

2017
1
.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.211

お知らせ版

- まちの情報広場 ----- P2~P4
- 蔵っぱだより ----- 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

初日に願う多幸

きらめき昇る復興への光



野蒜海岸 初日の出

県内屈指の初日の出スポットとして知られる野蒜海岸。今年も奥松島ビーチハウス組合が砂浜に手作りの鳥居を設け、初日の出を拝みに訪れた多くの人たちを出迎えました。水平線からゆっくりと昇った朝日が水面にきらめき、逆光の中に多くの人影が浮かびました。訪れた方々は日の出に向かい手を合わせ、今年一年の健康や多幸を願っていました。

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、各世帯に郵送しました。

この申込書で、各種がん検診、健康診査(循環器検診)の申込を受付ます。

申込書は受診希望の有無にかかわらず、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、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、必ず期日までに申込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は、検診申込書を郵送していませんので、下記まで連絡ください。

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3102・3108

※あわせて、ひきこもり実態調査アンケートを実施しますのでご協力をよろしくお願いいたします。

■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 〒981-0503 矢本字上河戸36番地1
世帯主氏名 ●●●●●●

世帯コード
行政区コード
行政区名

平成 年 月 日 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みなします。
ただし、承諾しない場合は次の□欄に/をし、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	健診対象者氏名 (生年月日)	性別	年齢	集団検診										個別検診(医療機関で受診していただきます。)			
				健康診査	肝臓ウイルス	前立腺がん	大腸がん	結核肺がん	胃がん	肺癌	乳がん	子宮がん	脳卒中	糖尿病	認知症	予防接種	
●●●●●	あ/ひ/な	男		○	×	○		○				×	×	×		×	×
●●●●●	あ/ひ/な	女				×	○		○	○			○	×	×	×	
●●●●●	あ/ひ/な	女			×	×						×	×	×			

問合せ先 東松島市 健康推進課(矢本保健相談センター内) TEL:82-1111 内線3102,3108

ひと・しごと・にぎわい 創生事業



ひがしまつしま食べメッセ



～海と大地が育んだ東松島の食材を知ろう!食べよう!!～

東松島市では市民の皆さんとともに、食を通じた健康づくりや地産地消の推進をするため、2月11日(土)に「ひがしまつしま食べメッセ」を開催します。「家庭の和食力」の大切さを描いたドキュメンタリー映画の上映、スポーツ栄養の視点を取り入れた健康なからだをつくる食事についての講演、さまざまな体験や試食コーナーなど、親子で楽しめる多彩な催しを行います。ぜひ、ご家族でお越しください。

日時

2月11日(土・祝)

場所

市コミュニティセンター

タイムスケジュール

オープニングセレモニー

■表彰式

食育ポスターコンクール
東松島市環境絵日記

10時

～10時50分

10時

～11時30分

映画上映 1回目

「いただきます」

～みそをつくるこどもたち～

「その後のはなちゃんのみそ汁 GIFT」も、合わせて上映します。

3歳以下の乳幼児とともに気軽にご覧になれる親子にやさしい上映会です。上映中の乳幼児の泣き声、授乳などをご了承ください。



記念講演

「勝つためのからだづくり」

～東松島市の食材で目指せ!!アスリート～



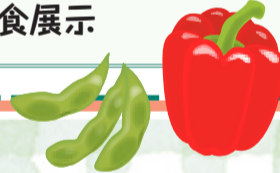
講師

管理栄養士
公認スポーツ栄養士
作田 雅子 氏

10時30分

【体験コーナー】

- 健康と栄養の個別相談
- みそ汁の飲み比べ
- 地場産品販売
- 介護食展示



地元食材を使った

【試食コーナー】

限定
各300食!

- ブルーベリージャムのパンケーキ
- かきむすび ○海香る味噌汁
- 《学校給食メニュー》
- 鶏肉の中華から揚げねぎソースがけ
- イトくんの野菜たっぷりサラダ

映画上映 2回目

「いただきます」

～みそをつくるこどもたち～

「その後のはなちゃんのみそ汁 GIFT」も、合わせて上映します。

※同日の15時と18時からJAIいのまき主催で映画「はなちゃんのみそ汁」(主演:広末涼子、滝藤賢一)を上映予定です。

場所:市コミュニティセンター

詳しくは、JAIいのまき東松島総合センターまで。 ☎82-2151

11時30分

親子手づくりみそワークショップ

限定20組(3歳児～小学生を含む親子)

講師 東松島市地域生産物加工研究会

事前申し込み制:締切1月25日17時まで

親子氏名、年齢、住所、連絡先(日中)をメール送信ください。

miso-tabemesse @ tsp-taiyo.co.jp

申込多数の場合抽選とします。

応募後、3日以内に受付完了の返信がない場合は

事務局まで問い合わせください。

TSP太陽東北営業所内 ☎022-721-7091

13時

～14時30分

14時30分

終了

東松島市公認!!

「イト&イ～ナの食べるんジャー」
ストラップを来場者にプレゼント!

【主催】・東松島市 ・東松島市教育委員会

【協力】・株式会社グリーンハウス ・いのまき農業協同組合 ・株式会社奥松島公社 ・株式会社クリニコ ・東松島市栄養士会
・東松島市地域生産物加工研究会 ・東松島市食生活改善推進委員会 ・JAIいのまき女性部(矢本・鳴瀬地区) ・株式会社フードケア(順不同)

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線 3109

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〉

税務課から確定申告のお知らせ

○平成28年分確定申告の事前準備をお願いします

◆下記に該当する方は、事前に作成、計算してから申告会場へお越しください。

- 営業等、農業、不動産所得のある方(収支内訳書の作成)
- 医療費控除を受ける方(支払った医療費の計算)

※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1月1日号でお知らせしています。なお、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など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、家屋及び敷地等の請負(売買)契約書の写し、家屋及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. 税務署での所得税及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、2月16日(木)～3月15日(水)、9時～17時に税務署隣の特設会場にて受け付けています。
※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など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。
※「e-Tax(電子申告)」の利用にあたっては、事前に手続きが必要です。
詳しい内容は、国税庁ホームページ「<https://www.nta.go.jp>」をご覧ください。

○給与支払報告書の提出を忘れずに～会社・事業主の皆さんへ～

平成29年1月1日現在、本市に住所がある従業員(パート、アルバイト含む)に対し、平成28年中に給与を支払った会社や個人事業主は、1月31日(火)までに給与支払報告書を下記に提出(郵送可)してください。

