



記憶と教訓を後世に



震災遺構門脇小学校

津波火災の痕跡に多くの関心

東日本大震災の記憶と教訓を伝える震災遺構門脇小学校は、4月3日から一般公開され、初日から多くの人々が足を運びました。部分保存された本校舎は被災地で唯一、津波火災の痕跡を残し、高い建物への避難が必ずしも正解とならない場合があることを伝えています。



石巻市イメージキャラクター

改修された特別教室と屋内運動場は市内の被害や過去の津波が学べる展示館になっており、震災体験者の言葉が、自然とどう共生し災害に備えていくかを考えさせます。

一般公開に先立つ3月30日には開館式があり、齋藤市長はあいさつで「有事の迅速な避難行動に役立ててほしい」と願っていました。



▲開館式では関係者によるテープカットが行われました



▲津波火災に見舞われた被災校舎は、外部通路から見学ができます



▲校舎隣の展示館には、門脇小学校にあった備品の数々が並んでいます



▲屋内運動場には実際に使用された応急仮設住宅が復元され、内部も見学できます

令和4年度 当初予算

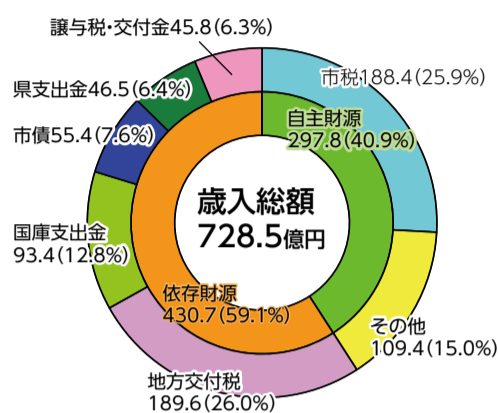
図 財政課(内線4052)

一般会計 728.5億円(対前年度比 ▲2.7%、20.5億円の減)
 一般会計 1,246.5億円(対前年度比 ▲3.2%、41.4億円の減)

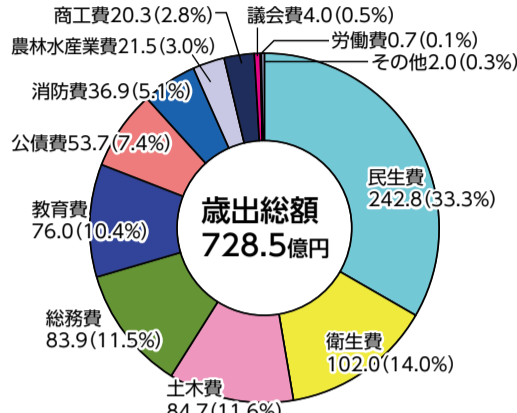
本年度は、「持続可能な財政基盤の確立」を図ることを基本方針とし、「復興予算から通常予算への転換」、「歳入に見合った歳出予算」、「事務事業の検証と見直しの徹底」の3つの方針を掲げ、限られた財源を有効活用し、中長期的な視点から健全で持続可能な財政運営を目指した予算編成としました。

一般会計の内訳

1. 歳入 (単位:億円)



2. 歳出(目的別) (単位:億円)



※ ()内は総額に対する割合を表します。

○各種会計予算総括表

(単位:千円)

会計区分	令和4年度 当初予算	対前年度比較	
		増減額	増減率(%)
一般会計	72,850,000	▲ 2,050,000	▲ 2.7
復旧復興分	2,147,603	▲ 924,307	▲ 30.1
通常分	70,702,397	▲ 1,125,693	▲ 1.6
特別会計	33,345,550	▲ 340,839	▲ 1.0
内訳			
土地取得	0	▲ 108,072	皆減
水産物地方卸売市場事業	346,182	▲ 87,040	▲ 20.1
市街地開発事業	89,744	▲ 530,822	▲ 85.5
国民健康保険事業	15,809,928	86,287	0.5
後期高齢者医療	2,009,354	183,629	10.1
介護保険事業	15,090,342	115,179	0.8
公営企業会計	18,453,639	▲ 1,746,649	▲ 8.6
内訳			
病院事業	6,016,503	▲ 131,473	▲ 2.1
下水道事業	12,437,136	▲ 1,615,176	▲ 11.5
合計	124,649,189	▲ 4,137,488	▲ 3.2

※土地取得特別会計は令和3年度末で廃止

※増減率は令和3年度当初予算との比較で「▲」は減少を表します。

一般会計(主な事業費) (単位:千円)

<p>● テレビ共聴施設整備事業関係費 5,000</p> <p>テレビ共聴施設組合への設備改修など支援に要する経費</p>	<p>● 被災者住宅再建補助事業費(東日本大震災関係分) 1,154,833</p> <p>東日本大震災により被災した住宅の再建支援に要する経費</p>	<p>● 移転元地等利活用推進事業費(東日本大震災関係分) 95,000</p> <p>移転元地などの土地利用の推進に要する経費</p>
<p>● ずっと住みたい地域づくり支援事業費 11,371</p> <p>地域協働のまちづくりの推進に要する経費</p>	<p>● 新型コロナウイルスワクチン接種費 849,092</p> <p>新型コロナウイルスワクチン接種体制の確保に要する経費</p>	<p>● 七窪蛇田線街路整備事業費 1,202,804</p> <p>重要幹線道路である七窪蛇田線街路整備事業に要する経費</p>
<p>● 結婚支援事業費 46,150</p> <p>結婚支援事業の実施に対する補助金</p>	<p>● 地域外来・検査センター費(新型コロナウイルス対策分) 28,139</p> <p>PCR検査施設の運営に要する経費</p>	<p>● コミュニティ広場整備事業費 425,815</p> <p>パークゴルフ場の整備に要する経費</p>
<p>● 地域交流・定着支援等事業費 115,803</p> <p>地域交流・定着支援等事業の実施に要する経費</p>	<p>● 一般廃棄物最終処分場建設事業費 1,649,542</p> <p>次期一般廃棄物最終処分場の建設に要する経費</p>	<p>● 消防団費 347,382</p> <p>消防団員の処遇改善、運転免許取得支援などに要する経費</p>
<p>● 子ども医療対策費 508,736</p> <p>0～18歳までの通院および入院に係る自己負担額に対する助成に要する経費</p>	<p>● 農業振興費 103,087</p> <p>担い手の育成や新規就農者への支援など、農業振興に要する経費</p>	<p>● 河北消防署建設事業費 266,000</p> <p>河北消防署建設事業に要する経費</p>
<p>● 子ども・子育て支援事業費 73,404</p> <p>各種子育て支援など子育て環境の向上に要する経費</p>	<p>● 水産振興事業費 80,039</p> <p>担い手の育成や磯焼け対策、販路拡大など、水産振興に要する経費</p>	<p>● 小学校管理費 200,000</p> <p>大川小学校事故訴訟損害賠償金立替払金の償還に要する経費</p>
<p>● (仮称)河北統合保育所施設整備事業費 617,420</p> <p>再編計画に基づく公立保育所の統合整備に要する経費</p>	<p>● 企業育成支援事業費 243,045</p> <p>地域資源を活用した産業の創出など、地元企業の育成支援に要する経費</p>	<p>● 須江小学校屋内運動場改築事業費 52,370</p> <p>老朽化した屋内運動場の改築に要する経費</p>
	<p>● 中小企業等融資関係費 841,000</p> <p>中小企業事業者への融資支援に要する経費</p>	<p>● 蛇田中学校校舎改修事業費 69,070</p> <p>老朽化した校舎の改修に要する経費</p>
	<p>● 観光振興事業費 58,538</p> <p>観光PRや各種祭イベントなど、観光振興に要する経費</p>	<p>● 複合文化施設管理費 291,000</p> <p>複合文化施設の管理運営に要する経費</p>
		<p>● 学校給食センター運営費 592,692</p> <p>学校給食センターの管理運営に要する経費</p>





※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。



飲酒運転を根絶しましょう

毎年5月22日は、飲酒運転根絶の日です。毎月22日は、飲酒運転根絶運動の日です。死亡事故などの重大事故に直結する飲酒運転の危険性、交通事故の悲惨さを市民一人一人が理解し、飲酒運転を根絶しましょう。

飲酒運転を根絶する3つの約束

- 運転するときには酒を飲まない
● 酒を飲んだら運転しない
● 運転者には酒をささない

各総合支所地域振興課 (内線33108)

農地の無断転用や耕作放棄をなくしましょう

農地の転用は、農地法で規制されているため許可を受ける必要があります。また、耕作放棄は、雑草の繁茂

や病害虫の発生、ごみの不法投棄の誘発などを生じさせ、周辺を含めて農地の荒廃を招くおそれがあるため、農地は適正に管理しましょう。

6月から全ての農地を対象に利用状況調査を行いますので、ご協力をお願いします。農地の転用や売買・貸借については相談がある場合は、問い合わせください。

農業委員会事務局 ☎62-4826

Jアラートの全国一斉訓練を実施します

Jアラートを用いた全国一斉の情報伝達訓練が行われます。防災行政無線、戸別受信機、防災ラジオからテスト音声流れます。実際の災害と間違わないようにご注意ください。

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

5月18日(水) 午前11時ごろ

危機対策課 (内線43308)

各種自動車税のお知らせ

●自動車税種別割

納税通知書は5月中旬に送付します。納期限までに忘れず納付しましょう。

金融機関、コンビニエンスストア、各県税事務所の窓口のほか、インターネットを利用したクレジットカード納付やペイジー、スマートフォン決済も利用できます。
納期限 5月31日(火)

※口座振替の方は5月31日(火)に振り替えられます。
※納税証明書は大切に保管してください。

●軽自動車税(種別割)

4月1日時点で軽自動車を所有する方へ5月上旬に納税通知書を送付する予定です。
納期限 5月31日(火)

減免について

身体あるいは精神に障害がある方の使用する軽自動車は一定の要件に該当する場合は、申請により軽自動車税(種別割)の減免が受けられます。

申請に必要なもの
マイナンバーカード(または通知カード)、納税通知書、車検証、運転者の免許証、身体障害者手帳など
申請期間 5月2日(月)～31日(火)

申請期間 5月2日(月)～31日(火)

自動車税(種別割)について
県東部県税事務所 ☎95-1413

軽自動車税(種別割)について
市民税課(内線3101)

固定資産税・都市計画税のお知らせ

●令和元年台風第19号分支給金額

納税通知書を5月2日(月)に送付する予定です。記載内容は令和4年1月1日現在の資産状況です。

東日本大震災による減免
東日本大震災より被害を受けた区域のうち、要件に該当する区域に適用している固定資産税などの減免については、引き続き被災者の負担軽減を図るため減免を行います。

被災代替資産の特例
東日本大震災などで被災した資産に代わる資産を取得した場合、代替特例があり、適用を受けるためには申告書の提出が必要です。

●市・県民税特別徴収の税額決定通知書を送付します

市・県民税特別徴収税額決定通知書を事業所(給与支払者)へ5月16日(月)に送付する予定です。

市民税課 (内線3094)

石巻市災害義援金の配分を行います

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

●東日本大震災分支給金額
【人的被害】
●死亡・行方不明者 2,961円
●重傷者 6,553円
●全壊 13,104円
●大規模半壊半壊 6,553円

●令和元年台風第19号分支給金額
【人的被害】
●死亡・行方不明者 13,104円
●重傷者 6,553円
●全壊 13,104円
●大規模半壊半壊 6,553円

支給時期 4月下旬から順次支給しています。通帳で確認ください。

●住民税非課税世帯等臨時特別給付金及び灯油購入費等給付金のお知らせ

住民税非課税世帯に1月下旬から2月上旬までに「確認書」を送付していただきます。

生活再建支援室 (内線4763)

●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(回収します)、本人確認書類(免許証など)、マイナンバーのわかるもの(マイナンバーカード、通知カードなど)
※郵送でも可能です。詳しくは、問い合わせください。

