

2020

8.1

SDGs 未来都市 みんなの心と力をひとつに

No.296

市報 ひがしまつしま

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

HIGASHIMATSUSHIMA PUBLIC RELATIONS

- 特集 地域観光の魅力 今こそ発信! ----- P2~P3
- 特集 日々の運動と食生活改善で免疫アップ ---- P4~P5
- 新型コロナウイルスに関するお知らせ ----- 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・縄文村だより P12~P13
- 知っ得情 ----- 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



お待ちかねのプールが完成!

矢本東小学校 真新しい施設で水に親しむ

東松島市立矢本東小学校のプール改築工事が完了し、7月7日に6年生が出席のお披露目式がありました。20日には水泳の授業も始まり、真新しいプールで水の感触を確かめるように楽しんでいました。

以前のプールは、昭和44年3月に整備されたもので、老朽化が進んでいました。このため昨年9月から改修工事がスタート。総事業費は約2億円で、国の補助金も活用しています。プール入り口には、スロープが設けられ、子どもたちは下駄箱で靴を脱いだ後、男女別の更衣室に向かいます。下駄箱から更衣室、シャワーエリアまですべて屋内移動が出来るよう

になりました。お披露目式では、熱海良彦校長が「6年生にとって最後のプール。楽しい水泳の授業にしてほしい」と呼びかけ、渥美市長も「水難事故防止のため、水泳は生きる上で大切なこと。水に浮く、親しむ場として活用してください」と激励しました。6年生の奥田理保菜さんが「教室からプールが完成するのを楽しみに見てきました。水泳の授業では25mを泳げるようがんばりたい」と抱負を述べ、3人の代表児童が「命」「力」「心」と書かれた水泳上達の水をプールに注ぎ、授業の安全と泳法定着を祈願しました。



※新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、市報に掲載している内容が急きょ変更になる場合がありますので、予めご了承ください。

対策徹底で東松島の大自然を楽しもう



地域観光の**魅力** 今こそ発信!

ひがしまつしま LIFE
観光リーフレット
& ガイドブック

▶ 観光リーフレット「ひがしまつしまじかん」

市内で満喫できる屋外活動をカタログのようにまとめたリーフレットが新たに完成しました。夏の思い出づくりに、漁師体験やシーカヤックはいかがでしょう。涼しくなったら宮戸島でのトレッキングや牧場体験で秋を感じるのもおすすめです。

市内の観光案内窓口や小・中学校にも設置していますので、ぜひ各アクティビティにチャレンジしてみてください。夏休みを前に家族や友達と楽しい「ひがしまつしまじかん」を計画しましょう。



宮戸地区では、洞窟探索や秘密のビーチを散策★

八丸牧場では馬の魅力を感じながら触れ合う体験が目白押し★



裏面もあるよ!

※リーフレットのイメージです。

情報充実「新 観光パンフレット」 ~お好みのひがしまつしまじかんを~

レンタサイクルを使って、おすすめスポット巡り! 海風を感じながら、ちょっと遠くへも行ってみよう。

〈レンタサイクル貸出場所〉

- 東松島イートプラザ 9:00~16:00(無休) ☎0225-86-2611
- 東松島あんでなしよぶ まちんど 10:00~18:00(不定休) ☎0225-83-3391
- 宮城東松島自然の家(要予約) 9:00~17:00(月曜定休) ☎0225-90-4323
- KIBOTCHA 10:00~17:00(無休) ☎0225-25-7319
- あみみな 9:00~16:00(無休) ☎0225-86-3997

宮戸地区やトラブル等でも安心! サイクルキーを返したタクシーがサポートします。貸出場所まではタクシーがおすすめ! 気楽タクシー ☎0120-02-3181

立ち寄りスポット

- 1 東松島あんでなしよぶ まちんど
東松島の特産品やブルーインパルスグッズを取り扱うアンテナショップ。ガラス張りのカフェコーナーも魅力。
- 4 アグリードなるせ NOBICO
地元産の小麦や米でつくったパームケーキは人気の人気メニューです。
- 5 東松島LANE HOTEL
(自付り入居) 自然の中を満喫(東松島自然の家)の静かな環境を満喫できる。朝食も充実したサービスが好評です。

▶ 「もうひとつの、まつしま」

② スマイルダイニング
新たに作成した、観光ガイドブックとマップです。東松島はシーカヤックやサップ(立ち漕ぎボード)といった海の遊び体験に加え、一昨年オープンした宮城奥松島コース、みちのく潮風トレイルをはじめとするトレッキングコースやパークゴルフなどの体験が充実しています。そんな市内の主要体験を中心に、見どころや周辺の立ち寄りポイントを紹介しています。どちらも持ち歩きやすいハンディサイズのパンフレットなので、これらを片手に市内の遊べるスポットに足を運んでみてはいかがでしょうか。

五旗、海浜、景観地、サイクルスポット満喫!

Cycling

サイクリング

おすすめスポットを多数紹介!

もうひとつの、まつしま MAP

もうひとつの、まつしま

マップ版のこちらでは詳細をエリアごとに見やすく紹介しています!

ひがしまつしま LIFE
宮城オルレ
～奥松島コース～
& ガイドブック

新型コロナウイルス感染症の影響により、日々状況が変わり行く中で、今後もウイルスと共生するための新しい生活様式の実践が不可欠となります。マスクの着用、手指消毒、3密回避などの対策を講じることで、従来のように市内観光を楽しむことは可能になります。本市ではこのほど、新たな観光パンフレットや動画を作成しました。動画は地域おこし協力隊員が主体となって制作。パンフレットも地域のおすすめスポットが一目でわかる仕様となっています。

夏こそ歩こう、宮城オルレ「奥松島コース」

▶ 壮大な風景と歴史を感じながら

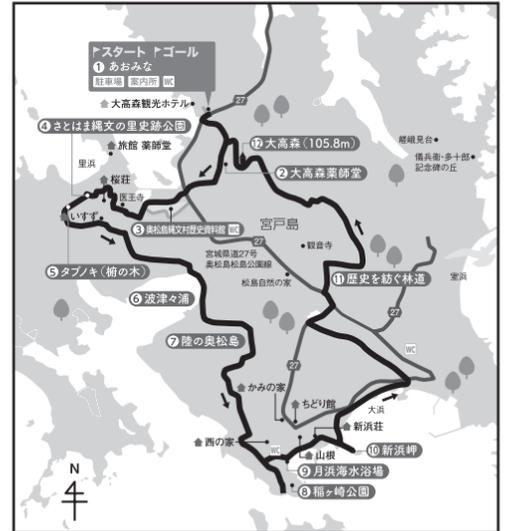
暑さが一段と増す8月ですが、比較的涼しい早朝や夕方のオルレコース散策。スタート地点のあおみな(宮戸地区)から全コース歩くと10km、4時間かかる奥松島コースですが、好きなポイントから好きな長さだけ歩くのもOK! 「ちょっと歩きたい」、「海風や木々に囲まれて自然を感じたい」方にお勧めです。ゆっくり自分のペースで歩いて、爽やかな汗を流してみたいはいかがでしょうか。

※こまめな水分補給、休憩など熱中症対策はしっかり行いましょう。

奥松島コース

総距離 約10km 所要時間 約4時間～

- | | | |
|------------------|-------------|------------|
| 1 あおみな(スタート/ゴール) | 5 タブノキ(榎の木) | 9 月浜海水浴場 |
| 2 大高森薬師堂 | 6 波津々浦 | 10 新浜岬 |
| 3 奥松島縄文村歴史資料館 | 7 陸の奥松島 | 11 歴史を紡ぐ林道 |
| 4 さとはま縄文の里史跡公園 | 8 稲ヶ崎公園 | 12 大高森 |



写真提供 宮城県観光課

観光PR動画を配信しています

▶ さらなる魅力を発見



フォーメーションやアクロバット飛行を見せてくれます。

▶ ブルーインパルス



脳(あたま)の山道を登ると

▶ 新宮戸八景大浜唐船番所(嵯峨溪遊歩道)

東松島市のさらなる魅力を広く皆さんに知ってもらうために、新たに4つの観光PR動画を作成し公開しています。企画および作成には、東松島市地域おこし協力隊の千葉耕平さんと東松島市復興まちづくり推進員の関口英樹さんに協力いただきました。動画は、市商工観光課ホームページおよびYouTubeで公開しており、今年度は月に2作品程度の割合で観光PR動画を掲載し、市内の観光スポットやおすすめの魅力ポイントをたくさん紹介していく予定ですので、ぜひチェックしてみてください。

■掲載場所 市ホームページおよびYouTube

■問 商工観光課観光振興係 ☎内線2164~2167

○ホームページ: <https://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp>

東松島市商工観光課「ひがしまつしまじかん」



フェイスブックは
下記からアクセス!



<https://www.facebook.com/higashimatsushima.kanko.official/>



Instagramは
下記からアクセス!



https://www.instagram.com/eastmatsushima_kanko_official/



ユーチューブは下記からアクセス!



https://www.youtube.com/channel/UCFBhPQ_8jvOrt6FIKrQDcEw

月浜海水浴場の開催中止のお知らせ

月浜自治会主催で開催予定だった月浜海水浴場の海開きは、県内における新型コロナウイルス感染症の新規感染者が増加傾向にあることから、今年は中止することとなりましたのでお知らせします。ご理解ご協力の程よろしく申し上げます。



1回たった10分！お家で簡単トレーニング

1種目1セット10回を目安に行いましょう！
慣れてきたら回数やセット数を増やしてみましょう

01 タオルを使った肩のストレッチ



タオルの両端を持って前方に腕を伸ばし、そのまま後ろ側へ腕を回します。後ろから前、前から後ろを1セットで、5～10セット行うと効果的です。



きちんと回らない場合は、無理をせず「痛いけど気持ちいい」ところで止めましょう。それでも十分なストレッチ効果があります。



頭の上で腕を伸ばし、タオルをぴんと張って左右に上半身を倒すのも効果的です。気持ちいいと感じるところで10秒間キープし、5～10回行いましょう。

02 お尻のトレーニング



仰向けに寝て、ヒザを曲げます。足は床につけ、そのままお尻と腰をゆっくりと床から離していき、一直線になったら10秒ほどキープします。



慣れてきたら、片足をあげた状態でキープすると効果もアップです。お腹に子どもたちを乗せたままキープすると、ハードなトレーニングに！

03 お腹のトレーニング

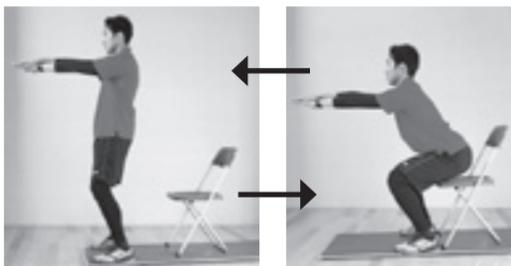


ヒジとヒザを付き、お腹を丸く丸めて30秒ほどキープします。この時、腰を反らないように注意しましょう。お腹周りの筋力アップ、脂肪燃焼に効果的です。



さらに効果を求めるなら、頭からかかとまでを直線にする「プランク」に挑戦してみましょう。体幹の強化にはもってこいです。

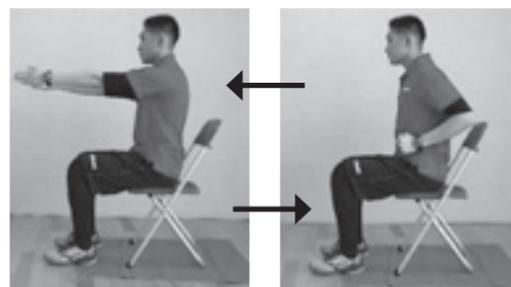
04 お尻、太もものトレーニング



椅子の前に立ち、お尻が付くかどうかの所までゆっくり腰を落としていきます。落とし切ったら1秒ほどキープしゆっくり戻します。

★猫背やヒザが前に出過ぎると効果が薄れるので注意しましょう。基礎代謝が上がり、太りにくい体質になります。

05 背中へのトレーニング



★肩甲骨から後ろへ引く動作を意識します。息を吐きながらゆっくり引きます。呼吸を止めないように行いましょう。背筋をまっすぐ伸ばして行います。

両肘を後ろに引いてから前に伸ばします。

〇の数はいくつでしたか？

〇の数が多い(9～10個)ほど、少ない(3個以下)よりも生活機能(歩行、食事、入浴などの日常生活の能力やはたらき)が、低下するリスクが4割弱低くなります。色々な食品を食べている人ほど、健康な生活を長く送ることができますので、自分に不足している食材も摂れるように参考にしてみてください。

