

市報 取り戻そう、ふるさと石巻

# いしのまき

10  
OCTOBER.2020  
No.266

石巻市はSDGsを  
推進しています 



## 健康の喜び 伸び伸び実感

### 親子運動会「市民スポフェス」

親子運動会の「いしのまき市民スポーツフェスタ」(石巻市スポーツ協会主催)が8月29日、セイホクパーク石巻多目的フィールドで開かれ、約50組の親子が新聞紙にボールを載せて運ぶリレーや障害物競走など4種目に汗を流しました。新型コロナウイルス感染拡大の影響で運動不足になりがちなのに、伸び伸びと体を動かす楽しさを実感しました。



## 保育所・こども園・小規模保育事業所入所申し込みの受け付け

令和3年度に入所・入園する乳幼児の申し込みを受け付けます。

- 対象** ・小学校入学前の乳幼児で、保護者が仕事や出産、病気などにより、日中保育を必要とする家庭  
 ・小学校入学前の満3歳以上の幼児で、教育を希望する家庭など(認定こども園)

**保育料** 乳幼児の年齢や各家庭の市町村民税額などに応じて決定します。

**申込方法** 10月9日(金)～23日(金)(日曜日を除く)に「第1希望」の各保育所・こども園・小規模保育事業所で申込書を受け取り、必要事項を記入の上、「第1希望」の施設へ申し込みください。

**開所時間** 午前7時30分～午後6時30分(認定こども園の教育時間は午前9時～午後1時)  
 ※施設・曜日などにより異なる場合があります。詳しくは希望施設にご確認ください。

※表内の備考欄の説明

- 障：障がい児保育 一：一時保育 延：延長保育 土曜：土曜保育  
 ・0歳児の施設入所は、乳児の欄に受け入れ可能月齢の記載がある施設のみとなります。  
 ・○印の記載のある箇所が、受け入れが可能な保育所となります。  
 ・心身に障がいがある児童は、障がい児保育に○印がある施設のみ受け入れとなります。

### 保育所

地区	保育所名	定員(人)	電話	備考				
				乳児(0歳児)	障	一	延	土曜
石巻	石巻保育所	80	22-3936		○			午前
	渡波保育所	70	24-0660	3カ月～	○			午前
	鹿妻保育所	80	22-0940		○	○		午前
	蛇田保育所	90	22-4575				○	1日
	井内保育所	80	22-3460	3カ月～				午前
	若草保育所	90	95-0186		○			午前
	水押保育所	60	95-8130		○			午前
	ふたば保育所	90	96-3539		○			午前
	水明保育所	60	96-8916					午前
	荻浜保育所(東浜小学校内)(※1)	10	95-1111					午前
	釜保育所(※2)	60	24-6113	2カ月～				1日
	なかよし保育園	60	96-4551	2カ月～		○		1日
	ひまわり保育園	90	95-3553	4カ月～			○	1日
	インターナショナルプリスクール ピノッチオ	70	93-0078	5カ月～			○	1日
	ブルーバードインターナショナル プリスクール	100	25-6201	5カ月～			○	1日
	石巻ひがし保育園	60	90-4664	2カ月～			○	1日
	石巻たから保育園	60	90-4990	2カ月～			○	1日
	ケヤキッズあゆみの保育園	90	25-6131	3カ月～			○	1日
	乳幼児保育園ミルク	85	96-5178	2カ月～			○	1日
	レインボーインターナショナルプリスクール	75	98-9754	5カ月～			○	1日
ケヤキッズさくらまち保育園	90	98-6990	3カ月～			○	1日	
ケヤキッズのぞみの保育園	90	24-6501	3カ月～			○	1日	
リトルマーメイドインターナショナル プリスクール	75	98-8904	5カ月～			○	1日	
河北	飯野川保育所	50	62-2355	6カ月～	○			1日
	大川保育所	20	65-2074					午前
	大谷地保育所	30	62-2767					午前
	二俣保育所	30	62-2217			○		午前
雄勝	雄勝保育所	20	25-6351	6カ月～	○			午前
河南	前谷地保育所	60	72-3004	6カ月～				午前
	和測保育所	60	72-2136		○			午前
	鹿又保育所	60	74-2004					午前
	須江保育所	60	73-4333					1日
	北村保育所	60	73-3885				○	午前
	広測保育所	60	73-2332	5カ月～			○	1日
	メロン保育園	150	75-2590	2カ月～			○	1日
桃生	桃生新田保育所	90	76-4123	6カ月～	○			午前
北上	相川保育所	45	61-2008					午前
牡鹿	牡鹿地区保育所	50	45-3177	6カ月～	○			午前

(※1) 荻浜保育所は、へき地保育所となります。令和2年度は入所者が0人のため、現在休止しています。令和3年度は入所希望者が5人以上の場合に再開します。

(※2) 釜保育所は、公設民営の施設です。

### 認定こども園

地区	認定こども園名	定員(人)	電話	備考				
				乳児(0歳児)	障	一	延	土曜
石巻	湊こども園(※3)	90	22-4657					1日
	(仮称)さくら保育園(※4)	84	25-7876	4カ月～			○	1日
河南	(仮称)アリス保育園(※5)	84	98-8556	4カ月～			○	1日
北上	北上こども園(※6)	60	67-2932	6カ月～	○			午前

(※3) 1号認定 30人(教育) 2・3号認定 60人(保育)

(※4) 1号認定 15人(教育) 2・3号認定 69人(保育)

(※5) 1号認定 15人(教育) 2・3号認定 69人(保育)

(※6) 1号認定 9人(教育) 2・3号認定 51人(保育)

### 小規模保育事業所

地区	小規模保育事業所名	定員(人) ※0～2歳	電話	備考				
				乳児(0歳児)	障	一	延	土曜
石巻	GENKIっこ保育園石巻園	12	98-8461	2カ月～				1日
	ケヤキッズへびた保育園	19	98-4031	3カ月～			○	1日
	ピーターパン石巻南中里園	19	98-5201	2カ月～			○	1日
	ケヤキッズにばんやち保育園	19	98-4428	3カ月～			○	1日
	小規模保育事業所ちるびよ	19	98-6151	3カ月～				1日
	石巻中里メリー保育園	19	98-5326	2カ月～			○	1日
	ハピネス保育園南境	19	25-7136	2カ月～			○	1日
	吉田保育園	19	93-1312	3カ月～			○	1日

※小規模保育事業所は、0歳児～2歳児までの受け入れとなります。

園 子ども保育課(内線2524)・各総合支所保健福祉課・各保育所(園)

令和3年度に市立幼稚園  
 に入園する幼児の申し込み

## 市立幼稚園の 入園児を募集します



※新型コロナウイルスの影響により、行事などが中止や延期になる場合があります。



### 入園申込書類の配布

- ・住吉幼稚園 126人
- ・稲井幼稚園 57人
- ・河北幼稚園 102人
- ・桃生幼稚園 115人

### 募集人数

休業日 土日・祝日のほか、夏休みなどの長期休業

教育時間 標準1日当たり4時間

※集団生活が可能で、安全に通園できることが条件です。

配布時間 午前10時～午後4時30分

※10月9日(金)は河北幼稚園のみ、午後1時～4時30分

申込方法 入園希望の幼稚園に直接申し込み、面接を受けてください。

申込期間 住吉幼稚園 11月9日(月)～13日(金)  
 稲井幼稚園 11月4日(水)～6日(金)

配布期間と場所

○配布期間と場所  
 ・住吉幼稚園 10月5日(月)～9日(金)  
 ※8日(木)は除く  
 ・稲井幼稚園 10月6日(火)～9日(金)  
 ・河北・桃生幼稚園 10月6日(火)～12日(月)

### 申込期間

- ・住吉幼稚園 11月9日(月)～13日(金)
- ・稲井幼稚園 11月4日(水)～6日(金)

### 配布時間

午前10時～午後4時30分

※10月9日(金)は河北幼稚園のみ、午後1時～4時30分

申込方法 入園希望の幼稚園に直接申し込み、面接を受けてください。

申込期間 住吉幼稚園 11月9日(月)～13日(金)  
 稲井幼稚園 11月4日(水)～6日(金)

配布期間と場所

○配布期間と場所  
 ・住吉幼稚園 10月5日(月)～9日(金)  
 ※8日(木)は除く  
 ・稲井幼稚園 10月6日(火)～9日(金)  
 ・河北・桃生幼稚園 10月6日(火)～12日(月)

配布時間 午前10時～午後4時30分

申込方法 入園希望の幼稚園に直接申し込み、面接を受けてください。

申込期間 住吉幼稚園 11月9日(月)～13日(金)  
 稲井幼稚園 11月4日(水)～6日(金)

## 小学校へ入学するお子さんの健康診断を実施します

小学校へ入学するお子さん(平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれ)の保護者の方に、「就学時健康診断のお知らせ」を送付しました。

まだ届いていない方や、転居などで入学校が変わる方などは問い合わせください。

### 令和2年度 就学時健康診断 日程表

地区	入学予定校	電話	月日	健診会場	受付時間		
本庁	湊小学校	22-0843	10月30日(金)	湊小学校	午後1時10分～1時25分		
	釜小学校	22-1840	10月2日(金)	釜小学校	午後0時40分～1時		
	蛇田小学校	22-2582	11月5日(木)	蛇田小学校	午後0時45分～1時		
	渡波小学校	24-1135	11月25日(水)	渡波小学校	午後1時～1時15分		
	稲井小学校	91-2114	11月10日(火)	稲井小学校	午後0時30分～0時50分		
	向陽小学校	95-0221	10月7日(水)	向陽小学校	午後1時～1時15分		
	貞山小学校	95-8121	10月28日(水)	貞山小学校	午後0時50分～1時		
	大街道小学校	96-3123	10月8日(木)	大街道小学校	午後0時50分～1時10分		
	中里小学校	96-1011	10月28日(水)	中里小学校	午後1時～1時20分		
	鹿妻小学校	93-9711	10月14日(水)	鹿妻小学校	午後1時～1時15分		
	石巻小学校	22-6545	11月12日(木)	中央公民館	午後0時45分～1時		
	山下小学校	22-4569	11月12日(木)	中央公民館	午後1時～1時15分		
	住吉小学校	22-6248	10月29日(木)	開北小学校	午後1時15分～1時30分		
	開北小学校	96-5401	10月29日(木)	開北小学校	午後1時45分～2時		
河北・雄勝・北上	飯野川小学校	62-3009		河北総合センター「ビッグバン」	午後0時45分～1時		
	大谷地小学校	62-3129	10月20日(火)				
	二俣小学校	62-2218					
河南	雄勝小学校	58-2549		遊楽館	午後0時45分～1時		
	北上小学校	67-2133					
	広測小学校	73-2251	11月26日(木)				
	須江小学校	73-2344					
	前谷地小学校	72-2014					
	北村小学校	73-2202					
桃生	和測小学校	72-3121	11月18日(水)	遊楽館	午後0時45分～1時		
	鹿又小学校	74-2114					
	中津山第一小学校	76-2040				桃生公民館	午後0時45分～1時
	中津山第二小学校	76-2030	11月2日(月)				
本庁・荻浜・牡鹿	桃生小学校	76-2242		万石浦小学校	午後0時45分～1時		
	万石浦小学校	97-4216					
	東浜小学校	90-2024					
	鮎川小学校	45-3020	11月12日(木)				
	大原小学校	46-2121					
寄磯小学校	48-2315						

園 教育総務課(内線5017)

**子ども医療費助成受給者証を送付しました**

登録申請をしていない方は手続きが必要です。対象 市内に住所を有する0歳～中学3年生の保護者

申請方法 窓口へ持参または郵送してください。必要なもの

- ・健康保険証(子どもの名前が入ったもの)
- ・印鑑(ゴム印を除く。認印可)

・令和2年1月1日現在、市内に住所を有していない保護者は、前住所地の(非課税証明書(令和2年度分)または源泉徴収票の写し(令和元年分))

**高齢者インフルエンザ定期予防接種が無料で接種できます**

インフルエンザの発症や重症化を予防し、新型コロナウイルスとの同時期の流行を抑制するため、令和2年度のみ高齢者インフルエンザ定期接種の自己負担金を無料にします。できるだけ早めに接種してください。

