

広報 南さんりく

11

MINAMISANRIKU PUBLIC INFORMATION

No.189 2021. 11. 1



歌津秋祭り

おらほの 納税教室

漁業や農業など個人事業での収入（不動産を含む）がある人へ

青色申告をはじめてみませんか？

青色申告と白色申告の違い

項目	青色申告	白色申告
帳簿	仕訳帳、総勘定元帳、現金出納帳、売掛帳、買掛帳、経費帳、固定資産台帳など	収入金額や必要経費を記載した帳簿（売上帳、仕入帳、経費帳など）
事前の届出	必要	不要
確定申告時の作成書類	所得税青色申告決算書	収支内訳書
税制上の優遇処置	さまざまな特典があります。	なし

青色申告の主な特典

- ★青色申告特別控除…事業所得または不動産所得に係る取引を複式簿記により記帳し、その記帳に基づいて作成した青色申告決算書を確定申告書に添付している人は、一定の要件のもとで最高55万円を控除することができます。e-Taxによる申告（電子申告）または電子帳簿保存の要件を満たしている場合は最高65万円を控除することができます。簡易な帳簿の場合は最高10万円の控除となります。
- ★青色事業専従者給与…青色申告者と生計を一にしている配偶者や15歳以上の親族で、その事業に専ら従事している人に支払う給与については、仕事の内容や従事の程度に照らして相当であると認められる金額を必要経費に算入することができます。（あらかじめ「青色事業専従者給与に関する届出書」を税務署に提出する必要があります。）

青色申告にするためには、何をすればいいの？

青色申告にするためには税務署への申請が必要です。青色申告をしようとする年の3月15日までに「所得税の青色申告承認申請書」を気仙沼税務署に提出して、承認を受ける必要があります。令和4年分から青色申告をはじめたい場合は、令和4年3月15日までに申請書を提出してください。
※青色申告について不明な点は気仙沼税務署(☎22-6780)へご相談ください。

青色申告の特典を生かして、節税効果を高めよう！

家族で事業を営んでいる場合や、毎年の収入の変動が大きいような場合は、青色申告をおすすめします。
上記の特典のほかにも有利なことがあるので、節税効果は高くなります。
また、自分で申告するのが不安な人は、税理士に依頼する方法や商工会に相談する方法があり、これらの委託料などは必要経費に含めることができます。

* 今月の税・保険料 *

納め忘れのないよう、早めに準備しましょう！

- 固定資産税……………第4期
- 国民健康保険税……………第6期
- 介護保険料……………第5期
- 後期高齢者医療保険料…第5期

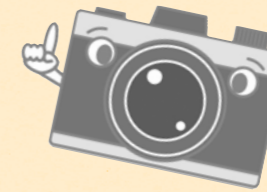
納付期限
11月30日(火)

口座振替日
11月25日(木)

町民税務課税務係 ☎46-1372

広報担当からのお知らせ

この広報11月号は、10月20日現在の情報です。新型コロナウイルスの感染拡大の状況により、この号でお知らせしているイベントなどが中止や延期となる可能性があります。その際は、町HP、防災行政無線やフェイスブックなどでお知らせしますので、ご了承ください。



みなレポ

「私の地元応援募金」寄附金をいただきました

明治安田生命保険相互会社2021「私の地元応援募金」による寄附金をいただきました。明治安田生命保険相互会社では、地域と連携した取り組みなどを通じて、地域の皆さんに「社会的なつながり」を提供する「地元の元気プロジェクト」を展開しており、その一環である「私の地元応援募金」を通じて、町民の健康づくりなどの補助に取り組んでいます。10月1日に行われた寄附金贈呈式で仙台支社長は、「これからもこのような活動を続けていきたい」と話していました。



百寿のお祝い 千葉光一さん



9月15日に百寿を迎えた千葉光一さんに、町からお祝い金と花束が贈られました。光一さんのご長寿の秘訣は、物事をあまり多く考えすぎないこと、ほとんど欠かさず毎日日記を書くことだそうです。光一さんは、お子さんが5人、お孫さんが10人、ひ孫さんが13人いらっしゃるそうで、ご家族もご長寿を喜んでいることでしょう。日中は、家で自分史を書いたり、天気の良い日は散歩をしたりして過ごしているそうです。光一さん、いつまでもお元気で。百寿おめでとうございます。

百寿のお祝い 須藤つや子さん



10月4日に百寿を迎えた須藤つや子さんに、町からお祝い金と花束が贈られました。つや子さんは、好き嫌いなくなんでも食べられるそうで、好きなものを食べることがご長寿の秘訣なのだと話してくださいました。つや子さんは、お子さんが3人、お孫さんが3人、ひ孫さんが1人いらっしゃるそうで、ご家族もご長寿を喜んでいることでしょう。テレビを見ることが大好きだそうです。相撲・民謡などを見て過ごしているそうです。つや子さん、いつまでもお元気で。百寿おめでとうございます。

国民年金だより

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が発行されます
— 年末調整・確定申告まで大切に保管を！ —

国民年金保険料は、所得税及び住民税の申告において全額が社会保険料控除の対象となります。その年の1月1日から12月31日までに納付した保険料が対象です。

社会保険料控除を受けるためには、納付したことを証明する書類の添付が義務付けられています。

このため、令和3年1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納付した人については、「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が本年11月上旬に日本年金機構から送付されますので、年末調整や確定申告の際には送付された証明書（または保険料を納めたことの確認が出来る書類など）の添付が必要になります。

また、10月1日から12月31日までの間に初めて国民年金保険料を納付した人については、翌年の2月上旬に送付されます。

なお、ご家族の国民年金保険料を納付された場合も、社会保険料控除に加えることができますので、ご家族あてに送られた控除証明書を添付の上、申告してください。

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」についての照会は、控除証明書のはがきに表示されている専用ダイヤルにお問い合わせください。

国民年金一般については下記にお問い合わせください。

☎ 石巻年金事務所 ☎0225-22-5115
町民税務課戸籍住民係 ☎46-1373

毎月11日は「南三陸町安全・安心の日」

～11月11日は「火災の予防に向けた活動を行う日」です～
11月9日(火)から15日(月)は令和3年秋季全国火災予防運動が実施されます。

令和3年秋季全国火災予防運動

この運動は、火災が発生しやすい時期を迎えるにあたり、火災予防思想の一層の普及を図り、火災の発生を防止し、高齢者を中心とする死者の発生を減少させるとともに、財産の損失を防ぐことを目的としています。

2021年 全国統一防火標語 『おうち時間 家族で点検 火の始末』

全国では、火災による死者は毎年1,500人前後にのぼっています。火災による被害をなくすために、火災が起きる原因を知り、日頃から注意すること、そして万が一出火した時に、どのような行動をすべきか覚えておきましょう。火災による被害を少なくしていくために、家族や地域ぐるみで防火意識を高めましょう。

住宅防火 いのちを守る 7つのポイント

— 3つの習慣・4つの対策 —

3つの習慣

- 寝たばこは、絶対やめる。
- ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

4つの対策

- 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- 寝具、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する。
- 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器などを設置する。
- お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。



☎ 総務課危機対策係 ☎46-1376

家庭ごみの収集状況についてお知らせします！ ☎ 環境対策課廃棄物対策係 ☎46-5528

町では、令和元年10月に家庭用ごみ袋の有料化を開始しました。有料化から2年が経過した現時点における、家庭ごみの排出状況などについてお知らせします。

町民の皆さんのご理解とご協力のもと、ごみの減量化・資源化が進んだ結果となりました。町では、今後も家庭ごみの減量化・資源化・生ごみ分別に取り組んで循環型社会の形成を目指してまいります。

令和3年度上半期の状況（9月30日現在）

生ごみの収集状況 (単位: t)			資源物売払収入 (単位:円)		
令和3年度	令和2年度	増減	令和3年度	令和2年度	増減
220	169	51	2,935,473	2,919,262	16,211
資源物の収集状況 (単位: t)			気仙沼市へのごみ焼却委託状況 (単位: t)		
令和3年度	令和2年度	増減	令和3年度	令和2年度	増減
247	264	△17	1,561	1,592	△31

