



石巻市はSDGsを推進しています



いしのまき



▲1万本のシャクヤクが市民の目を楽しませた(湊牧山の零羊崎神社)



石巻市シティプロモーションロゴマーク



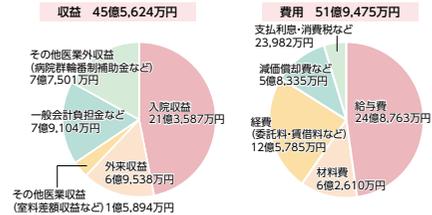
石巻市イメージキャラクター

- 石巻市は新市施行20周年を迎えました P2
- 市の財政状況をお知らせします P4
- まちの話題 P6
- 健康コーナー P7
- スポーツ・文化・催し P8
- 今月のお知らせ P10
- 相談あんない・子育て支援コーナー P14
- 地域おこし協力隊の活動紹介・選管だより・桜坂だより P15
- みんなの広場・きらり★まきっこ P16

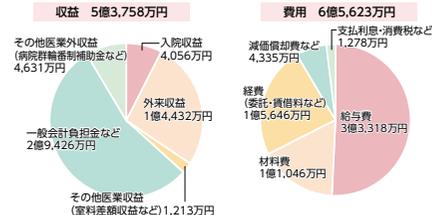
病院事業のあらまし

令和7年度 予算の概要

市立病院



市立杜鹿病院



令和7年度 業務予定量

区分	令和7年度 業務予定量
病床数(※)	140床
療養病床	40床
年間患者数	54,730人
入院	47,021人
外来	150.0人
1日平均患者数	194.3人
入院	365日
外来	242日
診療日数	4,547万円
建設改良費	1億5,453万円
主要な建設改良事業	1億5,453万円
器械備品購入費	

令和7年度 業務予定量

区分	令和7年度 業務予定量
病床数	25床
入院	3,120人
年間患者数	11,736人
外来	8.5人
1日平均患者数	48.5人
入院	365日
外来	242日
診療日数	0万円
建設改良費	1,944万円
主要な建設改良事業	1,944万円
器械備品購入費	

下半期の業務状況比較

区分	令和5年度 下半期			
	延患者数	1日平均患者数	診療日数	病床利用率
入院	25,750人	140.7人	183日	78.2%
外来	24,108人	202.6人	119日	-
計	49,858人			

区分	令和6年度 下半期			
	延患者数	1日平均患者数	診療日数	病床利用率
入院	27,964人	153.6人	182日	85.4%
外来	25,121人	211.1人	119日	-
計	53,085人			

※一般病床のうち20床は緩和ケア病床

療養病床のうち20床は地域包括ケア病床 市立病院経営課 ☎25-5555

下半期の業務状況比較

区分	令和5年度 下半期			
	延患者数	1日平均患者数	診療日数	病床利用率
入院	2,367人	12.9人	183日	51.7%
外来	5,729人	48.1人	119日	-
計	8,096人			

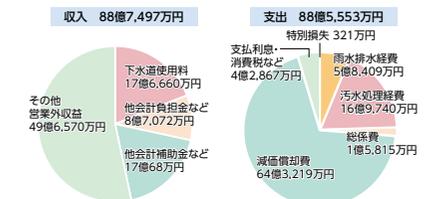
区分	令和6年度 下半期			
	延患者数	1日平均患者数	診療日数	病床利用率
入院	1,364人	7.9人	182日	30.0%
外来	5,941人	48.1人	119日	-
計	7,305人			

市立杜鹿病院事務部門 ☎45-3185

下水道事業のあらまし

令和7年度 予算の概要

収益的収入および支出(維持管理などに要するもの)

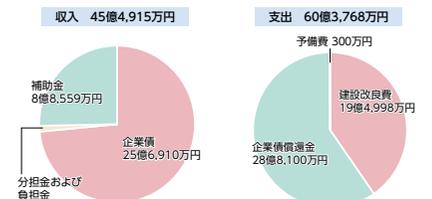


※資本的収入が資本的支出額に対して不足する際は、当年度分消費税および地方消費税資本的収支調整額ならびに当年度利益剰余金処分補填。

令和7年度 業務予定量(下水道事業)

区分	令和7年度 業務予定量
接続戸数	38,166戸
年間処理水量	10,351,923 m ³
1日平均処理水量	28,361 m ³
汚水処理件数	232,208件
汚水処理水量	4,915,148 m ³
1日平均処理水量	26,858 m ³
有収水量	4,346,771 m ³

資本的収入および支出(建設事業などに要するもの)



令和6年度 下半期の業務状況(令和6年10月1日~令和7年3月31日)

区分	令和5年度 下半期	令和6年度 下半期
汚水処理件数	232,208件	229,497件
汚水処理水量	4,915,148 m ³	4,660,024 m ³
1日平均処理水量	26,858 m ³	23,201 m ³
有収水量	4,346,771 m ³	4,245,798 m ³

下水道管理課(内線5695)

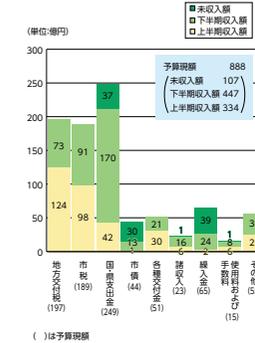
市の財政状況をお知らせします

これは、令和6年度(令和6年4月1日~令和7年3月31日)の市の財政がどのように運営されたのか、皆さんに理解していただくために公表するものです。なお、金額は令和7年3月31日現在です。

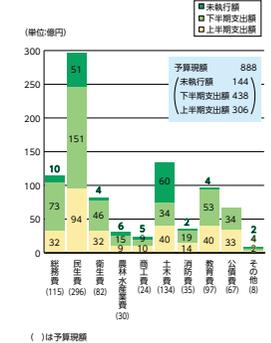
一般会計

区分	令和6年度	令和7年度
市民1人当たりの	14万3,945円	30万3,069円
市税納税額	14万3,945円	30万3,069円
一般会計歳出	56万5,973円	119万1,629円

<<歳入>>



<<歳出>>



一般会計歳出の主な内容

区分	予算現額	内容
総務費	115億4,799万円	市庁舎の維持管理、防災対策など
民生費	295億5,970万円	社会福祉、児童福祉、生活保護など
衛生費	82億826万円	予防接種、ごみ収集、処理など
農林水産業費	30億4,413万円	農林水産業の振興、漁港整備など
商工費	23億9,227万円	商工業、観光の振興など
土木費	133億8,531万円	道路、河川、公園、住宅整備など
消防費	35億3,817万円	広域消防への負担金、消防施設整備など
教育費	96億5,327万円	幼稚園、小・中・高等学校など
公債費	66億4,487万円	借入金の返済に充てる元利償還金など
その他	7億8,919万円	雇用対策、議会関係など
合計	887億6,316万円	

市有財産

区分	面積・金額	内容
土地	43,212,834m ²	公園、牧市民の森、市の建物の敷地
建物	1,149,056m ²	市庁舎、小・中学校の校舎、市営住宅など
基金	416億1,619万円	震災復興基金、財政調整基金など
有価証券	1億5,169万円	株券など
出資金	22億3,162万円	公益財団法人、石巻市芸術文化振興財団など

特別会計

区分	予算現額	収入済額	支出済額
水産物地方卸売市場	3億8,613万円	2億2,437万円	2億4,950万円
国民健康保険	165億29万円	140億9,371万円	146億9,095万円
後期高齢者医療	22億6,358万円	21億2,522万円	21億9,988万円
介護保険	155億1,473万円	122億3,978万円	138億1,970万円
合計	346億6,473万円	286億8,308万円	309億6,003万円

市債残高

区分	金額
普通債	396億4,244万円
災害復旧債	23億6,081万円
その他	241億129万円
合計	661億454万円

特別会計

区分	金額
水産物地方卸売市場	1億1,845万円
下水道	375億1,764万円
病院	8億6,311万円
合計	384億9,920万円

一時借入金

借入額	借入先
無	無

※資金繰りのため、一時的(短期間)に借入るお金

※表示単位未満四捨五入の関係で合計が一致しない場合があります。

※歳入歳出に未収入・未執行額がありますが、これは現金の経理が5月31日までの出納整理期間内に行われるものがあるためです。また、市民1人当たり、1世帯当たりの納税額については、令和7年3月末の人口(131,477人)、世帯数(62,446世帯)を基準に算出しました。

