



いしのまき



思いを灯して 一歩一歩

復興の道 元気に駆ける



▲小旗を振って応援



▲トーチを高く掲げて快走



▲手を振ってにこやかに



▲炬火台レプリカに火が灯された

石巻市で東京五輪聖火リレー



石巻市イメージキャラクター

国内を巡る東京五輪の聖火リレーは6月19日に市内を駆け抜けました。昨年3月、国内で最初に聖火が展示された地を25人のランナーがトーチを掲げて走り、震災復興や鎮魂の思い、支援に対する国内外への感謝を発信しました。あいにくの雨となりましたが、消えずに燃え続ける聖火は、一人一人にとって希望の灯火となり、ランナーは皆さんの思いもつなぎました。特別な方法で聖火を運ぶ「特殊区間」は孫兵衛船で北上川を渡り、石巻らしさを演出しました。



▲孫兵衛船で北上川を渡る

拍手を力に代えて走りました



▼ミニセレブレーションを開き、聖火を次の自治体に引き継ぎました

希望を胸に あすへ「つなぐ」

手を携えて一歩一歩進みました



石巻市での聖火リレーはJR石巻駅を出発し、立町やアイトピア通りなど中心市街地と南境のセイホクパーク石巻(石巻市総合運動公園)の2区間を走者がつなぎました。沿道の皆さんは感染対策で声を出さず、拍手や小旗を振って応援。ランナーの皆さんも手を振り、笑顔で駆け抜けました。セイホクパークでは、聖火リレー出発地・聖火台誘致委員会から市に寄贈された炬火台レプリカが披露され、「フェアプレーの炎」と名称披露もありました。



▲堤防では「寺崎のはねご踊り」を披露



▲沿道に手を振り駅前を出発

Reborn-Art Festival 2021-22開催 [夏会期]

REBORN
ART
FESTIVAL
2021-22

利他と流動性
Altruism and Fluidity

テーマ「利他と流動性」

8月11日(水)～9月26日(日)

※休祭日 8月18日(水)、9月1日(水)・15日(水)

3回目となる「アート」「音楽」「食」の総合芸術祭を開催します。夏会期は窪田研二氏をキュレーターに迎え、見慣れた景色や施設がさまざまなアートで彩られます。
※来場者による密を避けるため、令和4年春との分散開催となります。



ところ

石巻市街地エリア・女川エリア・桃浦エリア・荻浜エリア・小積エリア・鮎川エリア
※鮎川エリアは常設作品のみの展示となります。

その他

新型コロナウイルス対策として、検温、マスクの着用、距離の確保などへの協力をお願いします。状況により、人数制限を行う場合があります。

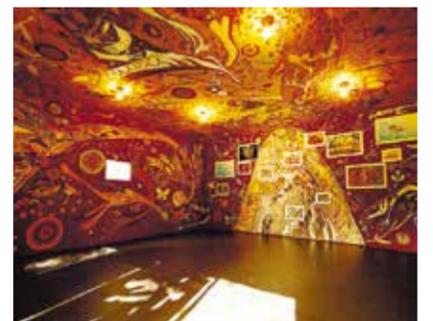
また、感染状況によって、内容などを変更する場合があります。

チケット

料金表(税込)	前売り	当日
宮城県民	2,000円	
一般	3,000円	3,500円
高校・専門・大学生	2,500円	3,000円

※身分証明書が必要です。
※夏会期中は何度でも作品を鑑賞できます(入場の際、本人確認を行います)。

販売場所 【前売り】(8月10日(火)まで)
IRORI石巻、石巻観光協会駅前観光案内所、石巻市かわまち交流センター、石ノ森萬画館、ヤマト屋書店TSUTAYA中里店・あけぼの店
※8月11日以降はインフォメーション(決まり次第オフィシャルサイトでお知らせします)のみでの購入となります。



※作品の画像は前回本祭(2019年)のものです。





※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。



〔国民健康保険・後期高齢者医療制度〕新型コロナウイルス感染症にかかるとの傷病手当金の適用期間を延長します

適用期間を9月30日(木)まで延長しました。対象など、詳しくは市および宮城県後期高齢者医療広域連合のホームページを確認ください。

〔内線23343〕
各総合支所市民福祉課
各支所

戦没者や原爆死没者に黙祷をお願いします

世界恒久平和の確立を祈念するため、各職場や家庭で黙祷を捧げましょう。

● 8月6日(金)広島市原爆投下時刻の午前8時15分から1分間
● 8月9日(月・休)長崎市原爆投下時刻の午前11時

いしぴょんず×クソハムちゃんコラボ LINEスタンプ好評発売中!

料金 1セット40種類120円
購入方法 LINEアプリ内スタンプ ショップまたはLINE STORE
☎ 観光課(内線3538)



2分から1分間
● 8月15日(日)正午から1分間
☎ 福祉総務課(内線2459)

市営海水浴場の開設中止

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、今年度も市営海水浴場を開設しないことになりました。

また、海難事故防止のため、海水浴場での遊泳は遠慮ください。

ところ 開設中止の海水浴場

- 渡波海水浴場
- 白浜海水浴場
- 網地白浜海水浴場
- 荒浜海水浴場
- 十八成浜海水浴場

☎ 観光課(内線3536)

防災「合言葉」受賞作品

優良賞

落ち着いて、声を掛け合い、助け合い、わたしもみんなも高台へ

稲井小学校2年 茂木 ひなた 陽葵

☎ 学校安全推進課(内線5082) 令和2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33368)

空間放射線量の測定結果 (単位:マイクロヘルツ/時)

測定箇所	測定結果	測定機関
市立小学校、市立中学校、市立高等学校(敷地)	0.05~0.09	6/1~6/25
市立保育所、私立幼稚園、私立保育園(敷地)	0.04~0.09	6/1~6/25
公共施設等(ホットスポット調査)	0.05~0.09	6/7~6/25
牡鹿地区集落	0.05~0.12	6/10~6/21

防災ラジオテスト放送

8月11日(水)午後3時ごろ
空間放射線量
6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0.23Bq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。

新型コロナウイルスワクチン接種

※掲載内容は7月8日時点の情報のため、今後変更になる場合があります。最新情報は市ホームページを確認ください。

64歳以下の方のワクチン接種について

優先接種対象者(基礎疾患がある方、高齢者施設などの従事者、60歳~64歳までの方など)から順次予約を開始しています。集団接種と個別医療機関での接種を行います。使用予定のワクチンはファイザー社製です。
※65歳以上の方の予約は引き続き受付中です。

市ホームページ
ワクチン最新情報は
こちらから



インターネット予約の場合

予約専用サイト
<https://vaccines.sciseed.jp/ishinomaki>
※24時間予約可



スマートフォンの場合はこちらのQRコードからアクセスできます

電話予約の場合 ※通話料無料

コールセンター 第2コールセンター
☎0120-456-856 または ☎0120-567-509
(平日)午前8時30分~午後6時 (土日・祝日)午前9時~午後3時

市役所内に予約代行窓口を開設しています

パソコンやスマートフォンをお持ちでない方、操作方法が分からずお困りの方はぜひ利用ください。

と き 8月31日(火)まで(土日・祝日を除く)
午前9時~正午、午後1時~5時

ところ 市役所5階 市民サロン前スペース、総合支所および支所の窓口

持ち物 接種を受ける本人の接種券

※予約サイトの「マイページ」にログインできない場合

- 初回ログイン時のパスワード(生年月日8桁の数字)から任意のパスワードへの変更はお済みですか?
 - 「利用規約に同意する」欄にチェックは入っていますか?
- 上記2点を確認の上、それでもログインできない場合は、新型コロナウイルスワクチン接種対策室(☎98-6455)まで連絡ください。

接種券は失くさないよう大事に保管してください!

接種を受けるには接種券が必要です。2回目の接種の際にも必要になりますので、失くさないよう大事に保管してください。
※接種券を失くした方へ 探しても見つからない場合は、再発行の申請をお願いします。詳しくは、コールセンターに問い合わせください。

接種当日の注意

体調がよいか、熱がないかを確認の上、接種会場へお越しください。万が一体調が優れない場合や、37.5℃以上の発熱がある場合は、ワクチン接種を見合わせてください(インターネットまたはコールセンターで予約のキャンセルをお願いします)。

副反応について

接種した1~2日後に副反応が起こることがありますが、ほとんどの場合は接種後3日以内に回復します。主な症状に、接種部位の痛み・だるさ・頭痛・筋肉痛・発熱などがあります。1回目より2回目の接種後のほうが、強い副反応が起こりやすい傾向があります。
※症状が強い場合、症状が長引く場合 接種医やかかりつけ医など身近な医療機関に相談ください。相談先に迷う場合は、県ワクチン副反応相談センター(☎050-3615-6941)に相談ください。

※12歳~15歳までのお子さんの保護者の方へ

接種される場合は保護者の同意と同伴が必要です。中学生以上のお子さんについては、接種医療機関が認める場合には、予診票に保護者の同意があれば、保護者の同伴がなくても接種を受けることができます。令和3年7月以降に12歳の誕生日を迎える方は、誕生月の翌月に接種券を郵送します。

石巻市外に住民票がある方へ

以下のようなやむを得ない事情がある方は、石巻市で接種を受けることができます。

届出が必要な方 ● 里帰りしている妊産婦 ● 単身赴任者
● 遠隔地へ下宿している学生 ● DV、ストーカー行為、児童虐待などの被害者

申請方法 インターネット申請がおすすめです。郵送でも申請いただけます。

●インターネット申請の場合
厚生労働省ホームページ「コロナワクチンナビ」から申請をお願いします。

●郵送申請の場合
提出書類 ● 住所地外接種届(市ホームページから取得可)
● 接種券の写し ● 84円切手を貼付した返信用封筒

提出先 〒986-0825 穀町15番2号 新型コロナウイルスワクチン接種対策室

届出が不要な方 ● 入院・入所者 ● 基礎疾患を持ち主治医の下で接種する方
● 災害による被害にあった方 など

石巻市に転入された方へ

石巻市に転入された方で、まだ接種をしていない場合や、1回目のみ接種が済んでいる場合、今後の接種には石巻市が発行する接種券が必要です。転入前市町村で発行された接種券を持参し、市役所2階 健康推進課内特設窓口または各総合支所市民福祉課にお越しください。

接種は強制ではありません

接種による感染症予防の効果と副反応のリスクの双方について理解した上で、自らの意志での同意が必要になります。職場や周りの方などに接種を強制したり、接種を受けていない人に差別的な扱いをすることのないようお願いします。

☎ 石巻市新型コロナウイルスコールセンター ☎0120-456-856
第2コールセンター ☎0120-567-509
(平日)午前8時30分~午後6時 (土日・祝日)午前9時~午後5時



ガソリン携行缶の取り扱いについて

ガソリンは気温がマイナス40度でも気化し、小さな火源でも火がつきやすく爆発的に燃焼します。専用の携行缶を使用し、直射日光の当たらない場所で保管してください。

- また、携行缶から給油の際は次のことに注意してください。
- 風通しの良い屋外で行ってください。
- 周囲の安全確認とエンジン停止を徹底してください。
- 携行缶のふたを開ける前にエア抜きを行ってください。

☎ 95-7167

「東日本大震災被災者住宅再建事業補助金」事前相談票の提出期限が迫っています

り災証明書が半壊以上で、加算支援金の金額を超えて住宅再建(建設・購入・補修)をした、または予定している世帯に対する補助金の申請期限を延長します。

● なお、申請前に事前相談票を提出してください。

事前相談票提出期限

8月31日(火)

補助金申請期限

令和4年2月15日(火)

※事前相談票の提出時には、再建先・再建方法・施工業者などが決定している必要があります。

※期限内で事前相談票や

申請の受け付けを終了する場合があります。

● 申請 生活再建支援課 (内線4761)



小・中学生対象の就学援助制度

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。

● 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

- 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 など

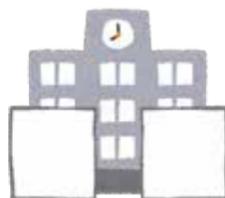
東日本大震災により次のいずれかに該当し、かつ親権者の市民税所得割額の合計が107,700円未満で経済的な支援を必要としている世帯