とき 10月1日(木)～令和3年1月31日(日)  
※県内広域指定医療機関は12月31日(木)まで

対象 ・65歳以上の方  
・60歳～64歳の方で心臓・じん臓・呼吸器や免疫機能の障害による身体障害者手帳1級相当の方

持ち物 健康保険被保険者証  
ところ

接種場所	予診票ほか	自己負担金	備考
石巻管内	石巻市・東松島市・女川町 下記の指定医療機関	無料	要予約、個別通知なし
市	県内の広域指定医療機関 ※ホームページをご覧ください ただか、問い合わせください。	無料	
	市の予診票を持参する場合	全額の場合あり	
外	県内(上記を除く)または県外の医療機関	全額	事前に問い合わせください。 ※費用助成あり

※予診票は健康推進課・各総合支所保健福祉課、石巻管内の指定医療機関にあります。

**令和2年度インフルエンザ予防接種指定医療機関**

石巻市		
あいかわ小児クリニック	こばやし医院	渡辺耳鼻咽喉科医院
相沢泌尿器科医院	小林耳鼻咽喉科医院	わたのはクリニック
茜平クリニック	齋藤産婦人科医院	ガーデンハウスこだま
あけぼのクリニック	齋藤病院	介護老人保健施設 恵仁ホーム
あべクリニック産科婦人科	坂井内科胃腸科	介護老人保健施設 第二恵仁ホーム
あらい脳神経外科クリニック	佐久間眼科小児科医院	リハビリパーク花もよう
池田整形外科医院	佐藤神経内科医院	成田医院
いしづか内科クリニック	佐藤整形外科医院(※)	市雄勝診療所
石巻クリニック	佐藤内科医院	石巻ロイヤル病院
石巻体育会病院	佐藤・みみ・はな・のどクリニック	鹿島記念病院
市田代診療所	東海林内科胃腸科	簡野医院
市立病院	診療所 在宅医療	櫻井内科クリニック
石巻診療所	高橋消化器内科	佐々木医院
石巻赤十字病院(※)	たてだ医院	紫桃内科医院
いしのみき矢吹クリニック	中浦内科医院	須江きむら医院
いとう心療クリニック	中山こどもクリニック	中川内科外科医院
伊藤内科クリニック	二宮外科クリニック	介護老人保健施設 長山
駅前北さし内科クリニック	古山内科・循環器科	栗原医院
大街道じゅんクリニック	まだらめ内科医院	ものうファミリークリニック
かつま内科クリニック	箕田内科クリニック	市橋浦診療所
上石内科クリニック	森消化器内科外科	網小医院
亀田内科皮膚科クリニック	やまもと産婦人科	市奇磯診療所
かわらだ内科・胃大腸クリニック	祐ホームクリニック石巻	市立牡鹿病院
久門医院	よしろう内科	あゆみ野クリニック
こだまホスピタル	六郷耳鼻咽喉科	
東松島市・女川町		
イオンタウン矢本内科	仙石病院(※)	みやぎ東部循環器科
石垣クリニック内科循環器科	永沼ハートクリニック	森さい生医院
伊東胃腸科内科	鳴瀬中央医院	やもと眼科
うつみレディースクリニック	野蒜ヶ丘整形外科 リハビリテーション科	やもと内科クリニック
かしわや内科クリニック	ひかりサンテクリニック	わたなべ整形外科
神山クリニック	藤野整形外科	宮戸クリニック
ししど内科クリニック	真壁病院	女川町地域医療センター

(※)の医療機関はかかりつけの方のみ

☎・☎ 健康推進課(内線2427)

※生活保護を受けている方は手続き不要です。※本事業は、「特定防衛施設周辺整備調整交付金」を財源の一部として実施しています。

☎・☎ 〒986-8501

(住所不要)保険年金課

(内線2349) 各総合支所市民生活課 各支所

**今月は児童手当の支給月です**

6～9月分の児童手当を10月9日(金)に振り込みます。

現況届をまだ提出していない方は、早めに提出してください。

☎ 子育て支援課

(内線2512) 各総合支所保健福祉課



各総合支所保健福祉課に「福祉まるごと相談窓口」を新たに開設しました

「福祉まるごと相談窓口」がお住まいに関係なく相談が受けられるようになりました。お気軽にご相談ください。

事前予約をお願いします。相談時間

午前9時～午後5時

※土日・祝日を除く

☎・☎ 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 ☎67-2113
- 牡鹿 ☎45-2113
- 福祉まるごと相談窓口 ☎25-6658

**年金生活者支援制度**

消費税率引き上げ分を活用し、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、昨年10月から始まりました。

受け取るには、申請が必要で、

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87万9,900円以下かつ同一世帯の全員が市民税非課税の方

基礎年金受給者で、前年の所得が462万1,000円以下の方(扶養親族などの数に応じて変動します)

※申請方法など、詳しくは問い合わせください。

☎・☎ ねんきんダイヤル ☎0570-051165

石巻年金事務所 ☎22-5115

市保険年金課 (内線2353)

各総合支所市民生活課 各支所



法定相続情報証明制度の手続き案内が予約制になります

全国の登記所(法務局)では、相続登記や預金の相続の際に利用できる「法定相続情報証明制度」を取り扱っています。

制度の運用開始から3年が経過し、利用者が増加していることから、手続きの案内を予約制としました。

予約方法 ホームページまたは電話で予約してください。

手続き案内の内容 法定相続情報一覧図の作成や戸籍謄本などの収集手続き

☎(一社)東日本大震災・自然災害被災者債務整理ガイドライン運営機関コールセンター ☎0120-380-883

※受付時間 月～金曜日 午前9時～午後5時

☎ 生活再建支援課 (内線3964)

**夕暮れ時の交通事故防止運動**

日没時間が早くなる時期であり、夕暮れ時から夜間の時間帯の交通事故が多く発生する傾向にあります。車や自転車は早めにライトを点灯し、存在を周囲に知らせ、交通事故の防止を図りましょう。

とき 10月1日(木)～令和

など、申請書のひな形やリーフレットを利用する案内は範囲外です。また、生前からの証明申請はできません。

☎・☎ 仙台法務局石巻支局 ☎22-6188

**個人版私的整理ガイドラインのご案内(東北財務局)**

東日本大震災により被害を受けられた方はガイドラインの利用で震災前からの住宅ローンなどが免除されることがあります。

※債務の免除には一定の要件がありますので、問い合わせください。

☎(一社)東日本大震災・自然災害被災者債務整理ガイドライン運営機関コールセンター ☎0120-380-883

とき 10月19日(月)～30日(金) ところ 市役所4階総務課前

☎ 総務課 (内線4038)

**稲わら、麦わらの野焼きには、届け出が必要です**

野焼きは法律上禁止されていますが、やむを得ず稲わらなどを燃やす際は、近くの消防署に届け出る必要があります。また、近隣トラブルなどを防ぐため少量ずつ行ってください。

☎ 農林課 (内線3555)

3年1月31日(日) 防災推進課

☎(内線4173) 各総合支所地域振興課

**都市計画基本図修正作業での現地調査にご協力を**

都市計画基本図は、地形、建物、道路などの航空写真を基に図化した地形図です。各種表現事項や名称などを確認し、修正するため実施しますので、ご理解とご協力をお願いします。

※立ち会いなどをお願いすることはありません。

☎ 都市計画課 (内線5634)

**第15回石巻市統計グラフィックコンクール作品展示**

とき 10月19日(月)～30日(金) ところ 市役所4階総務課前

☎ 総務課 (内線4038)

**「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
10月17日(土)	午前10時～午後4時 市役所3階 36番窓口
11月14日(土)	

☎ 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 3964)

**「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・購入で消費税率8%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
10月9日(金)	午前10時～午後4時 市役所3階 36番窓口
11月14日(土)	

☎ 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 3964)

**被災者生活再建支援制度**  
手続きはお済みですか  
東日本大震災で被災された未申請世帯は申請手続きをしましょう。  
申請期限  
令和3年4月12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)の契約が済んでいる世帯  
※賃借に関しては公営住宅を除く。  
※申請、受給済みの世帯の方は申請できません。  
☎ 生活再建支援課

**被災者生活再建支援制度**  
手続きはお済みですか



**震災移転再建時に水道加入金が免除されます**

(内線 4763)

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。

**企業立地支援の助成金制度**

申請期限

令和3年3月31日

☎ 石巻地方広域水道企業団給水課  
☎ 9516707  
市内に事業所などを新設・増設・移設する場合、各種助成金を交付します。  
助成を受けるには、業種、設備投資額や雇用人数などの一定の要件のほか、操業開始の30日前までに申請が必要で、詳しくは問い合わせください。  
☎ 産業推進課 (内線 3548)

**知っていますか? 建退共制度**

「建設業退職金共済制度(建退共)」は建設現場で働く人のために国が作った退職金制度です。  
対象事業主 建設業を営む方  
対象労働者 建設業の現場で働く方  
掛金 月額310円  
※詳しくは、問い合わせください。  
☎ 建退共宮城支部 022-263-2973  
市都市計画課 (内線 5627)

**民生委員・児童委員をご存知ですか?**

こんな心配ごと、悩みごとはありませんか?

- 妊娠 不安で...
- 子育て 助けを...
- 学校生活 いじめが...
- 生活費 どうしよう...
- 一人暮らし こころが...
- 健康・医療 しんばい心配で...
- 介護 つかわれた...
- 福祉サービス おし教えて...

「民生委員・児童委員」「主任児童委員」は、あなたの身近な相談相手です。

このPRカードは、民生委員・児童委員が、地域で活動する際に使用しています。

☎ 社会福祉協議会地域福祉課 市福祉総務課(内線2458) ☎ 96-5290

**津波被害の甚大さ痛感**  
今年4月から、津波で被災した中心市街地の復興、再生を目的に、民間主導の再開発ビル建設の支援、指導などに関する業務を行っています。派遣前の3年間も市街地再開発事業を担当していたので現在の業務も違和感なく取り組んでいます。地元の方々の協力なしでは実現できない仕事なので、多くの意見を聞き、要望を実現できるように、全力で取り組んでいきます。



市街地整備課  
こじま けんた  
小島 健太さん(34)  
愛知県刈谷市から派遣

インターネット周辺の大型商業施設を見た時は想像以上に復興が進んでいると驚きました。一方で、趣味の自転車道が沿道を通ると、いまだに工事中の箇所が多く、震災遺構なども訪れて津波被害の甚大さを痛感しました。  
石巻は新鮮な海産物が豊富で、特にマグロや赤身魚が大好きです。今年は新型コロナウィルスの影響で中止になりましたが、川開きまつりやツール・ド・東北など多彩なイベントもあります。今後はそれらを生かしながら、より魅力的なまちになってほしいです。

**防災「合言葉」受賞作品**

チェックした! 防災グッズとハザードマップ  
声かけて 先頭に立つよ 自分から

山下中学校2年 相川 明日香

☎ 学校安全推進課(内線5082) 令和元年度石巻市学校防災推進会議

※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3369)

**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)	0.05~0.10	8/5~8/27
市立保育所、私立幼稚園、私立保育園 (敷地)	0.04~0.08	8/3~8/27
公共施設等 (ホットスポット調査)	0.05~0.09	8/3~8/27
牡鹿地区集落	0.06~0.12	8/5~8/21

**防災ラジオテスト放送**  
10月9日(金)午後3時ごろ  
**空間放射線量 8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0.23マイクロシーベルト以下です。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。

**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転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、すり減ったりしたもので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(ハンコの形)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るためです。また、大量生産されている既製印鑑についても、他のものと判別することができないことから、お断りしています。

**奨学金の返還を支援します**

医療・介護・福祉専門職の人材確保のため、奨学金返還額の一部を助成します。対象 次の要件を全て満たす方

- ・市内に住所を有する方
- ・奨学金の貸与を受けて大学、短期大学または専修学校専門課程を修学した方
- ・看護師、保健師、助産師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、社会福祉士、介護福祉士、精神保健福祉士または保育士の資格を有する方

平成28年4月1日以降に市内の事業所に正規雇用された方(公務員を除く)

- ・現在、奨学金の返還をしている方、または申請年度内に返還を開始する方
- ・奨学金の返還および市税に滞納がない方
- ・暴力団員などでない方

**助成金額** 申請年度内の奨学金返還額(上限20万円)

**助成期間** 最長3年間

**申込方法** 申請書と必要書類を持参してください。

**申込期間** 10月1日(木)～30日(金)

※詳しくはホームページをご覧ください。

**市民課**

(内線2319)

