



市報 ひがしまつしま



HIGASHIMATSUSHIMA PUBLIC RELATIONS

- 特集 認知症の方・その家族を「支える人」「支える制度」を知る ----- P4~5
- まちの情報広場 ----- P2~3、P6~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・縄文村だより 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



災害に備え 一致団結

東松島市消防演習 操法競技で訓練成果発揮

東松島市消防演習が8月20日、東松島消防署南側駐車場で開催されました。コロナ禍の影響でこれまで規模を縮小して行ってきましたが、本格開催は4年ぶり。同日は全7分団から約230人が参加し、日ごろの訓練で磨いた消防技術とチームワークを発揮。地域の防災・防火に向けて士気を高めていました。

開会式で渥美市長は「多様化の一途をたどる自然災害の備えとして、消防団の担う役割はますます重要になります。市民が安心して暮らせる東松島市へ、一層のご尽力をお願いします」と告辞を述べ、櫻井光悦団長は「市民の生命・財産を守るため、団員一丸で消防・防災活動にまい進することを願いたい」と訓示を述べていました。

火災現場の行動の基本となる積載車操法競技では、各分団から8チームが出場し、きびきびとした手順で放水を行うなど、日ごろの訓練成果を発揮していました。中でも、高い訓練技術を披露した第7分団上下堤川下部が今年の優勝を飾りました。



マイナンバーカード受け取り・マイナポイント申請はお済みですか?



~マイナポイントの申請期限は、2023年9月末まで~



マイナポイントの申込には2023年2月末までに申請したマイナンバーカードが必要です。交付通知書が届いたら、早めにカードを受取り、マイナポイントを申し込みください。

マイナポイントは、キャッシュレス決済サービスへのチャージなどで5000ポイント、健康保険証としての利用申込で7500ポイント、公金受取口座の登録で7500ポイントの合計で最大20000ポイントが付与されます。

■マイナポイントの申請方法

市役所で手続き

ご自身で申請が難しい方へマイナポイント申請支援窓口を、9月29日(金)まで開設しています。右記「申請に必要なもの」を持参の上、来庁ください。

ポイント申込期限間際は窓口の混雑が予想されますので、余裕をもってお早めに手続きをお願いします。※原則、本人のみの申請となります。

自宅で手続き

スマートフォン

マイナポイントアプリをダウンロード

パソコン

マイナポイント申込サイトを検索

マイナポイント申込サイト

※対応するICカードリーダー/ライターをご用意ください。

申請に必要なもの

- ①マイナンバーカード(2023年2月末までに申請したもの)
 - ②マイナンバーカードの暗証番号(数字4桁) ※利用者証明用電子証明書。
 - ③PayPayやWAON、nanacoなどの電子決済サービス
 - ④口座情報(通帳など)
- ※マイナンバーカードの健康保険証利用申し込みには健康保険証は不要です。

■マイナンバーカードの受取りはお早めに

マイナンバーカードを申請された方で、市から交付通知ハガキを送付後も受取りにいられてない方へ、東松島市マイナンバーコールセンター(☎0120-205-112)から電話にて受け取りのご案内をしています。カード受取日の予約受付をお願いします。

■問 マイナンバーカード受取りについて

東松島市マイナンバーコールセンター ☎0120-205-112
 マイナポイント申請について
 市役所マイナポイント申請支援窓口 ☎内線1411

ひがしまつしま3割増商品券

9月4日(月)9時から販売開始



販売期間

9月4日(月)～15日(金)

使用期間

9月4日(月)～令和6年1月31日(水)

商品券の購入には「購入券」が必要です

■購入方法

- 購入券に記載している販売所で、必ず「購入券」を持参して購入してください。
※購入は現金のみです。
※「購入券」をお持ちでない方は購入できません。
- 事前申込した世帯に「購入券」を8月24日に発送しています。
※事前申込期間は7月1日～25日までで、現在は終了しています。
- 「購入券」の再発行はできません。紛失や誤って捨てることのないようご注意ください。
- 販売期間後の購入はできません。必ず期間内に購入してください。



購入券イメージ

■商品券の内容

- 販売価格10,000円 1セット13,000円分(1,000円券×13枚)
※内訳:共通券3枚、専用券10枚
 - 共通券:全ての加盟店で利用できる券
 - 専用券:大型店を除いた取扱加盟店で利用できる券
- ※大型店とは売場面積が1,000㎡を超える店舗。
- 商品券を使用できるお店は商工会ホームページでも確認ができます。
- 商品券の詳細・加盟店一覧が記載されたチラシは、購入券販売所で配布しています。



ホームページ

■利用する際の注意事項

- この商品券は、お釣りは出ません。現金との引換えもできません。また、商品券で購入した商品は返品できません。
- 下記のものについては商品券の利用対象外となります。
税金・電気・水道などの公共料金、各種金券・切手・印紙・たばこ・医療費の支払いなど。
また、店舗によって利用できない商品もありますので、各店舗に確認してください。

■問 東松島市商工会 ☎82-2088



■ひがしまつしま3割増商品券 取扱加盟店一覧 277事業所(五十音順)

大型店(共通券のみ使用可能)

事業所名	業種、商品等	電話番号	事業所名	業種、商品等	電話番号	事業所名	業種、商品等	電話番号
コメリH&G鳴瀬店	ホームセンター	86-1014	ダイシン矢本店	ホームセンター	83-4147	フレスコ キッチン 矢本店	スーパーマーケット	24-6151
ザ・ビッグ 矢本店	スーパーマーケット	84-3933	トイザラス石巻矢本店	玩具、育児用品	83-1363	ヨークベニマル矢本店	スーパーマーケット	83-4911
サンデー矢本店	ホームセンター	83-4281	ドン・キホーテ石巻街道矢本店	総合ディスカウントストア	83-9011			

鳴瀬地区(共通券、専用券どちらも使用可能)

事業所名	業種、商品等	電話番号	事業所名	業種、商品等	電話番号	事業所名	業種、商品等	電話番号
小売業(飲食料品等)			いろどりの丘	ホテル・飲食・スパ・岩盤浴・カフェ	25-7577	㈱尾形土建	建設業	88-2147
㈱アグリードなるせのびる村直売所	パウムクレーン製造他	86-2535	H&H Labo	アイスクリーム製造・販売	—	児島産業㈱	総合建設業	87-2004
小野ふれあい交流館 ひだまりの里	農水産物直売所	—	えんまん亭	食堂	080-5579-3769	櫻勝建築	建築業	98-5338
桜井酒店	酒、食品販売	88-2203	大泉食堂・正寿司	飲食業	87-2036	㈱櫻井建設	住宅リフォーム	87-2122
JAIしのまき 菜っちゃん市場	野菜・加工品	87-3287	奥松島クラブハウス	飲食店・スイーツ・お土産	98-8123	櫻井工務店㈱	建築業	88-3171
ショッピングプラザ 森の風	小売業	86-2571	奥松島 LANE HOTEL	ホテル業	86-2501	㈱千葉岩材工業	土木業	88-3949
ぱぱいばばんや	国産小麦のパン	24-9919	龍岡ベース カリフォルニア食堂	飲食店	98-9852	㈱レア企画	外構・エクステリア工事	98-4981
ファミリーマート宮城小野駅前店	コンビニエンスストア	86-1811	KIBOTCHA(キボッチャ)	レストラン、宿泊	25-7319	自動車整備業		
丸幸水産	魚介類販売	090-6684-9639	汐さいの宿 ちどり館	民宿	88-2066	フジ自動車整備工場	自動車整備販売	87-3327
小売業(物販等)			Smile Dining(スマイルダイニング)	飲食・弁当・オードブル	090-2951-0220	ガソリンスタンド		
奥松島観光物産交流センター	観光案内所	88-2611	炭火 時雨	飲食店	98-9606	㈱岩城屋商店 鳴瀬セルフSS	ガソリンスタンド	87-3809
㈱クマチュウ	事務機、文具、雑貨販売	87-2048	民宿 かみの家	民宿	88-4141	㈱ENEOSウイング	ガソリンスタンド	87-3922
サトウ家電サービス	一般家電販売・修理・工事他	88-3978	民宿 桜荘	民宿	88-3206	Dr.Driveルート45石巻TS	ガソリンスタンド	88-2231
㈱上東五和	墓石・仏壇・仏具・線香・ろうそく	86-1131	民宿 新浜荘	民宿	88-2045	櫻井商店	ガソリン、灯油、軽油	88-2231
タキ	LPガス	87-3767	民宿 山根	各種会合・宴会	88-3349	その他業種		
手代木タイヤ商会	タイヤ販売・小売	87-2166	洋食 ぐーはっち	飲食店	98-5877	あんしんタクシー	タクシー業	98-7177
鳴瀬ガス㈱	LPガス、灯油販売	87-2261	理美容業			㈱奥松島観光タクシー	タクシー業	88-3048
花の店 手代木ガーデン	生花小売業	87-2815	アイウラ理容店	理容業	87-2240	クリーニング ふじい	クリーニング全般	87-2262
奥松島遊覧船案内所	土産品・軽食	88-3997	ヘアサロン 柳美容室	美容一般及び着付け	87-2077	㈱高彩堂	印刷物全般	87-3477
ファーマライズ薬局 のびるが丘店	医薬品販売(調剤除く)	86-2511	ヘアサロン HEIWA	理容業	87-2617	翼運転代行	自動車運転代行サービス	080-9253-9903
㈱薬王堂 東松島鳴瀬店	薬、化粧品、雑貨、食品小売	24-6081	理容 ともの	理容業	88-2720	行政書士・社会福祉士・精神福祉士のだひろ事務所	遺言・相続・行政手続支援	090-4048-6140
飲食・宿泊業			建設業			ピットイン・イサワ	オイル・タイヤ・部品交換等	87-3173
107kitchen 紗乃音	飲食店・惣菜販売	090-2951-0220	㈱市川工業	土木工事業	88-3742	美馬森八丸牧場	体験プログラム、グッズ	090-9636-0325
いぬねこ 茶処	お弁当販売	98-7655						

■ひがしまつしま3割増商品券 取扱加盟店一覧 277事業所(五十音順)

Table with 9 columns: 事業所名, 業種・商品等, 電話番号, 事業所名, 業種・商品等, 電話番号, 事業所名, 業種・商品等, 電話番号. Includes categories like 小売業(飲食料品等), 飲食・宿泊業, 建設業, etc.

地元企業の魅力を発信!



企業紹介動画を作成しました

本市では、地元企業で働きたい、興味がある、そんな皆さんに向け、市内企業の紹介動画を作成しています。

今年度は、7月から2か月に1回、動画を商工観光課YouTubeチャンネルに公開しますので、ぜひご覧ください。

商工観光課 YouTubeチャンネル



これまでに作成した約40社分の動画もこちらからご覧いただけます。

■問 商工観光課商工振興・企業誘致係 ☎内線2167



奥洲物産運輸(株)

～健康と、革新。～



■企業概要等

代表取締役 菅井 武英
住所 東松島市小松字上二間堀176
従業員数 50人





～認知症の方・その家族を「支える人」「支える制度」を知る～

認知症になっても安心して暮らし続けられる「東松島市」へ

超高齢社会を迎えた日本では、2025年には65歳以上の5人に1人が認知症になると推計されています。もしも自分や家族が認知症になったらと考えた場合、これまでの暮らしにどのような影響や変化が生じるのかなど不安を抱える人も少なくないようです。本市では、誰もが住み慣れた地域で暮らし続けられるように、認知症の方や家族を支援する制度の充実に取り組んでいます。世界アルツハイマー月間(※)である9月に市報9月1日号、9月15日号の2回にわたって、認知症の方や家族を「支える人」と「支える制度」について紹介します。

※世界アルツハイマー月間とは…1994年「国際アルツハイマー病協会」(ADI)は世界保健期間(WHO)と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定し、この日を中心に認知症の啓蒙を実施しています。また、9月を「世界アルツハイマー月間」と定め、アルツハイマー病等に関する認識を高め、世界の認知症の方と家族に援助と希望をもたらすことを目的に様々な取り組みを行っています。

～地域で認知症の方を支える「人」を知ろう～ 「認知症地域支援推進員」を知っていますか？

認知症地域支援推進員は、認知症の方やご家族の相談支援を行っていますので、ぜひご相談ください。

認知症の方やご家族が、住み慣れた地域で安心して暮らし続けることはできるように、地域の皆さんや医療・介護の専門職など、様々な方と連携しながら、認知症になっても安心して生活できる「東松島市」を目指し活動しています。

