



石巻市はSDGsを推進しています



# いしのまき



▲家族で健康づくりチャレンジin東中里広場 (1月25日)



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

●クマを寄せつけないために	P2
●東日本大震災石巻市追悼式	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
●SDGs・包括連携協定紹介・文化財たんぼう	P15
●みんなの広場・きらり★まきっこ	P16





# クマを寄せつけないために

## ツキノワグマの特徴

- 体長 100～160cm ●体重 50～130kg
- ・胸に白い月の輪のマーク
- ・聴力・嗅覚が非常に良い ・学習能力が高い
- ・泳ぎ、木登りが得意。短時間なら時速50km程度で走る
- ・主な活動時間は、日の出・日没前後
- ・行動範囲は通常のオスの場合は40km<sup>2</sup>と言われている  
※食べ物の豊凶により異なる
- 食べ物 ブナの実、どんぐり類、木の実、山菜、昆虫、ハチミツ、果物など



近年、全国各地でクマの目撃情報や人身被害が相次いでいます。里山の環境変化や餌不足、人の生活圏拡大により、クマは山奥だけの存在ではなくなっており、日常生活のなかでクマへの注意や対策を行う必要があります。万が一遭遇した場合などに備え、クマの生態や対策方法などの正しい知識と行動を身につけておくことが、被害を防ぐ第一歩となります。

図 ニホンシカ対策室(内線3560)

## 冬眠明け～春 クマに注意すべき場所

戸締りされていない  
空き家・倉庫



人里に出没したクマが侵入したり、保管している米や飼料などを荒らす事案が全国で発生していますので、戸締りを行いましょう。

生ごみなどが  
放置されている場所



生ごみなどが入ったごみ袋を収集前の夜間に出すと荒らされたり、クマとの遭遇により人的被害が発生するおそれもあります。生ごみなどの可燃ごみは、収集日当日の午前5時から午前8時30分までの間に出すようにしましょう。

山菜採り時



春の時期の山菜はクマの主要な食べ物です。毎年、山菜採り時にクマと遭遇し、事故に遭うケースが全国で多発しています。入山時は、複数人での行動、クマ鈴の着用などを徹底してください。

朝夕の  
農作業・散歩など



朝夕はクマが最も活発に行動する時間帯です。朝夕の入山や農作業には十分注意しましょう。

## クマはなぜ人里に現れるのか



クマが人里に下りてくる背景には、どんぐりなどの不作や放置された果樹、家庭菜園、生ごみなど「人の暮らしから発生する餌」の存在があります。学習能力の高いクマは、一度安全に餌を得られる場所を覚えると、繰り返し現れる傾向があります。





## クマの被害に遭わないために、私たちができること

### クマに出会わないために

- ①鈴やラジオで音を鳴らす、大きな声でしゃべりながら歩く
- ②できるだけ複数人で行動する
- ③朝夕や天気が悪く薄暗い日は特に注意する
- ④生ごみなどは放置せず持ち帰る



### 自分でできるクマ対策

- ①クマは茂みに隠れながら移動するため、家の周りの刈り払いをし、見通しをよくする
- ②クマが登れないように果樹の幹にトタンを巻き付け、低い枝は刈り払う



### クマに会ってしまったら

- ①クマが遠くにいる場合は、そっと立ち去る
- ②近い場合、騒がず、クマに背中を見せずにゆっくりと後退する
- ③近くに親グマがいるため、子グマに近づかない



### クマが攻撃してきたら

- ①頭や首を守るため、腹ばいになり、両手で首の後ろを守りましょう
- ②クマ撃退スプレーを使用する



## クマに遭遇したらどうする？

### 落ち着いて離れましょう

背を向けて走って逃げたり、音を立てたりすると、クマを刺激する可能性があります。  
クマに背を向けず、落ち着いてゆっくり離れてください。

### 目撃情報を通報しましょう

クマから離れ、安全な場所に移動したら、時間、場所、クマの大きさなどの目撃情報を二ホンジカ対策室もしくは110番に通報しましょう。

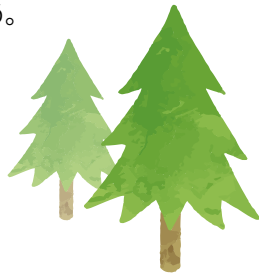
## 市内で目撃される野生動物・クマの痕跡

市内ではカモシカやイノシシなどの野生動物も目撃され、クマと見間違ふこともあります。見かけた際には近寄らないようにしましょう。

**カモシカ** … 市内全域で目撃されており、市街地にも出没します。後ろ姿はクマと似ています。

**イノシシ** … 里山付近で見かけられています。その数は増加傾向にあります。

**アナグマ** … 体型はずんぐりしていますが、木に登ることもあります。



羽黒町2丁目で撮影されたカモシカ



イノシシ (提供:入間市)



アナグマ (提供:福井市)



爪痕



クマ剥ぎ



クマ棚

出展:合同会社東北野生動物保護管理センター(爪痕、クマ剥ぎ、クマ棚)





震災から15年を迎えるに当たり、震災で犠牲になられた方々に対し哀悼の意を捧げるため、追悼式を举行します。  
本年は、石巻市慰霊祭をご遺族や一般の方々が心静かに献花いただける祈りの場とするため、式典会場をみやぎ東日本大震災津波伝承館「思い致す場」に変更します。

追悼式

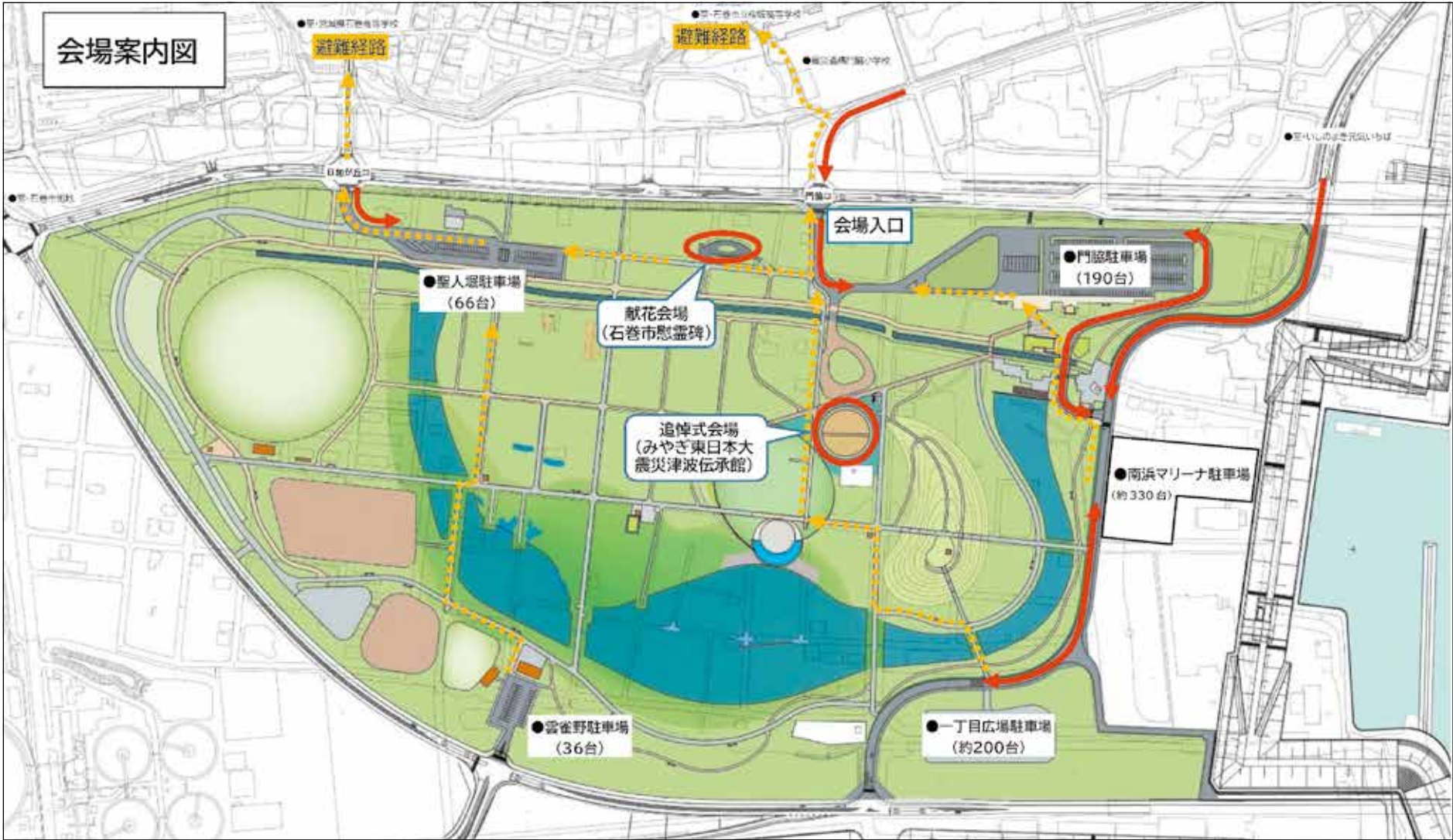
とき 3月11日(水) 午後2時40分～4時      ところ みやぎ東日本大震災津波伝承館「思い致す場」



