



広報しおがま

2022
February
Vol.797

令和4年成人式
未来はこの空よりも
広がっている——



特集

フレイルの日 健康に過ごすために

フレイルを予防しましょう！

早めに気づいて
改善を

～2月1日は「フレイルの日」です～

フレイルとは

語呂「フ(2) レ(0) イ(1) ル」

加齢により体や心のはたらき、社会的つながりなどが弱くなった状態をいいます。

そのまま放置すると要介護状態になる可能性があります
が「“早めに” 気づいて改善」をすれば、フレイルの進行を防ぎ、健康な状態に戻ることができます。

コロナ禍で、自宅で過ごす時間が増え活動の低下によるフレイルが心配されています。予防・改善するには心身の状況を客観的に把握することが大切です。早めにフレイルチェックを行って自身の状態に気づき、身体活動や栄養・社会参加など見直してみましょう。



健康 フレイル 要支援・要介護

フレイルチェックをしてみましょう。

1. あなたの現在の健康状況はいかがですか	①よい ②まあよい ③ふつう ④あまりよくない※ ⑤よくない※
2. 毎日の生活に満足していますか	①はい ②いいえ※
3. 1日3食きちんと食べていますか	①はい ②いいえ※
4. 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	①はい※ ②いいえ
5. お茶や汁物などでむせることがありますか	①はい※ ②いいえ
6. 6カ月で2～3kg以上の体重減少がありましたか	①はい※ ②いいえ
7. 以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか	①はい※ ②いいえ
8. この1年間に転んだことがありますか	①はい※ ②いいえ
9. ウォーキングなどの運動を週に1回以上していますか	①はい ②いいえ※
10. 周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあるとされていますか	①はい※ ②いいえ
11. 今日が何月何日かわからないときがありますか	①はい※ ②いいえ
12. あなたはたばこを吸いますか	①吸っている※ ②吸っていない ③やめた
13. 週に1回以上は外出していますか	①はい ②いいえ※
14. ふだんから家族や友人と付き合いがありますか	①はい ②いいえ※
15. 体調が悪いときに、身近に相談できる人がいますか	①はい ②いいえ※

※の回答に一つでもチェックがついた方は要注意！

(引用：厚生労働省 後期高齢者の質問票より)

フレイル予防の
3つのポイント！

栄 養

食事の改善・
お口のケア



身体活動

歩く・ストレッチ



フレイル 予防

社会参加

趣味・仕事・
ボランティア



フレイル（体や心の衰え）は予防できます。やりたいことや好きなことを続けていくために、フレイル予防の3つのポイントである「栄養、身体活動、社会参加」を毎日の生活に取り入れ今できることから取り組みましょう。

（引用：厚生労働省保険局資料をもとに作成）

予防にお役立ち！

～フレイル予防 DVD の貸し出しを行っています～

市民個人での利用や、サークル活動に活用ください。

貸し出しルール

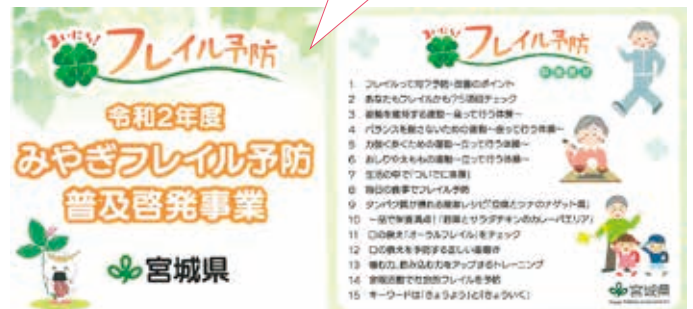
貸 出 数	1グループ／1人につき原則1つ
貸出可能期間	最大1週間
予 約 方 法	長寿社会課窓口、電話で受け付け ※予約者、貸出希望期間（返却日） を伝えてください
貸 出 場 所	長寿社会課地域支援係窓口

※DVDプレイヤーはサークル・団体（または個人）
で準備してください

※複製を目的とした貸し出しはできません

※あらかじめ予約が必要です

運動（実演含む）・栄養・口腔について動画
で解説されます。
フレイルチェックだけでなく、具体的な実践
方法について知ることができますよ。



介護のコツを知ろう～相談先の紹介～

～認知症で悩むときにはこんな方法や相談先があります～

①自分や家族が認知症になってしまった…

認知症への対応方法や利用できる窓口・サービスなどを掲載した「認知症あんしんガイドブック」をご覧ください。

②家族が行方不明になるのが心配…

「塩竈市はいかい高齢者SOSネットワークシステム」
や「あんしん見守りサービス」があります。
13ページ「シリーズ高齢者の見守り③」に利用者の
声を掲載しています。

③親の介護で仕事を続けられるか心配…

宮城労働局 雇用環境・均等室（☎022-299-8844）
などへも相談できます。

市ホームページに説明およびリー
フレットなどを掲載しています



厚生労働省のホームページにリー
フレットが掲載されています



☎長寿社会課地域支援係 ☎022-364-1204

令和4年度

住民税(市・県民税)の申告は2月16日(水)から3月15日(火)まで

住民税(市・県民税)の算出に必要な所得・控除の状況を申告する手続きです。申告を行わないと、課税・非課税証明書などの発行ができないほか、国民健康保険税や後期高齢者医療保険料、介護保険料などの軽減が受けられない場合があります。期限内に申告をしてください。