申請期間 T986-8501 (住所不要)
保険年金課(内線2347)
各総合支所市民福祉課 各支所

新型コロナウイルスワクチン接種
~接種を希望する方は早めに予約してください~
最新情報は市ホームページを確認ください。
12~17歳の方の3回目接種が始まりました
対象は、2回目接種から6カ月以上が経過し、市内に住民票がある12~17歳の方で、使用するワクチンはファイザー社製です。対象となる方に接種券を順次送付しています。接種券が届き次第、インターネットまたはコールセンターで予約できます。
土日の集団接種は終了しました
ささえあいセンターおよび河北総合センターで実施していた土日の集団接種は、4月24日をもって終了しました。ささえあいセンターでは金曜夜間の接種のみ5月20日(金)まで継続します。また、個別接種会場では引き続き接種を実施しています。
小児(5~11歳)接種を実施しています
接種券はすでに送付済みです。また、新たに5歳になる方には、誕生月の翌月上旬頃までに送付します。接種券に同封した案内をよくお読みいただき、お子さんと相談して接種を検討ください。
これから1・2回目接種を希望する方へ
引き続き1・2回目接種の予約を受け付けています。1・2回目未接種の方でこれから接種を希望する方は、コールセンターに問い合わせください。
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(平日)午前8時30分~午後5時 (土日・祝日)午前9時~午後3時

防災「合言葉」受賞作品
優秀賞
大声出して 迷わず避難!
逃げる勇気が連鎖する。
河南東中学校1年 遠藤 蒼大
学校安全推進課(内線5082)
令和3年度石巻市学校防災推進会議

の「任意の1カ月の収入」で申請する場合にはこれまでと同様に「任意の1カ月の収入」×12カ月で年収に換算して判定します。
※配偶者などからの暴力を理由に避難している方でも受給できる場合がありますので、相談ください。
※各給付金の給付を装ったメールや電話による詐欺に注意ください。市役所や銀行などが、通帳やキャッシュカードを受け取ったり、口座の暗証番号を聞いたりすることは、絶対にありません。
住民税非課税世帯等臨時特別給付金コールセンター ☎0120-110-589
内閣府住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金コールセンター ☎0120-526-145

5月11日(水)午後3時ごろ
空間放射線量
3月の測定結果
除染などが必要となる空間放射線量は、毎時0.23以下と定められています。市内において放射線量の測定を行った結果、測定地点の全てで、健康に影響を与え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 3/2~3/28
市立保育所、私立幼稚園、私立保育園(敷地) 0.04~0.08 3/1~3/28
公共施設等(ホットスポット調査) 0.05~0.09 3/1~3/28
牡鹿地区集落 0.06~0.12 3/2~3/23



地価公示ってなに？

地価公示とは一般の土地売買の目安となる価格を示すもので、毎年1月1日時点の標準地の価格が国土交通省から公示されます。

地価公示、地価調査の関係資料は、道路課、各総合支所、各支所、図書館および国土交通省ホームページで閲覧できます。

● 道路課(内線5646)

住民登録の届け出はお済みですか？

住民登録は、国民健康保険・国民年金・選挙人名簿への登録・小中学校への転入学・予防接種の通知など、各種行政サービスの基礎となる重要なものであり、住民基本台帳法で届け出を正確に行うよう義務づけられています。

転入・転居・世帯変更はその事由があった日から14日以内に、また転出はあらかじめ届け出をする必要があります。長く手続きを怠った場合は、最大5万円の過料を科せられる場合があります。

届け出の際は、本人確認書類(運転免許証など)・転入の場合は前住所の転出証明書が必要です。

● 市民課 (内線2319)

空き家を適切に管理しましょう

適切な管理が行われていない空き家などが年々増加し、地域住民の生活環境に影響を及ぼしています。個人の財産である空き家などは所有者などの責任において適切に管理しましょう。

● 住宅課(内線5556)

市政功労表彰候補者の推薦をお願いします

長年にわたり、市政の振興に寄与し、市民の模範と認められる善行があった方を、市政功労者として表彰します。皆さんの周りの方をぜひ、推薦してください。

● 市民の健康増進、衛生思想の普及発達に尽力した方

- 納税思想の普及、奨励などに尽力した方
- 市民の健康増進、衛生思想の普及発達に尽力した方
- 清掃、公害など生活環境の改善に尽力した方
- 産業の振興発展に尽力した方
- 統計調査に従事し、統計

思想の普及発達に尽力した方

● 教育の振興に尽力した方

● 芸術文化の興隆に貢献した方

● 道路の愛護、公園広場の整備その他の建設事業に尽力した方

● 社会福祉事業に尽力した方

● 消防、防犯、交通安全など治安維持に尽力した方

● 篤行者で一般の模範となる方

● 個人または団体(町内会や組合など)からの推薦が必要

● 推薦書類を関係課・総合支所関係課・支所・秘書広報課またはホームページから取得し、関係課の窓口

● 直接提出してください。

● 申込部数 各2部(1部コピー可)

● 申込期限 6月3日(金)

● 秘書広報課 (内線4014)

● 令和3年度石巻市特別表彰

5年生

● 高橋玄(鹿又小学校3年)

● 第14回「いじめ防止標語コンテスト」小学生の部

● 文部科学大臣賞

● 佐藤美里(常盤木学園高等学校3年)

● 第74回全国高等学校陸上競技対校選手権大会

● 200m 優勝

● 藤井直伸(東レアローズ)

● 第32回オリンピック競技大会

● バレーボール男子7位入賞

● 菊地恋(石巻西高等学校2年)

● 石巻ジュニアジャズオーケストラ

● 第7回Kサクソフオーンコンクール

● 高校生部の部第1位

● 住所を有すること

● 支給額 対象児童1人につき3万円

● 申込方法 申請書を郵送または持参してください。

● 申請書は小学校を通じて配布します。ホームページからもダウンロードできます。

● 申込期限 6月30日(木)

● ※当日消印有効

● 申込方法 T986-8501 (住所不要)

● 子育て支援課 (内線2553)

● ひとり親家庭自立支援教育訓練給付金

● ひとり親家庭の母または父が厚生労働大臣指定教育訓練講座を受講するときに費用の一部を助成します。

● 対象となる講座

● 一般教育訓練給付の指定教育訓練講座(介護福祉士、医療事務など)

● 特定一般・専門実践教育訓練給付の指定教育訓練講座(保育士、美容師など)

● その他市長が認める講座

● ひとり親家庭高等職業訓練促進給付金

● ひとり親家庭の母または父が看護師、准看護師、理学療法士などの資格を取得するために、6カ月以上養成機関で就業する場合に、毎月一定額を支給します。

● ひとり親家庭高等学校卒業程度認定試験合格支援給付金

● 高等学校を卒業していない(中退を含む)ひとり親家庭の親およびその親に扶養

● 対象 本年度小学校に入学した第2子以降の子の保護者

● ※5月1日(日)時点で市内

石巻第二霊園墓所申込受付開始

申請書配布期間 5月6日(金)~13日(金) 午前9時~正午、午後1時~4時
申請書受付期間 5月16日(月)~20日(金) 午前9時~正午、午後1時~4時
申請書配布・受付場所 市役所3階 環境情報センター(環境課隣)
使用許可予定区画数 一般墓所(4㎡墓所) 90区画
個別集合墓所 30区画

※墓碑の高さなどの制限がありますので、使用申込実施要領を確認ください。

申込資格

- 一般墓所(4㎡墓所) 次の要件をすべて満たす方
(1) 2月6日以前から市内に住所を有している、墓所の祭祀者
(2) 申請者(家族を含む)が墓所(納骨堂は含まない)を有していないこと。ただし、網地島および田代島に墓所を有している方は申し込みができます。
(3) 焼骨を有していること(死体(胎)埋火葬許可証または寺院などからの焼骨の埋・収蔵事実の確認書が必要)。ただし、東日本大震災で亡くなり、遺体が発見されずに死亡認定を受けられたご遺族の方は申し込みができます。

個別集合墓所

2月6日以前から市内に住所を有する方で、次のいずれかに該当する方

- (1) 申請者が自己のために使用するとき
- (2) 申請者が現に保有している親族などの遺骨を埋蔵するために使用するとき

● 抽選日時 一般墓所(4㎡墓所) 5月28日(土) 午前10時
個別集合墓所 5月28日(土) 午後1時30分

● 抽選会場 市役所3階 環境課前

使用料および管理料

一般墓所(4㎡墓所)	使用料	360,000円	管理料	18,300円(5年分)
個別集合墓所	使用料	96,000円	管理料	91,660円(永代一括)

● 環境課(内線3377)

● 研修期間 6月7日(火) 25日(土)

科目

- 基本研修 8科目8時間
- 専門研修
- 地域保育コース

● 17科目19時間、見学実習2日間

● 地域子育て支援コース

● 6科目6時間

● 利用者支援事業基本型コース

● 9科目16時間、見学実習1日間

● ※日程は変更となる場合があります。

就学相談

来春、小学校に入学予定のお子さんで、障害がある、または学習や生活に困難が予想されるお子さんの就学に関する相談を行います。

● 申込期限 5月16日(月) (内線2553)

● 子育て支援課

● 来春、小学校に入学予定のお子さんで、障害がある、または学習や生活に困難が予想されるお子さんの就学に関する相談を行います。

● 申込期限 7月1日(金) (内線5026)

● 学校教育課

● 必要電話予約

子ども・教育

● 3月・4月分の児童扶養手当を5月11日(水)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

● 小学校入学祝い金

● 対象 本年度小学校に入学した第2子以降の子の保護者

● ※5月1日(日)時点で市内

● 対象 本年度小学校に入学した第2子以降の子の保護者

● 対象 本年度小学校に入学した第2子以降の子の保護者

● 対象 本年度小学校に入学した第2子以降の子の保護者

● 対象 本年度小学校に入学した第2子以降の子の保護者

● 対象 本年度小学校に入学した第2子以降の子の保護者

● 対象 本年度小学校に入学した第2子以降の子の保護者

● 対象 本年度小学校に入学した第2子以降の子の保護者



介護予防サロン活動へ 助成します

集会所などで高齢者などを対象に体操や趣味などの交流の場を提供する個人や団体に補助金を助成します。

●地域介護予防活動支援事業
対象 65歳以上の方
実施回数 月2回以上
助成金額 1回当たり1,000円
(上限月額10,000円)

●通所型サービス支援事業
対象 要支援者など
実施回数 週1回以上
助成金額 要支援者など一人あたり
1回1,000円(上限月
額50,000円)

5月12日は「民生委員・児童委員の日」です

民生委員・児童委員は、地域の見守りや住民の困り事への相談に応じ、行政や専門機関へのつなぎ役として、さまざまな活動を行っています。民生委員制度が始まった日である5月12日は『民生委員・児童委員の日』とされており、地域の身近な相談役である民生委員・児童委員の存在や活動について、地域住民や関係機関・団体などに理解を深めていただくための日とされています。



▲随時、新任の方が委嘱されています

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
市保健福祉総務課(内線2458)

※条件など、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。

申・團 介護福祉課
(内線2437)
各総合支所市民福祉課
各地域包括支援センター

地域福祉活動団体などへの助成金

市内で福祉支援活動をしている団体などに対し、助成を行っています。希望する場合は、事前に問い合わせください。

※他から助成を受けている団体などは対象外です。
助成金額 上限5万円
受付期間 5月2日(月)～
6月3日(金)

申・團 日本赤十字社宮城県支部石巻市地区事務局
(保健福祉総務課内)
(内線2459)

日本赤十字社活動資金への 協力をお願いします

災害救護、青少年赤十字、各講習会の普及など、さまざまな事業を行っています。東日本大震災では医療救護活動、救護物資の配布、こころのケアなどに取り組んできました。これらの活動資金は賛同していただく皆さんからの協力金(会費)で支えられています。協力金は、窓口で受け付けています。

環境・エコ

再生資源集団回収
報奨金交付制度
循環型社会を目指し、資源の有効利用を目的として資源回収を実施している団体・グループ(子供会・町内会・PTA・老人クラブなど)に、報奨金を交付しています。制度を利用するには、団体登録が必要です。

申・團 日本赤十字社宮城県支部石巻市地区事務局
(保健福祉総務課内)
(内線2459)

生ごみ減量容器購入 補助制度

自宅で生ごみの減量化・堆肥化を行う方へ補助金を交付します。

①家庭用電気式生ごみ処理機
購入金額の2分の1
(上限25,000円)

※購入前に市へ申請する必要があるため、あらかじめ、購入予定の機種・メーカー名および金額を調べ、認め印を持参の上、直接相談してください。

※市税に滞納がない方に限る。
②コンポスト容器
購入金額の2分の1
(上限3,000円)

③EM発酵容器
容器を2個以上購入した方に、容器1個分(2,000円以内)を補助します。

※②および③は、認め印を持

参の上、購入時に取扱指定店で手続きしてください。

取扱指定店 ビバホーム石巻店、DCMホームマック市内各店舗、(株)水沢種苗店(コンポスト容器のみ)、JAIのまき(コンポスト容器のみ)、いやしろっ家(EM発酵容器のみ)

申・團 廃棄物対策課
(内線3373)

再生資源集団回収
報奨金交付制度
循環型社会を目指し、資源の有効利用を目的として資源回収を実施している団体・グループ(子供会・町内会・PTA・老人クラブなど)に、報奨金を交付しています。制度を利用するには、団体登録が必要です。

申・團 日本赤十字社宮城県支部石巻市地区事務局
(保健福祉総務課内)
(内線2459)

不法投棄は犯罪です!

