

広報 南さんりく

MINAMISANRIKU PUBLIC INFORMATION

8

No.198 2022. 8. 1



南三陸の夏 閉じ込めた!

株式会社ベガルタ仙台と協定を締結しました



6月25日(土)仙台ユアテックススタジアムにおいて、「南三陸町と株式会社ベガルタ仙台とのSDGs推進及び連携・協力に関する協定」を新たに締結しました。

「SDGs」とは、「持続可能な開発目標」の略称であり、すべての人にとってよりよい、より持続可能な未来を築くための大まかな計画のことです。株式会社ベガルタ仙台は、宮城県内の全市町村をホームタウンとしており、南三陸町とチャレン！を通じた地域振興への協力について検討し、締結にいたしました。

今後の活動予定として、町内グラウンドでの「防災サッカー教室」の実施や、再生素材を使ったベンチ寄贈などがあります。

その他、持続可能な町づくりを進めている当町とのSDGsの取り組みや町サッカー協会とのチャレン！活動も展開する予定となっております。

チャレン！とは、地域課題を企業や団体、自治体などと「リーグ・Jクラブ」が連携して取り組む社会連携のことです。

町は、この協定の締結によりさらなるにぎわいを見せることになるでしょう。

震災復興支援プロ麻雀大会実行委員会様より寄付をいただきました

6月27日(月)震災復興支援プロ・アマ麻雀大会実行委員会様より寄付がありました。2012年に始まった当町への寄付は、コロナ禍で2年間延期となっていたが、今回で8回目を迎えます。この寄付金は、26日(日)に登米市で行われた「震災復興支援プロ・アマ麻雀大会」の大会費やゲスト料などが使用されています。今回の贈呈式には、日本プロ麻雀連盟役員である伊藤副会長、女流の黒沢プロ・手塚プロ、そして吉田実行委員長に来庁いただきました。

以前南三陸町民であった吉田実行委員長は、「被災地を支援したい」という強い思いでこの大会を開催されました。今回の寄付にあたり「今回で8回目の寄付となるが来庁する度、町の復興が進んでいく様子を見ることができて嬉しい。」と話されました。



あさひ幼稚園にクラッチーナが遊びに来ました



6月29日(水)あさひ幼稚園に楽天イーグルス公式マスコットのクラッチーナと公式チアリーダーのNANAさんが訪問しました。

今回の訪問は、楽天野球団が行っている「フレンドシップジャーニー(幼稚園訪問)」に教頭先生が応募したところ今回見事当選となり実現しました。昨年などは、コロナ禍でオンライン開催となっており、実際に対面での開催は約3年ぶり。

フレンドシップジャーニーでは、マスコットや楽天イーグルスのクイズ、イーグルスぐるぐる体操などが行われ、あさひ幼稚園の園児37人が楽しんでいました。

園児からは「クラッチーナに会えて嬉しいし、すごく楽しかった。いつか楽天戦を観に行きたい。」などの声上がり、教頭先生は、「子ども達と外部の人達が触れ合う機会があまりなかったから、いい機会になった。子ども達も楽しそうだととても嬉しい。」と話しました。

7月4日(月)に「チーム南三陸」の皆さんが優勝報告のため来庁しました。

「チーム南三陸」は、6月26日(日)に栃木県で開催された「いちご一会とちぎ国体」に公開競技である綱引競技(成年男子)で宮城県代表として出場し、見事全国制覇を果たしました。8人で600kg以下の制限がある世界的にライトミドル級と呼ばれる今回の競技では、全国から6チームが出場し、総当たり戦による争いが繰り広げられました。

優勝した「チーム南三陸」には、昨年の三重国体で開催ができなかった綱引競技の伊勢神宮の綱で作られたメダルと綱が記念品として贈られました。

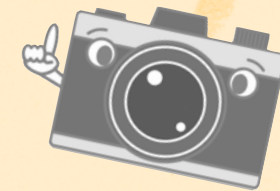
「チーム南三陸」のみなさん、改めておめでとうございます！

優勝おめでとうございます！



広報担当からのお知らせ

この広報8月号は、7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

百寿のお祝い 阿部いちさん(歌泊浜)

6月13日(月)に百寿を迎えた阿部いちさんに、町からお祝い金と花束が贈られました。

いちさんは、昔から好き嫌いせず何でも食べるそうで、今はプリンが好物だそうです。

漁業・農業の両方をしていたいいちさん。息子の正行さんは、いちさんと一緒に畑仕事をしたことが一番の思い出だそうです。

また、正行さん夫婦が精肉店と焼肉店の両方を経営していた時期は、いちさんに3人の子どもの育ててもらったとのことで、改めて感謝の気持ちと長生きしてほしいとの思いを話されました。

ご家族もきっとご長寿を喜んでいることでしょう。

いちさん、いつまでもお元気で。百寿おめでとございます。



アンジェラ・オルティス 様



稲本都志彦 様



外立とし江 様



丸山一太 様



宮崎さち子 様



大場黎亜 様



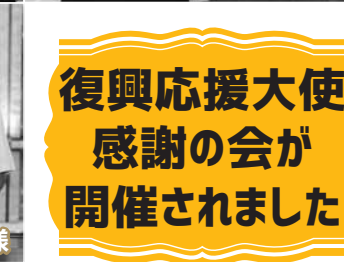
妃乃あんに 様



平野恭子 様



望月吉雄 様



鈴木正人 様

復興応援大使感謝の会が開催されました

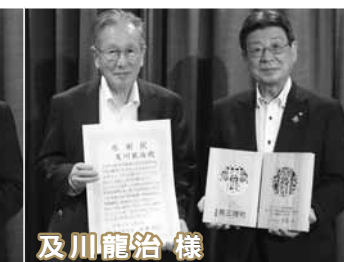
南三陸町復興応援大使への感謝の会が6月20日にわたす日本橋で21日にホテルメトロポリタン仙台で開催されました。

復興応援大使は、南三陸町の魅力を広く内外に宣伝するとともに、南三陸町の復興まちづくりへの提言をいただくために任命された方々です。

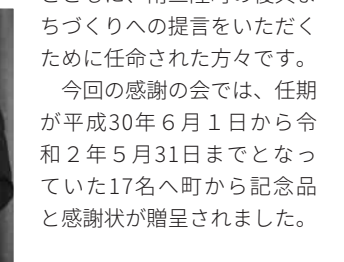
今回の感謝の会では、任期が平成30年6月1日から令和2年5月31日までとなっていた17名へ町から記念品と感謝状が贈呈されました。