※平成28年中の中途退職者の方の分も同様に提出してください。その際、給与支払報告書に退職月日と退職欄の記載をお願いします。

※給与支払報告書に記載されている住所・氏名・生年月日・支払金額・控除内訳などは、納税通知書や各種証明書に記載されますので、提出時には誤りがないか必ず確認してください。

※本市に住所が無い方の給与支払報告書が提出された場合、適正な課税がされない場合がありますので、提出先誤りにご注意ください。

■問・提出先 税務課住民税班 ☎内線1138・1139・1147
〒981-0503 東松島市矢本字上河戸36番地1

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の締切期限は2月20日まで

高効率給湯器を平成28年2月20日以降に設置していても、まだ補助金交付申請をしていない方は忘れずに手続きをしてください。

なお、補助基準など詳しい内容は、下記まで問い合わせください。

■受付期限 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していること

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

■問・申し込み 環境課環境班 ☎内線1152

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30日	12月31日	1月1日	1月2日	1月3日	1月4日
測定値(単位:μSv/h)	0.031	0.030	0.030	0.030	0.031	0.031

※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

障害者控除対象者認定書を交付します

確定申告時に障害者控除を受けられるよう、介護保険法の要介護認定者で、障害者に準ずると認められる方に「障害者控除対象者認定書」を交付します。

■交付対象者

- 介護保険法に規定する要介護認定で要介護1から要介護5の65歳以上の方
- 上記介護認定者で死亡された方を扶養していた方

■認定基準日

確定申告の対象となる年の12月31日(年の途中で亡くなられた場合は、亡くなられた日)

■申請の必要がない方

- 身体障害者手帳1・2級、精神障害者保険福祉手帳1級、療育手帳Aをお持ちの方
- 本人および扶養者が非課税の方などで、確定申告をする必要がない方

■申請期間 3月17日(金)まで

■持ち物 介護保険被保険者証(被保険者が死亡の場合は不要)、印鑑(認印可、ゴム印・スタンプ印不可)

■問・申し込み 福祉課高齢介護班 ☎内線1187・1188

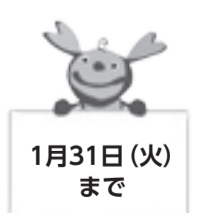
ひがしまつしま割増商品券使用期限は1月31日(火)まで

ひがしまつしま割増商品券の使用期限は1月31日(火)までです。使用期限を過ぎたら使用できなくなりますので、忘れずに使用してください。

なお、使用の際は、おつりはできませんのでご注意ください。

■問 東松島市商工会 ☎82-2088

東松島市商工観光課商工政策班 ☎内線2161



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)

『希望の虹』の点灯期間を延長します

野蒜駅前で開催しているイルミネーションところをつなぐ 1万人のメッセージ『希望の虹』の点灯期間を好評につき、延長します。

まだご覧になっていない方は、ぜひこの機会に足をお運びください。

■日時 3月31日(金)まで ※日没から4時間程度。

■場所 JR野蒜駅前

■問 復興政策課リーディングプロジェクト推進班

☎内線1242



東松島型地域住宅 つながるYeah(家)からのお知らせ 第2回美味しいコーヒーWS(ワークショップ)開催

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。平成28年12月に開催したコーヒー講座の第2回を開催します。寒い季節にピッタリな美味しいコーヒーのドリップを体験しながら、コーヒーに関する基礎講座も同時に学べます。

※内容は前回と同じです。

■日時 1月22日(日)10時~11時

■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)

■定員 8人

■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)

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。

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



第30回オール赤井風あげ大会開催

■日時 2月5日(日)13時~

■場所 赤井市民センター北側水田 ※受付八幡神社向かい。

■内容 小・中学校の部、一般・団体の部で実施 ■参加料 無料

■主催 オール赤井風あげ大会実行委員会

親子風づくり教室開催のお知らせ

仙台に伝わる子供風「するめてんばた」を親子で作ってみませんか。そしてオール赤井風あげ大会に参加してみましょう。

■日時 1月28日(土)9時40分~

■場所 赤井市民センター多目的ホール ■講師 仙台風の会

■対象 未就学児、小学生、中学生の親子

※小学5年生以上なら、子どもだけでも参加できます。

■参加料 風1個600円

■持ち物 新聞紙・ハサミ・筆記用具・油性マジック・のり・うわぐつ

■申し込み 1月18日(水)まで、下記に申し込みください

■問 オール赤井風あげ大会実行委員会(事務局:赤井市民センター内)

☎82-2075

小野保育所「ありがとうの会」開催

昭和53年4月1日に開所した小野保育所が、今年の3月31日をもって閉所します。東日本大震災により一度は全壊しましたが、ドイツのボッシュ(株)の支援を受け保育を再開。たくさんの方々を支えられ、子どもたちの保育を続けられることができました。

そこで、閉所式の前に“ありがとう”の感謝の意を込めた会を行います。地域の方々や修了した児童など、皆さんと一緒に思い出を語り合しましょう。

■日時 1月28日(土)9時30分~11時

■場所 小野保育所ホール ※駐車場は所庭および職員駐車場(保育所建物後ろの砂利敷き・裏門のアスファルト)。

■内容 在所児による歌・ハンドベル・思い出映像など

※地元出身のバイオリニスト、鹿嶋静さんらがいらっしゃいます。

■問 小野保育所 ☎87-3110

東松島市婚活事業「2017東松島バレンタイン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。現在参加者募集中です。

■日時 2月11日(土・祝)13時30分~18時30分

■場所 市役所南庁舎(セミナー&一言挨拶) プレセティア内康(イベント)

■募集人数 男女ともに50人

■参加対象

男性:25歳から44歳までの、独身で市内在住または東松島市内で働いている方
女性:20歳から39歳までの独身の方。住まいは不問

■参加費 4,000円 ※鉄道交通費の補助があります。

■募集締切 1月30日(月)

■申込方法 電話、FAX、eメール、eチケットで申込みできます。

※イベントの詳細内容は、eコミ!ねっとの婚活ページに掲載しています。

■主催 東松島市、東松島婚活プロジェクト

東松島 婚活

検索

■問・申し込み 一般社団法人東松島みらいとし機構 ☎98-7311



HOPE わたしたち、 東松島みらいとし機構(HOPE)です。

第43回

HOPEは定住促進事業の一環として婚活事業を実施しています。27年度は男女のべ167人が参加し、42組(50%)のカップルが誕生しました。

28年度は以下のとおり開催し、2月には「2017東松島バレンタインParty」を開催します。

■実施イベント

①7月「2016東松島SummerParty」(開催済み)

