

2017 **11** .15

みんなの心と力をひとつに

HIGASHIMATSUSHIMA PUBLIC RELATIONS

市報

ひがしまつしま

No.231

お知らせ版

- まちの情報広場 ----- P2~P4
- 蔵っぱだより ----- P5
- City View ----- P6・P7
- 図書館だより ----- P8
- まなびい(生涯学習情報コーナー) ----- P9
- 知っ得情報 ----- P10
- 生活情報 ----- P11
- ゆぶと通信・市民のカレンダー ----- P12



東松島市東日本大震災 復興祈念公園完成

慰霊碑 震災の思い 後世に語り継ぐ



▲遺族代表として、右森文也さんがあいさつ



慰霊碑の除幕が行われました



東日本大震災により被災された方々への追悼と鎮魂、震災の記憶と教訓を後世に伝承する東松島市東日本大震災復興祈念公園が完成。11月5日(日)の「津波防災の日」に合わせて式典が開かれ、慰霊碑の除幕も行われ、渥美市長は「ご遺族皆さんの心のよりどころと、震災の記憶を次の世代に継承する場にした」と語りました。慰霊碑は周辺エリアを襲った津波と同じ3・7mの高さで、市内で亡くなられた1109人(平成29年11月5日現在の名前が刻まれたプレート)が格納されています。式に出席したご遺族の方々が皆さんが献花を行い、深い祈りを捧げていました。

第6回 東松島市観光と物産のPR会×かき祭り

地元の事を地元の人にもっと知ってもらおうと始まり、今回で6回目を迎える「東松島市観光と物産のPR会」。市内特産品や観光商品、各種団体の活動紹介など東松島市の魅力を一堂に集めて、皆さんの来場をお待ちしています。

さらに今回は、震災後地元での本格開催となる「かき祭り」とコラボでの開催となります。旬を迎える牡蠣の販売や振舞いもあります。

■日時 12月3日(日)10時~14時

■場所 野蒜市民センター駐車場

■東松島市観光と物産のPR会出展者(出展内容)

(株)つつみ(上下堤五割そば、そば焼酎)・まご~らいん(かきおにぎり等)・お菓子の国パンジー(菓子)・オイタミート(東松島ハム)・ぱぱいやぱんや(パン)・ジュリアン(菓子)・さくらい海苔店(焼海苔)・清水畳店(畳小物)・Harappa(パン、野菜等)・(株)イグナルファーム(いちご)・(株)奥松島公社(のり汁、天井)・竹取倶楽部(特産米かぐや姫)・愛菜家(手作り漬物)・のり工房矢本(塩のり各種)・アグリードなるせ(バウムクーヘン)・佐々木商店(焼き鳥等)・アトムサーキット(カート展示)・奥松島縄文村歴史資料館(縄文写真館)・市役所下水道課・山形県東根市・岐阜県美濃加茂市



■「鍋のまち東松島」鍋コーナー

うまし処破竹(牡蠣坦々鍋)・酒菜や凜(ぎゅっ!!と地元鍋)・(株)高砂長寿味噌本舗(せり鍋、味噌醤油等)

※「鍋のまち東松島」企画第2弾の発表があります。

■イベントスケジュール(予定)

10時~10時30分	オープニングセレモニー【餅まき】
オープニング終了後	蒸し牡蠣のお振舞い
11時~	縄文鍋のお振舞い(100食限定)
13時30分~14時	大抽選会(当日500円以上の買いものまたは体験をすると、抽選券1枚がもらえます。)

▶お買物券付き案内はがき



市内各市民センターなどに、当日会場でお買物券付き案内はがきが設置してあります

本間ちゃんこと本間秋彦さん来場。会場を盛り上げます。



■問 東松島市観光物産協会 ☎87-2322

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)

平成29年度原子力防災訓練を実施します

市では、宮城県および女川原子力発電所から30km圏内の3市4町の共催による原子力防災訓練を実施しますので、屋内退避訓練への参加をお願いします。

※災害と間違わないようご注意ください。

■日時 11月23日(木・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と、市内全域における市民皆さんの屋内退避訓練

○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きます。

○屋内退避の手順

市が屋内退避指示を発令し、防災行政無線や緊急速報メールなどで伝えますので、屋内退避の情報を入手したら、以下の手順での行動をお願いします。

- ①自宅などの屋内で指示の情報を入手した場合は、屋内にとどまる。
 - ②屋外で指示の情報を入手した場合は、タオルやハンカチで口を覆い、自宅、職場、最寄りの公共施設などの屋内に入る。
 - ③外から帰ってきたら、顔や手を洗い、うがいをし衣服を着替え脱いだ衣服を屋外に出す。
 - ④すべてのドアや窓を閉め、換気扇やエアコンを止めて外気を遮断する。
 - ⑤食品に蓋やラップをする。
 - ⑥防災行政無線、テレビ、ラジオ、緊急速報メールなどで新しい情報を待つ。
- 問 防災課危機対策班 ☎内線1168

奥松島“嵯峨溪”初日の出クルーズ

(株)奥松島公社では、日本三大溪のひとつにも数えられる嵯峨溪の魅力、心の原風景を最高のシチュエーションで味わっていただくこと、奥松島嵯峨溪 初日の出クルーズを実施します。輝かしい新年を、奥松島 嵯峨溪の大海原で迎えてみてはいかがでしょうか。



■日時 平成30年1月1日(月)6時25分出航 ※集合:6時10分。

■集合場所 奥松島公社 嵯峨溪遊覧船乗り場

■運賃 大人(中学生以上):2,000円、子ども(小学生以下):1,500円

■定員 40人 ※定員に達し次第締め切り。

■申し込み 12月1日(金)から受付を開始します。電話で下記に申し込みください
※天候の関係上、欠航になる場合があります。12月31日(日)の15時に運航の可否判断を行い、欠航の場合は直ちに電話で連絡します。

■問・申し込み (株)奥松島公社 ☎86-1511

「鮫ヶ浦水曜日郵便局」開局準備中です

一週間にたった一日、水曜日だけ開く郵便局。そこに集まってくるのは、どこかの誰かの、とある水曜日の出来事が記された手紙。宮戸の旧鮫ヶ浦漁港に、ポストを出現させ、郵便局に見立てて、「水曜日の出来事」が綴られた手紙を全国から募集します。集まった手紙は、個人情報伏せの上で無作為に交換し転送されます。つまり、手紙を送った人の元には、知らない誰かの水曜日の出来事が綴られた手紙が届くことになります。

このプロジェクトを実現するべく、現在クラウドファンディングを実施中です。興味を持った方は、ぜひ支援をお願いします。

■日時 12月6日(水)～平成30年12月5日(水) ※予定。

■場所 旧鮫ヶ浦漁港(宮戸)

■対象・資格 どなたでも参加可能。切手代のみ負担いただきます
※手紙の送り先は、開局時に公表します。

■主催 水曜日観測所 ■後援 東松島市

■協力 日本郵便株式会社東北支社、石巻郵便局、鳴瀬郵便局

■クラウドファンディングサイト

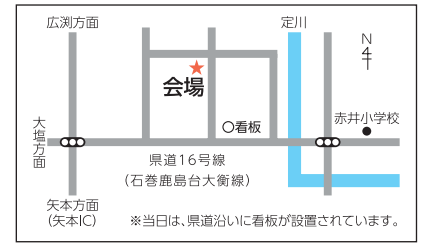
<https://motion-gallery.net/projects/wed-post>

■問 鮫ヶ浦水曜日郵便局事務局 ☎03-5579-2724

HP:<https://samegaura-wed-post.jp/>

第15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で、「第15回北赤井地区大根狩り」を開催します。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開催。参加者には無料で豚汁が振る舞われます。なお、大根が無くなり次第詰め放題は終了ですので、お早めにお越しください。



■日時 11月19日(日)9時～

※小雨決行、大雨の場合11月26日(日)に延期。

■場所 赤井字星場地内のほ場

※8時30分から会場にて受付を行います。事前申込不要。

■問 農林水産課農政班 ☎内線2143

地域おこし協力隊(第2期)活動開始しました

11月1日(水)に地域おこし協力隊第2期メンバー4人へ市長から委嘱状が交付されました。第1期9人と合わせて総勢13人で活動を行います。



▲委嘱状の交付式後、それぞれの活動目標を語りました。右から平山剛さん、渡辺華奏未さん、伊藤克哉さん、鳥羽友紀さん

委嘱後3か月間は「地域研修期間」として、宮戸の新規就農者技術習得管理施設(セルコホームおおみな)で共同生活を行い、それぞれ6社の協力事業者のもとで2週間ごとのインターンを行う予定です。まちで見かけた際はぜひ声がけください。

※地域おこし協力隊とは、総務省が実施する移住定住事業です。都会から地方へ人材を移動させその土地への移住定住を図ります。隊員は任期中に定住のための生業づくり(起業就業)および地域活性化活動を行います。

■問 地域おこし協力隊事務局(復興政策課地域振興班) ☎内線1232

HOPE わたしたち、東松島みらいとし機構(HOPE)です。 第53回

インドネシア バンダ・アチェ市からの研修員

東松島市は、2004年にスマトラ沖大地震・インド洋津波を経験したインドネシアのバンダ・アチェ市との「相互復興」を進めています。この一環として、HOPEでは10月9日からの約1カ月半の間、バンダ・アチェ市から研修員の受け入れを実施しています。通算13回目となる今回、東松島へ派遣されたのは漁師のダルウィンさんとオウリアさんです。



