



いしのまき



暑かった夏休み

海水浴場にぎわう



市内ではこの夏、5カ所の海水浴場が開設され、記録的な暑さも手伝ってどこも夏休みの子どもたちや海のレジャーを楽しむ家族連れでにぎわいました。このうち雄勝地区の荒浜は、東日本大震災前の平成22年以来、13年ぶりの開設。訪れた市民からは「透明度の高い海は、震災前と変わらない魅力」と評判でした。



石巻市イメージキャラクター

- 第100回石巻川開き祭り ----- 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
- ピックアップ・SDGsコーナー ----- P13
- みんなの広場 ----- P14
- まちの話題 ----- P15



豪華な花火大会復活

石巻川開き祭り

思い出に残る
特別な3日間



100回のお祝い盛大に

市内最大の祭りである「石巻川開き祭り」は今年、第100回の節目を迎え、8月4日から6日に盛大に行われました。

石巻発展の祖である川村孫兵衛重吉翁に感謝を示すため、大正5年に始まった祭りです。初日、十三回忌の東日本大震災慰霊祭では、川で亡くなった方の供養とあわせ、灯籠を浮かべ、供養の花火が打ち上げられました。

2日目には手こぎの孫兵衛船競漕や各種陸上行事が始まり、祭り本番のにぎわいになりました。特に震災後、街なかを会場にしていた花火大会は開北橋下流に戻り、東北最大規模の約1万6千発を打ち上げ、700機のドローンがディズニーキャラクターを描く光のショーも話題になりました。

最終日は恒例の小学校鼓笛隊パレードが祭りを活気づけ、夜には16団体680人が港町らしい大漁踊りを繰り広げました。記録的な暑さでも延べ27万6千人が来場し、例年以上の盛り上がりを見せ、フィナーレを迎えました。





市長と懇談しませんか？

市民の皆さんと一体となつたまちづくりを進めるため、市長が直接各地域へ向かい、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。

とき 9月4日(月)

午後1時30分

ところ 渡波公民館

☎ 秘書広報課

(内線4024)

止水板等設置事業補助金

冠水・浸水対策に止水板を設置しませんか？

住居、事務所、店舗などに止水板などの設置工事をされる方に経費の一部を助成します。対象要件など、詳しくは問い合わせください。

補助金額 止水板等設置工事費などの費用の2分の1

(上限50万円)

☎ 下水道管理課

(内線5684)

印鑑登録手続きの際には印鑑の確認をしましょう

印鑑登録証明書は車の購入や財産の移転などで使用する大変重要な証明書です。そのため証明書として使えなくなる可能性がある印鑑は、登録できません。

登録できない印鑑の例

- ・印鑑のふちが欠けていたり、すり減ったもの
- ・変形しやすいもの(プラスチック製やゴム印)
- ・機械彫りで大量生産された、他人のものと見分けにくいもの
- ・氏と名を組み合わせたもので本人のものと確認しがたいもの
- ・同一世帯で同じ印鑑の登録

なお、印鑑登録を申請するときには、窓口で本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証、パスポートなどの官公署発行の写真付き身分証明書など)が必要です。代理の方は、代理人選任届が必要となり、即日登録はできませんので、ご注意ください。

☎ 市民課(内線2319)

市役所での貸し出しを始めました

図書への貸し出し、予約の申し込み受け取りができません。9月12日(火)、26日



(火)午後3時~4時 ※毎月火曜日に2回程度開催します。

ところ 市役所5階市民サロン

☎ 石巻市図書館 93-8635



稲井地区の宝物さがしてみませんか？

稲井地区の皆さんに協力いただき、文化資源などを後世に伝えるため「おらほの宝物」マップを作りました。地域別に遺跡や伝説、文化財などを掲載していますので、ぜひご覧ください。



☎ 稲井公民館 22-4303

有害鳥獣捕獲を実施しています

ニホンジカなどによる農作物などの被害を低減するため、猟銃およびわなでの有害鳥獣捕獲を実施しています。山中に立ち入る際は目立つ色の服や帽子を着用するなど、十分に注意してください。また、捕獲に使用するわなを見かけた場合は、危険ですので近づかないようにしてください。実施日および実施場所など、詳しくは市ホームページを確認ください。



☎ ニホンジカ対策室 (内線3559)



秋の交通安全県民総ぐるみ運動

運動の重点

- ・子供を始めとする歩行者の安全と自転車の安全利用の確保
- ・高齢運転者等の安全運転の励行
- ・夕暮れ時と夜間の交通事故防止と飲酒運転等の危険運転の防止

とき 9月21日(木)~30日(土)

☎ 地域協働課

(内線3318)

各総合支所地域振興課



「防災電話・防災FAX」の運用を開始しました

7月から気象情報や災害情報など確認できる「防災電話・防災FAX」の運用を開始しました。詳しくは市ホームページを確認ください。申込方法 防災センター！各

総合支所・各支所の窓口にて申込書を記入し、提出してください。



☎ 危機対策課 (内線4310)

市民満足度調査を行います

第2次石巻市総合計画の各施策の成果を把握し、今後のまちづくりに反映させるため、市民の皆さんに市の施策の満足度をお聞きしています。

回答方法 回答フォームから回答してください。



回答フォーム

※市民意識調査で回答した方は除きます。

回答期限 10月31日(火)

☎ 政策企画課 (内線4217)

フィッシング詐欺に注意

フィッシング詐欺とは、気が付かないうちにクレジットカード情報やIDパスワードといった重要な個人情報盗まれることを言います。例えば、「大手企業を騙ったメールが届き、IDパスワードを入力した」「公式ページそっくりの詐欺サイトでカードを利用して買い物をした」などが挙げられます。

石巻広域消防本部警防課 ☎ 95-7433



特に携帯電話による詐欺被害が全国で多発しています。少しでも不審に感じたら、正規のサイトを確認してください。

☎ 総合相談センター 23-5040



9月9日は救急の日 救急隊の活動にご協力を

救急車は現場付近に停車するため、救急とは関係のない皆さんの自宅前などに停車する場合があります。傷病者の容態によっては応急処置が必要な場合もあるため、現場滞在時間が長くなることもありますが、救急隊の活動に協力をお願いします。

救急車を要請された際は、搬送病院を選定するため治療中の病名、現在の症状の経過などを質問しますので、簡潔に答えてください。

また、緊急時の救急車は法令でサイレンを鳴らして走行しなければならないことになっています。

産業創造助成金制度

産業振興と雇用拡大を図るため、創造的産業を行う事業者に対して助成金を交付します。対象事業や助成金額など、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。