10品目の特徴・食材おトク情報

肉類(肉加工品) 筋肉のもとになるたんぱく質が豊富 ◎肉団子や薄切り肉で食べやすさUP	卵 手軽に食べられる栄養豊富な食材 ◎オムレツやだし巻き卵で食べやすく	牛乳・乳製品 カルシウムが豊富骨の材料になる ◎スキムミルクを使えば脂肪分カット！	油脂類 細胞膜などの材料食材からしか摂れない油もある ◎ちよっぴり足してコクをUP！	魚類(魚加工品) たんぱく質やDHA・EPAなど油脂を含む ◎魚の缶詰はちよい足しにおすすめ
大豆製品 「畑の肉」と言われるほどたんぱく質が豊富 ◎食べやすく手軽に栄養が摂れる	緑黄色野菜 抗酸化作用をもつ脂溶性ビタミンが豊富 ◎油と一緒に摂れば吸収率増加！	芋 エネルギー源やカリウムが豊富 ◎茹でてでもビタミンCが壊れにくい	果物 ビタミンCや食物繊維が豊富 ◎片手に乗る分が1日の適量の目安	海藻類 低カロリーでミネラルも豊富 ◎食べ過ぎてしまう人におすすめな食材

新型コロナウイルスに関連するお知らせ

新型コロナウイルス感染症対策 家賃等助成金のお知らせ



新型コロナウイルス感染症拡大の影響により売上げが減少した市内の事業者に対し、建物および土地の賃料の一部を助成します。

■支給額 1事業者当たり5万円

※対象となる賃貸物件が複数でも5万円となります。

■対象事業者 市内で建物および土地を賃借して事業を行っている事業者(国の家賃支援給付金の支給を受けている方も対象)

■対象要件 令和2年2月~10月までのいずれか1か月間の売上げまたは利益が前年同時期と比較して減少したこと

■受付期間 12月28日(月)まで

■受付方法 申請書類を次の宛先に郵送してください

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、持参による申請は受け付けていません(やむを得ない場合のみ、窓口(鳴瀬庁舎)で対応します)。

(宛先)〒981-0303 小野字新宮前5

東松島市役所 商工観光課「商工振興・企業誘致係」宛て

※切手を貼付のうえ、裏面には差出人の住所および氏名を必ず記載してください。

■申請書類

市ホームページからダウンロード(商工観光課、本庁舎総合案内窓口および市商工会窓口にも設置しています)

- 1 申請書兼請求書(様式第1号)
- 2 賃貸借契約書などの写し
- 3 賃料支払実績を証明する書類(通帳の写し、振込明細書など)の写し
- 4 売上げ(または利益)が減少したことが確認できる書類(帳簿など)
- 5 営業(事業)実態が確認できる書類(確定申告書など)の写し
- 6 代表者の本人確認書類
(運転免許証、マイナンバーカード、健康保険証などの写し)
- 7 振込先口座と口座名義がわかる通帳などの写し

■問 商工観光課商工振興・企業誘致係 ☎内線2182・5151

家賃支援給付金(経済産業省)のお知らせ



5月の緊急事態宣言の延長などにより、売上の減少に直面する事業者の事業継続を下支えするため、地代・家賃(賃料)の負担を軽減する給付金を支給します。

■支給対象(以下の全てを満たす事業者)

- ①資本金10億円未満の中堅企業、中小企業、小規模事業者、フリーランスを含む個人事業者
- ②5月~12月の売上高が下記のいずれかに該当する事業者
 - ・1か月で前年同月比▲50%以上
 - ・連続する3か月の合計で前年同期比▲30%以上
- ③自らの事業のために占有する土地・建物の賃料を支払っている事業者

■給付上限額

法人600万円、個人事業者300万円

※算定方法は申請時の直近1か月における支払賃料(月額)に基づき算定した給付額(月額)の6倍。

■問 家賃支援給付金コールセンター(受付時間:8時30分~19時)

☎0120-653-930

地域経済持続協力金(追加給付)のお知らせ



地域経済持続協力金の交付決定者に対し、下記のとおり追加給付を行います。

■追加給付額 1事業者当たり5万円

■対象事業者 地域経済持続協力金の交付決定者(商工業者、農林漁業者)

■振込について 対象者には振込日が確定次第別途お知らせします

※申請書の提出は必要ありません。

■問 商工観光課商工振興・企業誘致係 ☎内線2182・5151

新型コロナウイルス感染症対策 資金利子補給金のお知らせ



新型コロナウイルス感染症により影響が生じた経営の維持安定を図るため、県の融資制度を活用する場合に利子の一部を補給します。

■対象資金(以下の条件をすべて満たす方)

- ①新型コロナウイルスの影響を受け、以下のいずれかの融資を利用し、金融機関の定める償還金額を支払った者(令和2年2月18日~令和3年1月31日(日)までに融資実行されたものに限る)

○宮城県中小企業経営安定資金

- ・セーフティネット資金(セーフティネット保証4号または5号の認定者に限る)
- ・危機関連対策資金
- ・新型コロナウイルス感染症対応資金
- ・災害復旧対策資金

- ②市内において1年以上継続して同一事業を営んでいる者で、法人にあっては、市内に本店または主たる事業所を有し、個人事業主にあっては市内に1年以上継続して在住している者

- ③当該融資が国県などの利子補給金の交付対象となっていないこと など

■利子補給金額

- ・補給率:1.0%または融資利率のいずれか低い率
- ・補給対象期間:融資実行日から3年間
- ・補助上限額:1事業者あたり60万円(ただし、1年間の利子補給上限額は20万円)

■申請手続

利子補給金の申請をされる方は、融資実行後速やか(なるべく2か月以内)に次の書類を市へ提出し、利子補給の承認を受けてください。承認を受けた事業者には、後日、承認通知と併せて申請書類などを送付します。

- 1 利子補給承認申請書(様式第1号)
- 2 融資に係る金銭消費貸借証書の写し
- 3 融資に係る償還予定表の写し
- 4 市税等の滞納が無いことの証明願

■問 商工観光課商工振興・企業誘致係 ☎内線2163

新型コロナウイルス感染症対策 資金信用保証料補給金のお知らせ



新型コロナウイルス感染症により影響が生じた経営の維持安定を図るため、県の融資制度を活用する場合に保証料の一部を補給します。

■対象資金(以下の条件をすべて満たす方)

- ①新型コロナウイルスの影響を受け、以下のいずれかの融資を利用し、宮城県信用保証協会の定める信用保証料を支払った者(令和2年4月1日~令和3年1月31日(日)までに融資実行されたものに限る)

○宮城県中小企業経営安定資金

- ・セーフティネット資金(セーフティネット保証4号または5号の認定者に限る)
- ・危機関連対策資金
- ・新型コロナウイルス感染症対応資金
- ・災害復旧対策資金

- ②市内において1年以上継続して同一事業を営んでいる者で、法人にあっては、市内に本店または主たる事業所を有し、個人事業主にあっては市内に1年以上継続して在住している者など

■補給金額 1事業者あたり支払った使用保証料の1/2(上限60万円)

※国県などより保証料の補給を受ける場合は、当該補給を除いた部分のみ市の補給の対象となります。詳しい内容は、市ホームページを確認ください。

■申請手続

保証料補給金の申請をされる方は、融資実行後速やか(なるべく2か月以内)に次の書類を市へ提出し、保証料補給の承認を受けてください。承認を受けた事業者には、後日、承認通知と併せて申請書類などを送付します。

- 1 保証料補給金承認申請書(様式第1号)
- 2 信用保証決定のお知らせ(お客様用)の写し
- 3 融資に係る金銭消費貸借証書の写し
- 4 市税等の滞納が無いことの証明願

■問 商工観光課商工振興・企業誘致係 ☎内線2163

ひとり親世帯臨時特別給付金のご案内



○基本給付

児童扶養手当を受給しているひとり親世帯などの方への給付※¹

■給付金の対象となる方

以下の①～③のいずれかに該当する方

- ①令和2年6月分の児童扶養手当が支給される方
- ②公的年金等を受給しており、令和2年6月分の児童扶養手当の支給が全額停止される方※²
- ③新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当を受給している方と同じ水準となっている方

※¹児童扶養手当法に定める「養育者」の方も対象となります

※²すでに児童扶養手当受給資格者としての認定を受けている方だけでなく、児童扶養手当の申請をしていれば、令和2年6月分の児童扶養手当の支給が全額または一部停止されたと推測される方も対象となります

■給付額 1世帯5万円、第2子以降1人につき3万円

○追加給付

■給付金の対象となる方

基本給付金対象の①または②に該当する方のうち、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が減少した方

■給付額 1世帯5万円

○給付金の手続き

■6月分の児童扶養手当が支給される方

(基本給付金対象の①に該当する方)

- 基本給付は申請不要です。給付を辞退される場合のみ、申出書を提出いただきます
- 8月中に児童扶養手当を受給している口座に振り込む予定です
- 追加給付は申請が必要です。現況届の提出の際に、収入が減少している旨の申請を行ってまいります。詳しい内容は、現況届の通知と一緒に送ります

■それ以外の方(基本給付金対象の②、③に該当する方)

- 基本給付、追加給付ともに申請が必要です
- すでに児童扶養手当の認定を受けている方には、現況届の通知と一緒に申請に必要な申請書などをお知らせします
- 児童扶養手当の認定を受けていない方は、市ホームページを確認ください
- 集中受付期間 8月11日(火)～28日(金)まで(土・日曜を除く)
- 受付時間 8時30分～17時15分

上記の期間に都合がつかない場合は、令和3年2月26日(金)までに申請してください。

■問 子育て支援課子育て支援係 ☎内線1457・1420
厚生労働省「ひとり親世帯臨時特別給付金」コールセンター ☎0120-400-903(受付時間:平日9時～18時)

児童扶養手当現況届のお知らせ



児童扶養手当を受給している方は、毎年8月1日～31日の間に現況届を提出しなければなりません。この届けは、昨年中の収入状況、現在の家族状況などを確認し、児童扶養手当の受給要件に該当するか確認するためのもので、届出がない場合、11月分以降の手当が受けられなくなります。提出の必要な方には、通知により必要書類などをお知らせしますので下記の日程で手続きしてください。

また、所得限度額超過により現在手当が全額支給停止となっている方も、現況届の提出は必要です。

受付日	対象地区	場所	時間	
8月11日(火)	鳴瀬地区	鳴瀬庁舎1階リハビリ室(保健相談センター入口からお入りください)	9時～17時	
8月12日(水)				
8月17日(月)	大塩地区	矢本庁舎1階101会議室		
8月18日(火)	赤井地区			
8月19日(水)	大曲地区			
8月20日(木)	小松地区			
8月21日(金)	あおい地区			
8月24日(月)	矢本地区			
8月25日(火)				