**住宅用火災警報器の点検・交換について**

住宅用火災警報器は古くなると電子部品の寿命や電

池切れなどで火災を感じしなくなる場合があります。定期に点検を行い、設置から10年を目安に交換しましょう。

点検は、警報器のテストボタンを押す、またはひもを引くだけで、簡単にできます(音声メッセージまたは警報音が鳴れば正常です)。

**石巻広域消防本部**  
予防課  
☎9577167

**10月1日～7日は「公証週間」です**

公証人は、遺言や任意後見契約などの公正証書の作成、私文書や会社などの定款認証などを行います。

公正証書は、法律によっていろいろな効力が認められており、紛失したり、知らないうちに書き換えられたりする心配もありません。

**石巻公証役場**  
☎225791  
市総務課(内線4037)



**新型コロナウイルスなどの感染拡大防止のための使用済みマスクなどの捨て方**

せきやくしゃみなどの風邪症状がある場合、使用済みマスクなどは、次のとおり捨てましょう。  
・唾液や排せつ物などの体

液が付着したごみ(使用済みマスク、鼻をかんだティッシュなど)は、ビニール袋などで密閉した上で、指定袋に入れて排出してください。

**廃棄物対策課**  
(内線3376)

**新型コロナウイルスなどの感染拡大防止のための資源物の出し方**

空き瓶・空き缶・ペットボトルなどは資源物として回収し、選別された後リサイクルされます。

収集作業員や選別作業員への感染を防止するため、必ず中身を出し切り、内部を軽く水洗いしてから出すしてください。

**廃棄物対策課**  
(内線3373)

**ごみ出しルールをみんなで守ろう**

ガスカートリッジ、スプレー缶、使い捨てライターを燃やせるごみや燃やせないごみの中に混ぜて集積所に出すと、収集車の中で破裂・発火し、車両火災などの重大事故が発生することがあります。

ガスカートリッジ、スプレー缶は、分別を徹底し、必ず中身を使い切ってから指

定日に黄色のコンテナボックスへ、使い捨てライターは、有害ごみの日に個別に指定袋に入れて出してください。

適切な処理方法での処分をお願いします。

**「古着・布類」の家庭内保管をお願いします**  
(内線3376)

新型コロナウイルスの影響を受け、現在、国内外で多くの古着・布類が一時的に滞留しています。

当面の間、各家庭で不用となった衣類などは、排出を控え、直接使用してくれる方に譲って古着として排出しないなど、ご協力をお願いします。

※古着・布類の収集を完全に休止するものではありませんので、排出が必要な場合は、通常どおり、古着・布類の収集日に出してください。

**廃棄物対策課**  
(内線3373)

**資源物の民間店頭回収を活用しましょう!**

スーパーなどの店頭や敷地内に回収ボックスを設置し、牛乳パック・食品トレイなどの資源物の回収に積極的に取り組んでいる店舗や事業所が多くあります。

買物のついでに活用して、リサイクルを進めましょう。

店舗ごとに回収対象品目や回収ルールが異なりますので、各店舗で決められた出し方を守りましょう。

**油類流出にはご注意ください!**  
海や河川に係留されている船舶の沈没や、老朽化に伴う配管やホームタンクの破損など、維持管理を怠ったことが原因で、油類が漏れ出す事故が発生しています。

**ひとたび油類が漏れ出すと、水質環境が悪化するほか、火災の原因や農業・漁業被害も発生します。**

流出した油類の回収や処理費、被害補償費は原因者の負担になります。

一人一人が注意して豊かな自然を守りましょう。

**環境課(内線3369)**  
北上川水系、江合川及び鳴瀬川水系水質汚濁対策連絡協議会事務局(国土交通省東北地方整備局北上川下流河川事務所)  
☎9419852

**10月は「3R推進月間」です!**

3R(スリーアール)とは、3つのRから始まる言葉で、ごみ減量のキーワードです。できることから取り組んでみましょう。

ス・ごみそのものを減らす)

・レジ袋をやめてマイバッグを活用する

・必要なものを、必要な分だけ購入する

・Reuse(リユース・何度も繰り返し使う)

・Recycle(リサイクル・分別して再び資源として利用する)

**廃棄物対策課**  
(内線3373)



**市営住宅臨時募集**

6月定期募集で申し込みがなかった住宅を通常の定期募集とは異なる先着順で募集します。

**申込方法** 窓口で申し込みください。

※各支所、各総合支所、宮城県住宅供給公社では受け付けしませんので、ご注意ください。

**申込期間** 10月12日(月)～23日(金)

※受付時間 午前10時～午後4時

※募集する住宅の詳細および申し込み資格などは問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。

**市営住宅入居者募集**

**【募集する住宅】**

地区	湊		牡鹿
住宅名	大門町復興(1LDK)	根上り松復興(3LDK)	十八成浜復興(1LDK)
募集戸数	1戸(単身可★)、告知事項有	1戸(単身不可)	1戸(単身可)

※告知事項有住宅の詳細は、問い合わせください。 ※家賃は世帯の所得などで決定します。  
★の印が付いている単身可の住宅は、満60歳以上の方、障害者手帳などをお持ちの方、生活保護法被保護者の方などが単身での申し込みが可能です。



び申し込み資格などは問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。



### 産業ゾーンへの立地事業者を募集します

上釜南部・下釜南部・湊西地区土地区画整理事業において造成が完了した用地の一部を公募しています。  
申込方法 申込書に必要事項を記入の上、必要書類を窓口まで持参してください。

選考方法 書類審査の上、先着順で行います。  
※募集場所や申込書など、詳しくはホームページをご覧ください。  
問い合わせください。

☎ 産業推進課 (内線3544)

### 事業所新設などで電気料金を補助します

令和元年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(原子力発電支援事業、通称F補助金)。  
交付期間 8年間  
対象区域 旧石巻市、旧河内町、旧雄勝町、旧牡鹿町  
募集時期 10月上旬～中旬  
※業種などの要件がありますので、詳しくは問い合わせください。

☎ (一財)電源地域振興センター 03-6372-7307  
市産業推進課 (内線3548)

### 感染予防対策補助金の申請は10月31日までです

新型コロナウイルス感染症を予防する取り組みを行った事業者の方へ、その経費の一部を助成します。  
対象 市内に店舗、事務所などを所有する中小企業者(個人事業主を含む)の方で、補助対象業種に該当する事業を営んでおり、新型コロナウイルス感染症の影響により売り上げが減少した方

補助対象業種  
・道路旅客運送業  
・各種商品小売業  
・織物、衣服、身の回り品小売業  
・飲食料品小売業  
・機械器具小売業  
・その他の小売業  
・宿泊業  
・飲食店  
・洗濯、美容、浴場業  
・その他の生活関連サービス業  
・娯楽業  
・その他の教育、学習支援業

補助対象経費 感染症予防対策用に設置したアクリル板やパーテーション、空気清浄機、マスク、フェイスシールド、店舗の消毒費用など

助成金額 経費の4分の3以内(限度額10万円)

※市内に複数店舗を所有しそれぞれの店舗に対策を実施した方は上限20万円

申請期限 10月31日(土)  
※感染症の拡大防止のため、郵送での申請にご協力ください。

☎ 986-8501 (住所不要)  
商工課(内線3523)

### 石巻地区ジュニアリーダー初級研修会の受講生募集

子ども会活動などを中心に小学生たちのリーダーとなり、活動を安全・安心に行える指導者の育成を目的とした研修会の受講生を募集します。

とき 11月22日(日) 午前9時15分～午後4時15分

・11月23日(月・祝) 午前9時15分～午後3時15分

※日帰り2日間  
ところ 東松島市大曲地区体育館

※会場へは、直接または石巻駅からの送迎バスをご利用ください。

対象 市内の中学生  
定員 30人(先着)

料金 300円(保険料)  
申込方法 窓口で直接申し込みください。

申込期間 10月5日(月)～16日(金)

☎ 生涯学習課 (内線5054)

### 親学び講座「NP講座」参加者募集

子育ての悩みなどを話し合い、自分らしい子育てについて考えるワークショップ型の講座です。

とき 10月28日(水)、11月4日(水)、11日(水)、18日(水)、25日(水)、12月2日(水)、9日(水)、16日(水)

午前9時50分～11時50分  
ところ 石巻中央公民館

対象 0歳～就学前の子どもの保護者  
※原則全て参加できる方  
定員 12人(先着)

※要電話予約  
※託児あり  
申込期間 10月5日(月)～23日(金)

☎ 生涯学習課 (内線5053)

### ネーミングライツ・パートナーの募集

施設の維持管理費の確保を目的としており、パートナーは宣伝効果や地域貢献に対する評価の向上が期待できます。

対象施設 スポーツ施設、文化施設、公園など  
ネーミングライツ期間 原則として、3年以上

※施設により導入条件があるため必ず事前に相談してください。詳しくはホームページをご覧ください。

☎ 秘書広報課 (内線4022)

☎ 行政経営課 (内線5213)

### 公園愛護会を結成してみませんか

公園愛護会は、市の都市公園を、明るく清潔で心地よいものとするため、地元団体(町内会・老人会・婦人会・子供会育成会など)が中心となり結成するものです。

身近な公園の除草や清掃活動に、市の助成として委託料が支払われます。  
詳しくは問い合わせください。

☎ 都市計画課 (内線5633)

### まちづくり懇談会開催の申し込み受け付け中

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ご意見を市政に反映させることを目的としています。

皆さんからの開催申し込みをお待ちしています。  
※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、人数制限を設けるなど感染防止対策を講じた上での開催となります。調整が必要となる場合がありますので、事前にご相談ください。

☎ 秘書広報課 (内線4022)

☎ 石巻地域若者サポートステーション支援年齢を拡大募集

### 石巻地域若者サポートステーション支援年齢を拡大募集

15歳～39歳の若年無業者(ニート)およびその保護者などを対象に、就労・進学などの社会的・職業的自立に向けた各種支援を行っています。

※支援年齢を就職氷河期世代の49歳まで拡大しましたので、気軽に利用・相談ください。  
支援内容 相談、各種セミナー(無料、一部実費負担あり)

※要電話予約  
とき 毎週月～金曜日 午前9時～午後5時

☎ 石巻地域若者サポートステーション 090-3671

☎ 市商工課 (内線3524)

### 視覚障害者情報交流会

中視覚障害者の安藤修二氏の講話のほか、情報交換や交流会を行います。  
とき 10月20日(火) 午後1時～4時

ところ ささえあいセンター

対象 視覚に障害のある方(手帳の有無は問いません)、そのご家族、支援者など

※申し込み不要  
※来場の際は検温の上、マスク着用にご協力ください。

☎ 宮城県視覚障害者情報センター 022-234-4047

☎ センター 022-234-4047

### 自衛官採用試験

〔自衛官候補生〕  
・応募資格 18歳以上33歳未満の方  
※年間を通じ受け付けています。

〔防衛大学校学生(一般)〕  
・応募資格 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(見込み含む)の方  
・受付期限 10月22日(木)

〔防衛医科大学校学生(医学科)〕  
・応募資格 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(見込み含む)の方  
・受付期限 10月7日(水)

〔貸費学生〕  
・応募資格 大学の理学部、工学部などの3・4年次の方など  
※詳しくは問い合わせください。

・受付期間 10月1日(木)～令和3年1月15日(金)

☎ 自衛隊宮城地方協力本部 石巻地域事務所 03-6789

です。 とき 10月17日(土)、24日(土)、31日(土)、11月7日(土)、14日(土)

午前10時～午後5時  
ところ 石巻ルネッサンス館(開成1-35)

対象 創業を目指している方、経営について学びたい方  
定員 8人程度  
申込方法 電話、FAXまたは、ホームページ(石巻産業創造)で検索から申し込みください。

申込期限 開催前日  
☎ 「I・Biz」ISS ビジネスサポートセンター(石巻産業創造(株)内) 098-8782 FAX 93-9397

☎ 市産業推進課 (内線3545)

### 市民教養講座「第1回カラオケ広場」

とき 10月26日(月)・11月2日(月)・9日(月)・16日(月)

午前10時～11時30分  
ところ 石巻中央公民館

対象 カラオケ初心者  
定員 50人(先着)

料金 500円(教材費)  
申込期間 10月1日(木)～16日(金)

※要電話予約  
※ご家庭で検温をすませ、マスク着用でご参加ください。

☎ 石巻中央公民館 022-2970



### 創業開成塾

「経営骨子(経営)」「経営数学(財務)」「販路拡大」「人材育成」「事業計画(経営)」について学ぶ創業セミナー

### 「ほっとおくる」 第3回市民講座

毎月第1木曜日に「地域包括ケアシステム」に関する市民講座を開催しています。

とき 11月5日(木)

