

2018  
7.1

市報

# ひがしまつしま



規則正しく  
イキイキ生活

親子で考えよう 子どもの睡眠と健康

東松島市の小中学生を対象とした健康意識調査によると、「朝ごはんを欠食することがある」と回答した子どもが全体の約2割にのぼることが分かりました。また、夜ふかしで睡眠時間が少ないことに加え、平日と休日の差も大きく、生活リズムが乱れがちな状況にあります。睡眠時間は成長の遅れや食欲不振、集中力の低下、疲労感などをもたらすほか、子どもだけでなく、大人の間でも問題になっている肥満の危険因子にもなります。

今号の特集では、市内で大きな問題となっている子どもの睡眠と健康について取り上げます。夏休みでも生活リズムを崩すことがないように、「睡眠」の大切さを親子で見直す機会にしてほしいです。



健康的な生活習慣を  
身に付けよう

市報  
ひがし  
まつしま  
No.246

- 特集 親子で考えよう 子どもの睡眠と健康 ----- P2~P3
- 東松島市ふるさと納税・企業版ふるさと納税の取組み ----- P4~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



東松島市キャラクター イート&イーナ (右) (左)

# 親子で考えよう!子どもの睡眠と健康

学習塾などの習い事に通う子どもの増加や、インターネットやスマートフォンなどの普及など、近年子どもを取り巻く生活環境が大きく変化しています。これらは、子どもの成長に欠かせない「睡眠時間」を削る大きな原因となっており、生活習慣の乱れは子どもの学習意欲や体力、気力の低下につながる恐れがあります。ここではある家族の会話にスポットを当てながら、「睡眠」の大切さについて考えます。子どもが質の良い睡眠時間を十分に確保するためには私たち大人の努力が不可欠です。「子どもの睡眠」について親子で考える機会になれば幸いです。

あなた最近、就寝時間が遅いんじゃない。起床時間も少し遅いわよ。一体何をしているの？

友だちの間で流行っているインターネットの動画を見てるんだ！人気のチャンネルが面白くて次々と見ちゃって、時間が過ぎるのを忘れちゃうんだよ。

面白いのは分かるけど、ほどほどにして、午後9時前にはお布団に入らなきゃダメよ。



9時は早すぎるよー！みんな11時ぐらいまで起きてるよー！

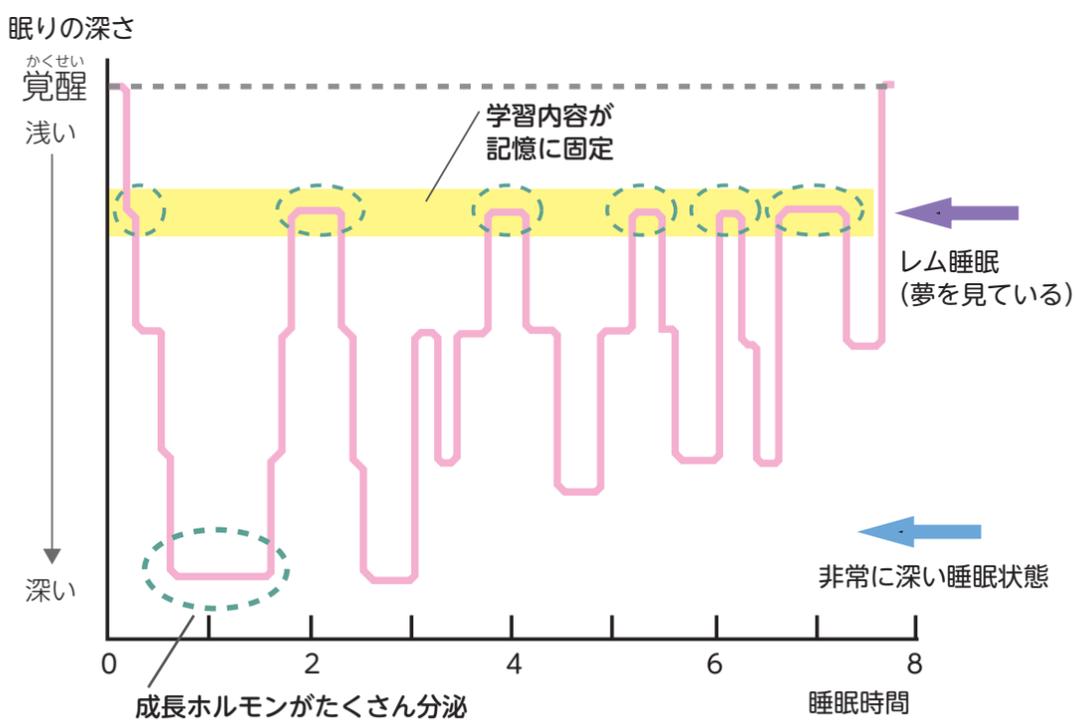
それはいけないわ。友だちにも「眠ること」の大切さを教えてあげなきゃいけないよ。いい、私たちは毎朝目覚め、日中に活動して夜に眠るといって生活リズムを持っているのよ。「眠ることは」、あなたたちの成長にとても大切な役割を果たしているのよ。

でも11時に寝ても、しつかり8時間は寝てるから、睡眠時間はたっぷりとってるよー！これなら問題ないでしょー！

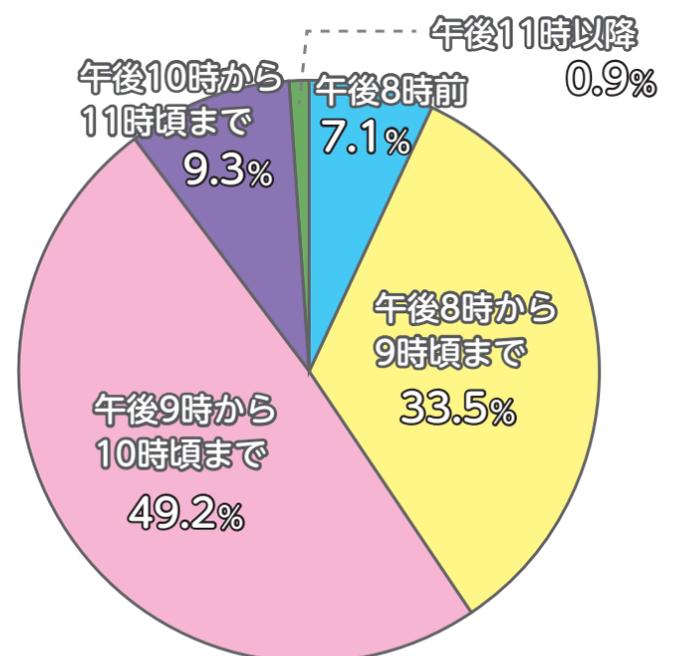
もちろん睡眠時間の長さも大事だけど、「成長ホルモン」が分泌されている時間にしっかりと眠っているかどうかも大事なんだ。



## 睡眠のリズムと眠りの深さとの関係



## 宮城県の子どもの就寝時刻(平日)



宮城県の実態は、全体の約6割が夜9時以降に寝ています。

[データ]宮城県・宮城県教育委員会作成の川島隆太教授と考えるうちの子の未来学より引用

そうよ、睡眠には「ノンレム睡眠」と「レム睡眠」の2種類があって、寝ている間にこれらが交互に繰り返されているの。眠ってから最初に現れるのは、脳を休ませる深い眠りの「ノンレム睡眠」。そしてこの時間に「成長ホルモン」と呼ばれる身体を発達させるホルモンが分泌されているのよ。成長ホルモンは午後10時くらいから数時間の間、それも深い眠りの状態で分泌されるの。だからこそ9時までには寝る必要があるのよ。



じゃあ9時に寝て、午前0時ぐらいに起きれば問題ないよね!その後、インターネットの動画を見ても構わないよね!



いや、それも違うんだよ。ノンレム睡眠の後には、浅い眠りの「レム睡眠」が現れるんだ。レム睡眠は、その日起こったことや学習したことを脳が復習し、記憶の整理や定着を行う時間なんだ。しっかりと眠らないとせっかく昼間に経験したことや勉強したことが記憶に残らなくなってしまうんだ。



早寝早起きの大切さは分かったけど、今さら急に変えるのは難しいよ。どうしたらいいの?



いきなり早寝をするのは難しいから、まず早起きからはじめてみたらどう?早く起きて、よく体を動かせば、疲れて早く寝ることができるとはならない?



なるほどね。だけど夜ふかしになれちゃったから、早い時間に眠れないんだよね。



それなら、寝付きやすい状態にするために、寝る時間が近づいたら部屋のなかも少しずつ暗くしていけばいいのよ。テレビやスマートフォンの画面から発せられる光は睡眠を促すメラトニンの分泌を抑制してしまうから、消すことが大事なの。



それと朝目覚めたら、カーテンを開けて朝の光を浴びることも大事だよ。脳の覚醒を促すセロトニンが活発に分泌されるぞ。



うん!わかった!早寝早起きができるように、今日から実践してみる!



### 望ましい睡眠時間は?

さて、子どもは毎日何時間睡眠をとるのが良いのでしょうか。アメリカの国立睡眠財団の調べでは、3~5歳の子どもに望ましい睡眠時間は10~13時間、6~13歳の子どもは9~11時間となっています。お子さんの睡眠時間を今一度確認してみましょう。

年齢	望ましい睡眠時間
0~3か月	14~17時間
4~11か月	12~15時間
1~2歳	11~14時間
3~5歳	10~13時間
6~13歳	9~11時間
14~17歳	8~10時間

必要と考えられている人間の年齢別睡眠時間(2015米国立睡眠財団公表)



### 生体リズムって何?

人間の身体には、1日のリズムや季節の変化により良く対応するため、「体内時計」と呼ばれるメカニズムがあり、この体内時計は1日約25時間で動いています。私たちは1日24時間周期で生活をしているので、1時間のずれをどこかで修正する必要があります。この1時間のずれは、毎朝の太陽の光を視覚で認識することで、生体リズムを1日24時間に調整することができるのです。

そしてこの朝の光を浴びることで「セロトニン」という脳内物質が活発に分泌されます。セロトニンには脳と体を覚醒させ、心のバランスを整える役割があります。さらに眠りを誘う働き「メラトニン」の生成にも関わっています。毎朝朝の光を浴び、昼間にたくさん活動することで夜にはぐっすり眠るといい生活リズムを作りましょう。

### 睡眠不足になるとどんな影響がでるの?

**[1]肥満**  
睡眠不足になると、食欲を増すホルモンが増えると同時に、満腹感を感じさせるホルモンが減ります。子どもの肥満は、糖尿病、高血圧、脂質異常症などの生活習慣病を合併することが多く、注意が必要です。

**[2]学力低下**  
就寝時間が遅かったり、睡眠時間が短い子ほど成績が悪いというデータがあります。脳には、何かを覚えたり、勉強をしたりするときに大切な「海馬」と言う場所があります。睡眠を十分にとっている子どもは、睡眠不足の子に比べて海馬の面積が大きいことが分かっています。

**[3]気持ちが不安定**  
脳には「前頭前野」という場所があります。睡眠不足になるとこの前頭前野の機能を低下させ、やる気やイライラなどの感情をコントロールする力や気持ちを理解する力を低下させます。

~大人の皆さんへ~  
毎日お仕事、家事、育児お疲れ様です。忙しさによって、ご自身の生活リズムが崩れていることはありませんか。お子さんの規則正しい生活には、大人の規則正しい生活リズムが欠かせません。大切なお子さんのために「大人が変われば、子どもも変わる」を合言葉に、家族みんなで健康的な生活習慣を手に入れましょう。

# 平成29年度ふるさと納税制度寄附状況の公表

平成29年度ふるさと納税寄附では、全国の皆さんから東松島市を応援していただき、誠にありがとうございます。また、東日本大震災の発生後から、「東松島市を応援したい」というお気持ちで寄附をされる方も多く、とても心強く感じています。皆さんからの貴重な寄附を適切に管理し、今後の事業に役立てていきます。

## 平成29年度の寄附状況

平成29年度に寄附された寄附金は、以下のとおりとなります。

**寄附件数 10,081 件、寄附金総額 144,395,100 円**

※平成29年度にいただいた寄附金は、平成30年度の事業費に充てさせていただきます。

## 寄附いただいた方からの応援メッセージ

平成29年度にふるさと納税にご協力いただいた方々からの応援メッセージの一部を紹介します。

「震災前に訪れた風景が忘れられません。一日も早く復興されますよう。」  
 「東松島市の未来を担う子どもたちの健やかな成長を祈念しております。」  
 「大震災の記憶は片時も忘れたことはありません。微力ながら応援しています。」  
 「応援してます!頑張れ東松島!!」

このほかにも、たくさんの温かく心強いメッセージをいただきました。皆さんありがとうございました。

## 平成28年度にいただいた寄附金を充てた平成29年度の事業

①安心してふるさとで暮らせる福祉に関する事業 (緊急通報体制整備事業、地域敬老事業、健康教育事業など)	7,134,000 円
②子どもを健やかに育む環境づくりに関する事業 (大塩保育所砂場屋根設置事業、ICT環境整備事業、公園管理事業など)	17,269,000 円
③安全で安心して暮らせる防災環境の整備に関する事業 (防犯灯維持管理事業、消防機器・器具購入費)	4,988,000 円
④自然環境の保全や再生に関する事業 (松くい虫防除事業、市道(通学路)維持補修事業、農道・ため池等修繕料など)	9,318,000 円
⑤産業の活性化に関する事業 (観光プロモーションDVD多言語化業務、市内観光用施設備品購入費など)	3,019,000 円

## 平成29年度にふるさと納税寄附金を充てし実施した事業



大塩保育所砂場屋根設置事業(子育て支援課)

