

第68回塩竈神社奉獻乾海苔品評会

三浦一郎さんが準優賞

県漁連矢本支所から震災後初の皇室献上



今季は暖冬の影響で海水温の高い状態が続き、生産が大変困難な年となりました。生育も心配されましたが、社員の努力のおかげで、今年も胸を張って献上できる海苔ができました。震災の津波で設備も資材もすべて流され、絶望の中からの再スタートでしたが、立ち上がったのは多くの皆さんの支えがあったからだと感じています。これからもおいしい海苔を作り続け、地域内外の人たちに届けていきたいです。

多くの皆さんの支えに感謝

準優賞

宮城県漁業協同組合矢本支所
三浦一郎さん(有)ミウラ水産社長

市関係の入賞者

(県漁協所属支所と氏名を掲載。敬称略)

【準優賞】 矢本支所 三浦 一郎	【奨励賞】 矢本支所 相澤 裕太
【壹等賞】 矢本支所 相澤 太	矢本支所 三浦 正洋
【貳等賞】 矢本支所 津田 大	矢本支所 野村 秀友
矢本支所 阿部 雄美	鳴瀬支所 石垣 久
【技術賞】 宮戸支所 門馬 将行	鳴瀬支所 鹿野 拓洋
【参等賞】 宮戸支所 石田 信英	宮戸支所 門馬 哲也
宮戸支所 櫻井 庄松	宮戸支所 千葉 富夫
宮戸支所 門馬 雅則	宮戸支所 菊地 勇
宮戸支所 門馬 幹彦	宮戸支所 奥田 正勝
宮戸支所 零石 博幸	宮戸支所 櫻井 甚一
【四等賞】 矢本支所 櫻井 健太	宮戸西部支所 尾形 幹夫
宮戸支所 門馬 隆	宮戸西部支所 山内 良裕
宮戸支所 門馬 康成	
宮戸支所 千葉 政敏	

入賞者総数26人

<昨年(第67回)

入賞者総数17人>

「第68回塩竈神社奉獻乾海苔品評会」が1月6日(水)に塩釜市の志波彦神社・塩竈神社で開かれました。今年の品評会には県内から計113点が出品され、優賞から奨励賞まで76点が選ばれました。いずれも見事な出来栄となり、中でも本市の三浦一郎さん(県漁協矢本支所所属)が出品した海苔は栄えある準優賞に輝きました。優賞・準優賞に選ばれた海苔は後日、皇室に献上されます。三浦さんは「第59回品評会」でも優賞を獲得しており、今回は9年ぶりの皇室献上で、宮城県漁連矢本支所としては震災後初となりました。

また壹等賞・貳等賞・技術賞・参等賞・四等賞・奨励賞にも本市から多くの生産者が選ばれました



安心安全のまちへ発進

市交通・防犯関係団体出動式が行われ、安全な地域づくりに取り組む住民や警察関係団体約90人が出席しました。石巻警察署の沼田光二署長は昨年、振り込め詐欺の発生件数が前年の2倍になったほか、交通面でもお年寄りの死亡事故が目立っていることに触れ、「子どもからお年寄りまで笑顔で暮らせるまちになるよう頑張っていきましょう」と呼びかけていました(1月10日、市役所202会議室)

小野駅前南住宅で鍵引き渡し式



木造平屋と2階建ての計30棟からなる災害公営住宅団地の市営小野駅前南住宅Ⅱ牛網Ⅱが完成し、鍵の引き渡し式が行われました。市のキャラクター「イトモ」も登場し、入居が決まった人たちと喜びを分かち合っていました(12月21日、市営小野駅前南住宅)



新春の空へ向かって一斉放水

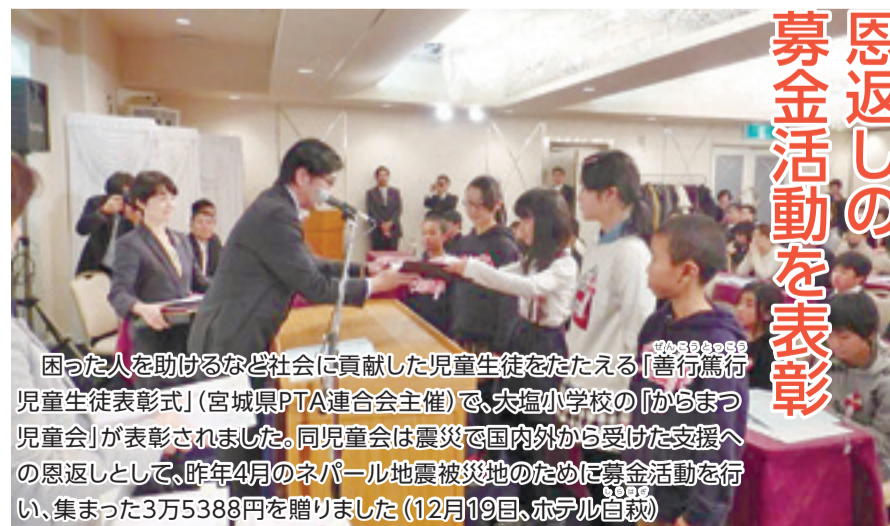


東松島市消防団(浅野勝則団長)の出初式には、市消防団や市婦人防火クラブ、来賓など約500人が参加し、今年も火災や災害から地域を守る決意を新たにしました。屋内運動場での訓示や表彰の後、市長、団長、来賓らによる観閲が行われました。最後に会場を屋外駐車場に移し、新春の空に向かって一斉放水を繰り広げました(1月10日、鷹来の森運動公園)



長寿の秘訣は何でも食べること

1月5日に100歳を迎えた鈴木とめ子さんに特別敬老の祝詞が贈られました。鈴木さんは長寿の秘訣について「適度に体を動かすことと、好き嫌いなく何でも食べることが大事だと思います」と話していました(1月5日、東松島市大曲の鈴木さん宅)



恩返し募金活動を表彰

困った人を助けるなど社会に貢献した児童生徒をたたえる「善行篤行児童生徒表彰式」(宮城県PTA連合会主催)で、大塩小学校の「からまつ児童会」が表彰されました。同児童会は震災で国内外から受けた支援への恩返しとして、昨年4月のネパール地震被災地のために募金活動を行い、集まった3万5388円を贈りました(12月19日、ホテル自叙)

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2月)

開館日時 月～金曜 ※あいあいは月～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、子育て通信などでお確かめください。
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

- 2月生まれ誕生祝いday
1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
- 子育て講座(要申込・先着20組)
5日(金) 10時30分～11時30分
「しつけについて」
- なかよし広場<1歳半から>
10日(水) 10時30分～11時10分
「お楽しみ★シアター」
- 土曜OPEN
13日(土) 9時～12時
- 地域ふれあいサロン(要申込・先着25組)
16日(火) 10時30分～11時10分
「おいしいお米の話」
- 赤ちゃん広場(1歳半まで)
18日(木) 10時30分～11時10分
「ミニミニ★シアター」

●ほっとふる子育て講座 (要申込み・先着20組)

- 『しつけについて』
- 講師 臨床心理士 滝沢晋也先生
 - 日時 2月5日(金)
10時30分～11時30分
 - 場所 矢本子育て支援センター
ほっとふる
 - 対象 未就学児のお子さんと保護者

