

市報 取り戻そう、ふるさと石巻

11
NOVEMBER.2019
No.255

いしのまき



大型客船も入港、 港湾感謝祭に人、人...

第18回港湾感謝祭と大型客船「ばしふいっくびいなす」(26,594ト、定員620人)の入港を歓迎する「ウェルカムフェスタ2019」が9月21日、石巻港大手ふ頭で開かれました。港の果たす役割や関連産業を紹介する官公庁、地元の企業のPRコーナーや港湾業務艇「ひより」による海上見学会など多彩なイベントコーナーが登場し、市内外からの大勢の来場者を楽しませました。

昼過ぎに「ばしふいっくびいなす」が港内に姿を現すと、近隣を含む5市町の関係者が大漁旗を振って歓迎。接岸後は石巻高校書道部が書のパフォーマンスを披露し、乗客を喜ばせました。夜の出港時には船上の乗客と集まった市民らが互いにペンライトを振りながら「ありがとう」「また来てね」と再会を願い、湾内では花火を打ち上げて見送りました。

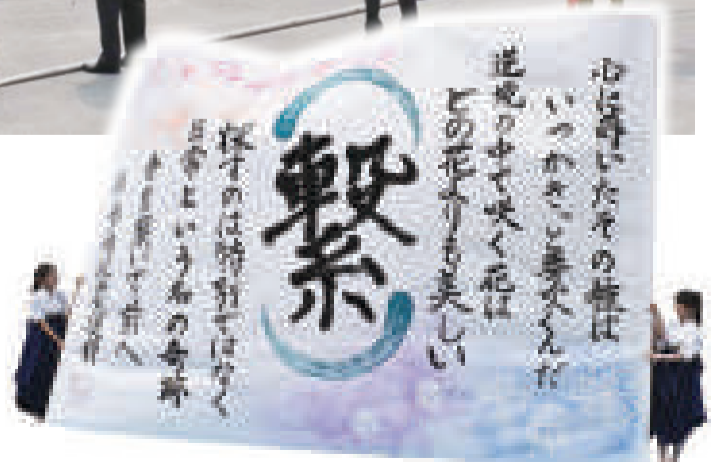


Jアラートの全国一斉訓練を12月4日に実施します

Jアラートを用いた全国一斉の情報伝達訓練が12月4日(水)午前11時ごろに行われます。防災行政無線、戸別受信機、防災ラジオからテスト音声流れます。実際の災害と間違わないようご注意ください。

※Jアラートとは、地震・津波や武力攻撃などの緊急情報を、国から人工衛星などを通じて瞬時に伝えるシステムです。

☎ 危機対策課(内線4314)



令和2年度放課後児童クラブ利用児童募集

令和2年4月1日から放課後児童クラブの利用を希望する児童を募集します。
 申込期間 11月1日(金)～21日(木) 午後1時～5時
 申込書配布場所 各放課後児童クラブ、子ども保育課、各総合支所保健福祉課(雄勝総合支所を除く)
 申込先 各放課後児童クラブ

石巻市放課後児童クラブ一覧(石巻、河北、河南、桃生、北上、牡鹿地区)

<石巻地区>

対象小学校	クラブ名	開設場所	定員	電話番号
向陽小	向陽地区第一放課後児童クラブ	向陽小学校敷地内専用教室	70人	95-1270
	向陽地区第二放課後児童クラブ	かもめ学園敷地内専用教室	70人	96-6540
	向陽地区第三放課後児童クラブ	向陽小学校内	40人	95-0260
渡波小	渡波地区第一放課後児童クラブ	渡波小学校敷地内専用教室	50人	97-2416
	渡波地区第二放課後児童クラブ		50人	25-1921
石巻小	石巻地区第一放課後児童クラブ	旧中央児童館内	50人	23-3298
	石巻地区第二放課後児童クラブ		40人	23-7406
中里小	中里地区第一放課後児童クラブ	中里小学校敷地内専用教室	70人	23-3341
	中里地区第二放課後児童クラブ		50人	23-1303
鹿妻小	鹿妻地区第一放課後児童クラブ	鹿妻小学校敷地内専用教室	50人	93-9714
	鹿妻地区第二放課後児童クラブ		50人	96-7880
	鹿妻地区第三放課後児童クラブ		50人	93-3112
大街道小	大街道地区放課後児童クラブ	大街道小学校内	70人	94-0285
釜小	釜地区第一放課後児童クラブ	釜小学校敷地内専用教室	70人	94-8533
	釜地区第二放課後児童クラブ		50人	23-0465
蛇田小	蛇田地区第一放課後児童クラブ	蛇田小学校敷地内専用教室	70人	23-8253
	蛇田地区第二放課後児童クラブ		50人	22-8575
	蛇田地区第三放課後児童クラブ	蛇田小学校敷地外専用教室	50人	22-6835
	蛇田地区第四放課後児童クラブ		50人	22-6845
開北小	開北地区第一放課後児童クラブ	開北小学校敷地内専用教室	55人	23-3433
	開北地区第二放課後児童クラブ	開北小学校内	40人	23-3558
山下小	山下地区第一放課後児童クラブ	山下小学校内	40人	93-7241
	山下地区第二放課後児童クラブ		40人	
住吉小	住吉地区第一放課後児童クラブ	住吉小学校内	40人	23-1623
	住吉地区第二放課後児童クラブ		40人	
貞山小	貞山地区放課後児童クラブ	貞山小学校敷地内専用教室	50人	95-2606
万石浦小	万石浦地区第一放課後児童クラブ	万石浦小学校敷地内専用教室	70人	97-5078
	万石浦地区第二放課後児童クラブ	万石浦小学校内(休止中)	40人	24-2474
	万石浦地区第三放課後児童クラブ	万石浦小学校敷地内専用教室	50人	25-3825
湊小	湊地区放課後児童クラブ	湊こども園内	70人	94-5018
稲井小	稲井地区第一放課後児童クラブ	稲井幼稚園内	40人	91-2152
	稲井地区第二放課後児童クラブ	稲井小学校隣地 仮設クラブ室	40人	91-2855
	稲井地区第三放課後児童クラブ		40人	91-2110

<河北地区>

対象小学校	クラブ名	開設場所	定員	電話番号
飯野川小	飯野川地区放課後児童クラブ	飯野川小学校内	50人	62-3202
大谷地小	大谷地地区放課後児童クラブ	大谷地小学校内	40人	62-2388
二俣小	二俣地区放課後児童クラブ	二俣小学校敷地内専用教室	50人	62-8580

<河南地区>

対象小学校	クラブ名	開設場所	定員	電話番号
広淵小	広淵地区放課後児童クラブ	広淵小学校敷地内専用教室	50人	73-3601
須江小	須江地区第一放課後児童クラブ	須江小学校敷地内専用教室	50人	73-2553
	須江地区第二放課後児童クラブ		50人	73-2675
北村小	北村地区放課後児童クラブ	北村農村交流センター内	40人	73-2033
前谷地小	前谷地地区放課後児童クラブ	前谷地小学校敷地内専用教室	50人	72-2016
和淵小	和淵地区放課後児童クラブ	和淵小学校内	30人	72-3346
鹿又小	鹿又地区第一放課後児童クラブ	鹿又小学校敷地内専用教室	30人	74-2255
	鹿又地区第二放課後児童クラブ		50人	75-3237

<桃生地区>

対象小学校	クラブ名	開設場所	定員	電話番号
中津山第一小	桃生地区第一放課後児童クラブ	せんだんの杜ものうなかつやま敷地内専用教室	40人	76-1887
中津山第二小 桃生小	桃生地区第二放課後児童クラブ	桃生保健センター内	50人	080-4426-6307

<北上地区>

対象小学校	クラブ名	開設場所	定員	電話番号
北上小	北上地区放課後児童クラブ	北上にっこり地区拠点施設内(令和2年4月新設予定)	40人	67-2901

<牡鹿地区>

対象小学校	クラブ名	開設場所	定員	電話番号
牡鹿地区の小学校	牡鹿地区放課後児童クラブ	牡鹿保健福祉センター内	40人	45-2611

- 子ども保育課(内線2526)
 河北総合支所保健福祉課 ☎62-2116(内線152)
 河南総合支所保健福祉課 ☎72-2113(内線263)
 桃生総合支所保健福祉課 ☎76-2111(内線251)
 北上総合支所保健福祉課 ☎67-2113(内線112)
 牡鹿総合支所保健福祉課 ☎45-2113(内線605)

発達が気になる子どもの学童期における関わり方について、小学生の保護者向けに交流会を開催します。

小学生保護者向け交流会



とき 11月13日(水)
午前10時～正午
ところ 街角cafe桜
 (不動町二丁目8-5)
対象 発達に気になる小学生を持つ保護者
定員 20人(先着)
申込方法 電話またはEメールで申し込みください。
相談支援センター くるみ
 ☎24-8355
 ✉ kurumi@i-shoshin.or.jp
 市障害福祉課
 (内線2479)



今月は児童扶養手当の支給月です

8月～10月分の児童扶養手当を11月11日(月)に振り込みます。
 ※なお次回1月の振り込みからは、2カ月分ずつ年6回の支給になります。
 子育て支援課
 (内線2512)
 各総合支所保健福祉課



住民票とマイナンバーカード等に旧姓旧氏が併記できます

11月5日(火)から住民票の写し、マイナンバーカード、通知カード、公的個人認証サービス署名用電子証明書に「旧姓(旧氏)」を併記し、公証できるように記載できる旧姓(旧氏)

初めに併記する場合には、戸籍謄本などに記載されている過去の姓から1つを選んで併記することができ、婚姻などにより氏名が変更されていても引き続き併記されます。
 旧姓(旧氏)は、他市区町村に転入しても引き続き併記されます。
 必要がなくなった場合には、旧姓(旧氏)を削除することが可能で、その後姓が変更したときに

記載できる旧姓(旧氏)

併記された旧姓(旧氏)は、本人確認書類(運転免許証など)、マイナンバーカード(お持ちの方)または通知カード
 限り、削除後に新たに生じた旧姓(旧氏)を再び併記することができません。
申し出の方法
 窓口または各総合支所市民生活課、各支所へ直接申し出ください。
持ち物
 ・併記したい旧姓の記載がある戸籍または除かれた戸籍から現在の戸籍に繋がるまでの全ての戸籍謄本など
 ・印鑑
 ・本人確認書類(運転免許証など)
 ・マイナンバーカード(お持ちの方)または通知カード
 市民課

(内線2318)
 各総合支所市民生活課
 各支所

2019年経済センサス基礎調査を実施しています

産業分野における事業所の活動状態調査を実施します。外観などから判断し、必要に応じて訪問していただきます。新たに把握した事業所は調査票を配布しますので、ご協力をお願いします。
とき 令和2年3月まで
ところ 4期目(12・1月)
 渡波・流留・垂水町・塩富町・宇田川町・後生橋・万石町・三和町・渡波町・伊勢町・浜松町・魚町・緑町・大宮町・松原町・幸町・長

浜町・さくら町の全域または一部・雄勝地区・北上地区の全域
対象 市内全域の事業所
 総務課
 (内線4035)
 各総合支所地域振興課

印鑑登録では登録する印鑑を確認しています

印鑑登録証明書は車の購入や財産の移動などの際に使用する大変重要な証明書です。そのため、印鑑のふちが欠けていたり、すり減っていたりするものや、プラスチック製の印鑑は印鑑登録をお断りしています。これは登録したあとで、印影(ハングの形)が変わることがあ

り、印鑑を登録しても証明書として使えない場合があります。また、大量生産された既製印鑑も、他のものと判別することができないので、お断りしています。
 大切な財産を守ることもなるので、ご理解をお願いします。
 印鑑登録を申請するときは、窓口で本人を確認する書類が必要となりますので、忘れずにお持ちください。代理の方は、代理人選任届が必要となり、即日登録はできませんので、ご注意ください。
 市民課(内線2319)

