



# いしのまき



## 石ノ森萬画館が 開館20周年



▲くす玉を開披し、20年の節目を祝いました

## 華やかにパレード 記念セレモニー盛大に

マンガによるまちづくり促進

マンガを活かした街づくりの拠点施設、石ノ森萬画館が7月23日に開館20周年を迎えました。セレモニーでは石巻小学校の鼓笛隊がにぎやかな演奏を繰り広げながら西中瀬橋をパレードしました。

開館20周年記念事業実行委員長の齋藤正美市長は、あいさつで「石ノ森萬画館は全国から人を呼び込む市の代表観光施設。これまでの多くの支援に感謝し、30年、40年と地域ににぎわいを創出することを願っています」と期待しました。

これまでマンガ文化の発展に尽くした皆さんに感謝状が贈呈されたほか、くす玉開披と風船飛ばしが同時に行われ、節目に華を添えました。

萬画館は平成13年にオープン。平成23年の東日本大震災で大きな被害を受けましたが、翌年には再オープンしました。今年2月には来館者累計350万人を達成するなど、マンガ文化の発信をけん引しています。



▲石巻小学校の鼓笛隊が西中瀬橋から萬画館までをパレード



▲マンガ文化の発展に尽くした皆さんに感謝状が贈られました



石巻市イメージキャラクター



▲色とりどりの風船が空を舞いました

# Reborn-Art Festival 2021-22開催 [夏会期]



テーマ「利他と流動性」

9月26日(日)まで開催中！ ※休祭日 9月1日(水)・15日(水)



夜市

石巻の食材を活かし、未利用資源などの課題も組み込んだレシピをゲストシェフたちと共に考案。地元飲食店が一品料理に仕上げ屋台で提供し、川辺の夜ににぎわいを生み出します。参加者は出店者との会話を楽しみながら地域の魅力を手軽に、ダイレクトに体感できます。



光の贈り物

光の芸術家として全国的な知名度を持つ高橋匡太さんの作品「光の贈り物」が石ノ森萬画館を毎日さまざまな色でライトアップしています。市民の皆さんから募集した「誰に、どんな色を贈りたいか」をもとに日替わりで色が異なります。その色にまつわるエピソードは、旧観慶丸商店で紹介されています。

ところ

石巻市街地エリア・女川エリア・桃浦エリア・荻浜エリア・小積エリア・鮎川エリア  
※鮎川エリアは常設作品のみの展示となります。

チケット

料金表(税込)	当日
宮城県民	2,000円
一般	3,500円
高校・専門・大学生	3,000円

※身分証明書が必要です。  
※夏会期中は何度でも作品を鑑賞できます(入場の際、本人確認を行います)。  
販売場所 旧観慶丸商店ほか各インフォメーション  
※詳しくは公式ホームページをご覧ください。

今回の企画を一部紹介します



☎ Reborn-Art Festival 実行委員会事務局 ☎90-4726 市産業推進課 (内線3545)

公式ホームページ

## ツール・ド・東北の開催

「ツール・ド・東北」は、2013年にスタートした自転車イベントです。順位やタイムを競うレースではなく、楽しく走ることを目的としたファンライド形式。今年は規模を縮小して開催します。

とき 9月19日(日)  
ところ セイホクパーク石巻(石巻市総合運動公園)  
☎ ツール・ド・東北事務局  
市観光課 (内線3537)



公式ホームページ



## 「第40回全国豊かな海づくり大会～食材王国みやぎ大会～」および「豊かな海づくりフェスタ2021」の開催

「よみがえる 豊かな海を 輝く未来へ」をテーマに、「第40回全国豊かな海づくり大会～食材王国みやぎ大会～」が開催されます。式典行事はマルホンまきあーとテラス、海上歓迎・放流行事は石巻魚市場・石巻漁港でそれぞれ実施されます。 ※一般の方は入場できません。

市内では同日、中瀬公園において関連行事「豊かな海づくりフェスタ2021」が行われ、大会の映像中継やステージイベント、県内特産品のPR・販売などを行います。

とき 10月2日(土)・3日(日) 午前10時～午後4時  
ところ 中瀬公園 ☎ 水産課 (内線3515)



# 石巻市のNPOを知ろう！ (石巻市市民公益活動団体)

### 石巻市市民公益活動団体とは？

石巻市に登録し、営利を目的とせず組織的かつ継続的に市民公益活動(NPO)を行っている団体です。

### さまざまなジャンルで活動しています！

※カテゴリー別の数字は、活動中の団体です。一つの団体で複数の活動をしているので、純粋な団体数とは異なります。

**環境保全** 139  
エコロジー／公害  
／エネルギー

**保健医療** 40  
健康づくり／医療

**教育・文化・スポーツ** 148  
教育学術／文化の振興  
／スポーツ等／青少年

**国際協力** 53  
国際交流  
／国際貢献・協力

**地域社会** 145  
まちづくり／交通安全  
／犯罪防止

**社会福祉** 138  
高齢者／児童・母子／障害者  
／社会福祉一般

**その他** 138  
災害救護／消費者保護／人権  
／女性／市民活動支援／その他

**180** 団体

(令和3年7月末現在)

ロック(=石)  
市民活動に  
興味あり



へー 石巻には  
こんなにいっぱい  
NPOがあるんだね。



ロール(=巻)  
石巻市NPO支援オフィスの相談員

7つのカテゴリー&24以上のジャンルで活動をしています。右のQRコードで詳しい活動内容が見られます。



団体一覧

### 石巻市NPO支援オフィスについて

市民公益活動団体の支援拠点として、平成14年に石巻市が設置。会議室や印刷機の貸し出し、運営相談や講座の開催など、市民公益活動や自治会活動を応援する施設です。ぜひ利用ください。

☎ NPO法人 いしのまきNPOセンター(運営受託団体) ☎23-0851 ☎ npo@i-port.ne.jp  
市地域協働課 (内線4234)



※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。



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ります。

また、大量生産されている既製印鑑も、他のものと判別できないのでお断りしています。大切な財産を守るため、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です。運転免許証、パスポート、マイナンバーカードなどの官公署発行の写真付き身分証明書などを

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23319)

**石巻市事業再構築支援事業補助金**

新型コロナウイルス感染症拡大により、経営に影響を受けた事業者の方が環境変化に対応した新たな事業の創造や強化、事業の再構築を促進するために補助金を支給します。

対象

- ・市内に主たる事業所を有する(個人事業主を含む)方
- ・補助金申請前の6カ月間のうち3カ月間の売上高が前年同期比で10%以上減少した方
- ・市税に滞納がない方
- ・国の事業再構築補助金の支給対象でない方

対象外の方 公共法人、政治団体、宗教上の組織や団体、暴力団または暴力団員に該当する方

助成金額 上限100万円(対象経費の2/3以内)

申請期限 12月28日(火)

事業完了期限

令和4年2月28日(月)

申請先 商工課(内線3524)

**戦没者遺児による慰霊友好親善事業**

日本遺族会では、戦没者の遺児が戦没地に赴き、慰霊追悼を行うとともに、同地域の住民と友好親善を深めることを目的とした友好事業の参加者を募集しています。

実施地域 ミャンマー、タイ、フィリピンほか

※実施地域・時期により申し込み締め切りが異なります。詳しくは問い合わせください。

申請先 日本遺族会事務局(03-3261-5521)

市福祉総務課(内線2459)

**令和3年社会生活基本調査の実施**

この調査は、生活時間の配分や自由時間の活動状況など、国民の社会生活の実態を明らかにするため、5年毎に国が行う統計調査の一つです。

調査結果は、男女共同参画やワーク・ライフ・バランスの推進、少子高齢化対策などの基礎資料として幅広く活用されます(調査内容は、統計以外の目的で使用しません)。

調査対象は無作為に抽出します。対象の家庭に、9月以降、調査員が訪問します。回答をお願いします(調査員は知事が任命し、「調査員証」を携帯しています)。



総務省統計局ホームページ

総務課(内線4038)

**9月9日は救急の日 救急隊の活動にご協力を**

出動の要請を受けた救急車はできるだけ現場に近い場所に停車するため、救急とは関係のない皆さんの自宅

前などに救急車が停まる場合があります。救急隊の活動にご協力をお願いします。

救急隊は常にスムーズな現場活動を心がけています。傷病者の容態によっては、応急処置が必要になり、現場滞在時間が長くなることもあり、また、緊急走行時は法令でサイレンを鳴らして走行しなければならぬことになっていきますのでご理解ください。

石巻広域消防本部警防課(095-17433)

**9月は船員労働安全衛生月間です**

「気を付けよう いつもと違う小さな異変 皆で目指そう 安全運航」をスローガンに訪船活動などを実施し、船員の災害・疾病防止対策に取り組みます。

東北運輸局 石巻海事事務所(095-11228)

水産課(内線3515)

**防災ラジオテスト放送**

9月10日(金)午後3時ごろ

**空間放射線量7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以下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、健康に影響を与えない数値は検出されませんでしたのでご安心ください。

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)	0.05~0.09	7/5~7/29
市立保育所、私立幼稚園、私立保育園(敷地)	0.04~0.08	7/1~7/29
公共施設等(ホットスポット調査)	0.05~0.09	7/1~7/29
牡鹿地区集落	0.06~0.12	7/5~7/20

※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3368)

**防災「合言葉」受賞作品**

優良賞 冷静に 情報キャッチ よし! 避難  
住吉小学校6年 高橋 結衣

学校安全推進課(内線5082) 令和2年度石巻市学校防災推進会議

**新型コロナウイルスワクチン接種**

※掲載内容は8月10日時点の情報のため、今後、ワクチンの供給状況により変更になる場合があります。最新情報は市ホームページを確認ください。

市ホームページ ワクチン最新情報は こちらから



**今後のワクチン接種について**

高齢者、優先接種対象者(基礎疾患がある方、高齢者施設などの従事者、60~64歳の方など)、12~18歳の方から順次予約を開始しています。今後の予約開始日が決まりましたら、市ホームページや新聞でお知らせしますので、ご自身が該当する予約開始日以降に予約をしてください。

**インターネット予約の場合**

予約専用サイト <https://vaccines.sciseed.jp/ishinomaki>  
※24時間予約可



スマートフォンの場合はこちらのQRコードからアクセスできます

予約方法

※接種会場によって対象年齢やかかりつけ患者限定などの条件が異なりますので、ご自身が条件を満たしていることを確認の上、予約してください。

**接種券は失くさないよう大事に保管してください**

予約・接種まで期間が空きますが、接種券は捨てずに大切に保管しておいてください。

※接種券を失くした方へ 探しても見つからない場合は、再発行の申請をお願いします。詳しくは、コールセンターにお問い合わせください。

**電話予約の場合 ※通話料無料**

石巻市新型コロナワクチンコールセンター  
**0120-567-509**  
(平日)午前8時30分~午後6時 (土日・祝日)午前9時~午後3時  
※3月15日より開設していましたがコールセンター(0120-456-856)は8月31日をもって終了しました。

**ワクチン接種証明書(ワクチンパスポート)の発行について**

海外へ渡航予定のある方の申請を郵送で受け付けています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。 ※当面は、海外渡航予定がある方のみを対象としています。

石巻市新型コロナワクチンコールセンター 0120-567-509



**石巻専修大学共創研究センター研究成果報告会**

石巻専修大学共創研究センターは、自治体や企業と連携し、地域課題の解決を目指す研究活動に取り組んでおり、令和2年度に実施した研究成果報告会を開催します。

とき 9月17日(金)午後3時45分～6時  
ところ 石巻専修大学4号館(4102教室)  
定員 79人

申込方法 住所、氏名、勤務先、電話番号を記入の上、FAXまたはメールで申し込みください。電話での申し込みも可能です。

申込期限 9月15日(水)

申 石巻専修大学事務課(学務担当) 研究支援係

☎ 22-7716  
FAX 22-7746

✉ kaino@senshu-u.ac.jp  
市総務課(内線4037)



