

市報

# ひがしまつしま

HIGASHIMATSUSHIMA



特集 守ろう大切な命

ストップ自殺... P 2

乗り合いタクシー... P 8

食育のススメ... P 10

街の情報広場... P 12

City View... P 14

かんきょうライフ... P 16

地域協働のまちづくり... P 17

まなびい~MANA-bel~... P 18

ゆぶと通信... P 20

生活情報... P 21

知っ得情報... P 22

ヘルシーインフォメーション... P 26

戸籍のまど、編集室からなど... P 27

市民のカレンダー... P 28

2009

2

NO.47



みんなで体力づくり  
(ゆぶとスタジオ)



血圧を測りますよ  
(メタボ予防コーナー)



子どもたちに風船をプレゼント  
(ゆぶと前広場)

## 特集

# 守ろう大切な命 ストップ！自殺

平成10年度から、全国の年間自殺者数が3万人を超え、その後も高い水準で推移しています。本市における、平成18年の自殺死亡率(人口10万人あたりの自殺数)は48.0で、県内市町村の第4位になっています。このような現状から、市報では、毎月「ストップ自殺」として自殺の予防や対処方法などを連載してきました。今月号では、自殺と深く関係している「うつ病」について特集します。

写真は平成20年10月に開催された健康福祉まつりから



歯磨き指導などがありました  
(お口の健康コーナー)



献立カードでカロリーチェック  
(食事バランスチェックコーナー)

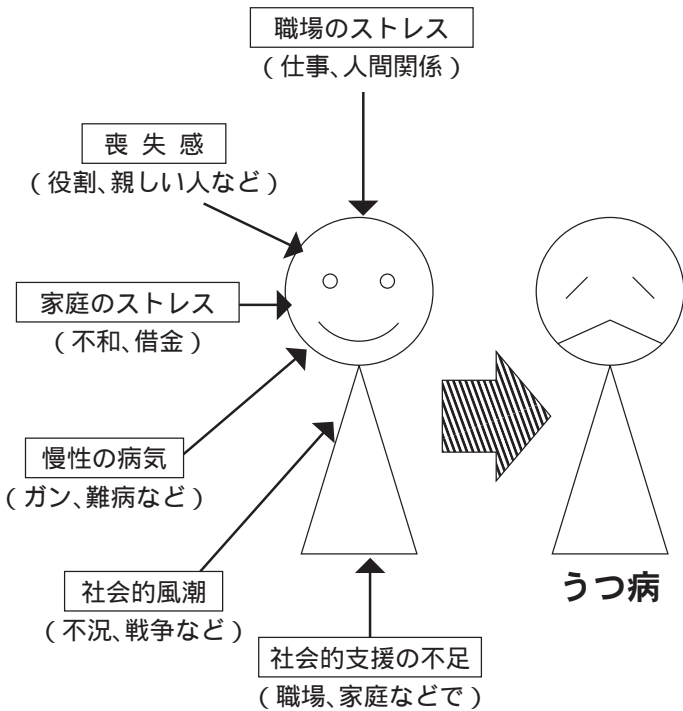


やぶけちゃった～  
(ゴム金魚すくい)

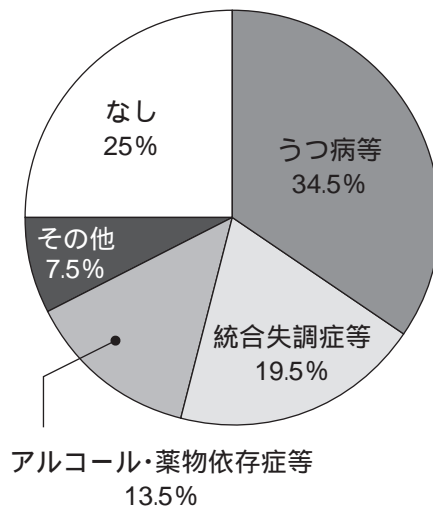
# I

## 自殺とうつ病

自殺とうつ病は、とても深く関係しています。うつ病とはどんな病気で、どんな人がなりやすいのでしょうか。



グラフ 精神障害の有無



『自殺の危険因子として精神障害 - 生命的危険性の高い企図手段をもちいた自殺失敗者の診断学的検討 - 』飛鳥井望(精神神経誌)96・415-443、1994)

### うつ病とは

自殺未遂者の75%に精神障害があり、その中で、うつ病が約半数を占めています(グラフ参照)。

ローマ時代に、自殺を考えている友人の自殺を止めようとする人の言葉として、このような記述が残されています。

「その決断(自殺)は、理性から生じたものではなく、うつから生じたものだ」

昔から一部の人の間では、自殺とうつ病の関係性が知られていました。現在は、各種調査結果から、自殺とうつ病は、とても深く関係していることが解明されています。

うつ病は、必ず治る病気です。誰でも、失敗や失恋、家族や仕事のことなどで、気持ちの落ちこみが出てきます。多くは、数日で良くなり、また頑張ろうと思えるようになります。

ところが、2週間以上四六時中気持ちの落ち込みが続き、心と身体に不調が出て、生活に支障が出てくることを、『うつ病』と言います。

うつ病の原因は、ストレスなどによる心身の疲労で、脳内にある意欲や元気、記憶を伝える神経伝達物質の量が減るなど、働きが低下するために起こると

言われています。この病気は、脳の病気で、決して単なる気の持ちよつてではありません。

### うつ病になる割合

うつ病は、日本人全体で見ると、約15人に1人は、一生の内に一度はかかる可能性があると考えられています。女性の場合は、約12人に1人、男性は約24人に1人の割合でこの病気になると言われる、とても身近な病気です。

女性のほうがかかりやすいのは、女性ホルモンと関係している、女性特有のストレスを感じやすい月経前、妊娠・出産、子育て、更年期は症状が出やすくなります。

### うつ病になりやすいタイプ

同じストレスでも、うつ病になる人とならない人がいます。

まじめで仕事熱心 完全主義で几帳面  
仕事や家事を人任せにできない 融通がきかない  
人にどう見られているか非常に気になる など  
まじめで几帳面などは、多くの日本人にあてはまりますので、特別な人だけがなりやすい訳ではありません。


## 予防と対応

### 『うつ病』を疑うサイン

いろいろと気をつけていても、うつ病になることもあります。うつ病は、本人だけでなく、周囲の人も気づきにくい病気です。  
周囲が気づくことで、自殺を回避することも可能です。

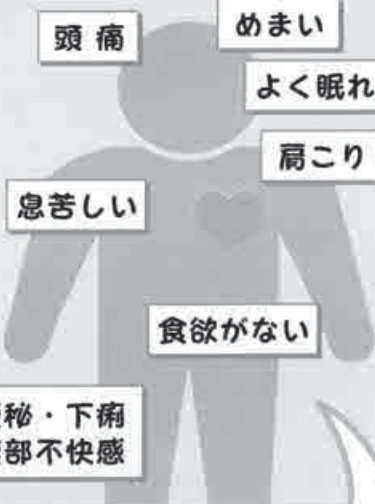
うつ病は、決して特別な病気ではありません。早めの相談、治療と休養が大事です。  
うつ病にならないためのヒント、そしてうつ病になってしまったらどう対処すればよいか、体験談などとあわせて紹介します。

#### こころの症状



- ① 感情面**
  - 抑うつ
  - イライラ
  - 自分を責める
  - 死ぬことを考える
- ② 意欲面**
  - 気分の落ち込み
  - 何に関しても興味がわかない
- ③ 思考面**
  - 考える力が落ちる
  - 集中力・記憶力・判断力が低下する

#### からだの症状



- 頭痛
- めまい
- よく眠れない
- 肩こり
- 息苦しい
- 食欲がない
- 便秘・下痢  
腹部不快感

からだの不調にも「うつ病」が隠れていることがあります！

原因は一つではないことが多い、はつきりしない場合もあります。「のせいだ」など悪者探しになってしまいがちですが、原因探しより、回復に向けてどうしていくかなどに

#### ●原因探しをしない

原因は一つではないことが多い、はつきりしない場合もあります。「のせいだ」など悪者探しになってしまいがちですが、原因探しより、回復に向けてどうしていくかなどに

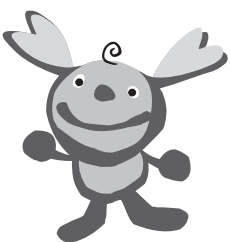
不安を小さくするように声をかける  
『うつ病』病気という言葉に抵抗がある方もいます。  
疲れや、その人がつらいと感じている症状、例えば眠れないなどについて受診を提案してみましよう。

うつ病かな？と思ったら  
自分や家族が、もしかしてうつ病かなと思った時には、受診や相談をしましょう。

#### ●家族も受診を

受診には、できるだけご家族が付き添ってください。医師の話と一緒に聞くことで、本人の状態やサポート方法がわかりやすくなります。

また、本人が受診に消極的な場合は、ご家族だけで受診しましょう。本人の様子を医師に伝えたり、医療機関からの話を本人に伝えることで、不安をやわらげることも可能です。



## うつ病予防の 自分コントロール法

### 自分自身を知る

まじめで几帳面きちょうめんなどの性格を自覚していると、普段から無理をしないなど、ストレスになることを避けるなど対処が可能です。

### 頑張りすぎない

何事も完璧を目指すのではなく、「八分目くらいで良い」くらいに考えましょう。休んだ遅れを取り戻そうと考えず、気持ちに余裕を持ちましょう。

### 物事に優先順位をつける

大切なことから片付けましょう。終わらない時は、「明日やれば良い」と考えた方が、効率的な場合が多いです。

### 自分だけで抱え込まない

何でも自分1人でしようとする、自分の能力以上のことを抱え込むことになり、ストレスが溜まります。他の人に相談して、手伝ってもらい、なるべく負担を軽くするようにしましょう。

### マイペースで生活を

肩の力を抜いて、マイペースな生活を心がけ、他人にどう思われているか、あまり意識しないようにしましょう。

### 生活の変化に注意

うれしい変化でも、うつ病の誘引になる場合があります。変化がある時は、十分な休養をとりましょう。

## 周囲の気付くサイン

表情が暗く、 元気がない	遅刻・早退・ 欠勤が増えた	仕事や家事の ミスが増えた	体調不良の訴え (痛みや倦怠感)
			
周囲との交流 を避ける	気分が沈み、「自 分は価値がない」 「死にたい」と訴 える	好きなことにも 興味を示さない	朝方や休日明け に辛そうである
			

身近にうつ病の方がいると、どのように対応したら良いのか悩むことがあると思います。次の対応を参考にしてみてください。

心配しすぎない  
心配しすぎて、行動がぎこちなくなる場合があります。基本的には、今まで通りの普通の対応をしましょう。

励ましすぎない  
頑張りたくても、頑張れない状況になっているため、励ますことは逆効果です。温かく見守りましょう。

ゆっくり休ませる  
脳が疲れきっている状態です。身体の疲れも休んでとるように、脳の疲れを取るためにもゆっくりと休ませましょう。家事なども本人に負担を

## 周囲の対応方法

けないようにしましょう。

服薬しているか気をつける  
治療中に、症状が軽くなったなどの理由で勝手に服薬を中断することがあります。薬の中断は、回復を遅らせますので、続けて薬を飲むようにサポートしてください。

時には、距離をおいて見守る  
うつ病のために、甘えや攻撃が出ることもあるので、場合によっては距離をおいて見守りましょう。

重大な決定は先延ばしに  
うつ病の時は、判断力が落ち、マイナス思考のため冷静な判断ができません。大きな決断は本人を追い込むこととなります。仕事や離婚など、重大な決断は先延ばしにしましょう。



## 市内在住のAさんのうつ病体験談

### うつ病を乗り越えるには

### 家族の支えが大切

#### 発病の頃へ受診

20年前、突然食事ができなくなり、眠れなくなりました。当時、私はうつ病の知識もなく、風邪かと思った。その後2年間、内科を転々と受診したが、体調は良くなり、両親の勧めで精神科を受診した。