東松島市には、宮城県内で1番多い19人の認知症地域支援推進員が配置され、認知症を知っていただく活動や、認知症に関する相談支援を行っています。

① 吉田 結里枝 ② 東松島市認知症総合支援コーディネーター ③ 大塩字山崎 42-1 ④ 080-1856-2531 (A)	① 小川 和也 ② グループホームあさざり ③ 赤井字川前四 311-1 ④ 0225-83-4007 (N)
① 末永 美雪 ② コミュニティケアプラザぱんぷきん ③ 大塩字緑ヶ丘三丁目 5-15 (B)	① 古山 静子 ② グループホーム日和 ③ 赤井字台 94-1 (M)
① 木島 美季 ② グループホームすみちゃんの家 (C)	① 末永 夏美 ② 仙石病院 ③ 赤井字台 53-7 (L)
① 伊藤 純子 ② 西部地域包括支援センター (C)	① 石垣 仁子 ② 中部地域包括支援センター ③ 小松字上浮足 182-11 (K)
① 木村 美紀子 ② 東松島市認知症地域支援コーディネーター (C)	① 高橋 かおる ② 中部地域包括支援センター ③ 小松字上浮足 182-11 (K)
① 伊藤 秀晃 ② 北原ライフサポートクリニック東松島 (D)	① 今泉 ひろみ ② 東部地域包括支援センター (J)
① 佐藤 恵美 ② いろどりの丘 (D)	① 阿部 由希子 ② 仁明会東松島居宅介護支援事業所 (I)
① 菅原 暁 (E)	① 佐藤 智美 (H)
① 戸澤 由理 (F)	① 江崎 大介 (G)

①名前
②所属機関・団体
③住所
④電話番号

認知症地域支援推進員活動について ～イベントをエリアごと開催～

エリアごとに認知症地域支援推進員による認知症についての取り組みや啓発活動を開催予定です。興味のある方はぜひ参加してください。

東部エリア
担当地区:赤井・大曲

■イベント名
認知症地域支援推進員はあなたの身近な相談者です!

■日時・場所
9月～10月頃 10時～11時30分
東部エリアの食料品店(予定)

■内容
チラシ配布等によるPR活動、声かけによる見守り活動

中部エリア
担当地区:矢本東、矢本西、大塩

■イベント名
認知症の情報発信所

■日時・場所
10月 10時～15時
中部エリア食料品店(予定)

■内容
チラシ配布等によるPR活動、声かけによる見守り活動

西部エリア
担当地区:小野、野蒜、宮戸

■イベント名
世界アルツハイマーデー
認知症になっても安心して暮らすため、今からできること

■日時・場所
9月21日 9時30分～12時30分
野蒜市民センター 多目的ホール

■内容
パンフレットの配布等による周知、講話・体操(認知症の基礎知識やフレイル予防等)



エリアごとのイベントの詳細内容については右記担当まで問い合わせください。

■問 東松島市認知症地域支援コーディネーター 木村 ☎90-3757

オレンジセーフティネット事業 ～認知症の方を地域で見守る～

オレンジセーフティネットとは、認知症の家族が家に帰ってこない“もしも”の時に、スマートフォンアプリを活用して、地域の搜索協力者に情報発信し、早期発見につなげるためのシステムです。



搜索対象者募集について

①誰が登録できるの? 認知症の診断を受けている高齢者や認知症が疑われる高齢者が登録できます。登録の手続きは、ご家族や地域包括支援センターなどができます。

●搜索対象者 47名 登録中

②お金はかかるの? オレンジセーフティネットを利用するための登録、搜索依頼には費用はかかりません。

③個人情報を守られているの? 搜索中のみ個人情報が協力者間で共有されますが、搜索終了後は一切個人情報が見えない状態になるシステムです。また、搜索協力者には個人情報保護を徹底するように誓約いただいています。



搜索協力者募集について

現在は福祉サービス事業所や建設会社の従業員などと、市民個人の方が搜索協力者として登録されています。

本事業に理解いただける事業所、その他団体または個人の方の登録が可能です。アプリをダウンロードできるスマートフォン、アプリログイン用のメールアドレスが必要です。

●搜索協力企業および事業所 22か所登録中

●個人協力者 3名 登録中

■問 高齢障害支援課包括ケア推進係 ☎内線1186



詳細はこちら

認知症カフェで、心も身体もリフレッシュ! ～新しい趣味や友達を見つけよう!～

認知症カフェとは認知症に関心がある方はもちろん、どなたでも集まって語り合える場所です。

みんなでおしゃべりやゲームをしたり、新しい趣味を見つけたり、新しい友達を作ることができます。

介護の専門職が開催していますので、認知症についての不安や知りたいことがある方はお気軽に相談ください。

※参加費は基本無料ですが、別途材料費等が必要な場合があります。

※開催日は、都合により日程変更となる場合があります。詳細等については各問い合わせ先にご確認ください。

名称	開催日	概要
AYA café (彩カフェ)	9月9日(土) 14時～16時	ドライフラワーでリースづくり・参加者同士のお話会 ■場所 いろどりの丘(野蒜ヶ丘二丁目25-2) ■問 小規模多機能型居宅介護いろどりの丘 ☎98-5571
そよ風カフェ	9月17日(日) 10時～12時	棒体操(身体を動かす軽運動)・参加者同士のお話会 ■場所 赤井市民センター(赤井字川前三189-1) ■問 特別養護老人ホーム矢本華の園 ☎82-1165
Café de めえめえ	9月10日(日) 10時～13時	やぎ山公園まつりとコラボ・参加者同士のお話会 ■場所 ケアハウスはまなすの里内 Cooking Café Ji-Ji (小野字中の関6-2) ■問 社会福祉法人ことぶき会 ☎87-2311
日和カフェ	9月23日(土) 10時～12時	ゲーム体操(身体を動かす軽運動)・参加者同士のお話会 ■場所 グループホーム日和(赤井字台94-1) ■問 グループホーム日和 ☎84-1221
カフェ きんもくせい	10月7日(土) 10時～12時	開催内容についてはお楽しみに♪ ■場所 特別養護老人ホームやもと赤井の里(赤井字川前四番83) ■問 特別養護老人ホームやもと赤井の里 ☎84-1888

9月10日～16日は、自殺予防週間



一人で悩まず、 まずは相談してみませんか？

自死の多くは「追い込まれた末の死」であり、その背景は、精神的な問題だけでなく、過労、生活困窮、孤立など、様々な社会的な要因があることが知られています。本市では自死対策計画に基づき「誰も自死に追い込まれることのない東松島市」を目指し、自死対策に取り組んでいます。自殺予防週間を機に、私たちにできることを考えていきましょう。

声のかけ方など、
動画で見られます→
(こころのサインに
気づいたら/厚労省)



あなたもゲートキーパーに!～大切な人の悩みに気づく、支える～

令和4年度東松島市民健康意識調査で、7人に1人が“最近1年以内に自殺したいと思ったことがある”と回答しています。

■周りの人のためにできること 大切な人の命を守るために、家族や友人など身近な人が「いつもと違う」様子に気づいたら、勇気を出して声をかけてみましょう。そうした行動がゲートキーパーの第一歩になります。

■ゲートキーパーとは 悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞き、必要な支援につなげ、見守る人のことです。特別な資格は不要です。誰でもゲートキーパーになることができます。

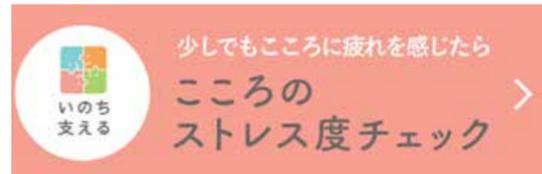
ゲートキーパーの役割

- ①**気づき** 家族や仲間の変化に気づいて、声をかける
声かけの仕方に悩んだら…
○眠れてますか?(2週間以上つづく不眠はうつサイン)
○どうしたの?なんだか辛そうだけど… ○なんか元気ないけど、大丈夫?
- ②**傾聴** 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける
本人を責めたり、安易に励ましたり、相手の考えを否定することは避けましょう。
- ③**つなぎ** 早めに専門家に相談するよう促す
- ④**見守り** 温かく寄り添いながら、じっくりと見守る
・連携した後も、必要があれば相談にのることを伝えましょう

■問 健康推進課健康支援係 ☎内線3121

気づいてください。こころのサイン

■自分のためにできること ~まずは、セルフチェックから~
(全8問・QRコードからチェックしてみましょう)
自分にあったストレス解消法を見つけよう



相談窓口～つなぎ先～

こころの健康、悩みなどの相談を受け付けています。

<思い悩んでいる方、誰かに話を聞いてほしい方へ>

相談窓口	電話	受付時間など
よりそいホットライン (一般社団法人社会的包摂サポートセンター)	☎0120-279-226	年中無休24時間受付 (通話料無料)
自殺予防いのちの電話	☎0120-783-556	毎日16時～21時(通話料無料) ※毎月10日 午前8時～翌朝8時
宮城県自死対策推進センター (みやぎほっとするセンター)	☎0229-23-0028	平日 9時～16時 (祝日、年末年始除く)

～SNS相談窓口～(チャット形式で相談ができます)

相談場所	方法	相談時間	QRコード
生きづらビット	LINE	月・水・金 11時～22時30分(22時まで受付) 火・木・日 17時～22時30分(22時まで受付) 土 11時～16時30分(16時まで受付)	
こころのほっとチャット	LINE Twitter Facebook チャット	第1部 12時～15時50分(15時まで受付) 第2部 17時～20時50分(20時まで受付) 第3部 21時～23時50分(23時まで受付) 早朝月曜 4時～6時50分(6時まで受付)	
チャイルドラインチャット ※18歳以下の子ども対象	チャット	毎週1・3水、毎週木金土16時～21時	

<こころやからだ、経済面等の個別相談をしたい方へ>

相談窓口	相談内容	相談日程	問い合わせ先
健康推進課 健康支援係	こころやからだに関する相談 (訪問、電話相談可)	8時30分～17時15分 (土日祝除く)	☎0225-82-1111
くらし安心 サポートセンター	失業、家計、経済面の相談 (訪問、電話相談可)	8時30分～17時15分 (土日祝除く)	☎0225-98-6925
東部保健福祉 事務所母子障害班	精神科医や精神保健福祉士 等による個別相談 ※事前予約。	8時30分～17時15分 (土日祝除く)	☎0225-95-1431
宮城県精神保健 福祉センター	こころの相談電話 来所による相談	【こころの相談電話】 ☎0229-23-0302 (平日9時～12時、13時～17時) 【来所による相談】※事前予約 ☎0229-23-1603 (平日8時30分～17時)	

OSM AAわらじのオープン・スピーカース・ミーティング

無料

●午前の部 10時～12時
『お酒は意志の力でやめられる?お酒が止められない人への対処法』
東北会病院 医師 奥平 富貴子先生

●午後の部 14時～15時30分
『アルコール依存症から回復を続けている方々の体験談』
AAメンバー

- 日時 9月18日(月・祝) 10時～
- 場所 野蒜市民センター
- 対象 アルコール問題に関心のある方
飲酒に問題をお持ちの方・ご家族・関係者 どなたでも
- 参加費 無料
- 申込 事前申し込み不要
- ※当日、直接会場へお越しください。 ※開催時間内の入退場は自由。
※ご都合の良い時間にご来場ください。
- 主催 AAわらじグループ
- 問 健康推進課健康支援係 ☎内線3121

お酒にまつわる困りごと・心配事 どうしたらいいの? その悩み一緒に考えてみませんか?