廃棄物の不法投棄違反は、5年以下の懲役もしくは、1,000万円(法人の場合は3億円)以下の罰金、または併科に処せられます。不法投棄に関する情報は、近くの警察署・交番・駐在所、または廃棄物対策課へ連絡ください。

申・團 廃棄物対策課
(内線3374)

申・團 廃棄物対策課
(内線3374)

申・團 廃棄物対策課
(内線3376)

申・團 廃棄物対策課
(内線3376)

申・團 廃棄物対策課
(内線3376)

フードドライブ実施中

家庭から生じた余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。5月10日(火)、30日(月)午前8時30分～午後5時

申・團 環境課カウター、各総合支所市民福祉課
申・團 廃棄物対策課
(内線3374)

フードドライブ実施中
家庭から生じた余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。5月10日(火)、30日(月)午前8時30分～午後5時



資源物の持ち去りは条例により禁止されています

ごみ集積所に出された古新聞などの資源物を、または市が委託した業者以外の人が収集することは条例により禁止されています。資源物を持ち去りを行うと、罰則(20万円以下の罰金)を適用するなど、厳正に対処します。

申・團 廃棄物対策課
(内線3376)

募集・案内

人が収集することは条例により禁止されています。資源物を持ち去りを行うと、罰則(20万円以下の罰金)を適用するなど、厳正に対処します。

申・團 廃棄物対策課
(内線3376)

ネーミングライツ・パートナーの募集
施設の維持管理費の確保を目的に、ネーミングライツ・パートナーを募集しています。

申・團 行政経営課
(内線4173)

自治官採用試験
自衛官候補生(通年受付)
応募資格 18歳以上33歳未満の方

●一般曹候補生(第1回)
申込期限 5月10日(火)
応募資格 18歳以上33歳未満の方
●技術幹部曹(海および空)
申込期限 5月20日(金)
応募資格 大卒以上で、応募資格に定められた学部・専攻学科などを卒業後、2年以上の業務経験のある方
●曹 20歳以上で国家免許取得者など

申・團 自衛隊宮城地方協力本部石巻地域事務所
☎8316789



詳しくはこちら

結婚支援各種補助金

皆さんの結婚・新生活を応援します。ぜひ各種補助金を利用ください。

- 結婚等支援事業補助金
市民団体などが企画実施する婚活事業などに補助金を支給します。
対象 市内に活動の拠点を有している団体など
補助対象事業・補助金上限額
・婚活事業 30万円 ・恋活事業 15万円
- みやぎ結婚支援センター利用促進補助金
みやぎ結婚支援センターへの登録料を補助します。
対象 4月1日以降にみやぎ結婚支援センターに入会した方
補助金額 5,500円(登録料の半額)
- 結婚新生活支援事業補助金
結婚に伴う新生活のスタートアップに係る費用の一部を補助します。
対象 夫婦共に39歳以下かつ世帯所得が400万円未満の婚姻した世帯
対象経費 婚姻に伴う住宅取得費用、引っ越し費用など
補助上限額 1世帯当たり30万円 ※夫婦共に29歳以下の場合は60万円
※詳しい対象条件や内容は、問い合わせください。
申・團 地域振興課(内線4246)



みやぎ結婚支援センター『みやマリ!』 出張登録会のお知らせ

県では、結婚を希望する独身男女を支援するため、AIを活用したマッチングシステムを導入し、みやぎ結婚支援センター『みやマリ!』を開設しました。出張登録会を開催しますので、ぜひ利用ください。

とき 5月28日(土) ところ かわまち交流センター(かわべい)
※必要書類や対象など、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。

申込方法 ホームページまたはQRコードから申し込みください。
申・團 みやぎ結婚支援センター『みやマリ!』 ☎022-797-3083
市地域振興課(内線4246)



登録フォーム



止水板等設置事業補助金

住居、事務所、店舗などに止水板などの設置工事をする方に経費の一部を助成します。

対象者 市内に建築物など(住居、事務所、店舗など)を所有または使用している方
対象事業 建築物などに止水板などを設置する工事や止水板などを購入する

経費

補助金額 止水板等設置工事費などの費用の2分の1とし、50万円を上限とします。

※補助金の交付は、一つの建築物などにつき一回を限度とします。
※詳しくは、問い合わせください。

申請期間 2月28日

防犯灯設置費補助金

町内会や行政区の防犯灯の維持管理費を補助します。

申請期間 5月25日(水)

申請先 商工課 (内線3524)

特別詐欺電話撃退装置購入費の補助金制度

宮城県警察では特殊詐欺防止のため、固定電話機に接続する「特殊詐欺電話撃退装置」を購入した方に、購入費用の一部を補助します。

対象者 市内に建築物など(住居、事務所、店舗など)を所有または使用している方
対象事業 建築物などに止水板などを設置する工事や止水板などを購入する

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へ環境変化に対応した新たな事業の創造による事業の再構築を促進するために補助金を支給します。

申請期間 第一次募集：5月20日(金) 第二次募集：6月中旬から 令和5年2月28日

申請先 商工課 (内線3524)

石巻市事業復活補助金

新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受けて売り上げが減少した事業者のうち、「国の事業復活支援金」の対象とならない事業者へ売上減少額に応じて、補助金を給付します。

申請先 商工課 (内線3524)

申請期間 5月25日(水)

申請先 商工課 (内線3524)

認知症サポーター養成講座を開催しませんか?

認知症の方が、住み慣れた地域で暮らし続けるためには、認知症の理解と正しい対応を知ることが大切です。

申請先 石巻警察署生活安全課 (05-4141)

中小企業退職金共済(中退共)制度の案内

中退共制度は、中小企業の事業主が、従業員の退職金を計画的に準備できる国の退職金制度です。

申請先 石巻警察署生活安全課 (05-4141)

福祉サービスセンター新規会員募集

石巻地区勤労者福祉サービスセンターとは、中小企業に働く勤労者の総合的な福祉事業を増進し、中小企業の振興に寄与することを目的とした団体であり、会員になることで以下のような福利厚生事業を受けることができます。

申請先 石巻警察署生活安全課 (05-4141)

申請方法 電話または窓口で申し込みください。

申請先 介護福祉課 (内線2437)

スポーツ交流で地域活性化のゴールへ

石巻市と株式会社ベガルタ仙台とのスポーツ交流活動等に関する協定締結式

申請先 石巻警察署生活安全課 (05-4141)

移住サポート実施します

維持活動の支援 自己啓発活動に係る助成、イベント企画および保養施設などの割引利用あわせに他にもさまざまな事業を実施しています。

申請先 石巻警察署生活安全課 (05-4141)

移住サポート実施します

石巻市移住支援金 東京23区に在住または東京圏在住で23区に通勤の方が本市に移住した場合、補助金を交付します。

申請先 市商工課 (内線3525)



市は、3月18日にプロサッカーチーム「ベガルタ仙台」の運営会社と「スポーツ交流活動等に関する協定」を結びました。これまでも震災復興支援の連携協定を締結していましたが、スポーツを通じた地域活性化へ新たな一歩を踏み出すことになりました。そして29日には、ベガルタからレディースチームを継承した「マイナビフットボールクラブ」とも同様の協定を締結しました。どちらもサッカー教室の開催や観戦招待といった事業に取り組んでいく予定です。

ベガルタ、マイナビと協定締結



- 石巻市移住支援金 東京23区に在住または東京圏在住で23区に通勤の方が本市に移住した場合、補助金を交付します。
金額 単身60万円、世帯100万円 (18歳未満の子1人当たり30万円を加算)
- 定住促進住宅取得等補助金 次の場合に、補助金を交付します。
対象
 - ・市外から移住し住宅を取得または賃貸住宅を改修する場合
 - ・空き家所有者が移住者に賃貸するために当該空き家を改修する場合
 - ・市外に住む親族を受け入れ三世帯同居するために住宅を改修する場合
 金額 取得 最大150万円、改修 最大50万円
※どちらも要件があるので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。
申請先 SDGs移住定住推進課 (内線4226)



詳しくはこちら

**令和4年度盲ろう者通訳・
介助員養成講座受講生募集**

盲ろう者(目と耳の両方に障害のある方)の移動やコミュニケーションなどのサポートを行う方を養成します。すべて手話通訳付き。

とき 6月30日(木)～11月10日(木)のうち全10回

ところ 宮城県聴覚障害者情報センターほか

対象 県内にお住まいの方で講座終了後、盲ろう者通訳介助員として活動できる方

定員 16人程度

料金 テキスト代4,000円程度

申込方法 所定の申込用紙に必要事項を記入し、郵送・FAX・Eメールのいずれかで申し込みください。

申込期限 5月31日(火)

申・團 宮城県聴覚障害者情報センター(みみサポみやぎ)

☎022-393-5501

FAX 022-393-5502

✉ info@minisuppo-mi.yagi.org

市障害福祉課(内線2484)

FAX 22-6610

**介護支援専門員業務
研修受講試験が
実施されます**

とき 10月9日(日)

ところ 仙台市内(予定)

申込受付・試験案内配布期間 6月1日(水)～27日(月)

試験案内入手方法 郵送による取り寄せ、または県庁1階総合案内で配布

※詳しくは、県社協ホームページを確認ください。

ページを確認ください。

申・團 県社会福祉協議会研修課

☎022-216-5382

県長寿社会政策課

☎022-211-2552

**女性人材リストの
登録者を募集します**

男女共同参画推進の一環として、さまざまな分野で活躍している女性にその知識や経験を發揮していただくため、「女性人材リスト」を作成し、市の審議会や委員会の委員選考の参考にしています。

対象 市内に居住または勤務し、市政に関心を持ち、自己の知識・経験・能力を發揮したいと思っている20歳以上の女性

申込方法 登録票をホームページまたは窓口で取得し、直接または郵送・FAX・Eメールで申し込みください。

申・團 〒086-8501 (住所不要)

地域振興課(内線4245)

FAX 90-8043

✉ isloppromo@city.ishinomaki.jp

**シルバー人材センター
入会説明会**

市内にお住まいの原則として60歳以上の方で健康で働く意欲のある方が入会できます。

とき 5月11日(水)・18日(水) 午前9時(受付 午前8時40分～8時50分)

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、人数制限を行う場合があります。

申・團 (公社)シルバー人材センター

☎94-3683

市商工課(内線3525)

☎022-211-2552

**牡鹿半島チャレンジ
ライド2022**

とき 6月5日(日)

ところ 牡鹿地区、女川町海岸広場(おしかホテルランド)

対象 過去に100km前後のロングライドを6～7時間程度で完走の経験がある方

定員 200人

料金 8,000円

申込方法 海街さんぽホームページから申し込みください。

申込期限 5月9日(月) 午後7時

申・團 一般社団法人石巻圏観光推進機構

☎98-82805

**石巻市博物館第1回
企画展**

「平山郁夫が描いた「奥の細道」—松尾芭蕉がみた石巻—

シルクロードの画家として広く知られた日本画家平山郁夫は、日本の「路」をテーマとして、東北へも訪れ「奥の細道」、「平泉」の一連の作品を残しています。それらの作品を松尾芭蕉の「おくのほそ道」とともに紹介します。

とき 5月20日(金)～6月26日(日)

ところ 石巻市博物館(マルホンまきあーとテラス内)

