

# いしのまき

**9.1**  
**SEP.2015**  
平成27年9月1日号  
No.174 (9月1日発行)



## パイプオルガンを楽しもう 遊楽館で夏休み体験会

石巻地方で唯一、パイプオルガンがある遊楽館で、7月～8月に夏休みの子どもたち等を対象にした各種体験教室が開かれました。7月25日(土)、26日(日)の「オルガン体験隊」では、参加者たちが普段入ることのできない巨大なオルガンの内部を見学したり、木管を作って美しい音色が出る仕組みを学習しました。このほか、パイプオルガンのグループレッスン等も行われ、皆で演奏を楽しみました。



石巻市イメージキャラクター

### 主な内容

- P2～4 ----- 行政情報
- P5 ----- 相談あんない
- P6 ----- スポーツ・文化・催し
- P7 ----- お知らせコーナー
- P8・9 ----- 子育て・健康情報
- P10・11----- みんなの広場・まちの話題
- P12 ----- 行政情報

### 市政教室の参加者募集

- |         |   |
|---------|---|
| と き     | 9月28日(月)・30日(水) 午前9時50分～午後3時45分                                       |
| 見 学 先   | ○石巻魚市場<br>○情報交流館中央館・橋通りCOMMON等(昼食各自)<br>○石巻浄化センター(下水処理場)<br>○石巻消防署西分署 |
| 定 員     | 17人【先着】 ※新規申し込みの方優先   |
| 参 加 費   | 無料(昼食は自己負担)   |
| 申 込 方 法 | 9月8日(火)午前8時30分から電話で申し込みください。<br>(土日・祝日を除く)                            |
| 集 合 場 所 | ①市役所5階市民サロン 午前9時50分<br>②総合運動公園内バス駐車場(南境) 午前10時10分                     |
| 注 意 事 項 | ①お車で出での際は、総合運動公園内駐車場をご利用ください。<br>②悪天候等により、コース内容等が変更または中止になる場合があります。   |
| 申・問     | 秘書広報課(内線4022・4023)  |

**要予約**

# 平成27年国勢調査が実施されます!

東日本大震災後、初めての調査であり、大震災の影響による人口移動等の調査結果は、今後の復興推進のための計画策定等に利用されます。

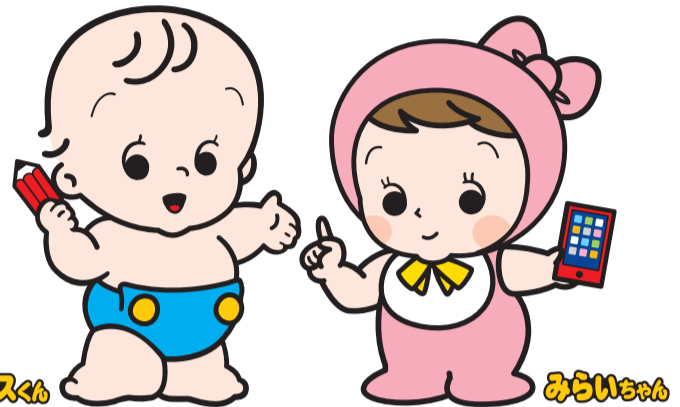
9月上旬に国勢調査員が各世帯を訪問しますので、国勢調査へのご協力をお願いします。

## ●国勢調査とは

国勢調査は、統計法に基づき、国内の人口および世帯の実態を把握するとともに、さまざまな行政施策等の基礎資料を得ることを目的として5年ごとに実施される国の最も重要な統計調査です。

調査は、本年10月1日現在、日本国内に普段住んでいる全ての人(外国人を含む)および世帯を対象に行われます。

住民票等の届け出に関係なく、10月1日現在で、すでに3か月以上住んでいる人を(10月1日の前後を通じて3か月以上住むことになっている人を含む)、その人が普段住んでいる場所で、世帯ごとに調査します。



## ●災害復旧工事関係者・単身赴任者の皆さんへ

市外(住民票の届け出先)にお住まいの方でも、災害復旧工事関係者、単身赴任者で市内の宿舎や社員寮で寝泊まりしており、1週間のうち宿舎や社員寮で寝泊まりする日数が多い場合は、石巻市での調査対象となります。

## ●インターネットによる回答が可能になりました

調査員が9月上旬に、世帯ごとに「インターネット回答の利用案内」を配布し、インターネットによる回答を9月20日(日)まで受け付けします。

その後、インターネット回答のなかった世帯に、調査員が9月下旬、紙の調査票を配布します。調査票が届きましたら、「調査票の記入のしかた」をよく読んでいただき、漏れなく記入してください。(※黒の鉛筆またはシャープペンシルで記入してください)

## ●国勢調査員について

調査票を配布・回収する国勢調査員は、総務大臣が任命する非常勤の国家公務員です。

※調査員は、顔写真入りの調査員証、腕章を身に付け、国勢調査員用の手提げ袋を持って各世帯に訪問します。

## ●個人情報厳格に保護されます

- ・統計法により、厳格な個人情報保護が定められています。
- ・国勢調査に従事する者は、統計法による守秘義務が課せられます。

## ●「かたり調査」にご注意を!

かたり調査とは、調査員を装って調査票をだまし取ったり、個人情報を聞き出す不正行為のことです。被害に遭わないよう、以下の点に注意してください。

- (1) 調査員が所持している調査員証や腕章、手提げ袋を確認してください。
- (2) 国勢調査は、電話やEメールで行われることはありません。
- (3) 国勢調査には、預金や収入等に関する調査事項はありません。

## ●調査の回答方法

調査に回答の際は、次のいずれか1つを選択できます。

### 1. インターネットで回答する

調査員が世帯を訪問し、「インターネット回答の利用案内」等を配布しますので、定められた期間内に、インターネットで回答をしてください。インターネットでの回答をした世帯は、調査が終了となります。

**インターネット回答期間 9月10日(木)～20日(日)**

### 2. 調査票を郵送で提出する

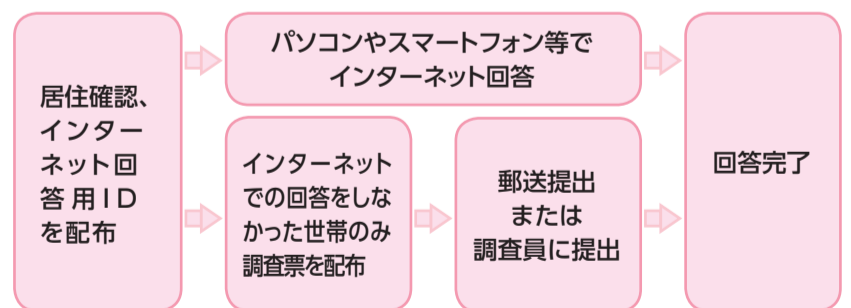
インターネットでの回答をしなかった世帯に対し、調査員が訪問し、紙の調査票を配布します。調査票と一緒に配布した返信用封筒を使用し、郵送で提出することができますので、調査員に申し出てください。

郵送提出の送付先は「平成27年国勢調査 調査事務局(総務省統計局国勢統計課)」宛となり、郵送料はかかりません。

### 3. 調査票を調査員に直接提出する

インターネットでの回答をしなかった世帯に対し、調査員が訪問し、紙の調査票を配布します。調査員に直接提出する場合は、調査票の回収日を調査員と調整してください。

なお、調査票提出の際、回答内容を見られたくない場合は、調査票を封入してから調査員に提出してください。



国勢調査についてご不明な点がございましたらお気軽にお問い合わせください。

問	総務課	☎24-6624(直通)
	河北総合支所 地域振興課	☎62-2111(代)
	雄勝総合支所 地域振興課	☎57-2111(代)
	河南総合支所 地域振興課	☎72-2111(代)
	桃生総合支所 地域振興課	☎76-2111(代)
	北上総合支所 地域振興課	☎67-2111(代)
	牡鹿総合支所 地域振興課	☎45-2111(代)

# 行政情報

## マイナンバーの通知カードを送付します

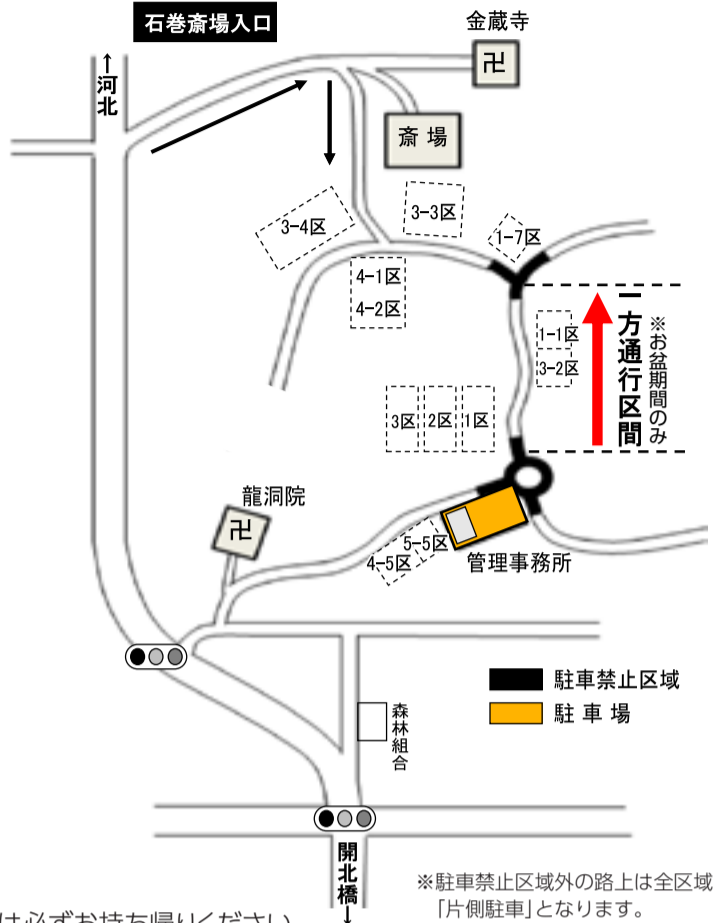
本年10月以降、住民票の住所へ送付します。  
通知カードは、転送ができませんので、住民票の住所と異なる居所にお住まいの方は、10月2日(金)までに住所変更の届け出をお願いします。  
ただし、次に該当する方は本市報と一緒にお届けした居所情報登録申請書を提出することにより、住所地以外の居所で受け取ることができます。  
①東日本大震災により被災し、住所地以外の場所へ避

難している方(応急仮設住宅の居住者は手続き不要)  
②ドメスティックバイオレンス(DV)、ストーカー行為、児童虐待等の被害者で、住所地以外の場所へ移動している方  
③一人暮らしで長期間、医療機関・施設に入院・入所している方  
④その他、やむを得ない理由により住所地において通知カードの送付を受けることができない方

申請期限 9月25日(金)(必着)  
申・問 市民課(内線2313)

## もうすぐお彼岸です

お彼岸期間中は、石巻霊園内が大変混み合います。  
石巻斎場入口の方からも石巻霊園に行くことができますのでご利用ください。



- 供物は必ずお持ち帰りください。
- 霊園内での火災を防ぐため、火の後始末を徹底しましょう。

### 霊園行き無料バス 時刻表

期間 9月20日(日)  
(行き)

