



第37回 いしのまき大漁まつり

とき 10月18日 (日) 午前9時～午後2時 **ところ** 水産物地方卸売市場石巻売場 (石巻魚市場)



「水産都市・石巻」の新鮮な魚介類と、高度な生産加工技術からつくられる水産加工品を紹介するまつりです。イベント内容など詳しくは市ホームページを確認ください。



市ホームページ



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

- 特集 石巻市放課後子ども教室 ----- P2
- 特集 「プラスチック」の分別回収に協力をお願いします ----- 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・桜坂だより・おらほの博物館！ ----- P15
- みんなの広場・きらり★まきっこ ----- P16

さまざまな学習・体験プログラムで児童の成長を支える 石巻市放課後子ども教室

図 生涯学習課 (内線5054)



「石巻市放課後子ども教室」とは？

「石巻市放課後子ども教室」は、地域学校協働活動の一環として、児童が放課後を安全・安心に過ごし、地域住民などの参画を得て、児童の成長を支える多様な活動を実施する事業です。年度初めに参加募集を行い、5月から翌年2月まで実施しています。

どうも実施している？

令和8年度は、市内12の小学校の余裕教室や体育館・公共施設などを活用して、さまざまな学習や体験活動、地域住民との交流活動を行っています。学校独自で放課後子ども教室を実施している小学校もあります。

どんな人たちが携わっているの？

地域住民によるボランティアや大学生、民間企業やNPOなどの参画、石巻市学校支援地域コーディネーターの連携、協力により、地域のさまざまな方たちが活動支援員として登録し、児童の学びの支援や見守りをしています。

誰でも参加できるの？

放課後子ども教室を実施している小学校に通学している児童であれば、参加することができます。年度途中の申し込みが可能な教室もあります。

※対象学年や定員などがある教室もあります。

活動支援員として 活動してみませんか？

放課後子ども教室は、地域住民などの参画を得て実施していますが、児童の活動を見守る活動支援員が不足している教室もあります。

放課後子ども教室の活動に興味がある方は、問い合わせください。

活動内容 学習・体験活動などの支援
児童の安全管理など

図 生涯学習課 (内線5054)





石巻市放課後子ども教室 一覧 (令和8年9月現在)



和小っ子クラブ

開催校 和渕小学校
開催数 月1～2回
活動内容 稲の栽培・稲刈り・脱穀、シャボン玉、キンボール、灯籠制作、お神楽、ゲートボール、コース別活動など

放課後子ども教室Bremen

開催校 石巻小学校など
開催数 月2～3回
活動内容 よもぎだんご作り、子ども防災教室、スポーツ教室、名月団子作り、茶道、郷土料理、ポーセラーツ作りなど

チャレンジキッズinへびた

開催校 蛇田小学校
開催数 月1回
活動内容 トントン相撲、科学実験教室、ボードゲーム、ボッチャ体験、百人一首体験、逃走中、キンボールなど

チャレンジキッズinこうよう

開催校 向陽小学校
開催数 月1回
活動内容 トントン相撲、科学実験教室、ボードゲーム、ボッチャ体験、百人一首体験、逃走中、キンボールなど

鹿又小学校放課後子ども教室

開催校 鹿又小学校
開催数 月1回
活動内容 動物の骨格標本、子ども記者、サッカー教室、調理実習、フラワースクール、地域の会社を知ろうなど

おがつっこくらぶ

開催校 雄勝小学校
開催数 週2回
活動内容 水曜日：運動教室(陸上) 木曜日：スタディサポート
※月1回特別教室(習字、絵画、ヨガ、キンボールなど)。

放課後子ども教室オークス

開催校 開北小学校
開催数 月2～3回
活動内容 スポーツ教室(1・2年生、3～6年生)、合唱教室

あつまれ須江っ子

開催校 須江小学校
開催数 月1回
活動内容 体育館での遊び(ドッジビー、ビニールバレーなど)

かさまつ放課後子ども教室

開催校 前谷地小学校
開催数 週1回
活動内容 学習支援(家庭学習など)、読書、折り紙、バルーンアート、けん玉など

放課後子ども教室トレジャー

開催校 住吉小学校
開催数 月1回
活動内容 謎解き×宝探し

ワクワクマンデー

開催校 釜小学校
開催数 月1～2回
活動内容 校庭での外遊び(ボール遊び、遊具遊び、鬼ごっこなど)
※児童が遊ぶ内容を決めて自由に遊びます。

中里小放課後子ども教室

開催校 中里小学校
開催数 月1回
活動内容 スポーツ鬼ごっこ、クリスマスツリーづくりなど



石巻市放課後子ども教室 実施状況

開催教室数 12教室 参加児童数 362人 活動支援員数 99人



「プラスチック」の分別回収に 協力をお願いします

これまで燃やせるごみとして焼却処理していた「プラスチック」をリサイクルするため、「資源物」として、週に1回、「資源物」の集積所で回収します。

問 環境未来推進課 (内線3373)

プラスチックの出し方

回収対象のプラスチック

プラスチック製容器包装



◀このマーク
が目印!



カップ麺容器



洗剤容器



トレイ類



卵パック



ペットボトルの
ラベル・キャップ

など

プラスチック製品

※プラスチック素材100%のものに限ります



ポリバケツ



ハンガー



歯ブラシ



フォーク・スプーン



定規



おもちゃ

など

「プラスチック製容器包装」と
「プラスチック製品」をまとめて
プラスチック専用指定袋に入れて
資源物の集積所に出してください

※1辺の長さが50cm未満のものに限ります



プラスチックの分け方、出し方
の詳細、地区ごとのプラスチック
収集曜日はこちら



プラスチック専用指定袋に関する特例措置



中東情勢の影響を受け、プラスチック専用指定袋の安定供給が困難となっていることから、安定供給が行えるまでの特例措置として、令和9年3月31日(水)までの間、「中身が見える市販の透明・半透明の袋(約15～45Lサイズ)」を使用して、プラスチックを集積所に出してください。