料金 一般800円、高校生500円、小中学生300円

※20人以上の団体は2割引

申・團 石巻市博物館

☎98-4831

石巻ふれあい朝市

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 5月1日(日)、15日(日) 午前6時30分

ところ 石巻駅前ぎわい交流広場

申・團 石巻ふれあい朝市運営委員会(石巻圏観光協会)

☎93-6448

マルホンまきあーとテラス

申・團 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)

高橋美智子・酒井日和子 ピアノエレクトーン教室 門下生発表会

とき 5月1日(日) 1部 高橋美智子門下生 開演 午前10時30分
2部 酒井日和子門下生 開演 午後2時30分

申・團 酒井 ☎090-2996-8494

ドキュメンタリー映画「生きる」～大川小学校 津波裁判を闘った人たち～

とき 5月3日(火・祝) 開演 午前10時(開場 午前9時30分)

申・團 (株)パオネットワーク 寺田 ☎03-5545-7731

石巻高校吹奏楽部 定期演奏会

とき 5月5日(木・祝) 開演 午後2時(開場 午後1時)

料金 前売り券500円、当日600円

チケット販売場所 マルホンまきあーとテラス、三立楽器

申・團 石巻高校吹奏楽部 ☎93-8022

Bremen10周年記念 子ども達のためのBremen音楽会～愛と祈りと～

とき 5月7日(土) 開演 午後1時30分(開場 午後1時)

申・團 Bremen ☎98-3095・☎090-5838-5905

ひらけ!夏の扉 恋の炎サクソフォン・カルテット&more

とき 5月8日(日) 開演 午後1時30分(開場 午後0時30分)

定員 300人(先着) 申・團 加藤 ☎93-1680

石ノ森萬画館

申・團 石ノ森萬画館

☎96-5055

出来るまでやります!「仙石線マンガタンライナーで行く! 石ノ森萬画館の旅～声優・関智一と珍道中～三度目の正直」

仮面ライダーシリーズをはじめ数々の石ノ森作品にも出演している人気声優・関智一さんをゲストに迎え、車内で楽しい時間を過ごしながら「萬画の国・いしのみき」に向かいます。さらに関智一さんが主宰する劇団へろへろQカムパニーの団員や石巻地域おこし協力隊のお笑い芸人・ふあん★がーも参戦! 加えて途中、怪人軍団・ヒメラニアン帝国が乱入して列車を占拠するなどハラハラドキドキの珍道中列車になっています。

イベントの申し込みなど、詳しくは石ノ森萬画館公式サイトをご覧ください。

とき 5月21日(土) 定員 90人

企画展連動企画

かいけつゾロリがやってくる! (撮影会)

現在開催中の石ノ森萬画館第85回特別企画展「35周年記念 かいけつゾロリ大冒険展」の連動企画として、かいけつゾロリと一緒に写真が撮れる撮影会を石ノ森萬画館正面玄関前にて開催します。

とき 6月4日(土)・5日(日) 午前10時30分、午後0時30分、午後2時30分

定員 各回50人

申・團 石ノ森萬画館

☎96-5055

マルホンまきあーとテラス開館1周年イベント

いぎなしやっぺし! 1周年!!

とき 5月22日(日) 午前9時～午後6時30分

館内や駐車場で「ニードルのいたずら大好きコンサートwith山形交響楽団 The Brass5」、「萌江ちゃんのこども人生相談室&ライブ」、「小学生リフティング王者決定戦」などさまざまなイベントを開催します。

詳しくはホームページで確認いただくか、問い合わせください。

んだっちゃ!ハワイ!!

とき 9月4日(日) 開演 午後1時(開場 正午)

対象 石巻近郊に活動拠点を置くフラダンスの団体

定員 10組(先着)

申込開始 5月10日(火) 午前9時

申・團 マルホンまきあーとテラス

☎080-4510-5520

石ノ森萬画館 SHINOMAKI MANGATTAN MUSEUM

申・團 石ノ森萬画館 ☎96-5055

出来るまでやります!「仙石線マンガタンライナーで行く! 石ノ森萬画館の旅～声優・関智一と珍道中～三度目の正直」

仮面ライダーシリーズをはじめ数々の石ノ森作品にも出演している人気声優・関智一さんをゲストに迎え、車内で楽しい時間を過ごしながら「萬画の国・いしのみき」に向かいます。さらに関智一さんが主宰する劇団へろへろQカムパニーの団員や石巻地域おこし協力隊のお笑い芸人・ふあん★がーも参戦! 加えて途中、怪人軍団・ヒメラニアン帝国が乱入して列車を占拠するなどハラハラドキドキの珍道中列車になっています。

イベントの申し込みなど、詳しくは石ノ森萬画館公式サイトをご覧ください。

とき 5月21日(土) 定員 90人

企画展連動企画

かいけつゾロリがやってくる! (撮影会)

現在開催中の石ノ森萬画館第85回特別企画展「35周年記念 かいけつゾロリ大冒険展」の連動企画として、かいけつゾロリと一緒に写真が撮れる撮影会を石ノ森萬画館正面玄関前にて開催します。

とき 6月4日(土)・5日(日) 午前10時30分、午後0時30分、午後2時30分

定員 各回50人

© 原ゆたか/ポプラ社

サン・ファン館

申・團 サン・ファン館企画広報課 ☎24-2210 (火曜日休館) ※5月3日(火・祝)は営業します。

ミニ企画展「牡鹿半島・海と浜の"続"トリビア10」

海に関わる独特の文化を育んできた牡鹿半島。サン・ファン館では令和3年9月～12月に開催し好評を博した「牡鹿半島・海と浜のトリビア10」の続編が登場。魚や動物にまつわる不思議な話、漁師さんの知恵など新たな視点から牡鹿の魅力をひもときます。

とき 5月30日(月)まで 料金 要入館料(一般350円・高校生以下無料)

マルホンまきあーとテラス

申・團 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)

高橋美智子・酒井日和子 ピアノエレクトーン教室 門下生発表会

とき 5月1日(日) 1部 高橋美智子門下生 開演 午前10時30分
2部 酒井日和子門下生 開演 午後2時30分

申・團 酒井 ☎090-2996-8494

ドキュメンタリー映画「生きる」～大川小学校 津波裁判を闘った人たち～

とき 5月3日(火・祝) 開演 午前10時(開場 午前9時30分)

申・團 (株)パオネットワーク 寺田 ☎03-5545-7731

石巻高校吹奏楽部 定期演奏会

とき 5月5日(木・祝) 開演 午後2時(開場 午後1時)

料金 前売り券500円、当日600円

チケット販売場所 マルホンまきあーとテラス、三立楽器

申・團 石巻高校吹奏楽部 ☎93-8022

Bremen10周年記念 子ども達のためのBremen音楽会～愛と祈りと～

とき 5月7日(土) 開演 午後1時30分(開場 午後1時)

申・團 Bremen ☎98-3095・☎090-5838-5905

ひらけ!夏の扉 恋の炎サクソフォン・カルテット&more

とき 5月8日(日) 開演 午後1時30分(開場 午後0時30分)

定員 300人(先着) 申・團 加藤 ☎93-1680

瞳みのる石巻応援コンサート

とき 5月11日(水) 開演 午後2時(開場 午後1時30分)

詳しくはホームページ「瞳みのるオフィシャルサイト」で確認ください。

申・團 瞳みのる石巻応援コンサート実行委員会 菅野(スガノ) ☎090-4434-0723

大和ハウス工業株式会社 主催 Daiwa Sakura Aid 写真展 -さくら-

とき 5月11日(水)～15日(日) 午前10時～午後4時

申・團 株式会社 口笛書店 ☎080-4510-5520

マルホンまきあーとテラス開館1周年イベント

いぎなしやっぺし! 1周年!!

とき 5月22日(日) 午前9時～午後6時30分

館内や駐車場で「ニードルのいたずら大好きコンサートwith山形交響楽団 The Brass5」、「萌江ちゃんのこども人生相談室&ライブ」、「小学生リフティング王者決定戦」などさまざまなイベントを開催します。

詳しくはホームページで確認いただくか、問い合わせください。

んだっちゃ!ハワイ!!

とき 9月4日(日) 開演 午後1時(開場 正午)

対象 石巻近郊に活動拠点を置くフラダンスの団体

定員 10組(先着)

申込開始 5月10日(火) 午前9時

申・團 マルホンまきあーとテラス

☎080-4510-5520



いきいき100歳体操 サポーター養成講座 参加者募集

サロン活動の継続と介護予防のための体力強化体操である、いきいき100歳体操の実技を学びます。

とき 6・7月のうち全5回
ところ マルホンまきあーとテラス

対象 いきいき100歳体操に興味のあるサロン関係者または個人

定員 15人
申込方法 窓口または電話で申し込みください。

申込期限 5月23日(月)
申・圃 介護福祉課
(内線2437)

介護予防教室 「はつらつ元気教室」 参加者募集

運動、口腔、認知機能向上および栄養改善、自主サロン活動に向けた講話や実技を行います。

とき 6・11月のうち全8回
ところ 市内12会場

対象 おおむね65歳以上の方(希望者は調査のための連絡があります)

定員 1会場あたり15人程度
申込方法 窓口またはお住まいの地区の地域包括支援センターへ電話で申し込みください。

申込期限 5月20日(金)
申・圃 介護福祉課
(内線2437)

各地域包括支援センター

第1回普通救命講習 (一般公募)

とき 5月29日(日)

午前9時～正午

ところ 石巻広域消防本部
対象 中学生以上

定員 30人(先着)

申込方法 各消防署または石巻広域消防ホームページにある申込用紙で申し込みください。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 5月9日(月)～18日(水)

午前9時～午後5時
申 各消防署
圃 石巻消防署
☎95-7112

みやぎ県民大学「石巻 専修大学開放講座」

とき 6月2日(木)～7月7日(木)までの毎週木曜日(全6回)

午後3時30分～5時
ところ 石巻専修大学2101教室

テーマ 「もっと地元を知ろう」
対象 16歳以上の県民の方
定員 80人

申込方法 電話または住所、氏名、年齢、職業、電話番号を記入の上、FAXまたはメールで申し込みください。

申込期間 5月6日(金)～7月7日(木)

申・圃 石巻専修大学開放センター 石巻専修大学事務局
☎22-7716

FAX 22-7746
☎ kaho@isenshu-u.ac.jp



総合相談センターから 《災害に便乗した悪質 商法に注意》

地震や大雨など災害時には、それに便乗した様々な悪質商法が多数発生します。

突然自宅を訪問した業者に「お宅の屋根のくぎが抜けている」などと言われ、契約してしまったが、よく考えると高額で困っているという相談や、「保険金で修理ができる」と言われ依頼したが保険申請の高額な手数料を要求されたという事例も報告されています。

修理する際は、複数の業者から見積りを取り検討しましょう。また、保険の適用対象や申請方法については、自身が加入している保険会社に確認しましょう。

総合相談センター
☎23-5040

「災害復興住宅融資」 無料相談会

とき 5月15日(日)

午前10時～午後4時

ところ 市役所3階36番窓口
※要電話予約

申・圃 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)

圃 市生活再建支援室
(内線3964)

5月の相談あんない

行政

- 行政書士相談 ※要予約
 - ・16日(月) 午前10時～正午 河北総合支所 2階第3会議室
 - 申・圃 宮城県行政書士会石巻支部 ☎82-3599
- 行政相談
 - ・11日(水) 午後1時30分～3時30分 市役所 2階相談室B
 - ・11日(水) 午後1時30分～3時30分 河南老人福祉センター
 - ・13日(金) 午前10時～午後3時 北上総合支所 2階多目的室
 - 圃 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階総合相談センター相談室)
 - ・10日(火) 弁護士法人石巻向陽法律事務所 須藤弁護士
 - ・24日(火) 庄司・松浦法律事務所 松浦弁護士
 - 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 2日(月) 午前9時
 - 申・圃 総合相談センター(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 火・木・日曜日(祝日を除く)
 - 午前10時30分～午後0時30分、午後1時30分～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(祝日の場合は第2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)
 - 申・圃 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
※会場は問い合わせください
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。
 - 申・圃 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