▲研修初日の市長・副市長表敬には、大友さんと阿部さんも駆けつけてくれました

未曾有の被害をもたらした2004年のスマトラ沖大地震・インド洋津波によって、バンダ・アチェ市では人口の28%にあたる7万人超が死亡・行方不明となられたといわれています。2人は、市内でも被害が集中し、約8割の住民が犠牲となった沿岸部のムラクサ郡出身。家族も失いましたが、生まれた土地から離れず、今も漁業に携わり続けています。



▲早朝からの木村さんとの牡蠣養殖。日に日に寒くなる東松島の過酷な漁業現場の環境に驚きながらも、笑顔で一日の作業を終えました

研修では、宮城県でも珍しい小型定置網漁専門の網元、大友水産の大友康広さんに、今まさにシーズン真っただ中の秋鮭漁とイワシ漁の現場で技術指導を受けました。また、9月にバンダ・アチェに渡航し、現地で指導をしていただいたばかりの阿部晃也さん(奥松島水産)、木村幸喜さん(幸漁丸水産)の牡蠣養殖現場にも訪問しました。

漁業研修の間には、市内の様々な地域のイベントや復興・防災の取り組みを見学しました。この学びを、故郷バンダ・アチェのよりよい復興まちづくりに活かしていきますと語っていました。

■問 一般社団法人東松島みらいとし機構 ☎98-7311

ホームページ URL: <http://hm-hope.org/>

フェイスブック URL: <http://www.facebook.com/hmhope.org>

東松島市医師団リレートーク 第9回

～医療現場のドクターからのメッセージ～



今回の医師団リレートークは、みやぎ東部循環器科 菊地雄一院長にお話しをいただきました。患者さんとクリニックが情報交換しながら2人3脚で治療に取り組む仕組みをはじめ、心臓や血管を守るため、同院が実施している興味深い指導法についてもお話しいただきました。



みやぎ東部循環器科

きくち ゆういち
菊地 雄一院長

心筋梗塞などの虚血性心疾患は、心臓を養う冠動脈の動脈硬化により血管が狭くなり、血液の流れが制限されることによって生じます。動脈硬化は、4大危険因子(脂質異常症、高血圧、喫煙、糖尿病)によって促進され、血管をボロボロにしてしまいます(図

■よい血管を保つために

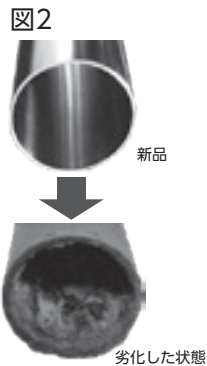


図2



まずはお自身の生活習慣を見直し、改善できることから取り組んでみましょう。これを実践しないで薬に頼るのは、野球でいえば基礎練習なしでサインプレーばかり練習するようなものです。上達も成果も現れませんよね。健康的な生活(例えば、バランスの良い食事や適度な運動)という基礎があつて、初めて薬が効果的に作用します。

当院では患者さんの生活改善への取り組みに対して通信簿を発行しています。血圧、減塩、運動、体重、水分、禁煙、LDL、中性脂肪、ヘモグロビンA1c、尿酸の10項目をそれぞれ10点満点とし、合計100点満点で評価します。検査結果に基づいた評価を見ながら、患者さんとクリニックが2人3脚で取り組みを継続する仕組みとなつています。今回はその中でも血圧と関連が強い減塩への対策を紹介いたします。

世界保健機構(WHO)が発表している目標値は1日5g未満。一方、日本高血圧学会が定めたガイドラインは1日6g未満です。30年前まで、日本人の塩分摂取量は約20gであり、脳卒中により多くの方が亡くなつていました。この30年間で台所に立つお母さんが代替わりし、石巻地方でも近年の平均塩分摂取量は、約11gへと減りました。

■運動と食生活改善が基本です

1)それを鉄管で例えると、動脈硬化は図2のように劣化した鉄管の状態です。漏水が起きやすいほうは一目瞭然ですね。健康的な血管を保つためには、4大危険因子を回避または改善し、健康的な生活習慣を身に着けることが必要不可欠です。

■減塩の達成こそ健康への道筋

皆さんが食事には欠かせないと思っている味噌汁は一杯で約2.2gの塩分です。三食とも味噌汁を食べたら一日の目標値6gを超えてしまいます。おらずに塩味無しなんて無理ですから、当院では、まず塩分濃度の高い食品(図3)をやめてもらうことを第一歩としていきます。事実この三つをやめると、すぐに検査結果に成果として表れ、通信簿の評点もぐっと上がります。



「質問受付欄」

本コーナーでは、みなさまの知りたい医療に関する情報を募集します。例えば、血圧が高いと健康によくない理由を教えてくださいなど、関心のある分野で結構です。いただいた質問は、専門の先生が登場する回に紙面で紹介し、回答します。「健康基礎クイズ」の答えと先生への質問を記入のうえ、はがき、ファックス、電子メールにて下記までお願いします。

■住所 東松島市矢本字上河戸36-1
東松島市保健福祉部健康推進課宛
☎ 0225-82-1244
✉ kenko@city.higashimatsushima.miyagi.jp

■クリニック紹介

当クリニックは、心臓病の治療と予防を目指して平成14年9月に開院しました。現在は、前述した「通信簿」を基に、患者さんと一緒に危険因子となっている症状の改善に取り組んでいます。

今回は減塩について多く話しましたが、一番のリスク因子は「加齢」でもあります。加齢により誰でも血管が固くなりますから当然、血圧も上昇し、心筋梗塞等のリスクも上昇します。寒さが一番のリスクのように語られますが、(塩分を含む)食べ物の質と量、嗜好品(たばこやお酒)、さらには加齢によってリスクは増大されています。思い当たる方はご相談いただければ幸いです。

■診療科 循環器科・内科

診察時間	月	火	水	木	金	土
8:30~11:30	○	○	○	○	○	△
14:00~17:30	○	○	△	○	○	△

午前受付は8:30~11:30まで、午後受付は16:30まで。
心臓疾患24時間救急受付



東松島市赤井八反谷地96-1



菊地先生からの健康基礎クイズ

(○または×で回答)

- 1.加齢により血管の弾力性がなくなり、血圧が高くなる。
- 2.よい血管を保つためには、運動や食生活改善が大切である
- 3.減塩することは、高血圧予防に効果がある。

正解者には抽選で※ゆぶと利用券3枚セットを3人の方にプレゼントします。応募方法については質問受付欄(左記)を参照いただき「健康基礎クイズプレゼント係」(11月15日号分)と明記ください。

■問 健康推進課健康支援班 ☎内線3101

加藤先生からの健康基礎クイズの正解は

- 1.統計では一生のうち精神疾患にかかる頻度は100人に1人よりも少ないという結果が出ている→×
 - 2.精神疾患では、その人なりのペースを大切に本人が安心できる環境づくりが大切だ。→○
 - 3.こころの病も体の病と同じで、早期発見、早期治療が望ましい。→○
- 正解者は、菅野幸恵さん(あおい二)1人でした。正解者には、ゆぶと利用券3枚セットを郵送にてプレゼントします。

平成29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!らくらく運動教室

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。体力づくりと健康維持を皆さんと一緒に学んでみませんか。



■日時 12月8日(金)10時~12時

※開場:9時30分~

■場所 大曲地区体育館(矢本東市民センター隣)

■対象・定員 市民の方、先着100人

※電話予約制。定員になり次第締め切り。

■参加費 無料

■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

健康推進課健康支援班 ☎内線3104

消費生活情報 ~還付金詐欺に注意~

全国的に、還付金詐欺と思われる電話での被害が報告されています。

「還付金がある」「給付金がある」という内容の電話やメールには十分注意し、万が一そのような電話やメールを受け取ったときはその場で対応せず振り込む前に消費生活窓口へ相談してください。

主な還付金詐欺の手口(電話編)

- ①自宅または携帯電話に市役所、金融機関等を名乗る人物から電話がかかってくる。
- ②還付金(健康保険料、医療費等)があるので、携帯電話とキャッシュカード等を持って、ATMに行くようにと指示される。この時、金融機関職員などのいない「スーパー併設のATM」を指定されることが多いようです。
- ③携帯電話で話をしながら相手に言われたとおり操作する。
- ④操作を完了したときには、入力した金額は相手へ振り込まれています。ATMを操作しても還付金はもらえません。



最近の特殊詐欺の特徴として、被害者が振り込んだ後すぐに現金が引き出される傾向があります。そのため、一度振り込んでしまったお金を取り戻すのはさらに難しくなっています。

万が一振り込んでしまった場合はすぐに警察に相談してください。

市役所や金融機関の職員が電話やメールで還付金の案内をすることはありません

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

平成29年度東松島市市民満足度調査(市民アンケート)の結果を公表します

市では、市民の皆さんのニーズや満足度、市政に対する考えを反映させるため、7月に「まちづくりアンケート」を実施しました。多くの皆さんからご意見とご協力をいただきありがとうございました。このアンケートの結果やご意見は、行政サービスの改善や今後の事業展開につなげていきます。なお、詳しい調査結果は市ホームページ上でご覧いただくか、復興政策課で閲覧できますので、ご利用ください。