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、住み良い地域づくり活動に必要な備品を整備しました。
助成を受けた団体と整備内容は次のとおりです。

助成団体名	整備内容
一心館運営委員会	会議用テーブル・椅子・コピー機・テント・音響設備など
にっこり自治会	会議用テーブル・椅子・パソコン・エアコン・テレビなど



一心館運営委員会



にっこり自治会

※宝くじ助成を希望する団体は、問い合わせください。
☎ 地域協働課 (内線 4232)・各総合支所地域振興課

社会保険料(国民年金保険料) 控除証明書が送付されます

年末調整・確定申告まで大切に保管を！
国民年金保険料は、納付した全額が所得税・市町村民税の社会保険料控除の対象となります。その年の1月1日～12月31日に納付した保険料が対象です。
平成31年1月1日～9月30日に納付した方は社会保険料(国民年金保険料)控除証明書が11月上旬に日本年金機構から送付されます。
年末調整や確定申告の際には必ずこの証明書を添付してください。

マイナンバーカード普及促進キャンペーンのお知らせ

マイナンバーカードの交付申請に必要な顔写真無料撮影サービスなどの申請補助を実施します。

年の途中から国民年金に加入した場合など、10月1日～12月31日に初めて保険料を納付する方は、翌年2月上旬に送付されます。

☎ 石巻年金事務所
22-5115
ねんきん加入者ダイヤル
0570-0031004
(ナビダイヤル)
市保険年金課
(内線2352)

内海橋災害復旧工事に伴う道路切り替え(八幡町地区)

国道398号および県道石巻雄勝線で、内海橋の取付道路を施工するため、11月中旬から道路切り替えを実施しますので、ご協力をお願いします。
日時については、現地の工事看板などによりお知らせします。



☎ 宮城県東部土木事務所道路建設第一班 ☎94-8763
(株)若生工業 ☎98-4861

とき 11月9日(土)
午前10時～午後2時
ところ イオンモール石巻緑の広場
対象 市内に住居登録のある方
持ち物 平成27年11月ごろに送付された通知カードに同封の交付申請用紙
※申請用紙などを紛失した方、住所や氏名など申請用紙の記載内容に変更があった方は、新しい申請用紙に記載しますので、本人確認書類を持参してください。

その他 15歳未満の方、成年後見人の方は、必ず法定代理人が同行してください。

秋の火災予防運動が実施されます!

11月9日(土)～15日(金)の1週間、全国一斉に「秋の火災予防運動」が実施され、それに合わせて防火パレードなどが各地域で開催されます。
また、野焼きは原則禁止であるほか、屋外で火を取り扱う場合は強風時を避けます。

さい。カードの受け取りは申請から1カ月程かかります。また、受け取り時はご本人様の来庁が必要ですよ。

☎ 市民課
(内線2320)

11月9日(土)は「119番の日」です

不要・不急の119番通報が増えています。本当に助けを必要としている人のもとへ1秒でも早く救急車を到着させるため、

け、消火の準備や監視をしましょう。
暖房器具による火災も多いので、使用の際は点検・清掃を行うほか、燃えやすいものを近くに置かないなど正しい取り扱いを心掛けましょう。
☎ 石巻広域消防本部予防課
☎95-7167

宮城県最低賃金改正のお知らせ

宮城県の最低賃金が改正されました。
時間額 824円
効力発生日 10月1日
対象者 県内の事業場で働く全ての労働者(パート・アルバイトなど含む)
※次の賃金は、最低賃金の計算に含まれません。精皆勤手当・通勤手当・家族手当・賞与・時間外・休日・深夜手当など

め、119番通報の適切な利用についてご理解・ご協力をお願いします。
救急車を呼ぶべきか迷った場合は、#7119(おとな救急電話相談)、または#8000(小児救急電話相談)の活用をお願いします。
☎ 石巻広域消防本部指令課
☎95-7111

口座振替内容の確認は通帳で

税金などの口座振替での納付内容は通帳の記帳によりご確認ください。なお、口座振替納付済通知書を希望する方は、個別に発行することが可能です。12月10日ごろに順次発送を行いますので、納税課までご連絡ください。
☎ 納税課

開始100年の「国勢調査員」を募集します



令和2年10月1日現在で実施する国勢調査で、「国勢調査員」として調査業務に理解と熱意をもって携わっていただける方を募集しています。
国勢調査は日本の未来を創るための大切な調査です。大正9年の調査開始から今回で100年になります。調査の結果は、衆議院の小選挙区の画定、地方交付税の算出、少子高齢化関連の施策や防災計画の策定など、私たちの生活の身近なところで活用されています。

(内線3135)
募集案内

- ・20歳以上の健康な方
- ・責任をもって調査事務を遂行できる方
- ・調査上知り得た事項を他にもらさない方(解任・退任後も同様)
- ・税務、警察および選挙に直接関係のない方
- ・暴力団員などの反社会的勢力に該当しない方
- ・報酬 調査終了後に国の定めた基準に基づき、支給されます。
- ・申込方法 電話で連絡の後、個別に面談します。
- ☎ 総務課
(内線4035)
各総合支所地域振興課

令和2年版 みやぎ手帳予約受付中

料金 1冊600円(サイズ15・0センチ×8・8センチ)
内容
・見やすく使いやすい月間予定表と日記
・最新の統計資料(国・県・市町村の主要指標)
・仕事・生活に役立つ資料

申込方法 取扱先に直接または電話で申し込みください。
申込期限 11月8日(金)
発売期間 11月20日(水)～12月6日(金)
※申込先で、代金引換となります。
☎ 総務課
(内線4038)
各総合支所地域振興課
各支所



災害義援金 第11次配分を行います

人的被害(死亡・行方不明者、災害障害見舞金支給対象者)および住居に大規模半壊以上の被害を受けた方に対して、義援金を配分します。

支給種別

- 人的被害
 - ・死亡・行方不明者
 - ・災害障害見舞金支給対象者
- 津波浸水区域内における住家被害
 - ・全壊
 - ・大規模半壊

被災者生活再建支援制度 手続きはお済みですか

未申請世帯は申請手続きをしましょう。
 申請期限 令和2年4月10日
 支給対象 被災証明書が大規模半壊以上で住宅再建(建設・購入、補修、賃借)

「住まいの復興給付金」申請相談会

東日本大震災で被災した住宅(借家を除く)の所有者が、平成26年4月の消費税率8%引き上げ以降に、住宅を建築・購入、または補修(工事費が税抜100万円以上)し、その後居住する場合に、消費税増税分相当(建築・購入の場合、最大約90万円、消費税率10%の場合、最大約150万円)の給付が受けられる制度です。

※申請は、住宅の引渡日から1年以内に行ってください。
 (令和3年12月31日までに引き渡された住宅が対象)

※次の場合は申請対象外です。

被災時に住宅を所有していなかった場合/賃貸にお住まいだった場合/消費税率5%で建築・購入、あるいは補修を行っている場合

相談内容 給付の可否、申請書の記入方法、必要書類、作成済み書類の確認など

※会場では申請書の提出はできません。

とき	ところ
11月17日(日)	午前10時~午後4時 市役所5階市民サロン前
12月13日(金)	

☎ 住まいの復興給付金事務局コールセンター
 ☎ 0120-250-460 (通話無料) 午前9時~午後5時(土日・祝日を除く)
 市生活再建支援課 (内線 3965)

「災害復興住宅融資」無料相談会 要電話予約

住宅金融支援機構(旧住宅金融公庫)は、震災により被害を受けた方が、住宅の再建・補修をするための融資(建設・購入の場合は当初5年間の金利0%)について、相談会を行っています。

また、地元金融機関の住宅ローンに関する相談も可能な場合があります。

とき	ところ
11月17日(日)	午前10時~午後4時 市役所5階市民サロン前
12月13日(金)	

☎ 住宅金融支援機構お客様コールセンター
 ☎ 0120-086-353 (通話無料) 午前9時~午後5時(祝日を除く)
 ☎ 市生活再建支援課 (内線 3965)

自然の豊かさに感激

平成30年4月から勤務し、主に新築家屋の調査と税額の計算、登記情報更新などの業務に携わっています。

菟野町役場でも税務関係を担当していましたが、家屋評価は経験がなかったため、赴任当初はいろいろ苦労しました。迅速、適正に仕事ができるよう、日々努力しています。

四日市市にある自宅は、車でコンビニに行くような状況な



資産税課 森 雄司さん(45)
 三重県菟野町から派遣

ので、石巻市中心部での生活はとても便利です。少し足を延ばせば風光明媚な牡鹿半島や田園地帯もあり、特に地元で「馬っこ山」と呼ばれる「トヤケ森山」から望める旧北上川の流れる「一幅の絵」のようでも感激しました。

石巻は、新たなまちづくりの進展とともに、道路やトンネル交通インフラなども整備され、より魅力ある街へと変貌しつつあります。若い世代を含めて多くの人が住む活気のある街になることを期待します。

相談※半壊を除く
 ☎ 生活再建支援課 (内線 4766)



住宅再建補助金の相談

り被災証明書が半壊以上で住宅再建(建設・購入、補修)をした、または、予定している世帯で、加算支援金以外の補助金を申請していない世帯は、ご相談ください。

震災で住居などを移転再建する方の負担軽減のため、特例措置として加入金を免除しています。

対象 給水区域内(石巻市・東松島市内)において、震災により住居などが被災

震災移転再建時に水道加入金が免除されます

令和3年3月31日

☎ 95-6707



した方で、移転再建する際に、新たな給水装置を設置すると同時に被災した場所の給水装置の廃止手続きをする方

※建売住宅や中古住宅など、すでに加入手続き済みの物件を購入の場合は、免除の対象外です。

免除期限

令和3年3月31日

☎ 石巻地方広域水道企業団給水課

年末調整および消費税軽減税率制度説明会

とき 11月14日(木)・15日(金)午後1時30分~4時
 (受付開始午後1時)
 ところ 河北総合センター「ビッグバン」

※年末調整に関する説明動画が国税庁ホームページでご覧になれます。

☎ 石巻税務署 法人課税第一部門
 ☎ 23-8155



国税庁ホームページ

建物の取り壊しまたは建築をした方へ

今年中に固定資産税の課税対象となっている家屋の全部または一部を取り壊した方(取り壊しを予定している方)は「家屋滅失届」を提出してください。

車庫・物置などを建てた際は、課税の対象となる場合がありますので調査のご協力をお願いします。

☎ 資産税課 (内線 3117)
 各総合支所市民生活課

裁判員制度の名簿記載通知を送付します

令和2年の裁判員候補者



最高裁ホームページ

防災ラジオテスト放送 11月11日(月)午後3時ごろ 空間放射線量 9月の測定結果

除染などが必要となる空間放射線量は、毎時0.23μSv/hと定められています。市内において放射線量の測定を行った結果、測定地点の全てで、健康に影響を与えるような数値は検出されませんでしたのでご安心ください。

空間放射線量の測定結果 (単位: マイクロシーベルト/時)

測定箇所	測定結果	測定期間
市立小学校、市立中学校、市立高等学校 (敷地)	0.06~0.09	9/4~9/25
市立保育所、私立幼稚園、私立保育園 (敷地)	0.04~0.09	9/3~9/25
公共施設等 (ホットスポット調査)	0.06~0.09	9/3~9/25
牡鹿地区集落	0.05~0.15	9/4~9/18

※住民持ち込みによる食品など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行っています。

☎ 環境課(内線 3366)

防災「合言葉」受賞作品

災害で 大声出して すぐ避難
 あなたは地域の 救世主

石巻中学校1年 山口 葵

☎ 学校安全推進課(内線5082) 平成30年度石巻市学校防災推進会議



**市立小・中学校学区
再編計画(案)意見募集**

小・中学校の学区再編計画の策定を進めるにあたり、皆さんの意見を募集します。

ところ(閲覧場所) 教育総務課・各公民館・図書館・各総合支所地域振興課・各支所・情報公開コーナー

対象 市内に在住・在勤・在学の方・市内の事業者および団体・市に納税義務を有する方・本件に関して利害関係を有する方

申込方法 住所・氏名(団体・企業の場合は、その名称および代表者の氏名)電話番号・性別・年齢・職業を記載し、郵送・FAX・Eメールまたは持参してください。

申込期間 11月5日(火)～18日(月)

