

広報 南さんりく

1

MINAMISANRIKU PUBLIC INFORMATION

No.203 2023. 1. 1

今年一年が飛躍する年になりますように

謹賀新年

感謝と希望

新たなステージへ

南三陸町長 佐藤 仁



住民に寄り添う

まちづくりを

南三陸町議会議長 星 喜美男



新しい年の始まりにあたり、一言ごあいさつを申し上げます。町民皆様におかれましては、穏やかに新年をお迎えのことと心から喜び申し上げます。

改めて昨年を振り返りますと、終息が見えない「新型コロナウイルス感染症」対策に奔走した1年でありました。現在はインフルエンザとの同時流行が懸念されるなか、町民皆様の安心安全を守っていくうえで、今後も新型コロナウイルス感染症の感染対策をしっかり行い、行政ができる最大限の対策を講じてまいります。

この、新型コロナウイルス感染症の影響により、2年にわたり延期を余儀なくされた「福興市」が5月29日に無事100回目を迎え、一区切りをつけられたことは大変喜ばしいことでありました。これまで本町の復興を牽引してきた一大イベントといっても過言ではなく、南三陸町の

新年あけましておめでとうございます。町民の皆様におかれましては、健康やかに新年を迎えられましたこと、心からお喜び申し上げます。昨年を振り返りますと、令和4年もまた、新型コロナウイルス感染症に振り回された1年でありました。新型コロナウイルスは申し上げるまでもなく、感染等により苦しめられている方々のみならず、様々な面で我々の日常生活に影響を及ぼしております、一日も早い終息が望まれるところであります。そのような中、昨年からは徐々に経済活動の回復も視野に入れながら、ウィズコロナに移行し始める兆しも見えてまいりました。

復興の歩みを全国に発信するイベントとなりました。発災直後の平成23年4月から令和4年5月まで、この福興市に携わり南三陸町を共に盛り上げていただきました。実行委員会をはじめ全国各地の支援者の方々、毎月月末を楽しみに来場された方々に、心より感謝申し上げます。

10月には、防災学習の拠点となる東日本大震災伝承館「南三陸311メモリアル」と「志津川駅」の交通ターミナル及び観光交流施設が完成し、平成29年3月3日に先行してオープンしていた商業施設「さんさん商店街」を含めた道の駅「さんさん南三陸」がグランドオープン出来たことは震災からの歩みの一区切りでもあります。それが同時に新たなスタートであるという思いを感じております。命の尊さ、苦難に負けない心、笑顔を保ち支え合えないが生きることの喜びを語り伝えていかなければならない、この町に住

教育や生活それぞれの場においても、緊張感を保ちつつ、少しずつ日常が戻りつつあることは、関係者の方々のご尽力があればこそと、改めて敬意を表するものであります。世界に目を向けても、長引く戦禍等起因する電力や燃料費等の高騰によって、町内経済や家計への影響が避けられない状況にもなっております。一刻も早く、この混乱した状況が終結することを心から願うものであります。さて、このような変化の潮流の中にあつて、昨年オープンを迎えた道の駅「さんさん南三陸」は、賑わいをもたらす推進力を持った施設として多くの人が訪れており、また、大震災の記憶や記録を後世に語り継ぐ中

む者の使命と思うからであります。これからの南三陸町の未来に向けて、この道の駅「さんさん南三陸」が人と人との繋がりを育む施設となることを願っております。

故郷を取り戻し、次の世代に希望ある未来を引き継がなければという一心で、これまでの日々を歩んできましたが、ここまで辿り着くことができたのは、今でも多くの方々が町に対し、思いを寄せてくれていたからこそであると改めて感じ、感謝の念に堪えません。

本年も引き続き、新型コロナウイルス感染症対策と地域経済活動の両立を推進しながら、この町の将来を担う子どもたちのため、持続可能なまちづくりの実現を目指す取り組みを進めてまいります。

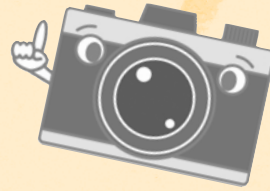
結びに、本年が町民皆様にとりまして輝かしい幕開けの一年となりますよう心からお祈り申し上げます。新年のごあいさついたします。

心施設として、今後の町の交流人口の拡大を図っていく役割も期待しているところであります。

当町議会といたしましては、議会や町政に対する町民皆様のご意見、ご要望等を伺い、その思いの具現化に努めますとともに、町民のための議会として、町の発展と安心・安全、そして、心豊かに暮らせる南三陸町の実現に向け、町並びに町民皆様と力を合わせてまいります。

本年も町議会に対しまして、なお一層のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げますとともに、本年が町民の皆様にとって希望に満ちた笑顔あふれる1年となりますことを心よりご祈念申し上げます。いさつといたします。

この広報1月号は、12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

第21回みやぎふるさとCM大賞で「khb大賞」を受賞しました！

12月3日(土)第21回みやぎふるさとCM大賞の発表審査会が
 開催され、南三陸町作品「SUN! FUN! DANCE!」が、最優
 秀賞の「khb大賞」を受賞しました。

みやぎふるさとCM大賞は、宮城県内の各市町村にそれぞ
 れのふるさとの魅力を30秒CMで表現し、県民に広くふるさとの
 素晴らしさを伝えようと放送しているイベントです。

今回受賞した作品は、昨年10月にグランドオープンした、
 道の駅「さんさん南三陸」をはじめとした、町内各地区をオリ
 ジナルの音楽とダンスで、子ども達が明るく楽しく紹介するC
 Mとなっています。今後、宮城県内で120回、東北各県20回
 のテレビ放送を予定しておりますので、ぜひご覧ください。



百寿のお祝い 佐藤よし子さん(志新井田)

11月19日(土)に百寿を迎えた佐藤よし子さんに、町からお祝
 い金と花束が贈られました。

よし子さんは、果物が好きで、若い時は銀行に勤めていたそ
 うです。

73歳の時に、かえ唄「娘よ」の作詞を、96歳の時には、書画
 作品でふれあい書道展より特選にも選ばれたよし子さん。

お子さんが3人、お孫さんが5人、いらっしやるそうで、ご家
 族もきつとご長寿を喜んでいることでしょう。

よし子さん、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 阿部はじめさん(志大上坊)



12月6日(火)に百寿を迎えた阿部はじめさんに、町
 からお祝い金と花束が贈られました。

はじめさんは、読書が好きで、自分でお話を書いたり
 するそうです。

昔から仕事が好きで、長い間畑仕事をしていたは
 じめさん。息子さんは「時に優しく時に厳しく」という
 言葉が似合う母だったと話してくれました。

お子さんが7人、お孫さんが10人、いらっしやる
 そうで、ご家族もきつとご長寿を喜んでいること
 でしょう。

はじめさん、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 佐藤キヌさん(志沼田)



12月15日(木)に百寿を迎えた佐藤キヌさんに、
 町からお祝い金と花束が贈られました。

キヌさんは、好き嫌いがなく何でも食べるそ
 うで、ご長寿の秘訣は、毎日3食食べることだ
 そうです。とにかく健康で80歳を過ぎるまで
 自転車に乗っていたキヌさん。色々な場所
 で畑仕事のお手伝いをしていたそうです。

お子さんが3人、お孫さんが5人、いらっし
 やるそうで、ご家族もきつとご長寿を喜ん
 だことでしょう。

キヌさん、いつまでもお元気で。百寿おめで
 とうございます。

税

教室

給与収入・年金収入のみの人を対象にした【完全予約制】申告相談受付について

★感染症対策として、密集・密接・密閉を防ぐために、世帯の収入が給与・年金のみの人を対象にした完全予約制の申告相談受付を開催します。待ち時間が短縮されますので、対象の方はぜひご利用ください。

受付場所	受付期間	受付時間	予約期間
<志津川会場> 南三陸町スポーツ 交流村総合体育館 (ベイサイドアリーナ)	令和5年2月 1日(水)、2日(木) 6日(月)、8日(水)	午前の部 午前9時～11時	令和5年1月23日(月)～2月3日(金) 午前9時～午後5時 ※土日を除く
<歌津会場> 歌津総合支所	令和5年3月 5日(日)、6日(月)	午後の部 午後2時～4時	令和5年2月20日(月)～3月2日(木) 午前9時～午後5時 ※土日祝日を除く

※予約方法：町民税務課窓口または電話での予約 ☎46-1372

※密集・密接・密閉を防ぐために、**1日の受付人数を最大50人とした、先着順の完全予約制**となっています。受付人数が定員に達し次第、予約受付を終了しますのであらかじめご了承ください。

※予約をしていない人が当日来場されても、申告相談を受けることはできませんので、ご注意ください。

気仙沼税務署からのお知らせ

★税務署「申告書作成会場」の開設期間について

令和4年分所得税などの申告書作成会場を次のとおり開設します。

- 開設場所 気仙沼税務署
- 開設期間 令和5年2月1日(水)～3月15日(水) <土・日・祝日を除く>
- 開設時間 午前9時～午後5時
- 受付時間 午前9時～午後4時

※申告書作成会場の混雑緩和のため、会場への入場には「入場整理券」が必要です。

「入場整理券」は会場での当日配付とLINEによる事前発行があります。配布方法の詳細は、別途国税庁ホームページなどによりお知らせします。「入場整理券」の配付状況に応じて、後日の来場をお願いすることもありますので、皆様のご理解とご協力をお願いします。

来署の際、マイナンバーカードをお持ちの方は、パスワードを確認のうえ、申告者のマイナンバーカードをご持参願います。また、必ず収支内訳書（一般用、農業所得用、不動産所得用）、医療費控除の明細書を作成の上、お越しく下さい。

※駐車場に限りがございますので、公共交通機関をご利用ください。

★ご自宅での申告書の作成・提出にご協力ください

申告書作成会場の混雑緩和のため、会場への入場者数を制限します。ご自身のスマホやパソコンから、QRコードを読み込み、ご自宅からe-Taxでの提出をお願いします。

なお、郵便での申告書等の提出も受付していますので、三密防止にご協力ください。



★国税についての一般的なご相談は、電話相談センターをご利用ください

確定申告関係をはじめとした国税に関する一般的なご相談は「仙台国税局電話相談センター」でお答えします。

気仙沼税務署へ電話し、音声案内に従って「1」を選択すると電話相談センターに繋がります。

上記についてのお問い合わせは、気仙沼税務署 ☎22-6780まで

* 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!