オープン スピーカース ミーティング

OSM

オープン・スピーカース・ミーティングとは
地域の方々にAAを知っていただくとともに、アルコール問題からの回復を目指す当事者の体験談を聞ける場です。



AA(アルコホーリクス・アノニマス)とは
お酒に問題を持つ当事者が、回復を目指すために活動を
続けているグループのことで。

AAわらじ 大崎市鹿島台を中心に活動しているAAグループです。
今年で活動17年を迎えました。東松島市野蒜市民センターにおいても、
毎月第2日曜日に活動しています。



令和5年9月20日から新型コロナワクチン「2023年秋開始接種」が始まります

接種の対象者 初回接種を終了した高齢者など重症化リスクが高い方。ただし、それ以外の初回接種を終了した生後6か月以上の方であれば、接種可能となります。

※対象年齢が引き下げられ、生後6か月から接種可能となりました。なお、接種にかかる費用については、どなたでも無料です。

使用するワクチン オミクロン株XBB.1.5対応1価ワクチン

いずれも初回接種を終了し、前回接種から3か月を経過した時点で接種が可能となります。

※12歳以上用・5歳から11歳用・生後6か月から4歳用と接種年齢によって、使用するワクチンが異なりますが、いずれもXBB.1.5対応のワクチンです。

なお、10月中までは、ファイザー社製の予定とし、その後については、国からの供給が明らかになり次第、お知らせいたします。

接種券の発送について 接種券は、9月8日まで発送しますが、発送する数が多いため、同世帯であっても、同日に届くとは限りませんので、予めご了承ください。

また、既に接種券をお持ちの場合には、発送されませんので、詳しくは市報8月1日号をご確認ください。

※生後6か月から4歳の方についても、取り扱いと同様です。

予約の方法について コールセンターでは秋開始接種等の予約受付は行っていませんので、各医療機関へ直接予約してください。

予約は接種券が届いてから可能となります。

医療機関名	対象			電話予約		WEB 予約
	12歳以上		5~ 11歳	電話番号	受付時間	
	すべて	定期通院				
真壁病院	○		○	080-2801-3384	平日 9:00~12:00	○
仙石病院	○			090-2888-9311	平日 14:00~16:00	○
森さい生医院	○			0225-98-8891	月 14:00~17:00 木・金 9:00~18:00 土 9:00~12:00	○
石垣クリニック 内科循環器科	○			0225-83-7070	診療日 9:00~12:00、14:00~15:00	-
ししど内科クリニック	○			0225-83-8830	月~金 14:30~15:00	-
伊東胃腸科内科	○			0225-82-6666	診療日 9:00~11:30	-
イオンタウン矢本内科	○		○	0225-24-6119	診療日 9:00~12:00、14:00~17:00	-
仙台ペイン クリニック石巻分院	○			0225-82-1310	月・火・木・金 8:30~17:00 水・第一、第三土 8:30~12:00	-
やもと内科クリニック	○		○	0225-98-3260	月・火・水・金 8:30~18:00 木・土 8:30~12:00	-
北原ライフサポート クリニック東松島	○			0225-98-5571	月~金 9:00~12:00 土(診療日) 8:30~12:30、13:30~16:30	○
わたなべ整形外科		○		0225-84-2323	診療日 8:30~11:30、14:00~17:30 ※水・土 8:30~11:30	-
ひかりサテッククリニック		○		0225-84-1333	診療日 9:00~12:00、14:00~17:00	-
神山クリニック		○		0225-98-8617	診療日 8:30~12:00、14:00~17:00 ※水・土は午前受付	-
うつみレディースクリニック		○		0225-84-2868	診療日 9:00~12:30、14:30~16:00 ※水・土 9:00~12:30	-
鳴瀬中央医院		○		080-9084-3853	月・火・水・金 14:00~17:00	-
永沼ハートクリニック		○			定期受診時に予約	-
栗原医院	○			0225-76-4170	診療日 8:30~12:30、14:00~18:00 ※木は午前受付	○
紫桃内科医院		○		0225-75-2325	診療日 9:00~12:00、14:30~19:00 ※火・水 9:00~12:00、14:30~17:30 ※土は午前受付	-

※石巻ロイヤル病院は、WEB予約のみの受け付けとなっています。

WEB予約欄に「○」と記載している医療機関は、下記URLまたは右記QRコードからWEB予約も行えます。

ウェブサイト <https://jump.mrso.jp/042145>

ワクチン
予約
サイト



■初回接種について

本接種については、9月20日からオミクロン株XBB.1.5対応1価ワクチンで接種を行うこととなります。

なお、生後6か月を迎える方には、前月下旬に送付させていただきます。

■ワクチンを受けるにはご本人の同意が必要

ワクチンを受ける際には、感染症予防の効果と副反応のリスクの双方について、正しい知識を持っていただいた上で、ご本人の意思に基づいて接種をご判断いただきますようお願いいたします。受ける方の同意なく、接種が行われることはありません。

職場や周りの方などに接種を強制したり、接種を受けていない人に対して差別的な対応をすることはあってはなりません。

■東松島市新型コロナワクチン

コールセンターについて

電話番号 ☎0570-050-789

受付時間 平日9時~18時

受付内容 接種券の発行申請、
新型コロナワクチン全般の相談

■問 新型コロナウイルスワクチン接種推進室

☎内線3123・3124

特定健診をもっと身近に 個別受診始まる



本年度から市の委託により真壁病院で、東松島市国民健康保険加入者(40~74歳)が受ける特定健診の個別受診を実施しています。個別受診の大きな特徴として、健診実施日が複数あり、予約制なので待ち時間もほんのわずか。実際に個別受診を選択された方々の声を聞くと、「治療に向けた話し合いも一回で済んだ」「予約制で時間もかからず、結果がすぐにわかり不安にならなかった」とのこと。特定健診はご自身の健康をチェックする大事な機会。個別受診を考えてみましょう。

●教えて、真壁理事長 個別健診のメリットは?

受付から診察までのおよそ1時間で結果を見える化し、それらと生活習慣等の情報を基に診察・相談・指導を行うため、ご自身の生活習慣の改善点や治療の必要性の有無等がスピーディにわかることが特色です。

皆さんは、痛いとか苦しいといった症状があれば、病院に受診されると思いますが、生活習慣病といわれる高血圧、脂質異常症、糖尿病、高尿酸血症などは初期の段階では無症状です。健診では主にその生活習慣病などを無症状のうちに見つけることを目的としています。定期的に総合健診をかかりつけ医にいただければ問題はないと思いますが、健診を受けた覚えがないという方はぜひ一度受けてみることをお勧めします。



個別健診(真壁病院)

無料

■日程 10月まで 毎週月・木曜日(祝日を除く)

■時間 8時30分~10時30分

■受付 事前予約制

■予約先 真壁病院窓口または電話予約

☎82-7111

■受付時間 9時~16時(土・日曜、祝日除く)

■問 健康推進課予防健診係 ☎内線3105・3106

ふるさと探訪ツアー参加者募集



石巻圏域住民を対象に、圏域及び圏域外の文化・歴史・自然等を探訪するツアーを実施することにより、ふるさとの良さを再発見・再認識することを目的に、①奥松島・石巻コース、②牡鹿・金華山コース、③女川・金華山コースの3コースでふるさと探訪ツアーを実施します。

①奥松島・石巻コース 東松島市震災復興伝承館、嵯峨溪遊覧、奥松島縄文村歴史資料館、石巻南浜津波復興祈念公園ほか

②牡鹿・金華山コース 金華山、ホエールタウンおしか、石巻市震災遺構門脇小学校ほか

③女川・金華山コース 石巻市博物館、金華山、道の駅おながわほか

■日時 10月14日(土) 8時 JR石巻駅前集合

■募集期間 9月21日(木)まで

■募集人員 各コース20名

■参加資格 石巻圏域(石巻市・東松島市・女川町)に居住する小学生以上の方(小学生は必ず保護者同伴での参加)

■応募方法 往復はがきに①住所②氏名③年齢④電話番号⑤参加希望コース名(※第2希望がある場合は記入)をご記入の上、下記まで申し込みください。1枚につき3人までとし、全員の必要事項(①～⑤)と代表者名を明記してください。※重複応募は無効。

■参加費用 各コース2,000円(当日持参) ※保険、昼食、見学代。

■参加決定 各コース定員を超えた場合は、コース毎に抽選とし、応募者全員に通知します。

■その他 各コースの到着時間は、16時から17時頃を予定しています。徒歩で移動する場所があるため、歩きやすい服装で参加願います。各コースともに天候により中止またはコースの一部を変更する場合があります。詳しくは石巻地区広域行政事務組合ホームページをご覧ください。

■問・申込 〒986-0844 石巻市重吉町8番地20

石巻地区広域行政事務組合 総務企画課 ☎96-3577

市営・県営住宅入居者募集



■申込期間 9月1日(金)～12日(火)

■案内・申込用紙配布 市役所建築住宅課(鳴瀬庁舎2階)、市民生活課総合案内(矢本庁舎1階)、一般社団法人東松島みらいとし機構(東松島市営住宅管理センター窓口)

■申込方法 専用の申込用紙に記入し、郵送で申し込みください。申し込み住宅により送付先が異なります。

※9月12日(火)までの消印有効。

■募集住戸 案内書、東松島市営住宅管理センターホームページを確認ください。

■問 希望する住宅により、問い合わせ先が異なります。

市営住宅を希望の方

一般社団法人東松島みらいとし機構 東松島市営住宅管理センター
住所:東松島市大曲字寺前61番地2 ☎98-7727

県営住宅を希望の方

宮城県住宅供給公社 東部支社 募集班 ☎85-0296



【施設園芸農家向け】

東松島市農水産業者燃油高騰対策支援金



市場価格の低迷や燃油価格の高騰により生産活動における経費が増加している「施設園芸農家」に対し、負担軽減及び経営安定化並びに地域経済の持続を図るため、生産活動に使用する燃油経費の一部に係る支援金について、以下の通り申請を受け付けています。

■事業対象者 下記のすべてに該当する方

①市内で販売を目的として施設園芸を営む農業者

②市内に住所または事業所を有していること

③市税等を滞納していないこと。(新型コロナウイルス感染症の影響で、その徴収が猶予されている場合を除く)

④東松島市暴力団排除条例第2条第2号に規定する暴力団、同条第3号に規定する暴力団員又は同条第4号に規定する暴力団員等でないこと

■対象となる経費

生産活動において施設園芸用ハウス等で使用することを目的とし、令和4年7月1日から令和5年6月30日までの間に購入した燃油(A重油、灯油及びプロパンガス)

■支援額 1リットルあたり3.5円 ※プロパンガスは1立方メートルあたり3.5円

■申請 9月29日(金)まで

申請書類のダウンロードは右記QRコードからできます。

■問・申込 農林水産課農業政策係 ☎内線2141～2144



歯周疾患検診を受診しましょう



令和5年度の歯周疾患検診を申し込んでいる方で、まだ受診されていない方は、早めに予約を行い受診しましょう。

■検診対象者 40歳、50歳、60歳、70歳の方

■実施期間 10月31日(火)まで

■実施医療機関 市内の歯科医院等 ■検診料金 500円

■問 健康推進課予防健診係 ☎内線3106

東松島市奨学金返還支援事業助成金のお知らせ



市では、地域包括ケアシステムの推進に必要な医療・介護・福祉分野の専門職の方の人材確保および定住促進施策の一環として、宮城県内の事業所に就職・勤務され要件を満たす方を対象に、奨学金の返還額の一部を助成します。

また、今年度から新たに「薬剤師」と「県内の事業所に勤務する市内住居者」を助成対象に追加しました。

■対象者の要件 次の要件をすべて満たす方となります。

- 奨学金の貸与を受けて、大学、短期大学、専修学校(専門課程)などを卒業し、看護師、准看護師、薬剤師、保健師、理学療養士、作業療法士、言語聴覚士、社会福祉士、介護福祉士、精神保健福祉士、助産師、保育士のいずれかの資格を有する方

- 月賦、半年賦、年賦で奨学金の返還を行っている方、または申請年度内に、月賦、半年賦、年賦で奨学金の返還を開始する方

■対象となる奨学金 独立行政法人日本学生支援機構奨学金、東松島市奨学金、そのほか市長が認める奨学金

■返還助成金

居住・勤務先状況	奨学金返還支援事業助成金
市内居住・市内事業所勤務	最大60万円(単年度上限20万円)
市内居住・市外(宮城県内)事業所勤務	最大30万円(単年度上限10万円)
市外(宮城県内)居住・市内事業所勤務	最大30万円(単年度上限10万円)
市外居住・市外事業所勤務	対象外

・助成期間 助成対象として認められた最初の年度から最長5年間

■市内定住加算金

- 市外から移住した方または市内在住の方に対し、返還助成金に加算して助成する額(申請初年度のみ)※5年の市内定住要件、返還規定あり。

- 上限40万円(申請時における奨学金借入残高が100万円以上の場合)

■申請方法 申請書に必要書類を添えて郵送または持参により、下記まで提出してください。※申請書等は、右記QRコードから確認できます。

■受付期間 10月2日(月)～11月30日(木) 平日8時30分～17時15分

■問・申込 高齢障害支援課包括ケア推進係 ☎内線1186



みんなが主役の

市民協働のまちづくり 103

東松島市女性模擬議会開催のお知らせ



本市では、平成29年に「東松島市男女共同参画基本計画」を策定し、男女の性別によらず一人ひとりが活躍することができるまちづくりを推進するための取り組みを行っています。この度、



