

### お知らせ

#### 有害鳥獣捕獲を実施します

猟銃およびわなによる有害鳥獣捕獲を実施します。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、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)



市ホームページ



#### 年度末・年度始めの窓口を延長します

**延長期間** 3月29日～4月4日(木)  
平日 午後7時まで  
土日 午前9時～午後5時  
**ところ** 市役所2階 市民課、保険年金課

※各支所・総合支所は延長・休日開庁を行います。

#### 取扱事務

- 市民課 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(券面更新、暗証番号再設定、電子証明書の発行・更新)
  - 保険年金課 国民健康保険、後期高齢者医療保険、子ども医療費助成、国民年金の資格手続き
- ※上記の手続き以外は取り扱いません。

※窓口に来られる方は身分証明書を必ず持参ください。

※代理の方が手続きをする場合は委任状が必要になります。

※他市町村・他機関に確認の必要がある場合など、手続きができないこともあります。

☎ 市民課 (内線2319)  
保険年金課 (内線2347)

#### 固定資産税・都市計画税のお知らせ

●課税台帳の閲覧および縦覧帳簿による縦覧

市内に資産を所有する方などは、所有資産の課税標準額などを閲覧できます。また、他の市内の土地や家屋の評価額を縦覧し、比較することで、評価の適正性を確認することができます。

とき 4月1日(月)～5月31日(金)  
**ところ** 資産課税・各総合支所市民福祉課・各支所

料金 課税台帳の閲覧 1件につき300円

※身分証明書をお持ちください。代理の場合は委任状が必要です。また、法人の場合は代表者からの委任状が必要です。

#### ●路線価の公開

宅地の価格評価の基準となる路線価と標準宅地の位置を4月1日(月)から窓口で閲覧できます。

#### ●証明書の交付時期

令和6年度分の評価証明書は4月1日(月)から、公開証明書は5月1日(水)から交付します。

#### ☎ 閲覧・縦覧について

- 資産課税課 (内線3121)
- 証明書について 市民課課 (内線3106)

#### 金融商品のマルチ商法

投資のうけ話しと偽ってお金をだまし取ろうとする「マルチ商法」が増えています。

最近の口口としては、スマホの副業アプリからFX取引や暗号資産などの「金融商品」を言葉巧みに勧めてきてお金を払わせようとするが、ほとんどは取引の実態すらつかめません。

お金がないと断るとサラ金やスマホアプリのキャッシングを強要するケースも見られます。また、紹介料を得ようとする人や身近な人に勧めておすきにサインすることなくきっぱり断ることが大事です。

学生時代の友達や知人に誘われてもすぐにサインすることなくきっぱり断ることが大事です。

☎ 総合相談センター ☎23-5040



### 子ども・教育

#### 就学相談

とき 4月26日(金)～7月12日(金)  
**ところ** 市役所2階201会議室  
対象 令和7年度小学校入学予定児童・保護者

申込方法 電話にて申し込みください。  
申込期限 7月1日(月)

☎☎ 学校教育課 (内線5027)



#### 子ども食堂の開設・運営経費を補助します

**対象事業** 市内で子ども食堂を開設、運営し、子どもに無料または低額で食事を提供する事業

※条件など詳しくは問い合わせください。

**補助額** 補助対象経費から寄附金、利用者負担などを除いた額の2分の1以内(上限 開設補助5万円、運営補助は食事提供数と年間開催回数により設定)

**申込方法** 申請書、必要書類を窓口へ提出してください。

**申請期限** 令和7年2月28日

☎☎ 子育て支援課 (内線2552)

#### 転出・転入される児童生徒の保護者の皆さんへ

**転出する方** 転出前の学校で発行された在学証明書などの関係書類を、転出先の小・中学校または教育委員会へ提出してください。

**転入した方** 転入手続き後、転校または入学の手続きが必要ですので、教育総務課にお越しください。

☎ 教育総務課 (内線5018)

