

2015
3
.1

みんなの心と力をひとつに

HIGASHIMATSUSHIMA PUBLIC RELATIONS

市報

ひがしまつしま

No.166

- 特集 震災から4年—復興への前進と実感をともに—P2~P5
- まちの情報広場-----P6~P8
- 市民協働のまちづくり-----P9
- City View-----P10~P11
- もっと知りたい!
- 知って情報-----P14~P17
- ヘルシーインフォメーション-----P18
- 戸籍のまどほか-----P19
- 市民のカレンダー-----P20



写真……店舗のステッカー(ガラス扉上部)からQRコードを読み取り、防災の心構えを学ぶ親子(2月7日、ふれ愛いちば・まちなんど大曲店)

特集 震災から4年—

復興への前進と実感をともに

後世に伝える

『まちなか震災アーカイブ』

市図書館は、東日本大震災の記憶の風化防止とともに、教訓を後世に伝えるため「まちなか震災アーカイブ」を市内の公共施設や商業施設などに設置しています。ステッカーやパンスタンドなどに記されたQRコードを

携帯端末で読み取ると、図書館のホームページにつながり、震災直後の写真や、地域の方々の体験を閲覧できる仕組みです。図書館では、今後地区ごとの記録を閲覧できるようにするなど内容の充実を図り、震災伝承に力

を注いでいきます。

震災発生から間もなく4年が経過します。今号の特集では、災害に強いまちづくりに向けた事業計画と取り組み報告、市復興まちづくり市民委員会の開催状況、復興へ前進する市民の皆さんを支える団体などの活動などを紹介します。

天皇皇后両陛下 行幸啓のお知らせ

3月14日(土)から15日(日)にかけて、天皇皇后両陛下が東日本大震災からの復興状況などの御視察のため、東松島市を御訪問されます。御予定などは、下記のとおりとなっております。市民の皆さんも両陛下を奉送迎することができますので、お知らせします。

なお、当日は、周辺道路において一時交通規制が行われ(後日、警察より発表)、混雑が予想されますので、車での来庁は、極力控えてください。

■御予定

- ◇3月14日(土) 仙台市内 → 東松島市役所鳴瀬庁舎
御着:午後
→ 市内御視察 → 東松島市役所鳴瀬庁舎 → 石巻市内
御着:午後
- ◇3月15日(日) 石巻市内 → 東松島市役所 → 仙台市内
御着:午前、御発:午後

※具体的な時間は、宮内庁から公表されていませんので、ご了承願います。

【奉送迎される皆さんへお願い】

- ・駐車台数に限りがありますので、車での来庁は極力避けていただくようお願いいたします。また、路上駐車は絶対にしないでください。
- ・奉送迎される場所では、警察官等の指示に従ってください。
- ・高齢者や車イスの方には、できるだけ前の方へ場所をお譲りください。
- ・小さいお子さんとともに奉送迎される場合は、手をしっかり握ってあげてください。
- ・小旗をお持ちの時には、旗を前に突き出して振ると危険ですので、自分の体の前で小さく振るようお願いいたします。
- ・他の奉送迎者の迷惑にならないよう、マナーを守って奉送迎してください。
- ・当日は、防寒対策などに心がけてください。

■奉送迎の場所等

- ◇3月14日(土) 東松島市役所鳴瀬庁舎前(約450人)

■駐車場

- 小野市民センター前駐車場(約50台)
- 小野地区体育館前駐車場(約20台)
- ※鳴瀬庁舎前駐車場は使用できません。

- ◇3月15日(日) 東松島市役所前(約500人)

■駐車場

- 矢本第一中学校西側臨時駐車場(約100台)
- コミュニティーパーク駐車場(約100台)
- ※市役所前駐車場、矢本保健相談センター前駐車場は、使用できません。

※奉送迎者多数の場合には、付近の沿道に移動いただく場合がありますので、警察官等の指示に従ってください。

小旗(日の丸)は、当日、庁舎前および周辺沿道で配布する予定です

■問 総務課秘書広報班 ☎内線1212・1202・1216

防災・減災都市の実現に向けて

市では、「防災・減災都市の実現」へ向けた取り組みを、市独自の事業や関係機関と連携するなどし、ソフト・ハードの両面から進めています。ここでは、災害に遭った場合の避難場所などについて紹介します。

外出先などで避難所がわからないときなどは、避難先表示と避難誘導サインを確認して避難しましょう。

■避難先表示



※例外的に、地区避難所へ誘導するための避難誘導サインを設置する場合があります。

■避難誘導サイン (電柱設置イメージ例)



■表示サインの例



施設の種別	指定避難所	指定緊急避難場所	
	地域避難所・地区避難所	一時避難場所	津波避難場所
ピクトグラム (絵文字)			(屋外) (屋内)

大規模災害発生時は、最寄りの避難所または避難場所へ集合しましょう。特に、津波が発生した場合、ただちに、自らの身の安全と命を守る行動をとってください。

■市内における津波発生時に利用可能な指定避難所・指定緊急避難場所一覧

	指定避難所		指定緊急避難場所	
	地域避難所	地区避難所	一時避難場所	津波避難場所
矢本東地域	矢本東小学校 東松島高等学校 東松島市コミュニティセンター	大溜地区センター(大溜集会所) 谷地地区センター(農村婦人の家) 下小松地区センター(下小松生活センター) 上河戸地区センター(上河戸若葉集会所) 矢本東保育所、矢本中央幼稚園	コミュニティパーク 大溜公園 原農村公園 若葉公園	市役所本庁舎 ヨークベニマル矢本店2階駐車場 下浦住宅階段・踊場 三陸自動車津波避難階段
矢本西地域	矢本西小学校 矢本第一中学校	上小松地区センター(上小松生活センター) 沢田地区センター・前里地区センター (小松地区学習等供用施設) 前柳地区センター(前柳集会所) 手招地区センター(手招地区集会所)	上河戸公園、滝山、願成寺駐車場 前柳第二公園(駐車場含む) 沢田ミニ公園(県道大塩小野停車場線脇) 池の内農村公園 イオンタウン矢本駐車場	東松島市健康増進センターゆぶと 特別養護老人ホーム矢本華の園屋上
大曲地域	大曲小学校	五味倉地区センター(五味倉生活センター)	—	三陸自動車道津波避難階段
赤井地域	赤井小学校 赤井南小学校 矢本第二中学校 石巻西高等学校	上区地区センター(上区生活センター) 中区地区センター(北赤井地区学習等供用施設) 下区地区センター(下区生活センター) 赤井北保育所	上区ふれあい公園 下区ふれあい公園	三陸自動車道津波避難階段 東松庵駐車場、石巻運転免許センター 株式会社石巻青果(石巻青果花き地方卸売市場)
大塩地域	大塩小学校 大塩市民センター 大塩地区体育館	塩入地区センター(塩入担い手センター) 表地区センター(大塩地区学習等供用施設) 表地区集会所(表沢集会所) 大塩中区地区センター(大塩中区集会所) 小分木地区センター(小分木生活センター) 大島地区センター(大島生活センター) 松ノ木沢集会所、大塩保育所 裏沢地区センター(裏沢生活センター) 小松台地区センター(小松台集会所)	鷹来の森運動公園(※広域避難場所) 塩入地区農村公園、宿農村公園 大島農村公園、新山公園 鈴ヶ原公園、高橋徳治商店敷地	—
小野地域	鳴瀬桜華小学校 鳴瀬未来中学校	根古地区センター(根古公民館) 高松地区センター(農業構造改善センター) 新田地区センター(新田公民館) 西福田下地区センター(西福田下集会所) 西福田上地区センター(西福田上生活センター) 肘曲地区センター(肘曲公民館) 上下堤地区センター(上下堤区民センター) 農村創作活動センター 川下地区センター(川下公民館)	お館山公園、小野児童公園 五十鈴神社[小野]、高松寺、鷹ノ巣山	飛返地内、市役所鳴瀬庁舎、旧浜市小学校
野蒜地域	—	浅井地区センター(浅井公民館) 中下地区センター(中下公民館)	大茂倉坂入口、明神社、定林寺駐車場	東幸電機避難所、旧野蒜小学校、赤崎山
宮戸地域	宮戸小学校	—	医王寺前駐車場、大高森 稲ヶ崎遊歩道、五十鈴神社[月浜] 嵯峨溪遊歩道、鹿島神社 仙堂山、大浜峰(唐船番所跡遊歩道)	—

避難所: 宿泊も想定し、「一定期間」避難生活ができる施設
避難場所: 安全な状況が確認できるまで「一時的」に身を守るための場所

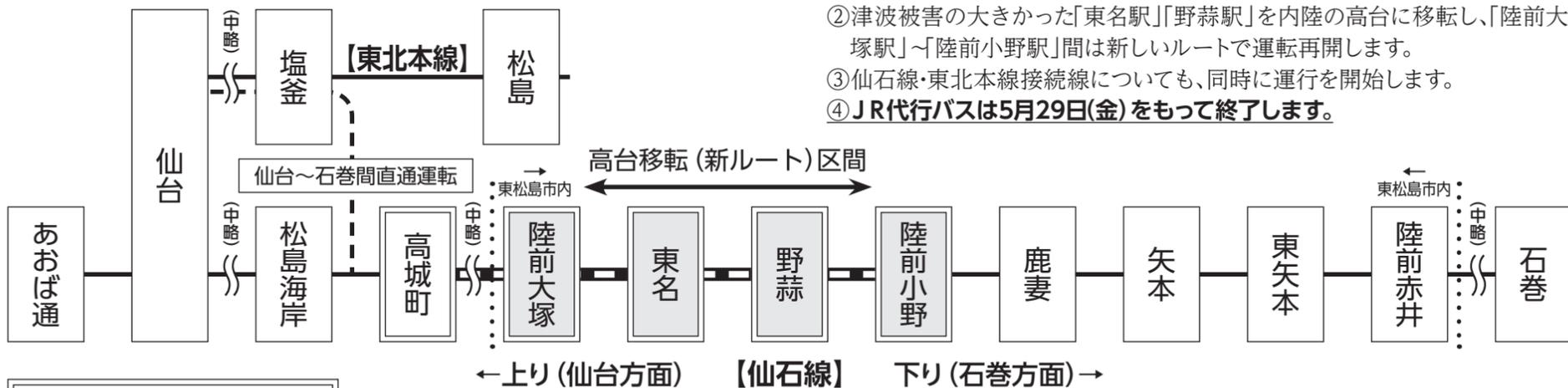
家族みんなで地域の避難所と避難場所を確認しましょう。

JR仙石線が全線での運行を再開します

東日本大震災により甚大な被害を受けた仙石線は、これまで一部区間の高台移設を含む復旧工事を進めてきましたが、すべての工事が完了する見通しとなりましたのでお知らせします。また、東北本線接続による「仙石東北ライン」も同時開通となり、より一層仙石線が便利になります。

■**運転開始日** 5月30日(土)

- 運転再開の概要**
- ①不通となっていた仙石線の「高城町駅」～「陸前小野駅」間の運転を再開し、仙石線は「あおば通駅」～「石巻駅」間全線で運転を再開します。
 - ②津波被害の大きかった「東名駅」「野蒜駅」を内陸の高台に移転し、「陸前大塚駅」～「陸前小野駅」間は新しいルートで運転再開します。
 - ③仙石線・東北本線接続線についても、同時に運行を開始します。
 - ④JR代行バスは5月29日(金)をもって終了します。



今回の運転再開区間

～ 仙石線レールウォークの開催 ～

5月30日(土)に全線での運行を再開する、JR仙石線の野蒜高台移設新ルート(東名駅～野蒜駅)を歩く「仙石線レールウォーク」を開催します。参加希望の方は下記まで、往復ハガキにより申し込みください。

- 対象** 小学生以上の方で、自力でおよそ3km(所要時間:約2時間)の道のりを完歩できる方
- 日時** 3月29日(日)8時30分～14時
※50人を1グループとして、4回に分けて開催します。出発時間の指定などはできませんので、あらかじめご了承ください。なお、集合・出発時間は返信ハガキにて連絡します。
- 定員** 200人 ※応募多数の場合は抽選になります。
- 道程** 東名駅～野蒜駅(往復およそ3km)
- 集合場所** 野蒜市民センター前
- 申し込み** 往復ハガキによる事前申し込み
※ハガキ1枚につき2人まで。電話・FAX・メールでの申し込みは受け付けません。
- 問** 復興政策課地域振興班 ☎内線1231・1234

5月30日(土)
JR仙石線運転再開時の各駅へのアクセスのお知らせ

運転再開時は、野蒜駅・東名駅周辺において、野蒜北部丘陵団地造成工事が施工中のため、駅への接続道路のみ通行可能となります。

駅利用者の皆さんには大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

◆**往復ハガキの記入方法**
募集期間:3月2日(月)～3月13日(金)
※当日必着分まで。

<p>【往信のオモテ】</p> <p>52 〒981-0503 東松島市矢本字上河戸36-1 東松島市復興政策課地域振興班 行</p>	<p>【返信のオモテ】</p> <p>52 代表者の郵便番号 住所 氏名</p>
<p>【往信のウラ】</p> <p>参加希望者全員の <input type="checkbox"/>住所 <input type="checkbox"/>氏名(ふりがな) <input type="checkbox"/>年齢 <input type="checkbox"/>性別 <input type="checkbox"/>電話番号 ※往復ハガキ1枚につき、2人まで参加可能です。</p>	<p>【返信のウラ】</p> <p>何も記入しないください。</p>

