

2018  
1  
.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.235

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

## 鷹来の森運動公園 屋内練習場がリニューアル



### 使いやすさと機能性充実

鷹来の森運動公園屋内運動場がリニューアルしました。屋内運動場は、震災後、航空自衛隊松島基地のブルーインパルス格納庫として利用された大型テント(縦:85m、横24.5m)を26年度に移設しました。今回は土の入れ替えや防球ネットの設置、水銀照明灯のLED照明への交換などを行い、安全性を高めました。リニューアルを祝った記念イベントが昨年12月16日(土)に行われ、日本製紙石巻野球部の皆さんを講師に招いた野球教室を開催。市内の野球スポーツ少年団や中学硬式野球の東松島リトルシニアの選手たちが参加し、専門的な指導を受けて技術を高め、交流を通じて野球の楽しさを共有していました。



## 税務課からのお知らせ

### ○平成29年分確定申告の事前準備をお願いします

◆下記に該当する方は、事前に作成、計算してから申告会場へお越しください。

- 営業等、農業、不動産所得のある方(収支内訳書の作成)
- 医療費控除を受ける方(支払った医療費の計算)
- 医療費控除の特例制度を受ける方(支払った医薬品費の計算)

※平成29年分申告相談に関する日程などの詳しい内容は、市報1月1日号でお知らせしています。なお、28年度から申告会場は本庁舎駐車場東側の南庁舎2階と鳴瀬庁舎の鳴瀬保健相談センター3階の2か所となっています。

### ○所得税及び復興特別所得税の還付申告はお早めに

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

【例】①多額の医療費を支払った方

【必要書類】源泉徴収票、医療費の明細書など

②マイホームを住宅ローンなどで取得した方

【必要書類】源泉徴収票、家屋及び敷地等の請負(売買)契約書の写し、家屋及び敷地等の登記事項証明書、住宅取得資金に係る借入金の年末残高証明書など



③年の途中で退職した後就職しなかった方

【必要書類】源泉徴収票など

※給与と所得者や年金所得者で確定申告の必要がない方が還付申告をする場合は、そのほかの各種所得(営業等所得や農業所得など)も申告が必要です。

※ふるさと納税のワンストップ特例制度を申請した方は、**確定申告を行うと特例制度対象外となり、改めて申告を行う必要が生じます**ので、確定申告をする際は必ず**寄付金控除も申告**してください。

～会社・事業主の皆さんへ～

### ○給与支払報告書の提出を忘れずに

平成30年1月1日現在、本市に住所がある従業員(パート、アルバイト含む)に対し、平成29年中に給与を支払った会社や個人事業主は、**平成30年1月31日(水)までに給与支払報告書**を下記まで提出(郵送可)をお願いします。

※平成29年中の中途退職者の方の分も同様に提出してください。その際、給与支払報告書に退職月日と退職欄の記載をお願いします。

※給与支払報告書に記載されている住所・氏名・生年月日・支払金額・控除内訳などは、納税通知書や各種証明書に記載されますので、提出時には誤りがないか必ず確認してください。  
※本市に住所が無い方の給与支払報告書が提出された場合、適正な課税がされない場合がありますので、提出先誤りにご注意ください。

■問・提出先 税務課住民税班 ☎内線1138・1139・1147

〒981-0503 東松島市矢本字上河戸36番地1

平成29年度地方創生交付金事業食育活動推進事業

vol.2

# ひがしまつしま食ペメッセ

海と大地が育んだ東松島の食材を知ろう！食べよう！！



日時 **2月24日(土)** 10時～14時

会場 **市コミュニティセンター 全館**



## オープニングセレモニー

表彰式(食育ポスターコンクール、環境絵日記)

10時～10時50分

## 来場記念 がちゃがちゃ体験

市公認

イート&イ〜ナの  
食べるんジャーストラップ



かきイート・イ〜ナとまるとのりまきイート・  
もろこしイ〜ナ・イートいちご(いずれか1つ)

## 親子で挑戦!!

### 野菜のクッキーづくりワークショップ

各コース限定15組(3歳～小学生と保護者)

■講師 カゴメ株式会社

■体験時間 2時間程度

■開始時間 Aコース 10時～12時

Bコース 12時～14時

## 東松島食べる学校修学旅行

手づくりみそワークショップ

Cコース 限定20組(3歳以上の方どなたでも、  
一人でも申込可)

■講師 東松島市地域生産物加工研究会

■研修場所 農村婦人の家

■体験時間 2時間程度(11時50分～14時)

■集合場所 市コミュニティセンター

※ウルトラマンバスに乗って  
研修場所まで移動します。



### ◆ワークショップ A～Cコースの申し込み

事前申込制です。2月8日(木)17時までに、希望コース名、  
氏名、年齢、住所、連絡先を電話で下記に連絡ください。

※申し込み多数の場合抽選。定員に満たない場合、当日参加可。

## 五感で体験

五感を刺激する様々な体験ゾーン  
で"食べるんジャーのスタンプ"をゲ  
ットし、スタンプを集めたら東松島食  
べる学校卒業記念クリアファイルを  
プレゼント



1日入学体験  
11時～14時

### ①見る(視覚)ゾーン

- ・作品展示「食育ポスターコンクール」「環境絵日記」
- ・健康チェックほか
- ・「鍋のまち東松島」って何？

### ②触る(触覚)ゾーン

- ・こども調剤体験、手洗いチェック
- ・箸マスター検定ほか

### ③嗅ぐ(嗅覚)ゾーン

- ・かつお節削り体験

### ④聴く(聴覚)ゾーン

- ・お口の健康教えて！先生！
- ・Pepperと食育テストに挑戦

### ⑤味わう(味覚)ゾーン(2階)試食体験

- ・学校給食「まぐろのかりん揚げ」「りっちゃんサラダ」
- ・米粉料理「がんづき」(郷土料理)
- ・地元食材アレンジ料理「いちごのパバロア」「洋風ライス」
- ・みそ汁の飲み比べ
- ・調理加工食品「介護食」「0キロカロリー食品」
- ・地場産品販売

# 東松島市医師団リレートーク 第10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、わたなべ整形外科 渡辺克司院長から腰痛についてお話しいただきました。

既に持病となり、腰痛と長い付き合いをしている方をはじめ、ギックリ腰など突発的なもので頻度の高い症状についてご紹介いただいています。また予防に関する興味深い実践方法についてもご紹介いただきました。



わたなべ整形外科

わたなべ かつし  
渡辺 克司院長

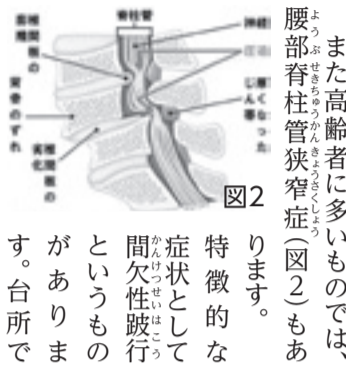


図2 また高齢者に多いものでは、腰部脊柱管狭窄症(図2)もあらわれます。特徴的な症状として間欠性跛行というものが、台所で

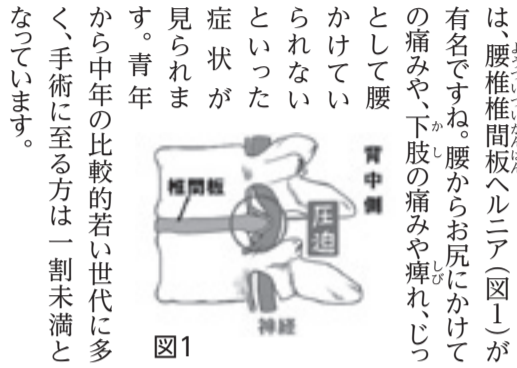


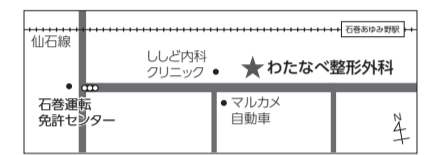
図1 長い付き合いになるものは、腰椎椎間板ヘルニア(図1)が有名ですね。腰からお尻にかけての痛みや、下肢の痛みや痺れ、じつとして腰かけていられないといった症状が見られます。青年から中年の比較的若い世代に多く、手術に至る方は一割未満となつています。