財政局(内線4057)

Topic of town

まちな話



河北 草はんでモー最高 上品山で牛放牧



市営上品山牧場で5月16日、牛の放牧が始まりました。初日は7軒の畜産農家から17頭が運び込まれ、広い牧草地に放たれました。全て出産を控えたメスで、10月24日(金)までの161日間を山の上で伸び伸びと暮らし、出産に備えます。放牧で牛は足腰が鍛えられ、ストレスが減って繁殖力を増やすことが期待できます。農家にとっても負担軽減につながっています。



市営上品山牧場で5月16日、牛の放牧が始まりました。初日は7軒の畜産農家から17頭が運び込まれ、広い牧草地に放たれました。全て出産を控えたメスで、10月24日(金)までの161日間を山の上で伸び伸びと暮らし、出産に備えます。放牧で牛は足腰が鍛えられ、ストレスが減って繁殖力を増やすことが期待できます。農家にとっても負担軽減につながっています。

石巻 地元愛隠さず覆面演奏

議場でギターコンサート

第32回議場コンサートが6月10日に開かれました。市民に市議会を身近に感じてもらうための取り組みで、この日は渡波在住の覆面ミュージシャン「Showboys」こと会社社員の岡部栄二さんがギターで耳なじみのポップスなど4曲をギターで奏でました。歌声には地元への愛情が込められ、集まった住民や市職員、市議会議員らを夢中にしました。



牡鹿 大漁や商売繁盛を祈願

金華山でみこし渡御

金華山黄金山神社で5月18日、みこし渡御が行われ、島外の担ぎ手や氏子ら約200人が大漁や商売繁盛を祈願しました。みこし渡御は、神社がまつる弁財天の使いがへびであることにちなんだ重要行事「初巳大祭」の一つです。稚児行列や七福神と共に神社から船着き場まで下っていき、海水で清められました。今年は12年に1度の「巳歳御縁年大祭」の期間中とあって、例年の倍以上の参拝客でにぎわいました。



桃生 初心忘れず基本から

消防団桃生地区団が基礎訓練

市消防団桃生地区団は5月25日、桃生総合支所駐車場で地域での万が一に備えた基礎訓練を行いました。年間を通して消防操法や防災訓練・講習会がありますが、基礎訓練は特に若手の団員にとって学びを深められる場です。訓練ではベテランを含めた約60人が整列などの規律訓練やポンプ送水、放水の訓練に取り組み、災害から地域を守る決意を胸に刻んでいました。



雄勝 特別企画に早朝から行列

道の駅硯上の里おがつで「海鮮まつり」

5月3日から5日に、道の駅硯上の里おがつで「海鮮まつり」が開催されました。当日は晴天に恵まれ、新鮮な海産物や浜焼きを目的に訪れる人々ににぎわいました。GW特別企画として行われた「活うに販売」では、来場者が早朝から列をつくり、午前中で完売となりました。会場には、子供が楽しめる射的などのゲームやキッチンカーの移動販売もあり、歓声であふれていました。



河南 石巻北高校の交流広場

「とら・まい」大盛況

石巻北高校で5月14日、生徒たちが手掛けた農産物や加工品を販売する本年度最初の交流広場「とら・まい」が行われました。来店した保護者や近所の人たちは米粉パンやみそ、塩こうじ、トマトソース、生花など思い思いの品で買い物かごをいっぱいにし、生徒たちが意欲的に接客していました。毎年の恒例行事として定着しており、今年度も月1~2回、計10回の開催が予定されています。



北上 モデルは豊かな自然と文化

太平洋写真学校北上教室

写真で地域の魅力発信を目指す第19回「太平洋写真学校北上教室」が5月10日・11日にあり、市内外の写真愛好家34人が北上地区の豊かな自然や文化を被写体にした撮影、講演会に参加しました。市とにっこり写真セミナー実行委員会が共催し、前回までの冬から季節を春に変えて開催しました。参加者はプロに教わりながら、初夏の北上川ヨシ原や女川法印神楽保存会による白浜の海を背景にした舞にレンズを向けました。



7月の健康コーナー

乳幼児健診・相談日程



妊婦歯科健康診査

対象 市内在住で母子健康手帳の交付を受けた妊婦
受診方法 指定医療機関に直接予約を入れて、受診してください。
 ※母子健康手帳交付時に受診券を交付しています。
 ※妊娠安定期の体調の良いときに受けることをおすすめします。
 問 健康推進課 (内線2417)

○各種教室・講演会

教室名	内容	とき	受付時間	ところ	申込フォーム
もぐもぐ育児教室	対象内容 4~6カ月児の保護者 離乳食の進め方、生活リズムや発達・歯について	16日(水)	午前10時~正午	保健相談センター	
かみかみ離乳食教室	対象内容 7~11カ月児の保護者 離乳食についてのお話	18日(金)			

傾聴ボランティア「サロンさくら」

とき	ところ	内容
11日(金)午前10時~11時30分	鹿妻地区集会所	ダンベル・ストレッチ体操 料金 100円
24日(木)午前10時~11時30分	寿楽荘	脳トレ・体操

問 健康推進課 (内線 2422)

○蛇田お茶っこサロン

とき 9日(水) 午前10時~11時
ところ 新蛇田第1集会所(のぞみ野四丁目23番地)
 問 震災こころのケア・ネットワークみやぎ(からころステーション)
 ☎94-2966

○つむぎの会

さまざまな形で子供を亡くした親の集い
とき 27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

○からころ相談ダイヤル 心の無料電話相談

☎0120-322-016(午前10時~午後4時)

○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)

愛の献血

問 健康推進課 (内線2416)

とき	ところ	受付時間
6日(日)	カワチ薬品石巻西店	午前10時~11時45分 午後1時~4時

市立病院のご案内

診療科	予約	紹介状	受付時間	月	火	水	木	金
内科			【初診】午前8時~11時 【再診】午前8時~11時30分	○	○	○	○	○
消化器内科				○	○	○	○	○
循環器内科				○	○	○	○	○
外科			午後	○	○	○	○	○
整形外科	必要	必要		○	○	○	○	○
緩和ケア内科	必要	必要		○	○	○	○	○
眼科		△	午前8時~11時(火曜日は午前10時30分まで) 午後0時30分~2時	○	○		○	○
皮膚科	必要	△	午前8時~11時				○	
耳鼻咽喉科			午後0時30分~3時	○	○		○	○
専門外来	呼吸器外来	必要	【初診】午前8時~11時 【再診】午前8時~11時30分	○			○	
	糖尿病外来						○	
	人工関節手術相談外来	必要	午前8時~11時				○	
	ストーマ外来	必要		○				
	乳腺外来	必要	午後		○			
	禁煙外来	必要					○	
	ペースメーカー外来	必要						○
	腎臓内科	△	△	午後1時~3時				○
	甲状腺外来	必要	必要				○	○

※休診日 土日・祝日・年末年始
 ※予約・紹介状欄の△は、他医療機関で受診中(治療中)の場合は必要
 ○小児担当医が不在のため、原則15歳以上の方を診療対象とします。
 ○診療日の変更などはホームページで確認するか、問い合わせください。
 ○皮膚科・耳鼻咽喉科は、入院治療や手術などが必要な場合は、他医療機関への紹介を行います。
 ○予約変更専用ダイヤル(平日午後2時~4時)☎25-5695
 問 市立病院 ☎25-5555



ホームページ

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・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・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)

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。
 問 夜間急患センター ☎94-5111

7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時です。 ※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。
 ※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。

とき	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
6日(日)	内科	佐藤内科医院(イオンモール石巻1階)	☎22-3020
	小児科	石巻市夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
13日(日)	内科	亀田内科皮膚科クリニック(大街道南五丁目)	☎95-6118
	小児科	石巻市夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
20日(日)	内科	あゆみ野クリニック(あゆみ野二丁目)	☎95-0182
	小児科	石巻市夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111

休日などに産婦人科の受診を必要とする方

産婦人科疾患を明らかに疑う症状の方は、石巻赤十字病院救急外来(☎21-7220)に相談してください。

とき	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
21日(月・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	石巻市夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
27日(日)	内科	いしのみき山本クリニック(恵み野五丁目)	☎92-7311
	小児科	石巻市夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111