〒986-8501 (住所不要) 教育総務課 (内線5010) FAX 22-5160

✉ isbdestdsgn@city.ishinomaki.jp

**石巻市高校生海外
研修事業派遣員募集**

市の姉妹都市である「イタリア共和国・チビタベッ

キア」への高校生派遣員を募集します。

現地高校生や市民の皆さんとさまざまな交流を行います。

とき 令和2年3月25日～3月31日5泊7日(予定)

ところ イタリア共和国・チビタベッキア

対象 市内居住の高校生
定員 10人
料金 渡航費の2分の1程度(20万円)

申込方法 チラシまたはホームページにある申込用紙を、郵送または持参してください。

申込期間 12月15日(日) ※当日消印有効

〒4245 (内線4245) 地域振興課

町内会(行政区)、各種団体などの要望に応じて、市長が出席するまちづくり懇談会を実施しています。

市政の課題、施策などを市民の皆さんに報告し、市政の浸透を図るとともに、皆さんからいただいた意見などを市政に反映させることを目的としています。

**石巻インターナショナル
交流会**

外国人技能実習生と地域住民が互いの文化や生活習慣について理解し、交流を深めるイベントを開催します。

とき 11月24日(日)
午前10時50分～午後2時

ところ 総合福祉会館
対象 定員(先着)
・市在住の技能実習生60人
・地域住民 60人

内容
・地域住民向けセミナー
・技能実習生向けセミナー
・各種文化体験
・料理を囲むでの交流会

申込方法 電話で申し込みください。

申込期限 11月15日(金)
〒986-4799 (内線4246) 地域振興課

とき 11月9日(土)
午前10時～正午

見学先 門脇流留線、石巻工業港運河線の道路工事、雲雀野地区防潮堤工事など

集合場所
・石巻駅前(午前9時30分)
・県石巻港湾事務所駐車場(午前9時40分)

対象 市内在住の方

**シルバー人材センター
入会説明会**

市内に居住する60歳以上で、健康で働く意欲のある方ならどなたでも会員になることができます。

とき 11月20日(水)・27日(水)
午前9時(受付時間) 午前8時40分～8時50分

ところ シルバー人材センター(南中里三丁目14-3)

入会時に必要なもの 年会費(3,000円)、印鑑、健康保険証、七十七銀行、ゆうちょ銀行、JABバンクのいずれかの通帳

料金 500円(入会金) 月額700円(会費)

申込方法 電話またはEメールで申し込みください。

〒984-3683 (内線3526) 市商工課

15社程度の市内企業による合同企業説明会を開催します。各企業からの説明や企業ブースでの就職相談を行います。

とき 11月22日(金)
午後1時30分～3時30分(受付開始午後1時)

対象 市内在住の方

**勤労者福祉サービス
センターの会員募集**

会員は次の福利厚生事業を受けることができます。

・共済給付や生活安定資金融資の事業
・人間ドックの助成や健康維持活動の支援
・自己啓発活動に係る助成、イベント企画および保養施設などの割引利用

対象
・石巻圏域の中小企業の労働者とその事業主
・石巻圏域在住の中小企業にお勤めの方

料金 500円(入会金) 月額700円(会費)

申込方法 電話またはEメールで申し込みください。

〒983-9238 (内線3526) 市商工課

15社程度の市内企業による合同企業説明会を開催します。各企業からの説明や企業ブースでの就職相談を行います。

とき 11月22日(金)
午後1時30分～3時30分(受付開始午後1時)

対象 市内在住の方

**ウォーキングイベント
牧山ウォーク(12キロ)**

所要電話予約
〒986-0883 菅野 正雄

ところ 石巻山の会 菅野山

料金 1,000円(保険料・汁物など)

とき 11月24日(日)
午前9時30分

**行ってみっちゃん議会
(Welcome to 議会)**

議会報告会と議場コンサート(出演 石巻好文館高等学校マンドリン部)を同日開催。その後、議会棟見学会・写真撮影会を行います。

とき 11月24日(日)
午後1時～3時

ところ 市役所6階市議会 議場・各委員会室・正副議長室

〒986-917 (内線6917) 議会事務局



石巻霊園返還墓所使用許可申請受け付け中

返還墓所とは、一度使用許可を受けて使用された墓所で、他の墓地への改葬などにより、市へ返還された墓所のことをいいます。

申請書の配布と受付期限
令和2年3月31日(火) 午前9時～午後4時
※申請書受け付け順に墓所を選定してもらいます。
※全ての区画が決まれば、受け付けは終了します。

申請書の配布と受付の場所
環境課
※総合支所および支所で申請書の配布・受け付けは行いません。
※郵送による申請書の配布・受け付けは行いません。

対象
・申請時点で市内に3カ月以上住所を有する方で、墓所の祭し者
・焼骨を有する方
※死体(胎)埋・火葬許可証または焼骨の埋・収蔵事実の確認書が必要です。ただし、東日本大震災で遺体が発見されずに死亡認定を受けられたご遺族は申し込みができません。

区画面積	使用料
4㎡	94,600円
6㎡	178,200円
9㎡	333,300円
12㎡	534,600円

※墓碑の制限などについては、申請書配布時に説明します。
※石巻霊園における返還墓地のみの供給であり、石巻第二霊園一般墓所および個別集合墓所の申し込みはできません。
〒986-3365 環境課(内線3365)



市民教養講座 「第3回カラオケ広場」

とき 11月11日(月)・18日(月)・25日(月)・12月2日(月)

午前10時～正午

ところ 石巻中央公民館

対象 カラオケ初心者

定員 80人(先着)

料金 500円(教材費)

申込期間 11月1日(金)～8日(金)

※要電話予約

☎ 22-2970

第56回石巻中央公民館 文化祭開催中

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

とき 11月24日(日)まで

☎ 22-2970

自衛官採用試験

陸・海・空自衛官候補生

応募資格 18歳以上33歳未満の方

受付期限 11月8日(金)

陸上自衛隊高等工科学校生徒(推薦・一般)

応募資格

・推薦 男子で17歳未満(中卒。見込み含む)の成績優秀かつ生徒活動など

に顕著な実績を修め、学
校長が推薦できる方

・一般 男子で17歳未満(中卒。見込み含む)の方

受付期間

・推薦 11月1日(金)～29日(金)

・一般 11月1日(金)～令和2年1月6日(月)

〔貸費学生〕

応募資格 大学の理学部、工学部などの3・4年次等

受付期間 11月1日(金)～令和2年1月6日(月)

☎ 83-6789

自衛隊宮城地方協力本部石巻地域事務所

講義 杉山 雅宏

とき 11月21日(木)午後6時30分～8時30分

ところ 市役所4階庁議室

対象 市内在住または市内に通勤している方

定員 50人(先着)

申込方法 電話、またはFAX、Eメールに必要事項(氏名・電話番号)を記入し、申し込みください。

申込期限 11月15日(金)

☎ 22-4995

地域協働課

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

名前・電話番号)を記入し、申し込みください。

※当日参加可

☎ 95-1137

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ングを配布します。

とき 11月29日(金)午後2時～3時30分

ところ イトーヨーカドー石巻あけぼの店

対象 市内在住の方

定員 25人(先着)

申込方法 電話または直接申し込みください。

☎ 2437

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ローカルベンチャー
講演会

目標に取り組む心構えや準備などについて語ります。

とき 12月1日(日)午後3時～4時30分

ところ 石巻グランドホテル 天翔の間B

講師 アルピニスト野口健

対象 移住や起業に関心のある方

定員 200人(先着)

申込方法 窓口またはホームページから申込用紙を取得し、FAXまたは直接申し込みください。

☎ 22-4995

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

申込期限 11月20日(水)

☎ 090-9532-6053

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

研究科 教授 小坂 健

対象 地域の支え合いに興味のある方

定員 300人(先着)

※要電話予約

☎ 2572

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

たは窓口で申請書を取得し、申し込みください。

申込期間 11月11日(月)～20日(水)

午前9時～午後5時(土日を除く)

☎ 95-7433

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp

ig.jp





申・團 サン・ファン館企画広報課 ☎24-2210
(火曜日休館)
✉ k-kouhou@santjuan.or.jp

サン・ファン号ファイナルプロジェクト企画展 『サン・ファン号のすべて -1993~2021-』

サン・ファン号の業績や役割を振り返る企画展を開催しています。
と き 令和2年3月23日(月)まで

シンポジウム 『時空をむすぶ帆船 -帆船海王丸とサン・ファン・パウティスタ号が育んだ世界-』

「帆船海王丸」と「サン・ファン・パウティスタ号」を結び、帆船が育んだ歴史と現在担うべき役割を話し合います。
と き 11月17日(日) 午後1時30分~4時(受付開始午後1時)
申込方法 電話またはEメールで申し込みください。

第11回サン・ファン絵画コンクール作品展

サン・ファン絵画コンクールの全応募作品を展示します。
と き 11月23日(土・祝)~令和2年1月19日(日)
料 金 一般 350円・高校生以下無料(要入館料)

サン・ファン歴史講座 『慶長使節が育んだ世界』

と き 11月30日(土) 午後1時30分~3時
申込方法 電話またはEメールで申し込みください。
團・團 サン・ファン館企画広報課 ☎24-2210
✉ kouza@santjuan.or.jp

サン・ファン・イルミネーション2019

と き 11月8日(金)~令和2年1月5日(日)
午後4時30分~8時30分(入館不可)



團 石ノ森萬画館 ☎96-5055

開田裕治 直筆イラスト付サイン会

と き 12月7日(土) 午後3時
対 象 ガンダムギャラリー開催記念商品を5,000円以上購入いただいた方
※先着25人に、当日午前9時から参加券を配布します。

開田裕治 デジタルテクニック講座

と き 12月8日(日) 午後2時
対 象 石ノ森萬画館の当日観覧券、または年間パスポートをお持ちの方
※先着50人に、当日午前9時から萬画館1階で整理券を配布します。

女性のための女性 司法書士による 無料法律相談会

県内に在住もしくは県内に職場のある女性を対象として、セクハラ・DV・借金・

☎0570-070-810
(ナビダイヤル)
團 仙台法務局人権擁護部
☎022-225-5743

と き 11月18日(月)~22日(金)午前8時30分~午後7時
11月23日(土・祝)・24日(日) 午前10時~午後5時
と き 11月18日(月)~22日(金)午前8時30分~午後7時
11月23日(土・祝)・24日(日) 午前10時~午後5時

空き家無料相談会

空き家の維持管理、相続問題、解体、売却などについて、不動産や法律・建築の専門家が無料で相談に応じます。
と き 12月1日(日)

團 保護課(内線2505)
「ビッグバン」
と き 11月27日(水) 午前10時~午後3時
ところ 河北総合センター

せいかつけん らーじうんまり ご相談会

仕事や生活などにお困りの方に対して出張相談会を実施します。一人一人の状況に応じて、専門の支援員が専門機関と連携して解決に向けた支援を行います。
と き 11月27日(水) 午前10時~午後3時
ところ 河北総合センター

消費生活講演会

多発する高齢者を狙った悪質な勧誘による契約トラブルの被害を防止しましょう。
と き 11月30日(土) 午前10時~正午
ところ かわまち交流センター(かわべい)
内容 1部「高齢者の最近の契約トラブル」 午前10時
2部「もめない相続・守る財産」 午前11時15分
講師 仙台弁護士会
団員 弁護士 渡部 雄介
定員 50人(先着)
申込方法 電話で申し込みください。
※当日空きがあれば参加可能
團・團 市民相談センター
(内線2534)



午前9時~午後4時
ところ 向陽地区コミュニティセンター
対象 市内にある空き家の所有者または管理者(今後、空き家を有する見込みの方を含む)
※要電話予約
團・團 市住宅課
(内線5556)