■「一口に腰痛」と言え原因は様々  
突発的に発症するものではギックリ腰(急性腰痛症)が有名です。重いものを持つとうとして、または洗顔しようとして前かがみになっただけでも起きることがあります。多くの場合は、一週間もあれば治りますので安静第一をお勧めします。揉むと悪化することがあるのでご注意ください。

■診療科 整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科

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

休診日:日曜日・祝祭日/第4土曜日  
※都合により、受付時間が早まることもあります。



東松島市赤井字南一253番地



## 渡辺先生からの健康基礎クイズ

- (○または×で回答)
- ギックリ腰は運動不足が原因なので動いた方が良い。
  - 腰椎椎間板ヘルニアは手術しないと治らない。
  - 腰部脊柱管狭窄症は若年者に多い。

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」(1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

- 菊地先生からの健康基礎クイズの正解は
- 加齢により血管の弾力性が無くなり、血圧は高くなる→○
  - 血管を良い状態に保つには運動や食生活の改善が大切である→○
  - 減塩は高血圧予防に(大きな)効果がある→○
- 正解者は、浅野有美さん(矢本)、西村ひろえさん(小松)、土井恵美子さん(矢本)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。

■慢性的腰痛は特に要注意です  
慢性的な腰痛の原因には、椎間板や椎間関節の変性や、筋膜や姿勢によるもの、骨粗鬆症による圧迫骨折、まれにがんの転移、内科・婦人科・泌尿器科系の病気が隠れていることがあります。

■「腰痛は予防が大事」  
日頃からのストレッチ、腹筋を衰えさせない、姿勢に注意することが予防につながります。腹筋を鍛える簡単な方法「ドロイン」をご紹介します。図4をご覧ください。

■当院紹介  
当院は、お陰様で平成29年11月をもちまして開院15年を迎えました。私も年を重ねた分色々な痛みを経験し、患者さんの訴えを解つてあげられるようになりました。患者さんに「楽になった」「来てよかった」と思ってもらえる病院作りをスタッフ一同目指しています。共に痛みと闘っていきましょう!



図4 ドロインの動き

【質問受付欄】  
本コーナーでは、皆さん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

### 東松島市高効率給湯器等普及促進事業 補助金交付申請受付の締切期限は2月20日まで

高効率給湯器を平成29年2月1日以降に設置していて、まだ補助金交付申請をしていない方は忘れずに手続きを済ませるようお願いします。

なお、補助基準など詳しい内容は、下記まで問い合わせください。

■受付期限 2月20日(火)

※申請受付は対象機器を設置後です。なお、申請額が予算総額に達した場合は、期間途中でも受付を終了しますのでご了承ください。

■交付対象…次の要件のすべてを満たしていること。

- 平成29年2月1日～平成30年1月31日の間に対象機器を、自らが居住し住所を有する市内の住宅(店舗併用住宅含む)または自らが所有する市内の事業所に設置していること
- 市税等滞納していないこと
- 本補助金の交付を受けていないこと

※申請書類などは内容を一部改正していますので、環境課窓口または市ホームページから平成29年度版を入手し、使用してください。

■問・申し込み 環境課環境班 ☎内線1152

### 下水道使用料を改定しました

下水道事業の経営健全化のため、平成30年1月使用分から下水道使用料を改定しています。快適な暮らしを守る重要なライフラインである下水道事業の健全経営のため、皆様のご理解とご協力をお願いします。

■改定の内容

区分	排除汚水量	現行(税込)	改定後(税込)
基本料金	～10m <sup>3</sup>	1,512円	1,566円
	11m <sup>3</sup> ～20m <sup>3</sup>	172円	194円
超過使用料(1m <sup>3</sup> につき)	21m <sup>3</sup> ～50m <sup>3</sup>	194円	216円
	51m <sup>3</sup> ～200m <sup>3</sup>	216円	237円
	201m <sup>3</sup> ～500m <sup>3</sup>	237円	259円
	501m <sup>3</sup> ～	259円	280円

(1カ月20m<sup>3</sup>利用する標準世帯では、274円(税込)の増額になり、料金改定率は8.4%です。)

■改定日 平成30年1月使用分(平成30年3月請求)から  
※2月検針から、検針票に改定後の使用料が記載されます。

■改定範囲 公共下水道使用料、農業集落排水処理施設使用料、漁業集落排水処理施設使用料

■問 下水道課経営班 ☎内線2232～2235、2249



# 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〉

## 宮戸地域における住民避難訓練の実施に伴うサイレンの吹鳴について

宮戸地域において、弾道ミサイルを想定した訓練を以下のとおり実施します。訓練の際に宮戸地域内において、防災行政無線からサイレン等を放送しますので、実際のミサイル発射と間違えないようご注意ください。

■放送日時 1月21日(日)・28日(日)2日ともに9時～9時15分頃

■問 防災課危機対策班 ☎内線1164・1265

## 防災集団移転対象者の借地申請最終受付期限のお知らせ

市内集団移転団地の最後の宅地引渡しから1年が経過しました。市では、対象者を拡大しての空き区画の売払いも始めており、今後防災集団移転促進事業の終了に向けて作業を進めています。つきましては、防災集団移転対象者の借地申請の最終受付についても、下記期限としましたのでお知らせします。

なお、これ以降は借地申請の受付は一切行いませんので、ご注意ください。

■最終受付期限 2月15日(木)

※受付は申請順に行います。また、選択できる団地区画は、防災集団移転対象者が取上げして空いている団地の区画のみになります。

■問 生活再建支援課移転支援班 ☎内線1488

## HOPE わたしたち、東松島みらいとし機構(HOPE)です。

第55回

みんなで使うものを、みんなで作ろう

- 漁師さん達とイベント用の生簀をつくりました -

HOPEが合同会社コミュと実施中の「コミュニティ ファニチャー プロジェクト」では、コミュニティのみんなが使うものをみんなで楽しく作りながら、交流する機会を提供しています。この取り組みの一環で、地元の漁師さん達は毎年地域のためにやっている地引網体験イベントと、サケのつかみ取りで使う生簀をつくりました。今後この生簀は、どなたでも借りられるようになる予定です。生簀以外にも、じゃぶじゃぶプールや釣り堀など使い道は色々ありそうです。ぜひ、あなたのコミュニティの祭りやイベントに活用してください。このプロジェクトではものづくりを通して、楽しみの輪、コミュニティの輪が広がり続けていくことを目指しています。



出来上がった生簀でサケのつかみ取りを楽しむ人々 ©COMU,LLC

■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>

## 東松島市内の放射線測定

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

空間放射線線量率調査結果(市役所西側通用口付近 地上1m:午前8時現在)						
測定月日	12月30日	12月31日	1月1日	1月2日	1月3日	1月4日
測定値(単位:μSv/h)	0.030	0.030	0.031	0.032	0.051	0.029

※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

## 平成30年東日本大震災東松島市追悼式

平成23年3月11日に発生した東日本大震災により多くの市民がお亡くなりになりました。市では、震災発生から7年となる日に、震災によりお亡くなりになられた方々の霊を慰めるため、次のとおり追悼式(無宗教、献花方式)を執り行います。

■日時 3月11日(日)14時30分～

※進行の都合上、14時15分まで来場してください。

■場所 東松島市民体育館

(矢本第一中学校北隣)

(住所:東松島市小松字上浮足164)

■対象 震災によりお亡くなりになられた市民のご遺族、行方不明者のご親族および関係者

■案内 対象者多数のため、改めてご遺族やご親族等への案内は行いませんのでご了承願います

■交通手段

- ①駐車スペースが少ないため、できるだけ公共交通機関(JR)を利用ください
- ②お近くの方は、徒歩または自転車でお越しください
- ③臨時送迎バスの運行については、決まり次第お知らせします