午前10時～11時

ところ ささえあいセンター

内容 「石巻市が目指す地域包括ケア」地域互助活動促進事業をテーマに、地域互助活動促進事業の支え合い活動などを紹介します。

※詳しくは、ホームページをご覧ください。

対象 興味・関心のある方  
定員 18人

※要電話予約

☎・📍 ささえあいセンター

☎25-6099



### 牡鹿半島チャレンジ ライド2020

牡鹿半島のコバルトラインで、ヒルクライムタイムトライアルとファンライドを楽しむサイクルイベントです。

※イベント当日の運営ボランティアも募集しています。

とき 11月1日(日)

スタート 午前8時45分  
集合場所 女川町たびの情  
報館ぶらっと

対象 過去に100キロ以上  
後のロングライドを6～

7時間程度で完走の経験がある東北地方在住の方

定員 200人

料金 3,000円

申込方法 ホームページか  
ら申し込みください。

申込期限 10月19日(月)

☎・📍 (一社)石巻圏観光  
推進機構

☎98-8285



### 複合文化施設(まきあーと) ラス(開館)イベント事業 遊楽館の秋コンサート

①杉元太ピアノソロ

とき 10月24日(土)

午後6時30分

②仙台フィルメンバーによる  
弦楽四重奏

とき 11月3日(火・祝)

午後6時30分

ところ ①、②ともに遊楽  
館コモレビフォーラム

※要整理券(各回先着50人  
一人2枚まで)

整理券配布場所 遊楽館

整理券配布開始  
①10月11日(日)午前9時  
②10月18日(日)午前9時

☎72-3561

### 第15回かなんクロスカン トリー大会中止について

12月6日(日)に開催を予定していましたが、新型コロナウィルス感染症の影響を受け、中止と  
します。

皆さんのご理解とご協力  
をお願いします。

☎ かなんクロスカントリー  
大会実行委員会事務局

(河南公民館)  
☎86-3663

### 相談

### 無料経営相談会

会社経営者や個人事業者  
などの経営課題の解決のため、  
専門家による無料相談  
会を開催します(無料訪問  
相談もあります)。

とき 10月6日(火)・11月  
11日(水)・25日(水)

午前10時～正午、午後1  
時～3時

ところ 石巻ルネッサンス  
館(開成1-35)

対象 会社経営者や個人事  
業者または創業を計画し  
ている方

定員 各回1組

申込方法 電話、FAXま  
たはホームページ(石巻  
産業創造)で検索から申  
し込みください。

☎・📍 「I-Biz」ISS  
ビジネスサポートセンタ  
ー(石巻産業創造(株)内)

☎98-8782  
FAX 93-9397

📍 市産業推進課

(内線3545)

### 創業起業個別相談会

金融機関の担当者が創業  
に関する相談に応じます。

とき 10月29日(木)

午前10時～正午、午後1  
時～3時

ところ 石巻ルネッサンス  
館(開成1-35)

対象 会社経営者や個人事  
業者または創業を計画し  
ている方

定員 各回1組

申込方法 電話、FAXま  
たはホームページ(石巻  
産業創造)で検索から申  
し込みください。

☎・📍 「I-Biz」ISS  
ビジネスサポートセンタ  
ー(石巻産業創造(株)内)

☎98-8782  
FAX 93-9397

📍 市産業推進課

(内線3545)

### 土地の境界問題に 関する無料相談会

土地の筆界(境界)をめぐる  
紛争解決の方法につい  
て、法務局職員および土地  
家屋調査士が、無料で相談  
に応じます。なお、秘密は厳  
守されます。

とき 毎月第3木曜日

午後1時30分～4時30分

(1時間単位)

ところ 宮城県土地家屋調  
査士会館内(仙台市青葉  
区二日町18番3号)

☎・📍 仙台法務局民事行  
政部不動産登記部門地図

申込方法 前週金曜日まで  
に、電話で申し込みくだ  
さい。

☎022-22515752

整備・筆界特定室

### 労働相談窓口のご案内

賃金や勤務時間などの労  
働条件、退職や解雇に関す  
るさまざまな問題について  
の相談に対応するため「労  
働相談窓口」を設置してい  
ます。気軽にご相談くださ  
い。

とき 毎週月～金曜日(祝  
日、年末年始を除く)午前  
9時～午後5時15分

☎・📍 宮城県労働相談窓口  
(専用ダイヤル)

☎022-214-1450

## 石ノ森萬画館

ISHINOMAKI MANGATTAN MUSEUM

📍 石ノ森萬画館 ☎96-5055

### マンガッタンイラストギャラリー 冬の萬画館大賞 作品募集

【募集要項】 テーマ 「ネコ」

作品サイズ ハガキサイズ(100ミリ×148ミリ)

※データの場合は解像度350dpi以上で印刷したものを提出

作品数 1人3点まで

申込方法 用紙に作者本人の住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を明記し、  
作品を送ってください。

※応募作品の権利は全て石ノ森萬画館に帰属し、返却しません。

申込期限 11月21日(土) ※必着

発表 12月7日(月)

※冬の萬画館大賞の方には図書カードを進呈します。

※年度末、春夏秋冬の全作品から年間大賞を選出します。

☎・📍 〒986-0823 中瀬2-7

石ノ森萬画館 MIG project係 ☎96-5055

### マンガッタン文化祭2020

今年は「ネコ」をテーマに、猫づくしのミニイベントで文化祭を開催します。  
猫好きもそうじゃない方もみんな遊びに来てニャ。

とき 11月3日(火・祝)

## サン・ファン館

📍 サン・ファン館企画広報課  
☎24-2210(火曜日休館)

### 慶長遣欧使節帰国400年記念

### 「サン・ファン号を未来へつなぐコンクール」作品募集

慶長遣欧使節帰国400年を記念し、小中学生を対象に「絵画」「デザインマ  
ーク」「作文」の3部門からサン・ファン・パウティスタ号や支倉常長などに関する  
作品を募集します。

対象 県内の小中学生

申込方法 作品応募票に必要事項を記入し、各部門の応募方法に従って応募し  
てください(応募票はホームページからダウンロードできます)。

申込期限 10月11日(日) ※必着

☎・📍 〒986-2135 渡波字大森30-2

サン・ファン館企画広報課 ☐k-kouhou@santjuan.or.jp

### サン・ファン・パウティスタ号出帆記念イベント2020 ～サン・ファン号～ 出帆記念祭

サン・ファン・パウティスタ号の出帆と慶長使節の帰国400年を記念してサ  
ン・ファン館を無料開館し、館内でさまざまな文化イベントを開催します。

とき 11月1日(日)～3日(火・祝)

### 「第27回サン・ファン祭り」開催中止のお知らせ

秋季に開催延期としていましたが、新型コロナウイルス感染症の拡大防止の  
観点から、イベントは中止します。

皆様のご理解とご協力をお願いします。

相談



せいかつけんこうし  
じやうまごうと相談会

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 10月28日(水)  
午前10時～午後3時

ところ 北上保健医療センター

保護課(内線2504)

少年センターから

第3回不審者対策学校区パトロールを各小学校で10月15日(木)を基準日として実施します。

児童の下校時刻に合わせて、街頭などでの見守りを願います。市民の皆様のご協力をお願いします。詳しくは各小学校に問い合わせください。

重点地区 中津山第一小学校

校(10月23日(金)実施予定)

市民相談センター

(内線2533)

市民相談センターから

《多重債務を防ぐには》

クレジットカードやスマホ決済で次々と買い物した結果、返済ができなくなり困っているという相談が増

えています。

最近利用者が多いカードの返済方法の一つ、リボルビング払い(リボ払い)は、月々の支払額を一定額に抑えることができる反面、支払い期間が長期化し、高額の手数料が発生することがあり注意が必要です。

カードやスマホ決済は手元に現金がなくても買い物できて便利ですが、気軽に利用を重ねると多重債務の一因にもなります。

利用明細は毎月必ず確認し、計画的にお金を使うことが大切です。

市民相談センター

☎23-5040

養育里親に  
なりませんか?

里親とは、さまざまな理由から親と一緒に暮らすことができない子どもを、自らの家庭に迎え入れ、温かい雰囲気の中、愛情と真心を持って育ててくださる方です。

実際に子どもを預かる期間は数日から数年までさまざま、児童養護施設などに入所している子どもを夏休みや冬休みの間の数日間だけ預かることもありま

す。関心のある方は、問い合わせください。

県東部児童相談所

☎95-1121

10月の相談あんない

行政

- 行政書士相談 ※要予約  
19日(月) 午前10時～午後3時 市役所 2階相談室A・B  
※持続化給付金の相談も受け付けます。  
☎95-3820
- 行政相談 10月19日(月)～25日(日)は「行政相談週間」です。  
1日(木) 午前10時～午後3時 牡鹿総合支所 2階研修室  
7日(水) 午前10時～正午 桃生総合支所 2階会議室  
14日(水) 午後1時30分～3時30分 市役所 2階相談室B  
14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  
16日(金) 午前10時～午後3時 河北総合支所  
16日(金) 午前10時～正午 北上総合支所 1階会議室1  
21日(水) 午後1時30分～3時30分 市役所 2階相談室B  
21日(水) 午前10時～午後3時 雄勝総合支所仮庁舎 2階会議室  
☎022-262-7839

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)  
13日(火) かもめ法律事務所 住吉弁護士  
27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(木) 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 ※要予約  
(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  
☎022-223-2383  
午前10時～午後5時[先着] ※土日・祝日を除く  
※当日の予約・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 ※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)  
毎週金・土曜日(祝日を除く) 午後1時30分～4時30分  
※司法書士が無料で相談登記・法律相談に応じます。  
☎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
- 交通事故に伴う自動車保険請求相談  
(そんぱ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8時30分～午後5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)  
特設人権無料相談窓口を次のとおり開設します。  
1日(木) 午前10時～午後3時 牡鹿総合支所 2階研修室  
7日(水) 午前10時～午後3時 桃生総合支所 2階会議室  
21日(水) 午前10時～午後3時 雄勝総合支所仮庁舎 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 10日(土) 午前9時30分～午後4時  
(受付時間 午後3時まで)
- 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
- 福祉まるごと相談  
(ささえあいセンター 2階総合受付内)  
午前9時～午後5時(土日・祝日を除く)  
夜間延長 毎週木曜日 午後7時まで ※要予約  
日曜開設 第3日曜日 午前9時～午後1時 ※要予約  
(各総合支所保健福祉課) ※要予約  
午前9時～午後5時(土日・祝日を除く)  
☎福祉まるごと相談窓口 ☎25-6658  
各総合支所保健福祉課
- 生活保護・生活困窮者の相談(市役所 2階保護課)  
午前8時30分～午後5時 ※土日・祝日を除く  
・生活に困窮している時は、保護課窓口までご相談ください。  
☎保護課(内線2503)

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

# 10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。  
 ※新型コロナウイルスの影響により、予定が変更となる場合があります。

<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> 第4木曜日
10日(土) 午前9時	石巻市民弓道大会	
10日(土)	ミズノ流忍者学校 対象 年中～小学3年生 定員 25人 申込方法 窓口で申込用紙を記入してください。 ※受付時間:月～金曜日 午前9時～午後5時 申込期限 5日(月) ※定員になり次第締め切り ※詳しくは問い合わせください。	
11日(日) 午前9時	剣道級位審査会	
16日(金)・17日(土) 午前9時	宮城県高等学校新人卓球大会石巻支部予選会	
16日(金)・17日(土) 午前9時	石巻地区高等学校新人弓道大会	
18日(日) 午前9時	第34回市民家庭バレーボール大会	
30日(金)・31日(土) 午前9時 11月1日(日) 午前9時	令和2年度宮城県高等学校空手道新人大会	
POWER up JAPAN from Tokyo2020 武道フェスティバル石巻 新型コロナウイルスの感染症拡大の影響を踏まえ、参加者および関係者の皆さまの健康と安全を最優先に考慮し、中止します。		

<b>トレーニングセンター</b> ☎25-7731		<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> なし
石巻トレーニングセンター 【利用料】 ◆1回券 大人 500円 大学生 300円 高校生 200円 ◆回数券(11回分) 大人 5,000円 大学生 3,000円 高校生 2,000円 (サービスウィーク) ◆10月の第2週は回数券を購入した日の利用料金は無料になります。 ※マシンの説明は供用時間内であれば随時行っていますので、新規の方もいつでもお越しいただけます。 ※詳しくは問い合わせください。 【各種教室】 ◆ダイエットエクササイズ 定員:5人 料金:入館料のみ ◆リズムに乗ってスクエアステップ 定員:8人 料金:入館料のみ ◆サーキットトレーニング 定員:6人 料金:入館料のみ ◆インボディー測定会 定員:全利用者 料金:100円(用紙代) ※10月から上記の各教室を再開予定ですので、ぜひご利用ください。 ※詳しくは問い合わせください。		