停留所名	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目	6回目
石巻駅前	6:00	7:50	9:40	11:30	14:00	15:50
中央三丁目	6:05	7:55	9:45	11:35	14:05	15:55
住吉町	6:07	7:57	9:47	11:37	14:07	15:57
(株)ミヤコーバス石巻営業所	6:08	7:58	9:48	11:38	14:08	15:58
大橋通り	6:09	7:59	9:49	11:39	14:09	15:59
開北橋	6:10	8:00	9:50	11:40	14:10	16:00
霊園ロータリー前	6:15	8:05	9:55	11:45	14:15	16:05
3-4区墓域前	6:25	8:15	10:05	11:55	14:25	16:15

(帰り)

停留所名	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目	6回目
3-4区墓域前	7:15	9:05	10:55	12:45	15:15	17:05
霊園ロータリー前	7:25	9:15	11:05	12:55	15:25	17:15
開北橋	7:30	9:20	11:10	13:00	15:30	17:20
大橋通り	7:31	9:21	11:11	13:01	15:31	17:21
(株)ミヤコーバス石巻営業所	7:32	9:22	11:12	13:02	15:32	17:22
住吉町	7:33	9:23	11:13	13:03	15:33	17:23
中央三丁目	7:35	9:25	11:15	13:05	15:35	17:25
石巻駅前	7:40	9:30	11:20	13:10	15:40	17:30

問 環境課(内線3365)

## 子育て世帯臨時特別給付金のお知らせ

9月中旬に申請書を対象者へ送付します。  
対象  
本年6月分の児童手当を受給される方(特例給付受給者を除く)

申請期限 12月31日(木)  
申・問 子育て支援課(内線2514)

## 子ども・子育て会議委員を募集します

子育て世代の意見等を市の取り組みに反映させるため、委員を公募します。  
募集人員(公募枠)  
3人(市内在住20歳以上の方で、小学生以下の児童を子育て中で、児童福

社に関して興味のある方)  
任期 10月から2年間  
申込方法

「公募委員申込書」に必要事項を記入し、指定課題について400字程度にまとめ、郵送またはEメールにより送付してください。申込書は、子育て支援課で配付またはホームページからダウンロードしてください。  
申込期間  
9月1日(火)~14日(月)  
申・問 〒986-1850 1(住所不要)  
子育て支援課(内線2514)  
ischisup@city.ishinomaki.jp



## 野外焼却(野焼き)はやめましょう!!

秋口は、風の強い日が多くなるため、ごみ焼却や枯草焼却から火災になることがあります。  
「急に風にあおられて…」  
「その場を離れた隙に…」と、ちよつとした気の緩みから発生しています。  
野焼きは禁止されており、場合によっては処罰の対象となりますので、野外焼却せずに指定されたごみ集積所や処分場へ出しましょう。

消防本部予防課  
95-7167

## 9月9日は「救急の日」です

「救急の日」は、救急業務および救急医療に対して理解と認識を深めてもらうため昭和57年に定められました。以来、毎年9月9日を「救急の日」とし、この日を含む1週間を「救急医療週間」としています。  
石巻地区広域管内においても、応急手当の講習会を中心とした救急に関するさまざまな行事を実施しています。この機会にぜひ、皆さんも救急講習を受講して応急手当を身につけましょう。

※普通救命講習については、7ページをご覧ください。  
問 石巻消防署  
95-7112

## 防災ラジオの販売会のお知らせ

防音性の高い室内や大雨等で防災行政無線が聞こえづらい状況でも、室内で聞こえるように、防災ラジオを販売しています。防災ラジオの特徴や放送内容等の詳細は、市報3月15日号またはホームページをご覧ください。

販売対象	①市民 ②市内で事業を営んでいる事務所や事業所	
金額	戸別受信機が設置されていない世帯	1,000円/1台
	戸別受信機が設置されている世帯 事務所、事業所 2台目以降の購入世帯	5,000円/1台
販売方法	とき	①9月2日(水)午前9時30分~11時30分まで ②9月16日(水)午後1時30分~4時30分まで
	ところ	市役所5階エレベーターホール ※町内会、自治会、自主防災会や、事業所等において、取りまとめて20台以上の購入をする場合は、代表者の自宅や事務所にお届けすることができますので、ご相談ください。

注意事項 ※購入時、運転免許証や健康保険証等の、市民であることが確認できるものを持参してください。  
※代理人による購入が可能です。実際に使用する世帯の世帯主等の身分証明書のコピーを持参してください。  
※防災ラジオのテスト放送を、9月11日(金)午後3時ごろ行います。

問 防災推進課(内線4173)

## 敬老会および敬老祝金のご案内

平成27年度の敬老会を開催します。  
対象となる方には、記念品を同封した案内状をお送りしていますのでぜひご参加ください。  
開催日時および会場等については、市報8月1日号をご覧ください。

### ●敬老祝金

今年満88歳となる方(昭和2年1月1日から昭和2年12月31日までに生まれた方)で9月1日現在、市に住民登録のある方に、敬老祝金1万円を支給します。

問 福祉総務課(内線2453・2454)  
各総合支所保健福祉課

# 行政情報

## 石巻市総合時刻表を配布しています

市内を運行するバス・鉄道・離島航路の時刻表を掲載した「石巻市総合時刻表」を配布しています。

### 配布場所

市役所4階地域振興課  
各総合支所地域振興課  
各支所

### 地域振興課

(内線4245)

各総合支所地域振興課  
各支所

## ペットは大切なパートナー 9月20日～26日は「動物愛護週間」です

家庭動物が家族の一員として位置付けられる一方で、虐待されたり、殺処分されたりする犬や猫がいまだに後を絶ちません。

飼主の方は、ペットの習性や生態を正しく理解し、適正な管理としつづけを心掛けます。

### 環境課(内線5017)

各総合支所市民生活課

## 重・中度心身障害者医療費助成資格登録(更新)の手続き

重・中度心身障害者医療費受給者証は、毎年10月1日が更新日です。

更新手続き  
○申請時に所得状況を確

認することに同意した方(原則手続き不要)  
9月下旬に、助成対象者には受給者証を、非該当者には文書を郵送します。

○それ以外の方  
9月上旬に申請書を送付します。9月30日(水)まで申請してください。

(提出がない場合は、医療費助成ができませんのでご注意ください)

※本年1月1日現在、市に住所を有していない方は前住所地からの所得証明(本年度分)が必要です。  
※所得状況を確認することに同意されない方も所得証明書の提出が必要です。

申請書 障害福祉課  
(内線2478)  
各総合支所保健福祉課

## 石巻広域都市計画の見直しに関する説明会・公聴会(石巻・東松島地区)を開催します

「石巻広域都市計画区域の整備、開発及び保全の方針」および「石巻広域都市計画区域区分」の見直しに関する説明会・公聴会を開催します。

【説明会】  
とき 9月11日(金)午後7時  
ところ 市役所4階庁議室

【公聴会】  
とき 10月2日(金)午後7時  
ところ 市役所4階庁議室  
※説明会は女川町でも開催しますので、詳しくは県ホームページをご覧ください

ください。

※公聴会に関する公述申し出の締切は9月25日(金)までとします(当日消印有効)。詳細については県公報をご覧ください。なお、公述の申し出がない場合は公聴会を中止し、県ホームページで案内します。

### 県都市計画課

022-211-3134

URL: <http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/tosikei/>

市都市計画課  
(内線5634)

## 9月は船員労働安全衛生月間です

「ケガなく、事故なく病気になる、無事に帰るぞ僕らの港」のスローガンのもと、全国一斉に運動が展開されます。月間中は、石巻海事事務所等が船舶の安全・衛生に関する訪船指導を実施します。

東北運輸局石巻海事事務所  
095-112228  
市水産課(内線3514)

## 9月は廃棄物不法投棄防止強化月間です

悪徳業者や心無い人等による廃棄物の不法投棄が多発しています。

違反者は、5年以下の懲役もしくは、1,000万円(法人の場合は3億円)以下の罰金または併科に処せられる犯罪行為です。

土地の所有者や管理者は、不法投棄されないよう、適切な管理を心掛けてください。なお、警察もパトロールしていますが、不法投棄物に関する情報は、お近くの警察署

または交番・駐在所、もしくは廃棄物対策課へご連絡ください。

廃棄物対策課  
(内線3375・3376)

## 選挙人名簿の縦覧

選挙管理委員会では、9月1日現在の住民基本台帳に基づき、新たに登録した方々の選挙人名簿を縦覧します。

とき 9月3日(木)～7日(月)  
午前8時30分～午後5時  
ところ 選挙管理委員会事務局  
※土日の縦覧は、事前に連絡をお願いします。

選挙管理委員会事務局  
(内線5823・5824)

## 臨時福祉給付金のお知らせ

消費税引き上げに伴う負担軽減のため、暫定的・臨時的な措置として給付するものです。

対象 基準日(本年1月1日)において、市の住民基本台帳に登録されている方で、平成27年度分(平成26年中)の市民税(均等割)が課税されていない方。ただし、次に該当する場合は対象外となります。

・自身を扶養している方が課税されている場合  
・生活保護を受けている場合  
給付額 給付対象者一人につき6,000円

申請手続 対象と思われる方に、10月に申請書を郵送します。  
申請書 福祉総務課  
(内線2881)

## 福島第一原子力発電所事故による放射線の影響

放射線の測定をしています。期間中の測定の結果、空間放射線量は健康に影響を与えないレベルではありませんでした。測定は今後も定期的に行ってまいります。

(単位:マイクロシーベルト/時)

測定箇所	測定結果	測定期間
市役所北出入り口前	0.05~0.07	7/1~7/31
市立保育所、私立幼稚園、私立保育園(敷地)	0.04~0.09	7/2~7/30
公共施設等(ホットスポット調査)	0.05~0.11	7/2~7/30
牡鹿地区集落	0.05~0.21	7/2~7/21

### ■空間放射線量の測定結果

※市民持ち込みによる食品等の放射性物質の簡易検査および空間放射線簡易測定器の貸し出しを無料で行っています。  
環境放射線対策室  
(内線3366)

## 市営住宅入居者募集

案内書配布場所 住宅管理課、各総合支所、各支所、宮城県住宅供給公社の東部管理事務所

受付期間 9月1日(火)～12日(土)(当日消印有効)  
申込方法 専用の申込用紙に記入し、郵送で申し込みください。

### 【募集する住宅】

管轄	本庁			
種類	公営	公営	改良	改良
住宅名	蛇田	新橋	水押	鹿妻改良
所在地	蛇田字新東前沼142	門脇字二番谷地13-212	水押二丁目8	鹿妻南一丁目7
間取り	3K	2K	3K(1階)	3K(1階)
建築年度	昭和38年度	昭和34年度	昭和49年度	昭和52年度
構造	木造平屋建	簡耐平屋建	中層耐火4階建	中層耐火5階建
募集戸数	1戸	1戸	1戸	1戸
単身入居	可★	可★	不可	不可
管轄	河北			桃生
種類	公営			公営
住宅名	万石浦	河北川の上上納(新)	河北川の上上納(新)	桃生四軒
所在地	流留字七勺9-1	小船越字本屋敷4-1	小船越字本屋敷4-1	桃生町中津山字四軒前11-1
間取り	3DK(1.4階)	2LDK(玄関東向き)	2LDK(玄関北向き)	2LDK
建築年度	昭和59年度	平成18年度	平成18年度	昭和58年度
構造	中層耐火5階建	木造平屋建	木造平屋建	簡耐2階建
募集戸数	2戸	1戸	3戸	1戸
単身入居	不可	可	可	不可
管轄	牡鹿			
種類	特公賃	市単独		
住宅名	鮎川笹ヶ平(特公賃)	鮎川寺下		
所在地	鮎川浜笹ヶ平5-3	鮎川浜寺下17		
間取り	3K	3DK		
建築年度	平成8年度	昭和46年度		
構造	木造平屋建	木造平屋建		
募集戸数	1戸	1戸		
単身入居	可	可		

