

2025
12

SDGs 未来都市 みんなの心と力をひとつに

No.416

市報 ひがしまつしま

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

HIGASHIMATSUSHIMA PUBLIC RELATIONS

- 東松島市2025年10大ニュース P2~P3
- まちの情報広場 P4~P9
- City View! P10・11
- まなびい・図書館だより P12
- 縄文村だより・みりよく発見! P13
- 子育て支援センター・スポバ通信・健康情報かわらばん P14
- ヘルシーインフォメーション P15
- 市民協働のまちづくり ほか P16
- 各種相談 ほか P17
- 生活情報 P18
- 戸籍のまど ほか P19
- 市民のカレンダー P20



石巻青果のブースに大行列



新鮮な殻付きカキを袋詰めする購入者



大曲小学校の鼓笛パレード



豚汁のお振舞いに子供も

東松島市市制施行20周年記念
復興感謝
第5回東松島市産業祭

農水産業と 商工業の 魅力発信

食べて、学んで、にぎわい創出

地域の農水産業や商工業の魅力を発信する恒例イベント「復興感謝第5回東松島市産業祭」が11月9日、矢本東市民センターとその周辺で開かれ、約6,500人が来場しました。物産や観光を中心とした45ブースが軒を連ね、野菜や魚介類、菓子、加工品などを販売。特に青果物の直売や豚汁のお振舞いなどには長蛇の列ができました。また小学校の鼓笛隊パレードや大東文化大学全学応援団によるステージ、生産者が丹精を込めて育てた農産物の品評会なども行われました。同日は、食と健康の重要性を伝える「ひがしまつしま食ベメッセ」や、持続可能な地域づくりに向けた取り組みを発信する「SDGs産学官民連携環境イベント」、石巻圏域でのごみの減量化・再資源化推進のための「東松島環境フェア」、東松島消防署による「消防フェスタ」も同時開催し、相乗効果で大きなにぎわいを見せていました。



農産物展示品評会で金賞を受賞した白菜



楽しく学べるSDGsワークショップ



野菜の適量チーフ



大曲浜獅子舞の披露



展示された工芸品



のびる八丸牧場の馬とのふれあい



大東文化大学全学応援団によるステージ



消防フェスタを楽しむ親子

東松島市2025年10大ニュース

2025年(令和7年)は、皆さんにとってどんな一年だったでしょうか。
市内での主な出来事を10大ニュースという形で振り返り、1年を締めくくります。



「道の駅 東松島」オープン1周年 ブルーインパルス退役機も設置決定



▲1周年を迎えた道の駅 東松島



◀人気の東松島海苔らーめん



▲ブルーインパルス退役機設置イメージ

令和6年11月27日にオープンした「道の駅 東松島」が1周年を迎え、これまでに約87万人が訪れました。また、「道の駅 東松島」の新たなシンボルとして、ブルーインパルスの退役機を常設展示するクラウドファンディングを行った結果、目標額の4,000万円を達成し、年度内の設置が決まりました。

東松島市市制施行20周年 記念式典・友好都市スポーツ大会など開催



▼ふるさと大使の杉元太さん、鹿嶋静さんが式典で演奏

▲記念式典(4月2日)



▲記念ロゴ

平成17年4月1日に旧矢本・鳴瀬の2町が合併してから20周年の節目を迎えた東松島市。4月2日には市コミュニティセンターで「市制施行20周年記念式典」を開催しました。また、友好都市スポーツ交流大会などの記念事業も実施しました。



▲友好都市スポーツ交流大会(9月27日)

「北方領土の日」宮城県東松島集会 開催

毎年、2月7日の「北方領土の日」にあわせて開催されている「北方領土県民集会」が東松島市を会場に開かれました。今年は県民集会の開催地として、本市の中学生が昨年参加した北方領土青少年等現地視察の体験発表などを行い、一日も早い領土の返還の実現に心を一つにしました。



▲市コミュニティセンターで体験発表をした中学生

矢本運動公園体育館が完成



▲武道4団体の皆さんとテープカット



▲完成した体育館

東松島市武道館跡地に整備を進めてきた「矢本運動公園体育館」が完成し、2月15日に落成式が開かれました。渥美市長をはじめ、柔道、剣道、躰道、空手道の関係者がテープカットや記念の演武披露を行い、新たな活動拠点の誕生を祝いました。

矢本運動公園内に津波避難タワー完成



▲完成した避難タワー

4月10日、市が矢本運動公園内に整備した津波避難タワーの落成式を行いました。津波避難タワーは鉄骨造4階建てで、3～4階部分が避難場所となっており、6月には総合防災訓練でも活用しました。



▲防災訓練でタワーを利用する住民

東松島市長・東松島市議会議員選挙 初の同時無投票



▲初登庁日に花束を受け取る渥美市長

令和7年4月20日に告示された東松島市長選挙で渥美市長が無投票3選となりました。3期目の初登庁日には「地方創生に向けた使命を果たし、引き続き市民の代表として全力を出す」と決意を述べました。

また、同日告示された東松島市議会議員選挙では定数と同じ16人が立候補し、無投票で全員の当選が決まりました。



▲現職11人、新人5人の東松島市議会議員

矢本海浜緑地パークゴルフ場 利用数 30万人達成



▲30万人目の来場者と記念撮影

▶県内最大規模の54ホール

東松島市みそら地区にある矢本海浜緑地パークゴルフ場が開園5年10か月目の2月24日に累計来場者数30万人を達成し、記念のセレモニーが開かれました。県内最大規模の54ホールのパークゴルフ場は、県内外の多くの愛好者に利用されています。

朗唱暗唱撰集「読書三到」を刊行

▼刊行された「読書三到」



▲小学校の授業で活用

東松島市教育委員会では、市内の小中学生に読んでほしい優れた文章、韻律の美しい詩歌等を集めた「朗唱暗唱撰集『読書三到』」を令和7年4月に発刊し、小学1年生から中学3年生に配布しました。

優れた文章や美しい韻律の詩歌を何度も声に出して読んだり、暗唱したりすることで、豊かな情緒に根差した確かな知的財産が育まれることが期待され、今後も学校教育で活用していきます。

東松島夏まつり&松島基地航空祭 65,000人来場 来年以降は秋開催が決定



◀航空ファンで賑わった航空祭

▼夏まつりでの八鷹みこし練り歩き

東松島市の夏の2大イベント「東松島夏まつり」と「松島基地航空祭」が8月30日と31日に開かれ、夏まつりには24,500人、航空祭には40,551人が来場しました。両日も航空自衛隊松島基地所属の曲技飛行チーム「ブルーインパルス」の展示飛行を目当てに全国から多くの航空ファンが訪れますが、近年の猛暑の影響を考慮し、来年以降は10月上旬に開催することが決定しました。

東松島市図書館 リニューアルオープン

▼児童書スペース



◀完成した図書館を見学した矢本西小の児童

▼リニューアルした図書館



6月30日、東松島市図書館の増築・改修工事が完了し、リニューアルオープニングセレモニーが開かれました。防衛省の補助金を活用し、増築棟を新設。1階は1万冊の児童書を置けるよう拡充、2階は自主学习スペースを設け、無料の無線通信も利用できるなど、利用者の利便性を高めました。

令和6年度

東松島市のお財布

市の財政と家庭の家計ではしくみが違いますが、
わかりやすくするため、令和6年度の一般会計決算を
家計簿に置き換えてみました。

【一般会計】

歳入総額 262億8,559万円
歳出総額 254億6,567万円

◆差し引き8億1,992万円のうち、3億2,000万円を
積み立て、残額の4億9,992万円を令和7年度へ繰
越しました。



家計簿で見る一般会計の決算状況

収入

市民1人当たりの年収額 697,805円

市民1人当たりの支出年額 676,038円

支出

項目(総額)	1人当たり(年額)
給料 市税(市民税、固定資産税など市の予算を支える最も重要な収入)	105,299円
地方交付税(財源不足に応じて、国から交付されるお金)	163,232円
貯金の取崩し 繰入金(特別会計や基金から受け入れたお金)、繰越金(前年度の繰越金)	83,156円
その他の収入 使用料・手数料・負担金(市の施設の使用料や住民票発行手数料など)、諸収入	41,097円
親からの援助 国・県支出金(特定目的のため、もらえるお金)	230,748円
銀行からの借入・ローン 市債(施設を建てる時などに長期で借りるお金)	74,273円

自分で
稼いだお金
392,784円

どうしても
かかるお金
476,659円

貯金は将来のまち
づくりに役立てるよ!



※地方交付税は税収の多い自治体と少ない自治体の間の財源を調整するなどの
目的で、いったん国が集めた税を自治体に再配分しているものです。ここで
は本来、自治体の収入といえることから、給料の一部としています。

※家計簿内の各金額は、令和6年度一般会計決算額を、同年度末
の人口で割った、市民1人当たり1年間の金額です。
令和7年3月31日現在の人口 37,669人

項目(総額)	1人当たり(年額)
食費 人件費 (市長、職員、議員などに対して労働の対価、報酬として支払われるお金)	92,952円
医療費 扶助費(高齢者や障がい者、子どもの福祉などにかかるお金)	79,275円
光熱費などの日常生活費 物件費(消耗品や印刷費、光熱水費、各種委託料などにかかるお金)	78,670円
子どもへの仕送り、自治会費など 繰入金、補助費など(国保、介護保険などの特別会計へ支出される お金や、各種団体補助金や一部事務組合負担金などにかかるお金)	161,201円
車や家具の修理代 維持補修費(市が管理する道路や学校などの施設の維持にかかるお金)	21,454円
ローン返済 公債費(借金(市債)の返済にかかるお金)	43,107円
家や庭の増改築 公共事業費(道路や学校などの施設の整備にかかるお金)	162,468円
貯金 積立金(財政調整基金等へ積み立てるお金)	36,911円

主な事務事業決算

「東松島市第2次総合計画後期基本計画」の基本となる5つの分野別に
主な事務事業決算を紹介します。

産業と活力のある住みたくなるまち	事業費	災害に強く安全で快適で美しいまち	事業費
道の駅整備事業	14億6,837万円	常備消防事業	8億2,015万円
農業施設等整備事業	1億7,820万円	下水道運営事業	7億3,918万円
漁港施設整備事業	1億2,956万円	防災対策整備・推進事業	6億2,574万円
子育てしやすい誰もが健康で 安心して暮らせるまち	事業費	持続可能な行財政運営が図ら れ市民から信頼されるまち	事業費
自立支援給付事業	8億7,192万円	情報化推進事業	2億413万円
児童手当・児童扶養手当支給事業	8億726万円	ふるさと納税推進事業	1億7,378万円
学校給食センター運営事業	4億5,609万円		
次代を担う人材を育む 学びと文化・スポーツのまち	事業費		
小・中学校施設整備・維持管理事業	10億6,955万円		
社会体育施設維持管理運営事業	7億8,919万円		
私立幼稚園振興事業	1億3,760万円		



主な財政指標を公表します

●財政力指数(0.46)

財政の豊かさを表す指数であり、自治体を運営するのに必要な経
費に対する自前の収入(税収など)の割合を示す指数です。1に近い
ほど財政に余裕があり、1以上の場合には普通交付税が不交付となり
ます。

●経常収支比率(93.7%)

地方税や普通交付税などの自治体に対する毎年の経常的な収入
に対し、人件費や扶助費などの義務的な支出が占める割合を言いま
す。自治体の財政構造の弾力性を示す指標として用いられます。

●実質公債費比率(8.6%)

地方債の償還に係る公債費について、自治体の標準的な財政規
模に占める割合として示したものであり、数字が大きいほど公債費
の割合が高くなります。

●実質収支比率(5.9%)

実質収支を、自治体の標準的な財政規模に占める割合として示
したものであり、財政運営の状況を示す指標として用いられます。

特別会計および事業会計の決算状況

●特別会計および事業会計とは?

