

- 新型コロナウイルスに関連するお知らせ ----- P2~P3
- 特集 食育で心と体の増進 ----- P4~P7
- まちの情報広場 ----- P8~P9
- City View ----- P10~P11
- もっと知りたい!ひがしまつしま・縄文村だより P12~P13
- 知っ得情 ----- 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



「あおみな食堂」オープン

地場産品使ったオリジナルメニュー提供

宮戸地区の復興多目的施設あおみな内に5月16日、地場産品を使ったオリジナルメニューが楽しめる「奥松島あおみな食堂」がオープンしました。あおみなは遊覧船案内所や観光物産館などが一体となった施設で、トレッキングコース「宮城オルレ奥松島コース」の発着地点にもなっており、食堂は地域や観光客の皆さんの憩いの場としても期待されています。店内では東松島長寿味噌を使った「長寿味噌らーめん」や、特産の海苔を麺

に練り込んだ「海苔ざる中華」を提供しているほか、カレーやしょうが焼き丼、から揚げチャーハンといったテイクアウトメニューも販売しています。初日のオープニングセレモニーでは、関係者の手で店にのれんが掲げられ、渥美市長は「地元の味を堪能できる食堂として、宮戸地区の活性化につなげていきましょう」と呼びかけていました。「奥松島あおみな食堂」の営業時間は、11時~15時までで、毎週火曜日が定休日となっています。



▲テイクアウトメニューの販売も好評です



▲3密回避のため、店内席は当面1人1席となります



▲東松島長寿味噌の味噌を使った「長寿味噌らーめん」



▲海苔を麺に練り込んだ風味豊かな「海苔ざる中華」



宮戸地区の活性化に期待

▲地元の「味力」を詰め込んだメニューを提供しています

※新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、市報に掲載している内容が急きょ変更になる場合がありますので、予めご了承ください。

新型コロナウイルスに関連するお知らせ

東松島市新型コロナウイルス感染症拡大防止協力金(休業要請協力金)のお知らせ



東松島市内において、宮城県の休業要請に応じて、施設の休業や営業時間短縮に全面的に協力された事業者(大企業を除く)に対して、次のとおり協力金を支給します。

■支給額 1事業者当たり30万円(2施設以上有する場合には40万円)

■対象事業者

県の休業要請を受けた施設を運営する事業者(大企業を除く)
※休業要請を行った施設などの一覧は、宮城県および市ホームページで確認できます。

※4月24日以前に開業し、営業実態がある事業者が対象となります。
※実際に休業などを行った場合に対象となります。この場合、市外に本社がある事業者も対象となります。

■対象要件 宮城県から緊急事態措置により休業などを要請された期間中(4月25日~5月6日まで)に、その休業などの要請に全面的に協力いただいたこと
※「全面的な協力」とは、要請期間の全ての期間で、「休業」または「食事提供施設の場合は夜間営業の短縮」に協力いただいたことをいいます。
※食事提供施設の夜間営業短縮は、20時~翌朝5時までの営業(酒類の提供は19時まで)を自粛し、従来の営業時間を短縮すること(終日休業を含む)をいいます。

■受付期間 7月31日(金)まで

■受付方法 申請書類を次の宛先に郵送してください。新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、持参による申請は受け付けていません(やむを得ない場合のみ、鳴瀬庁舎1階リハビリ室で対応します)

(宛先)〒981-0303 小野字新宮前5
東松島市役所 商工観光課「商工振興・企業誘致係」宛て

■申請書類

市ホームページからダウンロード(商工観光課および東松島市商工会窓口にも設置しています)。

- ①申請書兼請求書(様式第1号) ②誓約書(様式第2号)
- ③営業許認可証の写し(必要業種のみ)
- ④営業実態が確認できる書類(確定申告書など)の写し
- ※③の営業許認可証を提出の事業者は不要。
- ⑤休業などが確認できる書類

例)休業期間(営業時間、酒類提供時間の短縮含む)を告知するホームページの写し、休業期間を店頭に掲示するポスター、チラシの外観写真など

⑥代表者の本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカード、健康保険証などの写し)

⑦振込先口座番号と口座名義がわかる通帳などの写し

■問 商工観光課商工振興・企業誘致係 ☎内線2182・5151

東松島市地域経済持続協力金のお知らせ【商工業者】



新型コロナウイルス感染症が広く本市経済にマイナスの影響をおよぼす中で、地域経済の持続に向け事業継続に努めつつも、2月から6月までのいずれか1か月間の売上げまたは利益が、前年同月から減少した商工業者に対し協力金を支給します。

※市商工会にて受付・認定します。
※市商工会の会員となっていない商工業者も申請できます。

■支給額 1事業者当たり5万円

※2施設(店舗)以上有する場合でも一律5万円。

■対象事業者 市内に事業所または店舗を有する商工業者

■対象要件 2月~6月までのいずれか1か月間の売上げまたは利益が前年同月と比較して減少したこと

■受付期間 7月31日(金)まで

■受付方法 申請書類を次の宛先に郵送してください。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、持参による申請は受け付けていません(やむを得ない場合のみ、市商工会(本所)で対応します)

(宛先)〒981-0503 矢本字河戸7「東松島市商工会」宛て

■申請書類 市ホームページからダウンロード(商工観光課、本庁舎総合案内窓口および市商工会窓口にも設置しています)

- 1 申請書兼請求書(様式第1号)
- 2 前年と今年の売上げ(または利益)が比較できる書類
※下記書類、両方が必要です。
①前年の売上げが分かる確定申告書(税務署の受け付けが確認できるもの)
②今年の売上げが分かる帳簿、売上台帳 など
- 3 代表者の本人確認書類
(運転免許証、マイナンバーカード、健康保険証などの写し)
- 4 振込先口座番号と口座名義がわかる通帳などの写し

■問 東松島市商工会 ☎82-2088

東松島市地域経済持続協力金のお知らせ【農林漁業者】



新型コロナウイルス感染症が広く本市経済にマイナスの影響をおよぼす中で、地域経済の持続に向け事業継続に努めつつも、2月から6月までのいずれか1か月間の売上げまたは利益が、前年同月から減少した農林漁業者に対し協力金を支給します。

■支給額 1事業者当たり5万円

■対象事業者 市内の農林漁業事業者

※1事業者において、農林水産業および商工業への重複申請はできません。

■対象要件 2月~6月までのいずれか1か月間の売上げまたは利益が前年同月と比較して減少したこと

■受付期間 7月31日(金)まで

■受付方法 申請書類を次の宛先に郵送してください。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、持参による申請は受け付けていません(やむを得ない場合のみ、農林水産課(市役所鳴瀬庁舎1階))で対応します)

(宛先)〒981-0303 小野字新宮前5
東松島市役所 農林水産課「農林水産振興係」宛て

■申請書類 市ホームページからダウンロード(農林水産課および本庁舎総合案内窓口にも設置しています)

- 1 申請書兼請求書(様式第1号)
- 2 前年と今年の売上げ(または利益)が比較できる書類
※下記書類両方が必要です。
①前年の売上げが分かる確定申告書(税務署の受付が確認できるもの)
②今年の売上げが分かる帳簿、売上台帳 など
- 3 代表者の本人確認書類
(運転免許証、マイナンバーカード、健康保険証などの写し)
- 4 振込先口座番号と口座名義が分かる通帳などの写し

■問 農林水産課農林水産振興係 ☎内線2137・2138

東松島市新型コロナウイルス感染症対応資金信用保証料補助制度のお知らせ



新型コロナウイルス感染症により影響が生じた経営の維持安定を図るため、県の融資制度を活用する場合に保証料の半額を補助します。

■保証料補助対象資金 宮城県新型コロナウイルス感染症対応資金

■補助金額 当初融資時の信用保証料の1/2(上限60万円)

■申請手続 申請書類、受付方法などは、今後市ホームページでお知らせします

■問 商工観光課商工振興・企業誘致係 ☎内線2163

東松島市水産業制度融資に係る保証料補助金のお知らせ



新型コロナウイルス感染症により影響が生じた水産業者の経営の維持安定を図るため、県の融資制度を活用する場合に、保証料の半額を補助します。

■対象制度 宮城県漁業経営サポート資金

■補助額 保証料の1/2相当額 ※保証料率は指定金融機関に確認ください。

■融資相談窓口(指定金融機関) 宮城県漁業協同組合

■問 農林水産課農林水産振興係 ☎内線2137



特別定額給付金申請はお済みですか

世帯主宛てに申請書を送付しています。申請がまだお済みでない方は、早めの申請をお願いします。

■給付対象者および受給権者

- ・給付対象者は、基準日(4月27日)において、住民基本台帳に記載されている方
- ・受給権者は、その者の属する世帯の世帯主

■給付額 給付対象者1人につき10万円

■申請および給付の方法

感染拡大防止の観点から、給付金の申請は郵送申請およびオンライン申請を基本とし、給付は原則として申請者本人名義の銀行口座へ振り込みます。

※なお、やむを得ない場合に限り、窓口における申請および給付が可能です。

(1) 郵送申請

世帯主宛に郵送された申請書に振込口座を記入し、振込先口座の確認書類の写しと本人確認書類の写しを必ず添付し、同封の返信用封筒で郵送してください。

(2) オンライン申請

(マイナンバーカード所有者が利用可能)

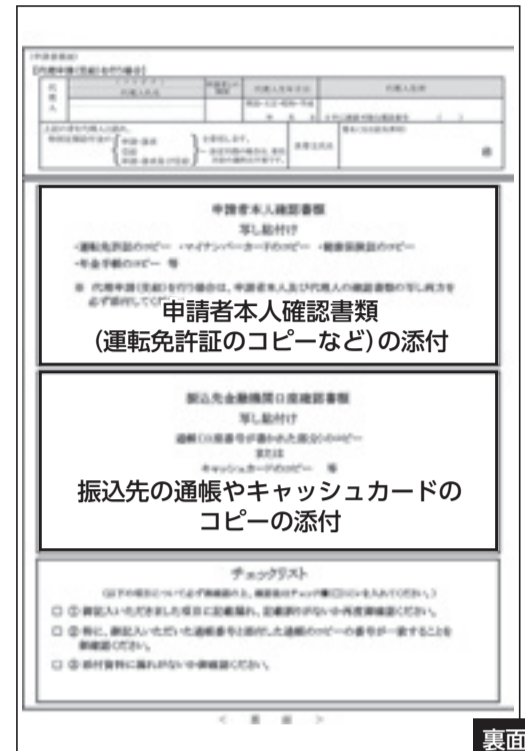
マイナポータルから振込先口座を入力したうえで、振込先口座の確認書類をアップロードし、電子申請を行います(電子署名により本人確認を実施し、本人確認書類は不要)。

※世帯主の方のみ申請をすることができます。

郵送の場合の申請書



表面



裏面

※マイナンバーカードの発行までに約2か月かかります。4月27日時点でマイナンバーカードを所有していない方は、特別定額給付金は郵送申請を行ってください。

※オンライン申請は、市役所では取り扱いしていませんので、オンライン申請を希望の方は各自で手続きをお願いします。

■申請期間 8月10日(月・祝)まで ■給付予定日 申請受付順に順次指定の口座に振り込みます

■振込状況(5月27日現在) 13,453世帯(83.63%)

■問 新型コロナウイルス給付金交付推進室 ☎内線1281・1282(月～金曜日 9時～17時15分)

子育て世帯への臨時特別給付金のお知らせ



新型コロナウイルス感染症の影響を受けている子育て世帯の生活を支援する取り組みの一つとして、児童手当を受給する世帯(本則世帯)に対し、臨時特別給付金を支給します。

■支給対象者 児童手当の4月分(3月分を含む)の受給者

■給付額 対象児童1人あたり1万円

■給付方法 市から児童手当の支給を受けている対象者へ給付金のお知らせを送付します。給付を受けるための申請は不要で、児童手当が支給されている口座に振り込みます

※給付を辞退される場合のみ、申出書を提出してください。

■公務員の方について

市からお知らせなどは送付しません。勤務先から支給対象者である証明を受けたうえで、市へ申請してください。振込日は、受給者へ通知します。

※受付期間:6月1日(月)～11月30日(月)。

■問 子育て支援課子育て支援係 ☎内線1420・1457

東松島市市民生活維持協力金のお知らせ



新型コロナウイルス感染拡大防止のため、本市の市民生活維持に不可欠で、かつ密接な対人対応を要する事業所に対して協力金を支給します。

■支給額 1事業者当たり10万円(2施設以上有する場合は20万円、5施設以上有する場合および病院は30万円)

■対象事業者 市内に下記の施設を有する事業者

- ①病院、②診療所(歯科含む)、③社会福祉施設、④卸売市場、⑤タクシー・運転代行、⑥理美容、⑦あんまマッサージ指圧、はり、きゅう、柔道整復、⑧葬儀場

■受付期間 7月31日(金)まで

■受付方法 申請書類を次の宛先に郵送してください。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、持参による申請は受け付けていません(やむを得ない場合のみ、窓口(鳴瀬庁舎)で対応します)。

(宛先)〒981-0303 小野字新宮前5

東松島市役所 商工観光課「商工振興・企業誘致係」宛て

■申請書類 市ホームページからダウンロード(商工観光課および市商工会窓口にも設置しています)

- 1 申請書兼請求書(様式第1号)
- 2 営業(事業)実態が確認できる書類(確定申告書など)の写し
- 3 対象施設が分かる書類(対象施設のパンフレットなど)

※②の営業(事業)実態が確認できる書類で対象施設を確認できれば提出不要です。

4 代表者の本人確認書類

(運転免許証、マイナンバーカード、健康保険証などの写し)

5 振込先口座番号と口座名義がわかる通帳などの写し

■問 商工観光課商工振興・企業誘致係 ☎内線2182・5151

持続化給付金(経済産業省)のお知らせ



新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、特に大きな影響を受けている事業者に対して、事業全般に使える給付金が支給されます。

■支給上限額 法人200万円、個人事業主等100万円

■申請サポート会場 電子申請を原則としていますが、自身で電子申請を行うことが困難な方のために、「申請サポート会場」を開設しています

○石巻会場 石巻商工会議所(毎週土曜定休)

※完全事前予約制(事前予約ない場合は受け付けできません)。

「申請サポート会場 受付専用ダイヤル」☎0120-835-130

■問 持続化給付金事業コールセンター(受付:8時30分～19時)

☎0120-115-570



気軽に栄養摂取 おいしく地域活性

地元食材で健康弁当!