★蛇田・新橋については、次のいずれかに該当する方のみ単身での申し込みが可能です。  
昭和31年4月1日以前に生まれた方、障害者手帳等をお持ちの方、生活保護法被保護者の方等  
※家賃は世帯の所得等により決定します。詳しくは東部管理事務所までお問い合わせください。

- ＜重要＞
- ・申し込み時点で入居予定者の中に市税等の滞納がある方がいる場合または暴力団員がいる場合は申し込みできません。
- ・申し込みの際に必要な書類は、事前にお問い合わせください。
- ・災害等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。
- ・ペットの飼育は禁止です。
- ・東日本大震災で住居を失った方(り災判定で自宅が全壊、大規模半壊または半壊で解体を余儀なくされた方)については、収入基準等の入居要件を満たしているものとして申し込み可能です。(特定公共賃貸住宅を除く)
- ・上記の方が一般の市営住宅に入居した場合、復興住宅への入居申し込みはできません。また、家賃低減化の措置は復興住宅にのみ適用されるため、受けられません。
- ・その他詳細については、ホームページをご覧ください。

申請書 宮城県住宅供給公社 東部管理事務所 ☎21-5657  
〒986-0815 石巻市中里七丁目1-3

## 県営住宅入居者募集

案内書配布場所 住宅管理課、各総合支所、各支所、宮城県住宅供給公社の東部管理事務所

受付期間 9月1日(火)～12日(土)(当日消印有効)  
申込方法 専用の申込用紙に記入し、郵送で申し込みください。  
申請書 宮城県住宅供給公社 住宅管理課 ☎022-224-0014  
宮城県住宅供給公社 東部管理事務所 ☎21-5657

平成27年度地域包括  
ケア普及啓発研修会

「我が家が一番！～在宅医療と介護のこれから～」  
とき 10月10日(出)

午後1時30分～3時45分  
ところ 石巻赤十字病院  
災害医療研修センター講堂  
(メデイカルモール)

※要電話予約

対象 石巻圏域にお住ま  
いの方

定員 200人〔先着〕

申込期限 9月18日(金)

申・問 石巻市地域包括ケ  
ア推進協議会事務局

(包括ケア推進室内)  
☎98-5518



市民相談センターから

《家屋点検工事トラブル》

「お宅の屋根瓦がずれているので早く修理したほうがよい」等と不安をあおって、工事契約を勧める相談が増えています。

外壁や床下工事、害虫駆除等の点検商法の場合もすぐに契約せず、家族等に相談しましょう。

工事契約する時は、信用できる複数業者から見積もりをとり、工事内容や費用をよく確認して、納得して決めましょう。

《弁護士による無料法律相談》

日程等は「9月の相談あ  
んない」をご覧ください。

申・問 市民相談センター

☎23-5040

9月の相談あんない

行政

●行政書士相談(要予約)

24日(木) 午前10時～午後3時 市役所2階相談室A・B  
相続・許認可・相談ほか

申・問 県行政書士会石巻支部 ☎22-8471

- 行政相談 7日(月) 午前10時～午後3時 北上保健医療センター
- 9日(水) 午後1時～3時 石巻中央公民館楽屋
- 16日(水) 午後1時～3時30分 河南老人福祉センター

子ども

- 県東部児童相談所(石巻合同庁舎) 18歳未満の子どもに関する相談  
午前8時30分～午後5時15分(土日・祝日を除く) ☎95-1121
- 子育てに関する相談(子育て支援センター)  
午前9時～午後4時(土日・祝日を除く) ☎94-2366

介護

●各地域包括支援センター ※ ( )内は担当地区

中央(石巻・中央)	☎21-5171	河北(河北)	☎61-1252
稲井(稲井・住吉)	☎93-8166	雄勝(雄勝)	☎61-3732
蛇田(蛇田)	☎92-7355	河南(河南)	☎86-5501
山下(山下・釜・大街道)	☎96-2010	ものう(桃生)	☎76-5581
渡波(渡波・荻浜)	☎25-3771	北上(北上)	☎61-7023
湊(湊)	☎90-3146	牡鹿(牡鹿)	☎44-1652

交通事故

- 県交通事故相談(石巻合同庁舎3階県民サービスセンター)  
午前8時30分～午後4時45分(土日・祝日を除く) ☎95-1411(内線241)
- 交通事故に伴う自動車保険請求相談(そんぽADRセンター東北)  
午前9時15分～午後5時(土日・祝日を除く) ☎0570-022808

暮らし

- 市民相談センター(市役所2階)
  - ・市民生活相談 午前9時～午後5時(土日・祝日を除く)
  - 市民相談(内線2532) 家庭児童相談(内線2534)
  - ・少年相談(内線2533) 午前9時～午後5時(月・水・木・金曜日)
  - ・消費生活相談 ☎23-5040 午前9時～午後5時(土日・祝日を除く)
- 弁護士による無料法律相談(内線2532・2533)
  - 8日(火) 庄司法律事務所松浦弁護士
  - 29日(火) かもめ法律事務所中尾弁護士
  - 午前10時30分～午後4時
  - 定員 1日9人〔先着〕
  - 電話予約受付開始 1日(火) 午前9時

●虐待防止センター(市役所2階)

・児童、高齢者、障害者の各種虐待相談およびDV相談(内線2535・2538・2539・2543) ☎23-6614(直通) 午前8時30分～午後5時(土日・祝日を除く)

●女性のための面接相談(市役所2階相談室B)

2日(水)・16日(水) 午前10時30分、午後1時、午後2時30分

定員 1日3人〔先着〕

担当 田口京子(ウィメンズカウンセリングいづみ/日本フェミニストカウンセリング学会認定カウンセラー)

申・問 地域協働課(内線4233)

●法律(弁護士)相談

・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)  
午前10時～午後4時(土日・祝日を除く)  
震災時被災3県に在住の方は刑事事件・法人を除き全て無料です。

申・問 仙台弁護士会法律相談センター ☎022-223-2383  
(受付 午前10時～午後5時〔先着〕土日・祝日を除く)

※当日の相談予約・キャンセルは直接石巻法律相談センターへ  
午前9時30分～午後3時 ☎23-5451

●県政に関する相談(石巻合同庁舎3階県民サービスセンター)

午前8時30分～午後4時45分(土日・祝日を除く) ☎95-1411(内線241)

●県消費生活相談(石巻合同庁舎3階県民サービスセンター)

午前9時～午後4時(土日・祝日を除く) ☎93-5700

●震災に関する裁判所の手続き案内(仙台家庭・簡易裁判所)

午前9時～午後5時(土日・祝日を除く) ☎022-745-6090

●無料人権相談

7日(月) 午前10時～午後3時 北上保健医療センター  
16日(水) 午前10時～午後3時 河南老人福祉センター  
18日(金) 午前10時～午後3時 河北総合支所

問 仙台法務局石巻支局 ☎22-6188

●農家相談(河北総合支所3階会議室) 15日(火) 受付開始 午後1時30分

詳細については、事前にお問い合わせください。

※農地法許可申請受付期間 3日(木)～9日(水)

問 農業委員会事務局 ☎62-4826

●年金に関する相談(石巻年金事務所)

・毎週月曜日(休日のときは翌日)は相談時間を午後7時まで延長します。

・休日年金相談 12日(土) 午前9時30分～午後4時 ☎22-5115

「暮らしとこころの相談会」

とき 12日(土)・27日(日)  
午前10時～午後4時

ところ 法テラス東松島  
(東松島市矢本字大溜1-1  
コミュニティセンター西側)

相談内容 こころの相談も含めた総合的な相談

相談担当者 弁護士・社会福祉士・  
精神保健福祉士

要予約

申・問 法テラス東松島  
☎050-3383-0009  
午前9時～午後5時  
(土日・祝日を除く)

事業者向け経営相談会

経営のためのあらゆる相談に応じます。

とき 16日(水) 午前10時30分～午後6時

ところ 石巻商工会議所3階会議室  
申・問 宮城県産業復興相談センター  
☎022-722-3858  
市商工課(内線3524)

法の日「登記・供託・人権」無料相談所開設

とき 10月1日(木) 午前10時～午後3時

ところ 蛇田公民館  
相談内容 各種登記手続、供託手続、人権相談等  
問 宮城県司法書士会石巻支部  
☎23-3711

「全国一斉！法務局休日相談所」開催

とき 10月4日(日) 午前10時～午後3時

ところ 仙台法務局石巻支局  
相談内容 登記、戸籍、供託、人権に関する相談  
問 仙台法務局石巻支局  
☎0225-22-6188

全国一斉「高齢者・障害者の人権あんしん相談」強化週間

とき 7日(月)～11日(金)  
午前8時30分～午後7時

12日(土)・13日(日) 午前10時～午後5時

相談内容 高齢者や障害者に対する暴行・虐待  
や家族間での問題等  
問 仙台法務局人権擁護部  
☎022-225-5743  
☎0570-003-110(ナビダイヤル)

# 9月 スポーツ・文化・催し

**表記の見方**  
**開** 開館時間、利用時間  
**休** 休館日、休業日  
 ※スポーツ行事の中には入場料が必要なものもあります。

<b>総合体育館</b> ☎95-8998	<b>開</b> 午前9時～午後9時 ※日曜・祝日は午後5時まで <b>休</b> 毎月第4木曜日
5日(土)・6日(日) 午前9時	第39回高体連石巻支部新人大会剣道競技
12日(土) 正午 13日(日) 午前9時	剣道創立50周年記念第5回石巻さかな祭 剣道優勝大会
15日(火) 午前6時30分	国体壮行会
19日(土) 午前9時	石巻地区級位審査講習会(剣道)
20日(日) 午前9時	市民スポーツバドミントン大会
26日(土)・27日(日) 午前9時	第12回石巻地区中学校新人総合体育大会(卓球)

<b>総合運動公園</b> ☎22-9111 FAX22-9112		
2日(水)～7日(月) 午前8時	秋季宮城県高等学校野球東部地区大会	
11日(金) 午後4時30分開場 午後6時試合開始	女子プロ野球リーグ チャレンジマッチ 東北レイア vs 埼玉アストライア	
12日(土)・13日(日) 午前8時	南東北大学野球秋季リーグ戦	市民球場
17日(木)～20日(日) 午前8時	秋季東北地区高等学校野球宮城県大会	
26日(土)・27日(日)・29日(火)・30日(水) 午前9時	石巻地区中学校新人総合体育大会(野球)	
6日(日)・20日(日) 午前10時	東日本クラブ選手権大会予選(ラグビー)	
13日(日) 午後1時	JFL公式戦(サッカー) ソニー仙台FC vs 奈良クラブ	
26日(土) 午前9時	石巻地区中学校新人総合体育大会(サッカー)	フットボール場
27日(日) 正午	トップイーストDIV2ホームゲーム(ラグビー) ライオンファンクス vs TOSENクリーンファイターズ山梨	
6日(日) 午前11時	ゴールドリフ(サッカー) マリノル松島スポーツクラブ vs TGサンエルシニア	ふれあいグラウンド
13日(日) 午前10時	宮城県クラブ社会人リーグ(ラグビー)	
26日(土)・27日(日) 午前9時	石巻地区中学校新人総合体育大会(サッカー)	

