



# いしのまき

# 祝



▲石巻中学校で令和7年度卒業式が行われ、99人が思い出が詰まったまなびやを巣立ちました



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

- 桜が彩るいしのまきの春 ..... P2
- 令和8年度施政方針 ..... P3
- 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・選管だより・石巻の隠れた名所 ..... P15
- みんなの広場・きらり★まきっこ ..... P16

# 桜が彩るいしのまきの

# 春



## ① 日和山公園

石巻を代表する桜の名所「日和山公園」は、4月初旬に開花します。園内にはソメイヨシノをはじめ、八重桜、山桜などさまざまな種類の桜が咲き誇り、春の訪れを感じさせてくれます。約400本の桜が景色をピンク色に染め上げ、天気の良い日にはキラキラと輝く太平洋と併せて一望できるのも魅力の一つです。

見頃 4月上旬

☎ 観光政策課(内線3537)



## ② 石巻専修大学

石巻専修大学には、ソメイヨシノやオオシマザクラを中心に500本の桜があります。見頃の時期にはキャンパス内がとても華やかに彩られます。一般公開を行っていますので、ぜひ足を運んでみてください。

見頃 4月上旬

☎ 石巻専修大学事務課 ☎22-7743

市内には、美しい桜を見ることができる場所が多くあります。桜の開花は例年4月初旬からです。暖かな春の訪れを感じに、お花見に出掛けませんか。



## ④ 八幡山亀ヶ森公園

八幡神社境内にある園地です。「見晴らし広場」からは北上川の雄大な流れと、遠く奥羽山脈も見渡すことができます。春には約150本の桜が咲き誇り、山全体が薄紅色に染まる様子は圧巻です。

見頃 4月上旬

☎ 河北総合支所地域振興課 ☎62-2114

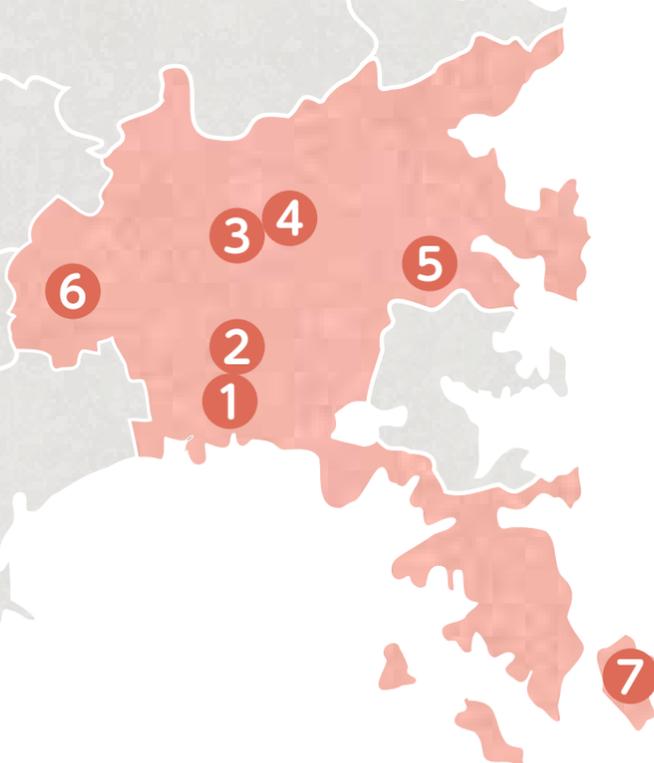


## ③ 追波川河川運動公園

公園内では歩道約1.5kmにわたり、約150本の桜並木が続いており、追波川の静かな流れを眺めながら散策することができます。また、芝生広場には子どもが遊べる遊具があり、ベンチやテーブルにて鳥のさえずりを聞きながら持参したお弁当が食べられます。遊んだ後は、近くにある道の駅「上品の郷」で足湯に浸かり疲れを癒すのもおすすめです。

見頃 4月上旬

☎ 追波川河川運動公園管理事務所 ☎62-3235



## ⑤ 雄勝FORESTキャンプ場

雄勝FORESTキャンプ場は雄勝地区の桜の名所で、4月中旬~下旬にかけてはソメイヨシノ、5月のゴールデンウィーク頃には八重桜が見頃を迎えます。

キャンプをしながらお花見を楽しむことはもちろん、キャンプ利用者以外でも入園し、お花見を楽しむことができます。

※お花見には観覧料がかかります。

見頃 4月中旬~5月上旬

☎ 雄勝FORESTキャンプ場 ☎57-3544  
☎ 雄勝総合支所地域振興課 ☎57-2111



## ⑥ 県立自然公園 旭山

県内有数の桜の名所として知られている旭山は、南側にある赤い大鳥居を抜けると、山頂に向けて桜並木が続き、ソメイヨシノ、山桜、ツツジが咲き誇り、目を楽しませてくれます。標高174mの山なので、気軽に足を運ぶことができ、好天時には、山頂から松島、金華山など、パノラマが広がります。のんびりと桜を眺めることができるため、子ども連れの方にもおすすめです。

見頃 4月上旬~下旬

☎ 河南総合支所地域振興課 ☎72-2114



## ⑦ 金華山

八重桜、ソメイヨシノが咲き誇り、自然林の中に咲くあでやかな桜の美しさは格別です。また、運が良ければ神の使いとして保護されている多数の野生の鹿が桜の下で戯れる光景を見ることができるかもしれません。手つかずの自然の風景を楽しむことができます。

見頃 4月下旬~5月上旬

☎ 牡鹿総合支所地域振興課 ☎45-2114

# 令和8年度 施政方針 「事業の選択と集中」、「成果志向を重視した 予算・事業編成」による責任ある市政運営を推進

「施政方針」は、市長が市政運営についての基本的な考え方や重点的に取り組む施策などを市民の皆さんにお示しするものです。

市の最重要課題である人口減少は、地域の活力や行政サービスの持続性に直結する極めて深刻な問題であり、生産年齢人口の減少が今後も続くという現実を踏まえ、人口という「量」を成果として追い求める従来の発想から、市民一人一人の生活の「質」、豊かさを重視する考え方へと、政策の軸足を移していく必要があります。

私たちは今、100年・200年に一度とも言われる産業革命の渦中であって、産業や経済、さらには社会基盤が大きく転換する局面を迎えています。

こうした時代の大きな潮流を的確に捉え、後期の総合計画基本計画において重要な施策の柱として位置付けている「人口減少の抑制」、「教育環境の充実」、「稼ぐ地域づくり」、「安心して住み・働ける環境整備」を強力に推進していきます。