**石巻市育児ヘルパー事業の案内**

「家事・育児が大変で余裕が持てない」「産後、手伝ってくれる人がいない」などの家庭に対して育児ヘルパーを派遣し、育児や家事と一緒にお手伝いします。

9月から受付を開始し、10月からサービスが始まります。  
対象期間 母子健康手帳交

付後から産後6カ月の前日まで

利用回数 原則20回以内、1日2回まで

時間 午前9時～午後5時(土日、祝日、年末年始を除く)、1回2時間まで

料金 市民税所得割課税世帯は1時間あたり250円、それ以外は無料

子育て支援課(内線2554)



**今月は児童扶養手当の支給月です**

7月・8月分の児童扶養手当を9月10日(金)に振り込みます。

子育て支援課(内線2513)

各総合支所市民福祉課

**子ども・子育て会議委員募集**

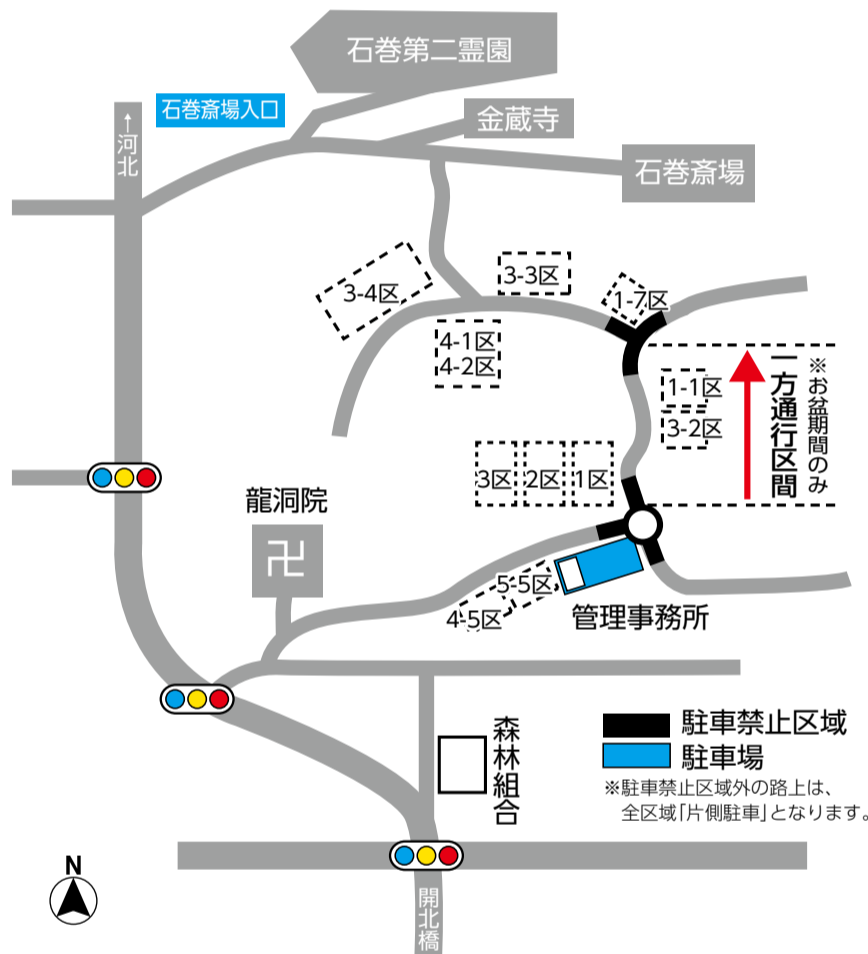
子育て世代の意見などを市の取り組みに反映させるため、「子ども・子育て会議委員」を公募します。

対象 市内在住の20歳以上の方で、小学生以下の児童を子育て中の児童福祉に興味のある方  
定員(公募枠) 1人  
任期 11月から2年間  
申込方法 「公募委員申込書」に必要事項を記入し、指定課題について400字程度にまとめ、郵送またはEメールにより提出して

**お彼岸の石巻霊園は混みます**

お彼岸は、石巻霊園内が大変混みます。次の事項を守ってください。

- 霊園行き無料バスを利用ください。
- 斎場側入口も利用ください。
- 供物は必ず持ち帰りください。
- 火の後始末を徹底しましょう。



**霊園行き無料バス時刻表**

とき 9月20日(月・祝)

(行き)

停留所名	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目
石巻駅前	6:00	7:50	9:40	12:00	14:30
立町通り	6:02	7:52	9:42	12:02	14:32
住吉町	6:04	7:54	9:44	12:04	14:34
(株)ミヤコーバス石巻営業所	6:05	7:55	9:45	12:05	14:35
大橋通り	6:06	7:56	9:46	12:06	14:36
開北橋	6:07	7:57	9:47	12:07	14:37
霊園ロータリー前	6:12	8:02	9:52	12:12	14:42
3-4区墓域前	6:22	8:12	10:02	12:22	14:52

(帰り)

停留所名	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目
3-4区墓域前	7:15	9:05	10:55	13:15	15:45
霊園ロータリー前	7:25	9:15	11:05	13:25	15:55
開北橋	7:30	9:20	11:10	13:30	16:00
大橋通り	7:31	9:21	11:11	13:31	16:01
(株)ミヤコーバス石巻営業所	7:32	9:22	11:12	13:32	16:02
住吉町	7:33	9:23	11:13	13:33	16:03
立町通り	7:35	9:25	11:15	13:35	16:05
石巻駅前	7:37	9:27	11:17	13:37	16:07

※立町通り停留所は仙台銀行付近です。

環境課(内線3377)



**敬老祝金**

今年満88歳となる方(昭和8年生まれの方)で9月1日(水)現在、本市に住民登録のある方に、敬老祝金1万円を支給します。

✉ ischisup@city.ishino.maki.lg.jp

申込期間 9月2日(木)～15日(水)  
申 各総合支所市民福祉課(住所不要) 子育て支援課(内線2552)



**重・中度心身障害者医療費助成制度のお知らせ**

重・中度心身障害者医療費助成受給者証は、毎年10月1日が更新日です。

申請の必要はありませんが、住民票の住所と異なる所にお住まいの方は、住民票のある地区の敬老祝金担当課まで連絡ください。

福祉総務課(内線2462)

**更新手続**

申請時の所得状況確認に同意した方で、助成対象者には受給者証を、非該当者には助成停止に係る通知を9月下旬に郵送します。

更新に際し、原則手続きの必要はありませんが、所得状況確認に同意していない方、未申請の方、所得状況の確認がとれない方などには、8月中旬に手続きに係る通知を送付いたしますので、内容を確認ください。

※必要に応じた手続きをしないと、医療費助成を受けられなくなりますので、ご注意ください。

※1月1日現在、市内に住所を有していない方は、前住所地からの所得証明書(令



**空き地は適正に管理しましょう!**

空き地を放置すると、雑草が繁茂し、害虫の発生などの要因になります。周辺の住民の迷惑にならないように適正に管理しましょう。

※空き地には、囲いをするなどごみが投棄されないようにしましょう。  
環境課(内線3365)

**主任児童委員の活動について**

民生委員・児童委員の中には、特に児童に関することを専門に担当する「主任児童委員」がいます。活動の一つである「子育てふれあいサロン」では、子育て支援センターにて、季節の行事や遊びなどを通して親子とのふれあいや、子育て相談などを行っています。



自分の手形、足形で七夕飾りを作りました。(なかよし保育所地域子育て支援センター)

現在は新型コロナウイルスの影響もあり、少人数にて実施しています。

民生委員・児童委員は、あなたの身近な相談相手です。

石巻市民生委員児童委員協議会事務局(石巻市社会福祉協議会内) ☎96-5290 市福祉総務課(内線2458)

## 石巻 第4回 復興の森づくり植樹祭2021

次世代へとつなぐ復興の森を作る活動として、約7,000本の苗木を植樹します。

とき 9月23日(木・祝) 午前9時~正午

ところ 石巻南浜津波復興祈念公園

対象 宮城県および東北地方に居住する方

定員 400人

申込方法 参加者の氏名、住所、年齢、電話番号およびメールアドレスを記入の上、FAXまたは申込フォームにより申し込みください。



参加申込フォーム

申込期限 9月10日(金)

☎・☎ 都市計画課(内線5615・5618)

FAX 23-4345

URL: <https://forms.gle/q3mUu9Q1xvvcMiCC8>



前回(令和元年)の様子

### 油類流出には注意を!

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などの破損など、維持管理を怠ったことが原因となって、海や河川へ油類が漏れ出す事故が発生しています。

日ごろからの維持管理を行い、油流出の事故防止に努めましょう。

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。

☎ 北上川水系、江合川および鳴瀬川水系水質汚濁対策連絡協議会事務局

☎ 北上川下流河川事務所 94-9852

市環境課(内線3369)

### 9月は廃棄物不法投棄防止強化月間です

空き地や一般家庭ごみの集積所へ、廃棄物の不法投棄をされることがあります。不法投棄は犯罪であり、法律で禁止された悪質な行為です。不法投棄禁止違反は、5年以下の懲役もしくは、1000万円(法人の場合

### 「フードドライブ」実施中

家庭から生じた過剰食品を提供いただく「フードドライブ」を実施しています。

とき 9月10日(金)、30日(木)

午前8時30分~午後5時

ところ 環境課カウンター・各総合支所市民福祉課

☎ 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。買い物のついでに活用して、リサイクルをすすみましょう。

店舗ごとに回収対象品目や回収ルールが異なります

は3億円)以下の罰金、または併科に処せられます。

☎ 不法投棄物に関する情報は、近くの警察署・交番、または廃棄物対策課へ連絡ください。

☎ 廃棄物対策課(内線3376)



ので、各店舗で決められた出し方を守りましょう。

☎ 廃棄物対策課(内線3374)

### 9月の第四日曜日は「市内一斉清掃日」です

道路、公園、河川敷などに空き缶、空きビンなどのポイ捨てゴミの散乱が目立っています。美しい環境をつくり、守っていくには、私たち一人一人が自分のできる範囲で周囲の環境を美しく保っていくことが大切です。

環境課窓口ではごみ袋の配布や回収の受け付けを行っています。利用される場合は事前に問い合わせください。

☎ 環境課(内線3365)

### 9月20日(月)迄、26日(日)は「動物愛護週間」です

飼い主には、その動物が命を終えるまで適切に飼育し続ける終生飼養の責任があります。動物の命の尊厳を守ることや、愛護に対する関心が高まる一方で、不適正飼養に起因するトラブルも発生しています。

飼い主は、社会的責任を自覚し、他の動物や周囲の人への迷惑行為や危害を防止するために、習性や生態を正しく理解し、適正な管理としつけを目指しましょう。

☎ 環境課(内線3364)



## 市営・県営住宅入居者募集

案内書記布場所 住宅課、各総合支所、各支所、宮城県住宅供給公社東部支社

申込期限 9月12日(日) ※当日消印有効

申込方法 専用の申込用紙に記入し、郵送で申し込みください。

募集する住宅 既存住宅

地区	住宅名	募集戸数
河北	河北川の上上納(新)(2LDK)	1戸(単身可)
牡鹿	鮎川笹ヶ平特定公共賃貸(3K)	1戸(単身可)
河南	鹿又(3LDK)	2戸(単身不可)

