

ひがしまつしま

- 未来のまちに夢と希望をつなぐ
～震災から2年～ ----- P2～P5
- まちの情報広場 --- P6～P9、P12～P13
- City View ----- P10～P11
- 知っ得情報 ----- P14～P17
- ヘルシーインフォメーション ----- P18
- ゆぶと通信・市民のカレンダー ----- P19
- 戸籍のまど・蔵っぱだより ----- P20



未来の
まちに

夢と希望を
つなぐ

～震災から2年～

ワークショップ 「十年後の東松島を描こう」 えが

2月10日(日)、市図書館で、認定NPO法人アジア日本相互交流センター(アイキャン)によるワークショップ「十年後の東松島を描こう」が開かれました。絵画を通じ、子どもたちに地域の未来を考えてもらおうという企画で、子どもたちは想像力を働かせながら、カラフルで夢いっぱい^{えが}のまちを完成させていきました。

震災の発生からもうすぐ2年一。特集では、現時点での主な復旧・復興関連事業の進ちょくをお知らせするとともに、よりよい地域の“再興”のために取り組みを続ける皆さんを紹介します。

東松島の復興まちづくりの姿をお知らせします

～防災集団移転促進事業・災害公営住宅整備事業の概要～

防災集団移転促進事業 東日本大震災の津波による被害が甚大であった市内の市街地または集落を、移転促進区域(7地区)に指定し、多重防御(防災緑地・高嵩土の道路など)により内陸側の安全な丘陵地や既存市街地周辺に住宅地(7団地)を整備し移転を図ります。(計画年度:平成24年度～28年度)

■移転元(7地区) ①野蒜地区 ②大曲浜・浜須賀地区 ③立沼地区 ④牛網・浜市地区 ⑤月浜地区 ⑥大浜地区 ⑦室浜地区

■移転先(7団地) ①野蒜北部丘陵団地 ②東矢本駅北団地 ③矢本西団地 ④牛網団地 ⑤月浜団地 ⑥大浜団地 ⑦室浜団地

■防災集団移転促進事業に関する問 復興都市計画課都市計画班 ☎内線1472・1473

■まちづくり整備協議会等に関する問 生活再建支援課移転支援班 ☎内線1493～1495

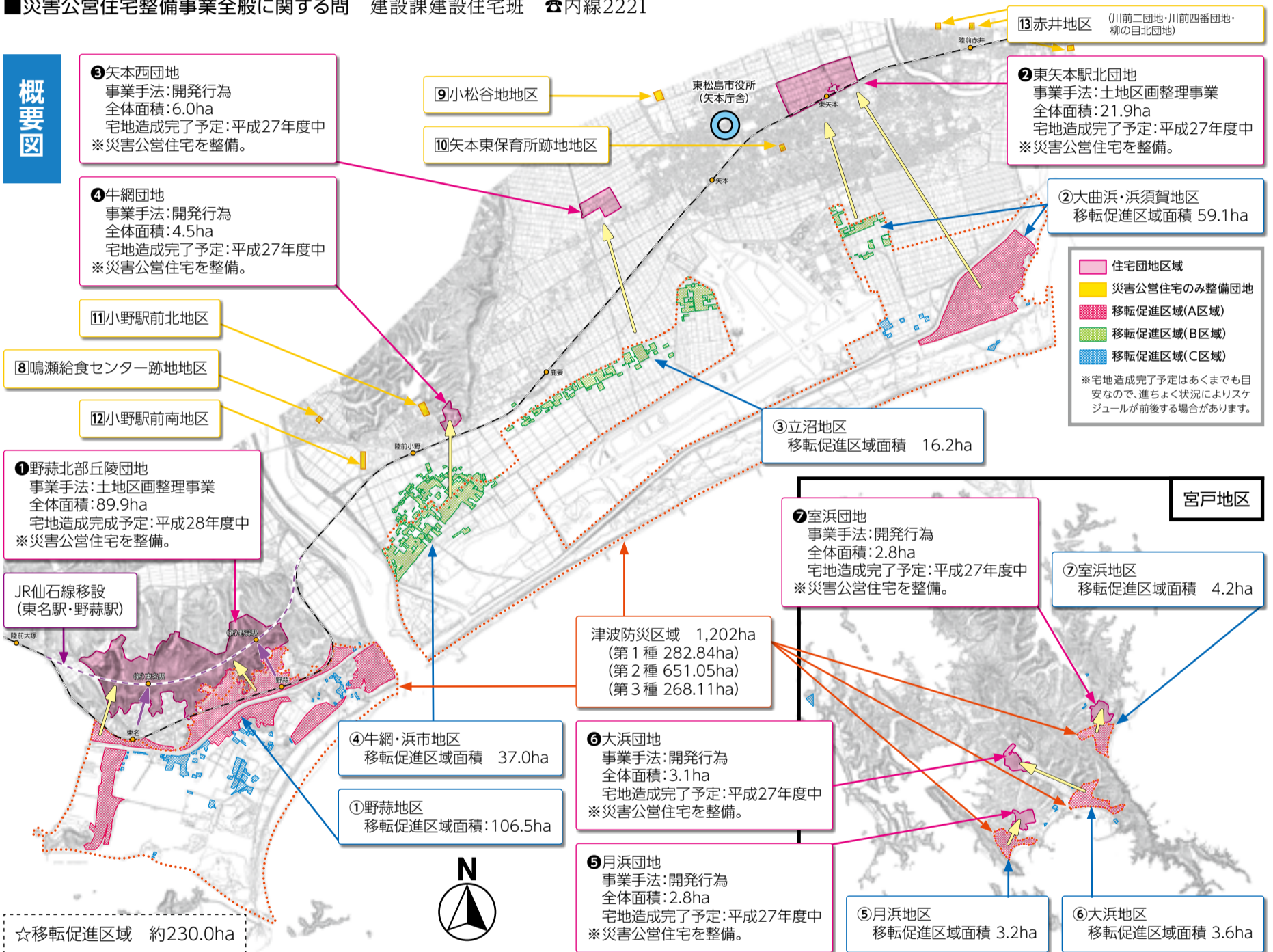
災害公営住宅整備事業 集団移転先団地内に7つの災害公営住宅地区を整備するとともに、災害公営住宅のみで6地区(8団地)の整備を図ります。(計画年度:平成23年度～27年度)

■整備地区(13地区) ※①～⑦は集団移転先団地内に整備、⑧～⑬は災害公営住宅のみの団地を整備。

①野蒜北部丘陵団地 ②東矢本駅北団地 ③矢本西団地 ④牛網団地 ⑤月浜団地 ⑥大浜団地 ⑦室浜団地 ⑧鳴瀬給食センター跡地地区 ⑨小松谷地地区 ⑩矢本東保育所跡地地区 ⑪小野駅前北地区 ⑫小野駅前南地区 ⑬赤井地区(川前二団地・川前四番団地・柳の目北団地)

■災害公営住宅整備事業全般に関する問 建設課建設住宅班 ☎内線2221

概要図



奥松島「絆」ソーラーパーク・東松島「絆」カーポートソーラーを整備

～環境未来都市構想と持続可能なコンパクトシティ実現への第一歩～

「奥松島「絆」ソーラーパーク」は、「東松島市復興まちづくり計画」におけるリーディングプロジェクトおよび「環境未来都市構想」の計画事業として位置付けた「分散型地域エネルギー自立都市プロジェクト」の一つです。復興の第一歩として、早期にかつ被災地の有効な土地利用を図るため、事業者・事業適地の選定を進めてきましたが、各種法的な手続きなどの認可が整い建設を開始。今年10月までに完成予定で、震災で実際に津波被害を受けたエリアの中でも、最も早い先行モデルとなります。

また、「東松島「絆」カーポートソーラー」は、今年3月までに市内3か所の防災拠点となる公共施設へカーポート型の太陽光発電設備を導入し、通常時は発電(固定価格買い取り制度を活用し売電)、災害時には電源供給を行います。

■問 復興政策課復興政策班 ☎内線1241

●奥松島「絆」ソーラーパーク

…事業主体:三井物産株式会社

■整備場所 野蒜・旧奥松島運動公園敷地内

■主な概要 連携容量1,990Kw(約2メガワット)、発電量は年間約210万Kwh(一般家庭約600世帯分の年間使用電力量に相当)。環境効果は年間約1,000トンのCO₂削減(一般家庭約200世帯分の年間排出量に相当)を想定



▲奥松島「絆」ソーラーパーク・外観イメージ



▲東松島「絆」カーポートソーラー・市コミュニティセンター前駐車場の外観イメージ

●東松島「絆」カーポートソーラー

…事業主体:三井物産株式会社

■整備場所 市コミュニティセンター前駐車場、鷹来の森運動公園駐車場、大塩市民センター前駐車場

■主な概要 発電量は3カ所で年間約269Kwh。通常時は自治体側での負担はなく、災害発生時などの停電の際には、非常用電源として利用可能な発電設備に。また、屋根付き駐車場(カーポート)やイベント開催時の雨よけ日よけ施設としての活用も可

東松島市の主な復旧・復興関連事業の進ちょく状況を「見える化」して報告します

●「見える化」の見方：進ちょく時点は、表記がないものは平成25年2月現在となります。割合の算出は、「復旧・復興関連事業着手または完了状況(分子)/被害状況(分母)」。 $\%$ の表記は、①を小数点以下切り捨て、①以外を小数点以下四捨五入としました。進ちょく率の「完了」は事業・工事などの完成を指し、「着手」は事業・工事などが開始したことなどを指します。

事業名など	進ちょく率(%)	数値などの内訳 復旧・復興関連事業の着手または完了状況(分子) / 被害状況(分母)	問合せ先
①移転先の土地の買上げ 事業計画面積に対する用地として確保した面積の割合	99% 完了	2,888,754.72㎡ / 2,890,638.87㎡ 平成25年2月現在で 売買契約を結んだ / 事業計画総面積 用地として確保した面積	用地対策課 用地対策班 ☎内線1482
②道路橋りょう等災害復旧事業 市道(橋りょうなど含む)の被災延長距離に対する本復旧工事が完了した割合 (平成25年1月現在)	10% 完了	119km / 1,231km 本復旧工事が完了した / 被災した市道の延長総距離 市道の延長距離	建設課 道路公園整備班 ☎内線2212
③下水道施設災害復旧事業 被災した下水道施設の被災延長に対する復旧に着手した延長距離の割合	64% 着手	8,622.9km / 13,389.0km 本復旧工事に着手した / 被災した污水管の 排水管の延長距離 延長総距離	下水道課 施設班 ☎内線2231
④農地災害復旧事業 津波冠水などの被害を受けた農地の総面積に対する復旧(作付再開)した農地面積の割合	64% 完了	889ha / 1,386ha 復旧(作付再開)農地面積 / 津波冠水などの被害を受けた 農地の総面積	農林水産課 整備班 ☎内線2132
⑤漁港災害復旧事業 市管理の被災漁港のうち復旧工事に着手した割合	83% 着手	5力所 / 6力所 復旧着工漁港数 / 被災漁港数	農林水産課 整備班 ☎内線2132
⑥学校施設災害復旧事業 【小学校】 大きな被害を受けた小学校のうち、復旧工事に着手した小学校数	67% 完了	4校 / 6校 復旧工事が完了した小学校数 / 被災した小学校数 ●現地復旧:矢本西小・大曲小・赤井南小・小野小 ●移転復旧:浜市小・野蒜小 ※統合や集団移転の進ちょくにより、順次事業を進めます。	教育総務課 教育施設班 ☎内線1261
⑦学校施設災害復旧事業 【中学校】 大きな被害を受けた中学校のうち、復旧工事に着手した中学校数	75% 着手	3校 / 4校 復旧工事に着手した中学校数 / 被災した中学校数 ●現地復旧:矢本一中・矢本二中・鳴瀬一中 ●移転復旧:鳴瀬二中 ※統合や集団移転の進ちょくにより、順次事業を進めます。	教育総務課 教育施設班 ☎内線1261
⑧社会教育施設災害復旧事業 被災した社会教育施設のうち、復旧工事に着手した施設数	100% 着手	3施設 / 3施設 復旧工事に着手した施設数 / 被災した施設総数 (市コミュニティセンター・市図書館・奥松島縄文村関連施設)	教育総務課 教育施設班 ☎内線1261
⑨社会体育施設災害復旧事業 被災した社会体育施設のうち、復旧工事に着手した施設数	71% 完了	5施設 / 7施設 復旧工事が完了した施設数 / 被災した施設総数 ●現地復旧:市民体育館・矢本運動公園・赤井地区体育館・鷹来の森 運動公園・小野地区体育館 ●移転復旧:大曲地区体育館・奥松島体育館「バウンズ88」 ※集団移転の進ちょくにより、順次事業を進めます。	教育総務課 教育施設班 ☎内線1261
⑩集会施設災害復旧事業 被災した集会施設のうち、復旧工事に着手した施設数	82% 着手	54施設 / 66施設 復旧工事に着手した施設数 / 被災した施設総数 (市民センター8、 地区センターなど46) (市民センター8、 地区センターなど58)	市民協働課 復興地域支援班 ☎内線1290

“地域再興”を目指して一丸

市内での活動を紹介します

東日本大震災で大きな被害を受けた本市ですが、多くの人の協力により、復興に向けての動きを少しずつ加速させています。

ここでは、よりよい地域“再興”を願って取り組む市内での活動を紹介します。

震災を風化させず後世に語り継ぐ

市図書館では現在、「ICT地域の絆保存プロジェクト（東日本大震災を語り継ぐ）事業」として、地域住民の震災体験を収集し、記録・保存する活動に取り組んでいます。震災を風化させず後世に伝えていくことや、子どもたちの防災教育に活かすこと、さらに地域に根付いてきた生活の文化を再生させることが主な目的としていきます。集めたデータは4月から館内で閲覧できるほか、インターネットを通じて一般に公開していく予定です。事業は図書館振興財団から助成を受け、24年度からスタート。

仮設住宅地内で商店を復活した方、消防団、医師など様々な立場の市民が、ビデオカメラやレコーダーを前に、あの日の体験を語っています。関係者から直接聞き取る「オーラル・ヒストリー」により、説得力のある記録集となっています。

同館では「市民が積極的に声掛けをしてくれ、取材の輪が広がった」と協力を感謝し、2月8日現在、87人の取材を終えているほか、寄稿や写真の提供者も34人になり、事業は順調に進んでいます。「震災を忘れず、記録として残そう」という市民の意

人々の思いに寄り添う活動続ける

震災発生から4日後の3月15日、気仙沼市の児童養護施設に発電機や食料、医薬品を届けました。沿岸部の惨状を目にし、「いてもたってもいられない気持ちになった」と振り返る高橋さん。3月22日に再び被災地へ入り、鹿妻地区の避難所で直接住民に声をかけました。「何か手伝えることはありませんか」これをきっかけに本市での支援活動がスタートしました。

市のボランティアセンターに加わらず、独自の活動を続けたのは、「たとえ危険な作業であっても、その人の思いを晴らすためなら何でもやる」という決意があったから。重機やチェーンソーを使って家の中に入り込んだ大木や車両を撤去したり、散乱した家の中から位牌を探し出したりと、目の前で困っている人を助けたい一心で、危険を顧みず活動を続けてきました。

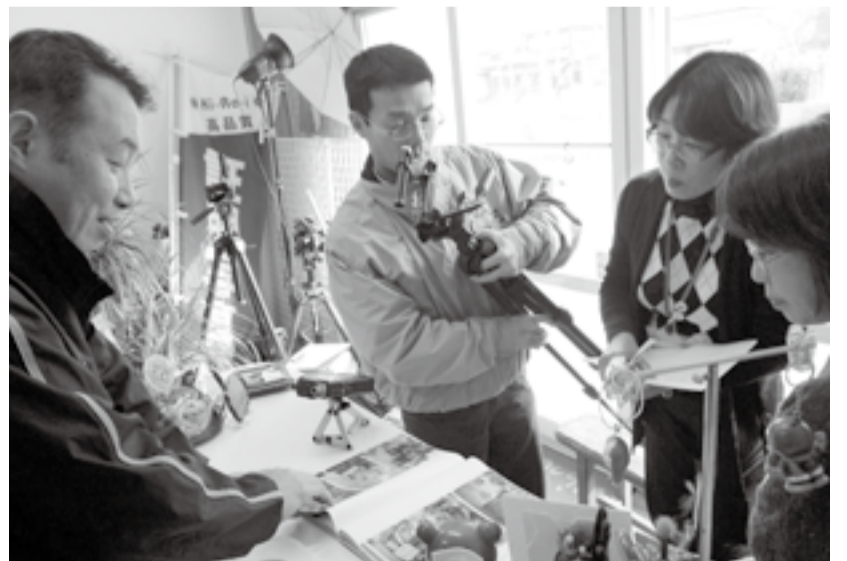
現在の活動は、片付けから、新しいものづくりへの作業へとシフトしており、週末には関東地方のボランティアが駆け付け、地域住民と一緒に作業に励んでいます。森の学校プロジェクトへの参加や震災遺児支援など、地域に密着し取り組みの幅を広

