

市報

ひがしまつしま

HIGASHIMATSUSHIMA

しめ縄つてこう作るんだ

2011

1

NO.70

- 特集 市長・各地域自治組織会長 新年のごあいさつ …P2
- 新春インタビュー ニードル …P4

Phot : 矢本東市民センターあそびっ子クラブ事業 しめ縄作りでの1枚

さらなる飛躍へ

新年のごあいさつ



活力のある 生き活きとした矢本東地区づくり

謹賀新年。市民、そして矢本東地区の皆様には希望に満ちた初春を迎えたことと存じます。

矢本ひがしネットワークコミュニティでは、今年も様々なイベントを開催して地域住民の交流を図り、住みよい地域づくりを目指して行きたいと思えます。

これからのご協力をお願いいたしますと共、皆様にとって今年も良い年でありますことを、心よりご祈念申し上げます。



矢本ひがしネットワーク
コミュニティ
会長 片倉 勇規

さらに合併効果を感じるまちづくりへ

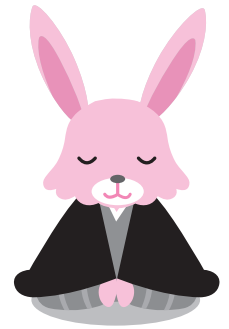


東松島市長 阿部 秀保

新年明けましておめでとうございます。市民の皆様には、輝かしい初春を健やかに迎えることとお慶び申し上げます。

昨年、東松島市は誕生して5周年を迎え、「合併5周年記念式典」や「市民まつり」など、多くの記念事業を盛云裏に終了することができました。ひとえに、市民皆様をはじめ関係各位のご支援、ご協力に感謝申し上げます。

今年、民間活力を導入したPFI方式の新学校給食センターが2学期始業に合わ



あけましておめでとつごさいます。2011年も皆さんにとつて、ご多幸の年になりますようご祈念いたします。

さて、今年の干支は卯年(うさぎ)ということで、「市民協働のまちづくり」がうさぎのジャンプ力

みんな生き活き もっと輝け やもと西

新年おめでとつごさいます。

矢本西コミュニティ協議会も地域の皆様のご理解ご協力のもとに3年目を迎えます。

今年、これまでの事業、活動の見直しをしながら、更なる飛躍の年としてまいりたいと思えます。

それにはまず、「絆づくり」として多くの皆様に事業に参加していただき、親睦を深め、楽しい活動をして行きますよう。本年もよろしくお祈りいたします。



矢本西コミュニティ協議会
会長 及川 良彦

せめて業務開始の予定となっております。また、段階的に取り組んでおります「子ども医療費の無償化拡大」、「東松島プレミアム商品券事業」や「緊急雇用創出事業」など積極的な景気対策を図りながら、市民にとって「合併効果を感じる、見えるまちづくり」を目指してまいります。

本年が皆様にとりまして実り多い年となりますよう心からご祈念申し上げます。新年のあいさつといたします。

のようさらなる飛躍することが期待されます。

今月号では、阿部市長と各地域自治組織の会長に、新年のあいさつとともに、今年のみちづくりへの取組みなどを語っていただきました。

住みよいまちづくり 安心安全な大曲地区を目指して

皆様には健やかな新年を迎えられたことと存じます。

今年で大曲まちづくり協議会も発足3年目を迎えますが、昨年同様皆様のご協力を心からお願ひ申し上げます。昨年は「朝市」や「防災の集い」などを新規事業として取り組み、今年も各種事業を計画してまいります。皆様のご協力が、活力ある真の「まちづくり」になるものと確信しております。皆様には最良の年になりますようお祈りいたします。



大曲まちづくり協議会
会長 鈴木 敏正

新春インタビュー

お笑いコンビ ニードル

ただ今、宮城県内で活躍中



お笑いコンビ ニードル 2001年7月結成

写真左 ボケ担当 ^{いとうまさひと}伊藤政仁
生年月:1985年4月
出身:東松島市上下堤
趣味:釣り、ゲーム
特技:剣道

写真右 ツッコミ担当 ^{いしがきしんのすけ}石垣進之介
生年月:1985年10月
出身:東松島市浜市
趣味:ガンブラ、ゲーム、誇大妄想
特技:剣道、滑舌

〈主な出演・活動歴〉

- ・TBC東北放送『ONE SWITCH CAFE』レギュラー出演(放送:毎週月曜 9時55分~)
- ・仙台放送『あらあらかしこ』石垣がナレーション出演(放送:毎週土曜 10時40分~)ほか仙台放送局制作番組にレポーターなどで多数出演
- ・日清食品『どん兵衛 芋煮うどん』宮城県ローカル版ほか仙台放送局で放送のローカルCMにて、コンビ出演やナレーションなどで幅広く出演
- ・お笑い集団ティールイズ主催『GINARI LIVE(いぎなりライブ)』のネタランキングで常に上位
- ・『東北お笑いトーナメント』第5回優勝ほか県内外のお笑いライブやイベントに多数出演

CM

ライブ

お笑いの世界を目指すきっかけは？
石垣「お笑いの世界を目指したきっかけは中学1年生の時の相方や仲間たちと文化祭のステージ発表で漫才をやった、とてもウケた。みんなを笑わせるということが、楽しかったので、お笑い芸人という道を選びました。」
伊藤「コンビ名の由来ですが、

お笑い芸人になりたい



宮城県内を活動拠点に、お笑いの世界で夢をつかもうと頑張っている2人の若者がいます。
お笑いコンビ ニードル(伊藤政仁・石垣進之介)。ともに東松島市(旧鳴瀬町)出身で今年がコンビ結成10年目。そんなニードルの2人に、これまでの活動の思い出や今後の予定、ふるさと東松島への思いを、インタビューしました。

名前を決めるときに、英和辞書を適当にペラペラめくって、指を差した単語に決めようとしたんです。それが「ニードル(Needle)で、意味は「針」なんですけどね(笑)
お客さんがウケた！ テレビに出た！
「お笑いの世界に入って一番うれしかったことは？」
伊藤「僕たちが所属している事務所が主催している『GIN

ARLIVE)のぎなりライブ』で、おもしろいコンビとして初めて1位を取って、それからずっと1位になったこと。あと、テレビやCMの出演オファーが来るようになったこと。

石垣「今まで「テレビに出たい」という思いで頑張ってきたので、その願いが叶ったときはうれしかったし、もちろん僕たちの漫才を見て、お客さんにたくさん笑ってもらったときも、自分たちの夢や願いが一つ一つ実現していることが一番うれしい。

東北にお笑い文化を

「なぜ宮城県内で活動するのですか？」

石垣「世間ではよく、「東北はお笑い不毛の地」と言われます。15年ぐらい前に、某大手芸能



▲東松島高等学校文化祭「東松祭」でのステージ



▲「亀岡漫オフェスティバル」(野蒜地区)でのステージ

事務所が仙台にお笑いライブ劇場をオープンしましたが、観客の入りが少ない、手応えが無いなどの理由で、早々に撤退したのは有名な話になってます。

僕らや仲間たちが所属する事務所では、東北地方にお笑い文化を根付かせようとこれまで頑張ってきました。今よりやく、その思いが叶いそうなので、これからも地元宮城で頑張っていきたいという気持ちが強いです。

生まれ育ったまちに

恩返しをしたい

「今年、コンビ結成10年目ですが、どんな年にしたいですか？」

伊藤「10年目の集大成として、ニードル単独ライブをやりたい。僕たちの出来ることで恩返しというところで、生まれ育った東松島でも何かをやりたい。お客さんがいるところ

なら、僕たちはどこでも行きます！」

ふるさと 東松島が

大好き

「2人にとって東松島はどんな街ですか？」

伊藤「東松島に住んでいるときは気付かなかったけど、田んぼの畦道の真ん中に堂々と軽トラックが駐車していたり、犬がリードでつながれていないとか、そういうアットホームな風景を見ると、正直、僕らの気持ちが落ち着くんですよ(笑)」

石垣「東松島に住んでいる皆さんの、良い意味での「心の豊かさ」「心の余裕・自由」を持っているというのを忘れてほしくないですね。都会にいと、そういう「心の余裕」が無



▲世代を問わずに大ウケ(「亀岡漫オフェスティバル」より)

東松島に住む皆さんへ

「最後に一言お願いします。石垣「浜市の石垣です(笑)地元のお笑い芸人として、これから皆さんの応援をもらってガンバっていききたいので、今後もしよろしくお願いします。伊藤「上下堤の伊藤です(笑)必ず僕らニードルはビッグになって、東松島に帰ってきます!多くの皆さんの応援、出演依頼をお待ちしております。」

ありがとうございました

ニードルへの出演依頼・ファンレターはこちらへ

お笑い集団ティーライズ

〒980-0023

仙台市青葉区北目町2-22 今坂ビル3F

TEL 022-395-6566 FAX 022-395-6567

Eメール info@t-ryz.com

URL <http://www.t-ryz.com/>

平成
22年分

確定申告が始まります

今年も平成22年分確定申告(平成22年1月1日から平成22年12月31日までの間の所得)の時期となりました。例年、申告会場が混雑し、皆さんには大変ご迷惑をおかけします。

申告の待ち時間短縮のために、世帯員一人ひとりについて申告会場に出向く必要があるのか、それとも電話連絡だけで良いのか、下の図から確認してください。

なお、申告などの必要があるのに申告をしないと、融資や市営住宅への入居・保育所への入所などに必要な所得証明書や非課税証明書が発行できないなど、自身にとって不利益になることがありますのでご注意ください。

あなたの申告方法は... 申告が必要な方は会場へ来場ください

問 1 平成23年1月1日には、東松島市に住民登録していましたか？

いいえ

平成23年1月1日に住民登録していた市町村で申告してください。



はい

問 2 平成22年1月1日から平成22年12月31日までの間に収入がありましたか？



はい



いいえ

問 3-1 それはどのような収入ですか？

給与 所得者	勤務先において年末調整をされなかった人、または年末調整に誤りがあった人	申告が必要です
	平成22年途中で退職したことなどにより、勤務先で年末調整をすまされなかった人	
	給与の収入金額が2,000万円を超える人	
	2ヶ所以上から給与または報酬をもらっている人	
	給与以外にも年金や、その他の所得がある人	
年金 受給者 など	医療費控除、新規に住宅借入金等特別控除などを受ける人	申告の必要はありません
	上記以外の給与所得者(年末調整をすまされた人)	
	国民年金・厚生年金等の公的年金だけの人で、年金の合計額が103万円を超える人(65歳以上の人は153万円超)	
障害者 年金 受給者 など	年金以外にも給与や、その他の所得がある人	申告が必要です
	社会保険料控除、生命保険料控除、医療費控除等を受ける人	
	障害者年金だけの人 遺族年金だけの人 遺族恩給だけの人 失業保険だけの人 など	
その他	上記以外の年金所得者(年金合計額が103万円以下、65歳以上の人は153万円以下の人)	申告の必要はありません
	・営業等の所得がある人 ・農業所得がある人 ・不動産所得がある人 ・利子、配当所得のある人 ・一時所得や雑所得のある人 ・土地等の譲渡所得のある人	

問 3-2 どのようにして生活していましたか？

同じ世帯の誰かに扶養されていた人(年末調整や申告により扶養されていた人)	申告の必要はありません
生活保護を受給している人	
1年を通して失業中であった人	申告の必要はありませんが、電話などで具体的に報告願います(※イ)
病気療養中であった人	
単身赴任者からの仕送りで生活していた人	
別の世帯の誰かに扶養(援助)されていた人(家族と別居している学生も含まれます)	
その他の理由により収入がなかった人	