環境未来都市構想

2011年(平成23年)12月22日、東松島市は政府の新成長戦略に位置付けられた「環境未来都市」(全国で11団体)に選定されました。

市では、新しいまちづくりの理念のもと、被災地の迅速な復旧と、**将来にわたって発展する新しい東松島市**を実現するため、『東松島市復興まちづくり計画』と連動した復興を牽引する取り組みとして、環境未来都市構想を提案しています。

その取り組みのうちの一つ、東松島市型の「がれき処理」が評価され、東松島市は、プラチナシティに認定されています。

プラチナ構想ネットワークとは

日本の「知」を結集し、新しいまちづくりを提案する全国規模の連携組織であり、エコで、高齢者も参加でき、地域で人が育ち、雇用のある、快適な社会を目指したワンランク上のまちづくりを進める全国規模の連携組織です。プラチナ構想実現のための政策的課題の解決策を政界、産業界、市民に発信し、動きを促すことを目的としています。

■**概要**
プラチナ構想ネットワーク会長 小宮山宏(東京大学第28代総長)
構成員:自治体会員127名、法人会員80名、個人・海外会員55名

プラチナシティとは

イノベーションによる新産業の創出やアイデア溢れる方策などにより地域の課題を既に解決し、「プラチナ社会」に向かいつつある、あるいは「プラチナ社会」実現に向けた明確なビジョンや具体的なアクションによる素晴らしい取り組みを始めている、そのような自治体を「プラチナシティ」と定義します。

東松島市型の「がれき処理」でプラチナシティに認定

2013年7月25日(木)、プラチナ構想ネットワーク主催、第1回プラチナ大賞において、東松島型「がれき処理」がプラチナイノベーション賞を受賞しました。

東松島型「がれき処理」は、搬入から分別を徹底したことに加え、手作業での分別作業などにより被災された方々約1500人を雇用したこと、全搬入物の97%以上をリサイクルし、その再生材を市内の公共事業において利用したこと、また、処理費用についても、宮城県内平均の処理単価3.5万円/t(平成26年7月1日現在)に対し、東松島市処理単価1.8万円/t(平成27年2月現在)ととても効率的に処理できたことが高く評価されました。

また、この賞を受賞したことにより、新産業の創出やアイデア溢れる方策などにより地域の課題を既に解決し「プラチナ社会」に向かいつつあるとして、プラチナシティに認定されることになりました。

今後も、市民の皆さんや事業所・教育機関などと連携することで、復興はもとより、環境未来都市構想の実現や地方創生、プラチナシティとして、ほかの自治体などの先駆けとなれるような取り組みを進めていきます。



▲がれき処理における手作業での分別の様子
▲がれき処理場全体の様子

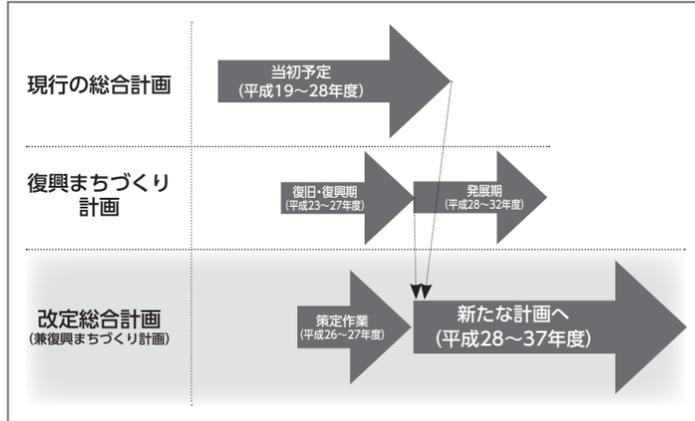
■**問** 復興政策課兼環境未来都市推進室 ☎内線1243

東松島市復興まちづくり計画市民委員会(総合計画策定委員会)の 平成26年度活動をお知らせします

市では、現在、市のすべての政策の基礎となる「東松島市総合計画」の改定作業を進めています。現行の「東松島市総合計画」は、平成19年度に策定され、平成28年度を最終年度とする10年間の計画です。これを震災による影響も踏まえて、一年前倒しで改定し、平成28年度から新たな計画に移行する予定です。

一方、震災後に策定された「東松島市復興まちづくり計画」は、平成23年度から平成32年度までの10年間の計画です。平成24年度から「東松島市復興まちづくり計画市民委員会」を設置し、市民協働による進ちょく管理を進めてきました。

これら二つの計画は、ともに新しいまちづくりに向けた基盤となるものであることから、今回、一体で改定し、一つの計画としてまとめることにしました。市民との協働による計画策定を行うため上記市民委員会を改組し、公募を含めた市民委員20人と学識経験者3人、市職員6人により構成される「東松島市復興まちづくり計画市民委員会(総合計画策定委員会)」を開催しています。平成26年度は、下記のとおり5回の委員会を開催しました。



増田 聡 委員長からのコメント (東北大学大学院 経済学研究科教授)

平成26年度の委員会では、計画づくりの基礎となる資料・情報を共有したり、主要事業の視察を行ったりしながら、東松島市の現状と課題を共有し、今後取り組むべきことについて意見交換を重ねました。市民委員の皆さんには、震災からの復旧・復興の取組が日々行われている中で、より先の将来を見越して新しいまちづくりを検討するという難しい役目に積極的に取り組んでいただきました。平成27年度は、この成果を活かし、より多くの意見を伺う機会を持ちながら、新しい計画づくりに向けた具体的な作業を進めていきます。これからのまちづくりは、行政だけ、市民だけでは継続することが難しくなります。協働によるまちづくりをさらに推進していくための基盤となる計画ですので、より多くの皆さんの参加を期待しています。

これまでの委員会の活動

第1回委員会

- 日時 平成26年10月16日(木) 19時~21時
- 会場 市役所202会議室
- 主な内容
 - ・委嘱状交付
 - ・意見交換
 - ・東松島市復興まちづくり計画市民委員会(総合計画策定委員会)設置要綱
 - ・委員長、副委員長選出



●以下の点について事務局から情報提供を行い、委員との意見交換を行いました。
①東松島市総合計画の策定②東松島市の人口・産業などの現状③平成26年度市民満足度調査結果および復興の現状

第2回委員会

- 日時 平成26年11月16日(日) 13時~15時40分
- 場所 市内各所
- 主な視察先
 - ・小野中央住宅
 - ・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)
 - ・あおい団地
 - ・地域防災備蓄倉庫(大塩)
 - ・矢本西団地
 - ・野蒜北部丘陵地区(野蒜北部丘陵地区展示室、奥松島「絆」ソーラーパークほか)



●東松島市各地区の復興まちづくりの現状や環境未来都市としての取組などについて理解を深めるため、市内視察を行いました。

第3回委員会

- 日時 平成26年11月20日(木) 19時~20時40分
- 場所 市役所202会議室
- 主な内容
 - ・意見交換(ワークショップ形式)
 - ~東松島市の現状と課題について~



●これからの10年で、①市が重点的に取り組んでほしいこと、②市民・企業・地域が重点的に取り組むべきことについて、ワークショップ形式で意見交換を行いました。

第4回委員会

- 日時 1月22日(木) 19時~20時40分
- 場所 市役所202会議室
- 主な内容
 - 【市の現況報告】
 - ・施策大綱の検討状況
 - ・関連計画の策定状況
 - ・東松島市の現況の調査・分析結果
 - ・平成26年度市民満足度調査結果
 - 【意見交換】
 - 「次期総合計画で重視すべきこと」



●東松島市の現況などについて、事務局から報告を行いました。それを踏まえ、次期総合計画で重視すべきことや、今後、本委員会を検討すべきことについて意見交換を行いました。

第5回委員会

- 日時 2月19日(木) 19時~
- 場所 市役所202会議室
- 主な内容
 - ・東松島市を取り巻く環境などの報告
 - 東松島市を取り巻く環境と今後の見通し 施策実施状況調査結果
 - ・意見交換(ワークショップ形式) ~東松島市の将来像~

- テーマ① 地域産業振興に向けて協働でできること
- テーマ② 若者の定住に向けて協働でできること



平成27年度も継続して開催します

3月2日(月) 市民フォーラムを開催します

こ なた り さ き
来し方行く先 私たちのまち東松島
~心を合わせ、支え合い、夢あふれるまちを目指して~

平成17年4月1日の東松島市誕生から10年。東松島市では、現在、市のすべての政策の基礎となる「東松島市総合計画」の改定作業を進めています。これまでの10年を振り返り、新しい東松島市総合計画の策定状況などについて、市民の皆さんに広く知っていただきながら、これからのまちづくりのあり方をともに考える市民フォーラムを開催します。多くの皆さんの参加をお待ちしています。入場無料・事前申込は不要。

- 日時 3月2日(月) 18時30分~20時30分(18時開場)
- 場所 市コミュニティセンター1階ホール
- 主催 東松島市・東松島市復興まちづくり計画市民委員会(総合計画策定委員会)
- 共催 一般社団法人東松島みらいとし機構(愛称:HOPE)

■内容

- ①東松島市復興まちづくり計画(総合計画)の策定について
東松島市復興まちづくり計画市民委員会(総合計画策定委員会)委員/
石巻専修大学人間学部准教授 庄子真岐氏

- ②パネルディスカッション「来し方行く先 私たちのまち東松島」

【パネリスト】

- 東松島市復興まちづくり計画市民委員会(総合計画策定委員会)副委員長/東松島みらいとし機構(HOPE)専務理事/東北大学大学院農学研究科助教 大村道明氏
- 東松島市復興まちづくり計画市民委員会(総合計画策定委員会)委員/東松島市復興まちづくり推進員(コーディネーター) 黒田みえ子氏
- 東松島市民生委員・児童委員 主任児童委員 佐藤まき子氏
- 総括コメンテーター同志社大学教授 新川達郎氏
- 東松島市長 阿部秀保

東松島市民みなさんの復興を私たちが支えます

震災からまもなく4年経ちますが、現在もたくさんの団体が東松島市内で支援活動に取り組んでいます。ここでは、市民の元気と笑顔のために活動する2つの団体を紹介します。

馬のチカラで復興のお手伝い 地域の憩いの場の創造へ



みまもり
美馬森JAPAN

馬と森を活用した地域の憩いの場を作りたい。震災後から東松島市内で継続的な復興支援活動を展開する一般社団法人美馬森JAPAN(八丸由紀子理事長)は、「馬」と「森」を生かした地域の交流促進、子どもへの健全育成などに取り組む団体です。岩手県盛岡市で「丸牧場」という馬の牧場を営む八丸健さん(44・上の写真左)、由紀子さん(44上の写真右)夫妻が中心となって運営しています。

同団体が東松島市で支援活動を始めたのは平成23年12月。C.W.ニコルさんの仲介で、市内の子
馬と一緒に野外活動が楽しめる「美馬森キッズ」は子どもたちに大人気。27年度も十数回の実施を予定しています



もたちに馬車でクリスマスプレゼントを配ったのがきっかけです。それ以降、主に被災地に笑顔と喜びを届けるため「美馬森キッズホースメンクラブ」と題した馬とふれあえる野外活動の場を設け、子どもへの自主性と感性を育むお手伝いをしてきました。

八丸健さんは「馬」という私たちの強みを生かし、復興まちづくりをサポートできないかと考えています。馬には人を元気にしてくれる不思議な力があります。豊かな自然の中で、地域の皆さんが笑顔になれる、つながれる場所を作りたいですね」と話します。

■美馬森JAPAN
ホームページ URL: <http://mimamori-japan.com>

地域の困りごとを解消 幅広い活動を積極的に



かづま
児童養護施設支援の会・鹿妻チーム

全国の児童養護施設の子どもたちを支援するNPO法人児童養護施設支援の会・鹿妻チーム(高橋雄吾代表・上の写真後列中央)は、震災直後から東松島市に入り、被災地の児童施設支援、震災遺児のケア、がれき撤去や炊き出しなど幅広く活動してきました。

同団体が東松島市に初めて訪れたのは23年3月22日。真壁病院(鹿妻)の駐車場で野営しながら、がれき撤去作業などにあたりました。「とにかく要望を受けられなくてもやってきました。重機やチェーンソーの操作をマスターしたり、資格を得たのも東松島での活動後です」と振り返ります。

市民の困りごとを聞き続け、地域に根差した支援活動を継続することで地域とのつながりを深めてきました。行政とも連携し、避難所の解体や行政物資の運搬、被災沿岸部の公共施設の整備・清掃などにも関わってきたことも特徴のひとつです。25年5月には東松島市民となりました。

震災から4年、地域は落ち着きを取り戻しましたが、困りごとはまだまだ絶えません。2月13日(土)には大東文化大学の学生ボランティアの協力を受けて、津波被害を受けた宮戸地区の藻場を復活させるための設備を製作するなど、きめ細かな要望に応え続けています。