保育所の砂場に屋根を設置しました。

## ICT環境整備事業(鳴瀬未来中学校)

電子黒板やタブレットを用いた授業を行っています。



松くい虫防除事業(農林水産課)

松くい虫の被害により枯れた松を伐倒駆除しチップ材として再生します。



■問 行政経営課行政経営班 ☎内線1227

## 返礼品提供事業者一覧

東松島市ふるさと納税は、市の物産や観光をPRする機会にもなっています。その一つとして、市内事業者さんから返礼品として市内の特産品・宿泊券などを寄附者の皆さんに届ける取り組みをしています。下記に、返礼品を提供頂いている事業者を紹介します。

### 返礼品提供事業者 6月1日現在(順不同)

株式会社奥松島水産	有限責任事業組合まざ〜らいん	株式会社奥松島公社	マルヤ鮮魚店
パティスリー ジュリアン	株式会社佐浦	農事組合法人みずほファーム	お菓子の国パンジー
障害者日中活動支援施設 ぎんの星	株式会社ちゃんこ萩乃井	株式会社つつみ	和洋菓子おおむら
株式会社希望のいずみ	東松島ステッチ・ガールズ(HOPE)	株式会社オイタミート	有限会社アグリードなるせ
有限会社グループフローラ	有限会社松岡生花店	のり工房 矢本	東松島地域活性化施設 Harappa
竹取倶楽部	いしのまき農業協同組合	株式会社高橋徳治商店	石川食品株式会社
東松島市観光物産協会	佐藤農園	株式会社マックス	清水豊店
武田農園			

### 宿泊施設

大高森観光ホテル	民宿 かみの家	民宿 新浜荘	漁師民宿 桜荘
民宿 山根	汐さいの宿 ちどり館	旅館 薬師堂	民宿 西の家

現在も返礼品の募集を実施しています。商品のPRの場、販路の一つとして、ふるさと納税への返礼品のご提供をご検討ください。

■問 一般社団法人 東松島みらいとし機構 ☎98-7191 Eメール: tanto @ hm-furu.com

# 魅力あるまちづくりに向けて ～企業版ふるさと納税の取組み～

企業版ふるさと納税制度を活用した平成29年度事業に対し、企業の皆さんより寄附をいただきました

※平成30年度も引き続き、企業の皆さんの寄附を募集しています。企業版ふるさと納税を活用した事業についての事業内容と寄附をいただいた企業について紹介します。

## 企業版ふるさと納税とは

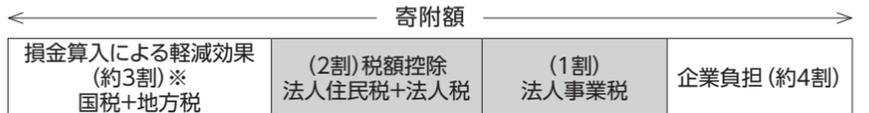
地方創生の取組を加速化させる観点から、地方公共団体による地方創生のプロジェクトに対し、企業の皆さんが寄附を行った場合に、税額控除がなされる制度「地方創生応援税制(企業版ふるさと納税)」が創設されました。

### 【税額控除の内容】

国が認定した地方創生のプロジェクトに対して寄附を行った場合、寄附額の3割に相当する額の税額控除の特例措置がなされます。

現行の地方公共団体に対する法人の寄附に係る損金算入措置による軽減効果(約3割)と合わせて、寄附額の約6割に相当する額が軽減されます。

【税制措置のイメージ】



※企業が地方公共団体に寄附する場合は、その全額が損金算入されるため、寄附額の約3割(法人実効税率)相当の税の軽減効果がある

(出典)内閣府「地方創生応援税制(企業版ふるさと納税)活用の手引き」

### 【寄附の条件など】

- ・寄附額の下限額は、10万円となります。
- ・本社(税法上の主たる事業所又は事務所)が東松島市にない法人が対象となります。

## 1 “絆交流”から育む観光地域づくりプロジェクト

### 【事業内容】

これまで東松島市は、復興まちづくりに関する視察研修を積極的に受け入れてきました。今後も、海外からの視察研修のニーズの増加や、国内企業からのボランティアを兼ねた視察研修が見込まれており、多様な目的に応じた視察メニューの提供に加え、外国語通訳の確保・育成や外国語表記の案内板の設置などの環境整備が急務となっています。

本プロジェクトでは、国内外から視察研修等の円滑な受入のため、ソフト(研修目的に応じた視察ルートの確立や外国語通訳の配置等)・ハード(駐車場、外国語表記の案内板の整備等)両面からの環境整備を行うこととしています。

平成29年度は、視察ルートの確立や震災復興伝承館周辺地域の環境整備(外国語併記の案内看板等設置)を実施しました。平成30年度においても、視察ルートの提供や地域人材の育成に取り組めます。



◀東松島市の地域の魅力を再発見するため、市民の皆さんと幅広く観光に関する意見交換が行われ、会場は観光を盛り上げていこうという皆さんの熱気であふれていました。

### ワークショップ参加者の声

- 観光分野に関連した色々な仕事に携わっている方々の多くの考え方を聞き、自分の考えを発することができた。ぜひ、実現につなげたい。
- 観光資源がたくさんあることと、それが今は点でしかないことが浮き彫りになった。

## 2 子ども・子育て応援プロジェクト

### 【事業内容】

東松島市の子育て支援センターについては、備品の不足や老朽化などの問題が生じており、また震災の影響により子供たちが遊ぶ拠点が失われたこともあることから、安全・安心な遊び場を確保し、親子・子育て世代同士が利用しやすいコミュニケーションを取れる空間の整備が課題となっています。

本プロジェクトでは、子育て世代が安心して子どもを育て、子どもが成長していける環境づくりのため、親子・子育て世代同士が利用しやすく、親子がコミュニケーションを取れる空間を形成し、本市で子育てがしたい世帯の転入を促進させる環境整備を行います。

平成29年度は、遊具等の補充とホームページを作成し、子育て情報の発信強化を行いました。平成30年度では、子育て支援に係る研修を行います。



### 子育て支援センター利用者からの声

- 外遊びできる支援センターは近隣に近く、子供が走り回って楽しめるのが良いところ。

▲整備された東屋は、子育てに関する情報交換の場になっています。

## 企業版ふるさと納税を活用した事業に支援をいただいた企業のご紹介

(注:公表について了承いただいた企業のみ掲載しています。)

### 1. “絆交流”から育む観光地域づくりプロジェクト



三井住友海上

・三井住友海上火災保険株式会社:国内損害保険事業を中心に、生命保険事業、海外での生損保事業、金融サービス事業、リスク関連事業など、幅広く展開をしています。東北本部ではこれまで「結の場」を通じた被災地域・企業への支援のほか、環境保護の取組み「Green Powerサポーター」を通じて、東日本大震災の復興事業への支援を行っています。



・株式会社国際開発コンサルタンツ:都市計画部門・設計部門・事業部門を柱として、上流から下流(都市計画・交通計画の調査・計画~具体的設計・事業)まで「繋がるまちづくり」を手がけています。地域に根ざした都市計画・まちづくりコンサルタントとして、東日本大震災の発災直後から、被災地の復旧、復興まちづくりに取り組んでいます。



・株式会社東北共立 :イベント・コンサート等の照明・音響・映像・企画、展示スペース・公共施設の設備施行を行っています。人と地球にやさしいリーディングカンパニーを目指し、様々な社会貢献活動を展開しており、東松島市を含めた東日本大震災の被災地への継続的な復興支援にも取り組んでいます。



・武田薬品工業株式会社:医薬品等の研究・開発・販売・輸出入などを行っており、優れた医薬品の創出を通じて、人々の健康と医療の未来に貢献することをミッションとしています。また、東日本大震災の被災地に対する継続的な復興支援活動として、収益の一部を拠出するプロジェクトや従業員ボランティアの派遣などに取り組んでいます。(平成28年度に引き続き御支援をいただいています。)

### 2. 子ども・子育て応援プロジェクト



・ボッシュ株式会社 :ディーゼル及びガソリン用燃料噴射装置、自動車用制動装置などの開発、製造、販売および自動車機器アフターマーケット製品、電動工具などの輸入販売を行っています。また、これまで本市に対し、コンテナ・公用車などの提供や、ボランティア活動など、物的・人的両面からの継続的な復興支援をいただいています。(平成28年度に引き続き御支援をいただいています。)

(寄附の申込みをいただいた順に掲載しています。)

※支援をいただいた企業の情報については、東松島市ホームページで詳しく紹介しています。

ホームページURL : <http://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp/index.cfm/18,708,61.html>

### ■東松島企業版ふるさと納税に関する問

総務部地方創生推進室 ☎内線1225・1266

※平成30年度も引き続き、企業の皆さんの温かい支援を心からお待ちしています。

## 前に向かっていくことを実感



愛媛県松山市から派遣  
市民生活部 税務課  
三好 恵理子さん 38歳

住民税を担当しており、地域の皆さんと接する機会が多いです。東北の人は無口というイメージでしたが、明るく話しかけていただけており、何気ない会話の中からも学ぶことが多いです。震災特例やふるさと納税など、地域の姿は税からも見え、東松島が前に向かっていくことを感じます。

市内を巡り、「災害は普通の生活の場に起きるもの」ということを実感しました。派遣元の松山市では地域内に「災害の少ない土地」という意識がありますが、戻ったときには派遣期間の1年で見聞きたことを伝えたいと思います。

## 数多くの友人を作りたい



東京都大田区から派遣  
市民協働課  
藤原 海さん 28歳

東松島市で2年間派遣職員として働き、後に同市のプロパー職員になった大田区役所出身の仲の良い先輩がいます。転職するほどの魅力が東松島にあるのだろうと感じ兼ねてから派遣を希望していました。

市民協働課では主に自治会や市民センター、地域のまちづくりに関する業務などに携わっています。地域の皆さんと仲良くなりながらソフト部分の復興の手助けができればうれしいです。数多くの友人を作り、派遣期間が終了してもまた来たいと思えるような毎日を過ごしたいです。

## 交流人口増加につなげる



愛知県瀬戸市から派遣  
復興政策課  
河村 健太郎さん 28歳

復興政策課復興政策班に配属となりました。培ったスキルを活かして自分にできることに取り組みたいと思ったことと、今後の市町村同士の交流にもつなげられると考えたのが、派遣を希望した理由です。

震災から7年が経過し、復興事業は次の段階に向かっていくという印象です。私自身もさまざまなことを吸収しながら少しでもまちの役に立てるように頑張りたいです。また派遣元に戻った後も、東松島の情報をまちに伝え、両市の交流人口の増加に役立てていきたいと思っています。

# 東松島の復興を応援します



## 長期派遣職員の紹介

震災から7年、東松島市の復興を応援しようと、30年度も全国から49人の自治体職員の皆さんに支援をいただいています。派遣いただいている皆さんから、復興にける思いや東松島市の印象などをシリーズで紹介していきます。

## 東松島市の一員として全う

生まれ育ちは埼玉県ですが、岩手県山田町出身の祖父母と幼少期に同居していたため、東北の言葉や食には親しみがあります。復興支援に携わりたい気持ちはありつつも一歩を踏み出せませんでした。しかし、「考えるより行動を」と派遣を希望しました。

庁内会議の運営事務やまちづくりに向けた計画作成の進捗管理を担っています。分野に関わらず、全庁的な意思決定に立ち会う機会が多く、勉強になっています。東松島市役所の一員として意識を持ち、自分の役割を全うしたいと思います。



埼玉県さいたま市から派遣  
復興政策部 復興政策課  
山崎 正輝さん 38歳

## 地域に支えられながら邁進

震災時は派遣元の市民課窓口で来庁者対応をしており、今でも当時のことは強く記憶に残っています。3月までは高齢者福祉を担っていましたが、こちらではスポーツ大会の開催や社会体育施設の管理など、まったく違った業務に当たっています。

初めてづくしの中でも仕事ができているのは、地域の皆さんの明るく優しい人柄あればこそです。派遣期間は1年と短いですが、皆さんから元気をいただきながら、前向きな地域生活の活力となる機会を提供すべく、職務に邁進していきます。



山形県東根市から派遣  
生涯学習課 スポーツ振興班  
佐藤 一節さん 33歳

●長期派遣職員の皆さんは、「桜色(ピンク)のリード(ひも)がついたネーム(名札)を着用しています。

## 平成30年度宮城県中学校総合体育大会出場紹介

6月9日(土)・10日(日)・13日(水)の日程で行われました石巻地区中学校総合体育大会に、市内の中学生が出場し団体・個人ともに熱戦を繰り広げました。見事、宮城県中学校総合体育大会の出場を勝ち取った選手・チームを紹介します。

### 【団体競技】

競技名	学校名	結果
サッカー	矢本第一中学校	Aブロック優勝
	矢本第二中学校	Bブロック優勝
ソフトボール	矢本第二中学校	準優勝
	矢本第一中学校	第3位
女子バスケットボール	矢本第二中学校	優勝
	矢本第一中学校	準優勝
男子バレーボール	鳴瀬未来中学校	優勝
女子バレーボール	矢本第二中学校	優勝
男子ソフトテニス	矢本第二中学校	第3位
女子ソフトテニス	矢本第二中学校	優勝
男子柔道	矢本第二中学校	第3位
女子柔道	矢本第二中学校	第3位
男子剣道	矢本第二中学校	準優勝
	鳴瀬未来中学校	第3位

