



いしのまき

勝利目指して がんばれ!

校庭に戻った笑顔と元気な声

市内の小中学校では、5月中旬から下旬にかけて、運動会や体育祭が行われました。校庭には子どもたちの笑顔と元気な声であふれました。向陽小学校では全13種目の競技・演技が行われ、2年生はダンスを織り交ぜた玉入れに夢中で取り組みました。家族の入場制限もなくなり、昨年にはできなかった保護者参加の競技なども盛り上がりました。



石巻市イメージキャラクター

- 市の財政状況をお知らせします ----- P2
- 今月のお知らせ ----- P3
- 相談あんない ----- P7
- スポーツ・文化・催し ----- P8
- 健康コーナー ----- P10

- 子育て支援コーナー ----- P12
- 石巻市LINE公式アカウントリニューアル ----- P13
- みんなの広場 ----- P14
- まちの話題 ----- P15

令和5年度

保険税・保険料・保険証のお知らせ

保険税・保険料の納税・納入通知書を送付します

●国民健康保険税

7月中旬に令和5年度納税通知書(確定賦課:第4期~第10期)を送付します。

●後期高齢者医療保険料

7月中旬に令和5年度保険料額決定通知書および納入通知書を送付します。

※いずれも令和4年中の所得に基づいて算定されます。

※年度途中で年齢到達(75歳)や死亡したとき、転入・転出をしたときなどには、月割計算により保険税(料)を算定します。

☎ 保険年金課 ・国民健康保険税について(内線2336)
・後期高齢者医療保険料について(内線2337)
各総合支所市民福祉課・各支所

後期高齢者医療被保険者証(保険証)を送付します

後期高齢者医療制度の新しい保険証を7月下旬までに簡易書留で送付します。該当する方には限度額適用認定証も同封します。

●保険証の色が緑色からオレンジ色に変わります

8月1日(火)以降に医療機関などにかかるときは、オレンジ色の保険証を忘れずに提示してください。なお、緑色の保険証は8月1日(火)以降、保険年金課または各総合支所市民福祉課・各支所まで返還するか、細かく裁断するなどして処分してください。

☎ 保険年金課(内線2346)

介護保険負担割合証を送付します

7月下旬までに、要介護・要支援・事業対象者認定を受けている被保険者の方に、新しい「介護保険負担割合証」を送付します。

☎ 介護福祉課(内線2436・2439)・各総合支所市民福祉課

国民健康被保険者証(兼高齢受給者証)を送付します

新しい保険証を7月中旬以降に簡易書留で送付します。

☎ 保険年金課(内線2347)・各総合支所市民福祉課・各支所

国民健康保険限度額適用認定証の更新手続き

有効期限は7月31日(月)です。すでにお持ちの方も手続きが必要です。

申込開始 郵送交付 7月18日(火)(7月下旬以降送付予定)

窓口交付 8月1日(火)

持ち物 国民健康保険証、マイナンバーカードまたは通知カード、本人確認書類、入院日数のわかる領収書など(市民税非課税世帯で過去1年のうち90日以上入院した場合のみ)

※70~74歳の方は所得区分によっては、認定証の申請が不要場合がありますので、問い合わせください。

※別世帯の方が手続きをする場合は委任状が必要です。

☎☎ 保険年金課(内線2347)・各総合支所市民福祉課・各支所

国民年金保険料の免除申請手続きはお早めに

経済的な理由や、新型コロナウイルス感染症の影響で保険料の納付が困難な場合、保険料の全額または一部の納付が免除される制度があります。希望の方は、所得の申告を済ませ、早めに申請手続きをしてください。

※免除や猶予の期間分は、将来受け取る年金額が減額されます。

申請に必要なもの 年金手帳など基礎年金番号のわかるもの、雇用保険受給資格者証など

☎☎ 石巻年金事務所 ☎22-5115

市保険年金課(内線2353)

各総合支所市民福祉課・各支所

介護保険負担限度額認定証の更新は8月から

現在使用中の「介護保険負担限度額認定証(紫色)」の有効期限は7月31日(月)までで、更新受け付けは8月1日(火)から行う予定です。

7月中旬に、申請書などを送付しますので、確認の上、手続きを行ってください。なお、郵送での申請も受け付けます。

☎☎ 介護福祉課(内線2436)

各総合支所市民福祉課



津波ハザードマップ(暫定版)公開のお知らせ

市では、津波ハザードマップの改定を進めており、暫定版を市ホームページにて公開しています。「石巻まちづくりマップ」サイト中の津波防災マップ(暫定版)でも津波浸水エリアなどを確認できます。



ホームページ

☎ 危機対策課(内線4309)

マイナンバーカードの受け取り忘れはありませんか?

マイナンバーカードの交付通知書に記載されている受取期限を過ぎていても受け取りができます。また、カードの申請をし、交付通知書が届いていない方は問い合わせください。

7月は休日の交付窓口を拡大して開設しますので、予約の上、お越しください。

休日交付窓口開設日

7月2日(日)、9日(日)、15日(土)、23日(日)、30日(日)
午前9時~午後5時
(正午~午後1時は閉鎖)



ホームページ

☎☎ 市民課マイナンバーカード交付窓口 24-6849

市営海水浴場を開設します

今年5カ所の海水浴場を開設します。

- ・ 渡波海水浴場
- ・ 荒浜海水浴場
- ・ 白浜海水浴場
- ・ 網地白浜海水浴場
- ・ 十八成浜海水浴場

開設期間 7月中旬~8月下旬

※詳しくは市ホームページをご覧ください。



ホームページ

☎ 観光課(内線3533)

農地パトロール実施中!

農地の転用は、農地法で規制されているため許可を受けなければならず、無断転用は、罰則が科せられる場合があります。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。
すべての農地を対象に、6月から農地パトロールを実施していますので、協力をお願いします。農地の転用や売買・貸借については事前に相談ください。

☎ 農業委員会事務局 62-4826

狩猟免許の新規取得者支援

市内在住で令和5年度に狩猟免許を取得した方に、講習会や試験に要する費用の助成を行っています。申込方法など詳しくは問い合わせください。

申込期限 令和6年1月31日

☎☎ ニホンジカ対策室(内線3559)

川開き祭りに露店を出店される皆さんへ

露店を出店する予定の方で対象火気器具を使用する場合、石巻消防署予防係まであらかじめ「露店等の開設届出書」を2部提出の上、消火器を備えるなど、火災予防に努めてください。

対象の火気器具 ガスコンロ・業務用グリドル・発電機・移動式ストーブ・カセットコンロ・炭焼き機など
火災が発生したら、初期消火と119番通報を!!

☎☎ 石巻消防署 95-7112

☎ 川開祭実行委員会火災予防部(市ICT総合推進課内線4268)



夏の交通事故防止運動

夏期は、長距離運転時の過労、漫然運転や子供などの飛び出し、飲酒運転による交通事故が多くなります。適度な緊張感を持ったゆとりある運転や交通ルールの遵守を心掛け、交通事故の防止を図りましょう。

運動の重点

- ・適度な緊張感を保持したゆとりある運転の徹底
・全ての座席のシートベルトなどの正しい着用の徹底
・子供と高齢者の交通事故防止
・飲酒運転の根絶

とき 7月21日(金)～8月20日(日)

地域協働課

(内線33318)

各総合支所地域振興課

ネット通販は慎重に

ネットの広告に誘導されブランド品を購入したら「商品が届かない」「粗悪品や偽物が届いた」といった相談が多数寄せられています。悪質サイトは代引き配達や事前個人名義の銀行口座に振り込みさせるなど、支払い方法が限定されていることが多く、一度支払うと返金を求めても連絡がつかず泣き寝入りするケースがほとんどです。ネット通販を利用する時は、販売価格だけに目を奪われず、事業者の所在地、連絡先、日本語の表記など事業者の情報や購入条件を