○使用できる袋

市販の透明・半透明の袋(約15～45Lサイズ)
※袋に大きく「プラスチック」と書いて出してください

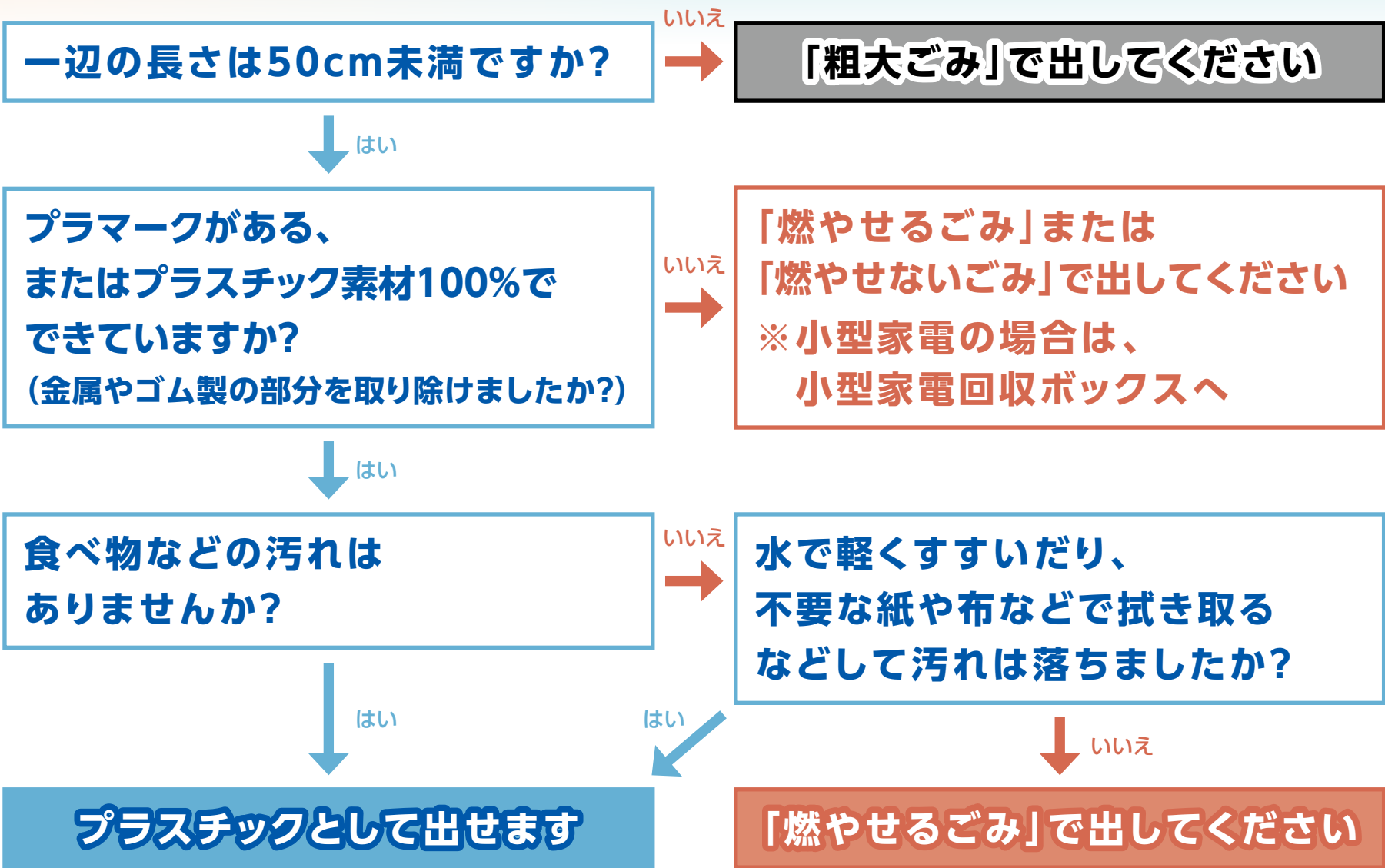
×使用できない袋

- 既存の市指定袋(緑文字のものおよび黄文字の雑紙専用袋)
- スーパーマーケットやコンビニエンスストアなどのレジ袋
- 黒や青色などの中身が見えない袋
- 米袋、肥料袋、他自治体の指定ごみ袋



目立つように大きく
「プラスチック」と
書いてください

プラスチックとして出すか迷った時の見分け方



よくある質問 (Q&A)

Q. 食品が入った容器や袋、洗剤の容器はどのように出せばいいですか？

A. 中身を使い切って、軽く水ですすぐか、汚れをふきとってきれいにしてから出してください。
食べ残しや残液があると、他のものに汚れなどが移り、リサイクルの阻害となります。

Q. 食用油・オールドレッシングの容器、ポテトチップスの袋など、油分が多いものはどうすればいいですか？

A. 水洗いや拭き取るなどして、油汚れが落ちない場合は「燃やせるごみ」として出してください。

Q. プラスチックの容器がかさばるので、細かく切って出してもいいですか？

A. 容器を重ねたり、切って小さくしてから袋に入れても大丈夫です。

Q. 発泡スチロールは出せますか？

A. 50cm未満に切ってから袋に入れて出してください。

Q. プラマークの横にPETと書かれている容器は、プラスチックとして出せますか？

A. プラスチックとして出せます。

プラマークの横に「ボトル：PET」「キャップ：PP,PE」「ラベル：PS」という表記があります。これは、使用しているプラスチックの素材を表すもので、ボトルが「ポリエチレンテレフタレート (PET)」という素材を使用している表記です。プラマークの有無で判断してください。



Q. 50cm未満とありますが、折り畳んで50cm未満であればいいですか？

A. ビニールひもやレジャーシートなどの長いものや広げた時に大きくなるものは、折り畳んで50cm未満にしても、処理する際に広がってしまいます。リサイクル設備に挟まったり、長いものが機械に絡み、故障する恐れがあります。必ず50cm未満に切断してください。

Topic of town

まちの話題



雄勝

雨音かき消す400発花火 おがつ夏まつりにぎわう



帰省時期に合わせた恒例の「おがつ夏まつり」が8月11～14日に道の駅硯上の里おがつで開かれました。11日は台風の影響で中止となりましたが、残りの3日間は予定通り開催となり、地元ならではの海鮮焼きの販売やキッチンカーの出店、ステージイベントがありました。最終日の夜の花火大会はあいにくの天気でしたが、400発が雄勝湾一帯を明るく照らし、多くの人を魅了しました。



最終日の夜の花火大会はあいにくの天気でしたが、400発が雄勝湾一帯を明るく照らし、多くの人を魅了しました。

石巻

おいしく学ぶ水産業

子どもすし作り体験

小学5、6年生が体験を通じて地域の自然や文化、歴史などへの学びを深める「ふるさと子どもカレッジ」が8月29日、すしネタなどを製造する東日本フーズ㈱で行われました。参加した約20人は工場見学や好きなネタを選んだすし作りを体験し、海外にも輸出される地元の水産業への理解を深めました。最後は体験で作ったすしを味わい、食の安心安全についても考えました。



河北

暑さ避けてステージ行事満喫

サマーフェスタ・イン・かほく

河北地区の夏を彩る「サマーフェスタ・イン・かほく」が8月8日、ビックバン周辺で開かれました。今年は熱中症対策として、ステージイベントを涼しい屋内で実施し、親子に大人気のビンゴ大会や、地区内外の出演者による舞台に、会場の涼しさを忘れるほどの熱気に包まれました。屋外では、会場を所狭しに並んだ屋台も大いににぎわい、フィナーレには花火が北上川を彩り、河北の夏の夜を飾りました。



桃生

心震わすジブリ映画の音楽

君をのせてカルテット公演

「となりのトトロ」などジブリ映画の音楽を楽しむコンサートが8月23日、桃生公民館で行われました。ギター、チェロ、バイオリンの奏者4人による「君をのせてカルテット」の石巻公演で、まちづくりなどに取り組む一般社団法人ものうGHIBLIが主催しました。桃生中学校吹奏楽部の佐藤絵さん（フルート）や石巻オカリナサークル「ぽっかぽか」も協演し、約200人の客が劇中の場面を思い浮かべるように耳を澄ませました。



河南

夏の夜を彩る陸上灯籠

和渚夏まつり

陸上灯籠で有名な「和渚夏まつり」が8月15日、旧北上川沿いの和渚水辺の楽校で行われました。実行委員会や住民らが制作した約8千個の灯籠が並べられ、会場を優しい光で包み込みました。盆の帰省者を含め、多くの人が足を運び、灯籠の光を映した笑顔が七色に輝いていました。祭りでは和渚小学校児童のソーラン踊りが花を添え、締めくくりに花火も打ち上がりました。



牡鹿

食も郷土芸能も盛りだくさん

65回目の牡鹿鯨まつり

第65回牡鹿鯨まつりが8月8日、ホエールタウンおしかで開かれました。海で亡くなった人だけでなく鯨の霊も供養し、捕鯨文化を継承する祭りです。おなじみの「鯨炭火焼き」は、約500食の振る舞いがあつという間に終了する人気ぶり。捕鯨船前のステージでは地元小中学生の太鼓演奏やソーラン節踊り、郷土芸能の七福神舞、金華山龍（蛇）踊りといった演目が目白押しで、最後は360発の打ち上げ花火が港町の夜空を焦がしました。



