



# いしのまき



▲石巻高校から借り受けた聖観音立像も展示された



▲博物館公開初日に高橋英吉の彫像に見入る人たち

## 文化、歴史 の拠点完成



▲テープカットで開館を祝った

### 石巻市博物館が開館

### 高橋英吉の「海の三部作」や 毛利コレクションなど収蔵



▲人権派弁護士として有名な蛇田生まれの布施辰治ら石巻の先人コーナーも



▲「江島サッパ」と言われる木造船は、女川町江島でアワビ漁などに使われた



石巻市イメージキャラクター

マルホンまきあーとテラス内に完成した石巻市博物館の開館記念式典が11月1日に行われました。石巻市出身の彫刻家、高橋英吉の代表作「海の三部作」や毛利コレクションなど郷土が誇る逸品が、東日本大震災を経てようやく石巻に帰ってきました。3日のオープン初日は、終日無料で公開され、約1,100人が訪れました。

まきあーとテラスは震災で被災した石巻文化センター、石巻市民会館に代わる施設として誕生しました。博物館は常設展示室と企画展示室・資料閲覧室で構成されます。料金設定は別々ですが、企画展示室のチケットがあれば常設展も入場できます。新たな文化の拠点、観光資源として期待されています。

# 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するものです。

**と き** 12月31日(金) 24時から打ち上げ **と ころ** 石巻南浜津波復興祈念公園 多目的広場(四丁目北広場)

**実施内容** 打ち上げ花火610発(2.5~4号玉、スターメインほか)

**駐 車 場** 聖人堀駐車場、門脇駐車場、南浜マリーナ駐車場、網地島ライン駐車場を開放します。

※駐車台数には限りがありますので、車でお越しの際は乗り合わせてお越しください。

**そ の 他** ラジオ石巻(FM76.4)による実況中継のほか、新型コロナウイルス感染症対策のためYoutube!による動画配信を行います。



動画はこちらから

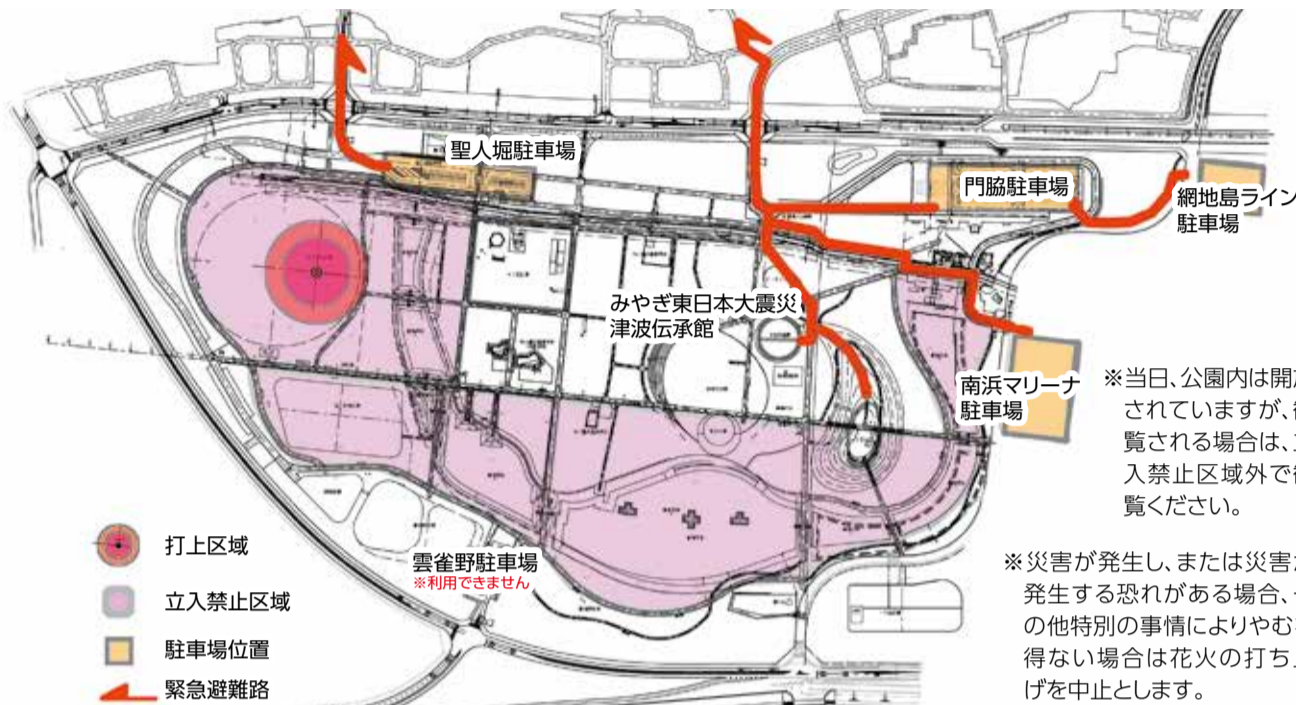


図 いしのまき希望の花火2022実行委員会事務局((特非)いしのまきNPOセンター内) ☎23-0851 市復興政策課(内線4216)

## ○防災ラジオの無料配布について

ラジオ石巻(FM76.4)による実況中継を行います。ラジオをお持ちでない方は、その際使用できる「防災ラジオ」を希望者に無料配布します。「防災ラジオ」は、防音性の高い室内や暴風雨などの影響により、防災行政無線が聞こえにくい状況でも、避難に必要な緊急方法および国民保護情報を取得できます。

今回は、石巻市との共催により、市内に居住している方で希望者に配布します。希望する方は、免許証などの本人確認できるものを持参してください。

**配布場所** 危機対策課(市役所4階)  
 石巻市NPO支援オフィス(総合体育館1階)  
 ☎23-3641  
 石巻観光協会(かわまち交流センター1階)  
 ☎93-6448

☎ 危機対策課(内線4158)

## 市の財政状況をお知らせします

これは、令和2年度・令和3年度に市の財政がどのように運営されたのか市民の皆さんに広く知っていただくために公表するものです。

### 【特別会計】

区分	予算現額	収入済額	支出済額
土地取得	2億1,802万円	2億1,796万円	2億1,796万円
水産物地方卸売市場	3億8,626万円	3億8,847万円	3億8,847万円
市街地開発	58億8,877万円	58億4,197万円	39億1,436万円
国民健康保険	161億8,879万円	157億5,618万円	157億580万円
後期高齢者医療	17億9,081万円	17億8,897万円	17億7,773万円
介護保険	145億5,621万円	144億6,072万円	142億2,479万円
計	390億2,886万円	384億3,427万円	362億911万円

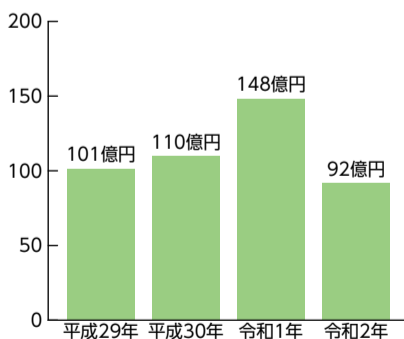
石巻地方広域水道企業団への負担金 4.8億円  
 石巻地区広域行政事務組合への負担金 40.1億円

人口	14万68人	世帯数	6万1,976世帯
一人当たり市税納付額	13万8,086円	一人当たり一般会計歳出	127万5,183円
一世帯当たり市税納付額	31万2,079円	一世帯当たり一般会計歳出	288万1,960円
一人当たり貯金残高	6万5,336円	一人当たりローン(市債)残高	60万5,28円
一世帯当たり貯金残高	14万7,661円	一世帯当たりローン(市債)残高	135万7,215円

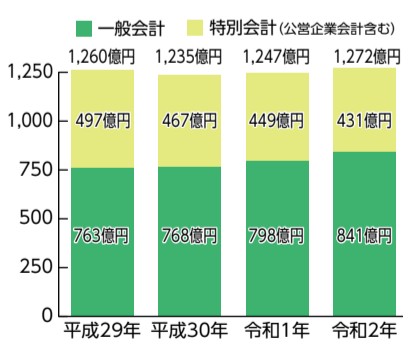
### 【財政健全化指標】

	令和2年度	早期健全化値基	財政再生標準
実質赤字比率	—	11.46	20.00
連結実質赤字比率	—	16.46	30.00
実質公債費比率	9.1	25.0	35.0
将来負担比率	0.8	350.0	—

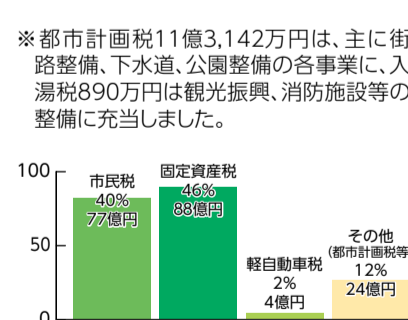
### 【財政調整基金の状況】



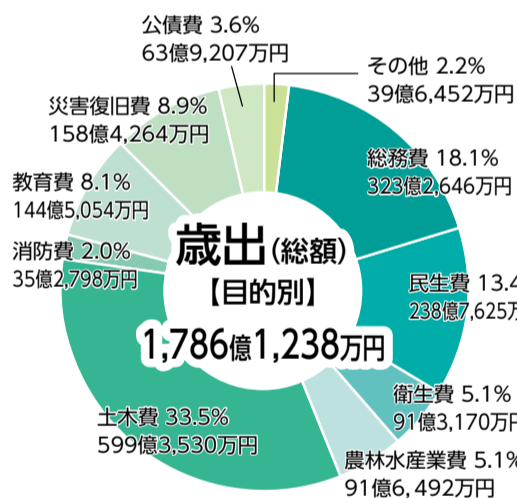
### 【市債の状況】



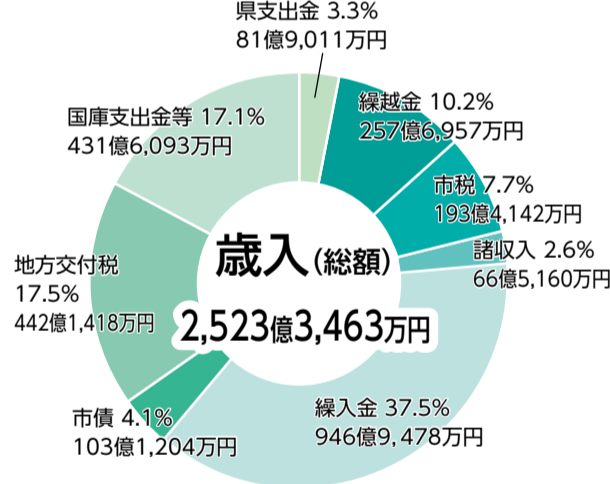
### 【市税の決算状況】



令和2年度決算の概要



### 【一般会計】



## 令和3年度予算の執行状況および財政状況(9月末時点)

### 【一般会計】

	予算現額	収入済額	収入未済額	収入率
歳入	1,767億7,564万円	1,037億9,423万円	729億8,141万円	58.7%
	予算現額	支出済額	未執行額	執行率
歳出	1,767億7,564万円	375億4,922万円	1,392億2,642万円	21.2%

石巻地方広域水道企業団への負担金 4.9億円  
 石巻地区広域行政事務組合への負担金 43.6億円

### 【特別会計】

区分	予算現額	収入済額	支出済額
土地取得	1億807万円	1億800万円	1億800万円
水産物地方卸売市場	4億3,322万円	7,288万円	1億5,583万円
市街地開発	25億6,284万円	19億4,227万円	3億8,119万円
国民健康保険	157億2,552万円	63億2,009万円	64億4,868万円
後期高齢者医療	18億3,697万円	5億8,443万円	5億7,306万円
介護保険	150億4,117万円	60億5,169万円	60億2,113万円
計	357億779万円	150億7,936万円	136億8,789万円

### 【市有財産】

土地	43,420,816㎡	出資金	18億7,885万円
建物	1,042,413㎡ <td>基金</td> <td>533億205万円</td>	基金	533億205万円
有価証券	5億469万円	(5)財政調整基金	(118億1,773万円)