●あいあい子育て講座 (要申込み・先着15組)

- 『親子リトミック』
- 講師 阿部 久美子氏
 - 日時 2月25日(木)
10時30分～11時30分
 - 場所 鳴瀬子育て支援センター
あいあい
 - 対象 1歳半以上のお子さんと保護者

「あいあい」の主な行事

- 地域ふれあいサロン
17日(水) 10時30分～11時10分
「主任児童委員さんと遊ぼう」
- わくわくひろば
9日(火) 10時30分～11時10分
「ひな飾りを作ろう」
- 子育て講座(要申込・先着15組)
25日(木) 10時30分～11時30分
「親子リトミック」

●わたしじかん<要申込み>「キャンドル作り」

- 日時 2月26日(金) 10時～12時
- 場所 市コミュニティセンター
- 申し込み 2月24日(水)まで「ほっとふる」に申し込みください
※5人まで託児を受け付けます。託児申し込みは、2月12日(金)までに申し込みください。

12月1日から31日まで
ほっとふる&あいあいを
初めて利用された方

16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



感染症が心配で
家にこもっています。
安心して遊べる場所
ありますか。

風邪や
インフルエンザが
流行するこの季節、
心配ですね。
そんな時こそ支援センターに
遊びに来ませんか。

支援センターには、
まだ予防接種を受けることが
できない赤ちゃんも遊びに
来ますので、風邪気味など
体調の優れない方は
ご遠慮いただいています。

また、安心・安全に
利用していただけるよう
毎日朝晩、清掃しながら
遊具の消毒・安全点検を
行っています。



観味美魅 みりよく発見!ひがしまつしまの観光と物産

(株)イグナルファーム イチゴハウス・直売所

大曲市民センター近くにある赤い光で包まれた大型ハウス。ご近所の方の中にも、「ここは何だろう?」と首をかしげている方も多いのではないのでしょうか。

夕方5時になると、まるでイルミネーションのように点灯する赤い光…実は、イチゴたちを照らす電照なのです。この真っ赤な光で、成長の促進をしているのです。ハウス内はコンピューターで管理され、美味しいイチゴを作るのに最適な環境に保たれています。ここでは「とちおとめ」と、宮城県で品種登録された「もういっこ」の2品種を栽培しています。

果実が大きくすっきりとした、甘味と酸味のバランスが良い「もういっこ」は、リピーターの多い人気商品です。日持ちが良く病気に強いので、農薬をあまり使わずに栽培できるというメリットもあります。

この度、(株)イグナルファームでは、栽培ハウスに併設して直売所をオープンしました。シーズン中の11月中旬から6月上旬まで無休で営業していますので、赤い看板を目印にぜひ訪ねてみてください。また、6月の上中旬の土日にはイチゴ狩りも開催予定です。

地方発送やギフト用などの対応も可能ですので、丹精込めて育てられた美味しいイチゴを、ぜひ一度ご賞味ください。

- 大粒の実がそのままゴロゴロと入った人気商品
イチゴジャム 1個 400円(税込)
収穫したイチゴを大鍋で手間ひまかけて煮詰めた、果実の味と香りをそのままお楽しみ頂ける逸品です。

(株)イグナルファーム イチゴハウス・直売所
■住所 東松島市大曲字櫓前21 ■問 ☎080-5742-3408 (担当 樋口)
■営業時間 10時～16時頃 ※11月中旬から6月上旬までのシーズン中、無休で営業。



～スポーツから笑顔が生まれるまちづくり～

2016年2月号

東松島市体育協会 スポパ通信

Sports Paradise

平成28年度 利用団体申込開始のお知らせ

平成28年4月から、市体育協会指定管理している市内社会体育施設(市民体育館・鷹来の森運動公園・矢本運動公園・赤井地区体育館)を定期的に利用したい団体の申し込み受付を行います。

市内で活動しているスポーツ団体で、年間を通し施設を定期的に利用できる団体とします。詳しい内容は、ご来館の際に説明します。

■提出書類(市体育協会にて用意しています)

- ①社会体育施設定期利用希望申し込み書
- ②団体規約(規約がある場合)
- ③団体会員名簿

■締め切り 2月15日(月)厳守

■提出場所 東松島市体育協会(市民体育館2階)

※鷹来の森運動公園屋内運動場の定期利用の申し込みは受け付けません。

※希望日程などが必ずしも利用できるものではないことを、ご了承ください。



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

2 Jomon Times

広報 縄文村だより vol.120(2月号)
vol.120

平成28年2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



縄文村講演会・対談

「縄文から続く 里山・里海の暮らし」

日時：2016年3月12日(土) 14:00~16:00
会場：縄文村資料館内シアター 入場無料
定員：60名・要予約

講演 「宮戸島の植物の移り変わり」
鈴木三男氏(東北大学名誉教授)

対談 「縄文から続く里山・里海の暮らし」
鈴木三男氏
岡村道雄氏(縄文村歴史資料館名誉館長)

宮戸の人々は、7千年も前から自然と共存し、その移り変わりの中でどのように暮らしてきたのか？縄文から続く宮戸の「里山・里海の暮らし」をとおして、自然と調和したこれからの暮らしぶりを考えます。

震災からの復旧・復興事業が続く野蒜・宮戸地区。自然や歴史文化…地域が持つ「たから」を活かし、未来につなげていくにはどうすればよいか。一緒に考えてみませんか？

宮戸と野蒜の たから

未来につなぐ

ていだん
鼎談

「森と海の グランドデザイン」

日時：2016年2月7日(日) 10:00~12:00
会場：野蒜市民センター 入場無料・予約不要

講師：C.W.ニコル氏(アファン財団理事長)
岡村道雄氏(縄文村歴史資料館名誉館長)
風見正三氏(宮城大学教授)

宮戸と野蒜のたから、魅力とは？
たからを活かしたまちづくりとは？
「森と海をつなぐ学校」にみんなが集い、
学び・憩う。復興の先にある地域の未来
を考えます。



採用情報 奥松島縄文村歴史資料館・展示解説員(非常勤特別職)募集

■対象・資格

- *短期大学卒業以上の学歴を有している方(学芸員資格を有することが望ましい)
- *心身とも健康な方でパソコン(ワード・エクセル・フォトショップ・イラストレーター)の操作ができる方
- *郷土の自然、歴史、美術工芸等に関心を有する方

■業務内容

- *資料館の受付案内と展示解説
- *体験学習のインストラクター
- *広報、宣伝 *事務補助

■勤務条件

- *週4日(週30時間)勤務 8:30~17:00
(土・日曜日、祝日の勤務あり)

■待遇 月額126,000円(社会保険・雇用保険あり)

- 申し込み 平成28年2月21日まで(9:00~17:00)
履歴書(市販用紙に記入し、写真貼付)を縄文村資料館へ持参(水曜休館)、もしくは下記に郵送。
※後日採用試験(作文・面接)あり。

■採用月日

- 平成28年4月1日~平成29年3月31日
※任期満了後、更新する場合あり

■採用人数 若干名

郵送先：奥松島縄文村歴史資料館 〒981-0412 東松島市宮戸字里81-18(当日必着)

