



第57回全国三ニバスケットボール大会
宮城県予選優勝!
創部50年目にして
初の全国大会出場!!

令和7年度南三陸町 二十歳の 輝き式典

南三陸町二十歳の輝き式典が1月11日(日)、南三陸町スポーツ交流村文化交流ホールで開催されました。今年、平成17年4月2日から平成18年4月1日生まれが対象で、110人(男50人、女60人)が大人として新たな節目を迎えました。

式では、多数の来賓の前で感謝の気持ちを忘れず、未来に向かって前進することを宣言。社会人としての自覚と責任を胸に、新たなスタートを切りました。二十歳の皆さん、おめでとーございます。



これから仕事を
頑張りたい

西城美空さん

恥のない行動を
心掛け、医療の勉強
をしていきたい

佐々木航雅さん

心理学を活かし、
立派な公務員になる

阿部遥佳さん

少しずつでも親孝行
していきたい

近藤伍哉さん

作業療法についての
勉強を頑張る

及川愛結さん

多くの人の模範や
憧れになりたい

浅野琥二郎さん



- 1 記念撮影志津川・戸倉・入谷地区（男子）
- 2 記念撮影志津川・戸倉・入谷地区（女子）
- 3 記念撮影歌津地区（男女）
- 4 実行委員会の皆さんと挨拶をする実行委員長の畠山興斗さん
- 5 司会を務めた三浦美咲さんと加藤穂香さん
- 6 町民憲章を唱和する近藤伍哉さんと金野麗央さん
- 7 お祝いの記念品を受け取る佐藤乙さん（お祝いの記念品は南三陸杉を使用したスマホスタンドとコースター）
- 8 「誓いのことば」の言葉を述べる浅野琥二郎さん
- 9 「二十歳の抱負」の言葉を述べる澤田海音さん
- 10 梁川英治さんによる記念講演
- 11 花束を渡す菅原大斗さん

新成人 8人に聞いた 20歳の夢・目標

勉強を糧にドレス
スタイリストとして
頑張る

建築を通して暮らしや
地域と向き合いたい

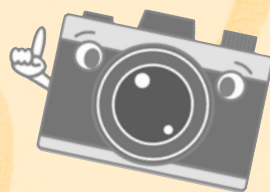


小野寺円さん



及川莉央さん





みな
レポ

百寿のお祝い 渡邊よしのさん(㊤荒西)



12月22日(月)に百寿を迎えたよしのさんに、町からお祝い金と花束が贈られました。

戸倉地区出身のよしのさんは、若い頃は県外の農家へ働きに出たり、結婚後は家業であるのり問屋のお手伝いをするなど、精力的に働いていたそうです。昨年体調を崩されるまでは、畑仕事を趣味として草刈りでも何でも自分で行うほど、活発に活動されてきました。

ご長寿の秘訣はよく食べよく動くことと言い、好き嫌がなく3食欠かさず食べ、畑仕事や散歩が出来なくなった現在も、洗濯物をたたんだりなどのお手伝いを行っているそうです。

お子さんが4人、お孫さんが7人、ひ孫さんも12人いらっしゃるそうで、ご家族もきつとご長寿を喜んでいることでしょう。

よしのさん、いつまでもお元気で。百寿おめでとうございます。

「南三陸冬の三大祭り」 第1弾!!



12月29日(月)、志津川仮設魚市場を会場に「第35回ラムサール志津川湾おすばで祭り」を開催しました。

南三陸町の年の瀬の一大イベントであるこの祭りは、「酒の肴・つまみ」を意味する「おすばで」をテーマに、年越しやお正月に欠かせないタコ、アワビ、ホタテなどの志津川湾の恵みを受けた特産品が得値で販売されました。

朝7時半という早い時間にもかかわらず、開催時間前から500人ほどが並び、当日の来場者は約6,000人となりました。

冬の三大祭りの牡蠣祭りは2月15日(日)開催(予定)となっています。

志津川ミニバス全国大会出場!



12月26日(金)から28日(日)に行われた「第47回宮城県民体育大会バスケットボール・ジュニアの部兼第57回全国ミニバスケットボール大会宮城県予選」において、男子の部に出場した志津川バスケットボールスポーツ少年団が見事優勝を果たし、全国大会出場を決めました。

決勝では石巻ブラックブルズと対戦し、57対42で勝利しました。1月14日(水)には町役場で優勝報告会が開催さ

れ、選手からは「チーム一丸となって、課題点はその都度話し合い、初戦から良い流れをつかむことができた結果、優勝することができた」と熱い言葉で話してくれました。

町長からは健闘を称える祝辞が述べられ、今後の活躍に期待が寄せられました。

夢大使紹介②①



若 林 直 子 氏

ベイズタワー＆ガーデンPR
コンサルタントソーシャル
ピーアール・パートナーズ(株)
一般社団法人社会調査
支援機構チキラボ理事

私の南三陸町とのご縁は、東日本大震災でした。

2011年4月から日本ユニセフ協会東日本大震災緊急支援本部宮城フィールドオフィスの広報官として、南三陸町の支援に入り、乳幼児研修、子どもの心のケア、そして町で唯一の幼稚園であるあさひ幼稚園が津波で流され、再建することになり、そのプロジェクトのために、2013年1月までの間、毎日のように仙台の拠点から南三陸町に通い続けました。

2013年1月に東京に戻った後は、佐藤仁町長（当時）からのご依頼で、毎年成人式でのゲストスピーカーをご紹介したり、東京や関西から友人などに声をかけ、南三陸町へのツアーを企画したりしていて、現在まで南三陸町とのご縁が続いています。

お連れする方皆さんが「すっかり南三陸町に魅了された」と仰る理由は、やはり町の皆さんのあたたかさ、明るさです。震災の時から、皆さん、言葉では言い尽くせないほどのお辛い思いを抱えながらも、「前を向いてみんなで頑張っていこう」という気持ちで進まれている、支援をする私たちのほうが励ましていただいたような気がします。

これからも、ずっと南三陸町に通い続け、震災後からこれだけ素晴らしい街づくりをされてきた町だよ、ということをもっと多くの人に伝え続けていきたいと思っています。

夢大使紹介②②



王 嘉 暄 氏

国立嘉義高級中学
日本語クラス講師

南三陸とのご縁は、2018年から始まりました。

初めて嘉義高校日本語クラスの高校生たちを引率し、2週間の海外研修に訪れたのがその始まりです。現地で触れた人々の温かさや心のぬくもりは、彼らがその後、日本留学を目指して努力を重ねる大きな原動力となりました。

当時一緒に渡航した17人の男子生徒のうち、現在では10人が日本で留学しています。

また、日本各地で留学している先輩たちは、夏休みになると南三陸に集まり、再会を果たしています。時には、自分たちからホームステイのお母さんに会いに戻ってくることもあり、その絆は年々深まってきました。