## 施政方針 6つの重点施策と主な事業

### 1 住民同士の絆・支え合いで安全安心に暮らせるまち

住民が地域で安心して暮らし続けるためには、コミュニケーションを促進し、互いに信頼し支え合う結びつきを強めていくことが重要です。防災機能の充実や持続可能な公共交通の構築など、安全安心に暮らせるまちづくりに向け、次の各施策に取り組みます。

#### ① 共生型社会に向けた地域コミュニティ活動活性化の充実

市内16地区全てに設立された住民自治組織に対し、住民自らが地域の特色や住民の力を生かし、「自助・共助」を基本とした主体的な活動を通じて、地域課題の解決に取り組めるよう支援します。 【ずっと住みたい地域づくり支援事業】

#### ② 少子高齢化社会に対応する移住・定住の促進

主な生活拠点とは別に、他の地域にも拠点を持つ多様なライフスタイルに着目し、空き家の活用や石巻市ならではの体験メニューの提供を通じて、関係人口の拡大を図るとともに、「ふるさと住民登録制度」の創設に取り組み、地域の活力向上を目指します。 【二地域居住推進事業】

#### ③ 安心して暮らすための地域防災力などの向上

平時からの備えをより確かなものとするとともに、市民一人一人の防災意識の向上を図り、「自助・共助・公助」の役割分担を基本に、津波避難対策の強化や災害時における防災情報の発信体制の整備に取り組みます。 【防災行政無線更新事業、災害情報発信事業】

#### ④ 誰もが平等に生きるための男女共同参画社会の推進

困難な問題を抱える女性への支援や、性の多様性に対する理解の促進に加え、パートナーシップ宣誓制度を導入することで、多様な価値観を認め合う社会の実現に取り組みます。 【男女共同参画推進事業】

#### ⑤ 持続可能な公共交通ネットワーク整備の推進

少子高齢化に伴う人口減少や地域の輸送資源・移動ニーズの変化を踏まえ、公共交通の再構築を進めるとともに、運転免許証を返納した方の移動に伴う負担を軽減するため、住民バスなどの拡充を図ります。 【運転免許証返納者支援事業】

#### ⑥ 未来につなぐ震災伝承の推進

門脇小学校および大川小学校の2つの震災遺構を活用し、防災意識の向上を図るとともに、命を守る行動につながる取り組みを進めます。 【震災伝承事業】

### 2 都市と自然が調和し快適とやすらぎが生まれるまち

誰もが安心して暮らせる持続可能なまちを実現するためには、道路や下水道などの生活基盤の充実に加え、近年、頻発化・激甚化する自然災害の被害を最小限に抑える都市形成が重要です。人口減少社会を見据えた都市機能と石巻市が誇る豊かな自然環境とが調和した、快適でやすらぎのあるまちづくりを目指し、次の各施策に取り組みます。

#### ① 豊かな自然環境の保全・生活環境の充実

石巻市が目指す環境の実現に向け、市民・事業者・行政が意識を共有し、それぞれの役割を果たしながら協働する取り組みを推進するとともに、2050年温室効果ガス排出量実質ゼロを目指す、「ゼロカーボンシティ・石巻」の実現に取り組みます。 【環境政策推進事業】

#### ② 持続可能な社会を目指すごみの減量化と資源循環の推進

家庭ごみの更なる削減を図るとともに、プラスチック類の再資源化を進めることでリサイクル率の向上を目指し、循環型社会の実現に取り組みます。 【ごみ収集および資源化事業】

#### ③ 安全安心な住環境と都市機能の整備の推進

国際拠点港湾「仙台塩釜港石巻港区」における耐震強化岸壁の整備が進められています。定時性・高速性に優れた三陸沿岸道路や石巻新庄道路といった高規格道路の整備・計画検討が進んでいる優位性を活かし、陸路と海路の結節点である石巻港を核とした物流拠点都市の形成を目指します。 【仙台塩釜港石巻港区利用促進事業】

## 3 共に支え合い誰もが生きがいを持ち自分らしく健康に暮らせるまち

全ての市民が健康で安心して暮らすためには、医療・介護の連携強化をはじめ、人材の確保・育成や健康増進に向けた取り組みを着実に進めることが重要です。誰もが住み慣れた地域で生きがいと役割を持ち、自分らしく暮らせるまちづくりを目指し、次の各施策に取り組みます。

### ①安心して妊娠・出産・子育てができる環境の充実

地域の宝であり、市の宝である子どもたちが、健やかで幸せに成長できる「こどもまんなか」社会の実現に向け、子どもや子育て当事者などの声を丁寧に伺いながら、安心して過ごせる居場所の充実や環境の整備を進めるとともに、石巻市への誇りや愛着、地域社会との関わり意識の醸成に取り組みます。

【こどもまんなか推進事業】

### ②生きがいを持ち自分らしく暮らせる高齢者福祉の充実

高齢者が住み慣れた地域で、健康的な日常生活を送ることができるよう、地域の集会所などを活用し、心身機能の低下防止に取り組みます。

【介護予防事業】

### ③共に安心して暮らせる障害福祉の充実

障害のある方が住み慣れた地域で自立した生活を継続できるよう、本人の自立や社会参加を支援するとともに、障害のある方やその家族からの相談に丁寧に対応し、必要な情報提供や支援を行える体制の充実に取り組みます。

【相談支援事業】

### ④誰もが元気に暮らせる心と体の健康づくりの推進

東日本大震災により顕在化した、地域医療資源の偏在や産科・小児科医の不足といった課題に対応するため、地域に必要な医療機能の確保に取り組みます。

【医療施設開設支援事業】

### ⑤みんなが共に支え合う地域共生社会の実現

誰もが住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、石巻市をはじめとする石巻圏域の自治体や医療機関が一体となり、地域医療連携の構築に向けた共同の取り組みを推進します。

【ヘルスケアネット構築事業】

## 4 多彩な人材が活躍し誇りと活気にあふれるまち

少子高齢化の加速に伴う生産年齢人口の減少や気候変動による自然災害の頻発、さらには物価高騰の影響など、複合的な課題に直面している状況を踏まえ、地域資源の活用や販路の拡大、担い手の確保・育成をはじめ、企業の経営体質強化や新たな価値の創造など、稼ぐ地域づくりの推進に向けて、次の各施策に取り組みます。

### ①賑わいと活気にあふれる商工業の振興

中心市街地に点在する空き地や空き店舗を活用した取り組みを後押しするとともに、新規出店希望者に対する総合的な支援を行い、魅力ある店舗や人が集う居場所を増やすほか、中心市街地でのイベント開催への支援を通じた交流人口の拡大に取り組みます。

