

# ノロウイルスによる感染性胃腸炎にご注意を！

注意するのは  
コロナやインフル  
だけじゃないよ！

感染源はヒトの手指や食品など

患者の糞便やおう吐物から感染

感染力が非常に強い

24～48時間の潜伏期間を経て、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛、発熱を引き起こします。感染しても症状のない方や軽い風邪症状で済む方もいます。しかし、特効薬はなく、持病のある方や、乳幼児・高齢者などは症状が重くなりやすいので注意が必要です。



## 予防対策

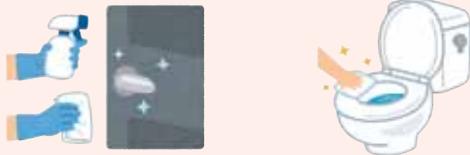
### 1. 手をしっかり洗う

帰宅時や調理の前、食事前、  
トイレの後など



### 2. 食品はしっかり加熱

### 3. こまめに手で触れるものを清潔に保つ (ドアノブや手すり、トイレ、椅子など)



消毒には、次亜塩素酸ナトリウム液もしくは、プラスチックや金属・手指に対する影響が少ないアルコール消毒液がおすすめ

## 二次感染予防

### ～汚物の正しい処理方法～

①部屋を十分に換気し、マスク・使い捨て手袋をつけ、おう吐物が乾燥する前に、新聞紙やペーパータオルなどで包み込むように除去する

※乾燥すると、ウイルスが空中に漂い、吸い込んだり、口の中へ侵入することによって、感染します。



②次亜塩素酸ナトリウム液で消毒する

③新聞紙などで除去した汚物は、ビニール袋に密閉し、漏れないように廃棄する。



## 次亜塩素酸ナトリウム液の作り方

※市販の家庭用塩素系漂白剤の原液濃度が5～6%の場合

**糞便・おう吐物の処理** 約0.1%濃度を用います

水500ml+家庭用塩素系漂白剤をペットボトルのキャップ2杯分

**ドアノブや手すりの消毒** 約0.02%濃度を用います

水500ml+家庭用塩素系漂白剤をペットボトルのキャップ半分

\*メーカーによって原液濃度が異なります。パッケージなどの説明をご確認ください。

\*使用の際は手袋を着用してください。手指消毒には使えません！

問 保健センター ☎364-4786

## 休日などの診療



### 塩釜地区休日急患診療センター

※新型コロナウイルス感染症の影響により、医師や医療従事者の体制確保が困難な場合、やむを得ず休診する場合があります。電話で確認の上、受診してください



塩釜医師会館 1階(錦町7-10) ☎366-0630

■日曜・休日受付(内科・小児科)8:45～11:30, 13:00～16:30

■土曜深夜 受付(小児科 15歳まで) 18:30～21:30

※保険証を忘れずにお持ちください

### 宮城県子ども夜間安心コール

☎ #8000か022-212-9390 (19:00～翌日8:00)

おとな救急電話相談 ☎ #7119か022-706-7119

19:00～翌日8:00(ただし土は14:00～、日・祝は8:00～)