#### 治療と体調

薬を内服すると、すぐに体調が良くなり、眠れる、食べられる、育児もできるよじりになった。良くなったと思いい、自己判断で、内服を一時中断したところ、また同じ状態になってしまった。

うつ病の症状は、人それぞれ。私は胸が締め付けられ、眠れない、食べ物の名前を聞くだけでつわりのようになり食べられない、一歩も外に出られない状態が1カ月ほど続いた。ひどい時は、布団からも出られなくなる。

#### 周囲の支え

家族は、当初うつ病の知識がなかった。父親は、早く良くなって欲しい

という気持ちで、元気づけようと大げさに明るく態度で励ましてくれた。しかし、それが辛かった。「頑張れ」と言われても頑張りようがなく、先が見えない不安もあり、落ち込んだ。

ひどく落ち込んでいた時は、そっとしておいて欲しいと感じた。夫は、一番の理解者だった。うつ病がひどいと、あれもこれもしなきゃと焦る私に、今、何が気になっているのや?と聞いてくれ、夫が代わりに用事を済ませ、心配事を減らしてくれた。

#### 今の生活

調子が悪い時は動けないが、体調が良い時は、自然と掃除ができる。本当に、自然と行動ができる。

最後の難関が食事と調理。調理をしようとすると、食べ物のおいでムカムカして食べられなくなったりどうしようという思いがある。食べられなくなったら、自分はダメだと思っている。食べられな

くなる恐怖から、まだ調理をすることができない。

夫が亡くなった今も、具合が悪い時には家事支援のヘルパーさん※が決まった時間に来てくれることで安心感がある。

また具合が悪くなっても、寝ていけばいいやと気持ちを楽に持つことができるようになった。

#### 病気について

自分で何とかなると思ってても、身体が言うことを聞かない。やはり脳の病気だと思つた。

20年前、自分がまさかうつ病になるとは思っていなかった。早く対応すれば、早く治ると聞く。早く精神科を受診していれば、軽く済んだかもしれない。

発病当時は、病気を知られるのが、恥ずかしく無理をしてきた。今は病気のことを恥ずかしくないという気持ちはなくなった。早めの受診と薬を処方通り飲むこと、家族の理解と協力がうつ病の辛さを乗り越えるのに大切と感じている。

ヘルパー(自立支援サービス)は、精神疾患により、精神保健福祉手帳を所持している方や、自立支援医療を利用している方が、申請することで利用できます。

#### うつ病の治療

うつ病治療の基本は「薬」と「休養」です。

うつ病は治療を続けることで必ず治る病気です。

薬をきちんと飲み続け、出来るだけ休養をとるようにしましょう。

#### 投薬での治療

脳の中の意欲や元気、記憶を伝える伝達物質の量や働きを整えてくれます。

効果が出てくるまでには、数日〜数週間かかります。

うつ病は、良くなったり、悪くなったりしながら、徐々に改善して行きます。あせらずにゆっくり治療に取り組みましょう。

#### 休養での治療

うつ病では、心身に消耗しきつているため、無理をするほど悪循環になります。

しっかりとゆっくり休養することが大切です。



### III

## 活動・取り組み

多くの自殺は、個人の自由な意志や選択の結果ではありませ  
ん。さまざまな悩みにより心理的に、追い込まれた末の死と言  
うことができます。ひとりで悩まず、相談することが大切です。  
ここでは、障害のある方などを対象として相談や支援活動を  
行う福祉施設の紹介と、市の取り組みをお知らせします。



このころの健康づくりを応援  
東まつしま地域活動支援センター「カノン」

東まつしま地域活動支援セ  
ンター「カノン」は、平成18年  
10月、市からの業務委託で、社  
会福祉法人矢本愛育会により  
開設されました。

市内在住の障害がある方な  
どを対象に、業務を行っている  
カノン。自立や社会性の向上を  
図ることを目的に、地域活動支  
援や相談支援事業など、福祉  
サービスの提供をしています。

相談はもちろん、作業支  
援や就労支援も行っています。悩  
みをかかえている方、またはこ  
家族でもかまいませんので、気  
軽に問い合わせてください。

問 ゆふと1階福祉交流  
プラザ内(東まつしま地域  
活動支援センター)「カノン」  
☎ 83・1571



PICK UP!  
軽食カフェ  
キッチンクラブカノン  
オープン

カノンは、障害者と市民  
の交流の場としてサロン事  
業を新たに展開し、1月13  
日(火)にリニューアルオー  
プンしました。  
福祉交流プラザ内に新し  
くできた、軽飲食を楽しめ  
る「キッチンクラブカノン」  
をぜひご利用ください。

### どんなことでも ご相談ください



東まつしま地域活動支援センターカノン  
相談支援専門員  
阿部 静子さん 零石 有香さん

カノンでは、障害の  
ある方を対象に、地域  
での生活を支援するた  
め各相談に応じていま  
す。  
障害や、家族・子育て  
の悩みなど、どんな些  
細な事でもかまいませ  
ん。ひとりで悩まずに、  
ご家族の方でもかま  
いませので、気軽に相  
談してください。

### 市民の声を活かした自殺防止策の推進

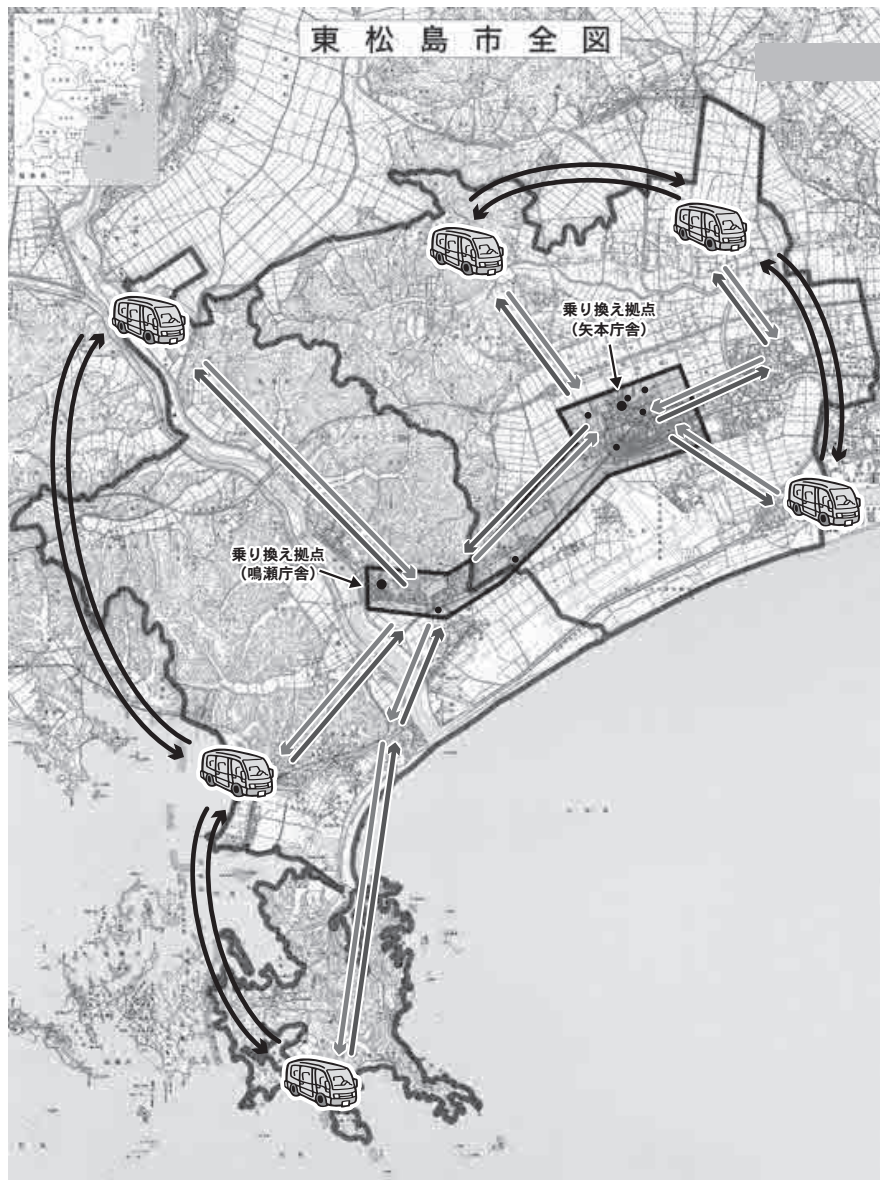
市では、大曲・矢本西・矢本東の3市民センターと、民生委員協  
議会で、自殺についての講話を行いました。

そこで、今後の自殺防止の参考にさせていただくためアン  
ケートを行いましたので、結果の一部を紹介します。

研修に参加して自殺問題へ  
の考えの変化  
自殺は防げると思つようにな  
った。  
自殺者は、必ずサインがある。  
それ故に近隣に絆が必要。  
命の大切さの意識の高揚。  
誰かに相談することが大切。  
皆で考えなければ行けない  
ことだと思つ。  
自殺予防には、周りの人の  
助けが必要。など  
自殺の現状、自殺対策など  
への理解が深まった。  
自殺にはいろいろな問題が

あり、周りで気づいて防ぐ  
ことが大事であっても、容  
易ではないこともわかった。  
など  
アンケートを通して、自殺  
の実情や対応方法、困つた時  
に相談できる相談窓口などの  
啓発が必要という意見をいた  
だきました。  
皆さんの意見を参考にさせ  
ていただき、これから自殺  
対策を行っていきます。

問 福祉課保健福祉総務班  
☎ 内線 1173・1174



人を結びます  
暮らしが輝きます

# 乗り合いタクシー 7月から試行

## 新たな 公共交通の形

市では新たな公共交通システムとして、7月から「デマンド型乗り合いタクシー（仮称）」の試行運行を開始する予定で、関係機関との協議を進めています。

乗り合いタクシーは、デマンド（需要応答）型タクシーともいい、事前に予約した方を、目的地まで運ぶ新しい公共交通システムです。

内容は、タクシー車両を活用した乗り合い交通システムです。バスとは違い、乗車人員には限りがあり、普通のタクシーに比べて、乗り合いで運行する分の時間が余計にかかることなども想定されます。そのかわりに、配車予約をすれば、確実に自宅から目的地「戸口から戸口」まで運行される利点があります。

## 料金は大人1回 300円で運行

試行運行の利用料金は1乗車につき大人300円、小学生100円。運行時間は平日8時から17時までの予定です。

運行エリアは、市内を面積的に2つ、矢本エリアと鳴瀬エリアに分けています。エリア

内はどこでも1回300円の運賃で運行します。加えて、主な移動対象と想定される市中央部の公共的施設、市役所、ゆふと、医療機関、商店など本（矢本）庁舎周辺（鳴瀬庁舎間）については、相互乗り入れ区域として設定。エリア外からも1回300円の運賃で直接運行します。旧町を超えた周辺地域への運行は、当面、市役所本（矢本）庁舎、鳴瀬庁舎を拠点とした乗り継ぎ運行になります。

## 運行開始は 7月を予定

試行運行は、許認可などの協議を整えたのち、今年7月の開始を予定しています。なお、乗り合いタクシーを利用するためには、事前の利用登録が必要になります。登録時期については改めてお知らせします。

乗り合いタクシーシステムに関して、「ご意見やご質問などがありましたら、お気軽にお寄せください。また、老人クラブなどの地域団体で制度説明のご希望がありましたら、あわせてお知らせください。日程調整のうえ、担当者が出向き、説明します。」