国民健康保険など、使い道が決まっている特定の収入があり、一般会
計と分ける必要がある特定事業の会計です。

特別会計名	歳入	歳出
国民健康保険	46億2,163万円	44億9,848万円
後期高齢者医療	5億6,493万円	5億3,809万円
介護保険	37億5,315万円	36億3,686万円
下水道事業会計		
収益的収支	22億3,268万円	19億9,026万円
資本的収支	2億3,271万円	7億9,980万円



公表します 東松島市の人事行政の運営状況

東松島市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例に基づき、本市の職員数や職員給与について公表します。

1 定員管理の状況

市では、合併後、集中改革プランに基づき職員数の削減を行ってまいりましたが、東日本大震災による膨大な復旧復興業務に当たるため定員適正化計画を一時的に凍結し、他自治体からの自治法派遣職員や任期付職員の採用など復興に向けて職員を増員し、復興完結に向けて邁進してきました。

震災から10年を経過し、令和3年度以降は職員人件費に係る国の財源措置(震災復興特別交付税)の大幅な減額がなされており、将来にわたって持続可能な組織体制を構築し、効率・効果的な行政運営をしていくため、令和3年3月に定員適正化計画を策定しました。

今後においては、定年退職者に係る欠員補充は必要最低限に留めますが、近年頻発する自然災害の対応も含め、市民サービスの一層の充実に資するため、正規職員に加えて「暫定再任用職員」、「任期付職員」および「会計年度任用職員」を活用して、時事の行政課題にスピード感を持って対応できる体制を確保していきます。

定員適正化計画の進捗状況および復興に向けた人員確保の状況(令和7年4月1日現在)

(単位:人)

区分	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度
定員適正化計画値	373	373	373	373	373
正職員	330	327	321	320	322
任期付職員	22	22	13	12	10
暫定再任用職員	16	20	21	19	16
市職員数(小計)	368	369	355	351	348
自治法派遣職員	2	0	0	0	0
職員数(合計)	370	369	355	351	348

(注)職員数は一般職に属する職員数であり、地方公務員の身分を保有する休職者や一部の派遣職員を含み、会計年度任用職員や短時間勤務職員を除いています。

年齢別職員構成の状況(令和7年4月1日現在)

(単位:人)

区分	20歳未満	20歳~23歳	24歳~27歳	28歳~31歳	32歳~35歳	36歳~39歳	40歳~43歳	44歳~47歳	48歳~51歳	52歳~55歳	56歳~59歳	60歳以上	計
職員数	3	18	19	29	35	28	45	30	56	44	22	19	348

(注)職員数には特別職は含まれていません。

2 職員の給与および特別職の報酬等の状況

職員の給与および特別職の報酬等は、国や県、ほかの地方公共団体との均衡を考慮しながら、議会の議決を経て、条例により決定されています。

●2-1 人件費の状況(普通会計決算)

区分	住民基本台帳人口	歳出額(A)	実質収支	人件費(B)	人件費率(B/A)	(参考)令和5年度の人件費率
6年度	37,669人	25,465,674千円	630,830千円	3,501,408千円	13.7%	12.3%

(注)1 普通会計には、公営企業職員(下水道)にかかる経費は含まれません。

●2-2 職員給与費の状況(普通会計決算)

区分	職員数(A)	給与費				一人当たり給与費B/A
		給料	職員手当	期末・勤勉手当	計(B)	
6年度(正職員・暫定再任用職員)	332人	1,107,650千円	226,441千円	481,402千円	1,815,493千円	5,468千円
6年度(フルタイム会計年度任用職員)	42人	119,451千円	4,235千円	41,698千円	165,384千円	3,938千円

(注)1 職員手当には退職手当を含みません。(注)2 職員数は、令和6年4月1日現在の人数です。

●2-3 職員の平均年齢、平均給料月額および平均給与月額の状況

①一般行政職

(令和7年4月1日現在)

区分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
正職員・暫定再任用職員	43.9歳	323,824円	399,122円
フルタイム会計年度任用職員	45.7歳	227,300円	231,117円
宮城県	42.3歳	330,820円	424,419円

②技能労務職

区分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
東松島市	49.9歳	268,589円	310,465円
宮城県	53.1歳	303,311円	342,438円

(注)1 「平均給料月額」とは、令和7年4月1日現在における各職種ごとの職員の基本給の平均です。
2 「平均給与月額」とは、給料月額と毎月支払われる扶養手当、地域手当、住居手当、時間外勤務手当などのすべての諸手当の額を合計したものであり、地方公務員給与実態調査において明らかにされているものです。

●2-4 職員の初任給の状況(令和7年4月1日現在)

区分	東松島市	宮城県	国	
一般行政職	大学卒	220,000円	227,400円	220,000円
	高校卒	188,000円	196,100円	188,000円
技能労務職	高校卒	185,700円	194,100円	185,700円
	中学卒	-	-	-

●2-5 期末手当・勤勉手当

東松島市	宮城県	国
1人あたり平均支給額(令和6年度)1,469千円	1人あたり平均支給額(令和6年度)1,802千円	-
(令和6年度支給割合) 期末手当2.50月分(1.40)月分 勤勉手当2.10月分(1.00)月分 計4.6月分(2.40)月分	(令和6年度支給割合) 期末手当2.50月分(1.40)月分 勤勉手当2.10月分(1.00)月分 計4.6月分(2.40)月分	(令和6年度支給割合) 期末手当2.50月分(1.40)月分 勤勉手当2.10月分(1.00)月分 計4.6月分(2.40)月分
(加算措置の状況) 職制上の段階、職務の級等による加算措置 ・役職加算 5%~15%	(加算措置の状況) 職制上の段階、職務の級等による加算措置 ・役職加算 5%~20% ・管理職加算 15%~25%	(加算措置の状況) 職制上の段階、職務の級等による加算措置 ・役職加算 5%~20% ・管理職加算 10%~25%

(注)1 ()内は暫定再任用職員に係る支給割合です。

●2-6 特別職の報酬等の状況

区分	報酬等(月額)	期末手当支給割合(令和6年度)
市長	925,000円	3.45月分
副市長	733,000円	3.45月分
教育長	622,000円	3.45月分
議長	422,000円	3.45月分
副議長	372,000円	3.45月分
議員	348,000円	3.45月分



3 職員の退職管理の状況

地方公務員法及び地方独立行政法人法の一部を改正する法律(平成26年法律第34号)の施行に伴い、再就職者による依頼等の規制の導入等により退職管理の適正を確保するための所要の措置を講ずる必要があることから、東松島市職員の退職管理に関する規則(平成28年東松島市規則第5号)を定めました。規則では、退職前に一定以上の職にあったものの再就職先等を公表することとなっています。

本年度は再就職状況の公表基準に該当する者はいませんでした。

本市の職員の人事に関する任免や勤務条件、福利厚生など詳しい内容は、東松島市人事行政の運営などの状況の公表に関する条例に基づき、市ホームページに掲載しています。

※特に注釈のない場合、令和6年4月1日~令和7年3月31日の状況です。

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)

令和7年10月26日執行 宮城県知事選挙の開票結果



東松島市における投票率および開票結果について、下記のとおりお知らせします。

■当日有権者数 31,859人(33,093人)

■投票者数 14,431人(19,179人)

■有効投票数 14,356票(18,989人)

■投票率 45.30%(57.95%)

※()内は前回の宮城県知事選挙(令和3年10月31日執行)の数値です。

届出番号	候補者氏名	党派	得票数	得票率
1	村井 よしひろ	無所属	6,646票	46.29%
2	和田 政宗	無所属	4,742票	33.03%
3	金山 屯	無所属	73票	0.51%
4	ゆさ みゆき	無所属	2,588票	18.03%
5	伊藤 修人	無所属	307票	2.14%

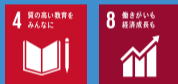
※投票率=投票者数÷当日有権者数(小数点以下第3位四捨五入)

※得票率=得票数÷有効投票数(小数点以下第3位四捨五入)

※得票率は、小数点以下第3位を四捨五入しているため、合計は必ずしも100%になりません。

■問 選挙管理委員会事務局 ☎内線1205・1206

一年の健康と安全を祈るどんと祭



小正月の伝統行事「どんと祭」の開催を、下記のとおり予定しています。正月飾りや古神符を納めてください。

■日時 令和8年1月14日(水)14時～19時

※持ち込みは13時から開始。

■場所 矢本運動公園 多目的グラウンド(所在地:大曲字堺堀80)

■注意事項 プラスチック、金具を外した上で紙製の袋に入れて納めていただくようにお願いします。金具、陶器、門松、人形・ぬいぐるみ、本、缶・びん、鏡餅は納められませんので持ち帰りください。

※夕方の混雑が予想されますので、日中早めの時間帯の来場に協力ください。

※子ども広場の開放はしませんので了承ください。

※時間帯などが変更となる可能性があります。変更の場合は、市報1月号または市・商工会ホームページでお知らせします。

■主催 東松島市商工会青年部

■問 東松島市商工会 ☎82-2088

大曲浜獅子舞 令和8年新春祈禱のお知らせ



大曲浜地区で300年以上にわたり継承されてきた大曲浜獅子舞は、震災で大きな被害を受けましたが、全国の皆様からの支援により復活し、震災翌年から活動再開しています。

令和8年も、市内各所で新春祈禱を行います。個人宅などへも伺いますので、希望される方は問い合わせください。

※感染症等拡大防止のため、宅内に入らず庭のみとなる場合があります。ご了承ください。

■日時 令和8年1月2日(金)7時～18時(予定)

3日(土)9時～20時(予定)

■場所 市内各所(大曲浜玉造神社前ほか)

■問・申込 大曲浜獅子舞保存会事務局

☎090-5231-4431、☎080-6090-5036、☎080-1812-0065

市営県営住宅の入居者を募集します



■申込用紙配布期間 12月1日(月)～12日(金)

■案内・申込用紙配布場所

- ・市役所建築住宅課(鳴瀬庁舎2階)
- ・市民生活課総合案内(矢本庁舎1階)
- ・一般社団法人東松島みらいとし機構(東松島市営住宅管理センター窓口)

■申込方法(受付期限)

専用の申込用紙に記入し、郵送で申し込みください。

【12月12日(金)までの消印有効】

※申し込む住宅により送付先が異なりますので、お間違えのないよう送付してください。

■募集住戸 案内書、東松島市営住宅管理センターホームページを確認ください

■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>

一般社団法人東松島みらいとし機構

東松島市営住宅管理センター ☎98-7727

<県営住宅を希望の方>

宮城県住宅供給公社 東部支社 募集班

☎85-0296



東松島市営住宅
管理センター
ホームページ



宮城県住宅供給
公社ホームページ

農用地利用計画変更意見書の受付



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。

※農振除外手続きを行う場合は、併せて地域計画の除外手続きが必要です。

■第3回受付期間 12月2日(火)～19日(金)

■問 農林水産課農業政策係 ☎内線2141

東松島市国土利用計画(第3次)(案)の パブリックコメント募集



本計画は、国土利用計画法(昭和49年法律第92号)第8条に基づき、東松島市の区域について市土利用に関する実態の調査、把握を行い、市土の利用に関する行政上の諸計画の基本となるとともに、民間の諸活動に指針を与えるマスタープランとなるものです。

今回、計画策定にあたり、計画案に対する市民の皆様からのパブリックコメントを募集します。計画案や募集内容等の詳しい内容は市ホームページをご覧ください。

「東松島市国土利用計画(第3次)」の計画案は市役所においても閲覧することができます。

■場所 市役所矢本庁舎2階 復興政策課

■期間 12月1日(月)～15日(月)

※土・日曜、祝日を除く。

■問 復興政策課企画調整・統計係

☎内線1241・1242



市ホームページ

高齢者インフルエンザおよび新型コロナウイルス感染症の定期予防接種が始まりました



詳しくは市報10月号をご覧ください。また、市ホームページでは、接種対象者や医療機関一覧表等に関する詳細および最新情報を掲載しています。

■問 健康推進課予防健診係 ☎内線3124・3117

	高齢者インフルエンザ	新型コロナウイルス感染症
自己負担額 (医療機関に支払う金額)	1,500円	接種時の年齢で、接種対象者①の方は、自己負担額が変わります。 接種対象者①のうち、接種時において「満65歳以上75歳未満」の方 8,000円 接種対象者①のうち、接種時において「満75歳以上」の方 6,000円 接種対象者②の方 8,000円
接種対象者	定期予防接種は接種費用の一部を市が助成しています。また、新型コロナウイルス感染症の予防接種は、国助成が令和7年度から廃止され、市が差額の一部を助成します。	
接種期間	令和7年10月1日から令和8年1月31日まで	
接種回数	接種期間内に各々1回	



