

津波災害警戒区域の公表について



宮城県では、令和4年5月に「津波浸水想定」を公表しましたが、令和8年3月に新たに「津波防災地域づくりに関する法律」に基づく「津波災害警戒区域」を公表しました。

宮城県津波浸水想定図では、津波浸水深が表示されていますが、宮城県津波災害警戒区域図には、津波浸水深に、建物への津波の衝突による水位の上昇を加えた「基準水位」が表示されているため、避難場所の高さがわかりやすくなります。



津波浸水想定区域は、変わりませんので、津波から避難する場合は、これまでどおり、津波浸水想定区域外や高台への避難を優先し、津波浸水想定区域内での避難は、津波避難場所や地域避難所に指定された学校や市民センターなどの2階以上へ避難してください。



県ホームページ

「基準水位」については、宮城県のホームページをご確認ください。

■問 防災課危機対策係 ☎内線1162・1168

配達されていない「くらし応援商品券」を保管しています



3月からお届けを開始した「東松島市くらし応援商品券」について、郵便局での保管期間を経過した分を、現在、市役所で保管していますので、受け取りいただけなかった世帯の方は、以下のとおり受取手続きを行ってください。

※利用可能期限が6月30日(火)までとなっていますので、早めの受け取りをお願いします。

■受取対象者 令和8年1月1日時点(基準日)における対象世帯の世帯主または同一世帯の方

■受取場所 東松島市役所 矢本庁舎2階 企画政策課窓口

※窓口混雑緩和のため、事前の電話連絡に協力をお願いします。

■受付時間 8時30分～17時(土・日曜、祝日を除く)

■受け取りに必要なもの 次の2点を持参ください。

①郵便局の「ゆうパック不在等連絡票」

②本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカードなど)

※同一世帯以外の方が受け取る場合は、委任状が必要です。詳細は市ホームページをご覧ください。

■問 企画政策課企画政策係 ☎内線1247



市ホームページ

「ひがしまつしま3割増商品券」を7月27日(月)から販売します



物価高騰により厳しい状況にある地元企業と市民生活支援のため、購入対象を東松島市民限定とした「ひがしまつしま3割増商品券」を7月27日(月)から販売します。

■購入対象者 東松島市内に住所を有する世帯

■購入方法 事前申込制(申込多数の場合抽選)

※申込・販売方法等の詳細については市報6月号と折り込みチラシ、市・商工会ホームページでお知らせします。

■申込期間 6月1日(月)～20日(土)

■販売期間 7月27日(月)～8月7日(金)

■販売場所 東松島市商工会他、指定の販売所

■使用期間 8月1日(土)～令和9年1月31日(日)

■商品券の内容 販売価格10,000円

1セット13,000円分(1,000円券×13枚) 30,000セット販売

※内訳:共通券3枚、専用券10枚。

共通券…全ての加盟店で利用できる券

専用券…大型店を除いた取扱加盟店で利用できる券

※1世帯5セットまで申込可能です。

■問 東松島市商工会 ☎82-2088

気象庁の発表する情報が新しくなります



令和8年5月下旬から、気象庁が発表する警報などの情報が新しくなります。

大雨による災害の危険を予想したとき、「レベル」、「対象の災害名」、「レベルに応じた警報名」(例「レベル4大雨危険警報」)という名称で発表され、どんな災害が、どれだけ迫っているかが、一目で分かるようになります。

レベルと災害名のついた名前になるため、例えば、「レベル4は避難指示が発令されるような状況だから、レベル4の情報が発表されたら避難を考えよう。」といった速やかな判断にご利用いただけます。

※実際の避難指示等は、市が発令し、防災行政無線やメール、LINEなどで伝達します。

また、警報以外に、たくさんあった情報も統一され、緊急性の高い内容は「気象防災速報」、今後の見通しを伝える内容は「気象解説情報」の2つになります。

■警報や注意報の新しい名称

	河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮
警戒レベル5相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報
警戒レベル4相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報
警戒レベル3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報
警戒レベル2相当	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報
警戒レベル1相当	早期注意情報			

■警報や注意報以外の情報

気象防災速報	今起こっている現象を速報で伝える情報です。例えば線状降水帯の発生が解析された時には「気象防災速報(線状降水帯発生)」が発表されます。
気象解説情報	今後の気象の見通しを伝えるための情報です。例えば台風が今後接近する予想の場合は、「気象解説情報(台風第〇号)」が発表されます。

■問 防災課危機対策係 ☎内線1162・1168

なでしこ創業カレッジの受講者募集



市では、起業に興味のある女性やこれから起業する女性を応援しています。今年度から新たに創業準備期から創業初期までを一貫して支援する伴走型支援「東松島なでしこ創業カレッジ」を開設します。なでしこ創業カレッジは長期間(3年間)の伴走支援を行い、女性が安心して創業できる環境づくりを目的とした事業です。

■カリキュラム

	1年目(令和8年)	2年目(令和9年)	3年目(令和10年)
セミナー	創業基礎知識習得セミナー(6月～7月) 模擬出店準備セミナー(9月～10月)	模擬出店準備セミナー	確定申告等創業後に必要なセミナー
チャレンジショップ	マルシェ模擬出店(10月頃)	マルシェ模擬出店	
交流会	女性起業家交流会(12月)		
専門家相談		個別相談会	個別相談会
※カレッジとは別に、段階に応じた支援。	創業開成塾・創業チャレンジセミナー(補助金申請要件)の紹介 ・創業アドバイザー個別相談対応 ・国・県・市等の補助金紹介		

※申込方法などについては、準備ができ次第、石巻産業創造株式会社のHPなどでお知らせします。

■問 石巻産業創造株式会社 ☎98-8782

「花の香るまちづくり事業」について



市民の交流事業と環境美化事業の一環として、本年度も市内各地域で「花の香るまちづくり事業」が実施されます。

市民の皆さんの積極的な参加をお待ちしています。

実施主体	植栽予定日	植栽場所
矢本東まちづくり協議会 ☎82-1180	5月31日(日) 6時30分～	国道45号沿い(ローソン矢本作田浦店前～サンショップ矢本店前) 市道大溜・下小松17号線沿い(市コミュニティセンター西側～その川ふとん店前)
矢本西コミュニティ協議会 ☎82-1181	6月7日(日) 6時30分～	県道矢本河南線沿い(アンダーパス北側～三陸道矢本IC付近) 鹿妻駅前 矢本西地区内各地区センター ※開会式:矢本西市民センター(6時15分)
大曲まちづくり協議会 ☎82-5965	5月31日(日) 6時30分～	国道45号沿い(魚勝前～ファッショセンターしまむら矢本店前) 各地区センターおよびその周辺等
赤井地区自治協議会 ☎82-2075	6月7日(日) 6時～ 6月上旬	国道45号沿い(セブンイレブン矢本赤井川前店前交差点周辺) 赤井地区各地区センター、公園等
大塩自治協議会 ☎82-7532	6月7日(日) 6時～	県道河南鳴瀬線沿い(塩入自治会)
	6月14日(日) 11時～	大塩西集会所前(大島自治会、小分木自治会)
	6月14日(日) 15時～	県道243号線沿い(表自治会)
6月15日(月) 9時35分～	大塩小学校前フラワーロード 大塩小学校1年・6年生、大塩自治協議会で植栽、各地区自治会で管理	
小野地域まちづくり協議会 ☎87-2067	6月7日(日) 6時～	国道45号沿線(JR陸前小野駅前周辺、川下地区ひと休みパーキング周辺、上下堤下北谷地区等) 県道河南鳴瀬線沿線(高松地区) 小野地域内各地区センター等
野蒜まちづくり協議会 ☎88-2056	6月19日(金) 10時～	野蒜市民センター JR野蒜駅前ロータリー花壇 宮野森小学校2学年児童とプランターに植栽後、各地区集会所等へ配置
宮戸コミュニティ推進協議会 ☎86-2177	6月6日(土) 6時30分～	県道奥松島松島公園線沿い

