



いしのまき



「最も長い魚市場」 石巻市水産物地方卸売市場石巻売場

建物875.47m

ギネス世界記録®
町おこしニッポン



東日本大震災の被害から再建された石巻売場が、「最も長い魚市場」として令和3年9月21日にギネス世界記録に認定されました。建物の長さは875.47mで、以前から「東洋一」や「世界最大規模」などと言われてきましたが、明確な裏付けがありませんでした。9月29日には現地で認定証の交付式があり、受け取った市場開設者の齋藤正美市長は、「水産のまち石巻の発展につながり、漁船誘致のシンボルとしても広く発信できる」と喜びを語りました。



水産のまちのシンボル



第40回 全国豊かな海づくり大会

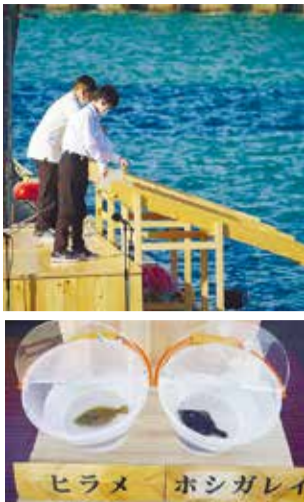
「食材王国みやぎ大会」

持続可能な水産資源を次世代へ

水産業の振興や資源保全などを目的としている「第40回全国豊かな海づくり大会」食材王国みやぎ大会が10月3日、石巻市で開催されました。昭和56年から続く同大会は、天皇皇后両陛下の地方行事の一つでもあります。各道府県が持ち回りとし、宮城県は昨秋の予定でしたが、コロナ禍で1年延期となっていました。マルホンまきあーとテラスでの式典行

事では、未来の海づくりに向けたメッセージが朗読され、石巻漁港で行われた海上歓迎・放流行事では漁船7隻と官公庁船2隻の計9隻が港内をパレードしたほか、ホシガレイ、ヒラメの稚魚計800匹が放流されました。天皇皇后両陛下もオンラインでご臨席され、行事終了後は東日本震災の被災者と画面越しに懇談さ

▼ホシガレイとヒラメの稚魚を放流



▲マルホンまきあーとテラスで式典行事が行われました

式典行事、海上歓迎・放流行事

天皇皇后両陛下も オンラインでご臨席

▼底びき網船や養殖船など9隻が漁港内をパレードしました



▲東日本大震災津波伝承館で両陛下と懇談しました



▲魚市場の展示ブースでは海に豊かな水を届ける山や森林の大切さを伝えました



※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。



いしのまき希望の花火
2022

新型コロナウイルス感染症の収束と感染者対応およびワクチン接種に尽力されている医療従事者への感謝、一日も早い復興完結と国内外からのこれまでの温かい支援と励ましへの感謝、新年が希望の持てる年になるようにと願いを込め、花火の打ち上げを実施します。

とき 令和4年1月1日 (土・祝)

午前0時〜0時15分

ところ 石巻南浜津波復興祈念公園

※詳しくは、市報いしのまき12月号でお知らせします。

問 いしのまき希望の花火2022実行委員会事務局 (特非)いしのまきNPOセンター内 ☎23-0851 市復興政策課 (内線4216)

狩猟解禁のお知らせ

11月15日(月)から令和4年2月15日(火)まで、一般狩猟が行われます。

狩猟者が期間中に狩猟を行いますので、きのこ採りや森林作業などで山に立ち入る場合は、目立つ色のジャケットや帽子などを着用し、十分に注意ください。

※鹿狩猟は、令和4年3月15日(火)まで

問 ニホンジカ対策室 (内線3559)

秋の火災予防運動

11月9日(火)から15日(月)は、全国一斉に「秋の火災予防運動」が実施されます。火気の取り扱いには十分注意し、日頃から火の用心心がけましょう。



●住宅防火のちを守る10のポイント

1. 寝たばこは絶対にしない、させない。
2. ストープの周りに燃えやすいものを置かない。
3. コンロを使うときは火のそばを離れない。
4. コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く。
5. 6つの対策
6. 火災の発生を防ぐために、ストープやコンロなど

民生委員・児童委員の活動をご存知ですか？

住吉地区では、民生委員・児童委員が中心となり、一人暮らしの高齢者の方などを対象に「福祉のつどい」を実施しています。例年であれば一堂に会し、催し物や昼食会が皆さんにとって楽しみの一つとなっていました。昨年コロナ禍のため開催ができなくなりました。



お変わりないですか？何かあったら相談してくださいね。

今年は、委員同士で知恵を出し合い、「福祉のつどい」の代わりとして見守りを兼ねて訪問活動を行いました。

民生委員・児童委員は、あなたの身近な相談相手です。

問 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)

11月9日は119番の日

不要不急の119番通報が増えています。本当に助けを必要としている人のもとへ1秒でも早く救急車を到着させるため、119番通報の適切な利用についてご理解とご協力をお願いします。

救急車を呼ぶべきか迷った場合は、#7119(おとな救急電話相談)、または#8000(小児救急電話相談)の活用をお願いします。

問 石巻広域消防本部指令課 ☎95-7111



問 石巻広域消防本部予防課 ☎95-7167

11月27日(土)から「湊西地区」で住所が変わります

湊西地区被災市街地復興土地区画整理事業の換地処分の公告に伴い、町の区画を変更します。対象の方には、変更内容を確認する書類を10月中旬に送付しています。また、11月中旬頃に「通知書」などの書類を送付する予定です。変更内容確認書類が届いていない方や、不明な点がありましたら、問い合わせください。住所変更の手続きが法律で定められているものなどは、それぞれ本人による手続きが必要です。対象の方へ送付する「住所変更の手続きについて」を参照してください。

【区域の変更前】



【区域の変更後】



住所変更について 地域協働課(内線4234)
区画整理事業について 区画整理課(内線5568)

石巻かき祭り中止

石巻産かきのPRを目的とし、例年かき祭りを開催していましたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、今年の開催は中止します。

石巻かきブランド化事業委員会(JFみやぎ石巻地区支所)
☎90-2131
市水産課(内線3513)

「生きがいと創造の事業 作品展とみなと荘祭り」開催中止

11月に開催を予定していましたが、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、今年の開催は中止します。

☎86-3663

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)

第16回かなんクロスカントリー大会中止

12月5日(日)に開催を予定していましたが、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、今年の開催は中止します。

総合福祉会館みなと荘 市福祉総務課(内線2463)
☎96-0845

ため、今年の開催は中止します。

「国民健康保険・後期高齢者医療制度」新型コロナウイルス感染症にかかると傷病手当金の適用期間を延長します

適用期間を12月31日(金)まで延長しました。対象など、詳しくは市および宮城県後期高齢者医療広域連合のホームページを確認ください。
申・圃 保険年金課(内線2343)
各総合支所市民福祉課 各支所

建築物を取り壊し・建築した方へ

今年中に固定資産税の課税対象となっている家屋の全

災害危険区域内における市有地(渡波地区) 貸し付けなどの追加募集を行います

災害危険区域内の市有地で利用が可能となった地区の貸し付けなどの追加募集を行います。
募集地区 渡波地区(長浜町付近)8区画
募集期間 11月1日(月)~19日(金)(土日・祝日を除く)午前9時~午後5時
※以降随時募集期間となり毎月20日を締切とし、複数の申請があった場合は抽選となります。
対象 貸し付けなどを希望する対象地区に、東日本大震災発生時に住所をおいていた個人または所在地をおいていた法人など
申請方法 申請窓口で対象となる土地を確認の上、申請書を直接持参してください。
申請窓口 宅地管理課
募集要項および申請書は宅地管理課およびホームページからダウンロードできます。詳しくは問い合わせください。
申・圃 宅地管理課(内線5483)



部または一部を取り壊した方(取り壊しを予定している方)は「家屋滅失届」を提出してください。
また、車庫・物置などを建てた際、課税の対象となる場合がありますので調査のご協力をお願いします。
申・圃 資産税課(内線3121)
各総合支所市民福祉課 各支所

宮城県の最低賃金改正

宮城県の最低賃金が改正されました。
時間額 853円
効力発生日 10月1日
対象者 県内の事業場で働く全ての労働者(パート・アルバイトなど含む)
※次の賃金は、最低賃金の計算に含まれません。精皆勤手当・通勤手当・家族手当・賞与・時間外・休日・深夜手当など
申 宮城労働局賃金室(022)299-8841
各労働基準監督署 市商工課(内線3524)

防災ラジオテスト放送

11月11日(木)午後3時ごろ
空間放射線量 9月の測定結果
除染などが必要となる空間放射線量は、毎時0.23μSv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ような数値は検出されませんでしたので、安心して下さい。

空間放射線量の測定結果 (単位:マイクロシーベルト/時)

測定箇所	測定結果	測定期間
市立小学校、市立中学校、市立高等学校(敷地)	0.06~0.09	9/3~9/28
市立保育所、私立幼稚園、私立保育園(敷地)	0.04~0.08	9/2~9/28
公共施設等(ホットスポット調査)	0.05~0.09	9/2~9/29
牡鹿地区集落	0.06~0.12	9/3~9/14

※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。
申 環境課(内線3368)

防災「合言葉」受賞作品

佳作賞 ひなん指示 出たら命を最優先にげよう近くの 高台へ
みずぬま ひなた 前谷地小学校5年 水沼 陽大
申 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

ワクチン接種を完了します

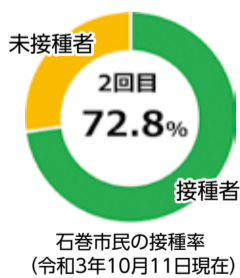
2回目の接種を終えた方の割合が約80%に達することから、目標としていた10月末でワクチン接種を終了することとしました。事情により10月までに接種を受けられなかった方については、ワクチンの供給状況を踏まえて対応します。

3回目接種について

2回目接種の終了後、概ね8カ月以上経過した方から順次、3回目接種が行われる予定です。医療従事者など、早期に接種を受けた方は12月以降、高齢者の方は来年1月以降に始まる見通しです。市では、3回目接種の対象となる方が順次接種を受けられるよう、準備を進めています。

これから12歳となる方の接種について

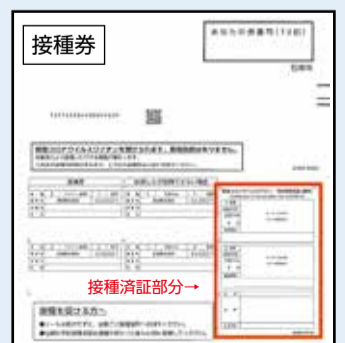
現在市内で使用しているワクチンは、満12歳以上の方が対象となります。これから12歳の誕生日を迎える方には、医療機関での個別接種を行います。対象者には、12歳の誕生日の翌月に接種券と案内を発送しますので(例:11月1日が12歳の誕生日→12月に発送)、確認ください。



