

## てんこ盛り商品券の一般販売を実施します

一般販売では町内外を問わず誰でも購入することができます。町民向け先行販売で商品券を購入した人でも購入可能です。町では、一般販売開始日の10月24日と翌日25日に販売会を下記のとおり実施します。

### 商品券一般販売会

**日 時** 10月24日(土)・25日(日) 午前9時～午後5時

**販売方法**

販売会当日は整理券を午前8時から先着順で配布します。整理券をお持ちでない方は商品券の購入ができませんので、ご了承ください。整理券番号ごとに販売時間が設定されており、その時間に再度来場して購入いただくこととなります。販売予定数量に達した場合、整理券の配布は終了します。

**場 所**

**志津川地区** 南三陸町スポーツ交流村 (バイサイドアリーナ)「文化交流ホール」  
**歌津地区** 南三陸ハマーレ歌津「かもめ館」

**販売価格**

1セット5,000円 (割引率50%) (1セットは1,000円の商品券10枚綴り)

**購入上限**

おひとりにつき **5セット**まで (購入は18歳以上の方のみとなります。)

**使用可能店**

当日配布する店舗一覧または南三陸町公式HPからご確認ください。



- ① コロナウイルス感染症対策のため、販売所への入場制限をさせていただきます。
- ② 発熱などの症状のある人は、販売会への来場をご遠慮ください。
- ③ 一般販売会以降の販売の実施については、南三陸町公式HPでお知らせします。

### 一般販売会以降の販売について

販売会で残数が出た場合は、下記内容により販売します。

**日 時** 10月26日(月)～12月28日(月)の平日 午前9時～午後5時

**場 所** 南三陸町役場2階企画課および歌津総合支所

**商品券が完売している場合は販売を行いませんので、ご了承ください。**



## 思春期・ひきこもり 専門相談

思春期のこころの悩みやひきこもりの問題を抱えている本人や家族からの相談に応じます。専門相談員（精神科医）にお話してみませんか。

- 日 時 11月12日(木)  
午前11時～午後4時30分
- 場 所 気仙沼保健福祉事務所
- 予約期限 11月5日(木)

☎ 保健福祉課健康増進係 ☎46-5113  
気仙沼保健福祉事務所 ☎21-1356

## 宮城県最低賃金の改正のお知らせ

宮城県内の事業場で働くすべての労働者（臨時、パート、アルバイトなどを含む）に適用される宮城県最低賃金は、次のとおり改正されます。

時間額	効力発生日
825円	10月1日

次に掲げる賃金は、最低賃金の計算に含まれません。

- 精皆勤手当 ●通勤手当 ●家族手当
- 賞与など ●時間外・休日・深夜手当

☎ 宮城労働局賃金室 ☎022-299-8841  
または各労働基準監督署

## 健康コラム

### 教えて！あなたの健康づくり⑳

今回は波伝谷地区にお住まいの三浦ひろみさんにお話を伺いました。



#### Q1. 健康づくりのための取り組みを教えてください

戸倉婦人会の会長をしています。震災により婦人会活動もままならない状況が続きましたが、当時の戸倉公民館長に「何人かに呼びかけて楽しいこともやってみたら」とアドバイスをいただきました。2年後に日帰り研修旅行を再開。心の癒しとなりました。現在は会員数47名、会員相互の親睦・交流をメインに婦人会ならではの自主事業を開催するほか、食の文化祭や納涼まつりなどの戸倉公民館事業への協力、戸倉浜甚句の伝承活動、女性のためのステップアップ講座など積極的に取り組んでいます。

今年度は、コロナ禍で企画していた行事は全て中止となり、家にいる時間が多く落ち込んでいたところ、体と心を健康にしてくれる効果があるという「ヨガ講座」のお話をいただきました。コロナウイルス感染拡大防止に配慮しながら適度に運動をして体力づくりに努めています。

食生活では、朝食はしっかり摂り、塩分は控えめに。海産物や乾物の煮物、肉料理の時は野菜をたっぷり添えて、栄養のバランスと食卓の彩りを心がけて調理をしています。



#### Q2. 取り組みを続けられる秘訣は何ですか？

「ばあば、元気？」と電話をくれる孫との会話にパワーをもらっています。孫たちの成長を見守るためにも健康でいられたらと思います。また、婦人会では、地域のつながりやコミュニティを大切に、人と人との交流を深め、地域の中でいきいきと活動することで、心の健康にもつながっているような気がします。

#### Q3. 今後挑戦したいことは？

婦人会主催で、スポーツ大会や球技大会をしてみたいと思います。何事にも興味関心を持ち、年齢にこだわらずチャレンジし、今後も楽しめる活動を展開していきたいです。そのためにも、一日も早く新型コロナウイルス感染症が終息して平常な生活に戻れるよう祈るばかりです。

#### お話をお聞きして…

いつも元気なひろみさん。元気の源は何だろうと思っていましたが、考え方が前向きで何事にもチャレンジ精神を持ち、仲間や家族を大切に思う気持ちとつながりを大事にすることでいきいき元気に過ごされているんだと感じました。また、ひろみさんは「健康づくり隊」の一員としても活動されています。今後もいきいきとご活躍され、戸倉地区をますます元気にしてほしいと思います！