※鮎川笹ヶ平特公賃住宅は、月額所得が申し込み時点で158,000円以上487,000円以下の方のみ申し込みが可能です。

募集する住宅 復興住宅

地区	住宅名	募集戸数
蛇田	新立野第一復興(1LDK)	2戸(単身可★)
	新西前沼第一復興(1LDK)	1戸(単身可★)
	新西前沼第二復興(1LDK)	1戸(単身可★)
	新立野第一復興(2LDK)	1戸(単身不可)
	新立野第二復興(2LDK)	1戸(単身不可)
	あけぼの北復興(2LDK)	1戸(単身不可)
	新西前沼第一復興(3LDK)	1戸(単身不可)
	新西前沼第二復興(3LDK)	1戸(単身不可)
	新立野第一復興(4LDK)	1戸(単身不可)
	新沼田第二復興(4LDK)	2戸(単身不可)
釜・大街道	あけぼの北復興(4LDK)◎	1戸(単身不可)
	青葉西第二復興(1DK)	2戸(単身可★)
	三ツ股第三復興(1DK)	2戸(単身可★)
	大街道北復興(1LDK)	1戸(単身可★)
	大街道西第二復興(1LDK)	1戸(単身可★)
	三ツ股第二復興(1LDK)	1戸(単身可★)
	三ツ股第二復興(2LDK)	1戸(単身不可)
渡波	青葉西復興(3LDK)	1戸(単身不可)
	新渡波東復興(1LDK)	2戸(単身可★)、長屋
	新沼復興(2LDK)◎	1戸(単身不可)
	新渡波東復興(3LDK)◎	2戸(単身不可)、戸建
	浜松町復興(3LDK)◎	1戸(単身不可)
	黄金浜第二復興(4LDK)	1戸(単身不可)

### 重要

- 申し込み時点で入居予定者の中に市税などの滞納がある方または暴力団員がいる場合は申し込みできません。
- 申し込みの際に必要な書類は、事前に問い合わせください。
- 災害などで住宅の提供が必要な場合、募集を中止することがあります。
- ペットの飼育は禁止です(◎の印が付いている住宅では、被災者のみペット可)。
- 県営住宅、その他詳しくは、ホームページを確認するか、問い合わせください。
- 家賃は世帯の所得などにより決定します。★の印が付いている単身可の住宅については、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のみ単身での申し込みが可能です。

☎・☎ 宮城県住宅供給公社東部支社(東中里一丁目11-2) ☎85-0296

☎ 市住宅課(内線5759)

地区	住宅名	募集戸数	
中心	水押一丁目復興(1DK)	2戸(単身可★)	
	門脇西復興(1LDK)◎(1戸)	2戸(単身可★)	
	南中里一丁目復興(1LDK)	1戸(単身可★)	
	南中里一丁目復興(2LDK)	1戸(単身不可)	
	門脇西復興(2LDK)	1戸(単身不可)	
	駅前北通り復興(2LDK)	1戸(単身不可)	
	中央第二復興(2LDK)	1戸(単身不可)	
	南中里三丁目復興(3DK)	1戸(単身不可)	
	湊	不動町復興(1LDK)	1戸(単身可★)
		筒場復興(1LDK)	1戸(単身可★)
吉野町復興(1LDK)		1戸(単身可★)	
大門町復興(1LDK)		1戸(単身可★)	
吉野町復興(2LDK)◎		1戸(単身不可)	
湊町復興(2LDK)		1戸(単身不可)	
大門町復興(4LDK)◎		1戸(単身不可)	
荻浜	小竹浜復興(1LDK)	1戸(単身可)	
	桃浦復興(1LDK)	1戸(単身可)	
河北	二子復興(1LDK)	1戸(単身可)	
	今泉前復興(2LDK)	1戸(単身可)	
雄勝	船越復興(2LDK)	1戸(単身可)	
河南	広淵復興(3DK)	1戸(単身不可)	
牡鹿	清崎復興(1LDK)	1戸(単身可)	

**募集案内**

**GBio石巻須江発電事業公聴会の開催および公述人の公募**

須江地区に計画中の標記事業(火力発電所設置事業)について、宮城県が市民の方からのご意見をお聴きするため、公述人を募集し、公聴会を開催します。

とき 9月25日(土)午前10時~正午

ところ 県石巻合同庁舎(あゆみ野五丁目7番地)

傍聴定員 50人(先着)  
※申込不要  
公述人の公募 公聴会において、環境の保全の見地からの意見を述べたい方は規定様式に記入の上、9月10日(金)当日消印有効)までメールまたは郵送で申し込みください。詳しくは問い合わせください。

公述人の選定 5人程度選定し、9月22日(水)までに通知します。

申・圃 県環境対策課  
☎022-211-2667  
✉ kantate@pref.miyagi.lg.jp



保護課 高橋秀和さん  
神奈川県平塚市から派遣

10年前の震災時は一人目の子どもが生まれたばかりで、被災地に対して何もできなかった思いがありました。やるなら地に足を付けたいという気持ちで強く、派遣を希望し、それを認めてくれた家族に感謝しています。

社会福祉士として長く福祉分野の業務をしており、4月に来た石巻市では生活に困っている方からの相談対応や生活保護申請者の新規調査も行っています。さまざまな人の話を聞くことで自分の刺激になつており、市民と同じ目線に立つことと、新しいこともまずやってみるという

精神で仕事に取り組んでいます。

平塚市にも海と山、大きな河川があり、地形も石巻市とよく似ています。北上川沿いはまだまだ復興工事が行われている箇所があり、震災の被害があったことを感じます。休日は自転車に乗ったり、市内の山を走ったりしていますが、トヤケ森山からの眺めは見事。自分の足で地域を回ると愛着が湧きます。

石巻にはよその人が感じる魅力がたくさんあり、皆が誇りを持ち続けられるまちになつてほしいと思います。家族も一度、連れて来たいと思っています。

**石巻市空き家バンク**

〒980-8570  
仙台市青葉区本町三丁目8-1

市内における空き家の有効活用を通じ、本市への移住および定住促進に取り組み、地域の活性化を図ることを目的に空き家バンクを開設しました。空き家の活用を検討されている所有者や賃貸借・購入希望の方、空き家バンク事業に携わりたい不動産事業者を募集します。

申・圃 方法など、詳しくは問い合わせください。

対象

- ・市内にある空き家売りたい・貸したい所有者
- ・市内定住を目的とした買いたい・借りたい希望者
- ・空き家所有者と利用希望者との売却契約に携わりたい登録事業者(不動産業者)

申・圃 住宅課  
(内線5556)



**産業ゾーンへの立地事業者を募集**

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について、随時公募を実施します。

申・圃 方法 申込書に必要事項を記入の上、必要書類を添えて直接申し込みください。

**市立保育所・子ども園の保育士(会計年度任用職員)募集**

選考方法 書類審査の上、申請書提出順(先着順)で行います。

募集区画・提出様式について詳しくは市ホームページを確認するか、問い合わせください。

申・圃 産業推進課  
(内線3544)

勤務内容 市立保育所・子ども園における保育業務

勤務期間 雇用開始日、令和4年3月31日

勤務場所 市内の市立保育所・子ども園

応募資格 保育士資格を有する方

定員 若干名

報酬手当 時給1,150円、1,191円

※期末手当および通勤に係る費用弁償が支給されます。

申・圃 方法 指定の履歴書を持参または郵送してください。勤務条件など詳しくは市ホームページを確認するか、問い合わせください。

申・圃 住居課  
(内線2529)



**ライドハンターズ in 石巻**

参加者に配布する「ハンティングMAP」に示された「スポット」を、制限時間内に自転車で巡り、獲得した総合得点を競う新感覚サイクリングです。

とき 9月20日(月・祝) 午前9時~午後3時30分

ところ 集合場所 石巻市水産総合振興センター

対象 小学生以上 ※小学生は保護者同伴 定員 1グループ5人まで

料金 中学生以上3,000円、石巻市民(中学生以上)2,000円、小学生1,000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 9月8日(水)

申・圃 一般社団法人石巻圏観光推進機構 ☎98-8285



申し込みはこちら

**マルホンまきあーとテラス**

☎98-5630(月曜休館・祝日の場合その翌日)

**劇団四季 新作ファミリーミュージカル 始まりの樹の神話 -こそあどの森の物語-**

とき 10月8日(金) 開演 午後6時30分(開場 午後5時45分)

ところ 大ホール

料金 大人 S席5,500円、A席3,300円  
小学生以下 S席3,300円、A席2,200円

申込方法



- インターネット予約
  - ・SHIKI ON-LINE TICKET (489444)とインターネットにて検索
  - ・チケットぴあ Pコード(507-458)
  - ・ローソンチケット Lコード(22443)
  - ・TBCホームページ <https://tbc.tstar.jp/>
  - 電話予約 河北チケットセンター ☎022-211-1189
  - 直接購入 マルホンまきあーとテラス(石巻市複合文化施設)
- ☎98-5630 劇団四季 仙台オフィス ☎0570-008-110

**くすぐるぞ!大人の知的好奇心!!シリーズ公演**

Vol.1 茂山千五郎家【お豆腐狂言】 Vol.2山崎パニラの【活弁大絵巻】 Vol.3 宮川彬良の【童謡・唱歌の深読み】

大人の好奇心をくすぐるような公演をシリーズでお届けします。

とき Vol.1 10月30日(土) Vol.2 令和4年1月16日(日) Vol.3 令和4年2月13日(日)

いずれも開演 午後2時(開場 午後1時(予定))

ところ Vol.1 大ホール Vol.2 大ホール Vol.3 小ホール

料金 Vol.1・Vol.2は全席指定、Vol.3は全席自由

単独券 一般3,000円、高校生以下1,500円(当日券は500円増し)

一般の方は、セット割引価格でお得に購入できます。(2公演通し券 5,000円、3公演通し券 7,000円)

※Vol.1とVol.3は未就学児入場不可、Vol.2は4歳未満入場不可

申込方法 公演ごとにプレイガイドが異なるため、詳しくはマルホンまきあーとテラスへ問い合わせください。

☎98-5630

**令和4年石巻市成人式実行委員募集**

成人式の企画運営に参加する実行委員を募集します。

対象 平成13年4月2日~平成14年4月1日生まれの方で、月1~2回程度行う話し合い(夜間)およびリハーサルと当日の本番に出席できる方

定員 各地区10人程度(先着)(地区により異なります)

申込方法 電話で申し込みください。

申込期限 9月30日(木)

とき	ところ	
令和4年1月5日(水) 午後2時開式	桃生地区(桃生公民館文化ホール)	
令和4年1月9日(日)	午前11時開式	河南地区(遊楽館かなんホール) 北上地区(北上小学校体育館)
	①午後1時開式 ②午後3時開式	石巻地区(マルホンまきあーとテラス大ホール)
	午後2時開式	河北地区(河北総合センター文化交流ホール) 雄勝地区(雄勝公民館大ホール) 牡鹿地区(牡鹿保健福祉センター多目的ホール)

※石巻市では、令和5年以降の成人式の対象を引き続き20歳の方とします。詳しくは市ホームページを確認ください。

申・圃 生涯学習課(内線5053) 河北公民館 ☎62-2121  
雄勝公民館 ☎57-3052 河南公民館 ☎86-3663  
桃生公民館 ☎76-2111 北上公民館 ☎67-2712  
牡鹿公民館 ☎45-2611

### みみサポサロンの案内

「最近、どうして？」  
久しぶりの開催になりますので、今回は情報交換などを中心に盛り上がりましょう。

- 電話リレーサービスについてのミニ情報提供
- 交流サロンではサイコロトークでおしゃべりを
- 「聞こえ」に関する個別相談コーナーもあります。

※いずれも手話通訳と要約筆記(文字通訳)が付きます。

とき 10月5日(火)午後1時30分～3時30分

ところ 市役所4階庁議室

対象 市内在住の聴覚障害者とその家族・関係者など

※予約不要

問 県聴覚障害者情報センター(みみサポみやぎ)  
0227-3933-5501  
FAX 0227-3933-

5502

info@mimisappo-mi  
yagi.org

市障害福祉課  
(内線2484)

### 障害者検診の案内

運動機能(筋力、関節の動きなど)を評価して、リハビリテーション専門医による医療相談を実施します。

とき 10月20日(水)

ところ 県石巻合同庁舎(あゆみ野五丁目7番地)

対象 在宅で生活する身体障害者手帳(肢体不自由)をお持ちの18歳以上の方。その他、要件があります。

定員 5人(先着)