市ホームページ

中学3年生対象 インフルエンザ予防接種費用助成について



市では、受験を控えた中学3年生(平成22年4月2日から平成23年4月1日生まれまで)を対象としてインフルエンザ予防接種費用の助成を行っています(上限金額2,000円)。

申請期間は令和8年3月13日(金)までとなっていますので、期間内の申請(郵送可)をお願いします。

■必要書類

- ①助成申請(兼請求)書(各世帯へ9月下旬に郵送済)
- ②予防接種に要した費用の支払いを証明する領収書の写し(インフルエンザ予防接種の内容とわかるもの)
- ③振込先の通帳の写し(口座名義等がわかるページ)

※令和7年9月1日以降に転入された方や書類を紛失された方は、下記まで連絡ください。

■問 健康推進課予防健診係 ☎内線3124

受けよう健診～特定健診をまだ受けていない方へ～



本市では、桃生郡医師会の協力の元、市内医療機関である真壁病院、やもと内科クリニック、イオンタウン矢本内科において、40歳以上の国保加入者を対象とした個別健診を実施しています。



今年度の健診をまだ受けていない方は、この機会に受診し、結果を自身の健康管理に活かしましょう。健診を受けて、健康を後押しする地元企業の商品“ひがまつセレクション”をプレゼント(なくなり次第終了)します。詳しくは、動画で解説していますのでご覧ください。



YouTube
イトくんチャンネル

■問 健康推進課予防健診係 ☎内線3106・3107

HPVワクチンについて



子宮頸がんワクチンキャッチアップ接種

■対象 平成9年4月2日～平成21年4月1日生まれの女性の方で、令和4年4月1日から令和7年3月31日までに1回以上の接種を終えている方は、残りの2回目または3回目を令和8年3月31日まで自己負担なしで接種できます。

■スケジュール

2回目から3回目完了まで・・・標準的な接種スケジュールでは約4か月かかりますが、どうしても間に合わない場合は間隔を短縮して接種することが可能な場合があります。詳しくは市役所健康推進課または医療機関に確認ください。

子宮頸がんワクチン定期接種

■対象 小学6年生～高校1年生相当年齢までの女子(平成21年4月2日生まれ～平成26年4月1日生まれ)。対象者は令和8年3月31日まで、自己負担なしで接種できます。

■スケジュール 初回接種から3回目完了まで・・・標準的な接種スケジュールでは約6か月かかりますが、どうしても間に合わない場合は間隔を短縮して接種することが可能な場合があります。詳しくは市役所健康推進課または医療機関にご確認ください。

※紛失等で予診票の無い方は接種履歴を確認し下記で発行します。転入等で東松島市の予診票の無い方は接種履歴のわかるもの(母子健康手帳等)をお持ちいただき確認後に発行しますので、健康推進課(矢本保健相談センター)までお越しください。

ワクチンの「意義・効果」「接種後に起こりうる症状」について、十分に理解したうえで接種してください。

■問 健康推進課予防健診係 ☎内線3124

年末年始のごみ収集に関するお知らせ



年末年始のごみ収集は次のとおりです。大掃除は計画的に行いましょう。

また、臨時に土・日曜日にも下記日程で粗大ごみを受け入れします。集積所に搬入する際は、ごみの分別に協力願います。

粗大ごみ (直接搬入)	臨時受入日	12月20日(土)・21日(日)
	受入時間	9時～12時・13時～16時
	処理料金	10kgごとに100円
事前に下記へ申し込みのうえ、搬入してください。 電話番号は、お間違えないよう、お願いします。 ■申込先 鳴瀬一般廃棄物最終処分場 ☎87-2837		

種類	収集地区	年末最終日	年始開始日
可燃ごみ	月・木曜日地区	12月29日(月)	令和8年1月5日(月)
	火・金曜日地区	12月26日(金)	令和8年1月2日(金)
資源ごみ	月曜日地区	12月22日(月)	令和8年1月5日(月)
	火曜日地区	12月23日(火)	令和8年1月6日(火)
	木曜日地区	12月25日(木)	令和8年1月8日(木)
プラスチックごみ	金曜日地区	12月26日(金)	令和8年1月9日(金)
	全地区(水曜日)	12月24日(水)	令和8年1月7日(水)

■問 市民生活課環境衛生係 ☎内線1151

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〉

令和7年度みやぎの女性つながりサポート型支援事業のお知らせ



孤独や不安を感じる、生活が苦しくなった、DVの不安など、様々な悩みをもつ女性を支えるために、女性支援を行うNPO法人と県が連携し実施する事業です。相談受付だけでなく行政機関への同行支援もしています。また、右記二次元コードからLINE登録すると、無料で相談できますので、お気軽にご利用ください。



こころぴーす
(女性相談窓口)
LINE

■石巻地域受託者

特定非営利活動法人やっぺす

■相談電話番号 ☎090-4932-3949

■期間 令和8年2月27日(金)まで

■時間 10時～18時まで(土・日祝日を除く)

■場所 特定非営利活動法人やっぺす(石巻市開北3丁目1-8)

■担当 市民協働課まちづくり推進係 ☎内線3803・3809

令和7年4月1日以降に赤ちゃんが生まれた世帯へみやぎポイント10,000円分をプレゼント



宮城県では、デジタル身分証アプリを活用した地域住民の災害対応力向上を図るとともに、県内における消費拡大を通じた地域経済の活性化を目的として、県公式デジタル地域ポイント「みやぎポイント」を活用した事業を実施しています。

■事業概要 デジタル身分証アプリ「ポケットサイン」をダウンロードし、アプリ内の『みやぎ子育て支援パスポート』ミニアプリにお子さん情報を登録後10,000円相当のポイントをプレゼントします。

※登録には、お子さんのマイナンバーカードが必要になります。

■対象者 令和7年4月1日以降に赤ちゃんが生まれた世帯

■申請期限 お子様1歳になる前日まで

※詳しい内容は右記二次元コードから宮城県ホームページを確認ください。



宮城県
ホームページ

■問 宮城県保健福祉部子育て社会推進課

☎022-211-2342

「第4回硬筆の部書初め講習会」を開催します



東松島市書道協会の会員による「硬筆の部書初め講習会」を下記のとおり開催します。

■日時 12月13日(土)10時～12時

■場所 あおい地区西集会所

■対象 市内小・中学校の児童生徒(保護者の同伴可)

■定員 先着30人(参加者は事前予約が必要です。定員になり次第締め切ります。)

■主催 東松島市書道協会

■その他

講師を務める書道協会会員の書作展を、12月11日(木)～14日(日)10時～あおい地区西集会所で開催します。入場無料ですので、お気軽に来場ください。

■問・申込

東松島市書道協会(担当:石垣)

☎090-6454-1044



東松島市結婚祝金のお知らせ



市では下記のとおり東松島市結婚祝金の支給を行っています。

■支給要件 次の全ての条件を満たすご夫婦が支給対象となります。

- ①婚姻日において、夫婦のいずれか一方の年齢が39歳以下であること
- ②婚姻日から起算して、結婚祝金申請までの本市における住民登録期間が、原則として、3か月以上経過していること
- ③原則として、支給申請日時時点で夫婦のいずれもが市内に住民登録していること



市ホームページ

■支給額 夫婦1組につき2万円

■申請期限 婚姻日から1年間

■申請書類

・本市で婚姻届を提出された方には、婚姻届受理時に必要な書類(返信用封筒含む)を配布します

・市外で婚姻届を提出された方および婚姻後1年以内に市内へ転入された方は市民生活課、鳴瀬総合支所、市民協働課の窓口で必要な書類を配布します

・市ホームページからダウンロードまたは市民生活課、鳴瀬総合支所で配布しています

■申請方法 申請書に必要事項を記入の上、返信用封筒で市民協働課宛に郵送してください。持参の方は、市民協働課、市民生活課、鳴瀬総合支所で申請を受け付けています。

■支給時期 上記の支給条件を確認後支給します

■問 市民協働課まちづくり推進係 ☎内線3803・3808

結婚活動応援補助金のお知らせ

～結婚を希望する方の新たな出会いを応援します～



市では、みやぎ結婚支援センター「みやマリ!」への入会登録料の助成を行っています。

■支給要件 次の全ての条件を満たす方が支給対象となります。

- ①令和5年7月1日以降にみやぎ結婚支援センターに入会した方(再入会を含む)。
- ②東松島市に住民登録しており、現に婚姻をしていない方
- ③暴力団員等に該当しない方
- ④市税等に滞納がない方

■支給額 入会登録料11,000円のうち最大8,000円(1名につき1回)

※キャンペーン等の割引適用により、入会登録料の支払額が8000円を下回った場合は、その金額を補助します。

■申請期限 入会登録日から3か月以内

■申請書類および申請方法

右記二次元コードから市ホームページをご覧ください。

また、申請書と記入例は、市ホームページからダウンロードまたは市民協働課、市民生活課、鳴瀬総合支所に配布しています。

■支給時期 上記の支給条件を確認後支給します



市ホームページ

みやぎ結婚支援センター「みやマリ!」とは

結婚を希望する独身男女を支援するため、宮城県が設置した支援センターです。AIを活用したマッチングシステムを導入しており、婚活イベントやセミナーなどを定期的に行っています。



みやマリ!
ホームページ

■問 市民協働課まちづくり推進係 ☎内線3803・3808

市制20周年記念 第4回ひがしまつしま写真コンテスト&ひがしまつしまInstagramフォトコンテスト



市の持続可能な観光地としてのさまざまな魅力の再発見と、フォトコンテストを通じた本市の魅力発信のため、写真コンテストを開催します。

■テーマ 東松島市の魅力を題材とした写真

- 春夏秋冬の風景(桜の花、海、紅葉、イルミネーションなど)
- 市内の景勝地、観光施設等(野蒜海岸、大高森など)
- まつり、イベント等(夏祭り、航空祭、伝統行事など)

～写真コンテスト～

■各賞 最優秀賞(1作品)、優秀賞(2作品)、入選(2作品以内)

■応募資格 どなたでも応募可能

■応募方法

- 応募写真のサイズは、A4(297mm×210mm)サイズとし、プリント(持参または郵送)およびデジタルデータを提出するものとします。
- 応募作品は一人2点までです。
- 応募用紙に必要事項を記入の上、作品と一緒に提出してください。
応募用紙は市ホームページからダウンロードできるほか、市商工観光課窓口(市役所鳴瀬庁舎1階)、市総合案内窓口(市役所矢本庁舎1階)、市内各市民センターでも配布します。
- 応募後の辞退はできません。
- 応募作品についての詳しい内容は、市ホームページを参照ください。

■作品提出期間

作品提出期間 12月9日(火)～令和8年1月6日(火)
作品提出時間 平日8時30分～17時15分



市ホームページ

～Instagramフォトコンテスト～

■各賞

最優秀賞(1作品)、優秀賞(2作品)

■応募資格 どなたでも応募可能

■応募方法

- 1.市商工観光課のInstagramアカウント(@eastmatsushima_kanko_official)をフォロー
- 2.テーマに沿った写真を撮影
- 3.以下の情報をキャプションに入力して投稿

- 「#ひがしまつしまじかん」
- 「#ほっと一息ひがしまつしま2025」
- 「#撮影場所(#大高森など)」
- 撮影年月日

※アカウントを非公開設定にしている場合、投稿を確認できないため無効となります。

※1人12点まで応募可能ですが、入賞は1人1点のみとします。

※写真は1投稿につき1枚とします。

※応募作品についての詳しい内容は、市ホームページを参照ください。

■作品提出期間

応募(投稿)期間 令和8年1月6日(火)まで

■問・応募先

商工観光課観光振興係 ☎内線2166
〒981-0303 東松島市小野字新宮前5番地(市役所鳴瀬庁舎1階)
Mail:kanko@city.higashimatsushima.miyagi.jp