ICT地域の絆保存プロジェクト

伝える

識を強く感じます」と、スタッフの一人。震災はつらい体験でしたが、人と人とのつながりや温かさを多くの住民が実感していたことも、改めて認識したそうです。

このほか、祭事など地元にくから根付いてきた地域資料も寄せられるなど本市の特色を盛り込んだ貴重な資料提供があるのも特徴です。子どもたちの郷土愛を育む教材としての活用も期待されています。「地域の文化や歴史、伝統、そして人々の思いを伝えることで、地域再生の一助になれば」と同館。復興を後押しする貴重な収集活動は今後も引き続き行っていくそうです。



▲関係者から被災直後の様子を聞き取る市図書館職員

「まちの姿を見守りたい」

支える

「この2年間について「自分の思いを果たせる充実した時間だった。これ以上の幸せはありません」と感謝する高橋さん。温かな住民や協力してくれるボランティア仲間など、活動を通じて知り合った人々のつながりが高橋さんにとってはかけがえのない宝です。「このまちがきれいになっていくのを、地元の方と一緒に一緒に見守っていきたくて」と話す高橋さん。人生のパートナーでもあるスタッフの照屋恵子さん(40)とともに、これからも一人ひとりの思いに寄り添いながら、息の長い支援を続けていくつもりです。



児童養護施設支援の会鹿妻チーム代表

高橋 雄吾さん(45) =写真左=

東松島市図書館

震災から2年

インタビュー



コミュニティを原動力に避難所統括

震災発生時、避難所となった赤井小学校内にいち早く自治組織を立ち上げ、運営を統括した渡邊さん。同地区では住民が食料を持ち寄り、その日の夜から炊き出しを行うなど、訓練の成果が十分に発揮されました。

原動力はこれまで築き上げてきた地域のコミュニティ。大きな被害に見舞われた南赤井の住民を北赤井の皆さんが支えました。渡邊さんは「朝市などで長年交流してきた赤井地区はみんな顔見知り。歴史の中で育んできたコミュニティが地域をひとつにしました」と振り返ります。

現在、渡邊さんは赤井地区17の自主防災会を束ねる連絡協議会の会長でもあります。「地区の17組織は取り組みはそれぞれ違いますが、連絡体制はひとつにまとまっています」と、赤井はひとつづつを強調します。

一方、震災後、三陸自動車道に津波避難階段が整備されることになるなど、避難場所の選択肢が増えました。渡邊さんの住む赤井寺中東区自主防災会では、全世帯110戸に避難場所についてのアンケートを実施。住民の安否確認を効率化するため、近所の人々がどこに避難するか、

自宅裏山の私設避難所で70人救う

野蒜・北余景に住む佐藤さんは自宅の裏山を私設避難所にしていて、震災の時に発生した津波が押し寄せた際、この避難所に避難した約70人の命を救いました。全国でも例のない取り組みは先見性が評価され、昨年5月に公益財団法人社会貢献支援財団の表彰を受けました。

佐藤さんは(有)奥松島観光タクシーの社長をしていましたが、平成11年ごろに経営を長男に任せ、私費を投じて手作りの避難所の整備に取りかかったそうです。約1.8畧の裏山は初め藪だらけで、一人でコツコツと道を

切り開いて、小屋や東屋を作るための建築資材を運び込みました。小屋は高さ30以上の頂上付近にあり、広さは8畳ほど。水は持ち込まなければなりません。電気が通っており、炊飯器や冷蔵庫が使えます。石油ストーブやガスコンロ、もちろん食料や毛布も備蓄してあります。

かつては「津波なんて来るはずない」と言われたこともありましたが、それでも、佐藤さんには「いつか必ず津波が来る」という確信があったそうです。その確信は今回の震災で現実になりました。自宅で地震に遭っ

「一人ひとりの防災意識が大切」

備える

みんなが分かるような仕組み作りを検討しています。地域の役員などが対象だった防災に関する説明会も、震災後からは全地区民に案内を出し、住民側の防災意識の高まりに配慮しています。

「震災では津波でんんん」という言葉通り、自分の命は自分で守るという姿勢を学びました。住民一人ひとりの防災意識が何よりも大切」と渡邊さん。さらに、「津波では徒歩での避難が原則とされていますが、それが難しい高齢者などをどう援護するかが今後の課題。災害弱者のための避難道整備も必要では」と思いを語っていました。



赤井地区自主防災連絡協議会会長
渡邊 勝さん(69) =行政区:寺=

「悔いのない毎日を生きたい」

生きる

た佐藤さんは、家族の帰りを待って一緒に裏山へ避難。間もなく津波が地区を飲み込みました。すでに30人ほどが逃げ込んでいて、ずぶ濡れの人を全員で引き揚げたりしました。女性や子どもは小屋で、男性は外のたき火を囲んで2昼夜を過ごしました。

裏山は現在、「喫茶去苑」と名付けられ、憩いの場として開放されています。「人のためになることができたが、野蒜地区の多くの犠牲者を思うと喜べない。命の大切さを考え、悔いのない毎日を生きなければ」と話す佐藤さんのかたわらで、復興と鎮魂を願って植えられた桜が開花のときを待っています。



佐藤 善文さん(78) =行政区:新町=

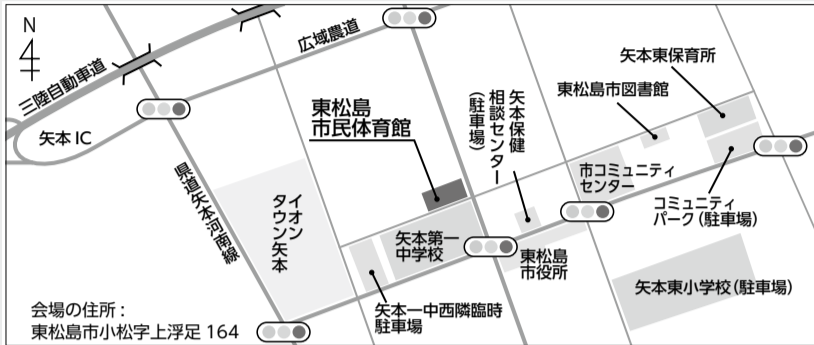
まちの情報広場 ①

問い合わせ 東松島市役所 ☎82-1111

平成25年東日本大震災東松島市慰霊祭

一昨年3月11日に発生した東日本大震災により多くの市民が犠牲になりました。市では、震災発生から2年となる日に、震災によりお亡くなりになられた方々の霊を慰めるため、次のとおり慰霊祭(無宗教、献花方式)を執り行います。

- 日時 3月11日(月)14時45分～
※進行の都合上、14時30分までご来場ください。
- 場所 東松島市民体育館(矢本第一中学校北隣)



- 対象 震災によりお亡くなりになられた市民のご遺族、行方不明者のご親族および関係者
- 案内 対象者多数のため、改めてご遺族やご親族などへの案内は行いませんのでご了承ください
- 交通手段
 - ①駐車スペースが少ないため、できるだけ公共交通機関(JR仙石線、らくらく号、市内循環バス、臨時送迎バス)を利用ください。
※JR矢本駅から徒歩で約10分。
 - ②お近くの方は、徒歩または自転車でお越しください。
- 駐車場 ※今回の慰霊祭における一般車両の駐車について、「許可書」の配布や事前申込みはありませんが、必ず指定する駐車場へ駐車してください。
 - ①東松島市民体育館前…身障者用車両専用、約15台
 - ②矢本第一中学校西隣臨時駐車場…一般車両約160台
 - ③矢本保健相談センター前駐車場…一般車両約30台
 - ④矢本東小学校校庭…一般車両約200台
 - ⑤コミュニティパーク(市図書館東隣)…一般車両約40台
- 問 総務課秘書広報班 ☎内線1212

■慰霊祭会場までの臨時送迎バス 行程・発車予定時刻表 ※道路状況により、予定時刻より遅れる場合があります。

No.	行程・発車予定時刻			
①	13:45 矢本運動公園(仮設店舗前公園入口付近)	⇒14:00 会場		
②	13:35 大塩市民センター前	⇒13:40 グリーンタウンやもと仮設住宅②	⇒13:50 鷹来の森運動公園駐車場	⇒14:00 会場
③	13:15 上下堤上北谷地区仮設住宅前	⇒13:25 ひびき工業団地第2公園前	⇒13:30 川下公民館前	⇒13:40 根古地区センター前 ⇒14:00 会場
④	13:00 室浜地区旧バス停前	⇒13:05 月浜地区仮設住宅前 ⇒13:30 新東名旧セブンイレブン跡地	⇒13:10 宮戸小学校仮設住宅前 ⇒13:35 野蒜市民センター前	⇒13:15 宮戸市民センター前 ⇒13:50 鹿妻地区センター前 ⇒14:00 会場
⑤	13:20 小野市民センター前	⇒13:30 小野駅前地区仮設住宅前	⇒13:40 牛網学習等共用施設前	⇒13:50 立沼農村公園前 ⇒14:00 会場
⑥	13:35 上区ふれあい公園前	⇒13:40 赤井小学校第2グラウンド	⇒13:45 下区ふれあい公園	⇒13:50 赤井市民センター前 ⇒14:00 会場
⑦	13:20 柳区集会所前	⇒13:30 赤井地区体育館前	⇒13:40 大曲市民センター前	⇒13:50 堰の内南地区仮設住宅前 ⇒14:00 会場

震災後のこころのケア ～震災から2年を迎えて～

働く世代のこころの健康

震災以降、仕事量の増加や人員の不足による過重労働から、からだやこころの疲れを感じている方も多いのではないのでしょうか。全国的にも働く世代の過労死や自死が問題となっています。いつもはご家族や周りの方の心配をしている働く世代の皆さんも、これを機にご自分のこころの健康を見直してみませんか。

こころを元気にする方法

①体の疲れをいやす

こころとからだの健康は密接にからみ合っています。しっかり食べること、眠ることが自分でできるケアの基本です。

②ストレスのサインを知る

“疲れてくるとイライラしやすくなる”、“ミスが増える”など、自分なりの特徴を把握しておき、早めの対策につなげましょう。

③リラックスできる時間をつくる

仕事や家事などで忙しい時ほど、メリハリをつけた方が断然効率よく物事が進みます。休憩しながらお茶を楽しむ時間や、パソコンやテレビ・携帯などから離れて静かに過ごす時間を意識的に作りましょう。

④カフェインやアルコールは控えめに

カフェインは自律神経を刺激し、不安を増強させたり不眠の原因になったりします。

アルコールも睡眠の質を悪くするため、疲労回復の妨げになります。

こんな時は相談を

次のような状況がある場合は、早めに専門家への相談をおすすめします。

1. 口数が減って元気がない
2. 孤立している
3. 「消えてしまいたい」「死んだら楽になる」などと口にする
4. 大量のお酒を飲むようになる
5. 自分の健康をかえりみない



簡単にできる
リラクゼーション
呼吸法
6秒で大きく吐き、
6秒で軽く吸う。
これを、朝夕5分
ずつ行う。

こころの健康チェック ～あてはまるものに☑(チェック)をつけましょう～

最近1か月の状態について、あてはまるものがある場合はうつ病などの可能性もあるので注意しましょう。

- ひどく疲れている
- へとへとだ
- だるい
- 気がはりつめている
- 不安だ
- 落ち着かない
- ゆううつだ
- 何をしても面倒だ
- 気分が晴れない

相談窓口一覧

- ★働く人のメンタルヘルスポータルサイト「こころの耳」
URL: <http://kokoro.mhlw.go.jp/> メールは24時間受付
- ★産業保健推進センター
平日9時～12時、13時～17時(メンタルヘルス対策支援センター)
☎0120-226-272(フリーダイヤル)
- ★東松島市役所福祉課保健師
平日8時30分～17時15分 ☎内線1175・1176
- ★宮城県東部保健福祉事務所母子障害班
平日8時30分～17時15分 ☎95-1431
- ★宮城県東部児童相談所(こどもの相談)
平日8時30分～17時15分 ☎95-1121
- ★宮城県精神保健福祉センター(住所:大崎市古川旭5-7-20)
電話相談 平日8時30分～17時15分 ☎0229-23-0302
面接による相談(予約制) ☎0229-23-1603
- ★いのちの電話震災ダイヤル
毎日(10日は除く)13時～20時 ☎0120-556-189(フリーダイヤル)
- ★仙台いのちの電話
24時間年中無休 ☎022-718-4343
毎月10日は8時～翌日8時 ☎0120-378-556(フリーダイヤル)

法テラス東松島 暮らしとこころの相談会

- 日時 3月9日(土)10時～16時
 - 場所 法テラス東松島
(住所:東松島市矢本字大溜1-1、市コミュニティセンター西側)
 - 主な内容 弁護士・社会福祉士・精神保健福祉士の専門家が、借金・離婚・いじめ・生活困窮・不眠・アルコール問題・家庭内暴力・解雇・パワハラやセクハラ・介護疲れ、ストレス・過食や拒食などの相談に応じます
- ※相談は無料ですが、事前予約の方が優先になります。
- 問 法テラス東松島 ☎050-3383-0009 (平日9時～17時)

「震災後のこころのケア相談」を利用ください

震災当時と同じ季節を迎えることで、被災体験を思い出して辛くなったり、溜め込んでいた気持ちが出てきたりすることがあります。そのような反応自体は決しておかしいことではありませんが、一人で抱えるのが苦しい時や、影響が長く続いて心配な場合には、早めに相談ください。

※相談の日程・場所などは、市報1・15日号の「知っ得情報」の「相談」でお知らせしています。

平成24年度東松島市市民満足度調査(市民アンケート)の結果を公表します

市では、市民の皆さんのニーズや満足度、市政に対する考えを反映させるため、昨年11月から12月に「まちづくりアンケート」を実施しました。
多くの皆さんからご意見とご協力をいただき、ありがとうございました。

平成24年度 市民アンケートの調査概要	
●アンケート期間:平成24年11月16日～12月6日	●回収数:515人
●配布数:1,200人	●回収率:42.92%

分野別の重要度・満足度

※上位、下位ともに5分野を掲載。

○重要度ランキング

ランキング	項目	偏差値
1	地震、津波、風水害などの災害の対策	96.0
2	身近に受診できる医療機関や救急、休日医療の体制	67.4
3	省エネルギー化や自然エネルギーの活用推進	67.4
4	高齢者が暮らしやすい環境づくり	66.9
5	小・中学校の施設や学校教育の推進	61.7

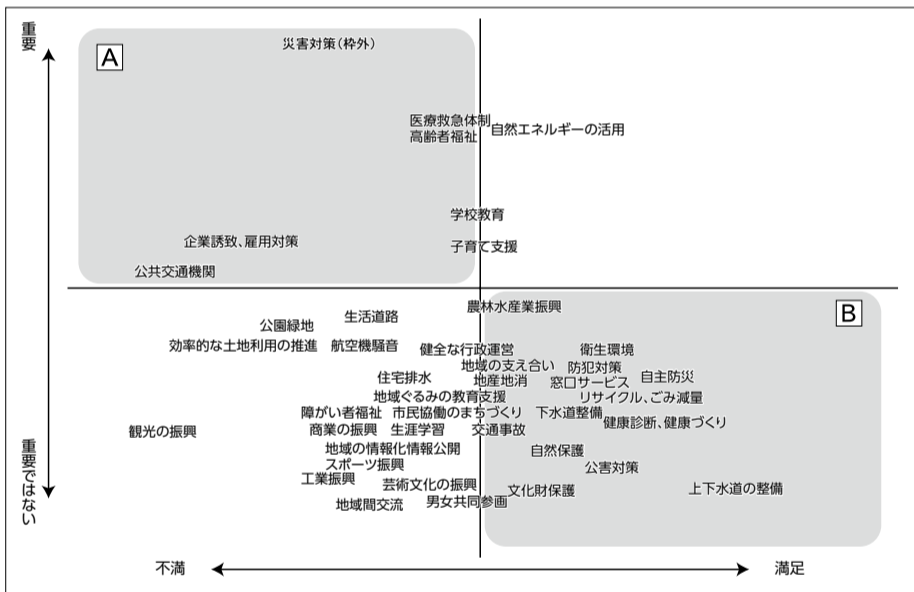
39	文化財の保護や継承	41.7
40	芸術文化の振興	41.4
41	男女共同参画社会の推進	41.4
42	上水道の整備	40.9
43	国際交流や地域間交流の推進	40.5