#### 移動型プレーパークの運営経費を補助します

**対象** 市内で移動型プレーパークを継続的に開催する団体

**補助額** 算定基準に基づいて算定した補助対象経費について、年間開催回数に1万円を乗じた金額以内(年間上限20万円)

**申込方法** 申込書、必要書類を窓口へ提出してください。

**申込期限** 令和7年2月28日

☎☎ 子育て支援課 (内線2552)

#### こども・若者委員募集

令和7年度から5年間の「石巻市こども計画(第3期石巻市子ども未来プラン)」をつくるため、新たな計画と一緒に考えてくれるこども・若者委員を募集します。

**活動内容** 今年の夏休み期間などに開催予定の会議(2回程度)の活動に参加し、委員同士の交流や計画に関する意見交換を行います。

**対象** ①市内在住または在学の小学4～6年生、中学生、高校生世代

②市内在住または市内在勤・在学の19歳～39歳の方

**募集人数** 15人程度

**申込方法** 窓口または市ホームページにて申込用紙を取得し、郵送、Eメールまたは窓口にて申し込みください。

**申込期限** 4月15日(月)～5月17日(金)

☎☎ 〒986-8501 (住所不要)

子育て支援課(内線2553)

☒ ischisup@city.ishinomaki.lg.jp

#### 小・中学生対象の就学援助制度

家庭の経済的な理由から支援が必要な児童・生徒の保護者に対し、就学に必要な経費の一部を支給する制度です。新規申込は随時各小・中学校で受け付けています。詳しくは市ホームページを確認ください。

**対象世帯** ・市民課非課税世帯

- ・国民年金保険料の減免
- ・国民健康保険料の減免
- ・児童扶養手当の支給など

☎☎ 各小・中学校 教育総務課(内線5015)

#### 第1回不審者対策学区区パトロール

各小学校区で児童の下课時刻にあわせて、街頭などでの見守りをお願いします。子どもたちの安全と防犯意識の向上を図りましょう。

**基準日** 4月18日(木)

※各小学校区都合により変更する場合があります。そのため、各小学校に問い合わせください。

**重点地区** 須江小学校

☎ 総合相談センター(内線2553)



### 福祉

#### ライト・イット・アップ・ブルーの開催

国連は「世界自閉症啓発デー」を4月2日に、日本では4月2日から8日を「発達障害者週間」と定めています。それに合わせ、石ノ森萬画館を自閉症のシンボルカラーの青色でライトアップします。

とき 4月2日(火)～8日(月)

☎ ライト・イット・アップ・ブルー IN石巻実行委員会 ☎95-9566

市障害福祉課 (内線2483)

#### 障害者社会参加促進事業

##### ・自発的活動支援事業補助金

障害のある方が自立した日常生活および社会生活を営むことが出来るよう、社会参加活動や自発的な活動を支援する団体などに補助金を交付します。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。

**申込期限** 5月31日(金)

☎☎ 障害福祉課 (内線2483)



市ホームページ



市ホームページ

### 環境・エコ

#### し尿取り業者が変わります

4月1日(月)より、河北地区および北上地区のし尿取り業者は、次の業者に変更となります。

●河北地区  
みちのく衛生 ☎62-3531、  
(有)河南衛生社 ☎74-2701

●北上地区  
(有)日本清掃総業 ☎93-2211

☎ 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。とき 4月10日(水)・30日(火)

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)



#### 水洗便所等改造資金融資

下水道処理区域に在住で、排水設備工事を施工する個人に、融資あつていまして、詳しくは問い合わせください。

**対象** ・一般住宅・1戸あたり100万円の範囲内で工事費の全額、もしくは一部

・貸家・アパート…戸数に100万円を乗じた額、または工事費のいずれか低い額

**利率** 無利率(市が全額負担)

**償還方法** 毎月、元金の均等償還となります。償還回数は借入金額に応じ、18回～60回に分割されます。

**連帯保証人の条件** ・市内在住で市県民税(所得割)を納付している方

・貸家、アパートで融資額100万円を超える場合、2人必要です。

☎☎ 下水道管理課 (内線5684)