吉川由美 様



及川龍治 様



佐々木真奈美 様



藤島純七 様



田畑英伍 様



渡邊俊弥 様



島谷留美子 様



藤島純七 様

納

税

教室

あ

ら

ほ

の

介護保険料の算定方法

各所得段階の保険料は、基準額（72,000円）×保険料率で計算します。

【介護保険料額算定表】

所得段階 区分	対 象 者	保険料率	保険料 (年額)
第1段階	1 本人および世帯全員が住民税非課税で、老齢福祉年金受給者 2 本人および世帯全員が住民税非課税で、本人の合計所得金額 +課税年金収入額が80万円以下の人 3 生活保護受給者	0.3	21,600円
第2段階	本人および世帯全員が住民税非課税で、本人の合計所得金額 +課税年金収入額が80万円を超え120万円以下の人	0.5	36,000円
第3段階	本人および世帯全員が住民税非課税で、本人の合計所得金額 +課税年金収入額が120万円を超える人	0.7	50,400円
第4段階	本人が住民税非課税で、世帯の誰かに住民税を課税されている人が いて、本人の合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下の人	0.9	64,800円
第5段階	本人が住民税非課税で、世帯の誰かに住民税を課税されている人が いて、本人の合計所得金額+課税年金収入額が80万円を超える人	1.0	72,000円
第6段階	本人が住民税を課税されており、合計所得金額が120万円未満の人	1.2	86,400円
第7段階	本人が住民税を課税されており、合計所得金額が120万円以上210万 円未満の人	1.3	93,600円
第8段階	本人が住民税を課税されており、合計所得金額が210万円以上320万 円未満の人	1.5	108,000円
第9段階	本人が住民税を課税されており、合計所得金額が320万円以上の人	1.7	122,400円

※被保険者本人だけでなく、世帯員の住民税課税状況も算定の基準に含まれます。

町民税務課 税務係 ☎46-1372

7月15日に介護保険料納入通知書を発送しました

今回送付した「令和4年度介護保険料納入通知書」に、ご本人の納付方法・保険料額が記載されていますので確認してください。

なお、今年度の納付方法により納付書の同封の有無が異なります。納付書が同封されている場合は、納付書を大切に保管し、各納期限まで忘れずに納付してください。

今年度の納付方法	同封した納付書
特別徴収（年金からの天引）または、普通徴収で口座振替を利用している人	納付書は同封していません。
普通徴収で口座振替を利用していない人	第1～9期分の納付書を同封
8月の年金まで特別徴収で10月から普通徴収に変更となる人	第4～9期分の納付書を同封

介護保険料を口座振替で納付できます

介護保険料の納付方法が普通徴収の場合、下記の金融機関で手続きを行うことにより、介護保険料を口座振替で納付できます。

（手続き後、口座振替が開始されるまでに1カ月程度の日数を要しますので、その期間中の納付については、納付書で納付していただく場合があります。）

対象の金融機関	七十七銀行・仙台銀行・気仙沼信用金庫・宮城県漁業協同組合 新みやぎ農業協同組合・ゆうちょ銀行
口座振替日	毎月25日（休日の場合は翌営業日）

＊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……………2期分
国民健康保険税……………3期分
介護保険料……………2期分
後期高齢者医療保険料…2期分

納付期限
8月31日(水)

口座振替日
8月25日(木)

毎月11日は「南三陸町安全・安心の日」

～8月11日は「家庭・企業の備蓄品の状況を確認する日」です～
災害時に必要な物資を家庭・企業において3日分の備蓄を実施しましょう。

備蓄食料は最低でも3日分の用意を！

地震・津波・台風など自然災害は思わぬ時にやってきます。災害をなくすことはできませんが、被害を少しでも減らすことは今からでもできます。

一人一人が日頃から事前の備えをすることが大切です。平時から災害時に必要な物資を備蓄し、最低でも3日分の飲料水や食料など避難生活に必要な物資の備蓄と備蓄品の内容を再確認しましょう。

備蓄品の豆知識

○1日に1人あたりの飲料水として最低限必要な水は1リットル程度です。

○調理に使用する水など、飲む以外の水を含めると1日3リットル程度（1人あたり）あれば安心です。

○ローリングストック法

特別な保存食を用意することなく、普段買う2倍の量の食料品を買います。古いものから順に使っていき半分の量を使ったら、使った分と同じ量を購入します。

常に食料品が余分にある状態をキープし、普段の生活で備蓄ができます。

○慢性疾患や食物アレルギーの人は、医療機関などにより推奨された食事メニューを参考に自分にあつた食品を追加で備えておくことも重要です。

○お米は保存性の高い食品です。備蓄の柱としましょう。

無洗米であれば、米を研ぐ必要が無く、水が節約できます。

※食料の他、ラジオ、医薬品、懐中電灯、トイレットペーパー、携帯用ガスコンロなども準備しておきましょう。



☎ 総務課 危機対策係 ☎46-1376

令和4年度「道路ふれあい月間」

期間 8月1日(月)から31日(水)までの1か月間

道路ふれあい月間は、道路の愛護活動や道路の正しい利用の啓発などの各種活動を特に推進することにより、道路を利用する町民に道路とふれあい、道路の役割や重要性を改めて認識していただき、道路を常に広く、美しく、安全に利用していただくことを目的としています。

建設課
からの
お願い

町道の日常管理は日々行っていますが、路面などに異常を発見した際は、建設課までご連絡をお願いします。

☎ 建設課 土木係 ☎46-1377

国民年金保険料の免除期間・納付猶予期間がある人へ

—保険料の追納をお勧めします—

国民年金保険料の免除（全額免除・一部免除・法定免除）、納付猶予、学生納付特例の承認を受けた期間がある場合、保険料を全額納めた人と比べ、老齢基礎年金（65歳から受けられる年金）の受け取り額が少なくなります。

そこで、これらの期間の保険料は、将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、10年以内であればさかのぼって古い月分から納める（追納する）ことができます。

ただし、免除などの承認を受けられた期間の翌年度から起算して3年度目以降の追納の場合、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。

☎ 石巻年金事務所 ☎0225-22-5115
町民税務課 戸籍住民係 ☎46-1373

家屋を取り壊した時は家屋滅失届出書を提出しましょう

固定資産税は、毎年1月1日現在の土地や家屋などの状況に基づいて課税されます。届出がない場合、翌年度も課税される可能性があります。お早めに「家屋滅失届出書」を提出してください。

「家屋滅失届出書」は、役場町民税務課の窓口にあります。町のホームページにも掲載していますのでご覧ください。

☎ 町民税務課 資産税係 ☎46-1372

災害義援金の最終配分について

これまで災害義援金を受給されていた人で、振込口座の変更や解約、申請者がお亡くなりになった場合には、変更の手続きが必要となります。令和4年8月31日(水)までに、保健福祉課社会福祉係までご連絡をお願いします。

今後、町では義援金の最終配分を予定していますので、災害義援金を受給されている人は、もう一度ご確認をお願いします。

※前回配分（令和2年度配分）から変更がない人は、新たな手続きは必要ありません。

☎ 保健福祉課 社会福祉係 ☎46-2601

南三陸町戦没者追悼式（自由献花）を開催します



日清戦争から太平洋戦争において亡くなられた当町出身の戦没者に対し、哀悼の意を表すとともに世界の恒久平和を願うため、南三陸町戦没者追悼式を開催します。
※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、式典は行わず自由献花による開催とします。

【日 時】8月20日(土) 午前10時～11時30分

【場 所】ベイサイドアリーナ文化交流ホール

【その他】献花用の生花は、町で用意します。

☎ 保健福祉課 社会福祉係 ☎46-2601

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ので、次の日程により定期検査を受検してください。

なお、定期検査では、ひょう量500kgを上限としていますので、500kg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27日(火)	午前11時～午後2時30分	歌津総合支所
	9月28日(水)	午前11時～午後2時30分	ベイサイドアリーナ

