

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



ドイツ ボッシュ・グループからプレゼント 市内3保育所にサンタさん登場

継続的に被災地支援活動を行うドイツ系企業の日本ボッシュ・グループが東松島市を訪れ、今年も地域の子どもたちに素敵なクリスマスプレゼントを届けてくれました。同社からは、東日本大震災以降、さまざまな支援をいただいています。今回は、同社元社長のヘルベルト・ヘミングさんが聖ニコラウス(サンタ)に扮して小野・矢本西・大曲の3カ所の保育所を訪問。子どもたちと一緒に歌を歌ったり、記念撮影をしたりと楽しい時間を過ごしました。ヘミングさんは「子どもたちにとって幸せなクリスマスの思い出になってくれればうれしく思います」と健やかな成長を願っていました。

子どもたちの笑顔咲く

市県民税申告に関するお願い ～税務課からのお知らせ～

●平成27年分確定申告の事前準備をお願いします

◆下記に該当する方は、事前に計算し必要書類を作成してから申告会場へお越しください。

- ・営業等、農業、不動産所得のある方(収支内訳書の作成)
- ・医療費控除を受ける方(支払った医療費の計算)

※平成27年分申告相談(日程・場所など)に関する詳しい内容は、市報1月1日号でお知らせしていますので、そちらをご覧ください。

●所得税及び復興特別所得税の還付申告はお早めに

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

【例】

①前年で引ききれなかった東日本大震災による雑損控除の繰り越しをしている方

■必要書類 源泉徴収票、前年分の確定申告書等の控えまたは更正の通知書など

②多額の医療費を支払った方

■必要書類 源泉徴収票、医療費の領収書など

③マイホームを住宅ローンなどで取得した方

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

④年の途中で退職した後就職しなかった方

■必要書類 源泉徴収票など

※なお、給与所得者で確定申告の必要がない方が還付申告をする場合は、その他の各種の所得(退職所得を除く)も申告が必要です。

【申告豆知識】

Q. 所得税および復興特別所得税の還付申告はいつからできますか。

A. 税務署に対し還付を受けるための申告(還付申告)については、税務署において1月4日から行っています。2月8日からの確定申告時期は大変混み合いますので、早めの申告をお願いします(税務署の閉庁日(土・日曜・祝日等)は、税務署では相談および申告書の受付は行っていません)。

Q. 平日は仕事で行けないのですが。

A. 国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、画面の案内に従って金額などを入力すれば確定申告書等を作成・プリントアウトすることができ、そのまま税務署に提出(郵送)することが可能です。また、作成したデータは「e-Tax(電子申告)」を利用して提出することもできます(なお、「e-Tax(電子申告)」の利用にあたっては、事前に手続きが必要です)。
※詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。

●給与支払報告書の提出を忘れずに ～会社・事業主の皆さんへ～

平成28年1月1日現在、本市に住所がある従業員(パート、アルバイト含む)に対して、平成27年中に給与を支払った会社や個人商店の事業主は、1月29日(金)までに給与支払報告書を下記まで提出(郵送可)をお願いします。

※平成27年中の中途退職者の方の分も同様です。

※給与支払報告書に記載されている住所・氏名・生年月日・支払金額・控除内訳などは、納税通知書や各種証明書に記載されますので、提出時には誤りがないか必ず確認してください。

■問・提出先 税務課住民税班 ☎内線1138・1139・1147
〒981-0503 東松島市矢本字上河戸36番地1

地域別の津波避難計画をお知らせします⑦(最終回) <宮戸地域>

市報毎月15日号で、地域別の津波避難計画を紹介しています(全7回)。
今号は、宮戸地域の津波避難計画図と避難経路についてお知らせします。

(1) 津波発生時の避難所、指定緊急避難場所

自主防災組織	指定避難所		指定緊急避難場所	
	地域避難所	地区避難所	一時避難場所	津波避難場所
里区自主防災会※ (里北、里南)	宮戸小学校	—	医王寺前駐車場 大高森 稲ヶ崎遊歩道	—
月浜区自主防災会		—	五十鈴神社[月浜] 嵯峨溪遊歩道	
大浜区自主防災会		—	鹿島神社 仙堂山	
室浜区自主防災会		—	大浜峰 (唐船番所跡遊歩道)	

※自主防災組織が複数の行政区等で構成されている場合、()内に対象となる行政区等を記載。

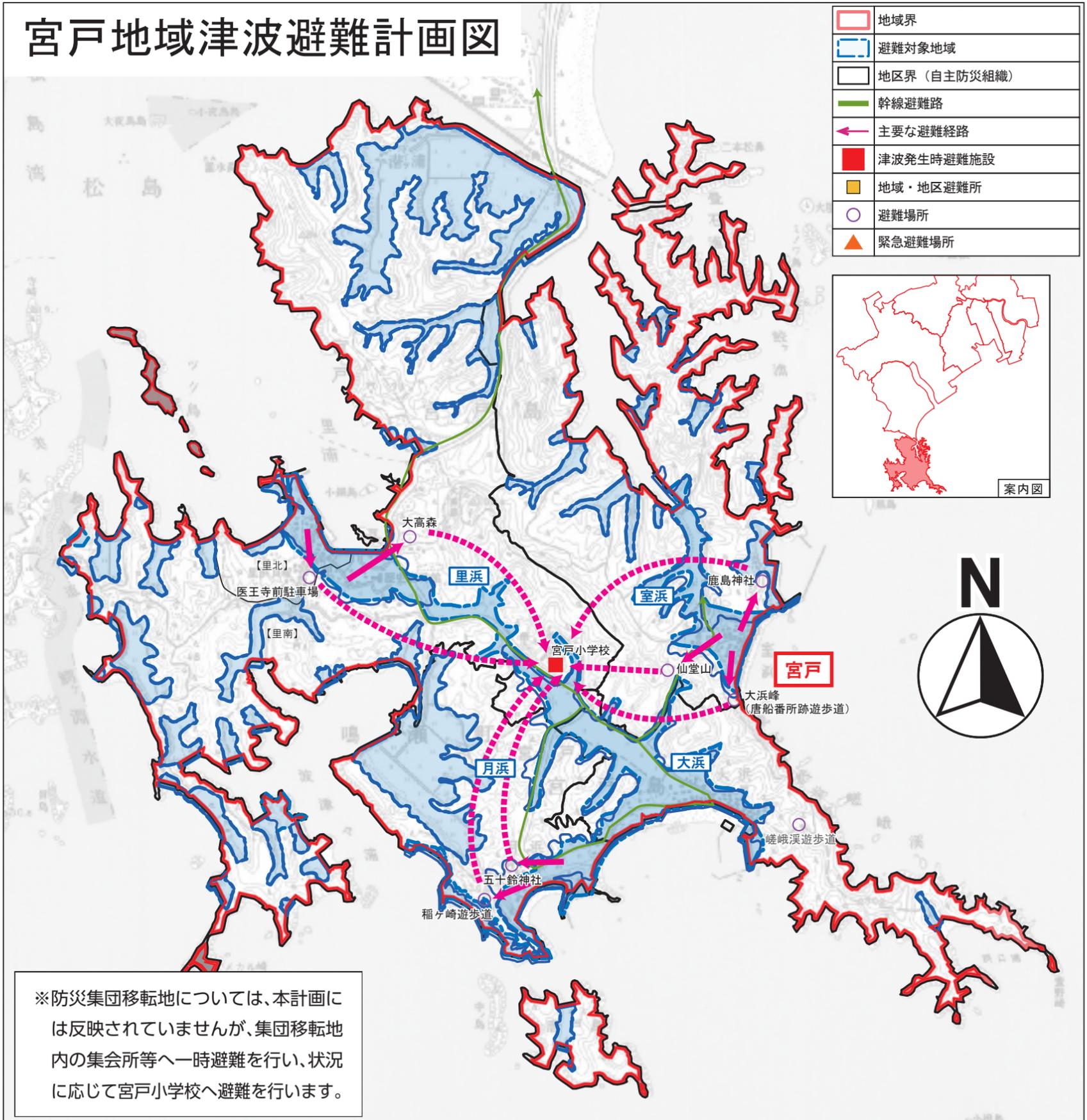
(2) 津波からの避難経路

自主防災組織	避難経路
里区自主防災会※ (里北、里南)	大高森などの裏山⇒宮戸小学校 医王寺前駐車場⇒宮戸小学校
月浜区自主防災会	五十鈴神社(月浜)⇒宮戸小学校 稲ヶ崎遊歩道⇒宮戸小学校
大浜区自主防災会	宮戸小学校
室浜区自主防災会	仙堂山⇒宮戸小学校 鹿島神社⇒宮戸小学校 大浜峰(唐船番所跡遊歩道)⇒宮戸小学校