### 【市債残高】

一般会計	814億3,804万円	特別会計	409億8,244万円
------	-------------	------	-------------

図 財政課(内線4057)

## 令和2年度 決算の概要 (令和2年4月1日～令和3年3月31日)

### 【損益計算書】

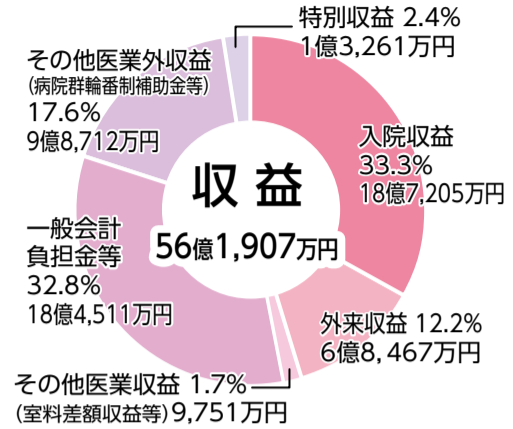
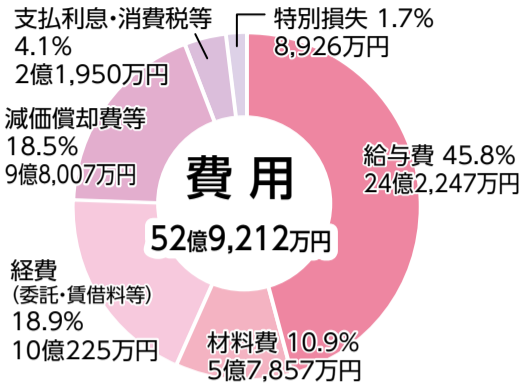
費用の部		収益の部	
医業費用	49億8,336万円	医業収益	29億5,162万円
医業外費用	2億1,950万円	医業外収益	25億3,484万円
特別損失	8,926万円	特別利益	1億3,261万円
<b>計</b>	<b>52億9,212万円</b>	<b>計</b>	<b>56億1,907万円</b>
当年度純利益	3億2,695万円	前年度繰越欠損金	64億9,997万円
		当年度未処理欠損金	61億7,302万円

### 【石巻市立病院】

区分	令和元年度 決算				令和2年度 決算			
	延患者数	1日平均患者数	診療日数	病床稼働率	延患者数	1日平均患者数	診療日数	病床稼働率
入院	49,135人	134.2人	366日	74.6%	46,313人	126.9人	365日	70.5%
外来	40,634人	167.9人	242日	-	40,627人	167.2人	243日	-
<b>計</b>	<b>89,769人</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>86,940人</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>

### 【石巻市立牡鹿病院】

令和元年度 決算				令和2年度 決算			
延患者数	1日平均患者数	診療日数	病床稼働率	延患者数	1日平均患者数	診療日数	病床稼働率
5,063人	13.8人	366日	55.3%	4,934人	13.5人	365日	54.1%
12,703人	52.9人	240日	-	12,810人	52.7人	243日	-
17,766人	-	-	-	17,744人	-	-	-



### 【貸借対照表】

資産の部		負債・資本の部	
固定資産	118億5,734万円	固定負債	27億5,264万円
流動資産	11億8,460万円	流動負債	10億4,103万円
		繰延収益	110億6,723万円
		資本金	43億5,406万円
		剰余金	▲61億7,302万円
<b>計</b>	<b>130億4,194万円</b>	<b>計</b>	<b>130億4,194万円</b>

## 令和3年度 上半期の業務状況 (令和3年4月1日～9月30日)

### 【石巻市立病院】

区分	令和2年度 上半期				令和3年度 上半期			
	延患者数	1日平均患者数	診療日数	病床稼働率	延患者数	1日平均患者数	診療日数	病床稼働率
入院	22,158人	121.1人	183日	67.3%	24,435人	133.5人	183日	74.2%
外来	18,786人	154.0人	122日	-	21,400人	175.4人	122日	-
<b>計</b>	<b>40,944人</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>45,835人</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>

### 【石巻市立牡鹿病院】

区分	令和2年度 下半期				令和3年度 下半期			
	延患者数	1日平均患者数	診療日数	病床稼働率	延患者数	1日平均患者数	診療日数	病床稼働率
入院	2,655人	14.5人	183日	58.0%	2,231人	12.2人	183日	48.8%
外来	6,467人	53.0人	122日	-	6,283人	51.5人	122日	-
<b>計</b>	<b>9,122人</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>8,514人</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>

市立病院事務部病院総務課 ☎25-5555

市立牡鹿病院事務部門 ☎45-3185

## 令和2年度 決算の概要 (令和2年4月1日～3月31日)

### 【損益計算書】

費用の部		収益の部	
営業費用	53億7,324万円	営業収益	24億6,440万円
営業外費用	8億4,345万円	営業外収益	41億347万円
特別損失	1億7,894万円	特別利益	2億6,552万円
<b>計</b>	<b>63億9,563万円</b>	<b>計</b>	<b>68億3,339万円</b>
		当年度純利益	4億3,776万円

### 【貸借対照表】

資産の部		負債・資本の部	
固定資産	1,877億1,568万円	固定負債	341億4,777万円
流動資産	179億4,205万円	流動負債	58億6,990万円
		繰延収益	1,604億9,749万円
		資本金	6,191万円
		剰余金	50億8,069万円
<b>計</b>	<b>2,056億5,773万円</b>	<b>計</b>	<b>2,056億5,776万円</b>

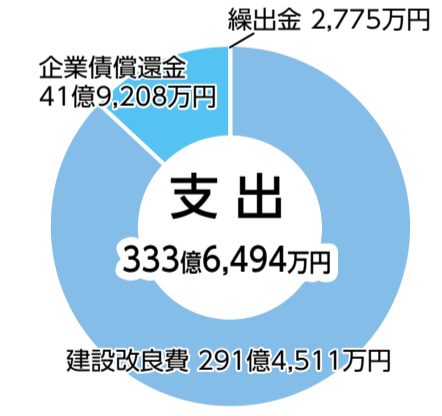
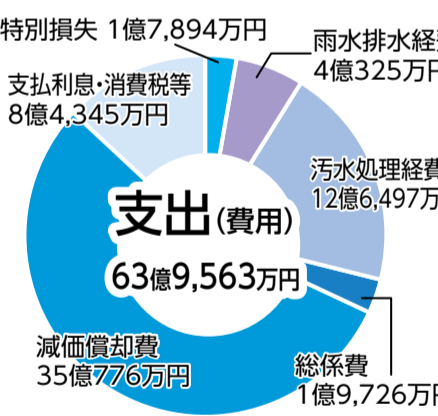
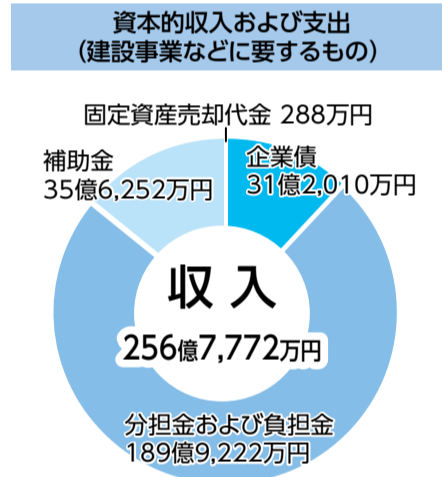
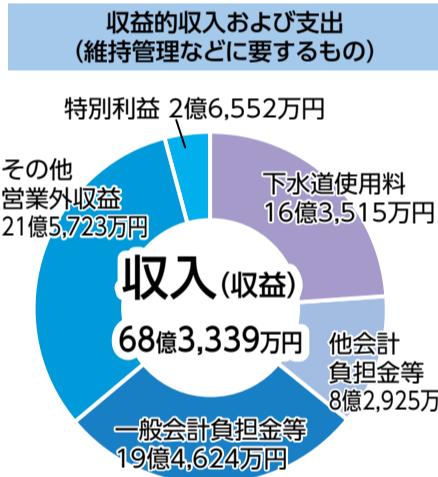
### 【令和2年度 業務状況】

区分	令和2年度	
汚水処理件数	445,550件	
年間処理水量	9,755,151m <sup>3</sup>	
1日平均処理水量	26,726m <sup>3</sup>	
有収水量	8,790,695m <sup>3</sup>	
主要な建設改良事業	管渠等建設改良事業	2億997万円
	災害復旧事業	14億7,295万円
	管渠等復興建設事業	254億1,793万円

### 令和3年度 上半期の業務状況 (令和3年4月1日～9月30日)

区分	令和2年度上半期	令和3年度上半期
汚水処理件数	222,071件	225,136件
汚水処理水量	4,861,723m <sup>3</sup>	5,072,890m <sup>3</sup>
1日平均処理水量	26,567m <sup>3</sup>	27,721m <sup>3</sup>
有収水量	4,319,088m <sup>3</sup>	4,388,464m <sup>3</sup>

下水道管理課 (内線5692)



※資本的収入額が資本的支出額に対して不足する額は、引継金、当年度分損益勘定留保資金、前年度からの繰越工事資金、当年度利益剰余金処分額で補填。

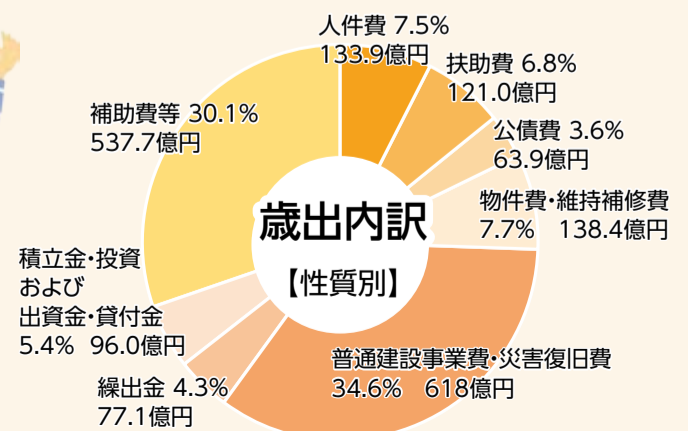
## 石巻市の一般会計決算を家計簿にたとえると...