○満足度ランキング

ランキング	項目	偏差値
1	上水道の整備	70.4
2	自主防災組織など地域の防災体制の整備	68.7
3	廃棄物の減量化やリサイクル、処理体制など	66.0
4	衛生的な生活環境づくり	63.8
5	健康診断の体制や健康づくり、健康管理の推進	63.4

39	都市計画や街並みの整備	34.7
40	地震、津波、風水害などの災害の対策	33.8
41	観光の振興	32.9
42	企業誘致や就業情報の提供など雇用対策	32.3
43	市内の公共交通機関	26.4

○満足度と重要度の相関図



●満足度・重要度の考え方

満足度:東松島市の施策分野の現状について、満足しているかどうかの指標。

ランキングが高い項目(施策)には満足していることを示します。

重要度:東松島市の施策分野について、どれを重要と考えるかどうかの指標。

ランキングが高い項目(施策)は重要であると考えていることを示します。

●相関表の見方

A …重要と認識する人が多く、満足している人が少ないため、特に優先して力を入れていくことが必要とされるグループ

B …重要と認識する人が少なく、今の状況に満足しているため、現状維持を基本とするグループ

このアンケートの結果や意見は、まちづくりの方向性を示す「総合計画」と「東松島市復興まちづくり計画」を効率的に推進するために活用し、行政サービスの改善や今後の事業展開につなげていきます。

なお、詳しい調査結果は市ホームページでご覧いただくか、復興政策課で閲覧できますので、ご利用ください。

■問 復興政策課企画調整班 ☎内線1235

東松島市ホームページ・市民アンケートのページ

<http://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp/city/enq/index.html>

復興まちづくりについてお聞きしました

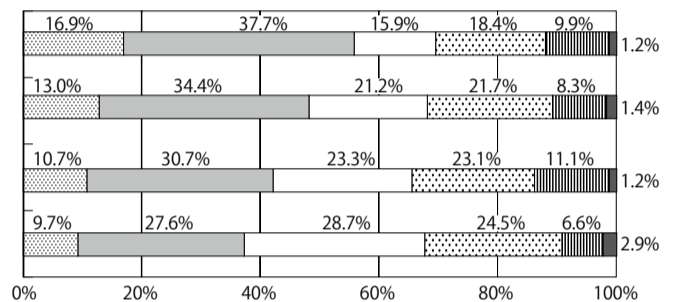
■問 復興まちづくり計画の基本方針の実現に向けて進んでいると思いますか。

防災・減災による
災害に強いまちづくり
～防災自立都市の形成～

支え合って安心して
暮らせるまちづくり

生業の再生と多様な
仕事を創るまちづくり

持続可能な地域経済・
社会を創るまちづくり



アンケートで寄せられた皆さんの声を一部紹介します (寄せられたご意見のとおり掲載しています)

- ・早く公営住宅を建設して欲しい。【20代女性】
- ・現在、大雨が降る毎に浸水の心配をしています。排水機関場、道路の早期整備を願っています。【30代男性】
- ・海浜公園がなくなり、近所の公園の広々した芝生は仮設が建ち、子ども達の遊び場がなくなっているように感じます。【20代女性】
- ・震災復興はもとより、人口の流出や産業の衰退化にならないように、環境に配慮しながら、魅力ある新しい都市計画を推進してほしいと思います。【50代男性】
- ・災害時に避難できる安全な場所・建物をはっきりと指定して欲しい。【30代女性】
- ・生活しやすい環境や防犯の為に道路の整備や外灯をお願いしたいです。【40代女性】
- ・高齢化社会を向かえるにあたり、在宅介護や老人世帯の安否確認が一目でわかるような地域のシステムを構築してほしい。【60代男性】
- ・震災後、市内の従来とは別な地域に引っ越したので、地域活動等交流を深めたい。【30代男性】
- ・相談や質問を聞きたいが、どこに聞いて良いかとか分からない。色んな課に回されたり、最後にはまた最初に戻されたりと、最初から回さずに対処してくれたらと思う。【50代女性】
- ・雇用対策を充実して欲しい。【40代女性】
- ・もっともっと市で行っている活動や重要事項を市民に伝える工夫が必要である。【30代女性】
- ・基本方針は分かりやすく立派だと思うが、具体的にどういう取り組みが行われているか分からない。【10代男性】

住宅防音機能復旧工事の助成 ～東北防衛局からのお知らせ～

○住宅防音工事で設置した空気調和機器(冷暖房機、暖房機、換気扇、レンジ扇)および防音建具(外部防音サッシ)が平成23年3月11日の東日本大震災で被害を受け、故障などしている場合、設置経過年数にかかわらず、機能復旧工事の助成の対象になります。

○機能復旧工事を希望する方は、「住宅防音工事希望届」に必要事項を記入し、3月29日(金)までに東北防衛局に提出してください。

※詳しくは、東北防衛局にお問い合わせください。

■申し込み用紙 「住宅防音工事希望届」は、東北防衛局ホームページに掲載しています。また、東北防衛局、市復興政策課および鳴瀬庁舎にも用意してあります

■問・提出先 東北防衛局企画部防音対策課住宅防音係

☎022-297-8216 〒983-0842 仙台市宮城野区五輪一丁目3番15号

東松島市内の放射線測定

市では現在、市役所本庁舎西側通用口付近に文部科学省の放射線測定可搬式モニタリングポストを設置していることから、この測定結果を掲載します。

空間放射線線量率調査結果(市役所西側通用口付近 地上1m:午前8時現在)						
測定月日	2月16日	2月17日	2月18日	2月19日	2月20日	2月21日
測定値(単位:μSv/h)	0.038	0.037	0.037	0.038	0.037	0.037

※文部科学省のホームページでリアルタイムの測定結果を公表しています。

<http://radioactivity.mext.go.jp/map/ja/>

■問 環境課環境班 ☎内線1152

微小粒子状物質(PM2.5)に関する情報提供

国と宮城県は、微小粒子状物質(PM2.5)に関する情報を、下記のホームページで提供していますので、利用ください。

●環境省ホームページ内「微小粒子状物質(PM2.5)に関する情報」

URL:<http://www.env.go.jp/air/osen/pm/info.html>

●宮城県保健環境センター・大気環境部テレメータ室ホームページ内「大気汚染常時監視データ」

URL:<http://www.ihe.pref.miyagi.jp/cgi-bin/telem/showdata>

東松島の復興を 応援します

長期派遣職員の紹介

手続きの負担を少なく



熊本県人吉市から派遣
市民課
和泉 伸明さん 39歳

震災当初から、少しでも役に立てることはないかと考えていました。住民票、戸籍の経験者が不足していることを知り、躊躇なく派遣を志願。こちらでは住民基本台帳や戸籍に係る事務、来庁者の窓口対応にあたっています。窓口では、手続きの負担が少ないよう状況を適切にお伺いし、スムーズな対応を心がけています。

復興は道路や建物が復元されることではなくて、たくさんの人たちが、未来のまちの姿を一緒に考えていく過程の中で生み出されるもの。私も精一杯頑張ります。

“絆”の大切さを実感



熊本県山鹿市から派遣
復興政策課
村田 勉さん 32歳

平成23年4月に災害派遣で1週間、石巻市に滞在しましたが、十分な手伝いもできず、申し訳ない思いでした。次は数カ月の長期で応援に行きたいという気持ちをずっと持っていました。今回の派遣は人生の中でも貴重な経験だと感じています。

東松島市の業務に携わって学んだことは“絆”の大切さ。いま東松島は色々な方との絆を紡ぎながら復興を目指している最中ですが、私もその一員として応援していきます。全国との絆を生かして、一日も早い復興を成し遂げることを願っています。

心の復興信じて頑張る



宮城県から派遣
行政経営課
原 禎さん 40歳

辞令は平成25年3月末までですが、もう1年こちらにいる予感がします。業務内容は主に建設工事の入札・契約事務です。突然の内示でしたが自宅(石巻市)に近いのでうれしかったです。

私自身も被災し、とにかく前だけを見て今日まで来たように思います。最近やっと少しずつ当時を振り返れるようになりました。復興の定義は被災者一人ひとり違うと思いますが、ゆっくり振り返れるようになった時が復興した時なのかもしれません。その時が来る事を信じて、微力ながら頑張っています。

忘れないことが最大の支援

両親の実家が東北で祖母は石巻出身。子どもの頃から訪れていた東北のために何か役に立ちたいと思いこちらに来ました。3月末までの1年間、東松島市で応急仮設住宅の維持管理業務にあたります。すべきことはたくさんあり、ひたすらなにかをすることで復興が進み、さらなる魅力的な場所となることを信じます。

個人の力は小さく、役立つことは少ないかもしれませんが、ここで暮らし、共に生き、ここを好きになって忘れないことが、私にできる最大の支援と考えています。



東京都調布市から派遣
市民協働課
小倉 純さん 51歳

復興を成し遂げてほしい

テレビや新聞で被災地の状況が伝えられるたびに、何か力になりたいと考えていました。今回の派遣は長期間、復興に携わることができる貴重な機会だと思っています。こちらに来た当初は思っていたよりも復興は進んでいると感じましたが、皆さんのお話を聞く中で、外見では分からない被害の様子を感じることがあります。

派遣元自治体の福井市も平成16年の福井豪雨で大きな被害を受け、全国からの支援をいただいて立ち直った経緯があります。東北の方にも、ぜひ復興を成し遂げてほしいです。



福井県福井市から派遣
税務課
前田 智幸さん 27歳

被災校舎に尽力誓う

住民税申告の受付業務が主な仕事です。これまでの知識や経験を生かして復興に貢献したいです。被災した学校の壁に「これから頑張ります」といった内容の言葉が書かれているのを見ました。この校舎で学んだ子どもたちのためにも自分の力を少しでも役立てたいと気持ちを引き締めました。

東松島市の職員は仕事に前向きに取り組む方が多く、公務員としての姿勢を見習いたいです。また派遣を通じて他の市町村の方とも知り合いになれました。今後も交流を深め、情報交換できればと思っています。



愛知県豊田市から派遣
税務課
平岩 渉さん 26歳

“一歩先”見据えて予算編成

平成23年6月から、こちらで業務にあたってきました。思い出深いのは昨年度の予算編成です。財源が確保されていない中での作業でしたが、市の事業はどれも早急に進めなければならないものばかり。「住民のためにも待ってなんてられない」という気持ちで、県と情報交換しながら一歩先を見て予算を編成しました。今思えば少し無茶もしましたが、多くの達成感を味わうことができました。

県も市町村も「復興」という目標は同じですから、引き続き一緒に頑張っていきたいと思います。



宮城県から派遣
行政経営課
石濱 秀平さん 38歳

まちの情報広場

1

問い合わせ 東松島市役所 ☎82-1111

住民異動があったら 手続きをしましょう



住民異動などの届け出一覧表

こんなとき	種類	届け出期限	手続きに必要なもの
ほかの市町村から転入したとき	転入届	引っ越ししてきた日から14日以内	1. 転出証明書(前住所地) 2. 届出人の印鑑 3. 国民年金手帳(加入者) 4. 本人確認ができるもの
ほかの市町村に転出するとき	転出届	引っ越し前、または引っ越ししてから14日以内	1. 届出人の印鑑 2. 国民健康保険証(加入者) 3. 印鑑登録証(カード) 4. 本人確認ができるもの
市内で住所が変わったとき	転居届	転居した日から14日以内	1. 届出人の印鑑 2. 国民健康保険証(加入者) 3. 本人確認ができるもの
世帯主や家族構成が変わったとき	変更届 世帯主	変更の日から14日以内	1. 届出人の印鑑 2. 国民健康保険証(加入者) 3. 本人確認ができるもの

※申請人は本人・世帯主・同居の家族または代理人(代理人は代理選任届または委任状が必要)となります。
 ※住民基本台帳カードの交付を受けている方は、交付市町村の窓口にお問い合わせください。
 ※引っ越しの際に必要な住民異動届以外の手続き(水道開閉栓、国民健康保険、転校などの手続き)は、転出前の市区町村の担当窓口で行ってください。

ライフラインの手続きはお済みですか ～市外へ転出する皆さん、市内へ転入する皆さんへ～

主なライフラインの手続き(新規加入・契約変更・廃止など)を紹介します。詳しい内容は、問い合わせください。

項目	問・手続き先
電気	東北電力お引っ越し・アンペア変更コールセンター ☎0120-175-266 http://www.tohoku-epco.co.jp/
水道	石巻地方広域水道企業団西部管理事務所 ☎83-2274
ガス	契約している(しよする) ガス販売店
固定電話	NTT東日本コールセンター ☎116 (局番なし) http://web116.jp/phone/index.html
NHK受信料	NHKコールセンター ☎0120-151515 https://pid.nhk.or.jp/jushinryo/
運転免許証	宮城県運転免許センター ☎022-373-3601 石巻運転免許センター ☎83-6211

印鑑証明

種類	申請人/手続きに必要なもの	手数料
印鑑登録	1. 登録する印鑑 2. 運転免許証など(官公署が発行した写真の貼ってあるもの) 3. 運転免許証などのない方は申請書保証人欄へ(市内で印鑑登録している人の実印捺印のうえ)	1件300円 (再登録は500円)
印鑑証明書の交付の申請	1. 印鑑登録証(カード)	1通300円

代理人選任届(委任状)の様式例

代理人選任届(委任状)

(代理人)

住所 _____
氏名 _____

私は上記の者を代理人と定め、下記事項の権限を委任します

記

平成 年 月 日

委任者 住所 _____ 印
氏名 _____
生年月日 _____
電話番号 _____

市内外に転居・転入・転出する方は異動届を忘れずに
 住所を異動した方は、正しい届出を行わないと市からのお知らせが届かないことがあります。(例児童手当の給付や予防接種・検診のお知らせ、選挙の入場券など)
 左表に該当する方は、必ず期限内に市民課や担当課まで届出ください。
 なお、転入や転居の届出

窓口時間の延長サービスを利用ください

3月・4月は、市民課の窓

は、住んでから14日以内は、お願いいたします。
 また、届出は本人または世帯主が届出(必ず本人確認できる免許証などを持参)してください。それ以外の方が来るときは、代理人選任届(委任状)【左の様式例参照】と代理人の印鑑が必要になります。

3月25日(月)～4月5日(金)までの平日(祝日除く)の19時まで、各証明書の交付や転入・転出・転居・国保異動の届出も受け付けしますので、利用ください(本庁舎のみ)。
 なお、異動を伴う届出で内容確認ができない場合、後日改めて来庁いただくこともありますので、ご承知ください。

問 市民課窓口サービス班 ☎内線1122

平成25年執行 東松島市長選挙・東松島市議会議員一般選挙のお知らせ

東松島市長選挙・東松島市議会議員一般選挙が、下記の日程で執行されます。

投票日当日、投票所で投票できない方は、期日前投票を利用ください。また選挙期間中、他の市区町村に滞在・一時避難している方は、滞在先の市区町村の選挙管理委員会に不在者投票ができます。

■市長選挙・市議会議員一般選挙執行日程

- 告示日 4月14日(日) ○投票日 4月21日(日)
- 投票時間 7時～19時(投票終了時間を1時間繰り上げ)