納め忘れはありませんか？

11月・12月は、県内一斉「税の滞納整理強化月間」です！

皆さんが納めている税金は、教育、社会福祉、道路や河川などの公共施設の整備や維持管理、警察、消防など行政サービスに必要な、私たちの暮らしを支える大切な財源です。

滞納している税金を放置することは、多くの納期限内に納税した人との間の税負担の公平を欠くことになってしまいます。このため、県と市町村は11月と12月の2カ月間を「宮城一斉滞納整理強化月間」として、滞納者に対する徴収対策（文書催告や、勤務先・取引先などへの財産調査、自宅などの搜索、預貯金・給与・不動産などの差し押さえ、自動車のタイヤロック）を強化します。

税金は納期限までに、必ず納めましょう。

☎ 町民税務課税務係 ☎46-1372

税金を滞納していると…

納期限	税金を納付する期限です。 ※以降、延滞金がかかることがあります。
督促状	督促状発送から10日を経過した時に税金を完納していない場合、差押えの対象となります。
財産調査	滞納者の所有している財産を調査します。
滞納整理	預貯金、給与などを差し押さえ、未納の税金に充てられます。

国民健康保険からのお知らせ

ご確認ください！ 保険証



● 加入されている医療保険をもう一度確認しましょう

保険証は医療機関などを受診する際に必ず提示する重要なものです。

国保を脱退または加入するときは、原則14日以内に速やかに届け出を行うとともに、保険証を使う際は、次のことにご注意ください。

- ・医療機関などを受診するときは、保険証を提示してください。
- ・新しい健康保険の加入手続きをする際は、資格取得見込日を確認し、その日以降は古い保険証は使わないようにしてください。（就職または扶養に入ることで職場の健康保険に加入や町外へ転出するなど保険証が変更になる場合は、その旨を医療機関の窓口にお伝えください。）
- ・新たに加入した健康保険の保険証が交付されるまで時間がかかり、手元に正しい資格の保険証がないときにやむを得ず医療機関などを受診する場合は、保険の切り替え手続き中であることを伝えてください。

● もし資格喪失後に国保の保険証で受診してしまったら

会社の健康保険へ加入または町外へ転出すると、南三陸町国保の保険証は使用できなくなります。南三陸町国保の資格がなくなったにもかかわらず、国保の保険証を使用して医療機関などを受診した場合は、支払った医療費の一部を南三陸町国保に返還していただく場合があります。これは、受診時に本来加入していた健康保険が負担すべき医療費を南三陸町国保が負担しているためです。

なお、南三陸町国保へ返還していただいた医療費は、受診時に加入していた健康保険に「療養費」として請求することができます。

また、加入されている健康保険によって、返還対象者の委任を受けて南三陸町国保が代理で受領する保険者間調整制度が利用できる場合があります。この場合、南三陸町国保への返還は不要です。該当となった人には、代理申請に必要な書類をお送りします。

☎ 町民税務課医療給付係 ☎46-1373



自然環境活用センター 秋の特別講座

～わが国のサケに及ぼす地球温暖化の影響～

近年、漁獲量が減少しているサケについて、サケの生態研究の第一人者である帰山雅秀先生に資源量の変化や資源維持、温暖化の影響などについて学ぶ講演会を開催します。

サケにまつわる最新の情報が聞ける貴重な機会ですので、ぜひご参加ください。

講師紹介

かえり やま まさ ひで
帰山雅秀
北海道大学名誉教授
北海道大学北極域研究センター研究員

開催日時 11月3日(水・祝) 午後2時～

開催場所 ベイサイドアリーナ 文化交流ホール

自然環境活用センター ☎25-9703

カルチャー講座 絵手紙作品展 開催します

戸倉公民館では、5月から開講している

カルチャー絵手紙講座の受講生による作品展を開催します。

今回の作品展では、「初めての絵手紙体験」参加者を募集します。

興味はあるけど…絵を描く事に自信がない。カルチャー講座は継続が難しい。材料費がかかるのが心配。どんな人が参加しているか不安。など、なかなか挑戦できずにいる人、ぜひともこのチャンスを逃さず参加してください。



参加費、材料費は一切かかりません。筆や絵の具などの道具も公民館で準備しますので、作品展をご覧ください、手ぶらでお気軽にお越しください。

事前に体験の申し込みを頂くと、絵手紙に印すゴム印をプレゼントしますので、事前申し込み頂くと大変お得です。また、待ち時間なく体験したい人は、事前申し込みをおすすめします。

作品展日時	11月24日(水)～30日(火) 午前9時～午後4時	体験申込締切	11月15日(月)
体験実施日時	11月24日(水)～26日(金) 午後1時30分～3時30分	申込み・問合せ	戸倉公民館 ☎46-9920

令和3年度 南三陸町成人式

町では、大人への一歩を踏み出していく新成人を祝い、成人式を開催します。

- 日時 令和4年1月9日(日) 午後1時30分～(予定)
- 場所 ベイサイドアリーナ (南三陸町スポーツ交流村)
- 対象者 平成13年4月2日から平成14年4月1日生まれで、南三陸町に住所がある人、町内の中学校を卒業した人

志津川公民館 (生涯学習センター内) ☎46-1341

南三陸町総合防災訓練を延期します

今年度の南三陸町総合防災訓練の実施を11月7日(日)としていましたが、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止の観点から、延期することとしましたので、お知らせします。

訓練の時期は、令和4年2月を予定していますので、町民皆様の参加をお願いします。

総務課危機対策係 ☎46-1376

南三陸病院診療時間変更のお知らせ

眼科および耳鼻咽喉科の新患受付時間に変更となりました。

眼科

変更前 月曜日 午前の部 8時30分～11時

変更後 月曜日 午前の部 8時30分～10時30分

耳鼻咽喉科

変更前 火・木曜日 午前の部 8時30分～11時

変更後 火・木曜日 午前の部 8時30分～10時30分

南三陸病院 ☎46-3646



「米価下落に伴う営農相談窓口」の設置について

宮城県の主力品種である「ひとめぼれ一等米」の概算金が令和2年産米から60kg当たり3,100円減の9,500円に下落したことに伴い、農家経済に大きな影響が懸念されるため、宮城県庁農業振興課、その他各地方振興事務所農業振興部などに営農相談窓口が設置されました。

米価下落に伴う営農継続に対する不安や困りごとがあれば、お気軽にご相談ください。

開設期間

令和3年9月21日(火)～令和4年9月末日まで
午前8時30分～午後5時15分(土日・祝日を除く)

業務内容

つなぎ融資の案内、収入保険の紹介、所得確保に向けた栽培品目選定やコスト削減技術の助言など

相談窓口の設置場所 および電話番号

相談窓口設置場所

宮城県庁 農業振興課 ☎022-211-2837

気仙沼地方振興事務所農業振興部 ☎0226-24-2534



その他の地方振興事務所などでも相談を受け付けています。
連絡先は、宮城県のホームページをご覧ください。

農林水産課農林業振興係 ☎46-1378

工事に伴う南さんりく斎苑の利用(火葬炉)について

11月12日～18日の7日間、火葬炉の修繕工事を予定しています。工事期間中は火葬の回数が制限されます。大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解をお願いします。

環境対策課環境政策係 ☎46-5528

南さんりく斎苑 ☎46-2605

南三陸病院インフルエンザ予防接種のお知らせ

令和3年11月現在、インフルエンザワクチンの入荷の見通しが立たない状況です。そのためインフルエンザ予防接種の対象を、当院かかりつけの人のみとしますので、ご了承ください。

かかりつけ以外の接種については、ワクチンのお入荷状況により再開しますので、南三陸病院ホームページをご確認ください。

南三陸病院 ☎46-3646

11月の保健行事

保健行事	開催日	受付時間	会場	対象者
3～4か月児健康診査	10日(水)	12:45～13:00	総合ケアセンター南三陸	令和3年6月～7月生まれ
3歳児健康診査	26日(金)	12:45～13:00	総合ケアセンター南三陸	平成30年1月～2月生まれ
母子手帳・予防接種予診票の交付	毎週月曜日	13:00～17:00	総合ケアセンター南三陸 ※歌津総合支所	※指定日以外または歌津総合支所での交付を希望する人は事前に連絡してください。 (保健福祉課 ☎46-5113)

*各種健診の対象者へは住民登録に基づいて個別に通知しています。また、前回健診を受けていないお子さんは上記の健診について受けることができますので、お早めに受けられますようお願いいたします。