※自主防災組織が複数の行政区等で構成されている場合、()内に対象となる行政区等を記載。

■問 防災課危機対策班 ☎内線1161

宮戸地域津波避難計画図



※防災集団移転地については、本計画には反映されていませんが、集団移転地内の集会所等へ一時避難を行い、状況に応じて宮戸小学校へ避難を行います。

※ **地区名** の地区は、東日本大震災級の津波が発生した際、浸水が想定される地区。

津波はお住まいの地域に滞在中に発生するとは限りません。日頃から市内各地域の指定避難所、指定緊急避難場所および避難経路を覚えておきましょう。

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〉

災害公営住宅の入居申込みの受付をします

■募集内容 ※今回の募集住宅は、すでに入居開始されている住宅です。

整備地区名	入居開始予定	形式	募集予定戸数 注1)	間取りタイプ				ペット
				1LDK	2LDK	3LDK	4K	
あおい住宅	平成28年 3月	集合	3	1	1	1	×	×
矢本西住宅		2戸1棟	1	1	×	×	×	×
小野駅前南住宅		戸建	3	×	1	×	2	×
柳の目東住宅		戸建	1	×	1	×	×	×

注1)間取りタイプ別欄に数字が入っているものが募集戸数です。

募集戸数は、変更になる場合があります。

注2)今後、入居開始予定の住宅は、2月中旬以降申込受付予定です。

■申込期間 1月15日(金)～29日(金)

■申し込み 入居資格を確認しますので、下記まで問い合わせください。

※入居資格は、必ず下記の【災害公営住宅の入居資格】をご覧ください。

【災害公営住宅の入居資格】

東日本大震災により住居が全壊(全流失)された方、または住居が大規模半壊・半壊し、解体を余儀なくされた方で、現在定住できる住まいに困窮している方です。

持ち家がある方や公営住宅に入居している方(ただし、応急仮設住宅として公営住宅に入居している場合や居住人数に間取りが適合せず困窮しているなどの場合は除く)、申込者および同居を予定している人が暴力団員の場合等は、申し込みできません。

上記のほかに、連帯保証人1人(困難な場合は相談のうえ、緊急連絡人1人)が必要です。

■問 建設課復興住宅班 ☎内線2262～2264

市営住宅入居者の皆さんへのお知らせ

～市営住宅申込資格の特例～

福島復興再生特別措置法に定める公営住宅の入居者資格の特例が適用される方については、次のとおり市営住宅の申込資格が緩和されています。

■特例が適用される方の申込資格

- 住宅に困窮していること
- 申込者および同居する親族が暴力団員でないこと

※東松島市在住要件、同居親族要件および入居収入基準は適用されません。

■対象となる方

福島復興再生特別措置法により居住を制限されている方

※詳細は下記まで問い合わせください。

■問 建設課建設総務班 ☎内線2222～2225

申請期限のお知らせ

被災者生活再建支援制度(基礎支援金・加算支援金)

被災者生活再建支援制度は、平成23年の東日本大震災により居住する住宅の被害程度に応じて支給される基礎支援金と、住宅の再建方法に応じて支給される加算支援金があります。

■申請期限(当初の申請期限から延長)

- 基礎支援金:平成29年4月10日まで(1年間延長)
- 加算支援金:平成30年4月10日まで

※支給の対象や申請に必要な書類など詳しい内容は、下記に問い合わせください。

東松島市被災住宅再建支援事業

～補修(修繕)の申請期限は平成28年3月31日まで～

市では、東日本大震災により被災した住宅の再建支援事業を実施しています。補修(修繕)の補助申請は、平成28年3月31日(木)で終了となりますので、まだ申請していない方は早めに申請してください。

※支給の対象や申請に必要な書類など詳しい内容は問い合わせください。

■問 生活再建支援課生活再建支援班 ☎内線1492

東松島型地域住宅 つながるYeah(家)!からのお知らせ ～六華亭遊花 落語会のお知らせ～

■日時 1月30日(土)13時30分～15時

■場所 東矢本駅前のモデル住宅(住所:東松島市矢本字下浦196-10)

■対象 地域住民の皆さん

■内容 東松島の風土に適し、エコで快適な住宅で、落語を楽しんでみませんか。落語家さんとの距離の近さを楽しんでください。

※駐車スペースに限りがありますので、必要な方は事前に相談してください。

■問・申し込み モデル住宅内相談窓口

☎98-8308(水曜日定休)

(閉館時は)復興政策課リーディングプロジェクト推進班

☎内線1242・1243



平成28～30年度 学校給食用物資納入業者の登録申請受付

市の学校給食用物資納入の入札および見積合わせに参加するためには、定められた期間内に必要な申請書類を提出し、審査を経て業者登録を行うことが必要です。

■登録の有効期間 平成28～30年度(3カ年)

■受付期間 2月1日(月)～15日(月)9時30分～15時

※土・日曜、祝日を除く。

■申請方法 直接持参

※登録申請書用紙の配布などは下記で行っています。詳しい内容は下記まで問い合わせください。

■問・申し込み 市学校給食センター ☎24-9409



東松島市メール配信サービスのお知らせ

市では、市民サービスの向上を目指し、防災情報や防犯情報、生活情報などの伝達手段として、携帯電話へのメール配信システムを導入し、平成24年4月1日から運用しています。

■配信内容 市の防災情報・防犯情報・生活情報・イベント情報・求人情報などの情報

■登録方法 市ホームページ内の「メール配信サービス」ページにあるいずれかの方法で登録してください

①二次元バーコードを読み取り、表示されるメールアドレスに空メールを送って登録します。

②メールアドレスを直接送信して、案内メールを受信すると登録されます。

※携帯電話のアドレスを登録される方でドメイン指定受信を設定されている方は、「hm-mail.jp」ドメインからのメールを受信できるように設定してください。

■注意 登録は無料ですが、通信に伴う費用は個人の負担です。

配信は、24時間対応です。状況によって夜間にメールの配信が行われることがあります。

■問 防災課危機対策班 ☎内線1161

東松島市メール配信サービスアドレス

http://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp/mail_service/



登録用二次元バーコード

左のバーコードを読み取り、空メールを送って登録してね



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)

バレンタインParty(第4回東松島婚活イベント)参加者募集

- 日時 2月14日(日) 15時30分～18時30分
- 場所 プレセティア内康 ■参加費 4,000円
- 募集人数 男性50人、女性50人 ※申込先着順。
- 内容 豪華な室内で美味しい食べ物とデザートを楽しみながらグループトークやフリートークで交流を深めます。途中で女性から男性へ、チョコのプチプレゼントもあります。最後は男性から女性へ告白し、OKが出たらカップル誕生です
- 参加資格 男性は20歳～49歳で東松島市在住
女性は20歳～49歳で地域不問
- 申込締切日 2月1日(月) ※一次募集期間。
- 参加者事前セミナー 1月30日(土)・2月7日(日)
- 問・申し込み 一般社団法人東松島みらいとし機構 (HOPE)
☎ 98-7311