※上記日程で都合の悪い方は、市役所子育て支援課で8月末まで(8月11日(火)、12日(水)を除く)に手続きを行ってください。

■問 子育て支援課子育て支援係 ☎内線1420・1457

市民生活維持協力金(追加給付、対象事業者拡大)のお知らせ



○追加給付 市民生活維持協力金の交付決定者に対し、下記のとおり追加給付を行います

- 追加給付額 1事業者当たり5万円
- 対象事業者 市民生活維持協力金の交付決定者
- 振込について 対象者には振込日が確定次第別途お知らせします ※申請書の提出は必要ありません。

○対象事業者拡大 市民生活維持協力金の対象者に下記事業者を追加します

- 追加事業者 薬局(市内に施設を有する事業者)
- 支給額 1事業者当たり15万円(2施設以上有する場合には25万円、5施設以上有する場合35万円)
- 受付期間 9月30日(水)まで

■受付方法 申請書類を次の宛先に郵送してください。
新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、持参による申請は受け付けていません(やむを得ない場合のみ、窓口(鳴瀬庁舎)で対応します)。

(宛先)〒981-0303 小野字新宮前5
東松島市役所 商工観光課「商工振興・企業誘致係」宛
※切手を貼付のうえ、裏面には差出人の住所および氏名を必ず記載してください。

■申請書類

市ホームページからダウンロード(商工観光課、本庁舎総合案内窓口および市商工会窓口にも設置しています)。

- 1 申請書兼請求書(様式第1号)
 - 2 営業(事業)実態が確認できる書類(確定申告書など)の写し
 - 3 対象施設が分かる書類(対象施設のパンフレットなど)
- ※2の営業(事業)実態が確認できる書類で対象施設を確認できれば提出不要。
- 4 代表者の本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカード、健康保険証などの写し)
 - 5 振込先口座と口座名義がわかる通帳などの写し

■問 商工観光課商工振興・企業誘致係 ☎内線2182・5151

はじめよう!新しい生活様式



国内各地において、新型コロナウイルス感染症が確認されています。「感染しない」「感染させない」ためにも、これまでの基本的な感染予防対策(①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いなど)を続けながら、これからの暮らしに、新しい生活様式を取り入れていきましょう。

<p>人との間隔はできるだけ2mあけよう</p> <p>ソーシャルディスタンスを心がけて</p>	<p>手洗いは30秒以上かけてせっけんで丁寧に</p> <p>こまめな手洗い、うがいをしましょう</p>	<p>1時間に2回以上の換気をしよう</p> <p>密集・密接・密閉の「3密」を避けましょう</p>
<p>症状がなくても、会話をするときにはマスクを着けよう</p> <p>咳エチケットにも気をつけましょう</p>	<p>買い物は一人でずいた時間に</p> <p>先に計画を立てて手短に行いましょう</p>	<p>会った人と場所をできるだけ記録しよう</p> <p>日々の体調管理も忘れずに行いましょう</p>
<p>公園はすいた時間・場所を選ぼう</p> <p>ジョギングなども少人数で行いましょう</p>	<p>感染が流行している地域への移動は控えよう</p> <p>帰省・旅行も控えめに最新の情報収集を心がけましょう</p>	<p>参考:厚生労働省「新しい生活様式の実践例」</p>

自分や大切な人、地域と社会を守るために、接触確認アプリをインストールしましょう。

厚生労働省 新型コロナウイルス 接触確認アプリ COCOA

※次回以降の市報で、各項目ごとに詳しく説明した実践例などの掲載を予定しています。

■問 健康推進課健康支援係 ☎内線3104・3120

まちの情報広場

問い合わせ 東松島市役所 ☎82-1111

代表FAX 82-8143

(東松島市内での固定電話の市外局番 0225)

東松島の復興を応援します 長期派遣職員の紹介

震災から9年、東松島市の復興を応援しようと、令和2年度も全国から23人の自治体職員の皆さんに支援をいただいています。支援いただいている皆さんから、復興にかける思いや東松島市の印象などをシリーズで紹介していきます。



再生の歩みを自分の目で



東京都大田区から派遣

総務部 市民協働課

みさわ たつき
三澤 樹希さん 25歳

平成27年に東京都大田区役所に入り、防災関係の部署に5年間所属していました。平成29年の北九州北部豪雨や令和元年の台風15号などでは、3自治体の被災地支援業務にも携わり、事前防災や発災後の対応を学びました。東松島市への派遣は、災害から復興までの歩みを直接自分の目で確認し、自身も東松島市のため役に立ちたいと考え希望したものです。市民協働課では、亀岡地区センターの災害復旧などに携わっています。震災からまもなく10年。身に付けてきた知識や経験を東松島市に還元したいです。

●長期派遣職員の皆さんは、「桜色(ピンク)のリード(ひも)がついたネーム(名札)を着用しています。

官民の経験を役立てたい

総合建設会社で南海トラフ大地震対策などの施工管理に携わり、松原市職員になってからは上下水道部で水道管の耐震化や下水道管敷設工事などに2年間携わりました。東松島市には、南海トラフ対策を復興工事に役立てたいと考え、派遣を希望しました。現在は、地域の皆さんに協力をいただきながら雨水排水工事の設計業務や現場の管理業務を担当しています。地域の方に被災当時の話を聞かせていただく機会も得られました。業務を通じて少しでもお手伝いし、被災地での貴重な経験、震災の教訓を派遣元にも伝えたいです。



大阪府松原市から派遣

建設部 下水道課

かとう さとし
加藤 智さん 30歳

家族に胸を張れる仕事を



愛知県北名古屋市から派遣

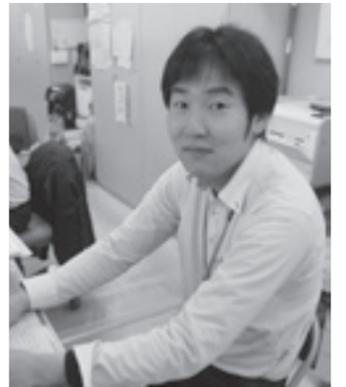
復興政策部 復興都市計画課

くさかべ かずや
日下部 一哉さん 41歳

北名古屋市役所には技術職として入庁し、建設関連の部署で業務にあたってきました。現在は復興事業における工事の現場監督と関係機関との協議・調整にあたっています。北名古屋市の派遣職員は私が4人目です。未曾有の被害に遭われた被災地のために何かしたいと考えてきましたが、子どもの成長を待って、本年度ようやく訪れることができました。この地域からは「震災に負けない」という強い意志を感じます。力強く前に進む東松島市のお役に立ち、送り出してくれた家族に胸を張れるよう取り組みたいと思います。

少しでも手伝えるように

平成25年度に豊山町の建設課に配属され、道路などの整備や維持工事を担当。昨年度は福祉課で保育園の事務も経験しました。東松島市では保育支援係として放課後児童クラブの事務と保育所の修繕、今年新設される放課後児童クラブ施設を任されています。東日本大震災から9年が経過し、復興はとて進んでいるように感じますが、街なかに出ると当時の浸水域の表示などが見受けられて、被害の大きさを感じます。短い時間ではありますが、少しでも復興の手伝いができるよう業務に励みたいです。



愛知県豊山町から派遣

保健福祉部 子育て支援課

すぎうら しゅんすけ
杉浦 俊介さん 34歳

東松島市子どもの心のケアハウス(イトっ子ルーム)では子どもの支援をしています



新型コロナウイルス感染症拡大防止のための自粛生活から新しい生活様式が求められて大きく変容してきた中、今では登下校する元気な子どもたちの声が聞こえています。子どもたちも、学校の楽しみや喜びを感じているのではないのでしょうか。

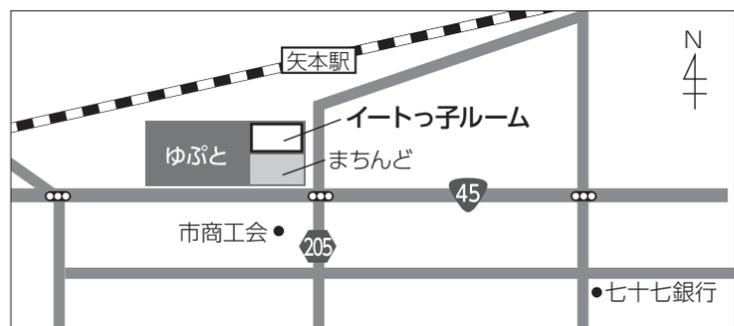


今までにない経験をしてきた子どもたちですが、疲れが出て前向きになれない、毎朝体調がすぐれないなど、いつもと様子が違うことはありませんか。さまざまな感情を抱え、気持ちのコントロールがうまくできずに悩む子どもがいます。学校に足が向かない子どもがいます。そんな時、まずはケアハウスに相談ください。

イトっ子ルームでは、東日本大震災に起因する心の問題やさまざまな理由により、学校に登校することが難しい児童・生徒のため、ひとりひとりに寄り添いながら、個人のペースに合わせた学習支援や体験活動、心のサポート、居場所づくりなど、学校と連携しながら支援活動に取り組んでいます。急がず、焦らず、しっかり子どもと向き合いながら、学校復帰に向けた支援を行っています。

不登校で悩んでいる保護者や家族の方、まずは気軽に相談ください。

また、東松島市教育委員会では、いじめ相談専用電話を設置しており、電話相談も行っています。子どもたちや保護者の方の悩みごとを聞かせてください。一人で悩まず、一緒に考えましょう。秘密は厳守します。



■場所 健康増進センターゆぶと1階 (JR矢本駅前)

■開所日時 毎週月～金曜日(祝日・お盆期間・年末年始は休み)
9時～17時(通所時間は9時30分～15時)

■問 教育総務課教育指導係 ☎内線1252・1253
東松島市子どもの心のケアハウス ☎25-4882
いじめ相談専用電話 ☎080-6051-7281

小野地域ふれあい交流館「ひだまりの里」からのお知らせ

○手作り鉢置き販売をしています

野菜を中心に生活用品、加工品など、新しい商品も次々と加わっています。今回紹介する手作りの鉢置きは、間伐材を加工して作ったもので、庭先や室内花も映えます。製作団体では鉢置きの高さ、色づけなど注文に合わせて作ることですので、ぜひご覧ください。



○お弁当が充実しています

以前から販売をしてたお弁当ですが、現在は4事業者の方に日替わりでそれぞれ出してもらっています。毎週金曜日は、お弁当に加え「YUTTARI」のランチ(カレーライス、肉井、持ち帰り可)も販売しています。



東松島産の食材を多く使っていますのでぜひともお寄りください。

○毎週土曜日は50円市

毎週土曜日は、野菜を50円に値下げして販売する「ひだまり土曜日50円市」を開催しています。日曜・月曜日が休館日になるため、生産者の皆さんが丹精込めて作った野菜を残さず新鮮なうちに食べてもらうために設けた特別価格です(ただし、根菜類などについては除外品としています)。詳しい内容は、スタッフに問い合わせください。

○マイバッグ運動に協力ください

ひだまりの里では“マイバッグ運動”を推進しています。これまで買い上げの品物は無料でレジ袋を提供していましたが、7月1日からレジ袋は有料となっておりますので、買い物時は、マイバッグ持参の協力をお願いします。

レジ袋の必要な方は、温暖化対策に寄与する地球にやさしい素材のレジ袋を有料で提供しています。

- 営業日・時間
- ・営業日 火～土曜日
- ・営業時間 平日10時～18時、土曜日10時～17時
- ・休業日 日、月曜日

- 問 ひだまりの里(小野地域ふれあい交流館) ☎98-5918
- 小野市民センター敷地内(住所:小野字新欠下36番地)