平成29年度 市民アンケートの調査概要	
●アンケート期間:平成29年7月3日～7月23日	●回収数:492人
●配布数:1,500人	●回収率:32.8%

分野別の重要度・満足度について ※上位、下位ともに5分野を掲載。

○重要度ランキング

ランキング	項目	偏差値
1	高齢者が暮らしやすい環境づくり	80.5
2	地震、津波、風水害などの災害の対策	79.7
3	子育てと仕事が両立できる環境整備	72.5
4	身近に受診できる医療機関や救急、休日医療の体制	70.8
5	防犯意識の普及、啓発の充実	67.9
5	防犯関連組織と地域の連携の充実	67.9

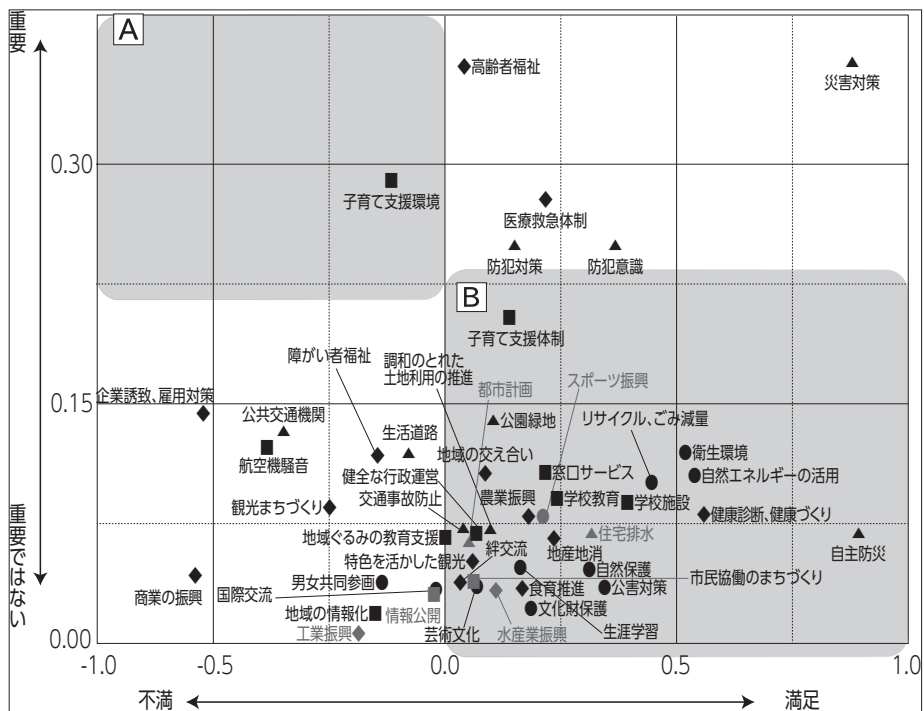
45	水産業の振興	41.2
46	情報公開や広報、広聴	40.9
47	文化財の保護や継承	40.4
48	地域の情報化	39.7
49	工業の振興	38.8

○満足度ランキング

ランキング	項目	偏差値
1	自主防災組織など地域の防災体制の整備	77.0
2	地震、津波、風水害などの災害の対策	75.6
3	健康診断の体制や健康づくり、健康管理の推進	65.6
4	省エネルギー化や自然エネルギーの活用推進	64.8
5	衛生的な生活環境づくり	64.2

45	市民・事業者が一体となった観光まちづくりの推進	36.9
46	市内の公共交通機関	33.7
47	航空機騒音対策	33.0
48	企業誘致や就業情報の提供など雇用対策	27.7
49	商業の振興	27.1

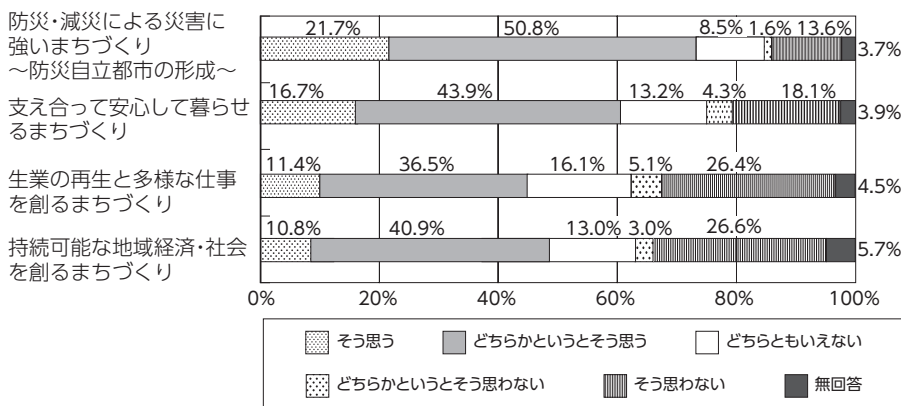
○重要度と満足度の相関図



●相関図の見方
A…重要と認識する人が多く、満足している人が少ないため、特に優先して力をいれていくことが必要とされるグループ。
B…重要と認識する人が少なく、今の状況に満足しているため、現状維持を基本とするグループ。

復興まちづくり計画についてお聞きしました

■問 復興まちづくり計画の基本方針の実現に向けて進んでいると思いますか。



アンケートで寄せられた市民の皆さんの声を一部紹介します (寄せられたご意見のとおり掲載しています)

- ・地元のものがたくさん買える道の駅がほしい。【50代男性】
- ・LED等による街路灯の整備(防犯、適正的確な街路照明の設置)。日没後に町全体の照明灯がまばらで暗がりが多く、通勤後、家路にたどりつくまで不安が多く感じている。【60代男性】
- ・施設というか子どもが遊べるグラウンドや公園を増やしてほしい。復興住宅の近くだけつくっても…と思う。【40代女性】
- ・雨が降ると冠水する箇所が結構多いので早く何とかしてほしい。【60代性別無回答】
- ・子育て世代に向けた施策を充実させれば、石巻や仙台から移住者を引っ張ることができると思う。【30代男性】
- ・各職場へインタビューを行い、中高生を中心に職に興味を持たせるものを市報で取り上げてほしい。【10代男性】
- ・他都市のホームページを参考にして、レイアウトや色使い文字のサイズなどで良さそうなところを真似してみたい。今のホームページは少し見づらいです。【30代男性】
- ・10年、20年後に子どもたちが「このまち」に住みたいと思えるようなまちづくりをしていかなければならない。【30代男性】
- ・もっとブルーインパルスを前面に出してアピールした方がよい。原付バイクのナンバープレートにブルーインパルスをあしらったものを導入してほしい。【30代男性】
- ・毎日を安全安心に暮らすためにも早急な熊対策をお願いします。「気をつけましよう。」の放送だけではなく、積極的な対策が必要だと思います。【50代女性】
- ・待機児童の3歳の子がいます。市外の託児所に1日8時間預けて仕事をしています。待機児童なのは仕方ないと思っていますが、市内に託児所等があればいいなとも思っています。私のようなママさん達も少なくないと思います。【20代女性】
- ・復興については、期限を設け、必要か否かをじっくり吟味して取り組んでほしい。将来像の具体的なイメージをもっと前面に出した方が納得感が得られると思う。【40代女性】
- ・東松島しか手に入らない物産品をたくさん開発してほしい。お客様を呼べるイベント、経済効果が上げられる商品の開発、雇用の場を増やし、若者が残り、未来が楽しめる希望が持てる街になってほしい。【40代女性】
- ・市内の人口が減少(特に野蒜)している以上、財政は低下している。今は国の補助を利用して運営しているが、10年、20年後の事を考えると限りがある。必要なこと、無駄なことを見極めて財政を行って欲しい。野蒜大地は地域柄、名勝奥松島として観光に力を入れる事が大切と考える。【60代男性】

■問 復興政策課復興政策班 ☎内線1241

東松島市ホームページ・まちづくりアンケートのページ

URL:<http://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp/city/enq/index.html>

くらしのなんでも相談会の開催

行政書士などの士業に携わる専門家が合同でワンストップ相談会を開催します。役所への手続き、年金・相続問題などの生活の悩み事、そのほかなんでもお話を伺います。ぜひお越しください。

■日時 11月23日(木・祝) 10時～16時

■場所 イオンモール石巻「緑の広場」 ※相談無料。

■参加士業 弁護士・司法書士・行政書士・土地家屋調査士・宅地建物取引士・公証人・社会保険労務士・建築士

■問 宮城県行政書士会事務局 ☎022-261-6768

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	11月2日	11月3日	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日
測定値(単位:μSv/h)	0.031	0.031	0.031	0.031	0.031	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



蔵っくパークからのお知らせ

■ 開館時間 9時～21時(日・祝は17時) 休館日:毎週月曜日 ■ 問・申し込み 蔵っくパーク ひと・まち交流館 ☎84-1770、ふれ愛情情報プラザ ☎84-2011・FAX 84-2015

「蔵っくパークだより(蔵っばだより)・市報版」は、毎月15日号(月1回)で掲載しています。
「蔵っくパークだより(蔵っばだより)・かわら版」は、蔵っくパークのホームページでも掲載しています。URL: <http://www.kurappa.jp/>