よく確認してから注文することが大切です。
総合相談センター
23・5040

新型コロナウイルスコールセンターの開設日の変更

7月1日(土)から、コールセンターは平日の午前8時30分から午後5時まで開設します。
※土曜日は開設しません。

石巻市新型コロナウイルスセンター

0120-567-509



みみサロンの案内

とき 8月1日(火)午後1時30分～3時30分

ところ 市役所4階庁議室

対象 市内在住の聴覚障害者とその家族・関係者など

県聴覚障害者情報センター

022-393-5501
市障害福祉課
(内線2484)



子育て世帯生活支援特別給付金

物価高騰により家計が急変している低所得の子育て世帯に給付金を支給します。
通知が届いていない方で、家計急変などの支給要件に該当する方は、申請が必要です。申込方法および支給

要件など詳しくは、市ホームページをご覧ください。



ホームページ

令和5年度奨学生第2次募集
令和5年度在学者
市内に2年以上居住の方
学術優秀(評定平均3.5程度以上)、品行方正および身体健全であり、経済的理由により修学が困難な方

対象

募集課程および貸与額
・高校生(高等専門学校1年～3年生を含む)
・専修学校生(修学期限が2年以上の課程に限る)
・大学生(短期大学生、高等専門学校4年～5年生を含む)
月額45,000円以内
※採用決定後9月に1年分を一括貸与します。

奨学金との併用不可

申請方法
管内高等学校、教育委員会、各総合支所および各支所の窓口から願書などを受け取り、郵送または直接提出してください。

申込期限 8月10日(木)

申込方法
(住所不要)
学校教育課(内線5028)

今月は児童扶養手当の支給月です

5月・6月分の児童扶養手当を7月11日(火)に振り込みます。
(内線2513)

環境・エコ
フードドライブ実施中!



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き「フードドライブ」を実施します。「食品ロス」の削減に協力をお願いします。
とき 7月10日(月)、28日(金)
午前8時30分～午後5時

環境課カウンター

各総合支所市民福祉課
(内線3373)

環境市民講座

「環境市民講座」受講生募集

①川の生き物調査隊(水辺に生息する水生生物を調査します)
とき 7月29日(土)午前10時～正午

ところ 稲井地区(真野川上流)

対象 市内に在住または通勤、通学している小学生以上の方(小学校2年生以下は保護者同伴)

定員 20人(先着)

料金 無料

②親子で学ぶ環境教室「次世代エネルギーを創ろう!」

とき 8月11日(金・祝)午前10時～正午

学校教育部(内線5028)

ところ マルホンまきあーとテラス 2F創作室
対象 市内に在住または通勤、通学している小学校4年生以上の方

定員 15組(先着)

料金 1,200円(材料費)

申込方法 電話またはEメールに必要事項(受講希望講座名、郵便番号、住所、氏名・ふりがな、年齢、職業・学校名、電話番号)を記入の上、申し込みください。

(住所不要)

環境課(内線3368)

isenv@city.ishinoma

ki.lg.jp

防災ラジオテスト放送

7月11日(火)午後3時ごろ

高齢者福祉サービスのお知らせ

市では、在宅高齢者の方の日常生活を支援するため、介護保険サービスとは別に、次のような福祉サービスを行っています。サービスにより利用者負担などの要件がありますので、詳しくは問い合わせください。

Table with 3 columns: サービス名, 概要, 対象要件. Includes services like 老人日常生活用具給付等事業, 外出支援サービス, etc.

申請 市内地域包括支援センター、利用している居宅介護支援事業者 市介護福祉課(内線2462)・各総合支所市民福祉課

防災「合言葉」受賞作品

学校安全推進課(内線5082)
令和4年度石巻市学校防災推進会議

い・急いで逃げてたかだい
し・調べておいた避難場所
の・乗り物ではなく自分の足で
ま・守るものは自分の命
き・きっとできるよ大丈夫
蛇田小学校5年 本木 玲

優秀賞

市長と懇談しませんか?

市民の皆さんと一体となったまちづくりを進めるため、市長が直接各地域へ出向き、皆さんと意見交換を行います。予約の必要はありませんので、気軽にお越しください。

Table with 2 columns: とき, ところ. Lists dates and locations for the Mayor's listening sessions.

市長室開放デー

市政の透明性を確保し、市民に開かれた市政を目指すため、市長室を開放します。当日は、市長室の扉を開放し、市長の執務の様子や室内を見学することができますので、気軽にお越しください。

とき 7月27日(木)午後1時30分～2時30分
ところ 市役所4階市長室
秘書広報課(内線4024)

**地域おこし
協力隊員の
紹介**



かなしき さき
金敷 咲さん
・千葉県香取市出身
・令和3年4月～(3年目)

令和3年4月より、農業を軸とした地域づくりをおこなう一般社団法人イシノマキ・ファームで活動しています。ビールの原料であるホップの商品開発、市内の醸造所“イシノマキホップワークス”でのイベントの企画やSNSなどを担当し、石巻で作るホップやクラフトビールの魅力を伝えています。

最近では新商品の「巻風ホップソルト」を開発し、4月から販売が始まったので、これから石巻の新しいお土産品として広めていきたいです。

石巻の人たちのあたたかさ、海

と山のきらきらとした景色、美味しい米や野菜や魚に惹かれ、毎日の暮らしも楽しんでいきます。



▲活動の様子(クラフトビール醸造所のPR)



▲活動の様子(農業体験イベント)

自衛官採用試験

自衛官候補生(18歳以上33歳未満の方)は年間を通じて受付しています。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。

☎・📍
自衛隊宮城地方協力本部
石巻地域事務所 ☎83-6789



詳しくはこちら

	一般曹候補生(第2回)	航空学生
応募資格	18歳以上33歳未満の方	「海」18歳以上23歳未満の方で高卒(見込み含む)または高専3年次修了者(見込み含む) 「空」18歳以上21歳未満の方で高卒(見込み含む)または高専3年次修了者(見込み含む)
申込期限	9月5日(火)	9月7日(木)

「こどもクッキング」参加者募集

～みんなで料理の楽しさを体験してみませんか～

●桃生地区

とき 7月26日(水) 午前10時～午後1時(受付 午前9時45分)

ところ 桃生保健センター 調理室

定員 10人(先着) 申込期限 7月14日(金)

☎・📍 河南総合支所市民福祉課 ☎72-2094

●河南地区

とき 8月2日(水) 午前10時～午後1時(受付 午前9時45分)

ところ 遊楽館 調理室

定員 10人(先着) 申込期限 7月14日(金)

☎・📍 河南総合支所市民福祉課 ☎72-2094

●石巻地区

とき 8月9日(水) 午前10時～午後1時(受付 午前9時45分)

ところ 蛇田公民館 研修室・調理室 定員 16人程度(先着) 申込期限 7月24日(月)

☎・📍 健康推進課(内線2617)

全ての地区共通

内容 講話・調理実習「夏の元気ごはん」

対象 小学生と保護者 ※小学4年生以上は子どものみでも可。

持ち物 エプロン、三角巾、マスク、筆記用具、飲み物

料金 1人200円(調理実習材料費)

申込方法 電話にて申し込みください。

市営住宅臨時募集

令和5年3月定期募集などで申し込みがなかった住宅を募集します。詳しくは市ホームページを確認するか、問い合わせください。

申込方法 窓口にて申し込みください。

※同じ住宅に申し込みが重なれば、7月10日(月)に抽選を行います。

申込期間 7月3日(月)～7日(金)

午前9時30分～午後4時

募集する住宅	地区	住宅名	募集戸数
湊		大門町復興(3LDK)、●	1戸(单身不可)
		大門町復興(4LDK)	1戸(单身不可)
		筒場復興(2LDK)	1戸(单身不可)
渡波		黄金浜第一復興(3LDK)	1戸(单身不可)
		黄金浜第二復興(4LDK)	1戸(单身不可)
		新沼復興(2LDK)、◎	1戸(单身不可)