とき	石巻市 河北・河南・桃生地区	電話番号	東松島市	電話番号	歯科	電話番号
6日(日)	石巻ロイヤル病院(広洲)	☎73-5888	森さい生医院(野蒜ケ丘)	☎98-8891	藤江歯科医院(南中里一丁目)	☎95-2313
13日(日)	須江きむら医院(須江)	☎24-6311	北原ライフサポートクリニック東松島(野蒜ケ丘)	☎98-5571	本郷歯科医院(蛇田字新丸井戸)	☎22-0775
20日(日)	佐々木医院(和洲)	☎72-3122	石垣クリニック内科・循環器科(矢本)	☎83-7070	いしのみきグリーン歯科(南中里三丁目)	☎23-2266
21日(月・祝)	栗原医院(桃生町寺崎)	☎76-4170	神山クリニック(赤井)	☎98-8617	三宅歯科医院(千石町)	☎22-1448
27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	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
 (同日程で診療)

7月 スポーツ・文化・催し

総合体育館 ☎95-8998
☒ 午前9時～午後9時(日曜日・祝日は午後5時まで)
☒ 第4水曜日

- キッズバラエティスポーツ教室
2日(水)・16日(水)・23日(水)
対象 石巻圏域小学1～4年生
定員 100人程度
- バドミントン・卓球教室
毎週金曜日 ※休日を除く
午前10時～11時30分
対象 石巻圏域在18歳以上
- 仙台89ERSアカデミー
1日(火)・15日(火)
対象 小学3年生～高校1年生
- 子育てPAバママフィットネス(託児付き)
2クール 7日(月)・14日(月)・28日(月)
午前10時30分～11時30分
対象 0～3歳児とそのPAバママ 定員 10組

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
☒ 午前9時～午後9時(日曜日・祝日は午後5時まで)
☒ 24日(木)

- サーキットトレーニング教室
4日(金)・18日(金) 午後1時30分～2時30分
対象 高校生以上 定員 8人
- ポッコリお腹エクササイズ教室
28日(月) 午前10時30分～11時
対象 高校生以上 定員 8人

セイホクパーク石巻(総合運動公園) ☎22-9111
☒ 午前7時～午後9時 ☒なし

- Morning Yoga
6日(日) 午前 8時～9時
定員 30人

石巻中央公民館 ☎22-2970 ☒21-6050
✉sccenter@city.ishinomaki.lg.jp
☒ 午前9時～午後9時30分 ☒なし

- 「いしっこクラブ」
・アロマスプレー、セタミニコンサート
4日(金) 午前10時～11時30分
- ・緑日
25日(金) 午前10時～11時30分
対象 就学前の子どもと保護者
定員 各15組
申込方法 電話、申込フォーム
- 利用協議室「Bremenスポーツ教室」
7日(月) 午後3時～4時30分
対象 市内小学生 定員 30人
申込方法 電話
- ☒ 園 放課後こどもクラブBremen ☎98-3095
- 「スマホ・ネット安全教室」
29日(火) 午後1時30分
対象 市内在住の方 定員 30人
申込方法 電話、FAX、メール
- 石巻市子ども会育成会石巻支部
「インリーダー研修会(サマーキャンプ)」
8月9日(土) 午前10時～正午 事前説明会
8月16日(土)・17日(日)

対象 小学4年生以上 定員 50人
申込方法 小学校で配布するチラシに記載のQRまたは電話
申込期限 8月5日(火)

稲井公民館 ☎22-4303
☒ 午前9時～午後9時30分

- 稲井くらしの講座 7月学習会「料理教室」
23日(水) 午前10時
対象 稲井くらしの講座会員

石巻健康センターあいプラザ・石巻 ☎95-8640
☒ 午前10時～午後9時(日曜日・休日は午後5時まで)
☒ 休曜日 6日(日)・20日(日)・21日(月)・祝
休曜日 29日(火)～31日(木)

- サンデープログラム
はじめてのアシュタンゴガ
13日(日)・27日(日) 午後3時～4時30分
対象 中学生以上 定員 20人(先着)
- サンデープログラム
夏に活躍するハーブグッズ作り
13日(日) 午前10時～11時30分
対象 中学生以上 定員 10人(先着)
- ドキドキ☆1day水遊び教室
5日(土)・12日(土) 午後2時30分～3時30分
対象 小学1～4年生 定員 12人(先着)
- クローリングできたかも!!1dayチャレンジ教室
19日(土)・26日(土) 午後2時30分～3時30分
対象 小学生 定員 12人(先着)
- 親子で楽しく流水運動
20日(日) 午前11時～正午
対象 生後6カ月～年長児と保護者
※子ども1人につき保護者2人まで
定員 20組(先着)
- あいプラザ健康デー
30日(水) 午後1時30分～2時
定員 20人(先着)

蛇田公民館 ☎95-0183
☒ 午前9時～午後9時30分

- 親子で「護身術」「心の落ち着き方」を学ぶ合気道体験
21日(月)・初10時～11時30分
講師 心身統一合気道 桑島乙彦
対象 市内在住小・中学生と保護者(ペア受講)
定員 12組(先着)
申込方法 申込フォーム、電話、窓口
申込期限 17日(木)
- スマホの基本とLINE体験
8月5日(火) 午後1時30分～3時30分
対象 市内在住の方 定員 15人(先着)
申込方法 電話、窓口 申込期限 18日(金)

遊楽館 ☎72-3561
☒ 午前9時～午後9時
☒ 休曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)

- 第17回石巻市かなん文化まつり
6日(日) 午前9時40分
☒ 石巻市河南文化協会 ☎73-3361

河南室内温水プール(遊楽館内) ☎72-3605
☒ 午前10時～午後9時(日曜日・祝日は午後5時まで)
☒ 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)

- アクアワーク肩こり腰痛予防緩和
13日(日)・27日(日) 午前10時50分～11時50分
対象 成人 定員 10人(先着)
- フィットネス教室
12日(土)・19日(土)・26日(土) 午後7時～8時
対象 成人 定員 15人(先着)
- ヨガ教室
4日(金) 正午～午後1時
対象 成人 定員 11人(先着)
- 登徒短期水泳教室
19日(土)～21日(月)・祝
午後0時15分～1時15分
対象 4歳～小学6年生 定員 30人(先着)

渡波公民館 ☎24-0941
☒ 午前9時～午後9時30分 ☒なし

- 女性教室「くらしの講座」第3回学習会
ヤクルト健康教室
11日(金) 午後1時30分
対象 くらしの講座受講生
- 高齢者教室「寿大学」第3回学習会
移動学習会(金蛇水社など)
25日(金) 午前8時30分～午後4時
対象 寿大学受講生

河北公民館 ☎62-2121
☒ 午前9時～午後9時 ☒月曜日(月曜日が祝日の場合は火曜日)

- 趣味の教室「蓮ランタン作り教室」
12日(土) 午後2時～4時
対象 市内在住の方
定員 15人(先着)
申込方法 窓口 申込期限 3日(木)

河北総合センター「ビッグパン」 ☎62-1120
☒ 午前9時～午後9時
☒ 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日が休館日)

- 石巻歌謡教室創立40周年記念公演
歌謡コンサート
26日(土) 開場 午前10時 開演 午前11時
定員 400人
☒ 園 真野 ☎080-3142-0464
- 障害者スポーツ体験会
26日(土) 午後1時30分～3時30分
定員 20人
☒ 園 吾指 ☒mpara.shidoukyo@gmail.com

トレーニング機器 使用講習会

- ※各施設要電話予約(午前9時～午後5時)
- 総合体育館 ☎95-8998
10日(木) 午前10時、22日(火) 午後2時
31日(木) 午後6時30分
- ビッグパン ☎62-1120
2日(水)・26日(土) 午後1時、7時
- 遊楽館 ☎72-3561
12日(土)・24日(木) 正午、午後5時

施設表記の見方

- ☒ 開館時間、利用時間
- ☒ 休館日、休業日

料金などはホームページをご覧ください。

図書館 ☎93-8635
☒ 午前1時～午後6時
☒ 休曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)
☒ 月曜日