宮戸にサクラを咲かせましょう。

第3回ヤマザクラ植樹祭

2016年3月13日(日) 9:30~12:00

場所：縄文村および周辺地域

持物：軍手、長靴、汚れてもよい服装

※参加ご希望の方はお電話(下記)でお申込みください。

ヤマザクラ2011本
プロジェクト

山桜2011本、奥松島復興の会
<http://okumatsushima2011.com/>

講演会・植樹祭のお申込み、
採用情報のお問い合わせは… ☎0225-88-3927(水曜休館)

社会保障・税番号制度 (マイナンバー制度)のお知らせ



○マイナンバー(個人番号)カードの交付

地方公共団体情報システム機構が作成した「マイナンバー(個人番号)カード」が市に郵送され、カードの検品等を行った後、市から「交付通知書(はがき)」を自宅に郵送します。交付通知書が届いた方は、内容を確認のうえ、「マイナンバー(個人番号)カード」受付窓口に来庁してください。交付窓口で、本人確認、暗証番号登録のうえ「マイナンバー(個人番号)カード」を受領になります。

●暗証番号は、最大4つ設定する必要があります。「交付通知書(はがき)」が届いたら、市役所で交付を受ける前にあらかじめ暗証番号を決めておいてください。短時間で交付できるよう、ご協力をお願いします。

※英数字6文字以上16文字以下の暗証番号を1つ、数字4桁の暗証番号を3つが必要です。

●「マイナンバー(個人番号)カード」受領の際には、「通知カード」、「交付通知書(はがき)」、「本人確認書類(運転免許証等)」および「住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)」を持参してください。

多くの方が申請された場合、交付のご案内までに相当の期間を要することが予想されます。ご理解・ご協力をお願いします。

※市役所本庁舎臨時窓口で申請時来庁方式の申請をした方は、本人限定受け取り郵便で「マイナンバー(個人番号)カード」を郵送します。

○通知カードの受取方法

市内に住民登録のある方のうち、配達時に受け取れず、郵便局での保管期間中(配達日の翌日より原則7日間)にも受け取りができなかった方の通知カードは、「マイナンバー(個人番号)カード」受付窓口に戻送されています。その後一定期間(3ヶ月程度)は、市民課で保管していますので、「マイナンバー(個人番号)カード」受付窓口で受け取りの手続きをお願いします。

なお、保管期間を経過しても受け取られなかった通知カードは廃棄されます。その後、通知カードが必要になった場合は、再交付申請に手数料(500円)の負担が必要となりますので、受け取りが済んでいない方は、早めに受け取りをお願いします。

○マイナンバー(個人番号)カード受付窓口の変更のお知らせ

2月8日(月)から、「マイナンバー(個人番号)カード」の申請および交付業務等を市役所本庁舎1階101会議室に変更します。

■期間 2月8日(月)~3月31日(木) ※土・日曜、祝日を除く。

■場所 市役所本庁舎1階101会議室

※特定個人情報(マイナンバーを含む個人情報)を厳格に管理するため、本庁舎に限り開設します。

■業務時間 午前:9時~12時、午後:13時~16時

■問 市民課窓口サービス班 ☎内線1122・1411

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

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)
土曜・春夏冬休み期間9時30分～18時(7時間30分勤務)

■賃金 時給900円
■募集人員 1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)
土曜・春夏冬休み期間9時30分～18時(7時間30分勤務)

■賃金 時給850円
■募集人員 1人

■右記の勤務先 市内8カ所
ずれかの放課後児童クラブ
(天本東・矢本西・大曲・赤井・赤井南・大塩・鳴瀬桜華・野蒜)

■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2月15日(月)15時まで、右記担当へ持参

※後日面接あり。

臨時保育士募集

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。

■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、2月15日(月)15時までに右記担当へ持参または郵送 ※後日面接あり。

NPO法人 東松島市体育協会職員募集

問 NPO法人東松島市体育協会
☎82-9030

○社会体育施設管理業務員

■業務内容 社会体育施設管理および環境整備全般

■対象・資格 市内在住で心身ともに健康で、スポーツに理解のある方

■防火管理者資格保有の方優遇。
■勤務時間 週32時間以内
■土・日曜・祝日・夜間勤務あり。

■勤務場所 市内社会体育施設
■募集人数 若干名
■賃金 月96,000円
※社会保険あり。

■雇用期間 4月1日～平成29年3月31日 ※継続あり。

○社会体育施設清掃員
■業務内容 社会体育施設清掃業務

■対象・資格 市内在住で心身ともに健康で、普通免許をお持ちの方

■勤務時間 週8～15時間
■勤務場所 市内社会体育施設
■募集人数 若干名
■賃金 時給850円

※社会保険・雇用保険なし、労災保険あり。

■雇用期間 4月1日～平成29年3月31日 ※継続あり。

■申し込み 2月26日(金)16時まで、履歴書(本人自筆、写真添付)を上記に提出
※書類選考後、面接あり。

自衛官募集

自衛隊宮城地方協力本部
石巻地域事務所
住所：東松島市赤井字鷺塚1-6
☎83-6789

○陸・海・空自衛官候補生(男子)
受付は年間を通じて行っています。
詳しい内容は、市報11月15日号をご覧ください。

○予備自衛官補
■対象・資格
●一般：18歳以上34歳未満の方
●技能：18歳以上で、保有する技能に応じて53歳～55歳未満の方

■受付期間 4月8日(金)まで
■試験日 4月15日(金)～19日(火)

平成28年度基地モニター募集

問 航空自衛隊松島基地広報班
〒981-0503
住所：東松島市矢本字板取85
☎82-2111 内線2117

内容 ①基地広報行事(観藤

会、基地見学など)への参加
②基地モニター会議への出席
およびアンケート調査への協力
③自衛隊や松島基地の施策に関する意見や要望などの提言

■対象 20歳代～60歳代までの市内在住の方

※議会議員、常勤の国家公務員、地方公務員の方は除く。

■募集人員 10人
■在任期間 1年(平成28年4月～平成29年3月)

■応募方法 2月19日(金)必着で、はがきに氏名(ふりがな)、住所、生年月日、職業、電話番号を明記し、上記宛て郵送。

お知らせ

「障害者控除対象者認定書」交付のお知らせ

問 福祉課高齢介護班
☎内線1186～1188

確定申告時に障害者控除を受けられるよう、介護保険法の要介護認定者で、障害者に準ずると認められる方に「障害者控除対象者認定書」を交付します。

■交付対象者
●介護保険法に規定する要介護認定で要介護1から要介護5の65歳以上の方
●右記介護認定者で死亡された方を扶養していた方

■認定基準日
●確定申告の対象となる年の12月31日(年の途中で亡くなられた場合は、亡くなられた日)

■申請の必要がない方
●身体障害者手帳1～2級、精神障害

者1級療育手帳Aをお持ちの方
●本人および扶養者が非課税の方などで、確定申告をする必要がない方

■申請期間 3月18日(金)まで
■必要なもの 介護保険被保険者証(被保険者が死亡の場合には不要、印鑑(認印可)、ゴム印・スタンプ印不可)