南三陸は、嘉義高校日本語クラスにとっての「原点」でもあります。毎年、海外研修団に参加することは生徒たちにとって大きな目標となり、その思いは代々の後輩たちへと受け継がれ、夢に向かって進む力を与えています。

私たちにとって南三陸は、何ものにも代えがたい、大切な場所です。

おらほの



教室

～町県民税申告は3月16日まで～

1月に「町県民税申告のご案内」を各世帯にお送りしています。同封した「町県民税申告の手引き」と「申告チェックリスト」をご覧ください、申告が必要な場合は、期限内に申告をお願いします。受付日は世帯の収入の種類やお住まいの地区によって異なりますのでご注意ください。

なお、事業収入（漁業や農業、営業）や不動産収入がある場合は、必ず「収支内訳書」をあらかじめ作成してから来場してください。

Q 収入がなくても申告は必要なの？

収入が全くない場合や非課税所得のみの場合、町県民税が課税されることはありませんが、申告をしないと、町で所得の情報が把握できず未申告の扱いとなります。

役場で取り扱う行政サービスには、所得の情報を用いて審査・算定するものが数多くあります。このため、収入が全くない場合や遺族年金や障害年金などの非課税所得のみの場合（配偶者控除の対象または家族の扶養となっている場合を含む）でも**必ず申告を行ってください**。

●**手続方法** 「収入のない旨の届出書」の提出をお願いします。

●**提出方法** ・世帯のどなたかが町の申告会場で申告する場合…申告会場に提出
・町の申告会場で申告する世帯員がいない場合…町民税務課または歌津総合支所に提出

Q 年金収入のみでも申告は必要なの？

国民年金や厚生年金などの公的年金収入がある場合は、年金支払者（日本年金機構など）から役場に対して「公的年金等年金支払報告書」が提出されるため、申告をしなくても未申告とはなりません。

ただし、公的年金収入の合計金額が次に該当する場合で、源泉徴収票に記載されている控除以外の控除を追加する場合や、源泉徴収されている所得税の還付を受けるためには申告が必要です。

①65歳以上の場合（昭和36年1月1日以前生まれ）⇒ 年金収入が148万円超

②65歳未満の場合（昭和36年1月2日以降生まれ）⇒ 年金収入が98万円超

※複数の年金を受け取っている場合は、その合計額で算出します。

※上記の金額を超えない場合は、申告は必要ありません。

＊ 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！

国民健康保険税……………第9期

介護保険料……………第8期

後期高齢者医療保険料…第8期

納付期限
3月2日(月)

口座振替日
2月25日(水)

東日本大震災南三陸町追悼式開催について



今年は、東日本大震災発災から15年の節目の年に当たります。東日本大震災により犠牲になられた方々のご冥福をお祈りし、震災の記憶を風化させることなく後世に伝えるとともに、震災からの復興を誓い、町主催による追悼式を開催します。

ご遺族をはじめ、多くの町民皆さんにご参列賜りますようご案内申し上げます。

日 時 3月11日(水) 午後2時45分開式(午後1時30分開場)

場 所 南三陸町総合体育館

- 献花用の花は町で用意しています。香料・供花・供物などをご遠慮ください。
- 臨時駐車場として、ベイサイドアリーナ、病院・ケアセンターの駐車場が利用できます。
- 会場では午後6時まで献花ができます。
- 町民の皆さんには、午後2時46分からの一斉黙とうにご協力をお願いします。
- 感染防止のため、参列される人は、当日の体調確認をお願いします。

☎ 保健福祉課 社会福祉係 ☎46-2601

毎月11日は「南三陸町安全・安心の日」

～2月11日は「自主防災組織の体制を確認する日」です～

■ 自主防災組織は、自発的に自分たちの町、自分たちの地域・隣人を守り合うため組織です。

緊急時における連絡方法や自らの役割について確認しましょう

災害発生時には、避難などの自身の安全確保といった「自助」に続き、ご近所や地域における「共助」が大切です。

平時から、良好な近所づきあいを保ち、自分たちの地域を自分たちで守る体制づくりに取り組み、地域の皆さんが「自分が活動する」という自覚を持つことが大切です。それぞれの役割を明確にし、確認しておくことも緊急時の活動を円滑に進めるうえで役立ちます。

また、地域包括支援センターなどと連携を図り、自力で避難することが難しい人への対応も検討しましょう。



■ 自主防災組織における備蓄や防災資機材の適正な維持管理のための確認をしましょう。

備蓄や防災資機材の保管場所、使用方法などについて確認し、情報を共有しましょう

備蓄や防災資機材も緊急時に利用できなければその効果を発揮しません。

備蓄してある物やその量、備蓄場所の確認を行い、その情報を共有しましょう。特に防災資機材については、できる限り多くの人々が実際に使用して、使用方法を身につけていただくようお願いします。

定期的に使用することで、資機材の点検にもなります。

☎ 総務課 危機対策係 ☎46-1376

看護・介護学生等修学資金貸付

町では、看護師などの資格を取得するため、学校または養成所に在学する人に対し、修学資金を貸し付けます。

●貸付対象者

次の資格を取得するための学校または養成所に在学する人（入学予定者含む。）で、**修学後、将来町内において保健・医療・福祉の仕事に従事しようとする意思のある人。**

【資格名】看護師、保健師、介護福祉士、（その他保健・医療または福祉に関する資格などのうち、町長が特に必要と認めるもの。）

●貸付金額

月額75,000円以内

●貸付条件

- ・貸付利子 無利子
- ・貸付期間 5年以内（修学年限）
- ・償還期間 貸付終了の翌年4月から10年以内

●申込方法

必要書類を保健福祉課まで提出してください（郵送または持参）。申請書は、保健福祉課および歌津総合支所に備え付けている他、ホームページからダウンロードできます。

●申込期間

3月2日（月）～13日（金）

☎ 保健福祉課 社会福祉係 ☎46-2601

令和8・9年度 競争入札参加資格審査申請の受け付けについて

令和8・9年度に町が発注する建設工事、測量・建設コンサルタントなどおよび物品・役務などに係る競争入札の参加資格の登録を希望する事業者を受け付けています。

受付期間 2月20日（金）まで

受付要項および様式 町ホームページに掲載しています。

受付方法

インターネットを利用した電子申請となります。書類での提出は不要です。
申請書や申請に必要な書類は、インターネットの専用申請サイトにアップロードして提出してください。

※インターネット環境がないなど、やむを得ない事情により電子申請ができない町内事業者に限り、紙媒体での申請を可能とします。その際は、事前にご連絡ください。
※申請に当たり、申請システムの利用料が必要になりますが、町内事業者および準町内事業者（委任先が南三陸町内にある事業者）は、システム利用料金の支払いは必要ありません。

