

2014  
7.1

市報

# ひがしまつしま

## いつまでも健やか 支え合って暮らせるまちに

～認知症・介護予防への理解を深めよう～



日本人の4人に1人が65歳以上となった今、高齢者施策は特に重要です。東松島市でも高齢化率は今年3月末現在24.8%と昨年同期より1ポイント上昇し、それに伴い要介護者数、認知症患者数も増えています。その傾向は今後も続くことから福祉や医療をはじめ、さまざまな課題への対応が求められています。

今号の特集では高齢者福祉をテーマに、市内で行われている各種事業や関連施設、相談窓口などについて紹介します。介護される人も、介護する人も、互いに支え合うことで安心して笑顔で暮らせる東松島の実現を目指していきます。

### 認知症サポーターになりませんか

認知症サポーター養成講座の受講生には目印となるブレスレット「オレンジリング」が配られます(詳しくは3ページに掲載)

写真…市地域包括支援センターと矢本西サポートセンター主催の健康運動教室がグリーンタウンやもと②仮設住宅あおぞら集会所で行われました。参加者は自宅でもできる手軽な運動などを通して、心と体をリフレッシュさせていました(6月17日)

市報  
ひがしまつしま  
No.150

- 特集 認知症・介護予防への理解を深めよう ----- P2～P5
- まちの情報広場 --- P6～P8
- City View ----- P10～P11
- 知っ得情報 ---- P14～P17
- 戸籍のまどほか ----- P19
- 市民協働のまちづくり ----- P9
- もっと知りたい!ひがしまつしま ---- P12～P13
- ヘルシーインフォメーション ---- P18
- 市民のカレンダー ----- P20



東松島市キャラクター イート&イーナ  
(右) (左)

# 認知症

## 正しい理解で予防とサポート

高齢化の進展とともに全国的に認知症の患者数が増えています。東松島市でも65歳以上の8・8%が認知症の症状があると推定され、特に要支援・要介護認定者では55・8%を占めます。生活環境の変化やストレスが認知症のリスクを高め、症状を悪化させたりすることから、震災後は家族からの深刻な相

談が目立つようになりました。認知症になる可能性は誰にでもあります。また生活習慣病とも関連があることから、日頃からバランスの良い食事を心がけ、定期的な運動習慣を身に付けることで予防につながります。認知症について理解を深めましょう。

※要介護認定主治医意見書から「認知症高齢者の日常生活自立度」Ⅱ以上を抽出。

### 早期発見と適切な治療を

#### ◆認知症とは

認知症とは、さまざまな原因によって脳細胞の働きが悪くなり、記憶力や判断力が低下し、日常生活に支障をきたす状態のことをいいます。認知症高齢者の患者数は、推計では65歳以上の6〜7人に1人で、85歳以上では約半数といわれています。(参照:厚生労働科学研究「都市部における認知症有

病率と認知症の生活機能障害への対応」)認知症は、高齢期には誰にでも起こりうる「脳の病気」なのです。

#### ◆「認知症」と「もの忘れ」の違い

認知症の初期症状としてよく見られるのが「もの忘れ」ですが、生理的老化による普通のもの忘れと、認知症によるもの忘れは異なります。たとえば「朝ごはんは何を食べたか思い出せない」などといった体験の一部を忘れてしまうのは年相

#### ◆主な症状

認知症の症状は大きく分けて2つあります。脳の細胞が死んでしまうことにより直接起こる「中核症状」と、本人の性格や人間関係、生活環境、心の状態などによって引き起こされる「行動・心理症状(BPSD)」といわれるものです。

#### ◆主な原因疾患

認知症を引き起こす原因はさまざまですが、認知症の分類の9割は次の4大認知症が挙げられます。

##### ・アルツハイマー型認知症

脳内に異常なタンパク質がたまり、神経細胞が破壊され、脳が委縮して機能が全体的に低下していきます。認知症の半数以上がアルツハイマー型で、軽度のもの忘れから徐々に進行していきます。そのため早期の発見が重要となります。

##### ・脳血管性認知症

脳梗塞や脳出血など脳血管疾患のために、脳の細胞が壊されます。小さな脳梗塞などが起こるたびに段階的に進行します。

##### ・レビー小体型認知症

脳内にたまったレビー小体という異常なタンパク質により神経細胞が破壊されます。手足の震えや幻視(=実際に存在しないものが見えること)などが起こります。

##### ・前頭葉側頭葉変性症

脳の前頭葉や側頭葉が萎縮するため、人格変化や行

## 知る

### 「認知症」と「老化」によるもの忘れの違い

認知症の「もの忘れ」	生理的老化による「もの忘れ」
体験のすべてを忘れてしまう	体験の一部分を忘れる
もの忘れの自覚がない	もの忘れの自覚がある
判断力が低下する	判断力の低下は見られない
時間や場所、人との関係が分からなくなる	時間や場所、人との関係などは分かる
日常生活に支障がある	日常生活に支障はない

### 中核症状とBPSDの各症状

中核症状	各症状
記憶障害	新しい体験の記憶や知っているはずの記憶を思い出すことができない
見当識障害	時間、日付、季節感、場所、人間関係などの把握が困難になる
理解・判断力の障害	2つ以上のことを同時に行ったり、いつもと違う些細な変化への対応が困難になる
実行機能障害	旅行や料理など、計画や手順を考え、それに沿って実行することが困難になる
行動・心理症状(BPSD)	不安・焦燥、妄想、幻覚、抑うつ、睡眠障害、暴言・暴力、徘徊、不潔行為など

### 認知症が疑われるサイン

- 同じことを何度も言ったり、聞いたり、したりするようになった
- しまい忘れや置き忘れが増え、いつも探しものをしている
- 話のつじつまが合わない、作り話をするようになった
- 些細なことで怒りっぽくなった
- おしゃれや清潔感など身だしなみに気をつかわなくなった
- 今まで好きだった趣味などへの興味や関心が湧かなくなった
- 外出や人と会うことを避けたり、嫌がるようになった
- 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- 約束の日時や場所を間違えるようになったり、慣れた道でも迷うようになった
- 財布が見当たらない時などに、「盗まれた」と人を疑うようになった

### 認知症についての窓口

医療・福祉機関等名	問い合わせ先
東松島市地域包括支援センター	☎83-1966 月～金曜 8時30分～17時15分
東松島市役所 福祉課高齢介護班	☎82-1111 月～金曜 8時30分～17時15分
宮城県高齢者総合相談センター	☎022-223-1165 月～金曜 9時～17時
公益社団法人 認知症の人と家族の会宮城県支部	☎0120-294-456 月～金曜 10時～15時
若年性認知症コールセンター (65歳未満発症についての相談)	☎0800-100-2707 月～土曜 10時～15時
宮城県認知症疾患医療センター ①医療法人 移川哲仁会 三峰病院	☎0226-23-1211 月～金曜 8時30分～16時30分
②医療法人 有恒会 こだまホスピタル	☎95-7733、☎22-6301 月～金曜 9時～16時30分

#### ◆サインに注意

認知症の症状は、日常生活のちょっとした変化に現れることが多くあります。周囲の人が気づいた時には、病状が想像以上に進行していることが少なくありません。個人差もありますが、表「認知症が疑われるサイン」に思い当たることが多い場合は、医療機関などに相談して見ましょう。

#### ◆認知症や介護について相談したいとき

認知症のことや、その介護についての不安はひとりで悩まず、かかりつけの医師をはじめ、医療機関などの相談窓口や専門機関に早めに相談することが大事です。

### ◆予防するには

認知症は解明されていない部分も多いですが、これまでの研究で食事や運動、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣が発症に深くかかわっていることが分かっています。生活習慣病を予防・改善することは、特に脳血管性認知症の予防につながります。また家に閉じこもりがちな生活を続けていると、運動機能や意欲、知力が低下する生活不活発

病になり、やがて要介護、そして認知症を誘発します。で、日ごろから活動的な生活を心がけることが大事です。

**認知症の予防策**

- 高血圧や高脂血症、肥満などの生活習慣病の予防、改善を心掛けましょう
- 食事はバランスよくとりましょう
- 体を動かす習慣をつけましょう
- 脳を活発に使う生活をしましょう
- 休養をしっかりととりましょう
- 禁煙を心がけましょう

## 温かい目で見守る地域を 認知症サポーター養成講座

認知症の方が、記憶障害や認知障害から不安に陥り、その結果、周囲との関係が損なわれたり、家族も対応に疲れきってしまうことは少なくありません。ですが、周囲の理解と気遣いがあれば、穏やかに暮らすことができます。

認知症について正しく理解し、偏見を持たず、温かい目で見守る地域づくりを進めようと、厚生労働省では「認知症を知り地域をつくる」キャンペーンの一環として「認知症サポーターキャラバン」事業を推進しています。

「認知症サポーターキャラバン」は「認知症サポーター」を全国で養成し、認知症になっても安心して暮らせるまちななることを目指しています。サポーターは自治体や職域団体などが開催する講座を受講することで認定されます。

東松島市内でも地域の団体が「認知症は自分たちの問題」として、養成講座を開催しています。5月7日(水)に大溜地区集会所で開催された講座には、同地区の老人クラブ「ポッポクラブ」の会員30人が参加し、認知症の



「ポッポクラブ」の認知症サポーター養成講座では、認知症の人への支援などについて理解を深めました(5月7日、大溜地区集会所)

### ◆認知症サポーターになりませんか

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を見守る応援者です。認知症は誰でもかかる可能性があり、「自分たちの問題」という認識を持つことが大切です。

市では認知症サポーターを一人でも増やし、安心して暮らせるまちを皆でつくっていくことを目指し、認知症サポーター養成講座を開催しています。

平成25年度は市内で12団体が受講し、計332人のサポーターが誕生しました。認知症サポーターには「認知症の人を応援します」という意思を示す目印のオレンジリングが渡されます。

基礎知識、認知症の方への支援などを学びました。大山金雄会長は「認知症の方とその家族にとって暮らしやすい地域にするためには、住民の理解が必要であると知りました。認知症は誰にでも起こりうることです。関心を持って向き合っていきたいと思っています」と話していました。

認知症相談医  
医療法人  
有恒会  
こだまホスピタル  
進藤克博医師に聞く



東松島市で認知症の相談医をしている医療法人有恒会(ゆうこうかい)の進藤克博(しんどうかつひろ)医師から、予防策と認知症の方との接し方などを伺いました。

認知症を予防することはできるのでしょうか。

— 認知症の状態になる原因(病気)は何十種類もあって、そのうち約7割がアルツハイマー病という脳の病気が原因です。しかしアルツハイマーを含むほとんどの認知症はその仕組みがはっきりと解明されていないので、運動や食事などいろいろ言われていますが、現代の医学では予防法として確立されているものはまだありません。ただ、2番目に多い「脳血管性認知症」は脳梗塞や脳出血などを原因として、生活習慣病(高血圧や糖尿病など)を予防したり改善させることができれば、脳血管性認知症の発症を食い止められる可能性があります。誤解しないでいただきたいのは、頭を使わなかったから認知症になったり、心がけが悪かったから認知症になるわけではないということです。

認知症はなぜ早期発見が重要なのですか。

— まず、本当に認知症なのかどうかという診断が必要です。認知症のように見えて認知症ではない病気というものがあリ、私はこれを「認知症そっくりさん」と呼んでいます。いったん認知症と見誤っ

てしまうと、治せるはずの病気が放置されたり、予想していた見通しと違うものになってしまいます。これは不幸な話です。代表例が「せん妄」です。せん妄はごく軽い意識障害をもとにした認知機能の低下で、実は誰でも日常よく見かけているものなのです。このようにして認知症かどうかを見極めた後に、認知症であればどのタイプなのか、アルツハイマーなのか脳血管性なのかレビーなのか、という診断に進みます。タイプによってそれぞれ対応の仕方や進み方が異なります。早期発見によりこれからの見通しがつければ、病気を受け入れていく心の時間的余裕が生まれますし、介護費用というお金の準備も早くからできます。

認知症の人との接し方で気をつけなければいけない点はどのようなことでしょうか。

— 認知症になったからといって、その人となりが変わるわけではありません。ついでに子ども扱いをしてしまいがちですが、何十年と生きて社会や家族に貢献してきたという自尊心は保たれています。人生の大先輩としての礼節と尊敬の念を忘れてはいけません。また、認知症になるとその瞬間の世界に住んでいます。「さつきも言ったでしょ」「今日は帰れませんよ」「それは何十年前の話でしょ」といった事実関係を認めさせようとすると得は意味がありません。同じやり取りの繰り返しにはなってしまいますが、その都度話を合わせてあげた方が、認知症の人は安心して心が穏やかになります。说得より納得、介護者は女優になります。う、とはまさにこのことです。とはいえ、家族だけで対応するのは心情に走りがちになるので限界があります。家族で気持ちを持ったり、介護保険を利用して介護のプロに任せる部分も必要です。

# 気軽な運動が介護予防の第一歩 いくつになっても元気でイキイキ

## 体を動かし頭もスッキリ

市健康増進センターゆぶと スクエアステップ教室

市健康増進センターゆぶとに「スクエアステップ」という新しい健康運動の教室があります。これは、市の委託事業である「転倒予防教室」を卒業された方が対象の教室です。卒業後も継続して自主的に介護予防に取り組んでいます。



▲パターンを記憶して、マットに区切られたマス目を踏んでいきます

互に繰り返す初心者向けから、前後移動も伴う複雑な上級者向けまで約200種類があります。ゆぶとで開いている月3回の教室には、60代以上の女性14人が通っています。受講者はインストラクターが実演するパターンを見て記憶したうえで、同じように体を動かします。できなくてもあきらめないのが決まりごとで、受講者同士が教え合うことでコミュニケーションも図られているようです。難波智恵子さん(74)〈行政区下町四〉は「みんなが集まって和気あいあいと汗をかけるのがいいです」と目を細めます。よくつまづいていたという梶原文子さん(75)〈行政区柳西〉は、歩くときは足を上げることが意識できるようになったそうです。単純な運動を行いながら、阿部郁子さん(72)〈行政区小松台〉は「いつまでも自分で車を運転して温泉に行きたいです」といい、奥田悦子さん(65)〈行政区小分木〉は「若さと健康を保ちたいです」とそれぞれに目標を持って取り組んでいます。

## 生活不活発病をストップ

東松島市地域包括支援センター 若返り運動教室

市内の地区センターなどで行われている「若返り運動教室」では、高齢者の皆さんが軽い有酸素運動やニュースポーツを通して、介護予防、生活不活発病予防などに努めています。