■日時 2月21日(日)
「ちびまる子ちゃん イタリアから来た少年」
10時30分～ ※10時開場。
13時30分～ ※1時開場。

■杉原千畝 SUGIHARA CHIUNE
16時30分～ ※16時開場。
※各回上映終了後にお楽しみ抽選会を行います。

■場所 小野市民センター講堂
■入場料
前売り券：一般 1,000円
中学生以下(3歳まで) 800円
※全席自由。

■チケット販売場所 市コミュニティセンター、ホワイト急便
鳴瀬小野店、市内各市民センター、高島製菓店(石巻市旭町)

■お問い合わせ
医療法人徳会 真壁病院
☎82-7111

■テーマ 「わかりやすい緑内障講座」
講師 中澤 徹先生
(東北大学大学院 医学系研究科 神経

■日時 2月27日(土)
9時30分～13時
■場所 県立石巻高等技術専門学校
■主な内容
●無料マイカー点検コーナー
●金属・木工製品の販売
※学生が丹精こめてつくりあげた製品です。申込多数の場合は抽選となります。

■体験コーナー
ブレーキ解体・組み立て、ねじ加工、木工製品の製作
※子供たちが楽しめるコーナーもあります。

感覚器病態学講座 眼科学分野教授
■日時 2月18日(木) 18時30分～19時30分
※入場開始：18時。

■場所 市コミュニティセンター
■入場 無料
■主催 医療法人徳会真壁病院、特定非営利活動法人エバーオンワード

■日時 2月21日(日)
「ちびまる子ちゃん イタリアから来た少年」
10時30分～ ※10時開場。
13時30分～ ※1時開場。

■杉原千畝 SUGIHARA CHIUNE
16時30分～ ※16時開場。
※各回上映終了後にお楽しみ抽選会を行います。

■場所 小野市民センター講堂
■入場料
前売り券：一般 1,000円
中学生以下(3歳まで) 800円
※全席自由。

■お問い合わせ
医療法人徳会 真壁病院
☎82-7111

■テーマ 「わかりやすい緑内障講座」
講師 中澤 徹先生
(東北大学大学院 医学系研究科 神経

■日時 2月27日(土)
9時30分～13時
■場所 県立石巻高等技術専門学校
■主な内容
●無料マイカー点検コーナー
●金属・木工製品の販売
※学生が丹精こめてつくりあげた製品です。申込多数の場合は抽選となります。

■体験コーナー
ブレーキ解体・組み立て、ねじ加工、木工製品の製作
※子供たちが楽しめるコーナーもあります。

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)

公用車に掲載する広告を募集します

市では、平成28年4月1日から掲載する公用車への広告主の募集を行います。皆さんのお店や会社の走る広告塔として、ぜひ活用ください。

- 対象 宮城県内に所在する事業所、事務所または店舗を有する個人、団体などでその業務内容が明確な方
- 対象車両 市が指定する公用車 10台
- 募集内容 広告内容を表示したマグネットシートを車体に貼り付けます

広告掲載位置	規格	掲載期間	広告掲載料
側面 (後列両側ドア)	縦35cm以内× 横50cm以内×2枚	平成28年4月1日から 6カ月以上 (年度内は、最長12カ月) 更新により延長可能	4,000円/月額 (消費税及び地方消費税を含む)
後面	縦20cm以内× 横30cm以内×1枚		

※広告内容に「東松島市有料広告」の表示をすること(サイズ:縦3cm×横24cm以上)
※広告の作成・掲載・補修・撤去は広告主の負担となります。

掲載イメージ

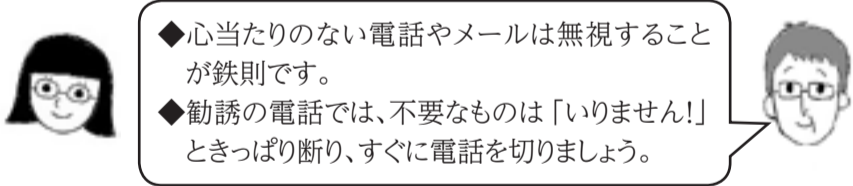


- 申込受付期間 2月3日(水)～12日(金)9時～17時 ※先着順受付。
- ※募集内容に関する詳しい内容や応募に必要な書類と提出方法などは、市ホームページに掲載しますので、そちらを参考にしてください。
- 問 総務課総務班 ☎内線1205

消費生活情報 ～情報提供お待ちしております～

- 株を買わないかという電話がかかってきた
- 「マイナンバーを管理します」という業者から電話が来た
- 心当たりのないアドレスから不審なメールが届いた
- 料金が未払いになっているというメールが届いた

最近、心当たりのない不審な電話やメールがありませんか。消費生活相談窓口では、トラブル相談のほかに「こんな不審な電話やメールがあった」という情報提供もお待ちしております。業者名や相手の連絡先がわからなくても結構です。何か気づいたことがあったら、気軽に連絡ください。



～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

こんにちは農業委員会です

農地等の権利を取得した場合は、農地等が存する農業委員会に届け出なければなりません。(農地法第3条の3第1項)

具体的には、相続や法人の合併や分割などで農地を取得した場合が、これに当たります。

届出書は下記にありますので、届出者の印鑑と権利を取得した方の氏名、該当土地の所在、地目、面積、権利を取得した日や理由が分かる登記簿謄本などを用意したうえ、届出してください。

なお、取得した農地が複数市町村になる場合は、それぞれでの届出が必要です。

- 問 農業委員会事務局(市役所鳴瀬庁舎1階) ☎内線2151

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11カ月～

2月のテーマは、「避難所・避難場所の確認」です。避難所には地区センター等の身近な集会施設や公共施設で、災害発生時に自主防災組織が基本的に運営する地区避難所、大規模な避難収容施設で非常用食料等が備わっている小中学校、高校、市民センター等の地域避難所があります。

また、安全な状況が確認できるまで一時的に避難する施設である避難場所があります。災害時に避難が必要になった際のことを考え、地域や家族でもう一度避難場所を確認し、話し合ひましょう。また、避難経路についても、塀際や狭い路地は避け、広く安全な経路を実際に歩いて確認し、地域全体で防災意識を高めましょう。

■避難所・避難場所の確認チェックリスト (左の欄に☑(チェック)を入れましょう)

避難所・避難場所の確認
自宅の最寄りの地区避難所や地域避難所に加え、職場など生活圏の避難所も確認しましょう。また、遠方に出かけた際も避難場所を確認しましょう。
避難経路の確認
災害が発生した際、迅速な避難をするため、避難経路の確認が大切です。また、災害が発生した際、想定していた避難経路が使用できない場合もあります。複数の避難経路を確認し、その際にブロック塀などの危険物に注意し、周囲に目を配り、行動しましょう。

- 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1168

国民ねんきんだより～保険料納付方法のお知らせ～

国民年金保険料の納付を、うっかり忘れて納付期限を過ぎていた。忙しくて金融機関の窓口やコンビニエンスストアで支払う時間がないという方は、便利な口座振替を利用ください。なお、まとめて前払い(前納)すると保険料が割引されます。

国民年金前納割引制度(口座振替の前納)

- 口座振替の振替方法は、
(1)2年前納(4月～翌々年3月分)
(2)1年前納(4月～翌年3月分)
(3)6ヶ月前納(4月～9月分、10月～翌年3月分)
(4)当月末振替(早割)
※本来の納付期限よりも1カ月早く口座より振替する方法です。
- (5)翌月末振替 ※保険料の割引はありません。
の5種類から自由に選んで申し込みできます。
- まとめて前払い(前納)すると、割引が適用されます。
- 平成28年度の保険料額は、平成28年2月下旬に告示される予定です。

