記憶力の低下やうつ症状が現れます。脳を刺激する運動(コグニサイズ)を行うことで、認知機能の低下を予防しましょう。

認知課題

- ・じゃんけん
- ・歌う
- ・数える
- ・計算する
- ・しりとり



運動課題

- ・足踏み
- ・ウォーキング
- ・椅子に座って足踏み
- ・腕ふり



組み合わせると同時にすることで脳と体の機能低下を防ぐ!!

## マ スクの着用やせきエチケット、手洗いやうがいをしましょう!!

体温測定で自己管理し、発熱や風邪症状がある場合は、すぐに病院には行かず、かかりつけ医やコールセンターに電話で相談してください。



## け んこう維持のための運動をしましょう!!

外でのウォーキングや、ちょっとした筋トレ(スクワット)、ラジオ体操、玄米ダンベル体操などで介護予防に取り組みましょう。

## る すにしないで、家にいましょう!!

不要不急の外出は避け、やむを得ず外出する場合も「密閉」「密集」「密接」を避ける行動をとりましょう!



## な るべく誰かと話しましょう!!

家にいる時間が長いと、限られた人とだけの会話になりがちです。電話やEメールなど普段はあまり使わない方もこの機会に、遠くの家族や友達と会話を楽しんでみてはいかがですか。また手紙を書くのも脳トレになります。

※詳しくはホームページをご覧ください。

図 介護保険課(内線2437)

児童手当を引き続き受給する方は、毎年6月に現況届を提出する必要があります。

### 児童手当の現況届を忘れずに!

児童手当を引継ぎ受給する方は、毎年6月に現況届を提出する必要があります。

なお、特例給付の受給者は、今回の給付金は対象外です。また、公務員の方は、勤務先に確認してください。

受給対象となる方には、通知を送付していますのでご確認ください。

対象児童は、令和2年4月分の児童手当の対象児童または、令和2年3月分の児童手当の対象児童で年齢到達により支給が終了した児童です。

児童手当を受給している方を対象に、臨時特別給付金を支給します。

子育て世帯へ臨時特別給付金を支給します



※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。



燃やせるごみの中には、菓子箱や封筒など、リサイクルできる紙「雑がみ類」が多く含まれています。雑がみ類を分別し、リサイクルにご協力ください。

- ①専用収集袋を出す
- ②紙袋を出す
- ③紙ひもで縛って出す

図 廃棄物対策課 (内線3373)

雑がみ類の分別にご協力を

毎月10日と30日を冷蔵庫のクリーンアップデーとし、冷蔵庫の中から使い忘れ、食べ忘れた食材や、賞味期限・消費期限が迫っているものはありませんか。家庭から出る生ごみの中には、食べ残しや、手付かずの食品がたくさん含まれています。

毎月10日と30日を冷蔵庫のクリーンアップデーとし、冷蔵庫の中から使い忘れ、食べ忘れた食材や、賞味期限・消費期限が迫っているものはありませんか。家庭から出る生ごみの中には、食べ残しや、手付かずの食品がたくさん含まれています。

図 廃棄物対策課 (内線3373)

「もったいない!食べ残し! 30・10運動」実施中

冷蔵庫の中に、使いかけたまま忘れられた食材や、賞味期限・消費期限が迫っているものはありませんか。家庭から出る生ごみの中には、食べ残しや、手付かずの食品がたくさん含まれています。

図・圏 子育て支援課 (内線2512)

各総合支所保健福祉課

書類を送付しますので、手続きをお願いします。

2月~5月分の児童手当は、6月10日(水)に振り込みます。

図・圏 子育て支援課 (内線2512)

各総合支所保健福祉課

環境・エコ

図 廃棄物対策課 (内線3373)



### 東日本大震災の被災者生活再建支援制度手続きはお済みですか

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。

### 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

### 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。 困難な方はご相談ください。

### 防災士養成研修講座を延期します

例年8月に実施していましたが、新型コロナウイルス感染症拡大の防止のため延期します。

### 洪水ハザードマップを全戸配布します

事業者の方などで必要な場合は、危機対策課、各総合支所地域振興課、各支所で配布します。



(防災マップ)

### 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の物件を購入の場合には、免除の対象外です。

申請期限 令和3年3月31日

### 市民税・県民税の納税通知書を発送します

令和2年度の市・県民税の納税通知書を6月10日(水)に納税義務者・納税貯蓄組合長に送付します。

なお、令和2年度の課税(非課税)証明書は6月10日(水)から発行します。



(防災マップ)

## 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(基礎くいば対象外) 3 浄化槽(みなし浄化槽含む)・汲み取り式便槽(住宅などと一緒に解体する場合のみ対象)
- 受付期限 7月31日(金)
- 必要書類 ・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 ・被災証明書の写し ・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
- 届出先 廃棄物対策課(内線3372) 各総合支所市民生活課

### 「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。

とき	ところ
6月15日(月) 午前10時~午後4時	市役所3階36番窓口

届出先 住宅金融支援機構お客様コールセンター ☎0120-086-353(通話無料)午前9時~午後5時(祝日を除く) 市生活再建支援課(内線3965)

### 「住まいの復興給付金」申請相談会

東日本大震災で被災した住宅(借家を除く)の所有者が、平成26年4月の消費税率8%引き上げ以降に、住宅を建築・購入、または補修(工事費が税抜き100万円以上)し、その後居住する場合に、消費税増税相当(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

とき	ところ
6月15日(月) 午前10時~午後4時	市役所3階36番窓口

届出先 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)

### 方言に感じる親近感



道路第2課 高濱 洋一さん(45) 岡山市から派遣

今年4月から、東日本大震災や令和元年東日本台風(台風19号)などで被災した道路や橋の復旧・復興に関する設計、発注、監督業務に携わっています。岡山市役所に勤務した20年間のうち、19年間は道路工事関係の部署で働き、その実績と経験を生かして、震災復興に貢献したいと派遣を志願しました。赴任の際は、岡山市から1泊2日かけて車で来ました。石巻市に到着して石巻河南インターチェンジ周辺の大きなスーパーを目の当たりにした時は、想像以上に発展していることに驚きました。こちらの方言が、自分の出身地(長崎県佐世保市)とイントネーションが似ていることに、親近感も感じています。何年、石巻市の仕事に携われるか分かりませんが、派遣終了時に満足できる成果を出し、一生の良い思い出となるように前向きに頑張ります。復興完了の暁には、全国でも目覚ましい発展を遂げた地として、注目される都市になってほしいです。

### 防災「合言葉」受賞作品

#### 忘れるな あの日の記憶と 避難場所

飯野川小学校2年生 愛莉 生

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

### 防災ラジオテスト放送 4月の測定結果

6月11日(木)午後3時ごろ 空間放射線量 4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以下と定められています。市内において放射線量の測定を行った結果、測定地点の全てで、健康に影響を与えるような数値は検出されませんでしたのでご安心ください。

空間放射線量の測定結果 (単位: マイクロシーベルト/時)	測定箇所	測定結果	測定期間
市立小学校、市立中学校、市立高等学校 (敷地)	0.06~0.10	4/7~4/27	
市立保育所、私立幼稚園、私立保育園 (敷地)	0.04~0.08	4/6~4/27	
公共施設等 (ホットスポット調査)	0.06~0.09	4/3~4/27	
牡鹿地区集落	0.06~0.13	4/7~4/21	

## 高齢者福祉サービスのお知らせ

在宅高齢者の方の日常生活を支援するため、介護保険サービスとは別に、次のような福祉サービスを行っています。サービスにより利用者負担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。

サービス名	概要	対象要件
老人日常生活用具給付等事業	介護が必要な高齢者の方に、電磁調理器などの日常生活用具を給付します。対象用具によって限度額が異なります(限度額を超えた金額は、自己負担)。※用具購入前の申請が必要です。	65歳以上で本人および世帯全員が市民税非課税の方で要件に該当する方(例)電磁調理器:要介護または要支援と認定された方 ※対象用具によって要件は異なります。
外出支援サービス	公共交通機関を利用することが困難な高齢者の方に、通院などのために利用する寝台車などのタクシー料金の一部を助成します。	65歳以上で介護保険が要介護3~5と認定された市民税非課税の方
ひとり暮らし老人等緊急通報システム事業	1人暮らしの高齢者などに、緊急通報システム機器を設置し、急病などの緊急事態に迅速な対応を行います。	・65歳以上で慢性疾患などのため日常生活に注意を要とする1人暮らしの方など ・80歳以上の1人暮らしの方など
寝具洗濯乾燥消毒サービス事業	寝具の衛生管理が困難な高齢者の方に、寝具の洗濯、乾燥、消毒のサービスを行います。	65歳以上の1人暮らし、または高齢者のみの世帯に属し、世帯全員が市民税非課税の方
訪問理美容サービス事業	理容・美容店の利用が困難な高齢者の自宅を訪問し、理容、美容のサービスを行います。	65歳以上の1人暮らし、または高齢者のみの世帯に属し、介護保険において要介護3~5と認定され、かつ市民税非課税の方
バリアフリー住宅普及促進事業	手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修資金の助成を行います。※工事着工前の申請が必要です。	65歳以上で住居の改良が必要と認められる世帯全員が市民税非課税の方 ※「要支援」、「要介護」認定者は除く
生きがいデイサービス事業	家に閉じこもりがちな高齢者の方を対象に、公共施設などで「集いの場」と趣味製作などの「活動の場」を提供します。	65歳以上の家に閉じこもりがちな方で「要支援」、「要介護」の認定を受けていない方