献花会場（献花用の花は市が準備します）

地区	ところ	献花時間	地区	ところ	献花時間
石巻	石巻市慰霊碑 (石巻南浜津波復興祈念公園内)	終日 (花の準備は午後1時～5時)	河南	遊楽館	午前9時～午後5時
	河北	午前8時30分～午後5時	桃生	桃生総合支所	午前8時30分～午後5時
河北	河北総合支所		北上	北上総合支所	
雄勝	雄勝総合支所		牡鹿	牡鹿保健福祉センター(清優館)	

※午後2時46分に防災行政無線によりサイレンを鳴らしますので、黙とうをお願いします。  
※災害が発生または発生する恐れがある場合その他特別の事情により、式典および献花を中止または内容を変更する場合があります。変更がある場合は、市ホームページなどでお知らせします。





## 震災関連行事

### 震災遺構大川小学校 夜間特別開館

3/11<sup>水</sup>

とき 午後5時～8時  
(最終入館 午後7時30分)

ところ 震災遺構大川小学校

☎ 震災遺構大川小学校 ☎24-6315  
市震災伝承課 (内線4345)

### 夜間開館および 入館料半額・校舎ライトアップ

3/11<sup>水</sup>

とき 午後5時～8時 (最終入館 午後7時)

ところ 震災遺構門脇小学校

料金 一般300円、高校生150円、小中学生100円  
☎ 震災遺構門脇小学校 ☎98-8630  
市震災伝承課 (内線4345)

### 館内解説ガイド

3/11<sup>水</sup>

とき 午後6時～7時

ところ 震災遺構門脇小学校

定員 40人〔先着〕

料金 入館料のみ  
☎ 震災遺構門脇小学校 ☎98-8630  
市震災伝承課 (内線4345)



### 語り部の話を聞く会

3/7<sup>土</sup>、8<sup>日</sup>、11<sup>水</sup>

とき 3月7日(土)  
午前10時30分～11時30分、午後2時～3時  
3月8日(日)  
午前10時30分～11時30分、午後2時～3時  
3月11日(水)  
午前10時30分～11時30分

ところ 震災遺構門脇小学校 多目的学習室

定員 各50人〔先着〕

料金 入館料のみ

☎ 震災遺構門脇小学校 ☎98-8630  
市震災伝承課 (内線4345)

### 企画展「壊滅からの復興 -災害に強いまち、石巻へ-」 ～3/29<sup>日</sup>

とき 午前9時～午後5時

ところ 震災遺構門脇小学校  
1階企画展示室

料金 入館料のみ

☎ 震災遺構門脇小学校 ☎98-8630  
市震災伝承課 (内線4345)



### 「がんばろう!石巻」初代看板展示 ～4/11<sup>土</sup>

とき 午前9時～午後5時

ところ 震災遺構門脇小学校

料金 入館料のみ

☎ 震災遺構門脇小学校 ☎98-8630  
市震災伝承課 (内線4345)

※震災遺構門脇小学校は3月9日(月)、震災遺構大川小学校(大川震災伝承館)は3月11日(水)も開館します。

### ミニ企画展

## 東日本大震災15年

## ～うたでつながる東北の未来 in ISHINOMAKI～

東日本大震災の発生から15年。町から明かりが消えたあの日、生きることに必死だったあの頃、音楽に支えられた経験はありませんか。歌うことで不思議と心がひとつになることもあったのではないのでしょうか。

音楽は暮らしの「おと」であり、日常の風景ともいえるでしょう。人間の感情や暮らしの中で生み出された音は、様々な形で日々接していますが、そのひとつに歌があります。震災15年、今だから思い返せる事や今だから話せる出来事もあるかもしれません。

そこで今回、歌がつなぐ未来をテーマにNHK東日本大震災15年 震災伝承ソングプロジェクトと連携して、「私の心のうた」を通じた伝承のかたちを探るミニ企画展を開催します。

とき 3月2日(月)～31日(火)

ところ・展示内容

- 市役所1階北側エリア(メイン会場)  
映像展示、パネル展示、「私の心のうた」を募集し、随時展示
- 震災遺構門脇小学校、震災遺構大川小学校、かわまち交流センター  
映像展示



東日本大震災 15年

### 「私の心のうた」を募集します

#### 参加方法

- 会場 台紙に直接書き込み応募箱に投函、または自身で掲示
- 投稿フォーム  
投稿フォームから3月22日(日)までに投稿



投稿フォーム

☎ 震災伝承課 (内線4343)



Topic of town

## まちな話題



## 雄勝

## くじ引きで新年の運試し 硯上の里で恒例大抽選会



道の駅硯上の里  
おがつで1月11日、  
年末年始の買い物  
客を対象にした大  
抽選会が行われま  
した。全国で使える  
3万円相当のギフト  
券をはじめ、県産米  
や海産物の詰め合  
わせなどが当たる  
毎年恒例の企画で  
す。この日まで約1  
カ月間に駅内で買  
い物し、500円ご  
とに1枚もらえる  
抽選券で1回のく  
じ引きに挑戦する  
ことができました。  
地区内外からた  
くさんの券を握り  
しめた客が詰め  
掛け、新年の  
運試しをしてい  
ました。



## 石巻

## 大盛況！宝くじ文化公演

マルホンまきあーとテラスでジャズ

1月18日にマル  
ホンまきあーとテ  
ラスで「高橋 洋子  
meets クリヤ・マ  
コト〜残酷な天使  
のジャジータイム  
〜」が開催されま  
した。新市施行20  
周年記念事業とし  
て開催され、宝く  
じの助成により特  
別料金ということ  
もあり、多くの方  
々が足を運んでい  
ました。クリヤさ  
んのピアノで高橋  
洋子さんが「残酷  
な天使のテーマ」  
を歌った時、会場  
の盛り上がりは最  
高潮に達しました。