●平成25年4月21日執行 東松島市長選挙・東松島市議会議員一般選挙 立候補者説明会のお知らせ

■日時 3月26日(火)13時30分～ ■場所 市役所202会議室

●郵便等による不在者投票制度のお知らせ

身体に一定の重度の障害があり要件に該当する選挙人は、「郵便等による不在者投票」の制度を利用できます。また、郵便等による不在者投票をすることができる選挙人で、自ら投票の記載をすることができない障害がある方は、市区町村選挙管理委員会に届け出た選挙権を有する方を代理として投票に関する記載をさせることができる「代理記載制度」があります。

「郵便等による不在者投票」および郵便等による不在者投票における「代理記載制度」を利用できる選挙人の要件は下記のとおりです。なお、郵便等による不在者投票を希望される場合、事前の手続きが必要です。詳しくは問い合わせください。

■郵便等による投票ができる人

障害等の区分	障害等の程度	
身体障害者手帳	両下肢・体幹・移動機能の障害	1級または2級
	心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸の障害	1級または3級
	免疫・肝臓の障害	1級から3級
戦傷病者手帳	両下肢・体幹の障害	特別項症から第2項症
	心臓・腎臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸・肝臓の障害	特別項症から第3項症
介護保険の被保険者証	介護保険法上の要介護者	要介護5

■代理記載投票ができる人

障害等の区分	障害等の程度	
身体障害者手帳	上肢または視覚	1級
戦傷病者手帳	上肢または視覚	特別項症から第2項症

■問 選挙管理委員会事務局 ☎内線1205



平成25年度 JR松島駅・鹿島台駅パーク&ライド予約型駅前駐車場の貸出

東松島市民を対象として実施していた震災対応パーク&ライド事業を、平成25年度も引き続き実施します。

パーク&ライドとは、自動車を駅周辺の駐車場に停めて(Park)、電車などに乗り換えてもらう制度(Ride)のことで、仙石線の不通に伴う交通を確保する対策として、市が(株)奥松島公社に事業費を補助し、公社が事業主体となって駐車場を東松島市民の皆さんに無償で一定期間貸し出すものです。利用を希望する方は、事前に利用者登録が必要です。

平成24年度に既に登録されている方も、引き続き利用になる場合は改めて登録する必要があります。 ※現在の登録証は無効となります。

■駐車場の場所 「東北本線松島駅前ダイヤパーク駐車場」「東北本線鹿島台駅前JA駐車場」

■募集台数

①月極駐車場…松島駅28台、鹿島台駅20台
 3月15日(金)まで受け付けた方で、応募者多数の場合は抽選となります。その後は、定数枠がなくなり次第終了。定期的に更新の有無を確認します。最長で平成26年3月31日まで ※次年度以降も別途継続を検討中です。

②一日貸出駐車場…松島駅10台、鹿島台駅3台

利用者登録した方が、利用日の前週の金曜日までに電話で予約確認、空きのある場合は、駐車場ナンバーを電話でお知らせします。

■申込できる方 通勤・通学・通院などを行う東松島市民の方で、このパーク&ライド駐車場を活用し、JR線の利用を行う方

■利用登録の申込方法 (株)奥松島公社(受付時間:平日9時～17時)に、次のア・イ・ウをそろえて申し込みください。

ア 必要事項を記入した申込書(奥松島公社の窓口で用意してあります)

イ 市民であることを証明するもの(例:免許証のコピーなど)

ウ 120円切手 ※第1次締切は、3月15日(金)まで。

■利用開始

- ①月極駐車場…利用登録証、利用許可証の発行を受けた方。利用開始は4月1日(月)からの予定。
- ②一日貸出駐車場…利用許可証の発行を受け、電話で予約。指定駐車場の番号の通知を受けた方から駐車可能

■主な利用条件

- ①25年度は無償で貸与しますが、26年度以降の制度化・無償化を保障するものではありません。
- ②希望者多数の場合は、抽選となります。継続的な貸与を保障するものではありません。
- ③使用規約を順守していただけない場合は、利用許可を取り消す場合があります。

■問・申し込み (株)奥松島公社 ☎86-1511

〒981-0303 東松島市小野字新宮前5(市役所鳴瀬庁舎1階)

City View!

がんばろう!東松島

平成24年度 立志式

昔の^{げんぷく}元服の年齢にあたる中学2年生を対象とした立志式が、各校で行われています。来年度から鳴瀬未来中学校として新たな伝統を^{きざ}刻む鳴瀬第一、第二中学校では、統合前の最後の立志式が開催されました。保護者などが見守る中、生徒たちはよりよい未来を信じ、高い志を^{こころざし}掲げていました。



▲鳴瀬第一中学校の立志式では、2年生全員が、統合前最後の立志式としての思いと新しい中学校への期待を込めた合唱を披露しました
(2月1日、鳴瀬第一中学校講堂)

◀鳴瀬第二中学校の立志式では、記念演目を発表。男子は地域伝統の「エジプトダンス」を、女子は「みかぐら」をそれぞれ披露しました
(2月19日、鳴瀬第一中学校講堂)

こころざし

「志教育」の実践活動を発表



「志教育支援事業推進地区実践発表会」が開かれ、矢本二中学校区(大曲小、赤井小、赤井南小、矢本二中、石巻西高)の児童生徒が取り組みについて発表しました
(2月13日、赤井南小学校講堂)



きむらまさき

木村正樹さん(塩入)が
平成24年度
地域づくり総務大臣表彰
を受賞



東松島まちづくり応援団理事
いしのまきNPOセンター専務理事
木村 正樹さん(塩入)

「東松島まちづくり応援団」理事や「いしのまきNPOセンター」専務理事として、東松島における市民協働のまちづくりに尽力してきた木村正樹さん(塩入)が、平成24年度地域づくり総務大臣表彰を受賞し、2月9日(土)に茨城県水戸市で表彰式が行われました。

市内の酒造店跡地を利用した「蔵しっくパーク」の運営に携わり、さまざまなイベントを企画・運営するほか、震災後は市内で活動するボランティア団体の連絡・調整する「東松島復興協議会」を設立して、市民やNPO・ボランティア、企業や行政などが連携した復興への取り組み・枠組みづくりなどが高く評価されました。

受賞おめでとうございます。

みんなの心と力をひとつに



市教育委員会と市芸術文化振興会による「さらべつ・東まつしま響演コンサート」が開催されました。約350人の観客に、友好姉妹都市の北海道更別村「更別かしわ太鼓保存会」が絆の音色を届けました
(2月10日、市コミュニティセンター)



神戸市の劇団自由人会による演劇「カーリーの青春」がボランティアで上演され、市民にさわやかな感動をプレゼントしました
(2月2日、市コミュニティセンター)



1・17(神戸・淡路震災メモリアルコンサート)協会による東日本支援コンサート「レ・ミゼラブル」が上演され、観客約400人を魅了しました
(2月11日、市コミュニティセンター)

▶ 趣味の教室など地域の皆さんの作品を集めた「西市民センターまつり」が2年ぶりに開かれ、多くの住民でにぎわいました
(2月9日、矢本西市民センター)



第6回酒蔵集「新酒まつり」が開かれ約50人が地元の日本酒を楽しく味わいました
(2月8日、蔵しっくパーク)



第17回宮城県ダンススポーツフェスティバル(県ダンススポーツ連盟主催)が開催され、県内各地から集まった約400組が軽やかなステップを披露しました
(2月10日、小野地区体育館)



「第9回女の小正月」が蔵しっくパークで行われ、30人の女性たちが華やかなお膳料理に舌鼓を打ちました
(2月15日、蔵しっくパーク)

復興の加速を確認



根本匠復興大臣が本市を視察し、復興事業の進捗状況を確認するとともに、市や産業関係の代表者などと意見交換しました(2月10日、市役所)

がじゅまるの樹



仙台市のグループ「がじゅまるの樹」による公演が行われ、愉快な物語の世界を音楽に乗せて届けました。本市で支援活動が続ける大崎市のNPO法人LEAF26が主催しました(2月16日、小野市民センター)

おいSEA!



冬の奥松島の豊かな恵みを味わう「おいSEA!冬の奥松島」(松島自然の家主催)が開かれ、参加者31人がのりすき体験などにチャレンジしました
(2月16日、市コミュニティセンター)

まちの情報広場

2

問い合わせ 東松島市役所 ☎82-1111



▲群馬県明和町の位置

紹介します～支援に感謝～

群馬県明和町はこんな街です



▲明和町オリジナルキャラクターメイちゃん

震災後、東松島市は全国の自治体からさまざまな支援をいただいています。その自治体がどのようなまちなのか、また御礼の意をこめて、毎月1日号で紹介しています。第15回は、復興支援のために職員を長期派遣していただき、また町内で開催されたイベントで本市の物産販売をしていただくなどで支援を頂いている群馬県明和町を紹介いたします。

水と緑あふれる梨のまち 明和町

明和町は群馬県の東南端に位置し利根川に隣接する水と緑豊かな町です。地形は、東西11km、南北3kmの約20km²で、人口は約1万1千5百人、東京まで電車では特急電車使用で約1時間、車では東北自動車道使用で約40分と群馬県で東京まで一番近く都心へのアクセスに大変便利な場所です。

町内の川俣地区では、田中正造で有名な足尾銅毒の被害農民と警官隊とが衝突した日本で最初の公害闘争「川俣事件」が発生した地であり、町では、この史実を風化させないために川俣事件記念碑を立て後世に伝えていきます。明和町は群馬県屈指の梨の産地でもあります。明和の梨は、甘くてみずみずしく美味しいと町内外の方から評判で7月下旬から12月上旬まで梨を楽しむことができます。また、町では梨を使った商品開発を行っています。梨ワインや梨ゼリーをはじめ、昨年は清涼飲料水「梨の雫めいわ」が完成し大好評を博しました。ぜひ明和にお越しの際はご賞味ください。

（文：明和町総務課総務係担当）
■問 東松島市総務課秘書 広報班 ☎内線1212



▲明和の梨ワイン「梨のほほ笑み」はいかがですか

こんにちは

東松島の元気な事業所訪問

第12回(最終回) みずほファーム

東松島市内には、特色のある事業所(会社・商店など)が多く、それぞれの持ち味を活かした企業活動や経営を行っています。その事業所がどのような製品を開発・販売しているかなどを、毎月1日号で紹介してきました。

第12回(最終回)は、水稻、キュウリの生産販売などをおこなっている農事組合法人みずほファームを紹介いたします。



▲みずほファームのみなさん



▲同社自慢の「ほたる米」

平成20年2月創業。『農業を通して東松島市根古地区の農地と環境を守り、美しい自然を次世代に引き継ぎます』を経営理念に、農業による地域貢献を目指します。30分の米づくりと、60年の大型鉄骨ハウスでのキュウリ栽培を行っています。ホタルが舞う豊かな自然の中で育てた米は「ほたる米」として販売、全国の方々に好評を得ています。同社の特色は地下150センチからくみ上げる天然水と、発酵菌などを用いたこだわりの土づくり。『安全でおいしいものを届けることが第一』と手間を惜しまずに育てたキュウリは凝縮されたうま味が自慢です。

「創業5年の節目なので、今年は前進する年にしたい」と語る伊藤代表。加工などの六次産業化を視野に新たな事業展開を図ることにしており、地域雇用にもつなげたい考えです。キュウリは3月から収穫が始まる予定で、直売も行っています。詳しくは同社まで問い合わせください。

- 事業所名 農事組合法人みずほファーム
- 代表理事 伊藤直義 ●従業員 13人(パート含む)
- 事業内容 水稻・キュウリの生産販売、農作業の受託
- 所在地・連絡先
現地事務所:東松島市根古字朴木沢40-1 ☎87-2901
ホームページ:http://mizuho-f.or.jp/

支援に Mänge Tak!!

デンマーク語で「ありがとうございます」

ハロー、デンマーク!! 第12回



▲フェロー諸島の漁村の一風景

スコットランドとアイスランドのほぼ中間地点に、大きな丸い山々が大変美しく、風の流れが良い18の小島が浮かんでいます。それがフェロー諸島です。フェロー諸島は1380年にデンマークの領地となった古い休火山と、フィヨルドと深い渓谷におおわれた島々です。各島、景色は見事なもの、人が足を踏み入れられない場所もたくさんあります。人口は4万8千人で、約3分の1が首都のトースハウンに住んでいます。

震災後、東松島市は北欧のデンマーク王国からさまざまな支援をいただいています。デンマークがどのような国なのか、毎月1日号で紹介(連載)しています。



※イトが持っているのはデンマークの国花マーガレットです。

■問 東松島市復興政策課復興政策班 ☎内線1242

4月から社会体育施設(市立体育館・運動公園など)の利用貸出手続き先が変わります

4月から社会体育施設(市立体育館・運動公園など)の管理運営や利用貸出手続きを、市が指定した次の各団体に移行(大塩・小野地区体育館は平成22年度から継続)します。詳しい内容は、利用者の皆さんにお知らせしていく予定です。

○社会体育施設と管理団体名および連絡先

- ①東松島市民体育館、赤井地区体育館、市武道館、市営テニスコート、鷹来の森運動公園
■問 NPO法人東松島市体育協会(市民体育館内) ☎82-9030
- ②小野地区体育館
■問 小野地域まちづくり協議会(小野市民センター内) ☎87-2067
- ③大塩地区体育館
■問 大塩コミュニティ協議会(大塩市民センター内) ☎82-7532
- 上記施設利用以外のスポーツ全般に関する問
生涯学習課スポーツ振興班 ☎82-9030

3 Jomon Times

vol. 85

広報 縄文村だより vol. 85(3月号)

平成25年3月1日
●編集・発行●
奥松島縄文村歴史資料館
東松島市宮戸字里81-18
TEL 88-3927 FAX 88-3928



『縄文人のおしゃれ体験』

～縄文人のプレスレットを作ろう!～ 1月27日(日)

今回のイベントは、里浜縄文人のあこがれだったベンケイガイのプレスレット(貝輪)作り挑戦し、縄文服を着ておしゃれな縄文人に変身しよう!というもの。

まずは貝輪作り。ベンケイガイの真ん中に石で小さな穴を開け、鹿角ハンマーで広げていきます。穴を広げるとき、強く叩くと割れてしまうことも。しかし、残念がってばかりではられません。参加者さんいわく、「貝輪作りはワイルドさが重要!!」とのこと。

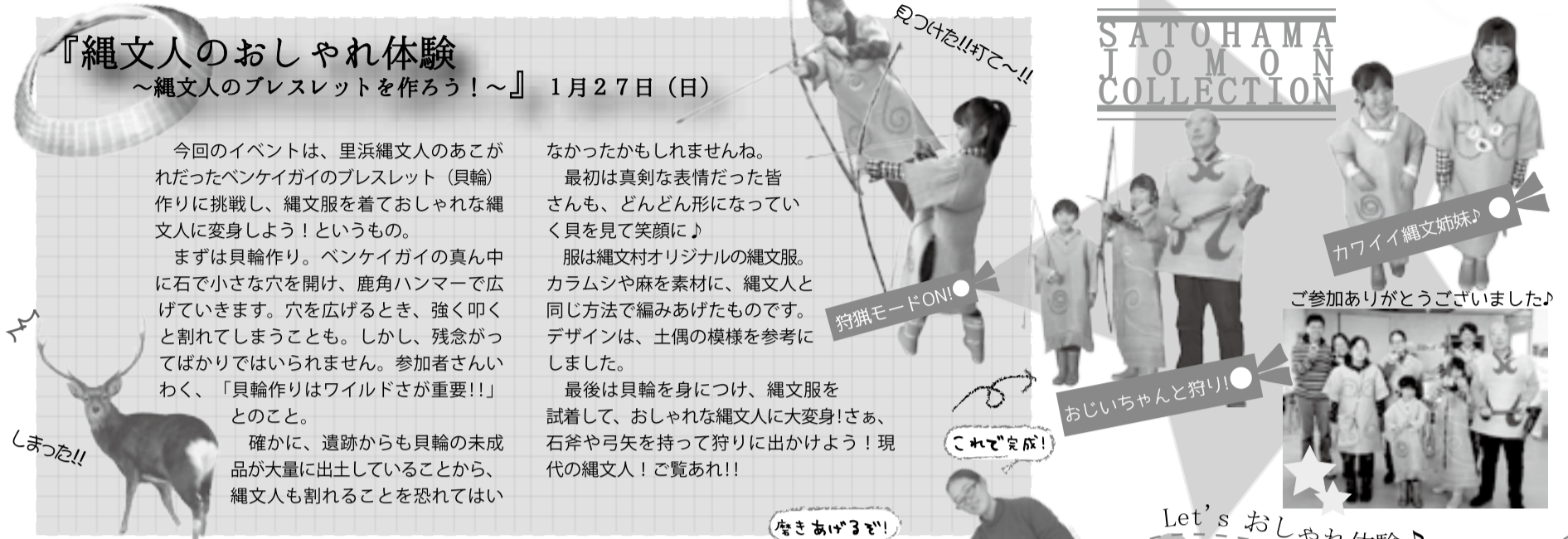
確かに、遺跡からも貝輪の未成品が大量に出土していることから、縄文人も割れることを恐れてはい

なかったかもしれませんね。

最初は真剣な表情だった皆さんも、どんどん形になっていく貝を見て笑顔に♪

服は縄文村オリジナルの縄文服。カラムシや麻を素材に、縄文人と同じ方法で編みあげたものです。デザインは、土偶の模様を参考にしました。

最後は貝輪を身につけ、縄文服を試着して、おしゃれな縄文人に大変身!さあ、石斧や弓矢を持って狩りに出かけよう!現代の縄文人!ご覧あれ!!