【中心市街地賑わい創出事業】

### ②持続可能な漁業・水産加工業の振興

海洋環境の影響を受けにくい陸上養殖の普及を促進するため、陸上養殖に参入する事業者の取り組みを支援するとともに、他産地との競争が激化する中において、同一魚種との差別化を図るため、水産物の品質向上と安全安心の確保に取り組みます。

【陸上養殖システム導入支援事業、石巻産水産物ブランド創出事業】

### ③魅力的な農林畜産業の振興

国内外で拡大する有機農産物市場に対応するため、「石巻市オーガニックビレッジ」を宣言しました。生物多様性の保全や環境負荷の低減、資源循環の促進に資するオーガニック農法の普及・拡大に向けた取り組みを推進します。

【有機農業産地づくり事業】

### ④地域資源を活かした観光事業の振興

石巻市の特産品を全国に広くPRし、販路拡大と販売促進を図るため、県外で開催される物産展などのイベントに参加する事業者に対し、参加経費の一部を支援することで、地域経済の活性化を推進します。

【物産展等参加支援補助金事業】

### ⑤企業誘致の推進と新たな産業の創出

産業の対応力強化と雇用創出を図るため、積極的な企業誘致活動に取り組むとともに、次世代放射光施設「ナノテラス」の活用促進など、先端技術の導入によるイノベーションや地域特性を活かした地域資源の付加価値向上と市場開拓を後押しすることで、地元企業の更なる発展を目指します。

【企業立地等促進事業、産業振興事業】

### ⑥未来の産業を担う人材の確保と育成

関係機関と連携を図りながら、一般、高齢者、高校生を対象とした合同企業説明会を開催するとともに、高校生のための企業見学ツアーを実施することで、求職者の就業促進や企業の人手不足の解消を図り、若者の地元への定着を促進します。

【雇用対策連携事業】

## 5 豊かな心を育みいのちを未来につなぐまち

少子高齢化に伴う人口減少下において、地域経済を支える高い労働生産性を発揮できる人材の育成が不可欠であり、その礎となる児童・生徒の教育水準の向上は極めて重要です。未来を生きる子どもたちにどのような学びが必要かをしっかり考え、将来世代の育成に向けて、次の各施策に取り組めます。

### ①安全に安心して学ぶための教育環境整備の推進

児童期から本を読むことの楽しさを知り、生涯にわたって本に親しむ読書習慣を身に付けてもらうため、全児童に配付したタブレット端末を活用し、児童が自主的に、いつでも、どこでも、好きなだけ、気軽に本を読むことができる環境づくりに取り組めます。 【電子図書整備事業】

### ②社会を生き抜く力を育てる学校教育の充実

タブレット端末を活用したデジタル思考ツールを導入し、思考力の向上を図るとともに、教員の指導力向上にも取り組むことで、リベラルアーツの礎の習得とその定着を進めるとともに、発達段階や学習環境の違いを踏まえ、児童・生徒一人一人が自らの可能性を発揮し、他者との共生を通じて自己肯定感とともに自己有用感を高められるよう取り組めます。 【学力向上推進事業、学校わくわくプラン事業】

### ③いのちを守る防災教育の推進

児童・生徒があらゆる災害に直面した際にも、自らの命を確実に守り抜く力を身に付けられるよう、防災教育副読本を活用した授業の実践や復興・防災マップの作成などを通じて、災害対応力の育成に取り組めます。 【防災教育充実事業】

### ④地域ぐるみで子どもを育てる教育活動の推進

地域と学校が目標や課題を共有し、協働しながら子どもたちの成長を支える仕組みを構築するため、地域と学校が一体となって実施する教育活動や地域活動の充実に取り組めます。 【コミュニティ・スクール推進事業】

### ⑤豊かな地域社会を育む生涯学習の推進

博物館における企画展や特別展の開催をはじめ、博物館講座やワークショップなどを通じて、市民に文化・芸術に触れる場を提供し、心の豊かさの醸成を図るとともに、次代を担う子どもたちの知的好奇心や探求心を育むための企画に取り組めます。 【博物館企画展・特別展事業】

### ⑥生涯にわたるスポーツ活動の推進

市民が心身ともに健康で、いきいきとした豊かな生活を営むことができるよう、スポーツの持つ力を最大限に活用し、日常生活の中にスポーツに親しむ機会を広げることで、市民一人一人の多様なアクティブライフの実践と定着を促進します。 【スポーツ振興事業】

## 6 市民の声が共鳴し市民と行政が共に創るまち

地域の多様な声に真摯に耳を傾け、市民の皆さんの思いを行政運営に的確に反映するための仕組みを構築することは、市民の視点に立った責任ある市政運営の実現を支える基盤となります。限られた行財政資源を最大限に活かし、堅実かつ健全な行財政運営の推進に向けて、次の各施策に取り組めます。

### ①市民に寄り添い信頼される行政運営の推進

これまで、市民の皆さんが行政に参画する機会を積極的に設けるとともに、皆さんの声一つ一つに真摯に向き合ってきました。「動く市長室」を地域の課題や要望を伺う場にとどめることなく、「地域の将来像を市民の皆様と共有しながら考える」対話を重視した取り組みへと発展させます。 【広聴事業】

### ②持続可能な行財政運営の推進

限られた行財政資源をこれまで以上に集中的かつ効果的に活用していくことが重要です。持続可能な自治体経営を目指し、将来を見据えて行財政運営の最適化を図るべく、「石巻市行財政改革推進プラン2030」を着実に進めます。

## むすびに

令和8年度は、6つの重点施策に、引き続き揺るぎない決意をもって取り組むとともに、現下の厳しい財政状況乗り越えていくため、不退転の決意で行財政改革を進めていきます。

市民の皆さんと「情報」、そして「本市の目指す姿」への理解を深め、共有し、「事業の選択と集中」、「成果志向を重視した予算・事業編成」による責任ある市政運営を推進します。

東日本大震災からの復興に当たっては、全国津々浦々から多大な御厚意を賜りました。その御恩を胸に、オール市民で未来を切り拓き、市民一人一人が幸せと満足を実感できる「住むことに誇りが持てるまち、石巻」の実現に向け、全身全霊で取り組んでいきます。



石巻市長 齋藤正美

# 4月の健康コーナー

乳幼児健診・相談日程



## RSウイルスワクチンが定期接種になりました

**対象** 妊娠28週～36週6日までの妊婦の方  
**ワクチン種類** 組換えRSウイルスワクチン(アブリスボ)  
**接種回数** 1回  
 ※入院・入所、里帰り出産などで市外に滞在している方は、滞在先で予防接種を受けることができます。事前申請が必要ですので、問い合わせください。  
**申・圃** 健康推進課(内線2427)、各総合支所市民福祉課

