

募 集

楽ラク健康クラブ・ わんぱくスポーツ

・グルメリランチウォーキング
(牡蠣の郷いしのまき)
6日(木)

参加費 200円(食事代別途)

・ノルディックウォーキング
体験会 9日(日)

参加費 500円(ボール無料貸出)

・キッズボール遊びスペース
in石巻(笑顔な一日！親子で遊
ぶ)

23日(日) 市総合体育館

幼児・小学校2年生と保護者
参加費 無料

・遊びは心のビタミンだ！
わんぱくあそびを通して子ど
もの体力とコミュニケーション能
力を育みます。

年長さんから小学6年生まで
男女問いません。

毎週土曜日 午前10時～正午開
催

※いずれも詳細については、お
問い合わせください。

申・問 NPO法人石巻スポーツ
振興サポートセンター

☎95-2923

寿楽荘新春将棋大会

とき 21日(金)

午前10時対局開始
ところ 寿楽荘

受付 午前9時30分～
参加資格 60歳以上の方

申し込み 5日(木)～19日(水)
午後4時まで

申・問 石巻市老人福祉センター
「寿楽荘」 ☎23-1718

パソコンなんでも相談会 (予約不要)

とき 12日(水) 午前10時～正午
ところ 市役所5階市民活動
ルームA

※直接会場にお出でください。

問 生涯学習課
☎21-6071

◆パソコン講習会
◆メディアアシップ会場分

(1)ワード初級
とき 13日(木)

対象 文字入力・パソコンの基本
操作ができる方

(2)ワード初級②
とき 14日(金)

対象 文字入力・パソコンの基本
操作ができる方

(3)ワード中級
とき 18日(火)

対象 文字入力・パソコンの基本
操作ができる方

開講時間 (1)～(3)
午前9時30分～正午

定員 各講座 18人(先着)
受講料 1,200円
(テキスト代込み)

申・問 特定非営利活動法人

お知らせ

パソコンマネット
☎23-0822

(受け付け 月・火・木・金曜日
午前9時～午後3時)

◆パソコンマネット事務局会場
分

(1)エクセル初級
とき 20日(木)

対象 文字入力・パソコンの基本
操作ができる方

(2)エクセル初級②
とき 25日(火)

対象 エクセルの基本操作ができ
る方

(3)エクセル中級
とき 27日(木)

対象 エクセルの基本操作ができ
る方

開講時間 (1)～(3)
午前9時30分～正午

定員 各講座 4人(先着)
受講料 1,500円
(テキスト代込み)

申・問 特定非営利活動法人
パソコンマネット
☎23-0822

(受け付け 月・火・木・金曜日
午前9時～午後3時)

◆メディアアシップパソコンセミナー
■エクセル入門講座

とき

①午前コース
25日(火)・26日(木)

午前10時～正午

②午後コース
25日(火)・26日(木)

平成22年度第4回普通救命講習Ⅰ (一般公募)開催の案内

- とき 2月20日(日) 午前9時～正午
- ところ 石巻地区消防本部2階大会議室
(石巻市大橋一丁目1番地1)
- 受講定員 30人(先着順)
- 受講年齢 中学3年生以上
- 申込期間 1月24日(月)～2月6日(日)
- 受講申請 申請書は、最寄りの消防署、分署、出張所に備えてあ
りますので、上記申込期間内に申請して、受講票の交付を受けて
ください。
また、再講習の方は、受講申請時および受講日当日に修了証を
持参してください。
- その他
(1)受講料は無料です。
(2)救命講習案内については、石巻広域消防ホームページにも掲
載しています。
<http://isyoubou.jp/>
(閲覧方法:「ホーム」→「各課・署所」→「警防課」)

問

石巻消防署 ☎95-7112 矢本消防署 ☎82-2147
河北消防署 ☎62-3119 女川消防署 ☎54-2119
石巻地区消防本部警防課 ☎95-7433

みちのくEMS石巻セミナーの開催

みちのくEMSは、費用や人的・時間的負担が少な
く、システム構築しやすいため、中小規模の事業者の
方でも容易に取り組むことができる環境マネジメント
システムであり、市内でも多くの事業者の方が取り組
んでいます。セミナーに参加してみませんか。