☎ 商工課 (内線3523)

防災ラジオテスト放送 9月11日(月)午後3時ごろ

防災「合言葉」受賞作品

「どうしよう」焦らず命を守るため 普段の確認「こうしよう」へと

蛇田中学校2年 小松 由奈

☎ 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

地域おこし協力隊員の紹介



やました ともあき 山下 知晃さん
・石巻市出身(仙台市から転入)
・令和4年3月~(2年目)

令和4年3月より、一般社団法人日本カーシェアリング協会に所属し、支え合う地域づくりを目的としたコミュニティサポート事業部を担当しています。「コミュニティ・カーシェアリング」導入地域の運営フォローのほか、新規で導入される地域への仕組みの説明や「カーシェア会」設立のサポートを行ってきました。地域の方と一緒にカーシェア会をより良くしていく事や、皆さんが楽しそうに活動している様子を見るとこちらも嬉しくなります。市内沿岸部にコミュニティ・カーシェアリングを導入する事が私の

協力隊のミッションであり、日々活動しています。



▲コミュニティ・カーシェアリングの仕組みの説明の様子



▲地域のサロン会にて、地域の課題ヒアリングの様子

福祉

石巻市いきいき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「いきいき100歳体操」の実技指導を行います。

とき 10月～11月 (5回コース)

ところ 向陽地区コミュニティセンター

対象 興味のあるサロン関係者または個人

定員 15人

申込方法 電話で申し込みください。

申込期限 9月28日(木)

※詳しくは問い合わせください

申・問 介護福祉課
(内線2437)

重・中度、心身障害者医療費助成受給者証は、10月1日が更新日です

所得状況確認に同意された方

助成対象者には受給者証を、非該当者には助成停止通知を9月下旬に送付します。

所得状況確認に未同意・未確認の方、未申請の方

8月上旬に手続きの通知を送付しています。手続きをしないと、医療費助成を受けられなくなります。

問 障害福祉課
(内線2475)

各総合支所市民福祉課

敬老祝金を支給します

対象 次の条件を満たす方
(9月1日現在)

- ・市内に住居登録のある方
- ・今年で満88歳となる方

支給金額 1万円

※申請は不要です。

※住民票と異なる住所に在住の方は、住民票のある地区の敬老祝金担当課まで問い合わせください。

問 介護福祉課
(内線2462)

各総合支所市民福祉課

老人週間施設無料開放

とき 9月15日(金)～21日(木)

施設名	問
石巻市博物館	☎98-4831
石ノ森萬画館	☎96-5055
雄勝硯伝統産業会館	☎57-3211
おしかホエールランド	☎25-6422
石巻市震災遺構門脇小学校	☎98-8630

対象 市内に住居登録のある65歳以上の方

※年齢・住所確認書類(健康保険証、マイナンバーカードなど)を提示してください。

※同伴される方で対象外の方は入館料が必要です。

※企画展や館内案内など別途料金が必要な場合があります。

●シニアガイドブックを作成しました

65歳以上の方が参加できる通いの場の情報をつめたガイドブックを作成し、介護福祉課、各総合支所、各支所および各地域包括支援センターで配布しています。

令和5年度から市主催の敬老会を廃止しましたが、敬老祝い金事業を継続し、老人の日・老人週間の啓発推進、サロン活動や介護予防教室など、通いの場の充実を図り、社会参加の場を提供します。

問 介護福祉課 (内線2456)

各総合支所市民福祉課

お彼岸の石巻霊園は混み合います

お彼岸は、石巻霊園内が大変混み合います。次の事項を守ってください。

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

※お彼岸期間のみ 一方通行区間

■ 駐車禁止区域
■ 駐車場
※駐車禁止区域外の路上は、全区域「片側駐車」となります。

霊園行き無料バス時刻表

とき 9月20日(水)

(行き)

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

(帰り)

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

※立町通り停留所は仙台銀行付近です。

問 環境課(内線3377)

新型コロナウイルスワクチン接種情報

9月20日(水)から12月にかけて令和5年秋開始接種を実施します。接種費用は無料です。

※掲載内容は8月8日時点の情報のため、変更になる場合があります。最新情報は市ホームページを確認ください。

●接種の概要

- ・接種対象者 初回(1・2回目)接種を終了した5歳以上の全ての方
- ・使用するワクチン オミクロン株XBB.1.5対応1価のワクチン

●接種券

区分	発送時期
春接種(5月～8月)の対象で接種を受けた方 ・65歳以上の方 ・64歳以下で基礎疾患を有する方 ・医療従事者、高齢者施設従事者など	8月下旬から9月中旬にかけて、前回接種日の早い順に発送します。
オミクロン株対応2価ワクチンの接種を受けた方のうち、春接種の対象外だった方 ・64歳以下で基礎疾患のない方	9月下旬以降、前回接種日の早い順に発送します。
上記以外の方	・接種を希望する回の接種券をお持ちの方は、お持ちの接種券を使用してください。 ・接種券がない方は、市ホームページまたはコールセンターを通じて申請してください。

●接種会場 個別接種のみとなります。

- ・12歳以上 市内46医療機関、東松島市内4医療機関
- ・5歳～11歳 市内5医療機関

※接種会場は、接種券に同封したチラシや市ホームページで確認するか、コールセンターへ問い合わせください。

●予約の方法

- ・インターネット(予約専用サイト) ・コールセンター
- ・予約代行窓口(9月上旬開始予定)

開設場所 ささえあいセンター、各総合支所、各支所

- ・一部医療機関は、直接医療機関に電話して受付、または診療時に受付

問 新型コロナワクチンコールセンター

☎ 0120-567-509 掛け間違いのないよう注意してください。

受付時間 午前8時30分～午後5時(土日・祝日を除く)

予約専用サイト



今月は児童扶養手当の支給月です

7月・8月分の児童扶養手当を9月11日(月)に振り込みます。

子育て支援課 (内線2513) 各総合支所市民福祉課

子ども医療費助成受給者証の有効期限が18歳を迎える年度末までに変わります

毎年9月30日が有効期限でしたが、9月下旬に送付する新しい受給者証の有効期限は「18歳到達年度末日まで」になります。

保険年金課 (内線2343) 各総合支所市民福祉課 各支所



牡鹿斎場の休止

利用者の減少や、火葬設備などの老朽化により、令和6年3月31日で施設を休止します。

環境市民講座

「自然観察ハイキング」を開催します。

とき 9月23日(土・祝)

午前10時～午後2時

ところ 籠峰山

対象 市内在住または市内に通勤、通学している小学

生以上の方(小学校3年生以下は保護者同伴) 定員 20人(先着)