詳しくは、町ホームページをご確認ください。

☎ 総務課 財政係 ☎46-1370

南三陸町公式LINEの配信を始めます

令和8年2月中に、公式LINEの配信を始めます。

公式LINEでは、町からの情報を皆さんにお知らせすることを主な目的としており、イベントや災害、町政などの情報を配信します。

ぜひ、「友だち」に追加してご活用ください。

また、公式LINEでは、個人情報などの取り扱いについて、関係法令を遵守し、適切に取り扱います。



友達登録はこちらから

☎ 企画課 企画情報係 ☎46-1371

南三陸町の 地域おこし協力隊を 紹介します

地域おこし協力隊とは…

地方自治体からの委嘱を受け、地域の魅力発信や特産品の開発、住民の生活支援など様々な角度から地域を活性化させる活動に取り組む都市部からの移住者です。

本町では、町内の活動実績のある事業所・団体が直接雇用する「雇用型」という方法を採用しており、各事業所にて様々なミッションに取り組んでいます。



●所 属：南三陸ワイナリー株式会社

●名 前：伊澤 領子

●出身地：宮城県仙台市

●着任年月日：2025年5月1日

ミッション ワイナリーを通して地域への来訪者増加と交流機会の創出

南三陸ワイナリーにはボランティアがきっかけでご縁ができました。その中で、南三陸町の豊かな自然や地域資源を活かした町づくりに触れる機会があり、地域の方々が一丸となって町づくりに取り組んでいる姿に、南三陸町に魅力を感じました。ワイナリーを通して、この町の取り組みやそこに携わる方々の熱意、豊かな食・農・海・山…それぞれの魅力を多くの方に知っていただきたいです！



●所 属：一般社団法人南三陸町観光協会

●名 前：金野 正史

●出身地：岩手県大船渡市

●着任年月日：2025年10月1日

ミッション アウトドア資源を活用した滞在型観光コンテンツ創出事業

これまで様々な機会を通じて南三陸町を訪れる中で、町の食の豊かさや自然の奥深い魅力に触れ、この地域で働きたいという思いを強く抱くようになりました。採用にあたって掲げられた「地域に点在するアウトドア資源を線で結び、南三陸ならではのストーリーをもつ滞在型観光コンテンツとして創出し、新たな顧客を獲得する」というミッションを軸に、現在はその実現に向けて日々活動しています。まだ着任して間もない立場ではありますが、3年後の目標達成を見据え、地域の皆さまと協力しながら少しずつ前進していきたいと考えています。

お知らせ

●南三陸町地域おこし協力隊活動報告会の実施について

南三陸町で精力的に活動が続けている「地域おこし協力隊」の隊員たちが、日々の活動の成果や、地域での経験、そして今後の展望について発表する活動報告会を開催します。

町民の皆さん、活動にご関心のある人はもちろん、どなたでもお気軽にご参加いただけますので、ぜひこの機会に隊員の活動への想い、地域への想いを聞いてみてください。

皆さんのご来場をお待ちしております。

【日 時】2月18日(水)午後3時～5時

【場 所】南三陸まなびの里 いりやど(研修室)

【参 加 費】無料

【申し込み】不要



【発表者】

- ・伊澤領子(南三陸ワイナリー 株式会社)
- ・大槻麻那(さとうみ羊牧場 株式会社)
- ・菊池 優(一般社団法人 南三陸町観光協会)
- ・金野正史(一般社団法人 南三陸町観光協会)
- ・黒瀬 開(有限会社 山藤運輸)
- ・西城俊行(株式会社 三陸ダイニング)
- ・丹菊龍也(一般社団法人 南三陸研修センター)
- ・星 空之介(一般社団法人 サスティナビリティセンター)

※名前昇順

ふるさと納税返礼品提供事業者説明会・ 個別相談会を開催します

お気軽に
ご参加ください!

町では、町内に事業所・工場・加工場などをお持ちの事業者様(個人・法人問わず)を対象に、ふるさと納税返礼品提供に係る説明会と個別相談会を開催します。

説明会では、ふるさと納税の現状や令和8年10月の制度改正に向けた内容、今後の取り組みなどの説明を行い、個別相談会では事業者様の相談事項、新規返礼品についての相談などを行います。

今後、新規で返礼品提供事業者として登録を考えている事業者様も参加可能ですので、多くの事業者様の参加をお待ちしています。

日 時 2月13日(金) 事業者説明会：10時～正午 個別相談会：13時～17時

会 場 南三陸町役場 3階会議室

その他 個別相談会は予約制としておりますので、令和8年2月5日(木)17時まで下記にお電話ください。相談時間は1事業者あたり約30分を目安としています。

※詳しくは町ホームページをご覧ください。

☎ 企画課 企画情報係 ☎46-1371



南三陸町地域公共交通計画に係る パブリックコメント（意見公募）について

町では、令和8年度から令和12年度までを計画期間として、南三陸町地域公共交通計画の策定を進めています。

今回、南三陸町地域公共交通計画案をとりまとめましたので、町民皆さまから広くご意見を募集します。

- 募集期間 2月6日(金)～3月7日(土)
- 応募資格 町内に在住または在勤・在学する人、町内に事務所などを有する人
- 閲覧方法 2月6日以降に町ホームページに掲載
- 意見の提出 町ホームページからダウンロードした意見書により、役場企画課へ持参、郵送、ファクシミリ（☎0226-46-5348）または電子メール（plan-ict@town.minamisanriku.miyagi.jp）で提出してください。
※電話や口頭でのご意見の受け付けは対応していませんので、ご了承ください。
- その他 パブリックコメントの注意事項などについては、町ホームページをご確認ください（募集期間に併せて掲載します）。

問 企画課 企画情報係 ☎46-1371

南三陸町国土利用計画および国土強靱化地域計画に係る パブリックコメント（意見公募）について

町では、令和8年度から令和17年度までを計画期間として「第3次南三陸町国土利用計画」を、令和8年度から令和12年度までを計画期間として「第2次南三陸町国土強靱化地域計画」の策定を進めています。

今回、その計画案をとりまとめましたので、町民皆さまから広くご意見を募集します。

- 募集期間 2月17日(火)～3月18日(水)
- 応募資格 町内に在住または在勤・在学する人、町内に事務所などを有する人
- 閲覧方法 2月17日以降に町ホームページに掲載
- 意見の提出 町ホームページからダウンロードした意見書により、役場企画課へ持参、郵送、ファクシミリ（☎0226-46-5348）または電子メール（fseisaku@town.minamisanriku.miyagi.jp）で提出してください。
※電話や口頭でのご意見の受け付けは対応していませんので、ご了承ください。
- その他 パブリックコメントの注意事項などについては、町ホームページをご確認ください（募集期間に併せて掲載します）。

問 企画課 政策調整係 ☎46-1371

3月2日開業予定 **2月21日**
内覧会

うたっファミリークリニック

診療科目 内科、小児科、腎臓内科、訪問診療（在宅看取り）
発熱外来、小児・成人ワクチン、各種健診、産業医 **完全**
《院長》 関 由美加 南三陸町歌津枳沢（国道45号線沿い） **バリアフリー**