市商工観光課 Instagram



市ホームページ

フードドライブを実施します



食品寄付募集

■日時 12月3日(水) 10時～11時30分、13時30分～15時

■場所 市役所東玄関前(社会福祉事務所前)

フードドライブ(食糧寄付)は上記以外の日程でも募集しています。

■募集期間

毎週月～金曜日(9時～16時、土・日曜、祝日を除く)

■回収ボックス常設場所

- 東松島市地域福祉交流プラザ(東松島市社会福祉協議会)
- 老人福祉センター

■提供を受けたい食品

お米、缶詰、乾麺、レトルト食品など

※特に現在、お米、缶詰(肉・魚等)の需要があり在庫が不足しています。

■問 東松島市社会福祉協議会 ぐらし安心サポートセンター

☎98-6925(9時～16時、土・日曜と祝日を除く)

令和8年度小・中学校講師登録会のお知らせ



■日時・対象

①小学校講師希望者 12月24日(水)

【受付時間】9時～10時

②中学校講師希望者 12月24日(水)

【受付時間】13時30分～14時30分

③講師(養護担当)・講師(栄養担当)代替栄養職員・事務職員 希望者
12月25日(木)

【受付時間】9時～10時

■場所 宮城県石巻合同庁舎3階 301・302会議室

※詳しい内容は東部教育事務所のホームページを確認ください。

また、今年度中の講師希望については随時相談ください。

■問 宮城県東部教育事務所教育学事班 ☎95-7096

第41回石巻地区2市1町特別職・管理職員等 研修会一般聴講者募集



■日時 令和8年1月14日(水)13時30分～15時

■場所 マルホンまきあーとテラス 大ホール

■対象 石巻圏域に在住する方

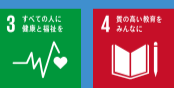
■定員 200人(申し込み不要) ※当日直接来場ください。

■演題 「DXの進め方～脱皮できない蛇は死ぬ～」

■講師 村上 文洋氏 DXアドバイザー /元・三菱総合研究所首席研究員

■問 石巻地区広域行政事務組合総務企画課 ☎96-3577

第4回普通救命講習I(一般公募)



■日時 12月20日(土)9時～正午

■場所 石巻市水産振興センター 中会議室(石巻市魚町二丁目12-3)

■対象・定員 中学生以上・30名(先着)

■申込期間 12月1日(月)～12日(金)9時～17時 ※受講無料。

■申込方法 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て各消防署へ申し込みください。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。

■問 石巻東消防署 ☎24-0601



石巻広域消防ホームページ

CityView!



「CityView!」では、市のイベントや地域的话题を、市民の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。>

▶大曲保育所運動会(10月11日)



▶赤井小学校運動会(10月18日)



各所で運動会

秋晴れの下響く元気な声



市内の私立幼稚園や各市立保育所、赤井小学校で運動会が開催されました。秋晴れの下、園児や児童たちはかけっこや玉入れ、お遊戯など日頃の練習の成果を遺憾なく発揮。校庭や体育館内に元気な声が響いていました。

ひがしまつしま 市民文化祭



▶展示の部(書道)
 ▶展示の部(工芸)



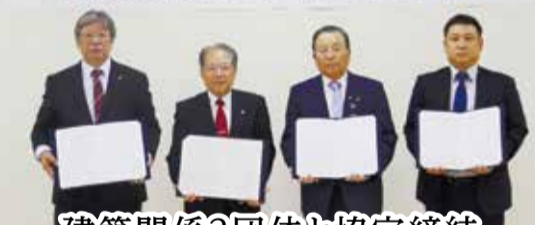
展示・音楽・舞踊 3部門で成果発表

市民の皆さんの日ごろの活動の成果を発表する「第20回ひがしまつしま市民文化祭」(同実行委主催)が開かれ、10月18~19日は展示の部、10月26日は音楽の部、11月3日は舞踊の部がそれぞれ繰り広げられました。初日のオープニングセレモニーでは、バイオリニストの鹿嶋静さんのミニ演奏会やテープカットなどもありました。

(市コミュニティセンター)

大規模地震の二次被害防止へ危険度判定

「大規模地震時における避難施設等
 応急危険度判定に関する協定」締結式



建築関係3団体と協定締結

大規模地震発生時に被災した避難所などが使用できるか否かを確認する応急危険度判定に関して、市は県建築士事務所協会、日本建築家協会東北支部宮城地域会、県建築士会石巻支部の3団体と協定を締結しました。有事の際、応急危険度判定士に登録された会員が市内に派遣され、避難所などに倒壊や落下、転倒物などの危険がないかを判定。安心安全につなげていきます。

(10月1日、市役所)

東松島長寿味噌工場長の後藤秀敏さん

市内事業者初の「現代の名工」に選出

優れた技術で業界の発展に尽力した人をたたえる本年度の厚生労働大臣表彰「現代の名工」に、東松島長寿味噌で工場長を務める後藤秀敏さんが市内事業者として初めて選ばれました。後藤さんは「受賞は周囲の支えと消費者の皆さんのおかげ。感謝の気持ちでいっぱいです」と話していました。また同社は10月にあった県味噌醤油工業協同組合の鑑評会の味噌の部で、3年連続で最高賞の東北農政局長賞・県知事賞にも選ばれました。(11月11日、東松島長寿味噌)



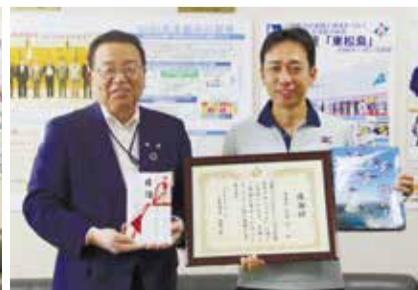
ブルーインパルスを道の駅東松島に

ふるさと納税や団体寄付 10月末まで実施 協力企業に感謝状

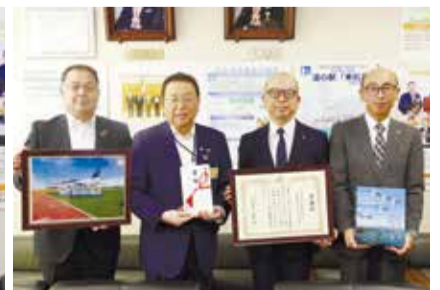
市は「道の駅東松島」敷地内にブルーインパルスの退役機を設置する計画を進めており、この整備費や維持費はクラウドファンディング型ふるさと納税や企業から寄せられた善意で賄うこととしています。渥美市長は協力企業に随時感謝状を手渡ししながら、「皆さんの善意を大切に活用し、よりよい展示につなげていきます」と話していました。各種寄付は10月末まで実施しました。



▲橋本道路様



▲大勇堂様



▲北上電設工業様



▲木村土建様



▲丸本組様

地区のまつりで 親睦と交流

独自色豊かに各地区で開催

地域内の親睦と交流を深める「秋のまつり」が今年も各市民センターなどを会場に開かれました。軽食販売ブースが軒を連ねたり、お化け屋敷やスポーツ交流を繰り広げたりと各地域ごとき様々な催しで、地域が一体となって地元のおまつりを楽しみました。



野蒜まつり(10月5日)



赤井まつり(10月26日)



矢本東地区民まつり(10月5日)



エンジョイウエスト(10月19日)

東松島市の食育活動を 自国の健康づくりへ

セネガル、モロッコ、チュニジア保健行政官ら来市

セネガル、モロッコ、チュニジアの保健行政官らが本市の取組を学び、母国の対策に生かそうと来訪しました。東松島市学校給食センターの見学後、東松島市の生活習慣病予防を含めた食育活動を健康推進課職員が説明。受講者である各国の政府関係者からは「様々な関係者と連携した活動が高血圧等の予防にも寄与しているのがわかった」などの声がありました。(10月21日)



違い認め合う 心を育もう

矢本東小で「人権の花運動」



植物を育てて思いやりの心を育む「人権の花運動」が矢本東小学校で開かれ、6年生78人がピオラとパンジーの苗計200株をプランターに植栽しました。種類の違う色鮮やかな花々を同時に植え育てることで、違いを認め合う心を育みました。(10月22日)

とっておきの音楽祭in東まつしま

2年ぶり復活で27団体が出演

障害のある人もない人も共に音楽を楽しみ、心のバリアフリーを目指す「とっておきの音楽祭in東まつしま」が2年ぶりに復活し、27団体が出演しました。特別ゲストとして都内在住のドラム・ピアノ奏者佐藤翔さんも出演し、地域の皆さんとコラボレーション。迫力の演奏で会場を盛り上げました。(10月12日、市コミュニティセンター)



桃水しのぶ 民謡まつり

30人超が歌声披露

地域内外の民謡歌手が出演する「後藤桃水翁を偲ぶ民謡まつり」が開かれました。民謡育ての親、として知られる桃水に思いを巡らせながら、30人を超す民謡歌手らが歌声を響かせ、約350人の聴衆の心を結びました。(10月5日、市コミュニティセンター)



快音と声援響く大熱戦

市長杯争奪ソフトボール大会



第20回東松島市長杯争奪男子ソフトボール大会では、各チームが優勝を目指して熱戦を繰り広げました。6チーム130人が参加し、打撃の光った「東松島バンビーノ」が栄光を手に入れました。(10月13日、鷹来の森運動公園)

東松島公社に テント寄贈



県東部郵便局長会 観光振興に役立てて

石巻や登米、気仙沼圏域4市2町にある計67局の郵便局長で構成する県東部郵便局長会(勝又仁会長)は9月22日、東松島道の駅や宮戸地区復興再生多目的施設(おおみな)などを管理する(株)東松島観光物産公社(小山修代表取締役)に、イベント時などに使用する大型のテント1張りを寄贈しました。また10月5日には、宮戸地区の浜で海岸清掃を繰り広げ、地域の美化活動に汗を流していました。

生涯学習
情報コーナー

MANA-be!

まなびい



〈問い合わせ〉
東松島市役所 ☎82-1111



東松島市青少年健全育成市民会議活動報告

今年下記4事業を実施しました。東松島市の青少年健全育成のため、今後もこのような活動を継続していきます。

①鳴瀬流灯花火大会(8月16日)・東松島夏まつり(8月30日)でパトロール
祭りの開催にあわせ、見守りパトロールを実施しました。



②少年の主張石巻地区大会聴衆(9月2日)

本市から矢本一中3年跡辺美都さんと矢本二中3年武山葵さんが出場しました。出場者みな素晴らしい発表でした。



③親子ふれあい活動(9月28日)

HOKUSHU仙台市科学館に行きました。参加した27名の親子が楽しく学びました。



④20周年事業

小中学校への図書の寄贈(全275冊)が完了しました。この事業には一部青少年のための宮城県民会議の「青少年健全育成応援事業補助金」を活用しています。



ジュニア・リーダーサークル たかのこ 通信④ ～市民文化祭(10月19日)～

ハロウィン仕様の会場で、かぼちゃや海賊の仮装をして、子どもたち向けスタンプラリーコーナーや工作教室の手伝いをしました。輪投げや射的、おばけづくりなど、盛りだくさんの内容に子どもたちの笑顔がたくさん見られました。



子ども会からの派遣も随時受け付けています。気軽に相談ください。

令和8年二十歳を祝う会 「轍(わだち)」を開催します

■日時 令和8年1月11日(日) 開式:13時30分(受付:13時)

■場所 市コミュニティセンター(矢本字大溜1番地1)

■対象者 平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれの方

※12月上旬に対象者に案内通知を送付します。市外にお住まいの方でも参加できますので、希望する方は連絡ください。

※会場内へのアルコールの持ち込みや飲酒後の入場はお断りします。思い出に残る二十歳を祝う会を皆さんとともに挙行したいと思っておりますので、協力をお願いします。

生涯学習カレンダーがリニューアルします

毎年3月末に市内全戸に配布している「東松島市生涯学習カレンダー」の令和8年度版はサイズをリニューアルして発行します。

■規格 見開きA3判(中折仕上A4判)フルカラー32ページ

■配布先 市内全世帯、公共施設など ■印刷部数 16,500部(予定)

