

歯つらっファミリーコンクール表彰者

平成30年度宮城県歯つらっファミリーコンクール(県歯科医師会主催)において、日ごろから家庭で歯の健康管理と心身の健康づくりに取り組んでいる親子として、本町から5組の親子が表彰されました。



宮城県知事賞 ・最優秀賞

親と子の部

母 三浦奈菜さん
子 琴花ちゃん

一番の予防は口移しや
食器の共有をしないこ
とです。



優秀賞 ファミリー の部

父 佐々木光さん
母 美佳さん
子 たくと 逞斗くん

親子並んで、コミュニケーション
をとりながら鏡の前で楽し
く磨くことを心掛けています。



入賞 親と子の部

父 及川誠司さん
子 碧士くん

家でもフッ素洗口しています。
これからも頑張ります(^^)



入賞 親と子の部

母 菅原和香さん
子 蓮くん

夜の歯磨きを一生懸命頑張っ
ています。



入賞 親と子の部

母 佐々木順子さん
子 ゆいな 結夏ちゃん

3歳のむし歯のない子で広報に
写真が載ることを目標に、仕上
げ磨きを頑張りました。

住民異動が特に多い年度末・年度始めの日曜日に 特別窓口を開設します。

実施日	開庁時間	開庁場所
3月31日(日)、4月7日(日)	午前8時30分～午後5時15分	本庁町民税務課

●受け付けする届出

届出名	届出期間	必要なもの
転入届 (他市町村から南三陸町への住所変更) ※マイナンバーカードを使った転入手続きを行う人は日曜開庁では受け付けできません。	転入の日から14日以内	転出証明書 本人確認書類 印鑑 マイナンバーの通知カード
転出届 (南三陸町から他市町村への住所変更)	転入の日が決まったら	本人確認書類 印鑑
転居届 (南三陸町内での住所変更)	住み始めてから14日以内	本人確認書類 印鑑 マイナンバーの通知カード またはマイナンバーカード

※異動に伴う国民健康保険・医療費助成の手続きは、医療給付係まで事前にお問い合わせください。
※本人確認ができない場合は受け付けできませんので、必ず本人確認書類をお持ちください。
※マイナンバーカードの更新手続きは、この日にはできません。
※別世帯の方からの届出は受け付けできません。委任状をお持ちください。

◎通常の日曜開庁窓口業務も行っています。

また、コンビニ交付サービス（住民票の写し・印鑑証明書・税証明の交付）もご利用ください。

※コンビニ交付ご利用の際は、マイナンバーカードが必要となります。

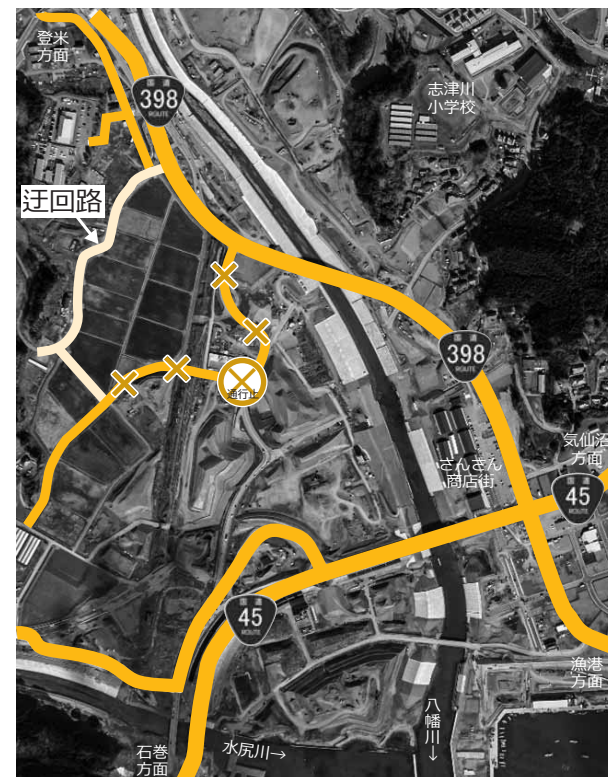


通知カード



マイナンバーカード

問 町民税務課 ☎46-1373
住民異動については…戸籍住民係
国民健康保険・医療費助成については…医療給付係



道路通行止めのお知らせ

志津川地区の復興事業で国道398号および町道の工事を実施するため、町道の一部を通行止めします。

工事期間

4月1日(月)～9月下旬
※天候などやむを得ない事情により変更となる場合があります。

対象路線

町道汐見廻館前線、駅前2号線および
高校通り線の一部
(※旧志津川駅周辺区間)

迂回路

町道廻館線、中瀬町線

問 宮城県 気仙沼土木事務所
道路建設第二班 ☎24-1073

百寿のお祝い 佐藤うた子さん

2月25日(月)、百寿を迎えた佐藤うた子さんに、町からお祝い金と花束が贈られました。

うた子さんは、趣味が畑仕事というぐらい畑仕事が好きで毎日のように汗を流していたそうです。好きな食べ物は魚。毎日昼と夜の2回食べるそうで、これが長生きの秘訣なのでしょう。