## 【石巻地区】子宮頸がん検診

早期受診や追加申し込みを希望する方は問い合わせください。また、検診時間が変更となる場合がありますので、事前に医療機関へ問い合わせください。  
**とき** 4月13日(月)～12月11日(金) **ところ** 指定医療機関  
**対象** 20歳以上の女性(対象年齢基準日:令和9年3月31日)  
**圃** 健康推進課(内線2413)

## 傾聴ボランティア「サロンさくら」

とき	ところ	内容
9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
10日(金)午前10時～11時30分	鹿妻地区集会所	軽い運動・お茶のみ
23日(木)午前10時～11時30分	日和山会館	塗り絵

圃 健康推進課(内線2422)

## ○各種教室・講演会(圃 健康推進課(内線2617))

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	<b>対象</b> 4～6カ月児の保護者 <b>内容</b> 離乳食の進め方、生活リズムや発達・歯について	17日(金)	午前10時～正午	保健相談センター	

- わかちあいの会 大切な方を亡くした方が話せる場所  
**とき** 18日(土)午後1時30分～4時  
**ところ** ささえあいセンター  
**圃** 仙台グリーンケア研究会 ☎070-5548-2186
- つむぎの会 さまざまな形で子どもを亡くした親の集い  
**とき** 26日(日)午後1時  
**ところ** 保健相談センター  
**圃** つむぎの会 ☎090-8614-5466
- たんぼぼの会 自死で家族を亡くした方の集い  
**とき** 12日(日)午後1時30分～4時 **ところ** 保健相談センター  
**圃** たんぼぼの会 田中 ☎090-5835-0017
- まきっこの会 ひきこもりの家族会  
**とき** 19日(日)午後2時～4時  
**ところ** 保健相談センター  
**参加費** 500円※当事者無料  
**圃** まきっこの会 齊藤 ☎090-2950-6176
- からころ相談ダイヤル 心の電話相談  
 ☎94-2966(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)

## 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			午前8時～11時30分	○	○	○	○	○
整形外科	必要	必要		○	○	○	○	○
緩和ケア内科	必要	必要	午後	○			○	
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	○	○		○	○
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～2時30分					○

※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  
**圃** 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。  
**圃** 夜間急患センター ☎94-5111

## 4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
5日(日)	内科	箕田内科クリニック(向陽町二丁目)	☎96-5252
	小児科	石巻市夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
12日(日)	内科	よろう内科(住吉町一丁目)	☎22-3277
	小児科	石巻市夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
19日(日)	内科	まだらめ内科医院(わかば二丁目)	☎24-9133
	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
26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
29日(水・祝)	内科	大街道じゅんクリニック(大街道北三丁目)	☎92-1092
	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
5日(日)	石巻ロイヤル病院(広淵)	☎73-5888	かしわや内科クリニック(小松)	☎83-2003	三宅歯科医院(千石町)	☎22-1448
12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	横山歯科医院(大手町)	☎21-1711
19日(日)	栗原医院(桃生町寺崎)	☎76-4170	わたなべ整形外科(赤井)	☎84-2323	ことぶき歯科(わかば三丁目)	☎98-7750
26日(日)	簡野医院(鹿又)	☎74-2244	鳴瀬中央医院(牛網)	☎87-3853	駅前もりたデンタルクリニック(穀町)	☎96-6755
29日(水・祝)	成田医院(相野谷飯野川町)	☎62-3221	野蒜ヶ丘痛みのクリニック(野蒜ヶ丘)	☎98-6662	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)



## 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歩き、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 4月21日(水)午前11時  
ところ 網地島開発総合センター  
☎ 秘書広報課(内線4024)

### 定期購入を巡るトラブル

初回お試し価格や1回限りのSNS広告を見て化粧品やサプリメントなどを注文したら、実は「定期購入」だったという相談が相次いでいます。商品の効果効果や低価格の部分だけが強調されている反面、肝心の規約や注意事項、解約条件は、小さな文字で目立たなく表記されていると、つい見落とししてしまいます。解約できない「販売店と電話がつかない」「宣伝とかけ離れた金額を請求される」など思わぬトラブルになってしまいます。

注文の申し込みを確認する前に「最終確認画面」をしっかり確認してその画面をスクリーンショットで必ず保存する習慣を身につけましょう。

☎ 総合相談センター  
☎23-5040

### 有害鳥獣捕獲を実施します

ニホンジカおよびイノシシによる農作物などへの被害を低減するため、猟銃およびわなによる有害鳥獣捕獲を実施します。山中に立ち入る際は目立つ色の服や帽子を着用するなど、十分に注意してください。

また、捕獲に使用するわなを見かけた場合は、危険ですので近づかないでください。日程など詳しくは市ホームページを確認ください。

☎ ニホンジカ対策室(内線3559)

### 休日窓口開庁

とき 4月5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 4月30日(木)  
○国民健康保険税 第1期 ○介護保険料 第1期

### 第1回不審者対策学校区パトロール

各小学校で児童の下校時刻に合わせて、街頭などでの見守りをお願いいたします。

**基準日** 4月16日(木)  
**重点地区** 和瀬小学校  
※実施日を変更する場合がありますので、詳しくは各小学校に問い合わせください。

☎ 総合相談センター(内線2533)

### 引っ越しなどに伴う上下水道の手続きはお早めに

**使用中止の手続き** 「水道使用水量等のお知らせ(検針票)」を確認し、早めに連絡ください。

**使用開始の手続き** 「水道をご使用されるお客様へ」の「お客さま番号」を確認の上、使用開始の5日前までに連絡ください。

☎☎ 水道企業団お客さまセンター  
☎96-4955

### 市民課に証明書発行用キオスク端末を設置します

キオスク端末とは、マイナンバーカードを利用して、住民票の写しなどの各種証明書を取得することができる端末です。職員が操作方法を案内しますので、安心して利用ください。

**利用開始日**  
4月1日(水)午前8時30分  
**利用可能時間** 午前8時30分～午後5時(土日・祝日・年末年始、メンテナンス日を除く)

**ところ**  
市役所2階市民課待合スペース内  
☎ 市民課(内線2313)

## 子ども・教育

### 就学相談

とき 5月中旬から7月中旬の指定日  
午前9時～午後3時  
ところ 市役所4階401会議室など

**対象** 令和9年度小学校など就学予定児童・保護者  
**申込期限** 7月1日(水)まで  
※担当保健師を通して申し込んでください。

☎☎ 学校教育課(内線5027)

