

2014
5
.15

みんなの心と力をひとつに

HIGASHIMATSUSHIMA PUBLIC RELATIONS

No.147

お知らせ版

市報

ひがしまつしま

- まちの情報広場 ----- P2~P4
- 蔵っばだより ----- P5
- City View ----- P6~P7
- 図書館だより ----- P8
- まなびい(生涯学習情報コーナー) --- P9
- 知っ得情報 ----- P10
- 生活情報 ----- P11
- ゆぶと通信・市民のカレンダー ----- P12

4月26日(土)、大塩地区ふれあい花まつりが大塩小学校の校庭で開かれました。地域の宝である桜並木を、みんなで観賞しながら交流を深めようと、住民が実行委員会を結成して毎年開催しています。

今年も青空と満開の桜の下、大塩小学校の鼓笛隊や鳴瀬鼓心太鼓、キッズチアダンスなどのステージイベントが催されたほか、多彩なグルメ屋台も軒を並べ、訪れた人たちは世代を超えて楽しみました。フィナーレでは仕掛け花火のナイアガラが会場を彩り、地域の復興と活性化への願いを光に託しました。



大塩地区ふれあい花まつり 満開の桜の下で広がる交流の輪

写真…プログラムの一つ「あにばる～源太と楽しい仲間たち～」では、キャラクターとともに大塩小学校の子どもたちが元気なダンスを披露して会場を盛り上げました(4月26日)

スポーツの力で笑顔を!! 2014チャレンジデーin 東松島

CHALLENGEDAY



この日は「運動する日」です
15分間運動して報告しましょう!

5月28日(水) 午前0時~午後9時 市内一斉開催

今回の対戦相手 **みなみ 南さつま市(鹿児島県)** **かごしま 人口:37,410人**
※2月1日現在の人口数



【対戦方法】

- ・15分間以上続けてスポーツや運動をした『住民の参加率』を競い合います。
- ・参加率(%)=参加者数(人)÷人口(人)…人口は2月1日現在の住民基本台帳登録者数を使用
- ・午後10時まで最終参加率を算出し、主催の笹川スポーツ財団へ報告します。

【旗の掲揚】

- ・対戦に敗れた自治体は、翌日から1週間庁舎のメインポールに相手の自治体の旗を掲揚します。

【禁止事項】

- ・チャレンジデー当日は、参加者がさまざまなスポーツイベントに1人何回参加しても構いませんが、公平な参加率を算出するため、集計センターでの参加登録は「1人1回」になります。(ダブルカウントは禁止です)

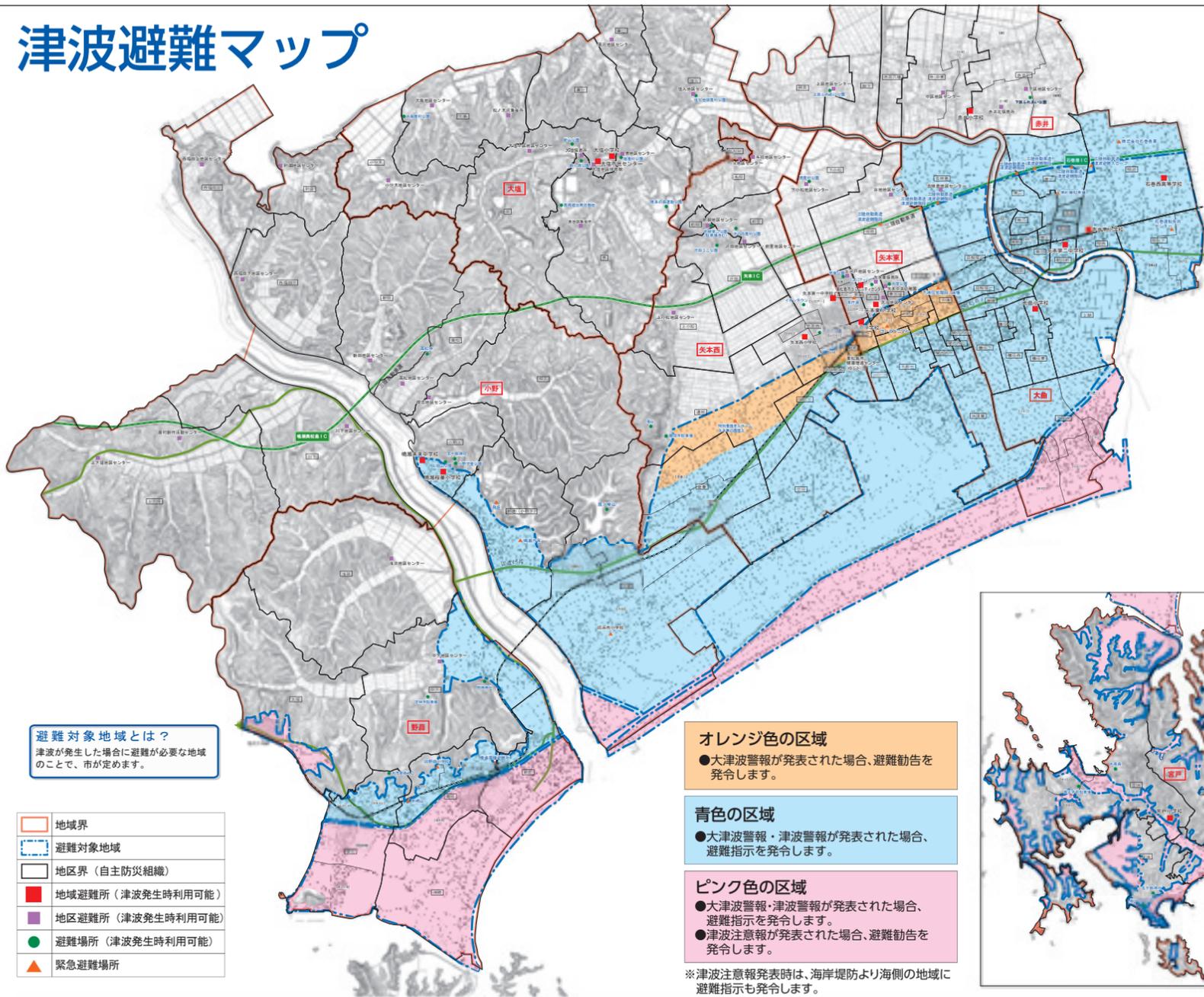
■問 チャレンジデー東松島市実行委員会(事務局:生涯学習課スポーツ振興班) ☎内線3324



まちの情報広場

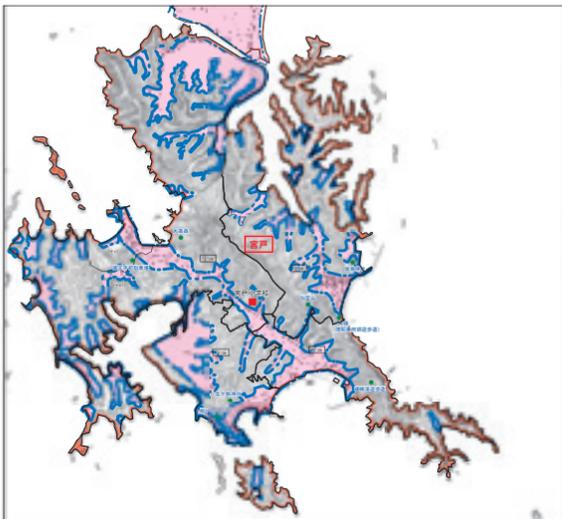
問い合わせ 東松島市役所 ☎82-1111
代表FAX 0225-82-8143
(東松島市内での固定電話の市外局番 0225)

津波避難マップ



東松島市では、東日本大震災の経験を踏まえ、津波避難計画を策定し、津波注意報などが発表された場合の避難指示および避難勧告区域を定めました。なお、より詳しい「津波避難マップ(A1サイズ)」を、6月上旬までに市内全世帯に配布します。

■問 防災課危機対策班 ☎内線1161・1162



避難対象地域とは？
津波が発生した場合に避難が必要な地域のことで、市が定めます。

地域界	避難対象地域
地区界(自主防災組織)	地域避難所(津波発生時利用可能)
地区避難所(津波発生時利用可能)	地区避難所(津波発生時利用可能)
避難場所(津波発生時利用可能)	避難場所(津波発生時利用可能)
緊急避難場所	