◆◆◆ 注意 ◆◆◆

太枠内の※ア・※イに該当する人で報告の無い場合は未申告者とされますので、必ず電話などで報告してください。

■締め切り 1月31日(月)まで税務課に報告してください

■問 税務課住民税班 ☎内線1138・1139

確定申告 Q&A

Q 1ヶ月だけアルバイトをしましたが、それでも確定申告をしなければなりませんか？

A アルバイト先から源泉徴収票をもらったのであれば、申告の必要はありませんが、そうでなければ賃金の多少に関わらず、アルバイト分の申告が必要です。ただし、所得税の納付または還付が発生しなければ、住民税申告となります。

◎外国船乗組員の確定申告について

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船員の方は確定申告が必要です。

詳しくは、税務署まで問い合わせください。

■問 石巻税務署個人課税部門 ☎22-4151

平成22年分 確定申告受付日程表

受付月日	曜日	会 場	午前の対象行政区	午後の対象行政区
			受付時間(9時～11時)	受付時間(13時～15時)
2月	1日	赤井市民センター	南四、南五、南緑	南一、南三、南新一、南新二
	2日		南六、新川前、柳上、柳西	御下、六槍、八幡、寺
	3日		南二、照井、中東	柳下、裏、横関
	4日		柳北	
	7日	大塩市民センター	塩入、裏二	大島、小分木、裏一
	8日		表、中	
	9日	奥松島縄文村交流館	里北、月浜	里南
	10日		大浜、室浜	
	14日	野蒜市民センター	新町	亀岡東、亀岡西、亀岡南
	15日		大塚、東名元場	東名新場、新東名南、新東名北
	16日		中下、洲崎	
	17日	大曲市民センター	五味倉、貝殻塚一、貝殻塚二	上浜一、上浜二、上浜三
	18日		貝田、筒場、横沼東	上納、高田、下浜一、下浜二
	21日		横沼一、横沼二、横沼西	
	22日		平岡	往還上、往還下
	23日	小野市民センター	西福田上	新田、浅井、根古、高松
24日	西福田下、肘曲		小野上、浜市	
25日	川下、上下堤		小野下	
28日	予 備 日 (行政区割当日に申告できない方)			
3月	2日	東松島市役所 2階202会議室	市営下浦、上小松、沢田	前里、手招、南浦宿舎
	3日		県営下浦、谷地、小松台	上河戸三、前柳、下小松
	4日		立沼、北区官舎	鹿妻一、鹿妻二、道地
	7日		下町一、浜須賀	四反走、西新町、下町三
	8日		河戸、上河戸二、上河戸四、若葉	関の内一、関の内二、関の内三
	9日		下町四、東大溜、作田浦	上町一、上町二、上町三
	10日		下町五、大溜	駅前、上河戸一、下町二
	11日		予 備 日 (行政区割当日に申告できない方)	
	14日		予 備 日 (行政区割当日に申告できない方)	
	15日		予 備 日 (行政区割当日に申告できない方)	

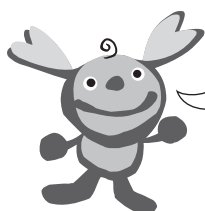
(注) 税務課窓口や鳴瀬総合支所での申告受付は行っていません。

住宅ローン控除を受けている方

◎平成18年末までに入居し、所得税の住宅ローン控除を受けている方で、所得税から控除しきれなかった額がある場合は、「市町村民税道府県民税住宅借入金等特別税額控除申告書」を提出する必要はなくなりました。確定申告書および給与支払報告書により今までどおり翌年度の住民税(所得割)から控除できます。

～ 還付申告の方～

還付申告の方は、平成23年1月から石巻税務署で申告書を提出することができます。
※税務署の閉庁日(土・日・祝日)は、相談および受け付けは行っていません。
■問 石巻税務署個人課税部門
☎22-4151



不明な点がありましたら、下記まで問い合わせください。
■問 税務課住民税班
☎内線 1138・1139

申告の際に持参してください

1. 税務署から確定申告書が送付されている方は、必ずその送付された確定申告書
2. 印鑑、還付申告の方は銀行などの口座番号
3. 給与所得または年金所得のある方は、源泉徴収票や支払明細書など
4. 営業など、農業、不動産所得のある方は、収支計算書および領収書など
※農業所得の申告で、「肉用牛の売却による課税の特例」(免税牛)の適用を受ける場合には、「肉用牛売却証明書」、生後1年未満の場合は「肉用子牛売却証明書」の添付が必要です。
5. 次の証明書および領収書
ア 国民年金保険料の証明書
イ 生命保険料控除、地震保険料控除の証明書
ウ 医療費控除の申告をする方は、医療費の領収書(集計済みのもの)
エ その他確定申告に必要な領収書など

市税などの滞納による 差押え財産を売却します



ソファ、コーナーソファ、リビングテーブル、丸テーブル(大・小)、椅子、長机、座卓、脚立、掃除機、その他

出品数600点以上

※お知らせ用に撮影したもので、セット販売ではありません。

- 日時 1月16日(日) 9時30分～ ※9時開場
- 会場 市民体育館
- 下見会 1月15日(土) 10時～14時
- 内容
 - せり売り形式
 - 単品またはセットで売却
 - 買受物品は当日もしくは翌日の午前中までの引渡しになります
- 買受時に必要なもの
 - 印鑑(認印でも可)
 - 身分を証明できるもの
 - 買受代金(せり売り終了時に納付していただきます)
- 問 納税推進課納税推進班 ☎内線1147

米粉を使い 米の消費拡大

ひがしまつしまロール(東松島産米粉使用)を販売中

秋頃から東松島(野蒜地区)産の米粉を使用したロールケーキが、「パティスリー ジュリアン」(矢本字北浦)で販売されています。

ロールケーキは「ひがしまつしまロール」と命名され1日10本程度限定が1本900円(税込)で販売されています。米粉を7割使用し、ふわりとしながらもしっとりした食感が人気です。また、新商品の米粉100%の「う米・マドレーヌ」130円(税込)も販売。開発した鈴木浩司社長は、「地元の良い食材を使用したスイーツを今後も開発して、みんなにおいしく食べてもらいたい」と語っていました。

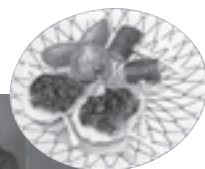
■問 パティスリー ジュリアン ☎82-2845



▲東松島産の米粉を使用したひがしまつしまロール



▲イケメンのパティシエが調理(千葉悠大さん)



▲最優秀賞作品の米粉おやき



▲阿部市長の隣から 高崎智子副会長、阿部千鶴子さん、立川光子会長、佐々木恵美生活改善相談員

アイデア料理で最優秀賞を受賞

市地域生産物加工研究会(立川光子会長)の会員5人が、11月28日(日)仙台市内で開催された「宮城こめ粉レシピコンテスト2010」(宮城県主催)に参加し、2人が入選しました。その報告として、12月10日(金)に会長と入選者など4人が阿部市長を表敬訪問しました。

受賞は、高崎智子副会長(南三)が考案した「米粉おやき」が最優秀賞。会員の阿部千鶴子さん(表)が考案した「東松島産かきを巻いちゃえ生春巻き」が入賞の栄誉を飾りました。作品は米粉を簡単な調理でおいしく食べ、米の消費拡大の一助になればとの願いが込められています。

★米粉おやきのレシピ(4人分)★

- 【おやきの材料】 ・JAいしのまきさらりん米粉 100g ・長芋 50g
 ・だし汁(昆布) 100cc ・焼くための油 大1
- 【ごま味噌の材料】 ・味噌 大2 ・酒 小2 ・砂糖 大1 ・みりん 小1
 ・白ごま 適量 ※合わせて煮詰める
- 【作り方】 1. 米粉、すりおろした長芋、だし汁をよく混ぜる。
 2. フライパンを熱し、サラダ油をひき1を入れ、こんがりときつね色に両面焼く。
 3. 切って串に刺し、ごま味噌を付け盛り付け完成。

米粉って何がすごいの？

1. 米粉は、人に必要なアミノ酸のバランスが優れ、筋肉や内臓など、体の組織をつくるたんぱく質が豊富です。
2. 小麦粉と比べ油の吸収率が低くヘルシーで(小麦粉50%弱、米粉30%弱)、てんぷらのコロモに米粉を使うと、さっぱり味で冷めてもサクサクです。
3. 米粉の需要が増えれば、食料安定供給の確保につながり、米粉パンを1人が1カ月3個食べると、自給率が1%上がるとの試算もあります(パン1個米粉量約80g)。

宝くじは豊かさ築くチカラ持ち

平成22年度自治宝くじコミュニティ助成事業

小野地域まちづくり協議会では、財団法人自治総合センターから平成22年度自治宝くじコミュニティ助成事業を受け、まちづくりの基本である人づくりや地域づくりをしていくための備品を小野市民センターに整備しました。

この事業は、宝くじの普及広報事業費を財源とし、市町村やコミュニティ組織などが行う活動に対して、助成されるものです。

同協議会では、小野地域が抱える少子高齢化などさまざまな課題を解決するためには小野地域住民の一体化が必要であり、そのためには若者をまき込み、お年寄りを元気づける事業を展開していく必要があるとの考えのもと、それらに資する備品が整備されました。

今後、まつりなどの地域イベントに活用され、地域全体の活動がますます活発になることが期待されます。

■助成額 250万円

■助成内容 投光機、屋外放送設備、テント、鉄板焼器等、厨房用品ほか



▲はじめて開催されたまつりでは備品もスタッフもフル稼働の大盛況



さくらい とみお 会長
櫻井 富雄

小野地域まちづくり協議会では、小野地域住民の一体化を目指し、老若男女総参加のまちづくりを合言葉に活動しています。

助成を受け備品を取り揃えることができたことに感謝するとともに、地域住民の親睦が図れるまちづくり事業に活用していきます。ありがとうございます。

平成23年2月1日から
高齢運転者マーク
が変わります！



75歳以上のドライバーが運転する時は、高齢運転者マークを車体の所定の位置につけなければなりません(70歳~74歳までは努力義務)。

また、自動車(原付を除く)のドライバーは、高齢運転者マークをつけた車に対する幅寄せや割り込みが禁止されており、違反した場合は、罰金や違反点、反則金の対象になります。

■問 石巻警察署交通課 ☎95-4141



ますます厳しくなった
飲酒運転の罰則

飲酒運転者・車両提供者	
酒酔い運転	5年以下の懲役 又は 100万円以下の罰金
酒気帯び運転	3年以下の懲役 又は 50万円以下の罰金
酒類提供者・同乗者(要求・依頼)	
酒酔い運転	3年以下の懲役 又は 50万円以下の罰金
酒気帯び運転	2年以下の懲役 又は 30万円以下の罰金

(平成19年9月19日施行)



飲酒運転は刑事処分、行政処分だけでなく…
家族やお金、社会的地位も失ってしまいます！



東松島市消防団協力事業所表示制度が開始

この制度は、東松島市消防団活動に積極的に協力している事業所などを「消防団協力事業所」に認定し、地域における社会貢献の証として、消防団協力事業所表示証及び消防団協力事業所認定証を交付する制度です。

消防団協力事業所として認定された事業所などは、交付された表示証を事務所などに掲示することができるほか、自社のホームページなどで公表することができます。

認定基準(いずれか1つに該当すること)

