

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

〇 (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

〇 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。

〇 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。

〇 総合相談センター(内線2553)

「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。

〇 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 (水戸・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

〇 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

〇 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)

〇 〇 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。

〇 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

〇 〇 河北幼稚園 ☎62-3238

〇 〇 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)

〇 〇 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す。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

〇 〇 〒986-8501(住所不要)保護課(内線2495)



申込フォーム

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

学校安全推進課(内線5022)

令和8年度石巻市防災民防大会

石巻市立小6年 佐藤 綾乃

申込方法 電話

申込期間 10月13日(火)

〇 〇 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)

〇 〇 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)

〇 〇 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。

〇 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)

〇 〇 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)

〇 〇 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

〇 〇 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

〇 〇 (一財)電源地域振興センター ☎03-6372-7307

〇 〇 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

〇 〇 震災遺構門脇小学校 ☎98-8630 〇98-8632

☎info@ishinomakiikou.net

〇 〇 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てみよう

第2部 「活用編」実際にe-Taxをやてみよう

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)

〇 〇 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

〇 〇 各消防署

〇 〇 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)

〇 〇 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つけたい感染症

※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。

〇 〇 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)

〇 〇 「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

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 午後1時～4時
10月14日(水)	石巻駅前にぎわい交流広場	午前10時～正午 午後1時～4時30分
10月23日(金)	宮城県石巻合同庁舎	午前10時～11時45分 午後1時～4時
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

北上にっこりまつり

ステージイベントや飲食・物販コーナー、抽選会などを行います。

とき 10月25日(日)

午前10時～午後3時

ところ 北上地区多目的広場

〇 〇 北上観光物産交流センター ☎98-9861

北上総合支所地域振興課 ☎67-2111

Smile Rally 2026 ～Sports Classic car Rally～

1990年代までに発売されたスポーツカーがコマ地図を読みながら、秋の宮城路を走るほか、PC競技などで腕を競います。

とき 10月31日(土)

午前8時50分 スタート

11月1日(日)

ところ 南浜マリーナ

〇 〇 Smile Rally実行委員会事務局 ☎022-290-5105

市観光政策課(内線3532)

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。

〇 〇 市民課(内線2315)

今月の税金

納期限 11月2日(月)

〇市県民税・森林環境税 第3期 〇国民健康保険税 第7期

〇後期高齢者医療保険料 第4期 〇介護保険料 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)

〇国民健康保険税 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)
高等工科学校 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)	○	○	野蒜ケ丘痛みものクリニック(※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・痛みものクリニック	○				
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