

2017

6.1

市報

ひがしまつしま



平成28年度ポスターコンクール
東松島市長賞
佐々木友愛さんの作品



おいしいが
いっぱい
東松島

市民協働で広げよう 4万人の食卓の輪

食べることは、すべての生命活動における出発点です。市民の皆さん一人ひとりが食について考え、判断する能力を身に付けて、豊かな人間性を育むことにつながる「食育」の重要性を市全体に広める運動の一環として市は、小中学生を対象とした「健康な食生活と東松島市の食材」ポスターコンクールを開催しています。平成28年度も数多くの力作が寄せられ、その中から赤井南小学校6年(現・矢本第二中学校1年)の佐々木友愛さんが東松島市長賞を射止めました。たくさんの地場産品をモチーフに描いた佐々木さんは「おいしいものがたくさんある東松島の良さを、市内外の人たちに伝えたい一心で描きました」と作品に込めた思いを語っていました。

国で定める食育推進計画において、6月は「食育月間」としています。今号の特集では、「生涯にわたって食べる喜び」をテーマとして、食育活動などに取り組む市民の皆さんの紹介や、口腔ケアに関する歯科医師へのインタビューのほか、市が取り組む各種事業などを紹介します。

写真…「地元食材の料理をきれいに盛りつけて」と語りかける母可奈枝さん(左)と、「できるだけ食事の支度を手伝っています」と話す佐々木友愛さん(右)。(撮影地:東松島型地域住宅つながるYeah(家)!!)

市報
ひがし
まつしま
No.220

- 特集 市民協働で広げよう 4万人の食卓の輪 ----- 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!ひがしまつしま -- P12~P13
- 知っ得情報 ----- 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



毎日明るい笑顔で「いただきます」

より良い食生活でいきいき健康!



「おいしく給食をいつもあげがういげうますー!」。自然と笑顔もほころびます



美沙さんの作る離乳食が大好きな理仁くん

給食を通して地域理解 残食率低い宮野森小



食育は欠かせない学び

子どもの成長に欠かせない学校給食は、栄養に優れているだけでなく、児童たちの心の成長にもつながる生きた教材です。給食を通して地場産品への理解を深めるとともに、食べ物や作ってくれる人への感謝の心なども育むことができます。

宮野森小学校は給食の残食率が他校と比較して低いのが特徴です。市内の小中学校の平均残食率が15%前後であるのに対し、本校では4%以下をキープしています。これは給食委員会の児童たちが取り組んできた活動の成果です。「給食に感謝し、残さず食べる」というテーマを掲げ、全校一丸となって励んできました。

本年度から給食委員会はなくなりましたが、「できるだけ残さないようにしよう」といった雰囲気や、食べ物への感謝の思いなどは子どもたちの心の中に深く根付いているように思います。

本校では、総合学習や生涯学習の一環で、米作りや海苔すき体験、牡蠣むき作業の見学などを実施しています。これらも給食と同様に心の成長につながる食育活動と言えるでしょう。

食育は生きていく上で欠かせない学びです。いつか親になる子どもたちが、自分の子どもに正しい「食育」を伝えられるよう成長してくれればうれしいです。

(宮野森小学校養護教諭 大内智香子先生)

栄養士さん考案の離乳食 子育てママの強い味方 プロの指導で安心安全



ごとうみさ あきと
後藤美沙さんと理仁くん

理仁はもうすぐ生後9カ月になります。初子で、子育ても初めての経験なのですが、子育て支援センターで実施している「0歳児講座」などに参加したことで、あまり不安を感じずに子育てができています。

講座では、子どもの成長に合わせた離乳食の作り方を丁寧に指導していただき、とても参考になっています。カツオや昆布を使ったダシの取り方や、アレルギーに関する予備知識、簡単な離乳食の作り方など、本やテレビでは知ることのできない情報を教えてもらえました。

また市の栄養士さんが考案した離乳食レシピが閲覧できるクックパッドのページも、とても参考になります。インターネットは情報が豊富で便利ですが、ページによっては裏付けがなかったり、信憑性に欠けるものも多くあります。子どもの口に入るものなので、安全性は何よりも優先して考えなければいけません。

その点、クックパッドでは、食と健康のプロである栄養士さんが監修しているので、安心です。この「安全性」が子育てにはとても大切なことだと思います。

理仁はとても大食漢で、与えた離乳食をいつもぺろりと平らげてくれます。よく食べて、よく寝て、すくすくと大きくなってくれればうれしいです。



赤井南小学校5年
みうら ゆうき
三浦 有紀さん
(現・同校6年)



東松島市食育推進協議会会長賞

東松島市の特産物や、おいしいもの、市内外の人たちにおすすめしたいものなどをイメージして絵に込めました。私は地元産の新鮮なイチゴが大好きです。絵を通して、まちの良さをたくさんの人に知ってほしいです。

平成28年度ポスターコンクール
入賞作品と受賞者の思い



東松島市教育委員会教育長賞

東松島市には野菜や果物、海産物などおいしいものがたくさんあり、図画を通じて紹介したいと思いました。好き嫌いをなく食べて、みんな元気になってほしいと思います。今は中学生になり、テニス部に入学してがんばっています。



矢本東小学校6年
うえの なな
上野 那奈さん
(現・矢本第一中学校1年)

いきいきと健康的な日々を送るためには、より良い食生活を送ることが何よりも大切です。ここでは地域の皆さんがそれぞれに取り組んでいる食育活動や、毎日の食生活で気を配っていることなどを紹介します。

また、昨年度実施した「健康な食生活と東松島市の食材」ポスターコンクールで教育長賞を受賞した上野那奈さん^{うえの なな}と、食育推進協議会長賞に選ばれた三浦有紀さん^{みうら ゆうき}の作品とメッセージを紹介します。

