

# ひがしまつしま

- 特集 復興を実感する2014年の幕開け ..... P2~P5
- 平成25年分 確定申告のお知らせ ..... P6~P7
- まちの情報広場 ..... P8~P9
- City View ..... P10~P11
- もっと知りたい!ひがしまつしま ..... P12~P13
- 知っ得情報 ..... P14~P17
- ヘルシーインフォメーション ..... P18
- 戸籍のまど・蔵っぽだより ..... P19
- 市民のカレンダー ..... P20



## 復興を実感する 2014年の幕開け

東の空から朝日が昇り、奥松島「絆」ソーラーパークのパネルを照らしています。昨年夏、三井物産株式会社の復興支援で野蒜地区に完成したこの施設は、東松島市の復興のシンボルです。電気だけではなく、明日への希望も生み出しています。

今年、2014年(平成26年)は復興がより進む年になります。4月に市内5か所に整備している災害公営住宅の入居が始まり、6月には5地区の集団移転先で造成工事が完成する予定で、区画地の引き渡しが始まります。震災から3年が経ち、これまで見えにくかった復興を実感できる1年に期待が高まります。

今号では新春特集として、復興への原動力を担う地域の話や活躍する市民の皆さんや団体などにスポットを当て、その取り組みや抱負を紹介しします。



写真・・・野蒜地区の奥松島運動公園だった場所に建設された大規模発電施設の奥松島「絆」ソーラーパーク。新しい年の希望の太陽を映し出しています

# 笑顔輝くまちへ前進

復興3年目となる2014年、東松島市の新しいまちづくりには拍車がかかります。その原動力を担うのが、地域で活動する市民の皆さんです。運動や文化、食で市民の心身の健康面をサポートしたり、法的なアドバイスで悩みを解決に導くなどそれぞれの立場からまちを元気にしている市民、団体の皆さんを紹介します。



## 仲間と楽しく体づくり 健康な毎日の生活に張り合いを

体を動かすことは心身ともに健康を保ち、毎日の生活にも張り合いが持てます。高齢者運動教室愛好会「1.5会」(蛭名勝蔵会長)は主に赤井市民センターを活動拠点に、60〜80歳代の会員が月2回程度集まり、楽しく健康増進に努めています。会は平成14年に旧矢本町が実施

## 高齢者運動教室愛好会 「1.5会」



生活の可動域を拡大につなげるため、さまざまな運動を実践します

仲間とおしゃべりも楽しみのひとつです

### 月2回活動しています

#### 会員募集中

- 対象 市内在住の60歳以上の男女
- 実施日 毎月第2・4金曜日 9時30分～11時30分
- 場所 赤井市民センター内ホールほか
- 内容 講師を招いての健康増進を図る各種体操、レクスポーツ、ウォーキング、保健講話など
- 年会費 6,000円(前、後期で分納)
- 問 1.5会会長 蛭名勝蔵 ☎82-9413

～ご自由に見学ください～

した「高齢者運動教室」をきっかけに始まり、翌年15年からはこの時の参加者有志による自主活動として始動しました。心身を健康に保ち、病気や老化の予防に役立てることなどを目標に男女会員38人が筋トレ体操、ストレッチ、ダンベル体操などで心地よい汗を流しています。

震災で、3人の会員が津波の犠牲になりました。家族を亡くした人や自宅を流された人も多数おり、活動はしばらく休止を余儀なくされました。しかし再開を望む声が徐々に高まり、約7カ月後の平成23年10月にまた皆で集まって活動を始めました。運動をするこ

とで会員からは「体の曲げ伸ばしが楽にできるようになった」「友達と歩くことを意識し始めた」「明日のための元気が湧いてくる」といった感想が聞かれます。蛭名会長(78)は「仲間と一緒に楽しみながら運動を行うことで、皆が笑顔になれます。活動を通して会員の心の復興につなげることができれば何よりです」と話します。会ではこれからも、健康や福祉に関する市の出前講座を活用したり、市内外の団体との交流の機会を持つなど活動の内容をさらに充実させ、皆が楽しみながら運動機能維持につながる活動を進めていきたいと意欲的です。

## 懐かしの味 「野蒜納豆」が復活

### いーなショップ・グリーンなどで販売



野蒜の農業生産法人アグリードなるせ(安部俊郎代表取締役)は、昨年7月から「野蒜納豆」を販売しています。以前、地元で製造・販売されていた商品を復活させたもので、特に高齢世代からは「懐かしい」と好評を得ています。

野蒜納豆は7年ほど前まで、野蒜地区の個人経営の製造所でつくられていました。旧鳴瀬町では学校給食にも提供されていて、地域で親しまれていました。

アグリードなるせでは、「自分たちが食べたい納豆をつくらう」という思いから野蒜納豆の復活を目指しました。しかし、製造に使われていた野蒜石の室は震災の津波で流失していました。そこで作り方が近い製造所を探し、野蒜納豆と同じ納豆菌を使っている隣の美里町の納豆店に製造を依頼。限りなく以前の味に近い商品ができあがり、野蒜納豆製造所の関係者からも商標使用を認められました。

### 地域の味を伝承する野蒜納豆



新しい野蒜納豆は地元産の大豆を100%使用し、1パック(100g、たれなし)税込100円で販売。月に3回ほど仕入れ、(株)奥松島公社が運営する三陸道自動車矢本パーキング上下線の無料休憩施設「イートハウス」、グリーントアウンやもと仮設住宅にある「いーなショップ・グリーン」で取り扱っています。

# 市内で開業した弁護士に聞く



さいとう さとし  
弁護士 斎藤 智さん

昭和54年生まれ、34歳。石巻西高校卒業後、東京都立大学(現:首都大学東京)法学部に進学。平成21年に司法試験に合格し、弁護士登録後は仙台市内の内田・篠塚法律事務所で震災関連の事案などに携わっていました。昨年9月に市内に常設事務所を開業。趣味はDVD観賞で、好きな言葉は「がんばり過ぎないようにがんばる」。大曲在住。

## 法的な悩みの解決に一役 生まれ育ったふるさとで活動

昨年9月に事務所を開業して3カ月。生まれ育った地で念願の弁護士業務に携わる感想をお聞かせください

—開業に向けた準備が始まってから毎日忙しく、この3カ月もあっという間に過ぎました。大曲の実家から車で通勤しているため、仙台で仕事をしていた時とは生活のスタイルも変わりました。休日や時間のある時は、市内の魅力を探してみたり、飲食店などをめぐったりと充実した毎日を送っています。

弁護士を目指したきっかけと、ふるさとで開業した理由を教えてください

—誰かの役に立ちたい、誰かを助けられる仕事に、という思いから高校生のころから弁護士を志していました。実家が農業を営んでいたもので、長男として農家を継ぐ

という選択肢もありましたが、どちらにしても東松島市で働きたいという思いがありました。

東松島市での開業を目指していた最中に震災が発生したと聞いています。考えに変化はありましたか

—司法試験合格後に仙台で経験を積んでいた中で地震に遭いました。定川の近くだった実家は全壊し、また母方の祖父が旧北上川沿いの高齢者福祉施設にいて、避難中に津波の犠牲になりました。同じような境遇や、もっと大変な思いをしている方は地域に大勢います。法律相談を受ける中で、これまで表に出なかったり我慢していた問題などが震災を契機に一気に噴出し、人間関係の歪みが表に出てきたように感じました。震災で傷ついたふるさとへの役に立ちたいと事務所開設への思いをさらに強くしました。

仙台で弁護士業務にあたってよかったところ、現在の違いはどのような点ですか

—仙台にいたころは二重ローンなど震災関連のものもありましたが、時間の経過とともに、内容が変化してきており、現在は1〜2割程度です。その一方で家庭や地域、企業にそれぞれ震災以前からあった悩みが、震災をきっかけに表面化してきて生まれた課題への対応が増えました。震災から2年9カ月が経過したことで課題の質が変わり始めてきているように感じています。

法的な悩みを抱えた際どのように対応したらよいでしょうか

—市民一人ひとりに悩みがあり、また会社や商店にも悩みがあ

りますが、それらは出発地点でケアできれば早期解決につながるケースが多いです。そのお手伝いをするために、私たち弁護士をはじめとする専門職がいるのだと考えます。また、市内には司法書士や行政書士、法テラスなど法的相談を受け付けている事務所が多くありますので、ぜひ利用していただきたいです。

最後に市民の皆さんへのメッセージと、今後の抱負をお願いします

—法的な悩みは人には言いにくいものですが、一人で抱え込まず、まずは相談してください。微力ではありますが、これからも地域の皆さんの悩みに寄り添い、解決に向けて一緒に考えていけるよう取り組んでいきたいと思えます。

### ひがしまつしまの「まちの法律家」〈敬称略、五十音順〉

#### ◆弁護士

主な業務(例):破産や民事再生などの法的倒産処理手続きやこれに関連する法律事務、各種法律相談、民事訴訟における原告・被告等の訴訟代理人および刑事訴訟における被告人の弁護人 など

氏名	事務所住所	問
さいとう さとし 斎藤 智	東松島市矢本字大溜65-3 テクノカミオカビル3階	☎25-6045

#### ◆司法書士

主な業務(例):不動産登記に関する相談や手続きの代理、裁判所や法務局に提出する書類の作成、成年後見人の登記手続きおよびその財産管理 など

※平成14年の司法書士法の改正により、所定の研修を修了した司法書士のうち簡裁訴訟代理関係業務を行うのに必要な能力を有すると法務大臣が認定した方は、簡易裁判所において一定の訴訟代理行為を行うことができることとされました。その認定を受けた方には、「<認定司法書士>」と表記しています。

氏名	事務所住所	問
えんどう かずこ 遠藤和子 <認定司法書士>	東松島市矢本字河戸31	☎82-3236
たかはし みきお 高橋幹夫 <認定司法書士>	東松島市矢本字大溜124	☎83-2108
わたなべ のりこ 渡辺 稔 <認定司法書士>	東松島市小松字上浮足260-3	☎82-2318

#### ◆行政書士

主な業務(例):官公署(各省庁や都道府県および市区町村、警察署や保健所等の行政機関など)に提出する書類や権利義務・事実証明に関する書類(例:契約書、議事録、会計帳簿、図面類など)の作成と提出手続きの代理、これらの書類の作成に伴う相談 など

氏名	事務所住所	問
あつみ いほお 渥美 巖	東松島市赤井字川前二204-3	☎82-3817
いしがき けんいち 石垣健一	東松島市矢本字蛭坪163	☎83-2318
おくだ ちみよ 奥田千実也	東松島市矢本字新沼135	☎98-8355
おの のりひさ 小野田典永	東松島市矢本字館下89	☎82-7939
おの まさのり 小野正宣	東松島市赤井字新川前10-4	☎83-7416
かが たくま 加賀塚 磨	東松島市矢本字河戸454-22	☎90-3925
きむら せいいち 木村清一	東松島市矢本字鳥子30	☎82-3599
たかはし さだのり 高橋貞徳	東松島市野蒜字北余景41-10	☎88-3733
たかはし みきお 高橋幹夫	東松島市矢本字大溜124	☎83-2108
へん けいいち 邊見慶一	東松島市小松字若葉9-4	☎82-5933
まつもと のりお 松本憲雄	東松島市矢本字裏町2-1	☎82-6781
まつもと まこと 松本 亮	東松島市野蒜字下沼205	☎88-4530

●相談を希望する場合は、各相談先に問い合わせください。また、相談にかかる諸費用(例:相談料、着手金など)や相談可能な時間なども、必ず相談先に問い合わせください。なお、掲載の各相談先は、市が責任を負ったり保証するものではありませんので、あらかじめご了承ください。

### 法テラス東松島 無料法律相談

日本司法支援センター(愛称「法テラス」)は、国が設立した公的な法人で、法的トラブルの解決に役立つ情報やサービスを提供する法律の総合案内所です。

#### ●法テラス東松島の概要

※相談無料、秘密厳守。毎月2回、休日相談も実施しています。

#### ■相談日および相談時間

平日10時~16時

○平日 弁護士による法律相談

○月曜日 司法書士・税理士・建築士による無料相談

○木曜日 土地家屋調査士・行政書士・社会保険労務士・社会福祉士による無料相談

※相談予約および詳しいことは問い合わせください。



日本司法支援センター  
法テラス 東松島  
仙台弁護士会 法律相談センター・紛争解決支援センター

☎050-3383-0009

■住所 東松島市矢本字大溜1-1 (市コミュニティセンター西側)

特定非営利活動法人になった社会教育・体育関係2団体を紹介

# 健やかでイキイキしたまちへ

スポーツを通じて市民の皆さんの健康づくりをサポートする市体育協会と、芸術文化から心の豊かさに寄与する市芸術文化振興会は、特定非営利活動法人としてさまざまな事業に取り組んでいます。

今年も皆さんが明るく健やかな毎日を送るよう各種事業を推進していきます。

特定非営利活動法人 東松島市体育協会 ■事務局:市民体育館2階 ☎82-9030

▶伝統の「やもとクロスカントリー」には、県内外から約800人が出場し、完走を目指しました(2013年12月8日、鷹来の森運動公園)



## スポーツで活気を創出

特定非営利活動法人東松島市体育協会(佐藤祥会長)は、生涯スポーツの振興と競技力の向上に関する事業を通して市民の皆さんが生きがいのある健康的な生活を営み、明るく豊かな地域社会形成に寄与することを目的に平成24年12月に設立しました。

市の指定管理者として市民体育館、鷹来の森運動公園をはじめ市内の主なスポーツ施設の管理運営を行っています。また加盟する18のスポーツ団体の活動支援や、スポーツ文化の振興と発展に向けたさまざまな事業を開催しています。

自主事業として「体育の日」に合わせた「リフレッシュフェスティバル」や冬

## 気軽に親しめる環境づくり

季の恒例行事「やもとクロスカントリー大会」などで市民の健康づくりに取り組んでいます。昨年も市内の各体育施設で開いた「第21回リフレッシュフェスティバル」では大勢の人たちがスポーツに親しみ、「第46回やもとクロスカントリー大会」も小学生から一般、ファミリーの合計9種類に多数の選手が出場しました。このほか、各種大会で優秀な成績を収めた選手や功績のあった人に対して表彰を行うことなどを通じて、多くの人にスポーツへの関心を抱いてもらう機会としています。また、指導者が知識や技能を習得する場として研修会なども開催し、加盟団体のレベルアップに努めています。

体育協会が目指すのは、スポーツを通して笑顔あふれるまちづくりです。市民の皆さんに気軽にスポーツに親しんでもらえる場を作るとともに、運動を始めるきっかけ作りの創出にも力を入れています。今後もスポーツで活気に満ちたまちづくりに向けて、活動に取り組んでいきます。