- 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

※申込方法など、詳しくは

問い合わせください。

● 申請 各小・中学校 教育総務課 (内線5017)



子ども医療費助成受給資格登録の更新時期です

● 対象 市内に住所を有する0歳～中学3年生の保護者(生活保護を受けている方は手続き不要)

- 登録(更新)手続き
- 登録済みの方は必要ありません。9月下旬に、受給者証を送付します。
- 申請が必要な方には、8月上旬に申請書などを送付します。

● 申請方法 窓口へ持参または郵送してください。

● 申請期限 8月20日(金)

必要なもの

- 健康保険証(子どもの名前が入ったもの)
- 小学校入学前の子どものいる保護者のうち、令和3年1月1日現在、市内に住所を有していない保護者は、前住所地の(非課税証明書(令和3年度分)または源泉徴収票の写し(令和2年分))
- 本事業は、「特定防衛施設周辺整備調整交付金」を財源の一部として実施しています。

● 申請 986-8501 (住所不要)

保険年金課

(内線2343)

各総合支所市民福祉課 各支所



特別障害者手当・障害児福祉手当・特別児童扶養手当

特別障害者手当

● 対象 20歳以上で著しく重度の障害があるため、日常生活において常時特別の介護を必要とする在宅の方

● 障害児福祉手当 ● 対象 20歳未満で重度の障害があるため、日常生活において常時介護を必要とする在宅の方

● 特別児童扶養手当 ● 対象 心身に障害のある20歳未満の児童の父母、またはその児童を養育している方

※施設入所および障害を事由とする公的年金を受けているときは、支給されません。

特別児童扶養手当

※いずれの制度も所得制限があります。

● 現在、特別障害者手当、または特別児童扶養手当を受けている方

毎年1回現況届(所得状

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です。喪失手続きをしないと国保は加入したままとなり、保険税も課税されたままとなります。

●喪失手続きに必要なもの

社会保険証(全員分)の写し、国民健康保険証(ある場合のみ)、身分証明(免許証など)、マイナンバー

※郵送でも可能です。詳しくは、問い合わせください。

● 申請 986-8501 (住所不要)

保険年金課 (内線2347)、各総合支所市民福祉課、各支所

震災の記憶と教訓を伝え継ぐ

みやぎ東日本大震災津波伝承館が6月6日に開館しました



みやぎ東日本大震災津波伝承館は、東日本大震災と同じ悲しみと混乱を繰り返さないために、震災の記憶と教訓を長く後世に伝え継ぐとともに、県内の震災伝承施設などへ来館者を誘う玄関口の役割を果たすことを目的に整備されたものです。

館内では、津波から命を守るためには「逃げることはできない」ことを訴えるシアターをご覧いただけるほか、復興のためにさまざまな活動に取り組まれた方々のお話を映像で紹介しています。

と き 午前9時～午後5時(最終入館午後4時30分)

ところ 南浜町二丁目1-56

休館日 毎週月曜日(祝日の場合は翌日)、祝日の翌日(土日、GW期間を除く)、年末年始(12月29日～1月4日)

※ただし毎月11日は開館します

● 申請 みやぎ東日本大震災津波伝承館 ☎98-8081

市震災伝承推進室 (内線4254)



石巻霊園返還墓所の使用許可申請を受け付けます

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

● 受付期限 令和4年3月31日(土日・祝日を除く)

午前9時～午後4時

● 申請書受け付け順に墓所を選定してもらいます。

● 全ての区画が決まり次第、受け付け終了となります。

● 受付場所 3階 環境課

● 総合支所および支所での申請書の配布・受け付けは行いません。

● 郵送による申請書の配布・受け付けは行いません。

対象

- 申請時点で市内に3カ月以上住所を有する方で、墓所の祭し者
- 焼骨を有する方

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

使用許可区画数および使用料

区画面積	区画数	使用料
4㎡	8区画	94,600円
5㎡	1区画	133,100円
6㎡	19区画	178,200円
9㎡	6区画	333,300円
12㎡	7区画	534,600円

● 墓碑の制限などについては、申請書配布時に説明します。

● 申請 環境課 (内線3377)

使用済小型家電を リサイクルしよう!

小型家電には、貴重な金属資源(レアメタル)が含まれています。市内公共施設など15カ所に回収ボックスが設置されていますので、不要になった使用済小型家電を投入してください。



回収ボックス設置場所、回収対象物はホームページに掲載しています。

☎ 廃棄物対策課(内線3374)

※対象など、詳しくは問い合わせください。

介護保険料(本算定)決定 通知書を送付します

65歳以上の方の令和3年度介護保険料(本算定)決定通知書を8月上旬に送付します。令和2年中の所得に基づいて算定します。決定通知書が届かない場合や不明な点がありましたら、問い合わせください。

環境。エコ

各総合支所市民福祉課

雨水利用タンク設置に 補助金を交付します

受付期限 令和4年3月15日
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、各総合支所市民福祉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。

離島地区使用済 自動車処理助成金

網地島・田代島地区内の車を、廃車処分するために定期船で車を航送する費用の一部を助成します。航送した月の月末までに申し込み

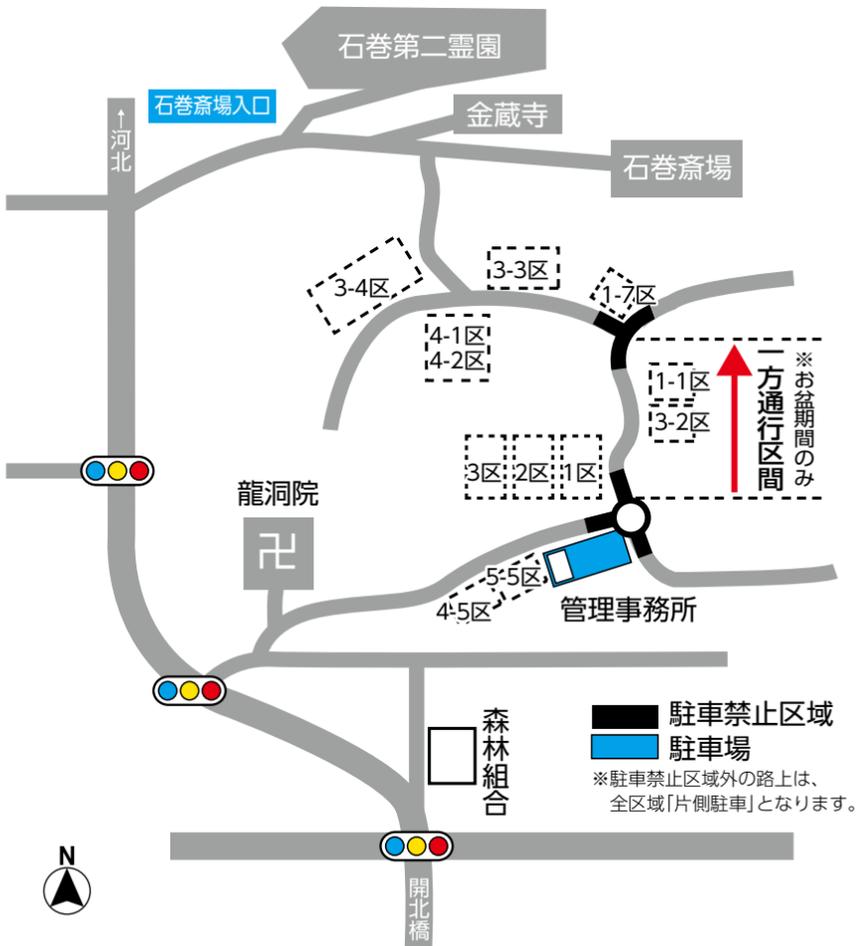
太陽光発電システム等 設置に補助金を交付し ます

受付期限 令和4年3月15日
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、各総合支所市民福祉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。

※対象など、詳しくは問い合わせください。

お盆の石巻霊園は混みます

- お盆は、石巻霊園内が大変混みます。次の事項を守ってください。
- 霊園行き無料バスを利用ください。
- 霊園側入口も利用ください。
- 供物は必ず持ち帰りください。
- 火の後始末を徹底しましょう。



霊園行き無料バス時刻表

とき 8月13日(金)・14日(土)

(行き)

停留所名	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目
石巻駅前	6:00	7:50	9:40	12:00	14:30
立町通り	6:02	7:52	9:42	12:02	14:32
住吉町	6:04	7:54	9:44	12:04	14:34
(株)ミヤコーバス石巻営業所	6:05	7:55	9:45	12:05	14:35
大橋通り	6:06	7:56	9:46	12:06	14:36
開北橋	6:07	7:57	9:47	12:07	14:37
霊園ロータリー前	6:12	8:02	9:52	12:12	14:42
3-4区墓域前	6:22	8:12	10:02	12:22	14:52

(帰り)

停留所名	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目
3-4区墓域前	7:15	9:05	10:55	13:15	15:45
霊園ロータリー前	7:25	9:15	11:05	13:25	15:55
開北橋	7:30	9:20	11:10	13:30	16:00
大橋通り	7:31	9:21	11:11	13:31	16:01
(株)ミヤコーバス石巻営業所	7:32	9:22	11:12	13:32	16:02
住吉町	7:33	9:23	11:13	13:33	16:03
立町通り	7:35	9:25	11:15	13:35	16:05
石巻駅前	7:37	9:27	11:17	13:37	16:07

※立町通り停留所は仙台銀行付近です。

☎ 環境課(内線3377)

ください。

※申込方法、必要書類など詳しくは問い合わせください。

☎ 45-2111

毎月10日、30日は食品をお譲りください

家庭系ごみの減量化に関する取り組みの一環として、皆さんの家庭から生じた過剰食品を提供いただく「フードドライブ」を実施します。「食品ロス」の削減に協力をお願いします。

8月10日(火)、30日(月)午前8時30分〜午後5時

環境課カウンター

各総合支所市民福祉課

ち帰りましょう。

☎ 5615

毛虫の大量発生を
予防しましょう

毎年夏にかけて、毛虫(アメリカシロヒトリ)が大量発生します。樹木の管理者は、卵が孵化して茶色く変色した枝や網状の巣を見かけたら、速やかに切り取って処分しましょう。

公園はマナーを守って
キレイにしよう

公園はみんなの公園です。ほかの公園利用者や近隣にお住まいの方が迷惑と感じるような行為はやめましょう。また、公園内に持ち込んだゴミやペットのフンは必ず持

9月11日(土)に桃生植立山公園で開催を予定していましたが、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、中止となりました。

「ものうふれあい祭2021はね」踊りフェスティバル in 桃生開催中止

募集案内

委員会議事局

女性人材リストの登録者を募集します

男女共同参画推進の一環として、さまざまな分野で活躍している女性にその知識や経験を發揮していただくため、「女性人材リスト」を作成し、市の審議会や委員会の委員選考の参考にしていきます。

対象 市内に居住または勤務し、市政に関心を持ち、務し、自己の知識・経験・能力を發揮したいと思っている、20歳以上の女性

申込方法 登録票をホームページまたは窓口にて取得し、直接または郵送・FAX・Eメールで申し込みください

※随時受け付けています。

市商工課(内線3524)

パワーハラスメント
防止措置

職場におけるパワーハラスメントとは、優越的な関係を背景とした言動であって、業務上必要かつ相当な範囲を超えたものにより、労働者の就業環境が害されるものです。令和4年4月1日から全事業主の義務となります。早めの対応をお願いします。

☎ 022-299-8844

宮城労働局雇用環境均等室



まちづくり懇談会の開催のご案内

町内会(行政区)、各種団体などの要望に応じて、市長が出席するまちづくり懇談会を実施します。

市政の課題、施策などを市民の皆さんに報告し、市政の浸透を図るとともに、皆さんからいただいたご意見を市政に反映させることを目的としています。

皆さんからの開催申し込



水産基盤整備推進室 渡邊 光俊さん 静岡県焼津市から派遣

技術職として、東日本大震災で被災した長岡地区の防潮堤築造工事や、福島沖地震で被災した本庁地区の漁港施設復旧工事に携わっています。担当する工事を適正に管理し、石巻市職員の負担を少しでも減らせればと考えています。