- 県交通事故電話相談(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
- 子育て世代包括支援センター
 - ・いっしょ issyo えきまえ(石巻市ささえあいセンター)
 - 午前10時～午後6時(土日・祝日 午前9時30分～午後5時)
 - ☎98-4158、080-1664-2936
 - ・いっしょ issyo へびた(のぞみ野2-2-4 石巻信用金庫総合相談センター4階)
 - 午前9時～午後4時(土曜は要予約) ☎24-6878、080-9259-6361

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。
 - ・9日(月) 午前10時～午後3時 北上総合支所 2階多目的室
 - ・10日(火) 午前10時～午後3時 河北総合支所 2階和室
 - ・11日(水) 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。
 - 圃 仙台法務局石巻支局 ☎22-6188

暮らし

- 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
- 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 14日(土) 午前9時30分～午後4時(受付時間 午後3時まで)
- 市民生活相談(市役所 2階総合相談センター)
 - ・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階総合相談センター)
 - 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
- 生活保護・生活困窮の相談(市役所 2階保護課)
 - ・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)
 - 圃 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。
 - ・11日(水) 午後1時～4時 北上総合支所
 - ・18日(水) 午後1時～4時 牡鹿保健福祉センター「清優館」
 - ・25日(水) 午後1時～4時 雄勝総合支所
 - 圃・圃 ひありんく石巻 ☎98-9163
- 住居確保給付金について
離職や減収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、求職活動をすることなどを要件として支給される給付金です。家賃の支払いにお困りの方は相談ください。
 - 圃 保護課(内線2505)
- 新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金について
社会福祉協議会の総合支援資金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、就労自立を図るための求職活動をすることなどを要件として3カ月間支給されます。詳しくは相談ください。
 - 申請期限 6月30日(木)
 - 圃 保護課(内線2505)

障害者

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

介護

- 各地区包括支援センター ※()内は担当地区

・中央(石巻・中央) ☎21-5171	・河北(河北) ☎61-1252
・稲井(稲井・住吉) ☎93-8166	・雄勝(雄勝) ☎61-3732
・蛇田(蛇田) ☎92-7355	・河南(河南) ☎86-5501
・山下(山下・釜・大街道) ☎96-2010	・ものう(桃生) ☎76-5581
・渡波(渡波・荻浜) ☎25-3771	・北上(北上) ☎61-7023
・湊(湊) ☎90-3146	・牡鹿(牡鹿) ☎44-1652

5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



- 大崎・石巻支部高校総体バドミントン競技 7日(土) 午前9時、14日(土) 午前9時
- 石巻支部高校総体卓球競技 8日(日)・9日(月) 午前9時
- 石巻支部高校総体弓道競技 8日(日)・9日(月) 午前9時
- 第66回石巻市民卓球大会 15日(日) 午前9時
- いしのみき総合スポーツクラブ 令和4年度新規会員を募集中です。詳しくは問い合わせください。
- キッズバラエティスポーツ教室 令和4年度会員を募集中です。詳しくは問い合わせください。
- バドミントン・卓球教室 令和4年度会員募集中です。詳しくは問い合わせください。
 - ・バドミントン教室 料金 3,000円+保険料(任意加入)
 - ・卓球教室 料金 2,000円+保険料(任意加入)

セイホクパーク石巻(総合運動公園)トレーニングセンター
☎25-7731

開 午前9時～午後9時(日曜日・祝日は午後5時まで)
休 26日(木)

- 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。
 - ・リズムにのってスクエアステップ 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。6日(金)・20日(金)・27日(金) 午前10時～11時 対象 高校生以上 定員 8人 料金 入館料のみ
 - ・サーキットトレーニング 7日(土)・14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
 - ・リラクゼーション講座 12日(木)・19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 対象 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(火)・20日(金)・30日(月) 対象 高校生以上 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 トレーナーが目的に合わせ、個別にトレーニングの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

セイホクパーク石巻(総合運動公園) 開 会場によって異なる
☎22-9111 FAX22-9112 休 なし

- 市民球場
 - 春季県高校東部地区大会 1日(日)・3日(火・祝)・5日(木・祝)
 - JABA東北大会 7日(土)～13日(金)
 - 春季東北地区高校野球県大会 14日(土)～16日(月)・18日(水)・21日(土)・22日(日)・24日(火)・25日(水)・27日(金)・28日(土)
 - ナイトヨガ 6日(金) 午後7時～8時 定員 50人 料金 1,000円(中学生以下無料) 持ち物 ヨガマット 講師 坂本佳那
※雨天の場合は総合体育館アリーナに変更となります。詳しくは問い合わせください。
 - ティーボール教室 14日(土) 午後5時～6時 対象 小学1年生～3年生 定員 20人 料金 500円(兄弟参加の園児は300円) 参加者を募集しています。詳しくは問い合わせください。
 - フットボール場・ふれあいグラウンド
 - 春季大会 3日(火・祝)・4日(水・祝)
 - 高総体ラグビー競技 28日(土)・29日(日)・31日(火)
 - フットボールフィールド第1
 - 東北U-15みちのくリーグ 1日(日)
 - 地区高総体サッカー競技 2日(月)・4日(水・祝)・5日(木・祝)・8日(日)・9日(月)
 - ミヤテレ杯新人大会地区予選 7日(土)
 - リスペクトリーグU12 14日(土)・15日(日)・21日(土)・22日(日)
 - 県高総体サッカー競技 28日(土)・29日(日)
 - フットボールフィールド第2
 - 県高校ラグビー春季リーグ 第2節 1日(日) 第3節 14日(土)・15日(日) 第4節 21日(土)・22日(日)
 - 東北高等学校春季交流大会 3日(火・祝)～5日(木・祝)
 - 高体連石巻支部総体ラグビー競技 7日(土)～9日(月)
 - 県高総体サッカー競技 28日(土)・29日(日)
 - 多目的フィールド
 - クラブ社会人交流戦 29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 休講日 3日(金・祝)～5日(木・祝) 休館日 なし



- 大好評「サンデープログラム」6～7月期 申込受付中
サンデープログラムとは、日曜限定の短期講座(2カ月間)です。対象年齢・材料費などは問い合わせください。
- 日曜日の健康ダイエット教室(全4回) 午後1時～2時15分 料金 4,600円
- 季節の養生と陰ヨガ(全4回) 午後3時15分～4時45分 料金 4,600円
- 大工さんが教える木工教室(全1回) 午前10時～11時30分 料金 1,150円(材料費6,000円)
- ジュニア向けアクティブボール(全3回) 午前10時30分～11時30分 料金 3,450円
申込方法 窓口で各講座初回開講日前まで直接申し込みください。
- 「子供向け水泳教室★無料体験キャンペーン」を開催します
通常1,100円の体験受講を、無料で体験できます! 申込開始 5月2日(月)
開講スケジュールについては、問い合わせください。 ※要予約
- ベビースイミング(月) 対象 生後6カ月～3歳(未就園児)
- 幼児水泳教室(水・金・土) 対象 年少～年長
- 小中学生水泳教室(火・水・金・土) 対象 小学生～中学生
- 選手育成クラス 対象 小学生～高校生 ※四泳法泳げる方
- 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)
※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。

渡波公民館 ☎24-0941 開 午前9時～午後9時30分 休 なし

- 高齢者教室「寿大学」入学式・第1回学習会 24日(火) 午後1時30分
- 女性教室「くらしの講座」開講式・第1回学習会 27日(金) 午後1時30分

蛇田公民館 ☎95-0183 開 午前9時～午後9時30分 休 なし

- くらしの教室「明英大学」開講式 20日(金) 午前10時 対象 高齢者
- 市民教養講座「川柳を学ぼう」受講生募集 6月14日(火) 午後1時30分～4時 定員 15人 申込期限 30日(月)

石巻中央公民館
☎22-2970 FAX21-6050

開 午前9時～午後9時30分
休 なし

- 初心者のガーデニング講座(入門編)～一緒につくろう花のある街～ 14日(土)・6月11日(土) 午前9時～11時、7月3日(日) 午前8時～10時 対象 花づくりに興味ある方 定員 15人(先着)
- 石巻市子ども会育成会石巻支部「インリーダー研修会(KYT:危険予知トレーニング)」ゲームのしかたをおぼえよう 15日(日) 午前10時～11時30分(受付開始 午前9時45分) 対象 小学4～6年生 定員 30人 申込方法 小学校に配布する申込用紙を使用し、郵送またはFAXで申し込みください。 ※子ども会のリーダー育成を目的とした研修会です。趣旨をご理解いただき、各子ども会からの参加をお願いします。
- 子育てサロン「いっしょクラブ」整体、手遊びなど 20日(金) 午前10時～11時30分 ところ 大ホール 定員 親子15組(先着) 持ち物 水分補給用の飲み物を持参ください。 ※当日参加可能ですが、なるべく電話で予約をお願いします。
- 石巻市ジュニア・リーダーげろっば「第1回げろっば祭り」ジュニア・リーダーとゲーム(射的・輪投げ・○×クイズなど) 21日(土) 午前10時～11時30分 ところ 大ホール 対象 小学1～6年生 定員 30人(先着) 申込方法 電話で申し込みください。
- 利用協講座「初心者のための川柳教室」 29日(日) 午後1時～3時30分 定員 12人(先着) 講師 川柳くらげ吟社会員 持ち物 筆記用具、国語辞典、自作の未発表の川柳2句、飲み物(水分補給用) 申込方法 電話または直接申し込みください。 申込期限 20日(金)

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」開講式・第1回学習会 25日(水) 午後1時30分 対象 稲井くらしの講座会員

図書館 開 午前10時～午後6時(水曜日は午後7時まで、3日(火・祝)～5日(木・祝)、日曜日は午後5時まで) 休 月曜日



- あかちゃんおはなし会 6日(金)・20日(金) 午前10時30分～11時 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 7日(土)・21日(土) 午前10時30分～11時 対象 幼児～小学校低学年くらいの方 定員 5組(先着)
- おしゃべりな読書会「幽霊屋敷レストラン」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。 8日(日) 午前10時30分～正午
- 読書会「地球にちりばめられて」多和田葉子著 10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。 12日(木) 午前10時～正午
- 紙芝居とお話の会 14日(土)・28日(土) 午前10時30分～11時 定員 5組(先着)
- 定例おはなし会 21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 10日(火)・24日(火) 午前10時～11時 ところ 蛇田公民館
 - ・わたのは 10日(火)・24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)



- ケロボンズファミリーコンサートinいしのみき 8日(日) 1回目 開演 午前11時(開場 午前10時15分)、2回目 開演 午後2時30分(開場 午後1時45分) 料金 全席指定(一般 2,000円、子ども 1,000円) ※当日は500円増
- チケッ発売場所 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
- 第55回宮城県少年剣道大会 8日(日) 午前9時 園 斎藤 ☎090-2959-1941
- 好文館高校マンドリン部 第16回定期演奏会 29日(日) 開演 午後1時30分(開場 午後1時) 料金 300円 園 好文館高校 ☎22-9161

遊楽館 ☎72-3561

開 午前9時～午後9時
休 月曜日



- 石巻西高等学校吹奏楽部第33回定期演奏会 22日(日) 開演 午後2時(開場 午後1時30分) 園 石巻西高等学校 ☎83-3311
- パトリック・ガロワ&瀬尾和紀 デュオ・リサイタル 29日(日) 開演 午後2時(開場 午後1時30分) 料金 一般 3,000円(当日 3,500円)、学生 1,500円(当日 2,000円) 園 木村裕 ☎53-3510

河南室内温水プール(遊楽館内)
☎72-3605

開 午前10時～午後9時(日曜日・祝日は午後5時まで)
休 遊楽館と同じ



- アクアピクス 13日(金)・27日(金) 午後1時30分～2時30分 10日(火)・24日(火) 午後7時30分～8時30分 対象 成人 定員 各10人 料金 1,100円 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 8日(日)・22日(日) 午前10時50分～11時50分 対象 成人 定員 10人 料金 770円(初回無料)
- ホットヨガ 15日(日)・6月5日(日) 午前9時～9時45分 対象 成人 定員 10人 料金 1,100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 550円(初回無料) 講師 健康運動指導者 平山時生
- ヨガ教室 6日(金)・20日(金) 正午～午後1時 対象 成人 定員 10人 料金 550円(初回無料) 講師 健康運動指導者 平山時生
- ヘキサスロン 「36の基本動作」を身につける遊びプログラム 29日(日) 小学生 午前9時45分～10時45分、4歳～年長 午前11時～正午 定員 各20人 料金 1,100円
- ベビースイミング 15日(日)・29日(日)・6月19日(日) 午前10時～10時30分 対象 生後6カ月～3歳 定員 15人 料金 3回で2,500円 講師 ミズノスタッフ 館田
- 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 ※無料体験実施中
 - ・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～5時