### 世代超えたつながり

市民の皆さんにスポーツを通じた心の交流を図っていただくことが私たちの活動目的の一つです。世代を超えてつながりを持つ「スポーツの魅力」を広めるために会員一丸となり努力しています。

今後の課題は、今までスポーツに触れたことのない方でも気軽に参加できるような環境を整えることです。特に若い世代の皆さんが多く参加できるような活動を展開していきたいと思っていますので、これからもよろしくをお願いします。



特定非営利活動法人 東松島市体育協会 会長 佐藤 祥さん

特定非営利活動法人 東松島市芸術文化振興会 ■事務局:市コミュニティセンター内 ☎82-6969

## 交流の輪広げ、住みよい地域を

NPO法人東松島市芸術文化振興会(手代木四郎理事長)は、芸術文化の振興と心豊かな人づくりを目的に、市内社会教育団体の代表などが結集して平成24年10月に設立しました。主な活動は市コミュニティセンターの管理運営と、コン

## 芸術文化で心の復興を



▲市芸術文化振興会が主催した広島県福山市のふくやま日本歌曲塾の皆さんによる「秋・うたのタベコンサート」(2013年10月4日、市コミュニティセンター)

### だれでも気軽に参加を

「芸術文化」というと敷居が高いイメージがあるかもしれませんが、決してそんなことはありません。人々の生き方や暮らし方こそが文化の基礎であり、いわば「心を育てる活動」です。多くの市民の皆さんが気軽に参加でき、交流の輪を広げる機会を設けることで心豊かで住みよいまちづくりに努めます。

郷土芸能の継承団体が少なくなっていますが、地域の歴史を掘り下げて後世につなげていくことは重要です。今後も力を入れて取り組んでいきます。



特定非営利活動法人東松島市芸術文化振興会 理事長 手代木 四郎さん

サートや各種教室などの自主事業の開催です。

震災から3年が経とうとしている今、市民の心の復興が求められています。被災し傷ついた心を癒し、一歩前に進むためにも文化振興などのソフト面の充実が不可欠です。市内を拠点に文化活動や伝統芸能の継承を推進している個人、団体の皆さんにも各種教室や事業に参画していただき、市の芸術文化を広めていく役割を果たしていきます。

現在、個人・団体(企業含む)の会員を募集しています。気軽に参加ください。

### 文化講演会

講師 辻井 いつ子さん

盲目の天才ピアニスト、辻井伸行さんの母、辻井いつ子さんを講師としてお招きし、講演会を実施します。

子育て中の女性のみならず、世代を超えて皆さんが明るく楽しく生きていくための方法をご自身の経験と合わせてお話しいただきます。

どんな状況でも夢や目標を決めてあきらめずに進んできた辻井さんの講演に足を運んでみてはいかがでしょうか。皆様のご来場をお待ちしております。

■日時 2月1日(土)

13時30分

■場所 市コミュニティセンター(1階ホール)

■入場料 前売券1,500円

当日券2,000円

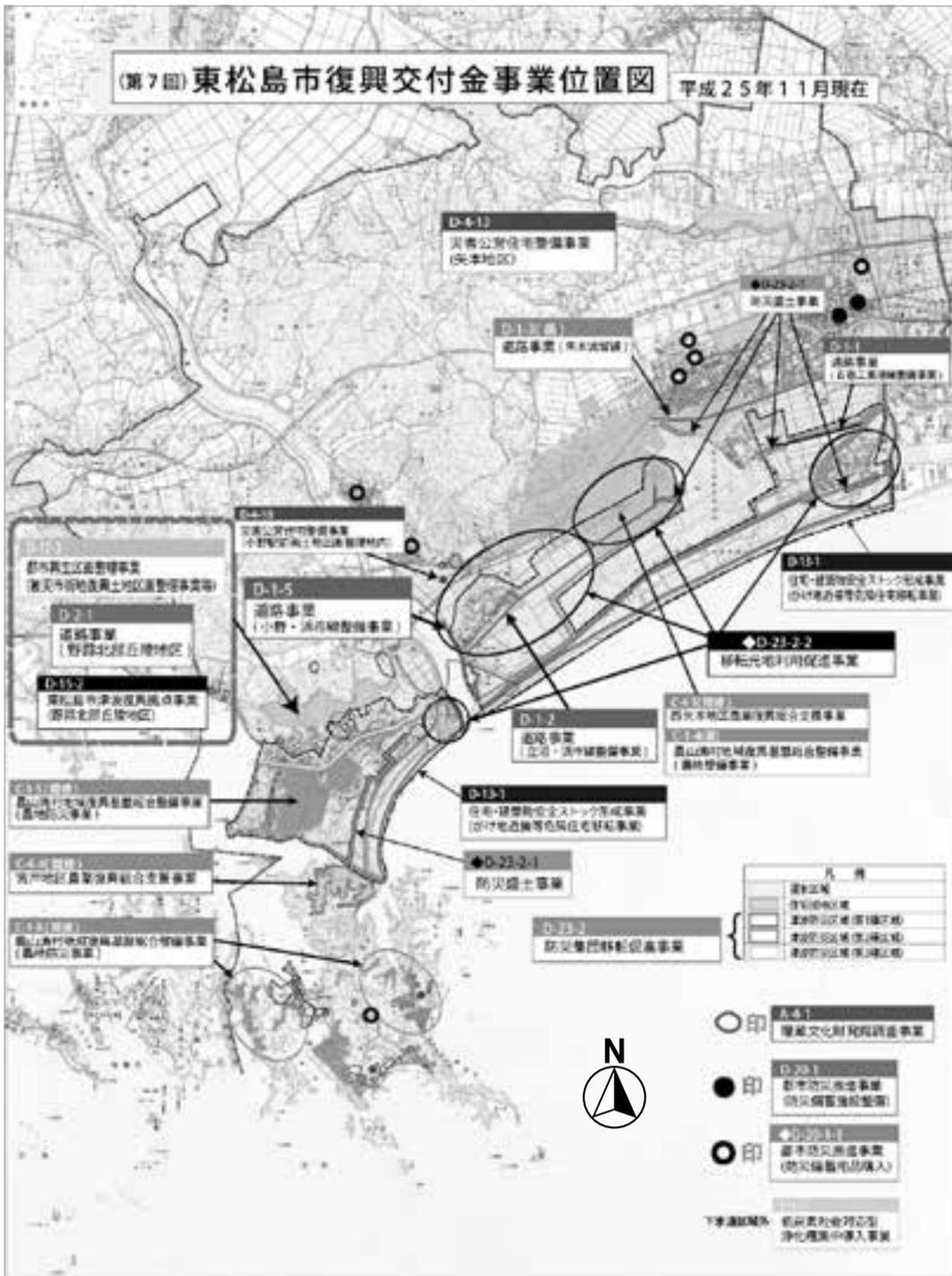
※チケット取扱場所:市コミュニティセンター、市内各市民センター。

■主催 特定非営利活動法人

東松島市芸術文化振興会

■問 東松島市コミュニティセンター ☎82-6969

# 東松島市東日本大震災復興交付金事業計画 (第7回目交付分事業) を公表します



東日本大震災復興交付金事業として、2013年10月に復興庁に第7回復興交付金事業計画を提出しました。復興交付金事業計画を提出した事業は、東日本大震災特別区域法第78条第1項の規定に基づき可能額通知が示され、承認された事業について、東日本大震災復興交付金制度要綱第10の1に基づき公表します。

また、事業の進捗状況についても、今後 市報などでお知らせしていきます。

**内容要旨**

東松島市復興まちづくり計画における次の4つの基本方針の観点から、事業を精査しました。

※これまでの交付決定事業の詳しい内容は、下記のとおりお知らせしています。

第1回交付決定事業:市報2012年6月1日号  
 第2回交付決定事業:市報2012年7月1日号  
 第3回交付決定事業:市報2012年10月1日号  
 第4回交付決定事業:市報2013年2月1日号  
 第5回交付決定事業:市報2013年4月1日号  
 第6回交付決定事業:市報2013年8月1日号

- ① 防災・減災による災害に強いまちづくり
  - ② 支え合って安心して暮らせるまちづくり
  - ③ 生業の再生と多様な仕事を創るまちづくり
  - ④ 持続可能な地域経済・社会を創るまちづくり
- 今回の事業計画では、災害公営住宅整備事業の推進を図るとともに、防災盛土事業や避難道路の整備などによる防災・減災都市の実現、農業の復興を見据えた各種事業を進めていくものです。

**これから予定**

本市の東日本大震災復興交付金事業では、計画の調整がついたものから順次、復興庁に計画申請を行い、交付決定を経て事業に着手します。

今後も、復興庁からの交付金事業の交付決定については、確定次第、市報や市ホームページなどで公表していきます。

■ 復興政策課復興政策班  
 ☎ 内線 1249

## 東松島市復興交付金事業計画第7回申請事業一覧

※事業費(申請額)と国費の差は市の一般財源から支出されますが、その支出分は国からの特別交付税措置により、充当される予定です。 平成25年11月現在

事業番号	事業名	担当課	事業箇所 地区名 施設名	事業費 (単位:千円)		事業概要
				申請額	うち国費	
A-4-1	埋蔵文化財発掘調査事業	生涯学習課	市内	13,403	10,052	震災による津波浸水地域およびその隣接地における個人住宅・零細企業・中小企業の建て替え等復興事業と認められる事業に伴う事前調査・本発掘調査(記録保存のための調査)を実施し、早期復興を促進する。
D-1-1	道路事業 石巻工業港線整備事業	建設課	大曲地区	53,000	42,400	矢本地区と大曲地区の市街地間を結ぶ道路で、高盛土道路として整備を行うとともに、十分な幅員の確保や歩道の整備を行い、市街地の防災・減災に取り組む。
D-1-2	道路事業 立沼・浜市線整備事業	建設課	矢本・浜市地区	377,300	301,840	矢本立沼地区と牛網・浜市地区の市街地間を結ぶ道路で、高盛土道路として整備を行うとともに、十分な幅員の確保や歩道の整備を行い、市街地の防災・減災に取り組む。
D-1-5	道路事業 小野・浜市線整備事業	建設課	小野・浜市地区	276,500	221,200	津波発生時に浜市漁港及び牛網・浜市地区から避難する路線である。さらに、東西方向の避難道路「立沼・浜市線」と接続していることから、矢本方面から同路線を経由して小野地区へ避難する経路でもある。
D-2-1	道路事業	復興都市計画課	野蒜北部丘陵地区	3,973,500	3,178,800	「野蒜地区」の市街地及び集落の集団移転先を土地区画整理事業及び被災市街地復興土地区画整理事業(約91.5ha)にて一体的に整備し、将来にわたって安全に住むことのできる住環境整備を図る。
D-4-10	災害公営住宅整備事業	建設課	小野駅前土地区画整理地内	213,250	186,593	災害公営住宅を整備することにより、住宅の自力再建が困難な世帯等に対し、応急仮設住宅等からの早期の移転と安定した生活再建を支援する。(小野駅前土地区画整理地内:39戸)
D-4-13	災害公営住宅整備事業	建設課	矢本地区	1,192,000	1,043,000	災害公営住宅を整備することにより、住宅の自力再建が困難な世帯等に対し、応急仮設住宅等からの早期の移転と安定した生活再建を支援する。(矢本地区:44戸)
D-13-1	がけ地近接等危険住宅移転事業	生活再建支援課	野蒜地区、大曲浜地区、浜須賀地区、立沼地区、浜市・牛網地区、宮戸地区	94,000	70,500	津波防災区域の区域内にある既存不適格住宅等の移転を行う方に対して補助金を交付する。
D-15-2	東松島市津波復興拠点事業	復興政策課	野蒜地区	60,000	45,000	防災集団促進事業の移転先である野蒜北部丘陵地区において、津波発生時の避難場所として駐車場を含めた津波防災拠点施設や津波復興拠点支援施設等の公共施設整備を検討するための調査を行う。
D-17-3	被災市街地復興土地区画整理事業	復興都市計画課	野蒜北部丘陵地区	1,858,900	1,394,175	野蒜地区の市街地及び集落の集団移転先を土地区画整理事業及び被災市街地復興土地区画整理事業にて一体的に整備し、将来にわたって安全に住むことのできる住環境整備を図る。
D-20-1	都市防災推進事業(防災備蓄施設整備)	防災課	市内	7,284	5,463	各小中学校、高等学校、東松島市役鳴瀬庁舎、東松島市コミュニティセンター及び市民センターエリア単位に地域防災備蓄倉庫を整備する。
◆D-20-1-1	都市防災推進事業(防災備蓄用品購入)	防災課	市内	29,655	23,724	地域防災備蓄倉庫に浄水器、投光機、発電機等の防災備蓄用品を整備する。
D-23-2	東松島市防災集団移転促進事業(事業費)	復興都市計画課	野蒜地区、大曲浜地区、浜須賀地区、立沼地区、浜市・牛網地区、宮戸地区	10,616,500	9,289,437	住民の居住に適当でない認められる、区域内にある住居の集団的移転を促進する。 野蒜北部丘陵地区 ※移転地は復興土地区画整理事業で造成 東矢本地区 ※移転地は復興土地区画整理で造成 矢本西地区 ※被災地北部への移転 牛網地区 ※被災地背後高台への移転 宮戸地区 ※被災地背後高台への移転
◆D-23-2-1	東松島市防災集団移転促進事業(防災盛土)	復興都市計画課	大曲地区、浜須賀地区、牛網・浜市地区、野蒜地区	1,229,000	983,200	頻度の高い津波を超える津波に対し、津波エネルギーを減衰させるために多重防御の一つとして整備する。
◆D-23-2-2	東松島市防災集団移転促進事業(移転元地利用促進)	復興都市計画課	大曲地区、浜須賀地区、牛網・浜市地区、野蒜地区	938,000	750,400	防災集団移転事業において移転促進区域として買い取った移転元地を有効に活用するため、元地の土地利用転換を促進する。
E-1-1	低炭素社会対応型浄化槽集中導入事業	下水道課	市内	25,120	18,840	津波による被災地域の個人が、自力で移転用地を確保し自宅を新築する場合、移転先が下水道整備区域外であった場合に合併浄化槽設置補助を行う。
F-2	市街地復興効果促進事業	復興政策課	東松島市	2,507,080	2,005,664	市街地整備の復興事業を円滑に効果的に進めるための促進事業。対象幹事業(津波復興拠点事業、土地区画整理事業、防災集団移転促進事業)の事業費の20%を一括配分するもの。
C-1-4	農山漁村地域復興基盤総合整備事業(農地整備事業)	宮城県	西矢本地区	119,000	89,250	収益性の高い農業経営の実現を目指し農地等の生産基盤整備(区画整理A=217.0ha)事業を行う。
C-1-5	農山漁村地域復興基盤総合整備事業(農地防災事業)	宮城県	洲崎地区	18,000	13,500	災害復旧と併せて農地防災事業(ため池等整備事業)による排水機能の増強を図り、地盤沈下した農地や周辺地域の湛水を防ぐ。
C-1-8	農山漁村地域復興基盤総合整備事業(農地整備事業)	宮城県	奥松島地区	1,015,000	761,250	農地の大区画化により、面的な集積を行い経営の大規模化を目指すと共に、農地の汎用化により営農体系を拡大し収益性の高い農業経営の実現を図る。
C-4-3	西矢本地区農業復興総合支援事業	宮城県	西矢本地区	320,882	240,661	農業施設及び農業用機械等に関し、被災農業者により設立予定の法人等に対し貸与を目的とし、集約再整備を行い農地復旧に合わせて早期の営農再開と被災農業者の再整備費負担の軽減を図る。
C-4-4	宮戸地区農業復興総合支援事業	宮城県	宮戸地区	41,336	31,002	農業施設及び農業用機械等に関し、被災農業者により設立予定の法人等に対し貸与を目的とし、集約再整備を行い農地復旧に合わせて早期の営農再開と被災農業者の再整備費負担の軽減を図る。
D-1-3	矢本流留線道路事業(市街地相互の接続道路)	宮城県	矢本流留線	1,350,000	1,046,250	矢本市街地の西端から東西に走り、定川を横断し、石巻市の矢本流留線に接続する道路で移転元となる大曲・浜須賀地区や市街地各地区、また再建する大曲漁港と石巻市の水産加工団地等、関連する地区相互を接続する。又、緊急時には大曲漁港に職を持つ人等に対する避難路としての役割も担う。
決定額				26,328,710	21,752,201	