うた子さん、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 下山とく子さん

3月4日(月)、百寿を迎えた下山とく子さんに、町からお祝い金と花束が贈られました。

とく子さんは、昔、裁縫の先生をやるぐらい手先が器用で、几帳面なお母さんだとか家族は話されます。手先の器用さがご長寿の秘訣なのでしょうね。

お茶っこと茶碗蒸しが大好きなとく子さん、カメラを向けるとニコッと素敵な笑顔を見せてくれました。いつまでもお元気で。百寿おめでとうございます。



健康コラム

教えて！あなたの健康づくり⑫

今月は、入谷九区の山内千代子さんに話を聞きました。



Q 健康づくりのための取り組みを教えてください

運動と食事に気をつけています。運動は、普段、孫の世話をしているなかなか時間がとれないので、保健福祉推進員として検診の受診票を配布する時に歩いて回ります。1日2時間、3日間かけて配布します。そして食事は、減塩を心掛けることと野菜を多く摂るようにしています。みそ汁は煮干からだしをとって、具だくさんにするようにしています。以前、みそ汁の塩分測定をしてもらったことがありますが、数値で確認できて良かったです。昔、病院に入院して病院食を食べた時に、薄味というのはこういうことなんだと思いました。家の食事は濃い味付けだと思ったので、病院食を参考にして、食事を作っています。あとは、青物野菜を一品入れるようにしています。



Q 取り組みを続けられる秘訣は何ですか？

家族みんなが健康でいてもらいたいという思いがあります。家族の健康のため、これからも特に食事は気をつけていきたいです。

Q 今後挑戦したいことは？

病気になる前はカントリーダンスのサークル活動をしていました。元気になってきたので、また体を動かしたいですね。あとは、地域での活動をもっと活発にしたいです。保健福祉推進員として健康教室を企画して、開催しました。地域の皆さんと集まってとても楽しかったので、またそのような会を企画したいです。

お話を聞きして…

お孫さんの世話など毎日忙しい中で、運動や食事などさまざまな取り組みをされていました。保健福祉推進員の仕事である検診の受診票の配布は1軒1軒回るので大変なことです。それを歩くいい機会をもらったと、忙しいの言い訳にせず、時間を作って前向きに取り組んでいる様子が素晴らしいと思いました。

問 保健福祉課健康増進係 ☎46-5113

詐欺サイトに注意！

近年、インターネットで商品を購入したにも関わらず商品が届かないという詐欺サイトの相談が増加しています。

詐欺サイトの特徴

① サイトの運営者・連絡先の記載がない

※記載していても、実在する企業や架空の企業を偽装している可能性があります。

② 決済方法に代金引換払いがない

※クレジットカード情報を入力させて不正利用するケースもあります。

③ 商品の価格が市場価格よりも安すぎる

④ 振込先の口座名義が個人名義

サイバー空間の脅威に立ち向かう社会全体のセキュリティ意識の向上

～サイバー犯罪に遭わないために～ コンピュータウイルスに感染しないための5か条

- 1 ソフトウェアを最新の状態に保つ
- 2 ウイルス対策ソフトを導入する
- 3 不審なメールは開封せずにすぐ削除
- 4 怪しいホームページにアクセスしない
- 5 バックアップをとっておく

サイバーセキュリティ月間について

毎年、2月1日から3月18日までは政府が定めたサイバーセキュリティ月間です。

誰もが安心してインターネットを利用できるように、サイバー犯罪の手口を知り、被害に遭わないようにしましょう。

☎ 南三陸警察署 ☎46-3131

山火事の防止について

山火事の約7割が春先（3月～5月）にかけて集中して発生しています。春先は空気が乾燥し、山火事が発生しやすい時期です。行楽や山菜採りのために入山する人が増加することで山火事の発生危険が高まります。次の事に注意して山火事発生を防ぎましょう。

屋外で火を使用し、火災と紛らわしい煙や火炎を発する恐れのある行為には、消防署への届け出が必要となります。
以下の点に注意しましょう!!

- 火気を使用する際は、消火用具（水の入ったバケツ等）を必ず準備する。
- 火を使用する場合は、その場から離れない。
- 強風および乾燥時は実施しないこと。
- 火遊びはしない、させないこと。



「忘れない 豊かな森と火の怖さ」

（平成31年全国山火事予防運動統一標語）

【平成30年火災・救急発生件数】

○火災件数「23件」

（南三陸町管内4件）

○救急件数「3,589件」



みなみちゃん

☎ 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～



どう じ さん 童子山

童子山は、入谷地区にそびえる標高約320mの山です。宝暦7年（1757年）に書かれたとされる「入谷安部物語」によると、童子山は「奥州の黄金山」と言われるほど黄金が採れ、現在でも、多くの砂金採取跡が残っています。

「童子山」の名前の由来も産金に関係しているという言い伝えもあります。山の中腹の砂金を掘り尽くしてしまい、そこより高いところを掘ろうと金掘りに不可欠な沢の水を引いたもののうまく流れず、金山衆は困り果てていました。そのとき、14～15歳ほどの童子が現れ、自分の歩く通り溝を掘るようにいい、その通り掘ってみると水がうまく流れました。童子に「何者か」と尋ねると「谷老童子（やうどうし）」と答え飛んで行ったといわれます。ここから後の人々はこの山を童子山、童子の引いた溝を谷老堀（やうらうり）と呼ぶようになったといえます。

写真は、童子山中腹にある童子山神碑です。この近くにも大規模な産金遺跡が残っています。

☎ 教育委員会生涯学習課 ☎46-2639