※要予約

申込期限 10月13日(水)

申・問 宮城県リハビリテーション支援センター

0227784-3592

市障害福祉課  
(内線2473)

### 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

申込期限 9月6日(月)

● 一般曹候補生(第2回)  
応募資格 18歳以上33歳未満の方

申込期限 9月6日(月)

● 航空学生  
応募資格

● 海 18歳以上23歳未満の方で高卒(見込み含む)または高専3年次修了者(見込み含む)

● 空 18歳以上21歳未満の方で高卒(見込み含む)または高専3年次修了者(見込み含む)

申込期限 9月9日(木)

● 防衛大学校学生(推薦・総合選抜・一般)

● 推薦 18歳以上21歳未満の高卒(見込み含む)または高専3年次修了(見込み含む)の方で成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を修め、学校長が推薦できる方

● 総合選抜・一般 18歳以上21歳未満の方で高卒(見込み含む)または高専3年次修了者(見込み含む)

● 防衛医科大学校学生(医学科・看護科)

● 医学科 18歳以上21歳未満の方で高卒(見込み含む)または高専3年次修了者(見込み含む)

● 看護科 18歳以上21歳未満の方で高卒(見込み含む)または高専3年次修了者(見込み含む)

申込期限 9月17日(金)

● 一般 18歳以上34歳未満の方

● 予備自衛官補(一般・技能) 応募資格

● 技能 18歳以上で国家免許資格等を有する方(資格により年齢上限は53歳未満)55歳未満

● 一般 18歳以上34歳未満の方

申込期限 9月17日(金)

申込期限 10月13日(水)

● 医学科 10月6日(水)

● 看護科 10月6日(水)

● 予備自衛官補(一般・技能) 応募資格

● 技能 18歳以上で国家免許資格等を有する方(資格により年齢上限は53歳未満)55歳未満

● 一般 18歳以上34歳未満の方

申込期限 9月17日(金)

● 一般 18歳以上34歳未満の方

● 予備自衛官補(一般・技能) 応募資格

● 技能 18歳以上で国家免許資格等を有する方(資格により年齢上限は53歳未満)55歳未満

● 一般 18歳以上34歳未満の方

申込期限 9月17日(金)



申・問 自衛隊宮城地方協力本部石巻地域事務所  
03-6789

### 講座・講習

#### 環境市民講座受講生募集

「この先海です。プロジェクトと海洋プラスチック問題」の講座です。

雨水溝はどこに繋がっているの？砂浜クリーン活動を通し、海洋プラスチック問題について考えてみましょう。

とき 9月18日(土)9時30分～正午(予定)

ところ 石巻・川のビジターセンター(北上町十三浜字東田1)

対象 市内在住または市内に通勤、通学している小学生以上の方(小学2年生までは保護者同伴)

定員 20人(先着)

申込方法 はがき、FAXまたはEメールに必要事項(受講希望の旨、住所、氏名・ふりがな、年齢、性別、職業・学校名、電話番号)を記入の上、申し込みください。

申込期限 9月7日(火)

申・問 〒986-8501  
(住所不要)

環境課(内線3367)

FAX 22-6120

isev@city.shinomaki.jp

### 相談

#### 市民相談センターから《未納料金の請求メール》

大手企業をかたり「料金が未納になっているので、本日中にご連絡ください」などの、身に覚えのないメールが届いたという相談が増えてきます。

これは「架空請求メール」であり、あわてて電話をされると、個人情報聞き出されたと、最後には高額な金銭を要求されますので絶対に連絡してはいけません。

実際に電話をかけて、お金を支払ってしまった方もいるようですが、一旦支払ったお金を取り戻すのは非常に困難です。トラブルを未然に防ぐためにも、不審なメールは開かず、すぐに削除しましょう。

申・問 市民相談センター  
23-5040

年金の予約相談を実施しています

年金事務所では、年金の予約相談を実施しています。予約すると、相談する方の都合に合わせてスムーズに相談ができ、相談内容にあったスタッフが事前に準備し、丁寧に対応します。

予約相談の時間帯  
月～金曜日 午前8時30分～午後4時

申込方法 基礎年金番号が分かる年金手帳や年金証書を準備のうえ、相談希望日の1カ月前から前日までに申し込みください。

申・問 石巻年金事務所  
022-5115(予約専用)

ねんきんダイヤル  
0570-051165

申・問 市保険年金課  
(内線2352)

災害復興住宅融資  
無料相談会

とき 9月11日(土)午前10時～午後4時

ところ 市役所3階36番窓口

※9月8日(水)午後5時までに要電話予約

申・問 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)

申・問 市生活再建支援課  
(内線3964)

経営無料相談会

とき 9月14日(火)、10月18日(月)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主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。

申込期限 開催前日まで

申・問 「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

申・問 市産業推進課  
(内線3546)

### 石ノ森萬画館

石ノ森萬画館 096-5055

### マンガ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「キラキラ」 ・作品数 一人3点まで

※CG作品の場合は解像度350dpi以上で印刷

申込方法 ハガキサイズ(100mm×148mm)の用紙に作者の住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を記入の上、郵送してください。

※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20日(土)必着

発表 12月6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、春夏秋冬の応募作品・全作品から年間大賞を選出します。

申・問 〒986-0823 中瀬2-7 石ノ森萬画館 MIG project係

096-5055

### サン・ファン館

サン・ファン館企画広報課  
024-2210(火曜日休館)

### 特別展「牡鹿半島・海と浜のトリビア10」

牡鹿半島の歴史や民俗、特に海に関するトピックを10の「トリビア」に分け、現地で収集された貴重な資料とともに紹介します。

とき 11月29日(月)まで

料金 要入館料(一般350円・高校生以下無料)

### サン・ファン館令和3年秋季シンポジウム「牡鹿半島・海と浜の民俗学」

民俗学および歴史の視点から牡鹿半島の魅力を再び捉えなおすとともに、これらの要素を今後生まれ変わるサン・ファン館へどう活かせるかについて話し合います。

とき 9月19日(日)午後1時30分～3時30分

ところ サン・ファン館セミナールーム

定員 50人 ※事前予約制 料金 無料

申込方法 電話またはEメールで必ず事前に申し込みください。

synpo@santjuan.or.jp

### 「第2回サン・ファン号を未来へつなぐコンクール」作品募集

小中学生を対象に「絵画」「デザイン」の2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。

募集期限 10月11日(月)必着 対象 県内の小・中学生

申込方法 当館配布の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。応募票は当館ホームページからもダウンロードできます。



相談

全国一斉子どもの人権  
110番強化週間

8月27日～9月2日(木)は全国一斉「子どもの人権110番」強化週間です。期間中は時間を延長して相談電話を開設します。

とき 8月27日～9月2日(木)午前8時30分～午後7時

※土・日曜日は午前10時～午後5時

相談内容 学校における「いじめ・体罰」や家庭内における「児童虐待」など、子どもをめぐるさまざまな人権問題について、人権擁護委員が電話相談に応じます。

※相談は無料で、予約は不要です。秘密は固く守ります。

☎0120-007-110 (フリーダイヤル)

☎22-6188  
市総務課(内線4040)



高齢者・障害者のための  
成年後見・相続・遺言  
相談会(電話相談)

司法書士が、成年後見制度や相続、遺言に関する相談に無料で応じます(事前予約不要)。

とき 9月20日(月・祝)午前9時～午後4時  
相談電話窓口

☎022-221-6870

☎022-263-6755

宮城県司法書士会  
市福祉総務課  
(内線2453)

せいがつけんこう  
ごいんまごいん相談会

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 9月22日(水)午前10時～午後3時

☎保護課(内線2505)



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、建築などの専門家が無料で相談に応じます。

とき 9月26日(日)午前9時30分～午後4時

ところ 蛇田公民館

対象 市内にある空き家の所有者または管理者  
※要電話予約

☎住宅課(内線5556)

9月の相談あんない

行政

- 行政書士相談 ※要予約
  - ・13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 ☎82-3599
- 行政相談
  - ・3日(金) 午前10時～午後3時 北上総合支所 1階会議室1
  - ・8日(水) 午後1時30分～3時30分 市役所 2階相談室B
  - ・9日(木) 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
- ☎東北管区行政評価局 ☎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)
  - ・14日(火) かもめ法律事務所 住吉弁護士
  - ・28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(水) 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 ☎23-5451)
- ・一般法律相談  
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
- ※相談内容や経済状況により、無料で相談を受けられる場合があります。
- ・交通事故相談 毎月第1火曜日 午後1時30分～4時30分
- ※第1火曜日が祝日の場合は第2火曜日
- ※前週金曜日までに要予約 ※5回まで無料(ただし刑事事件を除く)
- ☎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(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。
- 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 銚銭場5-9 いせんばプラザ102号)
- 司法書士が無料で相続登記・法律相談に応じます。
- ・毎週金・土曜日(祝日を除く) 午後1時30分～4時30分
- ※新型コロナウイルス感染症の影響により、中止している場合があります。
- ☎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(県庁交通事故相談室)
  - 午前8時30分～午後4時45分(土日・祝日を除く) ☎022-211-2432、2433
- 交通事故に伴う自動車保険請求相談(そんぼ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)
  - 特設人権相談窓口を次のとおり開設します。
  - ・6日(月) 午前10時～午後3時 北上総合支所 1階会議室1
  - ・8日(水) 午前10時～午後3時 河北総合支所 2階和室会議室
  - ・9日(木) 午前10時～午後3時 河南総合支所 第2庁舎1階会議室
- ※仙台湾務局石巻支局では、随時相談を受け付けています。
- ☎仙台湾務局石巻支局 ☎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 11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)
  - ・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～木曜日
  - ・消費生活相談(☎23-5040) (土日・祝日を除く)
- ※時間はいずれも午前9時～午後5時
- 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
- 福祉まると相談
  - ・午前9時～午後5時(土日・祝日を除く)
  - ・日曜開設 第3日曜日 午前9時～午後1時 ※要予約
  - ・各総合支所でも相談を受け付けています。
  - 午前9時～午後5時(土日・祝日を除く) ※要予約
- ☎福祉まると相談窓口 ☎25-6658  
各総合支所市民福祉課
- 住居確保給付金の相談(市役所 2階保護課)
  - 住居確保給付金は、離職などにより経済的に困窮し、住居を失った方やその恐れのある方に対し、資産や収入、求職活動をするなどを要件として一定期間支給される給付金です。家賃の支払いにお困りの方は保護課窓口まで相談ください。
  - 午前8時30分～午後5時(土日・祝日を除く)
- ☎保護課(内線2505)
- 生活保護・生活困窮の相談(市役所 2階保護課)
  - 次のようなことでお困りの方は、保護課窓口まで相談ください。
  - ・生活にお困りの方
  - ・働くことに自信がない、生活習慣が乱れている方
  - ・家計のやりくりができない、すぐにお金を使ってしまう方
  - ・子どもの学習・生活について不安がある方(生活困窮世帯対象)
- 午前8時30分～午後5時(土日・祝日を除く)
- ☎保護課(内線2504)
- 家計管理の相談
  - 家計管理にお困りの方への支援のため、総合支所などで出張相談を実施します。
  - ・8日(水) 午後1時～4時 北上総合支所
  - ・15日(水) 午後1時～4時 牡鹿保健福祉センター「清優館」
  - ・22日(水) 午後1時～4時 雄勝総合支所
- ☎ひありんく石巻 ☎98-9163

障害者

- 障害のある方に関する相談
  - ・石巻市・女川町基幹相談センターくるみ ☎24-8355
  - ・障害児(者)相談支援事業所「Kai」 ☎93-2924
  - ・障害者相談支援センター桜・さくら ☎98-7760
  - ・ひまわりデイサービスセンター障がい者相談支援室 ☎84-2518
  - ・障がい者相談支援事業所「とも」 ☎98-8326