町県民税……………第4期
国民健康保険税……………第8期
介護保険料……………第7期
後期高齢者医療保険料…第7期

納付期限
1月31日(火)

口座振替日
1月25日(水)

介護保険の要介護認定を受けていて、一定の基準に該当する人は、
所得税・住民税申告で控除を受けられる場合があります。

●障害者手帳は持っていないけれど、申告で控除を受けられるの？

障害者手帳を持っていない人でも、寝たきり状態や重度の認知症で日常生活に支障があり要介護認定を受けている人は、申請により障害者控除対象者認定を受けられる場合があります。認定された場合には、町が発行する「障害者控除対象者認定書」によって控除を受けることができます。

※障害者手帳をお持ちの人は、申請の必要はありません。

●介護用のおむつ代は医療費控除の対象になるの？

おむつ代に係る医療費控除を受ける場合、医師が発行する「おむつ使用証明書」(有料)が必要ですが、要介護認定を受けている人で、前年度以前に医師が発行した「おむつ使用証明書」によっておむつ代の医療費控除を受けたことがあり、町の保有する要介護認定に当たって主治医が作成した書類に所定の記載がある人は、申請により町が発行する「おむつ使用証明書」(無料)で控除を受けることができます。

(※1度目は医師の記載した有料の「おむつ使用証明書」を使用することになります。町が無料の証明書を発行できるのは2度目以降です。)

※制度の対象になるかどうかの確認や申請については、個人情報保護の観点から窓口での対応となります。詳しくはお問い合わせください。

☎ 保健福祉課 高齢者福祉係 ☎46-3041

事業主の皆さまへ ～給与支払報告書の提出について～

令和4年分の給与支払報告書の提出は、1月20日(金)までにお願いします。事務処理の都合上、提出期限を早めていますので、早期の提出にご協力ください。

給与支払報告書は、給与支払者(法人・個人事業主など)が、すべての従業員など(パート、アルバイト、法人役員、青色事業専従者、年途中退職者などを含む)に対して前年中に支払った給与額などを市町村に提出することが法令により義務付けられています。また、給与支払報告書は個人住民税の課税の根拠となる重要な書類ですので、給与支払額の多少にかかわらず、すべてについて正しく記入のうえ、必ずご提出ください。

なお、町では個人住民税の特別徴収の徹底に向け取り組んでいます。事業主の皆さまのご理解とご協力をお願いします。給与支払報告書の総括表に「特別徴収」または「普通徴収」の記載がない場合は、原則、「特別徴収」として処理されますので、あらかじめご了承ください。

住宅借入金等特別控除(住宅ローン控除)の申告相談について

受付場所	受付期間	受付時間
南三陸町役場 町民税務課窓口	1月17日(火)	午前9時～ 11時
	1月18日(水)	午後2時～ 5時
	1月20日(金)	

[持参していただく書類等]

- 家屋・土地(※)の売買契約書などの写し
 - 家屋・土地(※)の登記事項証明書(登記簿謄本)
 - 住宅取得資金に係る借入金の年末残高等証明書
 - 住宅の取得に際し、交付を受けた補助金などの金額がわかる書類の写し
- ※土地の購入に関する借入金がない場合には不要

当日必ず持参
してください!

- 相談を希望する人は予約が必要となります。
- 予約期間：令和5年1月10日(火)～19日(木) 午前9時～午後5時 ※土日を除く
- 予約方法：町民税務課窓口または電話での予約 ☎46-1372



初めて住宅借入金等特別控除を受ける人で、申告相談をされていない人は、町の申告会場では受け付けできませんので、直接、税務署で確定申告をしていただくようになります。

おらほの 納 税 教室

確定申告書などを提出する際は、“毎回”マイナンバーの記載と本人確認書類（番号確認書類および身元確認書類）の提示または写しの添付が必要です

- ★マイナンバーカードを持っている人は、マイナンバーカードだけで番号確認と身元確認ができます。
- ★マイナンバーカードを持っていない人は、以下の書類をお持ちください。

番号確認書類	身元確認書類
<ul style="list-style-type: none"> ●通知カード ※1 ●住民票の写しまたは住民票記載事項証明書（マイナンバーの記載があるものに限り）などのうち、いずれか1つ 	<ul style="list-style-type: none"> ●運転免許証 ●公的医療保険の被保険者証 ※2 ●パスポート ●身体障害者手帳などのうち、いずれか1つ



- ※1 「通知カード」は令和2年5月25日に廃止されていますが、通知カードに記載された氏名、住所などが住民票に記載されている内容と一致している場合に限り、引き続き番号確認書類として利用できます。
- ※2 被保険者証の写しを添付する場合、写しの保険者番号および被保険者記号・番号部分にマスキング処理（番号などが復元できない程度に黒マジックペンなどで塗りつぶすこと）をしてください。

令和4年度 町民税申告相談受付日程

★受付区分（世帯の収入の種類によって、受付区分が異なり、受付日を指定しています）

受付区分 A	漁業や農業、自営業などの事業収入があり、事業収入の合計金額が100万円未満（1円～999,999円まで）の世帯
受付区分 B	漁業や農業、自営業などの事業収入があり、事業収入の合計金額が100万円以上（1,000,000円～9,999,999円まで）の世帯 ※事業収入の合計金額が1,000万円以上ある人は、翌年以降の消費税申告が必要となるため、税務署で申告してください。町の申告会場で受け付けできません。
受付区分 C	漁業や農業、自営業などの事業収入が全くない世帯 (例) ・給与収入、年金収入のみの世帯 ・受付区分「A」および「B」に該当しない世帯で、土地や建物などの譲渡収入、不動産の貸付による不動産収入などがある世帯
受付区分 D	指定日に来場できない世帯（収入の種類や地区に関係なく受け付けます。） ※混雑が予想されますので、あらかじめご了承ください。

★受付カレンダー（受付会場と受付区分を確認してください。）

会場	日付	曜日	受付区分	対象地区（行政区）等
総合体育館 (バイサイドアリーナ) 文化交流ホール	2月10日	金	C	戸倉地区
	2月11日	土	休み	
	2月12日	日	C	志津川地区（旭ヶ丘、西ヶ丘） ※受付時間は午前9時から午前11時までです。
	2月13日	月	A	
	2月14日	火	休み	
	2月15日	水	B	
	2月16日	木	C	志津川地区（新井田、志津川中央、中央、大森）
	2月17日	金	C	入谷地区
	2月18日	土	休み	
	2月19日	日	C	町内全地区 ※受付時間は午前9時から午前11時までです。
	2月20日	月	C	志津川地区 (沼田、沼田東、東ヶ丘、天王山、天王山中央)
	2月21日	火	休み	
	2月22日	水	B	※受付時間は午前9時から午前11時までです。
	2月23日	木	休み	
	2月24日	金	A	※受付時間は午後2時から午後4時までです。
	2月25日	土	休み	
	2月26日	日	D	町内全地区・全区分対象 ※受付時間は午前9時から午前11時までです。
2月27日	月	C	志津川地区（指定のない行政区）	
2月28日	火	休み		
3月1日	水	A		
3月2日	木	A	※受付時間は午前9時から午前11時までです。	

会場	日付	曜日	受付区分	対象地区（行政区）等
歌津総合支所 検診室	3月3日	金	休み	
	3月4日	土	休み	
	3月5日	日		世帯全員の収入が給与・年金のみの人を対象とした受付日【完全予約制】
	3月6日	月		
	3月7日	火	A	
	3月8日	水	D	町内全地区・全区分対象 ※受付時間は午前9時から午前11時までです。
	3月9日	木	C	歌津地区
	3月10日	金	C	町内全地区 ※受付時間は午前9時から午前11時までです。
	3月11日	土	休み	
	3月12日	日	D	町内全地区・全区分対象 ※受付時間は午前9時から午前11時までです。
	3月13日	月	B	
	3月14日	火	A	
	3月15日	水	D	町内全地区・全区分対象 ※受付時間は午前9時から午前11時までです。

対象となる受付区分の日以外に来場された場合は受付できません。

◆受付時間◆	午前の部	午後の部
	午前9時から午前11時まで	午後2時から午後4時まで

ご注意 ※受付時間を設定している日がありますので対象地区等の欄をよくご確認ください、ご来場願います。
※バイサイドアリーナ（志津川会場）は、施設管理の関係から「午前9時」開館となっております。

町民税務課 税務係 ☎46-1372

南三陸町国民健康保険からのお知らせ

新型コロナウイルスに感染したことによる 傷病手当金適用期間が延長されました

南三陸町の国民健康保険に加入している人が、新型コロナウイルス感染症に感染または感染が疑われた症状で仕事ができなかったことにより、その期間の給与が支払われなかった際には、傷病手当金が支給される場合があります。