- (1) 従業員が市消防団員として、2人以上入団している事業所等
- (2) 従業員の市消防団員活動について積極的に配慮している事業所等
- (3) 災害時などに資機材を東松島市消防団に提供するなど、協力をしている事業所等
- (4) その他、市消防団活動に協力することにより、地域の消防防災体制の充実強化に寄与しているなど、市長が特に認める事業所等

東松島市消防団協力事業所表示制度に関するQ & A

Q 1. アルバイトは、従業員と解釈してよろしいですか？

A: 非正社員などの別は問題ありませんが、1年未満の短期雇用者は除きます。

Q 2. 「従業員の市消防団員活動について積極的に配慮している」とは、具体的にどのようなことですか？

A: 消防団員活動に参加するために休暇などを取得した場合でも、昇進、昇給などで不利益な扱いを受けないことなどを、就業規則などで定めている場合に該当します。

Q 3. 市消防団への協力内容が具体的に分かる書類とは、どのようなものですか？

A: 市消防団活動協力内容証明書を参考様式として示しています。また、市消防団員の階級が部長以上の方からの署名、押印もお願いします。



■問・申し込み 防災交通課防災交通班 ☎内線1161・1164

Q 4. 東松島市と災害時の協定を締結していますが、対象になりますか？

A: 市との協定では対象になりません。あくまでも、市消防団に対して資機材を提供するなどの協力をしていただくことが条件になります。

Q 5. 申請はどこにすればいいのですか？

A: 市役所防災交通課に申請ください。市消防団協力事業所表示制度実施要綱、申請様式などについては、市ホームページに掲載しています。なお、認定を希望する事業所などについては、申請前に相談ください。

Q 6. 優遇措置はありますか？

A: 国土交通省東北地方整備局では、消防団協力事業所として認定を受けた事業所などについて、総合評価一般競争入札の地域貢献実績として評価しています。また、宮城県では「平成23・24年度建設工事入札参加登録資格審査」において、消防団協力事業所に対する評価項目が設けられています。

ボランティアグループ うさぎが朗読会

第6回朗読会「めぐもり」

12月11日(土)、蔵しつくパークひとまち交流館で、ボランティアグループ「うさぎ」による朗読会が行われました。当日は、会員8人が選んだ作品を90分間で朗読。参加者約50人は、それぞれ朗読された話に聞き入っていました。グループ「うさぎ」は、平成10年から旧矢本町広報を音声訳(朗読)し、毎月「声の広報」として目の不自由な方や高齢で活字が読めなくなった方々にテープを配布。現在は「市報ひがしまつしま」の音訳テープを市内全域の約25人に提供し、活躍しています。

また、新会員を随時募集しているとのこと。

■問 G・うさぎ会長 長谷川 ☎8217535



▲日頃の朗読の実力を披露(写真は及川順子さん)



▲今年も、健康で良い年でありますように

今年一年の健康と安全を祈る

小正月の伝統行事「どんと祭」が、例年どおり開催されます。

どんと祭は、神社の境内などで正月飾りや古神符を焼き、御神火にあたることで、一年の無病息災・家内安全を祈願するものです。

市内各地区での開催は下記日程表のとおりです。

なお、詳細については、各主催者まで問い合わせください。

また、ダイオキシシン発生防止のため、飾りものなどからビニール、プラスチック類は取り除いてお持ちください。

◆どんと祭日程表◆

会場	地区	住所	実施日	時間	問い合わせ
たまつきりじんしゃ 玉造神社	大曲	大曲字道下南124	1月7日(金)	6:00~10:00	玉造神社 ☎82-3696
しらひげじんしゃ 白鬚神社	野蒜	野蒜字下沼7		14:00~16:00	白鬚神社 ☎88-2327
うみつみじんしゃ 海津見神社	野蒜	野蒜字北余景地内		16:00~18:00	
ながいしなりじんしゃ 長石稲荷神社前	野蒜	新東名1丁目地内		18:00~20:00	東名父母の会 ☎88-2336
いしがみじんしゃ 石上神社	浜市	浜市字東浮足90		5:00~7:00	どんと祭実行委員会 ☎82-2591
いすずじんしゃ 五十鈴神社	小野	小野字笹森2		16:00~19:00	
にいやまじんしゃ 新山神社	大塩	大塩字中沢上59		16:30~20:00	
かしまじんしゃ か鹿島神社	川下	川下字内響地内		18:00~19:30	
はちまんじんしゃ 八幡神社	上下堤	上下堤字八幡前10	1月9日(日)	18:00~20:00	
矢本運動公園	大曲	大曲字堺堀13-6	1月14日(金)	16:30~20:00	市商工会 ☎82-2088
はちまんじんしゃ 八幡神社	赤井	赤井字館前127	1月15日(土)	5:00~12:00	八幡神社 ☎82-8345

※矢本運動公園のどんと祭について、松飾などは15時以降にお持ちください。
また、火災予防のため須賀神社へは納めないでください。

どんと祭

教育長のちよひの55話 最終回

—民男流家庭教育十か条—



教育長 木村 民男

「子育ては自分育て」

まとめにかえて

「子育ては自分育て」という視点から、「民男流家庭教育十か条」について一年間書かせていただきました。私が教員として体験したことや学んだことを中心に書いてきました。が、私自身家庭教育について反省もしています。

二十代は剣道部の顧問として土日も練習をし、三十代から四十代は生徒指導で悪戦苦闘し、五十代は教育行政で仙台通いをしていたので、家庭のことは二の次でした。妻に「民男流家庭教育十か条」を見せたら、「十一條に『私は家庭教育をしていませんでした』と書けばいいんでないの」と言われてしまいました。

三人の子どもが何とか一人前になることができたのは、

親戚や多くの知人の応援と学校を転任する度に移り住んだ土地で、隣近所の人たちの温かい支えと、一番は妻の協力があったからと心から感謝しています。

子どもを育てるといふことは大変なこともあります。親でなければ味わえない楽しみでもあります。子どもを育てていく中で、こんなはずではなかったと思うことが何度かあります。そのような時は、子どもとともに悩みや苦しみを共有し、子どもと一緒に成長すればいいのです。正に、「子育ては自分育て」です。

どんな家庭にも波風や乗り越えなければならぬ壁があります。大変なことや苦しいことがあっても、家庭は明るく温かであってほしい。そのような願いを込めて書かせていただきました。「苦しさの裏には喜びがある」私の座右の銘の一つです。一年間ありがとうございました。

◆次回からは「教育委員のちよひ」といい話を連載します。第1回目は小野芳昭教育委員長です。

みんなが明るく積極的になった 心あったかイトころ運動発表会

11月24日(水)、市コミュニティセンターを会場に心あったかイトころ運動発表会が行われました。

運動は、4月から正式に市内小学校14校で実施。子どもたちが自らあいさつや清掃などの実践活動を考へて行動し、自主性や奉仕の精神を養うことを目的に行われています。

発表は代表校4校(大曲・浜市小、矢本一・鳴瀬二中)で行われ、「あいさつで学校内が明るくなった」「進んでゴミ拾いや清掃をするようになった」など、成果が発表されました。



▲浜市小では「もくもく清掃活動」の様子などを発表



▲鳴瀬二中からは「ごみゼロ運動」などの活動成果を発表



▲矢本一中からの発表は「こころの朝練活動」などの成果を



▲大曲小からの活動発表は「あいさつ2の日運動」などについて

災害に備えます

第22普通科連隊徒歩行進・炊き出し訓練



▲市街地の状況を確認しながら徒歩行進

12月9日(木)・10日(金)、陸自第22普通科連隊(多賀城市)は、災害派遣を想定した徒歩行進・炊き出し訓練を、市内と石巻市内で実施しました。

77人の隊員は、石巻市総合運動公園から大曲地区体育館までの約18kmを徒歩で行進。体育館到着後には、炊き出し訓練を行いました。



▲吉田さんが直筆で座右の銘を披露

吉田秀彦さん 大いに夢を語る 中学生に夢を与える講演会

11月11日(木)、市民体育館で、市内中学2年生を対象にした中学生に夢を与える講演会が開かれました。

講師は、バルセロナ五輪柔道金メダリストで、吉田道場名誉師範の吉田秀彦さん。中学時代の思い出を語り、また腕相撲などのアトラクションで大いに盛り上がりました。

第42次発掘調査現地見学会を開催 赤井遺跡



▲説明する佐藤敏幸学芸員

11月13日(土)、赤井上区の赤井遺跡の発掘現場で、第42次発掘調査現地見学会が開催されました。

当日は、約70人が現地に訪れ、今回発掘された奈良時代の高床式の蔵跡などを見学しました。赤井遺跡は発掘の成果などから、平成26年度に国史跡指定を目指しています。

やっぱり「なるせ」のカキはおいしいね

市内小・中学校でカキの給食

12月3日(金)、市内の小・中学校の給食にカキを使ったメニューが登場しました。カキは、県漁協鳴瀬支所カキ生産者の皆さんから159kgを給食用に無料提供されたものです。

浜市小学校の6学年のクラスには阿部市長が、1学年のクラスには木村教育長が同席。子どもたちと一緒に楽しく給食を味わいました。

カキはイカとチリソース煮で出され、子どもたちは美味しく食べていました。



▲カキとイカのチリソース煮、おいしいよ



▲3市の市長・副市長がまちづくりへの思いを語りました

ひとが繋がりが まちが創られる

ひがしまつしま まちづくりフォーラム Part II

11月26日(金)、ひがしまつしままちづくりフォーラム Part IIが市コミュニティセンターで行われました。はじめに、サークルコロッケによるまちづくり啓発寸劇「ばあちゃん喫茶」寄っていがいん」が上演され、観客を楽しませていました。

次に、「人と人との繋がりを参画から人の輪へ」をテーマに本田敏秋岩手県遠野市長、椎名和男山形県東根市副市長と阿部市長によるパネルディスカッションが開かれました。



▲会場で人気者だったイト

イト&イ〜ナ 埼玉で東松島をPR ゆるキャラ®さみっとin羽生

11月28日(日)、埼玉県羽生市でゆるキャラ®さみっとin羽生が開かれました。

このイベントは、東日本を中心に1都18県から85のご当地キャラクターたちが一堂に集まり、それぞれのご当地の魅力を発信しあうもの。

イトとイ〜ナは、会場で東松島の魅力をPRしました。

子どもたちに「お金」の意味を伝えたい 金銭教育公開保育in宮城(東松島)



▲日本で体験した文化の違いを話すダニエル・カール氏

金銭教育公開保育in宮城が、12月2日(木)矢本中央幼稚園と市コミュニティセンターを会場に行われました。

幼稚園では、園児たちの出店体験教育。コミュニティセンターでは幼稚園関係者による研究発表会と、ダニエル・カール氏による日米での金銭文化の違いが講演されました。



▲演奏者も来場者と一緒に音楽を楽しみました

吹奏楽の楽しさを伝える

合併5周年記念事業 東松島市吹奏楽団 第2回定期演奏会

11月28日(日)、市コミュニティセンターを会場に東松島市吹奏楽団(佐藤輝彦団長)の第2回定期演奏会が開催されました。

同吹奏楽団は、平成17年に結成され今年で5周年を迎え、現在は20人の団員で活動。演奏会では、来場者約300人に練習の成果を披露しました。

美味しい手打ちそばを堪能

上下堤そばまつり

12月5日(日)、上下堤そばまつりが、農村創作活動センター(上下堤)で開かれました。このまつりは、上下堤転作組合(浅野公夫組合長)が、平成21年度から栽培と製品化に取り組んできた「上下堤そば」のPRを合併5周年記念事業として開催されたものです。まつりの手打ちそば体験では、青葉手打そば教室(仙台市)の皆さんを講師に迎え、市内外から20人が参加。また、二八そばの試食会も開かれ、来場者は舌鼓を打っていました。