### 【個人競技】 ※陸上・水泳は別日程で開催されます。

※敬称略。

競技名	氏名(学校)	結果
男子ソフトテニス(ダブルス)	工藤理央・後藤大輝(矢本第一中学校)	第5位
女子ソフトテニス(ダブルス)	石垣京香・柏谷奈美(矢本第一中学校)	優勝
	阿部瑚雪・柏木心寧(矢本第二中学校)	第3位
	高橋陽菜・高橋真優(矢本第二中学校)	第5位
男子剣道	佐藤翔(矢本第二中学校)	ベスト8
女子剣道	阿部和奏(矢本第二中学校)	第3位
男子柔道(55kg級)	堀籠優磨(矢本第一中学校)	第3位
男子柔道(66kg級)	川田琢夢(矢本第二中学校)	優勝
女子柔道(44kg級)	新井彩風(矢本第二中学校)	優勝
女子柔道(48kg級)	村田萌(矢本第二中学校)	優勝
女子柔道(57kg級)	加藤茜(矢本第二中学校)	優勝

■問 学校教育課学校教育班 ☎内線1251

# 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(第4回目)の募集

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、空き区画になっている宅地の売払いを行います。売払い対象は、個人の方で申込条件を厳守できる方になります。

希望する方は、必要書類を持参のうえ、申し込みください。

詳しくは、市のホームページをご覧ください。担当まで問合せください。

### ■募集対象となる住宅用地

団地名	区画数	面積 [1坪=3.305785㎡で計算]	売払単価 [1坪=3.305785㎡で計算]	売払い価格
① 野蒜ヶ丘	7	312.84㎡(94.63坪) ~348.91(105.54坪)	25,500円/㎡(84,297円/坪) ~28,700円/㎡(94,876円/坪)	8,385,420円 ~9,071,660円
② あおい	2	298.46㎡ (90.28坪)	33,900円/㎡(112,006円/坪)	10,117,794円
		306.68㎡ (92.77坪)	35,300円/㎡(116,694円/坪)	10,825,804円

※区画の位置は、市のホームページをご覧ください。担当窓口までお越しください。

### ■団地の位置図



### ■申込期間

①野蒜ヶ丘団地:7月2日(月)~

※申込が募集区画数に達した場合は、受付を終了します。

②あおい団地:7月2日(月)~31日(火)

※申込期間内に同区画に複数の申込があった場合は、抽選会を実施。

### ■受付時間(①②共通)

月~金9時~12時・13時~17時、土・日・祝日は休み

※②野蒜ヶ丘団地については、同日の受付時間前に申込者が複数人いた場合は同着とみなし、抽選によって選択順番を決定します。

■申込対象(①②共通) 市内外の個人(法人または事業者は申込不可)

■申込条件(①②共通) 売買契約締結日から原則1年以内に建築を着手(基礎等の工事着手)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

■申込場所 復興都市計画課用地対策班窓口

### ■売払者の決定方法

①野蒜ヶ丘団地:申込順の決定となります。ただし、同日の受付開始時間前までに申込者が複数人いた場合は、抽選により決定します

②あおい団地:申込期間内に同区画に複数の申込があった区画は、抽選会を実施して決定します

抽選会開催予定日:8月5日(日)10時~ 市役所本庁舎2階202会議室

### ■注意事項(①②共通)

売払い決定通知日から7日以内に契約保証金として土地代金の10%を納付して契約になります。残りの土地代金は本契約日から4か月以内に全額納付してください

また、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になります。

■問 復興都市計画課用地対策班 ☎内線1483~1486

## 公用車に掲載する広告を募集します

市では、民間企業などとの協働により市の新たな財源を確保し、地域経済の活性化を図ることを目的として、公用車への広告掲載を行っています。市内外を走行する公用車を広告媒体として、ご活用ください。

■対象 宮城県内に所在する事業所、事務所または店舗を有する個人、団体などでその業務内容が明確な方

■対象車両 市が指定する公用車

■募集内容 広告内容を表示したマグネットシートを車体に貼り付けます

広告掲載位置	規格	掲載期間	広告掲載料
側面(後列両側ドア)	縦35cm以内×横50cm以内 2枚	6か月以上 (年度内は、最長12か月) 更新により延長可能	4,000円/月額 (消費税および 地方消費税を含む)
後面	縦30cm以内×横20cm以内 1枚		

※広告内に「東松島市有料広告」の表示をすること(サイズ:縦3cm×横24cm以上)。

※広告の作成・掲載・補修・撤去は広告主の負担となります。

### 【掲載イメージ】



■募集期間 8月31日(金)まで

※募集内容に関する詳細、応募に必要な書類、提出方法などは、市ホームページに掲載しますので、そちらを参考にしてください。

■問・申し込み 総務課総務班 ☎内線1206

## 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	6月15日	6月16日	6月17日	6月18日	6月19日	6月20日
測定値(単位:μSv/h)	0.031	0.031	0.031	0.032	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1154

## 東松島市明るい選挙推進協議会委員を募集しています

東松島市明るい選挙推進協議会は、選挙啓発の活動などを通じて「明るい選挙」の推進や投票率の向上を目指している団体です。

自治会・婦人会などの各種団体関係者や学識経験者など20人を上限として構成されており、任期は2年です。

### ■明るい選挙とは

政治は選挙で選出された代表者によって行われるため、政治に国民の意思を反映させるためには、選挙が公正に行われた上で代表者が選ばれなければなりません。

有権者が進んで投票に参加し、選挙が公正に行われ、国民の意思が政治に反映される選挙を「明るい選挙」といいます。

### ■活動内容例

#### ○街頭啓発活動

選挙が行われる際に、市内各所でティッシュやマスクなどの啓発物資を配布し、投票の呼びかけを行います。

#### ○研修参加

明るい選挙の推進を目的とした研修へ参加します。

#### ○啓発物資の配布

イベントなどを通じて、選挙の啓発物資を配布します。

### ■募集要件など

市内在住で選挙に関心を持ち、公平・中立に活動することができる方(年齢要件はありません) ※報酬はありません。

### ■現在の委員の状況(平成30年4月1日現在)

男性4人、女性5人の計9人を選任しています。

活動にご協力いただける方や、委員を推薦いただける自治会など団体がありましたら、下記まで問い合わせください。

■問 選挙管理委員会事務局 ☎内線1205・1206

## 7月は「河川愛護月間」です

川の環境を守り、安全で美しい川のせせらぎがいつまでも残せるように、「河川愛護」と「河川美化」への理解と協力をお願いします。なお、河川へのごみの不法投棄などを発見した時には、下記に連絡ください。

■問 国土交通省北上川下流河川事務所 ☎0225-94-9851

# 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)

## 教育委員会からのお知らせ

### 夏休みを楽しく過ごすために

もうすぐ子どもたちにとって、楽しい夏休みが始まります。

夏休みは、子どもたちの生活の場が学校から家庭や地域へと移り、親や地域の人たちとの触れ合いを通じて、学校生活では得ることができない経験を味わうことができる良い機会です。

一方、長い休みと暑さのために生活が不規則になりがちで、開放的な気分が原因で思わぬ事故を起こすこともあります。

子どもたちが地域の中で安全・安心な環境のもと、楽しい夏休みを過ごすことができるよう家庭や地域の皆さんのご協力をお願いします。

◎市内小・中学校の夏休み期間(平成30年度より4日間短縮となります。)

7月21日(土)～8月21日(火)

※矢本第二中学校・鳴瀬未来中学校は7月20日(金)～8月20日(月)。

◎市内小・中学校の第2学期始業式

8月22日(水) ※矢本第二中学校・鳴瀬未来中学校は8月21日(火)。

東松島市では「地域とともに育つコミュニティ・スクール」を目指し、学校・保護者・地域・行政がパートナーシップを組んで、地域全体で次世代を担う子どもたちとともに育てていく活動を推進しています。子どもたちにも地域の

一員として、あいさつをきちんとし、育成会や地域の行事に進んで参加させるような働きかけをお願いします。

### 「東松島市子どもの心のケアハウス(イトっ子ルーム)」を開設しました

市教育委員会では、東日本大震災に起因する心の問題やさまざまな理由によって、学校に登校できないでいる小・中学生の学校外における居場所づくりと心のケア、学びの場の確保、学校復帰や社会的自立に向けた支援を行う施設として、ケアハウスを開設しました。

「なかなか学校に足がむかない」、「たくさんの人の中では疲れてしまう」、「なんとなく、やる気がでない」など、不安な気持ちで学校に登校できず、悩んでいる方はイトっ子ルームに来て、一緒に学んだりおしゃべりしたりしてみませんか。

イトっ子ルームでは、教員経験者などの指導員がサポートします。不登校で悩んでいる保護者の方の相談対応も行っていますので、お気軽に相談してください。

■開所日時 毎週火曜日～金曜日(祝祭日・お盆期間・年末年始は休み)

■開所時間 9時～16時

(児童生徒の受入時間は9時30分～15時)

■場所 健康増進センターゆふと1階(JR矢本駅前) ☎25-4882

■問 学校教育課学校教育班 ☎内線1251

## 後期高齢者医療からのお知らせ

### 保険証が新しくなります

現在お持ちの後期高齢者医療被保険者証(保険証)は、有効期限が7月31日(火)までになっています。新しい保険証は、7月中旬に簡易書留でお届けする予定です。

新しい保険証の色は、これまでのオレンジ色から緑色に変わります。8月1日以降に医療機関などにかかるときは、窓口で新しい保険証を忘れずに提示してください。

■問 市民課保険年金班 ☎内線1129

### 平成30年度の保険料額をお知らせします

後期高齢者医療制度の保険料は、被保険者の方に均等にご負担いただく「均等割額」と、被保険者の方の所得に応じて負担いただく「所得割額」を合計して個人単位で計算されます。

平成30年度の被保険者ごとの保険料額につきましては、平成29年中の所得に基づいて算定され、7月13日(金)に通知を発送します。

■問 税務課住民税班 ☎内線1136

宮城県後期高齢者医療広域連合 ☎022-266-1021

## 「まちづくりアンケート(平成30年度 市民満足度調査)」を実施します

市では「東松島市第2次総合計画」を策定し「人育み 人輝く 東松島～心ひとつにともに未来へ～」を将来像として掲げ、この実現に向けたまちづくりを進めています。

「まちづくりアンケート」は、計画で定めた8つの分野別政策に基づいて展開する各施策を効率的に推進するため、現在のまちづくりに関する市民の皆さんの満足度や意見をお聞きするものです。

アンケートは、18歳以上の市民の皆さんの中から無作為に抽出した1,500人の方を対象に調査票を郵送します。

回答いただいた内容は、すべて統計的に処理され、特定の個人が識別できる情報として公表されることはありません。また、目的以外に利用することはありません。

調査対象となられた方は、本調査の趣旨をご理解いただき、7月25日(水)までに返送いただきますようご協力をお願いします。

■問 復興政策課復興政策班 ☎内線1242

## 平成30年度の各保険税(料)の通知書を発送します

各保険税(料)の納税(入)通知書を、7月13日(金)に発送します。なお、返送事案が多く発生しておりますので、適切に住所異動手続きを行っていただき、最寄りの郵便窓口へ「転居届」を提出されるようお願いいたします。

■発送する税目など

①国民健康保険税 ②介護保険料 ③後期高齢者医療保険料

■問 税務課住民税班 ☎内線1135・1136

## 航空自衛隊音楽隊演奏会開催

今年も航空自衛隊音楽隊の演奏会開催が決まりました。音楽隊の力強く、すばらしい演奏を聴いてみませんか。

入場は無料ですが、入場券が必要です。今年はハガキでの応募方式となります。たくさんの応募をお待ちしています。

■日時 8月25日(土)13時30分 ※開場:13時～。

■場所 市コミュニティセンター

■応募方法 官製はがきに必要事項を記入のうえ下記送付先までお送りください。1通のはがきで2人まで申し込みできます。また、1人1通までの応募とさせていただきます

■送付先 〒981-0503 東松島市矢本字大溜1番地1

東松島市コミュニティセンター内「航空自衛隊音楽隊演奏会係」

■締切日 7月18日(水) ※当日消印有効。

※応募多数の場合には抽選とします。当選者の発表は入場券(ハガキ)の発送をもって代えさせていただきます。

■注意事項 当日は入場券のない方は演奏会に入場することが出来ませんので、忘れないようにしてください

【応募ハガキ記載例】

ハガキ表	52	981-0503 東松島市コミュニティセンター内 航空自衛隊音楽隊演奏会係	東松島市矢本字大溜1番地1	ハガキ裏
				〒000-0000 住所:東松島市〇〇 氏名:〇〇 〇〇 申込枚数:1枚または2枚
				介助が必要な方、車椅子などを使用している方は、前列席へ調整しますので、その旨を記載してください。

■問 生涯学習課社会教育班 ☎内線3202

## ブラジル男子ハンドボールチームがやってくる

友好都市である「東京都大田区」へブラジルの男子ハンドボールチームがオリンピックの事前合宿で来日する際に、被災地訪問および支援活動として、本市を訪問します。当日は、ハンドボールのデモンストレーションや体験を通して、児童たちが交流を行います。一般観覧自由ですので誘いあわせのうえ、ぜひお越しください

■期日 7月6日(金) ■場所 宮野森小学校校庭

■スケジュール

11時15分頃:選手お出迎え ※国旗の手旗を振って出迎えます。

12時55分～:交流プログラム ※一般観覧可能(雨天時は観覧不可)。

14時45分頃:選手お見送り

■駐車場 野蒜市民センター駐車場

※当日の状況により、プログラムの時間が多少前後する可能性があります。

■問 生涯学習課スポーツ振興班 ☎内線3325

# ともに復興へ

みんなが主役の

# 市民協働のまちづくり 60

■問 市民協働課協働推進班 ☎内線1281

## 地域まちづくり交付金一般提案事業の採択団体が決まりました

4月5日から5月2日にかけて募集した、地域まちづくり交付金一般提案事業のプレゼンテーションおよび審査が行われ、9団体が採択を受けました。採択を受けた団体は、平成31年2月末までの間に、地域のまちづくりに取り組むさまざまな事業を行います。