<b>セイホクパーク石巻(総合運動公園)</b> ☎22-9111 FAX22-9112		<b>開</b> 午前7時～午後9時 <b>休</b> なし
2日(金)、12日(月) 午後7時30分～8時30分	Night Yoga 料金 1,000円 定員 50人 講師 坂本 佳那 持ち物 ヨガマット ※雨天の場合は中止となります。 ※ヨガマットが無ければレジャーシート、バスタオルを持参してください。 ※詳しくは問い合わせください。	市民球場
14日(水)～20日(火)	第73回東北地区高等学校野球大会 園 高野連特設電話 ☎070-2640-0408	
3日(土) 午後1時 キックオフ	JFL第23節 ソニー仙台FC 対 高知ユナイテッドSC 当日入場券 大人 1,000円 高校生以下無料	フットボール場

<b>石巻中央公民館</b> ☎22-2970 FAX21-6050		<b>開</b> 午前9時～午後9時 <b>休</b> なし
※来館前の検温、マスク着用(3歳以上)、手指の消毒などのご協力をお願いします。また、館内での食事は、ご遠慮ください。		
9日(金)・23日(金) 午前10時～11時30分	石巻市家庭教育支援チーム主催事業 子育てサロン「いっしょクラブ」 内容 9日 ハンドマッサージ、室内遊び 他 23日 親子でエアロビクス 他 対象 小学校入学前のお子さんとお母さんなど、どなたでも参加できます。 持ち物 飲み物 定員 15組(先着) ※要電話予約	
17日(土) 午前10時30分～正午	第57回石巻中央公民館文化祭 ゆったりワクワクしてみよう ～ゆかいなおんがくかい～	主管 石巻子ども劇場
17日(土) 午後1時30分～4時	第57回石巻中央公民館文化祭 百人一首かるた大会	主管 石巻かるた協会
11月1日(日) 午前10時～午後3時	第57回石巻中央公民館文化祭 川柳くらげ吟社作品展	主管 川柳くらげ吟社

<b>石巻健康センターあいプラザ・石巻</b> ☎95-8640 FAX95-8664		<b>開</b> 午前10時～午後9時(日・休講日は午後5時まで) <b>休</b> なし
行事予定はありません		
<b>事前申込制フリー利用ご利用の際は、事前の申し込みが必要です。</b> ※10月利用分は、プール9/20(日)、ジム9/18(金)から受け付けています。(定員になり次第締め切り) ※料金など、詳しくは問い合わせください。 ※割引料金でのご利用の場合、各種証明書を必ず持参してください。		
【10月の休館日・休講日】 休館日…なし 休講日…なし		

<b>蛇田公民館</b> ☎95-0183		<b>開</b> 午前9時～午後9時 <b>休</b> なし
行事予定はありません		
<b>稲井公民館</b> ☎22-4303		
9日(金) 午後1時～3時30分	くらしの講座10月学習会 「避難訓練&わくわく健康体操教室」 対象者 稲井くらしの講座会員 講師 阿部 寿江	
18日(日) 午前8時～午後1時	第17回稲井地区パークゴルフ大会 ところ かなんパークゴルフ場 競技内容 3コース27ホールでプレーします。	
11月18日(水) 午前10時～正午	一般教養講座 「七宝焼教室」 講師 東北電力 ホームパル 対象 一般市民 材料費 1,000円 持ち物 汚れてもいい服装 定員 20人(先着) 申込期限 10月26日(月) 午後4時 ※要電話予約	

<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
13日(火) 午後1時30分	女性教室 「くらしの講座」第2回学習会 内容 「陶芸教室」	
20日(火) 午後1時30分	高齢者教室 「寿大学」第2回学習会 内容 「DVD鑑賞会」	

<b>図書館</b> ☎93-8635		<b>開</b> 午前10時～午後6時 (水曜日は午後7時まで、日曜日は午後5時まで) <b>休</b> 月曜日
※各行事への参加、出張図書館「へびた」・「わたのは」の利用の際にはマスクの着用と手指の消毒にご協力をお願いします。 出張図書館「えほんびより」は子育て支援センターなどにご確認ください。		
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。	
2日(金)・16日(金) 午前10時30分～10時50分	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。 定員 5組(先着) ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため短縮します。	
3日(土)・17日(土) 午前10時30分～10時50分	たのしいおはなし会 絵本・紙芝居・手遊びなどで、お話に親しみましょう。 定員 5組(先着) ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため短縮します。	
8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。	
13日(火) 午前10時～正午	読書会 今月の本「鍵のない夢を見る」 辻村 深月 著 この作品を読んで、感想をおしゃべりしませんか。	
17日(土) 午前10時30分～11時	定例お話し会 ※河北分館(ビッグバン ふれあいの部屋)	

<「手作り作品展」作品募集>  
 「家にいたときに、こんなことをしてました!」「家にいても、こんなことができます!」お家の中でも楽しめる、活動を楽しんでください!市民の皆さんが自宅で制作した作品や写真などを、関連本とともに展示します。  
 作品展示 10月6日(火)～11月1日(日)

<出張図書館「へびた」の開催予定> 蛇田公民館で、予約を中心とした本の貸し出しを行っています。  
 と き 13日(火)・27日(火) 午前10時～11時

<出張図書館「わたのは」の開催予定> 渡波公民館で、予約を中心とした本の貸し出しを行っています。  
 と き 13日(火)・27日(火) 午後1時～2時

<出張図書館「えほんびより」の開催予定> 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。

2日(金) 午前10時30分～11時30分	あそびの広場 渡波子育て支援センター ※読み聞かせもあります。
6日(火) 午前11時～11時30分	わいわいサロン 河南子育て支援センター ※読み聞かせもあります。
7日(水) 午前10時30分～11時30分	みんなであそぼう 釜子育て支援センター ※読み聞かせもあります。
20日(火) 午前10時～11時30分	すくすく赤ちゃん <ヨチヨチ・ハイハイグループ> なかよし保育園地域子育て支援センター
21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。
26日(月) 午前11時～正午	Mカフェ 子どもセンター らいつ

<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> 5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月) ※12日(月)は文化交流ホールのみ臨時開館
12日(月) 開演 午後5時 (開場 午後4時30分)	神田松之丞改め六代目神田伯山 独演会 入場料 全席指定 3,000円 ※未就学児入場不可 プレイガイド 河北総合センター「ビッグバン」/遊楽館/ヤマト書店 TSUTAYA (中里店・あけぼの店)	

<b>遊楽館</b> ☎72-3561		<b>開</b> 午前9時～午後9時 <b>休</b> 5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)
24日(土) 午後6時30分	複合文化施設(まきあーとテラス)開館イベント事業 遊楽館の秋コンサート Part 1 杉元 太ピアノソロ	

<b>河南室内温水プール(遊楽館内)</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> 休場日は遊楽館と同じ
------------------------------------	--	------------------------------------------------------------

利用区分	<一般料金区分> 一般:600円 シルバー:500円 高・中・小学生:300円 幼児:200円 3歳以下:無料 <会員料金区分> フルタイム:6,500円 週一:4,200円 デイトタイム:5,700円 週二:5,300円 ウィークエンド:3,700円 ナイトタイム:4,200円 ※各教室参加可・無料体験随時実施中!! <利用時間> ○通常時 月～土曜日:午前10時～午後9時 日曜・祝日:午前10時～午後5時 ※新型コロナウイルス感染症予防のため、営業時間を以下のとおり入れ替え制としています(通常の利用時間への変更時期は未定です)。 土曜日:午前11時30分～午後9時 日曜・祝日:午前10時～正午(1回目) 午後0時30分～2時30分(2回目) 午後3時～5時(3回目)
------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

8日(木) 午前9時～9時45分	ホットヨガ 料金 1,000円 定員 15人 講師 笠安子 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。
18日(日) 午前11時～正午	アクアワーク ～肩こり腰痛予防緩和教室～ 料金 500円 ※初めてのの方は無料 定員 5人 申込方法 電話または直接申し込みください。

<b>にっこりサンパーク</b> ☎67-2038または67-2712		<b>開</b> 午前9時～午後5時(電話予約があれば、午後9時まで) <b>休</b> 月曜日
野球場・テニスコート:要電話予約		

<b>牡鹿交流センター屋内温水プール</b> ☎45-3618		<b>開</b> 午前11時～午後7時 ※日曜日および休館日の前日は、午前10時～午後5時まで <b>休</b> 月曜日
利用料金 一般・大学生 600円 小・中・高校生 300円 幼児 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 6日(火)午前10時、15日(木)・29日(木)午後6時30分、20日(火)午後2時 ※受け付けは開始15分前まで ※要電話予約	
●ビッグバン ☎62-1120 9日(金)・23日(金) 午後3時/午後7時 ※要電話予約	
●遊楽館 ☎72-3561 9日(金)・18日(日) 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 随時受付(要電話予約)	

# 10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☎67-2113 牡鹿☎45-2113

こころの体温計



※新型コロナウイルスの影響により、行事などが中止や延期になる場合があります。

## 相談(妊産婦・栄養・歯科相談は要予約)

相談名	とき	ところ	☎・☎ 健康推進課
健康相談	月～金 8:30～17:00	健康推進課	内線2425
育児相談			内線2423
こころの電話相談			内線2421 ☎94-9132
栄養相談	5日(月)	10:00～12:00	保健相談センター
歯科相談	12日(月)	13:00～15:00	

## 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	☎・☎
8日(木) 10:45～15:15	市役所2階相談室	桑島 由美	健康推進課(内線2421) ☎94-9132
22日(木) 13:30～16:00	河北総合支所	桑島 由美	河北総合支所保健福祉課 ☎62-2117
28日(水) 13:30～17:00	河南母子健康センター	樋口 広思	河南総合支所保健福祉課 ☎72-2094

## 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	☎・☎
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	16日(金) 10:00～15:00	☎95-1431

## 定点型からだこころのケアサロン「からころん」

とき 26日(月) 午後1時30分～3時  
 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 からころんステーション心のケア相談員(医師・看護師・心理士・精神保健福祉士など)  
 ☎ 河南総合支所保健福祉課 ☎72-2094(内線272)

## からころん相談ダイヤル: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。

## 仙台いのちの電話

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

## 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 25日(日) 午後1時  
 ところ 保健相談センター  
 ☎090-8614-5466

## たんぼぼの会:自死で家族を亡くされた方の集いです。

とき 11日(日) 午後1時30分  
 ところ 保健相談センター  
 ☎「たんぼぼの会」  
 田中 ☎090-5835-0017

## まきっこの会:ひきこもりの家族会です。

とき 18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)  
 ☎「まきっこの会」  
 高橋 ☎080-6022-4478

☎ 健康推進課 ☎94-9132

## メンタルヘルス講演会

### 「コロナ禍の不安への向きあい方」～心構えとストレスケア～

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、どのような心構えで生活をしていけばよいか、どう対処したらよいか。コロナ禍の生活を過ごすヒントを見つけてみませんか?