令和元年度厚生労働省「国民生活基礎調査」における世帯所得552万3千円を参考に、石巻市の財政を家計にたとえました。  
※令和2年度の調査は新型コロナウイルス感染症への対応等の観点から中止となりました。



年間の支出		ひと月では
食費 (人件費)	29万円	2.4万円
家族の医療費など (扶助費)	26万円	2.2万円
借金の返済 (公債費)	14万円	1.2万円
光熱費・修繕費など (物件費・維持補修費)	30万円	2.5万円
家の増改築など (普通建設事業費・災害復旧費)	135万円	11.3万円
子どもたちへの仕送り (繰出金)	17万円	1.4万円
貯金など (積立金・投資および出資金・貸付金)	21万円	1.8万円
友人への援助金 (補助費等)	118万円	9.8万円
<b>合計</b>	<b>391万円</b>	<b>32.6万円</b>

年間の収入		ひと月では
財布残金 (繰越金)	56万円	4.8万円
給料 (市税)	42万円	3.5万円
内職収入 (諸収入)	15万円	1.3万円
貯金取崩し (繰入金)	207万円	17.3万円
新規借入 (市債)	23万円	1.9万円
親からの援助 (国庫支出金・地方交付税等)	191万円	15.9万円
兄からの援助 (県支出金)	18万円	1.5万円
<b>合計</b>	<b>552万円</b>	<b>46.0万円</b>
次年度への繰越金【収入-支出】	161万円	





※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。



年末の交通事故防止運動

12月は、日没時間が最も早く、交通量の増加に伴う渋滞や心理的な慌ただしさ、積雪・凍結などによる路面状況の悪化などの要因で交通事故が最も多発する時期です。交通ルールの遵守、交通マナーの実践を心掛け、ゆとりを持った行動で交通事故防止を図りましょう。

とき 12月1日(水)～31日(金)

○ 危機対策課  
(内線4173)  
各総合支所地域振興課



点検実施でさらに安心！  
住宅用火災警報器

せっかく設置されている住宅用火災警報器も、いざという時に機能しなければ意味がありません。日本に先行して設置が義務化されたアメリカの調査では、設置後10年が経過した住宅用火災警報器のうち、正常に動作したのは約3割だったという結果が出ています。

半年に1回は点検を実施し、設置から10年を目安に本体を交換しましょう。点検は、本体のテストボタンを押す、またはひもを引くだけで、簡単にできます(音声メッセージまたは警報音が鳴れば正常です)。

詳しくは、石巻広域消防本部または近くの消防署・分署・出張所へ問い合わせください。

○ 石巻広域消防本部  
予防課 ☎95-7167



農業者年金経営移譲年金  
を受給されている皆さんへ

経営移譲年金の受給者が、農業を再開した場合(農地取得、返還を受けた場合や農地所有資格法人の組合員、社員または株主になった場合も含む)は支給停止になります。

また、後継者に貸し付けし、経営移譲した農地の返還

を受けた場合は、農業の再開の有無にかかわらず支給停止になります。支給停止の判断は、受給者一人一人の経営移譲の内容と農地の移動事由などにより異なります。

転用・売却・買収など農地を移動する予定のある方は事前に相談ください。

○ 農業委員会  
☎62-4826

国民健康保険医療費  
通知を送付します

令和3年1月から10月診療分の国民健康保険医療費通知を令和4年1月下旬に発送します。確定申告などの手続きに利用できますが、再発行できませんので大切に保管してください。

なお、11月、12月診療分は令和4年3月下旬に送付します。確定申告などの手続きには医療機関からの領収書が必要となります。

○ 保険年金課  
(内線2349)

各総合支所市民福祉課  
各支所

国民健康保険の喪失届  
忘れていませんか？

国保加入者が会社の社会保険など、国保以外の健康保険に加入した場合には、国保の喪失手続きが必要で、喪失手続きをしないと国保は加入したままとなり、保険料も課税されたままとなります。

○ 喪失手続きに必要なもの  
社会保険証(全員分)の写し、国民健康保険証(ある場合のみ)、身分証明(免許証

など)、マイナンバー  
※郵送でも可能です。詳しくは、問い合わせください。

○ 管財課  
☎23-6611

「業者登録」のお知らせ

令和4年度の競争入札参加資格の申し込みを受け付けます。

申請受付開始  
令和4年2月上旬(予定)  
本登録 物品購入、役務提供、小規模契約希望者登録承認期間  
令和4年4月1日、  
令和6年3月31日(予定)  
※登録済みの方も、令和4年3月31日で承認期間が切れますので、新たに手続きが必要で、

測量・建設コンサルタント  
等業務  
承認期間  
令和4年4月1日、  
令和5年3月31日(予定)  
※登録済みの方は、承認期間が令和5年3月31日までありますので、今回申請する必要はありません。

○ 管財課  
☎23-6611



防災ラジオテスト放送  
12月10日(金)午後3時ごろ

空間放射線量  
10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、健康に影響を与えるような数値は検出されませんでしたので、ご安心ください。

空間放射線量の測定結果 (単位:マイクロシーベルト/時)

測定箇所	測定結果	測定期間
市立小学校、市立中学校、市立高等学校(敷地)	0.06~0.10	10/5~10/28
市立保育所、私立幼稚園、私立保育園(敷地)	0.04~0.08	10/4~10/28
公共施設等(ホットスポット調査)	0.06~0.09	10/4~10/29
牡鹿地区集落	0.06~0.12	10/5~10/19

※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

佳作賞

確認しよう災害情報、避難場所  
大事な命を守るために

石巻小学校6年 ほんだ ひかる 皓

○ 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

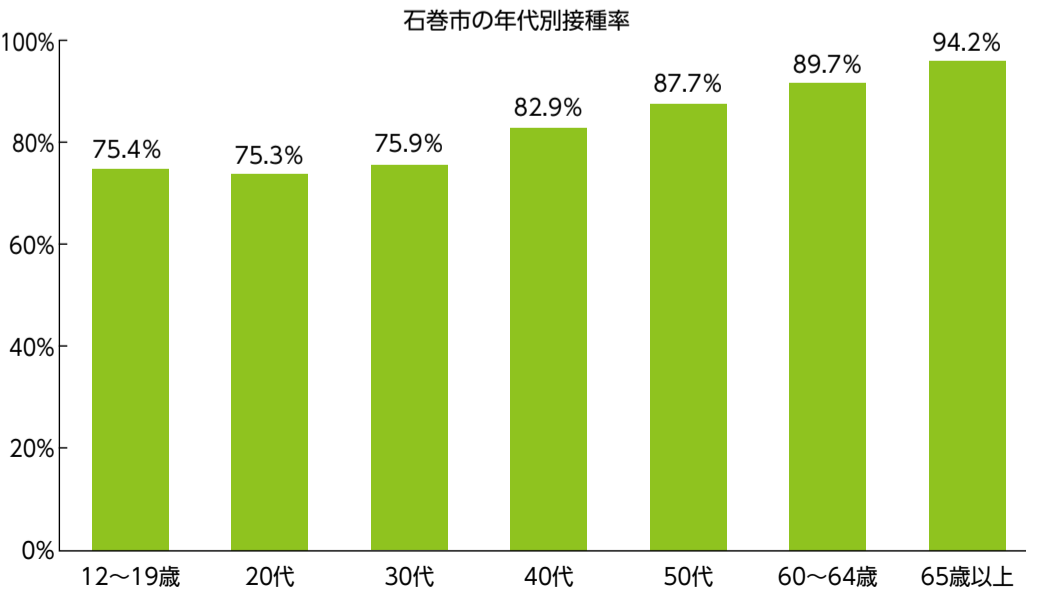
これから1・2回目の接種を検討されている方へ

2回目の接種を終えた方の割合が8割を超え、希望する方への接種はおおむね終了したことから、現在、1・2回目の接種体制を縮小しています。事情により接種できなかった方などに対しては、引き続き接種の機会を確保できるよう調整しますので、コールセンターに問い合わせください。

また、これから12歳になる方には、誕生月の翌月上旬頃までに接種券を送付します。接種券が手元に届きましたら、インターネットまたはコールセンターで予約の上、接種を受けてください。

【ワクチン接種状況(令和3年11月8日時点)】

2回目の接種を終えた市民の人数 11万1,708人(12歳以上の全対象者の86.4%)



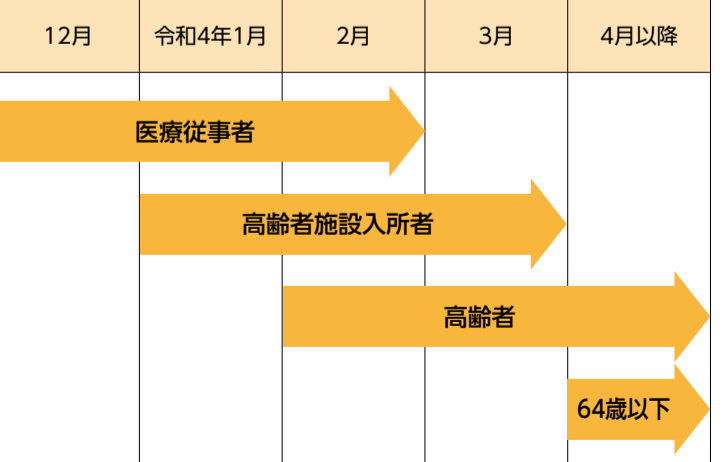
3回目の追加接種について

国において、2回目接種完了からおおむね8カ月以上後に追加接種(3回目接種)を行う方針が示されました。本市においても、国の動向を踏まえながら、現在、追加接種に向けた準備を進めています。

追加接種の実施に関する具体的な内容が決まり次第、市ホームページや市報などでお知らせします。

【接種時期の目安】

※11月8日時点の情報のため、変更の可能性がります。



○ 石巻市新型コロナワクチンコールセンター ☎0120-567-509  
受付時間 (月~金曜日)午前8時30分~午後5時  
(土日・祝日)午前9時~午後3時

**災害危険区域内における  
市有地の管理杭設置作業**

東日本大震災における防災集団移転促進事業により買い取りした市有地(被災宅地)の除草作業などの維持管理を目的として、管理範囲の目安とするため、11月から測量および市有地管理杭の設置作業を実施しています。

作業期間中は、委託した測量業者が市有地に隣接する土地に立ち入る場合がありますので、ご了承ください。委託業者は、市発行の身

分証明書を携帯しています。この測量は、国土調査による成果をもとに震災の影響で亡失した杭の位置を復元するものです。また、土地境界確定測量とは異なり、新たに隣地との境界を確定するものではありません。

半島整備推進課  
(内線5315)

**償却資産申告書を  
送付します**

毎年1月1日現在に所有している事業用の償却資産の申告をお願いします。対象 市内で事業を営んで



下水道建設課  
なかやまけん  
中山健さん  
東京都から派遣

東京都下水道局の派遣で、4月から市街地の東日本大震災復興にかかわる下水道工事の監督業務を行っています。工事は日本下水道企業団に委託しており、主に道路管理者や他企業との調整、住民対応に当たっています。見えない地下の工事なのでトラブルがないようにし、1日も早く終わることができるよう努めています。

富山県生まれで、東京都で30年、土木職として下水道工事全般に携わってきました。初めて来た石巻市は、東京に比べて四季を感じます。こちらに来て車を購入したので、いろ

いる法人および個人の方  
申告書郵送時期  
12月中旬(令和4年度分)

※申告書の記入方法や申告日程などについては同封の「申告の手引き」を確認ください。

※令和3年中に事業を開始した方、または令和2年以前に事業用資産を取得して未申告の方は問い合わせください。

※新型コロナウイルス感染予防のため「eLTAx」を利用した電子申告をお勧めします。



**4月から子ども医療費  
助成制度の対象年齢を  
拡大します**

令和4年4月1日から、助成対象を18歳(18歳到達後の最初の3月31日)まで拡大します。

申請が必要となる方  
市内に住所を有する、平成16年4月2日から平成18年4月1日生まれの子どもの保護者(生活保護を受けている方は手続き不要)

※令和4年度に高校1年生になる子どもの保護者で、現在受給者証の交付を受けている方は申請の必要はありません。助成該当者には3月下旬に新しい受給者証を送付します。

申請方法  
申請が必要な方に、12月中旬に申請書を郵送しま

す。窓口へ持参、または郵送してください。

申請期限  
令和4年2月28日(月)

※期限後も申請可能ですが、受給者証の交付が4月以降になる場合があります。

必要なもの  
健康保険証(子どもの名前が入ったもの)

※この申請は、令和4年度予算成立後、速やかに事業を開始できるようにするため、予算成立前に手続きを行うものです。

今後、内容などが変更になることもあります。

申・團 T9868501  
(住所不要)  
保険年金課  
(内線2342)

各総合支所市民福祉課  
各支所

小・中学生対象の  
就学援助制度  
家庭の経済的な理由から支援が必要であると認められる児童・生徒の保護者に対して、就学に必要な経費の一部を支給する制度です。

対象  
保護者の世帯全体が所定の要件に該当し、経済的な支援を必要としている世帯

**民生委員・児童委員の活動をご存知ですか?**

石巻市民生委員児童委員協議会では、委員の知識や技能向上のため、毎年研修会を行っています。今年は、コロナ禍で例年の研修会が開催できなかったため、研修部会の委員が集まり、各地区で行う代替研修について、内容の協議を行いました。



この研修を通じ、今後の委員活動に繋げていく予定です。

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)



申・團 各小・中学校  
教育総務課  
(内線5017)



詳しくはこちら

で経済的な支援を必要としている世帯  
※条件や申込方法など、詳しくは問い合わせください。

**12月3日(金)~9日(木)は、障害者週間です**

障害者週間は、国民に広く、「障害者の福祉」についての理解と関心を深めるとともに、障害のある方が、社会、経済、文化などのあらゆる分野の活動に参加促進するために定められた週間です。障害のあるなしにかかわらず、だれもが、地域で安心して暮らし、社会参加できる社会の実現のため、皆様のご理解とご協力をお願いします。期間中、理解促進のためのイベントが開催されます。

●“Shitte”&“Katte”障害者就労施設等製品販売会  
とき 12月3日(金)~5日(日) 午前10時~午後2時  
ところ イトーヨーカドー 石巻あけぼの店  
主催 石巻市女川町自立支援協議会

●きらりphotoスケッチ展示  
障害のある方の日常の中での「きらり」とひかる場面を写真などで紹介します。  
とき 11月30日(火)~12月10日(金) ところ 石巻市役所1階  
主催 福祉サークル♥愛

**ヘルプマークをご存知ですか**

ヘルプマークは、内部障害や難病など、外見から分かりにくい困難を抱える方への援助や配慮を促すマークです。援助や配慮を必要としている方が、バッグなどに身に付けることで、周囲の人に手助けを必要としていることや外見からはわからない障害への理解を求めるものです。ヘルプマークを付けている方を見かけたら、電車、バスなどで、席を譲ったり、駅や商業施設などで、声をかけるなどの気遣いなど、思いやりのある行動をお願いします。



障 害 福 祉 課 (内 線 2483)

**守られていますか?あなたの人権**

昭和23年第3回国際連合総会において「世界人権宣言」が採択されました。我が国においては、これを記念して、毎年12月10日を最終日とする1週間を「人権週間」と定め、本年も、12月4日(土)~10日(金)までの1週間が「第73回人権週間」です。この機会に人権についての理解を深め、「思いやりの心」や「かけがえのない命」についてもう一度考えてみませんか?