焼津市役所に入ってから8年目で、今年4月から石巻市に2度目の派遣になりました。平成30年から1年間勤めた際には他の職員に親切にしてください。交流もできました。とても住みやすい街でもあり、もう一度働きたいと希望しました。海に関わる

希望しました。海に関わる

みをお待ちしています。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、人数制限を設けるなど感染防止対策を講じた上での開催となります。調整が必要となる場合がありますので、事前に相談ください。

申・圃 秘書広報課 (内線4022)

みやぎIJUターン就職支援オフィス事業の案内

みやぎIJUターン就職支援オフィスは、県外の大・短大・専門学校などに在学中の皆さんのIJUター

ン就職の就職相談・求人紹介・書類添削・面接対策などさまざまなサポートを提供しています。

また、県外に在住する学生の方が宮城県内での就職活動を行う際に、移動にかかる交通費や宿泊費の補助が受けられます。



申・圃 みやぎIJUターン就職支援オフィス 022-216-5001 juniyagi@psona.co.jp 地域振興課 (内線4243)

石巻市移住支援金について

東京23区に在住または東京圏在住で23区に通勤する方が本市に移住し、対象求人へ就業するなどの一定の要件を満たす場合に、世帯100万円、単身60万円を支給します。



申・圃 地域振興課 (内線4243)

石巻市マンガロード新名物創出事業補助金

石巻にちなんだマンガキャラクターなどのコラボ商品の開発および販売に係る経費を補助します。対象 市内に主たる事業所

時短要請関連事業者支援金

新型コロナウイルス感染症拡大により、飲食店などへの営業時間短縮要請の影響を受けて売り上げが減少した事業者へ支援金を給付します。

対象 市内に店舗、事務所などを所有する中小企業者(個人事業主を含む)の方で、今後も事業を継続する意思のある方
対象外の方 令和3年新型コロナウイルス感染症拡大防止協力金、飲食業等応援給付金、観光関連産業事業者等支援金、国の一時支援金、月次支援金の交付を受けた方、公共法人、暴力団
売上減少の対象期間 令和3年1月～5月
・平成31年以前から事業を営んでいる方
※対象期間の1カ月の売上高が前年(前々年)同月比で20%以上減少していること
・令和2年5月～令和3年1月までに新規開業した方
※対象期間の1カ月の売上高が、対象月を含まない直前3カ月間の売上高平均と比較して20%以上減少していること

助成金額表: 売り上げ減少額 vs 助成金支給額

申請期限 8月16日(月) 申・圃 商工課 (内線3524)

石巻市空き地・空き店舗活用事業助成金

中心市街地の空き地・空き店舗を事業に活用するための購入費・賃貸料などを助成します。対象 中小企業者のうち、市税の滞納がなく、空き地・空き店舗を5年以上活用する意思がある者

石巻市事業再構築支援事業補助金

新型コロナウイルス感染症拡大により、経営に影響を受けた事業者の方が環境変化に対応した新たな事業の創造や強化、事業の再構築を促進するために補助金を支給します。対象 (一財)石巻地区勤労者福祉サービスセンターとは、中小企業に働く勤労者の総合的な福祉事業を増進し、中小企業の振興に寄与することを目的とした団体であり、会員になることでさまざまな福利厚生事業を受けることができます。



石巻復興祈念特別演奏会 ~石巻の復興を音楽で支えよう!未来は変えられる~

とき 8月15日(日) 開演 午後2時 ところ 大ホール
料金 前売S席・5席 2,000円、A席 1,000円、B席 500円
☎080-3321-8241 (担当 足立)

マルホンまきあーとテラスオープン記念 NHK交響楽団演奏会石巻公演

指揮 尾高忠明 バイオリン 金川真弓 管弦楽 NHK交響楽団
とき 8月20日(金) 開演 午後7時 ところ 大ホール
対象 小学生以上
料金 全席指定 S席 6,000円、A席 5,000円、B席 4,000円
☎NHK仙台放送局 022-211-1001

石巻好文館高等学校吹奏楽部 定期演奏会

とき 8月22日(日) 開演 午後2時 ところ 大ホール
料金 前売り600円、当日800円
☎好文館高校吹奏楽部 22-9161

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 8月18日(水)、25日(水) 午前9時(受付 午前8時40分~8時50分) 入会時に必要なもの 年会費(3千円)、印鑑、健康保険証、七十七銀行、ゆうちょ銀行、Jバンクのいずれかの通帳 詳細は問い合わせください。☎94-69003 市商工課(内線3524)

(一財)石巻地区勤労者福祉サービスセンター 新規会員募集

(一財)石巻地区勤労者福祉サービスセンターとは、中小企業に働く勤労者の総合的な福祉事業を増進し、中小企業の振興に寄与することを目的とした団体であり、会員になることでさまざまな福利厚生事業を受けることができます。

地域まちづくり委員会の委員を募集します

各地域(河北、雄勝、河南、桃生、北上、牡鹿)の課題解決策や地域の特色を生かした振興策の検討などを行います。

応募資格

- ・委員会を設置する対象地域に居住または通学、通勤している、年齢が満20歳以上、満70歳未満の方
- ・市他の審議会などの委員に選任されていない方
- ・市の常勤正職員または市議会議員でない方

募集人数 各地域2人以上
任期 9月1日(水)～令和5年8月31日の2年間

申込方法 ホームページまたは、各総合支所地域振興課で公募委員申込書と募集要項を取得し、直接

申込方法 ホームページまたは、各総合支所地域振興課で公募委員申込書と募集要項を取得し、直接

または郵送 FAX・Eメールで申し込みください。
申込期限 8月20日(金)
※当日消印有効

各総合支所地域振興課
申・團

患者等搬送乗務員定期講習

とき

- ・第1回 8月19日(木)
- ・第2回 8月20日(金)

午前9時～正午

対象 平成30年8月に定期講習を受講した方が対象です。

※対象者は、昨年度、定期講習を中止としたため、有効期限が1年間延長されました。今回定期講習を受講されない場合は、失効となります。

定員 各回10人

申込方法 石巻広域消防本部警防課または石巻広域消防ホームページにある申請書で申し込みしてください。

申込期間 8月2日(月)～10日(火)

平日午前9時～午後5時
申・團 石巻広域消防本部
警防課
☎95-7433

石巻高等技術専門学校令和3年度短期過程「配管工」訓練生募集

訓練内容 配管科(6カ月)各種配管施工ができる技能の習得処理技能の習得

対象 ハローワークの受講指示、受講推薦または支援指示を受けられる方

定員 各5人
訓練期間 9月22日(水)～令和4年3月10日(木)

受付期限 8月31日(火)
料金 教科書、作業服などの代金25,000円

申・團 宮城県立石巻高等技術専門学校
☎22-1719

ハローワーク石巻
☎95-0158
・市商工課(内線3524)

「子育て支援員研修」受講生の募集

保育や子育て支援などの知識や技能を修得した「子育て支援員」を養成する研修受講生を募集します。

対象 市内在住または在勤(保育や子育て支援分野)の18歳以上の方(高校生は除く)

※応募者多数の場合は抽選になります。
ところ 石巻市総合福祉会

館みなど荘(八幡町一丁目6番22号)
基本研修 8科目8時間
9月2日(木)

申・團 地域保育コース
17科目19時間
1日目 9月3日(金)
2日目 9月4日(土)
3日目 9月7日(火)
4日目 9月8日(水)

見学実習2日間
地域子育て支援コース
6科目6時間
9月10日(金)

放課後児童コース
6科目9時間
1日目 9月17日(金)
2日目 9月18日(土)

※日程は変更となる場合があります。
申込期限 8月10日(火)

申・團 株式会社ニチイ学館
仙台支店(担当白石)
☎022-26314052
子育て支援課
(内線2553)

勤務場所 石巻・登米地域の小・中学校
※勤務期間、内容などは面接により決定します。

申・團 東部教育事務所
教育学事班
☎95-7096
申・團 市学校教育課
(内線5022)

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
※受け付けは年間を通じて行っています。

●一般曹候補生(第2回)
応募資格 18歳以上33歳未満の方

●航空学生
応募資格 18歳以上23歳未満の方で高卒(見込み含む)または高専3年次修了者(見込み含む)

●海
18歳以上23歳未満の方で高卒(見込み含む)または高専3年次修了者(見込み含む)

●空
18歳以上21歳未満の方で高卒(見込み含む)または高専3年次修了者(見込み含む)

●看護科 10月6日(水)
●予備自衛官補(一般・技能)

応募資格
●技能 18歳以上で国家免許資格等を有する方(保有する資格に応じ53歳・55歳未満)
●一般 18歳以上34歳未満の方

申込期限 9月17日(金)



申・團 自衛隊宮城地方協力本部 石巻地域事務所
☎83-6789



令和3年度就学義務猶予免除者等の中学校卒業程度認定試験

病気などやむを得ない事由により、保護者が義務教育諸学校に就学させる義務を猶予または免除されたお子さんについて、学力が中学校卒業程度のものであることを認定するために国が行う試験であり、合格すること、高等学校入学資格が与えられます。

※希望者の方は問い合わせください。

受付期限 9月3日(金)
提出先 文部科学省
申・團 宮城県教育庁
義務教育課
☎022-211-3642

市学校教育課
(内線5026)

相談

里親制度広域説明会

さまざまな事情で自分の家族と暮らせない子どもたちがいます。そのような子どもたちを家庭に迎え入れ、子どもの健やかな育ちを応援する。それが里親制度です。制度説明、里親体験談、個別相談を行います。

とき 8月22日(日)午後1時30分～4時
ところ 登米市迫公民館
大会議室(迫町佐沼字江2丁目6番地1)

申・團 みやぎ里親支援センター
たけやき
☎022-718-1031
申・團 市市民相談センター
(内線2534)

少年センターから「不審者から子どもたちを守りましよう」
最近、不審者・変質者の出没情報が寄せられています。このような中、不審者対策ネットワーク会議の会員や関係団体、地域住民や安全ボランティア、PTA会員の方々などが、子どもたちの登下校の時間帯に声掛けや見守りなどを行っています。

また、市内の全小学校区で、年4回の学区パトロールを実施し、通学路などの安全確認を行っています。
申・團 市民相談センター
(少年センター)
☎23-6635



石ノ森萬画館 ☎96-5055

劇場版セイバー+ゼンカイジャー「スーパーヒーロー戦記」コラボイベント開催中!!