### 転出・転入する児童・生徒の保護者の方へ

**転出** 事前に、現在校と転出先学校(転出先教育委員会でも可)に連絡してください。現在校から「転校の書類」を受け取り、転出先自治体へ住所異動をしたのち、転出先教育委員会へ「転校の書類」を提出し、必要な手続きをしてください。

**転入** 転入手続き後に市役所4階教育総務課で転校または入学の手続きを行ってください。

※前住所地で発行された「転校の書類」または「入学通知書」を持参

☎☎ 教育総務課(内線5015)

### 小・中学生対象の就学援助制度

経済的な理由で支援が必要な児童・生徒の保護者に対し、就学に必要な経費の一部を支給する制度です。詳しくは市ホームページを確認ください。

**対象** 市民税非課税、児童扶養手当受給者など  
☎☎ 各小・中学校  
教育総務課(内線5017)  
児童手当支給月(別アータ)

### 今月は児童手当の支給月です

2・3月分の児童手当を4月10日(金)に振り込みます。  
☎ 子育て支援課(内線2512)  
各総合支所市民福祉課

## 環境・エコ

### 10月からプラスチックごみの分別収集を開始します

家庭から出るプラスチックごみを分別することで、これまで焼却していたプラスチックを資源として有効活用でき、ごみの減量や環境負荷の低減につながります。

分別の対象や出し方など詳しくは、住民説明会や市ホームページなどでお知らせします。  
☎ 環境未来推進課

### 犬の飼い主の皆さんへ

「令和8年度狂犬病予防注射のお知らせ(はがき)」は2月末までに犬の登録を行っている方のみお送りしています。3月に際しに登録した方や、登録をしていない方は市ホームページで日程、会場などを確認し、予防注射を受けましょう。

※未登録の方は環境未来推進課、各総合支所、集合注射の会場などで必ず手続きを行ってください。また、飼い犬のフンの後始末は、飼い主の最低限のマナーです。散歩などの際は、水が入ったペットボトルや、フンを回収する袋などを必ず持参しましょう。  
☎ 環境未来推進課



### 太陽光発電システムなどの設置に補助金を交付します

**対象** 市内に住所を有する個人または市内に事業所などを置く法人(個人事業主を含む)  
・太陽光発電システム  
・定置用蓄電池およびHEMS  
※新設のみ対象

**申込方法** 窓口、郵送(書留など配達記録が有効な方法)  
**申込期間** 4月1日(水)～令和9年3月12日  
☎☎ 〒986-8501(住所不要) 環境未来推進課

## 募集・案内

### 日本遺産関連商品開発事業補助金交付事業

日本遺産「みちのくGOLD浪漫」関連商品の開発支援をすることで、認知度向上を図ります。

**対象** 次の要件をすべて満たす方  
・市内に住所または主たる事業所を有している

・市税および国民健康保険税の滞納をしていない  
・政治団体および宗教上の組織または団体に該当しない  
・石巻市暴力団排除条例(平成24年石巻市条例第42号)第2条第4号に規定する暴力団員などに該当しない

※対象事業内容などを審査し交付を決定します。詳しくは問い合わせください。

☎☎ 観光政策課(内線3537)

### 障害者事務職員募集

**勤務場所** 市役所・各総合支所・各支所・その他先機関など  
**募集人員** 7人程度  
**業務内容** パソコン入力・出力業務、電話対応、窓口対応、書類の整理、その他事務の補助など

**応募条件**  
・パソコンの操作(ワード、エクセルなど)が行える  
・障害者手帳(身体障害者手帳、療育手帳または精神障害者保健福祉手帳)の交付を受けている  
・主治医に一般就労が可能と認められている  
・チャレンジ雇用を通して一般就労を目指す方

**雇用期間** 6月1日(月)～令和9年3月31日  
※更新の可能性あり

**勤務日** 月～金曜日(祝日、年末年始を除く)  
**勤務形態** 午前8時30分～午後5時のうち6時間、週30時間勤務  
**給与** 月間額1,203円  
※交通費別途支給(上限あり)、期末手当・勤労手当あり  
※加入保険など 雇用保険、共済保険、厚生年金、公務災害補償  
**申込方法** ハローワークで紹介状を受け取り、履歴書、紹介状を郵送または持参  
**申込期間** 4月17日(金)  
☎☎ 〒986-8501(住所不要) 人事課(内線4069)

### 自主防災組織機能強化補助金

自主防災組織の育成および機能強化を促進するため、「防災資機材購入費」、「防災倉庫設置購入費」、「食料備蓄購入費」、「防災訓練費」、「防災土壌成講座受講費」の一部を補助しています。申込方法や補助金額など、詳しくは市ホームページを確認ください。  
☎ 地域安全推進課(内線4327)  
各総合支所地域振興課

### 浄化槽の設置、単独処理浄化槽またはくみ取り槽からの転換に補助金を交付します

**対象** 申込者が使用する一般住宅(下水道事業認可区域などは対象外)  
**補助金額**

・設置 5人槽 332,000円  
7人槽 414,000円  
10人槽 548,000円  
・合併処理浄化槽設置に伴う単独処理浄化槽の撤去 150,000円  
・合併処理浄化槽設置に伴うくみ取り槽の撤去 120,000円  
・単独処理浄化槽、くみ取り槽から転換し、合併処理浄化槽を設置する際に行う管内配管工事 330,000円  
※工事前の申し込みが必要です。  
☎☎ 下水道管理課(内線5688)

### 石巻霊園・石巻第二霊園墓所申込受付開始

**対象**  
・一般墓所 次の要件をすべて満たす方  
①申し込みの3カ月前から市内に住所を有し、墓所の祭祀(さいし)者である  
②焼骨を有している  
※「死体(胎)埋火葬許可証」または寺院などからの「焼骨の埋・収蔵事実の確認書」が必要

・個別集合墓所 申し込みの3カ月前から市内に住所を有し、次のいずれかに該当する方  
①自己のために使用する  
②親に保有している親族などの遺骨を埋蔵するために使用するとき  
※「死体(胎)埋火葬許可証」または寺院などからの「焼骨の埋・収蔵事実の確認書」が必要  
**申込方法** 窓口  
**申込期間** 4月1日(水)～令和9年2月26日  
☎☎ 環境未来推進課

### 事業所新設などで電気料金を補助します

令和7年4月1日以降、市内に事業所などを新設または増設したことで電力会社との契約電力が増加し、かつ雇用者(雇用保険の一般被保険者)が3人以上増加した場合、電気料金の一部を補助します。詳しくは市ホームページを確認ください。

**交付期間** 8年間  
**対象区域** 旧石巻市、旧河北町、旧雄勝町、旧社麁町  
**申込期間** 4月中  
☎☎

(一財)電源地域振興センター  
☎03-6372-7307  
☎ 市産業推進課(内線3543)