市内地域包括支援センター、ご利用の居宅介護支援事業者、市福祉総務課(内線2455)、各総合支所保健福祉課

「食」の自立支援事業	心身、環境の要件が、日常の食生活において支援が必要である高齢者の方に、栄養バランスのとれた食事を届けるとともに、安否確認を行います。	65歳以上の1人暮らし、または高齢者のみの市民税非課税世帯に属する方
介護用品支給事業	在宅で高齢者を介護している家族の方に、紙おむつ、尿取りパットなどの購入給付券を支給します。	世帯全員が市民税非課税で、在宅の要介護認定を受けている65歳以上の方を介護している家族

市内地域包括支援センター、ご利用の居宅介護支援事業者、市介護保険課(内線2445)、各総合支所保健福祉課



### ごみ減量とリサイクル

5月30日(土)~6月5日(金)は、「ごみ減量・リサイクル推進週間」です。

「循環型社会」をつくるために、3R(スリーアール)を実践しましょう。

- Reduce(リデュース) ごみを減らそう。必要以上に買わない、もらわない。
- Reuse(リユース) 繰り返し使おう。別の使い道も考えてみよう。
- Recycle(リサイクル) 再び資源として利用しよう。

できることから始め、「み

んなでつくる。ごみ減量のまち「いしのまき」を目指しましょう。

### ごみ集積所のカラス対策にご協力を

廃棄物対策課(内線3373)

カラスはエサを求めてごみ集積所に集まり、ごみを散乱させますので、次の対策をしましょう。

- ・エサとなる生ごみを、できるだけ減らす。
- ・生ごみは不要になった紙などで包み、外から見えないように指定袋の真ん中に入れる。
- ・収集日の午前8時30分までに集積所に出す(前日の夜には出さない)。

場合は、防鳥ネットなどの使用も有効です。

### 不法投棄はやめましょう

廃棄物対策課(内線3376)

5月30日(土)~6月5日(金)は「全国ごみ不法投棄監視ウィーク」です。

空き地や一般家庭ごみ集積所へ、産業廃棄物や粗大ごみが捨てられています。不法投棄禁止違反は、5年以下の懲役もしくは、1000万円以下の罰金、または併科に処せられる犯罪行為です。もし、不法投棄が行われている現場を目撃したら、すぐ警察に110番通報してください。

通報の際は、場所、時間、車のナンバーなどを控えておいていただくと、投棄者が特定しやすくなりますので、ご協力をお願いします。

### 空き地は適正に管理しましょう!

廃棄物対策課(内線3376)

空き地の所有者は、雑草の繁茂や、害虫の発生などにより周辺の住民の迷惑にならないよう適正に管理しましょう。

※空き地には、囲いをするなどごみが捨てられない

ようにしましょう。

### 愛犬のみなさまへ

環境課(内線3363)

飼い犬のふんを回収しなかつた場合、指導・勧告の対象となります!

散歩中のふん尿の始末は飼い主の責任です。尿を洗い流せるよう水の入ったペットボトルや袋などを携帯し、回収後のふんは家庭で処理しましょう。また、他人の建物などへの排尿はやめさせましょう。

「犬の放し飼い」は県の条例で罰せられます!

飼い犬は道路などに接しない、人の通らない場所に必ずつないで飼いましゅう。また、散歩のときは必ずリードを付け、犬の急な飛び出し事故などを避けるためにも、リードはコントロールできる長さに調節し、歩行者や車の運転者も安心できる散歩を目指しましゅう。

### 6月は環境月間です!

環境課(内線3364)

周囲に迷惑をかけない、嫌な思いをさせないことが、最低限のマナーです。

道路・公園、河川敷などにごみが散乱しています。美しい環境をつくり、清潔で健康な生活を送るために、私たち一人一人が周囲の環境を保っていきましょ

### 自動車税種別割の納め忘れはありませんか?

自動車税種別割の納期限は6月1日(月)です。

未納の方は、早急に納付してください。納税についてのご相談は、早めにご連絡ください。

### 国家公務員税務職員採用試験のお知らせ

県東部県税事務所(95-11520)

税務のスペシャリストとして活躍するバイタリティあふれる税務職員を募集します。受験資格や申し込みは、ホームページをご覧ください。

受付期間 6月22日(月)~7月1日(水)



仙台国税局人事第二課(022-263-1111)

人事院東北事務局(022-222-1202)

石巻税務署(022-4151)

石巻税務署(022-4151)

### 税務署での面接相談は事前予約をしましょう

面接相談を希望する方は、所轄の税務署にご連絡ください。

予約の際、氏名・住所・相談内容を伺い、相談日に持参する書類などをお伝えします。

石巻税務署(022-4151)

### 住民票の請求について

住民票は本人および同一の世帯の方が申請することができます。代理人が申請する場合は本人からの委任状が必要です。

また、マイナンバー、住民票コード入りの住民票を代理人が申請する場合は、委

任状が必要なほか、窓口での交付はできないため、本人の住民登録地へ郵送します。その際の封筒や郵送料は本人負担となりますのでご了承ください。

### 浄化槽の保守点検を

市民課(内線2318)

浄化槽は、保守点検・清掃および年1回の法定検査を行うことが法律で義務付けられています。

保守点検とは 機器などの調整や故障がないかの確認、消毒薬の補充、害虫の駆除などです。

清掃とは 汚泥などの吸引や器機類の洗浄清掃などです。

法定検査とは 放流水が適正に放流されているか、保守点検や清掃が適切に行われているかを判断するものです。

設置を検討している方へ 補助金を交付していますので、設置工事をする前に申請してください。

対象 申請者が使用する一般住宅(下水道事業認可区域などは補助対象外です)

- 補助金額
- ・5人槽 332,000円
- ・6~7人槽 414,000円
- ・8~10人槽 548,000円

申請 下水道管理課(内線5697)

生活排水を浄化槽で処理し、「低炭素社会対応型浄化槽」と「節湯・節水機器」を導入した方に補助します。

### 宮城県低炭素型水ライフスタイル導入支援事業補助金を推進しています

県循環型社会推進課(022-211-2648)

6月23日(火)から29日(月)は「男女共同参画週間」です。

令和2年度のキャッチフレーズは、「そっか。いい人生は、いい時間の使い方なんだ。」

個人としての生き方が尊重され、生き生きと暮らすことができる男女共同参画社会について、男女ともに一人一人が関心を持ち考えてみませんか。

地域協働課(内線4237)

### 手話奉仕員養成講座開催中止のお知らせ

7月に開催を予定していた手話奉仕員養成講座(入門課程を、新型コロナウイルス感染症の状況を考慮し、中止します。

障害福祉課(内2484)

7月に開催を予定していた手話奉仕員養成講座(入門課程を、新型コロナウイルス感染症の状況を考慮し、中止します。



### 下水道事業の受益者 負担金賦課のお知らせ

公共下水道事業の受益者負担金(分担金)制度とは、下水道施設建設事業費の一部を負担していただく制度です。

新たに賦課対象として定めた区域で対象となる方に「受益者申告書」を送付しますので、内容を確認の上、ご案内の期日までに提出してください。本年度の新たな賦課区域については、問い合わせください。

併せて農業集落排水事業などの受益者負担金にもご理解をお願いします。

下水道管理課  
(内線5696)

### 創業支援補助制度のお知らせ

創業(第二創業を含む)を行う事業者を支援するための補助制度です。

- ・地域の需要や雇用を支える事業を市内で興す方
  - ・平成23年3月11日以降に創業した、または創業予定の個人・個人事業主・会社・企業組合・協業組合もしくはNPO法人
  - ・特定創業支援事業(創業開成塾)の支援を受け、市の発行する証明書の交付を受けた方
- ※補助金交付には審査があります。

産業推進課  
(内線3545)

### 地価公示ってなに?

地価公示とは一般の土地

売買の目安となる価格を示すもので、毎年1月1日時点の標準地の価格が国土交通省から公示されます。

地価公示、地価調査の関係資料は、道路第1課、各総合支所、各支所、図書館および国土交通省ホームページで閲覧できます。



道路第2課  
(内線5645)

### 農業者年金の現況届は忘れずに提出を!

農業者年金を受給するためには、毎年現況届が必要

です。農業者年金の経営移譲年金や特例付加年金・農業者老齢年金を受給されている方は、現況届を必ず提出してください。

現況届の用紙は、5月末に送付しました。

提出先 農業委員会・農林課・各総合支所地域振興課

提出期間 6月1日(月)～30日(火)