■問 生涯学習課社会教育係 ☎内線3323・3324

図書館だより

VOL.246



▲図書館まつりにたくさんのご来館ありがとうございました(10月26日)

図書館開館時間延長のお知らせ

■日時 毎週金曜日 20時まで

(毎月最終金曜日は図書整理日のため休館日)

■12月の延長開館日 5日、12日、19日

■1月の延長開館日 9日、16日

東松島市市制施行20周年記念事業

宮城県図書館所蔵県指定文化財(レプリカ)の展示について

東松島市の市制施行20周年を記念し宮城県図書館に所蔵している県指定文化財の展示を行います。

本市にまつわる貴重な資料を展示しますので、ぜひご覧ください。

【展示資料】環海異聞

江戸時代の蘭学者である大槻茂質(通称:玄沢)が、ロシアに漂流し世界一周を経験した津太夫らの見聞をまとめた漂流記です。

■日時 12月5日(金)～7日(日)

■場所 図書館1階会議室

■見学可能時間 10時～17時

年末年始休館のお知らせ

年末年始のため下記のとおり休館いたします。

■日時 12月27日(土)～令和8年1月3日(土)

なお、1月4日(日)は通常開館、1月5日(月)は休館となります。

※「年末年始期間中」はブックポストへの返却はできませんので、ご注意ください。

司書のオススメ本 担当司書:小野寺

『てんぐさ』 田中次郎 文/青木優和 文/畑中富美子 絵

「てんぐさ」という海藻を知っていますか。こんぶやかめと違って、てんぐさはそのまま食べる海藻ではありません。てんぐさを洗って、干して、煮て、こすと…「ところてん」に大変身。さらに、ところてんを凍らせて乾燥させると「かんてん」のできあがり。この絵本では、てんぐさの色の秘密や、海の底のてんぐさをとる様子、ところてんやかんてんができるまでの過程が、丁寧な絵と言葉で描かれています。海の不思議と、おいしい食べものの秘密が分かる一冊です。



ちっちゃい子向けおはなし会(毎月第1・第3水曜日)

■日時 12月3日(水)、17日(水)11時～

■場所 図書館おはなしコーナー

おはなし会(毎週土曜日)

■日時 12月6日(土)、13日(土)、20日(土)10時30分～

■場所 図書館会議室

新着図書案内

●実用

「ドキュメントクマから逃げのびたひとびと」

「いい文章」

「地図にない世界を見た14人の運命」

日本史深掘り講座/編

●児童

「SNSから心をまもる本」

「頂を目指して」

「ともに前へ!伊達武将隊奮闘記」

佐々木ひとみ

■問 東松島市図書館 ☎82-1120

■開館 火～金曜 10時～18時/土・日曜・祝日 10時～17時

ホームページ <https://www.lib-city-hm.jp>



市図書館



column

縄文クッキーとは？

縄文人の主食だった木の实。どのように食していたのでしょうか？
縄文時代の遺跡から、パンやクッキー状の炭化物が出土することがあります。とくに「縄文クッキー」として有名なのが、山形県押出（おんだし）遺跡から出土しているものです。
分析の結果、粉状にしたクルミ、クリ、ヤマイモなどが含まれていました。
押出遺跡では、縄文クッキーのほかに、クルミを割る際に使用する磨石と石皿が発見されています。また、クッキー状炭化物が付着した石皿も見つかっており、加熱した石皿で焼く調理法を用いていたことがわかっています。

縄文クッキーレシピを公開！

縄文村オリジナル！

材料

- ・クリ
- ・クルミ ※クリ2:クルミ1の割合で。
- ・トチの実
- ・エゴマ ※トチは苦いので少量でよい
- ・はちみつ
- ・山芋 (入れると本格的な縄文の味に！)
- ・レーズン (やまぶどう) ※エゴマは炒って粉状にすりつぶす

作り方 【縄文版・現代版あり】

- ①クリ・クルミ・トチの実の殻を石で割って、骨ペラで中身を取り出し、すりつぶす。(スプーン・包丁で代用可)
- ②山芋を石でする。(おろし金で代用可)
- ③①とレーズン・エゴマを混ぜ、はちみつを加えてさらに混ぜる。山芋は固さをみながら少しずつ加える。生地がまとまったら丸める。
- ④熱した石の上でしっかりと焼いて完成！（フライパンやホットプレートで代用可）

タイの潮汁



▲講師によるタイの解体ショー。貝殻を加工した道具でウロコを取り、石器で三枚おろしに！その切れ味と手さばきにみんな大興奮！



「イベントオープニングは解体ショー」から！

朴葉の包み焼き



葉っぱで包んで蒸し焼きに！
シカ・カモ肉を一口大に石器で切り、朴葉に包みました。朴葉の良い香りと、塩作りイベントで作った「縄文の塩」の味付けが美味！

肉や魚を石器で切ってその切れ味に驚いたり、木の实を石で叩いて割ったり、石器で煮込んだりと体験するものすべてが新鮮！どんな味になるのか楽しみにしながら出来上がりを待ちました。調理をはじめて1時間半。ようやく縄文フルコースが完成しました。みんなで協力して作ったぶん、味も格別！普段は食べない食材も意外な美味しさだったようで、おかわりも続きました。

木の实を混ぜてクッキー作り

木の实をふんだんに使った縄文クッキー。石を使ってクルミの殻割りに挑戦！こねた生地は、熱した石の上で焼きます。



縄文クッキー



シシ鍋・そば粥・潮汁

縄文土器でぐっぐつ調理！
切った食材はそれぞれ縄文土器に入れてじっくり煮込みました。

企画展が12月7日から展示替えに！

info

現在開催中の企画展「ぐるり里浜貝塚」の展示の一部が、12/7から変わります。会期は来年3/29まで。ぜひpart1・part2と両方ご覧ください！

2月1日に「縄文村講演会」を開催！

国史跡指定30年を迎えた里浜貝塚、千葉県加曾利貝塚、愛知県吉胡貝塚、学史的にも有名な3貝塚の魅力に迫る講演会を市コミュニティセンターで開催します。詳しい内容は1月号で特集します！

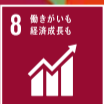
年末年始休館のお知らせ

令和7年12月27日(出)～令和8年1月4日(回)



- Menu
- ・潮汁(鯛入り)
 - ・シシ鍋
 - ・縄文そば粥(カモ入り)
 - ・朴葉の包み焼き
 - ・縄文クッキー
 - ・弥生土器で炊いたご飯

観味美魅 8 ひがしまつしまの みりよく発見! 観光と物産



奥松島焼がき施設営業開始のお知らせ

奥松島の牡蠣は親潮と黒潮が混ざり合う栄養価の豊富な環境で育つため、1年で出荷する「1年牡蠣」であることが特徴です。身が大きく引き締まった濃厚な牡蠣に育ちます。また、隣接する「あおみな食堂」でも牡蠣を使った季節限定メニューを提供しています。

■終了時期 2月中旬頃 ■場所 あおみな内「焼がき施設」

■所在地 東松島市宮戸字川原5-1(大高森観光ホテル隣)

■時間 9時～15時30分

■料金(45分食べ放題) 大人(中学生以上)2,500円(税込)、
小人(小学生)1,500円(税込)

※嵯峨溪遊覧船とセットで利用の場合は1割引となります。

5個900円・10個1,800円の単品メニューもあります。

■その他 ※土・日曜、祝日は予約不可。 ※飲み物、食べ物の持込自由。

※荒天により、仕入できない場合は中止(事前に問合せください)。

売店で、むき身生牡蠣の販売・地方発送も承ります。

■問 奥松島遊覧船案内所 ☎0225-88-3997(8時15分～17時)

令和8年元旦

日本三大溪「嵯峨溪」遊覧船 初日の出クルーズ出航決定

日本三大溪のひとつにも数えられる嵯峨溪の魅力、心の原風景を最高のシチュエーションで輝かしい新年を奥松島の大海原で迎えてみてはいかがでしょうか。



■開催日 令和8年1月1日(木・祝) ■集合 6時10分集合

■集合場所 奥松島遊覧船案内所(あおみな内)

■所在地 東松島市宮戸字川原5-1(大高森観光ホテル隣)

■定員 35名(定員になり次第締切)

■料金 大人(中学生以上)3,000円 子供(小学生)2,000円
未就学 無料

■特典 おしるこ・玉こんのお振舞い

■申込期間 12月25日(木)まで

■申込方法 電話で申込みください。(平日8時30分～17時)

※土・日曜、祝日を除く。

※天候などの状況により、欠航となる場合があります。12月31日(水)の15時に運航の可否判断を行い、欠航の場合は直ちに電話で連絡します。

■問 (株)東松島観光物産公社 ☎0225-86-1511

矢本子育て支援センター
「ほっとふる」
☎84-2676
開館日 月～金曜日



子育て支援センター利用に関するお知らせ

開館時間 9時～16時(相談は17時まで)
※講座などの内容変更がある場合や、最新情報については
ホームページ(右記二次元コード)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 月～木曜日



ほっとふるの12月の主な行事

○誕生スタンプDAY

■日時 12月10日(水)9時～15時
※防火教室10時～10時30分。

「石巻広域消防本部予防課 防火指導員」によるものです。

○土曜オープン

■日時 12月6日(土)9時～16時
12月20日(土)9時～16時

○子育て講座【要申込】

「乳幼児親子のための栄養講座」

■日時 12月12日(金)
10時～11時30分

赤ちゃん講座Ⅲ期 参加募集のお知らせ【要申込・10組】

0歳のお子さんを持つ方が、子育てを学びながら交流できる4回セットの講座です。第二子以降のお子さんでも大歓迎です。

■日時・内容

- ①～④ともに10時～11時30分
①令和8年1月9日(金)「赤ちゃんのこころとからだの成長」
② 1月16日(金)「はじめての離乳食」
③ 1月23日(金)「バースレビュー」
④ 1月29日(木)「ベビーマッサージと親子のふれあい」

■場所 矢本子育て支援センターほっとふる ほか

■対象 令和7年7月～11月生まれのお子さん

※マタニティママも見学できます。

あいあいの12月の主な行事

○誕生スタンプDAY

■日時 12月3日(水)9時～12時
※防火教室10時～10時30分。

「石巻広域消防本部予防課 防火指導員」によるものです。



ほっとふる・あいあい で元気に遊ぼう!

