

2017  
4  
.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.217

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

## あま〜い果実が運ぶ

# 春の訪れ

農業生産法人イグナルファームで行われている「イチゴ狩り」が親子連れを中心に人気を呼んでいます。大曲地区にあるビニールハウスで栽培されたイチゴが30分間食べ放題という春の恒例イベントで、子どもたちは真っ赤に熟れたイチゴを見つけては、おいしそうに頬張り、春の味覚を存分に味わっていました。

イチゴ狩りは4月の土・日曜日限定のイベントで、時間は10時から13時まで。10歳以上は1500円、4~9歳が700円、3歳以下は無料となっています。

■問 農業生産法人イグナルファーム  
☎98-5596



イグナルファーム  
イチゴ狩りでみんなが笑顔

## 住民異動があったら 手続きをしましょう

4月は、入学・就職・転勤などで引っ越しをする人が多くなる異動の季節です。ここでは、住民異動に必要な手続きについて簡単にお知らせします。

### 市内・外に転入・転出する方は異動届を忘れずに

住所を異動した方は、正しい届出を行わないと、市からのお知らせが届かないことがあります。

〈例:児童手当の給付や予防接種・検診のお知らせ、選挙の投票所入場券など〉

右の表1に該当する方は、必ず期限内に市民課へ届出ください。

なお、転入や転居の届出は、住み始めてから14日以内をお願いします。

また、届出は本人または同じ世帯の方が届出(必ず本人確認できる免許証などを持参)してください。それ以外の方が来るときは、代理人選任届(委任状)【右の様式例参照】と代理人の印鑑と、代理人の身分証明(免許証など)が必要になります。

■問 市民課窓口サービス班 ☎内線1123

表1 住民異動などの届出一覧表

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

※申請人は本人・同じ世帯の方または代理人(代理人は代理選任届または委任状が必要)。右の例を参照。  
※個人番号カードまたは住民基本台帳カードをお持ちの方は、届け出る際にカードの提示をしてください。カードを利用した手続きが可能です。  
※引っ越しの際に必要な住民異動届以外の手続き(乳幼児医療、児童手当、国民健康保険、転校などの手続きは、転出前の市区町村の担当窓口で行ってください)。  
※個人番号通知カードをお持ちの方は窓口へ持参してください。

### マイナンバーカードの 交付場所が変わります

平成29年4月から、マイナンバーカードの受け取りや相談などの窓口が本庁舎1階市民課に変わります。マイナンバーカードの交付には一人あたり15分から30分程度かかりますので、時間に余裕を持っておこしください。

■問 市民課窓口サービス班  
☎内線1123・1125・1609

表2 印鑑登録・印鑑証明書の  
交付に関する手続き

種類	申請人/手続きに必要なもの	手数料
印鑑登録	1. 登録する印鑑 2. 官公署が発行する顔写真付の身分証明書(免許証など) ※身分証明書のない方は即日交付できません 3. 市内で印鑑登録している方が実印とカード、身分証明書を持参し、保証人となることで即日交付が可能です	1件300円 (再登録は500円)
印鑑証明書の交付の申請	1. 印鑑登録証(カード)	1通300円

代理人選任届(委任状)の様式例

代理人選任届(委任状)

代理人  
住所 \_\_\_\_\_  
氏名 \_\_\_\_\_

私は上記の者を代理人と定め、下記事項の権限を委任します

記

1. 住民異動の届出に関すること  
2. 住民票の取得に関すること

平成 年 月 日  
委任者  
住所 \_\_\_\_\_  
氏名 \_\_\_\_\_ 印  
生年月日 \_\_\_\_\_  
電話番号 \_\_\_\_\_

必要の方を記入

# 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〉

## 学校施設改修工事に伴う避難所の使用に関するお知らせ

学校施設の改修工事に伴い、下記の施設が避難所として使用不可となりますので、避難の際にはご注意ください。

### ○大曲小学校屋内運動場

- 使用不可期間 4月15日(土)～10月31日(火)
- 使用不可期間の対応 通常通り西校舎および北校舎へ避難してください

### ○赤井南小学校屋内運動場

- 使用不可期間 4月15日(土)～10月31日(火)
- 使用不可期間の対応 校舎2階の多目的ルームへ避難してください

### ○矢本東小学校講堂

- 使用不可期間 8月1日(火)～平成30年9月30日(日)
- 使用不可期間の対応 通常のとおり校舎へ避難してください

■問 防災課危機対策班 ☎内線1168

## 東松島市長選挙・東松島市議会議員一般選挙のお知らせ ～投票日は4月23日(日)です～

東松島市長選挙・東松島市議会議員一般選挙が、下記の日程で執行されます。※いずれの選挙も、立候補者が定員を超えない場合は無投票となります。

- 告示日 4月16日(日) ■投票日 4月23日(日) ■投票時間 7時～19時
- ※今回の選挙での投票終了時間は、通常の選挙より投票終了時間が1時間繰り上げになります。

■開票 4月23日(日)20時15分から(予定)

■開票場所 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)

### ○投票日に投票できない方は、期日前投票をしましょう

投票日当日、投票できない場合は期日前投票ができます。

●期日前投票期間 4月17日(月)～22日(土)

●期日前投票時間 8時30分～20時

●期日前投票場所 市役所本庁舎101会議室(1階)  
鳴瀬保健相談センター(鳴瀬庁舎1階)リハビリ室  
※どちらの期日前投票所でも投票できます。

## 高齢者運動教室「元気アップ運動教室」開催

いきいきと健康に過ごすための運動教室を開催します。体力の低下や運動不足を感じている方、より元気になりたい方など、みんなで楽しく体を動かしてみませんか。初めて運動する方大歓迎です。参加費は無料です。

- 対象 市内に住所を有するすべての65歳以上の方
- 期日 5月10日(水)～7月26日(水) 週1回水曜日 計12回
- 時間 13時30分～14時30分 ※初回は開講式のため13時～。
- 場所 健康増進センターゆふと
- 内容 ストレッチ、筋力運動、スクエアステップ、モビバン、水中歩行など。教室参加前後の体の様子を、健康チェックや体力測定結果から知ることができます
- 定員 25人 ※応募人数が定員を超える場合、初めての方を優先します。
- 申し込み 4月28日(金)まで、電話で下記に申し込みください
- 問・申し込み 福祉課包括ケア推進班 ☎内線1190

## STOP!詐欺被害「振り込まない」「渡さない」「送らない」 ～だましの手口を知ろう～

4月はいろいろ新しくなる時期、そんな隙を詐欺集団は狙っています。

### ●息子や孫を装ったオレオレ詐欺

「風邪をひいた」「携帯の電話番号が変わった」にご注意を。

### ●還付金詐欺

電話でお金が戻る話にご注意を。

### ●架空請求詐欺被害急増

メール攻撃「最終告知!サイト料金未納」などとメールを送りつけ金銭要求をし、コンビニで電子マネーを買うように指示されます。

■問 石巻警察署生活安全課 ☎0225-95-4141

## HOPE わたしたち、東松島みらいとし機構(HOPE)です。 第46回

矢本運動公園仮設住宅街の中にある仮設商店街の一角、そこにDMCショップ東松島店～ステッチガールズCafé～はあります。HOPEが事務局をしている東松島ステッチガールズが常駐するCaféです。



店内には、クロスステッチを中心としたステッチガールズオリジナル商品をはじめ、創立270年老舗のデンマーク・刺しゅう糸メーカーDMCの刺しゅうの材料や書籍がたくさん置いてあり、商品の購入だけではなく紅茶を飲みながらゆっくり刺しゅうをして過ごす事もできます。初心者向けワークショップは随時行っていますので、気軽にクロスステッチを体験してください。

詳しくは下記に問い合わせください。

### ●DMCショップ東松島店～ステッチガールズCafé～

■住所 東松島市大曲字堺堀80 矢本運動公園仮設商店街  
☎28-4367

■営業時間 10時～17時(定休日:木曜)