ワクチン接種済みの証明について

接種時に交付された接種済証(接種券の右側部分)または接種記録書(医療従事者の方など)を提示することで、接種済みであることを示すことが可能ですので、接種が終わった後も大切に保管してください。

※紛失した場合は、申請により再発行します。詳しくは市ホームページを確認するか、コールセンターに問い合わせください。
※海外渡航の際に接種済みであることを示すには、接種証明書(ワクチンパスポート)が必要です。申請により発行しますので、詳しくは問い合わせください。
※これらの証明書は、年内に電子申請が可能となる見通しです。電子申請には、スマートフォンとマイナンバーカードが必要です。



申 石巻市新型コロナワクチンコールセンター ☎0120-567-509



ご存じですか？ 法務局
における「自筆証書遺
言書保管制度」

自身が書かれた遺言書を
法務局がお預かりする制度
です。お預かりした遺言書
は、法務局で適切に管理・保
管しますので、紛失、改ざん
などの心配はありません。

自身の財産を大切な方へ
託す方法の一つとして遺言
書を検討されている場合は、
ぜひ自筆証書遺言書保管制
度を利用ください。

制度の概要、遺言書の保
管申請手続など詳しくは
インターネットで検索するか
「遺言書保管 法務省」で
検索、問い合わせください。

仙台法務局石巻支局
☎22-6188

市総務課(内線4040)



今月は児童扶養手当の
支給月です

9月、10月分の児童扶養
手当を11月11日(木)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

地域とともにある学校
づくり推進フォーラム
2021石巻

コミュニティ・スクールの推
進について、事例発表やパネ
ルディスカッション、ワーク

11月20日(土)は子どもの権利を考え行動する 「世界子どもの日」です

○石巻市子どもの権利に関する条例

石巻市では、平成21年4月に東北で最初に、子どもが生まれながらに持っている権利を定めました。子どもの幸せと健やかな成長には、すべての子どもを一人の人間として認め、子ども自身が、あらゆる場面で生き生きと過ごすことができるよう、子どもの権利を尊重するとともに、保障し、地域社会全体で支えていくことが必要です。子どもの権利を守るとは、社会全体の責務です。家庭や地域、学校や施設、会社などが協力しあいながら、子どもの権利についての共通認識を持ち、お互いの責任を果たすことで、子どもの「しあわせに生きる権利」が守られていきます。



○子どもが生まれながらに持っている大切な権利

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

「子どもの権利」を
一緒に考えてみませんか？

○11月1日(月)～20日(土)まで「子どもの権利月間」を開催

子どもセンターらいつでは、この期間にさまざまなイベントを行います。

○11月20日(土) 午後1時から「子どもの権利に関する講演会」を開催

会場は石巻専修大学5301教室です。ぜひ参加ください。

子どもの権利、講演会について 子育て支援課(内線2553)
イベントについて 子どもセンターらいつ ☎23-1080

申請方法 WEB予約
申込期限 11月9日(火)
定員 会場参加500人、
WEB視聴350人



学校教育課
(内線5086)



年末調整・確定申告まで
大切に保管を！
国民年金保険料は、納付
した全額が所得税・市町村
民税の社会保険料控除の対
象となります。その年の1月
1日から12月31日までに納
付した保険料が対象です。
このため、令和3年1月
1日から9月30日までの間
に納付した方は社会保険料
(国民年金保険料)控除証
明書が11月上旬に日本年金
機構から送付されます。年
末調整や確定申告の際には
必ずこの証明書を添付して



社会保険料(国民年金
保険料)控除証明書が
送付されます

ください。

また、年の途中から国民
年金に加入した場合など、
10月1日から12月31日まで
の間に初めて保険料を納付
する方は、翌年2月上旬に
送付されます。

石巻年金事務所

☎22-5115
ねんきん加入者ダイヤル
☎0570-003-004
(ナビダイヤル)
市保険年金課
(内線2352)



令和4年度放課後児童クラブ利用児童募集

来年4月1日から放課後児童クラブの利用を希望する児童を募集します。

申請受付期間 11月1日(月)～15日(月) 午後1時～5時(土日祝日を除く)

申請書類配布場所 各放課後児童クラブ、子ども保育課、各総合支所市民福祉課(雄勝総合支所を除く) ※申請先は、各放課後児童クラブとなります。

対象 放課後児童クラブが開設されている小学校に在学する1年生～6年生の児童のうち、保護者などが就労などにより、放課後に家庭で保育を受けられない児童

<石巻地区>

対象小学校	放課後児童クラブ名	開設場所	定員	電話番号
向陽小	向陽地区第一	向陽小学校敷地内専用教室	70人	95-1270
	向陽地区第二	かもめ学園敷地内専用教室	70人	96-6540
	向陽地区第三	向陽小学校内	40人	95-0260
渡波小	渡波地区第一	渡波小学校敷地内専用教室	50人	97-2416
	渡波地区第二		50人	25-1921
石巻小	石巻地区第一	旧中央児童館内	50人	23-3298
	石巻地区第二		40人	23-7406
中里小	中里地区第一	中里小学校敷地内専用教室	70人	23-3341
	中里地区第二		50人	23-1303
鹿妻小	鹿妻地区第一	鹿妻小学校敷地内専用教室	50人	93-9714
	鹿妻地区第二		50人	96-7880
	鹿妻地区第三		50人	93-3112
大街道小	大街道地区	大街道小学校内	70人	94-0285
釜小	釜地区第一	釜小学校隣地専用教室	70人	94-8533
	釜地区第二	釜小学校敷地内専用教室	50人	23-0465
蛇田小	蛇田地区第一	蛇田小学校敷地内専用教室	40人	23-8253
	蛇田地区第二		40人	22-8575
	蛇田地区第三	蛇田小学校敷地外専用教室 (令和3年度中の受付場所)	40人	22-6835
	蛇田地区第四		40人	22-6845
	蛇田地区第五	令和4年度より第三から第七まで 新たに開設する予定です。	40人	
	蛇田地区第六		40人	
	蛇田地区第七		40人	
開北小	開北地区第一	開北小学校敷地内専用教室	55人	23-3433
	開北地区第二	開北小学校内	40人	23-3558
山下小	山下地区第一	山下小学校内	40人	93-7241
	山下地区第二		40人	
住吉小	住吉地区第一	住吉小学校内	40人	23-1623
	住吉地区第二		40人	
貞山小	貞山地区	貞山小学校敷地内専用教室	50人	95-2606
万石浦小	万石浦地区第一	万石浦小学校敷地内専用教室	70人	97-5078
	万石浦地区第二	万石浦小学校内(休止中)	40人	
	万石浦地区第三	万石浦小学校敷地内専用教室	50人	25-3825
湊小	湊地区	湊こども園内	70人	94-5018
稲井小	稲井地区第一	稲井幼稚園内	40人	91-2152
	稲井地区第二	稲井小学校隣地専用教室	40人	91-2855
	稲井地区第三		40人	91-2110

<河北地区>

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

<河南地区>

対象小学校	放課後児童クラブ名	開設場所	定員	電話番号
広瀨小	広瀨地区	広瀨小学校敷地内専用教室	50人	73-3601
須江小	須江地区第一	須江小学校敷地内専用教室	50人	73-2553
	須江地区第二		50人	73-2675
北村小	北村地区	北村農村交流センター内	40人	73-2033
前谷地小	前谷地地区	前谷地小学校敷地内専用教室	50人	72-2016
和瀨小	和瀨地区	和瀨小学校内	30人	72-3346
鹿又小	鹿又地区第一	鹿又小学校敷地内専用教室 (令和3年度中の受付場所)	50人	74-2255
		鹿又保育所隣地専用教室 (令和4年4月開設予定)		
	鹿又地区第二	鹿又小学校敷地内専用教室	50人	75-3237

<桃生地区>

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

<北上地区>

対象小学校	放課後児童クラブ名	開設場所	定員	電話番号
北上小	北上地区	北上にっこり地区拠点施設内	40人	67-2091

<牡鹿地区>

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

申請先は、各放課後児童クラブ
子ども保育課(内線2526)

河北総合支所市民福祉課 ☎62-2117(内線162)
河南総合支所市民福祉課 ☎72-2113(内線264)
桃生総合支所市民福祉課 ☎76-2111(内線251)
北上総合支所市民福祉課 ☎67-2113(内線233)
牡鹿総合支所市民福祉課 ☎45-2113(内線153)

11月11日は介護の日です

「いい日、いい日、あったか
介護ありがとう」

11月11日は、介護についての理解と認識を深め、介護サービス利用者およびその家族、介護従事者などを支援するとともに、これらの方々を取り巻く地域社会における支え合いや交流を促進する観点から、介護に関する啓発を重点的に実施する日とされています。

介護とは何か。家族や自分が要介護状態になったらどうするのか。この機会に、

身のまわりや将来のことについて考えてみてはいかがでしょうか。

介護保険課

(内線2445)
各地域包括支援センター



地域福祉講演会「地域の支え合いを考える大会」

住民同士の支え合い、住民主体の積極的な地域づく



復興政策部地域協働課
あまつぼみ 赤間実明さん
神奈川県横浜市から派遣

両親がともに東北地方出身で、小さなころから東北には親しみがありました。東日本大震災のときは中学校の卒業式が終わったばかりで、テレビから被害の大きさをみるこ

としかできませんでした。横浜市ではその後、計画停電などの影響があったことを覚えてます。横浜市職員となつてからは乳幼児健診を担当し、医師らとの調整などを行ってきました。石巻市では地域の町内会や男女共同参画、コミュニティの形成支援などに携わっています。震災から10年が過ぎた石巻市では街並みがきれ

いに整備されており、復興の進捗を感じるとともに、市のいたるところに津波浸水表示板があり、見かける度に当時の被害の大きさが想像できます。石巻市に実際住んでみて、感じたのは横浜市に比べて坂が少なく、住みやすい街だということ。また、新鮮な魚介類や野菜がすぐに手に入り、食生活の面でも充実した日々を過ごしています。また、人の温かさも石巻市の魅力の一つではないかと考えています。これからも、地域の発展に少しでも貢献できれば幸いです。

「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 11月10日(水)・30日(火)
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
図 廃棄物対策課(内線3373)



図 市包括ケア推進室
(内線2573)
shakyo.or.jp
chiki@shinomaki-

図 石巻市社会福祉協議会
96-5290
96-5223

図 申請方法 電話、FAXまたはEメールで申し込みください。

図 申込期限 11月10日(水)

図 定員 200人(先着)

図 対象 地域の支え合いに興味のある方

図 講師 ご近所福祉クリエーター 酒井保

図 基調講演 「コロナ禍で笑顔を紡ぐススメ」

図 ところ 遊楽館

図 とき 11月21日(日)
午後1時～3時

図 演会です。

図 つながりについて考える講演会です。

図 りなど、これまで積み重ねてきた地域活動の意義を再確認するとともに、コロナ禍の社会状況に合わせた地域のつながりについて考える講演会です。



犬の登録と狂犬病予防注射は、飼い主の義務です

新たに犬を飼った方、まだ登録していない方は、必ず登録してください。

また、狂犬病予防注射を接種していない飼い犬は、動物病院で必ず受けてください

(新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、予防注射接種期間が12月31日(金)まで延長されました。)