動物フェスティバル

動物に関するセミナーを開催します。
と き 12月1日(日)
午後2時~4時
ところ 県石巻合同庁舎
※ペットの同伴はできません。

講演内容 「動物の問題行動について」
講師 帝京科学大学准教授 博士 加隈 良枝
團 オーク動物病院
☎83-9707
県東部保健福祉事務所(石巻保健所)
☎95-1475

第18回石巻かき祭り



今年もかき祭りを開催します。のりかき汁・かき鉄板焼き・殻付き・焼かき・地場産品販売や飲食ブースも多数出店します。
と き 11月23日(土・祝) 午前9時30分~午後2時
ところ 水産総合振興センター
團 石巻かきブランド化事業委員会(JFみやぎ石巻市東部支所)
☎90-2131
市水産課(内線3519)

石巻地区青年文化祭

石巻地区の青年たちが、文化活動の発表や催しを行います。
と き 11月17日(日) 午前9時30分
ところ 桃生公民館
内容 展示発表・ステージ発表・体験ブース・食品販売ブース
團 県東部教育事務所
☎95-1411
(内線3854)
市生涯学習課(内線5054)

生きがいと創造の事業 作品展とみなと荘祭り

と き 11月17日(日)

午前10時~午後2時
ところ 総合福祉会館みなと荘
内容 ○作品展 木工・陶芸・手編みの3講座で受講生が製作した作品の展示
○みなと荘祭り みなと荘を利用しての団体・サークルの作品展示と舞台発表や体験コーナーなど
團 総合福祉会館みなと荘
☎96-0845
市福祉総務課(内線2884)

いしのまき・おながわ ハートフルフェア

石巻市と女川町内の障害者の方が働く事業所で作られた製品の紹介や販売を行う

税を考える週間 16日啓発イベント

11月11日(月)~17日(日)は税を考える週間です。「くらしを支える税」をテーマにイベントを行います。
と き 11月16日(土) 午後1時30分
ところ イトーヨーカドー石巻あけぼの店
内容

相談



☎93-6704
局 (公社)石巻法人会事務局

全国一斉「女性の 権利ホットライン」 強化週間

11月18日(月)~24日(日)は全国一斉「女性の権利ホットライン」強化週間です。時間を延長して相談電話を開設します。
夫やパートナーからの暴力やストーカー行為、職場でのセクシュアル・ハラスメント、家族間での問題など、さまざまな人権問題について、無料電話相談できます。秘密は固く守られます。
と き 11月18日(月)~22日(金)午前8時30分~午後7時
11月23日(土・祝)・24日(日) 午前10時~午後5時

相続・親の介護問題などについて、女性司法書士が無料で電話・面接による相談を行います。
と き 11月16日(土) 電話相談
午前10時~午後4時
・面接相談
午後1時~4時
ところ 石巻司法書士相談センター(鑄銭場5-9 いせんばプラザ102)
※面接相談は予約優先
團・團 石巻司法書士相談センター
☎96-3611
相談専用電話番号
☎0120-216-870

相談



くらしのなんでも相談会
 専門家がお答えします

とき 11月17日(日)
 午前10時～午後4時
 ところ イオンモール石巻
 「緑の広場」

内容 弁護士・税理士・司法書士・行政書士・土地家屋調査士・建築士・解体工事業者・社会保険労務士・公証人・宅地建物取引士・社会福祉士などの専門家が

連携し、生活に関連する悩み事を解決するためのワンストップ相談会を開催します。



宮城県行政書士会
 022-261-6768
 市民相談センター
 (内線2534)

弁護士による「巡回無料相談会」

とき 11月22日(金)
 午前10時～正午
 ところ 河北総合支所2階第3会議室
 ※予約優先(当日空きがあれば相談可)

法テラス東松島
 050-3383-0009
 受付時間 午前9時～午後5時(土日・祝日を除く)
 市民相談センター
 (内線2534)

市民相談センターから

《お試しのつもりが…》

美容や健康のためにインターネット通販でサプリメントなどを購入する人が増えています。

そんな中、お試しのつもりで注文したのに、後日、数カ月分が一括で届けられ、高額請求されて困っているという相談が複数寄せられています。

トラブルを避けるためにも、広告だけを見て申し込むのではなく、契約内容を正確に把握した上で契約するように心掛けましょう。お困りの際は、一人で悩まずご相談ください。

市民相談センター
 23-5040



11月の相談あんない

行政

- 行政書士相談 ※要予約
 18日(月) 午前10時～午後3時 市役所 2階相談室A・B
 宮城県行政書士会石巻支部 ☎95-3820
- 行政相談
 6日(水) 午後1時30分～3時30分 河南総合支所第2庁舎 1階会議室
 11日(月) 午前10時～午後3時 北上保健医療センター 指導室
 13日(水) 午後1時30分～3時30分 市役所 2階相談室B
 東北管区行政評価局 ☎022-262-7839
- 県政に関する相談(県石巻合同庁舎1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3040)

法律

- 弁護士による無料法律相談(市役所2階市民相談センター相談室)
 12日(火) うみかぜ法律事務所 高橋弁護士
 26日(火) あおぞら総合法律事務所 小川弁護士
 午前10時30分～午後4時
 ※定員1日9人[先着] ※要予約 予約受付開始 1日(金) 午前9時
 市民相談センター (内線2532・2534)
- 仙台弁護士会法律相談
 (石巻法律相談センター 穀町12-18 石巻駅前ビル4階)
 月～金曜日(祝日を除く) 午後1時30分～4時30分
 日曜日(祝日を除く) 午前10時30分～午後4時30分
 ※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。
 仙台弁護士会法律相談センター ☎022-223-2383
 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10時～午後3時 ☎23-5451
- 司法書士による無料法律相談会 ※予約優先
 (石巻司法書士相談センター 鑄銭場5-9 いせんばプラザ102号)
 毎週水・金・土曜日(祝日を除く) 午後1時30分～4時30分
 ※16日(土)は女性のための相談会として、相談時間が変わります。
 午後1時～4時
 ※司法書士が無料で相続登記・法律相談に応じます。
 石巻司法書士相談センター ☎96-3611
 午前9時～午後5時(土日・祝日を除く)

交通事故

- 県交通事故相談(県石巻合同庁舎1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3040)
- 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

子ども

- 18歳未満の子どもに関する相談 県東部児童相談所(県石巻合同庁舎)
 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 子育て支援課
 午前9時～午後4時(土日・祝日を除く) ☎24-6848

暮らし

- 無料人権相談
 特設人権相談窓口を開設します。
 6日(水) 午前10時～午後3時 河南総合支所第2庁舎 1階会議室
 11日(月) 午前10時～午後3時 北上保健医療センター 指導室
 15日(金) 午前10時～午後3時 河北総合支所 2階会議室
 ※仙台法務局石巻支局では、随時相談を受け付けています。
 仙台法務局石巻支局 ☎22-6188
- 年金受給に関する相談(石巻年金事務所 ☎22-5115) ※要予約
 ・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。
 (受付時間 午後6時まで)
 ・休日年金相談 9日(土) 午前9時30分～午後4時(受付時間 午後3時まで)
- 農家相談(河北総合支所3階会議室)
 15日(金) 受付時間 午後1時30分
 詳しくは問い合わせください。
 ※農地法許可申請受付期間 1日(金)～8日(金)
 農業委員会事務局 ☎62-4826
- 県消費生活相談(県石巻合同庁舎1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
- 市民生活相談(市役所2階市民相談センター)
 ※時間はいずれも午前9時～午後5時
 市民相談(内線2532) ※土日・祝日を除く
 家庭児童相談(内線2534) ※月・火・木・金曜日
 少年相談(内線2533) ※月・火・水・木曜日
 消費生活相談(☎23-5040) ※土日・祝日を除く
- 虐待・DV相談(市役所2階虐待防止センター)
 午前8時30分～午後5時 ※土日・祝日を除く
 (内線2535・2538・2539・2543) 直通☎23-6614
 ※児童、高齢者、障害者の各種虐待相談およびDV相談

介護

- 各地区包括支援センター ※()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

11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。

総合体育館
☎95-8998

開 午前9時～午後9時(日曜・祝日は午後5時まで)

休 第4木曜日

1日(金)・2日(土) 午前9時	令和元年度宮城県高等学校空手道新人大会
3日(日) 午前9時	石巻地区段位審査会(剣道)
7日(木) 午前9時	石巻支部高齢者スポーツ大会
9日(土) 午後1時45分	日本空手協会石巻地区協議会昇級審査会
17日(日) 午前8時	第33回石巻卓球協会長杯争奪卓球大会
24日(日) 午前9時	第13回亀山杯家庭バレーボール大会

トレーニングセンター
☎25-7731

開 午前9時～午後9時(日曜・祝日は午後5時まで)

休 17日(日)

13日(水)・20日(水) 午前10時～10時45分	椅子ヨガ
13日(水)・20日(水) 午前11時～11時45分	リフレッシュエクササイズKAZE
7日(木)・21日(木) 午後1時30分～2時30分	初めての楽しいエアロ

セイホクパーク石巻(総合運動公園)
☎22-9111 FAX22-9112

開 午前5時～午後9時

休 なし

2日(土) 午前9時	平成31年度宮城県高野連東部支部1年生大会	
10日(日) 午前9時	石巻5校OB野球大会	市民球場
23日(土・祝) 午前9時	石巻野球フェスティバル	
2日(土) 午前9時	復興支援国際親善試合<<アメリカシニア>>(サッカー)	
3日(日)・4日(月)・9日(土)・10日(日) 午前9時	石巻かほく杯U-15サッカー選手権大会【フィールド第1】	フットボール場
10日(日)・17日(日)	2019県下スポーツ少年団ラビー交流大会【フィールド第2】	
15日(金)・16日(土) 午前9時	平成31年度宮城県高等学校サッカー新人大会【フィールド第1】	フットボールフィールド
23日(土・祝)～25日(月)	東北・北海道地域花園出場チーム強化交流試合【フィールド第1】	
3日(日・祝)～9日(土) 午前9時	第72回宮城県高等学校新人ラビー競技予選リーグ フットボールフィールド第1・第2、フットボール場、多目的グラウンド ※フィールド第1は6日(水)のみ、フィールド第2は7日(木)・8日(金)を除く、フットボール場は7日(木)～9日(土)を除く、多目的グラウンドは3日(日・祝)を除く。	
9日(土)・10日(日)・16日(土)・17日(日)・23日(土・祝)・24日(日) 午前9時	高円宮杯U-15 東北大会(サッカー) フットボール場・ふれあいグラウンド・フットボールフィールド第1 ※フットボール場は17日(日)を除く、ふれあいグラウンドは9日(土)・10日(日)・16日(土)のみ、フィールド第1は17日(日)のみ。	
23日(土・祝)・24日(日)・30日(土) 午前9時	石巻かほく杯U-15サッカー選手権大会 フットボールフィールド第1・ふれあいグラウンド ※フィールド第1は30日(土)のみ、ふれあいグラウンドは30日を除く。	
30日(土) 午前9時	マイナビバガタカップU-15ガールズサッカーフェスティバル フットボール場・ふれあいグラウンド	

石巻中央公民館
☎22-2970 FAX21-6050

開 午前9時～午後9時

休 なし

1日(金)・15日(金) 午前10時～正午	家庭教育支援チーム「いっしょクラブ(子育てサロン)」 内容 1日 子育てマインドフルネス&ヨガ 14日 親子deリトミック 対象 小学校入学前のお子さんとお母さんなどなたでも参加できます。
30日(土) 午前10時～正午	ジュニア・リーダーサークルげろっば「第3回げろっば祭り」 内容 ジュニアとゲーム、もの作り、チャレンジコーナー、紙飛行機とばしなど 対象 小学1～6年生