問 企画政策課 企画政策総務班 ☎内線12332



FAX等応募用紙



# 愛称募集

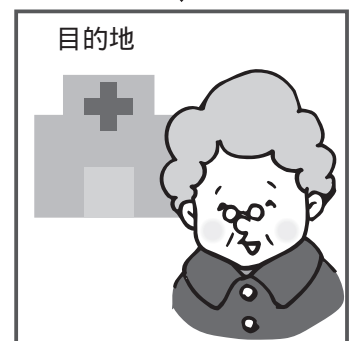
## 東松島市乗り合い交通

市では、本年7月から試験運行を開始する予定の乗合タクシーシステムが、より親しみをもち、多くの皆さんに利用されるよう、愛称を募集します。ぜひ、ご応募ください。

- 募集期間 2月20日(金)まで
- 募集内容 『東松島市乗合タクシーの愛称』  
採用された「愛称」を応募された方には記念品を進呈いたします  
(採用した愛称に複数応募があった場合は、抽選)
- 発表 愛称と採用者は運行開始時に発表させていただきます
- 提出先 市役所企画政策課まで提出してください  
郵便、ファックス、メール、直接受け付けのいずれも可  
〒981-0503 東松島市矢本字上河戸36-1  
FAX 82-8143 ☎ 82-1111(内線1232)  
E-mail: kikaku @ city.higashimatsushima.miyagi.jp
- 問 企画政策課企画政策総務班 ☎内線1232

愛称名			
選 定 理 由			
住 所			
氏 名		電 話	

ご利用のながれ(例)



帰りも、自宅や目的地から予約できます。

# 食育

## のススメ

昨今、食生活をめぐる環境が大きく変化し、朝食の欠食に代表される食習慣の乱れ、肥満や生活習慣病の増加などさまざまな健康問題や、海外への食料依存の増加から食の安全安心に対する関心も高まっています。

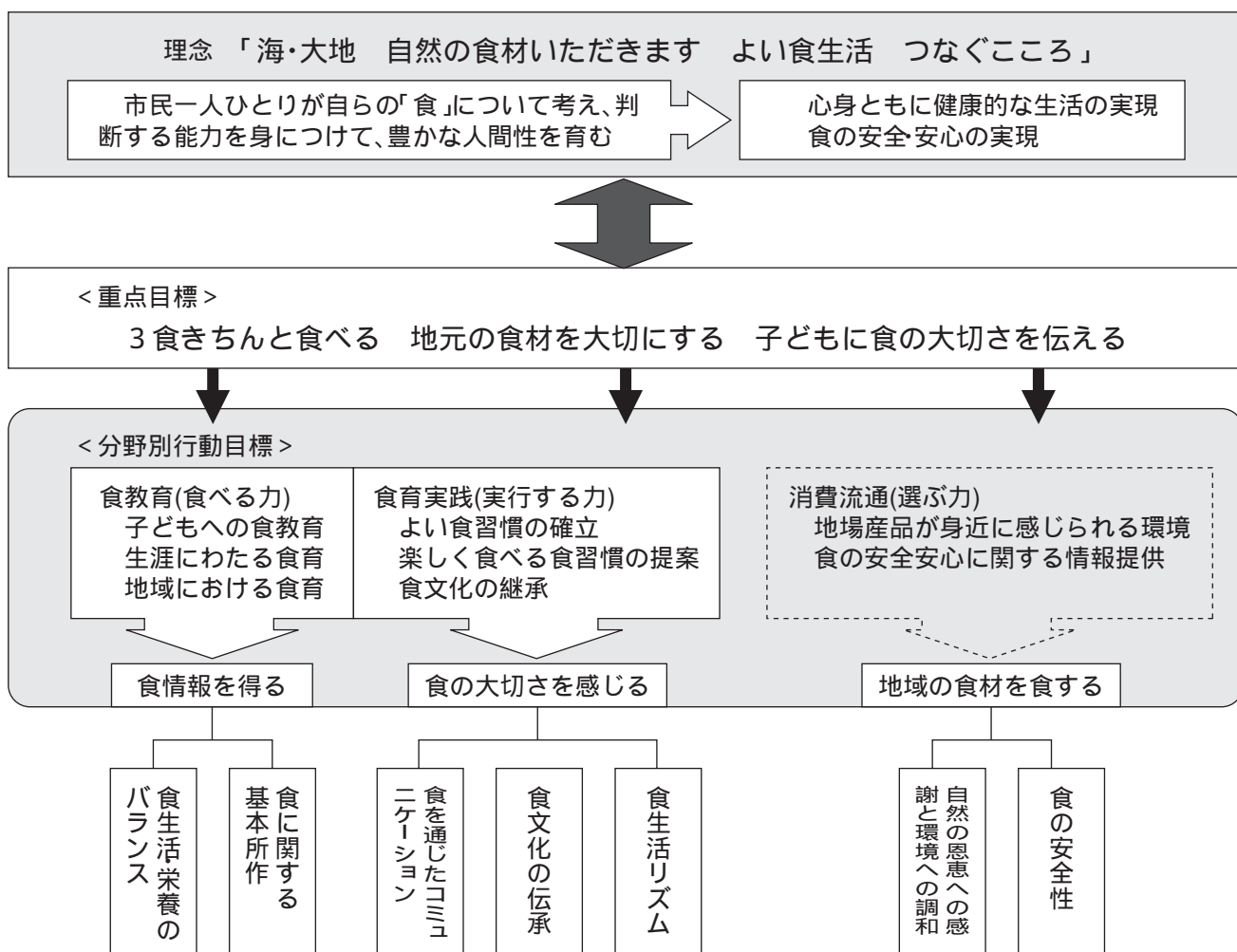
そこで今月号では、食育のススメとして、「東松島市食育推進計画」の一部を紹介しながら、「パブリックコメント」の募集についてお知らせします。

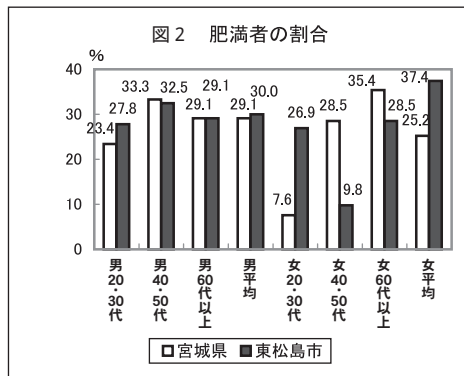
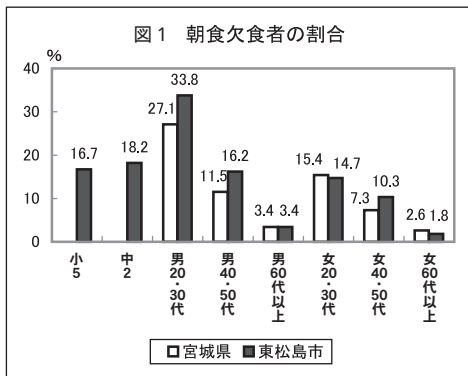
### 東松島市食育推進計画

市では、平成17年「食育基本法」の施行、平成18年11月「宮城県食育推進プラン」策定をうけて、「東松島市食育推進計画」を策定中です。この計画は市内の関係団体や市内外の関係機関の協力を得て協議を重ねています。

市の特性を活かし「海・大地 自然の食材いただきます よい食生活 つなぐこころ」を理念とし、「食教育(食べる力)」「食育実践(実行する力)」「消費・流通(選ぶ力)」の三分野を柱に、計画を構成しています。

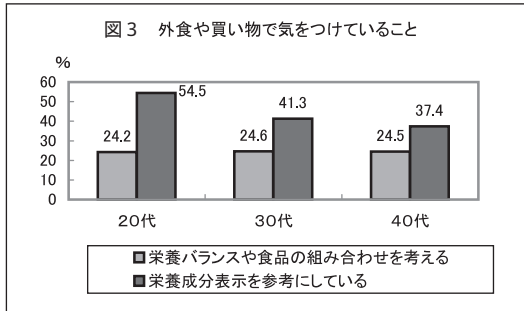
### 構成概念図



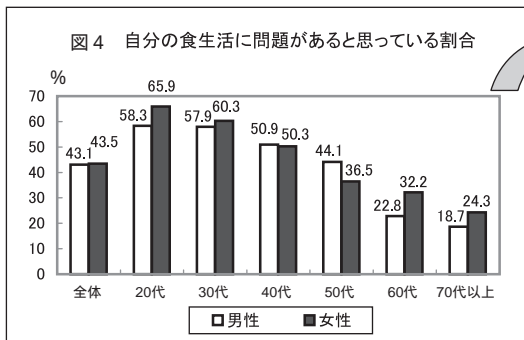


**朝食の欠食者と肥満者の状況**  
朝食欠食者の割合(図1)は、男性が宮城県データよりも高くなっており、特に20・30代の男性は、3人に1人が毎日朝食をとっていない状況です(欠食は、小学生、中学生が毎日とっていない者をいい、成

\*小5・中2のデータは平成18年調査、成人以降の男女調査(市・県)は、平成17年調査  
\*肥満者の割合は、BMI25以上の者をさす。平成17年度調査



\*17年度調査



人は、週4〜5回、全く食べない者を指します)。肥満者の割合(図2)については、男性は40・50代がピークで、女性は年代が高くなるほど多くなっています。  
**食生活で気をつけていること**  
外食や買い物で気をつけていること(図3)については、栄養バランスや食品の組み合わせを考えている方は、各年代ごとに割合の差が見られませんでした。しかし、栄養成分表示については、若い年代で表示を参考にしている割合が高い状況が見られます。

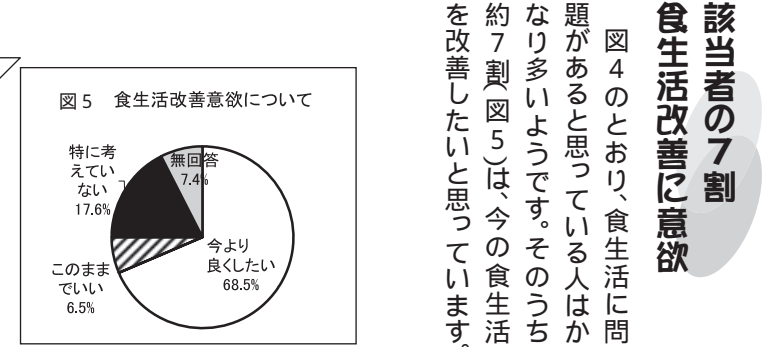


図4のとおり、食生活に問題があると思っている人はかなり多いようです。そのうち約7割(図5)は、今の食生活を改善したいと思っています。

**該当者の7割 食生活改善に意欲**

## パブリックコメントを募集します

市の食育推進計画については、「食育」を総合的・計画的に進めるため、家庭はもとより、食に関わる関係団体などが「東松島市食育推進連絡協議会」を設置し、平成21年3月の「東松島市食育推進計画」の策定に向け協議を重ねています。この度、本計画の原案がまとまりましたので、次のとおり市民の皆さんのご意見を募集します。

件名 東松島市食育推進計画(案)

募集期間 2月2日(月)～2月20日(金)

資料の閲覧方法  
市ホームページ上に掲載するとともに、次の場所に閲覧用資料を備えます。

矢本保健相談センター/市役所鳴瀬庁舎/野蒜出張所/宮戸交付所/矢本東公民館(矢本東市民センター)/矢本西公民館(矢本西市民センター)/大曲コミュニティセンター(大曲市民センター)/赤井公民館(赤井市民センター)/大塩公民館(大塩市民センター)/小野公民館(小野市民センター)

市民センター/野蒜公民館(野蒜市民センター)/宮戸市民センター

意見の提出方法  
市で用意した用紙または、任意の用紙に、住所、氏名、電話番号、意見を明記し、郵便、ファックス、電子メール、または持参により提出してください(閲覧場所に記入する用紙を備えますが、必要項目が記載されていなければ、どのような用紙でも構いません)。

その他  
提出いただいた意見は、計画策定の参考資料とし、取りまとめの上、市のホームページおよび閲覧場所で公表します(意見などに対する個別の回答はしませんので、ご了承願います)。