■児童養護施設支援の会・鹿妻チーム
ホームページ URL: <http://npojidou.sharepoint.com>



宮戸地区の藻場を復活させるための設備を製作しました

平成27年東日本大震災東松島市慰霊祭

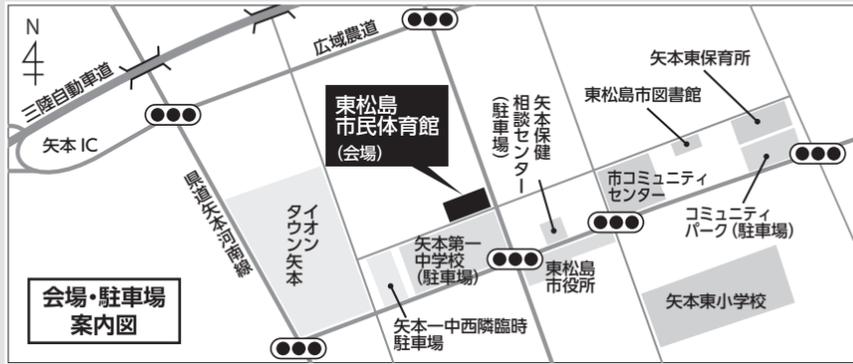
平成23年3月11日に発生した東日本大震災により多くの市民が犠牲になりました。市では、震災発生から4年となる日に、震災によりお亡くなりになられた方々の霊を慰めるため、次のとおり慰霊祭(無宗教、献花方式)を執り行います。

■日時 3月11日(水)14時30分～

■場所 東松島市民体育館

(住所:東松島市小松字上浮足164、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(一般参列可)



■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願います

■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、らくらく号、市内循環バス)を利用ください。
- ② お近くの方は、徒歩または自転車でお越しください。
- ③ 臨時送迎バスの運行については、下記のとおりです。

■駐車場

- ① 東松島市民体育館前…身障者車両専用、約15台
 - ② 矢本第一中学校校庭…一般車両約200台
- ※雨や雪の影響により校庭内が悪路の場合は、駐車台数を減らす場合があります。
- ③ 矢本第一中学校西隣臨時駐車場…一般車両約30台
 - ④ 矢本保健相談センター前駐車場…一般車両約30台
 - ⑤ コミュニティパーク(市図書館東隣、矢本東保育所南側) ……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	13:30 赤井市民センター前	⇒13:35 赤井地区体育館前	⇒13:45 大曲市民センター前	⇒13:50 矢本運動公園(仮設店舗前入口)	⇒14:00 会場
②	13:20 ひびき工業団地第2公園	⇒13:40 グリーンタウンやもと仮設住宅②	⇒13:45 大塩市民センター前	⇒13:55 会場	
③	13:25 小野市民センター前	⇒13:30 小野駅前地区仮設住宅	⇒13:35 牛網学習等供用施設前	⇒13:40 鹿妻地区センター前 ⇒13:50 立沼農村公園前	⇒14:00 会場
④	13:10 宮戸市民センター前	⇒13:25 新東名地区旧セブンイレブン跡地	⇒13:30 野蒜市民センター前	⇒13:50 会場	

震災後のこころのケア ～震災から4年を迎えて～

記念日反応とは

春を目前に雪が舞い散り、寒さ続くこの時期に、震災後4度目の3月を迎えようとしています。当時と同じ季節を感じたり、ニュースが流れることで、どうしても当時を思い出す機会が多くなります。中には、「何となく憂うつ」「そわそわして落ち着かない」などを感じる人もいるかもしれません。これは、「記念日反応」といって区切りの時期に、心身の反応が起こるものです。これは特別な病気ではなく、誰にでも起こり得る反応です。それに加え、3月は卒業や就職、転居も多く、環境変化によるストレスも高くなる時期です。この機会に、自分のこころの状態やストレスについて振り返ってみましょう。

【記念日反応のサイン】

- ・ポーとすることが多い
- ・寝つきが悪い
- ・集中できない
- ・不意に涙が出る
- ・感覚が過敏になる
- ・体の不調が多くなった
- ・イライラする など

【対処法】

- ・誰にでも起こりうることをあらかじめ知っておく。
- ・自分の感情に素直になり、それを押さえ込もうとしない。
- ・気分転換やリラクゼーションを積極的に行う。
- ・自分の体調に細心の注意を払う。休養を十分に取る。
- ・信頼できる人に話を聞いてもらう。



つらかった記憶や感情を処理する速さは人それぞれです。誰もが、良くなる力を必ず持っています。

うつ病とは

うつ病は、誰でもかかる可能性のある病気です。こころのエネルギーが低下した状態といわれます。脳の神経伝達物質の働きのバランスがとれていない状態で、精神面だけでなく、身体にも不調が現れることがあります。うつ病は、治療が必要な病気であり、早めに受診した方がよいと言われています。今は、治療薬も進歩しています。安心して治療を受けましょう。



自分のこころの状態を知りましょう

○こころの状態をチェック(☑)してみましょう

- 毎日の生活に充実感が無い
- これまで楽しんでやれていたことが、楽しめなくなった
- 以前は楽にできていたことが、今ではおっくうに感じられる
- 自分が役に立つ人間だとは思えない
- わけもなく疲れたような感じがする

2つ以上に当てはまり、それが2週間以上ほぼ毎日続き、生活に支障が生じている場合は、こころが疲れてうつになっている可能性があります。

○自分のこころの状態が心配になったら……

まずは話せる人に打ち明けてみましょう。「身近な人にはなかなか話せない…」という時には、いろいろな相談窓口を利用してみてください。市役所福祉課では、保健師や精神保健福祉士(こころの相談員)による相談や電話相談もできますので、気軽に相談ください。また、月1回精神科医師によるこころの健康相談を実施していますので、気分の落ち込みや不安、不眠などで困っている方はぜひ利用してください。(要予約、市報17ページ参照)

相談窓口

■よりそいホットライン

(24時間通話料無料) ☎0120-279-226

■仙台いのちの電話

(年中無休24時間受付) ☎022-718-4343

※毎月10日(8時～翌朝8時)は通話料無料 ☎0120-738-556

■宮城県臨床心理士会 毎月第1土曜日 17時～20時 ☎022-290-6656

■みやぎ心のケアセンター石巻地域センター

平日8時30分～17時30分 ☎0225-98-6625

■宮城県精神保健福祉センター(住所:大崎市古川旭五丁目7-20)

こころの相談電話 平日9時～17時 ☎0229-23-0302

■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 ☎0225-95-1431

■市役所福祉課障害福祉班

平日8時30分～17時15分 ☎内線1175・1176

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〉

平成27年度採用 市臨時職員の募集(緊急雇用創出事業)

震災等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** 東日本大震災などの影響により岩手県、宮城県および福島県内の災害救助法適用地域に所在する事業所を離職した失業者、または、平成23年3月11日に当該地域に居住していた現在求職中(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日当り勤務時間	予定人数	時給	雇用期間(平成27年)	資格の有無	特記事項	社会保険の有無	問・申込先
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	7.75	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1213
2	地域コミュニティ復興支援事業	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。	7.00	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 (雇用保険有)	市民協働課 協働推進班 ☎内線1284
3	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	7.00	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 (雇用保険有)	教育総務課復興調整班 ☎内線1255
4	小・中学校教員補助事業	小・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	5.00	3人	850円	雇用期間:4月1日～9月30日 (長期休業期間は休み) 週5日勤務	無	パソコン操作(ワード、エクセル)経験者	無 (雇用保険有)	学校教育課 学校教育班 ☎内線1252
5	小・中学校、幼稚園特別支援教育支援事業	小・中学校、幼稚園での特別に配慮を要する児童・生徒・園児の学習・生活支援	5.00	34人	850円	雇用期間:4月1日～9月30日 (長期休業期間は休み) 週5日勤務	無	無	無 (雇用保険有)	生涯学習課(図書館) ☎82-1120
6	図書復旧・普及支援事業	巡回本・応急仮設住宅集会所などの図書室整備と読書推進の補助業務	7.00	5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、接客が得意な方	無 (雇用保険有)	生涯学習課文化財班 ☎内線3321
7	図書復旧・普及支援事業	貸出図書のクリーニングなど読書環境の向上の補助	5.00	2人	720円	雇用期間:4月1日～9月30日 週5日勤務	無	無	無 (雇用保険有)	下水道課経営班 ☎内線2232
8	文化財保護業務	文化財に関連する各種申請手続きなどの事務補助	6.00	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 (雇用保険有)	下水道課経営班 ☎内線2232
9	震災対応等事務事業	震災関連業務の事務補助	7.75	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(ワード、エクセル)経験者	有	下水道課経営班 ☎内線2232

■**雇用期間** 4月1日(水)～9月30日(水)

※雇用期間は6カ月ですが、期間満了後に平成28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13日(金) ※No2地域コミュニティ復興支援事業は、3月6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。

東松島市被災住宅再建支援事業のお知らせ

～平成26年度申請受付分は3月10日(火)まで～

市では、東日本大震災により被災した住宅の再建支援事業申請受付を実施しています。該当する方は、電話予約のうえ、申請ください。

なお、平成26年度の受付終了日は3月10日(火)となります。

引き続き4月から平成27年度の受付を開始します。詳しくは、4月以降発行の市報に掲載予定です。

■**問** 生活再建支援課生活再建支援班 ☎内線1492

災害公営住宅入居者募集のお知らせ

災害公営住宅の入居者を募集します(随時入居可)。

市内および市外で、り災された方が対象になります。

■**募集内容**

住宅名:市営小野中央住宅(右の写真)

募集戸数:1戸(集合タイプ)、

間取り:3LDK

■**締め切り** 3月25日(水)まで

■**申し込み** 申し込み対象は3人以上の世帯です。入居資格を確認しますので、下記まで問い合わせください。



災害公営住宅の入居に関する相談を開催【要予約】

東日本大震災で被災し、現時点で住宅再建が決定していない世帯を対象に、災害公営住宅入居に関する内容や入居資格についての相談受付を行います。

■**対象** すでに災害公営住宅への入居申込済みの方を除いた、今後の再建に市内の災害公営住宅入居を希望する方

■**相談日時** 3月2日(月)～4月8日(水)の平日 午前:9～12時、午後:13～17時

■**申し込み** 下記まで、電話で申し込み

※完全予約制。入居仮申し込みを行うための事前相談になりますので、必ず相談を行ってください。

【災害公営住宅の入居資格】

東日本大震災により住居が全壊(全流失)された方、または住居が大規模半壊・半壊し、解体を余儀なくされた方で、現在定住できる住まいに困窮している方です。

持ち家がある方や公営住宅に入居している方(ただし、応急仮設住宅として公営住宅に入居している場合や居住人数に間取りが適合せず困窮しているなどの場合は除く)、申込者および同居を予定している人が暴力団員の場合などは、申し込みできません。

上記のほかに、連帯保証人1人(困難な場合は相談のうえ、緊急連絡人1人)が必要です。

■**災害公営住宅の入居募集および相談予約などの問**

建設課復興住宅班 ☎内線2224・2225

毎月11日は市民防災デー(市民防災の日)です

～宮城県北部連続地震から12年、東日本大震災から4年～

3月のテーマは、「食糧、飲料水などの備蓄品の確認」です。災害時に備え、各自で備蓄の準備をすることが大切です。

26年度実施した市民満足度調査(まちづくりアンケート)では、災害用備蓄品を用意している家庭の割合が67.6%となり、前年度より6.9ポイント下がりました。東日本大震災から4年が経過し、防災意識の低下が懸念されます。各家庭で3日分の食糧、飲料水、生活用品などの必要となる物資を備蓄しましょう。

■**食糧(非常食)** そのまま食べられるか、簡単な調理で食べられるものが最適です。アルファ米やレトルトのごはん、保存のきくパン(缶詰も市販されています)、缶詰やレトルトのおかず、インスタントラーメン、切りもち、チョコレート、氷砂糖、梅干し、インスタントみそ汁、チーズ、調味料など保存のできるものを備蓄しましょう。また、定期的に期限を確認し、古いものから食べて、いつも新鮮なものを補充しておきましょう。

■**水** 飲料水は、1人1日3ℓが目安です。飲料水は、なるべく長期保存のできる水を準備して、期限が過ぎる前に随時、交換しましょう。さらに、生活用水の確保も忘れてはいけません。風呂の水は、次に入るまで抜かず栓をしておきましょう。寝る前は、ポットに水を入れておくなど、常日頃から水の確保に努めましょう。

■**生活用品** 燃料は、短期間なら卓上コンロや固形燃料で十分生活ができます。その際に使用するガスボンベは多めに用意しましょう。そのほか、洗面具、生理用品、ビニール袋、キッチン用ラップ、新聞紙、ビニールシートなど、必要と思われる生活用品を確認しましょう。

■**問** 東松島市自主防災組織連絡協議会(事務局:防災課危機対策班) ☎内線1165

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〉

平成27年度 市・県民税申告のお知らせ

3月16日(月)まで市内各所において、平成27年度市・県民税申告の受付を行っています。

申告受付(日程・場所など)に関する詳しい内容は、市報1月1日号6～7ページでお知らせしていますので、こちらをご覧ください。

●平成26年中に収入のなかった方や障害年金などの非課税収入のみの方

上記の方のうち、東松島市内にお住まいの親族が扶養親族として扶養控除の申告をしていない場合は、市県民税の申告が必要になります。

電話での受付は行っていませんので、最寄りの申告会場へお越しください。また、申告会場に専用の申告用紙を準備していますので、受付に申し出てください。



●事業所得(営業等・農業)、不動産所得があった方

事前に収支内訳書を作成し、収入や経費等がわかる各帳簿・領収書とあわせて持参ください。収支内訳書が作成されていない場合は申告受付できませんので、必ず収支内訳書を作成してから申告会場へお越しください。