オレンジ色の区域
●大津波警報が発表された場合、避難勧告を発令します。

青色の区域
●大津波警報・津波警報が発表された場合、避難指示を発令します。

ピンク色の区域
●大津波警報・津波警報が発表された場合、避難指示を発令します。
●津波注意報が発表された場合、避難勧告を発令します。

※津波注意報発表時は、海岸堤防より海側の地域に避難指示も発令します。

東松島市健康21計画(第2次)を策定しました

この計画は平成26年度から今後10年間の新たな健康づくりの指針です。「健康と笑顔でつなぐ市民の輪」をキャッチフレーズに、以下のように基本方針、重点目標を掲げました。

基本方針

- 1 健康寿命(※1)の延伸
- 2 生活習慣病の発症予防・重症化予防
- 3 健康格差の縮小
- 4 こころの健康の維持・向上

重点目標

- 1 健康寿命を延ばします
- 2 がん・脳血管疾患の標準化死亡比(※2)を減らします
- 3 肥満者の割合を減らします
- 4 メタボリックシンドローム該当・予備群の割合を減らします
- 5 ストレスを自分なりに解消できている人の割合を増やします
- 6 睡眠による休養を十分にとれていない人の割合を減らします

これらの目標を達成するために「栄養・食生活」「身体活動・運動」「ストレス解消・休養」「喫煙」「歯と口腔の健康」「健康管理(がん、循環器疾患、糖尿病)」といった6つの分野での取組みと、次に示すライフステージに分けての働きかけを行い、それらを推進するための環境づくりを進めていきます。

○次世代を担う世代の健康増進 ～親子の健康づくり～

東松島市の子育てをしている親世代には肥満やメタボリックシンドローム等の健康課題、子ども世代には肥満傾向があり、家族全体で共通の健康課題があります。子どもは親の生活習慣に影響を受けやすいことや、子どもを通じて家庭への働きかけができることから、乳児期・学童期・思春期の子どもたちや妊娠期・子育て中の親を対象とした次世代を担う世代へ健康づくりについての知識の普及と意識啓発などの取組みを推進していきます。

○壮年期・高齢期からの健康づくり～介護予防につながる壮年期からの健康づくり～

いきいきと自立した高齢期を送るためには、がんや脳血管疾患などの生活習慣病を予防し要介護状態になることを防ぐ必要があります。また、足腰を鍛えたり、人と交流したり、心身の健康を意識した生活を送ることが大切です。介護予防が必要となる壮年期(おおむね40歳～64歳)から健康づくりに関心を持ち、生活改善に取り組んでいる人を増やす取組みを進めていきます。

○健康づくりは環境づくり

ソーシャルキャピタル(ある社会における相互信頼の水準や相互利益、相互扶助に対する考え方)、言いかえると、それぞれ個人と個人の関係性や絆、地域への愛着などと健康には関連性があり、地域との絆やつながりが強いと健康度が高いと言われています。お互い声をかけあいながら健康づくりに取り組む人を増やしていけるよう、環境を整備していきます。

○健康づくりをすすめていくために

市報5月1日号と一緒に、この計画の概要版を各世帯に配布しました。概要版には、市の取組みのほか、市民の皆さんに期待すること、目標達成のための健康づくりのワンポイントアドバイスをまとめています。

市では今後、関係団体や関係機関とともに、健康づくりを推進していくための方法を検討し具体的に進めていく予定です。主体となる市民の皆さんをはじめ、地域や各関係機関、行政が健康づくりのための重点目標を共有し、協力しあいながら、ともに健康づくりに取り組んでいきましょう。

※1 健康寿命とは 日常的に介護を必要とせず生活できる期間のことです

※2 標準化死亡比とは 年齢構成比の異なる自治体間で死亡率を比較するための指標。年齢構成の差異を基準の死亡比で調整した値(期待死亡数)に対する実際の死亡数の比のこと。この値が100を超えると標準より死亡率が高いことを示します。

■問 健康推進課健康指導班 ☎内線3105

みやぎ環境交付金事業 東松島市高効率給湯器等普及促進事業補助金 平成26年度分交付申請受付のお知らせ

市では、宮城県で実施している「みやぎ環境交付金事業」の一環として、低炭素社会の実現に向け、省エネ機器の普及促進による地球温暖化対策の推進と市民の環境に対する意識高揚を図ることを目的とし、高効率給湯器等の設置を行った方を対象に予算の範囲内において補助金を交付します。

※注意:平成26年4月1日以降に自ら居住する家屋に対象機器の設置が完了し、引渡しを受けているもの、または対象機器が設置されている住宅を購入し居住使用しているものについて適用します。

■受付期間 6月2日(月)～平成27年2月20日(金)
※申請額が予算総額に達した際は、期間途中でも受付を終了しますのでご了承ください。

■対象となる方

- 平成26年4月1日～平成27年2月20日の間に対象機器を設置した方
- 市内に住所を有する方…住宅に設置する場合
- 市内に事業所(事務所、店舗等)を有する事業者の方…事業所に設置する場合
- 市税などの滞納がない方

■対象機器および補助金額

対象機器		補助金額
CO2冷媒ヒートポンプ給湯器【エコキュート】	家庭用	40,000円
	業務用	80,000円
ガスエンジン給湯器【エコウィル】		30,000円
潜熱回収型給湯器【エコジョーズ】・【エコフィール】		15,000円
燃料電池コージェネレーションシステム【エネファーム】		80,000円
ヒートポンプ・ガス瞬間式併用型給湯器【エコワン】		40,000円

注)中古品およびリース品については、対象外です。

■機器の対象要件

◆CO2冷媒ヒートポンプ給湯器(エコキュート)

①家庭用:JIS規格(日本工業規格のJISC9220規格)表示で年間給湯保温効率又は年間給湯効率が2.7以上であること。なお、特殊仕様(タンク200リットル以下の小容量タイプ)については、JIS規格表示では年間給湯保温効率又は年間給湯効率が2.4以上である機器であること。

②業務用:中間期エネルギー消費効率(中間期COP)が3.8以上であること。

◆ガスエンジン給湯器(エコウィル)

総合効率が低位発熱量基準で80%以上であること。

◆潜熱回収型給湯器(エコジョーズ・エコフィール)

熱効率が90%以上の機器であること。

◆燃料電池コージェネレーションシステム(エネファーム)

①定格運転時における低位発熱量基準(LHV基準)の総合効率が80%以上であること。

②燃料電池ユニット及び貯湯ユニットで構成されたシステムであること。

◆ヒートポンプ・ガス瞬間式併用型給湯器(エコワン)

①給湯熱効率が90%以上の機器であること。

②ヒートポンプを併用するシステムであること。

■申請に必要なもの

- ①補助金交付申請(請求)書(様式第1号)…2部(必須)
- ②添付書類
 - ・補助金交付確認書(様式第2号)
 - ・対象機器設置業者に料金を支払ったことが分かる書類の写し
 - ・対象機器の設置状況が確認できる写真
 - ・設置した対象機器の保証書の写し
 - ・住民票の写し(個人の場合)
 - ・固定資産証明書または登記簿謄本の写し(事業者の場合)
 - ・市税などの滞納が無いことを証明する書類

■補助金交付までの流れ

- ①対象機器設置完了 → ②申請 → ③審査 → ④交付決定 → ⑤補助金の振込み
- ※詳しい内容は、問い合わせください。

■問・申し込み

環境課環境班 ☎内線1151・1152

防災集団移転団地の未確定区画(借地)への追加募集のお知らせ

市報5月1日号でお知らせした防災集団移転団地の未確定区画について、借地を希望する世帯について、次のとおり追加募集します。

■募集する団地の概要

団地名	追加募集区画数	土地の引渡しの予定時期	区画の大きさ
① 東矢本駅北	3区画	平成27年4月	約100坪(約330m ²)
	20区画	平成27年7月	
	2区画	平成28年1月	
② 矢本西	4区画	平成26年6月10日	
③ 牛網	1区画		
④ 月浜(宮戸)	1区画		

※募集区画数は、5月1日現在です。今後、増加する場合があります。

■募集対象世帯 下記のすべてに該当する世帯です

- ①東松島市が設定した移転促進区域内に、東日本大震災発生時に居住し、り災証明書の交付を受けている世帯
- ②り災証明書に記載されている世帯構成員の全員が移転促進区域外に移転する世帯
- ③移転促進区域内の住居を除却、譲渡、又は居住用以外の建物として利用する世帯
- ④がけ地近接等危険住宅移転事業(個別移転補助)・被災住宅再建支援事業・危険住宅移転支援事業(市独自支援補助)を利用していない世帯
- ⑤災害公営住宅に入居していない世帯
- ⑥市内の防災集団移転団地において、区画決定されていない世帯

■申込方法 申込書に必要事項を記入の上、申込期間内に生活再建支援課へ直接提出もしくは郵送してください。申込書は、生活再建支援課窓口で配布します

■申込期間 5月16日(金)～23日(金)