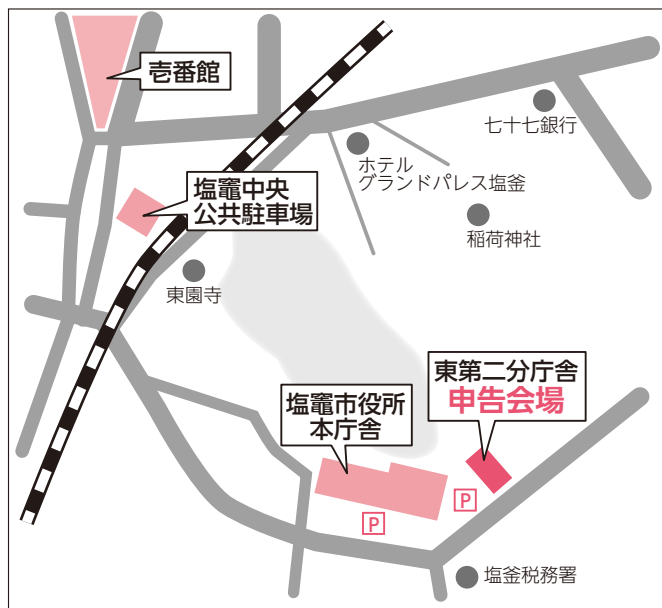
☎ 税務課市民税係 ☎ 022-355-5914

受付日時・場所

日時：2月16日(水)～3月15日(火) (土日祝を除く)

9:00～11:30、13:00～16:00

場所：市役所東第二分庁舎1階



現在、のり面安全対策工事を行っています。期間中は、駐車台数に限りがありますので、公共交通機関の利用をお願いします。塩竈中央公共駐車場を利用する場合は、所要時間の駐車場サービス券を配布しますので、駐車券を申告会場まで持参ください。

申告が必要な人

- ① 2カ所以上からの給与収入がある人
 - ② 給与収入が1カ所のみで、その他に収入がある人
 - ③ 公的年金などの収入以外にも収入がある人
 - ④ 給与、公的年金以外の収入(営業、不動産など)がある人
 - ⑤ 課税対象の収入がない人で、扶養親族になっていない人または市外在住者の扶養親族になっている人
- ※①～④は、金額の大小を問いません

申告が不要な人

- ① 所得税の確定申告を行う人
- ② 1カ所からの給与収入のみで、勤務先で年末調整を済ませ、他に追加する控除がない人
- ③ 公的年金などの収入が400万円以下で、その他の収入がなく、源泉徴収票に記載されている控除以外に追加する控除がない人
- ④ 課税対象の収入がなく、市内在住者の扶養親族になっている人

申告に関するお願い

来庁による申告が難しい場合は、税務課市民税係まで相談ください。

感染症対策のため、原則、本人のみでの来庁をお願いします。介助を要するなどの理由がある場合は、必要最小限の人数でお越しください。

地区ごとの申告日程

2 月		
日付(曜日)	午前(9時～11時30分)	午後(13時～16時)
16(水)	字庚塚	石堂、白萩町、東玉川町
17(木)	松陽台2・3丁目	松陽台1丁目、 楓町1～3丁目
18(金)	杉の入1・2丁目	旭町、尾島町
21(月)	杉の入3・4丁目、字杉ノ入裏、 新浜町1～3丁目	桜ヶ丘、野田、南錦町
22(火)	西玉川町、母子沢町	新富町
24(木)	牛生町、芦畔町	梅の宮、小松崎
25(金)	宮城県漁業協同組合 塩釜市第一支所	浦戸地区、 塩釜市漁業協同組合
28(月)	予備日	

日ごとの来場者数に極端な差が生じないよう、地区ごとに申告日を指定しています。指定日に都合がつかない場合は、予備日にお越しください。

3 月		
日付(曜日)	午前(9時～11時30分)	午後(13時～16時)
1(火)	今宮町、長沢町、字長沢	海岸通、宮町、本町、 みのが丘、一森山
2(水)	貞山通1～3丁目、港町1・2 丁目、中の島、舟入1・2丁目	北浜1～4丁目
3(木)	清水沢1丁目	泉沢町、後楽町
4(金)	清水沢2丁目	権現堂、向ヶ丘、栄町、 月見ヶ丘
7(月)	清水沢3丁目	泉ヶ岡、香津町、佐浦町、 西町、南町
8(火)	清水沢4丁目、字伊保石	錦町、花立町
9(水)	藤倉1丁目	藤倉2・3丁目
10(木)	千賀の台1～3丁目	越の浦1・2丁目、 青葉ヶ丘、字石田
11(金)	大日向町	赤坂、白菊町
14(月)	玉川2・3丁目	玉川1丁目、袖野田町
15(火)	予備日	

必要書類（書類の不足や不備などがあると受け付けができない場合があります）

①市役所または税務署からの案内はがき、封書（届いている方）	
②申告者本人のマイナンバーカード ※通知カードの場合は、運転免許証などの「身元確認書類」が別途必要（本人が申告手続きをする場合と代理人が申告手続きをする場合で必要書類が異なります）	
③申告者本人名義の金融機関の口座番号が分かる通帳やキャッシュカードなど（所得税の還付金が発生する方）	
④収入を証明するもの（令和3年1月1日～12月31日分）	
○事業収入、不動産収入などが分かる帳簿や経費などの領収書（事前に収支内訳の計算をしてください） ○給与所得、公的年金などの源泉徴収票または、雇用主からの給与支払証明書	
⑤控除を証明するもの（令和3年1月1日～12月31日分）	
医療費控除	○医療費控除の明細書 ※明細書の提出が必須 ※上記明細書の添付書類として、医療費の額などを通知する書類が使用可能（注①）
セルフメディケーション税制の医療費控除の特例	○セルフメディケーション税制の明細書 ○予防接種・各種健診（検診）の領収書または結果通知表（注②） ※医療費控除制度の併用不可。詳しくは厚生労働省ホームページをご覧ください
社会保険料控除	○領収書や「納付済額のお知らせ」など、納付額が確認できるもの ※年金から天引きされた額は、源泉徴収票に記載
生命保険料控除 地震保険料控除	○控除証明書 ○納付額証明書
配偶者（特別）控除 扶養控除	○配偶者および扶養親族の所得が分かるもの ○配偶者および扶養親族のマイナンバーが確認できる書類
障害者控除	○障害者手帳など各種手帳 ○障害者控除対象者認定書（注③）
寄附金控除	○領収書（証明書）など 「ふるさと納税ワンストップ特例」の適用に関する申請書を提出された方が申告を行う場合は、改めてふるさと納税の金額を寄附金控除額の計算に含める必要があります。
住宅借入金等特別控除	○請負契約書または売買契約書（写） ○登記事項証明書（登記簿謄（抄）本）（原本） ○借入金の年末残高等証明書（原本）