■問 税務課住民税班 ☎内線1138・1139

26年度末 粗大ごみ直接搬入の土・日曜日受入を行います

粗大ごみ直接搬入は、平日の9～12時、13～16時に受け入れしていますが、平日に搬入ができない方のために、下記の土・日曜日にも直接搬入を受け入れることにしました。

■受入日時 3月28日(土)・29日(日)の2日間 9～12時、13～16時

■処理料金 10kgあたり100円

■場所・申し込み 鳴瀬一般廃棄物最終処分場 ☎87-2837

■問 環境課廃棄物対策班 ☎内線1153～1155

災害公営住宅などへの訪問販売に注意

最近、災害公営住宅など新築された住宅への訪問販売が多く見受けられます。

消火器や換気扇の点検と言って住まいに上がり「今、契約しないと安くない」など不安を煽り販売するものです。市役所や消防署など公的機関では訪問販売は行っていませんので、不審に思ったら「身分証明書を見せてください」など十分確認のうえ、お断りするなどの対策をとってください。

■問 建設課復興住宅班 ☎内線2224・2225

「国の教育ローン」のご案内

「国の教育ローン」は政府出資の政策金融機関である日本政策金融公庫が取り扱う、高校・短大・大学・専修学校や外国の高校などに入学・在学するお子さんをお持ちの家庭を対象として、入学金・授業料・教科書代やアパート・マンションの敷金・家賃などにもお使いできる公的融資制度です。

■内容 ●融資額 子ども1人につき350万円以内 ●利率 年2.25%

●返済 15年以内/毎月元利均等返済(ボーナス時増額返済あり)

●保証 (公財)教育資金融資保証基金または連帯保証人

●特例 世帯年収が基準額以内である方や、東日本大震災により被災された方を対象に、通常より低い利率や長い返済期間を利用いただける特例措置があります。

■問 日本政策金融公庫教育ローンコールセンター ☎0570-008656

日本政策金融公庫石巻支店 ☎0225-94-1201

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	2月14日	2月15日	2月16日	2月17日	2月18日	2月19日
測定値(単位:μSv/h)	0.032	0.031	0.031	0.031	0.032	0.032

※原子力規制委員会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 環境課廃棄物対策班 ☎内線1155

税務署から「所得税等の確定申告」のお知らせ

石巻税務署では、隣接のプレハブ庁舎に所得税等(国税)の確定申告書作成会場を設置し、申告相談を行っています。確定申告の期限間近になりますと、確定申告書作成会場は大変混雑し、長時間お待ちいただくことが予想されますので、早めにお越しください。

■開設期間 3月16日(月)まで

※土・日曜・祝日を除く平日のみ。3月1日(日)は開設します。

■受付時間 9時～17時

※会場は大変混雑する場合があります。特に、15時以降が混み合います。また、相談内容によっては長時間かかる場合がありますので、早めの来場をおすすめします。

■パソコンを利用した確定申告書等の作成

国税庁ホームページ(URL:<http://www.nta.go.jp/>)の「確定申告書等作成コーナー」では、案内に従って金額等を入力することで、確定申告書などを作成・プリントアウトすることができます。プリントアウトした申告書は、押印の上、そのまま税務署に提出(送付)することが可能です。また、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で作成したデータは、e-Tax(電子申告)を利用して提出(送信)することもできます

※e-Taxの利用にあたっては、事前に手続きが必要です。

■必要書類など 申告する内容に応じてそれぞれ必要な書類が異なりますので、不明な点については、事前に確認ください

■所得税等の確定申告に関する問・申告書の送付先

石巻税務署 〒986-0827 石巻市千石町2番35号

☎0225-22-4151(代表)

※確定申告に関する一般的な質問は、電話相談センターでお答えしますので、音声案内に従い「0」番を選択してください。また、国税庁ホームページ内「平成26年分確定申告特集」などでも確認できます。スマートフォン用サイトもありますので、ぜひ利用ください。

平成27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、次の要件を備える者

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所属学校長から奨学生として適格と認められた者であって、かつ宮城県高等学校等育英奨学資金貸与条例施行規則第4条に掲げる学力基準に準ずる者

⑤宮城県高等学校等育英奨学資金貸与条例施行規則第5条に掲げる経済的基準に準ずる者

※④⑤の詳しい内容については市ホームページを確認するか、下記まで問い合わせください。



■貸与額(新規申込者に限る)

①高等学校生(中等高等学校の後期課程ならびに特別支援学校(盲学校・ろう学校等)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

■申込書配布場所 市役所教育総務課、鳴瀬総合支所窓口

■申込期間 3月18日(水)まで下記で申込みを受付けます

■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)

■問 教育総務課教育総務班 ☎内線1258

東松島市地区自治会制度への取り組み… ④

これまで、平成29年4月からの地区自治会制度移行に向けて、組織づくりのポイントや役員体制などについて説明をしてきました。

今号では、地区自治会活動のガイドラインの内容や新たな交付金の算定方法などについて説明します。地区自治会活動のガイドラインは、地区自治会制度への移行にあたり地区自治会の取り組みの目安となるものであり、地区自治会の運営等の参考としていただくものです。

ガイドラインの内容は、地区自治会、地域自治協議会、市の役割や想定する役員(担当)のそれぞれの業務や役割などのほか、地区自治会組織の運営、個人情報保護や取扱いに関すること、会計処理などについて記載しています。

また、29年度から地区自治会に交付される交付金は、地区の世帯数を基本とする新たな算定方法により交付することとしています。

市では、このガイドラインなどにより地区での説明会を行っています。特にご要望などがありましたら下記担当まで連絡ください。



▲宮戸コミュニティ推進協議会による植栽の様子

① 交付金の算定方法 (平成29年度～)

交付金額は下記のA(基準額)とB(世帯割)の合計金額となります。

- 基準額: 世帯数に応じた金額・・・ A (75～275万円)
- 世帯割: 1世帯当たり1,200円・・・ B (1,200円×世帯数)

② 金額調整 (3年間限定)

上記により算定された金額について、世帯数などにより大幅に増減する地区もあることから、3年間に限り、別に定める調整率により、交付金額が大幅に変化しないよう調整を図ります。

(1) 増減の調整率はこれまでの交付金と比較し、その増減割合を基に調整率を算定します。

(2) 調整率を乗じてこれまでの交付金を上回る場合や下回る場合はこれまでの金額となります。

※調整率は別途定めます。



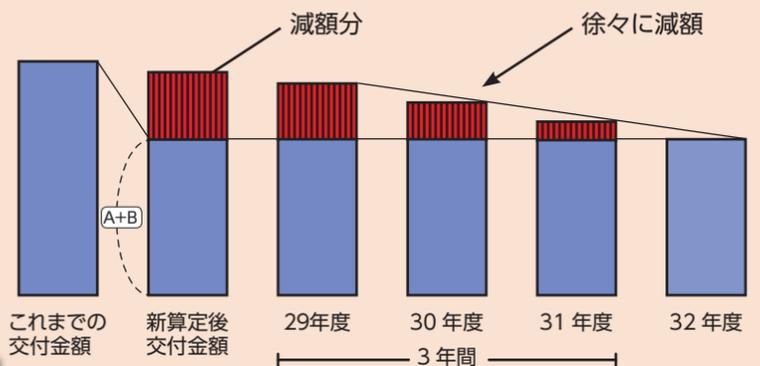
③ 地区での有効な活用

交付金は、これまで行政区長、環境衛生推進員、土木委員など、個人へ支払いをしていた報酬も含め、地区センター役員分の交付金と合わせて、すべて自治会に交付するものです。この総額は、年間約8,600万円になりますが、平成29年度からは、上記のルールに従って配分します。

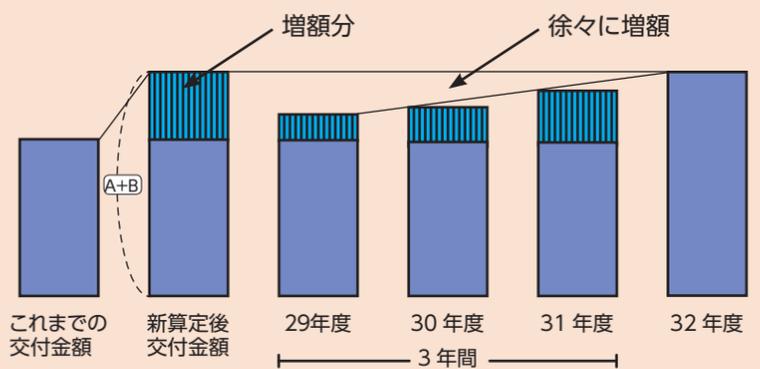
自治会に配分された交付金は、役員の手当などの人件費だけでなく、地区の事業費としても活用可能となり、地区の課題解決などに活用することも可能となります。

交付金額の調整イメージ

● 新たな算定方法により交付金が減少する地区 (調整率により交付金が徐々に減少する)



● 新たな算定方法により交付金が増加する地区 (調整率により交付金が徐々に増加する)



あったかいホールからのお知らせ

チャレンジショップ(あったかいホール1階)では、地元の旬の野菜・海苔や手作り小物を販売しています。ぜひお越しください。

手作りチャレンジクラブ ※申し込みは電話受付。

★布草履教室

■日時 3月14日(土)・26日(木) 13時～16時
■材料費 500円

★楽しい手作り～かんたん袋作り～

■日時 3月24日(火) 13時～16時 ■受講料 500円

★健康麻雀教室

■日時 3月13日(金)・20日(金)・27日(金) 13時～16時
■受講料 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
※あったかいホールは、4月1日(火)から祝日もお休みとなりました。
■問・申し込み ☎98-6061 FAX:98-6062

くらっぱ&HOPE第2弾 ipad体験

生活を便利にするタブレット端末「^{アイパッド}ipad」を使って、インターネットやアプリケーションを体験してみましょう。パソコンの知識が無くても手軽に楽しめます。

■日時 3月20日(金) 午前の部:10時～12時、午後の部:14時～16時

■場所 蔵しっくパーク・ふれ愛情報プラザ

■定員 午前の部、午後の部各10人(応募者多数の場合は抽選)

■申し込み 3月3日(火)～18日(水)まで電話で下記に申し込み
※毎日17時締め切り。

■共催 一般社団法人東松島みらいとし機構(愛称:HOPE)

■問・申し込み・主催

蔵しっくパークふれ愛情報プラザ(NPO法人東松島まちづくり応援団)

☎84-2011(月曜休館) 受付時間:9時～17時



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。>

元気にスケート教室

地域の子もたちにウインタースポーツを楽しんでもらおうと、スケート教室が開かれました。子どもたちは、慣れない氷上での滑走にはじめは苦戦していましたが、徐々に滑りもなめらかになっていました。会場となったプレナミヤギアイススケートセンター(石巻市不動町)のリンクには、子どもたちの元気な歓声が響き、明るい笑顔があふれていました。



矢本東小学校の児童を対象にした「あそびっ子クラブ」の冬の恒例行事のスケート教室(矢本東市民センター主催)には、約60人の子どもたちが参加しました。初めての参加者は、最初は慎重に足を前に出していましたが、終盤になると手をつないでリンクを周回したり、徒競走をして遊ぶなどスケートをマスターしていました(1月24日)



大塩自治協議会主催の「親子ふれあいスケート教室」には、大塩小学校の児童や保護者ら約50人が参加しました。子どもたちは低・中・高学年の3つの班に分かれ、講師から正しい転び方や立ち上がり方、滑走の基礎などを学びました。後ろ滑りに挑戦する高学年児童もいたほか、後半は鬼ごっこや電車ごっこで遊ぶ姿も見られました(2月7日)

大空に願いを込めて凧あげ



手作りのオリジナル凧の絵柄や形、あがった時間などで競い合う第28回オール赤井凧あげ大会には、小・中学生の部と一般・団体の部に70組が参加しました。矢本第二中学校の2年生は118人で作り上げた連凧をあげました。「夢」「優」など生徒たちの思いを込めた漢字が、堂々と青空に舞い上がりました(2月1日、赤井市民センター北側水田)

方言落語で笑顔満開



小野地域まちづくり協議会教育文化会主催の「東松島寄席」に、東北弁落語でおなじみの六華亭遊花さんが出演し古典落語「火焰太鼓」などを披露して観客を湧かせました。遊花さんは震災後に市内の避難所にも訪れており、舞台終了後は市民と握手を交わしながら再会を喜んでいました(2月6日、小野市民センター)

縄文人の心で防災を

縄文村講演会「縄文人の知恵に学ぶ防災とまちづくり」では、東京大学の辻誠一郎教授(右)が環境変動と災害を乗り越えて、縄文時代の人々がどのように生きてきたかについて講話しました。奥松島縄文村歴史資料館の岡村道雄名誉館長(左)との対談では、「縄文人は自然・風土に合わせて、高台を居住地、海岸付近を生業の場としていました。こうした歴史を学び、伝承することが大切です」と話していました(2月11日、奥松島縄文村歴史資料館)



東松島の気になるあの人・話題の皆さんにピックアップ!! 第11回

topics HIGASHIMATSUSHIMA



読み聞かせボランティアグループ「おはなしのはなたば」(高崎恵子代表・下の写真後列中央)は、市図書館や市内の保育所、小学校を訪問し、子どもたちのために絵本や童話を通じたお話会などを行っています。