▲手打ちそば体験に親子で興味津々



▲イルミネーションは白とシャンパンゴールドで色鮮やか

LEDの明かりがきれいだね

合併5周年記念事業 上町西地区センターイルミネーション点灯式

上町西地区センターイルミネーションの点灯式が12月4日(土)、須賀神社前の三角公園で行われました。公園には、地元の子どもたちが作ったペットボトルとローソクのキャンドル500個とLED8千個のイルミネーションを点灯。来場者約300人と冬の夜空を照らしました。イルミネーションは合併5周年記念事業の一環で、上町西地区センターの地域交流事業として実施。1月上旬までの約1カ月間点灯されます。

ゴールに向かって駆け抜ける 第44回やもとクロスカントリー大会



▲ゴールを目指し一斉にスタート(中学女子の部)

12月12日(日)、鷹来の森運動公園を会場に、第44回矢本クロスカントリー大会が開催されました。当日は、高校・一般男子8kmから始まり、ファミリー1.5kmなど9種目が実施されました。当日の参加者は、昨年より約200人多い767人。選手たちは各コースを力走しました。



▲杵(きね)と臼(うす)でお餅をつきました

みんなでお餅 おいしいね 大曲幼稚園とほっとサロン上納 交流餅つき会

12月9日(木)、大曲幼稚園で、園児たちと大曲・上納地区に住む高齢者のグループ「ほっとサロン上納」の会員による交流餅つき会が開かれました。園児たちは、カルタ遊びや紙芝居の鑑賞、餅つきとお食事会を通じて、地域の皆さんと交流を深めました。

租税教育推進活動に感謝

赤井南小学校 租税教育推進校等表彰



▲稲垣孝一 石巻税務署長(左)より記念盾を受ける畠田隆児 赤井南小学校長

11月15日(月)、赤井南小学校が「租税教育推進校等表彰制度」税務署長表彰を受賞しました。同校は、長年にわたり児童対象の租税教室(石巻地区租税教育推進協議会主催)を開催し、租税教育の推進に取り組んできた実績を讃えられたものです。

みんな
がんばってます!

シリーズ

動き始めた協働のまちづくり ⑱

このコーナーでは、各地域自治組織のまちづくりの取り組みをシリーズで紹介します。
今回は「矢本東地区」の取り組み状況です。

矢本ひがしネットワークコミュニティ

◆協働のまちづくりが本格スタートして1年が過ぎました。矢本ひがしネットワークコミュニティでは昨年を振り返り、さらに新たな年の目標に向けて協働のまちづくりに取り組んでいきます。

活力のある 生き生きとした矢本東地区づくり



矢本ひがしネットワークコミュニティ
会長 片倉 勇規さん(下小松)

片倉会長は、その温厚な人柄と誠実さにより、地域住民からの信頼も厚く、地域のリーダーとして手腕を振るう頼れる会長とのことです。

みんなの顔が見えるまちを目指して

矢本東地区は各地域自治組織の中で人口が最も多く、商業地区、農業地区、旧住宅地区、新興住宅地区とさまざまな特徴を持つ地域がある中での活動に、まとまりある行事を行うのに役員は苦慮しています。最初に、全戸アンケートを実施し3カ年計画を立て、それらを5つの部会で精査検討を重ね、現在、それぞれ熱心に活動しています。他県からの定住者も多いので、これからもさらに交流を深め、安心して住めるまちづくりを目指していきたくと考えています。

今後の課題としては、矢本ひがしネットワークコミュニティの事業により多くの地域住民の参加や、役員、部会員はじめ、協力している皆さんの負担軽減、そして、地域住民の皆さんにその活動を理解していただきたいと思います。また、イベントだけではなく、地域の顔が見えるまちづくり「街がすき 人がすき 心かよう矢本ひがし」を目指して取り組んでいきます。

目指すテーマを決めて 特色あるまちづくりを

先日、地域のイベントに参加しても楽しいものでしたが、参加する顔ぶれがいつもと同じようで、もっと多くの人が気軽に参加できるようにPRなどを工夫し、興味を引くようにする必要がありますかと思いました。また、「協働のまちづくり」については、まだまだなじんでいないように感じました。

今は、イベントなどによるまちづくりの土台作りの時期だと思いますが、矢本東地区の目指すもの・テーマを具体的に何かひとつ決めてそれに向かって進んで行けば特色のあるまちづくりができるのではないのでしょうか。個人的な協力として、これからも、できるだけイベントに参加し、地域の方たちと交流していきたくと思います。



長谷川 美智子さん
(作田浦)

第5回矢本ひがし地区民まつりを開催

恒例になりました「矢本ひがし地区民まつり」を開催します。今年で5回目となるまつりは、地区の子どもから高齢者までの交流と、日頃から文化活動を行っている方々の成果の発表の場としての目的をもっています。

ぜひ、ご近所・ご家族お誘い合せの上、ご来場ください。

- 日時 1月29日(土)10時～16時/30日(日)10時～15時
- 会場 市コミュニティセンター
- 内容 矢本東小学校児童による「鼓笛隊演奏」や愛好団体・個人によるステージ発表、各種作品展示
餅・トン汁の販売 ※餅つき体験できます。
甘味処・地場産品・防災など各種コーナー
地区センターによる出店 ※バクダン(ポン菓子)や焼きもち、玉こんにゃく、ゲームなどメニューも豊富。
- 主催 矢本ひがし地区民まつり実行委員会
- 問 矢本東市民センター ☎82-1180



片倉会長と
矢本東市民
センター職
員の皆さん

- ▲後列左から 水島利章施設管理人、鈴木秀美指導員、宮澤恵美施設清掃員、西大條香織臨時職員
- 前列左から 大野文武事務長、片倉勇規会長、黒澤正子所長、茄子川由佳指導員

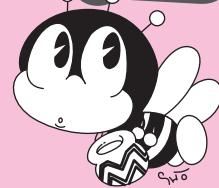
矢本東市民センターは市のほぼ中心部にあり、生涯学習・地域活動の拠点として地域の皆さんに支えられています。各種学級、教室なども開催していますので、気軽にお立ち寄りください。

◆地域の情報については、「市民センター報」(隔月)と矢本ひがしネットワークコミュニティの広報紙(年2回)を発行しています。

- 問 矢本ひがしネットワークコミュニティ
(矢本東市民センター ☎82-1180)

MANNA-bei

まなびい



募 集



社会教育指導員募集

■職種 社会教育充実のため
事業の企画・運営や各種団
体の支援、生涯学習に関す
る相談など

■対象 心身ともに健康で、
パソコン(ワード・エクセ
ル)の操作ができ、市税など
の滞納がなく、社会教育に
関心のある方。経験者歓迎

■募集人数 2人

■賃金 月額102,000円

■勤務内容 週28時間以内
(土日・夜間勤務の場合あ
り)

■勤務期間 平成23年4月1
日〜平成24年3月31日(単
年度更新、最長3年)

■申し込み 自筆の履歴書
(写真貼付)を、1月31日
(月)まで持参または郵送

※書類審査・面接実施後に採
否を決定します

平成23年成人式開催

市では、新成人の門出を祝
い「平成23年成人式」を開催し
ます。新成人の皆さんの出席
をお待ちしています。

■日時 1月9日(日)13時〜
12時30分(受付開始)

■会場 市コミュニティセンター
■対象者 平成22年4月2日
〜平成23年4月1日生まれ
の方

■問 生涯学習課社会教育班
☎内線3203

お知らせ



■問・申し込み先 生涯学習
課社会教育班(市コミュニ
ティセンター)
☎内線3300

小学生～高校生のための国際交流事業 春休み海外派遣事業

～参加者募集～

これからの国際化社会を担う青少年の皆さん。
日本とは異なる生活習慣や文化に触れる最大の
チャンスです。思いきってチャレンジしてみ
ませんか。

- ◆期 日 3月25日～4月4日の10日間
 - ◆内 容 ホームステイ・学校体験・英語研修・
野外活動・ボランティア活動・文化交
流・地域活動など
 - ◆派遣先 アメリカ・イギリス・オーストラリ
ア・カナダ・ニュージーランド・フィ
ジー・カンボジア
 - ◆対 象 小学2年生～高校3年生
 - ◆参加費 29.5万円～39.8万円(予定)
※共通経費として3万円が別途かか
ります。
 - ◆定 員 各コース6～8人
※申し込みはコース毎の先着順になり
ます。
 - ◆締め切り 2月4日(金)
- ◎全国13カ所で開催しますので、気軽に
参加ください。日程・その他の詳細は下記まで。
詳しい資料を差し上げます。

◆問 文部科学省所管
財団法人 国際青少年研修協会
〒108-0073東京都港区三田5-7-8-921
電話 03-6459-4661
FAX 03-6459-4633

参加決定！ チャレンジデー 2011

今年は5月25日(水)

昨年、合併5周年事業第1弾として開催した「チャ
レンジデー」では、対戦相手の茨城県常陸太田市にわずか
3.8%差で惜敗しましたが、多くの皆さんの参加・協力
をもらいましたので、今年もチャレンジデーに、東松島
市として参加することを決めました。

これから、来年度の事業を計画する時期を迎えます
ので、各種団体・個人で5月の最終水曜日(今年は5月
25日)に15分以上運動する事業の計画を、お願いします。

■問 生涯学習課スポーツ振興班 ☎82-9030



とべっ(スリッパ飛ばし大会)

平成23年 立志式 開催

次代を担う生徒の健やかな成長と未来を祝福するため、市
内中学2年生を対象に立志式(立志のつどい)を開催します。
各校の日程は下記のとおりです。

	矢本第一 中学校	鳴瀬第一 中学校	矢本第二 中学校	鳴瀬第二 中学校
日 時	2月3日 (木)	2月23日 (水)	3月16日 (水)	3月17日 (木)
会 場	矢本一中 講堂	鳴瀬一中 講堂	矢本二中 講堂	鳴瀬二中 講堂

式の様子は保護者・一
般の方もご覧いただけま
すので、お近くの会場で
子どもたちの成長を共に
お祝いしてください。



■問 生涯学習課社会教
育班 ☎内線3201

▲平成22年立志式(鳴瀬一中)



平成22年度 総合型地域スポーツクラブモデル推進事業
「バウンズ88マイすぽクラブ」教室・サークル活動第3期生参加者募集

「気軽に・いつでも・だれでも・楽しく」をモットーに、総合型地域スポーツクラブを目指し本年度の第3期生を募集します。年末年始の食生活が気になっている方は、ぜひ参加してください。

エンジョイ88 スポーツスクール		エンジョイ88 生涯スポーツサークル	
事業名(対象・定員)	日 時	事業名(対象・定員)	日 時
◇健康スポーツ教室 (全8回) (一般男女30人程度)	1月26日(水)～ 毎週水曜日 10時～	◇バドミントンサークル (全8回) (一般男女・30人程度)	1月28日(金)～ 毎週金曜日 10時～
◆年会費(保険料は含みますが活動費は別になります) ①65歳以上 1,500円/年 ※補償内容を充実したい方は、下段②の区分で加入可能です。 ②高校生以上 2,500円/年 ◆教室・サークル活動費 500円 (各教室・サークル1期あたり) ◆会場 奥松島体育館(バウンズ88)		◇太極拳サークル (全4回) (一般男女・30人程度)	1月28日(金)～ 隔週金曜日 10時～
		◇パドルテニスサークル (全8回) (一般男女・30人程度)	1月25日(火)～ 毎週火曜日 10時～
<p>①第2期までの申し込み時に、年会費を支払いしている方は不要です ②2種目からは、各教室・サークル活動費だけで全てのプログラムに参加できます ③各教室・サークル活動は、約2時間程度実施します ④安心してスポーツ活動を実施するために、全ての会員にスポーツ安全協会の保険に加入してもらいます ⑤今期の申込期限を2月18日(金)までとします</p>			
<p>■問 生涯学習課スポーツ振興班(市民体育館内) ☎82-9030</p>			