■問 市民生活課環境衛生係 ☎内線1152

令和8年度 狂犬病予防集合注射のお知らせ



狂犬病予防法により、生後91日以上の子犬は『生涯1回の登録』と『毎年1回の狂犬病予防注射を接種し、注射済票の交付を受けること』が義務付けられています。狂犬病予防注射の接種方法は、『市が行う集合注射』と『個別に動物病院で行う注射』の2つの方法があります。

市が行う集合注射を受ける方 下記のとおり行いますので、ご確認のうえ集合注射会場で接種してください。

■令和8年度 東松島市狂犬病予防集合注射日程表

実施日	時間	会場
5月24日(日)	9時～10時30分	市役所矢本庁舎(矢本字上河戸36番地1)
	11時～12時	市役所鳴瀬庁舎(小野字新宮前5番地)

※お住い地域に関係なく、どちらの会場でも接種可能です。

■必要なもの

①狂犬病予防注射案内通知(黄緑色ハガキ)

※問診欄に記入をお願いします。

②料金表に記載の料金

料金表	新規登録の場合	登録済みの場合
狂犬病予防注射料	3,050円	3,050円
注射済票交付手数料	550円	550円
新規登録手数料	3,000円	—
合計	6,600円	3,600円

※当日は、お釣りの出ないよう準備願います。

個別に動物病院で受ける方

(1)動物病院で受ける場合 市が契約する下記の動物病院で狂犬病予防注射を接種した場合、その場で注射済票の交付を受けることができます。また、合わせて新規登録の手続きもできます。その場合、市役所での手続等は不要です。

動物病院名	所在地	電話番号
早坂動物病院	東松島市赤井字川前二224-4	84-1622
オーク動物病院	東松島市大曲字堰の内南119-2	83-9707
シートン動物病院	石巻市立町一丁目4-17	22-6100
ぐりーむ動物病院	石巻市伊原津一丁目4-30	92-5622
こんどう動物病院	石巻市宇田川町2-12	25-1230
ワイワイペットクリニック 石巻店	石巻市茜平4丁目104 イオンモール石巻	92-5880

■必要なもの

①狂犬病予防注射案内通知(黄緑色ハガキ)

※問診欄に記入をお願いします。

②料金表に記載の料金と診察料等

(診察料は各動物病院にお問い合わせください)

(2)上記の動物病院以外で受ける場合 狂犬病予防注射を受けた証明書が発行されますので、証明書と交付手数料(550円/1頭)を持参のうえ、市役所市民生活課環境衛生係(矢本庁舎1階)または、鳴瀬総合支所(鳴瀬庁舎1階)で、狂犬病予防注射済票の交付を受けてください。

■問 市民生活課環境衛生係 ☎内線1154・1156

農用地利用計画変更意見書の受付



市では「農業振興地域の整備に関する法律」に基づく東松島農業振興地域整備計画の変更に関する意見書を受付します。

農振農用地区域で事業を計画されている方は、農用地利用計画変更意見書を受付期間までに提出してください。

※農振除外手続きを行う場合は、併せて地域計画の除外手続きが必要です。

■第1回受付期間 6月1日(月)～12日(金)

■問 農林水産課農業政策係 ☎内線2141

こんにちは農業委員会です

～農地の転用には、農地法の許可が必要です～



■農地転用とは 農地転用とは、農地を農地でなくすこと、すなわち住宅や店舗用地、資材置場、駐車場などの用地に転換することです。農地を一時的に現場事務所や駐車場などとして利用する場合も転用となります。

■農地転用をするためには 農地を転用する場合は、あらかじめ都道府県知事の許可を受けなければなりません。許可を受ける場合は、農業委員会へ許可の申請が必要です。ただし、市街化区域の農地転用は、農業委員会に届出を行えば許可は不要です。様式は、市ホームページに掲載しています。

■許可を受けないで無断転用したら 農地法に違反することになり、工事の中止や原状回復などの命令がなされる場合があります。また、3年以下の懲役や300万円(法人1億円)以下の罰金という罰則の適用もあります。

■あらかじめ相談を

転用する場所や事業の内容によって、許可基準および申請書類が異なりますので、あらかじめ農業委員会事務局に相談ください。

■問 農業委員会事務局 ☎内線2151

エンジョイ!かんきょうライフ

6月7日(日)、8月9日(日)、10月11日(日)は市内一斉清掃推奨日です



市内一斉清掃は、例年、6月、8月、10月の年3回、市民の皆さんの協力により実施しています。

今年度も各地区(自治会)ごとの取組となります。推奨日は6月7日(日)、8月9日(日)、10月11日(日)となっています。

実際の作業実施の有無や、日時・内容などは、各地区(自治会)に確認してください。

■問 市民生活課環境衛生係 ☎内線1155・1156

東京都大田区子ども交流参加者募集



夏休みに本市の友好都市である東京都大田区の子どもたちとの交流事業を実施します。大田区の児童との交流のほか、JALスカイミュージアム見学(羽田空港)、マースク社コンテナ船およびコンテナ集積施設の見学(横浜港)など、政治・経済・文化の日本の中心である東京で、子ども達の見聞を広げることを目的として行うものです。

■開催日 7月27日(月)~29日(水)2泊3日

■宿泊場所 大田区青少年交流センター「ゆいっつ」

■訪問地 東京都大田区および神奈川県横浜市

■交通手段 市バス利用

■参加費用 自己負担分5,000円(交通費、宿泊代含む)

■募集対象 市内の小学5年生20名程度 ※応募多数の場合抽選。



申込フォーム

【新規事業】東松島市×東松山市中学生交流 in大東文化大学参加者募集



夏休みに本市と連携協定を締結している大東文化大学の東松山キャンパスを訪問し、大学施設を活用しながら、友好都市であり大学が所在する埼玉県東松山市の中学生と共に学ぶ交流事業を実施します。日本と海外の文化や学校生活の違いを英語を通して学ぶ英語講座、実習を通して学ぶ栄養学、友好都市の歴史を学ぶ歴史講座、埼玉ピースミュージアム見学、化石と自然の体験館での化石発掘体験、ボッシュ東松山工場の見学など、中学生から見聞を広げることを目的として行うものです。

■開催日 7月21日(火)~23日(木)2泊3日

■宿泊場所 大東文化大学東松山キャンパス宿泊研修施設「M Lodge」

■訪問地 埼玉県東松山市 ■交通手段 市バス利用

■参加費用 自己負担分10,000円(交通費、宿泊代含む)

■募集対象 市内の中学1年生20名程度 ※応募多数の場合抽選。



申込フォーム

■募集期間 5月20日(水)~6月19日(金)(入力完了または申込書必着)

■申込方法 申し込みフォームから申し込み、または学校宛てに申し込み用紙を配布(5月上旬頃を予定)しますのでそちらに記入のうえ、下記まで持参または郵送で申し込みください。