地元2飲食店が
協力



肥満や生活習慣病などの発症・重症化予防に向け、本市では食環境の整備を進めています。今年は地元2飲食店と協働で健康弁当の開発に取り組みました。協力いただいたのは矢本の「旨い食処あごら」と牛網の「スマイルダイニング」で、両店は「健康な食事・食環境(スマートミール)認証店」の中食部門で1~3つ星獲得を目指しています。飲食店も市民皆さんの健康づくりを応援しています。

見た目も華やか幕の内

今回初めてスマートミール認証を目指す「旨い食処あごら」では、見た目の華やかさと美味しさ、栄養バランスを3本柱とした健康幕ノ内弁当を作りました。飲食店での営業に加え、弁当作りにもあたってきた経験を活かし、お客さんの手元に届き、フタを開けた瞬間も楽しめるよう彩りから味まで一貫してこだわったそうです。

9分割された弁当容器に、サバの塩焼き、鶏の黒酢煮・とりささみ梅シソ竜田、さつまいもの甘露煮など地場産・県産品にこだわった品々が詰め込まれています。それでいて塩分量は2.7gに抑え、食材そのもののうま味を生かしています。ロールケーキも加え、食後の甘味まで楽しめるお弁当です。渥美勝之^{あつみかつゆき}料理長は、「お客様の目線に立ち、創意工夫を凝らしたお弁当に仕上げました。ぜひプロの味を堪能してください」と語っていました。



働き盛り満たす4種類

昨年、3つ星スマートミール認証店となった「スマイルダイニング」が新たに考案した弁当は、①豆腐ハンバーグ弁当、②鶏肉の長寿味噌焼き弁当、③豚肉生姜焼き弁当、④お豆と野菜のカレー弁当の4種類です。

生姜焼き弁当は、同店の人気メニューを弁当で再現。玄米ご飯に、数種の野菜ロースト、揚げ出し豆腐を添えました。満足感を得られ、しかも塩分はわずか1.7gと健康的です。カレー弁当はインドのツールダール(豆)をほろほろになるまで煮込み、11種の野菜を主役としたヘルシーメニューに仕上げられています。働き盛りの世代がカレーで気軽に健康的な食事を楽しむことができます。

二宮^{にのみやまみ}真美シェフは「市内への配達も対応しているので、働き盛りの方々にぜひ食べてほしいです」と語っていました。

読んで習う「食べる学校」

低栄養予防テーマの最新号完成

「東松島食べる学校」は、市健康推進課が発行している食に関する市民向けの小冊子です。このほど、「低栄養予防」をテーマとした最新号(vol.4)が完成しました。「食べる学校」は平成28年度から毎年度発行しています。世代ごとの食事のポイントや注意点などを紹介する教科書のようなもので、初号ははじめての離乳食づくり、2~3号は幼児期から青年期までの食事について学べる内容でした。

最新の第4号は低栄養、フレイル(虚弱)、筋肉の質と量が低下すると言われるサルコペニア症状の簡易チェックができるほか、低栄養を予防するための食事方法とレシピも掲載しています。本市の健康21計画と第2期食育推進計画に基づく取り組みとして、市内の薬局にも設置され、利用来局者を対象に「東松島食べる学校」を活用した健康サポートや相談なども行われています。配付希望の方は健康推進課まで問い合わせください。



石巻薬剤師会副会長
石巻薬局管理薬剤師
とさたかひろ
土佐貴弘さん

薬局での指導にも活用

薬局には、生活習慣病などの慢性疾患や風邪、胃腸炎などの急性疾患、一般用医薬品や衛生材料などを購入される方々が訪れます。来局者の中には食生活の問題も関わっている場合があります。服薬指導や相談の際、日頃の食生活改善などについて食べる学校を活用しています。イラストや写真が多いので見やすく、分かりやすいと好評です。

野菜取る人増加中

東松島レシピ紹介

おうちでアレンジ健康ごはん

東松島市が令和元年度に実施した食に関する調査で、市民の皆さんが日ごろの食事において、意識的に野菜を取り入れ、主食・主菜・副菜をそろえるよう心がけていることが分かりました。平成30年度の時点で、野菜を毎食食べている人の割合が同26年度の29.5%から37.2%となり7.7%の増加。主食・主菜・副菜をそろえて食べるよう心がける人も男女とも6割を超え、特に男性は、26年度の47.7%に対し、30年度は60.1%となりました。今後も一層バランスの良い食事を取り続けられるよう、本市では料理ウェブサイトのクックパッドにさまざまなレシピを掲載していきます。

今回は、現在271レシピの中から矢本西保育園の調理師さんと仙石病院の管理栄養士さんにご協力いただいた2品目を紹介します。

みそきんぴら



エネルギー:45kcal 塩分:0.6g

“コクが加わり大人も満足”

材料

(4人分)

- ごぼう……………80g
- にんじん……………80g
- 豚肉(もも肉)…40g
- ごま油……………小さじ1
- 七味唐辛子…お好み
- ★みそ……………8g
- ★しょうゆ……………8g
- ★砂糖……………4g
- ★みりん……………4g

作り方

- ①ささがきにしたごぼうは水にさらし、にんじんはごぼうの大きさにそろえた千切り、豚肉は1cm幅にそれぞれ切ります。
- ②フライパンにごま油を熱して、豚肉を炒め、ごぼう、にんじんを炒め合わせます。
- ③全体に火が通ったら★の合わせ調味料を加えて調味し、器に盛ります。
- ④大人の方はお好みで七味唐辛子をふって食べてください。



一般的に醤油のイメージがあるきんぴらですが、みそで味付けすることによってコクが生まれ、日常の食卓において大人もおいしく味わえます。みそは東松島長寿味噌を使用し、豚のもも肉も加えてボリュームも出しています。

調理のポイントは、先に豚肉を炒めておくことで旨味が全体に広がります。ごぼうはささがきしたあとに水と酢を合わせたものにさっと漬けると、酸化防止になります。

昨年献立に盛り込んだみそきんぴらですが、歯ごたえがあり、よくかんで食べる“そしゃく”を実践できるので、おすすめです。

矢本西保育園では、栄養士1人、調理師2人がなによりも衛生面に注意を払い、日々給食作りに励んでいます。園児たちにとって給食は一番の楽しみであり、私たちにとって一番の励みです。これからも園児の笑顔のためにがんばります。



矢本西保育園調理師 伊藤由紀さん(中央)

鮭のマッシュポテト焼き



エネルギー:201kcal 塩分:0.8g

材料

(4人分)

- 鮭……………4切れ
- 料理酒……………適量
- 塩……………少々
- こしょう……………少々
- じゃがいも……………40g
- ★塩……………1.2g
- ★マーガリン……………12g
- ★マヨネーズ……………32g
- ★コーン……………32g
- ・パン粉……………8g

作り方

“付け合わせで『味変』アレンジ”

- ①料理酒に鮭の切り身を浸し、適量の塩・こしょうをふっておきます。
 - ②皮をむいたじゃがいもをくしが通るくらいの柔らかさに茹でます。
 - ③温かいうちにじゃがいもをつぶし、★の材料を混ぜ合わせてマッシュポテトにします。
 - ④グリルやオーブンなどで鮭を焼きます(あとでもう一度焼くので中まで火が通ってなくても大丈夫です)。
 - ⑤鮭をいったん取り出し、混ぜ合わせたマッシュポテトのをせ、その上からパン粉をふりかけます。
 - ⑥再びグリルやオーブンに戻し、パン粉にうっすらと焦げめがつくまで焼きます。盛り付けて、お好みの付け合せを添えて完成です。
- ※マッシュポテトにチーズやカレー粉を加えても美味しいです。



タンパク質とビタミンが豊富に摂れる鮭の上に、マヨネーズ入りのマッシュポテトを乗せることで、カロリーアップを図った一品です。塩分は1人当たり0.8gで、素材のうま味でしっかりとした味わいを感じることができます。付け合わせでレモンをしぼるなどのアレンジも自由です。

調理のポイントとして、マッシュポテトは温かいうちにつぶすと、食感が良くなります。鮭の切り身は、お酒につける

と臭みが消えます。加えて、最初に鮭を焼くときは、火を入れすぎないように気を付けましょう。

健康と食事は密接な関係にあり、食べることは生きることであり、楽しみの1つです。病院の管理栄養士として、食事を通じて患者さんが前向きになれるよう、知恵を絞り合い、今後も食事療法を踏まえた食事提案をしていきたいと思えます。



仙石病院管理栄養士 渡邊千恵さん(中央)



今晚の献立から離乳食など、さまざまなレシピを公開中!

クックパッド ヒガマツ大学食育学部

検索

小中学生 食育ポスターコンクール 令和元年度入賞作品紹介

東松島の農海産物で元気

架空のレストラン 自由に表現

令和元年度「健康な食生活と東松島の食材」ポスターコンクールには、地元の小学生から多くの作品が寄せられました。市内で生産されるトマトやイチゴ、白菜、小松菜などの農産物や海苔をはじめとした海産物をモチーフにした図画ポスターで、子どもたちが色合いやデザインを工夫しながら食の大切さを表現しました。どの作品も努力が感じられるものばかりです。

その中から東松島市長賞、市教育委員会教育長賞、市食育推進協議会会長賞に輝いた3人の作品と喜びの声を紹介します。

市長賞



最高賞の市長賞を射止めた、津田結衣さんです。「ひがまつレストラン」で働くイト&イ〜ナが、地場産品を使った料理を次々にテーブルに並べていく様子が描かれており、「おいしい食材で元気めし」と印象に残るキャッチフレーズが特徴的です。津田さんは初めて応募した4年生の時から3年連続で入賞していましたが、市長賞は初めてです。「おいしさが伝わるよう、細部までしっかりと描き込みました。作品を見た人たちに、東松島の食材をたくさん食べて、元気を出してもらえればうれしいです」と話していました。



矢本東小学校6年生
(現・矢本第一中学校1年生) **津田 結衣さん**

教育長賞



小学1年生の時から4年連続で入賞していますが、福原大河さんにとって教育長賞は初めて。「とてもうれしく、みんなからもよかったねって言われます」とうれしはずかしそうな表情を浮かべます。テーマのレストランはこれまでで最も構想に悩み、3度書き直しをしました。人とイト&イ〜ナの動きにこだわり、料理をおいしそうに食べる人たちの表情に力を入れました。福原さんは「東松島の食材を使った料理は食べると元気になるって笑顔になります。今回は人と人をつなぐレストランをイメージして書きました」と話していました。



赤井南小学校4年生
(現・赤井南小学校5年生) **福原 大河さん**

食育推進協議会会長賞



初めて応募した昨年度に続いて食育推進協議会会長賞を獲得した阿部蒼さんは、「今回もおいしい東松島の食材の魅力を伝えたい」と作品を制作しました。実は応募要項を見ていなかったため、描き直しを行ったそうです。阿部さんは「描き直すときに、東松島の料理も調べ直して、パスタを海苔うどんに変えたりしました」と振り返ります。今後のコンクールについては「東松島にはおいしい食材や料理がたくさんあったことがわかったので、ポスターで魅力を伝え続けたいです。次回は市長賞を目指します」と意気込みを語っていました。



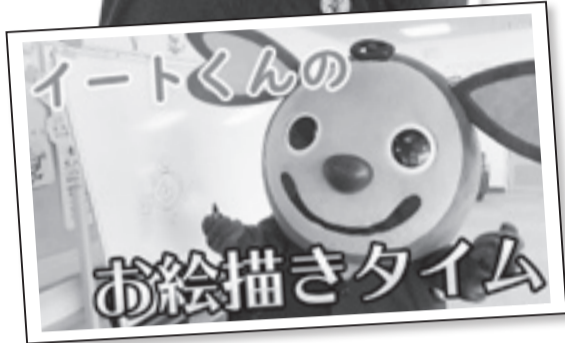
宮野森小学校3年生
(現・宮野森小学校4年生) **阿部 蒼さん**



おうち時間を楽しく

#イートくんとできるかな?