▲チューブを使ったトレーニングで筋力の維持に努めます

この教室は、市民がいつまでも自立した生活を送れるようにと、軽体操やボール運動など日常生活にとりいれやすい運動のプログラムを中心に、東松島市地域包括支援センターが開催しています。また、市民の心や体のケアに取り組み民間団体の協力を得て、閉じこもりがちな仮設住宅入居者を対象にした講座も行っています。このうち6月6日(金)に根地区センターで行われた教室には仮設住宅で暮らす10人が参加しました。医療法人社団KNI北原ライフサポートクリニック東松島のスタッフから、チューブを使った軽い筋力トレーニングやストレッチ体操の指導を受けた参加者の皆さんは、世間話を交わしながら楽しく運動に励みました。時間が経つほどに心地よい汗を流し、表情もはつらつとしていました。2年間この教室に通っているという菅井保勝さん(76)は「この教室に通い始めてから毎日を快活に過ごせるようになりました。習った体操は家でも実践しています。定期的な教室に皆で集まることでコミュニケーションも図れるため貴重な場になっています」と笑顔で話していました。

少しの運動でも継続して日常生活の中に取り組むことで心身の老化を防ぎ、要介護や認知症の予防にもつながります。そのため市内にも、市民の皆さんが

## 無理ない動きで「お達者」に

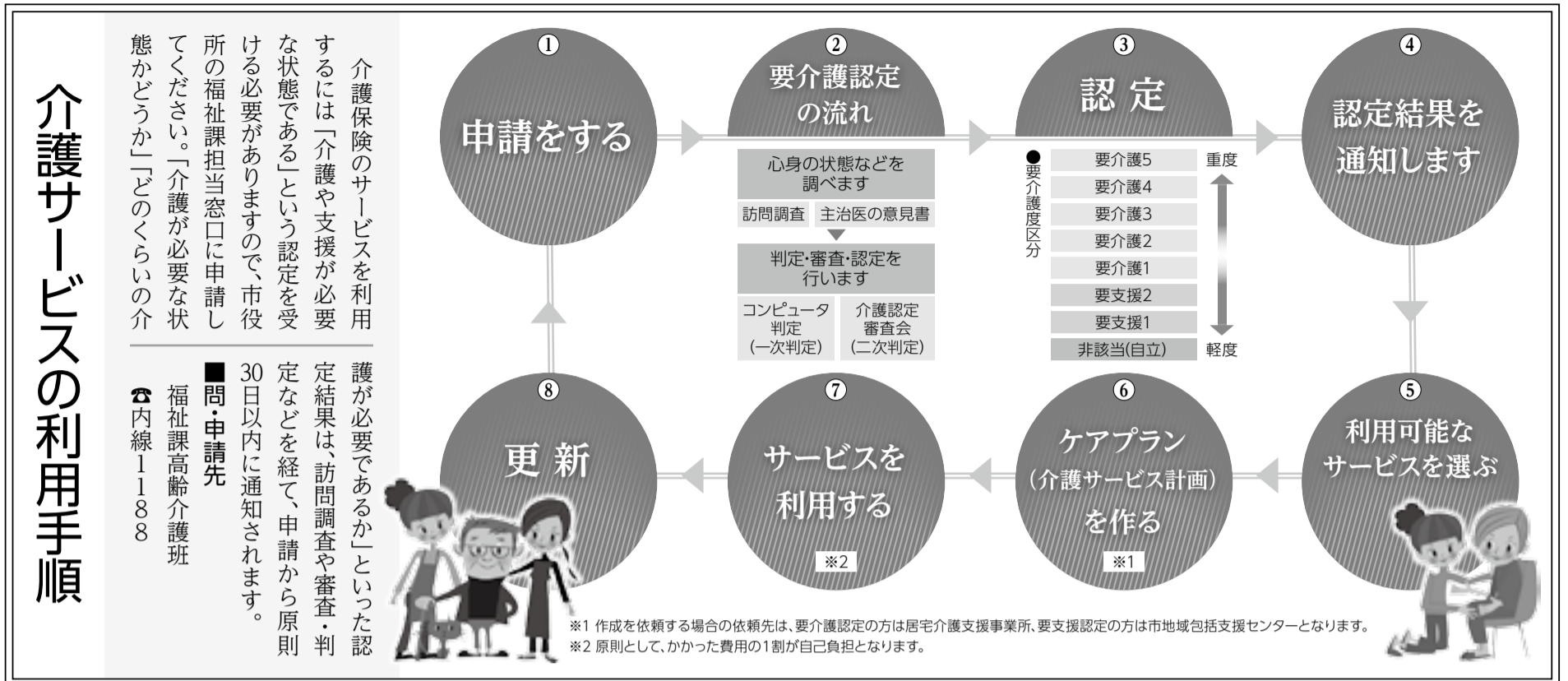
一般社団法人日本て・あーて、TE・ARTE、推進協会 太極拳講座

首都圏の看護職員が中心となつた一般社団法人日本て・あーて、TE・ARTE、推進協会(川嶋みどり代表理事)では、住民の皆さんを対象に食事や運動など健康に関する講座を開き、地域の福祉力向上と長寿のまちづくりに力を注いでいます。



同協会は震災以降、被災者の心と体のケアを目的に、市内の仮設団地で巡回健康相談などの支援活動を行ってきました。今年5月に赤井地区に活動拠点となつた「て・あーて東松島の家」を開設し、より一層、地域に根差した活動を実践しています。6月13日(金)には、日本健康太極拳協会宮城県支部(高桑卓也支部長)から講師を招き、高齢者の健康増進に向けた「太極拳講座」を開きました。近隣の介護施設「グループホーム日和」の利用者9人が参加し、「八段錦」と呼ばれる呼吸法と、太極拳の基本となる「24式太極拳」などに挑戦しました。太極拳はゆっくりと全身の筋肉や関節を動かすため、けがをする心配がなく誰でも無理なく実践できる運動です。また足腰の筋力も養えるため、転倒防止や姿勢の矯正にも効果があるといわれています。ゆっくりとした静かな動きでも運動効果は十分あり、参加者からは「じんわりと汗がにじんで、体がポカポカになりました」「家でも実行できる運動なので、勉強になりました」などの声が聞かれました。

▶ゆっくりと全身の筋肉や関節を動かす太極拳は高齢者の老化予防に最適です



## 東松島市内の介護事業所一覧

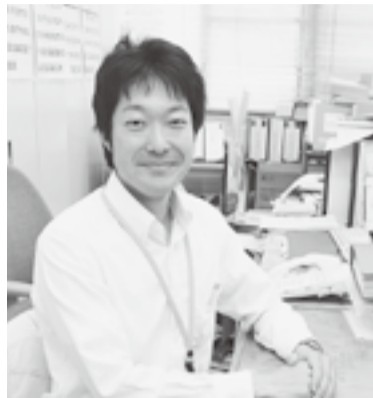
※施設名の掲載は地区別に順次掲載、敬称略。

<b>○総合相談窓口、要支援認定の方のケアプラン作成</b>		
東松島市地域包括支援センター	矢本字大溜9-1	☎83-1966
<b>○居宅介護支援(ケアマネージャー)</b>		
セントケア石巻矢本	矢本字河戸95-5	☎84-1751
仁明会東松島居宅介護支援事業所	矢本字大林1	☎83-8102
ケアプランセンターさつき	矢本字鹿石前109-4	☎82-7313
東松島市社会福祉協議会指定居宅介護支援事業所	小松字上浮足252-3	☎83-2851
四季の里居宅介護支援事業所	小松字稔田60-1	☎84-1977
ケアプランセンターたんぼぼ	赤井字中新丁204	☎82-2718
居宅介護支援事業所やもと赤井の里	赤井字川前四番83	☎84-1886
指定居宅介護支援事業所花いちもんめ	赤井字七反谷地73-2	☎84-2177
訪問介護事業つくし	牛網字平岡34	☎86-1270
<b>○訪問介護(ホームヘルプサービス)</b>		
介護サポートのリリーフ	矢本字河戸10-1	☎82-3280
セントケア石巻矢本	矢本字河戸95-5	☎84-1751
東松島市社会福祉協議会	小松字上浮足252-3	☎83-2904
光る訪問介護ステーション	大曲字筒場59-12	☎82-8683
在宅介護サービスたんぼぼ	赤井字中新丁204	☎82-2718
ヘルパーステーションやもと赤井の里	赤井字川前三番153-1	☎84-1121
ヘルパーステーション花いちもんめ	赤井字七反谷地73-2	☎84-2177
訪問介護事業つくし	牛網字平岡34	☎86-1270
鳴瀬ヘルパーステーション	牛網字駅前2丁目29-10	☎86-1615
NPO法人のんびりすみちゃんの家	新東名4丁目11-14	☎88-2691
<b>○訪問看護</b>		
矢本ひまわり訪問看護ステーション	大曲字堰の内南145-2	☎84-2131
<b>○訪問入浴介護</b>		
アサヒサングリーン在宅介護センター東松島	矢本字上河戸64-1	☎84-3261
セントケア石巻矢本	矢本字上河戸95-5	☎84-1751
在宅介護サービスたんぼぼ	赤井字中新丁204	☎82-2718
<b>○訪問リハビリテーション</b>		
仁明会訪問リハビリテーションやもと	矢本字大林2-2	☎83-5771
<b>○通所リハビリテーション(デイケア)</b>		
さつき苑	大塩字山崎42-1	☎83-7760
<b>○認知症対応型通所介護</b>		
デイサービスセンターやもと赤井の里	赤井字川前四番83	☎84-1888
デイサービスはまなすの里	小野字中之関6-2	☎87-2311
<b>○認知症対応型共同生活介護(グループホーム)</b>		
認知症高齢者グループホームさざなみ	矢本字寺前247	☎82-1178
認知症高齢者グループホームあさざり	赤井字川前四311-1	☎83-4007
グループホーム日和	赤井字台94	☎84-1221
グループホームすみちゃんの家	小野字中之関6-2	☎87-2311
グループホームやすらぎ	牛網字駅前2丁目29-12	☎86-1030
<b>○小規模多機能型居宅介護施設</b>		
きらきら	赤井字川前五番73-1	☎25-6369
<b>○ケアハウス</b>		
ケアハウス花いちもんめ	赤井字七反谷地73-2	☎84-2177
ケアハウスはまなすの里	小野字中之関6-2	☎87-2311
<b>○通所介護(デイサービス)</b>		
仁明会恵仁デイサービスセンターやもと	矢本字大林1	☎83-8156
矢本華の園デイサービスセンター	矢本字寺前247	☎82-1165
デイサービス矢本菜の花	小松字稔田58-1	☎84-1966
デイサービスセンター大曲花いちもんめ	大曲字堰の内南34-54	☎98-6177
デイハウスたんぼぼ	赤井字中新丁204	☎82-2718
るきな会デイサービス	赤井字関の内四号232	☎24-9766
デイサービスセンターやもと赤井の里	赤井字川前四番83	☎84-1888
デイサービスセンター花いちもんめ	赤井字七反谷地73-2	☎84-2177
ひまわりデイサービスセンター	赤井字八反谷地100-5	☎83-1860
デイサービスセンターいずみの郷	大塩字緑ヶ丘4丁目1-7	☎84-2362
デイサービスはまなすの里	小野字中之関6-2	☎87-2311
小野デイサービスセンター菜の花	小野字出来沼9-2	☎86-1305
デイサービスセンター百合の里	根古字今泉13-6	☎86-1671
デイサービス和花	牛網字駅前1丁目48-11	☎90-3198
デイサービスぬくもり	牛網字駅前1丁目60-11	☎98-6290
デイサービスアートステージ	新東名4丁目6-3	☎88-4383
NPO法人のんびりすみちゃんの家	新東名4丁目11-14	☎88-2691
<b>○福祉用具貸与・特定福祉用具販売</b>		
矢本メディカルサプライ介護レンタルショップパンジー	矢本字鹿石前109-4	☎82-2344
在宅介護サービスたんぼぼ	赤井字中新丁204	☎82-2718
<b>○短期入所生活介護(ショートステイ)</b>		
特別養護老人ホーム矢本華の園	矢本字寺前247	☎82-1165
ショートステイ大曲花いちもんめ	大曲字堰の内南34-55	☎98-6201
特別養護老人ホームやもと赤井の里	赤井字川前四番83	☎84-1888
ショートステイはまなすの里	小野字中之関6-2	☎87-2311
<b>○短期入所療養介護(医療型ショートステイ)</b>		
老人保健施設さつき苑	大塩字山崎42-1	☎83-7760
<b>○介護老人保健施設</b>		
老人保健施設さつき苑	大塩字山崎42-1	☎83-7760
<b>○介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)</b>		
特別養護老人ホーム矢本華の園	矢本字寺前247	☎82-1165
特別養護老人ホームやもと赤井の里	赤井字川前四番83	☎84-1888
<b>○有料老人ホーム</b>		
四季の里	小松字稔田60-1	☎84-1977
住宅型有料老人ホーム大曲花いちもんめ	大曲字堰の内南34-54	☎98-6177
有料老人ホームたんぼぼ	赤井字中新丁204	☎82-2718
有料老人ホームいずみの郷	大塩字緑ヶ丘4丁目1-7	☎84-2362
お泊り処菜の花	小野字出来沼9-2	☎86-1305

# まちの情報広場

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

## 海面に映る夕日がきれい



広島県庄原市から派遣  
税務課  
こうの やすひろ  
河野 康裕さん 31歳

私が生まれ育った庄原市は山間部なので、東松島市に来た時、海面に映る夕日がとてもきれいなことに感激しました。

実家が農家だったこともあって、忍耐強さには自信があります。これまで経験のない固定資産税の賦課業務に従事していますが、市民の皆さんの優しさに触れながらスキルアップをできる貴重な機会だと思い、毎日楽しく取り組んでいます。このまちの魅力と、若い人たちのエネルギーに刺激を受けて成長し、私の古里に還元できるように精一杯頑張ります。

## 地域の優しさと強さを感じる



愛知県豊山町から派遣  
農林水産課  
まつい よしひろ  
松井 良廣さん 48歳

派遣の話をいただいたとき、被災地の方々の助けになればと手を挙げました。農業に関する支援制度についてのアドバイスなど、農家の皆さんの力になれるよう努力しています。職場や市民の皆さんから「遠いところから来ていただきありがたい」と言葉をかけられます。私の方こそ、地元の方々の優しさと強さを感じ、元気をもらっています。

