

2019
5.1

市報

ひがしまつしま

新時代「令和」 桜と希望が 咲き誇るまちへ



今年も桜の季節が到来し、市内でも満開の花をめどることができました。4月13日には、滝山公園で恒例の「滝山桜まつり」が行われ、寒気の影響で開花は今一つでしたが、市観光物産協会によるイチゴの振る舞いをはじめ、出店も並んでにぎわいを見せました。開会式では渥美市長が「桜は市の花になっており、滝山公園は県内でも有名な桜の名所。皆さんが集うお祭りに」と呼びかけました。シートを敷いてお花見を楽しむ家族や団体もあり、会話を弾ませながら笑顔の花を咲かせていました。



皆で考えよう!ごみ処理活動 分別、リサイクルで資源化推進

市は昨年6月に政府から「SDGs未来都市」に選ばれました。陸の豊かさ、海の豊かさなど17のゴールを定め、住み続けられるまちづくりの推進に努めています。いつまでも美しい街であり続けるためには環境保全が欠かせません。こうした美しい桜を毎年見物できるのも地域の皆さんの協力があるからこそです。今号の特集では、東松島市のごみ処理に関する現状と、地域での取り組みを紹介します。

市報
ひがし
まつしま
No.266

- 特集 資源循環型社会を目指して ----- P2~P5
- まちの情報広場 -----P6~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



東松島市キャラクター イート&イーナ (右) (左)

資源循環型社会を目指して



持続可能な社会を目指してわたしたちができること

市では、ごみの分別収集・リサイクルを推進しており、平成22年まではごみ収集量などが減少傾向にありました。震災により莫大なガレキなどが発生しましたが、震災ガレキの手作業による分別収集などによりごみ処理費用の大幅な削減を実現し、今では東松島方式として高い評価をいただきました。

しかし、震災後の一般ごみなどの状況を見ると、震災以前に推進していた分別収集やリサイクルに関しても、市全体として意識低下が懸念されており、昨年、SDGs未来都市として選定され住み続けられるまちづくりを目指す本市にとっては、非常に大きな問題となっています。

この機会に改めて、ごみの分別方法について、再確認してみませんか。

① Reduce (リデュース)

排出抑制：ごみを減らそう

ごみの量を減らすためには、そもそもごみを出さないようにすることが大切です。できるだけごみを作らないために、ムダなものは買わないようにしましょう。

② Reuse (リユース)

再使用：くり返し使おう

不要になったものをすぐに捨てるのではなく、洗ったり、直したりして、くり返し使う。不要になってもまだ使えるものは他の人に譲ったり売ったりして、再使用することを意識しましょう。

③ Recycle (リサイクル)

再資源化：再び資源として使おう

使い終わったものをゴミとして捨てる時は、大切な資源として活かせるよう、きちんと分別をしてリサイクルルートに乗せましょう。また、リサイクル製品を活用しましょう。

これら3つの言葉の頭文字をとって『3R(スリーアール)』と呼んでいます。



「使い捨て社会(ワンウェイ社会)」から「循環型社会へ」

じゅんかんがたしゃかい

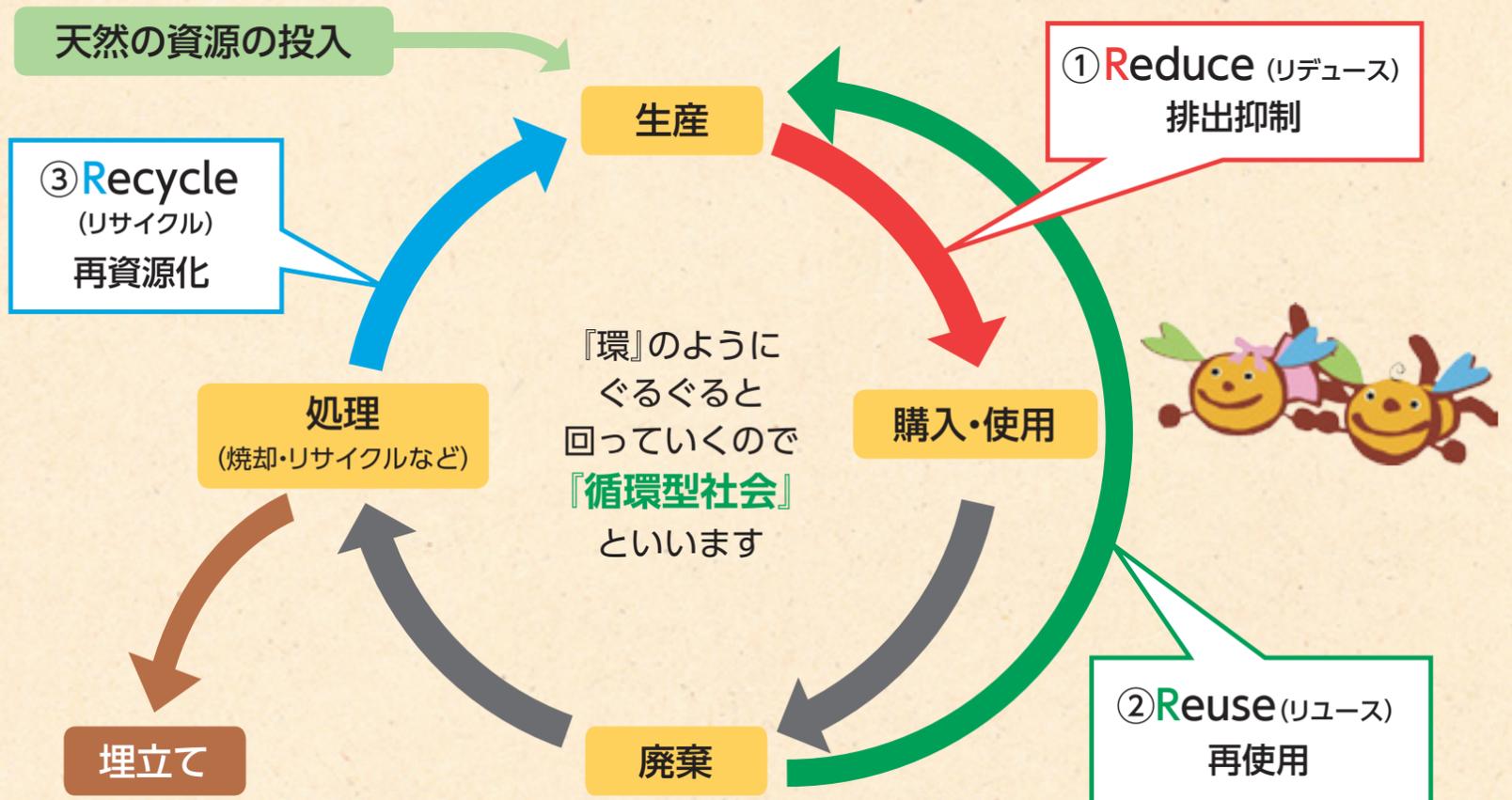
(単位:t)

これまでは、「大量生産」・「大量消費」・「大量廃棄」して、資源を使ってきました。しかし資源には限度があり、このままだとやがて枯渇してしまいます。そうならないように、これから皆で3Rを実行し、快適な「循環型社会」を目指しましょう。

資源ごみの処理数量

	平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度
紙類	1,025	1,036	1,026	1,008	989
金属類	254	233	254	300	298
ビン類	356	371	377	319	362
ペットボトル	119	111	115	116	116
ガラス・陶磁器類	61	62	70	66	68
廃食用油	3	3	3	3	2

『循環型社会』の流れ(イメージ図)



ごみの出し方 資源ごみについて

○容器包装プラスチック

- 市の指定の「容器包装プラスチック類指定袋」に入れてください
- プラスチック製の「容器(入れ物)」や「包装(包み、袋)」で、中の商品を使用したり、取り出した後に不要になるものが対象です

※白色トレイは対象ですが、できるだけスーパーなどの店頭回収を利用してください。

プラスチック製ボトル類

シャンプー、リンス、洗濯用洗剤、柔軟剤、みりん、乳酸菌飲料、液体歯磨きなどのプラスチック製ボトル



ポリ袋・ラップ類

そば、パン、インスタント食品、冷凍食品などの袋、あめやお菓子などの小袋など



パック・カップ類

カップ麺、たまご、豆腐、プリン、ヨーグルト、野菜、果物、ゼリーなどのパックやカップ類



ネット類・ふた類

みかんや玉ねぎなどのネット、メロンや桃などを包んだ緩衝材、プラスチック製のふたなど



トレイ・発泡スチロール類

生鮮食品、珍味、菓子などのトレイ、家電製品を保護した発泡スチロールなど



このマークが目印です

●可燃ごみに出してください

- マヨネーズなどのチューブ類、塩素系ボトル(塩素系と表示してあるボトル)、汚れが落ちにくいパック
- バケツ、歯ブラシ、洗面器、CD、ビデオテープ、プラスチックケース、おもちゃなどのプラスチック製品
- 軽く洗っても、汚れが落ちないもの

○紙類(新聞紙、雑誌、ダンボール、紙製パック、雑がみ)

- 種類ごとに分けて、必ず「紙ひも」で束ねて出してください
- 新聞紙と折り込みチラシは一緒に束ねて出せます
- 「紙製パック」は洗って、開いて、乾かして、束ねて出してください
- 内側が銀色の「紙製パック」は可燃ごみに出してください
- 雨の日は出さないでください。濡れるとリサイクルできません
- 「雑がみ」も可燃ごみに出さないで、リサイクルしましょう

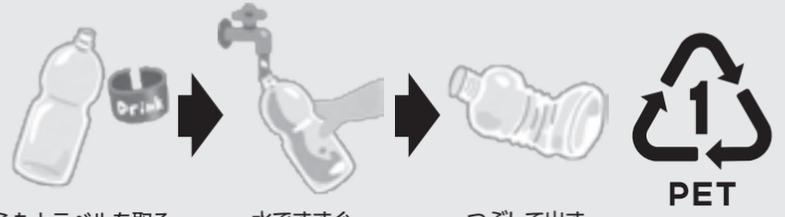


○衣類・布類

- ボタンやファスナーは、付いたまま出してください
- ひもで束ねて出してください(ひもは何でもかまいません)
- 雨の日は出さないでください。濡れるとリサイクルできません

○ペットボトル

- 「ふた」と「ラベル」は、はずして容器包装プラスチックに出してください
- 水ですすいで、つぶして、集積所の黒いネットに出してください



ふたとラベルを取る

水ですすぐ

つぶして出す



○生きびん

- 水ですすいで、指定のコンテナに出してください
- 金属キャップや王冠は、不燃ごみに出してください
- プラスチックのキャップは、容器包装プラスチックに出してください
- 割れたり欠けたりした生きびんは、使い捨てびんに出してください

○空き缶(スチール缶、アルミ缶)

- 水ですすいで、つぶさずに、指定のコンテナに出してください。つぶした空き缶で、選別機が詰まってしまい、故障の原因になります
- 大きさはミルク缶までです。お菓子の缶は不燃ごみ、一斗缶は粗大ごみです

○使い捨てびん(無色透明、茶色、その他の色)

- 金属のキャップは、不燃ごみに出してください
- プラスチックのキャップは、容器包装プラスチックに出してください
- 水ですすいで、それぞれの指定のコンテナに出してください

○不燃ごみ

- なべ、やかん、スプレー缶、お菓子の缶、40cm以下の家電製品(デジタルカメラ、ゲーム機など)、電球(白熱灯)などを指定のコンテナに出してください
- **スプレー缶は使い切って、屋外の火気の無い風通しの良い場所で穴を開けて、出してください**
- 刃物類は厚紙などで包み、「刃物」と書いてください
- 40cm以下の家電製品は、市の施設でリサイクルできるものを分別して、法律に定める事業者を引き渡し、鉄、アルミニウム、銅、金、銀、白金などを回収しています



スプレー缶は穴を開けて

○ガラス・陶器類

- 茶碗、皿、ガラス食器、せともの類、植木鉢などを指定のコンテナに出してください

ごみの出し方 可燃ごみについて

生ごみは捨てる前に「水切り」しましょう!