しまった!!

ベンケイガイ



貝輪に挑戦!

穴開けナ〜!!



叩く

貝輪作りはワイルドさが重要!!



割る

叩通すかなあ?



確認

縄文コラム『里浜人の貝輪作り』

縄文時代、女性の腕を飾った装飾品の中で、最も流行していたのがベンケイガイ製の貝輪。里浜の女性にとっても、憧れのアイテムだったことでしょう。ただ、ベンケイガイは、ごく限られた場所でしか獲れない、大変貴重な貝でした。そこで、里浜人が貝輪の素材に選んだのは、外洋に面した海岸に大量に打ち上がるアカガイ。

里浜貝塚では、1,500点以上のアカガイ製の貝輪が見つっていますが、ほとんどが未成品や壊れてしまったものばかり。完成品は極わずかしか見つかっていません。縄文時代の里浜ムラは、アカガイ製貝輪の一大生産地だったのです。

アカガイ製の貝輪は、宮城県内の38遺跡で出土しています。アカガイが獲れない大崎市(旧田尻町)

の中沢目貝塚からも、約100点ものアカガイ製貝輪が見つかっています。里浜産の貝輪が広く出回っていた可能性が高いと考えられます。

里浜ムラの貝輪の大きさには「規格」があります。貝殻のものと大きさに関係なく、内側の穴の大きさは、縦約6センチ・横約7センチ。

この穴に腕を通せた縄文人の手と腕の細さに驚かされます。意外にも、縄文人は現代人より華奢だったことが、貝輪からもわかります。

縄文人の指はごつごつしているイメージがあったけど、繊細な指だったんだね!

EVENT INFORMATION

カキ養殖体験



縄文村恒例のイベント。縄文人も食した「カキ」の養殖体験。カキの種がついたホタテの貝殻を沖につるしに行き、11月に収穫します。あなたも一縄オーナーになってみませんか?

開催日:4月7日(日)

参加費:一縄5,000円+収穫時の試食代お一人500円

※種付けと収穫の全2回コースです。※要予約

参加ご希望の方は資料館までご連絡下さい。

TEL 0225 (88) 3927 水曜日休館

校長先生のちよっぴ話 第16回

前回に続き、市内10小学校・4中学校の校長先生による「ちよっぴい話」を掲載します。第16回は、赤井小学校・大友校長先生です。



赤井小学校

校長 大友 弥

★プロフィール★
岩沼市生まれ。大郷町立味明小学校に始まり、旧宮城町、名取市、山元町の小学校六校に勤務。四月から現任校へ。仙台市長町在住。

テレビアニメ「ワンピース」に

志教育が見える

テレビアニメ「ワンピース」は、毎週日曜日、フジテレビ系列で9時30分〜10時まで放映されている番組です。(以前は夜の時間帯に放映されていたと思います)

我が家の娘は幼い頃からこの番組を見ていました。また、学級担任をしていた私のクラスの子どもたちも、次の日はこの番組の話で教室中が盛り上がったこともありました。

娘が見ているテレビを私も見るとも無しになんとなく見ていました。

出て来る人物は極端に頭が大きかったり、異様に腰がくびれていたり、足が針金のように細かったりします。もし図工の時間にそのような人物画を描いてきたら、大きく訂正せざるを得ない姿ばかりです。また、話の中には、敵と戦うシーンもあり、子どもにはあまり見せたくないと思えるシーンもあります。

そんなアニメのどこがおもしろいのか全く分かりませんでした。ところが、ある時ふと気がついたことがあります。

この物語の主人公「ルフィ」という少年は、常に前向きに物事を考え、どんな困難なことにもぶつかっても決して途中であ

らめることもなく、自分の目標のため、自分の仲間のため、今できることに全力を尽くしているということに気がついたのです。

そんなことに気がつく私自身の見方も変わってきました。

主人公「ルフィ」は「海賊王に俺はなる」という大きな目標をもっています。(この場合の海賊とは、人の命を奪い金品を強奪する海賊とは違うようです)

そのために、今何をやらなければならないのかをいつも考えているのです。さらに、「ルフィ」の仲間もそれぞれの夢、目標をもっているのです。

折しも、赤井小学校は「志教育」推進地区の一校として積極的に志教育に取り組んでいます。子どもたちが夢をもち、その夢の実現に向けて、また、その夢を叶えるために今何をしなければならぬのか、それを見つけた手助けをすることも「志教育」ではないかと思っています。そう思うと、夢を見ることの大切さ、仲間の大切さ、苦境に追い込まれた時の気持ちの持ち方など、アニメ「ワンピース」主人公「ルフィ」の活躍に私なりの志教育が見えてくるのです。

◆次回は、大塩小学校・千葉道夫校長先生からの「ちよっぴい話」を掲載します。

平成25年度緊急雇用創出事業 市臨時職員の募集

震災などにより離職を余儀なくされた方などを対象に、次の雇用までの短期の雇用機会を創出・提供するために下記の事業を行います。

■**応募資格** 東日本大震災による災害救助法適用地域に所在する事業所を離職した求職者または震災発生時に同地域に居住していた求職者(未就職卒業者を含む)の方

■**勤務内容** 下記の表のとおり

■**勤務時間** 勤務時間および勤務日数は事業ごとに異なります

※下記の表のとおり。

No.	事業名	業務内容	1日あたりの勤務時間	予定人数	賃金(時給)	雇用期間(平成25年)	資格の有無	特記事項	社会保険の有無	問・申し込み
1	震災対策事務事業	震災に関連する各種事務手続きなどの事務補助	7時間45分	5人	750円	雇用期間:4月1日～9月30日 週5日勤務	無	パソコン操作(ワード、エクセル)経験者	有	総務課人事班 ☎内線1214
2	学校復興事業	学校統合および新校舎建設などの復興事業の事務補助	7時間	2人	750円	雇用期間:4月1日～9月30日 週4日勤務	無	パソコン操作(ワード、エクセル)経験者	無	教育総務課復興調整班 ☎内線1255
3	地域コミュニティ復興支援事業	各市民センターが行っている復興支援事業の事務補助など ※各市民センターに配属	7時間	6人	750円	雇用期間:4月1日～9月30日 週4日勤務	無	パソコン操作経験者	無	市民協働課協議推進班 ☎内線1283
4		市内のまちづくり事業などの支援事務補助 ※市民協働課に配属	7時間	4人	750円	雇用期間:4月1日～9月30日 週4日勤務	無	パソコン操作経験者	無	
5	震災対応等事務事業	震災関連業務の事務補助などやパソコンによる書類作成業務補助	7時間45分	1人	750円	雇用期間:4月1日～9月30日 週5日勤務	無	パソコン操作経験者	有	下水道課経営班 ☎内線2232
6	小・中学校、幼稚園教員補助事業	小学校内外の環境整備補助、教育行事の補助、学校事務の補助	5時間	11人	850円	雇用期間:4月1日～9月30日 週5日勤務	無		無	学校教育課学校教育班 ☎内線1252
7		中学校内外の環境整備補助、教育行事の補助、学校事務の補助	5時間	3人	850円	雇用期間:4月1日～9月30日 週5日勤務	無		無	
8		幼稚園内外の環境整備補助、教育行事の補助、学校事務の補助	5時間	2人	850円	雇用期間:4月1日～9月30日 週5日勤務	無		無	
9	小中学校特別支援教育支援事業	小学校での特別に配慮を要する児童の学習・生活支援	5時間	15人	850円	雇用期間:4月1日～9月30日 週5日勤務	無		無	
10		中学校での特別に配慮を要する生徒の学習・生活支援	5時間	5人	850円	雇用期間:4月1日～9月30日 週5日勤務	無		無	
11	学校教育就学関連事務補助事業	就学事務の補助、就学援助事務等補助	7時間	1人	750円	雇用期間:4月1日～9月30日 週4日勤務	無	パソコン操作(ワード、エクセル)経験者	無	
12	図書復旧・普及支援事業	被災資料等処理、震災関連資料の収集・整理など 応急仮設住宅集会所などの図書室整備と読書推進	7時間	9人	750円	雇用期間:4月1日～9月30日 週4日勤務	無	パソコン操作経験者 接客が得意な方	無	市図書館 ☎82-1120
13		貸出図書のクリーニングなど読書環境の向上の補助	5時間	2人	700円	雇用期間:4月1日～9月30日 週5日勤務	無		無	
14	災害援護資金等貸付業務事務補助	東日本大震災による生活の再建に必要な資金貸付事業の事務補助	7時間	1人	750円	雇用期間:4月1日～9月30日 週4日勤務	無	パソコン操作経験者	無	福祉課福祉総務班 ☎内線1173

■**雇用期間** 4月1日～9月30日

※雇用期間は6カ月ですが、期間満了後に平成26年3月31日まで最大6カ月の更新があり、最長で1年間の雇用期間となります。

■**賃金** 事業ごとに賃金額が異なります ※下記の表のとおり。

■**募集人員** 事業ごとに募集人員が異なります ※下記の表のとおり。

■**募集締切** 3月1日(金)～15日(金)

■**申し込み** 履歴書(本人自筆・写真貼付)とハローワークの紹介状を、各事業の申込先に提出してください。後日、面接がありますので、申込先で詳しい内容を確認してください

平成25年度採用 市臨時職員の募集

■**資格対象** 共通:心身ともに健康で市税など滞納のない方。職種に必要な資格などについては、下記の表のとおり

■**勤務内容・雇用期間・募集締切** 下記の表のとおり

■**勤務時間** 勤務時間および勤務日数は事業ごとに異なります ※下記の表のとおり。

■**賃金** 事業・職種ごとに賃金額や社会保険の有無が異なります ※下記の表のとおり。

■**募集人員** 事業・職種ごとに募集人員が異なります

※下記の表のとおり。

■**申し込み** 履歴書(本人自筆・写真貼付)を、各事業の申込先に提出してください。書類審査・面接の有無など、詳しくは申込先で確認してください

No.	事業名	募集する職種	業務内容	1日あたりの勤務時間	予定人数	賃金(時給など)	雇用期間(平成25年)	資格の有無	特記事項	社会保険の有無	募集締切	問・申し込み
1	最終処分場管理事業	文書分類および電話交換手	市全般の業務を把握し文書の分類・送付を行う業務、市窓口としての電話対応・取次ぎを行う業務、郵送管理業務など	7時間45分	若干名	750円	4月1日～9月30日 休日・夜間勤務なし。週4日勤務※8時30分～17時15分の間のシフト制。最大6カ月更新する場合あり。	無	パソコン操作(ワード、エクセル)経験者 書類選考あり	無 (雇用保険有)	3月11日(月)	総務課総務班 ☎内線1217
2		埋立処理する廃棄物の搬入受付および重機による場内整地	7時間45分	1人	930円	4月1日～9月30日 週5日勤務	有	場内整地のためバックホウ操作 廃棄物受け入れのためパソコン操作	有	3月11日(月)	環境課 廃棄物対策班 ☎内線1153	
3		狂犬病予防集合注射事業	集合注射受付、データ整理	7時間45分	1人	750円	5月7日～5月31日	無	パソコン操作(ワード、エクセル)経験者	無	3月15日(金)	環境課環境班 ☎内線1151
4		レセプト点検専門員(生活保護受給者分)	レセプト点検(生活保護受給者分)関連の事務	6時間	1人	950円	4月1日～平成26年3月31日 週12時間勤務、毎週月曜日から金曜日の間の2日間	有	診療報酬の審査支払機関または医療保険者において、レセプトの審査または点検の経験があり、パソコン操作(ワード、エクセル)経験者	無	3月11日(月)	福祉課 生活保護班 ☎1180
5		臨時看護師	乳幼児健診の診察補助、身体計測	若干名	1,090円	月5回、3～4時間程度	有	看護師免許 ※随時登録受付。	無 (雇用保険有)	随時登録受付	健康推進課 健康指導班 ☎内線3102	
6		臨時助産師	新生児・産婦訪問	若干名	1件 4,000円	不定 ※訪問先による。	有	助産師免許 ※随時登録受付。				
7		臨時歯科衛生士	乳幼児健診の歯科保健指導	若干名	990円	月1～2回、3～4時間程度 ※訪問先による。	有	歯科衛生士免許 ※随時登録受付。	無	3月13日(水)		
8		健康推進事業関連事務	住民健康審査や健康維持事業などの事務補助	6時間	1人	750円	4月1日～9月30日 週4日勤務 ※期間満了後に平成26年3月31日まで最大6カ月更新する場合あり。	無	パソコン操作(ワード、エクセル)経験者	無	3月13日(水)	
9		農業復興事業	農業復興事業関連の事務補助	5時間	2人	750円	4月1日～9月30日 週5日勤務 ※期間満了後に平成26年3月31日まで最大6カ月更新する場合あり。	無	パソコン操作(ワード、エクセル)経験者	無 (雇用保険有)	3月13日(水)	農林水産課 農政班 ☎内線2140
10		道路補修作業	市道の簡易な維持修繕作業	7時間45分	2人	1,030円	4月1日～9月30日 週5日勤務 ※期間満了後に平成26年3月31日まで最大6カ月更新する場合あり。	有	普通自動車免許、車両系建設機械運転技術	有	3月11日(月)	建設課 建設住宅班 ☎内線2224-5156
11	臨時技能員	市営住宅の簡易な維持修繕業務	7時間45分	2人	1,130円	4月1日～9月30日 週5日勤務 ※期間満了後に平成26年3月31日まで最大6カ月更新する場合あり。	有	普通自動車免許、大工技術	有	3月11日(月)		
12	震災対応等臨時職員	建設課の震災関連事業の事務補助およびデータ入力作業など	7時間	1人	750円	4月1日～9月30日 週4日勤務 ※期間満了後に平成26年3月31日まで最大6カ月更新する場合あり。	無	パソコン操作(ワード、エクセル)経験者	無			
13	震災窓口相談員	震災窓口相談、震災支援各種申請受付、事務補助	7時間45分	1人	770円	4月1日～9月30日 週5日勤務 ※期間満了後に平成26年3月31日まで最大6カ月更新する場合あり。	無	震災支援制度などに精通している方	有	3月11日(月)	生活再建支援課 生活再建支援班 ☎内線1488	
14	生活再建支援事業関連事務	生活再建支援事業関連の事務補助、各種申請受付		2人	770円	4月1日～9月30日 週28時間以内 ※期間満了後に平成26年3月31日まで最大6カ月更新する場合あり。	無	パソコン操作(ワード、エクセル)経験者	無 (雇用保険有)			
15	幼稚園臨時教諭配置事業	幼稚園臨時教諭	幼稚園での保育補助	7時間45分	2人	1,000円	4月1日～9月30日 週5日勤務	有	幼稚園教諭免許状所有者	有		
16	幼稚園臨時用務員配置事業	幼稚園臨時用務員	園舎内外の環境整備、修繕、管理業務など	7時間45分	1人	800円	4月1日～9月30日 週5日勤務	無		有		
17	宮戸小学校補助教員配置事業	小学校臨時補助教員	児童の学習指導	7時間45分	2人	1,745円	4月1日～9月30日 週5日勤務	有	小学校または中学校教諭普通免許状所有者	有	3月15日(金)	学校教育課 学校教育班 ☎内線1252
18	学校給食補助員配置事業	小学校給食補助員	学校給食補助業務(配色準備、後片付けなど)	4時間	3人	700円	4月1日～9月30日 週5日勤務	無		無 (雇用保険有)		
19		中学校給食補助員	学校給食補助業務(配色準備、後片付けなど)	4時間	2人	700円	4月1日～9月30日 週5日勤務	無				
20	東松島市芸術文化振興マネージャー	芸術文化振興のマネジメント、会計・社会保険等事務、事業の企画立案・実践	1人	月額 150,000円	週28時間以内 ※土、日、夜間勤務あり	無	パソコン操作(ワード、エクセル)経験者	無	3月15日(金)	生涯学習課 社会教育班 (市コミュニティセンター内) ☎内線3201		
21	コミュニティセンター管理人	平日夜および土日の利用者対応	2人	月額 97,000円	4月1日～3月31日 週28時間以内	無	パソコン操作(ワード、エクセル)経験者	無				
22	コミュニティセンター臨時職員	コミュニティセンター受付・集計事務	2人	770円	4月1日～9月30日 週28時間以内	無	パソコン操作(ワード、エクセル)経験者	無				
23	文化財保護事業	文化財事務補助員	埋蔵文化財包蔵地および特別名勝松島地域における開発行為への申請、届出関係事務の補助	6時間	1人	750円	4月1日～9月30日	無	パソコン操作(ワード、エクセル)経験者	無		
24	埋蔵文化財発掘調査事業	文化財発掘調査整理員	遺跡発掘調査および出土品測量図面作成など整理業務	6時間	3人	860円	4月1日～9月30日	無	イラストレーター・フォトショップ操作可能者優遇	無 (雇用保険有)	3月15日(金)	生涯学習課 文化財班 ☎内線3321
25	埋蔵文化財発掘調査事業	文化財発掘調査作業員 文化財基礎整理作業員	市内遺跡発掘調査の現場作業および出土遺物の基礎整理業務	6時間	5人	発掘調査作業 860円 基礎整理作業 750円	4月1日～9月30日	無	体力に自信がある方	無		
26	震災復興関連発掘調査事業 農地復興関連発掘調査事業	臨時学芸員	震災復興関連および農地復興関連発掘調査に係る学芸補助	7時間45分	1人	月額 248,000円	4月1日～9月30日 週5日勤務	有	博物館学芸員任用資格所有者 埋蔵文化財発掘調査について 相当の経験を有する者	有		
27	ミュージアム再生事業	臨時学芸員	奥松島縄文村歴史資料館の収蔵資料整理・データベース化などに関する学芸補助	7時間45分	1人	月額 248,000円	4月1日～9月30日 週5日勤務	有	博物館学芸員任用資格所有者 埋蔵文化財発掘調査について 相当の経験を有する者	有		
28	ミュージアム再生事業 里浜貝塚保存活用事業	文化財調査員	奥松島縄文村歴史資料館および史跡の活用などに係る学芸補助 里浜貝塚他公開活用事業に係る学芸補助 このほか、東松島市の文化財保護に係る補助業務	7時間30分	1人	1,240円	4月1日～9月30日 週4日勤務	有	博物館学芸員任用資格所有者	有	3月15日(金)	生涯学習課 文化財班 (奥松島縄文村歴史資料館) ☎88-3927
29	ミュージアム再生事業 震災復興関連発掘調査事業	文化財整理員	発掘調査およびミュージアム再生事業に係る専門的スキルを要する整理 奥松島縄文村歴史資料館展示物の復元、修復作業 収蔵遺物の台帳整備などに係る補助	6時間	6人	860円	4月1日～9月30日 週4日勤務	無	遺物整理業務経験者もしくはパソコン操作(ワード、エクセル)経験者	無 (雇用保険有)		
30	ミュージアム再生事業 震災復興関連発掘調査事業	文化財基礎整理作業員	ミュージアム再生事業に係る出土(被災)遺物の基礎整理 発掘調査に係る出土(被災)遺物の基礎整理	6時間	10人	750円	4月1日～9月30日 週4日勤務	無		無		