「感性豊かで、心優しい子どもたちを地域で育もう」という思いのもと、合併前の平成7年11月に図書館職員の呼びかけで発足しました。現在は20~70代の男女22人で活動をしています。

お話会では、子どもたちの表情や反応を確かめ、抑揚や間の取り方などに気を配りながら読み聞かせを行います。本を読む皆さんの温かい声は、ゆったりとした空間を演出し、子どもたちを物語の世界へ引き込みます。

代表の高崎さんは「本に出会うきっかけを作るのが私たちの役目です。子どもたちが瞳を輝かせながら話に集中する様子を見ると、やりがいを覚えます。本の世界を肌で感じ、そこから何かを考えてもらえればうれしいです」と話していました。

同グループでは、一緒に読み聞かせボランティアをしてくれる新メンバーを募集しています。年齢・性別・経験は問いません。興味のある方は事務局の図書館までお気軽にお問い合わせください。

■問 市図書館 ☎82-1120



小松沢田前地区 災害公営住宅で起工式



小松沢田前地区災害公営住宅の起工式が行われました。整備予定地は三陸道矢本インターチェンジの北約200mに位置し、近くには大型商業施設もあります。市が民間事業者から事業提案を公募し、完成後に土地、建物を買収する方法により、木造戸建て44戸を整備します。平成28年3月末の完成、4月の入居開始が予定されています(1月31日、小松沢田前住宅工事現場)

平成25年11月の台風30号(現地名ヨランダ)で甚大な被害を受けたフィリピンから政府関係者や被災自治体の首長が訪れ、集団移転地や災害公営住宅などの復興事業を視察しました。市役所で市の担当課から復興計画や環境未来都市構想の説明を受けたほか、集団移転対象者でつくろい地区まちづくり整備協議会の小野竹一会長から新しいまちづくりについて説明を受けた後、意見交換をしました(1月29日、市役所)

台風被害の フィリピンから視察団



初めての原子力防災訓練



県と女川原子力発電所周辺の市町による平成26年度原子力防災訓練が行われ、同発電所から約25kmに位置する大曲小学校では、初めて屋内退避訓練に取り組みました。休み時間に屋内退避を呼びかける校内放送が流れると、校庭で遊んでいた児童たちも校舎内に駆け込み、先生の指示に従いました。校内放送による防災教室もあり、訓練の必要性や放射線をどう防ぐかを学びました(1月27日、大曲小学校)



子どもたちの 笑顔のために活用を

東京工科大学と日本工学院専門学校を運営する学校法人片柳学園(東京都八王子市)から東松島市に教育支援金として約211万円が贈られました。在校生による募金活動や教職員、同窓生の寄付などで集まったもので、市を訪れた千葉茂副理事長(右)は「子どもたちが笑顔になるように使ってください」と話していました(1月28日、教育長室)

もっと知りたい!ひがしまつしま

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)

子育て支援センターからのお知らせ (2015年3月)

矢本子育て支援センター「ほっとふる」 ☎84-2676
鳴瀬子育て支援センター「あいあい」 ☎87-2338



子育てボランティア養成講座 コーチングに学ぶ温かコミュニケーション術

講座&ティータイムで楽しく学びましょう。
■日時 3月6日(金)13時30分~15時
■場所 ほっとふる
■講師 プロフェッショナル・コーチ 阿部 侑生 氏
■対象 子育てに関わるボランティアをしてみたいと思っている方、現在ボランティアをしている方
 ※要申込み。定員20組。

赤ちゃん講座 やわらか抱っこ教室

知っているようで意外と知らない、「ママ(パパ)も楽で子ども心地よい上手な抱き方」を教えてください。
■日時 3月23日(月)10時30分~11時30分
■場所 あいあい
■講師 ベビーヨガ講師 二木 ひろえ 氏
 ※要申込み。定員20組。

子どもの笑顔・元気プロジェクト(※) 「笑顔バス」がやってくる! クラウンさんのマジックショー

■日時 3月14日(土)
10時30分~11時30分(10時開場)
■場所 ほっとふる
■対象 未就学のお子さんご家族の方
 ※事前申し込みが必要です。平日利用できない方・パパ・おじいちゃん・おばあちゃんもぜひこの機会に遊びに来てください。

※仙台市の「プランニング開」が立ち上げ、岩手・宮城・福島を中心に展開しているプロジェクトです。バスにショー&コンサートスタッフを乗せ、子どもたちの笑顔に会いに来てくれます

鳴瀬子育て支援センター「あいあい」

- わくわくひろば 12日(木)10時30分~11時10分
「運動遊び」
- おしゃべりひろば 5日(木)10時30分~11時10分
「保健師さんと話そう」
- あいあいパーク(場所:野蒜市民センター) 18日(水)10時30分~11時30分
「風船で遊ぼう」

主な行事のお知らせ

矢本子育て支援センター「ほっとふる」

- なかよし広場(1歳半から) 4日(金)10時30分~11時10分
「ミニミニシアター」
- 赤ちゃん広場(1歳半まで) 10日(火)10時30分~11時10分
「離乳食について栄養士さんに聞いてみよう」
- サロトークン 24日(火)10時30分~11時10分
「主任児童委員さんと遊ぼう」
- ほっとタイム(個別相談) 16日(月)9時~12時
※要予約、託児有。



子育て支援センターは、子育て中のみなさんのサポートをします。

お子さん・お孫さんをつれて気軽に遊びに来てください。妊婦さんの利用も可能です。子育て・孫育ての相談にも応じます。保育士の資格を持つスタッフが笑顔でお待ちしています。
■開館日時 月~金曜 ※あいあいは月~木曜 9時~16時(相談のみ17時まで受け付けます)
 ※講座等で使えない日もありますので、子育て通信などでご確認ください。
 子育て通信は市のホームページでもご覧いただけます。
 URL: http://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp/life_event/ikuji/kosodatetsushin.html

観味美魅 みりよく発見!ひがしまつしまの観光と物産

香り豊かな東松島産「いちご」

温かいハウスの中で一粒一粒、大切に育てられた「いちご」の美味しい季節になりました。

市内では、甘みが強く中身が赤い「紅ほっぺ」や、甘さと酸味のバランスのとれた「とちおとめ」、すっきりとした甘さが人気の「もういっこ」が栽培されています。ケーキ作りに使っても、そのまま食べてもおいしい東松島産「いちご」。桃の節句の食卓も華やかに彩られます。ぜひ、ご賞味ください。お買い求めは、下記の市内農産物直売所で。



- Aコープ矢本店 ☎82-2172 ●四季菜館大塩店 ☎82-2168
- 菜っちゃん市場(小野) ☎87-3287
- 愛菜家(矢本駅前) ☎83-8656
- (株)イグナルファーム(赤井) ☎080-5742-3408

東松島の観光と物産に関する問

東松島市観光物産協会(市商工観光課内) ☎87-2322

東松島のスポーツ少年団紹介

こうりんかん 絃倫館柔道スポーツ少年団

【最終回】

▶絃倫館柔道スポーツ少年団のみなさん



◀幅広い世代の人たちが一緒に稽古をして実力を向上させています

柔道

未就学児から一般まで幅広く在籍し、上下関係や礼節を学ぶ場になっています。けがをしないための体作りの基礎から、寝技、立ち技など実践的な技の習得に励み、世代を超えた練習を通じて心・技・体を鍛えながら柔道の奥深さと楽しさに触れています。市内の団体との合同練習や市外への出稽古などにも積極的です。ぜひ一度見学にお越しください。

◇団データ

- 団員 23人(男子15人、女子8人)
- 練習場所 藤野整形内柔道場
- 練習日 火・金・土曜日
- 入団に関する問 星野慎也さん ☎83-2121

『東松島のスポーツ少年団紹介』は、「東松島市スポーツ少年団」に登録し、東松島市内を拠点に活動しているスポーツ少年団を紹介するコーナーです。

支援にMange 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36回

ボランティア活動が盛んなデンマーク。約4割にあたる人々が16年以上にわたってボランティア組織にて活動を行っていますと言われて



▲農場でのボランティア活動をする人々

います。ボランティア組織の数はなんと10万団体にもおよび、約200万人が1年の間にならかのボランティア活動に従事しているようです。特に文化、スポーツ、余暇活動に魅力があるようですが、社会、健康、人道に関わる活動も人気。ヨーロッパ諸国のほかの国々くらべ、スカンジナビア諸国ではこうした活動に参加する人々の割合が高い傾向にあります。

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)していきます。



■問 東松島市復興政策課復興政策班 ☎内線1242

3 Jomon Times

vol.109

広報 縄文村だより vol.109(3月号)

平成27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



縄文村のソバは、松島湾が見渡せる畑で育ちました(さとほま縄文の里史跡公園)。

いい感じで育たなきゃ



平成27年1月18日、縄文村交流館にて「そば打ち体験」を開催しました。この体験で打つ「そば粉」は、実は宮戸島の里浜で作られたものなんです。縄文村では、毎夏、松島湾が見渡せる里浜貝塚の史跡公園でソバを育てています。今年も里浜産のソバたちは、松島湾の青い海を臨み、運ばれた潮風を浴びながら、すくすくと育ち、秋には90キロものソバの実を収穫することができました。

里浜そばで年はじめ!

イベントレポート

そば打ち体験

を開催しました!

平成27年1月18日(日) 縄文村交流館

縄文時代の遺跡からもその花粉や種実が出土した報告があるなど、昔から私たちの身近な食べ物だった「そば」。今年も里浜産のそばを使って、おいしいそば打ちに挑戦しました!

縄文村でそば作り...!?

いざ、そば打ち!

練る



青葉手打ちそば教室(仙台市)の先生方に、おいしいそばの打ち方を教えていただきました!皆さん、コツはつかめましたか?

切る

細〜く長く集中...

上手!その調子!

のす

打てる途中から、だんだんとそばの香りが増して...感激です!

縄文村イベント情報

暖かい春が待ち遠しくなる、3月の縄文村イベントです。

Information

ヤマザクラ2011本プロジェクト

「第2回 植樹祭」

宮戸島をヤマザクラ咲く島へ。第2回目の植樹祭を開催します。

日時 3月8日(日)
時間 9:30~15:00
場所 縄文村および周辺地域
持ち物 昼食・軍手・長靴・汚れてもいい服装
※参加希望の方は縄文村まで(水曜休館)

縄文村企画展

「縄文人のかお、姿」

縄文人って、どんな顔? 東北地方の縄文遺跡から出土した人骨や土偶、土面などから、当時の人々の顔、姿を探ります。

日時 3月21日(土)~5月24日(日)
時間 9:00~16:30
場所 縄文村歴史資料館2階 展示室
※常設展の入館券にて観覧いただけます



企画展オープニングイベント

「縄文サロン」

企画展に合わせ、岡村名誉館長によるトークサロン「宮戸島縄文人の末裔」を開催します。※参加無料(要予約)

日時 3月21日(土)
時間 13:30~15:00
場所 縄文村歴史資料館 交流館

※その他、企画展開催期間中に様々な関連イベントを予定しています。お楽しみに!

3月21日(土)から、企画展「縄文人のかお、姿」が開催されます!縄文村に東北地方の土偶や土面が大集合。縄文人が描いた「縄文人の姿」とは...!? 乞うご期待!

校長先生のちよつと話 第7回

市内9小学校・3中学校の校長先生による「ちよつと話」を掲載しています。第7回は、宮戸小学校・佐々木啓悦校長先生です。



宮戸小学校
校長 佐々木 啓悦

★プロフィール★

石巻市北上町生まれ・大崎市在住。
初任地は、寄磯小学校。
7小学校と1行政機関に勤務。
平成26年度、現在校赴任。
趣味は、読書・料理・楽器演奏。

「自然のすばらしさ」を感づいて

私は、50余年間住み慣れたふるさとをこのたび離れました。

子どもの頃の記憶は、五感を通して体にしみこんでいます。雨の日の母校の昇降口の匂いや校庭のケヤキの大木の樹皮の感触、教室の床板の隙間から感じた冷たい風など、様々な記憶が手に取るように蘇ってきます。

私の育った北上町はとても素敵なところでした。水平線から昇る朝日や川面に映る満月の光を感じながら散歩したものです。カエルの大合唱を聞きながら毎晩風呂に入りました。竹を切つてつくった粗末な竿でも何匹も魚が釣れました。

きつとみなさんの中にもそのような思い出を持ちながら、震災のためふるさとを後にした方が多いのではないのでしょうか。

自然体験を考えると、いつも思うことがあります。それは、アメリカの作家レイチェル・カーソンがその著書「センス・オブ・ワンダー」(神秘さや不思議さに目を見る感性)で、わざわざ自然の中に子どもを連れて行って、あれやこれやの体験をさせる

必要はないと言っていることです。大自然の中において、自然そのものを感じることが大切だと述べています。また、私たちの多くは大人になる前に澄み切った洞察力や、美しいもの、畏敬すべきものへの直感力を鈍らせ、あるときはまったく失ってしまうとも述べています。

私の身の周りで、「天の川」は知ってはいても、実際に見たことがない大人が意外に多いことに驚きます。そんなとき、漆黒の天空を縦断する大河をぜひ体感してほしいと思ったりします。

東松島市は、奥松島をはじめ自然の豊かな場所です。地球の美しさと神秘を感じとれるそんな場所です。宮戸島の大高森から眺める夕日に、どんな説明も必要ありません。鳥々の名前を知っている必要はないのです。レイチェルが言っている、「知る」ことは「感じる」こと、この半分も重要でないということには大きな意味を持つていると思います。