▶ 学びや体験 動画で提供



本市では、新型コロナウイルス感染症拡大防止策として、家で過ごす時間が多い期間でも、市民の皆さんが楽しみながら心身の健康に関する情報に触れることができる動画“イートくんとできるかな?”の配信を行っています。動画共有サイト「YouTube」で定期的に配信しており、市公式キャラクターのイートくんを主役にシリーズで心身の健康が学べる内容となっています。

公開している動画は、「ソーシャルディスタンスってなーに?」、「3密を知っているかな?」など感染症から身を守る知識の紹介や「箸マスターになる!」、「はやねはやおきあさごはん」などの食育に関するもの、ゲーム感覚で体を動かすことができる遊びの紹介など多数あります。

この取り組みは、市民の皆さんの健康への思いを込めて市職員が手

作りで制作し、編集作業は、市地域おこし協力隊員である伊藤克哉さん、氏家風太さん、千葉耕平さんの協力を得て制作しました。感染症から身を守るうえでも、食事・運動・休養は基本となります。

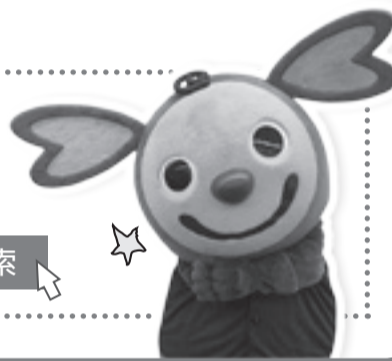
ぜひご視聴ください。



東松島市商工観光課
公式 YouTube チャンネル

ひがしまつしまじかん

検索



ゲームで学ぶ食事バランス

「東松島食育アプリ」第2弾(先行版)配信開始



ダウンロードはこちらから

東松島食育クイズ

検索



(平成30年11月18日から配信)
※通信にかかる費用はお客様のご負担となります。
App Storeでは今後配信予定です。

※Google Play および Google Play ロゴは、Google LLC の商標です。※App StoreはApple Inc. のサービスマークです。

本市では市民の皆さんにバランスの取れた食事について学んでもらうため、平成30年に当時石巻専修大学に勤務していた舩井道晴教授(宮城学院女子大学准教授)らと協働で「東松島食育アプリ」を作成しました。このほど第2弾の先行版が完成し、Android版がGooglePlayストアにて無料配信中です。

スマートフォンなどで、ゲーム感覚で学べるアプリです。第2弾は本市の特産品を選んで料理方法を選択し、おいしい料理を作る「ひがまつクック」、バイキング形式で好きな主食・主菜・副菜、またはお菓子を選び、栄養バランスを評価する「バーチャルバイキング」の2種類を追加しました。

アプリ内のイラストは昨年に引き続きとなる矢本第一中学校美術部に加え、矢本第二中学校美術部と鳴瀬未来中学校芸術部が担当しています。皆さんの力作が楽しめるアプリとなっているので、この機会に楽しんでいただき、バランスの取れた食事を学んでください。

「東松島食育メルマガ」

会員募集中



「東松島食育メルマガ」は、東松島市の食材にまつわる知っ得情報や料理レシピなどを掲載し、毎月19日(食育の日)に配信しています。登録すると下記の情報が受け取れます。

- ①日本最大の料理レシピサービス「クックパッド」に公開したレシピをいち早くお届け
- ②毎月の旬な食材の豆知識や人に教えたくない情報を知ることができます
- ③市の管理栄養士(食べ助)のブログで、食べ物のアレコレが分かります
- ④市内の各種イベント情報なども事前にお知らせします



右のQRコードから簡単登録

まちの情報広場

問い合わせ 東松島市役所 ☎82-1111

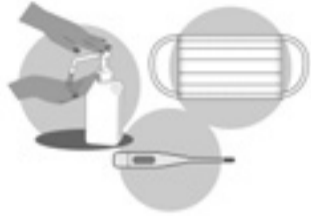
代表FAX 82-8143

〈東松島市内での固定電話の市外局番 0225〉

新型コロナウイルス感染予防と児童生徒の学びの保障



4月15日から続いていた小・中学校の臨時休業期間が明け、学校が再開します。この間、幼稚園では臨時登園日を、各小・中学校では地区ごとや学年ごとに分かれての分散登校日を設け、段階的に教育活動を行ってきました。学校における教育活動は再開しますが、文科省懇談会の提言では「社会全体が、長期間にわたりこの新たなウイルスとともに生きていかなければならないという認識に立つことが重要である。」としています。このことを受けて、教育委員会では、感染予防と児童生徒の健やかな学びを保障するということとの両立を図るため、以下の手立てを講じながら教育活動を進めてまいります。



- 3つの密が同時に重なることを回避します
- 毎日、健康観察カードを活用し、検温、風邪様症状などの健康状況を把握します
- 手洗いや咳エチケットを徹底します
- 児童生徒などが利用する場所(教室やトイレなど)のうち、特に多くの児童生徒が手を触れる所(ドアノブ、手すり、スイッチ等)は、1日1回以上消毒液を使用して消毒します
- 教室などのこまめな換気を心がけるとともに、空調や衣服による温度調節を含めて温度、湿度の管理に努めます
- 来校者については、マスクの着用などの感染症予防対策を徹底します

保護者・地域の皆さんにも以下の協力をお願いします。

- 毎朝検温を行い、風邪様症状や発熱、息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)などの症状がある場合は自宅で療養させる
- 「咳エチケット」や「手洗い」などの基本的な感染症予防対策を家庭でも徹底する
- 「早寝・早起き・朝ごはん」など規則正しい生活を心がけ、抵抗力を高めるようにする

現在、各小・中学校では指導計画の見直し、行事の精査・練習時数の縮小等、授業時数の確保に取り組んでいるところです。効果的に指導するための教材研究の時間も例年以上に必要になっている中、教員が子どもと向き合う時間も確保していく必要があります。

そのため、今年度も各学校における電話対応の受付時間につきまして、以下のとおりとしていますので、ご協力をよろしくお願いします。

■電話受付対応時間 7時30分～18時

※緊急の場合や事前に学校とコンタクトを取っている場合は、この限りではありません。

※上記以外の時間帯で対応を急ぐ緊急事態が発生した場合は、市役所(☎82-1111)へ連絡をお願いします。教育委員会職員が対応します。

■問 教育総務課教育指導係 ☎内線1273

ひとり親家庭緊急支援事業のお知らせ



新型コロナウイルス感染症の影響を受けているひとり親世帯を支援する取り組みとして、児童手当を受給する世帯(所得超過により特例給付となっている世帯を除く)で、母子・父子医療費受給者などに対し給付金を支給します。

■支給対象者

ひとり親家庭で以下の要件すべてを満たす場合になります。

- ①児童手当の4月分(3月分を含む)の受給者
(3月31日までに生まれた児童および新高校1年生に係る児童手当の受給者)
- ②東松島市母子・父子医療費助成対象者、または生活保護受給者
- ③4月1日時点で市内に住所を有する方で、5月1日時点で引き続き市内に在住の方

■給付額

対象児童1人あたり1万円

■申請および給付方法

市から対象者へ給付金の申請書類などを送付しますので、**必要書類を添えて申請ください。**新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、**給付金の申請は返信用封筒で郵送ください。**振込日は、通知にてお知らせします。

■問 子育て支援課子育て支援係 ☎内線1420・1457

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14日	5月15日	5月16日	5月17日	5月18日	5月19日
測定値(単位:μSv/h)	0.031	0.031	0.031	0.031	0.030	0.039

※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 市民生活課環境係 ☎内線1154

総合防災訓練のお知らせ

～防災訓練は各家庭で参加しよう～



■目的 過去の震災を教訓として、今後も発生が予想される大規模地震、津波などの災害に備えるため、「自分の命を守る最善の行動をとる」をスローガンに市民が一体となって、防災体制の確立と防災意識の一層の向上を図ろうとするものです。

なお、今年度の訓練は、新型コロナウイルスの感染が全国的に拡大していることから、**サイレンの吹鳴による避難訓練や避難所での各種訓練は行いません**ので、理解と協力をお願いします

■訓練重点項目

- ①家庭での防災対策の推進と確認
「家庭での安全対策の推進、持出用品と備蓄品の確認」
- ②地域避難所の開設訓練
「施設管理者および自主防災組織による避難所開設手順の確認」
- ③市災害対策本部設置運用訓練
「市災害対策本部の設置手順および運用訓練」

■日時 6月7日(日)9時～(おおむね10時に終了予定)

■訓練想定 9時に宮城県沖を震源とするマグニチュード9.0と推定される地震が発生し、東松島市では震度6強を観測した。さらに、9時3分に太平洋沿岸に「大津波警報」が発表された

■訓練の対象者と行動

- 1 市民の皆さん
 - 自宅で非常用持出品や食糧、飲料水などの備蓄品の確認
 - 各家庭でダンスや棚などの倒れを防ぐための安全対策の確認
- 2 自主防災組織
 - 市避難所担当職員および施設管理者との避難所開設手順の確認
 - 地域災害対策本部と各自主防災組織との情報伝達訓練
- 3 市役所
 - 市災害対策本部の設置および運用訓練
 - 地域避難所の開設訓練

■問 防災課危機対策係 ☎内線1162・1168



小野地域ふれあい交流館「ひだまりの里」からのお知らせ

○地元の採れたて新鮮野菜を発送します

小野地域ふれあい交流館「ひだまりの里」では、ふるさとの味を親戚や知人に送ってもらおうと地元産の野菜などを宅配発送しています。3月から受け付けを始め、多くの“ふるさと便”が全国各地に届けられています。

希望される方は、ひだまりの里で旬の野菜などを選んでいただき、その後すぐに発送用の段ボールに詰めて発送します。料金は、箱代、送料を含めて税込み2,000円になります。これまでに、関東圏にも発送する方もおり、送る側からも送られる側からも好評をいただいています。



○新商品取り扱いのお知らせ

このたび、豆腐工房「GAGA家」の豆腐と豆乳で作った豆乳プリンの販売を始めました。自然の素材を使っているのでヘルシーなプリンになっていますので、おやつとして、またデザートとしていかがでしょうか。価格は1個220円(税込み)です。



○花壇にグラジオラスの球根を植栽しました

今年も、ひだまりの里前の花壇にグラジオラスの球根を植栽しました。ひだまりの里生産者会(浅野喜一会長)の環境整備事業として昨年に引き続き植栽したものです。グラジオラスは夏にかけて花を咲かせる見込みですので、目に留まった際は眺めていただければと思います。



■問 ひだまりの里(小野地域ふれあい交流館)
☎98-5918
小野市民センター敷地内
(住所:小野字新欠下36番地)

高齢者および認知機能の低下による車の交通事故防止のために ～家族の運転にヒヤっとしたことありませんか～



1 高い高齢運転者による交通事故率

宮城県内における全交通事故件数は、平成22年からの10年間で減少しています。しかし、全件数に占める高齢運転者による事故の割合は右肩上がりで上昇しているのが現状です。

■高齢運転者事故の発生推移

	平成22年 (2010年)	平成26年 (2014年)	令和元年 (2019年)	増減 2010-2019比較
全交通事故件数	10,420件	9,142件	5,675件	-4,745件
高齢運転者(65歳以上)事故件数	1,427件	1,481件	1,294件	-133件
全交通事故に 高齢者事故が占める割合	13.7%	16.2%	22.8%	高齢者事故割合が 右肩上がり

※高齢運転者(65歳以上)が第1当事者となった人身交通事故。

■高齢運転者事故の特徴

①出会いがしらの事故 ②交差点や駐車場などでの発生

ほかの世代に比べて、出会いがしらの事故や
お店や病院の駐車場などでの事故率が高いね。
特に、駐車場での後退時の事故が多いんだって。



③特に高い75歳以上の死亡事故率

年代別死亡事故件数は、全年代の平均に比べて、高齢運転者が1.24倍、さらに75歳以上の運転者になると1.82倍にもなります。

参考:免許人口1万人当たりの事故件数(過去5年間)から

2 認知症をはじめとする運転に関する機能の低下による事故

■「平成29年3月12日の道路交通法改正」

これまで免許更新時のみ受けることとされていた高齢運転者に対する「認知機能検査」ですが、75歳以上の運転者が認知機能が低下した時に起こしやすい違反行為(※)をした場合に、新たに新設された「臨時認知機能検査」が義務付けられました。

※一定の違反行為:信号無視、通行区分違反(逆走、歩道を走行)など。

■「認知機能検査」ってなに?