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、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、はかり自体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
一般社団法人 宮城県計量協会 ☎022-246-2466

町民文化祭 出演者募集！



令和4年度 南三陸町町民文化祭

日時 10月23日(日) 午前9時30分～午後1時30分
会場 ベイサイドアリーナ 文化交流ホール



- 募集期間 8月15日(月)～9月5日(月)
- 演 目 舞踊、郷土芸能など、合奏、バンド演奏、歌唱・合唱（カラオケを除く）
- 対 象 南三陸町文化協会加盟団体またはメンバーが町内在住もしくは活動の拠点を町内に有する団体または個人
※持ち時間：1団体15分以内 ※舞踊は10分（1曲）
※音源は、各々用意すること。
- 申込方法 志津川公民館に備え付けの『参加申込書』および『演技図』を提出
- 申し込み先 志津川公民館（生涯学習センター内）
※新型コロナウイルス感染症などの状況により、内容が変更または中止となる場合があります。

☎ 志津川公民館 ☎46-1341

役場マチドマ内の紹介

町では、役場本庁舎「マチドマ」に皆さんの生活に役立つ情報や相談場所として以下のとおり設置しています。用途に合わせてご活用ください。

1 町内で働きたい…どこに相談すればいいの？

▶南三陸町無料職業紹介所があります。

南三陸町無料職業紹介所では、就職や転職を希望する人への職業相談・職業紹介などや町内事業所の求人相談を行っています。

就職・転職をお考えの人や新たな雇用をお考えの事業所は、是非ご活用ください。

- 対象となる人 町内在住者、町内に就業を希望する人
- 取り扱い求人 町内に事業所を有する企業
- 受付日時 毎週月・水・金 午前9時～午後4時30分
※祝日、年末年始を除きます。
- 受付場所 役場本庁舎1階入口に入って右手（七十七銀行ATMの隣）にあります。

☎ 南三陸町無料職業紹介所 ☎29-6215

2 訪問販売で必要のない商品を買ってしまった…返したいけどどうすればいいの？

▶南三陸町消費生活相談所があります。

消費生活に関するトラブルや相談に相談員が対応し、相談内容により問題解決のための助言や各種情報の提供を行います。消費生活に関することで気になっていることや困っていることがある場合にご活用ください。

- 受付日時 毎週火・木 午前9時～午後3時
※祝日、年末年始を除きます。
- 受付場所 役場本庁舎1階 無料職業紹介所内
- 相談内容 悪質商法による被害、訪問販売や通信販売など、事業者との契約トラブル
産地の偽装や虚偽の広告など、不適切な表示に関する事業者とのトラブル
安全性を欠く製品やエステティックサービスによる身体への被害 など

☎ 南三陸町消費生活相談所 ☎29-6215

3 日中仕事で銀行に行けない、お忙しい人にぴったりです。

▶七十七銀行キャッシュサービスコーナー（ATM）があります。

- 利用時間 午前8時～午後9時
- 設置場所 役場本庁舎1階入口に入って右手にあります。

☎ 七十七銀行志津川支店 ☎46-2633

4 南三陸町に移住してみたい! という人必見です。

▶南三陸町移住・定住支援センターがあります。

移住を検討されている人、町民のみなさまの生活環境向上のため、さまざまな情報の発信や相談を受け付けております。特に町内の住宅や仕事についてサポートしていますので、是非ご利用ください。

- 開設曜日 月・水～土曜日
- 受付時間 午前9時～午後5時
- 開設場所 役場本庁舎1階入口に入って左手にあります。

☎ 南三陸町移住・定住支援センター ☎25-9552

労働者等からの公益通報（外部公益通報）を受け付けています

町では、労働者等からの「公益通報」のうち、町が処分などの権限を有するものについて受け付ける、「通報・相談窓口」を設置しました。

通報を受け付けた時は、通報した労働者等が特定されないよう十分に配慮しながら調査を行い、その結果に応じ適切な措置を行います。

公益通報制度などに関する相談についても受け付けていますので、町のホームページをご覧ください。か、「通報・相談窓口」（行政管理課）までお問い合わせください。

●外部公益通報とは

労働者等が、事業所内部の法令違反行為を、不正の目的でなく、処分または勧告などをする権限を有する行政機関（町）に、通報することです。

●通報できる人

労働者等が対象となります。

「労働者等」には、正社員、派遣労働者、アルバイト、パートタイマーなどのほか、役員も含まれます。また、退職から1年を経過していない労働者であった人も対象です。

●通報の対象となる内容

事業所内部において、一定の法令違反行為が生じ、またはまさに生じようとしているものが対象となります。

一定の法令違反行為とは、「国民の生命、身体、財産その他の利益の保護に関わる法律」に違反する犯罪行為や、刑罰、過料につながる行為をいいます。

●通報の方法

次の方法で通報することができます。

▷電話 46-1381（直通）

▷電子メール gyokan@town.minamisanriku.miyagi.jp

▷郵送 〒986-0725 南三陸町志津川字沼田101番地
南三陸町 行政管理課 行政管理係 宛

▷面談 事前に希望する日時などをお伝えください。

●通報者が保護される要件

次に掲げる要件のいずれかに該当する場合、不利益な取り扱いを受けないなど保護されます。

○通報内容が、真実であると信じるに足る相当の理由がある場合

○通報内容などを記載した書面を提出した場合

○通報内容が、個人の生命、身体、財産その他の利益に重大な影響を及ぼす可能性があること認められる場合

●その他

町が処分などの権限を有しない内容の場合は、本来通報すべき行政機関をご案内します。

☎ 行政管理課 行政管理係 ☎46-1381

「おらほの相談窓口」を設置します

町では、町の事務事業に関しての「相談」「苦情」「意見」などを受け付ける、「おらほの相談窓口」を設置します。

「おらほの相談窓口」は、町の事務事業に関しての「困りごと」を受け付け、早期に適切な措置を行う仕組みです。

町ホームページの専用フォームからも相談できますので、お気軽にご相談ください。

●設置日 8月1日(月)

●相談できる人 町の事務事業に関して相談のある、すべての人が対象となります。

●相談できる内容 町の事務事業に関しての、「相談」「苦情」「意見」などが対象となります。

●相談の方法 「お名前」「ご住所」を明らかにして、次の方法で相談することができます。

電話	0226-46-1381（直通）
電子メール	gyokan@town.minamisanriku.miyagi.jp
FAX	0226-46-5348
郵送	〒986-0725 南三陸町志津川字沼田101番地 南三陸町 行政管理課 行政管理係 宛
面談	事前に希望する日時などをお伝えください。
町ホームページ 専用フォーム	「町ホームページ」「行政情報」の『おらほの相談窓口』から ご相談ください。

●その他 相談を行ったことや相談に関する調査に協力したことによって、不利益な取り扱いをされることはありません。

☎ 行政管理課 行政管理係 ☎46-1381

アルコール相談・家族教室

- 日時 8月16日(火)
家族教室 午後1時～2時10分
専門相談 午後2時30分～4時15分
- 場所 生涯学習センター
- 掲載内容 お酒をやめたいのにやめられない人や家族の相談をお受けします。周囲の人からの相談も可能です。また、ギャンブルや薬物などの嗜好（アディクション）問題の相談にも対応します。
- 相談員 東北会病院 鈴木精神保健福祉士
- 予約期限 8月9日(火)

☎ 保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113
気仙沼保健所 ☎21-1356

こころの相談

～精神科医がお話しを伺います～

- 日時 8月25日(木)
午後2時～4時30分
(1組45分程度)
- 場所 総合ケアセンター南三陸
- 相談内容 気持ちが落ち込む、頭が混乱している、受診しようか迷っているが決められないなどのお悩みに精神科医と一緒に考えます。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 三峰病院 連記医師
- 予約期限 8月18日(木)

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

DAIYU HOME CENTER
ダイユー・エイツ 南三陸店

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

草敷物・座椅子各種
好評販売中!!