○生ごみの約80%は水分です

家庭から出る生ごみの約80%は水分です。生ごみを捨てる前に「水切り」すると、ごみを減量することができます。ごみの水分を少なくすることで、次のようなメリットがあります。

- ①家庭やごみ集積所での悪臭の抑制
- ②ごみ袋が軽くなる
- ③焼却施設での燃焼コストの削減



○水切りのポイント

- ①濡らさない
野菜の皮や食材の使わないところは、洗う前に切り落とし、直接ごみ箱へ捨てるなどして、始めから濡らさないようにする。
- ②乾かす
水のかからない場所に置いたり、新聞紙などに広げたりして、一定時間放置して乾燥させてから捨てるようにする。
- ③しぼる
三角コーナーに水切りネットなどを使い、ごみ袋に入れる前にひとしぼりする。水切りグッズもあるので、ぜひ活用しましょう。

ごみの出し方 粗大ごみについて

粗大ごみとは、家庭から出るもので一辺の長さまたは直径が40cmを超えるものです。

【戸別に収集する方法】と【自身で搬入する方法】があります。

○戸別(自宅門口)に収集する方法

- ①収集日の1週間前までに電話で申し込み ※戸別収集日は毎週水曜日(祝日休み)。
 - 住所・氏名・連絡先・行政区・粗大ごみの種類・個数を伝えてください
 - 処理料金・収集日を確認してください
- ②粗大ごみ処理券を購入
 - 市内のコンビニ・スーパー・市商工会加入の取り扱い小売店で購入できます
 - ※払い戻しや再発行はできませんので、注意してください。
- ③収集日の朝8時までに門口に出す
 - 処理券に「氏名(または受付番号)」と「収集日」を記入して貼ってください
 - 共同住宅は1階の共用の出入口付近に出してください
 - ※収集の際の立会いは不要です。
 - ※処理券が貼られていない場合や処理料金が不足の場合は収集できません。

○自身で搬入する方法

- 事前に鳴瀬一般廃棄物最終処分場(住所:東松島市小野字中之関地内)へ電話で申し込みください。
- 受入時間 9時~12時、13時~16時(土・日曜・祝日・年末年始休み)
 - 処理料金 10kgまで100円、以後は10kgごとに100円を現金で支払いしてください
 - 問・申し込み 鳴瀬一般廃棄物最終処分場 ☎0225-87-2837

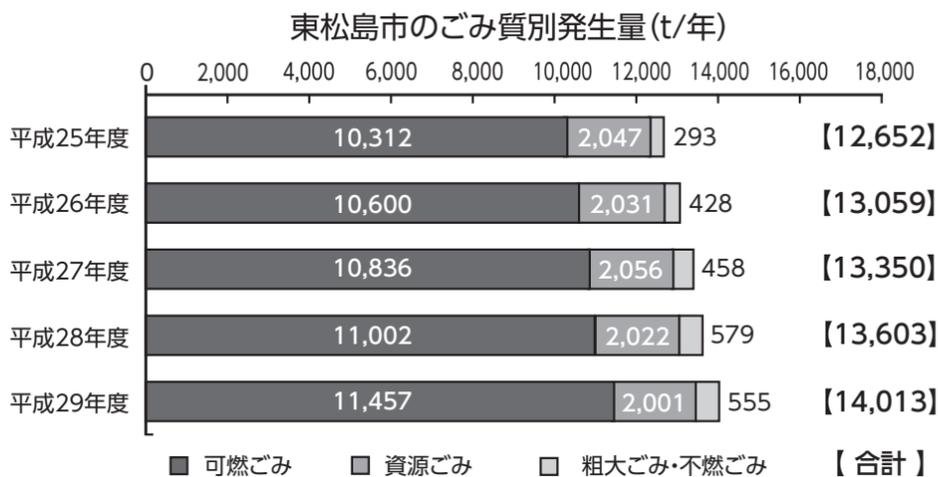
住み続けられるまちへ

東松島市におけるごみ排出量

循環型社会を構築するためには、私たちがどれだけの資源を採取、消費、廃棄しているかを知ることが大切です。ここでは、市内のごみの発生量と市民1人あたりのごみの排出量を紹介するとともに、廃品回収奨励金交付事業などについてお知らせします。

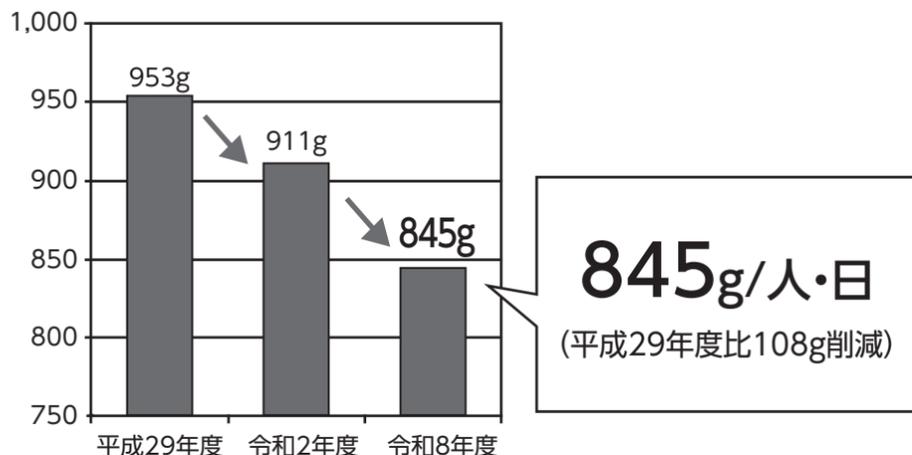
ごみ排出量

本市のごみ排出量は過去5年間(平成25~29年度)12,000~14,000t台で推移し、29年度は14,013tで前年度より410t増加しています。これは震災復興事業に関連した事業所からの排出量増加、防災集団移転団地の完成に伴う引っ越しによる可燃ごみ排出量増加が原因と考えられます。また、市民1人1日あたりのごみ排出量は953gとなっています。(平成29年度実績)



東松島市一般廃棄物処理計画

~令和8年度までの市民1人1日あたりのごみの排出量目標水位を845gに設定し、循環型社会の形成を目指します~



○私たちができること

- ・マイバックを持参し、レジ袋や商品の過剰包装を断りましょう
- ・生ごみの水分は、十分に切ることを心がけましょう
- ・食べ残しによる食品ロスが出ないように、家庭では買い過ぎ、作り過ぎに注意し、外食では適量の注文を心がけましょう

○皆が取り組むと効果絶大

- ・1回の水切りで10g減量すると…
10g × 15,905世帯で、15.905kg減量できます
- ・1週間に3回レジ袋を断ると…
3回 × 48週間で、年間144枚ものレジ袋を節約
世帯にすると、229万320枚節約できます

※世帯数は平成31年4月1日時点(住民基本台帳)の東松島市の世帯数です。



廃品回収奨励金交付事業

子供会や町内会などが実施する集団回収について、その活動を支援するため「廃品回収奨励金」として回収量に応じた奨励金を交付しています。(紙類・びん類・金属類の各品目1kg当たり3円)ごみの減量化と資源化(3R)は重要な課題であります。実施団体および回収量は年々減少傾向にあります。

そこで、東松島市では、多くの皆さんにごみ問題に対して関心を向けてもらえるよう、ごみ分別説明会を積極的に行っていきます。地区の事情に合わせて、開催日時は問わず、平日昼間はもちろん、夜間、休日いつでも開催します。ごみ分別説明会だけでなく、何かのイベントと併催でもかまいません。

さらなる、ごみ減量と資源化を実現できるように基本から丁寧に説明していきますので、いつでも下記まで問い合わせください。

	平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度
回収量計(t)	533	454	436	427	390
紙類(t)	496	423	403	395	354
びん類(t)	7	6	6	5	5
金属類(t)	28	21	22	20	25
その他(t)	2	4	5	7	6
実施団体	42	38	38	38	33
申請件数	253	226	219	218	203

■問 環境課環境班 ☎内線1153

春の大型連休 ごみ収集の日程

4月29日から5月6日(月・振休)までの「可燃ごみ」および「資源ごみ」の収集は通常どおり行いますが、**5月1日(水・祝)の容器包装プラスチックの収集は行いません**ので注意してください。

■大型連休は、鳴瀬一般廃棄物最終処分場は休みです

5月6日(月・振休)までは、鳴瀬一般廃棄物最終処分場(住所:東松島市小野字中之関)は休みです。

大型連休は、粗大ごみ(直接搬入)の受け入れはできませんので注意してください。



廃品回収で広がる地域交流と環境美化

身近なごみと向き合い 子どもたちも学習



市内では、多くの団体が地域活動の一環として廃品回収活動に取り組んでいます。紙類、ビン類、金属類と日常生活から発生するごみを正しく分別し、業者に売り払うことで、活動資金を捻出することにもつながっています。こうした作業には地域住民同士の協力が不可欠です。廃品回収活動を通して地域の交流の輪が広がり、結果的にきれいで住み心地の良い環境づくりにつながっていきます。

南浦官舎子ども会

このごみはリサイクルできるかな？ 廃品回収 子どもたちもお手伝い

南浦官舎子ども会では年2回、廃品回収作業に子どもたちも参加しています。実施日は4、8月の各第1週。4月5日には、子どもたち20人が参加して、重たい缶を集めた袋や雑誌を収集業者の車に運び込み、毎週作業にあたる保護者の方々の苦勞を肌で体感。子ども会の行事でプレゼントされるお菓子も廃品の売り払いで捻出されていることも勉強しました。代表の遠藤沙織さんは「ごみの分別、リサイクルの可否などを覚える機会として継続していきたいです」と話していました。



二反走シニア笑学考

収益を防災基金などに 作業とお茶のみが輪広げる

防災集団移転地の二反走地区の老人クラブ「二反走シニア笑学考」では、月2回、紙類の回収を行っています。各戸の前に出された紙ごみを会員らが回収。集会所前での分別作業後は、お茶っこのみで一層の親睦を深めます。売り払いで生まれた収益は、地区の防災基金積み立てとクラブ活動費に充てられています。門馬善道代表は、「地域内での交流が増えてきました。ここに引っ越してきて良かったと思える地域づくりとして継続したいです」と意気込んでいました。



まざ〜らいん

資源回収 イベントで還元 居場所づくりにつながる

旧小野小学校PTA会員らで構成する地域活動団体「まざ〜らいん」では、環境美化活動の一環として廃品回収にも取り組んでいます。小野地区内の個人宅などや「ガレージ喫茶」というお茶のみ機会を通じて、段ボールや新聞紙、雑紙を定期的に回収。業者への売り払いによる収益を「お館山春まつり」などのイベント運営費に充てています。事務局を務める大江公子さんは、「地域における自分たちの居場所づくりにもつながっています」と話していました。



柳西はまなす会

分別指導が地域に浸透 見守り活動にも貢献

柳西はまなす会は、平成22年に発足した老人クラブです。平成25年から毎週月曜日に紙類、ビン類、金属類の回収活動をスタート。午前6～8時までごみ集積所に会員が待機し、住民への分別指導やごみをまとめる作業にあたっています。日々の取り組みで地域に分別ルールが定着。通学する児童生徒や高齢者と言葉を交わす機会も生まれ、地域の見守りにもつながっています。杉本三千男会長は「地域住民と顔を合わせる場として今後も取り組みたいです」と話していました。



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31年度 狂犬病予防注射のお知らせ



狂犬病予防法により、生後91日以上の子犬は「生涯1回の登録」と「毎年1回の狂犬病予防注射を接種し、注射済票の交付を受けること」が義務づけられています。狂犬病予防注射の接種方法は、「市が行う集合注射」と「個別に動物病院で行う注射」の2つがあります。

①市が行う集合注射を受ける方

平成31年度の狂犬病予防集合注射は、右記のとりの日程・会場で行います。確認のうえ、最寄りの会場で接種してください。



■必要なもの

- ①狂犬病予防集合注射案内通知書(問診欄に記入をお願いします)
※注射案内通知書は、4月1日時点の登録情報で、飼い主の方に郵送済み。
- ②右記および通知に記載の料金

◎当日は、お釣りが出ないよう
ご協力をお願いします。

	新規登録の場合	登録済みの場合
狂犬病予防注射料	2,550円	2,550円
注射済票交付手数料	550円	550円
新規登録手数料	3,000円	—
合計	6,100円	3,100円

②個別に動物病院で受ける方

(1)右記の動物病院で受ける場合

狂犬病予防注射接種の際に、右記の病院で注射済票の交付を受けることができます。また、合わせて登録手続きも実施できます。この場合、市役所での交付手続きなどは必要ありません。

■狂犬病予防注射済票交付病院

動物病院名	所在地	電話番号
早坂動物病院	東松島市赤井字川前二224-4	☎0225-84-1622
オーク動物病院	東松島市大曲字堰の内南119-2	☎0225-83-9707
シートン動物病院	石巻市立町1丁目4-17	☎0225-22-6100
はたけやま家畜医院	石巻市広瀬字砂三10	☎0225-73-2478
ぐりーむ動物病院	石巻市伊原津1丁目4-30	☎0225-92-5622
こんどう動物病院	石巻市宇田川町2-12	☎0225-25-1230
ワイワイペットクリニック石巻店	石巻市善平4丁目104 イオンモール石巻	☎0225-92-5880