※郵送による申し込みの場合は、23日(金)まで必着。

■区画決定方法 6月1日(日)に開催予定の区画決定会で、抽選などにより決定します。

■問 生活再建支援課移転支援班 ☎内線1493～1495



東松島市震災無料循環バス 時刻表のお知らせ

市では、交通手段が無い被災した市民向けに、仮設住宅や市内各所の間を行き来する「東松島市震災無料循環バス」の運行を実施しています。

バス時刻表は、下記のとおりです。ご利用の際は、お間違えのないようご注意ください。

■対象 東松島市民、市内に通学・通勤の方

※仮設住宅入居の有無は問いません。

■運賃 無料

■運行区域 市内各所循環便と宮戸便

※市内各所循環便および宮戸便の相互乗り入れや相互乗り換えはできません。

■時刻表

●市内各所循環便(2014年4月21日付け改正分)

午前:西循環				午後:東循環					
停留所	時間	時間	時間	停留所	時間	時間	時間		
グリーンタウン矢本前	始発	8:30	10:10	11:45	グリーンタウン矢本前	始発	13:30	15:15	16:50
上下堤仮設前	8:45	10:25		仙石病院前	13:50	15:35			
ひびき工業団地	8:50	10:30		ヨークベニマル前	14:05	15:50			
根古仮設前	8:55	10:35		保健相談センター前(市役所)	14:10	15:55			
鳴瀬庁舎前	9:00	10:40		イオンタウン前	14:15	16:00			
JR小野駅前	9:05	10:45		真壁病院前	14:25	16:10			
真壁病院前	9:10	10:50		JR小野駅前	14:30	16:15			
イオンタウン前	9:20	11:00		鳴瀬庁舎前	14:35	16:20			
保健相談センター前(市役所)	9:25	11:05		根古仮設前	14:40	16:25			
ヨークベニマル前	9:30	11:10		ひびき工業団地	14:45	16:30			
仙石病院前	9:40	11:20		上下堤仮設前	14:50	16:35			

●宮戸便(2013年12月2日付け改正分)

午前				午後			
停留所	時間	停留所	時間	停留所	時間	停留所	時間
①室浜仮設住宅前	8:10	⑥鳴瀬庁舎前	11:00	①室浜仮設住宅前	13:20	⑥鳴瀬庁舎前	16:00
②月浜仮設住宅前	8:15	⑤野蒜駅前	11:10	②月浜仮設住宅前	13:25	⑤野蒜駅前	16:10
③宮戸小学校前	8:20	④縄文村前	11:20	③宮戸小学校前	13:30	④縄文村前	16:20
④縄文村前	8:25	③宮戸小学校前	11:25	④縄文村前	13:35	③宮戸小学校前	16:25
⑤野蒜駅前	8:35	②月浜仮設住宅前	11:30	⑤野蒜駅前	13:45	②月浜仮設住宅前	16:30
⑥鳴瀬庁舎前	8:45	①室浜仮設住宅前	11:35	⑥鳴瀬庁舎前	13:55	①室浜仮設住宅前	16:35

■問 復興政策課地域振興班 ☎内線1234

まちの情報広場

問い合わせ 東松島市役所 ☎82-1111

代表FAX 0225-82-8143

(東松島市内での固定電話の市外局番 0225)

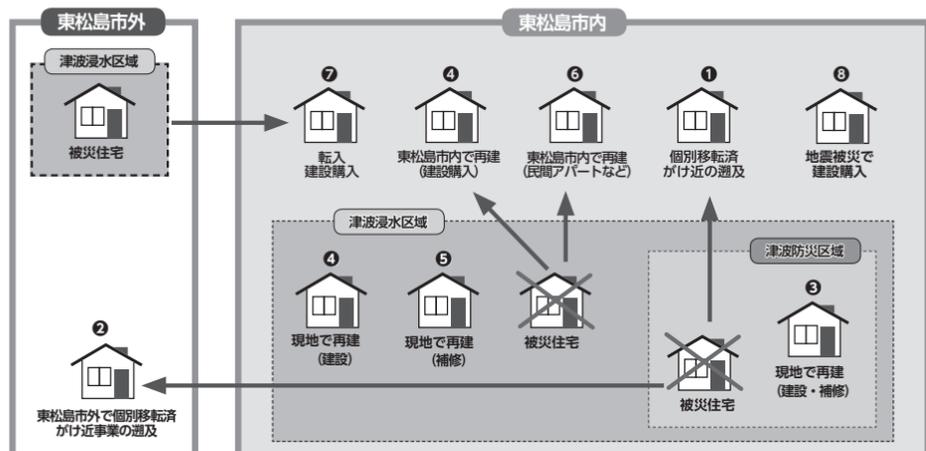
〈表1〉津波被災住宅の再建支援内容

ケースによって実際の対象が異なる場合があります。

再建区分 <移転先>	支援区分	東日本大震災で被災した当時の住所 ※1		
		津波防災区域	津波浸水区域(東松島市内)	津波浸水区域(東松島市外)
建設購入	津波防災区域	建設利子 300万円 または 経費補助 200万円 ※3	—	建設利子 300万円 または 経費補助 200万円 ※3
	東松島市内の津波防災区域以外	建設利子 300万円 または 経費補助(建物・土地) ※3	78万円	建設利子 300万円 または 経費補助 200万円 ※3
集団移転先(造成完了後の受付)	建設利子 300万円 または 経費補助(建物) ※3	78万円	—	—
補修 ※4	補修利子 200万円 または 補修経費 100万円 ※3	—	—	補修利子 100万円 または 補修経費 50万円 ※3
東松島市内の民間賃貸住宅に入居・災害公営住宅に入居	引越し補助	78万円	10万円	—

※1 全壊・大規模半壊・半壊が対象。 ※2 津波防災区域から区域外に移転する場合は、引越し費用(上限78万円)が補助されます。
 ※3 経費補助は対象経費(建設購入・補修)から被災者生活再建支援制度の加算支援金を控除した費用が対象。
 ※4 賃借人による借家・アパートの補修は対象外。
 注1 金額はすべて上限額。 注2 申請は、再建した住宅1戸につき1件とし、1回限りです。 注3 再建した住宅に居住している必要があります。
 注4 津波防災区域で被災した方が、平成25年7月1日以降に津波防災区域外へ個別移転する場合は、がけ近事業の事前申請が必要になります。

図1 被災住宅再建支援事業のイメージ図



完全予約制 〈電話予約受付中〉

■被災時の要件

- ① 震災発生時、市内の津波防災区域(建築制限区域)または市内外の津波浸水区域に居住していた方のうち、全壊・大規模半壊・半壊のり災判定を受けた方
- ② 震災の地震によって住居のり災判定が半壊以上で、当時居住していた住宅を解体した方(区分⑧)

■再建の要件

- ① 市内で住宅を建設購入または補修する方(区分③④⑤)

- ② 市内の津波浸水区域に居住していた方のうち、仮設住宅などに避難し、世帯全員が定住先として市内の民間賃貸住宅を賃借する方、または災害公営住宅に入居する方(区分⑥)
- ③ 市内の津波防災区域に居住していた方のうち、がけ地近接等危険住宅移転事業(以下、「がけ近事業」)の適及適用の対象となる方(区分①②)
- ④ 震災の地震被災により住宅を解体し、市内で住宅を建設購入した方(区分⑧)

東松島市被災住宅再建支援事業のお知らせ

市では、昨年7月から東日本大震災により被災した住宅の再建支援事業を実施しています。該当する方は、電話予約の上、申請手続きを行ってください。

■その他の要件

防災集団移転促進事業の利子補助の対象とならない方ががけ近事業の利子補助を利用しない方

■支援内容

- ① 津波被災住宅の再建支援事業Ⅱ津波被災の方が市内で住宅再建する場合(表1)
- ② がけ近事業の適及事業Ⅱ津波防災区域の方が平成25年6月30日までにがけ近事業の一部または全部の補助を受けずに津波防災区域外で住宅再建を開始した場合Ⅱ建設利子補助等最大78万円(区分①②)
- ③ 市内の民間賃貸住宅または災害公営住宅に入居する場合Ⅱ引越し費用10万円(上限)(区分⑥)
- ④ 市外で津波により被災し、市内で住宅再建する場合Ⅱ100万円(上限)(区分⑦)
- ⑤ 震災の地震により市内において住宅を建設購入した場合Ⅱ100万円(上限)(区分⑧)