### 歯科当番医(日曜・祝日) 受付/9:00～15:00



11月1日(日) 浮島歯科クリニック 多賀城市浮島1-12-10 ☎368-2201

3日(火・祝) 刀根歯科医院 宮城郡利府町青葉台3-1-85 ☎356-7555

8日(日) 泉沢歯科医院 塩竈市泉沢町17-15 ☎363-2306

15日(日) 川村歯科医院 塩竈市港町2-5-12 ☎362-1516

22日(日) 広沢歯科 宮城郡利府町しらかし台2-12-2 ☎356-5127

23日(月・祝) 郷家第三歯科医院 塩竈市南町5-10 ☎362-4571

29日(日) 郷家歯科医院 塩竈市本町10-3 ☎362-2238

12月6日(日) 多賀城中央歯科医院 多賀城市八幡3-6-12 都ビル2F ☎366-5503

※やむをえず当番医を変更する場合があります。電話で確認の上、受診してください

## スポーツ

塩釜ガス体育館  
☎362-1010 FAX362-1099

※参加申し込みは、窓口、電話、ファクスで  
※参加の際は、運動できる服装、上靴・飲み物を持参ください  
※各教室・イベントの詳細はHPをご覧ください

事業名	日時	対象	定員	参加費	申込
トレーニング講習会	7日(土)14:00 13日(金)19:00 19日(木)10:00 28日(土)19:00	高校生以上	10人	1,100円	予約制
とっても簡単ボールでエクササイズ	12,26日(木) 10:00~11:30	20歳以上	20人	650円	
とっても簡単セラバンドで筋力アップ	20日(金) 10:00~11:30		20人	400円	
ボールで健康教室	11,18,25日(水) 10:00~11:15		20人	650円	
からだ改善エクササイズ	2,9,16,30日(月) 19:15~20:30		20人	650円	
ノルディックウォーキング	28日(土)10:00~ 9:50体育館正面玄関集合		10人	400円	
ぶらり塩竈ウォーキング	15日(日)10:00~15:00 ※荒天時29日に延期		20人	1,500円	予約制
親子で防災キャンプ	14日(土) 9:00~15:00	大人・子ども	50人	大人500円 小中高生250円 未就学児無料	予約制
家族みんなでスポーツDAY!	21日(土) 9:00~11:45	どなたでも	150人	大人300円 小人200円	
障がい者のためのスポーツ教室	27日(金) 13:00~15:00	1団体のみ		—	予約制

## 芸術

塩竈市杉村惇美術館

☎362-2555 FAX794-8873

※月曜休館(祝日の場合は翌日)

■塩竈市美術展 杉村惇賞受賞者

小泉百合子人物展

第72回塩竈市美術展「杉村惇賞」  
受賞者・小泉百合子さんの彫刻・水彩画・日本画を展示します。

とき 11月10日(火)~15日(日)

10:00~17:00

(最終日は15時まで)

観覧料 無料



■令和2年度 杉村惇作品展 存在と空間の伝説 ~静寂の韻律~

制作への情熱と構図の試行錯誤がうかがえるスケッチ群と、「静寂」をテーマにした油彩作品を展示。



とき 11月21日(土)~令和3年1月17日(日)

※年末年始12月28日-1月4日は休館  
観覧料 一般500円 大学生・高校生400円 メンバーシップ、中学生以下無料 ※常設展込

ユープル(温水プール)

☎363-4501 FAX366-0281

■一般開放

開放時間 9:00~21:00

(日・祝9:00~17:00)

休館日 毎週(火)(祝日の場合は翌日)

運動不足を解消しに来ませんか?

ウォーキングや運動を行う「水中運動教室」、音楽に合わせて行う「アクアビクス」や「水泳教室」、軽運動場で行う「ヨガ教室」など多数の教室を開催。1回ごとに参加可能です。いろいろな教室にチャレンジしてみましょう!

※各教室の開催日時などの詳細はHPを見ていただくか、温水プール(ユープル)まで問い合わせください

「新しい生活様式」に合わせた教室をはじめました

「ヨガ教室」や「元気アップ教室」など、各教室の情報は、HPをご覧ください。

塩竈市体育協会HP



■角市×キノモノイトモノそしてネコモノ×暮らしの市×飛びだすビルド!のワークショップ

今回は本町商店街と美術館で同時開催。人気のパンの市やワークショップ、素敵なお店が勢揃い。

とき 11月14日(土)・15日(日)