- 蔵書点検のため北上分館を休館します
28日(月)
- あかちゃんおはなし会
4日(金)・18日(金) 午前10時30分～11時
対象 赤ちゃん連れの親子、パパ・ママになる方
※終了後、午前11時30分まで多目的室を開放
- たのしいおはなし会
5日(土)・19日(土) 午前10時30分～11時
対象 幼児～小学校低学年くらいの方
- 紙芝居とお話の会
26日(土) 午前10時30分～11時
- おしゃべりなどくしよ会
今月の本「[E・E・O] 佐々木ひろみ 著
13日(日) 午前10時30分～正午
- 七夕飾りを作ろう!
5日(土) 午後1時30分～3時
対象 4歳以上中学生以下(未就学児は保護者同伴) 定員 6組(先着)
- 手作り絵本教室
6日(日) 午後1時～4時
12日(土) 午前10時15分～午後4時
対象 2日間参加できる方(10歳以下は保護者同伴) 定員 6組(先着)(1組4人以内)
- 読書会 今月の本「寒さの楯」今村翔吾 著
8日(火) 午前10時～正午
- 絵本とお話の会勉強会
10日(木) 午前10時10分～正午
- たなばたおはなし会
5日(土) 午前10時30分～11時30分
とこの河北分館(ビッグパン内図書室)
- 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。
1日(火)・15日(火)・29日(火)
●へびた 午前10時～11時 蛇田公民館
●わたのは 午後1時～2時 渡波公民館
●ささえあいセンター 午後3時～4時
ささえあいセンター2階ロビー
※子育て支援センターの出張日程はホームページで確認ください。

マルホンまきあーとテラス
☎98-5630
☒ 午前9時～午後10時
☒ 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)

- 「夢見の小学校完結編」
石巻上映会&トークライブ
5日(土) 午後1時30分
園 夢見の石巻実行委員会 ☎080-8216-4749
- 大人も子どもも大発見!萌江ちゃんとワクワクする!パックスデージター
園 夢見の石巻実行委員会 ☎080-8216-4749
- 大人も子どもも大発見!萌江ちゃんとワクワクする!パックスデージター
園 夢見の石巻実行委員会 ☎080-8216-4749
- 結成20周年記念組特別公演
23日(水) 開場 午後0時30分 開演 午後1時
園 株式会社WAGUMI ☎050-3623-0930
- くすくすぞ!大人の知的好奇心!
聞きたい!その深〜い関係Vol.1
日本茶とクラシック?
27日(日) 開場 午後1時30分 開演 午後2時
定員 40人(先着)
- 七重奏まで楽しめるコンサート
オカリアナサンブル 田島篤の世界in宮城
30日(水) 開場 午後1時30分 開演 午後2時
園 大橋 ☎090-4672-5669

石巻市博物館
☎98-4831
☒ 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)

- 毛利コレクション特集展「仙台藩の鑄銭場」
6日(日)まで
- 毛利コレクション特集展
「プレイバック毛利コレ特集展
石巻文化センター⇒石巻市博物館」
12日(土)～11月9日(日)
- 第11回企画展
「近代を生きた東北ゆかりの画家たち」
13日(日)まで
- 第11回企画展ギャラリートーク
6日(日) 午後1時
- 布展辰治特集展「布展辰治と人道主義」
8月10日(日)まで
- 第12回企画展「アルフォンス・ミュシャ展」
26日(土)～8月31日(日)
- 博物館講座
「石巻出身の彫刻家・高橋英吉の思い出と作品」
5日(土) 午後1時30分
定員 96人(先着)
- 常設展ギャラリートーク 20日(日)
- アルフォンス・ミュシャ展 ギャラリートーク
26日(土) 午前9時30分
講師 ミュシャ・コレクター 尾形寿行
- 浅井元義スケッチ展
第9期「通り・横丁・小路」
8月18日(木)まで ※火曜休館
ところ 旧親慶丸商店2階展示室

サン・ファン館
☎24-2210
☒ 午前9時30分～午後4時30分(入館は午後4時まで)
☒ 火曜日(祝日を除く)

- 「海の日」無料開館 21日(月)・祝
- 企画展「映画のなかの復元船
～映画「レジェンド&バタフライ」の現場から～」
8月25日(月)まで
- 「サン・ファン」無料開館2025!作品募集
サン・ファン・バウティスタ号や伊達政宗、支倉常長などに関する絵画作品を募集します。
対象 小・中学生
申込方法 応募票を作品裏面に貼り、郵送または持参
※応募票はホームページから取得できます。
申込期限 10月13日(月)必着
☒ 〒986-2135 渡波字大森30-2
宮城県鹿島使節館ミュージアム
(サン・ファン館)コンクール係

ホエールタウンおしか
☎24-6644
☒ 午前8時30分～午後5時 ☒なし

- 第5回えにしマルシェ
24日(木)～27日(日) 午前10時～午後3時
- おしかホエールランドイベント
・【トピック展示】第16丸丸 27日(日)まで
・クワジヒゲでストラップを作ろう!
12日(土) 午前10時～11時、午後1時～3時
対象 小学生以上
- ・夏だ!火花だ!
ハナゴンドウなポストカードを作ろう
20日(日)・27日(日) 午前9時～午後4時
- ・ロープワーク
28日(月) 午前10時～11時、午後1時～3時
対象 小学生以上
- 鹿半島ビジターセンターイベント
・シカトさせない!鹿笛をつくらう
20日(日) 午前10時～午後2時
対象 小学3年生以上(小学生は保護者同伴)
定員 15人
申込方法 申込フォーム
申込期限 16日(水)

- いぶきかんじるネイチャークラフト
24日(木)～27日(日) 午前10時～午後3時
対象 5歳以上(未就学児保護者同伴)
定員 各17人(先着)
- ホネからみる動物のくらし
8月2日(土)・3日(日)
午前10時～正午
講師 石巻専修大学理工学部
生物科学科 教授 辻大和、石巻専修大学骨格標本愛好会
対象 小学生以上(保護者同伴)
定員 各15人
申込方法 申込フォーム
申込期限 8月1日(金)

お知らせ

市長と懇談しませんか？

市民の皆さんと一体となったまちづくりを進めるため、市長が直接各地域へ向き、皆さんと意見交換を行います。予約の必要はありませんので、気軽にお越しください。

とき 7月28日(月)午後2時
ところ 荻浜公民館 大ホール
☎ 秘書広報課(内線4024)

川開き祭りに露店を出店される皆さんへ

露店を出店予定の方で対象火気器具を使用する場合、石巻消防まであらかじめ「露店などの開設届出書」を窓口またはEメールで提出してください。
対象火気器具 ガスコンロ・業務用グリドル・発電機・移動式ストーブ・カセットコンロ・炭焼き機など
☎☎ 石巻消防署 ☎95-7112
☑ ishi-yabou@isyabou.jp
☎ 川開祭実行委員会火災予防部(市DX推進課(内線4268))

窓口では「本人確認」を行っています

住民票や戸籍の請求・各種届け出を受け付ける際、個人情報保護や、なりすましによる虚偽の請求・届け出を防止するため、来庁された方の本人確認を行っています。

確認に必要なもの
①官公署発行の写真付き身分証明書(マイナンバーカード・運転免許証・パスポートなど)
② ①の身分証明書を所持でない場合は、氏名、住所、生年月日の確認できる複数の書類(健康保険証・介護保険証・学生証など)
※証明書が無い場合は、聞き取りなどで本人確認を行うことがあります。
☎ 市民課(内線2318)

多重債務にならないために

サラ金やクレジット会社などから金銭の借り入れを繰り返し、返済が出来ずに困っているといった相談が増えています。
特にクレジットカードやスマホ決済は簡単に支払いができるので、次々と買い物などで利用してしまうと、いつの間にか借金が膨れ上がり計画通りに返済が出来なくなってしまいます。
その結果、返済のために新たな借金を繰り返して多重債務に陥ってしまいます。自分が払える限度額を決めて日頃から利用明細をチェックする習慣をつけ、お金の管理をしっかり行うことが大切です。
☎ 総合相談センター ☎23-5040

国民健康保険限度額適用認定証の更新手続き

認定証の有効期限は7月31日(木)です。マイナンバーカードをお持ちでない方、保険証の利用登録をされていない方は手続きが必要です。マイナンバーカードをお持ちの方は、限度額適用認定証は不要となります。