### いしのまき道路除草制度

市道を除草する活動団体を募集します。除草面積に応じて委託料を支払います。

**対象** 町内会、婦人会、育成会、老人クラブ、企業(市内に本店がある)などの団体で、対象区間で約100㎡以上の除草を、年2回以上実施できる団体  
※道路愛護会を設立してもらいます。

**活動内容** 路肩を約1mの範囲で人力除草、機械除草  
☎☎ 道路課(内線5616)

### 愛の献血

☎ 健康推進課(内線2416)

とき	ところ	受付時間
4月5日(日)	カワチ薬品焼石巻西店	午前10時～11時45分
4月11日(土)		午後1時～4時
4月25日(土)	イオンモール石巻	

### 防犯灯維持管理等補助金

町内会や行政区の防犯灯の電気料金やLED灯への交換・新規設置費の一部を補助します。一般照明用の蛍光灯の製造が令和9年までに廃止されるため、LED灯への計画的な更新をお願いします。補助対象や申込方法など、詳しくは問い合わせください。

**申込期間** 4月1日(水)～令和9年2月26日  
☎ 地域安全推進課(内線4328)  
各総合支所地域振興課

### 地域互助活動促進事業助成金

日常生活上の助け合い活動に対し、助成金を交付します。事業区分や助成年数によって助成額が異なります。詳しくは問い合わせください。

**対象** 市内に活動の拠点を置き、市民主体で、構成員が5人以上かつ会則、規約などを有する団体  
**申込方法** 窓口  
**申込期限** 10月30日(金)  
☎☎ 保健福祉総務課(内線2463)

### 第32回市立病院健康講座「なるほど健康塾」

とき 4月23日(木)午後1時30分～2時30分

**ところ** 市立病院3階講堂  
**テーマ** 認知症まるわかり講座  
～特徴を知り、予防と治療、ケアを考える～

※市立病院駐車場を利用の場合は、無料処理を行いますので受付で駐車券を提示ください。

☎ 市立病院経営課 ☎25-5555

## イベント

### 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します。

とき 4月5日(日)・19日(日) 午前3時

**ところ** 石巻駅前にぎわい交流広場  
☎ 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)

とき	ところ	受付時間
4月5日(日)	カワチ薬品焼石巻西店	午前10時～11時45分
4月11日(土)		午後1時～4時
4月25日(土)	イオンモール石巻	

## 勤労者生活安定資金融資

**対象** 市内に1カ月以上住所を有する中小企業の勤労者または市内の同一企業に引き続き1カ月以上勤務している中小企業の勤労者(同一企業の勤務が1年未満の場合は、前勤務先への勤務実績が1年以上ある方。また、移住定住支援資金は東北6県以外からの移住で、移住後1年以内の方)

### 融資条件

	資金用途	貸付利率		融資額	償還期間
		①	②		
生活資金	勤労者および同一世帯員(別居の被扶養者を含む)の婚姻、葬祭、住居移転、住宅修理その他生活の安定のために必要な資金	3.00%	3.25%	各資金 300万円 以内	15年以内 ※教育資金は5年以内、福祉資金は1年以内の据置期間を設けることができます
教育資金	勤労者および同一世帯員(別居の被扶養者を含む)の学校などへの入学または在学その他教育に関する必要な資金	1.70%	1.95%		
福祉資金	勤労者および同一世帯員(別居の被扶養者を含む)の出産、育児、療養、介護、災害復旧または育児休業もしくは介護休業中の生活に必要な資金	1.50%	1.75%		
自動車資金	勤労者および同一世帯員(別居の被扶養者を含む)の通勤の用に供する自動車の購入その他通勤の用に供する自動車に関する必要な資金	1.90%	2.15%		
移住定住支援資金	勤労者の市内への移住に係る住宅取得または家電などの物品、家具などの耐久消費資材もしくは通勤の用に供する自動車の購入に必要な資金	1.50%	1.75%		
空き家対策支援資金	勤労者および同一世帯員(別居の被扶養者を含む)が市内に所有する空き家の改築、修繕、解体、植栽または家財などの処分に必要な資金(事業性のあるものを除く)	1.50%	1.75%		

### 貸付利率

①は以下のいずれかに当てはまる方

- ・雇用形態が契約社員など
- ・18歳未満の子供を養育するひとり親世帯
- ・30歳以下
- ・前年税込年収が500万円未満

②は①以外の方

**申込方法** 東北労働金庫石巻支店窓口

申・問 東北労働金庫石巻支店 ☎22-3355

問 市商工課(内線3525)

石巻市 LINE公式アカウント  
友だち募集中!!  
市政の役立つ情報をお届けします

## 食育推進コーナー

### 石巻専修大学医療保育研究室:食育活動



人間学部人間教育学科の小玉幸助准教授の研究室では、朝食欠食児の減少を目的に食育レシピを開発しています。学生たちは石巻の特産品を利用して、時短で調理できる「味噌汁」「餃子の皮アップルパイ」などのレシピを考案しました。また、石巻専修大学医療保育研究室と市健康推進課、イシノマキ・ファームと協力し、市民の健康づくりに取り組んでいます。

問 健康推進課(内線2617)

### 宝くじ助成で地域づくり

(一財)自治総合センターからコミュニティ助成を受け、住みよい地域づくり活動の拠点として集会施設を整備しました。



宝くじ助成を希望する団体は問い合わせください。

**助成団体** 沖行政区

**整備内容** 沖区会館建設

問 地域協働課(内線3315)

各総合支所地域振興課



### 組織機構を改編しました

各種行政課題に対応し、将来にわたり持続可能なまちづくりを推進していくため、4月1日付けで組織の見直しを行いました。

#### 改編する部

旧部名	⇒	新部名
復興企画部	⇒	企画部

#### 改編する課(室)

旧課(室)名	⇒	新課(室)名
納税課	⇒	収納推進課
復興推進課	⇒	(廃止)
環境課	⇒	環境未来推進課(統合)
廃棄物対策課	⇒	
生活再建支援室	⇒	(廃止)
工事検査課	⇒	契約検査課

問 行政経営課(内線4172)

防災ラジオテスト放送 4月10日(金)午後3時ごろ

### 防災『合言葉』受賞作品

問 学校安全推進課(内線5082)  
令和8年度石巻市学校防災推進会議

最優秀賞 しんこきゅう まわりの情報よくきいて  
あわてず高い所へ さあいそげ

広瀬小学校1年 高橋 舜玄

### 自衛官採用試験

	応募資格	申込期限
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)
幹部候補生 (第1回、第2回)	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)、修士課程修了者など(見込み含む)は28歳未満の方) 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) 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	第1回 4月3日(金) 第2回 6月5日(金)
幹部候補曹 (第1回、第2回)	20歳以上33歳未満の方	第1回 4月3日(金) 第2回 6月5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)