グループホームに入居する皆さんにとって、食事の時間は楽しみの一つです



さいとう ようこ
齊藤洋子さん

栄養バランスと口腔ケア 食事の楽しみをいつまでも

社会福祉法人やすらぎ会で長年栄養士として勤務し、現在はグループホームの食事提供の栄養管理を行うほか、市栄養士会の会長も務めています。

高齢になると心身や環境の変化などで、食事の嗜好や食生活のスタイルが変わることがあります。震災後は高齢者の一人暮らし世帯が増えており、食生活の変化に伴う低栄養化が懸念されています。それぞれが自身の食生活について、いま一度振り返ることが大切かもしれません。

栄養の偏らない食事の基本は、主食、主菜、副菜をそろえて食べることです。また減塩も意識して、主菜はしっかり、副菜はあっさり味つけにメリハリをつけるなど、いろいろと工夫はできます。味噌汁でも、ミツバやセリなどの香りの良い野菜を使えば薄味でもおいしく食することができます。

もう一つ、健康な生活を送るために大切なこととして「口腔ケア」が挙げられます。年齢を重ねると口腔機能は低下しやすくなり、免疫力や体力の低下につながるおそれがあります。これを防ぐためには「食べ物をしっかりと噛んで食べること」、また「おいしいと感じて食事を楽しむこと」が大切です。

口腔に悩みを抱えている方は是非一度、歯科医の診断を受けてみることをおすすめします。おいしく食べることは心身の健康に良い影響を与えてくれるでしょう。



石森さんの畑で採れた
たくさん新鮮な野菜

自家製野菜で万年健康 土とのふれあい心身豊かに



いしもり かずえ
石森和江さん

実家が農家だったので、父親たちが野菜作りに励む姿を間近で見育てました。だからでしょうか。この年になっても、土の上にいるだけでなぜか心が安らぎ、大きな幸せを感じることができます。

そんな私の日課は、牛網地区の家庭菜園でさまざまな野菜を栽培、収穫することです。ネギ、キャベツ、つぼみ菜、ナス、キュウリ、トマト、アピオス、タラの芽、ギョウジャニンニクなど多種多様な野菜を育てています。大豆も味噌ももちろん自家製です。味噌汁には野菜をたっぷり入れ、食材の味を生かしながら、家族みんな減塩にも取り組んでいます。

畑には毎日足を運び、草取りも欠かしません。これがとても良い運動にもなっています。また自分で育てた野菜を自分で食することで、心が満たされ、精神的な健康にもつながっているような気がします。隣近所におすそ分けをして喜んでもらえたときがとても嬉しいです。

3月で73歳になりましたが、これまで大きな病気にかかったことはありません。先日行った健康診断では、血管年齢が32歳と診断され、これには私自身も驚きました。きっとこれも野菜を中心とした食生活が影響したのだと思います。

これからも野菜をしっかりと取ることと減塩を心掛けて無理をせず、健康的な生活を送ってきたいと思います。

お友達や先輩の作品がステッカーになりました。



ステッカー

このステッカーは、小中学生のみなさんに東松島市の地元食材の魅力や健康なからだを守るための食事について知ってほしい願いを込めて作りました。

平成27年度と28年度のコンクールで受賞した小中学生の作品です。いろいろなところに貼って、東松島市のイートころを広めてね!!

他にもあるよ食育グッズ紹介



東松島のおいしいもの
名刺カード



離乳食
てきすと



イートいちごの
飾り巻き寿司レシピ

東松島食育メルマガ会員募集(無料)

役立つ食情報がいっぱい!!毎月19日に配信される「東松島食育メルマガ」では、地元食材を使ったレシピと、旬の食材情報などを配信していますので、ぜひ登録ください。

登録はこちらの二次元コードから
ブックパッドにてレシピも公開中
<https://goo.gl/forms/ayqFltmy4P>



- 食事の適量ってどれくらい?
 - 飲み物の糖分を砂糖に換算すると…こんなに!?
 - 適塩生活って?
 - 保育所の食育活動のひとコマ
 - 大人の食育活動のひとコマ
- などの情報が届きます。

■食育グッズや食育メルマガに関する問
健康推進課健康推進班 ☎内線3110

「おいしい」と「元気」を支える丈夫な歯

6月4日から10日は歯と口の健康週間です。

健康で充実した生活には「食事」が欠かせません。そして、それを支えるのが「歯と口」です。歯と口の健康を守るためには、歯と口についての正しい知識を身に着けること、歯科疾患の予防に関する適切な習慣の定着、歯科疾患の早期発見および早期治療により歯の寿命を延ばすことなどがあげられます。ここでは、五十嵐公英先生(東松島市鳴瀬歯科診療所院長)から、健康な体と充実した人生を送るために、歯と口の健康を保つための適切な口腔ケアについてお話をいただきました。

口腔ケアで健口生活を

口は便利な器官です。食事をしながらお話しもできるし、口笛を吹いたり糸を切ったり味見をしたりと挙げたらきりがありません。

口は唇、頬、舌などの軟らかい筋肉と硬い歯から成り立っています。唇などは傷ついても時間とともに再生が可能です。一方、残念ながら歯は再生しません。傷が自然に治る筋肉と、治らない歯の絶妙な関係により、口の多様な働きができています。

加齢による筋肉の衰えは口の筋肉でも同じです。水がこぼれるとか食べ物が飲み込みにくくなったなどの異変は、口の筋肉の衰え現象と言えるでしょう。また、昔は自慢できた歯並びも虫歯や歯周病で不揃いになってしまった方も多いと思います。

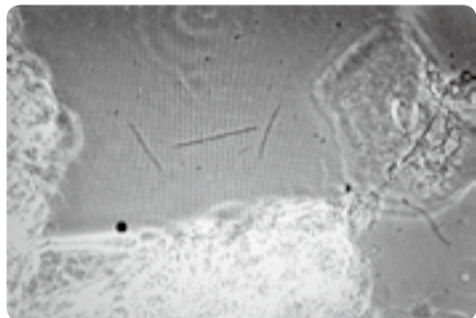
健康な体と生きがいをもった充実した人生に欠かせないのが口腔ケア、すなわち口の手入れです。具体的には以下の3つです。