冬の訪れを感じる季節になりました。
ほっとふる・あいあいでは天候を気にせずのびのび遊べます。



赤ちゃんもゆったりと過ごせます。

ほっとふる



天気がいい日は外遊びも楽しめます。

あいあい



室内遊具や乗り物はお子さんに人気です。



新しい玩具が仲間入り。たくさん遊んでね。

健康情報かわらばん



■問 健康推進課健康支援係 ☎内線3112

冬の感染症を予防しよう!～正しい手洗いと咳エチケット～

冬はインフルエンザや新型コロナウイルス、感染性胃腸炎などの感染症が流行しやすい季節です。元気に冬を乗り切るために、一人ひとりができる「手洗い」と「咳エチケット」をもう一度見直しましょう。

①手洗い 正しい手の洗い方

3 すべての人に健康と福祉を

① 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
② 手の甲をのぼすようにこすります。
③ 指先・爪の間を念入りこすります。
④ 指の間を洗います。
⑤ 親指と手のひらをぬじり洗います。
⑥ 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

②咳エチケット 3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まるところでやろう

× 何もせずに咳やくしゃみをする
× 咳やくしゃみを手でおさえる

○ マスクを着用する(口・鼻を覆う)
○ ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う
○ マスクがなければ、こぶしの内袖で口・鼻を覆う

感染症から身を守るためには、十分な睡眠、バランスのとれた食事や適度な運動で免疫力を高めることも大切です。日頃の生活習慣を整えて、感染症に負けない体づくりを心がけましょう。

SportsParadise

東松島市スポーツ協会
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 東松島市スポーツ協会 ☎82-9030 平日9時～17時

市民体育館定期利用団体追加募集のお知らせ

練習会場の手配に苦勞されている利用者の方はご検討ください。市内で活動しているスポーツ団体・スポーツ愛好会を対象に、本協会が管理運営している市民体育館の定期利用希望団体を追加募集します。

- 利用期間 令和8年4月～令和9年3月末(年度更新となります)
- 募集枠 ①市民体育館 水曜日 Bコート 19時～21時
②市民体育館 木曜日 BCDコート 19時～21時
- 料金 1コートあたり1時間500円
- 提出書類 スポーツ協会に設置してある定期利用希望申込書
※決定後、団体規約(規約がある場合)と団体会員名簿を提出いただきます。
- 申込期限 令和8年1月16日(金)までに、東松島市スポーツ協会へ申し込みください。
- 利用条件 ・スポーツ協会が行う事業や研修会への参加・協力
・利用施設の年末清掃への協力
- 注意事項 認定後、利用期間の枠を確保いたしますが、市の行事や大会等で利用ができない場合があることをご了承ください。詳しくは事務局に来館、または電話で問い合わせください。

年末年始に伴う閉館のお知らせ

12月27日(土)から令和8年1月3日(土)まで全施設休館となります。今年も多くの皆様にご利用いただき、ありがとうございました。来年は1月4日(日)8時30分から開館します。

ヘルシーインフォメーション

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)



乳幼児健康診査・健康相談のお知らせ

場所 矢本保健相談センター

問

健康推進課子ども健康係

☎内線3102・3108

	乳幼児健康診査(診察開始:13時30分～、受付時間は健診により異なります)								妊産婦・子どもの健康相談 (午前開催)※要予約	
	4か月児		1歳6か月児		2歳児歯科		3歳児			
	日程	生まれ月	日程	生まれ月	日程	生まれ月	日程	生まれ月		
12月	19日(金)	令和7年8月	18日(木)	令和6年5月	2歳児歯科健診は奇数月のみ実施 次回、1月21日(水)			22日(月)	令和4年7月	17日(水)

対象者には、通知しています。通知が届いていない方・転入された方などは、下記まで連絡ください。3歳児は、健診時間の短縮のために健診票の事前返送に協力ください。4か月児と1歳6か月児、2歳児歯科の健診票は、通知(ハガキ)に記載した二次元コードから期日までに回答してください。
※妊産婦・子ども健康相談は予約が必要となりますので、子育て支援アプリまたは電話で予約ください。

妊娠・出産・子育てに関すること

子育て支援アプリ(すくすくアプリひがマーチ)

妊娠中のアンケートの回答や面談の予約等に使用、妊娠・出産・子育てに関する情報を随時発信しています。

母子健康手帳交付

交付には予約が必要です。予約は子育て支援アプリもしくは電話で予約してください。



子育て支援アプリ
ダウンロード

イート・イ〜ナギフト(旧:出産子育て応援給付金)

令和7年4月1日から対象者を拡大して対応しています。(流産・死産された方も対象になる場合があります)

※各事業の詳しい内容は、市ホームページを確認または問い合わせください。



市ホームページ

■問 健康推進課子ども健康係 ☎内線3116・3123

休日・年末年始・夜間の診療当番医のお知らせ

医療機関の都合により変更になる場合がありますので、最新情報は市ホームページをご覧ください。診療が必要な場合は電話で受け入れ可能か確認をしてから受診してください。



東松島市の休日担当医院および薬局

診療時間:9時～17時

日曜日・祝日の日中に急患・診療対応を行っている医療機関です。

月日	医院名	電話番号	薬局名	電話番号
12月7日(日)	森さい生医院	98-8891		
12月14日(日)	伊東胃腸科内科	82-6666	たかぎ薬局 赤井店	83-5466
12月21日(日)	神山クリニック	98-8617	東まつしま薬局	98-5077
12月28日(日)	北原ライフサポートクリニック東松島	98-5571		
12月31日(水)	鳴瀬中央医院	87-3853	アイン薬局 東松島店	86-1251
1月1日(木・祝)	真壁病院	82-7111	わかば薬局	84-2230
1月2日(金)	石巻ロイヤル病院	73-5888	たかぎ薬局 広瀨店	73-2079
1月3日(土)	仙石病院	83-2111	みっと調剤薬局	83-7806

救急電話相談

夜間や休日の急な病気やけがで、救急車を呼んだ方がいいのか迷うときや、応急処置の方法が知りたいときの相談ダイヤルです。

区分	電話番号	時間
おとな救急電話相談	①#7119 ②022-706-7119	毎日<24時間>
子ども救急電話相談	①#8000 ②022-212-9390	毎日<19時～翌朝8時>

※相談と助言を目的とするものです。緊急、重症と考えられる場合は、迷わず119番に電話をかけてください。
※固定電話やIP電話など①を利用いただけない場合は②の番号でかけてください。

夜間診療

急患、診療対応を行っている医療機関です。一次救急施設のため、応急処置が原則です。

診療科目	曜日・時間
内科	月～土曜日 18時～翌朝7時 / 日曜日、祝日 18時～翌朝6時
外科	月～土曜日 18時～翌朝7時 / 日曜日、祝日 9時～17時、18時～21時
小児科	月～金曜日 19時～22時 / 土曜日 18時～翌朝7時 / 日曜日、祝日 18時～翌朝6時

■問 石巻市夜間急患センター
(石巻市蛇田字西道下71 ☎94-5111)

小児科休日急患診療

日曜日・祝日の日中に子どもの急患・診療対応を行っている医療機関です。

■診療時間
9時～17時

■問 石巻市夜間急患センター
(石巻市蛇田字西道下71 ☎94-5111)

歯科休日救急診療

■診療時間 9時～17時

■問 石巻歯科医師会休日診療所
(石巻市中里三丁目10-12 ☎94-8223)

教えてドクター!みんなの健康相談室 vol.5

Q 昨年、がん検診で要検査となりましたが、結果は異常なしでした。今年も同じ項目で要検査となりましたが、再検査は必要でしょうか。(63歳男性)

A 東松島市にある「伊東胃腸科内科」院長の原田喜博と申します。
まず質問にお答えしますと、がん検診で要検査となった場合は必ず医療機関を受診してください。

一年という期間はがんが成長するには十分な時間です。

胃癌、大腸癌を例にとると、癌はAIであれ、人間の眼であれ、周囲との色の違い、隆起や陥凹といった形で診断されます。現在の内視鏡は数mmの癌も発見できる精度ですが、なかには非常に発見しにくい癌もあります。一年前は大丈夫でも、新たに癌が発見される可能性はあるのです。

また、近年増加中の大腸癌は、大腸ポリープから発生することが多く、ポ

リープ切除は癌の予防に有効です。検診がきっかけでポリープが発見されることも多いので、ぜひ受診ください。

驚くべきことに日本人の平均寿命は1950年には男性59歳、女性63歳でした。現在の平均寿命の伸びは、人間の細胞が進化したからではありません。癌は40年以上連続して日本人の死因第一位です。何も症状がないから大丈夫とお考えの方もいらっしゃると思いますが、癌を完治させるポイントは早期発見です。検診、検査などを全く受けていない場合は、病気を早期発見する機会を逃している可能性があります。現在は、楽に検査を行う方法もありますので安心してください。

最後に、検診は万能ではありません。胃のピロリ菌を除菌した場合や、大腸ポリープの経過観察には定期的な内視鏡検査が必要です。

不明な点がある場合は、主治医や精密検査を受けた医療機関でご確認ください。



伊東胃腸科内科
原田喜博院長

みんなが主役の 市民協働のまちづくり 127



東松島市地域まちづくり交付金(一般提案事業)

採択団体実施事業のお知らせ

①ママの癒しのクリスマス♪

～ネイルケアやプチマッサージでほっこりしませんか?～

- 日時 12月17日(水) 9時50分～11時30分(9時50分受付)
 - 場所 矢本西市民センター ホール
 - 対象 0歳～(予約不要)
 - 料金 大人300円、子ども100円(プチおやつ、プチプレゼント付き)
- ※普段とは参加費が異なります。

事業の詳細は、団体公式ラインまたはインスタグラムでご確認ください。

■主催・問 東松島ママサロン(尾形) ☎090-6689-2044

②カフェふらっと

■日時・場所

- ①12月4日(木) 9時30分～11時30分 小野駅前南集会所
- ②12月18日(木) 10時30分～11時30分 住還地区センター

■対象 どなたでも(予約不要) ■料金 無料

■主催・問 牛網えがおの食堂(手代木) ☎87-2027

③牛網えがおの食堂

■日時 12月14日(日) 11時～13時30分

■場所 小野駅前南集会所

■対象 どなたでも(予約不要)

■料金 未就学児無料、小学生100円、中学生以上200円

■主催・問 牛網えがおの食堂(手代木) ☎87-2027

東松島市市制20周年記念事業

令和7年度まちづくり講演会を開催しました

令和7年10月28日に地区自治会、地域まちづくり団体の方々を対象とした、まちづくり講演会を開催しました。

本講演は、これからのまちづくりにおいて、地域の多様な人たちが世代や立場を超えて力を合わせ、協働していくことを目的とし、49自治会、5団体、計85人の皆様に参加いただきました。(株)エンパブリック代表取締役の広石拓司氏による「一人ひとりの力を持ち寄り、安心して暮らせる地域をつくろう」をテーマに実践につながる具体的な行動を交えてお話しいただきました。

講演のアンケートでは、「事例を含めてわかりやすくお話しいただき参考になった」「今は年代的なギャップや価値観の相違があるが、今回の内容を意識しながら地域活動に生かしていきたい」といった意見があがりました。

今後も自治会活動やまちづくり団体活動の一助となる研修会や講演会を設けていく予定です。多くの皆様の参加をお待ちしています。



■問 市民協働課自治組織支援係 ☎内線3807



東松島いきもの調査隊
～秋の滝山公園の生き物を調べよう～
第145回 開催しました

■問 一般社団法人東松島みらいとし機構 ☎98-7311
<https://hm-hope.org/>



10月4日、「東松島いきもの調査隊・秋の滝山公園の生き物を調べよう!」を開催しました。東松島市内の小学3年生～6年生の13名が参加し、東松島市出身の東京農業大学・松林尚志教授、そして同大学の学生2名のご指導の下、生き物の生態について学びながら、滝山公園での生き物調査に挑戦しました。

滝山公園では、種類以上の生き物を発見。子どもたちは夢中になって観察やスケッチを行い、図鑑を開きながら自ら積極的に調べる姿はとてもしばしば見られました。松林先生への質問も次々と飛び出し、先生が笑顔で一つひとつ丁寧に答えるたび、あちこちで楽しそうな笑い声が響いていました。

最後には、観察した生き物を自然の森へやさしく返し、子どもたちの笑顔とともに活動を締めくくりました。

今年の「東松島いきもの調査隊」の活動はこれで終了となります。

たくさんの発見と笑顔をありがとう。また来年、皆さんと一緒に新しい自然の仲間たちに出会えるのを楽しみにしています。



▲たくさんの生き物を発見



▲秋のいきもの調査隊

認知症カフェ・東松島市認知症本人ミーティング
&認知症家族の会を開催します



認知症カフェ

介護の専門職が開催しています。気軽に参加ください。

<p>やすらぎカフェ ■日時 12月11日(木)10時～12時 ■場所 特別養護老人ホーム不老園内鳴瀬デイサービスセンター(野蒜ヶ丘三丁目27-1) ■問 特別養護老人ホーム不老園 ☎98-7110</p>
<p>そよ風カフェ ■日時 12月14日(日)10時～12時 ■場所 赤井市民センター(赤井字川前三189-1) ■問 特別養護老人ホーム矢本華の園 ☎82-1165</p>
<p>日和カフェ ■日時 12月17日(水)10時～12時 ■場所 柳の目東住宅集会所(赤井字南一158-75) ■問 グループホーム日和 ☎84-1221</p>
<p>AYA café(彩カフェ) ■日時 12月19日(金)14時～16時 ■場所 いろどりの丘(野蒜ヶ丘二丁目25-2) ■問 小規模多機能型居宅介護いろどりの丘 ☎98-5571</p>
<p>さくらかふえ ■日時 12月20日(土)10時～12時 ■場所 大塩市民センター(大塩字中沢26-1) ■問 (代)ばんぶきん矢本 ☎98-9145</p>
<p>Café de めえめえ ■日時 12月21日(日)10時～12時 ■場所 ケアハウスはまなすの里内 Cooking Café Ji-Ji (小野字中の関6-2) ■問 社会福祉法人ことぶき会 ☎87-2311</p>
<p>カフェきんもくせい ■日時 令和8年1月10日(土)10時～12時 ■場所 特別養護老人ホームやもと赤井の里(赤井字川前四番83) ■問 特別養護老人ホームやもと赤井の里 ☎84-1888</p>