平成25年度 東松島市奨学金貸与学生募集

■貸与条件 学校教育法による高等学校や大学などに修学し、次の要件を備える方

- ①優秀かつ心身ともに健全で、成業の見込みがあること
- ②市内に住所を有し、2年以上居住していること
- ③国およびほかの地方公共団体、または公共団体から奨学金などの貸与を受けていないこと
- ④修学困難な生計状態であること



■貸与額・・・新規申込者に限ります

- ①高等学校生(中等高等学校の後期課程および特別支援学校(盲学校、ろう学校など)の高等部を含む) 月額20,000円以内
- ②高等専門学校生(1学年～3学年) 月額20,000円以内
(4学年以上) 月額35,000円以内
- ③専修学校生(高等課程) 月額20,000円以内
(専門課程) 月額25,000円以内
- ④大学、短期大学、大学院生 月額35,000円以内

■償還 卒業の1年後から10年以内に月賦・半年賦・年賦のいずれかで償還していただきます。(無利子)

■申し込み 3月25日(月)まで、教育総務課で受付

■申込書配布 2月15日(金)から教育総務課(市役所本庁舎2階)、鳴瀬総合支所窓口で配布

■問 教育総務課教育総務班 ☎内線1258

東松島市就学援助費の申し込み

市では、経済的な理由により、小・中学校へ就学が困難な児童生徒の保護者に対し、学用品費や給食費等の就学に必要な経費の一部を援助しています。

平成25年4月1日現在で市内の小中学校に在籍予定の全児童生徒の方々は、各小中学校を通じて制度内容および申請方法をお知らせしています。平成25年度小学校1年生以外の希望する世帯(保護者)で、まだ申請をされていない方は、早めに申請してください。

※詳しい内容は問い合わせください。

■問 学校教育課学校教育班 ☎内線1253

「第1回Cookコン in ひがしまつしま」参加者募集

「料理も学べて、人とも出会える。」をテーマとした東松島市の“街コン”を、東松島青年有志会インパルスが提案します。食材の宝庫である東松島市の素材を可能な限り使い、韓国料理を作りながら交流を図ります。

■日時 3月17日(日)11時～16時 ※受付:10時30分～

■場所 小野市民センター調理室(住所:東松島市小野字新欠下36)

■参加資格 男子:東松島市在住または在勤の20～30代の独身の方
女子:20～30代の独身の方 ※市内在住・在勤は問いません。

■定員など 男女各12人。友人同士での参加も可、本人含めて2人まで

■参加費 男子2,000円、女子1,000円

■持ち物 ハンドタオル、エプロン

■申し込み 氏名・年齢・性別・参加希望人数・連絡先を明記のうえ、下記メールアドレスに連絡ください。定員に達し次第締め切ります

■問 東松島青年有志会インパルス(若者が参加できるまちづくり活動を目指した東松島市の20代・30代の男女で構成された団体です)

☎080-4414-9018 Eメール:impulse2012mail@gmail.com

ブログ URL:http://impuls2012.blog.fc2.com/

知っ得情報

■問 東松島市役所 ☎82-1111

募集

県営住宅入居者募集

問 県営住宅供給公社
☎022-241-0014
24時間電話サービス
☎022-213-1861
URL:http://www.miyagi-jk.or.jp

募集住宅の情報は、配

布される募集案内をご覧ください。

■受付期間 3月1日(金)～12日(火)

■申し込み 専用の申込用紙を郵送

※3月12日(火)消印有効。

■申込書配布場所 県建築住宅センター、各市町村の県営住宅担当課、各地方振興事務所、各公共職業安定所などで3月1日(金)から配布開始

※市建設課(市役所鳴瀬庁舎2階)で配布しています。

■業務・時間 ①:蔵しつくパーク事業の企画実施。週40時間、8時30分～17時30分

②:まちづくり団体の事務支援。週27時間以内、

蔵しつくパーク職員募集

問 蔵しつくパーク
☎84-2011
(火～日曜、9時～17時)

■職種・募集人員 ①まちづくり支援員 1人

②事務スタッフ 1人

■資格・対象 市内に在住し、心身ともに健康で市税など滞納がなく、パソコン操作(ワード・エクセル)ができる

方。要普通運転免許

■業務・時間 ①:蔵しつくパーク事業の企画実施。週40時間、8時30分～17時30分

②:まちづくり団体の事務支援。週27時間以内、

8時30分～17時30分の間で調整

※週休2日、月曜日・年末年始は休日。必要に応じて休日出勤もあり

■勤務期間 4月1日から1年間 ※更新あり

■賃金 ①月額130,000円

※社会保険・雇用保険あり。

②時給770円

※社会保険無し。

■申し込み 3月15日(金)までに上記に履歴書(本人自筆・写真貼付)と職務経歴書を持参。後日、書類審査と面接を実施します

ハローワーク石巻出張相談会の開催

ハローワーク石巻では、職業に係る相談および紹介を主とした出張相談会を開催します。市内にお住まいの求職者の方々はぜひお越しください。

開催日時	開催場所	相談内容
3月8日(金) 10時～14時	東松島市商工会 鳴瀬支所	職業に関する相談および紹介
3月14日(木)、28日(木) 10時～14時	市コミュニティセンター 1階 集会室	
3月15日(金)、29日(金) 10時～14時	グリーンタウンやもと 仮設住宅内②集会所	

※雇用保険に関する相談や手続き、求人申込や助成金などの事業所関係の相談については、ハローワークの窓口を利用ください。

■問 ハローワーク石巻 ☎21-5390

子育て支援センターからのお知らせ



矢本子育て支援センター 「ほっとふる」
 ■開所日時 月～金曜日 9時～16時
 月1回土曜日 9時～12時
 電話・来所・訪問相談も行っています
 (休館日:その他の土・日曜、祝日および年末年始)
 ■住所 矢本字大溜9-1
 ■問 ☎84-2676 FAX84-2853

鳴瀬子育て支援センター 「あいあい」
 ■開所日時 月～木曜日 9時～16時
 (休館日:金・土・日曜、祝日および年末年始)
 電話・来所・訪問相談も行っています
 ■住所 牛網字駅前1丁目59-1
 ■問 ☎87-2338(FAX兼用)

3月の主な予定 ※行事のない開所日は自由に利用できます。

- ほっとふる
- ☆子育て講座 3月1日(金)10時30分～11時30分
(お母さんの心が楽になるコミュニケーション術)※要予約
 - ☆なかよし広場 3月4日(月)10時30分～11時30分(わらべうた)
 - ☆妊婦・赤ちゃん広場 3月4日(月)10時30分～11時30分(わらべうた)
 - ☆土曜開館 3月16日(土)9時～12時
 - ☆サロントーキング 3月26日(火)10時30分～11時10分(主任児童委員さんと遊ぼう)
- あいあい
- ☆おしゃべりひろば 3月7日(木)10時30分～11時10分(簡単ミサンガ作り)
 - ☆子育て講座 3月14日(木)10時～12時30分(親子料理教室)※要予約
 - ☆わくわくひろば 3月25日(月)10時30分～11時10分(親子運動あそび)
- ※毎月下旬に「東松島市子育て通信」を発行しています。さらに詳しい内容で、子育て情報を発信しています。子育て支援センターや各市民センターで配布していますので利用ください。

知っ得情報

■問 東松島市役所 ☎82-1111

お知らせ

第100回 こせき健康講座

問 医療法人徳会真壁病院 ☎82-171111

■テーマ 「放射能の基礎知識」

※今回は記念講演として、知っているよう

で、知らない放射能の基本から食べ物への影響など気になる話題を、分かりやすく解説します。入場無料。

■日時 3月27日(水)

18時30分～19時30分

※入場開始18時。

■講師 齋藤 勝裕先生

(名古屋国立大学特任教授)

※「知っておきたい放射能の基礎知識」著者

■場所 市コミュニティセンター1階ホール

■主催 医療法人徳会

真壁病院、特定非営利活動法人エバーオンワード

■共催 東松島市

「第6回JAいしのまきいちご祭り」のお知らせ

石巻地方で生産されるいちごはとっても美味しいことを消費者の皆さんに知ってもらうための「JAいしのまきいちご祭り」は、格安のいちご直売はもちろん、模擬せりやクイズなど盛りだくさんのイベント内容で開催します。



■日時 3月10日(日)9時～12時

■場所 石巻青果花き地方卸売市場

(住所:東松島市赤井字南三242-1、三陸自動車道石巻港IC北側)

■主催・問 第6回JAいしのまきいちご祭り実行委員会 (JAいしのまきいちご部会などで構成)

事務局:JAいしのまき園芸課 ☎22-1191

平成24年分確定申告の事前準備をお願いします～市税務課からのお知らせ～

今年度も市内各所において平成24年分の確定申告の受付を実施しています。

今回も、例年以上に混雑することが予想されますので、皆さんの待ち時間短縮のため下記のとおりご協力をお願いします。

●営業等・農業・不動産所得のある方は、事前に計算し収支内訳書を作成してから申告会場へお越しください。

※平成24年分確定申告の受付(日程・場所など)に関する詳しい内容は、市報1月1日号でお知らせしています。

■問 税務課住民税班 ☎内線1138・1139

障害者の方向け自動車税の減免申請のお知らせ

平成25年4月1日現在に障害者の方が所有(名義人)し、障害者本人(または障害者と生計同一の方)が主に通学・通院・通所または生業のために運転(使用)する自動車の税金(1台分)が、減免の対象となります。

軽自動車(納期限:5月末)の減免申請の手続きは市役所税務課、普通自動車(納期限:5月末)の減免申請の手続きは宮城県東部県税事務所となります。

生計同一証明が必要な方には、市役所福祉課で申請により交付します。減免申請の期間は、4月1日から納期限前7日までとなります。なお、障害の種類、等級により該当しない場合もありますので、詳しい内容は福祉課または減免申請手続き先に問い合わせください。

■問 福祉課障害福祉班 ☎内線1177～1179

平成25年度 各種検診等申込書を提出していない方へ

平成25年度各種検診等申込書を、1月末まで各世帯に郵送していましたが、まだ申し込みの回答をされていない世帯が多数見受けられます。申込書提出期限はすでに過ぎていますが、諸事情により提出できなかった方は、必要事項を記入のうえ、返信用封筒で返信願います。

この申込書で、各種がん検診・健康診査(循環器健診)・高齢者インフルエンザ予防接種などの申込受付をします。4月からは胃がん検診が始まりますので、提出されない場合、検診に必要な受診票が届なくなり、受診できないこともあります。

※平成24年12月1日以降に転入された方には、検診申込書を郵送していませんので、下記まで連絡ください。

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3109・3110

被災市街地復興推進地域の建築行為に伴う市の許可の廃止

市では、震災により大きな被害を受けた「大曲浜地区・野蒜地区」について、「被災市街地復興推進地域」の指定を行っています。

「被災市街地復興推進地域」の指定された地域では、震災から2年間、建築行為を行う際は市の許可を受けることになっていましたが、3月10日(日)をもってその期間が満了します。

そのため、3月11日(月)以降は、建築に際し建築確認などとは別に、「被災市街地復興推進地域」の許可を受ける必要はなくなります。

ただし、市では昨年6月1日より「津波防災区域建築条例」が施行(新東名一丁目・新東名二丁目・新東名三丁目の一部を除く)されており、津波防災区域内に建築物を建設する場合は、その基準を順守していただく必要があります。

東松島市 大曲浜地区



東松島市 野蒜地区



被災市街地復興推進地域 津波防災区域

■問 復興都市計画課都市計画班 ☎内線1472・1473

広告

■ 広告を掲載しませんか ■

「市報ひがしまつしま」に掲載する広告を募集しています。広告欄を使って、会社やグループをど～んと宣伝しませんか。 ※市内に住所を有する事業所・団体が申し込みできます。

■掲載 枠 第1種広告 10,000円(42mm×122mm)
第2種広告 20,000円(42mm×252mm)

■申し込み締切 掲載希望月1日号の前々月末(土、日曜日または休日の場合はその前日)
例: 5月1日号… 3月29日(金) 6月1日号… 4月30日(火)