# 平成25年分 確定申告のお知らせ

確定申告については、毎年市民の皆さんにご協力をいただき感謝いたします。今年も確定申告（平成25年1月1日から平成25年12月31日までの間の所得）の時期となりました。

例年、申告会場が混雑し、市民の皆さんには大変ご迷惑をおかけしていますが、昨年に引き続き、震災関連の相談が増えることが予想され、一人あたりの相談時間が長くなると予想されます。期日には余裕をもって申告されるようご協力願います。

なお、申告等の必要があるのにこれを行なわないと、融資や市営住宅の入居、保育所などへの入所に必要な課税証明書などが発行できないなど、皆さんご自身にとって不利益になることがありますのでご注意願います。

## “私は申告が必要ですか？” 申告確認フローチャート

～申告の待ち時間短縮のためにも、申告会場に出向く必要があるのか、それとも電話連絡だけで良いのか、下の図から判断してください。～

平成26年1月1日現在、東松島市に住民登録していましたか？

いいえ

平成26年1月1日時点で住民登録していた市区町村で申告してください。

はい

平成25年1月1日から12月31日までの間に収入がありましたか？

いいえ

どのように生活していましたか？

はい

震災等により次の条件に該当しますか？

- ・住宅や家財に被害を受け、所得税の雑損控除の申請を既に済ませ、翌年以降に繰り越される損失額がある。
- ・土地や建物を売り渡した。
- ・マイホームの新築・購入等を行ったので新たに住宅ローン控除を受ける。

いいえ

税務署で所得税の確定申告を行いますか？

はい

東松島市への住民税申告は必要ありません

いいえ

主な収入はなんですか？

給与所得者	勤務先において年末調整をされなかった人、または年末調整に誤りがあった人	イ
	平成25年途中で退職したことなどにより、勤務先で年末調整を済まされなかった人	
	給与の収入金額が2,000万円を超える人	
	2カ所以上から給与または報酬をもらっている人	
	給与以外にも年金やその他の所得がある人	
	医療費控除などの所得控除を受ける人	
	上記以外の給与所得者(年末調整を済まされた人)	ア
年金受給者等	国民年金・厚生年金などの公的年金だけの人で、年金の合計額が400万円を超える人	イ
	年金以外にも給与やその他の所得がある人	
	年金受給額が400万円以下の方で、社会保険料控除、生命保険料控除、医療費控除などの所得控除を受ける人	ウ
	障害者年金だけの人	
	遺族年金だけの人 遺族恩給だけの人 失業保険だけの人 など	
上記以外の年金所得者(年金合計額が400万円以下の人) ※ただし、社会保険料控除や生命保険料控除等の所得控除があれば、申告をすると有利になる場合があります。	ア	
その他	・営業等の所得がある人	イ
	・農業所得がある人	
	・不動産所得がある人	
	・利子、配当所得がある人	
	・一時所得や雑所得がある人	
	・土地等の譲渡所得がある人	

所得税の確定申告が必要です。

詳しくは、7ページ『石巻税務署から「所得税等の確定申告」のお知らせ』の項目を確認ください。

はい

ア 今年の確定申告は必要ありません。

イ 確定申告が必要です。

ウ 確定申告は必要ありませんが、電話などで報告をお願いします。

《注意》

報告の無い場合は未申告者とみなされますので、必ず報告願います。

■報告の受付期間 1月31日(金)まで

■報告先 税務課住民税班市民税担当

☎82-1111 内線1138・1139

## ■ 確定申告Q&A

Q 1カ月だけアルバイトをしましたが、それでも確定申告をしなければなりませんか？

A アルバイト先から年末調整後の源泉徴収票をいただいたのであれば、申告の必要はありませんが、そうでなければ収入の多少に関わらず、アルバイト分の申告が必要です。ただし、所得税の納付または還付が発生しなければ、住民税申告になります。

不明な点がありましたら、下記まで問い合わせください。

■問 税務課住民税班市民税担当 ☎内線1138・1139

## ■ 税務職員を装った者からの不審な電話にご注意ください

国税局や税務署の職員を名乗る者からアンケートや年金受給調査と称して、年齢や家族構成、年金の受給状況、預金残高、口座情報などの個人情報聞き出そうとする事例が多発しています。

不審な電話があった場合には、即答を避け、①相手の所属部署、②氏名、③電話番号を確認した上で一旦電話を切り、最寄りの税務署に問い合わせください。

■問 石巻税務署総務課 ☎0225-22-4151

※自動音声案内に従い「2」番を選択。

# 平成25年分 確定申告受付日程表 (行政区別会場割当表)

受付月日	曜日	会場	午前	午後	
			受付時間(9時~11時) ※待ち時間によっては受付終了時間が早まる こともありますので、ご了承ください。	受付時間(13時~15時)	
2月	6日	赤井市民センター	南四、南五、新川前	南新一、南新二	
	7日		南一、南二、六槍	南六、柳西、柳下	
	10日		南緑、柳上、裏	柳北、横関	
	12日		南三、照井、御下	中東、寺、八幡	
	13日	大塩市民センター	塩入、中	小分木、大島、裏一、裏二	
	14日		表		
	17日	関の内地区センター (関の内地区学習等 供用施設)	下浦、浜須賀、作田浦、南浦宿舎	関の内一、関の内二、関の内三	
	18日		貝田、筒場	五味倉、貝殻塚一、貝殻塚二	
	19日		横沼東、横沼一	横沼二	
	20日		上納、横沼西		
	21日	宮戸市民センター	里北、室浜	里南、月浜、大浜	
	24日	小野市民センター	平岡	往還上、往還下	
	25日		西福田上	新田、浅井、根古、高松	
	26日		西福田下、肘曲	川下、上下堤	
27日	小野上		小野下		
28日	行政区割当日に申告できない方		行政区割当日に申告できない方		
	行政区割当日に申告できない方		行政区割当日に申告できない方		
3月	4日	野蒜市民センター	新町、亀岡東、亀岡西、亀岡南	東名元場、東名新場、新東名北、新東名南	
	5日		中下、洲崎、大塚		
	6日	東松島市役所 2階 202会議室	上小松、沢田、手招	谷地、下小松、小松台、北区官舎	
	7日		前里、前柳、立沼、上河戸四	鹿妻一、鹿妻二、道地、駅前	
	10日		上町二、河戸、下町五	大溜、東大溜、下町二	
	11日		四反走、西新町、若葉	下町一、下町三	
	12日		上町一、上町三	上河戸一、上河戸二	
	13日		上河戸三、下町四	行政区割当日に申告できない方	
	14日		行政区割当日に申告できない方		行政区割当日に申告できない方
	17日		行政区割当日に申告できない方		行政区割当日に申告できない方

※夜間および土・日曜、祝日の申告受付は行っていません。  
 ※各申告会場の開場時間は、8時30分です。

注意:税務課窓口や鳴瀬総合支所での申告受付は行っていません。  
 また、震災による雑損控除の申告などにより、1~2時間の待ち時間が予想されますので、あらかじめご了承ください。

## 石巻税務署から「所得税等の確定申告」のお知らせ

石巻税務署では、隣接のプレハブ庁舎に所得税等の確定申告書作成会場を設置し、申告相談を行います。

■開設期間 2月4日(火)~3月17日(月)

※土・日曜、祝日を除く平日のみ。通常、土・日曜、祝日の相談および受付は行っていませんが、2月23日(日)と3月2日(日)は開設します。

■開設時間 9時~17時 ※受付は16時まで。

### 〈国税庁ホームページ内「確定申告書等作成コーナー」のお知らせ〉

国税庁ホームページ内の「確定申告書等作成コーナー」は、案内に従って金額などを入力すれば確定申告書などを作成・印刷することができます。印刷した申告書は、そのまま税務署に提出(送付)することができます。

■所得税等の確定申告に関する問・申告書などの送付先

石巻税務署 〒986-0827 石巻市千石町2番35号

☎0225-22-4151(代表)

※確定申告に関する一般的な質問は、電話相談センターにおつなぎします。

音声案内に従い「0」番を選択してください。

■国税庁ホームページ URL:<http://www.nta.go.jp/>

※所得税の還付申告書(雑損控除の繰越しや住宅ローン控除を受ける方など)は、1月から石巻税務署で提出することができます。

また、確定申告の期限が近くなると確定申告作成会場が混雑することが予想されますので、余裕を持って早めの申告をお勧めします。

## ■参考 仮設住宅入居者の皆さんの最寄りの会場

矢本運動公園仮設住宅	⇒	関の内地区センター(関の内地区学習等供用施設)
グリーンタウンやもと仮設住宅	⇒	大塩市民センター
ひびき工業団地仮設住宅	⇒	小野市民センター

※震災前の住所地(住民登録地)のままでも、最寄りの申告受付会場で申告できますので、日程を確認のうえ、来場ください。

## ■申告の際にお持ちいただくもの

### ◆事業所得(営業等・農業)、不動産所得があった方

- 収入や経費などがわかる各帳簿・領収書および事前に作成した収支内訳書
- ※例年、申告会場へ領収書だけ持参し、申告相談時に収支内訳書を作成される方がいますが、事前に計算して来場ください。皆さんの待ち時間短縮にご協力願います。
- ※農業所得の申告で、「肉用牛の売却による課税の特例」(免税牛)の適用を受ける場合には、「肉用牛売却証明書」、生後1年未満の場合は「肉用子牛売却証明書」の添付が必要です。

### ◆給与所得、年金所得があった方

- 平成25年分の源泉徴収票
- 次の領収書および証明書(平成25年中に支払ったもの)
  - ア 生命保険料、個人年金保険料、地震保険料の支払い証明書
  - イ 国民健康保険料、後期高齢者医療保険料、国民年金保険料、介護保険料、その他社会保険料の領収書または証明書

### ■医療費控除を受ける方

- 医療費の領収書および保険などで補てんされた金額の明細書
- ※例年、申告会場へ医療費の領収書だけ持参し、申告相談時に計算される方がいますが、事前に集計して来場ください。皆さんの待ち時間短縮にご協力願います。

### ■障害者控除をうける方

- 障害者手帳または市で交付している「障害者控除対象者認定書」

### ■共通でお持ちいただくもの

- 税務署から確定申告書が送付されている方は、必ずその送付された確定申告書
- 印鑑(認印可、ゴム印不可)
- 還付申告の方は口座番号がわかるもの。
- 翌年以降に繰り越される損失額がある場合は繰り越した額がわかる申告書などの控え

# 被災したお住まいの再建を応援します ~東松島市における被災住宅再建各種支援制度等のお知らせ~

東日本大震災で被災した住宅を再建する場合の各種支援制度等を紹介しします。詳しい内容については、各担当窓口へ問い合わせください。

※ここで掲載している支援制度等は平成25年度事業分(平成26年1月現在)です。予算枠などの関係から申請受付を終了することもありますので、利用する際は必ず問い合わせください。なお、25年度分で既に受付を終了している制度等については掲載していません。

