



市報

ひがしまつしま



世代超えてスポーツに汗
～リフレッシュフェスティバル～

元気あふれ、活力ある東松島を



「生まれ育ったふるさとを大切にしたい」、「東松島市の復興を応援したい」など善意の気持ちを寄附金という形で贈る「ふるさと納税」。全国の皆さんから市に寄せられた多くの思いは、魅力あるまちづくりの財源として役立てられており、元気な市民やまちの未来を創る力につながっています。10月9日(日)、10日(月・祝)に市内の各社会運動施設で開かれたリフレッシュフェスティバルでは、大人から子どもまで多くの市民の笑顔が弾けました。こうして元気に復興の道を歩んでいけるのは、「ふるさと納税」で寄附をしてくださった全国の皆さんの力にほかなりません。

今号の特集では、市民皆さんの健康や活力のある東松島の未来を創るために活用されているふるさと納税の取組み、返礼品の提供事業者などを紹介するほか、寄附金を活用して推進する福祉、子育て、防災、環境、産業の5つの重点事業をお知らせします。



写真…健康なまちづくりに向けて、各地でさまざまなスポーツ行事が行われました

市報
ひがし
まつしま
No.206

- 特集 東松島市ふるさと納税の取組み ----- P2～P4
- まちの情報広場 ---- P5～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 イト&イーナ
(右) (左)



東松島市返礼品メニュー 【ふるさと企業推奨商品】

平成28年9月2日更新版

寄附金額1万円以上コース

 <p>奥松島産 極上旨力キ (株)奥松島水産</p>	 <p>奥松島産 極上殻付き力キ (株)奥松島水産</p>	 <p>朝獲り 蒸ほやセット (株)高橋徳治商店</p>	 <p>海藻3種 詰合せセット マルヤ鮮魚店</p>	 <p>カキポン・セット マルヤ鮮魚店</p>	 <p>奥松島産 焼きのり (株)奥松島公社</p>
 <p>のり工房 よくばりセット のり工房矢本</p>	 <p>こだわりの マドレーヌ パティスリージュリアン</p>	 <p>大人の ゼリーセット パティスリージュリアン</p>	 <p>ジュリアン オリジナルセット パティスリージュリアン</p>	 <p>お菓子 詰合せセット 和洋菓子おおむら</p>	 <p>のびるパウム (ソフト&ハード) (有)アグリードなるせ</p>
 <p>旨味きゅうり みずほファーム</p>	 <p>ほたる米 ひとめぼれ 精米 10kg みずほファーム</p>	 <p>かぐや姫セット 白米 5kg 竹取倶楽部</p>	 <p>東松島みどころ 周遊チケット 奥松島公社</p>	 <p>東松島食べる通信 (有)グループフローラ</p>	 <p>「のり米」 食べ比べセット 東松島市観光物産協会</p>
 <p>健康布草履 Share Smile Nippon</p>	 <p>ブルーインパルス・ セットA (株)マックス</p>	 <p>ブルーインパルス・ セットB (株)マックス</p>	 <p>ブルーインパルス・ セットC (株)マックス</p>	 <p>ハンドメイド 刺繍グッズ 東松島みらいとし機構</p>	 <p>ぎんの星 詰合せセット ぎんの星</p>
 <p>上下堤 そば・焼酎セット (株)つつみ</p>	 <p>明日葉青汁 (株)希望のいずみ</p>	 <p>海苔入り ハム・ソーセージ (株)オイタミート</p>	 <p>特製角煮セット (株)オイタミート</p>	 <p>のりうどんセット (株)ちゃんこ萩乃井</p>	
 <p>無添加練り物 セット (株)高橋徳治商店</p>	 <p>味噌・醤油・ つゆだしのもと (株)高砂長寿味噌本舗</p>	 <p>ブルーベリージャム とラスク 武田農園</p>	 <p>朝ごはんセット まざーらいん</p>	 <p>浦霞セット (株)佐浦</p>	 <p>東松島地ビールと 小麦粉セット (株)アグリードなるせ</p>

寄附金額2万円以上コース

 <p>のり工房 デラックスセット のり工房矢本</p>	 <p>東松島みどころ 周遊チケット (株)奥松島公社</p>	 <p>健康布草履 2足セット Share Smile Nippon</p>	 <p>まんがハムセット (株)オイタミート</p>	 <p>東松島ふたつセット (1万円コースから 2点ご選択)</p>
--	--	---	---	---

寄附金額3万円以上コース

 <p>海鮮グルメ ギフトセット マルヤ鮮魚店</p>	 <p>健康布草履 3足セット Share Smile Nippon</p>	 <p>燻り牛タン・ ハムセットA (株)オイタミート</p>	 <p>東松島みつつセット (1万円コースから 3点ご選択)</p>	 <p>東松島よつつセット (1万円コースから 4点ご選択)</p>
---	---	--	---	---

寄附金額5万円以上コース

 <p>奥松島の宿・ ペア宿泊券 東松島みらいとし機構</p>	 <p>かぐや姫 いっぱいセット 白米 10kg×3回 竹取倶楽部</p>	 <p>上下堤そば いっぱいセット (株)つつみ</p>	 <p>堤の花雲 いっぱいセット (株)つつみ</p>	 <p>燻り牛タン・ ハムセットB (株)オイタミート</p>	 <p>東松島いつつセット (1万円コースから 5点ご選択)</p>
---	--	---	--	--	---

寄附金額10万円以上コース

 <p>ほたる米 たっぷりセット 精米 28kg×3回 みずほファーム</p>	 <p>かぐや姫 たっぷりセット 白米 20kg×3回 竹取倶楽部</p>	 <p>プリザーブド フラワー(青) (有)松岡生花店</p>	 <p>東松島産 豚肉半頭分!! (株)オイタミート</p>	 <p>東松島産 豚肉1頭分!! (株)オイタミート</p>	<p>返礼品 イメージ 企業等名</p>
---	--	--	---	---	------------------------------

12万円以上コース

25万円以上コース

コース名

返礼品名

東松島市 ふるさと納税とは

「東松島市を応援したい」、「生まれ育ったふるさとや地域を大切にしたい」という善意の気持ちを寄附金というかたちにするものです。

寄附を通じて地域づくりに貢献できるほか、寄附した金額から自己負担(2,000円)を除いた金額に応じて、所得税や個人住民税から一定の上限まで控除することができる制度です。

ふるさと納税による寄附を通じて、新たな地域の魅力を発見していただき、美味しいものや良いところなど、市の魅力を伝えるため、市外・市内在住問わず、1回あたり1万円以上ふるさと納税していただいた寄附者に対し、返礼品として市内の特産品・宿泊券などをお届けする取組みをしています。

寄附は、インターネットでの申し込みが可能です。申込フォームに必要事項を入力し、郵便払込またはクレジットカードでお支払いください。

ぜひ一度インターネットで、「東松島市 ふるさと納税」で検索、または<http://www.hm-furu.com/>にて詳しい内容をご覧ください。

また、東松島市ふるさと納税を通して、全国各地へ市内事業者の魅力ある商品を情報発信し、東松島市の魅力をPRしていただける市内返礼品提供事業者の募集も引き続き実施しています。

ふるさと納税の申込方法および返礼品提供事業者募集に関する不明な点は、下記へ問い合わせください。

■一般社団法人東松島みらいとし機構 ☎98-7191



東松島市の名産といえば海苔。皇室献上の浜、大曲浜の海で育った初摘みの海苔を使用したパリパリの焼き海苔をはじめ、ノリドレッシングや4種の味が楽しめる塩海苔などを詰め合わせた「よくばりセット」が人気です。



のり工房矢本は、大曲浜にあった作業場が東日本大震災の津波で甚大な被害を受け、一時は廃業も考えました。しかし復興を後押しする全国の支援者の存在や、「あのおいしい海苔をもう一度食べたい」という温かい声に奮起し、平成24年に生産を再開させました。

代表の津田清美さんは「こうして立ち上がったのも、東松島市を応援してくれた皆さんのおかげです。ささやかですが、皆さんへの恩返しになればうれしいです」と話していました。

皇室献上の味をお届け

のり工房矢本

クッキーやパイ、スイートポテトなど9品25個の焼き菓子が箱の中にぎっしりと入っており、選ぶだけでも楽しくなります。しかもコメや米粉、トウモロコシ、海苔、大豆、黒豆などは東松島産。ふるさとの味がここにあります。



店主の鈴木浩司さん(55)は「ふるさと納税を通じ、東松島市に思いを寄せる皆さんに感謝します」と話しており、注文が入ると素材からこだわったお菓子を丁寧に箱詰めしていきます。

趣向を凝らした生菓子も人気ですが、約40種類の焼き菓子は次々と新商品が生まれています。海苔を使ったパイもその一つ。季節を問わず、皆で分けられる菓子はお土産や贈り物に喜ばれています。

地元産素材で焼き菓子

パティスリージュリアン

感謝の思いを込めて

「ふるさと納税制度」で全国の皆さんからいただいた大切な寄付金は、まちの活性化に向けて有効活用されます。寄附を通じて東松島市を応援して下さった皆さんには、地元業者の方々の感謝の思いが込められた品々でお返しをしています。その中から4つの企業・団体をピックアップし、返礼品の魅力とともに思いをご紹介します。



東松島の自慢の一つ、航空自衛隊松島基地所属のブルーインパルス。震災の苦難を乗り越え、大空を勇壮に駆け抜ける姿は多くの人を魅了します。その感動を、支援してくれる全国の皆さんに届けたい。(株)マックスがこだわ

りを持って製作する完全オリジナルのブルーグッズは、多くのファンの心をつかんで離しません。

自衛隊と共同製作した「絆ワッペン」、ブルーインパルスのロゴとマークをプリントした「マフラータオル」、昔懐かしのデザインが楽しい「キャンディー」など目移りする品々が並びます。

代表の森山眞木夫(74)さんは「松島基地のある地元の業者として自信と誇りを持って製作している品々。全国のファンにお届けできればうれしいです」と話していました。



大空駆ける感動をカタチに

(株)マックス

冷害となった平成5年にササニシキの水田で偶然見つけて作付に挑み、品種登録したのが極晩生品種「かぐや姫」です。



田植え時期は一般のコメと同じく5月ですが、収穫は1カ月以上遅い11月半ば過ぎ

となります。今年3月、日本穀物検定協会の食味試験で「A相当品」の総合評価を受けました。

東松島市発の希少米ですが、震災の影響もあって市内で生産しているのは唯一、木村正明さん(40)だけです。

今年は3・5ヘクタールを作付けし、12トン強の収量を見込んでいます。「日本で最後に出る新米の味を楽しんで下さい」と木村さん。市内の皆さんやふるさと納税でコメを手にする人たちの笑顔を思い浮かべながら収穫期を待ちます。



丹精込めて育てた「かぐや姫」

竹取倶楽部

魅力あるまちづくりに向けて

「ふるさと納税」 寄附金活用の重点事業

全国の皆さんから寄せられたふるさと納税の寄附金は、魅力あるまちづくりの財源として有効に活用されます。東松島市ではまちづくりにおいて5つの重点事業を掲げています。ふるさと納税を申し込む際に、寄附金を活用してほしい事業を5つの中から指定していただくことで、寄附者の思いを事業に反映させることができます。

重点事業

1 安心してふるさとで暮らせる 福祉に関する事業

高齢者が住み慣れた住まいや地域で安心して暮らし続けることができるよう、地域の見守り体制の強化や、介護予防をはじめとした個々のニーズにあった総合的な福祉サービスの展開を図ります。また、安心して利用できる地域医療体制のもとで、市民一人ひとりが日々の健康づくりに積極的に取り組み、誰もが生き生きと元気に暮らし続けることのできるまちづくりを進めます。

2 子どもを健やかに育む 環境づくりに関する事業

妊娠・子育てにいたるさまざまな支援サービスを充実し、子どもを産みやすい環境を整えるとともに、家庭や地域社会がともに支え合い、子どもたちが健やかに成長できる環境づくりを進めます。また、子育てをしながら安心して働くことができるよう、保育所や放課後児童クラブの充実を進めるとともに、行政と民間企業が連携し、子育てと仕事が両立できる環境づくりを進めます。

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

「東松島市復興まちづくり計画」に基づき、災害に強い都市基盤づくりに取り組むとともに、日常からの災害への備えを進めます。また、市民協働の実績を活かしながら、自主防災組織と行政の連携により、防災・防犯体制の強化を進めます。

4 自然環境の保全や再生に関する事業

本市は雄大な太平洋に面し、田園の農地や里山の樹林地など誇るべき豊かな緑を有しています。こうした自然環境は地域に潤いをもたらすだけでなく、市民の暮らしを支える財産でもあることから、その保全や再生に努め、さらなる活用を進めていきます。

5 産業の活性化に関する事業

被災農地などの再生・整備のほか、地産地消の仕組みづくりや販路拡大、ブランド化などの取り組みに対する支援に加え、復興まちづくりで育まれた支援者との交流や市内に点在する地域資源を活かしながら、周遊観光の促進などにつながる事業を進めます。また、商工業については、市内の産業用地の有効活用を図りながら、産学民官の連携のもとで、新たな拠点の整備や企業誘致など、新産業の創出に向けた取り組みを進めます。

皆さんから頂いた寄附金はこのように活用されています

福祉



安心して暮らせる
健康と福祉のまちへ

▲食と健康に対する知識を深める子どもたち(昨年11月の食育フェスタの様子)

市民の皆さんが日々の健康づくりに積極的に取り組み、誰もが生き生きと元気に暮らし続けることのできるまちづくりを進めるため、食を通じた健康づくりや健康な体をつくる知識習得の機会として、食育・健康教室の推進にふるさと納税を活用しています。