「実施猶予証明書」を交付された方は、届け出てください。犬の登録と狂犬病予防注射は、狂犬病予防法により義務付けられており、違反すると、罰則が科せられます。

なお、登録事項に変更がある方は届出が必要です。

図 環境課(内線3364)

雨水利用タンク設置に補助金を交付

受付期限

令和4年3月15日(火)

申請方法 申請書を持参するか郵送(必ず書留など配達記録が残る方法)してください。申請書は、環境課、各総合支所市民福祉課および各支所の窓口で交付しています。ホームページからもダウンロードできます。

※対象など、詳しくは問い合わせください。

図 申請書 電話またはFAXで申し込みください。
図 申請書 電話またはFAXで申し込みください。
図 申請書 電話またはFAXで申し込みください。



「放課後学び教室」学び相談員の募集

中学生の放課後自主学習の支援員を募集します(山下中学校・蛇田中学校各1人)。

対象 教員経験者または学習指導経験者など

図 申請方法 電話またはFAXで申し込みください。

図 申請書 電話またはFAXで申し込みください。
図 申請書 電話またはFAXで申し込みください。



石巻市博物館開館および開館記念企画展のお知らせ



石巻市博物館が11月3日(水・祝)に開館します。

開館を記念して、当日は常設展・企画展を無料で観覧できます。

開館時間 午前9時～午後5時(入館受付 午後4時30分まで)
休館日 毎週月曜日(祝日の場合は翌日休館)、年末年始(12月28日～1月4日)
料金 常設展観覧料 一般300円、高校生200円、小中学生100円
企画展観覧料 一般500円、高校生300円、小中学生150円
※企画展観覧料で常設展も観覧できます。

●開館記念企画展「文化財レスキュー 救出された美術作品の現在」

とき 令和4年2月27日(日)まで

●開館記念テーマ展「高橋英吉・幸子父娘」展

とき 12月26日(日)まで

図 石巻市博物館 ☎98-4831

宝くじ助成で地域づくり

(一財)自治総合センターからコミュニティ助成を受け、住み良い地域づくり活動に必要な備品を整備しました。

助成団体名

和渕地区コミュニティ推進協議会

整備内容

集会用テント、発電機、給湯器、掃除機



和渕地区コミュニティ推進協議会

※宝くじ助成を希望する団体は、問い合わせください。

図 地域協働課(内線4235)、各総合支所地域振興課

中小企業者等事業継続支援金

新型コロナウイルス感染症拡大により、影響を受けて売り上げが減少した事業者へ支援金を給付します。

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、今後も事業を継続する意思のある方

対象外の方

- ・平成31年(令和元年)または令和2年の年間売上が120万円未満の方
- ・令和3年新型コロナウイルス感染症拡大防止協力金、石巻市中小企業者等事業継続支援金(観光関連産業事業者分)を受けた方または受ける予定の方
- ・公共法人、暴力団など

売上減少の対象期間 令和3年4月～9月

- ①令和2年9月以前から事業を営んでいる方
※対象期間の1カ月の売上高が前年(前々年)同月比で20%以上減少していること。
- ②令和2年10月～令和3年3月までに新規開業した方
※対象期間の1カ月の売上高が、対象月を含まない直前3カ月間の売上高平均と比較して20%以上減少していること。

助成金額

売り上げ減少額	助成金支給額
50万円未満	10万円
50万円以上200万円未満	20万円
200万円以上	30万円

申請期限 11月30日(火)

図 商工課(内線3524)



動く市長室

市民の皆さんと一体となつたまちづくりを進めるために、「動く市長室」を実施します。石巻の未来のため、市長にまちづくりへの提案をお聞かせください。個人またはグループでも予約の必要はありませんので、ぜひお越しください。

とき 11月5日(金)

午前10時30分～正午

ところ 牡鹿保健福祉センター(清優館)

☎ 秘書広報課

(内線4022)

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を開催します(受講者にはテキストと認知症サポーターカードを配布)。

とき 11月26日(金)

午後2時～3時30分

ところ イトーヨーカードー

石巻あけぼの店

対象 市内居住の方

定員 30人程度(先着)

申込方法 電話または窓口で申し込みください。

申込期限 11月19日(金)

☎ 介護保険課

(内線2437)

在宅医療・在宅介護に関する市民講座

「訪問看護の利用・内容」について市民講座を開催します。

とき 11月30日(火)

午前11時～正午

ところ マルホンまきあーとテラス

講師 訪問看護ステーション

ぷりけあ所長 大塚晶子

定員 70人程度

申込方法 電話で申し込みください。

申込期限 11月29日(月)



☎ 包括ケア推進室

(まきあセンター内)

25-6099

住民と多職種研修会

死にゆく人の心に寄り添う「スピリチュアルケア」とは、について研修会を開催します。

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

講師 非営利一般社団法人

大慈学苑 玉置妙憂

定員 400人程度

申込方法 電話で申し込みください。

申込期限 11月24日(水)



☎ 包括ケア推進室

(まきあセンター内)

25-6099

大規模事業評価に関する意見募集

県では、大規模事業評価に関する資料を公表し、県

全国鯨フォーラム2021石巻開催



全国鯨フォーラムは、捕鯨文化、鯨食文化の継承・普及啓発を図ることを目的に平成19年に石巻市からスタートし、捕鯨に縁のある自治体が持ち回りで開催しており、14年ぶりに石巻市で開催します。

石巻市は、明治時代末期から続く近代捕鯨100年の伝統を有する鯨の街であり、鯨フォーラムの開催を機にさらに盛り上げるべく、鯨の生態などを楽しく学べる子ども向けイベントや、捕鯨の歴史や鯨文化に関する写真展などさまざまなイベントを開催しますので、ぜひ参加ください。

なお、開催場所や詳しい内容につきましては、市ホームページに掲載していますので確認ください。

●全国鯨フォーラム2021石巻

とき・ところ 1日目:11月17日(水) マルホンまきあーとテラス
2日目:11月18日(木) 牡鹿地区

※新型コロナウイルス感染症対策として、招待客のみ入場できます。

●フォーラム関連イベント

とき 11月1日(月)～30日(火) ところ 市内各所
内容 鯨肉記念頒布会、試食会、写真展、絵画展、鯨ツアーなど
☎ 石巻くじら振興協議会事務局(水産課)(内線3513)

企業立地の助成金の拡充と見直しを行いました

民の皆さんの意見を募集しています。

対象事業 県立高等技術専門校再編整備事業

ところ 県政情報センター(県庁地下1階)、各地方振興事務所(仙台を除く)県政情報コーナー、県議会図書室(県議会議事室)、県ホームページ

提出方法 郵送(消印有効)、FAXまたはEメールで提出してください。

提出期限 11月30日(火)

☎ 県企画部総合政策課

022-2211-2406

FAX 022-2211-2493

☎ seisakuiken@pref.miyagi.lg.jp

3544)

業立地への助成(限度額1千万円)、事業所の賃貸借への助成(年限度額100万円、5年間)雇用奨励

業立地への助成(限度額1千万円)、事業所の賃貸借への助成(年限度額100万円、5年間)雇用奨励

業立地への助成(限度額1千万円)、事業所の賃貸借への助成(年限度額100万円、5年間)雇用奨励

業立地への助成(限度額1千万円)、事業所の賃貸借への助成(年限度額100万円、5年間)雇用奨励

業立地への助成(限度額1千万円)、事業所の賃貸借への助成(年限度額100万円、5年間)雇用奨励

業立地への助成(限度額1千万円)、事業所の賃貸借への助成(年限度額100万円、5年間)雇用奨励

業立地への助成(限度額1千万円)、事業所の賃貸借への助成(年限度額100万円、5年間)雇用奨励

業立地への助成(限度額1千万円)、事業所の賃貸借への助成(年限度額100万円、5年間)雇用奨励

マルホンまきあーとテラスオープニング事業 まきあーとノエル 2021

ヴァイオリン:磯絵里子、ファゴット:井上俊次、ピアノ:中川賢一

とき 12月2日(木) 開演 午後7時(開場 午後6時)

対象 未就学児入場不可

料金 全席自由 一般1,500円、高校生以下500円
※当日券各300円増

チケット販売場所

マルホンまきあーとテラス、河北総合センタービッグバン、遊楽館

☎ 98-5630

マルホンまきあーとテラスオープニング事業 東京都交響楽団

指揮:原田慶太楼、ピアノ:小曾根真、サクソフォン:上野耕平

とき 令和4年2月6日(日) 開演 午後2時(開場 午後1時)

対象 未就学児入場不可

料金 一般 S席 4,000円、A席 3,000円、高校生以下 S席 2,000円、A席 1,500円オープンイヤーシート 1,000円(座席数限定) ※当日券各500円増

チケット販売場所

・電話・インターネット予約 マルホンまきあーとテラス
・直接購入 マルホンまきあーとテラス、河北総合センタービッグバン、遊楽館、ヤマト屋書店 TSUTAYA中里店・あけぼの店

☎ 98-5630

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)

第24回みやぎ県民文化祭

とき 11月3日(水・祝) 午前10時～午後4時30分
11月4日(木) 午前10時～午後3時

☎ 22-4689・☎ 090-3759-2845 (金田)

「つながりの種」プロジェクト

とき 11月3日(水・祝)～7日(日)
11月6日(土)に座談会予定(時間未定)

☎ 090-8531-9939 (安達)

オープニングロビーコンサートII

仙台フィルハーモニー管弦楽団メンバーによる弦楽三重奏

ヴァイオリン:小山あずさ、ヴィオラ:井野邊大輔、チェロ:吉岡知広

とき 11月11日(木) 開演 午後6時30分(開場 午後6時)

☎ 98-5630

萌江ちゃんに行く大人のためのバックステージツアー!

とき 11月20日(土)・21日(日) 午後7時～8時30分

対象 高校生以上 定員 各回15人程度(先着)

☎ 98-5630

石巻アーカイブ写真展『よみがえる 1951』

～米軍医G.バトラー大尉が撮った、70年前の石巻地方～

とき 11月27日(土)～12月26日(日)

開場 午前9時30分～午後5時

※12月26日(日)は午後2時まで

☎ 090-3753-5295 (小野寺)

仙台フィル×山響 合同演奏会

フランスのエスプリin石巻

林家たい平師匠とオーケストラを楽しむ!