東松島市認知症本人ミーティング&認知症家族の会を同日開催

- 日時 12月10日(水) 10時～11時30分
- 場所 矢本西市民センター 会議室1
- 内容 当事者および家族の情報交換、専門職への相談
- 参加費 無料 ■持ち物 飲み物など
- 対象 認知症の方が身近にいる方・当事者(診断の有無は問いません)
- 申込 12月8日(月)まで下記担当へ連絡ください
- 問 東松島市認知症総合支援コーディネーター 吉田 ☎080-1856-2531

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(所在地など)	相談内容	問・申込
子どもの心理相談会	12月24日(水)10時、11時、13時、14時(予約制)	矢本保健相談センター	お子さんの成長や育ちに合わせたかかわり方について、心理士による個別相談	健康推進課子ども健康係 ☎内線3108
こころの健康相談(精神保健福祉相談)	12月12日(金)14時、15時、16時(予約制)		精神科医療機関への受診を迷っている、眠れないなどのこころの悩みを抱えている方・そのご家族に対する精神科医による個別相談	健康推進課健康支援係 ☎内線3120
精神保健福祉相談	12月3日(水)14時～17時(予約制)	宮城県東部保健福祉事務所 (所在地:石巻市あゆみ野5丁目7番地、宮城県石巻合同庁舎)	眠れない、イライラする等のこころの健康について相談したい方や精神科のクリニック等への受診を迷っている方・家族に対する精神科医による個別相談	■申込 相談日の1週間前までに電話などで申し込みください。 ■問 宮城県東部保健福祉事務所 母子・障害班 ☎95-1431
アルコール関連相談	12月19日(金)10時～15時(予約制)		アルコールやギャンブル関連の問題で困っている方・家族・関係者に対する精神保健福祉士による個別相談	
思春期・ひきこもり専門相談	令和8年1月8日(木)13時～17時(予約制)		ひきこもり状態にある方、または家族や関係者に対する精神保健福祉士による個別相談	
特設人権相談	12月5日(金)10時～15時 ※予約不要	小野市民センター	いじめ、暴力、隣近所とのもめ事、その他人権に関する相談	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	月・水・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)	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	市民生活課消費生活相談員 ☎内線1294
行政相談	12月12日(金)13時～15時	小野市民センター	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	総務課総務係 ☎内線1217
法律相談	12月18日(木)10時～16時	市役所矢本庁舎101会議室	弁護士による家族、多重債務などの法律相談	
みやぎ女性のための出張相談in石巻(参加無料)	12月3日(水)、令和8年1月7日(水)、2月4日(水)いずれも10時30分～16時(1人約50分)	県石巻合同庁舎	NPO法人ハーティ仙台の女性相談員が、人間関係で悩む女性の個別相談に応じます。ひとりで悩まず、ご相談ください。 ■対象 県内在住で、DVや離婚、パワハラ、セクハラ、家庭の問題、シングルマザーの子育てなどで悩んでいる女性(匿名での参加可)	■申込 相談日の前日15時までに電話で申し込みください。 ※託児はありません。 ■問 宮城県東部保健福祉事務所 母子・障害班 ☎95-1431
相続登記専門司法書士無料相談会	12月24日(水)13時、14時、15時、16時	市役所 会議室	不動産の相続が生じたが何から始めれば良いか相談したい、将来子供に不動産を相続するのにトラブルがないように準備したいなどのお悩みに、司法書士が相談をお受けします。 ■対象 市内にある不動産の所有者、またはその相続人(今後見込みのある方を含む)	■申込 宮城県司法書士会へ電話予約(相談枠は先着順) ☎022-263-6755 ■問 復興政策課地方創生・基地対策係 ☎内線1234

国民ねんきんだより 国民年金保険料を前納した場合の社会保険料控除



13か月以上の前納により納めた国民年金保険料について、令和7年分の社会保険料控除の適用を受ける場合は、以下の①②の方法のいずれか1つを選択してください。

- ①令和7年に13か月以上前納をし、全額を納めた年に控除(前納額をまとめて申告する場合)
日本年金機構から送付された「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」(最大3年分3枚)は切り離さず、3枚とも申告してください。
- ②各年分の保険料に相当する額を各年に控除(複数年に分けて申告する場合)
 - 令和5年に令和7年分の保険料を含む13か月以上前納をした方
令和7年の申告には、一昨年送付された令和5年分の控除証明書の令和7年分を切り離して申告してください。
 - 令和6年に令和7年分の保険料を含む13か月以上の前納をした方
令和7年の申告には、昨年送付された令和6年分の控除証明書の令和7年分を切り離して申告してください。
 - 令和7年に13か月以上の前納をした方
各年に分割した控除証明書(最大3年分3枚)のうち令和7年分の1枚を切り離して申告してください。なお、残りの2枚は、次の年以降に使用しますので、紛失しないよう大切に保管してください。



日本年金機構ホームページ

■問
日本年金機構石巻年金事務所 ☎22-5115(自動音声案内)
市民生活課国保・高齢医療・年金係 ☎内線1337

消費生活情報 ～不用品を売りたい時の注意点～



最近、夏場の大掃除を済ませるといふ方も増えているようですが、年末の大掃除を考える時期になりました。

掃除をしながら、あれこれ不用品が出てくる事もあるでしょう。ゴミで捨てるのはもったいない、いくらかにでもなれば良いと買い取りを希望するかもしれません。

地元のリサイクル店を利用する以外に、訪問買取(訪問購入)を利用する場合もあるでしょう。テレビコマーシャルや、広告でも「電話1本でお宅に伺い、買い取ります」と宣伝しているのでとても便利に感じます。

事業者からの電話があり、訪問を承諾して不用品を売った場合にはクーリングオフができますが、自分から電話をして訪問を依頼した場合にはクーリングオフはできません。あとから、あれは売るつもりは無かったと思って返品希望をしても断られる可能性もあります。

自分から電話をして訪問を依頼する他には、お店に直接行く、インターネットを使って査定申し込み・物品を送って買取りの方法もありますが、こちらもクーリングオフはできません。

便利な手段と思っても、万が一という場合があることを忘れないでください。

～お買い物や契約で、心配なときや困ったときは相談窓口へ～

■問・相談先 市役所矢本庁舎1階 市民生活課消費生活相談窓口
月・水・金曜日(祝日を除く)9時～15時 ☎内線1294
火・木曜日は宮城県東部地方振興事務所県民サービスセンター(石巻合同庁舎内)☎93-5700(平日)または消費者ホットライン 188
直接相談に行く場合は、事前に空き状況を確認してください

生活情報

■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)

令和8年 東松島市 新年賀詞交歓会のお知らせ

新年を迎え、市長、市議会議員、各種団体、商工会会員などが参加して、交流を図るため新年賀詞交歓会を開催します。

■日時 令和8年1月6日(火) 17時から

■場所 コミュニティセンター

■会費 6000円

■申込 12月8日(月)まで

※参加希望の方は左記に問い合わせの上申し込みください。

■問 東松島市商工会

☎82-20088

商工観光課商工振興・企業誘致係 ☎内線5151

宮城県事業復興型 雇用創出助成金

県では、県内沿岸部に所在する中小企業者(個人事業主などを含む)を対象とした助成を実施しています。今年度末をもって国の第2期復興・創生期間が終了することに伴い、本助成金の認定申請(新規)の受付は今年度で終了しますので、要件を確認の上、申請を検討ください。

■雇入費(中小企業型)

・助成金額 労働者1人当たり3年間で最大120万円

・上限 1事業所当たり総額2千万円

・対象 被災求職者を雇い入れた事業主

・受付期間 12月5日(金)〜令和8年1月16日(金)

■住宅支援費

・助成金額 対象経費の4分の3

相当

・上限 1事業所当たり3年間で総額70万円

・住宅借上げや住宅手当を導入等した後に求職者を雇い入れた事業主

・受付期間 令和8年1月26日(月)まで

※申請には一定の要件がありますので、詳しくは県雇用対策課のホームページをご覧ください。左記まで問い合わせください。

■問 宮城県雇用対策課

☎022-797-4661

クマにご注意ください

市内において、早朝や夕方にクマの目撃情報が続いています。冬眠前は活動が活発になりますので十分注意してください。

■クマに出会わないために

・クマは、朝夕に活発に行動します。この時間帯の行動に注意しましょう。

・有事に備え、複数人で行動しましょう。また、クマ鈴やラジカウチ等を使用して自分の存在を知らせることが有効です。

・生ごみや収穫しない果樹(柿や栗)等のエサとなるものを放置しないようにしましょう。

■クマに出会ってしまったら

遠くにいる場合は、そっと立ち去りましょう。近くにいる場合は、背中を見せずにクマに向き合ったままゆっくり後退しましょう。

■問 農林水産課農林水産振興係

☎内線2139

東松島市役所会計年度任用職員 (精神保健福祉士)募集



- 職種 精神保健福祉士
- 業務内容 精神保健に関する相談、健康教育ほか啓発事業
- 勤務場所 健康推進課(矢本保健相談センター)
- 勤務時間 1日あたり7時間 週5日勤務
- 募集人員 1人程度
- 月収 181,548円~211,716円
- 必要資格等 精神保健福祉士資格、普通運転免許
- 任用期間 令和8年1月1日~3月31日
- 申込方法 12月12日(金)までに履歴書(写真貼付)を健康推進課まで提出してください。
- 問 健康推進課健康支援係 ☎内線3104

東松島市福寿草福祉会「クリスマス交流会」 開催のお知らせ



- 日時 12月14日(日) ※入場無料。
- 場所 矢本西市民センター
- 内容 矢本二胡の会 石垣好春氏による演奏など
- 定員 40名 参加希望の方は下記に問い合わせください。
- 問 東松島市福寿草福祉会 会長 佐藤節子 ☎・FAX82-7485

令和8年度松島基地モニター募集



- 基地モニター制度は、基地周辺にお住まいの方からの意見および要望等をいただき、基地諸施策の改善および向上に資するとともに、地域に密着した広報活動の推進を図るための制度です。
- 募集人数 10名
 - 活動期間・内容 令和8年4月から令和9年3月までの1年間
 - ・基地行事(航空祭、基地見学等)への参加
 - ・基地モニター会議への出席およびアンケート調査への協力
 - ・自衛隊および松島基地の諸施策に対する意見および要望等の提出
 - 対象
 - ・18歳から69歳までの宮城県内に住民登録のある方、または就業先(学生の場合は学校)が東松島市、石巻市、女川町、松島町である県外に居住している方
 - ・自衛隊および防衛問題に関心があり、公正で建設的な意見ができる方
 - ・基地モニターを対象とした各種行事に参加できる方(平日も対応可能な方)
 - ※議会議員、常勤の国家公務員および地方公務員の方は除きます。
 - 応募方法 必要事項を記入し、電子メールまたは郵送で応募ください。なお、電話での応募はできません。
 - 必要事項 ①氏名(ふりがな) ②年齢(生年月日) ③住所 ④性別 ⑤職業(具体的な職種) ⑥就業先(学生の場合は学校)の所在地(市町村) ⑦電話番号 ⑧応募の動機
 - 宛先 【郵送の場合】 〒981-0503 東松島市矢本字板取85 航空自衛隊松島基地広報班(基地モニター担当者)宛
【メールの場合】 mtspub1401@inet.aci.mod.go.jp
 - 応募期限 令和8年1月31日(土)まで ※郵送の場合は最終日必着。基地モニターに選ばれた方には、3月下旬までに別途連絡します。
 - ※選考にもれた方には、お知らせはしませんので予めご了承ください。