記憶力や判断力を測定する検査で、運転免許証の更新期間が満了する日の年齢が75歳以上のドライバーは、高齢者講習の前に認知機能検査を受ける必要があります。検査は免許証の更新期間が満了する日の6か月前から受けることができます。

「検査を体験できます!認知機能検査」…検査で利用する検査用紙は警視庁のホームページからダウンロードできます。

警視庁 認知機能検査

検索

3 高齢者を守る交通安全対策

■ゲーム感覚で自動車運転技術技能向上

東北大学加齢医学研究所の川島隆太教授の研究チームと仙台放送が共同開発した「自動車運転技術向上トレーニング・アプリ」を市役所市民生活課前とパークゴルフ場に設置しています。

ゲーム感覚でできる脳トレアプリで、自動車運転技術の向上のほか、高齢者の認知力と活力向上も確認されています。

無料で利用できますので、気軽に利用ください(予約不要)。

■免許返納者ららく号の割引制度

免許返納者などに対する予約型乗り合いタクシー「らくらく号」の割引制度を実施しています。すでにらくらく号を利用している方も改めて申請手続きが必要です。

1 対象 「らくらく号」を利用できる方で、本市に住所を有し、運転免許を自主返納した方、または自主返納と同程度(失効者など)で市長が認める方

2 利用料金 大人1回100円

※旧町域を超えての利用は、2倍の料金がかかる場合があります。

3 申請受付 平日8時30分~17時15分

4 必要書類 運転経歴証明書または免許取消し通知書

■らくらく号についての問・申込

復興政策課基地対策・地域振興係 ☎内線1231

認知症・介護予防の相談はこちら

■地域包括支援センター

高齢者の総合相談窓口です。認知症の相談のほか、医療・介護・福祉・健康のことなど、気軽に相談ください。

・東松島市東部地域包括支援センター

担当地域:矢本東・赤井・大曲

住所:小松字上浮足252-3(老人福祉センター内) ☎83-1966

・東松島市西部地域包括支援センター

担当地域:矢本西、大塩、小野、野蒜、宮戸

住所:矢本字鹿石前109-4(真壁病院内) ☎84-3811

■問 高齢障害支援課包括ケア推進係 ☎内線1190・1186

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。>

久しぶりに登校 友だちに会えた

学校再開に向けて段階的に教育活動



新型コロナウイルス対策で臨時休校となった市内の小中学校では、5月11日から臨時の登校日を設け、6月からの通常授業開始に向けた段階的な教育活動を再開しました。密閉・密集・密接の3密を回避するため、全員を集めず、住んでいる地域や学年ごとの分散登校になりました。最初の週は健康観察に重点を置き、翌週は数コマの授業を実施するなど本格的な学校生活の再開に向けたリズムを整えました。

14日には渥美市長や志小田教育長が全小中学校を訪れ、大曲小学校では子どもたちの近況を尋ねたり、勉強に励む児童の様子を見学しました。

(5月14日、大曲小学校)



真心込めた手作りマスク寄贈

大曲地区自治会が保育所に



大曲地区の住民の皆さんが布マスクを手作りし、大曲保育所の職員用に50枚を届けました。地区だよりを通じた協力の呼びかけに55人が集まり、裁断、ミシン、アイロン、消毒、袋詰め作業グループに分かれて2日間かけて製作したそうです。新型コロナウイルスの影響で行事が中止になる中、自治会の役員さん方が何かできないかと企画した取り組みで、上納の寿昌院が材料を提供しました。
 (5月15日、大曲保育所)

手作りの素敵な贈り物 学童へマスクを寄贈



全国的にマスク不足が続く中、家庭バレーボールを中心に活動している社会教育団体の「シュナイダービー」の皆さんから、手作りの布と紙マスク計147枚を寄贈いただきました。マスクは団体に所属している皆さんが一つひとつ手作りで、学童の皆さんを中心に活用して欲しいとのことでした。シュナイダービーさんからは、4月20日にも118枚の手作りマスクを生涯学習課に寄付いただいています。
 (5月11日、市役所)

地元の中学生も匿名で寄贈

休校中にマスクを手作り



個人からも心を込めたマスクが届きました。届けたのは、地元の中学校に通う生徒さんです。母親とともに教育委員会を訪れました。マスクはすべて手作りで、市内でも不足している幼児向けサイズ計45枚。マスクは、丁寧に袋詰めされ、車やうさぎなど幼児たちが喜ぶデザインの生地を使用しています。ご本人の希望で、匿名とさせていただきます。

そのほかに、大人用のマスクも教育総務課へ寄贈いただいています。
 (4月23日、市役所)



小松の自宅で着物のリメイク教室を開く木村洋子さんと教室参加者で構成する「さくら会」から市内全公立保育所に、手作り布マスク651枚が寄贈されました。マスク不足解消にと、教室参加者に協力を呼びかけ、保育所児童と職員向けにSS~Lサイズを用意。贈呈式で渥美市長は「善意の気持ちが、新型コロナウイルスから市民を守っている」と感謝を述べました。
 (4月24日、野蒜保育所)

手作りマスク651枚
 市内全保育所に

観光PR拠点で軽食も

野蒜の「イトプラザ」リニューアル



JR野蒜駅前の奥松島観光物産交流センター「イトプラザ」がリニューアルオープンしました。旧野蒜小学校舎で防災体験型教育宿泊施設キボッチャを運営する貴凜庁(株)が新たに指定管理者となり、これまでの観光案内や特産品の販売に加えて新たに軽食の提供を始めました。オープンに合わせて、渥美市長が施設内を見学しました。(5月15日)



日本ウェルネス宮城「後援会」立ち上げ

石巻地方初の私立高校として市内に開校した「日本ウェルネス宮城高校」を地元から盛り上げようと商工会などが後援会設立に向けた発起人会を開きました。役員案や会則などを協議し、6月5日(金)に設立総会開催、同6日(土)には硬式野球部と女子バレーボール部の創部式を行うことを確認しました。創部式に合わせて野球部は青森山田、バレー部は日本ウェルネススポーツ大学と練習試合を行います。(5月9日、市役所)

全寮制私立高
地元から盛り上げ

私立日本ウェルネス宮城高校 硬式野球部始動へ



日本ウェルネス宮城高校の硬式野球部に15人が入部しました。4月10日に県高等学校野球連盟に加盟。ユニホームは赤と白のウェルネスカラーで、袖には東松島市の文字が刻まれます。練習場所は、鷹来の森運動公園野球場や室内練習場を使います。創部式は6月6日(土)に行います。指揮するのは、中学硬式野球チーム「仙台南リトルシニア」を創設した金子隆監督。山形県上山市出身で、高校時代は日大山形で主戦投手を務め、明治神宮野球大会で全国優勝に輝き、翌春の選抜大会(甲子園)に出場しています。

管工事業協同組合から寄付金

善意集め新型コロナ対策支援



新型コロナウイルス感染拡大対策に役立ててほしいとして、石巻広域管工事業協同組合から東松島市に寄付金110万円が贈られました。正・準組合員16社と組合役員それぞれで善意を集めたそうです。星進理事長ら4人が市役所を訪れ、渥美市長に寄付金を手渡しました。(5月8日、市役所)

青空に映える黄色のじゅうたん

縄文の里彩る菜の花畑

宮戸地区にある里浜貝塚は縄文時代の村の跡で、日本最大規模の貝塚として有名です。周辺には菜の花畑が広がっており、今年も黄色のじゅうたんを敷き詰められたかのような菜の花が美しく咲き誇りました。宮城オルレ奥松島コースを訪れたトレッキング客の皆さんの目も楽しませてくれました。(4月28日、里浜貝塚)



観光PR動画で 魅力発信 誘客力強化へ

本市では、新たな観光PR動画を作成し、市ホームページや動画サイト「YouTube」での配信を始めました。動画は、日本語、英語、ハングルなど5カ国語で編集した18分版、3分版の2種。18分の動画は東松島市を訪れた外国人が市の観光プランを実際に体験するドキュメンタリー仕立てとなっています。(4月15日、市役所)



YouTubeチャンネル「ひがしまつしまじかん」



“ステイホーム”の児童生徒に動画公開

市教育委員会は、児童生徒の家庭学習や基本的な生活習慣の維持に役立ててもらおう「わくわく動画集」を作成しました。幼稚園や小中学校の臨時休業に伴う取り組みで、地元小中学校の先生方や公共施設担当者が動画を撮影し、4月下旬から市ホームページで公開を始めました。先生たちが戦隊ヒーローにふんじたユニークな動画もあります。

先生たちが戦隊ヒーローに



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 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
開館日時 月～金曜 9時～16時(相談は17時まで)
〒981-0503 矢本字大溜 9-1

子育て支援センター利用に関するお知らせ
※5月19日から開館していますが、利用前には必ずホームページなどを確認ください。



鳴瀬子育て支援センター「あいあい」
☎87-2338
開館日時 月～木曜 9時～16時(相談は16時まで)
〒981-0303 小野字新宮前5 市役所鳴瀬庁舎2階

0歳児講座とは

初めてのお子さんを持つ方が子育てのことを学びながら交流できる3回セットの講座です。第一子マタニティママの見学もできます。



1.保健師講話

1回目は保健師による講話「赤ちゃんの心とからだの成長」を聞き勉強します。講話の後は、心配なことや不安なことを相談できます。



2.栄養士実習

2回目の講座は場所を移して、栄養士による離乳食作りの実習をします。調理の後は栄養士を囲んで試食をしながら交流します。



3.助産師・保育士等講話

最終回の講話は、助産師や保育士を囲んでの講話となります。講座が終わるころには、参加者同士、育児の楽しさや悩みをお互いに話しあう姿が見られます。

0歳児講座に参加した先輩ママの話

- 第一子で何もわからない私にとって、役立つ情報が知れたことが良かった(特に離乳食作り、困った時の相談先など)。
- 離乳食について無知だったので、講座で学習した月齢による食事量や、形状などを活かすことができました。
- 講座で一緒だったお母さんと受講後支援センターでばったり会った時、子どもの月齢が近いので相談できた。育児が辛い時期、話を聞いたり共感してもらったことで助けられた。
- 同じ月齢の子どもを持つ友達ができることが良かったです。子どもができるまでは「ママ友」と聞くと、怖いイメージが先行していたけれど、全然違いました。一緒に子育てを頑張っている仲間ができました。
- 市内在住の方と知り合えたことで、小さい時は遊び場や病院の情報を知ることが出来ました。子どもが成長するにつれ、幼稚園や保育園、習い事、小学校などの悩みを相談したり、情報を共有しています。

カッテージチーズを作ってみよう! 「取り分けカンタン離乳食講座」より

子育て支援センターでは、大人のメニューから子どもに取り分けて、離乳食を作る栄養士の実習講座があり、その中からカッテージチーズを紹介いたします。おうちにいる日が続いているこの頃、気軽に作ってみませんか。

材料 牛乳1ℓ、酢60cc、なべ、ざる、ボール、きれいな布巾またはキッチンペーパー
作り方 ①牛乳を入れ、周りに小さい泡ができるまで加熱 ②火を消して、温めた牛乳に酢を入れて素早く混ぜる。少し置いてしばらくすると、固形と液体に分離してきます ③ざるにきれいな布巾やキッチンペーパーをしき、ボールの中に入れます ④③のざるに分離した牛乳を入れ、軽くしぼって、カッテージチーズの完成です

カッテージチーズを使って

ほうれん草とカッテージチーズの洋風おひたし

48kcal 塩分1.0g

材料 ほうれん草1/2束、塩少々、カッテージチーズ1/4カップ、しょうゆ大さじ2/3、ごま油小さじ1、すりごま少々
作り方 ①ほうれん草はゆでて水にさらす ②①のほうれん草を3～4cmの長さに切る ③切ったほうれん草は水気をしぼり、カッテージチーズを混ぜる ④しょうゆ、ごま油、すりごまをあらかじめ混ぜておき、③を盛った器にかけて完成です



離乳食に困ったら…

クックパッド ヒガマツ大学食育学部

検索

クックパッドで離乳食レシピ公開中!

観味美魅 ひがしまつしまの みりよく発見! 観光と物産



学ぼう! ひがしまつしまの うまいもの!