職場環境の違いもありますが、一刻も早く仕事に慣れ、東松島市の一員として復興事業に取り組みたいです。

## 子どもたちの将来のため精一杯

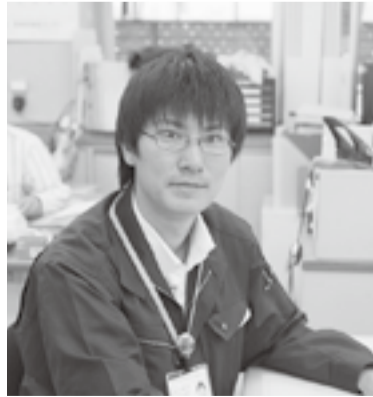


岡山県から派遣  
教育総務課  
にしやま しんご  
西山 慎吾さん 29歳

兼業農家の実家の手伝いをしているので派遣には迷いがあったのですが、両親の「今しかできないことだから」という言葉に背中を押され、派遣を受けました。

担当している業務は、被災した学校の統合に向けた準備です。子どもたちの将来に携わる仕事ができるのは、ありがたいことだと感じています。派遣終了後も、いつか統合校を訪れることができたらと思っています。1年という短い期間ですが、地域全体と多く関わり、「来てくれてよかった」と言ってもらえる働きをしたいです。

## 地元でもボランティア支援



香川県高松市から派遣  
下水道課  
みの よしひろ  
美濃 吉広さん 34歳

被災した施設の修理をはじめ下水道業務にかかる計画、現場監理などを行っています。震災直後から地元でボランティアをサポートする活動に携わっていたため、直接被災地に足を運ぶことができませんでしたが、このたび派遣の機会があるということで周囲の理解を得て手を挙げました。

市民の皆さんも、現場の職員も、それぞれ一生懸命に再建、復興に向かう姿を見て、少しでもお役に立てればと思っています。こちらで学んだ防災の知識や経験を活用し、高松市でも役立てていきたいです。

# 東松島の復興を応援します



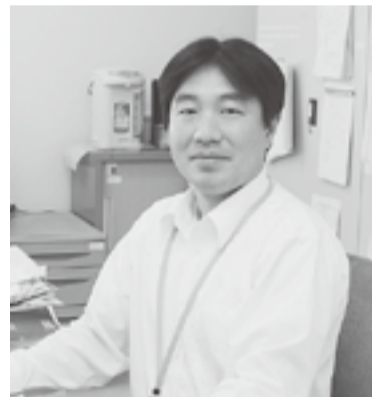
## 長期派遣職員の紹介

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

## “コトのすごさ”と“ヒトのすごさ”

平成23年6月に、南三陸町出身の知人の実家を片付けるために東北を訪れた際、初めて東松島市に来ました。当時、山のように積まれたガレキに言葉を失いました。それから約3年経ち、今では何もなかったかのような更地になった風景に、「コトのすごさ」と、同時に「ヒトのすごさ」を強く感じました。

業務を通じて復興の一助となるように努力することはもちろんですが、東松島市をよく知ることで、小山市の人々にその魅力を伝えられるようになりたいです。

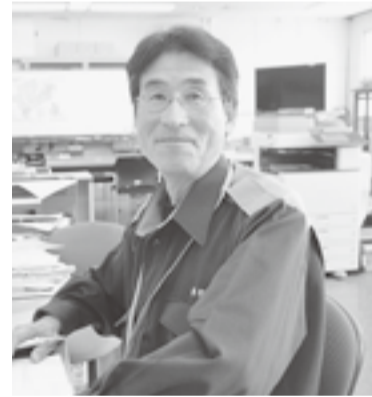


栃木県小山市から派遣  
環境課  
あかば まさよし  
赤羽 正好さん 39歳

## 「歩く」「話す」を大事に

東松島市を訪れて感じたのは、市民の皆さんの防災意識の高さです。「自分たちの地域は自分たちで守る」という強い気持ちが伝わってきます。

業務は、地域防災計画の見直しなどです。まったく新しい土地でこれまでに経験のない仕事をしており、まるで1年生のような気持ちです。しかし、地域が求めているのは即戦力。そうなれるよう「歩く」「話す」を大事に、皆さんから教えていただき地域への理解を深めていきたいと思っておりますので、ぜひよろしくお願いいたします。

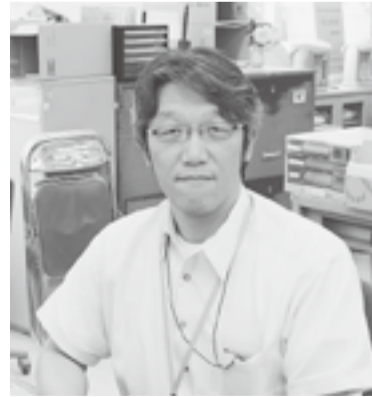


愛知県北名古屋市から派遣  
防災課  
ふくなが のぶゆき  
福永 宣之さん 58歳

## 大切にしたい人とのつながり

貧乏性なのか、時間に余裕ができると何かしなくてはと思い、気がつけばアマチュア無線に始まり、給水装置工事主任技術者など、これまで8つの資格を取得しました。仕事に活かされるものも多くありました。46歳になって人生初の一人暮らしを経験しています。炊事・洗濯も、やれば意外とできるものだなと自信ができました。

東松島市にはさまざまな市区町村からの派遣職員がいます。人とのつながりを大切にしながら、今後活かせる多くの情報を自分のものにしていければと思います。



愛知県清須市から派遣  
税務課  
あさの ひでき  
浅野 英樹さん 46歳

## 臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金に関するお知らせ

平成26年4月からの消費税率の引き上げに伴い、暫定的・臨時的な措置として「臨時福祉給付金」と「子育て世帯臨時特例給付金」を支給します。  
なお、受け取ることができるのはどちらか1つの給付金です。

### ○臨時福祉給付金 ～7月1日(火)から申請受け付けを開始します～

■対象 基準日(平成26年1月1日現在)に東松島市に住民登録があり、平成26年度分市民税(均等割)が課税されていない方。ただし、市民税(均等割)が課税されている人の扶養親族である方、生活保護制度の被保護者など、または給付金の支給決定がされる前に亡くなられた方は対象外です。

■給付額…支給は1回限りです。

- 1.給付対象者1人につき10,000円
- 2.給付対象者のうち下記に該当する方は、5,000円加算されます
  - ・老齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金等の受給者など
  - ・児童扶養手当、特別児童扶養手当、特別障害者手当等の受給者など

※重複での加算はありません。合計で15,000円が最高額になります。

■申請書配布 支給対象となる可能性のある方に、申請書等を市税務課から郵送します。

※申請書が届いた方であっても審査の結果、支給の対象とならない場合があります。あらかじめご了承ください。

※住民税申告が未申告の方は、対象となる方(該当者)か判断できませんので、まずは市税務課での申告をお願いします。

※対象と思われる方で、7月11日になっても申請書等が届かない場合は、下記担当まで連絡ください。

■申請方法 申請書が届きましたら、必要事項を漏れなく記入し、必要書類を添付のうえ、同封する返信用封筒に入れて郵送してください。

■審査・給付の決定 審査の結果は、後日 申請者宛に通知します(申請書の受領から支給・不支給通知まで約1か月程度を見込んでいます)。支給を決定した場合は、通知発送後に、申請書に記入した指定金融機関口座へ、通知に記載した支給日に振り込みます

■問 東松島市臨時福祉給付金等給付事業実施本部  
(事務局:福祉課福祉総務班) ☎内線1173・1174

### ○子育て世帯臨時特例給付金 ～申請期間:12月24日(水)まで～

■支給対象者 次の2つの要件も満たす方が対象です。

- ①平成26年1月分の児童手当・特例給付(※1)を受給
- ②平成25年の所得が児童手当の所得制限限度額未満(表1参照)

※1:特例給付とは、所得が高額な方について、児童1人あたり月額5,000円を支給しているものです。

※平成26年1月分の児童手当が特例給付区分の方も、平成26年6月分の児童手当が児童手当区分であれば、対象となります。

表1:児童手当の所得制限限度額

扶養親族などの数	収入額の目安
1人	875.6万円以上
2人	917.8万円以上
3人	960万円以上

■支給対象児童 支給対象者の平成26年1月分の児童手当・特例給付の対象となる児童

※臨時福祉給付金の対象となる児童・生活保護の受給者となっている児童などは除く。

■支給の基準日 平成26年1月1日

※基準日に生まれた児童は対象児童となりますが、基準日の翌日以降に生まれた児童は、対象児童となりません。また、基準日から支給決定がされるまでの間に亡くなられた対象児童も、子育て世帯臨時特例給付金の対象児童にはなりません。

■給付額 対象児童1人につき10,000円 ※支給は1回限りです。

■申請期間 6月24日(火)～12月24日(水)

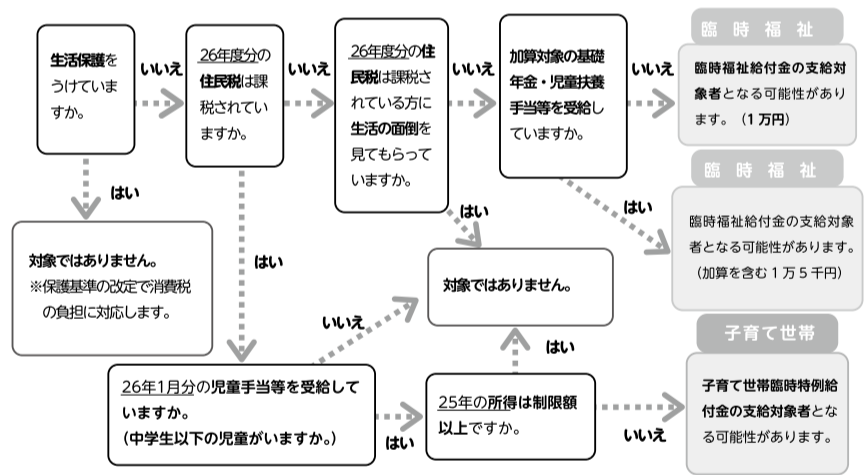
※申請期間外の申請は受け付けませんので、ご注意ください。

■申請書等の配付 6月中旬に支給対象の可能性のある方に申請書を郵送しています

※児童手当現況届を提出していない方は、本給付金の申請とあわせて、至急届出手続きを行ってください。

■問 子育て支援課子育て支援班 ☎内線1184

### 対象者診断チャート



### 「臨時福祉給付金」「子育て世帯臨時特例給付金」における注意事項

原則として、平成26年1月1日にお住まいだった市区町村が申請先となります(基準日)ので、平成26年1月1日時点で東松島市に住民票がない方の申請は受付ません。この場合、平成26年1月1日にお住まいだった市区町村が申請先となります。

### 「臨時福祉給付金」や「子育て世帯臨時特例給付金」をかたった「振り込め詐欺」や「個人情報の詐取」にご注意ください

自宅や職場などに市区町村や厚生労働省(の職員)などをかたった電話がかかってきたり、郵便が届いたら、迷わず、お住まいの市区役所・町村役場や最寄りの警察署(または警察相談専用電話(#9110))に連絡ください。

■「臨時福祉給付金」「子育て世帯臨時特例給付金」制度自体に関する問  
厚生労働省・2つの給付金に関する専用ダイヤル ☎0570-037-192

## 平成25年度ふるさと納税制度寄附状況の公表

平成25年度ふるさと納税寄附では、全国の皆さんから東松島市を応援していただき、誠にありがとうございました。また、東日本大震災の発生後から「東松島市を応援したい」というお気持ちで、寄附をされる方も多く、とても心強く感じています。皆さんからの貴重な寄附を適切に管理し、今後の事業に役立てていきます。

### ●平成25年度の寄附状況

平成25年度に寄附された寄附金は以下のとおりとなります。

■寄附件数167件、寄附金総額10,803,683円

※平成25年度にいただいた寄附金は、平成26年度の事業費に充てさせていただきます。

### ●寄附いただいた方からの応援メッセージ

平成25年度にふるさと納税にご協力いただいた方々からの応援メッセージの一部を紹介します。「東松島の広い空が大好きです。ひがまつの皆さんが一日も早く元気になるよう応援しています。」

「美しい自然、町が元通りになりますように。」

「安心して住み続けられる街をつくる取組みを応援しております。」

「ブルーインパルスが戻ってきた東松島市の力強い復興を願っています。」

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

### ●平成24年度にいただいた寄附金を充てた平成25年度の事業

①安心してふるさとで暮らせる福祉に関する事業 (緊急通報システム機器購入費など)	182,000円
②子供を健やかに育む環境づくりに関する事業 (低年齢児保育施設に対する助成金など)	2,600,000円
③安全で安心して暮らせる防災環境の整備に関する事業 (防犯灯維持管理に係る経費など)	1,025,000円
④自然環境の保全や再生に関する事業 (市有林の管理に係る業務委託料など)	508,000円
⑤産業の活性化に関する事業 (農業経営支援に係る補助金など)	875,000円
その他市長が事業を選定するもの (地域まちづくり交付金など)	5,810,000円

■問 行政経営課行政経営班 ☎内線1227

# まちの情報広場

問い合わせ 東松島市役所 ☎82-1111

代表FAX 0225-82-8143

(東松島市内での固定電話の市外局番 0225)

## 「まちづくりアンケート(平成26年度市民満足度調査)」実施のお知らせ ～東松島市をよりよくするために 皆様のご協力をお願いします～

市では、「東松島市総合計画」において目指す将来像を「心輝き 自然輝く 東松島」と定めるとともに、「東松島市復興まちづくり計画」では「あの日を忘れずともに未来へ～東松島一心～」を将来像として掲げ、これらの実現に向けたまちづくりを進めています。

今回実施する「まちづくりアンケート」は、両計画を効率的に推進するため、現在のまちづくりに関する市民の皆さんの満足度やご意見をお聞きするものです。

アンケートは、18歳以上の市民の皆さんの中から無作為に抽出した1,200人の方を対象に調査票を郵送します。ご回答いただいた内容は、すべて統計的に処理し目的以外に利用することはありません。