■申請方法

申請は完全予約制で受付します。予約は電話で申し込みください(予約受付平日9時~17時)。

■その他

申請に必要な書類や制度の詳細内容は、2013年7月1日以降の市報または市ホームページをご覧ください。電話で問い合わせください。

■問・申請受付予約

東松島市生活再建支援課生活再建支援班 ☎82-11111 内線1492

平成26年度東松島市総合防災訓練の実施

- 日時 6月15日(日)9時~
- 主催 東松島市、東松島市自主防災組織連絡協議会
- 訓練重点項目
 - (1)わが家の防災対策の推進と確認
 - (2)避難誘導訓練と避難行動要支援者の安否確認
 - (3)情報伝達訓練
- 問 防災課危機対策班 ☎内線1162



災害時に必要なのは、正確な情報です。ラジオなどで状況を判断し、落ち着いて行動しましょう。

毎月11日は「市民防災の日(市民防災デー)」です
~宮城県北部連続地震から11年、東日本大震災から3年2か月~

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、国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	5月3日	5月4日	5月5日	5月6日	5月7日	5月8日
測定値(単位:μSv/h)	0.034	0.033	0.033	0.033	0.033	0.033

※原子力規制庁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。

URL:<http://radioactivity.nsr.go.jp/map/ja/>

■問 環境課環境班 ☎内線1152

HOPE わたしたち、東松島みらいとし機構(HOPE)です。

第11回

一般社団法人 東松島みらいとし機構(以下、愛称HOPEとします)を皆さんにご紹介します。今回は「東松島ランドデザイン検討フューチャーセッション」についてご案内します。

市民の皆さんにとって「未来の東松島の姿」がよりイメージしやすいものにできるよう、HOPEではランドデザイン(=全体構想)検討チームを立ち上げ、「フューチャーセッション(=未来志向で対話する場)」と呼ばれる対話の手法を通じて検討を深めてきました。



▲東松島ランドデザイン検討フューチャーセッションの様子

検討チームにはHOPE会員企業や市職員、そして市民の皆さんが参加し、「10年後、20年後の東松島をどんな街にしたいか」「そのために自分たちができることは何か」という問いに対し、参加メンバー一人ひとりが自分のこととして向き合うことで、具体的な取組プランをカタチにできました。

これらの検討結果は「教育」「高齢者」「まちづくり」「市のブランド化」のテーマごとに紙芝居形式のシナリオにまとめ、近日中に市民の皆さんにもご覧いただけるよう準備を進めています。「未来の東松島の姿」を一緒に考えてみませんか。

■問 一般社団法人東松島みらいとし機構 ☎98-7311

ホームページ URL:<http://hm-hope.org/>

フェイスブック URL:<http://www.facebook.com/hmhope.org>



蔵っぱパークからのお知らせ

■開館時間 9時～21時(日・祝は17時) ■休館日 毎週月曜日
 ■問・申し込み 蔵っぱパーク ひと・まち交流館 ☎FAX:84-1770
 ふれ愛情情報プラザ ☎84-2011・FAX:84-2015

「蔵っぱパークだより(蔵っぱだより)・市報版」は、毎月15日号(月1回)で掲載しています。
 「蔵っぱパークだより(蔵っぱだより)・かわら版」は、蔵っぱパークのホームページでも掲載しています。
 ■蔵っぱパーク・ホームページ URL:http://www.kurappa.jp/

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
しあわせお手玉 講師:吉田富子	5月27日(火) 9時30分～12時	5月16日(金) 9時～	400円 (2個)	100円	15人	裁縫道具
詩吟 講師:宇都宮瑞珠	5月30日(金) 10時～12時	5月17日(土) 9時～	300円	100円	10人	筆記用具
着物とお抹茶を楽しむ会 講師:小島光代	5月31日(土) 10時～13時	5月18日(日) 9時～	1,000円 お菓子付	100円	15人	着物一式
木の実のブローチ 講師:佐藤のり子	6月6日(金) 9時30分～12時	5月20日(火) 9時～	2,500円 (2個)	100円	8人	裁縫道具・ボンド・おしぼり
お盆の一本飾り 山ゆり (6回シリーズの5回目) 講師:八木邦子	6月10日(火) 10時～12時	5月21日(水) 9時～	600円	100円	13人	裁縫道具・ボンド
粘土で作る【黄バラのリース】 講師:桜井信子	6月14日(土) 10時～13時	5月22日(木) 9時～	1,000円	100円	10人	はさみ・おしぼり
押し花体験 講師:菊田登安	6月18日(水) 13時～15時	5月23日(金) 9時～	800円～ 1,000円	100円	12人	はさみ・ピンセット
布で作る【ゆり】 2回コース(2回で完成) 講師:及川美代子	6月18日(水)・ 19日(木) 9時30分～12時	5月24日(土) 9時～	800円	100円	15人	裁縫道具・ボンド

ふれ愛情情報プラザからのお知らせ

パソコン講座の申し込みは定員になるまで募集します。
 電話・FAX・メール(講座名・氏名・電話番号を明記)にて受付します。
 ☎84-2011 FAX:84-2015 メール:fureai@kurappa.jp

●受付中の講座

パソコン無料相談会

■日時 5月28日(水)10時～12時
 ■内容 パソコンの初心者相談(アドバイス)。(例:文字を大きくしたい、日本語が打てなくなったなど)
 ※機器に関する修理などはできません。相談では解決できない場合があります。
 ■受講料 無料 ■定員 3人程度 ※要予約。

使って便利インターネット体験

■日時 5月28日(水)～29日(木)13時30分～16時 2日間
 ■内容 インターネットの便利な世界を体験してみよう。検索の仕方、地図検索、仮想ショッピング体験、セキュリティについてなど
 ■受講料 2,000円 ■テキスト代 500円
 ■対象 18歳以上でマウス操作と簡単な文字が入力できる方 20人

●5月16日(金)9時から受付の講座

初級エクセル

■日時 6月10日(火)～13日(金)9時30分～12時 4日間
 ■内容 基本の数字の入力や簡単な表作成と関数式など
 ■受講料 2,000円、テキスト代別途
 ■対象 18歳以上で簡単な文字入力ができる方 20人

パソコン無料相談会

■日時 6月18日(水)10時～12時
 ■内容 パソコンの初心者相談(アドバイス)。(例:文字を大きくしたい、日本語が打てなくなったなど)
 ※機器に関する修理などはできません。相談では解決できない場合があります。
 ■受講料 無料 ■定員 3人程度 ※要予約。

中級ワード

ワードでビジネス文書を効率よく作成する方法を学びます。
 ■日時 6月24日(火)、27日(金)、7月1日(火)、3日(木)、8日(火)
 13時30分～16時 5日間
 ■受講料 2,500円、テキスト代別途
 ■対象 18歳以上で文章入力ができる方 15人

※無料(45分間)インターネットコーナー、有料テレワーク室(1回4時間。障がい者・高齢者のテレワーク室利用は減免あり)も利用ください。

展示コーナー

ほのぼの布あそび展

出展者:OZU工房(山口真木主宰) 古布を使った工芸作品展

■日時 5月17日(土)まで 10時～16時
 ※講習会もあります(要予約、ひと・まち交流館 ☎84-1770)。

古民具と春の野草展

出展者:やもと野草の会2

■日時 5月17日(土)～18日(日)9時～17時(最終日は16時まで)

古布展

出展者:ピカ市

■日時 6月20日(金)～22日(日)10時～17時(最終日は16時まで)

エコ実践塾「EM活用講座」4回シリーズ

EM(有用微生物群)に関する基礎知識を学ぶと同時に家庭にある廃棄物(残菜・米のとぎ汁・廃食用油)などを活用しての実習を行います。災害復旧活動における水質の改善や農地の復旧などに役立てる方法なども習得できます。

■講師 EMインストラクター(Uネットみやぎの会)

■参加費 2,000円(4回分) ■定員 30人

■申し込み 5月15日(木)9時から、電話で申し込み
 (ひと・まち交流館 ☎84-1770)

日時	内容	持ち物
6月29日(日) 13時～16時	EMの基礎 ○EMの生活利用と家庭菜園 実習:EM米のとぎ汁発酵液作り	・筆記用具 ・米のとぎ汁(2リットル ペットボトル1本)
7月27日(日) 13時～16時	EM米のとぎ汁発酵液(活用液) EMボカシおよび生ごみ有機肥料 ○河川の浄化の実例 実習:EMボカシ(I型)作り	・筆記用具 ・手袋・エプロン
8月31日(日) 13時～16時	石けん基礎とEM廃油石けん ○EM廃油石けんの活用例 実習:EM廃油石けん作り(フリフリ固形石けんと液体石けん作り)	・筆記用具 ・1リットル空の牛乳パック1本 ・マスク・ゴム手袋
9月28日(日) 13時～16時	EM災害対策 ○仙台市蒲生の鈴木有機農園の稲作復興 仙台市泉区での震災時生活日記 実習:EM団子作り(EM化粧水作りの実演含む)	・筆記用具 ・手袋・手袋・エプロン

～旬鮮直売～ くらっぱ市

■日時 6月21日(土)10時～12時
 朝採り野菜、健康卵、EM製品、履き物など
 ※都合により変更になる場合があります。



第9回くらっぱまつり 7月6日(日)開催

※詳しい内容は、市報6月15日号をお楽しみに。

「くらっぱ喫茶」を和室や庭園でお楽しみください

●10時～17時(月曜除く)
 抹茶 300円
 フェアトレードコーヒー 150円
 紅茶各種 150円
 ※都合により提供できない場合もあります。



CityView!