※現況届の提出がないと、11月の支払いから現況届が提出されるまでの間、年金の支払いが差し止められますので、ご注意ください。

農業委員会  
☎6214826

### 整骨院・接骨院の施術内容確認にご協力ください

国民健康保険証を使って整骨院・接骨院で一部の施術を受けた方を対象に、委託先より調査票を送付しています。

請求の内容に誤りがないか確認するものなので、調査票が届いた場合は、ご協力をお願いします。

### 犬の登録と狂犬病予防注射は、飼い主の義務です

新たに犬を飼った方、まだ登録していない方は、必ず登録してください。

集合注射で狂犬病予防注射を接種できなかった方は、動物病院で必ず受けてください。

「実施猶予証明書」を交付された方は、届け出て下さい。

犬の登録と狂犬病予防注射は、狂犬病予防法により義務付けられており、違反すると、罰則が処せられます。

登録内容に変更がある方は届け出が必要です。

環境課  
(内線3364)

### 住宅用地の移転希望者を募集します

募集期間 6月1日(月)～26日(金) 午前9時～午後5時

募集団地 新蛇田・新蛇田南・あけぼの北・新渡波・新渡波西・下釜第一・新門脇・湊北・二子

対象 (1)市発行の東日本大震災の「り災証明書」が大規模半壊以上の方で自立再建していない方ならびに、り災時に市内に居住していないが、市内に所有していた住家が被災により住めなくなった方で、住宅を

建築し移転を希望する方(2)申込者(登録者)が居住するための住宅を建築し移転を希望する方

契約内容 ・定期借地権設定契約(52年)または売買契約

※対象(2)の方は売買契約のみ

・借地料は固定資産税仮評価額の1.4%(10年間は200平方メートルまで全額減免)

※借地契約が可能な宅地は限られています。

申請方法 郵送または申請書を直接持参してください。

※募集要項は6月1日(月)から窓口で配布するほか、ホームページから取得できます。

※詳しくは問い合わせください。

課 課  
(住所不要)集団移転推進課  
(内線5484)

### 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事ができます。

とき 6月17日(水)・24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(南中里二丁目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

人材センター (公社)石巻市シルバー人材センター

☎943683 市商工課

(内線3524)

## 市営・県営住宅入居者募集

案内書配布場所 住宅課、各総合支所・支所、宮城県住宅供給公社の東部支社

受付期間 6月1日(月)～12日(金)

申込方法 申込用紙を郵送してください。 ※当日消印有効

募集する住宅 下表のとおり

#### 重要

- ・申し込み時点で入居予定者の中に市税などの滞納がある方がいる場合または暴力団員がいる場合は申し込みできません。
- ・申し込みの際に必要な書類は、事前に問い合わせください。
- ・災害などで住宅の提供が必要な場合、募集を中止することがあります。
- ・ペットの飼育は禁止です。
- ・東日本大震災で住居を失った方(り災判定で自宅が全壊、大規模半壊または半壊で解体

#### 募集する住宅：復興住宅

地区	蛇田			釜・大街道		
住宅名	中埠復興	あけぼの北復興①	あけぼの北復興②	新立野第一復興	新館復興	築山復興
所在地	蛇田字中埠	あけぼの北二丁目		のぞみ野四丁目	新館三丁目	築山二丁目
間取り	1DK(3階)	1LDK(1,2階)	2LDK(2,3階)	3LDK(2階)	1LDK(3,4階)	2LDK(1,2階)
建築年度	平成29年度・中層耐火3階建	平成27年度・中層耐火3階建		平成26年度・中層耐火3階建	平成28年度・中層耐火5階建	平成26年度・中層耐火3階建・準耐火2階建
募集戸数	1戸(単身可★)	2戸(単身可★)	2戸(単身不可)	1戸(単身不可)	2戸(単身可★)	2戸(単身不可)
地区	釜・大街道			中心		
住宅名	大街道西第二復興	青葉西復興	二番谷地復興	門脇西復興	門脇東復興	駅前北通り復興
所在地	大街道西二丁目	門脇字青葉西	門脇字二番谷地	門脇町五丁目	門脇町三丁目	駅前北通り一丁目
間取り	2LDK(2階)	2LDK(2階)	3LDK(3階)	1LDK(5階)	3LDK(3階)	2LDK(2,4階)
建築年度	平成26年度・中層耐火3階建	平成26年度・準耐火2階建	平成26年度・中層耐火3階建	平成28年度・高層耐火6階建	平成28年度・中層耐火5階建	平成27年度・高層耐火7階建
募集戸数	1戸(単身不可)	1戸(単身不可)	1戸(単身不可)	2戸(単身可★)	1戸(単身不可)	2戸(単身不可)
地区	中心		湊			渡波
住宅名	南中里一丁目復興	大門町復興①	大門町復興②	大門町復興③	吉野町復興	根上り松復興
所在地	南中里一丁目	明神町二丁目		大門町二丁目	吉野町一丁目	湊字根上り松
間取り	3LDK(6階)	1LDK(2階)	1LDK(3階)	3LDK(1階)	2LDK(3,6階)	3LDK(2階)
建築年度	平成24年度・高層耐火6階建	平成28年度・中層耐火3階建		平成28年度・中層耐火4階建	平成26年度・高層耐火6・8階建	平成24年度・準耐火2階建
募集戸数	1戸(単身不可)	1戸(単身可★)		1戸(単身不可)	2戸(単身不可)	1戸(単身不可)
住宅名	浜松町復興	沖六勺東復興	栄田復興	雄勝中央復興	にっこり南復興	十八成浜復興
所在地	浜松町	渡波字沖六勺	渡波字栄田	雄勝町雄勝字下雄勝	北上町十三浜字小田	十八成浜十八成
間取り	2LDK(1階)	2LDK(4階)	3LDK(1階)	1LDK(戸建)	1LDK(戸建)	1LDK(戸建)
建築年度	平成26年度・準耐火2階建	平成24年度・中層耐火4階建	平成26年度・準耐火2階建	平成29年度・木造平屋建	平成29年度・木造平屋建	平成28年度・木造平屋建
募集戸数	2戸(単身不可)	1戸(単身不可)	1戸(単身不可)	1戸(単身可)	1戸(単身可)	2戸(単身可)

※家賃は世帯の所得などにより決定します。

★の印が付いている単身可の住宅は、満60歳以上の方、障害者手帳などをお持ちの方、生活保護法被保護者の方などのみ単身での申し込みが可能です。

を余儀なくされた方)は、収入基準などの入居要件を満たしているものとして申し込み可能です(特定公共賃貸住宅を除く)。市営住宅(一般募集の復興住宅を含む)に入居した場合、家賃低減化の措置は受けられません。

・県営住宅、その他詳しくは、ホームページをご覧ください。

課 課  
宮城県住宅供給公社 東部支社(中里七丁目1番3) ☎21-5657

#### 募集する住宅：既存住宅

地区	河北	北上	牡鹿
住宅名	河北川の上上納	橋浦	鮎川南
所在地	小船越字本屋敷	北上町橋浦字大須	鮎川浜台畑
間取り	2LDK(戸建)	2LDK(戸建)	2K(戸建)
建築年度	平成17・20年度・木造平屋建	平成15年度・木造平屋建	平成11年度・木造平屋建
募集戸数	2戸(単身可)	1戸(単身可)	1戸(単身可)

**放課後児童クラブで働ける方を募集します!**

**勤務内容** 放課後児童クラブを利用する児童の保育や指導、保護者からの申請書受け付けなどの事務処理

**勤務期間** 採用日(令和3年3月31日)

**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** 10人程度

**賃金** 時給904円(925円)

※期末手当および通勤に係る費用弁償が支給されません。

**申込方法** 履歴書を持参または郵送してください。

☎ 986-8501 (住所不要) 子ども保育課 (内線2526)

**半島沿岸部住宅用地の登録条件を緩和します**

**対象**

①半島沿岸部の未登録宅地に申込者(登録者)が住宅を建築し、移転を希望する方

②旅館・民宿・共同住宅・寄宿舍・下宿などを建築する方

**契約内容** 売買契約

**申請方法** 郵送または申請書を直接持参してください。

※登録には条件があります。詳しくは問い合わせください。

☎ 集団移転推進課 (内線5490)

**令和2年度第2次奨学生募集**

経済的理由により修学困難な方を対象に、奨学生を募集します。

**対象**

- 令和2年度在学者
- 市内に2年以上居住する方
- 学術優秀(評定平均3.5程度以上)品行方正および身体健全であり、経済的理由により修学が困難な方

※他の奨学金との併用はできません。

**中小企業復旧支援事業補助金(第1回)**

震災により直接被害を受けた中小企業者を支援する

**募集課程および貸与額**

- 高校生(高等専門学校1年~3年生を含む)
- 月額15,000円以内
- 専修学校生(修学期間が2年以上の課程に限る)
- 月額45,000円以内
- 大学生(短期大学生、高等専門学校4年・5年生を含む)
- 月額45,000円以内

※採用決定後9月に一括貸与します。

**震災の体験談や思い出を募集します**

東日本大震災での教訓を後世に伝えるため、震災にまつわる体験談や出来事、ふるさとの記憶や場所の記憶、家族の思い出などを市民の皆さんから募集します。

**受付期間** 6月1日(月)~19日(金)

☎ 商工課 (内線3523)