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



# 9月 スポーツ・文化・催し

表記の見方

開 開館時間、利用時間

休 休館日、休業日

※スポーツ行事の中には入場料が必要なものもあります。  
※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。

## 総合体育館

☎95-8998

開 午前9時～午後9時(日曜日・祝日は午後5時まで)  
休 第4木曜日

- 石巻市民弓道大会(高校の部) 4日(土)午前9時
- 全日本バレーボール高等学校選手大会宮城県代表決定戦一次予選会 11日(土)・12日(日)午前9時30分
- 三重とこわか国体第76回国民体育大会出場者壮行会 15日(水)午後7時
- 第18回石巻地区中学校新人総合体育大会(卓球競技) 25日(土)・26日(日)午前8時30分
- いしのみぎ総合スポーツクラブ 令和3年度新規会員募集中です。詳しくは問い合わせください。
- HAPPY BODY SHAPE 参加者募集中です。詳しくは問い合わせください。  
22日(水)・10月6日(水)・13日(水)・20日(水) 対象 成人女性 料金 4,000円
- キッズパラエティクス教室 令和3年度新規会員募集中です。詳しくは問い合わせください。  
対象 小学1年生～3年生 定員 100人 料金 1,750円
- バドミントン・卓球教室 令和3年度新規会員募集中です。詳しくは問い合わせください。
  - ・バドミントン教室 料金 3,000円+保険料(任意加入)
  - ・卓球教室 料金 2,000円+保険料(任意加入)

## セイホクパーク石巻(総合運動公園)トレーニングセンター

☎25-7731

開 午前9時～午後9時(日曜日・祝日は午後5時まで)  
休 19日(日)

- 競技力向上体験型プログラム(全6回コース)  
10月28日(木)・11月11日(木)・25日(木)・12月23日(木)・令和4年1月27日(木)・2月10日(木)  
対象 中学2年生以上(中学生は保護者同伴) 料金 入館料のみ 定員 20人程度(抽選)  
持ち物 運動できる服装、着替え、飲み物、タオル、屋内トレーニングシューズ  
申込方法 申込用紙に必要事項を記載の上、郵送またはFAXで申し込みください。
- 石巻トレーニングセンター  
利用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  
各種教室 ※教室の日程は変更となる場合があります。詳しくは問い合わせください。
  - ・ダイエットエクササイズ 13日(月)午後2時～3時 対象 高校生以上 定員 5人 料金 入館料のみ
  - ・リズムにのってスクエアステップ 10日(金)・15日(水)・24日(金)午前10時～11時  
対象 高校生以上 定員 8人 料金 入館料のみ
  - ・サーキットトレーニング 11日(土)・18日(土)午後6時～7時 対象 高校生以上 定員 6人 料金 入館料のみ
  - ・シニアストレッチ講座 9日(木)・30日(木)午前10時30分～11時30分  
対象 高校生以上 定員 5人 料金 入館料のみ
  - ・インボディー測定会 随時(希望者) 料金 入館料と用紙代100円

## セイホクパーク石巻(総合運動公園)

☎22-9111 FAX22-9112

開 午前7時～午後9時

- 宮城県民大会 5日(日) ところ フットボールフィールド第2、多目的フィールド
- ツール・ド・東北2021 18日(土)・19日(日)
- 市民球場
  - 秋季高校野球 東部地区大会 1日(水)・5日(日)
  - 県スポ少軟式交流大会(中止の場合:秋季高校野球東部地区大会) 4日(土)
  - BIGサンデー県大会 11日(土)・12日(日)
  - 秋季東北地区高校野球 宮城県大会 17日(金)・20日(月・祝)・23日(木・祝)・25日(土)・26日(日)
  - ナイトヨガ 3日(金)・10日(金)午後7時～8時(受付午後6時) 定員 50人 料金 1,000円(中学生以下無料)
  - ティンボール教室 11日(土)午後6時～7時  
対象 小学1年生～3年生 定員 20人 料金 500円(兄弟参加の園児は300円)
- フットボール場・ふれあいグラウンド
  - 石巻地区中学校駅伝大会 3日(金)
  - セイホクカップ 4日(土)・5日(日)
  - 東北O-60サッカー大会兼JFA全日本サッカー大会東北大会 11日(土)・12日(日)
  - 石巻地区中学校新人大会 25日(土)・26日(日)
  - フットボールフィールド第1
    - ミヤギテレビ杯4年生県大会 4日(土)・5日(日)・11日(土)
    - 東北U-15みちのくリーグ 12日(日)
    - 高円宮杯宮城県大会 20日(月・祝)
    - 石巻かほく杯U-15サッカー選手権大会 23日(木・祝)・25日(土)・26日(日)
  - フットボールフィールド第2
    - クラブ社会人リーグ 12日(日)・26日(日)
    - 多目的フィールド
    - 宮城県民交流大会IN石巻 26日(日)

## 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(日曜日・休講日は午後5時まで)  
休 なし

- あいプラザ★秋の大販売会 19日(日)午前10時
  - ・フリー回数券2割引販売
  - ・野菜・総菜・パンなどの食品販売
  - ・トレーニング用品やヨガ用品の特売 など
- ※内容は変更になる場合があります。詳しくは問い合わせください。
- 2021年度後期講座(10月～3月) 新規申込受付開始 12日(日)午前10時
- プール・トレーニングルームのフリー利用  
新型コロナウイルス感染症の影響により、利用内容を変更しています。 ※詳しくは問い合わせください。  
料金 一般500円(現受講生は400円)、学生300円(学生証提示)、  
シニア300円(65歳以上の方。年齢のわかるものを提示)、障がい者300円(障がい者手帳を提示)、  
レイト割引300円(午後7時15分以降の現金利用限定。利用できない曜日あり)  
※割引料金での利用の場合、各種証明書を必ず持参ください。  
※プールは中学生以上、トレーニングルームは高校生以上の利用となります。

## 石巻中央公民館

☎22-2970 FAX21-6050

開 午前9時～午後9時  
休 なし

- 子ども自然体験教室「カヌーに挑戦」  
11日(土)午前8時45分 ところ 北上運河 ※雨天時は中央公民館でパドル操作など  
対象 小学1～6年生(小学3年生以下は保護者同伴) 定員 20人(先着) 料金 300円(傷害保険代など)  
持ち物 着替え・飲み物・帽子・タオル・運動靴など(濡れてもよい服装で参加してください。スカート不可)  
申込方法 各小学校に配布してある申込書に必要事項を記入の上、参加料を添えて申し込みください。
- 子育てサロン「いっしょクラブ」 持ち物 飲み物  
申込方法 当日参加OKですが、なるべく電話で予約をお願いします。
  - ・おりがみ 3日(金)午前10時～11時30分 定員 15組(先着)
  - ・絵本の読み聞かせ、手遊びなど 24日(金)・10月1日(金)午前10時～11時30分 定員 15組(先着)
- 石巻市ジュニア・リーダーサークルげろっぽ【第2回げろっぽ祭り】 ジュニア・リーダーとゲーム(射的、輪投げなど)  
25日(土)午前10時～11時30分 対象 小学1年生～6年生 定員 30人(先着)  
申込方法 事前に電話で申し込みください。

## 蛇田公民館

☎95-0183

開 午前9時～午後9時 休 なし

- 市民教養講座「クラフトバンド教室」 かご(小物入れ)を作ります。  
24日(金)午後1時30分～3時30分 定員 10人(先着) 料金 600円(材料費)  
持ち物 ハサミ、木工ボンド、メジャー、洗濯ばさみ 申込方法 17日(金)まで直接申し込みください。

## 稲井公民館

☎22-4303

開 午前9時～午後9時30分 休 なし

- 稲井くらしの講座「癒しの音楽鑑賞会」 出演 渋谷修治 17日(金)午後1時30分～3時
- 一般教養講座「健康リズム体操体験教室」 10月15日(金)・29日(金)午前10時～正午  
定員 30人(先着) 申込期限 10月1日(金)

## 渡波公民館

☎24-0941

開 午前9時～午後9時30分  
休 なし

- 女性教室「くらしの講座」第5回学習会 片付け上手は暮らし上手 17日(金)午後1時30分
- 高齢者教室「寿大学」第5回学習会 お手当講座～自然治癒力を引き出す～ 24日(金)午後1時30分

## 図書館

☎93-8635

開 午前10時～午後6時(水曜日は午後7時まで、日曜日は午後5時まで)  
休 月曜日、23日(木・祝)

- あかちゃんおはなし会 3日(金)・17日(金)午前10時30分～10時50分 定員 5組(先着)
- 絵本とおはなしの会勉強会 9日(木)午前10時～正午
- たのしいおはなし会 4日(土)・18日(土)午前10時30分～10時50分  
対象 幼児～小学校低学年くらい 定員 5組(先着)
- 読書会 「ザリガニの鳴くところ」ディーリア・オーエンズ 著 14日(火)午前10時～正午
- 紙芝居とお話の会 11日(土)・25日(土)午前10時30分～10時50分 定員 5組(先着)
- 定例おはなし会 18日(土)午前10時30分～11時 ところ 河北分館(ビッグバン内図書室)
- 出張図書館 予約を中心とした本の貸し出しを行っています。
  - ・へびた 14日(火)・28日(火)午前10時～11時 ところ 蛇田公民館
  - ・わたのは 14日(火)・28日(火)午後1時～2時 ところ 渡波公民館
- 子育て支援センター
  - ・子育て支援教室「わくわく」 15日(水)午前10時30分～11時30分 ところ 湊子育て支援センター
  - ・あそびのひろば 22日(水)午前10時30分～11時30分 ところ 河北子育て支援センター
  - ・連続講座 親子ではび☆はび 29日(水)午前10時30分～11時30分 ところ 石巻市子どもセンター「らいつ」
- 除籍図書無償譲渡会 10日(金)～12日(日)午前10時～正午、午後1時～5時  
申込期間 3日(金)～5日(日)午前10時～午後5時 ※一人一回限り。電話での申込不可  
対象 図書館・分館の利用登録をしている方 定員 各日96人(先着)
- 蔵書点検のため休館 1日(水)～3日(金) ところ 河北分館(ビッグバン内図書室)

## 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 月曜日(月曜日が祝日の場合その翌日が休館日)

- 第18回石巻地区中学校新人総合体育大会 剣道競技 25日(土)・26日(日)
- 第8回石巻ジュニアジャズオーケストラ定期演奏会 20日(月・祝)開演 午後1時30分(開場 午後1時) 定員 200人

## 遊楽館

☎72-3561

開 午前9時～午後9時  
休 6日(月)、13日(月)、21日(火)、27日(月) ※27日はイベントのみの臨時開館

- 倉田朋美音楽教室 おんがくの森 第5回発表会 12日(日)開演 午後1時30分 倉田 ☎090-5596-4864
- 月明かりコンサート2021 出演 霧生真之(トランペット)、浅井美紀(パイプオルガン)  
27日(月)開演 午後6時30分(開場 午後6時) 対象 小学生以上 定員 80人(抽選)  
申込方法 往復はがきで10日(金)まで申し込みください。  
詳しくはホームページで確認いただくか、問い合わせください。
- 遊楽館パイプオルガン体験教室 10月24日(日)午前10時～午後3時  
対象 小学3年生以上で鍵盤楽器の経験があり、1曲程度弾ける方 定員 6人(先着)  
申込方法 窓口または電話で、19日(日)～10月10日(日)に申し込みください。