男性13人、女性18人で開催しました。夏に向けて異性の友達を増やす事に力を入れ、平均で1人あたり約3人の方と連絡先を交換する事ができました。

②9月「2016東松島バーベキューParty」(開催済み)

男性16人、女性16人で開催しました。屋外に飛び出してバーベキューを楽しみながら盛り上がったイベントにすることができました。またイベント終了後、希望者全員を奥松島の遊覧船に招待し、東松島市の良さを知ってもらう事もできました。

③12月「2016東松島クリスマスParty」(開催済み)

男性8人、女性11人で開催しました。市内のカラオケ屋を貸し切り、市内のケーキ屋さんのスイーツを楽しみながら盛り上がったイベントにすることができました。また今回はカップリングタイムも復活し、4組(50%)のカップルが誕生しました。

④2月「2017東松島バレンタインParty」(※現在募集中)

男性50人、女性50人を集めて市内の結婚式場で開催します。結婚式場の華やかな空間と豪華な料理を堪能しながら恋人との巡り合わせを支援します。

一般社団法人東松島みらいとし機構(HOPE)は、東松島市が良くなるために、さまざまな事に取り組んでいきます。今後とも、ご理解とご協力をお願いします。

■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>



岩井きよ子チャリティ民謡の集い ~ふるさとを離れて55年~

ふるさとを離れて55年、民謡歴67年の民謡歌手、岩井きよ子さんが、ゲストの方々(衣川喜仁、佐藤寛一、安藤とし子、白井幸子さんほか総勢17人)とともに、これまでの支援に対する感謝と、復興支援の思いを込めた民謡の集いを開催します。

■日時 2月26日(日)13時~ ※開場:12時30分。

■場所 市コミュニティセンター

■入場券 2,000円 ※前売券のみ。

■チケット販売場所 市コミュニティセンター、各市民センターまたは実行委員よりお買い求めください

■問・主催 岩井きよ子チャリティ民謡の集い実行委員会(事務局:多田)

☎87-2234





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。1月15日(日)9時～受付開始

内容	日時	材料費	定員	持ち物
プリザーブドフラワー 【デンファーレとバラと あじさいのバックアレンジ】 講師:井手えみ子	1月18日(水) 13時～15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
椅子ヨガ 講師:黒須奈緒美	1月18日(水)・ 2月1日(水)・ 15日(水) 10時30分 ～11時45分	各600円	各5人	運動できる服装・飲み物
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・ポンド
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
簡単!トースターで焼ける おうちパン教室 【ミルクスティックパン他】 講師:佐々木仁美	1月25日(水) 10時30分～12時	1,500円 復習用生地 ドリンク付	8人	エプロン・手拭きタオル2枚・筆記用具・生地持ち帰り用保冷パック(小)
アート組むも【チョーカー】 講師:中村多恵子	1月26日(木) 10時～12時	1,000円	10人	なし
アーティフィシャルフラワー 【ミニバラのリース】 講師:柴田茂登女	1月27日(金) 13時～15時	1,000円	9人	なし
【指ヨガ】 あきらめていた痛みをとるヨガ 講師:大野清子	2月3日(金) 10時～11時30分	1,000円	10人	爪を切ってきてください。ある方はカメラや携帯電話(写真を撮る為)
簡単!トースターで焼ける おうちパン教室 【フォカッチャ他】 講師:佐々木仁美	2月7日(火) 13時～14時30分	2,100円 復習用生地 ドリンク付	8人	エプロン・手拭きタオル2枚・筆記用具・生地持ち帰り用保冷パック(小)・タッパー(容量1ℓ位)
粘土で作る【バラのペアグラス】 講師:櫻井信子	2月11日(土) 10時～13時	1,000円	10人	はさみ・おしぼり
初級つるし飾り 講師:大野江利子	2月14日(火) 10時～12時	1,600円	なし	裁縫道具・ポンド・はさみ・両面テープ(5ミル幅)・手芸綿
布で作る【ミニおひな様】 講師:及川美代子	2月16日(木) 9時30分～13時	800円	15人	裁縫道具・ポンド・手芸綿
プリザーブドフラワー 【ガーベラ2輪入りフォトフレーム】 講師:井手えみ子	2月17日(金) 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【ネックレス】 講師:井手えみ子	2月17日(金) 13時～15時	1,500円	10人	はさみ・ピンセット
アーティフィシャルフラワー 【春の小花とローズアレンジ】 講師:大場裕美子	2月28日(火) 10時～12時	2,400円 コーヒー付き	5人	はさみ・木工用ポンド・ニッパー(あれば)
アーティフィシャルフラワー 【春彼岸に向けて仏花アレンジ】 講師:大場裕美子	2月28日(火) 14時～16時	一対5,200円 コーヒー付き	5人	はさみ・木工用ポンド・ニッパー(あれば)

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

●2月・3月開催のパソコン講習会 ※個人のパソコン持込可能です。

開催日時	内容	受講料	定員
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。機器に関する設定(個人の番号入力など)・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っぱいになっていませんか。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
エクセルを使ってみよう (初級) 2月21日(火)～24日(金) 9時30分～12時	“エクセル”は、簡単な家計簿を作ってパソコンに計算させる、血圧表をグラフにすることができるソフト(アプリ)です。初めてでも大丈夫。文字や数字の入れ方や計算方法を学びます。	受講料 2,000円 テキスト代 1,814円	10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 NPO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



新春 ボヌールマルシェ

■日時 1月21日(土)10時～14時 毎月第3土曜日開催 ※雨天決行。

○新春縁日 くらっば福袋・こども広場

※来場の子どものにバルーンアートをプレゼントします。

○キッズプレイパーク

■入場料 100円 ※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。

おしゃべり・素敵に
美味しく・楽しいひとときを



ボヌールマルシェ

■日時 2月18日(土)10時～14時 毎月第3土曜日開催 ※雨天決行。

展示コーナー

第6回石巻かほく復興写真展 出展者:三陸河北新報社

■日時 1月25日(水)～29日(日) 10時～17時

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」

■講師 佐藤 律子先生

■入場料 無料 ■定員 40人

■持ち物 筆記用具 ■募集 12月15日(木)9時～電話受付

■主催 NPO法人東松島まちづくり応援団

■協力 一般社団法人東松島みらいとし機構、(株)清月記



第10回酒蔵楽集～新酒まつり～

日本酒を味わいながら楽しく学んでみませんか

■日時 2月10日(金)18時30分～

■場所 ひとまち交流館

■会費 3,000円(和食のお弁当付き)