本市の男女共同参画の推進を目的として、女性模擬議会を開催します。市政の仕組みや議会の活動などを理解し市政への関心を深めていただくため、実際の議場にて市内で活躍している女性団体等から選出した模擬議員が行う質問に対して、市長をはじめとした市職員が答弁します。

普段地域で活動を行う女性の方の視点から、未来のまちづくりについて産業、観光、福祉、子育て、移住定住、教育、スポーツ分野への質問が寄せられています。本市初の試みとなる女性模擬議会を皆さんも傍聴してみませんか。

■日時 10月14日(土) 12時30分~15時(予定)

■場所 市役所矢本庁舎3階 議場

- 参加者 模擬議員 市内在住の女性 8名
説明員 市長、副市長、教育長、部長級職員 計11名
傍聴定員 32人(傍聴者多数の際には、別室での傍聴も可能)
- 内容 女性模擬議員が市政に対する一般質問を行い、市長等(説明員)が答弁します。

一般傍聴者の募集について

東松島市女性模擬議会当日は議場にて傍聴が可能です。傍聴席には限りがあるため、希望の方は事前に申し込みください。事前申し込みなしでも傍聴可能ですが、議場での傍聴定員(32名)を超えた場合は別室モニターでの中継視聴となります。

- 申込 10月10日(火)まで、下記担当へ電話にて申し込みください。(先着順)
※傍聴の際は静粛を心がけ、次の事項を守るようお願いします。
※議場の秩序を乱し、妨害となるような行為をした場合は退出していただくことがあります。

- ・拍手その他の方法により公然と可否を表明しないこと
- ・鉢巻、腕章の類をする等の掲示威的行為をしないこと
- ・飲食または喫煙をしないこと
- ・写真、動画、ビデオ等を撮影、または録音しないこと
- ・携帯電話等については、使用できないように電源を切ること

■問 市民協働課まちづくり推進係 ☎内線3803・3809

小野地域ふれあい交流館「ひだまりの里」貸館開始のご案内



小野地域ふれあい交流館「ひだまりの里」の施設利用再開に伴い、9月2日(土)より地域交流スペースの貸館利用を開始します。地域内外の住民の皆様の交流の場として活用ください。利用にあたっては事前に市民協働課への利用申請が必要です。空き状況や料金等の詳細については、電話で相談ください。



最大でテーブル4個、イス20個、子供用イス5個の使用が可能です。

■場所 東松島市小野新字欠下36(小野市民センター隣) ☎98-9826

■利用時間 10時~15時まで

■休館日 日曜日、月曜日および12月29日から翌年1月3日まで

■申請期限 利用開始日の3か月前から7日前まで

■問 市民協働課まちづくり推進係 ☎内線3803・3808

ノルディックウォーキング教室参加者募集



ノルディックウォーキングとは、2本のポールを使って歩くフィンランド生まれのスポーツです。健康づくりに最適な有酸素運動を体験しましょう。1回だけの参加も可能です。

■日時 10月7日(土)、14日(土) 10時~12時

※雨天時は、室内にて歩き方の講習を行います。

■募集人数 20人 ■締切 9月30日まで

■料金 1回1,500円(当日お持ちください。)ポールレンタル代含む

■集合場所 野蒜市民センター駐車場

■服装 運動靴、帽子など

■持ち物 飲み物、リュックやウエストポーチ、タオル

■問・申込 野蒜市民センター ☎88-2056 FAX 90-3306

Eメール:nobiru-cc@swan.ocn.ne.jp

受付時に氏名、連絡先、住所、年齢をお知らせください。



もっと知りタイ! 地域おこし協力隊 2人の新戦力加入

■問 地域おこし協力隊事務局 復興政策課地方創生・基地対策係 ☎内線1234・1264

奥松島に賑わいを

福島県いわき市出身で、仙台市宮城野区から移住してきました。これまで観光地でのお菓子などお土産(商業用菓子)を扱う営業の仕事に携わり、松島営業所所長も務めました。

コロナ禍が始まった時がまさに松島で働いており、上司に東松島の宮戸地区を案内され、野蒜全体を見た際、その景観や雰囲気一目ぼれしたのが、協力隊になるきっかけでした。日本三景松島の一角である奥松島を有しているものの、松島と比べて観光客が少ない状況ですが、上手くPRできたらもっと賑わいを生み出せるのではと考えています。



うんのまさひろ 海野正人さん(46)

野蒜地区はマリンレジャーも盛んであり、今後は東松島市を拠点に、自分自身で何をどこまでできるのかを探りながら、地域おこし協力隊員として全力で取り組みたいと思います。

盆栽の魅力を身近に

山形県東根市出身で、これまでアパレル関係の仕事に携わってきました。たまたま今年の初めに奥松島縄文村歴史資料館や奥松島クラブハウスを訪問したのがきっかけでした。

実際に訪れて、自然が多く、海が近く、盆栽にも魅了され、地域に関わる手段を模索していたところ、地域おこし協力隊を見つけました。実家で祖父が盆栽を育てており、亡くなった際に枯れていく盆栽を見てもったいないと思い、維持できる術を持ちたいと考えていました。まずは盆栽の知識や技術を身に付けるため、盆栽に携わる地域の人とつながりたいです。

将来的には盆栽というカテゴリーに対して、持続可能な里親制度や誰でも育てられるシステム構築、東松島ブランドの盆栽を他県に貸し出す取り組みなどを展開していきます。



なかのだいichi 仲野大地さん(33)

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。>



赤井南新町(7月29日)



赤井下区(8月13日)



矢本あおい地区(8月14日)



野蒜(8月20日)

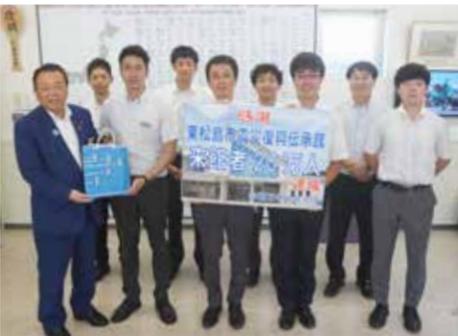
各地で夏祭り 復活 連日にぎわい

縁日、盆踊りで
子どもたちに
夏の思い出を

市内では各地で連日夏祭り大会が開かれ、賑わいを見せました。新型コロナが5類に移行されたことで行動制限がなくなり、従来密になるとして回避されていた盆踊りや縁日、飲食類の提供など復活。家族や友人、住民同士で「わいわい」と楽しいひと時を過ごす様子が戻り、子どもたちも夏の思い出作りに夢中になっていました。

20万人目は仙石線の運転士

東松島市震災復興伝承館 来館者20万人達成



市震災復興伝承館が8月4日に来館者20万人を達成しました。節目を射止めたのは、東日本旅客鉄道(株)東北本部に勤務する北浦彬さん(41)。20年近く仙石線の運転士として活躍していた経歴を持っており、記念の来場者となったことに「運命を感じる」と喜びました。渥美市長から記念品を受け取り、「30万人目を目指して通い続けたい」と話していました。同館は平成28年10月にオープン。3年前には震災後の本市の歩みを紹介するコーナーを設けるなどリニューアルしています。
 (8月4日)



第3回産業祭 11月12日開催へ

今年も農水産・商工業をPR

本市の農業や水産業をはじめ、商工業分野で生産される高品質な生産物のPRを目的とした産業祭の開催に向けて、本年度最初の実行委員会が開かれました。今年は11月12日と例年より前倒しで実施。夏祭り、航空祭に並び本市の3大祭りとして行事や出店内容について今後詳細な話し合いが進められます。
 (8月4日、市役所)



渥美市長が 石巻署に要望書

市内の通学路などにおける児童生徒の安全な横断確保をはじめ、企業誘致などにより変化する交通情勢を鑑みた通行区分の規制変更などについて、渥美市長が石巻警察署の手島俊明署長を訪れ、要望書を提出しました。市内の情勢を説明しつつ、早期の対応や協力を求めました。
 (8月8日、石巻警察署)

地域の安全で
円滑な交通確保へ

地域社会に貢献する 決意と支援の要望

東松島市シルバー人材センター
要望書提出



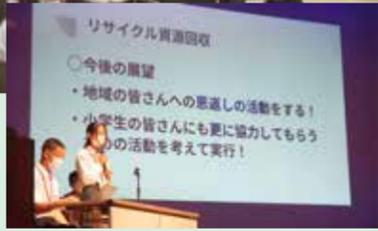
東松島市シルバー人材センター(奥田俊郎理事長)は、地域社会の発展と就業意欲のある高齢者の受け皿としての役割を果たす決意とセンター安定運営のための市からの補助や公共からの事業発注の確保等を明記した要望書を渥美市長に提出しました。センターが取り組む活動は、高齢者へ就業の場の提供に加え、会員の生きがいの充実と健康福祉の増進に繋がるものであり、市からの継続した支援などを求めました。
 (8月8日、市役所)



小中連携の 進捗発表

子ども未来サミット

第4回東松島市「子ども未来サミット」が開かれました。市内小中学校の代表児童生徒44人が心あったかイトころ運動や小中連携事業の実践発表を行い、グループディスカッションではデジタルメディアコントロールの定着に向けて意見を交わしました。ディスカッションでは、児童生徒自ら定めるデジタルメディアコントロールの取り組みについて、チェックカードを導入しての見える化を図るため、どのような項目を設けるべきかなどを議論しました。(7月29日、市コミュニティセンター)



友好姉妹都市 北海道更別村長ら表敬訪問

復興状況など市内視察



友好姉妹都市である更別村の西山村長、村議会織田議長および新任村議会議員が市長を表敬訪問し、意見交換を行いました。市内視察では、嵯峨渓遊覧や防災備蓄基地、みそら工業団地、松島基地などを見学し、本市の観光面や復興状況などを視察しました。(8月8日)

2023 スポーツ 健康都市

東松島 サッカーフェスティバル盛大に

市サッカー協会が小学生の競技力強化と親ぶくを目的に、県内外のチームを招いた交流戦「2023スポーツ健康都市東松島サッカーフェスティバル」を開催しました。東松島サッカースポ少を始め、横浜F・マリノススペシャルクラスなど県内外16チームが奥松島で試合を行い、心地よい汗を流しました。(8月5～6日、奥松島運動公園多目的グラウンド)



後藤桃水翁愛弟子 岩井さん

傘寿祝うコンサート

数々の民謡を生み出した後藤桃水翁の内弟子で旧矢本町出身の岩井きよ子さんの傘寿を祝うコンサートが開かれました。入場は無料で、前座には大曲浜獅子舞保存会が出演。岩井さんのステージは「大漁唄い込み」で開演し、「野蒜甚句」やメドレーを含む計28曲を歌い上げました。また、8月8日には渥美市長を訪問し、市に対し「市民のみなさんのお役にたててください」と、寄附金をお寄せいただきました。(8月6日、市コミュニティセンター)



牛網の松川さん 100歳長寿で敬老祝い

旧満州国での生活・引き揚げを経験

牛網の松川すみ子さんが100歳の誕生日を迎え、渥美市長から祝詞が贈られました。松川さんは19歳の時に旧満州国に渡り、大連大広場警察署に勤務。帰国後は女川町の保育所で調理員を長年務めました。長寿の秘けつについて、「くよくよしないで平和に生きること」と語っていました。(8月4日、牛網地区)

大東文化大学 フレンドシップ公開講座



夏休みの楽しい理科実験に 市内の親子60組参加

大東文化大学スポーツ・健康科学部主催のフレンドシップ公開講座が開かれ、市内から小学生と保護者約60組が参加しました。水溶液の性質実験や、ダンゴムシがどのような歩き方をしているかの観察などを通じて、大学教授から理科の魅力や不思議を学びました。同大学とは平成29年に地域連携基本協定を締結しており、公開講座はその一環です。(8月5～6日、市役所)

企業3社共同 生理用品寄贈

市内の小中学校に



日本フカフィー(株)(本社・多賀城市)、(株)御前屋(女川町)、(株)浦島(栗原市)の3社は、市に生理用品676セットを寄贈しました。市内の小学4年生から中学1年生の女子児童生徒に夏休み前に配布しています。贈呈式では3社を代表して、日本フカフィー(株)金津重哉代表取締役が「少しでも地域に貢献したいとの思いで、ひとり親世帯、特に父子家庭でもわかりやすいようパンフレットも同封しました。これを機会に家庭でコミュニケーションが図られれば」と語っていました。(8月4日、市役所)

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 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
開館日 月～金曜日

子育て支援センター利用に関するお知らせ

開館時間 9時～16時(相談は17時まで)
※講座など内容が変更になる場合がありますので、最新情報はホームページ(右記二次元コード)を確認ください。



鳴瀬子育て支援センター
「あいあい」
☎87-2338
開館日 月～木曜日



ほっとふるの9月の主な行事

- 土曜オープン
- 日時 9月2日(土)9時～16時
- 誕生スタンプDAY・おはなし会
- 日時 9月14日(木)9時～15時
- ※おはなし会 10時～10時30分
- 赤ちゃん講座
- 日時 ①9月8日(金)
②9月15日(金)
③9月21日(木)
- ※全て10時～11時30分



保育所説明会募集【要申し込み・両日先着15名】

保育所入所を考えている方にむけての説明会を行います。入所するための手続きの仕方、保育所生活の流れを東松島市子育て支援課の行政専門員に聞き、入所準備に向け、疑問や不安を一緒に解消しましょう!