※6月下旬から7月上旬の間に参加者を集めての事前研修会も開催します。

■問・申込 企画政策課基地政策・地域振興係 ☎内線1236

身体障害者などに対する軽自動車税(種別割)の減免のお知らせ



身体障害者などの方が所有している軽自動車で、専ら身体障害者などの通院・通学等のために使用している場合、軽自動車税(種別割)の減免が受けられます(障害者1人につき普通自動車を含め1台限り)。

なお、障害区分や等級によっては減免の対象外となる可能性があるほか、障害者本人が所有(身体障害者が18歳未満、知的障害者および精神障害者の場合は、生計を一にする家族が所有でも該当)、また、本人が運転する(障害等級によっては生計を一にする家族が運転でも該当)などの要件があります。詳しくは下記まで問い合わせください。

※令和8年4月1日までに身体障害手帳などの交付を受けている方が対象です。

■申請期限 6月1日(月)期限厳守(郵送の場合は当日必着)

※市税条例第90条に基づき、申請期限を過ぎると減免できません。

■申請に必要なもの

- ①身体障害者手帳など ②運転する方の運転免許証
- ③自動車検査証 ④個人番号(マイナンバー)が分かる書類

※昨年度減免決定した方には「減免申請書兼現況届出書」等を郵送しています。

■問 税務課市民税係 ☎内線1138

園芸用機械等導入支援補助金のお知らせ



昨今の物価上昇などを原因として農業における生産活動経費が増加している「園芸農家」に対し、負担軽減および経営安定化を図り地域営農の持続発展に寄与するため、生産活動に使用する農業用機械または施設の導入に係る経費に対する補助金について、下記のとおり申請を受け付けます。

■事業対象者 下記のすべてに該当する方

- ①市内で販売を目的として露地又は施設園芸を営む農業者
- ②東松島市内に住所または事業所を有していること
- ③市税等を滞納していないこと
- ④東松島市暴力団排除条例第2条第2号に規定する暴力団、同条第3号に規定する暴力団員または同条第4号に規定する暴力団員等でないこと

■対象となる経費 露地または施設園芸農業における生産活動において、経営の維持および発展に必要な農業用機械の導入、園芸用ハウス等の整備や改修等に要する経費

■補助金額等 補助率:対象経費の1/3以内(補助金額上限30万円)

※ただし、予算の範囲内で決定・交付します。

■申請方法 7月1日(水)~31日(金)

下記担当へ申請書類を提出願います

※申請書類は市ホームページからダウンロードできます。

■申請先・担当 〒981-0303 東松島市小野字新宮前5番地
農林水産課農業政策係 ☎内線2144・2449

軽自動車等変更手続きのご案内



軽自動車税(種別割)は4月1日現在に東松島市内に主たる定置場がある軽自動車等の所有者に毎年課税される税金です。

軽自動車等を廃車・譲渡した場合、盗難・紛失した場合、所有者が死亡・転出された場合は、道路運送車両法第15条第1項、東松島市市税条例第87条第2項および第3項に基づき届出が必要ですので、下記申請窓口で必ず手続きをしてください。

車両の種類	届出場所	電話番号
<ul style="list-style-type: none"> ・原動機付自転車(125cc以下) ・小型特殊自動車(農耕用・特殊作業用) 	市役所税務課 矢本字上河戸36-1	☎内線1135 ・1136・1138
<ul style="list-style-type: none"> ・軽自動車(四輪) 	鳴瀬総合支所 小野字新宮前5	☎内線2103・2107
	宮城県軽自動車協会 仙台市宮城野区中野四丁目1-38	宮城主管事務所 コールセンター ☎050-3816-1830
<ul style="list-style-type: none"> ・石巻自動車協会 石巻市双葉町3-26 ※代行手数料がかかります 		☎95-2003
<ul style="list-style-type: none"> ・二輪の小型自動車(251cc以下) ・軽二輪(126cc~250cc) 	東北運輸局宮城運輸支局 仙台市宮城野区扇町3-3-15	☎022-235-2517 (登録部門)

手続きに必要なもの

■原動機付自転車・小型特殊自動車

- ・住所変更(市内転居)…標識交付証明書
- ・住所変更(市外転出)…ナンバープレート、標識交付証明書
- ・名義変更(市内→市内の場合)…前所有者等の標識交付証明書・譲渡証明書、ナンバープレート
- ・名義変更(市外→市内の場合)…前所有者等の譲渡証明書・廃車申告受付書
- ・登録…販売証明書または前所有者等の譲渡証明書
- ・廃車…ナンバープレート、標識交付証明書

■軽自動車(四輪・二輪)・二輪の小型自動車

上記の届出場所へ問い合わせください。

■問 税務課市民税係 ☎1135・1136・1138



令和8年度東松島市重点対策加速化事業補助金のお知らせ

地球温暖化の原因である二酸化炭素の排出量を削減し、ゼロカーボンを実現するため、再生エネルギー・省エネルギー設備を設置する方を対象に補助金を交付する制度を4月1日から開始しています。この補助金制度は、国の交付金事業を活用しており、令和8年度で終了となります。

■対象

- 令和7年4月1日から令和9年2月26日までに以下の設備を設置し、実績報告書を提出できる方
- 他の法令または予算制度に基づき国の負担または補助を受けていない方

①太陽光発電設備(自家消費型) ※FIT・FIPは併用不可。

【補助額】個人7万円/kW(上限10kW)・事業者5万円/kW(上限50kW)

②蓄電池

【補助率】蓄電池および設置費用の価格(円/kWh)の1/3

※家庭用は、15.5万円/kWh(工事費込み・税抜き)以下のみ対象。

※業務用は、19.0万円/kWh(工事費込み・税抜き)以下のみ対象。

③エネルギーマネジメントシステム

【補助率】2/3 個人(上限20万円)・事業者(上限133.3万円)

※②、③は太陽光発電設備とセットでの申請のみ対象。

④ソーラーカーポート(自家消費型)

【補助額】1/3 ※FIT・FIPは併用不可。

⑤電気自動車(EV)・プラグインハイブリッド自動車(PHEV)車両本体

【補助額】蓄電容量×1/2×4万円/kWh

※車種ごとに蓄電容量は異なります。

※上限額は経済産業省CEV補助金の銘柄ごとの交付額となります。

⑥充放電設備(充放電設備・充電設備)

【補助率】1/2(充放電設備上限75万円・充電設備上限額35万円)

※充放電設備は⑤の車両本体とセットでの申請のみとなります。

⑦高効率空調設備(エアコン)

【補助率】1/2(上限5万円) ※新規設備の方は補助対象外。

⑧高効率給湯器(エコキュート・エネファームなど)

【補助率】1/2 ※新規設備の方も補助対象。

エコキュート・エコワンなど(上限額25万円)

エネファーム(上限額40万円)

※エコキュートからエコキュートへの交換は対象外。

※⑦、⑧は従来の機器等に対して30%以上省CO2効果が得られるもの。

※⑦、⑧の省CO2効果については、市ホームページ「高効率空調設備・高効率給湯器CO2計算シート」を参考にしてください。また、比較には交換前後の型式が必要になります。