劇場版セイバー+ゼンカイジャー「スーパーヒーロー戦記」の映画半券をお持ちいただくと石ノ森萬画館の観覧料が2割引となります。期間中は数量限定のコラボメニューイベントも開催しています。

とき 8月15日(日)まで 対象映画館 イオンシネマ石巻
※詳しくはホームページを確認ください。



サン・ファン館 ☎24-2210 (火曜日休館)

「第2回サン・ファン号を未来へつなぐコンクール」作品募集

小・中学生を対象に「絵画」「デザイン」の2部門からサン・ファン・パウティスト号や支倉常長などに関する作品を募集します。

申込期限 10月11日(月)必着 対象 宮城県内の小・中学生
申込方法 当館配布の作品応募票に必要事項を記入し、各部門の応募方法に従って応募してください(応募票は当館ホームページからもダウンロードできます)。

サン・ファン館 夏季延長開館

サマータイムとして、8月は開館時間を1時間延長します。

とき 8月1日(日)～30日(月) 午前9時30分～午後5時30分
(最終入館 閉館30分前)

特別展「牡鹿半島・海と浜のトリビア10」

牡鹿半島の歴史や民俗、特に海に関するトピックを10の「トリビア」に分け、現地で収集された貴重な資料とともに紹介します。

とき 9月1日(水)～11月29日(月) 午前9時30分～午後4時30分
(最終入館 閉館30分前)



小・中学校常勤・非常勤講師の募集

応募資格 教員免許状を有する方

給料
常勤 月額216,112円、
非常勤 1時間当たり3,360円

申込期限 10月13日(水)

医学科 10月13日(水)

申込期限 10月27日(水)

申込期限 9月9日(木)

申込期限 9月6日(月)



「性暴力被害相談支援センター宮城」のご案内

県では、性暴力被害者の支援を行う拠点として「性暴力被害相談支援センター宮城」を設置し、相談や医療機関などへの付き添い、受診費用などの助成を行っています。

一人で悩まず、まずは相談してください。

受付時間 午前10時～午後8時(土曜日は午後4時まで、日・祝日・年末年始を除く)

専用電話 性暴力被害相談支援センター宮城
☎0120-5561460
(けやきホットライン)

☎022-211-2567
県共同参画社会推進課

市民相談センターから《多重債務》

カードやスマホによる支払い(キャッシュレス決済)は、手元に現金がなくても買い物が増えて便利な反面、目に見えない決済のため、次々に使い過ぎてしまつたとあつという間に大きな借金になってしまいます。

その結果、計画通りに返済ができなくなり、日常生活に支障が出て困つているという相談も増えています。少しのつまずきが大きな借金に膨れ上がる危険は誰にでも起こりうることです。日頃から利用明細書のチェックを習慣付け、お金の管理をしっかりと

り行うことが大切です。
☎ 市民相談センター
23-5040

せいがつけんどう 「いしのみき」相談会

仕事や生活などにお困りの方に対して出張相談会を実施します。一人一人の状況に応じて、専門の支援員が専門機関と連携して解決に向けた支援を行います。

とき 8月25日(水)午前10時～午後3時
ところ 牡鹿保健福祉センター「清優館」

☎ 保護課(内線2505)

無料経営相談会

とき 8月24日(火)、9月14日(火)午前10時～正午、午後1時～3時
ところ 石巻ルネッサンス館(開成1-35)

対象 会社経営者や個人事業主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)から申し込みしてください。

申込期限 開催前日まで
☎・☎ 「IBIZ」ISS
ビジネスサポートセンター
(石巻産業創造(株)内)
☎98-8782
FAX 93-9397

☎ 市産業推進課
(内線3546)



8月の相談あんない

行政

- 行政書士相談 ※要予約
 - ・16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 ☎82-3599
- 行政相談
 - ・3日(火) 午前10時～午後3時 牡鹿総合支所 2階研修室
 - ・4日(水) 午前10時～午後3時 雄勝総合支所 1階会議室
 - ・4日(水) 午前10時～正午 桃生総合支所 2階和室
 - ・18日(水) 午後1時30分～3時30分 市役所 2階相談室B
 - ・20日(金) 午前10時～午後3時 河北総合支所 2階会議室
- ☎ 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)
 - ・10日(火) 萩総合法律事務所 樋渡弁護士
 - ・24日(火) 弁護士法人石巻向陽法律事務所 須藤弁護士
- 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 2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 ☎23-5451)
 - ・一般法律相談
 - 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
- ※相談内容や経済状況により、無料で相談を受けられる場合があります。
 - ・交通事故相談 毎月第1火曜日 午後1時30分～4時30分
- ※第1火曜日が祝日の場合は第2火曜日
※前週金曜日までに要予約 ※5回まで無料(ただし刑事事件を除く)
☎・☎ 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(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。
- 司法書士による無料法律相談会 ※予約優先
(石巻司法書士相談センター 銚銭場5-9 いせんばプラザ102号)
司法書士が無料で相続登記・法律相談に応じます。
 - ・毎週金・土曜日(祝日および13日(金)、14日(土)を除く) 午後1時30分～4時30分
- ※新型コロナウイルス感染症の影響により、中止している場合があります。
☎・☎ 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(県庁1階交通事故相談室)
午前8時30分～午後4時45分(土日・祝日を除く) ☎022-211-2432、2433
- 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)
特設人権相談窓口を次のとおり開設します。
 - ・3日(火) 午前10時～午後3時 牡鹿総合支所 2階研修室
 - ・4日(水) 午前10時～午後3時 雄勝総合支所 1階会議室
 - ・4日(水) 午前10時～午後3時 桃生総合支所 2階和室
- ※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 14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)
 - ・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～木曜日
 - ・消費生活相談(☎23-5040)(土日・祝日を除く)
- ※時間はいずれも午前9時～午後5時
- 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
 - ・午前9時～午後5時(土日・祝日を除く)
 - ・日曜開設 第3日曜日 午前9時～午後1時 ※要予約
 - ・各総合支所でも相談を受け付けています。
- 午前9時～午後5時(土日・祝日を除く) ※要予約
☎・☎ 福祉まるごと相談窓口 ☎25-6658
各総合支所市民福祉課
- 住居確保給付金の相談(市役所 2階保護課)
住居確保給付金は、離職などにより経済的に困窮し、住居を失った方やその恐れのある方に対し、資産や収入、求職活動をするなどを要件として一定期間支給される給付金です。家賃の支払いにお困りの方は保護課窓口まで相談ください。
午前8時30分～午後5時(土日・祝日を除く)
☎ 保護課(内線2505)
- 生活保護・生活困窮の相談(市役所 2階保護課)
生活にお困りの方は、保護課窓口まで相談ください
午前8時30分～午後5時(土日・祝日を除く)
☎ 保護課(内線2503)
- 家計管理の相談
家計管理にお困りの方への支援のため、総合支所などで出張相談を実施します。
 - ・4日(水) 午後1時～午後4時 河南総合支所
 - ・18日(水) 午後1時～午後4時 河北総合支所
 - ・25日(水) 午後1時～午後4時 桃生公民館
- ☎・☎ ひありんく石巻 ☎98-9163
- 新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金の相談(市役所 2階保護課)
社会福祉協議会の総合支援資金の再貸付が終了するなどにより、特例貸付を利用できない世帯に対し、就労による自立を図るために支給される支援金です。資産や収入、求職活動をするなどを要件として3カ月間支給されます。詳しくは保護課窓口まで相談ください。
午前8時30分～午後5時(土日・祝日を除く)
☎ 保護課(内線2505・2507)

障害者

- 障害のある方に関する相談
 - ・石巻市・女川町基幹相談センターくるみ ☎24-8355
 - ・障害児(者)相談支援事業所「Kai」 ☎93-2924
 - ・障害者相談支援センター桜・さくら ☎98-7760
 - ・ひまわりデイサービスセンター障がい者相談支援室 ☎84-2518
 - ・障がい者相談支援事業所「とも」 ☎98-8326

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

8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、予定が変更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(日曜日・祝日は午後5時まで)
休 第4木曜日



- 石巻市総合体育館 アリーナ・第2武道場 床保守作業 7日(土)～15日(日) 終日
アリーナおよび第2武道場は上記の期間、使用できません。その他の施設は、通常通り貸館しています。
- いしのみき総合スポーツクラブ 令和3年度新規会員募集中です。詳しくは問い合わせください。
- キッズパラエティクススポーツ教室 令和3年度新規会員募集中です。詳しくは問い合わせください。
対象 小学1年生～3年生 定員 100人 料金 3,500円
- バドミントン・卓球教室 令和3年度新規会員募集中です。詳しくは問い合わせください。
 - ・バドミントン教室 料金 3,000円+保険料(任意加入)
 - ・卓球教室 料金 2,000円+保険料(任意加入)

セイホクパーク石巻(総合運動公園)トレーニングセンター
☎25-7731

開 午前9時～午後9時(日曜日・祝日は午後5時まで)
休 26日(木)

- 石巻トレーニングセンター 利用料
1回券 大人500円、大学生300円、高校生200円
回数券(11回分) 大人5,000円、大学生3,000円、高校生2,000円
※上靴を持参の上、運動できる服装でお越しください。
※マシンの説明は供用時間内に行っていますので、新規の方もいつでも利用できます。
- 各種教室 ※詳しくは問い合わせください。
 - ・ダイエットエクササイズ 午後2時～3時 定員 5人 料金 入館料のみ
 - ・リズムにのってスクエアステップ 午前10時～11時 定員 8人 料金 入館料のみ
 - ・サーキットトレーニング 午後6時～7時 定員 6人 料金 入館料のみ
 - ・シニアストレッチ講座 午前10時30分～11時30分 定員 5人 料金 入館料のみ
 - ・インボディー測定会 随時(希望者) 料金 入館料と用紙代100円

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

- 東京パラリンピック採火イベント 15日(日) ところ 市民球場、フットボール場、ふれあいグラウンド
- 石巻サッカーサマー復興大会 7日(土)～9日(月・休)
ところ フットボール場、ふれあいグラウンド、フットボールフィールド第1・第2、多目的フィールド
- 全国社会人サッカー選手権大会東北予選会 21日(土)、22日(日)
ところ フットボール場、ふれあいグラウンド、フットボールフィールド第1、多目的フィールド
- 市民球場
 - 第27回宮城県社会人野球協会会長杯 1日(日)、7日(土)
 - 日本リトルシニア日本選手権大会 2日(月)～4日(水)
 - MLBカップ リトルリーグ全国大会 20日(金)～22日(日) ※予備日 23日(月)
 - 秋季高校野球 東北地区大会 25日(水) ※予備日 24日(火)、26日(木)、27日(金)、30日(月)、31日(火)
- フットボール場・ふれあいグラウンド
 - 石巻ラグビーフェスティバル 1日(日)、2日(月)
 - 全国社会人サッカー選手権大会東北予選会 28日(土)、29日(日)
 - フットボールフィールド第1
 - くまがい杯石巻地区予選(サッカー) 28日(土)、29日(日)

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(日曜日・休講日は午後5時まで)
休 休館日:8/1(日)、8/11(水)～16(月)、休講日:8/8(日・祝)、8/10(火)



- 7月～9月 少人数制「トレーニング&ストレッチ チケット制レッスン」
事前のチケット購入でレッスンスケジュール内の好きな講座に参加できます。
9月30日(木)まで 料金 3枚綴り4,050円(一回あたり1,350円)、5枚綴り6,500円(一回あたり1,300円)
持ち物 スポーツウェア、室内シューズ、タオル、飲み物 申込方法 窓口で、料金を添えて申し込みください。
※チケットの使い方、スケジュールについては問い合わせください。
- 8～9月のサンデープログラム 日曜日限定の短期講座(2カ月間)です。対象 原則中学生以上
 - ・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
 - ・ヨガ哲学とアーユルヴェーダを学ぼう(全3回) 午前10時～11時
 - ・体質別のヨガと月の礼拝(全3回) 午前11時15分～午後0時15分
 - ・癒しのこけ玉作り(全1回) 午前11時～正午 ※別途材料費が1,000円かかります。
 料金 全1回コース1,150円、全3回コース3,450円 ※途中申込が可能な講座もあります。
申込方法 窓口にて、直接申し込みください。
- 2021年度後期講座(10月～3月)パンフレット 8月19日(木)より受付にて配布します。
- プール・トレーニングルームのフリー利用
新型コロナウイルス感染症の影響により、利用内容を変更しています。 ※利用時間帯は問い合わせください。
 - ・フリー利用可能時間帯を一部変更しました。
 - ・三密を避けるため、人数制限を設けています。混雑時はお待ちいただくか、利用いただけない場合があります。
 料金 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)
※割引料金での利用の場合、各種証明書を必ず持参ください。
※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。
※利用講習なしですぐに利用できます(プール・トレーニングルームともに、初回のみ利用登録が必要)。

蛇田公民館 ☎95-0183

開 午前9時～午後9時 休 なし

- 利用協講座「夏休み手話体験教室」 3日(火)、10日(火)、17日(火)、24日(火) 午後7時～8時30分
講師 恵み野手話サークル会員 定員 10人(先着) 対象 小学生以上
※詳しくは問い合わせください。

稲井公民館 ☎22-4303

開 午前9時～午後9時30分 休 なし

- 稲井くらしの講座「ポーセラーツ教室」 27日(金) 午後1時30分～3時30分

渡波公民館 ☎24-0941

開 午前9時～午後9時30分
休 なし



- 一般教養講座「陶芸教室」 9月3日(金) 午前10時～正午 講師 瑞樹案 笠政彦
定員 20人(抽選) 料金 2,100円(材料費(粘土1kg)として)
申込期限 27日(金)正午 ※材料費を添えて直接申し込みください。