■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>

## のびる思いやり号の運行を終了します

東日本大震災の影響により一部区間で不通となっていたJR仙石線の開通に伴い、高台に移設した野蒜駅および東名駅と移転元地をつなぐ交通弱者対策として、高齢者等を対象に運行していましたが「のびる思いやり号」は4月30日(日)をもって運行を終了することとなりました。

今後は、デマンドタクシーらくらく号を利用してください。

■問 東松島市地域公共交通活性化協議会  
(事務局:復興政策課地域振興班)  
☎内線1232・1234



## チャレンジデー in 東松島2017 今回の対戦相手は奈良県広陵町です

■開催日時 5月31日(水) ■開催時間 0時～21時

### ○対戦相手紹介 奈良県広陵町 今回3回目の参加。

人口34,991人(平成29年3月1日現在)の町で町の特産・名産は農業ではいちごやなす、繊維では靴下・織布が有名です。靴下の全国生産量の約4割を占めていることから、「靴下の町」と言われています。また、竹取物語発祥の地として「かぐや姫の町」とも呼ばれています。

### ○広陵町におけるこれまでの対戦結果

2016年 参加人数 17,280人 参加率49.4% ●  
対 神奈川県寒川町 53.2% ○  
2015年 参加人数 9,562人 参加率27.4% ●  
対 長野県東御市 53.9% ○

2戦とも敗戦ながら、去年の参加率49.4%は一昨年の27.4%から、22%アップと驚異的な増加となっています。

さらに、現在も人口増加率は奈良県の市町村中第3位と高水準を維持しているため、今回のチャレンジデーにおいても強敵となりそうです。

■問 チャレンジデー東松島市実行委員会  
(事務局:生涯学習課スポーツ振興班) ☎内線3325



# 東松島市医師団リレートーク 第2回

## ～医療現場のドクターからのメッセージ～



東松島市の健康状態は黄色信号が点灯している状況です。この状況から市は、第一に皆さんに健康診断を受けていただき、自身の健康状態を把握していただくこと、第二に健康に関する正しい知識を知っていただくことを目標として活動の再構築をはじめたところです。

その一環として、医療の最前線で活躍されている東松島市医師団の先生方からの情報提供やメッセージを連載で掲載しています。

第2回目は、藤野整形外科院長である藤野裕先生にお話いただきます。

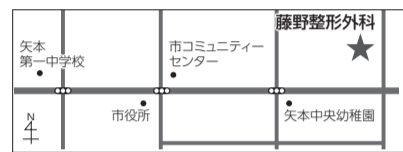


藤野整形外科

ふじの ゆたか  
藤野 裕院長

診察時間	月	火	水	木	金	土
8:45～11:45	○	○	○	○	○	○
14:00～17:45	○	○	○	△	○	△

■診療科 整形外科、リハビリテーション科



東松島市矢本字大溜25-1



藤野先生からの健康基礎クイズ

- (○×問題)
1. 介護保険の「要支援」「要介護」の原因は、「運動器の疾患」によるものが最も多い。
  2. 男性が骨粗しょう症になるリスクは無い。
  3. 運動器疾患の予防には、適度な運動とバランスのとれた食事は不要である。
- (答えは次号掲載)

正解者には抽選で※ゆぶと利用券3枚セットを3人の方にプレゼントします。応募方法については質問受付欄(左記)を参照いただき「健康基礎クイズプレゼント係」と明記ください。

※健康基礎クイズには株式会社コスモスポーツから協賛をいただいています。今後も健康に関する重要情報をクイズ方式で出題し情報の定着を目指します。また、協賛企業の募集は随時行っていますので、問い合わせは下記までお願いします。

■問 健康推進課健康支援班 ☎内線3101

### ○ロコモティブシンドローム(ロコモ)

最近、ロコモティブシンドローム(通称ロコモ)という言葉が耳にしたことはありませんか。2007年に日本整形外科学会で提唱したもので、骨・関節・脊椎などの運動器の障害のために、移動機能などの「体を動かす能力」が低下し、生活の自立度が下がる状態のことを言います。

介護保険という「要支援」や「要介護」の原因として、脳血管障害が21・5%、続いて認知症が15・3%と多くなっていますが、転倒などによる骨折は11・8%、変形性関節症などの関節疾患が10・9%、脊椎損傷によるものが2・3%と、運動器の疾患すべてを合わせると25・0%と、実は運動器の疾患による割合が最も高いと言えるのです。(注1)

### ○骨粗しょう症との関係

ロコモを引き起こす大きな要因として挙げられるのが、大腿骨頸部骨折や脊椎の圧迫骨折、その他の骨折です。骨粗しょう症は骨がもろくなるため、骨折のリスクが高まります。

高齢の方が骨折した場合、廃用性萎縮が急速に進行してしまいます。筋力が急に落ちるだけでなく認知症も進んでしまうことから、手術などの早急な治療が必要ですが、そうならないための予防が実は一番大切なことなのです。

ホルモンバランスの関係などにより、骨粗しょう症は年配の女性になりやすいと言われていますが、男性でもなることがありますので、男女関係なく注意が必要です。

(注1)2013年国民生活基礎調査より参照

### ○当医院の方針

先に述べた骨粗しょう症について、MRIやCTを用いた画像診断をしています。

また、血液検査でも調べる事ができるほか、骨塩の測定も有効です。ただし、骨粗しょう症であるからといって来院される方はほとんどいません。多くの方は、運動器の疾患(骨折や腰痛など)のため来院し、じつは骨粗しょう症だったとわかるわけです。その後、投薬治療と運動療法を並行して行っていきます。また、当院ではロコモ判定を行い、リハビリ療法士がその人にあった運動療法を行います。プール運動などは、身体への負担も少ないため、膝や腰が悪い方などはぜひプール運動を実践してみてください。

運動器の疾患を予防するためには、若いうちから継続した運動を行うことが大事になります。また、栄養バランスも大切です。サプリメントなどを上手に活用しながら、健康寿命を延ばしていきましょう。

### 『質問受付欄』

本コーナーでは、みなさまの知りたい医療に関する情報を募集します。例えば、血圧が高いと健康によくない理由を教えてくださいなど、関心のある分野で結構です。いただいた質問は、専門の先生が登場する回に誌面で紹介し、回答します。「健康基礎クイズ」の答えと先生への質問を記入のうえ、はがき、ファックス、電子メールにて左記までお願いします。

住所：東松島市矢本字上河戸36-1  
東松島市保健福祉部健康推進課宛  
82-1-244  
kenko@city.higashimatsushima.miyagi.jp

### 穴戸先生の健康基礎クイズの正解は

1. 東松島市の喫煙率は宮城県内ワースト2位である→○
  2. 喫煙が原因となるがんは肺がんだけである→×
  3. 子供に届かない所で喫煙すればタバコの害は防ぐことができる→×
- 正解者は西村和久さん(小松島)、赤間借子さん(上河戸)の2名でした。

## 東松島市いきいき100歳体操参加団体を募集します

市では、市民自らが介護予防に取り組める場や住民同士の見守りの場、支え合いの場をつくることを目的に平成27年度から、「東松島市いきいき100歳体操」に取り組んでいます。

『東松島市いきいき100歳体操』とは、手首や足首に片側0kgから2.2kgまでの10段階に調整できる重りを巻きつけて、DVDの映像とかけ声に合わせて約40分間ゆっくり行う体操です。日常生活に必要な筋力を維持・向上させるための体操で、準備体操・筋力運動・整理体操で構成されています。高齢者の筋力運動は週1～2回が効果的であるため、必ず週1回は集会所等に集まり体操を行います。現在、市内の集会所や市民センターでは、15団体が100歳体操に取り組んでいます。