新型コロナウイルス対策を講じながら開催しますので、ぜひご来場ください。

とき 10月28日(水) 午後2時～3時30分  
 ※要電話予約  
 ところ ささえあいセンター 3階ささえあいホール  
 講師 震災こころのケア・ネットワークみやぎ(からころんステーション)代表理事 原クリニック 院長 原 敬造(精神科医)  
 申込期限 10月21日(水)  
 定員 100人[先着]  
 ☎・☎ 健康推進課(内線2421) 各総合支所保健福祉課

## 10月1日からロタウイルスワクチン定期予防接種が始まります

対象 令和2年8月1日以降に生まれたお子さん  
 ※通知は、出生翌月下旬に他の予防票と一緒に送付します。説明書を確認し、指定医療機関に予約の上、接種してください。  
 ※転入の方は窓口で手続きが必要となる場合がありますので問い合わせください。  
 ☎ 健康推進課(内線2427)

## 10月は骨髄バンク推進月間です

白血病などの血液疾患には、骨髄移植などが有効な治療法の一つです。そのためには、善意の提供者(ドナー)の存在が不可欠です。一人でも多くの命を救うため、骨髄バンクへの登録をお願いします。  
 ☎ 県東部保健福祉事務所 ☎95-1430  
 市健康推進課(内線2416)



## がんについて語ろう

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
①がん体験者と家族の皆さん	9日(金) 23日(金) 10:00～12:00	○街中がんサロン 語り合いと情報提供の場です。 ひとりで悩まず、仲間と共に同じ時間を過ごしましょう。	ささえあいセンター 3階市民協働室 10人(要予約)
②がんの種類問わず体験者・ご家族・関心のある方	17日(土) 13:30～15:00	○がんについて、人生についてさまざまなことを皆さんで語り合いましょう。 ※医療従事者もボランティアで参加しています。	ささえあいセンター 3階市民協働室 10人(要予約)

※新型コロナウイルス感染防止のため、[自宅での検温][マスク着用]にご協力ください。  
 水分補給用に、飲み物を持参してください。

☎ 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10:00～15:00)

## 乳幼児の検診・相談

対象地区	健診・教室名	実施日	受付時間	ところ
石巻	3～4カ月児健診	8日(木)・21日(水)・30日(金)	個別に通知します。	保健相談センター
	1歳6カ月児健診	7日(水)・9日(金)・23日(金)・27日(火)・29日(木)		
	3歳児健診	6日(火)・15日(木)・28日(水)		
河北雄勝北上	3歳児健診	14日(水)		河北総合センター「ビッグバン」
河南桃生	3～4カ月児健診	23日(金)		河南母子健康センター
	1歳6カ月児健診	1日(木)・13日(火)		
牡鹿	3～4カ月児健診	30日(金)		保健相談センター
	1歳6カ月児健診	27日(火)		
	3歳児健診	28日(水)		

※対象者へは、日程や受付時間などを個別に通知しています。  
 ※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、延期、変更する場合がありますが、その場合は個別に連絡します。

## 各種教室・講演会

教室名	内容	とき	受付時間	ところ	☎・☎
もぐもぐ育児相談(石巻会場)	対象 5～7カ月児の保護者の方 内容 離乳食の進め方、生活リズムや発達について個別相談で時間を区切って対応します。 定員 6組程度 ※要予約	9日(金)	13:00～15:00	保健相談センター	健康推進課(内線2617)

## 食育推進コーナー

### 《女性部員が農業の先生となって》

J A いしのまき女性部桃生地区は、6月9日に中津山第一小学校の2年生15人の児童を対象に、農業の先生となって大豆の種まき、さつまいもや野菜の苗の定植を行いました。毎年6月に2年生を対象に行われる恒例行事となり、秋には大豆の収穫・脱穀作業をし、冬には収穫した大豆を使って豆腐作りをする予定です。児童たちの明るく元気な姿にパワーもいただいています。



☎ 健康推進課(内線2617)

## 愛の献血

とき・ところ

4日(日)	㈱カワチ薬品石巻西店	午前10時～11時45分
24日(土)	イオンモール石巻	午後1時～4時30分

☎ 健康推進課(内線2418)

※検診を受診の際は[自宅での検温][マスク着用]のご協力をお願いします。

【石巻地区】乳がん検診の夕方検診を実施します

と き 10月7日(水)、21日(水) ※要電話予約  
 と ころ 保健相談センター  
 対 象 30歳代、41歳(クーポン対象者)、40歳以上(偶数年齢)の女性  
 ※対象年齢は令和3年3月31日を基準としています。  
 受付時間 午後4時30分～6時30分  
 検診票をお持ちの方…乳がん検診日時変更専用ダイヤル(☎24-8383)に申し込みください。  
 検診票をお持ちでない方…問い合わせください。  
 ☎・☎ 健康推進課(内線2427)

【北上地区】乳がん検診を実施します

と き 10月30日(金)  
 と ころ 北上公民館  
 申し込みをした方には、検診票を送付します。通知書を確認の上、受診してください。  
 ※対象年齢は令和3年3月31日を基準としています。  
 ☎ 北上総合支所保健福祉課 ☎67-2113

【石巻地区】大腸がん検診が始まります

大腸がん検診が10月1日(木)から始まります。申し込みした方に、順次、検診票を送付します。  
 申し込みしていない方で、受診を希望する方は追加申し込みができますのでご連絡ください。  
 対 象 40歳以上の方 ※対象年齢は令和3年3月31日を基準としています。  
 ☎・☎ 健康推進課(内線2414)

牡鹿地区健(検)診を実施します

特定健康診査・健康診査、大腸がん検診、前立腺がん検診、骨粗しょう症検診、肝炎ウイルス検査  
 と き 10月29日(木)～31日(土)  
 と ころ 牡鹿保健福祉センター「清優館」  
 ※30日(金)は夜間健(検)診実施  
 ※申し込みした方には、検診票を送付します。健(検)診の対象者で追加申し込みを希望する場合は問い合わせください。通知書を確認の上、受診してください。  
 ※対象年齢は令和3年3月31日を基準としています。  
 ☎・☎ 牡鹿総合支所保健福祉課 ☎45-2113 (内線603)

特定健診「夜間・土曜健診」を実施します！

～忘れていませんか？各種健(検)診がもうすぐ終了となります～

指定医療機関で実施する特定健診・健康診査・前立腺がん検診・肝炎ウイルス検診は10月2日(金)で終了します。まだ受診できていない方のために、仕事帰りや土曜日に受診できる日程を増やしました。

ぜひ受診してください！  
 項 目 特定健診・健康診査(心電図・眼底含む)、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検査、大腸がん検診(10月1日(木)、3日(土)、7日(水)、8日(木)、10日(土)のみ)

夜間健診 (17:00～19:00受付)	土曜健診 (9:00～12:00受付)	と ころ (☎ 石巻市医師会 ☎96-1829)
9月30日(水)・10月1日(木)	10月3日(土)	わたのクリニック内(さくら町五丁目13-1)
10月7日(水)・8日(木)	10月10日(土)	保健相談センター(鑄銭場1-27)

- ・国民健康保険の方の特定健診自己負担額は無料です。
- ・受診票を紛失した方、総合支所地区の方は受診票を再発行しますので、事前にご連絡ください。
- ・健(検)診受診の際は、自宅での体温測定にご協力ください。発熱やかぜ症状がある場合は、症状が治まった後に受診してください。

○胃がん検診について

延期となった5・6月分の胃がん検診は、令和3年1・2月に実施予定です。  
 日程が決まり次第、検診票を送付します。  
 ☎・☎ 保険年金課(内線2333)・健康推進課(内線2415)

女性医師による女性の健康相談

女性の健康増進に関する相談、思春期や更年期の身体的・精神的不調、家庭や職場でのストレスなどで悩んでいる女性の相談に応じます。

と き 10月31日(土) 午後2時～4時 ※要電話予約  
 と ころ 市労働会館(泉町二丁目5-26)  
 ☎・☎ 宮城県女医会女性の健康相談室 ☎090-5840-1993  
 午前9時～午後5時(土日・祝日を除く)  
 ☎ 県健康推進課 ☎022-211-2624

「認知症カフェ」について

新型コロナウイルス感染症による自粛生活の影響で、認知機能や運動機能の低下などが心配されています。

認知症カフェは、認知症の方やその家族、地域の方などが気軽に参加でき、話を聞いたり、相談や情報交換することができる場で、感染防止対策を行いながら、順次再開しています。

※日程など、詳しくはホームページをご覧ください。会場や日程が変更になる場合もありますので、事前に問い合わせください。  
 ☎ 介護保険課(内線2437)・各地域包括支援センター

夜間急患センターの診療時間

●夜間診療

	小 児 科	内 科	外 科
月～金曜日	午後7時～10時	午後6時～翌朝7時	午後6時～翌朝7時
土曜日	午後6時～翌朝7時		
日曜日・休日	午後6時～翌朝6時	午後6時～翌朝6時	午後6時～9時

○休日(昼間)診療

	外 科
日曜日・休日	午前9時～午後5時 (受付時間:午前9時～11時30分・午後1時～4時)

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。  
 ☎ 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)

診療科	受付時間	診療開始
<b>内科・外科・整形外科</b>	初診 午前8時～11時 再診 午前8時～11時30分	午前9時
<b>眼科・皮膚科</b>	午前8時～11時	午前9時
<b>耳鼻咽喉科</b>	午前【火・木】 午前8時～11時	午前9時
	午後【月・火・木・金】 午後0時30分～3時	午後1時

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	○	—	○	○	○
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。

◇眼科の診療内容についてのお知らせ◇

眼科では、白内障の手術を行っています。  
 詳しくは問い合わせください。

☎ 市立病院 ☎25-5555

10月の休日等救急当番医

◇担当医は変更になることがあります。  
 各医療機関に確認の上、受診してください。

※診療時間は、午前9時～午後5時です。  
 ※担当医や受付終了時間、昼休み時間は、各医療機関に確認の上、受診してください。  
 ※下表に記載のない産婦人科の対応は、当日、市役所(☎95-1111)まで問い合わせください。  
 ※外科は、「夜間急患センターの診療時間」の欄を参照ください。



日付(曜日)	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
4日(日)	内 科	古山内科・循環器科(元倉一丁目)	23-0221
	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	しらゆりクリニック(蛇田字新立野)	22-3717
11日(日)	内 科	いしづか内科クリニック(恵み野五丁目)	92-7311
	小 児 科	夜間急患センター(蛇田字西道下)	94-5111

日付(曜日)	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
18日(日)	内 科	茜平クリニック(茜平二丁目)	98-5108
	小 児 科	夜間急患センター(蛇田字西道下)	94-5111
	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
25日(日)	内 科	亀田内科皮膚科クリニック(大街道南五丁目)	95-6118
	小 児 科	おおば小児クリニック(門脇字青葉西)	93-9693

日	曜	石巻市 河北地区	東松島市 矢本地区	歯 科
4日	(日)	石巻ロイヤル病院(内科のみ)(広瀨) 73-5888	永沼ハートクリニック(赤井) 82-6680	塚本歯科医院(渡波町一丁目) 97-3338
11日	(日)	須江きむら医院(須江) 24-6311	みやぎ東部循環器科(赤井) 82-9930	二宮歯科医院(大街道南一丁目) 22-5623
18日	(日)	ものうファミリークリニック(桃生町中津山) 76-4024	やもと内科クリニック(矢本) 98-3260	沼倉歯科医院(鑄銭場) 93-8622
25日	(日)	佐々木医院(和瀨) 72-3122	ひかりサンテクリニック(矢本) 84-1333	日野歯科医院(錦町) 22-4230

石巻歯科医師会  
 休日診療所  
 (中里三丁目)  
 94-8223

# 10月の子育て支援コーナー

## 子育て支援センターは

- ・費用無料(イベントによって参加費あり)
- ・申し込み不要(要予約イベントもあり)
- ・利用年齢(0歳児～就学前)・電話相談、来所相談ができます。

### 湊子育て支援センター

園・園 湊こども園2階 ☎94-2366

- 《主な行事》
- 14日(水) 総合避難訓練
  - 16日(金) ふれあいサロン・みんなと遊ぼうの日「うんどう会ごっこ」
  - 19日(月) 助産師による成長測定
  - 21日(水) こ～ぶ講座「楽しいパルーンアート」
  - 28日(水) 保健師講話「乳幼児の育ちと母子手帳の活用」  
※母子手帳をお持ちください。
- ※全行事要予約・定員5組
- ★あそびの広場(稲井公民館)
- 13日(火) ※稲井地区の方対象
- ★自由開放日(3カ月～就学前)
- ・午前、午後開放 6日(火)・15日(木)・22日(木)・27日(火)  
午前9時30分～11時30分、午後1時～4時
  - ・午後開放 毎週月～金曜日 午後1時～4時
- ※13日(火)の午後を除く

### 渡波子育て支援センター てんとうむし

園・園 渡波保育所内 ☎25-0567

- 《主な行事》
- 2日(金) えほんびより
  - 7日(水) 英語であそぼう
  - 9日(金) 東北財務局・出前講座  
「子育てママ・パパのための「おかね」のはなし」
  - 16日(金) 親子リンパマッサージ
  - 21日(水) 健康講座「インフルエンザ他」
  - 26日(月) 成長測定・子育て相談
  - 30日(金) ハロウィン
- ★自由開放日
- ・午前開放 1日(木)・5日(月)・8日(木)・12日(月)・15日(木)・19日(月)・22日(木)・29日(木)  
午前9時30分～11時30分
  - ・午後開放 あかちゃん☆ひろば(妊婦～生後3カ月)  
毎週月・火・木曜日 午後1時～3時  
ハイハイ★ひろば(生後4カ月～11カ月)  
毎週水・金曜日 午後1時～3時
- ※午前中の活動は要予約

