



市報

ひがしまつしま

まちの輝く未来に向かって 2016年 力強く船出

朝日に美しく照らされた嵯峨溪を遊覧船「嵯峨みらい」がゆっくりと進んでいきます。昨年4月に就航したこの船は、東松島の観光復興のシンボルのひとつです。公募によって決まったその名前には「過去に戻るのではなく、新しい未来へと向かっていく東松島の姿」への思いが込められています。

今年は東日本大震災の発生から5年を迎えます。東松島はまだ復興の途中にありますが、だからこそ次の災害への備えや新たな取り組みを進めることができます。震災を教訓に、将来起こるであろう大規模災害における被害を最小限に抑えることこそ、今とこれからを生きる私たちの「使命」といえます。

今号の特集では、災害に強いまちづくりを一層加速させるため、地域の防災力を高める要となっている自主防災組織と市消防団の活動や、市が策定した原子力災害発生時における広域避難計画の概要を紹介します。



写真…日本三大溪の嵯峨溪を巡る「嵯峨みらい」は昨年4月に就航し、多くの方が利用しています。今年も奥松島の魅力を発信していきます

市報
ひがし
まつしま
No.186

●特集 災害に備える

～自主防災組織と市消防団の活動・原子力災害時における広域避難計画の概要～ -- P2～P5

●平成28年度 市・県民税申告のお知らせ ----- P6・P7

●まちの情報広場 ----- P8 ●市民協働のまちづくり ----- P9

●City View ----- P10～P11 ●もっと知りたい!ひがしまつしま ---- P12～P13

●知っ得情報 ----- P14～P17 ●ヘルシーインフォメーション ----- P18

●戸籍のまどほか ----- P19 ●市民のカレンダー ----- P20



東松島市キャラクター イート&イーナ
(右) (左)

自主防災組織の取り組み・活動



東松島市自主防災組織連絡協議会会長
こんの かつひこ
今野勝彦さん(68)

全国でさまざまな災害が多発する中、住民同士で支え合う共助の取り組みが重要になります。その中心を担うのが自主防災組織です。東松島市でも「自分たちの力で自分たちの地域を守ろう」と住民の皆さんが主体となり、日頃から災害に備えたさまざまな取り組みを実践しています。市自主防災組織連絡協議会の会長を務める今野勝彦さんに、自主防災組織の主な取り組みや今後の活動の展望などを聞きました。

住民同士は支え合う共助の要

Q 自主防災組織はどんな役割を担っているのですか。

A 普段は防災講座などを通して、地域の皆さんに対する防災知識の普及・啓発活動を展開しています。災害時には被害を最小限に食い止めるため、住民の避難誘導や救出救護、情報の収集伝達や避難所運営などを行います。東日本大震災で得た教訓を活かしながら地域防災を進めています。

Q 震災の教訓を活かして、新たに整備したものはありますか。

A 組織では、市と連携しながら市内82の自主防災組織に1つずつ防災備蓄倉庫を設置しました。倉庫内には、災害時に必要になる各種備品が収められています。



ます。それらの中には、自治宝くじ・コミュニティ助成事業の助成金を活用して購入した発電機や投光器、車いすなどもあります。昨年は市の補助金を活用してトランシーバーと写真機を導入しました。

Q トランシーバーはどのような場面で活用するのですか。

A 有事の際、円滑な避難活動を行うためには地域間の情報交換が不可欠です。トランシーバーは各自自防

災会に配布したので、綿密な連絡を取り合うことが可能となりました。「命を守るための無線」とも言えるかもしれません。実際にこのトランシーバーは、昨年9月に発生した豪雨災害の時に大変役に立ちました。



▲地域と学校が協力して行った防災訓練の様子。車いすの避難者役の住民をサポートする児童(昨年6月14日、大曲小学校)

Q ソフト面ではどのような取り組みに力を入れるようになりましたか。

A まず一番は、「防災訓練」を地域と学校が連携して行うようになったことが大きいと思います。おとしは「子どもたちが学校にいる時間」、昨年は「休日でも子どもたちが家にいる時間」をそれぞれ想定して訓練を行いました。

災害はいつ発生するか分からないものです。地域と学校が日頃から連携を取り合っていれば、有事の際にもスムーズな防災活動が行えるはずです。協働で実施したこの訓練は、子どもたちも一緒に防災を考える機会にもなったので、とても有意義なものだったと思います。

Q 地域防災の今後の課題は何ですか。

A どの地域でも高齢化が進んでおり、状況が厳しくなってきたのも事実です。しかし、だからこそ一人一人が積極的に地域防災に励まなければいけないと考えます。特にこれからの防災には女性の力が不可欠です。避難所運営に関しても、女性ならではの目線から、きめ細かな部分まで気付けるでしょう。女性の活躍が、今後の自主防災の活動における鍵を握っているといっても過言ではないかもしれません。

Q 地域の皆さんに伝えたいことはありますか。

A 防災に限らず、ボランティアでも構わないので、まずは積極的に地域活動に参加していただきたいなと思います。自主防災の活動においては日頃のコミュニティの強さが力を発揮します。住民同士がお互いのことを知らなければ、効率の良い防災活動を行うことはできません。普段からコミュニケーションを取っていれば、隣近所にいる災害弱者なども助けやすくなるでしょう。そのためには、まずは地域に積極的に溶け込んでほしいと思います。

自主防災組織の活動内容

東松島市自主防災組織連絡協議会は、8地域82の自主防災会で組織しています。主に、住民同士の自主防災活動の活性化や防災対策の推進に向けた活動を展開しています。

平時は防災に関する啓発活動・訓練などを行い、市民の皆さんの自助共助の意識向上、地域で助け合う精神などを育てています。また有事の際には避難所の運営や市民の見守り活動、炊き出しなどを行い、地域の防災リーダーとして活動に取り組んでいます。

■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1168

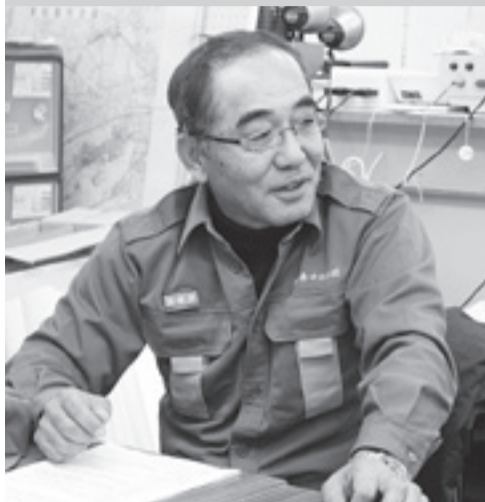


▲災害用マンホールトイレの使い方を学ぶ子どもたち(昨年6月14日、小野地区体育館前)

消防団の活動報告

東松島市
消防団

市民の安心安全と 愛する地域のため活動する575人



東松島市消防団 団長
浅野勝則さん(59)

消防団は消防防災のリーダーとして、平常・非常時を問わず地域に密着し、住民の安全・安心を守るという重要な役割を担った、非常勤特別職の地方公務員です。東松島市では現在575人が各自の仕事のかたわら、団員活動に精を出しており、市民の皆さんの命と財産を守っています。

東松島市消防団の団長を務める浅野勝則さんに団の取り組みや今後の地域防災への思いなどをうかがいました。

住まい再建で新編成も検討 団員同士固いスクラム

Q 団ではどのような活動を行っているのでしょうか。

A 消防団員は「自分たちのまちを自分たちで守る」という思いのもと、火災時の消火活動や災害時の救急救助などを展開しています。また平時でも広報車で防災を呼びかけたりと、市民の皆さんの命と財産を守るための活動を行っています。

Q 団員はどんな人がなれるのですか。

A 東松島市に住んでいる、もしくは働いている18〜64歳の人なら誰でも団員になることができます。かつては市内で650人以上の団員が活動をしていましたが、震災の影響で現在は575人まで減少していました。

そのため、市ではより多くの皆さんに団員活動に参加してもらおうと、今年度から機能別消防団員制度を導入しました。この制度を利用しては現在45人おり、広がりを見せています。

Q 地域防災に関して今後どのような取り組みに力を入れる考えですか。

A やはり一番のモットーは「市民の命と財産を守る」とです。皆さんが安全・安心に暮らせるまちになるよう、普段から広報活動や訓練などに精一杯取り組んでいきたいです。

また消防団活動を円滑に進めるためには団員同士はもちろん、地域間の連絡調整などチームワークが重要になります。震災復興に伴い、市内では新たな防災集団移転地も徐々にできてきました。今後はこうした地域でも団員編成などを考えていかなければいけないでしょう。

幸い、昨年は大きな火災などはありませんでした。今年も皆さんが平穏な市民生活を送れるよう、団員丸となつて頑張っていきます。

消防団とは ～市民の安心安全を守り、 地域防災を支える～

消防団の特徴

- 1 地域密着性…消防団員は管轄区域に居住または勤務している、身近な存在です。
- 2 要員動員力…動員人数の多い消防団は、消防の専門家である消防職員と連携して、市内各地どこでも駆けつけることができます。
- 3 即時対応力…教育訓練などを受講し、知識および技術を習得。災害対応を的確に行えます。

消防団の活動内容

火災時の消火活動や地域を巡回しての防火の呼びかけ、出初式での一斉放水などのイメージがある消防団ですが、花火大会やどんと祭などの火気を使用する場合には警戒活動を行うほか、災害発生時には、避難施設への誘導などの後方支援なども行います。

また、万が一に備えて、宮城県消防学校にて教育訓練を受講し、毎年8月には消防演習を行い、日頃の訓練の成果を披露しています。

※それ以外にもさまざまな訓練や行事・活動を行っています。

消防団員募集

自分たちのまちを自分たちで守るため、消防団員になりませんか。下記の条件を満たす方であれば、どなたでも入団できます。

●入団資格

東松島市に在住または在勤する18歳以上65歳未満の方

機能別消防団員募集中

東松島市では、より多くの皆さんに消防団に参加していただくために平成27年4月から機能別消防団員制度を始めました。

機能別消防団員とは、地域の皆さんのそれぞれの資格や経験、特技などを活かして消防団活動を行う団員のことです。活動は仕事や家族の都合などの許す範囲で構いません。地域を愛する皆さんの入団を心よりお待ちしております。

機能別消防団員の種類と活動内容

●機能別消防団員の種類と活動内容

- ①退職退団団員
定年退職した消防職員や消防団員の退団者が入団し、長年培った知識と経験を活かして活動していただきます。活動内容は通常の消防団員と同じです。
- ②勤務地団員
1つの事業所を1つのチームとして考え、事業所の皆さんで入団し、活動していただきます。活動内容は通常の消防団員と同じです。
- ③情報団員
配達車など機動力を有し、地域を熟知している事業所や個人、アマチュア無線家の方々などに入団いただき、災害時の情報収集と伝達などの活動を行っていただきます。
- ④予防広報救護団員
防火予防広報や救命講習の実施、消防関係の諸行事や市主催のイベントなどで消防団をPRする活動をしていただき、災害時には救護活動などにあたっていただきます。
- ⑤ラッパ隊団員
ラッパ演奏を通じて団員に号令、命令を伝達し、規律の保持と士気の高揚を図るラッパ隊の活動に参加していただきます。

●定員(全種類の合計人数) 50人

●入団資格

東松島市に在住または勤務する18歳以上75歳未満の人で、団員もしくは消防職員の経験がある人。または機能別消防団員としての必要な知識経験を持つ人。性別は問わない。

※定年は75歳に達した年度末になる

■問 防災課消防安全班 ☎内線1166

万が一に備えて避難先を確認しましょう

▶広域避難計画に基づいて市自主防災組織連絡協議会の役員の方々が美里町内での訓練に臨みました(昨年10月30日)



平成24年9月、国の防災基本計画において、原子力発電所から半径30キロ圏内の地方公共団体は広域避難計画を策定することとされました。これに伴い東松島市でも、地域住民の皆さんが安全かつ円滑に避難活動が行えるよう「原子力災害時における広域避難計画」を策定しました。

原子力災害とは、原子力施設などの事故によって引き起こされる災害のことを指します。放射性物質が放出され、被ばくしたりと周囲に甚大な影響を及ぼす可能性があります。放射性物質は目に見えず、臭いも感じられないため、どのように行動すればよいか判断が困難になることが想定されます。

ここでは策定した広域避難計画の内容に基づき、万が一、原子力災害が発生した場合の屋内退避の方法や、市民の皆さんの避難先などをお知らせします。

●避難が必要な対象区域はどのよう?