最近、薪ストーブにあこがれます。夕暮れ時の新風呂の懐かしい匂いを嗅ぎたい気持ちやどこかにあるのでしょね。暗くなるまで遊んでいて叱られるのを覚悟で、あわてて家に帰ったときの匂いです。

◆次回は、鳴瀬桜華小学校・大和由起江校長先生からの「ちよつと話」を掲載します。

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)

平成27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27年度も実施します。

仙石線の不通に伴う市民の交通の便の確保対策として、駐車場を東松島市民の皆さんに無償で一定期間貸し出します。利用を希望する方は、事前に利用者登録が必要です。

平成26年度に登録されている方も、引き続き利用す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になります)。

■駐車場の場所

- JR東北本線 松島駅前ダイヤパーク駐車場
- JR東北本線 鹿島台駅前・駅裏駐車場3カ所



■募集台数

- ①月極駐車場…松島駅28台、鹿島台駅20台
- ※第1次締切日までに申し込みをした方のうち、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28年3月31日(木)まで。

- 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。

■対象 東松島市民の方で、通勤・通学・通院などを行う方。このパーク&ライド駐車場を活用して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~16時)に、次の①・②・③をそろえて申し込みください。

- ① 必要事項を記入した申込書 ※奥松島公社の窓口を用意します。
- ② 東松島市民であることを証明するもの(例:運転免許証のコピーなど)
- ③ 120円切手 ※第1次申込締切は、3月13日(金)まで。

■利用の開始

- ①月極駐車場…利用登録証および利用許可証の発行を受けた方の利用開始は、4月1日(水)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

- 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。
- 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3階)

募集

平成27年度保育所臨時職員募集

問 子育て支援課保育班 ☎内線1182

○保育所臨時保育士

■対象・資格 心身ともに健康で、市税など滞納がなく保育士資格を有する方

■勤務内容 児童の保育

■勤務時間 1日7時間45分勤務

※シフト制。早出・土曜など交替勤務あり。

■賃金 時給1,050円

○保育所臨時保育士(短時間)

■対象・資格 心身ともに健康で、市税など滞納がなく保育

士資格を有する方

■勤務内容 児童の保育

■勤務時間 1日5時間勤務(月~金曜日)

■賃金 時給1,000円

○保育所臨時保育補助員

■対象・資格 心身ともに健康で、市税など滞納がない方

■勤務内容 児童の保育の補助業務

■勤務時間 1日5時間または7時間勤務(月~金曜日)

■賃金 時給780円

○保育所臨時用務員

■対象・資格 心身ともに健康で、市税など滞納がない方

■勤務内容 保育所の環境整備業務や給食調理補助業務など

■勤務時間 1日7時間45分勤務(月~金曜日)

る募集案内をご覧ください。

■賃金 時給800円

■上記の勤務先 市内保育所

■上記の募集人員 若干名

■申し込み 履歴書(本人自筆、写真貼付)に保育士証(資格を要する場合のみ)の写しを添えて、3月16日(月)15時まで

に上記担当へ持参または郵送してください。

※後日面接あり。

県営住宅入居者募集

県住宅供給公社

☎02-224-0014

24時間電話サービス

☎02-213-11861

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。

国民ねんきんだより

国民年金保険料後納制度に関する日本年金機構からのお知らせ

●国民年金後納制度で将来の年金額を増やせます

後納制度は、過去10年間に納め忘れた保険料を納付することにより、将来の年金額を増やすことができるものです。

また、年金を受給できなかった方は後納制度を利用することで年金が受けられる場合があります。

過去10年以内に納め忘れの保険料がある方は、ぜひ後納制度を利用ください。なお、後納制度が利用できる期限は9月30日(水)までとなっています。お早めに申し込みください。

●後納保険料の納付書の「使用期限」に注意

すでに後納保険料を申し込まれた方で、平成17年4月以降分の後納保険料の納付が済んでいない方は、納付書に記載された使用期限(3月31日)までに納付をお願いします。

なお、使用期限までに納付できなかった方が、平成27年4月以降に納付を希望される場合は、新たな加算額による納付書を発行しますので「国民年金保険料専用ダイヤル」またはお近くの年金事務所に連絡ください。

※平成17年3月以前の後納保険料は、10年を越えるため平成27年4月以降は納付できません。

■受付時間 月曜日:8時30分~19時

火~金曜日:8時30分~17時15分、第2土曜日:9時30分~16時

■後納制度の申込み・納付書の再発行の問

国民年金保険料専用ダイヤル(ナビダイヤル) ☎0570-011-050

050から始まる電話からかける場合は☎03-6731-2015

※問い合わせの際は、基礎年金番号がわかるものをご用意ください。

※月曜日が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日に19時まで相談を受けます。

※祝日(第2土曜日を除く)、12月29日~1月3日は利用できません。

※ナビダイヤルは、一般の固定電話からかける場合は全国どこからでも、市内通話料金で利用できます。ただし、一般の固定電話以外(携帯電話など)からかける場合は、通常の通話料金がかかります。

消費生活情報

インターネットショッピングは 悪質なサイトでないことを確認してから利用しましょう

インターネットショッピングで商品注文し、代金を銀行振込したが商品が届かない、サイトの問い合わせ先がメールアドレスしかなくメール送信しても返信が全くなく連絡が取れない・・・という相談が非常に多いです。

悪質な通販サイトを見抜く4つのチェックポイント

- ①サイトの運営者名・住所・電話番号が記載されていない
連絡手段がEメールしか無いウェブサイトは危険です。また、記載されている情報が実在する住所や電話番号か確かめましょう。
- ②正規販売店の販売価格よりも極端に値引きされている
複数のサイトをチェックして異常な値下げでないか確認しましょう。
- ③サイトの日本語の表現が不自然である
模倣品を販売するウェブサイトでは、おかしい文章がよく見られます。日本のサイトだと思っていたら海外サイトだったということもあります。
- ④支払方法が銀行振込みのみで、クレジットカードが使えない
銀行振込は、一旦振り込むとお金を取り戻すことは極めて困難です。ウェブサイトの名称や運営者氏名と口座名義人の異なるケースも注意が必要です。また、クレジットカード利用可能な記載があっても何らかの理由を付けて銀行振込に誘導するケースも見られます。



~心配なときや困ったときは相談窓口へ~

■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(市役所本庁舎1階) ☎内線1117

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)

平成27年度各種検診およびインフルエンザなど 予防接種の申込書を提出していない方へ

平成27年度の各種検診およびインフルエンザ予防接種等申込書を、1月末までに各世帯に郵送しています。

この申込書は、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助成などの申込みをするものです。

まだ、市に申込書を提出していない方は、すぐに申込み手続きをしてください。
※申込みの手続きを行わないと、今後実施予定の検診を受けることができない場合があります。受診を「希望する」「希望しない」に関わらず、申込書は市へ提出してください。

※平成26年12月4日以降に転入された方については検診申込書を郵送していません。また、郵便物の転送期限が切れているなどの理由で、発送した申込書が郵便局から返却されています。まだ届いていない方は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



※定期募集実施月…6月・9月・12月・3月。
■受付期間 3月2日(月)～12日(木)
■申し込み 専用の申込用紙を郵送
※3月12日(木)までの消印有効。
■申込書配布場所 市建設課(市役所鳴瀬庁舎2階)のほか、県住宅供給公社、仙台市の各証明発行センター、各地方振興事務所、各公共職業安定所などで3月2日(月)から配布開始

お知らせ

新築・リフォーム応援フェア 開催のお知らせ

問 東松島市工務店協同組合
☎9014041

■日時 3月8日(日)
10時～16時

■場所 大曲市民センター

■内容 住宅相談、融資相談、住宅設備・建材展示、模擬上棟式(餅とお菓子まき)、体験カンタンDIYコーナー(菓箱、本棚、まな板制作)、IHクッキングブ料理実演、催事出演(大曲浜獅子舞保存会、大曲ふれあい太鼓、おどっちゃ矢↓もつとー)、特別企画抽選会など

宮城県東部保健福祉事務所 定例相談のお知らせ

○アルコール関連相談

■日時 3月13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・家族・関係者
■内容 精神保健福祉士による相談

○思春期・ひきこもり相談

■日時 3月16日(月)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・家族・関係者

■内容 臨床心理士による相談

■場所 宮城県東部保健福祉事務所

(住所:石巻市東中里一丁目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



エンジョイ!かんきょうライフ 事業系ごみは市の集積所には出せません

商店、事業所などの事業活動にともなって排出されるごみは、事業系ごみに分類され、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」により、事業者自らの責任において処理しなければなりません。

(事業者の責務)

第3条 事業者は、その事業活動に伴って生じた廃棄物を自らの責任において適正に処理しなければならない。

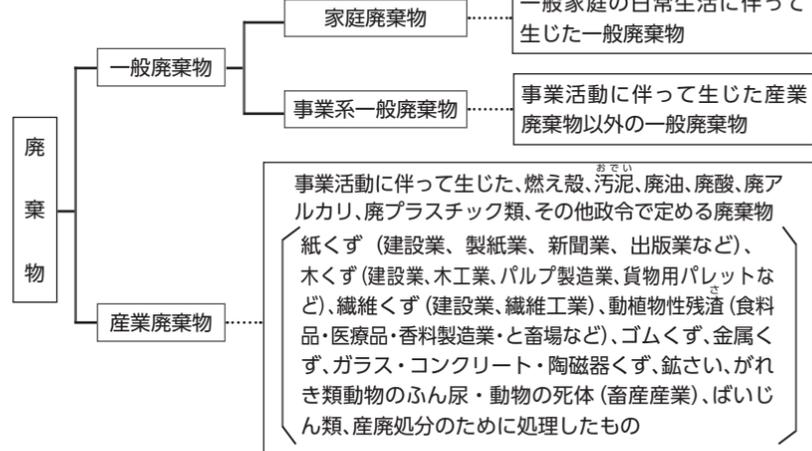
※自ら処理するか、市内の事業系一般廃棄物収集運搬業者に依頼してください。

市民からの問い合わせ

『地区の集積所に、朝早く電気店が廃蛍光灯を大量に集積所に出している。』『飲食店から出る酒びん、ダンボールなどを出している。』

答え:事業系の物であれば明らかに法律に違反する行為です(新聞紙、ダンボール、雑誌、空カン、空ビン、紙くずなど家庭から出るようなものであっても出すことはできません)。産業廃棄物はもちろん、事業系一般廃棄物についても家庭ごみ集積所に出すことは「不法投棄」にあたり、廃棄物の処理及び清掃に関する法律第16条違反として、5年以下の懲役もしくは千万円以下の罰金、またはこれらが併科されることになります。

■廃棄物の分類(種別)



■問 環境課廃棄物対策班 ☎内線1153

新生児・産婦訪問

■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へ提出

■問 健康推進課健康指導班 ☎内線3114・3115

母子健康手帳・母子健康手帳別冊の交付

■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

■問 健康推進課健康指導班 ☎内線3114・3115

広告

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 宮城県建設業国民健康保険組合矢本支部

TEL・FAX83-3572 事務局 TEL82-5978

広告

□ ■ 広告を掲載しませんか □

「市報ひがしまつしま」1日号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31日(火)

※27年度分として5月1日号から1年間(毎月1日号、全12回)掲載を希望する方は、3月31日(火)まで下記に相談ください。

■問 総務課秘書広報班 ☎内線1212

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)

暮らしとこころの総合相談会のお知らせ ～おひとりで悩みを抱えているあなたへ～

解雇や賃金未払いなどの労働問題、生活保護・多重債務などの生活問題に弁護士などが無料で相談に応じます。

■日時 3月14日(土)・22日(日)10時～16時
※事前予約の方が優先となります。当日相談は空きがあれば可。

■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)

■担当 弁護士・社会福祉士・精神保健福祉士
■主催 日本弁護士連合会・仙台弁護士会

■問 法テラス東松島
☎050-3383-0009 (9時～17時)

お知らせ

東松島市被災家屋等における太陽光発電等導入促進事業補助金交付申請受付終了のお知らせ

問 環境課環境班
☎内線1151・1152

平成26年度の補助金申請は受付を終了しました。

第112回いきいき健康講座

問 医療法人医徳会真壁病院
☎82-7111

■テーマ 救急災害医療は今DMAT(災害派遣医療チーム)ドクターヘリの経験から家庭の備えまで

■講師 眞壁秀幸先生(医療法人医徳会理事、医療法人医徳会真壁病院総合診療科部長)

■日時 3月25日(水)18時30分～19時30分 ※18時開場。

■場所 市コミュニティセンター2階会議室

※入場無料。詳しくは右記まで

お問い合わせください。
■主催 医療法人医徳会真壁病院、特定非営利活動法人工バーオンワード

防衛セミナーの開催

問 防衛省東北防衛局企画部地方調整課
☎022-297-8212

東北防衛局では、防衛政策や自衛隊の活動について、国民の皆さんにご理解いただくことを目的として、「防衛セミナー」を開催します。

■日時 3月13日(金)18時～19時50分 ※開場17時30分。

■場所 市コミュニティセンター
■内容 「今後の航空自衛隊と松島基地」

講師・航空自衛隊北部方面隊司令官 増子豊空将補、航空自衛隊第4航空団司令兼松島基地司令 有馬龍也空将補

※入場無料、事前申込不要。定員になり次第入場を制限。

「東松島市地域防災計画」を改定しました(第9回:最終回)