■定員 50人限定(定員になり次第メ切)

■主催 NPO法人東松島まちづくり応援団

チケットは、1月18日(水)9時より販売開始(一人3枚まで)

※参加する方は、イベント終了後自転車などを運転して帰宅しないよう、お願いします。帰りの際には、必ずタクシーや運転代行を利用してください。

第13回女の小正月

美味しいお膳料理が楽しめる華やかな食事会です

■日時 2月16日(木)12時30分～(12時15分開場)

■場所 ひとまち交流館 ■会費 2,800円(食事代)

■定員 30人限定(定員になり次第メ切)

■主催 THEくらっばーず・NPO法人東松島まちづくり応援団

チケットは、1月17日(火)9時より販売開始(一人2枚まで)

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。>

親子で運動 体ぽかぽか♪

親子で体を動かし楽しい時間を過ごす子育て講座「からだあったか体育遊び」が行われました。この日は遠藤マタニティクリニック(多賀城市)の助産師、佐藤恵美さんが講師となり、遊びながら体をぽかぽかにする運動を次々と紹介。親子の笑顔と楽しそうな笑い声に包まれていました。(12月21日、矢本子育て支援センターほっとふる)



サンタさん登場に歓喜の渦



子育て支援センター「ほっとふる」と「あいあい」の合同クリスマス会では、大曲童謡コーラスの皆さんによる愉快な歌のステージや、クリスマスにちなんだトラックパネルシアターなどが行われました。サンタクロースも登場し、子どもたち手作り楽器をプレゼントしました。
 (12月16日、矢本子育て支援センターほっとふる)



子どもたちのために役立てて



(株)アルトから 150万円寄贈

クリーニング業のホワイト急便などを運営する(株)アルトから今年も東松島市に150万円の寄付をいただきました。県内の沿岸被災地の子どもたちを支援しようと東日本大震災後から継続的に支援を行っている同社。贈呈式には小野晴夫専務らが出席し、阿部秀保市長と工藤昌明教育長に寄付金を手渡しました。(12月15日、市役所)

遊び尽くす 冬の思い出

大手ゲームメーカーのセガサミーグループが特別協力した「メリークリスマスin東松島2016～セガサミーグループがやってくる!!～」が開かれました。人気の虫たちが対戦するゲーム機やクレーンゲームなどが無料で楽しめたほか、アニメ「パンダコパンダ」のキャラクター「パパンダ」との記念撮影のコーナーでは、多くの子どもたちが冬の思い出の一枚に笑顔を弾けさせていました。(12月17日、矢本東市民センター)



セガサミー支援活動



仮装や料理で季節感満喫 X'masバル

「蔵BAR」と銘打ったイベントの第4弾、「X'masバル」が行われました。クリスマスムードが漂う会場では、軽食販売のコーナーが設けられ、親子連れなど多くの皆さんが食べて飲んでの愉快的な時間を過ごしました。またこの日は、クリスマスにちなんだ仮装をして来場した人にはプチケーキのプレゼントもあり、サンタのコスプレをしたかわいらしい子どもたちの姿も見られました。(12月17日、蔵しっくパーク)



ためになる講話と 心安らぐティータイム

野蒜市民センター主催の「講話とティータイム」には、地域の皆さん約50人が参加しました。小野在住の鹿野義博さんが「人間万事塞翁が馬～人生楽ありや苦もあるさ～」をテーマに講演。過去に新聞掲載した自身のコラムを題材とし、地域の名所や趣味の野球の話などについて語りました。講演後には野蒜地区で栽培したハーブを使ったお茶とお菓子を囲んで交流会も行われました。(12月14日、野蒜市民センター)

新年彩る獅子の演舞



地域復興に願い込め

東松島市の無形民俗文化財である大曲浜獅子舞の新春披露では、保存会のメンバーらが豪快で活気あふれる舞を繰り広げました。新年の恒例行事として催され、地域の復興を込めて1月2、3日の2日間で市内20カ所以上を練り歩きました。あおい地区や商店街などでは、囃子の音が近づいてくると続々と多くの人たちが集まり、獅子は頭をかむしぐさなどを見せ、家内安全や無病息災を願っていました。(1月2、3日 市内各所)



震災前に東松島市の野蒜海岸で海の家を営んでいた奥松島ビーチハウス組合は元日、同海岸に手作りの鳥居を設けて人々を迎えました。地域内外から500人以上が訪れ、午前6時50分過ぎに朝日が水平線から昇り始めると、陽光に向かって手を合わせ、健康や安全、幸せを願っていました。(1月1日、野蒜海岸)

海岸照らす 初日に願い

世界に一つだけの 三門松



道地自治会長の齋藤稔さんら3人が講師を務めた、矢本西市民センターの教養講座「三門松作り」では、地域の皆さんが高さ約40センチの門松作りを挑戦。松、竹、ナンテン、キンカン、稲穂などさまざまな材料を彩り豊かに飾り付け、「世界に一つだけの門松を制作しました。(12月20日、矢本西市民センター)」



台湾南部地震支援への 感謝を込めて

財団法人台湾仏教慈善事業基金会日本支部より、平成28年2月に発生した台湾南部地震の際の東松島市からの支援・寄付・協力に対して、「祈福感恩会」の会場で感謝状と機械時計1対を寄贈されました。台湾仏教慈善事業基金会からは、東日本大震災から当市へ多大な支援をいただいております。国を超えた相互支援・協力が行われています。(12月12日、矢本東市民センター)

営農再開へ確かな手ごたえ



震災で被災した鳴瀬地区の農地復旧に取り組む「奥松島地域営農再開実証プロジェクト」の平成28年度報告会が行われました。本格的に作付けを再開した洲崎東名地区で収穫された新米や宮戸地区のイチジクの甘露煮などが振る舞われました。洲崎東名地区では懸念された塩害の影響も見られませんでした。(12月27日、野蒜市民センター)



クリスマスおはなし会に参加した皆さん(12月24日)

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。

▶1回目ゴール
おめでとう



▶10回目ゴール
おめでとう



▶15回目ゴール
おめでとう



11月16日～12月8日までの間に6組のお友達がゴールしました。みんなおめでとう!