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



### 令和8年度児童扶養手当額が改定されました

児童扶養手当		～令和8年3月	令和8年4月～
本体額	全部支給	46,690円	48,050円
	一部支給	46,680円～ 11,010円の範囲で 所得に応じて決定	48,040円～ 11,340円の範囲で 所得に応じて決定
第2子 加算額	全部支給	11,030円	11,350円
	一部支給	11,020円～ 5,520円の範囲で 所得に応じて決定	11,340円～ 5,680円の範囲で 所得に応じて決定

※支給月は5・7・9・11・1・3月

☎ 子育て支援課(内線2512)、各総合支所市民福祉課

### 固定資産税・都市計画税のお知らせ

・課税台帳閲覧、縦覧帳簿縦覧 市内に資産を所有する方などは、所有する資産の課税標準額などを閲覧できます。また、他の評価額を縦覧し、比較することで、評価の適正さを確認できます。

とき 4月1日(水)～6月1日(月)午前8時30分～午後5時

※土日・祝日を除く

ところ 市役所3階資産税課、各総合支所市民福祉課、各支所

※現年度分の縦覧・閲覧は無料

※身分証明書を持参ください。

※代理人は委任状が必要です。また、法人の場合は代表者の委任状が必要です。

・路線価の公開 路線価と標準宅地の位置を4月1日(水)から窓口で閲覧できます。

・証明書の交付時期 令和8年度分の評価証明書は4月1日(水)から、公課証明書は5月1日(金)から交付します。

☎ 閲覧・縦覧 資産税課(内線3124)

証明書 市民税課(内線3103)

### JR気仙沼線・石巻線 運休情報

気仙沼線「前谷地駅～柳津駅」間 とき 4月20日(月)

(上り)柳津11時30分発→前谷地11時51分着

柳津13時30分発→前谷地13時50分着

(下り)前谷地10時59分発→柳津11時21分着

前谷地13時00分発→柳津13時22分着

※上下線とも前谷地～小牛田間は通常運転 ※BRTは通常どおり運行

石巻線「石巻駅～女川駅」間 とき 4月21日(火)

(上り)女川11時09分発→石巻11時35分着

女川13時21分発→石巻13時47分着

(下り)石巻10時36分発→女川11時01分着

石巻12時37分発→女川13時03分着

☎ JR東日本お問い合わせセンター ☎050-2016-1600

市地域振興課(内線4247)

### 令和7年度非課税世帯等価格高騰緊急支援給付金の「確認書」・「申請書」提出期限は4月30日(木)です

対象

基準日(令和7年12月1日)に市の住民基本台帳に記録され、世帯員全員が令和7年度住民税非課税の者で構成されている世帯(生活保護受給世帯を含む)

支給金額 1世帯15,000円(1世帯1回限り)

確認書が届いた方

必要事項を記入のうえ、同封の返信用封筒で返送してください。

申請書の提出が必要な方

非課税世帯で令和7年1月2日以降に石巻市に転入した方、「確認書」などの書類が届いていない方

申込方法 市ホームページ、窓口で申請書を取得し、郵送または窓口で提出

申込期限 4月30日(木)※当日消印有効

※申込期限までに未提出の場合、受給を辞退したものとみなします。

☎ 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



市ホームページ

### 4月1日は市民憲章の日です

市民憲章について考え、語り合い次世代へ受け継いでいきましょう。地域の集会所や職場などに掲示する市民憲章のポスター(A2判)を配布しています。希望する方は問い合わせください。

☎ 地域協働課(内線3316)



### 市営住宅入居者募集

申込方法 窓口 ※85円切手(抽選結果通知はがき添付用)を持参

申込期間 4月1日(水)～7日(火)午前9時30分～午後4時 ※平日のみ

募集住宅

地区	釜・大街道	湊	
住宅名	新館復興(3LDK)	吉野町復興(2LDK)	吉野町復興(1LDK)、△
募集戸数	2戸(单身不可)	1戸(单身不可)	1戸(单身可★)

☎ 宮城県住宅供給公社東部支社 ☎85-0296

※同じ住宅に申し込みが重複した場合、4月8日(水)に抽選を行います。

※家賃は世帯の所得などにより決定します。

※災害などで住宅が必要な場合、募集を中止することがあります。

※★：満60歳以上、障害者手帳などの所持者、生活保護法被保護者の方のみ申し込み可能です。

※△：被災時にペットを連れての方が入居しています。動物アレルギーなどに注意ください。(新しくペットを飼うことはできません。)

### 4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)	20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	1日(水) 午前10時～正午	桃生総合支所2階会議室	東北管区行政評価局 ☎022-262-7839
	1日(水) 午前10時～午後3時	牡鹿総合支所2階研修室	
	8日(水) 午後1時30分～3時30分	市役所2階相談室B	
	9日(木) 午前10時～午後3時	雄勝総合支所1階会議室	
	17日(金) 午前10時～午後3時	河北総合支所第3会議室	
弁護士無料法律相談 (事業・法人関係除く)※要予約	14日(火)・28日(火) 午前10時30分～午後4時 予約受付開始 1日(水)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	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	5月12日(火) 午後1時30分～4時 ※5月8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	6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	1日(水) 午前10時～午後3時	桃生総合支所2階会議室	仙台北務局石巻支局 ☎22-6188
	1日(水) 午前10時～午後3時	牡鹿総合支所2階研修室	
	9日(木) 午前10時～午後3時	雄勝総合支所1階会議室	
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) 11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	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	毎週火～金 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)
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)
公認心理師による相談会 ※要予約	23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
	月～金 午前8時30分～午後5時	市役所2階子ども家庭センター	☎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

#### 渡波子育て支援センター「てんとうむし」

開放感のある高い天井と、光が差し込む天窓、木のぬくもりを感じさせる明るい空間が広がっています。利用者のニーズを聞きながら、ゆっくり「ホッ」とくつろげる楽しい場所の提供を目指しています。地域でお子さんを温かく見守り、一緒に子育てを楽しみましょう。

#### 「てんとうむし」命名の由来

てんとうむしは、たくさんの幸せを運んでくれると言われ、世界中で愛されています。太陽に向かってヨチヨチと葉っぱの上を一生懸命に歩いているてんとうむしの姿は、小さな子どもたちが一歩一歩あゆむ姿と重なり、心が癒されてとても幸せを感じます。そんなかわいい子どもたちが、皆さんから愛され、のびのびと元気に育ち、幸せになれるようにと願い名付けました。