田んぼの苗を作っています

毎日の育苗管理が大変な方、私たちに苗作りをおまかせください。

取扱品種	
ひとめぼれ	普通苗 …… 930円
みやこがねもち	発芽苗 …… 680円

※苗引き渡し期間…5月5日～5月25日（AM6:00～AM9:00）
獣害用電気柵販売致します。

志津川水稲育苗組合 ☎070-2015-2918 FAX 0226-25-7136

町職員人事異動（令和7年12月15日付け）

管理職員の人事異動を行いましたので、次のとおりお知らせします。

新役職名	前役職名	氏 名
副町長	副町長（総務課長事務取扱）	三 浦 浩
総務課長 （併）選挙管理委員会事務局書記長	企画課長	岩 淵 武 久
企画課長	商工観光課長	宮 川 舞
商工観光課長	上下水道事業所長	小 野 寺 洋 明
上下水道事業所長	議会事務局次長兼総務係長兼議事調査係長 （併）監査委員事務局次長兼総務係長	小 野 寛 和

毎月実施
しています

ごみの特別受け入れのお知らせ



町では、一般家庭から排出されるごみの特別受け入れを毎月第2日曜日に実施しております。

●令和7年度の特別受け入れ実施日

2月8日（日）、3月8日（日）

●受入れ時間 午前9時～正午

●受入れ場所 南三陸町クリーンセンター（戸倉字脇の沢）

※職員の指示に従って、指定の場所へごみを置いてください。

●手 数 料 可燃性ごみ（50キログラムあたり495円を搬入時に納入願います。）

●取り扱うごみの種類

・一般家庭から排出される可燃性ごみ（布団、絨毯、畳、カラーボックス、衣装ケースなど）

※可燃性ごみは、通常1辺40cm以下の大きさに切ってから搬入する事となっておりますが、特別受け入れに限り（当該日のみ）1辺40cm以下の大きさに切っていない状態でも受け入れます。

※今回の特別受け入れは、可燃性のごみ限定で受け入れます。

不燃性粗大ごみは、平日に通常受け入れを実施していますので今回の特別受け入れは対象外です。

●取り扱えないごみの種類

家電リサイクル法が適用される家電4品目（テレビ、冷蔵庫、洗濯機、エアコン）およびパソコン、産業廃棄物、オートバイ、タイヤなどは持ち込みできません。



☎ 農林水産課 環境係 ☎46-5528

宝くじの助成金で みねはた団地自治会の公園内に 遊具を整備しました



宝くじの社会貢献事業として実施している令和7年度コミュニティ助成事業（一般コミュニティ助成事業）により、みねはた団地自治会の公園内に遊具を整備しました。多世代にわたる地域住民の融和と親睦を深め、明るく安心な地域づくりが期待されます。

☎ 企画課 企画情報係 ☎46-1371



「南三陸町安全安心の日」は町民無料デー

毎月11日（南三陸町安全安心の日）は町民の皆さまであればどなたでも無料でご利用いただけます。

日頃の備え、そして次世代に語り継ぐためにも、ぜひ施設をご活用ください。

※入場の際に受付までお声がけください。

企画展『伝えたかった「ありがとう」』開催中

東日本大震災以来、南三陸町に全国・世界から数多くのボランティアや支援者の皆さまに、長期にわたって繰り返しおいでいただきました。町民の皆さまに、心に残る「あの人」へのメッセージを募ったところ、多くのメッセージが集まりました。

「あのときのあの人」に、私たち南三陸町民から、心を込めて「ありがとう」を贈ります。

■期 間 3月30日(月)まで

みんなの広場スケジュール

企 画 展	期 間	概 要
【毎月第2木曜日開催】 みんなでやってみよう！ 防災すごろく「助け合ってご〜！」	2月12日(木) 10時〜	南三陸町社会福祉協議会とのコラボ企画！ 災害時の備えや助け合いをキーワードに楽しく学べるすごろくワークショップです。ぜひご近所誘いあわせの上ご参加ください。

※みんなの広場企画については、無料でご参加いただけます。



午前9時〜午後4時 《休館日：毎週火曜日》

☎ 南三陸311メモリアル ☎28-9215

企画展『東日本大震災 報道写真展 3.11「あの日から」』開催

南三陸311メモリアル館内（無料ゾーン）にて、読売新聞写真報道部の皆さまによる写真展を開催します。

発災直後から現在までの様子を振り返る写真には、記者たちの思いが込められていますので、ぜひご覧ください。

■期 間 2月18日(水)〜4月末頃

カルチャー講座

～おきなぐらミニ作品展～ 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「絵手紙およびフラワーアレンジメント」講座の受講生による作品展を開催します。

今回の作品展は、身近な景色や彩り、移ろいを絵手紙に表現した作品や、季節の行事を楽しみながら作成したフラワーアレンジメントを展示していますので、是非お越しください。

なお、期間中には「初めての絵手紙体験教室」も2月14日(金)に開催しますので、興味のある人はお気軽にお問い合わせください。

日 時 2月12日(木)〜23日(月・祝) 午前9時〜午後7時

会 場 戸倉公民館 視聴覚研修室



～絵手紙体験教室～ 参加者募集

興味はあるけれど絵を描くことに自信がない、材料費がかかるのが心配など、なかなか挑戦できずにいる人は、ぜひ体験してみませんか。

参加費や材料費は一切かかりません。筆や絵の具などの道具は公民館側で準備しますので、同時開催の作品展もご覧いただきながら、手ぶらで気軽にお申し込みください。

お申し込みされた人には、もれなく手作りの絵手紙用ゴム印のプレゼントがご집니다。

体 験 日 時 2月13日(金) 午後1時30分〜3時30分

体験申込締切 2月4日(水) 募集定員 10名



☎ 戸倉公民館 ☎46-9920

申込書の提出期限：2月27日(金)まで

令和8年度 各種検(健)診の申し込みをお忘れなく!

現在、南三陸町では令和8年度各種検(健)診の申し込みを実施しています。

検(健)診は、自分の健康状態を確認するチャンスです。忘れずに申し込みましょう。

- 検(健)診の申込方法
- ・世帯ごとに申込書を郵送しています。(申込書は一人一枚となっています。)
 - ※詳しくは申込書に同封されている案内冊子をご確認ください。
 - ・提出期限までに次のいずれかの方法で提出してください。
- ①同封の返信用封筒に入れて郵送する。
 - ②ファクシミリ(0226-46-4587)で送信する。
 - ③総合ケアセンター南三陸または歌津総合支所に設置する回収箱へ提出

申込書に記入



期日までに提出



検(健)診前に
受診票が届く



※ご不明な点がございましたら、右記にご連絡ください。

☎ 保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113



食育講演会

いきいきと自分らしく過ごすために、おとなが知っ得、納得なお話が盛りだくさんです。皆さんお誘い合わせの上、ぜひご参加ください。

日時 2月20日(金) 午後1時30分～3時

場所 総合ケアセンター南三陸 2階 大会議室

対象 どなたでもご参加いただけます。 参加費 無料

内容 講演「おとなも大切、食育」

☎ 保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113



仙台白百合女子大学教授
(管理栄養士)