☎保健福祉課健康増進係 ☎46-5113

休日救急当番医

診療時間

午前9時～午後5時

医療機関により一部診療時間が異なります。あらかじめ実施医療機関にお問い合わせください。

●気仙沼市

3日(水・祝)	佐々木小児科医院(本郷)	22-6811
7日(日)	こまつ内科医院(田谷)	29-6482
14日(日)	南気仙沼内科医院(市の脇)	25-7412
21日(日)	気仙沼市立本吉病院(本吉町津谷)	42-2621
23日(火・祝)	おだか医院(田中前)	22-3210
28日(日)	すがわら内科クリニック(松崎萱)	25-8825

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、37.5度以上の発熱者や県内外に旅行後の人は、事前に実施医療機関に電話でご相談ください。

歯科休日当番医

診療時間

午前9時～正午

(気仙沼市：最終受付は午前11時30分)
診療時間が変更になる場合がありますので、事前に医療機関にお問い合わせください。

●南三陸町

14日(日)	志津川歯科クリニック(南町)	46-5678
--------	----------------	---------

●気仙沼市

3日(水・祝)	米倉歯科クリニック(南郷)	22-9955
7日(日)	猪苗代歯科医院(松川前)	22-7184
14日(日)	田中前加藤歯科医院(田中前)	22-1167
21日(日)	金沢歯科医院(新町)	24-1155
23日(火・祝)	菅野歯科医院(赤岩杉ノ沢)	22-2235
28日(日)	条南歯科医院(田中前)	23-5570

まちの健康相談室「ぽかぽか」のお知らせ

自分の健康状態を振り返る機会や、日ごろ人に言えない気持ちを聞いてもらう場としてのご利用など、内容がはっきりしていなくても相談が可能です。相談員(保健師・栄養士)がお待ちしていますので、お気軽にお立ち寄りください。

- 日時 11月24日(水) 午前10時30分～午後1時30分
- 場所 南三陸町役場 マチドマ
- 内容 保健師・栄養士による個別相談 ※お薬手帳をお持ちください。

黄色ののぼり旗が目印です

☎保健福祉課健康増進係 ☎46-5113

11月 無料相談

相談項目	日	時	場所・相談内容など	連絡先
行政相談	11日(木) 25日(木)	13:00～15:00	総合ケアセンター南三陸 1階相談室	総務課総務法令係 ☎46-1370
求職・求人相談	月・水・金曜日	9:00～16:30	役場1階無料職業紹介所 求職者…町内居住者、町内就業希望者 求人企業…町内に事業所を有する企業	無料職業紹介所 ☎29-6215
消費生活相談	火・木曜日	9:00～15:00	役場1階消費生活相談所 悪質商法・事業者との契約トラブルなどの消費生活に関する相談	消費生活相談所 ☎29-6215
生活相談	11日(木) 25日(木)	10:00～15:00	総合ケアセンター南三陸 1階相談室	保健福祉課社会福祉係 ☎46-2601
人権相談	11日(木) 25日(木)	10:00～15:00	総合ケアセンター南三陸 1階相談室	保健福祉課社会福祉係 ☎46-2601
	16日(火)		歌津総合支所相談室	歌津総合支所住民福祉係 ☎36-2111
生活困窮相談	4日(木) 18日(木)	13:30～15:00	総合ケアセンター南三陸 1階相談室	宮城県北部自立相談支援センター ☎0225-25-7607
	11日(木) 25日(木)		歌津総合支所相談室	
妊婦相談・赤ちゃん相談	毎週月曜日	13:00～17:00	総合ケアセンター南三陸 妊婦さんの相談、子どもの発育や育児に関する相談など	保健福祉課健康増進係 ☎46-5113
断酒例会	15日(月)	14:00～15:30	気仙沼市小泉公民館(気仙沼市本吉町平貝29-1) お酒で苦しんできた人やその家族が、語ったり聴いたりする場です。	保健福祉課健康増進係 ☎46-5113 宮城県断酒会事務局 ☎022-214-1870
アルコール相談・家族教室	16日(火)	家族教室 13:00～14:10 専門相談 14:30～	気仙沼保健所 お酒の飲み方や、周りの人との関係などでお困りの人(本人・家族・周囲の人)の相談に応じます。 東北会病院 鈴木精神保健福祉士 事前予約が必要です。※予約期限 9日(火)まで	保健福祉課健康増進係 ☎46-5113 気仙沼保健所 ☎21-1356
HIV・クラミジア・梅毒検査	9日(火)	13:00～15:00	気仙沼保健福祉事務所 エイズ、クラミジア、梅毒に感染しているかどうかを調べる血液検査(匿名で受けることができます) ※個別に対応しますので、事前予約が必要です。 予約期限 5日(金) 正午まで	気仙沼保健福祉事務所 ☎22-6662
食生活相談	毎週月～金曜日	8:30～17:00	総合ケアセンター南三陸 子どもから高齢者までの食事に関する相談など(来所または電話相談)。 ※来所相談を希望する人は、事前予約をお願いします。	保健福祉課健康増進係 ☎46-5113
がんなんでも相談	毎週月～金曜日	9:00～16:00	宮城県対がん協会 がんに関する悩み、不安、疑問など、医師または看護師が無料で相談に応じます。 がん患者とその家族、友人などどなたでも相談できます。	宮城県がん総合支援センター ☎022-263-1560

※各種相談日のうち祝日は休みとなります。

乳がん検診（未検者検診）のお知らせ

乳がんは、女性のかかるがんとしては最も多いがんです。
ご自身の健康のために、ぜひこの機会に乳がん検診を受けましょう。

※申し込みをした人には、検診のお知らせと受診票を配布します。申し込みをしなかった人は、当日会場で申し込むことができます。

※当日、会場へお越しの際は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスク着用のご協力をお願いします。



●日時および会場

日時	会場
11月13日(土) 受付時間 午前9時～ 10時30分	総合ケアセンター南三陸 1階 健診室 (南三陸病院内併設)

●対象者および検診料金 年齢の基準日：令和4年3月31日現在

項目	対象者	料金
超音波検査	30歳から39歳までの女性	1,000円
マンモグラフィ2方向	40歳から64歳までの奇数年齢の女性	1,500円
マンモグラフィ1方向	65歳から69歳までの奇数年齢の女性	1,000円
	70歳以上で奇数年齢の女性	無料

※無料クーポン、生活保護を受給されている人は無料となります。

●当日の持ち物

- ①受診票 ②検診料金 ③保険証
- ④大きめのバスタオル ⑤乳がん検診無料クーポン券
- ※クーポン券対象者は、昭和55年4月2日～昭和56年4月1日生まれの人です。

☎ 保健福祉課健康増進係 ☎46-5113

新型コロナウイルス感染防止のため、
受付時間を行政区毎に分けて実施します。
詳細は受診票と一緒に配布をします
ご案内チラシをご確認ください。



子育て支援センター

☎ 地域子育て支援センター ☎46-3042
☎ 戸倉地区子育て支援センター ☎28-9366
☎ 歌津地区子育て支援センター ☎28-9656

子育て支援センターでは、子どもが安全に伸び伸びと遊べ、季節の行事や生きる力を共に学ぶ活動を行っています。

子育て支援センターでは

- 子どもが安全に伸び伸びと遊べる空間と保護者の皆様が一息つける場所の提供をし、子どもたちの生きる力を共に学ぶ活動を行っています。
- 新型コロナウイルス感染症感染拡大防止対策を行っています。来館の際は、検温・手指消毒・マスク着用の徹底をお願いします。
お子さんおよびご家族に発熱、咳、鼻水、鼻づまり、のどの痛み、風邪症状、だるさなどが見られる場合はご利用を見合わせてください。
※施設内の消毒・換気も徹底して行い、安心してご利用いただけるよう配慮しています。



第4回親子体操教室のお知らせ

- 日時 11月17日(水)
午前10時30分～11時30分
- 内容 「親子ふれあい体操」
「大人のストレッチ」(定員10組)
- 申し込みを希望する人は地域子育て支援センターの申込用紙をご記入ください。



子育て支援センターの誕生日会

地域子育て支援センターでは、月1回誕生日会を行っています。生まれてきてくれた喜びを仲間たちと共有しませんか？開催日は各子育て支援センターにご確認ください。

■施設開放日 (事前に電話予約をお願いします)

施設名	電話番号	開放日
地域子育て支援センター	46-3042	月曜日～金曜日
戸倉地区子育て支援センター	28-9366	月曜日～水曜日
歌津地区子育て支援センター	28-9656	水曜日～金曜日

☎ 保健福祉課子育て支援係 ☎46-1402

※地域子育て支援センターは当面の間、10時～11時45分(午前のみ)となります。

虫歯ゼロの子集まれ



3歳児健康診査で、虫歯のなかった子どもたちを紹介!