東松島市鳴瀬歯科診療所
いがらし こうえい
五十嵐 公英院長

① 口の掃除

私たちのお口にはばい菌がいることをご存知だと思います。特別な悪さをすることもなく共生している常在菌です(写真)。



(写真) 口のばい菌と剥離上皮細胞

左下の塊がばい菌の巣で、その周りの小さな点がばい菌です。右上方の透明な枯葉のようなものが古くなって剥がれ落ちた頬の細胞です。この柔らかいばい菌・頬の皮・食べ物の残りの混合物が虫歯や歯周病や口臭、誤嚥性肺炎の元なのです。

歯の上や歯茎との境にたまった汚れは歯ブラシやデンタルフロス(糸ようじ)で優しく磨きます。舌にも汚れが溜まり白くなる場合があります。舌ブラシでそっと表面を掻き出すようにして汚れをとりましょう。

歯の汚れとの上手な付き合い方、それは自分で行う毎日のブラッシングと定期的な歯科医院による専門的口腔清掃を組み合わせることです。定期清掃の間隔は1カ月から3カ月程度でしょう。乳幼児の歯磨きには保護者の仕上げ磨きが必要です。上の前歯の間が幼児の虫歯のできやすい所ですから、デンタルフロスできれいにしましょう。小学校3~4年生頃までの手助けが望めます。

② 食べられる口にするために

口の中に硬い歯があり、それが顎の硬い骨の中に刺さっているから何でも噛むことができます。何でも噛めることで食べ物の種類が広がり、栄養を摂りやすくなります。仮に歯が抜けて入れ歯になっても、食べ物の工夫で充分栄養を取ることができます。入れ歯を使う元気な高齢者はたくさんいます。

大事なことはしっかり噛んで(咀嚼)そして確実に飲み込むことです。噛むことで唇から頬から舌まで口の筋肉に力が入り、そうすることで飲み込むことができるようになるからです。誤嚥性肺炎は、飲み込みが不完全で食べ物がお腹ではなく肺の方に入っていくことで起こるので、良く噛むことは肺炎予防にもなります。

③ 会話ができる表情豊かな口元のために

口は言葉を発する器官ですが、筋肉が動いてくれなくては言葉になりません。筋肉は使わないと弱っていき、必要な時に話したい言葉が出なくなります。口を一杯にふくらませ、左右に動かしましょう。口元のしわが伸びていきます。

舌も思いっきりアカンペーしてください。滑舌がスムーズになること間違いありません。また、首の体操も大事です。たまに後ろに倒して顎をパクパクさせると首の筋肉を伸ばすことができます。趣味と実益を兼ねてのトレーニングは、カラオケも効果的でしょう。大きく口を開け、大きな声を出してアナウンサー並みの発音で歌いましょう。声を出すことは脳の活性化にもつながります。

以上が口腔ケアの3本柱です。他にも方法はあります。それぞれに工夫しながら、人生に生きがいを持ち、何でも食べられる口、コミュニケーションのとれる口、快適で表情豊かな美しい口元にセットアップしましょう。

食べることは、 全ての生命活動における 出発点です。



市では、1歳6か月児健診、2歳6か月児歯科健診、3歳児健診において歯科指導や歯科診察を行いながら、お父さんお母さんへ歯のケアに関する情報提供を行っています。

平成23年度から平成28年度までの6年間で約4,800人の乳幼児に対して歯科指導を行った結果(表1)、虫歯がなかった子供の数は85%超となりました。口腔の清掃状況(表3)を見ると、きれい・普通の合計が約98%に迫るなど、育児に関わる方々への情報提供とその定着の成功が伺える結果となりました。一方、虫歯の状況(表2)では未処置数の多さも目立ちます。すこやかな成長には健全な歯が不可欠です。早めの治療をおすすめします。

また、妊娠中のお母さんの歯を守ることを目的として妊婦歯科健康診査事業を平成29年4月からスタートし、母子ともに健康な食生活が営める環境づくりに着手したところです。

加えて、40歳、50歳、60歳および70歳に達する方を対象に歯周疾患検診を実施しています。期間内であれば追加の受診も可能ですので、問い合わせください。口腔の状態が気になる方は受診をおすすめします。

1歳6か月児・2歳6か月児歯科・3歳児健康診査

(平成23年度～平成28年度)

■表1 歯科診察状況(判定結果)

(人)

年度	虫歯なし			虫歯あり				合計	虫歯なし率	
	1型	2型		A型	B型	C1型	C2型			
平成23年度	297	291	6	4	3	1	0	0	301	98.67%
平成24年度	529	508	21	112	68	34	0	10	641	82.53%
平成25年度	776	772	4	165	118	39	3	5	941	82.47%
平成26年度	758	754	4	166	120	33	1	12	924	82.03%
平成27年度	835	831	4	136	97	32	1	6	971	85.99%
平成28年度	868	860	8	109	77	26	1	5	977	88.84%
合計	4,063	4,016	47	692	483	165	6	38	4,755	85.45%

■表2 虫歯の状況

(本)

年度	虫歯総数	未処置数	処置歯数
平成23年度	12	12	0
平成24年度	554	477	77
平成25年度	574	526	78
平成26年度	682	570	106
平成27年度	444	389	55
平成28年度	380	325	55
合計	2,646	2,299	371

■表3 口腔の清掃状況

(人)

年度	きれい	普通	汚い	合計	きれい率
平成23年度	595	369	35	999	96.50%
平成24年度	625	309	17	951	98.21%
平成25年度	613	304	23	940	97.55%
平成26年度	490	447	14	951	98.53%
平成27年度	606	325	15	946	98.41%
平成28年度	766	191	20	977	97.95%
合計	3,695	1,945	124	5,764	97.85%