## 北上

## 旬の味覚求め長蛇の列

十三浜産ワカメ即売会

十三浜特産の新  
鮮なワカメを格安  
提供する即売会が  
1月25日、北上  
観光物産交流セン  
ターで行われまし  
た。生ワカメが1  
kg500円と市価  
より4割ほど安く  
販売されたほか、  
大ぶりの真ダラ  
も1匹千円で並  
び、朝から長蛇の  
列ができました。  
販売会は新物の  
ワカメが出回る  
時期の恒例で、今  
年はこの日が初日  
です。3月1日ま  
での毎週日曜に開  
催され、毎回、旬  
の味を求める人  
でにぎわいました。



## 桃生

## 皆で守る地域の文化財

防火デーちなみ訓練

文化財防火デー  
(1月26日)にちな  
んだ住民参加の防  
災訓練が1月25  
日、中津山香積寺  
で行われました。  
平安時代末期の「  
文殊菩薩坐像」な  
どを所蔵する寺で  
あり、参加者は仏  
像3体を模した箱  
をいち早く搬出さ  
ると、バケツリレー  
で消火に当たりました。  
訓練には消防団や  
女性防火クラブの  
住民、河北消防署  
などから約150人  
が集まり、火災か  
ら地域の貴重な  
財産を守る手順や  
意識を共有しまし  
た。



## 牡鹿

## みんなでゲームを楽しむ！

牡鹿地区保育所で交流会

1月22日、大原  
小学校・寄磯小学  
校と牡鹿地区保育  
所の交流会が行わ  
れました。交流会  
には両小学校の1  
・2年生5人と同  
保育所の児童12人  
が参加し、この日  
のために小学生が  
考え手作りした「  
かーれーす」、「  
ぼーりんぐ」、「  
わなげ」、「さ  
かなつり」、「こ  
ま」の5つのゲー  
ムをみんなで楽し  
みました。参加し  
た児童らは小学  
生のお兄さんお姉  
さんからゲームの  
遊び方を聞き、き  
ちんとルールを守  
り和気あいあいた  
雰囲気の中で交流  
を深めました。



## 河北

## 昔ながらの正月遊びに熱中！

河北保育所で「新年お楽しみ会」

1月20日、河北  
保育所で「新年お  
楽しみ会」が開催  
され、子どもたち  
がけん玉や福笑い  
、羽根つきとい  
った昔ながらの遊  
びを楽しみました。  
ひと際盛り上がり  
を見せたのは、年  
中・年長児による  
「こま回し大会」  
です。子どもたち  
は、ひもを巻き付  
けて勢いよく放つ  
「投げこま」に挑  
戦。柔らかな手首  
のスナップを利か  
せて上手にこまを  
投げ入れ、誰が一  
番長く回せるかを  
競い合いました。  
会場は、勢いよく  
回るこまを見守  
る子どもたちの熱  
気と大きな歓声に  
包まれました。



## 河南

## 審判員は駐在さん

恒例の綱引き・縄跳び大会

第39回河南地区  
駐在所杯争奪綱引  
き・縄跳び大会が  
2月1日に広瀬小  
学校講堂行われ、  
野球や剣道のスポ  
ーツ少年団に所属  
する約90人の小  
学生たちが普段と  
違う種目で交流し  
ました。1チーム  
10人の綱引きは  
子どもだけの部と  
大人混成の部があ  
り、どの試合も選  
手たちが顔を真っ  
赤にして全力を尽  
くしました。審判  
は地元の駐在所長  
で、熱い試合も冷  
静にさばいて名勝  
負にしていました。





3月の健康コーナー

乳幼児健診・相談日程



4月から「5歳児健康診査(集団健診)」を実施します

5歳児は、基本的な生活習慣が確立し、社会性を身につける大切な時期です。満5歳を迎える子どもが対象となりますので、子の成長の確認と、子育て中の不安の解消や相談の機会として活用ください。

ところ ささえあいセンター

☎ 健康推進課(内線2421)

4月から乳幼児健診会場を変更します

4月から河南・桃生地区の乳幼児健診会場を遊楽館から河北総合センター「ビッグバン」に変更します。

地区	乳幼児健診会場
本庁・牡鹿	保健相談センター
河北・雄勝・河南・桃生・北上	河北総合センター「ビッグバン」

☎ 健康推進課(内線2421)、各総合支所市民福祉課

傾聴ボランティア「サロンさくら」

とき	ところ	内容
12日(木)午前10時～11時30分	市役所5階市民サロン	おしゃべり
13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
26日(木)午前10時～11時30分	寿楽荘	ポッチャ

☎ 健康推進課(内線2422)

○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 4～6カ月児の保護者 内容 離乳食の進め方、生活リズムや発達・歯について	13日(金)	午前10時～正午	セ ン タ ー  保 健 相 談	
かみかみ離乳食教室	対象 7～11カ月児の保護者 内容 離乳食についてのお話	19日(木)			

○蛇田お茶っこサロン

とき 11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)

☎ 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 さまざまな形で子どもを亡くした親の集い

とき 29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

○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

☎ 健康推進課(内線2416)

とき	ところ	受付時間
1日(日)	カワチ薬品(株)石巻西店	午前10時～11時45分 午後1時～4時
7日(土)	イオンモール石巻	
21日(土)	イオンモール石巻	
29日(日)	イオンモール石巻	

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				○	○	○	○	○
整形外科	必要	必要	午後	○	○	○	○	○
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 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	必要 必要				○		
	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 必要		○				
	乳腺外来	必要 必要	午後		○			
	禁煙外来	必要				○		
	腎臓内科	必要 △				○		
	甲状腺外来	必要 必要	午後1時～3時			○	○	
	肛門・排便障害外来				○			
	認知症予防専門外来		(第2・4週) 午後1時30分～3時					○

※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  
☎ 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。  
☎ 夜間急患センター ☎94-5111

3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
1日(日)	内科	齋藤病院(山下町一丁目)	☎96-3251
	小児科	石巻市夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
8日(日)	内科	石巻健育会病院(大街道西三丁目)	☎94-9195
	小児科	石巻市夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
15日(日)	内科	茜平クリニック(茜平二丁目)	☎98-5108
	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
20日(金・祝)	内科	高橋消化器内科(千石町)	☎95-1621
	小児科	石巻市夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
22日(日)	内科	いしのまき矢吹クリニック(大橋三丁目)	☎21-6117
	小児科	石巻市夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
29日(日)	内科	上石内科クリニック(清水町一丁目)	☎22-2602
	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	
1日(日)	石巻ロイヤル病院(広瀬)	☎73-5888	永沼ハートクリニック(赤井)	☎82-6680	さくらんぼ歯科クリニック(あゆみ野一丁目)	☎93-9339	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日(日)	成田医院(相野谷飯野川町)	☎62-3221	やもと内科クリニック(矢本)	☎98-3260	二宮歯科医院(大街道南一丁目)	☎22-5623	
15日(日)	櫻井内科クリニック(広瀬)	☎73-3811	イオンタウン矢本内科(小松)	☎24-6119	藤江歯科医院(南中里一丁目)	☎95-2313	
20日(金・祝)	須江きむら医院(須江)	☎24-6311	神山クリニック(赤井)	☎98-8617	本郷歯科医院(蛇田字新丸井戸)	☎22-0775	
22日(日)	佐々木医院(和瀬)	☎72-3122	石垣クリニック内科・循環器科(矢本)	☎83-7070	松尾歯科医院(清水町二丁目)	☎25-4830	
29日(日)	ものうファミリークリニック(桃生町中津山)	☎76-4024	伊東胃腸科内科(赤井)	☎82-6666	さくら町歯科(さくら町五丁目)	☎28-5443	