<b>石巻中央公民館</b> ☎22-2970 FAX21-6050	<b>開</b> 午前9時～午後9時30分 <b>休</b> なし
26日(土) 午前9時15分～午後3時	子ども自然体験教室「カヌーに挑戦!」 対 象 小学1～6年生(小学1～3年生は親子での参加をお願いします) 持ち物 濡れてもよい服装・着替え・飲み物・帽子・タオル等 ※内容は各小学校から配布されたチラシをご覧ください。
4日(金)・18日(金) 午前10時～正午	石巻市家庭教育支援チーム「いっしょクラブ(子育てサロン)」 内 容 親子遊び、ダンス、手遊び、読み聞かせ等 対 象 小学校入学前のお子さんとお母さん等
27日(日) 午前10時～正午	石巻市ジュニア・リーダーサークルげろっぱ「プレイパークinわんぱーく」 と ころ いしのまきわんぱーく(南境金沢前 県道33号石巻斎場入口) 内 容 遊具遊び、ゲーム、フリスビー等 ※雨天中止
10月6日(火) 午前10時～正午	子育てワークショップ「親のみちるべ(赤ちゃんがうまれて)」 ～子育てが“ひとりっきり”にならないように～ 対 象 0～1歳児の母親 定 員 12人

<b>渡波公民館</b> ☎24-0941	<b>開</b> 午前9時～午後9時30分 <b>休</b> なし
18日(金) 午後7時～9時	一般教養講座「陶芸教室」 講 師 東和焼 瑞樹窯 窯元 笠 政彦 対 象 市内にお住まいの方 定 員 20人(抽選) 料 金 2,100円(材料費 粘土1kg) 申込期限 11日(金)正午(材料費を添えて申し込みください)

<b>稲井公民館</b> ☎22-4303	<b>開</b> 午前9時～午後9時30分 <b>休</b> なし
11日(金) 午後1時30分～3時30分	女性教室・くらしの講座学習会「絵手紙教室」
17日(木) 午後1時30分～3時	高齢者教室・長生大学学習会「認知症予防教室」

<b>河北総合センター「ビッグバン」</b> ☎62-1120	<b>開</b> 午前9時～午後9時 <b>休</b> 7日(月)・14日(月)・24日(木)・28日(月)
5日(土) 午後1時30分開演(午後1時開場)	福祉チャリティ 瑞穂あけみコンサート 料 金 前売1,000円(当日1,200円) 入場券販売所 河北総合センター「ビッグバン」 問 ふるさとコンサート事務局 遠藤☎62-3531
6日(日) 午前9時30分	宮城県剣道スポーツ少年団錬成交流大会 問 事務局 ☎090-3362-9031
8日(火) 午後6時30分開演(午後6時開場)	震災復興支援コンサート 東京都交響楽団石巻公演 料 金 無料(要整理券)
13日(日) 午後1時	サークル・カリブ 秋のダンスパーティー 料 金 1,000円 問 サークル・カリブ ☎23-5674
20日(日) 午前10時開演	第6回 岡和彦 歌謡・舞踊チャリティショー 料 金 2,000円 問 岡歌謡音楽事務所 ☎22-5715
22日(火・祝) 午後0時30分	杜の子まつり「あそびのひろばin石巻」 問 NPO法人せんだい杜の子ども劇場 ☎022-375-3548

<b>図書館</b> ☎93-8635	<b>開</b> 午前9時～午後5時 <b>休</b> 7日(月)・13日(日)・21日(月・祝)・22日(火・祝)・23日(水・祝)・28日(月) ※水曜日は午後7時まで、土・日曜日は午後4時まで
4日(金)・18日(金) 午前10時30分～11時	あかちゃんおはなし会 絵本やわらべうた・手遊び等、親子で楽しみましょう。
5日(土)・19日(土) 午前10時30分～11時	たのしいおはなし会 絵本・紙芝居・手遊び等、お話に親しみましょう。
1日(火)・8日(火)・15日(火)・29日(火) 午後3時30分～4時	紙芝居とお話の会 紙芝居・絵本・手遊び等、一緒に楽しみましょう。
8日(火) 午前10時～正午	読書会 テキスト『みのたけの春』 志水 辰夫 著
10日(木) 午前10時～正午	絵本とおはなしの会勉強会
15日(火) 午前10時～正午	子どもの本を読む会 テキスト「ティラノサウルスシリーズ」 宮西 達也 著
13日(日) 午前10時30分～11時	おはなし会 ※河北分館(ビッグバン図書館)
19日(土) 午前10時～10時30分	えほんとお話の会 ※桃生分館(桃生公民館)
<出張図書館「えほんびより」の活動予定>	
10日(木) 午前10時～11時30分	「すくすく赤ちゃん教室」ネンネ・寝返りグループ なかよし保育園地域子育て支援センター

<b>遊楽館</b> ☎72-3561	<b>開</b> 午前9時～午後9時 <b>休</b> 7日(月)・14日(月)・24日(木)・28日(月) ※28日(月)はかなんホール・コモレピフォーラムのみ臨時開館します。
6日(日) 午後1時30分開演(午後1時開場)	倉田朋美音楽教室 おんがくの森 第2回発表会 問 倉田 ☎090-5596-4864
13日(日) 午後3時(午後2時30分開場)	森山良子コンサートツアー2015～2016 フォークソングの時代アコースティックバージョン【完売】
20日(日) 午前9時30分開演(午前9時開場)	第38回石巻・桃生・牡鹿地方神楽大会 料 金 1,000円(当日1,200円) 問 河南公民館 ☎86-3663
22日(火・祝) 午後3時開演(午後2時30分開場)	chor BAUMミニコンサート 問 加藤☎090-1778-4921 ㊚ chor.baum@gmail.com
23日(水・祝) 午後2時開演(午後1時30分開場)	渡邊かれん(ソプラノ)&渡邊成威(テノール)ジョイントリサイタル 料 金 一般2,500円 中学生2,000円 小学生以下1,000円 問 サンリツ楽器石巻店 ☎22-6478
28日(月) 午後6時30分開演(午後6時開場)	YUGAKUKAN Autumn コンサート2015 小川有紀(パイプオルガン)&きりく・ハンドベルアンサンブル月明かりコンサート 料 金 無料(要整理券) ※未就学児の入場はご遠慮ください。 整理券配布場所 遊楽館、河北総合センター「ビッグバン」、石巻中央公民館
10月12日(月・祝) 午後1時開演	遊楽館開館10周年記念コンサート 早島万紀子パイプオルガン演奏会

<b>河南室内温水プール</b> ☎72-3605	<b>開</b> 午前10時～午後9時 ※日・祝は午後5時まで <b>休</b> 休館日は、遊楽館と同じ
6日(日)・20日(日) 午前10時～10時45分	ベビースイミング教室(4回クール) ※残り2回は10月に実施します。 対 象 生後6ヶ月～3歳 定 員 20人(先着) 料 金 4回で3,000円 ※保護者の方も一緒に入水となります。
22日(火・祝) 午前11時～正午	肩こり腰痛予防緩和とスイミング 対 象 高校生以上男女 定 員 15人(先着) 料 金 500円 ※水着と泳帽は必ずお持ちください。
23日(水・祝) 午前10時30分～正午 午後1時30分～3時	走り方教室 と ころ 遊楽館アリーナ 対 象 <午前>幼児の部(年少～年長) <午後>小学生の部(小学1～6年生) 定 員 各部30人(先着) 料 金 1人1,000円
◆プールイベントの他にも、走り方教室等のアリーナイベントも随時開催しています!教室無料体験も随時受付中! 詳しくはプールホームページまたは電話でお問い合わせください。 http://www.miz-ss.com/kananpool	

<b>石巻健康センターあいプラザ・石巻</b> ☎95-8640 FAX95-8664 www.iplaza-fep.jp	<b>開</b> 午前10時～午後9時(日・祝は午後5時まで) <b>休</b> 21日(月・祝)～23日(水・祝)
13日(日) 午前10時	☆あいプラザ・石巻 「秋の体育祭」☆ 内 容 プール・トレーニング・エアロやダンス等、無料で参加できるさまざま なプログラムを行います。 申込方法 電話で申し込みください。定員は教室ごとに異なります(先着)
27日(日) 午前10時	☆あいプラザ・石巻 「第2回 音楽舞踊発表会」☆ 内 容 あいプラザ内で開講している音楽・舞踊講座の発表会を行います。 各講座の発表時間等についてはお問い合わせください。 (来場者多数の場合は、入場制限をかける場合があります)

H27年度後期講座(10月～3月) 9月6日(日)午前10時新規申込受付を開始します!!  
 プール・トレーニングルームのフリー利用 ※曜日によって利用時間帯が異なります。  
 ・一般500円(現受講生は400円) ・学生300円(学生証提示)  
 ・シニア65歳以上の方300円(年齢のわかるものを提示) ・障がい者300円(障がい者手帳を提示)  
 ※レイト割引300円(午後7時15分以降のご利用限定。利用できない曜日もあります)  
 ※プールは中学生以上、トレーニングルームは高校生以上の利用となります。

<b>かなんパークゴルフ場</b> ☎72-2933	<b>開</b> 午前9時～午後5時 <b>休</b> 休場日は遊楽館と同じ
6日(日) 午前9時	東北交流PG大会開催記念石巻市民PG大会
25日(金) 午前10時	コース会員月例会 ※当日の受付は午前8時30分までをお願いします。

<b>にっこりサンパーク</b> ☎67-2038	<b>開</b> 午前9時～午後9時 <b>休</b> 月曜日 ※21日(月・祝)分は24日(木)
野球場・テニスコート ※要電話予約	

<b>牡鹿交流センター</b> ☎45-3618	<b>開</b> 午後1時～午後8時 ※休館日の前日は午前10時～午後5時 <b>休</b> 7日(月)・14日(月)・24日(木)・28日(月)
屋内温水プール 利用料金 一般高校生 500円 3歳～中学生 200円 3歳未満 無料	

<b>トレーニング機器 使用講習会</b>
●総合体育館 ☎95-8998 16日(水) 午後3時30分(受付時間 午後3時～3時25分) 9日(水)・30日(水) 午後6時30分(受付時間 午後6時～6時25分) ※要予約
●ビッグバン ☎62-1120 11日(金)・25日(金) 午後3時/午後7時 ※要電話予約
●遊楽館 ☎72-3561 6日(日)・27日(日) 正午/午後5時 ※要電話予約
●牡鹿交流センター ☎45-3618 午後1時～8時 ※休館日の前日は、午前10時～午後5時 随時受付 ※要電話予約

# お知らせコーナー

表記の見方

☐ 申し込み先

☒ 問い合わせ先

✉ Eメール

## 『企業向け人材確保セミナー』開催

県は、人材の採用と定着をテーマとして「多様な正社員制度導入セミナー」を開催します。

**と き** 9月29日(火) 午後1時30分～3時30分

**と ころ** 石巻商工会議所(立町一丁目5-17)

**申込方法** ホームページから申し込みください。

☐・☒ (株)マイナビ東北支社

☎0120-017-366・022-213-5074

URL <http://chiikilabo.mynavi.jp/2015/miyagi-jinzairyoku/>

☒ 市商工課(内線3523)

## ツール・ド・東北2015 応「縁」フェスタ

**と き** 9月12日(土) 午前10時～午後7時

13日(日) 午前10時～午後5時30分

**と ころ** 石巻専修大学

**内 容** 発着点の石巻専修大学でイベントを開催します。東北の味覚が楽しめる屋台や自転車教室、ポケモンとの触れ合いステージ等、さまざまなプログラムを用意しています。当日は駐車場が限られていますので、JR石巻駅前から運行するシャトルバスをご利用ください。