第29回オール赤井凧あげ大会開催のお知らせ ～君の手づくり凧で、赤井の空を彩ろう～

- 日時 2月7日(日) 13時～
※12時30分受付開始。
- 会場 赤井市民センター北側水田
(本部)八幡神社向かいの空き地
- 内容 小・中学校の部、一般・団体の部で実施 ※参加無料。
- 駐車場 赤井市民センター
- 主催 オール赤井凧あげ大会実行委員会
- 問 実行委員会事務局(赤井市民センター内) ☎82-2075



東松島市建設計画変更(案)パブリックコメント募集

東松島市建設計画は、旧矢本町、旧鳴瀬町が合併して新しい市としてのまちづくりを進めるため、矢本町・鳴瀬町合併協議会において、多くの市民のみなさんの参画により計画案が策定され、平成16年8月に策定されました。

今回の変更は、27年度策定している東松島市第2次総合計画基本構想との整合を図るための人口推計の変更と合併特例債の発行可能期限の延長、財政計画の見直しおよび延長期間内における合併特例債活用事業の追加を基本とし、計画構成や文言の大幅な変更はしないことにしています。

計画変更内容(案)について、市民の皆さんからの意見を募集します。

- 募集期間 1月18日(月)～25日(月)
- 閲覧場所 市ホームページおよび復興政策課窓口
- 提出方法 意見提出用紙に住所、氏名、電話番号、意見を記入し、下記窓口へ直接持参するか、郵送、またはFAX、Eメールで提出してください
※電話による意見提出はできません。意見提出用紙は、市ホームページからダウンロードできます。
- 問・提出先 復興政策課復興政策班 ☎内線1241・1249
FAX:0225-82-8143
住所:東松島市矢本字上河戸36番地1
Eメール:fukko@higashimatsushima.miyagi.jp

小野地域まちづくり協議会主催講演会「人生を前向きに」

- 日時 2月7日(日)10時～11時
- 場所 小野市民センター2F講義室 ※入場無料。
- 講師 道の駅「上品の郷」駅長 太田実氏
- 問 小野市民センター ☎FAX 87-2067
E-mail:shimincenter-ono@pony.ocn.ne.jp



東松島市母子家庭高等職業訓練促進給付金等事業のお知らせ

- 内容 ひとり親家庭の親が、就労に結びつきやすい資格を取得するために養成機関にて修学するに際して、その期間中の生活の不安を解消し、安定した修業環境を提供することを目的として、高等職業訓練促進給付金および高等職業訓練修了支援給付金を支給します。
 - 対象 東松島市内に居住する母子家庭の母または父子家庭の父(母子および寡婦福祉法第17条に規定する配偶者のない者で、現に20歳に満たない者を扶養しているもの)で、次の4つの要件を満たす方
- 1.東松島市で児童扶養手当を受給していること、または同様の所得水準にあること
 - 2.修業年限2年以上の養成機関において一定の課程を修業し対象資格の取得が見込まれること
 - 3.就業または育児と修業の両立が困難であると認められること
 - 4.過去に高等職業訓練促進給付金および高等職業訓練修了支援給付金を受給したことがないこと

■対象となる資格

看護師(准看護師を含む)、理学療法士、介護福祉士、保育士、作業療法士、その他これらに準じて市長が地域の実情に応じて認める資格

■支給額

課税状況	高等職業訓練促進給付金(月額)	高等職業訓練修了支援給付金
市民税非課税世帯	100,000円	50,000円
市民税課税世帯	70,500円	25,000円



※支給額の判定(課税世帯・非課税世帯の判断)においては、世帯分離の有無に関わらず、生計を一にしている家族・親族全員が判定の対象となります。詳しくは下記まで問い合わせください。

■申請について

必ず事前相談を行ってください。事前相談後、申請書等を提出ください。審査後、支給決定の際は「支給決定通知書」を郵送します

- 提出書類:高等職業訓練促進給付金等支給申請書、世帯全員分の戸籍謄本(全部記載)、世帯全員分の住民票謄本(全部記載)、養成機関の在籍証明書、または合格通知書等、児童扶養手当証書の写し(遺族年金受給者は年金証書の写し)

- 問・申し込み 子育て支援課子育て支援班 ☎内線1420

HOPE わたしたち、 東松島みらいとし機構(HOPE)です。

第31回

HOPEは、市の津波被災跡地を活用し、地域産業に「なりわい」と「にぎわい」を創出することを目指す「希望の大麦プロジェクト」を、企業・大学・行政・市民の皆さんと協力し、推進しています。昨年10月、奥松島運動公園跡地(雑種地)に播種した大麦の畑はまるで青々とした絨毯のように美しく、順調に生育しています。これらの大麦は6月頃に収穫予定です。

また、一昨年の試験栽培で収穫された大麦を使用し、製品化を進めており、1月中に東松島地ビール「GRAND HOPE」がお目見え予定です。今春、東松島の新たな特産品が誕生します。今後の展開をお楽しみに。

※大麦の栽培、商品の販売や製品化に関心のある方は、ぜひ下記まで問い合わせください。

- 問 一般社団法人東松島みらいとし機構 ☎98-7311
ホームページ URL:<http://hm-hope.org/>
フェイスブック URL:<http://www.facebook.com/hmhope.org>



今後商品などに使用する「希望の大麦プロジェクト」

東松島市内の放射線測定

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

空間放射線線量率調査結果(市役所西側通用口付近 地上1m:午前8時現在)						
測定月日	1月3日	1月4日	1月5日	1月6日	1月7日	1月8日
測定値(単位:μSv/h)	0.032	0.032	0.031	0.031	0.032	0.031

※原子力規制委員会のホームページでリアルタイムの測定結果を公表しています。

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

- 問 環境課環境班 ☎内線1155



蔵っぱパークからのお知らせ

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

くらっぱ蔵部 ☎84-1770

※受付は1月15日(金)9時～。
 参加費100円がかかります。

内容	日時	材料費	定員	持ち物
トールペイント 【ウェルカムボード】 2回コース 講師:津田美智子	1月15日(金) 22日(金) 13時30分～ 15時30分	2,500円	5人	なし ※サイズ18号×30号
【ペットうさぎ】2個 ※ペットボトルのふたを利用します 講師:鎌田恵	1月21日(木) 10時～12時	1,000円	15人	裁縫道具・ボンド
和布の小物 【小さなおひな様】 講師:佐藤のり子	1月22日(金) 9時30分 ～11時30分	2,000円	8人	裁縫道具・ボンド
ブリザーブドフラワー 【チューリップとおひな様】 講師:井手えみ子	1月22日(金) 10時～12時	4,800円	8人	持ち帰り用袋
押し絵【おひな様】 講師:井手えみ子	1月22日(金) 13時～15時	1,700円	10人	はさみ・両面テープ (1号)
パッチワーク【ポーチ】 2回コース 講師:佐藤のり子	1月22日(金) 2月19日(金) 9時30分～11時30分	3,000円	8人	裁縫道具 ※パッチワーク初心者の 方も是非ご参加下さい
パワーストーン作り 講師:武山由紀子	1月23日(土) 10時～12時	2,000円	なし	なし
楽しいリズム体操 講師:阿部美津子	1月26日(火) 10時～12時	400円	なし	飲み物・大きめのタオル・運動靴
アート組ひもで作るネックレス 講師:中村多恵子	1月28日(木) 10時～12時	1,600円	10人	なし
布で作る【おひな様】 2回コース 講師:佐々木比呂美	1月28日(木) 2月25日(木) 13時30分～16時	3,200円	なし	裁縫道具・ボンド・はさみ・両面テープ(5号幅)手芸綿
布のアクセサリ 講師:大野江利子	2月2日(火) 10時～12時	1,600円	なし	裁縫道具・ボンド・はさみ・両面テープ(5号幅)手芸綿
エコクラフト【コースター】 講師:鎌田恵	2月12日(金) 10時～12時	800円	6人	はさみ
トールペイント 【お花のペイント】 2回コース 講師:津田美智子	2月12日(金) 19日(金) 13時30分 ～15時30分	2,500円	5人	なし
粘土で作る【さくら姫】 講師:櫻井信子	2月13日(土) 10時～13時	700円	10人	はさみ・おしぼり
和布の小物 【たけのこ2個】 講師:佐藤のり子	2月19日(金) 12時～14時	2,000円	8人	裁縫道具・ボンド
押し絵【春の花】 講師:井手えみ子	2月19日(金) 13時～15時	1,700円	10人	はさみ・両面テープ (1号)
ハーブで作る 【入浴剤】 講師:早坂幸野華	2月19日(金) 13時30分～ 15時30分	1,000円	10人	ウェットティッシュ
着付けとお抹茶を楽しむ会 講師:小島光代	2月20日(土) 10時～13時	1,000円 お菓子付	15人	着物一式
アーティフィシャルフラワー 【お部屋にも飾れるオシャレ仏花】 講師:大場裕美子	2月23日(火) 10時～12時	3,200円	なし	はさみ・木工用ボンド ニッパー(あれば) ※2月7日メ切
楽しいリズム体操 講師:阿部美津子	2月23日(火) 10時～12時	400円	なし	飲み物・大きめのタオル・運動靴