申込方法 電話またはEメールに必要事項(受講希望の旨、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。

申請 環境課 (内線3368) isenv@city.ishinomaki.jp

空き地は適正に管理しましょう

空き地の放置は、雑草の繁殖や、害虫の発生など、迷惑になりますので適正に管理しましょう。また空き地に囲い設置するなど、ごみが投棄されないようにしましょう。

環境課(内線3365)

9月24日(日)は「市内一斉清掃日」です

道路や公園などでごみのポイ捨てが増えています。自分のできる範囲で環境美化に努めましょう。

窓口で清掃に使用するごみ袋の配布や、ごみの回収を行っています。利用する場合は問い合わせください。

環境課(内線3365)

油類流出にはご注意ください

船舶の沈没や、老朽化に伴う配管やホームタンクの破損など、管理不足が原因で、海や河川へ油類が漏れ出す事故が発生しています。

日ごろから維持管理を行い、油流出の防止に努め、豊かな自然を守りましょう。

油類が漏れ出すと、水質環境が悪化するほか、火災の原因や農業・漁業被害も発生します。流出した油の回収や処理費、被害補償費は原因者の負担になります。

北上川下流河川事務所 ☎94-9852

市環境課(内線3369)

9月20日～26日は「動物愛護週間」です

飼い主には、飼育している動物が息をひきとるまで飼っている責任があります。家族の一員として位置づけられ、命の尊厳を守ることや、愛護に対する関心が高まる一方で、不適正飼養などのトラブルも発生しています。

また、鳴き声や糞尿などの迷惑や、他人の生命、身体または財産の侵害や他の動物への危害を防止し、習性や生態を正しく理解し、適正な管理とすつけを目指しましょう。

環境課(内線3364)



9月は廃棄物不法投棄防止強化月間です

空き地や一般家庭ごみの集積所へ、不法投棄をされることがあります。

不法投棄は犯罪であり、不法投棄禁止違反は、5年以下の懲役もしくは、1000万円(法人の場合)

は3億円)以下の罰金、または併科に処せられます。不法投棄の情報は、近くの警察署または交番・駐在所、もしくは廃棄物対策課へ連絡ください。

廃棄物対策課 (内線3375)

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」を実施します。「食品ロス」の削減に協力をお願いします。

とき 9月8日(金)、29日(金) 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)

連珠(れんじゅ)の会

若年性認知症当事者および介護者の会です。フリートークや情報交換の時間を設けています。気軽に参加ください。

とき 9月13日(水) 午後1時30分～3時 ところ マルホンまきあーとテラス

対象 若年認知症の方とその介護者(介護者のみの参加も可)

申込方法 電話で申し込みください。 申込期限 9月12日(火)

申請 介護福祉課(内線2437)

市営・県営住宅入居者募集

案内書記布場所 住宅課、各総合支所・支所、宮城県住宅供給公社東部支社 受付期間 9月1日(金)～12日(火)

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。(9月12日(火)までの消印有効)

募集する住宅 復興住宅

Table with 3 columns: 地区, 住宅名, 募集戸数. Lists housing units in 蛇田, 釜・大街道, and 中心.

Table with 3 columns: 地区, 住宅名, 募集戸数. Lists housing units in 中心, 湊, and 渡波.

Table with 3 columns: 地区, 住宅名, 募集戸数. Lists housing units in 渡波, 河北, 河南, and 牡鹿.

募集する住宅 みなし特公賃住宅

Table with 3 columns: 地区, 住宅名, 募集戸数. Lists housing units in 雄勝, 北上, and 牡鹿.

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。家賃は世帯の所得などにより決定します。★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。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)

- 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。みなし特公賃住宅は、月額所得が申し込み時点で158,000円以上487,000円以下の方のみ申し込みが可能です。その他県営住宅も募集しています。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。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。





子ども・子育て会議 委員を募集します

子育て世代の意見などを市の取り組みに反映させるため、「子ども・子育て会議委員」を募集します。詳しくは市ホームページを確認してください。

定員 1人

対象 次の条件を全て満たす方

- 小学生以下の子どもの保護者
 - 児童福祉に関心のある者
 - 満20歳以上の市民
- 任期** 11月1日(水)から2年間
募集期間 9月1日(金)～15日(金)



市ホームページ

申・団 子育て支援課
(内線25553)

ふるさと探訪ツアー 参加者募集

①奥松島・石巻コース

東松島市震災復興伝承館、嵯峨深遊覧、奥松島縄文村歴史資料館、石巻南浜津波復興記念公園 ほか
②牡鹿・金華山コース
金華山、ホエールタウンおしか、石巻市震災遺構門脇小学校 ほか
③女川・金華山コース
石巻市博物館、金華山、道の駅おながわ ほか

とき 10月14日(土)午前8時

ところ 石巻駅前集合

対象 石巻市・東松島市・女川町に居住する小学生以上の方(小学生は必ず保護者同伴で参加)
定員 各コース20人(抽選) **料金** 1人2,000円(当日持参)

申込方法 往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、参加希望コース名(第2希望がある場合は記入)を記入の上、申し込みください。1枚につき3人までとし、全員の必要事項と代表者名を明記してください。

申込期限 9月21日(木)必着

申・団 〒968-0844
重吉町8番地20
石巻地区広域行政事務組合総務企画課
☎96-35577

令和6年石巻市成人式 実行委員募集

企画運営に参加する実行委員を募集します。

対象 平成15年4月2日から平成16年4月1日生まれの方で、月1～2回程度行う話し合い(夜間)およびリハーサルと当日の本番に出席できる方
定員 10人程度(先着)
※地区により異なります。
申込方法 申込フォームまたは電話で申し込みください。

申込期限 9月29日(金)



申込フォーム

申・団 生涯学習課
(内線5053)
各公民館



マイナンバーカード 出展申請会

とき 9月16日(土)・17日(日)午前10時～午後5時

ところ イトーヨーカドー石巻あけぼの店 フードコート隣り

対象 市内に住民登録があり、マイナンバーカードを申請される方
※持ち物など詳しくは市ホームページを確認ください。



市ホームページ

申 市民課(内線23313)

第22回港湾感謝祭

海上自衛隊の掃海艦・海上保安庁の巡視船がやってきます。各種ステージイベントや港湾関連団体によるPRブース、飲食店の出店など、盛りだくさんのお祭りです。
とき 10月1日(日)
午前10時～午後3時

ところ 石巻港大手ふ頭

申 港湾感謝祭実行委員会事務局(河川港湾高規格道路整備推進課
内線5607)

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。車でお越しの方は、近く

の駐車場をご利用ください。
とき 9月3日(日)、17日(日)午前6時

ところ 石巻駅前にぎわい交流広場
申 石巻ふれあい朝市運営委員会(石巻観光協会)
☎93-6448
市観光課(内線3534)



震災当時の門脇小学校 による語り部を行います

とき 9月17日(日)
午後2時～2時45分

ところ 震災遺構門脇小学校
多目的学習室



震災遺構ホームページ

申・団 震災遺構門脇小学校
☎98-8630

申 震災伝承推進室
(内線4344)

体力状態確かめませんか?