支給にあたり審査がありますので、対象の人はお早目に申請をお願いします。

●適用期間

令和2年1月1日から令和5年3月31日の間で、療養のため労務に服することができない期間

●支給対象者

下記の条件をすべて満たす人

■適用期間内に南三陸町の国民健康保険に加入していること

■被用者（所得税法上に規定する給与の支払いを受けている人）であること

■新型コロナウイルス感染症に感染または発熱などの症状があり感染が疑われ、その療養のために労務に服することができず、給与の全部または一部の支払いを受けることができなくなったこと

■労務に服することができなくなった日から起算して3日を経過し、4日目から労務に服することができない期間のうち、就労を予定していた日があること

●支給期間

労務に服することができなくなった日から起算して3日を経過した日（4日目以降）から、労務に服することができなかった期間。ただし、既に就労を予定していた日に限る。



●支給額

直近の継続した3カ月間の給与収入の合計額を就労日数で除した金額×2/3×日数

※1日あたりの支給額には上限があります。

●注意点

・労務に服することができなかった期間に、給与の全部または一部（※傷病手当を上回る額）を受け取ることができる人は対象外です。

・後遺症の影響や、会社の指示で療養期間後に引き続き休業していた期間は対象外です。

・個人事業主（一人親方）、フリーランスなどの人は対象外です。

・シルバー人材センターの配分金は給与などに該当しないため、対象外です。

●申請方法

対象となるかの聞き取りをさせていただきますので、申請を希望する人は、下記の問い合わせ先までご連絡をお願いします。

☎ 町民税務課 医療給付係 ☎46-1373

証明書のコンビニ交付が利用できます

マイナンバーカード（個人番号カード）を利用して全国のコンビニエンスストアなどのキオスク端末（マルチコピー機）から各種証明書（住民票の写し、印鑑登録証明書など）が取得できるサービスです。

便利・簡単



いつでも

午前6時30分から午後11までご利用いただけます。
お昼休みや市区町村窓口の閉庁後（夜間、休日）でも、いつでも必要などにご利用いただけます。
※年末年始は休止します。



どこでも

町内に関わらず、全国どこでも最寄りのコンビニエンスストア店舗内に設置されているキオスク端末（マルチコピー機）より証明書が取得出来ます。



かんたんに

全国のコンビニエンスストア店舗でも証明書が取得出来ます。
証明書が急に必要になった時も、出先の店舗に設置されているキオスク端末から、簡単操作ですぐに取得出来ます。

取得できる証明書

コンビニ交付で取得できる証明書の種類は、以下のとおりです。

- ・住民票の写し
- ・住民票記載事項証明書
- ・印鑑登録証明書
- ・各種税証明書

安心

利用者の多いコンビニエンスストア等店舗でも、個人情報を守ります。

1. 周りの人の目に触れずに証明書が取得できる
2. マイナンバーカードや証明書の取り忘れ防止
3. 通信ネットワークの安全対策
4. 証明書の偽造・改ざん対策



マイナンバーカードの更新について

マイナンバー制度開始当初に個人番号カード(マイナンバーカード)を申請した人は、順次カード内に搭載されている電子証明書の有効期限を迎えます。また、カード申請時に未成年だった人は、カード本体が有効期限を迎えます。ともにカードに記載されている有効期限の3カ月前から更新手続きが可能です(町民税務課および歌津総合支所)。

①マイナンバーカードの有効期限

カードの表面に印字(○年○月○日まで有効)

- ・発行時20歳未満の場合 → 発行日から5回目の誕生日
- ・発行時20歳以上の場合 → 発行日から10回目の誕生日

②電子証明書の有効期限 **カード表面に手書きで記載**

- ・年齢に関わらず、発行日から5回目の誕生日



カード本体の有効期限

電子証明書の有効期限

対象となる人には、満了日の2カ月前に通知が届きますので、カード所有者本人が有効期限内にカードを持参し、役場で更新手続きを行ってください。被成年後見人と15歳未満の人は法定代理人の同伴が必要です。 町民税務課 戸籍住民係 ☎46-1373

免除された国民年金保険料を追加で支払うことができます

老齢基礎年金の年金額を計算するとき、保険料の免除や猶予の承認を受けた期間がある場合には、保険料を全額納付した場合と比べて年金額が低額となります。しかし、免除の承認を受けた期間の保険料については、後から納付(追納)することにより、老齢基礎年金の年金額を増やすことができます。

- 1 追納を行う場合は、申し込みが必要です。
追納の手続きは年金事務所ですべて受け付けします。承認した場合には納付書を発行します。追納の場合は納付書での支払いとなり、口座振替並びにクレジット納付は利用できません。
- 2 追納できるのは、追納が承認された月の前10年以内の免除期間に限られます(例:令和4年12月に追納できるのは平成24年12月分から)。
- 3 承認をされた期間のうち、原則古い期間からの納付となります。
- 4 保険料の免除を受けた期間の翌年度から起算して、3年度目以降に保険料を追納する場合には、承認を受けた当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乗せされます。

※追納額は免除の種類(全額・3/4・1/2免除)により追納額が異なりますので、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 町民税務課 戸籍住民係 ☎46-1373

国民年金だより

20歳になったら国民年金に加入しましょう

20歳を迎えると、様々な権利とともに義務も生まれます。国民年金に加入することもそのひとつです。皆さんのなかには「年金なんて先のことだから関係ない」と思っている人はいませんか?国民年金は、若いときに公的年金に加入し保険料を納め続けることで、年をとったときや病気やけがで重い障害が残った時などに年金を受け取ることができる制度です。

日本国内にお住いの20歳から60歳までのすべての人は、国民年金に加入して保険料を納付する義務があり、年金を受け取る権利があります。

◎加入手続きが必要な人は

学生や自営業者などの人で、20歳になって第1号被保険者となる人(学生、自営業者、農漁業の人、無職の人も含めます)は、住民登録している市区町村で手続きをしてください。公務員、社会保険加入者の人は第2号被保険者となり、勤務先の事業所が加入手続きを行いますので、個別の手続きは必要ありません。

◎保険料は月額16,590円(令和4年度)です

国民年金の第1号被保険者の令和4年度の保険料は月額16,590円です。学生やアルバイトなどの人で収入が少ないために国民年金保険料の納付が困難な場合は、申請をすれば保険料の納付が猶予・免除となる制度があります。

◎保険料の猶予・免除制度について

「学生納付特例制度」は、所得がない学生などの本人の申請により保険料の納付が猶予される制度です。また、学生以外の一般の自営業者の人などは、経済的な理由によって保険料の納付が困難なときに、本人の申請によって「保険料免除制度」を利用することもできます。

※年金についての相談、手続きについては市区町村または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 町民税務課 戸籍住民係 ☎46-1373

償却資産（固定資産税）の申告は1月31日まで

～令和5年1月1日現在の所有状況を申告してください～

償却資産を所有している個人・法人は、毎年1月1日現在の所有状況を、所在する市町村に申告しなければなりません。

- 受付期間：1月4日(水)～31日(火)
(土日、祝日を除く)

※受付初日と月末は大変込み合いますので、お急ぎの人以外は新型コロナウイルス感染症対策の面から、時期をずらしてお越し願います。

- 申告書提出先：役場町民税務課または歌津総合支所
- 提出書類：償却資産申告書および種類別明細書

償却資産とは

漁業、農業などの自営業者、工場、商店、アパート経営などを行っている個人・法人が、その事業のために所有している構築物、機械、装置、工具、備品などのこと（土地、家屋、自動車税、軽自動車税の課税対象を除く）。

業種別の償却資産

- 漁業：漁船、船外機、漁具など
- 農業：農機具、ビニールハウス、耕運機など
- 工場：受変電設備、旋盤、溶接機など
- 小売業：冷蔵庫、陳列棚、レジスターなど
- 不動産業：舗装工事、駐輪場、フェンスなど

太陽光発電設備に係る償却資産の申告

太陽光発電設備は、固定資産税の課税対象となる場合があります。下記に該当する場合は、償却資産の申告が必要です。

設置者	申告が必要となる場合
個人 (住宅用)	家屋の屋根、土地などに発電出力10キロワット以上の太陽光発電設備を設置して売電している場合は、事業用資産となりますので申告が必要です。
個人 (個人事業主)	個人事業主が、その事業のために太陽光発電設備を設置した場合は、売電収入にかかわらず申告の対象となります。
法人	発電出力、売電の有無にかかわらず、事業用資産として申告の対象となります。

※昨年までに申告された個人・法人には、償却資産申告書を送付しています。新たに申告をするために申告書が必要な個人・法人は、町民税務課資産税係まで連絡してください。また、前年中に資産の増減がなかった場合でも、償却資産申告書の所定事項に記入のうえ、必ず申告書を提出してください。

☎ 町民税務課 資産税係 ☎46-1372

南三陸病院職員募集

南三陸病院勤務の職員採用試験を次のとおり実施します。

(令和5年4月1日採用予定。場合によっては、予定日より早く採用する場合があります。)

●募集する職種（人数）

- 看護師（2人程度）
- 看護助手（2人程度）



●受験資格

- 看護師
 - 昭和53年4月2日以降に生まれた者で、免許を有する者または免許の取得が見込まれる者
- 看護助手
 - 平成5年4月2日以降に生まれた者
 - その他、日本国籍を有する者などの事項が受験資格として必要となりますので、詳しくは、病院事務部で配布する採用試験案内または病院ホームページを確認ください。

●試験日および会場

- 日時 2月22日(水) 午後1時30分から
- 会場 南三陸病院 会議室

●試験の内容

- 作文および面接

●申込書類

- 受験申込書（最近3カ月以内に撮影した写真を貼付）
 - 市販の履歴書、健康診断書（就労の可否が判断できるもの）
 - 各職種の免許証の写し（在学中の場合は、卒業見込証明書と成績証明書）
 - 職務に関する経歴書（任意様式）
 - 受験票を送付する封筒（84円切手を貼り宛名を明記）
- ※受験申込書については、病院事務部で配布しているほか、病院ホームページからダウンロード可能です。