記

と き:平成23年1月19日(水)
午後1時30分～3時30分

と ころ:市役所3階 多目的ルーム

対 象:市内の事業者(業種を問いません)

入場料:無料

主 催:NPO法人環境会議所東北
(みちのくEMS事務局)

共 催:石巻市

問 NPO法人環境会議所東北
仙台市泉区上谷刈3-10-6

☎022-772-6371、FAX 022-375-7797
環境課 (内線3363、3364)

相談所あない

相談は、有料の表示があるものを除き、無料です。いずれも秘密は厳守されますので、お気軽にご相談ください。(原則として土日・祝日はお休みです) (市役所代表 ☎95-1111)

暮らし

- **市民相談センター** (市役所2階)
 - ・市民生活相談 月～金曜日 9時～17時
 - 市民相談(内線2532) 家庭児童相談(内線2535)
 - 母子支援・DV相談(内線2534)☎23-6614 (直通)
 - ・少年センター (内線2533) 月・火・木・金曜日 9時～17時
 - ・消費生活相談(内線2536) 月～金曜日 9時～17時 ☎23-5040 (直通)
- **法律(弁護士)相談**
 - ・市主催法律相談 (市役所2階 相談室B)
 - 12日(火)・26日(火) 10時30分～16時
 - 定員18人(電話で予約が必要です。同一年度内1回まで)
 - ※予約受け付けは5日(火)午前8時30分から先着順で行います。
 - ※多重債務などの相談については、初めに消費生活相談を受けてからお申し込みください。
 - ☎ 秘書広報課(内線4023)
 - ・仙台弁護士会石巻法律相談センター
 - (石巻駅前ビル4階 穀町12-18) ☎23-5451(火・木のみ)
 - 火曜日(一般相談、有料(30分以内1件5,000円))
 - 木曜日(多重債務、初回無料(2回目以降有料/30分以内5,000円))
 - 相談時間 10時20分～15時30分
 - (受け付けは10時～15時。定員になり次第締め切り)
 - ☎ 仙台弁護士会法律相談センター ☎022-223-2383
- **県政に関する相談** (県合同庁舎3階県民サービスセンター)
- 月～金曜日 8時30分～16時45分 ☎95-1411(内線241)
- **県消費生活相談** (県合同庁舎3階県民サービスセンター)
- 月～金曜日 9時～16時 ☎93-5700
- **無料人権相談**
 - 12日(火) 10時～15時 河南広瀬農業担い手センター
 - 12日(火) 10時～15時 北上公民館
 - 13日(水) 10時～15時 河北総合支所
 - ☎ 仙台法務局石巻支局 ☎22-6188
- **農家相談** (河北総合支所2階)
- 18日(火) 受付時間 13時30分～14時
- 相談事項 農地および農業者年金に関すること
- ※農地法許可申請日受付期間 4日(火)～11日(火)
- ☎ 農業委員会事務局 ☎62-4826
- **司法書士無料法律相談** (石巻司法書士相談センター)
- 毎週水曜日 13時30分～16時30分 (祝日は除く)
- ※事前に電話で予約が必要です。面接予約受付 9時～17時
- ※当日は面接だけです。事前予約をお願いいたします。
- ☎ 石巻司法書士相談センター ☎96-3611
- **行政書士無料相談**
 - 21日(金) 10時～15時 市役所2階 201会議室
 - (官公署への許認可申請・届出、相続手続、各種契約書作成など)
 - ※相談希望者は事前にご連絡ください。
 - ☎ 宮城県行政書士会石巻支部 ☎22-1632

行政

- **行政相談**
 - 5日(火) 13時～15時 市役所2階 201会議室(内線4023)
 - 12日(火) 10時～15時 河南広瀬農業担い手センター ☎72-2111
 - 12日(火) 10時～15時 北上公民館2階 ☎67-2111

子ども

- **県東部児童相談所** (県合同庁舎)
- 18歳未満の子どもに関する相談
- 月～金曜日 8時30分～17時15分 ☎95-1121
- **子育てダイヤル相談** (子育て支援センター)
- 月～金曜日 9時～16時 ☎24-1260