■必要なもの

- ①狂犬病予防集合注射案内通知書(問診欄に記入をお願いします)
※注射案内通知書は、4月1日時点の登録情報で、飼い主の方に郵送済み。
- ②上記料金表に記載の料金(診察料については、各病院に連絡してください)

(2)上記の病院以外で受ける場合

動物病院などで「狂犬病予防注射済証」を受取り、交付手数料(550円/1頭)を持参のうえ、市環境課(本庁舎1階)または、鳴瀬総合支所(鳴瀬庁舎1階)で、狂犬病予防注射済票の交付を受けてください。

■問 環境課環境班 ☎内線1153

平成31年度東松島市狂犬病予防集合注射日程表

実施日	実施会場	実施時間
5月21日(火)	1 里浜地区センター	9時~9時15分
	2 大塚地区センター	9時30分~9時40分
	3 東名地区ふれあいセンター	10時~10時10分
	4 野蒜市民センター	10時25分~10時45分
	5 亀岡地区学習等供用施設	10時55分~11時10分
	6 浅井地区センター	11時35分~11時50分
5月22日(水)	7 柳地区集会所(新)	8時40分~8時55分
	8 南赤井地区学習等供用施設	9時~9時30分
	9 北赤井地区学習等供用施設	9時40分~10時10分
	10 上区生活センター	10時20分~10時30分
	11 塩入担い手センター	10時40分~11時
	12 大島生活センター	11時10分~11時25分
	13 大塩市民センター	11時35分~11時50分
5月23日(木)	14 大曲市民センター	8時40分~9時10分
	15 関の内地区学習等供用施設	9時20分~9時35分
	16 下町地区センター	9時45分~10時5分
	17 農村婦人の家	10時15分~10時30分
	18 小松地区学習等供用施設(沢田・前里)	10時40分~10時55分
	19 手招集会所	11時5分~11時20分
5月24日(金)	20 矢本保健相談センター	8時40分~9時10分
	21 道地地区学習等供用施設	9時20分~9時40分
	22 立沼地区センター	9時50分~10時
	23 牛網地区学習等供用施設	10時10分~10時30分
	24 小野市民センター	10時40分~11時
	25 西福田下地区センター	11時10分~11時20分
	26 農村創作活動センター	11時30分~11時40分

※前回と変更になった会場がありますので、注意してください。

「木造住宅耐震診断助成事業」・「木造住宅耐震改修工事助成事業」および「危険ブロック塀等除却事業」受付開始のお知らせ



①木造住宅耐震診断助成事業

旧耐震構造基準(昭和56年5月31日以前)で建築された木造住宅が対象になります。昭和56年6月に建築基準法の大幅な改正が行われ、建物の耐震基準が強化されました。それ以前に建築された木造住宅は大きな地震の際に倒壊するおそれがあります。診断を希望する方の申し込みにより「耐震診断士」を派遣し、診断の実施・耐震改修の計画案の作成・耐震改修工事を行う際の概算見積りの作成を行うものです。

■自己負担額 8,300円

※住宅の延べ面積が200㎡超の場合は、70㎡ごとに自己負担額10,300円が加算されます。

■受付期間 5月13日(月)~12月13日(金)

※予算が無くなり次第受付を終了する場合がありますので、ご了承ください。

②木造住宅耐震改修工事助成事業

①で作成した改修計画に基づき行う住宅の耐震改修工事に要する費用(改修設計費・工事監理費を含む)の一部を補助するものです。また、県内に本店または支店を有する建設業者などが施工した場合は、上乗せ補助があります。上乗せ補助金額は耐震改修工事と同時にを行うリフォームの有無やその金額により変動します。

■補助金額 耐震改修工事費の4/5(上限100万円)

■上乗せ補助金額

※県内に本店または支店を有する施工業者が施工した場合のみ。

リフォーム金額が10万円以上:耐震改修工事費の2/25以内(上限10万円)

■受付期間 5月13日(月)~12月13日(金)

※令和2年1月17日(金)までに工事が完了するものが対象です。なお、予算が無くなり次第受付終了する場合がありますのでご了承ください。

③危険ブロック塀等除却事業

道路に面した高さ1m以上のブロック塀など(道路以外の隣地などに面したものは除く)で、倒壊の危険性のあるブロック塀などを、所有者自らが自費で施工業者などに発注して除却する場合、その除却に要する費用の一部および除却後に新たに設置する軽量の塀などの工事費用の一部を補助するものです。調査基準に基づき建築住宅課の職員が現地調査を行い、危険と判定された塀のみが対象となりますので、除却を行う前に必ず下記まで連絡ください。

■補助金額

○除却事業 除却面積(1㎡)当たり4千円を乗じて算定した金額(上限15万円)

○設置事業 設置延長(1m)当たり4千円を乗じて算定した金額(上限10万円)

※除却事業を実施した世帯が対象となります。設置事業のみは補助対象外です。なお、設置するフェンスなどの単価によっては、1m当たりに乗じる金額が4千円を下回る場合があります。

■受付期間 5月13日(月)~12月13日(金)

※令和2年1月17日(金)までに工事が完了するものが対象です。なお、予算が無くなり次第受付終了する場合がありますのでご了承ください。

■問・申し込み

建築住宅課建築班(鳴瀬庁舎2階) ☎内線2203・2205

シリーズ 第6回

今年度も取り組みます!「魅力ある学校づくり」とは ～新たな不登校を生まないために～



市では文部科学省と県教育委員会から指定を受け、「魅力ある学校づくり調査研究事業」に取り組んでいます。市内全ての中学校区の小中学校が連携して、新たな不登校を生まないために全ての児童生徒にとって「心の居場所」や「絆づくりの場」となる学校を目指して、全職員が一体となって「魅力ある学校づくり」に取り組んでいます。



◀小中合同あそび運動



◀魅力ある授業を目指して



◀小学生の部活動体験



◀小学校での授業の様子



◀中学校での運動会の集合写真

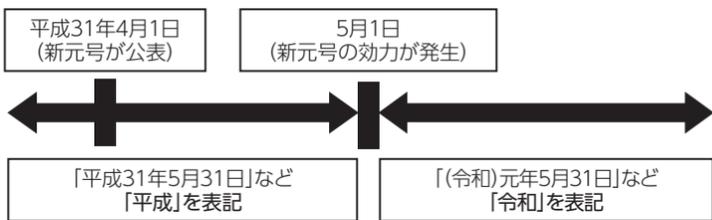
■問 教育総務課教育指導班 ☎内線1273

改元に伴う文書等の取扱いのお知らせ



新天皇の御即位にあたり、新元号が4月1日に公表され、5月1日(水・祝)から新元号となりました。市が市民の皆さんに発送する文書等や、皆さんから頂いた文書等については、原則として次のとおり取り扱いますので、ご理解の程よろしくお願ひします。

- ①新元号が公表された4月1日以降であっても、4月中に市が発送する文書等には「平成」と表記し、5月1日以降に市が発送する文書等については、新元号を表記します



※平成31年5月以降に「平成」と表記された文書等が手元に届く場合がありますが、文書等の作成時期の影響となりますので、ご理解願ひします。

- ②保険証、受給者証などの有効期限や、契約書類などの契約期間で、平成31年5月以降の表記がされているものについては、改元後も有効なものとして取り扱います。そのため、改元による保険証等の差替えや、変更契約の手続きは必要ありません。ただし、その他の記載内容に変更が生じた場合は、通常どおり変更等の手続きをお願いします。
- ③既に手元にお持ちの文書等で、「平成」と表記されている文書等については、表記を訂正した上で使用することができます。
(例) 令和元年
—平成31年— 9月30日
- ④平成31年4月中に市に提出された文書の中に、5月以降の日付で「平成」が表記されている場合についても、法的には有効ですので、そのまま取り扱います。また、同様に4月中に市が発送した文書等で、5月以降の日付が「平成」となっている場合も、有効な文書等として取り扱います。

■問 総務課総務班 ☎内線1206

東松島市高効率給湯器等普及促進事業補助金 平成31年度交付申請受付に関するお知らせ



平成31年度の高効率給湯器等設置者への補助金交付申請の受付を、6月3日(月)から開始します。なお、補助基準など詳しい内容については、市報5月15日号でお知らせします。

※申請書類などは一部改正していますので、環境課窓口または市ホームページから平成31年度版を入手し、使用願ひします。

■問 環境課環境班 ☎内線1152

市民協働課・生涯学習課の事務所が移転します



5月13日(月)から、市民協働課・生涯学習課(社会教育班・スポーツ振興班)・東京オリンピック・パラリンピック推進室の事務所を、矢本東保育所の東側にある旧石巻地方広域水道企業団西部地区管理事務所の建物に移転します。電話はこれまでどおり市役所から内線で転送します。

また、生涯学習課文化財班は、5月7日(火)より奥松島縄文村歴史資料館交流館へ移転しますので、注意ください。

移転後の電話は☎88-2292までお願いします。

■場所 〒981-0503 東松島市矢本字大溜16番地1

建物新名称:東松島市役所大溜分庁舎

(旧石巻地方広域水道企業団西部地区管理事務所の建物)



■問 行政経営課管理契約班 ☎内線1226

陸上自衛隊東北方面音楽隊 第42回青少年コンサート



■日時 7月6日(土)13時30分~15時30分

■場所 仙台銀行ホール イズミティ21

■料金 無料 ※要入場券。

■応募方法 往復はがきに、郵便番号・住所・氏名・年齢・性別・電話番号・人数(1人または2人)を記入のうえ、下記までお送りください。返信はがきで結果をお知らせします

■応募締切り 6月7日(金)必着

■問・申し込み

〒983-8580(住所不要)東北方面総監部広報室「音楽演奏会係」

☎022-231-1111 ☎内線2373・2374



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)

便利でお得な公共交通「らくらく号」を利用しましょう



乗り合い型のタクシー「らくらく号」をご存知ですか?最終となる今回の第3弾特集ではらくらく号の予約センターのオペレーターさんにインタビューをしました。

Q.どのような方が利用していますか?

A.特に多いのは、高齢者の方で、小学生・中学生にも多く利用いただいています。

Q.どのような場所に行く方が多いですか?

A.病院やスーパー、商店が特に多いです。

Q.予約が多く入るのは何時便ですか?

A.病院の行き帰りで8時、11時台の便が特に多く、また最終便である16時45分便も多く予約をいただいています。

Q.どのような方に特にらくらく号を利用してほしいですか?

A.免許を返納した方や交通手段に困っている方に利用してほしいです。

Q.らくらく号を利用しようか迷っている方に一言お願いします

A.らくらく号は、基本的に「一乗車300円」で利用でき、一度利用登録さえしてしまえば、電話一本で利用できる便利な乗り物です。まずは登録を試してみてください。

Q.らくらく号に乗車するときに気をつけてほしいことはありますか?