●受付期間

- 1月6日(金)～2月8日(水)
- ※受け付けは、平日の午前8時30分から午後5時まで。（郵送の場合は、2月8日(水)必着）

●合格発表

- 3月7日(火)に役場掲示場および病院ホームページに合格者の受験番号を掲示するほか、合格者に通知します。

- 申込先 南三陸病院事務部総務会計係 ☎46-3664
〒986-0725 南三陸町志津川字沼田14番地3

高圧電力利用事業者電気料支援金

新型コロナウイルス感染症や原油などの価格上昇に伴う電気料金の高騰の影響による町内事業者の経営に及ぼす影響を緩和するため、町内の事業用施設で、高圧または特別高圧の電力契約により電力供給を受けている事業者に対して、電気料金の一部を支援します。

●支給対象事業者

次の全ての要件を満たす事業者（法人、個人事業主など）が対象事業者となります。

- 1 町内の事業用施設（店舗、工場、事務所その他の事業所で、所有、管理または占有している施設（国・県・町などの施設を除く））において、小売電気事業者（東北電力(株)または新電力会社）と契約し、高圧または特別高圧の電力供給を受け、かつ、電気料金を負担している事業者
- 2 支給申請時点で町内で事業を営み、かつ、交付申請後も町内での事業を継続することが確実である事業者
- 3 代表者、役員などに暴力団員等が含まれていない者
- 4 町税に滞納がないこと。

●支給対象経費

対象事業者が高圧または特別高圧の電力供給を受けている町内の事業用施設（以下「高圧電力利用施設」という）における、令和4年7月から令和4年11月までの期間に使用した電気料金（小売電気事業者に対し、既に電気料金を支払済のものが対象）

●支援金の額

支援金の額は、高圧電力利用施設における、令和4年7月から令和4年11月までの期間の使用電力量の合計（kWh）×5円で算出した額

ただし、1事業者当たり100万円を上限とします。

●申請期間および申請方法

1月4日(水)～2月10日(木)

窓口での申請としますが、郵送でも申請受付を可とします。

●申請書類

- 1 支給申請書兼請求書（様式第1号）
- 2 高圧電力施設一覧（様式第2号）
- 3 令和4年7月から令和4年11月までの期間の使用電力量および当該電力量に係る契約名義、小売電気事業者の名称、使用場所、契約種別（電圧など）、使用した月、使用電力量、電気料金の額が分かる書類（電気料金請求内訳書、使用電力量のお知らせなど）の写し
- 4 3の電気料金の支払い状況が分かる書類（領収書、振込明細など）の写し。ただし、3の書類で確認できる場合は、添付を省略できるものとします。
- 5 本人確認書類（申請者が法人の場合は、登記事項証明書）
- 6 支援金の振込先に関する情報（金融機関名、口座番号、名義人など）が分かる書類（預金通帳の写しなど）
- 7 町税に滞納がないことを証明する書類（納税証明書など）
- 8 前各号に掲げるもののほか、町長が必要と認める書類

☎ 南三陸町商工観光課 商工業立地推進係
☎46-1385
Eメール：syoukou@town.mimamisanriku.miyagi.jp

農業の物価高騰対策事業を実施します

町では、物価の高騰による農業経営への影響緩和と営農継続を図ることを目的に、次のような支援を実施します。詳しい内容は、町のホームページをご覧ください。農林水産課までお問い合わせください。

【実施事業】

●燃油価格高騰対策支援事業

園芸施設の加温を目的としたA重油および灯油の購入経費の一部として、1リットル当り6円を上限に補助金を交付します。

●肥料価格高騰対策支援事業

国と県が実施している肥料価格高騰対策事業の対象となる販売農家に対し、JA新みやぎを通じて高上げ補助を行います。国と県が実施している事業（高騰額の85パーセント）の残りの15パーセントを交付します。

●飼料等価格高騰対策支援事業

飼料等の価格高騰対策支援として、繁殖牛、肥育牛、

乳用牛および羊1頭当たりの支援金を交付します。1頭当たりの交付額は、繁殖牛8千円、肥育牛・乳用牛10千円、羊3千円で、子牛（生後4カ月未満）は半額となります。

【肥料価格高騰対策事業に係る農業者向け説明会】

開催日 1月25日(水)
時間・場所 ①午前10時から
JA新みやぎ南三陸統括営農センター
1階大会議室
②午後1時30分から
歌津公民館 会議研修室

☎ 農林水産課 農林業振興係 ☎46-1378

南三陸町学校給食費助成金制度のご案内

この制度は、町立小中学校に在学する児童生徒の学校給食費を負担する保護者に対し、その経費の一部を助成することにより、保護者の負担を軽減するとともに、児童生徒の教育を受ける機会の確保を目的として、助成金を交付するものです。

助成の対象

南三陸町に在住で、2人目以降の子が町立小中学校に在学する児童生徒の保護者が対象です。ただし、就学援助（東日本大震災に起因するものを含む）を受給されている世帯は対象となりません。

助成金額

助成金は、毎年度の3月1日までに保護者が負担した在学児童生徒に係る学校給食費の額に対し、次の割合で交付します。

- (1) 在学児童生徒が2人目の子である場合 10分の5
- (2) 在学児童生徒が3人目以降の子である場合 10分の9

申請手続き

手続きの詳細については、2月に在学する学校を通じてお知らせしますので、申請書に必要事項を記入の上、必要書類を添付して学校に提出してください。

☎ 教育委員会事務局 学務係 ☎46-2604

令和5年度 南三陸町育英資金貸付のお知らせ

【貸付内容】

■ 貸付金額

- ① 大学など（専門学校を含む）に在学または入学見込みの人
 - ・月額4万4千円以内
 - ・入学時貸付金50万円以内
- ② 高等学校に在学または入学見込みの人
 - ・学校所在地が町内の場合：月額1万円以内
 - ・学校所在地が町外の場合：月額1万5千円以内

■ 貸付条件

- 貸付利率…無利子
 貸付期間…5年以内（修業年限）
 返還期間…貸付終了の翌年4月から10年以内
 ※貸付者は若干名で、貸付決定者には本人宛に通知します。
 ※貸付者は選考委員会により決定します。
 ※貸付対象の要件を満たさない場合は、貸付ができない場合もあります。
 ※他の奨学金との貸付併用はできません。

【受付期間】 2月15日(水)～3月15日(水)

【提出書類】

- 1 育英資金貸付申請書・育英資金奨学生推薦書
- 2 住民票（世帯全員）
- 3 令和4年分の世帯全員の所得を証明する書類（源泉徴収票、確定申告書の写しなど）
- 4 滞納がないことの証明書
- 5 在学証明書または入学予定を証明する書類の写し（新たに入学する場合は合格通知書等の写し）
- 6 その他教育委員会が必要と認める書類

【提出先】

教育委員会事務局学務係（本庁舎1階）

☎ 教育委員会事務局 学務係 ☎46-2604

南三陸町生活支援商品券は期限内にご利用ください

新型コロナウイルス感染症への新たな支援策として、町が発行している「南三陸町生活支援商品券」の利用期限は、**1月31日(火)**です。

☎ 企画課 政策調整係 ☎46-1371

- 期限後の商品券はご利用いただけません。
- 商品券利用の際にはお釣りが出ませんので、ご注意ください。
- 商品券の譲渡、転売はできません。
- 未使用の商品券を現金と引き換えることはできません。

毎月11日は「南三陸町安全・安心の日」

～1月11日は「家庭内・企業内の防災会議の日」です～

ご家族や社員の皆さんが一同に会する場も多いこの時期に、非常食や飲料水の備蓄の状況、非常持出品の保管場所などについて確認を行いましょ。

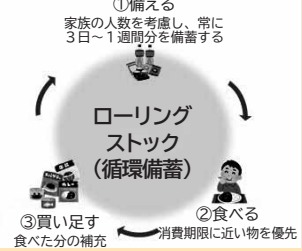
町では、非常食や飲料水などの「3日分の備蓄」を強くお願いしています

町などの公的機関が、町民皆さん全員分の食料（例：1万2千人×3食×3日＝10万8千食。乳幼児向けの対応・アレルギー対策なども必要）や飲料水をあらかじめ保管し、これを迅速かつ確に行き渡らせることには、やはり限界があります。

この機会に、3日分としてどういったものをどのくらい備蓄しているかについて確認し、ご家族や社員の皆さんでその情報を共有しましょう。

大規模な災害の発生時に限らず、停電などの際にも役立ちます。皆様のご理解とご協力を強くお願いします。

ローリングストック（循環備蓄）のすすめ



ご家族や社員の皆さんそれぞれの避難場所・緊急時連絡先なども確認し、情報を共有しましょう。

安全な高台などの避難・集合場所、緊急時の連絡方法・連絡先を確認しましょう

より高い場所・より安全な場所について話し合い、確認しましょう。また、ご家族が仕事に出た後や社員の皆さんが社外に出ている場合に、それぞれが避難を予定する場所などの情報を共有しましょう。

こうした取り組みは、大規模な災害の発生時における迅速な安否確認にも役立ちます。

「減災」は、皆さん一人ひとり、そしてご家庭や企業における取り組みが基本となります。この1年も、「自助」や「共助」としての取組についてよろしくお願いします。

☎ 総務課 危機対策係 ☎46-1376

「北海道・三陸沖後発地震注意情報」の運用が令和4年12月16日から開始されました

「北海道・三陸沖後発地震注意情報」とは、日本海溝・千島海溝沿いで地震が発生し、さらに大きな地震（後発地震）が発生する可能性が通常と比べて高まったと評価された場合に気象庁から発信される情報です。

情報が発信された際には、後発地震の発生に備えて、国や県、町からの呼びかけに応じた防災対応をとります。

北海道・三陸沖 地震・津波に備えを!