### 釜子育て支援センター「あおぞら」

園・園 釜保育所内 ☎24-6113

- 《主な行事》
- ★育児講座
- 1日(木) わらべうた 定員：10組
  - 7日(水) えほんびより 定員：7組
  - 12日(月) 助産師による身体測定 定員：9組  
持ち物：母子手帳、2歳以下の子はフェイスタール1枚
  - 15日(木) からだとハートを整える～ママのためのセルフトリートメント～  
定員：7組
  - 28日(水) インフルエンザワクチンについて 定員：7組
- ※全講座3日前までに要予約(予約受付時間 午前10時～午後3時)
- ★自由開放日(就学前まで)
- ◎あそび場自由開放日 午前10時～午後3時
- 2日(金)・5日(月)・9日(金)・16日(金)・19日(月)・23日(金)・26日(月)・30日(金)
- ※前日までに要予約

### なかよし保育園地域子育て支援センター

園・園 なかよし保育園内 ☎96-4551・FAX22-9881

- 《主な行事》
- 2日(金)・16日(金) ツインズデーと孫育て広場
  - 5日(月) たまごひよこサロン
  - 12日(月) 子育てふれあいサロン
  - 23日(金) COOP食育講座
  - 26日(月) 育児講座「親子でリズム遊び」
  - 29日(木) ベビーマッサージ
  - 30日(金) 保健講話「インフルエンザ」
- ★自由開放日 9日(金)・19日(月) 午前9時30分～午後4時30分
- ※全行事要予約

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お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。

支援センター  
詳細はこちら



子育てメール相談



※予定は変更になる場合もあります。詳しくはホームページをご覧ください。

### マタニティ・子育てひろば『スマイル』

園・園 NPO法人 ベビースマイル石巻 ☎98-5322

- 《主な行事》
- ★はじめまして会  
とき 15日(木) 午前10時30分～11時30分
  - ★つくってあそび(ハロウィン製作)  
とき 16日(金) 午後1時30分～2時30分
  - ★お誕生会  
とき 23日(金) 午前10時30分～11時30分
- ※全行事要予約
- ★自由開放日 月～金曜日、第1、第3土曜日 午前10時～午後3時  
・0歳開放日 6日(火)・13日(火)・27日(火) 午前10時～午後3時
- ※休館日 10日(土)・24日(土)・31日(土)、毎週日曜日

### にじいろひろば

園・園 NPO法人にじいろクレヨン ☎070-1142-9332

- 《主な行事》
- 9日(金) 1～2歳の生活リズムについて(保健師) ※要予約
  - ★ハロウィンパーティー  
とき 30日(金) 午前10時30分～11時30分、午後1時30分～2時30分  
定員 5組 ※要予約
  - ★農園プレーパーク 畑であそぼう！(0歳から未就学児)  
・毎週火曜日 午前10時30分～正午
  - ★自由開放日  
・毎週火・水・金曜日 午前10時～午後3時

### 桃生子育て支援センター「キッズホーム」

園・園 桃生バイオ研修センター内 ☎FAX76-4521

- 《主な行事》
- 1日(木) 赤ちゃん講座「母乳・離乳について」
  - 7日(水) さつま芋掘り
  - 8日(木) 木の玩具遊び
  - 14日(水)・15日(木) 絵本の読み聞かせ
  - 21日(水) 色彩楽
  - 22日(木) 赤ちゃん講座「子育ての悩みや不安解消について」
  - 28日(水) パネルシアター
  - 29日(木) 乳幼児の病気と看病について
- ★どんぐり子育て広場「ママヨガ」
- とき 20日(火) 午前10時～11時
  - ところ 永井いきいき交流センター
  - 料金 1家族 100円(当日集金・保険代)
- ※要予約 ※親子12人限定
- ★自由開放日 親子12人限定
- 6日(火)・12日(月)・13日(火)・16日(金)・26日(月)・27日(火)・30日(金)
  - 午前9時30分～午後3時
- ※親子12人限定 ※2時間程度利用できます。食事はできません。

### 牡鹿子育て支援センター

園 牡鹿保健福祉センター内 ☎45-2197

- 《主な行事》
- ★ぐんぐんすくすく  
7日(水) 秋のお散歩  
14日(水) ミニ運動会  
21日(水) 子育てセミナー「子どもの症状をみるポイント」
- ※保健師が来所し、育児相談をします。
- 28日(水) ハロウィンパーティー
- ★自由開放日
- ・午前、午後開放 毎週月・火・金曜日 午前9時～午後3時
  - ・午後開放 毎週水曜日 午後1時～3時
- ※休館日 毎週木曜日

### 雄勝子育て支援センター

園 雄勝保育所内 ☎25-6331

- 《主な行事》
- 15日(木) わらべうた遊び(地域交流会)
  - 27日(火) 保健師来所日
- ★自由開放日
- ・午前、午後開放 毎週水・金曜日 午前9時30分～11時30分、午後1時30分～4時30分
  - ・午後開放 毎週火・木曜日 午後1時30分～4時30分
- ※休館日 毎週月曜日

### 河南子育て支援センターパプラ

園・園 河南農村環境改善センター2階 ☎FAX72-4670

- 《主な行事》
- 1日(木) カラーソムリエール早坂さんの「カラーのお話」
  - 8日(木)・13日(火) 歯科衛生士による「歯のお話」と個別相談
  - 15日(木) 身体測定・つくしんぼ読み聞かせ
  - 20日(火) 秋の製作
  - 27日(火) 浅野さんのわらべうた
  - 29日(木) 村上さんのマッサージ
- ★スクエア子育てひろば「いもほり体験&いも煮会」
- とき 18日(日) ※雨天の場合はいも煮会のみ
  - ところ 旭山農業体験農園、農業体験実習館
  - 料金 1家族 500円 定員 16組(先着)
- ※要予約
- ★自由開放日
- ・午前、午後開放 5日(月)・12日(月)  
午前9時～11時30分、午後1時～2時30分
  - ・午後開放 毎週火・木曜日  
午後1時～2時30分

### 河北子育て支援センター

園 飯野川保育所内 ☎61-1601・FAX62-2359

- 《主な行事》
- 7日(水) 秋の遠足
  - 12日(月) 保健師来所 ～身体測定～
  - 21日(水) えほんびより
- ★講座 6日(火) 助産師講座
- ★自由開放日
- ・午前自由開放(0歳～未就学児)  
毎週金曜日、5日(月)・19日(月) 午前10時～11時30分
  - ・午後自由開放(赤ちゃん限定)  
月～金曜日 午後1時30分～3時
- ※月・火・木・金曜日…7～11カ月  
※水曜日…3～6カ月

### 北上子育て支援センター

園・園 相川保育所内 ☎66-2177

- 《主な行事》
- 5日(月) 保健師相談会
  - 12日(月) ハーバリウム教室 午前10時30分 定員：10組(先着)
- ★ひまわりキッズ
- とき 21日(水) 午前10時～11時30分
  - ところ 北上公民館(交流ホール)
- ★自由開放日 毎週月～金曜日 午前10時～午後4時
- ※ひまわりキッズ活動日の午前中を除く

### 子育て世代包括支援センター いっしょるーむ

園・園 ささえあいセンター2階 ☎98-4158

- ★自由開放日
- ・月～金曜日  
午前10時～正午、午後1時～3時、  
午後4～6時
  - ・土・日曜日・祝日  
午前9時30分～午後0時30分、午後1時30分～4時
- いっしょるーむ  
予定はこちら
- 

### 子どもセンターらいつ(児童館)

園・園 子どもセンターらいつ(児童館) ☎23-1080

- 《主な行事》
- ・毎週月曜日 午前10時～正午  
Mカフェ(お茶っこサロン)  
(乳幼児親子ならだれでも参加可)
  - ・13日(火) 午前10時30分～11時30分 音楽で遊ぼう  
(1歳7カ月以上の親子対象) ※要予約
  - ・16日(金) 午前10時30分～11時30分 ベビーマッサージ  
(はいはいまでの乳幼児親子対象) ※要予約
  - ・27日(火) 午前10時30分～11時30分 音楽で遊ぼう  
(1歳7カ月以上の親子対象) ※要予約
- 開館時間 午前9時30分～午後7時(対象:乳幼児～高校生世代)
- ※休館日 1日(木)・15日(木)
- らいつ  
予定はこちら
- 

## 子育て駅伝

自然あふれる田園地帯に建つ園舎

稲井幼稚園 園 真野字八の坪116-2 ☎91-2129

昭和56年4月に開園し4・5歳児16人が伸び伸びと楽しく活動しています。田園に囲まれた自然豊かな環境を生かした野菜作りや散歩などのさまざまな体験行事があり、隣接する稲井小学校、稲井中学校の児童、生徒との交流活動も盛んです。



園庭で水てっぽう遊びを楽しむ



「いないっこたんぼ」で田植え体験



ALTの先生と「英語であそぼう」

園の畑で収穫した野菜を調理した「カレー会」

## 利用者さんへインタビュー



♥千葉由佳さん・玄大ちゃん(5歳) (写真左)  
優しくて何事にも慎重な子で、2歳下の弟がやんちゃなことをしてけがをしないように見守ってくれます。4月の入園後は行事で経験したカレー作りを自宅でも手伝い、誰にでも元気にあいさつのできるようになり、成長を実感します。

♥佐藤奈美さん・美羽ちゃん(6歳) (写真右)  
負けず嫌いの頑張り屋さんで、妹の面倒もよく見てくれる優しい子です。幼稚園ではドッジボール遊びが大好き。園児が少ない分、先生たちの目が子どもに行き届き、田植えや畑作など豊かな自然を生かした行事が多いのも魅力です。



# 令和2年度 石巻市総合防災訓練 **石巻市シェイクアウト訓練2020**



感染症対策の観点から、**市内一斉の避難訓練は行わず、**  
**シェイクアウト訓練を実施します**

職場でも



屋外でも



登録ページへアクセス



個人、家庭、会社  
 などで登録しま  
 しょう！

**事前登録が必要です！ホームページ、FAXから登録をお願いします！**

## シェイクアウト訓練とは？

地震発生時、激しい揺れに襲われるまで、または何かが落下してくるまで、自身の身を守るためには数秒の猶予しかないかもしれません。地震が発生したら、その場で安全確保行動「**まず低く、頭を守り、動かない**」を実践しましょう。

とき 11月1日(日) 午前9時～(約3分間)  
 ところ あなたのご家庭、職場など

☎ 危機対策課(内線4156) FAX 25-6835



**DROP!**

まず体勢を低くして地面に近づきましょう！



**COVER!**

固定されたデスクやテーブルの下に入り頭を守りましょう！



**HOLD ON!**

揺れが止まるまで動かずじっとしていきましょう！

# エスディーゼーズ **SDGsで未来を変えよう！**



☎ SDGs地域戦略推進室(内線4223)

今回は、未来をより良く変えるための17の目標「SDGs(持続可能な開発目標)」のうち、目標7についてご紹介します。

## 7 エネルギーをみんなにそしてクリーンに



### ターゲットの主な内容

- ・ 全ての人々が、安価で信頼できる近代的エネルギーを使用できるようにする。
- ・ 世界の再生可能エネルギーの割合を大幅に拡大させる。
- ・ 世界全体のエネルギー効率の改善率を倍増させる。



## 目標7 エネルギーをみんなに そしてクリーンに

全ての人々の、安価かつ信頼できる持続可能な近代的エネルギーへのアクセスを確保する

### ▶10億人以上が電気を使えない生活

私たちの生活は、電気やガスなどの近代的エネルギーに支えられています。しかし、世界ではいまだに約10億人が電気を利用できていません。そのため、全ての人々が近代的エネルギーを使用する環境整備が求められています。

### ▶限りある化石エネルギーと地球温暖化

その一方で、現在のエネルギーは、石油、石炭、天然ガスといった化石エネルギーが中心で、このまま使い続けると100年後にはほとんど使い果たしてしまうといった予測もあります。また、発生する二酸化炭素によって温暖化や気候変動がますます深刻になる恐れがあります。

### ▶安全でクリーンなエネルギーを

太陽光などの地球にやさしい安全でクリーンな再生可能エネルギーの積極的な導入が重要です。

### 再生可能エネルギー



世界のエネルギー供給の約24.5%をまかなっているといわれています。

### 市の取り組み例

#### ●太陽光発電等普及促進事業

太陽光発電システム、定置用蓄電池などを設置した方に補助金を交付することで二酸化炭素の排出を抑制し、地球温暖化の防止を図ります。



ほかにも…  
 ・各学校や公共施設への太陽光発電システムの設置など

### わたしたちにできること

- 太陽光発電など、クリーンな再生可能エネルギーの活用に取り組みましょう。
- 暮らしの中でできる省エネルギーについて考え、エネルギーを上手に使う工夫をしましょう。