国の原子力規制委員会が定める「原子力災害対策指針」では、原子力発電所から半径5キロ圏内の区域を「予防的防護措置を準備する区域(PAZ)」、半径30キロ圏内の区域は「緊急時防護措置を準備する区域(UPZ)」として定めています。

東松島市内でPAZに指定されている区域はありませんが、一方のUPZは市域の3分の2が対象、また35キロ圏内で見ると市域全体が含まれることになり、市ではこれを踏まえ、原子力発電所で重大事故が発生した場合、UPZ内外に問わず住民の皆さん全員に、状況に応じて屋内退避または他地域への避難をしていただくことと決めました。

●避難先

避難先には仙台市をはじめ

とした県内3市2町に加え、災害相互援助協定を結ぶ山形県東根市も視野に入れていきます。避難先は市民センター設置の地域ごととなり、仙台市太白区(矢本東、大塩)、同泉区(矢本西、大曲)、名取市・亶理町(小野・野蒜)、岩沼市(赤井)、山元町(宮戸)となります。受け入れ人数などは表1のとおりです。

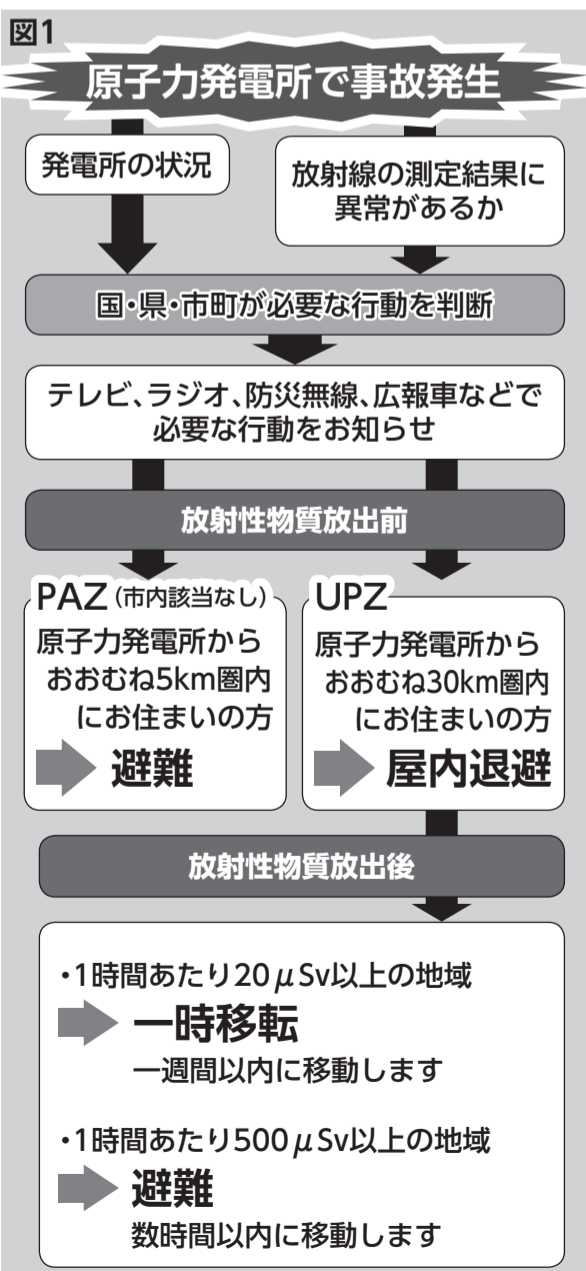
●もし重大事故が発生したら...

では万が一、原子力発電所で重大事故が発生したらどうすればいいのでしょうか。

まず事故が発生したからといって必ずしも放射性物質が放出されるわけではありませんので、市から発表される正しい情報や指示に従いながら「屋内退避」を行うことが重要です。

市では国や県と情報を交換しながら、地域の皆さんに屋内退避が必要か否かを迅速にお知らせします。周知方法は、テレビ

びやラジオ、市の防災無線やインターネット、広報車などでお伝えします。事故後の大まかな流れは、図1のとおりです。



<広域避難計画データ引用。基準日 平成27年7月1日>

避難地域	世帯数	人口	避難者合計人数	避難先自治体名	受入可能人数
矢本東	3,527世帯	8,722人	12,236人	仙台市太白区	14,115人
大塩	1,217世帯	3,514人			
矢本西	2,402世帯	6,149人	11,964人	仙台市泉区	15,388人
大曲	2,241世帯	5,815人			
小野	1,979世帯	5,636人	5,636人	名取市 亶理町	5,210人 2,902人 ※計8,112人
野蒜	642世帯	1,875人	1,875人		
赤井	2,985世帯	7,812人	7,812人	岩沼市	9,572人
宮戸	204世帯	602人	602人	山元町	1,054人
計	15,197世帯	40,125人	40,125人	計	43,420人

※名取市と亶理町で小野地域および野蒜地域の住民を収容するため合算

原子力災害時における広域避難計画の概要

安全で円滑な避難行動に向けて

●屋内退避とは

屋内退避とは、原子力災害時に、放射線被ばくや放射性物質の吸入を低減するために、自宅や公共施設などの建物に退避することをいいます。

ドアや窓を閉めるなど放射性物質が室内に入ってくることを防げば、被ばく量を少なくすることができま。

屋内退避時の主なポイントは左記の5点です。

- ドアや窓は閉めきりましょう
- 換気扇などを止めましょう
- 外から帰ってきた人は顔や手を洗い・うがいをしてください
- 食品にはラップやフタをしてください
- テレビやラジオ、防災行政無線などによる広報の情報に注意してください

市民の皆さんの避難方法は、表2のとおりです。

●もし放射性物質が放出されたら…

放射性物質が放出された場

合、空間放射線量率の値により

市が避難を指示します。1時間あたり20マイクロシーベルト以上が観測された地域は二時移転(1週間以内に避難先に移動)、500マイクロシーベルト以上の地域は「避難(数時間以内に避難先に移動)」となります。移動手段は原則として各家々の自家用車となりますが、車を持っていない人など自力避難が困難な方々のために、市では関係機関と連携しながらバスなども用意します。

避難の途中、放射性物質の付着があるかを検査するために原発から約30キロ付近に設置される「退域検査ポイント」を経由する必要があります。その後、避難先の市町に設置する「避難所受付ステーション」へ移動し避難先の詳細などを聞き、避難所に移動することになります。

避難や一時移転の指示が出た場合の大まかな流れは図2のとおりです。

●今後の課題

今回策定した広域避難計画は、今後も国や県、各市町との検討や調整が必要な課題がまだ残

されているのが現状です。

例えば交通弱者や災害時避難行動要支援者の避難体制の整備、安定ヨウ素剤の配布・服用体制の整備など考えなければならぬ課題が残っています。市では関係機関との連絡調整を密にし、計画の実効性を高めていきます。

●計画の詳しい内容を もっと知りたいのですが…

市ではホームページ上で、「原子力災害時における広域避難計画」の詳細をまとめたものを、PDFファイルで公開しています。昨年10月には地域ごとの説明会なども実施しました。

また市防災課では、この計画を分かりやすくまとめたA3サイズの概要版を製作し、27年度内には全世帯へ配布したいと考えています。不明な点に関しては市防災課危機対策班までお問い合わせください。

市民の避難方法

表2

①自宅または職場にいる一般市民の場合

・「屋内退避」が発令された場合は、基本的に自宅や各職場での待機となります。「一時移転指示」もしくは「避難指示」が発令された場合は、原則的には自家用車、車をお持ちでない方々は各地区の一時集合場所からバスなどの車両に乗り避難をしていただきます。

②学校などの教育機関にいる児童生徒、園児たちの場合

・各学校の教職員たちが「学校防災マニュアル」に基づいて子どもたちを誘導します。子どもたちが学校内にいる時に事故が発生した場合、まずは校舎に「屋内退避」します。また避難準備に関する情報が放出された場合は、原則として子どもたちを保護者に引き渡し、保護者と一緒に避難をしていただきます。

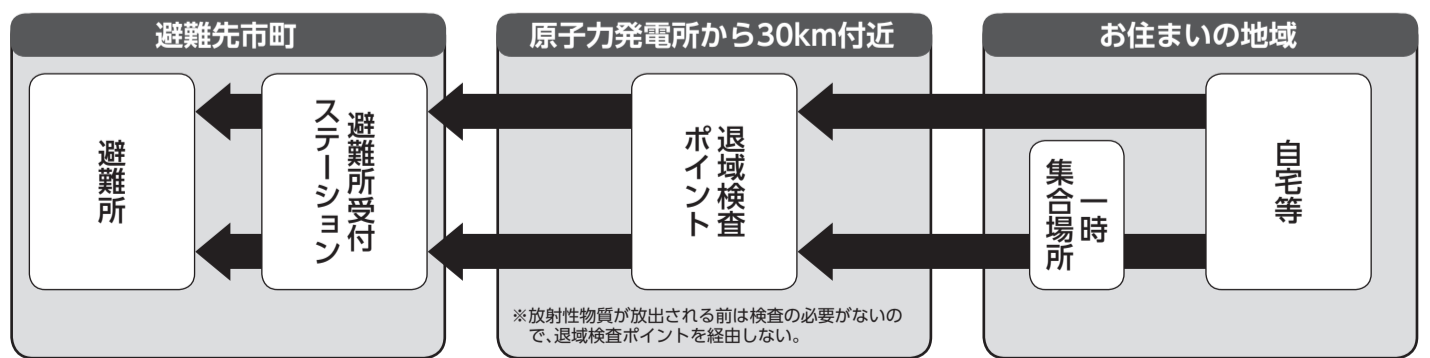
③社会福祉施設の入所者の場合

・職員指示のもと、まずは各施設に「屋内退避」します。帰宅が可能な入所者の方々には避難準備に関する情報が放出された段階で帰宅していただきます。「一時移転」および「避難」の手段は一般市民の皆さんと同様となります。避難施設は、各施設があらかじめ定めている受け入れ先の社会福祉施設となります。受入先の調整に時間がかかりそうな場合は、一時的に一般の避難所に避難していただき、その後、受入先に移動していただきます。

④病院などの入院患者の場合

・医師や看護師、職員らの指示・引率のもと、「屋内退避」を行います。「一時移転」および「避難」の手段は一般市民の皆さんと同様となりますが、患者の状態に応じ、福祉車両や救急車、ヘリコプターなどの輸送手段を適切に組み合わせた避難手段をとります。もし患者の健康リスクが高まる場合は、避難より屋内退避を優先する場合があります。避難先は県が国の協力のもと、関係機関と連携し、転院先となる医療機関を調整します。受入先の調整に時間がかかりそうな場合は、一時的に一般の避難所に避難していただき、その後、受入先に移動していただきます。