石巻中央公民館
☎22-2970 FAX21-6050

開 午前9時～午後9時
休 なし

- 利用協講座「石巻市民尺八基礎講座」 講師 榛澤一翠氏(琴古流尺八宗家竹友社師範)
9月2日(木)、9日(木)、16日(木)、23日(木・祝)、30日(木) 午後7時～9時
対象 一般市民(尺八初心者。できるだけ全回参加できる方) 定員 5人(先着)
持ち物 筆記用具、尺八がある人は尺八 申込方法 8月26日(木)までに電話または直接申し込みください。
- 子育てサロン「いっこクラブ」水あそび どなたでも参加できます。
6日(金)、20日(金) 午前10時～11時30分
料金 無料 持ち物 飲み物 申込方法 当日の参加OKですが、なるべく電話で予約をお願いします。
- 子育てサロン「いっこクラブ」おりがみ どなたでも参加できます。
9月3日(金) 午前10時～11時30分 定員 15組(先着) 持ち物 飲み物
申込方法 当日の参加OKですが、なるべく電話で予約をお願いします。
- 石巻市ジュニア・リーダーサークルげろっば「第1回げろっば祭り」
ジュニア・リーダーとゲーム(射的、輪投げなど)、紙飛行機とばしコンテストなど。
7日(土) 午前10時～11時30分 対象 小学1年生～6年生 定員 親子30人(先着)
申込方法 事前に電話で申し込みください。来館前の検温、マスクの着用、手指の消毒に協力ください。

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、8日(日・祝)



- あかちゃんおはなし会 赤ちゃん絵本・わらべうた・手遊びなどで、親子一緒に楽しみましょう。
これからパパ・ママになる方も参加ください。 6日(金)・20日(金) 午前10時30分～10時50分 定員 5組(先着)
- 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。
7日(土)・21日(土) 午前10時30分～10時50分 対象 幼児～小学校低学年くらい 定員 5組(先着)
- 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。
14日(土)・28日(土) 午前10時30分～10時50分 定員 5組(先着)
- 定例おはなし会 14日(土) 午前10時～11時 ところ 河北分館(ビッグバン内図書室)
- 読書会 「神様のカルテ」夏川草介 著。この作品を読んで、感想をおしゃべりしませんか。 10日(火) 午前10時～正午
出張図書館 予約を中心とした本の貸し出しを行っています。
・へびた 3日(火)・17日(火)・31日(火) 午前10時～11時 ところ 蛇田公民館
・わたのは 3日(火)・17日(火)・31日(火) 午後1時～2時 ところ 渡波公民館
- 子育て支援センター
 - ・あそびの広場 読み聞かせもあります。 27日(金) 午前10時30分～11時30分 ところ 渡波子育て支援センター
 - ・わいわいサロン 読み聞かせもあります。 17日(火) 午前11時～11時30分 ところ 河南子育て支援センター
 - ・すくすく赤ちゃん 24日(火) 午前10時～11時30分 ところ なかよし保育園地域子育て支援センター
 - ・Mカフェ 30日(月) 午前11時～正午 ところ 石巻市子どもセンター「らいつ」

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(月曜日が祝日の場合その翌日が休館日)



- 総合ダンスイベント ONEUNITY 石巻vol.4 7日(土) 開演 午後4時30分 開場 午後4時
圖 浅野 ☎090-1398-5093
※1日(日)は、新型コロナウイルスワクチン接種会場となっているため、トレーニングルーム、図書室の利用はできません。

遊楽館
☎72-3561

開 午前9時～午後9時
休 2日(月)、10日(火)、16日(月)、23日(月)、30日(月)



- 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(日曜日・祝日は午後5時まで)
休 遊楽館と同じ



- 各種教室 電話または直接申し込みください。 持ち物 運動できる服装、タオル、飲み物
 - ・エアロ&ヨガ 3日(火)・24日(火) 午後7時～8時 定員 10人 料金 1回目1,000円、2回目以降500円
 - ・やさしいストレッチ 5日(木)・19日(木) 午前11時～正午、26日(木) 午後1時30分～2時30分
定員 10人 料金 1回目1,000円、2回目以降500円
 - ・ヨガ 6日(金)・20日(金) 午後1時30分～2時30分 定員 10人 料金 1回目1,000円、2回目以降500円
 - ・筋トレ&ストレッチ 7日(土)・21日(土) 午後7時～8時
定員 10人 料金 1回目1,000円、2回目以降500円
 - ・バランスボール 11日(水)・25日(水) 午前11時～正午
定員 10人 料金 1回目1,000円、2回目以降500円
 - ・スポーツ教室(ボール、縄跳び等使用予定)
定員 小学生10人、年中・年長10人 料金 1回目1,000円、2回目以降500円
4日(水)・25日(水)(小学生) 午後5時～6時 5日(木)・26日(木)(小学生) 午後5時～6時
8日(日)・29日(日) ①午前9時45分～10時45分(小学生) ②午前11時～正午(年中・年長)
- お知らせ 屋根修繕工事の為、お休みしていたプール業務は、9月からの再開を予定しています。
※新型コロナウイルス感染症対策の為、一般の方の利用時間を一部変更。下記の通り入れ替え制を予定しています。
土曜日 午前11時30分～午後9時
日曜・祝日 【1回目】午前10時～正午 【2回目】午後0時30分～2時30分 【3回目】午後3時～5時

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(テニスコートは利用申込があれば、午後9時まで)
休 月曜日(9日(月・休)は開館日で10日(火)が休館日)

野球場・テニスコート:利用申込については利用日の3日前の午後5時まで

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、休館日の前日は、午前10時～午後5時)
休 月曜日、10日(火) ※9日(月・休)は開館

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 5日(木)・19日(木) 午後6時30分、24日(火) 午後2時、31日(火) 午前10時
- ビッグバン ☎62-1120 13日(金)・27日(金) 午後3時、7時 ※要電話予約 午前9時～午後5時
※1日(日)はコロナワクチン接種会場になるため利用はできません。
- 遊楽館 ☎72-3561 屋根修繕工事の為、お休みしていたトレーニング室は、9月からの再開を予定しています。
- 牡鹿交流センター ☎45-3618 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時まで随時受付、要電話予約

8月の健康コーナー

こころの
体温計



【健康推進課】 ☎ 95-1111
 【各総合支所市民福祉課】
 河北 ☎ 62-2117 雄勝 ☎ 57-2113 河南 ☎ 72-2094
 桃生 ☎ 76-2111 北上 ☎ 67-2301 牡鹿 ☎ 45-2113

※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

相談名	内容	とき	ところ	申・問
健康相談	生活習慣病予防など 健康に関すること何でも	月～金(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時	健康推進課	健康推進課 (内線2425)
育児相談	子どもの健康に関すること何でも			健康推進課 (内線2423)
こころの 電話相談	不安・不眠・ストレスなど こころの悩みに関すること何でも			健康推進課 (内線2421) ☎94-9132
栄養相談	食事と栄養に関すること何でも ※要予約	2日(月) 午前10時～正午	保健相談 センター	健康推進課 (内線2428)
歯科相談	むし歯のチェック、歯周病予防など 歯に関すること何でも ※要予約	23日(月) 午後1時～3時		健康推進課 (内線2417)

○心理カウンセラー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	申・問
5日(木) 午前10時45分～午後3時15分	市役所2階相談室	桑島 由美	健康推進課(内線2421) ☎94-9132
5日(木) 午後1時30分～5時	河南母子健康センター	樋口 広思	河南総合支所市民福祉課 ☎72-2094

○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	申・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	20日(金) 午前10時～午後3時	☎95-1431

○定点型からだこころのケアサロン「からころん」

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。

とき	ところ	スタッフ	問
30日(月) 午後1時30分～3時	河南母子 健康センター	からころんステーション心のケア相談員 (看護師・心理士・精神保健福祉士など)	河南総合支所市民福祉課 ☎72-2094

○各種教室・講演会

教室名	内容	とき	受付時間	ところ	申・問
もぐもぐ育児相談 (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 や発達について個別相談で 時間を区切って対応します。 定員 6組程度 ※要予約	4日(水)	午後1時 ～3時	保健相談 センター	健康推進課 (内線2617)

○乳幼児の健診・相談

対象地区	健診・教室名	とき	受付時間	ところ
石巻	3～4カ月児健診	11日(水)・19日(木)・27日(金)	個別に 通知します	保健相談センター
	1歳6カ月児健診	6日(金)・17日(火)・26日(木)		
	2歳児歯科健診	3日(火)・18日(水)・25日(水)		
	3歳児健診	5日(木)・20日(金)・24日(火)		
河北 雄勝 北上	3歳児健診	25日(水)		河北総合センター 「ビッグパン」
河南 桃生	2歳児歯科健診	10日(火)		河南母子健康センター
	3歳児健診	12日(木)		
牡鹿	3～4カ月児健診	27日(金)	個別に 通知します	保健相談センター
	1歳6カ月児健診	26日(木)		
	2歳児歯科健診	25日(水)		
	3歳児健診	24日(火)		

※対象者へは、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症拡大防止のため、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。

○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 21日(土) 午後1時30分～3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

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、参加を希望の方は事前に問い合わせください。

○つむぎの会:さまざまな形で子どもを亡くした親の集いです。

とき 29日(日) 午後1時 ところ 保健相談センター 問「つむぎの会」 ☎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 8日(日・祝) 午後1時30分 ところ 保健相談センター

問 「たんぽぽの会」 ☎090-5835-0017(田中)

○まきっこの会:ひきこもりの家族会です。

とき 15日(日) 午後1時～4時 ところ 保健相談センター

料金 一家族1,000円(当事者は無料) 問 「まきっこの会」 ☎080-6022-4478(高橋)

○からころん相談ダイヤル 心の無料電話相談(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 ☎0120-322-016 ※留守番電話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)

問 健康推進課 ☎94-9132

聴き上手養成講座～いのちこころを支える～

身近な人とのコミュニケーションで悩むことはありませんか?今日から役立つ身近な人への上手な話の聴き方、声のかけ方を学べる講話と実技です。聴き上手になるポイントを学び、あなたも身近な人に声をかけることから始めてみませんか。いのちを守るためにあなたができることがあります。

とき 8月25日(水) 午前10時～11時 ※感染症対策を実施しての開催となります。

ところ 保健相談センター 3階 講義室

定員 50人(先着) ※要電話予約

講師 みやぎ心のケアセンター 副センター長 山崎 剛、保健師・公認心理師 桑島 由美

申込期限 8月18日(水)

申・問 健康推進課 ☎94-9132

食育推進コーナー

～きなこ作り体験～

ピノッチオ保育園では、餅つき大会で年長クラスがきなこ作りを体験しました。きなこが何から出来ているのかを説明し、煎った大豆を一人一人が粉にしました。子どもたちは、豆から粉に変化する度に目を輝かせていました。きなこ餅は「砂糖あり」と「なし」の2種類を食べ比べて素材の味を堪能しました。

問 健康推進課(内線2617)



令和2年12月実施の様子

愛の献血

問 健康推進課(内線2418)

とき	ところ	受付時間
1日(日)	(株)カワチ薬品石巻西店	午前10時～11時45分
9日(月・休)、15日(日)、28日(土)	イオンモール石巻	午後1時～4時30分

介護保険制度が変わります

介護保険施設における食費・居住費の助成制度(負担限度額認定)

国の令和3年度介護保険制度改正により、介護保険施設入所者やショートステイ利用者の食費・居住費の助成制度が変わります。

・認定要件である預貯金額が変わります(第2号被保険者の方は変更ありません)。

	7月まで		見直し後(8月から)	
	年金収入等80万円以下(第2段階)		単身650万円	夫婦1,650万円
年金収入等80万円超120万円以下(第3段階①)	単身1,000万円 夫婦2,000万円		単身550万円	夫婦1,550万円
年金収入等120万円超(第3段階②)			単身500万円	夫婦1,500万円