佐々木裕子 氏

依存症関連専門相談・家族教室

専門相談ではアルコール、ギャンブル、薬物などをやめたいのにやめられない人、心配しているご家族や周囲の人からの相談を専門職が受けします。

家族教室ではアルコール、ギャンブル、薬物などをやめられない人のことを心配しているご家族へ、毎回テーマを設定して行っている勉強会です。今回は「望ましい行動を増やす方法・イネープリングをやめること」をテーマに専門職の方から学び、同じ立場の人との話し合いを通して、楽になる方法を考えます。

専門相談、家族教室は両方参加することもできます。

- 日時 2月17日(火) 専門相談 午前11時～11時45分
午後2時30分～3時15分
午後3時30分～4時15分
家族教室 午後1時～2時10分

●場所 総合ケアセンター南三陸

●相談員 東北会病院 鈴木精神保健福祉士

●申込方法 要予約(事前に相談内容をうかがいます)

※2月10日(火)までに下記へお申し込みください。

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



ひきこもり家族会

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



ひきこもりで悩みを持つご家族が集まり、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4日(水) 午後2時～3時30分
- 場 所 気仙沼保健福祉事務所(気仙沼保健所) 2階 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ある家族
- 申込方法 要予約(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ます。) ※1月30日(金)までに下記へお申し込みください。

☎ 気仙沼保健福祉事務所 母子・障害班 ☎21-1356

ひきこもり居場所支援事業

マイスペースここてらす南三陸

「あなたが安心して行ける場所」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 2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ので、事前にお申し込みください。
- 参加費 無料
- その他 昼食は各自持参となります。

☎ 保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

もの忘れ相談



- 日 時 2月19日(木) 午後2時～4時
- 場 所 総合ケアセンター南三陸
- 相談内容 もの忘れや認知症についてご本人やご家族が相談できます。
- 相談医(員) 三峰病院 連記成史 医師 遠藤 真 相談員
- 申込方法 要予約(事前に相談内容をうかがいます)
※2月12日(木)まで下記へお申し込みください。

☎ 地域包括支援センター ☎46-5588

相談日以外でも、もの忘れ・認知症・介護について、どなたでも地域包括支援センターに相談ができます。気軽に相談してみませんか?

FLOR
GELATO ITALIANO
EST. 2011

ローマの味を再現した濃厚ジェラート

■営業時間 平日11:00～17:00
土日祝10:00～17:00
■定休日 3月4日(木)まで 毎週水曜日

さんさんデー(地元感謝DAY)のご案内

毎月「3のつく日」は地元の皆さまへ感謝の気持ちを込めて、「さんさんデー(地元感謝DAY)」を開催!
ジェラートがより一層美味しく感じる季節、ご家族やご友人とゆったりとしたひとときをお過ごしください。

- 対象: 南三陸町・登米市・気仙沼市など、近隣地域にお住まいの方(地元在住の確認として、証明書のご提示のお願い、または口頭でお伺いする場合がございます)
- 詳細: ジェラート1種盛(通常550円)→330円(税込)
※店内イートイン限定 ※お一人様1カップまで
※スベシャル・プレミアムフレーバーは対象外です

南三陸さんさん商店街内
HP <https://florjapan.com/miyagi/>

楽しく飲んで 安心帰宅

運転代行

TEL 090-2367-0107

営業時間 PM7:00～AM0:00

基本料金 《2km》1,500円

宮城県公安委員会認定 第575号

南三陸運転代行社

2月の保健行事

保健行事	開催日	受付時間	会 場	対 象 者
5～6か月児健康診査	24日(火)	12:45～13:00	総合ケアセンター 南三陸 健診室	令和7年8月～9月生まれ
2歳児フッ素塗布	18日(水)	13:00～13:15	総合ケアセンター 南三陸 健診室	令和5年11月～令和6年1月生まれ
2歳半歯科健康診査	13日(金)	12:45～13:00	総合ケアセンター 南三陸 健診室	令和5年6月～8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	出産応援ギフトの申請のため、マイナンバーカードまたは運転免許証と通帳の写しをお持ちください。 ※指定日以外での交付、歌津総合支所での交付を希望する人は事前に連絡願います。

※乳幼児健診の対象者へ個別に通知しています。

☎ 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

医療機関により診療可能な年齢や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。

●南三陸町

1日(日)	佐藤徹内科クリニック(志津川)	47-1175
-------	-----------------	---------

●気仙沼市

8日(日)	大友医院(三日町)	22-6868
11日(水・祝)	おだか医院(田中前)	22-3210
15日(日)	森田医院(八日町)	22-6633
22日(日)	齋藤外科クリニック(東新城)	22-7260
23日(月・祝)	村岡外科クリニック(田中前)	23-3990

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)

診療時間に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。

●気仙沼市

1日(日)	ハーモニー歯科医院(幸町)	25-8367
8日(日)	皆川歯科医院(赤岩五駄鱈)	22-9611
11日(水・祝)	米倉歯科クリニック(南郷)	22-9955
15日(日)	田中前加藤歯科医院(田中前)	22-1167
22日(日)	金澤歯科医院(新町)	24-1155
23日(月・祝)	菅野歯科医院(赤岩杉の沢)	22-2235
3月1日(日)	三浦歯科醫院(本吉町津谷)	42-2418

※発熱やのどの痛み、咳などの感染症状のある人は、事前に実施医療機関に電話でご相談ください。

まちの健康相談室「ぽかぽか」のお知らせ

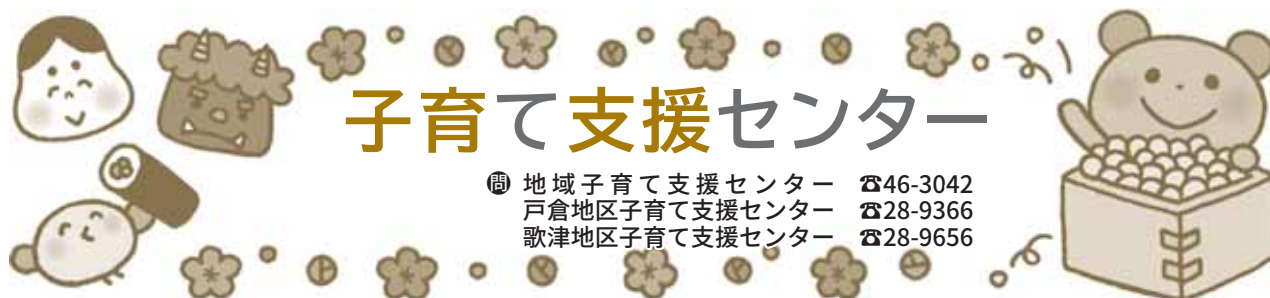
自分の健康状態を振り返る機会や、日ごろ人に言えない気持ちを聴いてもらう場としてのご利用など、内容がはっきりしていなくても相談が可能です。相談員(保健師・栄養士)がお待ちしておりますので、お気軽にお立ち寄りください。