#### ●活動日

- 午前(午前9時30分～11時30分)  
月・水・木・金曜日 講座や制作などの活動や自由開放日  
火曜日 子育てサークルなどへの部屋貸し(サークルを作って活動してみませんか)
- 午後(午後1時～3時)  
月・火・木曜日 あかちゃん☆ひろば(妊婦～生後3カ月までの子)  
水・金曜日 ハイハイ★ひろば(生後4～11カ月までの子)

#### ●出張あそびのひろば 月1回(火曜日)に稲井公民館で開催

#### ●土曜開放 毎月1回 午前9時～11時 園 ☎25-0567 さくら町三丁目14(渡波保育所内)



離乳食講座もぐもぐ・ぱっくん(離乳食の試食と相談ができます)



サンファンパーク遠足「外で食べるとおいしいね♥」



稲井公民館あそびのひろば+ふれあいサロン・運動会



保育所のクリスマス会に参加「サンタさんとハイ!チーズ!」

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、将来的には石巻への定住・定着を図る国の事業です。市では既に28人を委嘱し、退任した16人のうち、13人が市内での就労または定住に繋がっています。各隊員の活動内容などを紹介します。



令和7年9月から地域おこし協力隊インターンを開始し、12月から隊員として活動しています。

普段は受入事業者の一般社団法人フィッシャーマン・ジャパンにて、行政の環境保全事業などに従事し、主に現場の漁師や林業家と大学などの研究者をつなぎ、事業を推進する役割を担っています。

具体的には、環境省の「地域循環共生圏づくり支援体制構築事業」に参加し、「合同会社ものわ」と共に森林の整備や生態調査をしている一方で、「一般社団法人はまのね」と共に牡鹿半島の蛤浜にて海の環境モニタリングに取り組み、持続的な林業・水産業の実現に向けて模索しています。



■隊員プロフィール 氏名 永井 颯太 任期 令和7年12月1日～(最大3年間) 出身 神奈川県湯河原町(転出元:神奈川県秦野市)  
 前職 森林組合職員、自動車電子システム技師 ■主な活動内容 一般社団法人フィッシャーマン・ジャパンで活動。主に環境保全事業のコーディネートを担当している。 ■隊員になったきっかけ 環境保全や、それに係る調査・研究に携わる活動ができるという募集内容に魅力を感じたため。

## 選管だより vol.12

### 明るい選挙推進協議会会員募集!!

石巻市明るい選挙推進協議会では一緒に活動してくれる方を募集しています。主な活動として、選挙時における商業施設での啓発活動や成人式などでの新権者にむけた啓発活動、また期日前投票所の管理者・立会人なども務めています。入会費や会費などはかかりませんので、興味のある方は気軽に選挙管理委員会事務局まで連絡ください。



成人式での選挙啓発ブース



大型ショッピングセンターでの啓発活動の様子



☎ 選挙管理委員会事務局(内線5824)

## 石巻の隠れた名所

### 金華山道一の鳥居【牡鹿半島・鮎川浜】



一の鳥居から見た金華山イメージ

鮎川浜にひっそりと立つ「金華山一の鳥居」は、知る人ぞ知る隠れた名所です。江戸時代に建立された石造りの鳥居は、かつて霊島・金華山への参詣口として重要な役割を担ってきました。当時の金華山は女人禁制であったため、女性たちはこの場所から海の向こうに浮かぶ島を遥拝(ようはい)したと伝えられています。令和7年度から観光化に向け周辺整備していますが、当時の状況を大切にしているため静けさが保たれ、目の前に広がる太平洋と相まって、おごそかで神秘的な雰囲気を感じられます。喧騒を離れ、歴史と自然にそっと触れたい人におすすめのスポットです。

# みんなのた場

サークル仲間<sup>168</sup>

## 雄勝ダンベル会 皆で仲良く健康体操



明るいピンク色がダンベル会のカラーです



リズムに合わせて軽快に体を動かしています

雄勝ダンベル会が発足したのは平成20年ごろ。東日本大震災を経てもなお、17年以上活動しています。現在も40〜80代の18人が第2、4月曜日の午後、雄勝公民館に集まり、ダンベルを使った健康体操にさわやかな汗を流しています。

も、どこでも、だれにでも気軽にできるのが魅力で、代表の阿部ひさ子さんは「体力作りにはもってこいの運動。参加者は一人暮らしの人も多く、交流を楽しみに来る人もいます」とPRします。

「ダンベルを強く握り締め、手首をやや内側に巻き込み、足を肩幅に開き、膝を軽く曲げて上体を前に傾けるのが基本姿勢です。押し上げ、下げ、屈伸、お腹ひねり、観音開き・閉じなど12の基本ポーズを10回ほど繰り返す。

ていきます。「雄勝音頭」や「ビューティフルサンデー」といった曲に合わせて踊る創作ダンベルもあり、会のレパートリーは10曲以上。会話を楽しみながら運動に取り組んでいます。

発足当初から活動に参加する元代表の山下美枝子さんは「ダンベルのおかげで80代になっても元気に皆で仲良く健康体操をしています」と話します。最年少の40代の女性は始めて4年目で、「仕事で雄勝に引越してきたのがきっかけ。先輩方が元気でパワフルなので、いつも圧倒されます」とこやかに話してくれました。

会は令和7年度に市政功労者(社会福祉功労)として表彰され、市社会福祉協議会長表彰も受けました。健康づくりの一環としてダンベルを上げ、評価も上げています。

## きらり★まきっこ 25

### 好奇心にまっすぐ 何でも挑戦

あべ あおい  
阿部 葵さん (大街道小学校6年生)

絵を描いたりピアノを弾いたり、興味のあることは何でも楽しく挑戦しています。5年生のときは、理想を描く「こんな部屋いいな絵画コンテスト」(インテリア産業協会主催)で大賞となり、実際に部屋を再現してもらいました。大きなハンモックやくつろぐネコ、おばあちゃんが作ってくれるパッチワークなどどこを取っても好きなものでいっぱい。絵にした以上にもっと素敵なお部屋になりました。お母さんには「どうせ散らかしちゃうでしょ」と言われちゃったけど、毎日こんなところで暮らせたらいいなになあと思います。

今はピアノを一番頑張っていて、学校の鼓笛隊では指揮者をしています。今年は最上級生なので、5年生と一緒にカッコいい演奏を作りたいです。



市報いしのまき 第332号 令和8年4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8年2月末現在	人口	129,800人 (▲2,269)
	世帯数	62,384世帯 (▲75)