## 河南室内温水プール(遊楽館内)

☎72-3605

開 午前10時～午後9時(日曜日・祝日は午後5時まで)  
休 遊楽館と同じ

- 運動会必勝塾 12日(日)午前10時30分～11時30分 対象 年中・年長児 定員 20人 料金 1,000円
- 秋短期水泳教室 18日(土)～20日(月・祝)午前10時30分～11時30分  
対象 4歳～小学6年生 定員 30人 料金 会員3,000円、非会員3,500円
- アクアビクス 10日(金)・24日(金)午後1時30分～2時30分 対象 成人  
定員 10人 料金 1,000円(初回無料)
- アクアウォーク肩こり腰痛予防緩和 12日(日)・26日(日)午前11時～正午  
対象 成人 定員 10人 料金 500円(初回無料)
- ブルー一般利用 料金 一般600円、シルバー500円、小・中学生・高校生 300円、幼児200円、3歳未満無料
  - ・土曜日 午前11時30分～午後9時
  - ・日曜・祝日 午前10時～正午、午後0時30分～2時30分、午後3時～5時
- 子どもスクール 月会費 週1回4,200円、週2回5,300円 ※詳しくは問い合わせください
- 成人スクール 月会費 3,700円～6,500円  
※9月・10月入会登録料は無料になります。詳しくは問い合わせください

## 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(テニスコートは利用申込があれば、午後9時まで)  
休 月曜日、21日(火) ※20日(月・祝)は開館

野球場・テニスコート:利用申込については利用日の3日前の午後5時まで

## 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(日曜日、休館日の前日は、午前10時～午後5時)  
休 月曜日、21日(火) ※20日(月・祝)は開館

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 2日(木)・30日(木)午後6時30分、7日(火)午前10時、14日(火)午後2時
- ビッグバン ☎62-1120 10日(金)・24日(金)午後3時、7時 ※要電話予約 午前9時～午後5時
- 遊楽館 ☎72-3561 9月よりトレーニング室を再開します。 5日(日)・16日(木) 正午、午後5時  
※要電話予約 午前9時～午後5時
- 牡鹿交流センター ☎45-3618 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時まで随時受付、要電話予約

# 9月の健康コーナー

こころの  
体温計



【健康推進課】 ☎ 95-1111

【各総合支所市民福祉課】

河北 ☎ 62-2117 雄勝 ☎ 57-2113 河南 ☎ 72-2094

桃生 ☎ 76-2111 北上 ☎ 67-2113 牡鹿 ☎ 45-2113

※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

相談名	内容	とき	ところ	申・問
健康相談	生活習慣病予防など 健康に関すること何でも	月～金(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時	健康推進課	健康推進課 (内線2425)
育児相談	子どもの健康に関すること何でも			健康推進課 (内線2423)
こころの 電話相談	不安・不眠・ストレスなど こころの悩みに関すること何でも			健康推進課 (内線2421) ☎94-9132
栄養相談	食事と栄養に関すること何でも ※要予約	6日(月) 午前10時～正午	保健相談 センター	健康推進課 (内線2428)
歯科相談	むし歯のチェック、歯周病予防など 歯に関すること何でも ※要予約	13日(月) 午後1時～3時		健康推進課 (内線2417)

## ○心理カウンセラー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・問
9日(木) 午前10時45分～午後3時15分	市役所2階相談室	桑島 由美	健康推進課(内線2421) ☎94-9132
30日(木) 午前10時45分～午後3時15分			

## ○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・問
アルコール関連相談	アルコール関連問題(ギャンブル依存も)で 困っている本人や家族の専門相談	17日(金) 午前10時～午後3時	☎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	9日(木) 午後1時～5時	

## ○定定型からだこころのケアサロン「からころん」

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。

とき	ところ	スタッフ	問
27日(月) 午後1時30分～3時	河南母子 健康センター	からころんステーション心のケア相談員 (看護師・心理士・精神保健福祉士など)	河南総合支所市民福祉課 ☎72-2094

## ○各種教室・講演会

教室名	内容	とき	受付時間	ところ	申・問
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。	8日(水)	午後1時 ～3時	保健相談 センター	健康推進課 (内線2617)
もぐもぐ育児相談 (河南会場)	定員 6組程度 ※要予約			河南母子 健康センター	

## 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。個別の電話相談に  
応じています。一人で悩まずに連絡ください。改めてこちらから連絡させていただく  
こともあります。

対象 がんの種類問わず

☎ 日山カフェ代表 佐藤 ☎080-5742-4225 (月～金 午前10時～午後3時)

## 食育推進コーナー

### 「いしのまき じもとメシ2021」開催

とき 10月1日(金)～12月26日(日)

新型コロナウイルス感染症拡大に伴う観光産業の支  
援事業として、石巻の豊富な食を活用した地域の再活  
性を図るおもてなしイベント「いしのまき じもとメシ  
2021」を開催します。チラシに掲載された地産地消推進店で1,000円以上のご飲食・お買  
い物をし、アンケート付き応募ハガキを記入の上投函すると、抽選で石巻の特産品セットが  
当たります。ぜひ参加ください。 ※応募締切 12月31日(金)

☎ 観光課 ☎内線3538



## 愛の献血

☎ 健康推進課(内線2418)

とき	ところ	受付時間
11日(土)	イオンモール石巻	午前10時～11時45分 午後1時～4時30分
12日(日)	(株)カワチ薬品石巻西店	
25日(土)	イオンモール石巻	

## ○乳幼児の健診・相談

対象地区	健診・教室名	とき	受付時間	ところ
石巻	3～4カ月児健診	10日(金)・30日(木)	個別に 通知します	保健相談センター
	1歳6カ月児健診	2日(木)・7日(火)・17日(金)		
	2歳児歯科健診	15日(水)・28日(火)		
	3歳児健診	3日(金)・9日(木)・14日(火)		
河北 雄勝 北上	3～4カ月児健診	22日(水)	個別に 通知します	河北総合センター 「ビッグバン」
	1歳6カ月児健診	1日(水)		
	2歳児歯科健診	15日(水)		
河南 桃生	3～4カ月児健診	3日(金)・24日(金)	個別に 通知します	河南母子健康センター
	1歳6カ月児健診	9日(木)		
牡鹿	3～4カ月児健診	30日(木)	個別に 通知します	保健相談センター
	1歳6カ月児健診	17日(金)		
	2歳児歯科健診	28日(火)		
	3歳児健診	14日(火)		

※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。

## ○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	問
21日(火) 午前10時～11時	鹿妻地区集会所 (鹿妻南二丁目6-25)	健康推進課 ☎94-9132
30日(木) 午前10時～11時	寿楽荘 (日和が丘一丁目1-1)	

感染症対策を講じての開催になります  
ので、参加する場合は協力ください。

- ・飲み物を持参し、マスクを着用して参  
加してください。
- ・かぜ症状や発熱のある方は参加を控  
えてください。

- ・感染症の流行状況  
により中止になる場  
合は、市ホームペー  
ジなどでお知らせし  
ます。



## ○蛇田お茶っこサロン

とき	ところ	問
8日(水) 午前10時～11時	新蛇田第1集会所 (のぞみ野四丁目23番地)	健康推進課 ☎94-9132

### ○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 18日(土) 午後1時30分～3時30分 ところ 石巻レインボーハウス(中里二丁目2-3)

☎ 仙台グリーンケア研究会 ☎070-5548-2186

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、参加を希望の方は事前に問い合わせください。

### ○つむぎの会:さまざま形で子どもを亡くした親の集いです。

とき 26日(日) 午後1時 ところ 保健相談センター ☎090-8614-5466

### ○まきっこの会:ひきこもりの家族会です。

とき 19日(日) 午後1時～4時 ところ 保健相談センター

料金 一家族1,000円(当事者は無料) ☎080-6022-4478(高橋)

### ○からころん相談ダイヤル 心の無料電話相談(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 ☎0120-322-016 ※留守番電話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)

☎ 健康推進課 ☎94-9132

## 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)診がもうすぐ終了です

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1日(金)で終了します。仕事帰りや土曜日に受診できます。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、肝炎ウイルス検診、  
大腸がん検診(10月6日(水)・9日(土)・13日(水)・16日(土)のみ)

ところ	夜間健診	土曜健診
☎ 石巻市医師会 ☎96-1829	受付 午後5時～7時	受付 午前9時～正午
デイサービスセンターわたのは (さくら町五丁目13-1 ・旧わたのはクリニック敷地内)	9月29日(水)	10月2日(土)
保健相談センター(鑄銭場1-27)	10月6日(水)	10月9日(土)
向陽地区コミュニティセンター (向陽町四丁目9-11)	10月13日(水)	10月16日(土)

・石巻市国保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、事前に問  
い合わせください。

・健(検)診受診の際は、自宅での体温測定に協力ください。

### ●本庁地区会場胃がん検診が10月15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問い合わせください。

☎ 保険年金課(内線2333)、健康推進課(内線2413～2415、2427)

# ※検診を受診の際は【自宅での検温】【マスク着用】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 9月30日(木) ところ 保健相談センター  
 対象 30歳代、40歳以上(偶数年齢)の女性  
 ※対象年齢は令和4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 ※要予約  
 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…検診票を発行しますので連絡ください。  
 ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、マスクの着用と名簿等の作成に協力ください。  
 ㊟・㊞ 健康推進課(内線2427)

## 9月10日(金)～16日(木)は自殺予防週間です

ひとりで悩まずに、だれかに相談してみませんか。  
 自死は、健康の問題、経済・生活の問題、仕事の問題などの原因が、複雑に絡み合っ  
 て起こると言われています。最近、こころや身体の疲れを感じていませんか。そんな  
 時はゆっくり休むことが大切です。イライラ、不眠、対人関係の不安など、心配なこと  
 があれば誰かにお話ししてみませんか。  
 また、「2週間以上眠れない」「食欲がなく体重が減った」「原因不明の身体症状が長  
 引く」などの症状は、うつ病が疑われますので、早めの受診や相談が必要です。まずは  
 誰かに相談してみましょう。  
 ㊟ 健康推進課 ☎94-9132

## 9月21日(火)は世界アルツハイマーデーです

9月の世界アルツハイマー月間に合わせて、認知症への偏見や誤解がないやさし  
 いまちを目指すため、パンフレットの配布やポスター掲示など普及啓発の取組を行  
 います。

### ●オレンジライトアップ ～認知症への理解を～

8月11日～9月26日(日)まで、Reborn-Art Festival 2021-22の作品「光の贈り  
 物」として、美術家高橋匡太さんが石ノ森萬画館をライトアップします。世界アルツハイ  
 マーデーの9月21日(火)は、「認知症にやさしいまち石巻」を目指すシンボルとして、認  
 知症支援のイメージカラーであるオレンジ色に石ノ森萬画館をライトアップします。

### ●認知症サポーター養成開放講座

認知症の理解と対応、認知症サポーターの役割についての講義  
 ※受講者には認知症サポーターカードを配布します。

とき 9月21日(火) 午後2時 ところ かわまち交流センター  
 対象 市内居住の方 定員 20人程度〔先着〕 ※要予約  
 申込方法 電話または窓口で申し込みください  
 ㊟・㊞ 介護保険課(内線2437)

### ●認知症に関する相談窓口

認知症は、誰もがなる可能性のある、とても身近な病気です。早期に適切な治療を受  
 けること、また家族や身近な人の理解や協力があれば、認知症になっても住み慣れた地  
 域で安心して暮らし続けることができます。まずは、ひとりで悩まず、ご相談ください。  
 ㊟ 介護保険課(内線2437)、各地域包括支援センター

## 9月24日(金)～30日(木)は結核予防週間です

結核は、結核菌によって発生するわが国の主要な感染症の一つです。  
 過去の病気ではなく、全国で年間約1.5万人の新規患者が発生し、2千人以上が亡  
 くなっています(令和元年)。人から人へ移る怖い感染症です。

「微熱が2週間以上続く、せきが2週間以上続く、体がだるい、急に体重が減った」な  
 どの症状が続いたら、結核かもしれません。自分のため、そして心配してくれる周りの  
 人のためにも、早期に医療機関を受診しましょう。