問 国保健康課健康推進班  
☎内線3108



# 確定申告はお早めに

平成20年分所得税の確定申告の相談および申告書の受け付けは、2月16日(月)から3月16日(月)までです。  
申告書は、確定申告の手引きなどを参考に、自分で記入して、郵送などによりお早めに提出ください。

## パソコンで楽々申告 e-Taxをご利用ください

国税庁ホームページの『確定申告書等作成コーナー』では、申告書を自動計算により簡単に作成・プリントアウトすることができます。

プリントアウトした申告書を、そのまま税務署に提出(送付)することにより、確定申告できます。

また、e-Tax(国税電子申告・納税システム)を利用すると、作成した申告データを直接電子申告することができます。

詳しくは、e-Taxホームページ(<http://www.e-tax.nta.go.jp>)をご覧ください。



## 外国船乗組員の確定申告について

### Q

私は1年3カ月の予定で外国法人A社漁船の乗組員として乗船し、平成20年中の大半は日本を離れていました。

しかし、家族は日本に住んでいて、下船期間は日本に帰り自宅で家族と過ごしています。日本での確定申告が必要ですか？

### A

あなたの場合、「居住者」と判断されますので、確定申告が必要な場合があります。

詳しくは税務署に相談ください。

### ○居住者とは

国内に「住所」を有し、または現在まで引き続いて1年以上居所を有する個人を居住者といいます。

### ○住所の判定

所得税法上の住所とは、その者の「生活の本拠」をいい、船舶の乗組員の住所は、その者の配偶者その他生計を一にする親族の居住している地またはその者の勤務外の期間中通常滞在する地が国内にあるかどうかにより判定することになります。

したがって、日本に家族がいて、下船時には家族とともに生活している場合は、住所は国内にあると判断されます。

問 石巻税務署 ☎22 4151(代表)  
〒986-0827 石巻市千石町2番35号

### ○確定申告

外国船乗組員としての勤務が1年以上でも、居住者と判断されることから、一定の所得を有する場合など、確定申告が必要な場合があります。

なお、技術指導などで外国に居住している方の場合は、非居住者となる場合があります。

### ○外国税額控除

居住者の所得について外国で課税された場合には、その外国所得税の全部または一部を確定申告の際、所得税の額から控除することができます。

この控除を受けるためには、確定申告書に外国税額控除の額およびその計算に関する明細書の記載があり、かつ、外国所得税を課されたことを証する書類などの添付が必要です。



# 中小企業の資金繰りを支援します

## 原材料価格高騰対応等 緊急保証制度

平成20年10月31日、国の「安心実現のための緊急総合対策」に基づく中小企業金融対策として、緊急保証制度が創設されました。

市では、この制度についての相談と、制度利用のための「特定中小企業者」の認定窓口を商工観光課内に設置。12月29日・30日に窓口を延長するなどして対応し、12月末までに60を超える企業を認定しました。

今月号では、制度の手続き方法などを紹介します。

### 利用の要件

次のいずれかの要件に当てはまる中小企業者。

(イ) 最近3カ月間の平均売上高などが前年同期と比較して3%以上減少している。

(ロ) 製品等原価のうち20%以上を占める原油などの仕入価格が、20%以上上昇しているにもかかわらず、製品等価格に転嫁できていない。

(ハ) 最近3カ月間(算出困難な場合は、直近決算期)の平均売上総利益率または平均営業利益率が、前年同期と比較して3%以上減少している。

### 対象業種

経済産業大臣が認定した厳しい経営環境におかれている土木工事業、建築工事業、一般貨物自動車運送業など698業種です。

市または中小企業庁ホームページ参照

### 業種の分類

業種については、日本標準産業分類平成14年3月改訂版に基づき指定されています。

市または総務省統計局ホームページ参照

## 東松島市中小企業融資制度

保証料の全額を市が補給(負担)する融資制度です。活用を検討ください。

### 中小企業育成融資

種類	貸付限度額	期間
設備資金	7,000,000円	7年以内
運転資金	5,000,000円	5年以内

### 小企業小口融資

種類	貸付限度額	期間
設備資金・運転資金	3,500,000円	5年以内

保証料 全額を市が負担(期限経過の分を除く)  
 利率 長期:2.4% 短期:2.0%(平成20年4月1日~)  
 連帯保証人 { 法人事業者の場合 代表者1人 } 小企業小口融資の場合  
 { 個人事業者の場合 不要 } 個人事業者の場合 不要

### 申込者の資格条件

- ・法人:市内に法人登記を有する者
- ・個人:市内に居住し、かつ、市内に店舗または事業所を有する者
- ・小企業小口融資については、従業員20人以内(商業・サービス業は5人以内)の事業所・店舗(遊興娯楽業、仲介業、金融業は除く)
- ・市税を完納し、債務を弁済できる資力のある者
- ・金融機関から取引停止を受けていない者で、保証協会の保証の対象となる者

### 連帯保証人の資格条件

- ・東松島市、石巻市、女川町の区域内に1年以上居住している者
- ・市税または町税を完納し、債務の全部を弁済し得る能力の認められる者

### 添付書類

- ・斡旋資金による事業計画
- ・最近における収支実績または決算書
- ・営業証明書及び納税証明書(本人及び保証人ともに必要)
- ・その他参考となる資料

### 取扱金融機関

- 七十七銀行(矢本支店)
- 石巻信用金庫(矢本支店・赤井支店)
- 石巻商工信用組合(矢本支店・松島支店)

## 申請書類の提出方法

融資を希望する金融機関または市商工観光課に相談してください。

その後、市商工観光課に申請し、認定されれば、保証協会で金融審査が行われ、民間金融機関からの融資に保証を受けることができます。

### 提出書類

#### 申請書(2部)

市商工観光課で配付しています。また、市のホームページから印刷できます。

売上高、売上総利益、営業利益、原油等仕入価格などについて確認できる書類(試算表、決算書、確定申告書等の写し)

業種について確認できる書類(商業登記簿謄本、業種の許認可証等の写し、個人事業者については、確定申告書の事業種目の記載があるページの写しでも可)

問 商工観光課商工観光班 ☎内線2122

## 参考

○宮城県経営環境変化対策資金(セーフティネット資金)  
 <中小企業信用保険法第2条第4項第5号該当の場合>  
 融資限度額 8,000万円(すべての県セーフティ合算)  
 資金用途 運転資金・設備資金  
 融資利率 年2.05%(固定)  
 償還期間 10年以内(うち据置2年以内)  
 返済方法 原則として月賦均等返済  
 担保 必要に応じて  
 保証人 原則法人代表者以外不要  
 信用保証料率 年0.68%

「City View」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

## Change! 七色の未来

### 平成21年成人式

1月11日(日)、市コミュニティセンターを会場に平成21年成人式同実行委員会主催)が行われました。今年も成人者有志の実行委員により式が運営され、新成人対象者532人のうち401人が出席。振り袖姿の女性、黒を基調としたスーツ姿の男性などが華やかに会場を彩りました。

式では、阿部市長から、夢と希望に粘り強く挑戦してほしいと祝いの言葉と記念品が贈られました。その後、新成人の代表として、熊谷奈緒さん(上町三)が、常識とマナーを身につけ社会に貢献していきたいと二十歳の決意を述べました。

会場では、久しぶりに再会した同級生と写真を撮ったり、思い出話に花を咲かせるなど終始明るい雰囲気、成人を祝いました。



色とりどりの振り袖で華やかな会場



成人者有志の実行委員メンバーのあいさつ

## 祝成人



▶今年のテーマは「Change」。大人に変わり、社会を変えたいと思いを込めて



男性陣は落ち着いた黒のスーツ姿がほとんど



二十歳の決意を述べた熊谷奈緒さん(上町三)



阿部市長から記念品が贈呈されました

## 新成人のインタビュー

今年、成人を迎えた5人の方にインタビュー。将来の夢や希望、目標として考えていることなどを語ってもらいました。



成人式実行委員会委員長  
中田 航さん  
(上町一)

成人式の運営は、思った程大変ではなかったけど無事終わりほっとしています。学生なので、まずは目の前のテストをクリアしたいと思います。



奥津 規子さん  
(筒場)

今は、仕事が楽しくやりがいがあります。エステシャンとして、これからも沢山のお客様さんを綺麗にしていきたいと思っています。



みなかわ けいこさん  
(仙台市)

現在は学生ですが、将来看護師になり多くの人を助けたいです。これからも、やさしい気持ちを大切に忘れないうようにしたいと思います。



高橋 涼さん  
(東名元場)

成人を迎え、社会的にも責任が出てきたので、自分できちんと責任がとれるようになりたいと思います。自立した大人を目指したいです。



阿部 理沙さん  
(西余景)

これからも、感謝の心を忘れない大人になりたいと思います。将来は保育士になるので、子どもたちに夢や希望を与えられるようになりたいです。



連凧も上げられ初日の出を待ちます

の願ひ事を書いた凧を上げてもらおうという企画。今回で19回目を迎えました。今年、約1,500人が訪れ、それぞれ新年の願ひを込め祈りました。

1月1日(木)早朝、野蒜海岸で延びる開眼多幸上げが行われました。これは、市商工会青年部が主催で毎年元日に行われ、初日の出を拝むとともに新年の願ひ事を書いた凧を上げてもらおうという企画。今回で19回目を迎えました。

### 初日の出に願ひ 延びる開眼多幸あげ



消防団員による一斉放水

### 一年の安全を願って

#### 消防出初め式、交通・防犯関係団体出動式

1月4日(日)、鷹来の森運動公園を会場に、市消防団の出初め式が開催されました。会場には、11の分団、婦人防火クラブ合わせて632人が集結。安全を願って、団員によるポンプ車・積載車の一斉放水などが行われ、一年の防火と防災を誓いました。また同日には、市役所で交通・防犯関係団体出動式が行われました。式には、交通安全指導隊など、団体関係者124人が参加。防犯実働隊長の氏家昭さん(柳北)が関係団体を代表して、安全安心なまちづくりの推進をしていきたいと出動宣言しました。



各家庭をまわり豊作や無病息災を祈願

地区内に住む小学生の男子6人が、五十鈴神社の岩屋で共同生活。14日には各家庭をまわり一年の豊作や無病息災を祈願しました。

1月11日(日)から6日間にわたり、月浜地区で「えんずのわり」が行われました。えんずのわりは20年も前から続いている伝統行事です。

### 子どもたちが豊作を祈願 えんずのわり



今年も良い年でありますように

### 無病息災を祈願 どんと祭

今年も、どんと祭が1月7日(水)から15日(木)まで市内神社・公園などで行われました。14日(水)には矢本運動公園を会場(市商工会主催)に開催され、特設神社や出店も軒を連ね、約3,000人が訪れました。来場者は、今年1年の無病息災や家内安全・商売繁盛などを祈りながら、正月飾りを炎の中に納め、御神火で冷えた手足を温めていました。

### 住み良いふるさとに尽力

#### すばらしい東松島を創る協議会表彰式



辺見会長から表彰を受ける石川源さん

12月24日(水)、市役所応接室で平成20年度すばらしい東松島を創る協議会運動功績者表彰式(同協議会主催)が行われました。これは、ふるさとを明るく住み良くするため、家庭や地域が一体となつて行われた優秀な市民活動に対し表彰するもの。今回は、亀岡・小野両婦人クラブや新町子ども育成会、さくら会、石川源さん(表)に辺見勝昭会長から表彰状が贈られました。



家族に囲まれての100歳祝い

### いつまでもお元気で 100歳特別敬老祝い

赤井地区の木村周吾さん(有明)が、12月19日(金)に100歳の誕生日を迎えました。長寿の秘訣は、好き嫌いなく食べることと語る木村さん。毎朝新聞を欠かさず読むなど、大変お元気です。当日には、大沼副市長が敬老のお祝いのため、木村さん宅を訪問。「健康で長生きしてください」と言葉をかけ、100歳の節目を家族に囲まれて過ごしました。