特別児童扶養手当所得状況届のお知らせ



特別児童扶養手当を受給している方は、毎年8月12日～9月11日の間に所得状況届を提出する必要があります。

この届は、昨年中の収入状況、現在の家族状況などを確認し、特別児童扶養手当の受給要件に該当するか確認するためのもので、届出がない場合、8月分以降の手当が受けられなくなります。

提出の必要な方には、通知により必要書類などをお知らせしますので下記の日程で手続きしてください。

受付日	場 所	時 間
8月13日(木)	矢本庁舎1階101会議室	9時～17時
8月14日(金)		

※上記日程で都合の悪い方は、8月12日(水)～9月11日(金)までの間に、市役所子育て支援課で手続きを行ってください。

- 問 子育て支援課子育て支援係 内線1420・1457

子育て世帯への臨時特別給付金のお知らせ(公務員受給者向け)



新型コロナウイルス感染症の影響を受けている子育て世帯の生活を支援する取り組みの一つとして、児童手当を受給する世帯(所得超過により特例給付となっている世帯を除く)に対し、臨時特別給付金を支給します。

■支給対象 児童手当の令和2年4月分(3月分を含む)の受給者
※令和2年3月31日までに生まれた児童および新高校1年生に係る児童手当の受給者。

- 給付額 対象児童1人あたり1万円
- 申請方法 勤務先から支給対象者である証明を受けた申請書を下記へ提出してください。郵送による提出も可能です。振込日は通知にてお知らせします
- 申請期限 11月30日(月)まで
- ※市から児童手当を受給されている方は、6月12日または19日に振込が完了しています。
- 問 子育て支援課子育て支援係 ☎内線1420・1457

令和2年7月豪雨災害義援金の協力をお願いします



広範囲にわたる7月豪雨の被災状況は非常に甚大であり、日本赤十字社では以下のとおり義援金を受け付けています。皆さんの温かいご支援をよろしくお願いします。

- 義援金名称 令和2年7月豪雨災害義援金
- 受付期間 12月28日(月)まで
- 日本赤十字社東松島分区募金箱設置場所(平日8時30分～17時まで)
 - ・市役所本庁舎 市民生活課窓口
 - ・市役所本庁舎 福祉課窓口(1階)
 - ・鳴瀬庁舎 鳴瀬総合支所
- ※募金箱設置は、12月28日(月)までとなります。
- ※こちらで受け付けた募金は、日本赤十字社宮城県支部を経由して送金されます。



- 受付口座
- ①本社
 - ア 郵便局・ゆうちょ銀行(窓口での取扱いの場合、振込手数料は免除)
 - ・口座記号番号 00110-8-588189
 - ・口座加入者名 「日赤令和2年7月豪雨災害義援金」
 - イ メガバンク口座
 - (金融機関によっては、振込手数料が別途かかる可能性があります)
 - ・三井住友銀行 すずらん支店 普通預金「2787558」
 - ・三菱UFJ銀行 やまびこ支店 普通預金「2105556」
 - ・みずほ銀行 クヌギ支店 普通預金「0620472」
- 口座名義 いずれも「日本赤十字社」
- ②熊本県支部(金融機関によっては、振込手数料が別途かかる可能性があります)
 - ・肥後銀行 三郎支店 普通預金「621987」
 - ・熊本銀行 日赤通支店 普通預金「3126182」
- 口座名義 日本赤十字社熊本県支部 支部長 かばしまいくお 蒲島郁夫
- 受領証を希望される方は、下記担当窓口まで、名前(受領証の宛名)、住所(受領証の送り先)、電話番号、寄付の日付、寄付金額、振り込みいただいた金融機関名・支店名を連絡してください。
- 担当窓口 日本赤十字社 パートナーシップ推進部 ☎03-3437-7081
- 問 福祉課福祉総務係 ☎内線1174

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。>

震災復興支援の 恩返しへ出発

豪雨災害の
熊本県人吉市に物資支援



本市は甚大な豪雨被害に見舞われた熊本県人吉市からの要請を受け、水や調理不要食などの支援物資を送りました。本市では平成24年10月～平成29年9月までの5年間にわたり、同市から東日本大震災復興の応援職員の派遣支援をいただきました。鷹来の森運動公園内の防災拠点備蓄基地で物資を積み込んだトラックは、市役所前で渥美市長らの見送りを受けながら現地に出发しました。
 (7月10日、市役所前)

優良工事15件を表彰



完成実績から
高い技術力を評価

本市は優良工事表彰式を開催し、昨年度に完成した建設工事において高い技術力により優良な評価を得た11社に表彰状を贈りました。今年は土木、舗装、建築、設備の4部門15工事が表彰となりました。
 (6月29日、市役所)

自死対策へ 関係機関連携

協議会委員に委嘱状交付



東松島市自死対策地域連絡協議会が開かれ、渥美市長が警察、医療などの各専門分野の委員に委嘱状を交付しました。市内の年間自殺者は1けた台に抑制されており、自死防止に向けた今後の活動の在り方について意見を交わしました。
 (7月2日、市役所)



農林業で地域おこし

仙台出身2人が協力隊員に

本市は地域おこし協力隊として、新たに仙台市出身の佐藤大介さん(右)と佐藤明さん(左)の2人を委嘱しました。大介さんは林業分野での特殊伐採技術の習得、明さんは農業での起業を目指しつつ、本市の地域振興にこれまでの経験を生かしていきます。
 (7月1日、市役所)

来庁者の感染防止へ

「浦霞」の佐浦 自社製消毒液寄贈

日本酒「浦霞」の醸造元として知られ、大塩地区にも酒蔵がある(株)佐浦(佐浦弘一社長(本社・塩釜市))から、高濃度エタノール製品「ウラカスミ・アルコール66%」468本が寄贈されました。寄贈品は新型コロナウイルス感染症拡大防止に役立ててもらおうと、同社が塩釜工場で製造した自社製品で、今後、本庁舎や鳴瀬庁舎で来庁者の手指消毒用などに活用します。
 (6月26日、市役所)





プレーを通して 親睦と融和

赤井地区パークゴルフ大会

「第8回赤井地区パークゴルフ大会」(赤井市民センター主催)が開かれ、男女79人が汗を流しました。新型コロナウイルス感染防止のため、全員がマスクを着用し、お互いの距離を保ちながらもプレーを通して親睦と地域の融和を深めました。男性の部では、八木澤次男さん、女性の部は阿部えつ子さんがそれぞれ優勝しました。(7月5日、矢本海浜緑地パークゴルフ場)



地域ぐるみでリサイクル

鳴瀬未来中 部活動の費用に



鳴瀬未来中学校でリサイクル資源回収活動が行われ、各家庭から古新聞や空き缶、衣類、段ボールなどが持ち込まれました。これまでは市役所鳴瀬庁舎前で年1回実施してきましたが、今年は学校を会場に3回行われます。収益は部活動をはじめとした学校運営に役立てられます。(7月3日、鳴瀬未来中学校)

震災に学ぶ災害時行政実務研修

新規採用と応援職員対象

本年度の第2回災害時行政実務研修が行われ、他自治体からの派遣応援職員や新規採用職員24人が東日本大震災を教訓とした本市の防災の取り組みを学びました。鷹来の森運動公園内では防災拠点備蓄基地を見学し、矢本西市民センター敷地内ではマンホールトイレの設置を体験しました。(7月3日、矢本西市民センターほか)

犯罪や非行のない 明るい社会へ一丸

強調月間の首相メッセージ伝達

「社会を明るくする運動」の強調月間に合わせ、石巻地区保護司会東松島分区などが、安倍晋三内閣総理大臣からのメッセージを渥美市長に伝達しました。感染症対策で街頭での啓発活動は自粛しましたが、地域連携で犯罪や非行の防止、更生支援の浸透を図る決意を新たにしました。(7月1日、市役所)

国際協力への 理解深まる

JICAと連携 9年間の成果確認
本市と途上国への技術協力などを行うJICA(国際協力機構)との連携成果報告会が行われました。本市では平成23年8月以降、JICAからコミュニティ支援などで地域復興推進員の派遣を受けているほか、海外からの研修を受け入れるなど国際協力について考え、知る機会につなげていきます。(6月25日、市役所南庁舎)

香り爽やか 紫色のじゅうたん

大塩・赤坂農園
ラベンダー出迎え

東松島市大塩字寺沢にある赤坂農園のラベンダーが、今年も美しい花を咲かせました。イングリッシュとラバンジンとの2種類を無農薬で育てている畑は草取りなどの手入れも行き届いており、訪れた人が心を癒やす爽やかな花の香りに包まれていました。(6月21日)

地元産ジャガイモやレタスがずらり

矢本西地区恒例の野菜市

矢本西コミュニティ協議会地域活性部が主催する恒例行事「野菜市」では、鈴木重喜さん(81)の畑で取れたジャガイモやレタスなど新鮮野菜15種類が並びました。いずれも1袋100円~150円という安価で販売され、地域の皆さんが買い求めていました。(6月26日、矢本西市民センター)

もっと知りたい!ひがしまつしま

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



矢本子育て支援センター

「ほっとふる」
☎84-2676
開館日時 月～金曜日



子育て支援センター利用に関するお知らせ

開館時間 9時～16時(相談は17時まで)
※講座などで利用できない日もありますので、子育て通信で確認ください。子育て通信は二次元コードでもご覧になれます。



鳴瀬子育て支援センター

「あいあい」
☎87-2338
開館日時 月～木曜日



ほっとふる

ゆずります・ゆずってくださいコーナー

矢本子育て支援センターほっとふるの掲示物の中に「ゆずります・ゆずってくださいコーナー」があります。ベビー用品や子ども服、幼稚園の制服などをゆずったり、ゆずられたりといった事が支援センターを通して行われています。

ゆずります!

家庭に眠っている子どものものなら、大きなものから小さなものまで何でもOK!無料で提供していただくと助かります。相手が見つかったら、ほっとふるから連絡しますので、それまでは家庭で保管ください。
※他の方にゆずることが決まった場合は、速やかにお知らせください。

ゆずってください!

ゆずってほしいと思うものがあつたら、まず掲示板に書いてみませんか。

教えて!

〇〇について知りたいけど…と気になることも、ぜひこのコーナーを活用してください。



あいあい

離乳食に困ったら…

クックパッドで離乳食レシピ公開中!