「CityView!」では、市のイベントや地域的话题を、皆さんにお届けします。
 <掲載した写真は、データで提供します。希望の方は問い合わせください。>



ソメイヨシノの植樹を行いました

ソメイヨシノを4本植樹 滝山桜まつり

滝山公園で恒例の桜まつりが4月26日(土)に行われ、多くの来場者でにぎわいました。さわやかな春風がそよぎ、桜の花びらが舞う木々の下で、楽しそうに昼食をとる家族連れの姿が見られました。展望台付近では、地元産イチゴの無料配布もあり、人気を集めました。

また東根中央ロータリークラブ(山形県東根市)からソメイヨシノの若木4本が寄贈され、関係者で植樹をしました。同クラブの加藤徹会長は「震災で被災された皆さんの心の癒しになればうれしいです」と話していました。



咲き誇る桜の木の下で、大勢の人たちが昼食を楽しみました



人気アニメや漫画のキャラクターになりきったコスプレ愛好者が県内外から集い、「蔵コス」を楽しみました。思い思いのファッションで登場した参加者たちは、日本庭園の中でポーズを決めていました。フリーマーケットも同時開催され、多くの人たちでにぎわいました
 (5月3日、蔵しっくパーク)

コスプレ&フリマ にぎわう蔵っぱ



子育て支援センター「ほっとふる」と「あいあい」が合同でこの日、お楽しみ会を開きました。約30組の親子が参加して、手遊びや人形劇を楽しんだり、子どもたちの成長の記録を残す手形押しや身長・体重測定を行いました(4月24日、ほっとふる)

よい子たち 元気いっぱい

長~いのり巻きできました 仮設住宅で春まつり



矢本運動公園仮設住宅で春まつりが開かれました。大曲浜獅子舞やギターライブ、カラオケなどのステージと屋台でにぎわったほか、住民とボランティアが協力して36メートルのジャンボのり巻きを作り、親睦を深めました(5月4日、矢本運動公園)

震災^{しゅうとくぶつ}拾得物の返還を再開 4か所に閲覧パソコンを設置

市では、4月から東日本大震災後に拾得物として届けられた写真や位牌^{いはい}などの返還を再開しています。

拾得物は、データ化されており、矢本東サポートセンター(矢本運動公園仮設住宅内)、矢本西サポートセンター(グリーンタウンやもと③仮設住宅内)、鳴瀬サポートセンター(ひびき仮設住宅旧集会所)と市社会福祉協議会の閲覧パソコンで探すことができます。

閲覧は、6月30日までの平日と第1・3土曜および翌日の日曜(市社会福祉協議会は平日のみ)の10時~15時。事前予約が必要です。1人1時間ですが、次の予約者がいない場合は、延長できます。

拾得物の返還は旧大塩市民センター(大塩小学校西隣)で、7月末までの第1日曜、第1水曜日の10時~15時に行っています。

■問・予約申し込み 防災課消防安全班 ☎内線1163



▲パソコンでデータを閲覧できます(矢本東サポートセンター)

“甘い”ムードの中で歓談



「東松島スイーツ♡コン」が開かれました。男女合わせて約90人が参加。10店舗の和・洋菓子店からショートケーキやどら焼きなど18種類のスイーツが並び、参加者は“甘い”雰囲気の中で交流を深めていました(4月27日、小野市民センター)

青空に快音を響かす



第16回ヤックン杯争奪少年野球大会には石巻地域から28チームが参加し、トーナメント戦で優勝を目指しました。開会式では矢本クラブジュニアの櫻井翔真^{しやうま}主将が「仲間を信じ、自分を信じて戦い続けることを誓います」と選手宣誓しました。市内の6チームもグラウンドに快音を響かせていました(4月27日、鷹来の森運動公園)

醍醐の桜が開花



2012年11月に復興の願いを込めて野蒜市民センターに植えられた京都・醍醐寺のクローン桜「太閤千代しだれ」が、今年初めて開花しました。これを記念して、寄付者で歌手の菅原やすのりさんがコンサートを開きました(4月29日、野蒜市民センター)

長寿^{ひけつ}の秘訣は運動と食事



100歳の誕生日を迎えた佐々木みさをさん(行政区:柳北)に、特別敬老の祝詞が贈られました。手芸や散歩が趣味という佐々木さんは、長寿の秘けつについて「よく体を動かして、好き嫌いなく何でも食べる事です」と話していました(4月30日、自宅)

元気 届きました



滋賀県草津市の酒味湯の会(木村幸太郎^{きむらこうたろう}会長)が、皆さんに元気を届けようと室浜地区で餅つきを行い、住民の皆さんがつかたてのお餅を味わいました(4月13日、室浜地区センター)

▶大きくジャンプ！ちっちゃい子おはなし会に参加の皆さん(4月17日)



VOL.107 図書館だより

藤田浩子さんのおはなし会と講演会

長年幼児教育に携わり「おはなしおばさん」としても知られる藤田浩子さんをお招きして、小さい子向けのおはなし会(午前)と大人向け講座(午後)を開きます。

●ちっちゃい子集まれ 藤田浩子さんとわらべうたで遊ぼう

■日時 6月8日(日) 11時～11時40分

■場所 図書館会議室

■対象 乳幼児とその保護者

※事前申し込みは不要。

●藤田浩子さんわらべうた講座

■日時 6月8日(日)14時～16時

■場所 東松島市中央サポートセンター
(東松島市コミュニティパーク内) 会議室

■対象 読み聞かせボランティアの方・読み聞かせやわらべうたに興味のある方、幼稚園・保育所などの先生

※乳幼児・児童の入場はご遠慮ください。託児はありません。

■定員 50人 ※要事前申込。電話申込可。

■参加費 無料

■問・申し込み 東松島市図書館 ☎82-1120



図書館防災バッグを寄贈していただきました

千葉県のボランティアグループ「絆」(代表 臼倉福美さん)から防災頭巾としても使える「図書館防災バッグ」を60枚寄贈していただきました。

「絆」は震災後からバザーを行った収益金で各方面に支援を続け、今回図書館の防災バッグを作っていただきました。



4月のベストリーダー ～よく読まれていた本ランキング～

- | | |
|----------------------------------|--------------------------------|
| 1位「居眠り磐音江戸双紙 45
空蟬の念」
佐伯泰英 | 7位「すっきり暮らすコツと習慣」
主婦の友社編 |
| 2位「小さいうち」中島京子 | 8位「古都千年の殺人」西村京太郎 |
| 3位「三匹のおっさん」有川浩 | 9位「NHK連続テレビ小説
ごちそうさんレシピブック」 |
| 4位「はじめての野菜づくり」藤田智 | NHKドラマ制作班 |
| 5位「ガリレオ8 禁断の魔術」東野圭吾 | 10位「見てわかるイラスト野菜づくり」
菜葉の会編 |

キッズ防災おりがみ教室

折り紙は日本発祥の文化です。新聞紙を使っていざというときにアイデア次第で簡単に作れる防災グッズの教室を開催します。

■日時 6月15日(日)11時～12時 ※事前申込不要。

●新聞紙スリッパ

簡単に作ることができ、アウトドアや旅先で使用することができます。また、避難所でスリッパがないときも防寒を兼ねて活用できます。

この新聞紙スリッパはあくまで簡易用ですが、底にダンボールを敷いたり新聞紙を重ねて補強するなどアイデア次第で機能アップします。大人用スリッパの半分の新聞紙で子供用もできます。

※出典:「暮らしの折り紙110 折って即使える実用折り紙」より。



6月12日は県民防災の日、6月15日は東松島市総合防災訓練の日です。この機会に身近なものでできる「自主防災」を、家族で考えてみませんか。



親子で読書マラソン

絵本の読み聞かせで100冊達成したお友だちです。

▶100冊おめでとう



3月27日～4月18日までの間に18組のお友だちがゴールしました。
みんなおめでとう!