3月

## スポーツ・文化・催し



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

- キッズバラエティスポーツ教室  
 4日(水)・18日(水) 対象 石巻圏域小学1～4年生  
 定員 100人程度 料金 後期1,750円
- バドミントン・卓球教室  
 毎週金曜日 午前10時～11時30分  
 料金 バドミントン教室 後期1,500円、保険料  
 卓球教室 後期1,000円、保険料
- 仙台89ERSアカデミー  
 3日(火)・17日(火)  
 対象 小学3年生～高校1年生 料金 5,500円
- 子育てババママフィットネス(託児付き)  
 9日(月)・16日(月)・23日(月)・30日(月)  
 午前10時30分～11時30分  
 対象 0～3歳児とそのババママ 定員 10組  
 料金 1,250円、クール毎5,400円
- いしのまき総合スポーツクラブ、キッズ  
 バラエティスポーツ教室、バドミントン・  
 卓球教室令和8年度新規会員募集  
 申込開始 3月2日(月)

**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**  
 図 午前9時～午後9時(日曜・祝日は午後5時まで)  
 図 15日(日)

- かんたんサーキットトレーニング教室  
 6日(金)・13日(金)・27日(金)  
 午後1時30分～2時30分  
 対象 高校生以上 定員 8人 料金 入館料のみ
- ボクコロお強エクササイズ教室  
 4日(水)・20日(金・祝)・30日(月)  
 午前10時30分～11時30分  
 対象 高校生以上 定員 8人 料金 入館料のみ
- シニアストレッチ講座  
 5日(木)・12日(木)・19日(木)  
 午前10時30分～11時30分  
 対象 高校生以上 定員 5人 料金 入館料のみ
- 朝活モビバン体操  
 6日(金)・13日(金) 午後1時30分～2時30分  
 対象 高校生以上 定員 8人 料金 入館料のみ
- 仲間と始める!優しい運動習慣  
 2日(月)・9日(月)・16日(月)  
 午前10時30分～11時30分  
 対象 高校生以上 定員 8人 料金 入館料のみ
- 猫背0背骨整えトレーニング  
 7日(土)・14日(土)・21日(土)  
 午後1時30分～2時30分  
 対象 高校生以上 定員 8人 料金 入館料のみ
- かんたんボクサイズ  
 5日(木)・12日(木)・19日(木)  
 午後1時30分～2時30分  
 対象 高校生以上 定員 8人 料金 入館料のみ

**セイホクパーク石巻(総合運動公園) ☎22-9111 図22-9112**  
 図 午前7時～午後9時(日曜・祝日は午前7時～午後6時)

- フットボール場、ふれあいグラウンド、  
 多目的グラウンド冬季期間貸出中止  
 1日(日)～31日(火)

**石巻健康センターあいプラザ・石巻 ☎95-8640**  
 図 午前10時～午後9時(日曜・休日は午後5時まで)  
 図 休館日 8日(日)・20日(金・祝)・22日(日)・31日(火)  
 休館日 28日(土)・30日(月)はフリー利用のみ可

- 手話で遊ぼう 講座無料体験会  
 10日(火)・17日(火) 午後7時～8時30分  
 対象 小学5年生以上 ※小学生は保護者同伴  
 定員 各10人(先着) 申込方法 窓口、電話
- サンデープログラム  
 入学準備 親子でひらがな  
 1日(日) 午前10時30分～11時30分  
 対象 年長と保護者 定員 8組(先着)  
 料金 2,400円 申込方法 電話、窓口
- 春の運動相談会  
 1日(日)～21日(土)  
 対象 中学生以上 定員 各3人程度(先着)  
 料金 200円(InBody測定料)  
 申込方法 窓口、電話
- 令和8年度前期 新規受講生募集  
 バラエティスポーツ教室、バドミントン・  
 卓球教室 令和8年度新規会員募集  
 申込開始 3月2日(月)
- わくわくドッジボール教室  
 28日(土) 午後1時～3時  
 対象 小学生 定員 20人(先着)  
 料金 1,200円(きょうだい1,000円)  
 申込方法 窓口

**渡波公民館 ☎24-0941**  
 図 午前9時～午後9時30分

- 高齢者教室「寿大学」第10回学習会・修了式  
 6日(金) 午後1時30分  
 対象 寿大受講生
- 女性教室「くらしの講座」第10回学習会・閉講式  
 在宅避難と車を使った防災  
 13日(金) 午後1時30分  
 講師 たかの ひろみ  
 対象 くらしの講座受講生

**稲井公民館 ☎22-4303**  
 図 午前9時～午後9時30分

- 稲井くらしの講座 3月学習会  
 閉講式  
 6日(金) 午後1時30分  
 対象 稲井くらしの講座会員
- 一般教養講座「春の寄せ植え教室」  
 23日(月) 午前10時  
 講師 フローリストクラウン 高橋 聖公  
 対象 市内在住の方 定員 22人(先着)  
 料金 2,500円 申込方法 電話、窓口  
 申込期限 13日(金)

**遊楽館 ☎72-3561**

図 午前9時～午後9時  
 図 休館日(休館日が祝日の場合は翌日)

- 丘の市「春分の草」 ミニマルシェ  
 20日(金・祝) 午前11時～午後4時
- こもれびドッチボールカップ  
 27日(金) 午後1時  
 対象 小学生と母親 定員 8チーム(48人)  
 料金 1,800円 申込方法 窓口  
 申込期限 8日(日)

**図書館 ☎93-8635**  
 図 午前10時～午後6時  
 図 休館日は午後7時まで、日曜日は午後5時まで  
 図 休館日 20日(金・祝)

- あかちゃんおはなし会  
 6日(金) 午前10時30分～11時  
 対象 赤ちゃん連れの親子、ババママになる方  
 ※終了後、午前11時30分まで多目的室開放
- たのしいおはなし会  
 7日(土)・21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  
 14日(土)・28日(土) 午前10時30分～11時
- 読書会  
 今月の本「図書館戦争」 有川ひろ 著  
 10日(火) 午前10時～正午
- おしゃべりなどくじしよ会  
 今月の本「たのしいムーミン一家」  
 トー・ベヤンソン 著  
 8日(日) 午前10時30分～正午
- 絵本とお話の会勉強会  
 12日(木) 午前10時10分～正午
- 定例おはなし会  
 21日(土) 午前10時30分～11時  
 ところ 河北分館(ビッグバン内図書館)
- 出張図書館 10日(火)・24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。

### 手作り絵本教室 参加者募集

とき 4月12日(日) 午後1時～4時  
 4月19日(日) 午前10時15分～午後4時  
 ところ 図書館2階多目的室  
 対象 2日間とも参加できる方(10歳以下保護者同伴)  
 持ち物 色画用紙(A3)、筆記用具(鉛筆、消しゴム、黒いネームペン、色ペンなど)、大きめのカッター、液体のり、装飾用の材料(おりがみ、シールなど)、昼食(2日目のみ)  
 定員 6組(先着) ※1組4人以内  
 申込方法 電話、カウンター  
 申込開始 3月12日(木) 午前10時  
 図・圖 図書館 ☎93-8635