■問 総務課秘書広報班 ☎内線1212

広告

住宅瑕疵担保責任保険・住宅防音工事・耐震改修工事・エクステリア広域住まいの改善相談(NPO)・住宅用火災報知器・高齢者、障害者住宅改善・みやび版住宅

建設関連従事者の国民健康保険・労災保険・退職金制度 東松島市矢本建設職組合 TEL82-6498

宮城県建設業国民健康保険組合矢本支部 TEL 83-3572
事務局 TEL 82-5978 FAX82-6748

それゆけ! イート Vol.23 「ホワイトデー」

作:みやみ

◎バレンタインデーにチョコをもらった男の子はちゃんとありがとうの贈り物をしようね! by イート



○イート:東松島市のキャラクター。名前の由来は東松島市の東(イースト)と心(ハート)が融合したもの。楽しいイベントが好きでおいしいん坊。

○イーナ:「イート」の妹。恥ずかしがりやさんお兄ちゃんのそばを離れたがらず、一緒によくお祭りやイベントの会場に登場する。

○ホワイトデー:バレンタインデーにチョコレートなどをもらった男性が、そのお返しとしてキャンディ・マシュマロ・ホワイトチョコレートなどのプレゼントを、女性へ贈る日として定着している。

問 東まつしま地域活動支援センターカノン ☎83-11571
「えくぼ」ホームページ <http://ekubo.blog.ocn.ne.jp/blog/>

対象者 言葉や感情表

発達障害者支援センター「えくぼ」巡回相談

場 東まつしま地域活動支援センターカノン

日 3月19日(火)

時 13時30分～14時30分。1日2件まで1回45分程度

場 障害児デイケアセンターこどもの広場

申 申し込み 相談日の1週間前までに、電話または来所にて相談ください

場 矢本保健相談センター

担 矢本保健相談センター

日 3月14日(木)

時 13時(各50分ずつ)

場 矢本保健相談センター

担 矢本保健相談センター

日 3月21日(木)

時 13時(予約制1人50分)

場 矢本保健相談センター

担 矢本保健相談センター

問 福祉課障害福祉班保健師 ☎内線1175・1176

市では、震災後のこころのケアについての相談窓口を開設しています。相談日の前日までに電話で申し込みください。

○こころの健康相談(大人の方)

眠れない・食欲がなくて食べられない・誰とも話す気にならない・イライラするなどの症状でお困りの方。

■相談日 3月12日(火) 14時(予約制1人50分)

■場所 市役所内相談室

■担当 こだまホスピタル 虎岩武志医師

問 健康推進課健康指導班 ☎内線3105

子育ての心配事や反抗期への対応、しつけの仕

■相談日 3月18日(月)

■場 矢本保健相談センター

担 みやぎ心のケアセンター

問 健康推進課健康指導班 ☎内線3105

子育ての心配事や反抗期への対応、しつけの仕

■相談日 3月21日(木)

■場 矢本保健相談センター

担 矢本保健相談センター

問 健康推進課健康指導班 ☎内線3105

子育ての心配事や反抗期への対応、しつけの仕

■相談日 3月21日(木)

■場 矢本保健相談センター

担 矢本保健相談センター

問 健康推進課健康指導班 ☎内線3105

子育ての心配事や反抗期への対応、しつけの仕

■相談日 3月21日(木)

■場 矢本保健相談センター

担 矢本保健相談センター

相談

震災後のこころのケア 相談窓口

問 福祉課障害福祉班保健師 ☎内線1175・1176

市では、震災後のこころのケアについての相談窓口を開設しています。相談日の前日までに電話で申し込みください。

○こころの健康相談(大人の方)

眠れない・食欲がなくて食べられない・誰とも話す気にならない・イライラするなどの症状でお困りの方。

■相談日 3月12日(火) 14時(予約制1人50分)

■場所 市役所内相談室

■担当 こだまホスピタル 虎岩武志医師

○こころの健康相談(大人の方)

眠れない・食欲がなくて食べられない・誰とも話す気にならない・イライラするなどの症状でお困りの方。

■相談日 3月12日(火) 14時(予約制1人50分)

■場所 市役所内相談室

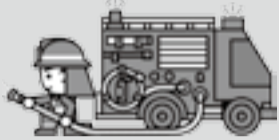
■担当 こだまホスピタル 虎岩武志医師

春の火災予防運動 3月1日(金)～7日(木)

～消すまでは 出ない行かない 離れない～(平成24年度全国統一防火標語)

矢本消防署では火災予防運動の一環として、一日消防署長が3月1日(金)10時30分ごろから、ヨークベニマル矢本店前で火災予防の街頭啓発を行います。

■問 矢本消防署 ☎82-2147、矢本消防署鳴瀬出張所 ☎88-2119、災害情報テレホンサービス ☎0180-992-911



消費生活相談窓口へ気軽に相談してください

～注文をした覚えのない商品(健康食品、海鮮食品など)の送りつけにご用心～

「こんなことがあった」

- ・注文していないのに
- ・買うと言っていないのに
- ・断ったのに

商品が送られてきた。

「以前お申込みいただいた健康食品を送ります。」と電話があり、注文していないので断ると暴言を吐かれた。

・健康食品を送るために住所を確認したいという電話があった。



●心がまえの一例

☆不意にかかってくる電話には、不用意に同意しない。

☆申し込んだ覚えもなく、購入するつもりがなければきっぱり断りましょう。

☆断ったにもかかわらず一方的に送りつけられた場合は、商品を受け取り拒否しましょう。代金引換で届いた時は要注意。

心配なときや困ったときはすぐ相談を。

■相談先 市民課消費生活相談窓口:月～金曜日(祝日を除く)9時～15時

■問 市民課消費生活相談室(市役所本庁1階)☎内線1117

休日診療担当医院表

●東松島地区医院・薬局

月日	医院名	電話	薬局名	電話
3月3日(日)	伊東胃腸科内科	82-6666	たかぎ薬局赤井店	83-5466
3月10日(日)	かしわや内科クリニック	83-2003	こぐま薬局	82-3943
3月17日(日)	うつみレディースクリニック	84-2868	調剤薬局くりっぴ	24-9730
3月20日(水・祝)	鳴瀬中央医院	87-3853	なるせ薬局	86-1251
3月24日(日)	わたなべ整形外科	84-2323		
3月31日(日)	ししど内科クリニック	83-8830	調剤薬局くりっぴ	24-9730

※救急医療機関として、市内では、真壁病院☎82-7111、仙石病院(泌尿器科、脳神経外科)☎83-2111が24時間体制で救急患者の診療を実施。また、石巻圏域では、石巻赤十字病院☎21-7220、斎藤病院☎96-3251が、24時間体制で救急患者の診療にあたっています。診療が必要な場合は、電話確認をしてから受診してください。

●小児科休日急患担当医院

石巻市の小児科休日急患担当医による診療が開始しました。東松島市在住の方も利用できますので、診療が必要な場合は、電話確認をしてから受診してください。

月日	医院名	住所	電話
3月3日(日)	ものうファミリークリニック	石巻市桃生町中津山字八木167-4	76-4024
3月10日(日)	石巻市夜間急患センター(仮設)	石巻市日和が丘1丁目2-11	94-5111
3月17日(日)	石巻市夜間急患センター(仮設)	石巻市日和が丘1丁目2-11	94-5111
3月20日(水・祝)	中山こどもクリニック	石巻市中里3丁目4-27	95-4121
3月24日(日)	佐久間眼科小児科医院	石巻市八幡町1丁目3-22	92-7651
3月31日(日)	おおば小児クリニック	石巻市門脇字青葉西38-1	93-9693

【3月の各種特設相談】相談者の秘密は厳守します。気軽に利用ください。

相談名	日時	場所	相談内容	問・申し込み
人権相談	3月8日(金) 10時～15時	市コミュニティセンター	いじめ、暴力、隣近所とのもめ事、その他人権に関する相談	仙台法務局石巻支局 ☎22-6188 市民課窓口サービス班 ☎内線1122
消費生活相談	毎週月～金曜(祝日を除く) 9時～15時	市役所1階市民課(消費生活相談室)	多重債務、悪質商法、不当請求、契約トラブル(クーリングオフ)などの消費生活をめぐる問題に関する相談	市民課消費生活相談員 ☎内線1117
行政相談	3月8日(金) 13時～15時	市コミュニティセンター	国・自治体の行政や郵便局・NTT、独立行政法人などの業務に関する相談	
法テラス東松島への法律相談	法テラス東松島では、登記・相続・賃金未払い・借家トラブル・多重債務・成年後見制度などの法律相談を受け付けていますので、利用ください。 ■場所 市コミュニティセンター西側 ■開設日時 平日9時～16時 ■問 ☎050-3383-0009			総務課総務班 ☎内線1205



■問 東松島市役所 ☎82-1111

母子健康手帳・母子健康手帳別冊の交付

■問 健康推進課健康指導班
☎内線3114・3115

■対象 妊娠された方、震災で母子健康手帳をなくした方

■方法 保健師による個別交付

■場所 矢本保健相談センター

■申し込み 事前に電話での予約が必要

赤ちゃん訪問

■問 健康推進課健康指導班
☎内線3114・3115

■内容 赤ちゃんの体重測定、発育・発達確認と母乳・育児相談の家庭訪問

■方法 希望する場所に保健師または助産師が伺います

※市外の里帰り先などに希望される方は相談ください。

■申し込み 電話または出生連絡票を郵送で提出

■問 健康推進課健康指導班 ☎内線3114・3115

乳幼児健康診査・健康相談のお知らせ

乳幼児健康診査および健康相談の予定は下記のとおりです。乳幼児健康診査の対象者には、あらためて通知していますが、通知が届かない方や新たに転入された方は、健康推進課まで連絡ください。

乳幼児健康診査および健康相談スケジュール(3月) 場所: 矢本保健相談センター

健康診査	対象者	期日	受付時間
4か月児健康診査	平成24年11月 生まれ	27日(水)	12時30分~12時50分
1歳6か月児健康診査	平成23年8月 生まれ	5日(火)	12時~12時50分
2歳6か月児歯科健康診査	平成22年8月 生まれ	7日(木)	12時30分~12時50分
3歳児健康診査	平成21年10月 生まれ	6日(水)	
健康相談	対象者	期日	受付時間
妊産婦・子どもの健康相談	妊産婦・子ども・保護者	19日(火)	9時30分~11時30分
7か月児健康相談	平成24年8月 生まれ	26日(火)	9時~9時20分
10か月児健康相談	平成24年5月 生まれ		13時~13時20分

■問 健康推進課健康指導班 ☎内線3114・3115

**健康・栄養相談会の開催
~あなたの健康を振り返ってみませんか~**

実施日	開催時間	場所
3月8日(金)	11時~12時	柳北有明集会所 ※運動のみの実施し試食はなし。
3月12日(火)	11時~14時	宮戸みんなの家
3月13日(水)		関の内地区学習等供用施設
3月14日(木)		南赤井地区学習等供用施設
3月15日(金)		東名ふれあい地区センター
3月18日(月)		牛網地区学習等供用施設
3月21日(木)		小野市民センター
3月22日(金)		矢本東市民センター

■内容 ①時間短縮栄養満点料理の試食 ②運動実技 ③健康相談
※体重が増えた方、血圧が高めの方におすすめの教室です。

■問 健康推進課健康指導班 ☎内線3103

食のリレーーク 第26回

おいしい農産物を届けたい

尾形くに子さん(中下)

震災前は野蒜駅のNマップの野菜部会で活動していましたが、震災後、Nマップがなくなり、現在は仲間と一緒に仮設住宅などを回って、自分たちで育てた旬の野菜を販売しています。火曜日と金曜日の週2回、ひびき工業団地仮設住宅と小野地区を回っています。

移動販売は「地域の皆さんに喜んでほしい」という思いから、震災があった年(平成23年)の6月から始めました。皆さんに買ってもらえるよう値段も安く販売しています。私たちが来るのを楽しみに待っていてくれる人もいて、やりがいにつながっています。特に車を持たない高齢者や体の不自由な方には喜んでもらっていますから、あと1、2年はこの移動販売を続けなくちゃと思っています。

食生活改善推進員の活動にも取り組んでいます。我が家の96歳の母はとても丈夫で、好き嫌いなく何でも食べることが元気の秘訣。食べることで健康は深いつながりがあるんだと母を見ながら実感しています。

私たちがお届けする野菜は、自分の家で食べているものですから、農薬を抑えた安全安心なものばかり。皆さんにたくさん食べてもらえるよう、これからも新鮮でおいしい地元農産物をお届けしたいと思っています。



▲車に野菜を積み込む尾形さん

今回は矢本・鳴瀬両子育て支援センターの
渋谷恵美所長にバトンタッチします

予防接種予診票を郵送

次の対象となる方に予防接種予診票を郵送しますので、指定医療機関で接種してください。通知が届かない場合は、連絡ください。

予防接種名	対象
BCG、四種混合、ヒブ、小児用肺炎球菌	平成25年1月生まれの方
麻しん風しん(第1期)	平成24年2月生まれの方

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3110

麻しん風しん混合予防接種(2期)(3期)(4期)のお知らせ

麻しん風しん混合予防接種(2期)(3期)(4期)対象者の方は、接種期限が3月31日(日)までとなっています。期限を過ぎますと自己負担での任意接種となりますので、まだ、接種をしていない方は、忘れずに予防接種を受けましょう。

なお、未接種で予診票がない方や転入された方は、下記までご連絡ください。

■対象 2期 平成18年4月2日~平成19年4月1日生まれの方
3期 平成11年4月2日~平成12年4月1日生まれの方
4期 平成6年4月2日~平成7年4月1日生まれの方

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3110



**江藤香織(左) 鶴飼その子(右)
管理栄養士**

散歩や買い物をしている時など、元気な姿で声をかけてもらうと「〇〇さん、よくなったんだ」と私達もうれしくなります。長年続けてきた生活や食事のリズムを変えるのは難しいことです。できることからひとつずつ始めていきましょう。健康診断を毎年受けることも忘れずに。

あなたに届け! 健康ラブレター

内臓脂肪の蓄積が高血糖、高血圧、脂質異常を招き、それらが重複している状態をメタボリックシンドローム(メタボ)といいます。昨年度の住民健診では23.8%の方がメタボ該当者でした。脱メタボには内臓脂肪を減らす必要があります。内臓脂肪を減らすための食事のポイントとしては、自分の適量を知りバランス良く腹八分目に食べること。炭水化物の重ね食べ(麺類+おにぎりなど)はエネルギーの過剰摂取だけでなくたんぱく質や野菜不足を招く傾向がみられます。たんぱく質が不足すると体が飢餓状態だと錯覚し、体内の中性脂肪値が上がりやすくなります。脂肪分の少ない良質のたんぱく質を選んで食べることで、野菜を毎食食べることも大切です。

内臓脂肪を減らすには運動も必要です。運動をすることで血圧値も血糖値も下がり、中性脂肪値もコレステロール値も改善します。特別な運動だと三日坊主に終わることが多いので、掃除の回数を増やす、エレベーターより階段を使う、など今より体を動かす機会を増やすことだけでも効果があります。

特別な道具が要らず、空いた時間にすぐのできるウォーキングは、脂肪を燃焼させる有酸素運動の中でもおススメです。たとえ10分歩くだけでも1年間でフルマラソン5回分の運動量になります。また、寝不足も内臓脂肪を貯め込む要因になります。日常の動作や習慣にひと工夫するだけで病気は予防できます。激しい運動やダイエットを始める前に、無理なく続けられる事から始めてみませんか。

東松島市健康増進センター ゆぶと通信

今年の冬はとにかく寒いので、体調管理には十分注意しましょう。そんな時こそ、暖かいゆぶとで身体を動かしてくださいね。

ひなまつりキャンペーン

3月3日(日)にゆぶとを利用された女性の皆さんへ「次回使える優待利用券」をプレゼントします。
お誘い合わせの上、たくさんの皆さんの利用をお待ちしています。



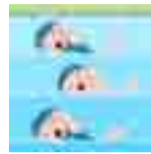
お得な回数券キャンペーン

3月8日(金)～20日(水・祝)