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

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(月曜日が祝日の場合その翌日が休館日)

牡鹿交流センター屋内温泉プールおよびトレーニングセンターは、福島県沖地震の影響により、利用を停止しています。再開時期は未定です。

トレーニング機器 使用講習会

- 総合体育館 ☎95-8998 10日(火) 午前10時、19日(木) 午後6時30分、24日(火) 午後2時
- ビッグバン ☎62-1120 13日(金)・27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 5日(木・祝)・19日(木) 正午、午後5時 ※要電話予約(午前9時～午後5時)

5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2422) ☎94-9132
栄養相談	食事と栄養に関すること何でも ※要予約	2日(月) 午前10時～正午	保健相談 センター	健康推進課 (内線2617)
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	9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
12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2422)
26日(木) 午前10時45分～午後3時15分			☎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
精神保健福祉相談	精神科医療機関への受診を迷っている、 眠れないなどのこころの悩みを抱えている方・その家族	25日(水) 午後2時～5時	☎95-1431
アルコール関連問題 専門相談	アルコール関連問題(ギャンブル・薬物含む) で困っている方・その家族、関係者	20日(金) 午前10時～午後3時	
思春期・引きこもり 専門相談	引きこもりや思春期問題を抱えている方・ その家族、関係者	12日(木) 午後1時～5時	

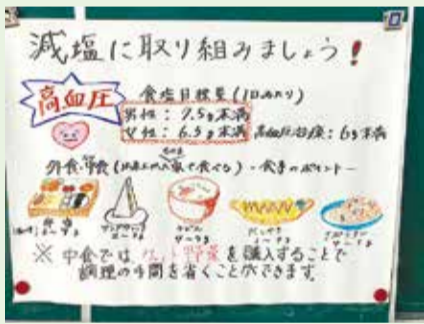
○各種教室・講演会 要予約

教室名	内容	とき	受付時間	ところ	申・問
もぐもぐ育児教室 (石巻会場)	対象 5～8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・歯について時間を区 切って対応します。	11日(水)	午後1時 ～3時	保健相談 センター	健康推進課 (内線2617)
もぐもぐ育児相談 (河南会場)		10日(火)	午前9時30分 ～11時30分	河南母子健康 センター	河南総合支所 市民福祉課 ☎72-2094
1歳児個別育児 相談会 (石巻会場)	対象 おおむね1歳0カ月～ 1歳1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・歯についての個別相 談を行います。	24日(火)	午前9時 ～正午	保健相談 センター	健康推進課 (内線2617)

食育推進コーナー 減塩に取り組みましょう!

石巻食生活改善推進委員会の皆さんが減塩のポスターを作成しました。皆さんは野菜を食べることが減塩にも効果があることを知っていましたか?野菜に含まれるカリウムが塩分を外に出す働きをしているからです。しかし野菜であっても漬け物は食べ過ぎないように気を付けましょう。

☎ 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 牡鹿	3～4カ月児健診	12日(木)・20日(金)・31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	10日(火)・19日(木)・25日(水)		
	2歳児歯科健診	11日(水)・18日(水)・27日(金)		
	3歳児健診	13日(金)・17日(火)・26日(木)		
河北 雄勝 北上	3～4カ月児健診	18日(水) ※同時開催になります。		河北総合センター 「ビッグバン」
	1歳6カ月児健診			
河南 桃生	3～4カ月児健診	27日(金)		河南母子健康センター
	1歳6カ月児健診	12日(木)		

※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。

がんについて語ろう

がんについて、人生についてさまざまな事を皆さんで語り合ひましょう。

とき 14日(土) 午後1時30分～3時30分

ところ マルホンまきあーとテラス2階 研修室3

定員 10人[先着] ※要予約

☎ 日和山カフェ代表 佐藤 ☎070-7772-0127 (月～金 午前10時～午後3時)

○蛇田お茶っこサロン

とき 11日(水) 午前10時～11時

ところ 新蛇田第1集会所(のぞみ野四丁目23番地)

☎ 震災こころのケアネットワークみやぎ(からこころステーション) ☎94-2966

○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 29日(日) 午後1時 ところ 保健相談センター

☎ 「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 15日(日) 午後1時～4時 ところ 保健相談センター

☎ 「まきっこの会」 ☎080-6022-4478 (高橋)

○からこころ相談ダイヤル 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「自殺予防いのちの電話」 ☎0120-783-556(午前8時～翌朝8時)

☎ 健康推進課 ☎94-9132

愛の献血

☎ 健康推進課(内線2418)

とき	ところ	受付時間
1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
4日(水・祝)	イオンモール石巻	
28日(土)		

日本脳炎・麻しん風しんの予防接種予診票を送付しました

4月下旬に対象者へ予診票を送付しました。期限を過ぎると接種費用は全額自己負担になります。期限内に接種しましょう。

●日本脳炎(第2期)

・対象 平成24年4月2日～平成25年4月1日生まれの方(小学4年生)

接種期限 13歳の誕生日の前日まで

・対象 平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれの方(高校3年生相当)

接種期限 20歳の誕生日の前日まで

※3回以上の接種で基礎免疫がつくといわれています。3回未満の接種では、不十分とされています。

●麻しん風しん(第2期)

対象 平成28年4月2日～平成29年2月28日生まれの方(年長)

※平成29年3月1日～4月1日生まれまでの方には、出生の翌月末に送付しています。

接種期限 令和5年3月31日

※1歳頃に接種した予防接種(第1期)で免疫が付き損ねた場合や、年数がたち免疫が低下することを防ぐ目的で2回の接種が必要です。

☎ 健康推進課(内線2427)

高齢者肺炎球菌予防接種予診票の送付について

5月中に予診票を送付します。定期接種(予防接種法の規定に基づく予防接種)として接種できるのは対象の年度1年間のみです。

対象 令和4年度に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方で、1度も肺炎球菌予防接種を受けていない方(詳しくは市報4月号に掲載)

接種期限 令和5年3月31日

☎ 健康推進課(内線2427)

5月31日は世界禁煙デーです。受動喫煙のない社会をつくりましょう

国では、5月31日を「世界禁煙デー」とし、世界禁煙デーに始まる一週間を「禁煙週間」と定めています。今年は5月31日(火)～6月6日(月)がその期間にあたります。たばこを吸わない吸わせない環境をみんなで作っていきましょう!

●受動喫煙とは

本人は喫煙しなくても、身の回りの人がたばこの煙を吸わされてしまうこと。

●たばこに含まれる有害物質

たばこの煙には5,300種類以上の化学物質を含み、そのうち発がん性物質は約70種類です。

●たばこの影響による疾患の例

肺がん、脳卒中、COPD(慢性閉塞性肺疾患)、喘息、中耳炎、歯周病、流産、低出生体重

☎ 健康推進課(内線2612)

各種検診 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。 ※対象年齢は令和5年3月31日を基準としています。

【石巻地区】胃がん検診が始まります

とき 5月6日(金)～令和5年1月28日
 対象 30歳以上の方
 検査方法 問診、胃エックス線検査(発泡剤とバリウムを飲み、方向を変えながらレントゲン写真を撮ります)
 圃 健康推進課(内線2413)



【石巻地区】乳がん検診が5月16日(月)から始まります

申し込みをした方には、順次検診票を送付します。対象の方で追加申し込みを希望する方は連絡ください。

対象年齢	検査方法	開始時期	自己負担金	検診場所
30～39歳(毎年)	超音波検査	5月16日(月)	500円	保健相談センター
40～64歳(偶数年齢)	マンモグラフィ(二方向撮影) 超音波検査 (下記の該当者のみ追加)	8月ごろ	1,000円	
66歳以上(偶数年齢)	マンモグラフィ(一方向撮影)	5月16日(月)		

※超音波検査追加の該当者は、撮影した写真では判断がつきにくく(乳腺組織が多いため)、マンモグラフィのみでは小さなしこりを見落とす危険性がある方です。
 圃 健康推進課(内線2427)

健康づくりは健診から～年に1回、特定健診を受けましょう～

●国保の特定健診は自己負担額「無料」です
 生活習慣病は重症化するまで自覚症状がほとんどありません。1年に1回健診を受けて、体の状態を確認しましょう。

※受診票は5月下旬以降に送付します。 ※治療中の方も対象です。

●特定健診受診で「国保健康ポイント事業」対象になります

特定健診を受けた方から抽選で1,000人にクオカードを、さらに、対象となるがん検診を併せて受けるなどの条件を満たした方から抽選で30人に地場産品をプレゼントします。

※職場の健診や個人で人間ドックを受ける方は、健診結果の提供にご協力いただくと対象となります。

※石巻市国民健康保険加入者で、国保税に滞納がない世帯の方が対象です。

圃 保険年金課(内線2333)



【河北地区】子宮頸がん検診を実施します

とき 6月8日(水)・9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
 圃 河北総合支所 市民福祉課 ☎62-2117(内線163)

【雄勝地区】レディース検診を実施します

●子宮頸がん検診 対象 20歳以上の女性
 ●乳がん検診 対象 30歳以上の女性
 超音波 30歳代の女性 マンモグラフィ 40歳以上の女性(偶数年齢)
 とき 5月25日(水) ところ 雄勝体育館
 圃 雄勝総合支所 市民福祉課 ☎57-2113

市立病院のご案内

○診察時間(休日 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	
耳鼻咽喉科	月・火・木・金	午後1時
	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	午後	○	○	—	○	○

※整形外科を受診の際は、紹介状と事前の予約が必要です。
 ※診療日に変更になる場合があります。ホームページで確認するか、問い合わせください。
 ○眼科診療日追加のお知らせ 5月より水曜日の診療を開始します。
 ○耳鼻咽喉科の診療時間変更のお知らせ 4月より午後のみ診療となりました。
 ○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。 圃 市立病院 ☎25-5555

ホームページはこちら→



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。
 圃 夜間急患センター ☎94-5111

5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
1日(日)	内科	佐藤神経内科医院(大手町)	☎22-5522
	小児科	石巻市夜間急患センター(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
3日(火・祝)	内科	かわらだ内科胃大腸クリニック(鑄銭場)	☎21-5335
	小児科	石巻市夜間急患センター(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
4日(水・祝)	内科	上石内科クリニック(清水町一丁目)	☎22-2602
	小児科	石巻市夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
5日(木・祝)	内科	箕田内科クリニック(向陽町二丁目)	☎96-5252
	小児科	石巻市夜間急患センター(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

とき	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
8日(日)	内科	こばやし医院(蛇田字南経塚)	☎22-0789
	小児科	石巻市夜間急患センター(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
15日(日)	内科	まだらめ内科医院(わかば二丁目)	☎24-9133
	小児科	石巻市夜間急患センター(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
22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	石巻市夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
29日(日)	内科	あゆみ野クリニック(あゆみ野二丁目)	☎95-0182
	小児科	石巻市夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111

とき	石巻市 河北・河南・桃生地区	電話番号	東松島市 矢本地区	電話番号	歯科	電話番号
1日(日)	石巻ロイヤル病院(広瀬)	☎73-5888	野蒜ヶ丘痛みのクリニック(野蒜ヶ丘)	☎98-6662	鈴木歯科クリニック(大街道北三丁目)	☎93-4182
3日(火・祝)	佐々木医院(和瀬)	☎72-3122	みやぎ東部循環器科(赤井)	☎82-9930	高砂本家歯科医院(三和町)	☎24-2311
4日(水・祝)	中川内科外科医院(前谷地)	☎72-2123	やもと内科クリニック(矢本)	☎98-3260	二宮歯科医院(大街道南一丁目)	☎22-5623
5日(木・祝)	栗原医院(桃生町寺崎)	☎76-4170	ひかりサントクリニック(矢本)	☎84-1333	沼倉歯科医院(鑄銭場)	☎93-8622
8日(日)	簡野医院(鹿又)	☎74-2244	仙台ペインクリニック石巻分院(赤井)	☎82-1310	日野歯科医院(錦町)	☎22-4230
15日(日)	紫桃内科医院(鹿又)	☎75-2325	永沼ハートクリニック(赤井)	☎82-6680	藤江歯科医院(南中里一丁目)	☎95-2313
22日(日)	成田医院(相野谷飯野川町)	☎62-3221	わたなべ整形外科(赤井)	☎84-2323	本郷歯科医院(蛇田字新丸井戸)	☎22-0775
29日(日)	櫻井内科クリニック(広瀬)	☎73-3811	イオンタウン矢本内科(小松)	☎24-6119	松尾歯科医院(清水町二丁目)	☎25-4830

