

2016  
12  
.15

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.209

お知らせ版

- 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(生涯学習情報コーナー) --- P9
- 知っ得情報 ----- P10
- 生活情報 ----- P11
- ゆづと通信・市民のカレンダー ----- P12

## こころをつなぐ1万人のメッセージ『希望の虹』

野蒜ヶ丘地区のJR仙石線野蒜駅前では、イルミネーションイベント「こころをつなぐ1万人のメッセージ『希望の虹』」が行われています。色とりどりのLEDを組み込んだ1万個のエコランタンが幻想的な空間を作りだし、復興へ向かうまちを優しく彩っています。ランタンには、復興を支えてくれた国内外の皆さんによる復興へのメッセージや、支援に対する市民からの感謝の気持ちなどがつづられています。点灯は1月9日(月・祝)までの予定で、日没から3~4時間ほど楽しむことができます。



# 復興支援へ感謝込めた光

## まちの未来を優しく照らす

### 年末年始における市役所等公共施設年末年始閉庁のお知らせ

年末年始における市役所等の窓口業務は、下記のとおり休みとなります。市民の皆さんには、ご不便をおかけしますが、ご理解願います。

施設名	休止期間
市役所(本庁舎・鳴瀬庁舎・野蒜交付所)	12月29日(木)~平成29年1月3日(火)
市図書館	
市コミュニティセンター	
市震災復興伝承館	
各市民センター	
蔵しっくパーク	
奥松島縄文村歴史資料館	12月28日(水)~平成29年1月4日(水)
市民体育館	12月27日(火)~平成29年1月3日(火)
奥松島観光物産交流センター	年中無休で営業しています

○出生・死亡・婚姻などの戸籍に関する届出は受付します

- ・本庁舎での受付:1階警備員室(正面玄関は開いていないため、南通用口から入ってください)
- ・鳴瀬総合支所での受付:1階警備員室(正面玄関は開いてないため、鳴瀬保健相談センター入口から入ってください)

※年末年始は休みに入りますので、各種証明書の交付申請は、早めをお願いします。

■年末年始の戸籍の届出に関する問 市民課窓口サービス班 ☎内線1334・1331

### 年末年始のごみ収集に関するお知らせ

年末年始は、ごみの収集が休みになります。大掃除は計画的に行いましょう。

可燃ごみ	月・木曜日地区	年末最終	12月29日(木)	
			年始開始	1月5日(木)
資源・不燃ごみ	火・金曜日地区	年末最終	12月30日(金)	
			年始開始	1月6日(金)
容器包装プラスチック	月曜日地区	年末最終	12月26日(月)	
			年始開始	1月9日(月)
	火曜日地区	年末最終	12月27日(火)	
			年始開始	1月10日(火)
資源・不燃ごみ	木曜日地区	年末最終	12月22日(木)	
			年始開始	1月5日(木)
容器包装プラスチック	金曜日地区	年末最終	12月23日(金)	
			年始開始	1月6日(金)
容器包装プラスチック	水曜日	年末最終	12月28日(水)	
		年始開始	1月4日(水)	

■問 環境課環境班 ☎内線1153~1155

# 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〉

## 大曲浜獅子舞 平成29年新春披露の開催

※12月15日時点での予定です。今後、変更となる場合があります。

1月2日(月)スケジュール	
時間	場所
8時～	玉造神社 祈祷・祓い(大曲浜)
9時～	市内福祉施設・あおい地区内・個人宅・パレードなど(大曲・あおい)
13時～	昼食休憩
14時～	市内福祉施設・市内個人宅・商店 など(市内全域・石巻地域など)
19時	1日目終了

1月3日(火)スケジュール	
時間	場所
9時30分	高齢者総合社会福祉施設(赤井)
10時30分～	市内福祉施設・ゆづと・商店・個人宅 など(11:30～矢本商店街パレード)(赤井・矢本)
14時30分～	個人宅・商店など(大曲・石巻)
17時30分～	夕食休憩
19時～	矢本駅前飲食店街などパレード(大曲～矢本)
24時	2日目終了

※追加申込は12月23日(金・祝)まで下記に連絡ください。追加申込などにより、時間などが変更になる場合があります。また、当日の進行具合により時間が前後することがあります。



### ■問・申し込み

大曲浜獅子舞保存会事務局 ☎080-6090-5036

## 東松島市婚活事業「2016東松島クリスマスParty」参加者募集

市では、独身の男女を対象に、楽しい交流の時間を提供します。素敵なパートナーを見つけませんか。参加をお待ちしています。

■日時 12月23日(金・祝)13時30分～

■対象 男性:25歳から44歳までの、独身の方。市内在住に限る  
女性:20歳から39歳までの独身の方。住まいは不問

■募集人数 男女ともに15人

■参加費 3,000円 ※JR矢本駅までの往復鉄道交通費補助あり。

■締め切り 12月20日(火)

■内容 最初にセミナーがあるため、初心者の方も安心です。1対1トークで全員と話し、グループトークやフリートークで交流を深めます。

最後は、男性から女性に告白とともにプレゼント(事務局で準備)を渡します。プレゼントを受け取ってもらえたら、カップル誕生です。



※イベントの詳細な内容などは、eコミ!ねっとの婚活ページでお知らせします。

■主催 東松島市、東松島婚活プロジェクト

■問・申し込み 一般社団法人東松島みらいとし機構

☎98-7311

東松島まちづくりポータルサイト e-コミ!ねっと

URL:<http://higashimatsushima.net/>



## 東松島市臨時福祉給付金の申請はお済みですか

対象と思われる方には、8月下旬に申請書などを市福祉課より郵送しています。内容を確認し申請書に記入のうえ、必要書類を添付し返信用封筒で提出してください(切手不要の返信用封筒を同封しています)。

■申請受付期間 平成29年2月28日(火)まで

※期限までに申請されない場合は、支給できませんのでご注意ください。

※郵送での提出の場合は、上記締切日当日消印有効とします。

■申請・給付方法 郵送または窓口で申請してください

※窓口は混み合いますので、同封の返信用封筒での提出にご協力ください。

申請受付後、申請書に記載いただいた指定口座に入金します。

※住民税が未申告の方は、対象となる方(該当者)か判断できませんので、まずは申告をしてください。対象と思われる方で、申請書が届いていない場合は下記担当まで連絡ください。

■問 臨時福祉給付金実施本部(事務局:福祉課福祉総務班)

☎内線1173・1174

※この給付金について、市役所から市民の皆さんにATM操作をお願いすることはありません。市の職員をよそおった「振り込め詐欺」や「個人情報の搾取」にご注意ください。

## 野蒜海岸初日の出イベント開催

■日時 平成29年1月1日(日・祝)6時30分～

※日の出予想時刻は6時50分頃。

■場所 野蒜海岸

■内容 蒸し牡蠣・甘酒の無料提供(数量限定)、おみくじ、凧揚げ

※牡蠣の提供等・凧揚げは7時から9時まで(予定)。天候により内容が変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

■主催 奥松島ビーチハウス組合

■協力 気仙沼凧の会、児童養護施設支援の会

■後援 東松島市商工会青年部

■問 奥松島ビーチハウス組合(事務局:阿部) ☎090-2888-0001



## マイナンバー受付窓口からのお知らせ

### マイナンバーカードをこれから申請される方へ

#### 市役所での証明写真の撮影サービスが終了します

市役所を経由して申請する方法が年内で終了します。

同時に、証明写真の撮影サービスも終了しますので、利用を希望する方はお早めをお願いします。

29年以降の申請は、本人が直接おこなって頂く方法のみとなりますので、あらかじめご了承ください。なお、申請手順の案内は、これまでどおり行います。



### マイナンバーカードをまだ受け取っていない方へ

#### 『休日交付窓口』を利用ください

■窓口開設期間

平成29年3月までの毎月第2、4日曜日 9時～16時

※完全予約制となりますので、あらかじめ電話で予約をお願いします。

※平成29年1月22日(日)は、国側のサーバーが停止になるため、休日受付窓口は開設できなくなりました。ご了承ください。

■問 市民課マイナンバー受付窓口(本庁舎2階203会議室)