クックパッド
ヒガマツ大学食育学部

検索

ヒガマツ大学食育学部のキッチンより



【離乳食初期】
ともみトマト



【離乳食中期】
ミルクみそそうめん

観味美魅 ひがしまつしまの みりょく発見! 観光と物産



夏のおすすめ情報

星名ファームのアールスメロン(マスクメロン)

矢本地区で育てられている果物の王様「アールスメロン」は、繊細な肉質と上品なムスク(ジャコウ)の香りが特徴。その特徴を最大限に引き出すため、「摘果」が行われ、一つひとつ大切に育てられています。この時期、贈答品としてもおすすめです。



■問 星名ファームマスクメロン直売所 ☎82-7677

木村さんちのプラム

この辺では珍しい生産農家直売のこだわりプラムは、7月中旬頃の”大石早生”に始まり、ジューシーな果肉が特徴の”大石中生”、歯ごたえと酸味が特徴の”ソルダム”など、種類豊富にそれぞれ特有の美味しさです。どれが好きか、食べ比べも楽しいですよ。



■問 木村さんちのプラム直売所 ☎82-4651

奥松島果樹生産組合の桃

宮戸地区では、温暖な気候を活かして「あかつき」「まどか」、「紅錦香」の3種類の桃が栽培されています。どれも高い糖度と食味の良さ、硬めの触感、大きめのサイズ感が特徴です。8月上旬頃から収穫期を迎えます。ぜひ一度ご賞味ください。



■問 奥松島果樹生産組合直売 ☎090-7060-4625(尾形)

Sports Paradise

東松島市体育協会

スポパ通信

～スポーツから笑顔が生まれるまちづくり～

■問・申込 東松島市体育協会 ☎82-9030 平日9時～17時



今年は例年以上に熱中症に注意しましょう

8月は気温が上昇し熱中症の発症が多くなり、スポーツなど体を動かす方は特に熱中症対策が必要です。特に、今年は新型コロナウイルスの感染症拡大予防のために、マスクを着用していることが多いと思いますので、例年以上に注意しながら暑い時期を上手に乗り越えましょう。

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

①暑さを避けましょう

- エアコンを利用するなど部屋の温度を調整する
- 換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整する
- 暑い日や時間帯は無理をしない
- 涼しい服装にする
- 急に暑くなった日などは注意する

②適宜マスクをはずしましょう

- 気温湿度の高い中でのマスク着用は要注意
- 屋外で人と十分な距離(2m以上)を確保できる場合にはマスクを外す
- マスク着用しているときは、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとつたうえで適宜マスクをはずして休憩を

③こまめに水分補給しましょう

- のどが渇く前に水分補給
- 一日あたり約1.2ℓを目安に
- 大量に汗をかいたときは塩分も忘れずに

④暑さに備えた体づくりをしましょう

- 暑くなり始めの時期から適度に運動を
- 水分補給は忘れずに無理のない範囲で
- 「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度



令和2年8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



6/28-29 | 縄文の塩作り



縄文村イベントで一番過酷ながら、毎年大人気の「縄文の塩作り」。美味しい塩を作るため、今年は50人が集まりました。1回目は「製塩土器作り」に挑戦です。

今年のはじめて塩作りに挑戦する方が多く、粘土の扱いに大苦戦!製塩土器は飾りもなく、形もとてもシンプルなので簡単そうに見えますが、実は作るのがとても難しい土器なんです!内側のつなぎ目をなくしようと、外側にヒビが入ったり、形が歪んできたり...「数mmの薄さで作っていた縄文人は凄

ざる!」という声も聞こえるほど。なんとかひとり2~3個の製塩土器を完成させました。

この日作った土器は、1ヶ月間乾燥させた後、スタッフが野焼きをして完成!9月には、実際に土器に海水を入れて、煮詰めながら塩作り挑戦します。

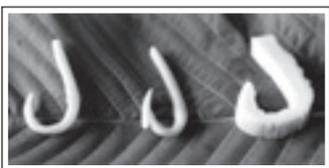


水漏れを防ぐため、貝殻で内側を丁寧に磨きます。

6/13-14 | 縄文の漁り

当イベントは、毎年1日目に釣り針作り、2日目に海釣りを行っていましたが、海釣りは10月に延期することにしました。今回は鹿の角を使った釣り針作りのみ行いました。

参加者はほとんどがリピーターさんで「今年こそ釣るぞ!」と気合十分!硬くなかなか削れないはずの鹿の角を、慣れた手つきでどんどん削っていきます。



一番右が削る前。左2本が参加者さん作。



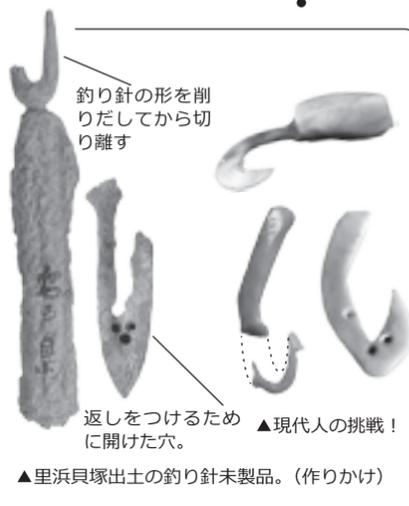
史跡公園の縄文工房を広く使って開催。

縄文講座で学んだ「里浜縄文人の釣り針の作り方」(右参照)を実践する方も!「縄文人のやり方のほうが、持ち手が出来て作りやすいよ!」「小さく削れて良いかも!」と新たな発見も。どんどん縄文人に近づいている?

...3時間かけて、釣り針が完成!なかにはスタッフも驚くほどの細さの釣り針を完成させた方もいました。

今回作った釣り針で、10月には大きな魚を釣り上げる予定(?)です。

今年度初、イベント開催!
新型コロナウイルスの影響で中止が続いていた縄文村イベント。6月、今年度は「縄文の漁り」を開催しました。いづれも人気のイベントですが、3密を防ぐため2日間に日程を分ける、屋外で開催するなど対策を講じ開催しました。



釣り針の形を削りだしてから切り離す

返しをつけるために開けた穴。

▲現代人の挑戦!

▲里浜貝塚出土の釣り針未製品。(作りかけ)

夏休み企画 おいでよ、縄文村へ!

8/9(日)~8/11(火)
8/13(木)~8/15(土)
体験受付時間 10:00~14:00

料金:入館料+各種体験料

今年の短い夏休み。縄文村に遊びに来ませんか?日替わりメニューもいろいろご用意しています!

詳しくはHPをご覧ください!

日替わりメニュー

8/9(日) **イノシシの土鈴作り ¥300**
粘土でかわいいイノシシ型の鈴を作ろう。(後日完成・郵送)

8/13(木) **縄文コースター ¥400**
縄文時代の編み物に挑戦!夏らしいコースターにしよう。

期間中、毎日できるよ!

*貝塚ガイドツアー(¥0) ※10:30,13:30発
*まがたま作り(¥400)
*シカ角ストラップ(¥400)

8/10(月・祝) **コハクの勾玉作り ¥1,000**
琥珀をきれいに磨いて勾玉を作ろう。落ち着いた輝きが魅力です。

8/14(金) 8/15(土)

8/11(火) **貝のプレスレット作り ¥300**
鹿角ハンマーや石を使って、貝に穴を開け貝をプレスレットに!
釣り針作り ¥500
鹿の角を削って作る、縄文時代の釣り針作りに挑戦!所要時間は2~3時間の本格的な縄文体験です!

無料DAY中止について

10日、13日に予定していた「入館&体験無料DAY」は、多くのご来場が見込まれることから、コロナウイルス拡大防止のため中止いたします。

火おこし体験について

火おこし体験は、コロナウイルスの状況を踏まえ、開催を決定します。

その他体験について

感染防止のため、一度に体験できる人数に限りがあります。混雑時にはお待ちいただくこともございます。

「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」受け付けています

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・耐震改修の計画書の作成・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 8,400円

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

■受付期間 12月11日(金)まで

※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。

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、県内に本店又は支店を有する建設業者等が施工した場合は、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 12月11日(金)まで

※令和3年1月15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(概要)

●避難路(※)に面するブロック塀など

下記のいずれか低い金額

・除却および設置工事費の5/6

・除却面積(1㎡)当たり1万円を乗じて算定した金額(上限37万5千円)

※避難路とは、東松島市耐震改修促進計画において定めている道路です。

●避難路以外の道路に面するブロック塀など

・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または設置費用の1/3のいずれか低い金額(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。

■受付期間 12月11日(金)まで

※令和3年1月15日(金)までに工事が完了するものが対象です。補助対象となるかどうか、または詳細補助金額については、ブロック塀などの面する道路や除却の計画によりさまざまなケースがありますので、詳しい内容は下記まで問い合わせください。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・申込 建築住宅課建築係(鳴瀬庁舎2階) ☎内線2205



知っ得情報

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

募集

SDGs 8 展示解説員募集

問 奥松島縄文村歴史資料館
☎88-13927

■対象・資格 短大卒以上(学芸員資格を有することが望ましい)で、郷土の歴史・自然・美術工芸に関心のある方。心身ともに健康で市税など滞納がなく、パソコン操作(フोटOSHOPP、イラストレーター)ができる方

■業務内容 奥松島縄文村歴史資料館における観覧者の受付・案内、展示解説、体験学習指導、広報PRなど

■雇用期間 10月1日(木)～令和3年3月31日(水)

■勤務時間 週5日・35時間(1日7時間(8時30分～17時15分の間でシフト制)、土・日曜、祝日の勤務あり)

■勤務先 奥松島縄文村歴史資料館
■賃金 月額139,900円(社保・雇用保険有、通勤手当有、有資格者・経験者優遇)

■募集人員 若干名
■申込 8月10日(月・祝)までに履歴書(本人自筆・写真貼付)を右記まで(水曜日は休館)提出(郵送可) ※後日面接あり。

自衛官募集

SDGs 8 自衛官募集

問 自衛隊宮城地方協力本部
石巻地域事務所
☎023-8316789
赤井字鷺塚1-6

○自衛官候補生
■対象・資格 18歳以上33歳未満の方

■受付期間 8月17日(月)まで
■試験日 8月22日(土)または23日(日)

○一般曹候補生
■対象・資格 18歳以上33歳未満の方

■受付期間 9月10日(木)まで
■試験日 一次試験：9月18日(金)～20日(日)
※いずれか指定された1日。

○航空学生
■対象・資格 海：18歳以上23歳未満で高卒(見込)または高専3年次修了(見込)の方

空：18歳以上21歳未満で高専(見込)または高専3年次修了(見込)の方

■受付期間 9月10日(木)まで
■試験日 一次試験：9月22日(火・祝)

○防衛大学校学生(一般)

■対象・資格 18歳以上21歳未満で高卒(見込)または高専3年次修了(見込)の方

■受付期間 10月22日(木)まで
■試験日 一次試験：11月7日(土)・8日(日)

○防衛医科大学校学生(医科・看護科)

■対象・資格 18歳以上21歳未満で高卒(見込)または高専3年次修了(見込)の方
■受付期間 医科：10月7日(水)

無人ラジコンヘリコプターで水稻の斑点米カメムシ類防除を実施します

- 散布日程 8月7日(金)～13日(木)
※生育状況および気象条件により日程を変更する場合があります。
- 散布時間 5時～18時 ※気象条件により変更する場合があります。
- 散布範囲 市内全域 ※石巻市河南地域および美里町の一部を含む。
- 注意事項
 - ・危被害防止のため、散布作業日前日に防災行政無線でお知らせします
 - ・散布作業中の散布区域への立ち入りは、控えてください
 - ・葉がかかったと思われる野菜や果物は、よく洗ってから食べるようにしてください
 - ・井戸がある場合には、散布直前から終了までの間、密閉してください
 - ・自動車などの野外駐車は、なるべく避けてください。やむを得ず、野外に駐車する場合は、カバーで覆ってください。また、葉が付着したと思われる場合は、すぐに水洗いしてください
 - ・散布区域内には、無人ラジコンヘリコプターの安全運航のため、標識旗などを立てますので、抜き取ったり、位置をずらしたりしないでください
 - ・無人ラジコンヘリコプターは、地上3～5mを飛行します。危険ですので、児童が追いかけてたりしないよう指導ください
- 問 いしのまき農業協同組合宮農部東松島宮農センター ☎82-2370
宮城県農業共済組合石巻支所 ☎75-2331
農林水産課農林水産振興係 ☎内線2138

お知らせ

まで
看護科：10月1日(木)まで
試験日 医科(一次試験)：10月24日(土)・25日(日)
看護科(一次試験)：10月17日(土)

SDGs 13 エンジョイ！かんきょうライフ

問 市民生活課環境係
☎内線1152
8月12日(水)の容器包装プラスチックの収集は行いませんので、次週以降の水曜日にごみ集積所へ出してください。
また、8月19日(水)の鳴瀬処分場への粗大ごみ搬入時間は、計量機器定期点検のため、9時