自然環境に恵まれた本市は、農水産業が盛んです。農産物では、ネギ、イチゴ、きゅうり、トマトなど品質的にも特に優れたものが生産されています。今回は、青々と成長してきている水稲に注目し、東松島ならではの“お米”を紹介いたします。毎日食べているお米にもたくさんの種類があって、それぞれ特徴があります。ぜひ食べ比べて、お気に入りを見つけてみてください。



かぐや姫 平成5年の大冷害の年、東松島市(旧 矢本町)の壊滅した水田で雲の切れ間から一筋の光が射しこみ黄金色に輝く3本の稲穂が発見されました。その3本の稲穂が「かぐや姫」の始まりです。平成5年の発見から6年間かけて平成11年に品種登録された「かぐや姫」は、普通の稲と比べ、じっくりと時間をかけて成熟する超晩生品種。上品な香りとやさしい甘みが口いっぱいに広がり、幅広いおかずに相性の良いごはんです。

のびるまい 東日本大震災の復興を願って、野蒜地区で栽培されています。コシヒカリとミルキークイーンの掛け合わせで出来た品種「とうごう4号」を商標登録し、「のびるまい」として販売されています。お米の粒が大きく吸収力があるので、炊飯するときは水を少なくして炊くと美味しくふっくらしたお米に仕上がりますよ。甘さや粘り気が特徴なので、おにぎりなどにもぴったりなお米です。

■問 東松島市観光物産協会 ☎87-2322

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・申込 東松島市体育協会 ☎82-9030 平日9時～17時

自宅で簡単トレーニングメニュー

ウイルス対策により外出を控え家に閉じこもると、活動量が減り血糖コントロール不良など生活習慣病の悪化や筋肉の衰えなどの健康被害につながる恐れがあります。座ったまま長時間過ごしたりせず、自宅でも簡単に活動量を増やすことができるメニューを紹介します。

①足踏み(目標20回)



腕を大きく振る
その場で太ももを高く上げる

②スクワット(目標10回)



背筋をのばし、お尻を後ろに突き出すように膝を曲げて、元にもどす

③爪先立ち(目標20回)



両足のかかとをまっすぐ上げる
椅子や壁を利用する

④おじぎ(目標10回)



下を向かず目線は前に
背筋を伸ばしたまま上半身を前に倒して元に戻す

6 Jomon Times

広報 縄文村だより vol.172 (6月号)



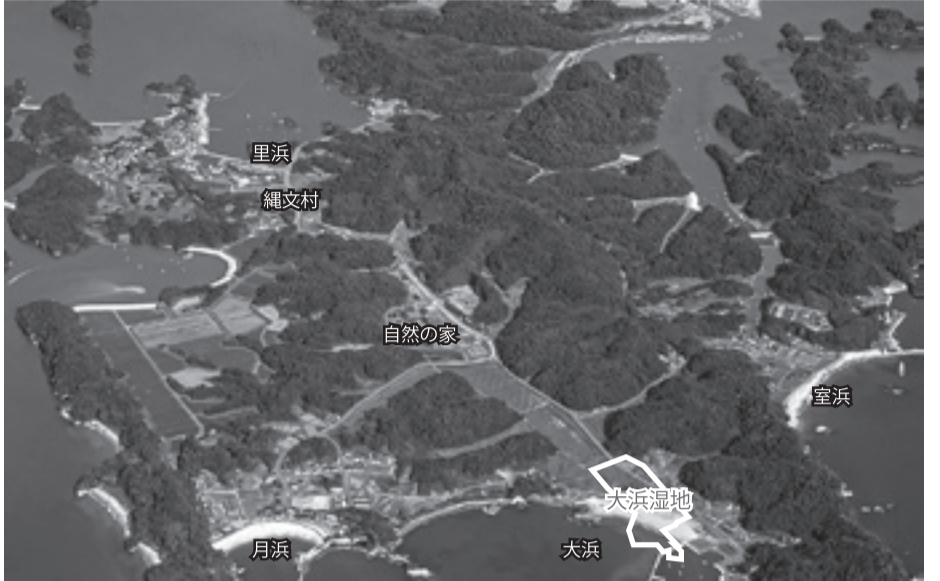
令和2年6月1日
●編集・発行●
奥松島縄文村歴史資料館
東松島市宮戸字里81-18
TEL 88-3927 FAX 88-3928



特別名勝松島の価値は、自然的景観と人文的景観が調和した風致景観にあります。その地形的特徴と歴史性によって、古くから遊覧の地として多くの人に知られる「松島」と、松島本来の自然的景観が良好に残されている宮戸島および野蒜海岸からなる「奥松島」に分けられます。

宮戸島は、複雑に入り組んだ尾根・枝尾根、奥深い入り江、勇壮な海食崖、谷底平野といった地形の特徴があり、これらは特別名勝松島の風致景観の基盤を作る基本的要素となっています。なかでも、宮戸島大浜地区には海岸、砂洲、後背湿地、谷底平野の地形が連続して良好に残り、湿地の奥を谷水田として利用してきた人々の歴史があります。松島湾全体を見渡してみても、海岸から谷底平野にいたる連続的な地形が保存され、かつ、そこに人文的要素が融合した場所は他にはありません。大浜地区は、特別名勝松島の基本的要素が良好に残る、数少ない貴重な地域なのです。

◆特別名勝松島と宮戸大浜地区の特徴



奥松島の原風景と生物多様性の再現に向けて・・・

大浜湿地整備が始まります!

本事業は、宮戸島大浜地区の地の成り立ちや歴史性を踏まえ、湿地環境および景観を復元整備し、松島の原風景ともいえるべき砂丘植生や水生植物が息づく植生を再生することを

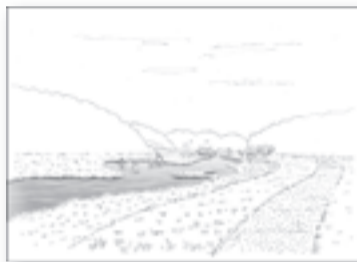


広場で湿地の植生や水鳥などを観察して楽しむ人々

◆大浜湿地整備の目的と内容

目的としています。約3.1haを対象として、令和元年度から2カ年の計画で整備をおこないます。

この場所に湿地を復元整備をすることで、宮戸島全体の風致景観を向上させるとともに、多くの来訪者や地域の方々々に特別名勝松島の貴重な風致景観を備えた、奥松島への理解を一層深める場となることが期待されます。また、奥松島オルレのコース上にあり、さらに近隣地に再整備された「宮城県松島自然の家」や地域との連携を深めながら、自然観察や環境学習の場、自然との交流の場としての活用も進めるために、調整池や水辺、散策路などの整備もおこないます。



湿地の水路で遊ぶ子どもたち



調整池付近を散策する人々

刊行物のご案内

どきかたろぐ『里浜貝塚 土器型録』が出来ました!



東日本大震災で被災し、修復した縄文土器 37 点の写真を掲載した型録集「さとはまの縄文土器」を刊行しました。渦巻文様が特徴の縄文時代中期の土器や、後期の人面付土器、装飾や文様などバラエティ豊かな後晩期の土器など、里浜貝塚の逸品を集めました。ぜひご覧ください。型録は、縄文村資料館受付で配布しております。

夏のマスク着用による熱中症に気をつけましょう



自分を守るためにも、まわりの人たちを守るためにも、外出時や人と会う際はマスクを着用するなど、一人ひとりが新型コロナウイルスの感染症対策を心がけることが大切です。今年は、平年を上回る暑さになると言われています。例年以上に熱中症予防を徹底しましょう。

<マスクによる暑さに注意>

- 吸い込む空気が暖かくなり、体から熱が逃げにくくなる
- マスクをして呼吸することで、多くのエネルギーを使い、体温が高くなりやすい
- マスク内は湿度が高くなり、喉の渇きを感じにくくなる



○熱中症を防ぐためのポイント

- こまめに水分補給をする
- ※カフェインは利尿作用があるため、水やカフェインの入っていない麦茶、経口補水液などが水分補給には適しています。
- 首や足首など肌をだし、「放熱しやすい服装」を選ぶ
- 顔を洗う、冷たいおしぼりなどで定期的に拭く
- 人がいないところで、マスクを外す時間をつくる

■問 健康推進課健康支援係 ☎内線3120

新型コロナウイルス感染症の影響を受け、生活にお悩みの市民の皆さんへ



～お金、仕事、住宅など、生活に関する相談窓口のご案内～

新型コロナウイルス感染症の拡大により、収入が減ってしまい、家計が苦しいなど、生活のことでお悩みはありませんか。

本市では、相談窓口を設け、日々の生活や仕事のことなど、専門の相談員が話を聞きながら、解決に向けた提案や解決までのお手伝いをします。一人で抱え込まずに、どのようなことでも結構ですので、まずは電話をください。

○住居確保給付金のご案内(4月20日から対象者が拡大しました)

住居確保給付金は、就職に向けた活動をするなどを条件に、一定期間、家賃相当額を自治体から家主さんに支給します。4月20日以降、離職・廃業から2年以内または休業等により収入が減少し、離職などと同程度の状況や住居を喪失するおそれのある東松島市民の方。

項目	チェック欄											
離職・廃業をした日から2年以内、またはやむを得ない休業などにより、収入を得る機会が減少していますか	<input type="checkbox"/>											
資産が一定額以内、かつ、収入基準額(※)を下回っている	<input type="checkbox"/>											
※本市の場合												
<table border="1"><thead><tr><th></th><th>単身世帯</th><th>2人世帯</th><th>3人世帯</th></tr></thead><tbody><tr><td>収入基準額(月額)</td><td>113,000円</td><td>157,000円</td><td>186,000円</td></tr><tr><td>支給家賃額(上限額)</td><td>35,000円</td><td>42,000円</td><td>46,000円</td></tr></tbody></table>			単身世帯	2人世帯	3人世帯	収入基準額(月額)	113,000円	157,000円	186,000円	支給家賃額(上限額)	35,000円	42,000円
	単身世帯	2人世帯	3人世帯									
収入基準額(月額)	113,000円	157,000円	186,000円									
支給家賃額(上限額)	35,000円	42,000円	46,000円									
上記の状態になる前に、世帯生計を主として維持していましたか	<input type="checkbox"/>											

■すべての項目にチェック✓が付いた方 住居確保給付金の受給資格を満たす可能性が高いため、くらし安心サポートセンターにまずは電話で相談ください。

■問 東松島市社会福祉協議会 くらし安心サポートセンター (総合相談窓口) ☎98-6925 受付時間: 9時~17時(月~金曜日)

知っ得情報

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

募集

市営住宅・県営住宅 入居者募集

SDGs 11
問 建築住宅課住宅係
☎内線2264

■申込期間 6月1日(月)～12日(金)

■案内・申込用紙配布

市役所建築住宅課(鳴瀬庁舎)、市民生活課(矢本庁舎)

■申込方法 専用の申込用紙に記入し、郵送で申し込みください

※6月12日(金)までの消印有効。期限厳守。

■募集住戸 案内書、市役所建築住宅課ホームページを確認してください

■問 希望する住宅により、問い合わせ先が異なります

・市営住宅を希望の方
宮城県住宅供給公社 東部支社
石巻市中里7丁目1番3号
☎0225-2115657

・県営住宅を希望の方
宮城県住宅供給公社 入居管理課
☎022-224-0014

※災害公営住宅の入居要件に該当し、入居を希望する方は市役所建築住宅課へ問い合わせください。

自衛官募集

SDGs 8
自衛隊宮城地方協力本部
石巻地域事務所
☎・FAX 83-6789
赤井字鷺塚1-6

○自衛官候補生

■応募資格 18歳以上33歳未満

東松島市職員募集(令和3年4月1日(木)採用)



■職種および対象・資格・募集人員

- ①初級(行政職(障害者):高校卒業程度)1人程度
昭和60年4月2日～平成15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
- ②初級(土木職:高校卒業程度)1人程度
平成5年4月2日～平成15年4月1日までに生まれた方で土木系の学科を卒業または土木施工管理技士2級以上の資格を有する方
- ③中級(保育士:短大卒業程度)2人程度
平成2年4月2日以降に生まれた方で保育士と幼稚園教諭の両方の資格を有する方または令和3年3月31日(水)までに保育士と幼稚園教諭の両方の資格を取得する見込みの方
- ④上級(行政職:大学卒業程度)1人程度
平成5年4月2日～平成11年4月1日までに生まれた方

■申込 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種および「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サイズ用の紙が入る大きさ)を必ず同封してください

■試験日時 1次試験

- ・初級 6月28日(日)10時～
 - ・中級・上級 7月12日(日)10時～
- ※職種によって試験日時が異なりますのでご注意ください。

■試験会場 1次試験 東松島市役所(住所: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 6月1日(月)～17日(水)17時必着

※初級試験(行政職)については、市報7月1日号でお知らせします。

■問 総務課人事係 ☎内線1216

の方

■受付期間 受け付けは年間を通して行っています

○一般曹候補生

■応募資格 18歳以上33歳未満の方

■受付期間 7月1日(水)～9月10日(木)

■試験日 一次試験…9月18日(金)～20日(日)

○防衛大学校学生(一般)

■応募資格 18歳以上21歳未満で高卒(見込)または高専3

年次修了(見込)の方

■受付期間 7月1日(水)～10月22日(木)