蔵書点検に伴う市民センター図書室休館のお知らせ

下記の日程で蔵書点検作業のため図書室はお休みとなります。

- 2月8日(水) 赤井市民センター
- 2月9日(木) 大曲市民センター
- 2月10日(金) 小野市民センター
- 2月16日(木) 大塩市民センター



布えほん完成

布えほんボランティアサークル「フェルト」が布えほんを作製しました。



「おでかけしようか」
大阪YWCA千里子ども図書室／ぶん
大塚いちお／え

布えほんは図書館にて貸出しています。
紙のえほんで見比べてみるのも楽しいですよ。

朗読講座発表会のお知らせ

28年秋から6回にわたって市コミュニティセンターで実施された朗読講座が終了し、成果の発表会を開催します。興味関心のある方は、ぜひ参加ください。

- 日時 1月28日(土) 13時30分～15時
- 場所 市コミュニティセンター1階集会室
- ※参加費無料。事前申込不要。

図書館知っ得情報② 新聞活用術

図書館では現在、12誌の新聞の取扱いをしています。新聞にはそれぞれ保存期間が設けられており、下記の期間保存しています。

●地方紙

- 石巻かほく(永年保存 1993年4月～)
- 石巻日日新聞(永年保存 1993年4月～)
- 石巻新聞(1993年4月～1998年6月休刊)
- 河北新報(2年間保存。ただし2011年3月～2015年6月まで製本あり)

※河北データベース

図書館には河北新報記事のデータベース「河北データベース」があります。1991年(平成3年)8月からの記事を掲載日時、キーワードで検索して見ることができます。

●全国紙

- 朝日新聞(半年間保存)
- 読売新聞(半年間保存)
- 産経新聞(半年間保存)
- 毎日新聞(半年間保存)
- スポーツニッポン(半年間保存)
- 日本経済新聞(半年間保存)
- 日本農業新聞(半年間保存)
- 朝日小学生新聞(半年間保存)
- スポーツ報知(半年間保存)

なお、矢本町に関連する記事は1993年6月から、東松島市に関連する記事は2005年からスクラップして永年保存しています。

保存中の新聞、河北データベースなどで見たい記事がありましたら、気軽にカウンターにいる職員に声がけください。

耳で聞くおはなし会

声だけで語られるおはなしの世界を楽しんでみませんか。

- 日時 1月29日(日) 10時～12時(終了予定)
- 場所 蔵しっくパーク
- 対象 小学生から一般の方で素ばなしに関心のある方
- 語り手 読み聞かせボランティア「おはなしのはなたば」
- ※参加費無料。事前申込不要。

■おすすめの新聞

「昆虫たちの世渡り術」 海野和男

昆虫について多数の本を執筆している昆虫写真家の海野和男さんが、ナナフシ、シジミチョウ、アリなど、わたしたちがよく目にする昆虫たちの恋愛事情や、敵から身を守るための方法、他の虫と共に暮らす虫などの生態についてあれこれ紹介しています。「虫なんて気持ち悪い」って思っているみなさん、この本を読むと虫を見る目が変わるかも知れませんよ。



新着図書案内

●実用

- 「プログラミングって何?親子でゼロからわかる本」 アンク
- 「ビジネスマンの私から13歳の君に贈る人生の言葉」 佐々木常夫
- 「井伊直虎と直政」
- 「愛犬と温泉巡り旅」
- TABILISTA編集部/編
- 「花の切り絵200」 大橋忍
- 「へんな日本語」 市野桂子
- 「いっしょにあそぼ草あそび花あそび 秋冬編」 佐藤邦昭
- 「一生がんにならない食べ方レシピ」 渡邊昌/監修

●小説

- 「おんなの城」 安部龍太郎
- 「最悪の将軍」 朝井まかて
- 「十二人の死にたい子どもたち」 冲方丁
- 「黒涙」 月村了衛
- 「白衣の嘘」 長岡弘樹
- 「恋の Gondola」 東野圭吾
- 「ヴィジョンズ」 大森望/編
- 「梅もどき」 諸田玲子

●児童

- 「ハリー・ポッターと呪いの子ども」 J.K.ローリング
- 「二ノ丸くんが調査中」 石川宏千花

12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。

■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

東松島市女性団体指導者育成研修会

東松島市女性団体連絡協議会では、さまざまな分野に女性ならではの力を発揮し、団体の活性化を図ることを狙いとした指導者育成のための研修会を開催します。



どなたでも参加できますので、皆さんお誘いあわせのうえ、お越しください。

詳しくは、下記まで問い合わせください。参加は無料です。

- 日時 2月24日(金)9時30分～
- 場所 市コミュニティセンター 会議室
- 講師 『東松島食べる通信』編集長 太田将司氏(上の写真)
- 問 生涯学習課社会教育班 ☎内線3203

東松島市放課後子ども教室サポートボランティア募集

市では、子どもたちの活動のサポートや、安全見守りに協力いただける方を募集しています。子どもたちと一緒に活動することが好きな方をお待ちしています。初心者も歓迎です。ボランティアの活動内容は、子どもたちの受付、遊具や教材の準備・片づけ、活動中の子どもたちの見守りなどです。

現在、市内矢本西小学校(わくわくチャレンジWEST)、大曲小学校(わくわくチャレンジスマイル)の2カ所で実施中です。



【伝統芸能】

【スポーツ】

参加したボランティアの皆さんの声

- 活動を通じて、地域で子どもたちから声をかけてくれることが多くなりました。
- 子ども同士だけでなく、大人同士も新たな交流が生まれています。
- このような活動で、地域とつながるということがとても大切だと感じました。

放課後子ども教室

小学生を対象に、放課後や週末などに学校の施設を活用した安全・安心な居場所を設け、地域の方々の参加協力のもと、子どもたちに勉強やスポーツ・文化芸術、地域住民との交流などの体験機会を提供することで、子どもたちが地域社会の中で心豊かで健やかに育まれる環境づくりを進めるものです。

- 問 生涯学習課社会教育班 ☎内線3202

文化・芸術活動に関する相談を受け付けます

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・芸術活動に係る相談を受け付けています。「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」「こんな環境があったらいいのにな」など活動中で悩んでいることがある方、ぜひ下記に相談ください。