市では、平成26年2月に改定しました「東松島市地域防災計画」について、市報毎月1日号で計画の概要をお知らせしています。

今号は、原子力災害中長期対策について、お知らせします。

原子力災害中長期対策は、原子力緊急事態解除宣言が発出された場合の原子力災害時後対策を中心に示していますが、これら以外の場合でも、原子力防災上必要と認められたときは、この原子力災害中長期対策に準じて対応します。

1. 緊急事態解除宣言後の対応

市は、内閣総理大臣が原子力緊急事態解除宣言を出した場合において、引き続き残された現地对策本部や原子力被災者生活支援チームと連携して、原子力災害事後対策や被災者の生活支援を実施します。

2. 原子力災害事後対策実施区域における避難区域等の設定

市は、国や県と協議の上、状況に応じて避難区域を見直し、原子力災害事後対策を実施すべき区域を設定します。

3. 放射性物質による環境汚染への対応

市は、国、県、原子力事業者や関係機関などとともに、放射性物質による環境汚染への対応について必要な措置を行います。

4. 各種制限措置の解除

市は、県と連携して、緊急時モニタリングなどによる地域の調査、国が派遣する専門家などの判断や国の指導や助言に基づき、原子力災害応急対策として実施された立ち入り制限、飲食物の出荷制限、摂取制限などの各種制限措置を解除し、解除実施状況を確認します。

5. 災害地域住民に係る記録等の作成

市は、避難や屋内退避の措置をとった住民などが、災害時に当該地域に所在したことを証明するとともに、避難所などでとった措置を確認するものとします。また、被災地の汚染状況図や応急対策措置、事後対策措置を記録しておきます。

6. 被災者などの生活再建等の支援

市は、国や県と連携して、被災者の生活再建に向けて、住まいの確保、生活資金等の支給などの仕組みづくりや、生業や就労の回復による生活資金の継続的な確保、コミュニティの維持回復、心身のケアなど生活全般にわたって、きめ細かな支援に努めます。

7. 風評被害などの影響の軽減

市は、国や県と連携して、科学的根拠に基づく農林水産業や地場産業の産品などの適切な流通が確保されるように広報活動を行います。

8. 被災中小企業等に対する支援

市は、国や県と連携して、必要に応じて災害復旧高度化資金貸付、小規模企業設備資金貸付、中小企業体質強化資金貸付などに対応する援助や助成措置について被災者に広報するとともに、相談窓口を設置します。

9. 心身の健康相談体制の整備

市は、国からの放射性物質による汚染状況調査や原子力災害対策指針に基づいて、国や県とともに、住民などに対する心身の健康相談や健康調査を実施します。

「津波防災に関する計画」を策定しました(第9回:最終回)

市報毎月1日号で、津波防災に関する計画の概要をシリーズでお知らせしています。

災害時に備え、家庭や企業で準備しておく食糧や飲料水の必要性は、これまでも市報などでお伝えしていますが、本市でも災害時に備え、物資の備蓄の整備を進めています。

今号は、市の備蓄計画について、お知らせします。

1. 備蓄の考え方について

(1) 備蓄の目的について

市民および企業の皆さんには、防災の基本である「自らの身の安全は自らで守る」という「自助」を心掛け、各々で3日分の食糧および飲料水の備蓄、また地域には、「お互いに助け合う」という「共助」の仕組みづくりの中で備蓄をお願いしています。市では、これらの自助および共助により賄われる備蓄物資などを補完することを目的としています。

(2) 備蓄の進め方について

災害発生直後の生命維持や生活に最低必要な食糧、飲料水、生活必需品などの物資や指定避難所運営に必要な資機材を中心とした備蓄を行うものとし、発災から3日間に必要とする物資を賄うことができるよう、計画的な備蓄を進めます。

(3) 要配慮者、女性への配慮について

要配慮者や女性の避難生活に必要な備蓄物資を確保します。また、アレルギー体質の方に配慮した食糧や粉ミルクなども配備します。

(4) 備蓄施設の推進について

災害時の輸送を最小限に抑え、指定避難所への迅速な物資の配給に努めるとともに、災害リスクの分散化を図るため、分散備蓄を推進します。

平成27年2月現在、市内には、防災拠点備蓄基地を始め、地域防災備蓄倉庫12個所、分散備蓄倉庫8個所設置しました。

2. 備蓄数量

市では、おおむね全市民の3分の2、発災後の3日分の物資の備蓄をすることとし、今後、市民の皆さんへ備蓄を呼び掛けながら、備蓄目標数量を見直すことにしています。

市民の皆さんには、非常用の食糧や飲料水などを準備していただくとともに、避難するときに持ち出す最低限の生活物資についてもあわせて準備をお願いします。

■問 防災課危機対策班 ☎内線1161

それゆけ! イート Vol.47

「ひなまつり」

作:みやみ

◎きれいなひな人形が飾られている、蔵しつくパークにもいきたいな。by イーナ



- 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)が融合したものだ。楽しいイベントが好きな食いしん坊。
- イーナ:「イート」の妹。恥ずかしがりやさんで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。
- 雛祭り:和暦の3月の節句(上巳)である3月3日(現在の4月頃)行われており、ちょうど桃の花が咲く時期となっているため、桃の節句とも呼ばれる。蔵しつくパークで「くらっぴみんなのひなまつり」が開催中(3月8日(日)まで)。家族や友達と一緒に様々なおひなさまを見に行きませんか。

休日診療担当医院表(2015年(平成27年)3月分)

●東松島地区医院・薬局(診療時間:9時~17時)

月日	医院名	電話番号	薬局名	電話番号
3月1日(日)	わたなべ整形外科	84-2323		
3月8日(日)	加藤医院	82-2030		
3月15日(日)	永沼ハートクリニック	82-6880		
3月21日(土・祝)	藤野整形外科	83-2121	サミー薬局矢本店	90-3908
3月22日(日)	みやぎ東部循環器	82-9930		
3月29日(日)	やもと内科クリニック	98-3260	サミー薬局矢本店	90-3908

※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☎0225-21-7220、斎藤病院☎0225-96-3251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(診療時間:9時~17時)

石巻市の小児科休日急患担当医による診療は、東松島市在住の方も利用できます。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。

月日	医院名	住所	電話番号(市外局番0225)
3月1日(日)	石巻赤十字病院	石巻市蛇田字西道下71	21-7220
3月8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15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21日(土・祝)	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22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29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

JR東日本 仙石線沿線の除草剤散布のお知らせ

東日本旅客鉄道(株) 小牛田保線技術センター ☎029-133-3232

列車の安全運行確保と関係設備の適正な保守を行うため、次のとおり除草剤を散布します。

- 散布日時 3月2日(月)~10日(火) 22時頃~翌朝4時頃
- ※雨天、強風時は中止します。
- 散布範囲 JR仙石線陸前小野駅~石巻駅区間
- 除草剤の種類 ○カーメックスD
- 農薬登録番号:第23038号
- ゼロプラス液剤 (農薬登録番号:第18412号)
- マックスター顆粒水和剤 (農薬登録番号:第22998号)
- 施工 仙建工業(株)小牛田出張所 ☎029-132-5092

献血にご協力ください

健康推進課健康 ☎内線3109・3110

左記の日程で移動献血車がきます。皆さんの協力をお願いします。

■日時 3月14日(土) ①10時~11時45分 ②13時~16時30分

■場所 イオンタウン矢本

※今回の献血は、18歳以上の方(男性は17歳も可)を対象とした400CC献血のみの受付で実施します。

相談

震災後の心のケア相談窓口

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・誰とも話さず気にならな

い・イライラするなどの症状でお困りの方。

■日時 3月10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 3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

子どもの心理相談会

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 3月27日(金)

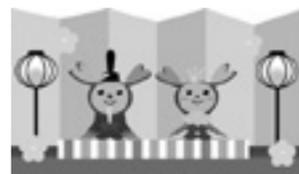
10時、11時、13時、14時(各50分ずつ)

■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 3月20日(金)まで

電話で申し込みください



【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(住所など)	相談内容	問・申し込み
人権相談	6日(金) 10時~15時	市コミュニティセンター	いじめ、暴力、隣近所とのめも事、その他人権に関する相談	仙台法務局石巻支局 ☎0225-22-6188、市民課窓口サービス班 ☎内線1121
消費生活相談	毎週月~金曜(祝日を除く) 9時~15時	市役所市民課(1階: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り問題に関する相談	市民課消費生活相談員 ☎内線1117
行政相談	13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	総務課総務班 ☎内線1205
法テラス東松島の法律相談等	平日10時~16時	矢本字大溜1-1(市コミュニティセンター西側)	弁護士による家族、多重債務などの法律相談。各専門家(司法書士、税理士、建築士、土地家屋調査士、行政書士、社会保険労務士、社会福祉士、女性相談)の無料相談	法テラス東松島 ☎050-3383-0009(受付時間 平日9時~17時)
住宅金融支援機構等の住宅再建相談	15日(日) ※事前予約が必要。 午前:①10時~②11時~ 午後:③13時~④14時~⑤15時~	小野市民センター2階講義室	住宅再建を検討されている方を対象にした住宅金融支援機構および地元金融機関(今月は、七十七銀行と石巻信用金庫)による住宅ローンに関する相談。	住宅金融支援機構お客様コールセンター ☎0120-086-353(通話無料、祝日・年末年始を除く9時~17時)PHSなど☎048-615-0420(通話料金が掛かります。)

ヘルシーインフォメーション

■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(3・4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26年11月 生まれ	3月18日(水)	12時30分～ 12時50分
1歳6か月児健康診査	平成25年8月1日～ 8月25日 生まれ	3月13日(金)	
	平成25年8月26日～ 9月30日 生まれ	4月21日(火)	
2歳6か月児歯科健康診査	平成24年8月 生まれ	3月17日(火)	
3歳児健康診査	平成23年10月 生まれ	3月20日(金)	

※3月・4月は1歳6か月児健康診査の対象者が変則的になります。ご注意ください。

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	3月12日(木)	9時～11時
7か月児健康相談	平成26年8月 生まれ	3月26日(木)	9時～9時20分
10か月児健康相談	平成26年5月 生まれ		3時～13時20分

■問 健康推進課健康指導班 ☎内線3114・3115

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、下記まで連絡ください。

予防接種名	対象
ヒブ、小児用肺炎球菌、四種混合、BCG	平成27年1月生まれの方
麻疹風疹(第1期)、水痘	平成26年2月生まれの方

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3109


 あなたに届け！
健康ラブレター

★親子で一緒に健康づくり(生活習慣)★

以前は大人だけの病気と考えられてきた「生活習慣病」ですが、近年では子どもでもなりうる病気として注目されています。食べすぎや運動不足、夜ふかしなど、よくない生活習慣を続けていけば、子どもでも病気になってしまいます。子どもの生活習慣はその先の一生の健康を左右する重要なものであり、保護者の影響を大きく受けるので、まず保護者自身の生活習慣を見直すことが大切です。

〈規則正しい生活習慣のポイント〉

- ①早起きして朝の日光を浴びる：ヒトの生体リズムは25時間、地球の周期は24時間でズレがあるため、光を浴びることで体内時計がリセットされ1日のリズムをきちんと刻むことができます。
- ②毎日朝ごはんを食べる：朝食はいわば脳と体の目覚まし時計です。ご飯をきちんと食べると脳が活性化して1日を元気に過ごせます。また朝食を抜くと代謝が悪くなり痩せにくい体になってしまい肥満のもとになります。
- ③早く寝て、ぐっすり眠る：夜ふかしは脳を興奮させ深い睡眠の時間が短縮するので脳の疲労回復が遅れます。その結果脳の働き自体が悪くなり、集中力が低下したり疲れやすくなったりします。毎日同じ時刻に起きるには、毎日決まった時刻に寝ることが大切です。寝るときはきっぱりとテレビや電気を消しましょう。また寝る前のゲームやテレビ、携帯電話は脳を活性化させるので1日何分、何時までとルールを決めることも大事です。子どもにはできるだけ外で思いきり体を使って遊ばせてあげましょう。

子どもだけ生活習慣を変えようとしてもなかなか難しいもの。また大人の習慣は慣れ親しんだ行動でありそう簡単に変えられるものではありません。まずは小さなことから少しずつ、家族みんなで、「早寝・早起き・朝ごはん」を目標に生活習慣を見直してみませんか。

■問 健康推進課健康指導班 ☎内線3105



食のリレートーク 祝50回



みんなで野菜をイート(食べる)するのがイ～ナ!!