体操に取り組む始める最初の1か月間は理学療法士等の専門職が会場を訪問し、基本的な動きや体操の仕方についてアドバイスをします。また、住民の皆さんが自主的に運営できるような手伝いも行います。

### ○『いきいき100歳体操』インタビュー!

今回は下町地区センターの皆さんと、小野下地区自治会長の片岡健治さんにお話を伺いました。下町地区センターでは平成27年2月から、小野下地区では平成28年9月から100歳体操に取り組んでいます。

### Q.いきいき100歳体操を始めたきっかけはなんですか?

(A.下町地区センターの皆さん)『100歳体操』と聞いてなんだろう?100歳まで生きないといけないの?と感じましたが、ぜひやってみようと思いました。継続的に体を動かしたいと思っていたのでちょうどよかったです。



### Q.取り組んで良かったことはなんですか?

(A.小野下地区 片岡さん)体力測定の数値には現れなくても、取り組み前とは体の感じ方が確実に違います。体が軽くなった、足腰の痛みがよくなったという人もいます。高齢者にとっては体も脳も使っていることで刺激になって良いと思います。普段自宅から外出しない人でも週1回は必ず集会所に来るので、互いの見守りにもなっていると思います。隣近所誘い合っていることでコミュニケーションを取ることも多くなりました。

### Q.100歳体操の魅力はなんですか?

(A.下町地区センターの皆さん)無理のない体操で安全にできます。毎週みんなに会えるのが楽しみでここに来ています。レクリエーションもあるので楽しく続けられます。

(A.小野下地区 片岡さん)わかりやすいところ。簡単な体操なので誰でも楽しくでき、毎回休まず参加している人もいます。一人で体操するより、みんなであれば続きます。高齢者が元気になれば地域も元気になると思っています。



### ○東松島市いきいき100歳体操参加団体を募集中

■参加条件 参加者が5人以上集まること、最低3か月間は続けること、テレビ・DVDプレーヤー・椅子を準備できること ※物品の準備が難しい場合はご相談ください。

■募集数 15か所 ■申込期限 5月15日(月)

■問・申し込み 市社会福祉協議会 ☎83-5001

## 延ばそう健康寿命! 脱メタボでGO! 今年度も健康診査・がん検診が始まります

VOL.2

4月から胃がん検診が始まり、5月には特定健診・基本健診および結核肺がん検診と大腸がん検診などが始まります。

特定健診・基本健診は、メタボリックシンドローム(メタボ)をはじめとした生活習慣病の発症や、重症化を防ぐことに特化した健診です。

がん検診は早期発見を目的とした検診ですので、毎年受けることを強くおすすめしています。さらに、健診・検診結果に応じて、生活改善への取り組みが必要な方は、医療機関で精密検査をするなどのステップアップがとても重要です。

まずは健康診査とがん検診を受けてみましょう。

### ○がん検診を受けましょう

今や、日本人の2人に1人ががんにかかり、3人に1人ががんで亡くなる時代です。しかし、医療技術の向上により、早期発見・早期治療を徹底することで半数以上は完治する病気とも言えます。

そのためにもがん検診による定期チェックが非常に大切です。

また、「要精密検査」となった場合には、早めに医療機関を受診しましょう。`毎年ひっかかるから大丈夫だろう、と安易に考えている方もいますが、身体の中では小さな変化があるかもしれません。機会を逃さず確認していくことが重要です。必要であれば専門医と相談しながら、経過を見ることが大切です。

### ○健康診査・がん検診等の実施時期

平成29年度の健康診査・がん検診などの実施時期は次のとおりです。申し込みをされた方には、検診開始日の1週間前までに受診票を郵送します。

#### 【集団検診】

各地区の市民センターや、矢本保健相談センターで実施します。実施日・場所・地区の割当などは市報でお知らせするほか、受診票または同封する通知書をご覧ください。

#### 【個別検診】

指定医療機関での個別受診を実施します。実施日・場所などは市報でお知らせするほか、受診票または同封する通知書をご覧ください。

### ○健康診査(特定健診)の受け方

東松島市国民健康保険に加入する40歳以上75歳未満(昭和17年6月18日～昭和53年4月1日生まれ)の方は、特定健診の対象となりますので申し込みの有無に関わらず受診票を郵送します。社会保険に加入されている方の健康診査(特定健診)は、勤め先または保険証に記載の保険者名称先に問い合わせください。

### ○健康診査(特定健診)

メタボリックシンドロームは、右記のように肥満と動脈硬化リスクを合わせて判定されます。



判定された方は、特定保健指導(e-style東松島)が実施されています。平成28年度は153名の方が参加し、それぞれの振り返り、生活改善に取り組んでいました。偏った食生活や、運動不足など、不適切な生活習慣により、知らず知らずのうちに身体に起きていた小さな変化に早く気づき、改善していくことが大切です。

### ●生活習慣病はこう進む



### ●STOP!生活習慣病

毎年特定健診を受けることで、①小さな変化に気づくことができる、②異常が進む前に改善できる、③病気を防げる、④元気で過ごすことができ、医療費の抑制につながるなどのメリットがあります。

健康診査(特定健診)以外の各種検診については、受診対象年齢であれば保険の区分に関係なく受診することができます。申し込みをしておらず、受診を希望する方は下記まで問い合わせください。

■問 健康推進課健康支援班 ☎内線3103

### 平成29年度各種健診実施予定

健診名称	実施方法	期間(予定)
胃がん	集団	4月10日～28日
健康診査(特定健診)		5月16日～6月16日
結核・肺がん		
大腸がん		
前立腺がん		
肝炎ウイルス		
歯周疾患	個別	6月～10月
脳ドック		6月～11月
子宮がん		6月～1月
乳がん	集団	11月下旬～12月上旬
骨密度		

### 平成29年度狂犬病予防集合注射

狂犬病予防法により、生後91日以上の子犬は、「生涯1回の登録」と「毎年1回の狂犬病予防注射の接種および注射済票の交付を受けること」が義務づけられています。

4月1日現在で本市に登録のある犬の所有者の方に、狂犬病予防集合注射の案内を郵送しました。内容を確認のうえ、最寄りの会場で接種してください。  
※なお、市報5月1日号に集合注射の日程表を掲載します。4月中旬に狂犬病予防集合注射の案内が届かない場合は、下記に問い合わせください。

#### ○注射料金

4月1日から、宮城県獣医師会会で定める狂犬病予防注射料金が下記のとおり改定されました。犬を飼っている方々には、ご理解とご協力をお願いします。

【改定後】 1頭あたり 2,550円

■注射料金に関する問 (公社)宮城県獣医師会 ☎022-297-1735

■集合注射に関する問 環境課環境班 ☎内線1153

### 東日本大震災復興記念

#### 第1回東松島市ラージボール卓球交流大会参加者募集

- 日時 6月4日(日) 9時～
- 場所 市民体育館
- 参加資格 市民どなたでも(特別招待予定:山形県東根市ラージボール愛好者)
- 種目
  - ①ラージボール男子Aクラス
  - ②ラージボール男子Bクラス(初級者・Aクラスで自信の無い方)
  - ③ラージボール女子Aクラス
  - ④ラージボール女子Bクラス(初級者・Aクラスで自信の無い方)
  - ⑤ラージボール男子ダブルス(男女混合の場合も含む)
  - ⑥ラージボール女子ダブルス
- 参加費(スポーツ保険を含む) 個人戦:1人500円、ダブルス:1組1,000円
- 申し込み 5月12日(金)17時まで、所定の申込用紙に記入のうえ、参加料を添えて下記に申し込みください
- 主催 東松島市卓球協会
- 問・申し込み 東松島市体育協会事務局 ☎82-9030