11月11日(金)10時から市民体育館で体

験型の運動教室「みんなで健康に!秋のらくらく運動教室」を開催するほか、29年2月11日(土・祝)10時から市コミュニティセンターで「東松島食育フォーラム」を実施する予定です。各種イベントを通して、市民の皆さんの健康に寄与していきます。

子育て



子どもたちが健やかに
成長できる環境づくり

▲子どもたちのにぎやかな声が響く公園

家庭や地域社会がともに支え合い、子どもたちが健やかに成長できる環境づくりを進めるため、施設などの充実を含め、ふるさと納税を活用しています。

その中でも川南・関の内の公園に設置してある登坂遊具では、ロープのたわみが遊具の安全に関する基準に不適合になる恐れ

があったことから、皆さんの寄附金を活用し28年度内に改修する予定となっており、また筒場公園、牛網風の子公園には太陽光式の時計も設置し、子どもたちが帰宅時間などをしっかりと把握できるような環境を整えました。

防災



安心安全の地域づくりに向け
防災環境を充実

日常からの災害への備えや自主防災組織と行政の連携により、防災・防犯体制の強化を進め、災害に強い都市基盤づくりに取り組むため、ふるさと納税を活用しています。大規模災害発生時に市民の皆さんにまちの被害状況や避難情報などを提供するため、市では同報系の防災行政無線を整備し、各

地区に設置してある外部拡声器と各家庭に1台無償貸与している戸別受信機を介して情報を提供しています。

戸別受信機はラジオと懐中電灯の機能を持っており、市からの情報のほか、ラジオ放送からも情報を入手することができるため、各家庭の防災力の強化につながります。

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〉

誰もが安心して暮らせる“ささえあいのまち”へ

現在、少子高齢化や核家族化、個人の価値観の多様化により、公的サービスだけでは対応できない多様な福祉課題がみられるようになりました。「地域福祉」には、一人一人が普段の暮らしの中で幸せを感じることができる地域をつくっていくという意味が込められており、“普段の暮らしの幸せ”のためには、家族や友人、地域住民など、身近な人との関係性を良好に保つことが重要な要素となります。

そのような事から、市と市社会福祉協議会では平成27年に「東松島地域福祉推進計画」を策定し、誰かを助けながら、そして誰かに助けられながら、人と人とのつながりを大切に自分らしく暮らしていける“誰もが安心して笑顔で暮らせる支え合いのまち”づくりを目指しています。

第1回 地域福祉ネットワーク会議(ふくし座談会)を開催しました

- 1 赤井市民センター**
 - 開催日時:8月9日(火)10時～ ●地区内人口:7,987人
 - 地域の特徴:震災後住民が増加した
 - 強み:自治組織がしっかりしている
 - 心配事:高齢者の一人暮らしが増えてきたなど
- 2 矢本西市民センター**
 - 開催日時:8月23日(火)19時～ ●地区内人口:6,203人
 - 地域の特徴:住民の出入りが多い
 - 強み:女性高齢者のパワーがある
 - 心配事:困っている人が誰かわからないなど
- 3 大塩市民センター**
 - 開催日時:8月24日(水)10時～ ●地区内人口:3,062人
 - 地域の特徴:世代間交流が多く、子ども達も仲がいい
 - 強み:子どもの見守りが高齢者の活気に
 - 心配事:高齢者世帯の移動についてなど
- 4 小野市民センター**
 - 開催日時:8月24日(水)14時～ ●地区内人口:5,656人
 - 地域の特徴:近所の声掛けが推進されている
 - 強み:地域コミュニティがしっかりしている
 - 心配事:新規住民との関わりが少ない(孤立)など
- 5 野蒜市民センター**
 - 開催日時:9月7日(水)10時～ ●地区内人口:1,792人
 - 地域の特徴:防災の協力体制がよく自主防災組織が活発
 - 強み:地区センターを中心とした活動が活発
 - 心配事:役員の高齢化により、今後の自治活動が心配など
- 6 大曲市民センター**
 - 開催日時:9月8日(木)10時～ ●地区内人口:5,182人
 - 地域の特徴:農業が盛んで元気な高齢者が多い
 - 強み:高齢者行事が多く福祉委員の活動が盛ん
 - 心配事:男性が集まる機会が少ない
- 7 宮戸市民センター**
 - 開催日時:9月8日(木)14時～ ●地区内人口:569人
 - 地域の特徴:漁業、農業が盛んで地域全体の絆が強い
 - 強み:個人的なお茶のみが盛んで、日頃より隣近所の協力体制がとれている
 - 心配事:移動の手段が限定される
- 8 矢本東市民センター**
 - 開催日時:9月15日(木)19時～ ●地区内人口:9,828人
 - 地域の特徴:借家が多く、住民が多い
 - 強み:老人クラブの活動が活発
 - 心配事:遠慮がちの高齢者が多い、子どもによる地域活動が少なくなった

今回の地域福祉ネットワーク会議では、地域の特徴、強み、心配事などの現状について話し合いを行いました。今回の意見を踏まえ、今後“支え合いの地域づくり”について市民研修会、第2回地域福祉ネットワーク会議(ふくし座談会)を計画しています。皆さんから多くのご意見をいただきたく、参加をお待ちしています。

■問 社会福祉法人 東松島市社会福祉協議会
地域福祉課 ☎83-5001
市福祉課福祉総務班 ☎内線1174

認知症家族交流会

家族の物忘れについて気になることや心配なことなど、話してみませんか。

はじめて参加する方、男性介護者の方、大歓迎です。調理を通して交流を深め情報交換しましょう。

当事者の方も一緒に調理に参加し、脳活性をしましょう。家族の方は栄養士に気軽に相談もできる機会となります。

■日時 11月18日(金)10時～12時30分

■場所 市コミュニティセンター2階調理室・和室

※エレベーターあり。

■内容 調理(野菜まるごと活用術:白菜)と会食

■講師 市の栄養士 ■参加費(材料費) 1人500円

■持ち物 エプロン、三角巾(タオル・てぬぐいなどでもよい)

■申し込み 11月11日(金)まで、下記に申し込みください



■問・申し込み
市地域包括支援センター
☎83-1966

12月から『もの忘れ予防教室(第2期)』をスタートします

パッと名前が出ない、何を取りに来たんだっけ、漢字が出てこない…。それらは年を重ねることで誰でも出てくる物忘れです。

もの忘れが気になる方で集まり、頭と体の体操でリフレッシュし、認知症について楽しく学んでみませんか。

■日時 12月2日・16日、平成29年1月13日・27日、2月10日・24日、3月10日・24日 金曜日の10時～12時 ※開場:9時30分。

■場所 老人福祉センター集会室 ※参加無料。

■対象・定員 地域在住の高齢者どなたでも 20人

■交通 交通手段がない方はタクシーで送迎をします

■申し込み 11月11日(金)までに電話で左記に申し込みください

認知症困りごとなんでも相談会

認知症の症状への対応や困った行動についてどう考えるかなど、臨床心理士がお答えします。

■日時 11月18日(金)9時30分～16時

■場所 市地域包括支援センター相談室 ※参加無料。

■申し込み 11月11日(金)まで、左記に申し込みください

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)



ひがしまつしま福幸まつり開催

震災からの復興と全国からの支援に対する感謝の意を込めて、復興祭・産業祭・のびる地区民まつりを合同して、『ひがしまつしま福幸まつり』を開催します。まちの復興を市民皆さんで楽しみ、全国から支援いただいた方々にまちの元気な姿をみていただきます。

■日時 11月20日(日)10時~15時

- 場所 JR仙石線野蒜駅西側・野蒜市民センター・奥松島観光物産交流センターほか
 - 屋外イベント オープニングセレモニー、宮野森小学校「ふるさと宮野森太鼓」、鳴瀬未来中学校「エジプトダンス」、東松島ふるさと復興大使「ニードル」お笑いライブ、ふれあい馬車コーナー、ブルーインパルスJr曲技 など
 - 常設イベント 特産品おふるまい(牡蠣3,000個、だまこ汁1,000食など)・野蒜地区自治会による出店、地場産品および友好都市特産品の販売や展示、縄文体験教室、横浜F・マリノス特設ブース など
 - 記念フォーラム
 - 第1部:中学生みらいフォーラム(13時~14時)
 - 第2部:宮城県に縁の有るアーティストによるミニコンサート(14時15分~15時)
- ※詳しい内容や駐車場の場所などは、市報11月15日号のほか、市ホームページで随時お知らせします。
- ひがしまつしま福幸まつりに関する問 商工観光課観光事業推進班 ☎内線2162~2167



○前日イベント

~ここをつなぐ1万人のメッセージ「希望の虹」点灯式~

東松島市への復興支援をいただいた方や地域の方々1万人からいただいた、復興への思いや希望などを込めたメッセージプレートを使い作り上げた、希望の虹(ペットボトル型LEDランタン)イルミネーションの点灯式を行います。

■日時 11月19日(土)18時~

■場所 JR仙石線野蒜駅前

■点灯期間 平成29年1月9日(月・祝)まで ※日没から4時間程度。

■点灯式に関する問 復興政策課リーディングプロジェクト推進班 ☎内線1242

平成28年度 原子力防災訓練の実施 ~屋内退避訓練への参加をお願いします~

市では、宮城県および東北電力株式会社女川原子力発電所から30km圏内の2市4町との共催による原子力防災訓練を実施します。28年度の原子力防災訓練は、11月11日(金)と23日(水・祝)の2日間の開催です。

■日時 11月11日(金)9時~

■対象 市および市立保育所・市立幼稚園・小学校・中学校など

■訓練内容

- 災害対策本部設置・運営訓練
- 市立保育所・市立幼稚園・小学校・中学校等での屋内退避訓練

■日時 11月23日(水・祝)9時30分~

■対象 市民の皆さん

■訓練内容

- 防災行政無線や緊急速報メールを使用した広報訓練
 - 市内全域における市民の皆さんの屋内退避訓練
- なお、11月23日の屋内退避訓練は、防災行政無線や緊急速報メールを確認した後に行動いただきますので、市民の皆さんの参加をお願いします。
※実際の災害発生と間違わないようお願いします。

【屋内退避】

屋内退避は、原子力災害時において放射線被ばくから身を守るため比較的容易にとることができる対策です。原則として自宅などにとどまることで、放射性物質の吸入抑制や中性子線およびガンマ線を遮へいし、被ばくの低減を図るものです。

今回の原子力防災訓練では、皆さん自身に屋内退避の一連の行動を確認していただくものです。

■問 防災課危機対策班 ☎内線1168

宮城県市町村合同公売会in登米の開催

宮城県および市町村が税金の滞納者から差し押さえた動産を売却します。入場は無料ですので、ぜひご参加ください。

■日時 11月12日(土)9時30分 ※開場:9時~

■場所 登米市迫体育館

(住所:登米市迫町佐沼字中江2丁目6-1)

※駐車場は登米市役所の駐車場を利用ください。

■当日必要なもの

購入代金・印鑑・身分証明書・代理で入札する場合は委任状

■問 宮城県税務課納税班 ☎022-211-2326

宮城県地方税徴収対策室 ☎022-211-6681

URL:<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/zeimu/goudoukoubaikai.html>



議会懇談会開催

市議会は、下記の3会場で議会懇談会を開催します。この機会に、市議会議員と懇談しませんか。市民の皆さんの参加をお待ちしています。

■日時 11月26日(土)18時30分~

※前回より開始時間が30分早くなっていますので、ご注意ください。

■場所・参加議員(五十音順)

※3会場同時開催、同内容。

○矢本西市民センター

・熱海 重徳 ・阿部 勝徳 ・上田 勉
・小野 恵章 ・木村 清一 ・熊谷 昌崇

○赤井市民センター

・阿部 としゑ ・五ノ井 惣一郎
・五野井 敏夫 ・佐藤 筐子 ・佐藤 富夫 ・滝 健一

○小野市民センター

・大橋 博之 ・小野 幸男 ・菅原 節郎
・多田 龍吉 ・長谷川 博 ・古川 泰広

■内容 9月定例会決算審査内容の報告、議会の活動状況等の報告、意見交換など ※意見交換を中心に行います。

■問 議会事務局 ☎内線1314



高齢者運動教室 「元気アップ運動教室」開催のお知らせ

健康でいきいき過ごすために運動教室を開催します。体力の低下や運動不足を感じている方、より元気になりたい方など、みんなで楽しく体を動かしてみませんか。初めて運動する方、大歓迎です。参加費は無料です。

■期日 12月5日(月)~平成29年2月20日(月) ※週1回月曜日計10回。

■時間 13時30分~14時30分 ※初回は開講式のため13時から。

■場所 市健康増進センターゆぶと ■定員 各25人

■対象 市内に住所を有する65歳以上の方で、要介護認定を受けておらず運動が可能の方

■主な内容 ストレッチ、筋力運動、スクエアステップ、モビバン、水中歩行など。健康チェック、体力測定を行い、教室参加前後の体の様子を知ることができます

※応募人数が定員を超える場合、初めての方を優先します。また、今年度すでに申し込んだ方は参加できません。

■申し込み 11月15日(火)まで、電話で下記に申し込みください

■問 福祉課包括ケア推進班 ☎内線1190



11月・12月は、県税・市町村税の「宮城一斉滞納整理強化月間」です

県と市町村では、11月から12月の2カ月間、自宅への電話や通知での催告、財産調査(預貯金・給与・不動産)、滞納処分執行(差押え・搜索・自動車タイヤロック)など、県税・市町村税の徴収対策を集中して実施します。