阿部 菜乃ちゃん



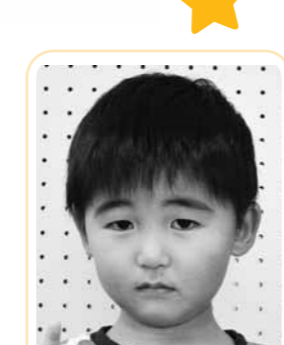
小坂 華子ちゃん



佐藤 ひよりちゃん



佐藤 柊吏くん



三浦 華月ちゃん



菅原 颯空くん



佐々木 千尋ちゃん

特定健診などをまだ受けていない人は健診を受けましょう!

“忙しくて受ける時間がない”健診は、そんなあなたが健康であることを確認できる機会です。“お金がかかるのでは?”町の健診を受けると少ない自己負担で受けることができます。

今年の健診がお済みでない人は、ぜひお受けください。

集団健診

- 日 時 11月28日(日) 受付時間:午前9時30分~11時
- 場 所 総合ケアセンター南三陸1階健診室
- 持ち物 保険証、検査料金、受診票(7月に配付しました。)

項目	対象	料 金
特 定 健 診	40~74歳の国民健康保険・社会保険などの被扶養者 ※社会保険などの被扶養者で受診券がない人は、特定健診を受けられない場合があります。あらかじめ保険者へ確認してください	無 料
後期高齢者健診	75歳以上の人	無 料
循環器健診	16~39歳の人	無 料
肝炎ウイルス検査	40~75歳で過去に町が実施した肝炎ウイルス検査を受けていない人	500円 ※40・45・50・55・60・65・70~75歳・生保は無料
前立腺がん検診	50歳以上の男性	500円 ※70歳以上・生保は無料
結核・肺がん検診	40歳以上の人 ※肺がんCT検診を受ける人は受けられません	無 料

※受診票をお持ちでない人は、当日会場でお申し出ください。

個別健診

40歳から74歳までの国民健康保険の人は、医療機関でも特定健診を受けることができます。

医療機関の例		
医療機関名	電 話	所 在 地
佐藤徹内科クリニック	47-1175	南三陸町内
南 三 陸 病 院	46-3646	
歌津八番クリニック	36-2008	
ささはら総合診療科	0220-21-5660	登 米 市

※この他、気仙沼市医師会所属の医療機関で受けられます。
※希望の医療機関へ予約をしてください。

- ☎ 集団健診担当:保健福祉課健康増進係 ☎46-5113
- 個別健診担当:町民税務課医療給付係 ☎46-1373

ひきこもり家族会

ひきこもりなどに悩みを持つ家族が集まり、ひきこもりに関する正しい情報や知識・対応方法を学ぶ場です。同じ悩みを持つご家族同士が安心して自分の気持ちを話せる場となっています。お父さん、お母さんだけでなく、祖父母やご兄弟などのご家族も参加できます。

- 日 時 12月8日(水) 午後1時30分~3時30分
- 場 所 気仙沼保健福祉事務所(気仙沼保健所) カンファレンス室
- 対象者 おおむね18歳以上のひきこもりの人がいらっしゃる家族
- 申込み 3日前までに電話でご連絡ください。

なお、初めて参加を希望する人は、現状や困りごとを事前に面接させていただきます。
※新型コロナウイルス感染症の流行状況によっては、開催を中止する場合があります。
その際には、お申込みいただいた人に個別で連絡をします。

- ☎ 保健福祉課健康増進係 ☎46-5113 気仙沼保健福祉事務所(気仙沼保健所) 母子・障害班 ☎21-1356

お話したことが誰かに漏れることはありませんので、安心してお話しください。



健康コラム

南三陸町第2期健康づくり計画 こころもからだも健やかで おでってえがおあふれるまち みなみさんりく



体を動かして心身ともにハツラツと

体を動かすことは、肥満や生活習慣病を防ぐだけでなく、心の健康を保つためにも効果的です。積極的に体を動かす習慣を身につけましょう。

体を動かすことによる健康効果

- ・ 血圧値、中性脂肪値やコレステロール値、血糖値が改善
- ・ 脂肪が燃焼
- ・ 筋肉が増え、太りにくいからだへ
- ・ 疲れにくくなる
- ・ 気分が明るくなる
- ・ 緊張が和らぎ、ストレス解消に役立つ



体を動かすことを実践する動機づけとして、毎日決まった時間に行うことを決めて、ルーティーン(習慣)とすることをお勧めします。そうすると、やろうと決めたことを、欠かさず実践することによる達成感が得られます。まずは、始めてみましょう。体を動かすことは、体力の向上だけでなく気分転換やストレス解消にもつながります。

保健福祉課健康増進係では、健康づくりに関すること、まちの健康相談室、食生活相談、こころの相談などについて、町広報紙の保健行事でお知らせしています。あなたの健康づくりにお役立てください。

コロナ禍の今こそ こころとからだの健康づくり!

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、自宅で過ごす時間が長くなり、運動不足を感じたり、日常生活の乱れを感じている人も多いのではないのでしょうか。感染予防対策と毎日の体温測定などの体調管理とあわせて、健康づくりをできることから始めましょう。

まずは今より1日10分多く(プラステン)体を動かすことから始めましょう。

1 日常生活で身体活動量をアップしよう

- 日常の掃除や洗濯など積極的に家事をすることで、十分な効果が期待できます。また、なじみのあるラジオ体操もおおすすめです。
- ・ 近くでも車で移動⇒徒歩・自転車で
- ・ 雑用は人まかせ⇒自分で動く
- ・ 週末は家でごろ寝⇒子どもと遊ぶ



2 たくさん歩いて健康になろう

ウォーキングは、正しい姿勢で軽く息がはずむ程度に大腿で歩くと、体に酸素をとり込み脂肪を燃焼させる有酸素運動となります。また、生活の中での買い物や、仕事の合間、移動などの時に「ついで歩き」をすると、楽しみながら健康につながりますね。

3 運動でいつまでも元気なからだに

高齢になっても運動習慣を持つことにより、筋力を維持し、からだのバランス機能を保つことができます。その結果、転倒・骨折を予防でき、いつまでも元気なからだでいられます。

- ☎ 保健福祉課健康増進係 ☎46-5113

高齢者虐待を防ぎましょう

高齢者虐待の背景には、介護負担、仕事や経済面といった生活上の問題など、様々な要因があります。虐待をしている家族などに自覚がない場合も少なくありません。

高齢者虐待は高齢者の人権を傷つける行為です!早期に見出し、対応することで問題の深刻化や重篤化を防ぐことができ、高齢者も家族なども救うことができます。

高齢者虐待には、さまざまな形態があります。

- 身体的虐待
 - ・ たたく、つねる、なぐる、ける、やけどを負わせるなど
 - ・ ベッドに縛りつける、部屋に閉じ込めるなど
- 心理的虐待
 - ・ 排泄などの失敗に対して恥をかかせるなど
 - ・ 怒鳴る、ののしる、悪口を言う、無視するなど
- 介護・世話の放棄・放任
 - ・ 十分な食事や水分を与えない、必要な医療・介護を受けさせないなど
 - ・ おむつを放置する、劣悪な状態や住環境の中で生活させるなど
- 経済的虐待
 - ・ 本人のお金を渡さない、使わせないなど
 - ・ 本人の年金、預貯金などを本人の意思・利益に反して使用するなど
- 性的虐待
 - ・ 排泄の失敗などに対して懲罰的に下半身を裸にして放置する
 - ・ わいせつな行為を強制するなど