A.らくらく号は乗り合いなので目的地に必ず希望の時間に行けるわけでは**ありません**。お時間と気持ちに余裕をもってらくらく号を利用してください。

3か月連続でらくらく号の特集をしてきましたが、今回で特集は終了となります。特集を読んで、らくらく号について理解いただけたでしょうか。交通手段に困っている方や利用してみたい方は、下記担当まで連絡ください。

■問 復興政策課地域振興班

☎内線1232



▲オペレーター室の様子

呼んでください「世話やきセミナー2019」メニュー (市職員編)



市では、市職員が講師となって出前講座を実施します。詳しい内容は下記まで相談ください。

■時間 9時～21時までの間で、1回2時間以内

■場所 申込者で用意してください(例:市民センター・地区センター・自宅など)

※施設により有料の場合があります。

■対象 おおむね5人以上の団体グループ

■受講料 無料。ただし、材料費などがかかる場合があります

■申込方法 開催希望日の15日前まで、生涯学習課社会教育班(市役所東庁舎2階)へ電話か来庁して申し込んでください。講師と日程など調整し、実施が決定した後、申請書により正式に申し込みが必要となります

■注意事項

・世話やきセミナーは、市民への学習機会や情報の提供により市民の理解を深め、市民参加のまちづくりを協働で進めるために実施します。行政に対する苦情・要望など申し立てる場ではありません

・公の秩序を乱したり、政治・宗教に関する集まり、営利を目的とした催しを行うおそれのある時は講師を派遣できません

■問 生涯学習課社会教育班 ☎内線3202 FAX:0225-82-4158

No.	メニュー名	担当	内容
1	悪徳商法!!「知らない」と損・そん」	市民課 窓口サービス班	契約トラブル事例と対策、オレオレ詐欺、架空請求について ※6月以降～。
2	身近に税を知りましょう	税務課 住民税班	国民健康保険の給付について ※8月～12月に実施可能。
3	大地震に備えて、あなたの家は大丈夫?	建築住宅課 建築班	木造住宅の耐震診断、耐震改修、危険ブロック塀除去の各補助事業の紹介 ※5月以降～。
4	『幸せママ』になろう	健康推進課 健康支援班	“完璧なママなんて無理!まあいいか～”で、幸せママになるヒントをお伝えします
5	『伝え上手なママ』になろう	健康推進課 健康支援班	子どもの成長に合わせた言葉のかけ方、関わり方についてをお伝えします
6	メタボ撃退大作戦 ～健診から始める健康づくり～	健康推進課 健康支援班	健診結果から自分の体の健康状態を解説。生活習慣病やメタボリック症候群の予防方法について考えます(軽運動も可)
7	病気について学んでみよう!	健康推進課 健康支援班	がん、高血圧、糖尿病、感染症、熱中症等の中からテーマを選んでもらい、それぞれの病気や予防についてお伝えします
8	子どもと一緒に家族でよい食習慣を身につけよう!	健康推進課 健康推進班	栄養満点で簡単!そんな料理のコツをお伝えします 赤ちゃんの取り分け離乳食についても対応できます(調理実習も可) ※材料費は受講者負担。
9	何をどれだけ食べたらいいの? ～主食・主菜・副菜をそろえよう!～	健康推進課 健康推進班	健康維持の食事の適量や組み合わせをお伝えします(調理実習も) ※材料費は受講者負担。
10	みんなで考える こころの健康	健康推進課 健康支援班	こころの病気やストレスについて。ストレスやイライラの解消法
11	みんなで考える お酒の事	健康推進課 健康支援班	あなたは飲める派?飲めない派?アルコールパッチで体質チェック
12	まさかのときの救急救命講習会 ～救急心肺蘇生法の講習～	防災課 危機対策班	救急心肺蘇生法の説明と実技演習を行いません ※講師は消防署員。
13	もしものときの災害への備え	防災課 消防安全班	災害時の自助・共助について ※実行可能時期等は要相談
14	もっとわかる!高齢化社会! ～高齢化社会の疑問にお答えします～	高齢障害支援課 包括ケア推進班	「もっと知りたい高齢者福祉サービス」「高齢化社会を考えよう」「あんしん老後!今からはじめよう介護予防」「あんしん老後!今からはじめよう介護予防」「ワンストップ高齢者相談」など
15	市民協働?きょうどうって何? ～まず、一歩できることから始めよう～	市民協働課 協働推進班	自分たち、地域でできる協働のまちづくりとは
16	提案してみませんか?～まちづくり交付金～	市民協働課 協働推進班	一般提案型、まちづくり交付金制度について
17	SDGs(エス・ディー・ジー・ズ)国連や日本が採択したSDGs(持続可能な発展目標)って?	地方創生・SDGs推進室	「誰一人置き去りにしないため」地域と世界をつなぐ合言葉。環境、社会、経済をテーマに「あなたのSDGs」を一緒に考えてみませんか?
18	デマンドタクシー「らくらく号」かんたん出張講座 ～スーパー・病院へのおでかけ お得に通うには?～	復興政策課 復興政策班	らくらく号の乗り方や予約の仕方について説明し、その場で登録も行います ※平日 9時～17時。
19	みんなで始めよう!!ごみダイエット ～廃棄からリサイクルの社会へ～	環境課 環境班	家庭ごみの出し方、ごみ減量、3R(スリーアール)などについて
20	農地のことなら「なんでも相談室」	農業委員会	農地の利用集積、権利移動、転用、農業者年金について
21	ここが知りたい!私たちの市議会	議会事務局	議会のしくみ・傍聴方法・議会広報について ※1・4・5・7・8・10・11月のみ。
22	知っていますか?東松島市の観光と特産	商工観光課 観光振興班	観光資源の紹介と、特産品の紹介
23	ノーマライゼーションを考える ※疑似体験あり。	社会福祉協議会	社会づくりのための講話やキャップハンディ体験など
24	絵本の選び方	図書館	子どもが興味を引く絵本の選び方・読み聞かせのポイント講座
25	乳幼児向けおはなし会	図書館	親子(乳幼児)を対象とした読み聞かせ・手遊び・絵本の選び方講座
26	ストレッチは体のサプリメント(一般～高齢者対象)	生涯学習課 スポーツ振興班	正しいストレッチ方法や楽しくできる軽スポーツを学びます
27	あなたも「ニュースポーツリーダー」(中学生以上対象)	生涯学習課 スポーツ振興班	地域活動に役立ちそうなニュースポーツを学びます
28	リズムで変わる!動きが変わる!	生涯学習課 スポーツ振興班	8ビートに合わせてラインをジャンプ、リズムジャンプ(約45分～60分) ※年齢や内容は要相談。 ※10人以上。
29	掘ってわかった おらほの歴史	生涯学習課 縄文・文化財	発掘調査等で明らかになった新事実を、分かりやすく紹介
30	まるごと縄文出前講座	生涯学習課 縄文・文化財	現代に繋がる縄文時代の生業や食生活、精神文化などの縄文にまつわる話や、火おこし・勾玉作りなどの体験学習。まるごと資料館がお出かけします ※内容や費用(体験代)要相談。
31	災害の歴史から今後の防災を考える ～地中に残された災害の履歴～	生涯学習課 縄文・文化財	市内の遺跡等に残された津波や洪水等の痕跡から、過去の災害を読み解きます
32	生涯集いのがくしゅう	生涯学習課 社会教育班	生涯学習のまちづくりを進める市の取り組みとこれから
33	子どもによる子ども会活動のススメ	生涯学習課 社会教育班	子ども中心の子ども会活動について学習 ※支援あり。

ともに復興へ

みんなが主役の

市民協働のまちづくり 70

小野地域ふれあい交流館「ひだまりの里」よりお知らせ



小野地域ふれあい交流館は、4月に「ひだまりの里」を愛称として新たなスタートを切っています。おかげ様でたくさんの方の地域の皆さんに買い物と交流の場として利用いただいています。



▲キッズコーナーで遊ぶ子どもたち

販売スペースには地域の新鮮な野菜はもちろん、加工食品、パン類、菓子類のほか、皆さんからの要望が高かったお弁当や総菜も市内の飲食店と連携し販売しています。



▲交流館前の花壇に生産者の皆さんがグラジオラスの球根を植えてくれました。夏にはきれいな花を咲かせてくれます

週に1度の「YUTTARI(ゆったり)ランチ」と「GAGA家の豆腐の試食販売」の開催日には手作りの味を楽しんでいただいています。また、これからますます暖くなる季節に向けて、ソフトクリームの販売も始めました。

誰でも利用でき、テーブルや椅子、キッズコーナーがある交流スペースでは、地域活動をしている団体やサークルのミーティングのほか、小さな子どもを連れてお母さんが遊びに来て楽しい時間を過ごすなど利用も増えてきています。

これからも地域の方々のたくさんの声を聞きながら品揃えの充実や楽しいイベントの開催に努めていきますので、ぜひ、気軽にお越しください。スタッフ一同、皆さんの来館をお待ちしています。

●館内施設

買い物のほか、誰でも利用できる交流スペース(サロンスペース)があります。友だちとの懇談やサークルのミーティングなどに利用できる無料の開放スペースですので、小さなお子さん連れの方も気軽に利用してください。

■営業日時 平日10時～16時 ※土・日曜、祝日除く。

■場所 東松島市小野字新欠下36番地(小野市民センター敷地内)

●5月のイベントスケジュール

○ふれあいフェスティバル

小野市民センター敷地内にて開催されるおのくんの誕生祭『めんどくしえ祭2019』の開催日に交流館でも併せてイベント出店を行います。お楽しみに。

■日時 5月4日(土・祝)10時～16時

○「GAGA家」の豆腐の試食販売ブース

■日時 毎週水曜日 13時～16時

○「YUTTARI」ランチ

■日時 毎週金曜日 11時45分～12時30分 ※テイクアウトも可。

●生産者募集 野菜や加工品の生産者さんや手づくり品などを出品できるグループの方々はもちろん、家庭菜園で採れた野菜など出品してみたい個人の方も募集しています。売り上げ金は月に2回、出品者さんへ現金でお渡しします。一緒に小野地域ふれあい交流館を盛り上げていきましょう。詳しくはスタッフまで気軽に相談してください。

■問 小野地域ふれあい交流館「ひだまりの里」

☎98-5918 FAX:0225-98-5919

矢本西市民センター新設に伴う貸館業務の一時休止のお知らせ



令和元年7月、現在の矢本西市民センター(河戸地区センター併用施設)から、新矢本西市民センター(住所:東松島市小松字向田198番地1)へ移転予定です。このため、現市民センターでの貸館業務は6月末までとなり、一時休止とさせていただきます。また、新市民センターの貸館申請受付業務は8月から行い、貸館使用は9月からとなる予定です。貸館業務の休止予定期間は下記のとおりです。皆様には大変ご迷惑をおかけしますがご理解の程よろしくお願ひします。

なお、矢本西コミュニティ協議会、矢本西市民センターの各種事業につきましては、通常通り行う予定です。

■休止予定期間 7月1日(月)～8月末

※新市民センター受付業務開始は8月1日(木)から、使用開始は9月1日(日)からです。

■問 矢本西市民センター ☎82-1181

生涯現役就労セミナー

～ブラジルの高齢者はなぜ元気?～



ブラジルでの生活やボランティアに参加した動機などのお話や、体操、脳トレを行います。また、先着100人に、国産大豆などをふんだんに使った東松島長寿味噌を無料プレゼントしますので、ぜひお越しください。



▲鈴木 京子さん

■日時 5月29日(水)10時～12時(9時30分受付開始)

■場所 矢本東市民センター

■講師 鈴木 京子さん(日系社会シニア海外ボランティア)

■対象 おおむね55歳以上 ■持ち物 フェイスタオル

■問・申し込み(事前予約制)

(一社)東松島市生涯現役促進地域連携事業推進協議会

☎050-3000-1978

Eメール: higashimatsu.syouden @ gmail.com

URL: https://higashimatsushima-kyougikai.dg-1.jp

蔵しっくパーク からのお知らせ



オフィスボヌール 入居者説明会

東松島初のシェアオフィスが継続決定。オフィスボヌールで、起業・創業を目指してみませんか。

■日時 5月11日(土)10時～11時

■場所 あったかいホール2階(住所:東松島市矢本字上新沼4-1)

オプティボヌールvol.3 出店者募集

■日時 6月16日(日)～7月14日(日)9時～17時

■申込締切 5月14日(火) ■ブース料 1,000円

■ボヌールマルシェ登録料 別途100円

※販売手数料として、売上の1割を徴収します。

■上記の問 蔵しっくパーク ☎84-2011

新宮戸八景物語原画展開催



宮戸地区には、地元の方たちには選ばれた自慢の8つの景色「新宮戸八景」があります。それら八景にまつわるお話から作成された、絵本と紙芝居の原画を展示します。



※開催期間中、KIBOTCHAでは「KIBOTCHA鳴瀬かきとBBQまつり」のイベントが実施しています。

■日時 5月6日(月・振)まで 10時～17時

■場所 KIBOTCHA2階学習ルーム

■問 東松島市観光物産協会 ☎87-2322



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。>

喜びと 期待を胸に

平成31年度入学式・入園式

春の入学シーズンを迎え、市内の小・中学校、幼稚園、保育所、保育園でそれぞれ入学、入園、入所式が行われました。ピカピカのランドセルや制服に身を包んだ新1年生たちは、喜びと期待を胸に学校生活をスタートさせました。



▲昨年5月に開園した企業主導型保育事業所「緑ヶ丘ひかり保育園」には、本年度新しく10人が入園しました。在園児たちが歓迎のお遊戯を披露し、大きな拍手が送られていました。(4月1日、緑ヶ丘ひかり保育園)



▲学校法人丁子学園鳴瀬幼稚園には、66人が新たに入園しました。保護者のそばを離れたい様子でしたが、「明日から仲良く遊びましょう」との呼びかけに、楽しい園生活を思い浮かべ、笑顔を見せていました。(4月10日、鳴瀬幼稚園)



▲学校法人石輝学園矢本はなぶさ幼稚園の入園式は、園庭に積雪が広がる初めての状況での開催となりました。天候とは対照的に園児の皆さんは、晴れ晴れとした表情で明日から始まる園生活に胸を躍らせていました。(4月11日、矢本はなぶさ幼稚園)



▲宮野森小学校の入学式では、26人が笑顔で入場。渥美市長が「友だちをたくさん作って遊び、勉強を頑張ってください」と激励し、代表児童に記念品の黄色い帽子を贈りました。(4月8日、宮野森小学校)