図2

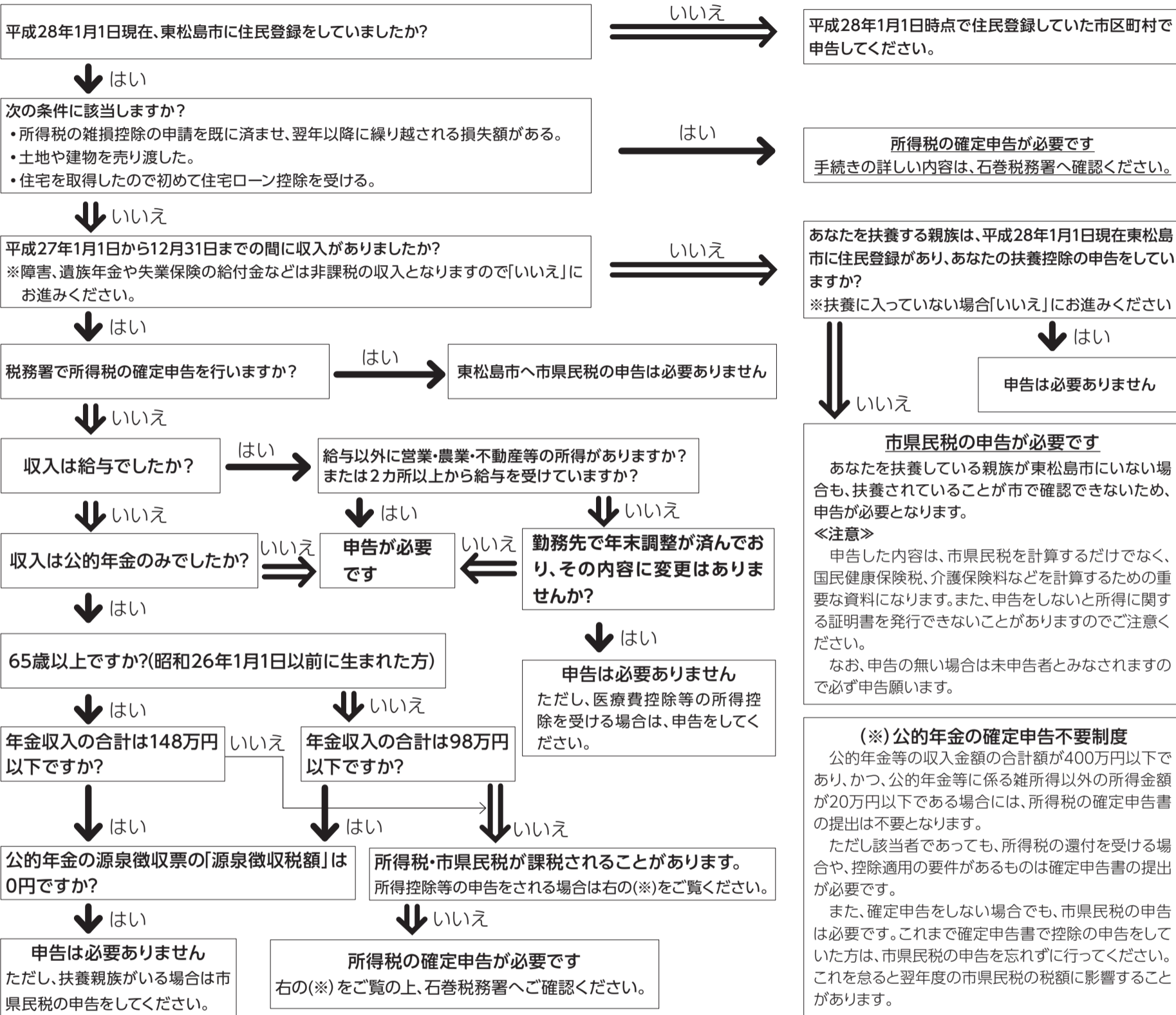


平成28年度 市県民税申告のお知らせ

申告受付は2月8日(月)から3月15日(火)まで

“私は申告が必要ですか?” 申告確認フローチャート

下の図を参考に申告が必要と思われる方は、期限内に忘れずに申告をお願いします。



平成28年1月1日時点で住民登録していた市区町村で申告してください。

所得税の確定申告が必要です
手続きの詳細内容は、石巻税務署へ確認ください。

あなたを扶養する親族は、平成28年1月1日現在東松島市に住民登録があり、あなたの扶養控除の申告をしていますか?
※扶養に入っていない場合「いいえ」にお進みください

はい
申告は必要ありません

市県民税の申告が必要です
あなたを扶養している親族が東松島市にいない場合も、扶養されていることが市で確認できないため、申告が必要となります。
《注意》
申告した内容は、市県民税を計算するだけでなく、国民健康保険税、介護保険料などを計算するための重要な資料になります。また、申告をしないと所得に関する証明書を発行できないことがありますのでご注意ください。
なお、申告の無い場合は未申告者とみなされますので必ず申告願います。

(※) 公的年金の確定申告不要制度
公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下であり、かつ、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下である場合には、所得税の確定申告書の提出は不要となります。
ただし該当者であっても、所得税の還付を受ける場合や、控除適用の要件があるものは確定申告書の提出が必要です。
また、確定申告をしない場合でも、市県民税の申告は必要です。これまで確定申告書で控除の申告をしていた方は、市県民税の申告を忘れずに行ってください。これを怠ると翌年度の市県民税の税額に影響することがあります。

所得税及び復興特別所得税の還付申告はお早めに

次に当てはまる方などで、源泉徴収された税金等が納め過ぎになっている場合には、税務署に対し還付を受けるための申告(還付申告)をすることにより税金が還付されます。

- 【例】
- ①前年で引ききれなかった東日本大震災による雑損控除の繰り越しをしている方
【必要書類】源泉徴収票、前年分の確定申告書等の控えまたは更正の通知書など
 - ②多額の医療費を支払った方
【必要書類】源泉徴収票、医療費の領収書など
 - ③マイホームを住宅ローンなどで取得した方
【必要書類】源泉徴収票、家屋および敷地等の請負(売買)契約書の写し、住民票の写し、家屋および敷地等の登記事項証明書、住宅取得資金に係る借入金の年末残高証明書など
 - ④年の途中で退職した後、再就職をしなかった方
【必要書類】源泉徴収票など

※なお、給与所得者で確定申告の必要がない方が還付申告をする場合は、その他の各種の所得(退職所得を除く)も申告が必要です。

■問 石巻税務署 ☎0225-22-4151

■申告Q&A

Q. 所得税及び復興特別所得税の還付申告はいつからできるの?

A. 還付申告については、税務署において平成28年2月8日以前(平成28年1月4日～)でも行えます(税務署の閉庁日(土・日曜・祝日)は、税務署では相談および申告書の受付は行っていません)。

Q. 数カ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. アルバイト先から年末調整後の源泉徴収票をいただいたのであれば、申告の必要はありませんが、そうでなければ収入の多少に関わらず、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、市・県民税申告になります。

市県民税申告受付日程表 (自治会・行政区等別会場割当表)

受付月日	曜日	会場	午 前		午 後	
			受付時間(9時～11時) ※各申告会場の開場時間は8時30分です。 ※受付可能人数(100人程度)を超えた場合は受付締切時間を早めることがありますのでご了承ください。 なお、午前に割当された行政区の方で、午前に受付できなかった場合は当日の午後など他の日程で申告してください。		受付時間(13時～15時) ※午後の受付札の配布は、11時を目安に配布します。	
2月	8日	月	大塩市民センター	塩入、裏沢	小分木、大島、中	
	9日	火		表	<移動のため受付休止>	
	10日	水	鳴瀬保健相談センター (鳴瀬総合支所)3階 会議室 ※昨年までと会場を変更していますので、ご注意ください。	往還上	往還下、平岡	
	12日	金		小野上	小野下	
	15日	月		高松、根古、新田、浅井	川下、上下堤	
	16日	火		西福田上、西福田下、肘曲	<移動のため受付休止>	
	17日	水	赤井市民センター	新川前、南新一	南一、南二、南新二、八幡	
	18日	木		南緑、南三、南四	南五、南六、柳西、柳上、柳下	
	19日	金		柳北、裏、横関	照井、御下、六槍、寺、中東	
	22日	月	関の内地区センター (関の内学習等供用施設)	横沼(横沼東、横沼西)	横沼(横沼一、横沼二)	
	23日	火		関の内一、関の内二、関の内三	<移動のため受付休止>	
	24日	水	野蒜市民センター	新町、亀岡	東名	
	25日	木		大塚、中下	<移動のため受付休止>	
	26日	金	宮戸市民センター	里北、里南	月浜、大浜、室浜	
3月	1日	火	東松島市役所 2階 202会議室	上小松、沢田、手招	前里、下小松、前柳	
	2日	水		鹿妻一、鹿妻二	道地、谷地、立沼	
	3日	木		小松台、北区官舎、駅前	下町一、下町二	
	4日	金		下町三	下町四、下町五	
	7日	月		東大溜	大溜、若葉	
	8日	火		上河戸三、あおい一	上河戸二、上河戸四	
	9日	水		上河戸一、あおい二、あおい三	四反走、西新町	
	10日	木		上町一、上町二、上町三	小松南、河戸、下浦	
	11日	金		作田浦	大曲(貝殻塚一、貝殻塚二)、南浦宿舎	
	14日	月		上納、五味倉	大曲(貝田、筒場)	
	15日	火		行政区割当日に申告できない方		

※注意点…来場前に必ずご確認ください。

- 収支内訳書(事業所得や不動産所得がある方)の作成や、医療費控除の計算は来場前に行ってください。作成・計算をしていない方は、来場後別スペースにて作成、計算後に申告受付となるため、長時間お待たせする場合があります。皆さんの待ち時間短縮にご協力ください。
- 上記日程表にある最寄りの申告会場で申告してください。ただし、該当地区の日程で都合が悪い場合、日程表にある他の日程でも申告可能です。
- 夜間および土・日曜、祝日の申告受付は行っていません。
- 上記日程表以外の会場では申告受付は行っていません(税務課窓口や上記日程以外の日の鳴瀬総合支所での申告受付はできません)。
- 震災による雑損控除の申告などにより、2～3時間の待ち時間が予想されますので、あらかじめご了承ください。
- 申告会場に本人以外が来場する場合は、申告する内容を十分把握したうえで来場してください。

■ 申告の際にお持ちいただくもの ■

■事業所得(営業等・農業)、不動産所得があった方・収入や経費などがわかる各帳簿・領収書および事前に作成した収支内訳書

※例年、申告会場へ領収書だけを持参し、申告受付時に収支内訳書を作成する方がいますが、必ず事前に作成して来場してください。作成していない方は、会場別スペースにて作成していただいた後の申告受付になります。

※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。

■給与所得、年金所得のあった方

・平成27年分の源泉徴収票

■次の領収書および証明書(平成27年中に支払ったもの)

・生命保険料、個人年金保険料、地震保険料の支払い証明書
・国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、国民年金保険料、介護保険料、その他社会保険料の領収書または証明書

■医療費控除を受ける方

・医療費の領収書および保険等で補てんされた金額の明細書

※例年、申告会場へ医療費の領収書だけ持参し、申告受付時に計算する方がいますが、事前に集計して来場してください。集計していない方は、会場別スペースにて集計していただいた後の申告受付になります。

■障害者控除を受ける方

・障害者手帳または市で交付している「障害者控除対象者認定書」

■その他お持ちいただくもの

・印鑑(認印可、ゴム印・スタンプ印は不可)
・還付申告の方は、通帳などの口座番号がわかるもの
・翌年以降に繰り越される損失額がある場合は、繰り越した額がわかる申告書の控え

例年、申告会場が混雑し、市民の皆さんには大変ご迷惑をおかけしています。昨年に引き続き、震災関連の相談が増えることが予想され、それに伴い、一人あたりの相談時間が長くなり通常よりお待ちいただくこととなりますので、期日には余裕をもって申告されるようご協力ください。

■ 税務職員を装った者からの不審な電話にご注意ください

国税局や税務署の職員を名乗る者からアンケートや年金受給調査と称して、年齢や家族構成、年金の受給状況、預金残高、口座情報などの個人情報聞き出そうとする事例が多発しています。

不審な電話があった場合には、即答を避け、①相手の所属部署、②氏名、③電話番号を確認した上で一旦電話を切り、最寄りの税務署に問い合わせください。

■問 石巻税務署総務課 ☎0225-22-4151

※自動音声案内に伴い「2」番を選択。

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)

東松島型地域住宅 つながるYeah(家)からのお知らせ

～和紙でつくる!オリジナルウィンドウデコレーション製作ワークショップ開催～

- 日時 1月24日(日)10時30分～12時、13時30分～15時の2回
- 場所 東矢本駅前のモデル住宅(住所:東松島市矢本字下浦196-1)
- 対象 地域住民の皆さん(4歳以上から)
- 内容 地域の職人さんと一緒につくった和紙で、窓を飾るペーパーアイテムをつくってみませんか。好きな色を塗って、パーツを自由に組み合わせてつくる世界にひとつだけのオリジナルウィンドウデコレーション。みんなで工芸の世界に触れてみましょう。
- 問・申込先 モデル住宅内相談窓口(水曜日定休) ☎98-8308
(閉館時は)復興政策課リーディングプロジェクト推進班 ☎内線1242・1243
※日本建築家協会東北支部宮城地域会の協力により、建築のプロフェッショナルへの相談会を毎週土曜日(年末年始を除く、11時～15時)に開催しています。気軽にお越しください。