- 問 生涯学習課社会教育班 ☎内線3201

特別名勝「松島」地域内での現状変更手続きは忘れずに

特別名勝「松島」指定区域内で、次のようなことを行うときには、震災復興にかかる場合でも、申請手続きが必要となります。

申請が必要な場合

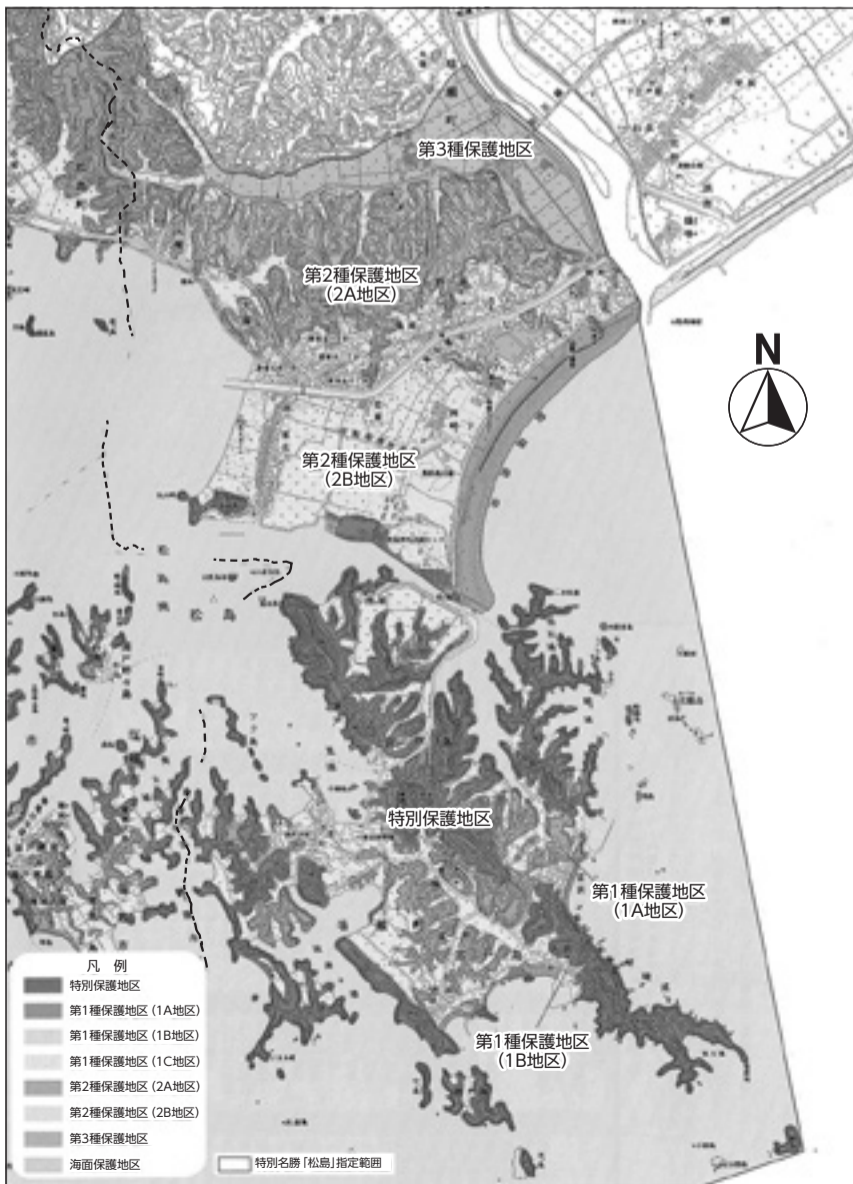
- ① 住宅、民宿、店舗、倉庫、農林漁業施設などの建築物や工作物の新築、改築、増築
- ② 浄化槽の設置や上下水道の工事
- ③ 道路の舗装や側溝整備
- ④ 漁港、堤防等の工事
- ⑤ 鉄塔・電柱・携帯電話基地局・各種アンテナ・街路灯等の設置
- ⑥ 看板など屋外広告物の設置
- ⑦ 公園、公共建築物の整備
- ⑧ 森林等、木や竹の伐採
- ⑨ 土地の造成など、土地の形状変更
- ⑩ その他、現在の状況から、変更をおこなうとき

特別名勝地域内で、上記のような計画がある場合は、場所によって、許可に要する期間が異なりますので、早めに問い合わせください。

- 問・申し込み
生涯学習課文化財班 ☎内線3321~3323
FAX:0225-82-1845
〒981-0503 東松島市矢本字上河戸36-1



特別名勝松島保護地区区分図



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

交通安全指導隊・防犯実働隊 隊員募集

問 防災課消防安全班
☎内線1163

交通安全指導隊は、通勤通学路での交通指導、イベント時の交通整理・指導、交通安全教育の実施など、身近な地域の交通安全活動をしています。

防犯実働隊は、各種犯罪を予防し、安心できるまちづくりを推進するため、青色回転灯・パトロールカーでのパトロールや市内で開催される各種イベント時のパトロールなどを行っています。

安心安全な東松島市をよりいっそう推進するため交通指導隊員・防犯実働隊員として、ご協力いただける方をお待ちしています。

応募は随時受け付けていますので、市販の履歴書に必要事項を記入のうえ、右記担当に持参してください。

○交通安全指導隊

■活動内容

● 通勤、通学路および主要交差点における定期交通指導(月3回)

● 各種行事における交通整理や交通指導

● 交通安全教育(幼稚園、保育所、学校、老人クラブなど)

■ 応募資格 市内に居住する20歳以上の心身ともに健康な方

※年齢の上限なし。男女不問。

■ 報酬 東松島市交通安全指導隊条例で定める出動報酬(日額)を支給します

○防犯実働隊

■ 活動内容 防犯パトロール、各種イベント時の警戒パトロール

■ 応募資格 市内に居住する25歳以上の心身ともに健康な方

※年齢の上限なし。男女不問。
■ 報酬 東松島市防犯実働隊条例で定める出動報酬(日額)を支給します

平成28年度第4回普通救命講習および応急手当普及講習

石巻広域消防本部警防課
問 ☎0225-195-7433
☎http://isyoubou.jp/

○普通救命講習(一般公募)

■ 日時 2月19日(日) 9時～12時 ※受講料無料。

■ 対象・定員 中学生以上、30人 ※定員に達し次第、締め切り。

■ 申込期間 1月30日(月)～2月9日(木)