- 日時 2月10日(火) 午前10時～午後1時 受付時間は午後0時30分までとなります。
- 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
してみましょう

まちの健康相談室
「ぽかぽか」

☎ 保健福祉課 健康増進係
☎46-5113



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

寒い毎日ですが、立春がすぐそこまでやってきています。季節が変わっても、子育て支援センターは、妊娠期のママたち、育児真っ最中のママたちとその家族、そしてこどもたちが安心して遊ぶ、育児や地域の情報交換ができる居場所としての活動を行っています。皆さんで遊びに来てくださいね！

2月の行事予定

- 2月3日(火)「豆まきお楽しみ誕生会」
 - ・11時頃から(地域子育て支援センター)
 - ・子育て支援センターで豆まきを体験(鬼は怖くないから小さなお友だちでも大丈夫です)
- 2月5日(木)「管理栄養士さんと話そうの会」
 - ・11時頃から(地域子育て支援センター)
- 2月25日(水)「ひな祭りカレンダー作りの会」
 - ・来館した順に作り始めます(10組限定)
- 毎日絵本の読み聞かせの時間を行っています！
- 詳しくは母子モをご覧くださいね(㊦ ㊦)



子育て支援センターでは季節の行事やこどもの発育に合わせた手指遊びや作業などを楽しく行っています。なぐり書きやシール貼りは子どもにとって楽しい作業です。季節の手遊びも楽しいです。



地域子育て支援センターでは「一時預かり事業」や「育児相談(妊娠期から)」も行っています。詳しくは子育て支援センターのホームページをご覧ください。子育てアプリ母子モには各行事のお知らせの他写真などで詳しく紹介しています。

【問合せ先】保健福祉課子育て支援係 ☎46-1402
地域子育て支援センター ☎46-3042(直通)

【施設開放日】 午前10時～正午・午後1時～3時

☎ 保健福祉課 子育て支援係 ☎46-1402

献血に行こう！



献血とは、病気の治療や手術などで輸血や血漿分画製剤^{けっしょうぶんかくせいざい}を必要としている患者さんのために、健康な人が自らの血液を無償で提供するボランティアです。

日本国内では、少子高齢化などの影響により、主に輸血を必要とする高齢者層が増加し、若い世代が減少しています。

宮城県赤十字血液センターの献血車が来町しますので、ご協力をお願いします。

感染症対策のため、状況によってはお待ちいただく場合があります。時間に余裕をもってご来場ください。

●日時 2月13日(金) ①午前10時～正午

②午後1時～4時

●場所 役場1階マチドマ

☎ 保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

男女とも
400ml献血のみ
となります。



健康経営優良法人
KENKO Investment for Health
2025
プライム500

想いを運ぶ
未来につなぐ

地域の血液役として、
豊かな暮らしと産業を
支えてまいります。

一般貨物自動車運送事業/産業廃棄物収集運搬業/引越し/タイヤサービス/環境事業

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

さまざまな路面に出会っても、
思いのままの楽しい走り。

CX-80

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

2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
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)	10:00～12:00	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
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
HIV・クラミジア・梅毒検査	第1回 3日(火) 第2回 24日(火)	13:30～15:30	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 1月30日(金)正午 第2回 2月20日(金)正午	気仙沼保健福祉事務所 ☎22-6662
骨髄バンクドナー登録	第1回 3日(火) 第2回 24日(火)	13:30～15:30	気仙沼保健福祉事務所 骨髄バンクドナー登録を希望する人の登録受付を行っています。 対象：①18歳～54歳までの健康な人 ②男性45kg以上、女性40kg以上の人 ③骨髄・末梢血幹細胞の提供内容について十分理解している人 予約期限：第1回 1月30日(金)正午 第2回 2月20日(金)正午	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。

登録はお済みですか？

3,000円相当の「みやポ」がもらえる宮城県のキャンペーンは2月末まで!

宮城県では、デジタル身分証アプリ「ポケットサイン」の活用による災害対応力の向上と消費拡大を通じた地域経済の活性化を目的として、県民にデジタル地域ポイント「みやぎポイント」を付与するキャンペーンを実施中です。本キャンペーンは令和8年2月末で終了します（次年度は実施しません）ので、お早めの登録をお願いします。

事業概要

デジタル身分証アプリ「ポケットサイン」をダウンロードして、「みやぎ防災」と「みやぎポイント」の機能を利用登録すると、先着で40万人に県内の店舗で利用できる3,000円相当のポイントをプレゼントします。**（昨年度のキャンペーンで3,000ポイントを受領した人は対象外です。）**
 なお、参加には、アプリの動作が可能な「スマートフォン（NFC対応）」と、本人認証のための「マイナンバーカード」が必要となります。

●お問い合わせ

事業の詳細は以下のQRコード（宮城県ホームページ）またはコールセンターにてご確認ください。



宮城県ホームページ

コールセンター ☎0120-655-067（祝日と年末年始を除く午前9時から午後5時30分まで受付）

南三陸消防署からのお知らせ

ヒートショックに注意しましょう!!

ヒートショックとは？

急激な体温差によって血圧が上下に変動し身体がダメージを受けることです。

この季節は、室内でも寒暖差が大きく、トイレや浴室、脱衣所などで多く発生しています。症状として目眩いや立ち眩み、失神などが起きますが、ヒートショックによる血圧の急激な変化は心筋梗塞や脳梗塞の原因にもなります。特に高齢者や生活習慣病のある人は注意が必要です。



ヒートショックを防ぐポイント

- 湯温は41度以下、湯につかる時間は10分までを目安にしましょう。
- 浴槽から急に立ち上がらないようにしましょう。
- 食後すぐの入浴や、飲酒後、医薬品服用後の入浴は避けましょう。
- 入浴する前に家族に一声掛けて、意識してもらいましょう。

起きやすい環境・状況

① 入浴時

最も発生しやすい状況です。冬場は脱衣所、浴室の温度が10度を下回ることも珍しくありません。その状況で湯舟につかると血圧の変化が大きくヒートショックが発生します!