蛇田公民館 ☎95-0183

開 午前9時～午後9時

休 なし

10日(日) 午前10時	第32回利用協チャリティ芸能大会 内容 利用協加入団体による芸能大会(歌・踊り・詩吟・大正琴・民謡ほか)野菜・花鉢のバザーコーナー
15日(金)・22日(金) 午後6時30分～8時	市民教養講座「陶芸教室」 講師 陶芸家 植田 隆 内容 練り込み器作成 定員 12人(先着) 料金 1,800円(材料費) 持ち物 エプロン、日本手ぬぐい複数枚 申込期限 11日(月) 申込方法 材料費を添えて窓口へ申し込みください。

稲井公民館 ☎22-4303

開 午前9時～午後9時30分

休 なし

9日(土)・10日(日) 午前9時～午後4時、(10日は午後3時まで)	第26回稲井地区作品展示会
15日(金) 午後1時30分～3時30分	稲井くらしの講座 11月学習会「高齢者の肺炎予防について」 講師 石巻赤十字病院 看護師長 高橋 恵美子 対象 稲井くらしの講座会員

渡波公民館 ☎24-0941

開 午前9時～午後9時30分

休 なし

10日(日) 午前8時30分	第42回渡波地区市民家庭バレーボール大会 ところ 万石浦小学校
23日(土・祝) 午後1時30分(開場 午後0時30分)	渡波地区文化講演会「庄司恵子 IN 渡波」～笑顔が一番だっちゃ～ 出演 庄司 恵子 料金 600円 ※駐車場が狭いので、車での来場はお控えください。
26日(火) 午後1時30分	高齢者教室「寿大学」学習会 講話 「家庭の防火について」 講師 石巻地区広域行政事務組合消防本部
29日(金) 午後1時30分	女性教室「くらしの講座」学習会 内容 カラオケ教室 講師 千葉 信行

河北総合センター「ビッグバン」 ☎62-1120

開 午前9時～午後9時

休 5日(火)・11日(月)・18日(月)・25日(月)

1日(金)～4日(月・休)	2019フェスティバル・イン・かほく「かほく文化祭」 ・作品展 1日(金)～4日(月・休) 午前9時～午後5時 各フロア ・神楽大会 3日(日・祝) 午前9時30分 文化交流ホール ・呈茶 3日(日・祝) 午前10時 2階フロア ・レッツダンス大会 3日(日・祝) 午後1時 アリーナ ・芸能音楽祭 4日(月・休) 午前10時 文化交流ホール ・手づくり絵本おはなし会 4日(月・休) 午前11時30分 ふれあいの部屋
9日(土) 午後1時30分	第4回石巻だんすダンスDANCE 料金 1,000円 事務局 ☎62-0021
10日(日) 午前9時	第81回河北バドミントン大会 事務局 ☎94-1320
20日(水) 午後1時	令和元年度 宮城県生活支援コーディネーター養成研修「地域のお宝発表会」 NPO法人全国コミュニティライフサポートセンター (CLC) ☎022-727-8731

図書館 ☎93-8635

開 午前10時～午後6時
(水曜日は午後7時まで、日曜日と3日(日・祝)は午後5時まで)

休 月曜日、23日(土・祝)

毎週火曜日 午後3時30分～4時 紙芝居とお話の会 紙芝居・絵本・手遊びなどを一緒に楽しみましょう。

1日(金)・15日(金) 午前10時30分～11時	あかちゃんおはなし会 赤ちゃん絵本・わらべうた・手遊びなどで、親子一緒に楽しみましょう。これからパパ・ママになる方もご参加ください。おはなし会終了後から正午まで多目的室を開放します。
12日(火) 午前10時～正午	読書会 今月のテーマ「感傷旅行(センチメンタル・ジャーニー) 田辺 聖子 著 この作品を読んで、感想をおしゃべりしませんか。
14日(木) 午前10時～正午	絵本とおはなしの会勉強会 絵本の読み聞かせやストーリーテリング(お話の語り)と一緒に練習しませんか。
2日(土)・16日(土) 午前10時30分～11時	たのしいおはなし会 絵本・紙芝居・手遊びなどで、お話を親しまいましょう。
19日(火) 午前10時～正午	子どもの本を読む会 今月の本「おれたち、ともだち」シリーズ 子どもの本を読む、大人のための読書会です。
11月3日(日)まで	企画展「手作り絵本展&図書館の本で作ってみました！」心をこめて手作りされた、世界に1冊しかない絵本を展示しています。作者の方へのお手紙コーナーや、絵本作りに関する本を集めたコーナーもあります。また、職員が図書館の本を参考にして制作した作品も一緒に展示します。
3日(日) 午後1時30分～3時	令和元年度石巻市図書館郷土史講座「ふるさとの歴史をみつめる～永遠の南浜・門脇を語る～」 講師 矢口清志 定員 30人(先着)
12月11日(水)・25日(水) 午後1時30分～3時30分	ボランティア講座「絵本の世界を届けよう！～子どもを読書に導く～」 講師 齋藤 信好 定員 各30人(先着) 申込開始 11月1日(金) 午前10時 申込方法 電話または直接申し込みください。 申込開始 11月1日(金) 午前10時 内容 11日 子どもの発達と絵本の関係、赤ちゃん絵本の取り扱い 25日 読み聞かせに向く絵本の選び方、伝わる読み方
4日(月) 午前11時30分～午後0時30分	手作り絵本おはなし会 ※河北分館(ビッグバン ふれあいの部屋)
12月7日(土) 午前10時30分～11時30分	クリスマスおはなし会 ※河北分館(ビッグバン ふれあいの部屋)

蔵書点検のお知らせ 河北分館(ビッグバン内図書館)は12日(火)から17日(日)まで休館します。そのため、10日(日)までは、1人10冊まで3週間貸し出しします。

<出張図書館「わたのは」> 渡波公民館で、予約を中心とした図書の貸し出しを行います。
と き 12日(火)・26日(火) 午後1時～2時

<出張図書館「えほんびより」> 子育て支援センターなどに出張し、貸出券の発行や本の貸し出しを行っています。

6日(水) 午前10時30分～11時30分	子育て支援室「わくわく」 漢字子育て支援センター ※読み聞かせもあります。
21日(木) 午前10時～11時30分	親子教室(1歳6カ月～2歳6カ月) なかよし保育園 ※読み聞かせもあります。
27日(水) 午前10時30分～11時30分	あそびのひろば 河北子育て支援センター ※読み聞かせもあります。

石巻健康センターあいプラザ・石巻 ☎95-8640 FAX95-8664

開 午前10時～午後9時(日・祝日は午後5時まで)

休 なし

「サンデープログラム」12～1月期 申し込み受け付け中

○はだしリズム体操【中学生～大人】	(日/全3回) 午後1時30分～2時30分
○冬の月礼拝ヨガ【中学生～大人】	(日/全4回) 午後3時15分～4時45分
○書き初め「毛筆」対策教室【小学3～6年生】	(日/全1回) 午前10時30分～11時30分
○書き初め「硬筆」対策教室【小学1～6年生】	(日/全1回) 午後1時～2時
○ソープカービング【中学生～大人】	(日/全1回) 午前10時30分～正午
○初めてのつまみ細工【小学生～大人】	(日/全1回) 午前10時～正午
○アーティフィシャルフラワーで作るクリスマスリース【小学生～大人】	(日/全1回) 午前10時30分～正午
・お正月飾り【小学生～大人】	(日/全1回) 午後1時～午後2時30分

料 金 全1回コース 1,150円/全3回コース 3,450円/全4回コース 4,600円
※途中申し込み可能な講座もあります。 ※別途材料費がかかる講座もあります。

申込方法 窓口で、各講座初回開講日前まで直接お申し込みください。

【11月の休講日・休館日】 休講日…23日(土・祝) 休館日…なし

【施設修繕工事実施のお知らせ】 修繕期間 未定 修繕箇所 プールサイドシャワーおよびプール採暖室
※修繕工事期間中はプール講座・プールフリー利用がお休みとなります。詳しくはホームページや窓口などで順次お知らせします。

遊楽館 ☎72-3561

開 午前9時～午後9時

休 月曜日 ※4日(月・休)分は5日(火)休館

【受付開始日変更のお知らせ】 令和2年3月分(アリーナ他施設)および12月分(ホール)の受付開始は12月3日(火)です。12月1日(日)は全館行事により、駐車場が使用できないため受け付けは行いません。

2日(土) 午前10時～午後3時	第28回かなんまつり 團 河南総合支所地域振興課 ☎72-2114
4日(月・休) 午後1時30分	いしのみき室内楽広場 ピアノアンサンブル・コンサート 料 金 一般 2,000円 高校生以下 1,000円 ※未就学児入場不可 事務局 ☎050-5435-0958
16日(土) 午後2時	第16回かなん少年の主張大会 團 河南公民館 ☎86-3663
17日(日) 午後2時	Barcarolle San Juan 第1回演奏会～未来への航海2019～ 料 金 1,000円 ※未就学児無料 團 バルカローレ サン・ファン事務局 ☎090-7332-4181
23日(土・祝) 午前11時	MKピアノルーム ピアノ発表会 團 MKピアノルーム ☎090-2606-9458
24日(日) 午前10時～午後3時	科学で東北を盛り上げ隊！@石巻 團 やまがた「科学の花咲く」プロジェクト事務局(山形大学SCITAセンター内) ☎023-628-4506
24日(日) 午前10時30分	齋藤・廣中・平塚門下生ピアノ発表会 團 ☎080-5571-4284

河南室内温水プール ☎72-3605

開 午前10時～午後9時(日・祝は午後5時まで)

休 休場日は遊楽館と同じ

17日(日) 午前11時～正午	アクアオーワーク ～肩こり腰痛予防緩和教室～ 料 金 500円 ※初めての方は無料 定員 5人(先着) 申込方法 電話または直接申し込みください。
24日(日) 午前9時～9時45分	ホットヨガ 料 金 1,000円 定員 15人(先着) 講師 笠安子(かさ やすこ) 持ち物 運動できる服装・タオル・飲み物 申込方法 電話または直接申し込みください。
17日(日) 午前10時～11時30分	ミズスポーツ塾 跳箱教室 料 金 1,000円 定員 各30人(先着) 持ち物 運動できる服装・タオル・飲み物・室内用シューズ 申込方法 電話または直接申し込みください。

にっこりサンパーク ☎67-2038または67-2712

開 午前9時～午後5時(電話予約があれば、午後9時まで)

休 月曜日 ※4日(月・休)分は5日(火)休館

野球場・テニスコート:要電話予約

牡鹿交流センター屋内温水プール ☎45-3618

開 午前11時～午後7時

※休館日の前日と日曜日は、午前10時～午後5時まで

休 月曜日 ※4日(月・休)分は5日(火)休館

利用料金 一般・学生 600円 小・中・高校生 300円 幼児 200円 3歳未満:無料

トレーニング機器 使用講習会

●総合体育館 ☎95-8998 7日(木)・21日(木) 午後6時30分/19日(火) 午前10時/12日(火) 午後2時
※各日定員20人(先着) ※電話または直接予約してください。 ※受け付けは開始15分前まで

●ビッグバン ☎62-1120 8日(金)・22日(金) 午後3時/午後7時 ※要電話予約

●遊楽館 ☎72-3561 3日(日)・22日(金) 正午/午後5時 ※要電話予約

●牡鹿交流センター ☎45-3618 利用時間 午前11時～午後7時
(休館日の前日と日曜日は、午前10時～午後5時) 随時受付(要電話予約)

11月の健康コーナー



【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

こころの体温計



相談(妊産婦・栄養・歯科相談は要予約)

相談名	とき	ところ	申・圃 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	内線2425
育児相談			内線2422
こころの電話相談			内線2421 ☎94-9132
栄養相談			11日(月) 10:00～12:00
歯科相談	11日(月) 13:00～15:00	保健相談センター	内線2428 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 またはベビースマイル	内線2422

心理カウンセラーなど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・依存症などこころの問題についての相談を行います。