市内体育施設で行われるスポーツイベント

1月9日	平成23年東松島市剣道連盟鏡開き	東松島市民体育館
1月16日	柔道スポーツ少年団 鏡開き・初稽古	東松島市武道館
1月23日	第2回大塩地区センター対抗バレーボール大会	大塩地区体育館

広告

九州・沖縄グルメバイキング

かんぽの宿で九州・沖縄に行った気分を味わってみませんか!
 期間: 1月4日(火)～21日(金) ※土曜日、及び1月9日は除く
 1泊2食・お1人様 9,800円 日帰り 5,000円
 1室2名様以上
 沖縄の名産品を売店にて販売します。お楽しみに



歌謡バラエティショー

1月23日(日)
 1泊2食・お1人様 9,000円
 1室2名様以上
 日帰り(食事・入浴付) 3,500円
 出演: 清水まり子 秋山涼子



清水まり子

かんぽの宿松島 TEL 88-3411

東松島市野蒜字南赤崎89-53

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
母子健康手帳交付	妊娠された方	1月11日(火) 1月24日(月) 2月7日(月)	9:50~10:00	矢本保健相談センター
妊産婦・子どもの健康相談	妊産婦および乳幼児とその保護者の方	1月18日(火)	9:30~11:30	
三種混合予防接種	平成22年4月~6月生 3回目	1月7日(金)	13:00~13:30	
	平成22年7月~9月生 1回目	1月18日(火)		
	平成22年7月~9月生 2回目	2月8日(火)		
麻しん風しん混合予防接種	平成21年9月~10月生 第1期	1月24日(月)	13:00~13:30	
B C G 予 防 接 種	平成22年9月23日~10月26日生	1月26日(水)	13:00~13:30	
7 か 月 児 健 康 相 談	平成22年6月生	1月27日(木)	9:00~9:20	
10 か 月 児 健 康 相 談	平成22年3月生	1月27日(木)	13:00~13:20	

※予防接種の対象者には、事前に予診票を送付します。予診票が届かない方や転入された方は連絡ください。

※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 健康推進課健康推進班 ☎内線3102・3110

ノロウイルスに注意しましょう！

冬場を中心にノロウイルスを原因とするおう吐、下痢などの健康被害が多発しています。正しい知識を身につけて、予防しましょう。

■どこにいるの ・感染したヒトの便や吐物 ・二枚貝など

・ノロウイルスがついた食品

■特徴は ・細菌がヒトの腸内で増える ・加熱に弱い(85℃で1分、不活化します) ・少量でも発症し、冬季に発症が多い

■症状は ・症状がでるまで24~48時間 ・下痢、吐気、おう吐、腹痛、発熱など(かぜとよく似た症状) ・2~3日で回復する

■予防のポイント ・しっかり手を洗う(食事前、トイレ後、汚物処理後)⇒時間をかけて洗う(30秒が目安)

・症状がある人の便や吐いた物に直接触れない

・二枚貝は中心までしっかり火を通す(85℃以上)

・症状があるヒトの便・吐いた物を処理する時は手袋を使い、アルコールではなく塩素系消毒薬で消毒

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3102・3101

平成23年度各種検診等
申込書の送付

平成23年度の各種検診等申込書を1月末まで、各世帯に郵送します。

この申込書で、各種がん検診、健康診査(循環器検診)、インフルエンザ予防接種などの申し込みを受付します。受診を希望する・しないに関わらず、申込書に記入の上、2月10日までに返信ください。

■問 健康推進課健康推進班

☎内線3102・3110



あなたに届け！健康うづしター



〔生活習慣病の重症化② 高血圧の解説と予防〕



かじはら ちえこ
梶原 智栄子保健師

寒い季節になりました。雪国育ちの私は、最近の暖冬をちよっぴりさみしく思います。季節の移り変わりを何で実感しますか？季節の変化を感じる「ゆとり」を大事にしたいと思うこの頃です。

今回は「高血圧」についてです。高血圧とは、収縮期(最高)血圧140mmHg以上かつ拡張期(最低)血圧90mmHg以上、もしくはその一方が高い状態のことです。

高血圧が長く続くと血管壁が厚くなり弾力性がなくなります。弾力性を失った血管は傷つきやすくなり、この傷にコレステロールなどがたまることで動脈硬化を起こします。動脈硬化によって血管が破れたり詰まったりすると、その先の臓器に障害が起こり、脳出血や脳梗塞、狭心症や心筋梗塞、腎不全などの重大な病気を招く要因になります。そうならないように今日から高血圧を予防改善する生活を実践しましょう。高血圧の危険因子は、塩分のとり過ぎを始めとした食生活の乱れや運動不足、ストレスなどがあります。血管に負担をかけるこれらの生活習慣を改善しましょう。

また、高血圧はサイレントキラー(静かなる殺し屋)と呼ばれるように、自覚症状がほとんどありません。頭痛、肩こり、めまい、動悸、耳鳴りなどがすることもありますが、高血圧特有の症状ではないので、血圧測定をしないと確認できません。

健診を受けるとともに、家庭で定期的に血圧を測ることをお勧めします。

■問 健康推進課健康指導班 ☎内線3105

食育のスヌメ

食のリレートーク 第14回

食の今昔 変わらぬ笑顔

介護老人保健施設 さつき苑管理栄養士 佐藤 恵子



さつき苑に勤務して10年になりますが、人生の先輩である入所者の方と、食についての楽しい語らいの時間が私は大好きです。

せんべいが大好物なおじいさんは、私に立派な歯を見せて「若い頃から魚は骨ごと食べていたからね」と自慢げに話されます。毎食、長い時間手を合わせ、食事への感謝の気持ちを表すおばあさん。「食べ物がない時代に育ったからね、食事はありがたいよ」と、笑顔で話してくれます。

さつき苑の敷地内には、小さな畑と実のなる木があります。わずがですが収穫し献立にとり入れたり、梅干や干柿などを入所者の方と一緒に作ったりしています。そんな懐かしい作業の中で、皆さんの顔はほころび、にぎやかに昔話も飛び出します。干した柿の皮を漬物に入れて、美味しい漬物を作った話や、さらには恋の話まで。そして、私たちも、皆さんの若かりし頃の姿を想像したりしています。

老化が進み、かんだり、飲み込んだりができにくくなってしまいう方も多くいます。これまでの食習慣や好物を尋ね、なじみの食材の味や香りを大切に、できるだけ長く食事を楽しんでいただけるよう、お手伝いしていきたいと考えています。



次回は、大塩保健所の濱中宏美さんです。 ▲入所者へのケアの様子

子どもの心理相談会

- 相談日 1月20日(木) 13時～(各50分ずつ)
- 会場 矢本保健相談センター
- 担当カウンセラー 今野広子先生
- 締め切り 1月13日(木)まで電話で申し込みください
- 問 健康推進課健康指導班
- ☎内線3106

献血にご協力ください

- 皆様のご協力をお願いします。
- 日時 1月17日(月) 13時30分～16時30分
 - 会場 矢本保健相談センター
 - 日時 1月30日(日) 10時～12時/13時～16時30分
 - 会場 ロックタウン矢本
 - ※16・17歳の方は200cc献血、18歳以上の方は400cc献血で実施します。
 - 問 健康推進課健康推進班
 - ☎内線3110

電話番号の廃止について

- 現在、使用している下記の電話番号を廃止します。今後は代表番号を利用していただくようお知らせします。
- 廃止電話番号 82-1123 (矢本保健相談センター直通電話)
 - 廃止時期 平成23年1月1日
 - 代表番号 82-1111

ストップ！自殺

ストレスを

自覚しよう

職場や家庭環境、人間関係など日常生活の中で絶えず私たちはさまざまな刺激を受けています。それにより生じた心身のゆがみを私たちは「ストレス」と考えます。

ストレスを抱えた状態が続くと、心身のバランスが崩れ、例えば次のような変化が現れます。

- ① 心理的变化
イライラする、怒りっぽい、不安感、無気力、抑うつ感、集中力の低下など
- ② 身体的变化
寝つきが悪い、頭痛、めまい、動悸、食欲低下、下痢・便秘など
- ③ 行動の変化
酒やタバコの量が増える、過食、ケアレスミス、対人交流を避けるなど

「考え方のクセ」を知ろう

自分の考え方のクセが必ずしも正しいとは限りません。物事には色々な考え方や捉え方があります。

自分の考え方のクセを知る

思考パターン	頭に浮かんだ考え・イメージ	思考転換のコツ
「0か100か思考」 完璧主義思考	完璧でないと満足できなかったり、少しでもミスがあると「全てダメ(0点)だ」と思う	完璧でなくても、全くなかった訳ではない。できたことに目を向け、0～100の間で評価する。物事にはあまい状態もあると考え直す。
「過度の一般化」 「いつも」「常に」と大げさにとらえる	1回のミスで「自分はいつもミスしてばかりだ」と思う	今回失敗したとしても、うまくいく時もある。いつもそうでないことを思い出す。
「心の読みすぎ」 人の気持ちを否定的に解釈する	あいさつしても返答がないと「自分は嫌われているに違いない」と思う	証拠のないことや不確かなことで、相手の心を悪い方へ臆測しない。こんな時は、自分はどのようにしてそんな風に見えるのかなと自分自身に問いかけてみては？
「先読みの誤り」 未来を悪い方に想像し心配する	大切な打ち合わせに「遅刻するかもしれない」と前日から心配する	起きていない出来事に対し、悪い想像ばかりせずに、プラスをイメージする。
「べき思考」 「こうあるべき」とルールで自分をしぼり、相手にも期待する	(電車などの公共の場で)携帯電話で話す人を見て「こんな所での携帯電話は遠慮すべきだ」と怒りの感情がわく	自分を含め、すべての人が、自分の基準や期待通りに行動するとは限らないことを受け入れる。 1 回深呼吸して「～だったらいいな」と考える

と、物事をいつもと違う視点で見たり、対処法を工夫できたりして、ストレスと上手に向き合うヒントになります。次回は、ストレスの対処法について紹介します。

■問 福祉課障害福祉班
☎内線 1175・1176

ガムきよまポイント

「太陽光発電」の設置 助成

太陽光発電システムの助成制度は、昨年5月から地球温暖化防止策の一環としてスタートした制度です。

皆さんからの問合せも多く、現在、一般住宅25件、(事業所0件)の設置に対して助成を行いました(11月末現在)。

設置をされた方は、早めに申請手続きをしてください。

○制度概要

- ①対象者
 - ・市内に住所、または事業所を有する方
 - ・市税などの滞納のない方



・太陽光発電システムの利用に関するアンケート調査に協力できる方

②助成額

- ・太陽電池の最大出力1kwあたり 35,000円
- ・上限額

個人の場合

- 12万5,000円
- 事業所の場合 50万円 (千円未満切り捨て)

【補助金の算出例】

太陽電池の最大出力が3kwの太陽光発電システムを設置した場合

35,000円×3kw＝105,000円(助成額)