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)

5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)
 - ・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

- ・みんなと遊ぼうの日 13日(金) 午前10時～10時40分 定員 6組
 - ・親子ヨガ 20日(金) 午前10時～10時40分
対象 3カ月～就学前 定員 8組
 - ・保健師講話 24日(火) 午前10時～10時40分 定員 6組
 - ・成長測定 30日(月) 午前10時15分～11時 定員 4組
- ※全行事要予約
※各広場・講座の受付時間 午前9時～午後4時
- ・わくわく広場(3カ月～就学前) 毎週月・水・金(午前9時30分～11時30分)
 - ・にこにこ広場(3カ月～1歳11カ月) 毎週火・木(午前9時30分～11時30分)
 - ・あそびの広場(稲井公民館) 10日(火)より開始 対象 稲井地区の方
- ★自由開放日(3カ月～就学前)
- ・午前開放 31日(火) 午前9時30分～11時30分
 - ・午後開放 毎週月～金曜日 午後1時～3時

渡波子育て支援センター てんとうむし

☎25-0567

- ・成長測定・子育て相談 16日(月) 午前10時～11時30分 定員 6組
 - ・えほんびより 18日(水) 午前10時30分～11時30分 定員 6組
 - ・看護師による健康講座「生き生きママ講座」
25日(水) 午前10時30分～11時30分 定員 6組
 - ・COOPママの絵本で食育遊び
26日(木) 午前10時30分～11時30分 定員 6組
 - ・ファミリーサポート事業説明会
27日(金) 午前10時30分～11時30分 定員 6組
- ※全行事要予約
★自由開放日
- ・午前開放 2日(月)・6日(金)・9日(月)・12日(木)・19日(木)・23日(月)・30日(月)
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

- ・助産師さんによる身体測定 9日(月) 定員 7組
持ち物 母子手帳・2歳以下の子はフェスタオル1枚
 - ・事例で見る！ホームケア～痙攣・鼻血編～ 18日(水) 定員 7組
 - ・虫歯が及ぼす永久歯への影響と歯磨き講座 31日(火) 定員 7組
- ★自由開放日(就学前まで) 午前10時～午後3時
※前日まで要予約
- 2日(月)・6日(金)・13日(金)・16日(月)・20日(金)・23日(月)・27日(金)・30日(月)

にじいろひろば

☎070-1142-9332

- ・出張図書館「えほんびより」 ※要予約
11日(水) 午前10時30分～11時30分 定員 5組
 - ・ベビーマッサージ ※要予約
13日(金) 午前10時30分～11時30分 定員 5組 参加費 500円
 - ・保健講話「2～3歳の生活」 ※要予約
24日(火) 午前10時30分～11時30分 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

- ・子育てふれあいサロン 9日(月)
- ・たまごひよこサロン 16日(月)
- ・中里28会ふれあい広場 20日(金)
- ・育児講座「消防士さん体験」 23日(月)

※全行事要予約
★自由開放日 2日(月)・6日(金)・30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

- ・つくってあそび 2日(月) 午前10時30分～11時30分
 - ・保健講話 9日(月) 午前10時30分～11時30分
 - ・はじめまして会 20日(金) 午前10時30分～11時30分
 - ・お誕生日会 30日(月) 午前10時30分～11時30分
- ★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

- ・誕生月集まれday 2日(月)
 - ・そらめくんの歌とお話 10日(火)
 - ・看護師によるミニ講話「熱中症を防ごう」 12日(木)
 - ・主任児童委員さん紹介＆ミニシアター 17日(火)
 - ・つくしんぼの読み聞かせ 19日(木)
 - ・スクエア子育てひろば「いもうえ会」
さつま芋畑のオーナー制～旭山 農業体験農園での植付けから収穫まで一連の体験 22日(日)
料金 1畝800円 定員 16組(先着)
 - ・歯科衛生士の歯の話 24日(火)
 - ・優衣ちゃんのリフレクソロジー 26日(木)
 - ・石巻図書館「えほんびより」 31日(火)
- ※全行事要予約
★自由開放日
- ・午前、午後開放 2日(月)・9日(月)・16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

桃生子育て支援センター「キッズホーム」

☎76-4521

- ・健康講話 保健師・栄養士講話
11日(水) 午前10時30分～11時30分 定員 6組
 - ・さつまいも苗植え キッズホーム近隣畑
12日(木) 午前10時30分～11時30分 定員 6組
 - ・東北メディカルメカバンク講座 東北大学病院薬剤部講師
18日(水) 午前10時30分～11時30分 定員 6組
 - ・絵本の読み聞かせ おはなしポケット
19日(木) 午前10時30分～11時30分 定員 6組
 - ・どんぐり子育て広場「はじまりの会」どんぐりの会
24日(火) 午前10時～11時 定員 6組 料金 1組100円
 - ・保健講話・手洗い講座 乳幼児保育園ミルク看護師講師
26日(木) 午前10時～11時30分 定員 6組
- ★自由開放日
6日(金)・10日(火)・17日(火)・20日(金)・23日(月)・25日(水)・30日(月)・31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

- ・保健師来所&身体測定日 30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

- ・保健指導～身体測定～ 16日(月) 午前10時～11時30分 定員 6組
- ・えほんびより 25日(水) 午前10時～11時30分 定員 6組
- ・春の遠足 26日(木) 午前10時～11時30分 定員 6組
- ・あそびのひろば 午前10時～11時30分
ちゅうりっぷ(0～1歳) 毎週火曜日 ひまわり(2～4歳) 毎週水曜日
- ・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、
2日(月)・9日(月)・23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 毎週土日・祝日

雄勝子育て支援センター

☎25-6331

- ・保健師来所日 12日(木) 午前10時～11時30分
 - ・わらべうた遊び(地域交流会) 19日(木) 午前10時～11時30分
 - ・助産師講座(身体計測と育児相談) 31日(火) 午前10時～11時30分
- ★自由開放日 14日(土) 午前9時30分～11時30分
- ・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(11日(水)を除く)
- 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「ミニ講話～母乳について～」
10日(火) ※保健師の育児相談があります。
 - ・しゃぼん玉あそび 18日(水)
 - ・子育てセミナー「離乳食について」 25日(水)
- ★自由開放日
- ・午前、午後開放 毎週火・木・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 毎週月曜日

子どもセンターらいつ(児童館)

☎23-1080

- ・音楽であそぼう
10日(火)・24日(火) 午前10時30分～11時30分
対象 しっかり歩ける1～2歳児の親子対象(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 20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
 - ・あったかぽかぽか運動遊び
18日(水) 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
- 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(火・祝)・4日(水・祝)・5日(木・祝)・19日(木)



予約はこちらから

助産師による産前産後心とからだのトータルケア推進事業

- ①助産師による妊産婦相談(毎週火曜日)
 - ②両親学級
 - ・出産準備編(前期) 14日(土)
 - ・出産準備編(後期) 15日(日)
- ところ ささえあいセンター2階 ※要予約
- ☎石巻市子育て世代包括支援センター いっしょいっしょえきま
☎98-4158、080-1664-2936(午前10時～午後6時)



ピーターパン石巻南中里園

☎98-5201

ピーターパン石巻南中里園は0～2歳児の子どもたちをお預かりする定員19人の小規模認可保育園です。少人数でアットホームな雰囲気です。一人ひとりに愛情を注ぎ、それぞれの個性を尊重しながら子どもの思いに寄り添った関わりを持つ中で子どもの「したい」の心を育むことを大切にしています。また、「食べることで楽しい！おいしい！」と思える体験を積み重ねて生きる力の基礎を育めるよう0～2歳児でも取り組める野菜の栽培やクッキングなどの食育を取り入れ、子どもたちの心身の成長を見守っています。自園調理のお給食や手作りおやつも子どもたちと保護者の皆さんに大人気です。

園舎全景



ハロウィン会



お誕生日会



お餅つき遊び

利用者さんインタビュー



♥横尾麻世さん、橙哉君(3歳)(写真左)
2年前の4月からお世話になり、今年3月に卒園を迎えました。担任の先生はもちろん、そのほかの先生方も優しく接してくださり、安心して預けることができました。お友達の名前を覚えて言葉が増えたり、トイレで排泄できるようになったりと、さまざまな成長が感じられました。息子にとっても園生活は充実していたようで、一度もぐずることなく、毎朝うれしそうに登園していました。楽しく遊び、思いやりのある子に育ってほしいです。

♥白土尚美さん、彩月ちゃん(1歳)(写真右)
娘は昨年4月からここでお世話になっています。園の雰囲気が良く、先生方も優しく見守ってくれているのを感じます。お友達からたくさん刺激を受けているようで、喋れる言葉も増え、だんだん意思疎通ができるようになってきました。食べるのが好きなので、給食も残さず食べています。コロナ禍のため、家族以外の大人と触れ合う機会も限られているので、貴重な成長の場になっています。想像力豊かに、優しい人に成長してほしいです。



石巻かわみなと大橋が開通

門脇流留線も全線開通 市街地沿岸の交通網

市が県に工事を委託していた石巻かわみなと大橋(536m)が完成し、3月30日に開通しました。北上川河口の日和大橋から約500m上流に架かったこの橋は、都市計画道路「南光湊線」の一部で、東日本大震災後の新しいまちづくりが行われた門脇地区と湊地区を最短で結びます。

近くには産業ゾーンや石巻南浜津波復興祈念公園があり、生活、通勤の利便性向上だけでなく、物流効率化や交通円滑化が期待されます。開通式では、川と共に発展してきたまちの新たなシンボルになることを願いました。

また、県が整備を進めていた都市計画道路「門脇流留線」は、3月24日に門脇工区(4.2km)が開通し、門脇から魚町にかけた全線(7.9km)が通行可能になりました。大部分は津波に備えた高盛り土道路で、西側では都市計画道路「矢本門脇線」(3.8km)につながっています。これらにより東西沿岸部が行き来しやすくなり、災害時に救援道として効果を発揮します。

☉ 都市計画課(内線5623)



東西行き来しやすく

身近なことから！SDGs

エスディーゼーズ

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と聞いて、「なんだか難しそう」「遠い世界の話」と思いませんか?実はSDGsの取り組みはとても身近にあり、日常生活の中ですでに取り組んでいることや取り組めることがたくさんあります。そんな「実は身近なSDGs」について、紹介します。 ☉ SDGs移住定住推進課(内線4224)

マイバッグの持参

レジ袋などの使い捨てプラスチックは、海に流出すると魚や鳥の生態系に悪影響を及ぼすほか、燃やすと温暖化ガスが発生するため、環境負荷の増大を招く恐れがあります。マイバッグを持参し、レジ袋を利用しないことは、環境を守るための大切な取り組みの一つです。



レジ袋有料化以降、
レジ袋の国内流通量
約20万t→約10万tに減少!
1週間レジ袋を利用しなかった人の割合
30.4%→71.9%に増加!

みんなでさらに
取り組みを
進めましょう!



買い物編

地産地消の推進

地産地消とは、地元で生産されたものを地元で消費することです。地産地消を推進して生産量が増えることで、地元での雇用が生まれ、地域経済の活性化が期待できます。

また、採れたての新鮮な食材や地元の旬の食材を食べることは、健康増進や食育にもつながります。



石巻には美味しい食べ物がたくさん!
ぜひ日々の食事に取り入れましょう!