10:00~15:00 ※入場無料

※出店など詳細はHP参照



杉村惇美術館 HP



## 募集・案内

### ■塩竈市地域包括支援センター業務委託法人を募集します

令和3年4月から委託予定の4つのセンターを運営する事業者を募集します。

**選定方法** 公募型プロポーザル方式  
**応募締切** 11月16日(月)

**応募方法** 参加申込書(長寿社会課で配布。市HPからダウンロード可)に、必要書類を添えて応募ください

**問** 長寿社会課地域支援係 ☎364-1204

### ■学校栄養士募集

**雇用期間** 随時～令和3年3月31日

**募集人数** 1人

**資格条件** 栄養士資格

**勤務場所** 塩竈市立第一小学校

**勤務時間** 8:15～16:00(実勤務7時間)

**賃金** 月額 176,600円

**任用** 会計年度任用職員

**選考方法** 書類審査と面接

**申込** 履歴書、栄養士資格の写しを下記まで提出

**問・申込** 教育総務課保健食育係 ☎355-8461

### ■健康を考える栄養教室受講生募集(塩竈市食生活改善推進員養成講座)

「食」とおして健康づくりを考える講座です。

**とき** 12月1日(火)～令和3年1月28日(木)(全4回)

**内容** 栄養の基礎知識、生活習慣病予防の食事、お口の健康、軽運動など  
※調理実習・試食は行いません

**募集人数** 市内在住の75歳未満10人(先着順)※全4回参加できる人

**申込期限** 11月24日(火)

**問・申込** 保健センター ☎364-4786

### ■児童虐待防止研修会

虐待は子どもの成長に大きな影響を与えます。年々増加している児童虐待について学んでみませんか。

**とき** 11月25日(水) 13:30～15:00

**ところ** 公民館(東玉川町)

**講師** 仙台市立病院 村田祐二副院長  
「児童虐待～仙台市立病院の取り組み～背景にある機能不全家族とDVの問題」

**問・申込** 子育て支援課家庭支援係 ☎353-7797

### ■市営住宅・県営住宅入居者募集

**資料配布** 12月1日(火)から定住促進課窓口にて(壱番館庁舎2階)

**申込資格**

世帯区分	月額収入
一般世帯	158,000円まで
裁量世帯(障がい者や未就学児童含む世帯)	214,000円まで
地域優良賃貸住宅(子育て支援住宅)	259,000円まで

**申込期間** 12月1日(火)～12日(出)(当日消印有効)

**問** 宮城県住宅供給公社 ☎224-0014

### ■令和2年度自衛官等募集

**募集種目と受付期間**

- ①自衛官候補生 随時受け付け
- ②陸上自衛隊高等工科学校生徒(推薦) 11月1日(日)～30日(月)  
(一般) 11月1日(日)～令和3年1月6日(火)
- ③貸費学生(技術)～令和3年1月15日(金)

### 説明会

**とき** 12月5日(出) 13:00～16:00

**ところ** ふれあいエスパ塩竈

※詳細は問い合わせください

**問** 自衛隊宮城地方協力本部仙台募集案内所 ☎284-5001・284-5018

### ■令和3年塩竈市成人式は二部制で実施

新型コロナウイルス感染拡大防止のため二部に分けて開催します。

**とき** 令和3年1月10日(日)

**ところ** 塩釜ガス体育館

**第一部** 対象:第三中学校・玉川中学校・浦戸中学校の卒業生  
・受付12:30 ・開式13:00

**第二部** 対象:第一中学校・第二中学校の卒業生、および外国人技能実習生など

・受付14:30 ・開式15:00

**対象** 平成12年4月2日～平成13年4月1日に生まれた市内在住、または本市成人式に出席を希望する方  
※市内在住の方には12月中に案内状を送付します

※市外から出席を希望する方は生涯学習課まで連絡ください

※自家用車での来場はご遠慮ください

※当日はマスクを着用してください

咳や発熱(37.5度を超える場合)などの症状がある場合は参加をご遠慮ください

※感染状況によっては、中止する場合があります

※詳しくは、市HPまたは案内状をご覧ください

**問** 生涯学習課学習支援係 ☎362-2556  
Eメール:e\_edu@city.shiogama.miyagi.jp

## 市立病院 News

### ○10月から外科に佐藤 学医師が着任しました

JCHO仙台南病院で6年半勤務していました。

患者様とのコミュニケーションを大切に、安全確実な医療を心がけたいと思います。よろしくお願ひします。



さとう まなぶ 佐藤 学 医師 (外科)

### ■「夜間、休日の救急対応」

夜間・休日の救急対応を行っています。緊急の場合はお電話ください。

**問** 市立病院 ☎364-5521

## 環境課ワンポイント通信 No.192

### 野焼きは犯罪です!

廃棄物を野外(自宅の敷地内等も含む)で焼却する野焼き行為は法律で禁止されています。また、悪臭の発生の原因や火災に発展する恐れもあり大変危険です。

廃棄物は正しく処理し、住民に迷惑になる行為はやめましょう。



**問** 環境課クリーン対策係 ☎365-3377 FAX365-3379

## 生活情報

## ■養育里親になりませんか？

里親とは、親と一緒に暮らすことができない子どもを自らの家庭に迎え入れ、温かい雰囲気の中で育ててくださる方々のことです。関心のある方は問い合わせください。

問 子育て支援課 ☎353-7797

宮城県中央児童相談所 ☎784-3583

## ■女性の人権ホットライン

11月12日(木)から18日(水)までの「女性の人権ホットライン」強化週間とし、時間を延長して相談電話を開設します。パートナーからの暴力やストーカー行為、職場でのセクシュアル・ハラスメント、家族間での問題など、人権擁護委員が電話相談に応じます。※相談無料、予約不要