東松島地域活性化施設「Harappa(はらっぱ)」の生産者向け説明会を行います



一般社団法人東松島みらいとし機構(愛称:HOPE)の会員であるパシフィックコンサルタンツ(株)は、東松島地域活性化施設「Harappa(はらっぱ)」を矢本地区(矢本北浦:国道45号沿い)に平成28年3月末～4月頃オープンすることになりました。「Harappa(はらっぱ)」は、市内を中心とした農水産物や加工品の直売所と、地元食材を使用したベーカリー、地域の方々が集い、コミュニケーションを図ることができる施設で、現在建設中です。この度、オープンに向け直売所に商品を出品する生産者の方などを対象とした説明会を開催します。出品を希望する方、また検討している方は、ぜひご参加ください。

- 日時 1月15日(金)18時30分～ ※受付開始18時～。
- 場所 市コミュニティセンター2階会議室
- 内容 施設概要、出荷規約や契約に関すること、オープンまでのスケジュール
- 対象 農水産物や加工品をつくっている方
- 問
パシフィックコンサルタンツ(株)東松島事務所 ☎24-6740(平日9時～17時)
一般社団法人東松島みらいとし機構(HOPE) ☎98-7311

石巻地区広域消防音楽隊発足35周年記念演奏会の開催

石巻地区広域消防本部では、音楽隊発足から35周年を記念し、陸上自衛隊東北方面音楽隊との合同演奏会を開催します。

- 日時 3月13日(日)10時30分、14時30分 ※午前・午後の2回公演。
- 場所 遊楽館かなんホール(住所:石巻市北村字前山15-1)
- 定員 各公演400人 ※応募多数の場合は抽選。
- 申し込み 往復はがきに郵便番号、住所、氏名、電話番号、希望公演(午前または午後)、人数(最大2人まで)を記入のうえ、2月12日(金)までに下記へ申し込みください ※当日郵送必着。
- 問 石巻地区広域行政事務組合消防本部総務課総務係
☎0225-95-7111 〒986-0805 石巻市大橋一丁目1-1

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	12月11日	12月12日	12月13日	12月14日	12月15日	12月16日
測定値(単位:μSv/h)	0.036	0.031	0.032	0.032	0.032	0.031

※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1155

マイナンバー(個人番号)制度のお知らせ

●暗証番号の設定

マイナンバーカードは大切な情報ですので、複数の暗証番号で管理しています。マイナンバーカードを受け取る際、下表の暗証番号を設定していただきますので、お越しになる前にあらかじめ考えておいてください。

注意:暗証番号は臨時窓口で設定していただきます。

暗証番号の入力方法	
・署名用電子証明書	英数字6文字以上16文字以下で設定できます。英字は大文字のAからZまで、数字は0から9までが利用でき、いずれも1つ以上が必要です。
・利用者証明用電子証明書 ・住民基本台帳・券面事項入力補助用	数字4桁。 (同じ暗証番号を設定することもできます)

●マイナンバーカードを申請した方の受け取り

マイナンバーカードの申請を直接郵送で申請した方の交付手続きは、1月以降、交付の準備が完了した方から順番に、交付通知書(はがき)を自宅に郵送します。届いた方は下記の書類をお持ちいただき、マイナンバーカード受付窓口(市役所本庁舎1階第1休養室)までお越しください。

※市役所本庁舎臨時窓口で申請された方(申請時来庁方式で申請された)は、本人限定受け取り郵便でマイナンバーカードを送付します。

■必要なもの 交付通知書(はがき)、通知カード、住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)、本人確認書類(下記を参照ください)

本人確認書類
(A)次の中からいずれか1点 住基カード(顔写真入り)、運転免許証、運転経歴証明書(交付年月日が平成24年4月1日以降発行のものに限る)、旅券、身体障害者手帳など、在留カード、特別永住者証など
(B)次の中からいずれか2点 健康保険証、介護保険証、各種年金証書、生活保護受給者証等、学生証・社員証(学生証、社員証は氏名、生年月日の記載があるものに限ります)など

●代理人によるマイナンバーカードの受け取り

マイナンバーカードの交付の際は、原則本人にお越しいただく必要があります。ただし、本人が病気や身体の障害等の理由により交付場所に来所できない場合に限り、代理人にマイナンバーカードの交付を委任することができます。※仕事(業務)多忙を理由に委任することは認められていません。代理人がマイナンバーカードの交付を受ける場合は、上記の必要なものに加えて以下の書類をお持ちください。

- 代理人の本人確認書類
※【本人確認書類】の表にある【A】の書類2点、または【A】・【B】の書類各1点ずつ。
- 申請した方が窓口に取りに来る事ができない場合には、その旨を証明する書類(医師の診断書、身体障害者手帳等)
- 代理権の確認書類
(1)法定代理人の場合…戸籍謄本、そのほか資格を証明する書類
※本籍地が東松島市の方、または15歳未満の方で代理人と同一世帯かつ親子関係にある場合は不要。
(2)任意代理人の場合…委任状
※交付通知書(はがき)の委任状欄に申請された方が署名してください。
- その他 任意代理人に委任される場合で、署名用電子証明書および利用者証明用電子証明書の交付を受ける場合は、必ず交付通知書(はがき)に暗証番号を記入してください。

●マイナンバーカード受付窓口

市では、マイナンバーカード交付業務等を行うため、臨時窓口を設置しています。

- 開設期間 3月31日(木)まで
- 業務時間 9時～12時、13時～16時 ※土・日曜、祝日を除く。
- 場所 市役所本庁舎1階第1休養室
※個人情報である特定個人情報(マイナンバーを含む)を厳格に管理するため、本庁舎に限り開設します。

■マイナンバーカードに関する問 市民課窓口サービス班

☎内線1122・1411

ともに復興へ

みんなが主役の

市民協働のまちづくり③①

問 市民協働課協働推進班 内線1281



みんなの顔が見えるまちを目指して⑦ ～野蒜地域～



ふるさとへの新しいまちづくりに向けて、小中学生からも積極的に意見を述べていました。



野蒜地域は東日本大震災の津波で甚大な被害を受け、住民の半数以上の方々が地区外への転居を余儀なくされました。今年5月には野蒜北部丘陵の高台の防災集団移転団地の整備が完了する予定ですが、震災前の活気あふれる野蒜地域を取り戻すためには、住民同士のコミュニティ活動が大切になってきます。

こうした中、野蒜地域では、まちづくり協議会が中心となって、新しい「野蒜まちづくり計画」の作成に奔走しています。計画作成のスローガンは「野蒜の明日を語ろう・創ろう・描こう」です。地域住民を広く巻き込む形で進めており、懇談会やワークショップなどを通じて各地区の意向や現状、取り巻く環境などの吸い上げを行うなど、まちづくりの課題や地域の将来像などを描いています。

このうち昨年11月8日(日)には「野蒜のまちづくりの夢とその実現に向けて」というテーマでワークショップを実施しました。地域の皆さん約20人が出席し、3つの班に分かれて活発な意見交換を行いました。各班からは「幅広い年代で参加できる催しが、地域に活気を呼び込むのではないかな」や「地域を花いっぱいにしてたくさんの方が集える場を作る」、「ツリーハウスを活用してはどうか」などの意見が出されました。参加者の中には、小・中学生の姿もあり、皆が将来のふるさとについて真剣に考えていました。

まちづくり計画は本年度中にも完成する見通しです。よりよいまちづくりの実現に向けて何よりも大切なのは、地域の皆さんが一体となって歩みを進めることです。その上で地域と行政が手を携えて、協働で励んでいきます。

野蒜市民センター ■問 88-2056

のびる地区民まつり 多彩な催しに活気



「平成27年度ののびる地区民まつり」が昨年10月4日(日)に野蒜市民センター周辺で開かれました。野蒜小学校児童の復興太鼓や、鳴瀬未来中学校生徒のエジプトダンスなどのステージイベントのほか、飲食ブースや展示などのさまざまな催しで会場は活気にあふれました。

また10月3日(土)には前夜祭も行われ、交流カラオケ大会が盛り上がりを見せていました。

野蒜地区民スポーツ交流大会 健康増進と親睦を図る



運動を通して地域住民の健康の維持増進と親睦を図る「野蒜地区民スポーツ交流大会」が10月31日(土)、野蒜地区運動場で開かれました。この日は、地域から約60人の皆さんが参加し、グラウンドゴルフとペタンクの2種目に汗を流しました。

冷たい秋風が吹く中での競技でしたが、参加者の皆さんは寒さも吹き飛ばすような熱い試合を展開し、楽しみながら交流を深めていました。

小野地域まちづくり協議会主催講演会「人生を前向きに」

- 日時 2月7日(日)10時～11時
- 場所 小野市民センター2F講義室 ※入場無料。
- 講師 道の駅「上品の郷」駅長 太田実氏
- 問 小野市民センター ☎・FAX 87-2067
E mail : shimincenter-ono @ pony.ocn.ne.jp



第2回くらっば新春お楽しみ演芸会

- 日時 1月17日(日)10時30分～
- 場所 蔵しっくパーク(ひと・まち交流館)
- 出演者 落語 真打 3代目 桂 枝太郎 師匠(桂 歌丸の弟子)
東松島ふるさと復興大使のお笑い芸人 ニードル
- 入場料 1,000円(小学生以上) ※入場者には紅白あん餅をプレゼント。
※12月15日(火)から「ひと・まち交流館」にて販売しています。

あったかいホール

- 東松島すまいるひろば
- 日時 1月22日(金)10時～12時 ※参加無料。
- 主催 ベビースマイル

チャレンジショップ休業のお知らせ

- ※チャレンジショップは、12月から休業しています。また、1月以降は備品・ホールの貸出のみとなります。
- 1月以降の備品、ホールの貸出に関しては蔵しっくパークへ問い合わせください。
- 問 蔵しっくパーク ☎84-1770 FAX 84-1770



第29回オール赤井風あげ大会 開催 ～君の手づくり風で、赤井の空を彩ろう～

- 日時 2月7日(日)13時～
- 場所 赤井市民センター北側水田(受付:八幡神社向かい)
- 内容 小・中学校の部、一般・団体の部で実施
- 参加料 無料
- 問 オール赤井風あげ大会実行委員会 実行委員会事務局(赤井市民センター内) ☎82-2075



親子風づくり教室を開催します

仙台に伝わる子供風「するめてんばた」を親子で作ってみませんか。そして、「オール赤井風あげ大会」に出場してみましょ。

- 日時 1月23日(土)9時40分～
- 場所 赤井市民センター 多目的ホール
- 講師 仙台風の会
- 対象 未就学児、小学生、中学生の親子 ※小学5年生以上であれば、お子さんだけでも参加できます。
- 参加料 風1個 600円
- 持ち物 新聞紙・ハサミ・筆記用具 油性マジック・うわぐつ
- 申込期限 1月15日(金)まで、下記に申し込み
- 問 赤井市民センター ☎82-2075



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。>

みんなの笑顔弾ける クリスマスイベント



「ほっとふる」と「あいあい」
合同開催



子育て支援センター「ほっとふる」と「あいあい」の合同クリスマス会では、大曲童謡コーラスの皆さんによる楽しい歌や、クリスマスにちなんだブラックライトシアターなどが行われました。後半にはサンタクロースも登場し、子どもたちに手作り楽器をプレゼントしました(12月10日、矢本子育て支援センターほっとふる)



サンタクロースを
みつけた!