とき	ところ	担当	申・圃
7日(木) 10:45～15:15	市役所2階相談室	今野 廣子	健康推進課(内線2421) ☎94-9132
28日(木) 10:45～15:15			

東部保健福祉事務所(県石巻合同庁舎内石巻保健所) **要予約**

相談・教室名	内容	とき	申・圃
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	15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	20日(水) 13:00～17:00	

定点型からだこころのケアサロン「からこころ」

とき 26日(火) 午前10時30分～午後3時
 ミニ勉強会 「オリジナル漢方茶で体質改善」
 ところ 河南母子健康センター
 専門のスタッフに体やこころに関する相談ができます。どなたでも参加できます。
 スタッフ からこころステーション心のケア相談員(医師・看護師・心理士・精神保健福祉士等)
 圃 河南総合支所保健福祉課 ☎72-2094 (内線272)

傾聴ボランティアによるカフェ

サロン♡さくら	
とき	ところ
18日(月) 10:00～12:00	鹿妻地区集会所(鹿妻南二丁目6-25)
12日(火) 10:00～11:30	市営筒場復興住宅集会所
28日(木) 10:00～11:30	寿楽荘(日和が丘一丁目1-1)

※悪天候等の事情により中止する場合があります。
 ※初めての方もご参加ください。
 圃 健康推進課 ☎94-9132

蛇田お茶っこサロン	
とき	ところ
13日(水) 10:00～12:00	新蛇田第1集会所(新立野復興住宅)

圃 健康推進課 ☎94-9132

からこころ相談ダイヤル:心の無料電話相談

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

仙台的のちの電話

☎ 022-718-4343 (24時間年中無休)
 ・毎月10日「自殺予防のちの電話」
 ☎ 0120-783-556 (午前8時～翌朝8時)

わかちあいの会:大切な方を亡くした方が話せる場所です。

とき 16日(土) 午後2時～4時30分
 ところ 石巻レインボーハウス(中里二丁目2-3)
 圃 仙台グリーンケア研究会 ☎ 070-5548-2186

つむぎの会:さまざまな形で子供を亡くした親の集いです。

とき 24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

まきっこの会:ひきこもりの家族会です。

とき 17日(日) 午後1時～4時
 ところ 保健相談センター
 料 金 1家族1,000円(当事者は無料)
 圃 「まきっこの会」 高橋 ☎080-6022-4478

問 健康推進課 ☎ 94-9132

11月は、「歯と口腔の健康づくり月間」です



- ・むし歯や歯周病の発症・悪化を予防するために、各家庭や職場、学校・施設などみんなで「お口のケア」に取り組みましょう。
- ・規則正しい食生活、正しい歯みがきの習慣づけをしましょう。
- ・かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯の健診を受けましょう。

※妊婦歯科健診および40・50・60・70歳の方を対象に「成人歯科健診」を実施していますのでご利用ください。

圃 健康推進課(内線2417)

第26回市立病院健康講座

「なるほど健康塾」

地域の皆さんが病気や医療について知識を深め、健康増進・維持に役立ててもらえるよう健康講座を開催しています。申し込み不要です。

とき 21日(木) 午後1時～2時
 ところ 市立病院3階講堂
 テーマ インフルエンザと感染性胃腸炎の感染対策について
 講師 市立病院 内科医師および副看護部長
 圃 市立病院病院総務課 ☎25-5555

愛の献血

とき・ところ

3日(日)	桃カワチ薬品石巻西店	午前10時～11時45分 午後1時～4時30分
10日(日)		
23日(土)	イオンモール石巻	
30日(土)		

圃 健康推進課(内線2418)

がん体験者のための情報交流会

がんになり抱える悩み・不安について、一緒にお話ししましょう。ご家族の方もぜひご参加ください。

対象	とき	内容	ところ	料金
①がん体験者と家族、地域の皆さん	2日(土) 13:30～14:30 14:30～15:30	●茶話会(がんへの気づきの場) ○講習会 臨床宗教師とは ○交流会	石巻レインボーハウス(中里二丁目2-3)	100円
①女性のがん体験者と家族の皆さん	8日(金)・22日(金) 10:00～14:00	●街中がんサロン 語り合いと情報提供の場です。	牡鹿観光モデルハウス(門脇字二番谷地13-477)	無料
	17日(日) 10:00～11:30	●再発サロン アドバイザー 医師 古田 昭彦		100円
	17日(日) 13:00～14:30	●クローバーサロン 婦人科がん体験者限定のおしゃべり会		
②がんの種類問わず	16日(土) 13:30～15:00	●がんについて、人生についてさまざまな事を皆さんで語り合います。	ここひろ(蛇田字中塚5-8 ヒノケン2F)	200円

圃 ①NPO法人 パセリの会 菅原 ☎070-5320-5538

②がん哲学外来 日和山カフェ代表 佐藤 ☎080-5742-4225 (月～金曜日18:00～20:00) 市健康推進課(内線2413)

乳幼児の検診・相談

対象地区	健診・教室名	対象	実施日	受付時間	ところ
石巻	3～4カ月児健診	R1年7月生まれ	8日(金)・21日(木)・29日(金)	12:30～12:45	保健相談センター
	1歳児よちよち相談	H30年10月生まれ	14日(木)・18日(月)・22日(金)	9:15～9:30	
	1歳6カ月児健診	H30年3月生まれ	12日(火)・20日(水)・28日(木)	12:30～12:45	
	2歳児歯科健診	H29年4月生まれ	7日(木)・13日(水)・27日(水)	12:30～12:45	
	3歳児健診	H28年5月生まれ	15日(金)・19日(火)・26日(火)	12:30～12:45	
河北 雄勝 北上	3～4カ月児健診	R1年7月・8月生まれ	20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	H30年3月・4月生まれ	27日(水)	12:30～12:45	
	2歳児歯科健診	H29年4月・5月生まれ	6日(水)	12:30～12:45	
河南 桃生	3～4カ月児健診	R1年7月生まれ	22日(金)	12:45～13:00	河南母子健康センター
	1歳6カ月児健診	H30年2月・3月生まれ	14日(木)	12:30～12:45	
	2歳児歯科健診	H29年4月・5月生まれ	19日(火)	12:30～12:45	
牡鹿	3歳児健診	H28年5月生まれ	21日(木)	12:30～12:45	保健相談センター
	3～4カ月児健診	R1年7月生まれ	29日(金)	12:30～12:45	
	1歳6カ月児健診	H30年3月生まれ	28日(木)	12:30～12:45	
	3歳児健診	H28年5月生まれ	26日(火)	12:30～12:45	

各種教室・講演会

教室名	内容	とき	ところ	申・圃
もぐもぐ育児教室(石巻地区)	対象 5～7カ月児の保護者の方 内容 離乳食の進め方、生活リズムや発達のお話、保護者同士の交流など 定員 15組程度(要予約)	6日(水) 13:00～15:00 (受付開始13:15～)	保健相談センター	健康推進課(内線2428)
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体操で健康づくりをしませんか。どなたでも参加できます。	26日(火) 9:30～11:00	遊楽館アリーナ	河南総合支所保健福祉課(内線275)

「オーラルヘルスケアリーダー養成講習会」のお知らせ

健康な歯と口を守るため体験実習を通して正しいケアの方法や、お口の元気を高める健康美体操をご紹介します。

と き 11月26日(火) 午後1時～3時
 と ころ 保健相談センター
 定 員 50人[先着]
 申込期限 11月22日(金) ※要電話予約
 講 師 公益財団法人ライオン歯科衛生研究所 歯科衛生士 亀田 麻未
 テーマ 「からだの元気はお口から!～人生100年時代に向けて～」
 団・圃 健康推進課(内線2417)

「生活習慣病予防講演会」のお知らせ

～CKD(慢性腎臓病)ってなに? 腎臓を守るための血圧の値～

腎機能低下により、人工透析を導入する方が増加しています。腎臓を守るためのポイントを一緒に学んでみませんか。

と き 11月27日(水) 午前10時～11時30分(受付開始 午前9時30分)
 と ころ 保健相談センター
 定 員 100人[先着]
 講 師 公立刈田総合病院 特別管理者 伊藤 貞嘉(専門 腎高血圧、内分泌学)
 申込期限 11月20日(水) ※要電話予約
 団・圃 健康推進課(内2425)



《野菜がある食卓を ～ベジプラス100～》



メタボリックシンドロームや生活習慣病を予防する野菜摂取の目標量は「1日350g」です。宮城県の20～40歳代の野菜摂取量は、この目標に対し約100g不足しています。また、宮城県はメタボの割合が全国で3番目に高く、石巻圏域は県内でもメタボが多い状況です。

いきいきと健康で過ごすために、今の食事に野菜をあと100gプラスして、おいしくヘルシーにメタボを予防しましょう。

圃 県東部保健福祉事務所 ☎94-6124
 市健康推進課(内線2428)

「健診結果」個別相談のお知らせ

～健診を受けたあなたのために…自分の体の状態に合った生活習慣を見つけましょう～

健診結果は、あなたの体の状態を教えてください。健診結果を通して、食事や生活習慣を振り返ってみませんか?

内 容 ・健診結果からあなたの体の状態を探ってみよう。
 ・食べ方や動き方など、生活習慣を振り返ってみよう。

と き 午前9時～午後4時(土日・祝日を除く)
 ※通院中の方は、まずは主治医にご相談ください。
 ※要電話予約。予約時に相談場所を決定します。

対 象 特定健診、健康診査を受けた市民の方
 団・圃 健康推進課(内線2613)



【石巻地区】結核・肺がん・大腸がん検診が終了します

結核・肺がん検診が11月21日(木)、大腸がん検診が12月6日(金)で終了します。まだ、受けていない方は、早めに受診しましょう。申し込みをしていない方で、受診を希望される方は、追加申し込みができますので、ご連絡ください。

圃 健康推進課(内線2414)

市夜間急患センターの診療時間

小 児 科		内 科	
曜 日	診 療 時 間	曜 日	診 療 時 間
月～金曜日	午後7時～10時	月～土曜日	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
日曜日・休日	午後6時～翌朝6時		

外 科	
曜 日	診 療 時 間
月～土曜日	午後6時～翌朝7時
日曜日・休日	午前9時～午後5時・午後6時～9時 年末年始(12/29～1/3)お盆(8/14～16)は内科と同じ。

所在地 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ご利用ください。
 圃 市夜間急患センター ☎94-5111

市立病院のご案内

診療時間(休診日 土日・祝日・年末年始)

内科・外科・整形外科	
受付時間	初診 午前8時～11時 再診 午前8時～11時30分
診療開始	午前9時
眼科・皮膚科	
受付時間	午前8時～11時
診療開始	午前9時
耳鼻咽喉科	
受付時間	火曜日：午前8時～11時 木曜日：午前8時～10時30分
診療開始	午前9時
受付時間	午後0時30分～3時
診療開始	午後1時

圃 市立病院 ☎25-5555

診療日

診療科	受付	月	火	水	木	金
内 科	午前	○	○	○	○	○
外 科	午前	○	○	○	○	○
整 形 外 科	午前	○	手術日	○	○	○
眼 科	午前	-	-	○	-	○
皮 膚 科	午前	○	-	-	-	-
耳鼻咽喉科	午前	-	○	-	○	-
	午後	○	○	-	○	○

※ 整形外科のみ紹介状と事前に予約が必要です。

11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時となります。
 ※担当医や受付終了時間、昼休み時間については、各医療機関に確認の上、受診してください。
 ※下表に記載のない産婦人科の対応については当日、市役所(☎95-1111)までお問い合わせ下さい。
 ※外科については、「市夜間急患センターの診療時間」の欄を参照ください。



日付(曜日)	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
3日(日)	内 科	よしろう内科(住吉町一丁目)	22-3277
	小 児 科	夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111
4日(月・休)	内 科	上石内科クリニック(清水町一丁目)	22-2602
	小 児 科	おおば小児クリニック(門脇字青葉西)	93-9693
	産婦人科	あべクリニック産科婦人科(大街道西二丁目)	22-3322
10日(日)	内 科	箕田内科クリニック(向陽町二丁目)	96-5252
	小 児 科	夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111
	産婦人科	齋藤産婦人科医院(中央三丁目)	22-0707