ダイユー・エイツ 南三陸店案内図 広告

南三陸海岸IC
中央団地
志津川中学校
志津川小学校
志津川IC
薬王堂さん
アップルタウン内
ダイユー・エイツ 南三陸店
コンビニ
新南三陸
さんざん商店街
至石巻
至気仙沼

〒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

さあ、胃がん検診を受けに行こう！

胃がんは、肺がんや乳がんよりも多くの人が罹るがんです。
検査方法が大変というイメージの人も多いと思いますが、実は撮影装置の改良によって、従来よりも少ないバリウム量で、より細かく検査ができるようになっており、受けやすくなっています。
年に1回は、ご自身の健康管理のためにぜひ検診を受けましょう！



●受付時間：午前7時～9時

●対象者および検診料金

年齢基準日：令和5年3月31日現在

項目	対象者	料金
胃レントゲン検査（バリウム）	30歳～69歳	1,000円
	70歳以上・生活保護受給者	無料

●当日の持ち物 ①受診票 ②検査料金



1 受診時のお願い

検診会場ではマスクの着用にご協力をお願いします。

2 密を防ぐ対策

受付時間、対象地区を設定しています（申し込みをした人には検診のお知らせと受診票を配布します）。

3 その他の変更点

新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況により、検診を延期または中止する場合があります。
※申し込みをしなかった人で検診を希望する場合は、当日会場で申し込むことができますが、混雑を防ぐため、事前に電話での申し込みをお願いします。

安全に検診を受けるために、次の項目を必ず確認してください。

次の項目に該当する人は、**バリウムによる胃がん検診を受けることができません。**

医療機関にご相談の上、他の方法で胃がん検診を受けてください。

- ①過去の検診で発疹などのアレルギー症状が出たことがある人。
- ②妊娠中、または妊娠の可能性のある人（授乳中の人とは可能です）。
- ③肺の病気で、手術によりどちらか片方の肺がない人、または常時酸素吸入をしている人。
- ④腎不全にて現在透析中で水分制限を受けている人。
- ⑤身長195cm以上、または体重135kg以上の人は撮影装置の問題から検査できません。

ご不明な点や検診を受けてもよいか判断がつかない場合は、下記までご連絡ください。

☎ 保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

思春期・ひきこもり専門相談

思春期のこころの悩みやひきこもりの問題を抱えているご本人やご家族からの相談に応じます。
専門相談員（精神科医）にお話してみませんか。

- 日 時 9月8日(木)
午後1時30分～4時30分
- 場 所 気仙沼保健福祉事務所
- 予約期限 9月1日(木)



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

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 南三陸町

「あなたが安心して行ける場所」マイペースここてらすが南三陸に開設されます。開設時間内であれば、いつ来ても、いつ帰っても良い、自由に過ごしていただける居場所です。スタッフや、参加メンバーと交流してみませんか。

- 日 時 8月12日(金)、26日(金)
午前10時30分～午後3時
- 場 所 生涯学習センター
- 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
※初めて参加を希望される人は、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

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 8月10日(水) 午後1時30分～3時
- 場 所 気仙沼保健福祉事務所
- 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 8月5日(金)



※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。
その際は、お申し込みいただいた人へ個別に連絡をします。

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

全国どこでも処方せんも
受付けしています

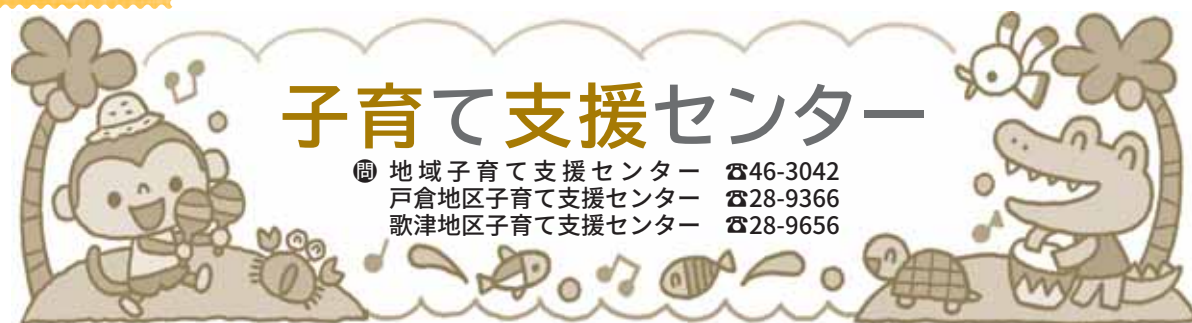
こさか調剤薬局
有限会社 小坂調剤

南三陸町志津川字沼田 150-145
TEL0226-47-2355 FAX0226-47-2350

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



☎ 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。

暑い毎日、いかがお過ごしですか？
各子育て支援センターでは、水遊びと涼しい室内あそびの環境を整えて、皆さんの来館をお待ちしています！



●親子体操教室③

8月18日(木)午前10時30分から地域子育て支援センターで開催します。申し込みは、地域子育て支援センターの申込用紙に記入ください。

●母親教室について（年間4回開催）

テーマは「親（孫）と子のイイ関係～愛着の土台づくりと子育てのヒント」と題し、「母親教室」を開催しています。

「子どもの愛着形成」や、「子どもの安心基地になることの大切さ」からの子育て、しつけなどのコツを学びながら、プレママ・プレパパ、出産・育児中のママやパパ、その家族が、悩みや不安を打ち明け、共に励まし合い、自分たちの子育て応援団をつくる会となっています。講師は、特別支援教育士スーパーバイザーの佐藤牧子先生です。

第1回「愛着」の実験と土台づくり：愛着って何だろう？を7月12日(火)に開催しました。

第2回「いろいろな感覚を育てよう」遊びのヒント（9月13日(火)午前10時30分～）

第3回「子育て」は「ことば育て」：ことばの発達と育て方（10月11日(火)午前10時30分～）

第4回「愛着の土台はばっちり！」からの「しつけ」のヒント（12月13日(火)午前10時30分～）

各開催日ともに、牧子先生による子育てについての相談や保健師による体重測定も準備しています。詳しい情報は、地域子育て支援センターにお問い合わせください。



開催日	内 容
8月4日(木)	作って遊ぼう「カレンダー作り」
8月18日(木)	親子体操教室③（歌津子育ては閉館）
8月23日(火)	誕生会
8月25日(木)	栄養士さんと話そう