いしのみき市民健康体力測定会を開催します。健康と運動への関心を高めましょう。

とき 10月7日(土)
午前10時～正午

ところ 総合体育館
対象 20歳から79歳までの健康な男女

ツール・ド・東北2023

今年は10回記念大会で、約2,100人のライダーが参加します。また、メイン会場ではさまざまなイベントや地元グルメが用意されていますので、一般の方の来場をお待ちしています。



とき 9月16日(土)、
コース「奥松島グループライド&ハイキング」
9月17日(日)、コース「気仙沼フォンド210km」、
「南三陸フォンド150km」、「北上フォンド100km」、
「女川・雄勝フォンド65km」

ところ 石巻専修大学 (南境新水戸1)
申 スポーツ振興課(内線3329)



ホームページ

定員 100人(先着)

申込方法 申込フォームまたは電話、FAXで申し込みください。
申込期限 10月3日(火)
※当日の受付も可。

※桃生総合支所から会場までシャトルバスを運行します。



申込フォーム

申・団 スポーツ振興課
(内線3329)
FAX 25-6473

ものうふれあい祭2023 はねこ踊りフェスティバル in 桃生

ステージイベントやはねこ踊りパレード、花火の打上げなどが行われます。

とき 9月9日(土)午後3時
ところ 桃生植立山公園
※駐車場(桃生総合支所

300台、せんだんの杜ものう西側市有地500台)
※桃生総合支所から会場までシャトルバスを運行します。

申 ものうふれあい祭実行委員会事務局
桃生総合支所地域振興課
☎76-2111
河南桃生商工会桃生支所
☎76-3315

第38回石巻市美術展

洋画・日本画・書・彫刻・陶芸の作品を公募する美術展を開催します。

とき 10月1日(日)～9日(月・祝)午前10時～午後5時
※9日(月・祝)は午後4時まで

ところ マルホンまきあーとテラス
申 生涯学習課(内線5056)

民生委員・児童委員 活動紹介

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。

6月21日に、山下地区で「福祉のつどい」が開催されました。地域の一人暮らしの高齢者を招待して交流を行うイベントで、ひばり幼稚園の園児による歌やダンス、手遊びのほか、ゲストによるマジックショーや大正琴の演奏などが行われました。76人の参加者は歓声をあげながら、3年ぶりのイベントを楽しんでいました。

申 社会福祉協議会地域福祉課 ☎96-5290
市保健福祉総務課(内線2464)



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。



詳しくはこちら

申・団 自衛隊宮城地方協力本部
石巻地域事務所 ☎83-6789

	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)

9月の相談あんない

行政

- 行政書士相談 ※要予約
 - ・11日(月) 午前10時～午後3時 市役所2階相談室A・B
 - ☎・☎ 宮城県行政書士会事務局 ☎022-353-7213
- 行政相談
 - ・7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
 - ・8日(金) 午後1時～4時 北上総合支所1階会議室1
 - ・13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)
 - ・12日(火) あおぞら総合法律事務所 小川弁護士
 - ・26日(火) いしのまき法律事務所 前田弁護士
 - 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(金) 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会 ※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受け付けます。
 - ・4日(月) 午前10時～午後3時 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)
- 司法書士無料法律相談・人権相談会
 - 10月1日は「法の日」です。司法書士が法律・各種登記・人権の相談に応じます。
 - ・10月2日(月) 午前10時～午後3時
 - 石巻中央公民館・東松島市コミュニティセンター
 - ☎ 宮城県司法書士会石巻支部 ☎96-2354

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(市役所2階子育て支援課)
 - 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。
 - ・4日(月) 午前10時～午後3時 北上総合支所1階会議室1
 - ・6日(水) 午前10時～午後3時 河北総合支所2階和室
 - ・7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)
 - ・休日年金相談 9日(土) 午前9時30分～午後4時(受付時間 午後3時まで)

暮らし

- 年金予約相談(石巻年金事務所 ☎22-5115 ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165)
 - 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) 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。
 - ・6日(水) 午後1時～4時 北上総合支所
 - ・13日(水) 午後1時～4時 牡鹿公民館
 - ・20日(水) 午後1時～4時 雄勝総合支所
 - ・25日(月) 午前10時～正午 ハローワーク石巻
 - ☎・☎ 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・こまりごと相談会
 - 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。
 - ・27日(水) 午前10時～午後3時 牡鹿保健福祉センター
 - ☎ 保護課(内線2505・2507)
- [災害復興住宅融資]無料相談会 ※要予約
 - ・24日(日) 午前10時～午後4時 市役所4階401会議室
 - ☎・☎ 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)
- 令和5年度第2回空き家無料相談会 ※要予約
 - 空き家の維持管理、相続問題、解体、売却などについて、不動産や法律・建築などの専門家が無料で相談に応じます。
 - ・24日(日) 午前9時30分～午後4時 石巻中央公民館
 - 対象 市内にある空き家の所有者または管理者(今後、空き家を有する見込みの方を含む)
 - ☎・☎ 住宅課(内線5556)
- 不動産に関する市民公開セミナーと無料相談会
 - ①無料相談会 弁護士、税理士、宅地建物取引士が不動産に関する相談に応じます。 ※予約優先
 - ②市民公開セミナー 不動産や相続、空き家問題に関する講演を行います。
 - ・26日(火) ①午後1時30分～4時30分 ②午後3時～5時 石巻グランドホテル
 - ☎・☎ 公益社団法人宮城県宅地建物取引業協会石巻・気仙沼支部事務局((株)エクセルハウス内) ☎95-2598
- 不当要求等無料出張相談会
 - ・20日(水) 午後1時～4時 東松島市コミュニティセンター
 - ☎ (公財)宮城県暴力団追放推進センター ☎022-215-5050
 - 県警察本部 ☎022-222-8930

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・荻浜) ☎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