税金は、教育・福祉・公共整備などのさまざまな行政サービスのほか、復興事業にも使われており、より良いまちづくりを進めるための大切な自主財源です。

行政サービスに必要な経費を公平に負担していただくためにも、納期限を過ぎても納めていない税金がある方は、早急に納めてください。※毎週火曜日は夜間収納窓口(17時30分～20時)、毎月第1日曜日は休日収納窓口(8時30分～17時15分)を下記で開設しています。

○税金を滞納すると・・・

- 納期限までに納付されない税金には、本来納めるべき金額に延滞金などが加算されます。
- 滞納が続く場合は滞納処分が行われます。
- 督促:納期限までに税金が納付されない場合、督促状を送付します。
- 財産調査:督促状を送付しても納付されない場合は、勤務先、取引先、金融機関などに対して財産の調査を行います。必要に応じて自宅などの搜索も行います。
- 差押:財産調査で発見した財産(預貯金・給与・売掛金・不動産・動産など)を差押えします。
- 搜索:居宅や店舗などに強制的に立ち入り、財産を発見した場合は差押えします。
- 換価:預貯金、給与および売掛金などは取り立てにより、また不動産や動産は公売により換価(換金)し、滞納している税金に充当します。

○便利な口座振替をご利用ください

市税、保険料、保育料、使用料などの納付には、口座振替が利用できます。市役所や金融機関に納めに行く手間や納め忘れがなくなります。

取扱金融機関は、七十七銀行・石巻信用金庫・石巻商工信用組合・ゆうちょ銀行・いしのまき農業協同組合・宮城県漁業協同組合です。各金融機関の窓口にて申し込みできますので納税通知書、通帳、通帳印を持参のうえ、手続きしてください。

- 振替日 納期の最終日です。前日までに口座への入金をお願いします。
- 残高不足の場合 残高不足などで振替ができなかった場合は、再振替できません。振替ができなかった旨の通知書と納付書を送付しますので、市役所や金融機関で納付してください。
- ※督促手数料や延滞金を徴収する場合がありますので、届いたら早めに納付してください。

■口座振替可能項目 軽自動車税・固定資産税(※共有名義の場合は申込書の記載にご注意ください)・市県民税(普通徴収)・国民健康保険税(※納入義務者は世帯主です。国保加入者で申込みされても振替不能となりますので、世帯主の名前で申し込みください)・保育所保育料・幼稚園保育料・下水道受益者負担金・介護保険料・後期高齢者医療保険料・放課後児童クラブ保護者負担金

※納税通知書が届いてから年度の途中で申し込むと、口座振替と納付書での二重納付になることがありますので、平成29年度4月分または第1期から口座振替が開始になる、2月末まで金融機関に申し込みください。なお、特別徴収(給与天引き・年金天引き)となっている市税等については特別徴収が優先されます。

■問 収納対策課収納対策班 ☎内線1143～1146

一般競争(指名競争)入札参加資格審査申請の受付(追加登録)

- 受付期間 11月11日(金)～12月12日(月)
- 受付時間 9時30分～15時 ※12時～13時および土・日曜日、祝日は除く。
- 申請方法 郵送での提出(宅配便可)市内に事業所がある場合は持参での提出も受け付けます
- ※申請要領は、行政経営課前に掲示および市ホームページに掲載します。
- 登録の有効期間 平成29年度～30年度(2カ年)
- ※平成28年度登録済みの方は申請不要。
- 問・申し込み 行政経営課管理契約班 ☎内線1223

マイナンバー受付窓口からのお知らせ

○休日交付の受付を開始します

平成28年10月から平成29年3月までの、毎月第2、4日曜日の9時から16時まで、マイナンバーカードの休日交付窓口を開設しました。完全予約制となりますので、希望の方はあらかじめ電話での予約をお願いします。

○受付窓口の場所が変わります

マイナンバー交付窓口の場所が、市役所本庁舎2階「203会議室」に移動になりました。庁舎内に案内の表示をしています

ので、間違いのないようお越しく下さい。

※エレベーターを利用ください。

■問・予約

市民課窓口サービス班マイナンバー受付窓口 ☎内線1429



所得申告にはマイナンバーが必要です

来年2月から始まる所得申告では、申告者本人のほか、控除対象となる配偶者や扶養親族の方の個人番号(マイナンバー)の記載が必要になりますので、個人番号カードまたはマイナンバーの通知カードを忘れずにお持ちください。

■問 税務課市民税班 ☎内線1138

税を考える週間 ～くらしを支える税～

■期間 11月11日(金)～17日(木)

○納税表彰式

■日時 11月11日(金)14時30分～

■場所 石巻グランドホテル

■主催・問 石巻税務署管理運営部門 ☎0225-22-4151

○「税を考える週間」イベント

■日時 11月12日(土)11時～

■内容 税金クイズ、一億円体験コーナー、「税の絵はがきコンクール」選考会など

■場所 イトーヨーカドー 石巻あけぼの店

■問 公益社団法人石巻法人会 ☎0225-93-6704

○年末調整説明会

■日時 11月15日(火)13時30分～15時30分 ※受付:13時～。

■場所 市コミュニティセンター1階ホール

■開催(共催) 東松島市・公益社団法人石巻法人会・石巻税務署

※当日、参加できない場合は、国税庁ホームページの「税に関する動画」内の「年末調整のしかた」と「法定調書の作成と提出」を視聴することができますので、ご利用ください。

■問 石巻税務署法人課税第一部門源泉担当 ☎0225-22-4151

URL:<http://www.nta.go.jp/webtaxtv/index.html>

地方税はeLTAXで申告しましょう

eLTAXは、法人住民税や固定資産税(償却資産)、個人住民税(給与支払報告書等)の電子申告など、地方税における手続きを、インターネットを利用して電子的に行うシステムです。

eLTAXのサービスは無料で、手続きは自宅やオフィスなどから複数の地方公共団体へまとめて一度に送信できます。

※平成29年1月から、国と地方にそれぞれ提出する義務のある源泉徴収票・給与支払報告書の電子的提出の一元化が始まります。これにより、無料の利用者用ソフトウェア(PCdesk)で給与支払報告書と源泉徴収票の統一様式に1回入力いただくだけで、給与支払報告書と源泉徴収票のそれぞれのデータが作成され、給与支払報告書のデータが市区町村に、源泉徴収票のデータが国税庁に、届けられることとなります。

■利用時間 月～金曜(祝日、年末年始(12月29日～1月3日)を除く)

8時30分～24時 ※詳しい情報はホームページをご覧ください。

URL:<http://www.eltax.jp/>

■問 一般社団法人地方税電子化協議会(eLTAXヘルプデスク)

☎0570-081459

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)



インタビュー
東松島市
工藤昌明
教育長

東松島市では、感性豊かな教育と文化のまちをつくることを基本方針とし、「子どもたちを健やかに育むまちづくり」「地域ぐるみで子どもたちを育てる体制づくり」に重点を置いています。これからの教育のあるべき姿について、有識者の皆さんへ工藤教育長がインタビューを行います。第1回は、学校と地域住民、保護者が力を合わせて学校運営に取り組むコミュニティ・スクール(学校運営協議会制度)をテーマに、宮城教育大学の野澤令照特任教授のインタビューをお届けします。(全5回)



宮城教育大学
野澤令照
特任教授

～地方創生～教育が充実しているまちへの取り組み 教育長インタビュー 第1回

工藤教育長 鳴瀬未来中学校では平成27年度からコミュニティ・スクール(以下コミスク)の取り組みを始めました。野澤先生には学識経験者として学校運営協議会のメンバーに加わっていただき、指導、助言をお願いしていますが、鳴瀬未来中学校の取り組みについて、率直な感想はいかがですか。

野澤教授 コミスクは地域に一体感を持たせるためにも非常に有効な手段です。鳴瀬地区は東日本大震災で甚大な被害を受けた地域であり、ここにいち早くコミスクを導入したというのは非常に共感が持てます。復興の象徴にもなり得ると思います。

工藤教育長 29年度から鳴瀬桜華小学校と宮野森小学校もコミスクになる予定で、これで鳴瀬未来中学校区は「地域とともに歩む学校群」としての仕組みを整うこととなります。コミスクを進める上で配慮すべき点などはありませんか。

野澤教授 校舎は違えども、小中学校の9年間の教育方針を一貫して進められる環境は、中1ギャップの解消など子どもたちが伸びやかに成長する上で非常に良い影響をもたらすでしょう。さらに、学校と地域が一体で教育に当たることは、すなわち地域も保護者も「当事者」となって子どもを育てるといえること。これは子どもたちの愛郷心や地域の活力にもつながると期待しています。配慮すべき点としては、コミスクにどんな効果があるのかを市民の皆さんに知ってもらうこと、そして教職員の皆さんもしっかりと理解を深めることだと思います。

工藤教育長 東松島市では31年度までに市内の全小中学校にコミスクを導入する予定です。これからの学校のあるべき姿として、コミスクが持つ可能性についてお聞かせください。

野澤教授 学校は、子どもたちが多くの人たちから学びを得る場であり、人間力を高める場です。それと同時に地域コミュニティを充実させ、豊かにしていく役割を学校も担う時代になったと考えます。コミスクを推進することは、地域の方々の自己実現や生涯学習の実現にもつながるため、非常に大きな意味を持ちます。東松島市らしいコミスクを作っていただきたいです。

※次回は奥松島縄文村歴史資料館 岡村道雄名誉館長です。

○コミュニティ・スクールとは
コミュニティ・スクール(学校運営協議会制度)は、学校と地域住民・保護者が力を合わせて学校の運営に取り組むことが可能となる「地域とともにある学校」に転換するための仕組みです。学校と地域がパートナーとして連携・協働するために、学校は「地域に開かれた学校」から一歩踏み出し、地域でどのような子供たちを育てるのか、何を実現していくのかという目標やビジョンを地域住民・保護者と共有し、地域と一体となって子供たちを育て「地域とともにある学校」へと転換していく必要があります。

この制度を導入することにより、地域ならではの創意や工夫を活かした特色ある学校づくりを進めていくことができます。

■問 教育総務課教育総務班
☎内線12555

宮野森小学校「ふるさとまつり」

宮戸小学校と野蒜小学校が統合し、宮野森小学校となって最初のお祭りです。親と子が一緒になって盛り上げます。宮野森小学校に関わる多くの方にもおいでいただき、交流を深めることができたらと考えています。お祭りの名称は、全校児童で考えて「ふるさとまつり」としました。宮野森地区のすばらしいふるさとを大切にしていきたい、新しい伝統を創っていききたいと名付けました。どうぞどなたでもお越しください。

- 日時 11月12日(土)8時45分～14時
- 場所 宮野森小学校校舎(小野仮設校舎)・校庭・小野地区体育館
- 主な内容 遊びの出店コーナー、太鼓、風船飛ばし
- 対象 地域の方どなたでも ※申込不要。
- 問 宮野森小学校 教頭(三品) ☎87-4711

第14回北赤井地区大根狩り

県内でも有数の野菜産地である北赤井地区の特性を活かし、「第14回北赤井地区大根狩り」を平成28年度も開催します。当日は参加費500円で指定された袋に大根が詰め放題となります。また、新鮮な野菜や新米の即売会も同会場で開催され、参加者には無料で豚汁が振る舞われます。ぜひ会場に足を運んでみてください。なお、大根が無くなり次第詰め放題は終了になりますので、早めに会場にお越しください。

- 日時 11月20日(日)9時～無くなり次第終了 ※受付開始:8時30分～。
- ※小雨決行、大雨延期(11月27日に延期)。
- 場所 北赤井地区星場地区のほ場 ※事前申し込みは行っていません。
- 問 農林水産課農政班 ☎内線2143

平成28年度市民講座 健康づくり運動普及推進事業 みんなで健康に!秋のらくらく運動教室

晩秋の肌寒く感じられる季節になりました。冬を前に体力づくりを学んでみませんか。みんなで楽しくをモットーに、体感型の運動教室を開催します。ふるってご参加ください。



- 日時 11月11日(金)10時～12時
※開場:9時30分。
- 場所 市民体育館
- 講師 株式会社マルシンク 薄井啓氏(健康運動指導士)
- 定員 先着100人 ※市民の方に限ります電話予約制。
- 特典 参加賞あり(健康づくり啓発トイレットペーパー)
- 持ち物 飲み物、タオル、動きやすい格好(ジャージなど)、上履き用運動靴(底が黒いシューズは体育館で使用不可)
- 問・申し込み 健康推進課健康指導班 ☎内線3104

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	10月16日	10月17日	10月18日	10月19日	10月20日	10月21日
測定値(単位:μSv/h)	0.032	0.034	0.032	0.031	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。

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

- 問 環境課環境班 ☎内線1153

ともに復興へ

みんなが主役の

市民協働のまちづくり④

■問 市民協働課協働推進班 ☎内線1281

第6回サンタをさがせ!! 開催

今年も東松島の子供たちに元気になってもらうために、サンタクロースがやって来ます。

当日は、矢本駅周辺から旧国道商店街周辺にサンタクロースが現れます。街中に散らばったサンタクロースを探し出すイベント「サンタをさがせ!!」はもちろん、ステージアトラクションや終了後の17時からはイルミネーション点灯式なども行われます。ぜひ申し込みください。

- 日時 12月3日(土)13時~15時
- 場所 あったかいホール
- 対象・資格 小学生以下のお子さん350人
- ※保護者の同伴が必要です。



- 参加料 子ども1人につき500円(当日受付で支払)
- 当日集合場所・時間 蔵しっくパーク・12時~13時受付
- 申込期間 11月2日(水)~22日(火)
- ※「サンタをさがせ!!」の参加には事前申し込みが必要です。受付は先着順とし、定員になり次第締め切ります。
- 申し込み 《記入例》を参考に往復はがきに参加するお子さんの名前と年齢、保護者の連絡先を記入のうえ、下記に郵送してください。
- 申込先 蔵しっくパーク (〒981-0503 東松島市矢本字北浦25)