※再講習の方は、受講申込時および講習当日に修了証を持参してください。

○応急手当普及講習

■ 日時 2月14日(火)～16日(木) 8時30分～17時30分

■ 対象 18歳以上の方、30人 ※定員に達し次第、締め切り。

■ 受講料 テキスト代4,937円 ※申請書に顔写真(縦3cm、横2・4cm)を貼布して下さい。

■ 申込期間 1月23日(月)～2月3日(金) 9時～17時

■ 右記の場所 石巻広域消防本部(住所:石巻市大橋一丁目1-1)
■ 右記の申込方法 申請書は最

寄りの消防署・分署・出張所に備えてあるほか、石巻広域消防本部ホームページからダウンロードできますので、申込期間までに最寄の消防署・所に申請してください

石巻管内公立小・中学校 講師募集

宮城県東部教育事務所教育学問事班
☎0225-195-7096

■ 対象・資格 小・中学校の教員免許状を所有する方で心身ともに健康な方

■ 勤務内容 石巻管内の小・中学校で産休などの欠員が生じた場合における臨時的任用教員(常勤または非常勤)

■ 勤務先 石巻管内の小・中学校

■ 申し込み 志願票に必要事項を記入し、免許状添付のうえ提出した方を任用希望者として登録します。管内小・中学校において欠員などが生じた場合に連絡します

お知らせ

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 1月29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。

平成28年度自治宝くじコミュニティ助成事業 ～宝くじの助成金で備品を整備～

矢本ひがしネットワークコミュニティ

一般財団法人自治総合センターから平成28年度自治宝くじコミュニティ助成事業の採択を受け、笑顔が行き交う心豊かな「矢本ひがし」の創造を目指し、さまざまなイベントで活用できる備品の整備を行いました。

■ 助成額 250万円

■ 助成による整備内容

屋外放送設備、かき氷機、折りたたみベンチ、折りたたみ机、折りたたみ椅子、テント用天幕、テント用三方幕、除雪機、ほか安全対策備品など



▲整備した備品は地区民まつりなどのイベントで活用されています

矢本東地区は、市内最大の人口、世帯数ですが、今後直面するさまざまな課題を解決するために地域住民の一体感の醸成が必要であり、幼児から高齢者までをまき込みながら元気になれる事業を展開していくことが大切と考えます。

今後、自治会単位での夏まつりなど地域イベントにも活用していただき、矢本東地区がますます活発になることを期待します。



矢本ひがしネットワークコミュニティ
すずき けんいち
会長 鈴木 憲一

■ 問 矢本ひがしネットワークコミュニティ
(事務局:矢本東市民センター) ☎82-1180

東松島市自主防災組織連絡協議会

一般財団法人自治総合センターから、平成28年度自治宝くじコミュニティ助成事業の採択を受け、災害の被害防止および軽減を図ることを目指し、防災用資機材などを配備しました。

この事業は、宝くじの社会貢献広報事業として、地域防災力の強化を図るために必要な資機材などの購入費用が助成されるものです。

平成23年に発生した東日本大震災では、これまで各自主防災組織で配備していた資機材が流出するなど大きな被害を受けました。このため、防災活動に必要な資機材を再整備できるよう、今回の助成金を活用しました。

今回の資機材の配備を通じて、今後発生する災害に対する備えをより一層、充実させることができました。今後も市民の皆さんが安心して暮らせる地域づくりに貢献していきたいと考えています。

■ 助成額 200万円

■ 助成内容 折りたたみ式車いす(60台)、救助ボート(2艘)、蓄電池システム(1台)、チェンソー(2台)、テント(1張)、テント用四方幕(1張)、デジタルトランシーバー(2台)、オイルヒーター(1台)



▲今回購入した資機材の一例



■ 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1168

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)

平成28年度市民講座 健康づくり運動普及推進事業 みんなで健康に!早春らくらく運動教室

とても寒さ厳しい季節となりました。この時期の体力づくりと健康維持を学んでみませんか。

みんなで楽しくをモットーに、体感型の運動教室を開催します。皆さんぜひ参加してください。

■日時 2月3日(金)10時~12時 ※開場:9時30分。
3月17日(金)10時~12時 ※開場:9時30分。

※どちらか1回だけでも参加できます。

■場所 市民体育館 ■参加費 無料

■定員 市民の方 先着100人 ※定員になり次第締め切り。

■持ち物 飲み物、タオル、動きやすい格好(ジャージなど)、上履き用運動靴(底が黒いシューズは体育館で使用不可)

■問・申し込み 健康推進課健康支援班 ☎内線3104

冬場はしっかり感染対策をしましょう

インフルエンザやノロウイルスなどが流行しています。感染予防を心がけましょう。

○インフルエンザに注意

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

また、咳エチケットを心がけ、他人にうつさないように心がけましょう。

○ノロウイルスに注意

食事前、トイレや汚物処理の後にしっかり手を洗いましょう。症状がある患者の便やおう吐物に直接触れないようにし、便やおう吐物を処理する時は手袋を使用し、塩素系消毒薬で消毒しましょう。

また、二枚貝や加工食品は、85℃以上の加熱でしっかりと火を通すようにしましょう。

皆さんで、冬場の感染と拡大の防止に努めましょう。

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3102・3108・3110

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

高齢者インフルエンザ予防接種助成は1月31日まで

■問 健康推進課健康推進班
☎内線3102・3108

市では、平成28年10月1日から65歳以上の方を対象に費用助成を行っています。助成を受けられる期限は1月31日(火)までです。まだ接種されていない方は、予診票を持って受診しましょう。※予診票は9月下旬に郵送してきます。届かない方や転入してきた方は右記に電話で連絡ください。

■公費助成期間 1月31日(火)まで

■助成対象 65歳以上の市民の方(昭和27年4月1日以前に生まれた方)

■自己負担額 1人1,500円

※医療機関で支払ってください。

※ワクチンの変更に伴う値上がりにより、自己負担額が変更になっていますので、ご了承ください。

こころの健康相談(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・誰とも話さず気にならないう・イライラするなどの症状でお困りの方向けの相談です。

■日時 2月14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 こだまホスピタル

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

子どものいじめのケア相談

■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 2月9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 1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 前日まで電話で申し込みください

女性医師による女性の健康相談

■問 宮城県健康推進課
☎022-1211-2623

女性医師が、女性の健康増進

に関する相談、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。

■日時 2月4日(土)14時~16時

■場所 塩竈市民交流センター
※仙台市に通勤・通学している方は仙台市会場(エルソラ仙台)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 宮城県女医会 女性の健康相談室
☎090-5840-1993