9月の健康コーナー

こころの
体温計



【健康推進課】☎95-1111
 【各総合支所市民福祉課】
 河北 ☎62-2117 雄勝 ☎57-2113 河南 ☎72-2094
 桃生 ☎76-2111 北上 ☎67-2113 牡鹿 ☎45-2113

○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	11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	11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
14日(木)・28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
4日(月) 午後1時30分～5時	河南総合支所第2庁舎	樋口 広忠	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	1日(金)・7日(木) 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	15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	14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(木)	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	12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
3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
10日(日)	イオンスーパーセンター 石巻東店	
23日(土・祝) 30日(土)	イオンモール石巻	

みんなで備えよう～もしもがんになったら～

今、がんは2人に1人がかかる病気です。突然襲ってくる「がん」にあなたも備えましょう。早期からの緩和ケアの利用、正しいがん情報の得方、セカンドオピニオン、乳がん自己検診の仕方、石巻のがん検診の状況などについて講演があります。質問コーナーもありますので、普段疑問に思うことなどをお聞きください。

とき 9日(土) 開場 午後1時、開演 午後1時30分
 ところ マルホンまきあーとテラス2階大研修室 定員 90人
 申込方法 電話またはSMSで申し込みください。
 申・問 日和山カフェ代表 佐藤 ☎070-7772-0127 (平日午前10時～午後4時)

9月は健康増進普及月間です

運動不足や食生活の変化、受診控えなどは、生活習慣病を重症化させる可能性があります。糖尿病、がん、心臓病、脳卒中などの生活習慣病は毎日の生活習慣の工夫で予防できます。

～1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ～

健康寿命の延伸のために、まずは健診を受け、自分の体と生活習慣を見直すことから始めてみませんか?
 ※健康寿命とは介護を受けたり病気で寝たきりにならないうつ自立して健康に生活できる期間の事です。
 ☎ 健康推進課(内線2612)

○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(木)・29日(金)	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	12日(火)・27日(水)		
	1歳6カ月児健診	5日(火)・21日(木)		
	2歳児歯科健診	8日(金)・20日(水)		
	3歳児健診	6日(水)・26日(火)		
河北 雄勝 北上	3～4カ月児健診	27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	22日(金)		
河南 桃生	3～4カ月児健診	1日(金)	個別に 通知します	遊楽館
	1歳6カ月児健診	7日(木)		
	2歳児歯科健診	5日(火)		
	3歳児健診	21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 13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 24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

石巻地域の伝統食 「ほや雑煮」

「ほや雑煮」は、塩漬けて焼いて干した「ほや」で出汁をとり、地元の海産物や野菜、角餅を入れ、なると(練り物)、せり、いくらなどをのせた石巻地域の伝統食です。いしのみき観光大使で「ほやドル」の萌江ちゃんが出演したレシピ動画を「海街さんぽ」のYouTubeチャンネルで公開中です。皆さんもぜひ作ってみてください!

☎ 観光課(内線3538)

ひとりで悩まずに、だれかに相談してみませんか

9月10日～16日は自殺予防週間です。自死は、健康の問題、経済・生活の問題、仕事の問題などの原因が、複雑に絡み合っているとされています。

最近、こころや身体の疲れを感じていませんか。そんな時はゆっくり休むことが大切です。イライラ、不眠、対人関係の不安など、心配なことがあれば誰かに話してみませんか。また、「2週間以上眠れない」「食欲がなく体重が減った」「原因不明の身体症状が長引く」などの症状は、うつ病が疑われますので、早めの受診や相談が必要です。まずはだれかに相談してみましょう。
 ☎ 健康推進課(内線2422)

【石巻地区】乳がん検診の夕方検診を実施します

とき 9月27日(水) ところ 保健相談センター
 対象 30歳代、無料クーポン対象年齢、40歳以上(偶数年齢)の女性
 ※対象年齢は令和6年3月31日を基準としています。
 受付時間 午後4時30分～6時30分 ※要予約

- 石巻地区の検診票をお持ちの方
乳がん検診日時変更専用ダイヤル(☎24-838)に申し込みください。
- 検診票をお持ちでない方、総合支所地区在住で石巻地区検診を希望の方
検診票を発行しますので、連絡ください。

☎ 健康推進課(内線2427)

※検診を受診の際は【自宅での検温】【マスク着用】をお願いします。

『フレイル予防』は健診から ～健診終了まであとわずかです～

加齢に伴い心身の機能が低下した状態を『フレイル』と言います。高血圧症や糖尿病などの持病の悪化が『フレイル』を招く要因の一つですが、早期に気づき対応することで悪化を防ぐことができます。

年に1回からだの状態を健診でチェックして『フレイル』を予防しましょう。

先生、教えて!

わたしは元気だし、体調もいいから、
健診は受けなくても大丈夫ですよ・・・?

教えてくれたのは



石巻市医師会会長
よしろう内科院長
千葉 淑朗先生

フレイルや生活習慣病は、自覚症状がないまま進行することがほとんどです。そして、症状が出て病気が発見された時にはかなり重症化していることも珍しくありません。健診で1年に1回ご自身のからだをチェックし、持病などの重症化を防ぐことが健康長寿の秘訣です。いつまでも生き生きと、自分らしく過ごすために、年に1回健診を受けましょう。

☎ 保険年金課(内線2333)

「夜間・土曜健診」を実施します

各種健(検)診がもうすぐ終了します。仕事帰りや土曜日に受診できますので、ぜひ受診してください。

項目 特定健診・健康診査(心電図・眼底含む)、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診、大腸がん検診

ところ	夜間健診 (午後5時～7時受付)	土曜健診 (午前9時～正午受付)
デイサービスセンターわたのほ(さくら町5丁目13-1)	10月4日(水)・5(木)	10月7日(土)
保健相談センター	10月11日(水)	10月14日(土)
向陽地区コミュニティセンター	10月18日(水)	10月21日(土)

- ・特定健診の自己負担額は無料です。
- ・受診票を紛失した方、総合支所地区の方は受診票を再発行しますので、事前に問い合わせください。
- ・健(検)診受診の際は、自宅での体温測定に協力願います。
- ・駐車場に限りがありますので、なるべく徒歩や自転車などでお越しください。
- 指定医療機関で実施する特定健診・健康診査・前立腺がん検診・肝炎ウイルス検診は9月29日(金)で終了します。
- 本庁地区会場胃がん検診が10月16日(月)で終了します。受けていない方は、早めに受診しましょう。受診を希望される方は、追加申し込みができますので問い合わせください。

☎ 石巻市医師会 ☎96-1829、市保険年金課(内線2333)、市健康推進課(内線2413)