連絡ください

虐待かどうかを判断する必要はありません。高齢者や介護をしている家族の様子がおかしいと感じたとき、「虐待かも…」と思ったら、迷わずご相談ください。誰かが相談・連絡をしたのか、周囲に漏れることはありませんので、安心してご相談ください。

- ☎ 保健福祉課高齢者福祉係 ☎46-3041 地域包括支援センター ☎46-5588

こころの健康相談

~ひとりで悩まず相談してみませんか?~

- 日 時 11月19日(金) 午後2時30分~4時30分
- 場 所 総合ケアセンター南三陸
- 相談内容 眠れない、イライラする、気持ちが落ち込んでいる、人とうまく関われない、やる気が起きない、病院へ受診しようか迷っているなど、ご本人またはそのご家族からの相談をお受けします。



- 相談医 こだまホスピタル 石原先生

- 予約期限 11月12日(金)

- ☎ 保健福祉課健康増進係 ☎46-5113

「みやぎ介護人材を育む取組宣言認証制度」のご案内

『みやぎ介護人材を育む取組宣言認証制度』は、介護職員に長く働いてもらうために、「人材を育てる・職員の処遇条件を定める、職員の意向を聞く」などの仕組みがある介護事業所が宣言し、『宮城県介護人材確保協議会』が認証する制度です。

また、2019年度からはみやぎ介護人材を育む取組宣言認証制度の第2段階が始まり、介護事業所の人材育成や働きやすさの取り組みをより一層見える化できるようになりました。

介護事業所はぜひこの機会にご応募ください。介護に関わっている皆さまは宣言事業所・認証事業所を検索してみてください。

『みやぎ介護人材を育む取組宣言認証制度』のホームページ
(<https://www.miyagi-kaigojinzai.jp/>) で公表しています。

「認証制度マーク見本」

【宣言事業所マーク】

【第1段階認証事業所マーク】

【第2段階認証事業所マーク】



☎ みやぎ介護人材を育む 取組宣言認証制度事務局 ☎022-343-8565 E-mail: sn.m33033ys@todock.coop
宮城県保健福祉部長寿社会政策課 運営指導班 ☎022-211-2556

南三陸地方青年文化祭 わくわくキッズ☆ランド2021 in YouTube

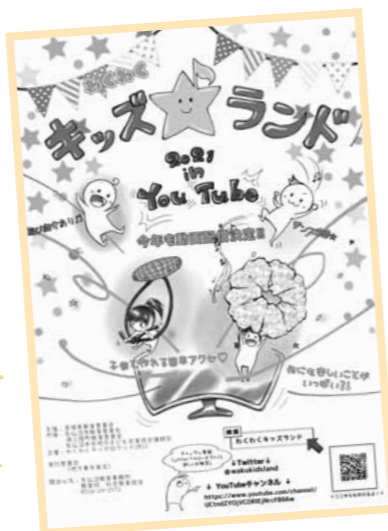
今年も元気いっぱい楽しさいっぱいの企画を続々配信します!

●配信開始 11月14日(日) 午後6時～

- 配信内容 ①わくわくアート制作 (管内の幼児のぬり絵を合わせて巨大壁画に)
- ②親子で楽しく作って遊べるものづくり
- ③恒例! バルーンアート
- ④ジュニア・リーダーの活動紹介
- ⑤協力団体作成動画 など



実行委員・協力員として参加したい青年はご連絡ください。



☎ 宮城県気仙沼教育事務所 ☎24-2572

主催：宮城県教育委員会 共催：気仙沼市教育委員会、南三陸町教育委員会、気仙沼・本吉地方子ども会育成会連合会
主管：南三陸地方青年文化祭「わくわくキッズ☆ランド2021」実行委員会

就職支援セミナー 『美しい文字で好印象! 美文字講座』

美しい字を書くためのコツを習得し、少しの工夫でバランスが良く読みやすい文字で、ワンランク上の応募書類(履歴書や封筒)の作成を目指しましょう! 誰でも無料で利用できます。

出張相談会も開催しますので、仕事相談のみの方もお気軽にお問い合わせください。

- 開催日 11月15日(月)
- 会場 ベイサイドアリーナ 会議室
- 持ち物 ボールペン
- 時間 午後1時30分～3時30分
- 定員 6人(要予約)

※定員になり次第締め切ります。

※雇用保険受給者はハローワークの求職活動にカウントされます。

●問合せ・申込先 みやぎシゴトサポーター気仙沼 ☎0120-21-5488



令和4年度 高等工科学校生徒を募集します



募集種目	募集定員	応募資格	受付期間	試験期日
高等工科学校生徒 推薦	約90名	令和4年4月1日現在、15歳以上17歳未満の人で、入学を熱望する強い意志をもち、中学卒業(見込み含む)、成績優秀かつ生徒会活動に顕著な実績を納め中学校長が推薦できる男子	令和3年11月1日(月)～令和3年12月3日(金) (締切日必着)	令和4年1月8日(土)から11日(火)までの間の指定する1日
高等工科学校生徒 一般	約260名	令和4年4月1日現在、15歳以上17歳未満の人で、中学卒業(見込み含む)の男子	令和3年1月1日(金)～令和4年1月14日(金) (締切日必着)	【1次試験】 令和4年1月22日(土)または令和4年1月23日(日)のいずれか指定された日 【2次試験】 令和4年2月3日(木)から6日(日)までの間の指定する1日

※高等工科学校では、普通科高校と同様の教育を行う「一般教養」、自衛隊の専門的な技術の教育を行う「専門教育」、陸曹候補者として必要な防衛教育や各種訓練を行う「防衛基礎学」を主たる教育としています。

☎ 自衛隊 宮城地方協力本部 登米地域事務所 ☎0220-34-2244

気仙沼高等技術専門校 令和4年度 普通課程学生募集

●科名 自動車整備科、オフィスビジネス科	●訓練期間 自動車整備科2年間、オフィスビジネス科1年間
●訓練内容 自動車整備科：2級自動車整備士となるための知識や技能の習得 オフィスビジネス科：パソコン操作や簿記会計などの知識や技能の習得	●受付期間 11月8日(月)～26日(金)
●対象 高等学校を卒業(見込み)の人および一般の人	●選考日 12月10日(金)(面接および学科試験)
●募集人数 定員15人から推薦選考合格者を除いた人数	●費用 授業料(年額)118,800円、入学金5,650円、入学者選抜手数料2,200円、テキスト代など

☎ 気仙沼高等技術専門校 ☎22-7068

応募方法など詳しくは、ホームページまたはパンフレットをご覧ください。

DAIYU HOME CENTER
ダイユーエイト 南三陸店

毎月8のつく日
8日 18日 28日 + 毎週土曜日

税抜3,000円以上お買い上げで

ポイント 5倍

暖房用品各種 大量入荷しました!!

南三陸店 営業時間 あさ9時～よる8時まで

〒986-0729 宮城県本吉郡
南三陸町志津川字天王前202番15

TEL 0226-48-5481

ダイユーエイト南三陸店案内図 広告

令和3年度離職者等再就職訓練

「介護職員初任者研修科（第2回）」学生募集

- 訓練内容 介護従事者としての職業倫理と基本的態度の養成、介護サービスに必要な知識技能の習得と就職活動に必要な知識の習得
- 対象者 ハローワークの受講指示、受講推薦または支援指示を受けられる人
- 募集人員 15人
- 訓練場所 JMTC佐沼教室（登米市迫町佐沼字中江1-9-1）
- 訓練期間 令和4年1月13日（木）～令和4年4月12日（火）
- 募集期間 令和3年11月4日（木）～令和3年12月8日（水）
- 面接選考 令和3年12月23日（木）
- 選考場所 宮城県登米合同庁舎
- 費用 授業料は無料
テキスト代として約13,000円
- 問い合わせ 宮城県立石巻高等技術専門学校
〒986-0853 石巻市門脇字青葉西27-1
☎0225-22-1719 FAX 0225-94-7399