☐・☒ 大会運営事務局 ☎0570-099-820

URL <http://tourdetohoku.yahoo.co.jp>

市観光課(内線3535)

## ノルデックウォーキングイベント

**と き** 9月14日(月) 午前9時30分～正午

**と ころ** スポーツショップマツムラ集合

**定 員** 20人(先着)

**料 金** 500円(保険料)

※ポールは無料で貸し出します。

## キッズサッカーフェスティバル!

**と き** 9月20日(日) 午前10時～11時30分

**と ころ** 市総合運動公園ふれあいグラウンド

**対 象** 未就学児親子 30組(先着)

小学1年～3年生 50人(先着)

**内 容** 親子体操・ボール遊び・ゲーム

**指 導 者** 宮城県サッカー協会キッズインストラクター

**申込期限** 9月10日(木)

## 男の料理教室

**と き** 10月4日(日) 午前10時～午後1時

**と ころ** 石巻商業高等学校家庭科調理室(予定)

**対 象** 仮設住宅に居住する男性 20人(先着)

※見学者、同伴者は女性可

☐・☒ NPO法人石巻スポーツ振興サポートセンター ☎090-8787-3873

☒ 市体育振興課 ☎22-9111

## 農林水産祭参加行事

### 平成27年度宮城県総合畜産共進会開催

#### ○肉豚の部

**と き** 9月4日(金) 午前11時30分～午後1時30分

**と ころ** 県食肉流通公社(登米市米山町)

#### ○肉用牛の部・乳用牛の部

**と き** 9月12日(土) 午前9時30分～午後2時30分

**と ころ** みやぎ総合家畜市場(遠田郡美里町)

**同時開催** 畜産物および地場産品の即売等、畜産相談コーナー(9月12日のみ)

※販売品は午前中に売り切れとなる場合があります。

☒ (一社)宮城県畜産協会 ☎022-298-8473

市農林課(内線3557)

## 自衛官採用試験

区分	受付期間(必着)	資格
一般曹候補生	9月8日(火)まで	平成28年4月1日現在18歳以上27歳未満の方
航空学生(海上・航空)	9月8日(火)まで	高卒(見込)で21歳未満の方
防衛大学校学生(推薦)	9月5日(土)～9日(水)	高卒(見込)21歳未満で、高等学校長に推薦された方
防衛大学校学生(総合選抜)	9月5日(土)～9日(水)	高卒(見込)で21歳未満の方
防衛大学校学生(一般前期)	9月5日(土)～30日(水)	高卒(見込)で21歳未満の方
陸・海・空自衛官候補生(女子)	9月8日(火)まで	平成28年4月1日現在18歳以上27歳未満の方
防衛医科大学校医学科学生	9月5日(土)～30日(水)	高卒(見込)で21歳未満の方
防衛医科大学校看護学科学生(自衛官候補看護学生)	9月5日(土)～30日(水)	高卒(見込)で21歳未満の方
陸上自衛官(看護)	9月1日(火)～30日(水)	看護師免許を有し、かつ保健師または助産師免許を有する(見込)で36歳未満の方

☐・☒ 防衛省宮城地方協力本部石巻地域事務所 ☎・FAX 83-6789

☒ 市総務課(内線4038)

## シルバー人材センター入会説明会

**と き** 9月16日(水)・24日(木) 午前9時

**入会時に必要なもの**

年会費(3,000円)、印かん、健康保険証、七十七銀行の通帳

☐・☒ (公社)石巻市シルバー人材センター(旧石巻消防署南中里出張所) ☎94-3683

☒ 市商工課(内線3523)

## 第52回石巻中央公民館文化祭

石巻中央公民館を拠点に活動している文化団体・サークル等が日ごろの学習成果を発表します。

**と き** 10月2日(金)～11月22日(日)

## 利用協講座「ダンス初心者講習会」

ジルバ、マンボ、ブルース、タンゴ、ワルツ、ルンバ等が習得できます。

**と き** 9月30日(水)・10月7日(水)・14日(水)・21日(水) 午後7時～8時30分

**と ころ** 石巻中央公民館大ホール

**定 員** 30人(先着)

**申込方法** 来館または電話で申し込みください。

**申込期限** 9月28日(月)

## 世界の家庭料理教室

**と き** 9月20日(日) 午前10時～午後1時

**と ころ** 石巻中央公民館調理実習室

**内 容** 料理名タルカリ(ネパールの家庭料理)

**講 師** ビケ・ハリ、ビケ・ナラニ

**定 員** 24人(先着) **料 金** 700円

**申込方法** 来館または電話で申し込みください。

☐・☒ 石巻中央公民館 ☎22-2970

## サン・ファン歴史講座

### 濱田館長と学ぶ「慶長使節が目指した世界」

濱田館長による計6回の連続講座を開催しています。

**と き** 9月26日(土) 午後1時30分～3時

※10月まで毎月最終土曜日に開催します。

**料 金** 無料(施設見学には、別途入館料が必要です)

☐・☒ サン・ファン館 ☎24-2210

## 石巻赤十字病院からのお知らせ 時間外特別料金(時間外選定療養費)の導入

一刻を争う緊急・重症な患者さんを集中的に診療できる体制をつくるために、10月1日(木)午後5時から、緊急治療の必要がない患者さんで、夜間・休日に受診を希望される方には、以下の場合を除き、診療費に加えて時間外の特別料金として2,700円(税込)をご負担いただくこととしました。ご理解くださいますようお願いいたします。

(時間外特別料金の対象にならない場合)

- ・当院で診療継続中の傷病の症状悪化によって受診する場合
- ・当院の医師から救急外来受診を指示されている場合
- ・他院から救急外来受診のための紹介状を持参した場合
- ・中学生以下の方が受診する場合
- ・労災による傷病で緊急の処置や対応が必要な場合
- ・交通事故や喧嘩等の第三者行為による傷病で緊急の処置や対応が必要な場合
- ・診察の結果、重症で入院または転院となった場合

☒ 石巻赤十字病院 ☎21-7220

## 被災地におけるDV予防啓発講座 「女性向け講座-忙しいママのための楽しく生きるヒント」

**と き** 10月7日(水) 午前10時～正午

**と ころ** 向陽地区コミュニティセンター

**対 象** 子育てに関わる方 **定 員** 50人

**講 師** 八幡悦子(NPO法人ハーティ仙台)

**申込方法** 電話、FAXまたはEメールで申し込みください。託児希望の場合、10月1日(木)までに電話で申し込みください。

☐・☒ 地域協働課(内線4234)

## 平成27年度第3回普通救命講習Ⅰ(一般公募)開催

**と き** 9月27日(日) 午前9時30分～午後0時30分

**と ころ** 東松島市コミュニティセンター(東松島市矢本字大溜1-1)

**対 象** 中学生以上

**定 員** 30人(先着)

**申込期間** 9月7日(月)～17日(木)

**申込方法**

- ・最寄りの消防署、分署、出張所または石巻広域消防ホームページにある申込用紙で申し込みください。
- ・再講習の方は、受講申込時および講習日に修了証を持参してください。

☒ 矢本消防署 ☎82-2147

石巻広域消防本部警防課 ☎95-7433

URL <http://isyoubou.jp/>

## パソコンセミナー

PC入門・ワード入門・エクセル入門のうち、希望するコース ※マンツーマン形式

**と き** 休館日を除いた毎日開催 午前10時～正午または午後1時～3時

**と ころ** メディアシップ2階 ワークキャビン

**対 象** これからパソコンを始めたい方およびワードやエクセルを基礎から学びたい方

**定 員** 1日2人(先着)

**料 金** 500円

☐・☒ 情報プラザ「メディアシップ」 ☎61-1200 (月曜休館、祝日の場合は翌日休館)

## 愛玩動物慰霊祭

**と き** 9月19日(土) 午後2時

**と ころ** 金蔵寺(南境字金沢104)

**供養料** 1,000円

☒ (公社)宮城県獣医師会石巻支部 ☎25-1230 (こんどう動物病院内) 市環境課(内線3364)

## 9月の子育て支援コーナー

### 市子育て支援センター

【申・問】 湊こども園内 ☎94-2366

- ★子育て支援室「わくわく」  
～小さいお子さんとそのご家族のためのスペースです。こども園のお庭でも遊べます～
- と き 月曜日…7日、14日  
水曜日…2日、9日、16日、30日  
金曜日…4日、18日  
午前9時30分～正午  
(この時間内なら、いつ来ていつ帰っても自由です)
- ところ 湊こども園2階 子育て支援室  
(みなと荘の玄関からお入りください)
- ※30日(水)は身体測定ができます。(赤ちゃん測定もできます)
- ★あそびの広場  
～指導員が各会場に向き、体を動かしたり制作等をして親子で遊びます～
- うしお荘  
・0歳～2歳未満 1日(火)・2歳以上 8日(火)  
・0歳～就学前 15日(火)
- 向陽地区コミュニティセンター  
・0歳～1歳半 17日(木) ・1歳半～2歳半 10日(木)  
・2歳半以上 3日(木)
- 稲井公民館  
・0歳～就学前 11日(金)
- と き 午前10時～11時(受付 午前9時30分～50分)
- 持ち物 水分補給用の飲み物
- ※路上駐車や指定の場所以外への駐車は遠慮ください。
- ※詳しい活動内容は、支援センター便りか、ホームページをご覧ください。



### なかよし保育園子育て支援センター

【申・問】 ☎96-4551・FAX22-9881

- ★親子教室  
・1歳6カ月～2歳6カ月グループ 1日(火)、15日(火)  
・2歳6カ月以上グループ 8日(火)、29日(火)
- ★すくすく赤ちゃん  
・ネンネ・寝返りグループ 10日(木)、24日(木)  
・ヨチヨチ・ハイハイグループ 3日(木)、17日(木)
- ★ツインズ・デー孫育て広場  
と き 11日(金)、25日(金) 午前10時～11時30分
- ★たまご・ひよこサロン 7日(月)
- ★子育てふれあいサロン 28日(月)  
親子クッキングのため、予約が必要になります。  
定員 15組程度 ※予約開始 1日(火)午前9時
- ★育児講座「たばこお薬について」  
薬剤師さんに、たばこやお薬が体に及ぼす影響についてお話いただきます。  
と き 14日(月) 午前10時～11時30分  
定員 20組程度(要予約)  
予約受付開始 1日(火) 午前9時
- ★開放日 4日(金)、18日(金)

### 河北子育て支援センター

【申・問】 飯野川保育所内 ☎61-1601・FAX62-2359

- ★あそびの広場  
～明るく開放感のあるセンターです!ホッと一息つきながら、みんなで楽しく遊びましょう!～
- と き 午前10時～11時30分  
・0歳～1歳親子 10日(木)、17日(木)  
・2歳以上親子 2日(水)、9日(水)、16日(水)、30日(水)  
・ひろば開放日 7日(月)、14日(月)、24日(木)
- 持ち物 水筒(お茶または水)、手拭きタオル、着替え、帽子
- 《主な行事》  
3日(木) 外遊び講座  
12日(土) 運動会(申し込み終了)  
14日(月) 保健師来所～身体測定もします～  
24日(木) 自由解放日  
28日(月) 歯科指導 ※歯科指導は申し込みが必要になります
- ※都合により変更になることがあります。詳細はお問い合わせください。

### 北上子育て支援センター

【申・問】 相川保育所内 ☎66-2177・FAX61-2008

- ★あそびの広場  
と き 7日(月)、14日(月)、28日(月)  
午前9時30分～11時30分
- 持ち物 親子の上靴、飲み物、着替え(おむつ等)
- ★ひまわりキッズ  
と き 2日(水)、9日(水)、16日(水)、30日(水)  
午前10時～11時30分
- ところ 北上保健センター
- 持ち物 親子の上靴、飲み物、着替え(おむつ等)  
※都合により変更になることがあります。  
※詳しい内容は、ホームページをご覧ください。  
※電話相談、来所相談ができます。