北上

県産スギで本棚作り

夏休みの親子らDIY

北上公民館で8月7日、夏休み恒例行事「こどもDIY教室」が行われ、親子ら計26人が5班に分かれて引き出し付きの本棚作りに集中しました。県産スギを使った本棚で、美里町でDIYスタジオを開く、たかのひろみさんが作り方を教えました。たかのさんは「みんなから良いところを学びましょう」と呼びかけると、参加親子は協力して完成を目指しました。



10月の健康コーナー

乳幼児健診・相談日程



各種健(検)診

●石巻地区乳がん検診(夕方)

とき 21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、40歳以上(偶数年齢)の女性

石巻地区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)まで
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)

●石巻地区大腸がん検診

とき 10月5日(月)から 対象 40歳以上
※受診希望の方は、追加申し込みができますので問い合わせください。
☎ 健康推進課(内線2427)

○各種教室・講演会 ☎ 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	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 定員 15組(先着)	23日(金)	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 7～11カ月児の保護者 内容 離乳食についてのお話 定員 10組(先着)	14日(水)			

○蛇田お茶っこサロン

とき 14日(水) 午前10時～11時
ところ 新蛇田第一集会所(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

○からころ相談ダイヤル 心の電話相談

☎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)

傾聴ボランティア「サロンさくら」

とき	ところ	内容
22日(木)午前10時～11時30分	日和山会館	ライラックスによる演奏

☎ 健康推進課(内線 2422)

毎年10月はピンクリボン月間です

乳がんは女性のがんの中で最も多く、9人に1人がかかると言われています。乳がんについての正しい知識とがん検診の普及啓発を図るため、10月24日(土)から30日(金)まで、石ノ森萬画館をピンク色でライトアップします。
☎ 健康推進課(内線2612)

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	午後午前8時～11時(月・火曜日は午前10時30分まで) 午後0時30分～2時	○	○	○	○	○
緩和ケア内科	必要	必要					○	
眼科		△	午前8時～11時	○	○		○	○
皮膚科	必要	△	午後0時30分～3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	第2・4			第1・3・5
	糖尿病外来	必要	必要	【再診】午前8時～11時30分			○	
	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	午後	○			
	乳腺外来	必要	必要			○		
	禁煙外来	必要					○	
	腎臓内科	必要	△	午後1時～3時			○	
	甲状腺外来	必要	必要				○	○
	肛門・排便障害外来					○		
認知症予防専門外来				午後1時～2時30分				第2・4

※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

10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
4日(日)	内科	恵み野おおほり内科クリニック(恵み野一丁目)	☎25-5137
	小児科	夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
11日(日)	内科	東海林内科胃腸科(門脇字二番谷地)	☎96-2823
	小児科	夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
12日(月・祝)	内科	かわらだ内科胃大腸クリニック(銚銭場)	☎21-5335
	小児科	夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111

とき	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
18日(日)	内科	いしのまき山本クリニック(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
25日(日)	内科	こばやし医院(蛇田字南経塚)	☎22-0789
	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・河南・桃生地区	電話番号	東松島市	電話番号	歯科	電話番号	
4日(日)	石巻ロイヤル病院(広瀬)	☎73-5888	わたなべ整形外科(赤井)	☎84-2323	ササキ歯科クリニック(大街道北四丁目)	☎92-1182	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)
11日(日)	須江きむら医院(須江)	☎24-6311	ししど内科クリニック(赤井)	☎83-8830	石巻東あお歯科(イオンスーパーセンター石巻東店内)	☎24-3591	
12日(月・祝)	ものうファミリークリニック(桃生町中津山)	☎76-4024	永沼ハートクリニック(赤井)	☎82-6680	小林歯科クリニック(蛇田字北経塚)	☎92-9889	
18日(日)	佐々木医院(和瀬)	☎72-3122	やもと内科クリニック(矢本)	☎98-3260	植木歯科クリニック(中里六丁目)	☎22-0066	
25日(日)	中川内科外科医院(前谷地)	☎72-2123	ひかりサントクリニック(矢本)	☎84-1333	桑島歯科クリニック(向陽町二丁目)	☎23-2688	

10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

7日(水)・28日(水)
対象 石巻圏域小学1～4年生
定員 100人程度 [先着]

●バドミントン・卓球教室

毎週金曜日 午前10時～11時30分
対象 石巻圏域在住の18歳以上

●仙台89ERSアカデミー

13日(火)・27日(火)

対象 小学3年生～高校1年生

●子育てバママフィットネス(託児付き)

3ワールド
5日(月)・19日(月)・26日(月)
午前10時30分～11時30分
対象 0～3歳児とバママ
定員 10組 [先着]



申込フォーム

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)
☎ 休館日 11日(日)・12日(月)・祝日・25日(日)



●2026年度後期(10月～3月)受講生募集

1日(木)～令和9年3月31日(水)

対象 生後6か月以上 申込方法 窓口

●あいプラザ・秋の文化祭「あいプラザ祭り」

12日(月)・祝 午前10時～午後4時

※駐車場は利用できません

●【日曜のヨガ】からだ改善ヨガ

4日(日)・18日(日)・11月1日(日)

午後2時～3時

対象 中学生以上 定員 各15人 [先着]

申込方法 窓口

●あいプラザ健康デー「かたんたん体操」

29日(木) 午後1時30分～2時

対象 成人 定員 20人 [先着]

セイホクパーク石巻(総合運動公園) ☎22-9111 ☎22-9112

☎ jimukyoku@shinomaki-sports.or.jp
☎ 午前7時～午後9時

●つなGOいしのまき 東洋紡エムシー杯

第3回グラスパレーボール大会inいしのまき

3日(土) 午前8時15分 開会式

●Morning Yoga

10日(土) 午前9時～9時

定員 30人 [先着]

申込方法 電話、FAX、メール、窓口

●第28回稲井地区パークゴルフ大会

11日(日) 午前8時30分

対象 稲井地区在住の方

定員 30人 [先着]

申込方法 電話、窓口 申込期限 5日(月)

●稲井くらしの講座

10月学習会「ハロウィンアレンジ」

16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「健康リズム体操教室」

8日(木) 午前10時

対象 市内在住の方 定員 30人 [先着]

申込方法 電話、窓口 申込期限 5日(月)

●稲井くらしの講座

10月学習会「ハロウィンアレンジ」

16日(金) 午後1時30分

対象 稲井くらしの講座会員

●稲井くらしの講座

10月学習会「ハロウィンアレンジ」

16日(金) 午後1時30分

対象 稲井くらしの講座会員

●稲井くらしの講座

10月学習会「ハロウィンアレンジ」

16日(金) 午後1時30分

対象 稲井くらしの講座会員

●稲井くらしの講座

10月学習会「ハロウィンアレンジ」

16日(金) 午後1時30分

対象 稲井くらしの講座会員

●稲井くらしの講座

10月学習会「ハロウィンアレンジ」

16日(金) 午後1時30分

対象 稲井くらしの講座会員

●稲井くらしの講座

10月学習会「ハロウィンアレンジ」

16日(金) 午後1時30分

対象 稲井くらしの講座会員

●稲井くらしの講座

10月学習会「ハロウィンアレンジ」

16日(金) 午後1時30分

対象 稲井くらしの講座会員

●稲井くらしの講座

10月学習会「ハロウィンアレンジ」

16日(金) 午後1時30分

対象 稲井くらしの講座会員

●稲井くらしの講座

10月学習会「ハロウィンアレンジ」

16日(金) 午後1時30分

対象 稲井くらしの講座会員

●稲井くらしの講座

10月学習会「ハロウィンアレンジ」

石巻中央公民館 ☎22-2970

☎ 午前9時～午後9時30分

●第63回石巻中央・渡波公民館文化祭

サークル合同展

書道・五行歌・水彩絵画展・木彫教室・絵手紙

17日(土)・18日(日) 午前10時～午後4時

●第63回石巻中央公民館文化祭

・2026模型展示会

10日(土) 午前9時～午後4時

・折りづるの会「折り紙展」

17日(土) 午前10時～午後4時

18日(日) 午前10時～午後3時

・Rハモニミニコンサート

～Rハムでおくる昭和歌謡～

17日(土)