開設時間 11月12日(木)～18日(水)

平日 8:30～19:00

土日 10:00～17:00

相談電話 0570-070-810(ナビダイヤル)

問 仙台法務局人権擁護部 ☎225-5743

## ■もう少し知っておきたい「お金」のこと

学校、放課後児童クラブ、地域の活動や各種団体の会合などに伺い、「家計管理」や「金融商品」に関する話や「金融犯罪被害にあわないためのポイント」など、楽しく説明します。

対象 小学生から高齢者まで

期間 (月)～(金) 祝日、年末年始を除く

問 東北財務局 ☎263-1111

## ■税理士による無料税金相談

11月11日(水)から17日(火)までの「税を考える週間」にちなみ、税金相談を行います。税金のことで困ったこと、分からないことや相続税・贈与税など、税の専門家が無料で相談に応じます。

とき 11月21日(土) 10:15～15:00

ところ 公民館第一会議室(東玉川町)

問 東北税理士会塩釜支部

☎090-4635-8733

## ■宮城県多重債務無料相談会

多重債務などに関する無料法律相談のほか、借金などが原因の「心の健康相談」も実施します。※必要事前予約制

とき 11月27日(金)～29日(日)

9:30～16:30(各人予約制)

ところ 宮城県庁

○個人向け相談

予約受付 11月1日(日)～20日(金)

9:00～17:00

問 宮城県消費生活センター

☎261-5164

○事業者向け相談

予約受付 11月2日(月)～20日(金)

9:00～12:00 13:00～17:00

問 東北財務局 ☎266-5703

## ■国勢調査の回答はお済みですか？

回答提出は11月20日(金)まで受け付けています。インターネットまたは郵送でお早めに回答をお願いします。

問 国勢調査塩竈市実施本部

☎355-5749

## 募集・案内

## ■藻塩の里11月の余暇活動

市内在住の障がい者の方ならどなたでも参加できます。

とき 14日(土) 9:00～サロン

都合の良い時間においでください

27日(金) 13:30～スポーツ

教室※会場 塩釜ガス体育館

※各活動は1時間程度です

※コーラスの開催は未定です

問 地域活動支援センター「藻塩の里」

☎361-0631 FAX361-0632

## ■高次脳機能障害者家族交流会

日々の生活の中での工夫や心がけていることなど、情報交換を行います。

とき 11月16日(月) 10:00～11:30

ところ 仙台保健福祉事務所(塩釜保健所)

対象 高次脳機能障害者の家族

申込 11月9日(月)まで

問・申込 宮城県仙台保健福祉事務所

母子・障害第二班 ☎365-3153

## ■「第42回青少年健全育成塩竈市民のつどい」中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、今年度は中止します。

問 青少年相談センター ☎364-7445

寄付していただきました

<市へ>

●明治安田生命保険相互会社

●(株)生き方マネジメント

●東日本自動車学校

<市立病院へ>

●東日本自動車学校

●佐藤忠一さん

<社会福祉協議会へ>

●芦畔町内会 ●後藤悦子さん

●塩釜商工会議所女性会

●タシロ商店

大切に使用させていただきます。  
ありがとうございました。

## 11月は児童虐待防止推進月間「オレンジリボンキャンペーン」 「1189(いちはやぐ)知らせで守る こどもの未来」

児童虐待に関する相談件数は、市内でも増加傾向にあります。虐待を受けたと思われるお子さんを見かけたときや、ご自身が出産、子育てに悩んだときは、児童相談所や子育て支援課に相談ください。

児童相談所全国共通ダイヤル ☎1189

問 子育て支援課(家庭児童相談) ☎353-7797/相談専用電話 ☎364-1178

子どもの人権110番 ☎0120-007-110/宮城県中央児童相談所 ☎784-3583

# 11月の お知らせ



※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載した内容が変更となる場合があります。

## 生活情報

### ■「令和2年度子育て世帯への臨時特別給付金」の申請はお済みですか？

公務員の方の申請期限は11月30日(月)です。申請がないと支給できませんのでご注意ください。

申請方法や必要書類などは、市HPをご確認ください。

☎ 保険年金課医療係 ☎ 355-6519

### ■医療費受給者証の更新・登録申請

10月1日更新の子ども、障害者、母子父子家庭医療費助成の受給者証の更新手続き期限は10月30日(金)でした。期限を過ぎてからの手続きは、手続き完了日から助成開始となるのでご了承ください。