9月21日は世界アルツハイマーデーです

認知症は、誰もがなる可能性のある、とても身近な病気です。早期に適切な治療を受けること、また身近な人の理解や協力があれば、住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができます。各地域包括支援センターや介護福祉課では相談を受け付けています。偏見や誤解をなくし、認知症に優しいまちを目指しましょう。

●オレンジライトアップ～認知症への理解を～

9月21日(木)に、「認知症にやさしいまち石巻」を目指すシンボルとして、認知症支援のイメージカラーのオレンジ色に石ノ森萬画館をライトアップします。

☎ 介護福祉課(内線2437)、各地域包括支援センター



傾聴ボランティア「サロンさくら」

とき	ところ	内容
8日(金) 午前10時～11時30分	鹿妻地区集会所(鹿妻南2丁目6番25号)	楽しいおしゃべり 軽体操など
15日(金) 午前10時～11時30分	市役所5階市民サロン	
28日(木) 午前10時～11時30分	寿楽荘	

☎ 健康推進課(内線2422)

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	
皮膚科	午前8時～11時	午後1時30分
眼科	午前8時～11時	
	水曜日 午後0時30分～2時30分	
耳鼻咽喉科	午後0時30分～3時	午後1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	○	—	—	○	○
皮膚科	午前	—	—	—	○	—
眼科	午前	○	○	—	○	○
	午後	—	—	○	—	—
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。
※診療日が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。

○眼科休診のお知らせ 9月15日(金)・28日(木)は休診します。

○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



ホームページ

夜間急患センターの診療時間

○夜間診療

	小児科	内科	外科
月～金曜日	午後7時～10時	午後6時～翌朝7時	午後6時～翌朝7時
土曜日	午後6時～翌朝7時		
日曜・休日	午後6時～翌朝6時	午後6時～翌朝6時	午後6時～9時

○休日(昼間)診療

	外科
日曜・休日	午前9時～午後5時 (受付時間:午前9時～11時30分・午後1時～4時)

ところ 蛇田字西道下71(石巻赤十字病院敷地内)
※駐車場は、石巻赤十字病院駐車場を利用ください。

☎ 夜間急患センター ☎94-5111

◇9月の休日等救急当番医

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

※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
3日(日)	内科	大街道じゅんクリニック(大街道北三丁目)	☎92-1092
	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
10日(日)	内科	亀田内科皮膚科クリニック(大街道南五丁目)	☎95-6118
	小児科	石巻市夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
17日(日)	内科	駅前北きし内科クリニック(駅前北通り一丁目)	☎95-3123
	小児科	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
18日(月・祝)	内科	高橋消化器内科(千石町)	☎95-1621
	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
23日(土・祝)	内科	古山内科・循環器科(元倉一丁目)	☎23-0221
	小児科	石巻市夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
24日(日)	産婦人科	しらゆりクリニック(蛇田字新立野)	☎22-3717
	内科	茜平クリニック(茜平二丁目)	☎98-5108
	小児科	おおば小児クリニック(門脇字青葉西)	☎93-9693

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
3日(日)	石巻ロイヤル病院(広洲)	☎73-5888	神山クリニック(赤井)	☎98-8617	内海歯科(水明北一丁目)	☎93-3156
10日(日)	成田医院(相野谷飯野川町)	☎62-3221	やもと内科クリニック(矢本)	☎98-3260	植木歯科クリニック(中里六丁目)	☎22-0066
17日(日)	簡野医院(鹿又)	☎74-2244	石垣クリニック内科・循環器科(矢本)	☎83-7070	かとうデンタルクリニック(向陽町四丁目)	☎23-8077
18日(月・祝)	櫻井内科クリニック(広洲)	☎73-3811	藤野整形外科(矢本)	☎83-2121	小林歯科クリニック(蛇田字北経塚)	☎92-9889
23日(土・祝)	須江きむら医院(須江)	☎24-6311	野蒜ヶ丘痛みのクリニック(野蒜ヶ丘)	☎98-6662	桑島歯科クリニック(向陽町二丁目)	☎23-2688
24日(日)	ものうファミリークリニック(桃生町中津山)	☎76-4024	仙台ペインクリニック石巻分院(赤井)	☎82-1310	デンタルクリニック齋藤(穀町)	☎23-5566

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)

ピックアップ

最大級の客船寄港 MSCベリッシマ

全長315mと石巻港では過去最大級の大型客船「MSCベリッシマ」(総トン数17万1,598t)が8月3日、同港雲雀野中央ふ頭に初寄港しました。石巻市など2市2町ならびに観光協会などの関係機関で構成された石巻港大型客船誘致協議会は歓迎イベントを開き、約2,200人の乗船客に各市町の観光や物産をアピールしました。船内であった歓迎式典では、協議会会長の齋藤市長をはじめとした各市町の首長からロベルト・レオッタ船長ら4人に花束、各市町の特産品、初寄港を記念した雄勝石プレートを渡し、返礼品として記念の盾の贈呈がありました。同船は11月22日(水)も寄港する予定です。

図 観光課(内線3538)



大漁旗と 特産品で歓迎



わたしたちの

エスディーゼーズ SDGsアクション

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。

「いしのみき圏域SDGsパートナー」制度は、SDGsの普及啓発やSDGsの達成に向けた取り組みを行う企業などを登録し、石巻市、東松島市および女川町の2市1町で連携し、SDGsを推進していくものです。

令和5年度は、SDGsの取り組みを行う企業・団体などを全6回に分けて、特集で紹介します!

図 SDGs移住定住推進課(内線4224)



メガトック

リサイクルパーツを積極的に活用する事で整備費用を抑え、環境保護の役目を果たします。



一般社団法人 Hito Reha

鹿妻地域で大人や子ども、障がい者や高齢者も日常から繋がる活動をしています。



株式会社 七十七銀行

南浜津波復興祈念公園にて、防災林の再生などのため、苗木を植樹しました。



第一生命保険株式会社 石巻営業オフィス

エコキャップ回収を現在まで675kg集め、子ども達へワクチンを届けています。



株式会社 千葉測量技研

地元中学生、高校生の職場体験の受入れ、人材育成の役割も担っています。



株式会社 山大

木を使った分だけ伐採跡地に植林をする取り組みをおこなっています。



SDGsの
取り組みを
ぜひ見てね!