### 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  
 5日(木) 午後2時、10日(火) 午前10時、  
 19日(木) 午後6時30分  
 ●ビッグバン ☎62-1120  
 4日(水)・28日(土) 午後1時、7時  
 ●遊楽館 ☎72-3561  
 14日(土)・26日(木) 正午、午後5時

**石巻中央公民館 ☎22-2970**

図 午前9時～午後9時30分  
 図 なし

- いしっこクラブ  
 ・ものづくり  
 6日(金) 午前10時～11時30分  
 ・いしっこそつぎょうしき  
 13日(金)  
 午前10時～11時30分  
 対象 就学前の子と保護者  
 定員 15人(先着)  
 申込方法 申込フォーム、電話
- 石巻つくも大小学3月学習会  
 閉講式  
 13日(金) 午前10時～11時30分  
 対象 石巻つくも大受講生

**石森美術館**  
 図 午前9時～午後5時(最終入館午後4時30分)  
 図 19日(木)まで、24日(火)

- 石ノ森萬画館「常設展示室」  
 リニューアルオープン!  
 20日(金・祝)
- 観覧料を改定します  
 20日(金・祝)から  
 料金 大人1,300円、中学生600円、小学生400円
- 「萬画の国・いしのまき」  
 石ノ森萬画館第99回特別企画展  
 「こびとづかん なばたとしたか原画展」  
 20日(金・祝)～6月28日(日)

**ホエールタウンおしカ**  
 図 午前8時30分～午後5時 図 年中閉休

- 牡鹿半島ビジターセンター(☎24-6912)  
 ・企画展]消える?消えない?  
 ～ゴミの寿命を考えてみよう～  
 31日(火)まで
- おしかホエールランド(☎25-6422)  
 ・[トビック展示]ながーい!  
 29日(日)まで
- 海の日で遊ぼう!  
 14日(土) 午前10時～11時、午後1時～3時  
 定員 常時5人程度 料金 100円
- クジラカード釣り キミがとったのは何クジラ?  
 20日(金・祝)～22日(日)  
 午前10時～11時、午後1時～3時  
 定員 常時5人程度 料金 100円
- クジラの歯のレプリカを作ろう!  
 28日(土) 午前11時～11時30分  
 午後2時～2時30分  
 対象 小学生以上 定員 各4人程度  
 料金 300円

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。

**サン・ファン館**  
 図 午前9時30分～午後4時30分(入館は午後4時まで)  
 図 火曜(祝日は除く)

- 大阪・関西万博出展  
 「サン・ファン・パウティスタ」模型特別展示  
 30日(月)まで

**石巻市博物館**  
 ☎98-4831  
 図 午前9時～午後5時(最終入館午後4時30分)  
 図 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  
 「暮らしの道具“下手物” 一杉山寿栄男が  
 描いた毛利コレクション」  
 8日(日)まで
- 第14回企画展  
 「榊山祐和と描く  
 一森と海のアート展」  
 15日(日)まで
- 毛利コレクション特集展  
 「山のくらし 一狩猟具コレクション」  
 14日(土)～7月5日(日)
- 第6回布施辰治特集展  
 「布施辰治と普通選挙運動」  
 8月23日(日)まで
- 常設展ギャラリーートーク  
 22日(日) 午後2時
- 日本遺産「みちのくGOLD浪漫」関連講座  
 「文禄三年金山一揆と葛西晴信・伊達政宗  
 一新発見「寛永六年文書」をひもとく」  
 1日(日) 午後1時30分～4時  
 講師 東北大学災害科学国際研究所 准教授 佐  
 藤大介、市博物館学芸員 泉田邦彦、塚本杏奈  
 ところ マルボンまきあーとテラス小ホール

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

- NHKのど自慢  
 予選会 7日(土) 正午  
 本番 8日(日) 開場 午前11時  
 開演 午前11時50分  
 図 NHK仙台放送局視聴者ふれあいセンター  
 ☎022-211-1002
- くすぐるぞ!大人の知的好奇心!!  
 聞きたい!その深～い関係!  
 コーヒーとクラシック?  
 14日(土) 開場 午後1時30分 開演 午後2時  
 定員 40人(先着) 料金 1,500円
- リアスリコダーアンサンブル  
 第12回定期演奏会  
 15日(日) 開場 午後1時30分 開演 午後2時  
 図 中端 ☎080-5220-2932
- 久我恵美子 現代書簡展「いのち」  
 18日(水)～22日(日) 午前10時～午後5時  
 ※22日(日)は午後4時まで  
 図 久我 ☎090-2604-1615
- ワンコインシリーズvol.3  
 教えて!ウジエスパーさん!  
 26日(木) 開場 午後1時30分 開演 午後2時  
 定員 小学生以下と保護者  
 対象 小学生以下100円 保護者500円  
 定員 40人(先着)
- 第30回石巻芸術文化祭  
 展示会 28日(土)・29日(日)  
 午前10時～午後5時  
 ※29日(日)は午後4時まで  
 呈茶席 28日(土)・29日(日)  
 午前10時～午後3時  
 舞台公演 29日(日)  
 開場 午前9時30分 開演 午前10時  
 料金 舞台公演500円 呈茶券700円  
 図 石巻文化協会 ☎22-4689





## お知らせ

### 市立杜鹿病院が「石巻市立病院附属杜鹿医療センター」に変わります

令和8年4月1日(水)から名称を「石巻市立病院附属杜鹿医療センター」に変更します。

病床数を25床から15床へと削減しますが、診療体制に変更はなく、往診・訪問診療・オンライン診療などもこれまで通り行います。

**診療科** 内科・外科・歯科  
**診療日・時間** 月～金曜日 午前8時50分～正午、午後1時30分～5時

※急患診療は24時間受付

市立杜鹿病院 ☎45-3185

### 石巻市防災フェア2026

3月5日(木)から11日(水)の石巻市防災週間に合わせて、防災フェアを開催します。

非常時の緊急避難場所、非常用持出品の確認などを行い、防災意識の高揚、災害対策の充実を図ります。

とき 3月8日(日)  
午前10時～午後2時

ところ イオンモール石巻緑の広場、海の広場

市立杜鹿病院 ☎45-3185

### 防災行政無線 テレフォンサービス

防災行政無線の放送が聞こえなかった場合や、もう1度聞きたい場合などに、架電し、聞きたい地区の番号を選択することで、内容を聞くことができます。

電話番号 0570-666-018

地区番号 本庁[1] 河北[2]

雄勝[3] 河南[4] 桃生[5]

北上[6] 杜鹿[7]

※通話料がかかります。

市立杜鹿病院 ☎45-3185

### マイナンバーカード 出張申請書

申請に必要な書類の記入サポートや無料の写真撮影を行います。

また、マイナンバーの操作方法などをサポートする、スマホの相談会も同時開催します。

とき 3月1日(日)

午前10時～午後4時

ところ 石巻合同庁舎大会議室

対象 マイナンバーカードを新規申請または更新する方

市立杜鹿病院 ☎45-3185

### 税システム標準化に伴い コンビニ交付システムが 停止します

とき 2月24日(火)～3月5日(木)