M7.0以上の大地震が起きたら…

続いて発生する巨大地震の可能性! 情報で備えを

「北海道・三陸沖後発地震注意情報」2022年12月運用開始

※情報が発信されたとしても、必ず巨大地震が発生するとは限りません。

すぐに避難できる体制の準備を!

巨大地震が発生した場合に、北海道から千葉県にかけての広い範囲で想定される甚大な被害に対し、1週間程度、備えの再確認や迅速な避難態勢の準備を。

すぐに逃げ出せる態勢での確保
非常持出品の常時携帯
緊急情報の取得体制の確保
想定されるリスクから身の安全の確保
日頃からの備えの再確認

内閣府（防災担当）・気象庁

被害想定と防災対策

日本海溝・千島海溝沿いの巨大地震

被害想定	防災対策
<ul style="list-style-type: none"> 最大津波高約30m 最大死者約19万9千人<small>※日本海溝沿いの地震</small> 低体温症死亡リスク<small>※後発地震に限らず突発的に起こる地震でも上記被害が起ころ得ます</small> 	<p>対策で死者8割減</p> <ol style="list-style-type: none"> 津波即避難の徹底 避難ビル等の活用 防寒備品の準備等

想定される津波と震度

日本海溝沿いの地震 千島海溝沿いの地震

津波高 震度分布

内閣府（防災担当）・気象庁

☎ 総務課 危機対策係 ☎46-1376

民生委員・児童委員を ご紹介いたします

12月1日、民生委員・児童委員の任期満了に伴う一斉改選が行われました。次の48名の皆さんが民生委員・児童委員として厚生労働大臣から委嘱されましたので、ご紹介いたします。

南三陸町民生委員・児童委員（任期：令和7年11月30日まで）

担当地区	担当委員	担当地区	担当委員
林・大久保	石田 利子	滝浜・藤浜・長清水・寺浜	阿部 一郎
保呂毛・田尻畑・西復興住宅	石田 美恵子	一区	遠藤 秋木子
西ヶ丘	手塚 雅子	二区・板林	佐藤 秀雄
	及川 あつ子	三区	武澤 伊佐子
旭ヶ丘	首藤 とき江	四区・五区	阿部 里子
小森・双苗	西城 良子	六区・七区	佐藤 とし子
五日町・十日町	梶原 みえ子	八区・九区	佐藤 貞美
志津川中央	阿部 陽子	十区	高橋 由里子
中央	田中 郁子	弘川・上沢・樋の口・中在	山内 美代子
大森	高橋 幸記	石泉	佐藤 ふく子
新井田・沼田・復興住宅	佐藤 友子	萑の浜・寄木	阿部 なを子
天王山中央・復興住宅	阿部 和子	伊里前上	熊谷 健一
東ヶ丘・復興住宅	山本 貴和		阿部 登資郎
天王山・復興住宅	阿部 弥恵子	伊里前下	阿部 和夫
沼田東・復興住宅	遠藤 えり子		畠山 扶美夫
袖浜・平磯	佐藤 素子	館浜	舘寺 俊明
荒砥	遠藤 ゆかり	泊浜	三浦 弘子
清水・大上坊	渡邊 重一	馬場・中山	酒井 徳子
細浦・西田	小山 美和子	名足	阿部 祥子
荒町・西戸	佐藤 あや子	石浜	加藤 いづみ
沖田	阿部 光子	田の浦	佐藤 恵美
宇津野・戸倉復興住宅	佐藤 通	港	及川 文枝
水戸辺・波伝谷・津の宮	三浦 幸子		

南三陸町主任児童委員（任期：令和7年11月30日まで）

担当区域	担当委員
南三陸町全域	沼倉 善子 阿部 美好 小野寺 ひとみ

● 民生委員・児童委員とは？

「介護や虐待などの問題を解決するために、行政や専門機関とをつなぐパイプ役」

「民生委員」は厚生労働大臣から委嘱され、地域の中で、福祉全般にわたり相談や支援を行っているボランティアであり、児童委員は民生委員が兼ねています。また、そのうち3人は児童に関することを専門的に担当する「主任児童委員」として活動しています。さらに町では、「社会福祉委員」「地域包括支援センター相談協力員」も委嘱しています。

民生委員・児童委員は、地域住民のよき相談相手となり、生活に困っている人や身体の不自由な人、ひとり暮らしの高齢の人、ひとり親家庭や育児・健康などの面で援助を必要とする人の悩み事や心配事の相談に応じ、行政や関係機関とのパイプ役として活躍しています。

活動内容 見守り、相談／一人暮らし高齢者世帯の見守り（訪問・電話など）、介護に関する相談、障害者の人の生活上での相談、児童虐待や学校でのいじめの相談など

その他／関係機関との連携、学校への訪問、地域事業への参加、社会福祉協議会との協働事業、社会を明るくする運動啓発活動、全国から訪れる協議会の視察対応、避難行動要支援者登録推進等

● こんなことで困ったときには…

誰に相談したらいいかわからない、近くの人に話しにくいと感じたら民生委員・児童委員に相談を！

暮らしのなかで生じる様々な問題。家族や当事者で解決できればよいのですが、あまり抱え込んでしまうと状況が悪化してしまふことがあります。そんなときは、ぜひ民生委員・児童委員にご連絡ください。

守秘義務 委員には「守秘義務」があり、皆さんの相談内容を他人に漏らすことはありません。

関係機関とのネットワーク 町内には、町民のよりよい暮らしをサポートする様々な機関や制度、サービスがあります。豊富なネットワークを生かしながら、適切な機関へと橋渡しをしていきます。

☎ 保健福祉課 社会福祉係 ☎46-2601

南三陸町ブルーツーリズム事業

未来のために、わたしたちのワンアクションを考えてみませんか？



志津川湾ものしり講座 ダイジェスト版出前講座



町ではブルーフラッグ認証の取得に向け、志津川湾を通して地域の状況を知る様々な講座を開催してきました。参加者からは、「もっとたくさんの人たちに南三陸の海を知ってもらいたい！」「今自分たちにできることを行動にうつしてみたい！」といったご意見を頂きました。

志津川湾で今何が起きているか、知っていますか？
温暖化による海水温の上昇が私たちの暮らしに与える影響や私たちの生活自体が海に影響を及ぼしていることを…今年度5回にわたり開催してきた志津川湾ものしり講座をギュッと凝縮した学びと体験を職場や学校、行政区などの皆さんで学んでみませんか？
そして、志津川湾の未来へのワンアクションを一緒に考えていきましょう。
この美しい自然豊かな環境を、そして海からの恵みを将来につないでいくためにも。

出前講座概要

- 対象 事業所、団体、学校、子供会など5名以上
- 時間 1時間程度
上限回数に達したときは、開催できない場合もあります。
- 受講料 無料
- 開催期間 令和5年4月～12月
- 開催場所 町内に限ります。
- 申込方法 ご希望開催日の3カ月前までに商工観光課観光振興係(☎46-1385)へお電話ください。
- その他 開催日および時間については、講師と調整となり、ご希望に添えない場合もありますことをご了承ください。



申し込み・問い合わせ先
商工観光課 観光振興係 ☎46-1385
メール kankou@town.minamisanriku.miyagi.jp

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、是非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、手ぶらで気軽にお越しください。

今回は、絵手紙に印すゴム印をプレゼントしますので、お早めに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、事前申し込みをお勧めします。

- 作品展日時 2月9日(木)～16日(木) 午前9時～午後4時
- 体験実施日時 2月10日(金) 午後1時30分～3時30分
- 体験申込締切 1月31日(火)
- 募集定員 10名

☎ 戸倉公民館 ☎46-9920



南三陸広報
広告
のご用命は

営業案内
名刺・ハガキ・封筒・DM・シール・各種伝票類
書籍・新聞・パンフレット・アルバム・ポスター
横断幕・チラシ・広報誌・その他各種印刷

トータルプリント
佐藤印刷株式会社
☎ 0226-46-2176
FAX 0226-46-3186
E-mail s-p@eagle.ocn.ne.jp

FAX・メールでの御注文も承ります

楽しく飲んで 安心帰宅
運転代行
お任せください！
運転代行なら

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》1,500円
以降1km毎に200円加算
深夜11:00以降割増料金
※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**

南三陸
311メモリアル
MINAMISANRIKU
311 Memorial

次世代へつなぐ～南三陸の記憶プロジェクト～ 震災前の南三陸の写真を募集しています

みなさんは震災前の街並みをおぼえていますか。

この町で育つ子供たちの未来に、かつてのふるさとの記憶をつないでいくため、街並みの風景に限らず、ご家族や親戚との集合写真、漁業や農業のある暮らしの風景など、ジャンルは問わず“まちの写真”を募集します。ぜひ一緒に南三陸の記憶の1ページを飾ってみませんか。

●提供方法

- ①写真やネガ、データをご持参いただける人
佐良スタジオ（南三陸さんさん商店街内）へお持ち込みください。
☎28-9291 受付時間：午前10時～午後4時30分 定休日：火曜日
※データはSDカードなどに保存されているものに限ります。
- ②データを直接送付したい人
南三陸311メモリアル代表メールアドレスに直接送信してください。
メールアドレス m311m@m-kankou.jp
(QRコードからも送信できます)



●ご提供頂く写真の利用について

- ・現物、フィルム、データなどはその場で複製して返却します。
- ・郵送でのご提供をご希望の場合は、南三陸311メモリアルまでご連絡ください。
- ・南三陸311メモリアルの企画で活用させていただきます。それ以外に使用する場合は、個別に相談します。