- 日時・場所
- ほっとふる(東松島市図書館となり) 10月17日(火)10時～11時
- あいあい(鳴瀬庁舎2F) 10月13日(金)10時～11時
- 対象 東松島市内の保育所入所を考えている保護者(託児付き)
- 申込 両子育て支援センターまで問い合わせください。

あいあいの9月の主な行事

- 誕生スタンプDAY・おはなし会
- 日時 9月4日(月)9時～12時
- ※おはなし会 10時～10時30分
- 赤ちゃん講座
- 日時 ④9月28日(木)10時～11時30分
- ※講座などで利用できない日もありますので子育て通信などでご確認ください。子育て通信は市のホームページでもご覧になれます。

すこやか学級合同企画募集のお知らせ

「子どもと一緒にヨガを楽しもう!」

【要申込み・15組・託児付き】

親子で一緒にヨガを楽しみませんか? ママも身体を動かして、心も身体もリフレッシュしましょう!

日時 10月6日(金)10時～11時15分
場所 東松島市コミュニティセンター
対象 未就学のお子さんと保護者
講師 高橋伸枝氏
持ち物 飲み物(水またはお茶)
【運動できる服装でご参加ください】

あいあいの紹介

鳴瀬庁舎2Fに「鳴瀬子育て支援センターあいあい」があります。広くて安全! 大型遊具、絵本も充実♪子育て情報も満載です。子育て中のパパ、ママ、孫育て中のおじいちゃん、おばあちゃん! 是非、遊びに来てください。



大好きな絵本がいっぱい貸し出しもしているよ☆



大型ハウスで一緒に遊ぼう!



知育おもちゃがいっぱい! 赤ちゃんにっこり♡



ポールハウスや楽しいおもちゃがいっぱい♪

あいあいであってよ～

観味美魅 ひがしまつしまの みりよく発見! 観光と物産



宮城オルレフェア2023 『奥松島コース5周年オルレ開催』参加者募集

8月21日(月)～11月30日(木)の間、宮城オルレフェア2023スタンプラリーが開催されます。オルレフェア期間中、宮城オルレ3コース以上、または宮城オルレ2コース以上、およびみちのく潮風トレイル2コースのスタンプ



を押印し応募いただいた方の中から抽選で、宮城オルレや九州オルレ各コースの特産品が当たるスタンプラリーを開催中です。

ご自身のペースで5周年を迎えた秋の奥松島コースをご堪能ください。

- 日時 10月8日(日) 9時30分～15時頃(受付:9時～)
- 集合場所 あおみな(住所:東松島市宮戸字川原5-1)
- 参加費用 1,500円(昼食代含む)
- 募集人数 100名
- 申込期間 9月29日(金) ※定員になり次第締切



- 主催 東松島市 ■主管 株式会社東松島観光物産公社
- その他 悪天候などにより中止となる場合があります。

スタンプラリーの詳細な内容については専用サイトをご確認ください。

■問 (株)東松島観光物産公社 ☎86-1511 FAX:86-1545
〒981-0303 小野字新宮前5番地(市役所鳴瀬庁舎3階)

SportsParadise

東松島市スポーツ協会
スポパ通信



～スポーツから笑顔が生まれるまちづくり～

■問・申込 東松島市スポーツ協会 ☎82-9030 平日9時～17時

きッズ広場 測定会

きッズ広場で測定会を行います。身長や体重、どのくらい大きくなっているか調べてみてください。足形、手形のスタンプもありますので記念のカードを作ってみませんか?

- 日時 9月29日(金) 10時～11時 ※きッズ広場は9時～11時30分まで実施
- 対象 未就学児とその保護者
- 場所 市民体育館
- 利用料 保護者 1人200円(市外1人600円) ※未就学児無料
- 持ち物 上靴(履けないおさんは必要ありません)、飲み物、タオル

きッズ広場開放日

9月

月	火	水	木	金	土	日
				①	2	3
4	5	6	7	⑧	9	10
11	12	13	14	⑮	16	17
18	19	20	21	⑳	23	24
25	26	27	28	㉑	30	

10月

月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	⑬	14	15
16	17	18	19	⑳	21	22
23	24	25	26	㉑	28	29
30	31					

○…開放予定日

定期利用団体を募集します

東松島市スポーツ協会が管理している社会体育施設について空きがありますので、下記時間帯の定期利用団体を募集します。(先着順)

- ・市民体育館アリーナ (火・水・木) 19:00～21:00
- ・鷹来の森運動公園屋外グラウンド (水・木・金) 19:00～21:00 (照明代がかかります)
- ・矢本運動公園テニスコート (金) 19:00～21:00

詳しくは電話にてお問い合わせください。

9
vol.211

広報 縄文村だより vol.211 (9月号)

Jomon Times



令和5年9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



奥松島の旬を「縄文風」に食す!

7月9日、大人気イベント「縄文グルメを食そう!ウニ」を開催、約40名のウニ好きさんが集合しました。

まずは「縄文人とウニ」についての講座から。イベント会場である史跡公園内の貝塚から、ウニのトゲや殻が見つかったこと、縄文人が素潜りでウニを獲っていたこと、ウニの生態などをじっくり学んでいただきました。

講座の後は、石器を使ってウニ剥



▲石器で口のまわりを叩く参加者

きに挑戦しました。「アリストテレスの提灯」と呼ばれるウニの口を取り、殻を大きくあけてワタを取ったら、ようやくウニの身が見えました。

特製の縄文土器に綺麗によそってウニ丼にさせていただきます!大人も子どもも幸せそうにウニを頬張っていました。



7月22、23日、縄文村長寿イベント「縄文教室」の初回「縄文土器作り」を開催しました。今年も2日間で土器作りに挑戦する「本格派コース」、23日のみの「オリジナル土器作りコース」の2コースを設けました。

里浜貝塚出土の土器や、他の遺跡から出土する土器を参考に土器を作る「本格派コース」。ほとんどが昨年度も参加し、より良い作品を作ろうと取り組んでいました。

初参加も多かった「通常コース」は、苦戦する場面がありながらも、思い思いに土器作りを楽しんでいた様子。

「思うように形が出来ないけど楽しい」「縄文人ってクリエイティブ!」と土器作りに夢中になっていました。

縄文教室はあと2回。土器の「野焼き」と「縄文料理」に挑戦する予定です。



▲はじめての土器作りに真剣。



▲里浜貝塚出土の土器を参考に制作する「本格派コース」。

縄文の技、土器作りに挑戦!

縄文シティサミット in ひがしまつしま

来月、東松島市コミュニティセンターで、全国の縄文遺跡を有する17の都市が集まる「縄文シティサミット」が開催されます。「縄文に学ぶまちづくりと持続可能な社会」と題した講演、加盟都市の首長によるサミットを一般公開します。



2023
10.15 SUN
15:00 - 17:30

講師・コーディネーター
水ノ江和同氏 (同志社大学教授)
東松島市コミュニティセンター

聴講お申込み: 奥松島縄文村歴史資料館
TEL 0225-88-3927

縄文シティサミットとは?

「縄文」でつながる全国17の都市が集い、縄文文化の魅力発信や縄文を活かしたまちづくりの推進を目的に開催されているサミット。今年東松島市が開催地となりました。

今年のテーマは?

縄文人に学ぶSDGs

「縄文人は環境の変化や災害を乗り越え、いかに生きてきたか?」遺跡に残された痕跡から縄文人に学びます。



▲染色後。紫に!



▲染色中。染料は茶色に変色。

日光のもと、干していくと紫外線と反応してみるみる紫色に!それまで半信半疑だった皆さんのびっくりした表情が印象的でした。

7月30日、「貝紫染め体験」を開催しました。「貝紫染め」は、古代の地中海を中心に広まった、巻き貝を使った染め物です。里浜貝塚からも出土する「アカニシ」という貝から染料を取り出しました。

写真の黄緑色の部分が、染料となる「パープル腺」。あまりの少なさにびっくり!そして「これが本当に紫色になるの...?」と不安げです。

大事に取り出したパープル腺を乳鉢ですりつぶし、海水を混ぜて染料に。思い思いに着色していきます。



古代の高貴な証し。貝紫染め体験。

シリーズ 第43回

対話的な学びと地域連携教育 大塩小学校

地域とともに

「豊かに伸びる大塩っ子」を教育目標に掲げる大塩小学校(児童93人)は、4月15日に開校150周年を迎えました。目指す学校像は、楽しく活力に満ち、一人一人が大切にされ、地域とともに育つ学校です。

今年の校内研究では国語がテーマ。学力向上に向けて、協同的な学びの学習を実践し、ペアやグループ学習等を効率的に取り入れた指導を行っています。また、「根拠をもとに説明できる児童」を目指し、主体的・対話的で深い学びの実践へ向けて取り組んでいるところです。



▲地域と関わりを持って学校生活を送っています

また、本校は地域との連携が強い学校で、150年間多くの支えをいただけてきました。昨今も地域の方の協力のもと、充実した活動を行っています。特に、田植えでは手植え体験の他に、機械植え体験もさせていただき、農作業の今昔を実践を通して学ばせていただいております。その他、収穫したものをを使っての焼き芋やずんだもち作りなど様々な活動を行っています。

今後もこの地区の良さ、環境の素晴らしさ、地域に支えられていると感じながら、ここで培ったことを次につなげられるよう伸びていってほしいと思います。



おいかわたかゆき
及川隆行 校長



▲田植え機でのコメ作り



▲サツマイモの収穫体験

知っ得情報

■問 東松島市役所 ☎82-1111
代表FAX:82-8143
(東松島市内での固定電話の市外局番 0225)

募集

自衛官募集

SDGs 8

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

自衛官候補生

■対象・資格

18歳以上33歳未満の方

■受付期間

年間を通じて行っています

一般曹候補生(第2回)

■対象・資格

18歳以上33歳未満の方

■受付期間 7月1日(土)～9月5日(火)

■試験日 1次試験 9月15日(金)～17日(日)

※いずれか1日を指定されます。

航空学生

■対象・資格

・「海」18歳以上23歳未満の方
で高卒(見込含む)又は高専3年次修了者(見込含む)

・「空」18歳以上21歳未満の方
で高卒(見込含む)又は高専3年次修了者(見込含む)

■受付期間

7月1日(土)～9月7日(木)

■試験日 1次試験 9月18日(月)

防衛大学校学生(一般)

■対象・資格

18歳以上21歳未満の方
で高卒(見込含む)又は高専3年次修了者(見込含む)

■受付期間 7月1日(土)～10月18日(水)

■試験日 1次試験 10月28日(土)

防衛医科大学校学生

(医学科・看護科)

■対象・資格 18歳以上21歳未満の方
で高卒(見込含む)又は高専3年次修了者(見込含む)

■受付期間

・「医学科」7月1日(土)～10月11日(水)

・「看護科」7月1日(土)～10月4日(水)

■試験日

・「医学科」1次試験 10月21日(土)

・「看護科」1次試験 10月14日(土)

■貸費学生

■対象・資格 大学の理学部・工学部
の3・4年次等

※詳しい内容は石巻地域事務所
にお問い合わせください。

■受付期間 6月1日(木)～11月10日(金)

■試験日 12月3日(日)