《記入例》

***** 981-0503 東松島市矢本字北浦25 蔵しっくパーク 行	※こちらには、 何も記入しないで ください。	***** 郵便番号 住所 保護者氏名	※参加するお子様の 名前と年齢を 記入してください。 東松島 イート ○歳 東松島 イーナ ○歳 日中連絡が取れる連絡先 名前 東松島 ○○ 090-0000-0000
---	------------------------------	------------------------------	---

■問 市民協働課協働推進班 ☎内線1283

第3回&4回東松島市婚活事業

「2016東松島クリスマスParty」& 「2017東松島バレンタインParty」を開催します

市では、独身の男女を対象に、楽しい交流の時間を提供します。素敵なパートナーを見つけませんか。参加をお待ちしています。

イベントの詳細内容は、eコミ!ねっとの婚活ページでお知らせしています。

○2016東松島クリスマスParty

- 日時 12月23日(金・祝)13時30分~
- 募集人数 男女ともに15人
- 対象 男性:25歳から44歳までの、独身の方。市内在住に限る
女性:20歳から39歳までの独身の方。住まいは不問

○2017東松島バレンタイン Party

- 日時 平成29年2月11日(土・祝)13時30分~
- 募集人数 男女ともに50人
- 対象 男性:25歳から44歳までの、独身の方。市内在住・在勤に限る
女性:20歳から39歳までの独身の方。住まいは不問

■問 一般社団法人 東松島みらいとし機構 ☎98-7311
東松島まちづくりポータルサイト e-コミ!ねっと
URL:http://higashimatsushima.net/

小野地域ふるさと愛あいまつり開催

より多くの市民に小野地域への理解を深めてもらおうと地場産品の出店やステージイベントを行います。「ふるさとの愛」を感じる住民手作りのお祭りですので、ぜひご参加ください。



- 日時 11月6日(日)10時~14時
- 場所 小野市民センター駐車場 ※入場無料。
- 主な内容 各地区からの地場産品や飲食物などの販売(野菜、果物、焼きそば、豚汁など)、鯉のつかみどり、消防車、ブルーインパルスJr等の展示、ステージ(地区小中学校、びっきの会(高橋佳生、庄子真理子さん))
- 問 小野市民センター ☎87-2067

蔵しっくパーク からのお知らせ

蔵バー第4弾! X'masバル

蔵しっくパークがクリスマスムード一色に。食べて飲んで子どもから大人までみんなで盛り上がりましょう。クリスマスのコスプレで来場してくれた方に、プチケーキをプレゼントします。

- 日時 12月17日(土)15時~20時
- 場所 蔵しっくパーク
- チケット販売 前売り100円(プレゼント抽選付)、当日100円
- ※前売り券は、11月1日(火)9時から下記で販売します。
- 同日開催「ボヌール・マルシェ」
- 時間 10時~14時
- 問 蔵しっくパーク「ひと・まち交流館」 ☎84-1770

女子力UP講座

~主婦になっても・新米ママになっても・ワーキングママだって女子だもん♪~

- 日時 12月10日(土)10時~13時
- 場所 蔵しっくパーク「ひと・まち交流館」
- 対象 20代~40代の女性(主婦、子育て中のママ、働いている主婦の方)
- 参加費 1,000円
- 定員 30人
- 内容 ●レッスン1 講師 佐藤律子先生「いつでも女子だもん」セミナー
●レッスン2 講師 丹野拓子先生「メイクレッスン」
- ※レッスンの後は、美味しいランチとティータイムをお楽しみください。
- 申し込み 11月1日(火)9時から下記に申し込みください
- 主催 東松島まちづくり応援団・東松島みらいとし機構
- 問・申し込み 蔵しっくパーク「ひと・まち交流館」 ☎84-1770

市報10月15日号掲載記事に誤りがありましたのでお詫びして訂正します。

誤)	正)
物造りの会仲間展	仏像彫刻愛好会
10月23日(日)まで9時~16時	10月23日(日)まで9時~16時
横笛・尺八の展示 出展者:岩淵筒虹	物造りの会仲間展 横笛・尺八の展示
10月29日(土)9時~17時	出展者:物造りの会(会長 岩淵筒虹)
30日(日)9時~16時	10月29日(土)9時~17時
	30日(日)9時~16時

東松島市内市民センター等の運営には、防衛施設とその周辺地域との調和を図ることを目的とした防衛省の補助事業が活用されています。

矢本東地区まちづくり研修会を開催します

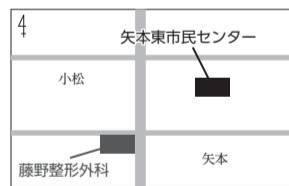
- 日時 11月26日(土)14時~15時30分
- 場所 矢本東市民センター ※移転後の下図の場所で行います。
- 演題 「地域づくり」
- 講師 道の駅「上品の郷」駅長 太田 実氏 おおた みのる
- 主催 矢本ひがしネットワークコミュニティ
- 問 矢本東市民センター ☎82-1180

矢本東市民センター移転のお知らせ

矢本東市民センターは、11月1日より新施設に移転しましたのでお知らせします。

なお、一般利用は12月1日から可能となり、許可申請手続きは11月15日から受付開始となります。

■問 矢本東市民センター ☎82-1180



みやぎ地域復興ミーティング ~コミュニティ再生の姿とその担い手たち~

東日本大震災から5年余りが経過し、被災地域では、自治会・まちづくり協議会・各種団体が相互に連携を取り、コミュニティ再生への道のりを模索しています。本ミーティングでは、それらの取組みを共有し、コミュニティ再生に向けたヒントを学びます。皆さんの参加をお待ちしています。

- 日時 11月11日(金)13時30分~16時30分
- 場所 市コミュニティセンター
- 内容 第1部:事例共有 第2部:パネルディスカッション
- 主催 宮城県震災復興・企画部 地域復興支援課
- 申し込み 下記の電話・FAX・Eメールまたはウェブから申し込みください
- 問・申し込み (一社)みやぎ連携復興センター ☎022-748-4550
FAX:022-748-4552 E-mail:renpuku@gmail.com
URL:http://www.renpuku.org/notice/4711/

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。>



植栽で心の交流 はなゆいプロジェクト

一般社団法人ガールスカウト北海道連盟の小中高生10人が介護老人保健施設さつき苑=大塩=を訪れ、利用者と一緒にピオラの花苗をプランターに植えました。これは市内で震災復興支援を続けているNPO法人LEAF26が協力した「はなゆいプロジェクト」の一環で、子どもたちはこのほかにも宮戸で被災の話を聞いたり、帰化植物の駆除を手伝ったりしながら市民と心を通わせました。(10月8日、さつき苑)



後世に伝えたいと絵画を寄贈

石巻市出身の画家、故佐佐木幸一氏の作品を、従兄弟である桑島茂さんより寄贈いただきました。この作品は、終戦間もない頃に作者が旧制・石巻中学校(現在の石巻高等学校)時代に訪れた、野蒜の石切り場を描いたものです。絵を受け取った古山副市長は「当時の様子を伝える資料としても貴重なもの。皆さんの目に触れるように、震災復興伝承館に飾らせていただきます。」と話していました。(9月26日、市役所応接室)



軽快な音色で客席を魅了

小野地域まちづくり協議会教育文化部会が主催した「津軽三味線と民謡の調べ」には、国内外で活躍する若手三味線奏者の本田浩平さん、橋本大輝さん、安藤龍正さん、同じく若手民謡歌手の佐藤理加さんが出演し、軽快で迫力のある音色と伸びやかな歌声が会場に響き渡りました。(10月1日、小野市民センター)



住宅の施工技術向上へ

市の工務店グループ「これからのイエ プロジェクト」(花坂雅之代表)では、プロジェクトに加盟する工務店の施工技術向上と、より高い基本性の住宅を提供するため「実棟性能測定・建物性能向上講習会」を実施しました。日本住環境(株)の職員が、住宅の気密施工の重要性を講演したほか、野蒜北部丘陵団地に建設中の住宅で気密測定なども行い、建物の現状性能の把握や施工ポイントなどを確認しました。(10月5日、東名駅前住宅施工現場)

震災復興伝承館オープン 旧野蒜駅舎を改修




旧野蒜駅舎を改修した「東松島市震災復興伝承館」がオープンしました。市は、震災の記憶と教訓を風化させることなく後世に伝えるため、旧野蒜駅周辺を(仮称)震災復興メモリアルパークとして整備する計画を進めており、伝承館はその拠点施設に位置付けられます。1階には、まちづくり構想や復興の取り組みを紹介するコーナー、高台造成工事の状況を映し出すモニターなどを設置。2階には、震災前後の資料展示や映像ホール、また国内外からの支援活動を写真パネルで紹介するコーナーも設けられています。伝承館の開館時間は9時～17時(毎月第3水曜日と年末年始は休館)。 ■問 ☎86-2985 (10月1日、旧野蒜駅)

砂浜での全力プレーが醍醐味 ビーチサッカーチーム「ニンジャ」

毎週日曜日、野蒜海岸で練習に励むビーチサッカーチーム「ニンジャ」は、前身のフットサルチームを経て、平成17年から活動しています。13人のメンバーは各種大会や遠征を通じて実力と結束力を高めてきました。「目標は野蒜海岸でビーチサッカーの全国大会を開催することです」と語るのは代表の澁谷悠樹さん。美しい野蒜海岸を広く全国の人々に知ってもらいたいと夢は大きく広がります。

青森県中泊町で8月に行われた全国ビーチサッカー東北大会で優勝し、10月14日～16日、全国大会に臨みました。会場となった沖縄県宜野湾市には、全国から16チームが参加。強豪チームが集う中、ニンジャも健闘を果たし、今後の活動に弾みを付けました。

小松の会社員、浅野正幸さんは「今年は遠征で試合経験も積んできました。砂浜でのプレーは開放感があって気持ちが良いです」とビーチサッカーの魅力を語ります。

ニンジャではメンバーを募集しています。砂浜でサッカーを楽しみたい方は気軽に連絡ください。

■問 代表:澁谷 ☎090-7327-4198 メール ninjabs14@gmail.com



▲毎週末、開放的な野蒜海岸で練習に励むニンジャの皆さん



守備と攻撃に別れて試合の動きを確認します

夢は野蒜海岸での
全国大会



子どもたちの笑顔が元気を届けました
(10月2日、グリーンタウンやもとひまわり集会所)

伸びやかな歌声で復興を応援

震災直後から被災地での支援活動を行っている富山県の教員や保護者、子どもたちによるボランティアグループ「大空へ飛べ」が10月1日(土)と2日(日)に市内の仮設住宅などでコンサートを行いました。団員約40人が地元の子どもたちや住民たちと歌やゲームを通して交流し、どの会場も和やかで明るい雰囲気になっていました。



明るい歌声を響かせました(10月1日、赤井市民センター)



豊かな自然と
バンダ・アチェ市の味を満喫

奥松島の名所を巡るスタンプラリー「イモニウォーク2016」が野蒜、宮戸地区を会場に行われ、市民や仙台市在住の留学生など約60人が参加しました。各チェックポイントでは豊かな緑と海の景色のほか、東松島市と交流のあるインドネシア共和国バンダ・アチェ市の食文化などを楽しみました。
(10月2日、野蒜、宮戸地区)



寸劇や歌で事故・詐欺防止を呼びかけ

交通事故や振り込め詐欺などの未然防止を啓発する「第4回イト&イ〜ナのご長寿安全大会」では、仙台市の「お茶っこのみ会」や、石巻市鹿又地区の「鹿又ふれあい会」などのボランティア団体が出演し、寸劇や歌を披露しました。「夜道では反射材を身に付けましょう」「飲酒運転は絶対にやめましょう」などと強調し、来場者に呼び掛けていました。
(9月28日、市コミュニティセンター)

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11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

- 土曜OPEN
5日(土)9時～12時
- 11月生まれ誕生祝いday
7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(要申込み・先着20組)
9日(水)10時30分～11時30分
「ママの気持ちが楽になる子育てコーチング」
【託児有】
- 地域ふれあいサロン
15日(火)10時30分～11時10分
「子ども服お譲り会」
- 赤ちゃん&なかよし広場
25日(金)10時30分～11時10分
「クリスマスの部屋飾りを作ろう」

ほっとふる 子育て講座(要申込み・先着20組・託児有) 「ママの気持ちが楽になる子育てコーチング」

- 日時 11月9日(水)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(市内の方優先)
- 講師 ドリームフィールド代表 阿部侑生氏
- 持ち物 飲み物・筆記用具



あいあい 赤ちゃん講座(要申込み・先着15組) 「離乳食教室」

- 日時 11月29日(火)10時30分～12時
- 場所 小野市民センター調理室
- 対象 0歳児のお子さんと保護者(市内の方優先)
- 講師 健康推進課 栄養士
- 持ち物 おんぶ紐・飲み物・筆記用具



自主子育てサークル合同企画～つながり～ 「親子リトミック」

- 日時 11月30日(水)10時30分～11時30分
- 場所 コミュニティーセンター(10時15分受付開始)
- 講師 高城 和佳子氏
- 持ち物 飲み物・動きやすい服装



「あいあい」の主な行事

- わくわくひろば
4日(金)10時30分～11時10分
「運動会ごっこ」場所:小野市民センター
持ち物:親子共に上靴と飲み物
- 地域ふれあいサロン
17日(木)10時30分～11時10分
「保健師さんに聞いてみよう」
～きょうだいの育て方～
- 赤ちゃん講座(要申込み・先着15組)
29日(火)10時30分～12時
「離乳食教室」【対象:0歳児】

「ファミリーサポート事業」より

- ファミリーサポート交流会(要申込)
5日(土)10時～11時30分
場所:蔵しっくパーク
対象:会員と入会に興味のある方
内容:ゲーム・会食など
- わたしじかん(11月1日受付開始)
12月1日(木)10時～12時【要申込】
「クリスマスのフラワーアレンジ」
場所:蔵しっくパーク(先着10人)
ファミリーサポート利用の託児料助成有

ファミリーサポート事業とは
地域において子育ての支援を受けたい人と
支援できる人が会員となり子育てを助け合う
事業です。
例えばこんなときに利用できます。
美容室に行きたい・就職活動の時に・上の子の
行事の時に・送迎してほしい など
～いざという時のために、
登録しておくとお心です～

■問 矢本子育て支援センター
「ほっとふる」 ☎84-2676

Q&A

市内の
「子育てサークル」
は、いつ?どこで?
活動しているの?