■駐車場…満車になり次第閉鎖します。

- ①東松島市民体育館前…身障者車両、足の不自由な方の乗車車両
- ②矢本保健相談センター前駐車場(一般車両約30台)
- ③矢本第一中学校西側臨時駐車場(一般車両約150台)
- ④矢本第一中学校校庭(一般車両約200台)
- ⑤コミュニティパーク駐車場(一般車両約30台)



## 復興状況見学 参加者募集

■日時 3月11日(日)10時～13時30分

■見学内容 あおみな、震災伝承館、震災祈念公園周辺、大曲浜移転元地(車窓)、あおい地区(車窓)などを市バスで見学後、追悼式会場に向かいます

■集合場所 市民体育館

■対象 平成30年東日本大震災東松島市追悼式に参加される方

■定員 20人(子ども含む) ※定員になり次第締め切り。

※応募者数が14人以下の場合には中止になります。

■参加料 昼食代 850円

■募集期間 1月15日(月)～2月5日(月)

■問・申し込み 総務課秘書広報班 ☎内線1212・1216・1219

## 東松島市被災住宅再建支援事業 ～申請期限のお知らせ～

市では、東日本大震災により被災した住宅の再建支援事業を実施しています。平成29年度の申請受付は、2月28日(水)で終了となります。

平成30年度の申請受付開始日については、市報3月号でお知らせします。

■問 生活再建支援課生活再建支援班 ☎内線1492

## 第31回オール赤井凧あげ大会開催のお知らせ ～インスタ映える凧で、赤井の空をかけあがれ～

■日時 2月4日(日)13時～ ※受付開始:12時30分～。

■場所 八幡神社(赤井)南側水田  
本部:八幡神社向かい空き地

■内容 小・中学校の部、一般・団体の部で実施

■参加費 無料

※駐車場は赤井市民センター駐車場を使用ください。

■主催・問 オール赤井凧あげ大会実行委員会  
(事務局:赤井市民センター内) ☎82-2075



## ひがしまつしま割増商品券使用期限のお知らせ ～1月31日(水)まで～

ひがしまつしま割増商品券の使用期限は1月31日(水)までです。使用期限を過ぎたら使用できなくなりますので、忘れずに使用してください。なお、使用の際は、おつりはできませんのでご注意ください。

■問 東松島市商工会 ☎82-2088  
東松島市商工観光課商工政策班 ☎内線2161



# 蔵っぱ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

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

蔵っぱパーク ひと・まち交流館 ☎84-1770、ふれ愛情情報プラザ ☎84-2011・FAX 84-2015

## くらっぱ蔵部 ☎84-1770 ※別途参加費100円。1月16日(火)9時～受付開始

内容	日時	材料費	定員	持ち物
YOGA 講師:Chika	1月19日(金)・ 2月9日(金) 10時～ 11時30分	各600円	各5人	運動できる服装・ 飲み物・タオル
指ヨガ 【自律神経を整える& デトックス】 講師:大野清子	1月23日(火) 10時～ 11時30分	1,500円 ハーブティー 付き	10人	爪を切ってきてく ださい。
2018 おひな様 講師:佐々木比呂美	1月25日(木) 13時～15時	1,600円	なし	裁縫道具・ボンド・ はさみ・両面テープ (5ミリ幅)・手芸綿
トースターで焼く! 簡単おうちパン教室 【基本のミルクスティックパン】 講師:佐々木仁美	1月25日(木) 10時30分～	紅茶付き 2,000円 レシピ・ご試食・ 翌日焼ける生地付	8人	エプロン・手拭き タオル・筆記用具・ 850ml位のタッパ・ 保冷バック
トースターで焼く! 簡単おうちパン教室 【タッパで作る!フォカッチャ】 講師:佐々木仁美	1月25日(木) 13時～	紅茶付き 2,000円 レシピ・ご試食・ 翌日焼ける生地付	8人	エプロン・手拭き タオル・筆記用具・ 850ml位のタッパ・ 保冷バック
和布の小物 【しぼりの飾り】 講師:佐藤のり子	1月26日(金) 13時～15時	1,500円	5人	裁縫道具
足つぽ・ふくらはぎの マッサージなど 講師:小島光代	1月27日(土) 10時～13時	1,500円 オイル・漢方茶 お菓子付き	10人	バスタオル・フェイ スタオル
月の満ち欠けと その過ごし方 【月蝕前日】 講師:大野清子	1月30日(火) 10時～ 11時30分	1,500円 おやつ・ 飲み物付き	10人	筆記用具
パワーストーン作り 講師:武山由紀子	1月31日(水) 10時～12時	1,500円	なし	なし
大人のための脳トレ学校 講師:遠藤加英子	2月1日(木) 13時30分～ 15時	900円	8人	筆記用具
トースターで焼く! 簡単おうちパン教室 【タッパで作る!ゴマチーズパン】 講師:佐々木仁美	2月2日(金) 10時30分～	紅茶付き 2,000円 レシピ・ご試食・ 翌日焼ける生地付	8人	エプロン・手拭き タオル・筆記用具・ 850ml位のタッパ・ 保冷バック
トースターで焼く! 簡単おうちパン教室 【フライパンで焼く基本の丸パン】 講師:佐々木仁美	2月2日(金) 13時～	紅茶付き 2,000円 レシピ・ご試食・ 翌日焼ける生地付	8人	エプロン・手拭き タオル・筆記用具・ 850ml位のタッパ・ 保冷バック
トースターで焼く! 簡単おうちパン教室 【バレンタイン企画! ハートチョコパン】 講師:佐々木仁美	2月9日(金) 10時30分～	紅茶付き 2,500円 レシピ・ご試食・ 翌日焼ける生地付	8人	エプロン・手拭き タオル2枚・筆記用具・ 保冷バック
トースターで焼く! 簡単おうちパン教室 【フライパンで焼くチョコパン】 講師:佐々木仁美	2月9日(金) 13時～	紅茶付き 2,500円 レシピ・ご試食・ 翌日焼ける生地付	8人	エプロン・手拭き タオル2枚・筆記用具・ 保冷バック
粘土で作る桜姫 講師:櫻井信子	2月10日(土) 10時～13時	800円	10人	はさみ・おしぼり
アーティフィシャルフラワー 【ミニラナンキュラスの おひな様アレンジ】 講師:大場裕美子	2月13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)
プリザーブドフラワー 【羽子板にスイセン】 講師:井手えみ子	2月14日(水) 10時～12時 13時～16時	各1,800円	各5人	布切りばさみ・ピ ンセット・ふきん
和布で作るたけのこ 講師:佐藤のり子	2月16日(金) 13時～15時	1,500円	5人	裁縫道具
ハーバリウム 【ピンの中にお好きなお花を 入れて作ってみましょう】 JHA認定講師:大場裕美子	2月18日(日) 10時～12時	3,000円 コーヒー付き	なし	なし

### おのくんと一緒に遊んで!語って!しよ!! 絵本おのくんと。話空(はなすかい)

■日時 1月27日(土)13時～ ※入場無料。当日参加可能。  
■主催 学生による地域支援活動団体みまもり隊

### 2月のマルシェ

■日時 2月17日(土)10時～14時 ※入場無料。  
※詳しい内容は、市報2月1日号でお知らせします。

東松島市蔵っぱパークの運営には、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。

## 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

●1月・2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
初心者パソコン無料相談 1月17日(水)・ 2月1日(木) 10時～12時	勉強会ではありません。機器に関する設定(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 各1人15分	各3人
60歳以上限定! はじめてのワード 1月23日(火)・24日(水)・ 30日(火)・31日(水) 4日間 13時30分～16時	ワードを使って簡単な文章を作り印刷し、CDやUSBに保存する方法を学びます。最終日にはイラスト入りのカレンダーを作ります。 ※パソコンで文字が打てる方、パソコン持参可。	テキスト代込 3,404円	60歳以上の方 15人
デジカメ活用! コンパクトデジカメで キレイに撮ろう! 2月6日(火)・7日(水) 13時30分～16時	基本の操作を身につけることで、コンパクトデジカメに搭載されている接写・夜景・花火などがキレイに撮影ができます。撮った写真をパソコンに移動(コピー)し、印刷をします。 ※デジカメ持参ください。お持ちでない方には貸出します。	テキスト代込 2,500円	5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。

