

南三陸町に楽天イーグルスがやってくる！

2018プロ野球イースタン・リーグ公式戦

東北楽天ゴールデンイーグルス

VS

千葉ロッテマリーンズ



【日時】 8月26日(日)

試合開始：正午（開場：午前10時10分予定）

【会場】 楽天イーグルス平成の森球場

【前売チケット販売先】

ベイサイドアリーナ／平成の森管理事務所／入谷公民館／戸倉公民館／教育委員会生涯学習課／河北新報販売店／イーグルスチケット／ローソンチケット（ローソン、ミニストップ）／チケットぴあ（セブンイレブン）

【前売チケット料金】

席 種	大 人	子ども
内野椅子席	1,500円(当日券2,000円)	1,000円(当日券1,500円)
芝生席	1,000円(当日券1,500円)	500円(当日券1,000円)

※全席自由 ※子ども料金は4歳から中学生まで
※球場には観戦者用駐車場はありません。「伊里前小学校」、「歌津中学校」などをご利用ください。

㊟ 生涯学習課スポーツ振興係 ☎46-2639

見せつけた！南三陸の火消魂

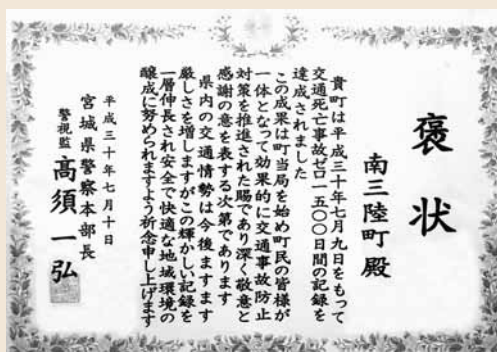
7月22日(日)、第50回宮城県消防操法大会が栗原市の栗駒総合運動公園で開催され、南三陸町消防団が小型ポンプ操法の部に気仙沼・本吉地区代表として8年ぶりに出場しました。

5月から週5日間、仕事で疲れている中、日々練習を重ねてきた選手たちは、真夏の炎天下にもかかわらず一糸乱れる操法を披露しました。結果は、第2位。惜しくも全国大会への出場は逃しましたが、南三陸の火消魂を見せつけました。



平成30年7月22日 栗原 第50回宮城県消防操法大会

交通死亡事故ゼロ
1,500日達成！



南三陸町では、交通死亡事故ゼロの期間が1,500日間となり、このたび、宮城県警察本部長から「褒状」が授与されました。

これもひとえに、皆さんの継続した交通安全活動の成果であり、引き続き、町民総ぐるみで「交通安全」に心掛けましょう。

～守ろう交通ルール
高めよう交通マナー～

特定計量器（はかり）の定期検査を実施します

「計量法」に基づき「特定計量器定期検査」を実施します。取引・証明に使用する「特定計量器（はかり）」は、2年に1回行われる定期検査を受けなければなりません。

なお、定期検査では、ひょう量500キログラムを上限としていますので、500キログラムを超える計量器については、宮城県計量検定所へ持参または宮城県計量協会による代検査を受検してください。

日程	9月11日(火)	午前11時～午後4時	ベイサイドアリーナ
	9月12日(水)	午前9時～午後2時	歌津総合支所

検査手数料	種 類	金 額（能力500kgまで）
	指示はかり、台手動はかり など	500円～1,400円
	棒はかり、ばね式指示はかり（直線目盛）	250円
	電気式はかり	1,400円～2,200円
	分銅（10mg以上）、おもり	10円（1個につき）

※1 検査手数料は、現金での納入となります。

※2 分銅やおもりを使用するはかりは、はかりの検査料金に分銅やおもりの個数分の料金が加算されます。

※3 最小の目量または表記されている感量がひょう量の10,000分の1未満の精度の高いはかりの検査料金は上記料金表の2倍の額となります。

☎ 商工観光課商工業立地推進係 ☎46-1385

宮城県計量検定所 ☎022-247-1641 [定期検査、持込検査について]

一般社団法人 宮城県計量協会 ☎022-246-2466 [代検査について]

個人版私的整理ガイドラインのご案内

東日本大震災により被害を受けられた皆さんへお知らせです。ガイドラインを利用することにより、震災前からの住宅ローンなどが免除されます。※債務の免除には、一定の要件を満たす必要があります。