妊婦歯科健康診査

- 目的 妊婦の口腔環境の検査と同時に、健全な状態を維持できるよう指導を行う。
- 内容 ア)対象 平成28年度中に母子健康手帳の交付を受け未出産の方、および平成29年度内(4月1日以降)に母子健康手帳の交付を受ける方
イ)申し込み 母子手帳交付時に受診券などを配布
ウ)負担金 なし
- 問 健康推進課健康支援班 ☎内線3117

歯周疾患検診

- 目的 口腔環境の検査と同時に、健全な状態を維持できるよう指導を行う。
- 内容 ア)対象 平成30年4月1日までに40歳、50歳、60歳、70歳に達する方
イ)申し込み 原則として、各戸配布した健診希望アンケートにて受付しましたが、期間内であれば電話にて受付も可能です
ウ)期間 6月1日(木)～10月31日(火)
エ)負担金 40歳、50歳、60歳の方は1,000円を自己負担
70歳の方は500円を自己負担
- ※申し込みをされた方には、5月下旬に受診通知書を郵送していますので、通知書記載の指定歯科医院に予約のうえ、受診してください。
- 問 健康推進課健康推進班 ☎内線3109

東松島市内の歯科医療機関 (2017年(平成29年)6月現在)

歯科医院名	所在地	電話番号
赤間歯科医院	矢本字上河戸70-10	82-8255
イオンタウン矢本歯科診療室ミューズ	小松字上浮足43	82-6211
かわしま歯科医院	大曲字寺前36-4	84-1252
ちば鷹歯科医院	小松字上砂利田34-1	84-1184
藤野歯科クリニック	矢本字大溜24-1	82-8148
村松歯科医院	矢本字新沼1	83-2226

歯科医院名	所在地	電話番号
森歯科医院	赤井字新川前23-16	83-8241
やなぎさわ歯科医院	赤井字川前三番159-13	83-1488
ヤモト歯科医院	矢本字新沼203-2	82-3140
さんかくデンタルクリニック	矢本字関の内1-5	25-5814
鳴瀬歯科診療所	牛網字駅前一丁目2-1	87-2249
奥松島歯科クリニック	牛網字新下西95-1	87-3937

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)

住宅用地売払いのお知らせ

東日本大震災による防災集団移転対象者の生活再建のために整備した7団地のうち、下記3団地の住宅用地について、移転希望者の意向変更(平成29年4月末時点)により、空き宅地が生じています。そのため、今回、防災集団移転対象者以外の方に宅地の売払いを行います。

なお売払いを希望される方は事前に登録し、登録者対象説明会への出席が必要です。
 詳しくは、市ホームページをご覧ください。下記まで問合せください。

団地名	宅地数	面積	売払単価	
			(1㎡当たり)	【参考:1坪当たり】
① あおい(東矢本駅北)	30	300.13㎡～333.19㎡	31,700円～37,400円	104,800円～123,600円
② 野蒜ヶ丘(野蒜北部丘陵)	37	312.24㎡～348.91㎡	22,800円～28,800円	75,400円～95,200円
③ 月浜(宮戸)	1	339.63㎡	7,000円	23,100円
合計	68	※1 宅地数は変更になる場合があります。 ※2 宅地の位置は市ホームページをご覧ください。		

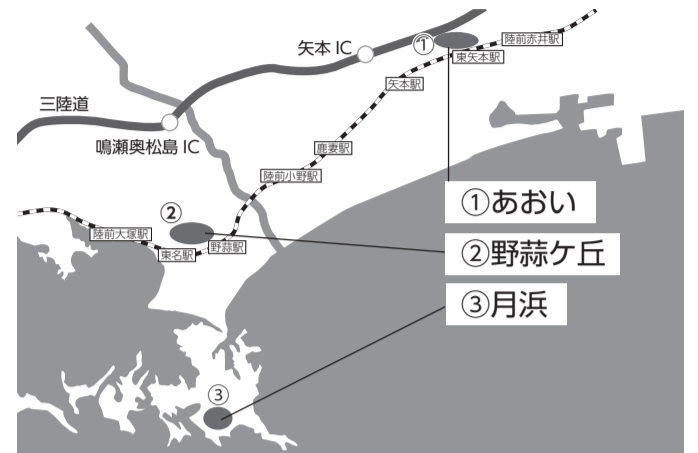
■売払いスケジュール(予定)

- 6月5日(月)～7月28日(金) 事前登録受付
- 8月【日時未定】 登録者対象説明会、本申込
- 9月【日時未定】 宅地決定抽選会、契約

■申込対象 市内外の個人(法人または事業者は申込不可)

※防災集団移転対象者は借地のみ

■申込条件 売買契約締結日から原則1年以内に建築(基礎などの工事)に着手し、5年間は自らが居住し、生活の本拠を置く住宅機能を有する一戸建て住宅(併用住宅含む)として使用すること。



団地の位置図

■団地の決定方法

以下の優先グループに区分けし、上位のグループから抽選を行って、宅地選択順番を決定。

- 【優先1位】 市内り災者(浸水区域)…半壊以上
- 【優先2位】 市内り災者(浸水区域以外の地震被害者)…半壊以上
- 【優先3位】 市外り災者(災害危険区域)
- 【優先4位】 市外り災者(浸水区域)…半壊以上
- 【優先5位】 子育て世帯・新婚世帯
(高校生以下の扶養世帯・婚姻5年以内世帯)
- 【優先6位】 上記以外の個人

■その他

- ・土地代金は、売買契約締結日から2カ月以内に全額納付が必要です。
- ・居住地区の「地区計画」、「まちづくりルール」などに沿った建築が必要です。

■問 用地対策課用地対策班 ☎内線1483・1484・1485・1486

こんにちは農業委員会です

農業者年金受給者の皆さんへ現況届提出のお願い

5月末から6月初めの間に、農業者年金受給者の皆さんに農業者年金基金から現況届用紙が送付されます。現況届は、引き続き年金を受給する資格があるかについて、毎年1回、届出により確認するためのものです。