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。
- ・申し込みの際は、63円切手(抽選結果通知用ハガキ添付用)を持参ください。
- ・家賃は世帯の所得などにより決定します。
- ・●が付いている住宅は告知事項がありますので、事前に問い合わせください。
- ・災害などにより住宅の提供が必要な場合は、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)。

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

情報公開制度および個人情報保護制度の運用状況

●情報公開制度とは

市が保有する公文書を、皆さんからの請求により公開する制度です。情報の公開により、透明性の高い行政運営を確保し、公正で開かれた市政を推進します。

●個人情報保護制度とは

市が保有する皆さんの個人情報の適正な取り扱いや自己情報の開示・訂正などを請求する権利に関する制度です。個人の権利利益の侵害の防止を図り、個人の人格・尊厳の尊重に寄与します。

●情報公開コーナーの案内(市役所4階)

開示請求の受け付けや情報公開などに関する相談・案内を行っています。

また、刊行物や予算書、市議会会議録、統計書など市政に関する資料を自由に閲覧することができます。

※資料のコピーもできます。(有料) ※各総合支所でも受け付け・相談・案内を行います。

令和4年度施行状況表

情報公開制度による公文書開示請求		個人情報保護制度による個人情報開示等請求	
・開示請求件数	115件	・開示請求件数	27件
・開示件数(一部開示含む)	109件	・開示件数(一部開示含む)	23件
・不存在件数	3件	・不存在件数	4件
・不開示件数	1件	・不開示件数	0件
・存否応答拒否	0件	・存否応答拒否	0件
・取り下げ件数	1件	・取り下げ件数	0件
・却下件数	1件	・訂正請求件数	0件
・審査請求件数	0件	・利用停止請求件数	0件
		・審査請求件数	1件

☎・📍 総務課(内線4036)・情報公開コーナー(内線4783)

石巻霊園返還墓所使用 随時申込受付開始

返還墓所とは、一度使用許可を受けて使用された墓所で、他の墓地への改葬などにより、市へ返還された墓所のことをいいます。石巻霊園における返還墓地の

使用許可区画数および使用料		
区画面積	区画数	使用料
4㎡	18区画	94,600円
5㎡	2区画	133,100円
6㎡	17区画	178,200円
9㎡	22区画	333,300円
12㎡	10区画	534,600円

みの供給であり、石巻第二霊園一般墓所および個別集合墓所の申し込みはできません。

受付期限 7月18日(火)～令和6年3月29日

午前9時～午後4時(土日・祝日・年末年始を除く)

※申請書受け付け順に墓所を選定してもらいます。

受付場所 市役所3階 環境課

※総合支所および支所での申請書の配布・受け付けは行いません。

※郵送による申請書の配布・受け付けは行いません。

対象

- ・申請時点で市内に3カ月以上住所を有する方で、墓所の祭し者
- ・焼骨を有する方

※死体(胎)埋・火葬許可証または焼骨の埋・収蔵事実の確認書が必要です。ただし、東日本大震災で遺体が発見されずに死亡認定を受けられた遺族は申し込みができます。

※墓碑の制限などについては、申請書配布時に説明します。

☎・📍 環境課(内線3377)

復興までの取り組みをパネルや被災資料を通して伝えるとともに、海のまち石巻で育

石巻市震災遺構門脇小学校 サン・ファン館合同企画 震災と再生―海のまちと希望の帆船2023―



info@ishinomakikou.net 98-86630 98-86632

申込期限 8月18日(金) 午後5時 申込方法 電話またはメール、FAXで申し込みください。

展示ガイドを通して震災の教訓を伝えてみませんか。 8月19日(土)、26日(土)、9月2日(土)、9日(土)、16日(土) 各日午後1時30分

震災遺構のガイドは、展示内容を説明・補足しながら館内を案内する活動です。 門脇小学校の元教員による当日の状況説明や日頃の取り組みの紹介、展示を担当した学芸員による展示説明、館長によるガイドの体験も行います。

震災遺構解説ガイド 募集・講座開催



また帆船文化を紹介する企画展です。 7月15日(土)〜9月24日(日) 震災遺構門脇小学校企画展示室 料金 入館料のみ



震災遺構ホームページ

震災遺構門脇小学校 98-86630 震災伝承推進室 (内線4343)

第6回青空マーケットーン 石巻南浜復興記念公園

石巻最大の食フェスを開催します。青空の下、食べて、買って、楽しい一日を過ごしませんか。

7月23日(日) 午前10時〜午後3時 石巻南浜復興記念公園内四丁目北広場

石巻ふれあい朝市

農産物などの豊富な食材や生花を安く提供する場です。家族皆さんで来場ください。車でお越しの方は、近くの駐車場を利用ください。

7月2日(日)、16日(日) 午前6時 石巻駅前にぎわい交流広場

石巻ふれあい朝市運営委員会(石巻観光協会) 93-6448

7月の相談あんない

行政

- 行政書士相談 ※要予約 10日(月) 午前10時〜午後3時 市役所2階相談室A-B 宮城県行政書士会石巻支部 022-353-7213
行政相談 6日(木) 午後1時30分〜3時30分 河南総合支所第2庁舎1階会議室
7日(金) 午後1時〜4時 北上総合支所1階会議室
12日(水) 午後1時30分〜3時30分 市役所2階相談室B 東北管区行政評価局 022-262-7839

法律

- 弁護士による無料法律相談(市役所2階 総合相談センター相談室) 11日(火) あおぞら総合法律事務所 小川弁護士
25日(火) 弁護士法人石巻向陽法律事務所 小俣弁護士 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 3日(月) 午前9時 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〜3時35分
※前週金曜日までに要予約 ※5回まで無料(ただし刑事事件を除く) 仙台弁護士会法律相談センター 022-223-2383
午前9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 ※予約優先 (石巻司法書士相談センター 中里一丁目1番21号 グランドハイツ中里1階)
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 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)
司法書士による相続登記相談 ※要予約 令和6年4月1日に施行される不動産の相続登記義務化に備え、相続登記に関するご相談を司法書士が無料でお受けします。
3日(月) 午前10時〜午後3時 ところ 市役所5階住宅課
対象 市内にある不動産の所有者、またはその相続人(今後見込みのある方を含む) 宮城県司法書士会 022-263-6755
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(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(日・祝日を除く)(土曜は要予約) 24-6878、080-9259-0361

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。
3日(月) 午前10時〜午後3時 北上総合支所1階会議室1
5日(水) 午前10時〜午後3時 河北総合支所2階和室
6日(木) 午前10時〜午後3時 河南総合支所第2庁舎1階会議室
※仙台法務局石巻支局では、随時相談を受け付けています。 仙台法務局石巻支局 22-6188
年金受給に関する相談(石巻年金事務所 22-5115) ※要予約
毎週月曜日(休日のときは翌日)は相談時間を午後7時まで延長します。(受付時間 午後6時まで)

暮らし

- 休日年金相談 8日(土) 午前9時30分〜午後4時(受付時間 午後3時まで)
年金予約相談(石巻年金事務所 22-5115) 午前8時30分〜午後4時(土日・祝日を除く)
基礎年金番号が分かる年金手帳や年金証書を準備のうえ、相談希望日の1カ月前から前日までに予約してください。
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 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) 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。
5日(水) 午後1時〜4時 北上総合支所
12日(水) 午後1時〜4時 牡鹿公民館
19日(水) 午後1時〜4時 雄勝総合支所
24日(月) 午前10時〜正午 ハローワーク石巻 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。 保護課(内線2505・2507)
せいかつ・けんこう・しごと・こまりと相談会
仕事や生活などにお困りの方に対して出張相談会を実施します。一人一人の状況に応じて、専門の支援員が専門機関と連携して解決に向けた支援を行います。
26日(水) 午前10時〜午後3時 雄勝公民館 保護課(内線2505・2507)
「災害復興住宅融資」無料相談会
9日(日)午前10時〜午後4時 市役所4階401会議室 ※要予約 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)