**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

**申込期限** 10月30日(金)

☎ 986-8501 (住所不要) 震災伝承推進室 (内線4254)

**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

**申込期限** 10月30日(金)

☎ 986-8501 (住所不要) 震災伝承推進室 (内線4254)

**震災の体験談や思い出を募集します**

東日本大震災での教訓を後世に伝えるため、震災にまつわる体験談や出来事、ふるさとの記憶や場所の記憶、家族の思い出などを市民の皆さんから募集します。

**受付期間** 6月1日(月)~19日(金)

☎ 商工課 (内線3523)

**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

**申込期限** 10月30日(金)

☎ 986-8501 (住所不要) 震災伝承推進室 (内線4254)

**未満の方**

※随時受け付け

・一般自衛候補生

- ・応募資格 18歳以上33歳未満の方
- ・受付期間 7月1日(水)~9月10日(木)

☎ 航空学生

- ・応募資格
- ・18歳以上23歳未満で高卒(見込み含む)または高専3年次修了(見込み含む)の方
- ・受付期間 7月1日(水)~9月10日(木)

☎ 防衛大学校学生(一般)

- ・応募資格 18歳以上21歳未満で高卒(見込み含む)または高専3年次修了(見込み含む)の方
- ・受付期間 7月1日(水)~9月10日(木)

☎ 防衛医科大学校学生(医科・看護科)

- ・応募資格 18歳以上21歳未満で高卒(見込み含む)または高専3年次修了(見込み含む)の方
- ・受付期間 7月1日(水)~10月22日(木)

**認知症サポーター養成講座を開催しませんか?**

認知症の方が住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためには、認知症の理解と正しい対応を知ることが

大切です。

認知症の方や家族を温かく見守る応援者である認知症サポーターの養成講座を開催しませんか。

認知症の相談・介護に携わる「キャリアバンメイト」と呼ばれる講師が講座を行います。

**対象** 市内在住の方、学校、企業など

※10人程度以上の受講者が集まりましたら、希望日・場所などを介護保険課までお知らせください。

※詳しくは問い合わせください。

☎ 介護保険課 (内線2437)

**環境市民講座「受講生募集」**

7月12日(日)

午前9時30分~正午

ところ 石巻・川のビクターセンター(北上町十三浜字東田1)

内容 月浜沢川自然観察会とTsukuruクリーン

**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年生までは保護者同伴)

**定員** 20人(先着)

**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。

**申込期限** 7月3日(金)

☎ 986-8501 (住所不要) 環境課 (内線3368)

FAX 22-6120

isen@city.ishinomaki.jp

**年金の予約相談を実施しています!**

基礎年金番号が分かる年金手帳や年金証書を準備し、相談希望日の1カ月前から前日までに申し込みください。

**相談時間** 午前8時30分~午後4時

☎ 石巻年金事務所 (22-5118)

ねんきんダイヤル ☎570-051165

☎ 市保険年金課 (内線2653)

**創業開成塾開催のお知らせ**

創業を目指す方や経営について学びたい方へ向けたセミナーです。

とき 6月20日(土)・27日(土)・7月4日(土)・18日(土)・25日(土)

午前10時~午後5時

※原則として5回連続で受講いただきます。

講いだきます。

石巻ルネッサンス館

**対象** 創業を目指す方、経営について学びたい方

**定員** 8人程度

**申込方法** 電話、FAXまたは、ホームページ(石巻産業創造)で検索から申し込みください。

**申込期限** 6月19日(金)

☎ 986-8782

FAX 93-9397

☎ 市産業推進課 (内線3545)

**認知症サポーター養成講座を開催しませんか?**

認知症の方が住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためには、認知症の理解と正しい対応を知ることが

大切です。

認知症の方や家族を温かく見守る応援者である認知症サポーターの養成講座を開催しませんか。

認知症の相談・介護に携わる「キャリアバンメイト」と呼ばれる講師が講座を行います。

**対象** 市内在住の方、学校、企業など

※10人程度以上の受講者が集まりましたら、希望日・場所などを介護保険課までお知らせください。

※詳しくは問い合わせください。

☎ 介護保険課 (内線2437)

**「DVに悩んでいたら…」**

配偶者などからの暴力で悩んでいる方へ

理由に避難している方へ

当センターでは、特別定額給付金の受給に関する相談も受け付けています。

☎ 虐待防止センター (直通2316614)

**サン・ファン館**

☎ 24-2210(火曜日休館)

☎ k-kouhou@santjuan.or.jp

**令和2年度サン・ファン館企画展**

**帆船模型から見る世界の船**

~Around the World~

サン・ファン館で所蔵しているさまざまな国の帆船模型をお披露目します。精密に作られた模型の美しさ、国や時代ごとの特徴などをお楽しみください。

とき 8月31日(月)まで

ところ 企画展示室・ロビー

料金 入館料: 350円

※高校生以下無料

**石ノ森萬画館**

ISHINOMAKI MANGATTAN MUSEUM

☎ 96-5055

**マンガッタイラストギャラリー 秋の萬画館大賞 作品募集**

テーマ 「サーカス」

作品数 一人3点まで ※CG作品の場合は解像度350dpi以上で印刷

申込方法 ハガキサイズ(100<sup>mm</sup>×148<sup>mm</sup>)の用紙に、作者の住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を記入の上、郵送してください。

※応募作品は返却しません。

※作品応募後のすべての権利は石ノ森萬画館に帰属します。

申込期限 8月22日(土) ※必着

発表 9月7日(月)

※大賞の方には図書カードを進呈します。

※3月に、春夏秋冬の応募作品・全作品から年間大賞を選出します。

☎ 986-0823 中瀬2-7

石ノ森萬画館MIG project係 ☎96-5055

**「DVに悩んでいたら…」**

配偶者などからの暴力で悩んでいる方へ

理由に避難している方へ

当センターでは、特別定額給付金の受給に関する相談も受け付けています。

☎ 虐待防止センター (直通2316614)

**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。

**無料経営相談会のお知らせ**

会社経営者などの経営課題の解決のため、専門家による無料相談会を開催します。

とき 6月2日(火)・17日(水)・7月7日(火)・22日(水)  
午前10時～正午、午後1時～3時

対象 会社経営者や個人事業者または創業を計画している方

定員 各回1組  
申込方法 電話、FAXまたはホームページ(石巻産業創造)で検索から申し込みください。

申込期限 開催前日まで  
市産業推進課  
FAX 93-93397  
98-8782

(内線3545)

**市民相談センターから**

《多重債務に陥る前に…》  
貸金業者などから借金を繰り返して、多重債務に陥る人が増えています。

返済のために他の貸金業者からお金を借りたり、現金の持ち合わせがないからとカードで買い物や借付を繰り返すと、借金は膨らむ一方です。

最近では、スマホ代や通信費、キャリア決済の滞納が債務の1因になっている事例も少なくありません。

返済不能となり、生活に困ってしまう前に、お金の使い方を見直したり、早めに相談することが大切です。

市民相談センター  
23-5040

《少年センターから》  
第2回不審者対策学校区パトロールを各小学校で6月18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お願いします。市民の皆さんのご協力をお願いします。

※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お問い合わせください。

重点地区 湊小学校  
市民相談センター  
(内線2533)



**6月の相談あんない**

**行政**

●行政相談

3日(水) 午前10時～午後3時	雄勝総合支所 仮庁舎 2階会議室
3日(水) 午前10時～正午	桃生総合支所 2階相談室
4日(木) 午前10時～午後3時	牡鹿総合支所 2階研修室
10日(水) 午後1時30分～3時30分	市役所 2階相談室B
19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

**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)  
9日(火) うみかぜ法律事務所 高橋弁護士  
23日(火) 弁護士法人石巻向陽法律事務所 小俣弁護士  
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(月) 午前9時  
☎ 市民相談センター (内線2532・2534)

●仙台弁護士会法律相談 ※要予約

(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

**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  
●交通事故に伴う自動車保険請求相談  
(そんぱ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 13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

# 6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

21日(日) 午前9時 第84回協会会長杯春季大会(家庭バレーボール)

いしのまき総合スポーツクラブ 令和2年度会員は随時募集しています。詳しくは問い合わせください。

キッズパラエティスポーツ教室 令和2年度会員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 詳しくは問い合わせください。

石巻市総合体育館 バドミントン・卓球教室 令和2年度生徒は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) 詳しくは問い合わせください。

トレーニングセンター ☎25-7731 開 午前9時～午後9時(日曜・祝日は午後5時まで) 休 なし 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。)

行事予定はありません

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 なし

21日(日) 第41回宮城県クラブラグビー選手権大会 ふれあいグラウンド

6日(土)・7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)【フィールド第1】

27日(土) 午前9時 2020リスペクトリーグU10(サッカー)【フィールド第1】 フットボールフィールド

7日(日) 午前9時 ミニラグビーフェスティバル【フィールド第2】

7日(日) 午前9時 ミニラグビーフェスティバル 多目的フィールド

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

行事予定はありません

蛇田公民館 ☎95-0183 開 午前9時～午後9時 休 なし

行事予定はありません

稲井公民館 ☎22-4303 開 午前9時～午後9時30分 休 なし

行事予定はありません

渡波公民館 ☎24-0941 開 午前9時～午後9時30分 休 なし

行事予定はありません

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 月曜日

行事予定はありません

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

トレーニング機器 使用講習会

●総合体育館 ☎95-8998 11日(木)・18日(木) 午後6時30分/23日(火) 午前10時 30日(火) 午後2時 ※予定が変更になることがありますのであらかじめご了承ください。 ※受け付けは開始15分前まで