サンタを探せ

第5回「サンタをさがせ!」(東松島元気なまちづくり委員会主催)には、350人の子どもたちが参加して地元商店街の人たちや首都圏から訪れたボランティアの皆さんなどが扮した100人のサンタクロースとふれあいました。また、航空自衛隊松島基地隊員の「ブルーサンタ」や八鷹神輿會の「八鷹サンタ」、お笑いタレントのなすびさんによるスペシャルサンタも登場し、イベントを盛り上げてくれました(12月5日、矢本商店街など)



第48回東松島クロスカントリー大会には市内外から約800人のランナーが参加しました。小学生、高校・一般、ファミリーなどの種目に応じて、1.5キロから8キロまでのコースで健脚を競いました(11月29日、鷹来の森運動公園)

クロスカントリーで800人力走



手打ちそばにも挑戦

地元産の新そばに親しむ恒例の「上下堤そばまつり」が開かれ、訪れた多くの人たちが試食やそば打ち体験を通して楽しい時間を過ごしました。初めてそば打ちを体験した人たちは、最初は慣れない手つきでしたが、プロの指導を受けて食感のよい麺に仕上げていきました(12月6日、農村創作活動センター)

一夜だけのお楽しみ レトロな蔵Bar



夜の商店街を活気づけようと「一夜限りの蔵Bar」と銘打ったイベントが初めて開かれました。レトロな雰囲気の大広間では、家族や職場の仲間たちと訪れた人たちが笑顔でグラスを傾けていました。また、おでんやたこ焼きなどを提供する特設屋台もあり、来場者を楽しませました(12月5日、蔵しっくパーク)



子どもたちが守る地域の伝統

～毎年1月16日 鳥追い行事～

宮戸月浜地区の小正月行事「えんずのわり」は、200年以上続くとされる伝統行事で国指定重要無形民俗文化財にもなっています。毎年1月16日の朝に、集落の男子小中学生が地域の家々を訪問し、神木で地面を突きながら「鳥追い」の唱え言をして、家内安全や大漁、豊作を祈願します。その鳥追いに備えて身を清めるのが習わしとなっており、少年たちは1月11日から15日にかけて、地区内の五十鈴神社脇の岩屋にこもって共同生活を行います。

今年は小学2年生から中学3年生の5人が参加します。昨年11月22日には、共同生活の準備作業となる薪割りに汗を流しました。周辺の山から切り出した丸太をのこぎりや斧を使って、薪の大きさに切り分けていきました。鳴瀬未来中3年生の鈴木海斗さんは、小学2年生からえんずのわりに参加し、5年生からまとめ役の「大将」を務めている頼れるリーダーです。鈴木さんは「子どもたちだけで生活することは、この地域でしかできないことなので楽しいです。今年も地域の人たちに元気になってもらえるように頑張ります」と力強く話していました。



宮戸月浜のえんずのわり

▲大将の鈴木さん(中央)をリーダーに5人の子どもたちが地域に元気を届けます

▶岩屋での共同生活に向けて力を合わせて作業を進めました(11月22日)



北赤井地区大根狩り

「北赤井地区大根狩り」は、今年で13回目を迎えました。(北赤井地区野菜直売ロード連絡協議会主催)。今年の来場者数は雨天にも関わらず1,000人を超え、大盛況でした。畑いっぱいの大根も開始からわずか2時間で収穫され、会場には笑顔があふれていました。(11月15日、赤井字星場地区のほ場)



地域は生涯学習の教室 協働教育講演会

東松島市協働教育講演会では、赤井地区の小学生から高校生までのグループ「あかいつこカンパニー」の活動を支える宮城大学事業構想学部事業計画学科助教の鈴木孝男さんが「次世代育成による持続可能な地域づくり」と題して語りました。鈴木さんは、子どもたちが実践した現状把握(気づき)、話し合い、行動、成果のサイクルは地域社会でも活用でき、これを繰り返すことで地域活動への参加意欲を高めることを強調しました(12月3日、市コミュニティセンター)



20年の節目に美声を響かす

女性合唱団「シュテルネンコールやもと」の20周年を記念したコンサートが開かれました。矢本東小学校のママさんコーラスを母体に20年間活動した後、独立して現在の名称となり、さらに20年が経ちました。コンサートは東松島市のテーマソング「輝くわが東松島」で幕を開け、その後数々の曲に乗せて美しいハーモニーを届けました(11月29日、市コミュニティセンター)

高校生たちの思い高らかに

県内の高校生たちが、自分の体験や日頃考えていることなどを掘り下げて主張する「第2回宮城県高等学校弁論大会」(県高等学校文化連盟弁論専門部主催)が開かれ、東松島市からは平塚美紅さん(東松島高校2年)＝写真＝が出場しました。平塚さんは「私の声」と題して堂々と発表していました(12月9日、市コミュニティセンター)



おいしくて楽しい東松島

PR会で魅力発信

「東松島市観光と物産のPR会」では、市内24の団体が参加し、地元産特産品の試食販売や観光情報の紹介などを行いました。3回目の今回は、会場を大曲市民センターに移して開催しました。観光客や市民の皆さんが大勢訪れ、東松島の魅力を再発見していました(12月5日、大曲市民センター)

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)

矢本子育て支援センター
「ほっとふる」
☎84-2676



子育て支援センターからのお知らせ (2016年1月)

開館日時 月～金曜 ※あいあい日は月～木曜 9時～16時(相談は17時まで受付)
※講座など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。



鳴瀬子育て支援センター
「あいあい」
☎87-2338

「ほっとふる」の主な行事

- 赤ちゃん広場(1歳半まで)
7日(木) 10時30分～11時10分
「手作りカレンダーを作ろう～冬～」
- 土曜OPEN
16日(土) 9時～12時
- 1月生まれ誕生祝いday
18日(月)
○カード作り 9時～16時
(身体測定・手形押し・記念写真撮影など)
○歌でお祝い 11時
- 地域ふれあいサロン(要申込・先着25組)
26日(火) 10時30分～11時30分
「体にやさしいお味噌の話～みそ玉作り～」
- なかよし広場<1歳半から>
29日(金) 10時30分～11時10分
「作って遊ぼう～豆まき～」



なかなか外で遊べない寒い冬
ほっとふる&あいあいにきてみませんか?

「あいあい」の主な行事

- 地域ふれあいサロン(要申込・先着20組)
21日(木) 10時30分～11時10分
「和太鼓にふれよう～体験&演奏会～」
場所:大塩市民センター
- わくわくひろば
27日(水) 10時30分～11時10分
「新聞紙で遊ぼう」

11月1日から30日まで
ほっとふる&あいあいを
初めて利用された方

55組 です。

はじめての来所が不安な方、スタッフが案内しますので気軽にお越しください

Q & A



チャイルドシートを貸してくれる所はありますか?

市内で貸し出しをしている所はありませんが、センターにある「ゆずります」コーナー(掲示板)をご利用していただくのがいいでしょうか?

ご家庭に眠っている育児用品・服などは「ゆずります」、チャイルドシートなどは、欲しいものがある方は「ゆずってください」の用紙に記入→掲示しマッチングした場合センターより連絡します。



コーナーの様子



※ゆずりたいものは連絡があるまでご家庭で保管となります。幼稚園・保育所の制服など募集中。

観味美魅 みりよく発見!ひがしまつしまの観光と物産

「第3回 東松島市観光と物産のPR会」

12月5日(土)大曲市民センターで開催された「第3回東松島市観光と物産のPR会」では、多くの皆さんにご来場いただき、誠にありがとうございました。

当日は、出展者の皆さんが趣向を凝らしたブースでおもてなしさせていただき、お客様と直接触れ合いながら、東松島市の魅力をより多くの皆さんにお伝えすることができました。

さらに、特別企画として行った「市内産お米の食べ比べ」では410人もの方々にご参加いただき、普段食べているお米との違いや、食べ比べていただいた3種類のお米への感想や貴重なご意見をたくさんお寄せいただきました。

当日、皆さんに品名を伏せて食べ比べていただいたお米はこちらです。



A.のびるまい



(有)アグリードなせ(NOBICO) ☎0225-86-2535

B.ほたる米



農事組合 みずほファーム ☎0225-87-2901

C.かぐや姫



竹取倶楽部(木村) ☎0225-82-4651

【食べ比べに参加いただいた皆さんからの感想】

- ・普段何気なく食べているお米も、食べ比べると全く味が違ってビックリです。(37歳女性)
- ・どれも美味しいが、それぞれ特徴があって面白かった。(40歳女性)
- ・食感、特にもっちり感に違いがあり、炊きたてや冷めたおにぎりなどによって使い分けると良いと思いました。(47歳男性)
- ・Aは納豆ごはんに合いそう。Bは何にでも。Cはあっさりしているが味わいがあり、おすしにも合いそう。(68歳女性)



ご協力いただいた皆さんありがとうございました。

■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



～スポーツから笑顔が生まれるまちづくり～

2016年1月号

東松島市体育協会 スポパ通信

Sports Paradise

市体育協会からのお知らせ

今月から市民体育館の平日午前の一般開放が再開します。
火曜日と金曜日の9時～12時までです。
土曜日の18時～21時までの夜間も今まで通り開放します。
一般開放では、バドミントンや卓球などができます。用具は基本的に持参となりますが、貸出もしています。(有料)
その他の施設として、
赤井地区体育館 … 日曜日 9時～17時
矢本運動公園(テニスコート) … 水・土曜日 18時～21時
日曜日 9時～17時 となっています。
予約は不要ですので、直接各施設にお越しください。

鷹来の森運動公園 屋内運動場(テントシート)施設のご案内

冬期間(～3月)も屋内運動場(テントシート)は利用できます。

■施設概要

コートサイズ … 1テントの広さは18m×34mのフットサルコート2面分
設備 … A棟は側面・天井に防球ネット有、B棟は防球ネット無
※地面は土なのでそのまま外靴で入れます。

■利用内容 主に、野球・ソフトボール・サッカー・フットサル・ゲートボールの練習 ※テニスは利用できません。

■利用料金 テント半面1時間250円 ※市外料金も有。

申請方法は、体育協会事務局窓口で利用したい月の前月10日以降から受付できます。ただし、利用したい日の3日前までの申請となっています。

希望利用日の空き状況は事務局にて電話で確認できますが、仮予約はしていませんのでご了承ください。

詳しい内容は、下記に問い合わせください。

NPO法人東松島市体育協会は市民の皆さんのスポーツ環境をサポートします。

■問・申し込み 事務局(東松島市民体育館2階)
☎82-9030 FAX:82-1170 平日9時～17時

1 Jomon Times

vol.119

広報 縄文村だより vol.119(1月号)

平成28年1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



壹

現代に続く冬の味覚
カキを堪能する!



11月29日「カキ養殖体験②」を開催し、4月に種付けをしたカキを収穫し味わいました。カキ縄は持ち上げるのも苦勞なほどに成長。海から引き揚げ、丁寧に縄から外し泥を落とします。お待ちかねの試食タイム♪シカの角と骨ペラで“縄文式”のカキ剥きに挑戦!縄文人の知恵に関心の声が上がりました。炭火焼きにカキごはん、縄文土器で作ったカキ汁…。縄文時代から続く冬の味覚を存分に味わった1日でした。

謹賀新年

2016



本年も皆様を笑顔で
お迎えできるよう頑張り
ます
どうぞ縄文村をよろしく
お願い申し上げます



貳

つるか昔の手仕事を学ぶ、
はるか編みに挑戦!

11月15日「つる編みに挑戦しよう!」を開催。現代のカゴの編み方は、縄文時代には出来ていた技術。はるか昔、縄文人の手仕事を学びます。あいにく雨で初日の「つるの採集」は中止になり、カゴ作りのみとなりました。市内在住の高橋先生のご指導のもと始まったカゴ作り。つるの扱いに苦戦しながらも、思い思いの作品作りに没頭!愛着のわく作品が完成しました。



参

縄文村の技術を伝えるに西の地へ
鹿角の技術



11月7日(土)、兵庫県立考古博物館で開かれた「全国古代体験フェスティバル」にお招きいただき、シカ角で作るストラップと釣り針体験を出展しました。縄文村ブースは、黙々とシカ角と向き合うお客さんで満員に。なかなか硬いシカ角。削る角度や力加減などを工夫しながら、理想の形に仕上げました。

「今度の休みはふらっと縄文時代へ。」
気軽に楽しめるイベントがいっぱい!

縄文村では年間を通して10以上のイベントを開催しています。海や山に行ったり、旬のおいしいものを食べたり、時にはバスでお出かけも。今年の休日は、気軽にタイムトリップなんていかが?

ひと足お先にイベント情報も!
村びとになってお得に縄文村を楽しもう。

縄文村には「里浜貝塚ファンクラブ」があり、いつでも村びと募集中!もっとお得に縄文村へ遊びに来たい人におススメです。

村民税(=年会費)500円(1世帯何人でも)を納付していただきます。

お得な特典
*入館料がいつでも無料です
*年4回の会報が届きます
*いち早く縄文村のイベント情報をお知らせし、優先的にご予約いただけます(3月に先行発表します)

申込・問 0225-88-3927

今年は縄文ライフ
はじめませんか?