■試験日 一次試験…11月7日(土)・8日(日)

○防衛医科大学校学生(医科・看護科)

■応募資格 18歳以上21歳未満で高卒(見込)または高専3

の方

■受付期間 医科…7月1日(水)～10月7日(水)

看護科…7月1日(水)～10月1日(木)

■試験日 医科(一次試験)…10月24日(土)・25日(日)

看護科(一次試験)…10月17日(土)

○航空学生

■応募資格 海…18歳以上23歳未満で高卒(見込)または高

専3年次修了(見込)の方

空…18歳以上21歳未満で高専(見込)または高専3年次修了(見込)の方

■受付期間 7月1日(水)～9月10日(木)

■試験日 一次試験…9月22日(火祝)

2020年度国家公務員

「税務職員採用試験」 (高校卒業程度)の募集

SDGs 8
仙台国税局人事第二課試験研修係
☎022-263-1111
☎内線3236
問 (宮内線3236)
人事院東北事務局
☎022-21-2022

■受験資格

- ①令和2年4月1日において高校卒業後3年を経過していない方および令和3年3月までに高校を卒業する見込みの方に人事院が①に掲げる者に準ずると認める方

■受付期間 6月22日(月)～7月1日(水)

■申込方法 インターネット
国家公務員試験採用情報
NAVIER(https://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.html)

■第1次試験日 6月6日(日)

令和3年度採用上級消防職員募集のお知らせ



■種別・職種 上級消防吏員(大学卒業)

■採用予定人員 1人程度

■受験資格

- ・平成7年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた方
- ・学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業している方または令和3年3月までに卒業する見込みの方
- ・採用後、石巻市・東松島市または女川町に居住できる方

■試験日 7月12日(日)

■申込受付期間 6月12日(金)まで ※当日消印有効。

■申込書配布場所 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・女川町役場の各総合支所・各支所

※申込書の郵送を希望する場合は、「消防上級試験申込書請求」と朱書きし、宛先を明記した返信用封筒(A4判サイズの書類が入る大きさに返信用切手(140円貼付)を必ず同封し、下記宛てに請求してください。

■問・申し込み 石巻地区広域行政事務組合消防本部
(住所:〒986-0805 石巻市大橋1丁目1番地1)
総務課 人事教養係 ☎0225-95-7111

児童手当現況届を提出してください



児童手当を受けている方は、法律により6月中に「現況届」を提出する必要があります。この届出は、児童手当の受給要件を確認するためのもので、届出がないと6月分以降の手当が受けられなくなります(公務員の方は、勤務先での手続きとなります)。

対象者には、届出用紙を郵送していますので、忘れずに提出してください。

■現況届受付期間の拡大

今年度は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、受付期間を拡大します。地区ごとに日程・会場を設定しましたので、都合がつかない場合は期間中に手続きください。

※郵送による提出も可能です。詳しい内容は送付されている通知をご覧ください。

日程	対象地区	場所	時間
6月15日(月)・16日(火)	鳴瀬	鳴瀬庁舎1階リハビリ室前	9時～17時
6月17日(水)・18日(木)	矢本	本庁舎1階101会議室	
6月19日(金)	小松		
6月22日(月)	赤井		
6月23日(火)	大曲		
6月24日(水)	大塩		
6月25日(木)	あおい		
6月26日(金)	全地区		

■問 子育て支援課子育て支援係 ☎内線1420

知っ得情報

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

消費生活情報 ～勧誘電話お断り～



「〇〇を乗り換えませんか」「あなたにだけ特別なお知らせです」「料金が安くなるからどうですか」などの、勧誘電話を複数回経験している方は多いでしょう。「必要ない」と断っても、次々と別の業者から同じような電話がきて迷惑だと感じている方も少なくないはず。「今、忙しいから」などと断っているのに、何度も電話が来ませんか。この返事は、業者にとっては、はっきり断られているわけではありません。自分たちに都合の良い返事にすり替えられてしまいます。「必要ありません、お断りします。勧誘電話も一切しないでください」と、はっきり明解に断りましょう。

特定商取引法・電話勧誘に関する法律で契約をしない旨の意思表示した者に対する勧誘の禁止が定められています。はっきり断った人に、また勧誘の電話などをすることはできません。「その商品は要りません」と言ってしまうと、その商品以外なら大丈夫と、また同じ業者が勧誘電話をかけてきます。業者自体からの勧誘電話が必要ないと伝える事が大事です。また、留守番電話を活用すると、勧誘電話に出る回数をぐっと減らす事ができます。

～買い物や契約で、心配なときや困ったときは相談窓口へ～

■問 市民生活課消費生活相談窓口 ☎内線1117
月～金曜日(祝日を除く)9時～15時

課税・所得証明書の発行日のお知らせ



令和2年度(令和元年中分)の課税・所得証明書の発行は、6月15日(月)からとなります。なお、交付する内容は発行日時時点の課税情報となりますが、3月17日以降に確定申告をされた方で、確定申告した内容が反映されていない方については、確定申告書の写しを税務課窓口まで持参してください。

■申請に必要なもの

- ①来庁者の本人確認が出来るもの(運転免許証など)
- ②手数料(1通300円)

■問い合わせの多い事例

- ・対象者と同居していない方が申請される場合、委任状が必要です
- ・令和2年1月1日以降に転入されている場合、令和2年1月1日時点の居住地で発行となります
- ・家族全員分が必要な場合、身分が学生や未成年の方の分も必要かを事前に提出先へ確認ください
- ・必要な対象年度(年)が分からない場合、事前に提出先へ確認ください

■問 税務課市民税係 ☎内線1138・1142

毎月11日は市民防災の日(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

■避難場所 安全な状況が確認できるまで一時的に避難する場所や施設

■地区避難所 自主防災組織が基本的に運営する地区センターなどの身近な集会施設や公共施設

■地域避難所 大規模な避難収容施設で非常用食料などが配備されている各小中学校、高校、市民センター

■避難所・避難場所の確認ポイント

自宅の最寄りの地区避難所や地域避難所を家族や地域で確認しましょう。加えて、職場などの生活圏の避難所や、遠方に出かけた際も避難場所を確認しましょう

■避難経路の確認ポイント 災害が発生した際、迅速な避難をするために、避難経路の確認が大切です。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、ブロック塀などの危険物や狭い路地は避け、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

■問 東松島市自主防災組織連絡協議会(事務局:防災課危機対策係)
☎内線1161

消防署に新車両が3台更新配備されました



東松島消防署に化学消防ポンプ自動車と高規格救急車、鳴瀬出張所に消防ポンプ自動車が更新配備され運用が開始されました。



東松島消防署に配備された化学消防ポンプ自動車(写真左)は、一般的な建物火災や油などによる危険物火災にも高い消火性能を発揮する車両です。高規格救急車(写真中央)は救急救命士が搭乗し、必要に応じて除細動(電気ショック)や点滴などの高度な救命処置が可能となる車両になります。鳴瀬出張所に配備された消防ポンプ自動車(写真右)は、600ℓの水タンクを積載し消火栓などの水利がない場所でも放水することができます。

■問 東松島消防署 ☎82-2147

こんにちは農業委員会です。 農業者年金受給者の皆様へ現況届提出のお願い



5月末～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。



現況届お忘れなく!

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(火)まで提出してください。

■提出先 農業委員会事務局(市役所鳴瀬庁舎1階)
または市役所本庁舎市民生活課

■問 農業委員会事務局 ☎内線2150～2153

第十一回特別弔慰金(戦没者等遺族)のお知らせ



戦没者等の死亡当時の遺族(死亡後に生まれた方は対象外)であり、4月1日現在「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」等を受けている方がいない場合に、次の順番による先順位の遺族一人に支給します。

- ①4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方
- ②戦没者等の子 ③戦没者等の孫や兄弟姉妹など
- ※生計関係の有無などにより順番が入れ替わります。
- ④①～③以外の戦没者等の三親等内の親族(おい、めい等)
- ※戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方に限ります。

■支給額 額面25万円(5年償還の記名国債)

■請求期間 令和5年3月31日(金)まで

※請求期間を過ぎると特別弔慰金を受けることができなくなります。

■注意

- ・申請書は個別に送付しません(同順位者がいる場合に特定できないため)
- ・新型コロナウイルス対策のため、申請の際は事前に電話予約ください

■問 福祉課福祉総務係 ☎1172～1174

知っ得情報

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

お知らせ

SDGs 17

はしご酒ラリー実行委員会から開催中止のお知らせ

大塩市民センター
☎82-17532

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため今年度の『第20回 やもとふれあいはしご酒ラリー』の開催は中止します。

SDGs 17

第98回東松島市鳴瀬流灯花火大会開催中止のお知らせ

鳴瀬流灯保存会(会長片岡健造)
☎87-13184

新型コロナウイルス感染症拡大防止などの観点から、8月16日(日)に予定していました鳴瀬流灯花火大会の開催を中止とします。ご理解とご協力をお願いします。

SDGs 3

てあわせワークショップ開催

てあわせのほら(担当松川)
☎090-128899-8595

てあわせを合わせることから始まりその温もりを感じあいながら、からだ全体でもとに表現し、コミュニケーションを拡げていく活動です。障がいの有無、年齢に関係なく、初めての方も自由に繋がりが合い、感じるままに表現を創り出し、心地よい居場所を共有しています。

■日時 6月13日(土)13時30分～15時30分 ※要申し込み

■場所 赤井市民センター

■参加費 一家族あたり500円
※当日納入。要申し込み。

※新型コロナウイルス感染症拡大

市内の商店さんと利用者の皆さんへ「東松島未来チケット」を開始しました

新型コロナウイルスの影響で売り上げが大幅に減っている商店を応援するため、各商店で「東松島未来チケット」を販売し、利用者が先払いで購入して、未来の買い物に使用できる仕組みです。「あのお店が苦境を乗り越えるように応援しよう!コロナが落ち着いたらまた利用しよう!」を可能とするため、助け合いながらこの苦境を乗り越えましょう。

※なお、参加商店は折り込み広告、各店舗前の張り紙、公式Facebookページなどでお知らせします。

○市内商店の皆さん→登録作業を行いますので下記まで連絡ください。詳しい内容をお知らせします。台紙データの送付は無料です。

○市民の皆さん→応援したい商店で、チケットを購入。未来の買い物で使用します。

■チケットの種類

- 500円×6枚=3,000円
- 1,000円×3枚=3,000円
- 1,500円×3枚=4,500円



公式Facebookページ

■注意事項

- ①チケットは共通券ではありません。押印してある商店でのみ購入・使用ができます
- ②チケットの販売は各商店と利用者で直接行います

■募集期間 随時受付。なお、6月16日(火)までに参加の商店は折込掲載可

■問 「愛するお店を応援したい!会」 代表 関口雅代

(東松島市移住コーディネーター) ☎080-3429-9730



子宮がん検診・歯周疾患検診・脳ドックが始まります

○子宮がん検診

- 期間 6月1日(月)~令和3年1月30日(土)
- 対象 19歳以上の女性
- 受診者負担金 19歳~69歳:3,000円、70歳以上:1,000円
- 受診医療機関 市内外指定医療機関(個別検診)

申し込みをされた方には、5月下旬に受診票を郵送していますので、受診票の裏面に記載している日程と指定医療機関等を確認のうえ受診してください。

○歯周疾患検診

- 期間 6月1日(月)~10月31日(土)
- 対象 40・50・60・70歳の方
- 受診者負担金 40・50・60歳:1,000円、70歳:500円
- 受診医療機関 市内指定歯科医院

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。

○脳ドック

- 期間 6月1日(月)~11月30日(月)
- 対象 48歳・53歳の方
- 受診者負担金 12,000円(仙石病院)、13,000円(真壁病院)
- 受診医療機関 仙石病院または真壁病院

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。仙石病院で受診希望の方は健康推進課へ、真壁病院で受診希望の方は直接病院へ予約のうえ受診していただきます。申し込みをしていない方で、受診希望の方は下記まで連絡ください。

※年齢は、令和3年4月1日(木)までに到達される年齢を基準とします。

■問 健康推進課予防健診係 ☎内線3105・3107

災害時避難行動要支援者情報登録制度の案内

障がいや病気、加齢に伴う身体機能の低下により、災害時に地域の支援を必要とする本人から、地域団体などへの情報提供の同意のうえ、その情報を、地域における避難支援体制づくりに活かす「災害時避難行動要支援者情報登録制度」を実施しています。

■災害時避難行動要支援者情報登録制度の対象となる方

次の(1)~(4)に該当する在宅の方のうち、災害が発生したときやその恐れがあるときに、自力や家族の支援だけでは避難することができない方で、地域団体などへの情報提供について同意された方が対象となります。