自衛官募集



自衛官候補生	<ul style="list-style-type: none"> ■応募資格 18歳以上33歳未満の者 ■受付期間 年間を通じて行っています
陸上自衛隊 高等工科学校 生徒(一般)	<ul style="list-style-type: none"> ■応募資格 男子で中卒(見込含)17歳未満の方 ■受付期限 令和8年1月15日(木)まで ■試験日 1次試験:令和8年1月24日(土)・25日(日) ※いずれか1日を指定されます。
自衛隊奨学生	<ul style="list-style-type: none"> ■応募資格 学校教育法に規定する大学、大学院、高等専門学校等で理学、工学、文学(語学)または法学を専攻しており(今後専攻しようとしている方も含む)、正規の課程を修了する年の4月1日現在で26歳未満(大学院(修士課程・博士課程)在学者は28歳未満)の方 ■受付期限 令和8年1月30日(金)まで ■試験日 令和8年2月21日(土)

- 問 自衛隊宮城地方協力本部
石巻地域事務所
宮城県東松島市赤井字鷲塚1-6
☎/FAX 0225-83-6789



自衛隊宮城地方
協力本部ホーム
ページ



戸籍のまど

令和7年10月掲載依頼分

(10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

市民生活課戸籍住民係

☎内線1331-1334

お誕生おめでとうございます

行政区等	氏名	保護者
南二	須田 瑚乃美	奈菜美
筒場	安倍 ひかり	良信
南緑	熱海 珀斗	和哉
関の内一	相沢 実和	僚希
上納	佐藤 楽	大和
下町二	佐々木 詩依	駿
南緑	早坂 颯真	祥
新道	大山 千朝	将弥
関の内二	白川 珠々	真也

結婚おめでとうございます

行政区等	氏名
柳北	富澤 大誠
柳北	後藤 里菜
盛岡市	中里 直也
若葉	本田 ありさ

お悔やみ申し上げます

行政区等	氏名	年齢
上河戸三	木村 紀久男	90
往還上	後藤 忠吉	95
仙台市	濱本 陽子	89

上町一	佐藤 幹子	95
龜岡東	後藤 光子	95
大島	津野 嘉	90
南新	山田 嘉	76
南一	片倉 しげ子	98
上町一	川元 ふみ子	94
大浜	小野 運平	99
南二	川元 まち子	99
本町	添田 みな子	89
道地	雲石 貞子	95
貝塚二	高橋 久子	73
二反走	大友 信義	70
東大溜	六倉 春子	85
照井	齋藤 勝子	86
五味倉	門馬 美江子	89
下小松	片倉 孝行	87
南四	佐藤 祐治	84
南四	真籠 孝雄	78
往還下	鹿野 義信	76
新道	内海 敦	67
横沼二	谷津 俊一	86
上河戸二	板橋 弘	95
四反走	柴田 嘉昭	83
裏	小田嶋 勝	55
道地	木村 みつ子	86
道地	京極 勝男	86
裏一	眞籠 頼子	90
表	高橋 みね子	86
貝田	千葉 圭悟	81
貝田	千葉 信子	79
八幡	遠藤 昌利	71
大島	太田 あや子	86
南一	小野 弘行	73
小野上	板垣 和典	82

令和7年 秋の叙勲 受章おめでとうございます



旭日単光章
土地改良事業功労
横山徹さん(78)
現 鳴瀬土地改良区理事長



旭日単光章
中小企業振興功労
橋本孝一さん(77)
現 東松島市商工会会長



瑞宝単光章
統計調査功労
成澤孝一さん(76)
元 農林業センサス調査員

瑞宝単光章 国土交通業務功労 奥津孝文さん(63) 元(独)海技教育機構大成丸甲板長


窓口用軟骨伝導イヤホンの設置について

耳の聞こえにくいお客様などが窓口での手続きや相談を安心してできるように軟骨伝導イヤホンを設置しています。

軟骨伝導イヤホンとは 耳付近の軟骨を振動させて音を伝えるもので、イヤホンを軽く耳に当てるだけで音が聞こえやすくなります。そのため、お客様も職員も大きな声で話す必要がなく、個人情報や周囲に聞かれるリスクが軽減できるほか、イヤホンに穴や凹凸がないため、簡単な消毒により清潔に利用できます。軟骨伝導イヤホンの使用を希望する場合は職員にお声がけください。

■設置場所
市役所矢本庁舎 1階 市民生活窓口 1台
市役所鳴瀬庁舎 1階 鳴瀬総合支所 1台

■問 市民生活課戸籍住民係 ☎内線1609



宮城県最低賃金改正のお知らせ

地域別最低賃金	時間額	効力発生日
宮城県最低賃金	1,038円	令和7年10月4日
特定最低賃金	時間額	効力発生日
①鉄鋼業	1,125円	令和7年12月15日
②電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業	1,077円	
③自動車小売業	1,101円	

■問 宮城労働局賃金室 ☎022-299-8841



バイオシミラー(バイオ後続品)のお知らせ

■バイオシミラーとは すでに発売されていたバイオ医薬品(バイオテクノロジーを応用して生産されたタンパク質を有効成分とする医薬品)の特許が切れた後に、別の製薬会社が製造・販売するものです。

■バイオシミラーを使うメリット 先行バイオ医薬品と同等・同質の品質、安全性、有効性を有する医薬品で、先行バイオ医薬品よりも安価なため、患者・家族の経済的な負担の軽減に繋がることが期待されています。また、今まで治療が難しかった病気への効果も期待されています。

■バイオシミラーが使われている病気の例
がん、糖尿病、クローン病、潰瘍性大腸炎、関節リウマチ、腎性貧血、低身長、加齢黄斑変性など

バイオシミラーを利用したい場合は、主治医・薬剤師に相談ください。

■問 市民生活課国保・高齢医療・年金係 ☎内線1332

建設業関連で働く国民健康保険・労災保険・退職金制度(建設国保加入者は協会けんぽへの入り直し不要です)各種助成・傷病手当金・年収や資産に関係ない保険料です

東松島市建設職組合

宮城県建設業国民健康保険組合東松島支部


TEL・FAX 0225-90-4680

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 いただいて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

問い合わせ・連絡先 竹取倶楽部 木村 ☎090-1061-3890



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 東松島市小野中央2-2 FAX 87-3817



市民のカレンダー12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。

◆市関係 ■生涯学習・社会教育関係 ●学校・幼稚園・保育所関係 ▲地区行事・その他

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
飲酒運転は犯罪です 宮城県内では震災発生直後から飲酒運転による事故や検挙数が増加しています ～飲酒運転を「しない」「させない」「許さない」～	1 ◆固定資産税第3期納期限日 ◆国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料第5期納期限日 ■図書館休館日 ●第一学区ほほえみ一声運動	2 体 ◆夜間 税・税外納付および相談(～19:00) ◆証明書交付延長窓口 ◆マイナンバーカード交付延長窓口(要予約)	3 ■ちっちゃい子向けおはなし会 11:00 ●矢本東小学校学習参観日	4 ■囲碁将棋のつどい	5 体 ◆特設人権相談(小セ) ◆農地転用等申請締切日 ■図書館延長開館(20:00まで) ●小学校学習参観日(大曲、赤井、矢本西、赤井南、宮野森)	6 体テ ■おはなし会 10:30 ■ほっとふる土曜オープン(矢子) 9:00 ■ジュニア・リーダークリスマス交流会 ●矢本第一中学校リサイクル資源回収
7 赤テ ▲第30回ヤックンカップ争奪家庭バレーボール大会(市体)	8 ■図書館休館日	9 体 ◆令和7年第4回東松島市議会定例会(～22日(月))	10 ●鳴瀬未来中学校授業参観(自由参観)	11 ◆市民防災デー ■囲碁将棋のつどい ●第一学区ほほえみ一声運動	12 体 ◆行政相談(小セ) ●矢本第二中学校立志式(2年) ●中学校学習参観日(矢本第一、矢本第二) ●鳴瀬桜華小学校学習参観日 ■図書館延長開館(20:00まで)	13 テ ■おはなし会 10:30 ▲矢本東イルミネーション2025点灯式
14 赤テ ◆マイナンバーカード休日交付窓口(要予約) ▲第12回大塩地区バレーボール大会	15 ■図書館休館日 ●第二学区でめこんウィーク(～19日)	16 体 ◆夜間 税・税外納付および相談(～19:00) ◆証明書交付延長窓口 ◆マイナンバーカード交付延長窓口(要予約) ▲献血 (鳴子) 10:00～11:30 (矢保) 13:30～16:30	17 ■ちっちゃい子向けおはなし会 11:00	18 ◆法律相談 ■囲碁将棋のつどい	19 体 ■図書館延長開館(20:00まで)	20 体テ ◆粗大ごみ直接搬入受付日(～21日(日)) ■ほっとふる土曜オープン(矢子) 9:00 ■おはなし会 10:30 ▲東松島市バレーボール協会中学生交流大会(市体)
21 赤テ ▲献血・骨髄バンクドナー登録(イオンタウン矢本) 10:00	22 ■図書館休館日	23 体 ◆相続登記専門司法書士無料相談会(要予約) ●市内小中学校冬季休業日(～令和8年1月7日(水))	24 ◆相続登記専門司法書士無料相談会(要予約) ●市内小中学校冬季休業日(～令和8年1月7日(水))	25	26 体 ◆市役所仕事納め ■図書館休館日(図書整理日)	27 ◆市役所・市民センター年末年始休業(～令和8年1月4日(日)) ■図書館休館日(年末年始)(～令和8年1月3日(土)) ■市コミュニティセンター休所日(～令和8年1月4日(日))
28	29	30	31 大晦日	消防団員募集 この街には あなたの笑顔を守ってくれている人たちがいます ■問 防災課消防・交通・防犯係 ☎内線1166		

問 ● 東松島市役所(矢本庁舎) 82-1111 ● 東松島市役所(鳴瀬庁舎) 82-1111 ● 矢本保健相談センター 82-1111 ● 奥松島縄文村歴史資料館 88-3927 ● 老人福祉センター 83-2717 ● 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 ● 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:小野市民センター) 87-2067	● 塩体 大塩地区体育館(管理:大塩市民センター) 82-7532 ● 曲体 大曲地区体育館(管理:矢本東市民センター) 82-1180 ● 奥運 奥松島運動公園 88-4588 ● 健増 健康増進センター ゆぶと 84-3855 ● 東セ 矢本東市民センター 82-1180 ● 西セ 矢本西市民センター 82-1181	● 曲セ 大曲市民センター 82-5965 ● 赤セ 赤井市民センター 82-2075 ● 塩セ 大塩市民センター 82-7532 ● 小セ 小野市民センター 87-2067 ● 野セ 野蒜市民センター 88-2056 ● あお 宮戸地区復興再生多目的施設(あおみな) 86-2177
---	---	--	---

体育館一般開放のお知らせ ■場所・時間 市民体育館…(体)9時～12時・(体)19時～21時、赤井地区体育館…(赤)9時～17時、矢本運動公園テニスコート…(土)18時～21時・(テ)日:9時～17時
 ■問 NPO法人東松島市スポーツ協会事務局 ☎82-9030

編集と発行:東松島市総務課市長公室秘書広報係 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河戸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7年度市報ひがしまつしま制作費(制作委託料) 1部あたり73.9円



東松島市の人口(令和7年11月1日現在の住民基本台帳、外国人住民含む)
 男 18,324人(-40) 女 19,096人(-39) 計 37,420人(-79)
 世帯数 16,783世帯(-20) ()内は前月比
 ●令和6年同時期計 ()内は前年比 ●令和4年同時期計 ()内は3年前比
 37,948人(-528) 16,756世帯(+27) 38,957人(-1,537) 16,522世帯(+261)