■申込期限 12月15日(火)まで

※補助要件を満たしたものについて、予算の範囲内で先着順の受付とします。

※補助対象の要件や申請方法などの詳しい内容は、市ホームページまたは電話で問い合わせください。

■問 SDGs・脱炭素社会推進課 ☎内線1472・1473・1476



市ホームページ

5月12日は「民生委員・児童委員の日」です



民生委員・児童委員は福祉に関し高齢者や障害者、子ども等のすべての地域のみなさんの“身近な相談役”です。地域の实情に詳しく、地域福祉の増進に意欲がある方が厚生労働大臣から委嘱を受け活動しています。担当する地域で生活上の困りごとや介護・子育ての不安等に関する相談を受け、関連する福祉サービスを紹介するとともに、必要な支援が届くよう、市や社会福祉協議会等と連携して活動を行っています。当市では78名の民生委員・児童委員が活動しており、うち3名が児童福祉を専門に担当する主任児童委員として地域を分担し活動しています。民生委員・児童委員は守秘義務が課せられています。相談を受ける際には相談者の人権を尊重し、相談内容や個人の秘密は守られますので、気軽に安心して相談してください。なお、現在欠員となっている7地区については、人材確保に協力をお願いします。

民生委員・児童委員(主任児童委員含む)の活動の一部を紹介します

■相談・支援 ・高齢者や障害者のこと

- 生活に困っている人のこと
- 子どもや子育てのこと

■専門機関へのつなぎ

- 市役所、地域包括支援センター、社会福祉協議会等
- 学校、児童相談所など

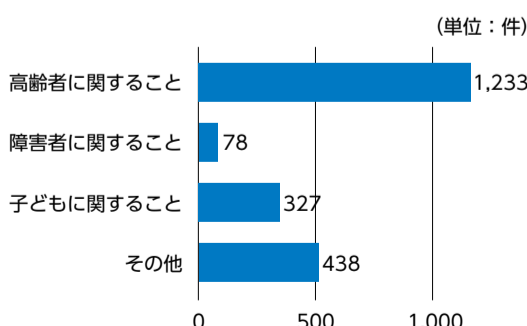
■こんな活動もしています

- 登校、下校時の安全見守り活動
- 子ども食堂支援
- 小学校での本の読み聞かせや家庭科授業補助(ミシンの使い方など)
- 入学したばかりの小学校1年生の給食時下膳のお手伝い

■令和7年度市内民生委員・児童委員の相談支援件数

(令和7年4月～8年3月12日)

市の民生委員・児童委員は令和7年度に9,732件の相談や支援を行いました。そのうち高齢者に関することが1,233件で、全体の約13%を占めています。(右のグラフ参照)



■問 東松島市社会福祉協議会 ☎83-5001
福祉課地域福祉係 ☎内線1172～1174

■東松島市民生委員児童委員(令和8年4月1日現在)

No.	担当行政区	委員氏名	No.	担当行政区	委員氏名
1	上町一・北区官舎・駅前	津田清美	44	南二	雁部純子
2	上町二・上町三	及川さかゑ	45	南三・新川前	欠員
3	河戸	高山寛	46	南四・南緑	宮守則子
4	四反走・西新町	本名宗三郎	47	南六	菅原洋子
5	四反走・西新町	沖田まり子	48	南五	小山千恵子
6	上河戸一	榎戸悦子	49	南新一	今野繁子
7	上河戸四	奥田知子	50	南新二	石垣洋子
8	上河戸三	佐々木みつ子	51	柳上・柳下	欠員
9	上河戸二・若葉	浅野淑治	52	柳北	氏家えり子
10	上河戸二・若葉	高橋きみゑ	53	柳西	村上明
11	下町一	欠員	54	塩入	小山美由紀
12	下町二	渡邊律子	55	表	菊池好子
13	下町五	土井緑	56	中	欠員
14	下町三	櫻井代喜子	57	小分木・大島	阿部良子
15	下町四	菊地美千枝	58	裏一・裏二	島貫信子
16	大溜	大槻きみ子	59	小野上	片山七重
17	東大溜	山口廣子	60	小野下	毛内清子
18	関の内一	志田喜美子	61	小野下	堀江京子
19	関の内二	亀山ひろえ	62	根古・高松・新田	安積雅隆
20	関の内三	吉木妙子	63	西福田下・西福田上・肘曲	亀山由美
21	作田浦	古畑たつ子	64	上下堤	高橋彰
22	下浦	齋藤芳江	65	川下	今野志美
23	立沼・二反走	鈴木正美	66	往還上	手代木せつ子
24	鹿妻一・鹿妻二	川村ゆう子	67	往還下	鹿野俊春
25	道地・上小松	斎藤よし子	68	平岡	高山文子
26	沢田・前柳	豊島米一	69	中下・浅井	戸井恵美
27	前里・手招	小田島和子	70	亀岡西・亀岡東・亀岡南・新町	二宮幸
28	小松台	鈴木米子	71	東名・新東名	阿部麗子
29	下小松・谷地	土井啓一	72	大塚	大山浄心
30	五味倉	菅原淳子	73	里北・里南	山本幸子
31	上納	奥田まゆみ	74	大浜・月浜	小野弘子
32	横沼西	米澤順子	75	室浜	奥田一子
33	横沼東	遠藤克子	76	あおい一丁目	佐藤純子
34	横沼一	佐藤三郎	77	あおい二丁目	奥山みつえ
35	横沼二	田辺恵美子	78	あおい三丁目	欠員
36	貝殻塚一	大友栄子	79	野蒜ヶ丘一丁目	欠員
37	貝殻塚二	千葉登世美	80	野蒜ヶ丘二丁目	薦田尚子
38	貝田	柳澤まゆみ	81	野蒜ヶ丘三丁目	京野由香理
39	筒場	千葉春雄	82	小松南住宅	欠員
40	照井・御下	千葉静恵	1	主任児童委員	市内西部 後藤誓子
41	中東・寺・六槍	渥美春子	2	主任児童委員	市内東部 黒田みえ子
42	八幡・裏・横関	渋谷恵美	3	主任児童委員	市内中央 鈴木よし子
43	南一	千葉ゆり子			

呼んでください「世話やきセミナー2026」メニュー(市民編)



市では、市民や市職員が講師となって出前講座を実施します。詳しくは下記担当まで相談ください。

- 時間 9時～21時までの間で、1回2時間以内
- 場所 申込者でご用意ください(例:市民センター・地区センター・自宅など) ※施設により有料の場合があります。
- 対象 おおむね5人以上の団体グループ

■受講料 無料。ただし、材料費などがかかる場合があります。

■申込方法 開催希望日の15日前まで、生涯学習課社会教育係(市コミュニティセンター内)へ電話か来庁して申し込んでください。講師と日程など調整し、実施が決定した後、申請書により正式に申し込みが必要となります。