▶20回目ゴール
おめでとう



■おすすめの新刊

「祈りの証明 3.11の奇跡」 森村 誠一・著

戦場カメラマンの長井は、東日本大震災に巻き込まれた妻の行方を捜しながら、被災地の現実取材していた。やがて被災地に浸透する新興宗教「まほろば教」の暗部にせまることになる。苦境に立たされた人間にとって「祈り」とは何か。震災、原発問題などさまざまな角度からとらえた作品です。



新着図書案内

●実用

- 「127人が選んだわたしの好きな育児書」
〈月刊クワヨン〉編集部
- 「あなたの人生に『孤独』を持ちなさい」
山崎武也
- 「るるぶ茨城'14～'15」
- 「家族でおでかけ東北'14～'15」
- 「冷えとりふくらはぎ健康法」
川嶋朗 監修
- 「医者が見放したがん闘う47の法則」
星野仁彦
- 「マスキングテープアイデアBOOK」
- 「カラダいたわりBOOK」
- 「おもてなしの定番」

●小説

- 「雨の降る日は学校に行かない」
相沢沙呼
- 「峠道」上田秀人
- 「カレイドスコープの箱庭」海堂尊
- 「慶次郎縁側日記 16 乗合船」
北原亞以子
- 「越境捜査 4 逆流」笹本稜平
- 文庫
- 「樽屋三四郎言上 帳 12 おかげ横丁」
井川香四郎
- 「立場茶屋おりき 17 花かがり」
今井絵美子
- 「警視庁墨田署刑事課特命担当
一柳美結 3 ネメシス」
沢村鐵
- 「女優のたまごは寝坊する。」
深沢美潮

4月の主な新着図書を紹介いたします。このほかにも、たくさん入りましたので、ぜひ利用してください。

■問 東松島市図書館 ☎82-1120 FAX:0225-82-1121
〒981-0503 東松島市矢本字大溜1-1

■開館時間 火～金 10時～18時 土・日 10時～17時 ※休館日は12ページ「市民のカレンダー」で確認ください。

パソコン <http://www.lib-city-hm.jp>

携帯 <http://www.lib-city-hm.jp/opw/imd/imdmain.csp>

生涯学習情報コーナー

MANA-be! まなびい



生涯学習全般に関する問
生涯学習課社会教育班 ☎内線 3203

呼んでください

「世話やきセミナー2014」メニュー



東松島市では、市職員と市民の皆さんが講師となって出前講座を実施します。気になる身になるメニューが盛りだくさん。詳しくは下記まで相談・申してください。

■問 生涯学習課社会教育班 ☎内線3202 FAX:0225-82-1845

★行政編★(市職員が講師となるメニュー)

Table with 3 columns: No, メニュー名【担当課】, 内容. Lists 27 items including topics like '悪徳商法!', '国民健康保険', '身近に税を知りましょう', etc.

Table with 3 columns: No, メニュー名【担当課】, 内容. Lists 10 items including topics like '知っていますか?東松島市の観光と特産', 'ノーマライゼーションを考える', '絵本の選び方', etc.

★市民編★(市民の方が講師となるメニュー)

Table with 3 columns: No, メニュー名【講師名】, 内容. Lists 20 items including topics like '着物着付', '茶道', 'みんなで楽しく健康教室', etc.

■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。

■時間

- 9時～21時までの間で、1回2時間以内
- 場所 申込者で用意してください(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10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班(市役所東庁舎2階)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、実施が決定したら申請書により正式に申し込みが必要となります。

第9回東松島市グラウンドゴルフ大会

参加チーム募集

ニュースポーツである「グラウンドゴルフ」の競技大会を開催します。当日、ルール説明も行いますので、気軽に参加してみませんか。

- 日時 6月8日(日)9時:開会式
- 場所 矢本東小学校 校庭
- 対象 中学生以上の市民
- チーム編成 1チーム4人以内(選手3人・補欠1人)
- 参加費 1,000円/1チーム ※大会当日会場で徴収します。
- 申し込み 6月2日(月)まで、所定の申込用紙に記入し、下記まで申し込みください
- 主催 東松島市教育委員会
- ◎上位入賞チームは、宮城ヘルシー2014ふるさとスポーツ祭石巻地区大会へ東松島市代表チームとして出場していただきます。
- 問・申し込み 生涯学習課スポーツ振興班 ☎内線3324 FAX:82-1845

“海と大地”子どもふれあい交流2014

参加者募集

- 北海道更別村(友好姉妹都市)の子どもたちと友だちになって一緒に思い出づくりをしませんか。
- 広大な北の大地を体験し、多くの人たちとのふれあいが楽しいよ。
- 日程 7月25日(金)～29日(火)〈4泊5日〉
- 訪問地 北海道更別村(十勝地方)
- 対象・定員 小学校5年生 男子・女子10人 ※市内の小学校に限りです。
- 参加条件 来年、更別村の子どもたちが東松島を訪れる際に共同宿泊や活動において、お手伝いいただける家庭 ※ホームステイは行わない予定です。
- 参加費用 38,000円(自己負担分)
- 申込締切 5月30日(金) ※郵送の場合、同日必着。
- 申込方法 各学校で配布される申込書に記入の上、“海と大地”子ども交流実行委員会事務局(市教育委員会生涯学習課)まで持参または郵送
- 主催 “海と大地”子ども交流実行委員会、更別村どんぐり子ども交流委員会、東松島市、東松島市教育委員会、更別村、更別村教育委員会
- 問・申し込み 生涯学習課社会教育班 ☎内線3202 〒981-0503 東松島市矢本字上河戸36-1

知っ得情報

■問 東松島市役所 ☎82-1111
代表FAX:0225-82-8143
(東松島市内での固定電話の市外局番 0225)

募集

緑化事業を行う団体を募集します

東松島市緑化推進委員会
(事務局:環境課環境班)
☎内線1151・1152

市緑化推進委員会は、平成26年度緑化推進事業を行う団体を募集します。

この事業は、市内の緑化推進を目的としたもので、震災以降は事業休止していましたが、平成26年度から再開することになりました。

詳しい内容は、問い合わせください。

お知らせ

自動車事故被害者の救済制度

独立行政法人 自動車事故対策機構(NASVA)本部
☎03-1527614451
同機構仙台主管支所
☎022-1204-99002
URL: <http://www.nasva.go.jp/>

独立行政法人 自動車事故対策機構(NASVA)では、自動車事故で重度の後遺症が残った方や亡くなられた方(加害被害を問わず)の家族を救済するための制度があります。

①交通事故被害者ホットライン

自動車事故で重度の後遺症が残った方や亡くなられた方(加害被害を問わず)の家族向けに、電話で各種相談窓口の紹介や各種サービスを案内します。

■交通事故被害者ホットライン

☎0570-0000738
(ナビダイヤル)

②交通遺児等育成資金貸付制度(無利子貸付)

貸付金額や要件、対象者や返還方法などの詳しい内容は問い合わせください。

③介護料支給制度

受給資格や支給額などの内容は問い合わせください。

④『東北療護センター』入院施設

自動車事故で脳を損傷して重度の精神神経障害が継続する状態にあり、治療および常時の介護を必要とする方のための入院施設です。

■センターに関する問・申し込み

東北療護センター
☎022-1247-1171

相談

震災後のこころのケア相談窓口

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・誰とも話さずにならないう・イライラするなどの症状でお困りの方。

■日時 6月19日(木)14時~17時
(予約制、1人50分)

■場所 市役所内相談室
■担当 ひかりサテッククリニック

加藤光三医師

○子どものこころのケア相談

震災後、夜泣き・こわがりが強くなった・以前より落ちつきがなくなったなど、お子さんへの対応についてお困りの方。

■日時 6月12日(木)13時~17時
(予約制、1人50分)

■場所 市役所相談室

■担当 みやぎ心のケアセンター
児童精神科医師

宮城県土地家屋調査士会石巻支部 「表示登記の目無料相談会」

宮城県土地家屋調査士会
石巻支部(支部長:日野信和)
☎0225-162-11197

皆さんが口頭悩んでいる土地の境界や登記などについて、専門の相談員がお答えします。

■日時 6月2日(月)10時~15時

■場所 小野市民センター

■主な相談内容 土地の払下、地目変更、分筆・合筆、土地境界、建物登記、売買、相続、贈与など ※予約不要。

災害復興住宅融資相談会

住宅金融支援機構からのお知らせ
住宅金融支援機構
お客様コールセンター
☎0120-086-353
(祝日を除く9時~17時)

住宅金融支援機構は、震災で被害を受けた住宅を再建するための災害復興住宅融資などに関する個別相談会を開催します。

■日時 5月16日(金)・17日(土)