12時までの午前中のみとなりますので、協力お願いします。

た休日を通り過ぎてみてはいかがでしょうか。五感が大いに刺激され、ストレス発散や心身のリフレッシュ・リラックス効果が期待できます。

SDGs 3 献血に協力ください
問 健康推進課予防健康係
☎内線3107

日時 8月10日(月)10時～16時30分
場所 イオンタウン矢本

SDGs 4 馬と森の癒しプログラム
問 一社美馬森 Jadic
info@minamorijapan.com
☎090-96939-06625

美しい緑豊かな森で、愛嬌たっぷりの馬たちと触れ合い、DIY体験やヨガ体操、森の中でのハンモック体験を通じて、充実し

宮城県高等学校等育英奨学資金貸付予約奨学生募集

- 対象者 保護者が宮城県内に住所を有している中学校3年生で、令和3年4月に高等学校、中等教育学校の後期課程、特別支援学校の高等部および専修学校の高等課程に進学を希望する優れた生徒であって、経済的理由により修学に困難がある者
- 貸付月額

	国・公立	私立
自宅通学者	18,000円	30,000円
自宅外通学者	23,000円	35,000円
- 採用方法 申請書類および学校長の学力基準などの評価に基づき、学力・人物・家計が基準に適合する者
- 申込 在学している中学校にある申込書により受け付けます。締切日は各中学校まで確認ください
- 留意事項 この募集は令和3年4月に前述高等学校などに進学を希望する生徒の予約手続きです。この奨学金は宮城県の奨学金であり、東松島市の奨学金と重複して申し込みはできません
- 問 教育総務課教育総務係 ☎内線1261

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。

測定月日	7月12日	7月13日	7月14日	7月15日	7月16日	7月17日
測定値(単位:μSv/h)	0.031	0.031	0.032	0.032	0.033	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 市民生活課環境係 ☎内線1154

知っ得情報

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

国民ねんきんだより

～予約でスムーズ、年金相談は予約が便利です～



石巻年金事務所では、自身の年金請求手続きや年金額に関する相談、家族が亡くなられた際の手続きなどについて、待ち時間なくスムーズに手続きいただけるよう事前の予約をお願いしています。ぜひ予約のうえ、来所ください。なお、年金事務所へ来所いただく前々日までに予約をお願いします。

○日本年金機構 予約受付専用電話 ☎0570-05-4890

○受付時間 月～金曜(平日) 8時30分～17時15分

※連絡の際は、「基礎年金番号」の分かる年金手帳や年金証書を準備ください。

■問 日本年金機構石巻年金事務所
☎0225-22-5115(自動音声案内)

こんにちは農業委員会です。 農地の相続登記をしましょう



近年、農地について相続が発生しても登記名義人が変更されず、権利関係が不明確となるケースが多くなっています。

相続登記をしていないと相続人に所在不明者がいる場合など、すぐに相続の手続きができず、相続分を確定することが難しくなります。未相続が重なると誰が相続人になるのか、その調査に時間がかかり、相続登記の手続費用や手数料も高額になってしまいます。

農地を相続した方は農地法第3条の3の規定により、概ね10か月以内に、その農地が所在する農業委員会に届け出なければなりません。届出書は、農業委員会窓口(市役所鳴瀬庁舎1階)または市ホームページから取得ください。なお、届け出には相続登記完了証が必要となります。

■問 農業委員会事務局 ☎内線2150～2153

毎月11日は市民防災の日(市民防災デー)



8月のテーマは「非常用持ち出し品の確認」です。

非常用持ち出し品は、ひとまとめにしておくことが大切です。家庭で準備の際は、1人1個の非常用持ち出し袋(リュックなど)を用意することで、皆で分担して荷物を持つことができ、家族全員の防災意識も高まります。

また、大きな災害が発生し、家具が倒れた場合、非常用持ち出し袋が取り出せなかったり、中身が使用できないケースも考えられます。非常用持ち出し袋は何箇所かに分散して保管し、定期的に中身をチェックして、期限切れのものは入れ替えましょう。

■非常用持ち出し品チェックリスト(☑チェック欄で確認しましょう)

☐携帯ラジオ … 小型で軽く、FMとAMの両方を聞くことのできるものを選び、予備の電池も準備 ※防災ラジオ(戸別受信機)の持ち出しも可

☐懐中電灯、ろうそく … 懐中電灯は停電時や夜間の移動に必要不可欠。ろうそくは太く安定したものを準備

☐ヘルメット … 屋根瓦や看板などの落下物から頭部を守るために必要。避難路は、転倒事故も多いのでヘルメットの着用が大切

☐非常食 … 火を通さなくても食べられるものを選択する。日頃から、保存期限の確認

☐水 … ミネラルウォーターの保存期間はペットボトルで2年程度なので、日頃から保存期限の確認

☐生活用品 … ライター、ナイフ、缶切り、ティッシュ、ビニール袋などを準備

☐衣類 … 下着、上着、手袋、靴下、ハンカチ、タオルなどを準備

☐救急薬品、常備薬 … ばんそうこう、ガーゼ、包帯、三角巾、消毒薬、解熱剤、胃腸薬、かぜ薬、鎮痛剤、常備薬など、目薬、とげ抜きなどを準備

☐通帳類、証書類 … 預金通帳、健康保険証、免許証、住所録のコピーもあると便利

☐現金 … 紙幣だけでなく、公衆電話用の10円硬貨も忘れずに準備

■問 東松島市自主防災組織連絡協議会(事務局:防災課危機対策係)
☎内線1161

消費生活情報 ～インターネットで買い物する時は～



いつでも、どこでも、気軽に買い物ができる便利なインターネットですが、信頼のできる優良店もあれば、粗悪な店が存在するのが実情です。相手の顔が見えない取引なので、ここは大丈夫かと心配になりませんか。

◎画像で見た物と、実際届いた商品がかけ離れている

◎届いた商品が、壊れていた、汚れていた

◎業者に連絡しようにも、電話もメールも通じない

◎1回だけのつもりが、届いたら定期購入だった

こういった経験をした方も多いことでしょう。オークションサイトなどでは、商品が届いたと通知をしないと相手に代金が振り込まれないという対策が取られていますが、通常のインターネット販売では代金を先に振り込む仕組みが多数の業者に取り入れられています。

○画像を100%信用しない(美化しているものとする)

○信頼できる相手か、評価をよく見る(サクラ評価に十分に注意)

○海外の業者の場合、言葉や商売の習慣の違いがある事を考える

○購入する前に、業者に連絡が取れるか一度試してみる

○安い→何か裏があるのではと考えて、購入条件をよく読む

商品検索の上位であっても、信頼できるかどうかよく考えて見るのが大切です。購入の最終判断は、自分自身で決定したものです。後悔せず、手にした時に喜びだけを感じられるように注意深くしてください。

～買い物や契約で、心配なときや困ったときは相談窓口へ～

■問 市民生活課消費生活相談窓口 ☎内線1117
月～金曜日(祝日を除く)9時～15時

「法人」の各種申告・申請期限の個別延長のお知らせ



法人についても、新型コロナウイルス感染症の各地での感染の拡大状況を踏まえ、個人の取扱いと同様に、柔軟に確定申告を受け付けることとしています。法人の場合には、役員や従業員などが新型コロナウイルス感染症に感染したケースだけでなく、次のような方々がいることにより通常の業務体制が維持できないことや、事業活動を縮小せざるを得ないこと、取引先や関係会社においても感染症による影響が生じていることなどにより決算作業が間に合わず、期限までに申告が困難なケースなども考えられます。

①体調不良により外出を控えている方がいること

②平日の在宅勤務を要請している自治体に在住の方がいること

③感染拡大防止のため企業の勤奨により在宅勤務などを行っている方がいること

④感染拡大防止のため外出を控えている方がいること

上記のような理由以外であっても、感染症の影響を受けて期限までに申告が困難な場合には、個別に申告期限延長が認められます。申告期限の延長に関する個別の申請は、別途、申請書などを作成して提出いただく必要はなく、申告書の提出の際に、「新型コロナウイルスによる申告・納付期限延長申請」である旨を申告書の余白に付記していただくか、e-Taxを利用の方は「電子申告および申請・届出による添付書類送付書」の「電子申告および申請届出名」欄にその旨を入力していただくなど簡易な手続きで申請を行うことができます。なお、申告期限および納付期限は原則として申告書の提出日となります。

※申告書を、郵便または信書便を利用して税務署に提出する場合には、その郵便物または信書便物の通信日付印により表示された日が提出日とみなされますので、納付をする場合は期限に注意ください。

※延長後の納付期限までに納付することが困難な場合には、納税についての猶予制度を適用できる場合があります。適用する場合は別途、税務署に申請手続きが必要となりますので、まずは各国税局の国税局猶予相談センターに電話で相談ください。

■猶予制度に関する問

仙台国税局猶予相談センターフリーダイヤル ☎0120-945-430

■問 石巻税務署徴収部門 ☎0225-23-8152(直通)

石巻税務署 代表 ☎0225-22-4151(☎内線422)

(音声ガイダンスで「2番」を選択してください)

知っ得情報

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

お知らせ

SDGs 3 乳がん検診のお知らせ

健康推進課予防健診係
☎内線3105・3107

令和2年度乳がん検診を11月20日(金)～12月2日(水)日曜・祝日を除く)に実施を予定しています。会場および対象地区は、詳しい内容が決まり次第お知らせします。また、新型コロナウイルス感染症の感染状況により実施できない場合がありますので、自覚症状や体調に不安のある方は早めに医療機関を受診してください。

SDGs 3 子宮がん検診休診のお知らせ

健康推進課予防健診係
☎内線3105

次の医療機関は、お盆休み期間中、子宮がん検診が受診できませんのでお知らせします。

■医療機関名 うつみレディスクリニック

■期間 8月13日(木)～17日(月)

SDGs 17 松島基地から飛行訓練のお知らせ

松島基地基地対策班
☎82-12111
復興政策課基地対策・地域振興係
☎内線1264

8月はF2型機などの飛行訓練を通常より多く実施するため、近隣にお住いの皆さんには航空機騒音などご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。また、8月23日(日)に

お知らせ

新型コロナウイルス感染症による小学校休業等 対応支援金(委託を受けて個人で仕事をする方向け)のご案内

厚生労働省では、小学校や幼稚園、保育所、放課後児童クラブ、特別支援学校などの臨時休業に伴い、子どもの世話をを行うために契約した仕事ができなくなった個人で仕事をする保護者へ支援金を支給しています。

■支援対象者

- ・保護者であること
- ・①または②の子どもの世話をを行うこと
- ①新型コロナウイルス感染症に関する対応として、ガイドラインに基づき、臨時休業などを行った小学校等に通う子ども
- ②新型コロナウイルスに感染した子ども、小学校などを休むことが適当と認められる子ども
- ・小学校などの臨時休業の開始日より前に、発注者から仕事の依頼を受け、業務遂行に対して報酬が支払われる業務委託契約などを締結していること
- ・小学校などの臨時休業の期間において、子どもの世話をを行うために、業務委託契約などに基づき予定されていた日時に業務を行うことができなくなったこと

※支給要件の詳しい内容については、厚生労働省のホームページまたは、下記問い合わせ先で確認してください。

■支援内容

- ・2月27日～3月31日までの間において、就業できなかった日について、1日当たり4,100円(定額)
- ・4月1日～9月30日(水)までの間において、就業できなかった日について、1日当たり7,500円(定額)

■申請期間 12月28日(月)まで

■問 学校等休業助成金・支援金・雇用調整助成金コールセンター
☎0120-60-3999(受付時間:9時～21時 土・日曜、祝日含む)