### 桃生子育て支援センター「キッズホーム」(バイオ研修センター内)

- ★あそびの広場 【申・問】 ☎FAX76-4521  
と き 午前9時30分～11時30分  
・0～1歳親子 3日(木)、10日(木)、17日(木)、24日(木)  
・2歳以上親子 2日(水)、9日(水)、16日(水)、30日(水)  
・広場開放日 1日(火)、8日(火)、15日(火)
- 持ち物 親子の飲み物(お茶か水)、おしぼり、着替え等  
※17日(木)は、県教育委員会が開発した子育てプログラム『親のみちしるべ』の講座です。子育てに迷いや悩みを抱えている方、相談相手が欲しい方に最適です。次回は11月4日(水)です。  
※開放日以外はいろいろな親子活動を予定しています。詳しい内容はキッズホームだよりかホームページ、または電話等で確認してください。
- ★どんぐり子育て広場「親子遠足」  
と き 29日(火) ところ 登米市 道の駅「津山」もくもくランド  
定員 20組(先着)  
料金 1家族550円(バス代・保険代込み、当日集金)  
持ち物 親子のおやつ、飲み物、おしぼり、着替え、敷物等  
申込方法 申込用紙(キッズホームにあります)に記入の上、キッズホームまで申し込みください。  
申込期限 25日(金)

### 河南子育て支援センターパプラ

【申・問】 河南農村環境改善センター2階 ☎FAX72-4670

- ★わいわいサロン  
と き 午前9時30分～11時30分  
・0～1歳児親子 1日(火)、8日(火)、15日(火)、29日(火)  
・2歳以上親子 3日(木)、10日(木)、17日(木)、24日(木)  
・保健師、栄養士来訪 15日(火)
- 持ち物 親子の飲み物、外靴入れ、着替え等
- ★自由開放  
と き 第1月曜日(午前9時～午後3時)  
毎週木曜日 正午～午後3時
- 持ち物 わいわいサロンと同じ ※昼食を食べる方はお弁当等
- ★スクエア子育て広場  
●「親子運動会」  
と き 27日(日) 午前10時～正午
- ところ 河南農村環境改善センター 多目的ホール
- 内容 家族みんなで体を動かして楽しもう!
- 料金 1家族400円+1人30円(保険代)
- 持ち物 動きやすい服装、上靴、飲み物、敷物、外靴入れ等
- 申込期限 17日(木)
- ※詳しい内容は、9月パプラだよりでお知らせします。

### 牡鹿地区子育て支援

【申・問】 牡鹿総合支所保健福祉課 ☎45-2113

- ★子育て支援事業「ぐんぐんすくすく」  
親子で楽しく遊びましょう。お気軽に参加ください。  
お外で遊ぼう!(牡鹿地区保育所の所庭で遊びます)
- と き 3日(木) 午前10時～11時30分
- 持ち物 飲み物(お茶や水)、おしぼり(お手持用)、タオル
- 子育てセミナー「子どもの応急手当・病気と看病の仕方」  
と き 24日(木) 午前10時～11時30分
- ところ 牡鹿保健福祉センター「清優館」

### 雄勝子育て支援事業 キッズ広場

【申・問】 雄勝総合支所保健福祉課 ☎57-2113

- 親子で楽しく遊んだり、お母さん同士で子育てについてお話ししてみませんか。もうすぐママになる方もお気軽にどうぞ。
- 内容 自由遊び・制作・リズム遊び・絵本の読み聞かせ等
- と き 毎週火・水・木曜日(変更になる場合があります)
- ところ 雄勝ささえあいセンター
- 持ち物 親子の飲み物(お茶や水)、着替え(おむつ等)
- その他 毎週月・金曜日電話相談
- ※詳しい日程・内容についてはホームページをご覧ください。

### 石巻市子どもセンター「らいつ」

【問】 ☎23-1080 FAX23-1081

- 3日(木)、17日(木)は施設安全点検等のため臨時休館日とします。イベント等の内容は、ホームページまたは電話でお問い合わせください。
- URL <https://www.facebook.com/ishinomakicc>

## 9月の健康コーナー

### 食育推進コーナー《地産地消で食育推進》

石巻は、世界三大漁場「石巻・三陸金華山沖」の海の幸や、米やトマト等の農産物に恵まれる食材の宝庫です。そして石巻にはその食材を見事に生かす料理人がたくさんいて、和や中華、イタリアン等多種多様な料理が満喫できます。

石巻地産地消推進店マップでは、そんな魅力的なお店を紹介しています。石巻観光協会等への設置や、市ホームページに掲載していますので、ぜひマップを活用して、石巻の食を堪能しながら地産地消を進めましょう。

また随時、推進店の募集を行っています。石巻の食材を取り扱っているお店はぜひご登録ください。

【問】 石巻市地産地消推進協議会事務局  
(観光課内)(内線3533・3536)



### 愛の献血(9月)

#### とき・ところ

1日(火)		石巻市役所
6日(日)	午前10時～午後4時30分	カワチ薬品石巻西店
26日(土)		イオンモール石巻
27日(日)	午前10時～午後2時	渡波公民館
	午後3時～4時30分	イオンスーパーセンター石巻東店

※午前11時45分～午後1時は休み

【問】 健康推進課(内線2418)

### ◆乳幼児の健診・相談

対象地区	健診・相談名	対象	とき	受付時間	ところ
石巻	3～4カ月児健診	H27年5月生まれ	10日(木)・16日(水)・29日(火)	12:45～13:00	市保健相談センター
	1歳児よちよち相談	H26年8月生まれ	4日(金)・14日(月)・28日(月)	9:15～9:30	
	1歳6カ月児健診	H26年1月生まれ	1日(火)・17日(木)・30日(水)	12:30～12:45	
	2歳児歯科健診	H25年2月生まれ	3日(木)・11日(金)・18日(金)		
	3歳児健診	H24年3月生まれ	2日(水)・15日(火)・25日(金)		
河北雄勝北上	3～4カ月児健診	H27年4月30日～6月30日生まれ	30日(水)	12:30～12:45	河北総合センター「ビッグバン」
	1歳6カ月児健診	H26年1月～2月生まれ	9日(水)		
	2歳児歯科健診	H25年2月～3月生まれ	16日(水)		
河南桃生	3～4カ月児健診	H27年5月生まれ	25日(金)	12:45～13:00	河南母子健康センター
	7～8カ月児すくすく相談	H27年1月生まれ	8日(火)	13:00～13:15	
	1歳児よちよち相談	H26年8月生まれ		9:30～9:45	
	1歳6カ月児健診	H25年12月1日～H26年1月15日生まれ	10日(木)	12:30～12:45	
	3歳児健診	H24年2月16日～4月15日生まれ	24日(木)		
牡鹿	3～4カ月児健診	H27年5月生まれ	29日(火)	12:45～13:00	市保健相談センター
	1歳6カ月児健診	H26年1月生まれ	30日(水)	12:30～12:45	
	3歳児健診	H24年3月生まれ	25日(金)		
	1歳児よちよち相談	H26年7月～10月生まれ	7日(月)		
	2歳児歯科健診	H25年1月～4月生まれ		12:30～12:45	

### ◆各種教室

教室名	内容	とき	ところ
離乳食教室(石巻地区)	5～8カ月児の保護者の方を対象に、離乳の進め方のお話があります。定員 15組(要予約)	1日(火) 受付 13:15～13:30 【申・問】 健康推進課(内線2428)	市保健相談センター
みんなの楽しくダンベルクラブ	「かなん楽しくニギニギ隊」と一緒に、筋力アップや基礎代謝量を上げる玄米ダンベル運動で健康づくりをしませんか。どなたでも参加できます。	29日(火) 受付 9:30～11:00 【申・問】 河南総合支所保健福祉課 ☎72-2094	遊楽館アリーナ

【問】 【健康推進課】☎95-1111 【各総合支所保健福祉課】河北☎62-2117 雄勝☎57-2113 河南☎72-2094 桃生☎76-2111 北上☎67-2301(北上保健センター内) 牡鹿☎45-2113



# 9月の健康コーナー

## ❖相談(栄養・歯科相談は要予約)

相談名	とき	ところ	申・問 健康推進課
健康相談	月～金 (祝日を除く)	8:30～17:00	健康推進課
育児相談			内線2425
こころの電話相談			内線2421 ☎94-9132
栄養相談	7日(月)	10:00～12:00	市保健相談センター
歯科相談	14日(月)	13:00～15:00	内線2417
助産師による妊産婦相談	毎週火曜日	10:00～15:00 (要予約)	市役所2階授乳室 内線2422

## ❖心理カウンセラー等によるこころの相談会(要予約)

不眠・不安感・ストレス・イライラ・依存症等こころの問題についての相談を行います。プライバシーは守られます。相談は原則2回までです。

とき	ところ	担当	申・問
10日(木)10:45	市役所2階相談室	今野 廣子	健康推進課(内線2421) ☎94-9132
24日(木)10:45			

## ❖東部保健福祉事務所(石巻保健所)

ところ 東部保健福祉事務所 旧保健所棟

相談・教室名	内容	とき	申・問
アルコール関連相談	アルコール関連問題(ギャンブル依存も)で困っている本人や家族の専門相談(要予約)	18日(金) 10:00～15:00	☎95-1431
思春期・引きこもり相談	心の問題についての専門相談(要予約)	29日(火) 11:00～15:00	

## ❖からこ相談ダイヤル:心の無料電話相談

(社)震災こころのケア・ネットワークみやぎ  
☎0120-322-016(午前10時～午後4時)  
※留守番電話対応になる場合もあります。

## ❖仙台いのちの電話

((福)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」  
☎0120-738-556(午前8時～翌朝8時)

## ❖わかちあいの会

大切な人を亡くした方の集いです。  
とき 13日(日) 午後2時～4時30分  
ところ カリタスジャパン(末広町3-14)  
☎24-9858  
☎ NPO法人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です。  
とき 27日(日) 午後1時  
ところ 市保健相談センター  
☎ つむぎの会  
☎090-8614-5466

☎ 健康推進課 ☎94-9132

## ❖定点型からだこころのケアサロン

「からこるん」  
とき 15日(火) 午前10時30分～午後3時  
ミニ勉強会  
「上手なお酒の付き合い方」  
午前11時～正午  
「AAミーティング」 午後1時～3時  
ところ 河南母子健康センター  
どなたでも参加できます。  
☎ 河南総合支所保健福祉課  
☎72-2094

## ❖傾聴ボランティアによる仮設カフェ「サロン♡さくら」

とき	ところ
4日(金)、18日(金) 10:00～12:00	仮設南境第7団地北集会所 仮設大橋団地集会所(※2カ所同時開催)
14日(月)、28日(月) 10:00～12:00	鹿妻南コミュニティハウス (鹿妻南2丁目6-25)

※悪天候等により中止する場合があります。  
※初めての方もお気軽にご参加ください。  
☎ 健康推進課 ☎94-9132

## ❖傾聴ボランティアによるカフェ「サロン♡ひまわり」

とき	ところ
毎週月曜日 10:00～15:00	北上保健センター内

※祝日はお休みします。  
☎ 北上保健センター ☎67-2301

## 9月は食生活改善普及運動・健康増進普及月間です

がん、心疾患、脳血管疾患、糖尿病等の生活習慣病が増加しています。生活習慣病は毎日の生活習慣の改善で予防できます!