# 蔵っぱパークからのお知らせ

■ 開館時間 9時～21時(日・祝は17時) 休館日:毎週月曜日

■ 問・申し込み

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

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

## くらっぱ蔵部 ☎84-1770 ※別途参加費100円。4月15日(土)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 【ホワイトケーキアレンジ】 講師:井手えみ子	4月19日(水) 10時～12時	4,800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 【バラのブローチ】 講師:井手えみ子	4月19日(水) 13時～15時	1,500円	10人	布切りバサミ・ピンセット・ふきん
椅子ヨガ 講師:黒須奈緒美	4月19日(水)・ 5月17日(水) 10時30分～ 11時45分	各600円	5人	運動できる服装・飲み物
ホットプレートで焼ける おうちパン教室 【基本のフライパンパン】 講師:佐々木仁美	4月20日(木) 10時30分～ 12時	1,500円 レシピ・試食 体験デモ・ 紅茶付	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)
着付けとお抹茶を楽しむ会 講師:小島光代	4月22日(土) 10時～13時	1,000円 お菓子付	15人	着物一式
アーティフィシャルフラワー 【まん丸が可愛いトピアリー アレンジ】 講師:大場裕美子	4月25日(火) 10時～12時	2,200円 コーヒー付	6人	はさみ・木工用ボンド・ニッパー(あれば)
パワーストーン作り 講師:武山由紀子	4月25日(火) 10時～12時	1,500円	なし	なし
アート組ひも 【チョーカー】 講師:中村多恵子	4月27日(木) 10時～12時	1,300円	15人	なし
デコパージュ 【めがねケース】 講師:渡辺廣子	4月27日(木) 10時～12時	1,800円	10人	はさみ・ウェットティッシュ・ティッシュペーパー・めがね
布で作るアクセサリ 講師:佐々木比呂美	4月27日(木) 13時30分～ 16時	1,300円	なし	裁縫道具・ボンド・はさみ・両面テープ(5mm幅)・手芸綿
簡単にかわいい 【まんだらアート】 講師:仲村真理	4月27日(木)・ 5月9日(火) 13時～15時	各1,000円	各10人	なし
GW企画!親子で作ろう 【簡単スティックパン】 講師:佐々木仁美	5月6日(土) 10時30分～ 12時30分	2,000円 レシピ・試食 体験デモ・ 復習用生地・ 紅茶付	8組	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) ※お子様追加の場合500円
つるし飾り 【2回コース】 講師:大野江利子	5月9日(火)・ 6月13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(5mm幅)・手芸綿
初参加歓迎 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】 講師:佐々木仁美	5月10日(水) 10時30分～ 12時	1,500円	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)
デコパージュ 【トートバック】 講師:渡辺廣子	5月11日(木) 10時～12時	1,500円	10人	はさみ・ウェットティッシュ・ティッシュペーパー・めがね
粘土で作る 【カラーの額縁】 講師:櫻井信子	5月13日(土) 10時～13時	800円	6人	はさみ・おしぼり
一閑張り【かご】 講師:井手えみ子	5月16日(火)・ 17日(水) 10時～15時	10,900円	5人	ドライヤー ※ひも代別途 2,600円
指ヨガ 【自律神経を整えるヨガ】 講師:大野清子	5月23日(火) 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(写真を撮るため)

## 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

●4月・5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
シニア対象!!使って便利 インターネット体験 4月25日(火)・26日(水) 2日間 9時30分～12時	ネットの情報を素早く検索するコツやホテルや、旅行の予約、ネットショッピングの登録方法や注意点などを学びます。パソコンをウイルスから守るセキュリティについても説明します。 ※情報プラザ備え付けパソコンを使用します。文字が打てる方。	受講料 (テキスト込) 2,000円	60歳以上の方 15人
初心者パソコン無料相談 5月10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人	3人
パソコンサロン さくらカフェ 【オリジナル名刺を作ろう!】 5月12日(金) 10時～12時	フリーソフト「ラベル屋さん」を使った名刺作成を行います。くらっぱで楽しくパソコンを学びましょう。お子さんを連れての参加も歓迎です。 ※パソコン持参可。	飲み物付き 700円	7人
シニア対象!!はじめての ワード(文章を作って印刷 をしよう!) 5月16日(火)・17日(水)・ 23日(火)・24日(水) 4日間 9時30分～12時	ワードを使って簡単な文章を作ってみませんか。作成から印刷するまでの流れと、最終日にはイラストや写真を入りのカレンダーも作ります。 ※パソコンで文字が打てる方、パソコン持参可。	受講料 2,000円 テキスト代 1,260円	60歳以上の方 15人
【オリジナルミュージック CD&ジャケットを作ろう!】 5月31日(水)・6月1日(木) 2日間 13時30分～16時	音楽CDをパソコンに取り込み、好きな曲を自分好みのCDを作ってみませんか。オリジナルCDジャケットも作成します。 ※マウス操作・パソコンで文字が打てる方。音楽CD持参してください。	受講料 (テキスト込) 2,000円	20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のテレワーク室利用は減免有)利用できます。団体でも利用可能です。勉強会や上映会などに使ってみませんか。  
※全ての講座はゆっくりペースで行っています。

## ポヌールマルシェ

おしゃべり・素敵に  
美味しく・楽しいひとときを

■日時 5月20日(土)10時～14時

座敷では【ポヌールマルシェ】

新鮮野菜・美味しいお惣菜やスイーツ・多肉植物・  
ハンドメイド作品がいっぱいです。

屋外では【フリーマーケット】

出店者募集 ■出店料 1,000円 1ブース(2.5m×4.3m)

※テントの貸し出しはありません。

※雨天決行。ただし、フリーマーケットは場所が外となるため、荒天により中止となる場合もあります。

■申し込み 申込受付中。下記に電話で申し込みください

■問・申し込み ひとまち交流館 ☎84-1770



## くらっぱランド～こどもの国～

ゴールデンウィークはここで決まり。入館30万人記念イベントを開催します。ご当地アイドル「みちのく仙台 ORI☆姫隊」や「雷神音戦士アニディアン」もゲスト参加します。

■日時 4月29日(土・祝)11時～14時

蔵っぱパークで一日楽しみましょう。美味しい食べ物コーナーもあります。

○こどもマルシェ

子ども達がお店やゲーム屋さんを出します。かわいい物や楽しい物がいっぱいです。

○入館30万人記念プレゼント抽選会

1回目:12時、2回目:13時30分 ※11時15分～抽選券配布。

●特別賞:一の坊松島館ペア宿泊券2組

●協賛:(株)一の坊、(株)矢本ショッピングプラザ、(株)ノ蔵、(株)ちゃんこ萩乃井、庄司薬局(有)、まるせんタクシー(株)、やもとタクシー(株)、(有)奥松島観光タクシー、(株)おいかわ、山崎理事、(株)木村工務店



展示コーナー

ちぎり絵教室しゅんこう 出展者:石巻あいプラザ教室

■日時 4月15日(土)・16日(日)10時～17時

春の山野草展 出展者:赤井野草の会

■日時 5月6日(土)9時～17時、7日(日)9時～16時

野草展示会 出展者:やもと野草の会2

■日時 5月13日(土)9時～17時、14日(日)9時～16時

東松島市蔵っぱパークの運営には、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。

# 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。>



元気と気合いで  
 東松島の魅力発信

委嘱式の司会は、よしもと“住みます芸人”の「爆笑コメディアンズ」が務め、息の合ったかけあいも見られました。

## お笑い芸人 尾形貴弘さんを ふるさと復興大使に委嘱

まちのPRを担う「東松島ふるさと復興大使」に、新たにお笑いトリオ、パンサーの尾形貴弘さん(39)を委嘱しました。野蒜の新町地区出身の尾形さんは、祖父に元鳴瀬町長の尾形正一さんを持つ地域ゆかりの芸能人です。尾形さんは「ふるさとへの恩返しとして、まちの魅力を元気に楽しく熱くPRしていきます!任せてください!サンキュー!」と力を込めていました。(3月30日、市役所)