SDGsパートナー
オリジナルロゴマーク



みんなのた場

スポット
ライト

牡鹿地区で活躍する

新人漁師

水産業の未来を築く



吉井大河さん(鮫浦・就業5年目)(左)と吉田深人さん(小淵・就業2年目)

本市では、水産業の担い手不足解消のため、平成27年度から「水産業担い手センター事業」として、漁業協同組合と連携し、就労マッチング、事業に賛同いただいた住家を活用したシェアハウス運営など、さまざまな事業を実施しており、業務を(社)フィッシャーマン・ジャパンに委託しています。

現在、牡鹿地区では2名の若者が親方漁師のもとで就業しています。

就業しています。

昨年春に就業した吉田深人さん(21歳・福島県出身)は、牡鹿地区のシェアハウスを拠点に、小淵浜の石森昌洋さんを親方として、ワカメ、牡蠣、カゴ漁に従事しています。休日も一緒に釣りに行くなど、牡鹿の海を満喫しているそうです。「ワカメの繁忙期に研修をさせてもらい、この人のもとで働きたいと思った。仕事では、できない

かっただけで済ませようにならなことが嬉しい。任せてもらえる仕事を増やしていきたい」と思いを語ります。

本事業により就業した若者は市全体で40名を越え、漁協の組合員資格(漁業権)を取得する若者も誕生しています。そのなかの一人、今年2月に宮城県漁協谷川支所の准組合員となったのが、吉井大河さん(28歳・群馬県出身)。大学の卒業研究で訪れた田代島で見かけた漁業の魅力を感じ、本市が開催した東京の就業フェアに参加。その時に出会った鮫浦の阿部誠二さんを親方として、今年で5年目となります。右腕としても大きく成長し、復興住宅への入居、漁協青年部や消防団への加入など、地域の一員としても根ざしています。「海への憧れを繋いでくれたのが石巻の事業。目下の目標は、自分の船を持ち、カゴ漁や刺網に挑戦すること。ここからがスタート」と話す彼は、中古の船や道具の情報も大募集中とのこと。

フィッシャーマン・ジャパンの担当者は、「受入漁師さんから、仕事に張り合いが出た、浜が明るくなった、という声をいただく度に、未来ある若者が地域に一人加わることの可能性は計り知れない」と感じているそうです。

水産業が主要産業である牡鹿地域にとって、新人漁師の就業は、担い手不足の解消のみならず、浜に活力を与え、水産業の未来を一緒に築く存在でもあるようです。

包括連携協定の取り組みを紹介します

市では、地域が抱える課題解決や、市民サービスの向上などを目的に、幅広い分野において、民間企業や大学、団体などと包括連携協定を締結しています。

令和5年7月末時点で、26者と協定を締結し、今後も連携を広げていきます。

ここでは、協定に基づく取り組みの一部を紹介します。

石巻専修大学・ソフトバンク株式会社(3者協定)

■締結日

平成31年1月25日

ICTの活用をベースに、教育・スポーツの振興や地域産業の振興・支援などに取り組んでいます。

〈主な取組〉

- Pepperを用いたプログラミング教育の実施
- ICT部活支援として、石巻専修大学硬式野球部による中学生への野球指導
- 「いしのまき圏域SDGsシンポジウム」への参加、支援
- 専用車両を用いた出張型ケータイ教室の実施
- 「いしのまき魅力ツーリズム」などのイベント企画・実施



▲ソフトバンクが提供するICTツール「スマートコーチ」を利用した野球指導



▲スマートフォンリテラシー向上のための出張型ケータイ教室



▲Pepperを用いたプログラミング教育発表会



包括連携
協定一覧

図 政策企画課(内線4215)

(文化財)
たんぼ

126

細い古道にも……

石巻市文化財保護委員 加藤 進



昨年度、金華山詣・金華山道が、文化庁より日本遺産「みちのくGOLD浪漫」として認定されました。金華

山は、さまざまな史実から、一二〇年前頃より、多くの修験者や、海に関わる人々が訪れていたということです。

当時、金華山へ向かうルートには、仙台から石巻(大街道、羽黒町)へ至り、渡波を経由して、牡鹿半島(県道石巻鮎川線)を鮎川浜まで幾つもの峠を越えて行くコースと、海路を利用するコース(渡波祝田浜、鮎川浜、山鳥)がありました。また金華山は、明治二(一八六九)年に、神仏分離令が発せられるまでは女人禁制であったため、女性の方々

は鮎川浜より小高い峠にある「二の鳥居」から拝んでいたと言われています。

鮎川浜、一の鳥居、山鳥(海路の発着地)に向かうコースは、六〇年近く住んでいる拙宅前の道路であったと改めて知りました。この道は、東日本大震災以前は、私の散歩コースの一つでした。道端にはスイセンやウメ、シヤガなどが咲いていて、何力所かには屋敷跡と思われる石垣がありました。現在は、灌木が生え、倒木も多く、大雨の度に細い谷状態となり、歩くのが難しくなってしまうそうです。

今後は動植物の生態も含めて、史実やさまざまな伝説に関心を持ち、関係の集まりにも足を運びたいと思います。

石巻 親子で発見!ふるさとの魅力

夏休みに市政教室



公共施設などを見学する市政教室が7月22日、29日に行われました。本年度は小学生とその保護者を対象とした「夏休み親子ふるさと魅力発見隊」とし、東日本大震災からの復興が進んだ「わがまち、への関心を高めました。市長室では齋藤市長と観光PRキャラクターいしびよんと一緒に記念撮影し、その後防災センターの役割を学びました。工事中の都市計画道路「七窪蛇田線」の橋を歩いて渡ったほか、震災遺構門脇小学校で命の大切さを伝えるガイドの話に耳を傾けました。



Topic of town まちの話題

河北 新保育所で初夏まつり

手作り屋台「いらっしやい」

本年度に開所した河北保育所で7月19~21日、子どもたちの「夏まつり」が行われ、最終日には紙で作ったお面や毛糸で表現した焼きそばなどの屋台が並びました。法被にはちまき姿の年長児が店主になりきって「いらっしやいませ!」と元気に声を張り上げ、エコバッグを手にした年下の子どもたちは、目移りさせながら店を回っていました。職員が用意した本物のかき氷も味わい、楽しい夏の思い出になりました。



河南 子どもみこしで皆笑顔

鹿又・八幡神社例大祭

鹿又地区の八幡神社例大祭が7月16日に行われ、4年ぶりに「子どもみこし」が繰り広げられました。法被とはちまきを身にまとった約30人の子どもたちは、高さ約1m、重さ約30kgの小さなみこしと共に2kmの道のりを練り歩きました。新築の家や氏子の家など6カ所で家内安全や地域安寧を願い、沿道では住民が笑顔で子どもたちを見守っていました。