11月30日(水)に市内のサークル合同で親子リトミックを行います。サークルに入っていない方も一緒に参加できますよ(詳しくは上記にて)

サークル名	活動場所	活動日
こっこクラブ	矢本東市民センター	第2・4火曜日
ちゅうりっぷ会	南浦地区センター	第2・4火曜日
とらの子クラブ	野蒜市民センター	月1回
わんぱくキッズ	大塩市民センター	月1回

各サークルの連絡先は、ほっとふる・あいあいに問い合わせください。

観味美魅 みりよく発見!ひがしまつしまの観光と物産

「第4回 東松島市観光と物産のPR会 ～東松島 食・観・遊～」開催

第4回目を迎えるPR会。今回は、大塩市民センターを会場に開催します。市内で生産された水産加工品から農産物、観光施設情報など、東松島市の旬な魅力を紹介。「地元の魅力を再発見」をテーマに、各ブース趣向を凝らした商品の展示や試食品の提供、実演、体験コーナーなど、より良くご紹介できるような「おもてなし」で皆さんの来場をお待ちしています。



▲生産者や事業者さんとお客様が、直接ふれあいながら市の魅力をあらためて実感することができます。



◀当日は「本間ちゃん」の愛称でおなじみの本間秋彦さんが来場します。

■日時 12月3日(土)10時～14時 ■場所 大塩市民センター

「観光プロモーション企画「鍋のまち東松島」」

東松島市は縄文の古からはぐくまれた「海と大地の恵み」が豊富なまち。縄文人も愛した「鍋」をテーマとして市内観光を盛り上げようとする取り組みをPR会に合わせ、スタートさせます。当日は、「縄文鍋」の振る舞いなども予定しています。



■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

Sports Paradise

東松島市体育協会
スポパ通信

～スポーツから笑顔が生まれるまちづくり～

■問・申し込み 東松島市体育協会 ☎82-9030 平日9時～17時

教えて!

ぼくたち・わたしたちの 鷹来の森運動公園

この時期、紅葉も見頃な鷹来の森運動公園。主にソフトボール・サッカー・フットサル・野球の競技で利用されています。春から秋にかけては大会が多く行われ、競技者・観覧者の方がたくさん来館します。

「お子さん連れの方も多くいらっしゃいます。施設内だけでなく、施設外の通路でのウォーキングや遊具がある山崎公園に遊びに来られるのもオススメです。」と現地管理人。お出かけスポットとして家族で訪れてみませんか。

冬期間中(12月～3月)屋外運動場は芝の養生のため利用できません。多目的運動場・野球場・屋内運動場(テントシート)は通常通り利用できます。

■施設・予約 屋外運動場(A・B・C・D)

多目的運動場(E・F)／野球場

予約申請 前月20日以降

屋内運動公園(テントシート)

予約申請 前月11日以降

■利用時間 火～土曜日:8時30分～21時

日曜日:8時30分～17時

※月曜日は全施設休館になります。

仮予約は受け付けていませんが、空き状況は事務局で確認できますので、問い合わせください。

■事務局 ☎82-9030 ■鷹来の森運動公園 ☎82-1101



第49回東松島クロスカントリー大会開催

■日時 11月27日(日)9時10分～ ■場所 鷹来の森運動公園

大会一週間ほど前の試走時や本番当日は、近隣住民の方々にはご迷惑をおかけします。皆さんの温かいご声援よろしくお願い致します。

※11月23日(水・祝)から、クロスカントリー大会の試走が行うことができるように、鷹来の森運動公園内および周辺に誘導看板を設置します。特に公園外に出て走る際は車などに注意してください。

11 Jomon Times

広報 縄文村だより vol.129(11月号)

平成28年11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



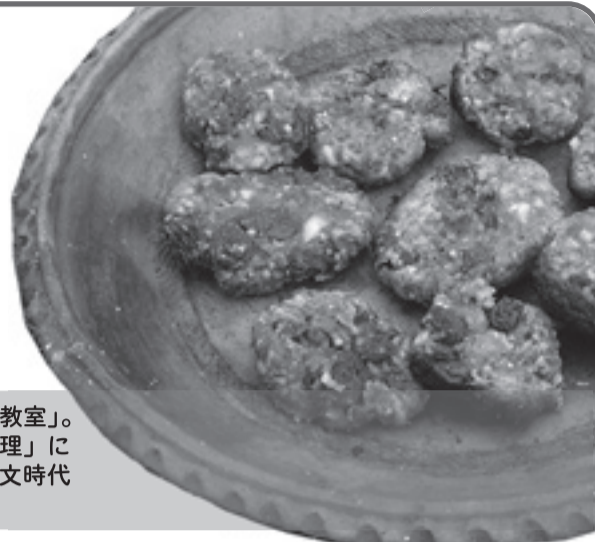
石器の切れ味に驚く。



まずはオープニングイベント「魚の解体ショー」!今年の食材は鯛。貝でうるこを取り、石器で三枚おろしに。その様子に子どもたちは興味津々!せっかくなので、魚を切ってもらおうと「石なのにすごく切れる!」とびっくり!

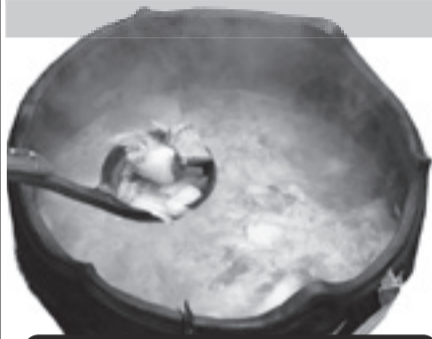


▲今日は石器が包丁代わり。野菜も肉も石器を利用!



縄文の味を「いただきます!」

7月から3回コースで行ってきた「縄文教室」。9月22日に行った最終回では「縄文料理」にみんなで挑戦!土器や石器を使って、縄文時代に食べていた食材を調理しました。



Menu

- *シシ鍋 *鯛の潮汁 *そば粥
- *ホオ葉の包み焼き *縄文クッキー

なんでも道具に!

子ども達が中心となって作った「縄文クッキー」。メインの材料のひとつ、クルミ。殻つきの状態を見るのも割るのも初めて!石で叩くも、なかなか割れずに苦戦していましたが、だんだん楽しくなってきた様子。「今みたいにいるような道具がなくてもお料理できるんだね。」と、石の使い方も様になっていました。



シカにイノシシ…縄文の味を楽しむ。

皆で協力しながら、シカやイノシシ、カモ肉がたっぷり入った全5品の縄文料理が完成!料理中から「どんな味なんだろう!」とワクワクしていた皆さん。「シカ肉って意外に食べやすいね!」「カモ肉はじめて!」とバクバク…!素材の味を噛みしめていました。

▲「縄文クッキー」。実際に縄文時代の遺跡から炭化した状態で見つかります。クルミや栗などの堅果類を細かくし、丸めて石焼きにします。



Report 福島へ出張しました!

9月25日、福島県白河市にある「福島県文化財センター・白河館」へ。東北各地の博物館が集まり、ワークショップを行う「体験フェスタ」にお招きされ、鹿角ストラップを行いました。



来場された方は全体で732名。「鹿角ストラップを目当てに来たよ!」というお客さんもいらっしゃり、ストラップを作った方は82名!最大3時間待ちになる盛況ぶりでした。



Next...11月5日兵庫県立考古博物館「全国古代体験フェスティバル」へ♪

葉っぱの形!ここまで加工するのは難しいんですよ!

縄文村からのお知らせ

フォーラム
「運河のあるまちづくり
—東名運河を活かしたまちづくり—」

11月19日(土)18:30~20:30
野蒜市民センター・入場無料
主催:「未来につなぐ奥松島のたから」
再生活用実行委員会
事務局:奥松島縄文村歴史資料館

東名運河と地域の歴史を紐解き、運河を活かしたまちづくりについて考えます。

- 11月3日「文化の日」は入館無料DAY!
- 11月20日「ひがしまつしま福幸まつり」で縄文体験を行います。

ギャラリートーク
「いま縄文に学ぶ一貝塚からみる縄文人の暮らし—」

11月3日(木) 11月23日(水)
①11:00 ②13:30
縄文村歴史資料館内・シアター

震災と縄文遺跡、自然と共生した縄文人のエコな暮らしぶりを紹介します。

宮野森小学校(新校舎)校舎見学会参加者募集

平成27年10月から建設工事を進めてきた「宮野森小学校」の新校舎・屋内運動場などが、平成29年1月から供用開始予定になりましたので、地域へのお披露目を目的に校舎見学会を開催します。



なお、校舎内の混雑を避けるため、事前に入場予約希望者を募集しますので、見学希望の方はぜひご応募ください。

■日時 平成29年1月9日(月・祝) ①13時 ②14時 ③15時の3回開催(各回60分)

■場所 宮野森小学校(新校舎) 住所:東松島市野蒜ケ丘二丁目1番地1

■対象 宮野森小学校(新校舎)に興味のある方どなたでも

■定員 各回300人程度

※入場予約は先着受付順。当日参加も可能ですが、予約者優先のため、応募状況により希望時間帯に見学できない場合があります。

■申し込み 往復ハガキに次の必要事項を記入のうえ、郵送で下記に応募ください。

※記載事項に不備がある場合は受け付けできませんので、ご注意ください。

【必要事項】

- 1.代表者の氏名・フリガナ・住所・電話番号
- 2.参加希望の時間帯(第1希望から第3希望まで記載)
※上記、「日時」を参照し、①~③のいずれかを選択ください。
- 3.参加者全員の氏名および人数
- 4.来場方法(自家用車・徒歩など、記入してください)
- 5.備考(車イス使用など、配慮すべき事項があれば記入してください)

■応募期間 11月7日(月)~12月7日(水) ※当日消印有効。

■応募先 東松島市教育委員会教育総務課 復興調整班
〒981-0503 東松島市矢本字上河戸36-1

(返信表)

52	9810503	東松島市教育委員会 教育総務課復興調整班宛	こちらには何も 記入しないで下さい。
----	---------	--------------------------	-----------------------

(返信表)

52	代表者の氏名	代表者の住所	1.代表者氏名(フリガナ) 住所・電話番号 2.希望の時間帯 第一希望 ① 第二希望 ② 第三希望 ③ 3.参加者全員の氏名及び人数 ※一通につき、最大5名まで 4.来場方法 自家用車・JR・徒歩などを 記入してください。 5.備考 車椅子使用など配慮すべき 事項があれば記入してください。
----	--------	--------	--

■注意事項 返信はがきは印刷を行うため、熱で消えるインクペンは使用しないでください。往復はがき1通につき、最大5名まで申し込み可能です。なお、応募にあたって収集した個人情報、校舎見学会に関する事務以外には使用しません。

■問 教育総務課復興調整班 ☎内線1259・1261

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1181

○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・教員免許など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 3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 3人

■右記の勤務先 市内8カ所

いずれかの放課後児童クラブ

(矢本東・矢本西・大曲・赤井・赤井南・大塩・鳴瀬桜華・宮野森)

■申し込み 履歴書(本人自筆、写真貼付)を11月14日(月)15時

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

○臨時保育士

■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(通勤手当支給あり)

■勤務先 市内保育所

■募集人員 5人

○臨時延長保育士

■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4時間勤務

(14時～19時)

■賃金 時給1,130円(通勤手当支給あり)

■勤務先 市内保育所

■募集人員 1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11月14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。

自衛官募集

自衛隊宮城地方協力本部
石巻地域事務所
☎0225-8316789
住所:東松島市赤井字鷹塚1-6

○陸・海・空自衛官候補生

■対象・資格 18歳以上27歳未

満の方

※受付は年間を通じて行っています。詳しい内容などは、上記に問い合わせください。

お知らせ

○陸上自衛隊高等工学校校生徒(推薦一般)

■対象資格

○推薦:中卒(見込含む)の17歳未満で成績優秀かつ生徒活動などに顕著な実績を修め、学

○一般:中卒(見込含む)の17歳未満の男子

■受付期間

○推薦:11月1日(火)～12月2日(金)

○一般:11月1日(火)～平成29年1月6日(金)

■試験日 推薦:平成29年1月7日(土)～9日(月)の指定された1日

一般:一次 平成29年1月21日(土)

お知らせ

第12回いきいき健康講座

問 真壁病院
☎82-7111

■テーマ 「健康長寿に適した乳酸菌のお話し」

■講師 只野 武先生(東北医科大学 薬科大学 名誉教授)