調査対象となられた方は本調査の趣旨をご理解いただき、7月15日(火)までに郵送で、回答していただきますようお願いいたします。

■問 復興政策課復興政策班 ☎内線1241・1249

## 市役所鳴瀬庁舎改修工事に伴う課の配置変更

市役所鳴瀬庁舎の改修工事に伴い、6月30日(月)から課の配置が下記のとおり変更になりますので、お知らせします。

### ■工事期間における鳴瀬庁舎の課の配置先

課名	6月29日までの配置	6月30日からの配置
鳴瀬総合支所(証明等発行窓口)	鳴瀬庁舎1階正面入口から入って右側窓口	鳴瀬庁舎1階正面入口から入って左側窓口
農林水産課		
農業委員会事務局	鳴瀬庁舎1階	鳴瀬庁舎3階
商工観光課		
建設課	鳴瀬庁舎2階	
下水道課	※配置変更はありません。	

※工事終了後の課の配置は、その際にお知らせします。

■問 行政経営課管理契約班 ☎内線1223

## 平成26年度軽自動車税(市税)納期限のお知らせ

平成26年度軽自動車税の納期限は、6月2日(月)でした。まだ納付されていない方は、忘れずに納付しましょう。

なお、平成25年3月31日までに取得した震災による代替車両の軽自動車税の非課税措置は、25年度で終了しています。

■問 税務課住民税班 ☎内線1138・1139・1147

## 平成26年度自動車税(県税)納期限のお知らせ

平成26年度自動車税の納期限は、6月2日(月)でした。まだ納付されていない方は、忘れずに納付しましょう。

また、納税相談を随時行っていますので、利用・相談してください。

■問 宮城県東部県税事務所 ☎0225-95-1520

## 水路やため池での水難事故防止

震災によって破損している水路やため池もあるので、子どもや高齢者が誤って転落して溺れないよう注意してください。

特に、子どもが水路やため池で水遊びしないよう注意しましょう。

■問 農林水産課整備班 ☎内線2132

## 東松島市内の放射線測定

市では現在、市役所本庁舎西側通用口付近に、国の放射線測定可搬式モニタリングポストを設置していることから、この測定結果を掲載します。

### 空間放射線線量率調査結果(市役所西側通用口付近 地上1m:午前8時現在)

測定月日	6月15日	6月16日	6月17日	6月18日	6月19日	6月20日
測定値(単位:μSv/h)	0.034	0.034	0.034	0.034	0.034	0.034

※原子力規制委員会のホームページでリアルタイムの測定結果を公表しています。

<http://radioactivity.nsr.go.jp/map/ja/>

■問 環境課環境班 ☎内線1152

## 大曲浜地区産業用地分譲(賃貸)募集のお知らせ

市では、震災からの復興事業として、大曲浜地区の産業用地整備を計画しており、7月から分譲(賃貸)の立地希望企業を募集します。

### ●分譲(賃貸)用地の概要・予定価格

#### (1)分譲(賃貸)用地の概要

■分譲(賃貸)時期 平成28年4月以降(募集期間:平成26年7月1日～31日)

■所在地 東松島市大曲字下台ほか

■分譲(賃貸)面積 約20ヘクタール(分譲(賃貸)区画は最低0.2ヘクタール以上・オーダーメイド方式)

○道路:幹線道路(幅員18m予定)

○上水道:石巻地方広域水道企業団、下水道:合併浄化槽

#### (2)分譲(賃貸)予定価格

■分譲価格 1㎡あたり 約12,000円～15,000円

■賃貸価格 1㎡あたり 約480～600円/年

■賃貸期間 原則10年以上30年未満、賃貸価格の改定:3年ごと

※分譲価格・賃貸価格は、造成後、土地の評価を適正に行い、正式に決定します。分譲(賃貸)区画に関する内容は、問い合わせください。

### ●募集業種

■募集業種…日本標準産業分類のうち、下記の表に掲げる業種とします。

大分類	対象業種(中分類または小分類)
漁業	全業種
建設業	全業種
製造業	全業種 ※ただし、騒音・振動等により地区の環境の悪化をもたらすおそれのある工場は除く。
電気・ガス・熱供給・水道業	全業種
情報通信業	全業種
運輸、郵便業	道路旅客運送業、道路貨物運送業、運輸に付帯するサービス業【運輸施設提供業を除く】
卸売、小売業	各種商品卸売業、繊維・衣服等卸売業、飲食料品卸売業、建築材料・鉱物・金属材料等卸売業【再生資源卸売業は除く】、機械器具卸売業、その他の卸売業
複合サービス業	協同組合(他に分類されないもの)
サービス業(他に分類されないもの)	自動車整備業 機械等修理業

### ●優遇制度

分譲(賃貸)用地への立地に関しては、下記の優遇制度があります。詳しくは、問い合わせください。

#### ① 東松島市企業立地優遇制度

…①の担当:市商工観光課商工政策班 ☎内線2161

#### ② 東日本大震災からの復興に資する事業等に係る市有財産の貸付に関する要綱

…②の担当:市行政経営課財産管理班 ☎内線1222・1229

#### ③ 宮城県企業立地優遇制度

#### ④ 民間投資促進特区における優遇制度

#### ⑤ 津波・原子力災害被災地域雇用創出企業立地補助金

…③～⑤の担当:宮城県産業立地推進課企業誘致第二班

☎022-211-2734

■問 行政経営課財産管理班 ☎内線1222・1229

URL:[http://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp/business/](http://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp/business/jigyobosyu/kigyoyuti.html)

[jigyobosyu/kigyoyuti.html](http://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp/business/jigyobosyu/kigyoyuti.html)

## 食品などの放射能簡易検査実施のお知らせ

市では、平成24年9月から自家消費用農産物などを対象に、放射能簡易測定検査を実施しています。

■対象 市内に住所を有している方 ※検査費用は無料。

■検査希望の申し込み 電話予約が必要

※検査には条件がありますので、電話で確認のうえ、検体を持参ください。

■問 環境課廃棄物対策班 ☎内線1155



# ともに復興へ

■問 市民協働課協働推進班 ☎内線1281

みんなが主役の

# 市民協働のまちづくり 13

## 各地区自治協議会・市民センターから「こんにちは」 第2回 矢本西コミュニティ協議会・矢本西市民センター

### 矢本西地区の自治会制度への取り組み

矢本西市民センターのエリアには、11地区センターと18の行政区があります。市は平成29年度までに、現在の行政区制度から地区センターエリアを基本にした地区自治会制度へ完全移行する計画です。

矢本西地区では昨年度から勉強会を始めており、6月20日(金)には矢本西コミュニティ協議会の役員と行政区長、地区センター役員を集めたまちづくり研修会を開きました。

東日本大震災による被災や集団移転、災害公営住宅の入居に伴って、地区センターや行政区の再編が必要と考えられます。災害公営住宅団地である市営小松南住宅では、6月7日(土)に自治会が設立されました。

今後、こういった自治会が望ましいかは、話し合いを重ね、住民の意向を優先していきたいと考えます。

制度が変わっても、目指すところは「みんな活き活き もっと輝け 矢本西」。このスローガンのもと、地域交流を大切に、住民一人ひとりが主体となって、住みよい地域を築いていきたいと考えています。



56人が参加したまちづくり研修会(6月20日、矢本西市民センター)

### 「矢本西地区の日」で住民交流

矢本西コミュニティ協議会では、住民の交流と親睦を深めることを目的に「矢本西地区の日」を開催しています。第5回の25年度は「ウエストカーニバル」と題し、いも煮会とミニ運動会で盛り上がりました。

今年は10月19日(日)矢本西小学校を会場に開催を予定しています。



▶ミニ運動会には、多くの人たちが参加し、スポーツで世代を超えた交流を図りました(平成25年10月20日)



■問 矢本西市民センター ☎82-1181

### 東松島夏まつり2014 ボランティアスタッフ募集

東松島夏まつり2014が、8月23日(土)に開催されます。

今年は「みんなでつなごう ひがまつの輪」をテーマに、震災後、再認識できたみんなのつながり、震災をきっかけに紡いできたつながりを大切に、みんなできりあげる夏まつりを目指しています。

そこで、夏まつり実行委員会では、夏まつりの準備、当日の運営などをサポートし、一緒にお祭りを盛り上げてくれるボランティアスタッフを募集しています。

多くの皆様のご参加をお待ちしています。

■募集内容 会場の飾り付け制作など、当日までの事前準備を含め、夏まつり当日の運営をご支援いただけるボランティアスタッフ

■申込期限 8月8日(金)まで

■申込書配布場所 市役所(商工観光課・市民協働課)、市民センター、商工会、あったかいホールなど

■申込書提出先 あったかいホール ☎98-6061 FAX:98-6062

■問 東松島夏まつり2014実行委員会(事務局:東松島市商工会) ☎82-2088



### 月浜海水浴場・限定開設のお知らせ

■場所 宮戸・月浜海水浴場(住所:東松島市宮戸字村地内)

■開設日時 7月20日(日)~8月24日(日)のうちの日曜日

および8月14日(木)・15日(金) 9時~15時

※開設時間外の遊泳は禁止。

※当日の天候や海上の状況により、開設が中止または開設時間が変更になる場合もありますので、あらかじめ問い合わせください。

■主な設備 仮設の更衣室とトイレを設置

※災害に備えて付近の高台に避難場所を確保。火気使用は禁止。

■駐車場 約100台分

※運営協力金のお願い:車1台につき600円を、運営協力金としてお願いします。

■注意

●海水浴場内および遊泳について、監視員の指示に従って行動してください。

●海水浴場までの道路には、路面が陥没・損傷などしている箇所もあります。また、復旧工事関係車両も通行しますので、自動車でお越しの際は安全運転をお願いします。

■主催・問 月浜海水浴場実行委員会 ☎090-5833-2063



### あったかいホールからのお知らせ

チャレンジショップ(あったかいホール1階)では、地元の旬の野菜・海苔や手作り小物を販売しています。ぜひお越しください。

手作りチャレンジクラブ ※申し込みは電話受付。

★布草履教室 ■日時 7月12日(土)13時~16時

■受講料 無料 ■材料費 500円

「あったかいホール」開館時間のお知らせ

■チャレンジショップ(1階) 10時~16時、日曜休館

※あったかいホールは、4月1日(火)から祝日もお休みとなりました。

■問・申し込み ☎98-6061 FAX:98-6062

# CityView!



「CityView!」では、市のイベントや地域的话题を、皆さんにお届けします。  
 <掲載した写真は、データで提供します。希望の方は問い合わせください。>

## 5団地166区画が完成 初めて宅地引渡し



市で初めてとなる防災集団移転団地の宅地引渡し式が行われ、各団地の代表がそれぞれ引渡し書に署名しました。市内7団地のうち、矢本西、牛網、月浜、大浜、室浜の5団地166区画が完成し、さっそく住宅着工のための地鎮祭を行う方もいるなど、生活再建のスタートを切っていました  
 (6月10日、市役所301会議室)

## 市民一丸で有事への備え 26年度市総合防災訓練



④地域の人たちが初期消火訓練などで防災意識を高めました(中下地区センター)  
 ⑤三陸自動車道の津波避難階段を活用した訓練では、家族や近所同士で声を掛け合いながら、より高い場所へと避難しました(赤井市民センター付近)



「わが家・わが地域は我々が守る」をスローガンに、大規模な地震と津波災害を想定した平成26年度東松島市総合防災訓練が6月15日(日)、市内各地で一斉に行われ、1万人以上が参加しました。日曜日でしたが、市内の全小中学校12校が登校日となり、避難訓練のほか防災知識を高めるための総合学習や保護者への引渡し訓練などが行われました。  
 また、自力で逃げることでできない避難行動要支援者や沿岸部の就労者に限定している自動車を使った避難についても初めて訓練し、有事に備えました。

## 親子でふれあい 子どもだてフェスタ



子育て中のお母さんたちが中心になって、妊婦や未就学時親子を支援しているNPO法人ベビスマイル石巻(荒木裕美代表理事)が「ベビスマ子どもだてフェスタ」を開催しました。親子で体験できるリズム遊びや工作、料理などのコーナーが人気を集めました  
 (6月14日、市コミュニティセンター)

## 第8回東北水防技術競技大会



第8回東北水防技術競技大会が行われ、宮城県代表として東松島市消防団(栗石堅持団長)が出場しました。  
 同大会には、東北6県代表が出場。「月の輪工法」「シート張り工法」の2種目で、各制限時間15分以内で手順の正確さやチームワーク、所要時間などを競いました。  
 消防団員から選出された選手20人は、石巻地区広域消防本部と矢本消防署のサポートを受けながら、一丸となって入念な訓練を重ねて大会に臨み、審査の結果、奨励賞を受賞しました(5月25日、名取市・名取川河川敷)

## 特別支援教育支援員研修会



発達障害などで特別な支援を必要とする子どもたちの学習や、生活面をサポートする特別支援教育支援員の研修会が開かれました。大崎市立川渡小学校教諭の上野則子さんが「発達障害のある児童生徒の理解と支援の実際」と題して講話を行い、子どもとの接し方のポイントや関係づくりの大切さを伝えていました  
 (6月11日、市コミュニティセンター)

# 東松島の気になるあの人・話題の皆さんにピックアップ!! 第4回

topics HIGASHIMATSUSHIMA

障がいのある人もない人も一緒に参加して、音楽の力で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」は、今年で第10回になります。きっかけは、仙台市で行われた「とっておきの音楽祭」に石巻地方の出身者が出演していたことです。「ぜひ地元の人たちにも演奏を見てほしい」という思いから、市民が中心となって実行委員会を発足させ、手作りで音楽イベントを開催してきました。

今年は節目を記念して7月12日(土)と13日(日)の2日間にわたりイオンタウン矢本で行い、市内外から72団体、約1000人が出演します。前日祭の12日には市内の小学6年生と小中学校の特別支援学級の児童生徒全員がメッセージで彩ったランプ約500個が「希望の灯り」として点灯されます。実行委員長の本田和彦さんは「皆さんにご協力をいただき続けてこられました。これからもよろしくお祈りします」と感謝していました。

## とっておきの音楽祭in東まつしま実行委員会 皆が支え合える地域を目指し10周年



▲「とっておきの音楽祭in東まつしま」の実行委員の皆さん



ステージと客席が音楽で心をつなげるイベントは、毎回、地域を元気にしています(昨年の様子)