### 第11回酒蔵楽集～新酒まつり～

日本酒を味わいながら楽しく学んでみませんか

■日時 2月9日(金)18時30分～

■場所 ひと・まち交流館 ■会費 3,000円(和食のお弁当付き)

■定員 50人限定 ※定員になり次第締め切り。

■主催 NPO法人東松島まちづくり応援団

※チケットは、1月18日(木)9時から蔵っぱパークで販売開始します。

### 第14回女の小正月

美味しいお膳料理が楽しめる華やかな食事会です。

■日時 2月15日(木)12時30分～ ※開場:12時15分。

■場所 ひと・まち交流館 ■会費 2,800円(食事代)

■定員 30人限定 ※定員になり次第締め切り。

■主催 THEくらっぱーず・NPO法人東松島まちづくり応援団

※チケットは、1月19日(金)9時から蔵っぱパークで販売開始します。  
1人2枚まで。

### 新春マルシェ～くらっぱアミューズメントパーク～

1月は体験型マルシェを開催します。

■日時 1月20日(土)10時～14時 ※入場無料。

○ワークショップ体験ブース:お抹茶体験など

○新春獅子舞披露:柳の目獅子舞愛好会

■時間 11時～11時15分

○お祝いばらまき 1回目:11時30分～ 2回目:13時

○ゲームコーナー:ふくびき・千本つり・わなげ など

○だかし福袋販売 ※1個500円。数量限定。

○作家さんによるハンドメイド販売ブースが多数

○飲食ブース:ピザ・パン・焼ねぎなど ○KURA CAFFE



### ヨガセミナー ～笑う門に福来るスペシャル2018～

■日時 1月28日(日)

第I部 10時～12時 定員 15人 参加費 2,000円

第II部 13時～15時 定員 15人 参加費 2,000円

■内容 I部・II部共通です

○指ヨガ【自力で手足の先までほかほかになろう】

講師:大野清子

○YOGA【ビギナーにも安心のヨガで心とも向き合おう】

講師:CHIKA

○笑いヨガ【臓器にも笑いの効果を響かせ、心身共に健康を目指そう】

講師:坂本よし子

○クリスタルボウルの演奏を聞きながら、こんにゃく湿布で体のデトックス

講師:加藤詩乃 演奏:サトウサトコ

■持ち物 水分・バスタオル(orヨガマット)

■問・申し込み 蔵っぱパーク(ひと・まち交流館) ☎84-1770



# 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。>

## 新春の願い込め勇壮に



大曲浜獅子舞

東松島市の無形民俗文化財である大曲浜獅子舞の新春披露が2、3日に行われました。大曲浜獅子舞保存会が個人宅や商店街、福祉施設などをまわり、地域安寧や無病息災を願いつつ、勇壮な舞を繰り広げました。店先などでは商売繁盛、福祉施設では利用者さんの無病息災などを祈願しました。(3日、市内各所)

## 初日の出に多幸込め



元日の野蒜海岸に市内外から多くの人が集まり、海から昇る初日の出に1年の無事を祈りました。東日本大震災前に海の家を営んでいた奥松島ビーチハウス組合は砂浜に手作り鳥居を立てたり、うどんなどを提供したりして参拝客を迎え入れ、多幸を願う連だこが正月の空に舞い上がっていました。  
 (1月1日、野蒜海岸)

野蒜海岸で  
ご来光

## 片づけの方法を指南

フリーアナウンサーの阿部さん

整理収納アドバイザーでフリーアナウンサーの阿部静子さんを招いた講演会「ハッピーがお片づけ」が開かれました。阿部さんは「思い出の中から選んで取っておく」と語り、捨てきれずに残っている物を手放すタイミングなどを説きました。講演会は特定非営利活動法人LEAF26が主催し、復興交流支援事業として開催しました。

(12月23日、野蒜市民センター)



## 大塩地区市政懇談会

### 安心して暮らせる 地域を考える

大塩自治協議会主催で、大塩地区市政懇談会が行われました。自分たちの地域を、より安心して暮らせる場所にしようと、会場には住民など56人が参加し、市民の健康管理についてなど9項目を質問し、市長はじめ各部課長などと意見交換を行いました。

(12月6日、大塩市民センター)



平成29年11月20日(月)東京都内で天皇皇后両陛下のご臨席を仰ぎ、地方自治法施行70周年記念式典が行われ、東松島市のまちづくりが評価され総務省から表彰を受けました。今年も震災からの復興加速・完結に向けて取り組んでいきます。

## 地方自治法施行70周年記念表彰



東松島  
一心でこれからも

## 家族みんなに囲まれて



## 佐藤秀夫さんが100歳

佐藤秀夫さん(鹿妻地区自治会)が100歳の誕生日を迎え、市から祝辞と敬老祝い金が贈られました。大正7年に小野で生まれ、農業を営みながら5人の子供を育てました。今は、孫・ひ孫・玄孫あわせて28人もいるそうです。長寿の秘けつはバランスの良い食事といひます。(1月2日、自宅)

## 宮戸に「つばめ食堂」がオープン



## 地元食材使った 定食をどうぞ

宮戸地区の「セルコホームあおみな」内に「宮戸つばめ食堂」がオープンしました。営業は金、土、日曜日の10時30分から16時30分までです。東松島市特産の海産物や野菜をふんだんに使っており、定食やカフェメニューが楽しめます。週末は海を臨むロケーションで食事を楽しんではいかがでしょうか。



(12月13日、セルコホームあおみな)



赤井遺跡

# 新たに材木堀や溝跡発見

## 蝦夷の攻撃防ぐ 防御柵と確定

飛鳥時代末期から平安時代初頭まで営まれた古代牡鹿郡の「赤井遺跡」の第47次発掘調査が行われ、遺跡南東側の川前で、遺跡を囲む防御施設と見られる材木堀や溝跡などが新たに見つかりました。これは蝦夷の攻撃を防ぐ軍事施設「牡鹿柵」と見られ、長期間にわたって堀や溝などの防御施設を維持していたことが分かりました。これに伴い、12月16～17日には、現地で遺跡見学会も行われました。(12月14日、赤井川前地内)

# 楽しくつくるアートグラス



クリームを使ったエッチングによるオリジナルグラス作りワークショップが開かれました。エッチングは、化学薬品の腐食効果を利用する手法で、海外のアートグラス作りでは主流とされます。この日は雪の結晶やハート、音符マークなどを選び、マスキングテープで思い思いの位置に張り付けながら世界に一つだけの作品を作り上げました。(12月17日、つながるYeah(家)！)

# あおみなに木製品寄贈

宮戸地区の復興再生多目的施設「セルコホームあおみな」に、石巻地区森林組合と農林中央金庫からウッドデッキスロープやプランタースタンドなどの木製品計21点が贈られました。渥美市長は「早速活用し、地域活性化につなげます」と感謝していました。(12月26日、セルコホームあおみな)



# 震災復興に役立ててほしい 齋藤隆後援会から寄付

元東北楽天ゴールデンイーグルスの投手で平成27年に現役を引退した齋藤隆さんの後援会の解散に伴い、後援会から、齋藤さんの父・祖父の出身地という縁がある東松島市のために使ってほしいと寄付をいただきました。(12月11日、市役所)

# 友好都市東根市消防団からの 温かい支援

## 東根市と東松島市の絆 さらに強く

友好都市の山形県東根市の消防団長原田利光さんから、市長に寄付の目録が手渡されました。東根市消防団からは、震災直後に支援物資をいただき、また、行方不明者の捜索活動を行っていただくなど、これまで様々な支援をいただいています。(12月18日、市役所)