No.	講師	内容	講師からひと言
1	大野アサ子	着物着装・礼法・マナー 美療ヨガ・風呂敷の包み方(アレンジ)	着物を装う機会をつくりましょう。風呂敷、座布団等、生活様式が変わっても、きっと役立つので覚えて得です。※(公社)全日本きものコンサルタント協会一級コンサルタント・他
2	房間梢	着付け	各種イベント等での着付けのお手伝いをいたします。
3	小島光代	美容・着付・華道・茶道	大人のシンデレラ体験!疲れをリセットセルフケア!茶の湯!着付!etc...大人の自分磨きを楽しみながら一緒に行ってみませんか!!
4	門真いく美	書道	字が上手になる『ポイント』を分かりやすく教えます。早いうちで書道が楽しくなります。 ※日院書道会所属・毎日書道展審査員・石巻市美術展審査員
5	横山一葉	公文書写	手書き文字の良さを実感していただきたいです。日常生活に役立つ文字の整え方をお伝えします。※公文東松島書写教室指導者※漢字検定も実施しています。
6	佐々木義仁	ソフトボール	ソフトボールを好きな子供達が、小・中・高と続けられる環境作りが大切だと思っています。※文部科学省日本体育協会公認(C級)
7	匿名	バレーボール	バレーボールを始めてみたい。もっと上手になりたいという小中学生の皆さん!体験しませんか? ※矢本倶楽部
8	匿名	ビニールバレーボール	いつでも見学に来て下さい。
9	佐々木信	ビニールバレーボール	初心者でも簡単にできる競技なので楽しんでみませんか。
10	阿部登美子	なぎなた	幼稚園児から80歳過ぎてでもできるスポーツです。お孫さんと一緒にどうぞ。 ※石巻なぎなた協会
11	渡邊登	剣道	スポーツ少年団認定員(剣道スポ少)
12	細田孝春	写真撮影の向上 デジタルフォトショー	東松島の魅力をスライドショーで楽しみながら、また、間違い探しで集中力や脳の活性化を皆と楽しく高めてみませんか。東松島フォトスライドショーを出前講座をいたします。 ※公益社団法人 日本写真協会会員
13	東海林玲子	英語活動	英語の歌・ダンス・ゲーム・英語絵本・英語劇活動等
14	渥美眞佐男	講話・実技	小学校教員やジュニアリーダーとしてレク指導の経験があります。また、ボーイスカウトで様々な野外活動を経験しました。
15	鹿野義博	講話	ことわざや方言を紹介します。地元新聞に連載コラムしたのもも語ります。
16	後藤光亀 飯川悦子	講話	奥松島の地形の成り立ちを学び、歴史、くらし、方言などを話題に楽しく語り合います。 ※野蒜塾※いきいき学園石巻校
17	山縣嘉恵	防災教育 野蒜地区震災伝承案内	伝承館や周辺の防災まち歩きなどや、簡単な防災グッズ作りのワークショップや絵本、紙芝居を使うメニューもあります。
18	山縣嘉恵 (SAY'S東松島)	ギター演奏と歌	SAY'S東松島としてギター演奏と歌の演奏をいたします。交流の場にもお気軽にどうぞ
19	青山一朗	ウクレレ漫談	演目は故)牧伸二の「ウクレレ漫談」です。内容はオリジナルです。ネタはたくさんあるので、何度でも呼んでいただいても大丈夫です。
20	小暮文夫	防災寺子屋塾	「日頃の備えをどうするか?」生活の知恵としての防災と一緒に考えましょう!内容などお気軽にお問合せ下さい。 ※陸自OB
21	三浦亨子	体験の伝承・紙芝居	紙芝居により「満州からの引揚げ体験」を語りたいと思います。 ※「戦争の記憶を後世に伝える会」実行委員会会長

No.	講師	内容	講師からひと言
22	丸山安輝子 (G・うさぎ)	出前朗読	大人向け朗読、子供向け読み聞かせを30分～60分のプログラムで朗読します。 ※矢本の伝説、矢本の昔ばなしも朗読します。
23	佐々木壽	ギターでの弾き語り 歌の伴奏・作編曲	市内各地区での会合、その他で活用していただければと考えています。
24	佐藤儀雄	日本民謡	声だし体操で健康に過ごしましょう。 ※日本民謡桃鴻会
25	福居将大	民謡三味線・唄(民謡)	和気あいあいと三味線、唄を披露する日に備え勉強しています。
26	福居富大	日本民謡	お腹の底から声を出すことは、ストレス解消と共に心身のリフレッシュを図り若さを維持する事にもつながります。 ※三味線雅号者
27	千葉成子 (東松島市婦人会)	華道 舞踊・盆踊り	何かしら皆様のお役にたたいと思っています。(華道教授) ※東松島市婦人会の会員による講座もあります。
28	高階睦	オーボエ・ピアノ演奏 歌と手遊び	ストロー笛と一緒に制作したり、オーボエの演奏を楽しんでもらったりします♪ ※ヤマハミュージックジャパン派遣講師
29	菅原可奈子	マンガ イラスト	マンガ原稿用のつけペンを使った体験や、デジタルでのマンガ制作を紹介します。 ※漫画家
30	津田美智子	トールペイント デコパージュ・リメイク	enjoyトールペインティング。絵やデザインが苦手でも大丈夫!デコパージュやリメイクも出来ます。 ※日本手芸普及協会トールペイント講師 MMPSオイル講師 JDEPA(日本デコラティブペインティング協会)会員
31	匿名	羊毛フェルトで小物作り イラスト・マンガ	羊毛フェルトで小物やキーホルダーを作ってみませんか。描いたり作ったり、アートに触れてアートな時間を楽しみましょう! ※イラストレーター・フリーマガジン編集者
32	小野寺富久子	木彫り	木のぬくもりを感じながら、木彫りの楽しさ、素晴らしさを実感して頂けると幸いです。 ※木彫り愛好会
33	大場裕美子	アーティフィシャルフラワー(造花のアレンジ指導)	"とってもナチュラルで可愛い作品を御用意します。一緒に花時間を楽しみましょう。 ※Facebook /「花スタジオハルル」 Instagram /hanasutudioharuru」で検索"
34	今野静江 今野昌子 (夢空館)	粘土や毛糸で作った手作り雑貨、小物等のオリジナル作品制作	粘土や毛糸などで作成した、オリジナルの台座の上に、ビーズやスイーツ、花束など可愛いパーツを上に乗せていだけで簡単に出来上がります。組み合わせ次第でいろいろな作品が作れます。部屋に飾ったりプレゼントにも最適です。 ※トッピングの種類増えました 材料費500円～
35	阿部登美子	和紙人形	友禅和紙にちりめん加工した物で作ります。自分でおひな様を作ってみませんか
36	SAKUYA.	もの作りでリフレッシュ♪ レジンでワークショップ	手に入りやすいUVレジン液・UVLED液で自分だけのオリジナル作品を作ってみませんか? ☆詳しくはお問合せ下さい。 ※レジン液とは石油を使用した合成樹脂液です。紫外線で硬化します。
37	遊佐真美	工作講座・絵画造形	モールドール作り・プラ板アクセサリー・アロマストーン・スクラッチアート・ティッシュアート・ヒンメリ・和紙ランプ等々 ※子供から大人まで～ご相談下さい(油彩・アクリル画・水彩etc.)
38	鎌田司郎 伊藤健人	「青い鯉のぼりプロジェクト」についての講演・講話	鎮魂と希望の思いを込めた「青い鯉のぼりプロジェクト」の活動を知ってみませんか? ※参加する皆さんでオリジナルの青い鯉のぼりを制作することもできます(材料費¥1500～)みんなで大空に掲げよう!!