来訪者を「おもてなしします」と張り切る6人の正職員スタッフ

## スポットライト

# みんなのた場

「ホエールタウンおしか」を管理  
**鮎川まちづくり協会スタッフ**

地元愛あふれる8人で  
**来訪者をおもてなし**

鮎川浜の「ホエールタウンおしか」には、今年7月22日にオープンした「おしかホエールランド」。昨年10月開業の「観光物産交流施設Cottu」、「牡鹿半島ビジターセンター」があり、捕鯨で栄えた鮎川地区の文化や牡鹿半島の食の魅力などを体感できます。

鮎川まちづくり協会スタッフは、20、30代を中心とした正職員6人とアルバイト2人の計8人。そのうち4人が地元出身で、若さと地元愛を持ち味に、市と国から管理を任せられた3施設を運営しています。

「おしかホエールランド」はオープン1カ月足らずで入館者1万人を突破した人気施設。体長16.9メートルと国内有数サイズのマッコウクジラの骨格標本を間近に見られ、家族連れなどに好評です。担当の山本龍治さんは「標本の迫力を県内だけでなく、県外から訪れる方々にも味わってほしい」と来場を呼び掛けます。

佐藤慶治さんは「牡鹿半島の自然だけでなく、民俗学にも視点を置いた展示が自慢」と見所を紹介。今後は自然観察会や金華山トレイルのガイドなどのイベントにも力を入れていくそうです。

「Cottu」は、クジラ料理を味わえる飲食店や鯨歯工芸品販売店があり、金華山、網地島、田代島観光の玄関口として離島航路チケットも販売しています。

広報やイベント企画を担当する雲石彪真さんは「鮎川港を眺めながら料理が楽しめる開放的な飲食スペースが自慢。特に夕暮れの景色は絶景です」とPRします。

現在は、施設の外に展示している捕鯨船の改修とその周辺広場の整備などが進められています。マネジャーの関原雅人さんは「整備が間に合えば、昨年まで旧牡鹿公民館跡で開催していた『鯨まつり』も、来年はホエールタウンで開催できると期待しています。来ていただいた方が存分に楽しみ、満足していただける施設を目指し、スタッフ一丸で、おもてなしをします」と抱負を語ります。

協会  
 ☎24-6644

### 萬画館の壁面でライダー躍動

野外映画上映会「かわべでシアター」

石ノ森萬画館の白い外壁をスクリーンにした野外映画上映会「かわべでシアター」が8月29日に開かれました。萬画館を運営する街づくりまんぼうが主催し、昨年12月に公開された劇場版「仮面ライダー 令和ザ・ファースト・ジェネレーション」を上映。対岸にある「いしのまき元気いちば」前の旧北上川右岸堤防に集まった家族連れらを楽しませました。萬画館の壁を利用した野外上映会は東日本大震災後の街中イベントとして平成23年から26年まで行われました。その後、堤防工事や周辺の再開発で中断しましたが、完成したばかりの堤防を観客席にして昨年10月、「かわべでシアター」の名称で再スタートし、今回が第2弾です。新型コロナウイルス感染防止のためにマスクを着用した観客は、思い思いの場所に陣取り、川風を受けながらのユニークな上映会を満喫していました。

## 石巻市立桜坂高等学校

# 桜坂だより

第15号

こんにちは、桜坂高等学校です。  
 今年は各種イベントが中止になっていますが、9月5日(土)のオープンキャンパスにはたくさんの方に参加いただきました。

学校生活について、私たちの言葉で説明しました。

今年は、文化祭も中止になってしまいましたが、オープンキャンパスの期間に校内発表を行いました。

オープンキャンパス参加者には、毎年好評のクリアファイル(生徒のデザインによる)が配られました。

吹奏楽部の定期演奏会は例年通り開催されます。ぜひ、聞きに来てくださいね!

**吹奏楽部定期演奏会への問い合わせ**  
 桜坂高等学校 ☎22-4421

石巻市立桜坂高等学校吹奏楽部  
**第6回定期演奏会**

2020年  
 10月3日(日) 15:00-18:30  
 10月4日(月) 13:00-16:30  
 会場: 東松島市コミュニティセンター  
 お問い合わせ: 0225-22-4421 (桜坂高等学校)

入場料 300円 (中学生以下200円)

# 牡鹿 小中学生の熱演に拍手喝采

牡鹿中の「笑顔創造プロジェクト」



地域貢献活動として牡鹿中学校が平成24年から取り組んでいる「笑顔創造プロジェクト」が9月10日にあり、全校生徒21人が寄磯、大原、鮎川3地区の計6カ所で勇壮な「侍ソーラン」を披露し、地区民に元気を届けました。鮎川地区の牡鹿保健福祉センターでは、中学生の演技を前に、鮎川小学校の全校児童16人が初参加し「牡鹿銀鱗太鼓」を元気いっぱいに演奏。保護者や同センター利用者、近隣の福祉施設から集まった約100人の観客から大きな拍手が送られました。



川小学校の全校児童16人が初参加し「牡鹿銀鱗太鼓」を元気いっぱいに演奏。保護者や同センター利用者、近隣の福祉施設から集まった約100人の観客から大きな拍手が送られました。

# Topic of town まちの話題



# 石巻 5・6年生 元気に鼓笛演奏

開北小でPTA主催の発表会

開北小学校の「鼓笛発表会」が9月12日、体育館で開かれ、5・6年生102人が「校歌」と「サイボーグ009」を元気いっぱいに演奏し、約120人の保護者を楽しませました。新型コロナウイルス感染症の影響で5月の運動会、8月の川開き祭りパレードが中止になり、新たな発表の場としてPTAが主催しました。石巻好文館高校生徒のチアリーディングも披露され、発表会を盛り上げました。



# 河南 力を結集し地域をきれいに

各地一斉に環境美化クリーン作戦

「環境美化行動の日」クリーン作戦と銘打った地区内一斉清掃作業が9月6日の早朝に行われました。河南地区衛生組合連合会が主催し、箱清水行政区の清掃作業には地区民約30人が参加。箱清水老人憩の家に集合した後、地域ごとの4班に分かれて作業を始めました。あいにくの雨の中、行政区内を流れる沢や用水路、市道沿いに生い茂った草を草刈り機などできれいに刈り取り、空き缶やペットボトルなどのごみも回収しました。



# 雄勝 海上漂う明かりに冥福祈る

灯籠を流し震災犠牲者や先祖を供養

お盆恒例行事の「おがつ灯籠流し」が8月14日、雄勝地区中心部拠点エリア「硯上の里おがつ」前の雄勝漁港で行われました。主催したおがつ復興市実行委員会のメンバーが漁船3隻に分乗し、船上で赤と黄色の灯籠一つずつに明かりをともした後、約850個を海に浮かべました。岸壁に集まった人たちは湾内を漂う明かりを見つめ、東日本大震災の犠牲者や先祖の冥福を祈りました。



# 北上 海の中の素晴らしさを満喫

白浜でシュノーケリング体験会

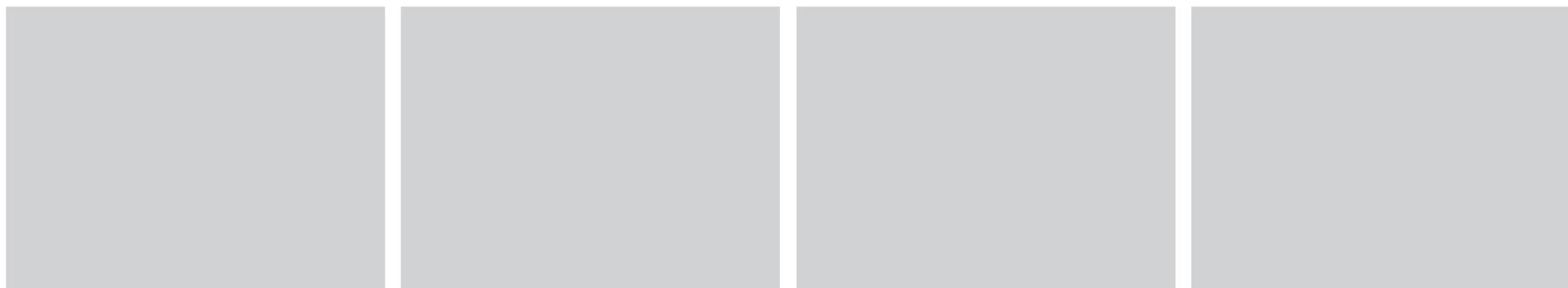
初心者向けのシュノーケリング体験イベントが8月23日、白浜海水浴場で開催されました。南三陸・石巻北上フィールドミュージアム運営協議会が主催し、石巻市などの小中学生と保護者ら7人が参加しました。初めにインストラクターが、砂浜や海水浴場の浅場でシュノーケリングの基本を指導。その後、全員で泳いで沖まで移動し、海中の世界を観察。古里の夏の海の素晴らしさを満喫しました。



# 桃生 有事に備え きびきびと行動

消防団地区団が初の新任団員訓練

市消防団桃生地区団は8月23日、新任団員基礎教育訓練を桃生総合支所駐車場で開催しました。新型コロナウイルス感染拡大の影響で毎年9月の地区団消防演習が実施できないための代替として初めて実施。3密を避けるため、入団5年未満の団員34人を3班に分け、河北消防署桃生出張所員の指導で規律、機関運用、ポンプ車積載器具取り扱いの各訓練を交代で行い、有事に備えました。



## Jアラートの全国一斉訓練を実施します

Jアラートを用いた全国一斉の情報伝達訓練が10月7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の流れます。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4311)

## 観光関連産業事業者等経営支援金の申請はお済みですか?

観光関連産業事業者や宮城県新型コロナウイルス感染症拡大防止協力金の対象とならなかった飲食店に対して支給される支援金の申請期限は10月30日(金)までです。

詳しくは問い合わせください。

☎・☎ 観光課(内線3536)

## 国民健康保険加入者の皆さんへ

### 国民健康保険被保険者証の更新時期について

これまで国民健康保険被保険者証の更新は、2年ごとの10月でしたが、令和3年8月から更新時期は毎年8月となります。

※有効期限は7月31日までとなり、75歳になる方は誕生日の前日までです。

### 令和3年8月から国民健康保険高齢受給者証は被保険証と一体型になります

国民健康保険加入者のうち70歳から74歳の方は、現在被保険証とは別に高齢受給者証を発行していますが、令和3年8月から被保険者証と高齢受給者証は一体型の証(被保険者証兼高齢受給者証)となります。

☎ 保険年金課(内線2347)・各総合支所市民生活課・各支所

## 「石巻市地域商品券」販売のお知らせ

新型コロナウイルスの感染拡大により停滞する地域経済を活性化し、市民の地元消費を喚起するために、10月1日(木)から販売します。

引換券は9月下旬から順次送付していますので、ぜひご利用ください。

販売価格 一冊15,000円分を10,000円で販売(50%割り増し)

販売期間 10月1日(木)～11月30日(月)

販売場所 市内の郵便局(簡易郵便局を除く)

対象 令和2年9月1日時点で市内に住居のある全世帯

購入冊数 一世帯につき一冊まで

☎ ・購入引換券について

市商工課(内線3526)

・石巻市地域商品券全般について

石巻市プレミアム付商品券事業実行委員会

(石巻商工会議所) ☎22-0145

## 石巻市新生児臨時特別定額給付金の支給について

新生児を抱える世帯への支援として、新生児臨時特別定額給付金を支給します。

対象 令和2年4月28日から令和3年4月1日までに出生し、市に住居登録をした子どもを養育している父または母  
※他の市区町村で同様の給付などを受けていないこと

給付金額 新生児1人につき10万円

申請書 出生届、転入届の提出時に窓口で取得してください。

なお、令和2年9月30日時点で市に出生届が提出されている方には申請書などを送付します。

申込方法 持参または郵送してください。

申込期限 令和3年4月30日

☎・☎ 子育て支援課(内線2554)

## 今月の休日窓口開庁のお知らせ

10月4日(日)・18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、住所異動届など

※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 11月2日(月)

○市県民税 第3期 ○国民健康保険税 第7期  
○介護保険料 第4期 ○後期高齢者医療保険料 第4期

☎口座振替不能者の再振替日 10月15日(木)

(9月30日納期限分)

○国民健康保険税 第6期

### 表記の見方

☎ 申し込み ☎ 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266号 令和2年10月1日発行

発行 石巻市総務部秘書広報課(内線4784) 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



※機種によってアプリが必要な場合があります。  
※通信料金がかかります。  
☎ 秘書広報課(内線4784)

ごみだしアプリ



### 住民基本台帳による石巻市の人口と世帯数

時期	人口	世帯数
令和2年8月末現在	141,391人	61,860世帯
令和元年8月末現在	143,147人	61,546世帯