- (1) 障害者手帳をお持ちの方(身体障害者手帳、療育手帳など)
- (2) 要介護認定を受けている方(要支援を含む)
- (3) 75歳以上の高齢者で、一人暮らしの方や高齢者のみの世帯の方、または家族の勤めなどにより、日中(夜間)の長い時間、一人暮らしの状態になる方
- (4) 上記(1)~(3)に準ずる方や病気などにより、地域による支援を必要としている方



■登録された方への支援内容

- ① 平常時には…いざというときに的確な支援が行えるよう、登録者の情報が地域団体(自主防災組織など)に提供され、この情報をもとに、日頃からの見守り、声かけ、災害時に必要な支援内容や支援者の相談などを行います
- ② 災害時には…地域の支援者や支援団体が次のような支援を行います
 - 避難勧告など災害情報を伝えます
 - 安否の確認
 - 避難場所への付き添いや介助
 - 避難所での配慮(避難生活への手助けや相談対応)など



■注意

- 災害の状況によっては支援者の方が被災することもあり、支援を受けられない場合があります。また、支援者の方にも「できる範囲での支援」をお願いするものであり、責任を負わせるものではありません。自分でできる災害時への備えをお願いします
- 支援の内容は、お住まいの地域により異なりますので了承ください

■現在、登録されている方へ(下記の場合には福祉課福祉総務係へ問い合わせください)

- 登録されている住所や氏名が変わった場合には、「登録内容変更届出書」の提出が必要になります
- 施設への入所などにより、登録の必要が無くなった場合には、「登録抹消届出書」の提出が必要になります

■問 福祉課福祉総務係 ☎内線1173・1174

知っ得情報

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

それゆけ! イート Vol.110

SDGs 目標14:海の豊かさを守ろう

原作:矢本第二中学校 卒業生 伊妻暖人さん 作画:みやみ

◎みんなできれいな青い海を守ろうね by イーナ



- イート: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)が融合したものだ。楽しいイベントが大好きな食いしん坊。
- イーナ:「イート」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。
- 目標14「海の豊かさを守ろう」
地球の命の源である海から人類は多くの恩恵を受け取っていますが、汚染物質の海洋投棄に加えて、プラスチックごみなどの投下問題が増加しています。東松島市では、市内小中高等学校へのSDGsに関する出前講座を行っており、こういった問題を題材に、プラスチック製品を手取るなど体験しながら、生徒と一緒にSDGsを学ぶ機会を作っています。

SDGs 3 東部・西部地域包括支援センターからのお知らせ

SDGs 9 震災移転再建時に水道加入金が免除されます

SDGs 10 宮城県東部県税事務所のお知らせ

SDGs 9 被災者の安定的な雇用の創出を支援します

SDGs 8 労働保険のお知らせ

SDGs 3 こころの健康相談(大人の方)

SDGs 3 宮城県東部保健福祉事務所 定例相談

SDGs 3 アルコール専門相談

SDGs 3 子育ての悩み相談

SDGs 9 震災移転再建時に水道加入金が免除されます

石巻地方広域水道企業団では、震災で住居などを移転再建する方の負担軽減のため、特例措置として加入金を免除しています。

■対象 給水区域内(石巻市・東

SDGs 9 被災者の安定的な雇用の創出を支援します

県では、東日本大震災で被災した方を雇用する、県内沿岸部の中小企業者を対象として、「宮城県事業復興型雇用創出助成金」を支給し、雇入れの支援を行っています。

■助成金額 労働者1人当たり3年間で最大120万円(1事業所当たり総額2千万円が上限)

■受付期間 6月10日(水)～7月9日(木)まで

※申請には一定の要件がありますので、詳しい内容は県雇用

SDGs 8 労働保険のお知らせ

宮城県労働局労働保険徴収課 ☎022-291-8842
石巻労働基準監督署労働課 ☎0225-185-3484

令和2年度労働保険(労災保険・雇用保険)の年度更新期間が、6月1日(月)～8月31日(月)です。最寄りの労働局・労働基準監督署・金融機関で申告・納付をお願いします。

年度更新申告書の書き方および申告・納付方法などの詳しい内容は、年度更新申告書に同封しているパンフレットなどを参照ください。厚労省ホームページでもご覧いただけます。

SDGs 3 こころの健康相談(大人の方)

健康推進課健康支援係 ☎内線3120

SDGs 3 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 母子障害係 ☎0225-195-1431

SDGs 3 アルコール専門相談

日時 6月19日(金)10時～15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

SDGs 3 子育ての悩み相談

健康推進課子ども健康係 ☎内線3108

SDGs 3 子育ての悩み相談

健康推進課子ども健康係 ☎内線3108

SDGs 3 東部・西部地域包括支援センターからのお知らせ

SDGs 9 震災移転再建時に水道加入金が免除されます

SDGs 10 宮城県東部県税事務所のお知らせ

SDGs 9 被災者の安定的な雇用の創出を支援します

SDGs 8 労働保険のお知らせ

SDGs 3 こころの健康相談(大人の方)

SDGs 3 宮城県東部保健福祉事務所 定例相談

SDGs 3 アルコール専門相談

SDGs 3 子育ての悩み相談

SDGs 9 震災移転再建時に水道加入金が免除されます

石巻地方広域水道企業団では、震災で住居などを移転再建する方の負担軽減のため、特例措置として加入金を免除しています。

■対象 給水区域内(石巻市・東

SDGs 9 被災者の安定的な雇用の創出を支援します

県では、東日本大震災で被災した方を雇用する、県内沿岸部の中小企業者を対象として、「宮城県事業復興型雇用創出助成金」を支給し、雇入れの支援を行っています。

■助成金額 労働者1人当たり3年間で最大120万円(1事業所当たり総額2千万円が上限)

■受付期間 6月10日(水)～7月9日(木)まで

※申請には一定の要件がありますので、詳しい内容は県雇用

SDGs 8 労働保険のお知らせ

宮城県労働局労働保険徴収課 ☎022-291-8842
石巻労働基準監督署労働課 ☎0225-185-3484

令和2年度労働保険(労災保険・雇用保険)の年度更新期間が、6月1日(月)～8月31日(月)です。最寄りの労働局・労働基準監督署・金融機関で申告・納付をお願いします。

年度更新申告書の書き方および申告・納付方法などの詳しい内容は、年度更新申告書に同封しているパンフレットなどを参照ください。厚労省ホームページでもご覧いただけます。

SDGs 3 こころの健康相談(大人の方)

健康推進課健康支援係 ☎内線3120

SDGs 3 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 母子障害係 ☎0225-195-1431

SDGs 3 アルコール専門相談

日時 6月19日(金)10時～15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

SDGs 3 子育ての悩み相談

健康推進課子ども健康係 ☎内線3108

SDGs 3 子育ての悩み相談

健康推進課子ども健康係 ☎内線3108

SDGs 3 東部・西部地域包括支援センターからのお知らせ

SDGs 9 震災移転再建時に水道加入金が免除されます

SDGs 10 宮城県東部県税事務所のお知らせ

SDGs 9 被災者の安定的な雇用の創出を支援します

SDGs 8 労働保険のお知らせ

SDGs 3 こころの健康相談(大人の方)

SDGs 3 宮城県東部保健福祉事務所 定例相談

SDGs 3 アルコール専門相談

SDGs 3 子育ての悩み相談

SDGs 9 震災移転再建時に水道加入金が免除されます

石巻地方広域水道企業団では、震災で住居などを移転再建する方の負担軽減のため、特例措置として加入金を免除しています。

■対象 給水区域内(石巻市・東

SDGs 9 被災者の安定的な雇用の創出を支援します

県では、東日本大震災で被災した方を雇用する、県内沿岸部の中小企業者を対象として、「宮城県事業復興型雇用創出助成金」を支給し、雇入れの支援を行っています。

■助成金額 労働者1人当たり3年間で最大120万円(1事業所当たり総額2千万円が上限)

■受付期間 6月10日(水)～7月9日(木)まで

※申請には一定の要件がありますので、詳しい内容は県雇用

SDGs 8 労働保険のお知らせ

宮城県労働局労働保険徴収課 ☎022-291-8842
石巻労働基準監督署労働課 ☎0225-185-3484

令和2年度労働保険(労災保険・雇用保険)の年度更新期間が、6月1日(月)～8月31日(月)です。最寄りの労働局・労働基準監督署・金融機関で申告・納付をお願いします。

年度更新申告書の書き方および申告・納付方法などの詳しい内容は、年度更新申告書に同封しているパンフレットなどを参照ください。厚労省ホームページでもご覧いただけます。

SDGs 3 こころの健康相談(大人の方)

健康推進課健康支援係 ☎内線3120

SDGs 3 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 母子障害係 ☎0225-195-1431

SDGs 3 アルコール専門相談

日時 6月19日(金)10時～15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

SDGs 3 子育ての悩み相談

健康推進課子ども健康係 ☎内線3108

SDGs 3 子育ての悩み相談

健康推進課子ども健康係 ☎内線3108

大防止のため、中止になることがあります。

※新型コロナウイルス対策により、変更や中止となる場合があります。

松島市内において、震災により住居などが被災した方で、移転再建する際に、新たな給水装置を設置すると同時に被災した場所の給水装置の廃止手続きをする方

対策課のホームページをご覧ください。問い合わせください。

らするなどの症状でお困りの方やその家族が対象です。

日時 6月9日(火)14時、15時、16時(予約制、1人50分)

担当 こだまホスピタル 虎岩武志医師

震災体験などにより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お困りの方が対象です。

日時 6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

申込 相談日の前日までに電話で申し込みください

【6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・申込
特設人権相談	※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止になります。(人権相談は、法務局において電話受付しています)		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 ☎0225-22-6188 市民生活課戸籍住民係 ☎内線1122
消費生活相談	毎週月～金曜(祝日を除く) 9時～15時	市役所市民生活課 (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 市民生活課消費生活相談員 ☎内線1117
行政相談	※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止になります。		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 総務課総務係 ☎内線1205
法テラス東松島の法律相談	毎週火・水・金曜日10時～16時	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)

6月の乳幼児健康診査・健康相談のお知らせ

新型コロナウイルス感染症の影響により、乳幼児健康診査・健康相談について延期または中止の対応をしていましたが、宮城県の緊急事態宣言の解除に伴い、健診の再開に向けて調整中です。 ※5月19日時点。

乳幼児健康診査				10か月児健康相談	妊産婦・子どもの健康相談
4か月児	1歳6か月児	2歳6か月児	3歳児		
調整中	調整中	調整中	調整中	中止	中止

健診開催の見通しができ次第、対象者には個別通知で案内します。市ホームページでも随時情報を更新していきますので、確認ください。

また、お子さんの様子や子育てなど相談希望のある方は、右記まで連絡ください。

■問 健康推進課子ども健康係 ☎内線3108・3116

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

※手続きの際にマイナンバー(個人番号)が必要です。

■場所 矢本保健相談センター

■申込 事前に電話での予約が必要

■問 健康推進課子ども健康係 ☎内線3102

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送付しますので、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連絡ください。

予防接種名	対象	送付時期
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	令和2年5月生まれの方	6月下旬

■問 健康推進課予防健診係 ☎内線3107

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。

■申込 電話・出生連絡票を郵送または市民生活課窓口へ提出

■問 健康推進課子ども健康係 ☎内線3102

子どもの心理相談会

子育ての心配事や反抗期への対応、しつけの仕方などについて、心理士による個別相談を行います。気軽に相談ください。

■日時 6月22日(月)10時、11時、13時、14時(各50分ずつ)

■場所 矢本保健相談センター ■担当 滝沢晋也先生(臨床心理士)

■申込 前日まで電話で申し込みください

■問 健康推進課子ども健康係 ☎内線3116

食のリレートーク 第113回

イート(食べる)でつながるとイ〜ナ!!