障害者

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

介護

- 各地区包括支援センター ※ ()内は担当地区
中央(石巻・中央) 21-5171
河北(河北) 61-1252
稲井(稲井・住吉) 93-8166
雄勝(雄勝) 61-3732
蛇田(蛇田) 92-7355
河南(河南) 86-5501
山下(山下・釜・大街道) 96-2010
ものう(桃生) 76-5581
渡波(渡波・茨浜) 25-3771
北上(北上) 61-7023
湊(湊) 90-3146
牡鹿(牡鹿) 44-1652

遊楽館 ☎72-3561

開 午前9時～午後9時
休 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)



5日(水)はトレーニングマシンの保守点検のため、午前9時～午後5時まで、トレーニングジムは利用できません。

- 第15回石巻市河南文化まつり
2日(日) 午前9時30分～午後2時30分
園 石巻河南文化協会 ☎73-3361
- 第64回河南婦人大会
～わいWAI婦人まつり2023～
9日(日) 午前10時～正午
園 河南地区婦人会事務局 ☎86-3663
- 石巻かわまち寄席2023
14日(金) 開場 午後6時、開演 午後6時30分
料金 2,000円 ※当日料金は500円増
園 実行委員会 ☎090-5844-4936
- 遊楽館パイプオルガンフリー演奏体験
8日(土)・9日(日)
午前9時～午後5時(1人30分)
対象 鍵盤楽器がある程度弾ける方
申込方法 電話または窓口で申し込みください。
- 遊楽館パイプオルガン体験教室
22日(土) 午前10時～午後3時20分
・午前 初心者コース 定員 6人(先着)
対象 小学3年生以上で鍵盤楽器の経験があり1曲程度弾ける方
・午後 レベルアップコース 定員 3人(先着)
対象 小学3年生以上でパイプオルガン経験者
申込開始 2日(日)
申込方法 電話または窓口で申し込みください。
- 2023 東北マンドリン独奏コンクール
&アンサンブル競演会
30日(日) 開場 正午、開演 午後0時30分
料金 1,000円(大学生以下無料)
園 実行委員会 ☎090-5835-9008

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



- アクアビクス
11日(火)・25日(火) 午後7時30分～8時30分
14日(金)・28日(金) 午後1時30分～2時30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
- アクアウォーク肩こり腰痛予防緩和
9日(日)・23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)
- 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 健康運動指導士 平山時生
- ヨガ教室
7日(金)・21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 健康運動指導士 平山時生
- 夏短期水泳教室
I期 15日(土)～17日(月・祝)
II期 28日(金)～30日(日)
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3,500円、非会員4,000円



マルホンまきあーとテラス

☎98-5630
休 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)



料金など、詳しくはホームページをご覧ください。

- ～スピリチュアルイベント～
LOVE LOVE LOVE vol.5
2日(日) 午前10時30分～午後4時
園 LOVE LOVE LOVE 実行委員会
✉ mamanfleurie5103@gmail.com
- 子育ての逆の視点
生き辛さが輝きに変わる視点
4日(火) 開場 午後5時30分、開演 午後6時
料金 3,000円(中学生以下無料)
園 チーム石巻 ☎080-6294-0584 尾形
- 写心ふるさと
7日(金)～9日(日) 午前10時～午後5時
(9日(日)のみ午前10時～午後4時)
園 ☎090-8615-0309 佐藤
- 仮面ライダースーパーライブ2023 石巻公演
9日(日)
・1回目 開場 午前9時15分、開演 午前10時
・2回目 開場 午後1時15分、開演 午後2時
料金 全席指定 3,800円
※当日料金は500円増 ※3歳未満膝上鑑賞無料
プレイガイド
ローソンチケット Lコード(20200)
チケットぴあ Pコード(650209)
園 khb東日本放送 企画事業部
☎022-304-3055
※平日午前10時～午後5時
- 第40回県北合唱祭 2023
16日(日) 午前10時30分～午後3時30分
園 第40回県北合唱祭2023実行委員会 事務局
☎22-4689 及川
- 老天まーけっと 手作り作品販売会
16日(日) 午前10時30分～午後4時
園 ☎080-3199-3687 今藤
- ～ Fashion&Art Event ～
SELFISH MIND
17日(月・祝) 午前11時～午後6時
園 石巻古着屋ブルーバケーション
✉ blue.vacation.ishinomaki@gmail.com
- 全日本吹奏楽コンクール第66回宮城県吹奏楽
コンクール予選 第35回多賀城・石巻地区大会
22日(土)・23日(日) 午前10時
料金 1,000円
園 宮城県石巻地区吹奏楽連盟事務局
(石巻西高等学校 ☎83-3311)
- 琴城流大正琴演奏会
29日(土) 開場 正午、開演 午後0時30分
園 ドレミハウス ☎96-1003
- 第15回石巻好文館高等学校音楽部定期演奏会
30日(日) 開場 午後1時、開演 午後1時30分
料金 300円
園 石巻好文館高等学校音楽部
☎22-9161 遊佐



サン・ファン館企画広報課 ☎24-2210
休 リニューアルのため休館中

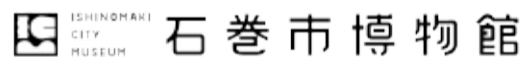


- 「第4回「伊達政宗の黒船」サン・ファン号を未来へつなぐコンクール」作品募集
「絵画」「デザインマーク」の2部門からサン・ファン・パウティスタ号や伊達政宗、支倉常長などに関する作品を募集します。
対象 小・中学生
応募方法 作品応募票に必要事項を記入の上、応募してください。応募票はホームページからも取得できます。
応募期限 10月11日(水)必着



☎96-5055

- 「萬画の国・いしのまき」石ノ森萬画館第90回特別企画展 マクロス放送40周年記念 超時空要塞マクロス展
15日(土)～9月24日(日)
料金 大人900円、中高生600円、小学生250円、未就学児無料
- マンガタンフェスティバル2023
22日(土)・23日(日)
「シージェッター海斗水上アクションショー」を4年ぶりに開催します。ぜひお越しください。



☎98-4831
休 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)



- 毛利コレクション特集展「小さきモノたちの宇宙ー根付:ニッポンのストラッパー」
9日(日)まで
- 毛利コレクション特集展
「在野の考古学をひも解く-交流と蒐集-」
15日(土)～11月12日(日)
ところ 常設展示室 毛利コレクション展示室
料金 一般300円、高校生200円、小中学生100円
※11日(火)～14日(金)は展示替え作業のため毛利コレクション展示室のみ閉室します。
- 第5回企画展「石巻市博物館×武蔵野美術大学 民具のデザイン図鑑ーくらしの道具から読み解く造形の発想ー」
8月20日(日)まで ところ 企画展示室
料金 一般600円、高校生400円、小中学生200円
企画展の観覧料で常設展も観覧可能です。
- トークイベント「民具とデザインでこんなこともできる!美術大学から提案するコレクションの可能性」
1日(土) 午後1時～3時30分
ところ マルホンまきあーとテラス 小ホール
定員 300人
- 浅井元義スケッチ展
15日(土)～9月11日(月)
ところ 常設展示室、旧観慶丸商店2階

7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

○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	10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	10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

とき	ところ	担当	申・問
13日(木)・27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) ☎94-9132
24日(月) 午後1時30分～午後5時	河南総合支所第2庁舎	樋口 広思	河南総合支所市民福祉課 ☎72-2094

○東部保健福祉事務所(県石巻合同庁舎内石巻保健所) 要予約

相談・教室名	内容	とき	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	14日(金) 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	21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	13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・歯のお話、個別相談や保護者同士の交流など	7日(金)	午後1時～2時30分	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)	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(火)	午前9時30分～11時30分	遊楽館	河南総合支所市民福祉課 ☎72-2094