お知らせ

新型コロナウイルス感染症による小学校休業等 対応助成金(事業主向け)のご案内

厚生労働省では、2月27日～9月30日(水)までの間に、小学校や幼稚園、保育所、放課後児童クラブ、特別支援学校などが臨時休業となった場合に、子どもの世話を保護者として行うことが必要となった労働者に対し、有給の休暇を取得させた事業主を対象に助成金を支給しています。

■助成内容

対象労働者1人につき、対象労働者の日額換算賃金額×有給休暇の日数
※日額換算賃金額は、各対象労働者の通常賃金を日額換算した額となります。ただし、8,330円(4月1日以降に取得した休暇は15,000円)が上限額となります。

※助成要件の詳しい内容は、厚生労働省のホームページまたは、下記問い合わせ先で確認してください。

■申請期間 12月28日(月)まで

■問 学校等休業助成金・支援金・雇用調整助成金コールセンター
☎0120-60-3999(受付時間:9時～21時、土・日曜、祝日含む)

休日飛行を実施しますので、お知らせします。

SDGs 3 東部・西部地域包括支援センターからののお知らせ

東部地域包括支援センター
☎83-1966
西部地域包括支援センター
☎84-3811

○認知症介護家族の情報交換会

お茶を飲みながら、毎日の介護について気軽に語り合いませんか。本人の参加もできます。聞きたい内容がある方や本人の参加を検討している方は事前に連絡ください。現在、介護をしていない方でも気軽に参加ください。

■日時 8月17日(月)10時～11時30分

■場所 老人福祉センター
■内容 情報交換

■参加費 一人100円

■その他 感染症対策のため、マスクの着用をお願いします

SDGs 17 第29回オール赤井まつり開催中止のお知らせ

オール赤井まつり実行委員会
事務局 赤井市民センター
☎82-2075

新型コロナウイルス感染症拡大防止などの観点から、9月6日(日)に予定していた今年の『オール赤井まつり』の開催を中止とします。ご理解とご協力をお願いします。

SDGs 17 令和2年度東松島市戦没者追悼式中止のお知らせ

東松島市遺族会会長 阿部勝也
☎82-3805

新型コロナウイルス感染症拡

定期予防接種は規定の接種期間内に受けましょう

予防接種法の規定による定期予防接種は、ワクチンで防げる感染症の発生および、まん延を予防するためにも非常に重要です。感染症ごとに、感染しやすい年齢を考慮して接種年齢を定めて実施しており、特に乳児の予防接種を延期すると、感染症に罹患するリスクが高くなる可能性があります。お子さんの健康が気になるときだからこそ、予防接種は規定の接種時期での接種をお願いします。



- ・医療機関では接種を行う時間や場所に配慮し、換気や消毒を行うなど、新型コロナウイルス感染症の感染防止対策に努めています
- ・予防接種はできるだけ事前に予約しましょう。一般の受診患者と別の時間や場所で受けられる医療機関もあります
- ・受診する前には、体温を測定するなど、体調に問題がないことを確認してください。家に帰ったら、お子さん、保護者とも、手洗いなどの感染対策をしっかりとしましょう。また、予防接種を受けた日もお風呂に入れます

※体調が悪いときは受診を控えましょう。元気になったら改めて予定を立ててください。

・予防接種は、決して「不要不急」ではありません。まだ接種期間内の方は、早めに接種を済ませてください

※定期接種期間を過ぎてしまった場合は、原則任意での接種になります。ただし、長期療養を必要とする疾病にかかった場合など、規定の接種期間に予防接種が受けられない相当な理由があると市が判断した場合、接種期間を過ぎても定期予防接種として接種できる場合があります。下記まで問い合わせください。

■問 健康推進課予防健診係 ☎内線3107

知っ得情報

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

それゆけ! イート Vol.112

SDGs 目標14:海の豊かさを守ろう③
原作:矢本第二中学校 卒業生 外処隆成さん 作画:みやみ

◎毎日袋1つの節約で1か月ごのへらごみを減らせるかな by 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14「海の豊かさを守ろう③」
今年の7月からプラスチック製買い物袋の有料化が全国的に始まりました。生活に密着した身近な形で、廃棄物を削減する取り組みが進んでいます。環境問題の解決の第一歩として、もう一度自分のライフスタイルを見直してみましょう。

SDGs 11
震災移転再建時に水道加入金が免除されます
石巻地方広域水道企業団給水課 ☎95-16707

石巻地方広域水道企業団では、令和2年度労働保険(労災保険・雇用保険)の年度更新期間が、8月31日(月)までです。
・新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえ、年度更新期間について8月31日(月)まで延長することとなりました
・また、新型コロナウイルス感染

SDGs 17
海難事故および東日本大震災による犠牲者の慰霊祭開催のお知らせ
大曲浜区委員会委員長 ☎090-706912780
日時 8月16日(日)14時～
供養法要
場所 大曲浜慰霊碑前
主催 大曲浜区委員会、県漁協矢本支所

SDGs 8
労働保険のお知らせ
宮城労働局労働保険徴収課 ☎022-291-8842
石巻労働基準監督署労災課 ☎02225-18513484

震災で住居などを移転再建する方の負担軽減のため、特例措置として加入金を免除しています。
■対象 給水区域内(石巻市・東松島市内)において、震災により住居などが被災した方で、移転再建する際に、新たな給水装置を設置すると同時に被災した場所の給水装置の廃止手続きをする方
※建売住宅や中古住宅など、すでに加入手続済の物件を購入の場合、免除の対象外となります。
■申請期限 令和3年3月31日(水)

SDGs 3
こころの健康相談(大人の方)
健康推進課健康支援係 ☎内線3120

SDGs 3
女性医師による女性の健康相談
宮城県健康推進課 ☎022-211-2624

症の影響により、事業に係る収入に相当の減少があった事業主の方は、申請により、労働保険料などの納付を、1年間猶予することができます
・労働保険の年度更新は管轄の宮城労働局や労働基準監督署への郵送または電子申請でも受け付けており、直接窓口に出向くことなく申告することが可能です

眠れない・食欲がない・イライラするなどの症状でお困りの方やその家族が対象です。
■日時 8月4日(火)14時15時～16時(予約制、1人50分)
■担当 こだまホスピタル 虎岩武志医師
■場所 矢本保健相談センター
■申込 相談日の前日までに電話で申し込みください

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女性の相談に応じます。
※完全予約制・相談無料。
■日時・場所
・8月8日(土)14時～16時
・8月22日(土)14時～16時
大河原町駅前コミュニティセンター

SDGs 3
子どもの心理相談会
健康推進課子ども健康係 ☎内線3116

子育ての心配事や反抗期への対応などについて、心理士による個別相談を行います。
■日時 8月18日(火)10時、11時、13時、14時(各50分ずつ)
■場所 矢本保健相談センター
■担当 滝沢晋也先生(臨床心理士)
■申込 相談日の前日までに電話で申し込みください

大崎市中央公民館
※仙台市に通勤・通学している方は仙台市会場(エルソラ仙台)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 ☎090-1584011993
宮城県女医会女性の健康相談室
受付時間:平日9時～17時(土・日曜、祝日を除く)

SDGs 3
宮城県東部保健福祉事務所 定例相談
宮城県東部保健福祉事務所 母子・障害係 ☎02225-19511431

宮城県東部保健福祉事務所
■日時 8月21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
■内容 精神保健福祉士による個別相談
○精神保健福祉相談
■日時 8月27日(木)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
○思春期・ひきこもり相談
■日時 9月17日(木)13時～17時(予約制)
■対象 ひきこもり状態にある方、または家族や関係者
■内容 精神保健福祉士による個別相談
■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)

【8月の各種特設相談】相談者の秘密は厳守します。気軽に利用ください。

相談名	日時	場所(住所など)	相談内容	問・申込
特設人権相談	7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 市民生活課戸籍住民係 ☎内線1122
消費生活相談	毎週月～金曜(祝日を除く)9時～15時	市役所市民生活課(1階:消費生活相談室)	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 市民生活課消費生活相談員 ☎内線1117
行政相談	14日(金)13時～15時	小野市民センター	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 総務課総務係 ☎内線1205
法テラス東松島の法律相談	毎週火・水・金曜日10時～16時	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〈8月〉

場所:矢本保健相談センター

これまで新型コロナウイルスの影響で延期となっていた健診を6月から順次再開しています。対象者には通知を送付していますので、受診をお願いします。当日は医師にも相談し、3密を避けた方法で健診を実施します。

また、延期になっていた方より健診を再開するため、本来の対象月とは異なっているの注意ください。対象者には改めて通知しますが、最新のスケジュールは、ホームページにも掲載していますので確認ください。2歳6か月児歯科健診と10か月児健康相談は中止となり、再開も未定です。

■問 健康推進課子ども健康支援係 ☎内線3102・3108

乳幼児健康診査＜受付時間：13時～13時20分＞						
	4か月児		1歳6か月児		3歳児	
	期日	生まれ月	期日	生まれ月	期日	生まれ月
8月	21日(金)	令和2年4月	24日(月)	平成30年12月	5日(水)	平成29年1月*
			27日(木)	平成31年1月	25日(火)	平成29年3月
					26日(水)	平成29年1月* 平成29年2月

*健診会場での人数調整のため、同じ誕生月でも、案内している健診日が異なります。手元に届いた通知に記載されている健診日を確認のうえ、当日受診をお願いします。

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
- ※手続きの際にマイナンバー(個人番号)が必要です。
- 場所 矢本保健相談センター
- 申込 事前に電話での予約が必要
- 問 健康推進課子ども健康係 ☎内線3102・3108

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送付しますので、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	送付時期
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	令和2年7月生まれの方	8月下旬

■問 健康推進課予防健診係 ☎内線3107

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。
- 申込 電話・出生連絡票を郵送または市民生活課窓口へ提出
- 問 健康推進課子ども健康係 ☎内線3102

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が対象です。

- 日時 8月20日(木)13時、14時(予約制、1人50分)
- 場所 矢本保健相談センター ■担当 みやぎ心のケアセンター 児童精神科医
- 申込 相談日の前日までに電話で申し込みください
- 問 健康推進課子ども健康係 ☎内線3108

食のリレートーク 第115回

イート(食べる)でつながるとイ〜ナ!!