新規登録は随時窓口で受け付けます。

☎ 保険年金課医療係 ☎ 355-6519

### ■私道などの整備補助金制度

生活環境の向上を図るために、私道などの整備を行う場合、その経費の一部を補助します。

**対象** 私道などの整備を行おうとする町内会など

**申請期限** 12月10日(木)

☎ 土木課管理係 ☎ 355-8407

### ■宝くじコミュニティ助成事業で整備しました

この助成は(財)自治総合センターが宝くじの社会貢献広報事業として、地域活動に助成するものです。

この助成を受け「膳部第二自治会」が町内会活動で使用する備品を、「北浜5

町内自主防災会」が、災害時や訓練に必要な備品を整備しました。

☎ 市民安全課協働推進室 ☎ 361-1773  
防災係 ☎ 355-6491

### ■東日本大震災に係る被災者生活再建支援金の申請はお早めに

被災者生活支援金(加算支援金)は被災世帯の住宅の再建方法によって支給される支援金です。期限直前での申請は不足資料などが確認された場合、申請に支障をきたす可能性があります。早めの申請をお願いします。

なお、基礎支援金の支給を受けていない方や、すでに加算支援金を受給された方など、条件によっては、加算支援金の支給を受けることはできません。詳しくは問い合わせください。

**申請期限** 令和3年4月12日(月)

☎ 生活福祉課総務係 ☎ 364-1131

### ■国民年金保険料を納付した方に控除証明書を送付します

令和2年1月1日から9月末までに国民年金保険料を納付した方に、「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」を11月上旬に郵送します。国民年金保険料の納付額は、全額が社会保険料控除の対象になります。年末調整や確定申告の際に利用ください。

10月以降に今年初めて納付した方には、翌年2月上旬に郵送します。

☎ 仙台東年金事務所 ☎ 257-6111

### ■11月9日(月)～15日(日)は火災予防運動週間

冬を迎え、暖房器具などの使用が増えると、空気が乾燥し、火災の発生

しやすい時季になります。火の取り扱いなどに注意しましょう。

消防署では随時、町内会や事業所などを対象に、防災訓練や防火防災に関する防火座談会を実施しています。詳しくは消防署へ問い合わせください。

住宅用火災警報器はすべての住宅に設置が義務づけられています。まだ設置していない方は、早急に設置をお願いします。すでに設置されている方は、機器の電池切れや交換時期などに注意しましょう。住宅用火災警報器の相談を随時受け付けています。

☎ 塩釜消防署 ☎ 361-1634

### ■「第44回防火書道展」開催

火災予防の普及を目的に、塩釜地区管内2市3町の小学生の作品が展示されます。

**とき** 11月9日(月)～15日(日)

**ところ** 塩釜ガス体育館ロビー

☎ 消防本部予防課 ☎ 361-1617

### ■骨密度健診を実施します

40歳から70歳までの5歳きざみの女性を対象に、骨密度健診を行います。申し込みをしていない方は問い合わせください。

※年齢基準日:令和3年3月31日

**とき**

①11月11日(水) ②11月12日(木)

**ところ**

①塩釜ガス体育館

②保健センター

☎ 保健センター ☎ 364-4786

## 9月の放射線測定結果

◇空間ガンマ線線量率は屋外規制値を大きく下回っています。

◇水道水中および公立保育所(園)・学校給食で放射性物質は検出されませんでした。

※詳細は市ホームページ(震災関連情報)で公開しています

## 11月の納期限

○後期高齢者医療保険料(5期)

○国民健康保険税(8期)

**納期限は11月30日(月)です**

## 11月9日は「119番の日」～もしもの時に備えて～

通報の流れをイメージしておきましょう

### ○火災の場合

- ・消防車が向かう住所(近くの目標物など)
- ・何が燃えているか
- ・逃げ遅れはないか

### ○救急の場合

- ・救急車が向かう住所(近くの目標物など)
- ・誰がどうしたのか



※電話で通報することが困難な方のためにインターネットでのNET119やFAXでのFAX119による通報もあります。

詳しくはHP参照

☎ 消防本部指令センター ☎ 361-0119

消防本部 HP