くらっば蔵部 ☎84-1770 ※別途参加費100円。11月15日(水)9時～受付開始

内容	日時	材料費	定員	持ち物
指ヨガセルフケアと脳活 【自律神経を整え痛みを解放する指ヨガ】 講師:大野清子	11月21日(火) 10時～11時30分 ※10月15日より受付中	1,000円 ハーブティー付き	10人	爪を切ってきてください。
プリザーブドフラワー キャンドルスタンド 講師:井手えみ子	11月21日(火) 10時～12時 ※10月15日より受付中	3,800円	3人	ワイヤーが切れるペンチ(あれば)・はさみ・持ち帰り用袋
おうちパン教室 【離乳食にもオススメ!りんごのドデカパン】 講師:佐々木仁美	11月22日(水) 13時30分～15時30分 ※10月15日より受付中	2,200円 紅茶付き	8人	エプロン・手拭きタオル2枚・保冷バック・850ml位のタッパ
着付けとお抹茶を楽しむ会 講師:小島光代	11月25日(土) 10時～13時	1,000円 お菓子付き	15人	着物一式
チョークアート体験 講師:松田りつ子	11月28日(火) 10時～12時	2,000円 コーティング込み	15人	エプロン
パワーストーン作り 講師:武山由紀子	11月29日(水)・12月20日(水) 10時～12時	各1,500円	なし	なし
アート組ひものネックレス 講師:中村多恵子	11月30日(木) 10時～12時	2,800円	15人	なし
冬至前! 月の満ち欠けと心と体の整え方 講師:大野清子	12月2日(土) 10時～11時30分	1,500円 ハーブティー・お菓子付き	10人	普段使用している手帳・筆記用具
簡単にかわいい まんだらアート 講師:仲村真理	12月6日(水) 13時～15時	1,000円	10人	なし
椅子ヨガ 講師:黒須奈緒美	12月6日(水)・20日(水) 10時30分～11時45分	各600円	各5人	運動できる服装・飲み物
顔のつぼ押し・腸のマッサージ・薬膳茶 講師:小島光代	12月9日(土) 10時～12時	オイル1本付き 1,500円	10人	バスタオル・フェイスタオル
粘土で作るお正月の小物入れ 講師:櫻井信子	12月9日(土) 10時～13時	700円	7人	はさみ・おしぼり
おうちパン教室 【タッパで作るフォカッチャ】 講師:佐々木仁美	12月12日(火) 10時～12時	2,000円 紅茶付き	8人	エプロン・手拭きタオル・保冷バック・850ml位のタッパ
アーティフィシャルフラワー 【お部屋に飾るしめ縄アレンジ】 講師:大場裕美子	12月12日(火) 10時～12時	2,500円 コーヒー付き	5人	はさみ・木工用ボンド・ニッパー(あれば)
おうちパン教室 【フライパンでパンを焼こう】 講師:佐々木仁美	12月12日(火) 13時～15時	2,000円 紅茶付き	8人	エプロン・手拭きタオル・保冷バック・850ml位のタッパ
アーティフィシャルフラワー 【お正月の花 松・せんりょう・椿のアレンジ】 講師:井手えみ子	12月13日(水) 10時～12時	4,800円	5人	ワイヤーが切れるペンチ(あれば)・はさみ・持ち帰り用袋
つまみ細工【福梅】2個 講師:井手えみ子	12月13日(水) 13時～15時	1,500円	5人	布切りバサミ・ピンセット・ふきん
和布で作るとうがらし 講師:佐藤のり子	12月15日(金) 13時～15時	1,500円	5人	裁縫道具
冬を暖かく過ごす指ヨガ 講師:大野清子	12月19日(火) 10時～11時30分	1,000円 ハーブティー付き	10人	爪を切ってきてください。
初めての星読み(占星術) 「月の役割」 講師:大野清子	12月19日(火) 13時15分～14時30分	1,500円	10人	筆記用具
布で作る雪うさぎとミニ羽子板 講師:及川美代子	12月21日(木) 9時30分～12時	800円	15人	裁縫道具・ボンド・手芸綿・両面テープ(1cm位)

ふれ愛情情報プラザからのお知らせ

パソコン講座の申し込みは定員に達するまで募集します。Microsoft認定トレーナーが皆さんをお待ちしています。

電話・FAX・メール(講座名・氏名・年齢・電話番号を明記)で受付をします。

■申し込み ☎84-2011 FAX:84-2015 メール:fureai@kurappa.jp

●11・12月開催のパソコン講習会 ※全ての講座で個人のパソコン持込可能です。

開催日時	内容	受講料	定員
60歳以上限定!ゼロからはじめるパソコン基本のキ 11月28日(火)～30日(木)3日間 13時30分～16時30分	パソコンをしたいけど、不安。という方にパソコンを使う上で必要なカタカナ用語やタイピング(キーボードを使っての文字入力)、ファイルの管理方法を中心に勉強します。	受講料 テキスト代込 2,000円	60歳以上の方 15人
パソコンサロンさくらカフェ Xmasポップアップカードを作ろう! 12月1日(金) 10時～12時	飛び出すカードをイラストや写真を使って作ります。大切な人にプレゼントしてみませんか。 ※マウス操作が出来る方。	飲み物付 700円	7人
ワードを使ってオリジナル卓上カレンダーを作ろう! 12月7日(木)・8日(金) 13時30分～16時	ワードの各種機能を学びながら、来年のオリジナル卓上カレンダーを作ります。 ※文字入力ができる方。	テキスト代込 2,000円	20人
初心者パソコン無料相談 12月12日(火) 10時～12時	勉強会ではありません。機器に関しての設定(個人の番号入力等)・修理はできません。相談では解決できない場合もあります。	無料 要予約 1人15分	3人
60歳以上限定!使って便利インターネット体験 12月13日(水)・14日(木)2日間 9時30分～12時	ネットの情報を素早く検索する。コツやホテルや旅行の予約、ネットショッピングを登録方法や注意点などを学びます。パソコンをウイルスから守るセキュリティについても説明します。 ※情報プラザ備え付けパソコンを使用します。文字が打てる方。	テキスト代込 2,000円	60歳以上の方 15人

●どなたでも利用可能な無料(45分間)インターネットコーナー、パソコン室(インターネット、ワード・エクセルなど利用可)(一般1回4時間。小中学生1回2時間障がい者高齢者のテレワーク室利用は減免有)利用できます。団体でも利用可能です。勉強会や上映会などに使ってみませんか。

11月のポヌールマルシェ&駄菓子博

くらっば名物

■日時 11月18日(土)10時～14時 ※雨天決行。



蔵っくパーク初の室内最大級フリマ ウィンターマーケット～あなたの欲しいが見つかる～

■日時 12月2日(土)10時～15時

■場所 蔵っくパーク全館 ※入場無料。

○室内でめくめくフリマ

買い物特典:スタンプラリー

○美味しいFOOD満載

イートインコーナー

○ブルックリン風蔵CAFÉ初登場

○出店ブース受付中

蔵っくパークに備え付けの申込書に記入のうえ、ブース料を添えて申し込んでください。

※受付時にお好きなブースをお選びください。

・ふれ愛情情報プラザ 研修センターエリア…800円(11ブース)

サービス室エリア……800円(10ブース)

・ひと・まち交流館 通り庭エリア……………800円(9ブース)

座敷エリア……………500円(10ブース)



展示コーナー

古布市 出展者:ピカ市

■日時 11月24日(金)～26日(日)9時～17時(最終日16時まで)

子ども人権イラスト・ポスター展 出展者:石巻人権擁護委員協議会

■日時 12月8日(金)～17日(日)9時～17時(最終日16時まで)

東松島市蔵っくパークの運営には、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。

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。＞



さらりと光る芸術の秋

ひがしまつしま市民文化祭

市民の皆さんが日ごろの文化活動の成果を発表する恒例イベント「第12回ひがしまつしま市民文化祭」が今年も開かれ、展示、音楽、舞踊の3部門が繰り広げられました。地域の子どもたちが楽しめるハロウィン関係のイベントも初開催され、例年以上に親子連れの楽しむ姿が見られました。
(10月21日、22日、29日、11月3日、市コミュニティセンター)



宮野森小でバレーボール教室

元女子バレーボール日本代表の大山加奈さんらが講師を務める東レ(株)主催の「東日本大震災復興支援事業バレーボール教室」が宮野森小学校の5年生26人を対象に行われました。大山さんのほか、元東レアローズ選手の緑川真由美さん、大山未希さんらがレシーブやスパイクなど基礎的な技術を優しく伝授。子どもたちはバレーボールの楽しさを味わいました。(10月20日、宮野森小講堂など)



文化祭で 元気はつらつと発表

宮城いきいき学園石巻校

宮城いきいき学園石巻校の第22回文化祭が開かれました。テーマは「生き生き仲間前進 地域と共に!」。展示部門に写真や木工品、手芸、折り紙などが並び、趣味の奥深さが広がる作品群が目を引きつけていました。ステージでは第22、23期生の皆さんが太極拳や手品、詩吟、ダンスなどを披露。一体感あふれる演出で練習の成果を発揮していました。(10月14日、市コミュニティセンター)

生きがい健康づくり 石巻地区大会

ニュースポーツなどを通して年配者の皆さんが交流を深める「生きがいと健康づくり石巻地区大会」には、石巻地方を中心に約170人が参加しました。市民体育館から鷹来の森運動公園までの往復6kmのウォーキングをはじめ、カーリングの要領で得点を競うニュースポーツ「ユニカーリング」など計4種目で汗を流しました。(10月25日、市民体育館)