■問 申請先 環境課環境班

☎内線1152

家庭用ホームタンクなどからの灯油垂れ流しに注意

毎年、この時期になると道路側溝や水路、河川などの油の流出通報が寄せられます。

原因のほとんどは、家庭用ホームタンクやポリタンクなどからの灯油流出です。暖房



▲吸着マットで油流出事故処理

機器へ給油の際にこぼれたり、ホームタンクの注ぎ口がゆるんで垂れ流し状態といった理由が多いようです。

側溝や水路を伝わり河川へ流れ込んで広がってしまうと、水質汚染につながります。各家庭での油の取り扱いには十分注意してください。

「廃品回収団体」を募集します

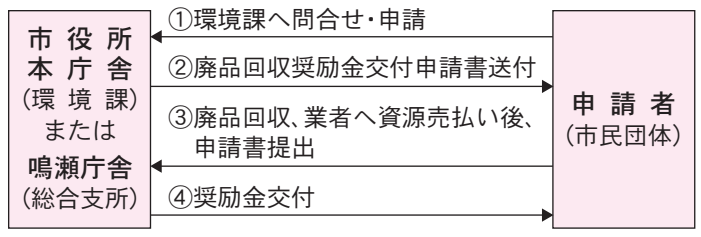
市民団体による廃品回収には、市から奨励補助金を支給し、リサイクル意識の向上に努めています。

市では、資源ごみの回収を行っていますが、皆さんが自ら資源回収を行うことが大切です。

今年度は、11月末で44団体に102万円の補助金を交付し、約34tの資源ごみが皆さんの手でリサイクルされています。

今後、「3R(リデュース・リユース・リサイクル)」推進

廃品回収奨励金申請フロー図



(奨励金計算方法) 回収量kg×3円＝奨励金(100円未満は切り捨て) ※ビン類は0.5円/1本当り(小数点以下は切り捨て)

のため、多くの市民団体の参加をお願いします。

※集積所からの資源ごみ持ち去り対策にも役立っています。

○奨励金交付概要

①奨励金 1kgあたり3円

②対象品目

- ・紙類(新聞・雑誌・ダンボール)
- ・ビン類(二升ビン・ビールビン・ジュースビン・雑ビン)
- ・金属類(アルミニウム・スチールカン・鉄くず)

・その他(各リサイクル業者で品目が異なります)

■問 環境課環境班

☎内線1151

広告

グリーンタウン やもと

立地企業募集!

Industrial Park

グリーンタウンやもと

(矢本工業団地)

■お問い合わせは
販売センター
☎0225-83-5061
〒981-0505 東松島市大塩字緑ヶ丘 4-1-5

《仲介》
宅地建物取引業者免許 国土交通大臣(6)第3795号
コマツゼネラルサービス株式会社
〒107-8414 東京都港区赤坂 2-3-6 TEL.03-5561-4781 FAX.03-5561-3455

《売主》
宅地建物取引業者免許 東京都知事(11)第21429号
株式会社 小松製作所
〒107-8414 東京都港区赤坂 2-3-6

●日立機材(株) ●(株)ミツワ紙工所矢本工場 ●(株)佐浦 矢本蔵
●東北ハイブターン工業(株) ●(株)高砂長寿味噌本舗 ●(株)オイタミート



あけましておめでとうございます。本年もゆふとをご愛顧たまわり、多くの皆さんにご利用いただきますよう、お願い申し上げます。

1月16日(日)に【ゆふとまつり】開催!!

- プール 14時～15時 水中撮影会
10時～15時50分 わくわくランド
 - 水ヨーヨーつり(限定50個)
11時15分～と13時15分～の2回/幼児プールにて
 - わたあめプレゼント、くじ引き(子供限定)
 - けんちん汁(無料・12時～) ○水着セール
 - もちつき(2ヶ/100円にて販売)
 - 新鮮野菜・地場産品の販売 ○健康相談
 - 利用者大抽選会、ご利用の皆さんへのプレゼント
- 詳しくは、ゆふとまで問い合わせください。

お得な回数券キャンペーン

1月2日(日)～19日(水)

期間内に利用回数券を購入した方は、当日100円(入湯税のみ)でゆふとをご利用できます。多くの皆さんのご利用をスタッフ一同、心よりお待ちしております。

フラダンス体験会

- 日時 月曜日:1月10日・17日・24日 13時～14時
土曜日:1月8日・15日・22日 10時30分～11時30分
- 対象 月曜日:大人の方(男女問わず)
土曜日:親子(お子さんは小学生以上)、大人の方
- 講師 フイレファ ハウオリラニ フラスクール
菅原秀子氏
- 定員 各曜日15人
- 持ち物 運動のできる服装・タオル・水分補給
- 料金 無料(施設利用料は各自別途負担)
- 申し込み 当日フロントに直接申し込み
- その他 好評の場合、4月以降定期開催の予定です

【営業時間】平日/10時～22時 土日祝/10時～21時
 【休館日】毎週木曜日(祝日の場合翌日)
 ※プール・トレーニングジムの利用は、閉館30分前までとなります。
 【問】 ☎84-3855

■問い合わせ 東松島市役所 ☎82-1111

知っ得情報

国保のしおり

ジェネリック医薬品の 利用促進にご協力を

医療費が年々増加していますが、その3割は薬剤費が占めています。

変更可能な薬をジェネリック医薬品に変えれば医療費の節減ができます。

私たちの健康と安心を支える国民皆保険制度を支えるため、ジェネリック医薬品の利用に協力をお願いします。

すべての薬にジェネリック医薬品があるとは限りません。また、薬の種類によって薬価は異なりますので、まずは、かかりつけ医師・薬剤師に相談しましょう。

～一人ひとりの小さな節約が
やがて大きな力になります～

■問 市民課保険年金班 ☎内線1127

その電話、本当に大丈夫?振り込め詐欺では?

卒業生名簿等を悪用し、卒業生宅に電話をかけ、現金を振り込みさせる新たな手口による被害が増えています。

振り込め詐欺の手口

第1段階 → 第2段階 → 第3段階

・「オレ○○だけ」と突然電話がかかってくる

卒業生名簿や同窓会名簿を入手し、手あたりしだいに電話をかけています。
名簿で子の名前を特定できるので被害に遭いやすく、注意が必要。

・「トラブルに巻き込まれた」などと伝えてきます

「会社の金を使い込んだ」「交通事故を起こした」などと言って動揺させ、冷静な判断ができない状況におとしつけます。

・解決方法としてお金を要求してきます

トラブルを誰にも知られたくない、示談に応じるため、身の安全を守るためなどの理由から、指定した銀行口座にすぐに振り込むように、と要求してきます。

騙されないぞ! 予防策!

- ①一度電話を切って、本人・家族に確認する。
- ②「携帯電話番号を変えた」と伝えてきたら他の家族に確認を取りましょう。
- ③お金の話が出たら、「詐欺かも?」と疑いましょう。
- ④振り込む前に必ず誰かに相談しましょう。

■問 市民課消費生活相談員 ☎内線1117

■相談日 毎週月・水・金 9時～15時

募集

奥松島縄文村歴史資料館展示解説員募集

- 資格 短大卒業以上
- 勤務日数 週4日(週30時間、土日祝日の勤務あり)
- 賃金 月額126,000円(社会・雇用保険あり)
- 募集人数 2人
- 締め切り 1月16日(日)
- 問・申し込み 奥松島縄文村歴史資料館
☎8813927
- 資格 普通自動車免許を有し、車両系建設機械運転技術を取得している方
- 内容 市道の維持・修繕作業

臨時道路補修作業職員募集

- 資格 短大卒業以上
- 勤務日数 週4日(週30時間、土日祝日の勤務あり)
- 賃金 月額126,000円(社会・雇用保険あり)
- 募集人数 2人
- 締め切り 1月16日(日)
- 問・申し込み 奥松島縄文村歴史資料館
☎8813927
- 資格 普通自動車免許を有し、車両系建設機械運転技術を取得している方
- 内容 市道の維持・修繕作業

県営住宅入居者募集

- 資格 短大卒業以上
- 勤務日数 週4日(週30時間、土日祝日の勤務あり)
- 賃金 月額126,000円(社会・雇用保険あり)
- 募集人数 2人
- 締め切り 1月16日(日)
- 問・申し込み 奥松島縄文村歴史資料館
☎8813927
- 資格 普通自動車免許を有し、車両系建設機械運転技術を取得している方
- 内容 市道の維持・修繕作業

平成23年度防衛モニター募集

- 資格 短大卒業以上
- 勤務日数 週4日(週30時間、土日祝日の勤務あり)
- 賃金 月額126,000円(社会・雇用保険あり)
- 募集人数 2人
- 締め切り 1月16日(日)
- 問・申し込み 奥松島縄文村歴史資料館
☎8813927
- 資格 普通自動車免許を有し、車両系建設機械運転技術を取得している方
- 内容 市道の維持・修繕作業

募集

- 資格・対象 保育士資格を有し、心身ともに健康な方で、市税の滞納がない方
- 勤務内容 児童の保育。1日7時間45分勤務(早出など交替勤務あり)。平成23年4月から勤務。
- 勤務先 市内保育所
- 賃金 時給1,000円
- 募集人員 若干名
- 申込期限・方法 1月21日(金)17時まで。履歴書(自筆・写真貼付・保育士証の写し添付)を持参 ※後日面接あり

〈保育所臨時調理員募集〉

- 資格・対象 調理師または栄養士資格を有し、心身ともに健康な方で、市税の滞納がない方
- 勤務内容 保育所給食の調理及び材料の発注・検収などの調理業務に係る事務。1日7時間勤務で、平成23年3月から勤務
- 勤務先 市内保育所
- 賃金 時給800円
- 募集人員 2人
- 申込期限・方法 1月21日(金)17時まで、履歴書(自筆・写真貼付・調理師または栄養士免許証の写し添付)を持参 ※後日面接あり

〈保育所嘱託栄養士募集〉

- 資格・対象 栄養士資格を有し、心身ともに健康な方で、市税の滞納がない方
- 勤務内容 保育所児童の栄養管理及び給食の調理と材料の発注、給食に係る関係帳簿の作成、その他食育に関する業務。週35時間勤務(月～土曜日)。平成23年4月から勤務
- 勤務先 市内保育所
- 賃金 月額154,000円
- 募集人員 1人
- 申込期限・方法 1月21日(金)17時まで。履歴書(自筆・写真貼付・栄養士免許証の写し添付)を持参 ※後日面接あり

〈保育所臨時調理補助員募集〉

- 資格・対象 心身ともに健康な方で、市税の滞納がない方
- 勤務内容・勤務先 保育所の調理補助 平成23年3月から勤務 1日5時間勤務 矢本東保育所/平成23年4月から勤務 1日4時間勤務 赤井北保育所
- 賃金 時給800円
- 募集人員 2人
- 申込期限・方法 1月21日(金)17時まで。履歴書(自筆・写真貼付)を持参 ※後日面接あり

〈保育所臨時用務員募集〉

- 資格・対象 心身ともに健康な方で、市税の滞納がない方
- 勤務内容 保育所内外の清掃、調理補助・準備など。1日7時間45分勤務で、平成23年3月から勤務
- 勤務先 市内保育所
- 賃金 時給800円
- 募集人員 1人
- 申込受付 1月21日(金)17時まで。履歴書(自筆・写真貼付)を持参 ※後日面接あり