☎ 保健福祉課健康増進係 ☎46-5113

## 令和2年度 肺がんCT検診のご案内

肺がんCT・喀痰細胞診検査を実施します。  
申し込みをされた人は、ご自身の健康のために、忘れずに検診を受けましょう。

日 程	月 日	会 場
●日 程	11月2日(月)	総合ケアセンター南三陸 1階 健診室
	11月4日(水)	
★ 	11月5日(木)	歌津総合支所 大ホール (検診室)
	11月6日(金)	
	11月9日(月)	
	11月10日(火)	総合ケアセンター南三陸 1階 健診室

●受付時間 午前の部：午前9時～11時 午後の部：午後1時～3時

●対象者および検診料金 50～75歳の人（年齢基準日：令和3年3月31日現在）

検 診 項 目	対象の人	対象外の人 (75歳以上)
CT検査のみ	2,000円	8,640円
CT検査と喀痰検査 (50～69歳の人)	2,500円	11,610円
CT検査と喀痰検査 (70～75歳の人)	2,000円	8,640円

●当日の持ち物 ①受診票 ②検診料金

※対象者のうち、生活保護受給者は無料です。

※今年度、町で実施した肺がんレントゲン検査、喀痰検査を受けられた人は **今回のCT検査、喀痰検査を受けることができませんのでご注意ください。**

※申し込みされた人には、検診のお知らせと受診票を配付します。申し込みをしなかった人で検診を希望する場合は、当日会場で申し込むことができますが、混雑を避けるため、事前に電話での申し込みをお願いします。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当日会場へお越しの際はマスクを着用していただき、できるだけ受診票に記載されているご自身の地区日程での受診にご協力をお願いします。なお、今後の感染状況によっては、延期または中止となる場合もあります。

☎ 保健福祉課健康増進係 ☎46-5113

## 南三陸町図書館 からのお知らせ



広報南さんりく10月号に掲載しました、11月移動図書館車運行地区に次の場所を追加します。

11月1日(日) 午前11時30分～午後0時15分  
ベイサイドアリーナ駐車場

皆様のご利用お待ちしております！

## 中小企業退職金共済(中退共) 制度のご案内

中退共制度は、中小企業の事業主が従業員の退職金を計画的に準備できる国の退職金制度です。掛金は全額非課税で一部を国が助成、家族従業員やパートタイマーも加入できます。

☎ 中退共本部 ☎03-6907-1234



# 養育里親になりませんか？

里親とは、様々な理由から親と一緒に暮らすことができない子どもを、自らの家庭に迎え入れ、温かい雰囲気の中、愛情と真心を持って育ててくださる人のことを言います。

実際に子どもを預かる期間は数日から数年まで様々で、児童養護施設などに入所している子どもを夏休みや冬休みの間の数日間だけ預かることもあります。

関心のある人は、お問い合わせください。

☎ 保健福祉課子育て支援係 ☎46-1402 宮城県東部児童相談所気仙沼支所 ☎21-1020  
みやぎ里親支援センターけやき ☎022-718-1031

## 南三陸消防署からのお知らせ

### 秋の全国火災予防運動



2020年度全国統一防火標語の「その火事を 防ぐあなたに 金メダル」を合言葉に11月9日(月)から11月15日(日)までの間、「秋の全国火災予防運動」が実施されます。

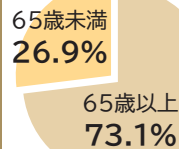
令和元年、全国の住宅火災による死者は858人、そのうち65歳以上の死者は627人(73.1%)でした。

#### 火災予防 4つの 習慣

- ・使用中のコンロからは、離れない。
- ・寝タバコは、絶対にやめる。
- ・電気器具のプラグは、コンセントから外し定期的に掃除する。
- ・ストーブは、燃えやすいものから離して使う。

☎ 南三陸消防署 ☎46-2677 / 歌津出張所 ☎36-2222

### 住宅火災による死者の割合



- ・平成30年に続き、令和元年も、住宅火災による死者の7割以上が65歳以上の高齢者という統計となりました。
- ・住宅火災の出火原因は下記の4つが多くを占めます。

※資料出典 令和2年4月22日消防庁発表 令和元年(1~12月)における火災の状況

### 住宅火災における出火原因



## ★ みなとし ★ ～南三陸のたからもの～



### 宮城県指定天然記念物 志津川の太郎坊の杉 ⑥袖浜

太郎坊の杉は、志津川の袖浜地区にある荒澤神社境内にある杉で、樹高は約42メートル、樹齢は80年以上といわれている大杉です。同じ境内にはかつて、「次郎坊」とよばれる大杉もありましたが、昭和33年の台風で倒れてしまい、今は太郎坊だけが残っています。かつてこの一帯は木立になっており、仙台城の追手門前を流れる広瀬川に橋を架けるときに、荒澤神社の杉を伐採し筏(いかだ)に組んで仙台城下まで運んだと伝えられます。橋に適した木々が豊富であったことに加え、海を目の前に臨む立地が輸送のことを考えても効率が良かったのかもしれない。

☎ 教育委員会生涯学習課 ☎46-2639