人権擁護委員はあなたのまちの身近な相談パートナーです!

石巻市の人権擁護委員 24人(敬称略)

石巻地区	河北地区	河南地区	北上地区
大 國 龍 笙	三 浦 直 人	佐々木 慶一郎	阿 部 悟
田 中 憲 夫	堀 井 栄	今 野 美 智 子	加 藤 ひろ子
阿 部 慶 吾	日 野 ゆう子	木 村 孝 禅	
高 橋 壽 枝			
佐々木 多佳子	雄勝地区	桃生地区	牡鹿地区
馬 場 務	阿 部 清 隆	千 葉 秀 子	岡 田 伸
浮 津 由 巳	佐 藤 静 夫	佐々木 芳 美	沼 倉 隆 樹
内 海 聡		阿 部 英 二	
鈴 木 みどり			

仙 台 法 務 局 石 巻 支 局 ☎22-6188、市 総 務 課 (内 線 4040)



**年末年始石巻広域クリーンセンター臨時開場日**

年末年始の休業期間中、次のとおり開場します

臨時開場日 12月31日(金)

午前9時～正午

休業期間 12月29日(水)～

令和4年1月3日(月)

※臨時開場日に受付した小動物の収骨は、翌開場日以降のお渡しとなります。

石巻広域クリーンセンター

☎21-80953

廃棄物対策課

(内線3376)



**視覚障害者情報交流会**

健康講話、福祉用具などの紹介および体験、懇談会を行います。

とき 12月14日(火)

午後1時～4時

ところ 防災センター

対象 視覚に障害のある方

(手帳の有無は問いません)、その家族、支援者など

※申込不要。直接会場へ来場ください。

県視覚障害者情報センター

☎022-2344-4047

市障害福祉課

(内線2483)



**在宅医療・在宅介護に関する市民講座**

「在宅介護の利用・内容」について市民講座を開催します。

とき 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

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 12月13日(月)



申・問 包括ケア推進室

(SOS)えあいセンター内

☎25-60099

**社会教育関係団体認定の申請**

市内各公民館では、令和4年度の社会教育関係団体認定の申請を受け付けします。認定を希望する団体は、主に使用したい公民館へ申請してください。

受付期間 12月1日(水)～15日(水)

認定基準

- ・公の支配に属さない。
- ・団体としての形が整っている。
- ・社会教育に関する事業・活動を行うことを主たる目的とする団体である。
- ・主たる活動の場が市内にある。
- ・市民に広く開かれ、市民

を対象とする教室・講座、講演会、発表会、展示会などを開催するなど、社会貢献に努める団体である。

**認定期間**

令和4年4月1日～

令和5年3月31日

(1年間)

詳しくは、各公民館に問い合わせください。

石巻中央公民館

☎22-2970

各公民館

**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 申込期限 令和4年1月14日(金)

●陸上自衛隊高等工学校 生徒 申込期限 12月3日(金)

●推薦 12月3日(金)

●一般 令和4年1月14日(金)

●応募資格

●推薦 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

詳しくはこちらを確認ください

申・問 自衛隊宮城地方協力本部 石巻地域事務所

☎83-6789

**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)

---

**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

---

**南こうせつ&森山良子 プレミアムコンサート2021**

とき 12月3日(金) 開演 午後6時30分 (開場 午後5時45分)

対象 未就学児入場不可

☎ギルドネクスト ☎022-222-2033

---

**マルホンまきあーとテラスオープニング事業 クリスタルピアノお披露目会**

ヴァイオリン: 伊部祥子 (仙台フィルハーモニー管弦楽団)、ピアノ: 杉元太

とき 12月9日(木) 開演 午後6時30分 (開場 午後6時)

整理券配布先 12月1日(水)から生涯学習課およびまきあーとテラス窓口

☎生涯学習課 (内線5051)

---

**マルホンまきあーとテラスオープニング事業 小曾根真 60TH BIRTHDAY SOLO OZONE60 CLASSIC×JAZZ**

とき 12月18日(土) 開演 午後2時 (開場 午後1時)

対象 未就学児入場不可

---

**アンサンブルコンテスト 石巻地区大会**

とき 12月18日(土) 小学・高校の部 開演 午後1時

12月19日(日) 中学・一般の部 開演 午前10時

☎矢本第二中学校 (担当: 佐藤) ☎82-2323

---

**港と海にまつわる歌を集めて**

テノール: 渡邊公威、ソプラノ: 渡邊かれん、バリトン: 千葉昌哉、ピアノ: 佐藤由紀、ピアノ: 高塚美奈子

とき 12月10日(金) 開演 午後6時30分 (開場 午後6時)

対象 未就学児入場不可

☎アートキャラバン事業実行委員会 ☎090-8565-1830

---

**おとなフォトコンテスト テーマ「見っけだ!」**

募集期間 令和4年1月18日(火)～23日(日)

展示期間 令和4年2月4日(金)～20日(日)

対象 中学生以上の石巻地域の方

定員 先着100作品(1人1作品)

申込要項 A4またはワイド六切りサイズ程度に印刷したもの (カラーモノクロ問わず)

申込方法 まきあーとテラス窓口へ持参または郵送

☎〒986-0032 開成1-8

**小中学校講師登録会**

●代替養護教諭・栄養職員・事務職員

とき 12月23日(木)

午後1時30分～2時30分

●小学校講師

とき 12月24日(金)

午前9時～10時

●中学校講師

とき 12月24日(金)

午後1時30分～2時30分

ところ 県石巻合同庁舎 1階大会議室

※詳しくは県東部教育事務所のホームページを確認ください。

☎95-7096

県東部教育事務所

**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。※宝くじ助成を希望する団体は、問い合わせください。

助成団体名	整備内容
新橋・丸井戸第二町内会集会所運営協議会	折りたたみテーブル、椅子、収納棚、テレビ、ベンチ等
熊沢地区会	神楽舞台(組立式)、アンプ、マイク



☎地域協働課 (内線4235)、各総合支所地域振興課

**中小企業災害等資金利子補給金**

新型コロナウイルス感染症などの自然災害により被害を受けた市内事業者を支援するため、金融機関から融資を受けた方へ利子補給を実施します。

毎年1月1日～12月31日までに支払った融資資金に対する利子のうち、利子補給対象額を翌年の2月下旬までに交付します。

対象 市内に本社または事業所があり、1年以上継続して事業を営んでいる中小企業者、個人事業主の方は市内に住所および事業所を有している方で、国や県など他機関からの利子補給の対象とならない方

助成金額 事業者が負担した利子相当額のうち、次の内容となります。

- ・利子補給率 年利1%以内
- ・対象融資限度額 1事業者あたり2,000万円まで
- ・利子補給上限額 1事業者あたり50万円まで

利子補給期間 対象融資借入実行日から3年間

融資機関	対象融資
宮城県中小企業経営安定資金	災害復旧対策資金、セーフティネット1号・4号資金
日本政策金融公庫	災害復旧貸付、セーフティネット1号・4号資金、コロナウイルス感染症特別貸付
商工組合中央金庫	災害復旧資金、セーフティネット1号・4号資金

申込方法 ホームページまたは窓口で申請書を取得し、窓口または郵送で申し込みください。

申請期限 令和4年1月4日(火)～31日(月)

☎・☎ 〒986-8501 (住所不要) 商工課 (内線3523)

保育士を支援します

保育士資格を持ち、市内私立認可保育施設に保育士として新たに勤務する方へ補助金を交付します。

補助金額

・就労支援金 最大30万円  
・資格取得支援 最大10万円  
対象 市内在住で、同一対象施設に2年以上勤務することなど要件が複数ありますので、ホームページを確認するか、問い合わせください。資料は窓口でも配布します。

申込方法 申請書と必要書類を持参または郵送してください。

申込期限 対象施設勤務開始日の翌月末日

申請書 10986-8501 (住所不要)

子ども保育課(内線2527)



石巻ふれあい朝市

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する場です。家族皆さんで来場ください。

とき 12月5日(日)、19日(日) 午前7時~11時

ところ 石巻駅前(ぎわい交流広場)

委員会(石巻観光協会) ☎93-6448

市観光課(内線3537)

2021 いしのみきじもとメシ

提携する地産地消推進店で1会計につき、1,000

円以上の飲食・買い物で配布するアンケート付き応募用紙で応募すると、抽選で30人の方に石巻の特産品をプレゼントします。

応募用紙配布期限

12月26日(日)

応募締切 12月31日(金)

ところ じもとメシ参加店舗

※詳しくはホームページまたはチラシを確認ください。

市観光推進協議会(観光課内) (内線3538)

2021 いしのみきじもとメシ

北土地区の海の幸や旬の野菜などを販売します。

とき 12月19日(日) 正午~午後2時

ところ 石巻・川のビジターセンター、北上観光物産交流センター駐車場

※荒天や新型コロナウイルス感染症拡大などにより、開催を中止する場合があります。

市民相談センターから

《多重債務の相談はお早めに》

失業や病気により収入が減少し、ローンやカードの返済に困っているという相談が増えています。

ほかに、キャッシング返済の使い過ぎや副業サイトの儲け話にだまされた、知人に頼まれ自動車ローンの名義を貸したなど、借金の理由はさまざまありますが、解決が難しいと思ったら一人で悩まず早めに相談ください。

市民相談センターから 《多重債務の相談はお早めに》

失業者や病気により収入が減少し、ローンやカードの返済に困っているという相談が増えています。

ほかに、キャッシング返済の使い過ぎや副業サイトの儲け話にだまされた、知人に頼まれ自動車ローンの名義を貸したなど、借金の理由はさまざまありますが、解決が難しいと思ったら一人で悩まず早めに相談ください。

市民相談センターから 《多重債務の相談はお早めに》

失業者や病気により収入が減少し、ローンやカードの返済に困っているという相談が増えています。

市民相談センターから 《多重債務の相談はお早めに》

市民相談センター

「災害復興住宅融資」無料相談会

とき 12月10日(金)、令和4年1月16日(日) 午前10時~午後4時

※要電話予約

ところ 市役所3階36番窓口

市民相談センターから 《多重債務の相談はお早めに》

失業者や病気により収入が減少し、ローンやカードの返済に困っているという相談が増えています。

ほかに、キャッシング返済の使い過ぎや副業サイトの儲け話にだまされた、知人に頼まれ自動車ローンの名義を貸したなど、借金の理由はさまざまありますが、解決が難しいと思ったら一人で悩まず早めに相談ください。