区分	支援制度	対象		支援概要	補助上限額(万円)	問合せ窓口	連絡先	
		対象	補助区分					
建物本体	被災者生活再建支援制度	大規模半壊以上または半壊解体	基礎支援金	住宅の被害程度に応じて支給	37.5~100	東松島市 生活再建支援課 生活再建支援班	☎82-1111 内線1492	
			加算支援金	住宅の再建方法に応じて支給	37.5~200			
	被災住宅再建支援事業	津波防災区域	補修	借入せずに補修した場合に経費補助	100			
			建設補助	借入せずに市内で建設・購入した場合に経費補助	200			
		津波浸水区域	補修	借入せずに補修した場合に経費補助	50			
			建設補助	借入せずに市内で建設・購入した場合に経費補助	200			
市外津波浸水区域	建設補助	市外から転入し建設・購入した場合に経費補助	100					
津波浸水区域外(地震被害)	建設補助	半壊以上で住宅を解体し、市内で建設・購入した場合に経費補助	100					
消費税	住まいの復興給付金			今年4月からの消費税率引上げによる、被災者の住宅再取得や被災した住宅の補修に係る消費税の負担増に対応する措置	建設・購入: 89.7 補修:被災床面積・工事費による	他	住まいの復興給付金 準備事務局	☎0570-200-246 ☎022-745-0420
利子補助	防災集団移転促進事業	移転促進区域	利子補助	集団移転地において住宅を建設する方に利子補助	444	東松島市 生活再建支援課 生活再建支援班	☎82-1111 内線1492	
	がけ地近接等危険住宅移転事業	津波防災区域	利子補助	集団移転地を除く津波防災区域外において住宅の建設購入・土地購入・敷地造成する方に利子補助(事前申請が必要)	建設購入: 444 土地購入: 206 敷地造成: 58			
	危険住宅移転支援事業(がけ近事業遡及)	津波防災区域	利子補助	平成25年6月30日以前に津波防災区域外において住宅再建を開始し移転した方に、がけ地近接等危険住宅移転事業を遡及適用し利子補助				
	被災住宅再建支援事業	津波防災区域	補修	借入し補修した場合に利子補助	200			
建設補助			借入し市内で建設・購入した場合に利子補助(再建先が津波防災区域外の場合)	住宅: 300 (土地: 100)				
	津波浸水区域	補修	借入し補修した場合に利子補助	100				
		建設補助	借入し市内で建設・購入した場合に利子補助(再建先が津波防災区域外の場合)	住宅: 300 (土地: 100)				
引越費用	防災集団移転促進事業	移転促進区域	移転費補助	集団移転地などの移転促進区域外に移転する方・災害公営住宅に入居する方に引越費用を補助	78	東松島市 生活再建支援課 生活再建支援班	☎82-1111 内線1492	
	がけ地近接等危険住宅移転事業	津波防災区域	移転費補助	集団移転地を除く津波防災区域外に移転する方に引越費用を補助(事前申請が必要)				
	危険住宅移転支援事業(がけ近事業遡及)	津波防災区域	移転費補助	平成25年6月30日以前に津波防災区域外に移転した方にがけ地近接等危険住宅移転事業を遡及適用				
	被災住宅再建支援事業	津波浸水区域	移転費補助	仮設住宅などに一時避難し、市内の民間賃貸住宅・災害公営住宅に入居する方に引越費用を補助				10
設備	合併処理浄化槽設置事業			合併処理浄化槽の設置費用の一部を助成	浄化槽の人槽区分による	市	東松島市 下水道課施設班	☎82-1111 内線2251
	住宅用太陽光発電普及促進事業補助金			電力受給開始日が平成25年1月1日~12月31日までの太陽光発電システム設置費などの一部を補助 ※申請期限:平成26年2月28日(必着)	6	県	宮城県 再生可能エネルギー室	☎022-211-2654
融資	災害復興住宅融資			住宅の建設・購入または被災住宅の補修に関して融資を受ける際に金利などを優遇	建設購入: 借入上限 3,270 補修: 借入上限 1,230	他	独立行政法人 住宅金融支援機構	☎0120-086-353 ☎048-615-0420
税制優遇	土地の売却に係る所得税控除			移転促進区域内の土地を売却した場合などに係る所得税を控除	—	市	東松島市 用地対策課用地対策班	☎82-1111 内線1485
	住宅ローン減税			住宅ローンがある場合に10年間にわたり所得税を控除	—	国	石巻税務署	☎0225-22-4151
	登録免許税の免除特例			建物などに係る登記について一定の要件のもと、登録免許税を免除	—	国	仙台法務局石巻支局	☎0225-22-6188
	固定資産税の特例			被災代替住宅用地および被災代替家屋に係る固定資産税の一部を軽減	—	市	東松島市 税務課固定資産税班	☎82-1111 内線1134
建築確認申請等手数料の免除			被災した建築物の再建に係る確認申請などについて手数料を減免	—	県	宮城県 東部土木事務所	☎0225-94-8691	
宅地	急傾斜地等崩壊箇所支援事業補助金			急傾斜地等から、隣接する宅地に土砂が崩落した場合や樹木が倒木した場合、撤去費用等の一部を補助(平成25年度で事業終了予定)	30	市	東松島市 建設課建築営繕班	☎82-1111 内線2227
災害公営住宅	災害公営住宅整備事業			災害により住宅を失い、自ら住宅を確保することが困難な方に対して災害公営住宅を提供	—	市	東松島市 建設課復興住宅班	☎82-1111 内線2225

## 平成26年東日本大震災東松島市慰霊祭

2011年(平成23年)3月11日に発生した東日本大震災(地震名:東北地方太平洋沖地震)により、多くの市民が犠牲になりました。市では、震災発生から3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、次のとおり慰霊祭(無宗教、献花方式)を執り行います。

■開催日 3月11日(火)

■開催場所 東松島市民体育館

(住所:東松島市小松字上浮足164、矢本第一中学校北隣)

※開催時間などの詳しい内容が決まり次第、市報などでお知らせします

■問 総務課秘書広報班 ☎内線1212

## 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文部科学省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13日	12月14日	12月15日	12月16日	12月17日	12月18日
測定値(単位:μSv/h)	0.034	0.036	0.038	0.033	0.034	0.034

※文部科学省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。

<http://radioactivity.mext.go.jp/map/ja/>

■問 環境課環境班 ☎内線1152

## 震災によって移転した場合は水道加入金が免除されます

~石巻地方広域水道企業団からのお知らせ~



石巻地方広域水道企業団は、震災で移転する上水道使用者の負担軽減を図るため、特例措置として加入金免除に係る要件の一部を、平成33年3月31日まで緩和しています。

給水区域内(石巻・東松島市内)において、震災により被災し移転する場合、移転先の居住地で新たに給水装置を設置すると同時に、被災した場所の給水装置を廃止した方が対象で、移転先で必要となる加入金を免除します。

詳しい内容については、石巻地方広域水道企業団ホームページをご覧ください。

■問 石巻地方広域水道企業団給水装置課 ☎95-6707  
企業団ホームページ URL:<http://www.ishikousui.or.jp/>

# 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26年 成人式の開催

市では、平成26年成人式を下記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、希望の方は下記まで連絡ください。

- 日時 1月12日(日) 13時開式 ※12時30分から受付開始。
- 場所 市コミュニティセンター
- 対象者 平成5年4月2日～平成6年4月1日生まれの方



### ～新成人の皆さんへ～

成人式は、一生の中で大きな節目となる記念すべき式典となります。会場内への酒類の持ち込みや飲酒後の入場は、お断りする場合があります。

記念に残る、心に残る、思い出に残る成人式を、皆さんと共に挙行したいと思っておりますので、ご協力ください。多くの皆さんの出席をお待ちしています。

- 問・申し込み 生涯学習課社会教育班 ☎内線3203

## 平成25年度東松島カキ祭りの開催

- 日時 1月26日(日)9時～12時
- 場所 野蒜市民センター
- 主な内容 焼きカキ試食・販売、カキ汁(吸物)の販売、海産物や農産物などの販売
- 主催 東松島カキ祭り実行委員会
- 問 農林水産課農林水産振興班  
☎内線2139



## 第27回オール赤井凧あげ大会の開催 ～君の手づくり凧で、赤井の空を彩ろう!!～

- 日時 2月2日(日)13時～ ※参加無料。
- 場所 赤井市民センター北側水田
- 内容 小・中学校の部、一般・団体の部で実施、矢本第二中学校2学年製作の連凧の参加
- 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



### ○親子凧づくり教室の開催

仙台に伝わる子供凧「するめてんばた」を親子で作って、オール赤井凧あげ大会に出場しよう。

- 日時 1月25日(土)9時40分～
- 場所 赤井市民センター 多目的ホール
- 講師 仙台凧の会
- 参加料 凧1個につき500円
- 必要なもの 新聞紙・ハサミ・筆記用具・油性マジック・うわぐつ
- 申し込み 1月15日(水)まで、親子で下記に申し込みください
- 主催・問 赤井市民センター ☎82-2075



## ハローワーク石巻出張相談会の開催

ハローワーク石巻では、職業にかかる相談および紹介を主とした出張相談会を、下記のとおり開催します。市内にお住まいの求職者の方々は、ぜひお越しください。

開催日時	開催場所	相談内容
1月23日(木)・30日(木) 10時～12時	市コミュニティセンター 1階 集会室	職業に関する相談 および紹介
1月9日(木) 10時～12時	東松島市商工会 鳴瀬支所	
1月16日(木) 10時～12時	グリーンタウンやもと 仮設住宅内②集会所	

※雇用保険に関する相談や手続き、求人申込や助成金等の事業所関係の相談については、ハローワークの窓口を利用ください。

- 問 ハローワーク石巻 ☎0225-21-5390

小正月の伝統行事「どんと祭」が、例年どおり開催されます。どんと祭は、神社の境内などで正月飾りや古神符を焼き、御神火にあたることで、一年の無病息災・家内安全を祈願するものです。

市内各地区での開催は、下記日程表のとおりです。なお、詳しい内容は、各主催者まで問い合わせください。また、ダイオキシン発生防止のため、飾りものなどからビニール、プラスチック類は取り除いてお持ちください。

### ◆どんと祭日程表◆

- 例年、矢本運動公園で開催していたどんと祭(2012年はイオンタウン矢本北側で開催)は、今年も行いません。下記の表の最寄りの神社へ、正月飾りや古神符を納めてください。

会場	地区	実施場所(住所など)	実施日	時間	問い合わせ
しらひげじんじゃ 白鬚神社	野蒜	宮司宅でお炊きあげを行います	1月7日(火)	16時～18時	白鬚神社 ☎88-2327
うみつみじんじゃ 海津見神社	野蒜				
ながいしいなりじんじゃ 長石稻荷神社	新東名	長石公園(新東名1丁目地内)	1月7日(火)	17時～19時	東名新場区長 齋藤寿朗 ☎090-7064-7436
いすずじんじゃ 五十鈴神社	小野	小野字笹森2		16時～19時	どんと祭実行委員会(新山神社) ☎82-2591
にいやまじんじゃ 新山神社	矢本・大塩	大塩字中沢上59		16時30分～20時	
かしまじんじゃ 鹿島神社	川下	川下字内響地内		18時～19時30分	
はちまんじんじゃ 八幡神社	上下堤	上下堤字八幡前10	1月12日(日)	18時～20時	
いすずじんじゃ 五十鈴神社	大曲	大曲字寺沼地内(寿昌院北隣)	1月14日(火)	9時～15時	琴平神社 ☎82-4245
はちまんじんじゃ 八幡神社	赤井	赤井字館前127	1月15日(水)	6時～12時	八幡神社 ☎82-8345

今年一年の健康と安全を祈る  
**どんと祭**

# City View!

# がんばろう!東松島



スペシャルサンタとして今年も参加した津川雅彦さん(写真中央)。「サンタを信じる人のところにサンタはいる。みんなの喜ぶ顔が見たくて今年もここに来ました」と話していました



◀クリスマスプレゼントが楽しみに、サンタクロースからスタンプをもらおう子どもたち



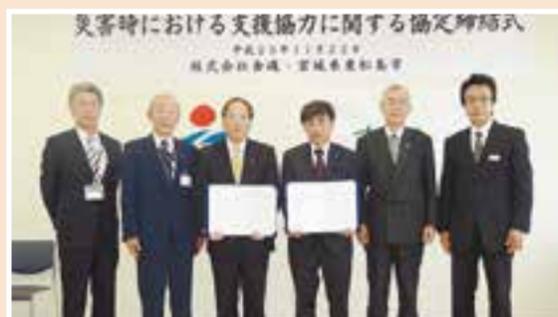
## 光の宝石で輝くまち、弾む笑顔 サンタをさがせ&イルミネーション点灯式

第3回「サンタをさがせ!&イルミネーション点灯式」(東松島元気なまちづくり委員会主催)が、蔵しっくパークやあったかいホール周辺の矢本商店街などで行われました。100人のサンタクロースに扮したのは、市民のほか同様のイベントを実施している埼玉県所沢市をはじめとする全国から集まったボランティアの皆さんたちです。3年連続で俳優の津川雅彦さんも参加し、参加した多くの子どもたちとふれあいました。日没後には、あったかいホール脇と須賀神社前三角公園にイルミネーションがともされ、無数の光でまちを輝かせました(12月7日)



インターネット上で子どもに有害な情報が氾濫していることから東松島市青少年健全育成市民会議(菅原良光会長)は、学校とPTA関係者を対象とした講習会を開きました。講話したNTT東日本宮城の担当者は、スマートフォン(多機能携帯電話)の普及で子どもを巻き込む犯罪やトラブルが増えていることを指摘し、家庭でのルールづくりを呼びかけました(11月28日、市コミュニティセンター)

## 災害時における支援協定を締結 ～防災減災都市の実現を応援～



市は赤井地区で割烹料理店「東松庵」を経営する株式会社金魂(佐藤建治代表取締役・写真右から3人目)＝仙台市太白区＝と災害時の支援協力に関する協定を結びました。協定では、市の要請により同店駐車場を一時避難場所とすることや市民へ食料を提供を行うこととなります(11月22日、市役所)



市は公益社団法人宮城県トラック協会石巻支部(齋藤匡支部長・写真左から4人目)＝石巻市重吉町＝と災害時の緊急物資輸送に関する協定を結びました。市の要請により、同支部がネットワークを活かして生活救援物資などの緊急輸送を行います(11月26日、市役所)

# みんなの心と力をひとつに



**災害公営住宅を公開**

今年2月に完成し、4月から入居が始まる小松谷地区災害公営住宅の見学会が行われました。軽量鉄骨造3階建ての集合住宅12棟からなる同住宅は、民間の建設会社が建て、市が買い取る方式で供給します。見学会は見取り図では分りにくい部屋の構造を知ってもらうと市が開催し、1〜3人用の2LDKと1〜2人用の1LDKの計5戸を公開しました。2日間で260人が訪れ、実際に間取りなどを確認しながら、新たな暮らしのイメージを膨らませていました(11月23・24日)

ゆづとまつりが開かれ、スポーツジムとプールで大勢の人たちが体を動かしました。屋外に設けられたステージでは、ダンスや大道芸などが行われたほか、焼き鳥やフランクフルトなどのフードコーナーもあり、世代を超えた来場者が楽しんでいました(12月1日、ゆづと)



上下堤そばまつり(株式会社つみ主催)では、地域の休耕田で栽培したそば粉を使ったそば打ち体験が行われ、大勢の来場者が挑戦しました。試食コーナーも設けられ、参加した人たちはゆでたての味を堪能しました(12月1日、農村創作活動センター)



クリスマスが近くなった時期に、「スイーツパーティー蔵コン」が開催されました。市内の3つの菓子店から提供されたケーキを囲みながら、独身男女約30人が素敵な出会いを求めて会話を楽しみました(12月7日、蔵しっくパーク)



第3回東松島市児童・生徒書道展(市書道協会主催)には、市内12小学校と書道協会所属教室から寄せられた作品約2150点が並び、子どもたちの力強い書が来場者に感銘を与えていました(12月13日、あったかいホール)



子どもたちに日本の芸術文化に親しんでもらうため文化庁が主催する演芸公演が矢本西小学校で行われました。桂幸丸さんなど4人の落語家や曲芸家が出演したほか、小唄を練習してきた児童3人も登壇し、大人顔負けの語りで会場を盛り上げました(11月26日、矢本西小学校体育館)



大塩小学校PTA親子芸術鑑賞会では、生まれつき手と聴力に障害を持ちながらも、仕事の傍らマリリン・バイアスとして活動する仙台市在住の高橋直樹さん(大曲出身)のコンサートが開かれました。母親の美智子さんもピアノを伴奏し、心安らぐクラシックや楽しいクリスマス・メドレーで会場を盛り上げました(12月5日、大塩小学校体育館)



# もっと知りたい!ひがしまつしま

問い合わせ 東松島市役所 ☎82-1111  
代表FAX 0225-82-8143  
(東松島市内での固定電話の市外局番 0225)