第9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12日(金)18時30分～ ■場所 ひと・まち交流館
 ■会費 2,800円 ※和食のお弁当付き。
 ■定員 55人 ※定員になり次第締め切り。
 ■チケット 1月19日(火)9時から販売開始 ※一人3枚まで。
 ■主催 NPO法人東松島まちづくり応援団
 ■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いたします。帰りの際には必ずタクシーや運転代行を利用ください。

第12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18日(木・大安吉日)12時30分～ ※12時15分開場。
 ■会費 2,800円(食事代)
 ■定員 30人 ※定員になり次第締め切り。
 ■チケット 1月26日(火)9時から販売開始 ※一人2枚まで。
 ■主催 THEくらっぱーず・NPO法人東松島まちづくり応援団

～旬鮮直売～

くらっぱ市

2月20日(土)10時～12時

好評につき、蔵Bar 再オープン

■日時 3月26日(土)17時～
 詳しい内容は、市報ひがしまつしま2月15日号でお知らせします。

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

ふれ愛情報プラザからのお知らせ

パソコン講座申込の申し込みは定員になるまで募集します。PCは備え付けを使用します(OSはウィンドウズ7、オフィス2007またはオフィス2013を使用)。Microsoft認定トレーナーが皆さんをお待ちしています。

電話・FAX・メール(講座名・氏名・年齢・電話番号を明記)にて受付します。
 ■申し込み ☎84-2011 FAX:84-2015 メール:fureai@kurappa.jp

●受付中の講座

個人パソコンの持ち込みができる講座あり
 (講習会の内容により持ち込みができない講座もあります)

ワード初級(P C持ち込み可)

■日時 1月19日(火)～22日(金)13時30分～16時
 ■内容 文章作成ソフトワードを使って、A4判サイズのビジネス文書を作る基礎と、表を作ってその中に文字やイラストを入れていく方法を学びます。しばらくブランクがある方も気軽に参加ください
 ■受講料 2,000円 テキスト代1,260円 ■定員 15人

初心者パソコン無料相談

■日時 1月21日(木)10時～12時
 ■内容 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)
 ※勉強会ではありません。機器に関する設定・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 ※1人15分程度。要予約。

ワード中級(P C持ち込み可)

■日時 1月27日(水)・29日(金)
 2月2日(火)・4日(木)・5日(金)9時30分～12時
 ■内容 ワード初級受講済程度。表の変更や文章の段組み・ページ番号の入れ方など長い文章を作る時に便利な機能を学びます
 ■受講料 2,500円 テキスト代2,160円 ■定員 15人

はじめてのデジカメ使ってますか、その機能?

■日時 2月3日(水)・4日(木)13時30分～16時
 ■内容 主にコンパクトデジタルカメラのピント合わせや、撮った写真をPCへ取り込んで印刷する方法、デジカメで夜景や動く人物を撮る時の便利な機能の使いこなしを学びます。「こんな機能がかったの?」と毎回好評です
 ■受講料 2,500円 ※テキスト代込。 ■定員 8人
 ■持ち物 コンパクトデジタルカメラ ※お持ちでない方には、貸出します。

●1月15日(金)9時から受付開始の講座

初心者パソコン無料相談

■日時 2月17日(水)10時～12時
 ■内容 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)
 ※勉強会ではありません。機器に関する設定・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 ※1人15分程度。要予約。

デジカメ ステップアップ

■日時 2月17日(水)・18日(木)13時30分～16時
 ■対象 デジタルカメラで撮ったデータをCD-Rにコピーする方法、メールに写真を添付して送信する方法、ハガキにデジカメ写真を挿入する方法を学びます ※自分のカメラを持参。
 ■受講料 2,500円 ※テキスト代込。 ■定員 8人

エクセル初級(P C持ち込み可)

■日時 2月23日(火)～26日(金)9時30分～12時
 ■対象 表計算ソフトエクセルを使って文字・数字の入力方法、簡単な計算式を作りパソコンで計算する方法、表を作成しグラフを挿入する方法など。仕事に必須のエクセル初歩のコースです。
 ■受講料 2,000円 テキスト代1,814円 ■定員 15人

●どなたでも利用可能な無料(45分間)インターネットコーナー、パソコン室(有料テレワーク室)(一般1回4時間。小中学生1回2時間。障がい者・高齢者のテレワーク室利用は減免有)利用できます。
 ●団体でも利用可能です。勉強会や上映会などに使ってみませんか。
 ●就職などに役立つ講座ワード・エクセル。ぜひ受講してみてください。1人でも開講します。

展示コーナー

子ども人権イラスト・ポスター展

出展者:石巻人権擁護委員協議会

■日時 1月17日(日)9時～16時まで

第5回石巻かほく復興写真展

出展者:三陸河北新報社

■日時 2月3日(水)～7日(日)10時～17時

古布市 出展者:ピカ市

■日時 2月19日(金)～21日(日)10時～16時

※最終日15時まで。



東松島市蔵っぱパークの運営には、防衛施設とその周辺地域との調和を図ることを目的とした防衛省の補助事業が活用されています。

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。>

市営あおい住宅を光で彩る初企画「あおい☆星空イルミネーション」の点灯式には、市ふるさと復興大使の立花英樹さんが参加してカウントダウンで灯りをとしました(12月13日、あおい地区)



毎年恒例の冬のイベント「サンタをさがせ!」で最後を飾った上町東地区のイルミネーション。子どもたちの笑顔も明るく照らしていました(12月5日、あったかいホール隣地)

まちを彩るきらびやかな光

12月から1月上旬にかけ、イルミネーションが地域を彩りました。各地ではイベントも行われ、光の芸術に照らされた子どもたちからは笑顔が見られていました。



平成20年からスタートした「ファンタジックイルミネーション」も6年目を迎えました。トナカイを模した飾りやツリーがきらびやかに皆さんの心を癒やしていました(12月12日、矢本東市民センター)



5年目を迎えた矢本運動公園のイルミネーション点灯式には、地域の人たちや県外から訪れたボランティアの皆さんが参加し、青と黄色を基調とした幻想的な光が会場を包み込みました(12月12日、矢本運動公園仮設住宅)