申込開始
☎ 郵送交付 7月22日(火)
※7月下旬以降送付予定
☎ 窓口交付 8月1日(金)
持参するもの
・国民健康保険資格認定書または資格情報のお知らせ
・マイナンバーカードまたは通知カード
・本人確認書類
・入居日数わかる領収書など(市民税非課税世帯で過去1年の内90日以上入院された場合のみ)
※70〜74歳の方は所得区分によっては、認定証の申請が不要な場合がありますので、問い合わせてください。
※別世帯の方が手続きをする場合は委任状が必要です。
☎☎ 保険年金課(内線2347)
☎☎ 各総合支所市民福祉課・各支所

国民年金保険料の免除申請手続きは早目に

経済的理由で保険料の納付が困難な場合、保険料の全額または一部の納付が免除される制度があります。希望する方は、所得の申告を済ませ、早めに申請手続きをしてください。
※免除や猶予の期間は、将来受け取る年金額が減額されますのでご注意ください。
必要なもの 年金手帳、基礎年金番号通知書など基礎年金番号のわかるもの、雇用保険受給資格者証など
☎☎ 石巻年金事務所 ☎22-5115
市保険年金課(内線2353)
各総合支所市民福祉課・各支所

環境・エコ

環境市民講座「真野川川の生き物調査隊」受講生募集
とき 7月5日(土)午前9時30分
※内原集落センター集合
対象 市内在住または通学している小学生(小学2年生以下は保護者同伴)
定員 20人(先着)
申込方法 申込フォーム
☎☎ 環境課(内線3368)

フードドライブを実施します

家庭から生じた余剰食品を提供いただき、食品ロスの削減に協力をお願いします。
☎☎ 総務課(内線4036)・情報公開コーナー(内線4783)

願います。
とき 7月10日(木)・30日(水)
ところ 環境課カウンター、各総合支所市民福祉課
☎ 廃棄物対策課(内線3373)

子ども・教育

児童扶養手当の支給月です
5月・6月分の児童扶養手当を7月11日(金)に振り込みます。
☎ 子育て支援課(内線2513)
各総合支所市民福祉課

令和7年度奨学生 第2次募集

対象
・令和7年度在学者
・市内に2年以上居住の方
・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
※他奨学金との併用不可
募集課程・貸与額
・高校生(高等専門学校1〜3年生を含む)月額15,000円以内

防災ラジオテスト放送 7月11日(金)午後3時ごろ

防災「命意識」愛賞作品
学校安全推進課(内線5828)
令和7年度石巻市学校防災推進会議
優長賞 忘れずに日頃からハザードマップで確かめよう
避難場所と災害リスク
河南東中学校1年 佐々木 希

情報公開制度および個人情報保護制度の運用状況

情報公開制度とは
市保有の公文書を、請求により公開する制度です。情報公開により、透明性の高い行政運営を確保し、公正で開かれた市政を推進します。

個人情報保護制度とは
個人情報の保護に関する法律に基づき、市保有の個人情報の適正な取り扱いや自己を本人とする保有個人情報の開示・訂正などを請求する権利を保障する制度です。個人の権利利益の侵害の防止を図り、より一層信頼される市政を推進します。

情報公開コーナー

開示請求の受け付けや情報公開などに関する相談・案内を行っています。また、刊物や予算書、市議会会議録、統計書など市政に関する資料を自由に閲覧することができます。
※資料のコピー可(有料) ※各総合支所でも受け付け・相談・案内可

令和6年度施行状況表	
情報公開制度による公文書開示請求 開示請求件数 132件 ・開示件数(一部開示含む) 117件 ・不存在件数 6件 ・不開示件数 3件 ・存否応答拒否 0件 ・取下げ件数 0件 ・却下件数 0件 審査請求件数 0件	個人情報保護制度による保有個人情報開示等請求 開示請求件数 47件 ・開示件数(部分開示含む) 36件 ・不開示件数(不存・存否応答拒否含む) 11件 ・取下げ件数 0件 訂正請求件数 0件 利用停止請求件数 0件 審査請求件数 0件

☎☎ 総務課(内線4036)・情報公開コーナー(内線4783)

・専修学校生(修学期限が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
申込方法 窓口、郵送
申込期限 8月5日(火)
☎☎ 〒986-8501(住所不要)
学校教育課(内線5028)

イベント

長浜海岸ビーチクリーン

とき 7月21日(月・祝)午前8時〜正午
持ち物 軍手、帽子、飲み物、タオル、着替え、長靴やしっかりした靴など
☎ SDGs移住定住推進課(内線4225)

石巻ふれあい朝市

農産物などの豊富な食材や生花を安く提供する場です。
とき 7月6日(日)・20日(日)午前6時〜ところ 石巻駅前(日・月)交流広場
☎ 石巻ふれあい朝市運営委員会(石巻観光協会)☎93-6448
市観光政策課(内線3537)

募集・案内

ベガルタ仙台ホームゲームを観戦しよう!

毎月抽選でホームゲームに招待します。
対象 市内在住の方
定員 3家族(抽選)
申込方法 申込フォーム
申込期限 7月15日(火)
☎☎ スポーツ振興課(内線3329)

みやぎポイント3,000円相当をプレゼントします

先着40万人に県内の店舗で利用できる3,000円相当のポイントをプレゼントします。
とき 7月1日(火)〜令和8年2月28日
対象 県内に住民登録があり、「ポケットサイン」で所定の利用登録をした方※アプリの動作が可能な「スマートフォン」や「タブレット」が必須です。
※令和6年度のキャンペーンで3000ポイント受領した方は対象外です。
☎ コールセンター(ポイント利用者向け窓口)☎0120-655-067
市商工課(内線3527)

空き家バンク登録募集

空き家を有効活用し、移住定住促進に取り組み、地域の活性化を図ることを目的に、空き家バンクへの登録を募集しています。空き家を利用したい方の相談も受け付けています。
対象 市内にある空き家所有者、空き家を利用(購入・賃貸)したい方
☎☎ 物件登録希望者・登録希望事業者については 住宅課(内線5556)
☎ 掲載物件について 移住コンシェルジュ(IISHINOMAKI.12.0)
☎98-9969

建築物等の耐震に対する補助金の内容を拡充しました

・危険ブロック塀除却等補助事業
除却補助金の加算金(限度額75,000円)の交付対象範囲が市内全域に拡大されました。
・木造住宅耐震改修工事助成事業
耐震化工事に要する費用の補助金交付限度額が100万円から115万円に増額となりました。
※詳しくは市ホームページを確認するか、問い合わせてください。
☎ 建築指導課(内線5677)

石巻市6次産業化・地産地消推進助成金

農林漁業者とさまざまな事業者の連携を強化し、地域資源の高付加価値化を図るため、1・2・3次産業を営む事業者がネットワークを形成して取り組む商品開発や販路開拓などの事業に対し、助成金を交付します。
申込方法 事前に相談ください。
申込期限 事業着手日の30日前まで
☎☎ 商工課(内線3523)

第20回石巻市統計グラフコンクール作品募集

小・中・高校生や一般の方を対象に、統計グラフの作品を募集しています。身近で気になっていることや、社会で話題になっていることを調べて、グラフしてみてくださいか?申込方法など詳しくは、市ホームページを確認ください。
申込期間 8月1日(金)〜27日(水)
☎☎ 政策企画課(内線4214)

6次産業化に取り組み事業者を支援します

地域資源を活用した商品開発、ブランド力向上、販路開拓など6次産業化に取り組もうとする事業者に対し、専門的な知識を持った支援員の派遣や、セミナーなどの開催を無料で行っています。相談など詳しくは問い合わせてください。
☎ 石巻市6次産業化・地産地消推進センター ☎98-9356
市商工課(内線3523)

地域まちづくり委員会委員募集

各総合支所地区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。詳しくは市ホームページを確認するか問い合わせてください。
応募資格
・委員会を設置する対象地域に居住または通学、通勤していて、満20歳以上満70歳未満の方
・市の他審議会などの委員に選任されていない方など
募集人数 各地区2人以上
任期 9月1日〜令和9年8月31日
申込方法 窓口、郵送、FAX、Eメール
応募期限 7月18日(金)※当日消印有効
☎☎ 各総合支所地域振興課