口座振替のお申し込み手続き

- ・預貯金口座をお持ちの金融機関(ゆうちょ銀行を含む)、または年金事務所(郵送も可)へ「国民年金保険料口座振替納付(変更)申出書」を提出ください。
- ・申出書は、年金事務所の窓口に備え付けていますが、日本年金機構ホームページ(URL:<http://www.nenkin.go.jp/shinsei/kokunen.html>)から印刷(白黒も可)して年金事務所へ郵送することもできます。
- ・口座振替のお申し込みには、基礎年金番号の記入が必要です。基礎年金番号は、年金手帳や日本年金機構からの郵送物等で確認ください。
- ・金融機関届出印の押印が必要です。金融機関届出印や口座名義人氏名に誤りがあると、手続きが間に合わない場合がありますのでご注意ください。

口座振替での前納の申し込みは早めに

口座振替での平成28年度分1年前納・6ヶ月前納(4月～9月分)・2年前納の締め切り日は、平成28年2月29日(月)です。

※すでに口座振替で前納している方は、再度の申し込みの必要はありません。ただし、1年前納から2年前納への変更など、振替方法を変更される場合は、再度申し込みが必要です。

※保険料が一部免除された方は、口座振替の前納制度は利用いただけません。
※「国民年金保険料口座振替額通知書」で実際に口座から振替される金額を確認し、預金残高にご確認ください

- 問 日本年金機構石巻年金事務所 ☎0225-22-5115(自動音声案内)

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

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・イライラするなどの症状でお困りの方。

■日時 2月4日(木)14時～(予約制、1人50分)

■場所 市役所内相談室

■担当 ひかりササネクリニック

相談

子どものこころのケア相談

加藤光三医師

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つたなど、お子さんへの対応についてお困りの方。

○子どものこころの健康相談(大人の方向)
健康推進課健康指導班

■日時 2月10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

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。

無料講習会を開催します

～人材育成型・地域づくりプロジェクト～

市報12月15日号でお知らせした、人事育成無料講習会の追加募集を下記のとおり行います。

■講習日程 ※平成27年度 1月以降開催予定分。1・2回目は締切。

講習名	定員 ※先着順	3回目	4回目
刈払い機	各回10人	2月7日(日) ※募集定員7人。	3月19日(土) ※募集定員9人。
チェーンソー	各回10人	2月13日(土) ～14日(日) ※募集定員2人。	3月12日(土) ～13日(日) ※募集定員9人。

■場所 児童養護施設支援の会宮城事務所(旧牛網保育所)(住所:東松島市牛網上四十八27)

■申し込み FAXまたは封書に必要事項(受講希望日・種目、氏名、電話番号)を記入し、下記へ申し込みください。希望者多数の場合は、先着順とします。※詳しい内容は、市報12月15日号をご覧ください。下記まで問い合わせください。

■問・申し込み
特定非営利活動法人 児童養護施設支援の会宮城事務所 担当:神吉 かみやし
☎:090-8479-1441 FAX:0225-24-8086

東松島市市制施行10周年記念

民謡育ての親 後藤桃水翁を偲ぶ民謡の集い

■日時 2月14日(日)13時 ※開場:12時30分。

■場所 市コミュニティセンターホール ※入場無料。要整理券。

■入場整理券 市コミュニティセンター・各市民センターで配布しています ※1人2枚まで。

■内容 県内民謡全国大会優勝者の唄声披露など

■問 後藤桃水翁を顕彰する会(事務局:多田) ☎87-2234

平成27年度第4回普通救命講習I(一般公募)開催

■日時 2月21日(日)9時～12時

■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・定員 中学生以上の方30人

■申込方法 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、申込期間までに下記に申請してください。また、再講習の方は、受講申込時および講習当日に修了証を持参してください

■問 女川消防署 ☎0225-54-2119、石巻広域消防本部警防課 ☎0225-95-7433 URL: <http://isyoubou.jp/>

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 2月19日(金)10時～15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 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 2月24日(水)13時～17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



東松島市立野蒜小学校閉校式典のお知らせ

野蒜小学校は明治6年に開校以来、142年間、保護者・地域の皆さんに支えていただけてきましたが、平成28年3月末をもって閉校となり、平成28年4月からは、宮戸小学校と統合し『東松島市立宮野森小学校』として、新たな一歩を踏み出すことになりました。

閉校にあたり、以下のとおり閉校式典を挙行政します。地域の皆さん、卒業生の皆さんはじめ、野蒜小学校にかかわりのある皆さんの参加をお待ちしています。

■日時 2月27日(土)

1部:閉校式 8時30分～

2部:虹の会～未来へのかけ橋 9時20分～

3部:ありがとう!野蒜小142年の歴史は地域とともに 12時～

■場所 1部・2部:小野地区体育館
3部:旧野蒜小校舎(亀岡校舎)前

■対象 野蒜小学校にかかわりのある方(卒業生など)

■内容 1部は挨拶・校旗返納など、2部は講演と太鼓・DVD視聴、3部は旧野蒜小学校舎(亀岡校舎)に移動して記念碑の除幕式、風船飛ばしなどを予定しています。3部亀岡校舎からの参加も歓迎します

■問 野蒜小学校(担当:教頭) ☎87-4711

東松島市立宮戸小学校閉校式典のお知らせ

宮戸小学校は明治6年に開校以来、142年間、保護者・地域の皆さんに支えていただけてきましたが、平成28年3月末をもって閉校となり、平成28年4月からは、野蒜小学校と統合し『東松島市立宮野森小学校』として、新たな一歩を踏み出すことになりました。

閉校にあたり、以下のとおり閉校式典を挙行政します。地域の皆さん、卒業生の皆さんはじめ、宮戸小学校にかかわりのある皆さんの参加をお待ちしています。

■日時 2月20日(土)

閉校式 9時30分～

感謝の会 10時30分～


閉校記念碑除幕式 11時15分～

■場所 宮戸小学校体育館及び校庭

■対象 宮戸小学校にかかわりのある方(卒業生など)

■内容 閉校式では、挨拶や校歌斉唱・校旗返納など、感謝の会では宮戸島太鼓(児童演奏)・DVD視聴(宮戸小の歴史)や宮戸音頭を予定しています。閉校記念碑除幕式は校庭で行います。閉校記念碑は宮戸各地区からの寄付により建立されます

■問 宮戸小学校(担当:教頭) ☎88-2209



それゆけ! イート Vol.58

～みんなにありがとうの旅～
「春夏秋冬見える“富士”」 作:みやみ



○埼玉県富士見市:埼玉県の南東部、首都30キロメートル圏に位置し、東は荒川をへだて、さいたま市に、北は川越市・ふじみ野市に、西は三芳町に、南は志木市にそれぞれ接している。