桃生 4年ぶりはねこフェスに向けて

保存会中心に練習に熱

「ものうふれあい祭2023はねこ踊りフェスティバルin桃生」が9月9日(土)、植立山公園を会場に行われます。コロナ禍を経て4年ぶりとなる今回の祭りは、伝統芸能であるはねこ踊りパレードのほか、ステージイベントや打ち上げ花火が予定されています。祭りに向け、寺崎はねこ踊り保存会が中心となり、毎週末の夜、桃生公民館で練習会が開かれています。子ども達は会員の熱心な指導を受け、踊りや太鼓の技術を高めています。



牡鹿 ボランティアも担ぎ手

大原地区祭りでもこし渡御

大原地区祭りが7月16日にあり、メイン行事のみこし渡御が4年ぶりに復活しました。大原浜は少子高齢化が顕著なため、東日本大震災後に縁をつむいだボランティアや東北大学の学生たちがみこしの担ぎ手として協力しました。高台にある三熊野神社で神事後、約30人の担ぎ手たちが「チョーサイ、チョーサイ」と威勢の良いかけ声と共に地域内を巡り、浜に活気を呼び込みました。



雄勝 キャンプ場で自然満喫

ふるさと・ありんこ塾

雄勝公民館が主催する「ふるさと・ありんこ塾」が7月26・27日、雄勝フォレストキャンプ場で開かれました。コロナ禍の中止を挟んで4年ぶりの開催となり、今年は雄勝小学校の1~6年生18人が参加。キャンプ場のコテージに1泊し、野外炊飯のカレー作りやキャンドルサービスなどを楽しみました。初日の午前中にはキャンプ場横を流れる沢で水遊びし、子どもたちは水を掛け合ったり、走り回ったりと大はしゃぎしていました。



北上 地元の海をみんなできれいに

白浜海岸クリーン作戦

地元への愛着と発展を目的とする奉仕体験活動「白浜海岸クリーン作戦」が、北上町十三浜の白浜海水浴場で行われました。北上中学校の生徒約40人が参加したこの活動は、毎年海開きの前に行われる恒例行事。生徒の皆さんは学年ごとに区画を分けて、堤防や砂浜に生えた雑草をカマなどで刈り取り。暑い中、こまめに休憩と水分補給しながら、海水浴場の美化に汗を流しました。



令和6年度採用 石巻地方広域水道企業団職員募集

職種	採用予定人員	申込用紙・試験要項の配布
上級 (大学卒程度) 2回目	行政	1人程度
	土木	2人程度

●配布場所 水道企業団総務課・北部地区管理事務所、石巻市総務部人事課・各総合支所・各支所、東松島市総務部総務課・鳴瀬総合支所
 ※郵送を希望する場合は、封筒の表に「試験申込書請求」と希望試験職種を朱書き、あて先を明記した返信用封筒(A4サイズが入る大きさの封筒(角2サイズ)に140円切手を貼付)を必ず同封し、請求してください。
 ●請求・問い合わせ先
 石巻地方広域水道企業団 総務課
 〒986-0861 蛇田字新上沼116番地
 ☎95-6713



■試験日 10月22日(日) ■受付期限 9月11日(月)

「原子力災害時における石巻市広域避難計画」および「津波ハザードマップ」改訂に伴う住民説明会を開催します

とき	ところ	対象
9月28日(木) 午後6時30分～8時	マルホンまきあーとテラス	本庁西部・東部地区
9月29日(金) 午後6時30分～8時	遊楽館	河南地区
9月30日(土) 午前10時～正午	荻浜公民館	荻浜地区
9月30日(土) 午後2時～4時	清優館	牡鹿地区
10月1日(日) 午後6時30分～8時	ビックバン	河北地区
10月3日(火) 午後6時30分～8時	稲井公民館	稲井地区
10月4日(水) 午後6時30分～8時	北上公民館	北上地区
10月5日(木) 午後3時～4時30分	雄勝公民館	雄勝地区
10月6日(金) 午後6時30分～8時	渡波公民館	渡波地区
10月10日(火) 午後6時30分～8時	桃生公民館	桃生地区
10月13日(金) 午後6時30分～8時	蛇田公民館	蛇田地区
10月14日(土) 午後2時～3時30分	水産総合振興センター	湊地区

※全戸配布している「津波ハザードマップ」を持参してください。

※どの会場にお越しいただいても構いません。

☎ 危機対策課(内線4309)

エネルギー・食料品等価格高騰重点支援金

対象

- ・住民税非課税世帯 令和5年6月1日時点で、世帯全員の令和5年度分の住民税が非課税である世帯
- ・家計急変世帯 申請日において、住民税非課税世帯以外で、予期せず令和5年1月から令和5年10月までの家計が急変し、住民税非課税世帯と同様の事情にあると認められる世帯
- ※住民税が課税されている者の扶養親族などのみからなる世帯は対象外です。



市ホームページ

給付額 1世帯あたり3万円(口座振込)

申込方法

- ・住民税非課税世帯 8月中旬に確認書を送付していますので、確認ください。
- ・家計急変世帯 申し込みが必要です。申込方法や必要書類など詳しくは、チラシや市ホームページを確認ください。申込書は市役所2階保健福祉総務課または各総合支所市民福祉課、各支所で配布しています。

申込期限 11月15日(水)

※配偶者などからの暴力で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。

※支援金を装ったメールや電話による詐欺に注意ください。市や警察、銀行などが、通帳やキャッシュカードを受け取ったり、暗証番号を聞いたりすることは、絶対にありません。

☎・☎ 価格高騰重点支援金コールセンター ☎0120-353-574

マイナポイントの申込は9月末で終了です!

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」の手続きをすることでもらえるマイナポイント(最大2万円分)の申込期限は9月30日(土)までです。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。

マイナポイントを希望される方は忘れずに申し込みください。

支援窓口	本庁舎2階専用窓口 平日の午前9時～午後5時
および	各総合支所市民福祉課および各支所
受付時間	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 通帳がキャッシュカード(公金受取口座登録用)



マイナポイントの申込方法詳細

☎ ICT総合推進課(内線4267)

今月の休日窓口開庁のお知らせ

開庁日時 9月3日(日)・17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(17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 10月2日(月)
 ○国民健康保険税 第6期
 ○後期高齢者医療保険料 第3期
 □口座振替不能者の再振替日 9月15日(金)(8月31日納期限分)
 ○市県民税 第2期
 ○国民健康保険税 第5期

表記の見方

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



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301号 令和5年9月1日発行

発行 石巻市総務部秘書広報課(内線4784) [FAX]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 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5年7月末現在	137,546人	62,211世帯
令和4年7月末現在	135,382人	62,358世帯