4種目で スポーツの秋満喫



多彩な催しで 地域ににぎわい



まるごと大曲ふれ愛まつり

第3回まるごと大曲ふれ愛まつりは、トラックの荷台を特設ステージとして繰り広げられました。大曲小児童による夢語りや地域住民のコーラス、民謡、舞踊ショー、若者たちによるヒップホップダンスなどバラエティーに富んだ発表がありました。また大曲小児童の鼓笛隊パレードもあり、会場に活気を呼び込んでいました。

(10月14日、大曲市民センター)



仮装でイベント満喫

ハロウィンマルシェ

蔵しっくパークでの「ハロウィンマルシェ」は規模を拡大して行われ、大人向けは野菜や手芸品、子ども向けはアクセサリーやおもちゃが並びました。会場内は仮装した子どもたちが多く、宝探しでは地図を手にしてパーク内を回りました。ハロウィンムード満点のフォトスポットもあり、衣装を着替えて小物を手にし、ポーズを決める姿が見られました。(10月21日、蔵しっくパーク)



運動と食で絆深める 矢本西地区



「第9回矢本西地区の日 ウェストカーニバル」が開かれました。12自治会を5つのチームに分け、ミニ運動会に対戦しました。借り物競争やスリッパ飛ばし、綱引きなどの競技を楽しみ、心地よい汗を流しました。運動会が終わった後は「ごっつおう5(ファイブ)」と銘打った各チーム自慢の料理を振る舞うイベントもあり、焼肉やカレーライス、とん汁などを囲んで交流を深めました。(10月15日、矢本西小学校)

まちの門出を皆でお祝い

野蒜ヶ丘まちびらきまつり



防災集団移転地の野蒜ヶ丘地区で「野蒜ヶ丘まちびらきまつり」が行われました。地区内の災害公営住宅がすべて完成し、1-3丁目の各自治会も立ち上がるなど、新しいまちが生まれました。イベントは宮野森小の「宮野森太鼓」で始まり、開門行事ではドローンが門の力を運んでくる演出もありました。このほか、みこしパレードや出店も数多く並び、イベントを通じて復興を実感していました。(10月15日、野蒜市民センター前等)



思いやりの心を 咲かせよう

花を育てることで小学生に思いやりの心を学んでもらう「人権の花運動」が、宮野森小学校の4、5年生52人を対象に行われました。この運動は東松島市と石巻人権擁護委員協議会、仙台法務局石巻支局の連携で昨年からの取り組みです。子どもたちは鉢にフリージアの球根を入れ、優しく土をかけていました。植えた球根は今後、児童が世話をし、来春には花を咲かせます。

(10月18日、宮野森小学校)

人権の花運動



岡本全勝内閣官房参与(写真右)が東日本大震災で被災した県内沿岸部を訪問し、10月11日には東松島市を訪れました。岡本氏はスマート防災エコタウンを視察したほか、防災集団移転団地のあおい地区にも足を運びました。あおい地区では、小野竹一地区会長から、同地区のまちづくりの方針や「日本一のまち」に向けた取り組みなどを尋ねていました。

(あおい地区)

復興進む市内を視察 岡本内閣官房参与が



夢は「日本人横綱と土俵に」

第37代 木村庄之助さん 講演会



大相撲の立行司の最高位、第37代木村庄之助さんによる講演会が開かれました。石巻法人会東松島支部が主催し、東日本大震災復興支援「子どもたちに夢と希望」講演会の一環で行われた同行事。木村さんは「夢は『日本人横綱と土俵に』」をテーマに講演し、現役時代のエピソードを交えながら、夢を追うことの大切さなどを語っていました。(10月25日、市コミュニティセンター)



ひがしまつしまじかんプロジェクト

観光資源を生かした まちづくり模索

観光資源を生かしたまちづくりについて語り合う「ひがしまつしまじかんプロジェクト第1弾『これからの観光を考えよう』」が開かれました。観光業に携わる皆さんやまちづくりに対して興味、関心のある地域の方々約70人が集い、これからの東松島の観光のあり方を探りました。話し合いは、お茶を囲んで気軽な雰囲気の中でアイデアを出し合う「ワールドカフェ方式」を採用し、まちの未来を自由に語り合いました。(10月21日、矢本東市民センター)

▶「シルバークロニクル」に参加した皆さん(9月14日)



図書館だより VOL.149

親子で読書マラソン

絵本の読み聞かせで
100冊達成したお友だちです。

▼1回目ゴールおめでとう

▼5回目ゴールおめでとう



9月2日～10月7日までの間に
15組のお友達がゴールしました。
みんなおめでとう!



蔵書点検による休館のお知らせ

■蔵書点検期間 12月5日(火)～11日(月)

※蔵書点検期間中はブックポストへの返却もできませんので、ご注意ください。

蔵書点検とは図書館内に所蔵している本や雑誌・視聴覚資料などのすべての資料およそ13万点を1点1点チェックし、所定の場所にあるかどうか、なくなっている資料がないかなどを確認する作業のことをいいます。必要に応じて資料の修理なども行い、皆さんが気持ちよく図書館の利用ができるようにします。

図書館休館期間中、大塩・小野・赤井・野蒜・大曲の市民センターの図書室は利用できません。なお、開館時間や休館日などは市民センターによって異なりますので、最寄りの市民センターに直接問い合わせください。



■問

大塩市民センター ☎82-7532、赤井市民センター ☎82-2075
小野市民センター ☎87-2067、野蒜市民センター ☎88-2056
大曲市民センター ☎82-5965

一足お先に図書館の本で 年賀状の準備をはじめませんか

12月15日(金)から郵便局で 新年の年賀状の引受が始まります。日頃お世話になっている方への年賀状を、消しゴムハンコや芋ハンコ、毛筆、版画・・・などの図書館にある本を参考にして手作りしてみませんか。図書館では年賀状に関係した本を多数取り揃えております。ぜひ、利用してください。

■おすすめの新聞

「今日、見に行くことができる

国宝・重要文化財レトロ建築」

伊藤隆之/著・写真

「国宝」という言葉が誕生して今年で120年。現在、わが国には国宝を含め13119件の重要文化財があります。そのなかから、厳選した珠玉の44件(国宝3件含む)の近代名建築の魅力を、20年以上に渡り近代レトロ建築を撮り続けていた著者が、豊富な写真とわかりやすい解説文で紹介しています。



本の冊数無制限貸し出し

■期間 11月21日(火)～12月3日(日)

蔵書点検前恒例の「本の冊数無制限貸し出し」を行います。期間中は、本・雑誌・紙芝居が何冊でも借りることができますので、ぜひこの機会に読みたい本をたくさん借りて「読書の秋」を楽しんでみてはいかがでしょうか。

※CD・DVDは通常通りの貸し出しとなります。



特別なおはなし会「クリスマスおはなし会」

クリスマスを目前に、図書館でクリスマスおはなし会を楽しみませんか。ぜひ、家族でお越しください。

■日時 12月16日(土)

11時～11時40分

■場所 図書館 会議室

■語り手 読み聞かせボランティア

「おはなしのはなたば」

※通常のおはなし会と終了時間が異なります。ご了承ください。



新着図書案内

●実用

「荒俣宏妖怪探偵団」

ニッポン見聞録東北編 荒俣宏ほか

「どうぶつたちの給食時間」

並木美砂子

「はちみつ日和」

前田京子

「和ハーブ図鑑」

古谷 暢基ほか

「宇宙ビジネス入門」

石田真康

「広辞苑はなぜ生まれたか」

新村 恭

「ベビーニットでかわいい

動物さんにな～れ!」 川路ゆみこ

「警視庁生きものがかり」 福原秀一郎

●小説

「マスカレード・ナイト」

ひがしのけいご 東野圭吾

「淳子のでっぺん」

ゆいかわい 唯川恵

「銀河鉄道の父」

かどいよしのぶ 門井慶喜

「フェルメールの街」

さくらべゆみこ 櫻部由美子

「ディレクターズ・カット」

うたのしょうご 歌野晶午

「機龍警察 狼眼殺手」

つきむらりょうえ 月村了衛

「わざと忌み家を建てて棲む」

みつたしんご 三津田信三

「ワルツを踊ろう」

なかもやしちり 中山七里

●エッセイ

「やばい老人になろう」

さだまさし

「告白」

みしまゆきお 三島由紀夫

■開館時間 火～金曜 10時～18時 土・日曜 10時～17時 ※休館日は12ページ「市民のカレンダー」で確認ください。

■問 東松島市図書館 ☎82-1120 FAX:0225-82-1121
〒981-0503 東松島市矢本字大溜1-1

パソコン <http://www.lib-city-hm.jp>

携帯 <http://www.lib-city-hm.jp/opw/imd/imdmain.csp>

生涯学習情報コーナー

MANA-be! まなびい



■生涯学習全般に関する問
生涯学習課社会教育班 ☎内線 3203

新大曲地区体育館利用申請の受付を開始します

震災前、大曲浜にありました大曲地区体育館を、矢本東市民センター東側に復旧しました。利用申請の受付を下記の通りに開始しますので、希望する方は問い合わせください。

- 利用開始日 11月7日(火) ■利用時間 8時30分~21時
- 休館日 毎週月曜日 ※その週に祝日がある場合はその翌日。
- 利用料金 1面1時間あたり250円(1面貸し)
- ※1面はバレーボールコートが入る広さです。
- 申請窓口 生涯学習課スポーツ振興班(矢本庁舎2階)
- 申請方法