日付(曜日)	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
17日(日)	内 科	駅前北きし内科クリニック(駅前北通り一丁目)	95-3123
	小 児 科	夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111
	産婦人科	しらゆりクリニック(蛇田字新立野)	22-3717
23日(土・祝)	内 科	石巻健育会病院(大街道西三丁目)	94-9195
	小 児 科	夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111
24日(日)	内 科	高橋消化器内科(千石町)	95-1621
	小 児 科	中山こどもクリニック(中里三丁目)	95-4121

日	曜	石巻市 河北地区	東松島市 矢本地区	歯 科
3日	(日)	石巻ロイヤル病院(内科のみ)(広瀬) 73-5888	野蒜ヶ丘整形外科・リハビリテーション科(野蒜ヶ丘) 98-6662	佐藤歯科医院(東中里二丁目) 96-8778
4日	(月・休)	成田医院(相野谷飯野川町) 62-3221	やもと内科クリニック(矢本) 98-3260	かいほく歯科クリニック(開北一丁目) 21-6487
10日	(日)	佐々木医院(和瀬) 72-3122	イオンタウン矢本内科(小松) 24-6119	鈴木歯科クリニック(大街道北三丁目) 93-4182
17日	(日)	紫桃内科医院(鹿又) 75-2325	石垣クリニック内科・循環器科(矢本) 83-7070	鈴木歯科(駅前北通り一丁目) 93-7202
23日	(土・祝)	簡野医院(鹿又) 74-2244	仙台ペインクリニック石巻分院(赤井) 82-1310	青葉歯科医院(門脇字青葉西) 96-6602
24日	(日)	栗原医院(桃生町寺崎) 76-4170	うつみレディスクリニック(赤井) 84-2868	高城歯科医院(恵み野六丁目) 96-7788

石巻歯科医師会
休日診療所
(中里三丁目)
94-8223

11月の子育て支援コーナー

行事内容や申し込み方法など、詳しくは各支援センターに問い合わせください。またはホームページをご覧ください。

一発検索
支援センター



子育てメール相談



子育て駅伝



総合福祉会館との複合施設のこども園

湊こども園

園 八幡町一丁目6-22 ☎ 22-4657

平成27年4月に開園した幼保連携型認定こども園です。1歳児から5歳児までの68人が元気に過ごしています。地域や家庭と共に未来を担う子どもたちの育成を目指し、日々の保育に取り組んでいます。



泥んこ遊びに歓声を上げる



園庭で大好きなお友達と



ジャガイモの収穫に大喜び



近くの公園で楽しく遊ぶ園児たち

利用者さんへインタビュー

イクメンパパたちが大活躍!!



♥佐藤豪さん・閃太郎ちゃん(6歳)・舜太郎ちゃん(2歳)(写真左)
上の子は1歳児から、下の子は今年4月からお世話になっています。2人ともお友達が増え、毎日元気いっぱい過ごしています。やりたいことがいっぱいあるようなので、いろいろな体験をしながら成長してほしいです。

♥佐藤祐太さん・優萌ちゃん(6歳)(写真右)
お世話になって4年目になります。園ではお友達と仲良く遊んでいるようで、毎日楽しそうに通園しています。将来の夢はいろいろあるようですが、失敗を恐れることなく、いろいろなことに挑戦してほしいです。



「石巻市子どもの権利に関する条例」が制定されて今年で10周年です

石巻市子どもの権利に関する条例

この条例は平成21年4月に、子どもに対する虐待やいじめの増加など子どもの人権が軽視される傾向にある社会情勢を踏まえ、全ての子どもを一人の人間として認め、生まれながらに持っている子どもの権利を尊重するとともに、保障し、子どもの幸せと健やかな成長を地域社会全体で支えていくために作られました。

子どもの権利を守ることは、社会全体の責務です。家庭や地域、学校や施設、会社などが協力しあいながら子

どもの権利についての共通認識を持ち、お互いの責任を果たすことで、子どもの「しあわせに生きる権利」が守られていきます。

子どもが生まれながらに持っている大切な権利

- ・安全に安心して生きる権利
- ・自分らしく育つ権利
- ・自分を守り、守られる権利
- ・社会へ参加する権利
- ・適切な支援を受ける権利

石巻市子どもの権利に関する条例10周年記念フォーラムを開催します

と き 11月23日(土・祝) 午後1時～4時30分(開場午後0時30分)
と ころ 石巻専修大学 5号館5301教室(記念講演)・学生ホール(ワークショップ)

要電話予約

- 第一部 午後1時
 - ・子どもの権利に関する標語優秀作品表彰式
 - ・子どもの権利に関する講演会
 - テーマ 「この時代の家庭と子育てに必要なこと」～子どもの権利の視点から～
 - 講師 金子 耕式(ファミリーアドバイザー、アナウンサー)
- 第二部 午後2時40分
 - ・ワークショップ 子どもたちの「いま」と「これから」を話そう!
 - 内 容 ・子どもの権利ってなに?
 - ・子どもたちの「いま」と「これから」を話そう!



金子 耕式 氏

園・園 子育て支援課(内線2553)

子育て支援センター

イベント・行事予定



- 湊 ☎ 94-2366 渡波 ☎ 25-0567
釜 ☎ 24-6113 スマイル ☎ 98-5322
にじいろひろば ☎ 070-1142-9332
なかよし保育園 ☎ 96-4551
河南 ☎ 72-4670 河北 ☎ 61-1601
桃生 ☎ 76-4521 北上 ☎ 66-2177
雄勝 ☎ 25-6331 牡鹿 ☎ 45-2197

子どもセンターらいつ

☎ 23-1080



ハイ!チーズ!

北上子育て支援センター



お月見会!
お団子を作って食べました!

助産師によるマタニティ講座

河北子育て支援センター

19日(火) 午前10時～正午
園・園 河北子育て支援センター ☎ 61-1601

○沐浴体験

人形を使って沐浴体験ができます。初めてでも大丈夫です!パパもぜひご参加ください。

○抱っこについてのお話

抱っこの仕方やコツを助産師がていねいにレクチャーします!



復興の風 肌で感じながら疾走



ツール・ド・東北
全国から4000人

東日本大震災の被災地を自転車で巡る復興支援イベント「ツール・ド・東北」が9月14日と15日の両日、石巻地方などで開かれました。全国から約4000人のライダーが集まり、震災から8年半が経過した県沿岸部などの復興状況を確認しながら、風光明媚なコースを力いっぱい駆け抜けました。各地に設けられた休憩拠点となるエイドステーション(AS)では、地元住民が復興支援への感謝を込めて自慢の料理を提供し、郷土芸能なども披露したほか、沿道でもライダーたちに熱い声援を送り、交流を深めました。



完走目指して力強くペダルをこぎだす



並んでゴールインし完走を喜び合う



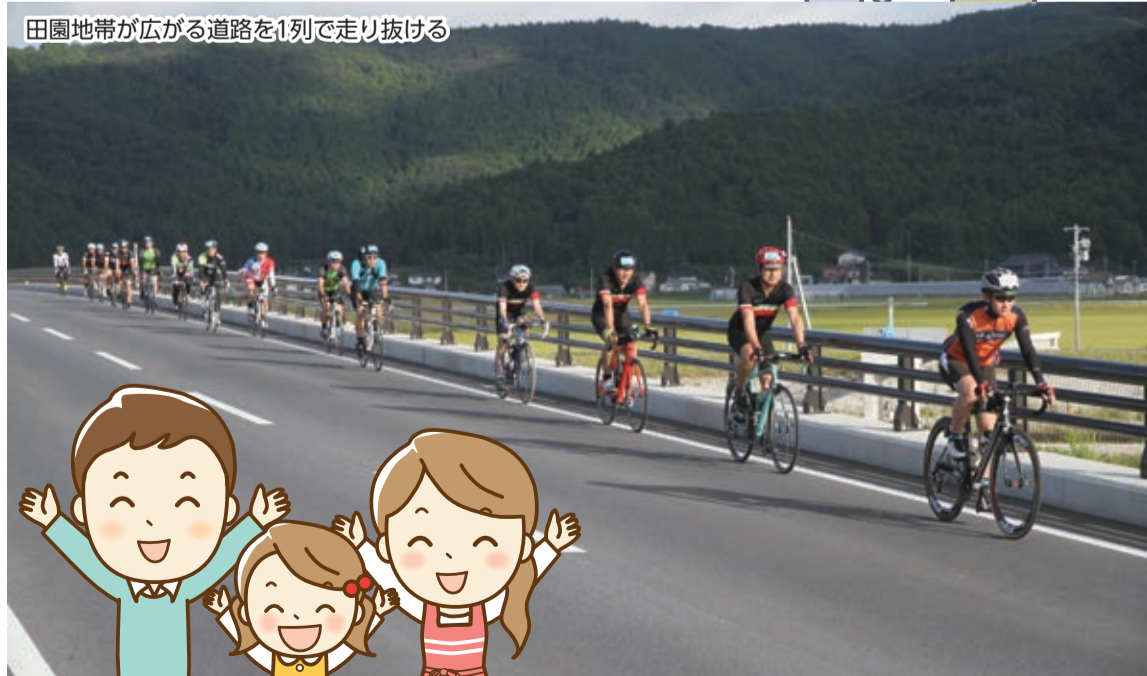
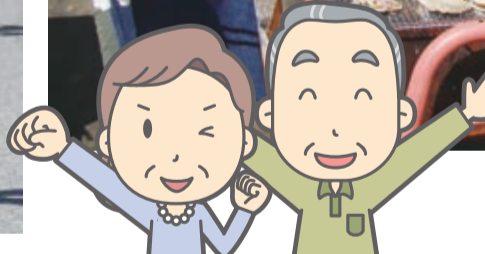
完走後、休憩スペースでくつろぐライダーたち



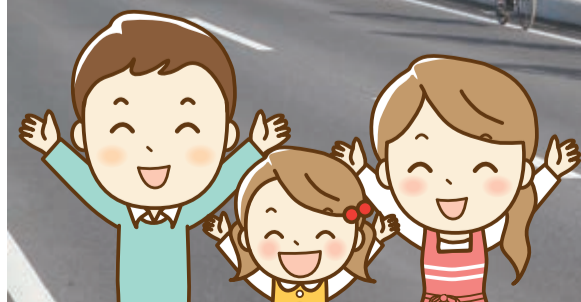
勾配のある登り坂を疾走するライダー



焼きホタテでライダーをもてなす雄勝ASのスタッフ



田園地帯が広がる道路を1列で走り抜ける



「応縁、フェス」を盛り上げた、いしのまき観光大使の萌江さん(中央)

みんなのた場

サークル仲間 ⑫

写経サークル

筆先に集中 心癒やす

シーンと静まり返った部屋の中で、テーブルを囲んだサークルメンバーたちが筆を使って一文字ずつ丁寧に般若心経などのお経を書き写していきます。誰も言葉一つ発することはなく、心を無にして筆先に集中。そこには、書く人の心身を癒やす、ゆったりとした時間が流れています。

成29年5月から月1回ずつ活動しています。

従来は雄勝まちづくり協会の事務局がある市復興まちづくり情報交流館雄勝館を中心に活動していましたが、現在は雄勝小中学校3階のラウンジを主会場に、メンバーで話し合って決めた日曜日の午後が開かれるようになりました。

雄勝地区だけでなく近隣の河北、北上地区にも入会を呼びかけ、本年度は65歳から80歳までの14人がメンバーとなっています。毎回、近隣の寺院の住職を講師に

招いて開催し、皆で開経偈などのお経を読み上げた後、約1時間にわたり、その場ですら写経に取り組み、ひたすら写経に取り組み、お経の時間が利用し、仏教のことや私生活に関する話し合いなども行います。