☎内線1429

# 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〉

## 東松島市高効率給湯器等普及促進事業 補助金交付申請受付中

平成28年度の補助金交付申請の受付を行っています。補助基準など詳しい内容については、市報5月15日号3ページまたは市ホームページをご覧ください。

■受付期限 平成29年2月20日(月)必着

※申請受付は対象機器を設置後です。なお、申請額が予算総額に達した場合は、期間途中でも受付を終了しますのでご了承ください。

■交付対象・・・次に掲げる要件のすべてを満たしていること。

- ①平成28年2月20日～平成29年1月31日の間に対象機器を、自らが居住し住所を有する市内の住宅または自らが所有する市内の事業所に設置すること
- ②市税等滞納していないこと
- ③本補助金の交付を受けていないこと

## 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中

平成28年度の補助金交付申請の受付を行っています。補助基準など詳しい内容については、市報7月15日号4ページまたは市ホームページをご覧ください。

■受付期限 平成29年2月28日(火)必着

※申請受付は対象システム設置後で、申請回数は同一の対象システムにつき1回に限ります。なお、申請額が予算総額に達した場合は、期間途中でも受付を終了しますのでご注意ください。

■上記の問・申し込み 環境課環境班 ☎内線1152

## 「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・在学する子ども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いただける公的融資制度で、日本学生支援機構・宮城県・東松島市の奨学金と併用することも可能です。

■内容

- 融資額 子ども1人につき350万円以内 ●利率 年1.90%
- 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。

※東松島市が行う奨学資金貸付とは異なりますのでご注意ください。

■問 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

## 忘年会・新年会はおいしく残さず食べきろう!

市では、食品ロス(食べられるのに捨てられてしまう食品)の削減を目的として10月に設立された、全国おいしい食べきり運動ネットワーク協議会に参加しています。

12月から1月は、外食時の「おいしい食べきり」全国共同キャンペーンを展開しています。忘年会・新年会など宴会では、開始30分と終了前10分は、自席の料理をしっかり食べる「食べきりタイム」を実施するなど、食品ロスの削減にご協力をお願いします。

※全国おいしい食べきり運動ネットワーク協議会についての詳しい内容は、下記のホームページを参照してください。

■問 環境課環境班 ☎内線1153 [全国食べきりネット](#) [検索](#)

URL:<http://info.pref.fukui.lg.jp/junkan/tabekiri/network/>

## 東松島型地域住宅 つながるYeah(家)!からのお知らせ ～焙煎したてのコーヒー豆で、美味しい淹れかたを体験してみませんか～

寒い季節にピッタリなおいしいコーヒーのドリップを体験してみませんか。コーヒーに関する基礎講座も同時に学びます。講師は2015年に松島町で開業したコーヒー豆専門店のオーナー。「家で淹れるコーヒーが一番おいしい」をお伝えします。どなたでも参加できますので、ぜひご来場ください。

■日時 12月18日(日)10時30分～11時30分 ■定員 8人

■場所 東矢本駅前のモデル住宅(住所:東松島市矢本字下浦196-1)

■問・申込先 モデル住宅内相談窓口 ☎98-8308

開館時間:10～16時(毎週水曜日休館)

■お知らせ Facebookページでモデル住宅の紹介やお知らせを配信します。ぜひご覧ください。

<https://www.facebook.com/tsunagaruYeah>

## 国民ねんきんだより

～平成28年に国民年金保険料を2年前納した場合の社会保険料控除～

平成28年分から、2年前納納付分の控除証明書の様式が変更されました。2年前納で納めた国民年金保険料を所得から控除する場合、以下の方法のいずれか1つを選択していただくことになります。

- ①全額を納めた年に控除
- ②各年分の保険料に相当する額を各年に控除(3年分に分けて申告する場合)

①全額を納めた年に控除する方法を選択する場合

日本年金機構が郵送した「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」下部の3年分3枚の証明書は切り離さず添付して申告してください。申告額は、納付済額となります。

②各年分の保険料に相当する額を各年に控除する方法を選択する場合(3年分に分けて申告する場合)

日本年金機構が郵送した「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」下部の3年分3枚の申請書のうち、平成28年分の1枚を切り離して申告にご使用ください。

なお、残りの2枚の証明書は、平成29年・平成30年の申告時に使用しますので、大切に保管してください。申告額は、各年に申告する場合証明額です。※分割して申告を希望の場合、3年分3回の申告しかできません。分割を申告した翌年に、残りの分をまとめて申告することはできませんのでご注意ください。

■問 日本年金機構石巻年金事務所 ☎0225-22-5115(自動音声案内)

## 犯罪等の被害にあわれた方への相談窓口

警察では、相談の内容に応じて相談窓口を紹介したり、犯罪の被害にあわれた方へカウンセリングによる心のケアなどを行っています。一人で悩まず、気軽にご相談ください。

○警察相談専用電話 ☎#9110、☎022-266-9110

○性犯罪被害相談電話 ☎022-221-7198

月～金曜日(祝日・年末年始を除く)9時～17時45分

■問 石巻警察署 ☎0225-95-4141

## 交通事故に注意しましょう

「ゆっくり走ろう!師走のみやぎ」～年の瀬は、心と速度にゆとりを持って～

11月9日(水)17時ころ、市内国道交差点で60歳代女性が運転する軽乗用車に横断中の90歳代女性がはねられ、死亡する事故が発生しました。また、10月28日(金)3時30分ころ、市内国道交差点で石巻方面に向かって走行中の乗用車が、街路灯に衝突し、運転手が死亡する事故も発生しています。

県内では11月9日現在、58件62人の交通死亡事故が発生し、20人の歩行者が死亡しており、そのうち半数以上の11人が夜間に事故に遭っています。

これからの季節、運転手は冬道や夕暮れ時の安全運転、飲酒運転の根絶を徹底しましょう。また、歩行者も反射板を使用するなど、交通事故の防止を心がけましょう。

■問 石巻警察署交通課 ☎0225-95-4141

# 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)

## 年末年始の粗大ごみ 直接搬入日のお知らせ

年末年始の大掃除は、計画的に行いましょう。

粗大ごみ (直接搬入日)	年末最終	12月28日(水)	年始開始	1月4日(水)
	受入時間	9時~12時・13時~16時		
	処理料金	10kgあたり100円		
◎平日に搬入ができない方のために、年末の土・日曜日にも直接搬入を受け付けます。				
年末臨時受入日:12月24日(土)・12月25日(日)の2日間 下記申込先まで事前に連絡のうえ、搬入してください。 ■申込先 鳴瀬処分場 ☎87-2837				
粗大ごみ (戸別収集日)	戸別収集の年内受入分の受付は終了しました。			

※粗大ごみは、ごみ集積所には出せませんので、ご注意ください。  
■問 環境課環境班 ☎内線1153~1155

## 「てあわせWS(ワークショップ)」開催のお知らせ

「てあわせ」は、自分と相手が手を合わせ、からだでコミュニケーションをとりながら、一緒に新しい表現をつくりだす活動です。難しいルールは何もなく、ここちよい音楽が流れる中、自己を開放して、多くの仲間と楽しみながらからだを動かします。「てあわせ」の活動は、震災で被災した地域のワークショップとして、東洋英和女学院大学の西洋子教授や早稲田大学の三輪敬之教授と多くの皆さんが参加し活動してきました。子どもと大人が、女性と男性が、障害のある人とない人が、個性を活かし合い、自由に新しいつながりをつくりだしています。生き生きとした表現の場にどうぞお越しください。