※8月15日(月)、16日(火)は、各子育て支援センターが閉館となります。ご了承ください。

■施設開放

※開放時間、開放施設は変更する場合があります。ご了承ください。

施設名	開放曜日	開放時間
地域子育て支援センター	月曜日～金曜日	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	月曜日～水曜日	
歌津地区子育て支援センター	水曜日～金曜日	

☎ 保健福祉課 子育て支援係 ☎46-1402

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。

なお、利用前に電話予約をしてください。

8月の保健行事

保健行事	開催日	受付時間	会 場	対 象 者
6～7カ月児健康相談	9日(火)	9:45～10:00	生涯学習センター	令和3年12月～令和4年1月生まれ
2歳半健康診査	24日(水)	12:45～13:00	生涯学習センター	令和元年12月～令和2月2月生まれ
母子手帳・予防接種予票の交付	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。 (保健福祉課 ☎46-5113)

*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。

●南三陸町

28日(日)	佐藤徹内科クリニック	47-1175
--------	------------	---------

●気仙沼市

7日(日)	すがわら内科クリニック(松崎萱)	25-8825
11日(木・祝)	佐々木小児科医院(本郷)	22-6811
14日(日)	条南整形外科(田中前)	29-6711
21日(日)	小野医院(唐桑町宿浦)	32-3128

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。

●気仙沼市

7日(日)	山谷歯科医院(本吉町)	42-3577
11日(木・祝)	ハーモニー歯科医院(幸町)	25-8367
14日(日)	皆川歯科医院(赤岩五駄鱈)	22-9611
21日(日)	米倉歯科クリニック(南郷)	22-9955
28日(日)	猪苗代歯科医院(松川前)	22-7184

※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。

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。お気軽にお立ち寄りください。

- 日時 8月23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。

血圧測定や
筋肉量測定を
してみましょう。

☎ 保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

まちの健康相談室

8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	4日(木) 18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	4日(木) 25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	4日(木) 25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
	16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	4日(木) 18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
	25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 9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 5日(金) 正午まで 第2回 19日(金) 正午まで	気仙沼保健福祉事務所 ☎22-6662
	第2回 23日(火)			
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。



「3・1・2弁当箱法」をベースとした食事で健康づくりを

「3・1・2弁当箱法」とは、“1食に何を、どれだけ食べたらよいか”の食事（料理の組み合わせ）のものさしです。食べる人のからだに合ったサイズの弁当箱に、「主食・主菜・副菜料理」を「3・1・2」の割合につめると適量で栄養素、味、くらし、環境面からもバランスがよい食事にすることができます。

「5つのルール」でだれでも自分のペースでつくることができるようになっています。



「5つのルール」のポイントです。

ルール1 食べる人にとって、ぴったりサイズの弁当箱を選ぶ

1食に必要なエネルギー量（kcal）と同じ数値の容量（ml）の弁当箱を選びます。

1食に必要なエネルギー量は、性別や年齢、身体活動によって一人ひとり違います。そして、年齢やライフスタイルの変化で異なってきますので、自分にとってぴったりサイズを見つけることが必要です。例えば、1日1,800kcalが適量の人の場合、1食600kcalですから600mlの弁当箱が適正サイズとなります。

ルール2 動かないようにしっかりつめる

主食・主菜・副菜料理をすき間なくしっかりつめることで、ちょうどよいエネルギーや栄養素量になります。ちょうどよいサイズの弁当箱がものさしの役割を果たします。その目安は弁当箱につめる1食分の料理をすき間がないようにつめて、ふたをしたときに料理がつぶれない高さになっていることです。

ルール3 主食3・主菜1・副菜2の割合に料理をつめる

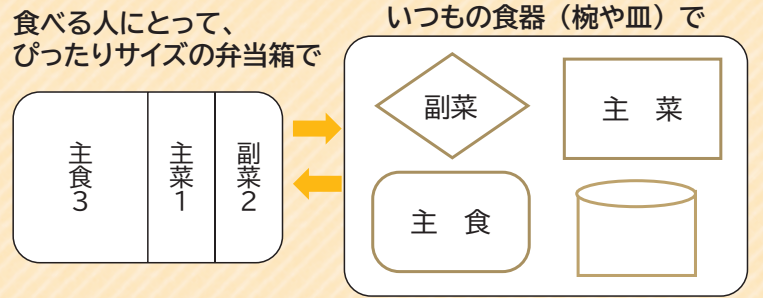
主食・主菜・副菜料理は、主となる食材料が異なるので、栄養素の構成が異なるのはもちろんですが、味や色合いも異なってきます。これら3種の料理とその組み合わせによって、栄養素構成面やおいしさのバランスが図られます。

ルール4 同じ調理法の料理（特に油脂を多く使った料理）は1品だけ

調理法や味付けが重ならないようにすることが大切です。特に油脂を多く使った料理が重なると、全体としてエネルギー量が多くなってしまいます。調理法や調味料を重ならないように多様な料理を組み合わせると味のバランス、食事全体のエネルギー量や食塩量のバランスがとれ、適正な1食の量になります。

ルール5 全体をおいしそう！に仕上げる

食事で大切なことは、おいしそうで、きれいで、楽しいこと。彩りや季節感なども意識しておいしそうに仕上げましょう。



保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

「食改さん」の愛称で親しんでもらっている南三陸町食生活改善推進員連絡協議会では、「私たちの健康は私たちの手で」を合言葉に食をとおした健康づくり活動を日々推進しています。「魚を主菜に3・1・2」モデルメニューレシピ集の作成など、「3・1・2弁当箱法」をベースとした食事づくりを伝える活動もそのひとつです。

元気に楽しく活動している食生活改善推進員の仲間を募集しています。お問い合わせなどは、保健福祉課健康増進係 管理栄養士（☎46-5113）までお願いします。

“3・1・2弁当箱法”での食事づくりを体験したい人も是非ご連絡ください。

令和4年度 ひとり親家庭等就業支援講習会

介護職員初任者研修（秋期）	
日 時	9月4日(日)～令和5年2月26日(日) [各日曜日23回（内、平日実習2日含む）] 午前9時～午後5時10分
会 場	宮城県母子・父子福祉センター
対 象	宮城県在住のひとり親家庭の親または寡婦で、全日程受講できる人
定 員	15名
費 用	受講料 無料 教材費・実習費 9,000円程度
託 児	3歳～小学校3年生 ※託児料は無料です。
申込期間	7月26日(火)～8月17日(水)
申込方法	官製ハガキまたはFAXに講習名・住所・氏名・電話番号・託児の有無（年齢）を記入して、8月17日(水)までに宮城県母子・父子福祉センターへお申し込み下さい。 ※定員を超えた場合は、選考となります。
そ の 他	9月25日・1月1日・2月19日は休講。1月30日～2月14日は、平日実習のため日曜日は休講となります。
問い合わせ	(公財) 宮城県母子福祉連合会 ☎・FAX 022-256-6512 〒983-0832 仙台市宮城野区安養寺3丁目7-3