●ビッグバン ☎62-1120 12日(金)・26日(金) 午後3時/午後7時 ※要電話予約

●遊楽館 ☎72-3561 5日(金)・20日(土) 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

9日(火) 午前10時～正午 『花の名前』 向田 邦子 著 この作品を聴いて感想をおしゃべりしませんか。

<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組用意しています。とき 6日(土) ※貸し出しの際に、図書館資料貸し出し券が必要です。

<100枚の葉> 図書館に来館した先着100人に、手作りの葉を配布します。とき 6日(土)

<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 9日(火)・23日(火) 午前10時～11時

<出張図書館「わたのは」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 9日(火)・23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。

23日(火) 午前11時～11時30分 わいわいサロン 河南子育て支援センター ※読み聞かせもあります

26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 ※読み聞かせもあります

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

★大好評「サンデープログラム」8～9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。

<<8～9月のサンデープログラム>> ・プールでスタート&ターン 全3回 午前11時30分～午後0時30分 ・はじめてのフローヨガ 全4回 午前11時～正午 ・はじめての韓国語 全4回 午後3時～4時15分 ・初めてのステンドグラス 全1回 午前10時～正午 ※対象年齢は問い合わせください。

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 ※途中申し込み可能な講座もあります。

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。

【6月の休館日・休講日】 休館日…なし 休講日…なし

遊楽館 ☎72-3561 開 午前9時～午後9時 休 月曜日

行事予定はありません

河南室内温水プール(遊楽館内) ☎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

会員利用 <一般区分> 一般:600円 シルバー:500円 高・中・小学生:300円 幼児:200円 3歳以下:無料 <会員区分> 各種スクール参加可(無料体験実施中) フルタイム:6,500円 デイタイム:5,700円 ナイトタイム:4,200円 ウィークエンド:3,700円 週一:4,200円 週二:5,300円 <利用時間> 平日:午前10時～午後9時 日・祝:午前10時～午後5時

21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。

11日(木) 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。

# 6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。

## ❖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)	健康推進課	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	1日(月)	10:00～12:00	保健相談センター	内線2428
歯科相談	8日(月)	13:00～15:00		内線2417
助産師による妊産婦相談	2日(火)・9日(火) 16日(火)・23日(火)	9:30～11:30 (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	☎・☎
11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
25日(木) 10:45～15:15			
12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	19日(金) 10:00～15:00	☎95-1431

## ❖からこ相談ダイヤル: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 20日(土) 午後2時～4時30分  
 ところ 石巻レインボーハウス(中里二丁目2-3)  
 ☎ 仙台グリーンケア研究会 ☎ 070-5548-2186

## ❖つむぎの会:さまざまな形で子供を亡くした親の集いです。

とき 28日(日) 午後1時  
 ところ 保健相談センター  
 ☎ 「つむぎの会」 ☎ 090-8614-5466

## ❖たんぼぼの会:自死で家族を亡くされた方の集いです。

とき 14日(日) 午後1時30分  
 ところ 保健相談センター  
 ☎ 「たんぼぼの会」 ☎ 090-5835-0017(田中)

## ❖まきっこの会:ひきこもりの家族会です。

とき 21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)  
 ☎ 「まきっこの会」 ☎ 080-6022-4478(高橋)

☎ 健康推進課 ☎ 94-9132

## 食育推進コーナー

### 《6月は食育推進月間です!!》

～生活リズムを整え、栄養バランスを整えた食事をしよう～  
**石巻市食育推進キャラクター いしのまき隊!**



私たちの体には「体内時計」と呼ばれる機能があり、睡眠や体温、血圧、ホルモンの分泌などのリズムを刻んでいます。朝日を浴び、朝ごはんを食べると、この体内時計が正しく機能し、心身の健康につながります。  
 早寝、早起き、朝ごはんを心掛けましょう。  
 ☎ 健康推進課(内線2617)

## 成人歯科健康診査のお知らせ

対象者 40・50・60・70歳  
 期間 6月1日(月)～令和3年1月31日(日)  
 申し込みした方には受診票を送付していますので、指定医療機関に直接予約を入れて受診してください。  
 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日を基準としています。  
 ☎ 健康推進課(内線2429)

## 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。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
7日(日)	㈱カワチ薬品石巻西店	午前10時～11時45分
27日(土)	イオンモール石巻	午後1時～4時30分

☎ 健康推進課(内線2418)

## 骨髄移植などにより免疫が失われた方へ再接種費用を助成します

骨髄移植などの医療行為によって予防接種の効果が期待できないと医師に判断され、任意で再度予防接種を受ける場合の費用を助成します。

対象 再接種を受ける日を基準として、20歳未満であり、次のいずれにも該当する方

- ①再接種を受ける日に市内に住所を有する方
  - ②骨髄移植などの医療行為により、定期予防接種および市の助成予防接種として過去に接種済みのワクチンの免疫が低下または消失したため、再接種が必要と医師に判断されている方
- ※令和2年4月1日以降の再接種が対象です。  
 ※事前に申請手続きなどが必要ですので、詳しくは問い合わせください。

☎・☎ 健康推進課(内線2427)

## ❖乳幼児の健診・相談

対象地区	健診・教室名	実施日	受付時間	会場
石巻	3～4カ月児健診	11日(木)・19日(金)・30日(火)	12:30～12:45	保健相談センター
	1歳6カ月児健診	4日(木)・16日(火)・26日(金)	12:30～12:45	
	3歳児健診	2日(火)・17日(水)・25日(木)	12:30～12:45	
河北 雄勝 北上	3歳児健診	24日(水)	12:30～12:45	河北総合センター「ビッグバン」
	3～4カ月児健診	26日(金)	12:45～13:00	河南母子健康センター
河南 桃生	3歳児健診	18日(木)	12:30～12:45	
牡鹿	3～4カ月児健診	30日(火)	12:30～12:45	保健相談センター
	1歳6カ月児健診	26日(金)	12:30～12:45	
	3歳児健診	25日(木)	12:30～12:45	

※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、保護者同士の交流など 定員 15組程度(要予約)	3日(水)	13:15～13:30	保健相談センター	健康推進課(内線2617)

### 各種健(検)診の実施について

#### <本庁地区 個別健(検)診>

特定・健康診査、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診  
と き 8日(月)～10月2日(金)

#### <本庁地区 胃がん、結核肺がん検診>

4月～5月に予定していた胃がん、結核肺がん検診は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、延期とし、現在検診を実施していません。  
開始時期が決まり次第、検診票を送付します。

#### <各地区総合健(検)診>

特定健康診査・健康診査、結核・肺がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診、胃がん検診、大腸がん検診、骨粗しょう症検診

6月に予定していた茨浜地区、牡鹿地区(網地島含む)、河北地区の総合健(検)診は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、延期とします。開催日程は、地域の感染拡大などの状況を検討し、申し込みをいただいた方に通知します。

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。  
※検診票で確認のうえ受診してください。申し込みをしていない方で受診を希望する方や、早めに受診したい方は問い合わせください。

※対象年齢は令和3年3月31日を基準としています。

- 特定・健康診査 保険年金課(内線2333)
- その他検診 健康推進課(内線2415)
- 牡鹿総合支所保健福祉課 ☎45-2113 (内線603)
- 河北総合支所保健福祉課 ☎62-2117 (内線163)

新型コロナウイルス感染症の影響により、日程が変更になることがあります

## 特定健診(メタボ健診)を実施します

### 令和2年度石巻市特定健診・健康診査実施日程

地区	実施日程	会場	問い合わせ先
個別健診	旧石巻市 [1期～6期] 6月8日(月)～9月11日(金) [補足健診] 9月14日(月)～10月2日(金)	医師会 特定健診実施医療機関	保険年金課 ☎95-1111 (内線2333・2334)
	牡鹿 網地島 茨浜 河北	※新型コロナウイルス感染拡大予防のため、延期します。 なお、開催日程などは、改めてお知らせします。	牡鹿総合支所保健福祉課 ☎45-2113 健康推進課(内線2415) 河北総合支所保健福祉課 ☎62-2117
集団健診	雄勝	7月15日(水)・16日(木) 旧大須小体育館	雄勝総合支所保健福祉課 ☎57-2113
	北上	7月17日(金)【昼間】 北上子育て支援センター	北上総合支所保健福祉課 ☎67-2113
		7月17日(金)【夜間】 18日(土)・19日(日)【昼間】 北上公民館	
	桃生	8月4日(火)～8日(土) 桃生総合支所「桃生公民館」	桃生総合支所保健福祉課 ☎76-2111(内線236・237)
	河南	7月1日(水)～8月31日(月) ロイヤル病院(須江、広瀬地区)	河南総合支所保健福祉課 ☎72-2094
8月18日(火)～21日(金) 8月25日(火)～28日(金) 遊楽館			