■日時 12月24日(土)10時~12時30分 ※終了後、クリスマス会を行います。

■場所 赤井市民センター ※要事前申込。

■参加費 500円 ※当日、会場受付で納入。クリスマス会参加の場合は、別途昼食代500円が必要。

■問 「てあわせWS(ワークショップ)」事務局(担当:森)

☎080-1812-6888 URL:<http://teawasekaken.jp/>

## 『写真で伝える被災地』写真展の開催

東松島市を活動拠点に被災地の現状を発信している、市内の高校生による写真展が開催されます。今年3月にも写真展を開催しましたが、今回は写真展以外のイベントも予定しています。ぜひご来場ください。

■日時 12月17日(土)・18日(日)10時~17時

※18日(日)16時15分から、写真で伝える被災地2016年報告会を実施します。

■場所 大曲市民センター会議室1・2・3 ※参加無料。

■問 写真で伝える被災地(会長:中村) ☎070-6951-0693

## HOPE わたしたち、東松島みらいとし機構(HOPE)です。

第42回

### エネルギーと経済の循環による地域活性化「地域新電力事業」

HOPEでは、今年4月より「HOPEのでんき」と銘打った地域新電力事業を開始し、市内事業所などへの電力供給事業を行っています。これまでに、たくさんの市民の皆さんからご理解・ご協力を頂戴し、12月15日現在、市内143カ所で「HOPEのでんき」を利用いただいています。

11月19日から、市内の小学生が未来の東松島市の姿を思い浮かべて描いた「環境絵日記」の入賞作品を紹介する看板を、JR野蒜駅前に掲示しています。この看板は、「HOPEのでんき」事業の売上金の一部を活用して製作されたものです。今後も、魅力ある東松島市のまちづくりのために、「HOPEのでんき」事業を推進していきます。



▲「環境絵日記」入賞作品は来年1月9日までJR野蒜駅前に展示しています

■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>

## 税務課からのお知らせ

### ○申告に関するお願い ~申告相談前に事前準備をお願いします~

本年度も平成29年2月中旬から、平成28年分の申告相談を予定しています。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営業等・農業・不動産所得のある方は、事前に収支内訳書を作成してから会場にお越しいただきますようご協力をお願いします。収支内訳書を作成していない方は、作成してからのご案内となりますのでご注意ください。

※平成28年分申告相談に関する日程などの詳しい内容は、市報平成29年1月1日号でお知らせします。なお、12月1日号でもお知らせしたとおり、今回から申告会場は本庁舎駐車場東側の南庁舎2階と鳴瀬庁舎の鳴瀬保健相談センター3階の2か所のみとなります。

### ○所得税及び復興特別所得税の還付申告はお早めに

次に当てはまる方などで、源泉徴収された税金等が納め過ぎになっている場合には、税務署に対し還付を受けるための申告(還付申告)をすることにより税金が還付されます。

#### 【例】

①平成23年分申告で東日本大震災による雑損控除を申告し、繰り越しが残っている方

【必要書類】源泉徴収票、前年分の確定申告書等の控えまたは更正の通知書など

②多額の医療費を支払った方

【必要書類】源泉徴収票、医療費の領収書など

③マイホームを住宅ローンなどで取得した方

【必要書類】源泉徴収票、家屋および敷地等の請負(売買)契約書の写し、家屋および敷地等の登記事項証明書、住宅取得資金に係る借入金の年末残高証明書など

④年途中で退職した後就職しなかった方

【必要書類】源泉徴収票など

※給与所得者や年金所得者で確定申告の必要がない方が還付申告をする場合は、そのほかの各種所得(営業等所得や農業所得など)も申告が必要です。

※ふるさと納税のワンストップ特例制度を申請した方は、**確定申告を行うと特例制度対象外となり、改めて申告を行う必要が生じます**ので、確定申告をする際は必ず寄付金控除も申告してください。

### ○よくある質問

Q. 税務署での所得税および復興特別所得税の確定申告はいつからできるの  
A. 税務署での確定申告の相談および申告は、平成29年2月16日(木)~3月15日(水)、9時~17時に税務署隣の特設会場で受け付けています

※税務署の閉庁日(土・日曜・祝日など)は、相談および申告書の受付は行っていません。

Q. 平日は仕事で行けないのですが

A. 国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、画面の案内に従って金額等を入力すれば確定申告書等を作成・プリントアウトすることができ、そのまま税務署に提出(送付)することが可能です。また、作成したデータは「e-Tax(電子申告)」を利用して提出することもできます。なお、「e-Tax(電子申告)」の利用に当たっては、事前に手続きが必要です。

※詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。

■問 税務課住民税班 ☎内線1138・1139・1147

国税庁ホームページ:<https://www.nta.go.jp/>

## 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	12月3日	12月4日	12月5日	12月6日	12月7日	12月8日
測定値(単位: $\mu\text{Sv/h}$ )	0.031	0.031	0.031	0.038	0.030	0.030

※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 環境課環境班 ☎内線1153



# 蔵っく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

蔵っくパーク ひとまち交流館 ☎84-1770、ふれ愛情情報プラザ ☎84-2011・FAX 84-2015

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

## くらっば蔵部 ☎84-1770 ※別途参加費100円。12月15日(木)9時～受付開始

内容	日時	材料費	定員	持ち物
フェイシャルエステ 講師:小島光代	12月17日(土) 10時～12時	1,000円	15人	タオル・タンクトップ
椅子ヨガ 講師:黒須奈緒美	12月21日(水) 10時30分～11時45分	600円	5人	運動できる服装・飲み物
アート組ひも 【ネックレス】 お好きな色4色 講師:中村多恵子	12月22日(木) 10時～12時	2,300円	10人	なし
初級つるし飾り 講師:大野江利子	1月10日(火) 10時～12時	1,600円	なし	裁縫道具・ボンド・はさみ・両面テープ(5ミリの幅)手芸綿
メディカルアロマ (風邪予防に役立つ物作り) 講師:遠藤真澄	1月11日(水) 10時30分～12時	1,000円	6人	なし
アーティフィシャルフラワー 【ハッピーバレンタイン! ローズアレンジ】 講師:大場裕美子	1月17日(火) 10時～12時	2,800円	6人	はさみ・木工用ボンド・ニッパー(あれば) ※1/10縮切り
プリザーブドフラワー 【デンファレとバラと あじさいのバックアレンジ】 講師:井手えみ子	1月18日(水) 10時～12時	4,500円	5人	ワイヤーが切れるペンチ(あれば)・はさみ・持ち帰り用袋
つまみ細工 【ストラップとブローチ】 講師:井手えみ子	1月18日(水) 13時～15時	1,500円	10人	はさみ
アーティフィシャルフラワー 初めての方大歓迎! 【リースアレンジ】 講師:大場裕美子	1月18日(水) 14時～16時	1,000円 コーヒー付き	5人	はさみ・木工用ボンド・ニッパー(あれば) ※1/10縮切り
つまみ細工 【ストラップとブローチ】 講師:井手えみ子	1月18日(水) 13時～15時	1,500円	10人	はさみ
和布の小物【梅の花】 講師:佐藤のり子	1月20日(金) 13時～15時	1,500円	5人	裁縫道具・ボンド
パワーストーン作り 講師:武山由紀子	1月24日(火) 10時～12時	1,500円	なし	なし

## 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達するまで募集します。Microsoft認定トレーナーが皆さんをお待ちしています。

電話・FAX・メール(講座名・氏名・年齢・電話番号を明記)で受付をします。  
■申し込み ☎84-2011 FAX:84-2015 メール:fureai@kurappa.jp