▲赤井南小学校では50人の新1年生が在校生や保護者、先生方の拍手に迎えられ、堂々とした入場を見せられました。児童呼名では、元気いっぱいの返事を体育館に響かせていました。(4月9日、赤井南小学校)



▲矢本西小学校には54人の児童が入学しました。渥美市長は「交通事故に気を付けて、明日から元気に通ってください」と述べ、代表児童に黄色い帽子を贈呈しました。(4月9日、矢本西小学校)



▲矢本第二中学校には107人の生徒が入学しました。新入生たちは在校生や保護者からの温かい拍手で迎えられながら入場。少し照れた様子を見せながらも堂々と式に臨んでいました。(4月8日、矢本第二中学校)



▲鳴瀬未来中学校には65人が入学。新入生を代表し、小山礼佳さんが「勉強と部活、学校行事に頑張りたいです。まだ未熟ですが成長へと導いてください」と誓いの言葉を述べました。(4月8日、鳴瀬未来中学校)



平成31年度第1回地区自治会長会議が開かれ、今年度における本市の行政報告を行ったほか、地域代表の皆さんから、地域の現状を踏まえた要望や提案などをいただき、活発な意見交換が行われました。(4月16日、市役所)

地域要望 活発に意見交換 地区自治会長会議

高階厚生労働副大臣 不老園を視察

震災の津波で被災した「特別養護老人ホーム不老園」が平成30年2月1日野蒜ヶ丘の高台に完成し、宮城県出身の厚生労働副大臣である高階恵美子参院議員が視察に訪れ、入居者と交流を図りました。(4月6日)





市内子どもたちを招待

株式会社楽天野球団

楽天生命パーク宮城で、「がんばろう東北デー」が開催され、東北楽天ゴールデンイーグルス対福岡ソフトバンクホークスの試合に、市から137人が、株式会社楽天野球団より招待されました。(4月13日、楽天生命パーク宮城)



大塩花まつり

にぎやかにステージイベント

毎年恒例となった春の行事「大塩地区ふれあい花まつり」が盛大に開かれました。鏡開きが行われた後、渥美市長らが祝辞を寄せました。ステージは大塩小学校の子どもたちによる鼓笛隊、ベルベーナ・ラス・フィエスタスの演奏などがあり、クイズや大抽選会もありました。桜はまだつぼみでしたが、多くの人が青空の下に集まり、笑顔の花を咲かせました。(4月14日、大塩小学校校庭)



笑顔とふれあいの「花」が咲く

青いこいのぼりと春フェス

あおい地区で一体感

「青いこいのぼりと春のフラワーフェスティバル」では、あおい地区の各世帯がミニ青いこいのぼりを玄関先に飾り、震災で犠牲となった方々の供養と子どもたちの成長を願いました。イベントでは全長36mのノリ巻き作りに挑戦したほか、ステージ企画もあり、連帯感を深めました。(4月7日、あおい地区)



東京の劇団と地域の子どもたちが共演

心の復興 みやぎミーツシアター



東京の劇団「丸福ボンバーズ」と東松島市の子どもたちが共演した「心の復興 みやぎミーツシアター～アーティストと出逢う、創る」の上演会が行われました。上演作品は同劇団が主宰した「サヨナラ」。舞台上に立った子どもたちはいきいきとした演技を見せ、観衆を楽しませていました。(3月31日、野蒜市民センター)

首都圏企業 新人社員研修 若者200人が東松島へ

～自然を活かした復興まちづくりを学ぶ～

市に対し、これまでさまざまな復興支援をいただいているセガサミーグループより200人の新人社員が本市を訪れました。野蒜・宮戸地域の自然環境の保全とそれを活用した復興まちづくりについて学んだり、地域住民、地域おこし協力隊、市職員などのグループトークでは、真剣な眼差しで耳を傾け活発な意見交換が行われました。

(4月11日、野蒜市民センター)



▲地域の方とのグループトークに盛り上がりました

小中学校転入職員サービス宣誓式

東松島市内の小中学校に転入した教職員の皆さんを迎えるサービス宣誓式が開かれました。職員を代表し、大塩小校長に就任した白鳥修さんが「行きたくなる学校づくりに全力を注ぎます」と決意。渥美市長は「子どもは地域の宝。原石を皆さんの手で磨いていただきたい」と期待しました。

(4月2日、市コミュニティセンター)



行きたくなる学校づくりに全力



奉仕者の心構え学ぶ

新規採用職員研修

市の新規採用職員研修が開催され、担当から地方自治や仕事の進め方などについて講話がありました。また、渥美市長は新規採用職員を激励し、受講者は熱心に耳を傾けていました。(4月11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 0225-82-8143
(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

子育て支援センターからのお知らせ

鳴瀬子育て支援センター「あいあい」
☎87-2338

「ほっとふる」の主な行事

- 土曜オープン
5月18日(土)9時~12時
- うきうき講座5月生まれの誕生お祝いDAY
5月22日(水)カード作り 9時~15時30分(身体測定・手形押しなど)
読み聞かせや紙芝居など楽しいことがあるよ!

0歳児講座・1期日程

- ①5月8日(水) 講話「赤ちゃんのこころとからだの成長」(ほっとふる)
 - ②5月17日(金) 実習「離乳食作り」(矢本東市民センター)
 - ③5月31日(金) 講話「ママのこころとからだをまるごとケア」(ほっとふる)
- ※詳しい内容は、ほっとふるまで問い合わせしてください。

子育て講座【要申し込み:先着15組】 「乳幼児期の歯みがきの話」

- 日時 6月6日(木)10時~11時 ■申し込み 5月7日(火)から
- 場所 鳴瀬子育て支援センター あいあい
- 対象 未就学児のお子さんと保護者(市内の方優先)
- 講師 鳴瀬歯科診療所 歯科衛生士 木村 明美氏
- 持ち物 お子さんの歯ブラシ、フェイスタオル、飲み物(水またはお茶)

開館日時 ほっとふる 月~金曜 9時~16時
あいあい 月~木曜 9時~16時
(相談は17時まで受付)

※講座などで利用できない日もありますので、子育て通信などで確認してください。
子育て通信は市ホームページでもご覧になれます。

ほっとふる&あいあい

七夕まつり

申し込み不要・参加費無料

日時 6月28日(金)

時間 10時30分~11時30分
※10時15分~受付開始。

場所 矢本子育て支援センター
ほっとふる

問い合わせ
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

東松島市ファミリーサポート事業

子どもを預けたい方と預かり支援できる方を結びます。いざという時のために登録しておくことで安心です。

各種会員募集中

- 協力会員(子どもを預かり支援できる方)
市内在住の20歳以上の方(事務局開催の初回講習会を受講していただきます)
 - 利用会員(子どもを預けたい方)
 - ・生後2か月~小学校6年生までのお子さん
 - ・市内在住または市内に勤務している保護者の方
- ※利用登録までに約2週間~1か月程度時間をいただきます。
- 援助活動の場所
①協力会員の自宅
②矢本子育て支援センターほっとふる
③鳴瀬子育て支援センターあいあい

入会登録の際、保護者の方の写真が2枚必要です。

※サイズ3cm×2.4cm。

■問 ほっとふる ☎84-2676



来所の様子



観味美魅 ひがしまつしまの みりよく発見! 観光と物産

春のおすすめ!花の見所スポット

四季を通して美しい花が咲く東松島市。春になり、市内各所で可愛い花々が見頃を迎えています。

4月下旬~5月上旬にかけて、矢本地区の滝山公園では「八重桜」、宮戸地区



▲滝山公園

のさとはま縄文の里史跡公園では「菜の花」が色鮮やかに咲き誇ります。6月頃からは根古地区で「ニッコウキスゲ」や野蒜海岸などで「ハマヒルガオ」、宮戸地区では「藤の花」が見頃を迎えます。

これからの時期、温かい日差しの中ウォーキングをしながらの花めぐりがおすすめです。あちらこちらで花々が鮮やかに咲き、心地よく心躍る春を感じさせてくれますよ。

ぜひお気に入りのお花スポットを探してみてください。



▲さとはま縄文の里史跡公園

■問 東松島市観光物産協会 ☎87-2322

Sports Paradise

~スポーツから笑顔が生まれるまちづくり~

東松島市体育協会
スポパ通信

■問・申し込み 東松島市体育協会 ☎82-9030 平日9時~17時

きッズ広場開放日のお知らせ

大好評のきッズ広場も3年目になりました。先月からはアリーナ開放に戻り、子ども達は大きな体育館の中でおうちの人と一緒に遊んでいます。まだ来たことのない方はもちろん、何度も遊びに利用されているリピーターの方の来館もお待ちしております。

※○印は開放予定日です。
フロードR...ゆっくりと空中を漂う大きな風船のようなもの。約700gという軽さから独特な浮遊感が。ポーンポーンと上にあげてみてね。

- 対象 未就学児とその保護者 ■日時 毎週金曜日、9時~11時30分
 - 場所 市民体育館アリーナBコート
 - 利用料 保護者1人100円(市外300円) ※未就学児無料。
 - 持ち物 上靴(まだ履けないお子さんは必要ありません)、飲み物、タオル
- ※保護者同伴が利用条件です。
※託児はありませんのでお子さんの預かりはできません。
※祝日は休み。その他行事などで開放できないこともあります。
※開放日は体育協会ホームページ(URL: <http://h-taikyo.jp>)から確認できます。

Goodすぽ一つ東松島 ~YTT~

東松島市総合型地域スポーツクラブ (昨日より今日、今日より明日へ)

■問・申し込み Goodすぽ一つ東松島事務局 ☎82-9030 平日9時~17時

下記のスポーツ教室申し込み受付中です。気持ちのいい汗流しましょう。

ジュニア対象		一般・シニア対象	
○キッズボールあそび	○ヒップホップ風ダンス	○おとなのヨガ	
○キッズかけっこ(アスリートコース)	○ゆるレク体操	○ママヨガ	

■受け付け 電話または直接事務局で受け付け

詳しい内容は市報3月15日号のまなびにに掲載されています。
ホームページ(URL: <https://goodsportsytt.wixsite.com/goodsports>)でも確認できます。

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

矢本西市民センター 職員募集

SDGs 8
矢本西コミュニティ協議会
(矢本西市民センター)
☎82-11181

職種・募集人員

施設管理人 2人

■対象・資格 市内に居住し、市税など滞納がなく、心身ともに健康な方。甲種防火管理講習修了証をお持ちの方

■業務内容 新矢本西市民センターの施設管理、利用者対応など

■勤務時間 平日夜間、土日祝日。週27時間以内(交代制のため、詳しい内容は協議)

■賃金 月額93,000円

※社会保険なし、労災あり。

■雇用期間 7月1日(月)～令和2年3月31日(火)

※更新の場合あり。

■応募方法 5月7日(火)～24日(金)まで、履歴書(自筆・写真貼付)を提出

※後日面接あり。

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
☎・FAX 83-16789
東松島市赤井字鷺塚1-16

陸・海・空自衛官候補生

■対象・資格 18歳以上33歳未満の方

■受付期間 受付は年間を通じて行っています

○一般曹候補生

■対象・資格 18歳以上33歳未満

■受付期間 5月15日(水)まで

■試験日 一次試験:5月25日(土)

○技術海および空幹部

■対象・資格 大卒以上の方で、応募資格に定められた学部等を卒業後2年以上の業務経験のある方

※詳しい内容は問い合わせください。

■受付期間 5月24日(金)まで

■試験日 6月24日(月)

○技術海および空曹

■対象・資格 20歳以上で国家免許資格取得者など

※詳しい内容は問い合わせください。

■受付期間 5月24日(金)まで

■試験日 6月21日(金)

お知らせ

農用地利用計画変更意見書の受付

SDGs 9
農林水産課農政班
☎内線2140

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の変更に関する意見書を受付します。

農振農用地区域で事業を計画されている方は、農用地利用計画変更意見書を受付期間までに提出してください。

なお、今回の受付は、令和元年12月頃を予定しています。

■受付期間 5月7日(火)～31日(金)

8 働きがいも 経済成長も

東松島市職員募集(初級職員(障害者)採用試験)

初級(障害者)職員採用第1次試験については、以下のとおりです。

■職種および対象・資格・募集人員など

・初級(行政職:障害者)3人程度

昭和59年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた方で障害者手帳の交付を受けている方

※大学卒業(見込)以上の方でも受験できます。

■採用予定時期

令和元年度(令和元年8月1日(木)以降採用)または、令和2年度(令和2年4月1日(水)採用)

■申し込み

申込用紙は総務課で配布します。郵便で請求する場合は封筒の表に「職員採用試験申込用紙請求」と朱書きし、宛先を明記のうえ、140円切手を貼った返信用封筒(A4サイズの用紙が入る大きさ)を必ず同封してください。