■場所 市コミュニティセンター

※相談は無料ですが、事前予約が必要です。

第2回地元工務店による 住まいづくり大相談会

「住まいづくり大相談会実行委員会(事務局:石巻地元工務店協同組合内)
☎025-125-6783

■日時 6月8日(日)

10時~16時

■場所 石巻市総合体育館

■主な内容 出店各社による展示・相談会(工務店・住宅メーカー)、住宅再建に係る説明・相談会(公的支援・住宅ローン、登記関係など)、各種イベント(模擬上棟式、餅まき、木工教室など)

■主催 石巻地元工務店協同組合、東松島市工務店協同組合、一般社団法人女川町復興公営災害住宅建設推進協議会

■日時 6月2日(月)10時~15時

■場所 小野市民センター

■主な相談内容 土地の払下、地目変更、分筆・合筆、土地境界、建物登記、売買、相続、贈与など ※予約不要。

住宅金融支援機構からのお知らせ

住宅金融支援機構
お客様コールセンター
☎0120-086-353
(祝日を除く9時~17時)

住宅金融支援機構は、震災で被害を受けた住宅を再建するための災害復興住宅融資などに関する個別相談会を開催します。

■日時 5月16日(金)・17日(土)

■場所 市コミュニティセンター

※相談は無料ですが、事前予約が必要です。

防災士研修講座および資格取得試験 受講者等募集 ~防災士養成機関 東北福祉大学からのお知らせ~

■日時 研修講座:6月21日(土)9時~19時
22日(日)9時~16時40分
資格取得試験:6月22日(日)17時~18時

■場所 東北福祉大学国見キャンパス

■対象・資格・定員 学生・一般市民など 170人

■申し込み 受講等希望者の住所・氏名・連絡先(電話番号・メールアドレス)を、FAXまたはメール、あるいは東北福祉大学ホームページ内の専用フォームから、5月23日(金)まで申し込みください

※受講料や受講科目など、詳しい内容は問い合わせください。

■問・申し込み 東北福祉大学防災士研修室
☎022-301-1183 FAX:022-301-1856
e-mail: bousaishi@tfu-mail.tfu.ac.jp
URL: <http://www.tfu.ac.jp/bousaishi/index.html>

平成26年度軽自動車税(市税)納期限のお知らせ

平成26年度軽自動車税の納期限は、6月2日(月)です。忘れずに納付しましょう。なお、平成25年3月31日までに取得した震災による代替車両の軽自動車税の非課税措置は、25年度で終了しています。

■問 税務課住民税班 ☎内線1138・1139・1147

平成26年度自動車税(県税)納期限のお知らせ

平成26年度自動車税の納期限は、6月2日(月)です。忘れずに納付しましょう。また、納税相談を随時行っていますので、利用・相談してください。

■問 宮城県東部県税事務所 ☎0225-95-1520

みやぎジョブカフェ 合同適性試験&合同企業説明会

■日時 6月2日(月) 13時~16時

■場所 仙台市情報・産業プラザ(アエル5・6階)

■対象 平成27年3月卒業予定者(大学院、大学、短大、高専、専門、専修学校)、若年求職者(39歳以下)

■参加企業 宮城県内に本支店・営業所などがある企業48社(予定)

■問 みやぎジョブカフェ中小企業雇用促進支援事業室
☎022-745-0007 URL: <http://www.miyagi-jobcafe.jp>

若者の就労・自立を支援します ~石巻地域若者サポートステーションからのお知らせ~

若者サポートステーションでは、厚生労働省認定事業として15歳~39歳の若年無業者(ニート)およびその保護者などの方を対象に、就労・進学などの社会的・職業的自立に向けた各種支援を行っています。気軽に利用・相談ください。

■支援対象者 15歳~39歳の求職中の方、進学を考えている方およびその保護者など

■支援内容 相談(無料)、各種セミナー(無料、一部実費負担あり)
※事前に電話で申し込みください。

■開所日時 毎週月~金曜日 10時~18時

■問・申し込み 石巻地域若者サポートステーション
☎0225-90-3671(住所:石巻市西山町6-39 カムロ第2ビル2階)
URL: <http://ishisapo.roukyou.gr.jp/>

生活情報

■問 東松島市役所 ☎82-1111
代表FAX:0225-82-8143
(東松島市内での固定電話の市外局番 0225)

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、下記まで連絡ください。

乳幼児健康診査および健康相談スケジュール(5月) 場所:矢本保健相談センター

健康診査	対象者	日程	受付時間
4か月児健康診査	平成26年1月生まれ	28日(水)	12時30分～ 12時50分
1歳6か月児健康診査	平成24年10月生まれ	27日(火)	
2歳6か月児歯科健康診査	平成23年10月生まれ	21日(水)	
3歳児健康診査	平成22年12月生まれ	20日(火)	

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	15日(木)	9時～11時
7か月児健康相談	平成25年10月生まれ	29日(木)	9時～9時20分
10か月児健康相談	平成25年7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

新生児・産婦訪問

■問 健康推進課健康指導班
☎内線3114・3115

- 対象 すべての新生児および産婦
- 内容 赤ちゃんの体重測定、発育・発達確認とお母さんの体調や母乳・育児に関する相談
- 方法 保健師または助産師による家庭訪問
- ※市外の里帰り先などに訪問を希望される方は相談ください。
- 申し込み 電話、出生連絡票を郵送または市民課窓口にて提出

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、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

子どもの心理相談会

■問 健康推進課健康指導班
☎内線3106

- 子育ての心配事や反抗期への対応、しつけの仕方などについて、心理士による個別相談を行います。気軽に相談ください。
- 日時 5月23日(金)10時、11時、13時、14時(各50分ずつ)

宮城県東部保健福祉事務所 定例相談のお知らせ

○アルコール関連問題相談

- 日時 6月20日(金)10時～15時(予約制)
- 対象 アルコール問題で困っている人および家族、関係者
- 内容 精神保健福祉士による相談(午前中は家族教室を実施)



○思春期・ひきこもり相談

- 日時 5月20日(火)11時～15時(予約制)
- 対象 ひきこもりや不登校、家庭内暴力などで困っている人および家族、関係者
- 内容 臨床心理士による相談
- 上記の相談場所 宮城県東部保健福祉事務所(住所:石巻市東中里1丁目4-32、県石巻合同庁舎)
- 上記の相談に関する問・申し込み 宮城県東部保健福祉事務所母子・障害班 ☎0225-95-1431

- 場所 矢本保健相談センター
- 担当 滝沢晋也先生(臨床心理士)
- 申し込み 5月16日(金)まで電話で申し込みください

は仙台市会場(エルソール仙台)でも相談できます。希望の方は予約専用電話に相談ください。

■予約専用電話 ☎090-15840-11993

宮城県女医会・女性の健康相談室

■受付時間 平日9時～17時(土・日曜、祝日を除く)

女性医師による女性の健康相談

■問 宮城県健康推進課健康推進班
☎022-211-2623

- 思春期や更年期の身体的・精神的不調、家庭や職場でのストレスなどで悩んでいる女性の相談に応じます。(完全予約制・相談無料)
- 相談日 5月31日(土)塩釜市
- 時間は14時～16時です。会場などの詳しい内容は予約時にお知らせします。
- ※仙台市に通勤・通学している方

特定健診(循環器)、大腸がん・前立腺がん・肝炎ウイルス・結核肺がん検診を実施しています

5月13日(火)～6月14日(土)の期間中に各種検診を行っています。受診を希望していて、申し込みをされていない方は下記まで連絡ください。

■問・申し込み 健康推進課健康推進班 ☎内線3109

5月から特定健診(循環器健診)・肺がん検診が始まりました

●特定健診(循環器健診)を受けましょう

高血圧や糖尿病といった生活習慣病は自覚症状がないままに進行します。健診を受けて自分自身の体の状態を把握し、生活習慣を振り返るきっかけにしましょう。

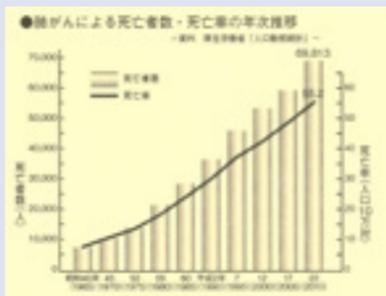
特定健診対象の方(市の国民健康保険に加入している40歳以上～75歳未満すべての方)、39歳以下および75歳以上の方で循環器健診の申し込みをされた方には受診票を郵送します。循環器健診の申し込みをされていない方で受診希望の方は、下記まで連絡ください。