### ●1月・2月開催のパソコン講習会

開催日時	内容	受講料	定員
はじめてのワード(文章を作って印刷をしよう) (PC持ち込み可) 1月10日(火)～13日(金) 13時30分～16時	パソコンのワードを使って文章を作って印刷する。表を使ってカレンダーを作りイラストを入れてみましょう。	受講料 2,000円 テキスト代 1,260円	15人
就活応援!ワード中級 1月18日(水)・20日(金) ・25日(水)・27日(金)・ 31日(火) 13時30分～16時	ワード初級受講済程度。表の変更や文章の段組み・ページ番号の入れ方など長い文章を作る時に便利な機能を学びます。	受講料 2,500円 テキスト代 2,160円	15人
初心者パソコン無料相談 1月19日(木)・2月1日(水) 10時～12時	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) ※勉強会ではありません。機器に関するの設定(個人の番号入力等)・修理はできません。相談では解決できない場合もあります。	無料 要予約 1人15分	3人
初めてのデジカメ (使ってますかその機能? コンパクトデジカメで キレイに撮ろう! ) 2月1日(水)・2日(木) 13時30分～16時	デジカメの基本の操作の仕方を学びます。ピントの合わせ方やコンパクトデジカメに搭載されている夜景・花火を綺麗に撮る方法や動画撮影ができること知っていますか。撮った写真はパソコンに移動(コピー)し、印刷をします。 ※デジカメ持参ください。お持ちでない方には貸し出します。	受講料 テキスト込 2,500円	5人
デジカメステップアップ (撮った写真をCDにコ ピーしよう! ) 2月15日(水)・16日(木) 13時30分～16時	撮った写真がパソコンにいついになってもいせんか。整理をしてCDにコピーしましょう。さらに、ちょっと写真が暗くて明るくしたい時にできる簡単な画像補正をします。補正した画像をパソコンのメールに添付し送信するまでを実践します。 ※デジカメデータを使います。	受講料 テキスト込 2,500円	5人

●どなたでも利用可能な無料(45分間)インターネットコーナー、パソコン室(有料テレワーク室)(一般1回4時間。小中学生1回2時間。障がい者・高齢者(65歳以上)のテレワーク室利用は減免有)利用できます。  
※冬休みには、くらっばへ来てみてください。  
※勉強や集会などに活用できる部屋があります。お電話ください。

### 男子力UP講座

～男性もいつまでも若々しくいるために!～

■日時 1月28日(土)13時30分～15時30分(予定)

■内容

○セミナー 男の条件～こんな男が大きくなる～

○シークレットレッスン

■講師 佐藤 律子先生

■入場料 1,000円 ■定員 30人(男性のみ)

■募集 12月15日(木)9時～電話受付

■主催 特定非営利活動法人東松島まちづくり応援団

■共催 一般社団法人東松島みらいとし機構、松岡生花店



### 展示コーナー

子ども人権イラスト・ポスター展

出展者:石巻人権擁護委員協議会

■日時 1月7日(土)～15日(日) 9時～17時  
(最終日は16時まで)

### お正月飾り販売します

■日時 12月23日(金)午前中まで

■時間 9時～17時(月曜休館)

■場所 ひとまち交流館



### 蔵っくパーク

年末年始の休館日のお知らせ

■期間 12月29日(木)

～平成29年1月3日(火)

東松島市蔵っくパークの運営には、防衛施設とその周辺地域との調和を図ることを目的とした防衛省の補助事業が活用されています。

### 終活セミナー

～自分を見つめ今をよりよく自分らしく生きる活動～

■日時 1月28日(土)10時～11時45分(予定)

■内容

○セミナー「熟年夫婦のパートナーシップ」

○「終活セミナー」&「エンディングノートを書こう」 清月記様

■講師 佐藤 律子先生

■入場料 無料 ■定員 30～50人

■持ち物 筆記用具 ■募集 12月15日(木)9時～電話受付

■主催 特定非営利活動法人東松島まちづくり応援団

■協力 一般団法人東松島みらいとし機構

清月記大街道斎場



### ポヌールマルシェ

おしゃべりに・素敵に  
美味しく・楽しいひとときを

■日時 1月19日(土)10時～14時

毎月第3土曜日開催 ※雨天決行。

○新鮮野菜美味しい食べ物や素敵ハンドメイド作品などの販売

■出展者募集中 出店料 1ブース 500円(個人)、1,000円(企業・団体)

■登録料 100円(初回のみ) ※「ひとまち交流館」にて受付中。

○キッズプレイルーム

■入場料 100円(当日頂きます) ※予約不要。

■対象 小学生以下 ※ベビー用マット完備・食べ物持込可。

### 予告!!お楽しみ演芸会

平成29年1月21日(土)

※詳細は1月1日号でお知らせします



# 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。>



## ひがしまつしま 福幸まつり

東松島市の防災集団移転地で最後の引渡しとなる野蒜ヶ丘地区の完成を祝う「ひがしまつしま福幸まつり」が11月20日(日)、JR仙石線野蒜駅前で行われました。国内外からの厚い支援に感謝の意を示すとともに、まちの復興を実感してもらおうと開かれたイベントには多くの人が訪れ、にぎわいを見せました。またイベント前日には「希望の虹点灯式」と「運河フォーラム」も行われました。



### 支援に感謝込め復興を実感

# 新鮮な大根が 詰め放題



北赤井地区の農地で毎年恒例の「大根狩り」が行われました。畑から新鮮な大根を抜き取り、1袋500円で詰め放題とあって市内外から約2千人が訪れました。土を踏みしめながら収穫を体験し、隙間を作ることなく袋に詰めていました。

(11月20日、赤井農場地内)

## 防火・防災への強い意識を 平成28年度石巻地区消防長表彰



防火・防災への日頃からの取組みに対して、石巻地区広域行政事務組合消防長から表彰が行われました。市内からは、赤井南保育所と大塩地区自主防災組織連絡協議会、野蒜地区自主防災組織連絡協議会に感謝状が贈られました。

(11月10日、石巻地区消防本部)

## 心通わせた地域へ



平成28年度矢本東地区まちづくり研修会では、道の駅上品の郷の太田美嗣氏が、「まちづくり、地域づくり」をテーマに講演しました。あおい地区の完成で人々の融和が重要視される中、「経営も地域づくりも心を通わせることが大事」と説きました。

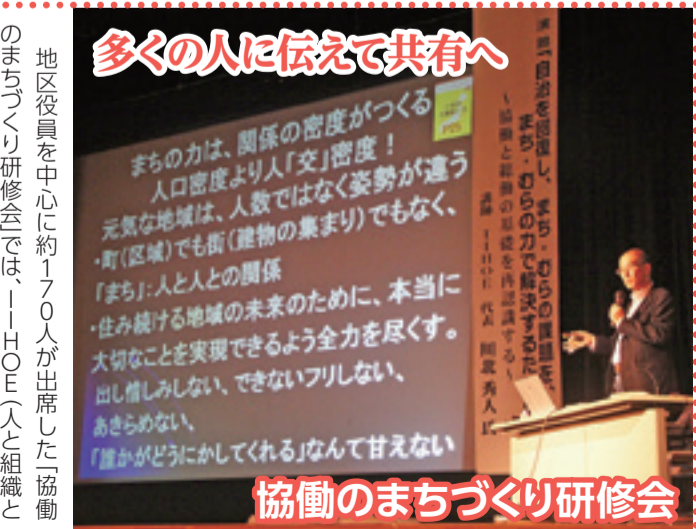
(11月26日、矢本東市民センター)



## 講演通じて地方創生を模索

地域資源を活かした地方創生の在り方を探る「第2回東松島市ひと・しごと・にぎわい創生セミナー」が開かれました。まちづくりや観光の専門家である東海大学教授の杉本洋文さんと東洋大学客員教授の中村賢一さんが講演したほか、阿部市長と対談を行いました。(11月23日、市役所南庁舎)