〈臨時放課後児童クラブ指導員募集〉

- 資格・対象 心身ともに健康な方で、市税の滞納がない方
- 勤務内容 小学1～3年生の児童の保育。1日5時間勤務(13時から18時)。ただし、土曜日や夏休みなどの長期休みのときは、9時から18時までの勤務。月120時間以内。平成23年4月から勤務
- 勤務先 市内の放課後児童クラブ
- 賃金 時給780円
- 募集人員 若干名
- 申込受付 1月21日(金)17時まで。履歴書(自筆・写真貼付)を持参 ※後日面接あり
- 上記の募集に関する問い合わせ・申し込み先 福祉課子育て支援班 ☎内線1186

お知らせ

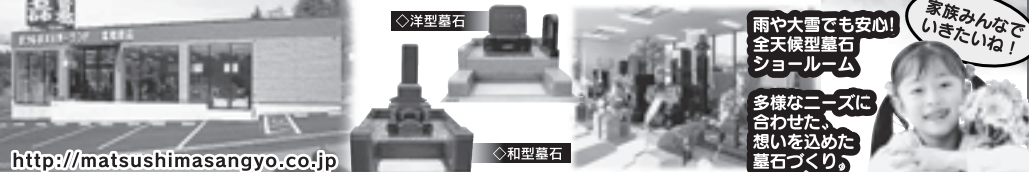
みやぎ環境税

- みやぎ環境税は、地球温暖化などの環境問題に対応するため、主に森林機能の強化やクリーンエネルギーの利用促進に活用されます。
- 課税額 個人・年1,200円 法人・法人県民税(標準税率)の約10%
- 課税の方法 住民税と合算
- 実施期間 平成23年度から5年間
- 問 税のしくみについて
宮城県総務部税務課
☎022-211-2323
- 税の使いみちについて
宮城県環境生活部環境政策課
☎022-211-2661

広告

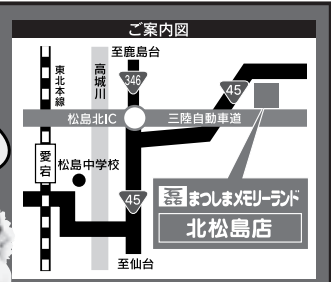
たいへんお得な初売割増商品券 予約販売受付中!

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。墓地や墓石の無料相談会も定期的の実施しています。また、平山第二工場が隣接しているので、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。

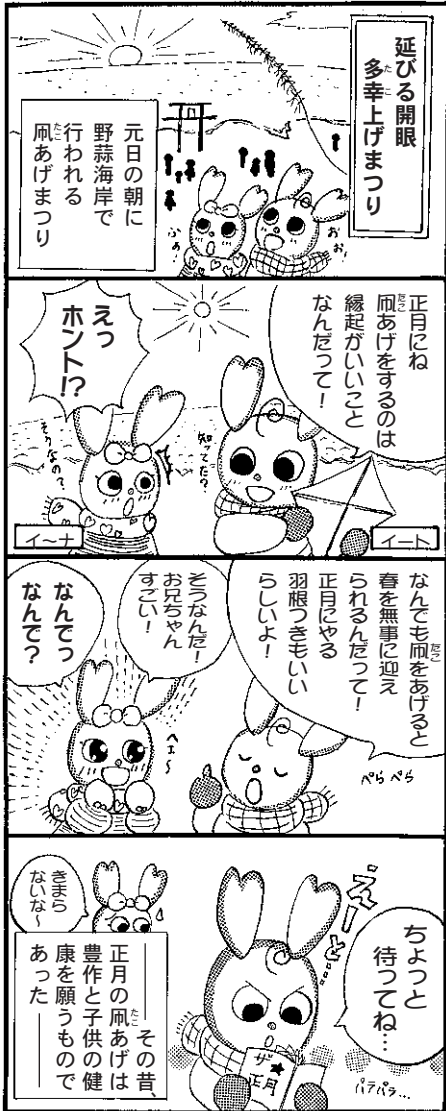


宮城県宮城郡松島町 根廻前沢10-3 ☎022-354-4105 まつしまメモリーランド | 検索

それゆけ! イート Vol.2

「元旦の凧揚げ」

作:みやみ



◎あけましておめでとございます。今年もお祭りやイベントにお出かけするので、みんな仲良く遊ぼうね!

- 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。
- イ〜ナ: 「イート」の妹。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。
- 延びる開眼多幸上げまつり(野蒜海岸凧揚げまつり): 毎年元旦の野蒜海岸へ初日の出を拝むために訪れた人たちが、一年の願い事を書いた凧を揚げるイベント

ファミリーサポートセンター交流会
ゲームや会食を行い、会員同

■日時 2月20日(日) 9時〜12時
■会場 石巻地区消防本部2階大会議室(石巻市大橋一丁目1番地1)
■定員 先着30人
■対象 中学3年生以上
■受講受付期間 1月24日(月)〜2月6日(日)

■申し込み 最寄りの消防署で申し込み。再講習の方は申請時および受講日に修了証を必ず持参すること。
■問 石巻地区広域行政事務組合消防本部警防課 ☎95-7433

第95回いきいき健康講座
テーマ 「100歳まで健康に生きる秘訣」 ※入場無料
■日時 1月18日(火) 18時30分〜

■会場 市コミュニティセンター
■締め切り 1月18日(火)
■問・申し込み 矢本子育て支援センター ☎84-2676

平成23年1月から、帰化・国籍取得などの国籍に関する事務は、仙台法務局で行います。
■問 仙台法務局民事行政部 戸籍課 ☎022-292-3351

仙台法務局石巻支局での国籍事務取扱の廃止

■会場 市コミュニティセンター
■締め切り 1月18日(火)
■問・申し込み 矢本子育て支援センター ☎84-2676

士の親睦を深めます。会員以外で興味のある方の参加歓迎。
■日時 1月28日(金) 10時〜11時30分

平成23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修学し、次の要件を備える方
 - ①優秀かつ心身ともに健全で、成業の見込みがあること
 - ②市内に住所を有し、2年以上居住していること
 - ③国および他の地方公共団体、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
 - ④修学困難な生計状態であること
- 貸与額(新規申込者に限る)
 - ①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・ろう学校など>の高等部を含む) 月額20,000円以内
 - ②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
 - ③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
 - ④大学・短期大学・大学院生 月額35,000円以内
- 申込書配布場所 1月11日(火)より、市民課・教育総務課・鳴瀬総合支所・野蒜出張所の窓口にて配布
- 申込期間 2月1日(火)〜3月15日(火)
- 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(無利子)
- 問・申し込み 教育総務課教育総務班 ☎内線1256

石巻専修大学新入学生・在学生向け奨学生募集
石巻圏域に住む優秀な学生で経済的理由により就学困難

■会場 市コミュニティセンター
■講師 仙台大学体育学部健康福祉学科 橋本実教授
■問・主催 医療法人医徳会 真壁病院 ☎82-7111

■申し込み 平成23年1月17日(月)〜2月25日(金) 15時〜17時
※募集人員・貸与額などの詳細は、問い合わせください。

■問 (財)石巻地域高等教育事業団事務局(石巻市企画部総合政策課内) ☎95-1111

■問・申し込み 平成23年1月17日(月)〜2月25日(金) 15時〜17時

な方を対象に、奨学生を募集します。

広告

SPEEDY30分車検
TEL 87-3818

板金・塗装
fabrica
東松島小野店

各社新車、中古車販売
有鳴瀬富山自動車
FAX 87-3817
〒981-0303 東松島市小野字中央2-2

広告

やもと整骨院 各種健康保険取扱
交通事故、労災もご相談下さい
携帯からアクセス

矢本駅前 ゆぶと1F
☎83-5980

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	-
14:00~19:00	○	○	○	○	○	△	-

△14:00~17:00 URL: <http://www.yamoto-seikotsuin.com/>

キッズ・サポート(障害児運動あそび教室)

宮城県障害者スポーツ協会では、障害児がのびのびと身体を動かせる機会と場所を提供し、健康増進や運動あそびのきっかけ作りをサポートするキッズ・サポート(障害児運動あそび教室)を開催します。

■日時 1月15日(土) 10時～11時30分 / 2月12日(土) 10時～11時30分

■会場 宮城県障害者総合体育センター(仙台市宮城野区幸町4丁目6-1)

■対象 身体障害者手帳・療育手帳・精神保健福祉手帳を有する県内在住の4歳～12歳未満の幼児・児童とその家族

■申し込み 当日申し込みで、開始30分前より会場受付開始。 ※参加費無料

■問 宮城県障害者スポーツ協会 ☎022-1257-11005



人権相談所(無料)開設

毎日の暮らしの中で起こる様々な問題、暴力、いじめ、家庭問題などの相談を人権擁護委員が受け、解決の手伝いを行います。相談は無料で秘密

は堅く守られます。気軽に相談ください。

■日時 1月7日(金) 10時～15時

■会場 市コミュニティセンター

■問 市民課窓口サービス班

☎内線1122

発達障害者支援センター「えくぼ」巡回相談

■対象 言葉や感情表現を身につけにくい、相手の気持ちや推測したり共感しにくい、集団のルールや相手に合わせて行動しにくいなどの悩みを抱える方。本人、親、幼稚園・保育所・学校の先生など

■日時 1月20日(木) 13時30分～

■会場 東まつしま地域活動支援センター カノン

■締め切り 相談日の1週間前まで(定員で締め切り)

■問・申し込み 東まつしま地域活動支援センター カノン ☎83-11571

若者の社会参加・就労を応援します

みやぎ北若者サポートステーションでは、若者無業者(ニート)の就労・自立に関して石巻地域で奇数月に出前相談会を開催しています。

■日時 1月13日(木) 10時～16時30分

■会場 宮城県石巻合同庁舎402会議室

■対象 若者無業者(ニート)およびその保護者など(要予約)

■問 みやぎ北若者サポートステーション ☎0229-21-7022

東松島市農業委員会委員選挙人名簿の登載申請

農業委員会等に関する法律施行令第3条の規定により、平成23年1月1日現在の選挙人名簿の登載申請を、1月7日(金)まで農業委員会または選挙管理委員会に提出してください。

登載申請しないと投票できません

なお、前年名簿に登載された方は12月中旬に申請書を郵送しています。また、新規に登載をされる方は、農業委員会または選挙管理委員会まで連絡ください。

■名簿登載資格について

- 市内に住所を有し、平成3年4月1日までに出生した者
- 田畑計10アール以上の農地の、耕作業務を営む者
- 上記の者の同居の親族(6親等の血族および3親等内姻族)またはその配偶者で、年間60日以上耕作に従事する者

■問 選挙管理委員会事務局

☎内線1215

【1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	会場	相談内容	問合せ・申し込み先
人権相談	1月7日(金) 10時～15時	市コミュニティセンター	いじめ、暴力、隣近所とのもめ事、その他人権に関する相談	市民課窓口サービス班 ☎内線1122
司法書士相談(要電話予約)	1月7日(金) 9時15分～16時		登記、相続、貸金未払い、借家トラブル、多重債務、成年後見制度などの相談	総務課総務班 ☎内線1217
行政相談	1月7日(金) 10時～15時		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	総務課総務班 ☎内線1217

広告

■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末(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31日(月) 4月号掲載…2月28日(月)
- 問 総務課秘書広報班 ☎内線1212