・食費の負担限度額が変わります(第1段階の負担限度額は変更ありません)。

	施設入所者		ショートステイ利用者	
	7月まで	見直し後(8月から)	7月まで	見直し後(8月から)
年金収入等80万円以下(第2段階)	390円	390円	390円	600円
年金収入等80万円超120万円以下(第3段階①)	650円	650円	650円	1,000円
年金収入等120万円超(第3段階②)	650円	1,360円	650円	1,300円

※補給給付の対象でない方は、負担額は施設と利用者との契約により決められています。

介護保険高額介護サービス費の負担上限額

国の令和3年度介護保険制度改正により、介護サービス利用者と同一世帯に年収約770万円以上の65歳以上の方がいる場合、毎月の負担上限額が以下のとおり変わります。

新設	課税所得690万円(年収約1,160万円)以上	140,100円(世帯)
	課税所得380万円(年収約770万円)～課税所得690万円(年収1,160万円)未満	93,000円(世帯)

※上記以外の市民税非課税世帯の方などの負担上限額に変更はありません。

問 介護保険課(内線2439)

※検診を受診の際は【自宅での検温】【マスク着用】をお願いします。

【北上地区】子宮頸がん検診を実施します

とき 9月1日(水) ところ 北上公民館(北上総合支所) 対象 20歳以上の方
 ※申し込みをした方には検診票を送付します。通知書(8月上旬発送予定)を確認のうえ、受診してください。
 ※申し込みをされていない方で受診を希望する方は追加申し込みができますので連絡ください。
 ※対象年齢は令和4年3月31日を基準としています。
 〇 北上総合支所 市民福祉課 ☎67-2113

【石巻地区】乳がん検診の夕方検診を実施します

とき 8月25日(水) ところ 保健相談センター
 対象 30歳代、41歳(クーポン対象者)、66歳以上(偶数年齢)の女性
 ※対象年齢は令和4年3月31日を基準としています。
 受付時間 午後4時30分～6時30分 ※要予約
 検診票をお持ちの方…乳がん検診日時変更専用ダイヤル(☎24-8383)に申し込みください。
 検診票をお持ちでない方…検診票を発行しますので連絡ください。
 〇・〇 健康推進課(内線2427)

がんについて語ろう

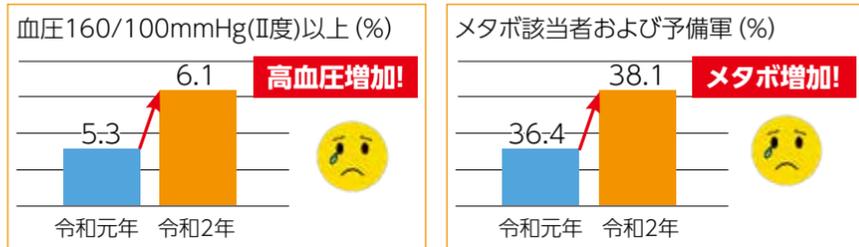
がんになり抱える悩み・不安について、一緒にお話ししましょう。個別の電話相談に応じています。一人で悩まずに連絡ください。改めてこちらから連絡させていただくこともあります。
 対象 がんの種類問わず
 〇 日和山カフェ代表 佐藤 ☎080-5742-4225 (月～金)午前10時～午後3時

【河北地区】胃がん検診を実施します

とき 8月18日(水)～21日(土)、24日(火)～26日(木)
 ところ 河北総合センター(ビッグバン)
 対象 30歳以上の方 検査方法 問診、胃エックス線検査
 ※申し込みをした方には、検診票を送付します。検診日および会場を確認のうえ、受診してください。
 ※申し込みをされていない方で受診を希望する方は、追加申し込みができますので連絡ください。
 ※対象年齢は令和4年3月31日現在を基準としています。
 〇 河北総合支所 市民福祉課 ☎62-2117(内線163)

特定健診を受けましょう

コロナ禍で健康状態が悪化している人が増えています。
健診を受けて自身の健康状態を確認しましょう!



健診は現在通院している方や服薬中の方も対象です。
 〇 保険年金課(内線2333～2335) **石巻市国保の特定健診 自己負担額無料!!**

河南地区健(検)診を実施します

特定健診・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、大腸がん検診、骨粗しょう症検診を実施します。
 とき 8月18日(水)～21日(土)、24日(火)～27日(金) ところ 遊楽館
 ・夜間検診 8月19日(木)、26日(木)
 ・骨粗しょう症検診 8月25日(水)～27日(金)
 ※配布される案内通知書(検診票)で時間などを確認の上、受診してください。
 ※申し込みをされ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4年3月31日を基準としています。
 〇 河南総合支所 市民福祉課 ☎72-2094

夜間急患センターの診療時間

〇夜間診療

	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・休日	午後6時～翌朝6時	午後6時～翌朝6時	午後6時～9時 ※15日は午後6時～翌朝6時

〇休日(昼間)診療

	外科
日曜・休日	午前9時～午後5時 ※15日は夜間診療のみ(受付時間:午前9時～11時30分・午後1時～4時)

ところ 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利用ください。
 〇 夜間急患センター ☎94-5111

市立病院のご案内

〇診察時間(休診日 土日・祝日・年末年始) 〇診療日

	受付時間	診察開始	受付	月	火	水	木	金
内科・外科・整形外科	初診 午前8時～11時	午前9時	内科	○	○	○	○	○
	再診 午前8時～11時30分		外科	○	○	○	○	○
眼科・皮膚科	午前8時～11時	午前9時	整形外科	○	—	○	○	○
耳鼻咽喉科	午前(火・木)		眼科	午前	—	○	—	○
	午後(月・火・木・金)～3時	午後8時～11時	皮膚科	午前	—	—	—	○
	午後0時30分～3時	午後1時	耳鼻咽喉科	午後	○	○	—	○

※整形外科と皮膚科は、紹介状と事前の予約が必要です。
 ※診療日が変更になる場合があります。ホームページで確認するか、問い合わせください。
 ○7月から皮膚科の診療体制が変わりました
 ・新規患者は予約制による診療となります。
 ・他の医療機関を受診中の方が皮膚科を受診する際は、紹介状が必要となります。
 ・再診の方についても予約制となります。
 ※不明な点などありましたら、問い合わせください。
 〇 市立病院 ☎25-5555

8月の休日等救急当番医

〇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。

とき	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
1日(日)	内科	よしろう内科(住吉町一丁目)	☎22-3277
	小児科	夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
8日(日・祝)	内科	駅前北きし内科クリニック(駅前北通り一丁目)	☎95-3123
	小児科	夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎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
9日(月・休)	内科	高橋消化器内科(千石町)	☎95-1621
	小児科	おおば小児クリニック(門脇字青葉西)	☎93-9693
	産婦人科	齋藤産婦人科医院(中央三丁目)	☎22-0707
14日(土)	内科	いしのまき矢吹クリニック(大橋三丁目)	☎21-6117
	小児科	中山こどもクリニック(中里三丁目)	☎95-4121
	産婦人科	しらゆりクリニック(蛇田字新立野)	☎22-3717

※診療時間は、午前9時～午後5時です。
 ※担当医や受付終了時間、昼休み時間は、各医療機関に確認の上、受診してください。
 ※下表に記載のない産婦人科の対応は、当日、市役所(☎95-1111)まで問い合わせください。
 ※外科は、「夜間急患センターの診療時間」の欄を参照ください。

とき	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
15日(日)	内科	古山内科・循環器科(元倉一丁目)	☎23-0221
	小児科	夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
16日(月)	内科	茜平クリニック(茜平二丁目)	☎98-5108
	小児科	ものうファミリークリニック(桃生町中津山)	☎76-4024
	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
22日(日)	内科	中浦内科医院(中浦一丁目)	☎21-7551
	小児科	夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
29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(蛇田字西道下)	☎94-5111

とき	石巻市 河北地区	電話番号	東松島市 矢本地区	電話番号	歯科	電話番号
1日(日)	石巻ロイヤル病院(広瀨)	☎73-5888	やもと内科クリニック(矢本)	☎98-3260	沼倉歯科医院(鑄銭場)	☎93-8622
8日(日・祝)	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	日野歯科医院(錦町)	☎22-4230
9日(月・休)	須江きむら医院(須江)	☎24-6311	神山クリニック(赤井)	☎98-8617	さくら町歯科(さくら町五丁目)	☎28-5443
14日(土)					藤江歯科医院(南中里一丁目)	☎95-2313
15日(日)	ものうファミリークリニック(桃生町中津山)	☎76-4024	仙台ペインクリニック石巻分院(赤井)	☎82-1310	本郷歯科医院(蛇田字新丸井戸)	☎22-0775
16日(月)					三宅歯科医院(千石町)	☎22-1448
22日(日)	佐々木医院(和瀨)	☎72-3122	イオンタウン矢本内科(小松)	☎24-6119	きらら歯科クリニック(蛇田字卒寺)	☎92-9300
29日(日)	中川内科外科医院(前谷地)	☎72-2123	うつみレディスクリニック(赤井)	☎84-2868	よしだファミリー歯科(渡波字栄田)	☎24-1185

石巻歯科医師会 休日診療所(中里三丁目) ☎94-8223 (同日程で診療)

8月の子育て支援コーナー

子育て
メール相談



支援センター
詳細はこちら



市子育て支援センターとは

- ・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。
 - ・原則土日・祝日は休館日です。
- ※詳しくは各支援センターに問い合わせください。

※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

☎94-2366

- ・みんなと遊ぼうの日「緑日ごっこ パート2」 6日(金) 定員 6組
- ・こ～ぶ講座「英語であそぼう」 20日(金) 定員 6組
- ・助産師による成長測定 23日(月) 定員 6組
- ・子どもの症状を見るポイント～発熱・下痢・咳～ 25日(水) 定員 6組

※全行事要予約
※各講座の受付開始日 2日(月)
※定員に満たない場合は当日も受け付けます。
※各広場・行事の受付時間 午前9時～午後4時
・あそびの広場(稲井公民館) 3日(火) 対象 稲井地区の方
★自由開放日(3カ月～就学前)
・午前・午後開放 13日(金)、16日(月)、17日(火)、24日(火)
午前9時30分～11時30分、午後1時～3時
・午後開放 毎週月～金曜日 午後1時～3時
※3日(火)の午後を除く

渡波子育て支援センター てんとうむし

☎25-0567

- ・緑日ごっこ 6日(金) 定員 6組
 - ・ふれあいサロン 20日(金) 午前10時～11時30分 定員 5組
 - ・ファミサポ説明会 26日(木) 定員 6組
 - ・えほんびより 27日(金) 定員 6組
 - ・成長測定・子育て相談 30日(月) 定員 6組
- ★自由開放日
・午前開放 毎週月、木曜日(30日(月)は除く)、11日(水)、13日(金)、18日(水) 午前9時30分～11時30分
・午後開放
あかちゃん☆ひろば(妊婦～生後3カ月) 毎週月・火・木曜日 午後1時～3時
ハイハイ★ひろば(生後4カ月～11カ月) 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」

☎24-6113

- ・助産師による身体測定 2日(月) 定員 7組
持ち物 母子手帳、2歳までの子はフェイスタオル1枚
 - ・お子さんの薬・予防接種について 4日(水) 定員 7組
 - ・親子で足つぼ教室 24日(火) 定員 7組 持ち物 タオル1枚
- ★自由開放日(就学前まで)
★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
6日(金)、10日(火)、11日(水)、12日(木)、13日(金)、16日(月)、20日(金)、23日(月)、27日(金)、30日(月)

にじいろひろば

☎070-1142-9332

- ・歯科衛生士講話「歯周病のお話」 6日(金) 午前10時30分～11時30分 定員 5組
- ★自由開放日
・毎週 火・水・金曜日 午前10時～午後3時(祝日を除く)
・農園プレーパーク 畑であそぼう! 毎週火・金曜日 午前10時30分～正午