午前11時30分～正午、午後1時30分～2時

・石巻マンドリン・さわやかコンサート

11月1日(日) 開場 午後1時 開演 午後1時30分

・石巻シティウィンドアンサンブル2026コンサート

11月3日(火・祝)

開場 午後1時30分 開演 午後2時

・フォークダンス同好会

創立69周年記念パーティー

11月15日(日) 午前9時30分～午後4時

●いっしょクラブ

収穫祭 おにぎりを食べるよ

9日(金) 午前10時～11時30分

対象 就学前の子と保護者 定員 15組 [先着]

申込方法 申込フォーム、電話

●つくも大学学習会

軽運動スポーツツクリエーション体験会

16日(金) 午前10時～11時30分

対象 石巻つくも大学受講者

●石巻彫刻倶楽部第3回展「5人のアーティスト」

22日(木)～25日(日) 午前10時～午後4時

●石巻日日新聞共催 終活セミナー

31日(土) 午前10時～正午

対象 就学前の子と保護者 定員 15組 [先着]

申込方法 申込フォーム、電話

申込期限 9日(金)

☎ 石巻中央公民館 ☎22-2970

☎ 石巻中央公民館 ☎22-2970

☎ 石巻中央公民館 ☎22-2970

☎ 石巻中央公民館 ☎22-2970

☎ 石巻中央公民館 ☎22-2970

☎ 石巻中央公民館 ☎22-2970

☎ 石巻中央公民館 ☎22-2970

☎ 石巻中央公民館 ☎22-2970

☎ 石巻中央公民館 ☎22-2970

☎ 石巻中央公民館 ☎22-2970

☎ 石巻中央公民館 ☎22-2970

☎ 石巻中央公民館 ☎22-2970

☎ 石巻中央公民館 ☎22-2970

☎ 石巻中央公民館 ☎22-2970

☎ 石巻中央公民館 ☎22-2970

☎ 石巻中央公民館 ☎22-2970

☎ 石巻中央公民館 ☎22-2970

☎ 石巻中央公民館 ☎22-2970

☎ 石巻中央公民館 ☎22-2970

☎ 石巻中央公民館 ☎22-2970

河内室内温水プール(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

11日(日)・25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

3日(土)・10日(土)・17日(土)・31日(土)

午後7時～8時

対象 中学生以上 定員 20人 [先着]

●ヨガ教室

2日(金)・16日(金) 正午～午後1時

対象 成人 定員 11人 [先着]

●苦手克服 鉄棒教室

・苦手克服の部(4歳～小学3年生)

25日(日) 午前10時～11時

定員 15人 [先着]

・チャレンジの部(年長～小学6年生)

25日(日) 午前11時15分～午後0時15分

定員 20人 [先着]

●苦手克服 鉄棒教室

・苦手克服の部(4歳～小学3年生)

25日(日) 午前10時～11時

定員 15人 [先着]

・チャレンジの部(年長～小学6年生)

25日(日) 午前11時15分～午後0時15分

定員 20人 [先着]

●苦手克服 鉄棒教室

・苦手克服の部(4歳～小学3年生)

25日(日) 午前10時～11時

定員 15人 [先着]

・チャレンジの部(年長～小学6年生)

25日(日) 午前11時15分～午後0時15分

定員 20人 [先着]

●苦手克服 鉄棒教室

・苦手克服の部(4歳～小学3年生)

25日(日) 午前10時～11時

定員 15人 [先着]

・チャレンジの部(年長～小学6年生)

25日(日) 午前11時15分～午後0時15分

定員 20人 [先着]

●苦手克服 鉄棒教室

・苦手克服の部(4歳～小学3年生)

25日(日) 午前10時～11時

定員 15人 [先着]

・チャレンジの部(年長～小学6年生)

25日(日) 午前11時15分～午後0時15分

定員 20人 [先着]

●苦手克服 鉄棒教室

・苦手克服の部(4歳～小学3年生)

25日(日) 午前10時～11時

定員 15人 [先着]

・チャレンジの部(年長～小学6年生)

25日(日) 午前11時15分～午後0時15分

定員 20人 [先着]

●苦手克服 鉄棒教室

・苦手克服の部(4歳～小学3年生)

25日(日) 午前10時～11時

定員 15人 [先着]

・チャレンジの部(年長～小学6年生)

●読書会

今月の本「あなたの名」小池水音 著

13日(火) 午前10時～正午

●絵本とお話の会勉強会

8日(木) 午前10時10分～正午

●定例おはなし会

17日(土) 午前10時30分～11時

18日(日) 開場 午後2時30分 開演 午後3時

ところ 河北分館(ビッグバン内図書室)

●出張図書館 13日(火)・27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してください。

※子育て支援センターの出張日程はホームページで確認してください。

※子育て支援センターの出張日程はホームページで確認してください。

※子育て支援センターの出張日程はホームページで確認してください。

※子育て支援センターの出張日程はホームページで確認してください。

※子育て支援センターの出張日程はホームページで確認してください。

※子育て支援センターの出張日程はホームページで確認してください。

※子育て支援センターの出張日程はホームページで確認してください。

※子育て支援センターの出張日程はホームページで確認してください。

※子育て支援センターの出張日程はホームページで確認してください。

※子育て支援センターの出張日程はホームページで確認してください。

※子育て支援センターの出張日程はホームページで確認してください。

※子育て支援センターの出張日程はホームページで確認してください。

※子育て支援センターの出張日程はホームページで確認してください。

※子育て支援センターの出張

お知らせ

石巻地域の観光に関する住民満足度調査2026

観光施策の推進や改善を目的に実施するものです。回答者の中から抽選で、石巻地域の特産品をプレゼントします。

回答方法 回答フォーム

回答 (一社)石巻圏観光推進機構

☎98-8285

市観光政策課(内線3538)



回答フォーム

第21回石巻市統計グラフコンクール作品展示

とき 10月15日(木)～28日(水)

ところ 市役所1階 イオン石巻駅前店セリア前通路

☎ 政策企画課(内線4257)

ネット通販トラブルに注意

ネットで欲しい商品を格安販売しているショップを見つけて注文し代金を支払ったのに、商品が届かず連絡も取れなくなったという相談が寄せられています。

希少品が大幅に値引きされていたり、キャンセル・返金・返品のリールの記載がなかったり、支払い方法を銀行振り込みや電子マネー、代引きに指定されていたりするのが悪質サイトの特徴として挙げられます。

また、商品が届いても粗悪品や注文したのと異なる商品だったというケースも少なくありません。

注文前にショップの連絡先を調べたり、[特定商取引法に基づく表記]のページもよく確認しましょう。

☎ 総合相談センター ☎23-5040

第2回不審者対策学区区パトロール

児童の下校時刻に合わせて、街頭などで見守りをお願いします。

基準日 10月15日(木)

重点地区 二俣小学校

※実施日の変更など、詳しくは各小中学校に問い合わせください。

☎ 総合相談センター(内線2533)

「わな」に注意してください

里山や森林には有害鳥獣を捕獲するため、「箱わな」や「くくりわな」が設置されていることがあります。誤って接触するとケガをする恐れがあります。「わな」の近くには必ず目印として看板や標識があるので、十分注意してください。

☎ ニホンジカ対策室(内線3559)

石巻広域都市計画の変更に 関する説明会 (水押・開北地区)