■注意事項

- ・世話やきセミナーは、市民への学習機会や情報の提供により市民の理解を深め、市民参加のまちづくりを協働で進めるために実施します。行政に対する苦情・要望など申し立てる場ではありません。
- ・公の秩序を乱したり、政治・宗教に関する集まり、営利を目的とした催しを行うおそれのある時は講師を派遣できません。

■問 生涯学習課社会教育係 ☎内線3323 FAX82-6933



申込様式がダウンロードできます
市ホームページ

呼んでください「世話やきセミナー2026」メニュー(市職員編)



No.	メニュー名	担当課	内容
1	「悪質商法・知らないで損」	市民生活課 /消費生活相談窓口	判り易い内容で悪質商法等を説明します。悪質商法・特殊詐欺被害を身近な問題として一緒に考え、対策などを提案します。※5月頃～平日のみ実施可能
2	身近な税をしりましょう	税務課 /市民税係	市税についてお話します。※8月～12月に実施可能
3	大地震に備えて、あなたの家は大丈夫?	建設課 /建築係	木造住宅の耐震診断、耐震改修及び危険ブロック塀等の除却に関する各補助事業のご紹介。※木造住宅耐震化については、昭和56年5月以前に建築された住宅に限り。※5月以降～に実施可能
4	原子力災害に備えて		原子力災害における避難計画や災害時にどのような行動をすればよいか説明し、原子力災害について正しい知識を学んでもらう。※7月以降～
5	津波浸水想定への備えと避難行動	防災課 /危機対策係	令和4年5月に宮城県が公表した最悪条件(満潮時、地震で地盤沈下、防潮堤が崩壊)の下に作成された津波浸水想定区域や避難場所、避難路を説明し、いざという時の避難行動に繋げていただくもの。※7月以降～
6	自宅周辺の災害リスクを知ろう		東松島市ハザードマップや国土交通省の浸水ナビを活用し、自宅周辺の洪水浸水区域の有無、洪水浸水区域における浸水する深さや浸水が継続する時間又は土砂災害警戒区域の指定状況などを説明し、災害リスクを知ってもらう。※7月以降～
7	乗合いタクシー「らくらく号」かんたん出張講座～スーパー・病院へのおでかけ お得に通うには?～	企画政策課 /基地政策・地域振興係	らくらく号の乗り方や予約の仕方について説明し、その場で利用登録とチケットの販売を行います。※平日9時～17時
8	SDGs(エス・ディー・ジーズ)について考えよう		SDGsについて学び、個人でできること、団体や地域でできることを一緒に考えましょう。
9	脱炭素について考えよう	SDGs・脱炭素社会推進係	地球温暖化に伴う環境変化、脱炭素の必要性と、東松島市が実施している太陽光発電設備など、再生可能エネルギーを導入する際の補助金について詳しく説明します。
10	もっとわかる高齢化社会! 高齢化社会の疑問にお答えします	高齢障害課 /高齢介護係	「もっと知りたい高齢者福祉サービス」「介護保険サービスの仕組み」などについてお伝えします。※平日のみ
11	楽しく!おいしく!健康を育むみんなの食育講座	健康推進課 /予防健診係	子どもの成長に合わせた栄養満点で簡単な料理や食べ方のコツから、大人の健康な食事の適量や組み合わせをお伝えします。(調理実習も対応可)※食材費や会場は依頼団体で準備をお願いいたします。
12	『幸せ子育て』をしよう～子どもに伝わる伝え方～		“完璧な子育てなんて無理!まあいいか～”で、幸せ子育てになるヒント、子どもの成長に合わせた言葉のかけ方や関わり方についてお伝えします。
13	プレコンを知ろう!!	健康推進課 /子ども健康係	毎日を健康的に過ごし、妊娠や出産等のライフイベントに直面した時に様々な選択肢を増やすためのヘルスケア(プレコンセプションケア)について、お伝えします。
14	赤ちゃんとの暮らしをイメージしよう		妊娠中からの準備や出産後の赤ちゃんのお世話などについて、実践を交えながらお伝えします。
15	日常的に取り組める健康づくりお伝えします		健診結果の見方、生活習慣病予防(高血圧、糖尿病等)など、日常的に取り組める健康づくりについてお伝えします。
16	こころの健康講座		ストレスの解消法など、こころの健康を保つ方法をお伝えします。
17	悩んでいる人がいたときの対応方法～ゲートキーパーについて～	健康推進課 /健康支援係	身近な人の「いつもと違う…」に気付いた時の声のかけ方などをお伝えします。※ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて必要な支援につなげ、見守る人のことです。
18	デジタルで健康づくり		歩いてポイントをためながら楽しく健康づくりができる県のアプリや、市オリジナルウェブサイト「ガクタブ」について体験してみませんか。スマホ操作からお伝えします。
19	ノーマライゼーションを考える※疑似体験あり	社会福祉協議会	社会づくりのための講話やキャップハンディ体験など。
20	農地のことなら「なんでも相談室」	農業委員会	農地の利用集積、権利移動、転用、農業者年金について。
21	ここが知りたい! 私たちの市議会	議事総務課 /議事総務係	議会のしくみ、傍聴方法、議会広報など。※1・4・5・7・8・10・11月のみ
22	「自分らしく生きる」～クイズで男女共同参画～	市民協働課 /まちづくり推進係	簡単なクイズを通してさまざまな知識を学びながら、男女共同参画について考えてみましょう。

No.	メニュー名	担当課	内容
23	住みよいまちをつくる「協働」講座	市民協働課 /自治組織支援係	市民協働のまちづくりについての説明、各地区の取り組みを用いて地域の課題解決方法を紹介します。
24	混ぜれば「ごみ」分ければ「資源」サステナ出前講座	市民生活課 /環境衛生係	捨てればごみ、活かせば資源となるごみを、しっかり分別してごみの減量化を図るための説明会です。
25	東松島市の観光と特産品	商工観光課 /観光振興係	観光資源の紹介と、特産品の紹介。
26	宮城オレ奥松島コースを歩こう	奥松島振興室	宮戸島にある、約10kmのトレッキングコース・宮城オレ奥松島コース。その HALFコース約5km(約2時間)を自然や縄文時代の歴史を感じながらゆっくり歩きます。※天候により中止となる場合があります※集合及び解散場所:あおみな(宮戸字川原5-1)
27	地域ぐるみで知って、守ろう野生鳥獣対策	農林水産課 /農林水産振興係	野生鳥獣の実態や被害防除の方法などの講義※各地区センター等へ訪問し、要望いただいたテーマに合わせて行います。
28	地元産大豆で作る木綿豆腐作り		地元産の大豆を使って豆腐作りに挑戦。※7月～12月※道の駅「東松島」にある加工室で開催することも可能です。
29	地元産大豆で作る味噌作り	農林水産課 /農業政策係	地元産大豆で作る味噌作り。※7月～11月※日程調整が必要なため、実施希望日の3か月～半年以上前にご相談ください。※開催場所は道の駅「東松島」にある加工室となります。(10～20名程度)また、材料費のほか施設使用料及び機械使用料をご負担いただきます。
30	グルテンフリーの米粉で調理		米粉の特徴を活かした料理、お菓子作り。※7月～12月※道の駅「東松島」にある加工室で開催することも可能です。
31	旬の食材を使った調味料・料理作り		旬の食材を使用した焼き肉のタレ、しそ巻き、おはぎ等を作ります。※7月～12月※メニューは市が指定したメニューとなります。※開催場所は道の駅「東松島」にある加工室となります。(10～20名程度)また、材料費のほか施設使用料及び機械使用料をご負担いただきます。
32	絵本の選び方	図書館	子どもが興味を引く絵本の選び方・読み聞かせのポイント※講座の準備がありますので、申込は1か月以上前をお願いいたします。
33	乳幼児向けおはなし会		親子(乳幼児)を対象とした読み聞かせ・手遊び・絵本の選び方※講座の準備がありますので、申込は1か月以上前をお願いいたします。
34	ストレッチは体のサプリメント(一般～高齢者対象)	生涯学習課 /スポーツ振興係	正しいストレッチを学び、ストレッチ後の体の変化を体験し、怪我や病気のしにくい体に整えましょう
35	まだあるよ! スポーツの知らない世界!(幼児～高齢者)		場所や人数に関わらず、手軽にできるニュースポーツ(バドミントン、ドッジボール、ポッチャ等)を体験できます。自団体(自治会、子ども会、サークル等)で活動する際の指導方法を学ぶ研修会の実施も可能です。
36	リズムで変わる! 動きが変わる!		8ビートに合わせてジャンプするリズムジャンプ、スローテンポな曲に合わせて歩くリズムステップの2種類があります。リズムに乗って楽しく体を動かしましょう!※10名以上でお願いします。※1時間程度
37	新体力テスト(20～64歳、65～79歳)		スポーツ庁の新体力テスト実施要項に基づいて、6種目の測定を行います。現在の体力年齢を知り、実年齢と比較する事で、健康増進の意識を高めましょう※会場の広さや当日の体調などにより実施出来ない種目がある場合もあります。
38	掘ってわかったおらほの歴史	文化財課/ 文化財係(縄文村)	発掘調査等で明らかになった郷土の歴史を、分かりやすく紹介します。
39	まるごと縄文出前講座		現代に繋がる縄文時代の生業や食生活、精神文化などの縄文にまつわる話や、火おこし・勾玉作りなどの体験学習。まるごと資料館がお出かけします。※内容や費用(体験代)要相談
40	「災害への備え～飲料水の確保について～」		災害に備えた飲料水の備蓄方法や災害時の応急給水などについて。石巻地方広域水道企業団の職員が講師として伺います。・30～40分・平日のみ
41	スマホ安全教室「スマートフォンって、便利?危険?」	生涯学習課 /社会教育係	スマートフォンって何だろう?特徴や便利さについて、知っていただきます。また、全国各地、そして、宮城県でも起きている「特殊詐欺被害」。どのように対応したらよいでしょうか?事例を基にして、自分だったらどうするかを考えます。さらに、普段、スマートフォンをお使いになり、心配なことや困っていることについて、相談する時間もあります。※6月～2月に実施。石巻市視聴覚センター職員(社会教育主事)が講師として伺います。
42	生涯集のがくしゅう		生涯学習のまちづくりを進める市の取組について。
43	子どもによる子ども会活動のススメ		子ども中心の子ども会活動について学習。