## 観味美魅 みりよく発見!ひがしまつしまの観光と物産

### 第10回「東松島を代表する特産品“海苔”」

多くの方々に支えられ、復興した東松島市を代表する特産品“海苔”。

県内の評価はもとより、皇室御献上品にも選ばれる高い品質が自慢です。中でもこれからの時期入荷する“冷凍一番摘み”は、柔らかい口溶けが特徴で、香りも風味も一級品。贈答用としても大変喜ばれる逸品ですので、親戚や友人が集まる機会に、新年のご挨拶に、ぜひ、ご賞味ください。



#### ●宮城県漁業協同組合

- ・矢本支所 ☎82-2006
- ・宮戸支所 ☎88-2112 ※新海苔の取扱いは2月ごろから。
- ・宮戸西部支所 ☎88-3311

#### ●取扱店・事業所

- ・(株)奥松島公社 ☎86-1511 ※新海苔の取扱いは1月末ごろから。
- ・いーなショップ・グリーン ☎25-5544 ※新海苔の取扱いは1月末ごろから。
- ・あんでなしよっぶ まちんど ☎83-3391
- ・ふれ愛いちば まちんど ☎25-6676 ・のり工房矢本 ☎82-3612
- ・東松島漁業生産組合 ☎87-4117

#### ■東松島の観光と物産に関する問

東松島市観光物産協会(市商工観光課内) ☎87-2322

## 支援に Mänge Tak!!

デンマーク語で「ありがとうございます」

### ハロー、デンマーク!! 第22回

前回に続いてクリスマスのお話。サンタクロースはデンマーク語で“Julemand”といい、グリーンランド出身です。毎年、子どもたちはこのユールマンへ願いごとを書いた手紙を送ります。厚紙をハートやサンタクロース、トナカイなどの形に切り抜いて飾るのもデンマーク流。またシーズン中に街中で開かれるクリスマスマーケットでは、キャンドル、陶器、食器、タペストリー(壁掛けなどに使われる室内装飾用の織物の一種)、アクセサリなどさまざまな商品が並びます。Gloggと呼ばれるホットワインが売られ、これを片手に買い物を楽しんでいます。



▲デンマークの街を彩るイルミネーション



▲街中でクリスマスマーケットが開かれます

震災後、東松島市は北欧のデンマーク王国からさまざまな支援をいただいています。デンマークがどのような国なのか、毎月1日号で紹介(連載)していきます。



■問 東松島市復興政策課復興政策班 ☎内線1242

## 子育て支援センターからのお知らせ (2014年1月)

矢本子育て支援センター「ほっとふる」 ☎84-2676  
鳴瀬子育て支援センター「あいあい」 ☎87-2338

子育て講座<要申込1月6日(月)から受付>  
親子料理教室

「野菜を使った美味しい料理」を  
作ってきましょう!

- 日時 1月27日(月)  
10時30分~12時
- 場所 市コミュニティセンター
- 講師 宮城県栄養士会
- 対象 2歳以上のお子さんとその保護者
- 持ち物 エプロン、三角巾、マスク

プレパパ・ママひろば開催<要申込>

生まれてくるお子さんのために  
「簡単布おもちゃ」を作ってみませんか!

- 日時 1月29日(水)  
10時30分~11時30分
- 場所 矢本子育て支援センター「ほっとふる」
- 対象 初めてのお子さんを妊娠中の方  
ご夫婦での参加も可能です  
※助産師が同席しますので、おもちゃを作りながら助産師と話をすることができます。

### 主な行事のお知らせ

鳴瀬子育て支援センター「あいあい」

- おじいさん・おばあさんの孫育てひろば  
23日(木)10時30分~11時30分  
「小麦粉粘土で遊ぼう」
- おしゃべりひろば  
9日(木)10時30分~11時10分  
「主任児童委員さんと遊ぼう」
- わくわくひろば  
16日(木)10時30分~11時10分  
「リズムにのってレッツ・ダンス!」
- あいあいぱ〜く「運動遊具で遊ぼう」  
○8日(水)10時~11時30分  
■場所 グリーンタウンやもと仮設住宅第2集会所  
○15日(水)10時~11時30分  
■場所 野蒜市民センター

矢本子育て支援センター「ほっとふる」

- ほっとタイム~みんなで話そう~  
14日(火)9時~12時 ※要予約、託児付。  
テーマ「子どもと一緒に一日どう過ごしている?」
- なかよしひろば  
24日(金)10時30分~11時30分  
「みんなで作ろう節分グッズ」
- サロントーキング  
28日(火)10時30分~11時10分  
「童謡サークルの皆さんと遊ぼう」
- わたしじかん  
30日(木)10時~12時  
「毛糸でつくる簡単小物~いちご~」
- 場所 蔵しっくぱーく  
※ファミリーサポートを利用すると託児料金の助成を受けられます。
- 土曜オープン 11日(土)9時~12時

★ファミリーサポートセンターでは、子どもを預かっていただける協力会員を募集しています。興味のある方は連絡をお待ちしています。 ■問 ほっとふる内事務局 ☎84-2676

子育て支援センターは、子育て中のみなさんのサポートをします

お子さん・お孫さんをつれて気軽に遊びに来てください。妊婦さんの利用も可能です。子育て・孫育ての相談にも応じます。保育士の資格を持つスタッフが笑顔でお待ちしています。  
■開館 9時~16時 ■相談 9時~17時  
※講座などで使えない日もありますので、子育て通信などで確かめください。  
子育て通信は市のホームページでもご覧になれます。  
URL: [http://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp/life\\_event/ikuji/kosodatetsushin.html](http://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp/life_event/ikuji/kosodatetsushin.html)

東松島のスポーツ少年団紹介

## 東松島市剣道スポーツ少年団



▲気合いを込めて形の練習に励みます

▼剣道スポーツ少年団のみなさん



たいどう 剣道

剣道は沖縄に伝わる古武術「手」をもとにした武道です。体軸の変化によって前後左右、上下と立体的な動きで攻防を展開するのが特徴です。練習では自主性を重んじて身体の鍛錬ばかりでなく、相手との間合いや技を仕掛けるタイミングなど、競技を通じて自ら考えて判断・行動していく力を養っていきます。先輩が後輩を教え、良き仲間として、ときには良きライバルとして互いに支えあって精進しています。

団員を随時募集しています。剣道を通じた心身の成長と仲間との絆を深めていきましょう。まずは見学にお越しください。

### ◇団データ

- 団員 26人(男子13人、女子13人) ■練習日 毎週木・土曜日
- 練習場所 矢本運動公園武道館
- 入団に関する問い合わせ先 渡邊 登さん ☎82-8269

1  
vol. 95

広報 縄文村だより vol.95(1月号)

# Jomon Times



平成26年1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



あけまして  
おめでとう  
ございます。



## 11.30 / 12.1 つる編みに挑戦しよう!

当日は市内外から18名の方にご参加いただきました。  
編むだけでなく、つるの採集から始めるのが縄文村流!  
イベントの様子を追ってみましょう。



### 縄文の手仕事



三内丸山遺跡出土「縄文ポシェット」

縄文時代、すでに植物のつるや樹皮を使ったカゴが作られていました。縄文人は素材の特徴を生かして、編み方やカゴの種類を作り分けていたようです。

1日目



さとはま史跡公園で地中からつるを掘り起こし、採集。



余計な根を切り洗浄。翌日のつる編みがますます楽しみに。

2日目



市内在住の高橋真寿美先生のご指導の下、いよいよつる編み!



それぞれ味がある、素敵な作品が完成しました!

### 募集中

## 縄文人のおしゃれ体験

～縄文人のプレスレットを作ろう!～

縄文女性たちの間で大流行した、貝のプレスレット。憧れの一品を作り、おしゃれな縄文人に変身してみませんか?

【開催日】1月13日(月・祝)  
【時間】10:00～12:00  
【参加費】お一人500円  
【申込先】奥松島縄文村歴史資料館  
tel.0225-88-3927(水曜休館)

カキの赤ちゃん

## カキ養殖体験～収穫～ 11.23

「カキ養殖体験～収穫～」を開催しました。4月に参加者さんが里浜の海に吊るしたカキは大きく成長し、一縄から100個以上の収穫。今年は大漁でした!

カキを縄から外します。



殻の骨ペラでパカッ。

奥松島カキ刺し!



ずっしり!!  
こんなに立派になりました!

殻を開けると、潮の香りとぷりっとした新鮮な身が...!  
縄文人も食した奥松島の海の恵みに、舌鼓を打ったのでした。

### 平成26年度 縄文村展示解説員募集

当館では、展示の解説や体験学習の指導案内、広報宣伝活動などを行う展示解説員を募集しています。

【募集期間】～1月24日(金)  
【申込方法】履歴書(写真貼付)を資料館へ持参、もしくは郵送にてお申込みください。(1月24日必着)

勤務条件・試験日など、詳しくは奥松島縄文村歴史資料館ホームページ、または東松島市ホームページの「職員採用情報」をご覧ください。



**お知らせ** 1/1(水)～1/5(日)は年始休館いたします。また、1/23(木)は館内整理のため、誠に勝手ながら資料館・宮戸交付所ともに臨時休館とさせていただきます。

## 工藤教育長のちよひ話第9回

工藤教育長が、長年の教員生活から得た経験や思いなどを基に連載していくこのコーナーでのお話が、皆さんのご家庭などでの教育のヒントになればと思います(毎月1日号に掲載)。



くどう まさあき 工藤 昌明 教育長

### 干支(えと)

今年(うま)は午(動物・馬)年。年男年女の皆さんは、ことさら新たな気持ちで新年を迎えられたものと思います。

十二支は、古代中国の時代から存在していた考え方で、日本でも奈良時代には伝えられていたそうです。長い歴史の時間の中で、干支には人々の様々な思いが込められてきたことでしょう。校長時代、第三学期の始業式には、その年の干支の動物に願いを込めた話をしてきました。ただ、小学生にあまり難しい話をしてピンと来ないので、身近な動物のこととして話しました。

校長として初めての新年が午年でした。そこで、馬のことを大学の獣医科の先生に教えてもらいました。馬の特徴は、耳がよいことだそうです。そう言えば、馬はよく耳を動かして音を拾っているように見えます。馬に耳掛けをかぶせるのも、大きな音で馬がびくつきりしないようにするためだということ、耳のしもやけ防止ではないようです。

その年の始業式では、今のような話

岩手県盛岡市出身。昭和49年に玉川大学を卒業後、東京都教員を経て宮城県教員となる。平成20年4月から4年間 矢本東小学校校長を務め、平成24年5月に市教育長に就任(任期は4年間)。また、本市での教職歴は、昭和54年から61年まで小野小学校の教壇に立ち、平成9年から11年までは矢本東小学校の教頭を務めた。石巻市広瀬在住で広瀬サッカースポーツ少年団団長。61歳。

の後に、「人の話をよく聞く」ことの大切さを話しました。県内のある学校で、子どもたちの話し合いの仕方がとても上手だというところがありました。どのように指導したのか聞いてみたら、「よく話す指導」よりも「よく聞く指導」を大切にしたこと。話をよく聞くということ、勉強の仕方にも通じる大事なことなのですね。と、まあこんな話でした。

この話を聞いた翌年は、未(動物・羊)年でした。岩手県の小岩井牧場で羊のぬいぐるみを買って、それを見せながら「反芻」の話をしました。反芻というのは、胃の中で消化した食べ物を再び口に戻して噛み、さらに消化をよくする行為で、羊や牛が反芻をする動物の代表です。勉強も繰り返して反芻をするように噛みしめることで理解が深まるという話をしました。

昨年は巳(動物・蛇)年。蛇は脱皮をする動物として、再生の象徴と言われます。再生の巳年から躍動の午年になります。

今年も、昨年よりさらによい年になるように、ともに頑張りましょう。

# 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

### 平成26年度 市立矢本中央幼稚園入園受付

■問 矢本中央幼稚園  
☎82-4519

年齢	募集園児数
4歳児 平成21年4月2日～ 平成22年4月1日生まれ	若干名
5歳児 平成20年4月2日～ 平成21年4月1日生まれ	若干名

### ■受付場所

矢本中央幼稚園

(住所:東松島市矢本字大溜81)

※受付時間:9時30分～16時30分。

※願書配布・受付の詳しい内容などは、問い合わせください。

### 消費生活相談員募集

■問 市民課窓口サービス班  
☎内線1122

■資格・対象 心身とも

に健康で市税など滞納のない方。パソコン(ワード・エクセル)操作ができる方。

■募集人員 1人

■勤務期間 2月1日～3月31日

■勤務時間 週15時間(月～金曜の9時～15時)

■勤務場所 東松島市役所市民課

■賃金 月63,000円

※雇用保険・社会保険無し

■応募方法 1月15日(水)17時まで、履歴書本人

自筆・写真貼付を持参の上、市民課に申し込みください。

※後日面接あり。

### 臨時歯科衛生士登録募集

■問 健康推進課健康指導班  
☎内線3105

■対象・資格 歯科衛生士免許を取得し、心身

ともに健康で市税など滞納のない方

■業務内容 乳幼児健診の歯科保健指導

■勤務時間 月3～4回、3～4時間程度

■勤務場所 矢本保健相談センター

■賃金 時給990円

■募集人数 若干名

■申し込み 矢本保健相談センターに履歴書

(本人自筆・写真貼付)と歯科衛生士免許の写しを持参

※随時受付。

### 社会教育指導員募集

■問 生涯学習課社会教育班  
☎内線3300

■対象・資格 心身ともに健康で市税など滞納

がなく、市内在住でパソコン(ワード、エクセル)の操作ができる方

※社会教育や生涯学習に関心のある方で団体活動経験者歓迎。

■業務内容 社会教育充実のための各種事業の企画や運営、団体活動

などへの支援など

■勤務条件 週28時間以内

■募集人数 2人

■採用日 4月1日から1年間(更新あり)

■賃金 月額102,000円

※雇用保険あり、社会保険なし

■申し込み 1月20日(月)まで、履歴書(本人自筆・写真添付)を右記へ直接持参

※書類審査後、面接試験を行います。

### 大塩市民センター施設管理人募集

■問 大塩市民センター  
☎82-7532

■対象・資格 市内に居住し、心身ともに健康

で市税など滞納のない方。要普通自動車免許

取得

■業務内容 大塩市民センターおよび大塩地区

体育館の管理業務

■募集人数 1人

■勤務時間 週27時間以内。月曜定休

※火・金曜:16時30分～21時30分。ただし、夜間

行事がない場合は19時30分まで。

※土・日曜、祝日:8時30分～21時30分。ただし、

夜間行事がない場合は17時30分まで。

### 自衛官募集

■問 自衛隊宮城地方協力本部石巻地域事務所  
☎83-6789  
E-mail:ishinomaki-miyagi@ct.gsd.mod.go.jp

○防衛大学校 一般(後期)