首都圏近くではあるが、市の名前が表わすとおり富士山が良く見え、市内には絶景スポットも数多く存在する。

○富士見市マスコットキャラクター「ふわっぴー」:富士見市に住む4才の双子の兄妹。家族で農業をしていて、野菜や果物をたくさん作っており、なかでも夏のみずみずしい梨を食べるのが大好き。自然の中で遊んだり、とれたての野菜でお友達とバーベキューをするなど、富士見市育ちの子どもとして、楽しい毎日を過ごしています。

○富士見市の見どころ:市民の公募により選ばれた、難波多城公園・水子貝塚公園・山崎公園などの『ふじみ10景』だけではなく、市内各所から見える富士山は、季節折々の姿を見せてくれる。

問 地域包括支援センター
☎83-11966

「最近物忘れがひどくなってきた」「今までできていたことができなくなり、心配だ」など認知症状や家族の対応について悩んでいませんか。

地域包括支援センターでは、認知症専門医による相談会を開催します。気軽に相談ください。

日時 2月25日(木)13時～(予約制、1人50分)

場所 東松島市地域包括支援センター

対象 市内に住所を有する方

担当 こだまホスピタル副院長 進藤克博医師

申し込み 2月15日(月)まで
電話で申し込みください

認知症専門相談

日時 2月26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 2月19日(金)まで
電話で申し込みください

休日診療担当医院表(2016年(平成28年)2月分)

月日	医院名	電話番号	薬局名	電話番号
2月7日(日)	いしがき・みみはなのどクリニック	84-1187	ハーブ薬局東松島店	84-1161
2月11日(木・祝)	ひかりサンテクリニック	84-1333	和薬局	84-2711
2月14日(日)	石垣クリニック内科循環器科	83-7070	ひまわり調剤薬局	83-8075
2月21日(日)	伊東胃腸科内科	82-6666	たかぎ薬局赤井店	83-5466
2月28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)
2月7日(日)	石巻赤十字病院	石巻市蛇田字西道下71	21-7220
2月11日(木・祝)	おおば小児クリニック	石巻市門脇字青葉西38-1	93-9693
2月14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
2月21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
2月28日(日)	中山こどもクリニック	石巻市中里3丁目4-27	95-4121

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

女性医師が、女性の健康推進に関する相談、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等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)

日時 2月6日(土)14時～16時

場所 塩竈市

※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してください。

予約専用電話
☎090-5840-11993

仙台弁護士会では、これまで平日のみ対応していた無料法律相談を、日曜日にも実施します。「平日は仕事で相談に行けない」という方など、どんな小さなことでも、法律に関する不安や悩み事があれば、ぜひ相談ください。

相談日時
月・金曜日:13時30分～16時30分
日曜日:10時30分～16時30分
※12時30分～13時30分は昼休み。

相談場所 石巻法律相談センター(石巻市穀町12-18駅前ビル4階)

相談内容 震災関係、多重債務(借金)、交通事故、離婚やDVなどに関する法律相談

税理士記念日 無料税務相談会「身の回りの税金相談」

問 東北税理士会石巻支部
☎0225-95-9763
(受付:平日10時～17時)

日時 2月23日(火)10時～16時 ※予約不要。

場所 石巻観光協会ロマン海遊21(石巻駅前)

※混雑が予想されますので、相談時間は原則30分以内とさせていただきます。

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。

仙台弁護士会 石巻法律相談センターからのお知らせ

問 石巻法律相談センター
☎0225-23-5451

【2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	5日(金) 10時～15時	小野市民センター	いじめ、暴力、隣近所とのめめ事、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	12日(金) 13時～15時	小野市民センター	国・自治体の行政や郵便局・NTT、独立行政法人などの業務に関する相談	■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	13日(土)※住宅ローンに関する相談は要事前予約。 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、七十七銀行と石巻信用金庫)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等電話048-615-0420(通話料金がかかります)
法テラス東松島の法律相談等	平日10時～16時 2月の休日法律相談日:13日(土)、28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(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10月 生まれ	2月24日(水)	12時30分～ 12時50分
1歳6か月児健康診査	平成26年7月 生まれ	2月19日(金)	
2歳6か月児歯科健康診査	平成25年7月 生まれ	2月18日(木)	
3歳児健康診査	平成24年9月 生まれ	2月23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	2月9日(火)	9時～11時
10か月児健康相談	平成27年4月 生まれ	2月22日(月)	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

食のリレートーク 第61回

イート(食べる)でつながるとイ～ナ!!



子どもたちに育む食への感謝と食べる喜び



矢本中央幼稚園主任教諭

三浦 美樹さん

▲「早寝早起き朝ごはんが子どもの健康の基本です」と話す三浦さん

矢本中央幼稚園では、園児のお昼ごはんは週2回がお弁当給食、3回が家庭から持参するお弁当となっています。子どもたちにとってお母さんの手作りお弁当は楽しみの一つですが、「健康的でおいしくて、見栄えも良いものはどう作ればいいのか」と悩むお母さん方も少なくないと思います。そこで毎年「お弁当参観」という行事を催し、お弁当作りの悩みを解消してもらっています。

市の栄養士さんがお弁当作りについてアドバイスをするほか、お母さん同士の情報交換の場にもなっており、「冷凍食品を使ってもいいことが分かり、安心しました」「お弁当作りに興味を持ってました」などの声が聞かれ、有意義な参観になっています。

また園児たちに食に対する感謝の気持ちや食べる喜びなどを育んでもらおうと、栽培活動も行っています。本年度はサツマイモや枝豆、トマトなどを園内で栽培し、調理をしておいしくいただきました。

子どもたちに健康的な食生活を送ってもらうため、日頃から「早寝早起き朝ごはん」を呼びかけています。また好き嫌いをなくし、極力何でも食べられるようになってくれればうれしく思います。

次回は市食育推進協議会会長の石森さと子さんにバトンタッチします。



▲子どもたちにとって、お母さんの手作りお弁当は楽しみの一つです

■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)

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12月生まれのお子さん
麻しん風しん(第1期)、水痘	平成27年1月生まれのお子さん

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3109

二種混合予防接種のお知らせ

二種混合予防接種は、27年度の小学6年生(平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれ)のお子さんに対し、平成27年6月に予診票を郵送しています。

この予防接種は乳幼児期に接種する三種混合ワクチンで防げる感染症のうち、破傷風とジフテリアの免疫をより高めるためのもので、11歳以上13歳未満のお子さんが定期接種の対象年齢として定められています。この年齢であれば年度に係らず接種することができますので、未接種の方は13歳のお誕生日の前日までに、接種しましょう。

接種には市で発行している予診票が必要となります。紛失した方、また転入してきた方には、予診票を発行しますので、連絡ください。

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3109

献血にご協力ください

■日時 2月6日(土) 10時～11時45分、13時～16時30分

■場所 イオンタウン矢本

※17歳の男性および18歳以上の方を対象とした400cc献血のみの受付で実施します。

■問 健康推進課健康指導班 ☎内線3110



あなたに届け!