臨時休館のお知らせ 1月26日(火)は、資料館内メンテナンスのため臨時休館いたします。

今年一年の
健康と安全を祈る

どんと祭

小正月の伝統行事「どんと祭」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。下記の表の最寄りの神社へ、正月飾りや古神符を納めてください。

◆どんと祭日程表◆

●ダイオキ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。

会場	地区	実施場所 (住所など)	実施日	時間	問い合わせ
しらひげ 白鬚神社	野蒜	宮司宅でお炊きあげを行います	1月7日(木)	16時~18時	白鬚神社 ☎88-2327
うみつみ 海津見神社	野蒜			17時~19時	東名区長 平地富夫 ☎090-8253-6388
ながいしなり 長石稻荷神社	新東名	一本松公園		16時~19時	総代長 板垣和典 ☎87-2455
いすず 五十鈴神社	小野	小野字笹森2		6時~7時	どんと祭実行委員会 (新山神社) ☎82-2591
いしかみ 石上神社	浜市	浜市字東浮足90		16時30分~20時	
にいやま 新山神社	矢本大塩	大塩字中沢上59		18時~19時30分	
はちまん 八幡神社	上下堤	上下堤字八幡前10	1月10日(日)	18時~20時	
いすず 五十鈴神社	矢本大曲	大曲字寺沼地内(寿昌院北隣)	1月14日(木)	9時~15時	須賀神社宮司 浅野雅信 ☎82-4245
はちまん 八幡神社	赤井	赤井字館前127	1月15日(金)	7時~12時	八幡神社 ☎82-8345

平成27年度自治宝くじコミュニティ助成事業 ~宝くじの助成金で備品を整備~

東松島市自主防災組織連絡協議会では、一般財団法人自治総合センターから、平成27年度コミュニティ助成事業の採択を受け、災害の被害防止及び軽減を図ることを目指し、防災用資機材などを配備しました。この事業は、宝くじの社会貢献広報事業として、地域防災力の強化を図るために必要な資機材などの購入費用が助成されるものです。

会長コメント



平成23年に発生した東日本大震災では、これまで各自主防災組織で配備していた資機材が流出するなど大きな被害を受けました。このため、防災活動に必要な資機材を再整備できるよう、今回の助成金を活用しました。

今回の資機材の配備を通じて、今後発生する災害に対する備えをより一層、充実させることができました。今後も市民の皆さんが安心して暮らせる地域づくりに貢献していきたいと考えています。



今回購入した資機材の一例

■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1168

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

放課後児童クラブ 臨時職員募集

問 子育て支援課保育班
☎内線1183

○放課後児童クラブ支援員

■対象・資格 心身ともに健康で市税など滞納がなく、保育士・社会福祉士・教員免許等いずれかの資格を有する方、または2年以上放課後児童クラブで従事経験(他市町村含む)がある方

■勤務内容 児童の保育
月～金曜日13時～18時
(5時間勤務)

■賃金 時給900円

■募集人員 2人

○放課後児童クラブ補助員

■対象・資格 心身ともに健康で市税など滞納がない方

■勤務内容 児童の保育
月～金曜日13時～18時
(5時間勤務)

■賃金 時給850円

■募集人員 2人

○右記の勤務先 市内8カ所

■勤務先 市立保育所・幼稚園における幼児の体育指導をはじめとする、社会体育の指導および社会体育振興のための企画・運営

■申し込み 履歴書(本人自筆、写真貼付)および資格を証明する書類の写しを1月15日(金)15時まで、右記担当へ持参
※後日面接あり。

臨時保育士募集

問 子育て支援課保育班
☎内線1182

■対象・資格 心身ともに健康で市税など滞納がなく、保育士資格を有する方

■勤務内容 児童の保育

■勤務時間 1日7時間45分勤務

※シフト制。早出・土曜など交替勤務あり。短時間勤務希望の場合、要相談。

■賃金 時給1,050円

■勤務先 市内保育所

■募集人員 5人

■申し込み 履歴書(本人自筆、写真貼付)に保育士証等を添えて、1月15日(金)15時までに右記担当へ持参または郵送 ※後日面接あり。

社会体育指導員募集

問 生涯学習課スポーツ振興班
☎内線3300

■対象・資格 心身ともに健康

でスポーツに関する専門知識

および技能を有し、国の機関(団体)が認定する体育・スポーツまたはレクリエーションに関する資格を取得(見込含む)し、自動車運転免許証を有される方

■勤務内容 市立保育所・幼稚園における幼児の体育指導をはじめとする、社会体育の指導および社会体育振興のための企画・運営

■勤務時間 週35時間以内
※土・日曜、祝日、夜間勤務の場合あり。

国民年金は、年をとったときやいざというときの生活を、現役世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。具体的には、若いときに公的年金に加入し保険料を納め続けることで、年をとったときや病気やケガで障害が残った・家族の働き手が亡くなったなどの場合に、年金を受け取ることができる制度です。

■採用月日 4月1日から

■募集人数 1人

■賃金 月額153,000円

※社会保険加入(部本人負担あり)

■申し込み 1月29日(金)まで、履歴書(本人自筆・写真添付)を上記に直接持参

※書類審査後、面接試験を実施し採用を決定します。

お知らせ

国民ねんきんだより
新成人のみなさんへ
20歳になったら国民年金

日本年金機構石巻年金事務所
☎0225-12215115

(自動音声案内)

問 市民課保険年金班
☎内線13333

東松島市市制施行10周年記念事業 加藤登紀子コンサート～詩と歌の世界～

■日時 2月13日(土)15:30～ ※15時開場。
■場所 市コミュニティセンター
■定員・料金 400席限定で1席2,500円 ※前売り券のみの販売。全席自由。
■チケット取扱場所 市コミュニティセンター、各市民センター、蔵しっくパーク、(株)おいかわ、ブックセンター湘南矢本店、(株)文尚堂
※各所、無くなり次第終了。
■問 市コミュニティセンター ☎82-6969(平日9時～17時)

東松島市任期付職員募集

平成28年度採用(平成28年4月1日採用)任期付職員(精神保健福祉士・臨床心理士、保育士)採用1次試験については、以下のとおりです。

■職種と対象

○精神保健福祉士・臨床心理士 2人程度

精神保健福祉士もしくは臨床心理士の資格を有する者または平成28年3月31日までに取得する見込みの者

○保育士 5人程度

保育士と幼稚園教諭の両方の資格を有する者または平成28年3月31日までに取得する見込みの者

■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「任期付職員採用試験(職種を記入)申込用紙請求」と朱書きし、あて先を明記した返信用封筒(A4サイズ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

■1次試験 書類選考(経歴審査)

■2次試験 個別面接等(詳しくは1次試験合格者に通知します。)

■受付期間 1月4日(月)～22日(金)17時15分必着

■任期 精神保健福祉士・臨床心理士:4月1日～平成30年3月31日
保育士:4月1日～平成31年3月31日

※採用された日から5年以内の範囲で任期を更新することがあります。

■問 総務課人事班 ☎内線1213

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13年、東日本大震災から4年10カ月～

1月のテーマは、「家の中の安全対策の確認」です。

大きな災害が発生した際に、家具などが転倒し、けがをしないようにするためには、日頃から家の中の安全対策が必要です。家の中の危険を減らすことで逃げる際の安全確保にも繋がります。家具の転倒や落下の危険を減らし、安全対策に努めましょう。

■家の中の安全対策チェックリスト(左の欄に☑(チェック)を入れましょう)

家の中に逃げ場として安全な空間を作る	人の出入りが少ない部屋に家具をまとめて置く。無理な場合は、少しでも安全なスペースが出来るよう配置換えをする。
寝室、子どもやお年寄りのいる部屋には家具を置かない	就寝中に地震に襲われると危険。子どもやお年寄り、病人などは、逃げ遅れる可能性がある。
安全に避難できるように出入り口や通路には物を置かない	玄関などの出入り口までの通路に、家具など、倒れやすいものを置かない。また、玄関にいろいろな物を置くと、いざという時に出入り口をふさいでしまうこともある。
家具は倒れにくいように置く	家具と壁や柱の間に遊びがあると倒れやすい。家具の下に小さな板などを差し込んで、壁や柱に寄りかかるように固定する。畳の上に置く場合は、家具の下に板を敷く。

■家具の転倒、落下を防ぐポイント

- ・タンス、本棚:L字金具や支え棒などで固定する。二段重ねの場合は、つなぎ目を金具でしっかり連結しておく。
- ・冷蔵庫:2ドアの場合は、扉と扉の間に針金などを巻いて、金具で壁に固定する。
- ・食器棚:L字金具などで固定し、棚板には滑りにくい材質のシートやふきんなどを敷く。重い食器は下に、軽い食器は上のほうに置く。
- ・テレビ:できるだけ低い位置に固定して置く(家具の上は避ける)。また、テレビの上には、物を置かない。
- ・照明器具:チェーンと金具を使って数ヶ所とめる。蛍光灯は、蛍光管の両端を耐熱テープでとめておく。

■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1168

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〉

の老齢年金のほか障害年金や遺族年金もあります。

障害年金は、病気や事故で障害が残ったときに受け取れます。また遺族年金は、加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族(子のある配偶者や「や」子)が受け取れます。

「学生納付特例制度」と「若年者納付猶予制度」

◎学生納付特例制度

学生の方は一般的に所得が少ないため、ご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

対象となる学生は、学校教育法に規定する大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校及び各種学校(修業年限1年以上である過程)、一部の海外大学の日本分校に在学する方です。

◎若年者納付猶予制度

学生でない30歳未満の方で、ご本人及び配偶者の所得が一定額以下の場合に、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

みやぎ環境交付金事業 東松島市高効率給湯器等普及促進事業補助金

問 環境課環境班
☎内線1152・1151

補助基準などの詳しい内容については、市報5月15日号4ページをご覧ください。右記まで問い合わせください。

■受付締め切り 2月19日(金) 必着

※申請額が予算総額に達した際

は、期間途中でも受付を終了しますので、ご了承ください。

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

問 環境課環境班
☎内線1152・1151

補助基準などの詳しい内容については、市報7月15日号4ページをご覧ください。右記まで問い合わせください。

■受付締め切り 2月29日(月) 必着

※申請額が予算総額に達した際は、期間途中でも受付を終了しますので、ご了承ください。

市内の空家を調査します

問 復興政策課地域振興班
☎内線1234

期間中、市から委託を受けた業者の調査員が市内を空家調査のために巡回します。調査員は、市から交付された調査員証と腕章を携行していますので、調査へのご協力をお願いします。

■調査期間 1月4日(月)～2月29日(月)

■調査業者 国際航業株式会社 仙台支店

浜市排水樋管改築工事に伴う市道小野浜市線の交通規制延長のお知らせ

問 国土交通省北上川下流河川事務所鳴瀬出張所
☎02-1354-3101

鳴瀬川河口部の堤防嵩上げ工事に伴う浜市排水樋管の改築工

事のため、浜市地区(鳴瀬川左岸側)市道小野浜市線が通行止めになりますので、ご協力をお願いします。

■場所 市道小野浜市線 浜市地区(鳴瀬側左岸側)

■期間 1月12日(火)～3月19日(土)(予定)

「みみサポサロン」のご案内(手話通訳・要約筆記通訳付き)

宮城県聴覚障害者情報センター(みみサポみやぎ)
☎02-1393-5501
FAX:02-1393-5502
E-mail:info@mimisuppo-miyagi.org
URL:http://www.mimisuppo-miyagi.org/

聴覚障がいをお持ちの方、ご家族、支援者の方々など、ご

たでも参加いただける「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)がありますので、聞こえにくい方も安心して参加ください。事前申込は不要ですので、気軽にお越しください。

■日時 1月28日(木)9時30分～12時

■場所 東松島市役所 202会議室

■内容・時間 〇9時30分～健康講話「教えて！保健師さん」

市保健師を講師に迎え、市で実施した健康調査の統計をもとに、東松島市民の健康状態について教えてまいります。

〇11時～「交流サロン」
同じ障がいを持つ仲間と交流し、気軽にしゃべりを楽しめませんか。個別の相談にも応じます。

平成27年度定川清流化推進協議会「標語コンクール」審査結果

市内の小・中学生から85作品の応募があり、その中から10作品の入賞が決定しました。各部門における上位入賞作品は以下のとおりです

【小学校低学年の部】

最優秀賞 「定川にきれいにうつる 空のくも」
大塩小学校 2年 ^{おりたに}織谷 ^{つかさ} 吏さん

【小学校中学年の部】

最優秀賞 「定川は みんなの川だ きれいにね」
大曲小学校 4年 ^{あきやま}秋山 ^{いぶき} 依吹さん

※そのほかの受賞者・作品は、市ホームページをご覧ください。

■問 定川清流化推進協議会事務局(環境課環境班) ☎内線1151



「こんにちは農業委員会です」 ～耕作予定のない農地は非農地になります～

農地は、食料生産の基盤であり、環境保全など多面的・公益的な機能を有しています。しかし、農業者の高齢化や農業生産性の低下などによる担い手の不足で耕作されない農地が増えています。中には森林化し復元困難な農地も少なくありません。