青森からリンゴのプレゼント

日本一のリンゴ生産地、青森県の津軽みらい農業協同組合から市内の小学生にリンゴが贈られました。石巻青果を通して平成23年から毎年行われています。寄贈された品種は「サンふじ」で、1箱40玉入りを計240箱いただきました。東松島市のほか、石巻市と女川町の小学生にも1人1個ずつプレゼントされました(12月10日、市役所)

矢本第二中学校で立志式が行われ、2年生137人がこれから大人となることへの自覚を新たにして、将来の夢を描き、誓いを立てました。「立志の決意」では、生徒一人一人が今後の目標や、目指す自分像を漢字1字で書いた色紙を壇上で掲げ、力強く思いを発表しました(12月5日、矢本第二中学校)



目標に向かって前進 矢本第二中学校で立志式

デンマーク大使が 子どもたちと交流

「第5回東松島市児童・生徒書道展」の表彰式には、友好都市を結ぶデンマークからフレディ・スヴェイネ在日大使が出席し、子どもたちに記念品を手渡しました。また、震災後は物心の支援を行う同国に対し、東松島市から大使に表彰状が贈られました。このあと、大使が筆で「友」の字をしたためました(12月13日、あったかいホール)



カートコース駆ける可夢偉選手



震災直後から支援を行ってきた大阪市の医療法人「錦秀会グループ」が主催するF1教室が開かれました。レーシングドライバーの小林可夢偉さんが1周約480mのカートコースをデモ走行した後、2人乗りカートに子どもたちを乗せて一緒に走りました。また、トークショーなどで参加者とふれあい、スピードの世界観を共有しました(12月12日、アトムサーキット)

酒税保全と組合発展に尽力 扇さんに納税表彰



酒税保全と酒類業組合の発展に尽くされている石巻小売酒販組合の扇昭副理事長(80)=東松島市矢本在住=に対し、石巻税務署から納税表彰が贈られました。表彰式は税を考える週間(11月11日-17日)内に行われました。扇さんは「納税は国民として当然のこと。地域社会で役立っていることに喜びを感じております。心新たに税に関する役割を認識し、組合と協力しながら納税思想の発展に努めていきます」と話していました(11月13日、石巻グランドホテル)



野蒜地域交流センターが着工

地域交流の場と観光拠点^{にぎ}を担う「野蒜地域交流センター・観光物産交流センター」の工事安全祈願祭が開かれました。昨年、高台に移転新築したJR仙石線野蒜駅の隣接地に建設が始まり、今年8月末に完成する予定です。通常は野蒜市民センター、災害時には避難施設として活用します。また奥松島観光の拠点と位置づけ、地域の魅力を多くの観光客に発信していきます(12月11日、野蒜北部丘陵団地)

▶「第2回読み聞かせ講座」に参加した皆さん(12月4日)



親子で読書マラソン

絵本の読み聞かせで
100冊達成したお友だちです。

▼1回目ゴールおめでとう



11月18日～12月16日までの間に17組のお友達がゴールしました。みんなおめでとう。

▶5回目ゴールおめでとう



世界の子どもの絵本展 ～JBBYがすすめる世界の児童書213冊～

JBBY(国際児童図書評議会)がすすめる世界の児童書の展示を開催します。

■期間 1月30日(土)～2月7日(日)

■場所 図書館

※展示絵本の貸し出しはできません。

「落語で聞くアンデルセン」

■日時 2月7日(日) 13時30分～16時

■場所 図書館会議室

■演者 桂扇生さん(落語家)

■対象 子どもから大人まで30人

■主催 一般社団法人日本国際児童図書評議会(JBBY)

※独立行政法人国立青少年教育振興機構「子どもゆめ基金」助成活動で行われます。

■申し込み JBBY事務局または図書館まで申し込みください。

■問 JBBY事務局 ☎03-5228-0051 FAX:03-5228-0053



蔵書点検に伴う市民センター図書室休館お知らせ

2月10日(水) 小野市民センター

2月12日(金) 赤井市民センター

2月17日(水) 大塩市民センター

2月18日(木) 大曲市民センター



「親子で読書マラソン」に参加しませんか

市図書館では、親子のスキンシップや本に親しむことを目的に「親子で読書マラソン」を行っています。

■ルール

●図書館の本を両親や祖父母などに読み聞かせてもらう。

●返却時にカウンターにて冊数を記録。「読書マラソンカード」に5冊ごとにシールを貼ります。

●読み聞かせた冊数が100冊(シール20枚)になるとゴールとなり、市報の図書館だよりでの紹介や記念撮影した写真入りのカレンダーをプレゼントしています。

ゴールを目的とせず、本を楽しみながら完走を目指してください。

本を通じて親子の絆を深め、子どもの心の栄養や読書のきっかけとなることを願っています。



■おすすめの新聞

「おふくろの味定番100」

別冊NHKきょうの料理

なつかしくて、おいしい定番料理をベテラン講師陣12人のレシピで100品紹介。詳しい説明と写真で手順を追っていくのでわかりやすい。また、料理ごとに注意事項やワンポイントが記載されている。丁寧なレシピは料理初心者から、基本に立ち戻りたい主婦の方も使いやすい1冊。



新着図書案内

●実用

「知りたい! やってみたい!

「動物セラピー」川添敏弘監著、他

「戦国武将の解剖図鑑」本郷和人監修

「子どもの「集中力」を育てる聞くトレ」

上嶋恵

「缶詰で男のもっとええ加減料理」

石蔵文信

「郵便をゆく」

「るるぶ静岡'16」

「るるぶ鹿児島'16」

●文庫

「娘の味」阿川佐和子

「日溜り勘兵衛極意帖6/盗賊狩り」

藤井邦夫

「水鏡推理」松岡圭祐

●小説

「わが心のジェニファー」浅田次郎

「下町ロケット2/ガウディ計画」

池井戸潤

「超高速! 参勤交代 老中の逆襲」

土橋草宏

「番神の梅」藤原緋沙子

「付喪神」町田康

●児童

「日本の伝統文化和食1～6」

江原絢子監修

「透視絵図鑑なかみのしくみのりもの」

こどもくらぶ編

「昔の玩具大図鑑」井上重義監修

「ママがおばけになっちゃった!」

のびみ

12月の主な新着図書を紹介します。このほかにも、たくさん入りましたので、ぜひ利用してください。

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

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

パソコン <http://www.lib-city-hm.jp>

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

生涯学習情報コーナー

MANA-be! まなびい



■生涯学習全般に関する問
生涯学習課社会教育班 ☎内線 3203

特別名勝松島地域景観形成 助成事業のお知らせ

■事業内容

東日本大震災により被災した個人および事業主が平成23年3月12日以降、特別名勝松島地域内(宮戸・野蒜・東名・新東名・大塚地区)に建築物を新築または増築した場合に助成します

■対象

- 文化財保護法の規定による現状変更許可を受けた建築物に限ります。
- 市外からの転入者でも、被災証明書があれば助成対象となります。
- 被災した個人の同居親族も申請できますが、詳しくは問い合わせください。

■助成額

補助対象	助成額	上限額
居住用住宅	建築面積×	上限 50万円
事業用建築物	15,000円/㎡×1/3	上限100万円

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

■申請に必要なもの

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

■問・申請予約申し込み 生涯学習課文化財班 ☎内線3322

東松島市女性団体指導者育成研修会

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

参加は無料で、どなたでも参加できますので、皆さん誘いあわせのうえおいでください。詳しい内容は、下記まで問合せください。

- 日時 2月19日(金) 9時30分～
- 場所 市コミュニティセンター会議室
- 演題 「いのちを継ぐ～出会いは『家の光』から～」
- 講師 JAいしのまき女性部鳴瀬地区 石森さと子氏
- 問 生涯学習課社会教育班 ☎内線3203