# ガンきよんライフ

## 粗大ごみ申し込みは「鳴瀬最終処分場」へ

平成19年10月から始まった「粗大ごみ有料処理」の申し込みの電話が、環境課に掛かってくるのが、受け付けをして「粗大ごみ有料処理」の申し込みの電話が、環境課に掛かってくるのは、鳴瀬一般廃棄物最終処分場になります。

有料処理開始当時に各世帯に配布した「家庭ごみの出し方パンフレット」や「かんきょうライフ」のページなどでもお知らせしていますが、粗大ごみの処分を行なう際の申し込みや詳細については、「鳴瀬一般廃棄物最終処分場」まで、



鳴瀬一般廃棄物最終処分場

電話でお問い合わせください。  
問・申し込み 鳴瀬一般廃棄物最終処分場  
☎87・2837

## 不法投棄が増えています



不法投棄を見つけたら連絡ください

市では、現在までさまざまな方法で不法投棄の防止をしてきました。しかし、不法投棄は、粗大ごみの有料化に伴い増える傾向にあります。特に、市内では次のような場所ので、何度か不法投棄が見られています。

- 大塩中沢から大島に抜ける道路の待避所脇
- 大塩中沢から寺沢に抜ける道路沿いの崖下
- 浜市須賀松の国有林
- 野蒜の神田地区から大塚地区へ抜ける道路沿い
- 野蒜下沼の海沿いの国有林
- 宮戸地区の各浜や林の中など

その他にも、市内各地の「ごみ集積所」やいたるところで不法投棄が発見されています。よく、「粗大ごみを有料化したから不法投棄が増えた」と言われますが、本当にそれだけでしょうか。有料化になつたから「は不法投棄の言い訳にはなりません。

また、市内あちこちで道路などに「タバ」の吸殻や「空き缶」「ペットボトル」「雑誌類」「その他紙類」が散乱しているのをよく見かけます。さらには、トラックなどの車両から落ちてくる「軍手」や「ひも類」「発泡スチロール」なども見かけます。大きくないごみだからといって不法投棄放置するのは、絶対だめです。

## 不法投棄は『犯罪』です

不法投棄されたごみを見たことがある方や、地区のごみ拾いなどで発見したことがある方もいると思います。不法投棄を発見した場合は、至急、環境課までご連絡ください。市では、今後も不法投棄には厳しく対処しますので、絶対に不法投棄をしない、させないよう、皆さんのご協力をお願いします。

みんなの力できれいで、住み良い東松島市を目指しましょう。  
問 環境課環境班  
☎内線2162

## 今月の分別 Part 9 :『ペットボトル』

分別の方法を「確認」するためのこのコーナー。今月は「ペットボトル」です。



ペットボトルは、特に資源化が進んでいる資源物です。きちんと分別してください。

ペットボトルの集積所への出し方は次のとおりです。



ペットボトルはきれいにして分別しましょう

ラベルとキャップをはずす。(ラベルとキャップは「容器包装プラ」へ)

中を軽く水洗いする。

ボトルをつぶす。

集積所のペットボトル用ネットに入れる(中に異物があるものは混ぜないで、取り出してください)。

この流れで処理すると、意外と簡単ですよ。ぜひ、分別にご協力ください。

## 桜の苗木 先着100人にプレゼント

市緑化推進委員会から緑化推進事業として、シダレザクラ(ヤエベニシダレ)と肥料、支柱用の竹をセットで、先着100人(1人1本)にプレゼントします。  
対象 市内在住の方、市内の事業者  
締め切り 2月23日(月) 配布は、3月の予定です  
申し込み 電話またはFAXで連絡ください  
問 環境課環境班 ☎内線2164 FAX87-3804



# 地域協働のまちづくり

今回は、平成21年1月1日に制定された東松島市民憲章と、4月1日に施行予定のまちづくり基本条例により、今後の協働のまちづくりがどのように進められていくのか、お知らせします。

## これからの東松島市の地域運営はどうなるの

### 市民センターの管理運営

地域自治組織が指定管理者として承認を受けて、市と協定を結び市民センターの管理運営を行う。



### 地域まちづくりの拠点施設

### 財政支援

- ・市民センター指定管理料
- ・地域一括交付金

### 地域まちづくり計画

地域自治組織が主体となって、地域住民の意見を聞いて、「地域をどうしたいか」「そのために何をするか」を検討して、まちづくり計画をまとめる。(事業計画は毎年見直し)

「理想の地域 ①」にしていくため、地域に暮らすみんなで

### 「地域のまちづくり事業を実施」

これを実現するためにこれからやらなければいけないこと！

- ・地域の負担を減らす  
地域の役職を見直して、効率よい地域活動を。
- ・地域の自由な発想で、まちづくりできる体制づくり  
地域と行政の役割を明確にし、協働する。(基本条例) 交付金などによるまちづくり事業費の確保。



### まちづくり基本条例

まちづくりの基本ルール。市民・議会・行政などのそれぞれの役割や権利などを定める。  
この条例によって、まちづくりの市民参画と行政の協力体制が保障される。

②

市民協働課  
市民センター運営支援

生涯学習課  
生涯学習活動支援

各担当課  
各まちづくり事業支援

市役所の協働のまちづくり支援体制を強化して、地域と一緒にまちづくり

現在の地域協働推進課は、4月1日から市民協働課に変わります。

### ※1 「理想の地域」

これから、どのような地域にしていくかについては、それぞれの地域で考えていきますが、基本となる市全体の将来像については、「市民憲章」に掲げられています。

東松島市民憲章(平成21年1月1日制定)

わたしたちは、縄文の貞いにしえから海と大地の恵にはぐくまれた豊かな暮らしと文化を築き上げた先人の知恵を大切に、市民の心つどう東松島市をめざして、この憲章を定めます。

奥松島から連なる豊かな自然を守り、大切に育てるまちにしましょう

ふるさとの歴史と伝統を受け継ぎ、未来に誇れるまちにしましょう

心を合わせ 支え合い

夢あふれるまちにしましょう

### ※2 「まちづくり基本条例」

これから、協働のまちづくりを実施していく上で、市の基本ルールを決めます。

東松島市まちづくり基本条例(平成21年4月1日施行予定)

(基本構成)  
第1章 総則(第1条～第4条)

地域の特性を活かし、市民の手で築き上げていく「魅力にあふれた輝く東松島市の実現」  
第2章 権利と役割(第5条～第10条)

市民、市議会及び市の三者が協働によるまちづくりを推進・市民のまちづくりへの主体的、積極的な参加・公共の福祉向上のための審議・政策立案能力の向上・市民とともに行政、職員もまちづくりに参画  
第3章 情報の共有(第11条～第15条)

市民と行政が情報を共有し、相互信頼の確立  
第4章 市政運営(第16条～第18条)

市民参画の機会の確保  
効率的・効果的、安心・安全な市政運営  
第5章 参画及び協働(第19条～第25条)

まちづくり提案制度、地域活動支援策、地域自治組織の設置・活動など  
問 地域協働推進課協働推進班  
☎内線1249

# MANNA-bee!

まなびい



## めざせ！ジュニアリーダー

### 初級研修受講者募集

ご存知ですか。ジュニアリーダーとは、子どもたちと楽しく遊んだり子供会活動の世話役として大活躍する縁の下の力持ち的な存在です。

今回、ジュニアリーダーを育成するための研修会を開催します。初めての方でも丁寧に指導しますので大丈夫です。友達などを誘って、参加してください。たくさんのご応募、お待ちしております。

詳しくは、左記までお問い合わせください。

月日 3月14日(土)～15日

(日) 1泊2日で実施。

場所 松島自然の家

対象 新中学1年生～高校

生

参加費 2,000円

締め切り 2月20日(金)

問・申し込み 生涯学習課

生涯学習班

☎内線3202



ジュニアリーダー研修のようす

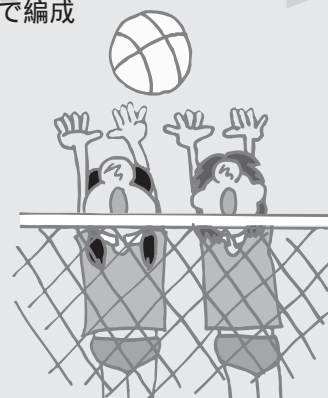


## 第4回

# 東松島市ナイター家庭バレーボール大会

## 参加分館募集

- 期 間 2月17日(火)～22日(日) 19時～21時
- 場 所 市民体育館
- 種 目
  - ・男子ビニールの部(高校生以上男女)  
男子が1人でも入れば男子の部となります。
  - ・女子ビニールの部(高校生以上女子)  
60歳以上の男子3人まで登録可能(プレー中は2人まで)
- 参加資格 1チーム11人以内で各分館(2人まで他分館でも可)の高校生以上で編成(ゲーム中は6～8人が出場)
- 参加費 1チーム1,000円(代表者会議の際に納入ください。)
- 申込方法 市民体育館、奥松島体育館、地区分館長から申込書を受け取り、市民体育館または奥松島体育館に2月9日(月)までに申し込みください
- 代表者会議および開会式 2月12日(木) 19時～ 市民体育館2階 研修室
- 問 市民体育協会事務局(市民体育館2階) ☎82-9030



## <市内体育施設で行われる主なスポーツイベント>

2月15日(日)	宮城県ダンススポーツフェスティバル	市民体育館
2月17日(火)～22日(日)	第4回東松島市ナイター家庭バレーボール大会	市民体育館



募 集

3B体操参加者募集

3B体操とは、ボール、ベル、ベルターという3つの道具を使って、音楽に合わせてながら楽しく体を動かす健康体操です。日ごろの運動不足解消に、あなたも始めてみませんか。初めての方も大歓迎、毎月活動しているのので、いつでもご連絡ください。

日時 毎月第1・3月曜日  
10時30分～12時  
場所 矢本西公民館  
対象 一般成人女性  
参加費 月1,500円  
問・申し込み 担当：戸島  
☎090・4580・2012

平成21年度NHK学園  
入学生・受講生募集

NHK学園では、平成21年度の学生および受講生を募集しています。まずは、無料の案内書をご請求ください。

募集内容 高等学校普通課3年で高校卒業資格取得) 生涯学習通信講座(趣味から資格まで20コース以上)  
募集期間 2月1日～4月20日 通年申込受付  
問 NHK学園 ☎042・572・3151(代表)

案内請求フ

リーダイヤ  
ル ☎012  
0・06・8  
881



東松島市文化協会芸術鑑賞事業

“大衆演劇”芝居茶屋公演  
ふにゅう  
「船生かぶき村」

皆さんのお越しをお待ちしています。

日時 2月21日(土)  
13時開場 / 13時30分開演  
場所 市コミュニティセンター  
入場料 1枚 500円  
当日は販売いたしません。  
販売先 市コミュニティセンター・小野公民館・野蒜公民館  
問 生涯学習課生涯学習班  
市文化協会事務局 ☎内線3203

お知らせ

「大学通信教育春期合同  
同入学説明会」開催

入学希望者に対する希望大学の教育内容の説明と学習相談。さらに、大学通信教育に対する社会の認識と理解を深めるための無料説明会を開催します。

内容 各校の相談コーナーで希望する大学の職員から講義内容・学習方法・受講手続きについての直接相談

参加者には小冊子『大学通信教育ガイド』を配布します。

対象 一般および高校生  
事前の申し込みは不要  
日時 2月7日(土)  
12時～17時

場所 アエル5階(仙台市) 参加校 40校(大学26校、大学院8校、短期大学6校)  
問 (財)私立大学通信教育協会 ☎03・3818・3870  
URL <http://www.uceor.jp/>

東松島市  
女性団体指導者育成研修会開催

東松島市女性団体連絡協議会では、さまざまな分野に女性ならではの力を発揮し、団体の活性化を図ることをねらいとした、指導者育成のための研修会を開催します。

現在活動中の方はもちろん、これから何かを始めようという方など、どなたでも参加(参加料は無料)できますので、気軽に参加ください。

詳しくは、事務局まで問い合わせください。

日時 2月17日(火) 10時～  
場所 市コミュニティセンター  
講師 あら伊達な道の駅(岩出山)  
副理事長 岡田敬子氏  
問 生涯学習課生涯学習班  
☎内線3203