「視覚障害者情報交流会」を開催します

- 日 時 8月23日(火) 午前10時～12時
- 場 所 総合ケアセンター南三陸 1階 いきいきルーム
- 内 容 買い物や旅行、選挙投票など、いろんな場面における「こんな時どうすれば？」をテーマに交流します。その他福祉用具の紹介や参加者同士での懇談会なども予定しています。お気軽にお立ち寄りください。
- 対 象 視覚に障害のある人（障害手帳の有無は問いません）、ご家族、支援者など
- 参加費 無料（申し込み不要）

☎ 宮城県視覚障害者情報センター ☎022-234-4047

楽しく飲んで 安心帰宅
運転代行
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
宮城県公安委員会認定 第575号 南三陸運転代行社

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頂いております。
(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

就職支援 セミナー

『Word POPチラシ講座』

チラシ作成に重要な、インパクトのあるタイトルやイラスト・図形・写真の挿入方法などを学べます。
入力できる人を対象に誰でも無料で利用できます。また、自分のパソコンでマスターしたい人は、持ち込み可能です。
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 8月19日(金)
 - 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 6人（要予約）
 - 対 象 入力できる人
- ※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。
☎ みやぎシゴトサポーター気仙沼 ☎0120-215-488



令和4年度 ひとり親家庭等就業支援講習会

パソコン講習 エクセル2019 平日コース

- 日 時 9月14日(水)～11月9日(水) [各 水・金 16回] 午前9時～午後4時
※9月23日は、秋分の日により休講となります。
- 会 場 宮城県母子・父子福祉センター
- 対 象 宮城県在住のひとり親家庭の親または寡婦で、全日程受講できる人
- 定 員 10名程度
- 費 用 受講料無料 教材費・検定料 16,000円程度
- 託 児 無料（3歳～小学3年生）
- 申込期間 8月1日(月)～24日(水)
- 申込方法 官製ハガキまたはFAXに講習名・住所・氏名・電話番号・託児の有無（年齢）を記入して、令和4年8月24日(水)までに、宮城県母子・父子福祉センターへお申し込み下さい。
※定員を超えた場合は、選考となります。

☎ (公財)宮城県母子福祉連合会 ☎・FAX 022-256-6512
〒983-0832 仙台市宮城野区安養寺3-7-3

創業個別相談会 開催のご案内

創業、第二創業に伴う事業計画、資金調達、経営ノウハウなど相談対応を行っています。
ご相談には随時対応しますので、お気軽にご連絡ください。
なお、相談料は無料です。

☎ 南三陸商工会 ☎46-3366

令和4年度 宮城県警察官採用試験

●採用予定人員および試験日程

試験区分		採用予定人員	申込受付期間	第1次試験日	第2次試験日	最終合格発表
警察官A (大卒・2回目)	男性一般	10人程度	7月20日(水) ～ 8月19日(金)	9月18日(日)	10月11日(火) (適正検査・身体検査) 10月12日(水) ～10月18日(火) のうち指定する1日 (人物試験・体力検査)	11月中旬
	女性一般	2人程度				
警察官B (大卒以外)	男性一般	40人程度				
	女性一般	10人程度				

●受験資格

(1) 警察官A

ア 学歴

学校教育法による大学（短期大学を除く）の卒業者もしくは令和5年3月31日までに卒業する見込みの人またはこれらと同等以上の経歴を有すると認められる人。

イ 年齢 昭和62年4月2日以降に生まれた人

(2) 警察官B

ア 学歴

学歴は問いません。ただし、警察官Aの受験資格（学歴）を有する人は除かれます。

イ 年齢

昭和62年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた人

※詳しくはお問い合わせください。

●試験内容（警察官A・警察官B共通）

(1) 教養試験（択一式）

(2) 論文試験（警察官Bは作文試験）

(3) 適性検査

(4) 身体検査

(5) 人物試験（個別面接）

(6) 体力検査（5種目）

●申込方法

インターネット（みやぎ電子申請サービス）による電子申請または南三陸警察署などに備え付けの受験申込書に必要事項を記入の上、宮城県警察本部まで郵送によりお申し込みください。

☎ 南三陸警察署 警務課 ☎46-3131

〒986-0727 南三陸町志津川字新井田34-166

南三陸広報

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

の ご 用 命 は

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

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

気仙沼税務署からのお知らせ

消費税のインボイス制度に関する説明会について

税務署では、事業者の人を対象に消費税のインボイス制度説明会を開催します。
説明会は、事前予約制とし、各回とも定員の12名になり次第、受け付けを終了します。

- 日時 8月23日(火) 午前10時～（主に消費税の課税事業者の人向け）
午後1時30分～（主に消費税の免税事業者の人向け）
8月29日(月) 午前10時～（主に消費税の課税事業者の人向け）
午後1時30分～（主に消費税の免税事業者の人向け）

※各回とも1時間30分程度の時間を予定しています。

- 会場 気仙沼税務署 1階会議室 〒988-0077 気仙沼市古町3丁目4-5

☎ 気仙沼税務署 法人課税部門 ☎22-6803

個人事業税（県税）の納付をお忘れなく

令和4年度の個人事業税の納期限は、第1期分が8月31日(水)、第2期分が11月30日(水)となっています。納期限までに忘れずに納めましょう。

なお、納税通知書の発送は、8月中旬の予定です。

納付については、最寄りの金融機関、県税事務所、コンビニエンスストア（金額30万円まで）のほか、パソコンやスマートフォンからのクレジットカード（金額100万円未満）払い、スマートフォン決済アプリ、対応するATM（ペイジー払い）からも納付できます。

また、口座振替にすると納め忘れがなく大変便利です。

詳しくは、宮城県税務課ホームページ掲載の「納付の方法について」をご覧ください。宮城県気仙沼県税事務所までお問い合わせください。

☎ 宮城県気仙沼県税事務所 納税班 ☎24-2531

全国一斉「子どもの人権110番」強化週間

仙台北法務局および宮城県人権擁護委員連合会では、8月26日(金)から9月1日(木)までの7日間を全国一斉「子どもの人権110番」強化週間と定め、時間を延長して相談電話を開設します。

学校における「いじめ・体罰」や家庭内における「児童虐待」など、子どもをめぐる様々な人権問題について、人権擁護委員が電話相談に応じます。

- 期間 8月26日(金)～9月1日(木)
- 時間 午前8時30分～午後7時
※土、日曜日 午前10時～午後5時

相談は無料で、予約不要です。秘密は固く守ります。
電話番号は、0120-007-110（フリーダイヤル）です。

☎ 仙台北法務局 人権擁護部 ☎022-225-5743

南三陸創業支援プログラムGAUDIE (ひらめく編) 受講生募集！

自分らしい事業アイデアを見つける3カ月間のプログラム、GAUDIE（ひらめく編）を開講します。

起業すると決めている人はもちろんのこと、起業する人生に興味はあるのだけれど本当に自分に合っているのかな？できるのかな？という人にも、自分の好奇心や意志を確かめながら受講いただけます。