指揮:パスカル・ヴェロ、ゲスト(語り):林家たい平

とき 11月27日(土) 開演 午後3時(開場 午後2時)

料金 S席 4,000円、A席 3,500円、
S席ユース 2,000円、A席ユース 1,500円

※ユース:演奏会当日25歳未満の方が対象

チケット販売場所

チケットぴあ、ローソンチケット、イープラス、藤崎、仙台三越、ヤマト屋書店TSUTAYA 中里店・あけぼの店


☎ 022-225-3934

☎ 98-5630

第8回定期演奏会 リアスリコーダーアンサンブル

とき 11月28日(日) 開演 午後2時(開場 午後1時30分)

☎ 080-5220-2932 (中塩)




石ノ森萬画館
ISHINOMAKI MANGATTAN MUSEUM

石ノ森萬画館 電話 96-5055

石ノ森萬画館第83回特別企画展
ドロヘドロ原画展 ～林田球の世界～

唯一無二の世界観を描き、国内外で今なお多くの熱狂的なファンを惹きつける林田球の衝撃作「ドロヘドロ」の大規模原画展です。

とき 令和4年1月10日(月・祝)まで
午前9時～午後6時(12月～2月は午後5時)



サン・ファン館
サン・ファン館企画広報課 電話 24-2210(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)

「第2回サン・ファン号を未来へつなぐコンクール」
応募作品展

コンクールの全応募作品を展示します。テーマに沿って描かれた力作が並びます。

とき 11月27日(土)～令和4年1月16日(日)
料金 要入館料(一般350円・高校生以下無料)

サン・ファン・パウティスタパーク
冬のイルミネーション

サン・ファンパークが色とりどりのイルミネーションに彩られ、冬の憩いの場となります。

とき 11月初旬～令和4年1月下旬(予定)
午後4時30分頃～午後8時30分頃まで点灯

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

- 石巻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 商工課 (内線3524)

令和4年版みやぎ手帳 予約受付中

- 見やすく使いやすい月間予定表と日記
- 最新の統計資料(国・県・市町村の主要指標)
- 仕事・生活に役立つ資料

料金 1冊600円

申込方法 窓口で直接または電話で申し込みください。

申込期限 11月9日(火)

販売期間 11月24日(水)～12月8日(水)

※申し込み先で代金引換となりますので、釣り銭が出ないよう協力ください。

申請 総務課 (内線4038)

各総合支所地域振興課 各支所

盲ろう者向け生活訓練「ストレッチでリフレッシュ」

視覚と聴覚の両方に障害がある方を対象に、暮らしに必要な訓練や、より豊かに暮らすための情報を伝える講座です。家庭内で椅子に座ってできるストレッチを学びます。

とき 11月30日(火) 午後1時～3時

場所 県聴覚障害者情報センター

申込方法 電話、FAXまたはEメールで申し込みください。その際、氏名・連絡先・希望する情報保障(触手話・音声など)をお知らせください。

申込期限 11月15日(月)

申請 県聴覚障害者情報センター(みみサポみやぎ) ☎ FAX 022-39315501

info@mimisuppo-miyagi.org

自衛官採用試験

●自衛官候補生(通年受付) 応募資格 18歳以上33歳未満の方


●貸費学生 令和4年1月14日(金) 応募資格 大学の理学部・工学部の3・4年次など

●陸上自衛隊高等工科学校 生徒

申込期限 12月3日(金)

●推薦 令和4年1月14日(金) 応募資格 男子で中卒(見込み含む)17歳未満の成績優秀かつ生徒会活動などに顕著な成績を修め学校長が推薦できる方

●一般 男子で中卒(見込み含む)17歳未満の方



患者等搬送乗務員 定期講習

とき 1回目 11月24日(水) 2回目 11月25日(木) 午前9時～正午

場所 石巻消防本部2階 大会議室

定員 各回10人

対象 平成30年11月に定期講習または12月に基礎講習を受講された方(昨年度有効期限が1年延長となった方が対象)

申込方法 石巻消防本部警防課または石巻消防ホームページにある申請書で申し込みください。

石巻ふれあい朝市 イベント

今年から開催場所が石巻駅前へ変更になりました。新鮮な魚介類や農産物など、豊富な食材を安く提供できる場です。家族皆さんで来場ください。

とき 11月7日(日)、21日(日) 午前7時～11時

場所 石巻駅前ぎわい交流広場

申請 石巻ふれあい朝市運営委員会(石巻観光協会) ☎ 93-6448

市観光課(内線3537)

第2回上級救命講習 一般公募

とき 11月21日(日) 午前8時30分～午後5時30分

場所 石巻消防本部2階 大会議室

対象 16歳以上

定員 20人(先着)

申込方法 石巻消防本部警防課または石巻消防ホームページにある申請書で申し込みください。

患者等搬送乗務員 基礎講習

とき 12月15日(水)～17日(金)の3日間

午前9時～午後4時

場所 石巻消防本部2階 大会議室

対象 18歳以上で初めて本講習を受講される方

定員 10人(先着)

金額 テキスト代5,200円

申込方法 石巻消防本部警防課または石巻消防ホームページにある申請書に写真2枚を添えて申し込みください。なお、写真は申請日の6カ月以内に撮影した上半身像(縦4cm・横3cm・無帽・無背景)とし、裏面に氏名を記入したものを。

申込期間 11月24日(水)～12月2日(木)

平日午前9時～午後5時

場所 石巻広域消防本部警防課 ☎ 95-7433

せいかつけんいん・ごうごまごう相談会

仕事や生活などにお困りの方に対して出張相談会を実施します。一人一人の状況に応じて、専門の支援員が専門機関と連携して解決に向けた支援を行います。

とき 11月24日(水) 午前10時～午後3時

場所 宮城県行政書士会 ☎ 022-26116768

相談

再講習の方は、受講申請時および講習日に修了証を持参してください。

申込期間 11月1日(月)～11日(木) 午前9時～午後5時

場所 各消防署

石巻広域消防本部警防課 ☎ 95-1111

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 11月28日(日) 午前9時30分～午後4時

場所 遊楽館

対象 市内にある空き家の所有者または管理者(今後、空き家を有する見込みの方を含む)

※要電話予約

申請 住宅課 (内線5556)

市民相談センターから「名義貸し」は危険です!

「代わりにサラ金会社からお金を借りてほしい」と頼まれて名義を貸してしまった」という相談が後を絶ちません。このような、相手のために自分の名前で契約を結ぶ行為を「名義貸し」といい、最近では借金のほか、携帯電話の契約や車購入のための「名義貸し」に関する相談も増えています。

相手から「絶対に迷惑をかける」「必ず返済するから」などと言われても、安易に引き受けてはいけません。

相手が返済不能になった場合は、名義を貸した側が支払義務を負うことになります。たとえ、親しい人から「名義貸し」を頼まれても、きっぱり断りましょう。

場所 市民相談センター ☎ 2315040



全国一斉「女性の権利 ホットライン」強化週間

11月12日(金)から18日(木)を全国一斉「女性の権利ホットライン」強化週間と定め、時間を延長して相談電話を開通します。

夫やパートナーからの暴力やストーカー行為、職場でのセクシュアル・ハラスメント、家族間での問題など、さまざまな人権問題について、人権擁護委員が電話相談に応じます。秘密は固く守られます。

● 11月12日(金)、15日(月)～18日(木)
午前8時30分～午後7時

● 11月13日(土)、14日(日)
午前10時～午後5時

※予約不要

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

「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年以内にてください(12月31日(金)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
- ・賃貸に住んでいた場合
- ・消費税率5%で建築・購入、または補修を行っている場合

とき 12月10日(金)

午前10時～午後4時

☎ 市役所3階36番窓口

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。

☎ 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)

「災害復興住宅融資」 無料相談会

とき 11月6日(土)

午前10時～午後4時

※11月2日(火)午後5時までに要電話予約

☎ 市役所3階36番窓口
申・☎ 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)

11月の相談あんない

行政

●行政書士相談 ※要予約

・15日(月) 午前10時～正午 河北総合支所 2階第3会議室
☎ 宮城県行政書士会石巻支部 ☎82-3599

●行政相談

・4日(木) 午後1時30分～3時30分 河南老人福祉センター
・5日(金) 午前10時～午後3時 北上総合支所 1階会議室1
・10日(水) 午後1時30分～3時30分 市役所 2階相談室B
☎ 東北管区行政評価局 ☎022-262-7839

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)

・9日(火) 庄司・松浦法律事務所 伊藤弁護士
・24日(水) 齋藤智法律事務所 齋藤弁護士
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(月) 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
※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 鑄銭場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(そんぽADRセンター東北)

午前9時15分～午後5時(土日・祝日を除く) ☎0570-022808

子ども

●18歳未満の子どもに関する相談 県東部児童相談所(県石巻合同庁舎)

午前8時30分～午後5時15分(土日・祝日を除く) ☎95-1121

●子育てに関する相談 子育て支援課

午前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。
・1日(月) 午前10時～午後3時 北上総合支所 1階会議室1
・2日(火) 午前10時～午後3時 河北総合支所 2階和室会議室
・4日(木) 午前10時～午後3時 河南老人福祉センター
※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 13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

●福祉まるごと相談

・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
☎ 福祉まるごと相談窓口 ☎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)

●緊急小口資金等特例貸付の相談

新型コロナウイルス感染症により、離職や減収した方などに対し、生活福祉資金貸付制度における緊急小口資金、総合支援資金の特例貸付の申込を受け付けています。

・申請期限 30日(火)まで

☎ 石巻市社会福祉協議会 生活支援課 ☎92-6733

※社会福祉協議会の各支所でも問い合わせを受け付けています。

●新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金の相談(市役所2階保護課)

社会福祉協議会の総合支援資金の再貸付が終了するなどにより、貸付を受けることができない世帯へ支給される支援金です。資産や収入、求職活動をするなどを要件として3か月間支給されます。

・申請期限 30日(火)まで

☎ 保護課(内線2505) 午前8時30分～午後5時 ※土日・祝日を除く

●仕事と家計に関する相談会

働くことや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。

- ・10日(水) 午後1時～4時 北上総合支所
- ・17日(水) 午後1時～4時 牡鹿保健福祉センター「清優館」
- ・24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・茨浜) ☎25-3771 | ・北上(北上) ☎61-7023 |
| ・湊(湊) ☎90-3146 | ・牡鹿(牡鹿) ☎44-1652 |

11月 スポーツ・文化・催し

表記の見方


開 開館時間、利用時間

休 休館日、休業日

※スポーツ行事の中には入場料が必要なものもあります。
※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



- 令和3年度宮城県高等学校空手道新人大会 4日(木)・5日(金)・6日(土) 午前9時
- 第45回三市対抗ソフトテニス大会 23日(火・祝) 午前9時
- 第6回石巻サッカー協会会長杯2021フットサル大会 27日(土)・28日(日) 午前9時
- 日本空手協会第3回石巻地区協議会 昇級審査会 27日(土) 午後2時
- いしのみき総合スポーツクラブ 令和3年度後期会員募集中です。詳しくは問い合わせください。
 - ・スポーツリズムトレーニング体験会 20日(土)
 - ・ノルディックウォーキング体験会 12月4日(土)
- キッズパラエティクス教室 令和3年度後期会員募集中です。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 50人 料金 1,750円
- バドミントン・卓球教室 令和3年度後期会員募集中です。詳しくは問い合わせください。
 - ・バドミントン教室 料金 1,500円+保険料(任意加入)
 - ・卓球教室 料金 1,000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 21日(日)