受けよう!健診~自分らしくここで生きる~ 特定健診(社保加入者除く)・後期高齢者(75歳以上)健診は無料です



定期的な健診(検診)は、病気の早期発見につながり、必要な治療をはじめめるための重要な手段です。市では、下記の日程で健康診査(特定健診、後期高齢者健診)・大腸がん検診・前立腺がん検診・肝炎ウイルス検査・結核肺がん検診を実施します。転入された方で受診を希望する方は電話で申し込みできますので、下記担当まで連絡ください。ご自身が受けられる検診は、「食と健康のポータルサイトガクタブ」で確認できます。

- 受付時間 午前の部 9時~11時、午後の部 13時30分~15時、夜間の部 17時30分~19時
- 問 健康推進課予防健診係 ☎内線3105・3106



受診できる検診はこちらから

令和8年度 各種検診(健康診査・大腸がん検診・前立腺がん検診・肝炎ウイルス検査・結核肺がん検診)日程表

対象の地区割りで都合の悪い場合は、都合の良い会場や日時で受診してください。

会場	実施日	受付	対象地区
野蒜市民センター (野蒜駅隣)	15日(金)	午前	野蒜ヶ丘三 中下 浅井
		午後	亀岡西 亀岡東 亀岡南 大塚
	16日(土)	午前	新東名 新町 大浜 月浜 室浜
小野市民センター (鳴瀬庁舎隣)	18日(月)	午前	野蒜ヶ丘二 里北 里南
		午後	野蒜ヶ丘一 東名
赤井市民センター (神山クリニック付近)	19日(火)	午前	平岡 田町 城内
		午後	川下上 川下下 根古
矢本東市民センター (東松島消防署隣)	20日(水)	夜間	全地区
		午前	新道 本町
	21日(木)	午後	上下堤上 上下堤下
		午前	南新一 南二
	22日(金)	午後	南新二
		午前	南三 南四
	25日(月)	午後	南一 南五 裏
		午前	南六 新川前
	26日(火)	午後	南緑 照井 六槍
		午前	柳北 横関
27日(水)	午後	柳上 柳下	
	午前	柳西 八幡	
28日(木)	午後	御下 中東 寺	
	午前	あおい二 あおい三	
29日(金)	午後	あおい一 自衛隊	
	午前	上河戸二 上町三	
矢本西市民センター (イオンタウン矢本付近)	30日(土)	午後	下町一 下町二
		夜間	全地区
	1日(月)	午前	下町五 関の内一
		午後	関の内二 関の内三
	2日(火)	午前	下町三 下浦市宮
		午後	下町四 下浦泉宮
	3日(水)	午前	大溜 東大溜
		午後	作田浦 南浦官舎
	4日(木)	午前	河戸 前里 手招
		午後	駅前 西新町 立沼
5日(金)	午前	上小松 小松南 道地	
	午後	谷地 若葉 本町	
6日(土)	午前	四反走	
	午後	下小松 上河戸四	
8日(月)	夜間	全地区	
	午前	上町一 上町二 沢田	
9日(火)	午後	鹿妻一 鹿妻二	
	午前	上河戸三 二反走	
10日(水)	午後	上河戸一	
	午前	往還上 浜市上 浜市下 北区官舎 前柳	
11日(木)	午後	往還下	
	午前	貝田 筒場	
12日(金)	午後	上納	
	午前	五味倉 貝殻塚一	
15日(月)	午後	貝殻塚二	
	午前	横沼東 横沼西	
16日(火)	午後	横沼一 横沼二	
	午前	裏一 裏二 大島 西福田下 新田	
大塩市民センター (大塩小学校向い)	午後	小松台 西福田上	
	午前	表 小分木 高松 肘曲	
		午後	中 塩入

特定健診・後期高齢者健診の受診者に いずれか一つをプレゼント

「希望の麦茶」

一般社団法人 東松島みらいとし機構 (HOPE)
東松島産「大麦」使用
カロリーゼロ、カフェインゼロ



食べるんジャー ストラップ(全10種)



あなたの野菜摂取状況を数値で見える化 野菜不足!? 10秒測定会を開催します

野菜摂取状況を数値として“見える化”し、食習慣を振り返りませんか。地元野菜の即売会や栄養相談会なども併せて行います(測定会のみ参加もできます)。

- ・測定料無料 ・持ち物不要 ・予約不要 ・2歳以上対象

野菜不足!? 10秒測定会&野菜販売会

日時	場所
5月27日(水)9時~12時	赤井市民センター
6月2日(火)9時~12時	矢本東市民センター
6月5日(金)9時~12時	矢本西市民センター
6月16日(火)9時~12時	大塩市民センター

協力事業者(敬称略)

- ・明治安田生命保険相互会社 ・スマイルダイニング
- ・旨い食処あごら ・ハライソ 発酵の楽園
- ・株式会社ツルハ矢本店
- ・アルティウスリンク株式会社幸満つる野蒜農園
- ・東松島みらいとし機構(HOPE)