## 多くの人に伝えて共有へ



## 協働のまちづくり研修会

地区役員を中心に約170人が出席した「協働のまちづくり研修会」では、IHOE(人と組織と地球のための国際研究所)代表の川北秀人さんが講演しました。地域の未来のため、いま考えなければならぬ課題や進むべき方針のヒントを提言し、「得たものをより多くの人に伝え、共有してほしい」と呼びかけました。

(11月29日、市コミュニティセンター)



# 東松島路で700人が健脚競う クロスカントリー大会

第49回東松島クロスカントリー大会には市内外から約700人が参加しました。高校・一般から世代を問わない健康づくりまで計8種目で繰り広げ、1・5kmから8kmの間で健脚を競いました。ファミリーの部では、親子手をつないでゴールし、心地よい汗を流しながら親子の絆を深めていました。

(11月27日、鷹来の森運動公園)



サンタさんはどこかな？

## 子どもたちの 笑顔照らすイルミネーション



東松島元気なまちづくり委員会主催の「第6回サンタをさがせ!」には、市内外から約330人の子どもたちが参加しました。まちに散らばった100人のサンタを探し出してスタンプを押してもらい、ひと足早いクリスマスプレゼントを受け取っていました。夜にはイルミネーションの点灯式も行われ、子どもたちの笑顔を優しく照らしていました。

(12月3日、矢本商店街など)

「ハロウィンおはなし会」に参加したみなさん(10月29日)



# 図書館だより VOL.138

## 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冊ゴールおめでとう



▶5冊ゴールおめでとう



▶15冊ゴールおめでとう



10月19日～11月15日までの間に18組のお友達がゴールしました。みんなおめでとう。

### 年末年始の休館日のお知らせ

下記年末年始の期間、図書館は休館になります。休館期間中の返却はブックポストをご利用ください。ただし、CD・DVDなどの視聴覚資料は破損のおそれがありますので休館期間以外で、直接カウンターへ返却してください。

■休館期間 12月29日(木)～平成29年1月3日(火)

### 冬休み期間、会議室を開放します

■期間 12月24日(土)～平成29年1月8日(日)

■時間 10時から閉館30分前まで

※図書館の行事等で使用できない日もあります。開放状況の確認は、図書館会議室の掲示をご覧ください。カウンターに直接問い合わせください。

### クリスマスおはなし会

今年も特別おはなし会「クリスマスおはなし会」を開催します。クリスマスにちなんだ絵本の読み聞かせや歌、ペープサートなど楽しいおはなしが盛りだくさんです。サンタクロースもやってきます。小さなプレゼントも用意していますので、家族皆さんで参加してください。

■日時 12月24日(土)11時～11時40分(終了予定)

■場所 図書館会議室

■語り手 読み聞かせボランティア「おはなしのはなたば」

### おすすめの新刊

せんごく「戦国24時さいごの刻」とき きのしたまさき 著

大坂夏の陣、豊臣秀頼が亡くなるまでの24時間。伊達政宗が人質となった父輝宗を射殺するまでの24時間など、戦国時代の重大事件に焦点をあて、刻一刻と迫る時間のなかで揺れ動く6人の主人公たちの心情に迫る新感覚の歴史小説。大坂夏の陣で西軍が敗れたのは淀殿の計画だったのか!?父親の射殺は計画的なものだった!政宗の陰謀説など、私たちの認識している歴史に「if=もしも～なら」といろいろな仮説を考えさせられる短編小説です。



### 新着図書案内

#### ●実用

「ひとが優しい博物館」  
ひろせこうじろう 編著

「明日、会社に行くのが楽しみになるお仕事のコツ事典」  
ぶんきやうしゃへんしゅうぶ 編

「旅立ちのデザイン帖」  
ライフデザインセンター 編著

「はじめてのふるしき」  
くぼむらまさたか 監修

「その靴、痛くないですか?」  
にしむらたいき 西村泰紀

「いちばんやさしい着物のお手入れ・お直しの基本」  
やすたか 監修

「『揚げない』揚げもの」  
いしはらひろこ 石原洋子

「驚くほど伸びる動的ストレッチ」  
ひがかずお 比嘉一雄

#### ●小説

「江戸を造った男」 伊東潤

「ストロベリーライフ」 荻原浩

「ヴァラエティ」 奥田英朗

「農ガール、農ライフ」 垣谷美雨

「魂の沃野 上・下巻」 北方謙三

「私のスポットライト」 林真理子

「井伊直虎その生涯」 不破俊輔

「みかづき」 森絵都

#### ●エッセイ

「『父』という異性」 下重暁子

「下北沢について」 吉本ばなな

#### ●児童

「王様に恋した魔女」 柏葉幸子

「どんぐりむらのだいくさん」 なかやみわ

11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。

### 11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 「火花」又吉直樹
- 2位 「子どもの『生まれつき性格』を大切に育てる子育て」竹内成彦
- 3位 「<新 釈>走れメロス」森見登美彦
- 4位 「荒神」宮部みゆき
- 5位 「わたしの容れもの」角田光代
- 6位 「豆の上で眠る」湊かなえ
- 7位 「荒仏師運慶」梓澤要
- 8位 「家中スッキリ!お金をかけない収納アイデア600」
- 9位 「北朝鮮発!『世界核戦争』の危機」菅沼光弘
- 10位 「新怖い絵」中野京子



■開館時間 火～金曜 10時～18時 土・日曜 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。

■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

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」のご紹介 part2

市では、それぞれ担当分野についての情報を、地域に出向いて市民のみなさんに提供することを目的とした「呼んでください!世話やきセミナー」を実施しています。11月4日に矢本西小学校で低学年を対象に開催された【No.22知っていますか?東松島市の観光と特産(担当:商工観光課)】の様子を紹介します。

今回は、矢本西小学校「放課後子ども教室」に参加している1年生~3年生の30人のお友達と、「東松島市の名物ってなんだろう?」をクイズ形式で勉強してきました。三択クイズでは、みんなが東松島市のことを良く知っていて迷うことなく正解へ移動。地図を使ったクイズでも、宮戸に大高森があること、大きな川の河口付近で牡蠣がおいしく育つことなど、みんなしっかりと知っていました。

### 〈参加した子どもたちの声〉

- 大高森に登ったことあるよ
- 滝山公園は、春に家族で桜を見にいったよ
- 絵を描くブルーインパルスはカッコいい
- 今度、縄文村歴史資料館に行ってみたいな
- 寒くなると牡蠣がおいしく食べられるんだよね
- 矢本と鳴瀬の両方で海苔が取れるんだね



「呼んでください!世話やきセミナー」(全32メニュー)は行政の仕組みや生活情報を知るためのひとつの手段として、気軽に利用・問い合わせください。

■時間 9時~21時までの間で、1回2時間以内

■場所 申込者で用意してください

(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、下記に電話か来庁のうえ、申し込んでください。講師と日程など調整し、実施が決定した後、申請書により正式に申し込みが必要です。

■問 生涯学習課社会教育班 ☎内線3201



## N響メンバーによる弦楽四重奏コンサート with 中川翔子

~クラシック・映画音楽・ゲーム ドラゴンクエストまで~

あのN響メンバーの演奏で、クラシックやビートルズ、映画音楽、さらに今年30周年を迎える国民的ゲーム『ドラゴンクエスト』の音楽まで、一度に楽しめる至高のひと時が東松島市で味わえます。さらに、スペシャルゲストでタレントの中川翔子さんも登場します。

■日時 平成29年2月6日(月)18時~

※17時30分開場。

■場所 市コミュニティセンター

※チケット好評発売中。

■入場料 大人:3,000円

中学生以下:2,000円

※全席自由。完売の際はご了承ください。原則、購入後の払い戻しはしません。

■チケット取扱場所 市コミュニティセンター・市内各市民センター・蔵しっく

パーク・(株)おいかわ・(株)文尚堂・ブックセンター湘南矢本店

※遠方など直接の購入が難しい場合は問い合わせください。

■主催・問 市コミュニティセンター(NPO法人東松島市芸術文化振興会)