スイッチやプラグが熱くなっていますか



スイッチやコンセント、プラグやコードなどが使用中に熱くなる原因は、電気の使い過ぎか、接触不良が多いようです。

そのまま使用していると、過熱して火災の原因になる事もあります。

最寄りの電気工事店または家電販売店に相談してください。

（大型の電気器具は、使用中にコンセントやプラグが多少温かくなることがあります）

☎ 東北電気保安協会気仙沼事業所 ☎25-3280

11月は「子供・若者育成支援推進強調月間」です

ほっとできる「居場所」がどこにもない
そんな子供・若者が増えています。
未来を担う子供・若者たちのために、何が
できるか考え、行動に移してみませんか？

「どこにも居場所がない」とする子供・若者の割合



内閣府
Cabinet Office, Government of Japan

全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間

仙台法務局および宮城県人権擁護委員連合会では、11月12日から18日までの7日間を全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間と定め、時間を延長して相談電話を開設します。

夫やパートナーからの暴力やストーーカー行為、職場でのセクシュアル・ハラスメント、家族間での問題など、様々な人権問題について、人権擁護委員が電話相談に応じます。



開設日時は
次のとおりです。

11月12日（金）～18日（木） 午前8時30分～午後7時
※土曜日および日曜日は午前10時～午後5時
電話番号：0570-070-810

相談は無料で、予約は不要です。秘密は固く守ります。

☎ 仙台法務局人権擁護部 ☎022-225-5743

全国どこの処方せんも
受け付けています

こさか調剤薬局
有限会社 小坂調剤

南三陸町志津川字沼田 150-145
TEL 0226-47-2355 FAX 0226-47-2350

自分だけの扉を開こう

MX-30

有限会社 志津川マツダ/マツダオートザム志津川
TEL 46-2415-2550



いつまでも続く金いろの風景

気仙沼市

気仙沼港と風街ちの風景

日本遺産「みちのくGOLD浪漫」PRコンテスト2021



きんぽす



ポスター作品募集!

1,250年にわたり日本の金を彩ってきた「みちのくの金」。
日本遺産「みちのくGOLD浪漫」構成5市町
（岩手県平泉町、陸前高田市、宮城県気仙沼市、南三陸町、涌谷町）
にあるゴールドな景色や風景、ゴールドとして象徴すべきモノや
身近にある何気ないゴールドを表現したポスターを募集します。

応募作品のルール

「GOLD」を題材に、写真やイラスト・描いた絵に「キャッチコピー」と「場所」の名前を入れてポスターをつくってください。部門は一般の部とこどもの部の2部門に分かれています。

①一般の部

推奨サイズはB2版（728mm×515mm）、タテヨコどちらでも応募できます。

②こどもの部（小学生以下）

推奨サイズは四つ切り画用紙（542mm×392mm）、タテヨコどちらでも応募できます。

応募要項

○応募方法 作品の写真（画像データ）を用意し、きんぽす公式サイトから応募します。

きんぽす公式サイト <https://umipos.com/machipos/gold/>

○応募資格 こども/大人、個人/法人・団体、プロ/アマ、出身地、国籍を問わず

○応募期間 10月1日（金）～12月31日（金）

○表彰 「一般の部」「こどもの部」の各部門で、グランプリ1点・準グランプリ4点を選出します。グランプリ・準グランプリにはそれぞれ「みちのくGOLD浪漫」市町の特産品やオリジナルグッズを進呈します。

○主催 日本遺産「みちのくGOLD浪漫」推進協議会

○共催 一般社団法人海洋連盟、かとうまさゆき写真事務所

日本遺産「みちのくGOLD浪漫」推進協議会事務局（涌谷町） ☎0229-43-3001

くらしのなんでも相談会

- 開催日時 11月26日（金） 午前10時～午後4時
 - 会場 イオンモール石巻 緑の広場
 - 費用 無料
 - 概要 士業・専門家が連携し、生活に関連する悩みを解決するためのワンストップの相談会を開催します。（参加予定専門家：税理士、行政書士、土地家屋調査士、建築士、解体工事業者、宅地建物取引士）
- ☎ 宮城県行政書士会 ☎022-261-6768

歯の何でも電話相談

- 日 時 11月27日(土) 午前10時～午後4時
- 受付・回答 当日電話で相談を受け付け、歯科医師などが直接相談者にお答えします。
- 主 催 「保険でより良い歯科医療を」宮城の会
- 事務局 「保険でより良い歯科医療を」宮城の会
仙台市青葉区本町2-1-29 仙台本町ホンマビル4F
宮城県保険医協会内 ☎022-265-1667



南三陸消防署からのお知らせ

秋の火災予防運動が始まります！

11月9日から15日まで、秋の火災予防運動期間になります。

これからの時季は空気が非常に乾燥します。また、暖房器具を使用する機会が増えるため、全国的に火災が起こりやすくなります。これを機



に、今一度火災予防についての意識を高めましょう。

☎ 南三陸消防署 ☎46-2677 / 歌津出張所 ☎36-2222

住宅用火災警報器の設置・点検をしましょう！

皆様のご家庭では、住宅用火災警報器を適切に設置していますか？

住宅用火災警報器は火災をいち早く発見してくれます。火災から大切な家族の命・財産を守るために設置しましょう。



- 設置する場所は、寝室・台所・階段（2階以上に寝室がある場合）になります。
- 点検方法としては、ボタンを押す、または、ひもを引くものがあります。

住宅用火災警報器の寿命はおおむね10年です。定期的な点検をお願いします。

令和3年度巡回無料法律相談(南三陸会場)の開催について

日本司法支援センター宮城地方事務所（法テラス宮城）では、弁護士による巡回無料法律相談を実施します。

相談を希望する人は、事前の予約が必要となりますので、法テラス宮城までお問い合わせください。（ご利用には収入・資産の要件があります。）

- 日 時 11月9日(火) 午後1時～4時
- 場 所 総合ケアセンター南三陸（相談室）
- お問合せ 法テラス宮城 ☎050-3383-5538
（平日 午前9時～午後5時）



お問い合わせの際は、南三陸町の巡回相談希望とお伝えください。

「視覚障害者情報交流会」を開催

- 日 時 11月25日(木) 午前10時～正午
- 場 所 総合ケアセンター南三陸
1階 いきいきルーム
- 内 容 見えない・見えにくい人のための便利な機器・用具や防災グッズについて、実際に機器を体験しながら紹介します。その他参加者同士での懇談会なども予定しております。お気軽にお立ち寄りください。
- 対 象 視覚に障害のある人（障害手帳の有無は問いません）、ご家族、支援者など
- 参加費 無料（申込不要）
- ☎ 宮城県視覚障害者情報センター ☎022-234-4047

11月30日は「年金の日」です

厚生労働省では、「国民一人ひとりが『ねんきんネット』などを活用しながら、高齢期の生活設定に思いを巡らせていただく日」として、11(いい)月30(みらい)日を「年金の日」としました。

この機会に「ねんきん定期便」や「ねんきんネット」で、ご自身の年金記録と年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。

ねんきんネットをご利用いただくと、いつでもご自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額について、ご自身の年金記録を基に様々なパターンの試算をすることができます。

ねんきんネットについては、日本年金機構のホームページで確認いただくか、石巻年金事務所にお問い合わせください。

☎ 石巻年金事務所 ☎0225-22-5115

裁判所からのお知らせ

「裁判員制度～まもなく名簿記載通知を発送します！」
詳しくは、裁判所ウェブサイト（<https://www.courts.go.jp/>）をご覧ください。

☎ 仙台地方裁判所事務局総務課広報係 ☎022-222-6115

すべてのきれいをお手伝いします

事業所・事務所・工場・住宅等の清掃。南三陸町で営業させて頂いております。
介護用品レンタル・販売。住宅改修。

(株)清建 南三陸営業所

TEL46-1027 FAX46-2122
(有)リースキン宮城南三陸営業所
TEL25-9210 FAX46-2122
南三陸町入谷字大船沢313番地



引越は山藤運輸

にお任せください!!
お見積り無料です!!
お気軽にご相談ください!!