クリーニングのホワイト急便などを運営する(株)アルト=仙台市=が、今年も学習支援として東松島市に150万円を寄付しました。今年で5年目であり、同社は震災後、チャリティー期間を設け、各店舗の売上げの10%を寄付金に回しています。東松島市への累計総額は850万円になり、市では移転新築した鳴瀬未来中学校の備品購入などに充てていきます。(12月22日、市役所)

学習支援に役立てて 今年も(株)アルトから寄付



# 子ども達に一足早めのプレゼント セガサミー支援活動が今年も

大手ゲームメーカーのセガサミーグループが継続している震災復興支援活動「メリークリスマスin東松島2017」が今年も開催されました。UFOキャッチャーやフラッシュパッド、スマートボールや「えーでる砂場」(プロジェクションマッピング等の技術を使った砂場遊び)などのほか、わたあめ・ポップコーン・カレーなどもあり、子どもたちはもちろん、付添いの大人も夢中になって楽しんでいました。(12月16日、小野地区体育館)



# あおみなを彩る イルミネーションが初点灯

東松島市の宮戸地区でクリスマス会(宮戸コミュニティ推進協議会)があり、日中はケーキ作りとビンゴ大会、日没近くには4月に誕生した復興再生多目的施設「セルコホームあおみな」敷地内で初のイルミネーションの点灯式が行われました。約2万1千個の電飾がまばゆい光を放ち、文字やイト&イ~ナの顔などを浮かび上がらせ、子どもたちの歓喜が響いていました。(12月23日、セルコホームあおみな)

# くらっパサンタがプレゼント

クリスマスマルシェでは「くらっパサンタ」が登場し、ひと・まち交流館の2階からお菓子や日用品をたくさんまき、クリスマスプレゼントを届けました。当たり券で、さらに景品がもらえるWチャンスもありました。室内では冬やクリスマスを意識した衣類、小物が並び、好みの品を探す姿がありました。(12月15日、ひと・まち交流館)



大盛況 クリスマスマルシェ



# カウントダウンでまばゆく点灯 アオイホシゾラ・イルミネーション

あおい地区の冬の恒例行事「アオイホシゾラ・イルミネーション」が今年も開かれました。地域のみなさんが多く集う中、みちのく仙台☆OR姫隊のコンサートや、クリスマスミサとゴスペル、歌謡コンサートなどクリスマスにふさわしいステージが繰り広げられました。夕暮れには来場者全員でカウントダウンを行い、イルミネーションを一齐に点灯させました。(12月16日、あおい地区二丁目集会所)

▶「ハロウィンおはなし会」に参加した皆さん(10月28日)



図書館だより VOL.151

### 蔵書点検による市民センター図書室お休みのお知らせ

大塩・小野・赤井・野蒜・大曲の市民センターの図書室の蔵書点検作業を行います。蔵書点検日は図書室がお休みとなりますので、ご了承ください。

- 小野市民センター 2月1日(木)・2月2日(金)
- 赤井市民センター 2月8日(木)・2月9日(金)
- 大曲市民センター 2月14日(水)
- 野蒜市民センター 2月16日(金)
- 大塩市民センター 2月22日(木)

### 「朗読講座」受講生による朗読リサイタル 「声、いのちからいのちへ」



市図書館では、宮城県文化振興財団と共催で、昨年の秋から朗読講座を開催してきました。自分で楽しむ朗読から相手に届ける、伝わる朗読を目指して学んできた成果を朗読リサイタルとして発表いたします。台本構成は、講座の講師でありアナウンサーとして活躍している渡辺祥子さん。賛助出演としてギタリストとして全国で活躍している佐藤正隆さんが音の演出で華を添えてくれます。ぜひ朗読とギターの演奏に耳を傾けてみませんか。

■日時 2月3日(土)14時開演

※開場:13時30分。

■場所 市コミュニティセンターホール



### 新着図書案内

#### ●実用

- 「最強の女」 鹿島 茂
- 「スノーキャンプ・マニュアル」  
スノーキャンプ推進委員会/編
- 「よくわかるストールの巻き方 使い方」  
石田純子
- 「戦国おもてなし時代」 金子 拓
- 「お金が貯まる『スマホ副業』の稼ぎ方入門」  
泉澤義明
- 「吉本せい」
- 「生活習慣を変えなくても、深い眠りは手に入る」  
今枝昌子
- 「寝る前に読む一句、二句。」  
夏井いつき

#### ●小説

- 「西郷どん!(上巻・下巻)」 林真理子
- 「ミステリークロック」 貴志祐介
- 「キラキラ共和国」 小川 糸
- 「画狂其一」 梓澤 要
- 「三世代探偵団」 赤川次郎
- 「白い久遠」 浅野里沙子
- 「駄犬道中こんぴら埋蔵金」土橋章宏
- 「戦の国」 沖方 丁
- 「10歳の質問箱続」  
日本ペンクラブ子どもの本委員会/編

#### ●児童

- 「はやくちことばでおでんもおんせん」  
飯野和好/絵

### 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



11月2日～11月28日  
までの間に13組のお友達が  
ゴールしました。  
みんなおめでとう!

### 耳で聴くおはなし会

声だけで語られるおはなしの世界を楽しんでみませんか。

■日時 1月27日(土)13時30分～15時30分

■場所 矢本東市民センター 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」

### 図書館コラム「図書館の良いところ」

まいどはや!(富山弁で「こんにちは」のこと)富山県富山市からの派遣職員として、平成29年4月から図書館で働いている工藤崇人です。

いきなりですが、富山の図書館から来た私が感じた東松島市図書館の特色を紹介したいと思います。

- ・子どもの声が響く明るい図書館
- ・利用者との距離が近い図書館
- ・児童サービス(読書推進活動)が充実している図書館
- ・震災アーカイブの作成・運営とスタッフ

東松島市図書館は、利用者と職員の距離が近く、子どもたちの声が響く明るい図書館だと感じます。ブックスタートやブックトーク、花育や講師を招いて小学校で行う理科読など、ここまで読書推進に力を入れている図書館は少ないと思います。また、地域の学校と密に連絡をとっている点も特徴的です。

図書館のご利用お待ちしております。



▲工藤崇人司書

#### ■おすすめの新刊

「安寿姫草紙」 三田村信行/著

日本で古くから伝わっている説教節の一つである「山椒大夫」をもとに作られた物語。

この物語の主人公の安寿姫は、陸奥国岩木六郡を治める父と優しい母、素直で愛くるしい弟に囲まれ幸せな日々を送っていましたが、ある日、流罪になった父に会うために旅に出た途中、騙されて母と離れ離れになり、弟とともに強欲な山椒大夫に売られてしまいます。再び幸せな日々が訪れるように…家族のために身を呈した姫の物語です。



■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

## 東松島市女性団体指導者育成研修会

東松島市女性団体連絡協議会では、様々な分野に女性ならではの力を発揮し、団体の活性化を図ることをねらいとした指導者育成のための研修会を開催します。



どなたでも参加できますので、皆さん誘いあわせのうえ、お越しください。

※詳しい内容は、下記まで問い合せください。参加は無料です。

- 日時 2月26日(月) 9時30分～
- 場所 市コミュニティセンター会議室
- 講師 石巻観光ボランティア協会会長 齋藤敏子さいとうとしこ氏
- 問 生涯学習課社会教育班 ☎内線3203

## 東松島市体育協会施設管理人募集

■対象・資格 心身ともに健康で、スポーツに理解のある市内在住の67歳以下の方

※68歳定年制。防火管理者資格保有者優遇。

■勤務時間 週32時間以内(土・日曜、祝日および夜間勤務あり)

■勤務場所 市内社会体育施設

■募集人員 若干名

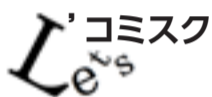
■賃金 月額96,000円 ※社会保険あり。

■雇用期間 4月1日(日)～平成31年3月31日(日)