② 冬場の車や部屋からの移動

自宅内にも廊下や普段あまり使わない部屋などは気温が低く、暖かい場所から移動するときにヒートショックの危険性が高まります。また、同じ理由で暖かい車の中から帰宅した際にも注意が必要です。

☎ 南三陸消防署 ☎46-2677／歌津出張所 ☎36-2222

民泊・ホームビジット（日帰り体験）受入家庭を募集中です！

修学旅行などで来町する国内外の学生（中学生～大学生）を受入れして下さる家庭を募集しています。

民泊体験について

- ・基本は1泊2日（2泊以上もあり）、受入人数は1家庭あたり3～5名。
- ・滞在中は「普段の生活」を体験させてください。内容については各家庭のできる範囲で構いません。家庭菜園での作業や家事、一緒に散策することなども子どもたちにとっては貴重な体験です。
- ・ホームビジット（日帰り体験）の体験内容は「民泊体験」と同様です。
- ・両体験とも体験指導料のお支払いがごさいます。



今後の受入れ予定について

- ・5月13日（水）民泊体験（台湾高校生）
- ・11月12日（木）・13日（金）ホームビジット体験（神奈川県高校生）
- ※その他予定あり
- ※詳細については下記説明会にてご案内いたします。ぜひお気軽にご参加ください。

民泊説明会

- ・日程 2月8日（日）・2月10日（火）・2月11日（水・祝）
- ・時間 10時・13時30分・15時 ※各日程1日3回
- ・場所 南三陸ポータルセンター（南三陸町志津川字五日町200-1）
- ※事前申し込み必要なし

問 一般社団法人南三陸町観光協会 ☎47-2550

就職支援 セミナー

『パソコン初心者講座』

パソコンの基本操作（電源の入れ方から簡単な文字入力まで）を初心者の人でもわかりやすくご指導します。

自分のパソコンでマスターしたい人は持込可能です。求職活動中の人はどなたでも無料でご利用できます。

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

- 開催日 2月16日（月）
- 時間 午後1時30分～3時30分
- 会場 ベイサイドアリーナ 会議室
- 定員 4人（要予約）

※みやぎサポでの就職相談、講座等参加された方には就職活動証明書を発行します。

問 みやぎシゴトサポートセンター気仙沼 ☎0120-215-488



千本桂

田東山の麓、歌津弘川地区にそびえ立つ桂の大木。根元から無数に株立ちしている様子から「千本桂」と呼ばれています。

ここは旧道の分岐点で、桂の根元には馬籠、伊里前、入谷方面への道筋を示した江戸時代の道標が立てられており、また室町時代のものと思われる板碑も見られます。

現在もこの桂の付近は古い道路が三方に分かれていて、そのうちの一つが田東山への登山道（西の御坂口）になっています。

その昔、田東山が霊山として栄えた頃、多くの信者がこの登山道を利用しました。そのとき、ある信者が田東山からの帰りに持ち返った桂の木の枝を川のふちに逆さに突きさし、穢れを祓う「祓い川」の清水で身を浄めたとき置き忘れたのが根付き成長したと言われている。

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。

問 教育委員会事務局 生涯学習係 ☎46-2604

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

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

2月運行地区

3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
5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
10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
12日	木曜日	名足復興住宅集会所駐車場	10:00~10:45
25日	水曜日	戸倉復興住宅集会所駐車場 松崎団地	10:00~10:45 11:00~11:45
26日	木曜日	入谷復興住宅集会所駐車場	10:00~10:45

3月運行予定

3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
5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
10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
12日	木曜日	名足復興住宅集会所駐車場	10:00~10:45
17日	火曜日	戸倉復興住宅集会所駐車場	
19日	木曜日	入谷復興住宅集会所駐車場	
24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。
黄色の移動図書館車『たんぽぽ号』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。

- ・志津川保育所1歳 元 木 清 華さん
- ・志津川保育所4歳 武 内 結 奏さん
- ・戸倉保育所5歳 及 川 咲 衣さん
- ・伊里前小学校1年 及 川 かりんさん
- ・伊里前小学校3年 高 橋 咲 風さん
- ・伊里前小学校5年 菅 原 愛 央さん

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、失くしてしまった場合には、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。

子どもの本移動展示会

期間 2月15日(日)まで

場所 活動支援室

※宮城県図書館から届いた令和6年度発行の絵本・児童書の展示を行っています。

どんどんくらぶ

日時 2月15日(日) 午前10時から

場所 「第1研修室」※生涯学習センター

※詳しい内容については「南三陸町図書館だより2月号」をご覧ください。

蔵書点検による臨時休館について

期間 2月16日(月)~21日(土)

※2月16日(月)は通常の休館日です。

お知らせ 東日本大震災記録展

～震災の記憶・教訓の伝承～
(東日本大震災の日 2011年3月11日)

期間 3月1日(日)~11日(水)

場所 「第1研修室」・「活動支援室」※生涯学習センター

2月図書館休館日のお知らせ

2日(月)・9日(月)・16日(月) ※17日(火) ※18日(水)
※19日(木) ※20日(金) ※21日(土)・24日(火)
※2月17日(火)から21日(土)の期間は、蔵書点検のため臨時休館となります。



ベイサイドアリーナ

旧暦では2月の立春が1年の始まりとされています。カラダの健康づくり習慣のスタートにはもってこいの月です。さあ、ベイサイドアリーナで健康づくり始めましょう！

●トレーニング室

2月は体成分分析器をご用意しています。お一人様1回、無料で測定いたします。カラダの現状を知り、運動習慣のキッカケづくりにしましょう。

【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
※水曜・金曜 午前10時～10時15分
(室内での軽運動教室開催中)

【対 象】高校生以上

【料 金】1回300円

【持ち物】トレーニングウェア 室内シューズ持参

●各種「健康教室」開催中

月曜：午後1時30分～2時10分(リフレッシュヨガ)
午後6時50分～7時30分(ヨガピス)

水曜：午前10時30分～11時10分(いきいき運動健康塾)
午後1時30分～2時10分(ヨガピス)

木曜：午後6時50分～7時30分(デトックスヨガ)

【料 金】1回660円(税込)

【持ち物】動きやすい服装、タオル、飲み物

※そろそろ身体メンテナンス始めませんか？初めての人も大歓迎です♪

●『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。いっしょにたのしく練習しましょう！

【時 間】

水曜 幼児コース 午後4時30分～5時30分
児童コース 午後5時30分～6時30分

【月会費】4,950円(税込)

【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】事務所で申し込みください。申込前に1回に限り無料で体験もできます。

●施設利用のご案内

・アリーナは個人利用が可能です(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)。中学生以下は無料でご利用いただけます。ご家族やご友人でお申し込み下さい。

・テニスコート 午前9時～午後4時(ラケット、ボール無料貸出あり)
利用受付は事務所でいきます。

・文化系サークル活動や町内のちょっとした打ち合わせ、研修会など会議室、和室、ミーティング室のご利用が可能です。気軽にお問い合わせください。

問 ベイサイドアリーナ ☎47-1131

午前9時30分～午後8時30分(施設休館日：火曜日)



平成の森

●多目的運動場(要予約)

芝養生のため、2月はお休みとなります。

●野球場(要予約)

芝養生のため、2月はお休みとなります。

●キャンプ場(要予約)

12月中旬から3月中旬頃まで冬季休業です。

※降雪などで前後する場合があります。お電話にてご確認ください。

●会議室など

体験交流室(畳の部屋)、大会議室

4時間 450円から

小会議室 2時間 300円から(要予約)