■日時 11月16日(水)18時30分

※入場開始:18時。

■場所 市コミュニティセンター

■会場 市コミュニティセンター 2階会議室 ※入場無料。

■主催 医療法人医徳会真壁病院 特定非営利活動法人工

バーオンワード

おのまち映画会 第4回上映会開催

問 アクション・スクエア(安部)
☎090-5355-8534

■日時 11月20日(日)

昼の部:14時～※開場:13時30分。夜の部:18時～※開場:17時30分。

■場所 小野市民センター

※座席がパイプ椅子のため、各自座布団などを持参ください。

■タイトル 超高速!参勤交代

リターンズ

■入場料 全席自由・前売券

一般:1,000円

小・中学生:800円

※未就学児の席については右記に相談してください。

■前売券販売場所 市コミュニティセンター・市内各市民センター・蔵しっくパーク・ハワイ

ト急便鳴瀬小野店・高島屋製菓店(石巻市旭町)

※上映会運営費の一部を負担してくれる賛助会員を募集しています。

女優・音無美紀子の歌声喫茶 「思い出の歌を一緒に歌いませんか」

東松島市社会福祉協議会
生活復興支援センター
問 (中央サポートセンター)
☎83-5001

■日時・場所 11月11日(金)

※いずれも入場無料。

①15時～16時30分 小野市民センター講堂

②19時～20時30分 市コミュニティセンターホール

日本脳炎予防接種の 予診票の郵送

問 健康推進課健康推進班
☎内線3102・3108

この予診票について、対象となる平成24年度生まれの方に5月上旬に郵送してありますが、予診票が届いていないなどの問い合わせが多く寄せられています。

自宅に届いていない方には予診票を改めて発行しますので、右記に問い合わせください。

■対象 平成24年4月2日～平成25年4月1日生まれのお子さん



セガサミーグループ水泳教室

～リオ五輪メダリスト松田丈志、久世由美子コーチ～

セガサミーホールディングス(株)は、東日本大震災 復興支援プログラムとして、北京・ロンドンオリンピック銅メダリスト、そして、2016年リオデジャネイロ オリンピック800mフリーリレーで52年ぶりのメダルを獲得した、松田丈志氏による水泳教室を開催します。



■日時 12月4日(日)

小学生の部:10時～ ※9時15分受付開始。

中高生の部:13時30分～ ※13時受付開始。

※いずれも、教室終了後にトークショーと記念撮影の時間があります。

■場所 市健康増進センターゆぶと ※参加無料。

■対象 水泳に自信のある小学生、および中・高校生の男女 ※50m以上の水泳が可能の方。

■定員 小学生の部 60人、中高生の部 60人 ※先着順。定員に達し次第、締切り。

■講師 松田 丈志氏(セガサミーホールディングス(株)所属)

■主催 東松島市健康増進センターゆぶと

※小学生は、必ず保護者同伴で参加してください。スイムキャップは必ず着用ください。また、スイムウェア、スイムキャップ、タオルなどは各自でご準備ください。

■申し込み 東松島市健康増進センターゆぶとに設置の申込書に記入のうえ、下記に提出してください。

■申込期間 11月7日(月)10時から受付開始

※11月3日(木)まで臨時休館のため、問い合わせは11月4日(金)以降をお願いします。

■問・申し込み 市健康増進センターゆぶと ☎84-3855



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)

創業チャレンジセミナー開催

市商工会が創業者を目指す皆さん・創業後間もない皆さんを応援します。興味のある方は、ぜひ参加してください。

■セミナーの特徴

1. 2日間の短期集中講座で学べます。
2. 補助金申請や融資申し込みに役立つ事業計画の立て方が学べます。
3. 創業に関する手続きや経営相談などフォロー体制が万全です。
4. 全4コース受講の方は、国等が実施する創業支援策の対象となります。

■日時・内容 ※全4回コース

○第1回目 11月12日(土)10時~12時

「創業の心構え」、「創業の基礎知識」

○第2回目 11月12日(土)13時~15時

「売れるための仕組みづくり(基礎編)」

○第3回目 11月13日(日)10時~12時

「売れるための仕組みづくり(実践編)」

「利益計画を立ててみる」

○第4回目 11月13日(日)13時~15時 「事業計画書を作成しよう」

■場所 東松島市商工会館(住所:東松島市矢本字河戸7)

■対象 ※いずれも事業所所在地が市内となる方に限る。

- 創業を考えている方
- 創業後2年未満の方
- すでに事業を営んでいるが新たな事業展開を考えている方(第二創業)

■定員 20人 ※参加無料。

■講師 中小企業診断士 清野 浩司氏

■問・申し込み 市商工会 ☎82-2088



げすいどう通信

~自然とくらしにやさしい下水道~



下水道は、自然環境や私たちの生活環境をよりよくするための大切な施設です。しかし、正しい使い方をしないと、下水管が詰まったり、処理施設の機能に支障をきたすなど、下水道の本来の働きができなくなります。下水道を使う一人ひとりがマナーを守り、正しく使いましょう。

水洗トイレには水に溶ける紙を使用してください

水洗トイレには、トイレットペーパーを使用してください。紙おむつ、生理用品、ビニールなどを流すと詰りの原因となります。また、ティッシュペーパーも水に溶けにくいので使用しないでください。

水洗トイレの水は適正な量を使用してください

排泄物を流すためには、適正な水量が必要です。水の量を抑えるような使い方をすると詰りの原因となります。

排水口の髪の毛などは、こまめに取り除いてください

お風呂や洗面所の排水口に溜まった髪の毛やゴミは、こまめに取り除いてください。髪の毛やゴミは、排水管の中で絡まって詰りの原因となります。

台所では野菜くずや油類は流さないでください

野菜くずや残飯などを流すと詰りの原因となります。また、天ぷら油などの油類を流すと、下水管に付着して固まり、詰りの原因となります。使用済みの天ぷら油は、油を固める製品などを使い、燃えるゴミとして処分してください。

アルコールやガソリンは流さないでください

アルコールやガソリンなどを流すと、下水管の中で爆発をおこすことがあります。絶対に流さないでください。

■問 下水道課 ☎内線2232

平成28年度第2回防災研修会(小野地域)

■日時 11月15日(火)18時30分 ※開場:18時~。

■場所 小野市民センター

■テーマ・講師 「風水害について」

国土交通省北上川下流河川事務所、東松島市総務部防災課

■対象・資格 東松島市内に在住の方(申込不要)

■主催 東松島市、東松島市自主防災組織連絡協議会

■問 防災課危機対策班 ☎内線1168

毎月11日は市民防災デー(市民防災の日)です

~宮城県北部連続地震から13年、東日本大震災から5年8か月~

11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、保存のきくパン(缶詰も市販されている)、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、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。飲料水は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、ポット等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出来ます。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1168

東松島市特産米「かぐや姫」キャンペーン

東松島市特産米『かぐや姫』生産団体 竹取倶楽部は震災後から続けている「回す思いプロジェクト」の一環として平成28年産のかぐや姫白米5kgを2,160円(送料込み)で提供します。お気持ちをいただいている方、お世話になった方に国内で最後に出る新米を贈ってみませんか。



■受付日時 11月1日(火)~10日(木)9時~18時

■注意事項

- 贈答用につき、自家消費用としての申込はご遠慮ください。
- 数量の制限はありません。
- 稲刈りは11月初め、お米の発送は11月下旬を予定しています。
- 発送区域は国内に限ります。

※詳しい内容は、下記まで問い合わせください。

■問・申し込み 竹取倶楽部 事務局:木村

☎090-1061-3890 FAX:0225-82-4651

中小企業者向け事業復旧支援補助金申請を受け付けます

震災で大きな被害を受けた中小企業者の施設(工場、店舗、観光施設など)および設備の復旧に要する経費を補助します。

■対象 施設・設備に一定の被害を受けた中小企業者で、県内で復旧する

①製造業を営む方 ②商業サービス業を営む方 ③観光業を営む方

■対象経費 施設・設備の復旧に要する経費

■補助率・補助限度額

①製造業:2分の1以内・上限1000万円、下限100万円

②商業サービス業

全壊の場合は45%以内・上限270万円、下限90万円。

大規模半壊の場合は35%以内・上限210万円、下限70万円。

③観光業:2分の1以内・上限1000万円、下限100万円

※補助対象経費が200万円を下回った場合は補助の対象外。

■申請期間 11月1日(火)~12月2日(金)

■問・申し込み 宮城県東部地方振興事務所地方振興部
商工・振興第一班 ☎0225-95-1414

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

いったりかったりサロン開催

問 東松島市社会福祉協議会
☎25-4312

このサロンは、地域の方々に気軽に来場していただき、くつろぎながら交流を図ることを目的としています。28年度は雅楽と寸劇をお届けします。雅楽は「牡鹿雅楽会」による演奏。寸劇は宮城県交通安全推進隊「お茶っこのみの会」です。入場無料。

また、例年のおり風呂無料開放など企画しています。ぜひ来場ください。

※入浴される方はタオルや着替えなどをご持参ください。(このサロン活動は社協介護事業所による地域貢献事業として開催するものです)

■日時 11月20日(日)10時~15時
■場所 東松島市社会福祉協議会(老人福祉センター)
■対象 地域の方どなたでも

平成28年度動物フェスティバル開催

問 こんど動物病院
☎0225-25-1230

(公社)宮城県獣医師会石巻支部主催の動物フェスティバルが開催されます。ヒューマン・アマル・ポンド(人と動物の絆)を大切にする理念のもと、人と動物が絆を深め、より良い関係で共存できるよう、動物の福祉とついでに啓発を行います。誘い合わせのうえ、来場ください。

※入場無料。ペット同伴不可。

■日時 11月13日(日)14時~16時30分

■場所 市コミュニティセンター

■内容 第一部 ビッグバンド演奏
「石巻ジュニアジャズオーケストラ」

○第二部 講演「犬と猫と楽しく暮らすために」うちの子の幸せにする暮らしのヒント
講師：矢崎 潤先生

事業主の皆さん 労働保険加入手続きはお済みですか

問 ハローワーク石巻(公共職業安定所)
☎0225-95-0158
石巻労働基準監督署
☎0225-22-3365

11月は労働保険適用促進強化期間です。

労働者(アルバイト含む)を1人でも雇用している事業主は、労働保険(労災保険・雇用保険)に加入する義務があります。労働保険への加入が未手続きの場合は、速やかに右記に連絡してください。

石巻広域都市計画下水道の変更に係る説明会

問 下水道課復興施設班
☎内線2237

東松島市流域関連公共下水道の排水区域の変更に係る説明会を、右記のとおり開催します。

■日時 11月15日(火)18時30分~
■場所 市コミュニティセンター1階集会室

「サンサン教室」開催のお知らせ

障害児デイケアセンター・こどもの広場では、体を上手に動かさない子・言葉の遅れや発語が気になる子・友達との関わりが気になる子・話しかけてもうまく会話ができない子などの未就学児を対象に、リズム体操やボール遊びなどで楽しく体を動かす「サンサン教室」を実施します。また、お子さんの療育の相談なども受け付けます。希望の方は、ぜひ参加ください。

■日時 11月15日(火)10時~11時
■場所 障害児デイケアセンター・こどもの広場(矢本西保育園隣接)
■申し込み 電話またはメールで11月11日(金)までに申し込みください
■問 障害児デイケアセンター・こどもの広場 ☎84-3401
Fax:0225-84-3433 E-mail:kodomonohiroba@ark.ocn.ne.jp

相談

子どもの心理相談会

問 健康推進課健康支援班
☎内線3117

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 11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 前日まで電話で申し込みください。

11月は児童虐待防止推進月間です

~社会全体で子どもの「命」と「権利」、そしてその「未来」を守るために~

ご自身が出産や子育てに悩んだ時、または子育てに悩む親や虐待を受けたと思われる子どもを見かけた時は、「必ず」市役所や児童相談所の相談窓口にご相談ください。あなたの連絡・相談が子どもを守ることや子育てに悩む保護者を支援することにつながります。

○児童虐待とは…

身体的虐待	殴る、蹴る、叩く、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせる、戸外に閉め出す など
性的虐待	子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にする など
ネグレクト	家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、重い病気になっても病院に連れて行かないなど
心理的虐待	言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対し暴力をふるう(DV) など

○相談窓口

■家庭児童・DV相談

市子育て支援課子育て支援班 ☎内線1169・1189

■子どもの相談

宮城県東部児童相談所 ☎0225-95-1121

宮城県保健福祉事務所 母子・障害班 ☎0225-95-1431

■子ども人権110番

法務省人権擁護局 ☎0120-007-110(全国共通・無料)

■警察相談 石巻警察署生活安全課 ☎0225-95-4141

しつけと虐待

恐怖感を与えることで子どもの行動をコントロールしたり、大人の感情のはげぐちになっているしつけは、虐待にあたる可能性があります。

体罰等は、しばしばエスカレートし、ときに取り返しのつかない事故を起こします。子どもを叱る際は、「子どものした行動を叱る」「具体的に短い言葉で叱る」「次はどうしてほしいか伝える」ことを意識しましょう。

■問 子育て支援課子育て支援班 ☎内線1169・1189

「てあわせWS(ワークショップ)」開催のお知らせ

「てあわせ」は、自分と相手が手を合わせ、からだでコミュニケーションをとりながら、いっしょに新しい表現をつくりだす活動です。むずかしいルールは何もなく、こちよい音楽が流れる中、自己を開放して、多くの仲間と楽しみながらからだを動かします。「てあわせ」の活動は、震災で被災した地域のワークショップとして、東洋英和女学院大学の西洋子教授や早稲田大学の三輪敬之教授と多くの皆さんが参加し活動してきました。

子どもと大人が、女性と男性が、障害のある人となない人が、個性を活かし合い、自由に新しいつながりをつくりだしています。生き生きとした表現の場にどうぞお越しください。