■予備自衛官補(技能・一般)

■対象・資格

・「技能」18歳以上で国家免許
資格等を有する方

※詳しい内容は石巻地域事務所
にお問い合わせください。

■受付期間 6月1日(木)～9日(月)

■試験日 9月23日(土)～10月9日(月)

※いずれか1日を指定されます。



～ツール・ド・東北2023～ 「奥松島グループライド&ハイキング」開催

「ツール・ド・東北」は、東日本大震災の復興支援、および震災の記憶を未来に残していくことを目的に、2013年から開催している自転車イベントで、9月16日から17日の2日間、石巻市を中心に開催されます。

本市では、4年ぶりに「奥松島グループライド&ハイキング」コースが下記のとおり設定されましたので、沿道から温かい声援をお願いします。

■日時 9月16日(土)

■場所 石巻専修大学→東松島市内→石巻専修大学

奥松島グループライド&ハイキングとは

石巻専修大学をスタートし、走行管理ライダーのガイドに従って8人1グループで走ります。各エイドステーション(AS)では大高森ハイキングや震災遺構にて語り部の方からの説明、東松島の特産品を使ったお振る舞いなど、東松島の景観に触れながら自慢の味を十分に堪能できるコースとなっています。※各種振舞は、参加ライダーのみとなります。



■問 河北新報社事業部 ☎022-211-1332

令和6年度採用 石巻地方広域水道企業団職員募集

職種	採用予定人員	受験資格
上級 (大学卒程度) 2回目	行政 1名程度	次のいずれかの要件に該当する方 ①平成6年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた方 (学歴は問わないが、大学卒業程度の学力を必要とする) ②平成14年4月2日以降に生まれた方で、次に該当する方 【いわゆる飛び入学による大学卒業(見込み)方の特例】 学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業した方、または令和6年3月31日までに卒業見込みの方
	土木 2名程度	次のいずれかの要件に該当する方 ①平成6年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた方で、学校教育法による大学(短期大学を除く)において職種に関係の深い科目を履修のうえ、卒業した方又は令和6年3月31日までに卒業見込みの方 ②平成14年4月2日以降に生まれ、職種に関係の深い科目を履修のうえ、次に該当する方 【いわゆる飛び入学による大学卒業(見込み)方の特例】 学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業した方、または令和6年3月31日までに卒業見込みの方

申込書の配布(試験要項)

■申込受付期間

9月11日(月)まで郵便に限り受け付けします(当日消印有効)

■試験日 10月22日(日)

■配布場所

水道企業団総務課・北部地区管理事務所、石巻市役所総務部人事課・各総合支所・各支所、東松島市総務部総務課・鳴瀬総合支所

※郵送を希望する場合は、封筒の表に「試験申込書請求」と希望試験職種を朱書きし、あて先を明記した返信用封筒(A4サイズが入る大きさの封筒(角2サイズ)に140円切手を貼付)を必ず同封し、請求してください。

■請求・問 ☎986-0861 石巻市蛇田字新上沼116番地

石巻地方広域水道企業団 総務課総務管理係

☎0225-95-6713 URL <https://www.ishikousui.or.jp>

むすび丸春日パーキングエリア歴史体験まつり

■日時 9月18日(月・祝) 10時～14時まで

■場所 三陸自動車道春日パーキングエリア(下り線)

■主催 宮城県道路公社 ■参加費 無料・申込不要

■内容 勾玉づくり、火おこし体験、縄文レプリカやキーホルダーづくりなど、歴史にちなんだいろいろな体験が楽しめます

■問 宮城県道路公社 022-263-0566

知っ得情報

■問 東松島市役所 ☎82-1111
代表FAX:82-8143
(東松島市内での固定電話の市外局番 0225)

「令和5年度東松島市障害者総合支援協議会 こども部会研修会」開催のお知らせ



福島学院大学 福祉学部福祉心理学科 准教授 齊藤 隆之氏をお招きし、「障害児の性の課題について考える～課題へのアセスメントの基本的考え方を中心に～」をテーマに取り上げ、研修会を開催します。障害児が抱える性の問題に対し、気持ちの汲み取り方や関わり方など、子どもの性への対応に役立つ内容で、講義と意見交換をします。

- 日時 9月29日(金)10時～12時30分(受付9時30分から)
- 場所 赤井市民センター多目的ホール ■定員 30～40名(参加無料)
- 申込 9月20日(水)まで、電話またはメールで申し込みください
※定員になり次第、申し込み締め切りとなります。
- 問・申込 東まつしま地域生活支援センターカノン ☎83-1571
Eメール:soudan @ y7.dion.ne.jp

第2回福祉のしごと説明会の案内



宮城県福祉人材センターでは、福祉の職場への就職を希望する方や福祉の仕事に興味がある方を対象に、就職説明会を開催します。

- 日時 9月16日(土) 午前の部 10時～12時(受付9時45分～)
午後の部 13時15分～15時15分(受付13時～)
- 場所 アエル5階(仙台市青葉区中央1-3-1)
- 開催内容 宮城県内の福祉関連事業所による個別面談ブース、各種相談ブース
- 対象 福祉分野への就職を希望する方、興味をお持ちの方、令和6年3月卒業予定の方。(事前申込不要)
- 参加事業所 参加事業所の詳細は、ホームページでお知らせします。
- 入場料 無料
- 問 宮城県福祉人材センター ☎022-262-9777



「サンドアートジャパンカップ2023」 開催について



全国からサンドアーティストが集結し、日本一を競う全国大会「サンドアートジャパンカップ2023」が開催されます。地域おこし協力隊の保坂俊彦さんをはじめ、10名の作品をご覧ください。

- 日時 (1)サンドアート制作期間 9月7日(木)～9日(土) 全日 9時～17時
(2)結果発表・表彰式 9月10日(日)9時～
- 会場 東松島市野蒜字亀岡80番 KIBOTCHA
- 入場料 入場には「なないろの芸術祭」のチケット(3,000円)が必要となりますが、市民向けの無料入場チケットを野蒜市民センター、東松島市商工会、KIBOTCHAで配布しております。詳細はイベントホームページをご覧ください。
- イベントHP <http://7art-fes.com/>
- 問 なないろの芸術祭事務局(KIBOTCHA) ☎25-7319



エンジョイ!かんきょうライフ



「プラスチックは全部・指定袋へ」

プラスチック製品分別収集の方法が10月より一部変更になります。

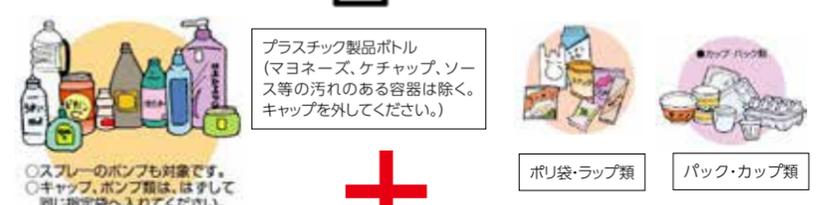
- 開始日 10月4日(水)から
- 収集場所 従来の地区集積所
- 収集品目
 - 1.従来より収集している「容器包装プラスチック」
 - 2.プラスチックのみでできている製品(ハンガー・バケツ・玩具・台所用品など)但し、40cmを超える物は粗大ごみ扱い。
- 収集できないプラ製品
発火・けがなどの危険のあるものや汚れのあるもの
例)塩素系ボトル、ライター・刃物・注射器・点滴パック・充電器、乾電池を使用した機器・基盤など(ゲーム機・卓上計算機等)、金属等のプラスチック以外の素材を含む製品、マヨネーズ、ケチャップ、ソース等の容器、ゴム製品など

■出し方の ポイント3つ

- 1.プラスチック資源をまとめて「指定袋」に入れる。
- 2.収集日は毎週水曜日(現在と変更なし)。
- 3.対象はプラスチック素材100%のもの。
(汚れているもの。判断がつかないものは従来どおり可燃ごみへ)

イメージ図

(1)容器包装プラスチック のついている製品



(2)プラスチック製品(100%プラスチック素材)



皆さんの取り組みが、海洋プラスチック削減や地球温暖化対策につながります。

■問 市民生活課環境衛生係 ☎内線1155

スマートフォン決済アプリ利用拡大のお知らせ



従来のスマートフォン決済(バーコード読取方式)に加え、9月1日から新たに3つのアプリでご利用可能になりました。

ご利用できる税科目は、地方税(個人市・県民税、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税)と住宅使用料のみです。

【従来】

- 支払秘書
- PayB
- PayPay
- LINE Pay 請求書払い



【今後】

- 支払秘書
- PayB
- PayPay
- LINE Pay 請求書払い
- ★ J-Coin請求書払い
- ★ au Pay
- ★ d払い

■問 税務課収納対策係 ☎内線1143~1146

不動産に関する無料相談会などのお知らせ



不動産に関する無料相談会

不動産と相続を中心に、空き家問題や広く不動産取引全般を巡る法律、税務などの相談を行います。

■日時 9月26日(火)13時30分~16時30分(最終受付15時30分)

■場所 石巻グランドホテル 2階 羽衣の間

■申込 事前予約優先。当日会場での申し込みも受け付けます。(相談は30分単位)

■相談者 ①弁護士②税理士③宅地建物取引士

不動産市民公開セミナー

■日時 9月26日(火)15時~17時(受付14時30分開始)

■場所 石巻グランドホテル 2階 鳳凰の間

■申込 予約不要、入場無料

■内容

第一部 15時05分~15時20分

講演テーマ:「石巻市空き家バンク制度の概要について」

講師:石巻市建設部住宅課担当者

第二部 15時20分~17時

講演テーマ:「♪家族が喜ぶ相続対策♪~遺言・契約のひと工夫~」

講師:宅建協会顧問 石井慎也弁護士

■問・申込 公益社団法人宮城県宅地建物取引業協会

石巻・気仙沼支部事務局(株)エクセルハウス内

☎0225-95-2598 FAX0225-95-2503

東松島市税務相談のお知らせ



東松島市では、税理士による無料税務相談を実施します。ご希望の方は電話予約のうえご利用ください。

■日時 9月19日(火)10時~16時(12時~13時は除く)

■場所 東松島市役所矢本庁舎1階 第4相談室

■対象 市内在住の方

■相談内容 内容は問いません。相談料は無料です。

■申込 相談を希望の方は電話予約をしてください。

・当日は30分を目安として相談を受付けます。

・電話予約者優先となります。

・空きがある場合は予約のない方でも相談を受付けます。

■問 総務課総務係 ☎内線1206

国民ねんきんだより



~年金生活者支援給付金制度について~

■年金生活者支援給付金とは…公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準額以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

■受け取りには…請求書の提出が必要です。案内や事務手続きは、日本年金機構(年金事務所)が実施します。

■対象となる方

○老齢基礎年金を受給している方(以下の要件をすべて満たしている必要があります)

- ・65歳以上である
- ・世帯員全員の市町村民税が非課税となっている
- ・年金収入額とその他所得額の合計が約88万円以下である

○障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方(以下の要件を満たしている必要があります)

- ・前年の所得額が約472万円以下である

■請求手続き

①新たに年金生活者支援給付金を受け取りできる方

- ・対象となる方には、日本年金機構から請求可能な旨の案内が9月初旬頃から順次届きます。同封のはがき(年金生活者支援給付金請求書)に記入し提出してください。令和6年1月4日までに請求手続きが完了しますと、令和5年10月分からさかのぼって受け取ることができます。

②年金を受給しはじめる方

- ・年金の請求手続きと併せて年金事務所または市区町村で請求手続きをしてください。

日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内にご注意ください

日本年金機構や厚生労働省から、電話で家族構成や金融機関の口座番号・暗証番号を聞いたり、手数料などの金銭を求めることはありません。~年金生活者支援給付金の請求で困った時には、電話ください~

■問 日本年金機構『給付金専用ダイヤル』

☎0570-05-4092(ナビダイヤル)

消費生活情報



~ニセモノが届く通販トラブルで、代引き利用が増加中~

公式サイト、正規品と思って申し込んだ商品がニセモノだったというトラブルが増加しています。代引き利用をした取引で、宅配業者から料金を返してもらう事はできません。受け取って開封しなければ、中身がニセモノか判別はできませんが、受け取るためには代引き料金の精算をしなければならぬため、販売する業者は、クレジットカード決済よりも確実に、代金を手にすることができます。

通販サイトの例

通販サイトの例にあるように定価から大幅値引きされた販売価格で消費者の興味を引くようにしています。

※代金引換と支払い方法が限定されて他の決済方法がありません。クレジットカード払いをしたのに、代引きに変更される場合もあります。

※日本語文体の表示が変だったり漢字の間違いなどがあります。

代引きに一方的に変更された場合、送り状にある差出人を確認しましょう

自分が申し込んだサイトや販売業者名でない、覚えがない差出人名であれば受け取り拒否が可能です。海外に注文して届いた商品がニセモノだった場合、それを他の人に転売したり返したりする事は自分で意識しなくても、犯罪となる可能性が高いので絶対にしないでください。

~お買い物や契約で、心配なときや困ったときは相談窓口へ~

■問・相談先 市役所本庁舎1階 市民生活課消費生活相談窓口

月~金曜日(祝日を除く)9時~15時 ☎内線1117

早い者勝ち・在庫品限りの大セール

あなたのための高級宝石の指輪

ブランド正規品 定価 30万円

↓

大幅値引き実施中 本日限りのお値段

3万円!!