■「とっておきの音楽祭in東まつしま」ホームページ

URL:<http://totteokihigashimatushima.web.fc2.com/index.html>

# まちを花でいっぱい コミュニケーション深めながら植栽活動

地域をきれいな花で彩ろうと、市内各地区の道路沿いの花壇などで市民の手による植栽活動が行われました。いずれも早朝からの作業でしたが、大勢の人たちが参加して協力し合いながら丁寧に植えていきました。子どもたちの姿も多く見られ、植栽を通じて世代を超えた交流を深めていました。夏になれば、皆さんが植えたマリーゴールドやサルビアなどが咲き誇り、ドライバーや歩行者の目を楽しませてくれます。



鳴瀬フラワーロード実行委員会(浅野喜一<sup>あさのきいち</sup>会長)は小野地域の全地区でマリーゴールド約1,500株を植栽しました。今年は国道45号沿いの上り側花壇に黄色、下り側にはオレンジの花を植えて、カラフルなフラワーロードを作りました(6月22日、小野駅前植栽帯)



矢本ひがしネットワークコミュニティ(鈴木憲一<sup>すずきけんいち</sup>会長)のフラワーロード植栽が、市コミュニティセンター西側市道と国道45号沿いで行われました。雨の中、各行政区から400人余りが参加し、約4,000本のマリーゴールドを植えました(6月8日、市コミュニティセンター西側植栽帯)



三陸自動車道矢本インター付近の県道では、上街道フラワーアベニュー推進協議会(菅原義夫<sup>すがはらよしお</sup>会長)による植栽活動が行われました。約800人が参加して、サルビアの苗約1万5,000本を植えました(6月1日、県道矢本河南線植栽帯)



宮戸コミュニティ推進協議会(尾形将親<sup>おがたまさか</sup>会長)では、約40人が協力して県道沿いの花壇に黄色のマリーゴールドの苗約2,500株を植えました(6月14日、県道奥松島松島公園線植栽帯)

# もっと知りたい!ひがしまつしま

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

## 子育て支援センターからのお知らせ (2014年7月)

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



### パパのなかよし広場 「男性保育士さんと楽しく遊ぼう!」

「パパたちだってみんなで集まりたい」の要望により開催。男同士、子育ての話をしながらの交流も楽しいですよ。お母さんも一緒に参加できます。

- 日時 7月12日(土)10時30分~11時10分
- 場所 ほっとふる
- アドバイザー 大曲保育所保育士 横山文平
- 内容 手遊び、体操、ゲームなどの親子ふれあい遊び、質問コーナー など

### 子育て講座 「楽しい!親子リトミック」

音やリズムに合わせて親子で楽しく体を動かして遊びましょう。※要申し込み、先着20組。申し込みは「あいあい」へ。

- 日時 7月15日(火)10時30分~11時30分
- 場所 小野市民センター
- 講師 にじいろ音楽教室 主宰 阿部 久美子 氏
- 対象 1歳半以上の親子

### 主な行事のお知らせ

#### 矢本子育て支援センター「ほっとふる」

- ほっとタイム~個別相談・託児あり~  
7日(月)9時~12時
- サロントーキング  
10日(木)10時30分~11時10分  
「栄養士さんと話そう~食事のあれこれ~」
- わたしじかん(要申込)  
17日(木)10時~12時  
■場所 蔵しっくパーク  
「骨盤矯正ストレッチ」(お茶会あり)  
※ファミサポの託児の助成が受けられます。女性の方ならどなたでも参加できます。
- 赤ちゃん広場(1歳半まで)  
28日(月)10時30分~11時10分  
「楽しい親子あそび」
- 土曜オープン  
12日(土)9時~12時

#### 鳴瀬子育て支援センター「あいあい」

- おしゃべりひろば  
24日(木)10時30分~11時10分  
「ほっとシンガーズさんと童謡を歌おう」
- あいあいパーク  
16日(水)10時~11時30分  
「サンサンサンの人形劇」  
■場所 野蒜市民センター  
※今回は野蒜地区の地域の方と一緒に人形劇サークル「サンサンサン」の人形劇を見ながら交流がもてる会になります。

#### ★七夕まつり会

- 3日(木)「七夕飾りづくり」
- 4日(金)「おはようシアター」さんと遊ぼう  
(3・4日ともに年齢で2部に分けて行います)  
10時~:1歳半以上の親子  
11時~:0歳~1歳半の親子

子育て支援センターは、子育て中のみなさんのサポートをします。

お子さん・お孫さんをつれて気軽に遊びに来てください。妊婦さんの利用も可能です。子育て・孫育ての相談にも応じます。保育士の資格を持つスタッフが笑顔でお待ちしています。  
■開館 9時~16時 ■相談 9時~17時  
※講座等で使えない日もありますので、子育て通信などで確かめください。  
子育て通信は市のホームページでもご覧になれます。  
URL: [http://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp/life\\_event/ikuji/kosodatetsushin.html](http://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp/life_event/ikuji/kosodatetsushin.html)

## 東松島のスポーツ少年団紹介 矢本クラブジュニアスポーツ少年団

基礎を大切に、と技術を磨いていきます



矢本クラブジュニアスポーツ少年団のみなさん

### 野球

「全員野球~心をひとつに~」をスローガンに元気で楽しく活動しています。ランニングやトスバッティング、キャッチボールなど基本練習を軸にしっかりと土台を作ることで、中学校以降にもつながる技術習得を目指しています。合宿、バーベキュー大会や親と子でチームに分かれた試合などさまざまなイベントで絆を深めています。見学はいつでも大歓迎です。気軽にお越しください。

#### ◇団データ

- 団員 18人(男子13人、女子5人)
- 練習日 毎週水・土・日曜日、祝日
- 練習場所 矢本西小学校、鷹来の森運動公園
- 入団に関する問い合わせ先 櫻井 辰夫さん ☎090-6685-3214

「東松島のスポーツ少年団紹介」は、「東松島市スポーツ少年団」に登録し、東松島市内を拠点に活動しているスポーツ少年団を紹介するコーナーです。

## 観味美魅 みりょく発見!ひがしまつしまの観光と物産

### 「新・宮戸八景」①

「新・宮戸八景」とは、平成21年に宮戸コミュニティ推進協議会まちづくり委員会が中心となり観光活性化を願い設定された景勝地です。今月から4回にわたりそれぞれの魅力をご紹介します。

#### ●さとほま縄文の里史跡公園

里浜貝塚は縄文時代前期から弥生時代にかけてのムラの跡で、日本最大級の規模(東西約640m・南北約200m)をもつ貝塚です。公園入口には貝層観察館があり、剥ぎ取った貝塚の層を直に見ることができ、縄文工房では土器づくりや勾玉づくりを体験することもできます。また、展望台の東屋からの景観も素晴らしく、縄文人が見たままの海が見られ、春には菜の花、夏には蕎麦の花が段々畑に広がります。その裏には御神木の大きなタブノキが天高くそびえ、公園を見守っています。



▲田園地帯に築かれたエコビレッジ



#### ●医王寺 薬師堂

大高森の北西、薬師山(標高68.3m)の中腹に位置し、ご本尊は慈覚大師作と伝えられる薬師如来が奉安されています。薬師堂までの途中の岩屋には、伊達政宗にまつわる逸話もあり、政宗が信仰を深くし建立したものとされています。この

場所からは松島湾に浮かぶ島々や牡蠣養殖棚が望め、また、夕日の沈む時の景観も素晴らしく薬師堂までの道のりも桜・藤・つつじ・紅葉など季節の色を楽しめる植物も多く点在しています。

■東松島の観光と物産に関する問  
東松島市観光物産協会(市商工観光課内) ☎87-2322

## 支援に Mange Tak!!

デンマーク語で「ありがとうございます」

### ハロー、デンマーク!! 第28回

前回のコハウジングと似ているのですが、デンマークには約40もの「エコビレッジ」があると言われています(エコビレッジは、デンマークのみならず世界中にあります)。エコビレッジとはその名の通り、環境に配慮した暮らしを实践する人たちのコミュニティ(共同体)です。たとえば太陽光パネルを設置して自らエネルギーを生み出したり、断熱材を多く使って家を建てたり、有機



▲田園地帯に築かれたエコビレッジ



▲みんなと一緒に夕飯をとる機会も多い

野菜を栽培したり、ヤナギの木を使って排水を浄化したりしています。こうした環境面だけでなく、コハウジングのように「一緒に暮らす」という意味も大きくあります。エコビレッジには決まった定義はなく、規模も数十人から千人にのぼるところまでさまざま。コミュニティ内で取り組んでいることも多岐に渡ります。

震災後、東松島市は北欧のデンマーク王国からさまざまな支援をいただいています。デンマークがどのような国なのか、毎月1日号で紹介(連載)していきます。

※イーナの耳飾りは、デンマークの国花 マーガレットです。



■問 東松島市復興政策課復興政策班 ☎内線1242

# 7 Jomon Times

vol.101

広報 縄文村だより vol.101(7月号)

平成26年7月1日  
●編集・発行●  
奥松島縄文村歴史資料館  
東松島市宮戸字里81-18  
TEL 88-3927 FAX 88-3928

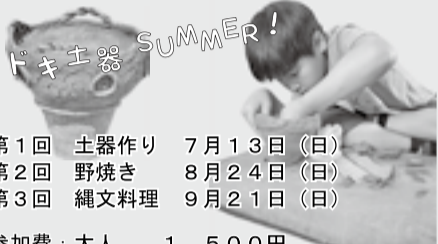


## 夏休み、どこいく?

### 募集 縄文人、求む。

#### 縄文教室

土器作り・野焼き・縄文料理の3回コースで、じっくり縄文人の生活を体験しよう!この夏が終わるころには、あなたも立派な縄文人!?



- 第1回 土器作り 7月13日(日)
- 第2回 野焼き 8月24日(日)
- 第3回 縄文料理 9月21日(日)

参加費: 大人 1,500円  
子ども 1,000円 (要予約)

#### 春日PA歴史体験まつり

三陸自動車道春日PAのオープン2周年を記念し、3市3町合同で歴史体験まつりを開催します。

日時: 8月3日(日) 10:00~15:00  
場所: むすび丸春日パーキングエリア下り線  
参加費: 無料(申込不要)  
内容: 紙すきや拓本体験、勾玉づくりなど

#### おいでよ!縄文村へ

夏休みは縄文村へ!家族みんなで縄文体験を楽しもう♪9日には「宮戸夏まつり」も開催されます。15と16日は体験無料デー。

日時: 第1弾 8月 8日(金)~10日(日)  
第2弾 8月15日(金)~17日(日)  
時間 10:00~15:00 (予約不要)  
内容: 勾玉作り、火おこしなどの縄文体験  
夏休み限定特別メニューなど

イベントのお問合せお申込みは  
電話またはメールにて受付して  
おります。  
お気軽にご相談ください。



## START!

殻を割ってパープル腺を  
取り出し、染料を作ります



特集

### 古代人を魅了した高貴な紫、 貝紫染めに挑戦!

古代から続く染色法「貝紫染め」に挑戦するイベントを6月1日(日)に行いました。

「貝紫染め」は、アクキガイ科の巻貝(イボニシやアカニシなど)のみが持つ「パープル腺」という内臓の分泌液を使った古代の染料で、1つの貝からごくわずかな染料しかとれないため、古くから高貴な色として人々を魅了してきました。

当日は6月上旬とは思えない暑さでしたが、染色した布を日光に当てると、清々しい青空に映える鮮やかな紫色が現れました。殻割りや染料を作る作業は一苦勞でしたが、この色合いを見るとそんな苦勞も忘れてしまうほど。古代の人々がこの貝紫染めに魅せられた理由がわかった気がします。

—古代人を魅了した高貴な色、紫—

## 特集 貝紫染め体験

6/1 SUN



好きな布や糸に染色!

## GOAL!

「地道な作業をすることにより、物のありがたみがわかりました!」

「きれいな場所、よい天気で良かったです!」



ドキドキ...待ち遠しいな

5/25(日) ようこそ、宮戸島春の宴へ

## 縄文・宮戸まつり

今年で第3回を迎えた春のおまつり。今年も多くの皆様のおかげで無事開催することができました。ご来場、ありがとうございました!

ぼくたち、縄文人みたくて!

歌にダンスに、踊らにめろんたん♪

火おこしNo.1決定戦、優勝しました~!

シカ角製の釣り針で、大きなマグロを捕まえた☆

語り継ぐ

「お父さんともっと話したかった。」と、ある日息子が言いました。私には2人の息子がおります。それは、長男が高校生の頃のこと。友達が約束を守らないので困っていたとき、「お父さんだったらこう言うと思うよ。『現象に惑わされず、背景を見つめなさい。』友達には、そのようにした理由がきつとあるはずだから。」と、夫がよく口にしていた言葉を聞かされました。4年前病気で他界してしまつた夫は、子どもたちを育てていくとき、教育とは共育であるからと、自分の息子以上に周りの子どもたちと関わり、スポ少野球ではホイッスルを鳴らし太鼓を叩き、力強い応援をしていたのを思い出します。

先日息子たちの母校の運動会を訪ねたとき、懐かしいお母さんが、「あの伝説の応援団長の奥さんですよ。」と、周囲に紹介してくれたとき、まだ語り継がれていることに驚きました。

◆次回は、菊池伸之教育委員からの「ちよっといい話」を掲載します。



東松島市教育委員会  
教育委員  
熊谷 里佳  
(行政区: 中下)

★プロフィール★  
生年月日: 昭和33年6月7日生まれ  
東北薬科大学卒業  
平成25年5月に東松島市教育委員就任。  
趣味: 風景のスケッチ  
夢: 詩画集を作ること

工藤昌明教育長に続き、市教育委員4人による教育についての「ちよっといい話」を、4回にわたり毎月1日号で掲載します。第3回は熊谷里佳教育委員です。

## 教育委員のちよっといい話 第3回

# 知っ得情報

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

## 募集

### 学び支援員(市学び支援事業)募集

問 学校教育課学校教育班  
☎内線1251

■業務内容 児童生徒の学習支援など

■募集人員 若干名

※年齢不問。小・中学生への学習支援可能な方。

■委嘱期間 7月中旬～平成27年2月下旬

■勤務場所 市内小・中学校、市民センターなど

■勤務時間 平日の放課後2時間程度、長期休業期間・週末・祝日は午前・午後各2時間程度、または午前・午後のごちうか2時間程度

■謝金 1時間あたり8500円

■申し込み 7月31日(木)まで、履歴書(本人自筆・写真添付)を右記まで持参

### 平成27年度採用 石巻地区広域行政事務組合消防本部・初級消防吏員(高校卒業)募集

石巻地区広域行政事務組合  
消防本部総務課人事教養係  
問 ☎0225-95-17111  
〒986-10805  
石巻市大橋一丁目1番地1

■種別・職種 初級消防吏員

■採用予定人数 9人程度

■受験資格

○平成5年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた方

○学校教育法による高校を卒業している方(平成27年3月までに卒業する見込みの方を含む)