日常生活に野菜摂取と減塩を

宮城県石巻保健所技術主査 平原 佳枝さん



▲食環境整備に取り組み平原さん

石巻圏域3市町では、大人のメタボリックシンドロームや肥満、高血圧、心疾患の該当比の高さが地域課題となっており、近年改善のための取り組みを展開しています。

いしのまき・スマートプロジェクトでは、管内の医療関係、教育・保育関係、企業などと、住民の健康づくりの方法を協議し、発信しています。昨年度はPRポスターを作成しましたので、皆さんの目につく場所に掲示していきます。

また県では、20~40歳の働き盛りをターゲットに、日常の食事に野菜を加える「ベジプラス」、減塩を進める「塩eco」の実践もPRしています。当所でも、地元紙やホームページでのPR、県石巻合同庁舎の食堂でのベジプラス定食の提供などに取り組んでいます。

東松島市では、食育や食環境整備に向けた活動が力強く進められている印象を受けます。特に健康に対する意識のある方だけではなく、市民の方々が意識せずとも健康になっていくような環境づくりを進めており、地域のさまざまな団体と連携した取り組みは国からも表彰を受けています。特に自治体と地元飲食店が連携し、県内初のスマートミール認証店を誕生させるなど、ほかに先駆けた取り組みは他市町村からも注目されています。

今後も宮城県をけん引するように進めていきたいです。私も広報に力を入れてこの地域に暮らす人々の健康増進を図っていきたく思います。

今回は、大曲保育所 所長の横江由紀恵さんにバトンタッチします。



▲野菜摂取や減塩を呼びかける事業を展開

休日診療担当医院表〈2020年(令和2年)8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
8月2日(日)	野蒜ヶ丘整形外科・リハビリテーション科	98-6662		
8月9日(日)	ひかりサントクリニック	84-1333	和薬局	84-2711
8月10日(月・祝)	鳴瀬中央医院	87-3853	なるせ薬局	86-1251
8月16日(日)	神山クリニック	98-8617	東まつしま薬局	98-5077
8月23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
8月30日(日)	伊東胃腸科内科	82-6666	たかぎ薬局 赤井店	83-5466

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

●小児科休日急患担当医院 〈診療時間：9時～17時〉

石巻市の小児科休日急患担当医による診療は、市内在住の方も利用できます。診療が必要な場合は、電話確認のうえ受診してください。

月日	医院名	住所	電話番号
8月2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
8月9日(日)	おおば小児クリニック	石巻市門脇字青葉西38-1	93-9693
8月14日(金)	ものうファミリークリニック	石巻市桃生町中津山字八木167-4	76-4024
8月15日(土)	石巻市夜間急患センター	石巻市蛇田字西道下71	94-5111
8月16日(日)	中山こどもクリニック	石巻市中里3丁目4-27	95-4121
8月23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



戸籍のまど

令和2年6月掲載依頼分
(6月1日～30日)

※敬称略・希望者のみ掲載しています。

※年齢は、実年齢を掲載しています。

■戸籍のまどの掲載に関する問

市民生活課戸籍住民係

☎内線1334・1331

結婚おめでとうになります

行政区等	氏名
大浜	松井 直人
大浜	清水 薫
石巻市	佐藤 雅英
登米市	佐藤 亜巳
上戸三	竹内 広樹
上戸三	後藤 春希

お誕生おめでとうになります

行政区等	氏名	保護者
南四	今野 陽翔	雄喜
上納	栗川 睦都	善規
下町一	伊藤 睦斗	翔太
貝殻塚二	鈴木 湊斗	莊平
三浦	三浦 陵聖	悠貴
古川	古川 翔太	淳
小山	小山 千尋	允義
阿部	阿部 芽依	直記
松本	松本 樹	渉
吉田	吉田 莉子	篤郎
高橋	高橋 零	充
鹿野	鹿野 大靖	靖暁
南六	千葉 朋香	祐司

お悔やみ申し上げます

行政区等	氏名	年齢
南新二	石井 勝	84
鹿妻二	小野寺 千穂	90
上戸一	阿部 慶太郎	85
沢田	小田島 寛一	93
往還下	島山 政助	94
鹿妻二	佐藤 勲	74
小松南	櫻井 和年	57
あおい二	阿部 功	77
上下堤	武田 秀登	89
小野上	石山 重子	93
作田浦	櫻井 ウエ子	85
小野下	柏村 秀男	89
上納	相澤 まつ子	82
表	菊地 かつ子	81
南一	小野 たか子	89
南四	柏原 ツヤ子	87
里南	渡邊 照悟	89
柳上	後藤 やるこ	99
四反走	高橋 壽春	72
往還上	安倍 久勝	90
柳西	熊谷 六夫	86
あおい一	阿部 至	72
関の内一	及川 さと美	88

行政区等	氏名	年齢
柳北	伊藤 大い	84
南六	辺見 あやみ	90
中	三浦 弦之助	93
	秀太	85

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。

■問 市民生活課戸籍住民係 ☎内線1123・1609

開始100年の国勢調査が始まります

国勢調査は、大正9年(1920年)の第1回調査以来、国の最も基本的で重要な統計調査として実施しており、令和2年(2020年)に100年の節目を迎えることとなります。国勢調査とは、我が国の人口・世帯の実態を明らかにすることを目的として行われる調査で、5年ごとに日本に住んでいる全ての人・世帯を調査します。

調査の対象は、住民票等の届出に関係なく本市に普段住んでいる人が対象となります。9月中旬から調査員が各家庭に調査書類を配布します。

■問 復興政策課統計・情報システム係 ☎内線1232・1235

ふるさとの自然を体験しよう

私たちの身近には、少し目を向けるだけで自然豊かな環境が広がっています。何気なく見ていると気づかないことも、ちょっとした目線を変えるだけで、面白いこと、発見することがたくさんあります。ふるさとの自然を色んな視点から楽しみましょう。

○ザリガニ駆除大作戦!

増えすぎたザリガニを駆除して、生き物のための環境を整備します。

■日時 9月5日(土)9時30分～12時
■定員 15人 ■場所 復興の森ツリーハウス

○復興の森の観察会

この季節に見られる生きものを観察しながらゆっくり森を歩きます。

■日時 9月6日(日)10時～12時
■定員 15人 ■場所 復興の森ツリーハウス

※両日とも参加費無料です。いずれかの参加でも可能です。

■問・申込 C.W.ニコル・アフンの森財団 ☎026-254-8081

大江酒店

地酒・本格焼酎の専門店

東松島市小松字谷地196 ☎82-2343 FAX83-7489 水曜日定休

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

この街で生まれたお米「かぐや姫」の内祝

東松島市特産 天授のお米「かぐや姫」をお子さんの出世時の体重と同じ重さで贈る。
いただいてうれしいお米の内祝。
赤ちゃんの重さを感じてほっこりしましょう!!

☉Facebookページ開設しました。「竹取倶楽部」で検索してください
☉あてなショップ まちんどでも取扱っています

問い合わせ・連絡先 竹取倶楽部 木村 ☎090-1061-3890

建設業関連で働く国民健康保険・労災保険・退職金制度(建設国保加入者は協会けんぽへの入り直し不要です)各種助成・傷病手当金・年収や資産に関係ない保険料です

東松島市建設職組合

宮城県建設業国民健康保険組合東松島支部

TEL・FAX 0225-90-4680

広告募集

市報ひがしまつしま1日号に掲載しませんか?

■対象 市内に住所を有する事業所・団体
1枠 10,000円から申し込みできます

▶詳しい内容は右記まで問い合わせください 総務課秘書広報係 ☎内線1219

市民のカレンダー 8月

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

日曜日 月曜日 火曜日 水曜日 木曜日 金曜日 土曜日

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS
SDGs 持続可能な開発目標の17の目標

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

振り込め詐欺に注意

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



1 体 テ

- 市報8月1日号発行
- 第1回東松島市「子ども未来サミット」(東セ) 9:30
- おはなし会 10:30

2 赤体

3

- 図書館休館日

4 体

- 市民生活課延長窓口(証明書交付のみ。マイナンバーは要予約) ~19:00
- 市税および税外収入金収納・相談延長窓口 ~19:00

5 テ

- ちっちゃい子向けおはなし会 11:00

6

- 第1学期終業式(矢本中央幼稚園)
- 囲碁将棋のつどい 10:00
- 宮戸地区市政懇談会(宮セ) 15:30

7 体

- 第1学期終業式(市内小・中学校)
- 特設人権相談(市コ) 10:00

8 体 テ

- おはなし会 10:30
- 市内小・中学校夏休み(~19日(水))

9 赤体 テ

- 「おいでよ、縄文村へ!」(縄文) 10:00
- 親子でナイトおはなし会 18:30

10 山の日

- 図書館休館日
- 「おいでよ、縄文村へ!」(縄文) 10:00
- 献血(イオンタウン矢本) 10:00

11

- 市民防災の日(市民防災デー)
- 市税および税外収入金収納・相談延長窓口 ~19:00
- 農地転用等締切日(農業委員会)
- 図書館休館日
- 「おいでよ、縄文村へ!」(縄文) 10:00

12 テ

- 容器包装プラスチックの収集は行いません

13

- 「おいでよ、縄文村へ!」(縄文) 10:00
- 囲碁将棋のつどい 10:00

14

- 「おいでよ、縄文村へ!」(縄文) 10:00
- 行政相談(小セ) 13:00

15 体 テ

- 市報8月15日号発行
- 「おいでよ、縄文村へ!」(縄文) 10:00
- おはなし会 10:30

16 赤体 テ

- 縄文教室
- 海難事故および東日本大震災による犠牲者の慰霊祭(大曲浜慰霊碑前) 14:00

17

- 図書館休館日
- 市コミュニティセンター休館日

18 体

- 市民生活課延長窓口(証明書交付のみ。マイナンバーは要予約) ~19:00
- 市税および税外収入金収納・相談延長窓口 ~19:00
- 女川原子力発電所に係る地域防災等に関する住民説明会(市コ) 13:00

19 テ

- 鳴瀬一般廃棄物最終処理場 午前のみ開場 9:00~12:00
- ちっちゃい子向けおはなし会 11:00

20

- 第2学期始業式(市内小・中学校)
- 囲碁将棋のつどい 10:00

21 体

22 体 テ

- おはなし会 10:30

23 赤体 テ

- 第22回「ヤックン杯」争奪少年野球大会(鷹来) 8:00

24

- 図書館休館日

25 体

- 市税および税外収入金収納・相談延長窓口 ~19:00

26 テ

27

- 囲碁将棋のつどい 10:00

28 体

- 図書館休館日(図書整理日)

29 体 テ

- 第22回「ヤックン杯」争奪少年野球大会(鷹来) 8:00
- おはなし会 10:30

30 赤体 テ

31

- 市県民税(普通徴収)・国民保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料第2期納期限
- 図書館休館日

飲酒運転は犯罪です

飲酒運転は、命を奪ってしまうこともある決して許すことのできない悪質な犯罪です

~飲酒運転は絶対に「しない」「させない」「許さない」~

いじめ相談 小・中学生のみなさん 一人で悩まずに相談しましょう

いじめ相談専用電話 **080-6051-7281**

相談受付 毎週月~金曜 9~17時(祝日は除く) 東松島市教育委員会



※新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、市報に掲載している内容が急きょ変更になる場合がありますので、予めご了承ください。

東松島市役所(本庁舎)	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係)	82-1111(内線3859)	大曲市民センター	82-5965
東松島市役所(鳴瀬庁舎)	82-1111	蔵しっくパーク(ひと・まち交流館)	84-1770	大塩地区体育館(管理:大塩市民センター)	82-7532	赤井市民センター	82-2075
矢本保健相談センター	82-1111	市コミュニティセンター	82-6969	大曲地区体育館(管理:生涯学習課スポーツ振興係)	82-1111(内線3859)	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	矢本東市民センター	82-1180	野蒜市民センター	88-2056
矢本子育て支援センター	84-2676	赤井地区体育館	82-6803	矢本西市民センター	82-1181	宮戸市民センター	86-2177
鳴瀬子育て支援センター	87-2338	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 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 水・土:18時~21時、日:9時~17時 ■問 NPO法人東松島市体育協会事務局 ☎82-9030 ※市民体育館の土曜日の一般開放の時間が、19時~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係 制作: 石巻日日新聞社
 東松島市役所 ☎82-1111 代表FAX:82-8143
 〒981-0503 宮城県東松島市矢本字上戸河 36-1
 [秘書広報係メールアドレス] koho@city.higashimatsushima.miyagi.jp
 [東松島市ホームページ] https://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp

市報ひがしまつしまでは、(株)日本製紙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。
 令和2年度市報ひがしまつしま制作費 1日号:1部あたり45.1円(消費税込、配布にかかる経費含まず)



東松島市の人口(令和2年7月1日現在の住民基本台帳、外国人住民含む)

男 19,428人(+5) 女 20,166人(+9) 計 39,594人(+14)
 世帯数 16,124世帯(+22) ()内は前月比

●令和元年同時期計 ()内は前年比 ●平成29年同時期計 ()内は3年前比
 39,920人(-326) 15,968世帯(+156) 40,184人(-590) 15,585世帯(+539)