### ○「地域まちづくり交付金」とは…

市民の皆さんが積極的に様々な活動を行い、互いに助け合い、協力し合う「市民協働のまち」の実現を目標とした交付金制度です。一般提案事業では、独自の発想力と工夫を基に、市民活動団体が行う事業に活動費を交付します。

▶平成30年度地域まちづくり交付金一般提案事業プレゼンテーションの様子



■問 市民協働課協働推進班 ☎内線1283

### ■採択団体一覧・事業概要(申請順)

団体名	事業名	事業の概要	主な活動場所・時期(予定)	交付決定額
一般社団法人 みまもりジャパン 美馬森Japan	美馬森ジュニア ホースキャンプ ～中学生の「生きる力」 向上プログラム～	ジュニアリーダーを対象に、次世代の地域を担う青少年の育成を目指す。馬とのコミュニケーションワークを通して課題の発見・解決に取り組む力やリーダーシップの向上につなげていく。	8月8日、8月9日 のびる丸丸牧場	100,000円
健康マージャン 愛好会	健康マージャンと ホットスペース(サロン) を通して明るいまちづ くりの形成	健康マージャンとふれあいの輪を広げる場としてのサロンを開設する。吸わない(タバコ)飲まない(酒類)賭けない(お金)の3原則のもと行っている。	第一・第二木曜日にサロンを 開設牛網地区集会所	60,000円
東松島モラロジー 事務所	家族のきずな エッセイ募集事業	東松島市内小中学校に通う児童・生徒から、家族のきずなに関するエッセイを募集し、応募作品の中から入選作品を選考し、表彰する。また、エッセイ集を作成して応募協力校、協賛者に配布する。	入選エッセイの発表と 表彰:12月頃	60,000円
さくらシスターズ	パドル体操	地域で行われているお祭りやデイサービス施設に積極的に参加し、パドルを使用した体操を行う。健康増進を促し、地域のコミュニティ形成の場を増やすことを目的とする。	第一・第三火曜日 野蒜市民センターなど	120,000円
イモニウォーク実 行委員会	イモニウォーク 奥松島2018	震災前から内在する地域の魅力や観光資源、震災後、日々変化してきた復旧・復興の様子を、市内外に伝えることを目的として、楽しみながら奥松島を歩いてその魅力を体感する。	9月1日、9月2日 野蒜駅～松島自然の家	200,000円
青年劇場 「あの夏の絵」 東松島公演 実行委員会	青年劇場 「あの夏の絵」 東松島公演	広島の高校生が被爆者との出会いを通じて、平和や命の大切さ、生きることを学んでいく物語の劇場公演を行う。	7月7日 コミュニティセンター	120,000円
アクション・スクエア	地域交流事業 (落語会・親子お楽しみ コンサート・お茶会)	震災後、新旧の住民が顔を合わせるコミュニティ形成を図る。落語会や親子お楽しみコンサートを開催し、様々な層を取り込むことを考えている。	9月1日(落語会)、11月18日 (親子おたのしみコンサート) 6月～平成31年2月ま での期間毎月1回開催予定 (お茶会) 小野市民センターにて開催	70,000円
奥松島産業振興 協議会	奥松島地域 連携事業	宮戸地区の体験活動団体と連携を図りながら、漁業やレジャー体験、収穫物の調理と実食、また地区の震災・文化財の語り部活動を実施し、さらなる地域振興を目指すこととする。	8月10日、11月11日、12月 9日、1月20日のうち、3日 予定 松島自然の家	80,000円
キッズファミリア	キッズファミリア ボール遊び巡回教室、親子 ボール遊び巡回教室・キ ッズファミリアサッカー 教室、親子サッカー教室	ボール遊び、サッカーを通じて、基礎体力の向上、身体を動かすことの楽しさを実感してもらう。親子を対象とするのでスキンシップ形成も図る。	7月15日、9月16日、 11月18日予定 鷹来の森運動公園など	140,000円

### 平成30年度 健康づくり推進事業 お子さんと一緒に健康に! 親子の運動教室

お子さんと一緒に参加できる運動教室です。お子さんと遊びながら親子で身体を動かしましょう。お父さん、お母さんだけでなく、おじいさん、おばあさんも参加できます。

- 日時 7月3日(火)10時～11時30分 ※開場:9時30分～。
- 場所 市民体育館 ■参加費 無料
- 定員 先着30組(市民の方) ※電話予約制。定員に達し次第締め切り。
- 対象 おおむね1歳～5歳(1人歩きができれば可)のお子さんとその家族  
お子さん1人に対して、大人が1人付き添いで参加してください
- 持ち物 飲み物、タオル、動きやすい格好、  
上靴(お子さんの分も用意してください)
- 問・申し込み 健康推進課健康支援班 ☎内線3113

### 東松島夏まつり イベント出演者募集

音楽やダンス・郷土芸能の披露などで、お祭りを盛り上げていただける個人・団体を募集します。一緒に祭りを盛り上げましょう。



- 日時 8月25日(土) ■募集 15団体
- 場所 東松島夏まつり会場(商工会前ステージ)
- 出演時間 30分以内 ※準備・撤去時間を含む。
- ※詳しい内容の確認、申込様式のダウンロードは、東松島夏まつり2018公式ホームページをご覧ください。
- 申込期限 7月20日(金)
- ※定員に達し次第募集終了。応募者多数の場合は、抽選により出演・参加者を選定させていただく場合もあります。
- 申込書配布場所 東松島市商工会、東松島市役所商工観光課(鳴瀬庁舎)・市民協働課(本庁舎西側仮設庁舎)、東松島夏まつり公式ページ
- 問・申し込み 東松島夏まつり実行委員会(東松島市商工会)  
☎82-2088 FAX:0225-83-2293 [東松島夏まつり2018](http://www.higamatu.miyagi-fsci.or.jp/nm2018/) で 検索  
ホームページURL: <http://www.higamatu.miyagi-fsci.or.jp/nm2018/>

### 蔵しっくパーク からのお知らせ

#### くらっぱ蔵部

内容	開催日	材料費	定員	持ち物
大人のための脳トレ学校 【学びなおし小学校算数編】 講師:遠藤加英子	7月5日(木) 15時15分～ 16時15分	900円	8人	筆記用具

※別途参加費100円。7月1日(日)9時～受付開始 ☎84-2011

#### ポヌールマルシェビアガーデン& ナイトマーケット in蔵しっくパーク

常夏気分  
Party Night

- 日時 7月21日(土)15時～20時
- ステージブース ベルバーナ・ラス・フィエスタス、  
HUDDLE、POLARIS、RhythmClapほか
- マルシェブース ハンドメイド作家が大集合(NewShopもあり)
- フードブース ビアガーデンでサタデーナイトフィーバー
- 子ども縁日ブース 子ども縁日ブースではパークチケットが必要です  
※前売り券販売中。チケット10枚綴り。前売り券:250円、当日券:300円。
- IGINARIビンゴ大会 19時30分ころから開始予定。マルシェのお買い物  
で豪華景品を手に入れよう
- 問 蔵しっくパーク ☎84-2011

#### ポヌールマルシェ×フリマのコラボ企画 第2弾サマーマーケット

- 日時 8月18日(土)10時～15時  
室内フリマ 500円～800円 室外フリマ 500円  
※申込受付中。定員になり次第終了。出者店大募集!

#### とっておきの音楽祭 in 東まつしま2018開催

- 障害のある人もない人も一緒に音楽を楽しみ、音楽のチカラで「心のバリアフリー」を目指す音楽イベントです。皆さんの来場をお待ちしています。
- 日時 7月15日(日)10時～18時
- 場所 JR矢本駅周辺および矢本商店街の各ステージ  
※各ステージでの演奏は17時頃まで。17時からはメインステージ(ヨークベニマル矢本店駐車場)でフィナーレを行います。
- 問 とっておきの音楽祭 in 東まつしま実行委員会(事務局:石垣) ☎0225-84-2011

# 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。>

## 持続可能なまちづくりを

東松島市が「SDGs(持続可能な開発目標)未来都市」に選定

SDGs(持続可能な開発目標)の達成に向けた取組を推進していくために、政府は優れた取組を提案した全国29自治体を「SDGs未来都市」として選定。宮城県からは唯一、東松島市が選ばれ、安倍晋三内閣総理大臣から選定証が授与されました。

今後、各省庁の支援施策等の活用し、教育、エネルギー、生涯現役、経済循環、市民協働を中心に「持続可能なまちづくり」を目指し、また本市の知名度アップにもつなげていきます。

(6月15日、総理官邸大ホール)



## 東松島市を花でいっぱい

植栽通じて広がる地域の輪

地域をきれいな花で彩る植栽活動が市内の国道、県道沿いの花壇で行われました。全市で取り組む「花の香るまちづくり事業」の一環で、参加した皆さんは丁寧に植えながら近隣同士の交流も深めていました。植えられたサルビアやマリーゴールドの花々は夏から秋にかけて地域を彩ります。

赤井地区  
自治協議会



矢本西  
コミュニティ協議会

大曲まち  
づくり協議会



宮戸コミュニティ  
推進協議会

## 大曲小学校 イチゴ狩り体験

イグナルファーム

大曲地区のイグナルファームで、大曲小学校の児童たちがイチゴ狩り体験を楽しみました。6月12日には5年生57人が参加し、この日は「もういっこ」という品種のイチゴ狩りを楽しみました。児童たちは赤くたわわに実ったイチゴを優しく手摘みし、おいしそうにほおぼっていました。



# 共助高めてわがまちを守る

## 東松島市 総合防災訓練



**各地から計約9,000人参加**

市の総合防災訓練は今年も「わが家・わが地域は我々が守る」をスローガンに、各地区の自主防災組織を中心に実施されました。小中学生や幼児の皆さんも積極的に参加し、市全体では約9,000人(速報値)が訓練に臨みました。あおい地区では約470人が参加し、発災から二次避難までの流れを確認しました。また鷹来の森運動公園防災備蓄倉庫から、自衛隊車両での救援物資搬入を行ったほか、JICAの協力のもと外国人旅行者の受け入れを想定した内容も初めて盛り込みました。(6月17日)



## 枚方市、松原市に先遣隊派遣 大阪北部地震でいち早く

大阪府北部を襲った最大震度6弱の地震を受け、東松島市は発災当日の6月18日、職員の長期派遣を受けている大阪府枚方市と松原市に先遣隊として職員5人をいち早く派遣しました。渥美市長は「東日本大震災では多くの支援をもらいました。今度は我々が力になる番。しっかりと現地で状況把握をしてください」と激励しました。(東松島市役所)

## 地域産業や活動学ぶ

### 宮城大学フィールドワーク



宮城大学の学生たちが東松島市を訪れました。事業構想学群・看護学群・食産業学群に分かれて地域フィールドワークを行い、東松島の地域に根付いた産業や取り組みなどを学習。宮城大学では、地域フィールドワークにより、学生が地域に目を向けるきっかけを作り地域に貢献できる人材の育成に力を入れています。(6月6日)

## 赤井南小学校で バレーボール教室



元女子バレーボール日本代表の大山加奈さんが講師を務める東レ(株)主催の「東日本大震災復興支援バレーボール教室」が赤井南小学校の6年生を対象に行われました。元東レアローズの緑川真由美さん、大山末希さんにもアシスタントコーチとして加わっていただき、レシーブやトスなどの基本動作の指導を通して、ボールをつなぐ楽しさから子どもたち同士の協力や相手を思いやる気持ちを育む授業となり、笑顔あふれる授業となりました。(6月5日、赤井南小学校講堂)

## 蔵っぱで初のビュッフェ

### 駄菓子1時間



駄菓子が1時間食べ放題となる蔵しっくパークの新企画「駄菓子ビュッフェ」が開かれました。アメやガム、スナック菓子、グミ、チョコレートなど10円から300円までの駄菓子約300種類をそろえ、参加した皆さんは好きな菓子をかごに入れ、フードコートで楽しみました。また、駄菓子で作ったフルコースのメニューも紹介され、関心を集めていました。(6月9日)

## 第60回記念石日旗少年野球



第60回記念石日旗争奪少年野球大会が6月15日に開幕し、16日と17日は鷹来の森運動公園で1回戦から準々決勝までが行われました。東松島市からは5チームが出場し、大曲ドリームズと赤井ビクトリーがベスト8まで進む好成績を残しました。石巻市民球場であった開会式ではいずれのチームも堂々と行進し、スタンド声援の際立った保護者に贈られる賞には赤井ビクトリーの皆さんが選ばれました。

### 東松島市から5チーム出場

# もっと知りたい!ひがしまつしま

問い合わせ 東松島市役所 ☎82-1111  
代表FAX 0225-82-8143  
(東松島市内での固定電話の市外局番 0225)

矢本子育て支援センター「ほっとふる」  
☎84-2676



矢本子育て支援センター

## 「ほっとふる」の主な行事

- 子育て講座(先着15組・要申込)  
11日(水)10時~11時「乳幼児救急法」
- 7月生まれ誕生祝いDAY  
13日(金)カード作り 9時~16時  
(身体測定・手形押しなど)  
歌でお祝い 11時
- 赤ちゃん&なかよし広場  
(先着20組・要申込)  
18日(水)10時~10時40分  
「ウェルネス保育園へ見学に行こう!」
- 土曜OPEN 21日(土)9時~12時