愛の献血 ☎ 健康推進課(内線2418)

とき	ところ	受付時間
2日(日)	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
17日(月・祝)	イオンモール石巻	
22日(土)		
30日(日)		

ヒトパピローマウイルス感染症予防接種について


4月から新たに9価ワクチンが定期接種の対象になりました。

9価ワクチンは、従来の2価、4価ワクチンよりも多く9種の遺伝子型の感染を防ぐもので、子宮頸がんへのより高い予防効果が期待できます。

これから接種を開始する方や、接種を開始してまだ3回まで終わっていない方については、基本的には3回とも同じワクチン使用することになりますが、医師と相談のうえ、残りの回数分に9価ワクチンを打つことができます。

・定期接種について
対象 平成19年4月2日から平成23年4月1日生まれまでの女子
 標準的な接種時期である中学1年生に通知を送付します。
接種期限 高校1年生相当の年度の3月31日
 ただし、平成19年4月2日～平成20年4月1日生まれの方は、通常の接種対象の年齢(高校1年相当)を超えても、令和7年3月31日まで接種できます。

・キャッチアップ接種について
対象 平成9年4月2日から平成19年4月1日生まれまでの女子
接種期限 令和7年3月31日
 ※キャッチアップ接種の対象の方で令和4年3月31日までに自費で接種された方については、接種費用を助成します。該当する方は、条件や申請方法などをホームページで確認するか、問い合わせください。(9価ワクチンは対象外)
申・問 健康推進課(内線2427)、各総合支所市民福祉課



○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	14日(金)・27日(木)	個別に 通知します	保健相談センター
	1歳児よちよち相談	11日(火)・24日(月)		
	1歳6カ月児健診	13日(木)・26日(水)		
	2歳児歯科健診	5日(水)・28日(金)		
	3歳児健診	6日(木)・25日(火)		
河北 雄勝 北上	3～4カ月児健診	26日(水) ※同時開催になります。	個別に 通知します	河北総合センター 「ビッグバン」
	1歳6カ月児健診			
	1歳児よちよち相談	21日(金)		
河南 桃生	3～4カ月児健診	28日(金)	個別に 通知します	遊楽館
	1歳6カ月児健診	20日(木)		
	2歳児歯科健診	25日(火)		
	3歳児健診	13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。

○蛇田お茶っこサロン

とき 12日(水) 午前10時～11時30分
 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 30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

○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(からこころステーション) ☎0120-322-016

○仙台いのちの電話

☎022-718-4343(24時間年中無休)

○毎月10日「自殺予防いのちの電話」

☎0120-783-556(午前8時～翌朝8時)


☎ 健康推進課 ☎94-9132

食育推進コーナー いしのみき元気いちば

石巻で水揚げされたばかりの旬な鮮魚はもちろん、農家から毎日採れたての野菜や水産加工品など毎日の食材から旅のお土産まで石巻の食が揃っています。

2階にある元気食堂は、石巻の新鮮なネタを存分にのせた海鮮丼をはじめ石巻を味わえるメニューが充実しており、開放的なテラスで食事を楽しむこともできます。ぜひ、一度足を運んでみてはいかがでしょうか。

☎ いしのみき元気いちば(中央2丁目11-11) ☎98-5539
 市商工課(内線3523)



がんについて語ろう

大人の絵本の読み聞かせと語りの場です。さまざまな事を皆さんで語り合ひましょう。

とき 15日(土) 午後1時30分～3時
 ところ マルホンまきあーとテラス2階創作室
対象 がんの種類問わず、体験者・家族・関心のある方 **料金** 300円
申込方法 SMSまたは留守番電話にメッセージを残してください。改めて連絡します。
申・問 日和山カフェ代表 佐藤 ☎070-7772-0127(月～金 午前10時～午後3時)

雄勝・北上地区総合健(検)診を実施します

特定健康診査・健康診査、結核・肺がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診、胃がん検診、大腸がん検診、骨粗しょう症検診・成人男性の風しん抗体検査(クーポン券をお持ちの方)

・雄勝地区 とき 11日(火)・12日(水)
 ところ 雄勝体育館

・北上地区 とき 13日(木)～15日(土)
 ところ 北上総合支所(北上公民館)

※14日(金)は夜間検診を実施(胃がん検診はありません)。
 申し込みをした方には、受診票を送付します。健(検)診の対象の方で追加申し込みを希望する場合、健(検)診の申し込みをされていて通知書が届かない場合は連絡ください。通知書の日程表で時間などを確認の上、受診してください。
 ※対象年齢は令和6年3月31日を基準としています。
申・問 雄勝総合支所市民福祉課 ☎57-2113
 北上総合支所市民福祉課 ☎67-2113

7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

☎・☎ 湊こども園2階 ☎94-2366

- ・七夕会
6日(木) 午前10時～11時
 - ・えほんびより
11日(火) 午前10時～11時
 - ・みんなと遊ぼう「水あそび」
14日(金) 午前10時～11時
 - ・ふれあいサロン「縁日ごっこ」
19日(水) 午前10時～11時
 - ・助産師による成長測定・子育て相談
31日(月) 午前9時30分～11時30分
- ※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・金曜日(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・木曜日(午前9時30分～11時30分)
 - ★自由開放日(3カ月～就学前)
 - ・午前開放 13日(木)・20日(木)・27日(木)
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

☎・☎ 渡波保育所内 ☎25-0567

- ・稲井公民館あそびのひろば『七夕祭り会』
4日(火) 午前10時～11時30分
 - ・東北大学東北メディカルメガバンク機構による健康講座「子どもの予防接種と最近の話題」
5日(水) 午前9時30分～11時30分 定員 10組
 - ・七夕祭り会
7日(金) 午前9時30分～11時30分
 - ・助産師による成長測定・子育て相談
24日(月) 午前9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 毎週月・木曜日(24日(月)を除く)14日(金)、28日(金)
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」

☎・☎ 釜保育所内 ☎24-6113

- ・イメージメッセージを受け取るう! 6日(木)
定員 10組 ※要予約
 - ・助産師さんによる身体測定 10日(月)
持ち物 母子手帳、2歳以下の子はフェイスタオル
 - ・子どもの成長について(講話と個人相談)
25日(火) 定員 10組 ※要予約
 - ・えほんびより 26日(水) 定員 10組 ※要予約
 - ★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
- 3日(月)・4日(火)・7日(金)・14日(金)・21日(金)・24日(月)・27日(木)・28日(金)・31日(月)

にじいろひろば

☎・☎ NPO法人にじいろクレヨン ☎070-1142-9332

- ・ベビーマッサージ 24日(月) 午前10時30分～11時30分
定員 5組程度 料金 500円
 - ・助産師さんによる身体測定
25日(火) 午前10時30分～11時30分 定員 5組程度
- ※全行事要予約
- ★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! 毎週月・木曜日
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

☎・☎ なかよし保育園内 ☎96-4551・☎22-9881

- ・育児講座「出張!手づくりおもちゃ教室」 3日(月)
 - ・たまごひよこサロン(親子子育て) 10日(月)
 - ・ベビーマッサージ 15日(土)
 - ・育児講座「COOPパルーンアート」 24日(月)
 - ・水あそび① 25日(火)
 - ・子育てふれあいサロン「夏まつりごっこ」 28日(金)
- ※全行事要予約
- ★自由開放日 14日(金)・31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」

☎ NPO法人ベビースマイル石巻 ☎98-5322

- ・0歳児講座(4回セット) 毎週木曜日
午前10時30分～11時30分 対象 0歳のお子さん
 - ・歯科相談 3日(月)
午前10時30分～11時30分
 - ・子どもとお薬&感染症について 10日(月)
午前10時30分～11時30分
 - ・お誕生日会 31日(月) 午前10時30分～11時30分
対象 7月生まれのお子さん
 - ・出張スマイル(室内パーク) 4日(火)・18日(火)・25日(火)
午前10時～正午 ところ 蛇田公民館ホール
 - ・出張スマイル(からだであそび) ※要予約
11日(火) 午前10時30分～11時30分
ところ 蛇田公民館ホール
対象 ハイハイ・あんよができるお子さん
 - ・0歳開放日・マタニティの日 5日(水)・19日(水)
対象 0歳のお子さん・マタニティの方
- ※上のお子さんをお連れの場合は他の開放日を利用ください。
- ★自由開放日 平日、第1・第3・第4土曜日 午前10時～午後3時
休館日 日曜日・祝日
- ベビースマイル石巻のHPや公式LINEで随時情報更新中です!
ひろばが初めての方や、マタニティさんも大歓迎!ぜひ遊びに来て下さい!