- 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 ※上靴を持参ください。マシンの説明はいつでも行っています。詳しくは問い合わせください。
- 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 16日(火) 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 12日(金)・19日(金)・26日(金) 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 6日(土)・13日(土) 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 4日(木)・18日(木) 対象 高校生以上 定員 5人 料金 入館料のみ
 - ・インボディ測定会 随時(希望者) 料金 入館料と用紙代100円
 - ・回数券サービスデー 10日(水)・20日(土)・30日(火) 0が付く日は購入した日の料金無料
 - ・トレーニングサポート トレーナーが初心者向けのマンツーマンレッスンをを行います。身体の悩みを改善するサポートを行います。※希望日の前日までに窓口または電話で直接申し込みください。平日・土・日 午前9時30分～午後8時、日・祝日 午前9時30分～午後4時30分 対象 高校生以上 料金 入館料のみ
 - ・競技力向上体験型プログラム 11日(木)・25日(木) 対象 中学2年生以上 定員 20人程度 料金 入館料のみ


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
休 なし

- 宮城県駅伝競走大会 21日(日) ところ 市民球場・フットボール場・ふれあいグラウンド 市民球場
- 宮城県選抜チーム交流大会(中野連) 13日(土)・14日(日)
- 石巻野球フェスティバル 23日(火・祝) フットボール場・ふれあいグラウンド
- 宮城県高校新人大会(ラグビー) 3日(水・祝)・6日(土)・7日(日)
- 高円宮杯東北大会(サッカー) 13日(土)・14日(日) ところ フットボール場
- 宮城県ミニラグビー大会 23日(火・祝)
- 皇后杯JFA全日本女子サッカー選手権大会 27日(土)・28日(日)
- ゴールドリーグ(サッカー) 14日(日) ところ ふれあいグラウンド フットボールフィールド第1
- JFA全日本U-12サッカー選手権宮城県大会 3日(水・祝)
- 高円宮杯東北大会(サッカー) 6日(土)
- 宮城県U15リーグプレーオフ(サッカー) 7日(日)
- 宮城県高体連新人大会サッカー 9日(火)・10日(水)・13日(土)・14日(日)
- 石巻かほく杯U-15サッカー選手権大会 20日(土)・21日(日)・23日(火・祝)・27日(土)・28日(日) フットボールフィールド第2・多目的フィールド
- 宮城県高校新人大会(ラグビー) 3日(水・祝)・6日(土)
- 宮城県秋季中学・交流ラグビー大会 7日(日)
- 北海道・東北・関東地区花園出場代表チーム強化交流会(ラグビー) 20日(土)・21日(日)・22日(月)・23日(火・祝)
- 宮城県ミニラグビー交流大会 28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 休館日 21日(日)、22日(月) 休講日 なし



- サンデープログラム(12～1月) 日曜日限定の短期講座(2カ月間)です。窓口で、直接申し込みください。料金 1回あたり1,150円×開講回数分(1回ごとの受講はできません。別途材料費が必要な講座あり)
- ①冬のパワーヨガ 全4回 午後3時15分～4時45分 対象 中学生以上
- ②ズンバアクア(プールでのレッスン) 全3回 午前11時～正午 対象 中学生以上
- ③つまみ細工で作る「うさぎ雛」 全2回 午前10時～正午 対象 中学生以上
- 2021年度後期講座(10月～3月) 講座受講生募集中。パンフレットは、あいプラザ・石巻受付にて配布中
- 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

- 第58回石巻中央公民館文化祭
 - ・川柳くらげ吟社の作品展 3日(水・祝) 午前10時～午後3時15分
 - ・石巻マンドリーノさわやかコンサート 20日(土) 午後1時30分～4時
 - ・ジョイントコンサート「コーラスを共に」 28日(日) 午後2時～4時
- 子ども育成会石巻支部主催「第13回ドッジボール大会」 3日(水・祝) 午前9時30分 対象 市内小学3～6年生(子ども会単位・学校単位でも可) ※共済加入者に限る。ところ 総合体育館 申込方法 各小学校に配布済みの申込書に記入の上、FAXまたは郵送で申し込みください。
- 子育てサロン「いしっこクラブ」 持ち物 飲み物 当日参加OKですが、なるべく電話予約をお願いします。
 - ・おりがみなど 5日(金) 午前10時～11時30分 定員 親子15組(先着)
 - ・絵本の読み聞かせ、手遊びなど 26日(金) 午前10時～11時30分 定員 親子15組(先着)
- 石巻市ジュニア・リーダーサークルげろっば「第3回げろっば祭り」 ジュニア・リーダーとゲーム(射的、輪投げなど) 27日(土) 午前10時～11時30分 対象 小学1～6年生 定員 30人(先着) 事前に電話で申し込みください。

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6回学習会 片付け上手は暮らし上手。 10日(水) 午後1時30分
- 高齢者教室「寿大学」第6回学習会 リトミック教室。 17日(水) 午後1時30分
- 一般教養講座「つまみ細工教室」 28日(日) 午前10時 対象 市内在住者 定員 15人(抽選) 材料費 2,000円 講師 那須野公美 申込期限 19日(金)正午
- 一般教養講座「アーティフィシャルフラワー教室」 12月2日(木) 午前10時 対象 市内在住者 定員 15人(抽選) 材料費 2,000円 講師 佐々木真由美 申込期限 24日(水)正午

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「やさしい水彩画教室」～柿を描いてみましょう～(初心者向け) 講師 宮城県芸術協会会員 柏谷 佳代子 12日(金)・19日(金) 午後1時～3時 定員 10人(先着) 料金 教材費300円 持ち物 筆記用具、水彩用具(絵の具・筆・パレット・水入れ) ※クレパス可 申込期限 8日(月)
- 利用協講座「秋の介護予防・健康体操教室」～コロナ自粛で低下した体力や認知力を取り戻そう!～ 講師 蛇田レクリエーション愛好会「たんぼぼ」 9日(火)・30日(火) 午前10時～正午 定員 25人(先着) 持ち物 上靴・飲み物・タオル 申込期限 8日(月)正午

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「交通安全教育車体験学習」 10日(水)午後1時30分 対象 稲井くらしの講座会員
- 一般教養講座 マジカルブーケ製作教室 12月8日(水) 午後1時30分 定員 15人 材料費 2,000円 申込方法 30日(火)までに直接申し込みください。

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



- 各種内容については問い合わせください。
- 令和3年度石巻市図書館140周年記念講座「図書館とわたし」 講師 佐藤千代氏 3日(水・祝) 午後2時～3時30分 対象 事前申し込みをした方 定員 15人(先着) 企画展「石巻市図書館140年のあゆみ」も開催中。
 - あかちゃんおはなし会 5日(金)・19日(金) 午前10時30分～10時50分 対象 赤ちゃん連れの親子、これからパパ・ママになる方 定員 5組(先着)
 - たのしいおはなし会 6日(土)・20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の方 定員 5組(先着)
 - 読書会「罪の声」塩田武士著 9日(火) 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)と一緒に練習しましょう。 11日(木) 午前10時～正午
 - 紙芝居とお話の会 13日(土)・27日(土) 午前10時30分～10時50分 定員 5組(先着)
 - おしゃべりな読書会 今月の本「みちのく妖怪ツアー」佐々木ひとみ 著 子どもの本をテキストにした、大人のための読書会です。読み聞かせの勉強にもどうぞ。 14日(日) 午前10時30分～正午
 - 定例おはなし会 20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 9日(火) 午前10時～11時 ところ 蛇田公民館
 - ・わたのは 9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への出張日程はホームページで確認ください。

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)



●行事予定はありません。

遊楽館 ☎72-3561

開 午前9時～午後9時
休 月曜日



- 石巻弦楽アンサンブル第3回発表会 3日(水・祝) 開演 午後1時30分 定員 70人(先着) 團 木村 ☎090-5848-5214
- 秋のコンサート『安田智彦スモールジャズオーケストラ』 3日(水・祝) 開演 午後6時30分、開場 午後6時 料金 3,000円 團 庄子 ☎090-2849-1133
- 遊楽館ロビーコンサート Hyclad(ハイクラッド)～ヴァイオリン&ギター-DUO～(事前申込制) 6日(土) 開演 午後6時30分、開場 午後6時
- ひらつかピアノ教室発表会 14日(日) 開演 午前10時30分 團 平塚 ☎080-5571-4284
- 遊楽館パイプオルガンフリー演奏体験 19日(金)・20日(土) 午前9時～午後5時(1人30分) 申込方法 電話または窓口で申し込み下さい。
- 科学で東北を盛り上げ隊!@石巻 21日(日) 午前10時～午後3時 申込方法 電話で申し込みください。 團 やまがた「科学の花咲くプロジェクト」事務局(山形大学SCITAセンター内) ☎023-628-4517
- MKピアノルーム ピアノ発表会 28日(日) 開演 午前11時 團 藤木 ☎090-2606-9458

河南室内温水プール(遊楽館内) ☎72-3605

開 午前10時～午後9時(土曜日は午前11時から、日曜日・祝日は午後5時まで) 休 遊楽館と同じ



- アクアピクス 12日(金)・26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 14日(日)・28日(日) 午前10時50分～11時50分 対象 成人 定員 10人 料金 500円(初回無料)
- スポーツ教室～コーディネーショントレーニング～ 21日(日) 午前10時30分～11時30分 対象 小学1年生～6年生 定員 20人 料金 1,000円
- ホットヨガ 12月5日(日) 午前9時～9時45分 対象 成人 定員 10人 料金 1,000円(初回無料) 講師 健康運動指導士 笠 安子
- 筋トレ&ストレッチ 毎週土曜日 午後7時～8時 対象 成人 定員 10人 料金 500円(初回無料) 講師 健康運動指導士 平山時生
- プール一般利用 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 ※無料体験あり、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

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

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 ※12月まで野球場は、防球ネット工事のため土曜日と祝日の利用はできません。

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

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 4日(木)・18日(木) 午後6時30分、9日(火) 午後2時、30日(火) 午前10時
- ビッグバン ☎62-1120 12日(金)・26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 7日(日)・24日(水) 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

11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	1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	8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
11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
25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	19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	11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
29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。 定員 6組程度 ※要予約	4日(木)	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)		9日(火)		河南総合支所 市民福祉課 ☎72-2094	