健康ラブレター



あなたは知っている!?ロコモティブシンドロームとその予防

「最近足腰が弱くなってきたかな」と思うことはありませんか。

実はそれがロコモティブシンドローム(運動器症候群)の始まりかもしれません。通称「ロコモ」と呼ばれ、骨・関節・筋肉・神経系などの運動器が加齢の影響により衰えている、また衰え始めている状態のことで、立つ、歩くなどといった日常動作が難しくなります。40代から始まる人もいて、放っておくと介護が必要になる可能性が高まります。

☆やってみよう 7つのロコモチェック☆(左の欄に☑を入れてみましょう)

- 片脚立ちで靴下がはけない。
 - 家の中でつまずいたり滑ったりする。
 - 階段を上するのに手すりが必要である。
 - 15分(約1km)くらい続けて歩くことができない。
 - 横断歩道を青信号で渡りきれない。
 - 2kg程度の買い物(1Lの牛乳パック2個程度)をして持ち帰るのが困難である。
 - 掃除機の使用や布団の上げ下ろしなど家のやや重い仕事が困難である。
- ※1つでも当てはまる場合は、ロコモ予備軍の可能性が高いです。
※5つ以上当てはまると要介護のリスクは3倍になります。

ロコモ予防には今よりあと10分多く体を動かし毎日の運動習慣を身に付けること、食生活では「骨を丈夫にする」「適正体重を保つ」「バランスよく食べる」ことが大切です。

ロコモ予防に手遅れはなく、ロコモについて知ったその日が予防と改善のスタートラインです。みんなでいつまでも元気で健康な東松島市民を目指しましょう。

自宅でできるロコモーショントレーニング



■問 健康推進課健康指導班 ☎内線3114

出典:公益社団法人 日本整形外科学会

戸籍のまど

平成27年12月掲載依頼分

(12月1日～31日)

※敬称略希望者のみ掲載しています。
※年齢は、実年齢を掲載しています。

■戸籍のまどの掲載に関する問

市民課窓口サービス班

☎内線13334

おめでとーごうがいます
ご結婚

表	往還上	上町二	上町二	四反走	仙台市	往還上	往還上	新川前	新川前	大浜	仙台市	南新一	南新一	柳北	柳北	東大溜	石巻市	利府町	仙台市	新東名	立沼	新東名	岩手県	行政区等
菅野	門間	前木	中山	澤口	熊谷	五十嵐	村上	鈴木	西村	小峰	夏林	松川	佐藤	渡辺	上野	伊藤	中野	吉田	石垣	川畑	佐藤	内海	池田	氏名
千尋	史憲	芙美子	貴裕	りさ	拓也	結衣	祐輔	千尋	夏樹	藍	至	夕子	芳憲	七重	祐輔	みゆき	隆司	奈緒美	宏訓	由紀	嘉紀	恵里	拓志	名

お誕生
おめでとーごうがいます

小松南	下町三	新町	下町四	下町三	小分木	行政区等	柳西	中東	上河三	往還上	南六	新田	五味倉	立沼	小野上	具殿塚	筒場	上納	鹿妻	南二	南四	具殿塚	筒場	南新一	関の内	河戸	照井	横沼	行政区等
後藤	浅野	土井	齋藤	高橋	加藤	氏名	渡邊	須藤	松岡	櫻井	米木	内海	狩野	石森	扇谷	平	佐藤	杵谷	真壁	小竹	千葉	川崎	小野寺	平間	初澤	佐藤	阿部	遠藤	保護者
文子	清助	せつ子	和義	みえ子	勝	年齢	琉唯	伸志	碧志	悠哉	空夢	薫那	華那	旭美	遥陽	鈴	暖樹	錬平	悠聖	蒼真	楓馬	星詩	穂花	碧	名桜	沙紀	笑心	剛志	保護者
98	87	88	60	79	64	年齢	竜也	政行	麗子	雅英	直也	喜裕	孝之	靖朗	典利	直樹	敦	祐治	秀幸	直樹	達也	慎吾	理人	正喜	晋	千鶴	貴宏	剛志	保護者

お悔やみ申し上げます

法テラス東松島からのお知らせ

～「無料法律相談」を利用ください～

平成23年3月11日現在(東日本大震災発生時)、災害救助法適用市町村に住居や営業所等があった方向けの震災法律援助業務が平成30年3月31日まで震災特例法が延長されることに伴い、これからも法テラスで継続して行っています。

■弁護士による無料法律相談日 平日

※休日の相談日は、毎月市報1日号17ページでお知らせします。

■各分野の専門家による無料相談

月曜日	司法書士:土地建物の権利関係、会社法人に関する登記など 税理士:税務申告・相談、会計指導・巡回監査、経営支援など 建築士:建築物の設計・工事監理
木曜日	土地家屋調査士:土地・建物の物理的状況に関する登記・境界に関すること 行政書士:権利義務・事実証明に関する書類作成 社会保険労務士:人事労務管理、年金、労働社会保険 社会福祉士:高齢者・障がいをお持ちの方の福祉(健康・医療・介護など)に関する相談
金曜日 ※第2・4のみ。	女性相談:家族、DV、パートナーからの暴力、人間関係、仕事、孤独感、眠れない、生活、将来の不安など ※女性に限ります。



■問 ☎050-3383-0009
■業務時間 平日9時～17時
(土・日曜および祝日除く)
■場所 東松島市矢本字大溜1-1
(市コミニティセンター西側)

南緑	利府町	河戸	具殿塚	東大溜	上下堤	里北	鹿妻	横沼	鹿妻	上河二	表	中	河戸	関の内	具殿塚
鈴木	佐藤	木皿	針生	安倍	八木	尾形	片平	及川	大江	岸野	矢本	木村	高橋	今野	佐藤
廣壽	美希	さた子	鶴雄	きくの	文男	松雄	勲	とよの	貞七	きえ	ヨウコ	春子	フクミ	茂	友信
80	41	89	74	100	79	88	64	89	83	99	88	88	91	65	74

横沼西	大溜	南六	下町一	上河一	往還上	関の内	下小松	上河三	肘曲	貝田	下町一
堀江	安達	今野	浅野	伊藤	高橋	菅原	土井	渡辺	亀山	齊藤	松谷
文子	いと	泰章	昭六	弘志	とく	勝也	久孝	なか	千代	幹夫	武美
92	83	48	84	62	76	80	94	91	79	64	101

冬場の火事にご注意ください

空気が乾燥し、火災が起こりやすい季節となりました。火災から「大切な家族の命を守るため」、「自分自身の命を守るため」、「地域の安全安心を守るため」に一人ひとりが火の用心に努めましょう。

■問 防災課消防安全班 ☎内線1166

広告

【特約銘柄】
日高見、伯楽星、綿屋、黄金澤、橘屋、栗駒山、勝山、金龍、
明るい農村、赤兎馬、海咲、堤の花雪、酸美水ほか

●「水鳥記」取り扱っています
●綿屋バレンタインチョコ入荷

地酒の専門店 **大江酒店**
東松島市小松字谷地196 ☎82-2343 FAX83-7489 水曜日定休

しぼりたて新酒
用意しています。

広告

卒業・入学撮影承り中

七五三・成人式
baby・誕生日記念・ファミリー
マタニティ 各種撮影ご予約承り中

デジカメプリント
サイズ 1枚 **18円** (税別)
店頭機ですぐプリントできます

☎24-8560 フォトスタジオ アドバンス
矢本作田浦 45号沿い ツルハドラックさん向い側
営業時間 9:30～19:00 火曜日定休

スタジオ写真撮影のご案内・ネットプリント→ <http://advance-photo.com>

広告

車検の **ナルセハタケヤマ**
TEL 87-3818

各社新車、中古車販売
(有)鳴瀬島山自動車
〒981-0303 東松島市小野字中央2-2 FAX 87-3817

みやぎ生協提携店

広告

この街で生まれたお米「かぐや姫」の内祝

お子さんの出生時の体重と同じ重さの『かぐや姫』です。
個性のあるお米での内祝。
赤ちゃんの重さを感じてほっこりしましょう!!