※停止期間中の証明書の取得は、窓口を利用ください。

市立杜鹿病院 ☎45-3185

### 令和10年以降の 石巻市成人式について

これまで成人式は、旧市町単位で開催してきましたが、令和10年から、マルホまきあーとテラスで統合開催することとし、開催日を1月の成人の日をむかえる3連休の中日とします。

桃生地区は、1月5日に開催しており、地区内でも定着していることなどを踏まえ、当面の間、桃生公民館で1月5日に開催します。

また、成人としての社会的責任を改めて自覚し、本市出身であることへの誇りを持ってもらうとともに、今後の積極的な社会参画を促すことを目的に、成人式の名称を「成人式(はたちの集い)」に改めます。

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

### 自動車の手続きや車検はお早めに

毎年3月は名義変更、廃車などの各種手続きや検査申請が集中し、大変混雑します。特に週末や中旬以降に集中するため、長時間待つ場合がありますので、手続きは早めに済ませましょう。

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

※申込方法、支給要件など、詳しくは市ホームページを確認ください。

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185

市立杜鹿病院 ☎45-3185



## 令和8年度高齢者の生きがいと創造の事業受講生募集

対象	60歳(令和8年4月1日現在)以上の市民で、受講期間中継続して受講可能な方	料金	材料費のみ
----	---------------------------------------	----	-------

## 講座内容

No.	講座名	開催曜日	定員（抽選）	受講時間	受講期間	開催場所	内 容		
1	陶芸	週1回（水曜日）	午前午後 各10人	午前10時～正午 午後0時30分～2時30分	4月～ 令和9年3月	総合 福祉会館 みなと荘	陶芸		
2	木工	週1回（火曜日）	各12人	午前10時～正午			5月～11月 (8月休講)	ささえあい センター	木工工作
		週1回（金曜日）							
3	手編み	週1回（火曜日）	各20人	午前10時～正午					6月～11月
		週1回（水曜日）							
4	ステンドグラス	月2回（第1・3木曜日）	8人	午前10時～正午	5月～ 令和9年2月	北上 総合支所	ガラスをカットして小物など を作成する		
5	つまみ細工	月2回（第3・4水曜日）	7人	午前10時～正午			季節に合わせた作品作り		
6	七宝	月2回（第1・3木曜日）	20人	午前10時～正午	5月～ 令和9年2月	桃生公民館	ペンダント、ブローチなど		
7	つまみ細工	月2回（第1・2木曜日）	午前午後 各8人	午前10時～正午 午後1時～3時	5月～12月	北上 総合支所	キーホルダー、アクセサリー、 フォトフレームなどの製作		
8	クラフトバンド（初級者）	月1回（第2火曜日）	10人	午前10時～正午	5月～11月 (8月休講)		かご、バッグ、小物などの製作		
	クラフトバンド（中級者）	月1回（第3火曜日）	18人	午前10時～正午					
	クラフトバンド（上級者）	月1回（第4火曜日）	18人	午前10時～正午					

申込方法 窓□

申込期間 3月2日(月)～13日(金) ※申込用紙は窓口または市ホームページで取得できます。

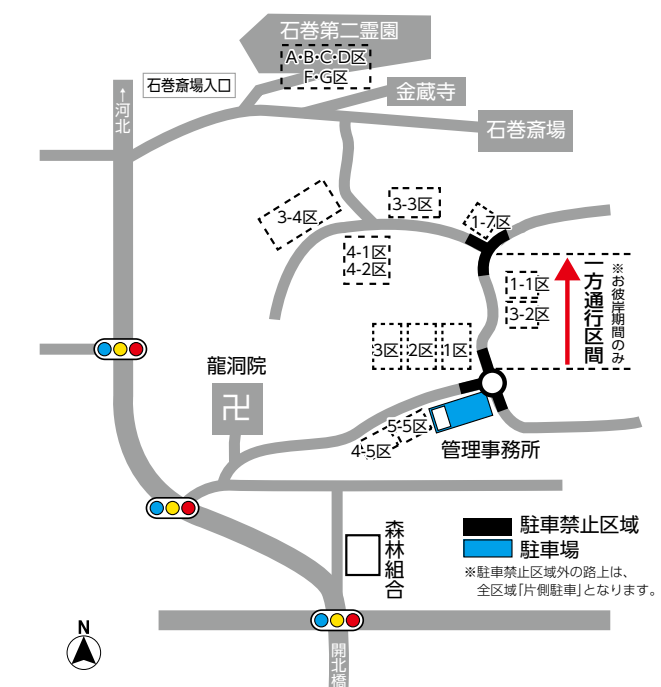
申・問 介護福祉課 (内線2462)、桃生総合支所市民福祉課 ☎76-2111、北上総合支所市民福祉課 ☎67-2113

## 市民農園利用者募集

農園名	蛇田わくわく農園	宝 菜 園	旭山体験農園
所在地	蛇田字菰継地区	鹿又字中山地区	北村字蛇ヶ沢37番地1
募集区画数	3区画〔先着〕	10区画〔先着〕	8区画〔抽選〕
区画面積	1区画 約36平方メートル	1区画 約17平方メートル	1区画 約60平方メートル
年間利用料	8,000円	3,500円	3,000円
利用期間	4月～令和9年3月19日	4月～令和9年3月19日	4月下旬～12月4日
施設・設備	駐車場(約8台)・トイレ	駐車場(約10台)・水道	水道利用や、くわ・一輪車などの作業道具貸出に加え、宿泊施設や食堂、キャンプ場も利用可 【施設利用は要予約・料金別途】
申込方法	農園開発者に問い合わせの上、申し込みください。申込書および契約の記入が必要なため、印鑑(認印)と年間利用料金を持参ください。		往復はがきに個人名または団体名、代表者住所、電話番号、利用人数を明記し、郵送で申し込みください。(返信用の裏面には何も記入しないでください)
申込締切	3月31日(火)	3月31日(火)	3月27日(金)必着
【申・問】	農園開設者 布施 ☎95-8020	農園開設者 高橋 ☎74-2612	〒986-8501(住所不要)農林課(内線3555)

もうすぐお彼岸です

お彼岸期間中の石巻霊園入口は混雑します。  
石巻斎場入口も利用ください。



- ・ 供物は持ち帰りましょう
- ・ 火の後始末を確認しましょう

問 環境課(内線3377)

霊園行き無料バス時刻表(3月17日(火))

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	8:00	10:00	13:10	15:10
	立町通り ※仙台銀行付近	6:02	8:02	10:02	13:12	15:12
	住吉町	6:04	8:04	10:04	13:14	15:14
	(株)ミヤコーバス 石巻営業所	6:05	8:05	10:05	13:15	15:15
	大橋通り	6:06	8:06	10:06	13:16	15:16
	開北橋	6:07	8:07	10:07	13:17	15:17
	霊園ロータリー前	6:12	8:12	10:12	13:22	15:22
	3-4区墓域前	6:22	8:22	10:22	13:32	15:32
	第2霊園(上段)A・B区	6:28	8:28	10:28	13:38	15:38

帰 り	停留所名	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目
	第2霊園(上段)A・B区	7:20	9:20	11:20	14:30	16:30
	3-4区墓域前	7:26	9:26	11:26	14:36	16:36
	霊園ロータリー前	7:36	9:36	11:36	14:46	16:46
	開北橋	7:41	9:41	11:41	14:51	16:51
	大橋通り	7:42	9:42	11:42	14:52	16:52
	(株)ミヤコーバス 石巻営業所	7:43	9:43	11:43	14:53	16:53
	住吉町	7:44	9:44	11:44	14:54	16:54
	立町通り ※仙台銀行付近	7:46	9:46	11:46	14:56	16:56
	石巻駅前	7:48	9:48	11:48	14:58	16:58



食育推進コーナー

30・10 (さんまるいちまる)運動で  
食品ロスを減らしましょう



もったいない!  
食べ残し!