筆先に集中し写経に取り組むメンバー



仏教などに関する話も聞ける

60歳代の女性メンバーは「上手でなくてもいいですよ」と言われているので、気軽に写経ができ、墨をすり始めた時から日々の慌ただしさから解放されるような気分になれます」と、毎月1回のサークルをとっても楽しみにしています。



未来につむぐ復興の森をつくらう

南浜復興祈念公園に苗木約7000本植樹

令和2年度の完成を目指す石巻南浜津波復興祈念公園で9月23日、「復興の森づくり植樹祭」が開かれました。全国からボランティアら約800人が参加。市民の手で未来につむぐ復興の森をつくらうと、公園南側の敷地約1畝にクロマツやカシワなど16種類の苗木約7000本を植えました。植樹祭は今年で3回目。祈念公園で杜づくりや市民活動に携わる民間団体などでつくる同公園参加型維持管理運営検討協議会が主催し、国や県、石巻市、企業などが共催しました。

石巻市立桜坂高等学校

桜坂だより 第9号



こんにちは、桜坂高校です！
8月27日から始まった2学期も、いよいよ後半になりました。1・2年生は【自分の将来について考える】、3年生はまさに【人生のターニングポイント】となる大切な時期です。元気の桜坂生の様子をご紹介します♪



9月11日 1学年 社会人講話

～石巻で働く魅力的な女性から学ぶ～
卒業生を含む石巻管内で働く女性11人をお招きして、仕事の内容や苦労話、今の職業に就くまでの失敗談などをお話いただきました。
講話の前後で「働くとは？」イメージが大きく変わりました。

9月13日 就職試験出陣式

新規高校卒業予定者の就職試験が開始する9月16日を目前に、「就職試験出陣式」を行いました。
先生方から応援・アドバイスをいただいた後、代表生徒の決意表明がありました。「ともに励ましあいながら目標へ向かってがんばりましょう！」



10月6日 吹奏楽部 第5回定期演奏会

～年に1度の練習の成果を発表～
3年生にとっては最後のステージ。OBの協力をもらいながら、趣向を凝らしたステージに元気な桜坂ハーモニーを響かせました♪

桃生 1000人が軽快にパレード

Topic of town まちの話題



はねこ踊りフェスティバル



『ものうふれあい祭2019はねこ踊りフェスティバルin桃生』が9月14日、植立山公園で開かれました。昼の部のはねこ踊りコンテストには東京から友情出演の小学生らを含む10団体が出演。夜は公園のメイン道路を会場に寺崎はねこ踊り保存会や地元の小・中学校関係者ら18団体約1000人が軽快な踊りでパレードし、祭りを盛り上げ、最後は1200発の花火が夜空を彩りました。

河北 無事故願い 折り鶴と短冊

石巻 アニメファン 一堂に結集

飯野川小児童買い物客に配る

飯野川小学校の4年生27人が9月25日、ウジエスーパー飯野川店で「折り鶴&レター作戦」に取り組みました。秋の交通安全運動の一環で、「交通安全、よろしくお願いします」と呼び掛けながら、石巻地区交通安全協会飯野川支部が作った折り鶴と5年生が手書きした交通安全を願う短冊をひもでつないだアクセサリに、6年生からのメッセージを添えて、買い物客に配布しました。



「まき」ミ祭りで歌、衣装を披露

アニメとコスプレのファンが一堂に会する「まきコミ祭2019」が9月15日、かわまち交流センターを主会場に開かれました。子どもセンターらいつの小学5年生から高校3年生で組織する「子どもまちづくりクラブ」が昨年に続いて企画。参加者が奇抜な衣装や派手なメイクでアニメ主題歌のカラオケやコスプレを披露し、多くの若者が集まり盛り上がりしました。



河南 記念品贈り長寿をお祝い

雄勝 「孫育て 無条件の愛注いで」

530人出席し敬老会

河南地区敬老会が9月7日、遊楽館で開かれました。77歳以上の対象者530人が出席。菅原秀幸副市長が「皆さんは郷土発展の礎を築きました」と式辞を述べ、菓子などの記念品を贈ってお祝いしました。会場では、健康づくりに取り組む地元の「かなん楽しくニギニギ隊」が玄米入りダンベルを使った体操を披露。河南文化協会の会員が舞踊などで盛り上げました。



雄勝保育所で家庭教育学級

雄勝保育所で家庭教育学級が9月26日にあり、祖父母ら約15人が参加しました。元幼稚園長で、お話集団「たそがれフライデーズ」代表の津田真一さん(東松島市)が「じいじもばあばも腕まくり」と題して講話。絵本を読みながら「孫は無条件に愛しましょう」「褒めて育てましょう」などと、孫育ての秘けつ、楽しさを話していただきました。



牡鹿 プロの伴奏で校歌を斉唱

北上 炊きたてのうまさを堪能

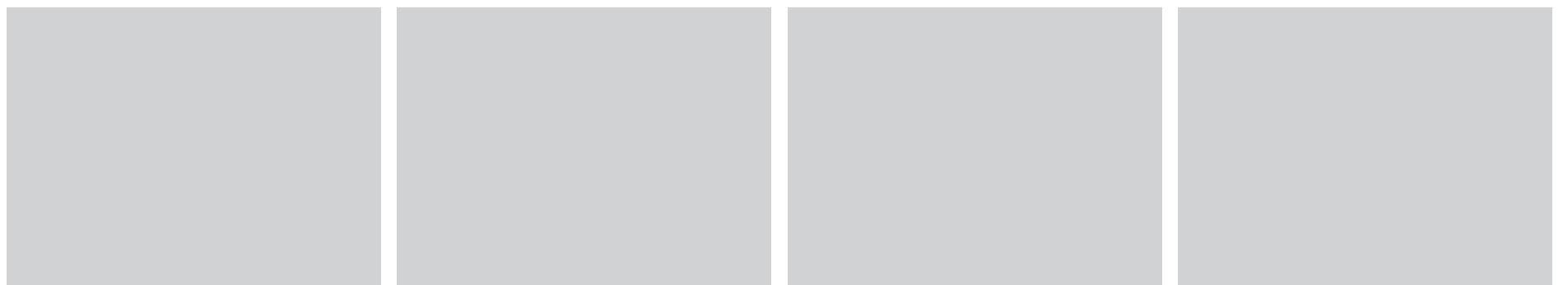
大原小で仙台フィルが演奏会

仙台フィルハーモニー管弦楽団のメンバー4人が9月26日、大原小学校を訪れ、体育館で生演奏を披露しました。4人はフルート、バイオリン、ピオラ、チェロの四重奏で、「口笛吹きと犬」「春の海」などを演奏。アンコールでは同校の校歌を奏で、児童たちが合唱しました。演奏会は公益財団法人石巻市芸術文化振興財団の音楽アウトリーチ事業の一環として行われました。



初めての「新米フェア」が好評

地元産米をアピールする初めての「きたかみ新米フェア」が9月29日、北上観光物産交流センターで開かれました。ヨシの腐葉土を入れた水田で育てた新米のおにぎりとしじみ汁が無料で振る舞われ、炊きたての味が好評でした。併設の石巻・川のビジターセンターでは「環境フェアきたかみ」が同日開催され、子どもたちが海の生き物のスタンプを使ったエコバッグなどを作りました。



石巻工業港曾波神線で交通規制のお知らせ

高盛土道路工事のため交通規制を実施しますので、ご協力をお願いします。

内容 片側一車線対面通行
とき 11月25日(月)～令和2年12月末
ところ 石巻工業港曾波神線(中浦二丁目)

【交通規制概要図】



図 県東部土木事務所 道路建設第一班
 ☎94-8763
 市区画整理課(内線5583)

石巻市プレミアム付商品券のお知らせ

1冊5,000円分の商品券を4,000円で販売します。

対象	非課税者(申請が必要です) 平成31年1月1日時点で、市内に住居登録がされていて、平成31年度の市町村民税(均等割)が課税されていない方 ※課税されている方に扶養されている方、生活保護の受給者などは対象外です。	子育て世帯主 平成28年4月2日から令和元年9月30日までに生まれたお子さんがいる世帯の世帯主の方
	購入限度額 対象者一人につき、5冊25,000円分(販売額20,000円)	対象となる子ども一人につき、5冊25,000円分(販売額20,000円)

プレミアム付商品券の購入には、購入引換券が必要です。非課税者で対象と思われる方には、8月に交付申請書を送付しています。未申請の方には再度通知を送りますので忘れずに申請してください。

申請期限 令和2年1月31日(金)
販売期限 令和2年2月28日(金)
販売場所 市内24郵便局(簡易郵便局を除く)
使用期限 令和2年3月31日(火)

※石巻市プレミアム付商品券取扱加盟店700店舗で使用できます(10月1日現在)。
 ※加盟店はホームページで確認できます。各総合支所保健福祉課および各支所窓口にも掲示しています。
 団・圃 福祉総務課 プレミアム付商品券専用ダイヤル
 ☎90-8043 ☎90-8044

三陸自動車道 夜間通行止めのお知らせ

路面劣化補修、トンネル点検および附属施設復旧などのため夜間通行止めを行いますのでご協力をお願いします。

内容 午後9時～翌朝6時の夜間通行止め(悪天候を除く)
 ※作業の進捗により、予定より早く通行止めを終了する場合があります。

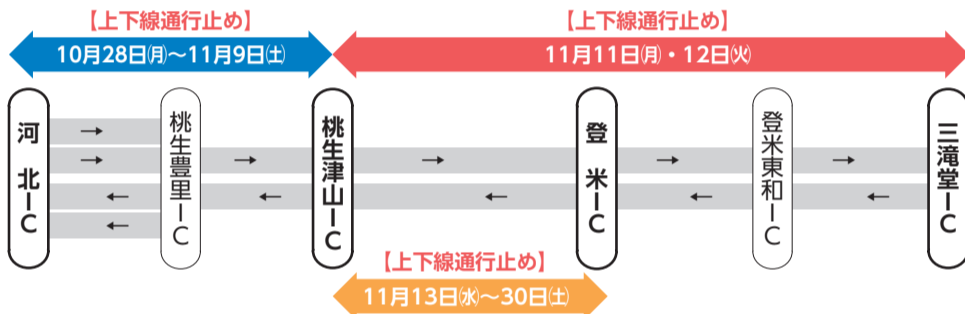


図 国土交通省 仙台河川国道事務所 道路管理第一課 ☎022-304-1814
 国土交通省 仙台河川国道事務所 三陸道維持出張所 ☎96-7651

原子力防災訓練を実施します

とき 11月13日(水) 午前

住民避難訓練

市内全域に屋内退避広報を行いますので、建物内への退避をお願いします。実際の災害と間違わないようご注意ください。

なお、退避した時点で訓練は終了となります。
 ※今回の訓練では、学校施設への避難はできません。
 圃 危機対策課(内線4161)

今月の休日窓口開庁のお知らせ

11月3日(日)・17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、住所異動届等
 ※税証明書、電子証明書、マイナンバーに関する手続き、マイナンバーカード(個人番号カード)・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、原動機付自転車等の廃止・登録はできません。

今月の税金(コンビニ収納・口座振替が便利です)

納期限 12月2日(月)
 ○固定資産税 第3期 ○国民健康保険税 第8期
 ○後期高齢者医療保険料 第5期
口座振替不能者の再振替日 11月15日(金)
 (10月31日納期限分)
 ○市県民税 第3期 ○国民健康保険税 第7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



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 <https://www.city.ishinomaki.lg.jp/>

市報いしのまき 第255号 令和元年11月1日発行

発行 石巻市総務部秘書広報課(内線4024) FAX 0225-23-4340
 編集/制作 三陸河北新報社

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

市のホームページを携帯やスマホでも見られます



※機種によってはアプリが必要な場合があります。
 ※通信料金がかかります。
 圃 秘書広報課(内線4024)



住民基本台帳による石巻市の人口と世帯数

令和元年9月末現在	人口 143,047人 世帯数 61,578世帯
平成30年9月末現在	人口 144,823人 世帯数 61,348世帯