現況届用紙の「受給権者」の各欄(氏名、生年月日、住所、電話番号)に必要な事項を記入し、必ず6月30日(金)まで提出してください。

なお、現況届が期限内に提出されないときは、年金の支払いが差し止められますのでご注意ください。

■提出先 農業委員会事務局(鳴瀬庁舎1階)または本庁舎市民課

■問 農業委員会事務局 ☎内線2152



エンジョイ!かんきょうライフ ごみ再源化事業・廃品回収団体を募集します

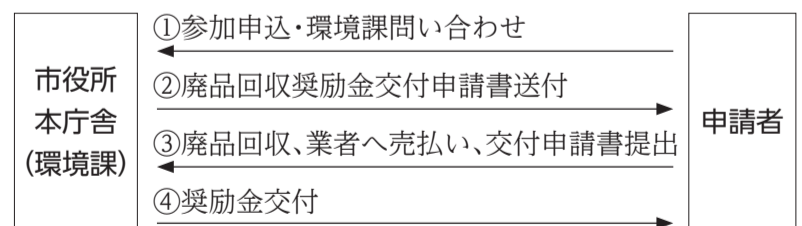
家庭から出る資源ごみは、市で毎週回収していますが、市民皆さんの手で「資源回収」を行ってみませんか。

市では、廃品回収を行った団体に対し、回収した重量に応じ「廃品回収奨励金」を交付しています。平成28年度は、市内の子供会や自治会、中学校など38団体が参加し、平成29年3月末で約420トンを回収し、120万円を交付しています。

- 交付金額 1kg当たり3円(ピンは1本あたり0.5kg換算)
- 対象品目 紙類(新聞紙、雑誌、ダンボール)
 ピン類(一升ビン、ビールビン、ジュースビン)
 金属類(アルミ缶、スチール缶、鉄くず)

※実施を希望する団体は、環境課まで問い合わせください。

廃品回収奨励金交付申請フロー図



■問 環境課環境班 ☎内線1155

平成29年度市民ボランティア講座—福祉教育サポーター編— 「みんなで考えよう!福祉・障がいについて」 ～基礎知識の理解と車いすの使い方～

■日時 ①6月30日(金) ②7月5日(水)
 ともに13時30分～15時30分 ※2回コース

■場所 東松島市老人福祉センター

■対象 ボランティア活動に関心のある市民30人

■講師 宮城県障害者福祉センター

■主催 社会福祉法人東松島市社会福祉協議会・
 東松島市ボランティア・市民活動センター

■申し込み 6月22日(木)まで、①氏名、②所属、
 ③住所、④電話番号をご連絡ください。

■問・申し込み 東松島市社会福祉協議会地域福祉課 ☎83-2717



東松島市内の放射線測定

市では現在、市役所本庁舎西側通用口付近に、国の放射線測定可搬式モニタリングポストを設置していることから、この測定結果を掲載します。

空間放射線線量率調査結果(市役所西側通用口付近 地上1m:午前8時現在)						
測定月日	5月18日	5月19日	5月20日	5月21日	5月22日	5月23日
測定値(単位:μSv/h)	0.031	0.031	0.031	0.031	0.032	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

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29年度第1回上級救命講習(一般公募)

- 日時 6月25日(日) 8時30分～17時30分
- 場所 石巻広域消防本部2階大会議室(石巻市大橋一丁目1-1)
- 対象・定員 16歳以上 先着30人
- 申込期間 6月5日(月)～15日(木) ※受講料無料

平成29年度第2回普通救命講習I(一般公募)

- 日時 7月16日(日) 9時～12時
- 場所 石巻市河北総合センター(ビッグバン)(石巻市成田字小塚裏畑54)
- 対象・定員 中学生以上 先着30人
- 申込期間 6月26日(月)～7月6日(木) ※受講料無料

■上記の申込方法 申請書は、最寄りの消防署・分署・出張所に備え付けてあるほか、石巻広域消防ホームページからダウンロードできますので、上記期間内に最寄りの消防署・分署・出張所に申し込みください。再講習の方は、受講申請時および講習日に修了証を持参ください。

- 問 石巻広域消防本部警防課 ☎0225-95-7433
河北消防署 ☎0225-62-3119
石巻広域消防ホームページ <http://isyoubou.jp/>

消費生活情報

～「仮想通貨」の購入トラブルに注意!!～

4月1日施行の資金決済法改正により、インターネット上で取引される電子的な通貨である「仮想通貨」が「通貨」として扱われることになりました。仮想通貨の特徴として、価値の価格変動があること、インターネット端末間で金融機関を通さずに直接送金ができること、国内外問わず送金手数料がほぼかからないこと、24時間送金が可能ということが挙げられます。

【事例】

- 「必ず値上がりする」といわれて10万円をある仮想通貨に替えたが、一気に価値が下がり損してしまった。
- 突然業者が家に来てある仮想通貨を持たないかと勧誘され、書類にサインし現金を支払ったが、インターネット環境が無いので交換した仮想通貨を確認できない。

<アドバイス>

- ・仮想通貨には価格変動リスクがあることを理解しましょう。
- ・仮想通貨の利用にはインターネット環境が必要です。インターネット環境がないのに勧誘を受けた場合は怪しいと思しましょう。
- ・仮想通貨交換業の登録業者かどうか金融庁のホームページで確認しましょう。

仮想通貨の中には詐欺まがいのものも存在することを意識しましょう。
仮想通貨を含む金融サービスに関する一般的な相談(金融庁)は0570-016811

平日10時～17時 (IP電話・PHSからは 03-5251-6811)

～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
- 相談日時 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