- ①市内団体個人は利用前月10日以降、市外団体個人は利用前月20日以降1カ月ごとの申請が可能です。【使用可能回数は原則週1回】
- ②申請は原則使用1週間前までに使用許可申請書に記入し、提出してください。申請後の利用者の自己都合によるキャンセル、使用日変更における料金の返金はしませんのでご了承ください。
- ③大会等で使用する場合は、期日より1年前から仮予約を受付けますので、下記に問い合わせください。なお、申請については、大会期日1カ月前までに申請ください。(開催要項等の詳しい内容がわかるものの添付が必要です。)
- ④大会等の開催における予備日や準備に要する日の確保についても、使用申請が必要となります。
- ⑤市外の方が過半数以上使用する場合には、市外料金(3倍)になります。
- ⑥東松島市、自治協議会、市内小・中学校が主催する事業等が行われる場合は、それら事業を優先します。(この場合、施設使用料を返金します。)
- ⑦屋外競技団体が体育館を使用する場合、一部制約がありますので、別途協議願います。

■問・申し込み 生涯学習課スポーツ振興班 ☎内線 3325・3320

生涯学習カレンダーに広告を掲載しませんか

平成30年度版「東松島市生涯学習カレンダー」に有料広告を掲載していただける企業や団体を募集します。生涯学習カレンダーは、市内全世帯や公共施設等に配布され、多くの方が目にされる有力な宣伝媒体となりますので、ぜひ申し込みください。募集内容と方法は、下記のとおりです。

募集内容

- 対象 市内に住所を置く、事業所及び団体など
- 掲載料金 1枠につき 20,000円(縦50mm×横180mm フルカラー印刷)
- 募集口数 各月5~6枠(1広告主につき、複数枠の申込可)
- 掲載位置 掲載場所のイメージは下図のとおり
- 掲載できないもの
 - ①法令等に違反するもの
 - ②人権侵害となるもの又はそのおそれのあるもの
 - ③政治性又は宗教性のあるもの
 - ④社会問題についての主義主張 ⑤個人の名刺広告
 - ⑥その他、公序良俗に反するもの等広告として相応しくないと判断されるもの



生涯学習カレンダーの広告

- 配置イメージは左のようになります。
※月によっては配置場所が変わります。
- 規格 見開きA2判(中折仕上A3判) フルカラー32ページ(広告掲載部分は4月~翌年3月までの12カ月分)
 - 発行日 平成30年3月末
 - 配布先 市内全世帯、公共施設など
 - 印刷部数 16,000部

■問・申し込み 生涯学習課社会教育班 ☎内線 3202

特別名勝松島地域景観形成助成事業のお知らせ

- 事業内容 東日本大震災により被災した個人および事業主が平成23年3月12日以降、特別名勝松島地域内(宮戸・野蒜・東名・新東名・大塚地区)に建築物を新築または増築した場合に助成します
- 対象
 - 文化財保護法の規定による現状変更許可を受けた建築物に限ります。
 - 市外からの転入者でも、り災証明書があれば助成対象となります。
 - 被災した個人の同居親族も申請できますが、詳しくは問い合わせください。

■助成額

補助対象	助成額	上限額
居住用住宅	建築面積×18,000円/m ² ×1/3	上限 60万円
事業用建築物		上限120万円

※助成額の単価は、建築が終了した年度により異なります。

- 申請方法 予約制になりますので、事前に電話で予約してください。
- ※建築終了後の手続きとなります。

■申請に必要なもの

書類等	その他必要なもの	
①り災証明書 (事業主の方は、事業用り災証明書)	⑥写真	正面からの建物全景 1枚
②現状変更許可書		横または背面からの建物全景 1枚
③建築確認申請書	⑦申請者名義の預金通帳	
④建築確認済証	⑧手続きする方の身分証明書	
⑤委任状(代理人が申請する場合)	⑨印鑑(認印可、ゴム印・スタンプ印不可)	

■問・申請予約 生涯学習課文化財班 ☎内線 3322

平成29年度 市内中学校立志式のお知らせ

次代を担う生徒の健やかな成長と未来を祝福するため、昔の元服の年齢にあたる中学2年生を対象に立志式(立志のつどい)を開催致します。日程・場所は以下のとおりです。

式の様子はどなたでもご覧いただけますので、会場で子どもたちの成長を一緒にお祝いしてください。

	矢本第二中学校	矢本第一中学校	鳴瀬未来中学校
日時	12月2日(土) 13時30分	12月15日(金) 13時30分	平成30年3月16日(金) 午後開催予定
場所	矢本第二中学校講堂	矢本第一中学校講堂	鳴瀬未来中学校講堂

- 主催 東松島市青少年健全育成市民会議・東松島市教育委員会
- 問 生涯学習課社会教育班 ☎内線3201

平成30年成人式の開催

市では、平成30年成人式を以下の日程で開催します。現在、東松島市外にお住まいの方でも参加できますので、希望の方は下記に連絡ください。

- 日時 平成30年1月7日(日)13時開式 ※受付開始:12時30分~
- 場所 市コミュニティセンター
- 対象 平成9年4月2日~平成10年4月1日生まれの方
- 問・申し込み 生涯学習課社会教育班 ☎内線 3201

一度は受けてみたい スポーツリーダーセミナー

- 日時 12月7日(木)19時~21時
- 場所 市コミュニティセンター 会議室
- 内容 『スポーツ傷害の予防とコンディショニング』
ケガの予防と選手のコンディショニングづくりなど、実技を入れてのセミナー
- 講師 やまぐちたかひさ 山口貴久氏(仙台大学准教授)BOC公認アスレティックトレーナー(AFC)
- 対象 各競技団体関係者 スポーツ活動の指導に関心のある方
- 受講料 無料 ※詳しい内容などは、下記に連絡ください。
- 問・申し込み NPO 法人東松島市体育協会 ☎内線82- 9030

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

石巻管内公立小・中学校 講師募集

宮城県東部教育事務所教育字事班
☎95-17096
〒981-0812
石巻市東中里1-4-32

■対象・資格 小・中学校の教員免許状を所有する方で心身ともに健康な方

■勤務内容 石巻管内の小・中学校で産休等取得する教員の代替教員(常勤または非常勤)

■勤務先 石巻管内の小・中学校

■申込方法 履歴書に必要事項を記載のうえ、所有する免許状の写しを添付し、右記に郵送または持参してください
※後日、面接あり。

「宮城北部流域国有林の森林計画に関する住民懇談会」 参加者募集

宮城北部森林管理署
☎0229-2212074
☎0229-2318624
✉t_miyagokubu@maff.go.jp

皆さんから意見・要望を伺う住民懇談会参加者を募集します。

■日時 12月7日(木)13時30分～16時

■場所 大崎生涯学習センター(パレットおおさき)(住所:大崎市古川穂波三丁目4-20)

■募集人員 30人

■申し込み 11月24日(金)17時必着で、住所、氏名、年齢、電話番号、職業を明記し、右記へ申し込みください

お知らせ

地域包括支援センター からのお知らせ

東松島市地域包括支援センター
☎83-1966

○認知症介護家族の情報交換会
■日時 11月17日(金)10時～11時30分

■場所 老人福祉センター

■内容 聞きたいこと困っていることなどについて情報交換
※お茶代100円。当事者の方も参加可。

○認知症はじめての教室

■日時 11月18日(土)14時～16時

■場所 赤井市民センター

■対象 認知症の診断を受けた人とその家族

■内容 認知症と向き合っていくために大切な知識を学びます

○若年性認知症を抱える人とそのご家族のつどいの場

■日時 11月18日(土)10時～12時

■場所 老人福祉センター集会所

■対象 70歳未満の若年性認知症を抱える人とその家族

■内容 ストレッチャミニ講話・お茶を飲みながらのお話タイム
※お茶代100円。

○認知症サポーター養成講座開催

■日時 11月20日(月)10時～11時30分

■場所 大曲市民センター

■内容 認知症という病気、認知症の人やその家族への関わり方などを正しく理解した応援者を養成する講座です
※各種団体への個別開催も可能です。希望の方は気軽に問い

合わせて下さい

○もの忘れ予防教室(全7回)

■初回日時 12月21日(木)10時～12時 ※開場:9時30分

■場所 老人福祉センター集会所

■内容 頭と体の体操などのアクティビティや認知症など心身の健康に関する勉強の場を提供
■申し込み 12月8日(金)まで、上記に申し込みください

「ぽっぽ教室」開催の お知らせ

障害児デイケアセンター！
こどもの広場
☎84-13401
☎0225-184134333
✉kodomonohobacar.k.ocn.ne.jp

「ぽっぽ教室」を実施します。お子さんの療育の相談なども受け付けます。ぜひ参加ください。

■日時 12月6日(水)10時15分～11時15分

■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12月5日(火)まで右記に申し込み

■強化期間です

石巻公共職業安定所
(ハローワーク石巻)
☎0225-19510158
石巻労働基準監督署
☎0225-12133695

事業者の皆さん、労働保険の加入手続きはお済みですか。労働者を1人でも雇っている事業主は労働保険に加入義務があります。加入手続きを行っていない事

業主の方は、速やかに最寄りの労働基準監督署または公共職業安定所に相談してください。

震災移転時に水道加入金 が免除されます

石巻地方広域水道企業団給水課
☎0225-19516707

石巻地方広域水道企業団では、震災で住居等を移転する方の負担軽減のため、特例措置として加入金を免除しています。

■対象 給水区域内(石巻市・東松島市内)において、震災により住居等が被災した方で、移転再建する際に、新たな給水装置を設置すると同時に被災した場所の給水装置の廃止手続きをする方