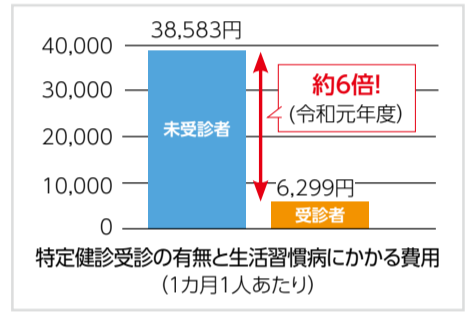
㊟ 健康推進課(内線2413)

## 特定健診を受けましたか？

健診を受けるとこんなにお得です！

- 体の状態を確認できる
- 生活習慣病などの  
早期発見に繋がる
- 早期に治療することで、  
医療費も安く済む

特定健診は10月1日(金)までです。  
 土曜・夜間健診もご利用ください。



まだ間に合います！皆で声をかけ合って健診に行きましょう！

㊟ 保険年金課(内線2333～2335)

## 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・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・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)

ところ 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

### ○診察時間(休診日 土日・祝日・年末年始)

	受付時間	診察開始
内科・外科・ 整形外科	初診 午前8時～11時	午前9時
	再診 午前8時～11時30分	
眼科・皮膚科	午前8時～11時	午前9時
耳鼻咽喉科	午前(火・木) 午前8時～11時 午後(月・火・木・金) 午後0時30分～3時	

### ○診療日

	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	○	○	—	○	○

※整形外科と皮膚科は、紹介状と事前の予約が必要です。  
 ※診療日の変更になる場合があります。ホームページで確認するか、問い合わせください。  
 ○7月から皮膚科の診療体制が変わりました  
 ・新規患者は予約制による診療となります。  
 ・他の医療機関を受診中の方が皮膚科を受診する際は、紹介状が必要となります。  
 ・再診の方についても予約制となります。  
 ※不明な点などありましたら、問い合わせください。  
 ㊟ 市立病院 ☎25-5555

## 9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。

とき	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
5日(日)	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(蛇田字西道下)	☎94-5111
	産婦人科	齋藤産婦人科医院(中央三丁目)	☎22-0707
12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	夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
	産婦人科	しらゆりクリニック(蛇田字新立野)	☎22-3717
19日(日)	内科	佐藤神経内科医院(大手町)	☎22-5522
	小児科	夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111

※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。

とき	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
20日(月・祝)	内科	かわらだ内科胃大腸クリニック(鑄銭場)	☎21-5335
	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
23日(木・祝)	内科	こばやし医院(蛇田字南経塚)	☎22-0789
	小児科	中山こどもクリニック(中里三丁目)	☎95-4121
	産婦人科	齋藤産婦人科医院(中央三丁目)	☎22-0707
26日(日)	内科	まだらめ内科医院(わかば二丁目)	☎24-9133
	小児科	夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111

とき	石巻市 河北地区	電話番号	東松島市 矢本地区	電話番号	歯科	電話番号
5日(日)	石巻ロイヤル病院(内科のみ)(広瀬)	☎73-5888	石垣クリニック内科・循環器科(矢本)	☎83-7070	松尾歯科医院(清水町二丁目)	☎25-4830
12日(日)	紫桃内科医院(鹿又)	☎75-2325	伊藤胃腸科内科(赤井)	☎82-6666	阿部歯科医院(末広町)	☎96-6546
19日(日)	簡野医院(鹿又)	☎74-2244	かしわや内科クリニック(小松)	☎83-2003	いしのまきグリーン歯科(南中里三丁目)	☎23-2266
20日(月・祝)	栗原医院(桃生町寺崎)	☎76-4170	野蒜ヶ丘痛みのクリニック(野蒜ヶ丘)	☎98-6662	植木歯科クリニック(中里六丁目)	☎22-0066
23日(木・祝)	須江きむら医院(須江)	☎24-6311	森さい生医院(野蒜ヶ丘)	☎98-8891	内海歯科(水明北一丁目)	☎93-3156
26日(日)	櫻井内科クリニック(広瀬)	☎73-3811	ししど内科クリニック(赤井)	☎83-8830	及川歯科クリニック(中央一丁目)	☎95-1243

石巻歯科医師会  
 休日診療所  
 (中里三丁目)  
 ☎94-8223  
 (同日程で診療)



# 教訓語り継ぐ 校舎と伝承館

遺構敷地内に建てられた伝承館

「震災遺構 大川小」開場 パネルや写真などで解説

東日本大震災犠牲者の追悼と教訓を伝える遺構として周辺整備を進めてきた旧大川小学校が7月18日、開場を迎えました。式には約60人が出席し、黙とうをさげた後、校舎前の献花台に花を添えました。大川震災伝承館も開館し、事実と教訓を伝える場として多くの見学者が被災校舎や展示内容を目に焼き付けていました。

被災校舎は外側からの見学となります。伝承館は、木造平屋建てで、管理室や展示室、多目的スペースで構成されています。大川小学校の事故、地域の被害状況をまとめたパネル展示が中心で、津波襲来時刻で止まった時計や被災した一輪車、地域を把握できる模型、震災前後の写真などが展示されています。

遺構見学は無料で時間は午前9時～午後5時まで。伝承館は毎週水曜日と年末年始が休館。ただし震災月命日の11日は開館します。

☎ 震災伝承推進室 (内線4254)



▲震災遺構となった大川小校舎



▲手を合わせて冥福を祈りました



▲パネルの展示で災害の詳細を伝えています



▲当時の時計なども展示

## エスディーゼーズ SDGsで未来を変えよう!



Sustainable(サステナブル:持続可能な)  
Development(ディベロップメント:開発)  
Goals(ゴールズ:目標)

SDGs(持続可能な開発目標)は、地球上に住む全ての人が暮らしやすい社会を将来に引き継いでいくための世界共通の17の目標です。

今回は、持続可能なまちづくりを目指し「石巻市SDGs未来都市計画」に位置付けた事業の中から「水産業担い手育成総合支援事業」について紹介します。 ☎ SDGs地域戦略推進室(内線4223)



### 水産業担い手センター

漁業就業希望者の短・中期の住まい、研修の場として、水産業担い手センターを5地区(荻浜・泉町・北上・渡波・雄勝)に整備しており、それぞれ漁業への就労を希望する方に活用されています。

漁師学校の開催、各種研修の実施、求人活動、就職マッチング、新規就業者のフォローなども行っています。

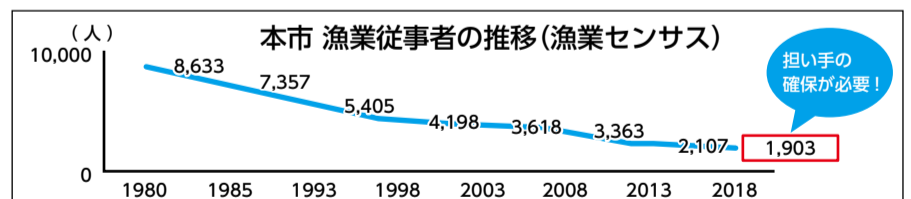


## 水産業担い手育成 総合支援事業

持続可能な水産業のために



全国的に漁業従事者は減少の一途をたどっており、本市の漁業従事者数も、震災前の調査から4割以上も減少し、高齢化も進んでいます。また、水産加工業においても従事者不足が深刻化しており、担い手の確保が喫緊の課題となっています。

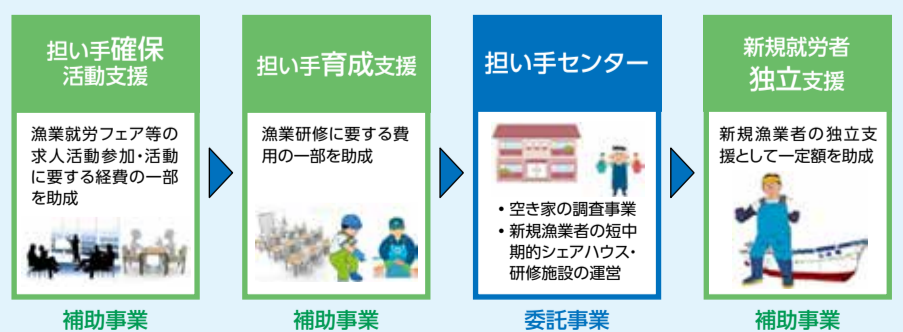


担い手の確保が必要!

### 【水産業の未来のために】

水産業の担い手を確保し、本市の基幹産業である水産業を将来にわたって維持していくため、水産業の担い手育成に取り組んでいます。

担い手育成支援のイメージ



### 担い手確保育成総合支援事業費補助金

担い手確保のための取組として、次の補助事業を実施しています。

区分	内容
①担い手確保活動支援	求人活動を支援
②担い手育成支援	研修・資格取得を支援(フォークリフト免許取得支援など)
③新規就業者独立支援	独立時の費用を支援(漁具の購入支援など)

漁業に興味・関心のある方、未来の漁師を目指す方は、  
ご連絡ください!

☎ 市水産課(内線3514)  
(一社)フィッシャーマンジャパン ☎98-7071  
✉ triton@fishermanjapan.com



# みんなのた場

サークル仲間 ⑬

## 笑顔届けるフラダンス 家族のように集う場

ナープアモーハラ

フラダンスサークル「ナープアモーハラ」は、石巻市須江農村定住センターで毎月第1・3木曜日に活動しています。サークル名はハワイの言葉で「花開く」という意味。陽気な音楽とともにフラの魅力を楽しみながら学んでいます。

フラダンスサークル「ナープアモーハラ」は、石巻市須江農村定住センターで毎月第1・3木曜日に活動しています。サークル名はハワイの言葉で「花開く」という意味。陽気な音楽とともにフラの魅力を楽しみながら学んでいます。

「ナープアモーハラ」に所属するのは、現在4〜11歳の7人。「アイアラオペレ」や「リロの歌」などダンスのレパートリーは10曲以上。それぞれ曲で足運びや手先の所作など、細かく確認していきながら完成度を高めていきます。

鎌田薫穂さん(11)はフ



ナープアモーハラの皆さん



南国のリズムに合わせて、足運びや手の動きなどを確認していきます

ラを始め5年以上。幼稚園時代にフラダンスをしたことが忘れられず、サークルに参加したそうです。「踊ることでみんなに笑顔を届けていきたい」と日々の練習に励んでいます。

佐藤風紗さん(11)も5年以上の経験を持ち、友人のフラダンスを見て興味を持ったといいます。「ステージで踊って、見てもらうことが楽しいです。多くの人にフラの魅力を伝えられたら」と話していました。

只野代表は「コロナ禍で披露できる場が限られてしまっていますが、活動を続けながらフラで笑顔と元気を多くの人に届けたい」と熱心で丁寧な指導を行っています。

サークルでは随時見学を受け入れています。年齢は問わず、一緒にフラを楽しんでくれる仲間を募集中です。問合せは只野代表(☎0901298914704)まで。

## ささえあいセンター通信 ⑤

### ～在宅医療・介護連携推進事業の取組について～

医療と介護の両方を必要とする状態の高齢者が、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、在宅医療と介護を一体的に提供し、切れ目のない在宅医療と介護の提供体制を構築することを目的として、大きく6つの事業を行っています。

- ①地域の医療・介護の資源の把握
- ②在宅医療・介護連携の問題の抽出
- ③在宅医療・介護連携に関する相談支援
- ④地域住民への普及・啓発
- ⑤医療・介護関係者の情報共有の支援
- ⑥医療・介護関係者の研修



研修会の様子

市は、団塊の世代が75歳以上となる、いわゆる2025年問題を見据え、平成26年3月から取組を開始していますが、取組を進めていくには医療・介護関係者の連携はもとより、地域住民の方々の理解と行動化が何よりも必要不可欠です。このことから、今年度は、皆さんが在宅医療や介護に関心を持つことを最重要目的に取組を進めていきます。

#### ●市民向け講座

- ・訪問診療の利用・内容について 10月13日(水) 午前11時～正午
- ・訪問看護の利用・内容について 11月30日(火) 午前11時～正午
- ・在宅介護の利用・内容について 12月14日(火) 午前11時～正午