○採用後、石巻市・東松島市または女川町に居住できる方

■試験日 9月21日(日)

■受付期間 7月1日(火)～8月15日(金) ※当日消印有効。

■申込書(試験要項)の配布 7月1日(火)から、石巻地区消防本部・消防署所・組合事務局および石巻市役所・東松島市役所・女川町役場の本庁舎と各総合支所・支所で配布

※郵送を希望する場合は、消防初級試験申込書請求と朱書きし、宛先を明記した返信用封筒(A4判サイズの書類が入る大きさに返信用切手140円分貼付)を必ず同封し、上記宛に請求。

### 平成27年度採用 石巻地方広域水道企業団職員(初級)募集

石巻地方広域水道企業団  
総務課  
問 ☎0225-95-6713  
〒986-10861  
石巻市蛇田字新上沼16番地  
URL: http://www.ishikousui.or.jp/

■職種 採用予定数 土木:1人程度

■対象 平成5年4月2日から平成9年4月1日までに生まれ、職種に関係の深い科目を履修した方または履修中の方

■試験日 9月21日(日)

■受付期間 7月1日(火)～8月15日(金)

※郵便に限り受け付けます。締切日当日の消印有効。

■申請書配布 7月1日(火)～

■申請書配布場所 石巻地方広域水道企業団総務課・西部地区管理事務所および北部地区

管理事務所、組織市(市役所本庁舎および各総合支所)、企業団ホームページ

※郵送を希望する場合は、「初級試験申込書請求」と朱書きの上、宛先を明記した返信用封筒(A4判サイズの書類が入る大きさに返信用切手140円分を貼付)を必ず同封し、上記宛に請求。

## お知らせ

### 東松島市被災家屋等における太陽光発電等導入促進事業補助金交付申請受付のお知らせ

問 環境課環境班  
☎内線1152

市は、被災家屋などに太陽光発電等の設置を行った個人・事業者を対象に補助金を交付します。申請受付は、8月1日(金)から開始します。

なお、補助基準など詳しい内容については、市報7月15日号でお知らせします。

### 道路に面する土地の適正管理のお願い

問 建設課道路公園管理班  
☎内線2215

市では、道路の定期パトロールを実施しています。

民有地の樹木が伸びて枝葉が道路へはみ出していること、空き地の土が道路側溝に流出し、堆積していることが多く見受けられます。事故や冠水につながる恐れがありますので、土地所有者および管理者の方は、土地の適正管理をお願いします。

## 東松島市職員募集のお知らせ

～平成27年4月1日採用初級職員採用試験の実施～

平成27年度採用(平成27年4月1日採用)初級試験の第1次試験については、以下のとおりです。

### ■職種と対象

- 初級(行政職:高等学校卒業程度)5人程度  
昭和63年4月2日～平成9年4月1日生まれの方  
※短期大学または高等専門学校卒業(見込)以下の方は受験できませんが、大学卒業(見込)以上の方、高度専門士の称号を取得(見込)の方は受験できません。
- 初級(行政職(障害者):高等学校卒業程度)1人程度  
昭和53年4月2日～平成9年4月1日生まれの方で次に該当する方  
1.自力により通勤ができ、かつ、介護者なしに一般事務職員としての職務の遂行が可能なる方  
2.身体障害者福祉法第15条第4項の規定により身体障害者手帳の交付を受けている方  
3.活字印刷文による出題及び口頭による面接に対応できる方  
※大学卒業(見込)以上の方でも受験できます。
- 初級(土木:高等学校卒業程度)2人程度  
昭和63年4月2日～平成9年4月1日に生まれた方で、土木施工学科卒業(見込)の方、または2級土木施工管理技士以上の資格を有する方  
※大学卒業(見込)以上の方も受験できます。
- 申し込み 申込用紙は総務課で配布します。郵便で請求する場合は「職員採用統一試験申込用紙請求」と朱書きし、返送先を明記した返信用封筒(A4サイズの用紙が入る返信用封筒に120円切手を貼付)を同封してください。
- 試験日時 1次試験:9月21日(日)10時～
- 試験会場 東松島市役所(住所:東松島市矢本字上河戸36-1)  
※会場は変更になる場合があります。
- 受付期間 7月1日(火)～8月11日(月)17時必着
- 問・申し込み 総務課人事班 ☎内線1214

## 平成26年度第2回普通救命講習I(一般公募)の開催

応急手当について正しい知識と救命技術の普及を目的とし、心肺蘇生法やAEDの使用方法などの講習と実技を行います。 ※受講料は無料。

- 講習日時 7月20日(日)9時～12時
- 講習場所 河北消防署会議棟(住所:石巻市成田字小塚裏畑17-1)
- 対象・定員 中学生以上30人 ※定員に達し次第、締め切り。
- 受付期間 7月7日(月)～17日(木)
- 申し込み 申請書は最寄りの消防署・分署・出張所に備えてあるほか、石巻広域消防本部ホームページからダウンロードできますので、受付期間内に最寄りの消防署・分署・出張所に申請して受講票の交付を受けてください。また、再講習の方は、受講申請および当日に修了証を持参してください
- 問 河北消防署 ☎0225-62-3119、石巻広域消防本部警防課 ☎0225-95-7433 URL:http://isyoubou.jp/

## 「ぜってえまげね合唱団」団員募集

～2014日本うたごえ祭典inみやぎ実行委員会からのお知らせ～

2014日本うたごえ祭典inみやぎ実行委員会では、「復興を希う音楽会」を11月に開催します。この音楽会に「ぜってえまげね合唱団」として参加する団員を募集します。また、合唱団員による市内での練習会も開催しますので、気軽に参加ください。

- 市内での第1回練習会の日時・場所 ※詳しくは問い合わせください。  
7月6日(日)10時～ 東松島高校西体育館
- 問・申し込み 2014日本うたごえ祭典inみやぎ実行委員会  
企画委員 石垣就子 ☎070-6954-5346

# 知っ得情報

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

また、市道などの道路に異常箇所を発見した場合には、早急に連絡ください。

美しいせせらぎをいつまでも残せるよう、河川の美化と愛護に皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

## 7月は「河川愛護月間」です

国土交通省では、皆さんに美しい川を安全に、より親しむために、毎年7月を「河川愛護月間」と定めています。

## Rake TOUR2014 ~Around The HOME~ 仙台市在住のアーティスト Rakeが、無料復興支援ライブを開催します

- 日時 8月31日(日)16時30分開演
  - 場所 市コミュニティセンター
  - 入場券など 入場無料ですが、事前申し込みのうえで入場券が必要
  - 申し込み 7月1日(火)から、下記に電話予約してください。
- ※申込受付時1人につき入場券は2人分まで。6歳以上の方は要申込。なお、未就学児童の入場の際の席はありません。保護者の膝の上でご覧ください。
- ※定員に達し次第、入場券の申込は終了となります。
- 問・申し込み ニュース・プロモーション ☎022-266-7555  
(受付時間:月~金曜11時~18時)



「社会を明るくする運動」は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない地域社会を築こうとする全国的な運動です。

来春卒業予定の新規高卒者対象の求人申込が、6月20日(金)から始まりました。地元就職を希望する高校生への早期求人申込をお願いします。

## 第108回「いきいき健康講座」

問 医療法人医徳会真壁病院  
☎82-71111

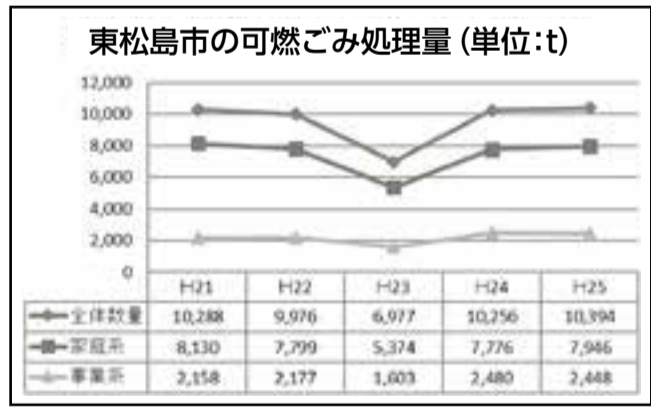
来春卒業予定の新規高卒者対象の求人申込が、6月20日(金)から始まりました。地元就職を希望する高校生への早期求人申込をお願いします。

## 7月は「社会を明るくする運動」強調月間です

■主催 第64回「社会を明るくする運動」東松島市推進委員会  
■主唱 法務省

## エンジョイ!かんきょうライフ ~可燃ごみ減量のお願い~

震災以降、可燃ごみの量が増加しています。可燃ごみは石巻広域クリーンセンターで焼却されていますが、平成25年度の稼働率は96%となっており、限界に近い数値を示しています。



■問 環境課廃棄物対策班 ☎内線1153

## 国民ねんきんだより 国民年金保険料免除等の申請に関するお知らせ

保険料が納め忘れの状態、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられなくなる場合があります。経済的な理由などで国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「若年者(30歳未満)納付猶予制度」がありますので、住民登録をしている市区役所または町村役場の国民年金担当窓口で手続きをしてください。

## 出張専門:医療保険対応在宅マッサージ

\*医療保険のご利用には医師の同意書が必要です\*  
マッサージは国家資格保有者(あん摩マッサージ指圧師)が行います。  
(実費になりますが、出張整体も行っています)

建設関連従事者の国民健康保険・労災保険・退職金制度  
**東松島市矢本建設職組合**  
宮城県建設業国民健康保険組合矢本支部  
TEL・FAX83-3572 事務局 TEL 82-5978

# 知っ得情報

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

## 相談

### 震災後のこころのケア 相談窓口

問 福祉課障害福祉班保健師  
☎内線 1175・1176

市では、震災後のこころのケアについての相談窓口を開設しています。相談日の前日までに電話で申し込みください。

### こころの健康相談(大人の方)

眠れない・食欲がなくて食べられない・誰とも話さず気にならないうらやまを感じるなどの症状でお困りの方。

■日時 7月8日(火)

14時～17時(予約制、1人50分)

■場所 市役所内相談室

■担当 こだまホスピタル

とらさわかし  
虎岩武志医師

### 子どものこころのケア相談

震災後、夜泣き・こわがりが強くなった・以前より落ちつきがなくなったなど、お子さんへの対応についてお困りの方。

■日時 7月16日(水)

13時～17時(予約制、1人50分)

■場所 市役所内相談室

■担当 みやぎ心のケアセンター

児童精神科医師

### サンサン教室の開催

問 児童発達支援センター障害児  
デイケアセンターこどもの広場  
☎84-334001  
Email: kodomonohiroba  
@arkocn.ne.jp

お子さんがまだ歩けない、言葉がゆっくり・発音が気になる、落ち着きがないような気がする

### 「みみサポサロン」の開催(手話通訳・要約筆記通訳付き)

聴覚障がいをお持ちの方、ご家族・支援者の方々など、どなたでもご参加できる「みみサポサロン」を開催します。サロンでは、手話通訳のほか、要約筆記(文字による通訳)があります。聞こえにくい方も安心して参加ください。事前申込みは不要、気軽にお越しください。

■日時 7月30日(水)10時30分～14時30分

■場所 市役所2階202会議室

■内容 ○午前:「聴覚障がい者が使える福祉制度の説明会」

補聴器購入・修理の助成など、聴覚障がい者が使える福祉制度を説明します。

○午後:「交流サロン」 同じ障がいを持つ仲間と交流し、気軽におしゃべりをしませんか。個別の相談にも応じます。

■問 みやぎ被災聴覚障害者情報支援センター(みみサポみやぎ)

☎022-349-9605 FAX:022-349-9606

URL: <http://www.mimisuppo-miyagi.org/>

### 「東松島市地域防災計画」を改定しました(第1回)

東松島市では、平成15年7月26日に発生した宮城県北部連続地震の経験を踏まえ、今後、高い確率で発生が予測されていた宮城県沖地震に備えるべく、平成18年4月に「東松島市地域防災計画」を策定しました。

その後、平成23年3月11日に発生した東日本大震災(地震名:東北地方太平洋沖地震)は、防災対策に係る多くの教訓をもたらした。国や宮城県では、防災対策について一層の強化を図るため、防災基本計画や地域防災計画の見直しを実施しており、本市においても震災で得た教訓を活かし、計画の見直しを平成26年2月に行いました。

市報毎月1日号で、この計画の概要をお知らせします。なお、「東松島市地域防災計画」および「東松島市地域防災計画概要版」は、市ホームページでもご覧いただけます。

今号は、地域防災計画の目的と見直しのポイントについて、お知らせします。

#### 1. 地域防災計画の目的

地域防災計画は、市民生活のいろいろな分野にわたって重大な影響を及ぼすおそれのある災害に対処するために、災害予防対策、災害応急対策並びに災害復旧および復興対策について、東松島市、宮城県および防災関係機関が処理しなければならない事務または業務の内容などを定めることによって、防災対策を総合的かつ計画的に推進し、地域並びに市民の生命、身体および財産を保護したり、また被害を軽減したりすることを目的に策定します。

#### 2. 今回の計画の見直しのポイント

東日本大震災の経験から、次の2点を見直しのポイントとしました。

##### (1)「減災」の考え方の導入

従来の想定を超えるような大規模災害が発生し得ること、そして、このような災害に完全に対応することは困難であることを反省点として、災害が発生したときの被害を最小化する「減災」の考え方を重視しました。

##### (2)「自助」、「共助」、「公助」に「協働」の考え方を導入

これまで、住民が自らを守る「自助」、地域社会がお互いを守る「共助」、行政の施策としての「公助」の適切な役割分担で防災対策を推進するとともに、防災情報の共有に努めてきましたが、今回は関係者どうしの連携が随所で分断され、被害の拡大につながったことを反省点として、将来の備えとしての「協働」の考え方に基づく対策強化を重視しました。

### 「津波防災に関する計画」を策定しました(第1回)

平成23年3月11日に発生した東日本大震災は、従来の想定を超える大規模災害が発生し得ること、そして、このような災害に完全に対応することは困難であり、災害時の被害を最小化する「減災」の考え方が重要であることを明らかにしました。

このため、本市では東日本大震災時と同様の津波被害を想定し、津波防災地域づくりを進めるため、市が行う様々な施策を総合的に組み合わせ、基本方針や具体的な計画を定めた「津波防災地域づくりを総合的に推進するための計画」と「津波避難計画」を平成26年3月に策定しました。

市報毎月1日号で、この計画の概要をお知らせします。なお、「津波防災地域づくりを総合的に推進するための計画」と「津波避難計画」は、市ホームページでもご覧いただけます。

今号は、津波の避難方法と避難行動要支援者の避難支援について、お知らせします。

#### 1. 津波の避難方法

避難にあたって自動車を利用することは、①家屋の倒壊等により円滑な避難ができないおそれが高いこと、②多くの避難者が自動車等を利用した場合、渋滞や交通事故等のおそれが高いこと、③自動車の利用が徒歩による避難者の円滑な避難を妨げるおそれが高いこと等の理由により円滑な避難ができない可能性が高いことから、**避難方法は原則として徒歩**によるものとします。

しかし、緊急避難場所や避難目標地点まで相当な距離がある場合や、避難行動要支援者等、徒歩による円滑な避難が困難な場合については、自動車による避難とします。

#### 2. 避難行動要支援者の避難支援

避難支援にあたる方は、避難行動要支援者と避難支援者本人の生命及び身体の安全を守ることが大前提となるため、**避難支援活動は津波到達予想時刻の15分前には終了**し、退避を開始することとします。また、円滑な避難支援活動を実施するための避難支援ルールを確立し、その内容について地域内の理解を得ておくことが重要です。

■問 防災課危機対策班 ☎内線1161

### 消費生活情報 ～ロト6などの数字選択式宝くじの当選番号詐欺が急増～

「当選番号を事前に教えてあげる…」はあり得ません!