河南子育て支援センター パプラ

☎・☎ 河南農村環境改善センター2階 ☎・☎72-4670

- ・誕生月集まれday 3日(月)
 - ・そらまめくんの歌とお話 4日(火)
 - ・明美先生のリトミック 6日(木)
 - ・えみちゃんボディメイク 7日(金)
 - ・看護師によるミニ講話(子どもの病気・けがの受診のめやす)
11日(火)
 - ・スクエア子育てひろば「ユッキー先生の子育て講座」
13日(木) 定員 20人(先着) ※ただし託児は12人まで。
料金 300円
 - ・石巻警察署交通安全教室 18日(火)
 - ・スクエア子育てひろば「草取り」 19日(水) 午後4時～5時
ところ コロボックルハウス農園
 - ・つくしんぼの読み聞かせ 20日(木)
 - ・大石先生のサロンーキング 25日(火)
 - ・歯科衛生士の歯の話&口腔チェック 27日(木)
 - ・保健師・栄養士訪問(身体測定・子育て相談) 27日(木)
- ※全行事要予約
- ★自由開放日
- ・午前、午後開放 3日(月)・10日(月)・31日(月)
午前9時30分～11時30分、午後1時～3時
 - ・午後開放 毎週火・木曜日 午後1時30分～3時

桃生子育て支援センター「キッズホーム」

☎・☎ 桃生バイオ研修センター内 ☎76-4521

- ・絵本の読み聞かせ(読み聞かせボランティアおはなしポケット)
5日(水) 午前10時30分～11時30分
 - ・七夕飾り制作(桃生地区折り紙サークル)
6日(木) 午前10時30分～11時30分
 - ・たなばた会(桃生地区子育て支援グループどんぐりの会)
11日(火) 午前10時～11時 料金 1家族100円
 - ・すこやか講話(市保健師栄養士)
12日(水) 午前10時30分～11時30分
 - ・保健講話・子どもの病気(乳幼児保育園ミルク看護師)
20日(木) 午前10時30分～11時30分
 - ・プール・水遊び
26日(水)・27日(木) 午前10時30分～11時30分
持ち物 水着・バスタオル
 - ★自由開放日
4日(火)・7日(金)・13日(木)・18日(火)・25日(火)・28日(金)・31日(月)
午前9時30分～午後3時 ※2時間程度利用できます。
午後開放 毎週水・木曜日 午後1時～3時
- ※子育てサークルへ広場貸し出し有り
- 休館日 土・日曜日・祝日

北上子育て支援センター

☎ 相川保育所内 ☎66-2177

- ・七夕会 5日(水)
- ・歯みがき教室 10日(月)
- ・夏祭り会ごっこ 12日(水)
- ★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

☎・☎ 飯野川保育所内 ☎61-1601・☎62-2359

- ・七夕夏まつり
6日(木) 午前10時～11時
 - ・身体測定・保健師来所 10日(月) 午前10時～11時
 - ・栄養指導「離乳食の進め方のポイント」
13日(木) 午前10時～11時
 - ・ひだまりの会による読み聞かせ
31日(月) 午前10時～10時30分
 - ・あそびのひろば
ちゅうりっぷ(0～1歳) 毎週火曜日
ひまわり(2歳～未就園児) 毎週水曜日
- ※全行事要予約
- ★自由開放日
- ・午前開放 行事以外の月・木・金曜日
午前10時～11時30分
 - ・午後開放 月～金曜日(生後3～11カ月)
午後1時30分～3時
- ※希望の方は「わらべうたベビーマッサージ」を行えますので
気軽に連絡ください。
- 休館日 毎週土日・祝日

雄勝子育て支援センター

☎ 雄勝保育所内 ☎25-6331

- ・保健師・栄養士来所日 13日(木) 午前10時～11時30分
 - ・わらべうた遊び(地域交流会) 20日(木) 午前10時～11時30分
 - ・メディカルメガバンク講座(お子さんと薬と予防接種)
25日(火) 午前10時30分～11時30分
 - ★自由開放日 8日(土)・15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
- 休館日 毎週月曜日・12日(水)

牡鹿子育て支援センター

☎・☎ 牡鹿保健福祉センター内 ☎45-2197

- ・七夕会 5日(水)
 - ・子育てセミナー『お子さんと薬と予防接種』 12日(水)
 - ・水あそび① ※保健師の育児相談があります。 19日(水)
 - ・夏のお楽しみ会 26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)

☎・☎ 子どもセンターらいつ(児童館) ☎23-1080

- ・やわらか抱っこ・おんぶサロン 5日(水) 午前10時～正午
対象 乳幼児親子 定員 10組 ※要予約
 - ・あかちゃんルーム 7日(金) 午前10時～正午 対象 0歳児親子
 - ・音楽であそぼう
11日(火) 午前10時30分～11時30分
対象 しっかり歩ける1歳～2歳児の親子対象
(3歳児は空きがあれば可) 定員 12組 ※要予約
 - ・あったかぽかぽか運動遊び 13日(木)
①午後3時～3時25分、②午後3時30分～4時、
③午後4時～4時20分
対象 ①満3歳児～年少、②年中～年長、
③初めての子や慣れない子
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 6日(木)・17日(月・祝)・20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) 定員 4組
 - ②出産準備講座(前期) 8日(土) 午前10時～正午 定員 6組
 - ③出産準備講座(後期) 9日(日) 午前10時～正午 定員 6組
 - ④出産準備講座(沐浴体験)
3日(月) 午後6時30分～7時30分 定員 6組
- 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え
☎98-4158、080-1664-2936(午前10時～午後6時)

石巻市LINE公式アカウントをリニューアルしました!

石巻市LINE公式アカウントでは、ごみ出しや、公共交通、税金、防災、子育て、イベントなどの知りたい情報を手軽に調べることや、自分が選んだ情報を受け取ることができるようになりました。 関 秘書広報課 (内線4023)

石巻市LINE公式アカウントでできること

①あなたが欲しい行政情報を受け取ることができます! 子育て 芸術・文化・スポーツ 福祉・健康 観光
※緊急情報(防災・防犯など)や広く周知したい内容については、受信設定に関係なく、友だち登録した全員に配信します。

②欲しい情報にメニューからアクセスできます!