※期間満了後、更新あり。

■申し込み 2月9日(金)16時まで、体育協会備え付けの履歴書(本人自筆・写真添付)を下記に提出してください ※書類選考後、面接あり。

■問 NPO法人東松島市体育協会 ☎82-9030



## 学校運営協議会の導入が5校に

12月19日、矢本東小学校で第1回学校運営協議会が開かれました。これをもって、本市の学校運営協議会は11校の内ほぼ半数にあたる5校に設置されることになりました。



▲矢本東小学校 第1回学校運営協議会(12月19日)

矢本東小学校の会議では、委員長と副委員長の選任が拍手で承認された後、委員長が議長となって協議が進められました。委員長からは、「先日(の)協働教育講演会の他校の発表にあるような派手さはないものの、これまで本校ではいろいろな形の学校支援活動が行われてきた。本校なりの進め方で充実させたい。」との話がされ、地域とともに輝く子どもたちの話し合いが和やかなうちに予定をオーバーして行われました。委員の一人は「以前うちの畑にきて、子どもたちが校外学習を行った。機会があれば、また体験の場所を提供してもよい。」と話していましたが、同校では見守りや家庭科の学習ボランティア等すでにいろいろな形で学校支援が行われており、それらの継承と連携によりコミュニティ・スクールの取組が充実することになりそうです。

■問 学校教育課学校教育班 ☎内線1252

## こどもオペラ『ヘンゼルとグレーテル』開催

“0歳から聴ける”名曲クラシックコンサートを入退場自由で開催します。プロの演奏家によるクラシックの名曲やみんな知ってる手遊び歌が『ヘンゼルとグレーテル』のお菓子の家の物語に沿って散りばめられた親子向けコンサートです。



声を出しても大丈夫。この機会にお子様と音楽を楽しんでみませんか。多くの方の来場お待ちしております。

■日時 3月3日(土)10時30分～ ※開場:10時～。

■場所 市コミュニティセンター

■入場料 おとな1,000円 こども(4歳以上小学生以下)500円

※全席自由。3歳以下膝上無料。席が必要な場合はチケットの購入をお願いします。

■チケット販売場所 市コミュニティセンター、各市民センター、蔵しっくパーク、(株)文尚堂、(株)おいかわ、ブックセンター湘南矢本店、チケットぴあ(Pコード:100-460) ※好評発売中。

■主催・問 市コミュニティセンター  
(NPO法人東松島市芸術文化振興会) ☎82-6969

## 東松島市放課後子ども教室 子どもたちの活動のサポートや、安全見守りに協力いただける方を募集中

子どもたちと一緒に活動することが好きな方をお待ちしています。初心者も歓迎です。ボランティアの活動内容は、子ども達の受付、遊具や教材の準備・片づけ、活動中の子どもたちの見守りなどです。

現在、矢本西小学校(わくわくチャレンジWEST)、大曲小学校(わくわくチャレンジスマイル)宮野森小学校(わくわくチャレンジフォレスト)で実施中です。

### 放課後子ども教室

小学生を対象に、放課後や週末などに学校の施設を活用した安全・安心な居場所を設け、地域の方々の参加協力のもと、子どもたちに勉強やスポーツ・文化芸術、地域住民との交流等の体験機会を提供することで、子どもたちが地域社会の中で心豊かで健やかに育まれる環境づくりを進めるものです。



### 【矢本西小 伝統芸能】

伝統の神楽の紹介です。昨年に続いて2回目ともなると、太鼓をたたくばちさばきもさまになっています。お面や刀などの道具もたくさん紹介していただきました。



### 【大曲小 スポーツ】

東松島市レクリエーション協会の指導で、ニュースポーツ「ラダーゲッター」や「バグジー」を体験しました。はじめはなかなかうまくできなかった活動も、慣れてくるとナイスヒット。ガッツポーズも様になってきました。



### 【宮野森小 科学教室】

市内在住岸澄夫きしすみお先生の指導で、シャボン玉を作ったり熱気球を作ったりしました。細かな作業はむずかしいので、ボランティアスタッフのみなさんの協力ももらいました。

■問 生涯学習課社会教育班 ☎内線3202

# 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

### 子育て支援センター 臨時職員募集

問 子育て支援課子育て支援班  
内線1420

○子育て支援センター指導員

■対象・資格 心身ともに健康で市税など滞納がなく、保育士・幼稚園教諭・教員免許などの資格を有する方

■勤務内容 子育て支援センターの運営、相談業務など

■勤務期間 採用3月31日(土)※満了後、更新あり。

■勤務時間 8時30分～17時15分  
※週5日勤務。土曜日出勤あり(月1回程度)。

■勤務先 市内子育て支援センター  
■賃金 月145,500円

■募集人員 2人  
■対象・資格 心身ともに健康で市税など滞納がなく、保育士・幼稚園教諭・教員免許などの資格を有する方又は子育て経験のある方で子育て支援センター事業に関心のある方

○子育て支援センター指導補助員

■勤務期間 採用3月31日  
※6カ月毎更新あり。

■勤務時間 週28時間程度  
※週4日勤務。土曜日出勤あり(月1回程度)。

■勤務先 市内子育て支援センター

■賃金 時給95円

※社会保険(6カ月を超えた場合)・雇用保険あり。

■入場料 無料

■主催 医療法人医徳会真壁

■会場 市コミュニケーションセンター  
2階会議室

■募集人員 若干名

■上記の申し込み 1月31日(水)まで履歴書(本人自筆、写真添付)、資格証明書類の写しの添付を添えて上記に申し込みください。 ※後日面接あり。

## お知らせ

### 女優・音無美紀子の 歌声喫茶開催

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

女優・音無美紀子の歌声喫茶を今年も開催します。思い出の歌と一緒に歌いませんか。

■日時・場所

○1月26日(金)14時～15時30分  
野蒜市民センターホール

○1月27日(土)10時～11時30分  
老人福祉センター集會室

※いずれも入場無料・申込不要。

### 第129回いきいき健康講座

問 真壁病院  
☎82-7111

■テーマ 「誤嚥性肺炎の予防」  
〜認知症患者における取り組み〜

■講師 佐々木英忠先生(医療法人 仙台医療福祉会 仙台富沢病院 顧問)

■日時 1月23日(火)18時30分～19時30分

※開場:18時

■会場 市コミュニケーションセンター  
2階会議室

■入場料 無料

■主催 医療法人医徳会真壁

## 駅前駐車場の利用者を募集します

### ■対象駐車場

駐車場名	募集区画 (平成29年12月現在)	月あたりの駐車料金 (単位:円)
鹿妻駅前駐車場	29区画(アスファルト区画)	2,000円
野蒜駅前駐車場	12区画(砂利区画)	3,000円

■提出書類 申請書、認印程度の印鑑、運転免許証の写し、駐車車両の車検証の写し

■申し込み方法 直接下記に申し込みください

※申込多数の場合、後日抽選を行います。

### ■注意事項

- (1) 駐車料金の入金方法は、市内提携金融機関において、納付書による支払になります。
- (2) 駐車場内における自動車相互の接触または衝突によって生じた損害および盗難、天災その他駐車場管理者の責めに帰さない事由によって生じた損害については、その責めを負いません。また、利用者は、駐車場施設および付属設備に損傷または汚損を与えた場合は、原状回復し、損害を賠償していただきます。
- (3) 駐車場の利用に際し、管理者の拒否、禁止行為、遵守事項等があります。事前にご確認ください。
- (4) 募集区画は変動する可能性があります。

■問・申し込み 建設課道路公園管理班(市役所鳴瀬庁舎2階) ☎内線2212

病院、特定非営利活動法人工  
バーオンワード  
※詳しい内容は、上記に問い合  
わせください。

### 音楽とおはなしのおもちゃ箱 コンサート2018開催

問 アクション・スフェア(安部)  
☎090-5335518534  
FAX 0225-8712106

普段あまり聞く機会のない、  
マンドリンやリコーダーの生演  
奏や、演奏をバックに絵本の読み  
聞かせを行います。親子で楽し  
める楽しいコンサートですので、  
親子・友達などと一緒にぜひご  
来場ください。