個人でも誰でもご利用できます。

●アリーナ(要予約)

【料金】2時間まで1,100円

(2時間を越える毎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、ラケット、シャトル有) フリスビー、やわらかボール
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)

【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

【時間】午後2時～9時

【料金】大人300円 高校生以下200円

毎月第3金曜日はお風呂の日。お一人100円でご利用できます。

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

〔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。



⑧八区
まさとし
山内 正俊さん
(昭和13年12月1日)



⑧八区
とくいち
山内 徳一さん
(昭和13年12月2日)



⑧西田
えい たらう
渡邊 榮太郎さん
(昭和13年12月4日)



⑧馬場
ともこ
三浦 友子さん
(昭和13年12月5日)



⑧西ヶ丘
きょうこ
佐藤 京子さん
(昭和13年12月24日)

20歳以上の学生へ

国民年金だより

国民年金保険料学生特例納付制度について

20歳以上の人は、学生であっても国民年金に加入しなければなりません。しかし、学生は一般的に所得が少ないため、本人の所得が一定以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

学生納付特例制度はどんな制度

●前年所得が基準以下の学生を対象とした、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。保険料を納められないときは、未納のまま放置せず学生納付特例を申請しましょう。

◎学生納付特例制度のメリット

- ・老齢基礎年金を受け取るために必要な期間（受給資格期間）に算入されます。
- ・病気やけがで障害が残ったときに障害基礎年金を受け取ることができます。

●対象になる人

大学（大学院）、短大、高等学校、高等専門学校、専修学校、各種学校（※）に在籍する学生などで、本人の所得が基準以下の人です。

※学校教育法で規定されている修業年限が1年以上の課程のある学校

＜前年所得のめやす＞

$128\text{万円} + \text{扶養親族等の数} \times 38\text{万円}$ で計算した額以下

問 石巻年金事務所 ☎0225-22-5115

●承認期間

申請後、日本年金機構から「承認通知書」または「却下通知書」が届きます。「承認通知書」が届いた場合、承認期間は4月から翌年3月までの1年間となります。「却下通知書」が届いた場合、保険料を納付する必要があります。

●追納について

学生納付特例の承認を受けた期間があると、保険料を全額納付したときに比べ、将来受け取る老年基礎年金額が少なくなります。承認を受けた期間の保険料は、10年以内であれば、あとから納めること（追納）ができます。ただし承認を受けた期間の翌年度から起算して、3年度目以降に追納する場合、承認当時の保険料に経過期間に応じた加算額がプラスされます。

詳しくは、年金事務所または日本年金機構のホームページでご確認ください。

町民税務課 戸籍住民係 ☎46-1373

DAIYU 8 HOME CENTER
ダイユーエイト 南三陸店

おすすめ新生活用品 取り揃えました!!

※写真はイメージです

100円ショップ 好評営業中!

店内にて

Watts with

※写真は売場イメージです

南三陸店

税抜3,000円以上お買上げで

毎月8のつく日 + 毎週土曜日

5倍

ポイント

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 45 至 気仙

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

文 志津川中学校

文 志津川小学校

新南三陸 さんざん商店街

志津川IC 398

●葉王堂さん

45 至 石巻

〒986-0729 宮城県本吉郡 南三陸町志津川字天王前20番15

TEL 0226-48-5481

戸籍のまど

令和7年12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。

お誕生おめでとう

行政区	氏名	保護者
館 浜	三 浦 由 堃	佑真・萌唯
林	伊 勢 湊 翔	翔輝・亜侑美
寄 木	畠 山 夢 望	大輝・美月
林	阿 部 冴 珀	航・真知
荒 東	高 橋 柚 菜	一実・咲子

お 悔 み

行政区	氏名	満年齢
寺 浜	佐 野 いし 子	92歳
港	阿 部 ちから 力	83歳
五日 町	佐 藤 あきの	90歳
波伝谷上	佐々木 し げ	94歳
津 の 宮	後 藤 ちやうたろう 長太郎	96歳
宇 津 野	村 岡 よし子	100歳
林	小 山 まつ お 夫	79歳
伊里前上	山 内 よう 子	92歳
館 浜	千 葉 ひろし 廣	91歳
沼 田	佐々木 きみ子	88歳
泊 浜	小 山 しげ 子	87歳
志津川中央	阿 部 のぶ まさ 信 政	70歳
九 区	山 内 ツギ子	87歳
沖 田	今 野 きよ子	102歳
伊里前上	本 木 まさ と 正 人	76歳
七 区	阿 部 あき お 昭 男	90歳

人口のうごき

12月末 現在	男	女	計	世帯数	出生	死亡
前月比	5,493	5,702	11,195	4,384	5	17
	-4	-12	-16	-2	2	-1

庄内の風

今年一年の飛躍を誓う「新春懇談会」

1月7日(水)、町内の企業、団体、自治会の代表など約100名が一堂に介し、今年一年の飛躍と発展を誓い合う「新春懇談会」が響ホールで開催されました。新型コロナウイルスの影響で実施が見送られていた懇談会が6年ぶりに復活したこともあり、参加者は久しぶりの顔合わせに歓談を楽しみつつ、明るい未来に向けて意気込みを新たにしました。会場では、鏡開きに始まり、フラダンスの余興もあり、終始和やかな雰囲気包まれ、新しい一年への決意とともに懇親を深めることができました。



森里海ネイチャーだより 大きな目玉の『マトウダイ』

秋から冬の市場には、沖の刺し網で獲られた大きな魚たちが並びます。サケ（すっかり減ってしまいましたが…）に始まりマダラやスケトウダラ、最近ではブリやサワラ、クエなんかもかかります。その、そうそうたる顔ぶれの中でもひと際目立つ大きな魚が『マトウダイ』になります。

マトウダイは日本周辺の比較的暖かい海に多く生息していて、釣りの対象にもなります。その特徴は何と云っても、体の側面にある大きな目玉模様と前に伸びる大きな口です。目玉模様とは言ったものの、弓や射撃の「的（まと）」が変化してマトウダイになったと



いう説があります。模様の意味は定かではありませんが、自分を大きく見せるためや、本来の顔の位置をごまかすためなど諸説あります。日本ではあまり馴染みある魚ではありませんが、ヨーロッパでは高級魚として扱われています。この前食べた刺身は甘みがあって美味しかったので、見かけた際はぜひ食べてみてください。

問 南三陸町自然環境活用センター ☎25-9703

（今月の Smile）



村越 ^{しゅう} 柊くん（㊦清水）

令和7年2月18日生まれ

いつも愛嬌たっぷりの笑顔で家族に癒しをありがとう。
すくすく、たくましく育ってね。
一緒にたくさんのことを経験しながら成長していけることを
楽しみにしています。

洋魚・真紀

南三陸の魅力、元気が詰まった広報紙

広
報

南さんりく

2月号

編集・発行／南三陸町企画課
☎0226-46-1371