55年の節目 伸びやかに歌う  
 民謡歌手・岩井きよ子さん

県内の民謡歌手が歌声を披露する「ふるさとを離れて55年—岩井きよ子チャリティ民謡の集い」が開かれ、市内外の民謡ファン約450人が訪れました。同市矢本出身の岩井さんをはじめ、歌手や踊り手、伴奏者など約30人が出演。三味線などの音色が響く中、力強い民謡や華やかな舞踊が次々に登場し、来場者を楽しませました。また、市の復興に役立ててほしいと、寄附もいただきました。(2月26日、市コミュニティセンター)

小松南、柳の目東の両災害公営住宅に対し、大塩地区に第二工場を持つ日本酒「浦霞」醸造元の佐浦(本社・塩釜市)から遊具が寄贈されました。完成は5月上旬の予定です。小松南は子ども向けと健康遊具があり、柳の目東には動物をテーマに親しみやすい遊具が配置されます。(3月27日、市役所)



## 公営住宅に楽しい遊具設置 日本酒醸造元の佐浦



## 災害弱者対応で連携強化 赤十字病院にHOTセンター

石巻地方2市1町の行政と医療機関、管内で在宅酸素機器を供給している事業者が、在宅酸素療法(HOT)患者への大規模災害時の支援システム運用に関する協定を結びました。HOTは、慢性的な呼吸器疾患などの人が、酸素供給装置から酸素を取り入れる療法です。大規模災害時には、患者の避難・支援拠点の「HOTセンター」を石巻赤十字病院に設け、登録情報をもとに医療活動を行います。(3月7日、石巻赤十字病院)



## 子どもたちの安全のために 防犯クリアファイル寄贈 宮城県建設業協会石巻支部青年部

土木・建築業を営む建設会社の若手経営者と後継者で組織する、宮城県建設業協会石巻支部青年会は、子ども・地域の安全・安心のための活動を行っています。その一環として、「防犯標語入りクリアファイル」を寄贈いただきました。ファイルは、市内の新小学1年生に配られ、防犯教育に活用されます。  
 (3月22日、市役所)

# 親しんだ園舎にありがとう



## 39年の歴史に幕

### 小野保育所

39年の歴史に幕を閉じた東松島市小野保育所の閉所式には、関係者約80人が参加し、児童たちは「たくさんの思い出ができました。小野保育所ありがとう」と声を合わせた後、小野保育所の卒業生で音楽家の鹿嶋静さんが作詞作曲を手掛けた「またあえるよね」を合唱し、園舎に感謝と別れを伝えました。(3月25日、小野保育所)

## おいしい「いちご」にご満悦



第10回JAいしのまき「いちご祭り」では、東松島市や石巻市で生産されている「とちおとめ」「紅ほっぺ」「もういっこ」の3品種の食べ比べが行われたほか、求めやすい価格での直売があり、多くの人でにぎわいました。模擬せりや地元産野菜の販売、初めてとなる餅まきもあり、地域の味に親しんでいました。(3月12日、石巻青果花き地方卸売市場)



東松島市と石巻市、県立石巻支援学校は、災害時に支援学校の校舎の一部を福祉避難所として利用する内容の覚書を交わしました。締結式で阿部秀保市長は、今日をPTA、行政、学校の連携の第歩としたいとあいさつしました。東松島市が福祉避難所としての利用協定を結んでいる施設は、今回で13カ所となりました。

(3月16日、県立石巻支援学校)

石巻支援学校と石巻市・東松島市の3者で福祉避難所協定  
災害時の要配慮者支援を強化

「森の学校」をコンセプトとした宮野森小学校を会場に観光地域づくりを考えるシンポジウムが開かれました。同校アドバイザーのC・W・ニコルさんが基調講演したほか、パネルディスカッションにはニコルさんや同校校歌を作曲した曲した歌手の加藤登紀子さんが参加し、自然を活かした観光促進について話し合いました。

(3月26日、宮野森小学校)

自然を活かした観光地域へ



## 感謝込めて「東松島食フェス」 バーベキューや地場産品販売

地元の農水産物やベーカリーなどを扱う地域活性化施設「Harappa」のオープン1周年を記念したイベント「東松島食フェス」が行われ、多くの親子連れでにぎわいを見せました。会場では地元食材を使用した軽食販売や、人気のパンの格安限定販売コーナーなどが設けられたほか、バーベキューコーナー、各種体験なども実施されました。(4月1・2日、Harappa)



## はらっぱ Harappa 1周年記念

▶「お花を飾ってみよう」13時の部に  
参加したみなさん(3月4日)



**5月3日(水・祝)から5月5日(金・祝)の期間特別開館します  
～開館時間は10時から17時まで～**

4月23日(日)～5月12日(金)の「第59回こどもの読書週間」に伴い、特別開館します。

●こどもの読書週間とは

子どもたちにもっと本を!との願いから、「こどもの読書週間」は1959年にはじまりました。もともとは、5月5日の「こどもの日」を中心とした2週間(5月1日～14日)でしたが、2000年より、今の4月23日(世界本の日・子ども読書の日)～5月12日になりました。

小さいときから本を読む楽しさを知っていることは、子どもが大きくなるためにとっても大切なことです。

「こどもの読書週間」のあいだ、図書館や本屋さんなどでは、楽しい行事が行われます。「こどもの読書週間」は、大人が本を子どもに手わたす週間でもあるのです。本館でも楽しいイベントがあります。ぜひご家族みなさんでお越しください。



**科学あそび～しゃぼん玉であそぼう～**

- 日時 5月5日(金・祝)11時～12時
- 場所 図書館前広場
- 内容 しゃぼん玉あそび
- 対象 幼児から小学生までのお子さん

※事前申込不要。雨天時は中止になる場合もあります。



**特別開館中のおはなし会開催**

5月3日(水・祝)のちっちゃい子おはなし会は、通常どおり開催します。

- 時間 11時～11時30分
- 場所 会議室

**3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 「闇の平蔵」逢坂剛
- 3位 「腸医が教えるこうすりや健康コンビ二飯」松生恒夫
- 4位 「おいへの『ケジメ』」斎藤茂太
- 5位 「おね 上巻」田淵久美子
- 6位 「ネバーランド」恩田陸
- 7位 「花の鎖」湊かなえ
- 8位 「虚ろな十字架」東野圭吾
- 9位 「コンビニ人間」村田沙耶香
- 10位 「坂野惇子の人生」



**親子で読書マラソン**

絵本の読み聞かせて  
100冊達成したお友だちです。

▶1回目ゴールおめでとう



▶5回目ゴールおめでとう



2月17日～3月15日までに20組のお友達がゴールしました。

**■おすすめの新刊**

おおつきしゅんさい 「大槻俊斎」 俊斎プロジェクト

幕末、本市赤井に生まれ、貧しい生活のなかで医師となることを志した大槻俊斎。彼は働きながら医学の勉強に勤しみ、のちに西洋医学所(現・東京大学医学部)の初代頭取となり、日本の医学の発展に努めます。紙芝居もありますので、あわせて読んで郷土の偉人に触れてみませんか。

「俊斎プロジェクト」とは  
児童を通じて後世に大槻俊斎の偉業を伝え続けていくほか、志を持ってたくましく生きる子どもたちの育成を目的として、赤井小学校の教職員や父母教師会、地域の方々によって発足。



**新着図書案内**

●実用

- 「人生がはかどる『ふせんノート』」 坂下仁
- 「戦国時代のハローワーク」 ライブ/編著
- 「どこまでやるか、町内会」 紙屋高雪
- 「死後離婚」 吉川美津子ほか
- 「入社1年目の国語力大全」 日本エスプリ研究会
- 「天災と日本人」 畑中草宏
- 「食べる甘酒で病気が治る! 楽々やせる!」 アラン・ドラモンド/作
- 「東京大改造マップ2017-2020」
- 「日経アーキテクチュア」 編