市民相談センターから 《多重債務の相談はお早めに》

市民相談センターから 《多重債務の相談はお早めに》

市民相談センター

「災害復興住宅融資」無料相談会

とき 12月10日(金)、令和4年1月16日(日) 午前10時~午後4時

※要電話予約

ところ 市役所3階36番窓口

市民相談センターから 《多重債務の相談はお早めに》

失業者や病気により収入が減少し、ローンやカードの返済に困っているという相談が増えています。

ほかに、キャッシング返済の使い過ぎや副業サイトの儲け話にだまされた、知人に頼まれ自動車ローンの名義を貸したなど、借金の理由はさまざまありますが、解決が難しいと思ったら一人で悩まず早めに相談ください。

市民相談センターから 《多重債務の相談はお早めに》

市民相談センターから 《多重債務の相談はお早めに》

市民相談センター

「災害復興住宅融資」無料相談会

とき 12月10日(金)、令和4年1月16日(日) 午前10時~午後4時

※要電話予約

ところ 市役所3階36番窓口

市民相談センターから 《多重債務の相談はお早めに》

失業者や病気により収入が減少し、ローンやカードの返済に困っているという相談が増えています。

ほかに、キャッシング返済の使い過ぎや副業サイトの儲け話にだまされた、知人に頼まれ自動車ローンの名義を貸したなど、借金の理由はさまざまありますが、解決が難しいと思ったら一人で悩まず早めに相談ください。

市民相談センターから 《多重債務の相談はお早めに》

市民相談センターから 《多重債務の相談はお早めに》

市民相談センター

「災害復興住宅融資」無料相談会

とき 12月10日(金)、令和4年1月16日(日) 午前10時~午後4時

※要電話予約

ところ 市役所3階36番窓口

市民相談センターから 《多重債務の相談はお早めに》

失業者や病気により収入が減少し、ローンやカードの返済に困っているという相談が増えています。

ほかに、キャッシング返済の使い過ぎや副業サイトの儲け話にだまされた、知人に頼まれ自動車ローンの名義を貸したなど、借金の理由はさまざまありますが、解決が難しいと思ったら一人で悩まず早めに相談ください。

市民相談センターから 《多重債務の相談はお早めに》



石ノ森萬画館 ☎96-5055

ジェロニモ・ジュニア 誕生祭2021

サイボーグ005こと、ジェロニモ・ジュニアの誕生日をお祝いするイベントを開催します。期間中は、ジェロニモ・ジュニアにスポットを当てた特設コーナーや特別メニューが登場。限定アイテムのプレゼント企画も行います。みんなで誕生日をお祝いしよう!

とき 12月18日(土)~25日(土) 午前9時~午後5時

マンガタンお正月2022

石ノ森萬画館は、2022年も元日から元気に開館します。餅つき大会が復活! お子さんも体験できるほか、つくたてのお餅を「きなこ」と「ごま」でふるまいます。また、屋外では風揚げやスポーツ羽根つき、コマ回しなどで遊ぶことができます。

とき 令和4年1月1日(土・祝)・2日(日) 午前9時~午後3時

マンガタンイラストギャラリー 春の萬画館大賞 作品募集

募集要項 ・テーマ 「ゆめかわいい」 ・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 令和4年2月19日(土)必着 発表 令和4年3月7日(月)  
※春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。  
☎986-0823 中瀬2-7 石ノ森萬画館 MIG project係



サン・ファン館企画広報課 ☎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、特に海に関するトリビアを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。

好評につき、特別展の期間を延長して実施します。

とき 12月20日(月)まで 料金 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 令和4年1月16日(日)まで 料金 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。 ※復元船のイルミネーションは実施しません。

とき 令和4年1月31日(月) 午後4時30分頃~8時30分頃まで点灯

年末年始休館日のお知らせ

とき 12月28日(火)~令和4年1月4日(火)

※年始は令和4年1月5日(水)から開館します。

市営住宅入居者募集<定期募集>

案内書配布場所 住宅課、各総合支所、各支所、宮城県住宅供給公社東部支社

受付期間 12月1日(水)~12日(日)

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。

※12月12日(日)までの消印有効

募集する住宅 既存住宅

地区	住宅名	募集戸数
河北	飯野川亀ヶ森(3DK)	1戸(単身可)
河南	鹿又(3LDK)	1戸(単身不可)
桃生	桃生マンション白鳥(特公賃)(3K)	1戸(単身不可)

募集する住宅 復興住宅

地区	住宅名	募集戸数
蛇田	新立野第二復興(1LDK)	3戸(単身可★)
	新沼田第一復興(1LDK)	1戸(単身可★)
	新西前沼第一復興(1LDK)◎	1戸(単身可★)
	新西前沼第一復興(1LDK)	1戸(単身可★)
	あけぼの北復興(1LDK)◎	1戸(単身可★)
	新西境谷地復興(1LDK)	1戸(単身可★)
	新西前沼第一復興(2LDK)	1戸(単身不可)
	あけぼの北復興(2LDK)◎	2戸(単身不可)
	新立野第二復興(3LDK)	1戸(単身不可)
	新西前沼第二復興(3LDK)	1戸(単身不可)
釜・大街道	新沼田第一復興(4LDK)	1戸(単身不可)
	青葉西第二復興(1DK)	1戸(単身可★)
	二番谷地復興(1LDK)	1戸(単身可★)
	三ツ股第一復興(1LDK)	1戸(単身可★)
	三ツ股第二復興(1LDK)	1戸(単身可★)
	青葉東復興(2LDK)	1戸(単身不可)
	新館復興(2LDK)◎	1戸(単身不可)
	青葉西第二復興(3DK)	1戸(単身不可)
	大街道東第一復興(3DK)◎	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がいる場合または暴力団員がいる場合は申し込みできません。
- 申し込みの際に必要な書類は、事前に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(◎が付いている住宅では、被災者のみペット可。アレルギーの方はご注意ください)。
- 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。
- 特公賃住宅は中堅所得者向けの住宅のため、所得が158,000円以上487,000円以下の方のみ申し込みが可能です。
- 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。

☎ 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
釜・大街道	築山復興(3LDK)	1戸(単身不可)
	南中里三丁目復興(1DK)	1戸(単身可★)
	大橋復興(1DK)	1戸(単身可★)
	中央第三復興(1LDK)	1戸(単身可★)
	門脇西復興(1LDK)◎	1戸(単身可★)
	泉町復興(2LDK)◎	1戸(単身不可)
	中央第二復興(2LDK)	1戸(単身不可)
	日和が丘復興(2LDK)	1戸(単身不可)
	門脇西復興(2LDK)	1戸(単身不可)
	南中里一丁目復興(2LDK)	1戸(単身不可)
湊	門脇東復興(4LDK)	1戸(単身不可)
	吉野町復興(1LDK)	1戸(単身可★)
	湊町復興(2LDK)	1戸(単身不可)
	大門町復興(2LDK)	1戸(単身不可)
	吉野町復興(3LDK)	1戸(単身不可)
	吉野町復興(4LDK)	2戸(単身不可)
	大門町復興(4LDK)	1戸(単身不可)

地区	住宅名	募集戸数
湊	大門町復興(4LDK)◎	1戸(単身不可)
	新渡波西復興(1LDK)、長屋◎	2戸(単身可★)
渡波	黄金浜第一復興(2LDK)	1戸(単身不可)
	栄田復興(3LDK)	1戸(単身不可)
荻浜	新渡波西復興(3LDK)、戸建◎	2戸(単身不可)
	月浦復興(2LDK)、戸建	1戸(単身可)
河北	二子復興(1LDK)、戸建	1戸(単身可)
	六本木畑復興(3LDK)◎	1戸(単身可)
雄勝	船越復興(2LDK)、戸建	1戸(単身可)
	しらさぎ台復興(2LDK)	2戸(単身不可)
河南	広洲復興(3DK)◎	2戸(単身不可)
	にっこり南復興(2LDK)、長屋	1戸(単身可)
北上	給分浜復興(1LDK)、戸建	1戸(単身可)

※定期募集とは別に、常時募集を実施します。日時など詳しくは改めてお知らせします。



**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**

午前8時30分～午後4時  
(月～金曜日)

**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申し込みください。

☎ 22-5115 (予約専用)

ねんきんダイヤル

☎ 0570-051165

市保険年金課

(内線2652)

**無料経営相談会**

会社経営者などの経営課題の解決のため、専門家による無料相談会を開催します。

とき 12月15日(水)、令和4年2月3日(木)午前10時～正午、午後1時～3時

ところ 石巻ルネッサンス館

(開成1-35)

対象 会社経営者や個人事業者または創業を計画している方

定員 各回1組

申込方法 電話、FAXまたはホームページ

「石巻産業創造」で検索

申込期限 開催前日まで

☎ 98-8782  
FAX 93-9397  
市産業推進課  
(内線3546)

**「住まいの復興給付金」申請相談会**

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。

とき 12月10日(金)、令和4年2月25日(金)

午前10時～午後4時

ところ 市役所3階36番窓口

※申請は、住宅の引渡日から1年以内に行ってください

(12月31日までに引き渡された住宅が対象)。

※会場では申請書の提出はできません。

☎ 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)

☎ 0120-250-460

事務所コールセンター

住まいるの復興給付金

せいかいけんせい

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 12月22日(水)

午前10時～午後3時

ところ 稲井公民館

保護課(内線2505)

**12月の相談あんない**

**行政**

●行政書士相談 ※要予約

20日(月) 午前10時～午後3時 市役所2階相談室A・B

☎ 82-3599

●行政相談

行政の仕事や各種制度の手続きなどで困っていることがあった際は、行政相談委員に相談ください。各地区で行政相談所を開設しています。

- 8日(水) 午後1時30分～3時30分 市役所 2階相談室B
- 8日(水) 午前10時～午後3時 雄勝総合支所 1階会議室
- 8日(水) 午前10時～正午 桃生総合支所 2階会議室
- 8日(水) 午前10時～午後3時 牡鹿総合支所 2階研修室
- 17日(金) 午前10時～午後3時 河北総合支所 2階会議室

☎ 022-262-7839

**法律**

●弁護士による無料法律相談(市役所 2階市民相談センター相談室)

- 7日(火) うみかぜ法律事務所 高橋弁護士
- 21日(火) 萩総合法律事務所 樋渡弁護士

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

☎ 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)

☎ 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。

☎ 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 市役所 2階相談室A・B
  - 8日(水) 午前10時～午後3時 桃生総合支所 2階会議室
  - 8日(水) 午前10時～午後3時 雄勝総合支所 1階会議室
  - 8日(水) 午前10時～午後3時 牡鹿総合支所 2階研修室
- ※仙台法務局石巻支局では、随時相談を受け付けています。

☎ 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。

☎ 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) 次のようなことにお困りの方は、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)

●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。

- 8日(水) 午後1時～4時 河南総合支所
- 15日(水) 午後1時～4時 河北総合支所
- 22日(水) 午後1時～4時 桃生公民館

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



# 12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、28日(火)～令和4年1月4日(火)



- キッズサッカーフェスティバル石巻 5日(日) 午前9時
- ATHRUN交流会 11日(土) 午前9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。年会費・受講料は半額になります。詳しくは問い合わせください。  
・ノルディックウォーキング体験会 4日(土) ※雨天延期  
・クリスマスフラワーアレンジメント教室 18日(土)
- キッズバラエティスポーツ教室 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1～3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 23日(木)・29日(水)～31日(金)

- 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 14日(火) 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)・17日(金)・24日(金)  
対象 高校生以上 定員 8人 料金 入館料のみ  
簡単なステップから始め、パターンを変えながら脳や体を使う体操教室です。  
転倒防止、いつまでも若々しく元気に過ごしたい方向けの教室になります。
- ・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 2日(木)・16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
- ・回数券サービスデー 10日(金)・20日(月) 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: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 23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) 開 午前7時～午後9時  
☎22-9111 FAX22-9112 休 29日(水)～31日(金)