☎82-6969(平日9時~17時)



## 文化・芸術活動に係るなんでも相談会開催

市では、文化・学術活動を通してコミュニティの形成を図るとともに、継続して芸術・文化活動ができるような支援を行うことを目的とした、文化・芸術活動に係るなんでも相談会を開催しています。

「なにかやりたいけど、どんな愛好会があるの?」「興味があるけど、どこでやれるの?」「文化・芸術活動に興味のある方、「もっと仲間を増やしたいんだ」「こんな環境があつたらいいのにな」など活動中で悩んでいることがある方、ぜひ一度相談会へ参加ください。

■開催日時・場所 ※参加無料。

開催日	時間	相談場所
12月17日(土)	10時~15時	二反走集会所
12月18日(日)		小野市民センター講義室

※どの地区から参加してもかまいません。

※期間内に会場へ来れない方は、下記に連絡ください。

■対象 芸術・文化活動に興味のある方【分野(例):絵画、舞踊、習字、など】

■問 生涯学習課社会教育班 ☎内線3201

## 文化芸術に係るアンケート調査ご協力をお願い

文化芸術を通じたコミュニティの形成と再生を図り、市民の生きがい作りにつながる芸術文化活動のさらなる推進のため、芸術や文化に関する意識や活動状況などを伺い、今後の事業活動支援を充実させるためのアンケート調査を実施します。アンケート調査票が郵送された方は、ご協力お願いします。※この事業は復興庁の被災者支援総合交付金により実施されます。

■調査方法 市内全域無作為抽出1,000件と、仮設住宅・災害公営住宅全件

■回収期間 12月19日(月)まで

■問 生涯学習課社会教育班 ☎内線3201

## 「初めての詩吟教室」参加者募集

漢詩や短歌・俳句を詠い、健康づくり・仲間づくりをします。

■期日 火曜日・月3回 ※初回は平成29年1月10日(火)。

■時間 13時30分~15時30分の間

■場所 市コミュニティセンター

※受講料無料。ただし、会場使用料および資料代として月500円程度がかかります。

■対象 特に制限はありません。初心者・高齢者歓迎。

■講師 清水潔(宮城岳風会 矢本在住)

■問・申し込み 担当:清水 ☎83-5825 ※申し込みは随時受付。

## 宮城いきいき学園 平成29年4月入学生募集

宮城いきいき学園では、生きがいと健康づくりを目指し、地域社会に貢献できる人材として必要な内容を身につけるための入学生を募集します。年間22日の2学年制です。

■対象 県内に居住する、おおむね60歳以上の方

■場所 ①仙南校②大崎校③石巻校④気仙沼・本吉校⑤登米・栗原校

■募集人員 各校40人

■募集期間 平成29年2月28日(火)まで ※当日必着。

■申し込み 上記締切日まで、所定の申込書(市生涯学習課・社会福祉協議会に設置または下記ホームページに掲載)に記入のうえ、下記に申し込みください

■問・申し込み 宮城県社会福祉協議会いきがい健康課

☎022-225-8477 URL: <http://www.miyagi-sfk.net/>

# 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

### 自衛官募集

自衛隊宮城地方協力本部  
石巻地域事務所  
☎0225-8316789  
住所:東松島市赤井字蔵塚1-16

### ○陸・海・空自衛官候補生

■対象・資格 18歳以上27歳未満の方  
※受付は年間を通じて行っています。詳しい内容などは、右記に問い合わせください。

○陸上自衛隊高等工科学校生徒(一般)

■資格 中卒(見込含む)の17歳未満の男子

■受付期間 平成29年1月6日(金)まで

■試験日 平成29年1月21日(土)

○貸費学生

■資格 大学の理学部、工学部の第3・4年次または大学院(専門職大学院を除く)修士課程在学の正規の修業年限を終わる年の4月1日現在で25歳未満の方 ※大学院修士課程在学者は27歳未満の方。

■受付期間 平成29年1月10日(火)まで

■試験日 平成29年1月28日(土)

### 臨時事務補助員募集

問 教育総務課教育総務班  
☎内線1255

■対象・資格 市税など滞納がなく、パソコン操作(ワード・エクセル)の経験がある方

■業務内容・定員 学校復興事業事務補助及びデータ入力作業など 1人

■勤務時間 1日7時間、週4日勤務

■賃金(時給) 時給750円  
※社会保険なし、雇用保険あり。

■雇用期間 平成29年1月16日(月)～3月31日(金)

■申し込み 12月28日(水)まで、履歴書(本人自筆・写真貼付)を提出

※後日面接あり。

## お知らせ

### 自立支援医療費受給者証更新手続きのお知らせ

問 福祉課障害福祉班  
☎内線1176

自立支援医療費を受給されている方で、今後も継続して受給する場合には更新申請が必要です。更新申請の手続きは、受給者証に記載されている有効期間終了の3カ月前から受付可能です。詳しくは、右記担当までお問い合わせください。

※更新申請の手続きの際、必ず受給者本人の個人番号カードを持参ください。

### 精神保健福祉手帳更新手続きのお知らせ

問 福祉課障害福祉班  
☎内線1176

精神保健福祉手帳をお持ちの方で、今後も継続して受給する場合には更新申請が必要です。更新申請の手続きにかかる詳

しい内容は、上記担当までお問い合わせください。

※更新申請の手続きの際、必ず手帳所持者本人の個人番号カードを持参ください。

### 心身障害者医療費受給者証を利用される皆さんへのお知らせ

問 福祉課障害福祉班  
(市役所本庁舎1階)  
☎内線1177

■心身障害者医療費受給者証の有効期限  
平成28年10月1日～平成29年9月30日

●医療機関等を受診する際は、窓口で必ず受給者証を提示してください

なお、医療機関の窓口へ提出する「心身障害者医療費助成申請書(黄色の申請用紙)」は、右記担当および鳴瀬総合支所(市役所鳴瀬庁舎1階)の窓口で配付しています。配付の際は、必ず受給者証を提示してください。

●東松島市の国民健康保険の加入者で医療費が免除となっている方は、市民課から免除証明書が郵送されていますので、受診の際は免除証明書を医療機関に提示してください。

●東松島市の国民健康保険および後期高齢者医療保険の方、社会保険の方へ

お持ちの保険証(保険者)が変更になった場合、その都度右記担当への変更申請が必要です。

### 「ぼっぼ教室」開催のお知らせ

問 障害児デイケアセンター  
こどもの広場  
☎84-13401  
☎0225-84-13433  
✉kodomonohoba@ark.ocn.ne.jp

障害児デイケアセンター「こども」の広場では、体を上手に動かさない子・言葉の遅れや発語が気になる子・話しかけてもうまく会話ができない子などの未就学児を対象に、リズム体操やボール遊びなどで楽しく体を動かす「ぼっぼ教室」を実施します。また、お子さんの療育の相談なども受け付けます。希望の方は、ぜひ参加ください。

■日時 平成29年1月11日(水) 10時15分～11時15分

## 相談

### 暴力団問題等無料出張相談所

問 公益財団法人宮城県暴力団追放推進センター  
☎022121515050  
宮城県警察本部暴力団対策課  
☎022122218930

民事介入暴力担当弁護士や警察官などが、暴力団問題等に関する困りごと相談に応じます。

■場所 障害児デイケアセンター「こども」の広場(矢本西保育園隣接)

■申し込み 電話またはメールで、平成29年1月10日(火)までに申し込みください

相談は無料で秘密は厳守します。どなたでも安心して相談してください。

■日時 平成29年1月13日(金) 13時～16時

■場所 石巻市役所2階201会議室(住所:石巻市穀町14-1)