1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ  
～健康寿命を伸ばしましょう～



・毎日運動をプラス10分! ・毎日野菜をプラス1皿! ・たばこの煙をマイナス(禁煙を)!  
まずは健診を受け、自分の体と生活習慣を見直すことから始めてみませんか?  
※健康寿命とは・・・介護を受けたり病気で寝たきりになったりせず自立して健康に生活できる期間のことです。

☎ 健康推進課(内線2425)

## よくわかる!!「健診結果」個別相談会

とき 7日(月)、29日(火)、10月5日(月)午前9時30分～午後4時 (1人40分程度)  
※相談日の前週の金曜日までに電話で申し込みください。

ところ 市保健相談センター

内容 保健師・栄養士による健診結果や生活習慣へのアドバイス

対象 被災者特別健診、特定健診、健康診査を受けた市民

持ち物 健診結果表、筆記用具

☎ 健康推進課(内線2425・2613)

要予約

## 9月の休日急患担当医

◇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。

日	曜	内科	小児科	外科	産婦人科
6日	日	いしづか内科クリニック 92-7311(恵み野五丁目)	石巻赤十字病院 21-7220(蛇田字西道下)	池田整形外科医院 23-2111(蛇田字東道下)	あべクリニック産科婦人科 22-3322(大街道西二丁目)
13日	日	よしろう内科 22-3277(住吉町一丁目)	仮設石巻市夜間急患センター 94-5111(日和が丘一丁目)	三浦泌尿器科医院 95-1961(新橋)	齋藤産婦人科医院 22-0707(中央三丁目)
20日	日	かづま内科クリニック 96-7700(鹿妻南一丁目)	仮設石巻市夜間急患センター 94-5111(日和が丘一丁目)	鈴木整形外科クリニック 92-7707(鹿妻北一丁目)	しらゆりクリニック 22-3717(蛇田字新立野)
21日	月・祝	いしのみき矢吹クリニック 21-6117(大橋三丁目)	おおば小児科クリニック 93-9693(門脇字青葉西)	あらい脳神経外科クリニック 98-3671(蛇田字下中坪)	やまもと産婦人科 93-7000(大街道北一丁目)
22日	火・祝	まだらめ内科医院 24-9133(わかば二)	中山こどもクリニック 95-4121(中里三丁目)	石巻診療所 23-0125(穀町)	あべクリニック産科婦人科 22-3322(大街道西二丁目)
23日	水・祝	箕田内科クリニック 96-5252(向陽町二丁目)	佐久間眼科小児科医院 92-7651(八幡町一丁目)	森消化器内科外科 23-2151(新橋)	齋藤産婦人科医院 22-0707(中央三丁目)
27日	日	かわらだ内科胃大腸クリニック 21-5335(鑄銭場)	仮設石巻市夜間急患センター 94-5111(日和が丘一丁目)	二宮外科医院 22-0202(住吉町一丁目)	(注1)

※診療時間は、午前9時～午後5時となります。

※担当医や受付時間は、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。

注1:27日(日)の産婦人科の対応については当日、お問い合わせください(☎95-1111)

日	曜	石巻市 河北地区	東松島市 矢本地区	歯科
6日	日	栗原医院 76-4170(桃生町寺崎)	やもと内科クリニック 98-3260(矢本)	横山歯科医院 21-1711(大手町)
13日	日	石巻ロイヤル病院(内科のみ) 73-5888(広瀨)	いしがき・みみ・はな・のどクリニック 84-1187(矢本)	佐々木小児歯科医院 94-0110(蛇田字新西境谷地)
20日	日	舘田耳鼻咽喉科医院 62-3036(相野谷旧屋敷)	ひかりサントクリニック 84-1333(矢本)	ササキ歯科クリニック 92-1182(大街道北四丁目)
21日	月・祝	簡野医院 74-2244(鹿又)	石垣クリニック内科循環器科 83-7070(矢本)	佐藤歯科医院 96-8778(東中里二丁目)
22日	火・祝	紫桃内科医院 75-2325(鹿又)	伊東胃腸科内科 82-6666(赤井)	千葉歯科クリニック 94-1771(蛇田字新坪寺)
23日	水・祝	成田医院 62-3221(相野谷飯野川町)	かしわや内科クリニック 83-2003(小松)	塚本歯科医院 97-3338(渡波町一丁目)
27日	日	櫻井内科クリニック 73-3811(広瀨)	うつみレディスクリニック 84-2868(赤井)	志摩歯科クリニック 96-8595(中里二丁目)

※診療時間は、午前9時～午後5時となります。

## 平成27年度 がん検診推進事業のお知らせ

がん検診の受診促進や、がんの早期発見と正しい健康意識の普及・啓発のため、特定年齢に達した方および、その他一定年齢の過去の未受診の方は、がん検診が無料で受診できます。該当者には9月上旬にクーポン券を送付します。詳しくは、送付される通知書をご覧ください。

①対象者は、下記に定める生年月日に該当する方のうち、平成21年度から平成25年度に一度も市の検診を受診していない女性の方

子宮頸がん検診	乳がん検診
H4年4月2日～H5年4月1日	S47年4月2日～S48年4月1日
S62年4月2日～S63年4月1日	S42年4月2日～S43年4月1日
S57年4月2日～S58年4月1日	S37年4月2日～S38年4月1日
S52年4月2日～S53年4月1日	S32年4月2日～S33年4月1日

②対象者は、下記に定める生年月日に該当する方のうち、平成22年度から平成26年度に一度も市の検診を受診していない女性の方ただし、※については、受診歴に関係なし

子宮頸がん検診	乳がん検診
※H6年4月2日～H7年4月1日	※S49年4月2日～S50年4月1日
H1年4月2日～H2年4月1日	S44年4月2日～S45年4月1日
S59年4月2日～S60年4月1日	S39年4月2日～S40年4月1日
S54年4月2日～S55年4月1日	S34年4月2日～S35年4月1日
S49年4月2日～S50年4月1日	S29年4月2日～S30年4月1日

③対象者は、下記に定める生年月日に該当する方

大腸がん検診	大腸がん検診
S49年4月2日～S50年4月1日	S34年4月2日～S35年4月1日
S44年4月2日～S45年4月1日	S29年4月2日～S30年4月1日
S39年4月2日～S40年4月1日	

☎ 健康推進課(内線2413・2414・2415)

## 夜間急患センターの診療時間 (中学生以下の方は小児科になります)

曜日	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
土曜日	午後6時～翌朝7時	
日曜日・休日	午後6時～翌朝6時	午後6時～翌朝6時

・所在地 日和が丘一丁目2-11(石巻中央公民館南隣)  
※駐車場は、石巻中央公民館脇駐車場ほかをご利用ください。  
・主な医療機器 エックス線一般撮影装置、CT装置、生化学自動分析装置等各種検査機器ほか

☎ 夜間急患センター ☎94-5111

# みんなのた場

## サフル仲問

### 寺崎はねこ踊り保存会 踊りで地域盛り上げ 心が弾む文化を伝承

寺崎はねこ踊り保存会

県指定無形民俗文化財である寺崎はねこ踊りの伝承活動を行う「寺崎はねこ踊り保存会」は昭和42年に発足し、現在は桃生町寺崎地区の住民を中心に約30人が所属しています。踊りは国内のみならずオーストラリア等、海外でも披露し、地域間交流にもつながっています。



▲河南桃生商工会青年部の「はねこ塾」でも指導しています



▲昨年のもうふれあい祭で踊った寺崎はねこ踊り保存会の皆さん

内版の小学校体育の副読本にも記載されています。はねこ踊りの源流は江戸時代にさかのぼります。当時たびたびの飢饉に襲われましたが、寺崎八幡神社に祈ったところ、大豊作に恵まれました。これを祝って地域を踊り回ったことが始まりともいわれていますが、もともとは寺崎の北に位置する永井地区の発祥です。寺崎へは昭和初期に伝わったとされ、基本となる踊りの「打囃子」、手踊りと豊年の歌が入る「献囃子」、早いテンポ

に合わせその場で踊る「馬鹿囃子」の3曲が確立し、現在まで受け継がれています。はねこ踊りの大イベントは毎年9月に桃生植立山公園である「ものうふれあい祭」と、4年に1度の寺崎八幡神社の大祭です。平成7年に始まったふれあい祭りでは、例年1千人以上によるパレードが行われ、その最初と最後で保存会が舞います。今年も9月12日(土)のふれあい祭りに向けた準備が大詰め、指導や練習にもより一層熱が入っています。寺崎地区の皆さんの心身に染みつけたはねこ踊りですが、若い踊り手は不足傾向にあり、佐々木一會長(67)は「より多くの若者が踊り手として参加したくなるような活動をして、踊りで地元を盛り上げる地域貢献の心を育んでいきたいです」と話していました。

## キラッとパチリ

### 住民の思いを復興へ反映



復興事業部 基盤整備課 **中野雅人さん** 45歳  
滋賀県大津市から派遣

復興支援で石巻市に派遣されている職員の方から復興事業部基盤整備課副課長の中野雅人さんを紹介いたします。

中野さんは、今年4月に滋賀県大津市から着任しました。震災時は危機防災対策の担当として、災害協定を結ぶ自治体に送る救援物資の手配に奔走しました。その後すぐに異動になったため、被災地支援に心残りがあつたそうです。1年間の派遣ですが、巡ってきた機会に「与えられた課題をがむしゃらにこなします」と真剣です。

中野さんは、今年4月に滋賀県大津市から着任しました。震災時は危機防災対策の担当として、災害協定を結ぶ自治体に送る救援物資の手配に奔走しました。その後すぐに異動になったため、被災地支援に心残りがあつたそうです。1年間の派遣ですが、巡ってきた機会に「与えられた課題をがむしゃらにこなします」と真剣です。

用地買収の経験が豊富で、石巻市でも主に用地グループのリーダーとして渡波の防災緑地用地等の取得に携わっています。グループをまとめるだけでなく、実際に市民とひざを交えます。「実感したのは、行政と市民の距離の近さです。互いに共感できる被災の痛みが、協働につながる」と信じ、住民の声を聴き、思いをくむことができれば」と話します。

単身赴任で、川開き祭りでは大漁踊りに参加する等石巻を満喫しています。「奥が深いまち。妻を連れ、魚介類を味わいたいですね」と大津市の観光キャラクター「おおつ光ルくん」を手に、目を細めていました。

## 第14回 健康コラム 高血圧って何がいけないの?



石巻市立病院 内科医員 遠藤 貴士

「血圧が高くて、どこも痛くない」「何も困っていません」「高いのは、たまたまですよ」「病院に行くのは面倒くさい」・・・。健診で指摘される人、たまたま風邪で受診したときに測定して判明する人、はたまた、高血圧と分かっているけど、何か言われるのが嫌だから受診しない人等もいらっしゃるかもしれません。おっしゃる気持ちはよく分かります。何も起こっていない(ように見える)ことに、なかなか時間と労力は使いたくないものです。

私たち医療従事者は、高血圧や他の生活習慣病のケアをしないで大きな病気をした人を知っています。それもあって「高血圧は放っておかないほうがよい」と考えます。大きな病気とは、動脈硬化が主な原因である脳梗塞や脳出血、心筋梗塞等のほか、大動脈瘤や大動脈解離等あまり知られていない病気も含まれます。これらの病気はどれも突然起こって、死に至ることもあれば、重い障害を残すこともあります。