- 市民球場
- 人工芝張り替えのため利用中止 1日(水)～令和4年2月28日(月)
- フットボール場・ふれあいグラウンド
- 冬季期間芝生養生のため貸出中止 1日(水)～令和4年3月31日(木)
- 皇后杯JFA全日本女子サッカー選手権大会 4日(土)・5日(日)
- フットボールフィールド第1
- 石巻かほく杯U-15サッカー選手権大会 4日(土)・5日(日)・11日(土)・12日(日)・18日(土)・19日(日)
- ウインターカップ2021(サッカー) 26日(日)
- フットボールフィールド第2
- 宮城県高等学校冬季錬成交流試合IN石巻(ラグビー) 11日(土)
- 多目的フィールド
- 冬季期間芝生養生のため貸出中止 1日(水)～令和4年3月31日(木)

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 28日(火)～令和4年1月4日(火) 休講日 なし



- スポーツ用品販売会 20日(月)～26日(日) 午前10時～午後7時 ※26日(日)は午前10時～午後3時
- 新春特別企画「フリー回数券&レッスン回数券2割引販売」の申込用紙を12日(日)から配布します。  
回数券初売は令和4年1月9日(日)・10日(月・祝)の2日間です。  
①プール・ジムフリー回数券 一般5,000円⇒4,000円、受講生4,000円⇒3,200円、  
シニア(65歳以上)・学生・障がい者 3,000円⇒2,400円 ※各種証明書必要  
②レッスン回数券 10枚綴り 12,000円⇒9,600円、5枚綴り 6,250円⇒5,000円  
※詳しくは窓口まで問い合わせください。
- 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 開 午前9時～午後9時  
☎22-2970 FAX21-6050 休 29日(水)～令和4年1月3日(月)

- 子育てサロン「いしっこクラブ」クリスマスコンサート 10日(金) 午前10時～11時30分  
定員 親子15組(先着) 持ち物 飲み物 当日参加可能ですが、なるべく電話予約をお願いします。
- 少年教室「チャレンジ書きぞめ」 25日(土) 午前9時30分～正午、午後1時30分～4時  
対象 小学1～6年生(毛筆は3～6年生) 定員 午前・午後とも毛筆・硬筆各20人  
持ち物 習字道具、筆記用具、手本、規定用紙、新聞紙  
申込方法 各学校に配布した申込用紙に記入の上、窓口または郵送・FAX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 29日(水)～令和4年1月3日(月)



- 女性教室「くらしの講座」第7回学習会 8日(水) 午後1時30分
- 高齢者教室「寿大学」第7回学習会 15日(水) 午後1時30分
- 子ども教室「チャレンジ書きぞめ」 24日(金) 午前9時30分 対象 渡波・万石浦・鹿妻小学校の児童

蛇田公民館 ☎95-0183 開 午前9時～午後9時 休 29日(水)～令和4年1月3日(月)

- 少年教室「チャレンジ書き初め」毛筆の部 24日(金) 午後1時30分～4時  
対象 蛇田・向陽小の児童(3年生以上) 定員 10人(先着) 持ち物 習字道具・紙・手本・飲み物  
申込期間 2日(木)～10日(金) 午後4時まで(平日のみ)
- 少年教室「チャレンジ書き初め」硬筆の部 24日(金) 午後1時30分～4時  
対象 蛇田・向陽小の児童 定員 15人(先着) 持ち物 筆記用具(鉛筆4B以上)・紙・手本・飲み物  
申込期間 2日(木)～10日(金) 午後4時まで(平日のみ)

稲井公民館 ☎22-4303 開 午前9時～午後9時30分 休 29日(水)～令和4年1月3日(月)

- 少年教室「チャレンジ書き初め」 27日(月) 午後1時30分 対象 稲井小の児童

図書館 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)  
☎93-8635 休 月曜日、28日(火)～令和4年1月4日(火)



- 各種内容については問い合わせください。
- 年末年始休館のお知らせ 休館日は各館により異なります。  
14日(火)から年末年始休館までは、20冊まで3週間の貸し出しを行います。
- 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  
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 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の方 定員 5組(先着)
- 読書会「赤ちゃんをわが子として育てる方を求む」石井光太著 14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)を  
一緒に練習しましょう。 9日(木) 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)
- クリスマスおはなし会 18日(土) 午前10時30分～11時30分 ところ 河北総合センター和室  
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 7日(火)・21日(火) 午前10時～11時 ところ 蛇田公民館  
・わたのは 7日(火)・21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」 開 午前9時～午後9時  
☎62-1120 休 月曜日(月曜日が祝日の場合その翌日が休館日)、  
29日(水)～令和4年1月3日(月)



- ケロボンズ ファミリーコンサートinいしのみき  
令和4年1月22日(土) 1回目開演 午前11時、2回目開演 午後2時30分  
料金 全席指定 一般2,000円(当日2,500円)、子ども1,000円(当日1,500円)、  
チケット販売場所 河北総合センタービッグバン、マルホンまきあーとテラス、遊楽館

遊楽館 開 午前9時～午後9時  
☎72-3561 休 月曜日、28日(火)～令和4年1月4日(火)



- 冬の音楽会 11日(土) 阿部 ☎090-7338-5991
- 第2回石巻ピアノコンクール 19日(日) 開演 午前11時 石巻ピアノ振興会 藤木 ☎090-2606-9458
- 第8回石巻好文館高校吹奏楽部 ウィンターコンサート 25日(土) 開演 午後2時(開場 午後1時30分)  
料金 前売券400円(当日券500円) 石巻好文館高等学校 吹奏楽部 ☎22-9161

河南室内温水プール(遊楽館内) 開 午前10時～午後9時(土曜日は午前11時から、  
☎72-3605 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 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) 講師 健康運動指導士 笠 安子
- アクアウォーク肩こり腰痛予防緩和 12日(日)・26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)
- 冬短期 水泳教室  
I期 24日(金)～26日(日) 午後0時15分～1時15分  
II期 令和4年1月8日(土)～10日(月・祝) 午後0時15分～1時15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
- ホットヨガ 5日(日)・令和4年1月16日(日) 午前9時～9時45分  
対象 成人 定員 10人 料金 1,000円 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
- やさしいストレッチ 3日(金)・17日(金) 正午～午後1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 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)  
☎67-2038または67-2712 休 月曜日、28日(火)～令和4年1月3日(月)

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28日(火)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 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)  
☎45-3618 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 7日(火) 午前10時、16日(木) 午後6時30分、21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 4日(土)・22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

# 12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
20日(月) 午後1時30分～5時	河南母子健康センター	樋口 広恵	河南総合支所市民福祉課 ☎72-2094
23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

## ○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

## ○定点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。 定員 6組程度 ※要予約	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)

## ○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	9日(木)・17日(金)・23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	3日(金)・16日(木)・22日(水)		
	2歳児歯科健診	7日(火)・15日(水)・24日(金)		
	3歳児健診	2日(木)・10日(金)・21日(火)		
河北 雄勝 北上	3歳児健診	22日(水)		河北総合センター 「ビッグバン」
河南 桃生	3～4カ月児健診	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)		
	2歳児歯科健診	14日(火)		
	3歳児健診	16日(木)		
牡鹿	3～4カ月児健診	23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	22日(水)		
	2歳児歯科健診	24日(金)		
	3歳児健診	21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
20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
23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症拡大防止のため、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 26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

### ○たんぼぼの会:自死で家族を亡くされた方の集いです。

とき 12日(日) 午後1時30分～ ところ 保健相談センター

問 「たんぼぼの会」 ☎090-5835-0017(田中)

### ○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)

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)

問 健康推進課 ☎94-9132

## 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)

## 食育推進コーナー

### 秋の実りを満喫

秋の取り組みについての紹介です。

コロナ禍の中ですが季節は巡ります。子ども

たちが春に植えたさつまいもの苗も、自然の恩恵を受け大きく育ちました。この時期は年長、中児の芋掘り園外保育をかわきりに、収穫感謝祭や焼いも大会、豚汁大会やハロウィンなど楽しい行事が目白押し。子どもたちは秋の恵みを五感で感じながら、おいしい体験をしています。

問 健康推進課(内線2617)



## 愛の献血

問 健康推進課(内線2418)

とき	ところ	受付時間
5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
11日(土)	イオンモール石巻	
25日(土)		

## 「みやぎ介護人材を育む取組宣言認証制度」のご案内

『みやぎ介護人材を育む取組宣言認証制度』は、介護職員に長く働いてもらうために、「人材を育てる・職員の処遇条件を定める、職員の意向を聞く」などの仕組みがある介護事業所が宣言し、『宮城県介護人材確保協議会』が認証する制度です。

また、2019年度からはみやぎ介護人材を育む取組宣言認証制度の第2段階が始まり、介護事業所の人材育成や働きやすさの取組をより一層見える化できるようになりました。

介護事業所はぜひこの機会に申請ください。認証制度の段階には、「宣言」、「第1段階認証」、「第2段階認証」の3段階があります。どのような事業所が認証制度の登録となり、職場環境の「見える化」をしているかは、宣言事業所・認証事業所を検索してください。

### ≪認証制度マーク見本≫



【宣言事業所マーク】

【第1段階認証事業所マーク】

【第2段階認証事業所マーク】

問 みやぎ介護人材を育む取組宣言認証制度事務局

☎022-343-8565

県保健福祉部長寿社会政策課 ☎022-211-2556



ホームページ

# ※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 12月15日(水) 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(木)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、問い合わせください。  
 ㊟・㊦ 健康推進課(内線2427)

## 【河北地区】乳がん検診を実施します

とき 12月14日(火)～17日(金) ところ 河北総合センター(ビッグバン)  
 対象 超音波 30～39歳の女性  
 マンモグラフィ 40歳以上の女性(偶数年齢)  
 ※申し込みをした方には検診票を送付します。通知書を確認のうえ、受診してください。  
 ※申し込みをされ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。  
 ㊟ 河北総合支所 市民福祉課 ☎62-2117(内線163)

## 【石巻地区】大腸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 40歳以上  
 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。  
 ㊟ 健康推進課(内線2415)

## 【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。  
 ㊟ 健康推進課(内線2427)

## 【第2次石巻市健康増進計画改訂版】意見募集(パブリックコメント)

「第2次石巻市健康増進計画改訂版」について意見を募集します。  
 閲覧場所 健康推進課、各総合支所、各支所、情報公開コーナー、ホームページ  
 対象 ・市内に在住、在勤、在学中の方 ・市内の事業所および団体  
 ・市に納税義務を有する方 ・本件に関して利害関係を有する方  
 提出方法 住所、氏名、年齢、性別、職業、電話番号を記載の上、郵送、FAX、Eメール、または窓口へ持参してください。 ※ホームページに参考様式を掲載します。  
 募集期間 12月13日(月)～28日(火)  
 提出先 〒986-8501(住所不要) 健康推進課 FAX23-3618  
 ☒ ishelpromo@city.ishinomaki.lg.jp  
 ㊟ 健康推進課(内線2618)

## 【石巻市地域福祉計画(第4期)]意見募集(パブリックコメント)

「石巻市地域福祉計画(第4期)」について意見を募集します。  
 閲覧場所 福祉総務課、各総合支所、各支所、情報公開コーナー、ホームページ  
 対象 ・市内に在住、在勤、在学中の方 ・市内の事業所および団体  
 ・市に納税義務を有する方 ・本件に関して利害関係を有する方  
 提出方法 住所、氏名、年齢、性別、職業、電話番号を記入の上、郵送、FAX、Eメール、または窓口へ持参してください。 ※ホームページに参考様式を掲載します。  
 募集期間 12月13日(月)～28日(火)  
 提出先 〒986-8501(住所不要) 福祉総務課 FAX22-3454  
 ☒ iswelfare@city.ishinomaki.lg.jp  
 ㊟ 福祉総務課(内線2458)

## 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 ※12月29日(水)～令和4年1月3日(月)は午後6時～翌朝6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) ※12月29日(水)～令和4年1月3日(月)は夜間診療のみ