「こどもクッキング」受講者募集 ~みんなで料理の楽しさを体験してみませんか~

●石巻地区
とき 7月30日(水) 午前10時〜午後1時
ところ みなと荘 定員 15人程度(先着)
☎☎ 健康推進課(内線2617)
●河南地区
とき 7月31日(木) 午前10時〜午後1時
ところ 遊楽館 定員 15人程度(先着)
☎☎ 河南総合支所市民福祉課 ☎72-2094
●河北地区
とき 8月1日(金) 午前10時〜午後1時
ところ 河北総合センター「ピッグパ」 定員 10人程度(先着)
☎☎ 河北総合支所市民福祉課 ☎62-2117
●共通事項
・栄養講話「わくわくげんきのおまじない」
・調理実習「地産品を使った献立」
対象 小学生と保護者 ※4年生以上は子どものみでも可
持ち物 エプロン、三角巾、マスク、上靴、筆記用具、飲み物
料金 1人300円
申込方法 電話 申込期限 7月1日(火)〜11日(金)

物価高騰対策重点支援金(令和6年度住民非課税世帯)の申請は7月31日(木)までです

支給要件 基準日(令和6年12月1日)に市の住民基本台帳に登録され、世帯員全員が令和6年度住民非課税者で構成されていること。
※世帯員全員が令和6年度の住民税が課税されている者から扶養されている世帯は対象外
支給金額 1世帯30,000円
※世帯に18歳以下の児童(平成18年4月2日以降に出生)がいる場合は、児童1人あたり20,000円加算
申込方法 対象と思われる世帯に「石巻市物価高騰対策重点支援金支給要件確認書(以下、確認書)」を送付しています。必要事項を記入のうえ、返送してください。
※オンライン申請の場合は確認書の返送は必要ありません。
申込期限 7月31日(木) ※当日消印有効
「確認書が見当たらない」または「紛失した」場合は、下記コールセンターに問い合わせください。
☎ 価格高騰重点支援金コールセンター
☎0120-200-565(午前8時30分〜午後5時)※土日・祝日を除く

第102回石巻川開き祭り 流燈の記帳受付を開始します

とき	ところ	料金
7月1日(火)〜25日(金)	市役所3階観光政策課、各総合支所、各支所、石巻仏教会所属寺院、かわまち交流センター、震災連携門脇小学校、観光物産交流施設Cottu(ホエーダルクアおしかり)	燈籠1枚500円
7月1日(火)〜30日(水)	石巻商工会議所	

☎☎ 石巻川開祭実行委員会祭典部(石巻商工会議所内)☎22-0145
市観光政策課(内線3534)

海水浴場がオープンします!

今年は「荒浜」、「白浜」、「網地白浜」、「十八成浜」の4カ所を開設します。
開設期間

荒浜	7月19日(土)〜8月17日(日)
白浜	7月18日(金)〜8月24日(日)
網地白浜	7月19日(土)〜8月24日(日)
十八成浜	7月19日(土)〜8月17日(日)

※渡波海水浴場は開設しません
☎ 観光政策課(内線3534)

地域食事券(3割増食事クーポン券)販売

飲食事業者などの経営支援と地域経済への影響緩和を図るため、3割増食事クーポン券を販売します。

料金 500円分の食事券13枚綴り(計6,500円相当)を5,000円で販売

販売期間 7月1日(火)～令和8年1月31日(土)

※予定数量に達した場合は、販売終了

※1人1回あたり2冊まで購入可能

- 販売場所
- かわまち交流センターかわべい
 - 石巻駅前観光案内所(市役所1階)
 - 道の駅硯上の里おがつ内 おがつ物産直売所
 - ホエールタウンおしか内 Cottu(コッツ)
 - インターネット販売

移動販売

とき		ところ
7月7日(月)	午前10時～正午	河南老人福祉センター
	午後1時30分～3時30分	桃生総合支所
7月8日(火)	午前10時～正午	北上総合支所
	午後1時30分～4時30分	道の駅「上品の郷」

利用期間 7月1日(火)～令和8年1月31日(土)

利用可能店舗 加盟店登録を行った市内飲食店

※参加を希望する飲食事業者は問い合わせください。

☎ 石巻市地域食事券事務局 ☎25-5912
市観光政策課(内線3533)

親子ふるさと魅力発見隊 参加者募集!

●石巻コース

とき 10月5日(日) 午前9時～午後2時30分

※午前9時 市役所北側(石巻駅側)入口集合

見学先

- 白謙蒲鉾店門脇工場
- 石巻消防本部
- いしのまき元気いちば(昼食:各自、自己負担)
- いしのまきMANGA lab. ヒトコマ(コピック体験)

料金 500円(材料費) ※小学生のみ

※車は市役所立体駐車場を利用ください。駐車券の無料処理を行います。

●北上コース

とき 10月11日(土) 午前9時30分～午後3時

※午前9時30分 セイホクパーク駐車場(市民球場側)集合

見学先

- 株式会社デ・リーフデ北上
- リーフデ・テラス(昼食:各自、自己負担)
- 震災遺構大川小学校

料金 1,000円(体験料)

●共通事項

対象 市内小学生とその保護者 定員 各コース25人(抽選)

申込方法 申込フォーム、郵送、FAX、窓口

申込期限 8月29日(金) ※必着

☎・☎ 〒986-8501(住所不要) 秘書広報課(内線4024) ☎23-4340



申込フォーム

令和8年度採用 石巻市・石巻地方広域水道企業団職員募集

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	中級 (短大卒程度)	保育士 幼稚園教諭	3人程度 平成8年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方で、保育士資格および幼稚園教諭免許の両方を有する方または令和8年3月31日までに取得する見込みの方	試験日 9月21日(日) 申込方法 オンライン申込 申込期間 7月1日(火)～8月15日(金) 午後5時 ※詳しくは市ホームページまたは試験要項を確認ください。 ☎ 人事課(内線4065)	
		栄養士	1人程度 平成8年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方で、栄養士免許を有する方または令和8年3月31日までに取得する見込みの方		
	初級 (高校卒程度)	行政(事務)	7人程度		平成16年4月2日から平成20年4月1日までに生まれた方
		土木	1人程度		
	障害者対象 初級 (高校卒程度)	行政(事務)	1人程度		平成8年4月2日から平成20年4月1日までに生まれた方で、活字印刷文による出題に対応でき、次のいずれかの手帳などの交付を受けている方 •身体障害者福祉法第15条に定める身体障害者手帳 •療育手帳または児童相談所などによる知的障害者であることの判定書 •精神障害者保健福祉手帳
	初級 (経験者枠)	土木	1人程度		昭和61年4月2日以降に生まれた方で、令和7年6月1日現在、国家公務員または地方公務員の土木職の正規職員として勤務している方(任期付職員・会計年度任用職員を除く)
任期付職員	土木	3人程度	次のいずれかに該当する方 ①土木施工管理技士(1級または2級)、技術士または技術士補(建設部門、上下水道部門)、技術士(総合技術監理部門)のいずれかの資格を有する方 ②行政機関や民間企業などにおける正規の職員として道路、橋りょう、河川、漁港・海岸施設、上下水道施設、土地区画整理事業などの土木工事に係る設計、積算、施工管理または施設管理の職務経験を直近10年(平成27年7月2日から令和7年7月1日まで)中に2年以上有する方 ※詳しくは試験要項を確認ください。		
広域水道	初級	土木	1人程度	試験日 9月28日(日) 申込期間 7月1日(火)～8月15日(金) ☎・☎ 〒986-0861 蛇田字新上沼116番地 石巻地方広域水道企業団 ☎95-6713	
		電気	1人程度		



市ホームページ



広域水道
ホームページ

食育推進コーナー

食べ物の大切さを知る～お米ができるまで～



長浜幼稚園では毎年、年長児が米作り体験をしています。裸足で田んぼに入り、泥を柔らかくする代かきや田植え、そして秋には稲刈り、脱穀を昔ながらの手作業で行っています。苗から稲穂になり、そしてお米になるまでに大変な時間と労力が必要なことを実感したようです。米は毎日食べる食材ということもあり、関心が高まったと同時に食べ物の大切さも知ることができました。



☎ 健康推進課 (内線2617)