プロジェクト主催

南三陸311メモリアル ☎47-2550
(南三陸町観光協会内)

健康 コラム

骨折予防について



新年あけましておめでとうございます。今年は卯年ですので、足にぐっと力を入れてぴよんと飛躍していける、そんな素晴らしい年にしていきたいですね。

さて、高齢者の骨折の原因はどのようなものか思い浮かびますか？実は、重い物を持ち上げようとしたときや、テーブルに少し足をぶつけたときなど、日常生活の何気ない場面でも骨折してしまうことがあります。高齢者が一度骨折してしまうと、治りにくく長期の安静が必要になってしまいます。高齢者の骨折は健康寿命に影響を及ぼすため、今日からできることに少しずつ取り組み、骨を強くできるような心がけましょう。

骨粗しょう症の予防方法

1 食事 カルシウムを多く含む食品（牛乳・乳製品・小魚・緑黄色野菜・大豆製品）
ビタミンDを多く含む食品（魚類・きのこ類）
ビタミンKを多く含む食品（納豆・緑黄色野菜）を摂取しましょう！

2 運動+転倒予防 ウォーキング・ジョギング・グランドゴルフなどがおすすめです。

3 日光浴 太陽の光を浴びると、体でビタミンDが作られます。ビタミンDは骨の形成促進してくれます。1日に1回は戸外で過ごすことを心がけましょう。

4 骨粗しょう症検診 南三陸町では、20歳から70歳の女性を対象に骨粗しょう症検診を実施しています。
健康な骨を維持するためにも、定期的に骨量をチェックすることをおすすめします。



☎ 保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

骨密度の低下

～骨がもろくなってしまう理由～

骨量は男女ともに、20代をピークに40歳以降減少していきます。40歳以降は骨密度が徐々に低下してきます。また、女性は閉経を迎えるとホルモンの影響で骨吸収が高まって骨量（骨密度）が低下します。骨密度が低下すると、骨がもろくなり、骨折しやすい弱い骨構造になり、この状態を骨粗しょう症といいます。骨粗しょう症は高齢者に起こりやすいため、骨折を予防するためにも、骨量や筋力を維持しましょう。

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。
介護用品レンタル・販売。住宅改修。
南三陸町で営業させていただきます。

(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



予約受付中

Now Revealed! CX-60

颯爽誕生! CX-60

本使用の搭載エンジンは4種類
PHEVモデル 海外仕様



有限会社志津川マツダ/マツダオートザム志津川
TEL46-2415-2550

1月の保健行事

保健行事	開催日	受付時間	会場	対象者
3～4カ月児健康診査	13日(金)	12:40～12:50	総合ケアセンター 南三陸	令和4年8月～9月生まれ
2歳半歯科健康診査	18日(水)	12:45～13:00	総合ケアセンター 南三陸	令和2年5月～6月生まれ
3歳児健康診査	20日(金)	12:45～13:00	総合ケアセンター 南三陸	平成31年4月～5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。

*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

1日(日)	小松クリニック(東八幡前)	21-5770
2日(月・祝)	三条小児科医院(田中前)	22-0088
8日(日)	大友医院(三日町)	22-6868
9日(月・祝)	おだか医院(田中前)	22-3210
15日(日)	村岡外科クリニック(田中前)	23-3990
22日(日)	南気仙沼内科医院(内の脇)	25-7412
29日(日)	森田医院(八日町)	22-6633

※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

15日(日)	志津川歯科クリニック	46-5678
--------	------------	---------

●気仙沼市

1日(日)	山谷歯科医院(本吉町新明戸)	42-3577
2日(月・祝)	ハーモニー歯科医院(幸町)	25-8367
3日(火・祝)	皆川歯科医院(赤岩五駄鱈)	22-9611
8日(日)	熊谷歯科医院(八日町)	23-2211
9日(月・祝)	ファミリー歯科医院(田中前)	24-2822
15日(日)	佐藤歯科医院(唐桑町馬場)	32-2309
22日(日)	菅原歯科医院(南郷)	24-1818
29日(日)	田中前加藤歯科医院(田中前)	22-1167

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聴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 1月17日(火) 午前10時～午後1時

●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。

血圧・筋肉量
体脂肪測定など
健康チェックを
してみましょ

まちの健康相談室
「ぽかぽか」

保健福祉課 健康増進係
☎46-5113

ひきこもり家族会

お話ししたことが誰かに漏れることはありませんので、安心してお話してください。

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 2月8日(水) 午後1時30分～3時
- 場 所 気仙沼保健福祉事務所(気仙沼保健所)
- 対 象 者 おおむね18歳以上のひきこもりの人がいる家族
- 予約期限 2月2日(木)

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、お申し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 ☎21-1356

こころの健康相談

～ひとりで悩まず相談してみませんか?～

眠れない、イライラする、気持ちが落ち込んで、人とうまくかかわれない、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。

- 相談場所 総合ケアセンター南三陸
- 日 時 ①1月17日(火) 午後2時～4時
予約期限 1月10日(火)
②2月9日(木) 午後2時～4時30分
予約期限 2月2日(木)
- 相談医 光ヶ丘保養園 新階医師

☎ 保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113
気仙沼保健福祉事務所 ☎21-1356 ※2月の相談のみ

宮城県ひきこもり居場所支援モデル事業

マイスペースここてらす出張居場所in南三陸

「あなたが安心して行ける場所」マイスペースここてらすを開設します。
開設時間内であれば、いつ来ても、いつ帰っても良い、自由に過ごせる居場所です。
スタッフや、参加メンバーと交流してみませんか。

- 日 時 1月13日(金)、27日(金) 午前10時30分～午後3時
- 場 所 生涯学習センター(南三陸町志津川字新井田165-1)
- 対象者 ひきこもりの状態にある義務教育終了後からおおむね50歳までの人
※初めて参加を希望する人は、事前に面接をさせていただきます。
- 参加費 無料
- その他 昼食は各自持参となります。

☎ マイスペースここてらす石巻 ☎0225-25-7609 保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

虫歯ゼロの子

3歳児健康診査で、虫歯のなかった子供たちを紹介!



伊澤 遥斗くん



及川かりんちゃん



佐々木香穂ちゃん



佐々木凜桜ちゃん



三浦 一華ちゃん



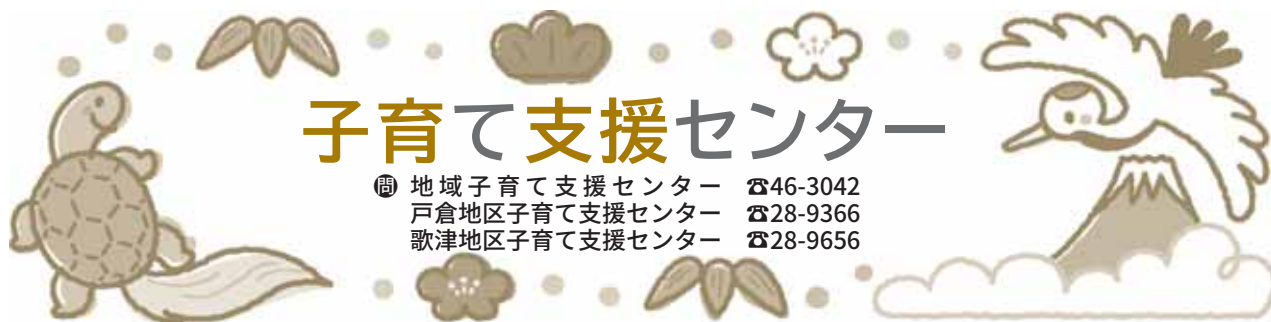
上村 武生くん



千葉 咲良ちゃん



猪又 明くん



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。

あけましておめでとうございます！

良いお年をお迎えになりましたか？今年も、コロナも落ち着き、自由に動き回れる一年になってほしいものです。
 地域・戸倉地区・歌津地区子育て支援センターでは、今年も衛生対策をしっかり行い、安心・安全な遊びの
 場を提供できるよう準備を整え、皆さまのお越しを心からお待ちしております。

地域子育て支援センター

床暖房完備です。寒い季節も
 足元から暖かいので、ハイハイ
 やよちよち歩きのお子さんも安
 心して過ごせます



「上手にできたよ！」
 パチパチパチ〜♪

戸倉地区子育て支援センター

冬休み中は戸倉地区放課後児
 童クラブの小学生と一緒に遊ぶ
 時間も、いろいろな社会性
 が育めます。砂場もあります



「支援センター専用の
 「砂場」であそべるよ！」

歌津地区子育て支援センター

伊里前保育所との共有スペー
 スもあり、雪が降ったら、芝生
 の庭で遊べるかも？



「絵本の時間ですよ〜」

親子体操教室があります！

- 日 時 1月23日(月) 午前10時30分~11時30分
- 場 所 地域子育て支援センター
- 参加費 無料
- 申し込み方法 1月10日(月)から予約開始。直接申込用紙に記入と地域子育て支援センター(☎46-3042)に電話申し込みができます。
- 内 容 乳児(0歳児)からのベビーマッサージと軽い運動機能体操や、ハイハイ・よちよち歩きのお子さんからの運動遊び、大人の時間(ストレッチと有酸素運動)を、阿部純子先生と楽しく行います。ぜひ、ご参加ください。

1月の行事

1月12日(木)	作って遊ぼう (おもちゃ作り)
17日(火)	誕生会
23日(月)	体操教室
26日(木)	栄養士さんと話そう



■施設開放

ご利用前に電話予約をしてください

施設名	開放時間
地域子育て支援センター	午前10時~正午 午後1時~3時
戸倉地区子育て支援センター	
歌津地区子育て支援センター	

行事などの都合で施設開放が変更になる場合があります。ご了承ください。

☎ 保健福祉課 子育て支援係 ☎46-1402

1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	12日(木) 26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	12日(木) 26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	12日(木) 26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
	17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	5日(木) 19日(木)	13:30~15:00	総合ケアセンター南三陸1階相談室	宮城県自立相談支援センター ☎0225-25-7607
	12日(木) 26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
アルコール相談・家族教室	17日(火)	家族教室 13:00~14:10 専門相談 14:30~	気仙沼保健福祉事務所(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。 相談員 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 10日(火)まで	保健福祉課健康増進係 ☎46-5113 気仙沼保健福祉事務所 ☎21-1356
HIV・クラミジア・梅毒検査	第1回 10日(火) 第2回 24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:第1回 6日(金)正午まで 第2回 20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。※事前予約が必要です。	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。

DAIYU HOME CENTER
ダイユーエイト 南三陸店

まだまだ寒い!
暖房用品販売中!!