区域区分の変更および用途地の変更に関する説明会を開催します。

とき 10月28日(水)午後7時

ところ 市役所5階500会議室

☎ 都市計画課(内線5634)

子ども・教育

保育所・認定こども園・小規模保育事業所 令和9年度入所・入園募集

対象 令和9年4月1日から5月1日までに入所・入園を希望する方

保育料 乳幼児の年齢や家庭の市町村民税額などに応じ決定します。

申込方法 第1希望の施設で申込書を受け取り、申し込みください。

申込期間 10月2日(金)～16日(金)

※日・祝日を除く

☎ 子ども保育課(内線2527)

各総合支所市民福祉課 各保育所(園)



市ホームページ

令和10年度入学児童就学説明会

とき 12月16日(水)午前10時

ところ マルホンまきあーとテラス1階小ホール

対象 令和10年度に小学校などに入学予定で個別の支援などが必要と思われる幼児の保護者

申込方法 申込フォーム

申込期限 12月7日(月)

☎ 学校教育課(内線5029)

今月は児童手当の支給月です

8・9月分の児童手当を10月9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

令和9年度河北幼稚園入園募集

対象 ・4歳児(令和4年4月2日～令和5年4月1日生まれ)

・5歳児(令和3年4月2日～令和4年4月1日生まれ)

教育時間 1日4時間(標準)

※預かり保育を利用可

※土・日・祝日、夏休みなどの長期休業有

定員 124人

申込方法 河北幼稚園窓口

申込期間 11月9日(月)～12日(木)

申込書類配付期間 10月13日(火)～20日(火)

午前10時～午後4時30分

※土日を除く

☎ 河北幼稚園 ☎62-3238

☎ 教育総務課(内線5018)

子ども読書活動推進研修会 「よみかかせの楽しみを 深めるために」

とき 11月5日(木)午後2時～4時

ところ ささえあいセンター3階 ささえあいホール

講師 子ども読書コミュニティプロジェクトみやぎ 杉山 秀子

対象 読み聞かせボランティア、図書館関係者、学校関係者、保護関係者、興味のある方

定員 40人(先着)

申込方法 申込フォーム、電話

申込期限 10月30日(金)

☎ 生涯学習課(内線5072)



申込フォーム

福祉

最高裁判決を踏まえた生活扶助費などの追加給付の申し出を受け付けています

追加給付を受けるためには、当時の世帯主からの申し出が必要で、現在、石巻市で生活保護を受給している世帯は、申し出不要です。

対象 平成25年8月から令和8年3月までの間に、石巻市で生活保護を受給していた世帯

申出方法 窓口、郵送、申込フォーム

申出期限 令和9年7月31日

☎ ☎986-8501(住所不要) 保護課(内線2495)

石巻市いきいき100歳体操サポーター養成講座 参加者募集

とき 10月20日(火)・28日(水)・11月10日(火)・17日(火)・24日(火)

ところ ささえあいセンター3階 ささえあいホール

対象 興味のあるサロニ関係者、個人

定員 15人(先着)

防災ラジオテスト放送 10月9日(金)午後3時ごろ

防災「合言葉」愛賞作品

防災無線をよく聞いて 高台目指してすぐ逃げて 家族と会える避難場所

石巻市小学校6年 佐藤 綾乃

申込方法 電話

申込期限 10月13日(火)

☎ 介護福祉課(内線2437)

在宅医療・在宅介護に関する市民講座

演題 誤嚥性肺炎を予防するために～口の健康と飲み込みについて～

講師 医療法人啓仁会 石巻ロイヤル病院リハビリテーション部 統括主任 言語聴覚士 佐々木 貴行

とき 10月29日(木)午後2時～3時30分

ところ ささえあいセンター3階 ささえあいホール

対象 市民

定員 70人程度(先着)

申込方法 電話

申込期限 10月22日(木)

☎ 介護福祉課(内線2437)

年金生活者支援給付金制度

年金を含めても所得が低い方の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。受け取るには、支給要件を満たし、請求を行う必要があります。既に受給中の方は、改めて申請する必要はありません。

対象 ・65歳以上の老齢基礎年金受給者で、前年の年金収入とその他の所得の合計が92万6,500円以下かつ同一世帯の全員が市民税非課税の方

・障害基礎年金または遺族基礎年金受給者で、前年の所得が491万8,000円以下の方(扶養親族などの数に応じて変動します)

☎ 給付金専用ダイヤル ☎570-05-4092

石巻年金事務所 ☎22-5115

市保険年金課(内線2347)

各総合支所市民福祉課・各支所

環境・エコ

市役所などで衣料品、生活雑貨などの拠点回収を 始めます

市役所本庁舎、各総合支所、各支所、遊楽館に、家庭から出る使わなくなった衣料品、おもちゃ、生活雑貨、スポーツ用品などの回収ボックス(R・I・OOP)を設置します。回収した衣料品などはリユース・リサイクルされます。

☎ 環境未来推進課(内線3374)

募集・案内

いしのまき市民健康体力測定会

とき 10月24日(土)午前10時～11時30分

ところ 総合体育館

対象 20～79歳の市民

申込方法 申込フォーム、電話

申込期限 10月16日(金)

☎ スポーツ振興課(内線3323)



申込フォーム

ベガルタ仙台ホームゲームを観戦しよう!

とき 10月17日(土)

ところ ユアテックスタジアム仙台

対象 市内在住の方

定員 30人(抽選)

申込方法 申込フォーム

申込期限 10月9日(金)

☎ 仙台スポーツ振興課(内線3324)



申込フォーム

マイナビ仙台レディース石巻応援デー

とき 11月7日(土)午後2時キックオフ

ところ ユアテックスタジアム仙台

対象 市内在住の方

定員 100人(先着)

申込方法 申込フォーム

☎ 仙台スポーツ振興課(内線3324)



申込フォーム

事業所新設などで電気料金を補助します

令和7年10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。

交付期間 8年間

対象区域 旧石巻市、旧河北町、旧雄勝町、旧杜鹿町

申込期間 10月中

☎ 財)電源地域振興センター ☎03-6372-7307

☎ 市産業推進課(内線3544)

第8回 3.11の記憶を語る会

講師 (一社)石巻震災伝承の会 リチャード・ハルバーシュタット

とき 10月10日(土)午後2時～3時

ところ 震災遺構門脇小学校 多目的学習室

定員 50人(先着)

料金 入館料のみ

申込方法 電話、FAX、メール

☎ 震災遺構門脇小学校 ☎98-8630 ☎98-8632

☎ info@ishinomakiikou.net

☎ 市震災伝承課(内線4345)

講座・講習

スマホ申告体験会

第1部 「導入編」まずはスマホ申告を知ってみよう

第2部 「活用編」実際にe-Taxをやってみよう

とき 10月16日(金)・11月2日(月)

第1部 午前10時～正午

第2部 午後1時30分～3時30分

ところ ささえあいセンター2階 ミーティングルーム

対象 第1部・第2部どちらも参加できる方

定員 各20人(先着)

持ち物 スマートフォン、マイナンバーカード、マイナンバーカードの増設番号(数字4桁、英数字6～16桁)

申込方法 電話、申込フォーム

申込期限 10月13日(火)

☎ 市民税課(内線3097)



申込フォーム

第3回普救救命講習会

とき 10月25日(日)午前9時～正午

ところ 東松島消防署2階会議室

対象 中学生以上

定員 20人(先着)

申込方法 各消防署窓口

申込期限 10月5日(月)～16日(金)

午前9時～午後5時

※再講習の方は申込時および講習日に修正証を持参

☎ 各消防署

☎ 消防本部警防課 ☎95-7433

第3回 県民公開講座in石巻「心臓病の予防から治療まで」

とき 10月20日(火)午後1時30分～3時

ところ マルホンまきあーとテラス大ホール

定員 500人(先着)

講師 東北大学病院 循環器内科 医師 白戸 康、薬剤師 坂本 光太郎

申込方法 電話、申込フォーム

申込期限 10月13日(火)

☎ 健康推進課(内線2612)



申込フォーム

市立病院健康講座「なるほど健康塾」

とき 10月15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 秋から冬にかけて気を付ける!感染症

※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(内線3215)

イベント

いしのまき じもとメシ2026 開催中!