■資格 高卒(見込含)

で21歳未満の方

■受付期間 1月22日(水)～31日(金)

■試験日 1次3月1日(土)

※職種や試験に関する詳しい内容は問い合わせ

ください。

### みやぎジョブカフェ 合同適性試験&合同企業説明会

- 日時 1月16日(木)13時～16時
- 場所 仙台市情報・産業プラザ(アエル5階・28階、JR仙台駅前)
- 主な内容 合同適性試験、合同企業説明会、採用後のビジネスマナーなどのセミナー
- 対象 平成26年3月卒業予定者(大学院・大学・短大・高専・専門学校専修学校)、若年求職者(39歳以下)
- 参加企業 宮城県内に本・支店、営業所などがある企業約40社
- 問 みやぎジョブカフェ 中小企業雇用促進支援事業室  
☎022-745-0007 FAX:022-222-6854  
URL:http://www.miyagi-jobcafe.jp

### 若者サポートステーション出前相談会 ～石巻地域若者サポートステーションからのお知らせ～

- 日時 1月15日(水)13時～16時 ※相談時間:1時間。
- 場所 市コミュニティセンター
- 内容 若年無業者(ニート)とその保護者などを対象に、就労などに関する個別相談
- 申し込み 開催日の前日までに、下記に連絡ください ※予約者優先。
- 問 石巻地域若者サポートステーション  
☎0225-90-3671 (住所:石巻市西山町6-39カムロ第2ビル2階)

### HOPE(一般社団法人東松島みらいとし機構)東松島市民フォーラムの開催

- 日時 1月18日(土)10時～18時
- 場所 市コミュニティセンター
- 主な内容 岡田美里さん(タレント)のトークショーとクロスステッチ刺繍ワークショップ、東北大学東北復興農業センター準備室主催のセミナー、HOPE各プロジェクトのポスター展示、環境絵日記表彰式、住宅相談会、高齢者向け相談会 など
- 問 一般社団法人東松島みらいとし機構(HOPE) ☎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

広告

広告



## Wai Wai PET 【矢本店】

ファイワイペット

【営業時間】  
9:00～20:00  
年中無休

トリミング・ペットホテル予約受付中!  
TEL:0225-84-1577

獣医さんがいるペットショップだから ワンちゃん、ネコちゃんも安心!

www.waiwai-pet.com

# NEW OPEN!



## 【矢本動物病院】

TEL:0225-84-1580

【診療時間】  
・午前の部 9:00～13:00  
・予約診療 13:00～16:00  
・午後の部 16:00～19:00

休診/水曜日  
お盆・年末年始



ワイワイペット矢本店  
矢本動物病院

所在地:東松島市小松字谷地222 (イオンタウン矢本S.C.内)

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)

■応募資格

①石巻専修大学を推薦入試または一般入試にて合格し、平成26年4月入学する方

②平成26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こと。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きます。

■募集期間 1月15日(水)～2月21日(金)

平成26・27年度国有林モニター募集

林野庁東北森林管理局 企画調整課林政推進係 電話 018-836-2228 URL: http://www.rinyamaff.go.jp/tohoku/

東北森林管理局は、国有林の管理などに関する意見をいただく「国有林モニター」を募集します

■主な内容 国有林の管理などに関するアンケートへの回答、現地見学会やモニター会議などへの参加 など

■募集人数 48人程度  
■任期 平成26年4月1

日から2年間

■申し込み 1月31日(金)まで、上記へ申し込みください

※応募資格や申込方法などは、東北森林管理局ホームページで確認してください。

# お知らせ

## 第105回いきいき健康講座

医療法人医徳会真壁病院 電話 82-7111

■テーマ 「糖尿病を防ぐ生活習慣と糖尿病治療」

■講師 小田原雅人先生 (おだわらまさひと)

〈東京医科大学内科学第三講座主任教授、糖尿病の名医としてTV番組に多数出演〉

■日時 1月21日(火) 18時30分～

※入場開始:18時。入場無料。

■場所 市コミュニティセンター大ホール

■主催 医療法人医徳会

真壁病院、特定非営利活動法人エバーオンワード

■共催 東松島市

## 記帳・帳簿の保存制度の対象者が拡大

石巻税務署 電話 82-4151 国税庁ホームページ http://www.nta.go.jp/

平成26年1月から、個人の白色申告者のうち、前々年分あるいは前年分の事業所得・不動産所得または山林所得の合計額が300万円を超える方に必要とされていた記帳と帳簿類の保存が、これらの所得を生ずべき業務を行う全ての方(所得税の申告の必要がない方を含む)について必要となります。

記帳・帳簿等の保存制度や記帳の内容の詳細は、国税庁ホームページに掲載されていますので、ご覧ください。

## 第17回石巻地区2市1町特別職・管理職員等研修会(講演会)の開催

石巻地区広域行政事務組合 総務企画課企画調整係 電話 025-96-3577 FAX 025-96-3578

今回の研修会では、石巻地区2市1町特別職・管理職員に加えて、一般住民の方々の聴講者を募集します。

■日時 1月22日(水) 13時30分～15時(予定)

※参加費無料。

東松島市農業委員会委員選挙人名簿の登載申請

農業委員会等に関する法律施行令第3条の規定により、平成26年1月1日現在の選挙人名簿の登載申請を、1月10日(金)まで農業委員会または選挙管理委員会に提出してください。

### ～登載申請されませんと投票ができなくなります～

なお、前年名簿に登載された方は12月下旬までに申請書を郵送しています。また、新規に登載をされる方は、農業委員会または選挙管理委員会まで連絡ください。

#### ■名簿登載資格

- 東松島市に住所を有し、平成6年4月1日までに出生した者
- 田畑計10アール以上の農地につき、耕作の業務を営む者
- 上記の者の同居の親族(6親等の血族および3親等内姻族)またはその配偶者で、年間を通じておおむね60日以上耕作に従事する者

■問 選挙管理委員会事務局 内線1215

## 日本郵便から郵便局への「転居届」に関するお知らせ～転送期間切れに注意しましょう～

大切な郵便物を確実に郵送するため、転居して引越したときに郵便局に「転居届」を届出されている場合、郵便物の転送期間は、届出から1年間になります。期間延長の手続きをしないまま転送期間を経過した場合、差出人へ返却されることとなります。転送期間の延長を希望される方は、最寄りの郵便窓口で再度「転居届」を提出してください。

■窓口届出の際に必要なもの 1. 印鑑 2. 本人と確認できる書類(運転免許証、各種健康保険証など)

■問 日本郵便株式会社・石巻郵便局コールセンター 0225-95-5020、または最寄りの郵便局

## 農地転用する方へ

水田や畑を宅地や資材置場、駐車場などに転用する場合には、事前に「農地法」の手続きが必要となります。また、「農業振興地域の整備に関する法律」(以下「農振法」という)に基づく農用地区域に属する農地については、農用地区域からの除外手続きも必要となります。農地の転用を計画されている方は、事前に相談してください。

なお、この手続きを行わずに造成などを行った場合には、「農振法」では1年以下の懲役または50万円以下の罰金、「農地法」では3年以下の懲役または300万円以下の罰金、法人においては1億円以下の罰金に処されることがありますので注意してください。

■問 農振法:農林水産課農政班 内線2141  
農地法:農業委員会事務局 内線2151

## 農用地利用計画変更に関する相談

市では「農業振興地域の整備に関する法律」に基づく東松島農業振興地域整備計画を定めています。今回の震災の影響などにより農用地区域で農地以外への利用について事業計画されている方は、必ず農地の指定状況の確認と相談をしてください。

■問 農林水産課農政班 内線2141

産業用/住宅用 HEMS・太陽光・蓄電池・設計・施工  
使用していない土地が利益をうむ!  
～東松島市鷺塚に野立て太陽光展示場完成～  
お問合せ頂けましたら随時ご案内致します。  
メール又はお電話にてご連絡下さいませ。  
URL http://www.sera-wave.com / e-mail: swave@eos.ocn.ne.jp  
83-8650 矢本駅前 ゆふと1F

日高見特約店・伯楽星特約店・錦屋特約店  
橋屋特約店・明い・農村特約店・赤兎馬特約店  
酸美酒特約店・海咲特約店・堤の花雪特約店  
地酒の専門店 大江酒店  
東松島市小松字谷地196 82-2343 FAX83-7489

# 知っ得情報

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

## 相談

### 震災後のこころのケア 相談窓口

問 福祉課障害福祉班保健師  
☎内線 1175・1176

市では、震災後のこころのケアについての相談窓口を開設しています。

相談日の前日までに電話で申し込みください。

### ○こころの健康相談 (大人の方)

眠れない・食欲がなく  
て食べられない・誰とも  
話す気にならない・イラ  
イラするなどの症状でお  
困りの方。

■相談日 1月9日(木)

14時～17時(予約制、  
1人50分)

■場所 市役所内相談室

■担当 ひかりサステク  
リニック 加藤光三医師

■申し込み 相談日の前  
日までに電話で申し込  
みください

### ○子どものこころのケア 相談

震災後、夜泣き・こわが  
りが強くなった・以前よ  
り落ちつきがなくなった  
など、お子さんへの対応  
についてお困りの方。

■相談日 1月16日(木)

13時～17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師

■申し込み 相談日の前  
日までに電話で申し込  
みください

### 事業者向け「復興支援個別相談会」のお知らせ

宮城県東部地方振興事務所では、被災した事業者の方を対象に、事業の再建や補助金制度、復興特区の活用や人材確保などの相談をワンストップで受け付ける個別相談会を開催します(要事前予約)。

また相談会と同時進行で、「復旧復興に向けた融資制度」、「県の補助事業(製造業・商業・観光業)」について説明会を開催します(要事前予約)。

■日時 1月17日(金)13時～17時

■場所 宮城県石巻合同庁舎(住所:石巻市東中里1丁目4-32)

■問 宮城県東部地方振興事務所地方振興部商工・振興第一班

☎0225-95-1414

### 毎月11日は「市民防災の日(市民防災デー)」です ～宮城県北部連続地震から11年、東日本大震災から2年10カ月～

東松島市自主防災組織連絡協議会では、平成25年度から毎月11日を市民防災の日(市民防災デー)と定め、避難所や避難場所の確認、各家庭での食料の備蓄、非常用持ち出し品の確認などを積極的に行い、市民の防災意識を高めてもらうこととしています。

1月のテーマは「家の中の安全対策の確認」です。大きな災害が発生した際に、家具などが転倒し、けがをしないようにするためには、日頃から家の中の安全対策が必要です。家の中の危険を減らすことで逃げる際の安全確保にもつながります。家具の転倒や落下の危険を減らし、安全対策に努めましょう。

#### ■家の中の安全対策チェックリスト(左の欄に☑(チェック)を入れましょう)

<p><b>家の中に逃げ場として安全な空間を作る</b></p> <p>人の出入りが少ない部屋に家具をまとめて置く。無理な場合は、少しでも安全なスペースが出来るよう配置換えをする。</p>
<p><b>寝室、子どもやお年寄りのいる部屋には家具を置かない</b></p> <p>就寝中に地震に襲われると危険。子どもやお年寄り、病人などは、逃げ遅れる可能性がある。</p>
<p><b>安全に避難できるように出入り口や通路には物を置かない</b></p> <p>玄関などの出入り口までの通路に、家具など、倒れやすいものを置かない。また、玄関にいろいろな物を置くと、いざという時に出入り口をふさいでしまうこともある。</p>
<p><b>家具は倒れにくいように置く</b></p> <p>家具と壁や柱の間に遊びがあると倒れやすい。家具の下に小さな板などを差し込んで、壁や柱に寄りかかるように固定する。畳の上に置く場合は、家具の下に板を敷く。</p>

#### ■家具の転倒、落下を防ぐポイント

- ・タンス、本棚：L字金具や支え棒などで固定する。二段重ねの場合は、つなぎ目を金具でしっかり連結しておく。
- ・冷蔵庫：2ドアの場合は、扉と扉の間に針金などを巻いて、金具で壁に固定する。
- ・食器棚：L字金具などで固定し、棚板には滑りにくい材質のシートやふきんなどを敷く。重い食器は下に、軽い食器は上のほうに置く。
- ・テレビ：できるだけ低い位置に固定して置く(家具の上は避ける)。また、テレビの上には、物を置かない。
- ・照明器具：チェーンと金具を使って数ヶ所とめる。蛍光灯は、蛍光管の両端を耐熱テープでとめておく。

■問 東松島市自主防災組織連絡協議会(事務局:防災課危機対策班)

☎内線1164

### 微小粒子状物質(PM2.5)に関する情報提供

国と宮城県は、微小粒子状物質(PM2.5)に関する情報を、下記のホームページで提供していますので、利用ください。

●環境省ホームページ内「微小粒子状物質(PM2.5)に関する情報」

URL:<http://www.env.go.jp/air/osen/pm/info.html>

●宮城県保健環境センター・大気環境部テレメータ室ホームページ内

「大気汚染常時監視 データ」

URL:<http://www.ihe.pref.miyagi.jp/cgi-bin/telem/showdata>

### 国民ねんきんだより

#### ～新成人のみなさまおめでとございます 20歳からの国民年金～

日本に住む20歳から60歳未満のすべての人は国民年金に加入し、保険料を納めることが義務付けられています。

国民年金は老後の生活保障だけでなく、万が一、病気やケガで障害が残ったときや、一家の働き手が亡くなったときなど、あなたやあなたの家族を守ってくれます。

ただし、加入の届出や保険料の納め忘れがあると年金が受け取れないこともありますので、国民年金の加入手続きをしましょう。

20歳前に就職して厚生年金等に加入中の方は、加入手続きは不要です。

また、学生の方や収入が少なく保険料の納付が困難な方は「学生納付特例」や「若年者納付猶予」など保険料の支払いが猶予される制度がありますので、国民年金の加入手続きとあわせて申請してください。

#### ■国民年金のしくみ

被保険者の種類	第1号被保険者	第2号被保険者	第3号被保険者
対象者	20歳以上60歳未満の自営業の方、農林漁業の方、学生の方など	会社員、公務員など(厚生年金保険や共済組合の加入者で65歳未満の方)	第2号被保険者に扶養されている20歳以上60歳未満の配偶者
保険料	国民年金保険料 平成25年度 【定額】15,040円被 保険者が負担しま す。	厚生年金保険料率 17.120%(平成25年 9月現在)労使折半で 負担します。	被保険者本人は、保 険料負担を要しませ ん。配偶者の加入し ている年金制度の保 険者が負担します。