■日時 11月19日(土)13時30分~15時30分
■場所 赤井市民センター ※事前申込不要。
■参加費 500円 ※当日、会場受付で納入。
■問 「てあわせWS(ワークショップ)」事務局(担当:森)
☎080-1812-6888 URL:http://teawasekaken.jp/

東松島型地域住宅 つながるYEAH(家)!からののお知らせ 羊毛フェルトワークショップ開催

■日時 11月27日(日)10時~12時

■募集人員 8人

■場所 東矢本駅前モデル住宅
(住所:東松島市矢本字下浦196-1)

■内容 これからの季節に、使ってよし、飾ってもかわいい、世界に一つだけの鍋敷きを、羊毛フェルトで手作りするワークショップを開催します。初めての方、お子さん連れの方も歓迎。皆さんの応募をお待ちしています。

■問・申込先 モデル住宅内相談窓口 ☎98-8308

開館時間10時~16時(毎週水曜日休館)

Facebookページでモデル住宅の紹介やお知らせを配信します。ぜひご覧ください。 <https://www.facebook.com/tsunagaruYeah>

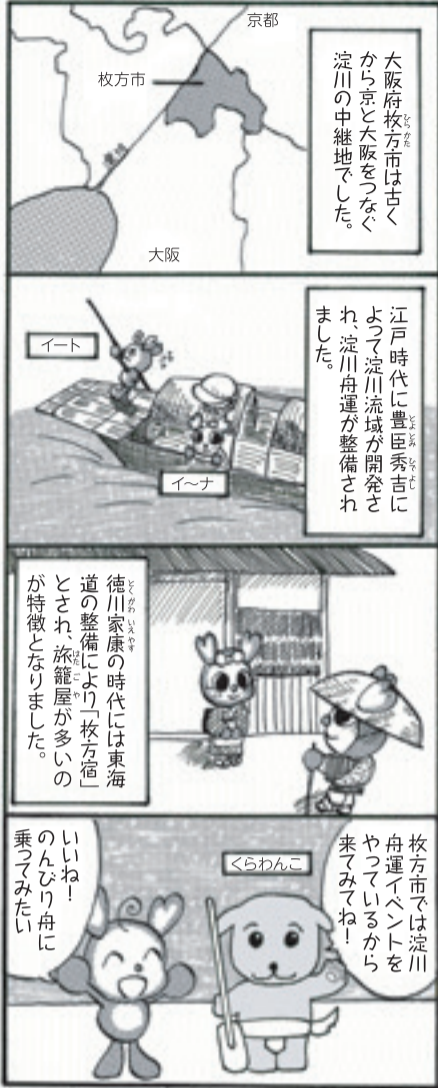


それゆけ! イート Vol.67

～みんなにありがとうの旅～

【風・さらり 夢・ひらり 枚方市】作:みやみ

◎淀川の船上で味わう、くらわんか餅は格別だね! bY イート



- ◎大阪府枚方市:大阪府北河内地域に位置し、西に淀川が流れ、東には緑豊かな生駒山系の山々があります。江戸時代には京街道の宿場町として栄え、現在は戦後の大規模な住宅開発により人口が急増しました。市内には6つの大学が所在し、21世紀の新たなまちのイメージとして、「学園都市」を目指しています。
- ◎ひらかた観光大使 くらわんこ:“ごんぼ汁”や“くらわんか餅”などを売る「くらわんか船」の船頭・売り子の仕事をしています。つまみ食いをして怒られることもあります。公務のためにくらわんこを置いて旅立ったご主人を、今も待ち続けているけげな一面も…。
- ◎ひらかたパーク:USJに次ぐ大阪府内で第2位の入場者数を誇る遊園地。2代目イメージキャラクター「超ひらパー兄さん」として、地元枚方市出身であるV6・岡田准一氏が起用されるなど、わくわくするイベントや企画なども楽しみの一つ。
- ◎枚方八景:四季折々に目を楽しませてくれる“淀川の四季”や“国見山の展望”、“百済寺跡の松風”など、「ふるさと枚方」らしい風景を将来に伝承していくことを目的に、市民から候補地を募集して制定されています。

休日診療担当医院表〈2016年(平成28年)11月分〉

月日	医院名	電話番号	薬局名	電話番号
11月3日(木・祝)	ししど内科クリニック	83-8830	調剤薬局 くりつぱ	24-9730
11月6日(日)	わたなべ整形外科	84-2323		
11月13日(日)	みやぎ東部循環器科	82-9930		
11月20日(日)	永沼ハートクリニック	82-6680		
11月23日(水・祝)	藤野整形外科	83-2121	フロンティア 薬局矢本店	90-3908
11月27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	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)
11月3日(木・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
11月6日(日)	石巻赤十字病院	石巻市蛇田字西道下71	21-7220
11月13日(日)	石巻市夜間急患センター(仮設)	石巻市日和が丘1-2-11	94-5111
11月20日(日)	石巻市夜間急患センター(仮設)	石巻市日和が丘1-2-11	94-5111
11月23日(水・祝)	中山子どもクリニック	石巻市中里3-4-27	95-4121
11月27日(日)	おおば小児クリニック	石巻市門脇字青葉西38-1	93-9693

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 健康推進課健康支援班 ☎内線3114・3118

震災後のこころのケア 相談窓口

健康推進課健康支援班
問 保健師
☎内線3105・3118

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 11月8日(火)14時～
- 予約制、1人50分
- 場所 矢本保健相談センター
- 担当 こだまホスピタル

○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つたなど、お子さんへの対応についてお困りの方。

- 日時 11月10日(木)13時、14時、15時、16時(予約制、1人50分)
- 場所 矢本保健相談センター

■担当 みやぎ心のケアセンター 児童精神科医

宮城県東部保健福祉事務所 定例相談のお知らせ

宮城県東部保健福祉事務所
問 母子・障害班
☎0225-95-1431

- アルコール専門相談
- 日時 11月18日(金)10時～14時(予約制)
- 対象 アルコール関連問題で困っている方・家族・関係者

■内容 精神保健福祉士による相談

○アルコール家族教室

- 日時 11月18日(金)14時～15時(予約制)
- 対象 アルコール関連問題で悩んでいる家族など
- 内容 精神保健福祉士による講話・グループミーティング

- 思春期ひきこもり相談
- 日時 11月15日(火)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方・家族・関係者
- 内容 臨床心理士による相談

「イイ歯デー」歯科健康テレホン相談

問 宮城県保険医協会
☎022-265-1667

- や歯の健康について、歯科医師が相談に応じます。気になることがあったら、気軽に相談ください。
- 日時 11月8日(火)10時～16時
- ※電話で相談の概略を受けた後、3日以内に歯科医師が直接相談者に回答します。

宮城県沿岸部被災者支援のための司法書士無料相談会

問 宮城県司法書士会事務局
☎022-263-6755

- 震災の問題に限定せず、司法書士が幅広く相談に応じます。相談は無料です。被災沿岸部にお住まいの方や職場のある方など、ごなたでもお越しください。
- 日時 11月13日(日)10時～15時
- ※面接相談の予約可。
- 場所 市コミュニティセンター

【11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	4日(金)10時～15時	市コミュニティセンター	いじめ、暴力、隣近所とのめもめ事、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	4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	6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2階会議室(3)	住宅再建を検討されている方を対象にした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	■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(通話料金がかかります。)
法テラス東松島の法律相談等	平日10時～16時 11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)	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

■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(11・12・1月)

乳幼児健康診査と10か月児健康相談の対象者には、あらためて通知しますが、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。妊産婦・子どもの健康相談は申し込みの必要はありませんので、気軽にお越しください。

場所:矢本保健相談センター

	乳幼児健康診査<受付時間:12時20分~12時50分>								10か月児健康相談 <受付時間:12時50分~13時20分>		妊産婦・子どもの健康相談 <受付時間:9時~11時>
	4か月児		1歳6か月児		2歳6か月児		3歳児		期日	生まれ月	期日
	期日	生まれ月	期日	生まれ月	期日	生まれ月	期日	生まれ月			
11月	18日(金)	平成28年7月	17日(木)	平成27年4月	16日(水)	平成26年4月	15日(火)	平成25年6月	22日(火)	平成28年1月	-
12月	21日(水)	平成28年8月	16日(金)	平成27年5月	15日(木)	平成26年5月	14日(水)	平成25年7月	20日(火)	平成28年2月	12日(月)
平成29年1月	25日(水)	平成28年9月	24日(火)	平成27年6月	20日(金)	平成26年6月	18日(水)	平成25年8月	26日(木)	平成28年3月	-

■問 健康推進課健康支援班 ☎内線3117・3118

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、B型肝炎(※)、四種混合、BCG	平成28年9月生まれの方
麻しん風しん(第1期)、水痘、おたふくかぜ	平成27年10月生まれの方

※10月からB型肝炎の予防接種が定期化されました。対象となる平成28年4月~7月生まれの方には9月中旬に予診票を郵送していますが、手元に届いていない方や転入されてきた方には改めて郵送しますので、連絡ください。

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3102・3108

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 健康推進課健康支援班 ☎内線3117・3118



予防接種の受け忘れはありませんか

下記3つの予防接種の接種期限は、平成29年3月31日となっています。28年度の対象者には予診票を郵送していますが、まだ接種をしていない方は、早めに接種するようにお願いします。

接種期限を過ぎると郵送した予診票は使用できず、自己負担での接種になりますので、ご注意ください。予診票が届いていない方や転入してきた方は、下記まで連絡してください

区分	種類	対象者	自己負担額	予診票の色
小児 予防接種	麻しん・風しん 混合(第2期)、 おたふくかぜ※	平成22年4月2日~平成23 年4月1日生(年長学年の方)	なし	濃い クリーム色、 白
高齢者 予防接種	肺炎球菌 ワクチン	今年度中に65、70、75、80、 85、90、95、100歳に達する 方で成人用肺炎球菌ワクチ ンを受けた事のない方	4,000円	紫色

※おたふくかぜは任意接種で、1歳~小学校就学前までが公費助成の期間です。

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3102・3108

食のリラートーク 第70回

イート(食べる)でつながるとイ〜ナ!!



食を通じた教育支援を

農家 齋藤英彦さん



鳴瀬川や定川など豊かな水に恵まれた東松島市では、古くから稲作や野菜作りが盛んに行われてきました。よりおいしい農産物を消費者の皆さんに届けるため、各農家とも土台となる「土作り」からこだわりを持って取り組んでいます。時には先進地へ視察に出向いたり、勉強会を催したりと、生産団体が連携して、互いに高め合っています。この積み重ねが、地域の、ひいては全国の皆さんからの支持につながっているのではないかと自負しています。

おいしい野菜を作ることはもちろんですが、地域の子どもたちに食の大切さやありがたみを知ってもらうことも私たち農家の役割だと考えます。私は少しでもふるさとの自然を肌で感じてもらうため、小学生の農家見学や、幼稚園児のイモ掘り体験などに毎年協力しています。地域の自然に触れることで、古里への愛着も湧くでしょうし、虫や動物、野菜や米などの農産物、植物には「すべてに命がある」ということを理解していただければという期待も込めています。



▲おいしい野菜を届けるため、農家では土作りにもこだわります

豊かな自然、おいしい野菜、いきいきとした地域。東松島市の「魅力」を子どもたちが胸を張って語れるように、食を通じた教育支援をこれからも継続していきたいです。

次回は、矢本東小学校 給食委員会の児童の皆さんにバトンタッチします。

あなたに届け!

健康ラブレター



高血圧について

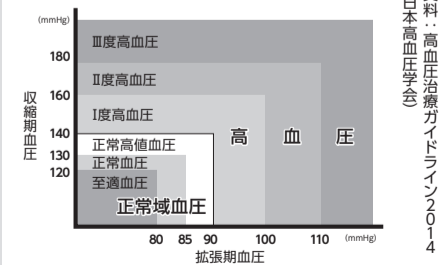


血圧とは、心臓から送り出された血液が、血管に与える圧力のことをいい、安静状態での血圧が慢性的に高い状態を「高血圧」といいます。日本では70歳以上の約80%が高血圧といわれていますが、それに拍車をかけるのが、若い頃からの塩分の取りすぎや運動不足・肥満・喫煙などの生活習慣因子です。

高血圧は沈黙の病気といわれるように、自覚症状が現れることはほとんどありません。そのため、健診などで初めて指摘されることが多いのが特徴です。しかし、血圧が高いことを指摘されても「大したことないだろう」と考えてそのまま放っておいてしまう人が少なくありません。そうやって何も手を打たないで血圧が高い状態が続くと、血管に強い圧力がかかり血管が傷つき、動脈硬化が進み、脳卒中や心臓病、腎臓病などの重大な病気を招いてしまいます。

血圧の変動は、体温の変化と同様に自分の健康状態を知るパラメーターです。健康で長生きするためには定期的に血圧測定を行い、血圧が高めであれば早めに受診し、生活習慣の改善に取り組みましょう。健診で血圧が高めだと指摘された人は、家庭での血圧測定を習慣にして、常に血圧をチェックすることが大切です。医療機関を受診するときは、ぜひ記録を持っていきましょう。

診察室血圧に基づく血圧の分類



■問 健康推進課健康支援班 ☎内線3103

戸籍のまど

平成28年9月掲載依頼分
(9月1日～30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タ班
☎内線1334

「ご結婚」 おめでとうございます

柳北	柳北	関の内	関の内	女川町	小野下	仙台市	肘曲	行政區等	氏名
阿部	阿部	山口	佐藤	後藤	柏	佐藤	櫻井		
友美	将喜	めぐみ	聡祐	史菜	佑介	有利	博己		