■相談員 弁護士、警察官、相談委員

■相談内容 不当な金品要求、飲食店などに対する用心棒料等要求、債権取立などの困りごとや、暴力団組織からの組み分けなど、暴力団問題に関する困りごと相談に応じます

### 「みみサポサロン」のご案内(手話通訳・要約筆記通訳付き)

聴覚障がいをお持ちの方、ご家族、支援者の方々など、どなたでもご参加いただける「みみサポサロン」を開催します。サロンでは、手話通訳のほか、要約筆記(文字による通訳)がありますので、聞こえにくい方も安心して参加ください。参加無料・事前申込は不要ですので、気軽にお越しください。

■日時 平成29年1月26日(木)9時30分～12時  
■場所 市役所2階202会議室  
■内容・時間…同日同時間帯で開催の「東松島市視覚障害者情報交流会」との合同開催(同内容)です。  
○9時30分～ 講話「教えて!保健師さん～認知症とその予防～」  
○11時～「交流サロン」同じ障がいを持つ仲間と交流し、気軽におしゃべりをしませんか。個別の相談にも応じます。  
■問 宮城県聴覚障害者情報センター(みみサポみやぎ)  
☎022-393-5501 FAX:022-393-5502  
E-mail:info@mimisuppo-miyagi.org  
URL:www.mimisuppo-miyagi.org/



### 東松島市視覚障害者情報交流会のご案内

目の見えない・見えにくい方とその家族・支援者の交流会です。参加無料・事前申込は不要ですので、気軽にお越しください。

■日時 平成29年1月26日(木)9時30分～12時  
■場所 市役所2階202会議室  
■内容・時間 同日同時間帯で開催の「みみサポサロン」との合同開催(同内容)です。  
○9時30分～ 講話「教えて!保健師さん～認知症とその予防～」  
○11時～ 懇談会、視覚障害向け福祉用具等の紹介および体験  
■問 宮城県視覚障害者情報センター  
☎022-234-4047 FAX:022-219-1642  
E-mail:miyagi-sikaku@nifty.com  
URL:www.miyagi-sikaku.org/



# 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)

## インフルエンザの感染を予防しましょう

感染予防には、まず、インフルエンザに罹らないようにすることが大切です。

### ○自分でできる予防

帰宅したら、積極的にうがい、手洗いなどを行いましょ。身近な予防が大切です。外出時には、マスクを着用し、人ごみはなるべく避けましょ。睡眠など休養を十分にとり、栄養に気を配りましょ。

### ○咳エチケットを心がけましょ

咳やくしゃみが出るときには、他人にうつさないためのエチケットが大切です。咳やくしゃみが出る場合は、マスクをつけましょ。マスクがない場合、咳、くしゃみが出るときはティッシュなどで口と鼻を押さえ、他人から顔を背けましょ。咳やくしゃみを押さえた手、鼻をかんだ手はすぐに石けんで洗いましょ。

皆さんで、インフルエンザの感染と拡大の防止に努めましょ。

### ○インフルエンザワクチンの予防接種について

市では、65歳以上の方、もしくは60~64歳の方で心臓や腎臓、呼吸器の機能に一定以上の障がいをお持ちの方に対し予防接種費用の助成を行っています。

65歳以上の方には予診票を郵送していますが、お持ちでない方は連絡ください。助成期間は平成29年1月31日までです。

■問 健康推進課健康推進班 ☎3102・3108・3110

## 平成29年度各種検診等申込書の送付

平成29年度の各種検診等申込書を、平成29年1月に各世帯に郵送します。

この申込書で、各種がん検診、健康診査(循環器検診)の申込受付をします。

申込書は受診希望の有無にかかわらず、平成29年2月10日(金)までに返信用封筒で返信してください。期日までに申込書が提出されない場合、平成29年4月中旬実施予定の胃がん検診などに必要な受診票が届かなくなり、また、受診できないこともありますので、期日までに必ず申込み手続きをしてください。

■対象 平成30年4月1日時点で19歳以上の方

※平成28年12月5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ので、下記に連絡ください。

### ■申込書様式イメージ(例)

平成29年度 東松島市 各種検診等申込書

住所 平981-0503 矢本字上河戸36番地1  
世帯主氏名 ●●●●●●

●市で実施する検診等を受診する場合、検診種類によっては一部個人負担の軽減措置を受けられることがあります。その際、必要な情報として世帯員の市県民税課税状況を確認することに対し、この申込書の提出をもって承諾したこととなります。  
ただし、承諾しない場合は次の口欄に○を、日付及び世帯主の方の氏名を記入してください。  
 承諾しない。平成 年 月 日 世帯主氏名

●年齢は平成30年4月1日を基準としています。  
●『×』印は、対象外項目です。(理由:保険証の種類、性別、年齢によるもの。)

●希望する検診に○をしてください。希望しない場合は記入不要です。

識別コード	健康対象者氏名(生年月日)	性別	年齢	検診														
				健康診査	胃がん	子宮がん	乳がん	骨密度	がん	肺がん	結核	がん	がん	がん				
●●●●●●	ふりがな	男	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
●●●●●●	ふりがな	女			×	○		○										
●●●●●●	ふりがな	女		×	×													

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3102・3108

## 新生児・産婦訪問

■問 健康推進課健康支援班  
☎内線3114・3118

■対象 全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す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

## 母子健康手帳・母子健康手帳別冊の交付

■問 健康推進課健康支援班  
☎内線3117・3118

■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

## 献血にご協力ください

■問 健康推進課健康推進班  
☎内線3108

■日時 12月25日(日) 10時~16時30分

■場所 イオンタウン矢本  
※17歳の男性および18歳以上の方を対象とした400CC献血のみの受付で実施します。

## 11月の健康相談(大人の方)

■問 健康推進課健康支援班  
☎内線3105

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困りの方向けの相談会です。

■日時 平成29年1月10日(火) 14時~(予約制、1人50分)

■場所 矢本保健相談センター  
■担当 こだまホス・ヒタル(とらいつたけし) 虎岩武志医師

■申し込み 相談日の前日まで電話で申し込みください

## 子どもの11月のケア相談

■問 健康推進課健康支援班  
☎内線3118

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向けの相談です。

■日時 平成29年1月12日(木)

13時、14時、15時、16時(予約制、1人50分)

■場所 矢本保健相談センター  
■担当 みやぎ心のケアセンター 児童精神科医

■申し込み 相談日の前日まで電話で申し込みください

## 子どもの心理相談会

■問 健康推進課健康支援班  
☎内線3117

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 12月26日(月)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 前日まで電話で申し込みください

## 日本脳炎予防接種の予診票の発送

■問 健康推進課健康推進班  
☎内線3102・3108

右記の予診票について、対象となる平成24年度生まれの方に5月上旬に発送していますが、予診票が届いていないなどの問い合わせが多く寄せられています。

このため、10月までに未接種の方に対し、12月初旬に予診票を再度郵送しました。自宅に届いていない方は右記に連絡ください。

■対象 平成24年4月2日~平成25年4月1日生まれのお子さん

## 乳幼児健康診査・健康相談のお知らせ(12月)

乳幼児健康診査と10か月児健康相談の対象者には、あらためて通知しますが、通知が届かない方・新たに転入された方や、都合のつかない方は、下記まで連絡ください。妊産婦・子ども健康相談は申し込みの必要はありませんので、気軽にお越しください。 場所:矢本保健相談センター

	乳幼児健康診査<受付時間:12時20分~12時50分>								10か月児健康相談<受付時間:13時~13時20分>		妊産婦・子どもの健康相談<受付時間:9時~11時>
	4か月児		1歳6か月児		2歳6か月児		3歳児		期日	生まれ年月	期日
	期日	生まれ年月	期日	生まれ年月	期日	生まれ年月	期日	生まれ年月			
12月	21日(水)	平成28年8月	16日(金)	平成27年5月	15日(木)	平成26年5月	終了しました	20日(火)	平成28年2月	終了しました	