このコーナーでは、皆さんからの生涯学習情報をお待ちしています。掲載してほしい情報(一般市民向け)があればご連絡ください。

問 生涯学習課生涯学習班 ☎3203

大募集

陸上競技に興味のある方(仲間)を募集

市内で開催される『やもとクロスカントリー』や『奥松島少年少女駅伝競走大会』など、各種陸上競技大会の審判などに協力いただける方を大募集しています。協力していただける方は、下記までご連絡ください。

資格 市内在住の方  
問・申し込み 市陸上競技協会 桜井一正 ☎82-4520



第42回矢本クロスカントリー大会



25<sup>スル</sup>プール復旧までの間、木曜日も通常営業(10時～22時)します

## 3月3日(火)は「ひなまつり」

当日に、施設を利用いただいた女性の方に「ゆふとの次回使える優待券」をプレゼントします。ぜひ、ご利用ください。

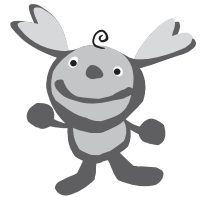


## 年間会員随時募集中

年会費5,250円で、1回の利用料がとてもお得です。プールやトレーニングジム・天然温泉など、すべて利用できます。

例えば、60歳以上の方は

通常600円→400円で  
全部利用できます。



## 運動プログラムのお知らせ

### スタジオプログラム

曜日	時間	内容
火曜日	13時15分～13時45分	スモールボールエクササイズ
水曜日	10時30分～11時	チェアエクササイズ
	11時15分～11時45分	シニアの運動教室
金曜日	10時30分～11時	スモールボールエクササイズ
	13時15分～13時45分	ゆったりストレッチ&筋力UP

上履き、トレーニングウェアなど、汗拭きタオル水分補給を用意ください。

### スパプールプログラム

曜日	時間	内容
月曜日 ～ 金曜日	11時50分～ 13時50分～ 15時50分～ 17時50分～ 19時50分～ (各5分間)	水中ストレッチや水中体操を中心とした運動プログラムです

詳しくは、ゆふとスタッフまでお尋ねください。  
「ショートプログラム」への参加料は無料(施設利用料は各自負担)です。

## 流水プール利用について

「流水プール」は、下記の時間帯に運動教室を開講するため、利用できません。予めご了承ください。

流水プール以外のスパプール・幼児プールは、利用できます。

教室開催日	運動教室開講時間	ジュニアスイミング開講時間
2月5日(木)	13時30分～14時30分	16時～19時
2月12日(木)	13時30分～14時30分 19時～20時	16時～19時
2月19日(木)	13時30分～14時30分	16時～19時
2月26日(木)	13時30分～14時30分 19時～20時	16時～19時

上記以外の時間帯は、流水プールを使用できます。

【営業時間】平日/10時～22時

土日祝/10時～21時

【休館日】25<sup>スル</sup>プール復旧までは定休日を設けません

【問】☎84-3855



のびのび やさしく たいせつに あかるい

東松島市内の私立幼稚園は

“お子さんのすこやかな成長を願っています”

鳴瀬幼稚園

東松島市小野字町120  
tel.87-2105

のびる幼稚園

東松島市野蒜西余景4-5  
tel.88-2312

矢本幼稚園

東松島市矢本字河戸33-82  
tel.82-3139

矢本はなぶさ幼稚園

東松島市赤井字川前式215-1  
tel.83-3423

国民ねんきんだより

安心・便利・簡単・そしてお得  
保険料は口座振替で

国民年金の保険料の納付は、便利でお得な割引もある口座振替をご利用ください。

- 「安心」...納め忘れの心配がありません。
- 「便利」...銀行等へ行く手間と時間が省けます。
- 「簡単」...一度の手続きでOK。手数料もかかりません。
- 「お得」...早割りを利用して月々50円(年間600円)の割引。



**【保険料の早割り】**  
振替方法を「当月末振替」にすることで、毎月50円ずつ割引が受けられます。

さらに、前納すると多くの割引が受けられます。  
《前納割引制度》  
口座振替で一年分・半年分をまとめて支払いすると、納付書で納めるよりも多くの割引を受けられます。

- 口座振替による前納割引額(21年度)  
1年前納3,690円(振替時期4月末日)  
半年前納1,000円(振替時期4月末日および10月末日)

《口座振替の手続き方法》  
社会保険事務所または金融機関の窓口で申し込みができます。次の物を持参ください。  
持参する物 国民年金保険料納付案内書または年金手帳 預金通帳 銀行印  
(注)手続きに2カ月程度掛かるので、4月から前納を希望される方は、2月末までに申し込みください。

国民年金保険料の納付に、クレジットカードの利用もできるようになりました。  
詳しくは、社会保険事務所までお問い合わせください。

問 石巻社会保険事務所 ☎22-5117



国保のしおり

国民健康保険の加入と脱退

国民健康保険に加入するとき

加入理由	持参するもの
職場の健康保険をやめたとき	印鑑・資格喪失連絡票
ほかの健康保険の扶養から外れたとき	印鑑・扶養から外れたことを証明する書類
子どもが生まれたとき	印鑑・国民健康保険証
東松島市に世帯全員転入したとき	印鑑・転出証明書
東松島市の国保加入世帯に転入したとき	印鑑・転出証明書・国民健康保険証

64歳までの方でも老齢年金証書をお持ちの方は持参してください。

問 国保健康課保険班 ☎内線1152

国民健康保険をやめるとき

脱退理由	持参するもの
職場の健康保険に加入したとき	印鑑・職場の健康保険証・国民健康保険証
ほかの健康保険の扶養に認定されたとき	
死亡したとき	印鑑・国民健康保険証
東松島市からほかの市町村へ転出するとき	印鑑・国民健康保険証

加入または脱退する場合、14日以内に手続きしてください。

加入の届出が遅れると...  
資格ができた月までさかのぼって保険税を納めることになります。

赤井郵便局様斜め向かい

新鮮 やさい・くだもの  
キョウエイ 赤井店

営業日:月～土曜日 午前10:00～午後6:00

(株)共栄産業青果 東松島市赤井字川前参番152-20 電話 83-2881 FAX 83-7583



地元の米・野菜で  
毎日げんき!

2月の定休日 日曜日:1日・8日  
15日・22日

募集

臨時調理員募集

対象 心身ともに健康な方  
(調理師免許のある方は写しを持参)

内容 学校給食調理・洗浄作業など

勤務時間 8時～16時15分

一日7時間以内、週25時間以内(学校長期休業時休みあり)

賃金 時給740円

募集人員 1人

締め切り 2月25日(水)16時まで(履歴書を鳴瀬学校給食センターに持参)

面接日 3月4日(水)13時～(予定)

問 鳴瀬学校給食センター  
☎87・3116



給食おいしいね(野蒜小)

自衛官ってなに

自衛官とは

防衛省に勤務するすべての職員を防衛省職員といいます。防衛省職員のほとんどが特別職国家公務員としての「自衛隊員」で、事務次官をはじめとする事務官・技官などいわゆる文官と、統合幕僚長を頂点とする陸・海・空自衛官からなっています。自衛隊員のうち、階級を有して制服を着用し、武器を持って戦うことを任務とするのが「自衛官」です。

自衛官になるには、さまざまなコースがありますが、今回は4月から受け付けがはじまる、自衛隊の幹部候補生採用試験を紹介します。

自衛隊幹部候補生(一般・技術・歯科・薬剤科)

一般大学(技術は理学または工学の課程・歯科は歯学の課程・薬剤科は薬学の課程)などの出身者の幹部自衛官養成コースです。採用とともに陸・海・空曹長に任命され、幹部候補生として約1年間の教育(「陸は福岡県久留米市」「海は広島県江田市」「空は奈良県奈良市」の各幹部候補生学校)を受け、3等陸・海・空尉(国内における2年間の大学院修士課程終了者には2尉)に昇任し全国の部隊で勤務します。

例年5月中旬に採用試験がおこなわれます(志願票の受け付けは4月1日～)。

受け付け開始後、試験日などは市報3月号に掲載予定です。

問 自衛隊石巻地域事務局 ☎83-6789

お知らせ

窓口業務を時間延長

市役所では、各種証明書の窓口交付事務の時間延長を行っています。

ただし、開庁窓口は本庁舎(矢本庁舎)のみの取り扱いとなりますのでご注意ください。

日時 2月3日(火)・17日(火)・3月・4月の毎週火曜日 17時15分～19時

内容 住民票・印鑑証明・印鑑登録・戸籍(除籍)謄抄本・税証明交付など

転入・転出・転居などの異動

届け出は受け付けしません。  
問 市民課窓口サービス班  
☎内線 1122

防災行政無線戸別受信機の設置

平成20年11月に行政区長を通じ戸別受信機設置状況調査を行いました。その調査結果に基づき、平成21年5月ごろから鳴瀬地区より順次、戸別受信機を設置する予定です。不便をお掛けいたしますが、ご理解願います。

問 防災交通課防災交通班  
☎内線 1162

**やもと 整骨院**

矢本駅前 ゆづと1F

☎83-5980

7月より 木曜日の午後も診察開始!

受付時間	月	火	水	木	金	土
8:30~12:00	○	○	○	○	○	○
14:00~17:00	○	○	○	○	○	△

※定休日: 日曜日(祝祭日は営業しています)

**診療科目**

骨折・脱臼・捻挫  
痛風・労災・交通事故

送迎サービス実施中

このような症状の方、お気軽に相談ください。

首肩

腰

膝

**交通事故・労災も相談OK!**

- 初診の際は、健康保険証をお持ちください。
- 来院が困難の方は、送迎サービスをご利用できます。

## 子どものメンタルヘルス 講演会開催

子どものSOSにどのような  
対応すると良いのか、講演  
会を開催します。ぜひ、皆さん  
お誘い合わせの上、参加くだ  
さい。

演題 子どもの心のSOS  
～問題行動への気づきと対  
応の仕方～

日時 3月4日(水)

13時30分～15時

場所 市コミュニティセンター

講師 東北福祉大学准教授

志村祐子氏

締め切り 2月20日(金)

その他 事前予約で託児あり

## 東松島市就学援助

問・申し込み 福祉課保健  
福祉総務班 ☎内線1173

市では経済的な理由によ  
り、小・中学校へ就学が困難な  
児童生徒の保護者に対し、学  
用品費や給食費などの就学に  
必要な経費の一部を援助して  
います。

## 特別障害者手当・障害 児福祉手当

△特別障害者手当▽

対象 重度の障害により、  
日常生活で常に特別の介護  
を要し、障害が2つ以上重  
複している20歳以上の方

金額 月額26,440円

△障害児福祉手当▽

対象 日常生活で常に特別  
の介護を要し、障害を有し  
ている20歳未満の児童

金額 月額14,380円

3月末までに申請が必要  
ので早めに相談ください。  
問 教育総務課学校教育班  
☎内線2223

## 平成21年度 東松島市奨学金貸与学生募集

貸与条件 学校教育法による高等学校や大学などに  
就学し、次の要件を備える者  
優秀かつ心身ともに健全で、成業の見込みがあるこ  
と

市内に住所を有し、2年以上居住していること  
国およびほかの地方公共団体、または公共団体から  
奨学金などの貸与を受けていないこと

就学困難な生計状態であること  
貸与額(新規申込者に限る)  
高等学校生(中等高等学校の後期課程並びに特別支  
援学校(盲学校、ろう学校等)の高等部を含む)

月額20,000円以内

高等専門学校生(1学年～3学年)

月額20,000円以内

(4学年以上) 月額35,000円以内

専修学校生(高等課程)

月額20,000円以内

(専門課程) 月額25,000円以内

大学、短期大学、大学院生

月額35,000円以内

配布場所 1月13日(火)より本庁舎市民課窓口、鳴  
瀬庁舎教育総務課、野蒜出張所で申込用紙を配布中  
申込期間 2月2日(月)～3月16日(月)