なかよし保育園地域子育て支援センター

☎96-4551・FAX22-9881

- ・わいわい!水遊び② 6日(金)
 - ・わいわい!水遊び③ 20日(金)
 - ・子育てふれあいサロン 23日(月)
 - ・育児講座「たばことお薬について」 31日(火)
- ※全行事要予約
★自由開放日 2日(月)、13日(金)、16日(月)、30日(月) 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」

☎98-5322

- ・はじめまして会 19日(木) 午前10時30分～11時30分
 - ・マタニティ講座 24日(火) 午前10時30分～11時30分
 - ・お誕生日会 27日(金) 午前10時30分～11時30分
- ※全行事要予約
★自由開放日 月～金曜日、第1・第3土曜日 午前10時～午後3時
※13日(金)～16日(月)は閉館しています。

河南子育て支援センター パプラ

☎FAX72-4670

- ・浅野さんのわらべうた 3日(火)
 - ・水遊びグッズ制作 5日(木)
 - ・破牙神ライザー龍の防災教室 10日(火) 午前11時～11時30分 定員 12組(先着)
 - ・えほんびより 17日(火)
 - ・シャボン玉遊び 19日(木)
 - ・水遊び 24日(火)
 - ・明美先生のリトミック 26日(木)
 - ・助産師による乳がんのお話 31日(火)
- ★自由開放日
・午前、午後開放 2日(月)、12日(木)、16日(月) 午前9時～正午、午後1時～2時30分
・午後開放 毎週火・木曜日 午後1時～2時30分

桃生子育て支援センター「キッズホーム」

☎76-4521

- ・食育セミナー「高橋さんの豆知識」桃生地区里芋組合組合長さんのポタジェガーデン講話 18日(水) 午前10時30分～11時30分 定員 6組
 - ・絵本の読み聞かせ ボランティアおはなしポケット 19日(木) 午前10時30分～11時30分 定員 6組
 - ・小麦粉粘土遊び 25日(水) 午前10時30分～11時30分 定員 6組
 - ・赤ちゃん講座Ⅲ「母乳離乳について」国際ボンディング協会助産師講話 26日(木) 午前10時30分～11時30分 定員 6組
- ★自由開放日
3日(火)、10日(火)～13日(金)、16日(月)、17日(火)、20日(金)、24日(火)、31日(火) 午前9時30分～午後3時 定員 6組(先着) ※2時間程度利用できます。食事不可。
※子育てサークルへ広場貸し出し有り
休館日 土日・祝日

北上子育て支援センター

☎66-2177

- ・保健指導「生活習慣と皮膚ケアについて」 30日(月)
- ★自由開放日 午前開放 毎週火・木・第1、3金曜日 午前10時～正午
午後開放 毎週月～金曜日 午後1時～3時

河北子育て支援センター

☎61-1601・FAX62-2359

- ・夏祭りごっこ 4日(水) 午前10時～11時30分 定員 6組 料金 300円
 - ・保健師来所～身体測定～ 23日(月) 午前10時～11時30分 定員 6組
 - ・看護指導 20日(金) 午前10時～11時30分 定員 6組
 - ・絵本の読み聞かせ(ひだまりの会) 30日(月) 午前11時～11時30分 ※あそびのひろばは10時より開所しています。
 - ・栄養指導 31日(火) 午前10時～11時30分 定員 6組
- ★自由開放日
・午前自由開放(0歳～未就園児) 毎週木曜日 午前10時～11時30分 2日(月)、16日(月)
・午後自由開放 月、火、木、金曜日(7～11カ月)、水曜日(3～6カ月) 午後1時30分～3時
休館日 毎週土日・祝日

雄勝子育て支援センター

☎25-6331

- ・わらべうた遊び(地域交流会) 19日(木) 午前10時～11時30分
 - ・保健師来所日 24日(火) 午前10時～11時30分
- ★自由開放日
・午前開放 毎週水・金曜日 午前9時30分～11時30分
・午後開放 毎週火～金曜日 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

☎45-2197

- ・子育てセミナー「ベビーマッサージ」 4日(水) 午前10時30分～11時30分
 - ・水遊び&スイカ割り会 18日(水) ※保健師の育児相談があり。
 - ・交流センターのプールで遊ぼう 25日(水) 午前10時30分～11時30分
- ★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 毎週木曜日

子育て世代包括支援センター(相談窓口)

対象 妊娠中の方、0歳～18歳未満の子どもを子育て中の方、子育てに関わる方

- ・いっしょいっしょえきまえ ☎98-4158
開館時間 午前10時～午後6時
土日・祝日 午前9時30分～午後5時
- ・いっしょいっしょへびた ☎24-6878
開館時間 午前9時～午後4時 ※土曜は要予約

子どもセンターらいつ(児童館)

☎23-1080

- ・Mカフェ(お茶っこサロン) 毎週月曜日 午前10時～正午
対象 乳幼児親子なら誰でも参加可 ※出入り自由、予約不要
 - ・夏祭り 21日(土)、22日(日) ※詳しくはらいつホームページで確認ください。
 - ・音楽であそぼう 24日(火) 午前10時30分～11時30分
対象 しっかり歩ける1歳～2歳児の親子 定員10組 ※要予約
 - ・親子でほかほか～子どもの健やかな成長と食について～ 26日(木) 午前10時30分～正午
対象 妊婦または乳幼児親子 定員 10組 ※要予約
- 開館時間 午前9時30分～午後7時
対象 乳幼児～高校生世代の子ども、保護者
休館日 5日(木)、8日(日・祝)、9日(月・休)、19日(木)



予約は
こちらから



ケヤキッズあゆみの保育園

☎25-6131

平成29年4月に開園し、今年度5年目となる保育園です。0歳～5歳児が在園し、現在92人の園児が園生活を過ごしています。音育、体育、食育に取り組みながら、健やかな成長と豊かな心を養えるような保育を心掛けています。音育は各クラスや異年齢でリトミックを楽しみ、体育は4、5歳児の子どもたちが週1～2回のうんどう集会やサッカー教室を通して、体を動かすことの心地よさを感じています。食育は3歳児以上の子どもたちがランチルームでセミバイキング方式で食事をします。



園舎全景



ケヤキの木の下でひと休み



セミバイキング



栽培活動



リトミック



園庭遊び

利用者さんインタビュー



かさまつえり しゅんと りこ
♥笠松恵理さん、俊斗くん(5歳)、莉瑚ちゃん(1歳)(写真左)
ケヤキッズあゆみの保育園は、先生たちがとても素敵で、全園児の名前を把握しているのはもちろん、1人1人に親しみを込めて名前と呼んでくれます。息子は週1回行われるサッカー教室を楽しみにしているようで、お友だちと活発に遊んでいます。子どもたちにはとにかく元気に、友だちをたくさんつくってほしいです。

あべまさる ひなた
♥阿部勝さん、日向大くん(4歳)(写真右)
息子が0歳の頃からここでのお世話になっている。第一期生です。新しい保育園で、新たな経験を積むことができるのではと思い、入園を決めました。息子は本当に保育園生活が楽しいようで、家に帰ってきてからも、その日、園であったことを笑顔で話してくれます。最近は友だちとブロック遊びをするのはまっているようで、給食やおやつ時間も楽しみにしています。



「アニメージュとジブリ展」一冊の雑誌からジブリは始まった

日本のアニメの歴史を学ぶ

マルホンまきあーとテラスでは、9月12日まで『「アニメージュとジブリ展」一冊の雑誌からジブリは始まった』みやぎ石巻展が開かれています。創刊当時、石ノ森章太郎さんも協力したというアニメ専門誌「アニメージュ」の誌面を中心に、スタジオジブリにつながる日本のアニメの歴史を楽しみながら学べる内容です。

冒頭には石ノ森章太郎さんの代表作「サイボーグ009」にも触れられ、三鷹の森ジブリ美術館の高橋望シニアアドバイザーも「アニメの歴史の中で石ノ森さんが果たした役割は大きい」と語り、見どころの一つにあげています。

会場では「風の谷のナウシカ」に出てくる風使いが着用している腐海装束を立体化した作品、9年前に三鷹の森美術館が作った鳥型の飛行機「アルシオーネ」など世界観が伝わるものもたくさん展示されています。段ボールで作ったオブジェなど石巻ならではの作品もあり、市内の飲食店ではコラボメニューも展開しているほか、石ノ森萬画館では関連企画展も開催中です。



ナウシカの衣装を造形



▲アニメージュの歴史が分かる



▲立体作品やセル画などが展示され、世界観を表現している

エスディーゼズ SDGsで未来を変えよう!



今回は、持続可能なまちづくりを目指し「石巻市SDGs未来都市計画」に位置付けた事業の中から「環境市民育成事業」について紹介します。

☎ SDGs地域戦略推進室(内線4223)

環境市民育成事業

自然・環境について学ぼう!



地球温暖化や資源の枯渇など深刻化する環境問題を解決するためには、私たち一人一人が環境への関心と理解を深め、具体的に行動する必要があります。

【環境市民になろう!】

環境問題について正しい知識を持ち、日常生活において積極的に環境に配慮した行動を実践することができる人、それが「環境市民」です。良好な環境を将来へ引き継いでいくためにも、環境に対する意識を高め、みんなで環境保全活動や環境学習に取り組みましょう!

【環境市民講座、受講生募集中!】

環境市民育成事業の一環として、楽しみながら自然とふれあうことを通じて地域の環境や生き物について学ぶことができる「環境市民講座」を開講しています。春から秋にかけて、季節ごとにさまざまなテーマを用意しています。興味のある講座一つからでも気軽に申し込みください!



▲令和3年度第2回環境市民講座「磯の観察会とビーチクリーン」参加者の皆さん(6月12日)

これまでの活動例



募集中 環境市民講座

第4回 ビーチクリーン&貝殻ペイント

海にはどんなものが落ちているのかな?貝殻を拾って自由にペイントし、素敵な作品を作ってみよう!
 と き 8月21日(土) 午前9時30分~正午
 と ころ 石巻・川のビジターセンター(北上町十三浜字東田1)



今年度の環境市民講座は、5月~9月まで全5回実施予定です。現在、第4回(8月)の受講生を募集しています。

対象 市内在住または市内に通勤、通学している小学生以上の方(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メールで申し込みください(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)。

☎・☎ 〒986-8501(住所不要) 環境課(内線3367)
 FAX 22-6120
 ✉ isenv@city.ishinomaki.lg.jp

みんなのた場

サークル仲間 130

雄勝オーリングコーラス

歌うことでストレス発散
集いの場で交流深める

雄勝公民館の大ホールから伸びやかな歌声が聞こえてくる。毎月第2、4水曜日の午後1時30分から活動する、雄勝オーリングコーラスの皆さんです。ピアノの伴奏に合わせて、声の出し方や音程、タイミングなどを確認していきます。

東日本大震災後の平成28年から始め、コミュニティの再生を目的に地域の人が集まったことがきっかけです。交流の場となっていた施設「オーリングハウス」で活動していたため、その名が付きましました。復

興工事が進みオーリングハウスはなくなってしまうましたが、高台に整備された公民館に場所を移し、精力的に活動を続けています。

会員は14人。6月23日は8人が参加し、まずはしっかりと声を出すための準備運動から始めます。体を互いに軽くたたきあって刺激するタツプでは、親睦も深まります。

練習を指導するのは佐藤久美さん(60)。ほかの団体で合唱指導や教員としての経験があり、教えることに関してはプロフェッショナル。

「歌うことで曲に命を吹き込み、再生することが出来ます。それがまちの再生と心の再生につながれば」と思いを込めます。

この日歌ったのは長野パラリンピックのテーマソングとして有名な「旅立ちの時」。少しずつ区切りながら皆で声を合わせ、一つの歌を作り上げていきます。上山いく子さん(78)は「声を出して歌い、皆さんと顔を合わせて交流できるのが何よりの楽しみ」とこやかに歌声を響かせます。

代表の照井慎吾さん(69)は「歌が好きで合唱がきれいに合う瞬間が気持ちいいし、楽しい。なにより、仲間と会えることが人生の潤いにもなる」と話していました。

雄勝オーリングコーラスでは一緒に歌を楽しむ仲間を募集しています。問い合わせは雄勝公民館(57-3052)まで。



雄勝オーリングコーラスの皆さん



楽譜を確認しながら歌声を合わせていきます

Life Across the Pacific

～ 太平洋を越えて ～ V

米国カリフォルニア州出身で、日系アメリカ人のリュウガ国際交流員のコラムです。[Life Across the Pacific] とは太平洋の向こうの生活ということです。石巻はカリフォルニアと同じく太平洋に面しています。太平洋の両側で生活してきた経験を生かして石巻とカリフォルニアのそれぞれの魅力を語ります。



国際交流員のリュウガさん

Hope you are all staying cool and having a nice summer. Are you watching the Olympic and Paralympic Games? Which countries are you rooting for? Growing up I used to watch international sporting events like the Olympics and FIFA World Cup with my parents. Since my parents were first generation immigrants, they would cheer on their home country of Japan. I joined them, but also rooted for the USA and our southern neighbor Mexico, as most of my friends at the time were Mexican American. I had a fun time watching Japan and the United States face off in the finals the FIFA Women's World Cup in 2011 and 2015, as I could be happy with either side winning.