■問 健康推進課健康支援班 ☎内線3117・3118

# 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  
 ■問 ☎84-3855 プール・トレーニングジムの利用は閉館30分前までに成ります。

今年2016年も残り半月となりました。皆さんは、どんな年でしたか。年末年始は、忘年会や新年会など飲食の多くなる季節です。意識的に身体を動かしたりしながら、寒い冬こそ、新陳代謝を良くしましょう。



**LES MILLS BODYBALANCE**  
 ～ボディバランス～  
 伝統的なヨガ・太極拳・ピラティスなどに最新の運動生理学に基づくストレッチング、トレーニングを組み合わせ、音楽に合わせて行うエクササイズです。

内容	曜日	時間	定員
ボディバランス30	水曜日	12時15分～12時45分	各20人
ボディバランス45		19時30分～20時15分	

※施設利用料は、別途必要となります。また、参加料金は、30＝310円、45及び60＝620円。運動定期券もご利用出来ます。



**LES MILLS BODYCOMBAT**  
 ～ボディコンバット～  
 様々な格闘技の動作を取り入れ、バランス感覚や瞬発力など、運動能力の向上に効果絶大です。ダイナミックなアクションが交感神経を刺激して、ストレス発散にも効果的。

内容	曜日	時間	定員
ボディコンバット30	土曜日	13時15分～13時45分	各20人
ボディコンバット45	金曜日	19時30分～20時15分	
ボディコンバット60	火曜日	20時00分～21時00分	

**ジュニア水泳教室 会員募集中**

月会費(4週制/月)  
 週1回コース ..... 4,120円  
 週2回コース ..... 6,180円  
 選手コース ..... 8,240円  
 教材費 ..... 2,050円(入会時のみ)

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/7-16級)
月・水・金曜日	17時30分～18時30分 学童(小学生/1-6級)
18時～20時 学童(小学生)～3級以上 選手コース	水と仲良くなって、泳げるようになろうね。

## 冬・子供限定回数券販売中です

今年の冬も、ゆぶとのあったかプールでもいっしょに遊んで、運動不足を解消しよう。

●子供限定～特別利用回数券  
 5枚＝1,000円(1枚あたり200円)  
 ■発売期間 2月28日(火)まで  
 ■有効期限 3月31日(金)まで

## 年間会員大募集中!

会員になるととってもお得!!

◆大人 800円→600円  
 ◆いきいき 600円→400円  
 ◆子供 400円→300円  
 ◆障がい介助 600円→400円  
 ◆障がい児 300円→200円

年会費/5,250円で大人の方は、プール・ジム・天然温泉が600円で利用出来ます。会員になって、メタバをやっつけよう!!

## 12月24日(土)・25日(日)は ゆぶとへ集合

当日利用のすべての方へ、クリスマスプレゼントに「次回使える入館優待券」をさしあげます。たくさんの方の皆さんのお越しをお待ちしています。

※優待券＝100円(入湯税のみ)で利用できます。(子ども無料)

## ～年末・年始営業のお知らせ～

○12月29日(木)休館日  
 ○12月30日(金)通常営業(10時～22時)  
 ○12月31日(土)大晦日で休館  
 ○1月1日(日)元旦で休館  
 ○1月2日(月)通常営業(10時～21時)  
 ※振替休日の為、21時閉館  
 ○1月3日(火)通常営業(10時～22時)

1月2日(月)・3日(火)ご利用のすべての方へ、お年玉として次回使える優待券をプレゼント。  
 多くの皆さんの利用をスタッフ一同お待ちしております。

●東松島市健康増進センター「ゆぶと」の整備と運営には、防衛施設とその周辺地域との調和を図ることを目的とした防衛省の補助事業が活用されています。

# 市民のカレンダー

2016年12月 15日～31日	
15	木 ■市報12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 ■人権相談(市コミュニティセンター)10:00 ■親子学習教室(矢本一中)
17	土 ■ボヌール・マルシェ(蔵しっくパーク)10:00 ■おはなし会(図書館)11:00 ■メリークリスマスin東松島(矢本東市民センター)11:00 ■蔵バー第4弾 X'masバル(蔵しっくパーク)15:00
18	日
19	月 ■図書館休館日 ■健康相談(老人福祉センター)9:00 ■ちびっこクラブ(矢本中央幼)
20	火 ●市税及び税外収入金収納・相談延長窓口～20:00 ■市民課延長窓口～19:00 ■第2学期終業式(矢本一中)
21	水 ■第2学期終業式(宮野森小) ■ちっちゃい子おはなし会(図書館)11:00
22	木 ■図書館休館日(図書整理日) ■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00 ■第2学期終業式(矢本東小・矢本西小・大曲小・大塩小・赤井小・赤井南小・鳴瀬桜華小・矢本二中・鳴瀬未来中・市内各幼稚園)
23	金 ●天皇誕生日 ■図書館休館日(天皇誕生日)
24	土 ■クリスマスおはなし会(図書館)11:00
25	日 ■マイナンバー休日交付日(要予約)(市役所本庁舎)9:00～16:00 ■献血(イオンタウン矢本)10:00
26	月 ■図書館休館日
27	火 ●市税及び税外収入金収納・相談延長窓口～20:00 ■朗読講座⑤(市コミュニティセンター)10:00
28	水 ■市役所仕事納め ■奥松島縄文村休館(～平成29年1月4日(水))
29	木 ■市役所・図書館ほか公共施設年末年始閉庁(～平成29年1月3日(火))
30	金
31	土

2017年1月 1日～15日	
1	日 ●元旦 ■市報1月1日号発行 ■野蒜海岸初日の出イベント(野蒜海岸)7:00
2	月 ●振替休日 ■大曲浜獅子舞披露(市内各所)
3	火
4	水 ●市県民税(普通徴収)・固定資産税第4期、国民健康保険税・後期高齢者保険料・介護保険料第6期納期限日 ■市役所仕事始め ■ちっちゃい子おはなし会(図書館)11:00
5	木 ■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00
6	金 ■人権相談(市コミュニティセンター)10:00
7	土 ■おはなし会(図書館)11:00
8	日 ●市税及び税外収入金収納・相談休日窓口 8:30～17:15 ■平成29年消防出初式(鷹来の森運動公園)8:45 ■マイナンバー休日交付日(要予約)(市役所本庁舎)9:00～16:00 ■平成29年交通・防犯関係団体出動式(市役所本庁舎)11:00 ■平成29年成人式(市コミュニティセンター)13:00
9	月 ●成人の日 ■図書館休館日(成人の日)
10	火 ●市税及び税外収入金収納・相談延長窓口～20:00 ■図書館休館日(成人の日振替) ■機能回復訓練(老人福祉センター)9:30 ■第3学期始業式(市内小・中学校、矢本中央幼)
11	水
12	木 ■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00
13	金 ■行政相談(市コミュニティセンター)13:00
14	土 ■おはなし会(図書館)11:00 ■東松島市PTA連合会研修会(市コミュニティセンター)
15	日 ■市報1月15日号発行

体育館一般開放のお知らせ ※一般開放の時間は、変更になる場合があります。  
 ■場所・時間 赤井小…市民体育館9～12時、大曲小…市民体育館18～21時、大塩小…赤井地区体育館9～17時  
 ■問 NPO法人東松島市体育協会事務局(市民体育館2階) ☎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28年度市報ひがしまつしま制作費 15日号:1部あたり30.3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28年12月1日現在の住民基本台帳、外国人住民含む)  
 男 19,795人(+5) 女 20,505人(-15)  
 計 40,300人(-10) 世帯数 15,550戸(+13)  
 ( )内は前月比