注①② 国民健康保険または後期高齢者医療保険の加入者で、医療費の額などを通知する書類の再発行、健診（検診）などを受けたことの証明書を希望する方は、下記まで問い合わせください。

問 国民健康保険について 保険年金課給付年金係（本庁舎1階） ☎022-355-6503
後期高齢者医療保険について 保険年金課医療係（本庁舎1階） ☎022-355-6519

注③ 要介護者を障害者控除の対象とするための認定書を希望する方は、下記まで問い合わせください。ただし、身体障害者手帳 1・2 級を交付されている方は不要です。

認定要件：令和3年12月31日時点で要介護1～5の認定を受けている方（特別障害者、障害者控除のどちらに該当するかは、発行時にお知らせします。）

問 長寿社会課介護保険係（壱番館庁舎1階） ☎022-364-1204

塩釜税務署（マリングート塩釜会場）での申告

塩釜税務署で受け付けする申告（下記のいずれかに該当するもの）

- ①令和3年分（令和3年1月1日～12月31日）よりも前の年の申告
- ②譲渡収入（土地、建物、株式などを売却して得た収入）の申告
- ③申告分離課税を選択した上場株式などの配当の申告
- ④雑損控除の申告
- ⑤青色申告
- ⑥準確定申告（亡くなられた方の申告）
- ⑦消費税申告
- ⑧令和4年1月1日現在、塩竈市に住民登録がない方の申告

申告会場への入場には「入場整理券」が必要です

入場整理券は各会場で当日配付するほか、LINEを通じたオンライン事前発行ができます。詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。

※入場整理券の配付状況に応じて、後日の来場をお願いする場合があります



国税庁ホームページ▶

問 塩釜税務署 ☎022-362-2151

パチリ! タウンアイズ

※紙面に登場した方に写真を差し上げます。
市政情報係(☎355-5728)までご連絡ください



無火災を祈り日頃の成果を披露!

塩竈市塩竈消防団の令和4年出初式が行われました。開会に先立って藤倉保育所が藤倉まつり太鼓を披露し、その後、消防団が観閲行進や一斉放水など日々の訓練の成果を披露しました。(1月9日 マリンゲート塩釜)



塩竈市から世界に羽ばたけ!

市制施行80周年記念として、公募で選ばれた市内中学2年生5人を対象に、塩竈市中学生国際交流研修事業(語学研修、駐日大韓民国大使館への訪問等)を行いました。※徹底した新型コロナウイルス感染症対策を講じて実施しました

(12月24日~26日 東京都・神奈川県)



成人式で同窓との語らい

新型コロナウイルス感染症対策のため、卒業生ごとに二部制で成人式を開催しました。会場では恩師からのビデオメッセージが流れたり、短い時間でしたが友人らと旧交を温めたりしていました。

市内に設けたフォトスポットで記念写真の撮影を楽しむ姿も見られました。
(1月9日 塩釜ガス体育館ほか)

広報紙に掲載できなかったイベントや話題について、市公式フェイスブックで紹介しています。



100歳おめでとうございます

伊藤 いとよさん
(大正10年11月25日生まれ)

坪江 はる子さん
(大正10年12月12日生まれ)

山本 ぬゆのさん
(大正10年12月18日生まれ)

新型コロナウイルス感染症防止のため撮影は控えさせていただきました。

海・生き生き
元氣な会社作りをお手伝い!

TKC会計人にお任せください。

1

貴社の持続的な
繁栄のために、
活力を生む経営革新を
支援します。

2

毎期、黒字決算を
実現する社内の
メカニズムづくりを
提案します。

3

地元の金融機関や
得意先・仕入先からの
信頼度アップに
貢献します。

税理士法人

阿部会計事務所

〒985-0011 塩釜市貞山通3-7-14

TEL 022-367-0375

FAX 022-367-0432

<http://www.abetax.net/>



塩竈deひなめぐり2022 スタンプラリーでひな壇を完成させよう！！

10年以上続いている「塩竈deひなめぐり」では、各参加店で個性豊かなひな人形、つるし飾りなどひな飾りの展示や、ひなめぐり限定サービスを行います。

今年はスタンプラリーも開催します。参加店舗で買い物をしてスタンプを集めた方に、先着でオリジナルトートバッグをプレゼントします。

さらに、ダブルチャンスとして、応募者の中から抽選で各参加店の詰め合わせセットをプレゼントします。

期 間：2月19日(土)～3月6日(日)

プレゼント引き換え方法

- ①参加店舗で配布しているスタンプラリー台紙を受け取る
- ②参加店舗で買い物300円毎に1個貰える(1店舗6個まで)ひな人形スタンプを計10個集める
※スタンプは10種類ありますが、台紙に押すスタンプの種類は問いません
- ③マップ掲載の応募店舗で先着200人にトートバッグを引き換え

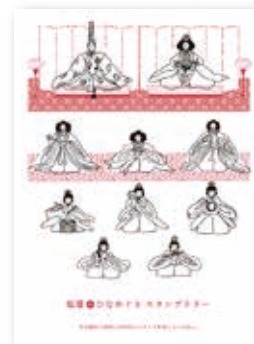
ダブルチャンス抽選

- ①スタンプを10個集めたら、マップ掲載の応募店舗で応募用紙を受け取る
- ②必要事項・アンケートを記入し、応募用紙を提出
応募期限 3月6日(日) 16:00 当選者数 23人
- ③当選者の方には3月中旬までに発送します
※当選者の発表は厳正なる抽選のうえ、賞品の発送をもってかえさせていただきます