●小説

- 「雪つもりし朝」 植松三十里
- 「失われた地図」 恩田陸
- 「隠す」 大崎梢ほか
- 「ゼロ・アワー」 中山可穂
- 「本を守ろうとする猫の話」 夏川草介
- 「墨龍賦」 葉室麟
- 「ついに、来た?」 群像
- 「テロリストの処方」 久坂部羊

●児童

- 「みどりの町をつくろう」
- 「ラスカル、教えて!子どものひとこと」
- 「英会話」 小池直己

3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

## コミセン水墨画教室～花鳥風月を描こう～ 受講生募集

濃淡に無限の可能性を秘めた「水墨画」。はじめて挑戦する方も経験豊富な先生の指導で、じっくりその世界を味わっていただけます。墨による一発勝負の世界で、花を描く奥深さを楽しんでみませんか。市民文化祭での展示を目標に学習していきます。

- 期間 5月～平成30年3月 月2回程度(全18回予定)
- ※初回は、5月19日(金)10時から。また、講師による水墨画についてのお話と実演を予定しています。
- 場所 市コミュニティセンター会議室
- 定員 15人程度 ■講師 手代木 四郎(雅号:卓仙)
- 受講料 前期(5月～10月分):8,000円 後期(11月～3月分):6,400円
- ※年間を通しての教室ですが、受講料は2回に分けていただきます。用紙代・資料代込み。道具代などは別途費用がかかります。
- 申し込み 5月10日(水)まで、電話または直接下記に申し込みください
- 主催 NPO法人東松島市芸術文化振興会
- 問・申し込み 市コミュニティセンター ☎82-6969(平日9時～17時)

## 『少年少女合唱教室』生徒募集

歌うことの楽しさや喜びを学びながら、みんなで楽しく過ごしませんか。歌を通して、子供達のコミュニケーションを図りましょう。

- 教室回数および時間 10回(月2回程度)10時～11時30分
- 場所 市コミュニティセンター
- 対象・定員 市内の小・中学生 20人程度
- 指導者 土井 正(ハラハラシンガーズ)  
石田 香織<伴奏>(ハラハラシンガーズ)
- 受講料 1,000円(資料代) ※初回時のみ。
- 主催 NPO法人東松島市芸術文化振興会(市コミュニティセンター)
- 申し込み 5月22日(月)まで、電話または直接下記に申し込みください
- 問・申し込み 市コミュニティセンター ☎82-6969

## すこやか学級受講生募集

親としての心構えや、子育てに必要な基礎知識を楽しく学ぶ学習会です。受講料は無料(材料費などがかかる場合があります)で、託児付きです。※現在子育て中の方だけでなく、これから出産予定などの方も参加できます。

- 期間 6月～平成30年2月頃まで(月1回、全9回)
- 時間 10時～11時30分
- 対象 5歳未満の子ども(乳幼児)がいる市内在住の保護者、またはこれから出産予定などの方
- 内容 講話、実技、実習、移動学習など
- 場所 市コミュニティセンターほか
- 定員 50人 ※定員になり次第締切。
- 締切日 5月12日(金)
- 問 生涯学習課社会教育班 ☎内線3203



## 平成29年度 石巻地区青年文化祭 実行委員募集

石巻地区青年文化祭実行委員会事務局では、11月19日(日)矢本東市民センターで開催される石巻地区青年文化祭の実行委員を募集します。若い世代が中心となり、文化祭の企画・運営を通じて新しい文化祭を創りあげてみませんか。興味・関心のある方は、下記に問い合わせください。

- 募集期限 6月2日(金)
- 問 宮城県東部教育事務所生涯学習担当 ☎0225-95-1411 内線577  
市生涯学習課社会教育班 ☎内線3201

## 第12回ひがしまつしま市民文化祭実行委員募集

市民文化祭と一緒に運営・実行する方を募集しています。芸術・文化を身近に感じながら楽しく参加できる文化祭を企画しませんか。興味・関心のある方は下記に連絡してください。

- 開催日 10月21日(土)・22日(日)・29日(日)、11月3日(金・祝)
- 問 生涯学習課社会教育班 ☎内線3202

## Sports Paradise

東松島市体育協会  
スポパ通信

～スポーツから笑顔が生まれるまちづくり～

■問・申し込み 東松島市体育協会 ☎82-9030 平日9時～17時

## 平成29年度 春のスポーツ教室

■募集期間 4月19日(水)～5月2日(火) ※募集定員になり次第締め切り。

### 卓球協会主催 スポーツ教室

- 期間 5月17日(水)～7月末(10回) ※毎週水曜日 19時～
- 場所 市民体育館
- 受講料 3,500円

#### ラージボール卓球教室

普通の卓球のボールより大きく、初心者でも簡単にプレーできます。ラケット貸出あり(有料)。

- 講師 土井隆司(卓球協会)
- 対象・定員 一般男女 25人
- 持ち物 運動靴、飲み物、タオル

#### 中学生卓球トレセン

卓球の基礎がわからない方や、体力がないメンタルが弱い、卓球をもう少し練習したい中学生のトレセンです。

- 講師 卓球協会公認スポーツ指導員
- 対象・定員 中学1・2年生 20人
- 持ち物 運動靴、飲み物、タオル、ラケット

#### 【体育協会委託事業】

### 優しいヨガ入門 ～いつまでも健康な心身を目指して～

- 開講日時 5月19日(金)
- ※隔週金曜日 13時～14時(全10回)
- 場所 市民体育館
- 定員 15人 ※どなたでも参加OKです。
- 講師 熱海和美先生(認定ヨーガ療法士)
- 受講料 10,000円(施設利用料・保険料込)
- 持ち物 飲み物、タオル必要であれば羽織物、ヨガマット(貸出あり)

運動が苦手、運動不足や肩こりや疲労感…  
ヨガの体操と簡単な呼吸法・瞑想を取り入れてさらなる健康を目指しませんか。  
初心者の方も気軽に参加ください。  
1回あたり1,000円と、とてもお得なコースです。

※10人以上に達しない場合は開講できない場合があります。  
※通院中の方、手術された方は事前に主治医の許可を得てください。  
※受講料は初回受講日にお支払いをお願いします。  
※まれに受講日の変更になる場合があります。そのほか、ホームページで情報を更新しています。ぜひ、ご覧ください。 <http://h-taikyo.jp>

## 放課後子ども教室

### 放課後子ども教室とは

放課後の空き教室等を活用して、子どもたちに学習やスポーツ、地域の方々との交流活動等の機会を設け、地域の中で心豊かで健やかな子どもたちを育む取り組みです。平成29年度は、矢本西、大曲、宮野森小学校で行う予定です。

### ボランティア募集

特別な資格や専門的な知識は必要ありません。また、都合の良い日だけのお手伝いでも構いません。「読み聞かせをしてあげたい」、「子どもが好きでお世話したい」などと思っている方、スタッフとして子どもたちと一緒に見守っていきませんか。

#### 子ども教室の活動時間

- 14時30分～16時頃
- 平成29年度は各校5月から月1回で計8回を予定
- 長期休業期間中(夏休み、冬休み等)は開催しません

#### 子ども教室の活動内容

- 学習活動(宿題・読書など)や昔遊び、創作活動、スポーツ活動など

#### スタッフに協力いただく内容

- 活動の際の見守りや活動補助
- 準備や後片付けの時間を含め2時間程度



おかしで実験



食育



防犯・防災

活動の例

地域の方々のご協力がぜひ必要です。興味がある方は、下記まで連絡ください。多くの皆さんの協力をお待ちしています。

- 問 生涯学習課社会教育班 ☎内線3202

# 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

### 市立矢本中央幼稚園未就園児保育ちびっこクラブ参加者募集

問 市立矢本中央幼稚園  
☎82-4519

■実施期間 5月～平成30年2月(年9回)