三遊亭好楽 講演会『笑いと人生』

- 日時 7月23日(日)開演14時 ※開場13時30分
- 場所 市コミュニティセンター
- 入場料 前売1,000円/当日1,500円(全席自由)
※未就学児の入場はご遠慮ください。
- ◆チケット好評発売中
- チケット取扱所 市コミュニティセンター・各地区市民センター・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
- 主催・問 市コミュニティセンター ☎82-6969(平日9時～17時)



無料循環バス(宮戸便) 停留所増設のお知らせ

6月1日(木)から新たに「あおみな(宮戸市民センター)」に停車します。一部バス停車時刻に変更がありますのでご注意ください。

■対象 東松島市民 ※停留所以外の場所での乗降はできません。

停留所名	野蒜駅前・東名駅前 行			
	午前便		午後便	
1 室浜仮設住宅前	7:55	10:15	13:40	16:05
2 (旧) 月浜仮設住宅前	8:00	10:20	13:45	16:10
3 大浜新団地内	8:03	10:23	13:48	16:13
4 旧宮戸小グラウンド前	8:04	10:24	13:49	16:14
5 縄文村前	8:06	10:26	13:51	16:16
6 あおみな(宮戸市民センター)	8:10	10:30	13:55	16:20
7 旧野蒜駅前(震災復興伝承館)	8:20	10:40	14:05	16:30
8 野蒜駅前【到着】	8:30	10:50	14:15	16:40
野蒜駅前【出発】	8:40	11:00	14:30	16:40
9 新東名風の子公園	8:52	11:12	14:42	16:52
10 東名駅前【到着】	8:55	11:15	14:45	16:55
停留所名	宮戸方面 行			
10 東名駅前【出発】	9:05		12:35	15:00
9 新東名風の子公園	9:08		12:38	15:03
8 野蒜駅前【到着】	9:20		12:50	15:15
野蒜駅前【出発】	9:30		13:00	15:30
7 旧野蒜駅前(震災復興伝承館)	9:40		13:10	15:40
6 あおみな(宮戸市民センター)	9:50		13:20	15:50
5 縄文村前	9:54		13:24	15:54
4 旧宮戸小グラウンド前	9:56		13:26	15:56
3 大浜新団地内	9:57		13:27	15:57
2 (旧) 月浜仮設住宅前	10:00		13:30	16:00
1 室浜仮設住宅前	10:05		13:35	16:05

■問 復興政策課地域振興班 ☎内線1232・1234

中小企業者向け事業復旧支援補助金申請の募集のお知らせ

震災で大きな被害を受けた中小企業者の施設(工場、店舗、観光施設など)および設備の復旧に要する経費を補助します。

■対象 施設・設備に一定の被害を受けた中小企業者で、県内で復旧する

- ①製造業を営む方 ②商業サービス業を営む方 ③観光業を営む方

■対象経費 施設・設備の復旧に要する経費

■補助率・補助限度額

- ①製造業:2分の1以内・上限1,000万円、下限100万円

②商業サービス業

全壊の場合は45%以内・上限270万円、下限90万円

大規模半壊の場合は35%以内・上限210万円、下限70万円

- ③観光業:2分の1以内・上限1,000万円、下限100万円

※補助対象経費が200万円を下回った場合は補助の対象外。

■申請期間 6月12日(月)～7月14日(金)

■問 宮城県東部地方振興事務所地方振興部商工・振興第一班

☎0225-95-1414

旧野蒜小学校が生まれ変わります

震災で大きな被害を受けた旧野蒜小学校(野蒜字亀岡)は、東松島市の未来に向けたまちづくりのシンボルとして、レストランや物産店を兼ね備えた防災体験型宿泊施設「KIBOTCHA(キボッチャ)」へ生まれ変わります。

事業主体である貴凛庁(株)は平成29年6月中旬から改修工事を始める予定で、平成30年度オープンを目指しています。近隣にお住まいの方々には工事などで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。

■施設概要

1階 食堂・物産店・浴室

2階 遊んで学べる防災体験スペース

3階 宿泊フロアおよび多目的スペース

※有事の際には2階以上へ避難者を受け入れ。

■工事説明会および意見交換会

6月9日(金)19時～ 野蒜市民センター

■問 行政経営課管理契約班 ☎内線1222



▲施設イメージ

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29年4月23日執行 東松島市長選挙・市議会議員一般選挙結果のお知らせ

平成29年4月23日執行東松島市長選挙および東松島市議会議員一般選挙の開票結果および投票率について、以下のとおりお知らせします。

●市長選挙

(敬称略)

順位	候補者氏名	得票数
1当	あつみ いわお	10,467
2次	きむら 清一	5,642
3	ごのい としお	4,310

●市議会議員一般選挙

(敬称略)

順位	候補者氏名	得票数
1当	土井 みつまさ	1,811
2当	あべ としえ	1,461
3当	ごのい 惣一郎	1,461
4当	阿部 かつのり	1,389
5当	はせがわ 博	1,319
6当	おの ゆきお	1,169
7当	上田 つとむ	1,121
8当	熱海 しげのり	1,006
9当	斎藤 とおる	998
10当	たき 健一	979
11当	熊谷 まさたか	971
12当	ふるかわ 泰広	969
13当	手代木 せつこ	885
14当	さくらい 政文	845
15当	さとう 富夫	818
16当	石森 こうじ	795
17当	おの よしあき	729
18当	おおはし 博之	717
19次	佐藤 のりひろ	517
20	山本 ともこ	450

※小数点以下の按分票は省略。

●各投票区別投票率

(人・%)