☆参加店舗一覧

- | | | | |
|-----------------|-------------|----------------------|-------------|
| ①太田興八郎商店 | ⑧熊久商店 | ⑮すずらん本町店 | ⑳和ダイニングひなた |
| ②丹六園 | ⑨渡辺果実店 | ⑯Natural born style | ㉑スズラン本塩釜駅前店 |
| ③茶屋鹽竈GAMA-CHAYA | ⑩フルーツラボラトリー | ⑰エレガンスアライ | ㉒エルフィン |
| ④荻原醸造 | ⑪浦霞酒ギャラリー | ⑱コーヒーとおやつのお店 andMore | ㉓シェヌー |
| ⑤N.Y kitchen | ⑫市川紙店 | ㉑しおがまパノラマ | ㉔相原商店 |
| ⑥コンディメント。カフェ | ⑬菅原園 | ㉒鮎しらはた | |
| ⑦おさんこ茶屋 | ⑭榮太楼本店 | ㉓矢部園 | |

スタンプラリー完成イメージ



※下線の店舗がトートバッグ引き換え・ダブルチャンス応募店舗です

問 太田興八郎商店 ☎022-362-0035
熊久商店 ☎022-362-0441

🐰 **どんなお困りごとにもご相談ください！** 🐰

草刈り	伐採	断捨離	外壁塗装	外構
-----	----	-----	------	----

私達は暮らしのサポートセンターを目指しています

株式会社 河北高野新聞店 022-364-0131

〒985-0025 宮城県塩釜市佐浦町 2-19 営業時間 平日 9:00 - 17:00 < お見積りも無料です >

注文住宅	リフォーム	修繕修理
------	-------	------

さくら工房 株式会社

宮城県知事登録 建築設計事務所
第21220110号
建築工事業 宮城県知事許可(般-1)第20126号
985-0021 宮城県塩釜市尾島町 23-13

見積り無
ご相談料

0120-985-396

塩竈市は、自主財源を確保するため「広報しおがま」に有料広告を掲載しています。

赤ちゃんとの新しい生活をサポート！ 使って安心 産後ケア事業

産後のママはさまざまな不調を感じやすく、赤ちゃんとの生活が始まると心配や戸惑いも出てきます。特にトラブルや悩みを抱えやすい、乳房ケアや授乳方法などの相談を助産師が行います。まずは一度、活用してみませんか？

問 子育て世代包括支援センター「にこサポ」 ☎022-354-1225

- 対 象：1歳未満のお子さんがいるママ
回 数：2回まで
内 容：おっぱいケア(マッサージなど)・授乳指導・
育児相談や心身の相談など
利用料：1回 1,000円(減免あり)
場 所：〔通所型〕「にこサポ」で月1回実施
1時間半程度
(日程はにこサポカレンダー参照)
〔訪問型〕ご自宅に助産師が訪問
2時間以内



＜利用したママの声＞

赤ちゃんがおっぱいをうまく吸ってくれず「おっぱいがイヤなのかな」と悩んでいましたが、産後ケア事業を利用し、授乳時の乳首のくわえさせ方を教えてもらい、悩んでいたことが解決しました。

赤ちゃんのためにも、ママの心と身体の健康が大切です。我慢も無理もしないでください。まずは気軽に問い合わせください。

「にこサポ」スタッフより



利用の流れ

利 用 者

①申 請

塩竈市産後ケア事業申請書を「にこサポ」に提出してください。

申請書は新生児訪問時に希望者に配布している他、市ホームページからもダウンロードできます。



にこサポ

②利用承認

育児状況や産後の支援状況等の確認と予約調整をした上で「事業利用承認通知書」を送付します。

今月の乳幼児健診・健康相談と予防接種

会場：保健センター

健診・健康相談	4カ月児健診	7カ月児健康相談	1歳6カ月児健診	2歳6カ月児歯科健診	3歳児健診
実施日 (対象)	2/16(水) (R3.10月生)	2/2(水) (R3.7月生)	2/17(木) (R2.7月生)	2/2(水) (R1.8月生)	2/3(木) (H30.8月生)

集団予防接種	実施日	受付時間	対象児	標準月齢
BCG (予約不要)	3/16(水)	9:45～10:15	1歳未満	生後5～8カ月未満

問 子育て世代包括支援センター「にこサポ」 ☎022-354-1225

キッズステーション

※最新の情報については、「しおがま すくすくアプリ」または市HPでご確認ください

にこサポ 子育て世代包括支援センター

開 8:30～17:15 住 本町1-1 (市番館1階)
休 (土、日、祝日) ☎022-354-1225



産前・産後の事業や相談など	対象者	日程	時間
母子健康手帳交付	妊娠届をお持ちの方	2/7(月)、14(月)、21(月)	13:15から1時間程度
パパ&ママクラス I・II (要予約)	おすすめ時期 I:妊娠中期、II:妊娠後期	I:2/5(土) II:2/9(水)	I:10:00～12:00 II:14:00～16:00
助産師Happy相談 (電話・来所)	妊婦さんと産後1年未満のママなど	2/7(月)、14(月)、21(月)	10:00～12:00
産後ケア事業 (要予約) ※p9に詳細記事	1歳未満のお子さんとママ	2/21(月)	時間指定
育児・栄養相談・離乳食教室	対象者	日程	時間
ピチピチしおがまっ子大集合! (要予約)	生後4カ月までの赤ちゃん和妈妈	2/24(木)	10:00～12:00
もぐもぐ離乳食教室 (要予約)	おおむね生後6～8カ月までの赤ちゃん(第1子)和妈妈	3/4(金)	10:30～12:00
親子の栄養相談 (電話・来所)	妊婦さん、赤ちゃん和未就学のお子さんのママ	2/10(木)、18(金)	9:00～12:00 13:00～16:00

※妊娠中の方やお子さんの発達・遊び方・食事など、随時相談を受け付けます

こころん 子育て支援センター

開 9:30～11:45 / 13:30～16:00 住 海岸通1-15
※保育所行事やメンテナンスのため、8日(火)、12日(土)、13日(日)は休館となります。休 (木、祝日) ☎022-363-3630