参加店舗で1会計1,000円以上の飲食・買い物をした方に、WEBアンケート付き抽選会の応募用コードが記載された特製ポストカードを、1組につき1枚配布します。応募して石巻の特産品セットをゲットしましょう!

とき 10月1日(木)～12月27日(日)

応募期限 12月31日(木)

☎ 市「食彩・感動いしのまき」観光推進協議会事務局(観光政策課(内線3537))

愛の献血

健康推進課(内線2428)

とき	ところ	受付時間
10月7日(水)	ヨークベニマル蛇田店	午後1時～4時
10月10日(土)	カワチ薬品石巻支店	午前10時～11時45分
10月14日(水)	石巻駅前にぎわい交流広場	午後1時～4時
10月23日(金)	宮城県石巻合同庁舎	午前10時～正午 午後1時～4時30分
10月24日(土)	イオンモール石巻	午前10時～11時45分 午後1時～4時

休日窓口開庁

とき 10月4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 11月2日(月)

○市県民税・森林環境税 第3期 ○国民健康保険税 第7期

○後期高齢者医療保険料 第4期 ○介護保険料 第4期

口座振替不能者の再振替日

10月15日(木)(9月30日納期限分)

○国民健康保険税 第6期

JR気仙沼線・石巻線 運休情報

設備メンテナンスのため、一部列車が運休します。代行バスはありません。

気仙沼線 前谷地～柳津間 **とき** 10月19日(月)

(上り) 柳津→前谷地 11時30分発→11時51分着
 13時30分発→13時50分着

(下り) 前谷地→柳津 10時59分発→11時21分着
 13時00分発→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～女川間 **とき** 10月20日(火)

(上り) 女川→石巻 11時09分発→11時35分着
 13時21分発→13時47分着

(下り) 石巻→女川 10時36分発→11時01分着
 12時37分発→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4254)

特定健診をまだ受診していない方へ

特定健診の受診率向上を図るため、健診期間の延長、受診機会を拡大します。

対象 石巻市国民健康保険に加入している年度末年齢40～74歳の方で、令和8年度特定健診を未受診の方

・夜間・土曜日

夜間	土曜日	ところ
10月28日(水)	10月31日(土)	イオンスーパーセンター石巻東店
10月29日(木)		
11月4日(水)	11月7日(土)	向陽地区コミュニティセンター
11月11日(水)	11月14日(土)	保健相談センター

・指定医療機関(市内14カ所)
とき 11月16日(月)～令和9年1月29日(金)

・市立病院(☎25-5555) ※完全予約制
とき 令和9年3月17日(水)まで

申込方法 電話

申込期限 10月23日(金) ※平日 午後1時～4時

☎ 保険年金課(内線2334)


市ホームページ

立町大通り車両通行止めのお知らせ

中心市街地にて「石巻立町マンガコスプレストリート」「いしのまきハロウィン祭り」「石巻まちなかパン博覧会」などが開催されることに伴い、国道398号の一部で車両通行止めを行います。付近では係員の指示により迂回に協力ください。

とき 10月31日(土)午前10時～午後4時



☎ 立町大通り商店街振興組合 ☎98-8113
市商工課(内線3526)



食育推進コーナー

野菜をもっと好きになろう！



このやさしいはなかな？ どんなにおいかな？

レインボーインターナショナルプリスクールでは、全園児で年2回食育集会を行っています。今回は「野菜をもっと好きになろう!」をテーマに、五感(視覚・触覚・嗅覚など)を使って、食材の特徴を知ることができました。子どもたちは、実際に触れたり匂いをかいだりする体験を通じて、食への興味や関心を広げ、食べる楽しみや、「食べてみたい」という意欲をもつことができたようです。

☎ 健康推進課(内線2617)

自衛官採用試験

	応募資格	申込期限
防衛医科 大学校学生 (医学科・看護科)	18歳以上21歳未満で高卒(見込み含む)または高専3年次修了者(見込み含む)	医学科 10月8日(木) 看護科 10月2日(金)
自衛隊 奨学生	学校教育法に規定する大学、大学院、高等専門学校等で理学、工学、文学(語学)または法学を専攻し、正規の課程を修了する年の4月1日現在で26歳未満	10月9日(金)
防衛大学校 学生(一般)	18歳以上21歳未満で高卒(見込み含む)または高専3年次修了者(見込み含む)	10月15日(木)
医科・歯科幹部 (第2回)	医師・歯科医師の免許取得者	10月22日(木)
一般曹候補生 (第3回)	18歳以上33歳未満	11月20日(金)
高等工科大学 生徒 (推薦・一般)	・推薦 男子で中卒(見込み含む)17歳未満の成績優秀かつ生徒会活動などに顕著な実績を修め、学校長が推薦できる方 ・一般 男子で中卒(見込み含む)17歳未満	・推薦 11月27日(金) ・一般 令和9年 1月14日(木)

2等陸・海・空士(任期制自衛官)は年間を通じて受け付けています。

対象 18歳以上33歳未満

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

宝くじの助成金で実施しました

(一財)自治総合センターの宝くじ社会貢献広報事業(地域防災組織育成助成事業)として、宝くじの受託事業収入を財源としたコミュニティ助成事業により自主防災組織に防災資機材(発電機)を整備しました。

助成先 田道町一丁目町内会、貞山一丁目町内会、貞山町内会、蛇田上第一区町内会、大瓜入区、万石浦一区、五十五人自主防災会、大森防災会、下谷地部落会

☎ 地域安全推進課(内線4327)



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出向き、皆さんと意見交換を行います。

とき	ところ
10月1日(木)午前11時	田代島開発総合センター
10月16日(金)午前11時	網地島開発総合センター
10月27日(火)午後1時30分	渡波公民館大ホール
10月30日(金)午後1時30分	北上総合支所1階交流ホール

☎ 秘書広報課(内線4024)

新型コロナ・インフルエンザの定期予防接種がはじまります

とき 10月1日(木)～令和9年1月31日(日)

接種回数 実施期間中に1回

対象 ①65歳以上

②60歳から64歳で、心臓・じん臓・呼吸器や免疫機能の障害による身体障害者障害程度等級1級相当

※身体障害者手帳または医師の診断書の提示が必要

自己負担金 インフルエンザ 1,500円

新型コロナ 8,000円

※生活保護世帯は、自己負担金を免除することができますので、接種前に問い合わせください。

接種場所

石巻市

申込方法 指定医療機関に直接予約をしてください。

持ち物 マイナ保険証または健康保険の資格確認書、自己負担金

※予診票は医療機関で受け取り、記入してください。市から予診票・接種券の送付は行いません。

※入院、入所、かかりつけなどの理由により、下記指定医療機関以外で接種希望の場合は、必ず接種前に電話または窓口で問い合わせください。事前連絡をせずに、指定医療機関以外で接種した場合は、任意接種扱い(全額自己負担)となります。