※総合支所地区の方で、市医師会特定健診指定医療機関での個別健診を希望する方は、各総合支所保健福祉課へご連絡ください。

#### 国民健康保険加入40歳～74歳の方

国民健康保険加入者(40歳～74歳)は特定健診(メタボ健診)の対象となりますので、申し込みの有無にかかわらず受診票を送付します。

- ・新型コロナウイルス感染症予防のため、自宅での検温にご協力ください。
- ・発熱や風邪症状がある場合は症状が治まった後、受診してください。受診期限は10月2日(金)。
- ・新型コロナウイルス感染症の影響により、今年度の「国民健康保険健康ポイント事業」は中止します。

● 保険年金課(内線2333)

### 二種混合予防接種予診票を送付します

乳幼児期に接種した三種混合(百日せき・ジフテリア・破傷風)予防接種の追加免疫のため、二種混合(ジフテリア・破傷風)予防接種が必要です(対象の方には5月下旬に通知しています)。

【対象】平成20年4月2日～平成21年4月1日生まれの方

【接種期間】11歳から13歳の誕生日の前日

※期間を過ぎると接種費用は自己負担になります。

※三種混合を3回以上接種しているか母子健康手帳で確認の上、回数が満たない場合は医師または健康推進課にご相談ください。

● 健康推進課(内線2427)

### 「かんで食べる」でいつまでも健やかに 健康な歯は健康なからだ作りの柱

よくかんで食べることは、健康のために必要な栄養をとりやすくし、また、脳に流れる血液の量が増え、脳に良い刺激を与えてくれるとも言われています。よくかめるように、お口の健康を守りましょう。  
※この取り組みは、市とライオン(株)の包括連携協定に基づき、実施しています。

#### <お口の健康を守るポイント>

- ①日頃のセルフケア  
普段の歯みがきに加え、歯間ブラシやデンタルフロスを使う
- ②歯医者さんでのプロフェッショナルケア  
年2・3回の定期健診でむし歯や歯周病のチェックや歯石除去を行う
- ③良い生活習慣  
・栄養バランスの良い食事や適度な運動、十分な睡眠を心がける  
・元気であるためには、「よくかんで食べること」がとても大切



● 健康推進課(内線2417)

### 【河北地区】子宮頸がん検診の延期について

6月9日(火)～11日(木)に予定していましたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、延期します。開催日程は、地域の感染拡大などの状況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。

● 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。  
● 夜間急患センター ☎94-5111

### 市立病院のご案内

診療時間(休診日 土日・祝日・年末年始)

診療科	受付時間	診療開始
内科・外科・整形外科	初診 午前8時～11時	午前9時
	再診 午前8時～11時30分	
眼科・皮膚科	午前8時～11時	午前9時
耳鼻咽喉科	午前【火・木】	午前9時
	火曜日:午前8時～11時 木曜日:午前8時～10時30分	
午後【月・火・木・金】	午後0時30分～3時	午後1時

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。  
● 市立病院 ☎25-5555

## 6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。  
※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
7日(日)	内科	箕田内科クリニック(向陽町二丁目)	96-5252
	小児科	夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111
	外科	夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111
14日(日)	内科	駅前北さし内科クリニック(駅前北通り)	95-3123
	小児科	夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111
	外科	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
21日(日)	内科	石巻健育会病院(大街道西三丁目)	94-9195
	小児科	夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111
	外科	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
28日(日)	内科	高橋消化器内科(千石町)	95-1621
	小児科	夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111
	外科	夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111

日	曜	石巻市 河北地区	東松島市 矢本地区	歯科
7日	(日)	石巻ロイヤル病院(内科のみ)(広瀬) 73-5888	うつみレディスクリニック(赤井) 84-2868	横山歯科医院(大手町) 21-1711
14日	(日)	須江きむら医院(須江) 24-6311	鳴瀬中央医院(牛網) 87-3853	ことぶき歯科(わかば三丁目) 98-7750
21日	(日)	ものうファミリークリニック(桃生町中津山) 76-4024	わたなべ整形外科(赤井) 84-2323	きらら歯科クリニック(蛇田字坪寺) 92-9300
28日	(日)	佐々木医院(和瀬) 72-3122	ししど内科クリニック(赤井) 83-8830	泉谷歯科医院(南中里二丁目) 95-7715



## 6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



### 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。

※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》

- 10日(水) 保健師講話「乳幼児の育ちと母子手帳の活用」
- 12日(金) みんなと遊ぶの日
- 15日(月) 成長測定
- 17日(水) メディカルメガバンク講座  
「お子さんと薬の上手なつきあい方」

★あそびの広場(稲井公民館) 9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 2日(火)・16日(火)・23日(火)・30日(火)
- 午前9時30分～11時30分、午後1時～4時
- ・午後開放 毎週月～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・園 渡波保育所内 ☎25-0567

##### 《主な行事》

- 3日(水) わらべうたベビーマッサージ ※要予約
- 12日(金) 栄養士講座「子どもの成長と食生活について」※要予約
- 19日(金) リトミック教室 ※要予約
- 24日(水) 健康講座「お子さんと薬の上手な付き合い方」※要予約
- 29日(月) 成長測定・子育て相談

★自由開放日

- ・午前開放 午前9時30分～11時30分  
1日(月)・4日(木)・11日(木)・15日(月)
- 18日(木)・25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

#### 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

- 3日(水) 親子で足つぼマッサージ ※要予約
- 8日(月) 助産師による身体測定 ※母子手帳を持参ください。
- 24日(水) 歯磨き講座 ※要予約

★あそび場自由開放日 午前10時～午後3時

- 1日(月)・5日(金)・12日(金)・15日(月)・19日(金)・22日(月)・26日(金)・29日(月) ※前日までに要予約

#### 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

##### 《主な行事》

- 8日(月) たまごひよこサロン
- 12日(金)・26日(金) ツインズデーと孫育てひろば
- 19日(金) ベビーマッサージ
- 22日(月) 子育てふれあいサロン

★自由開放日 1日(月)・5日(金)・15日(月)・29日(月)・30日(火)  
午前9時30分～午後4時30分

#### にじいろひろば

園・園 NPO法人にじいろクレヨン ☎070-1142-9332

★自由開放日 毎週火・水・金曜日 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

★自由開放日 月～金曜日、第1・3土曜日 午前10時～午後3時

#### 河南子育て支援センターパプラ

園・園 河南農村環境改善センター2階 ☎・FAX72-4670

##### 《主な行事》

- 16日(火) 黒須さんの親子ヨガ
- 18日(木) つくしんぼの読み聞かせ
- 30日(火) 七夕制作

★スクエア子育てひろば「親子バス遠足」平岡沼公園

25日(木) 午前9時30分～午後1時 ※要予約

★自由開放日

- ・午前、午後開放 1日(月)・2日(火)・4日(木)・8日(月)・9日(火)・11日(木)
- 午前9時30分～11時30分、午後1時～2時30分
- ・午後開放 16日(火)・18日(木)・23日(火)・30日(火)
- 午後1時～2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

★自由開放日

- ・午前開放(0歳～未就園児) 毎週金曜日 午前10時～11時30分
- ・午後開放(赤ちゃん限定) 毎週月・火・木・金曜日(7カ月～11カ月) 午後1時30分～3時
- 毎週水曜日(3カ月～6カ月) 午後1時30分～3時

#### 桃生子育て支援センター「キッズホーム」

園・園 桃生バイオ研修センター内 ☎・FAX76-4521

★自由開放日

- 2日(火)・5日(金)・8日(月)・9日(火)・19日(金)・22日(月)・23日(火)・29日(月)・30日(火) 午前9時30分～午後3時

★サークル活動支援

- 1日(月)・12日(金)・15日(月)・26日(金)

★どんぐり子育て広場「子育てセミナー・ママヨガ」

- とき 16日(火) 午前10時～11時30分

ところ 永井いきいき交流センター

内容 大人ヨガ体験(託児有り) ※要予約

#### 北上子育て支援センター

園 相川保育所内 ☎66-2177

##### 《主な行事》

- 24日(水) 「わらべうたキッズマッサージ」講師 そね やすこ

★自由開放日 毎週月～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》

- 18日(木) わらべうた遊び(地域交流会)
- 23日(火) 保健師来所日：身体測定

★自由開放日

- ・午前、午後開放 毎週水・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 毎週火・木曜日 午後1時30分～4時30分
- ※休館日 毎週月曜日

#### 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

- 3日(水) ようこそぐんぐんすくすくへ 午前9時～正午
- 10日(水) 戸外遊び 午前9時～正午
- 17日(水) しゃぼん玉遊び 午前9時～正午

★自由開放日

- ・午前、午後開放 毎週月・火・金曜日 午前9時～午後3時
- ・午後開放 毎週水曜日 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 4日(木)・18日(木)

らいつ  
予定はこちら



## 子育て駅伝

4月に開園したばかりの真新しい園舎

### 北上こども園 園 北上町十三浜字小田93-4 ☎67-2932

市内2カ所目の幼保連携型認定こども園として、高台の「北上にっこり地区拠点エリア」に今年4月1日、開園しました。3月末で閉所となった橋浦保育所に通っていた子どもたちを含む0～5歳児34人が仲良く元気に遊んでいます。