上記期間内に利用回数券を購入した方は、当日100円(入湯税のみ)でゆぶとを利用できます。多くの皆さんの利用を、心よりお待ちしております。

春休み短期水泳教室参加者募集

- ①3月29日(金)・30日(土)・31日(日) メ切:3月22日(金) 当クラブ イヌ・ウマ 対象 3歳6ヶ月～6歳
15時～16時 定員20人 会員/2,500円 一般/3,500円
- ②3月25日(月)・26日(火)・27日(水)・29日(金)・30日(土)・31日(日) メ切:3月18日(月) 当クラブ 7～16級 対象 小学生
13時～14時30分 定員30人 会員/5,000円 一般/7,000円
- ③4月1日(月)・2日(火)・3日(水)・5日(金)・6日(土)・7日(日) メ切:3月25日(月) 当クラブ 1～6級 小学生
13時～14時30分 定員20人 会員/5,000円 一般/7,000円



ジュニア水泳教室 会員募集中

月・火・水・金曜日	土曜日
15時～16時 幼児(3歳半～6歳)	10時15分～11時15分 学童(小学生/7-16級)
16時15分～17時15分 学童(小学生)	11時30分～12時30分 幼児(3歳半～6歳)
17時30分～18時30分 学童(小学生)	16時15分～17時15分 学童(小学生/9-16級)
月・水・金曜日	17時30分～18時30分 学童(小学生/1-8級)
18時～20時 学童(小学生)～3級以上 選手コース	
月会費(4週制/月) 週1回コース…4,000円 週2回コース…6,000円 選手コース…8,000円 教材費…2,000円(入会時のみ)	

■営業時間

平日 10時～22時 土日祝 10時～21時

■休館日

毎週木曜日(祝日の場合翌日)

■問 ☎84-3855

※プール・トレーニングジムの利用は閉館30分前までにあります。

市民のカレンダー 3月

カレンダーの中にある時刻は、行事などの開始時間(または終了時間)を表しています。

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
飲酒運転は犯罪です 宮城県内では震災発生後から飲酒運転による事故や検挙数が増加しています ～飲酒運転を「しない」「させない」「許さない」～		冬場の道路の安全通行 今回の震災により、市内の国道・県道・市道・三陸自動車道などの道路には、段差や陥没箇所、津波により側溝の蓋が流失した箇所が多数あります。また、冬場の道路の路面は凍結や積雪の影響で安全に通行できない場合もあります。 自動車・自転車の運転者や歩行者の皆さんが通行の際には、十分に道路の状態を確認して時間と気持ちに余裕をもって通行しましょう。		インフルエンザの流行に注意 冬場はインフルエンザの流行に注意が必要です。症状がみられたら早めにかかりつけの医療機関で受診しましょう。		3/1 ■市報3月1日号発行 ■春の火災予防運動(～7日) ■振替休業日(大曲小)	2 ■第7回矢本ひがし地区区民まつり(市コ)10:00 ■おはなし会(市)11:00
3 ■小野市民笑顔ふれあいまつり 小野市民センター 9:30 ■第7回矢本ひがし地区区民まつり(市コ)10:00	4 ■図書館休館日	5 ■市民課延長窓口 ～19:00 ■納税相談夜間延長窓口 ～20:00	6 ■ちっちゃい子おはなし会(市)11:00	7 ■囲碁将棋のつどい(市)10:00	8 ■人権相談(市コ)10:00 ■行政相談(市コ)13:00	9 ■市内中学校卒業式 ■おはなし会(市)11:00	
10	11 ■平成25年東日本大震災 東松島市慰霊祭(市体)14:45 ■図書館休館日	12 ■機能訓練(市)10:00 ■市民課延長窓口 ～19:00 ■納税相談夜間延長窓口 ～20:00	13	14 ■囲碁将棋のつどい(市)10:00 ■矢本一中立志式(矢本一中講堂)13:30	15 ■市報3月15日号発行 ■矢本二中立志式(赤井南小講堂)13:40	16 (A) ■鳴瀬二中閉校式(小野地区体育館)9:30 ■おはなし会(市)11:00 ■卒業式(大曲・大塩小)	
17	18 ■図書館休館日 ■卒園式(はなぶさ幼)	19 ■卒業式(矢本東・矢本西・赤井・赤井南・小野・浜市・野蒜・宮戸小) ■修了式(鳴瀬幼) ■市民課延長窓口 ～19:00 ■納税相談夜間延長窓口 ～20:00	20 春分の日 (A) ■図書館休館日(春分の日) ■卒園式(矢本中央幼)	21 ■囲碁将棋のつどい(市)10:00 ■鳴瀬一中閉校式(鳴瀬一中講堂)13:30 ■卒園式(鳴瀬幼)	22 ■ジュニアリーダー初級研修(～24日)(花山自然の家) ■修了式(市内小・中学校、矢本中央幼・はなぶさ幼)	23 (A) ■修了式(矢本東・大曲・大曲浜・赤井北・赤井南・大塩・小野保育所) ■おはなし会(市)11:00 ■卒園式・修了式(のびる幼・矢本西保育園)	
24	25 ■図書館休館日 ■市民課延長窓口 ～19:00(～4月5日まで) ■一日入学(鳴瀬未来中)	26 ■機能訓練(市)10:00 ■東芝ソリューション寄贈 図書お披露目会(市)11:00 ■東松島市長選挙・市議会議員一般選挙立候補者説明会(市)13:30 ■市民課延長窓口 ～19:00 ■納税相談夜間延長窓口 ～20:00	27 (A) ■市民課延長窓口 ～19:00 ■一日入学(矢本一中)	28 ■市民課延長窓口 ～19:00	29 ●後期高齢者医療保険料第9期納期限日 ■図書館休館日(図書整理日) ■市民課延長窓口 ～19:00	30 (A) ■おはなし会(市)11:00	
31 ■広島県あおぞら子供神楽(大曲市民センター)10:00 ■後藤桃水翁を偲ぶ民謡まつり(市コ)13:00	4/1 ■市報4月1日号発行 ■図書館休館日 ■市民課延長窓口 ～19:00	2 ■市民課延長窓口 ～19:00 ■納税相談夜間延長窓口 ～20:00	3 (A) ■ちっちゃい子おはなし会(市)11:00 ■市民課延長窓口 ～19:00	4 ■市民課延長窓口 ～19:00	5 ■市民課延長窓口 ～19:00	6 (A) ■おはなし会(市)11:00 ■花を生けてみよう(市)11:30・13:30	

問い合わせ

(役) …市役所 82-1111	(老) …老人福祉センター 83-2851	(縄文) …奥松島縄文村歴史資料館 88-3927	(矢運) …矢本運動公園 82-6804
(鳴総) …鳴瀬総合支所	(矢子) …矢本子育て支援センター 84-2676	(蔵) …蔵しっくパーク(ひとまち交流館) 84-1770	(赤体) …赤井地区体育館 82-6803
(矢保) …矢本保健相談センター 82-1123	(鳴子) …鳴瀬子育て支援センター 87-2338	(市コ) …市コミュニティセンター 82-6969	(鷹来) …鷹来の森運動公園 82-1101
(鳴保) …鳴瀬保健相談センター 87-3111	(図) …市図書館 82-1120	(市体) …市民体育館 82-9030	(健増) …健康増進センター ゆぶと 84-3855

体育館一般開放のお知らせ ■開放時間 19～21時 ■場所 (A)…市民体育館 ■問 生涯学習課スポーツ振興班 電話82-9030

戸籍のまど

平成25年1月届け出分
(1月1日～1月31日)
敬称略・希望者のみ掲載しています

ご結婚 おめでとうございます

行政区	氏名
行政隊	菅原 考紀
手招	小野寺 久美子
下町三	佐藤 尚徳
仙台市	長崎 仁美
岡山県	寺本 博幸
前里	浅野 友梨
往還上	手代木 与広
作田浦	森田 那奈

お誕生 おめでとうございます

行政区	氏名	保護者
平岡	千葉 啓汰	碓氷 稔
表	佐藤 磨弥	たかゆき
上河戸四	奥田 瀬菜	真一
表	小野寺 玲奈	尚志
上河戸二	相澤 奏太郎	一生
下町二	阿部 はな	賢治
尾形 慎太郎	久汰	孟紀
浅井	尾形 慎太郎	久憲
根古	横田 久汰	久憲
上町二	今野 柚希	充
下町一	大楽 柊斗	奈央
関の内一	遠藤 暖大	伸太
下浦	櫻井 杏樹	祐太
小野下	熱海 元治	伸明
下浦	赤間 莉愛	智洋
上河戸四	植木 陵斗	一道
上納	石山 洋太郎	奏一
五味倉	阿部 蓮莉	大輔

お悔やみ申し上げます

行政区	氏名	享年
上町三	雲石 とみ子	77
下小松	川田 うめ子	93
往還上	菅原 みね子	78
上河戸三	船木 昭吾	71
石巻市	清水 とときよ	88
川下	内海 正敏	56
照井	隆夫 おお	73
小野下	信夫 おお	66
裏一	周子 かねこ	78
仙台市	菅原 善政	61
富谷町	千葉 三郎	61
南五	亀山 吉行	56
小野上	岡本 雲石	87
寺	狩野 金作	65
上浜二	雲石 てい子	97
根古	遠藤 きよ子	90
表	繁志 子よ	87
下小松	かつよ	88
下町二	熱海 てるよ	97
下浦	及川 いづ	93
前里	浅野 栄孝	80
下町四	田中 勝孝	66

◆お詫びと訂正◆

市報2月1日号の「ご結婚 おめでとうございます」で掲載した方の氏名の読みがなが誤ってしまいましたので、お詫びして訂正いたします。

× 誤	利府町 新東名北 後藤 仁美	及川 よし子
○ 正	利府町 阿部 義法	久美子

上河戸一 及川 よし子
関の内一 奥田 久美子
平岡 石森 忠五郎
小分木 奥田 三郎
駅前 齋藤 あい子

横沼二 千葉 花の暖
東大溜 三浦 優心
愛知県 保坂 由希音
浜須賀 菅原 廉
青森県 山本 彩葉
南浦宿舎 蓑輪 瑤
往還下 鷹木 悠月
柳北 木村 瑛美
南新 阿部 莉歩
表 志賀 怜空

順一

96 84 83 57 80

日本郵便から郵便局への「転居届」に関するお知らせ ～転送期間切れに注意しましょう～

大切な郵便物を確実に郵送するため、転居して引越したときに郵便局に「転居届」を届出されている場合、郵便物の転送期間は、届出から1年間になります。期間延長の手続きをしないまま転送期間を経過した場合、差出人へ返却されることになります。

転送期間の延長を希望される方は、最寄りの郵便窓口で再度「転居届」を提出してください。

■窓口届出の際に必要なもの 1. 印鑑 2. 本人と確認できる書類(運転免許証、各種健康保険証など)

■問 日本郵便株式会社・石巻郵便局コールセンター ☎95-5020、または最寄りの郵便局

蔵っぱパークからのお知らせ

■問・申し込み 蔵っぱパーク ひと・まち交流館 ☎FAX84-1770
ふれ愛情報プラザ ☎84-2011・FAX84-2015

くらっぱ蔵部 定員になるまで受付しています。必ず一人毎に電話で申し込みください(☎84-1770)。

内容	日時	受付開始日	材料費	参加費	定員	持ち物
和裂で作る【チューリップ】 講師:佐藤のり子	3月8日(金) 9時30分～12時 または 12時30分～15時	3月5日(火) 9時～	各1,200円	100円	各8人	裁縫道具
簡単生け花 講師:鈴木喜子	3月16日(土) 10時～12時	3月6日(水) 9時～	1,500円	100円	10人	花ばさみ(ある方)
五月人形つるし飾り シリーズ【輪と房】 講師:及川美代子	3月21日(木) 10時～12時	3月7日(木) 9時～	1,000円	100円	10人	裁縫道具・ボンデ・はさみ・おしぼり
プリザーブドフラワー 「ワインボトルハンガー」 講師:本田奈都子	3月26日(火) 10時～12時	3月8日(金) 9時～ 17日(日)締め切り	2,000円	100円	10人	ピンセット・はさみ・ワインボトル(空でも良い)
初級つるし飾り【桃太郎】 講師:佐々木比呂美	3月28日(木) 13時30分～16時	3月9日(土) 9時～	1,500円	100円	なし	ボンデ・はさみ・両面テープ(5 ^{センチ} 幅)・手芸綿

ちぎり絵展 出展者:しゅんこう、三浦寛衣 おひな様の作品を多数展示
■日時 3月5日(火)まで9時～17時(月曜休館)

古布展示会 出展者:ピカ市 代表:先崎政紀 古布着物や帯の展示
■日時 3月15日(金)～17日(日)10時～17時(最終日16時まで)

春蘭展示会 出展者:石巻春蘭愛好会 可憐な春蘭を多数展示 ■日時 3月31日(日)9時～17時

展示コーナー

ふれ愛情報プラザからのお知らせ

4月2日(火)から、ふれ愛情報プラザを再開します。

①パソコン初心者無料相談
※無料ですが事前予約が必要です。
■日時 4月10日(水)10時～12時
■内容 ワードやエクセルなどの初心者相談(例)文字の入力がカタカナになるローマ字になる、文字を大きくしたいなど、1人15分程度(ネット接続不可)
※機器のハードウェアに関する修理などはできません。詳しくは受付時にお知らせします。
申込開始:3月5日(火)から、締切は定員になるまで。電話・FAX・メールにて受付します

②パソコン入門
■日時 4月16日(火)～19日(金)10時～12時
■内容 これからパソコンを始める方で18歳以上の方ならどなたでもパソコン持込不可・館内備え付けPC使用(win7)
■受講料 2,500円(テキスト込) ■定員 10人

③はじめてのデジカメ
■日時 4月24日(水)・25日(木)10時～12時
■内容 コンパクトデジカメの電源やピン撮影PCへの取り込みと印刷までゆっくり学びます〔ご自身のデジカメを持参ください。お持ちでない方は貸出します(CanonIXY)〕
■受講料 2,300円(テキスト込) ■定員 10人
※無料相談は電話受付のみ。☎84-2011 FAX84-2015 メール:fureai@kurappa.jp

くらっぱ みんなのひな祭り
■日時 3月5日(火)まで 9時～17時(月曜休館)

くらっぱ みんなのひな祭りが「うれし・楽しい・ひな街道めぐり」(県内20数会場を結び)に選ばれました。皆さんも和室に飾られたおひな様やつるし飾りを眺めながら楽しいひと時を過ごしてみませんか。通り庭では「ちぎり絵」展も開催します。

●期間中は「くらっぱ喫茶」通常の50円引きでサービスします。
お抹茶 300円→250円、フェアトレードコーヒー 150円→100円

3月のイベント

旬鮮直売 くらっぱ市 ※月1回土曜日に開催します。
■日時 3月2日(土)10時～12時
朝採り野菜・健康卵・EM製品・漬物 ※都合により変更になる場合があります。

あったかいホール からのお知らせ

あったかいホール(1階のチャレンジショップ)では、地元の旬の野菜や手作り小物を販売しています。ぜひ遊びに来てください

手作りチャレンジクラブ
★足つぽdeからだキレイ塾 ■日時 3月13日(水)10時30分～12時
■受講料 無料 ■材料費 500円(テキスト・クリームなど)
★布ぞうり ■日時 3月9日(土)・27日(水)13時～16時 ■受講料 無料 ■材料費 500円

「あったかいホール」開館時間のお知らせ
■チャレンジショップ(1階) 10時～16時、日曜休館
■問・申し込み ☎98-6061 FAX98-6062

やもと整骨院 カラダをベストに!!
健康保険取扱・交通事故・労災

矢本駅前 ゆづと1F
☎ 83-5980

受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	○	○
14:00～19:30	○	○	○	○	○	○	○	○
14:00～17:00	△	△	△	△	△	△	△	△

URL: <http://www.yamoto-seikotuin.com/>

車検の ナルセハタケヤマ
TEL 87-3818

各社新車、中古車販売
(有)鳴瀬島山自動車
〒981-0303 東松島市小野字中央2-2 FAX 87-3817

みやぎ生協提携店

編集と発行：東松島市総務課秘書広報班 制作：石巻日日新聞社
東松島市役所 ☎ 0225-82-1111 FAX 0225-82-8143
〒 981-0503 宮城県東松島市矢本字上河戸 36-1
【秘書広報班メールアドレス】 koho@city.higashimatsushima.miyagi.jp
【東松島市ホームページ】 <http://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp>

東松島市の人口
(平成25年2月1日現在の住民基本台帳、外国人住民含む)
男 19,842人(+27) 女 20,684人(+29)
計 40,526人(+56) 世帯数 14,780戸(+32)
()内は前月比