※今年度のインフルエンザ定期予防接種から使用予定とされていた高用量インフルエンザワクチンは、使用しないこととなりました。

※ワクチンの入荷状況などにより、医療機関ごとの実施時期が異なる場合があります。

医療機関名	インフル エンザ	コロナ ウイルス	医療機関名	インフル エンザ	コロナ ウイルス	医療機関名	インフル エンザ	コロナ ウイルス
相沢泌尿器科医院	○		こばやし医院	○	○	六郷耳鼻咽喉科	○	
茜平クリニック	○		小林耳鼻咽喉科医院(※4)	○	○	渡辺耳鼻咽喉科	○	
あけぼのクリニック	○		齋藤産婦人科医院	○		ガーデンハウスこだま(※7)	○	○
あべクリニック産科婦人科	○		齋藤病院(※4)	○	○	恵仁ホーム(※4、※7)	○	○
網小医院(※4)	○	○	佐久間眼科小児科医院	○	○	第二恵仁ホーム(※4、※7)	○	○
あらい脳神経外科クリニック	○		佐藤整形外科医院(※2)	○		介護老人保健施設しおん(※7)	○	○
いしのまき山本クリニック(※4)	○	○	佐藤内科医院(※4、※6)	○	○	リハビリパーク花もよう(※7)	○	○
石巻クリニック(※1、※4)	○	○	佐藤・みみ・はな・のどクリニック	○		成田医院(※4)	○	○
石巻健育会病院	○	○	東海林内科胃腸科	○	○	石巻市雄勝診療所(※4)	○	○
石巻市田代診療所	○	○	しらゆりクリニック(※5)	○		石巻内科透析クリニック(※1、※4)	○	○
石巻市立病院	○	○	診療所 在宅医療	○		石巻ロイヤル病院(※4)	○	○
石巻診療所	○		高橋消化器内科(※4)	○	○	鹿島記念病院	○	○
石巻赤十字病院(※2、※3)	○	○	中浦内科医院(※4、※6)	○	○	簡野医院	○	○
いしのまき矢吹クリニック	○		中山こどもクリニック	○		櫻井内科クリニック(※4)	○	○
いとう心療クリニック	○		二宮外科クリニック(※2、※4、※9)	○	○	佐々木医院	○	○
伊藤内科クリニック	○	○	古山内科・循環器科	○	○	紫桃内科医院(※4)	○	○
駅前北きし内科クリニック(※1)	○	○	蛇田さくら内科クリニック	○	○	須江きむら医院	○	
大街道じゅんクリニック(※4)	○	○	まだらめ内科医院(※4)	○	○	中川内科外科医院	○	○
かづま内科クリニック	○	○	箕田内科クリニック(※4)	○	○	介護老人保健施設長山(※4、※7)	○	○
上石内科クリニック	○		恵み野おおほり内科クリニック	○	○	栗原医院	○	○
亀田内科皮膚科クリニック(※4)	○	○	森消化器内科外科(※4)	○	○	ものうファミリークリニック(※4)	○	○
かわらだ内科・胃大腸クリニック	○		やまもと産婦人科	○		石巻市橋浦診療所(※4)	○	○
久門医院(※4)	○	○	祐ホームクリニック石巻(※4)	○	○	石巻市立病院附属牡鹿医療センター	○	○
こだまホスピタル	○	○	よしろう内科	○		石巻市寄磯診療所	○	○

東松島市・女川町

医療機関名	インフル エンザ	コロナ ウイルス	医療機関名	インフル エンザ	コロナ ウイルス	医療機関名	インフル エンザ	コロナ ウイルス
イオンタウン矢本内科	○	○	仙石病院(※2)	○	○	森さい生医院	○	○
石垣クリニック内科・循環器科	○	○	仙台ペインクリニック 石巻分院	○	○	やもと内科クリニック	○	
伊東胃腸科内科	○	○	永沼ハートクリニック(※4)	○	○	やもと眼科(※1)	○	
うつみレディースクリニック(※3、※8)	○	○	鳴瀬中央医院	○	○	わたなべ整形外科(※1)	○	○
かしわや内科クリニック(※4)	○	○	野蒜ケ丘痛みのクリニック(※4)	○	○	介護老人保健施設さつき苑(※4、※7)	○	○
神山クリニック	○	○	ひかりサンテクリニック(※4)	○	○	女川町地域医療センター	○	○
北原ライフサポートクリニック東松島	○	○	藤野整形・スポーツ・痛みのクリニック	○				
ししど内科クリニック	○	○	真壁病院	○	○			

※1かかりつけのみ、※2かかりつけのみ(要問い合わせ)、※3同時接種は要相談、※4同時接種不可、※5女性のみ、※6コロナは要予約、※7介護老人保健施設入所者のみ、※8コロナはかかりつけのみ、※9平日のみ

健康推進課(内線2427) 各総合支所市民福祉課

市営住宅臨時募集

申込方法 窓口 ※85円切手持参 申込期間 10月1日(木)～7日(水)午前9時30分～午後4時

募集住宅

地区	釜・大街道	中心		湊	渡波
住宅名	中浦第二復興(3DK)、△	門脇東復興(1LDK)、●	門脇東復興(2LDK)	吉野町復興(2LDK)、●	黄金浜第三復興(3LDK)、△
募集戸数	1戸(単身不可)	1戸(単身可★)	1戸(単身不可)	1戸(単身不可)	1戸(単身不可)

※同じ住宅に申し込みが重複した場合、10月8日(木)に抽選を行います。※申し込み時点で入居予定者の中に市税など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。※★の住宅は、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などに該当する方のみ、単身での申し込みが可能です。※△の住宅は、被災時にペットを連れて入居した方が住んでいます。(新しくペットを飼うことはできません。)

※●の住宅は、告知事項があります。

申・図 宮城県住宅供給公社東部支社 ☎85-0296

10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)		3日(土) 午前10時～午後3時	かわまち交流センター かわべい2階	宮城県行政書士会石巻支部 ☎90-4302
行政相談		7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
		7日(水) 午前10時～午後3時	牡鹿総合支所2階研修室	
		14日(水) 午後1時30分～3時30分	市役所2階相談室B	
		15日(木) 午前10時～午後3時	雄勝総合支所1階会議室	
		16日(金) 午前10時～午後3時	河北総合支所第3会議室	
		16日(金) 午後1時30分～3時30分	北上総合支所1階相談室2	
		21日(水) 午後1時30分～3時30分	蛇田公民館	
弁護士無料法律相談(事業・法人関係除く) ※要予約		13日(火)・27日(火) 午前10時30分～午後4時 予約受付開始 1日(木)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	11月10日(火) 午後1時30分～4時 ※11月6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		5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
「法の日」司法書士無料法律相談会 ※予約優先		1日(木) 午前10時～午後3時	ささえあいセンター	宮城県司法書士会 ☎022-263-6755
無料弁護士移動相談会 (事業者向け)※要予約		29日(木) 午前10時～午後4時	石巻合同庁舎506会議室	(公財)みやぎ産業振興機構 ☎0120-418-618
人権相談		5日(月) 午前10時～午後3時	石巻中央公民館	仙台北務局石巻支局 ☎22-6188
		7日(水) 午前10時～午後3時	桃生総合支所2階会議室	
		7日(水) 午前10時～午後3時	牡鹿総合支所2階研修室	
		15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) 10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9時～午後4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4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4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4時		総合相談センター ☎23-5040
虐待・DV相談		毎週月～金 午前9時～午後4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9時～午後4時	市役所2階保護課	保護課(内線2504・2505)
仕事と家計相談会		7日(水) 午後1時～4時	河南総合支所第2庁舎1階会議室	ひありんく石巻 ☎98-9163
		14日(水) 午後1時～4時	河北総合支所2階会議室	
		21日(水) 午後1時～4時	桃生公民館2階会議室	
家計相談会		26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9時～午後4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		28日(水) 午前10時～午後3時	北上保健医療センター	保護課(内線2505・2507)
公認心理師による相談会 ※要予約		1日(木)・22日(木) 午前10時45分～午後3時15分	市役所2階相談室B	健康推進課(内線2422)
子育て相談		月～金 午前10時～午後5時 土日・祝日 午前9時30分～午後4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9時～午後4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	☎090-4932-3949