※建売住宅や中古住宅等、すでに加入手続きの物件を購入の場合、免除の対象外。

■免除期限 平成33年3月31日

■仙台法務局から相談会・講演会のお知らせ

問 仙台法務局
☎022-2515720

法務局、公証人、司法書士、土地家屋調査士、税理士による相談登記・相続税相談会および講演会を開催します。

■日時 11月19日(日)
相談会:10時～16時
講演会:13時～16時

■場所 イオンモール名取(名取市) ※相談・講演会は無料で事前予約制です。予約がなくても相談・入場はできますが予約の方が優先です。詳しい内容は、右記に問い合わせください。

エンジョイ! かんきょうライフ 今月の分別パート5:「びん類」

びん類は、生きびんと使い捨てびん(無色透明、茶色、その他の色)です。次のように分別して集積所の指定コンテナに出してください。
①金属キャップや王冠は、「不燃ごみ」のコンテナに出してください。
②プラスチックのキャップは、容器包装プラスチックの収集日に、指定袋に入れて出してください。
③水で軽くすすいで、それぞれの指定コンテナに出してください。



■問 環境課環境班 ☎内線1153

新生銀行グループ主催 クリスマスコンサート開催

■日時 12月3日(日)14時～15時30分 ※開場:13時20分。
■場所 バリユー・ザ・ホテル東松島矢本
■定員 60人 ※先着順。1人につき2人分まで申込可。
■問・申し込み 東松島市社会福祉協議会地域福祉課 ☎83-5001(渡辺)

平成29年度動物フェスティバル開催

問 事務局:こんどう動物病院
☎0225-12511230

ヒューマン・アニマル・ボンド(人と動物の絆)を大切にす理念のもと、人と動物が絆を深め、より良い関係で共存できるように、動物の福祉とつかけの啓発を行います。 ※ペット同伴不可。

■日時 11月26日(日)13時30分～16時

■場所 JAいしのまき本店2階会議室(住所:石巻市中里5丁目1-12) ※入場無料。

■内容 講演テーマ「うちの子と楽しく!!7歳からの健康ライフ」うちの子との生活を見直しませんか?」

講師:牧田明美先生

金融機関からの資金調達を信用保証協会がサポートします

問 宮城県信用保証協会石巻支店
☎22-4178

信用保証協会は、中小企業・小規模事業者などの皆さんが金融機関から事業に必要なお金を借りるとき、その保証人となってお金が借りやすくなるようサポートする公的機関です。

創業・経営支援なども行っています。気軽に相談してください。

■対象 中小企業・小規模事業を営んでいる、またはこれから事業を始める方

生活情報

■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)

乳がん検診・骨密度検診のお知らせ

申し込みをした方には、11月上旬に受診票を郵送していますので、通知書の裏面に記載している日程と会場を確認のうえ受診してください。また、受診希望で申し込みをしていない方は、下記まで連絡ください。

- ※骨密度検診は11月27日(月)、12月1日(金)・2日(土)に実施。
- 乳がん検診受診対象 平成30年4月1日時点で19~39歳に到達する女性および40歳以上の偶数年齢になる女性
- 骨密度検診受診対象 平成30年4月1日時点で30・35・40・45・50・55・60・65・70歳になる女性

平成29年度乳がん検診・骨密度検診日程表

実施日	会場	受付時間	乳がん検診 対象地区
11月24日(金)	野蒜市民センター ※前年度から会場が変更になっています	8時~8時30分	新道
		9時~9時30分	本町、城内、田町、高松
		10時~10時30分	根古、新田、西福田下
		12時45分~13時30分	西福田上、肘曲、上下堤上、上下堤下、浅井
11月25日(土)	野蒜市民センター ※前年度から会場が変更になっています	8時~8時30分	往還下、浜市下
		9時~9時30分	東名、新東名
		10時~10時30分	浜市上、新町、野蒜ヶ丘一、野蒜ヶ丘三
		12時45分~13時30分	川下上、亀岡西、大塚
11月27日(月) ●骨密度検診実施日	野蒜市民センター ※前年度から会場が変更になっています	8時~8時30分	川下下、平岡
		9時~9時30分	中下、亀岡東、亀岡南
		10時~10時30分	往還上
		12時45分~13時30分	野蒜ヶ丘二、里北、里南、月浜、大浜、室浜
11月28日(火)	矢本保健相談センター	8時~8時30分	上町一、四反走
		9時~9時30分	上町二、上町三、河戸、西新町
		10時~10時30分	北区官舎、駅前、上河戸三、東大溜
		12時45分~13時30分	上河戸一、下町二
11月29日(水)	矢本保健相談センター	8時~8時30分	若葉、大溜
		9時~9時30分	下町一、関の内二
		10時~10時30分	下町三、下町四
		12時45分~13時30分	下町五、関の内三、下浦市営、南浦官舎
11月30日(木)	矢本保健相談センター	8時~8時30分	下浦泉宮、立沼、鹿妻一、鹿妻二、道地、二反走
		9時~9時30分	自衛隊、上小松、沢田、前里、手招、前柳
		10時~10時30分	下小松、谷地、小松南、小松台
		12時45分~13時30分	五味倉、上納、横沼東
12月1日(金) ●骨密度検診実施日	矢本保健相談センター ●保育ボランティアあり	8時~8時30分	横沼西、横沼一、貝田
		9時~9時30分	横沼二、中
		10時~10時30分	あおい一、筒場
		12時45分~13時30分	高田、照井、御下、中東、寺、六槍
12月2日(土) ●骨密度検診実施日	矢本保健相談センター	8時~8時30分	南二、南三
		9時~9時30分	新川前、南四、裏二
		10時~10時30分	南六
		12時45分~13時30分	上河戸二、関の内一
12月4日(月)	矢本保健相談センター	8時~8時30分	作田浦、南緑
		9時~9時30分	南五、南新一、南新二、柳上
		10時~10時30分	柳北
		12時45分~13時30分	八幡、裏、横関、南一
12月5日(火)	矢本保健相談センター ●保育ボランティアあり	8時~8時30分	柳下、柳西、上河戸四
		9時~9時30分	塩入、表
		10時~10時30分	貝殻塚一、小分木、大島、裏一、あおい三
		12時45分~13時30分	貝殻塚二、あおい二

上記日程のうち、下記の検診日は、保育ボランティアによるお子さんの見守りサービスを実施します。お子さん連れの方でも安心して検診を受診していただけますので、ぜひ利用してください(要予約)。

- 保育ボランティアによる見守り
- 実施日 12月1日(金)、12月5日(火)
- 場所 矢本保健相談センター
- 受付時間 8時~8時30分、9時~9時30分、10時~10時30分
- 問 健康推進課健康推進班 ☎内線3108・3109

こころの健康相談 (大人の方)

健康推進課健康支援班
☎内線3106

こころの健康に関してお困りの方・家族向けの相談です。

日時 12月7日(木)14時~
(予約制、1人50分)

ひかりサントクリニック
加藤光三医師

場所 矢本保健相談センター
申し込み 相談日の前日までに
電話で右記に申し込み

子どもがいのちのケア相談

健康推進課健康支援班
☎内線3117

子どもがいのちのケアに関してお困りの方向けの相談です。

日時 12月6日(水)10時、11時、13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

申し込み 相談日の前日までに
電話で右記に申し込み

心身障害者医療費助成の対象の方へ

福祉課障害福祉班
☎内線1178

○申請手続きの方法が変わりました

国民健康保険および後期高齢者医療保険に加入している方は、8月1日から医療機関窓口にて「心身障害者医療費受給者証」の提示のみで自己負担した医療費の助成を受けることができますようになりました。これまで提出していた心身障害者助成申請書(黄色い紙)は不要です。
※社会保険に加入している方は手続きに変更はありません。

母子健康手帳・母子健康手帳別冊の交付

健康推進課健康支援班
☎内線3115・3117

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

新生児・産婦訪問

健康推進課健康支援班
☎内線3114・3117

対象 全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

献血にご協力ください

健康推進課健康推進班
☎内線3108

日時 11月26日(日)10時~16時30分

場所 イオンタウン矢本

子どもの心理相談会

健康推進課健康支援班
☎内線3117

子育ての心配事などについて、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 12月11日(月)10時、11時、13時、14時(各50分)

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 相談日の前日までに
電話で上記に申し込み

親子向け講演会開催

健康推進課健康支援班
☎内線3115・3117

思春期に起こりうる変化と、お子さんへの関わり方など、話を聞いてみませんか。

日時 12月10日(日)13時30分~15時 ※受付:13時~

場所 市役所南庁舎2階会議室

講師 川村玲香氏(心理カウンセラー)