新着情報や子育て、イベント、防災など、各メニューをタップすることで市ホームページなどに素早くアクセスすることができます。

今後、住民票の交付申請手続きや、道路・公園施設などの損傷個所の通報ができる機能を追加していく予定です。



利用方法

- ①LINEのアプリをインストール
- ②友だち検索で「@isbousai2019」で検索またはQRコードから友だち追加してください。



◀インストール方法は、「LINE みんなの使い方ガイド」をご覧ください。



◀インストール済みの方はこちらから「友だち追加」

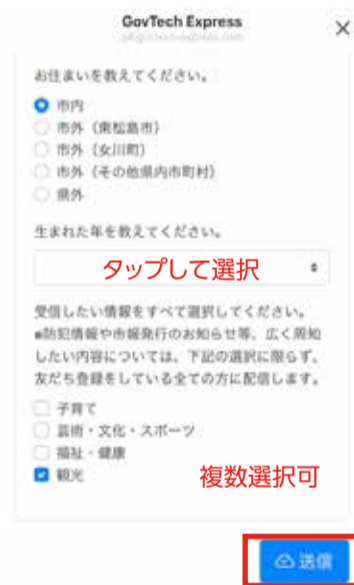
受信設定方法

※受信設定はトップメニューからいつでも変更できます。

①「受信設定」をタップ



②欲しい情報を選択し、「送信」をタップ



③「防災の受信設定」をタップし、URLをひらく



④利用規約を確認し、「同意する」をタップ



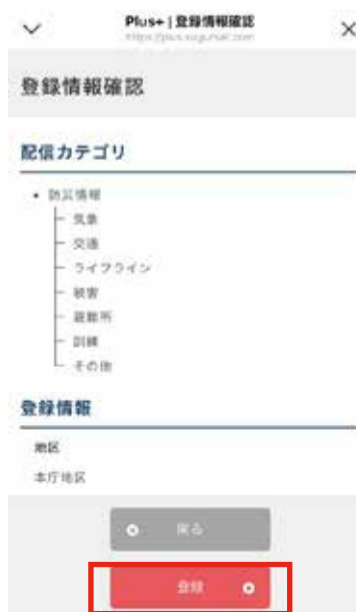
⑤全ての配信カテゴリを選択する



⑥自分が住んでいる地区を選択し、「確認画面へ」をタップ



⑦登録情報を確認し、「登録」をタップ



その他の情報発信

市のさまざまな取り組みや施策などを市民の皆さんに分かりやすく、新鮮な情報を発信する手段としてTwitterとFacebookを活用していますので、LINEと併せて利用ください。



SNS一覧はこちら

みんなのた場

三食欠かさず一人で着替え
毎日のお茶飲みが楽しみ



首藤信乃さん

(桃生地区)

106歳

桃生町檜崎に住む首藤信乃さんは市内の男性の最高齢者です。近年は視覚と聴力に衰えが出ているそうですが、一日三食をもりもりと食べ、自立して歩いたり、一人で着替えができるほど元気です。長寿の秘訣について「た

だぼんやりと暮らしているだけです。若い時、いっぱい歩いたから、体は丈夫なのかも」と語っていました。首藤さんは大正5年8月25日、檜崎で8人兄弟の三男として出生しました。幼い頃から元気いっばいの、い



わゆる、やんちゃ坊主だったそうです。小学校卒業後、14歳の時に河北町飯野川の呉服店に就職。その後、昭和18年、26歳の時に妻のきよ子さんと結婚しました。その翌年、第二次世界大戦で出征を余儀なくされましたが、終戦後の昭和21年にインドシナから無事帰還しました。

戦争の出来事はほとんど語らない首藤さんが、「今でも忘れられない」と振り返るのは、戦地から古里に戻った日のこと。きよ子さんの実家に足を運ぶと、そこには長女のかつ子さん(当時2歳)が無邪気に泥遊びをする光景があり、その姿を通して平和の尊さを痛感したといえます。

首藤さんは昭和23年に県土木事務所に入庁して31年間勤めました。62歳で退職して以降は、自宅で農業にいきしみつつ、地元神社の氏子総代長も歴任。穏やかで物静かな性格もあり、多くの人が親しまれました。

最愛の妻、きよ子さんは平成5年に死別しましたが、4人の子とも8人の孫、9人のひ孫に恵まれました。現在は長男夫婦と穏やかに暮らしています。

家でのんびりお茶飲みをするのが毎日の楽しみ。肉も魚も好物だそうです。基本的に好き嫌いはなく何でも食べるそうです。今年107歳を迎える首藤さんは、「これからもお茶飲みを楽しんで、元気に過ごしていきたいです」と話していました。



選管だより vol.1

マイナンバーカードを使って不在者投票の申請ができるようになりました！！

選挙期間中に仕事や学業などにより市外に滞在している方は、滞在先で不在者投票を行うことができます。

不在者投票の投票用紙の請求は、これまで書面による請求のみでしたが、マイナンバーカードを利用したサービスを活用することで、パソコンやスマートフォンからの請求が可能になりました。

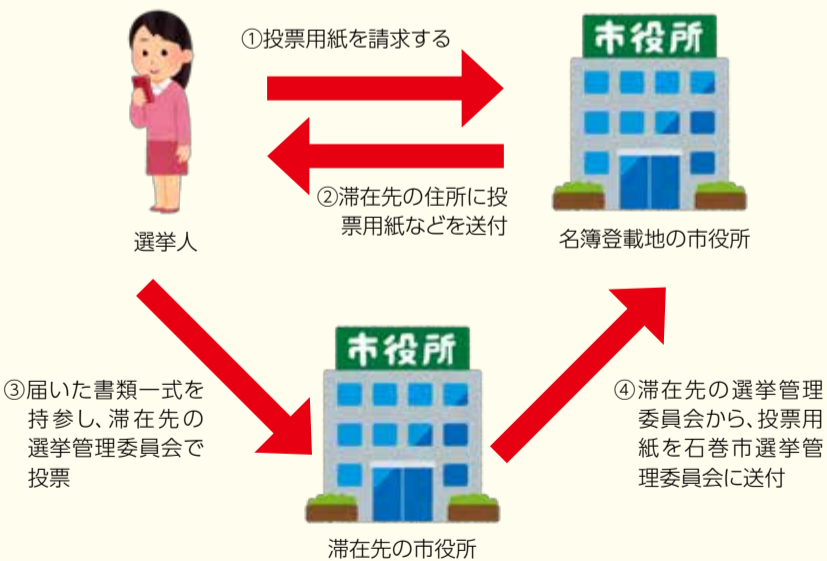
請求を行う場合には、署名用電子証明を有しているマイナンバーカードが必要です。ご注意ください。

※詳しくはホームページを確認してください。

※インターネットで投票ができる手続きではありません。



■手続きのながれ



☎ 選挙管理委員会事務局(内線5824)



石巻市立桜坂高等学校

桜坂だより

第37号

こんにちは、桜坂高等学校です。地区総体をはじめ、各大会で全校生徒一丸となって運動部を応援できるよう、応援団の指導のもと「全校応援練習」を行っています。今回は、その様子をご紹介します。



近年はコロナウイルス流行の影響もあり、学年ごとやモニターを見ての練習となっていました。今年度は、全校生徒そろっての応援練習が再開されました。



応援団の親切で丁寧な指導により、1年生もすぐに手拍子や掛け声をマスターしていましたが…。上級生の迫力？ある応援の様子には圧倒されていたようでした。



壮行式では、全校生徒が息の合った応援を繰り広げ、さっそく練習の成果が発揮されていました。

石巻 被災の南浜で供花

佳子さま石巻初訪問



秋篠宮ご夫妻の次女、佳子さまが5月23日、東日本大震災の犠牲者追悼と教訓を伝承するために整備された石巻南浜津波復興祈念公園を訪れ、祈りの場に供花されました。翌日に仙台市であった全国都市緑化祭の式典出席のための宮城県入りで、石巻市の訪問は初めてです。齋藤市長や村井知事が同席し、震災遺構門脇小学校も視察されました。

Topic of town まちの話題

河北 民謡や民舞楽しむ2時間半

震災から4回目の集い

「民謡や民舞を楽しむ集い」が5月17日、二子東絆会館で開かれました。日本民謡協会に所属する京都京寿会(京都府)と北上やよい会(岩手県)から11人が出演し、福岡県の「黒田節」や岩手県の「馬方節」などの民謡、さらには日本舞踊の「祇園小唄」、懐メロの「青い山脈」といった25曲を披露しました。震災後に始まった集いで、今回は4回目です。集まった約60人の住民らは口ずさみ、約2時間半の交流の機会を大切にしました。



雄勝 県道石巻雄勝線が開通

硯上山に登ろう!