## プール遊びがはじまるよ

ほっとふるでは、7月中旬から天候の良い日は、プール遊びが出来ます。詳しい日程等は子育て通信7月号に掲載予定です。



## 子育て支援センターからのお知らせ (2018年7月)

開館日時 ほっとふる 月~金曜 9時~16時 あいあい 月~木曜 9時~16時  
※講座などで利用できない日もありますので、子育て通信などで確かめてください。  
子育て通信は市のホームページでもご覧になれます。

### 東松島市子育て支援センター

# たなばた

## みんなで七夕飾りを作ろう

**■日時** 7月6日(金)  
**■受付** 9時45分~  
**■開始** 10時  
**■場所** ほっとふる  
**■参加費** 無料  
**※申込不要。**

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

鳴瀬子育て支援センター「あいあい」  
☎87-2338



鳴瀬子育て支援センター

## 「あいあい」の主な行事

- 妊婦講座  
「プレ☆パママ集まれ」(先着15組・要申込)  
■講師 助産師 小野 直子氏  
■日時 26日(木)10時~11時  
■対象 市内にお住まいの妊婦さん  
■持ち物 飲み物(お茶または水)・筆記用具

## あいあい子育て講座

- 「親子で楽しむヨガ」(先着15組・要申込)  
■講師 黒須 奈緒美氏  
■日時 8月10日(金)10時~11時  
■対象 0~2歳のお子さんと保護者  
■持ち物 飲み物(お茶または水)・動きやすい服装・汗拭きタオル・大判バスタオル

5月1日から31日までに  
ほっとふる&あいあいを初めて利用した方は

**21組** です。

はじめての来所が不安な方、スタッフが案内しますので気軽にお越しください。

## 観味美魅 みりよく発見!ひがしまつしまの観光と物産

### 「新宮戸八景写真撮影会~夏編~」参加者募集

宮戸地区には、地元の人たちに親しまれ、大切に守られてきた8か所の自慢の景色「新宮戸八景」があります。

それぞれにむかしから言い伝えられてきた、民話や伝説、神話をまとめた一冊の絵本を手に、市内在住の創作写真家 細田孝春氏を講師に迎え、物語に思いをはせながら素晴らしい景色を写真に収めてみませんか。

- 開催日 7月24日(火)
- 時間 9時30分~12時
- 場所 宮戸月浜(コースは「稲ヶ崎公園」~「新浜岬」)
- 募集人数 10人程度
- 参加費 無料
- 持ち物 カメラ、飲物、歩きやすい服装・履物
- 講師  
創作写真家 細田孝春氏  
ガイド協力 地域おこし協力隊 関口英樹氏
- 問・申し込み  
東松島市観光物産協会  
☎87-2322



▲稲ヶ崎公園



▲新浜岬

※集合場所などについては後日、参加者の皆さんにご連絡します。  
※天候によってコースの変更もあります。

## Sports Paradise

~スポーツから笑顔が生まれるまちづくり~

東松島市体育協会  
**スポパ通信**

■問・申し込み 東松島市体育協会 ☎82-9030 平日9時~17時

### 七夕の吹き流しに変身

6月1日、8日、15日のきっず広場でお子さんに描いてもらった絵を七夕の吹き流しにして市民体育館に飾っています。ぜひ来館ください。

- 展示期間 7月8日(日)まで ※平日は9時~21時、日曜は9時~17時まで。
- 場所 市民体育館 管理人窓口前

### 【未就学児対象の遊び場】★きっず広場開放中★

毎週金曜日9時~11時30分まで、市民体育館にてきっず広場を開放しています。これからの時期、雨の日や日差しが強いときなど、屋外で遊べない日には市民体育館でたくさん遊びませんか。最近はいつもの用具にプラスαとして※フロートRも用意しています。

※フロートR...ゆっくりと空を漂う大きな風船みたいなものだ。独特な浮遊感は約700gという軽さだからなんだって。ポーンポーンと上にあげてみてね。



たくさんカラダを動かした後はきっず広場の一角にお絵描きコーナーがありますので、休憩がてら大きな紙にダイナミックにお絵描き遊びなんていかがですか。約80cm×約110cmの大きな紙とクレヨンを用意しています。汚れてもいい服装(持参)だと洗濯を気にしなくていいと思います。

家庭の室内ではなかなか難しい、お子さんの運動遊びやお絵描き遊びの『やってみたい』を体育館で体験してください。

- 利用料 保護者1人100円(市外の方は300円) ※未就学児無料。
- ※祝日や催しなどで開放不可の場合もあり。利用に際しての詳細は体育協会ホームページ(h-taikyo.jp)から確認できます。

臨時休館日のお知らせ ○市民体育館 8月26日(日)  
利用者の皆さんにはご迷惑をおかけしますがご理解・ご協力をお願いします。

# 7 Jomon Times

vol.149

広報 縄文村だより vol.149 (7月号)

平成30年7月1日  
●編集・発行●  
奥松島縄文村歴史資料館  
東松島市宮戸字里81-18  
TEL 88-3927 FAX 88-3928



毎年会場を盛り上げてくれる、「おどりんちゅ」による「よさこい」!

## STAGE

会場を盛り上げた多彩なステージ。

会場中央に設置したステージでは、よさこいやダンス、歌が披露され、おまつりを盛り上げました。



お買い物も楽しめます。

## SHOPPING

「東松島旬の市」は、地元食材を使った美味しいものや屋台がずらり。手作りの作品や日用雑貨が並んだフリマにも、掘り出し物を探す人で賑わいました。



地元小学生のダンスチーム「リズムクラブ」。かっこいい!

## PANORAMA

宮戸の絶景を楽しむ。

自然の家と観光ガイドさんによる「新宮戸八景トレッキングツアー」。今年は室浜方面へ!山の上から見る「嵯峨溪」の美しさに感動!



海を見下ろしながらひと休み。

## 宮戸島と縄文の魅力発信!! 第7回 縄文・宮戸まつり

5月20日(日)、宮戸島春の一大イベント「縄文・宮戸まつり」を開催しました。宮戸島の絶景を楽しむ「新宮戸八景トレッキングツアー」や華やかなステージ、縄文を体感できる体験や試食、旬の市やフリマなど、会場すべてを使ってイベントを行いました。



縄文服を身につけ、道具を持って...大変身!!

似合う?

おさかな  
つれたよ

## JOMON

“縄文”を満喫!

おなじみの縄文体験のほか、縄文人に大変身する「縄文写真館」、縄文人が食べていた食材を味わう「縄文キッチン」、「さかなつりゲーム」「火おこし No.1 決定戦」「貝塚ガイドツアー」など、縄文の暮らしや日本最大規模を誇る貝塚を体感できるイベントがいっぱい!



縄文の釣り針でさかなつり!



火おこし No.1 を賭けて!

土器でぐつぐつ  
縄文の味をめしあがれ!

カモ肉、アサリ、そば米が入った「縄文粥」。もちろん土器で煮炊きしています。

### 参加者募集中!

今、「縄文」がひそかなブームになっているのをご存知ですか?じわじわと来ています。土器や土偶、その暮らしぶりなどが注目され、ちまたでは縄文にハマる人々が増えているようです。

そんな縄文時代を本格的に体験できるのが、イベント「縄文教室」!縄文人必須アイテムの土器作りから野焼き、縄文料理までを体験します。

- |               |                   |
|---------------|-------------------|
| 縄文教室<br>【全3回】 | ①縄文土器作り・・・7/22(日) |
|               | ②野焼き・・・8/19(日)    |
|               | ③縄文料理・・・9/23(日)   |

参加費 ※3回通しての料金です。  
大人(中学生以上)1,500円 子ども 1,000円



↑色の変化を楽しみます



←染料のイボニシ

ここから「貝紫染め」の見どころ!黄緑色だった染料は、日光に当たりみるみる紫色に!天気にも恵まれ鮮やかに染まりました。

染料となるのは「パール腺」とよばれる幅数ミリの長さ約1センチの臓腑部分。予想以上の小ささに気の遠くなる参加者の皆さん。かつて高貴な者のみが許された色というのも納得です。



古代から続く「貝紫染め」に挑戦

5月27日(日)、「貝紫染め体験」を開催しました。貝紫染めは、古代から伝わる「巻貝」を使った染め物です。昨年は染料の材料となる「イボニシ」が採れず中止に。イベントを楽しみに待っていた参加者さんも多く、2年ぶりの開催となりました。

## もっと知りタイ! 地域おこし協力隊 (第15回)

■問 地域おこし協力隊事務局 復興政策課地域振興班 ☎内線1232

わたなべ かなみ  
渡辺 華奏未さん(22)

コミュニティ支援

にぎわいと交流で活気あるまちへ

仙台市内の大学に在学中、協力隊一期生とつながる縁があり、協力隊の活動に感心を抱きました。昨年11月に着任し、蔵しつくパークと製造業の高橋徳治商店東松島工場で働き、特に若い世代のコミュニティ支援や居場所づくりに取り組んでいます。

東松島市は穏やかなまちですが、若い人は少なく感じます。高校や大学を出ても地元で働けるようにたくさんの企業が集まってくればうれしいです。また、キーマンとなる方が増えてくれば今よりも活気あるまちになると思います。私も東松島市で育っており、慣れ親しんだ地域で何か役に立ちたいと思って協力隊に参加し、活動しています。

蔵しつくパークでは接客、イベント運営を主に行っており、月例のマルシェでは趣向を凝らした雑貨などを数多く並べ、交流の場になるよう心がけています。これからも出店者をどんどん増やし、にぎわい創造につなげていきたいと考えています。

高橋徳治商店では3月に完成した野菜加工場で「ミラ、レモン、カボチャなどを加工しながら、活動を通じて引きこもりなど、悩みを抱える若者の就労と自立支援を後押ししています。コミュニケーションの取り方は難しいですが、時間を重ねる中で少しずつあいさつも増え、笑顔も見られるようになりました。利用者の皆さんが働きやすいような環境を整えていくことがやりがいです。



# 知っ得情報

■問 東松島市役所 ☎82-1111  
代表FAX:0225-82-8143  
(東松島市内での固定電話の市外局番 0225)

## 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  
☎・FAX 83-67789  
東松島市赤井字鷺塚1-6

### 陸・海・空自衛官候補生

■応募資格 18歳以上27歳未満の方  
■受付期間 7月20日(金)まで  
■試験日 7月28日(土)・29日(日)  
○一般曹候補生

■対象資格 18歳以上27歳未満の方  
■受付期間 7月1日(日)～9月7日(金)  
■試験日 1次試験：9月21日(金)～23日(日)のいずれか1日

### 航空学生

■対象資格 海・18歳以上(高卒(見込含))～23歳未満の方  
空・18歳以上(高卒(見込含))～21歳未満の方  
■受付期間 7月1日(日)～9月7日(金)

■試験日 1次試験：9月17日(月) ※詳しい内容は問い合わせください。

### 石巻地方広域水道企業団 平成31年度採用職員募集

石巻地方広域水道企業団総務課  
☎0225-95-6713  
石巻市蛇田字新上沼16番地  
http://www.ishikousui.or.jp

### 初級土木

■対象資格 平成9年4月2日から平成13年4月1日まで生まれの方で、職種に係る

の深い科目を履修した方または履修中の方

■定員 1人程度

■試験日 9月16日(日)

■申込受付期間 7月1日(日)～8月10日(金) ※当日消印有効。

■申込書配布 7月1日(日)から、水道企業団総務課・北部地区管理事務所、構成市(市役所本庁舎および各総合支所)、企業団ホームページ  
※土・祝日を除く。

※郵送希望の場合、封筒の表に「試験申込書請求」と朱書きし、あて先を明記した返信用封筒(A4サイズが入る大きさの封筒に140円切手を貼付)を必ず同封し、請求してください。

※詳しい内容は、上記ホームページをご覧ください。

※詳しい内容は、上記ホームページをご覧ください。

### 石巻地区広域行政事務組合 平成31年度採用職員募集

石巻地区広域行政事務組合  
消防本部総務課人事教養係  
☎0225-95-7111  
石巻市大橋一丁目1番地1

### 初級消防吏員

■対象資格 平成9年4月2日から平成13年4月1日まで生まれの方で、高校卒業(見込)および高校卒業程度の学力を有し、採用後、石巻市・東松島市または女川町に居住できる方

■定員 3人程度

■試験日 9月16日(日)

■申込受付期間 7月1日(日)～8月10日(金) ※当日消印有効。

■申込書配布 7月1日(日)から

ら、石巻地区消防本部・消防署所・組合事務局および石巻市役所・東松島市役所・女川町役場・各総合支所・各支所で配布

※郵送を希望する場合は、「消防初級試験申込書請求」と朱書きし、あて先を明記した返信用封筒(A4サイズが入る大きさの封筒に140円切手を貼付)を必ず同封し、上記に請求してください。

## お知らせ

### 農用地利用計画変更 意見書の受付

農林水産課農政班  
☎内線2141・2143

市では「農業振興地域の整備に関する法律」に基づく東松島農業振興地域整備計画の変更に関する意見書を受付します。

農振農用地区域で事業を計画されている方は、農用地利用計画変更意見書を受付期間までに提出してください。

なお、次回の受付は、12月頃を予定しています。

■第2回受付期間

7月5日(木)～31日(火)

### 第132回いきいき健康講座

真壁病院  
☎82-7111

■テーマ 怒りに振り回される人生にサヨナラしよう!