■日時 1月28日(日)11時～  
※開場:10時45分。

■場所 小野市民センター講堂

### ■入場料 無料

※おやつ代(保険加入料含む)と  
して、お子さんのみ200円かか  
ります。準備・保険加入の都合  
上、事前申込をお願いします。  
当日参加もできます。

### よつばマーケット開催

問 よつばファーム  
☎25-4641

自社の新鮮野菜や焼き芋、特製雑  
煮のほか、スイーツや軽食、雑貨販売、  
蒸し牡蠣の販売など。地元の良いもの  
を集めた手づくり市を開催します。  
※雨天の際はビニールハウス内  
で開催します。

■日時 1月21日(日)10時～14時

■場所 よつばファーム  
(住所:牛網字平岡36)

## 「英会話シート」で地域を元気に!外国人観光客おもてなしセミナー

宮城県東部地方振興事務所では、「外国人のお客様にどう接客しよう」、「誰も英語を話せない」このような心配をお持ちの、商店・飲食店・宿泊施設などの皆さんがすぐに使える「指さし英会話シート」を作成しました。

多くのお店で、外国人観光客(インバウンド)の皆様への接客やおもてなしに活用いただき、地域の賑わいと元気につなげるため、この「指さし英会話シート」の使い方を楽しく学ぶ2回連続のセミナーを開催します。

- 日時 第1回(基礎編) 1月30日(火)14時～16時
- 外国人のお客様への最初のひとこと
  - 接客に自信がつく簡単英会話
  - 指さし英会話シートの使い方
  - 指さし英会話シートによる接客練習(その1:導入編)
- 第2回(実践編) 2月15日(木)14時～16時
- 指さし英会話シートによる接客練習(その2:商店・飲食店・宿泊施設実践編)

※できるだけ2回連続でご参加願います。

■場所 宮城県石巻合同庁舎 5階大会議室(住所:石巻市東中里1-4-32)

■講師 株式会社ライブブリッジ 代表取締役 櫻井亮太郎氏

■問 宮城県東部地方振興事務所地方振興部 ☎0225-95-1767

URL:<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/et-sgsin-e/omotenashi.html>

## 石巻専修大学新入学生・在学生向け奨学生募集

石巻圏域在住の優秀な学生で、経済的理由により就学困難な方を対象に、次代を担う有能な人材育成を目指して、奨学生を募集します。

### ■応募資格

- ①石巻専修大学に、平成30年4月に新たに入学する方
  - ②平成30年4月現在、石巻専修大学に在学する見込みの方
- ※①②ともに、石巻圏域に2年以上住所を有する方。ただし、石巻圏域の高等学校および石巻専修大学に入学する目的をもって、圏域内に住所を移転した方は除く。

■貸与方法 平成30年3月に一括貸与

■採用人数 10人程度 ※審査により決定します。

■返済期間 大学卒業後1年据え置き、以後10年以内(無利子)

■募集期間 1月11日(木)～2月28日(水)

※貸与限度額は、学部ごとに異なります。詳しくは問い合わせください。

■問・申し込み 公益財団法人石巻地域高等教育事業団  
(事務局:石巻市総務部総務課内)

☎0225-95-1111 内線4037 FAX:0225-22-4995

住所:〒986-8501 石巻市穀町14-1

# 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)

## 地域包括支援センターからのお知らせ

### ○認知症介護家族の情報交換会

認知症について聞きたいこと困っていることなどについての情報交換会です。当事者の方も参加可能です。ご家族とは別の部屋で体を動かしたりおしゃべりなど予定しています。

■日時 1月19日(金)10時~11時30分  
■場所 老人福祉センター 集会室、和室 ■参加費 100円(お茶代)

### ○「ほっとする会」(若年性認知症を抱える人とそのご家族のつどいの場)

若くして認知症を抱えることになった人とその家族が集まってみませんか。ストレッチ・頭と体のアクティビティ・認知症に関するミニ講話などを行います。

■日時 1月20日(土)10時~12時  
■場所 老人福祉センター 集会室

■対象 70歳未満の若年性認知症を抱える人とその家族  
※本人のみ、家族のみの参加も可。市外の人でも参加できます。  
■参加費 100円(お茶代) ■持ち物 自宅でお使いのマイカップ

### ○認知症サポーター養成講座開催

認知症になっても一人ひとりが住み慣れた地域で生活できるように大切なことは、周囲の理解と温かい関わりです。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(認知症サポーター)を養成する講座です。

■日時 1月23日(火)10時~11時30分 ■場所 小野市民センター  
■対象 市民どなたでも ■参加費 無料

■申し込み 1月22日(月)まで、電話で下記に申し込み

### ○認知症専門相談会

認知症状や家族の対応について、専門の医師に気軽に相談できる機会です。1人50分程度の予約制です。

■日時 2月8日(木)13時~17時  
■場所 地域包括支援センター相談室  
■担当 こだまホスピタル 進藤克博医師

※訪問相談については要相談。

■申し込み 1月29日(月)まで電話または直接下記に申し込み

### ○もの忘れ予防教室開催

もの忘れを気にしている方を対象に、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です。開催日程途中でも参加できます。

■日時 1月:11日・25日、2月:8日・22日、3月:8日・22日  
10時~12時 ※9時30分開場。  
■場所 老人福祉センター集会室  
■対象 もの忘れを気にしている高齢者 ■参加費 無料

■上記の間 東松島市地域包括支援センター  
☎83-1966(月曜~金曜 8時30分~17時15分)



## お子さんと一緒に健康に!親子運動教室

お子さんと一緒に参加できる運動教室です。お父さん、お母さんだけでなく、おじいさん、おばあさんも参加できます。

■日時 1月20日(土)10時~11時30分 ※開場:9時30分~。  
■場所 矢本東市民センター  
■定員 先着30組(市民の方) ※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)、上靴(お子さんの分もご準備ください)  
■問・申し込み 健康推進課健康支援班 ☎内線3104

## エンジョイ! かんきょうライフ 今月の分別パート8:「有害ごみ」

有害ごみは、蛍光灯、充電式以外の乾電池(単一・単二等)、水銀体温計です。ごみ集積所の指定コンテナに出してください。

(収集日は「資源ごみ」の日です。)  
①蛍光灯は壊れないように購入時の箱等に入れて出してください。  
②水銀体温計は厚紙に包むなどして出してください。  
③ボタン・リチウム・ニッカド電池等は販売店などの回収ボックスへお持ちください。  
■問 環境課環境班 ☎内線1153

### 子どもの心理相談会

問 健康推進課健康支援班  
☎内線3117

子育ての心配事などについて、心理士による個別相談を行います。お気軽にご相談ください。

■日時 1月31日(水)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  
電話で上記に申し込み

### こころの健康相談 (大人の方)

問 健康推進課健康支援班  
☎内線3106

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・イ

ライフするなどの症状でお困りの方やその家族向けの相談室です。

■日時 2月6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 虎岩武志医師

■申し込み 相談日の前日まで  
電話で上記に申し込み

### 子どものこころのケア相談

問 健康推進課健康支援班  
☎内線3117

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

■日時 2月8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

■申し込み 相談日の前日まで  
電話で上記に申し込み

### 新生児・産婦訪問

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

### 母子健康手帳・母子健康手帳別冊の交付

問 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

### 心身障害者医療費助成の対象の方へ

問 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の加入者は、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るようになりました。これまで提出していた心身障害者助成申請書(黄色い紙)は不要となります。

なお、社会保険加入者は手続きに変更はありません。

### 地域の高齢者・障害者の権利擁護の在り方を考えるシンポジウム

問 仙台弁護士会(住所:仙台市青葉区一番町2-9-18)  
☎022-23-11001

このシンポジウムは、「弁護士ウィーク」弁護士を身近に感じる週間」として、仙台弁護士会が開催するものです。東松島市における高齢者・障害者の現状、弁護士との関わり、市民後見人

等も含む高齢者および障害者の権利擁護の仕組みを紹介し、誰もが安心して暮らすために必要な方策への理解を深めることを目的に開催します。多くの皆さんの参加をお待ちしています。