対象 子ども(小学校高学年から中学生・高校生)および保護者、関心のある方

※参加希望の方は、右記に電話ください。

11月は特別障害者手当・障害児福祉手当の支給月です

福祉課障害福祉班
☎内線1178

平成29年8月分から10月分を、11月10日(金)に指定口座に振り込みましたので、確認してください。

※支給制度に該当する方は、右記担当まで連絡ください。

特別障害者手当(平成29年度)月額26,810円

障害児福祉手当(平成29年度)月額14,580円

東松島市「いのちのケアサロン」

障がい者相談支援事業所「とも」
☎98-88226
☎0225-98-8327
東松島市赤井字新川前26-13
ファミリー赤井103号室

「とも★こころ」は、病气や障害に関する相談などを受け付けており、参加・相談は無料で、事前申込みも不要です。ぜひ参加ください。

こころのケアサロン「とも★こころ」

日時 毎月第3水曜日 10時30分~15時

対象 どなたでも参加可(年齢・性別・職業・病气や障害の有無など不問)

とも★こころファミリーサポート

日時 毎月第4日曜日 10時~12時

内容 主に、病气や障害、将来への不安・悩みなどを抱える当事者家族の相談や憩いの場所

場所 障がい者相談支援事業所「とも」

東松島市健康増進センター

ゆぶと通信

■営業時間 平日 10時～22時 土日祝 10時～21時
 ■休館日 毎週木曜日
 ■問 ☎84-3855 プール・トレーニングジムの利用は閉館30分前までにあります。

11月に入り、特に朝晩と寒い日が多くなってきました。朝晩の寒暖の差や空気の乾燥によって、風邪やインフルエンザなどが流行ってきますので、うがいや手洗いなどをしっかり行っていきましょう。そして、元気な身体を手に入れるべく、ゆぶとで身体を動かしてください。ゆぶとでは現在、『生活習慣改善に関する実証事業』の参加者を募集しています。週1回3ヶ月間ゆぶとに通いながら、自宅でも運動します。ぜひ、この事業に参加し、運動を習慣づけましょう。

ジュニア水泳教室 会員募集中

月・火・水・金曜日	土曜日
15時～16時 幼児(3歳半～6歳)	10時15分～11時15分 学童(小学生/7-16級)
16時15分～17時15分 学童(小学生)	11時30分～12時30分 幼児(3歳半～6歳)
17時30分～18時30分 学童(小学生)	16時15分～17時15分 学童(小学生/7-16級)
月・水・金曜日	17時30分～18時30分 学童(小学生/1-6級)
18時～20時 学童(小学生)～3級以上 選手コース	水と仲良くなって、泳げるようになるうね。
月会費(4週制/月) 週1回コース …… 4,120円 週2回コース …… 6,180円 選手コース …… 8,240円 教材費 …… 2,050円(入会時のみ)	

お得なキャンペーン

11月24日(金)～29日(水)に利用回数券をお買い上げの方は、当日100円(入湯税のみ)にて施設を利用できます。たくさんの皆さんの利用をスタッフ一同心からお待ちしております。

～臨時休館のお知らせ～

11月16日(木)～23日(木・祝)は、館内メンテナンスおよび法定点検のため、休館となります。11月24日(金)から通常営業しますので、ぜひ利用してください。



●東松島市健康増進センター「ゆぶと」の整備と運営には、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。

冬休み短期水泳教室のお知らせ

コース	小学生
日時	12月23日(土)・24日(日)・25日(月)・26日(火)・27日(水)・29日(金)
時間	13時～14時30分
対象	小学生(当クラブ 1級～16級)
定員	30人
参加費	会員/5,200円(税込) 一般/7,200円(税込)
締め切り	12月16日(土)
申し込み	申込書に必要事項を記入のうえ、参加費を添えて、ゆぶとフロントに申し込みください。

12月24日(日)・25日(月)は ゆぶとへ集合

当日利用のすべての方へ、クリスマスプレゼントで「次回使える入館優待券」を差し上げます。たくさんの皆さんのお越しをお待ちしています。



※優待券=100円(入湯税のみ)でご利用できます。

市民のカレンダー

2017年11月 15日～30日

15	水	■市報11月15日号発行 ■ちっちゃい子おはなし会(図書館)11:00 ■年中・年少保育参観(鳴瀬幼)
16	木	■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00 ■協働教育講演会(市コミュニティセンター)19:00 ■年長保育参観(鳴瀬幼)
17	金	■行政相談(市コミュニティセンター)13:00 ■臨時休業日(市内小・中学校)
18	土	■ポヌールマルシェ&駄菓子博(蔵しっくパーク)10:00 ■プリザーブドフラワーアレンジメント教室 ①(赤井市民センター)10:00～ ②(野蒜市民センター)14:00～ ■平成29年東松島市市政功労表彰式(市コミュニティセンター)10:30 ■おはなし会(図書館)11:00 ■住まいの相談会(つながる家)11:00 ■議会懇談会(矢本西市民センター)、(大曲市民センター)、(野蒜市民センター)18:30
19	日	■第15回北赤井地区大根狩り(北赤井星場のほ場)9:00 ■平成29年度石巻地区青年文化祭「Youth Festa in Higashimatsushima」(矢本東市民センター)9:20 ■プリザーブドフラワーアレンジメント教室 ①(小野市民センター)10:00～ ②(市コミュニティセンター)14:00～ ■季節にぴったりのスワッグを作ってみよう(つながる家) ①11:00 ②14:00
20	月	■図書館休館日
21	火	●市税及び税外収入金収納・相談延長窓口～20:00 ■視覚・聴覚語らいサロンin東松島(東松島市役所)10:00 ■朗読講座(第2回)(市コミュニティセンター)10:00 ■市民課延長窓口～19:00 ■図書館無制限貸出し(～12月3日(日)まで)
22	水	■「防災教育推進協力校事業」公開研究会(矢本二中)
23	木	●勤労感謝の日 ■図書館休館日(勤労感謝の日) ■原子力防災訓練(市内全域)9:30 ■歩くクロスカントリー(鷹来の森運動公園)9:30
24	金	■図書館休館日(図書整理日) ■航空自衛隊中部航空音楽隊演奏会(市コミュニティセンター)18:30
25	土	■おはなし会(図書館)11:00 ■ファミサポ交流会(市コミュニティセンター)10:00 ■矢本子育て支援センター・ほっとふる土曜開館(午前のみ)(矢本子育て支援センター) ■あすなる発表会(大曲小) ■女性に対する暴力撤廃国際日
26	日	■第50回記念東松島クロスカントリー大会(鷹来の森運動公園)9:10 ■小野まち映画会第6回上映会(小野市民センター) ①10:30 ②14:00
27	月	■図書館休館日 ■野蒜地区市政懇談会(野蒜市民センター)19:00
28	火	●市税及び税外収入金収納・相談延長窓口～20:00
29	水	■学習参観日(赤井小)
30	木	●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 ■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00 ■住宅用地(野蒜ヶ丘)売払い申込登録受付期限日

2017年12月 1日～15日

1	金	■市報12月1日号発行 ■無料人権相談(小野市民センター)10:00
2	土	■おはなし会(図書館)11:00 ■第7回サンタをさがせ(蔵しっくパーク)13:00 ■立志式(矢本二中) ■おさとりおゆうぎ会(のびる幼) ■クリスマスおゆうぎ会・年中小(鳴瀬幼)
3	日	●市税及び税外収入金収納・相談休日窓口 8:30～17:15 ■第7回東北小学生女子野球大会(鷹来の森運動公園)8:00 ■第22回ヤックンカップ争奪家庭バレーボール大会(市民体育館)8:30 ■第6回東松島市観光と物産のPR会×かき祭り(野蒜市民センター)10:00 ■クリスマスおゆうぎ会・年長(鳴瀬幼)
4	月	■図書館休館日
5	火	●市税及び税外収入金収納・相談延長窓口～20:00 ■図書館休館(蔵書点検)(～11日(月)) ■朗読講座(第3回)(市コミュニティセンター)10:00 ■市民課延長窓口～19:00
6	水	■大塩地区市政懇談会(大塩市民センター)19:00 ■鮫ヶ浦水曜日郵便局開局(旧鮫ヶ浦漁港)(～平成30年12月5日(水))
7	木	■東松島市議会平成29年第4回定例会(議場)(～18日(月)) ■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00
8	金	●市内小学生による人権ポスター展示(蔵しっくパーク)(～17日(日)) ■みんなで健康に!らくらく運動教室(大曲地区体育館)10:00 ■行政相談(小野市民センター)13:00 ■もちつき参観(矢本西保育園)
9	土	■矢本はなぶさ幼稚園クリスマスおゆうぎ会公開日(市コミュニティセンター)
10	日	■鳴瀬未来中学校新校舎見学会(鳴瀬未来中新校舎)10:00
11	月	●市民防災の日(市民防災デー) ■図書館休館日
12	火	●市税及び税外収入金収納・相談延長窓口～20:00 ■新宮戸八景ウォーキングイベント(宮戸島内)9:30
13	水	
14	木	■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00
15	金	■市報12月15日号発行 ■無料人権相談(市コミュニティセンター)10:00 ■立志式(矢本一中)

体育館一般開放のお知らせ ※一般開放の時間は、変更になる場合があります。

■場所・時間 緑…市民体育館9～12時、赤…市民体育館18～21時、

青…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(市民体育館2階) ☎82-9030

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。

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29年度市報ひがしまつしま制作費 15日号:1部あたり30.3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29年11月1日現在の住民基本台帳、外国人住民含む)

男 19,784人(-3) 女 20,466人(-15)

計 40,250人(-18) 世帯数 15,695戸(+30)

()内は前月比