イベント	対象/定員	日時	内容	申込
あそびの広場	未就学児親子/各8組	2/3(木) ① 9:45～10:30 ② 11:00～11:45	節分あそび	申込受付中
はじめてのこころん	初めて来館する 未就学児親子/4組	2/10(木)、24(木) 14:00～15:30	施設利用の仕方や自由あそび	事前申込
お外で遊ぼう会	未就学児親子/5組	3/3(木) 9:45～11:30	バスに乗ってお出かけ!「加瀬沼公園」であそびましょう	2/16(水)13:30～

つどいの広場 市営梅の宮住宅集会所

開 (月)・(水)・(金) 10:00～11:45 住 庚塚1-1
お問い合わせは「こころん」へ (月)～(金)13:30～

イベント	対象/定員	日時	内容	申込
あそびの広場	未就学児親子/7組	2/25(金) 10:30～11:30	簡単なおひな様づくり	2/9(水)13:30～

藤倉児童館

開 (月)～(金) 9:00～18:00 (土) 9:00～17:00 住 藤倉2-2-12
休 (日、祝日) ☎022-366-3003

イベント	対象/定員	日時	内容	申込
おひさまのたね お話会	1歳～就学前/未設定	2/10(木) 10:30～11:00	手遊びや絵本の読み聞かせ	不要
バレンタインクッキング	小学生/5人	2/12(土) 14:00～15:30	バレンタインにちなんだクッキング	2/1(火)～4(金)
まゆ's クラフト	小学生/8人	2/19(土) 14:00～15:30	身近な材料を使用した簡単な工作	2/7(月)～10(木)

あゆみ保育園子育て支援センター たんぽぽ

開 10:00～16:00 住 花立町1-16
休 (土、日) ☎022-365-4572

イベント	対象/定員	日時	内容	申込
親子で遊ぼう会 (あゆみ保育園)	未就学児親子/2～3組	2/7(月) 10:00～11:00	うたリズムの会	開催前日まで
		2/22(火) 10:00～11:00	ひな祭り制作の会	

※2月のあゆみ保育園の園庭・たんぽぽ開放は、午前午後の予約制です

※体調のすぐれない方や周囲で感染症に罹患した方がいる場合は、参加をご遠慮ください

地域学校協働活動に取り組んでいます

地域学校協働活動とは、子どもたちの成長を支えるために、保護者や地域にお住まいの方、自治会や町内会などの団体などと学校が連携・協働して行う活動です。市では、幅広い地域の皆さんの協力を得て、地域の方が学校の授業や行事、環境整備などをサポートする「学校支援」や、子どもたちが地域行事へ参加したり地域貢献を行ったりする「地域活動」を行っています。

活動例

学校支援



▲本の読み聞かせ



▲朝の検温



▲校外学習時の交通安全指導

地域活動



▲商店街の七夕飾り

一緒に取り組んでみませんか？

多くの子どもたちが町内会や子ども会の行事に参加できるよう、学校を通じてチラシを配布することができます(営利目的のものを除く)。学校支援や放課後子ども教室のボランティア、地域活動への子どもたちの参加などの相談は、生涯学習課まで問い合わせください。

問 生涯学習課学習支援係 ☎022-362-2556

PICK UP! ここに注目!

意識的にごみの減量に取り組みましょう

～ちょっとした工夫が処理費用とCO₂の削減につながります～

市民一人あたりが一日で出す家庭ごみの量は720g(令和元年度実績)で、県の平均と比べ40gほど多い状況です。ごみの量が増え続けると、焼却量が増加し、処理費用や二酸化炭素排出量の増加につながります。

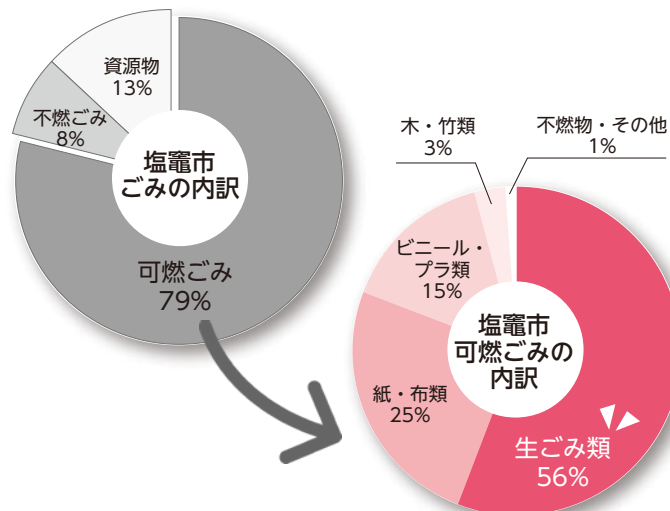
ごみのさらなる減量や適切な分別(リサイクル)に意識的に取り組みましょう。



しおがまりサイクル広場

「生ごみ」が最も多い

市内から出るごみの約8割は「可燃ごみ」です。清掃工場ごみ分析測定によると、可燃ごみのうち約5割が「生ごみ」で、最も多くなっています。



ごみの減量に向けた取り組み

①生ごみの減量「生ごみの水切りで減量しましょう!」

三角コーナーや水切りネットを使用する場合は、捨てる前にネットをひと絞りしましょう。また、すぐに捨てるのではなく、一晩置いてから捨てましょう。

②適切な分別「雑がみや紙パックは資源物へ!」

可燃ごみのなかには、紙や布類が約25%含まれています。適切な分別を行うことで、資源化につながります。食品やお菓子、ティッシュなどの箱類は、紙袋にまとめて入れるか、ひもでしばって資源物として出しましょう。