このような農地の所有者などに今後の利用について意向を伺い、耕作する予定のない農地は「非農地」として判断していくことになります。

また、農地を借りている方については、責任を持って耕作いただきますようお願いいたします。

■問 農業委員会事務局 ☎内線2151

消費生活情報 ～マイナンバーに便乗した不審な電話に注意～

【事例1】 行政機関を名乗って、「マイナンバー制度が始まると手続きが面倒になるので、至急、振込先の口座番号を教えてください」との電話があった。

【事例2】 「マイナンバー制度の導入に伴い、個人情報調査中である」と言って、女性が来訪し、資産や保険の契約状況などを聞かれた。

【事例3】 知らない業者から「マイナンバーを管理します」という電話があった。「専門家が管理するのか」と尋ねたところ、「私が管理する」と言ったので不審に思い電話を切った。

【事例4】 若い男性から「マイナンバーが順次届いており、みんな手続きをしているが、あなたは手続きをしているか」との電話があった。「まだ手続きをしていない」と答え、「早く手続きしないと刑事問題になるかもしれない」と言われ、不審に思った。

◆注意 「なりすまし」の郵便物にご注意ください

「個人番号カード交付申請書在中」「転送不要」と赤字で書かれた封筒に入って簡易書留で各世帯に郵送されます。普通郵便でポストに入っていることはありません。

アドバイス

- ・不審な電話は、すぐに切り、来訪の申し出があっても断ってください。
- ・少しでも不安を感じたら、すぐにお近くの消費生活センター(消費者ホットライン188)や警察に相談してください。



相談員

～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～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

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)

お知らせ

平成27年度応急手当普及員講習会開催

石巻広域消防本部警防課
☎0225-9517433
URL: <http://syoubou.jp/>

■講習日時 2月16日(火)～18日(木) 8時30分～17時30分

■講習場所 石巻広域消防本部 2階大会議室(住所:石巻市大橋1丁目1-1)

■対象 満18歳以上

※受講料は無料ですが、別途テキスト代3,672円が必要。

■定員 30人

※定員に達し次第、締め切り。

■受付期間 1月25日(月)～2月5日(金)の平日9時～17時

■申し込み 石巻広域消防本部ホームページから申請書をダウンロードして、必要事項を記入し、写真1枚(撮影から6か月以内のもの)を添えて受付期間までに右記に申請してください

大曲浜地区被災市街地復興土地区画整理事業の事業計画変更案縦覧のお知らせ

縦覧に関すること:復興都市計画課都市整備班
☎内線1476
意見書に関すること:宮城県都市計画課行政班
☎022-211-3132
〒980-8570
宮城県仙台市青葉区本町3丁目8番1号

■日時 1月5日(火)～18日(月) 8時30分～17時15分

■場所 東松島市役所仮設庁舎

2階復興都市計画課

■意見書の提出 市に住所のある方または利害関係のある方は、「意見書の提出期間」に宮城県知事あてに意見書を提出することが出来ます。意見書には、事業計画名称、事業計画との利害関係、意見書の趣旨および理由を記載してください。

■意見書提出期限

1月5日(火)～2月1日(月)

※当日消印有効。

定川水系河川整備計画(素案)に関する地域の方々の意見を聴く会

宮城県土木部河川課
☎内線02-211-3173
URL: <http://www.pref.niyagi.jp/soshiki/kasen/>

宮城県では、定川水系圏域に関する今後の河川整備計画の素案を作成しました。この素案に対して、地域の方々からの意見を反映させるために地域の方々の意見を聴く会を開催します。

■日時 1月25日(月)19時～

■場所 東松島市役所202会議室
素案の内容は宮城県のホームページに掲載しています。

相談

震災後のこころのケア相談窓口

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。

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

①家族教室
■日時 1月15日(金)10時～12時(予約制)
■対象 アルコール関連問題で困っている家族など
■内容 講話、グループミーティング



②専門相談
■日時 1月15日(金)13時～15時(予約制)
■対象 アルコール関連問題で困っている本人・家族など
■内容 精神保健福祉士による個別相談

○思春期・ひきこもり相談

■日時 1月19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本人・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、宮城県石巻合同庁舎)

■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

○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・イライラするなどの症状でお困りの方。

■日時 1月12日(火)14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 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 1月14日(木)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

子どもの心理相談会

健康推進課健康指導課
☎内線3106

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。気軽に相談してください。

■日時 1月22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 1月15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

平成28年度各種検診等申込書の送付

平成28年度の各種検診申込書を、1月中旬に各世帯に郵送します。この申込書で、各種がん検診、健康診査等の申し込みを受付けます。**申込書は受診希望の有無にかかわらず、2月10日(水)までに返信用封筒で返信してください。**

期日までに申込書が提出されない場合、平成28年4月中旬実施予定の胃がん検診などに必要な受診票が届かなくなり、また、受診できないこともありますので、期日までに必ず申込手続きをしてください。

■対象 平成29年4月1日時点で19歳以上の方
■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3109・3110

■申込書様式イメージ(例)

平成28年度 東松島市 各種検診等申込書

●市で実施する検診等を受診する場合、検診種別によっては一部個人負担の検診料を支払う場合があります。その際、必要な検診料として世帯員の市長税課納付状況を確認することになります。この世帯員の世帯長を代表して返信してください。

ただし、承認しない場合は次の口欄に「×」を、日付及び世帯主の方の氏名を記入してください。
□承認しない。 平成 年 月 日 世帯主氏名

●年齢は平成29年4月1日を基準としています。
●「×」印は、対象外項目です。(理由:保険証の種類、性別、年齢によるもの。)

●希望する検診に○を付けてください。希望しない場合は記入不要です。

世帯員氏名 (生年月日)	性別	年齢	集団検診				個別検診(医療機関で受診していただきます。)					
			胃がん	大腸がん	子宮がん	乳がん	脳ドック	聴覚	歯	視力		
●●●●	男	○	×	○	×	×	×	×	×	×	×	×
●●●●	女	×	×	○	○	×	×	×	×	×	×	×
●●●●	女	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×

バレンタインParty(第4回東松島婚活イベント)参加者募集

■日時 平成28年2月14日(日) 15時30分～18時30分

■場所 プレセティア内康

■参加費 4,000円

■募集人数 男性50人、女性50人 ※申込先着順。

■内容 豪華な室内で美味しい食べ物とデザートを楽しみながらグループトークやフリートークで交流を深めます。途中で女性から男性へ、チョコのプチプレゼントもあります。最後は男性から女性へ告白し、OKが出たらカップル誕生です



■参加資格 男性は20歳～49歳で東松島市在住
女性は20歳～49歳で地域不問

■申込締切日 平成28年2月1日(月) ※一次募集期間。

■参加者事前セミナー 平成28年1月30日(土)・2月7日(日)

■問・申し込み 一般社団法人東松島みらいとし機構 (HOPE)

☎98-7311

それゆけ! イート Vol.57

～みんなにありがとうの旅～

【オホーツク海 冬の風物詩】作:みやみ

◎シバルの冬には、背中を寄せ合って『おしくらまんじゅう』で温まる!! by イート&イート



○北海道北見市:北見市は、北海道の東部に位置し、オホーツク圏最大の人口を誇る都市で、北海道では第1位、全国で第4位と、広大な面積を有しています。四季折々の彩り鮮やかな自然と、ゆとりある都市空間を有する"北見"、美しく広大な田園が広がる"端野"、日本有数のホタテの産地として知られる"常呂"、北海道屈指の温泉郷・おんねゆ温泉がある"留辺蘂"の、それぞれ魅力にあふれた4つの地域が一つになったまちです。

○ミントくん&ペッパーちゃん:北見観光協会のイメージキャラクターで、エゾリスがモチーフとなっており、ミントくんは北見の名産"ハッカ"の葉をくわえている。北見市の楽しいこと・美味しいものなどのPRのため、各地で活動を行っている。

○北見の焼肉:北見市は焼肉店数が約60店舗と、人口に対する焼肉店の比率が非常に高いまち。"サガリ"や"ホルモン"などの内臓肉の人气が高く、2月のマイナス10℃前後の夜空のもと"厳寒の焼き肉まつり"が屋外で開催されるなど、市民皆さんの焼肉愛が溢れている。

○果夢林:果夢林は、からくり人形と世界最大級のハト時計を組み合わせた、高さ約20mのシンポルタワー。道の駅"おんねゆ温泉"内にそびえている。4月中旬から11月上旬の8時から18時の毎正時に演奏曲とともに、羽の長さ約2mという大きなハト「ポップちゃん」が登場する。

休日診療担当医院表 (2016年(平成28年)1月分)

●東松島地区医院・薬局 (診療時間:9時～17時)

月日	医院名	電話番号	薬局名	電話番号
1月10日(日)	加藤医院	82-2030		
1月11日(月・祝)	藤野整形外科	83-2121	フロンティア薬局 矢本店 (元サミー薬局)	90-3908
1月17日(日)	永沼ハートクリニック	82-6680		
1月24日(日)	みやぎ東部循環器科	82-9930		
1月31日(日)	やもと内科クリニック	98-3260	フロンティア薬局 矢本店 (元サミー薬局)	90-3908

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

●小児科休日急患担当医院 (診療時間:9時～17時)

石巻市の小児科休日急患担当医による診療は、東松島市在住の方でも利用できます。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	電話番号 (市外局番0225)
1月1日(金・祝)	おおば小児クリニック	石巻市門脇字青葉西38-1	93-9693
1月2日(土)	中山こどもクリニック	石巻市中里3-4-27	95-4121
1月3日(日)	石巻赤十字病院	石巻市蛇田字西道下71	21-7220
1月10日(日)	石巻市夜間急患センター(仮設)	石巻市日和が丘1-2-11	94-5111
1月11日(月・祝)	石巻市夜間急患センター(仮設)	石巻市日和が丘1-2-11	94-5111
1月17日(日)	石巻市夜間急患センター(仮設)	石巻市日和が丘1-2-11	94-5111
1月24日(日)	石巻市夜間急患センター(仮設)	石巻市日和が丘1-2-11	94-5111
1月31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

認知症介護家族交流会

問 東松島市地域包括支援センター ☎83-11966

日時 1月14日(木) 10時～12時

場所 老人福祉センター

内容 交流会

参加費 100円(お茶代)

※当事者の方も参加可能です。家族とは別の部屋で体を動かしたり、おしゃべりをしたりなど予定しています。

女性医師による女性の健康相談

問 宮城県健康推進課健康推進課 ☎022-211-2623

日時 1月16日(土) 大河原町

場所 2月6日(土) 塩釜市

女性の相談に応じます。

※完全予約制・相談無料。

日時・場所

1月16日(土) 大河原町
2月6日(土) 塩釜市

※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

高齢者・障がい者のための成年後見相談会

問 宮城県司法書士会 ☎022-263-6755

成年後見・補佐・補助などの法定後見および任意後見に関する相談会を無料で開催します。

日時 1月16日(土) 13時30分～16時30分 ※予約優先。

場所 石巻司法書士相談センター(住所:石巻市銭場5-9 いせんばプラザ102)

【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	場所(住所など)	相談内容	問・申し込み
人権相談	8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	問 仙台法務局石巻支局 ☎0225-22-6188、市民課窓口サービス班 内線1122
消費生活相談	毎週月～金曜(祝日を除く) 9時～15時	市役所市民課(1階:消費生活相談室)	多重債務、悪質商法、不当請求、契約トラブル(クーリングオフ)などの消費生活をめぐる問題に関する相談	問 市民課消費生活相談員 ☎内線1117
行政相談	8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	問 総務課総務班 ☎内線1205
住宅金融支援機構等の住宅再建相談	17日(日) ※要事前予約。午前:①10時～②11時～午後:③13時～④14時～⑤15時～	市コミュニティセンター 第3会議室	住宅金融支援機構および地元金融機関(今月は、七十七銀行と石巻商工信用組合)による住宅ローンに関する相談、建築士による住宅の新築・リフォームに関する相談(同時開催:住まいの復興給付金申請相談会)	問 住宅金融支援機構お客様コールセンター ☎0120-086-353(通話無料、祝日を除く9時～17時)PHS等☎048-615-0420(通話料金がかります)
法テラス東松島の法律相談等	平日10時～16時 1月の休日法律相談日:9日(土)、24日(日)	矢本字大溜1-1 (市コミュニティセンター西側)	弁護士による家族、多重債務などの法律相談。各専門家(司法書士、税理士、建築士、土地家屋調査士、行政書士、社会保険労務士、社会福祉士、女性相談)の無料相談	問 法テラス東松島 ☎050-3383-0009 (受付時間 平日9時～17時)