償還 卒業の1年後から10年以内に月賦・半年賦・年  
賦のいずれかで償還していただき、無利子です

問・申し込み 教育総務課教育総務班 ☎内線2253

## 市長選挙・市議会議員一般選挙の 投票日は

### 平成21年4月19日(日)です

問 市選挙管理委員会事務局  
☎内線1215

## 確定申告の受け付けに ついて

市では、2月2日(月)から  
各会場において確定申告の受  
け付けを行います。

申告の受付日程表につい  
ては、市報1月号をご覧ください。

手当については、特別障害  
者などの認定基準(専用診  
断書添付)および世帯の所  
得収入の基準があるので、  
詳細は福祉課まで問い合  
わしてください。

問 福祉課障害福祉班  
☎内線1178

問 税務課税務班  
☎内線11321134

## 演歌・踊り・お笑い バラエティショープラン2月17日(火)

1泊2食付 **9,800円**

日帰り夕食付 **4,000円**

お食事▶18時～  
開演▶18時30分～  
お食事を召し上がりなが  
ら楽しいショーがご覧い  
ただけます。

親子共演

庄司 恵子  
(民謡)

たらさわ  
棕沢かすみ  
(三味線・手踊り)



かんぽの宿松島 TEL 88-3411

**全国学力・学習状況調査結果の公表**

平成20年度全国学力・学習状況調査に関する市立小・中学校の調査結果概要を市ホームページで公表中です。

URL <http://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp/life/kosodate/kyouiku/20-1.html>  
 問 教育総務課学校教育班  
 ☎内線 2220

**電話加入権・利用権を公表**

日時 2月25日(水)11時～  
 場所 県石巻合同庁舎4階401会議室

問 石巻県税事務所納税第1班 ☎95・14411

**銃刀法が改正**

平成21年1月5日より、両側に刃が付いたようなダガーナイフなど、刃渡りが5.5cm以上の剣の所持が禁止になりました。

既に所持している場合は、同年7月4日までに警察や専門業者に処理を依頼してください。  
 問 石巻警察署生活安全課 ☎95・4141

**認知症の人と家族の会宮城県支部 移動相談会**

毎日の介護のこと、介護保

**交通死亡事故多発**

年末年始、石巻警察署管内において、交通死亡事故が連続して発生しました。歩行者やドライバーのみなさんは、より交通安全に心がけましょう。

問 石巻警察署交通課 ☎95-4141

**地域社会から 児童虐待をなくしましょう**

地域の皆さんへ

児童委員・主任児童委員からのお願い

子どもたちを児童虐待から守りましょう。多くの子どもたちが児童虐待によって傷つき、成長・発達が妨げられ、著しい場合は尊い命さえ奪われています。虐待はきわめて重大な人権侵害です。

あなたの近くに虐待を受けていると思われる子どもはいませんか。「おかしい」「何か変だ」と気づかれたら、どんな些細なことでも私たちにお知らせください。プライバシーは必ず守ります。

私たち児童委員は市区町村、児童相談所などに協力して、児童虐待の予防や対応を行っています。子どもたちのSO S(状況や様子の変化)に気づいてください。

児童虐待をなくすために、地域の方々のご協力をお願いします。

問 市民生委員児童委員協議会

福祉課保健福祉総務班 ☎内線1173

**障害児(者)支援ボランティア講座I**

対象 市内在住で障害児(者)の福祉活動に関心のある方  
 日時 2月12日(木)～14日(土)(3日間)

場所 カノンJR矢本駅前ゆふと1階 福祉交流プラザ内) 参加費 無料

険のこと、さまざまな疑問などお気軽に相談ください。  
 内容 認知症についての講話・介護家族の相談・語り合い  
 対象 どなたでも参加可  
 日時 2月20日(金)10時～12時

場所 老人福祉センター  
 問 市地域包括支援センター ☎83・1966

**県発達障害者支援センター「えくぼ」巡回相談**

日時 3月5日(木)13時30分～

場所 東まつしま地域活動支援センター カノン  
 相談対象者 本人、親、幼稚園・保育園・学校の先生など  
 申し込み 相談日の1週間前まで電話で申し込み  
 問・申し込み 東まつしま地域活動支援センター カノン ☎83・1571

**裁判員制度説明会**

内容 裁判制度の説明会

模擬裁判の上映 質疑応答  
 テーマ 「本番近くの裁判員制度 ここがポイント説明会」  
 日時 2月17日(火)13時15分～14時45分 3月6日(金)10時30分～12時  
 4月11日(土)13時15分～14時45分

**仙台法務局庁舎の移動**

仙台法務局は仮庁舎へ移転していますので、ご注意ください。  
 事務開始日 1月5日(月)

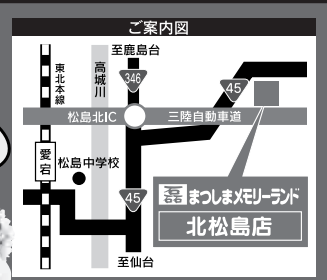
**多彩なニーズに応える、地域に根ざした墓石専門店。**

店内には、人気の商品を取り揃え、地元・松島を中心に、東松島市の地域に根ざした商品提案とサービスを展開しています。墓石や墓石の無料相談会も定期的実施しています。また、平山第二工場が隣接しているため、墓石の工場見学も可能です。(要予約)



<http://matsushimasangyo.co.jp>

雨や大雪でも安心!  
 全天候型墓石ショールーム  
 家族みんなで行きたいね!  
 多様なニーズに合わせた、想いを込めた墓石づくり。



まつしまメモリーランド 北松島店 宮城県宮城郡松島町根廻前沢10-3 ☎022-354-4105 まつしまメモリーランド | 検索



## 市有地の売却のお知らせ

市では、遊休地などの市有地の用途廃止により売却を進めています。宅地の拡張や駐車場利用などのため、近隣のミニ公園や市道の買取り希望があれば相談ください。

売却の対象となっている土地 都市公園が整備され、その都市公園から概ね250m以内のミニ公園の敷地  
道路・水路として機能がなくなった用地  
使用目的のない道路用地の残地  
普通財産で貸付している土地および遊休地  
売却条件 市民税などを滞納していない方  
未成年者、成年被後見人・被保佐人、破産者でない方  
売却希望地に隣接居住している方や隣接地の所有者(縁故者)からの申し込み順位は第1位とします。  
売却時の測量費用などは、原則申請者負担です。  
問 行政経営課管財契約班 ☎内線1222

## 老後の安心!

### 農業者年金に加入しませんか

農業者年金は、将来の年金受給に必要な資金をあらかじめ自分で積み立て、運用実績により受給額が決まる確定拠出型年金で、加入者や受給者の数に影響されない安定した年金制度です。  
加入要件 国民年金の第1号被保険者で、年間60日以上農業に従事する60歳未満の方。農業に従事している家族(配偶者・後継者)も加入できます。脱退も自由です  
保険料額 毎月2万円を基本に、最高67,000円まで千円単位で自由設定。いつでも保険料額の見直しができます  
保険料助成 農業所得900万円以下で、加入期間が20年以上見込まれ、かつ一定の条件を満たせば、国から最高半額の保険料助成があります  
80歳までの保障が付いた終身年金  
所得税の公的年金等控除の対象になります  
問 農業委員会 ☎内線2152

## 第76回いきいき健康講座

テーマ「ダイエットを考える」  
日時 2月17日(火) 18時30分～19時30分  
場所 市コミュニティセンター  
講師 佐藤敦子先生(仙台オーブン病院管理栄養士)  
入場料 無料  
主催 医療法人医徳会真壁病院  
問 真壁病院 ☎82・7111



## 心の健康相談

イライラやストレスなどの悩み、または認知症や精神疾患で相談したいことのある方は、お気軽にご相談ください。  
相談日 2月10日(火)14時～  
担当医 こだまホスピタル 虎岩武志氏  
場所 市コミュニティセンター  
申し込み 2月6日(金)までに電話で予約ください  
問 福祉課保健福祉総務班 ☎内線1190

## 無料税務相談会

東北税理士会石巻支部では、「税理士記念日」にあわせて、のまわり税金相談」と題し、相談会を実施しますので、ご利用ください。先着50人に粗品  
日時 2月23日(月) 9時30分～16時  
場所 石巻駅前 ロマン海遊21 2階  
駐車場 石巻駅前駐車場および駅前立体駐車場利用者に1時間分の無料駐車場券配布  
問 東北税理士会石巻支部 ☎95・7072

【2月の各種特設相談】相談者の秘密は厳守します。気軽にご利用ください。

相談名	日時	場所	相談内容	問合せ・申し込み先
人権相談	2月13日(金) 10時～15時	小野公民館	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 市民課 ☎内線1121
合同法律相談	2月20日(金) 10時～15時15分	市コミュニティセンター	登記、相続、賃金未払い、借家トラブル、多重債務、成年後見制度、人権侵害、子どものいじめ、離婚や遺産相続問題などの相談	問 総務課 ☎内線1217
生活相談	2月3日(火) 10時～14時	小野公民館	老人福祉など、老人の身の上に関する相談	問 社会福祉協議会 ☎83-2851
	2月20日(金) 10時～14時	老人福祉センター		
行政相談	2月3日(火) 10時～15時	小野公民館	国の行政や、独立行政法人などの業務に関する相談	問 総務課 ☎内線1217
	2月20日(金) 10時～15時	老人福祉センター		

2月20日(金)の合同法律相談では、弁護士・司法書士相談(無料・要電話予約)、各種相談を行います。



### SPEEDY30分車検

TEL 87-3818

各社新車、中古車販売

## 有鳴瀬島山自動車

FAX 87-3817  
〒981-0303 東松島市小野字中央2-2

板金・塗装  
fabrica  
東松島小野店

# 石のじょうとういつわ

(株)上東五和  
東松島市牛網字駅前1丁目3-9 (R45・JR・小野駅前)  
TEL/0225(86)1131・FAX/0225(86)1132  
http://www.jotoitsuwa.com

墓石 建築貼り石

## 健康相談・予防接種のお知らせ

行 事	対 象 者	実施月日	受付時間	会 場
妊産婦・赤ちゃん健康相談	妊産婦および生後3カ月程度までの乳児	2月10日(火)	9:30~11:30	矢本子育て支援センター
B C G 予 防 接 種	平成20年10月29日~11月27日生	2月27日(金)	13:00~13:30	矢本保健相談センター
7カ月健康相談	平成20年7月生	2月24日(火)	9:00~9:20	
10カ月健康相談	平成20年4月生	2月24日(火)	13:00~13:20	
三種混合予防接種	平成19年1月~3月生 追加	2月6日(金)	13:00~13:30	
	平成20年7月~9月生 2回目	2月25日(水)	13:00~13:30	
子どもの健康相談	乳幼児およびその保護者の方	2月16日(月)	9:30~11:30	

該当外で接種希望の方は、ご連絡ください。

予防接種の該当者には事前に予診票を送付します。予診票が届かない方と転入された方はご連絡ください。  
乳幼児の健康診査の日程は、生涯学習カレンダーまたは個人通知をご覧ください。

問 国保健康課健康推進班 ☎内線3103

## 母子健康手帳などの交付場所が変わります

市では、妊娠された方に配布する母子健康手帳と妊婦一般健康診査受診券を、平成21年4月1日から下記のとおり変更します。

これに伴い、市民課窓口・鳴瀬総合支所窓口および野蒜出張所窓口では交付されませんので、ご注意ください。

場所 矢本保健相談センター

日時 毎月第1・第3月曜日 10時~12時

(日程は休日などの理由で変更になる場合もありますので、毎月の市報でご確認ください。)

なお、都合により交付日時に来所できない方は担当までご連絡ください。)

内容 母子健康手帳・妊婦一般健康診査受診票の発行および説明

助産師などによる妊娠中の生活や食事についての相談

問 国保健康課健康推進班 ☎内線3103・3104



## こどもの心理相談会

子育ての心配事、しつけの仕方などについて、心理カウンセラーによる個別相談を行っております。  
お気軽にご相談ください。

日時 2月17日(火)13時~(各50分ずつ)

場所 矢本保健相談センター

担当カウンセラー 今野 広子心理士

申し込み 2月10日(火)までお電話でお申し込みください。

問 国保健康課健康推進班 ☎内線3104

## 人間ドック・脳ドック実施中

市では、50歳の方を対象に人間ドック、48歳~53歳の方を対象に脳ドック(どちらも基準日:平成21年4月1日)を実施しています。

申込者には受診通知書を通し、指定医療機関に予約の上、受診していただきます。

実施期間 2月28日(土)まで

負担金 医療機関により異なります

問・申し込み 国保健康課健康推進班

☎内線3102・3109

## ■広告を掲載しませんか■

「市報ひがしまつしま」に掲載する広告を募集しています。広告欄を使って、会社やグループをど~んと宣伝しませんか!