五感を解放し、フィールドワーク、地域の人との対話、リサーチを重ねることで、あなたにしか掴めない事業のアイデアを見つけませんか？

こんな人にオススメ

- ・起業に興味がある人
- ・起業の方向性までは決めていないが、転職やフリーランスとなることを含めて、次のキャリアを歩むことを検討している人
- ・実はやってみたいことがあるけど、なかなか検討が進んでおらず、現地を見たり、似た志を持つ人と対話をしながら実現に向けた想像を膨らませたい人

- 定員 7名
- 受講料 10,000円（税込）※テキスト代として
- 期間 9月7日（水）～11月26日（土）
- 場所 オンライン（Zoom）＋南三陸町内現地
- 申込期限 8月7日（日）まで
※延長する場合があります。
- オンライン無料プレ講座&説明会
8月2日（火）午後7時～
※追加で開催する場合があります。
- プログラム詳細はこちらから
<https://gaudie.net/hirameku/>



☎ 株式会社ESCCA（担当：鈴木） mail：info@escca.jp

南三陸消防署からのお知らせ

心肺蘇生法等の救命講習について

私たちは家庭や職場など、いつでも突然の怪我や病気に襲われるか分かりません。そんな時、病院に行くまでに応急手当をすることで、怪我や病気の悪化を防ぐことができます。

救命講習は、どなたでも受講することができます。また、事前にWEB講習を受けることで受講時間を短縮することもできます。新型コロナウイルス感染症対策も講じていますので、お申し込みなど最寄りの消防署・出張所に気軽にご相談ください。



講習の種類	講習時間	講習内容
救命入門コース	90分	心肺蘇生法、AEDの使い方
普通救命講習Ⅰ	3時間	心肺蘇生法(主に成人への手当)、AED、異物除去法、止血法
普通救命講習Ⅱ	4時間	普通救命講習Ⅰに、筆記試験実技試験を実施
普通救命講習Ⅲ	3時間	心肺蘇生法(主に小児・乳児への手当)、AED、異物除去法、止血法
上級救命講習	8時間	普通救命講習Ⅰの内容に、小児・乳児の心肺蘇生、傷病者管理、外傷の手当、搬送法

☎ 南三陸消防署 ☎46-2677／歌津出張所 ☎36-2222

気仙沼・本吉地域広域行政事務組合職員（上級）職員募集

●職種・採用予定人員

行政職…若干名

●受験資格

平成4年4月2日から平成13年4月1日までに生まれた人。

※詳しくは、お問い合わせください。

●申込方法

組合事務局、気仙沼市役所人事課、南三陸町役場総務課および最寄りの消防署に備え付けホームページに掲載の申込用紙に必要事項を記入し、持参または郵送してください。

※持参による受け付けは、平日の午前8時30分から午後5時15分まで、郵送は締切日の午後5時15分必着とします。

●試験日および会場

第1次試験

日時：10月16日（日）午前9時から

会場：気仙沼・本吉広域防災センター

※第2次試験は、第1次試験合格者に対して通知します。

●試験科目

教養試験、性格特性検査（2科目）

●受付期間

8月1日（月）～9月14日（水）

●採用予定日

令和5年4月1日

☎ 気仙沼・本吉地域広域行政事務組合事務局 ☎22-9111
〒988-0104 気仙沼市赤岩五駄鱈43-2

みなとし

～南三陸のたからもの～



盾火峠と六兵衛・七兵衛屋敷

会 在郷の慈眼寺前の沢を上り、大戸
峠平（おおばんだいら）に向かう
峠道の途中で分かれ道を左に登り
峠先の峠です。峠を越えると下り
道は石巻市の相川に通じています
が、現在は令和元年度の台風被害
により土砂崩れが起これ、通行が
難しくなっています。
言い伝えでは、昔、水戸辺川上
流の平地には六兵衛屋敷が、盾火
峠へ向かう道には七兵衛屋敷があ
ったとされています。六兵衛と七兵
衛は兄弟で、武士を落ちぶれてこ
の地に住み着き、生活のために追
いはぎをしていました。盾火峠や
大盤平を歩く旅人を、二人は笛で
合図し合って挟み打ちにして襲っ
たと言われています。
現在では屋敷跡の面影は何も残っ
ていませんが、明治・大正時代ま
で商人の道として多くの人が峠
の道を通ったため、このような盗
人の話が残っているとみられます。

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

ベイサイドアリーナ

●トレーニング室

【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

【料 金】1回300円

【持ち物】トレーニングウェア、室内シューズ

※初めてでもスタッフがしっかりサポートします。
安心してお越し下さい。

●各種「健康教室」

【時間】月・木曜：午後6時50分～7時30分
ヨガ

木 曜：午後6時50分～7時30分(隔週)
デトックスヨガ

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。」

【料金】1回550円

【持ち物】動きやすい服装、タオル、飲み物

※初めての人も大歓迎です。生活スタイルに合わ
せた様々なクラスをご用意しています♪

★個人利用

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。

アリーナ利用の中学生以下の子供は無料でご利用
いただけます。

テニスコート（夏季：午前9時～午後6時）の
利用受付は、事務所でを行います。

※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)

健康クイズ 高血圧の予防に1番効果があるのは
次のうちどれでしょう？

①ウォーキング ②筋力トレーニング
③ウォーキングと筋力トレーニングどちらも

Answer ③ウォーキングと筋力トレーニングどちらも
運動には血圧を下げる効果があり、日本高血圧学会の
ガイドラインでも血圧を下げるための運動習慣として
「運動・身体活動の増加」が挙げられています。
また、有酸素運動と筋力トレーニングの組み合わせが
特に血圧の低下に有効であることもわかっています。
筋トレの最中には血圧が上昇するので、高血圧を指摘さ
れている方はお医者様と相談の上運動を行いましょう！

平成の森

●多目的運動場（要予約）

【料金】全面1時間1,500円 半面1時間750円

【利用時間】午前6時～午後9時
(利用時間が変更になる場合があります)

●野球場（要予約）

【料金】1時間1,000円
ナイター照明 1時間3,000円
電光掲示板 1時間500円

【利用時間】午前6時～午後9時

●キャンプ場（要予約）

【料金】日帰り大人300円（240円）
高校生以下200円（160円）
宿泊 小学生以上600円（480円）
サイト300円（240円）

【利用時間】午前9時～午後5時（宿泊を除く）
夏休み子供会のB B Qなどにおすすめです。

※カッコ内は10名以上の団体料金となります
(未就学児は無料)

●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4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 平成の森管理事務所 ☎36-3115
午前8時30分～午後5時

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。皆さんのご理解、ご協力をよろしくお願いします。

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

※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」。
皆さんお誘いあわせのうえお越しください。黄色の移動図書館車「たんぽぽ号」が待っています！

8月運行地区

2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
4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
9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	金曜日	名足復興住宅集会所駐車場	10:00～10:45
16日	火曜日	戸倉復興住宅集会所駐車場	10:00～10:45
18日	木曜日	入谷復興住宅集会所駐車場	10:00～10:45
23日	火曜日	松崎団地	10:00～10:45

9月運行予定

1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
6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
8日	木曜日	名足復興住宅集会所駐車場	10:00～10:45
13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
15日	木曜日	入谷復興住宅集会所駐車場	10:00～10:45
21日	水曜日	戸倉復興住宅集会所駐車場	10:00～10:45
27日	火曜日	松崎団地	10:00～10:45