「硯上山に登ろう!わくわくトレッキング」が5月27日に開催され、総勢11人が参加しました。長らく工事中だった県道石巻雄勝線が今年3月に開通となり、硯上山ハイキングコース登山口から山頂まで登れるようになりました。天候にも恵まれ、木々の新緑や山野草を楽しみながら、片道約50分をかけて頂上に到着。参加者は、さわやかな汗をかいた充足感とともに頂上から一望できる雄勝のまちの眺めに、感嘆の声を上げていました。



河南 思いやりの絆で交通安全

かなん絆作戦

「かなん絆作戦」と題した交通安全の街頭啓発活動が5月12日、広瀨地区で行われました。前日から10日間の春の交通安全運動に合わせた行事で、河南総合支所や石巻警察署、石巻地区交通安全協会河南支部から40人が参加しました。事故のない地域を目指す参加者は、国道108号沿いにのぼりや横断幕を掲げて立ち、ドライバーに譲り合いの心を持った運転を訴えました。



桃生 コロナ禍抜け待望の歌声

東北地区カラオケ大会

「東北地区カラオケ大会&舞踊歌謡チャリティーショー」が5月28日に桃生公民館で開催されました。眞藤カラオケ教室を主宰する眞藤はる香さんが手がけた初の大規模イベント。東北地区からの一般参加者約60人とプロの歌手手らがステージで自慢の歌声や踊りを披露し、終日盛り上がりを見せていました。



北上 多目的広場に桜植樹

園児もお手伝い

5月26日に北上地区多目的広場で、ソメイヨシノの苗木10本が植えられました。森を作ることで豊かな海を育む取り組みの一環で、石巻東ロータリークラブと石巻地区森林組合により実施されました。当日は、近くの北上こども園から3歳児クラスの5人も手伝いに駆けつけてくれました。桜は見晴らしの良い高台にあり、将来は離れた堤防からも眺められそうです。



牡鹿 クジラ解説ツアー

ツアーを通じて知識深める

5月3日から7日に、おしかホエールランドでクジラ解説ツアーが開催されました。おしかホエールランドの担当者がクジラの生態や鮫川の捕鯨文化などについて解説しながら館内を案内していました。マッコウクジラの骨格標本や実際に使用されていた捕鯨鉞、包丁などを観覧し、捕鯨の町で受け継がれてきたクジラと人の関わりを知ることが出来たようです。



令和6年度採用 石巻市・石巻地方広域水道企業団・石巻地区広域行政事務組合職員募集

区分	職種	採用予定人員	受験資格	申込用紙・試験要項の配布	
石巻市	中級 (短大卒程度)	保育士 幼稚園教諭	8人程度	平成6年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた方で、保育士資格および幼稚園教諭免許の両方を有する方または令和6年3月31日までに取得する見込みの方	●配布場所 ○石巻市 総務部人事課・各総合支所・各支所 ○広域水道 水道企業団総務課・北部地区管理事務所／市人事課・各総合支所・各支所 ○広域行政 広域行政総務企画課・消防本部総務課・各消防署所／市人事課・各総合支所・各支所 ※郵送を希望する場合は、封筒の表に朱書きで「○○試験申込書請求」(○○の部分に希望の職種(中級、初級、初級(障害者)、公務員経験者、准看護師、任期付(学芸員)、初級(水道)、社会人(水道)、初級(消防))と記入し、宛先を明記した返信用封筒(A4サイズが入る大きさ(角2)に140円切手を貼付)を必ず同封し、下記(希望区分)宛請求してください。 ●請求・問い合わせ先 ○石巻市 〒986-8501(住所不要) 人事課(内線4064) ○広域水道 〒986-0861 蛇田字新上沼116番地 石巻地方広域水道企業団 総務課 総務管理係 ☎95-6713 ○広域行政 〒986-0805 大橋一丁目1番地1 石巻地区広域行政事務組合消防本部 総務課 人事教養係 ☎95-7111
	初級 (高校卒程度)	行政(事務)	6人程度	平成14年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方	
		土木	1人程度		
	障害者対象 初級 (高校卒程度)	行政(事務)	1人程度	平成6年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方で、活字印刷文による出題に対応でき、次のいずれかの手帳などの交付を受けている方 ・身体障害者福祉法第15条に定める身体障害者手帳 ・療育手帳または児童相談所などによる知的障害者であることの判定書 ・精神障害者保健福祉手帳	
	公務員経験者	土木	1人程度	昭和59年4月2日以降に生まれた方で、令和5年6月1日現在、国家公務員または地方公務員の土木職の正規職員として勤務している方(任期付職員・会計年度任用職員を除く)	
		准看護師	2人程度	昭和49年4月2日以降に生まれた方で、准看護師資格を有する方	
	任期付職員 ※1	学芸員(考古)	1人程度	学芸員(考古学を専攻)の資格を有する方	
広域水道	初級	土木	2人程度	平成14年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方で、職種に関係の深い科目を履修した方または履修中の方	
		電気	1人程度		
	社会人	土木	1人程度	昭和53年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた方で、職種に関係の深い科目を履修した方または職種に関係する職務経験を有する方	
広域行政	初級 (高校卒程度)	消防職	3人程度	次のいずれにも該当する方 ・平成14年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方 ・学校教育法による高校を卒業している方または令和6年3月までに卒業する見込みの方 ・採用後、石巻市、東松島市または女川町に居住できる方	

●試験日 9月17日(日) ●要項配布開始 7月3日(月)(土日・祝日を除く)

●申込期間 7月3日(月)～8月14日(月)(当日消印有効) ※詳しくは試験要項をご覧ください。

※1 任期付職員の任期は令和6年4月1日から令和8年3月31日までです。ただし、市の状況などにより更新・変更する場合があります。

マイナポイント申込のお手伝いをします!

マイナンバーカードを2月28日(オンライン申請では3月1日)までに申請した方がカードを受け取った後、「健康保険証としての利用申込」と「公金受取口座の登録」の手続をすることでもらえるマイナポイント(最大2万円分)はマイナンバーカードの読取機能が付いたスマートフォンなどをお持ちであれば、自身で申し込むことができます。また、お持ちでない方や操作方法が分からない方を対象に、市では支援窓口を設置していますので、ぜひ利用ください。なお、マイナポイントの申込期限は9月末までです。

☎ ICT総合推進課(内線4267)

支援窓口および 受付時間	本庁舎2階専用窓口 平日の午前9時～午後5時 各総合支所市民福祉課および各支所 平日の午前8時30分～午後5時
必要な もの	マイナンバーカード
	マイナンバーカードの4ケタの暗証番号
	ポイントを受け取る決済サービス 通帳かキャッシュカード(公金受取口座登録用)

マイナポイントの
申込方法詳細今月の休日
窓口開庁の
お知らせ

開庁日時 7月2日(日)・16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、マイナンバーに関する手続きなど(16日(日)はマイナンバーに関する手続きはできません)

※税証明書、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 7月31日(月)

○固定資産税 第2期 ○国民健康保険税 第4期

○後期高齢者医療保険料 第1期

○口座振替不能者の再振替日 7月18日(火)

(6月30日納期限分)

○市県民税 第1期

○国民健康保険税 第3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 ☎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299号 令和5年7月1日発行

発行 石巻市総務部秘書広報課(内線4784) ☎0225-23-4340

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4784)

ごみだしアプリ



電話番号案内

市役所 ☎95-1111

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

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

住民基本台帳による石巻市の人口と世帯数

令和5年5月末現在	人口 世帯数	135,594人 62,294世帯
令和4年5月末現在	人口 世帯数	137,644人 62,120世帯