◎国民年金の給付は、3種類の基礎年金があります。

- 老齢基礎年金…65歳から生涯受けられます。
- 障害基礎年金…病気やケガで障害の状態になった方が受けられます。
- 遺族基礎年金…夫が亡くなったときに子のある妻または子が受けられます

◎年金手帳は大切に保管しましょう。

公的年金制度では、すべての制度に共通して使用される基礎年金番号が用いられています。

国民年金や厚生年金に加入すると基礎年金番号が記載された年金手帳が交付され、加入記録や保険料の納付状況などがこの番号で管理されます。

◎国民年金の加入などの手続きは、石巻年金事務所または市役所市民課に問い合わせください。

■問 石巻年金事務所 ☎0225-22-5117

市民課保険年金班 ☎内線1333



# それゆけ! イート Vol.33

## 「2014年もよろしくね!」

作:みやみ

◎今年もボクたちはいろいろなところにおでかけするから、みんなで仲良く遊ぼうね。by イート&イーナ



- 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。楽しいイベントが好きな面白いしん坊。
- イーナ:「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。
- げんちゃん:奥松島縄文村のキャラクター。釣りが趣味で、好きな食べ物は縄文クッキー、海の幸。
- 2014年の主な動き  
スポーツでは、2月にロシアでソチ冬季オリンピック、6月にFIFAワールドカップブラジル大会があるよ。みんなで日本代表選手を応援しようね!  
市内では、4月以降完成した災害公営住宅への入居が順次始まり、6月以降は集団移転先団地の区画引渡しなどが始まるなど、復興に向けた動きがもっと加速するよ。

■対象者 言葉や感情表現を身につけにくい、相手の気持ちや推測したり共感しにくい、集団のルールや相手に合わせて行動しにくいなどの悩みを抱えている方。本人・親・幼稚園・保育所・学校の先生など

■日時 1月21日(火)  
①13時30分 ②14時30分、1日2件まで(1回45分程度)

■場所 東まつしま地域活動支援センター カノン(ゆぶと内)

■申し込み 相談日の1週間前まで電話または来所にて相談ください

発達障害者支援センター「えくぼ」巡回相談

東まつしま地域活動支援センターカノン  
☎83-11571  
「えくぼ」ホームページ  
http://ekubo.blog.ocn.ne.jp/blog/

### 休日診療担当医院表

#### ●東松島地区医院・薬局 (診療時間:9時~17時)

月日	医院名	電話	薬局名	電話
1月5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
1月12日(日)	伊東胃腸科内科	82-6666	たかぎ薬局赤井店	83-5466
1月13日(月・祝)	かしわや内科クリニック	83-2003	こぐま薬局	82-3943
1月19日(日)	ししど内科クリニック	83-8830	調剤薬局くりっぷ	24-9730
1月26日(日)	鳴瀬中央医院	87-3853	なるせ薬局	86-1251

※救急医療機関として、市内では、真壁病院☎82-7111、仙石病院(泌尿器科、脳神経外科)☎83-2111が24時間体制で救急患者の診療を実施。また、石巻圏域では、石巻赤十字病院☎0225-21-7220、斎藤病院☎0225-96-3251が、24時間体制で救急患者の診療にあたっています。診療が必要な場合は、電話確認をしてから受診してください。

#### ●小児科休日急患担当医院 (診療時間:9時~17時)

石巻市の小児科休日急患担当医による診療は、東松島市在住の方も利用できます。診療が必要な場合は、電話確認をしてから受診してください。

月日	医院名	住所	電話 (市外局番0225)
1月1日(水)	ものうファミリークリニック	石巻市桃生町中津山八木167-4	76-4024
1月2日(木)	佐久間眼科小児科医院	石巻市八幡町1丁目3-22	92-7651
1月3日(金)	おおば小児クリニック	石巻市門脇字青葉西38-1	93-9693
1月5日(日)	石巻赤十字病院	石巻市蛇田字西道下71	21-7220
1月12日(日)	石巻市夜間急患センター(仮設)	石巻市日和が丘1丁目2-11	94-5111
1月13日(月・祝)	中山こどもクリニック	石巻市中里3丁目4-27	95-4121
1月19日(日)	石巻市夜間急患センター(仮設)	石巻市日和が丘1丁目2-11	94-5111
1月26日(日)	佐久間眼科小児科医院	石巻市八幡町1丁目3-22	92-7651

#### 女性医師による女性の健康相談

宮城県健康推進課  
健康推進班  
☎022-211-2623

思春期や更年期の身体的精神的不調、家庭や職

場でのストレスなどで悩んでいる女性の相談に応じます。(完全予約制・相談無料)  
■相談日 1月11日(土)  
大崎市  
※時間は14時から16時です。

会場などの詳しい内容は予約時にお知らせします。  
※仙台市に通勤・通学している方は仙台市会場(エルソーラ仙台)でも相談できます。希望の方は予約専用電話に相

談ください。  
■予約専用電話  
☎090-15840-1993  
■受付時間 平日9時~17時(土・日曜、祝日を除く)  
宮城県女医会・女性の健康相談室

### 消費生活情報 ~振り込め詐欺~

#### だまされないで! その電話

- ・「携帯電話番号が変わった」 は詐欺
- ・「今すぐお金が必要になった。→急いでお金を振り込んで」 は詐欺  
→レターパックで現金を送って」 は詐欺  
→代理の人にお金を渡して」 は詐欺
- ・「お金を還付するからATMに行って」 は詐欺
- ・「キャッシュカードを預かる」 は詐欺

#### <アドバイス>

電話がかかってきても、あわてず落ち着いて、事実を確認するか、家族や信頼できる人や警察などに相談しましょう。

~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

### 宮城県東部保健福祉事務所 定例相談のお知らせ

#### ○精神保健福祉相談

- 日時 1月15日(水)14時~16時(予約制)
- 対象 本人とその家族および関係者
- 内容 精神科医師による相談



#### ○アルコール関連問題相談

- 日時 1月17日(金)10時~15時(予約制)
- 対象 アルコール問題で困っている人およびその家族
- 内容 精神保健福祉士による相談(10時~12時までは家族教室を実施)

#### ○思春期・ひきこもり専門相談

- 日時 1月27日(月)10時~15時(予約制)
- 対象 ひきこもりや不登校、家庭内暴力などで困っている人およびその家族
- 内容 臨床心理士による相談

#### ■上記の相談場所 宮城県東部保健福祉事務所

(住所:石巻市東中里1丁目4-32、県石巻合同庁舎)

#### ■上記の相談に関する問・申し込み

宮城県東部保健福祉事務所母子・障害班 ☎0225-95-1431

### 【1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	相談内容	問・申し込み
人権相談	1月10日(金) 10時~15時	市コミュニティセンター	いじめ、暴力、隣近所とのもめ事、その他人権に関する相談	仙台法務局石巻支局 ☎0225-22-6188 市民課窓口サービス班 ☎内線1122
消費生活相談	毎週月~金曜(祝日を除く) 9時~15時	市役所市民課(1階:消費生活相談室)	多重債務、悪質商法、不当請求、契約トラブル(クーリングオフ)などの消費生活をめぐる問題に関する相談	市民課消費生活相談員 ☎内線1117
行政相談	1月10日(金) 13時~15時	市コミュニティセンター	国・自治体の行政や郵便局・NTT、独立行政法人などの業務に関する相談	総務課総務班 ☎内線1205
法テラス東松島への法律相談	法テラス東松島では、家族(夫婦・相続)・借金未払い・借家トラブル・多重債務・成年後見制度などの法律相談を受け付けていますので、利用ください。 ■場所 市コミュニティセンター西側 ■開設日時 平日9時~17時 ■1月の休日法律相談日 11日(土)、26日(日)			法テラス東松島 ☎050-3383-0009

# ヘルシー インフォ メーション

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

## 新生児・産婦訪問

■問 健康推進課健康指導班  
☎内線3114・3115

新生児および産婦の訪問相談を行っています。

■内容 赤ちゃんの体重測定、発育・発達確認と母乳・育児相談の家庭訪問

■方法 希望する場所に保健師または助産師が伺います

※市外の里帰り先などに希望される方は相談ください。

■申し込み 電話または出生連絡票を郵送で提出

## 母子健康手帳・母子健康手帳別冊の交付

■問 健康推進課健康指導班  
☎内線3114・3115

■対象 妊娠された方、震災で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

## 乳幼児健康診査・健康相談のお知らせ

乳幼児健康診査及び健康相談の予定は、下記のとおりです。  
乳幼児健康診査の対象者には、あらかじめ通知していますが、通知が届かない方や新たに転入された方は、下記まで連絡ください。  
乳幼児健康診査および健康相談スケジュール(1月) 場所:矢本保健相談センター

健康診査	対象者	期日	受付時間
4か月児健康診査	平成25年9月生まれ	22日(水)	12時30分~12時50分
1歳6か月児健康診査	平成24年6月生まれ	21日(火)	
2歳6か月児歯科健康診査	平成23年6月生まれ	23日(木)	
3歳児健康診査	平成22年8月生まれ	24日(金)	

健康相談	対象者	期日	受付時間
妊産婦・子どもの健康相談	妊産婦・子ども・保護者	15日(水)	9時30分~11時30分
7か月児健康相談	平成25年6月生まれ	28日(火)	9時~9時20分
10か月児健康相談	平成25年3月生まれ		13時~13時20分

■問 健康推進課健康指導班 ☎内線3114・3115

## 献血にご協力ください

■問 健康推進課健康推進班  
☎内線3109・3110

移動献血車がきます。皆さんのご協力をお願いします。

■実施日時 1月9日(木) 10時~12時

■実施日時 1月13日(月・祝) 10時~11時45分 / 13時~16時30分

■場所 イオンタウン 矢本

※右記すべての献血について、17歳の男性および18歳以上の方を対象とした400cc献血で実施します。

## 予防接種予診票を郵送

次の対象となる方に予防接種予診票を郵送しますので、指定医療機関で接種してください。通知が届かない場合は、連絡ください。

予防接種名	対象
ヒブ、小児用肺炎球菌、四種混合、BCG	平成25年11月生まれの方
麻疹風しん混合(第1期)	平成24年12月生まれの方

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3110

## 平成26年度各種検診およびインフルエンザ予防接種等申込書の送付

平成26年度各種検診およびインフルエンザ予防接種等申込書を、1月末までに対象となる各世帯に郵送します。

この申込書で、各種がん検診、健康診査(循環器検診)、高齢者インフルエンザ予防接種等の申し込みを受付けます。

### 申込書は受診希望

の有無にかかわらず、2月7日(金)までに返信用封筒で返信してください。

期日までに申込書が提出されない場合、26年4月中旬実施予定の胃がん検診などに必要な受診票が届かなくなり、また、受診できないこともありますので、期日までに必ず申込手続きをしてください。

■対象 平成27年4月1日時点で19歳以上の方

※平成25年12月1日以降に転入された方には検診申込書を郵送していませんので、下記まで連絡ください。

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3109・3110

### ■申込書様式イメージ

平成26年度 東松島市 各種検診等申込書

住所 平91-0003 矢本平上河戸36番地1  
世帯主氏名 ●●●●●●

希望する検診に○を付けてください。希望しない場合は記入不要です。

個別検診(医療機関で受診していただきます。)	集団検診										
	がん検診	胃がん	子宮がん	乳がん	骨密度	聴覚	視力	歯	口腔	皮膚	その他
胃がん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
子宮がん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
乳がん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
骨密度	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
聴覚	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
視力	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
歯	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
口腔	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
皮膚	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
その他	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

問合せ先 東松島市 健康推進課(矢本保健相談センター内) TEL.82-1111 内線3102,3110,3109

## 食のリレートーク 第36回

### 支援への感謝込めて交流会

大曲堰の内南仮設団地自治会長 栗原信一郎さん

私たちの住む大曲堰の内南仮設団地には県内外から多くのボランティアさんが訪れ、炊き出しなどの活動を続けてくれています。中でも栃木県さくら市の社会福祉協議会を中心としたボランティアチームの皆さんはこれまで10回以上も訪れ、支援を続けてくださいました。

さくら市の皆さんが初めて来られたのは平成23年の10月です。この日は冷たい北風が吹くとても寒い日でした。皆さんからいただいた挽きたての温かいコーヒーの味と香りは今でも忘れることができません。

そんなさくら市の方々に日ごろのお礼の気持ちを伝えようと、先日、手作りの豚汁でもてなす交流会を開きました。

豚汁には、私たち仮設団地の住民が協力して育てた白菜、大根、ささぎ豆など採れたてで新鮮な野菜をふんだんに使いました。感謝の思いをたくさん込めた豚汁は、「野菜の甘みが口の中に広がっておいしい」と皆さんから好評でした。交流会ではさくら市の皆さんも手作りの五目ごはんやお赤飯を用意してくれました。

食べることは人を笑顔にしてくれます。ボランティアの皆さんに感謝の気持ちが伝わるよう、これからも食を通じたおもてなしを続けていきたいと思ひます。

今回は、鳴瀬被災者サポートセンター 尾形絵里さんへバトンタッチします



▲おいしい豚汁や赤飯を囲み、笑顔の花が咲いた交流会



▲大曲堰の内南仮設団地自治会長の栗原信一郎さん(左)と栃木県さくら市からボランティアとして訪れた民生委員の地神守さん

## あなたに届け! 健康ラブレター



保健師 千葉 歩

寒い季節が苦手な私ですが、体がかたくならないように、入浴後はいつもストレッチをして体を伸ばしています。

### ~冬場の健康管理、運動、日常生活の工夫~

冬は、健康管理に一層の気配りが必要な季節です。冬の寒さは血圧に影響を及ぼします。人は寒い場所に出たときに身を縮めますが、同じ事が血管でも起こり、血管を収縮させ血圧をあげます。温度差が大きいと血圧は急激に変動します。例えば暖かい部屋から寒い脱衣所への移動で血圧が急上昇。適度な温浴で体が温まると、今度は血管が拡張して血圧が急降下します。このような急激な血圧の変動は、心臓や脳の血管に大きな負担をかけ心筋梗塞や脳梗塞の引き金となります。

血圧の急激な変動を防ぐために、家の中での温度差をできるだけなくすることが重要です。入浴は、暖房器具で脱衣所を暖め、浴室は入る前にお湯をためた湯船のふたを取る、シャワーを出しておくなど、湯気で暖めておくようにしましょう。湯船の温度は38~40度程度のぬるめをおすすめします。廊下、トイレを含め住宅内で移動する場合は、靴下をはき、薄手の服を重ね着するなどして、室内でも体が冷えないよう工夫をしましょう。また、外出時は少しの距離でも、防寒を心がけましょう。寒さの厳しい季節ですが、楽しく元気に、快適な冬を過ごしましょう。

# 戸籍のまど

平成25年11月届け出分  
(11月1日～11月30日)