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 白 石 大 晴さん
・入 谷 地 区2歳 工 藤 琉 人さん
・あさひ幼稚園5歳 佐々木 結 菜さん
・志津川小学校1年 白 石 夏 都さん
・戸 倉 小 学 校2年 近 藤 果 惟さん
・入 谷 小 学 校2年 熊 谷 柊 那さん
・志津川小学校3年 佐々木 逞 斗さん

・戸 倉 小 学 校3年 近 藤 星 渚さん
・戸 倉 小 学 校3年 渡 辺 琴 葉さん
・伊里前小学校4年 三 浦 唯さん
・伊里前小学校5年 千 葉 棕 喜さん
・入 谷 小 学 校6年 渡 邊 心 晴さん
・伊里前小学校5年 佐 藤 倅 桜さん

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、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。

8月図書館休館日のお知らせ

1日(月)・8日(月)・15日(月)・22日(月)・29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)

図書館から寄贈についてお願い

図書館では、地域資料と東日本大震災に関する資料
のみ受け付けています。ご理解ご協力をお願いします。

マイバック持参のお願い

借りた本やDVDなどを入れるマイバックの持参にご
協力をお願いします。

読書感想文課題図書展示

期間 8月31日(水)まで 場所 児童特集コーナー

夏休み工作資料展

期間 8月25日(木)まで
場所 生涯学習センター内エントランスホール
※工作の資料や作品の展示を行います。

戸籍のまど

令和4年6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
波伝谷下	後藤 和那子 菅原 綾子	四区

お誕生おめでとう

行政区	氏名	保護者
館 浜	三浦 璃飛	英徳・恵津

お 悔 み

行政区	氏名	満年齢
田 の 浦	阿部 みね子	84歳
天王山中央	及川 通義	85歳
田 の 浦	阿部 泰男	86歳
館 浜	千葉 さくら	96歳
沼 田	堀内 禮子	90歳
十 区	高橋 俊典	64歳
伊里前下	千葉 太治	68歳
沼 田 東	熊谷 初子	91歳
泊 浜	高橋 文子	94歳
五 区	小野寺 かつよ	93歳
長 清 水	佐々木 新太郎	91歳
西 ケ 丘	三浦 和夫	70歳
東 ケ 丘	佐藤 玲子	92歳
港	千葉 光一	99歳
西 ケ 丘	浅井 陽子	87歳
中 山	及川 幸子	86歳
石 泉	小野 いきの	96歳

お詫びと訂正
先月号の戸籍の窓で掲載した内容に誤りがありました。
次のとおり訂正し、お詫び申し上げます。

ご結婚おめでとう

行政区	氏名	どちらから
田 の 浦	阿部 亨 千葉 千恵美	伊里前上

人口のうごき

6月末現在	男	女	計	世帯数	出生	死亡
前月比	5,961	6,137	12,098	4,463	2	17
	-8	-10	-18	1	-5	-6

庄内の風

庄内町の新たなまつり「しょうない氣龍祭」が初開催！

庄内町では、合併前の旧余目町と旧立川町に古くから伝わる「龍」伝説をモチーフにした、新たなまつり「しょうない氣龍祭」が3年越しの初開催となります。

当日は、全長40mにもなる荘厳な「飛龍」とピンクと白を基調とした色彩で華麗な「姫龍」の2体が登場し、庄内飛龍會の人達や有志の参加者が担いで会場を練り歩きます。2体の龍は、庄内町民や全国の人達からご寄附をいただき制作したもの。龍のうろこ1枚1枚には、寄附を頂いた人達や小中学生が書いた願い事が刻まれており、目のライトアップや口からのガス噴射は圧巻です。まつりに先立ち、役場庁舎の入り口に2体の龍の頭を展示しています。

当日は、龍の舞やダンスパフォーマンスなどが行われます。庄内町にお越しいただき、ぜひ間近でその荘厳な姿をご体感ください！

【第1回しょうない氣龍祭】

- 日時：8月11日（木・祝） 18時～20時30分
- 場所：県道44号線（ギャラリー温泉町湯周辺）

※キッチンカーなどによる屋台村などもあります。

公式HP

森里海ネイチャーだより

カマイルカの群れ

毎年6月になると、南三陸の沖にカマイルカの群れがやってきます。黒潮に乗って、餌となるイワシやサバの群れを追って北上するのだと考えられていますが、その詳しい生態はまだ分からないことが多いです。

ネイチャーセンターでは、イルカ研究者と一緒に漁船に乗り込み、カマイルカの調査を実施しました。青森県の陸奥湾では、イルカウォッチングが観光の目玉となり、また、子どもたちへの環境教育の題材となるなど、地域づくりの重要な要素となっています。今回の調査は、

生態研究と合わせて町の観光資源としての可能性を探る目的もありました。

すっかり馴染んだ沖合の海面でカマイルカの群れがゆったり泳ぎまわる様子は、身近な海とは思えないほど幻想的な光景でした。海面ではヨシキリザメやマンボウの姿が見え、その上では渡り鳥のアホウドリやミズナギドリが舞っています。多様性豊かな南三陸の海に、無限の可能性を感じることができました。

📍 南三陸町自然環境活用センター ☎25-9703

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。

📍港
三浦ちよみさん
(昭和10年6月10日)

📍西ケ丘
山本 十子さん
(昭和10年6月14日)

📍伊里前上
三浦 清治さん
(昭和10年6月16日)

📍平西
遠藤 康伊次さん
(昭和10年6月17日)

📍港
千葉 繁治さん
(昭和10年6月20日)

📍西ケ丘
後藤 君子さん
(昭和10年6月22日)

📍七区
武澤 キ工さん
(昭和10年6月23日)

📍波伝谷上
阿部 清幸さん
(昭和10年6月23日)

📍払川
阿部タカ子さん
(昭和10年6月24日)

📍寄木
畠山みな子さん
(昭和10年6月27日)

📍泊浜
高橋りよ子さん
(昭和10年6月27日)

📍大森
阿部 利雄さん
(昭和10年6月30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. 75
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75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。)

- ・ 鳴野川沢のぼり
- ・ 志津川湾スノーケリング
- ・ 月浜沢川水生生物観察会

毎月開催

ビジターセンターの展示をつくろう！
tsukuruプロジェクト エコファームをつくろう
坂本海岸ビーチクリーン
北上川砂浜クリーン

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き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くことがあります。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：9時～16時30分 火曜日休館
TEL：0226-25-7622
メール：center@kawatouminovisitorcenter.jp

Eメール

HP

Facebook

広報 南さんりく < 26

（今月の Smile）



佐藤 ^{うき}宇記くん（伊里前）

令和3年11月9日生まれ

たくさんの命に“ありがとう”をもって
そして、唯一無二の自分に“誇り”をもって
うきうきするキモチ できた！の喜び 失敗する悔しさ
たくさん経験して自分をピカピカにみがいていってね。

裕大・恵美奈

南三陸の魅力、元気が詰まった広報紙

広
報

南さんりく

8月号

編集・発行／南三陸町企画課
☎0226-46-1371