有限会社 山藤運輸
南三陸町志津川字沼田141-3
TEL 0226-46-5825

★みなトシ★ ～南三陸のたからもの～



黒崎館跡

黒崎館跡は黒崎地区の西側の高い平地にあり、海を見下ろす見晴らしの良い所です。小規模な館跡で、本丸跡の廻りには2、3段の土壇が今も残っています。この館は天正十四（一五八六）年、本吉争乱の際に本吉氏の総参謀を務めた黒崎兵部の屋敷とされています。

伝説では黒崎館は朝日館城主の夫人宅とも言われ、朝日館落城の際、離別の涙を流したとされる傘松（奥州露の松）がありました。倒木してしまひ今はありません。また、館の南側のクリーンセンターへ向かう道沿いに流れる小川「毒川」は別名「想川」と呼ばれ、館主の姫が悲恋の末に海に身を投じて海底の白い岩になったという伝説が残っています。

ご存知ですか？
文化財保護のこと

土地に埋もれている昔の建物跡やそれに伴う土器・石器などは町の大切な文化財です。一旦壊してしまえば二度と元に戻すことができません。これから住居の新築や土地の造成・改良などをお考えの場合は、必ず教育委員会にご連絡ください。

☎ 教育委員会事務局生涯学習係 ☎46-1341

ベイサイドアリーナ

「キッズ体育スクール」情報

跳び箱・鉄棒・マットを使用して、基礎体力や運動感覚のバランスのよいレベルアップをめざします。ベイサイドアリーナで、いっしょに楽しく練習しよう！

【時間】

水曜日 幼児コース 16:30~17:30 (5歳~小1)
児童コース 17:30~18:30 (小2~小6)

【料金】1カ月 4,400円

【持ち物】指定着(スクール申込時に購入、体験時は運動着可)、タオル、飲み物

【申込】11月の実施時間内で無料体験受付中(お一人様1回限り、先着定員あり) 電話での事前予約が必要です。詳しくはお問い合わせください。

トレーニング室

運動習慣を身につけませんか？

【時間】平日 9:00~20:30 土日祝 9:00~18:00

【対象】高校生以上

【持ち物】トレーニングウェア、室内シューズ、飲み物

【料金】1回300円

【持ち物】トレーニングウェア、室内シューズ、飲み物 初めての指導員がやさしく教えますので、安心してお越しください。

●各種「健康教室」も開催中

①いきいき運動健康塾：毎週木曜 11:00~11:45 『運動機能を改善し何気ない生活運動が楽になるようサポートします。』

②ヨガ：月・木曜 19:00~19:45

③骨盤ヨガ：隔週木曜 19:00~19:45

『呼吸を意識し、ヨガをはじめませんか？』

【料金】1回550円

【持ち物】動きやすい服装、タオル、飲み物

※初めての人も大歓迎です。生活スタイルに合わせて様々なクラスをご用意しています♪

※掲載の金額は税込表示です。

★アリーナの個人利用も可能です(卓球・バドミントン・バレーボールの用具は無料で貸し出しします。室内シューズは必ずご用意ください。ご家族やご友人でお申し込みください。中学生以下は無料でご利用になれます。

★テニスコートの利用受付は事務所で行います。(9:00~16:00)

★毎週火曜日は施設休館日です。

※新型コロナウイルス感染症の影響により、各種行事やイベントが延期や中止となる場合があります。 ※施設では継続した消毒作業をはじめ感染拡大防止策を実施していますので、安心してご利用ください。

☎ **ベイサイドアリーナ** ☎47-1131 午前9時30分~午後8時30分(休館日を除く)

平成の森

●キャンプ場

【料金】日帰り大人300円(240円) 高校生以下200円(160円)

【宿泊】小学生以上600円(480円) サイト300円(240円)

※カッコ内は10名以上の団体料金となります。(未就学児は無料)

野球、サッカーのスポーツ後の芋煮会、BBQなどにご利用ください。

●多目的運動場

【料金】全面 1時間1,500円 半面 1時間750円

【利用時間】午前6時~午後9時

(利用時間に変更があります)

●アリーナ

【料金】2時間まで1,100円 (2時間越える毎550円追加)

【利用時間】午前9時~午後9時

【備品】卓球台4台(ネット、ラケット、ボール有) バドミントン1コート(ネット、支柱有)

開閉ステージ有(横幅5.4m、奥行2.5m、高さ0.5m)

●野球場

【料金】1時間1,000円 ナイター照明3,000円 電光掲示板500円

【利用時間】午前6時~午後9時

●体力増進室

【料金】1回 200円(高校生以上で利用可)

【利用時間】午前9時~午後9時

(時間内の制限はありません)

●こころの湯

【料金】大人300円 高校生以下200円

【利用時間】午後2時~9時

【休日】月・金曜日

【お風呂の日】毎月26日

お一人100円ご利用できます。

※各施設の利用方法について、詳しくはお問い合わせください。

※新型コロナウイルス感染症の影響により、各種行事やイベントが延期や中止となる場合があります。

※施設では継続した消毒作業をはじめ感染拡大防止策を実施していますので、安心してご利用ください。

☎ **平成の森管理事務所** ☎36-3115 午前8時30分~午後5時

ほっと図書館

☎ 図書館 ☎46-1351

☎46-1357(資料問い合わせ専用)

FAX 46-1344

※新型コロナウイルス感染症の感染状況により、臨時休館・移動図書館車の運休および行事などが延期や中止になる場合があります。皆様のご理解、ご協力をよろしくお願いします。

移動図書館車『たんぼぼ号』運行中!



移動図書館を利用する人へ

11月運行予定 ※「秋の読書週間特別企画」として日曜日の運行を予定しています。皆様のご利用をお待ちしています。

7日	日曜日	志津川西復興住宅第1集会所駐車場 第2集会所駐車場 ベイサイドアリーナ駐車場	10:00~10:45 11:00~11:45 14:00~14:45
14日	日曜日	入谷復興住宅集会所駐車場 入谷公民館駐車場 さんさん館駐車場	10:00~10:45 11:00~11:45 14:00~14:45
21日	日曜日	伊里前復興住宅集会所駐車場 歌津総合支所駐車場 名足復興住宅集会所駐車場	10:00~10:45 11:00~11:45 14:00~14:45
28日	日曜日	戸倉復興住宅集会所駐車場 松崎団地	10:00~10:45 11:00~11:45

12月運行予定

2日	木曜日	志津川西復興住宅第1集会所駐車場 第2集会所駐車場	10:00~10:45 11:00~11:45
7日	火曜日	ベイサイドアリーナ駐車場 さんさん館駐車場	9:45~10:30 11:00~11:45
9日	木曜日	名足復興住宅集会所駐車場	10:00~10:45
14日	火曜日	伊里前復興住宅集会所駐車場 歌津総合支所駐車場	10:00~10:45 11:00~11:45
16日	木曜日	入谷復興住宅集会所駐車場 入谷公民館駐車場	10:00~10:45 11:00~11:45
21日	火曜日	戸倉復興住宅集会所駐車場	10:00~10:45
23日	木曜日	松崎団地	10:00~10:45

※滞り時間は45分程度です。貸出冊数は1人5冊まで。貸出期間は約1カ月です。(次回訪問時に返却をお願いします)
※本を借りるには「南三陸町図書館利用者カード」が必要です。
初めて利用する人は「南三陸町図書館利用者登録申請書」の記入をお願いします。
(移動図書館車内で配付後記入していただきます)
あわせて身分証(保険証・運転免許証)の提示をお願いします。(住所および氏名の確認をさせていただきます)
※図書館休館日が火曜日の場合、翌日水曜日に運行します。
※悪天候など運行が中止になる場合がありますので、「ご了承ください」の提示をお願いします。
※黄色の移動図書館車「たんぼぼ号」が待っています!

多読賞

50冊の本を読み終わったお友達です。

- ・伊里前保育所4歳 高橋 咲 凧さん
- ・志津川保育所5歳 佐藤 成さん
- ・入谷小学校1年 熊谷 柊 那さん
- ・入谷小学校1年 武田 聖 也さん
- ・伊里前小学校1年 菅原 愛 央さん
- ・志津川小学校3年 千葉 広太郎さん
- ・入谷小学校3年 佐藤 麗さん

- ・入谷小学校3年 熊谷 楓 愛さん
- ・入谷小学校3年 工藤 結 愛さん
- ・志津川小学校4年 須藤 瑠 葵さん
- ・入谷小学校5年 武田 莉 央さん
- ・伊里前小学校5年 千葉 一 叶さん
- ・志津川小学校6年 千葉 萌 夏さん
- ・入谷小学校6年 佐藤 愛 絆さん

図書館から借りた本を返し忘れてはいませんか?