■利用するメリットとして

①生活再建に必要な資産（500万円『上限』・義援金など）は手元に残せます。

②弁護士などの登録専門家が手続きをサポートします。また、国の補助により弁護士費用はかかりません。

③債務整理したことは個人信用情報として登録されません。詳しい内容は、問い合わせください。

☎ 一般社団法人個人版私的整理ガイドライン運営委員会
コールセンター ☎0120-380-883
(受付時間：平日 午前9時～午後5時)

信用保証協会のご案内

信用保証協会では、中小企業・小規模事業者およびこれから事業を始める皆さんが、金融機関から事業に必要なお金を借りるとき、その保証人となって、お金を借りやすくなるようサポートする公的機関です。資金調達のサポートの他、創業・経営支援などの取り組みも行っています。お気軽にご相談ください。

☎ 宮城県信用保証協会気仙沼支店
☎0226-22-1972

労働相談窓口のご案内

宮城県では、賃金や勤務時間などの労働条件、解雇、パワハラといったさまざまな労働に関する問題について、皆さんからの相談に対応するための「労働相談窓口」を設置しています。

月曜日から金曜日（祝祭日、年末年始を除く）の午前8時30分から午後5時15分まで受け付けしています。

相談の内容により、他の適切な機関の情報提供や、県労働委員会が行う「個別労使紛争のあっせん」の紹介をします。お気軽にご相談ください。

☎ 宮城県労働委員会事務局 労働相談窓口 ☎022-214-1450

無料職業紹介所 特別開設

普段の開設日に来所できない人向けに、無料職業紹介所の休日特別開設を実施します。

失業中の人、転職や新たに就職を考えている人などに、求人情報を提供し、希望にあった仕事を紹介します。

また、新たな人材を探している事業主の皆さんの受け付けも行いますので、お気軽にご相談ください。

日時 9月8日(土) 午前9時～午後3時

場所 無料職業紹介所（役場本庁舎1階）

☎ 無料職業紹介所 ☎29-6215

休日救急当番医の変更

広報8月号に掲載した休日当番医が一部変更となりました。お間違えのないようご注意ください。

9月2日(日) [変更前] 小松クリニック

⇒ [変更後] 三条小児科医院（気仙沼市田中前）☎23-0088

健康コラム

教えて！あなたの健康づくり⑤

今月は、沼田の高橋良子さんにインタビューをしました。



健康づくりのための取り組み

『早寝・早起き』と『よく食べ・よく眠る』ことくらいで、私なんて何もしていないのよ」と話す高橋さんでしたが、震災前から、朝起きたら約40分間のウォーキングとストレッチを日課にし、さらに、昨年から「いきいき百歳体操」に参加して、筋力トレーニングも始めたそうです。

また、高橋さんは、食生活改善推進員として、10年以上活躍されています。食改に入ったきっかけは、同僚から「楽しいよ」と誘われたことだそうです。「食材のこと、調理方法など勉強になるし、いろいろな地区に出向いて活動するので、いろいろな人との交流が楽しい」と話します。家族からは「これは食改の味付けだね」と言われるそうで、うす味を実践されているようです。

色んなことに積極的に取り組んでいる一方で、自宅では、趣味の刺繍を自分のペースで楽しんでいるそうです。



話を聞いて

「もっとちゃんと健康づくりをしている人はいっぱいいるのよ…」と、終始控えめな高橋さん。「早寝・早起き・よく食べ・よく眠る」という健康づくりの基本に加え運動、食事、趣味と、バランスのよい健康づくりを実践されていました。無理なく、自分のペースで、できることから取り組むことの大切さを感じたインタビューでした。

続けるための秘訣

ウォーキングについて何うと、「自分の足で歩けばいいだけだから手っ取り早いのよ」と気負わず、気軽にできることが大切だそうです。また、テレビなどでやっている健康法にも興味を持って試しているそうで、自分に合ったもの、自分の生活に合わせたものを取り入れることも続けられる理由になっているようでした。

今後やってみたいこと

これから新たに何かを始めるというよりも、今やっていることを、続けていきたいですね。

☎ 保健福祉課健康増進係 ☎46-5113

南三陸警察署からのお知らせ

保護者のための防犯ポイント集

親子で学ぼう!! こわ～いめに遭わないための 7つの約束

- ①知らない人についていかない
 - ②知らない人の車にのらない
 - ③連れて行かれそうになったら、お声を
でさけぶ
 - ④変だな、怖いと思ったらすぐにげる
 - ⑤変だな、怖いと思ったことは、家の
人や先生に知らせる
 - ⑥一人で遊ばない
 - ⑦出かける前に、誰と、どこで、何をす
るか、何時に帰るかを家の人に話す
- ※①から⑦は、「いかのおすしー人前」
と覚えるといいよ!