■試験日時 第1次試験 令和元年6月2日(日)10時

■試験会場 第1次試験 東松島市役所本庁舎

※試験会場は変更する場合があります。

■受付期間 令和元年5月7日(火)～17日(金)17時必着

■問 総務課人事班 ☎内線1216

4 働きがいも 教育の力で

東松島市小学校入学祝金のお知らせ

第3子以降のお子さまが小学校入学する保護者へ、少子化対策の推進および多子世帯の保護者の経済的負担の軽減を図ることを目的として「東松島市小学校入学祝金」を支給します。

令和元年5月1日(水・祝)現在で、市内の小学校に入学した児童の保護者の方々へは、学校を通じて、今月上旬に制度内容および申請方法についてお知らせしますので確認ください。

■支給対象者 第3子以降の子を監護する保護者

※小学校に入学する年の5月1日時点で、東松島市の住民基本台帳に記録されている者に限る。

■入学祝金額 新入学児童1人につき3万円

■問 教育総務課学務班 ☎内線1254

SDGs 3

第17回いきいき健康講座

真壁病院
☎82-17111

■テーマ 「看取り方と看取り方」～看取る人の「納得」と看取られる人の「覚悟」～

■日時 5月22日(水)18時30分～19時30分 ※開場:18時

■場所 市コミュニティセンター

■講師 山室誠先生(医療法人社団 山室誠先生(医療法人社団 山室誠先生(医療法人社団))

■料金 無料

■主催 医療法人医徳会真壁病院、特定非営利活動法人工

平成31年度自動車税の納期限は、5月31日(金)です ～宮城県東部県税事務所からのお知らせ～

10 人や国が 安心して暮らすために

納税通知書は5月上旬に郵送します。納期限までに忘れずに納付しましょう。金融機関、コンビニエンスストア、各県税事務所の窓口での納付のほか、インターネットを利用したクレジットカード納付(「Yahoo!公金払い」で検索)やページも利用できます。

口座振替の手続きがすでに済んでいる方は、5月31日に振り替えられますので、前日までに口座残高の確認をお願いします。また、納税証明書は大切に保管してください。納税相談も随時行っていますので、利用ください。

■問 宮城県東部県税事務所(住所:石巻市あゆみ野5丁目7番地)
○課税(税額・減税)に関すること <課税第一班> ☎0225-95-1413
○納税相談に関すること <納税第一班> ☎0225-95-1520
○納付方法・納税証明書に関すること <納税第二班> ☎0225-98-3410

第1回普通救命講習(一般公募)

11 住み続けられるまちづくりを

■日時 5月26日(日)9時～12時
■場所 石巻地区消防本部2階大会議室(住所:石巻市大橋1丁目1-1)
■対象・定員 中学生以上 30人(先着)
■申込期間 5月7日(火)～16日(木)9時～17時 ※受講料無料。
■申込方法 各消防署または石巻広域消防ホームページから申込用紙を取得し各消防署に申し込みください。再講習の方は、受講申請時および講習日に修了証を持参してください
■問 石巻消防署 ☎0225-95-7112
石巻広域消防ホームページURL: <http://isyoubou.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)

毎月11日は市民防災の日(市民防災デー)



5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繋がります。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)

家の中に逃げ場として安全な空間を作る	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。
寝室、子どもやお年寄りのいる部屋には家具を置かない	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。
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	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。
家具は倒れにくいように置く	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。

■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)。
- ・照明器具:チェーンと金具を使って数か所留める。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) ☎内線1161

こんにちは農業委員会です。

農地転用は許可が必要です。まずは農業委員会に相談を



●農地転用とは

農地に住宅や太陽光発電設備を建てたり、資材置場や駐車場にするなど、農地を農地以外の用途に使うことで、知事の許可が必要です。ただし、市街化区域内の農地転用にあつては、あらかじめ農業委員会に届出を行えば知事の許可は必要ありません。

●許可なく転用したら

農地の許可を受けずに農地を転用したら、農地法違反となり、知事は工事の中止や原状回復命令をすることができます。違反転用した事業者はもちろん、土地所有者も違反転用者になります。違反転用の罰則は、3年以下の懲役または300万円以下の罰金(法人に対しては1億円以下の罰金)という厳しいものです。

●太陽光発電は計画前に相談を

農地転用は、許可の基準が細かく定められています。特に近年相談の多い太陽光発電設備は転用できる農地が限られています。許可の見込みのない農地に転用事業を計画しても、結局は無駄になってしまいますので、具体的な計画を立てる前に、まずは農業委員会に相談してください。

■問 農業委員会事務局 ☎内線2152

野蒜小学校・宮戸小学校の校歌復刻プロジェクト

みんなで歌おうワークショップがインターネットで無料公開中



1月26日、野蒜市民センターにて、100年以上の未来にまで廃校校歌を伝えるための校歌復刻保存プロジェクト ONE SONG PROJECT『みんなで歌おうワークショップ』が開催されました。

参加された皆さんとの校歌合唱動画「みんなで歌おうワークショップ」の様子が、4月1日からインターネットにて無料公開されています。ワークショップの様子は、下記のホームページからご覧になれます。

また、皆さんからリクエストをいただいた校歌CDも数に限りがありますが無料で配布します。5月7日(火)以降、教育総務課窓口でお渡しできます。詳しい内容は、下記に問い合わせしてください。

■問 一般財団法人オーバーザレインボウ基金

☎070-4208-2495 FAX:0228-58-2831

Eメール: info@orf.jp ホームページURL: <https://orf.jp/report/ka.html>

東松島市健康ポイント事業

イト・イ〜ナの健康myポイントが始まります



市民一人ひとりが楽しみながら健康づくりへの関心を高め、健康的な生活習慣の定着を推進する取り組みです。

健康診査(循環器健診)を受けるなど健康づくりにつながる活動に取り組み、応募用紙に自分で記録をつけながら「健康myポイント」を貯めていきます。ポイントが貯まった後は、応募用紙を提出してください。抽選で景品が当たります。詳細はチラシをご覧ください。

■実施期間 5月1日(水・祝)~9月30日(月) ※5か月間。

■対象 東松島市民(市内に住所がある方)

※チラシや応募用紙は市役所(本庁舎・鳴瀬庁舎)、矢本保健相談センター、各市民センターで配布しています。

■問 健康推進課健康支援班 ☎内線3110



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	4月11日	4月12日	4月13日	4月14日	4月15日	4月16日
測定値(単位:μSv/h)	0.030	0.030	0.030	0.031	0.031	0.030

※原子力規制委員会のホームページでリアルタイムの測定結果を公表しています。

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

■問 環境課環境班 ☎内線1153

国民ねんきんだより

国民年金付加年金制度のお知らせ



国民年金付加年金制度とは…国民年金の一般保険料に加えて付加保険料(月々400円)を納めると老齢基礎年金に付加年金が上乘せされます。付加年金の年金額は、200円×付加保険料納付月数です。国民年金付加保険料の納付を希望される方は手続きが必要です。

■申し込み 近くの年金事務所または市役所で申し込みください

○付加保険料の納め方

付加保険料は申出をした月分から支払いさせていただきます。

- ・月々の保険料を納付書で納める場合…後日送付される付加保険料込みの納付書で近くの金融機関やコンビニエンスストアなどで納めてください
- ・国民年金保険料を前納で納付済の場合…後日送付される付加保険料の納付書で近くの金融機関やコンビニエンスストアなどで納めてください
- ・月々の保険料を口座振替(クレジット)で納める場合…指定の口座から、付加保険料込みの金額が引き落とされます。ただし、金融機関などへの手続きの関係で、申出後1か月から2か月は付加保険料の納付書で納めてもらう場合もあります

○付加保険料を納める際の留意点

付加保険料の納付期限は、翌月末日(納付期限)と定められています。納付期限を超過した場合でも、期限から2年間は付加保険料を納めることができますが、付加保険料の納付を希望しない場合は、付加保険料納付辞退申出書の提出が必要になります。

月末が土・日曜、休日などにあたる場合および年末の納付期限は、翌月最初の金融機関などの営業日となります。

※国民年金基金に加入している方は付加保険料を納めることはできませんので、ご了承ください。

■問 日本年金機構石巻年金事務所 ☎0225-22-5115(自動音声案内)
市民課保険年金班 ☎内線1333

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)

お知らせ

【あわせ表現WS(ワークシヨンプ)「あわせのほほ」開催のお知らせ】

SDGs 3 4
【あわせWS】事務局(稲垣・松川)
☎090-28009-8505
http://teawasekaken.jp/

手と手を合わせせぬくもりを感じながら心を広げ身体で「コミュニケーション」を図る活動で、初めの方も障害の有無も年齢も関係なく、自然体で自由につながりあい楽しみながら心地よい居場所を共有します。ぜひ参加してください。

■日時 5月18日(土) 13時30分～15時30分

■場所 大曲市民センター

※要申し込み。

■参加費 1家族あたり500円

※当日会場で納入。

SDGs 3 東部・西部地域包括支援センターからのお知らせ

SDGs 3
問 東部地域包括支援センター
☎83-11966
西部地域包括支援センター
☎84-13811

○認知症カフェの開催

認知症を抱えている方やそのご家族と、地域で認知症に関心のある方や専門家が一緒にお茶を飲みながら情報交換や交流ができる場です。

■日時 5月9日(木) 10時～11時30分

■場所 ゆびと1階「キッチンラブカノン」

■対象 どなたでも

特定健診(循環器)・大腸がん・前立腺がん・肝炎ウイルス・結核肺がん検診を実施します

下記の会場で検診を実施します。申し込みをした方には5月上旬に受診票を郵送します。転入された方で、検診を希望される方は電話で申し込みができます。

実施日	受付時間	対象地区	場所	備考
5月14日(火)	9時30分～11時 13時～14時30分	中東、六槍、南一 照井、御下、寺	矢本東市民センター	
5月15日(水)	9時30分～11時 13時～14時30分	八幡、裏、横関 南五、南六		
5月16日(木)	実施しません			
5月17日(金)	9時30分～11時 13時～14時30分 17時30分～19時	柳北、南三、新川前 柳上、南二、南新一 夜間検診 希望者(地区は問いません)		夜間検診あり
5月18日(土)	9時30分～11時 13時～14時30分	柳下、南新二 柳西、南四、南緑		土曜日健診
5月20日(月)	9時30分～11時 13時～14時30分	下町一、下町二 下町三、下浦市営	矢本東市民センター	
5月21日(火)	9時30分～11時 13時～14時30分	下町四、下町五 関の内二、下浦泉堂、南浦官舎、自衛隊		
5月22日(水)	9時30分～11時 13時～14時30分	東大溜、あおい三 関の内三、あおい一		夜間検診あり
5月23日(木)	9時30分～11時 13時～14時30分 17時30分～19時	作田浦 夜間検診 希望者(地区は問いません)		
5月24日(金)	9時30分～11時 13時～14時30分	上河戸二 上町三、大溜	矢本保健相談センター	
5月27日(月)	9時30分～11時 13時～14時30分	上河戸一、手招 上町一、上町二、沢田		
5月28日(火)	9時30分～11時 13時～14時30分	四反走 二反走、小松南		保育ボランティアあり(午前のみ)
5月29日(水)	9時30分～11時 13時～14時30分	駅前、西新町、上河戸三、若葉 北区官舎、上河戸四、前里、河戸		
5月30日(木)	9時30分～11時 13時～14時30分	立沼、鹿妻一、鹿妻二、道地 上小松、前柳、下小松、谷地		
5月31日(金)	9時30分～11時 13時～14時30分 17時30分～19時	大島、小松台 塩入、表 夜間検診 希望者(地区は問いません)	大塩市民センター	夜間検診あり
6月1日(土)	9時30分～11時 13時～14時30分	小分木、裏一、裏二 中		土曜日検診
6月3日(月)	9時30分～11時 13時～14時30分	貝田、五味倉 上納	大曲市民センター	
6月4日(火)	9時30分～11時 13時～14時30分 17時30分～19時	筒場、横沼二 横沼東、横沼一 夜間検診 希望者(地区は問いません)		夜間検診あり
6月5日(水)	9時30分～11時 13時～14時30分	貝殻塚一、貝殻塚二 横沼西		
6月6日(木)	9時30分～11時 13時～14時30分	野蒜ヶ丘二 東名、新東名	野蒜市民センター	
6月7日(金)	9時30分～11時 13時～14時30分	里北、月浜、野蒜ヶ丘一 中下、野蒜ヶ丘三		
6月8日(土)	9時30分～11時 13時～14時30分	亀岡東、亀岡西、大塚 里南、室浜、大浜、新町		土曜日健診
6月10日(月)	9時30分～11時 13時～14時30分	西福田下、西福田上、肘曲、浅井 平岡	小野市民センター	
6月11日(火)	9時30分～11時 13時～14時30分	往還上 川下上、川下下、浜市下、浜市上		
6月12日(水)	9時30分～11時 13時～14時30分 17時30分～19時	往還下 上下堤上、上下堤下 夜間検診 希望者(地区は問いません)		夜間検診あり
6月13日(木)	9時30分～11時 13時～14時30分 17時30分～19時	新道 田町 夜間検診 希望者(地区は問いません)		
6月14日(金)	9時30分～11時 13時～14時30分	本町、城内 根古、高松、新田		