○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(水)・19日(金)・30日(火)	個別に 通知します	保健相談センター		
	1歳6カ月児健診	5日(金)・12日(金)・25日(木)				
	2歳児歯科健診	9日(火)・17日(水)・26日(金)				
3歳児健診	2日(火)・11日(木)・16日(火)					
河北 雄勝 北上	3～4カ月児健診	17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	24日(水)				
	2歳児歯科健診	10日(水)				
河南 桃生	3～4カ月児健診	26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	11日(木)				
	3歳児健診	18日(木)				
牡鹿	3～4カ月児健診	30日(火)			個別に 通知します	保健相談センター
	1歳6カ月児健診	25日(木)				
	2歳児歯科健診	26日(金)				
	3歳児健診	16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
15日(月) 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
25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
10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 21日(日) 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)

問 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:さまざまな形で子どもを亡くした親の集いです。

とき 28日(日) 午後1時 ところ 保健相談センター 問 「つむぎの会」 ☎090-8614-5466

○まきっこの会:ひきこもりの家族会です。

とき 21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) 問 「まきっこの会」 ☎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。

○仙台的のちの電話 ☎022-718-4343(24時間年中無休)

○毎月10日「自殺予防のちの電話」 ☎0120-783-556(午前8時～翌朝8時)

問 健康推進課 ☎94-9132

食育推進コーナー

《宮城の食材でバランスの取れた食生活を》

宮城県では令和3年4月に「第4期宮城県食育推進プラン」をスタートしました。「次世代へ伝えつなげる食育の推進～健やかに、宮城で生きる～」をコンセプトとし、子どもやこれから親になる若い世代を中心に、県民一人ひとりが食について考え、望ましい食生活を実践できるよう食育活動を展開していきます。

皆さんも、宮城の豊富な食材で主食・主菜・副菜を揃え、バランスの取れた食生活を実践するとともに、地域や家庭で地元の食材や食文化を伝えましょう。

問 県東部保健福祉事務所 ☎94-6124



「みやぎの食育」

メンタルヘルス講演会

「長引くコロナ禍の今、心の健康を保つために」～ストレスを感じたときの対処法～

新型コロナウイルス感染症の拡大により、当たり前だと思っていた生活が一変しました。新型コロナワクチン接種などの予防策がすすむ一方、今まで経験しなかった不安や焦りからストレスを感じている人が少なくないのではないのでしょうか。

誰も不安を感じるような今、どのような心構えで生活していけばよいか、ストレス対処法など、昨年度に引き続き、精神科医の原先生にわかりやすくご講演いただきます。新型コロナウイルス対策を講じながら開催しますので、ぜひ来場ください。

とき 11月17日(水) 午後2時～3時30分

ところ 河北総合センター(ビッグバン) 文化交流ホール

定員 100人(先着)

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(仙台市) 院長 原 敬造先生(精神科医)

申込期限 11月10日(水)

問・問 健康推進課(内線2419)、各総合支所市民福祉課

愛の献血

問 健康推進課(内線2418)

とき	ところ	受付時間
7日(日)	(株)カワチ薬品石巻西店	午前10時～11時45分 午後1時～4時30分
20日(土)	イオンモール石巻	
27日(土)		

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

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

※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。

【河北地区】子宮がん検診を実施します

とき 11月17日(水)～18日(木) ところ 河北総合センター(ビッグバン)
 対象 20歳以上の女性
 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。申し込みを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連絡ください。
 ※対象年齢は令和4年3月31日(木)を基準としています。
 ㊟・㊿ 河北総合支所 市民福祉課 ☎62-2117(内線163)

【石巻地区】子宮頸がん検診が終了します

とき 12月10日(金)まで ところ 指定医療機関
 対象 20歳以上の女性
 まだ受けていない方は、早めに受診しましょう。
 対象者であって追加申し込みを希望する場合や、検診の申し込みをしていて通知書が届かない場合は連絡ください。
 ※対象年齢は令和4年3月31日(木)を基準としています。
 ㊟・㊿ 健康推進課(内線2427)



11月は歯と口腔の健康づくり月間です

むし歯や歯周病を予防するために、一人ひとりが自分にあった「お口のケア」に取り組みましょう。

今使っているハブラシの「特長」を知ろう 自分にあったハブラシとは？

ハブラシにはそれぞれ「特長」があります。極薄ヘッドは「奥歯の奥までみがきやすい」、超極細毛は「歯周ポケットに届きやすい」、ドーム型は「歯ぐきマッサージが出来る」などです。製品の表示をよく読んで使用する目的に合ったものを選びましょう。

【さまざまなハブラシの種類(一例)】



ハブラシの「毛の硬さ」は歯ぐきの状態に合わせて選ぶ

「ふつう」歯ぐきの状態が健康であれば「ふつう」のハブラシを選びましょう。
 「やわらかめ」歯肉炎などで歯ぐきから出血しやすい場合は「やわらかめ」を選び、丁寧にブラッシングしてください。歯ぐきの出血などが改善したら「ふつう」の硬さのハブラシに変えていきましょう。
 「かため」「かため」のハブラシは、汚れを落とす力は高いですが、歯ぐきを傷めないように注意してみがいてください。



※この取り組みは、市とライオン(株)の包括連携協定に基づき、実施しています

㊟ 健康推進課(内線2429)

【石巻地区】結核・肺がん検診が終了します

結核・肺がん検診が11月20日(土)で終了します。
 まだ、受けていない方は、早めに受診しましょう。申し込みをしていない方で、受診を希望される方は、追加申し込みができますので連絡ください。
 ㊟・㊿ 健康推進課(内線2413)

聴き上手養成講座～いのちとこころを支える～

身近な人とのコミュニケーションで悩むことはありませんか？
 内容は、今日から役立つ身近な人への上手な話の聴き方、声のかけ方を学べる講話と実技です。聴き上手になるポイントを学び、あなたも身近な人に声をかけることから始めてみませんか。感染症対策を講じて開催します。

とき 11月5日(金) 午後1時30分～3時
 ところ 保健相談センター 3階講義室

定員 30人(先着)

講師 みやぎ心のケアセンター 副センター長 山崎 剛先生
 保健師・公認心理師 桑島 由美先生

申込期限 11月4日(木)

㊟・㊿ 健康推進課 ☎94-9132



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。
 ※診療日が変わる場合があります。ホームページで確認するか、問い合わせください。
 ○皮膚科を受診される方へ
 ・新規患者は予約制による診療となります。
 ・他の医療機関で皮膚疾患治療中の方が受診する際は、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

11月の休日等救急当番医

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

とき	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
3日(水・祝)	内科	齋藤病院(山下町一丁目)	☎96-3251
	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
7日(日)	内科	よしろう内科(住吉町一丁目)	☎22-3277
	小児科	夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
14日(日)	内科	駅前北きし内科クリニック(駅前北通り一丁目)	☎95-3123
	小児科	夜間急患センター(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

※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
21日(日)	内科	高橋消化器内科(千石町)	☎95-1621
	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
23日(火・祝)	内科	古山内科・循環器科(元倉一丁目)	☎23-0221
	小児科	中山こどもクリニック(中里三丁目)	☎95-4121
	産婦人科	しらゆりクリニック(蛇田字新立野)	☎22-3717
28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

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
3日(水・祝)	ものうファミリークリニック(桃生町中津山)	☎76-4024	藤野整形外科(矢本)	☎83-2121	デンタルクリニック齋藤(穀町)	☎23-5566
7日(日)	石巻ロイヤル病院(広洲)	☎73-5888	仙台ペインクリニック石巻分院(赤井)	☎82-1310	坂井おとなこども歯科(中里三丁目)	☎22-4618
14日(日)	簡野医院(鹿又)	☎74-2244	野蒜ケ丘痛みのクリニック(野蒜ケ丘)	☎98-6662	ササキ歯科クリニック(大街道北四丁目)	☎92-1182
21日(日)	紫桃内科医院(鹿又)	☎75-2325	イオンタウン矢本内科(小松)	☎24-6119	鈴木歯科クリニック(大街道北三丁目)	☎93-4182
23日(火・祝)	櫻井内科クリニック(広洲)	☎73-3811	森さい生医院(野蒜ケ丘)	☎98-8891	青葉歯科医院(門脇字青葉西)	☎96-6602
28日(日)	成田医院(相野谷飯野川町)	☎62-3221	神山クリニック(赤井)	☎98-8617	高城歯科医院(恵み野六丁目)	☎96-7788

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

11月の子育て支援コーナー

子育て
メール相談



支援センター
詳細はこちら



市子育て支援センターとは

- ・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。
 - ・原則土日・祝日は休館日です。
- ※詳しくは各支援センターにお問い合わせください。

※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。

湊子育て支援センター

☎94-2366

- ・みんなと遊ぶの日「エプロンシアター」
12日(金) 午前10時30分～11時 定員 6組
 - ・助産師による成長測定
15日(月) 午前10時15分～11時 定員 4組
 - ・メディカルメガバンク講座「授乳婦における医薬品の考え方」
19日(金) 午前10時30分～11時 定員 6組
 - ・図書館職員による読み聞かせ えほんびより
26日(金) 午前10時30分～11時 定員 6組
 - ・助産師による親子ピクス
30日(火) 午前10時30分～11時30分 対象 6カ月～3歳 定員 8組
- ※全行事要予約
※各講座の受付開始日 1日(月)
※定員に満たない場合は当日も受け付けます。
※各広場・行事の受付時間 午前9時～午後4時
- ・あそびの広場(稲井公民館) 9日(火) 対象 稲井地区の方
- ★自由開放日(3カ月～就学前)
- ・午前・午後開放 11日(木)・25日(木)
午前9時30分～11時30分、午後1時～3時
 - ・午後開放 毎週月～金曜日 午後1時～3時 ※9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

☎25-0567

- ・わいわい交流会 16日(火) 午前10時～11時30分 定員 5組
 - ・ファミサポ説明会 18日(木) 午前10時30分～11時30分 定員 6組
 - ・栄養士による健康講座「咀嚼の大切さについて」
19日(金) 午前10時～11時30分 定員 6組
 - ・成長測定・子育て相談
29日(月) 午前10時～11時30分 定員 6組
- ★自由開放日
- ※午前中の活動は要予約
 - ・午前開放 毎週月、木曜日(29日(月)は除く)
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

釜子育て支援センター「あおぞら」

☎24-6113

- ・助産師による身体測定 8日(月) 定員 7組
持ち物 母子手帳、2歳以下の子はフェイスタオル1枚
 - ・えほんびより 10日(水) 定員 7組
 - ・離乳食講座(子育てふれあいサロン) 17日(水) 定員 7組
 - ・手洗い講座～汚れが見える面白実験～ 18日(木) 定員 7組
- ★自由開放日(就学前まで) 午前10時～午後3時
※前日までに要予約
- ★あそび場自由開放日 午前10時～午後3時 ※前日までに要予約
1日(月)・5日(金)・12日(金)・15日(月)・19日(金)・22日(月)・26日(金)・29日(月)

にじいろひろば

☎070-1142-9332

- ・「リズムあそび」 ※要予約
4日(木) 午前10時30分～11時30分 定員 5組
 - ・歯の相談会 坂井おとな子ども歯科 ※要予約
15日(月) 午前10時30分～正午 定員 5組
- ★自由開放日
- ・毎週 火・水・金曜日 午前10時～午後3時(祝日を除く)
 - ・農園プレーパーク 畑であそぼう! 毎週火・金曜日
午前10時30分～正午(祝日を除く)