Now I am adding Tunisia to the list of countries I am cheering for. Over the past year I've learned a lot about the country through my translation work. As many of you may know, Ishinomaki and Tunisia have a history of cultural exchange dating back to 1992, when a Tunisian student studying at Tohoku University came over to Monou town in Ishinomaki for a homestay. After the student returned home, they continued to exchange letters with their host family and that relationship would later form bigger connections between the Ishinomaki and Tunisia. Now you can even find three streets in Monou commemorating the relations—Tunisian Street, Carthage Street, and Jasmine Street.



We were the 'Arigato' Host Town for Tunisia, and the Tunisian weightlifting team had their pre-Games training camp here in Ishinomaki. There were a lot of rules in place to make sure they could practice safely. I helped translate an infection prevention manual for this single training camp and it was over 60 pages long! I was impressed with how thorough the measures were and could tell a lot of work went into making the Olympics happen this year. I hope everything goes well and the athletes are able to safely show off the fruits of all their hard practice.



Let's go Tunisia!

皆さんオリンピック・パラリンピック大会を観ていますか?どの国を応援していますか?子どもの頃、親と一緒にオリンピックやFIFAワールドカップの世界大会をよく観ていました。親は一世日系アメリカ人なので母国の日本を応援していました。私は日本だけでなくアメリカ、そして隣国のメキシコも応援していました(当時友達の大抵はメキシコ系アメリカ人でした)。日本とアメリカが対戦した2011年と2015年女子W杯は「どっちが勝っても嬉しい」という状況での観戦が特に楽しかったです。

今回はチュニジアも応援したいと思います。ここ一年翻訳の業務を通してチュニジアのことを沢山学びました。皆さんもご存じだと思いますが、チュニジアと石巻の間に長い交流の歴史があります。平成4年にチュニジアから東北大学に留学していた学生が桃生町にホームステイをしました。その後、チュニジアに帰ってからホームステイ先の住人と手紙を交わし、二人の交流は石巻市とチュニジアを繋ぎました。そして大きな絆へと広がっていきました。現在桃生町にはチュニジアとの交流を記念するチュニジア通り、カルタグ通り、そしてジャスミン通りと命名された3つの道路もあります。

石巻市はチュニジアの復興ありがとうホストタウンであり、市内でウエイトリフティングの事前合宿を受け入れました。安全に練習できるよう多くのルールや対策が立てられました。感染対策等に関するマニュアルが作成され、そのマニュアルの翻訳の手伝いをしましたが、60ページ以上の長文でした。こんなにも長文のマニュアルが作成されるほど徹底した対策を行うことにオリンピックの成功を願う気持ちが伝わりました。大会が安全に開催され、選手たちが努力の成果を見せられるよう祈っています。

がんばれチュニジア!

石巻市立桜坂高等学校 桜坂だより 第22号



こんにちは、桜坂高等学校です。 私たちの学校では、3年生の選択科目として生活教養の科目があります。教養・着装を選択の皆さんは浴衣の着装の実習授業がありました。 また、学校で勉強するのは生徒ばかりではありません。先生たちも考查期間中に職員研修を開催していました。



6月25日 教養・着装講座 4回目

浴衣の着付けの実習も3回目です。先生の説明の後、各自浴衣を着始めました。出来上がったら、先生に手直ししていただき「浴衣美人」に変身!



6月17日

考查期間中の生徒下校後に、先生たちが職員研修を開催しました。『SWOT分析』をもとに『よりよい桜坂高校』について、真剣に意見を交わしていました!



河南 秋の収穫楽しみだね

北村小 全校でサツマイモ植え



北村小学校の全校児童61人が6月2日、校舎裏の農園でサツマイモの苗植えに取り組みました。学年を超えて協力し、収穫の喜びを分かち合う毎年の縦割り活動です。苗はみどりの少年団が行った募金活動による予算で購入しました。6つの班ごとに学年で役割を分担しながら苗を植え、下級生には上級生が優しく教えました。秋の収穫まで、草取りや水やりをして大事に育てていきます。

石巻 こころの森ガーデン開園

南浜に新たな憩いの場

石巻南浜津波復興祈念公園の市民活動拠点内に、新たな憩いの場所が誕生しました。園内の植樹などに取り組む特定非営利活動法人こころの森が整備した「笑顔はぐくむこころの森ガーデン」で、約800㎡の敷地に植えられた約50種の花と約40種の樹木が来園者を出迎えます。6月27日にテープカットや記念植樹などの開園式が行われ、併設のカフェと休憩所もオープンしました。



河北 肥満防止から虚弱予防へ

河北ゆうゆう大学学習会

高齢者教室「河北ゆうゆう大学」の本年度第2回学習会が7月8日に河北総合センターで開かれ、受講者約30人が健康長寿の心がけを学びました。講師の中屋沙希子さん(㈱明治北日本支社仙台オフィス)によれば、やや太り気味の人が長生き。歳を重ねたらメタボ予防からフレイル(虚弱)予防にギアチェンジする必要があり、食事と口腔ケア、運動の大切を呼び掛けていました。首の運動や体操も実践しました。



雄勝 歌で届ける復興・追悼コンサート

雄勝観光物産交流館

首都圏で活躍する夫婦デュオで、ピアニストの水岡のぶゆきさんと歌手のCAMARUさんによる「復興・追悼ミニコンサート」が6月13日、雄勝観光物産交流館で行われました。「音楽を通じて元気を届けたい」と水岡さんが無償で実施し、復興支援ソング「花は咲く」、オリジナル曲「明日へ」などを披露。夫妻の愛娘・ARISAちゃんもかわいらしい歌声を響かせました。



桃生 3講座で生きがいづくり

桃生町長生大学が開講

桃生町長生大学の開講式が6月16日、桃生公民館で行なわれました。昨年までのダブル体操は、より幅広い健康づくりに向けた「元気アップ」に改称し、ほかにカラオケ、書道の3講座に36人が参加しています。「元気アップ」に参加した三浦敬子さんは「体を動かそうと思って申し込みました。皆さんとお茶っするのも楽しみ」と話していました。来年2月まで計10回行われます。



北上 磯の生き物見つけた!

大室漁港で親子観察会

北上地区十三浜の大室漁港で6月12日、磯の観察会が行われました。体験を取り入れた本年度第2回の環境市民講座で、小学生13人とその保護者9人が参加しました。網を使って潮だまりにいる貝やカニの仲間などを見つけ、講師から種類や生態を教わりました。磯の生き物に詳しくなった親子は豊かな自然の大切さを考えながら、海岸のごみ拾いにも汗を流しました。



牡鹿 地震と津波を胸に刻む

鮎川小 避難訓練と石碑清掃

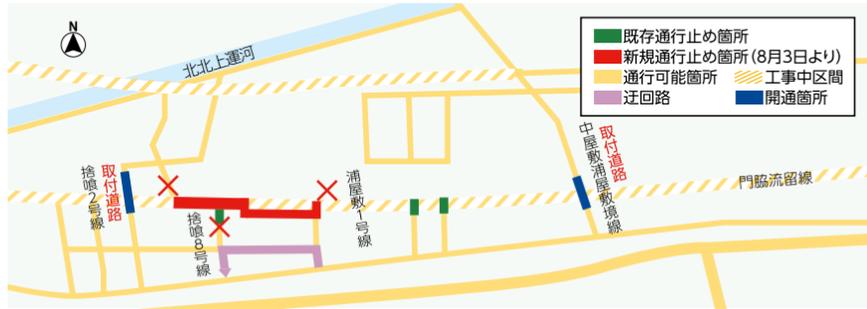
鮎川小学校で6月11日、全校児童による避難訓練と津波石碑の清掃作業が行われました。ホエールタウンおしか周辺で大きな地震に遭遇し、大津波警報が出された想定。児童は「逃げろ!」と大きな声で叫びながら高台の駐車場に駆け上がり、上級生は下級生の避難も確認しました。その後、昭和三陸津波の時に建てられた石碑まで移動し、周辺の清掃作業を行いました。



(都) 門脇流留線の高盛土道路工事に伴う道路開通および通行止め(終日)のお知らせ

市道中屋敷浦屋敷敷境線および市道捨喰2号線は、8月3日(火)より道路開通します。市道捨喰8号線および市道浦屋敷1号線は、8月3日(火)より通行止め(終日)を行います。

とき 8月3日(火)～令和4年3月31日(予定)
ところ 門脇字浦屋敷地内 市道捨喰8号線、市道浦屋敷1号線
規制内容 終日通行止め



市道大街道南北線は8月3日(火)より通行止め(終日)を行います。

とき 8月3日(火)～令和4年3月31日(予定)
ところ 大街道東三丁目地内 市道大街道南北線



図 宮城県東部土木事務所 ☎94-8763 市道路第1課(内線5658)

下水道工事による通行止めのお知らせ

とき ①昼夜間通行止 8月16日(月)～9月30日(木)
②昼間通行止 10月1日(金)～31日(日)
③昼夜間通行止 令和4年2月10日～28日
ところ 中里二丁目12番～中里三丁目7番間(交通誘導員を配置します)



図 下水道建設課(内線5718)

中瀬公園整備工事による「いこいの広場」の利用停止のお知らせ

とき 8月20日(金)
午前9時～当面の間
ところ 中瀬公園
「いこいの広場」

図 基盤整備課
(内線5515・5519)



マイナンバーカードをつくりませんか?

マイナンバーカードはマイナンバーの確認書類および身分証明書として利用できるほか、コンビニで各種証明書の取得、インターネットで確定申告などができます。今後さらに利用できるサービスが拡大する予定ですので、ぜひ作ってみたいかがですか。市民課ではマイナンバーカード申請のお手伝いをしています。電話で申し込みください。
申・問 市民課(内線2313)



今月の休日 窓口開庁の お知らせ

開庁日時 8月1日(日)・15日(日) 午前9時～午後1時
開庁場所 市役所2階市民課
取扱事務 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(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。戸籍届書については、夜間・休日窓口を利用ください。

今月の税金

コンビニ収納・
口座振替が便利です

納期限 8月31日(火)
○市県民税 第2期 ○国民健康保険税 第5期
○後期高齢者医療保険料 第2期 ○介護保険料 第3期
□座振替不能者の再振替日 8月16日(月)
(8月2日納期限分)
○固定資産税 第2期 ○国民健康保険税 第4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

市のホームページをスマートフォンでも見られます
QRコードを読み取って簡単に接続!

スマートフォン用

市役所への意見書提出

※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。
問 秘書広報課(内線4024)

ごみだしアプリ



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276号 令和3年8月1日発行

発行 石巻市総務部秘書広報課(内線4024) FAX0225-23-4340
編集/制作 (株)石巻日日新聞社

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

住民基本台帳による石巻市の人口と世帯数

令和3年6月末現在	人口 139,535人 世帯数 62,054世帯
令和2年6月末現在	人口 141,616人 世帯数 61,835世帯

古紙パルプ配合の再生紙と環境に優しい植物油インキを使用しています。再生紙としてリサイクルできます。「ざつがみ類」として分別してください。