各種健(検)診

追加申し込みを希望する場合や、通知書が届かない場合は問い合わせください。通知書の日程表で時間などを確認し、受診してください。

※対象年齢基準日 令和8年3月31日

●総合健(検)診

健(検)診項目 特定健康診査・健康診査、結核・肺がん、前立腺がん、肝炎ウイルス、胃がん、大腸がん、骨粗しょう症

・河北地区

とき 7月1日(火)～5日(土)・8日(火)・9日(水)

※4日(金)は夜間健診実施(胃がん以外)

ところ 河北総合センター「ビッグバン」

☎ 河北総合支所市民福祉課 ☎62-2117

・北上地区

とき 7月10日(木)～12日(土) ※11日(金)は夜間健診実施(胃がん以外)

ところ 北上総合支所

☎ 北上総合支所市民福祉課 ☎67-2113

・桃生地区

とき 7月29日(火)～8月2日(土)

※8月1日(金)は夜間健診実施(胃がん以外)

ところ 桃生総合支所

☎ 桃生総合支所市民福祉課 ☎76-2111

●子宮頸がん検診(桃生地区)

とき 7月1日(火)・2日(水)

ところ 桃生総合支所 対象 20歳以上女性

☎ 桃生総合支所市民福祉課 ☎76-2111

●乳がん検診夕方検診(石巻地区) ※要予約

とき 7月30日(水)午後4時30分～6時30分

ところ 保健相談センター

対象 30歳代、41歳(無料クーポン対象年齢)、66歳以上(偶数年齢)の女性

石巻地区の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)に連絡ください。

検診票をお持ちでない方、総合支所地区在住で石巻地区検診を希望の方 検診票を発行しますので、連絡ください。

☎ 健康推進課 (内線2413)

市営住宅入居者募集

とき 7月1日(火)～7日(月) 午前9時30分～午後4時

※土日・祝日を除く

ところ 窓口

対象 申込資格は問い合わせるか、市ホームページを確認ください。

申込方法 窓口

申込期限 7月7日(月)午後4時

地区	住宅名	募集戸数
中心	門脇東復興(3LDK)	1戸(単身不可)
湊	湊町復興(2LDK)	1戸(単身不可)
	大門町復興(2LDK)	2戸(単身不可)
	大門町復興(2LDK)、◎	1戸(単身不可)
	大門町復興(3LDK)	1戸(単身不可)
渡波	沖六勺西(2LDK)	1戸(単身不可)

※同じ住宅に申し込みが重なった場合、7月8日(火)に抽選を行います。

※申し込みの際に85円切手(抽選結果通知用ハガキ添付用)を持参ください。

※家賃は世帯所得などにより決定します。

※ペットの飼育は禁止です。(◎が付いている住宅では、すでに入居されている被災者のみペット可)

※災害などにより住宅が必要な場合、募集を中止することがあります。

☎ 宮城県住宅供給公社東部支社 ☎85-0296

自衛官採用試験

	応募資格	申込期限
航空学生	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24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)	8月29日(金)
一般曹候補生(第2回)	18歳以上33歳未満の方	9月2日(火)
予備自衛官補(技能・一般)	技能 18歳以上で国家免許資格などを有する方 一般 18歳以上52歳未満の方	9月11日(木)

自衛官候補生(18歳以上33歳未満の方)は年間を通じて受付しています。詳しくはホームページを確認するか、問い合わせください。

☎ 自衛隊宮城地方協力本部 石巻地域事務所 ☎83-6789

詳しくはこちら



休日窓口開庁

とき 7月6日(日)午前9時～午後1時

ところ 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、マイナンバーに関する手続きなど。

※税証明書、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、住民票・戸籍証明書の広域交付はできません。

※戸籍届書については、夜間・休日窓口を利用ください。

☎ 市民課 (内線2315)

今月の税金

納期限 7月31日(木)

○固定資産税 第2期 ○国民健康保険税 第4期

○後期高齢者医療保険料 第1期

口座振替不能者の再振替日

7月15日(火)(6月30日納期限分)

○市県民税・森林環境税 第1期 ○国民健康保険税 第3期

7月の相談あんない

相談種類	とき	ところ	問
行政書士相談(相続他)	14日(月) 午前10時～午後3時	市役所2階相談室A	宮城県行政書士会事務局 ☎022-353-7213
行政相談	9日(水) 午後1時30分～3時30分	市役所2階相談室B	東北管区行政評価局 ☎022-262-7839
	10日(木) 午後1時30分～3時30分	河南老人福祉センター	
	11日(金) 午後1時30分～3時30分	北上総合支所2階多目的室	
弁護士無料法律相談 ※要予約	8日(火)・22日(火) 午前10時30分～午後4時 予約受付開始 1日(火)午前9時 定員 各9人	市役所2階相談室A・B	総合相談センター(内線2532・2534・2545・2546)
仙台弁護士会 法律相談 ※要予約	一般法律相談 毎週火・木・日曜(祝日を除く) 午前10時30分～午後4時30分	石巻法律相談センター	仙台弁護士会法律相談センター ☎022-223-2383 ※当日の問い合わせは石巻法律相談センター (☎23-5451)
	交通事故相談 8月5日(火) 午後1時30分～4時 ※8月1日(金)午後3時まで要予約		
司法書士無料法律相談会 ※予約優先	毎週金・土曜 午後1時30分～4時30分	石巻司法書士相談センター	石巻司法書士相談センター ☎96-3611
司法書士相続登記相談 ※要予約	7日(月) 午前10時～午後3時	市役所5階住宅課	宮城県司法書士会 ☎022-263-6755
「災害復興住宅融資」 無料相談会※要予約	25日(金) 午前10時～午後4時	ささえあいセンターボランティアルームA	住宅金融支援機構お客様コールセンター ☎0120-086-353
人権相談	7日(月) 午前10時～午後3時	北上総合支所1階相談室2	仙台法務局石巻支局 ☎22-6188
	9日(水) 午前10時～午後3時	河北総合支所2階和室	
	10日(木) 午前10時～午後3時	河南老人福祉センター	
年金受給相談 ※要予約	毎週月曜(休日の場合は翌日) 午前8時30分～午後7時(最終受付 午後6時) 12日(土) 午前9時30分～午後4時(最終受付 午後3時)	石巻年金事務所	石巻年金事務所 ☎22-5115
消費生活相談	毎週月～金 午前9時～午後4時	県石巻合同庁舎1階県民サービスセンター	県民サービスセンター ☎93-5700
市民生活相談	市民相談 毎週月～金 午前8時30分～午後5時	市役所2階総合相談センター	総合相談センター(内線2545)
	家庭児童相談 毎週月・火・木・金 午前9時～午後5時		総合相談センター(内線2534)
	少年相談 毎週月～木 午前9時～午後5時		総合相談センター(内線2533)
	消費生活相談 毎週月～金 午前9時～午後5時		総合相談センター ☎23-5040
虐待・DV相談	毎週月～金 午前8時30分～午後5時	市役所2階総合相談センター	総合相談センター(内線2535・2538・2539・2543・2544) ☎23-6614
生活保護・生活困窮相談	毎週月～金 午前8時30分～午後5時	市役所2階保護課	保護課(内線2504・2505)
仕事と家計相談会	2日(水) 午後1時～4時	北上総合支所1階相談室	ひありんく石巻 ☎98-9163
	9日(水) 午後1時～4時	牡鹿公民館1階相談室	
	16日(水) 午後1時～4時	雄勝総合支所1階会議室	
家計相談会	28日(月) 午前10時～正午	ハローワーク石巻3階会議室	ひありんく石巻 ☎98-9163
住居確保給付金相談	毎週月～金 午前8時30分～午後5時	市役所2階保護課	保護課(内線2505・2507)
せいかつ・けんこう・しごと こまりごと相談会	22日(火)午前10時～午後3時	雄勝公民館	保護課(内線2505・2507)
栄養相談 ※要予約	14日(月) 午前9時30分～11時30分	保健相談センター3階研修室	健康推進課(内線2617)
歯科相談 ※要予約	14日(月) 午後1時～3時	保健相談センター2階診察室	健康推進課(内線2429)
公認心理師による相談会 ※要予約	10日(木)・31日(木) 午前10時45分～午後3時15分	市役所2階相談室	健康推進課(内線2422)
子育て相談	月～金 午前10時～午後6時 土・祝日 午前9時～午後5時	いっしょissyょえきまえ	☎98-4158、070-5563-5244
	月～土 午前9時～午後4時 ※土曜日は要予約	いっしょissyょへびた	☎24-6878、080-9259-0361
女性相談	月～金 午前10時～午後6時	特定非営利活動法人やっぺす	特定非営利活動法人やっぺす ☎090-4932-3949