#### 古着・布類の出し方

市で回収する古着・布類は、再利用されているため、汚れや破損などがあるものは出さないでください。

また、布団やカーペットなどは古着・布類では出せませんので、ごみカレンダーまたは二次元コードを確認するか、問い合わせください。

**申込期限** 4月15日(月)～30日(火)

☎☎ 介護福祉課 (内線2462)



古着・布類の出し方はこちら

### 募集・案内

#### いしのまき道路除草制度

市道を除草する活動団体を募集します。除草面積に応じて委託料を支払います。詳しくは問い合わせください。

**対象** 町内会、婦人会、育成会、老人クラブ、企業(市内に本店がある)などの団体で、対象区間でおおむね100㎡以上の除草を、年2回以上実施できる団体

※道路愛護会を設立してもらいます。

**活動内容** 路肩をおおむね1mの範囲で人力除草および機械除草

☎☎ 道路課 (内線5654)

#### 産業創造助成金制度

産業の創出、創造的業務の支援のため、地域資源を活かした新商品・技術開発や販路開拓など、創造的業務を行う事業に対して助成金を交付します。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。

**対象** 市内に事業所を有する事業者(個人の場合は、市内に住所および事業所を有していること)で対象事業を令和7年3月31日までに完了できる方

☎☎ 商工課 (内線3523)

#### 地域互助活動促進事業助成金の助成期間を延長します

市民主体の団体が行う日常生活上の助け合い活動に対し、助成金を交付します。事業区分や助成年数によって助成額が異なりますので、詳しくは市ホームページを確認ください。

**対象** 市内に活動の拠点を置き、市民主体で構成員が5人以上かつ会則や規約などを有する団体

**申込方法** 申請書および必要書類を窓口へ提出してください。

☎☎ 保健福祉総務課 (内線2468)

#### 令和6年度 高齢者の生きがいと創造の事業受講生募集(本庁地区新規講座)

講座名 ステンダラス講座

とき 6月～令和7年1月 第2・4木曜日 午前10時～正午

**ところ** ささえあいセンター

とき 6月～令和6年4月1日現在)以上の市民

**定員** 7人(抽選)

**料金** 材料費のみ

**申込方法** 窓口または市ホームページから申込用紙を取得し、窓口にて申し込みください。

**申込期間** 4月15日(月)～30日(火)

☎☎ 介護福祉課 (内線2462)

#### 奨学金の返還を支援します

令和5年度に市内に居住し、一定の要件を満たした方へ奨学金返還金の一部を助成します。

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。

**助成金額** 前年度の奨学金返還額の1/2 上限8万円(市内事業所において、医療・介護・福祉分野の市が指定する国家資格に基づく業務に従事した方は上限10万円)

**助成対象期間** 最大6年間

**申込方法** 市LINE公式アカウントのオンライン申請または、窓口にて申し込みください。

**申込期間** 4月30日(月)

☎☎ SDGs移行住住推進課(内線4223)

有資格者の方 保健福祉総務課(内線2468)

#### 太陽光発電システムなどの設置に補助金を交付します

**対象** 市内に住所を有する個人または市内に事業所等を置く法人(個人事業主を含む)

●太陽光発電システム

●定置用蓄電池およびHEMS

※新設のみ対象

**申込方法** 申込書を環境課まで持参するか郵送(必ず書留など配達記録が残る方法)してください。申込書は、環境課、各総合支所市民福祉課および各支所の窓口または市ホームページから取得できます。

**受付期間** 4月1日(月)～令和7年3月14日

☎☎ 〒986-8501 (住所不要) 環境課(内線3368)

#### 今月の休日窓口開庁

とき 4月7日(日)・21日(日) 午前9時～午後1時

**ところ** 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。ただし、21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、仮ナンバー申請、原付自転車の手続き、住民票・戸籍証明書の広域交付はできません。

※戸籍簿書については、夜間・休日窓口を利用してください。

☎ 市民課 (内線2315)

#### 今月の税金

納税期 4月30日(火)

○国民健康保険税 第1期

○納税課(内線3145)

#### 雨水利用タンク設置に補助金を交付します

**対象** 市内に住所を有する個人または市内に事業所などを置く法人(個人事業主を含む)で、令和5年4月1日以降に販売されている80L以上の雨水利用タンクの設置を完了し、この補助をまだ受けていない方。住宅または事業所1棟につき1基までを対象とします。