※写真はイメージです

毎月8のつく日
8日 18日 28日 + 毎週土曜日

税抜3,000円以上お買上げで

ポイント **5**倍

南三陸店 営業時間 あさ9時~よる8時まで

ダイユーエイト南三陸店案内図広告

南三陸海岸IC 至気仙沼 45
中央団地
アップルタウン内
ダイユーエイト南三陸店
コンビニ
志津川中学校 志津川小学校
新南三陸さんさん商店街
志津川IC 398
●薬王堂さん
至石巻 45

〒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

成人フットサル大会 参加チーム募集のお知らせ

仲間づくりと体力向上を目的として、フットサル大会を開催します。奮ってご参加ください。

- 日 時 1月15日(日) 午前8時40分開会
 - 場 所 歌津中学校体育館
 - 主 催 南三陸町体育協会
 - 参加資格 町内に在住または勤務する成人および出身者(中・高校生は1チーム1名まで)
 - 試合方法 5人制の8分ハーフで、リーグ戦またはリンク戦で試合を行います。
 - 参加料 3,000円
 - 申込受付 1月4日(水)～1月7日(土)
 - 代表者会議 1月11日(水) 午後7時(ベイサイドアリーナ会議室)
 - 申し込み・問い合わせ (志津川中央団地「理容ポプラ☎46-3553」
または大会事務局「橋本☎090-1933-0325」まで)
 - その他 定数(10チーム)になりましたら、募集締め切りとなります。
コロナ感染防止のためゼッケンまたはユニホームは、各チームで用意しますが、ゼッケンは主催者からの貸し出しもあります。また室内運動靴を持参し、シンガード(スネあて)を着用してください。
- ※町内にコロナ感染者が複数確認されたときは、大会を中止する場合があります。

仲間を集めて
気軽に参加しよう!



小学生(U12)フットサル大会 参加チーム募集のお知らせ

町内小学生相互の親睦を図り、友情を育む事を目的としたフットサル大会を開催します。奮ってご参加ください。

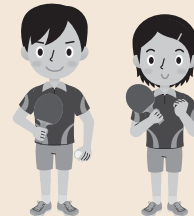
- 日 時 2月19日(日) 午前8時40分開会
 - 場 所 歌津中学校体育館
 - 主 催 南三陸町体育協会
 - 参加資格 町内の小学4年生から6年生(成人の代表者が必要です)
 - 試合方法 5人制の8分ハーフ(リーグ戦またはリンク戦)
 - 参加料 無料
 - 申込受付 1月18日(水)～2月3日(金)
 - 代表者会議 2月8日(水) 午後7時(ベイサイドアリーナ会議室)
 - 申し込み・問い合わせ (志津川中央団地「理容ポプラ☎46-3553」または
大会事務局「橋本☎090-1933-0325」まで)
 - その他 大会当日は傷害保険に加入します。
定数(10チーム)になりましたら、募集締め切りとなります。
コロナ感染防止のためゼッケンは各チームで用意しますが、主催者からの貸し出しもあります。また室内運動靴を持参し、シンガード(スネあて)を着用してください。
- ※町内にコロナ感染者が複数確認されたときは、大会を中止する場合があります。

寒さに負けるな。
南三陸っ子!



第18回 南三陸町卓球選手権大会出場者募集のお知らせ

- 日 時 2月12日(日) 午前9時開会式
(開場および受付は午前8時30分から)
 - 会 場 南三陸町総合体育館「ベイサイドアリーナ」
 - 種 目 ①小学生シングルス ②中学生男子シングルス ③中学生女子シングルス
④高校一般男子シングルス ⑤高校一般女子シングルス
⑥ピンポンの部(未経験者または中学生まで経験者のみ) ⑦男子ダブルス
⑧女子ダブルス
⑨ラージボールの部(ダブルスのみで、事前ペアで申込下さい。ペア抽選はしません。
①～⑧の種目と重複は出来ません)
- ※参加人数により種目内容が変更になる場合があります。(例 中学生も一般の部に入れるなど)
- 参加資格 町内在住者、町内出身者、町内学校出身者もしくは町内に通勤、通学している人、または町内に深く関わりがあり協会長が参加を認めた人で年齢は問いません。
 - 参加料 小学生300円、中学生800円、高校生・一般、ピンポンの部1,200円
ラージボールの部1,000円
 - 締め切り 1月23日(月)
 - 申込先 南三陸町卓球協会 工藤(7.6nitanjyo@gmail.com)
 - 問合せ先 南三陸町卓球協会 会長 工藤(☎090-2980-1341)
- ※町内にコロナ感染者が複数確認されたときは、大会を中止する場合があります。



教えて！
消費生活相談所
アナログ回線に戻す契約の
はずがサポート契約に

あなたのトラブルを解決するてがかりとしてご活用ください。

相談内容

事例 大手通信会社のサポートセンターを名乗る事業者から「アナログ回線に戻さないか」と電話があった。今は誰もインターネットを使っていないので、ちょうどいいと思い契約した。しかしその後、毎月サポート料金として約3,000円引き落とされていることが分かり、確認すると1年縛りでサポート契約をしているとのことだった。解約を申し出ると、今解約するとキャンセル料が発生すると言われた。

相談所から

- ・大手通信会社の名前をだしていても、実際は関係のない事業者が勧誘をしているケースがあります。勧誘を受けた事業者名をしっかりと確認しましょう。
- ・知らないうちに、回線の切り替えには必要のないサービスの契約を結んでいるケースもあります。勧誘を受けた際は、費用やサービス内容、解約条件などをよく確認し、必要ないと思ったらきっぱり断りましょう。
- ・光回線をアナログ回線に戻す場合には、現在の契約先や回線事業者に問い合わせましょう。
- ・困ったときは、最寄りの消費生活相談窓口にご相談しましょう。



☎ 消費者ホットライン ☎188 [土・日曜日受付可]

南三陸町消費生活相談所 ☎29-6215 [火・木曜日 午前9時～午後3時]

『ミニ企業説明会』開催のご案内

南三陸町でミニ企業説明会を開催します！
南三陸町内にある企業の話を直接聞くことができ、自分に合う企業と出会うことが出来るかもしれません。
職場体験や面接などへスムーズに進むことが出来ます。
参加無料、服装自由、入退場自由（受け付け有り）、お住まい地域問わず完全予約制。参加企業等詳しくはお問い合わせください。

■開催日時 1月23日(月) 午後1時30分～3時
■会場 ベイサイドアリーナ 会議室
■問い合わせ・申込先 みやぎシゴトサポート
一気仙沼 ☎0120-215-488
※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。
※詳しい内容はQRコードから。



★みなとし★
～南三陸のたからもの～



沢の前館跡

戸倉水戸辺川の北岸、楯火峠（たてびとうげ）からの流れと水戸辺川とが交わる地点を見下ろすように位置する中世の城館跡です。『葛西真記録』と『安永風土記書出』には小山又五郎（おやまたごろう）が城主と記されています。本丸・二の丸の平場のほか、空堀などの遺構が確認されています。沢の前館跡の周辺は楯火峠や大盤峠など、戸倉半島を乗り越えて十三浜・橋浦方面に続く道が交差する場所です。産金の盛んな地帯でもありました。水戸辺川源流部には水戸辺の殿様と女川（旧北上町女川地区）の殿様の境争いの伝説が伝わっており、水戸辺の殿様が敗れたため、現在でも町境が分水嶺を越えて水戸辺側に入り込んでいます。写真は東日本大震災前の平成18年に撮影されたものです。

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

全国どこの処方せんも
受付けています

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

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

YAMAFUJI

ほっと図書館

問 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いたします。

移動図書館車『たんぽぽ号』運行中!