高血圧って何がいけないのか? それは、数値でもなく、病気になることでもなく、病気になって最終的に命を失ったり、機能が低下したりすることがよくないのだと思います。

健康に年齢を重ねるための第一歩として、ご自分の血圧に関して考えていただければ幸いです。

☆次回11月1日号は「こわ～い肺炎を予防しよう」です。

開成仮診療所 <http://ishinomaki-zaitakurenkei.jp/>

#### ◆投稿募集

皆さんからの投稿をお待ちしています。テーマに沿ったあなたのとっておきの話しをお寄せください。

テーマ 「ありがとう」

日常生活の中で、皆さんの「ありがとう」に関する逸話(エピソード)をお聞かせください。

字数 400字以内

投稿方法 住所、氏名、年齢、電話番号を明記し郵送またはEメールで秘書広報課までにお送りください。

掲載の場合はペンネームを可能としますので、ペンネーム希望の場合はその旨明記してください。

注意事項 公序良俗に反するもの等やスペースの関係上、投稿いただいたものを全て掲載できるものではありません。また、字数等の関係で内容を調整させていただくことがあります。

☎ 秘書広報課(内線4023) ☎986-8501(住所不要) ✉ ispubinfo@city.ishinomaki.lg.jp

# まちの話題

## 雄勝地区



7月19日(日)  
雄勝各地区

### 自然の中で ランニング

「三陸・雄勝 海の幸トレイルランニング」には約200人のランナーが参加し、豊かな自然と海の幸を楽しみました。トレイルランニングは未舗装の山道を走る競技で、全国各地で大会が開かれています。雄勝では今年で4回目となりました。参加者は雄勝中心部から硯上山、上品山等の17.5~34kmの3コースに分かれて、美しい景色を眺めながらゴールを目指しました。

## 河北地区



8月9日(日)  
河北総合センター「ビッグバン」ほか

### 地域の元気を発信 サマーフェスタ・イン・かほく

河北地区の夏の一大イベント「サマーフェスタ・イン・かほく」には、昨年よりも多い約9,000人が来場し、大変賑わいました。ステージでは吹奏楽、ダンベル体操、民謡、三味線演奏等が繰り広げられたほか、豪華景品が当たるサマービンゴ大会で大いに盛り上がりました。夜は約500基の灯ろうが北上川に浮かび、フィナーレでは約1千発の花火が夜空を焦がしました。

## 桃生地区



7月18日(土)  
桃生公民館

### 「ものう夢ネットワーク」 が発足

地域と行政による協働まちづくりを推進するための地域自治組織「ものう夢ネットワーク」が発足しました。市が進める地域自治システムに基づく組織で河南地区、山下地区に次いで3番目となります。本年度は公民館分館活動の再生や、植立山公園の植林、また未婚男女の出会いの場を創出する「恋活」も企画しています。

## 河南地区



7月12日(日)  
河南東中学校校庭

### 有事に備え 新入団員が訓練

石巻消防団河南地区団に本年度入団した団員33人を対象に規律・教養訓練が行われました。先輩団員約200人も参加し若い力に期待を込めて指導しました。新団員たちは行進や敬礼の仕方等の基礎訓練を通してチームとしての規律を養ったほか、消防ポンプを使用する訓練では、有事の際に迅速で確かな操作ができるように消防団員としての素養を体で吸収していました。

## 牡鹿地区



8月6日(木)、7日(金)  
網地白浜ほか

### 子どもたちが 牡鹿の自然を満喫

市教育委員会と大崎市教育委員会主催の「海の子山の子交流事業」には、牡鹿地区の小学校から23人、大崎市立鬼首小学校から8人の児童が参加しました。4回目となる今年は初めて牡鹿地区が会場になりました。子どもたちは、網地島で海水浴や釣り体験等を満喫した後、家族旅行村オートキャンプ場で星の観察会を行い、友情を深めました。

## 北上地区



8月8日(土)、9日(日)  
十三浜白浜海水浴場

### 浜辺に響き渡る歓声

十三浜白浜海水浴場で今年も2日間限定の海開きが行われました。地元ばかりでなく市外からも親子連れ等が大勢訪れ、美しい砂浜と心地よい水の感触を満喫しました。9日は400人以上が参加した「海上大運動会」が開かれ、ビーチバレーや子ども対象の宝探しのほか、海上に敷かれたゴザの上を走り距離を競うゲーム等を楽しむ皆さんの歓声が浜辺に響きました。

## 石巻地区



7月29日(水)  
市総合運動公園

### 未来へつなぐ 1000キロリレー

震災の風化防止を目的に、青森県から東京都までの7都県をランニングと自転車をつなぐ「未来への道1000キロ縦断リレー」が市内を通過しました。子どもや障害者も参加できる「ふれあいランニング区間」となった市総合運動公園では、陸上競技1,500mの日本記録保持者で元五輪選手の小林祐梨子さんと車いすバスケットボール選手の根木慎志さんが約50人と一緒に走りました。

## 石巻地区



7月19日(日)  
中瀬公園

### グルメやマンガで 大にぎわい

JR仙石線の全線再開と仙石東北ラインの開業記念の「繋がる想い いしのまき出発祭」と石ノ森萬画館の「マンガタンフェスティバル」が同時開催されました。県内外のご当地グルメの店が並んだほか、笹かまぼこやホタテ焼きが振る舞われ、どこも長い行列ができていました。ステージではアニメソングライブや石巻茶色い焼きそば早食い大会等が人気を集めました。

## ものうふれあい祭 2015 はねこ踊りフェスティバルin桃生

と き 9月12日(土) ※雨天時は翌日に順延します。

ところ 桃生植立山公園

内容 ・はねこ踊りパレード(午後6時)  
・大花火大会(午後8時)等

※内容や開催時間は、変更になる場合があります。

駐車場 ・桃生中学校

・桃生総合支所(シャトルバスを運行)

・中津山第二小学校(シャトルバスを運行)

その他 ①会場周辺の駐車場は大変混み合いますので、シャトルバスをご利用ください。②ドローンの使用は禁止します。

問 ものうふれあい祭実行委員会

桃生総合支所地域振興課 ☎76-2111

河南桃生商工会桃生支所 ☎76-3315



## 平成28年 石巻市成人式のご案内

本年度成人となる方をお祝いするため、成人式を開催します。

と き	と ころ
平成28年1月5日(火)	午後2時開会 【桃生地区】桃生公民館文化ホール
平成28年1月10日(日)	午前11時開会 【河南地区】遊楽館かなんホール 【北上地区】北上中学校体育館
	午後2時開会 【石巻地区】石巻専修大学体育館 【河北地区】河北総合センター文化交流ホール 【雄勝地区】雄勝総合支所仮庁舎2階会議室 【牡鹿地区】牡鹿保健福祉センター多目的ホール

### 平成28年 石巻市成人式実行委員募集

来年1月に開催予定の成人式の企画運営に参加する実行委員を募集します。

対 象 平成7年4月2日から平成8年4月1日生まれの方で、月1~2回程度行う話し合い(夜間)およびリハーサルと当日の本番に出席できる方

定 員 10人程度(先着)(地区により異なります)

申込期限 10月1日(木) 申込方法 電話で申し込みください。

申・問 生涯学習課☎21-6070 河北公民館☎62-2121 雄勝公民館☎57-3052  
河南公民館☎86-3663 桃生公民館☎76-2111 北上公民館☎67-2111  
牡鹿公民館☎45-2111

## 地域福祉委員会委員を募集します

平成29年度からの新しい地域福祉計画(第3期)を策定するため、委員を募集します。

地域福祉計画は市の保健福祉分野の各計画を横断し、取り組むべき共通の考え方を明らかにするものです。

自分らしく暮らす地域づくりのため、地域福祉の推進について、一緒に考えてみませんか。※地域福祉計画はホームページに掲載しています。

募集人員 2人(公募枠)

任 期 委嘱の日(11月予定)から2年間

応募方法

地域福祉の推進に関する意見や提言等を400字程度にまとめ、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を記載の上、郵便、FAXまたはEメールで送付してください。応募された方には選考結果を通知します。

募集期間 9月7日(月)~25日(金)

申・問 〒986-8501(住所不要) 福祉総務課(内線2457)

FAX22-3454 ✉iswelfare@city.ishinomaki.lg.jp

## 第4回石巻市民 食育健康フェスティバル ~つなげよう食と健康 のぼそう健康寿命~

と き 10月4日(日) 午前10時~午後2時30分

ところ 遊楽館

〈ステージ〉

・ミニ健康講演会

午前10時~11時15分

「からだの健康は歯と歯ぐきから」~正しい歯磨きの仕方~

講師 石巻歯科医師会 さくらんぼ歯科クリニック 木村 文洋院長

午後1時~1時45分

「こころも体もかろやかに」[玄米ダンベル体操・簡単ストレッチ体操等]体験

講師 NPO法人わくわく元気ネット 松本 秀子保健師

〈各ブース〉 午前10時15分開始

・血管年齢・血圧・体脂肪、骨密度測定、  
脚の静脈血栓エコー検査、試食、  
キッズコーナー等

・石巻やさそばほか地場産品等販売

〈シャトルバス〉

(行き)市役所北口玄関前発(大橋・開成経由)午前8時45分、午前10時30分発、(蛇田経由)午前8時45分、午前10時30分発

(帰り)遊楽館正面玄関前発 午後1時、午後2時30分発

問 石巻市食育健康フェスティバル実行委員会事務局 健康推進課(内線2412)

○景品じゃんけん抽選会  
体組成計、自動血圧計等が  
じゃんけんですごい!  
○先着1,000人に粗品  
プレゼント

## 今月の休日開庁のお知らせ

9月6日(日)・20日(日) 午前9時~午後1時 市役所2階 市民課  
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、  
※税証明書、電子証明書、住基カードの発行、住基カードを使用した転入届、  
臨時運行許可(仮ナンバー)申請、原動機付自転車の廃止・登録はできません。

9月20日(日) 午前9時~午後1時 市役所3階 納税課

税金の納付や相談に関すること

今月の税金 納期限 9月30日(水)

○国民健康保険税 第6期 ○後期高齢者医療保険料 第3期

表記の見方 申 申し込み 問 問い合わせ ✉ Eメール [先着] 先着順 [抽選] 申し込み多数のときは抽選

電話番号案内 市役所☎95-1111 河北総合支所☎62-2111 雄勝総合支所☎57-2111 河南総合支所☎72-2111 桃生総合支所☎76-2111 北上総合支所☎67-2111  
牡鹿総合支所☎45-2111 渡波支所☎24-0151 稲井支所☎95-2171 荻浜支所☎90-2111 蛇田支所☎95-1442



石巻市役所 〒986-8501 宮城県石巻市穀町14-1  
☎0225-95-1111 FAX 0225-22-4995  
開庁時間 午前8時30分~午後5時  
ホームページ <http://www.city.ishinomaki.lg.jp/>  
次回発行は平成27年9月15日の予定です。  
発行 石巻市総務部秘書広報課(内線4023・4025) FAX0225-23-4340  
編集/印刷 (株)石巻日日新聞社

住民基本台帳による石巻市の人口と世帯数		石巻市で被災されたとする死者数および行方不明者数 ※平成27年7月末現在
平成27年7月末現在	人 口 149,123人 世帯数 60,318世帯	直接死3,277人 関連死268人 行方不明者428人
平成26年7月末現在	人 口 150,304人 世帯数 59,861世帯	※直接死とは 津波や家屋倒壊等が原因で亡くなった方 ※関連死とは 直接死以外でこの震災が原因で亡くなり、災害弔慰金支給審査会等で認定された方