図書館の本はみんなの本です。返し忘れてはいませんか?きちんと返却しましょう。長い間返却がない場合には、電話や手紙で連絡いたします。壊してしまったり、汚してしまった、失くしてしまった時には、すぐにご連絡ください。場合によっては、弁済(同じ本、または同じような本で弁済)をしていただくことがありますので、ご了承ください。

秋の読書週間

期間 10月27日(水)~11月9日(火)
期間中はたくさんのお本とふれ合しましょう。

子どもの本移動展示会

(月曜日は休館日です)
期間 11月14日(日)まで
※宮城県図書館から届いた令和2年度発行の児童書・絵本の展示を行っています。

図書館から寄贈についてのお知らせ

図書館では、地域資料と東日本大震災に関する資料のみ受け付けています。ご理解ご協力をお願いします。

図書館からのお知らせ

「図書館」は通常月曜日が休館日ですが、「志津川公民館」は毎日開館しています。休館日は、本の貸し出しや読むことはできませんが、学生が学習するために『学習室』と『閲覧室』を、午前9時から午後5時まで開放していますので、ご利用ください。
※新型コロナウイルス感染防止策により利用ができない場合があります。ご理解ご協力をよろしくお願いします。

11月図書館休館日のお知らせ

1日(月)・8日(月)・15日(月)・22日(月)・29日(月)

戸籍のまど

令和3年9月届出分

※「戸籍のまど」は掲載を希望した人のみ掲載しています。
※行政区は届出日現在で記載しています。

ご結婚おめでとう

行政区	氏名	どちらから
滝 浜	後藤 俊彦 としかず ひとしげ	岩手県花巻市
荒 西	高橋 裕一 たかはし ゆういち	気仙沼市

お誕生おめでとう

行政区	氏名	保護者
一 区	伊勢 佑奈 いせ ゆうな	雅人・和子
東ヶ丘	河田 崇福 かた たかふく	崇樹・有希子

お 悔 み

行政区	氏名	満年齢
伊里前上	三浦 正弘 みづら まさひろ	84歳
葦の浜	阿部 はつえ あべ はつえ	76歳
石 泉	三浦 昭子 みづら しょうこ	94歳
樋の口	山内 吉太郎 やまうち よし太郎	90歳
七 区	阿部 ハツミ あべ はつみ	91歳
西ヶ丘	西城 恵代子 さいじょう えいこ	73歳
西 田	佐藤 勝治郎 さとう かつじろう	78歳
林	渡邊 敏和 わたなべ としかず	64歳
上 沢	及川 賢一 いかわ けんいち	92歳
二 区	佐藤 一雄 さとう かずお	91歳
中 央	稲葉 ひと いなば ひと	75歳
払 川	山内 春男 やまうち はるお	93歳
四 区	西城 正文 さいじょう ふみふみ	93歳
中 在	大津 三郎 おほつ さんろう	84歳
小 森	首藤 寛 はつしげ ひろし	85歳

人口のうごき

9月末	男	女	計	世帯数	出生	死亡
現在	6,027	6,232	12,259	4,459	3	17
前月比	-4	-4	-8	-9	-4	-6

庄内の風

佐藤教育長が就任しました



9月27日、佐藤真哉新教育長の任命式が執り行われました。佐藤教育長は立川中学校長2年間、余目中学校長3年間を歴任したのち本年定年退職されました。

教育長に就任するにあたって、「退職した今でも子どもたちのために何かしたいという気持ちは変わらない。庄内町全体のために教育長として貢献できるように頑張りたい」と話していました。

また南三陸町の皆さんに向けて、「生徒たちの交流への思いは強い。新型コロナウイルスの影響で制限はあるが、オンラインでの交流や、トマトを送るなど、今後も可能な方法で両町の交流を続けたい」とこれからの展望を話していました。

任期は令和3年9月27日から令和6年9月26日までとなります。



森里海ネイチャーだより 袖浜ビーチの海の森・草原



南三陸町の豊かな自然に親しみ、その魅力を伝えることを目的に結成された「南三陸少年少女自然調査隊」のメンバー12名が、秋の袖浜ビーチで海の森や草原（藻場：もば）の観察を行いました。海のビジターセンターで活動する団体EELs（イールズ）の皆さんにご協力いただき、SUP（サップ：スタンドアップパドルボード）に乗って、箱メガネを使っでの海中観察です。穏やかな晴天のもと、太陽の光が降り注ぐ海中の世界をたっぷり満喫しました。

袖浜ビーチでは、南三陸の海を代表する海藻のアラメやマコンブの藻場が見られ、砂地にはアマモ

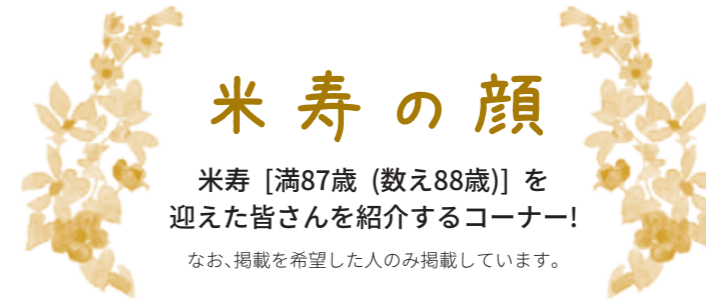
の草原や絶滅危惧種のタチアマモも確認できました。藻場の中を行き交う魚の群れを観察したり、藻場に暮らすウニやアワビを見たりすることもできました。

身近な自然環境の美しさに触れ、多様さとその価値を五感を通して実感する経験はとても重要です。この日見た光景を、これからもずっと忘れずに宝物にしていっていただけたら嬉しい限りです。

☎ 南三陸町自然環境活用センター ☎25-9703



◎寄木
稲葉 朝子さん
(昭和9年9月1日)



米寿の顔

米寿 [満87歳 (数え88歳)] を迎えた皆さんを紹介するコーナー!

なお、掲載を希望した人のみ掲載しています。



◎名足
三浦とめ子さん
(昭和9年9月3日)



◎町
高見さた子さん
(昭和9年9月9日)



◎新井田
大内ふく子さん
(昭和9年9月21日)



◎石浜
佐藤ハルコさん
(昭和9年9月23日)



◎廻館
佐藤 正二さん
(昭和9年9月24日)



◎内井田
渡邊 勲さん
(昭和9年9月29日)

南三陸・石巻北上フィールドミュージアム運営協議会プログラム VOL. 66

三陸復興国立公園南三陸金華山地区での自然とふれあう企画第66弾

林業体験 「山の仕事を知ろう」

- ◇日 程 11月21日(日)
- ◇時 間 午前10時～正午
- ◇集 合 南三陸・海のビジターセンター
- ◇場 所 波伝の森
(南三陸町戸倉字底土53-4)
- ◇対 象 小学生～大人
(小学生は保護者同伴)
- ◇定 員 10人
- ◇料 金 500円
- ◇持 物 タオル、飲み物、軍手または作業手袋
- ◇服 装 動きやすく汚れてもよい服と靴、帽子
- ◇参加申込方法

左記申込専用QRコードもしくは
select-type.com/rsv/?id=RUGvrMFxTxQ
から申し込みください。



●お問い合わせ先 南三陸・海のビジターセンター
(受付 午前9時～午後4時30分 火曜日休館)
☎25-7622

お世話になった方々へ 大切な喪中のお知らせはお早目に

喪中がき 印刷承ります
文例に関してはご相談に応じます。
お気軽にお電話ください。

佐藤印刷株式会社

☎0226-46-2176 FAX 0226-46-3186
FAX・メールでの御注文も承ります E-mail s-p@eagle.ocn.ne.jp

楽しく飲んで 安心帰宅

運転代行

TEL 090-2367-0107

営業時間 PM7:00～AM3:00 (最終受付はAM0:00までです)

基本料金 《2km》1,300円
●以降1km毎に200円加算
●深夜11:00以降割増料金
●屋の運転代行も承っております

宮城県公安委員会認定 第575号 **南三陸運転代行社**

今月の Smile



吉田 更玖くん (志東ヶ丘)

令和3年2月6日生まれ

元気いっぱい、笑顔いっぱいの更玖
更玖の笑顔が家族の幸せです
優しく、たくましく、元気に育ててね

昇・莉央 より

南三陸の魅力、元気が詰まった広報紙

広報 南さんりく | 11月号 | 編集・発行/南三陸町企画課
☎0226-46-1371