さんまる  
30

いちまる  
10

運動

日本では1年間に約464万トンの食品ロスが発生しています。食品ロスを減らすため、30・10運動を始めましょう。

**家庭編**

- 毎月10日・30日は冷蔵庫の中身を確認し、賞味期限や使い残しをチェックして食材を使い切る。
- まだ食べられるけど余ってしまう未利用食品を毎月10日・30日のフードドライブで寄付する。

**宴会編**

- 宴会、会食の最初の30分と最後の10分は自分の席で料理を楽しむ。

問 廃棄物対策課 (内線3374)

自衛官採用試験

	応募資格	申込期限
予備自衛官補	18歳以上52歳未満の方	3月30日(月)
幹部候補生 (第1回)	<ul style="list-style-type: none"><li>一般・大卒程度 22歳以上26歳未満の方(20歳以上22歳未満の方は大卒(見込み含む))</li><li>一般・院卒者 20歳以上28歳未満の修士課程修了者など(見込み含む)</li><li>歯科・薬剤科 専門の大卒(見込み含む)で20歳以上30歳未満の方</li></ul>	4月3日(金)
幹部候補曹 (第1回)	20歳以上33歳未満の方	4月3日(金)
一般曹候補生 (第1回)	18歳以上33歳未満の方	5月7日(木)
キャリア採用幹部	大卒以上の方で、応募資格に定められた学部などを卒業後、2年以上の業務経験がある方	5月15日(金)
医科・歯科 幹部自衛官	医師・歯科医師の免許取得者	5月21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。

申・問 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



市営住宅入居者募集

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

申込期間 3月2日(月)～12日(木) ※3月12日(木)消印有効

申込方法 郵送

募集住宅

地区	蛇田					
住宅名	新立野第一復興(1LDK)、△	新立野第一復興(1LDK)	新立野第一復興(2LDK)※車いす住戸	新立野第二復興(2LDK)	新沼田第一復興(2LDK)	新沼田第二復興(1LDK)、●
募集戸数	1戸(単身可★)	1戸(単身可★)	1戸(単身不可)	2戸(単身不可)	1戸(単身不可)	1戸(単身可★)

地区	蛇田					
住宅名	新西前沼第一復興(1LDK)、△	新西前沼第一復興(2LDK)、△	新西前沼第一復興(3LDK)、△	新西前沼第二復興(1LDK)	新西前沼第二復興(3LDK)	あけぼの北復興(1LDK)、●
募集戸数	1戸(単身可★)	1戸(単身不可)	1戸(単身不可)	3戸(単身可★)	1戸(単身不可)	1戸(単身可★)

地区	蛇田				釜・大街道	
住宅名	あけぼの北復興(2LDK)	新西境谷地復興(2LDK)	新東前沼復興(3DK)	下中淬復興(3DK)	青葉東復興(1LDK)	二番谷地復興(2LDK)
募集戸数	1戸(単身不可)	1戸(単身不可)	1戸(単身不可)	1戸(単身不可)	1戸(単身可★)	1戸(単身不可)

地区	釜・大街道			中心		
住宅名	三ツ股第二復興(1LDK)	中浦第一復興(2DK)、●	大街道東第一復興(2DK)、△	中里一丁目復興(2LDK)	中里一丁目復興(3LDK)	駅前北通り復興(2LDK)
募集戸数	2戸(単身可★)	1戸(単身可★)	1戸(単身可★)	1戸(単身不可)	1戸(単身不可)	1戸(単身不可)

地区	中心					
住宅名	駅前北通り復興(3LDK)	中央第二復興(2LDK)	中央第三復興(3LDK)	日和が丘復興(2LDK)	水押一丁目復興(1DK)	南中里三丁目復興(1DK)
募集戸数	1戸(単身不可)	1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★)

地区	中心		湊			
住宅名	新橋復興(1DK)	水明北第二復興(1DK)	湊町復興(1LDK)、△、●	吉野町復興(1LDK)	吉野町復興(3LDK)	大門町復興(1LDK)
募集戸数	1戸(単身可★)	1戸(単身可★)	1戸(単身可★)	1戸(単身可★)	1戸(単身不可)	1戸(単身可★)

地区	渡波		雄勝	北上	牡鹿
住宅名	黄金浜第二復興(2LDK)、●	新渡波西復興(3LDK)、△	船越復興(2LDK)	にっこり南復興(2LDK)	鮫浦第一復興(2LDK)
募集戸数	1戸(単身不可)	2戸(単身不可)	1戸(単身可)	1戸(単身可)	1戸(単身可)

- 申し込み時点で入居予定者の中に市税などの滞納または暴力団員がいる場合は申し込みできません。
- 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。
- 家賃は世帯の所得などにより決定します。★が付いた単身可の住宅は、満60歳以上、障害者手帳などをお持ちの方、生活保護法被保護者の方のみ単身での申し込みが可能です。
- △のついた住宅は、被災時にペットを連れて入居した方が住んでいます。(現在は、新しくペットを飼うことはできません。)動物アレルギーのある方はご注意ください。
- が付いた住宅は告知事項があります。
- みなし特公賃住宅は、月額所得が申し込み時点で158,000円以上487,000円以下の方のみ申し込みが可能です。

申・問

〒986-0812 東中里1丁目11-2  
宮城県住宅供給公社東部支社  
☎85-0296



3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)		16日(月) 午前10時～午後3時	市役所2階相談室A・B	宮城県行政書士会事務局 ☎022-353-7213
行政相談		5日(木) 午後1時30分～3時30分	河南老人福祉センター	東北管区行政評価局 ☎022-262-7839
		13日(金) 午後1時30分～3時30分	北上総合支所1階相談室2	
		18日(水) 午後1時30分～3時30分	市役所2階相談室B	
		弁護士無料法律相談(事業・法人関係除く)※要予約		
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	4月7日(火) 午後1時30分～4時 ※4月3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		2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
人権相談		4日(水) 午前10時～午後3時	河北総合支所2階第3会議室	仙台北務局石巻支局 ☎22-6188
		5日(木) 午前10時～午後3時	河南老人福祉センター	
		6日(金) 午前10時～午後3時	北上総合支所1階会議室1	
		年金受給相談 ※要予約		
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)
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		4日(水) 午後1時～4時	北上総合支所1階相談室2	ひありんく石巻 ☎98-9163
		11日(水) 午後1時～4時	牡鹿公民館1階相談室	
		18日(水) 午後1時～4時	雄勝総合支所1階会議室	
家計相談会		23日(月) 午前10時～正午	ハローワーク石巻3階相談室	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		18日(水) 午前10時～午後3時	河北総合センター「ビッグバン」	保護課(内線2505・2507)
栄養相談 ※要予約		16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		9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		12日(木)・26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 土日・祝日 午前9時30分～午後5時	いっしょissyoe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issyoeへびた	いっしょissyoeへびた ☎24-6878、080-9259-0361
		月～土 午前8時30分～午後5時	市役所2階こども家庭センター	☎24-6848
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