③ごみのリサイクル「しおがまりサイクル広場」

家庭で不要になった家具などのリサイクル(粗大ごみの減量)を目的に、昨年11月に「しおがまりサイクル広場」を開催しました。今後も定期的に広場を開催していきます。

問 環境課クリーン対策係 ☎022-365-3377



新型コロナワクチンに関するお知らせ（1月20日現在）

国の方針に基づき、接種可能日が到来した方から、追加(3回目)接種券を送付します。予約を分散させ円滑に接種できるよう、接種券の発送は期間を分けて段階的に行います。市内での接種は、2月3日(木)以降、各会場で順次開始してまいります。

■追加(3回目)接種までの流れ

新型コロナワクチン接種をはじめ、すべての予防接種では、接種を受ける方が、ワクチンの効果や副反応などを理解したうえで、接種の有無や接種会場を選択できます。市では、接種を受ける方が納得し、接種の選択ができるよう、予約制でワクチン接種を行います。

① 接種券が届く

接種券発送日

2回目接種 終了時期	追加(3回目) 接種券 発送日
令和3年6月25日～30日	令和4年2月2日(木) 発送

以降、2回目接種終了から7カ月経過を目安に接種券を送付します。

2回目接種 終了時期	追加(3回目) 接種券 発送予定日
令和3年7月上旬	令和4年2月上旬 発送
令和3年7月中旬	令和4年2月中旬 発送
令和3年7月下旬	令和4年2月下旬 発送

※令和3年6月24日以前に接種した方の接種券は発送済みです

② ワクチンの種類・接種会場を決める

1・2回目接種と異なる種類のワクチンを選択できます。接種券同封の説明書をよくお読みのうえ選択ください。ワクチンの供給状況により、各会場で取り扱うワクチンの種類が変更となる場合があります。変更となる場合は、市ホームページなどでお知らせします。

接種方法	接種会場	ワクチンの種類
個別接種	市内医療機関	ファイザー社
集団接種	塩釜ガス体育館	ファイザー社
大規模接種※	ヨドバシカメラ仙台第2ビル4階	武田 / モデルナ社



▲市ホームページ
「新型コロナワクチン追加
(3回目) 接種について」

※大規模接種会場で接種を希望する方へ

2回目接種から6カ月以上経過した満18歳以上の方も接種できます。接種券が届いていない方は、個別に発送します。希望する方は、下記問い合わせ先まで連絡ください。

③ 予約する

接種券が届いた方から予約ができます。予約は ①WEB ②コールセンター にて受け付けます。詳しくは、接種券同封の案内チラシをご覧ください。

④ 接種する

予診票を記入のうえ、予約した接種会場にお越しください。

■初回(1・2回目)接種後に転入された方へ

初回(1・2回目)接種後に転入された方は、本市に接種記録がないため、追加(3回目)接種の接種券が発行できません。事前に申請いただいた方にのみ追加接種の接種券を発行します。

申請方法 下記の書類を、保健センター窓口へ持参 または 保健センターへ郵送 してください。

提出書類 ①接種券発行申請書(窓口で配布または市ホームページからダウンロード) ②身分証明書の写し
③接種済証、接種記録書、接種証明書などの接種が済んでいることが分かる書類の写し
④委任状(接種を受ける方と同一世帯以外の方が申請する場合)

問 新型コロナワクチン接種推進室(保健センター内) ☎985-0003 塩竈市北浜四丁目 8-13 ☎022-355-4123

※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

非課税世帯等に臨時特別給付金

対象 令和3年12月10日現在、本市に住民登録し、次の①または②に該当する世帯

①令和3年度分住民税非課税と確認できる世帯

※住民税が課税されている親族などの扶養を受けている場合は対象外

②令和3年1月2日以降に転入された方、未申告の方、および家計急変世帯

支給額 一世帯当たり一律10万円
申請方法

①の世帯 対象世帯に案内文書と確認書を送付します。内容を確認し返送してください。

②の世帯 必要な資料を添付のうえ、申請が必要です。

※詳細は市HP参照、または問い合わせください

問 生活福祉課総務係

☎ 022 (355) 7333



子育て世帯への臨時特別給付金

新型コロナウイルス感染症の影響を受けている子育て世帯の生活を支援するため、次の方に給付します。

対象 0歳から高校3年生相当までの児童を養育している方

※申請が必要な方には1月17日に申請書を送付しています

申請期限 2月28日(月)まで

※対象児童と別居など、状況を把握できず、案内が送付されていない場合があります。心当たりの方は問合せください。詳細は市HP参照

問 保険年金課医療係

☎ 022 (355) 6519



児童手当の支給について

支給日 2月4日(金)※入金の確認は翌日以降にしてください。

問 保険年金課医療係

☎ 022 (355) 6519

就学援助制度をご存じですか？

経済的な理由で就学が困難な児童生徒の保護者に学用品費などを支援しています。希望する場合は、学校を通じて申し込みください。

※詳細は市HP参照

問 学校教育課学校教育係

☎ 022 (365) 3216

難聴児補聴器購入助成事業

18歳未満の難聴の児童に対し、補聴器の購入資金の助成を行っています。

対象 本市在住で、両耳の平均聴

カレベルが30デシベル以上で身体障害者手帳の対象外の方(補聴器を装用により一定の効果が見込めると医師が判断した場合)

※助成には申請が必要です。詳細は問い合わせください

問 生活福祉課障がい者支援係

☎ 022 (364) 1131

防災行政無線試験放送を実施します

試験放送日 2月16日(水)11時

災害などの発生時に備え、全国瞬時警報システム(Jアラート)

により、防災行政無線とFMベイエリアで情報伝達試験を行います。

問 市民安全課防災係

☎ 022 (355) 6491

宝くじコミュニティ助成を受けました

(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、自主防災組織などの地域活動に対して助成するものです。この助成で「塩竈市浦戸消防団」が防火衣上衣などの防災用具を、「芦畔町内会」が発電機などの防災備品を整備しました。