■受付時間 平日9時~17時(土・日曜、祝日を除く)

乳がん体験者のための情報交換会

■問 ママの会パセリ(乳がん体験者の会)(担当:菅原)
☎070-5326-5538

乳がん体験された方の抱える悩みや不安などについて、一緒にお話ししましょう。茶話会と講習会を行います。ぜひ、参加ください。

■日時 1月21日(土)13時30分~15時30分

■場所 向陽地区コミュニティセンター多目的室(石巻市内)

■定員 25人程度 ※予約不要。
■講習内容 乳がん体験者への栄養指導とその必要性

■講師 石巻赤十字病院管理栄養士 阿部薫氏
■参加費 200円

乳幼児健康診査・健康相談のお知らせ(1月・2月)

乳幼児健康診査と10か月児健康相談の対象者には、あらかじめ通知しますが、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	期日	生まれ年月	期日
1月	25日(水)	平成28年9月	24日(火)	平成27年6月	20日(金)	平成26年6月	18日(水)	平成25年8月	26日(木)	平成28年3月	2月9日(木)

■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分前までになります。

あけましておめでとうございます。本年もゆぶとを多くの皆さんにご利用いただきますようお願いいたします。



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て、音楽にの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	水曜日	19時30分～20時15分	各20人

※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。運動定期券も利用できます。



LES MILLS BODYCOMBAT
 ～ボディコンバット～
 ささまざま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	各20人
ボディコンバット60	火曜日	20時～21時	各20人



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、泳げるようになるうね。

幼児コースで大人気の「ちゃいるど・ふゅーちゃー」

○ちゃいるど・ふゅーちゃーとは
 ■ハイハイプログラム 駆幹筋のトレーニングに最適
 ■平均台プログラム 触覚・視覚・言語機能の促進に効果的
 全身の反射能力トレーニングや四肢筋の強化に効果的
 ■雲ていプログラム 手の機能、触覚機能の促進に効果的
 「ちゃいるど・ふゅーちゃー」により、泳げるようになるまでの期間でも、運動量の増大が可能になるとともに、人間の持つ様々な機能への情報提供が効率よく出来るようになりました。このことから、従来のスイミングの効果とは次元の違う効果・知能開発が期待できるようになりました。「ちゃいるど・ふゅーちゃー」は、近隣のクラブにはないゆぶとにしかないプログラムです。ぜひ、はじめてみませんか。



●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。

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おもいっきり遊んで、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円で利用できます。会員になって、メタバをやっつけよう。

市民のカレンダー

2017年1月 15日～31日	
15 日	■市報1月15日号発行
16 月	■図書館休館日 ■健康相談(老人福祉センター)9:00 ●市税及び税外収入金収納・相談延長窓口～20:00 ■朗読講座⑥(市コミュニティセンター)10:00 ■市民課延長窓口～19:00 ■矢本二中学区心あったかイートころ運動実践発表会(矢本二中) ■市民参観日(赤井小・大曲小)
17 火	■いったりかったりサロン「湯楽里」(老人福祉センター)9:30 ■ちっちゃい子おはなし会(図書館)11:00
18 水	■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00
19 木	■鳴瀬未来中学区心あったかイートころ運動実践発表会(鳴瀬桜華小) ■平成29年度新入園児一日入園(はなぶさ幼)
20 金	■プリザーブドフラワーアレンジメント教室①(野蒜市民センター)10:00 ■おはなし会(図書館)11:00 ■プリザーブドフラワーアレンジメント教室②(小野市民センター)14:00
21 土	■プリザーブドフラワーアレンジメント教室③(矢本東市民センター)10:00 ■プリザーブドフラワーアレンジメント教室④(大曲市民センター)14:00 ■新春講演会「小規模集落元気作戦」(小野市民センター)13:30
22 日	■図書館休館日 ■健康相談(老人福祉センター)9:00
23 月	●市税及び税外収入金収納・相談延長窓口～20:00 ■機能回復訓練(老人福祉センター)9:30
24 火	■共生園との仲良し交流会(鳴瀬幼)
25 水	■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00 ■第8回ちびっこクラブ(矢本中央幼)
26 木	■図書館休館日(図書整理日) ■矢本一中学区心あったかイートころ運動実践発表会(矢本東小)
27 金	■ありがとうの会(小野保育所)9:30 ■親子ふざけ教室(赤井市民センター)9:40 ■終活セミナー(蔵しっくパーク)10:00 ■おはなし会(図書館)11:00 ■朗読講座⑦(発表会)(市コミュニティセンター)13:30
28 土	■耳で聞くおはなし会(蔵しっくパーク)10:00 ■献血(イオンタウン矢本)10:00
29 日	■図書館休館日 ■健康相談(老人福祉センター)9:00
30 月	●ひがしまつしま割増商品券使用期限 ●市税及び税外収入金収納・相談延長窓口～20:00 ●国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料第7期納期限日 ■和太鼓発表会(赤井小)
31 火	

2017年2月 1日～15日	
1 水	■市報2月1日号発行 ■ちっちゃい子おはなし会(図書館)11:00
2 木	■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00
3 金	■人権相談(小野市民センター)10:00
4 土	■おはなし会(図書館)11:00
5 日	●市税及び税外収入金収納・相談休日窓口 8:30～17:15 ■第30回オール赤井風あげ大会(赤井市民センター北側水田)13:00
6 月	■図書館休館日
7 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
8 水	■平成29年度市・県民税申告受付(鳴瀬保健相談センター)〈～16日(木)〉
9 木	■東松島市議会平成29年第1回定例会(市役所議場)10:00(～3月7日(火)) ■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00
10 金	●平成29年度各種検診申込締切日 ■行政相談(小野市民センター)13:00 ■第10回酒蔵集(蔵しっくパーク)18:30
11 土	●建国記念の日 ●市民防災の日(市民防災デー) ■図書館休館日(建国記念の日) ■ひがしまつしま食ベメッセ(市コミュニティセンター)10:00
12 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
13 月	■図書館休館日
14 火	●市税及び税外収入金収納・相談延長窓口～20:00
15 水	■市報2月15日号発行 ■ちっちゃい子おはなし会(図書館)11:00

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 赤井市民体育館9～12時、蔵しっくパーク市民体育館18～21時、
 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29年1月1日現在の住民基本台帳、外国人住民含む)
 男 19,790人(-5) 女 20,478人(-27)
 計 40,268人(-32) 世帯数 15,544戸(-6)
 ()内は前月比