投票区	投票所	当日の有権者数	市長		市議会議員	
			投票者数	投票率	投票者数	投票率
第1投票区	上町地区集会所	917	627	68.38	627	68.38
第2投票区	矢本西市民センター	3,137	1,925	61.36	1,925	61.36
第3投票区	矢本保健相談センター	2,582	1,608	62.28	1,608	62.28
第4投票区	下町地区学習等供用施設	2,892	1,638	56.64	1,638	56.64
第5投票区	関の内地区学習等供用施設	1,616	979	60.58	979	60.58
第6投票区	鹿妻地区学習等供用施設	727	526	72.35	526	72.35
第7投票区	小松地区学習等供用施設	765	485	63.40	485	63.40
第8投票区	農村婦人の家	714	483	67.65	483	67.65
第9投票区	大曲地区学習等供用施設	1,762	1,026	58.23	1,026	58.23
第10投票区	横沼地区学習等供用施設	2,180	1,316	60.37	1,315	60.32
第11投票区	北赤井地区学習等供用施設	1,461	980	67.08	980	67.08
第12投票区	南赤井地区学習等供用施設	2,730	1,608	58.90	1,608	58.90
第13投票区	川前集会所	1,039	553	53.22	553	53.22
第14投票区	柳地区集会所	1,306	739	56.58	738	56.51
第15投票区	大塩市民センター	1,559	966	61.96	966	61.96
第16投票区	塩入担い手センター	895	580	64.80	580	64.80
第17投票区	小野地区学習等供用施設	1,616	1,120	69.31	1,120	69.31
第18投票区	西福田下地区センター	349	269	77.08	269	77.08
第19投票区	川下公民館	589	441	74.87	440	74.70
第20投票区	牛網地区学習等供用施設	2,045	1,322	64.65	1,322	64.65
第21投票区	野蒜市民センター	1,700	1,125	66.18	1,125	66.18
第22投票区	宮戸市民センター	479	395	82.46	395	82.46
計		33,060	20,711	62.65	20,708	62.64

■問 選挙管理委員会事務局 ☎内線1205・1206・1215

毎月11日は市民防災デー (6月は避難所・避難場所の確認)

6月のテーマは、「避難所・避難場所の確認」です。避難所には地区センターなどの身近な集会所や公共施設で、災害発生時に自主防災組織が基本的に運営する地区避難所、大規模な避難収容施設で非常用食料等が配備されている小中学校、高校、市民センターなどの地域避難所があります。また、安全な状況が確認できるまで一時的に避難する施設である避難場所があります。災害時に避難が必要になった際のことを考え、地域や家族でもう一度避難場所を確認し、話し合しましょう。また、避難経路についても、塀際や狭い路地は避け、広く安全な経路を実際に歩いて確認し、地域全体で防災意識を高めましょう。

■避難所・避難場所の確認チェックリスト (左の欄に☑(チェック)を入れましょう)

- 避難所・避難場所の確認…自宅の最寄りの地区避難所や地域避難所に加え、職場など生活圏の避難所も確認しましょう。また、遠方に出かけた際も避難場所を確認しましょう。
- 避難経路の確認…災害が発生した際、迅速な避難をするため、避難経路の確認が大切です。また、災害が発生した際、想定していた避難経路が使用できない場合もあります。複数の避難経路を確認し、その際にブロック塀などの危険物に注意し、周囲に目を配り行動しましょう。

■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1164

国民ねんきんだより

平成29年4月分(6月受け取り分)からの年金額について

平成29年4月分(6月15日支払分※1)からの年金額は、法律の規定により、平成28年度から0.1%の引下げとなります。

また、平成29年度の在職老齢年金に関して、法律に基づき以下のとおりとなります。

	平成28年度	平成29年度
60歳前半(60歳～64歳)の支給停止調整開始額	28万円	28万円
60歳前半(60歳～64歳)の支給停止調整変更額	47万円	46万円
60歳後半(65歳～69歳)と70歳以降の支給停止調整額	47万円	46万円

※1 平成29年5月分以降の年金が全額支給停止となる方などについては、5月15日にお支払いしています。

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

市営住宅 入居者募集

住宅名(所在地)	間取り	戸数	備考
市営五味倉住宅 (大曲字前畑57-2)	4K(6/6/6/6) 2階建、浴槽あり	1	(申込条件) 单身不可
市営小野駅前住宅 (牛網字駅前一丁目58-1)	3DK(6/8/洋) 2階建2戸建、浴槽あり	1	(申込条件) 单身不可

- 申込期間 6月1日(木)～12日(月) ※当日消印有効。期限厳守
- 案内書配布 建設課(鳴瀬庁舎2階)、市民課(本庁舎1階)、宮城県住宅供給公社東部管理事務所
- 申込方法 専用の申込用紙に記入のうえ、郵送で申し込みください。
- 問・申し込み 宮城県住宅供給公社東部管理事務所
石巻市中里七丁目1番3号 ☎0225-21-5657

県営住宅 入居者募集

- 申込期間 6月1日(木)～12日(月) ※当日消印有効。期限厳守。
- 案内書配布 建設課(鳴瀬庁舎2階)、市民課(本庁舎1階)、宮城県住宅供給公社東部管理事務所
- 申込方法 専用の申込用紙に記入のうえ、郵送で申し込みください
- 問・申し込み 宮城県住宅供給公社東部管理事務所
石巻市中里七丁目1番3号 ☎0225-21-5657

公営住宅だより

カビの発生予防を心がけましょう

ジメジメとした梅雨の時期はカビが生えやすい季節です。特に最近の住宅は気密性が高く、結露も発生しやすいものです。少しでもカビの発生を防ぐには、換気によって空気を循環させることです。

「24時間換気設備」が付いている住宅では常に稼働し、お天気の良い日は窓も開けて換気しましょう。「24時間換気設備」がなくても、換気扇を回す、窓を開ける、とにかくこの「換気」こそがカビ対策で一番大切なことです。