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

## 12月の休日等救急当番医

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

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

とき	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
5日(日)	内科	いしのまき矢吹クリニック(大橋三丁目)	☎21-6117
	小児科	夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
12日(日)	内科	佐藤内科医院(イオンモール石巻1階)	☎22-3020
	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
19日(日)	内科	いしづか内科クリニック(恵み野五丁目)	☎92-7311
	小児科	夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
	産婦人科	齋藤産婦人科医院(中央三丁目)	☎22-0707

とき	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
26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
29日(水)	小児科	夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
30日(木)	小児科	夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
31日(金)	内科	茜平クリニック(茜平二丁目)	☎98-5108
	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
	産婦人科	しらゆりクリニック(蛇田字新立野)	☎22-3717

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(広洲)	☎73-5888	石垣クリニック内科・循環器科(矢本)	☎83-7070	高砂本家歯科医院(三和町)	☎24-2311
12日(日)	須江きむら医院(須江)	☎24-6311	伊東胃腸科内科(赤井)	☎82-6666	千葉歯科クリニック(蛇田字新坪寺)	☎94-1771
19日(日)	ものうファミリークリニック(中津山)	☎76-4024	かしわや内科クリニック(小松)	☎83-2003	二宮歯科医院(大街道南一丁目)	☎22-5623
26日(日)	佐々木医院(和洲)	☎72-3122	うつみレディースクリニック(赤井)	☎84-2868	日野歯科医院(錦町)	☎22-4230
29日(水)					塚本歯科医院(渡波町一丁目)	☎97-3338
30日(木)					駅前もりたデンタルクリニック(穀町)	☎96-6755
31日(金)					ことぶき歯科(わかば三丁目)	☎98-7750

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)

# 12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問い合わせください。

年末年始休館:29日(水)～令和4年1月3日(月)

※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

- ・親子ヨガ 9日(木) 午前10時～11時 対象 1～3歳 定員 8組
  - ・みんなと遊ぼうの日「クリスマス製作」 10日(金) 午前10時～10時40分 定員 6組
  - ・助産師による成長測定 13日(月) 午前10時15分～11時 定員 4組
  - ・クリスマス会 17日(金) 午前10時～11時 定員 8組
  - ・こ～ぶ講座「オリジナルキャンドル作り」 20日(月) 午前10時～10時40分 対象 1歳～ 定員 6組
  - ・歯科衛生士講話 22日(水) 午前10時～10時40分 定員 6組
- ※全行事要予約  
※各講座の受付開始日 1日(水)  
※定員に満たない場合は当日も受け付けます(クリスマス会は除く)  
※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) 7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 14日(火)・28日(火) 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 ※7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

- ・キャンドル作り 2日(木) 午前10時～11時30分 定員 5組
  - ・えほんびより 8日(水) 午前10時30分～11時30分 定員 6組
  - ・フルーツカット 15日(水) 午前10時～11時30分 定員 5組 料金 200円
  - ・主任児童委員さんによる「ふれあいサロン」 22日(水) 午前10時～11時30分 定員 5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(2日(木)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

- ・インフルエンザワクチン・薬について 1日(水) 定員 7組
  - ・助産師による身体測定 6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
  - ・親子歯科教室 8日(水) 定員 7組
  - ・マスクの下はハッピースマイル!～笑顔輝くお口回りのトレーニング～ 22日(水) 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  
3日(金)・10日(金)・13日(月)・17日(金)・20日(月)・24日(金)・27日(月)

## にじいろひろば

☎070-1142-9332

- ・保健師さんによる講話「生活リズム」 ※要予約 10日(金) 午前10時30分～11時30分 定員 5組
  - ・クリスマス会 ※要予約 22日(水) 午前の回:午前10時30分～11時30分 午後の回:午後1時30分～2時30分 料金 300円 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) ※28日(火) 午後1時閉館
  - ・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

- ・ツインズデーと孫育て広場 3日(金)・17日(金)
  - ・鏡餅作り 10日(金)
  - ・保健講話「ママにほっこりしてもらおう講話」 13日(月)
  - ・クリスマス会 24日(金)
- ※全行事要予約
- ★自由開放日
- 6日(月)・20日(月)・27日(月)・28日(火) 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

- ・つくってあそび 3日(金) 午前10時30分～11時30分
  - ・はじめまして会 9日(木) 午前10時30分～11時30分
  - ・お誕生日会 17日(金) 午前10時30分～11時30分
  - ・お薬講座 23日(木) 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、12月29日(水)～令和4年1月5日(水)

## 河南子育て支援センター パプラ

☎FAX72-4670

- ・クリスマス制作 2日(木)・7日(火)
  - ・誕生月の集まれday「身体測定&手形押し」 6日(月)
  - ・カラーソムリエール早坂さんのお話 9日(木)
  - ・大石先生のサロントーキング 14日(火)
  - ・ミニクリスマス会 あいちゃん&むっちゃん&ふーちゃん演奏会 16日(木) 定員 10組(先着)
  - ・アコーディオン&リコーダー演奏会 21日(火) 定員 10組(先着)
  - ・つくしんぼの読み聞かせ 23日(木)
  - ・パプラストッフによる身体測定 23日(木)
- ★自由開放日
- ・午前、午後開放 6日(月)・13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 ※28日(火)を除く

## 桃生子育て支援センター「キッズホーム」

☎76-4521

- ・リトミック 1日(水) 午前10時30分～11時30分 定員 6組
  - ・色彩楽 2日(木) 午前10時30分～11時30分 定員 6組
  - ・助産師講話 7日(火) 午前10時30分～11時30分 定員 6組
  - ・保健養護講話 8日(水) 午前10時30分～11時30分 定員 6組
  - ・クリスマス折り紙制作 15日(水) 午前10時30分～11時30分 定員 6組
  - ・どんぐり子育て広場「クリスマス会」 16日(木) 午前10時～11時 定員 6組
- ★自由開放日
- 7日(火)・14日(火)・20日(月)～24日(金) 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、12月29日(水)～令和4年1月3日(月)

## 北上子育て支援センター

☎66-2177

- ・こ～ぶ講座 6日(月)
  - ・クリスマス会 20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

- ・消防指導 3日(金) 午前10時～11時30分 定員 6組
  - ・栄養指導 7日(火) 午前10時～11時30分 定員 6組
  - ・保健師来所～身体測定～ 13日(月) 午前10時～11時30分 定員 6組
  - ・クリスマス会 15日(水) 午前10時～11時30分 料金 600円 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 6日(月)・20日(月)～23日(木)・27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、12月28日(火)～令和4年1月3日(月)

## 雄勝子育て支援センター

☎25-6331

- ・わらべうた遊び(地域交流会) 16日(木) 午前10時～11時30分
  - ・保健師来所 21日(火) 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

- ・子育てセミナー「リラクゼーション」 1日(水) 午前10時30分～11時30分
  - ・クリスマスツリー&オーナメントづくり 8日(水) 保健師の育児相談があります。
  - ・子育てセミナー「簡単!家庭でできるトレーニング」 15日(水) 午前10時30分～11時30分
  - ・クリスマス会 22日(水)
- ★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ゑ ☎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

- ・親子でほかほか～親子のための防災講座～ 9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 ※要予約
  - ・あったかぼかぼか運動遊び 9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
  - ・音楽であそぼう 14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 ※3歳児は空きがあれば可能 定員 10組 ※要予約
  - ・ベビーマッサージ 17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 2日(木)・16日(木)・29日(水)～31日(金)



## レインボーインターナショナルプリスクール

☎98-9754

社会福祉法人夢みの里が運営する私立認可保育園「レインボーインターナショナルプリスクール」は平成30年に開園。0歳～5歳児まで計75人の園児が通い、毎日楽しくはつらつと生活しています。園では週2回のペースで外国人講師が訪れ、丸一日園児とともに活動するため、自然に英語力が育まれていきます。その他にも外部講師による絵画教室や音楽教室もあり、異年齢の交流活動も盛んです。子どもたちのさまざまな挑戦を見守りながら、未来につながることを願っています。

### 園舎全景



英語レッスン



夏祭り

絵画教室



リズム遊び

## 利用者さんへインタビュー



♥後藤菜穂子さん、瑛太くん(4歳)(写真左)  
職場から近く、初年度から入園しています。朝夕ともに外で遊ぶことができるので、毎日楽しみながら元気に過ごしています。英語の勉強や絵画教室などもあり、楽しみながら柔軟で幅広い学習も魅力です。コロナ禍で昨年は行事が縮小や制限されましたが、運動会ではソーラン節を披露してくれ、絵画教室では子どもたちの描いた絵の展示会もあります。さまざまなことを吸収していく日々で、園での生活は充実しているようです。

♥木村聖さん、駿汰くん(6歳)、莉子ちゃん(4歳)(写真右)  
子どもたち2人が一緒に入園できると聞き、開園当初からお世話になっています。自宅からも近く、非常に助かっています。年齢の上下関係なく交流する活動では、子どもたちがさまざまな関係性を築くことでお兄さん、お姉さんとしての自覚が芽生え、日常生活では英語を話してくれることが多く、日々の成長を感じています。誰とでも仲良く、たくましく生活しており、とてもいい環境です。



# 緑はぐくみ次世代につなぐ

## 石巻南浜津波復興祈念公園で植樹活動

### ライオンとイオン環境財団が苗木寄付

石巻南浜津波復興祈念公園で、命を育み震災の記憶を伝える植樹活動が進められています。10月23日には、市と健康増進や地域共生社会の実現に向けた包括連携協定を結ぶライオン(株)の寄付で、公園西側の四丁目北広場周辺にクロマツやヤマザクラなど10種約2,600本の苗木を植えました。作業には同社の社員や市職員、参加型運営協議会、地元ラグビースクール石巻ライノスなど約100人が参加しました。

11月3日には今年で4回目になる「石巻復興の森づくり植樹祭」が、公園南側の雲雀野松原で行われました。コロナ禍のため今年は関係者のみで実施されました。植えたのはクロマツやカシワなど16種約3千本で、苗木はイオン環境財団の寄付です。公園で活動する市民団体の参加型運営協議会やイオン関係、国・県・市職員など約200人が参加し、密を避けて2回に分けて作業に汗を流しました。

図 都市計画課(内線5615)



# 誰でもできる!実は身近なSDGs!

エスディージーズ



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。

SDGsは「難しいこと」や「他の誰かがすること」だと思いませんか?たしかに、世界規模の社会変革に向けた目標で、なかなか身近に感じられないかもしれません。しかし、SDGsの達成のためには、私たち一人ひとりの行動がカギになると言われています。そこで今回は、誰でも取り組みやすい身近なSDGsについて紹介します!

図 SDGs地域戦略推進室(内線4223)

これもSDGs!



買すぎない、残さず食べる



▶フードドライブに参加しよう!  
家庭にある過剰食品を回収し、福祉団体・施設などに寄付する取り組みです。  
詳しくはホームページで!



これもSDGs!



ごみのポイ捨てをしない



プラスチックごみは、自然に還ることが難しく、長期間、環境に悪影響を及ぼします。ごみはルールを守ってきちんと処分しましょう。マイバッグやマイボトルを使うなど、ごみを出さない工夫も大切です。

これもSDGs!



使っていない照明や電化製品の電源を落とす



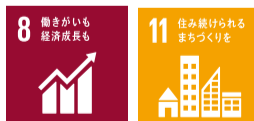
ムダな電気の消費をなくすことは、地球温暖化の原因となる二酸化炭素の排出抑制につながります。



これもSDGs!



買い物はなるべく地元で



地元で買い物をすることで雇用が守られます。そして、まちが元気に!



特別なことを新しく始める必要はありません!

普段の生活の中で「未来の社会のためにより良いと思われる行動」をする、その考え方がSDGsの達成につながります。

貧困、飢餓、健康、教育、ジェンダー……。SDGsを意識してみましょう!