1割で買えます

料金は代引

すべての商品が送料無料でサービスを提供しています。早い物勝ちこの機会を逃すはダメですよ。

カートに入れる

販売者:〇〇〇(名前のみ・住所なし)

知っ得情報

■問 東松島市役所 ☎82-1111
代表FAX:82-8143
(東松島市内での固定電話の市外局番 0225)

それゆけ! イート Vol.149 「百歳体操でいきいき健康!」 作画:みやみ

◎心身のリフレッシュは健康寿命延伸に繋がるね、ボーイ〜ナ



○イート: 東松島市のキャラクター。名前の由来は東松島市の東(イースト)と心(ハート)が融合したもの。楽しいイベントが大好きな食いしん坊。

○イ〜ナ: 「イート」の妹。恥ずかしがりやさんでお兄ちゃんのそばを離れたがらず、一緒によくお祭りやイベントの会場に登場する。

○健康でいきいきとした生活を送るための「百歳体操」。日々の運動は体力の維持や心身の健康をサポートします。東松島市の「いきいき百歳体操」の高齢者参加率は県内トップクラス。一人ではなかなか続かない運動も、地域ぐるみで取り組むことで、楽しく継続的に実施できます。

お知らせ

SDGs 8 9月は船員労働安全衛生月間です

問 東北運輸局石巻海事事務所 ☎95-12228

当月間は、船員労働安全衛生思想の普及、船舶所有者と船員による自主的な安全衛生活動の促進等により、船舶災害の防止を図ることを目的として、船舶への訪船活動を実施するなど、毎年9月に全国一斉でさまざまな取り組みが行われます。

本年度は「安全な航海祈ると家族の便り無事故に備える守り札」をスローガンとして、石巻海事事務所と船員災害防止協会東北支部石巻地区支部で船舶への訪船活動などを実施し、船員の災害・疾病防止対策に取り組みます。

SDGs 11 自転車用ヘルメットの着用について
問 防災課消防・交通・防犯係 ☎内線1167

改正道路交通法の施行により、令和5年4月1日から自転車利用者のヘルメット着用が努

力義務化されています。
■改正の主な内容
(令和5年4月1日以降)

自転車運転するすべての人がヘルメットをかぶることに努めなければならないのはもちろんのこと、同乗する方にもヘルメットをかぶらせるように努めなければなりません。

■自転車安全利用五則

- ①車道が原則、左側を通行。歩道は例外、歩行者を優先
- ②交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- ③夜間はライトを点灯
- ④飲酒運転は禁止
- ⑤ヘルメットを着用

SDGs 13 G・Bio石巻須江発電事業住民説明会のお知らせ

株式会社G・Bio・イニシア
問 タイプ 総務部 鈴木 ☎03-5207-2772

須江地区に計画されているG・Bio石巻須江発電事業について、環境影響評価修正版について住民説明会を開催します。
■日時 9月9日(土)17時から18時まで(開場16時30分)
■場所 矢本東市民センター

※なお、当日の参加状況により、入場制限をさせていただく場合がございます。

SDGs 17 令和5年住宅・土地統計調査を実施します

問 復興政策課企画調整・統計係 ☎内線1243

住宅・土地統計調査は「統計法」に基づいた基幹統計調査で、昭和23年から5年ごとに行われ、今回は16回目の調査に当たります。この調査は全国約340万世帯の方々を対象とした大規模な調査で、調査の結果は、住生活基本計画や耐震や防災を中心とした都市計画づくりなど、私たちの暮らしと住まいに関する計画や施策の基礎資料として幅広く利用されます。対象となった世帯には調査員が伺います。統計調査にご協力をお願いします。



相談

SDGs 17 不当要求等無料出張相談所の開設のお知らせ

問 (公財)宮城県暴力団追放推進センター ☎022-215-5050
宮城県警察本部暴力団対策課 ☎022-221-8930

民事介入暴力担当弁護士や宮城県警察本部警察官などが、不当要求に関する困りごと相談など何でも応じます。

■日時 9月20日(水) 13時~16時

■場所 市コミュニティセンター

■相談内容 さまざまな不当要求等問題に関する困りごと
・不当な金品要求、債権取立、ヤミ金融
・飲食店などに対する用心棒料等要求

・交通事故などへの示談介入
・書籍購読要求
・エセ右翼、エセ同和問題
・暴力団組織からの組抜け相談員

■弁護士(仙台弁護士会民事介入暴力等対策委員会)

SDGs 3 こころの健康相談(大人の方)

問 健康推進課健康支援係 ☎内線3120

精神科医療機関への受診を迷っている、眠れないなどのこころの悩みを抱えている方、その家族が対象です。

■日時 9月7日(木)14時~15時・16時(予約制、1人50分)

■担当 ひかりサテッククリニック 加藤光三医師

■場所 矢本保健相談センター
■申込 相談日の前日までに電話で申し込みください

SDGs 3 子どもの心理相談

問 健康推進課子ども健康係 ☎内線3116

イヤイヤ期や思春期の対応、お子さんの成長や育ちに合わせ、たかかわり方などについて、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 9月13日(水)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)

■申込 相談日の前日までに電話で申し込みください

【9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・申込
特設人権相談	1日(金)10時~15時 ※予約不要	野蒜市民センター	いじめ、暴力、隣近所とのもめ事、その他人権に関する相談	■問 仙台法務局石巻支局 ☎0225-22-6188 市民生活課戸籍住民係 ☎内線1122
消費生活相談	毎週月~金曜(祝日を除く) 9時~15時	市役所市民生活課(1階:消費生活相談室)	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 市民生活課消費生活相談員 ☎内線1117
行政相談	8日(金)13時~15時	市役所矢本庁舎101会議室	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 総務課総務係 ☎内線1217
法律相談	21日(木)10時~16時	市役所矢本庁舎101会議室	弁護士による家族、多重債務などの法律相談	



乳幼児健康診査・健康相談のお知らせ〈9・10・11月〉

対象者には、改めて通知しますが、通知が届かない方や新たに転入された方、都合のつかない方は下記まで連絡ください。感染予防の観点からスタッフはマスク着用としますが、来所される方のマスク着用は保護者の方がご判断くださいますようお願いいたします。健診時間の短縮のため、健診票の事前返送にご協力ください。

妊産婦・子ども健康相談は予約が必要となりますので、来所を希望される方は事前に子育て支援アプリまたは電話で予約してください。

	乳幼児健康診査〈受付時間:12時50分~13時20分〉								妊産婦・子どもの健康相談 ※要予約。 〈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		
	日程	生まれ月	日程	生まれ月	日程	生まれ月	日程	生まれ月	
9月	29日(金)	令和5年5月	26日(火)	令和4年2月	27日(水)	令和3年2月	28日(木)	令和2年4月	—
10月	27日(金)	令和5年6月	25日(水)	令和4年3月	24日(火)	令和3年3月	26日(木)	令和2年5月	20日(金)
11月	29日(水)	令和5年7月	30日(木)	令和4年4月	28日(火)	令和3年4月	27日(月)	令和2年6月	—

■場所 矢本保健相談センター ■問 健康推進課子ども健康係 ☎内線3102・3108

母子健康手帳

■対象 妊娠された方、母子健康手帳をなくした方

■交付方法 矢本保健相談センターで助産師または保健師による面談後に交付します

※同時に出産応援給付金申請の対応も行います。

※手続きの際に妊娠された方ご本人のマイナンバーカード(個人番号)、通帳(振込先金融機関名、口座番号、口座名義人がわかるもの)、印鑑(朱肉を使用するもの)が必要です。

■申込 事前に子育て支援アプリまたは電話での予約が必要

※子育て支援アプリで予約する場合は、右記QRコードからダウンロードいただき、アプリを使用して妊娠届出を行い、アンケートに入力いただいた上で、予約をしてください。

出産応援給付金とは

申請いただいた妊婦さんへ、妊婦さん1人に対し5万円を支給します。母子健康手帳交付時の面談を行った方が対象となります。

赤ちゃん訪問(乳児家庭全戸訪問)

■対象 出産後まもなくの赤ちゃんおよび出産後のお母さん

■内容 赤ちゃんの体重測定と成長の確認、お母さんの体調や授乳等の子育てに関する相談

■方法 助産師または保健師による家庭訪問

※同時に子育て応援給付金の申請を行います。

※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。

■申込 出生連絡票を郵送または市民生活課窓口提出いただいた後に、電話で日程調整します。

子育て応援給付金とは

申請いただいた保護者へ、お子さん1人に対し5万円を支給します。赤ちゃん訪問を終えた方が対象となります。

※妊娠届出時に必ず東松島市子育て支援アプリ「すくすくアプリひがまち」の登録をお願いします。妊娠中のアンケートの回答や面談の予約等に使用、妊娠・出産・子育てに関する情報も随時発信しています。

■問 健康推進課子ども健康係 ☎内線3102・3116



子育て支援アプリ

食のリラートーク 第152回

イート(食べる)でつながるとイ〜ナ!!

アスリートから学ぶ食 筋肉の源はタンパク質

ゆぶとスタッフ 小林 大悟さん



▲水泳指導を中心に活躍しています

ダンロップスポーツウェルネスゆぶとのインストラクターを務める小林大悟さん。元々は水泳の選手コースに通い、クロール競技で県大会や東北大会で活躍していました。身長180cm、体重80kg、体脂肪率は14%前後。競技で好タイムを叩き出すための身体づくりを長年続けましたが、最近は見栄えも加えた、「泳げてカッコいい」をテーマに日々トレーニングしているそうです。

特に気を付けているのが、毎日の食生活。「食事をしないで運動やトレーニングをしても筋肉がつかないので、まずは朝に卵や納豆、茹でた鶏肉といったタンパク質を意識的にとるようにしています。ラーメンやハンバーガーを食べたい気持ちはもちろんありますが、なるべく身体に良いものにと意識しています」と話します。

見た目や機能だけではなく、「怪我をしない」「健康維持」にもつながるのが、食事からみたトレーニングアプローチ。小林さん自身過去に食事を削ったことで体調を壊し、新型コロナ感染もあって回復に時間を要したそうです。そこで感じたのは、筋トレよりもまず食事を考えること。

「油を取るにしても、サバ缶を選ぶなどより身体に良いものを食べています。鶏ハムのカレー味、茹でた鶏肉を麺つゆで、ブロッコリーなど野菜も欠かせません」と小林さん。その上で身体を動かし、健康を維持しているそうです。

小林さんは「年配の方でもプールを歩くことでケガのリスクを抑えながら運動できます。何事も継続することで効果が見えてきます。ぜひ気軽に声をかけていただき、一緒に頑張りましょう」と呼びかけていました。

今回は、矢本東小学校給食委員会の皆さんにバトンタッチします。



▲利用者を指導する小林さん

休日診療担当医院表〈2023年(令和5年)9月分〉

●東松島地区医院・薬局 〈診療時間:9時~17時〉

月日	医院名	電話番号	薬局名	電話番号
9月3日(日)	神山クリニック	98-8617	東まつしま薬局	98-5077
9月10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
9月17日(日)	石垣クリニック内科・循環器科	83-7070	ひまわり調剤薬局	83-8075
9月18日(月・祝)	藤野整形外科	83-2121	フロンティア薬局矢本店	90-3908
9月23日(土・祝)	野蒜ヶ丘痛みのクリニック	98-6662		
9月24日(日)	仙台ペインクリニック石巻分院	82-1310	ウジエ調剤薬局矢本店	84-3053