毎日の歯磨きいたわりの心で

歯科衛生士 しろと はなえ さん



▲市の乳幼児健診などを担当されています

皆さんはしっかり歯磨きできていますか。毎日の歯磨きは、お子さんの虫歯予防や働き世代の歯周病予防だけでなく、高齢者の「誤嚥性肺炎予防」にも効果があります。当たり前のようで、奥が深い歯磨きについて紹介します。

毎食後歯磨きするという方や朝晩、それ以下という人もいます。口の中の菌を取り除くという観点で考えると、一日で最も大事なタイミングは就寝前です。睡眠中は唾液の分泌量が減少するため、菌が繁殖しやすくなります。

少しでも発生を抑制できるよう就寝前に丁寧に磨く事が大切です。

次に大事なのは起床後で口の中に菌が多い状態です。起床後は、うがいを行って口周りを動かしてから朝食をとることをお勧めします。食後は、エチケットとして歯を磨きましょう。磨き過ぎも歯が削れてしまう原因なので、日々の歯磨きは、歯ブラシを歯と歯茎の間に斜めにあてて、一本一本優しく磨くようにしましょう。

食事は人生における幸せの時間であり、口はその幸せの入り口です。大切な歯なので、優しくいたわるように磨いてあげてください。



▲日常における正しい歯磨きを指導しています

今回は、地域おこし協力隊の伊藤克哉さんにバトンタッチします。

休日診療担当医院表(2020年(令和2年)6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
6月7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
6月14日(日)	鳴瀬中央医院	87-3853	なるせ薬局	86-1251
6月21日(日)	わたなべ整形外科	84-2323		
6月28日(日)	ししど内科クリニック	83-8830	調剤薬局くりっぷ	24-9730

※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、市内在住の方も利用できます。診療が必要な場合は、電話確認のうえ受診してください。

月日	医院名	住所	電話番号
6月7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
6月14日(日)			
6月21日(日)			
6月28日(日)			



戸籍のまど

令和2年4月掲載依頼分

(4月1日～30日)

※敬称略希望者のみ掲載して頂きます。

※年齢は、実年齢を掲載して頂きます。

■戸籍のまどの掲載に関する問

市民生活課戸籍住民係

☎内線1334

結婚おめでとうになります

行政区等	南二	石巻市	貝殻塚一	貝殻塚二	貝殻塚三	貝殻塚四	貝殻塚五	石巻市	岩手県	野蒜ヶ丘三	気仙沼市
氏名	菅原 悠平	千田 玲奈	真邊 健司	真邊 健也	菊池 真希	伏見 真希	日野 聡明	鈴木 奈緒美	鈴木 奈緒美	高橋 禎弥	小松 杏菜

お悔やみ申し上げます

行政区等	往還上	小松南	筒場	下町五	道地	上河戸一	上河戸二	往還下	五味倉	南六	照井	貝殻塚一	作田浦	下町三	室浜	河戸	関の内二	寺	柳下	横沼二	下町二	南新二	横沼一	浅井	六槍	大島		
氏名	満 輝夫	あや子	信 信夫	菅原 好正	岩井 好正	渡邊 四郎	岩井 好正	菅原 好正	菅原 好正	菅原 好正	菅原 好正	菅原 好正	菅原 好正	菅原 好正	菅原 好正	菅原 好正	菅原 好正	菅原 好正	菅原 好正	菅原 好正	菅原 好正	菅原 好正	菅原 好正	菅原 好正	菅原 好正	菅原 好正	菅原 好正	菅原 好正

行政区等	下町四	末永	阿部	阿部	阿部	阿部	阿部	阿部	阿部	阿部	阿部	阿部	阿部	阿部	阿部	阿部	阿部	阿部	阿部	阿部	阿部	阿部	阿部	阿部	阿部	阿部	阿部	阿部
氏名	末永 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹	阿部 悠樹

行政区等	大島	六槍	浅井	横沼一	南新二	下町二	横沼二	柳下	寺	関の内二	河戸	室浜	下町三	作田浦	貝殻塚一	照井	南六	照井	貝殻塚一	作田浦	下町三	室浜	河戸	関の内二	寺	柳下	横沼二	下町二	南新二	横沼一	浅井	六槍	大島	
氏名	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹	木村 悠樹

99 95 93 84 79 76 88 85 81 91 87 69 85 86 89 91 95 102 76 97 65 94 79 89 79 66

通知カード廃止のお知らせ

市民の皆さんに個人番号(マイナンバー)をお知らせするために、平成27年より国から送付されていた「通知カード」が、法律の改正により令和2年5月末で廃止となりました。

今後の取り扱いについては下記の通りとなります。

- 今持っている通知カードは使用できるのか
氏名や住所が住民票に記載されている内容に変更がなければ、引き続きマイナンバーを証明する書類として使用できます。
- 出生などにより新しくマイナンバーが付番される場合はどのようにしてマイナンバーを確認できるのか
通知カードに代わって、「個人番号通知書」という書類が国から送られてきます。

※個人番号通知書は、マイナンバーをお知らせするものであり、マイナンバーを証明する書類としては使用できません。また再発行もできません。

■通知カード

■問 市民生活課戸籍住民係 ☎内線1153

国民ねんきんだより

○郵便局への「転居届」に関するお願い 日本年金機構では、被保険者宛てに年金定期便などの各種通知書や納付書、国民年金制度に関する免除などのお知らせを定期的に送付していますが、下記の理由で郵便物が届かない方がいます。心当りのある方は、最寄りの郵便局で「転居届」を提出してください

- ①引越しなどで住所変更の際に、市区役所・町村役場へ住民異動の手続きを行っていない
- ②郵便局へ「転居届」を提出していない
- ③以前に転居届を提出したが、転送期間(転送期間は届出から1年間)が過ぎた

○納付書での支払ならPay-easy(ペイジー)が便利です Pay-easy(ペイジー)なら自宅や外出先から、夜間や休日でも納付ができて便利です。納付書の左側に記載されている「収納機関番号」、「納付番号」、「確認番号」をPay-easy(ペイジー)対応のATM、インターネットバンキングまたはモバイルバンキングの画面に入力するだけで納付できます。ただし、コンビニエンスストア内に設置されている複数の銀行に対応しているATMでは利用できませんのでご注意ください

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

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。

■問 市民生活課戸籍住民係 ☎内線1123・1125・1609

雪の梅舎 米鶴 日高貝 伯楽星 宮本梅 麒麟政宗 水鳥記 栗駒山 天雲 澤山泉 花の鶴 黄金澤 早通江

地酒・本格焼酎の専門店
大江酒店

東松島市小松字谷地196 ☎82-2343 FAX83-7489 水曜日定休

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
みやぎ生協提携店
〒981-0303 東松島市小野字中央2-2 FAX 87-3817

この街で生まれたお米「かぐや姫」の内祝

東松島市特産 天授のお米「かぐや姫」をお子さんの出世時の体重と同じ重さで贈る
いただいでうれしいお米の内祝。
赤ちゃんの重さを感じてほっこりしましょう!!

○Facebookページ開設しました。「竹取倶楽部」で検索してください
○あてなショップ まちんどでも取扱っています

問い合わせ・連絡先 竹取倶楽部 木村 ☎090-1061-3890

■ 広告を掲載しませんか ■

「市報ひがしまつしま」1日号に掲載する広告を募集しています。広告欄を使って、会社やグループを宣伝しませんか。 ※市内に住所を有する事業所・団体が申し込みできます。

■掲載枠・料金 第1種広告 10,000円(42mm×122mm)、第2種広告 20,000円(42mm×252mm)
■申込締切 掲載希望月1日号の前々月末(土・日曜日または休日の場合はその前日) 例:8月1号…6月30日(火)
■問 総務課秘書広報係 ☎内線1219

市民のカレンダー 6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
<p>振り込め詐欺に注意</p> <p>子どもや孫を名乗る電話が来たら、必ず本人に電話確認しましょう。また、本人以外には現金を手渡さない・振り込まないようにしましょう。</p>	<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> ●軽自動車税・固定資産税 第1期納期限 ■市報6月1日号発行 ■図書館休館日 	<p>2 体</p> <ul style="list-style-type: none"> ■市民生活課延長窓口 ~19:00 ●市税および税外収入金収納・相談延長窓口 ~19:00 	<p>3 テ</p>	<p>4</p>	<p>5 体</p> <ul style="list-style-type: none"> ■日本ウェルネス宮城 高等学校 後援会設立総会 (日本ウェルネス宮城 高等学校) 18:30 	<p>6 体 テ</p> <ul style="list-style-type: none"> ■県道花壇・地域花壇植栽 (宮戸) ■日本ウェルネス宮城 高等学校硬式野球部 および女子バレーボール部創部式 (鷹来) 10:20
<p>7 赤 体 テ</p> <ul style="list-style-type: none"> ■東松島市総合防災訓練 9:00 	<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> ■図書館休館日 	<p>9 体</p> <ul style="list-style-type: none"> ●市税および税外収入金収納・相談延長窓口 ~19:00 	<p>10 テ</p> <ul style="list-style-type: none"> ■農地転用等締切日 (農業委員会) 	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> ■市民防災の日 (市民防災デー) ■令和2年第2回 東松島市定例会 <~22日(月)> ■児童手当(2~5月分) 支給日 	<p>12 体</p>	<p>13 体 テ</p>
<p>14 赤 体 テ</p> <ul style="list-style-type: none"> ■上街道フラワー アベニュー植栽 (矢本西) 	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> ■市報6月15日号発行 ■図書館休館日 ■市コミュニティセンター休館日 	<p>16 体</p> <ul style="list-style-type: none"> ■市民生活課延長窓口 ~19:00 ●市税および税外収入金収納・相談延長窓口 ~19:00 	<p>17 テ</p>	<p>18</p>	<p>19 体</p>	<p>20 体 テ</p>
<p>21 赤 体 テ</p> <ul style="list-style-type: none"> ■鳴瀬フラワーロード 植栽 	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> ■図書館休館日 	<p>23 体</p> <ul style="list-style-type: none"> ●市税および税外収入金収納・相談延長窓口 ~19:00 	<p>24 テ</p> <ul style="list-style-type: none"> ■花香るまちづくり植栽 (野蒜) 	<p>25</p>	<p>26 体</p> <ul style="list-style-type: none"> ■図書館休館日 (図書整理日) 	<p>27 体 テ</p>
<p>28 赤 体 テ</p> <ul style="list-style-type: none"> ■第13回東松島市野球会会長杯野球大会 (鷹来) 	<p>29</p> <ul style="list-style-type: none"> ■図書館休館日 	<p>30 体</p> <ul style="list-style-type: none"> ●市税および税外収入金収納・相談延長窓口 ~19:00 ●市県民税(普通徴収) 第1期納期限 	<p>消防団員募集</p> <p>自分たちのまちを 自分たちで守りたい</p> <p>■問 防災課消防・交通・防犯係 ☎内線1167</p>		<p>SUSTAINABLE GOALS</p>  <p>平成30年6月15日、政府が選定した29自治体に宮城県で唯一東松島市が「SDGs(持続可能な開発目標)未来都市」に選定されました。市ではSDGsの達成に向けた取り組みを推進するとともに、広く皆さんにも知っていただくためにSDGsの17の目標を表したアイコン(図柄)を市報で使用しています。</p>	

※新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、市報に掲載している内容が急きょ変更になる場合がありますので、予めご了承ください。

<p>東松島市役所(本庁舎) 82-1111</p> <p>東松島市役所(鳴瀬庁舎) 82-1111</p> <p>矢本保健相談センター 82-1111</p> <p>奥松島縄文村歴史資料館 88-3927</p> <p>老人福祉センター 83-2851</p> <p>矢本子育て支援センター 84-2676</p> <p>鳴瀬子育て支援センター 87-2338</p>	<p>市図書館 82-1120</p> <p>蔵しっくパーク(ひと・まち交流館) 84-1770</p> <p>市コミュニティセンター 82-6969</p> <p>市民体育館 82-9030</p> <p>矢本運動公園 82-6804</p> <p>赤井地区体育館 82-6803</p> <p>鷹来の森運動公園 82-1101</p>	<p>小野地区体育館(管理:生涯学習課スポーツ振興係) 82-1111(内線3859)</p> <p>大塩地区体育館(管理:大塩市民センター) 82-7532</p> <p>大曲地区体育館(管理:生涯学習課スポーツ振興係) 82-1111(内線3859)</p> <p>健康増進センター ゆぶと 84-3855</p> <p>矢本東市民センター 82-1180</p> <p>矢本西市民センター 82-1181</p>	<p>大曲市民センター 82-5965</p> <p>赤井市民センター 82-2075</p> <p>大塩市民センター 82-7532</p> <p>小野市民センター 87-2067</p> <p>野蒜市民センター 88-2056</p> <p>宮戸市民センター 86-2177</p>
---	---	---	---

体育館一般開放のお知らせ ■場所・時間 体…市民体育館 9時~12時、体…市民体育館 19時~21時、赤…赤井地区体育館 9時~17時、矢本運動公園テニスコート テ水・土:18時~21時、日:9時~17時
 ■問 NPO法人東松島市体育協会事務局 ☎82-9030 ※市民体育館の土曜日の一般開放の時間が、19時~21時に変更になりました。

編集と発行: 東松島市総務課秘書広報係 制作: 石巻日日新聞社
 東松島市役所 ☎82-1111 代表FAX:82-8143
 〒981-0503 宮城県東松島市矢本字上戸河 36-1
 [秘書広報係メールアドレス] koho@city.higashimatsushima.miyagi.jp
 [東松島市ホームページ] https://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。
 令和2年度市報ひがしまつしま制作費 1日号:1部あたり45.1円(消費税込、配布にかかる経費含まず)



東松島市の人口(令和2年5月1日現在の住民基本台帳、外国人住民含む)
 男 19,430人(+11) 女 20,170人(-4) 計 39,600人(+7)
 世帯数 16,093世帯(+81) ()内は前月比

●令和元年同時期計 ()内は前年比 ●平成29年同時期計 ()内は3年前比
 39,953人(-353) 15,966世帯(+127) 40,151人(-551) 15,563世帯(+530)