子育て支援コーナー

桃生子育て支援センター「キッズホーム」

「みんなが楽しい子育て！」をモットーに、地域のボランティアの方々に協力をいただきながら、季節に合わせた楽しいイベントを企画、開催しています。地域の店舗や施設の協力もいただき、親子で体験したいことを利用者と一緒に話し合いながら積極的に取り組んでいます。7月の七夕会では、ボランティアの会の皆さんと、夏ならではの楽しい企画を体験できるようにしたいと考えています。皆さんの参加をお待ちしています。

- わくわくキッズ 毎週水曜日 幼児対象の講座内容
 - ピョピョキッズ 毎週木曜日 乳児対象の講座内容
- ※どちらの講座も年齢制限はありません。随時予約を受け付けています。
※月曜日と金曜日は子育てサークルの方の利用があります。会員も随時募集しています。ママ友同士で子育ての話や、子どもと一緒に楽しく遊びませんか。興味のある方は問い合わせください。

☎ 76-4521 桃生町中津山字四軒前 40(桃生バイオ研修センター内)



「水遊び」おもちゃすくいを楽しみました。プール遊びも楽しみました。



「お店屋さんごっこ」地域ボランティアの方が作った手作りおもちゃで、売り買いを楽しみました。



「ヨガ教室」お母さんたちがリフレッシュヨガボランティアの方が託児をしてくれました。



「お散歩」近くのお店で駄菓子を買って支所まで遊びにいきました。図書館で絵本も借りました。

子育て
メール相談



各子育て支援センター
予定表はこちら



地域おこし協力隊の活動紹介

☎ SDGs移住定住推進課(内線4224)

地域おこし協力隊とは三大都市圏などに住む人材を受け入れ、地域協力活動を行ってもらい、将来的には石巻市への定住・定着を図る国の事業です。市では既に19人を委嘱し、任期終了した15人のうち、11人が市内での就労または定住に繋がっています。ここでは、各隊員の活動内容などを紹介します。



石巻の平和を勝手に守るヒーロー「石文字イチロー」^{いしもんじ}として、石巻のおすすめグルメやおすすめスポットを約30秒のショート動画で発信中!

TikTokでの情報発信を中心に行っていますが、4月からYouTubeチャンネルも開設しました。TikTok、Instagram、X、YouTubeとSNSフル稼働中です!

「うちの店を紹介してほしい!」「このお店に行ってみてほしい!」といった声、大歓迎です。各SNSのメッセージやコメント、DMなどから連絡をお待ちしています。(その他連絡先:ishimonji16hero@gmail.com)

一緒に石巻を盛り上げていきましょう!



TikTok



X



Instagram



YouTube

■隊員プロフィール

氏名:早坂 直晃 任期:令和7年1月1日~(最大3年間)
出身地:富谷市(転出元:仙台市) 前職:お笑い芸人(現在も休日に活動中)

■主な活動内容 TikTokを中心としたSNSを活用し、市内外に魅力発信を行う。

■隊員になったきっかけ お笑いライブなどで石巻を訪れるたび、石巻の魅力が十分に伝わっていないと感じていました。人柄を含めた地域の良さを最大限に発信し、多くの方に石巻の魅力を知ってもらいたいと考え、隊員になりました。



選管だより vol.9

~おしえて!めいすいくん~

今回は、小学校の出前講座で寄せられた質問に答えていくよ!

■Q なぜ選挙カーを走らせるの?

選挙カーで街中を走ると、候補者の名前や顔写真をアピールできたり、選挙カーから手を振って挨拶をすることで、候補者とみんなとの距離を縮めることができ信頼感を築ききっかけになるからだよ。



■Q 得票数が同じだったらどうするの?

得票数が同じだったら、法律(公職選挙法)に従ってくじ引きで当選者を決めるよ。一票で結果が変わってしまうから、みんなの一票はとても大切なんだ。



■Q 次の選挙はいつあるの?

7月に参議院の議員を決める参議院議員通常選挙が予定されているよ。

子どもでも家族と一緒に投票所に入れるから、お家の人と一緒に投票所に行ってみてね!期日前・当日投票所の場所は、お家に届く入場券や市のホームページからも確認できるよ!

☎ 選挙管理委員会事務局(内線5824)



石巻市立桜坂高等学校

桜坂だより

第53号

こんにちは、桜坂高等学校です。
4月8日に入学式が行われました。新たな制服に身を包み、緊張した面持ちの中、立派な姿を1年生は見せてくれました。桜坂での高校生活の幕開けです。



5月1日には、5月中旬に行われた地区総体の壮行式が、生徒会運営のもと行われました。



それぞれのユニフォームを纏った選手たちは決意表明を行い、応援する生徒は応援団とともに選手たちへエールを送りました。応援練習の成果が表れるような応援でした。

みんなのた場

サークル仲間 161

太極拳サークル「起勢」

転ばぬ先の健康体操
お茶っこ時間も大事に

「転ばない体作り」をテーマに掲げ、渡波地区を中心に60〜80代の男女8人が活動しています。それぞれのペースを大切に、呼吸を重視したゆったりとした動きで心地よく体を伸ばしています。

昭和60年に結成され、太極拳の経験が長い地元の阿部重弘さんが講師を務めています。阿部さんは「年を重ねると、1回転ただけで後に大きく響きます。フレイルの予防も兼ね、正しい姿勢でバランスの取れた体をみんな目指しています」と話して

いました。

月3回の活動は主に、中国の健康体操「練功十八法」の実践です。首、肩、腰、足の筋肉をほぐすストレッチや、関節や内臓の緊張を緩める動作をし、最後は顔や頭、胃腸などを指圧します。全部で20分ほどかけて入念に体を緩めます。

深く長い呼吸を意識しながら、指先で天井を押し上げるように腕を上挙げたり、前屈で膝の裏を伸ばしたり。知らず知らずこわばってしまった体の緊張を、一つ

一つほどしていきます。

健康体操を終えるとちよつと長い休憩がお決まりです。水分補給をしながら、おしゃべりに花が咲きます。長年通う城間けい子さんは「運動は少しだけ。たくさん話して笑って、これがなによりストレス解消法なのよ」と笑っていました。

楽しい時間を過ごし、しばらく体を休めると、本格的な太極拳の動きに少しだけ挑戦します。片足を上げるなど体幹の強さを要するポーズも多いため、それぞれのペースで休み休み運動します。

小林照子会長は「年を取ると体を動かす機会が減ります。運動も楽しいですが、お茶っこタイムでくつろぐのも活動の醍醐味。お友だちもできて楽しですよ」と話していました。

活動は渡波公民館で、第3週を除く木曜午後1時30分から3時まで行っています。



太極拳サークル「起勢」のみなさん



深い呼吸を意識し、ゆっくり体を動かします

きらり★まきっこ 16

夢のプロ棋士目指して

えんどう だいき
遠藤 大暉さん(青葉中3年生)

小学2年生のときに、児童クラブで将棋に出会いました。それからずっと続けていて、今はプロになることが将来の夢です。仙台の将棋教室に月2回通い、幅広い世代の人と対局をして学び、腕を磨いています。

スマートフォンでも気軽にオンライン対局ができるので、月に100局以上の対局を重ねています。攻める将棋が得意で、角換わりからの攻防が好きです。攻めが崩れて不利になったとき、形勢逆転を狙う実力に乏しいことを課題に感じています。

将棋は勝っても負けても、対局後の感想戦がとても楽しい時間です。そこで学べることは多く、さまざまな戦術に触れる機会になっています。8月にある奨励会の入会試験に向けて、さらに実力アップしていこうと思います。



市報いしのまき 第323号 令和7年7月1日発行
発行 石巻市総務部秘書広報課 ☎0225-95-1111 FAX23-4340
〒986-8501 宮城県石巻市穀町14-1

編集/制作 (株)石巻日日新聞社
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。「ごつがみ類」として分別してください。

住民基本台帳による石巻市の人口と世帯数(前年比)		
令和7年5月末現在	人口	131,189人 (▲2,204)
	世帯数	62,546世帯(0)