■日時 1月30日(火)13時30分~ ※開場:12時50分~。

■場所 市コミュニティセンター

■内容 基調報告、パネルディスカッション

※当日は手話通訳要約筆記あり。

### 献血にご協力ください

問 健康推進課健康推進班  
☎内線3109

■日時 1月28日(日)10時~16時30分

■場所 イオンタウン矢本

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分前までになります。

あけましておめでとうございます。2018年もゆぶとをご愛顧頂き、多くの皆様にご利用頂きますようお願い申し上げます。

トレーニングジム・スタジオ・休憩室改修工事のお知らせ

この度ゆぶとでは、トレーニングジム・スタジオの利用拡大および老朽化改善を目的に改修工事を実施する事になりました。つきましては、下記のように利用形態が変更となります。利用者の方々には多大なご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力、よろしくお願ひします。

①トレーニングジム  
 a) 1月31日(水)まで→通常利用になります。  
 b) 2月2日(金)～3月下旬  
 →現在のスタジオの場所での利用となります。  
 →スペースが限られるため、利用できない機器(トレッドミルなど)がございます。  
 c) 3月下旬からリニューアルオープン

②スタジオ  
 a) 1月31日(水)まで→通常利用になります。  
 b) 1月5日(金)～3月下旬  
 →1階テナント ゆぶと臨時スタジオを使用します。  
 ※上履きを持参のうえ、臨時スタジオで履き替えてください。  
 c) 3月下旬からリニューアルオープン→新たなトレーニング機器導入します。トレッドミル(2台)、インナー/アウトター・サイ(1台)、ストレッチトレーナー(2台)、パーチカル・ニー・アップ(1台)、ダンベル/12kg・14kg・16kg・18kg・20kg(各1組)、スーパーベンチ(2台)、ストレッチボール(計8本)

③休憩室  
 a) 1月31日(水)まで→通常利用になります。  
 b) 1月5日(金)～1月下旬  
 →工事期間で利用できません。エントランスのテーブル・イスをご利用下さい。  
 c) 2月上旬からリニューアルオープン  
 →リニューアル工事に伴い、休憩室スペースが現在よりも狭くなります(西側半分のみ)。ご了承ください。



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)

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。

幼児コースで大人気の「ちゃいんど・ふゅーチャー」

- ちゃいんど・ふゅーチャーとは
  - ハイハイプログラム 駆幹筋のトレーニングに最適
  - 平均台プログラム 触覚・視覚・言語機能の促進に効果的
  - 雲ていプログラム 手の機能、触覚機能の促進に効果的



「ちゃいんど・ふゅーチャー」により、泳げるようになるまでの期間でも、運動量の増大が可能になるとともに、人間の持つ様々な機能への情報提供が効率よく出来るようになりました。このことから、従来のスイミングの効果とは次元の違う効果→知能開発が期待できるようになりました。「ちゃいんど・ふゅーチャー」は、近隣のクラブにはないゆぶとにしかないプログラムです。ぜひ、はじめてみませんか。

冬・子供限定回数券販売中です

とってもお得な回数券を使って、おもしろい身体を動かして、運動不足解消しよう。

●子供限定～特別利用回数券  
 5枚＝1,000円(1枚あたり200円)  
 ■発売期間 2月28日(水)まで  
 ■有効期限 3月31日(土)まで

年間会員大募集中

会員になるととってもお得!!

- ◆大人 800円→600円
- ◆いきいき 600円→400円
- ◆子供 400円→300円
- ◆障がい介助 600円→400円
- ◆障がい児 300円→200円

年会費/5,250円で大人の方は、プール・ジム・天然温泉が600円で利用できます。会員になって、メタバをやっつけよう。

●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。

市民のカレンダー

2018年1月 15日～31日

15	月	■市報1月15日号発行 ■図書館休館日
16	火	●市税及び税外収入金収納・相談延長窓口～20:00 ■朗読講座(第5回)(市コミュニティセンター)10:00 ■市民参観日(矢本二中学区) ■矢本第二中学校区心あったかイトころ運動発表会(会場:矢本二中) ■縄文村臨時休館日 ■市民課延長窓口～19:00
17	水	■ちっちゃい子おはなし会(図書館)11:00
18	木	■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00 ■第8回ちびっこクラブ(矢本中央幼)
19	金	■鳴瀬未来中学校区志教育・心あったかイトころ運動発表会(会場:宮野森小学校)
20	土	■東松島市PTA連合会セミナー(市コミュニティセンター)9:30 ■おはなし会(図書館)10:00 ■新春マルシェ(蔵しっくパーク)10:00 ■お子さんと一緒に健康に!親子運動教室(矢本東市民センター)10:00 ■住まいの無料相談会(つながるYeah(家!))11:00
21	日	■第4回大塩地区バレーボール大会(大塩地区体育館)8:15 ■新春講演会(小野市民センター)13:00
22	月	■図書館休館日
23	火	●市税及び税外収入金収納・相談延長窓口～20:00 ■自治会長会議(矢本東市民センター)13:30
24	水	
25	木	■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00 ■市民参観日(鳴瀬未来中学区)(<～26日(金)>)
26	金	■図書館休館日(図書整理日) ■音無美紀子の歌声喫茶(野蒜市民センター)14:00 ■矢本第一中学校区志教育・心あったかイトころ運動実践発表会(会場:矢本一中)
27	土	■親子凧作り教室(赤井市民センター)10:00 ■音無美紀子の歌声喫茶(老人福祉センター)10:00 ■おはなし会(図書館)11:00 ■耳で聴くおはなし会(矢本東市民センター)13:30
28	日	■第1回矢本東地区自治会対抗バレーボール大会(大曲地区体育館)9:00 ■献血(イオンタウン矢本)10:00 ■縄文村講演会(縄文村)10:00 ■音楽とおはなしのおもちゃ箱コンサート2018(小野市民センター)10:00 ■ヨガセミナー(蔵しっくパーク)①10:00 ②13:00
29	月	■図書館休館日 ■矢本西地区市政懇談会(矢本西市民センター)19:00
30	火	●市税及び税外収入金収納・相談延長窓口～20:00 ■朗読講座(第6回)(市コミュニティセンター)10:00 ■高齢者・障害者の権利擁護の在り方を考えるンポジウム(市コミュニティセンター)13:30
31	水	●ひがしまつしま割増商品券使用期限日 ●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

2018年2月 1日～15日

1	木	■市報2月1日号発行 ■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00
2	金	■無料人権相談(小野市民センター)
3	土	■朗読講座(発表会)(市コミュニティセンター)14:00 ■おはなし会(図書館)11:00
4	日	●市税及び税外収入金収納・相談休日窓口 8:30～17:15 ■第31回オール赤井凧あげ大会(赤井八幡神社南側水田)13:00
5	月	■図書館休館日
6	火	●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 ■赤井地区市政懇談会(赤井市民センター)19:00
7	水	■ちっちゃい子おはなし会(図書館)11:00
8	木	■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00 ■平成30年度市・県民税申告受付(鳴瀬保健相談センター(<～15日(木)>)) (市役所本庁舎<2月18日(日)>～3月15日(木)>)
9	金	■東松島市議会平成30年第1回定例会(市役所議場)10:00(<～3月2日(金)>) ■行政相談(小野市民センター)13:00 ■第11回酒蔵楽集～新酒まつり～(蔵しっくパーク)18:30
10	土	■おはなし会(図書館)11:00
11	日	●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	月	■図書館休館日
13	火	●市税及び税外収入金収納・相談延長窓口～20:00
14	水	
15	木	■市報2月15日号発行 ■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00 ■第14回女の小正月(蔵しっくパーク)12:30

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、藍…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30年1月1日現在の住民基本台帳、外国人住民含む)  
 男 19,781人(+5) 女 20,466人(+9)  
 計 40,247人(+14) 世帯数 15,727戸(+20)  
 (平成29年1月1日 40,268人) ( )内は前月比