■場所 矢本中央幼稚園遊戯室・園庭

■対象 市内在住の平成24年4月2日～平成27年4月1日生まれの2歳児～4歳児

■申込受付 5月1日(月)から随時

■申込受付時間 9時～16時

■申込方法 園内にある用紙に記入してください。電話での受付は行いません

※詳しい内容は、右記に問い合わせください。

### 奥松島縄文村歴史資料館 展示解説員(非常勤)募集

問 奥松島縄文村歴史資料館  
☎88-3927

■対象・資格 短大卒以上の方(博物館学芸員資格を持つ方優先)で、郷土の歴史・自然・美術工芸に関心があり、心身ともに健康で市税など滞納がなく、パソコン操作(ワード・エクセル・フォトショップ・イラストレーター)ができる方

■募集人数 若干名

■業務内容 観覧受付・案内、展示解説、体験学習指導、広報PRなど

■雇用期間 随時(平成30年3月31日) ※更新あり。

■勤務時間 週5日・35時間(8時30分～17時15分のうち7時間、土・日曜と祝日の勤務あり)

■賃金 月額147,000円(社会保険・雇用保険あり)

■申し込み 4月30日(日)まで、履歴書(本人自筆・写真貼付)を上記に持参または郵送

※書類選考後、作文・面接試験あり。

### 臨時学芸員募集

問 奥松島縄文村歴史資料館  
☎88-3927

■対象・資格 発掘調査に習熟し、報告書の執筆経験があり、心身ともに健康で市税など滞納がなく、パソコン操作(イラストレーター)必須ができる方

■募集人数 若干名

■業務内容 農地復興関連発掘調査およびミュージアム再生事業に係る学芸業務

■勤務期間 随時(平成29年9月30日(予定))

■勤務時間 週5日・38時間45分(8時30分～17時15分、土・日曜と祝日の勤務あり)

■賃金 月額248,000円(社会保険・雇用保険あり)

■申し込み 4月30日(日)まで、履歴書(本人自筆・写真貼付)を右記に持参または郵送

※書類選考後、面接試験あり。

## お知らせ

### 障害者日常生活用具給付事業の給付対象種目が追加されました

問 福祉課障害福祉班  
☎内線1178

在宅で生活する障害のある方や難病の方などが購入する日常生活用具の費用の給付対象種目が、4月1日から追加されました。給付を受ける場合は購入前に申請が必要です。申請方法など、詳しい内容は問い合わせください。

### 追加対象種目 人工鼻

■給付対象者 身体障害者手帳所持の音声・言語機能障害者(同じで喉頭摘出を行った方)

※世帯の所得税額などにより利用者負担があります。(給付額は基準額(給付上限額)と異なります)。

### 心身医療障害者医療費を助成されている皆さんへ

問 福祉課障害福祉班  
☎内線1178

国民健康保険の加入者で医療費が免除となっている方には、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。

### 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1178

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。

### 自立支援医療費(精神通院医療)給付証 更新手続きのお知らせ

問 福祉課障害福祉班  
☎内線1178

自立支援医療費(精神通院医療)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。

### 道路に面する土地の適正管理

問 建設課道路公園管理班  
☎内線2213

市で、道路の定期パトロールを実施している中で、次のような事例が多く見受けられます。事故や冠水につながるおそれがありますので、土地所有者および管理者の方は、土地や車両等の適正管理をお願いします。

● 民地の樹木が伸びて枝葉が道路へはみ出している。

● 鉢やプランターが道路や側溝の上に置いてある。

● 空き地や農耕地の土が道路や側溝に流出し、堆積している。

● トラクタ等を使用して農耕地で作業後、走行する際に道路が農耕地の土で汚れている。

### 東松島市地域防災計画を修正しました

問 防災課危機対策班  
☎内線1164

市では、災害対策基本法第42条に基づき、市防災会議において東松島市地域防災計画を作成し、毎年検討を加え、必要に応じて修正しています。

平成29年2月に開催した防災会議により、計画内容の一部を修正しました。

同計画の詳しい内容は、市ホームページをご覧ください。

### 「てあわせWS」ワークショップ(開催のお知らせ)

問 「てあわせWS」事務局担当(森)  
☎080-11812198800  
☎ http://teawaseken.jp/

「てあわせ」は、自分と相手を手を合わせ、からだでコミュニケーションをとりながら、いっしょに新しい表現をつくりだす活動です。むずかしいルールは何もなく、こころ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、障害のある人となない人が、個性を活かしたい、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ご一緒してください。

■日時 4月22日(土)13時15分～15時30分

■場所 赤井市民センター

※事前申込不要。  
■参加費 1組あたり500円  
※当日、会場受付で納入。

### 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	4月1日	4月2日	4月3日	4月4日	4月5日	4月6日
測定値(単位:μSv/h)	0.030	0.030	0.030	0.030	0.030	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

# 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)

## 子ども・高齢者のケア相談

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つたなど、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 5月11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

## 献血にご協力ください

問 健康推進課健康推進班  
☎内線3102

■日時 4月30日(日)10時～16時

■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献血のみ受付で実施します。

## 妊婦歯科健康診査開始のお知らせ

問 健康推進課健康支援班  
☎内線3118

4月1日から妊婦歯科健康診査を実施しています。母子健康手帳交付時に渡す受診票を利用して、妊娠中に1回分の歯科健診を無料で受診できます。

妊娠中は、ホルモンバランスの変化やつわりにより、むし歯や歯周病が進行しやすくなります。重度の歯周病は、早産・低体重児出産の危険性を高めるので、早めに健診と治療をすることが大切

です。生まれてくるお子さんのためにも、ぜひ受診しましょう。

すでに母子健康手帳交付を受けている方には、別途通知を郵送しています。不明な点などは、上記に問い合わせください。

## 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

## 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

## 女性医師による女性の健康相談

問 宮城県健康推進課  
☎022-211-2623

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等で悩んでいる

女性の相談に応じます。(完全予約制・相談無料)

■日時・場所・時間 4月22日(土)14時～16時 大河原町駅前コミュニケーションセンター

5月13日(土)14時～16時 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 ☎090-1584-01993

■受付時間 平日9時～17時(土・日曜、祝日を除く)

## 胃がん検診を実施のお知らせ



4月10日(月)～28日(金)の期間で胃がん検診を実施しています。申し込みをした方には3月下旬に受診票と日程表を郵送しました。

日程および会場は、下記の通りです。受診を希望する方で申込をされていない場合は、下記までお問い合わせください。

■平成29年度 胃がん検診日程 ■受付時間 7時～10時

実施日	対象地区	場 所
4月17日(月)	照井、御下、南四、南六、南新二、柳西	赤井市民センター
4月18日(火)	中東、寺、八幡、南一、南新一、柳北	
4月19日(水)	六槍、裏、横関、南二、南三、新川前、南五、南緑、柳上、柳下	
4月20日(木)	上町一、北区官舎、駅前、河戸、四反走、上河戸四	矢本保健相談センター
4月21日(金)	西新町、上河戸一、上河戸三、立沼、鹿妻一、二反走	
4月22日(土)	鹿妻二、道地、上小松、沢田、前里、手招、前柳、小松南	野蒜市民センター ※新施設での実施。
4月24日(月)	浅井、中下、東名、新東名、大塚	
4月25日(火)	新町、亀岡東、亀岡西、亀岡南、里北、野蒜ヶ丘二、野蒜ヶ丘三、里南、月浜、大浜、室浜	小野市民センター
4月26日(水)	西福田下、川下上、往還上、浜市下、浜市上	
4月27日(木)	本町、高松、新田、上下堤下、往還下	
4月28日(金)	城内、新道、田町、根古	
4月28日(金)	西福田上、肘曲、上下堤上、川下下、平岡	

※検診実施日程表による対象地区で受診できない方、また、現所在地と住所登録地が異なる方は、そのほかの検診日で都合のよい日に受診できますが、混雑が予想されますのであらかじめご了承ください。