子育て支援コーナー

牡鹿子育て支援センター

鯨の町 鮎川にある牡鹿子育て支援センターは、牡鹿保健センター「清優館」内にあります。

親子で清崎憩いの森を散歩したり、季節ごとの製作活動や体操を楽しんでいます。また、親を対象としたリラクゼーションやワークショップがあり、子ども同士・親同士の関係を深め、地域交流の中で海や山の生物を見学し、恵まれた自然に触れながら、豊かな体験をしています。初めての方でも大歓迎ですので、牡鹿半島に来たときには、遊びに来てください。

- ・ぐんぐんすくすく活動日 水曜日 午前9時～正午
 - ・自由開放日 火・木・金曜日 午前9時～午後3時
水曜日 午後1時～3時 ※いずれも祝日を除く
- ☎ 45-2197 鮎川浜清崎山7番地(牡鹿保健福祉センター「清優館」内)



清崎憩いの森へ散歩



鹿さんこんにちは(牡鹿半島ビクターセンター)



広いホールで皆でサーキット遊び



ホーセレーション素敵な作品の出来上り

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

図 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29人を委嘱し、退任した17人のうち、14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。

私は、令和7年8月に石巻へ移住し、12月から地域おこし協力隊員として活動しています。石巻に住んでみると、豊かな自然や温かい人とのつながり、美味しい料理など、たくさんの魅力に出会い、毎日楽しく過ごしています。

現在は受入事業者である株式会社街づくりまんぼうのもとで、石巻まちなかエリアプラットフォームの事務局として、情報発信やイベントの企画・運営などを担当しています。今年7月には、石巻駅前で「まちなかウォークブル社会実験」を開催し、歩道にマンガを読めるコーナーや、『サイボーグ009』の主人公と並んで写真が撮れるフォトステージを設置するなど、まちなかのにぎわい創出に取り組みました。10月後半には第2弾を予定していますので、ぜひ気軽にお立ち寄りください。



- 隊員プロフィール 氏名 中山 結 任期 令和7年12月1日～(最大3年間)
出身 千葉県市川市(転出元:千葉県市川市) 前職 飲食業
- 主な活動内容 中心市街地活性化に向けた賑わいづくりイベントの企画や、まちづくりのプレーヤー発掘を行う
- 隊員になったきっかけ 大学生の時に石巻の復興創生インターンを受け、移住して新しいことを始めたいと思いました。

石巻市立桜坂高等学校

桜坂だより 第62号

7月17日・18日に桜華祭「かわいすぎて滅〜うちら超ビジュイじゃん〜」を開催しました。
校内発表では、3年生の代表者による探究活動の成果発表や実行委員企画としてクラスごとに平成をテーマにダンスパフォーマンスを披露しました。その後行われた中夜祭では、有志団体による歌やダンスのパフォーマンスが行われ、大いに盛り上がりました。



一般公開では、吹奏楽部や書道部、商業研究部による発表のほか、茶華道部のお点前、3年生クラスや部活動ごとの展示発表や模擬店が行われました。暑い中でしたが、たくさんの方に来場いただき、ありがとうございました。

おらほの博物館!



収蔵品紹介 秋の鹿が表された「春日山八花鏡」

オスの鹿が夜空に向かって高らかに鳴いています。後ろには、鳴き声につられて来たのか、メスの鹿が2匹います。周囲にはすすきなどの秋草が生い茂り、夜空には大きな満月が浮かんでいます。酸化した銅の黒さが夜の静けさを暗示するとともに、鹿の高い鳴き声が遠く遠くへと響いているようです。

今回、紹介するのは、室町時代の様式を持つ銅鏡です。表側は像を映すために平らに磨かれていますが、今回は裏側の写真を掲載しています。舞台は、神鹿が沢山生息していることで有名な奈良県の春日山。秋は鹿の繁殖期であるため、オスの鹿は「ピー」「フィー」といった高い声を出してメスを呼んでいるのです。夜に悲しそうに鳴きながら妻となる鹿を探す様子に、昔の日本人は秋の訪れとともに哀愁を感じ取っていました。百人一首には、「奥山に 紅葉踏みわけ鳴く鹿の 声きく時ぞ 秋は悲しき」という有名な歌があります。今秋は牡鹿半島に滞在して、鹿の鳴き声に秋の訪れを感じるのも一興かもしれません。

「春日山八花鏡」は、石巻の住吉で生まれ育ち、「古鏡」という雅号(現代のペンネームに近い風雅な名前)を名乗った毛利総七郎(1888年生まれ、1975年没)の旧蔵品です。博物館には現在、毛利家が寄贈した銅鏡が560枚あります。それらの一部は、11月14日(土)から令和9年3月7日(日)まで、博物館の毛利コレクション展示室で見ることができます。



デジタルアーカイブ
はこちら

みんなのた場



河北地区グラウンドゴルフクラブ

毎月の大会で健康増進
気軽に始めて地域も元気

河北地区を中心にした市

内の63人が所属し、追波川河川運動公園では毎月1回開く大会を活動の中心にしています。このほか、集落単位で6つの班に分かれてそれぞれのペースで練習に励んでいます。

クラブは平成21年結成しました。それまでも地域に愛好家があり、皆で集まる機会を作ろうと当時の区長らが立ち上げました。初代会長の赤間正勝さんは「誰でも始めやすいという点から、地域が元気になるように団体にしました」と当時を振り返ります。

返ります。

当初は40人ほどでしたが、東日本大震災後に移り住んで来た人が増え、ピーク時は100人ほどが在籍していました。

ほぼ毎月の大会を開きながら、年会費は千円という手頃さが団体の特徴です。現会長の阿部秀治さんは「市内で活動するグラウンドゴルフの団体の中でも群を抜いて在籍者が多いです。河北地区の住民が中心ですが、中心市街地の方も一緒に活動しています」と話します。大会は、トロフィーを準備

するなど上位入賞者への表彰に併せ、参加者のほとんどに渡る景品も用意しています。大会には多い時で50人以上が集まります。

8月の大会は、3人1組で24ホールを回りました。競技を始めて3年ほどの女性は「一度で8千歩ほどを歩くことになるので皆健康そのもの。成績が振るわなくても、途中に挟む休憩でしゃべりするのが楽しいのよ」と笑顔です。退職後の趣味で始めた阿部正清さんは見事にホールインワンを獲得し、「こうした集まりに来ることに最初は抵抗があったが、やってみると楽しいです。家にこもりがちなのもこういう楽しさがあることを知ってほしいですね」と魅力を語っていました。

阿部会長は「地区の垣根を越えて皆で楽しく活動しています。興味のある方はぜひ一緒に汗を流しましょう」と呼びかけていました。



8月の大会に参加した皆さん



ホールインワンを狙ってナイスショット

きらり★まきっこ 31

マリーゴールドみたいに明るく

小野寺 梓紗さん (飯野川小学校6年生)

3年生から飯野川ダブルツリーズで野球を始め、今は主将を務めながら、投手や遊撃手として試合に出ています。8月の大会では、初めてランニングホームランを打つことができ、友だちや親が喜んでくれました。大会で良い結果を残し、みんなと練習してきて良かったと思えるように、楽しみながら、たくさん練習したいと思っています。父は野球を続けてもいいんじゃないと言いますが、中学校ではテニスをしてみたいです。

将来は母のように花屋で働きたいと思っています。そのために重い物を持てるようになったり、計算や会話も上手にできるようにしたいです。マリーゴールドの花みたいに、明るく生きたいと思います。



市報いしのまき 第338号 令和8年10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。「ざつがみ類」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8月末現在	人 口	128,528人	(▲2,211)
	世帯数	62,468世帯	(▲13)