健康・福祉

- **福祉相談** (生活相談) 石巻市社会福祉協議会 ☎96-5290
- 石巻市社会福祉協議会各支所 月～金曜日 9時～17時
- ※3日および祝日は休み
- **ボランティア活動相談** 月～金曜日 9時～17時
- 石巻市社会福祉協議会各支所ボランティアセンター
- ※3日および祝日は休み
- **老人福祉センター・寿楽荘の高齢者相談** ☎23-1718
- ※生活相談 火・金曜日 10時～15時
- ※健康相談 25日(火) 10時～11時30分
- ※[休館日] 毎週月曜日と1日(土・祝)～4日(火、11日(火))

介護

- **各地域包括支援センター** ※ () 内は担当地区
- 中央(石巻・門脇) ☎21-5171 稲井(稲井・住吉・河北) ☎93-8166
- 蛇田 ☎92-7355 山下(山下・釜・大街道) ☎96-2010
- 渡波(渡波・荻浜・牡鹿) ☎25-3771 湊 ☎90-3146
- 雄勝(雄勝・北上) ☎61-3732 河南 ☎86-5501
- ものう(桃生) ☎76-5581
- **各在宅介護支援センター**
- 住吉 ☎92-6733 青葉(釜・大街道) ☎21-8206
- 大森(河北) ☎62-1116 河南西 ☎73-2117 北上 ☎61-7023
- 鮎川(牡鹿) ☎44-1652

交通事故

- **県交通事故相談** (県合同庁舎3階県民サービスセンター)
- 月～金曜日 8時30分～16時45分 ☎95-1411(内線241)
- **交通事故に伴う自動車保険請求相談**
- (仙台自動車保険請求相談センター)
- 月～金曜日 9時～17時 ☎022-223-9222
- **交通事故相談** (仙台弁護士会石巻法律相談センター) ☎23-5451
- 第1火曜日 10時20分～15時30分
- (受け付けは10時～15時。定員になり次第締め切り)
- ※刑事事件・行政処分事件の相談はできません。

- ③ **全日コース**
- 27日(木)・28日(金)
- 午後1時～3時
- 午後10時～正午
- 午後1時～3時
- 内容** エクセル入門(基本操作の説明から文字入力の方法まで)
- ※マンツーマン形式で、エクセルの基礎を初歩から学んでいく講座です。
- 対象** これからエクセルを始めた方、エクセルの基礎を学びたい方で、基本的なパソコンの操作ができる方
- 参加費** 500円
- ところ** メディアシップ2階 ワークキヤビン
- 受付** 4日(火)午前9時から電話に

今月の税金

納期限	市県民税	国民健康保険税	後期高齢者医療保険料
平成23年1月31日(月)	第4期	第7期	第10期
税務課			
(内線3148)			



☎ 61-1200
メディアシップ
受け付けします。

石巻専修大学新入学生・在学学生向け奨学生募集

石巻圏域に住む優秀な学生で経済的理由により就学困難な方を対象に次代を担う有能な人材育成を目指して、奨学生を募集します。

- 貸与限度額**
 - ①新入学生〔理工学部〕 160万円
 - ②新入学生〔経営学部〕 120万円
 - ③在学学生〔理工学部〕 130万円
 - ④在学学生〔経営学部〕 90万円

※上記限度額の範囲内で、10万円単位の希望する額
- 貸与方法** 平成23年3月に一括貸与
- 採用人数** 10人程度
(当財団の奨学生選考委員会の審査により決定します)
- 返済期間** 大学卒業後1年据え置き、以後10年以内(無利子)
- 応募資格**
 - ①石巻専修大学推薦入試または一般入試に合格し、平成23年4月に入学する方
 - ②平成23年4月現在、石巻専修大学に在学する見込みの方で、石巻圏域に2年以上住所を有する方

※ただし、①②ともに石巻圏域内の高等学校および石巻専修大学に入学する目的をもって、圏域内に住所を移転した方は除きます。
- 募集期間** 1月17日(月)～2月25日(金)

☎ 財団法人石巻地域高等教育事業団事務局(総合政策課内)
〒986-8501 穀町14番1号
☎95-1111 (内線4222)・FAX22-4995

財団法人石巻地域高等教育事業団は、石巻圏域の2市1町(石巻市、東松島市、女川町)が、石巻圏域の教育文化の向上を目的に設立した財団法人です。