**申込方法** 申込書を窓口まで持参するか郵送(必ず書留など配達記録が残る方法)してください。申込書は、環境課、各総合支所市民福祉課および各支所の窓口または市ホームページから取得できます。

**申込期間** 4月1日(月)～令和7年3月14日

☎☎ 〒986-8501 (住所不要) 環境課(内線3368)

#### 防犯灯維持管理等補助金

町内会や行政区の防犯灯の維持管理費を補助します。補助対象や申込方法など、詳しくは問い合わせください。

**申込期間** ・防犯灯電気料補助金および防犯灯交換費補助金

4月1日(月)～令和7年2月28日

・防犯灯新規設置費補助金

6月3日(月)～令和7年2月28日

☎☎ 地域協働課(内線3318)

各総合支所地域振興課

### イベント

#### 石巻ふれあい朝市

農産物などの豊富な良材や生花を安く提供します。

とき 4月7日(日)・21日(日) 午前6時～

**ところ** 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

市観光政策課(内線3538)



#### 今月の休日窓口開庁

とき 4月7日(日)・21日(日) 午前9時～午後1時

**ところ** 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。ただし、21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、仮ナンバー申請、原付自転車の手続き、住民票・戸籍証明書の広域交付はできません。

※戸籍簿書については、夜間・休日窓口を利用してください。

☎ 市民課 (内線2315)

#### 今月の税金

納税期 4月30日(火)

○国民健康保険税 第1期

○納税課(内線3145)

### 自衛官採用試験

募集職種	申込期限
予備自衛官補(技能・一般)	4月1日(木)
幹部候補生(第1回)	4月12日(金)
一般曹候補生(第1回)	5月7日(火)
キャリア採用幹部・技術曹	5月17日(金)
医科・歯科幹部	6月6日(木)



詳しくはこちら

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ご覧ください。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

### 宝くじ助成で地域づくり

(一財)自治総合センターからコミュニティ助成を受け、住み良い地域づくり活動の拠点として集会所を整備しました。宝くじ助成を希望する団体は、問い合わせください。



助成団体 大橋町内会  
整備内容 大橋会館建設  
☎ 地域協働課(内線3315)・各総合支所地域振興課



### 令和6年度児童扶養手当額の改定

児童扶養手当法に基づき、次のとおり改定されました。

児童扶養手当		令和6年3月分まで	令和6年4月分から
本体額	全部支給	44,140円	45,500円
	一部支給	10,410円～44,130円の範囲で所得に応じて決定	10,740円～45,490円の範囲で所得に応じて決定
第2子加算額	全部支給	10,420円	10,750円
	一部支給	5,210円～10,410円の範囲で所得に応じて決定	5,380円～10,740円の範囲で所得に応じて決定
第3子以降加算額	全部支給	6,250円	6,450円
	一部支給	3,130円～6,240円の範囲で所得に応じて決定	3,230円～6,440円の範囲で所得に応じて決定

☎ 子育て支援課(内線2513)・各総合支所市民福祉課

### 市営住宅募集

#### ●臨時募集

申込期間 4月1日(月)～5日(金)午前9時30分～午後4時

募集住宅(抽選)	地区	住宅名	募集戸数
中心	南中里一丁目復興(2LDK)●	1戸(単身不可)	

#### ●常時募集

募集住宅(先着)	地区	住宅名	募集戸数
中心	中央第二復興(1LDK)車いす	1戸(単身可★)	
社庫	蛟浦第二復興(2LDK)	1戸(単身可)	

※●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。  
 ※★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および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。  
 ※車いす専用住戸は、別途入居要件があります。  
 ※申込資格や申込方法など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。