ところ マルホンまきあーとテラス小ホール 定員 70人程度

#### ●住民との多職種研修会

死にゆく人の心に寄り添う～スピリチュアルケアとは～

とき 12月1日(水) 午後1時30分～3時  
ところ マルホンまきあーとテラス 大ホール  
定員 400人程度  
講師 非営利一般社団法人大慈学苑 玉置 妙憂氏

※詳しくはQRコードまたは電話で問い合わせください。

☎ 25-6659



市民講座



住民との多職種研修会

石森城跡調査区全景(東から撮影)



文化財 たんぽう 118

## 「石森城跡の発掘調査」

石巻市教育委員会生涯学習課

令和2年8月から11月にかけて、牡鹿半島の大原浜で、県道石巻鮎川線給分浜復興道路の建設に伴い、石森城跡の発掘調査を行いました。石森城跡は、牡鹿半島では最も大きい城館跡(中世の砦の跡)と言われており、また、その範囲内には、伊達政宗の御仮屋跡(宿泊所)があります。ちょうど今の大原小学校の敷地内に当たります。城館跡の中心部(本丸

部分)は、地形からみて小学校のすぐ北側にあると思われませんが、今回は、そこからさらに北側の部分を東西に調査しました。その結果、溝跡や土塁、石が積み重なった石垣や石垣などを発見しました。これらの遺構は、わずかに出土した陶器などの時期から、中世の終わりから近世(江戸時代)にかけてのものと考えられ、城館跡にかかわる決定的な証拠はなかなか見

つけられず、主に伊達藩の御仮屋にかかわる遺構と判断されます。一方、今から5千年前の縄文時代前期に捨てられた土器や石器が溜まっている場所(遺物包含層)も発見され、周辺の遺跡から考えても、この地域は長い間人々の生活の場となっていたようです。今回の調査により、牡鹿半島の歴史を考えるうえで貴重な資料を得ることができました。この成果をまとめた発掘調査報告書刊行に向けて、引き続き整理作業を進めてまいります。

# 桃生 植立山の象徴再生、保存へ

植立山公園でアカマツ植樹



桃生植立山公園の象徴である松林を保存、再生しようと、地域自治システム「ものう夢ネットワーク」(伊藤桂子会長)の役員ら約30人が7月4日、アカマツの苗木600本を植樹しました。江戸時代からの歴史ある松林ですが、近年は松くい虫被害で数が減っています。「松の木を植えよう」と題したこの植林活動は平成28年から行われ、6年間で植えた松は4,485本になりました。

# 石巻 歓迎！チュニジア選手団

石巻で五輪の事前合宿

チュニジア共和国の重量挙げ選手とコーチら9人が7月12～22日、石巻市内で東京五輪の事前合宿を行いました。新型コロナウイルスの予防で関係者のみの出迎えと見送りにりましたが、復興ありがとうホストタウンとして万全な練習環境を提供しました。7月19日には齋藤正美市長が練習場所の石巻トレーニングセンターを訪れ、記念品とともに激励の言葉を贈りました。



# 河北 大川地区に集いの場が復活

テープカットで完成祝う

石巻市大川コミュニティセンターの開所式が7月30日に行われました。地域の住民組織である大川地区振興会の方々などが出席し施設の完成を祝いました。大川地区では、東日本大震災により地域のコミュニティ活動やスポーツ・健康づくりのために利用されていた全ての公共施設が被災し失われていたことから、体育館や調理室の機能を備えた、地域の集いの場として活用されることが期待されています。



# 雄勝 「おがつ市」開催

新鮮ウニを予約販売

「おがつ市」が7月11日に道の駅・硯上の里おがつで開かれました。コロナ禍で特産のホタテやウニの直売会が中止となる中、今回の目玉は新鮮な活ウニの予約販売です。引渡し前から長い列ができ、開始時刻になると次々と保冷箱に入ったウニが手渡され、海産物が入った福袋も販売されました。また会場では射的、輪投げなど縁日コーナーや屋台も並び、夏祭りのような雰囲気を作り出していました。



# 河南 44チームの頂点目指し熱戦

旭山旗争奪少年野球大会

第29回旭山旗争奪少年野球河南大会(同大会実行委員会主催)が7月4・11日、河南中央公園野球場など6会場で行われました。今回は地元の須江小クラブスポーツ少年団45周年記念大会として開催され、県内の44チームがトーナメントの頂上を目指して熱戦を繰り広げました。昨年は新型コロナウイルス感染症拡大の影響で中止になり、2年ぶりの開催になりました。



# 北上 水路の生き物採取に夢中

北上小児童が校外学習

北上小学校の2年生16人が6月25日、学区内の水田を訪れ、身近にどんな生き物がいるのかを調べる校外学習を行いました。水路からドジョウやザリガニ、カエルといった多種多様な生き物が見つかり、柄付きの網を握りしめた子どもたちが採取に夢中になっていました。授業は地元の保全会や県、土地改良区が協力し、講師から種類の見分け方や飼い方も教わりました。



# 牡鹿 牡鹿中学校の生徒が「侍ソーラン」を披露

網地島で清掃活動

地域の復興や活性化に取り組もうとする心情を育てることを目的に、牡鹿中学校の生徒が7月6日に網地島の白浜海水浴場で清掃活動を行いました。清掃活動後には、長渡港・白浜海水浴場で、牡鹿中学校の伝統芸能である「侍ソーラン」を披露し、網地島の地域の方々に笑顔と元気を届ける活動を行いました。



## 令和4年度採用 石巻市(夜間急患センター看護師)・石巻地方広域水道企業団職員募集

区分	職種	採用予定人員	受験資格	申込用紙・試験要項の配布
石巻市	看護師	1人程度	昭和57年4月2日以降に生まれた方で、看護師の資格を有する方または令和4年3月31日までに看護師資格を取得する見込みの方	<b>●配布場所</b> ○石巻市 夜間急患センター ○広域水道 水道企業団総務課・北部地区管理事務所、石巻市総務部人事課・各総合支所・各支所、東松島市総務部総務課・鳴瀬総合支所。また、企業団ホームページからもダウンロードできます。 ※郵送を希望する場合は、封筒の表に「看護師試験申込書請求」または「初級(障害者)試験申込書請求」と朱書きし、宛先を明記した角2(A4用紙が入る大きさの封筒に140円切手貼付)の返信用封筒を必ず同封し、下記宛請求してください。 <b>●請求・問い合わせ先</b> ○石巻市 〒986-0861 蛇田字西道下71番地 夜間急患センター ☎94-5111 ○広域水道 〒986-0861 蛇田字新上沼116番地 石巻地方広域水道企業団 総務課 ☎95-6713 (http://www.ishikousui.or.jp)
広域水道	障害者対象 初級 (高校卒程度) 行政(事務)	1人程度	昭和61年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた方で、活字印刷文による出題に対応でき、次のいずれかの手帳などの交付を受けている方 ・身体障害者手帳 ・療育手帳または児童相談所等による知的障害者であることの判定書 ・精神障害者保健福祉手帳 ※上記の手帳などは、いずれも受験申込日および受験日において有効であること。	

○石巻市 ●試験日 10月23日(土) ●要項配布・申込受付 8月23日(月)～9月24日(金)(当日消印有効) ※詳しくは市ホームページをご覧ください。  
 ○広域水道 ●試験日 10月17日(日) ●要項配布・申込受付 8月10日(火)～9月10日(金)(当日消印有効) ※詳しくは石巻地方広域水道企業団ホームページをご覧ください。

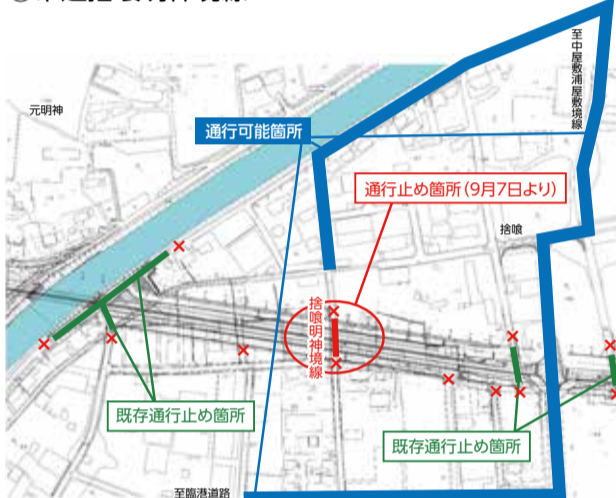
### (都)門脇流留線の高盛土道路工事に伴う通行止め(終日)のお知らせ

(都)門脇流留線の高盛土道路工事に伴い、市道捨喰明神境線および市道築山三丁目1号線を9月7日(火)より通行止め(終日)を行います。

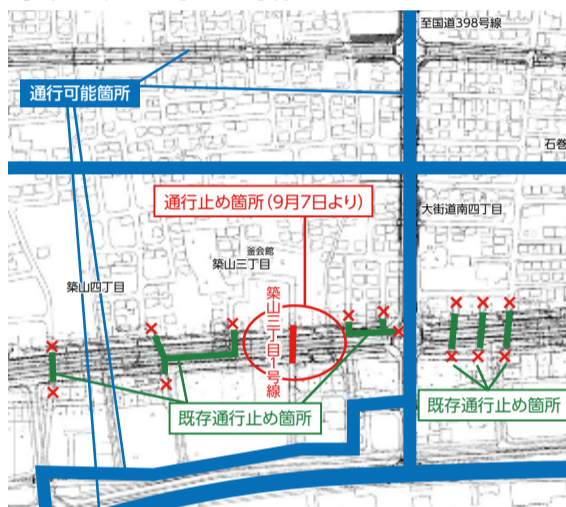
現場の案内に従い迂回路を通行ください。  
 と き 9月7日(火)～令和4年3月31日(予定)  
 ところ ①捨喰・明神地内 市道捨喰明神境線  
 ②築山三丁目地内 市道築山三丁目1号線

☎ 県東部土木事務所 ☎94-8763  
 市道路第1課(内線5658)

①市道捨喰明神境線



②市道築山三丁目1号線



### 今月の休日 窓口開庁の お知らせ

開庁日時 9月5日(日)・19日(日) 午前9時～午後1時  
 開庁場所 市役所2階市民課  
 取扱事務 住民票、戸籍証明書、印鑑証明書の発行、印鑑登録、住所異動届など  
 ※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、原動機付自転車などの廃止・登録はできません。戸籍届書については、夜間・休日窓口を利用ください。

### 今月の税金 コンビニ収納・ 口座振替が便利です

納期限 9月30日(木)  
 ○国民健康保険税 第6期  
 ○後期高齢者医療保険料 第3期  
 □座振替不能者の再振替日 9月15日(水)  
 (8月31日納期限分)  
 ○市民税 第2期 ○国民健康保険税 第5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

市のホームページを  
スマホでも見られます  
QRコードを読み取って  
簡単に接続!



※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4024)



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277号 令和3年9月1日発行

発行 石巻市総務部秘書広報課(内線4024) FAX0225-23-4340

編集/制作 (株)石巻日日新聞社

電話番号案内  
 市役所 ☎95-1111  
 雄勝総合支所 ☎57-2111  
 桃生総合支所 ☎76-2111  
 牡鹿総合支所 ☎45-2111  
 稲井支所 ☎95-2171  
 蛇田支所 ☎95-1442

河北総合支所 ☎62-2111  
 河南総合支所 ☎72-2111  
 北上総合支所 ☎67-2111  
 渡波支所 ☎24-0151  
 荻浜支所 ☎90-2111

#### 住民基本台帳による石巻市の人口と世帯数

令和3年7月末現在	人口 139,444人 世帯数 62,047世帯
令和2年7月末現在	人口 141,510人 世帯数 61,860世帯

古紙パルプ配合の再生紙と環境に優しい植物油インキを使用しています。再生紙としてリサイクルできます。「ざつがみ類」として分別してください。