イライラ、怒りの感情と上手に向き合うための「アンガーマネジメント」

## 東松島市職員募集 (平成31年4月1日採用 初級職員採用試験)

平成31年度採用(平成31年4月1日採用)初級職員採用第1次試験については、下記のとおりです。

### ■職種および対象資格・募集人員など

- 初級(行政職) 3人程度  
平成3年4月2日から平成13年4月1日までに生まれた方  
※短大または高専卒業(見込)以下の方は受験できませんが大学卒業(見込)以上の方、高度専門士の称号を取得(見込)の方は受験できません。
- 初級(行政職:障害者) 1人程度  
昭和58年4月2日から平成13年4月1日までに生まれた方で障害者手帳の交付を受けている方  
※大学卒業(見込)以上の方でも受験できます。
- 初級(行政職:社会人) 2人程度  
昭和48年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた方で直近5年(平成25年7月1日～平成30年6月30日まで)の間に通算3年以上の会社員などの常勤経験を有する方

■申し込み 申込用紙は総務課で配布します。郵便で請求する場合は、封筒の表に「職員採用試験申込用紙請求」と朱書きし、宛先を明記のうえ、140円切手を貼った返信用封筒(A4サイズの用紙が入る大きさ)を必ず同封してください

■試験日時 1次試験:9月16日(日)10時～

■試験会場 1次試験:東松島市役所本庁舎(東松島市矢本字上河戸36-1)

※試験会場は変更する場合があります。

■受付期間 7月2日(月)～20日(金)17時必着

■問 総務課人事班 ☎内線1216

講師 眞壁有美先生(医療法人 医徳会眞壁病院内科医師)

■日時 7月12日(木)18時30分～19時30分 ※開場:18時。

■場所 市コミュニティセンター

2階会議室 ※入場無料。

■主催 医療法人 医徳会眞壁病院、特定非営利活動法人 工

バーオンワード

### 7月は「社会を明るくする運動」強調月間と再犯防止啓発月間です

第68回「社会を明るくする運動」  
東松島市推進委員会  
(事務局:福祉課福祉総務班  
☎内線1174)

「社会を明るくする運動」は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪

や非行のない地域社会を築こうとする全国的な運動です。

### 宮城県立石巻高等技術専門学校 オープンキャンパス開催

宮城県立石巻高等技術専門学校  
石巻市門脇字青葉西27-11  
☎0225-22-11719  
☎0225-94-7399

■日時 7月21日(土)12時45分～15時20分

■場所 石巻高等技術専門学校

■主な内容 各訓練科の内容説明、校内見学、体験実習

※体験実習を行いますので、軽作業に適した服装と運動靴でお越しください。

■訓練科 自動車整備科、金属加工科、木工科

■対象 高校生、保護者、教員、一般の方

※入場体験無料。申込不要。

### 第2回普通救命講習(一般公募)

河北消防署

☎0225-62-3119

石巻広域消防ホームページ  
http://isyoubou.jp/

■日時 7月22日(日)9時～12時

■場所 河北総合センター(ビッグ

クワン)2階会議室(住所:石

巻市成田字小塚裏畑54)

■対象・定員 中学生以上の方、30人 ※先着順。

■申込期間 7月2日(月)～11日

(水)9時～17時 ※受講無料。

■申込方法 右記の期間内に、

各消防署または石巻広域消防ホームページから申込用紙を取得し各消防署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してください

# 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)

## 国民ねんきんだより ～国民年金保険料免除等の申請～

保険料が納め忘れの状態、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられなくなる場合があります。

経済的な理由などで国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度(※50歳未満)」がありますので、市民課の国民年金担当窓口で手続きをしてください。

※平成28年7月から、対象者を30歳未満から50歳未満へ拡大しました。

※学生の方は学生納付特例を利用してください。詳しい内容は、市報4月1日号をご覧ください。過去の市報は、市ホームページでご覧になれます。

平成30年度の免除などの受付は7月1日から開始され、平成30年7月分から平成31年6月分までの期間を対象として審査を行います。

また、平成26年4月から法律が改正されて、2年1か月前の月分までさかのぼって免除申請することができます。

失業などにより保険料を納付することが経済的に困難になったものの、申請を忘れていたために未納期間がある方などは、下記または年金事務所へ相談してください。

■問 市民課保険年金班 ☎内線1333

## 消費生活情報

### ～消費者トラブルに合わないために～

#### 「自分なら大丈夫」は禁物

#### ●誰でも、いつでも被害者になる可能性あり

被害者は高齢者ばかりではありません。好奇心旺盛な若者や、医者、公務員、フリーター、主婦など年齢、職業、性別もさまざまです。

#### ●悪質商法に巻き込まれないために

- (1)うまい話にはのらない。相手の話を鵜呑みにしない
- (2)急かされる契約はしない、その場で決めず家族や友人に相談する
- (3)本当に必要か良く考える。必要ないときは、勇気を出してきっぱり断る

#### ●自分にこんな覚えがあったら要注意

- (1)「試供品」「本日限定無料サービス」「簡単に資格が取れる」といった言葉に弱い
- (2)「健康」や「将来、年金だけで暮らせるか」不安を感じている
- (3)一攫千金、楽をして儲けたいという意識が強い
- (4)曖昧な返事をしたり、過去に断りきれずに契約したりしたことがある

～心配なときや困ったときは相談窓口へ～

■相談先 市民課消費生活相談窓口:月～金曜日(祝日を除く)9時～15時

■問 市民課消費生活相談室(市役所本庁舎1階) ☎内線1117

## 東日本大震災復興支援JOC「がんばれ!ニッポン!」プロジェクト 「オリンピックデー・フェスタin東松島」開催

オリンピックに出場したアスリートの皆さんが東松島市にやってきます。当日はオリンピックと触れ合いながら楽しく体を動かします。誘いあわせのうえ、ぜひ参加してください。

■日時 7月22日(日)10時～ ※受付:9時30分～。 ■場所 市民体育館

■対象・定員 市内小学生以上の市民の方(家族での参加も歓迎)100人程度

■申し込み 所定の申込用紙に記入し、7月13日(金)まで下記に持参またはFAXで申し込みください

■主催 公益財団法人日本オリンピック委員会

■問 生涯学習課スポーツ振興班 ☎内線3325 FAX:82-4158

## 公営住宅だより～騒音に気を付けて～

市営住宅は、共同生活の場です。日頃からお互い騒音などに気をつけて、清潔で快適な生活環境を築いていきましょう。特に、集合住宅は鉄筋コンクリート造などであり、電話での話し声やドアの開閉の音などの生活音が上下階や隣室に響くことがあります。



このような音や振動は、音を出した本人が思っているよりも近隣に伝わっている場合があるなど、それを感じる人によって個人差があり、一概に騒音とは言えませんが、テレビなどの音をむやみに大きくしたりドアの開け閉めや、お子様の飛び跳ねる音など早朝や深夜の時間帯などは十分に注意し、近所に迷惑をかけないように気を付けてください。

■問 建築住宅課住宅班 ☎内線2262～2265

宮城県住宅供給公社東部管理事務所 ☎0225-21-5657

## 東北財務局から個人版私的整理ガイドラインのお知らせ ～東日本大震災により被害を受けた皆さんへ～

「個人版私的整理ガイドライン」の利用で、震災前からの住宅ローンなどが免除されます。

※債務の免除には、一定の要件を満たすことが必要です。

#### ○個人版私的整理ガイドラインを利用するメリット

(1)生活再建に必要な資産(500万円・義援金など)は手元に残せます。

※被災状況、生活状況などの個別事情により減額の場合あり。

(2)弁護士などの登録専門家が手続きをサポートします。また、国の補助により弁護士費用はかかりません。

※運営委員会に登録された弁護士の費用に限る。

(3)債務整理したことは個人信用情報として登録されません。

※金融機関などがガイドラインの利用を理由として新たな借入を制限することはありません。

詳しい内容は、下記に問い合わせください。

■問 一般社団法人個人版私的整理ガイドライン運営委員会

コールセンター ☎0120-380-883(受付時間:平日9時～17時)

ホームページURL:<http://www.kgl.or.jp/>

## こんにちは農業委員会です

農地利用最適化推進活動の1つとして、「遊休農地の発生防止・解消」が位置付けられています。農地法において、農地の所有権または使用権を持つ者は、農地の適正かつ効率的な利用の確保が義務付けられています。

これを根拠に、農業委員会では農地法第30条に基づき、毎年1回、農地パトロールを行い、全農地の利用状況について調査することになっています。今年の農地パトロールの期間は、8月から9月までです。

農地は、一度耕作を止めて数年経つと原形を失うほど荒れてしまいます。草刈りや耕起などを行い、いつでも耕作可能な状態にしてください。

■問 農業委員会事務局 ☎内線2150～2153

## 毎月11日は「市民防災の日(市民防災デー)」です ～宮城県北部連続地震から15年、東日本大震災から7年3か月～

7月のテーマは、「食糧、飲料水などの備蓄品の確認」です。災害時に備え、各々で備蓄の準備をすることが大切です。各家庭で3日分の食糧、飲料水、生活用品などの必要となる物資を備蓄しましょう。

#### ■非常食

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

#### ■水

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

#### ■生活用品

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

■問 東松島市自主防災組織連絡協議会

事務局:防災課危機対策班 ☎内線1265

# 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)

## お知らせ

**サン・ファン歴史講座**  
「慶長使節船サン・ファン・パウティスタ号が創り上げた世界」開催

サンファン館企画広報課 火曜休館  
問 ☎0225-2412210  
✉kouza@sanjuan.or.jp

サン・ファン館 濱田直嗣館長が、慶長使節やサン・ファン号、伊達政宗についてわかりやすく解説する歴史講座です。

■日時 7月28日(土)13時30分～15時  
※10月まで毎月1回開催。

■場所 サン・ファン館(住所:石巻市渡波字大森30-2)

■料金 無料 ※施設見学の場合、別途入館料が必要です。

■申し込み 事前に右記に電話またはメールで連絡ください。  
※当日受付可。

**マンマの会パセリからのお知らせ**  
「乳がんのことを語り合ってみませんか」

マンマの会パセリ 菅原  
問 ☎070-53220155338

マンマの会パセリは、乳がん体験者や、この会の活動に賛同する個人や団体によって平成17年から活動しています。今回は再発・転移乳がん体験者の語り合いの場などをお知らせします。

○再発サロン

■日時 7月28日(土)10時～

■場所 石巻赤十字病院 ブレストセンター多目的室

■目的 再発・転移乳がん体験

者の語り合い  
■参加費 100円

○ヤングサロン

■日時 8月19日(日)10時～

■場所 多目的ホール(二)ひろ(ヒノケン2階)(住所:石巻市蛇田字中塚5番地8)

■目的 20代、30代、40代の乳がん体験者のおしゃべり会

■参加費 100円

**てあわせ表現 WS(ワークシヨップ)**  
「てあわせのほし」開催

「てあわせWS」担当松川  
問 ☎090-280806-80561  
✉http://teawasakeken.jp/

てあわせ表現WSでは、手と手を合わせ、そのぬくもりを感じながら心を広げ身体でコミュニケーションを図る活動で、初めての方も障害の有無も年齢も関係なく自然体で自由に繋がりがあいい、楽しみながら心地よい居場所を共有します。ぜひ参加ください。

■日時 7月21日(土)13時30分～15時30分

■場所 大曲市民センター

■要事前申込み。  
■参加費 1家族あたり500円  
※当日会場で納入。

**シニアの採用・活用支援セミナー**  
「シニアのモチベーション維持向上と継続雇用を目指した健康サポート」

一般社団法人東松島市生涯現役促進地域連携事業推進協議会  
問 ☎050-3000011978

市内企業経営者・人事担当者の皆さんを対象とした企業向け

## 災害公営住宅の追加募集を実施します

災害公営住宅の仮申込および追加募集については、毎月、初日から第3金曜日までの毎月募集となりました。

### ■募集内容

整備地区名	入居開始予定	形式	募集間取りタイプ			
			1LDK	2LDK	3LDK	4K
柳の目西	平成31年3月	戸建て	○	○	○	○
整備済み住宅(16地区)	入居決定より約2か月後	戸建て集合2戸1	建築住宅課住宅班まで問い合わせください			

※空き状況は下記に問い合わせください。

### ■申し込みできる間取り

入居人数	1LDK	2LDK	3LDK	4K
1人	○	○	×	×
2人	○	○	×	×
3人	×	○	○	×
4人	×	×	○	○
5人以上	×	×	○	○

■受付期間 7月2日(月)～20日(金) ※閉庁日を除く。

■申し込み 入居資格を確認しますので、下記まで問い合わせください

### 【災害公営住宅の入居資格】

東日本大震災により住居が全壊(全流失)された方、または住居が大規模半壊・半壊し、解体を余儀なくされた方で、現在定住できる住まいに困窮している方です。持ち家がある方や公営住宅に入居している方(ただし、応急仮設住宅として公営住宅に入居している場合などは除く)、申込者および同居を予定している人が暴力団員の場合等は、申し込みできません。

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

■問 建築住宅課住宅班 ☎内線2262～2265

## 医療用ウィッグの購入費用を助成します

市では、がん患者のみなさまが生き活きと社会で活躍ができるよう、医療用ウィッグ(かつら)購入費用の一部助成を、平成30年4月1日にさかのぼって行います。

■対象 市内に住所を有し、がんの治療を受けている方  
※未成年者は保護者が申請してください。がんの種類、年齢、性別の制限はありません。

■助成対象となるもの 平成30年4月1日以降に購入した医療用ウィッグ購入費用 ※申請は1人1回まで。

■助成金額 医療用ウィッグ…20,000円(上限)