問 市民安全課防災係

☎ 022 (355) 6491

償却資産(固定資産税)の申告

令和4年1月1日現在、市内に固定資産税の対象となる償却資産(事業用の機械、備品、構築物など)を所有している方で、申告がお済みでない方は至急、申告してください。

問 税務課固定資産税係

☎ 022 (355) 5934

消費税・適格請求書発行事業者の登録申請受付中

インボイス(適格請求書)とは、売り手が買い手に対して消費税の正確な適用税率や税額などを伝えるための請求書や領収書のことです。

令和5年10月1日から始まるインボイス制度(消費税適格請求書等保存様式)では、消費税の課税事業者が仕入額控除を受けるためには取引相手から受け取ったインボイスが必要です。インボイスの交付は、事前に税務署から登録を受けた適格請求書発行事業者(登録事業者)以外ではできません。

登録申請の受け付けは、令和3年10月1日(金)から開始しています。

問 消費税軽減税率・インボイス制度電話相談センター

(受付時間9時~17時 土日祝除く)

☎ 0120 (205) 553

☎ 0120 (205) 553

☎ 0120 (205) 553

☎ 0120 (205) 553

☎ 0120 (205) 553

☎ 0120 (205) 553

☎ 0120 (205) 553

☎ 0120 (205) 553

☎ 0120 (205) 553

☎ 0120 (205) 553



募集・案内

メンタルヘルス講演会

リフレッシュやセルフケアを体験して、自分のこころを癒しましょう。

日時 2月19日(土) 13時半～15時半
場所 ふれあいエスパ塩竈エスパホール
内容 東洋医学とメンタルケア、五感とこころの癒し

講師 本橋京子先生 緑ヶ丘病院 精神科医

定員 100人
申込 2月16日(水)までに電話またはファクスで

問 保健センター

TEL 022-(364)-4786
FAX 022-(364)-4787

こころのサポーター講座受講者募集

あなたと、あなたの大切な人の心を守るために、できることから始めてみませんか。

日時 ①3月4日(金) ②3月15日(火) 13時半～15時半

場所 保健センター

内容 ①癒し手としての心の土台を育む、東洋哲学と精神医学の接点から、②悩みを抱えた人から話を聴くときに大切なこと、いのちの電話の活動から

講師 ①本橋京子先生 緑ヶ丘病院 精神科医 ②齋藤 眞さん 仙台いのちの電話 研修委員長
定員 30人(原則2日間受講可能な方)

申込 3月2日(水)までに電話またはファクスで

問 保健センター

TEL 022-(364)-4786
FAX 022-(364)-4787

介護予防健康講話

自身の介護予防・健康づくりについて考えてみませんか。

日時 2月24日(木) 13時半～14時半

場所 北浜コミュニティセンター

対象 おおむね65歳以上の方

内容 お口の健康について

講師 歯科衛生士

定員 15人程度

申込 電話またはファクスで。申し込み多数の場合締め切ることがあります

※団体向けの健康講話も企画しています。詳細は問い合わせください

問・申込 長寿社会課地域支援係

TEL 022-(364)-1204
FAX 022-(366)-7167



市長コラム

天外蒼天

災害対応への取り組み待ったなし

1月16日未明の緊急速報メール、津波注意報発令。令和3年の2月13日にも塩竈市では、地震や断水などの対応に追われました。

東日本大震災は言うに及ばず、多くの災害を経験してきた我々は、常にいつ起こるかかわからない脅威とどのように向き合うか基本となるマニュアルや行動指針など考え実行してきました。

「自らの命は自ら守る自助、地域みんなで助け合う共助、市民を支え、公的機関による支援などの公助」や

危機管理の原則である「最悪を想って、慎重にかつ素早く、誠意をもって、組織で対応する」など…。

災害対応は、加速する超高齢化社会、希薄になりつつある地域での人間関係、そして「風化」という無関心との闘いでもあります。



塩竈市長

佐藤光樹

シリーズ高齢者の見守り③

高齢者あんしん見守り支援事業

利用者の声

ボタンも少なくなくて操作も簡単。シンプルなのですぐに慣れました。常に持ち歩いています。(携帯電話型の見守り機器を利用/70代女性)



外出先で急に具合が悪くなっても、要請すれば駆け付けてくれるので安心です。(携帯電話型の見守り機器を利用/80代男性)

市ホームページ「高齢者あんしん見守り支援事業」



問 長寿社会課長寿支援係 ☎022-364-1204

市営住宅・県営住宅入居者募集

3月1日(火)から申込用紙を配付します。

配布場所 定住促進課(吉番館庁舎2階)
申込資格 一般世帯・月収額158000円までの方。裁量世帯・(障がい者や未就学児童含む世帯)・月収額214000円までの方

※地域優良賃貸住宅(子育て支援住宅)のみ月収額259000円までの方
申込 3月1日(火)～12日(土)(当日消印有効)に宮城県住宅供給公社へ郵送してください

問 宮城県住宅供給公社

☎022(224)0014

日本酒ペアリングセミナー参加者募集

日本酒をより深く楽しんでもらうため、日本酒ペアリングセミナーを開催します。

日時 ①2月17日(木) 13時半～
②2月22日(火) 13時半～

場所 市内日本酒提供店

対象者 はじめて本セミナーに参加する市内日本酒提供事業者

定員 各10人※先着順

※詳細は市HPをご覧ください

問 観光交流課人・まち交流係

☎022(364)1165

地域の公園を美しく楽しい場所にしませんか?公園維持管理協定団体を募集します

公園は、地域の皆さんにとって運動・憩い・コミュニティ活動の場の一つです。市では、市民の皆さんに愛され、親しまれる公園となるよう維持管理に努めています。地域と市による協働のまちづくりのために、公園の草花の愛護や、花壇の整備などに協力いただける団体を募集します。

あなたの身近な公園から、きれいなまちづくりに取り組んでみませんか。

問 土木課公園係

☎022(364)1200

第2次塩竈市地域安全まちづくり基本計画に対するパブリックコメントを実施しています

犯罪の起こりにくいまちづくりを推進するため、基本計画(案)を作成しました。より良い計画とするため、市民の皆さんからのご意見を募集します。

募集期限 2月10日(木)