※会場は、当日午前6時30分に開錠します。受診票は当日お持ちください。前日などに無人で置かれている場合は、無効となります。会場によっては駐車台数に限りがございますので、自動車の乗り合わせにご協力願います。

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3108

## 4月1日～6月30日は、春の農作業安全確認運動期間です

～一人一人の安全意識と周囲からの「声かけ」から始まる農作業の事故防止～

乗用型トラクターでの死亡事故が最も多いことから、運転の際は「ほ場の出入りやあぜ越え」「路肩からの脱輪」「ほ場以外での片ブレーキ走行」に注意し、キャビンや安全フレームを取り付けましょう。

### ■農作業安全の実践・確認項目

- ①休憩の取れる無理のない作業
- ②農作業や機械作業に適した服装
- ③点検・整備は、必ずエンジン停止
- ④油断せず後方確認、足元注意
- ⑤慎重なほ場への出入り、慎重なあぜ越え
- ⑥農道の走行時は、路肩の状況を確認
- ⑦道路走行に備え、反射板を装着



### ■道路に泥を落とさないように注意しましょう

トラクター、田植機、コンバインなどを使用した農作業後に田や畑から公道へ出る際には、必ず泥を落としてから走行するようお願いいたします。車道や歩道に落ちた泥のかたまりは、自動車だけではなく、歩行者、バイク、自転車、車いすなどの通行の妨げになり、大変危険です。環境美化と交通安全のため、道路に泥を落とさないように注意しましょう。やむを得ず道路を汚してしまった場合には、速やかに泥の除去・清掃をしてください。

■問 農林水産課農政班 ☎内線2142

## 乳幼児健康診査・健康相談のお知らせ(4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:12時50分～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
4月	26日(水)	平成28年12月	18日(火)	平成27年9月	27日(木)	平成26年9月	28日(金)	平成25年11月	24日(月)	平成28年6月	14日(金)

■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。

4月に入り、新年度を迎えましたね。新しい環境にも慣れてきた頃だと思います。花見などで、飲食の機会が増えるこの時期。そして、夏を見据えて、ゆぶとで身体を動かしていきましょう。

## ジュニア水泳教室会員募集中

月・火・水・金曜日	土曜日
15時～16時 幼児(3歳半～6歳)	10時15分～11時15分 学童(小学生/7-16級)
16時15分～17時15分 学童(小学生)	11時30分～12時30分 幼児(3歳半～6歳)
17時30分～8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	



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)

## 年間会員&ジュニア会員 入会キャンペーン

ぽかぽか陽気も多くなり、桜の咲く季節になってきましたね。薄着になる夏に向けて、身体を動かすには、最適な時期です。「どうやって運動始めたらいいの」など、疑問をお持ちの方は、ぜひ、ゆぶとで運動を始めてみましょう。そこで、4月15日から5月末まで、【入会キャンペーン】を行います。ぜひ、この機会をお見逃しなく。

キャンペーン内容		「ゆぶとオリジナルタオル(非売品)」をプレゼント
年間会員	新規入会の方	4月15日から5月31日(水)までに入会の方へ
ジュニア会員		
年間会員	現会員の方	平成30年3月31日までの更新時に 平成29年5月1日在籍者へ
ジュニア会員		

※年間会員更新の方は、期間中、1回のみとなりますので、あらかじめご了承ください。

## 5月5日(金・祝)はこどもの日

## 5月14日(日)は母の日

●5月5日(金・祝)は、利用されたお客様へ  
 ●5月14日(日)は、利用された大人女性へ  
 「次回使える優待利用券」をプレゼントします。誘い合わせのうえ、たくさんの皆さんの利用をお待ちしています。



## 5月4日(木・祝)は休館します

5月4日(木・祝)は、祝日ですが、休館となります。翌5日(金・祝)は、通常営業します。

●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

### 2017年4月 15日～30日

15	土	■市報4月15日号発行 ■矢本子育て支援センターほっとふる土曜開館(午前のみ)(矢本子育て支援センター) ■胃がん検診(矢本東市民センター)7:00 ■おはなし会(図書館)11:00 ■学習参観日(鳴瀬未来中)	休
16	日	●平成29年東松島市長選挙・市議会議員一般選挙告示日 ■滝山桜まつり(滝山公園)10:00	赤休
17	月	■図書館休館日 ■胃がん検診(赤井市民センター)7:00(～19日(水)) ■健康相談(老人福祉センター)9:00 ■振替休業日(鳴瀬未来中)	
18	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	休
19	水	■ちっちゃい子おはなし会(図書館)11:00	
20	木	■胃がん検診(矢本保健相談センター)7:00(～22日(土)) ■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)9:10:00 ■交通安全教室(赤井小)	
21	金	■学習参観日(矢本東小) ■振替休業日(矢本二中)	休
22	土	■おはなし会(図書館)11:00 ■学習参観日(赤井小・鳴瀬桜華小・宮野森小)	
23	日	●平成29年東松島市長選挙・市議会議員一般選挙投票日 ■保育参観・父母教師会総会(矢本中央幼)	赤休
24	月	■図書館休館日 ■胃がん検診(野蒜市民センター)7:00 ■健康相談(老人福祉センター)9:00～16:00 ■振替休業日(矢本西小)	
25	火	●市税及び税外収入金収納・相談延長窓口 ～20:00 ■胃がん検診(野蒜市民センター)(小野市民センター)7:00 ■機能回復訓練(老人福祉センター)9:30 ■宮野森小学校校舎見学会(～27日(木))15:00 ■大塩自治協議会総会(大塩市民センター)19:00	休
26	水	■胃がん検診(小野市民センター)7:00(～28日(金)) ■矢本西コミュニティ協議会総会(矢本西市民センター)19:00	
27	木	■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00 ■矢本ひがしネットワークコミュニティ総会(矢本東市民センター)19:00	
28	金	■図書館休館日(図書整理日)	休
29	土	●昭和の日 ■図書館休館日(昭和の日) ■くらっぱランド～こどもの国～(蔵しっくパーク)11:00	休
30	日	■小野地域まちづくり協議会総会(小野市民センター)19:00 ■献血(イオンタウン矢本)10:00	赤休

### 2017年5月 1日～15日

1	月	■市報5月1日号発行 ■図書館休館日 ■健康体操(老人福祉センター)10:00 ■健康相談(老人福祉センター)13:00 ■宮野森小学校校舎見学会(～2日(火))15:00	
2	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	休
3	水	●憲法記念日 ■子ども読書週間特別開館(図書館)(～5日(金・祝)) ■縄文体験・体感WEEK!(縄文村)(～7日(日)) ■ちっちゃい子おはなし会(図書館)11:00 ■容器包装プラスチック収集休み	
4	木	●みどりの日	
5	金	●こどもの日 ■科学あそび～しゃぼん玉であそぼう～(図書館)11:00 ■縄文村入館・体験無料DAY!(縄文村)	休
6	土	■おはなし会(図書館)11:00	休
7	日	●市税及び税外収入金収納・相談休日窓口 8:30～17:15	赤休
8	月	■図書館休館日 ■健康相談(老人福祉センター)9:00	
9	火	●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	休
10	水		
11	木	■人権相談(市コミュニティセンター)10:00 ■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00	
12	金		休
13	土	■おはなし会(図書館)11:00 ■矢本子育て支援センターほっとふる土曜OPEN	休
14	日		赤休
15	月	■市報5月15日号発行 ■図書館休館日 ■健康相談(老人福祉センター)9:00	

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 休…市民体育館9～12時、休…市民体育館18～21時、  
 休…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29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4月1日現在の住民基本台帳、外国人住民含む)  
 男 19,759人(±0) 女 20,430人(-48)  
 計 40,189人(-48) 世帯数 15,540戸(+11)  
 ( )内は前月比