※医療用ウィッグの付属品、ケア用品は助成の対象外です。

■申し込み 平成31年3月29日(金)まで、必要書類を持参のうえ、下記に申し込みください

※平成31年3月31日(日)までの購入費用が対象です。

### ■必要書類

- ①東松島市がん患者医療用ウィッグ助成金申請書
- ②医療用ウィッグの購入にかかる領収書の写し
- ③がん治療を受けていることを証明する書類の写し

※申請書は下記で配布します。②と③をお持ちのうえお越しください。

■問 健康推進課健康支援班 ☎内線3101

## 地域にとって望ましい公共交通に対する皆さんのご意見を教えてください

市では今年度、地域にとって望ましい持続可能な地域公共交通(らくらく号やバスなど)のあり方を検討するため「地域公共交通再編実施計画」の策定に取り組んでいます。そこで、住民の皆さんから地域にとって望ましい公共交通のあり方、市での検討状況についての意見をお聴きするため、次の日程で地区ごとに懇談会を開催します。また、「らくらく号」の登録会も同時に実施しますので、この機会にぜひ参加ください。

■時間 18時30分～(1時間程度)

### ■日程・会場

小野地区	7月20日(金)	小野市民センター
矢本西地区	7月23日(月)	矢本西市民センター
大曲地区	7月24日(火)	大曲市民センター
矢本東地区	7月25日(水)	矢本東市民センター
野蒜地区	7月26日(木)	野蒜市民センター
宮戸地区	7月27日(金)	宮戸市民センター
赤井地区	7月30日(月)	赤井市民センター
大塩地区	7月31日(火)	大塩市民センター

■問 復興政策課地域振興班 ☎内線1232

## 仮設駐車場利用者募集

4月から宮城交通株式会社が運行する「石巻⇄仙台間」の高速バスが、新設された宮城県石巻合同庁舎前を停車箇所として、運行経路の見直しがなされました。そのことから市では、合同庁舎脇西側(市内)に高速バスおよびJR仙石線石巻あゆみ野駅利用者のための仮設駐車場を設けましたので、利用される方を募集します。

■募集期間 随時(平日:8時30分～17時15分)

■仮設駐車場利用料 無料 ※当分の間は試行期間です。

※利用希望者は必ず下記に申し込みください。駐車場は市で管理を行いますので、申し込みなしに利用されている方を確認したときは、速やかに手続を執ります。

■申し込み 申込用紙、免許証の写し、印鑑(認印可、ゴム印・スタンプ不可)を下記に直接持参またはメールで提出

■問・申し込み 復興政策課地域振興班 ☎内線1231・1233

Eメール:kikaku @ city.higashimatsushima.miyagi.jp

# それゆけ! イート Vol.87

～みんなにありがとうの旅～  
「7年間のありがとう」 作:みやみ

◎たくさんのお心援をありがとうございます! by イート&イーナ



- イト:東松島市のキャラクター。名前の由来は東松島市の東(イースト)と心(ハート)が融合したもの。楽しいイベントが好きな食いしん坊。
- イーナ:「イト」の妹。恥ずかしがりやさんでお兄ちゃんのそばを離れたがらず、一緒によくお祭りやイベントの会場に登場する。
- 自治法派遣職員:地方自治法の規定に基づき、全国各地から多くの派遣職員の方々に応援をいただいています。平成30年7月1日時点で、72自治体および団体から318人の職員の皆さんに来ていただきました。
- 各地からの支援:東日本大震災後、全国・全世界各地からさまざまな支援をいただきました。平成30年5月31日時点での義援金受入れ総額は391,463,828円。支援物資やボランティアだけでなく、東松島市に“来て”“見て”“触れて”もらうことでも、元気や活力をいただきました。

ご家族と、地域で認知症に関心

**認知症カフェの開催**

東松島市東部地域包括支援センター  
☎83-1966

東日本大震災から早7年。応援していた全国35市町の紹介をしてきました。

震災後から多くの派遣職員の人たちにはお世話になりました!

次回から「それゆけイト」は市内のイベントや日常編に戻ります!

ほくのホームランドに戻って、市内の情報発信とかしていきよ!

これからもうさくね!

## 東部地域包括支援センターからのお知らせ

- 現役経営コンサルタント 手塚英樹氏(69歳)
- シニアのモチベーション維持 向上(こうじ)
- 医療法人 医徳会 真壁病院 事務長 阿部 守雄氏
- 「継続雇用を目指した健康サポートとは」

## 認知症介護家族の情報交換会

- 毎日の認知症の介護で大変なことなど、認知症の人を介護されているご家族同士が集い、語り合える場です。当事者の方も参加可能です。
- 日時 7月20日(金) 10時～11時30分
- 場所 老人福祉センター
- 内容 聞きたいこと困っていることなどについて情報交換

## こころの健康相談(大人の方)

- 健康推進課健康支援班  
☎内線3106
- 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やその家族向けの相談です。

## 相談

- 健康推進課健康支援班  
☎内線3117
- 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 7月12日(木)10時、11時、13時、14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 相談日の前日までに電話で申し込み

## いじめの心理相談会

- 健康推進課健康支援班  
☎内線3116
- 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。気軽に相談してください。
- 日時 7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 こだまホスピタル 虎石武志医師
- 申し込み 相談日の前日までに電話で申し込み

## 宮城県東部保健福祉事務所 定例相談

- 宮城県東部保健福祉事務所 母子障害班  
☎0225-195-1431
- アルコール専門相談
- 日時 7月20日(金)10時～14時(予約制)
- 対象 アルコール関連問題で困っている人・家族・関係者
- 内容 精神保健福祉士による個別相談

- アルコール家族教室
- 日時 7月20日(金)14時15分～15時15分(予約制)
- 対象 アルコール等の問題を抱える家族の方
- 内容 「家族のセルフケア」講話30分、家族ミーティング30分
- 助言者 東北会病院 精神保健福祉士 齋藤光央氏
- ひきこもり(思春期・青年期など)専門相談
- 日時 7月25日(水)13時～17時(予約制)
- 対象 ひきこもり状態にある方または家族や関係者
- 内容 精神保健福祉士による個別相談

- 健康推進課健康支援班  
☎内線3117
- 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 7月12日(木)10時、11時、13時、14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 相談日の前日までに電話で申し込み

- 健康推進課健康支援班  
☎内線3117
- 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 7月12日(木)10時、11時、13時、14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 相談日の前日までに電話で申し込み

- 健康推進課健康支援班  
☎内線3117
- 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 7月12日(木)10時、11時、13時、14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 相談日の前日までに電話で申し込み

- 健康推進課健康支援班  
☎内線3117
- 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 7月12日(木)10時、11時、13時、14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 相談日の前日までに電話で申し込み

- 健康推進課健康支援班  
☎内線3117
- 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 7月12日(木)10時、11時、13時、14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 相談日の前日までに電話で申し込み

【7月の各種特設相談】相談者の秘密は厳守します。気軽に利用ください。

相談名	日時	場所(住所など)	相談内容	問・申し込み
無料人権相談	6日(金)10時～15時	市コミュニティセンター	いじめ、暴力、隣近所とのもめ事、その他人権に関する相談	■問 仙台法務局石巻支局 市民課窓口サービス班 ☎0225-22-6188 ☎内線1122
消費生活相談	毎週月～金曜(祝日を除く)9時～15時	市役所市民課(1階:消費生活相談室)	多重債務、悪質商法、不当請求、契約トラブル(クーリングオフ)などの消費生活をめぐる問題に関する相談	■問 市民課消費生活相談員 ☎内線1117
行政相談	13日(金)13時～15時	市コミュニティセンター	国・自治体の行政や郵便局・NTT、独立行政法人などの業務に関する相談	■問 総務課総務班 ☎内線1205
法テラス東松島の法律相談	平日10時～16時 7月の休日法律相談日:14日(土)、22日(日)	矢本字大溜1-1(市コミュニティセンター西側)	弁護士による家族、多重債務などの法律相談	■問 法テラス東松島 ☎050-3383-0009 (受付時間 平日9時～17時)

## ヘルシーインフォメーション

■問 東松島市役所 ☎82-1111 代表FAX:0225-82-8143  
 (東松島市内での固定電話の市外局番 0225)

## 乳幼児健康診査・健康相談のお知らせ&lt;7・8・9月&gt;

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	生まれ月	期日
	期日	生まれ月	期日	生まれ月	期日	生まれ月	期日	生まれ月			
7月	27日(金)	平成30年3月	24日(火)	平成28年12月	25日(水)	平成27年12月	26日(木)	平成27年2月	30日(月)	平成29年9月	-
8月	29日(水)	平成30年4月	28日(火)	平成29年1月	24日(金)	平成28年1月	23日(木)	平成27年3月	27日(月)	平成29年10月	7日(火)
9月	26日(水)	平成30年5月	25日(火)	平成29年2月	20日(木)	平成28年2月	21日(金)	平成27年4月	27日(木)	平成29年11月	-

■問 健康推進課健康支援班 ☎内線3116・3117

## 母子健康手帳・母子健康手帳別冊の交付

- 対象 妊娠された方、母子健康手帳をなくした方
- 方法 保健師による個別交付
- 場所 矢本保健相談センター
- 申し込み 事前に電話での予約が必要
- 問 健康推進課健康支援班 ☎内線3117・3115

## 子宮がん検診を申し込まれた方へ

5月末に送付しました平成30年度子宮がん検診受診通知書の裏面にあります子宮がん検診受診医療機関一覧表の「遠藤レディースクリニック」の受付日時の表記に誤りがありましたので下記のとおり訂正します。

誤「月火木金 午前1時30分~3時」 正「月火木金 午後1時30分~3時」

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3109

## 新生児・産婦訪問

- 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
- ※手続きの際にマイナンバー(個人番号)が必要です。
- 問 健康推進課健康支援班 ☎内線3114・3117

## 予防接種予診票を郵送

次の対象となる方に予防接種予診票を郵送しますので、指定医療機関で接種してください。(通知が届かない場合は、ご連絡ください。)

予防接種名	対象	送付時期
予診票冊子(B型肝炎、ヒブ、小児用肺炎球菌、四種混合、BCG、麻しん風しん混合第1期、水痘、おたふくかぜ、日本脳炎第1期)	平成30年6月生まれの方	7月下旬
麻しん風しん(第1期)、水痘、おたふくかぜ	平成29年8月生まれの方	7月下旬

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3108

## 食のリラートーク 第90回

イーフト(食べる)でつながるとイ〜ナ!!

## 「食」と「運動」を積極推進

大曲小学校 健康委員のみなさん

大曲小学校には、委員会活動の一つとして「健康委員」があります。全校児童の食育に対する興味関心を高めるとともに、食べ物に対する感謝の気持ちや大切さなどを知ってもらう目的で、児童たちが主体となってさまざまな取り組みを展開しています。

給食時には、健康委員の児童がお昼の放送を行う「給食ひとくちメモ」があります。委員が給食のメニューを読み上げるとともに、食材の産地や栄養の話などをします。委員長の昆野圭さんは「ゆっくりと聞きやすい速さで読むことを心がけています。食べ物のありがたさなどをみんなに知ってもらえたらうれしいです」と思いを語り、副委員長の羽根田駿さんは「野菜をたくさん食べてもらえるように、野菜に関する話を多く盛り込んでいます」と話していました。

健康的な生活を送るためには「食」と同時に適度な「運動」も求められます。大曲小学校では、毎週火曜日の朝に「スポーツタイム」なる時間を設け、なわとびやマラソンなどの運動を通して、児童の基礎体力の向上につなげており、健康委員もこれに携わっています。委員の久保田佑也さんは「みんなが健康にすごせるようにこれからも委員会活動を頑張りたいです」と意気込みを語っていました。



▲「学校みんなにも野菜をいっぱい食べてほしい」と話す左から久保田佑也さん、昆野圭さん、羽根田駿さん

次回は、小野地区の横山さん親子にバトンタッチします。

## 休日診療担当医院表(2018年(平成30年)7月分)

## ●東松島地区医院・薬局(診療時間:9時~17時)

月日	医院名	電話番号	薬局名	電話番号
7月1日(日)	わたなべ整形外科	84-2323		
7月8日(日)	鳴瀬中央医院	87-3853	なるせ薬局	86-1251
7月15日(日)	うつみレディースクリニック	84-2868	調剤薬局くりっぷ	24-9730
7月16日(月・祝)	ししど内科クリニック	83-8830	調剤薬局くりっぷ	24-9730
7月22日(日)	加藤医院	82-2030		
7月29日(日)	永沼ハートクリニック	82-6680		

※救急医療機関として、市内では、真壁病院 ☎82-7111、仙石病院(泌尿器科、脳神経外科) ☎83-2111が24時間体制で救急患者の診療を実施。また、石巻圏域では、石巻赤十字病院 ☎0225-21-7220、斎藤病院 ☎0225-96-3251が、24時間体制で救急患者の診療にあたっています。診療が必要な場合は、電話確認をしてから受診してください。

## ●小児科休日急患担当医院(診療時間:9時~17時)

石巻市の小児科休日急患担当医による診療は、東松島市在住の方も利用できます。診療が必要な場合は、電話確認をしてから受診してください。

月日	医院名	住所	電話番号 (市外局番 0225)
7月1日(日)	石巻市夜間急患センター	石巻市蛇田字西道下71	94-5111
7月8日(日)	石巻市夜間急患センター	石巻市蛇田字西道下71	94-5111
7月15日(日)	石巻市夜間急患センター	石巻市蛇田字西道下71	94-5111
7月16日(月・祝)	中山こどもクリニック	石巻市中里3丁目4-27	95-4121
7月22日(日)	石巻市夜間急患センター	石巻市蛇田字西道下71	94-5111
7月29日(日)	おおば小児クリニック	石巻市門脇字青葉西38-1	93-9693

# 戸籍のまど

平成30年5月掲載依頼分

(5月1日～31日)

