



3月は自殺予防月間 こころと体の健康づくり講演会

ご自身を大切に…
持っているチカラを、自ら引き出す簡単ケアを講演の中で
体感できます。
あなたの日常生活に取り入れ、からだが楽になって、心も
穏やかになれる簡単ケアと一緒に体感しましょう。
お誘い合わせの上、お気軽にご参加ください。

講師紹介

自分らしさを楽しむ ieスタジオ 代表
水 科 江利子 氏

演 題

『驚くほど若返る（変わる）
こころと体の楽ケア』

日 時 3月13日(木) 午後1時30分～3時30分

会 場 総合ケアセンター南三陸2階 大会議室

対 象 どなたでも参加できます。

申し込み 3月10日(月)まで

📍 保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

HPVワクチンキャッチアップ接種を1年延長します

令和4年4月1日から令和7年3月31日までにHPVワクチンを1回以上接種した下記の対象
の人に限り、令和8年3月31日まで残りの接種を公費で受けることができます。子宮頸がん予防
に、ぜひ接種をご検討ください。

- 対象 平成9年4月2日から平成21年4月1日生まれの女性
※詳しくは町ホームページをご覧ください。

ひとりで悩まず
相談してみませんか？

こころの
健康相談

- 日 時 3月18日(火) 午後2時～4時
- 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。
- 相談医 光ヶ丘保養園 新階医師（精神科医）
- 予約期限 3月11日(火) 📍 保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

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

- 日 時 3月14日(金)、21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保健福祉課健康増進係（☎46-5113）までご連絡ください。
- 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

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）は町民の人であれば、
どなたでも入場無料でご利用いただけます。
日頃の備えのために、そして次世代に語り継ぐために、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。
※3月11日(火)は特別開館します。

「読売新聞写真部 報道写真展」の開催

喪失の日々を少しずつ乗り越えてきた人々の姿や震災直後
からの被災各地の復興状況を記録した「特別報道写真展」を
開催します。

- 期 間 3月30日(日)まで
- 場 所 みんなの広場（無料）

企画展『伝えたかった「ありがとう」』開催

東日本大震災以来、南三陸町は全国・世界各地から数多く
のボランティアや支援者の皆さんに、支えられてきました。
14年目の今、311メモリアルの壁一面には、地域の皆さま
が心を込めて綴った「ありがとう」のメッセージが並べられ
ています。ぜひ一度ご覧ください。
また、メモリアルでは「ありがとう」のメッセージを随時
募集していますので、お気軽にお声がけください。

- 期 間 3月31日(月)まで
- 場 所 みんなの広場（無料）



📍 南三陸311メモリアル ☎28-9215

朗読劇「ごきげん一家」がやってくる!

朗読劇でおなじみの「ごきげん一家」さんが、今年は311
メモリアルで公演します！演じていただくのは、「あの日・
その前・その後～語り継ぐ南三陸～」。ぜひご参加ください！
お申し込みはお電話か二次元コードからお願いします。

📍 ごきげん一家 ☎070-8524-0574
メール gokigenikka@gmail.com



- 日時 3月12日(水)
午後6時30分開場 7時開演
- 会場 南三陸311メモリアル ラーニングシアター
- 料金 無料 ■定員 30名

ス
ミ
ケ
ン
ジ
の
ユ
ー
ー
の
広
場

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〜！」	3月13日(木) 午前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。ぜひご近所お 誘いあわせの上ご参加ください。
【毎月第3木曜日開催】 しづがわ民話の会・民話語り	3月20日(木) ①午前10時～ ②午前11時～	語り手、仲松敏子さんと高橋洋子さん。今回は、 「神割崎伝説」「眼ぐの開いた琵琶法師」を予定し ています。

※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。

令和6年度 南三陸町災害ケースマネジメント研修会を開催します

大規模な災害に見舞われた際の被災者支援の新たな手法として、一人一人の状況に応じた支援を実施する
「災害ケースマネジメント」が主流になりつつあります。震災から13年が経過し、全国における度重なる災
害を通じ求められる支援の在り方も変化しています。最新の知見と実践から災害ケースマネジメントを学び、
災害発生時の対応を今一度考えてみませんか。参加を希望する人は、下記までお電話にて申し込みください。

- 日 時 3月17日(月) 13時30分～
- 場 所 ベイサイドアリーナ文化交流ホール

📍 保健福祉課 社会福祉係 ☎46-2601