※現在の家賃について、失業や病気などで大幅な収入減があった場合には、家賃が減免になることもありますので、宮城県住宅供給公社までお問い合わせください。

- 問 建設課建設総務班 ☎内線2223
復興住宅班 ☎内線2261～2264
宮城県住宅供給公社東部管理事務所 ☎0225-21-5657



『男で○、女で○、共同作業で○。』
～毎年6月23日から29日までは「男女共同参画週間」です～



互いに支え合う地域づくり
男女共同参画社会へ

サークル「コロッケ」 三浦サイ子代表

サークル「コロッケ」は、男女共同参画社会の意識啓発活動を行う市民の団体です。男性と女性が自分らしく楽しく力を発揮できる男女共同参画を基本とし、「支え合い、認め合い、補い合う」社会づくりを目指しています。

▲「当たり前にあいさつを交わし合える社会づくりが男女共同参画社会の始まりです」と語る三浦代表

「男女共同参画」と聞くと、固いイメージの難しい言葉のように思われますが、決してそんなことはありません。大切なのは地域の皆さん一人一人が「相手を尊重し合い、互いにつながること」です。「ありがとう」や「こんにちは」など、当たり前のあいさつを交わし合える社会の構築が男女共同参画のスタートだと思います。

サークル「コロッケ」は昨年度、女性のための防災リーダー養成講座を3回実施したほか、子どもの生活自立と働くお母さんたちの心身のケアを目的とした企画「ママ、昼ごはんは自分で作れるよ!」をメイン事業として取り組みました。

また、女性を対象にした活動だけではなく、震災後は高齢男性の孤立が課題になっていることからコミュニティ形成にも力を入れています。

皆が安心して暮らせるまちづくりに、やはり地域の絆が欠かせません。若者も巻き込んだ世代を超えたつながりを図るとともに、困っている人に手を差し伸べられるような社会にしていけるよう、これからも全会員が力を合わせて取り組んでいきたいです。

東松島市男女共同参画
基本計画を策定しました

東松島市では、平成27年度に「東松島市男女共同参画推進条例」を制定しました。条例に基づき、協働のまちづくりと一体的に、男女共同参画社会の実現を推進するための具体的な活動方針について取りまとめた計画です。

基本理念

男女が互いに認め合い、支え合い、補い合い、一人ひとりが活躍することができるまちづくりを推進する

基本的な視点

- 男女の人権の尊重
- 政策等の立案及び決定への共同参画
- パートナーシップの確立
- 家庭生活における活動と他の活動の両立
- 女性の活躍の推進
- 安全・安心な暮らしの実現

- 基本目標Ⅰ 社会全体における男女共同参画の推進
- 基本目標Ⅱ 家庭や学校における男女共同参画の推進
- 基本目標Ⅲ 地域における男女共同参画の推進
- 基本目標Ⅳ 人権が尊重され、健康に安心して暮らせる環境の実現

平成29年から平成37年にかけて、計画の進捗確認を行いながら男女共同参画を推進します。

問 市民協働課協働推進班 内線1283

第10回「石巻に恋しちゃった♡」
～石恋達人募集説明会開催～

様々な趣味や特技を活かして体験プログラムを行う「石恋」達人の募集説明会を開催します。第10回「石巻に恋しちゃった」は11月3日(金)から約1カ月の開催を予定しています。

※初めて達人に応募される方は説明会参加が必須になりますので、いずれかの日程にご参加ください。

詳しい内容は事務局またはホームページをご覧ください。

日時および場所

- 6月16日(金) 18時30分～ 石巻市中央公民館
- 6月23日(金) 18時30分～ 蔵しっくパーク
- 6月30日(金) 18時30分～ 女川町まちなか交流館
- 7月1日(土) 13時30分～ 石巻市鹿妻南コミュニティハウス

- 対象 石巻市・東松島市・女川町に在住、通勤・通学または出身の方
- 申し込み・問 NPO法人石巻復興支援ネットワーク 担当:伊藤、柏原
Eメール:ishikoi@yappesu.jp ☎0225-23-8588
URL:http://ishikoi.com

珈琲セミナー

～コーヒーソムリエの「カンタンつつい楽しい」レッスン～

- 日時 6月24日(土)10時～12時
- 内容 ・コーヒー、ペーパードリップの基礎知識
・フレンチプレスでの飲み比べ
・お菓子とともに(フードペアリング) など
- 講師 コーヒーアドバイザー 勝又聖美先生
- 定員 10人 ■参加費 2,000円 ■持ち物 なし
- 申し込み 6月1日(木)9時から 電話で下記まで申し込みください
- 問 ひと・まち交流館 ☎84-1770



東松島市内市民センター等の運営には、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。



からのお知らせ

イベント企画セミナー

～ゼロからはじめる人に伝える広報術3ステップ～

自分で商品を販売されている方、地域活動に携わる方を対象にポイントをしぼったPR術を紹介。また、ワークショップを交えながら具体的な情報作りも行います。

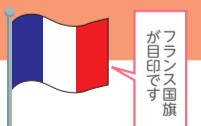
- 日時 6月10日(土)10時～12時
- 講師 プラス・アイデア代表 アイディア・ナビゲーター 鉄本由美先生
- 定員 15人 ■参加費 500円 ■持ち物 なし
- 問 ☎84-1770(ひと・まち交流館)

東松島市の物産展と肉料理を楽しむイベント!

【ひがしまつしま夏フェス】出店者募集!!

- 日時 7月15日(土)11時～20時
- 場所 矢本東市民センター 駐車場
- 出店料 1店舗15,000円(貸出備品を使用しない場合は10,000円)
- 申込方法 6月15日(木)まで出店申込書を郵送またはFAXにて
- 問 蔵しっくパーク ☎・FAX:0225-84-1770

おしゃれに・素敵に美味しく・楽しいひとときを
6月のポヌールマルシェ



- 日時 6月17日(土)10時～14時 ※雨天決行。
- 【販売ブース】
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!
- 【キッズプレイルーム】 ※予約不要。
ベビー用マットや遊具完備。ママ友の交流に。
- 入場料 100円(当日頂きます) ■対象 小学生以下
- 問・申し込み ☎84-1770(ひと・まち交流館)