保育室で先生と遊ぶ0、1歳児



園庭で行われた「お誕生会」



砂場での穴掘りを楽しむ園児



ブランコ遊びはみんなが大好き

## 利用者さんへインタビュー



♥エンフザヤさん・ブジンラハムちゃん(5歳)(写真左)

3男2女の5人きょうだいの4番目で、こども園では、おままとやブランコで遊ぶのが大好きです。自宅ではおもちゃでよく遊び、勉強や家事の手伝いなど何でもできる良い子です。今後は自分の好きなことに頑張ってください。

♥加藤晶子さん・舞美ちゃん(6歳)(写真右)

登米市内の幼稚園から転園したので、入園した当初は少し不安もありましたが、担任の先生たちがやさしくフォローしてくれるので、今は毎日楽しそうに通っています。友達といっぱい遊び、元気で明るい子になってほしいです。



# 来春開通へ 順調な工事を祈願



## 渡波稲井線のトンネル貫通式



2人1組で万歳などをして貫通を祝う



図 都市計画課(内線5623)

発破の点火スイッチを押す亀山市長ら

東日本大震災で被災した渡波地区と、内陸の稲井地区を結ぶ都市計画道路として新設工事が進む「渡波稲井線」で4月13日、「渡波稲井トンネル」(698m)の貫通式が行われました。新型コロナウイルス感染症の予防を徹底した上で、市や施工業者の関係者が出席し、無事故でトンネルが貫通したことを祝い、来春3月の全線開通に向け、工事の順調な進展を願いました。

貫通式はトンネル内で行われ、亀山市長ら4人が発破の点火スイッチを押すと構内には爆発音が鳴り響き、工事関係者が貫通を報告しました。貫通部の清めの儀式などに続き、出席者が貫通部分を通って稲井側の出口まで歩き、工事の進み具合などを見学しました。

渡波稲井線は渡波地区の国道398号と県道稲井沢田線を直結する延長約3.5kmで、平成29年6月に着工しました。トンネル掘削は昨年7月に始まり、約8カ月で貫通しました。全線開通後は、水産加工業が集中する渡波・魚町地区と三陸自動車道石巻女川インターチェンジとのアクセスが向上し、災害時には沿岸部から内陸部へ避難路、緊急輸送路の役目も担います。

# SDGsで未来を変えよう!

図 SDGs地域戦略推進室(内線4223)

今回は、未来をより良く変えるための17の目標「SDGs(持続可能な開発目標)」のうち、目標1と目標2についてご紹介します。

**1 貧困をなくそう**

**目標1 貧困をなくそう**

あらゆる場所のあらゆる形態の貧困を終わらせる

貧困状態(1日1.9ドル(約200円)未満)で暮らすのは約7億6,700万人

世界の10人に1人

世界には、生きていくために必要最低限の生活ができない「絶対的貧困」に苦しむ人が大勢います。豊かな日本では身近に感じる人は少ないかもしれませんが、貧困は途上国だけの問題ではありません。

日本は、貧困のもう一つの考え方である「相対的貧困(その国の平均水準よりも経済的に貧しい状態の貧困)」の比率が他の先進国と比べて高く、特に一人親世帯の貧困率は50%を超え、深刻な問題になっています。

**ターゲットの主な内容**

- ・極度の貧困(1日1.25ドル(約135円)未満で生活する人々)をあらゆる場所でなくす。
- ・貧しい人も、生きていくために必要な基礎的サービスなどが受けられるようにする。

**市の取り組み例**

- 生活困窮者自立支援事業  
経済的に生活の維持が困難となる可能性のある方などに対して、就労その他の自立に関する支援をします。

ほかにも…

- ・ひとり親家庭等自立支援給付金事業
- ・生活保護事業
- ・子どもの貧困対策事業など

**わたしたちにできること**

- さまざまな理由で捨てられる食品を困っている人などに届ける「フードバンク」活動など、貧困家庭を支援する活動に協力しましょう。

**市の取り組み例**

さんまるいちまる

- 3010運動  
毎月10日と30日に冷蔵庫の中身を確認する、宴会では始めの30分間と終了前10分間は料理を楽しむなど、食料廃棄の減量を推進する取り組みです。

ほかにも…

- ・「食」の自立支援事業など

**ターゲットの主な内容**

- ・飢餓を撲滅し、貧困層や幼児など弱い立場にある人も含め、全ての人が1年中安全で栄養のある食料を十分得られるようにする。
- ・小規模食料生産者の農業生産性および所得を向上させる。

**目標2 飢餓をゼロに**

飢餓を終わらせ、食料安全保障および栄養改善を実現し、持続可能な農業を促進する

飢餓で苦しむ人は世界におよそ8億人もいます。栄養が偏り、命を落とす子どももたくさんいます。

しかし、単純に食料生産量を増やせばいいわけではありません。生態系を守り、土地がやせないように注意して農業を行わなければ、いずれ荒地地となり、食料の減産につながってしまいます。

また、日本は食料自給率が37%と低く、多くを輸入に頼っています。ところが、売れ残りや食べ残しなどの理由で本来食べることができずに捨てられる「食品ロス」の量は、世界の中でも特に多くなっています。

**2 飢餓をゼロに**

日本の食品ロス 年間643万トン

1人あたりごはん1杯分を毎日捨てていることに



# みんなのた場



## 河南地区・広瀨馬場屋敷

平塚 樹君(9歳・広瀨小学校4年)  
啓悟君(7歳・広瀨小学校1年)  
虹花ちゃん(4歳・広瀨保育所)

仙台中内の塗装会社に勤務する平塚賢二さんは、妻の由美さん、2男1女の子もたち、由美さんの母親まつ子さんの6人家族。国道108号近くの住宅街に建つ自宅で仲良く暮らしています。

長男の樹君は、野球スポーツ少年団「広瀨クラブ」に所属し、夢はプロ野球選手。

手。今年は大連連休中にお父さんが庭の中につけてくれたネットを使い、練習に励んでいます。大好きな山川穂高選手(埼玉西武ライオンズ)のようにホームランを量産できる選手になるのが目標です。

次男の啓悟君は、素直で優しく、友達と遊ぶことやドラえもんが大好き。家で

## 少年野球の応援が楽しみ



(右から)由美さん、虹花ちゃん、啓悟君、樹君

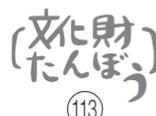
は樹君と一緒に野球の練習にも取り組みます。長女の虹花ちゃんは、おしゃべりでいつもにぎやかな半面、お母さんの口紅などを借りてお化粧するなど女の子らしさもありません。

「3人とも、自分のやりたいことに目いっぱい頑張る人になってほしい」と由美さんは期待します。

家族の一大イベントは樹君の野球の応援。「お兄ちゃんが試合で活躍すると、日ごろの疲れも吹き飛びます」と由美さん。今年も、新型コロナウイルスの問題の影響で3月以降、練習や試合のない日が続きました。一日も早く騒動が終息し、少年野球の試合を大声で応援できる日常が戻ることを願っています。

市教育委員会では、平成30年の3月と、令和2年3月に、それぞれ、発掘調査報告書を発刊しました。

市内には、さまざまな場所に遺跡が眠っています。これらは「埋蔵文化財」と呼ばれ、私たち日本国民の共有の財産である文化財の一つとなっています。遺跡は地中に埋蔵されており、本来は、そのまま保存しておくのが良いのですが、建設工事などとの関係で壊されてしまう恐れがある場合、



## 発掘調査報告書を刊行

中沢遺跡と立浜貝塚

生涯学習課

発掘調査を実施して、記録によって保存することがあります。

発掘調査報告書の一つは、平成30年3月に発刊した「中沢遺跡」で、牡鹿半島給分浜の高台移転工事に伴って実施した調査の記録です。今から6000年前の、縄文時代前期の集落跡や、大量の土器や石器などが出土しています。

もう一つは、今年3月に発刊した「立浜貝塚」で、雄勝町立浜地区の高台移転

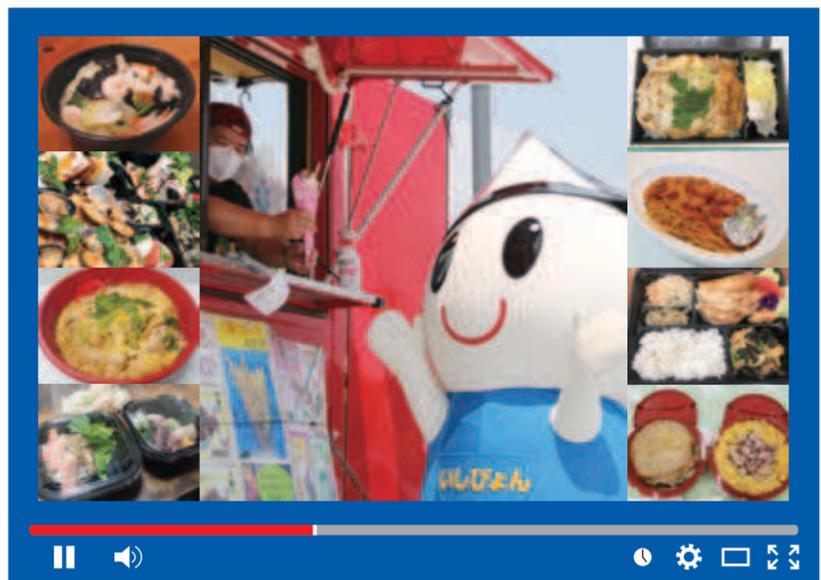
工事に伴って実施した発掘調査の記録です。今から4000年以上前の、縄文時代晚期における多くの土器や石器が見つかったといいます。特に石器では、「石棒」と呼ばれる、当時の祈りの道具が製作されていく過程がわかるような未成品も見られています。