また、社会保険に加入の方の特定健診の受け方については、勤務先に問い合わせください。

●肺がん検診を受けましょう

東松島市の平成24年の死亡統計で死亡原因の第1位である悪性新生物(がん)。なかでも肺がんで亡くなる方が一番多く、その65%が男性でした。

背景にあるのは喫煙です。たばこの煙には発がん物質のほか多くの有害物質が含まれています。喫煙者本人への影響はもちろんのこと、周りの方へも大きな影響を及ぼします。毎日20本以上吸う喫煙者の妻の肺が



ん死亡率は非喫煙者の妻の2倍ともいわれています。肺がん以外のすべてのがんについても、原因の3割は喫煙だと考えられています。

肺がんには、できる場所やがん細胞の種類によっていくつかの種類に分けることができそれぞれ性質も違います。せき、たん、血たんという自覚症状で気づく肺がんもあれば、これといった自覚症状がなく進行する肺がんもあります。気づいた時にはかなり進行している場合がありますが、早期発見さえできればかなりの確率で治ります。

肺がんを早期発見するために、年に1回定期的に検診を受けるようにしましょう。

市で行う肺がん検診には、エックス線検査と痰をためて調べる喀たん検査があります。喫煙する方や家族に喫煙者がいる方は、双方の検査を一緒に受けることをおすすめします。

市の肺がん検診の対象者は、40歳以上の東松島市民の方です。エックス線検査のみなら無料で受けられますので、最低限受診するようにしましょう。喀たん検診ご希望の方は、検診当日、受付に申し込みください。また肺がん検診は、特定健診(循環器健診)と同日に受けることができます。対象の方は、ぜひこの機会に同時に受診しましょう。

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3109

次のような人は要注意です



東松島市健康増進センター ゆぶと通信

■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分前までになります。

夏に向けて、からだを動かすなら、この時期です。ゆぶとのトレーニングジムとプールを使って、エネルギーを消費するからだに变身させよう。

チャレンジデーin東松島【今年こそ運動始めよう】

5月28日(水)は、ゆぶと(天然温泉・プール・トレーニングジム)を大人200円・子供100円で利用できます。チャレンジデーをきっかけに、今年こそゆぶとを利用して運動してみよう。

年間会員を募集してます(年会費5,250円で1回の利用料がお得)

全施設(天然温泉・プール・トレーニングジム)を利用しての価格です。メタボ対策などのためにも、ゆぶとを利用して、カロリーを消費できるからだに变身しましょう。
 大人 800円→600円 いきいき 600円→400円 子供 400円→300円
 障害介助 600円→400円 障害児 300円→200円

いきいき健康相談のお知らせ

市健康増進センター「ゆぶと」では、看護師と栄養士による健康相談を実施しています。

生活習慣病の予防には、日頃からの運動と食事のバランスをとることが有効です。

健康相談では、血圧測定や体脂肪測定、食生活などの相談を行い、皆さんの健康づくりのお手伝いをします。年齢問わず、相談は無料です。ぜひ利用ください。

■日時 毎週金曜日 11時～15時
 ■場所 「ゆぶと」2階エントランスロビー

ゆぶと カルチャー教室参加者募集 ～6月から開講します～

講座名	講師	対象	開講日時	受講料(税込)	教材費
楽しい手織り教室	千葉 友子	成人	第1・3月曜日	4,200円	講座毎に別途
手編み	内海 美奈子	成人	第1・3水曜日	4,200円	
アメリカン デコラティブペインティング	津田 美智子	成人	第2・4水曜日	3,780円	
草月流 いけ花	黒沢 正峰	成人	第1・3金曜日	4,200円	
テディベア&UVレジン教室	井上 志津子	成人	第2・4金曜日	テディベア:4,200円、UV:2,160円	
アメリカン デコラティブペインティング	津田 美智子	子供	第1金曜日	1,350円	

教材費は、講座毎に異なります。受講料には、入館料・受講料を含みます。申し込みの方は、ゆぶとフロントにて、申込書に必要事項を記入の上、受講料を納入ください。詳しくは、問い合わせください。

市民のカレンダー

2014年5月 15日～31日

15	木	■市報5月15日号発行 ■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00
16	金	■障がい者対象 iPad講習会(蔵しっくパーク・ふれ愛情報プラザ)13:00
17	土	■おはなし会(図書館)11:00 ■運動会(矢本東小・大塩小)
18	日	■献血(ヨークベニマル矢本店)10:00
19	月	■図書館休館日 ■振替休業日(大塩小)
20	火	■市民課延長窓口～19:00 ■納税相談夜間延長窓口～20:00 ■2歳児教室(鳴瀬幼)
21	水	■ちっちゃい子向けおはなし会(図書館)11:00 体
22	木	■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00 ■保育参観・年中少児(鳴瀬幼)
23	金	■親子レクレーション大会(矢本中央幼) ■保育参観・年長児(鳴瀬幼)
24	土	■おはなし会(図書館)11:00 ■議会報告会(矢本西・大曲・大塩・野蒜市民センターで4カ所同時開催)19:00 体 ■運動会(大曲小・赤井小・赤井南小・鳴瀬桜華小・野蒜小・宮戸小)
25	日	■赤井地区センター対抗ソフトボール大会(鷹来の森運動公園)8:30 ■矢本東地区パークゴルフ大会(石巻市かなんパークゴルフ場)8:30 ■縄文・宮戸まつり(奥松島縄文村歴史資料館)10:00
26	月	■図書館休館日 ■振替休業日(大曲小・赤井小・赤井南小・鳴瀬桜華小・野蒜小・宮戸小)
27	火	■機能訓練(老人福祉センター)9:30 ■納税相談夜間延長窓口～20:00
28	水	■2014チャレンジデーin東松島 午前0時～午後9時 市内一斉開催 ■親子遠足(はなぶさ幼)
29	木	■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00 ■園外保育(矢本中央幼)
30	金	■図書館休館日(図書整理日)
31	土	■おはなし会(図書館)11:00 ■石巻地区中総体一次大会(～6月1日) ■家族参観(矢本中央幼)

2014年6月 1日～15日

1	日	■市報6月1日号発行 ■上街道フラワーアベニュー推進協議会・サルビア一斉植栽(県道河南矢本線沿い)6:30 ■国道45号沿い・市コミュニティセンター西脇フラワーロード一斉植栽6:30 ■小野地域スポーツ交流会(小野地区体育館)9:00
2	月	■図書館休館日 ■振替休業日(鳴瀬未来中)
3	火	■市民課延長窓口～19:00 ■納税相談夜間延長窓口～20:00
4	水	■ちっちゃい子向けおはなし会(図書館)11:00 体
5	木	■東松島市議会平成26年第2回定例会(市役所議場)(<～20日) ■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00
6	金	■人権相談(小野市民センター)10:00 ■振替休業日(矢本一中) ■親子遠足(のびる幼)
7	土	■おはなし会(図書館)11:00 体 ■父親参観日(鳴瀬幼)
8	日	■第9回東松島市グラウンドゴルフ大会(矢本東小)9:00 ■藤田浩子さんのおはなし会(図書館)11:00 ■藤田浩子さんのわらべうた講座(東松島市中央サポートセンター)14:00
9	月	■図書館休館日 ■振替休業日(鳴瀬未来中)
10	火	■機能訓練(老人福祉センター)9:30 ■納税相談夜間延長窓口～20:00
11	水	●市民防災の日(市民防災デー) 体
12	木	●県民防災の日(制定・宮城県) ■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00 ■ちびっこクラブ(矢本中央幼) ■防災訓練(鳴瀬幼)
13	金	■行政相談(小野市民センター)13:00 ■矢本一中学区市民参観日
14	土	■宮戸地区県道花壇・地域花壇植栽事業(大高森登山口付近～宮戸郵便局前)6:30 ■おはなし会(図書館)11:00 ■父親参観日(はなぶさ幼) 体
15	日	■市報6月15日号発行 ■平成26年度東松島市総合防災訓練(市内一斉)9:00 ■キッズ防災おりがみ教室(図書館)11:00

体育館一般開放のお知らせ ■場所・時間 市民体育館 19～21時
 ■問 NPO法人東松島市体育協会事務局 ☎82-9030

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。

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 代表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
 市報ひがしまつしまでは、(株)日本製紙石巻工場で製造された環境にやさしい再生紙およびエコインクを使用しています。
 平成26年度市報ひがしまつしま制作費 15日号:1部あたり28.0円(消費税込、配布にかかる経費含まず)



東松島市の人口

(平成26年5月1日現在の住民基本台帳、外国人住民含む)
 男 19,710人(+32) 女 20,380人(+9)
 計 40,090人(+41) 世帯数 14,962戸(+56)
 ()内は前月比