浄化整体マホ回バ

健康保険を使わないで済む 健康自立な生活

低料金で健康を支援

月の初回は **2,000円**
月の二回目からは **1,500円**
初回500円割引サービスあります
ホームページ・お問い合わせ下さい

県外出張が有る為、予約制にしています



赤井字寺12-4(川田重機敷地内) 090-7568-2431



戸籍のまど

平成22年11月届け出分
(11月1日～11月30日)
敬称略・希望者のみ
掲載しています

行政 区	氏名	保護者
仙台市	菅原 拓真	宗一郎
中	村上 悠太	清治
南浦宮	吉田 希歩	博明
浜市	鎌田 蓮斗	忠晃
南新二	三浦 彩花	富也
具穀塚二	南保 愛華	光洋
往還下	千葉 暖果	佳克
柳西	伊藤 暖果	清春
下町一	櫻井 胡桃	祐太
上河戸四	内海 颯太	俊貴
浅井	鈴木 煌士	政哉
上納	伊藤 桂悟	甲一

お誕生
おめでとういっしょです

行政 区	氏名
新町	千葉 洋平
東京都	齋藤 恵美
洲崎	鹿野 輝也
大和町	瀬戸 玲奈
自衛隊	小玉 俊也
上町二	森山 あかね
東京都	佐々木 勝
東名新場	川畑 綾子
関の内三	石田 好平
大崎市	泉澤 志乃
往還上	丹野 恒
往還上	堤 さおり
埼玉県	扇谷 一歩
平岡	坂本 香奈

お悔やみ申し上げます

行政 区	氏名	享年
鹿妻二	武田 義之	75
筒場	鈴木 千代	94
中	遠藤 利仁	76
菅原	菅原 正	72
佐藤	佐藤 克己	80
石垣	石垣 孝夫	78
熱海	熱海 孝夫	59
田崎	田崎 良雄	83
及川	及川 國子	85
内海	内海 ちよこ	86
日野	日野 舞	17
大沼	大江 はるへ	88
三浦	三浦 照男	56
小野寺	小野寺 としい	88
菅原	菅原 ふじ子	79
佐藤	佐藤 信男	61
山内	山内 昭次	78
平	平 克己	81
千葉	千葉 正太郎	85
相馬	相馬 ハツエ	85
阿部	阿部 かほる	97

お悔やみ申し上げます

行政 区	氏名	享年
上河戸三	庄司 紗那	5之
南四	木村 颯天	篤史
柳北	千葉 瑞桜	真澄
東大沼	菅澤 菜美	康弘
南新二	横山 陽一	裕基
下町二	佐藤 璃杏	正秀
中	三浦 ゆい	久幸
横沼西	雲石 泰斗	勝
柳北	齋藤 榛晟	剛義
関の内二	泉谷 駿太	浩二
往還上	高橋 翔	丈



▲みんな上手に「しめ縄」が完成しました

ちよつと見つけた今日の一枚
12月4日(土)、市コミュニティセンターで矢本東市民センター主催のあそびつ子クラブ事業が開催。日本の伝統文化を知る心を培うことを目的に行われました。

市の人口
(平成22年12月1日
現在の住民基本台帳)

男	21,127人(- 9)
女	22,053人(12)
計	43,180人(3)
世帯数	15,075戸(0)
()内は前月比	

八幡	本田 豊	50
大沼	高橋 ゆたか	77
上下堤	山村 光行	82
中	山村 哲男	69
中東	中村 満	79
小野上	一柳 周吉	78
横沼西	土井 正造	84
道地	熊谷 てる子	91
関の内一	渡邊 巖	73
道地	木村 好八	77
下浦	樋口 桂子	75

● 休日診療担当医院表 ●

月 日	小 児 科		矢本地区/鳴瀬地区		矢本地区/鳴瀬地区	
	医 院 名	電 話	医 院 名	電 話	薬 局 名	電 話
1月1日(土)	中山こどもクリニック	95-4121	※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。			
1月2日(日)	阿部こどもクリニック	22-1152	いしがき・みみはなのクリニック	84-1187	ハープ調剤薬局 東松島店	84-1611
1月3日(月)	佐久間眼科小児科医院	92-7651	／ 鳴瀬中央医院	87-3853	／ なるせ薬局	86-1251
1月9日(日)	おおば小児クリニック	93-9693	藤野整形外科	83-2121		
1月10日(月)	調整中(市ホームページをご覧ください)		ひかりサンテクリニック	84-1333	和薬局	84-2711
1月16日(日)	石巻市立病院小児科	23-3200	石垣クリニック	83-7070	ひまわり調剤薬局	83-8075
1月23日(日)	中山こどもクリニック	95-4121	／ 佐幸内科	88-3737	／ 松島グリーン薬局	88-3610
1月30日(日)	阿部こどもクリニック	22-1152	伊東胃腸科内科	82-6666	たかざ薬局 赤井店	83-5466
2月6日(日)	調整中(市ホームページをご覧ください)		かしわや内科クリニック	83-2003		

お詫びと訂正
市報12月号13頁の第14回危険業務従事者叙勲受章者で、佐々木実さんの職務と行政区に誤りがありました。訂正してお詫び申し上げます。
正○「佐々木実(元3等陸尉) / 小野下」
誤×「佐々木実(元3等空尉) / 寺」

また、市報12月号4頁の家計簿で「市民一人当たりの年支出」に誤りがありましたので、次のとおり訂正いたします。
正○ 年支出の車や家具の修理代 6千円
正○ どうしてもかかるお金 26・1万円

編集室から
新年を迎え、今年は皆さんにとって良い年でありますようご祈念いたします。
先日、市報の民間委託が新聞を賑わしましたが、4月から委託と合わせて月2回(15日)の追加の発行になる予定です。今後も、皆さんへの情報提供の充実を目指していきたいと思っております。
あけましておめでとーございませう。今年もどうぞよろしくお願ひします。
今月号で掲載した、東松島出身のお笑い芸人 ニードルの2人。取材でインタビューして、お笑いにかける情熱と古里を想う気持ちに触れました。これからニードルを応援したいと思ひます。
鈴木 鈴木 藤田

※市報掲載写真(JPGデータ)の提供を希望の方は、秘書広報班(☎内線1219)までご連絡ください。データでお渡しします。

市民のカレンダー 1月 ~January~ 1月1日~1月31日

日 ~SUN~	月 ~MON~	火 ~TUE~	水 ~WED~	木 ~THU~	金 ~FRI~	土 ~SAT~
飲酒運転は犯罪です 年末年始の交通事故 警戒パトロール中 東松島市から飲酒運転 を根絶しよう!		地上デジタル放送の準備は 済んでいますか 来年7月24日でアナログ放送が終了し、地上デジタル放送に切り替わります。「どうしたらよいか分からない」という方は、下記まで問い合わせください。 ■問 総務省地デジコールセンター ☎0570-07-0101 デジサポ宮城(総務省宮城県テレビ受信者支援センター) ☎022-745-1500		第31回「北方領土の日」宮城県東松島集会開催 2月7日は「北方領土の日」です。北方領土返還を求める国民世論の結集と一日も早い領土問題の解決を目指し、集会在本市で開催されます。皆さんの参加をお願いします。 ■日時 2月7日(月) 13時30分~ ■会場 市コミュニティセンター ■主催 北方領土返還要求宮城県民会議、宮城県、東松島市		1 元日 ■延びる開眼多幸上げまつり 野蒜海岸 6:00 ■嵯峨溪初日の出クルーズ 嵯峨溪 6:20 ■公共施設休館日 ■図書館休館日
2 ■公共施設休館日 ■図書館休館日	3 ■公共施設休館日 ■図書館休館日	4 ■市役所仕事始め ■市民課窓口延長 ~19:00	5 ㊤ ■おはなし会 ㊤ 11:00、15:00	6 ■囲碁将棋のつどい ㊤ 10:00	7 ㊤ ■司法書士相談 (市) 9:15 ■無料入権相談 (市) 10:00 ■行政相談 (市) 10:00	8 ㊤ ■おはなし会 ㊤ 15:00 ■大塩地区新春夢かたり 大塩市民センター 16:00 ■ちゃれんじ祭 あったかいホール 10:00
9 ㊤ ■東松島市消防出初式 (鷹来) 8:45 ■東松島市交通防犯関係団体出動式 ㊤ 11:00 ■平成23年成人式 (市) 13:00	10 成人の日 ■図書館休館日	11 ■図書館休館日 ■納税推進課窓口延長 ~20:00 ■第3学期始業式(市内小中学校・幼稚園) ■機能訓練 ㊤ 9:30 ■2歳児教室(鳴瀬幼)	12 ㊤ ■おはなし会 ㊤ 15:00	13 ■囲碁将棋のつどい ㊤ 10:00	14	15 ■おはなし会 ㊤ 15:00
16 ㊤ ■新春お笑い劇場 感っば 10:30 ■ゆぶとまつり ㊤ 10:00	17 ■図書館休館日 ■小学校書きぞめ展(野蒜小~19日、宮戸小~22日) ■2歳児のつどい(はなぶさ幼)	18 ■市民課窓口延長 ~19:00 ■納税推進課窓口延長 ~20:00 ■小野小書きぞめ展(~21日)	19 ㊤ ■おはなし会 ㊤ 11:00、15:00 ■鳴瀬一中学区市民参観日(~21日) ■浜市小書きぞめ展(~20日) ■浜市小市民参観日(~20日)	20 ■囲碁将棋のつどい ㊤ 10:00	21 ㊤ 	22 ㊤㊤ ■おはなし会 ㊤ 15:00 ■あったかい市 あったかいホール 10:00
23 ㊤ ■第2回大塩地区センター対抗バレーボール大会 (市)	24 ■図書館休館日 ■小学校書きぞめ展(矢本東・大曲・赤井小、~28日) ■矢本小書きぞめ展(~26日)	25 ■納税推進課窓口延長 ~20:00 ■赤井小学校和太鼓発表会 ■赤井南小校内書きぞめ展(~28日) ■ちびっこクラブ(中央幼) ■機能訓練 ㊤ 9:30	26 ㊤ ■おはなし会 ㊤ 15:00	27 ■ちびっこクラブ(大曲幼) ■囲碁将棋のつどい ㊤ 10:00	28 ㊤ ■図書館休館日(整理日)	29 ㊤㊤ ■おはなし会 ㊤ 15:00 ■矢本ひがし地区民まつり (市) (~30日)10:00
30 ㊤ 	31 ■図書館休館日 ■公立高校推薦入試	体育施設一般開放日 ㊤…市民体育館 ㊤…パウンズ88 19~21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。お問い合わせは、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へ コミセン (市) …東松島市コミュニティセンター 82-6969 市役所ほか (後) …市役所 82-1111 鳴瀬 …鳴瀬総合支所 87-3111 矢本 …矢本保健相談センター 82-1123 鳴保 …鳴瀬保健相談センター 87-3111 ㊤ …老人福祉センター 83-2851 矢子 …矢本子育て支援センター 84-2676 鳴子 …鳴瀬子育て支援センター 87-2338 ㊤ …東松島市図書館 82-1120 縄文 …奥松島縄文村歴史資料館 88-3927 ㊤ …蔵しっくパーク 84-1770 市役所 (市) …東松島市コミュニティセンター 82-6969 (市) …市民体育館 82-9030 (市) …赤井地区体育館 82-6803 (市) …大曲地区体育館 82-4255 (市) …大塩地区体育館 82-7532 (市) …小野地区体育館 87-2067 (市) …矢本運動公園 82-6804 (市) …鷹来の森運動公園 82-1101 (市) …奥松島運動公園(パウンズ88含む) 88-4588 (市) …健康増進センターゆぶと 84-3855		

秘書広報班メールアドレス koho@city.higashimatsushima.miyagi.jp
 東松島市ホームページ http://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp
 市報ひがしまつしま印刷費 1部13.9円(税込)

環境に配慮し再生紙を使用しています