敬称略・希望者のみ掲載しています  
■戸籍のまど掲載に関する問  
市民課窓口サービス班  
☎内線13334

## ご結婚 おめでとうございます

行政区	氏名
柳西	山田 怜治
新潟県	高橋 真理子
大崎市	鹿野 健
谷地	清水 実里
上戸戸四	今泉 孝行
横関	遠藤 志保
貝殻塚二	佐藤 蛮治
仙台市	石垣 唯
上下堤	秋元 勝則
松島町	横澤 真由美
小野下	藤原 洋
小野下	内海 幸恵
貝殻塚二	佐藤 純
石巻市	後藤 枝里
川下	尾形 正崇
塩釜市	木村 裕亮
塩釜市	大島 多佳子
中東	藤岡 義希
石巻市	阿部 美咲

## お誕生 おめでとうございます

行政区	氏名	保護者
御下	小川 颯太	直人
阿部	心葉	正憲
高瀬	朔空	誠弥

## お悔やみ申し上げます

行政区	氏名	享年
新川前	江頭 拓斗	21
柳北	佐々木 柚陽	20
南浦宿舎	堂後 杏珠	19
柳北	昆野 祈羅	18
上戸戸四	庄田 優音	17
上戸戸一	深堀 輝月	16
上戸戸二	佐々木 波瑠	15
上納	三浦 千陽	14
下町四	加藤 日奈	13
横沼二	相澤 知璃	12
若葉	菅原 優太	11
表	稲富 叶乃	10
表	内和 弥花	9
南新二	杉山 楓歩	8
表	雲石 琉奈	7
小野下	戸井 燦	6
南四	平塚 涼那	5
南浦宿舎	渡辺 よつ葉	4

行政区	氏名	享年
下町四	谷津 はるみ	97
下町四	谷津 幸一	70
柳西	阿部 助男	89
道地	宇佐美 はつえ	89
浜市	宇佐美 まき子	89
下小松	及川 清壽	82
大溜	藤原 悦子	73
沢田	浅野 とくえ	85
亀岡東	阿部 繁	74
谷地	菅井 とよ子	77
往還下	鹿野 善悦	87
表	安倍 多喜子	89
川下	熊谷 信雄	67
新東北	京野 香	87
下町五	吉田 文次	86

## 住所異動の届出手続きは忘れずにしましょう

転出・転入・転居で住所を異動した方は、住んでから14日以内に届出をしましょう。  
なお、津波防災区域に指定され、現在当該地に居住していない方は、すみやかに届出手続きをしてください。  
■問 市民課窓口サービス班 ☎内線1123、1125、1609  
鳴瀬総合支所 ☎内線2110

行政区	氏名	享年
往還上	常盤 道子	81
南新二	奥田 尊司	88
道地	村岡 みのる	91
小野下	石垣 智	72
南六	佐藤 郁子	77
貝田	土井 航	54
下町四	三浦 正治	80
小野上	熱海 恵子	88
関の内二	熊谷 京子	82
月浜	小野 辰蔵	36
亀岡西	阿部 晶弘	77
小野上	小林 泰子	93
五味倉	佐藤 次郎	72
関の内二	米持 梅太郎	87
新田	阿部 蜂男	87
中東	高橋 ミツ子	87
大崎市	小山 みよし	88
横関	青山 勝利	97
南四	丹野 昭宏	79
南新二	山崎 敏夫	65
表	村上 たみ子	93
上小松	菅原 とよ子	88
上町三	須田 佐喜雄	86
東大溜	佐々木 まつ子	82
塩入	邊見 せつ子	82

## 蔵っ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 蔵っパーク ひと・まち交流館 ☎・FAX:84-1770  
ふれ愛情報プラザ ☎84-2011・FAX:84-2015

## くらっば蔵部

定員になるまで受付しています。必ず一人毎に電話で申し込みください(☎84-1770)。

内容	日時	受付開始日	材料費	参加費	定員	持ち物
つるし飾り【男の子】 (5回シリーズの3回目) 講師:佐々木比呂美	1月23日(木) 13時30分～16時	1月7日(火) 9時～	1,600円	100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
着物とお抹茶を楽しむ会 講師:小島光代	1月25日(土) 10時～13時	1月8日(水) 9時～	1,000円 (お菓子付)	100円	15人	着物一式
詩吟 講師:宇都宮瑞瑠	1月30日(木) 10時～12時	1月9日(木) 9時～	300円	100円	10人	筆記用具

## 第10回新春お笑い劇場

入館者20万人突破記念「東方落語」と「漫才」

「蔵っパーク」開館10周年～皆さんお馴染みの「お笑いの達人」の話芸で大いに笑っていただきます。

■出演 六華亭 遊花、まつ・トミ (旧今野家なにも・かにも)  
■日時 1月19日(日)10時30分開演(開場10時)  
■場所 蔵っパーク ひと・まち交流館  
■入場料 大人1,000円(小学生以上) 温かいありがとうどんを食べられます(100食限定)  
※チケットは「ひと・まち交流館」にて販売中!  
■主催 蔵っパーク(NPO法人東松島まちづくり応援団)

## 東日本大震災 第3回石巻かほく復興写真展

■日時 1月29日(水)～2月2日(日) 10時～17時

## 展示コーナー

## 旬鮮直売 くらっば市

■日時 1月19日(日) 10時～12時・朝採り野菜・健康卵・EM製品  
※都合により変更になる場合があります



## 第7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7日(金)18時30分～ ■場所 ひと・まち交流館  
■定員 50人限定(定員になり次第締切) ■会費 2,500円(和食のお弁当付き)  
※チケットを1月7日(火)9時より販売開始  
■注意 参加される方は、イベント終了後、自動車などを運転して帰宅しないようお願いします。自動車などを運転して来場された方は、帰りの際には必ずタクシーや運転代行を利用してください。

※蔵っパークの仕事始めは1月4日(土)からです。

## 第10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14日(金)12時30分～(12時15分開場) ■場所 ひと・まち交流館  
■定員 30人限定(定員になり次第締切) ■会費 2,800円(食事代)  
※チケットを1月14日(火)9時より販売開始(一人2枚まで)  
■主催 THEくらっばず・蔵っパーク  
(「THEくらっばず」料理に腕をふるいます)

## ふれ愛情報プラザからのお知らせ

パソコン講習会の申し込みは ☎84-2011 (17時30分以降は☎84-1770へ)  
FAX:84-2015 メール:fureai@kurappa.jp  
開館時間:火～土曜9時～17時30分、日曜・祝日 9時～17時  
相談以外は電話・FAX・メールにて受け付けします。(毎週月曜休館日)  
※先着順となりますので、早めに申し込みください。(車イスの方も受講できます)

### ●受付中

パソコン初心者無料相談会 1月22日(水)10時～12時(一人15分程度)
パソコンの初心者相談(アドバイス)。(例:文字を大きくしたい、日本語が打てなくなったなど)※機器に関する修理などはできません。相談では解決できない場合もあります。 ■受講料 無料 ■定員 3人程度 ※要予約。
ワード初級 1月14日(火)～17日(金)9時30分～12時 4日間
パソコンの名称、電源の入れ方、マウス操作、文字入力の方法、簡単な文章作成。 使用OS:Windows7、Office2007 ■受講料 2,000円 ■テキスト代 1,260円 ■定員 ■定員 18歳以上のパソコンをこれから始める方 20人
エクセル初級 2月4日(火)～7日(金)9時30分～12時 4日間
エクセルの基本操作の文字入力・数字入力、簡単な関数と表作成を学びます。 ■受講料 2,000円 ■テキスト代 1,764円 ■定員 18歳以上で、マウス操作と簡単な文章が入力できる方 20人
※無料(45分間)インターネットコーナー、有料テレワーク室(4時間)も利用ください。

## あったかいホールからのお知らせ

チャレンジショップ(あったかいホール1階)では、地元の旬の野菜・海苔や手作り小物を販売しています。ぜひお越しください。

### 手作りチャレンジクラブ

★布ぞうり  
■日時 1月18日(土)・23日(木) ■受講料 無料 ■材料費 各500円  
★籠編み  
■日時 1月22日(水)・29日(水) 10時～ ■参加費 各300円 ■定員 各10人  
■準備物 花ばさみ、軍手 ※材料のない方は問い合わせください。  
★着物地で作る梅飾り  
■日時 1月28日(火) 13時～16時 ■受講料 無料 ■材料費 500円  
■準備物 裁縫道具 ※見本はあったかいホールにあります。  
※あったかいホールの仕事始めは1月6日(月)からです。

### 「あったかいホール」開館時間のお知らせ

■チャレンジショップ(1階) 10時～16時、日曜休館 ■問・申し込み ☎98-6061 FAX:98-6062

# 市民のカレンダー 1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
<b>飲酒運転は犯罪です</b> 宮城県内では震災発生後から飲酒運転による事故や検挙数が増加しています ～飲酒運転を「しない」「させない」「許さない」～			<b>1</b> 元日 ■市報1月1日号発行 ■市役所年末年始閉庁(～5日) ■図書館休館(～6日) ■奥松島縄文村歴史資料館休館(～5日)	<b>2</b> ■大曲浜獅子舞新春披露・パレード(市内各所など)	<b>3</b> ■大曲浜獅子舞新春披露・パレード(市内各所など)	<b>4</b> (A)
<b>5</b> ■平成26年東松島市消防出初式(鷹来) 8:45 ■平成26年東松島市交通・防犯関係団体出動式◎11:00	<b>6</b> ■市役所仕事始め	<b>7</b> ■市民課延長窓口～19:00 ■納税相談夜間延長窓口～20:00	<b>8</b> (A) ■第3学期始業式(市内小・中学校、矢本中央幼・鳴瀬幼)	<b>9</b> ■囲碁将棋のつどい◎10:00 ■新春お楽しみ会(中央幼)	<b>10</b> ■人権相談(市コ)10:00 ■行政相談(市コ)13:00 ■第3学期始業式(はなぶさ幼、のびる幼)	<b>11</b> (A) ●市民防災の日(市民防災デー) ■おはなし会◎11:00 ■大塩地区新春夢かたり(塩体)16:00
<b>12</b> ■平成26年東松島市成人式(市コ)13:00	<b>13</b> 成人の日 ■図書館休館日 ■献血 イオンタウン矢本 10:00 ■縄文人のおしゃれ体験(縄文)10:00	<b>14</b> ■図書館休館日(成人の日振替) ■機能訓練◎9:30 ■納税相談夜間延長窓口～20:00	<b>15</b> (A) 市報1月15日号発行 ■ちっちゃい子向けおはなし会◎11:00	<b>16</b> ■囲碁将棋のつどい◎10:00 ■市民参観日(鳴瀬桜華小、野蒜小、鳴瀬未来中)	<b>17</b> ■市民参観日(鳴瀬桜華小、野蒜小、鳴瀬未来中)	<b>18</b> (A) ■HOPE 東松島市民フォーラム(市コ)10:00 ■おはなし会◎11:00
<b>19</b> ■第5回大塩地区センター対抗バレーボール大会(塩体)8:15 ■第10回新春お笑い劇場◎10:30	<b>20</b> ■図書館休館日 ■母親研修会(鳴瀬幼)	<b>21</b> ■市民課延長窓口～19:00 ■納税相談夜間延長窓口～20:00 ■2歳児教室(鳴瀬幼)	<b>22</b> (A) ■奥松島縄文村歴史資料館臨時休館日<定例休館日:毎週水曜日> ■囲碁将棋のつどい◎10:00 ■防災訓練(鳴瀬幼)	<b>23</b> ■奥松島縄文村歴史資料館臨時休館日<定例休館日:毎週水曜日> ■囲碁将棋のつどい◎10:00 ■防災訓練(鳴瀬幼)	<b>24</b> ■入学説明会(矢本二中) ■平成26年度入園児一日入園(はなぶさ幼)	<b>25</b> (A) ■親子風づくり教室 赤井市民センター 9:40 ■おはなし会◎11:00 ■議会報告会 矢本保健相談センター・赤井市民センター・小野市民センター 18:30
<b>26</b> ■平成25年度東松島カキ祭り 野蒜市民センター 9:00	<b>27</b> ■図書館休館日	<b>28</b> ■機能訓練◎9:30 ■納税相談夜間延長窓口～20:00	<b>29</b> (A) ■囲碁将棋のつどい◎10:00	<b>30</b> ■囲碁将棋のつどい◎10:00	<b>31</b> ●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 ■図書館休館日(図書整理日) ■ちびっこクラブ(中央幼) ■2歳児のつどい(はなぶさ幼)	<b>2/1</b> (A) ■市報2月1日号発行 ■おはなし会◎11:00 ■特定非営利活動法人東松島市芸術文化振興会文化講演会(市コ)13:30

問い合わせ	役	…市役所	82-1111	老	…老人福祉センター	83-2851	市コ	…市コミュニティセンター	82-6969	小体	…小野地区体育館(管理:小野市民センター)	87-2067
	鳴総	…鳴瀬総合支所	82-1111	矢子	…矢本子育て支援センター	84-2676	市体	…市民体育館	82-9030	塩体	…大塩地区体育館(管理:大塩市民センター)	82-7532
	矢保	…矢本保健相談センター	82-1123	鳴子	…鳴瀬子育て支援センター	87-2338	矢運	…矢本運動公園	82-6804	鷹来	…鷹来の森運動公園	82-1101
	鳴保	…鳴瀬保健相談センター	87-3111	図	…市図書館	82-1120	赤体	…赤井地区体育館	82-6803	健増	…健康増進センター ゆぶと	84-3855
	縄文	…奥松島縄文村歴史資料館	88-3927	蔵	…蔵しっくパーク(ひと・まち交流館)	84-1770	鷹来	…鷹来の森運動公園	82-1101			

体育館一般開放のお知らせ ■場所・時間 (A)…市民体育館 19～21時 ■問 NPO法人東松島市体育協会事務局 ☎82-9030

広告

広告

**やもと整骨院** カラダをベストに!!  
 健康保険取扱・交通事故・労災

矢本駅前 ゆぶと1F  
 ☎ 83-5980

受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	○	○
14:00～19:30	○	○	○	○	○	○	○	○
14:00～17:00	○	○	○	○	○	○	○	○

URL <http://www.yamoto-seikotuin.com/>

3月12日(金)まで休診し

車検の **ナルセハタケヤマ**  
 TEL 87-3818

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

COOP MIYAGI みやぎ生協提携店

東松島市は自主財源を確保するため、有料広告を掲載しています。

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](mailto:koho@city.higashimatsushima.miyagi.jp)  
 【東松島市ホームページ】 <http://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp>



東松島市の人口  
 (平成25年12月1日現在の住民基本台帳、外国人住民含む)  
 男 19,774人(-2) 女 20,481人(-25)  
 計 40,255人(-27) 世帯数 14,901戸(+11)  
 ( )内は前月比