【事例1】宝くじの当選番号を教えるとの電話がかかってきた。

【事例2】「宝くじの当選番号が抽選前に分かる」と言われ信用して高額なお金を支払ったのに当選番号を教えてもらえない。

【事例3】「情報料を払えば2等の当選番号を教える」と言われ支払ったが、当選番号とは全く関係ない数字だった。



《アドバイス》 ◎宝くじの当選番号が事前にわかることはありません。  
◎「宝くじの当選番号を事前に教える」という電話は詐欺です。話は聞かずに電話をすぐに切り、お金は絶対に払わないこと。

～心配なときや困ったときは相談窓口へ～

■相談先 市民課消費生活相談窓口:月・水・金曜日(祝日を除く)9時～15時

■問 市民課消費生活相談室(市役所本庁舎1階) ☎内線1117

### 毎月11日は「市民防災の日(市民防災デー)」です ～宮城県北部連続地震から11年、東日本大震災から3年4カ月～

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

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

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

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

■問 東松島市自主防災組織連絡協議会(事務局:防災課危機対策班)

☎内線1165



# それゆけ! イート Vol.39

## 「夏の海に遊びに行こう!」

作:みやみ



- 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。楽しいイベントが好きで食いしん坊。
- イーナ:「イート」の妹。恥ずかしがりやさん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。
- げんちゃん:奥松島縄文村のキャラクター。釣りが趣味で、好きな食べ物は縄文クッキー、海の幸。
- 宮戸・月浜海水浴場 限定開設のお知らせ:昨年に引き続き、今年も宮戸・月浜海水浴場が日限定で開設します。海水浴場に遊びに行くときは、必ず大人のひとと一緒に来ようね!
- 開設期日 7月20日(日)~8月24日(日)のうちの日曜日および8月14日(木)・15日(金)
- 開設時間 9時~15時 ※開設時間外の遊泳は禁止。 ※当日の天候や海上の状況により、開設が中止または開設時間が変更になる場合もあります。

### 休日診療担当医院表(2014年(平成26年)7月分)

#### ●東松島地区医院・薬局 (診療時間:9時~17時)

月日	医院名	電話	薬局名	電話
7月6日(日)	わたなべ整形外科	84-2323		
7月13日(日)	ししど内科クリニック	83-8830	調剤薬局くりっぷ	24-9730
7月20日(日)	加藤医院	82-2030		
7月21日(月・祝)	永沼ハートクリニック	82-6680		
7月27日(日)	うつみレディスクリニック	84-2868	調剤薬局くりっぷ	24-9730

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

#### ●小児科休日急患担当医院 (診療時間:9時~17時)

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

月日	医院名	住所	電話 (市外局番0225)
7月6日(日)	石巻赤十字病院	石巻市蛇田字西道下71	21-7220
7月13日(日)	石巻市夜間急患センター(仮設)	石巻市日和が丘1丁目2-11	94-5111
7月20日(日)	石巻市夜間急患センター(仮設)	石巻市日和が丘1丁目2-11	94-5111
7月21日(月・祝)	中山こどもクリニック	石巻市中里3丁目4-27	95-4121
7月27日(日)	ものうファミリークリニック	石巻市桃生町中津山字八木167-4	76-4024

### 宮城県東部保健福祉事務所 定例相談のお知らせ

#### ○アルコール関連問題相談

■日時 7月18日(金)10時~15時(予約制)

■対象 アルコール問題で困っている人  
および家族、関係者

■内容 精神保健福祉士による相談  
(午前中は家族教室を実施)



#### ○思春期・ひきこもり専門相談

■日時 7月15日(火)11時~15時(予約制)

■対象 ひきこもりや不登校、家庭内暴力などで困っている人  
および家族、関係者

■内容 臨床心理士による相談

■上記の相談場所 宮城県東部保健福祉事務所

(住所:石巻市東中里1丁目4-32、県石巻合同庁舎)

#### ■上記の相談に関する問・申し込み

宮城県東部保健福祉事務所母子・障害班 ☎0225-95-1431

る、お友だちと上手に遊べない、話しかけてもうまく会話できない...などの悩みはありませんか。こどもの広場では、県石巻支援学校の先生と一緒に教室を開きます。リズム体操やボール遊び、エアートランポリンなど、お友だちや先生方と楽しく遊び、一緒にお子さんの発達を伸ばして

いきませんか。教室終了後、先生方と療育相談もできます。皆さんの参加をお待ちしています。  
■日時 7月15日(火)10時~  
※参加費無料。  
■場所 障害児デイケアセンター  
こどもの広場(住所:東松島市矢本字道地浦139-1、矢本西保育園隣)  
■申込方法 2週間前までに電

話で申し込みください  
宮城県発達障害者支援センター「えくぼ」巡回相談  
東まつしま地域活動支援センターカノン  
☎0225-8311571  
「えくぼ」ホームページ  
URL: <http://ekubo.blog.ocn.ne.jp/blog>  
■対象 言葉や感情表現を身につけにくい、相手の気持ちを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ている方。本人・親・幼稚園・保育所・学校の先生など  
■日時 7月17日(木) ①13時30分~ ②14時30分~  
※1日2件まで、1回45分程度。  
■場所 東まつしま地域活動支援センターカノン(ゆぶと1階)

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ている方。本人・親・幼稚園・保育所・学校の先生など  
■日時 7月17日(木) ①13時30分~ ②14時30分~  
※1日2件まで、1回45分程度。  
■場所 東まつしま地域活動支援センターカノン(ゆぶと1階)

■申し込み 相談日の1週間前までに電話または来所にて相談ください  
※定員になり次第で締め切りします。  
女性医師による女性の健康相談  
宮城県健康推進課健康推進班  
☎022-211-2623

思春期や更年期の身体的・精神的不調、家庭や職場でのストレスなどで悩んでいる女性の相談に応じます。(完全予約制・相談無料)  
■相談日 場所 7月5日(土)大崎市、26日(土)石巻市  
※時間は14時から16時です。会場などの詳しい内容は予約時にお知らせします。  
※仙台市に通勤・通学している方は仙台市会場(エルソラ仙台)でも相談できます。希望の方は予約専用電話に相談ください。  
■予約専用電話 ☎090-15840-11993  
宮城県女医会・女性の健康相談室  
■受付時間 平日9時~17時(土・日曜、祝日を除く)

### 災害復興住宅融資相談会 住宅金融支援機構からのお知らせ

住宅金融支援機構  
お客さまコールセンター  
☎02-086-13553  
(祝日を除く9時~17時)  
■日時 7月12日(土)10時~16時  
■場所 市コミュニティセンター  
※相談は無料ですが、事前予約が必要です。

### 【7月の各種特設相談】相談者の秘密は厳守します。気軽に利用ください。

相談名	日時	場所(住所など)	相談内容	問・申し込み
人権相談	7月4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	仙台法務局石巻支局 ☎0225-22-6188 市民課窓口サービス班 ☎内線1121
消費生活相談	毎週月・水・金曜(祝日を除く) 9時~15時	市役所市民課(1階:消費生活相談室)	多重債務、悪質商法、不当請求、契約トラブル(クーリングオフ)などの消費生活をめぐる問題に関する相談	市民課消費生活相談員 ☎内線1117
行政相談	7月11日(金) 13時~15時	市コミュニティセンター	国・自治体の行政や郵便局・NTT、独立行政法人などの業務に関する相談	総務課総務班 ☎内線1205
法テラス東松島への法律相談	■開設日時 平日9時~17時 ■受付日時 平日10時~16時 ■7月の休日法律相談日 12日(土)、27日(日)	矢本字大溜1-1(市コミュニティセンター西側)	家族(夫婦・相続など)・貸金未払い・借家トラブル・多重債務・成年後見制度などの法律相談を、弁護士が受けて法的トラブルの解決に役立つ情報などを提供	法テラス東松島 ☎050-3383-0009

## ヘルシーインフォメーション

■問 東松島市役所 ☎82-1111 代表FAX:0225-82-8143

(東松島市内での固定電話の市外局番 0225)

## 乳幼児健康診査・健康相談のお知らせ

乳幼児健康診査および健康相談の予定は下記のとおりです。

乳幼児健康診査の対象者には、あらかじめ通知していますが、通知が届かない方や新たに転入された方は、下記まで連絡ください。

乳幼児健康診査および健康相談スケジュール(7月) 場所:矢本保健相談センター

健康診査	対象者	期日	受付時間
4か月児健康診査	平成26年3月 生まれ	23日(水)	12時30分 ~12時50分
1歳6か月児健康診査	平成24年12月 生まれ	24日(木)	
2歳6か月児歯科健康診査	平成23年12月 生まれ	30日(水)	
3歳児健康診査	平成23年2月 生まれ	29日(火)	

健康相談	対象者	期日	受付時間
妊産婦・子どもの健康相談	妊産婦・子ども・保護者	17日(木)	9時~11時
7か月児健康相談	平成25年12月 生まれ	31日(木)	9時~9時20分
10か月児健康相談	平成25年9月 生まれ		13時~13時20分

■問 健康推進課健康指導班 ☎内線3114・3115

## 新生児・産婦訪問

■対象 すべての新生児および産婦

■内容 赤ちゃんの体重測定、発育・発達確認とお母さんの体調や母乳・育児に関する相談

■方法 保健師または助産師による家庭訪問

※市外の里帰り先などに訪問を希望される方は相談ください。

■申し込み 電話、出生連絡票を郵送または市民課窓口へ提出

■問 健康推進課健康指導班 ☎内線3114・3115

## 母子健康手帳・母子健康手帳別冊の交付

■対象 妊娠された方、母子健康手帳をなくした方

■方法 保健師による個別交付

■場所 矢本保健相談センター

■申し込み 事前に電話での予約が必要

■問 健康推進課健康指導班 ☎内線3114・3115

## 予防接種予診票を郵送

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

予防接種名	対象
ヒブ、小児用肺炎球菌、四種混合、BCG	平成26年5月生まれの方
麻疹風しん(第1期)	平成25年6月生まれの方

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3109

## 麻疹風しん混合予防接種(2期)のお知らせ

麻疹風しん混合予防接種(2期)の対象者の方に、予診票を4月に郵送しましたが、まだ接種をしていない方は夏休み期間などを利用して早めに接種するようおすすめします。

なお、対象者で予診票が届いていない方や4月以降に転入された方は、下記まで連絡ください。

■対象者 平成20年4月2日~平成21年4月1日生まれの方

■接種期限 平成27年3月31日

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3109

## 献血にご協力ください

移動献血車がきます。皆様のご協力をお願いします。

■日時 7月12日(土)10時~11時45分/13時~16時30分

■場所 イオンタウン矢本

※今回の献血は、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3109・3110

## 子どもの心理相談会

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

■日時 7月25日(金)10時、11時、13時、14時(各50分ずつ)

■場所 矢本保健相談センター ■担当 滝沢晋也先生(臨床心理士)

■申し込み 7月18日(金)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

## 食のリレートーク 第42回

みんなで野菜をイート(食べる)するのがイ〜ナ!!

## 栄養バランスがとれて彩りも豊かに

## 矢本中央幼稚園お弁当参観

矢本中央幼稚園(津田眞一園長)の恒例行事「お弁当参観」が5月14日(水)に行われました。市の管理栄養士による講話や参観を通して子どもたちの成長に必要な栄養素を盛り込んだ、お弁当づくりの工夫やポイントを保護者の皆さんに学んでもらいました。

お弁当は1日のエネルギー量の3分の1が目安と言われています。そのため3~5歳児のお弁当箱は400kcal前後のものを選ぶのがベストです。また「主食3:主菜1:副菜2」の割合で詰めると、自然と栄養バランスが整います。揚げ物や、油分を多く含んだり、塩分の多い料理は1品までとし、調理方法や味付けが重ならないように注意すること、さらに子どもたちがふたを開けた瞬間に「あ!おいしそう!」と思うように、色のきれいな野菜や果物を添えることも重要です。

4歳の息子を持つ矢本地区の浅野由香梨さん(36)は「カロリーや栄養バランスに気をつけながらお弁当作りをすることが重要だと感じました。冷凍野菜を使った簡単レシピについても学べたので早速実践してみたいと思います」と話していました。

▲ランチタイムでは、お母さん同士が、お弁当作りのコツやアイデアについて情報交換しました

次回の食のリレートークもお楽しみに。



▲「冷凍野菜を活用した簡単レシピが勉強になった」と話す浅野さん



あなたに届け!