◎価格は赤ちゃんの出生時の体重(g)×0.9円。地方発送承ります(送料別途)
◎Facebookページ開設しました。「竹取倶楽部」で検索してください
◎あてなショップ まちんどでも取扱っています

問い合わせ・連絡先 竹取倶楽部 木村 ☎090-1061-3890

市民のカレンダー 2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 宮城県内では震災発生直後から飲酒運転による事故や検挙数が増加しています ~飲酒運転を「しない」「させない」「許さない」~	1 ●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 ■豆まき会(鳴瀬幼)	2 体 ●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 ■豆まき会(矢本西保育園・のびる幼)	4 ■囲碁将棋のつどい ㊟10:00 ■一日入学(矢本東小) ■防災訓練(のびる幼)	5 体 ■人権相談(小セ) 10:00 ■一日入学(矢本一中) ■一日入園(矢本中央幼)	6 体 ■献血(イオンタウン矢本) 10:00 ■おなはし会 ㊟ 11:00
7 赤体 ●市税及び税外収入金収納・相談休日窓口 8:30~17:15 ■奥松島縄文村主催鼎談(ていだん)「森と海のランドデザイン」(野セ) 10:00 ■小野地域まちづくり協議会主催講演会「人生を前向きに」(小セ) 10:00 ■オール赤井鳳あげ大会(赤セ) 北側水田 13:00 ■落語で聞くアンデルセン ㊟ 13:30	8 ■図書館休館日 ■平成28年度市県民税申告受付(塩セ) <~9日(火)※最終日は午前のみ。>	9 体 ●市税及び税外収入金収納・相談延長窓口 ~20:00 ■平成28年度各種検診等申込書提出期限 ■機能訓練 ㊟ 9:30 ■一日入学(赤井小)	10 ●平成28年度各種検診等申込書提出期限日 ■平成28年度市県民税申告受付(鳴保)〈鳴瀬庁舎〉 <~16日(火)※最終日は午前のみ。土・日曜・祝日を除く> ■開校記念日(矢本一中) ■農地転用等締切日(農業委員会)	11 建国記念の日 ●市民防災の日(市民防災デー) ■図書館休館日(建国記念の日)	12 体 ■行政相談(小セ) 13:00 ■第9回酒蔵集 ~新酒まつり~ ㊟ 18:30 ■一日入学(大曲小・赤井南小)	13 体 ■矢本子育て支援センターほっとふる土曜開館(午前のみ) ■おなはし会 ㊟ 11:00 ■加藤登紀子コンサート ~詩と歌の世界から(市コ) 15:30
14 赤体 ■後藤桃水翁を偲ぶ民謡の集い(市コ) 13:00 ■第4回東松島バレンタインPARTY(プレセティア内康) 15:30	15 ■市報2月15日号発行 ■図書館休館日	16 体 ●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	17 ■ちっちゃい子おはなし会 ㊟ 11:00 ■平成28年度市県民税申告受付(赤セ) <~19日(金)> ■防災訓練(鳴瀬幼)	18 ■囲碁将棋のつどい ㊟10:00 ■第12回女の小正月 ㊟ 12:30	19 体 ■東松島市女性団体指導者育成研修会(市コ) 9:30	20 ■宮戸小学校閉校式典(宮戸小) 9:30 ■おなはし会 ㊟ 11:00
21 赤体 ■つながるYeah(家)！ワークショップ「初めての墨画～墨画で花を描こう」(東矢本駅前モデル住宅) 14:00	22 ■図書館休館日 ■平成28年度市県民税申告受付(関の内地区センター) <~23日(火)※最終日は午前のみ。>	23 体 ●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 ■ちびっこクラブ(矢本中央幼) ■赤井まちづくりweek part1(赤セ) 10:00	24 ■平成28年度市県民税申告受付(野セ) <~25日(木)※最終日は午前のみ。>	25 ■囲碁将棋のつどい ㊟11:00 ■新入児保護者説明会(矢本西保育園)	26 体 ■図書館休館日(図書整理日) ■平成28年度市県民税申告受付(塩セ) ■赤井まちづくりweek part2(赤セ) 18:00	27 体 ■野蒜小学校閉校式典(小体)・旧野蒜小学校舎) 8:30 ■ひなまつりおはなし会 ㊟ 11:00 ■第7回東松島なべ鍋まつり(あったかいホール) 18:00 ■学習参観日(大曲小) ■新入園児内科検診・一日入園(鳴瀬幼)
28 赤体	29 ●国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料第8期納期限日 ■図書館休館日 ■振替休業日(大曲小)	3/1 体 ●市税及び税外収入金収納・相談延長窓口 ~20:00 ■市報3月1日号発行 ■市民フォーラム「育み人輝く東松島」(市コ) 18:30 ■市民課延長窓口 ~19:00 ■平成28年度市県民税申告受付 ㊟ <~15日(火、土・日曜・祝日を除く)>	2 ■ちっちゃい子おはなし会 ㊟ 11:00	3 ■囲碁将棋のつどい ㊟11:00	4 体 ■人権相談(市コ) 10:00	5 体 ■イザ！カエルキャラバン！×HANDS!TOGETHER in 東松島(鷹来) 10:00 ■おなはし会 ㊟ 11:00

東松島市役所(本庁舎)	82-1111	鳴瀬	鳴瀬子育て支援センター	87-2338	鷹来	鷹来の森運動公園	82-1101	西セ	矢本西市民センター	82-1181
東松島市役所鳴瀬総合支所	82-1111	鳴瀬	市図書館	82-1120	小体	小野地区体育館(管理:小野市民センター)	87-2067	曲セ	大曲市民センター	82-5965
矢本保健相談センター	82-1111	鳴瀬	蔵しっくパーク(ひと・まち交流館)	84-1770	塩体	大塩地区体育館(管理:大塩市民センター)	82-7532	赤セ	赤井市民センター	82-2075
鳴瀬保健相談センター	87-3111	市コ	市コミュニティセンター	82-6969	塩体	健康増進センター ゆづと	84-3855	塩セ	大塩市民センター	82-7532
奥松島縄文村歴史資料館	88-3927	市体	市民体育館	82-9030	東セ	矢本東市民センター	82-1180	小セ	小野市民センター	87-2067
老人福祉センター	83-2851	矢運	矢本運動公園	82-6804	野セ	野蒜市民センター	88-2056	宮セ	宮戸市民センター	86-2177
矢本子育て支援センター	84-2676	赤体	赤井地区体育館	82-6803						

体育館一般開放のお知らせ ■場所・時間 体...市民体育館 9~12時、赤体...市民体育館 18~21時、赤体...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28年1月1日現在の住民基本台帳、外国人住民含む)
 男 19,797人(+40) 女 20,473人(+47)
 計 40,270人(+87) 世帯数 15,356戸(+51)
 ()内は前月比