今回の食のリレートークは、第50回の節目を記念し、地域のご高齢の皆さんに健康長寿の食の秘訣などをうかがいました。今回は市健康推進課の管理栄養士がレポーターとなり、柳地区の「いきいきほっとサロン」参加者の皆さんにインタビューを行いました。

赤井字台に住む青沼きい子さん(86)は、サロンにご夫婦で参加されました。

管理栄養士 ご夫婦そろって、とてもお元気ですね。86歳とは思えないです。普段はどんな食事をされているのですか。

きい子さん 畑でとれた小松菜・白菜・大根などの野菜で、おひたしやみそ汁を朝・晩、作っていますよ。嫁が肉や魚のおかずを作ってくれるので、私は野菜のおかずを作っています。

管理栄養士 毎日調理をされているとは、すごいです。きいさんとお嫁さんの料理を組み合わせることで、おかずの栄養バランスが整っていますね。栄養豊富な旬の野菜を、毎日しっかり食べていることも、元気の秘訣なのですね。

きい子さん 野菜のおかずは毎日食べるけれど、野菜の漬物など、しょっぱいものはあまり食べません。

管理栄養士 塩分にも気をつけて食事をされているとは、素晴らしいです。食事のほかに、長生きの秘訣はありますか。

きい子さん 愛犬の太郎と一緒に、毎日1時間くらい歩いています。それと、編みものが好きで、毎日ちょっとずつ編んでいます。私が今着ているセーターは、自分で編みました。

管理栄養士 素敵なセーターですね。とてもお似合いです。食事はもちろん、愛犬との散歩や趣味をもつことが、きいさんの健康につながっているんですね。



▲栄養バランスのとれた食事を心がける青沼耕さん、きいさんご夫妻

一方、ご主人の青沼耕さん(86)は、きいさんとお嫁さんが作る食事のおかげで、健康で元気な生活が送れていると、感謝を込めながら語ります。

耕さん 愛犬の太郎との散歩も適度な運動につながっています。最近では遠出もしましたよ。

管理栄養士 本当にお元気ですね。どこへ行かれたのですか。

耕さん 太郎と一緒に石巻市雄勝町まで足を延ばしました。

耕さんときいさんの笑顔には、こちらも思わず笑顔になってしまう、元気のものが秘められていました。愛犬と一緒に過ごす時間が、何よりも幸せそうです。栄養バランスのとれた食事、散歩、生活に楽しみをもつことが、年齢を感じさせない若さの秘訣のようです。

また、赤井字八反谷地に暮らす後藤やえ子さん(92)は、「今の時代は何でも揃っているから、毎日がお振舞のようです。しかし、インスタントや万人用(出来合い)ではなく、新鮮なものを調理して食べることも大切です。皆で食べるとより



▲「今も現役で畑仕事をし、旬の野菜を食べています」と話す後藤やえ子さん

おいしくなりますよ」と話していました。食事の内容だけでなく、楽しくおしゃべりをしながら、仲間と一緒に食べることで、心と体の栄養になっているようです。

今回、お話をうかがったご長寿の皆さんは、旬の野菜をしっかり食べ、減塩を心掛けた食事をされていました。さらに、食生活だけでなく、散歩で体を動かしたり、外出などを楽しんだり、趣味や仲間との交流をもつことが、地域の先輩たちの長生きの秘訣なのだと改めて実感しました。

市民の皆さんもぜひ、3名のご長寿の食生活を参考にされてはいかがでしょうか。

次回の食のリレートークもお楽しみに。

戸籍のまど

平成27年1月掲載依頼分

(1月1日～1月31日)

※敬称略・希望者のみ掲載しています。
※年齢は、実年齢を掲載しています。

■戸籍のまどの掲載に関する問
市民課窓口サービス班
☎内線13334

おめでとうございます
おめでとーいございます

行政区等	氏名	氏名
行政区等	栗田 克也	栗田 克也
貝殻塚二	佐藤 友美	佐藤 友美
大塚	八木 雅人	八木 雅人
小松南	高橋 利奈	高橋 利奈
寺	薄井 祥	薄井 祥
寺	千葉 愛美	千葉 愛美
柳北	小山 貴久	小山 貴久
柳北	小山 志穂	小山 志穂

行政区等	氏名	保護者
行政区等	貫太	光洋
上戸四	那生	彦人
川村	聖菜	和也
大津	花美	智雄
千田	花美	智雄
五十嵐	莉愛	美智雄
阿部	粹	政人
阿部	聖心	浩平
海馬	恵太	竜太
石垣	志叶	翼
木村	志叶	翼
松村	侑怜	博樹
高橋	星風	拓誠
石崎	双葉	泰司
及川	大翔	浩
遠山	終弥	幸則
菅原	花	友和

お悔やみ申し上げます

行政区等	氏名	年齢
行政区等	星名 もと	94
道地	小田島 正	82
上戸一	おおはら ひてこ	89
横関	おがた 悦男	88
里北	高橋 芳智夫	88
阿部	あべ 和	87
下町四	山縣 泰子	97
道地	いとう 満	83
作田浦	伊藤 泰子	83
下町三	大岩 よし子	88
里北	櫻井 たけ子	89
表	菊地 マナコ	88
道地	菅原 秀子	83
五味倉	豊島 勇也	86
横沼西	保原 千代子	83
上戸一	石川 昌夫	92
前里	ともしこ	86
下浦	ともしこ	86
下町四	阿部 和行	86
表	芳子	83
横沼二	繁 史郎	69
南一	尾形 史郎	90
上町二	菅原 一朗	92
小松台	ともしこ	96
大溜	よしみ	85
柳西	治 千代	65
小野下	八木 千代	95
上戸一	保原 誠一	69
大塚	みやま つとむ	94
小松台	つとむ	74
亀岡南	栄子	76
貝殻塚二	芳賀 功	60

乗合タクシー「らくらく号」 利用者登録の住所変更を忘れずに

「らくらく号」は、東松島市民や市内に通勤・通学する方が利用できます。利用の際は、事前に登録し乗車予約が必要です。

引越しなどで住所などに変更があった場合は、迅速な予約・配車作業のために、その都度変更手続きをお願いします。

■乗車利用予約の申し込み
東松島市商工会内・らくらく号予約センター
☎84-1515 FAX:0225-82-8915

■利用登録に関する問
市地域公共交通活性化協議会
(事務局:市役所復興政策課地域振興班)
☎内線1234

住民異動の届出手続きは忘れずにしましょう

転出・転入・転居で住所を異動した方は、住み始めてから14日以内に届出をしましょう。

■問 市民課窓口サービス班 ☎内線1123・1125・1609

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、最寄りの郵便局窓口で再度「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(認印可) 2. 本人と確認できる書類(例: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
☎0225-95-5020、または最寄りの郵便局

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 ゆぶと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

COOP MITSUBISHI
みやぎ生協提携店

ご卒業記念撮影ご予約承り中
小学卒業お祝い一式ございます
♡袴姿を前撮りで記念に残しません♡

フォトスタジオ **アドバンス**
☎24-8560
矢本作田浦 45号沿い ツルハドラックさん向い側
営業時間 9:30~19:00 火曜日定休

HP・ブログご案内・ネットプリント → <http://advance-photo.com>

【宮城のしぼりたて・おりがらみ・うすにごり・生原酒入荷発売中】
伯楽星、綿屋、日高見、浦霞、一ノ蔵、黄金澤、萩の鶴、澤乃泉、
乾坤一、栗駒山、鳳陽、鶯咲、両国船尾灯、男山蒼天伝 ほか

●一ノ蔵 金龍 取り扱っています

地酒の専門店 **大江酒店**
本格焼酎
東松島市小松字谷地196 ☎82-2343 FAX83-7489 水曜日定休

Wai Wai PET 【矢本店】
ワイワイペット

【営業時間】 9:00~20:00 年中無休
TEL: 0225-84-1577

ペット販売 ペット用品 ペットホテル ペット美容
トリミング・ペットホテル予約受付中!

獣医さんがいるペットショップだから ワンちゃん、ネコちゃんも安心!

www.waiwai-pet.com

動物取扱業登録 No. 第1304811003号(販売) / 第1304822001号(保管)

お知らせ
矢本動物病院はワイワイペット石巻クリニックと統合致します。今後は石巻クリニックにご来院下さいませようお願い申し上げます。矢本動物病院としての診療は2月26日(木)をもちまして終了致します。

【矢本動物病院】
TEL: 0225-84-1580

【ワイワイペット石巻クリニック】
TEL: 0225-92-5880

※平成27年2月26日以降はワイワイペット石巻クリニックにご連絡下さい。

所在地: 東松島市小松字谷地222 (イオンタウン矢本SC内)

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
1 ●市税及び税外収入金 休日収納窓口 8:30~17:15 ■市報3月1日号発行 ■小野市民センターふれあい祭り(小野市民センター) 9:00 ■春の全国火災予防運動(〜7日)	2 ●国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料 第8期分納期限日 ■図書館休館日 ■市民フォーラム「来し方行く先 私たちのまち東松島」(市)18:30	3 ●市税及び税外収入金 収納・相談夜間延長窓口 ~20:00 ■市民課延長窓口 ~19:00 ■平成27年度 市・県民税申告受付(202会議室(〜16日、土・日曜除く)) ■春の全国火災予防運動(〜7日) ■ひなまつり会(矢本中央幼) ■ひなまつりおわかれ会(はなぶさ幼)	4 体 ■ちっちゃい子おはなし会 11:00	5 ■囲碁将棋のつどい 10:00	6 ■人権相談(市)10:00 ■東松島市生涯学習推進大会(市)18:30 ■おわかれ会(鳴瀬幼)	7 体 ■卒業式(市内中学校) ■おはなし会 11:00 ■花を生けてみよう 13:00②14:00 ③15:00
8 ■ヤマザクラ第2回植樹祭(縄文)9:30	9 ■図書館休館日 ■振替休業日(矢本二中・鳴瀬未来中)	10 ●市税及び税外収入金 収納・相談夜間延長窓口 ~20:00 ■機能訓練 9:30	11 ●市民防災の日(市民防災デー) ●みやぎ鎮魂の日 ■平成27年東日本大震災東松島市慰霊祭(市)14:30 ■みやぎ鎮魂の日 臨時休園日(鳴瀬幼)	12 ■囲碁将棋のつどい 10:00	13 ■行政相談(市)13:00 ■学習参観立志式(鳴瀬未来中) ■親子お別れ会(矢本中央幼) ■防災避難訓練(鳴瀬幼)	14 体 ■献血 イオンタウン矢本 10:00 ②13:00 ■おはなし会 11:00
15 ■市報3月15日号発行	16 ■図書館休館日	17 ●市税及び税外収入金 収納・相談夜間延長窓口 ~20:00 ■市民課延長窓口 ~19:00 ■立志式(矢本一中) ■卒園式(はなぶさ幼)	18 体 ■ちっちゃい子おはなし会 11:00	19 ■囲碁将棋のつどい 10:00 ■卒業式(矢本東小・大曲小・赤井小・大塩小・鳴瀬桜華小)	20 ■くらっぱ&HOPE 第2弾 iPad体験 10:00 ■卒業式(矢本西小・赤井南小・宮戸小・野蒜小) ■修了式(はなぶさ幼) ■卒園式(鳴瀬幼)	21 春分の日 体 ■図書館休館日(春分の日) ■縄文サロン(縄文)13:30 ■企画展「縄文人のかお、姿」(縄文)(〜5月24日)
22 ■卒園式(矢本中央幼)	23 ■図書館休館日 ■振替休業日(矢本中央幼) ■修了式(鳴瀬幼)	24 ●市税及び税外収入金 収納・相談夜間延長窓口 ~20:00 ■市民課延長窓口 ~19:00 ■機能訓練 9:30 ■終了式(市内小・中学校・中央幼)	25 体 ■一日入学(鳴瀬未来中)	26 ■囲碁将棋のつどい 10:00	27 ■市民課延長窓口 ~19:00(4月2日まで、土・日曜除く) ■図書館休館日(図書整理日) ■離任式(矢本東小・大曲小・大塩小・矢本西小・野蒜小・鳴瀬桜華小・矢本一中)	28 体 ■おはなし会 11:00 ■粗大ごみ直接搬入年度未受入日(鳴瀬一般廃棄物処分場)
29 ■粗大ごみ直接搬入年度未受入日(鳴瀬一般廃棄物処分場)	30 ■図書館休館日 ■離任式(鳴瀬未来中・矢本中央幼)	31 ●市税及び税外収入金 収納・相談夜間延長窓口 ~20:00	4/1 ■市報4月1日号発行 ■ちっちゃい子おはなし会 11:00	2 ■囲碁将棋のつどい 10:00	<h2 style="margin: 0;">飲酒運転は犯罪です</h2> <p style="margin: 5px 0 0 0; color: white;">飲酒運転は、命を奪ってしまうこともある 決して許すことのできない悪質な犯罪です</p> <p style="margin: 5px 0 0 0; color: white;">～飲酒運転は絶対に「しない」「させない」「許さない」～</p>	

問い合わせ	東松島市役所(本庁舎) 82-1111	老人福祉センター 83-2851	市) 市コミュニティセンター 82-6969	小野地区体育館(管理:小野市民センター) 87-2067
	東松島市役所鳴瀬総合支所	矢本子育て支援センター 84-2676	市) 市民体育館 82-9030	
	矢本保健相談センター 82-1123	鳴瀬子育て支援センター 87-2338	矢) 矢本運動公園 82-6804	大塩地区体育館(管理:大塩市民センター) 82-7532
	鳴瀬保健相談センター 87-3111	市図書館 82-1120	赤) 赤井地区体育館 82-6803	健康増進センター ゆぶと 84-3855
奥松島縄文村歴史資料館 88-3927	蔵しっくパーク(ひと・まち交流館) 84-1770	鷹) 鷹来の森運動公園 82-1101		

体育館一般開放のお知らせ ■場所・時間 体...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

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 1日号:1部あたり46.7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27年2月1日現在の住民基本台帳、外国人住民含む)
 男 19,759人(-5) 女 20,445人(+8)
 計 40,204人(+3) 世帯数 15,128戸(+5)
 ()内は前月比