## 健康ラブレター



皆さん、市では5・6月に基本健診・特定健診を行いました。結果はいかがでしたか。東松島市民の健康状態を健診の結果(平成24年度特定健診保健指導法定報告)からみてみると、肥満の人、血圧が高い人、男性のメタボリックシンドローム該当者・予備群が多いという状況があります。また、東松島市は、脳血管疾患で亡くなる人の割合が国や県と比べて高くなっています。脳血管疾患を引き起こす要因となるのが高血圧症などの生活習慣病。肥満を含む複数の所見(高血圧、高血糖、脂質異常)を抱えるメタボリックシンドロームは、放置すると生活習慣病、動脈硬化が進み脳血管疾患や心筋梗塞などを発症する危険性が高くなります。

自覚症状に乏しい生活習慣病は知らないうちに進行していることが多いのです。健診は、あなたの健康状態を自分で確認する機会です。受けて終わりではもったいない。健診結果をよく見てみましょう。健診数値は、外から見えない体の変化を教えてくれる貴重なサインです。数値が基準内でも数値が年々高くなっている項目はありませんか。思いあたるものがあつたらどうして変化したのか考えてみましょう。食事でしょうか、運動不足でしょうか、原因を考え今後の健康づくりに活かすことが大切です。

この度策定した「東松島市健康21計画(第2次)」の基本方針に、「生活習慣病の発症予防・重症化予防」を掲げています。一人ひとりの取り組みとして、「健診をうけ健診結果を健康づくりに役立てていく」ことを期待しています。

毎年 市では、特定健診の結果、生活改善による生活習慣病の予防効果が高い方に特定保健指導のご案内を郵送しています。今年は、各市民センターなどを会場に結果説明会を開催し、健診結果表を直接お渡ししながら生活改善の方法についてお話していきます。該当された方はぜひ参加ください。特定保健指導該当の有無にかかわらず、健診結果の見方や生活改善の方法について知りたい方は、気軽に保健師、栄養士に相談ください。

■問 健康推進課健康指導班 ☎内線3105

# 戸籍のまど

平成26年5月掲載依頼分

(5月1日～5月31日)

敬称略・希望者のみ掲載しています  
 ■戸籍のまどの掲載に関する問  
 市民課窓口サービス班  
 ☎内線1334

## ご結婚 おめでとうございます

行政区等	氏名
柳北	志田 涼
大崎	工藤 令奈
南四	千葉 達也
南四	半澤 里美
大島	日野 高志
下町五	浅野 叶子
下浦	浅野 祐也
石巻市	植木 由紀
平岡	金子 正樹
平岡	高山 幸子
作田浦	大内 隆伸
貝塚二	加藤 藍
横沼二	菅原 一洋
上河戸二	阿部 しのぶ
石巻市	水口 花澄
関の内二	阿部 千夏

## お誕生 おめでとうございます

行政区等	氏名	保護者
南浦宿舎	杉本 瑠音	吉高
上河戸四	石川 夏	篤
南浦宿舎	小野寺 緑	智志
下町三	佐藤 心音	祐介
五味倉	木村 旭陽	光

## お悔やみ申し上げます

行政区等	氏名	享年
横関	齋藤 蒼太	86
往還下	熱海 楓	68
東大溜	今野 結翔	81
南二	菅原 太郎	72
往還下	伊藤 愛紗	88
中	木村 心美	73
南六	大槻 颯汰	86
関の内二	水野 颯汰	78
横沼一	若山 莉世	72
小野下	首藤 優雅	81
関の内三	阿部 桃花	72
関の内三	阿部 凜花	88
作田浦	片岡 和音	72
柳北	片岡 亜音	78
裏一	野村 冨斗	86
裏一	野村 冨斗	96
大島	日野 陽日	89

行政区等	氏名	享年
根古	佐々木 泰治	86
小野下	高橋 信也	68
河戸	増岡 よし子	87
往還上	渡邊 勝利	69
作田浦	真籠 忠夫	81
四反走	熊谷 忠夫	77
作田浦	佐藤 宏子	61
貝塚一	浅野 郁子	88
上下堤	浅野 郁子	88
上河戸二	保原 亮	66
東大溜	山本 郁夫	78
里南	櫻井 喜悦	78
小野下	八木 勲	86
貝塚二	佐藤 正子	73
裏	今野 正子	96
下町一	千葉 峰男	89

### 熱中症の予防に関する情報提供

環境省は、熱中症などに対する注意を促すことを目的に、「暑さ指数(WBGT:湿球黒球温度)」の予測値や実況値、「暑さ指数」と熱中症患者数との関連性、熱中症の予防・対処方法に関する情報などを、下記のホームページで提供していますので利用ください。  
 ■環境省熱中症予防情報サイト  
 URL: <http://www.wbgt.env.go.jp/>

### 住民異動の届出手続きは忘れずにしましょう

転出・転入・転居で住所を異動した方は、住み始めてから14日以内に届出をしましょう。  
 なお、津波防災区域に指定され、現在当該地に居住していない方は、すみやかに届出手続きをしてください。  
 ■問 市民課窓口サービス班  
 ☎内線1123・1125・1609

鹿妻二	小野上	作田浦	南四
及川	大丸	尾形	鹿野
トシ子	利夫	昭雄	周造
88	81	72	75

## 日本郵便から郵便局への「転居届」に関するお知らせ ～転送期間切れに注意しましょう～

大切な郵便物を確実に郵送するため、転居して引越したときに郵便局に「転居届」を届出されている場合、郵便物の転送期間は、届出から1年間になります。期間延長の手続きをしないまま転送期間を経過した場合、差出人へ返却されることになります。転送期間の延長を希望される方は、最寄りの郵便局窓口で再度「転居届」を提出してください。  
 ■窓口届出の際に必要なもの 1. 印鑑 2. 本人と確認できる書類(例:運転免許証、各種健康保険証など)  
 ■問 日本郵便株式会社・石巻郵便局コールセンター ☎0225-95-5020、または最寄りの郵便局

**やもと整骨院** カラダをベストに!!  
 健康保険取扱・交通事故・労災  
 矢本駅前 ゆぶと1F  
 ☎83-5980  
 URL <http://www.yamoto-seikotuin.com/>

受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○	○
14:00~19:30	○	○	○	○	○	○	○	○
14:00~17:00	○	○	○	○	○	○	○	○

**車検のナルセハタケヤマ**  
 TEL 87-3818  
 COOP 各社新車、中古車販売  
**(有)鳴瀬島山自動車**  
 〒981-0303 東松島市小野字中央2-2 FAX 87-3817

7/1~7/31 完全予約制  
**ファミリーフォトキャンペーン!**  
 普段着のままの、お気に入りの洋服でお越しください  
 スタジオで楽しくハッピーに撮影します  
**撮影+六ツ切1ポーズ(フレーム付) 6,000円(税別)**  
**フォトスタジオ アドバンス** ☎24-8560 矢本作田浦 45号沿い ツルハドラッグさん向い  
 営業時間 9:30~19:00 火曜日定休

【特約銘柄】 日高見、伯楽星、綿屋、勝山、橘屋、黄金澤、明るい農村、赤兎馬、海咲、堤の花雪、酸美水ほか  
 ●伯楽星柚子酒 ●赤兎馬柚子酒  
 ●伯楽星ヨーグルト酒 ●紫赤兎馬  
 ●赤兎馬梅酒 ●赤兎馬柚子梅酒  
**地酒の専門店 大江酒店**  
 東松島市小松字谷地196 ☎82-2343 FAX83-7489

**Wai Wai PET 【矢本店】** ワイワイペット  
 【営業時間】 9:00~20:00 年中無休  
 TEL: 0225-84-1577  
**ワンポイントアドバイス** 蚊が飛び季節になりました。フィラリア症は蚊に刺される事で感染してしまう病気です。予防がまだお済みでない方は当院までご相談下さい。  
**【矢本動物病院】** TEL: 0225-84-1580  
 【診療時間】  
 ・午前の部 9:00~13:00  
 ・予約診療 13:00~16:00  
 ・午後の部 16:00~19:00  
 休診/お盆・年末年始  
 所在地: 東松島市小松字谷地222 (イオンタウン矢本SC内)

# 市民のカレンダー 7月

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

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
<p><b>飲酒運転は犯罪です</b></p> <p>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</p> <p>～飲酒運転を「しない」「させない」「許さない」～</p>		<p><b>1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>市報7月1日号発行</li> <li>市民課延長窓口 ~19:00</li> <li>納税相談夜間延長窓口 ~20:00</li> <li>2歳児教室(鳴瀬幼)</li> </ul>	<p><b>2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ちっちゃい子向けおはなし会 11:00</li> <li>防火訓練(鳴瀬幼)</li> </ul>	<p><b>3</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>囲碁将棋のつどい 10:00</li> <li>七夕まつり(飾り制作) (矢本) 10:00、11:00</li> </ul>	<p><b>4</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>人権相談(市コ) 10:00</li> <li>七夕まつり(シアター上演) (矢本) 10:00、11:00</li> <li>七夕会(鳴瀬幼)</li> </ul>	<p><b>5</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>たなばたおはなし会 11:00</li> <li>第14回やまとふれあいはしご酒ラリー(矢本駅前) 19:15</li> </ul>
	<p><b>6</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>矢本西地区センター対抗ソフトボール大会(鷹来) 8:30</li> <li>大曲地区会対抗バレーボール大会 大曲小体育館 8:30</li> <li>縄文グルメを食そう!~ウニ~(縄文) 10:00</li> <li>第9回くらっばまつり 11:00</li> </ul>	<p><b>7</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>図書館休館日</li> <li>七夕会(矢本中央幼)</li> <li>七夕参観日(はなぶさ幼)</li> <li>防災教室(のびる幼)</li> </ul>	<p><b>8</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>機能訓練 9:30</li> <li>納税相談夜間延長窓口 ~20:00</li> </ul>	<p><b>9</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>第9回少年の主張東松島市大会(矢本二中)</li> <li>防災訓練(鳴瀬幼)</li> </ul>	<p><b>10</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>囲碁将棋のつどい 10:00</li> <li>ちびっこクラブ(矢本中央幼)</li> </ul>	<p><b>11</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>市民防災の日(市民防災デー)</li> <li>行政相談(市コ) 13:00</li> </ul>
<p><b>13</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>第9回東松島市ペタンク大会 矢本東小 9:00</li> <li>縄文教室①~土器作り~(縄文) 10:00</li> <li>とっておきの音楽祭 in東まつしま イオンタウン矢本 10:30</li> </ul>	<p><b>14</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>図書館休館日</li> <li>避難訓練(はなぶさ幼)</li> </ul>	<p><b>15</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>市報7月15日号発行</li> <li>シニア対象iPad体験会 10:00、13:00</li> <li>市民課延長窓口 ~19:00</li> <li>納税相談夜間延長窓口 ~20:00</li> </ul>	<p><b>16</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ちっちゃい子向けおはなし会 11:00</li> </ul>	<p><b>17</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>囲碁将棋のつどい 10:00</li> <li>なつまつり(矢本中央幼)</li> </ul>	<p><b>18</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>第1学期終業式(市内小・中学校、矢本中央幼・はなぶさ幼・鳴瀬幼)</li> <li>夏休み会議室開放(〜8月24日)◎</li> </ul>	<p><b>19</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>おはなし会 11:00</li> <li>第1学期終業式(のびる幼)</li> </ul>
<p><b>20</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>月浜海水浴場・限定開設日</li> </ul>	<p><b>21 海の日</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>図書館休館日</li> </ul>	<p><b>22</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>図書館休館日(海の日振替)</li> <li>機能訓練 9:30</li> <li>納税相談夜間延長窓口 ~20:00</li> </ul>	<p><b>23</b></p>	<p><b>24</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>囲碁将棋のつどい 10:00</li> </ul>	<p><b>25</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>図書館休館日(図書整理日)</li> </ul>	<p><b>26</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>おはなし会 11:00</li> </ul>
<p><b>27</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>月浜海水浴場・限定開設日</li> <li>第1回大塩地区ソフトボール大会(鷹来) 8:20</li> <li>縄文の塩作り②(縄文) 10:00</li> </ul>	<p><b>28</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>図書館休館日</li> </ul>	<p><b>29</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>未来(あした)への道 1,000km縦断リレー 東松島市通過日 大曲小学校 15:00ごろ 15:30ごろ 野蒜市民センター 16:00ごろ</li> <li>納税相談夜間延長窓口 ~20:00</li> </ul>	<p><b>30</b></p>	<p><b>31</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料第1期分納期限日</li> <li>囲碁将棋のつどい 10:00</li> </ul>	<p><b>8/1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>市報8月1日号発行</li> </ul>	<p><b>2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>夏休みおはなし会 11:00</li> </ul>

問い合わせ	市役所(本庁舎)	82-1111	老人福祉センター	83-2851	市コ	市コミュニティセンター	82-6969	小野地区体育館(管理:小野市民センター)	87-2067
	市役所鳴瀬総合支所		矢本子育て支援センター	84-2676	市体	市民体育館	82-9030		
	矢本保健相談センター	82-1123	鳴瀬子育て支援センター	87-2338	矢運	矢本運動公園	82-6804	大塩地区体育館(管理:大塩市民センター)	82-7532
	鳴瀬保健相談センター	87-3111	市図書館	82-1120	赤体	赤井地区体育館	82-6803		
	奥松島縄文村歴史資料館	88-3927	蔵しっくパーク(ひと・まち交流館)	84-1770	鷹来	鷹来の森運動公園	82-1101	健康増進センター ゆぶと	84-3855

体育館一般開放のお知らせ ■場所・時間 市民体育館 19~21時 ■問 NPO法人東松島市体育協会事務局 ☎82-9030

編集と発行: 東松島市総務課秘書広報班 制作: 石巻日日新聞社  
 東松島市役所 ☎0225-82-1111 代表FAX:0225-82-8143  
 〒981-0503 宮城県東松島市矢本字上河戸 36-1  
 [秘書広報班メールアドレス] koho@city.higashimatsushima.miyagi.jp  
 [東松島市ホームページ] http://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp  
 市報ひがしまつしまでは、(株)日本製紙石巻工場で製造された環境にやさしい再生紙およびエコインクを使用しています。  
 平成26年度市報ひがしまつしま制作費 1日号:1部あたり46.7円(消費税込、配布にかかる経費含まず)



**東松島市の人口**  
 (平成26年6月1日現在の住民基本台帳、外国人住民含む)  
 男 19,728人(+18) 女 20,383人(+3)  
 計 40,111人(+21) 世帯数 14,988戸(+26)  
 ( )内は前月比