☎ 宮城県住宅供給公社東部支社 ☎85-0296

防災ラジオテスト放送 4月11日(木)午後3時ごろ

### 防災「金銀環」支援作品

☎ 学校安全推進課(内線5082) 石巻市東区石巻市中央公民館児童遊園

正しい情報 集めたら あわてず 逃げるよ高台へ  
 家族の再会 ちかった避難

広瀬小学校3年 大橋 颯汰

### 組織機構を改編しました

各種行政課題に対応し、将来にわたり持続可能なまちづくりを推進していくため、4月1日付けで組織の見直しを行いました。

#### 新設する部署

部 名	新室名
保健福祉部	臨時特別給付金室 子ども家庭センター ※子育て支援課に設置

#### 改名する部署

部 名	旧課名	部 名	新課名
復興企画部	ICT総合推進課	復興企画部	D X推進課
産業部	観光課	産業部	観光政策課

#### 廃止する部署

部 名	旧室名
保健福祉部	新型コロナウイルス ワクチン接種対策室

※業務を健康推進課へ集約

☎ 行政経営課(内線4173)

### 障害者の事務職員募集

勤務場所 市役所・各総合支所・各支所・その他出先機関など

募集人員 8人程度

業務内容 パソコン入力・出力業務、電話対応、窓口対応、書類の整理、その他事務の補助など

#### 応募条件

- ・パソコンの操作(ワード、エクセルなど)が行えること
- ・障害者手帳(身体障害者手帳、療育手帳または精神障害者保健福祉手帳)の交付を受けている方
- ・主治医に一般就労が可能と認められている方
- ・チャレンジ雇用を通して一般就労を目指す方

雇用期間 6月1日(土)～令和7年3月31日 ※更新の可能性あり

勤務日 月～金曜日(祝日、年末年始を除く)

勤務形態 午前8時30分～午後5時のうち6時間、週30時間勤務

給与 時間額996円

- ・交通費別途支給(上限あり)、期末手当あり
  - ・加入保険など 雇用保険、共済保険、厚生年金、公務災害補償
- 申込方法 ハローワークで紹介状を受け取り、履歴書、紹介状を郵送または持参してください。
- 申込期限 4月17日(水)

☎ 人事課(内線4069)

### 都市計画道路 七窪蛇田線が全線開通しました



都市計画道路七窪蛇田線が3月25日午後3時に全線開通しました。開通により、鉄道による市街地への交通分断を解消し、アクセス向上に伴う交通の円滑化が図られます。

また災害時には、避難路および緊急輸送路としての機能が確保されるとともに、物流のさらなる円滑化が図られ、地域産業の活性化も期待されます。

☎ 都市計画課(内線5623)

### エネルギー・食品等価格高騰重点支援金(7万円)の申請は4月30日(火)までです

#### 手続きが必要な世帯

- ①令和5年12月1日において市内に住民登録があり、世帯全員が住民税非課税である世帯は、2月上旬から「確認書」を送付していますので、手続きを行ってください。  
※「支給のお知らせ」が送付された世帯は、1月26日に支援金を振り込んでいます。
- ②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12月までの家計が急変し、住民税非課税世帯と同様の事情であると認められる世帯は、申請が必要です。申請方法など詳しくはチラシや市ホームページを確認ください。申請書は市役所2階保健福祉総務課支援金窓口、各総合支所、各支所にて配布しています。

申込期限 4月30日(火) ※当日消印有効

☎ 価格高騰重点支援金コールセンター ☎0120-200-565



市ホームページ

### 地域食事券(3割増食事クーポン券)販売

飲食事業者などの経営支援と地域経済への影響緩和を図るため、3割増食事クーポン券を販売します。

料金 500円分の食事券13枚綴り(計6,500円相当)を5,000円で販売

販売期間 4月1日(月)～令和7年1月31日

※予定数量に達した場合は、販売を終了します

※1人1回あたり10冊まで購入できます

- 販売場所
- ・かまち交流センター(かまべい)
  - ・石巻駅前 観光案内所(市役所1階)
  - ・道の駅 礎上の里おがつ内 おがつ物産直売所
  - ・ホエールタウンおしか内 Cottu(コツツ)
  - ・インターネット販売

#### 移動販売

	とき	ところ
4月3日(水)	午前10時～正午 午後1時30分～3時30分	河南母子健康センター 桃生総合支所内
4月4日(木)	午前10時～正午 午後1時30分～4時30分	北上総合支所内 道の駅「上品の郷」事務所