■掲載枠 第1種広告 10,000円(45mm×85mm)

第2種広告 20,000円(45mm×180mm)

■応募締切 掲載希望月号の前々月(土、日曜日または休日の場合はその前日)

例) 3月号掲載... 1月30日(金) 4月号掲載... 2月27日(金)

■問 企画政策課情報広報班 ☎内線1236

**チャンプで成績上がったよ**

中・中2「学年末テスト対策講座」好評受付中!!

真剣なら、本物の受験指導を

**CHAMP**

チャンプ学習スクール

東松島校 0225-83-1401(ゆぶと内)

塩釜校/利府校/仙台東校/新富谷校/高校・個別部

チャンプ学習スクール 検索



# 戸籍のまど

平成20年12月届け出分  
(12月1日～12月31日)  
敬称略・希望者のみ  
掲載しています

## 結婚

塩入	石巻市	仙台市	往還	石巻市	河戸	石巻市	東大溜	仙台市	自衛隊	南緑	南緑	仙台市	浅井	往還	往還	石巻市	上河戸三	石巻市	上納	岩沼市	若葉	名取市	自衛隊	作田浦	作田浦	室浜	室浜	行政区
辺見	南館	鈴木	熱海	高橋	後藤	庄司	小牧	遠藤	橋本	松本	土佐	高橋	高橋	佐藤	高橋	畠山	阿部	菅原	三浦	都築	八橋	百浦	片桐	猪狩	阿部	小野	千葉	氏名
茜	昭宏	千恵	聡美	美穂	義則	喜子	良輔	由美	龍一	純一	喜彦	千尋	宏圭	理恵	丈	奈々	竜也	香梨	宏樹	可子	和孝	悠子	寿飛	結香	寛之	勝也	名	

## お誕生

里北	六槍	根古	下浜	作田浦	上浜	浜須賀	南新一	横沼東	小野下	上下堤	行政区	中	手招	高田	北区官舎	上町一	北区官舎	北区官舎	上下堤	柳北	亀岡南	横沼二	下町三	上河戸一	関の内二	南浦官舎	柳北	往還	東名元場	行政区
八木	高橋	安積	茄子川	茄子川	片岡	高橋	大村	津田	成澤	吉田	氏名	平野	木村	栗石	船木	斎藤	佐保	中野	本郷	及川	栗原	高橋	佐藤	成澤	阿部	阿野	佐々木	石森	木村	氏名
重兵衛	寅男	道子	ふみ	郁夫	プ子	忠雄	みつゑ	とし子	孝治	ちめ	名	琳	結斗	明歩	遼暮	聖矢	初音	千暖	由姫	日葵	麗愛	花音	栄辰	奏	龍空	広佑	璃奈	暖人	優斗	保護者
89	94	77	91	80	79	55	85	79	79	100	享年	修一	孝宏	克晴	貴博	健治	琢也	欽章	孝裕	啓亮	秀樹	勝彦	泰弥	康広	純一	幸一	幸喜			

## お悔やみ申し上げます

野蒜海岸からの初日の出。  
今年も多くの人が家族や恋人友人連れで訪れ、良い年を祈願していました。



## ちょっと見て今月の一枚

往還	下浦官舎	関の内三	下浜二	上下堤	東名元場	鹿妻一	上河戸一	小松台	谷地	亀岡西	小野下	新川前	小野下	高松	下浜一	鹿妻二	沢田
宇津	今野	内海	雲石	丹野	鈴木	齋藤	高橋	早坂	相澤	小野	今野	片平	手代木	吉田	岩下	佐藤	阿部
上輝	千代	しげみ	惣治	七花	武彦	伴三	きよ	みよ子	よつこ	ときよ	てるゑ	和子	俊昭	良夫	慶之	ふみ	末男
秋	二	み	治	子	彦	三	よ	子	こ	よ	ゑ	子	昭	夫	之	み	男
82	80	85	75	84	76	84	99	58	93	95	84	79	71	84	72	90	79

## 編集室から

今年の取材は、元日から延びる開眼風上げや成人式での新成人インタビューなど、穏やかで明るい話題の取材でスタートしました。このまま、明るい話題の多い広報紙にしたいと思っていますが、定額給付金や子育て応援特別手当、消費税問題、市民協働のスタート、デマンドタクシー、市長・市議選挙、市の組織改編など多くの情報が目白押しです。今年も皆さんに役に立たせたいと言われる市報を作りたいと思います。

市の人口  
(平成21年1月1日 現在の住民基本台帳)

男	21,368人(+16)
女	22,281人(-17)
計	43,649人(-1)
世帯数	14,970戸

( )内は前月比

今月号の特集でも紹介しましたが、カノンがリニューアルしました。新たな地域交流の場として完成したサロン、キッチン、ラフカノンでは、ライメンやうどん、カレーなどのランチメニューを低価格で提供。一般市民の方も利用可能です。

このサロンは、障害者と一般市民の意見・情報交換の場としてはもちろん、駅前の活性化にもつながるものだと思います。駅前利用の際に立ち寄ってみてはいかがでしょうか。

## 休日診療担当医院表

月日	小児科		矢本地区		鳴瀬地区	
	医院名	電話	医院名	電話	医院名	電話
2/1(日)	田中小児科医院	22-1714	ひかりサントクリニック	84-1333		
2/8(日)	中山こどもクリニック	95-4121	石垣クリニック	83-7070	鳴瀬中央医院	87-3853
2/11(水)	あいかわ小児クリニック	92-8805	藤野整形外科	83-2121		
2/15(日)	阿部こどもクリニック	22-1152	かしわや内科クリニック	83-2003		
2/22(日)	北川小児科医院	22-0208	うつみレディスクリニック	84-2868	佐幸内科	88-3737
3/1(日)	佐久間眼科小児科医院	92-7651	わたなべ整形外科	84-2323		
3/8(日)	おおば小児クリニック	93-9693	ししど内科クリニック	83-8830	鳴瀬中央医院	87-3853

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にあたっています。また、石巻圏域では、石巻赤十字病院☎21-7220、石巻市立病院☎23-3200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、電話確認してから受診されるようお願いします。

市報掲載写真(JPGデータ)の提供を希望の方は、情報広報班(☎内線1238)までご連絡ください。データでお渡します。

# 市民のカレンダー 2月 ~ February ~ 2月1日 ~ 3月7日

日 ~SUN~	月 ~MON~	火 ~TUE~	水 ~WED~	木 ~THU~	金 ~FRI~	土 ~SAT~
1 ㉔㉕ 第22回オール赤井 凧揚げ大会 赤井公民館北側田 10:00~	2 図書館休館日 立志式(矢本一中・ 鳴瀬一中) 2歳児のつどい (はなぶさ幼)	3 市民課窓口延長 ~19:00 行政・生活相談 小野公民館10:00~ 図書館無制限貸出 (~15日まで) 一日入園(市立幼稚 園) 2歳児教室(鳴瀬幼)	4 ㉖ おはなし会 ㊦ 11:00~、15:00~	5 夜間閉館 ㊦ ~19:00 新入学保護者説明 会(赤井小) 入学説明会(矢本 一中) 囲碁将棋のつどい ㉗ 10:00~	6 ㉗ おはなし会 ㊦ 15:00~	7 ㉘ おはなし会 ㊦ 15:00~
8 ㉙ ㉔㉕	9 図書館休館日	10 入学説明会(赤井 南小) 一日入学(大曲・野 蒜小) 開校記念日(矢本 一中) 機能訓練 ㉗ 9:30~	11 ㉚ 建国記念の日 図書館休館日	12 夜間閉館 ㊦ ~19:00 一日入学(矢本東・ 宮戸小) 囲碁将棋のつどい ㉗ 10:00~	13 ㉛ 無料人権相談 小野公民館 10:00~ 一日入学(小野小)	14 ㉜ おはなし会 ㊦ 15:00~
15 ㉝ ㉔㉕	16 図書館休館日 (~27日まで蔵書 点検) 一日入学(大塩小)	17 市民課窓口延長 ~19:00 一日入学(浜市小)	18 一日入学(矢本西 小)	19 囲碁将棋のつどい ㉗ 10:00~	20 ㉞ 司法書士相談・合 同相談(市㉟) 10:00~ 行政・生活相談 ㉗ 10:00~	21 新入園児保護者説 明会(矢本・はなぶ さ幼)
22 ㉟ ㉔㉕	23 ちびっこクラブ (中央幼) 振替休業日(大曲 小) 自由参観週間(宮 戸小~27日)	24 機能訓練 ㉗ 9:30~	25 ㉡ 一日入所(大曲保、 赤井北保) 立志式 (鳴瀬一中)	26 保護者入所説明会 (矢本東、小野保) 一日入所(大曲保、 赤井南、大塩保) 囲碁将棋のつどい ㉗ 10:00~	27 ㉢ 新入園児教材配布 日(中央幼) 新入児一日入所 (矢本西、牛網、野 蒜保)	28 ㉣ おはなし会 ㊦ 15:00~
3/1 ㉤ ㉔㉕	2 図書館休館日	3 市民課窓口延長 ~19:00	4 ㉥ おはなし会 ㊦ 11:00~、15:00~	5 夜間閉館 ㊦ ~19:00 囲碁将棋のつどい ㉗ 10:00~	6 ㉦ ㉗	7 ㉧ おはなし会 ㊦ 15:00~ 中学校卒業式(市 内中学校)

**東松島市から  
飲酒運転を根絶しよう!!**

**体育施設一般開放日**

- ㉡…市民体育館
- ㉢…パウンズ88  
19~21時
- ㉣…赤井地区体育館  
9~12時、13~17時
- ㉤…テニスコート  
(矢本運動公園)  
金:9~21時、日:9~18時

※日時を変更する場合があります。問い合わせは、スポーツ振興班(市体育館) ☎82-9030まで

**お問い合わせはこちら**

市役所ほか	☎ …市役所	82-1111	コメン	市㉟…東松島市コミュニティセンター	82-6969
	鳴総…鳴瀬総合支所	82-1111		曲㉟…大曲地区コミュニティセンター	82-5965
	矢保…矢本保健相談センター	82-1123		市体…市民体育館	82-9030
	鳴保…鳴瀬保健相談センター	82-1111		赤体…赤井地区体育館	82-6803
老…老人福祉センター	83-2851	矢運…矢本運動公園	82-6804		
矢子…矢本子育て支援センター	84-2676	鷹来…鷹来の森運動公園	82-1101		
鳴子…鳴瀬子育て支援センター	87-2338	奥運…奥松島運動公園 (パウンズ88含む)	88-4588		
東…東松島市図書館	82-1120	健増…健康増進センター	84-3855		
縄文…奥松島縄文村歴史資料館	88-3927				
蔵…蔵しっくパーク	84-1770				

東松島市役所 〒981-0503 宮城県東松島市矢本字上河戸36-1 ☎0225-82-1111 FAX0225-82-8143