体育関係団体(個人)全国大会出場奨励金制度のお知らせ

全国大会以上の各種スポーツ大会へ市内の団体(個人)が出場する場合、出場の栄誉を讃え、奨励金を交付しています。

- 対象 ①県・東北および国内大会ベスト4以上を経て、または推薦(県代表等)で大会に出場する市内の団体および個人
- ②①の場合、登録選手のほか大会規定に認められている監督、コーチ、マネージャーなども含む
- ※大会により対象とならない場合もありますので、あらかじめ下記に確認してください。



- 支給額 ①日本国内で開催される国際大会および全国大会 1人5,000円
- ②海外で開催される国際大会 1人10,000円
- 問 生涯学習課スポーツ振興班 ☎内線3325

東松島市市制施行10周年記念事業 加藤登紀子コンサート～詩と歌の世界～

歌手の加藤登紀子さんは、宮野森小学校の校歌制作者であり、当日のコンサートでは、通常のラインナップに加え、現在の宮戸小・野蒜小学校の児童たちとともに新しい宮野森小学校の校歌も披露されます。ぜひ、ご来場ください。



- 日時 2月13日(土)15時30分～
※15時開場。
- 場所 市コミュニティセンター
- 定員・料金 400席限定で1席2,500円
※前売り券のみの販売。全席自由。
- チケット取扱場所
市コミュニティセンター、各市民センター、蔵しっくパーク、(株)おいかわ、ブックセンター湘南矢本店、(株)文尚堂
※各所、無くなり次第終了。
- 問 市コミュニティセンター ☎82-6969(平日9時～17時)

東松島市コミュニティセンター臨時休館日のお知らせ

- 臨時休館日 1月21日(木)
- ※施設内照明交換作業などのため、臨時休館日となります。ご不便をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。
- 問 生涯学習課社会教育班 ☎内線3202

未来につなぐ 宮戸と野蒜の“たから”

- 地域の皆さんを対象にしたパネルディスカッションを開催します。
- 日時 2月7日(日)10時～12時 ※受付開始:9時30分。
- 場所 野蒜市民センター ※入場無料。
- テーマ 森と海のランドデザイン
- パネリスト (財)アファン財団理事長 C.W.ニコル氏、奥松島縄文村歴史資料館名誉館長 岡村道雄氏、宮城大学教授 風見正三氏
- 問 奥松島縄文村歴史資料館 ☎88-3927

東松島市市制施行10周年記念 民謡育ての親 後藤桃水翁を偲ぶ民謡の集い

- 日時 2月14日(日)13時 ※開場:12時30分。
- 場所 市コミュニティセンターホール ※入場無料。要整理券。
- 入場整理券 1月15日(金)から市コミュニティセンター・各市民センターで配布 ※1人2枚まで。
- 内容 県内民謡全国大会優勝者の唄声披露など
- 問 後藤桃水翁を顕彰する会(事務局:多田) ☎87-2234

大学通信教育合同入学説明会の開催

- 日時 1月30日(土)12時～17時
- 場所 仙台市情報・産業プラザ(アエル)5階
(住所:仙台市青葉区中央一丁目3-1)
- 対象 高校生以上の方
- 内容 各大学・大学院・短期大学別の相談コーナーを設置し、大学職員との直接相談
- ※参加する大学などについては、下記URLをご覧ください。
- 問 公益財団法人私立大学通信教育協会 ☎03-3818-3870
URL:<http://www.uce.or.jp/>



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

自衛官募集

自衛隊宮城地方協力本部
石巻地域事務所
☎FAX0225-83-6789

○陸・海・空自衛官候補生(男子)
〔陸は2年、海空は3年の任期制隊員コース〕

■応募資格 採用予定月の1日現在、18歳以上27歳未満の日本国籍を有する男子

■受付期間 1月29日(金)まで
■試験日 2月7日(日)

※職種や試験に関する詳しい内容は問い合わせください。

お知らせ

「障害者控除対象者認定書」交付のお知らせ

福祉課高齢介護班
☎内線1186・1188

確定申告時に障害者控除を受けられるよう、介護保険法の要介護認定者で、障害者に準ずると認められる方に「障害者控除対象者認定書」を交付します。

■交付対象者

・介護保険法に規定する要介護認定で要介護1から要介護5の65歳以上の方

・右記介護認定者で死亡された方を扶養していた方

■認定基準日

・確定申告の対象となる年の12月31日(年の途中で亡くなられた場合は、亡くなられた日)

■申請の必要がない方

・身体障害者手帳1・2級、精神障害者1級、療育手帳Aをお持ちの方

・本人および扶養者が非課税の方などで、確定申告をする必要がない方

■申請期間 3月18日(金)まで

■必要なもの 介護保険被保険者証(被保険者が死亡の場合には不要)、印鑑(認印可)、ゴム印・スタンプ印不可)

陸上自衛隊東北方面音楽隊第52回定期演奏会

東北方面総監部広報室
「定期演奏会」
〒983-8580 仙台市宮城野区南目館1-1
☎022-231-1111
内線2373

■日時 2月27日(土)

①13時~15時 ②17時30分~19時30分

■場所 東京エレクトロンホール宮城(宮城県民会館)

■入場料 無料 ※要整理券。

■申し込み 往復はがきに、郵便番号・住所・氏名・希望講演時間・人数(2人まで)・車椅子席の希望有無を記入のうえ、1月29日(金)までに右記に郵送してください。結果は抽選のうえ、返信はがきでお知らせします

道路に面する土地の適正な管理をお願いします

建設課道路公園管理班
☎内線2212・2214

市で、道路の定期パトロールを実施していると、次のような

事例が多く見受けられます。事故や冠水につながるおそれがありますので、土地所有者および管理者の方は、土地や車両などの適正管理をお願いします。

- 民地の樹木が伸びて枝葉が道路へはみ出している。
- 鉢やプランターが道路や側溝の上に置いてある。
- 空き地や農耕地の土が道路や側溝に流出し、堆積している。
- トラクターなどを利用して農耕地で作業後、走行する際に道路が農耕地の土で汚れている。

中小企業者向け事業復旧支援補助金申請の募集のお知らせ

宮城県東部地方振興事務所
地方振興部商工振興第一班
☎0225-95-11414

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

■対象 施設・設備に一定の被害を受けた中小企業者で、県内で復旧する

- ①製造業を営む方
 - ②商業サービスを営む方
 - ③観光業を営む方
- 対象経費 施設・設備の復旧に要する経費

■補助率・補助限度額
①製造業 2分の1以内
②商業サービス業
全壊の場合は45%以内・上限270万円、下限90万円。

大規模半壊の場合は35%以内・上限210万円、下限70万円。

震災孤児遺児応援金のお知らせ

愛知ボランティアセンターでは、被災地でのボランティア活動とともに、東日本大震災で孤児遺児となってしまった方々へ応援金を送る活動を平成23年度から行っています。今年度分は平成28年3月末日が締め切りとなります。詳しくは下記まで問い合わせください。

■対象 ①東日本大震災による直接的・間接的な理由で両親(のどちらか)、または保護者をなくされた方
②平成28年3月31日時点で18歳以下の方

※定時制高校生は19歳以下の方。以上2つの条件を共に満たす方

■締切 平成28年3月31日(消印有効)

■応募方法 必要書類に記載のうえ、愛知ボランティアセンターまで郵送
※必要書類の請求・問い合わせは下記まで問い合わせください。

■申し込み・問 NPO法人 被災者応援愛知ボランティアセンター
(住所:〒456-0006 愛知県名古屋市熱田区沢下町8-4 愛知私学会館内)
☎052-990-8966(平日) ☎080-4530-3117(土・日曜、祝日)

相談

震災後のこころのケア相談窓口

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

- ③観光業 2分の1以内・上限1000万円、下限100万円
- ※補助対象経費が200万円を下回った場合は補助の対象外。
- 申請期間 1月12日(火)~2月12日(金)