### いしのまきSDGsパートナー募集中!

SDGsの普及啓発やSDGsの達成に向けた取り組みを行う企業、団体などを「パートナー」として登録し、市とパートナーが連携することで、より効果的な普及啓発を図ります。

パートナーには、登録証が交付されるほか、市ホームページに掲載し、パートナーホームページと相互にリンクを設定します。申し込みをお待ちしています!詳しくはホームページをご覧ください。



# みんなのた場

サークル仲間 132

牡鹿グラウンドゴルフ協会

和気あいあいスポーツを通して健康増進



牡鹿グラウンドゴルフ協会の皆さん

第41回秋季牡鹿グラウンドゴルフ大会の様子



牡鹿グラウンドゴルフ協会は、清崎総合運動公園で毎週火曜日・木曜日に活動しています。石巻市と合併する前の牡鹿町時代から継続しており、今でも元氣よく、楽しくグラウンドゴルフをプレイしています。

や老人クラブとの交流、女川町や山形県のクラブとも練習会をしており、地域の枠組みを超えて活発に活動しています。

生涯スポーツともいわれるグラウンドゴルフは高度な技術を必要とせず、プレイ中は全員が明るく笑顔と歓声に包まれて楽しむことができます。また、通常のゴルフ場の

ような広い敷地がなくても、スタートマットとホールポストを設置することで、自由にコース設定できる手軽さが、グラウンドゴルフの魅力のひとつです。

牡鹿グラウンドゴルフ協会では随時会員を募集しています。年齢は問わず、一緒にグラウンドゴルフを楽しんでくれる仲間を募集中です。問い合わせは牡鹿公民館(☎45-261)まで。

令和3年6月から10月にかけて、牡鹿半島の給分浜で、県道石巻鮎川線給分浜復興道路の建設に伴い、中沢遺跡の発掘調査を行いました。

文化財 たんぽう 119

## 「中沢遺跡の発掘調査」

石巻市教育委員会生涯学習課



マグロの骨が並ぶ様子

この遺跡は、平成24年度から25年度にかけて、防災集団移転促進事業に伴い発掘調査を実施し、縄文時代前期の大規模な集落跡であることが分かっています。今回は、その過去の調査で見つかった遺物包含

層(ゴミ捨て場)の続きを発見しました。遺物包含層からは、今から5千年程前と考えられる縄文土器や石器、マグロや鹿などの骨が出土しました。使われなくなった土器が潰れた状態で出てくる様子、食べ終わった後のマグロの椎骨が並ぶ様子も見られ、中沢遺跡だけでなく、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。

今回の調査のように、当時はゴミとして捨てられたものが、今となってはそこに暮らしていた人々の生活を知ることができる貴重な文化財です。一度壊してしまえば元に戻すことはできない遺跡を保護するために、遺跡の範囲内で土木工事等を行う際には、文化財保護法に基づく届出が必要になります。工事の前に、事業予定地が遺跡と関わりがあるかどうか、当課(内線5056)まで問い合わせください。

## Life Across the Pacific

～ 太平洋を越えて ～ VII

米国カリフォルニア州出身で、日系アメリカ人のリュウガ国際交流員のコラムです。「Life Across the Pacific」とは太平洋の向こうの生活ということです。石巻はカリフォルニアと同じく太平洋に面しています。太平洋の両側で生活してきた経験を生かして石巻とカリフォルニアのそれぞれの魅力を語ります。



国際交流員のリュウガさん

Happy December! It feels like this year went by in the blink of an eye. Today I want to talk about Christmas. When I first came to Japan I was very surprised to learn that many people order fried chicken for Christmas. In the USA, most families will generally have turkey or ham for Christmas. That said, my family preferred Japanese food, so we had a nice dinner of temaki sushi for Christmas. I still can't return home due to pandemic but Ishinomaki has very affordable and delicious sushi, so I plan on keeping that tradition.



Gift giving is a huge part of Christmas in the United States. Of course many families have Santa leave presents under the tree for children, but many teenagers and adults also arrange gift exchanges with friends and coworkers. One of my favorite kinds of gift exchange is Secret Santa, a game where each person in a group is randomly assigned another person to choose a present for. The gift is given anonymously and the recipient tries to guess who the Secret Santa is. I once had a classmate, a guy who always wore black and listened to heavy metal, decorate their gift with pink ribbons and hearts, even going so far as to spray a bit of perfume on the box to try to avoid being guessed. It is usually a fun and wholesome experience, so please give it a try if you get the chance!

あっという間に12月になりました。今回はアメリカのクリスマスを紹介したいと思います。日本に最初来た時は、クリスマスにフライドチキンを食べる習慣があると聞いて驚きました。アメリカはクリスマスに主にターキーやハムを食べています。家族は和食好きなので毎年クリスマスに手巻き寿司という変わった習慣があります。実家になかなか帰れない状況ですが、石巻の寿司や海鮮は値段がリーズナブルでとても美味しいので今年も習慣をきちんと守りたいと思います。

アメリカのクリスマスは食事よりプレゼント交換の方がメインだと思います。子供はもちろんサンタからプレゼントを貰いますが、その他多くのアメリカ人は友達同士や同僚同士のプレゼント交換をします。方式の一つは事前に参加者全員がくじ引きでプレゼントを用意する相手を決めます。当日、誰からのプレゼントかを当てるゲームで、アメリカでは「シークレット・サンタ」と呼んでいます。大事なものは相手まで自分がシークレット・サンタであることをバレないようにプレゼントにピンクのリボンやハートを飾り、香水まで付けた経験がありました。渡す相手のことを考えて喜びそうなプレゼントを選ぶ、素敵なゲームなのでぜひ友達や家族とやってみてください。

# Topic of town まちの話題



## 石巻 走らずに周りを見て

避難考える防災サッカー

ベガルタ仙台と本市との復興支援連携推進協議会は、10月17日にセイホクパーク石巻で防災サッカー教室を開きました。「落ち着く」「走らない」「周りを見る」が条件。参加者は親子で手をつないだり、友達同士でピブスを持ってたりして2人1組となり、走りたい気持ちを抑えながら周囲を見てパスを出すなどミニゲームを通じて災害時の避難の在り方も考えました。



## オリンピックが熱血指導

小中高生に陸上クリニック

「陸上クリニックin石巻」が11月3日、追波川河川運動公園で行われ、市内の小中・高校生が国内トップレベルの選手から基礎から専門的な練習まで指導を受けました。平成13年からミズノトラッククラブの協力で開催されており、今年は東京五輪200mに出場した飯塚翔太さんや同じく110mハードル出場の金井大旺さんら5人が講師を務めました。参加した子どもたちは、選手の指導に熱心に耳をかたむけ、真剣に取り組んでいました。



## 河北 河北幼稚園で運動会

マスク越しに笑顔広がる

河北幼稚園の運動会が10月2日に行われました。青空の下の園庭でかけっこや障害物競争、ダンスといった9つの種目が繰り広げられ、オリンピックにちなんだ親子参加の競技も盛り上がりました。新型コロナウイルス予防で、観覧は各家庭2人までに制限。保護者はデコレーションしたマスクや子どもたちの手作りグッズで応援し、園庭は笑顔でいっぱいになりました。



## 雄勝 防潮堤が映画館スクリーンに

雄勝でドライブインシアター

一般社団法人ISHIN OMAKI2.0主催のドライブインシアター(野外映画上映会)が10月9日に旧おがつ店こ屋街跡地で開かれました。防潮堤の側面に映写機を使ってアニメ映画「ミニオンズ」を上映。ラジオの周波数を合わせることで車内に音声が流れ、親子ら31組が臨場感あふれる上映を楽しみました。



## 河南 災害に備え体育館に避難所

河南東中で総合防災訓練

生徒たちが災害時に適切な行動ができる自主防災力を育むため、河南東中学校で11月2日に総合防災訓練が行われました。今年は初めて3年生による「避難所開設訓練」が行われ、体育館が地域の避難所になったという想定で、受付での名簿確認や体温測定、ブルーシートによる区画の整理、プライバシーを確保する間仕切りの設置などを訓練しました。屋外では米と水を入れて湯せんで炊く炊き出し訓練も行われました。



## 桃生 地域の治水を学ぼう

桃生小が北上川体験学習

桃生小学校の4年生20人が、北上川を船で下る体験学習を行いました。普段の授業で地域の河川である北上川について学習しており、川下りは堰や閘門などを見学して実際の治水について知るのが目的です。登米市登米町の船着き場から約7km下流の北上川河川歴史公園まで船に乗って学習。脇谷閘門では二つの水門を巧みに利用し、水位差を解消して移動する体験をしました。



## 北上 農作物栽培から環境学ぶ

川のビジターセンター敷地内で

親子で農作業を楽しみながら環境について学ぶ「tsukuruプロジェクト」が10月23日に行われました。今年4月から始まったこのプロジェクトは毎月1回開催され、季節ごとの野菜を育てながら農業を体験していきます。この日は川のビジターセンター敷地内にある畑で、畝作りと種まきを体験。冬野菜となるホウレンソウとタマネギを植えて、これから生育や手入れ、最後に収穫を楽しんでいきます。



## 牡鹿 動く市長室が開催

移住・定住や防災で提言

これからのまちづくりについて、齋藤市長と市民が直接対話する「動く市長室」が、11月5日に牡鹿保健福祉センター清優館で行われました。東日本大震災の発生で休止していた事業で、「移動市長室」の名称を改めて再開しました。今後、各総合支所単位で行う予定で、初回の牡鹿地区は19人が参加。移住者を増やすための住宅確保や原子力災害に備えた避難道路の早期整備について要望が寄せられたほか、小学校の統合に関する提言もありました。



## 大規模農道工事に伴う交通規制

大規模農道横断暗渠工事のため下記区間が終日通行止めとなりますので、大変ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

とき 12月6日(月)～24日(金)(予定)

ところ 大規模農道(河南西中学校入口側からJA農協スタンド(河南)前交差点付近まで)

※工事の進捗により、期間が変更となる場合があります。



☎ 発注者: 県東部地方振興事務所 ☎95-7932  
受注者: 株式会社栄興業 ☎76-1140

## 令和4年石巻市成人式

対象 平成13年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた方  
市内対象の方には、12月上旬に案内通知を発送予定です。

とき	ところ
令和4年 1月5日(水)	午後2時 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 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)
	午後1時 ①石巻地区(マルホンまきあーとテラス 大ホール) 卒業校: 石巻中、住吉中、湊中、山下中、青葉中、 万石浦中、その他市外の中学校の方
	午後3時 ②石巻地区(マルホンまきあーとテラス 大ホール) 卒業校: 門脇中、蛇田中、荻浜中、渡波中、稲井中
	午後2時 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)

※石巻地区は、卒業した学校ごとに2回に分けて開催しますので、遵守してください。  
※新型コロナウイルスの影響により、成人式を直前に中止する場合がありますので、最新の情報は必ずホームページなどで確認ください。

※成人式当日は、必ずマスクを着用ください。

☎ 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

## 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クオカード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、問い合わせください。

とき 12月15日(水)まで ☎・☎ 納税課(内線3135)



## 「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 12月10日(金)・27日(月) 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)



## マイナンバーカード受取予約に関するお知らせ

マイナンバーカードの受取予約が、インターネットから申し込み可能となり、ますます便利になります。この機会にマイナンバーカードを作ってはいかがでしょうか。

マイナンバーカードの受け取りは完全予約制です。インターネットまたは電話で予約のうえお越しください。予約が無い場合、お渡しできないこともありますのでご注意ください。

なお、マイナポイントの申請手続きは12月末までです。早めにマイナンバーカードを受け取りください。

☎・☎ 市民課(内線2313)・マイナンバーカード交付窓口 ☎24-6849



## 今月の休日 窓口開庁の お知らせ

開庁日時 12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 1月4日(火)

○国民健康保険税 第9期

○後期高齢者医療保険料 第6期

○介護保険料 第5期

☐口座振替不能者の再振替日 12月15日(水)

(11月30日納期限分)

○固定資産税 第3期 ○国民健康保険税 第8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280号 令和3年12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



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10月末現在	人口 139,006人 世帯数 61,986世帯
令和2年10月末現在	人口 141,075人 世帯数 61,873世帯