お誕生 おめでとうございます

下浦	柳上	小野上	南一	南三	南浦宿舎	下町三	南浦宿舎	東大溜	下町三	行政區等	氏名
阿部	蛭田	横山	千葉	相澤	渡辺	山本	児島	長田	菅谷		
結月	葉奈	ひなた	涼愛	周輝	桐斗	悠仁	良咲	快	紘		
英貴	和輝	秀人	孝俊	聡史	史紀	志保	浩貴	満	康正		

お悔やみ申し上げます

上小松	鹿妻二	照井	小野上	柳上	塩入	裏一	行政區等	氏名	年齢
照井	尾形	阿部	大丸	高橋	千葉	鈴木			
孝雄	壽雄	和夫	ひで子	玉子	英治	あさ子			
60	87	67	76	90	73	80			

お悔やみ申し上げます

下町二	横沼西	小松台	貝殻塚二	関の内二	柳下	小野下	関の内一	柳下	東大溜	河戸
渡邊	今野	阿部	後藤	遠藤	鹿野	菅原	川村	阿部	菅澤	三神
陽斗	葵	樹愛	理仁	蓮王	湊仁	彩華	有澄	楓羽	旭輝	慎治
一幾	晃	隆樹	充詔	一也	裕	真幸	翔平	竜也	康弘	

下小松	往還上	上下堤	前里	下町一	横関	往還上	貝田	沢田	南新二	鹿妻二	川下	道地	下町四	柳北	谷地	谷地	貝殻塚二
熱海	熱野	浅野	浅野	小野寺	尾形	菅原	土井	加藤	後藤	大江	松本	菅原	六倉	高橋	安積	内海	高橋
俊信	さつ子	喜三夫	徳衛子	かず子	富久子	昭二子	京子	フミ子	和三子	真一	昭二	篤郎	みな子	勉	光一	吉郎	佳代子
62	94	89	93	84	61	84	80	91	86	90	89	81	97	82	76	81	76

「らくらく号」をご利用ください

らくらく号は、買い物・通勤・通学・通院などで利用したい人が事前に予約し、自宅から目的地へ、戸口から戸口へ送迎する乗り合い型の交通手段です。

名前と車両はタクシーですが、内容は乗り合い運行を行うバス停のない「小さなバス」です。あちこちに寄り道しながら運行するため、時間は多少余分にかかりますが、ご自宅まで迎えに伺います。

■利用方法

- 事前登録※事前登録がないと利用できません。登録は、市役所復興政策課・鳴瀬総合支所・東松島市商工会・各市民センターで行っています。
- チケット購入
- 予約センターへ電話 ☎84-1515 乗る方の電話番号(登録した番号)と名前を伝えてください。乗りたい日・便(下記時刻表)・場所・降りたい場所をお伝えください。

■運行範囲 東松島市内

■運行日 月曜日から金曜日まで
(土曜・日曜・祝日・12月29日～1月3日はお休み)

■予約受付時間

予約は3日前から可能です。乗りたい便の30分以上前までに予約してください。 ※8時15分便は前日までに予約してください。

■時刻表

午前	8時15分	8時45分	9時15分	9時45分
午後	13時15分	13時45分	14時15分	14時45分

■利用料金 大人300円・小学生100円 ※らくらく号は乗車券(チケット)での支払いになります。市内取扱店で事前の購入をお願いします。場合により旧矢本町と旧鳴瀬町を行き来する場合は、倍額かかる場合があります。詳しくは、問い合わせてください。

利用上の注意

- 乗車前に乗車券(チケット)を事前購入してください。
- 乗り合い型の公共交通機関ですので、配車が10分程度前後する可能性があります。
- 急な予約の変更、途中下車はできません。
- 荷物は膝元における範囲までとなります。
- 急病の方、一人で乗降できない方は、利用できません。

■問 東松島市地域公共交通活性化協議会

(事務局:復興政策課地域振興班) ☎内線1232・1234

秋の火災予防運動 11月9日(水)～15日(火)

平成28年度全国統一防火標語

『消しましょう その火その時 その場所で』

●第28回石巻地区広域管内防火標語コンクール入選作品

- 『自分から火のあとしまつ 最後まで』 東松島市立大曲小学校 小俣 翔太郎
- 『安全を明日へ運ぶ 火の点検』 東松島市立大曲小学校 久保田 美唯
- 『便利な火 正しく使って 火災ゼロ』 東松島市立赤井小学校 相澤 大和
- 『消したかな その心得は 消さないで』 東松島市立鳴瀬桜華小学校 相澤 実智

空気が乾燥し、火災の起こりやすい季節となります。ゴミ焼きや枯草焼却は火災の原因となりますので、行わないようにしましょう。火災から「大切な家族を守るため」、「自分自身の命を守るため」、「地域を守るため」に一人ひとりが火の用心に努めましょう。

■問 矢本消防署 ☎82-2147、矢本消防署鳴瀬出張所 ☎88-2119

広告

店主一押し”通の酒”鶯咲・田林・ほでなす 好評発売中

- 浦霞特別純米ひやおろし ●日高見純米山田錦ひやおろし
- 伯楽星特別純米ひやおろし ●黄金澤山鹿純米原酒ひやおろし
- 水鳥記特別純米酒ひやおろし 他

「ひやおろし」とは、醸成期に仕込んだお酒を貯蔵時に火入れし、ひと夏を越してほどよく熟成、旨味が乗る秋に加熱殺菌しないで出荷される酒を「ひやおろし」といいます。

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

広告

そば焼酎 **堤の花雫** 株式会社 **つつみ**

翅はこだわりの黄翅、と東松島市上下堤産のひとめぼれを使い、まろやかで、飲みやすい焼酎です。

上下堤 五割そば
そば粉五割にこだわって作られた上下堤そば。香り食感、のどろろが抜群です。

東松島市上下堤字上南谷地51-2 ☎0225-87-3654

広告

成人式撮影予約受付中 **デジカメプリント**

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

18円 (税別) Lサイズ 1枚 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

COOP 生協提携店

市民のカレンダー 11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
		11/1 <small>体</small> ●市税及び税外収入金 収納・相談延長窓口 ～20:00 ■市報11月1日号発行 ■東松島市民体力測定 (赤体) 19:00 ■市民課延長窓口 ～19:00 ■市民参観日 (矢本一中学区小・中学校) ■校内剣道大会(未来中) ■平成29年度入園願書 受付開始(矢本中央 幼・鳴瀬幼・のびる幼・ はなぶさ幼)	2 ■健康講話「アルコール 研修会」(塩セ) 10:00 ■ちっちゃい子おはなし会 ◎ 11:00	3 文化の日 ■第11回ひがしまつしま 市民文化祭舞踊の部 (市コ)10:00 ■図書館特別開館 ◎ 10:00～17:00 ■縄文村入館無料DAY (縄文)	4 ■人権相談 (市コ) 10:00 ■行政相談 (市コ) 13:00	5 <small>体</small> ■赤井の野菜を食べて けらいん市 (南赤井公園)8:00 ■第2回まるごと大曲ふ れ愛まつり(塩セ) 9:00 ■おはなし会 ◎ 11:00 ■Swins with ハラハラ シンガーズコンサート (市コ) 13:30 ■矢本子育て支援センター ほっとふる土曜開館 (午前のみ)(矢子)
6 <small>赤体</small> (14時～17時のみ開放) ●市税及び税外収入金 収納・相談休日窓口 8:30～17:15 ■赤井地区センター対抗 家庭バレーボール大会 (赤体) 9:00 ■小野地域ふるさと愛あ いまつり(小セ) 10:00 ■上下堤そばまつり (農村創作活動センター) 10:00	7 ■図書館休館日 ■健康体操 ◎ 10:00 ■健康相談 ◎ 13:00	8 <small>体</small> ●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 ■朗読講座② (市コ) 10:00 ■持久走大会 (矢本東小・鳴瀬桜華小)	9 ●秋の火災予防運動 (～15日(火)) ■持久走大会 (矢本東小)	10 ■囲碁将棋のつどい ◎10:00 ■農地転用等締切日 (農業委員会)	11 ●市民防災の日 (市民防災デー) ■平成28年度原子力防 災訓練(市立保育所・幼 稚園・小学校・中学校) 9:00 ■みんなで健康に!秋の らくらく運動教室 (市体) 10:00 ■総合防災訓練 (矢本西保育所)	12 <small>体</small> ■ふるさとまつり (宮野森小)8:45 ■おはなし会 ◎ 11:00 ■創業チャレンジセミナー (東松島市商工会館) (～13日(日)) ■お遊戯会 (矢本中央幼)
13 <small>赤体</small> (13時～17時のみ開放) ■矢本西地区センター対 抗バレーボール大会 (市体) 9:00 ■第3回大塩地区マレッ トゴルフ大会 (大塩小学校)9:00 ■矢本東市民センター 開所式(東セ) 9:00 ■第11回矢本ひがし地区 民まつり(東セ) 9:30 ■被災者支援司法書士無 料相談会(市コ) 10:00	14 ■図書館休館日 ■健康相談 ◎ 9:00 ■振替休業日 (宮野森小)	15 <small>体</small> ●市税及び税外収入金 収納・相談延長窓口 ～20:00 ■市報11月15日号発行 ■平成28年度第2回 防災研修会(小セ) 18:30 ■市民課延長窓口 ～19:00 ■図書館無制限貸し出し (～27日(日))	16 ■ちっちゃい子おはなし会 ◎ 11:00 ■第6回ちびっこクラブ (矢本中央幼) ■年中・年少保育参観 (鳴瀬幼)	17 ■囲碁将棋のつどい ◎10:00 ■年長保育参観 (鳴瀬幼)	18 <small>体</small> ■市内小・中学校臨時 休業日(一部除く)	19 <small>体</small> ■ポヌールマルシェ ◎10:00 ■おはなし会 ◎ 11:00 ■運河フォーラム (野セ) 18:30 ■こころをつなぐ1万人 のメッセージ「希望の 虹」点灯式(JR野蒜駅 前)18:00 (～1月19日まで点灯)
20 <small>赤体</small> ■第14回北赤井地区大 根狩り(赤井星場地区 のほ場)9:00 ■ひがしまつしま福幸まつり (JR野蒜駅周辺)10:00 ■いっぴりかっぴりサロン ◎ 10:00	21 ■図書館休館日 ■健康相談 ◎ 9:00	22 <small>体</small> ●市税及び税外収入金 収納・相談延長窓口 ～20:00 ■機能回復訓練 ◎ 9:30	23 勤労感謝の日 ■図書館休館日 (勤労感謝の日) ■平成28年度原子力防 災訓練(市内全域)9:30 ■市政功労者表彰式 (市コ) 11:00 ■ギャラリートーク (縄文)11:00、13:30	24 ■囲碁将棋のつどい ◎10:00 ■学習参観日(赤井小)	25 ■図書館休館日 (図書整理日)	26 <small>体</small> ■おはなし会 ◎ 11:00 ■矢本東地区まちづくり 研修会(東セ) 14:00 ■議会懇談会(西セ・赤セ ・小セ)18:30 ■発表会(矢本西保育所) ■新入園児顔合わせ会 (のびる幼)
27 <small>赤体</small> ■第49回東松島クロスカ ントリー大会(鷹来)9:10 ■羊毛フェルトワークショップ (東矢本駅北側モデル住宅) 10:00 ■献血(イオンタウン矢本)10:00 ■クリスマスお遊戯会 公開日(はなぶさ幼)	28 ■図書館休館日 ■健康相談 ◎ 9:00	29 <small>体</small> ●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(蔵書点 検)(～12月5日(月)) ■朗読講座③(市コ) 10:00 ■協働のまちづくり研修会 (市コ) 18:30	30 ●固定資産税第3期、国 民健康保険税・後期 高齢者医療保険料・ 介護保険料第5期納 期限日	12/1 ■市報12月1日号発行 ■囲碁将棋のつどい ◎10:00 ■平成28年第4回東松 島市議会定例会 ◎議場(～15日(木)) ■矢本東市民センター 一般利用開始	2 <small>体</small> ■人権相談(小セ)	3 <small>体</small> ■第4回東松島市観光と物 産のPR会(塩セ)10:00 ■第6回サンタを探せ!! (あったかいホール) 13:00

問い合わせ	東松島市役所(本庁舎)	82-1111	鳴瀬子育て支援センター	87-2338	鷹来の森運動公園	82-1101	矢本西市民センター	82-1181
	東松島市役所鳴瀬総合支所		市図書館	82-1120	小野地区体育館 (管理:小野市民センター)	87-2067	大曲市民センター	82-5965
	矢本保健相談センター	82-1111	蔵しっくパーク(ひと・まち交流館)	84-1770	大塩地区体育館 (管理:大塩市民センター)	82-7532	赤井市民センター	82-2075
	鳴瀬保健相談センター	87-3111	市コミュニティセンター	82-6969	市民体育館	82-9030	大塩市民センター	82-7532
	奥松島縄文村歴史資料館	88-3927	市民体育館	82-9030	健康増進センター ゆぶと	84-3855	小野市民センター	87-2067
	老人福祉センター	83-2851	矢本運動公園	82-6804	矢本東市民センター	82-1180	野蒜市民センター	88-2056
	矢本子育て支援センター	84-2676	赤井地区体育館	82-6803			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 体…市民体育館 9～12時、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
※一般開放の時間は、変更になる場合があります。

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28年度市報ひがしまつしま制作費 1日号:1部あたり50.5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10月1日現在の住民基本台帳、外国人住民含む)
男 19,779人(+4) 女 20,500人(+11)
計 40,279人(+15) 世帯数 15,505戸(+16)
()内は前月比