5月28日(火)～30日(木)の3日間は、保育ボランティアによるお子さんの見守りサービスを実施します。

■検診会場 矢本保健相談センター

※保育ボランティアによる見守りは午前中のみ実施します。

(検診は午後も実施しています。)

※保護者の方が検診を受診している間、検診会場内での見守りとなります。

※ミルクやおもつ交換などは対応できませんので、保護者の方がお願いします。

希望される方は、受診予定日3日前(土日除く)までに下記へ連絡をお願いします。

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3107

■その他 情報交換、個別相談にも対応します

■参加費 無料

※飲み物は注文可。(有料)

○もの忘れ健康教室開催

認知症への意識を高め、介護予防につながる場、また地域の身近なところで集まる場を提供します。

■日時 5月9日(木)、16日(木)、23日(木)、30日(木) 13時30分～15時30分

■場所 野蒜市民センター

■内容 頭と体の体操などのアクティビティ、認知症や心身の健康に関する講話など

■対象 もの忘れを気にしている地域の高齢者等(今まで参

加したことの無い新規の方を対象とします)

■定員 20人

※定員に達した場合、調整する場合があります。

■申し込み 西部地域包括支援センター

○第1回 もの忘れ健康教室 OBGG会開催

これまで「もの忘れ健康(予防)教室」に参加されたことがある方の活動の場です。

■日時 5月16日(木) 10時～12時

■場所 老人福祉センター

■申し込み 東部地域包括支援センター

身体障害者等に対する軽自動車税の減免

身体障害者等の方が所有している軽自動車で、専ら身体障害者等の通院・通学などのために使用している場合、軽自動車税の減免が受けられます(障害者1人につき普通自動車を含め1台限り)。

なお、障害者等級種別、障害者本人が所有する(身体障害者が18歳未満、知的障害者および精神障害者の場合は、生計を一にする家族が所有でも該当)などの要件があります。

■申請期間 5月31日(金)まで

※市税条例第90条に基づき、期限を過ぎると減免できませんので注意してください。

■申請に必要なもの

- ①身体障害者手帳等
- ②運転する方の運転免許証
- ③軽自動車税納税通知書
- ④印鑑(認印可、ゴム印・スタンプ印不可)
- ⑤自動車車検証
- ⑥個人番号が分かる書類

※昨年度減免決定した方には「減免申請書」を郵送します。

■問 税務課住民税班 ☎内線1135

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、連絡してください。

予防接種名	対象	送付時期
予診票冊子(B型肝炎、ヒブ、小児用肺炎球菌、四種混合、BCG、麻しん風しん混合第1期、水痘、おたふくかぜ、日本脳炎第1期)	平成31年4月生まれの方	5月下旬

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3105

それゆけ! イート Vol.97

「SDGs目標6:安全な水とトイレを世界中に」
 作画:みやみ 原作:矢本第二中学校 木村光希さん

◎世界のために私たちができることをやってみよう!! 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。楽しいイベントが大好きな食いしん坊。

○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。

○目標6「安全な水とトイレを世界中に」:世界人口の約3分の1の人が水道の水を使えず、世界の半分以上の人が安全に管理されたトイレを使えていません。また、途上国では糞尿や生活排水を処理する上下水道設備などが整っておらず、多くの人が命を落としています。異常気象などの影響で水不足が問題となっている今、水関係の生態系の保護・回復が欠かせません。そのため、水の利用効率改善の働きかけや途上国への支援が必要とされます。

休日診療担当医院表(2019年(平成31年)5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
5月1日(水・祝)	うつみレディースクリニック	84-2868	調剤薬局くりっぷ	24-9730
5月2日(木・休)	鳴瀬中央医院	87-3853	なるせ薬局	86-1251
5月3日(金・祝)	わたなべ整形外科	84-2323		
5月4日(土・祝)	ししど内科クリニック	83-8830	調剤薬局くりっぷ	24-9730
5月5日(日・祝)	永沼ハートクリニック	82-6680		
5月6日(月・振休)	藤野整形外科	83-2121	フロンティア薬局矢本店	90-3908
5月12日(日)	みやぎ東部循環器科	82-9930	ウジエ調剤薬局矢本店	84-3053
5月19日(日)	野蒜ヶ丘整形外科・リハビリテーション科	98-6662		
5月26日(日)	やもと内科クリニック	98-3260		

※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	電話番号(市外局番0225)
5月1日(水・祝)	石巻市夜間急患センター	石巻市蛇田字西道下71	94-5111
5月2日(木・休)	おおば小児クリニック	石巻市門脇字青葉西38-1	93-9693
5月3日(金・祝)	おおば小児クリニック	石巻市門脇字青葉西38-1	93-9693
5月4日(土・祝)	石巻市夜間急患センター	石巻市蛇田字西道下71	94-5111
5月5日(日・祝)	石巻市夜間急患センター	石巻市蛇田字西道下71	94-5111
5月6日(月・振休)	石巻市夜間急患センター	石巻市蛇田字西道下71	94-5111
5月12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
5月19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
5月26日(日)	中山こどもクリニック	石巻市中里3丁目4-27	95-4121

SDGs 3
宮城県東部保健福祉事務所 定例相談
 問 宮城県東部保健福祉事務所 母子・障害班 ☎0225-195-1431
○思春期・ひきこもり相談
日時 5月15日(水)13時~17時

SDGs 3
こころの健康相談(大人の方)
 問 健康推進課健康支援班 ☎内線3120
日時 5月16日(木)14時~17時(予約制、1人50分)
場所 矢本保健相談センター
担当 ひかりサテッククリニック 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

SDGs 3
こころの健康相談(大人の方)
日時 5月15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)
申し込み 相談日の前日まで
 に電話で申し込みください

SDGs 4
宮城県土地家屋調査士会 石巻支部「表示登記の日」無料相談会
 問 宮城県土地家屋調査士会 石巻支部 支部長 板橋敬吾 ☎0225-193-17708
日時 6月3日(月)10時~15時
場所 市コミュニティセンター
主な相談内容 土地の払下、地目変更、分筆・合筆、土地境界、建物登記、売買、相続、贈与など ※予約不要。

SDGs 4
宮城県土地家屋調査士会 石巻支部「表示登記の日」無料相談会
日時 5月31日(金)14時~17時(予約制)
対象 こころの健康について相談したい人・家族
内容 精神科医による個別相談
右記の相談場所 宮城県東部保健福祉事務所(住所:石巻市あゆみ野5丁目7番地、宮城県石巻合同庁舎内)
○精神保健福祉相談
日時 5月31日(金)14時~17時(予約制)
対象 アルコール関連問題で困っている人・家族関係者

SDGs 4
宮城県土地家屋調査士会 石巻支部「表示登記の日」無料相談会
日時 5月17日(金)10時~15時(予約制)
対象 アルコール関連問題で困っている人・家族関係者

【5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・申し込み
無料人権相談	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	■問 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	■問 市民課消費生活相談員 ☎内線1117
行政相談	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	■問 総務課総務班 ☎内線1205
法テラス東松島の法律相談等	平日10時~16時 5月の土曜日法律無料相談日:11日(土)、25日(土)	矢本字大溜1-1(市コミュニティセンター西側)	弁護士による家族、多重債務などの法律相談	■問 法テラス東松島 ☎050-3383-0009 (受付時間 平日9時~17時)

乳幼児健康診査・健康相談のお知らせ<5・6・7月>

乳幼児健康診査と10か月児健康相談の対象者には、あらためて通知しますが、通知が届かない方・新たに転入された方や、都合のつかない方は、下記まで連絡ください。妊産婦・子ども健康相談は申し込みの必要はありませんので、気軽にお越しください。

場所:矢本保健相談センター

	乳幼児健康診査<受付時間:12時20分~12時50分>								10か月児健康相談 <受付時間:12時50分~13時20分>		妊産婦・子どもの 健康相談 <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		期日	生まれ月	期日
	期日	生まれ月	期日	生まれ月	期日	生まれ月	期日	生まれ月			
5月	24日(金)	平成31年1月	23日(木)	平成29年10月	20日(月)	平成28年10月	21日(火)	平成27年12月	22日(水)	平成30年7月	-
6月	26日(水)	平成31年2月	25日(火)	平成29年11月	28日(金)	平成28年11月	27日(木)	平成28年1月	20日(木)	平成30年8月	5日(水)
7月	26日(金)	平成31年3月	25日(木)	平成29年12月	29日(月)	平成28年12月	30日(火)	平成28年2月	24日(水)	平成30年9月	-

■問 健康推進課健康支援班 ☎内線3101・3111

母子健康手帳・母子健康手帳別冊の交付

- 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
※手続きの際にマイナンバー(個人番号)が必要です。
- 問 健康推進課健康支援班 ☎内線3108・3102

新生児・産婦訪問

- 対象 全ての新生児および産婦
- 内容 赤ちゃんの体重測定、発育・発達確認とお母さんの体調や母乳・育児に関する相談
- 方法 保健師または助産師による家庭訪問
※市外の里帰り先などに訪問を希望す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
- 問 健康推進課健康支援班 ☎内線3108・3102

高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種にののお知らせ

市では、これまで市の助成を使ってワクチンを接種したことがない対象年齢の方に対し、平成31年4月下旬に予診票を送付しています(紫色の用紙です)。

この予診票を使って接種できるのは令和2年3月31日(火)までになります。助成対象となるのは今年度のみとなりますので、まだ接種していない方は、期間中に予防接種を受けましょう。接種費用は、一人につき4,000円です。また、この費用助成は一人につき一回きりとなります。2回目以降の接種をご希望の方は、任意接種として全額自己負担(8,000円前後)での接種となりますので、主治医の先生に相談ください。

○平成31年度 高齢者肺炎球菌ワクチン 費用助成対象者

- ・65歳(昭和29年度生まれ) ・70歳(昭和24年度生まれ) ・75歳(昭和19年度生まれ)
- ・80歳(昭和14年度生まれ) ・85歳(昭和9年度生まれ) ・90歳(昭和4年度生まれ)
- ・95歳(大正13年度生まれ) ・100歳(大正8年度生まれ)

※平成31年中に限り、100歳以上の方も対象となります。対象の方へは4月下旬に予診票を送付しています。

※予診票を紛失された方、4月以降に転入してきた方は、予診票を発行しますので、問い合わせください。

■問 健康推進課健康推進班 ☎内線3105・3107

食のリレートーク 第100回
イート(食べる)でつながるとイ〜ナ!! 記念

健診オールA判定の渡辺久夫さん

健康の秘密はご夫人の栄養管理

東松島市矢本大溜 渡辺久夫さん、弘子さん ご夫妻

市民の皆さんから食に関するさまざまなお話を語っていただく「食のリレートーク」も今回で100回目の節目を迎えました。100回記念の今回は、矢本大溜地区にお住まいの渡辺久夫さん(81)、弘子さん(81)夫妻に登場していただきます。

実は久夫さんは、市が実施する健康診断で血圧、血糖、脂質、肝機能などすべての項目でオールA判定の評価を得た最高齢の方なのです。

そんな久夫さんの健康の秘けつは何なのか…。どうやらその謎を解く鍵は、奥様の弘子さんが作る日々の食事に隠されているようでした。



▲規則正しい食生活が健康には一番大切だと語る渡辺夫妻

久夫さんは、約20年前に石巻市役所を退職。当時はお世辞にも健康といえる状態ではなく、高脂血症などに悩まされていたそうです。弘子さんは久夫さんの健康的な体を取り戻すため、夫婦での食生活の改善に乗り出しました。

弘子さんは「規則正しい食生活が健康には一番大切です。塩分を控えめに、間食をせず、野菜中

心に偏りなく食べることが重要です」と語ります。また塩分や脂質が多くなりがちな洋食よりも、和食の方が健康的な食生活に近付けるそうです。

メニューは多岐に渡りますが、基本的には「質素かつ、塩分・脂質は控えめに」を念頭に置くそうです。納豆、豆腐などの大豆製品は毎日摂取し、卵焼きにはネギやブロッコリーを入れて葉酸やビタミンB2を補えるようにするなど工夫。筋肉量を落とさないために肉や魚なども食卓に取り入れます。