なかよし保育園地域子育て支援センター

☎96-4551・FAX22-9881

- ・たまごひよこサロン 1日(月)
 - ・ツインズデーと孫育て広場 5日(金)・19日(金)
 - ・中里28会ふれあい広場 8日(月)
 - ・育児講座「スノードームを作ろう」 12日(金)
 - ・育児講座「ベビーマッサージ」 26日(金)
- ※全行事要予約
- ★自由開放日
15日(月)・22日(月)・29日(月)
午前9時30分～午後4時30分

マタニティ・子育てひろば「スマイル」

☎98-5322

- ・保健講話 8日(月) 午前10時30分～11時30分
 - ・からだであそぼ 19日(金) 午前10時30分～11時30分
 - ・お誕生日会 29日(月) 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
休館日 日・祝日

河南子育て支援センター パプラ

☎・FAX72-4670

- ・誕生月の集まれday「身体測定&手形押し」 1日(月)
 - ・そらめくんのうたとお話 2日(火)
 - ・保健師・栄養士の身体測定・子育て相談 2日(火)
 - ・小田嶋助産師の親子ピクス 4日(木)
 - ・ゆいちゃんのリフレクソロジー 9日(火)
 - ・スクエア子育てひろば
「クッキー先生のHappy講座～無敵な笑顔でコロナ退散♥～」
11日(木) 定員 15組(先着) 料金 300円
 - ・黒須さんのヨガ 16日(火)
 - ・消防士による心肺蘇生法 18日(木)
 - ・ミュージックケア 25日(木)
 - ・看護師によるミニ講話「子どもの症状をみるポイント」 30日(火)
- ★自由開放日
- ・午前、午後開放 1日(月)・8日(月)
午前9時～正午、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 ※11日(木)を除く

桃生子育て支援センター「キッズホーム」

☎76-4521

- ・乳幼児の交通安全講話 10日(水) 午前10時30分～11時30分
定員 6組 講師 桃生駐在所所長
 - ・絵本の読み聞かせ 絵本の読み聞かせボランティアおはなしポケット
11日(木) 午前10時30分～11時30分 定員 6組
 - ・ミニマナー講座 17日(水) 午前10時30分～11時30分
定員 6組 講師 財務省東北財務局
 - ・赤ちゃん講座母乳離乳 18日(木) 午前10時30分～11時30分
対象 0歳、1歳児 定員 6組 講師 国際ボンディング協会
 - ・歯科指導 24日(水) 午前10時30分～11時30分
定員 6組 講師 石巻市歯科衛生士
 - ・保健講話アロマと絵本 25日(木) 午前10時30分～11時30分
定員 6組 講師 乳幼児保育園ミルク
- ★自由開放日
5日(金)・8日(月)・9日(火)・16日(火)・19日(金)・22日(月)・29日(月)・30日(火)
午前9時30分～午後3時
定員 6組(先着) ※2時間程度利用できます。食事不可。
※子育てサークルへ広場貸し出し有り
休館日 土日・祝日

北上子育て支援センター

☎66-2177

- ・ヨガ教室 10日(水)
 - ・わらべうたベビーマッサージ 15日(月)
- ★自由開放日 午前開放 毎週火・木・第1、3金曜日 午前10時～正午
午後開放 毎週月～金曜日 午後1時～3時

河北子育て支援センター

☎61-1601・FAX62-2359

- ・看護指導 5日(金) 午前10時～11時30分 定員 6組
 - ・保健師来所～身体測定～
8日(月) 午前10時～11時30分 定員 6組
 - ・えほんびより 17日(水) 午前10時～11時30分 対象 2歳以上
 - ・親子研修会 19日(金) 午前10時～11時30分 定員 6組
- ★自由開放日
- ・午前自由開放(0歳～未就園児) 毎週木曜日 午前10時～11時30分
1日(月)・15日(月)・22日(月)
 - ・午後自由開放 月・火・木・金曜日(7～11カ月)、水曜日(3～6カ月)
午後1時30分～3時
- 休館日 土日・祝日

雄勝子育て支援センター

☎25-6331

- ・保健師来所 16日(火) 午前10時～11時30分
 - ・わらべうた遊び(地域交流会) 18日(木) 午前10時～11時30分
- ★自由開放日
- ・午前開放 毎週水・金曜日 午前9時30分～11時30分
 - ・午後開放 毎週火～金曜日 午後1時30分～4時30分
- 休館日 毎週月曜日

牡鹿子育て支援センター

☎45-2197

- ・お散歩&外遊び 2日(火)
 - ・子育てセミナー「いい歯になろう」
10日(水) 午前10時30分～11時30分
 - ・子育てセミナー「スキんケア」 17日(水) 午前10時30分～11時30分
 - ・からだを動かして遊ぼう 24日(水) 保健師の育児相談があります。
- ★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

子育て世代包括支援センター(相談窓口)

対象 妊娠中の方、0歳～18歳未満の子どもを子育て中の方、子育てに関わる方

- ・いっしょいっしょえきまえ ☎98-4158
開館時間 午前10時～午後6時
土日・祝日 午前9時30分～午後5時
- ・いっしょいっしょへびた ☎24-6878
開館時間 午前9時～午後4時 ※土曜は要予約

子どもセンターらいつ(児童館)

☎23-1080

- ・音楽であそぼう
9日(火)・30日(火) 午前10時30分～11時30分
対象 しっかり歩ける1歳～2歳児の親子 定員 10組 ※要予約
 - ・親子でほかほか～抱っこ・おんぶサロン～ ※要予約
11日(木) 午前10時30分～正午 対象 妊婦または乳幼児親子
定員 10組
 - ・あつたかほかほか運動遊び
11日(木) ①午後3時～3時35分、②午後3時35分～4時
対象 ①年中～年長、②満3歳児～年少 定員 各回6組程度
※要予約
 - ・ベビーマッサージ 19日(金) 午前10時30分～11時30分
対象 はいはいまでの乳児親子 定員 10組 ※要予約
- 開館時間 午前9時30分～午後7時
対象 乳幼児～高校生世代の子ども、保護者
休館日 3日(水・祝)・4日(木)・7日(日)・18日(木)・23日(火・祝)



予約はこちらから



乳幼児保育園ミルク

☎96-5178

特定非営利活動法人・乳幼児保育園ミルクは、0歳から6歳までの85人を保育しており、地域の働く世代を支えています。子どもたちはのびのびとした環境で元気に遊び、春は親子遠足、夏はプール遊び、秋は運動会にいまほり、冬になればクリスマス会や生活発表会などめじろの押し

芋ほり



の行事で楽しんでいます。保護者の皆さんと職員、地域の方々の交流も深く、ともに成長していきながら子どもたちを見守っている保育園です。

お詫びと訂正

市報10月号の「子育て駅伝」で、リトルマーメイドインターナショナルプリスクールを利用する保護者の方の名前に誤りがありました。正しくは「川村美和子」(かわむらみわこ)さんです。お詫びして訂正します。



園舎全景



運動会



イベントへの参加



秋祭り

利用者さんインタビュー



♥小松義喜さん、晴芽くん(5歳)(写真左)
0歳児から入園し、ずっとお世話になっています。家では見られない一面を垣間見ることがあり、息子の成長を感じながら元気いっぱい園で活動していることをうれしく思います。昨年はコロナ禍で多くの行事が中止となりましたが、今年は運動会が実施され、延期となっていた遠足も秋にあります。息子にとっていい思い出になると感じています。園では職員の方々や地域、保護者の皆さんとの交流が深く、とてもいい環境です。

♥石田愛さん、彩羽ちゃん(4歳)(写真右)
2歳児から入園し、お世話になっています。最初のころは毎日朝に大泣きして不安もありましたが、先生方のおかげで今は「早く行こう」と毎日通園するのが楽しみにしています。園では汗をあげばシャワーで流してもらい、衣類も汚れると水洗いまでしていただき、本当にありがたいです。今年はコロナ対策を徹底しながら運動会も催され、併設されている病後児保育もとても助かっています。





海、川を 安全に楽しむ 拠点施設

震災教訓で船舶陸揚げ保管

完成「石巻市南浜マリーナ」

市中心部を流れる北上川の河口部に整備された「石巻市南浜マリーナ」が8月30日に供用開始されました。小型船舶などを陸上保管する本市初の施設であり、県内でも初の公共マリーナです。東日本大震災では、河口部に無秩序に係留された船舶が津波で市街地に流れ込んで大きな被害を出しており、陸揚げすることで被害をなくす教訓が生かされています。完成を祝った式典では着水式や記念のクルージングが催されました。マリーナは旧市立病院跡地など市有地を活用しています。陸上には130隻の平面保管、浮棧橋では最大30隻の一時的な水面保管ができます。市民の皆さんの安全安心を確保するとともに、海や川を楽しむ地域の拠点・大きな財産として、これからの利活用が期待されています。

図 河川港湾課(内線5607)

エスディーゼーズ ウィーク

9月21日～27日開催

イオンモール石巻

SDGSWEEK 2021

開催しました!

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々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。

「SDGsってなんだろ?」「誰が取り組むの?」といったSDGsの基本的内容の説明や、市の取り組み・市内小学校の取り組みなどを紹介する「SDGSWEEK(エスディーゼーズ ウィーク)2021」をイオンモール石巻(茜平四丁目104)で開催しました。

図 SDGs地域戦略推進室(内線4223)

1階「緑の広場」では、SDGsの17の各ゴールを解説するパネルをはじめ、市内小学校2校の取り組みや、石巻専修大学の取り組み、SDGs大漁旗の展示などを行いました。フォトスポットには直径2mを超える大きなSDGsホイールを設置!楽しく写真を撮る親子連れも見られました。



釜小学校の取り組み紹介



大谷地小学校の取り組み紹介



◀石巻専修大学の取り組みはPepper(ペッパー)が紹介 ※石巻専修大学はPepper社会貢献プログラムに参加しています。

SDGs環境コーナー

市の環境施策を中心に取り組みを紹介。雨水利用タンク、生ごみ減量容器、太陽光発電などの補助金制度や海岸清掃活動など、幅広い取り組み紹介のほか、(一社)フードバンクいしのまきによるフードドライブも行われました。

- ▲雨水利用タンク(補助金)
- ▲生ごみ減量容器(補助金)
- ▲フードドライブ
- ▲海岸で回収したプラスチックごみ
- ▲石巻・川のビジターセンター
- ▲みちのく潮風トレイル