フェアトレード認証製品の購入

フェアトレードとは、開発途上国の原料や製品を適正な価格で継続的に購入することにより、立場の弱い開発途上国の生産者や労働者の生活改善と自立を目指す「貿易のしくみ」です。

フェアトレード認証製品を購入することにより、低賃金での労働を強いられている人たちが、家計のために学校に行かずに働いている低年齢の子どもたちを守ることに繋がります。ぜひ、購入してみましょう。



国際フェアトレード
認証ラベル

使いきれ的分だけ買う

家庭から出る生ごみの中には、食べ残しや手付かずの食品がたくさん含まれています。食材を購入するときは、カット野菜やバラ売りの食材を活用して、必要な分だけ購入しましょう。



「30・10運動」毎月10日と30日を冷蔵庫のクリーンアップデーに!使い忘れ、食べ忘れを減らし、必要なものが把握しやすくなります。



みんなのた場



親子応援「キッズホーム」
誰でも楽しく利用

135 どんぐりの会

子育て中の親や家族が安心して楽しく子育てできる「心のよりどころ」を目指して運営されているのが、桃生子育て支援センター「キッズホーム」です。そして、それを支えるのがボランティア団体「どんぐりの会」(佐藤伸子会長)です。

子どもたちがおもちゃで遊んだり、絵本を読んだり自由に過ごせるフリースペース「キッズホーム」では、月曜日・金曜までの午前9時30分〜午後3時まで、親子を受け入れています。コロナ禍のため、1日6組を上限

に事前に申し込みをしていただいています。利用時間は各組1時間、その後30分のインターバルを設け、空気の流れ替えやおもちゃの消毒などをして万全を期しています。

どんぐりの会の会員は現在14人。ほとんどが桃生地区在住の皆さんです。地域で活躍中の子育てボランティア、民生・主任児童委員、食生活改善推進員、更生保護女性会などさまざまな団体に所属している方々が子どもの見守り、お母さんたちの相談に乗っています。

会員の佐藤加代子さんは25年目のベテラン。子どもたちの安全のために隔々まで目を行き渡らせており、「みんな孫みたいでかわいいね」とニコニコ顔。渡邊きぬよさんも「子どもたちといるのが楽しい」と目を細めて話してくれました。

指導員の蜂谷洋子さんは「子どもが安心して遊べるということはお母さんたちも安心して時間を過ごせるといいこと。大変な子育ての中、ほんのひと時でも安らいでくれれば」とキッズホームの意義を強調しています。

本年度は5月24日(火)に「はじまりの会」、7月12日(火)には「たなばた会」などコロナ対策を講じながら行事を開催する予定です。妊婦さんには紙おむつをプレゼントしています。問い合わせは、桃生子育て支援センター「キッズホーム」(☎76-4521)へ。



室内遊具で遊ぶ子どもたち



イベントでは楽しい出し物も

ささえあいセンター通信 ⑧

石巻市地域福祉計画

「いつも自分らしく生きるためにみんなで支え合う地域づくり」

地域福祉計画は、人と人とのつながりを意識して、「顔の見える関係づくり」、「共に生きる地域づくり」を目指し、「地域住民の支え合い、助け合いによる福祉(地域福祉)」を推進するため、社会福祉法に基づき策定するものです。

市ではこれまで個別に策定していた石巻市地域包括ケアシステム推進実施計画を第4期石巻市地域福祉計画に包含し令和4年3月に策定しました。

計画では「いつも自分らしく生きるためにみんなで支え合う地域づくり」を基本理念として、3つの基本目標を立てました。

- 1 身近なことの変化に気づく地域づくり
- 2 人と地域がつながる仕組みづくり
- 3 安心して健やかな暮らしを支える体制づくり

これらの基本目標ごとに掲げた自助・互助・共助・公助の取組を展開することで、地域福祉の推進を図っていきます。



自助

自身や家族による自助努力



互助

隣近所などでの助け合い、地域やボランティアなどによる支え合い



共助

介護保険制度などによる相互扶助

公助

公的な制度によるサービスの供給



☎ 保健福祉総務課 ☎25-6659



石巻市立桜坂高等学校

桜坂だより

第28号

こんにちは、桜坂高等学校です。今回は、4月に行われた桜坂高校第8回入学式と、3月の終業式前に行われた賞状伝達式の様子をご紹介します。

▶ 新入生代表宣誓



石巻市立桜坂高等学校 入学式



4月8日
石巻市立桜坂高等学校第8回入学式が挙行されました。今年度は136人の1年生を迎えました。ようこそ私たちの桜坂高へ！

3月24日

修業式の前の全校集会で、賞状伝達式が行われました。3学期に各種大会などで賞状を頂いた1,2年生へ校長先生から賞状が手渡されました。



Topic of town

まちの話題



北上 健康とにぎわいの拠点完成

多目的広場などが供用



以前より整備を進めていた北上地区多目的広場および北上地区健康づくりパークが3月に完成しました。これらの施設は地域の憩いの場や活動の場として、北上地区の活性化に大きく寄与することが期待されます。完成式では工事関係業者への感謝状贈呈、テープカットがあり、完成式終了後には北上地区健康づくりパークで始球式が行われ、会場は盛り上がりを見せていました。



石巻 マルホンまきあーと野村万作さん親子三代公演

まきあーと1周年記念



マルホンまきあーとテラスの開館1周年を記念した公演「狂言の世界」が3月28日に行われました。人間国宝の野村万作さん(90)が、萬齋さん(55)、裕基さん(22)と親子三代で三番叟と鞆猿を演じました。翌日、万作さんは市役所を訪ねて齋藤市長と懇談。「石巻には特別な思いがある」と話していました。



雄勝 遡上してくる日心待ち

サケ稚魚12万匹放流

3月28日、大原川さけ人工ふ化場で飼育された、サケ稚魚の放流が行われました。震災後、本復旧した施設での2年目の放流になります。近年、サケの親魚の不漁が続いているため、毎年、放流を行っています。この日は12万匹が放流され、今年は合計で41万匹の放流を行いました。稚魚はオホーツク海を目指して大海原へ旅立ち、3~4年後に、雄勝湾へと帰ってきます。今年も大きくなって戻ってくるようお願いを込めて放流しました。



河南 鹿又道の班ポンプ置場が新築

木造2階建て会議室も完備

石巻市消防団河南地区団第3分団の「道の班ポンプ置場」が新築され、3月27日から使用が始まりました。鹿又字道の前に昭和49年に建築された旧ポンプ置場が老朽化したため、市が旧ポンプ置場跡地で新築工事を進めました。新ポンプ置場は木造2階建てで1階は車庫、2階は会議などを行う詰所があり、鹿又地区の消防、防災活動の新たな拠点となります。



桃生 将来は桃の花咲く桃生に

苗木配布で「ももの里」づくり

地域自治組織の「ものう夢ネットワーク」は、「ももの里プロジェクト」と題して、希望団体や個人にハナモモの苗木を配布し、庭先などに植えてもらう取り組みを進めています。桃の花が咲きほころぶ魅力的な地域にするのが目的で、令和2~3年度に計152本を配布しています。4月7日には伊藤桂子会長と若山敬昭事務局長が桃生総合支所を訪れ、植樹された木が桃色の花をつけているのを確かめました。



牡鹿 巨大地震想定し避難訓練

鮎川小で命を守る行動

鮎川小学校で3月10日、全校児童による避難訓練が行われました。授業中に巨大地震が発生し、校舎倒壊のおそれがあると想定。児童は教員と共に校庭に避難し、避難所に指定されている牡鹿保健福祉センターへ徒歩で避難しました。その後、東日本大震災当時の体験談を聞き、何よりも命を守る行動をすること、日々の生活の中で災害が起こった場合の対処方法を考えることの大切さを学びました。



5月22日(日)は石巻市議会議員一般選挙の投票日です

キャッチフレーズ「思い込め 未来のデザイン その一票」 第14回明るい選挙啓発標語 すずきあおば 鈴木碧羽さんの作品

投票時間 午前7時～午後8時(一部の投票所を除く)

投票できる方(主な要件)

- ・年齢要件 平成16年5月23日以前に生まれた方
 - ・住所要件 令和4年2月14日以前に市内に住所を定めた方で引き続き住所を有する方
- ※選挙人名簿に登録された方でも、市外へ転出された方は投票できません。

期日前投票

投票日当日に投票できない方は、次の場所で期日前投票をすることができます。

- ① 市役所5階市民サロン、各総合支所、渡波公民館、蛇田支所
5月16日(月)～21日(土) 午前8時30分～午後8時
- ② 稲井公民館、荻浜支所
5月16日(月)～21日(土) 午前8時30分～午後5時
- ③ 石巻専修大学 学生食堂
5月18日(水) 午前9時30分～午後5時

④ イオンモール石巻 1階催事場「緑の広場」

5月19日(木)～21日(土) 午前10時～午後7時

⑤ 田代島開発総合センター(田代島)、長渡地区振興会館(網地島)、網地地区自治会館(網地島)

5月20日(金) 午前8時30分～午後6時

※入場券が届いている方は持参いただくと受付がスムーズに行えます。また、入場券が届いていない場合でも、投票所で選挙権の有無を確認した上で投票することができます。詳しくは、ホームページや、選挙啓発チラシを確認ください。

皆さんの貴重な一票を忘れずに投票しましょう。

☎ 選挙管理委員会事務局(内線5822～5824)



便利な口座振替を利用ください

口座振替は一度手続きをすると、自動的に振替日(各納期限日)に指定の口座から引き落とされるので、納め忘れの心配もありません。口座振替依頼書は、納税課、各総合支所・支所の窓口または市内取扱金融機関に備え付けています。また、本人確認書類とキャッシュカードを市役所に持参して、簡単に口座振替の申し込みができます。詳しくは問い合わせください。

※対象税目で、振替ができなかった場合、再振替を行います。

対象税目(再振替) 市県民税、固定資産税、軽自動車税(種別割)、国民健康保険税、下水道受益者負担金・分担金・農業集落排水事業分担金・浄化槽事業分担金

※再振替日までに延滞金が発生する場合、納付書を送付しますので、納付窓口で支払ください(30万円を超える場合、コンビニで取り扱いができません)。

※振替日(各納期限日)の前日までに預貯金残高を確認ください。 ☎ 納税課(内線3135)

マイナンバーカード出張申請のお知らせ

とき 5月28日(土)・29日(日) 午前10時～午後4時

ところ イオンモール石巻1階 緑の広場

※新型コロナウイルス感染症の影響で中止する場合があります。詳しくはホームページを確認ください。

マイナンバーカードを夜間・休日に受け取れます

下記の日程で夜間・休日にも受け取ることができますので、申請後に交付通知書(ハガキ)が届きましたら、必ず予約の上お越しください。

ところ	夜間開庁日 (午後5～7時)	休日開庁日 (午前9時～午後1時)
マイナンバーカード交付窓口(本庁2階)	毎週火・木曜日	第1・2日曜日 (午後5時まで)
渡波支所	毎週木曜日	第1日曜日
稲井支所	第1・3水曜日	第1日曜日
蛇田支所	第2月曜日	第1日曜日
河北総合支所市民福祉課	第3月曜日	第2土曜日
雄勝総合支所市民福祉課	第3木曜日	第1日曜日
河南総合支所市民福祉課	第2火曜日	第1日曜日
桃生総合支所市民福祉課	第4木曜日	第2日曜日
北上総合支所市民福祉課	第3木曜日	第2日曜日
牡鹿総合支所市民福祉課	第4木曜日	第1日曜日

※開庁日時は変更する場合がありますので予約の際に確認ください。

☎・☎ 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 5月1日(日)・15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 5月31日(火)

○軽自動車税(種別割) 全期 ○固定資産税 第1期 ○国民健康保険税 第2期

口座振替不能者の再振替日 5月17日(火)(5月2日納期限分) ○国民健康保険税 第1期

表記の見方

☑ 申し込み ☎ 問い合わせ ✉ Eメール [先着] 先着順 [抽選] 申し込み多数のときは抽選

市のホームページをスマートフォンでも見られます 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。 ※通信料金が掛かります。 ☎ 秘書広報課(内線4024)



石巻市役所 〒986-8501 宮城県石巻市穀町14-1 ☎0225-95-1111 FAX 0225-22-4995

開庁時間 午前8時30分～午後5時
ホームページ <https://www.city.ishinomaki.lg.jp/>

市報いしのまき 第285号 令和4年5月1日発行

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

編集/制作 (株)石巻日日新聞社

電話番号案内

市役所 ☎95-1111
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

時期	人口	世帯数
令和4年3月末現在	137,868人	61,964世帯
令和3年3月末現在	140,068人	61,976世帯

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