ヘルシーインフォメーション

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(1月・2月) 場所:矢本保健相談センター

健康診査	対象者	日程	受付時間
4か月児健康診査	平成27年9月 生まれ	1月27日(水)	12時30分～ 12時50分
1歳6か月児健康診査	平成26年6月 生まれ	1月26日(火)	
2歳6か月児歯科健康診査	平成25年6月 生まれ	1月20日(水)	
3歳児健康診査	平成24年8月 生まれ	1月21日(木)	

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	2月9日(火)	9時～11時
10か月児健康相談	平成27年3月 生まれ	1月28日(木)	13時～13時20分

※妊産婦・子どもの健康相談は、27年度から隔月開催になりました。

■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

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・3103

■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)

高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種のお知らせ

高齢者肺炎球菌ワクチンが定期接種となったことにより、対象年齢が下記のように変更になっています。

市では、これまで市の助成を使ってワクチンを接種したことがない対象年齢の方に対し、平成27年4月に予診票を郵送しています。この予診票を使って接種できるのは平成28年3月31日までになりますので、まだ接種していない方は、早めに予防接種を受けましょう。

接種費用は、一人につき4,000円です。また、この費用助成は一人につき一回きりとなります。2回目以降の接種をご希望の方は、任意接種として全額自己負担(8,000円前後)での接種となりますので、主治医の先生に相談してください。

※予診票を送付した方でも、過去に自費で接種したことのある方や、日本赤十字社の助成により無料で接種したことのある方は、前回との接種間隔に注意してください(5年以上の間隔をあけてください)。

○平成27年度 高齢者肺炎球菌ワクチン費用助成対象者
65歳(昭和25年度生まれ)・70歳(昭和20年度生まれ)・75歳(昭和15年度生まれ)・80歳(昭和10年度生まれ)・85歳(昭和5年度生まれ)・90歳(大正14年度生まれ)・95歳(大正9年度生まれ)・100歳(大正4年度生まれ)

※予診票を紛失された方、4月以降に転入してきた方は、予診票を発行しますので、問い合わせください。

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3109

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、下記まで連絡ください。

予防接種名	対象
ヒブ、小児用肺炎球菌、四種混合、BCG	平成27年11月生まれのお子さん
麻疹風疹(第1期)、水痘	平成26年12月生まれのお子さん

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3109

食のリレートーク 第60回

イート(食べる)でつながるとイ～ナ!!



残食を減らして、健康意識を高めよう

東松島市学校給食センター栄養教諭

永沼淳子さん



▲「偏った食事にならないよう各家庭でも気を配ってほしいです」と話す永沼さん

学校給食は栄養バランスに優れており、食事のお手本と言えるかもしれません。私たちは子どもたちの成長や体の変化など、さまざまなデータを把握しながら日々の給食献立を考えています。

その中で気になるのが、残食率の高さです。市内の平均残食率は約13%。主にごはんや野菜類の残しが目立ちます。ごはんなどの炭水化物を抜くと、頭の働きが鈍くなったり、疲れやすくなったりします。また

野菜をとらないと病気がちな体になってしまったり、肌が荒れるなどの悪影響を及ぼすおそれがあります。学校給食はすべてのメニューを完食して初めて「栄養バランスのとれた食事をした」と言えるので、できるだけ残食を少なくしてほしいというのが、調理する側の思いです。

また学校給食センターでは栄養面だけでなく、東松島市で採れる小松菜やネギ、キュウリなど地場産品も活用しています。給食を通して、子どもたちに地域の食文化などへの理解を深めてもらう取り組みにも力を入れています。

給食は子どもたちの年間の食事量の6分の1を占めますが、残りは言わずもがな各家庭に委ねられています。偏った食事にならないよう気を配るとともに、肥満防止のため適度な運動も心がけるなど、各家庭で意識を高めていただければうれしく思います。

次回は矢本中央幼稚園教諭の三浦美樹さんへバトンタッチします。



▲学校給食は完食することで栄養バランスのとれた食事ができます(野蒜小学校)

あなたに届け！
健康ラブレター

放っておくと怖い歯周病

歯周病は、歯肉炎・歯周炎の総称です。歯周病は「歯周ポケット」と呼ばれる、歯と歯ぐきのすきまにある溝に汚れが溜まることで、歯ぐき内部で炎症を起こすところから始まります。歯周病は痛みや見た目の変化がほとんどないため、気づかぬうちに進行するこわい病気です。歯を失う原因第1位とも言われています。さらに、血液中に入った歯周病菌は体内で毒素を出し炎症を引き起こすため、病気の発症や悪化につながる恐れがあります。また、血液や呼吸器内に入り込み、動脈硬化を悪化させるので脳梗塞や狭心症、心筋梗塞を起こしやすく、誤嚥性肺炎や早産・低体重児出産の原因にもなります。糖尿病や骨粗しょう症を発症しており、かつ喫煙習慣があると歯周病が進行しやすく、治りも悪くなるということが知られています。

歯周病予防のため、まずはご自分のお口の状態を知りましょう。次の項目に1つでも当てはまる場合は、歯周病の疑いがあります。歯科医院で検査を受けてみましょう。(□に✓(チェック)を入れましょう)

- 朝起きたときに、口の中がネバネバする
- 歯みがきのときに出血する
- 硬いものが噛みにくい
- 口臭が気になる
- 歯肉がときどき腫れる
- 歯肉に張りがなく、歯と歯の間にすきまができた
- 歯がグラグラする

歯周病は必ずかかる病気ではありません。毎日の歯磨きはもちろん、定期的な歯科検診で、汚れ(歯垢や歯石など)を除去することで予防することができます。歯みがきの補助として、歯間用ブラシやデンタルリンスを使うことも良いでしょう。大切な歯を守るためにも、しっかりとお口のケアを行っていくことが大切です。

■問 健康推進課健康指導班 ☎内線3106

市民のカレンダー 1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
飲酒運転は犯罪です 飲酒運転は、命を奪ってしまうこともある 決して許すことのできない悪質な犯罪です ～飲酒運転は絶対に 「しない」「させない」「許さない」～			インフルエンザの流行に注意 冬場はインフルエンザの流行に 注意が必要です。症状がみられたら 早めにかかりつけの医療機関 で受診しましょう。		1/1 元日 ■市報1月1日号発行 ■図書館休館日 <～4日(月)まで>	2 ■大曲浜獅子舞新春披露・パレード (市内各所など)
3 ■大曲浜獅子舞新春披露・パレード (市内各所など)	4 ●市県民税(普通徴収)・固定資産税第4期、国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料第6期納期限日 ■市役所仕事始め	5 休 ●市税及び税外収入金 収納・相談延長窓口 ～20:00 ■市民課延長窓口 ～19:00	6 ■ちっちゃい子おはなし会 ◎11:00	7 ■囲碁将棋のつどい ◎10:00	8 休 ■人権相談(市コ) 10:00 ■行政相談(市コ) 13:00 ■第3学期始業式(市内小・中学校、矢本中央幼、鳴瀬幼)	9 休 ■おはなし会 ◎11:00 ■平成28年大塩地区新春夢かたり(塩セ)17:00
10 休 ●市税及び税外収入金 収納・相談休日窓口 8:30～17:15 ■東松島市消防出初式(鷹来)(屋内運動場A棟)8:45 ■東松島市交通・防犯関係 団体出動式 ◎11:00 ■平成28年成人式(市コ)13:00	11 成人の日 ●市民防災の日(市民防災デー) ■図書館休館日	12 ●市税及び税外収入金 収納・相談延長窓口～20:00 ■図書館休館日(成人の日振替) ■機能訓練 ◎9:30 ■第3学期始業式(はなぶさ幼、のびる幼) ■防災訓練(鳴瀬幼)	13 ■百合の里訪問(鳴瀬幼)	14 ■囲碁将棋のつどい ◎10:00 ■わくわく教室(矢本西保育園)	15 休 ■市報1月15日号発行 ■図書館主催よみかかせ講座③(手あそび・おもちゃづくり)(市コ)10:00 ■東松島地域活性化施設「Harappa(はらっぱ)」生産者向け説明会(市コ)18:30 ■百合の里訪問(鳴瀬幼)	16 休 ■矢本子育て支援センター・ほっとふる土曜オープン(午前のみ) ■おはなし会 ◎11:00
17 休 ■旬鮮直売くらっば市 ◎10:00 ■第2回くらっば新春お楽しみ演奏会 ◎10:30	18 ■図書館休館日 ■市民参観日(鳴瀬未来中学校)<～19日(火)まで> ■母親研修(鳴瀬幼)	19 休 ●市税及び税外収入金 収納・相談延長窓口～20:00 ■市民課延長窓口～19:00 ■矢本第二中学区心あったかイートころ運動実践発表会(矢本第二中学校) ■2歳児教室(鳴瀬幼)	20 ■ちっちゃい子おはなし会 ◎11:00 ■鳴瀬未来中学区心あったかイートころ運動実践発表会(鳴瀬未来中学校) ■共生園仲よし交流会(鳴瀬幼) ■市民参観日(矢本第二中学区)	21 ■市コミュニティセンター臨時休館日 ■囲碁将棋のつどい ◎10:00	22 休 ■平成28年度入園児一日入園(はなぶさ幼)	23 休 ■親子風づくり教室(赤セ)9:40 ■おはなし会 ◎11:00
24 休	25 ■図書館休館日	26 休 ●市税及び税外収入金 収納・相談延長窓口～20:00 ■機能訓練 ◎9:30 ■奥松島縄文村歴史資料館臨時休館日	27 ■ちびっこクラブ(矢本中央幼)	28 ■囲碁将棋のつどい ◎10:00	29 休 ■図書館休館日(図書整理日) ■矢本第一中学区心あったかイートころ運動実践発表会(矢本西小学校) ■2歳児のつどい(はなぶさ幼)	30 休 ■おはなし会 ◎11:00 ■世界の子どもの本展(展示) ◎<～2月7日(日)まで>
31 休	2/1 ●国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料第7期納期限日 ■市報2月1日号発行 ■図書館休館日	2 休 ●市税及び税外収入金 収納・相談延長窓口～20:00 ■市民課延長窓口～19:00	3 ■ちっちゃい子おはなし会 ◎11:00	4 ■囲碁将棋のつどい ◎10:00	5 休 ■人権相談(小セ)10:00	6 ■おはなし会 ◎11:00

問い合わせ ☎ 東松島市役所(本庁舎) 82-1111 ☎ 東松島市役所鳴瀬総合支所 矢本保健相談センター 82-1123 鳴瀬保健相談センター 87-3111 奥松島縄文村歴史資料館 88-3927 老人福祉センター 83-2851 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 ◎ 市図書館 82-1120 ◎ 蔵しっくパーク(ひと・まち交流館) 84-1770 市コ 市コミュニティセンター 82-6969 市体 市民体育館 82-9030 矢運 矢本運動公園 82-6804 赤井 赤井地区体育館 82-6803	鷹来 鷹来の森運動公園 82-1101 小野 小野地区体育館(管理:小野市民センター) 87-2067 塩体 大塩地区体育館(管理:大塩市民センター) 82-7532 健康増進センター ゆぶと 84-3855 東セ 矢本東市民センター 82-1180	西セ 矢本西市民センター 82-1181 曲セ 大曲市民センター 82-5965 赤井 赤井市民センター 82-2075 塩セ 大塩市民センター 82-7532 小野 小野市民センター 87-2067 野セ 野蒜市民センター 88-2056 宮セ 宮戸市民センター 86-2177
---	--	---	--

体育館一般開放のお知らせ ■場所・時間 休 市民体育館 9～12時、休 市民体育館 18～21時、赤井地区体育館 9～17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27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27年12月1日現在の住民基本台帳、外国人住民含む)
 男 19,757人(-11) 女 20,426人(-8)
 計 40,183人(-19) 世帯数 15,305戸(+3)
 ()内は前月比