利用期間 4月1日(月)～令和7年1月31日

利用可能店舗 加盟店登録を行った市内飲食店

※参加を希望する飲食事業者は、問い合わせの上、加盟店登録を行ってください。

☎ 石巻市地域食事券事務局 ☎25-5912  
市観光政策課(内線3533)

### 地域おこし

#### 協力隊員の紹介

☎ SDGs移住住進課(内線4224)



令和5年度SDGs移住住進課 鈴木 康文さん



▲網地島インターネット講習の始まり



▲第1回アツアツネットへ網地島産オーリーブオイル出展

令和5年8月から地域おこし協力隊として、移住促進のための移住体験施設「網地島マルホンハウス」の管理運営をしています。また島民のこれから網地島で何ができるのかを考え、島民の皆さんの協力を受けながら実践しています。現在はインターネット過疎地である島内で高齢居住者へのネット普及と、網地島産オーリーブオイルの普及活動を開始しています。当初の予想より順調に活動できていると思いますが、広告宣伝不足など課題もあります。網地島ブランド創生という可能性を信じ、日々活動を行っています。

### 住民税均等割のみ課税世帯に対する支援金(10万円) および子どもへの加算支援金(5万円)

#### 対象

- ①令和5年12月1日時点で、令和5年度の住民税均等割のみ課税されている世帯、または令和5年度の住民税均等割のみ課税者と住民税非課税者が構成されている世帯
- ②①の世帯および令和5年度住民税非課税世帯のうち18歳以下の児童が属する世帯  
※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。

給付額 ①1世帯当たり10万円(口座振込)  
②児童1人あたり5万円(口座振込)

#### 申込方法

- ①住民税均等割のみ課税世帯  
対象と思われる世帯へ2月下旬に「確認書」を送付していますので、忘れずに手続きをしてください。
- ②令和5年1月2日以降に世帯への転入があった世帯は、対象者の課税状況の確認後、「確認書」を送付します。

- ③子ども加算  
(1)①の世帯のうち対象と思われる世帯には「確認書」に子ども加算の支給金額を記載していますので、手続きをしてください。  
(2)令和5年度住民税非課税世帯への7万円を受給した世帯のうち、対象と思われる世帯には3月中旬に支給に関する書類を送付しました。原則7万円受給の際に指定いただいた口座に振り込みます。  
※令和5年12月2日以降に出生した児童がいる場合、子ども加算の対象となりますのでお問い合わせください。  
※住民票を別にしていない児童がいる場合、申請することにより、対象となる場合があります。

申込期限 6月30日(日) ※当日消印有効

☎ 価格高騰重点支援金コールセンター ☎0120-200-565



市ホームページ

### 4月1日は市民憲章の日です

市民憲章について考え、語り合い次世代へ受け継いでいきたいと思います。

地域の集会所や職場などに掲示する市民憲章のポスターを配布しています。

※ポスター(A2判)を希望の方は問い合わせください。

☎ 地域協働課(内線3316)

**石巻市民憲章**

平成20年9月1日制定

石巻市は、自然豊かな環境と、歴史ある文化を誇る。市民一人ひとりが、このまちを誇りに思い、互いに助け合い、共に生きていく。

まよりたいものがある  
 それは 生命のいのち  
 食を自給  
 つたえたいものがある  
 それは 人の成長  
 職の誇り  
 たいまづきたいものがある  
 それは 人の絆  
 産物のこころ  
 わたしらは 石巻で生きてゆく  
 共にたくましく 輝く未来

### 食育推進コーナー サラダバイキング ～野菜100gを体験しよう～

JFみやぎ中部地区女性部研修会では、野菜の目標量を体験し、健康と栄養について学びました。またドレッシングを計量し、塩分量を知ることで普段の食生活で塩分をとり過ぎていることに気づきました。野菜の健康効果や減塩の大切さを実感し自身の健康と家族の健康づくりに役立てたいと思います。今後さまざまな食育事業を行う予定です。

☎ 健康推進課(内線2617)