湊子育て支援センター

湊こども園に併設された、親子で安心して過ごせる場所です。天気の良い日はこども園の園庭で元気に遊ぶことができ、マタニティ期から利用できます。子育て中の仲間づくりや交流の場としても最適です。スタッフによるパネルシアターや手遊び・絵本の読み聞かせの他、季節の製作や親子ヨガなどの講座、ふれあいサロン縁日ごっこ・運動会ごっこなど楽しいイベントも開催しています。子育て相談も随時受け付けていますので、気軽に遊びにきてください。

**自由開放日** 月～金曜日 午前9時30分～11時30分、午後1時～3時  
第3土曜日 午前9時～11時30分  
※要電話予約

☎ 94-2366 八幡町1丁目6-22 (湊こども園内)



「みんなと遊ぼう」季節の制作の様子



「親子リトミック」で楽しい楽器に興味津々！



こども園園庭で水遊びもできます

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





# いしのまき圏域 SDGsシンポジウム × SDGsパートナーセミナー



Sustainable(サステナブル:持続可能な)  
Development(ディベロップメント:開発)  
Goals(ゴールズ:目標)

SDGs(持続可能な開発目標)は、地球上に住む全ての人が暮らしやすい社会を将来に引き継いでいくための世界共通の17の目標です。

1月29日、マルホンまきあーとテラスにて「いしのまき圏域SDGsシンポジウム」および、「いしのまき圏域SDGsパートナーセミナー」を開催しました。 図 SDGs移住定住推進課(内線4225)



SDGsシンポジウム基調講演



石巻リサイクル活動の発表



大谷地小学校の発表



食用藻アイスクリーム販売会



SDGsパートナーセミナー

第1部「SDGsシンポジウム」 株式会社オープンハウス代表取締役の益田文和氏による基調講演、花王株式会社などによる石巻での「リサイクル活動」の成果発表および大谷地小学校のSDGsに関する取組発表を行いました。終了後には大谷地小学校が風月堂と協力で開発した食用藻アイスクリームの販売会も行いました。収益は被災地支援・国際支援に役立てられます。

第2部「SDGsパートナーセミナー」 いしのまき圏域SDGsパートナー企業・団体などを対象に実施しました。一般社団法人サステナブルコミュニティ共創機構の横山泰治氏より、自ら主催している「八女市・石巻圏交流事業」について講演があり、パートナー企業・団体がSDGs達成のために何ができるのか、また何をすべきなのか、その足がかりになる講義を行いました。



## ～包括連携協定の締結状況をお知らせします～

市では、地域の活性化や課題解決を図ることを目的に、民間企業・大学などの団体と包括連携協定を締結し、さまざまな取り組みを行っています。  
令和8年2月末時点で、協定を締結している団体は31団体となりました。

### 株式会社エイジェックグループ(令和7年3月26日締結)

《連携項目》

- (1) スポーツ振興に関すること
- (2) 市民の健康増進に関すること
- (3) その他地域活性化に関すること

石巻市と株式会社エイジェックグループとの  
包括連携協定締結式



市では、包括連携協定による官民連携を推進し、地域課題の解決に取り組んでいきます。締結状況の詳細は、市ホームページを確認ください。

図 政策企画課(内線4215)



文化財防火デーの様子

「法律はどうも・・・」と思う方もいるとは思いますが・・・。  
昭和24年1月26日、我が国に現存する最古の木造建築である法隆寺(奈良県)の金堂で火災が発生し、壁画が大きな被害を受けました。  
同年2月には、松前城(北海道)や松山城(愛媛県)でも火災が発生し、被害を受けています。  
貴重な建物が立て続けに火災の被害にあったことにより、日本は海外から大きな批判を受けることになりました。そして、翌年の昭和25年、「先人が残した貴重な文化財を守ろう。」という世論が高まり、「文化財保護法」が制定されたのです。  
それまでも「史跡・名勝・天然記念物保存法」などの、特定の種類の文化財を守るための法律はあり

ましたが、海外の先進的な要素を取り入れ、文化財の保存と活用を図ることを目的とした文化財保護法が制定されたことにより、これらの法律は廃止されることとなりました。  
また、文化庁は昭和30年から1月26日を「文化財防火デー」として定め、文化財を火災から守る取り組みを継続的に実施し、今年で第72回目となります。  
文化財保護法の第一条には「この法律は、文化財を保存し、且つ、その活用を図り、もつて国民の文化的向上に資するとともに、世界文化の進歩に貢献することを目的とする。」とあります。文化財を含めた我が国の文化が、世界の人々の人生にまでも影響を与えるようになりました。  
石巻の文化財も世界の人々に影響を与えているかもしれません。

(文化財)たんぽう

132

文化財保護法のはじまり

文化財を守り・役立てていくために

石巻市教育委員会生涯学習課



# みんなのた場

サークル仲間 167

響け大正琴、広がる交流の輪  
—— 琴城流大正琴「河北教室」

華やかさと哀愁が入り混じる独特の音色が魅力の大正琴。琴城流大正琴「河北教室」では、秋の「かほく文化祭」などの舞台を目指し、地域住民6人が和気あいあいと練習に励んでいます。

講師を務めるのは、市内外で指導歴の長い鈴木一夫さん。月2回、河北総合センター「ビッグバン」に60〜80代の女性たちが集まります。

大正琴はピアノと同じ配列の鍵盤を左手で押さえ、右手のピックで弦を弾く楽器。五線譜ではなく数字を用いた専用楽譜を使うため、「音符が読めなくても安心して始められる」と初心者にも好評です。

長年通う村岡清子さんは「左手を使うので頭の体操にもなる」と健康面の魅力を語り、誘われて始めた松川

洋子さんは「皆で音がびたつと重なる瞬間が何よりうれしい」と合奏の醍醐味を話します。

年2〜3回程度発表の機会があり、3月29日(日)にはビッグバンのステージに上がります。「時の流れに身をまかせ」や「真赤な太陽」などを演奏予定で、桜が咲く季節に間に合うよう、組曲さくらJAPAN「春」を仕上げつもりです。

代表の佐藤裕子さんは「おしゃべりしながら練習する時間も元気の源。私たちの演奏をぜひ聴きにきてください」と笑顔で呼びかけます。

また、現在会員を募集中で、琴の演奏経験が無い方でも大歓迎のことです。

☎ 62-2121  
☎ 河北公民館



講師の鈴木さん(右上)と会員たち



楽譜が読めなくても弾けるのが魅力です

## きらり★まきっこ 24

### いつか世界陸上の舞台に

やまと けいしろう  
大和 恵士郎さん(雄勝中学校2年)

両親の影響もあって、市内のクラブチームで陸上競技に打ち込んでいます。昨秋の県中学校新人大会で100mの決勝に進んだことで、県の強化指定選手になりました。

100m11秒89が現状の自己ベスト。足が流れてしまう癖を見直して、もっと上を目指したいです。陸上競技は単純に見えて、やってみると奥が深いのが魅力です。時間をかけて練習を重ね、たった100mという短い距離でタイムを極めていくことにかっこよさを感じています。

昨年、東京へ見に行った「世界陸上」で刺激を受け、いつかあの舞台に立つことが夢になりました。競技は違いますが、大谷翔平選手に肩を並べるくらいの知名度で、日本を代表する陸上選手になりたいです。



市報いしのまき 第331号 令和8年3月1日発行  
発行 石巻市総務部秘書広報課 ☎0225-95-1111 ☎23-4340  
〒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8年1月末現在	人 口	129,947人	(▲2,292)
	世帯数	62,390世帯	(▲65)