※敬称略・希望者のみ掲載しています。  
※年齢は、実年齢を掲載しています。

■戸籍のまどの掲載に関する問  
市民課窓口サービス班  
☎内線1334

## ご結婚 おめでとうございます

行政区等	柳北	柳北	浅井	石巻市	横沼西	石巻市	作田浦	気仙沼市
氏名	武田 晃輔	高橋 麻衣	高橋 和久	島山 愛美	高瀬 雄壮	佐々木 里佳	伊藤 裕梧	小野 貴子

## お誕生 おめでとうございます

行政区等	下町三	阿部	名保護者
氏名	阿部 詩菜	名保護者	名保護者

行政区等	仙台市	川下	自衛隊	横沼西	筒場	筒場	秋田県	下町三	貝殻塚二	仙台市
氏名	佐藤 亮太	相澤 春奈	大崎 周平	佐々木 樺麗	阿部 拓美	高橋 美沙紀	工藤 純一	高橋 純一	井上 勝也	山口 和香

## お悔やみ申し上げます

行政区等	南新二	南新二	河野	小野下	南新二	あおい	あおい	関の内二	関の内二	下町三
氏名	三浦 銀仁	三浦 銀仁	木村 フクエ	赤間 恵喜	鈴木 孝雄	おやま 昭雄	おやま 昭雄	高橋 榮一郎	高橋 榮一郎	佐藤 高志
年齢	83	83	93	91	83	74	91	77	77	81

行政区等	上町一	中東	上町一	南緑	裏二	往還下	高松	二反走	柳北	南一	往還上
氏名	津田 音輪	生田 蒼翔	佐藤 ちはる	白幡 桜空	大崎 心華	小林 樹仁	伊藤 優希	岸 佳凛	本田 陽萌	本田 陽萌	尾形 来音
年齢	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16

行政区等	横沼東	横沼二	大島	南六	南緑	南緑	南緑	横沼西	作田浦	下町五	新田	上河内	横沼東	小野上	下町四	表	小野下	
氏名	宮川 和義	難波 和夫	阿部 武志	今野 慶太郎	古澤 勇記	阿部 みはる	阿部 静子	田近 静子	熱海 徳保	熱海 徳保	金子 保男	内海 正一	山崎 とし子	賢一	利見	澄子	八重子	松川 八重子
年齢	74	77	97	86	66	68	87	75	76	76	60	79	91	92	79	82	98	98

## 住所異動の届出手続きは忘れずにしましょう

転出・転入・転居で住所を異動した方は、住んでから14日以内に届出をしましょう。

なお、津波防災区域に指定され、現在当該地に居住していない方は、すみやかに届出手続きをしてください。



■問 市民課窓口サービス班  
☎内線1123・1125・1609

## エンジョイ!かんきょうライフ 空き地の適正管理・空き地の除草について

最近、住宅周辺の空き地の草刈りがされず、害虫が発生して困っているなどの苦情が環境課に寄せられています。草刈りをせず放置すると、周辺から見えにくくなることから、不法投棄の原因にもなります。



不法投棄された廃棄物は、その土地の所有者(管理者)が処理することになります。近隣の迷惑にならないためにも、自分の土地の管理(草刈りなど)はきちんと行いましょう。

## オオキンケイギクは、「特定外来生物」です!

5月から7月頃にかけて、鮮やかな黄色の花をつけるオオキンケイギク。市内でもみかけます。しかし、きれいな花だからといって、自宅の庭や花壇に植えては、絶対にいけません。



オオキンケイギクは、特定外来生物に指定され、栽培、野外に放つことなどが法律によって禁止されています。

■問 環境課環境班 ☎内線1153

## 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 平成30年度交付申請受付のお知らせ

東日本大震災で被災し、被災家屋などに太陽光発電システムなどを設置された方への補助金交付申請の受付を8月1日(水)から開始します。  
なお、補助基準など詳しい内容については、市報7月15日号でお知らせします。  
※申請書類などは一部改正していますので、環境課窓口または市のホームページから平成30年度版を入手し、使用願います。  
■問 環境課環境班 ☎内線1152

広告

### 医療法人社団 白毫会

## 野蒜ヶ丘整形外科 リハビリテーション科 平成30年5月7日 開院

医療保険を使つての治療、リハビリはもとより介護保険を利用しての短期間通院リハビリも行います。これは色々なマシーンを使って、身体や生活機能を高めたり、維持したりすることを目的とするものです。

<b>藤野整形外科</b> 〒981-0503 宮城県東松島市矢本字大溜25-1 TEL(0225)83-2121(代) FAX(0225)82-7035	<b>やもと内科クリニック</b> 〒981-0503 宮城県東松島市矢本字大溜325 TEL(0225)98-3260 FAX(0225)98-3261
<b>野蒜ヶ丘歯科医院</b> 〒981-0416 宮城県東松島市野蒜ヶ丘2-24-1 TEL(0225)98-6611 FAX(0225)98-6622	<b>野蒜ヶ丘整形外科</b> 〒981-0416 宮城県東松島市野蒜ヶ丘3-29-5 TEL(0225)98-6662 FAX(0225)98-6663

広告

シニア肖像・遺影写真  
baby・誕生日記念・ファミリー  
マタニティ 各種撮影ご予約承り中

デジカメプリント  
サイズ 1枚 **18円** (税別)  
店頭機ですぐプリントできます

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

☎24-8560 スタジオ写真撮影のご案内・ネットプリント→ <http://advance-photo.com>

車検の **ナルセハタケヤマ**  
TEL 87-3818

各社新車、中古車販売  
**(有)鳴瀬島山自動車**  
〒981-0303 東松島市小野字中央2-2 FAX 87-3817

# 市民のカレンダー 7月

カレンダーの中にある時刻は、行事などの開始時間(または終了時間)を表しています。

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
<b>7/1</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●市税および税外収入金 収納・相談休日窓口 8:30~17:15</li> <li>■市報7月1日号発行</li> <li>■図書館休館日</li> <li>■矢本ひがしネットワーク コミュニティ第11回ふれあいレクリエーション大会 (市体) 9:00</li> <li>■大曲市民センター スポーツ・レクリエーション大会(大曲小体育館)9:00</li> <li>■小野地域スポーツ交流会 (小体) 9:00</li> <li>■リサイクル資源回収(鳴瀬未来中)</li> </ul>	<b>2</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■図書館休館日</li> </ul>	<b>3</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●市税および税外収入金 収納・相談延長窓口 ~20:00</li> <li>■親子運動教室 (市体) 10:00</li> <li>■市民課延長窓口 ~19:00</li> <li>■学習参観(宮野森小)</li> </ul>	<b>4</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ちっちゃい子おはなし会 ⑩ 11:00</li> </ul>	<b>5</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■囲碁将棋のつどい ⑩ 10:00</li> <li>■2年親子PTA行事(矢本東小)</li> <li>■5年花山合宿(鳴瀬桜華小)(7日まで)</li> </ul>	<b>6</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■たなばた~みんなで七夕飾りを作ろう~ (矢子) 10:00</li> <li>■無料人権相談 (市コ) 10:00</li> <li>■ブラジルハンドボール チーム来市(宮野森小) 11:15</li> <li>■学習参観(矢本二中)</li> <li>■七夕祖父母参観(地域交流)(矢本西保育園)</li> <li>■七夕集会(地域交流)(ウェルネス保育園)</li> <li>■七夕参観日(はなぶさ幼)</li> </ul>	<b>7</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■星まつりおはなし会 ⑩ 10:30</li> <li>■希望のひかりPROJECT モノづくり市 (小セ) 11:00</li> <li>■青年劇場「あの夏の絵」 (市コ) 18:00</li> </ul>
<b>8</b> (14:00~17:00) <ul style="list-style-type: none"> <li>■矢本西地区ソフトボール大会 (鷹来) 8:30</li> <li>■第9回赤井地区家庭パレーボール大会 (赤体) 9:10</li> </ul>	<b>9</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■図書館休館日</li> <li>■学習参観(矢本一中)</li> </ul>	<b>10</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●市税および税外収入金 収納・相談延長窓口 ~20:00</li> <li>■農地転用等締切日(農業委員会)</li> <li>■3年親子PTA行事(矢本東小)</li> </ul>	<b>11</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●市民防災の日(市民防災デー)</li> <li>■子育て講座「乳幼児救急法」(矢子) 10:00</li> <li>■避難訓練(矢本東小)</li> </ul>	<b>12</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■囲碁将棋のつどい ⑩ 10:00</li> </ul>	<b>13</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●平成30年度国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料納税(入)通知書発送</li> <li>■7月生まれ誕生お祝いDAY (矢子) 9:00</li> <li>■行政相談 (市コ) 13:00</li> <li>■夏まつり(矢本中央幼)</li> <li>■防火教室(鳴瀬幼)</li> </ul>	<b>14</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■おはなし会 ⑩ 10:30</li> <li>■月浜海水浴場海開き(~8月20日(月))</li> <li>■リサイクル資源回収(矢本一中)</li> </ul>
<b>15</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■市報7月15日号発行</li> <li>■とっておきの音楽祭 in東まつしま2018 (JR矢本駅周辺および矢本商店街) 10:00</li> </ul>	<b>16 海の日</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■図書館休館日</li> </ul>	<b>17</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●市税および税外収入金 収納・相談延長窓口 ~20:00</li> <li>■図書館休館日(海の日振替)</li> <li>■市民課延長窓口 ~19:00</li> <li>■ちびっこクラブ(矢本中央幼)</li> </ul>	<b>18</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ちっちゃい子おはなし会 ⑩ 11:00</li> <li>■4年親子PTA行事(矢本東小)</li> <li>■赤ちゃん&amp;なかよし広場「ウェルネス保育園へ見学に行こう!!」(矢子) 10:00</li> </ul>	<b>19</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■囲碁将棋のつどい ⑩ 10:00</li> <li>■第1学期終業式(矢本二中・鳴瀬未来中)</li> <li>■年中・年少夏まつり大会(鳴瀬幼)</li> </ul>	<b>20</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■第1学期終業式(市内小学校・矢本第一中学校・市内幼稚園)</li> <li>■年長夏まつり大会(鳴瀬幼)</li> </ul>	<b>21</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ポヌール・マルシェ ⑩ 10:00</li> <li>■おはなし会 ⑩ 10:30</li> <li>■ほっとふる土曜開館(午前のみ) (矢子)</li> <li>■PTA奉仕作業(赤井小)</li> <li>■みたままつり(のびる幼)</li> <li>■夏まつり・夕涼み会(矢本西保育園)</li> </ul>
<b>22</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ミニリサイクルブックフェア (市コ) 13:30</li> <li>■縄文教室①土器作り (縄文)</li> <li>■オリンピックデーフェスタ in東松島市 (市体) 10:00</li> </ul>	<b>23</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■図書館休館日</li> </ul>	<b>24</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●市税および税外収入金 収納・相談延長窓口 ~20:00</li> </ul>	<b>25</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■妊婦講座「プレ☆パママ集まれ」(鷹子) 10:00</li> <li>■囲碁将棋のつどい ⑩ 10:00</li> </ul>	<b>26</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■図書館休館日(図書整理日)</li> </ul>	<b>27</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■おはなし会 ⑩ 10:30</li> </ul>	<b>28</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■おはなし会 ⑩ 10:30</li> </ul>
<b>29</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■未来への道1000km 縦断リレー東松島市通過</li> </ul>	<b>30</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■図書館休館日</li> </ul>	<b>31</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●市税および税外収入金 収納・相談延長窓口 ~20:00</li> <li>●国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料第1期・固定資産税第2期納期限</li> </ul>	<b>8/1</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■市報8月1日号発行</li> <li>■ちっちゃい子おはなし会 ⑩ 11:00</li> </ul>	<b>2</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■囲碁将棋のつどい ⑩ 10:00</li> <li>■「空気であそぼう!!」新聞紙ドームづくり (市コ) 10:00</li> </ul>	<h2>いじめ相談</h2> <p>小・中学生のみなさん 一人で悩まずに相談しましょう いじめ相談専用電話 <b>080-6051-7281</b></p> <p>相談受付 毎週月・水・金曜 13時~17時(祝日は除く) 東松島市教育委員会</p>	

東松島市役所(本庁舎) 82-1111 東松島市役所(鳴瀬庁舎) 矢本保健相談センター 82-1111 野蒜交付所 88-2751 奥松島縄文村歴史資料館 88-3927 老人福祉センター 83-2851 矢本子育て支援センター 84-2676	鳴瀬子育て支援センター 87-2338 市図書館 82-1120 蔵しっくパーク(ひとまち交流館) 84-1770 市コミュニティセンター 82-6969 市民体育館 82-9030 矢本運動公園 82-6804 赤井地区体育館 82-6803	鷹来の森運動公園 82-1101 小野地区体育館(管理:生涯学習課スポーツ振興班) 82-1111(内線3325) 大塩地区体育館(管理:大塩市民センター) 82-7532 大曲地区体育館(管理:生涯学習課スポーツ振興班) 82-1111(内線3325) 健康増進センター ゆぶと 84-3855 矢本東市民センター 82-1180	矢本西市民センター 82-1181 大曲市民センター 82-5965 赤井市民センター 82-2075 大塩市民センター 82-7532 小野市民センター 87-2067 野蒜市民センター 88-2056 宮戸市民センター 86-2177
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

体育館一般開放のお知らせ ■場所・時間 ...市民体育館 9~12時、...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 ☎82-9030  
※一般開放の時間は、変更になる場合があります。

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30年度市報ひがしまつしま制作費 1日号:1部あたり50.5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30年6月1日現在の住民基本台帳、外国人住民含む)  
 男 19,742人(+9) 世帯数 15,792戸(+21)  
 女 20,428人(+5) ( )内は前月比  
 計 40,170人(+14)  
 平成29年同時期計 40,159人(+11) ( )内は前年比