▲測定は10秒! ▲地元野菜を食べてスコアアップ! ▲ベジアップのポイントアドバイス

■問 健康推進課予防健診係 ☎内線3119

「親と子のよい歯コンクール」「8020よい歯のコンクール」 表彰応募者募集



宮城県では歯科保健の大切さを広く啓発するためにコンクールを開催します。受賞者は、ホームページ等で氏名および市町村名を公表予定です。

親と子のよい歯のコンクール

■対象・基準

- ・令和8年4月1日時点で満3歳から満5歳になる歯および口腔が健康であった幼児とその親
- ・年に1回以上歯科医院で歯科健診、歯科保健指導や予防処置を親と子が受けており、それを2年間以上継続していること

■応募方法 5月22日(金)までに宮城県ホームページ掲載の応募フォームから注意事項等を確認のうえ、応募願います

■問 宮城県健康推進課健康推進第一班 ☎022-211-2623

8020よい歯のコンクール

■対象 令和8年6月4日現在、満85歳以上で現在歯が20本以上(治療完了)で健康状態が良好、および定期的(年に2回以上)に歯科健診を受けている方。ただし、令和7年度に本コンクールで受賞された方は応募できません。

■応募方法

郵便はがき(FAX可)に住所、氏名(フリガナ)、生年月日、年齢、電話番号、かかりつけ歯科医院を記入のうえ、下記応募先に5月22日(金)までに申込みください

■問・申込 〒980-0803 仙台市青葉区国分町1丁目5-1
宮城県歯科医師会「よい歯のコンクール事務局」宛
☎022-222-5960 FAX 022-225-4843

医療用ウィッグおよび乳房補正具の購入費用を助成します



市では、がん患者の皆さんの治療と社会参加等の両立や療養生活の質の向上を図るため、医療用ウィッグ(かつら)および乳房補正具の購入費用の一部を助成しています。

■対象 市内に住所を有し、がんの治療を受けている方
※未成年者は保護者が申請してください。がんの種類、年齢、性別の制限はありません。

■助成対象となるもの

がん治療のため購入した医療用ウィッグおよび乳房補正具
※申請は1人1回まで過去に他市町村においてウィッグの購入に係る経費の助成等を受けている場合は対象外です。ただし、ウィッグと乳房補正具を両方購入した場合はそれぞれの分を申請できます。

■助成金額 20,000円(上限) ※付属品、ケア用品は助成の対象外となります。

■申込 購入から1年以内に必要書類を持参のうえ申込ください

■必要書類

- ①東松島市医療用ウィッグ・補正具購入助成金交付申請書(請求書)
※担当課で配布します。または市ホームページからダウンロードください。
- ②化学療法に関する説明書や診断書、治療方針計画書などのがん治療を受けた、または現に受けていることおよびがん治療に伴い脱毛又は乳房切除したことを証明する書類の写し(A4サイズ)
- ③購入にかかる領収書の写し(A4サイズ)
- ④申請者本人の振込口座の通帳の写し(A4サイズ)
※金融機関名、支店名、口座番号、口座名義人(カナ)が記載されている部分。
- ⑤令和8年1月2日以降に本市に転入された方については、前住所地の課税証明書が必要となります。該当される方は事前に問合せください。
※②・③・④該当される方は⑤を持参のうえお越しください。



市ホームページ

■問 健康推進課予防健診係(矢本保健相談センター内) ☎内線3105

令和8年度ひとり親家庭等就業支援講習会「パソコン講習会ワード365 平日コース」参加募集



- 日時 6月3日～7月24日(各水・金曜日・16回) 9時～16時
- 場所 宮城県母子・父子福祉センター
(仙台市青葉区堤通雨宮町4-17 宮城県仙台合同庁舎 7階)
- 対象 県内在住のひとり親家庭の親または寡婦で、全日程受講できる方
- 定員 15名 ■託児 無料。3歳以上小学3年生まで
- 費用 受講料無料 ■教材費・検定料 18,000円程度
- 申込期限 5月20日(水)まで
- 申込方法 ホームページから申込みください。定員を超えた場合は選考となります。
- 問・申込 宮城県母子・父子福祉センター
(公財)宮城県母子福祉連合会
〒981-0914 仙台市青葉区堤通雨宮町4-17
宮城県仙台合同庁舎 1階 ☎022-706-2648



宮城県母連ホームページ

5月5日(火)から11日(月)は「こどもまんなか 児童福祉週間」です



こどもや家庭を取り巻く環境やこどもの健やかな成長について国民全体で考えることを目的に、国では毎年5月5日のこどもの日から1週間を「こどもまんなか 児童福祉週間」と定め、児童福祉の理念の普及・啓発を行っています。こどもたちが健やかに育つこと、これは社会の宝であるこどもたちに対する国民全体の願いであり、すべてのこどもが家庭や地域において、豊かな愛情に包まれながら、夢と希望をもって、未来の担い手として、個性豊かに、たくましく育っていけるような環境・社会を作っていくことが重要です。

令和8年度「こどもまんなか 児童福祉週間」標語

「いこうぜ!みんな キラキラのあしたへ ゴーゴゴー!」

■問 子育て支援課子育て支援係 ☎内線1182

東松島市不妊検査費助成事業のお知らせ



子どもを希望する夫婦の両方が不妊検査を受けた場合に、経済的負担の軽減を図ることを目的に開始します。

■助成対象者

- ①申請日において、婚姻又は事実婚関係にある夫婦であること(事実婚関係にある方は市指定様式の事実婚の申立書が必要です)
- ②検査開始日における妻の年齢が43歳未満であること
- ③申請日において、夫又は妻のいずれか一方または両方が東松島市内に住所があること
- ④夫婦両方が検査を受けていること

■助成上限額 3万円

■助成回数 1組の夫婦に限り1子ごとに1回限り

■助成対象期間 検査開始日から原則1年間の検査期間

■助成対象期限 検査終了日、または検査開始日から1年を経過した日の、どちらか早い日から3か月以内に申請してください

東松島市不妊治療費助成事業のお知らせ



子どもを希望する夫婦の両方が不妊治療を受けた場合に、経済的負担の軽減を図ることを目的に開始します。

■助成の内容 保険適用となる不妊治療と併せて実施された先進医療に係る費用です。先進医療のみ又は自由診療と組み合わせて行われた治療は含みません。

■助成対象者

- ①申請日において、婚姻又は事実婚関係にある夫婦であること。(事実婚関係にある方は市指定様式の事実婚の申立書が必要です。)
- ②検査開始日における妻の年齢が43歳未満であること
- ③申請日において、夫又は妻のいずれか一方または両方が東松島市内に住所があること。

■助成上限額 5万円

■助成回数 保険診療の取り扱いに応じた回数

※保険診療の回数の考え方 治療開始日の妻の年齢が39歳までの夫婦は1子ごと6回まで、40歳から42歳までの夫婦は1子ごと3回まで。

■助成対象期間 治療終了日から3か月以内に申請してください。

■必要書類 市ホームページを参照、または下記に問い合わせください。

■助成申請場所 東松島市矢本保健相談センター窓口

■問 健康推進課予防健診係 ☎内線3105



市ホームページ

東松島市イエローグリーンキャンペーン2026のお知らせ



5月31日の『世界禁煙デー』と5月31日から6月6日までの『禁煙週間』に合わせて、健康増進センターゆぶとの外壁等をイエローグリーン(黄緑色)でライトアップします。

イエローグリーンは、「受動喫煙したくない・させたくない」という気持ちを表す色です。期間中ゆぶとの館内に受動喫煙防止や禁煙のパンフレット等も設置します。興味のある方はお越しください。

また、保健相談センターでは随時禁煙相談を受け付けています。希望の方は相談ください。

■問 健康推進課健康支援係 ☎内線3114