られない・誰とも話さず気にならない・イライラするなどの症状でお困りの方。

■日時 2月4日(木)14時~(予約制、1人50分)

■場所 市役所内相談室
■担当 ひかりサテックリニック 加藤光三医師

○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。

■日時 2月10日(水)13時~(予約制、1人50分)

■場所 市役所内相談室
■担当 みやぎのケアセンター 児童精神科医

その病気、その症状は、石綿(アスベスト)が原因かもしれません

ご家族に、肺がんや中皮腫などで亡くなられた方はいませんか。息切れ、胸が苦しいなどの症状が出ていませんか。

石綿による疾病と認定された場合、業務に関連する場合は労災補償給付や特別遺族給付金を、業務との関連がない場合には救済給付を受けることができます。

■業務で石綿による被害にあわれたと思われる方の問

宮城労働局労働基準部労災補償課 ☎022-299-8843
石巻労働基準監督署 ☎0225-22-3365

■業務以外で石綿による被害にあわれたと思われる方の問

独立行政法人 環境再生保全機構 ☎0120-389-931(フリーダイヤル)

らくらく号を利用の皆さんへ

~住所に変更があった方・これから変更する予定のある方へ~

らくらく号は、利用登録した住所に変更があった場合、住所変更の手続きが必要ですので、忘れずに変更手続きをお願いします。

■届出先 らくらく号予約センター ☎84-1515

■問 東松島市地域交通活性化協議会

事務局:復興政策課地域振興班 ☎内線1234



生活情報

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

ノロウイルスに注意しましょう

全国的にノロウイルスを原因とする、おう吐、下痢などの健康被害が多発しています。正しい知識を身に付けて、予防しましょう。

Q: ノロウイルスはどこにいますか。

A: 感染したヒトの便や、おう吐物。二枚貝や加熱が不十分な加工食品、ノロウイルスがついた食品などです。

Q: ノロウイルスの特徴を教えてください。

A: 細菌はヒトの腸内で増加します。加熱に弱く、85℃で1分程度加熱すると活動が弱まります(不活化)。少量でも発症し、寒い時期に発生します。

Q: ノロウイルスによる症状を教えてください。

A: 症状がでるまでの潜伏期間は24~48時間。下痢、吐気、おう吐、腹痛、発熱など、かぜとよく似た症状を発症し、2~3日で回復します。

Q: 予防ポイントは何かですか。

A: ① 食事前、トイレや汚物処理の後にしっかり手を洗いましょう。石鹸を十分泡立て30秒以上洗浄し、温水で20秒以上洗い流しましょう。

② 症状がある患者の便やおう吐物に直接触れない。便やおう吐物を処理する時は手袋を使用し、塩素系消毒薬で消毒しましょう。

③ 二枚貝や加工食品は、85℃以上の加熱でしっかりと火を通すようにしましょう。



■問 健康推進課健康指導班 ☎内線3108

平成28年度各種検診等申込書の送付

平成28年度の各種検診等申込書を、1月末までに各世帯に郵送します。この申込書で、健康診査および各種がん検診などの申し込みを受け付けます。

申込書は受診希望の有無にかかわらず、2月10日(水)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、平成28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み手続きをしてください。

■対象 平成29年4月1日時点で19歳以上の方

■申込書様式イメージ

平成28年度 東松島市 各種検診等申込書

住 所 〒981-0503 矢本字上河戸36番地1
世帯主氏名 ●●●●●●

● 市で実施する検診等を受診する場合、検診種類によっては一部個人負担の軽減措置を受けられる場合があります。その際、必要な情報として世帯員の市県民課税状況を確認することに対し、この申込書の提出をもって承諾したこととなります。
ただし、承諾しない場合は次の口欄に○をし、日付及び世帯主の方の氏名を記入してください。
□ 承諾しない。平成 年 月 日 世帯主氏名

● 年齢は平成29年4月1日を基準としています。
● 『×』印は、対象外項目です。(理由:保険証の種類、性別、年齢によるもの。)
◆ 希望する検診に○をしてください。希望しない場合は記入不要です。

識別コード	健診対象者氏名 (生年月日)	性別	年齢	集団検診										個別検診(医療機関で受診していただきます。)				
				健康診査	胃がん	子宮がん	乳がん	骨密度	乳がん	子宮がん	ドングル	歯周疾患	その他	その他	その他	その他		
●●●●●	ふりがな	男		○	×	○						×	×	×				
●●●●●	ふりがな	女				×	○		○	○				○	×			
●●●●●	ふりがな	女	65		×	×					×		×	×				

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3109・3110

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、母子健康手帳をなくした方

■方法 保健師による個別交付

■場所 矢本保健相談センター

■申し込み 事前に電話での予約が必要

新生児・産婦訪問

問 健康推進課健康指導班
☎内線3103・3114

■対象 全ての新生児および産婦

■内容 赤ちゃんの体重測定、発育・発達確認とお母さんの体調や母乳・育児に関する相談

■方法 保健師または助産師による家庭訪問

よる家庭訪問

※市外の里帰り先などに訪問を希望される方は相談ください。

■申し込み 電話・出生連絡票を郵送または市民課窓口へ提出

子どもの心理相談会

問 健康推進課健康指導班
☎内線3106

子育ての心配事や反抗期への対応、しつけなど個別相談を行います。気軽に相談ください。

■日時 1月22日(金)10時、11時、13時、14時(各50分ずつ)

■場所 矢本保健相談センター

■担当 滝沢晋也先生(臨床心理士)

■申し込み 1月15日(金)まで電話で申し込みください

献血にご協力ください

問 健康推進課健康推進班
☎内線3110

■日時 1月24日(日)

午前10時~11時45分

午後13時~16時30分

■場所 ヨークベニマル矢本店

※17歳の男性および18歳以上の方を対象とした400cc献血のみ受付で実施します。

女性医師による女性の健康相談

問 宮城県健康推進課健康推進班
☎022-211-2623

女性医師が、女性の健康増進に関する相談、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

る女性の相談に応じます。(完全予約制・相談無料)

■日時・場所 1月16日(土) 大河原町 2月6日(土) 塩竈市

■時間 14時~16時

※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(エルソール仙台)でも相談できます。希望の方は予約専用電話に相談してください。

■予約専用電話 宮城県女医会 女性の健康相談室

☎090-15840-1993

■受付時間 平日9時~17時 ※土・日曜、祝日を除く。

乳幼児健康診査・健康相談のお知らせ

乳幼児健康診査およ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・2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27年9月生まれ	1月27日(水)	12時30分 ~12時50分
1歳6か月児健康診査	平成26年6月生まれ	1月26日(火)	
2歳6か月児歯科健康診査	平成25年6月生まれ	1月20日(水)	
3歳児健康診査	平成24年8月生まれ	1月21日(木)	
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	2月9日(火)	9時~11時
10か月児健康相談	平成27年3月生まれ	1月28日(木)	13時~13時20分

■問 健康推進課健康指導班 ☎内線3114・3115

東松島市健康増進センター

ゆぶと通信

■営業時間 平日 10時～22時 土日祝 10時～21時
 ■休館日 毎週木曜日(祝日の場合翌日)
 ■問 ☎84-3855 プール・トレーニングジムの利用は閉館30分前までになります。

新年あけましておめでとうございます。本年もゆぶとをご愛顧いただき、多くの皆さんにご利用いただきますようお願いいたします。

LES MILLS BODYBALANCE
 ～ボディバランス～
 伝統的なヨガ・太極拳・ピラティスなどに最新の運動生理学に基づくストレッチング、トレーニングを組み合わせ、音楽に合わせて行うエクササイズです。

内容	曜日	時間	定員
ボディバランス30	水曜日	12時15分～12時45分	各20人
ボディバランス45	水曜日	19時30分～20時15分	各20人

LES MILLS BODYCOMBAT
 ～ボディコンバット～
 様々な格闘技の動作を取り入れ、バランス感覚や瞬発力など、運動能力の向上に効果絶大です。ダイナミックなアクションが交感神経を刺激して、ストレス発散にも効果的。