もちろん味噌汁の塩分も控え目。煮干しのダシを効かせ、野菜を具沢山にすることで、塩分の少なさをカバーするそうです。



▲「質素かつ、塩分・脂質は控えめに」がメニューの基本だそうです

弘子さんはかつて、栄養士さんの下で健康に関する勉強を重ねた経験があり、学んだことをすべてノートに書き記してきたそうです。正確な知識に裏打ちされたメニューによって、久夫さんの健康は支えられていました。

弘子さんは「長生きをしても、健康が損なわれてしまえば本当につまらない生活になってしまいます。何より健康第一であり、規則正しい食生活、そしてこまめに運動することから健康は始まります」と話していました。久夫さんは「妻のおかげで健康的な生活が送れているので本当にありがたいです」と感謝を口にしていました。

皆さんも健康的な毎日を過ごすために、渡辺さんご夫妻の食生活を参考にしてみてください。

次回は、大塩地区の大崎和男さんにお話を伺います。



戸籍のまど

平成31年3月掲載依頼分
(3月1日～31日)

※敬称略と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

市民課窓口サービス班

☎内線1334

「結婚おめでとう」がきます

行政区等	氏名
仙台市	菊地 燦一
仙台市	野口 玲奈
大崎市	渡部 仁
貝田	本田 唯
自衛隊	村松 祐樹
貝殻塚二	山川 清華

「誕生おめでとう」がきます

行政区等	氏名	保護者
野蒜ヶ丘	櫻井 一千花	雅英
上河戸二	小山 丈太郎	梅夫
貝田	石橋 兒磨	翔也
柳西	菅原 律稀	崇氏
貝殻塚一	菅原 爽良	考紀
横沼西	神山 香乃	大將
照井	佐藤 光乃	翔
筒場	佐藤 光乃	裕一
横沼一	佐藤 光乃	亮
上河戸四	佐藤 光乃	亮
野蒜ヶ丘	今泉 律希	利則
あおい二	今泉 律希	孝行
関の内二	木村 優花	英徳
往還上	阿部 光莉	直人
貝殻塚二	亀谷 唯聖	敬佑
横沼西	大崎 葵	周平

お悔やみ申し上げます

行政区等	氏名	年齢
上河戸二	遠藤 ふみ子	91
関の内三	大石 セツ子	87
関の内一	志田 茂雄	87
野蒜ヶ丘	畑中 宮子	93
西福田下	小野 静男	89
川下	石垣 郁子	86
下小松	片倉 徳夫	69
下町三	菅原 信子	39
上下堤	鈴木 好秋	79
裏一	内崎 昭平	89
高松	遠藤 初子	71
筒場	齋藤 充子	78
下町三	吉田 貞子	85
小分木	奥田 瞬一	62
前里	加曾利 知子	82
肘曲	亀山 泰子	81
浅井	亀山 泰子	81
関の内一	亀山 重正	84
小野上	三浦 あきよ	68
小野下	八木 とし子	85
塩入	邊見 莞爾	84
里北	櫻井 哲子	84
照井	齋藤 仁一	82
往還下	島山 愛子	89
往還上	村上 映	33
二反走	若竹 保男	77
往還下	安倍 ひでよ	96
新田	内海 あやせ	46
小野下	熱海 達也	69
小松台	遠藤 保子	76

石巻赤十字病院からのお知らせ ～時間外特別料金の金額が変わります～



現在、緊急性が低い患者さんで夜間・休日の救急外来を受診される方に、通常の診察料に加えて時間外の特別料金2,700円(税込)を負担いただいていたが、5月1日(水・祝)から5,400円(税込)に改定しました。これは診療時間内に紹介状を持たず当院を初診された際にかかる特別料金(初診時選定療養費)5,400円(税込)に金額を合わせることで、休日・夜間の軽症患者さんの受診を減らすことを目的としています。

さらに休日当番医や石巻市夜間急患センターと協力し役割分担を明確化することで、緊急・重症疾患への救急対応を強化していきたいと考えていますので、協力をお願いします。

○時間外特別料金 改定概要

- 実施開始 5月1日(水・祝)
- 対象日時 平日 18時～翌日8時30分
土・日曜、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)、創立記念日(5月1日)
- 特別料金 診察費+5,400円(税込)
- 対象者 緊急性が低い患者さんで夜間・休日の救急外来の受診を希望する方

風邪などの軽い症状や自分で歩ける方は、休日当番医や当院敷地内にある石巻市夜間急患センターを受診いただくようご協力をお願いします。



■問 石巻赤十字病院救急課 ☎0225-21-7220(代表)

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

法テラス東松島からのお知らせ ～「無料法律相談」を利用ください～



平成23年3月11日、災害救助法適用市町村に住居や営業所などがあった方は、令和3年3月31日(水)まで震災特例法が再延長されることに伴い、法テラスにて震災法律援助業務を継続して利用できます。

■弁護士による無料法律相談日 毎週 火曜日、水曜日、金曜日

■各分野の専門家による無料相談

第2・4を除く月曜日	司法書士:登記、相続一般など 税理士:税金など
第3火曜日	土地家屋調査士:境界、表題登記など
第2・4火曜日	社会保険労務士:雇用保険、年金、労働など
水曜日	社会福祉士:介護、福祉制度、悩みごと相談など
奇数月の第1金曜日	行政書士:行政手続など
第3金曜日	建築士:建築相談、建築に伴うトラブルなど

■業務時間 平日 9時～17時(土・日曜および祝日除く)

■問 東松島市矢本字大溜1-1(市コミュニティセンター西側)

☎050-3383-0009

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(認印可、ゴム印・スタンプ印不可)
2. 本人と確認できる書類(例: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

広告

日高 伯楽 宮本 政宗 水鳥 浦霞 蔵王 地酒

地酒・本格焼酎の専門店
大江酒店
東松島市小松字谷地196 ☎82-2343 FAX83-7489 水曜日定休

広告

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 5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
<p>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。 ※SDGsに関する詳しい内容は、市報平成30年9月1日号で掲載。</p> 			<p>5/1 即位の日 テ</p> <ul style="list-style-type: none"> 市報5月1日号発行 図書館休館日 縄文村休館日 	<p>2 国民の休日</p> <ul style="list-style-type: none"> 図書館休館日 	<p>3 憲法記念日</p> <ul style="list-style-type: none"> 図書館特別開館(～5日(日・祝)) 縄文村体験・体感WEEK!(～6日(月・振休)) 	<p>4 みどりの日 テ</p> <ul style="list-style-type: none"> ふれあいフェスティバル(小野地域ふれあい交流館)10:00 おはなし会&空飛ぶUFOを作って飛ばそう ⑩ 10:30
<p>5 こどもの日 赤体テ</p> <ul style="list-style-type: none"> 奥松島縄文村入館&体験無料DAY 空飛ぶ紙ヒコーキコンテスト ⑩ 10:30 	<p>6 振替休日</p> <ul style="list-style-type: none"> 図書館休館日 	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> 市民課延長窓口～19:00 市税および税外入金収納・相談延長窓口～20:00 	<p>8 テ</p> <ul style="list-style-type: none"> 0歳児講座I期①(矢子)10:00 新園児お祝い会(鳴瀬幼) 	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> 囲碁将棋の集い ⑩ 10:00 子どもの日集会(ウェルネス保育園矢本) 	<p>10 体</p> <ul style="list-style-type: none"> 無料人権相談(市コ)10:00 行政相談(市コ)13:00 第3回東松島市議会臨時会 農地転用等締切日(農業委員会) 保育参観日・父母の会総会(はなぶさ幼) わらべ歌会(ウェルネス保育園矢本) 	<p>11 体テ</p> <ul style="list-style-type: none"> 市民防災の日(市民防災デー) 春の交通安全運動(～20日(月)) おはなし会 ⑩ 10:30 大曲浜区委員会総会(あおい西集会所)14:00
<p>12 赤体テ</p> <ul style="list-style-type: none"> 市税および税外入金収納・相談休日窓口 8:30～17:15 	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> 図書館休館日 	<p>14 体</p> <ul style="list-style-type: none"> 市税および税外入金収納・相談延長窓口～20:00 	<p>15 テ</p> <ul style="list-style-type: none"> 市報5月15日号発行 ちっちゃい子おはなし会 ⑩ 11:00 	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> 囲碁将棋の集い ⑩ 10:00 内科検診(ウェルネス保育園矢本) 保育参観(のびる幼) 	<p>17 体</p> <ul style="list-style-type: none"> 0歳児講座I期②(東セ)9:45 	<p>18 体テ</p> <ul style="list-style-type: none"> 矢本子育て支援センター土曜オープン 9:00～12:00 おはなし会 ⑩ 10:30
<p>19 赤体テ</p> <ul style="list-style-type: none"> 縄文・宮戸まつり(縄文)10:00 	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> 図書館休館日 未就園児親子教室(はなぶさ幼) 	<p>21 体</p> <ul style="list-style-type: none"> 市民課延長窓口～19:00 市税および税外入金収納・相談延長窓口～20:00 未就園児なるせクラブ(鳴瀬幼) 	<p>22 テ</p> <ul style="list-style-type: none"> 5月生まれ誕生祝いDAY(矢子)9:00 ちびっこクラブ(矢本中央幼) 親子遠足(はなぶさ幼) 保育参観(年長)(鳴瀬幼) 	<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> 囲碁将棋の集い ⑩ 10:00 保育参観(年中少)(鳴瀬幼) 	<p>24 体</p>	<p>25 テ</p> <ul style="list-style-type: none"> おはなし会 ⑩ 10:30 市内小学校運動会 おやつ試食・食育こんだん会(ウェルネス保育園矢本)
<p>26 赤体テ</p> <ul style="list-style-type: none"> 赤井地区・ソフトボール大会(鷹来)8:10 	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> 図書館休館日 市内小学校振替休業日 	<p>28 体</p> <ul style="list-style-type: none"> 市税および税外入金収納・相談延長窓口～20:00 うきうき講座「スタッフと遊ぼう!」(鳴子)10:30 	<p>29 テ</p> <ul style="list-style-type: none"> 生涯現役就労セミナー(東セ)10:00 避難訓練(鳴瀬幼) 	<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> 囲碁将棋の集い ⑩ 10:00 	<p>31 体</p> <ul style="list-style-type: none"> 軽自動車税納期限日・固定資産税第1期納期限日 図書館休館日(図書整理日) 0歳児講座I期③(矢子)「ほっとふる」10:00 	<p>いじめ相談</p> <p>小・中学生のみなさん 一人で悩まずに相談しましょう</p> <p>いじめ相談専用電話 080-6051-7281</p> <p>相談受付</p> <p>毎週月・水・金曜 13時～17時(祝日は除く) 東松島市教育委員会</p>

東松島市役所(本庁舎)	82-1111	鳴瀬子育て支援センター	87-2338	鷹来 鷹来の森運動公園	82-1101	西セ 矢本西市民センター	82-1181
東松島市役所(鳴瀬庁舎)	82-1111	市図書館	82-1120	小野地区体育館(管理:生涯学習課スポーツ振興班)	82-1111(内線3325)	曲セ 大曲市民センター	82-5965
矢本保健相談センター	82-1111	蔵しっくパーク(ひとまち交流館)	84-1770	塩体 大塩地区体育館(管理:大塩市民センター)	82-7532	赤セ 赤井市民センター	82-2075
野蒜交付所	88-2751	市コミュニティセンター	82-6969	曲体 大曲地区体育館(管理:生涯学習課スポーツ振興班)	82-1111(内線3325)	塩セ 大塩市民センター	82-7532
奥松島縄文村歴史資料館	88-3927	市民体育館	82-9030	健康増進センター ゆぶと	84-3855	小セ 小野市民センター	87-2067
老人福祉センター	83-2851	矢本運動公園	82-6804	東セ 矢本東市民センター	82-1180	野セ 野蒜市民センター	88-2056
矢本子育て支援センター	84-2676	赤井地区体育館	82-6803			宮セ 宮戸市民センター	86-2177

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、**赤体**…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**日:9時～17時
■問 NPO法人東松島市体育協会事務局 ☎82-9030 ※4月から市民体育館の土曜日の一般開放の時間が、19時から21時に変更になりました。

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31(令和元)年度市報ひがしまつしま制作費 1日号:1部あたり50.5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31年4月1日現在の住民基本台帳、外国人住民含む)
男 19,604人(-57) 世帯数 15,905戸(+21)
女 20,341人(-44) ()内は前月比
計 39,945人(-101)
平成30年同時期計 40,138人(-193) ()内は前年比