※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、市内在住の方も利用できます。診療が必要な場合は、電話確認のうえ受診してください。

月日	医院名	住所	電話番号
9月3日(日)	石巻市夜間急患センター	石巻市蛇田字西道下71	94-5111
9月10日(日)			
9月17日(日)			
9月18日(月・祝)			
9月23日(土・祝)			
9月24日(日)	おおば小児クリニック	石巻市門脇青葉西38-1	93-9693

●歯科休日救急診療 〈診療時間:9時~17時〉

石巻市内の歯科休日救急診療は、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。

■問 石巻歯科医師会休日診療所 ☎94-8223



戸籍のまど

令和5年7月掲載依頼分

7月1日～31日

※敬称略希望者のみ掲載しています。

※年齢は、実年齢を掲載しています。

■戸籍のまどの掲載に関する問

市民生活課戸籍住民係

☎内線13341331

お誕生おめでとうです

行政区等 氏名 保護者

上納 鈴木 碧人 春吹

横沼西 渡辺 朱音 拓也

往還下 山崎 湊叶 広己

貝殻塚一 千葉 紗菜 勇太

御下 阿部 超 集平

大溜 奥田 千惺 弘和

柳北 大坪 杏羽 巧

若葉 加藤 功将 祥

往還下 佐藤 輝空 淳

四反走 佐々木 陽真梨 翼

あおい一 三浦 想良 裕太

上納 渡邊 弘登 瞬也

柳北 阿部 響也 寿治

往還下 鹿野 天音 聖弥

貝殻塚二 鈴木 紗菜 健志

結婚おめでとうです

行政区等 氏名

岩手県 菅原 篤史

関の内二 今野 いたづみ

関の内二 六戸 廉太

関の内二 千葉 萌々香

お悔やみ申し上げます

行政区等 氏名 年齢

あおい二 佐藤 みはる 94

上戸一 菊池 昭二 76

前里 小野 きよ子 75

柳北 佐藤 隆史 47

沢田 浅野 典夫 75

あおい二 熊谷 まさ子 93

あおい二 高橋 伶俐 24

六槍 石垣 武夫 73

往還下 千葉 孝子 90

沢田 安倍 やす彦 81

里北 櫻井 恒一 74

鹿妻一 尾形 勲 89

上戸一 伊藤 昭子 94

南六 大森 莉悠菜 23

照井 角張 千芳 73

浅井 佐々木 一男 92

上納 木村 君一 94

あおい二 小野 美恵子 94

六槍 津田 義紀 54

横関 新貝 義紀 54

行政区等 氏名

石巻市 及川 亜希也

大河原町 大野 彩音

自衛隊 唐崎 文太

登米市 佐藤 葵

美里町 櫻田 翔太

往還下 熱海 紀香

上納 佐々木 貴啓

上納 福村 真緒



6月30日および7月7日からの大雨災害義援金の募金箱設置について

本市では、6月30日および7月7日からの大雨災害による被災地支援のため、下記のとおり募金箱を設置しましたのでお知らせします。

■義援金名称

令和5年6月30日からの大雨災害義援金

令和5年7月7日からの大雨災害義援金

■受付期間

令和5年12月27日(水)まで(6月30日からの大雨)

令和6年3月28日(木)まで(7月7日からの大雨)

■日本赤十字社東松島分区募金箱設置場所

- 東松島市役所矢本庁舎1階 市民生活課窓口
- 東松島市役所矢本庁舎1階 福祉課窓口
- 東松島市役所鳴瀬庁舎1階 鳴瀬総合支所窓口

■受付口座 右記QRコードをご確認ください。

なお、集まった義援金は日本赤十字社を通じて現地へお送りします。

■問 福祉課福祉総務係 ☎内線1173

避難行動要支援者(災害時要援護者)情報登録制度のお知らせ

障害や病気、加齢に伴う身体機能の低下により、災害時に地域の支援を必要とする本人から、地域団体などへの情報提供の同意の上、その情報を、地域における避難支援体制づくりに活かす「避難行動要支援者(災害時要援護者)情報登録制度」を実施しています。希望される方は、下記担当まで連絡ください。

■避難行動要支援者情報登録制度の対象となる方

次の(1)~(4)に該当する在宅の方のうち、災害が発生したときやその恐れがある時に、自力や家族の支援だけでは避難することができない方で、地域団体などへの情報提供について同意された方が対象になります。

- (1) 障害者手帳をお持ちの方(身体障害者手帳、療育手帳など)
- (2) 要介護認定を受けている方(要支援を含む)
- (3) 75歳以上の高齢者で、一人暮らしの方や高齢者のみの世帯の方、または家族の勤めなどにより、日中(夜間)の長い時間、一人暮らしの状態になる方
- (4) 上記(1)~(3)に準ずる方や、病気などにより、地域による支援を必要としている方



■登録された方への支援内容

①平常時には いざというときに的確な支援が行えるよう、登録者の情報が地域団体(自主防災組織など)に提供され、この情報をもとに、日頃からの見守り、声かけ、災害時に必要な支援内容や支援者の相談などを行います。

②災害時には 地域の支援者や支援団体が次のような支援を行います。

- 避難指示など災害情報を伝えます
- 避難場所への付き添いや介助
- 安否の確認
- 避難所での配慮(避難生活への手助けや相談対応)など

■注意事項

- 災害の状況によっては支援者の方が被災することもあり、支援を受けられない場合があります。また、支援者の方にも「できる範囲での支援」をお願いするものであり、責任を負わせるものではありません。自分でできる災害時への備えもお願いします
- 支援の内容は、お住まいの地域により異なりますので了承ください

■現在、登録されている方へ 下記の場合には、必ず連絡ください。

- 登録されている住所や氏名が変わった場合には、「登録内容変更届出書」の提出が必要になります
- 施設への入所などにより、登録の必要が無くなった場合には、「登録抹消届出書」の提出が必要になります

■申請書の提出・情報提供に関する問 福祉課福祉総務係 ☎内線1172・1173

■地域の支援・避難行動などに関する問 防災課危機対策係 ☎内線1164・1165



広告

募集 募 告 告

市報ひがしまつしま 1日号に掲載しませんか?

▼詳しい内容は下記まで問い合わせください
総務課市長公室秘書広報係 ☎内線1219

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

市民のカレンダー9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

SUSTAINABLE GOALS

平成30年6月15日、政府が選定した29自治体に宮城県で唯一東松島市が「SDGs(持続可能な開発目標)未来都市」に選定されました。市ではSDGsの達成に向けた取り組みを推進するとともに、広く皆さんにも知っていただくためにSDGsの17の目標を表したアイコン(図柄)を市報で使用しています。

振り込め詐欺に注意

子どもや孫を名乗る電話が来たら、必ず本人に電話確認しましょう。また、本人以外には現金を手渡さない・振り込まないようにしましょう。

1 体

- ◆特設人権相談(野セ) 10:00~
- 矢本はなぶさ幼稚園 祖父母参観日
- 少年の主張石巻地区大会

2 体テ

- ◆マイナンバーカード休日交付9:00【要予約】
- ◆総合検診
- ▲小野市民センター大規模改修完成記念公演会 10:00
- ▲小野地域ふれあい交流館「ひだまりの里」再開イベント 10:00
- おはなし会 10:30
- 第17回東松島市グランドゴルフ大会
- ほっとふる土曜オープン(矢子) 9:00

3 赤テ

- ▲オール赤井まつり
- ▲第18回東松島市長杯野球大会(矢連)

4

- 図書館休館日

5 体

- ◆市税および税外収入金収納・相談延長窓口 ~19:00
- ◆市民生活課証明書交付延長窓口 ~19:00 ※マイナンバーカード交付【要予約】

6 テ

- ◆第3回東松島市議会定例会(~29日(金))
- ちっちゃい子向け おはなし会 11:00
- 鳴瀬幼稚園遠足

7

- ▲サンドアートジャパンカップ(~10日(日))
- 囲碁将棋のつどい 10:00

8 体

- 赤井小学習参観日
- ◆行政相談 13:00

9 体テ

- おはなし会 10:30
- 鳴瀬幼稚園祖父母参観日
- 大塩小振替休業日

10 赤テ

- ▲矢本西地区バレーボール大会
- ▲第18回東松島市長杯野球大会(矢連)
- ▲第2回東松島市秋季ティーパー大会(鷹来)
- ▲まるごと大曲ふれあいまつり

11

- ◆農地転用等締切日(農業委員会)
- ◆市民防災デー
- 図書館休館日
- 大塩小振替休業日
- ▲市コミセン休館日

12 体

13 テ

- のびる幼稚園 祖父母参観

14

- 囲碁将棋のつどい 10:00

15 体

- 大塩小祖父母参観日

16 体テ

- おはなし会 10:30
- 矢本はなぶさ幼稚園運動会
- 大曲小学習発表会
- ◆マイナンバーカード休日交付9:00【要予約】
- ▲ツールド・東北2023奥松島グループライド&ハイキング

17 赤テ

- 縄文村講座③

18 敬老の日

19

- ◆税務相談 10:00
- ◆市税および税外収入金収納・相談延長窓口 ~19:00
- ◆市民生活課証明書交付延長窓口 ~19:00 ※マイナンバーカード交付【要予約】
- 図書館休館日
- 大曲小振替休業日

20 テ

- ちっちゃい子向け おはなし会 11:00

21

- 囲碁将棋のつどい 10:00
- ◆秋の交通安全運動(~30日(土))
- ◆法律相談 10:00

22 体

23 秋分の日 体テ

- ▲第23回東松島ドリームズ親善少年野球大会&赤井南スターズ30周年記念大会(鷹来)
- おはなし会 10:30

24 赤テ

- ▲矢本クラブジュニア30周年記念大会(鷹来)
- 縄文教室③
- 子どもフェスタ2023
- ◆マイナンバーカード休日交付9:00【要予約】
- ▲献血(イオンタウン矢本) 10:00

25

- 図書館休館日
- 宮森小教育講演会「地球を守ろう」

26 体

27 テ

28

- 囲碁将棋のつどい 10:00

29 体

- ◆防災トレフォーラム2023(~30日(土))
- 図書館休館日(図書整理日)

30 テ

- おはなし会 10:30
- 保育所運動会(牛網、野蒜、赤井南)
- 矢本西保育園運動会
- のびる幼稚園運動会
- 石巻地区中総体新人大会(10月1日(日))

問い合わせ	東松島市役所(本庁舎)	82-1111	市図書館	82-1120	大塩地区体育館(管理:大塩市民センター)	82-7532	大曲市民センター	82-5965
	東松島市役所(鳴瀬庁舎)		市コミュニティセンター	82-6969	大曲地区体育館(管理:矢本東市民センター)	82-1180	赤井市民センター	82-2075
	矢本保健相談センター	82-1111	市民体育館	82-9030	奥松島運動公園	88-4588	大塩市民センター	82-7532
	奥松島縄文村歴史資料館	88-3927	矢本運動公園	82-6804	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	赤井地区体育館	82-6803	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	鷹来の森運動公園	82-1101	矢本西市民センター	82-1181	宮戸地区復興再生多目的施設(あおみな)	86-2177
	鳴瀬子育て支援センター	87-2338	小野地区体育館(管理:小野市民センター)	87-2067				

体育館一般開放のお知らせ ■場所・時間 体...市民体育館 9時~12時、体...市民体育館 19時~21時、赤...赤井地区体育館 9時~17時、矢本運動公園テニスコート テ...水・土:18時~21時、日:9時~17時
■問 NPO法人東松島市体育協会事務局 ☎82-9030

編集と発行: 東松島市総務課市長公室秘書広報係 制作: 石巻日日新聞社
東松島市役所 ☎82-1111 代表FAX:82-8143
〒981-0503 宮城県東松島市矢本字上戸河 36-1
[秘書広報係メールアドレス] koho@city.higashimatsushima.miyagi.jp
[東松島市ホームページ] https://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp
市報ひがしまつしまでは、(株)日本製紙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。
令和5年度市報ひがしまつしま制作費 1日号:1部あたり47.7円



東松島市の人口(令和5年8月1日現在の住民基本台帳、外国人住民含む)
男18,875人(-14) 女19,662人(-2) 計38,537人(-16)
世帯数16,655世帯(+27) ()内は前月比
●令和4年同時期計 ()内は前年比 ●令和2年同時期計 ()内は3年前比
39,051人(-514) 16,507世帯(+148) 39,624人(-1,087) 16,170世帯(+485)