SDGsめりえコーナー

石巻地区の市立保育所・こども園幼児の皆さんが描いた「めりえ」168枚を展示。

イオンモール石巻 店舗のSDGs取組紹介

イオンモール石巻の各店舗でも、さまざまな取り組みが行われています。

エコバッグワークショップ

レジ袋を削減し、環境保全に貢献するエコバッグ。自由に絵を描いて、オリジナルバッグを作るワークショップを開催。

グリーンスローモビリティ試乗会

時速20km未満の低速で走る環境にやさしい電気自動車です。珍しい車両に興味深々な方も!現在のぞみ野地区で運行中です。

SDGsクイズラリー

4カ所に設置されたクイズに答えると粗品がもらえるクイズラリーを実施。お子さんたちが楽しく参加していました。

みんなのた場



北上地区・北上町女川

大内

- 優陽君 (11歳 北上小学校6年)
- 瑛斗君 (10歳 北上小学校5年)
- 柊斗君 (10歳 北上小学校5年)
- 瑠菜ちゃん (6歳 北上小学校1年)

酪農手伝い仲良しきょうだい

北上町女川で酪農を営む大内章宏さん、あかりさん夫妻には4人の子どもがいます。両親の健一さん、葉子さん、祖母のスミエさんも同居しており、総勢9人のまさににぎやか家族です。

長男の優陽君は下の子の面倒見が良く、次男の瑛斗君は運動が得意で、授業でも同級生のお手本になります。双子で三男の柊斗君はしっかりと自分で決めたことをしないと気が済まない性格だそうです。兄のまねをしたがる一番年下の瑠菜ちゃんは3人をまぜた

ような性格で、ずっとおしゃべりしていて家族を明るくします。

男の子3人はスポーツ少年団で野球に汗を流します。チームは新型コロナウイルス感染症拡大の影響で長く休止していましたが、10月からようやく活動を再開しました。家に4人いるときは、ゲームをして過ごすことが多いそうです。時にはけんかもありますが、基本的には仲が良いきょうだいです。

上の3人は学校から帰って宿題を済ませると、牛舎でえさやりや寝床づくりを手伝います。瑠菜ちゃんも「牛がかわいい」と言い、時々、親を手伝って子牛にミルクを与えるそうです。ただ、生き物相手の酪農は年中無休。家族での旅行は3年前に1度、行ったきりですが、4人は不満を言いません。両親は「なかなか構ってあげられなくても、自分たちだけである程度何でもできるの助かっています」と子どもに感謝しています。

特に優陽君は「大変だと思ふ」と親の仕事を理解しています。そんな優陽君が将来になりたい仕事は酪農家、ではなく大工さん。婿養子で酪農を継いで8年ほどの章宏さんは、「自分たちの代で終わりがかな…」と苦笑いしていました。4人の子の意志を大事にする両親は「自分から進んで何でもやる子、しっかりとした芯のある子に成長してほしいです」と願っていました。



親思いの優しい子どもたちです

ささえあいセンター通信 ⑥

～「福祉まるごと相談窓口」などについて～

ささえあいセンター事業の一つに、包括的な支援体制構築事業として「福祉まるごと相談窓口」があります。「福祉まるごと相談窓口」では、多くの問題を抱えている場合や制度の狭間で困りの方などの相談を「受け止めて」「問題を整理して」「関係機関につなぐ」ということを行っています。

また、「どこに相談していいかわからない」「市役所には相談に行きづらい」場合や「ヤングケアラー(18歳未満で親の介護や世話などをしている)」「ひきこもり」など周囲からの相談も受けています。

仕事などで日中の時間がとれない場合は、事前予約で夜間相談(毎週木曜日 午後5時～7時)・休日相談(第3日曜日 午前9時～午後1時)も行っています。

●「福祉まるごと相談窓口」の実績

相談件数

	令和元年度	令和2年度	計
単発相談	70	114	184
継続相談	38	78	116
計	108	192	300



詳しくはホームページで

令和元年度の相談内容は、主に「病気や健康、障害のこと」「収入・生活費のこと」「介護について」の順で多い状況でした。

令和2年度は、「病気や健康、障害のこと」「収入・生活費のこと」は前年度と同じですが、次に「住まいについて」が新たに多くなり、コロナ禍の影響もあるためか生活困窮に起因する内容が多くなりました。

●「包括的な支援体制構築事業」

「福祉まるごと相談窓口」のほかに、地域づくりとして、「地域で困っていること」の解決に向けて話し合いをしたり、気軽に交流できる居場所づくりなど、地域のさまざまな相談の受け止め・地域づくりも進めています。



私たちが相談に乗ります

☎ 包括ケア推進室(ささえあいセンター内)

☎ 25-6659



石巻市立桜坂高等学校

桜坂だより

第24号

こんにちは、桜坂高等学校です。

今回は式典行事進行補助として参加した【第40回全国豊かな海づくり大会】のリハーサルと、全校生徒で参加した南浜津波復興祈念公園の【復興の森植樹】の様子を紹介します。



9月5日

【第40回全国豊かな海づくり大会】のリハーサルには、当日担当生徒を含む18人が参加し真剣に式典行事補助の練習を行いました。10月3日の式典当日は式典補助・介添として、練習の成果を発揮することができました。



9月22日

定期考査が終了したこの日の午後、全校生徒が徒歩で南浜津波復興祈念公園へ移動。各クラス指定の区画に、1人あたり4～5本のクロマツ(市の木)などの苗を植樹しました。この場所が、皆さんの植えた木々によって豊かな森となるようにみんなで見守っていきましょう。



牡鹿 おかげさまで2周年

ホエールタウンおしかで感謝祭



鮎川浜の観光拠点施設ホエールタウンおしかの開館2周年を記念した「ありがとう感謝祭」が10月2、3日に開かれました。初日は金華山沖で獲れたサバやタイ、タチウオなどの詰め合わせがお得に購入できるコーナーに長蛇の列ができたほか、買い物金額に応じて引ける抽選会も人気。鮎川港を眺めながらカキやホタテの浜焼きを楽しめるブースもあり、地域の皆さんや親子連れでにぎわいをみせていました。

石巻 芸術、文化の街で大行進

装飾ランドセル背負い

市街地の芸術、文化拠点を巡りながら行進する「石巻アートパレード」が9月26日、石巻駅前や中心市街地で行われました。東日本大震災直後に支援物資で届いたが、余ってしまったランドセルを素材としたアート作品を背負い、JR石巻前から日和山公園を經由して石ノ森萬画館まで約3時間かけて歩きました。参加者は街なかにアート拠点がが増えてきたことを実感していました。



河北 市職員の仕事 肌で体験

飯野川中学校の2年生

9月21日に飯野川中学校2年生2名が、1日職場体験で河北総合支所を訪れました。午前中に庁舎内を見学しながら各課の業務内容について職員から説明を受けた後、総合支所庁舎内外に交通安全の啓発幕を設置しました。午後からは上品山牧場や排水機場へ足を運び、現場を目の当たりにしながら、管理・運営や仕組みについて学びました。短いスケジュールの中で、1つ1つの体験に真剣な表情で取り組んでいました。



雄勝 開放空間に響く歌と演奏

1300回目のわいわい音楽会

「第130回わいわい音楽会inおがつ」が9月26日に雄勝観光物産交流館の屋外デッキで行われました。市内外のアマチュア演奏家らが邦楽、洋楽などを披露し、歌と演奏でにぎわいを生みだしていました。42年前に仙台市で始まった音楽イベントであり、県内を巡回しています。初秋の雄勝湾が一望できる開放された空間に音色が響き、足を止めた人々は体を揺らしてリズムを取っていました。



河南 死亡事故ゼロ1000日は通過点

安協河南支部・きずな作戦展開

秋の交通安全県民総ぐるみ運動(9月21~30日)の初日に合わせ、石巻地区交通安全協会河南支部は、広瀬を通る国道108号沿い交差点で街頭啓発活動「かなん絆作戦」を展開しました。河南地区では平成31年1月8日から死亡事故ゼロを継続し、10月3日に1000日を達成しました。



桃生 3年生最後の晴れ舞台

桃生中吹奏楽班・校内演奏会

桃生中学校の総合文化部吹奏楽班約30人による校内演奏会が9月15日に体育館で開催されました。本来、演奏会は文化祭の中で行われる予定でしたが、コロナ禍で文化祭を催すことが困難だったため単独で行われました。3年生部員にとってはこれが中学校最後のステージ。「夜に駆ける」「ハナミズキ」などアンコールを含めて計9曲演奏し、聴衆の生徒たちも手拍子などで盛り上げました。



北上 黄金色の稲穂 実りの秋

北上小3年生が稲刈り体験

北上小学校の3年生13人が、北上町女川の水田で9月22日に稲刈りを行いました。地元農家の皆さんに鎌の使い方を教わった後、今年5月にみんなで植えたモチ米「みやこがね」の稲を刈り取りました。活動は農業学習の一環で、例年は地域の皆さんと一緒にもちにして食べていますが、コロナ禍で昨年からは休止しています。脱穀や精米した後は子どもたちで食べる予定です。



蛇田新橋の暫定開通のお知らせ

老朽化のため架け替えを行っていた蛇田新橋の暫定開通を開始しました。これまで通行止めの右図の青線箇所が通行可能となります。周辺では引き続き工事を行っており、交通規制を行う場合がありますので、ご協力をお願いします。

また、休止していたミヤコーバスの「新橋」バス停についても11月1日から利用可能となります。

とき (暫定開通開始)

10月30日(土)午前7時から

☎ 道路第2課(内線5644)



国土地理院 電子国土Webを使用し作成

下水道工事に伴う交通規制

令和4年1月31日(月)まで下水道工事による通行止めとなります。ご迷惑をおかけしますが、よろしくをお願いします。

☎ 施工者(工事現場に関して)
前田・大日本土木・若生JV
☎95-4572
発注者(本工事全般に関して)
日本下水道事業団石巻分室
☎21-6234
事業主体(下水道事業に関して)
市下水道建設課(内線5718)



口座振替推進キャンペーン実施中

新規で税金などの口座振替の申し込みをした方へオカード1,000円分を贈呈します。条件や税目など、詳しくは市ホームページで確認いただくか、お問い合わせください。

とき 12月15日(水)まで

☎・☎ 納税課(内線3135)



口座振替納付内容の確認は通帳で

市税(料)などの口座振替での納付内容は、通帳の記帳により確認ください。1年間の口座振替納付内容を記載した「納付済通知書」を希望の方は、納税課までご連絡ください。12月中旬から順次発送を行います。

☎ 納税課(内線3135)

今月の休日 窓口開庁の お知らせ

開庁日時 11月7日(日)・21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 11月30日(火)
○固定資産税 第3期
○国民健康保険税 第8期
○後期高齢者医療保険料 第5期
口座振替不能者の再振替日 11月15日(月)
(11月1日納期限分)
○市県民税 第3期 ○国民健康保険税 第7期

表記の見方

☑ 申し込み ☑ 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279号 令和3年11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

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。

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)

ごみだしアプリ



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

住民基本台帳による石巻市の人口と世帯数

令和3年9月末現在	人口 139,136人 世帯数 61,996世帯
令和2年9月末現在	人口 141,204人 世帯数 61,840世帯