これらの発掘調査報告書は、市図書館や県図書館で閲覧できるほか、独立行政法人国立文化財機構奈良文化財研究所が運営するウエ



中沢遺跡、立浜貝塚の発掘調査報告書

ブサイト「全国遺跡総覧」では、簡単にダウンロードして閲覧することができますので、ご希望の方はご利用ください。



## コロナ禍で苦境の飲食店を応援

### 地元企業、経済団体が「テイクアウト情報」発信

新型コロナウイルスの感染拡大に伴う外出自粛などで来店者が減り、経営が切迫している地元飲食業界を支援しようと、市内のIT関連企業や経済団体などが出前や店頭販売などを行うお店を紹介する「テイクアウト情報」の発信サイトを立ち上げています。魅力的なお店の情報が満載なので、ぜひ積極的にご利用ください。

また、情報の掲載を希望する店舗は、各サイトの問い合わせ先へ連絡してください。テイクアウト情報の内容と開設企業、団体は次の通りです(カッコ内の登録店舗数は5月14日時点)。

#### 石巻圏域版 TAKE OUT MAP

掲載を希望するテイクアウトが可能な石巻市、東松島市、女川町の店舗の情報を集約し、ウェブで閲覧できるマップです。(登録店舗数・66店)  
運営:株式会社イトナブ



#### 「石巻ごはん!」石巻エリア・テイクアウト&デリバリー

「おうちdeごはん!お店の味をご自宅で楽しもう!!」と石巻・東松島・女川の名店のテイクアウト・デリバリー情報を掲載しています。(登録店舗数・28店)  
運営:東北プランニング株式会社



#### 石巻商工会議所ホームページ

「コロナに負けるな!がんばる飲食店応援します!!」と銘打ち、テイクアウト・デリバリーのできる会員飲食店を紹介しています。(登録店舗数・53店)  
運営:石巻商工会議所



#### 石巻マンガロードWebサイト

石巻マンガロードがある市中心市街地で、お持ち帰りの弁当や総菜の提供や出前などで頑張っているお店をまとめています。(登録店舗数・56店)  
運営:石巻市、株式会社街づくりまんぼう



# Topic of town まちの話題

## 石巻 市役所1階に憩いの商業空間

「イオン石巻駅前店」オープン



市役所1階に4月23日、スーパーの「イオン石巻駅前店」がオープンしました。新鮮な地場野菜、魚介類や精肉、総菜、日用品などを提供するイオン東北直営のスーパーに加え、100円ショップ、かまぼこ、婦人服、化粧品、美容室などの専門店もあり、家族や友人と一緒に食事をしてくつろげるイートインコーナーも設けています。近隣住民や通勤、通学で石巻駅を利用する人たち、市役所や市立病院の来訪者が気軽に立ち寄り、憩いの場となる店舗を目指しています。

## 桃生 子どもたちにマスク無料提供

共同開発の桃生地区2業者



新型コロナウイルスによるマスク不足が深刻化する中、洗って繰り返し使えるマスクを共同開発した衣料品店の「おとこざわシャディサラダ館桃生店」と縫製業の「ケイ・ハウス」は4月、桃生地区の幼児から中学生まで約750人に1人2枚ずつ計1500枚を無料提供しました。桃生中学校での贈呈式は4月7日に行われ、西條校長は「全生徒にマスク着用を呼び掛けているので、ありがたいです」と感謝しました。



## 北上 住民の安全・安心守る拠点に

河北消防署北上出張所が運用開始



東日本大震災の津波で全壊し、高台の「北上にっこり地区拠点エリア」に再建された河北消防署北上出張所が4月1日から本格運用を開始しました。鉄筋コンクリート造り平屋で、延べ床面積は約390平方メートル。非常用発電機を設置し、屋上に消防訓練などが行える約180平方メートルのスペースも設けました。3月23日の運用開始式では看板を除幕して開所を祝いました。小田嶋所長は「新庁舎を拠点に、地区の安心・安全の確保に尽力していきたい」と抱負を述べました。

## 牡鹿 鮎川港「鯨の町」復活に沸く

32年ぶり商業捕鯨のクジラ水揚げ



鮎川港で4月11日、32年ぶりに商業捕鯨で捕獲したミンククジラが水揚げされ、「鯨の町」復活を願う住民らを喜ばせました。同日、地元の捕鯨会社などの小型捕鯨船4隻が仙台湾沖で操業し、計3頭を捕獲しました。解体場で解体し、生鮮のまま梱包された鯨肉は13日、石巻魚市場に出荷されて、地元のスーパーの店頭と並んだほか、鮎川の直売所でも販売されました。鮎川拠点の商業捕鯨は4月5日に始まり、3回目の出港となった11日が待望の初水揚げとなりました。

## 令和3年度採用 石巻市・石巻地区広域行政事務組合職員募集

区分	職 種	採用予定人員	受験資格	申込用紙・試験要項の配布
石巻市	行政(事務)	13人程度	平成3年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた方	<p>●配布場所</p> <p>○石巻市 人事課・各総合支所・各支所</p> <p>○広域行政 広域行政総務企画課・消防本部総務課・各消防署所/市人事課・各総合支所・各支所</p> <p>※郵送を希望する場合は、封筒の表に「<b>上級試験申込書請求</b>」、「<b>社会人試験申込書請求</b>」または「<b>消防上級試験申込書請求</b>」と朱書き、宛先を明記した角2(A4サイズが入る大きさ・140円切手貼付)の返信用封筒を必ず同封し、下記宛て請求してください。</p> <p>●請求・問い合わせ先</p> <p>○石巻市 〒986-8501(住所不要) 人事課(内線4065)</p> <p>○広域行政 〒986-0805 大橋一丁目1番地1 石巻地区広域行政事務組合消防本部 総務課 人事教養係 ☎95-7111</p>
	土 木	2人程度		
	建 築	1人程度		
	電 気	1人程度		
	上級(大学卒程度)	保健師	2人程度	
社会人経験者	行政(事務)	2人程度	昭和46年4月2日から平成3年4月1日までに生まれた方で、直近5年中に通算3年以上の職務経験を有する方(令和2年4月30日現在)	
広域行政	上級(大学卒業)	消防職	1人程度	次のいずれにも該当する方
			<ul style="list-style-type: none"> <li>平成7年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた方</li> <li>学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業している方または令和3年3月までに卒業する見込みの方</li> <li>採用後、石巻市、東松島市または女川町に居住できる方</li> </ul>	

※平成11年4月2日以降に生まれた方で学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業した方、もしくは令和3年3月までに卒業する見込みの方も受験できますが、年齢以外の受験資格については上記のとおりです。

●試験日 7月12日(日) ●要項配布・申込受付 5月26日(火)～6月12日(金)(当日消印有効) ※詳しくは試験要項をご覧ください。

## 戦没者等のご遺族の皆様へ～第11回特別弔慰金が支給されます～

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、体調に不安がある場合や、お急ぎでない場合には、事態が落ち着いてからの手続きをご検討ください。

対 象 令和2年4月1日(基準日)時点で、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」などを受ける方がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人に支給します。

戦没者等の死亡当時のご遺族で、

- 令和2年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方
- 戦没者等の子
- 戦没者等の ①父母 ②孫 ③祖父母 ④兄弟姉妹  
※戦没者等の死亡当時、生計関係を有している等の要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります。
- 上記1から3以外の戦没者等の三親等内の親族(甥、姪等)  
※戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方に限ります。

支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債

請求期限 令和5年3月31日

受付会場

と き	と ころ
随時受け付け	福祉総務課
	各総合支所保健福祉課
渡波・稲井・蛇田・荻浜支所での受け付けは、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止します。	

※印鑑と、身分証明書(免許証、保険証などの原本)をお持ちください。

☎・☎ 福祉総務課(内線2458、2459)、各総合支所保健福祉課

### 今月の休日窓口開庁のお知らせ

6月7日(日)・21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30日(火)

○市県民税 第1期 ○介護保険料 第2期

○国民健康保険税 第3期

口座振替不能者の再振替日 6月15日(月)  
(6月1日納期限分)

○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

### 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262号 令和2年6月1日発行

発行 石巻市総務部秘書広報課(内線4784) 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。☎ 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4月末現在	人口	世帯数
	141,766人	61,768世帯
平成31年4月末現在	人口	世帯数
	143,578人	61,512世帯