*万が一、子どもが被害に遭ったときや不審者に遭遇した場合は、すぐに110番、
または近くの警察署、駐在所に通報してください。

☎ 南三陸警察署 ☎46-3131

～子どもに注意を促すために理解してほしいこと～

- 子どもの行き先、帰宅時間を確認しましょう
 - ・約束の時間に帰ってこないとき、捜す場所の見当をつけることができます。
 - ・いつも決まった道を通るように指導し、実際に子どもと一緒に通学路などを歩いて
危険が潜んでいる場所や「子ども110番の家」を教えましょう。
- 子どもを一人にしないよう気を付けましょう
 - ・複数人で遊んでいれば、友達が大人に危険を知らせることができます。
 - ・犯人は、子どもが一人になるところを狙っています。
- 注意 買い物の途中、保護者から離れ一人で商品を見たり、トイレに行ったりするとき。
友達と別れ、一人で下校(帰宅)するとき。
- 誘いに乗らないよう日頃から言い聞かせましょう
 - ・犯人は言葉巧みに話しかけ、子どもを惑わせて誘い込もうとします。
 - ・次の誘い言葉を参考に、日頃から具体例を示し、注意を促してください。
(例) お母さんが交通事故にあって病院にいるから、病院まで連れて行ってあげる
- 防犯グッズを活用しましょう!
 - ・防犯ブザーやホイッスルを携行させ、鳴らす練習や大声を出す練習をさせましょう。
- 家庭のコミュニケーションを大切にしましょう
 - ・子どもは、危険な目に遭っても危険と認識しなかったり、話すと叱られたりするの
ではないかと恐れ、なかなか話さない傾向があります。日頃から子どもの様子を気
にかけ、よく話をしてください。

南三陸消防署からのお知らせ

例年8月と9月は、全国的にスズ
メバチなどによる死亡事故が多く発
生しています。万が一、ハチに刺さ
れたら次のことに注意しましょう。

スズメバチに注意! もし、ハチに刺されたら



ハチに刺されたら、
安全な場所に移動し、
安静にすることが重
要です。もし、体に
症状が出た場合は、
1に従って落ち着い
て行動しましょう。

1 ハチに刺され、15分以内に次の症状変化があった場合…

- ①刺された箇所のみが腫れるなど、症状が局所の場合
→自宅で安静にして様子を見ましょう。
- ②全身の痒み、めまい、吐き気、喉の
違和感などの症状の場合
→すぐに医療機関を受診しましょう。
- ③意識低下、全身の発疹、呼吸困難、
血圧低下などの重篤な症状の場合
→直ちに救急車を要請してください。



2 他に注意することは…

- ・安全な場所に移動し、安静にする。
- ・刺された箇所に針が残っていれば、気を付けて除去する。
- ・可能であれば毒を絞り出すとともに流水で洗い流す。
- ・刺された箇所を冷却する。
- ・刺されたハチを覚えておく。
- ・ハチ刺され、1回目より2回目以降の方が重症化する場
合がある。

☎ 南三陸消防署 ☎46-2677/歌津出張所 ☎36-2222

★ みなトシ ★ ～南三陸のたからもの～



町指定史跡・有形文化財

田茂川貝塚・鏃のささった海獣の骨 ⑧田茂川

田茂川貝塚は、田浦漁港の南東側に位置する縄文時代後期～晩期(約4000年～3000年前)の貝塚です。昭和44年に行われた田の浦く名足間の道路改良工事の際に発見された遺跡で、翌年に町の史跡に指定されました。貝塚の名のとおりさまざまな貝殻や、イノシシ・クマ・クジラなど動物の骨も出土しました。この骨を原材料にして作られた「鏃」が多く出土し、生活の拠点となっていた海での狩りで使われていたと考えられます。

田茂川貝塚からは、鏃が刺さった状態の海獣の骨が出土しました。このような状態で発見されたものは珍しく、実際に鏃が狩りに使われていたことを、骨に達するほどの威力があったことを物語る出土品です。その貴重さから昭和55年に町の有形文化財(考古資料)に指定されました。

☎ 教育委員会生涯学習課 ☎46-2639