移動図書館を利用する人へ

1月運行地区

11日	水曜日	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
12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
17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
19日	木曜日	名足復興住宅集会所駐車場	10:00~10:45
24日	火曜日	戸倉復興住宅集会所駐車場	
26日	木曜日	入谷復興住宅集会所駐車場	
31日	火曜日	松崎団地	

2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
21日	火曜日	戸倉復興住宅集会所駐車場	
22日	水曜日	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
24日	金曜日	入谷復興住宅集会所駐車場	10:00~10:45
28日	火曜日	松崎団地	

※滞在時間は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。
※悪天候などで運行が中止になる場合がありますので、「ご了承ください」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。



- 入谷ひがし幼稚園 4歳 須藤 陽 奈さん
- 志津川保育所 4歳 菅原 蓮さん
- あさひ幼稚園 5歳 鈴木 千 惺さん
- 志津川保育所 6歳 佐々木 萌 衣さん
- 伊里前保育所 6歳 阿部 健 盛さん
- 志津川小学校 1年 鈴木 木 大 惺さん
- 名足小学校 4年 及川 杏 心さん
- 入谷小学校 4年 熊谷 颯 暖さん
- 伊里前小学校 5年 千 葉 棕 喜さん

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償)をしていただくことがありますのでご了承ください。

年始の休館日 1月4日(水)まで
※「学習室」「閲覧室」の利用はできません。

1月図書館休館日のお知らせ
10日(火)・16日(月)・23日(月)・30日(月)
※「学習室」「閲覧室」を午前9時から午後5時まで開放しています(学生のみ)。

子どもの本移動展示会

期間 1月14日(土)~2月5日(日)
※宮城県図書館から届いた令和3年度発行の児童書・絵本の展示を行います。

お知らせ 蔵書点検による臨時休館について

期間 2月14日(火)~2月17日(金)
※2月13日(月)は通常の休館日です。

図書館からのお願い

生涯学習センターでは、職員全員で新型コロナウイルス感染予防に取り組んでおります。引き続き入館時には・マスク着用・手指消毒・検温のご協力をよろしくお願いいたします。

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よいレベルアップを目指します。ベイサイドアリーナで、いっしょにたのしく練習しよう！

【時 間】水曜日

幼児コース 午後4時30分～5時30分

【料 金】1カ月4,400円(税込)

【持 ち 物】指定着(スクール申し込み時に購入、体験時は運動着可)、タオル、飲み物

【申し込み】1月の実施時間内で無料体験受け付け中(お一人様1回限り、先着定員あり)

※参加予約は電話受付可、詳しくはお問い合わせください。

●トレーニング室

新しい年となり、簡単な運動から健康習慣を始めませんか？

【時 間】平 日：午前9時～午後8時30分

土日祝：午前9時～午後6時

【対 象】高校生以上

【持ち物】トレーニングウェア、室内シューズ持参

【料 金】1回300円

※初めてでもスタッフがやさしくサポートしますので、安心してお越し下さい。

●各種「健康教室」も開催中

【日 時】毎週木曜：いきいき運動健康塾
午前11時～11時40分

『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。』

【日 時】月曜：ヨガ 午後6時50分～7時30分
木曜：デトックスヨガ

午後6時50分～7時30分

『カラダメンテナンスをはじめませんか?』

【料 金】1回550円

【持ち物】動きやすい服装、タオル、飲み物

※初めての方も大歓迎です。運動を始めるきっかけづくりに気軽にお越しください。

★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下さい。

中学生以下のアリーナ利用は、無料でご利用いただけます。

★テニスコート(午前9時～午後5時)の利用受付は、事務所でいきます。

★施設休館日：毎週火曜日

(年始休館日は1月3日(火)まで)

※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。

問 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、多目的運動場、野球場

冬季休業のお知らせ

12月24日から令和5年3月20日頃までは、冬期休業予定となります。

※降雪などで前後する場合があります。お問い合わせください。

●アリーナ(要予約)

【料金】2時間まで1,100円

(2時間越える毎550円追加)

【備品】卓球台5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)

●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

【営業日】金・土・日曜日

【利用時間】午後2時～9時

【料金】大人300円 高校生以下200円

【お風呂の日】毎月第3金曜日

※お一人100円でご利用になれます。

※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、徹底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。

問 平成の森管理事務所 ☎36-3115

午前8時30分～午後5時

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。



◎田の浦
鈴木 邦夫さん
(昭和10年11月2日)



◎清水
渡邊 榮記さん
(昭和10年11月4日)



◎館浜
浅野かめよさん
(昭和10年11月6日)



◎上沢
及川 喜悦さん
(昭和10年11月8日)



◎名足
三浦すゑ子さん
(昭和10年11月10日)



◎泊浜
阿部 布子さん
(昭和10年11月11日)



◎林
三浦 惇さん
(昭和10年11月14日)



◎蕪の浜
阿部 榮七さん
(昭和10年11月15日)



◎旭ヶ丘
須藤きみ子さん
(昭和10年11月15日)



◎宇津野
佐藤 昭夫さん
(昭和10年11月16日)



◎五区
西城 新市さん
(昭和10年11月16日)



◎石浜
佐藤 橘雄さん
(昭和10年11月18日)



◎伊里前下
及川 美栄さん
(昭和10年11月20日)



◎五区
菅原 幸子さん
(昭和10年11月23日)



◎伊里前下
佐藤しわ子さん
(昭和10年11月26日)



◎名足
阿部とみ子さん
(昭和10年11月27日)



◎西ヶ丘
佐藤 光雄さん
(昭和10年11月28日)



◎中央
小野寺良子さん
(昭和10年11月28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. 80
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80弾

Door
to
Nature



● しぜんへの
とびら
ドアの向こうは…?

受付スタートは
第1土曜日!

あそぼう
学ぼう
自然とともに

申込方法

左記QRコードから申込専用サイトへ接続し、お手続きください。サイト内には各プログラムの詳細が掲載されており、内容は更新されていきます。また、下記URLからもつながります。
Select-type.com/rsv/?id=RUGvrMFxTxQ

開催予定のプログラム

(開催時期や内容は変更になる可能性があります。)

1月

- ・1月7、8日 お正月企画
- ・1月14日 アウトドア料理体験
- ・1月29日 北上川野鳥観察



毎月開催

坂本海岸ビーチクリーン
北上川砂浜クリーン
焚き火カフェ、ピースコーヒークラブ

各プログラムの日時や持ち物などの詳しい内容は、申込専用サイトに掲載します。また、掲載されていないイベントの開催が急ぎよ決まる場合があります。その場合はビジターセンターのホームページやFacebook、申込専用サイトで募集をさせていただきます。ご了承ください。

南三陸・海のビジターセンター

〒986-0781 南三陸町戸倉字坂本21-1
受付：午前9時～午後4時30分 火曜日休館
TEL：25-7622
メール：center@kawatouminovisitorcenter.jp

Eメール



WEB



Facebook



戸籍のまど

令和4年11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
寄木	畠山 浩人 後藤 正子	藤浜
天王山中央	軍司 太愛 伊藤 真	福島県郡山市

お誕生おめでとう

行政区	氏名	保護者
荒東	熊谷 龍斗	純平・友美
上沢	及川 詩桔	秋生・聖実
石泉	佐藤 佑湊	一也・茜
津の宮	佐々木 侑真	大堯・菜摘
藤浜	後藤 海翔	拓也・由喜

お悔み

行政区	氏名	満年齢
沼田東	石田 かつ子	84歳
港	小野寺 京子	80歳
伊里前上	千葉 孝浩	51歳
伊里前上	阿部 満江	90歳
西ヶ丘	佐々木 茂子	76歳
沼田東	千葉 昭六	91歳
七区	三浦 さだ子	77歳
新井田	佐藤 貴司	78歳
伊里前上	三浦 盛	88歳
伊里前下	佐藤 康	63歳
長清水	阿部 イワ子	96歳
八区	佐藤 たつこ	94歳
四区	阿部 かのえ	100歳
伊里前下	千葉 かつ子	94歳
伊里前下	阿部 幸子	82歳
大森	西城 きよ子	90歳
旭ヶ丘	熊谷 智子	93歳
石泉	及川 オナカ	93歳
伊里前上	三浦 かの子	79歳

人口のうごき

	男	女	計	世帯数	出生	死亡
11月末現在	5,920	6,074	11,994	4,458	5	21
前月比	-6	-25	-31	-2	3	11

庄内の風

様々な分野で活躍 庄内町地域おこし協力隊 活動報告会

12月2日(土)、余目第四まちづくりセンターで、庄内町地域おこし協力隊の活動報告会が開催されました。

庄内町には5人の協力隊があり、それぞれ、「タチラボ」と呼ばれる6次産業施設で地域ブランドを創出、町の特産品トルコギキョウ試験圃場の管理・運営、清河八郎の生まれ故郷である清川地区で歴史を伝えるヒストリアキュレーター、町直営の温泉施設「月の沢温泉北月山荘」の総支配人、「音楽って楽しい」を伝える音楽推進活動を行っています。同会は、活動に対しての現状や課題、これからの展望を発表する機会のほか、隊員がお世話になっている方へ感謝を表わす場となることを目的に開催されています。

当日は、会場に約60人が集まったほか、動画配信サイトも活用し、会場に来られない人にもオンライン上で参加できる形で開催しました。また、各協力隊員にゆかりのある人たちから協力隊一人ひとりへ「地域に根づき、地域力を高める戦力になっている」「これからも一緒に力を合わせて活動していこう」などと応援メッセージが贈られました。



森里海ネイチャーだより 南三陸の海の恵み

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「南三陸青少年少女自然調査隊」のメンバーが、湾内の魚の調査を行いました。今回は釣りによる漁獲調査です。9月に、環境DNA調査（海水中に含まれる魚のDNAを分析して魚の種類を調べる方法）で湾内の魚類相を調査したので、今度は実際に採集しての調査です。

波伝谷漁港から漁船に乗り込んで出港し、沖に出た釣りで。大きなカレイや、アイナメ、ハゼの仲間などが次々と釣れて、船の



上は大にぎわいでした。フグの仲間が多くてすぐにテグスを切られてしまったり、小アジがたくさん釣れたり、南三陸の海の環境変化も感じる事ができたようです。この日確認できた魚は全部で8種類。釣れた魚はその日の晩ご飯となり、五感を通して南三陸の海の豊かさに触れた一日でした。

☎ 南三陸町自然環境活用センター ☎25-9703

今月の Smile



小畑 ^{あいと}愛翔くん (㊟荒町下)

令和4年4月26日生まれ

日に日に変わる表情にいつも癒されています。
これからもいっぱい食べて、いっぱい飲んで、
すくすく元気に育ってね！！
生まれてきてくれてありがとう。

友喜・匡代