内容	曜日	時間	定員
ボディコンバット30	土曜日	13時15分～13時45分	各20人
ボディコンバット45	金曜日	19時30分～20時15分	各20人

ジュニア水泳教室 会員募集中
 月会費(4週制/月)
 週1回コース …… 4,120円
 週2回コース …… 6,180円
 選手コース …… 8,240円
 教材費 …… 2,050円(入会時のみ)

月・水・金曜日	土曜日
15時～16時 幼児(3歳半～6歳)	10時15分～11時15分 学童(小学生/7-16歳)
16時15分～17時15分 学童(小学生)	11時30分～12時30分 幼児(3歳半～6歳)
17時30分～18時30分 学童(小学生)	16時15分～17時15分 学童(小学生/7-16歳)
月・水・金曜日	土曜日
18時～20時 学童(小学生)～3級以上 選手コース	17時30分～18時30分 学童(小学生/1-6級) 水と仲良くなって、泳げるようになるうね。

冬・子供限定回数券販売中です

今年の冬も、ゆぶとのあったかプールでおもいっきり遊んで、運動不足を解消しよう。
 ●子供限定～特別利用回数券 5枚=1,000円(1枚あたり200円)
 ■発売期間 2月29日(月)まで ■有効期限 3月30日(水)まで

2月11日(木・祝)は、休館となります。

2月11日(木)は、祝日で営業日ですが、休館します。なお、翌12日(金)は、通常営業します。

幼児コースで大人気の「ちやいんど・ふゅーちゃー」。はじめてみませんか

○ちやいんど・ふゅーちゃーとは
 ■ハイハイプログラム 躯幹筋のトレーニングに最適
 ■平均台プログラム 触覚・視覚・言語機能の促進に効果的
 全身の反射能力トレーニングや四肢筋の強化に効果的
 ■雲ていプログラム 手の機能、触覚機能の促進に効果的
 「ちやいんど・ふゅーちゃー」により、泳げるようになるまでの期間でも、運動量の増大が可能になるとともに、人間の持つ様々な機能への情報提供が効率よくできるようになりました。このことから、従来のスイミングの効果とは次元の違う効果→知能開発が期待できるようになりました。

●東松島市健康増進センター「ゆぶと」の整備と運営には、防衛施設とその周辺地域との調和を図ることを目的とした防衛省の補助事業が活用されています。

市民のカレンダー

2016年1月 15日～31日

15	金	■市報1月15日号発行 ■図書館主催よみかかせ講座③(手あそび・おもちゃづくり)(市コミュニティセンター)10:00 ■東松島市地域活性化施設「Harappa はらっぱ」生産者向け説明会(市コミュニティセンター)18:30 ■百合の里訪問(鳴瀬幼)	体
16	土	■矢本子育て支援センター・ほっとふる土曜オープン(午前のみ) ■おはなし会(図書館)11:00	体
17	日	■旬鮮直売くらっば市(蔵しっくパーク)10:00 ■第2回くらっば新春お楽しみ演芸会(蔵しっくパーク)10:30	赤体
18	月	■図書館休館日 ■市民参観日(鳴瀬未来中学区)〈～19日(火)まで〉 ■母親研修(鳴瀬幼)	
19	火	●市税及び税外収入金収納・相談延長窓口 ～20:00 ■市民課延長窓口 ～19:00 ■心あったかイートころ運動実践発表会(矢本第二中学区) ■2歳児教室(鳴瀬幼)	体
20	水	■ちっちゃい子おはなし会(図書館)11:00 ■心あったかイートころ運動実践発表会(鳴瀬未来中学区) ■共生園仲よし交流会(鳴瀬幼) ■市民参観日(矢本第二中学区)	
21	木	■市コミュニティセンター臨時休館日 ■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00	
22	金	■平成28年度入園児一日入園(はなぶさ幼)	体
23	土	■親子ふりくり教室(赤井市民センター)9:40 ■おはなし会(図書館)11:00	体
24	日	■献血(ヨークベニマル矢本店)10:00	赤体
25	月	■図書館休館日	
26	火	●市税及び税外収入金収納・相談延長窓口 ～20:00 ■機能訓練(老人福祉センター)9:30 ■縄文村臨時休館	体
27	水	■ちびっこクラブ(矢本中央幼)	
28	木	■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00	
29	金	■図書館休館日(図書整理日) ■心あったかイートころ運動実践発表会(矢本第一中学区) ■2歳児のつどい(はなぶさ幼)	体
30	土	■おはなし会(図書館)11:00 ■学習発表会(赤井小) ■世界の子どもの本展(展示)(図書館)〈～2月7日(日)まで〉	体
31	日		赤体

2016年2月 1日～15日

1	月	●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 ■市報2月1日号発行 ■図書館休館日	
2	火	●市税及び税外収入金収納・相談延長窓口 ～20:00 ■市民課延長窓口 ～19:00	体
3	水	■ちっちゃい子おはなし会(図書館)11:00	
4	木	■囲碁将棋のつどい(老人福祉センター)10:00	
5	金	■人権相談(小野市民センター)10:00	体
6	土	■おはなし会(図書館)11:00	体
7	日	●市税及び税外収入金収納・相談休日窓口 8:30～17:15 ■小野地域まちづくり協議会主催講演会「人生を前向きに」(小野市民センター)10:00 ■オール赤井ふれあい大会(赤井市民センター北側水田)13:00 ■落語で聞くアンデルセン(図書館)13:30	赤体
8	月	■図書館休館日 ■平成28年度市県民税申告受付(大塩市民センター)〈～9日(火)〉	
9	火	●市税及び税外収入金収納・相談延長窓口 ～20:00 ■機能訓練(老人福祉センター)9:30	体
10	水	■平成28年度市県民税申告受付(鳴瀬保健相談センター〈鳴瀬庁舎〉)〈～16日(火)、土・日曜・祝日を除く〉	
11	木	●建国記念の日 ●市民防災の日(市民防災デー) ■図書館休館日(建国記念の日)	
12	金	■行政相談(小野市民センター)13:00 ■第9回酒蔵楽集～新酒まつり～(蔵しっくパーク)18:30	体
13	土	■おはなし会(図書館)11:00	体
14	日	■後藤桃水翁を偲ぶ民謡の集い(市コミュニティセンター)13:00 ■第4回東松島バレンタインPARTY(プレセティア内康)15:30	赤体
15	月	■市報2月15日号発行 ■図書館休館日	

体育館一般開放のお知らせ

■場所・時間 緑…市民体育館9～12時、赤…市民体育館18～21時、青…赤井地区体育館9～17時
 ■問 NPO法人東松島市体育協会事務局(市民体育館2階) ☎82-9030

カレンダーの中にある時刻は、行事などの開始時間(または終了時間)を表しています。

編集と発行：東松島市総務課秘書広報班 制作：石巻日日新聞社
 東松島市役所 ☎0225-82-1111 代表FAX:0225-82-8143
 〒981-0503 宮城県東松島市矢本字上河戸 36-1
 [秘書広報班メールアドレス] koho@city.higashimatsushima.miyagi.jp
 [東松島市ホームページ] http://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp
 市報ひがしまつしまでは、(株)日本製紙石巻工場で製造された環境にやさしい再生紙およびエコインクを使用しています。
 平成27年度市報ひがしまつしま制作費 15日号:1部あたり28.0円(消費税込、配布にかかる経費含まず)



東松島市の人口

(平成28年1月1日現在の住民基本台帳、外国人住民含む)
 男 19,797人(+40) 女 20,473人(+47)
 計 40,270人(+87) 世帯数 15,356戸(+51)
 ()内は前月比