※詳細は市HP参照

問 市民安全課市民生活係

☎022(355)6486



学校給食用物資納入業者の登録説明会の開催と令和4・5年度の申請受付

本市の学校給食用物資納入業者は、登録制になっています。登録を希望する業者の方は申請手続きをしてください。

登録説明会 申請書類を配布します

日時 2月28日(月) 15時～16時

場所 公民館(東玉川町)

申請受付

日時 3月1日(火)～8日(火) 9時～16時半

場所 教育総務課(吉番館3階)

問 教育総務課保健食育係

☎022(355)8461

藻塩の里2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。都合の良い時間においでください。

日時 2月19日(土) 9時～

内容 サロン活動

問 地域活動支援センター「藻塩の里」

☎022(361)0631

FAX 022(361)0632

公立保育所保育士募集

職種 ①保育士②看護師③用務員

資格 ①保育士資格②看護師資格

③調理経験者

雇用期間 4月1日～令和5年3月31日

業務内容、勤務時間などの詳細は市HP参照

問 子育て支援課保育係

☎022(353)7797



つらいと感じたとき、困っているときなど、不安な気持ちを一人で抱え込まずに

家庭児童相談専用「ファミリーダイヤル」にご相談ください

家庭における適切な養育や児童の福祉に関する相談窓口として、子育て支援課の家庭児童相談員が家庭内のさまざまな相談に応じます。

◎子育て全般に関すること

- ・家庭教育や学校生活上のさまざまな問題
- ・つい子どもにあたってしまう
- ・虐待が疑われる家庭がある
- ・里親制度についての相談 など

◎家庭内の悩みに関すること

- ・夫婦関係
- ・夫または妻からの暴力(DV)や借金で困っている
- ・離婚予定で、その後の生活相談 など

ファミリーダイヤル☎022-364-1178 (平日8時30分～17時15分)

※個人・家族の秘密は固く守られます

みんなの広場

イベント・お知らせ

■第21回塩釜甚句全国大会

塩釜甚句は庶民の暮らしの中から生まれ、全国的に知られる唄です。県内外から多くの皆さんが自慢の唄を披露します。

日時 2月23日(水)・祝 9時～18時

場所 吉番館5階遊ホール

※入場無料

問 塩釜甚句全国大会実行委員会事務局

☎ 022 (364) 1165

■ウエルシア薬局講習会

地域の方が気軽に参加できる講習会を開催しています。

栄養サロン

日時 2月25日(金) 10時半～11時半

内容 眼精疲労について

対象 健康に興味がある方

スマホ体験講座

日時 2月25日(金) 13時～14時半

内容 スマホに対する質問コーナーもあります。

対象 ガラケーからスマホに踏み切れない方、スマホを持っているが、限られた機能しか使用していない方

定員 ①②共通各7人

※参加無料。要電話予約

場所 ウエルシア薬局本塩釜駅前

店内ウエルカフェ

問 ウエルシア薬局本塩釜駅前店

☎ 022 (361) 3506

■塩釜歴史探訪会

日時 2月12日(土) 13時～15時

内容 「奥塩地名集による昔の塩釜と今」をテーマに、吉番館タイムシッブ塩竈見学後、会議室で座学

集合 吉番館1階ロビー集合

定員 10人

※マスク着用必須。要事前申し込み

問 NPOみなとしほがまボランティアガイドの会 高橋

☎ 022 (361) 0685

■障害・難病をお持ちの方のお仕事無料相談会

日時 毎週(木) 13時～15時

場所 尾島町19-4丸山ビル1階

定員 5人(保護者同伴可)

内容 お仕事の流れの説明。お悩み全般の質疑応答。

※参加無料。要電話予約

問・申込 愛さんさん友の会

☎ 022 (366) 8813

■シンポジウム「宮城の子どもの外遊び環境を変える」

子どもの心身の成長に必要な外遊びを回復させるための方法と、実現させるための道筋を広く提案

することを目的に開催します。

日時 2月23日(水)・祝 13時～16時半

場所 名取市文化会館 小ホール

※入場無料。申込不要

問 (二社) プレーワーカース

☎ 022 (397) 7507

会員募集

■女性セミナー エアロビクス

日時 月2～3回(金)

13時半～14時半

場所 公民館(東玉川町)

会費 月額1500円

問 土井 ☎ 022 (367) 3353

締め切りは掲載希望月の前月1日です(閉庁日の場合は翌開庁日)

「みんなの広場」は市民活動を応援します。「公共性のあるもの」「公平・公正なもの」「初心者向けで低料金なもの」を掲載します。

原稿は、秘書広報課市政情報係(連絡先は背表紙に記載)まで、持参・郵送・ファクス・メールで提出してください。電話での受け付けはできません。紙面の都合で掲載できない場合があります。



「しおがま春市」を開催します!

塩竈の名産品や、ここでしか買えない逸品をお買い得価格で販売します!

日時 2月6日(日) 10時～17時

場所 イオンタウン塩釜店内(1階中央エスカレーター前)

500円以上購入の方には、塩竈ロゴマークのオリジナルグッズをプレゼント!!

※新型コロナウイルス感染状況によっては、イベントを中止する場合があります。

詳しくは、市HP、SNS (LINE、Facebook) でお知らせします



問 観光交流課 ☎ 022-364-1165

生涯学習の とびら

※新型コロナウイルス感染症の影響により、施設の開館時間に変更となる場合があります。

開館時間

エスプ 10:00～21:00(本の貸し出しは図書館と同じ)
図書館 10:00～18:00(火～金) 10:00～17:00(土・日祝)

2月の図書館・エスプ休館日						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

生涯学習

◆印は参加無料

エスプ

TEL 022 (367) 2010
FAX 022 (365) 3741

キッズスペース

◆キッズボランティアおはなし会

日時 毎週(水)11時～12時

内容 歌や紙芝居、子育てについて

話し手 子育て支援ふお・ゆ

◆おはなしぱんどうのおはなし会

日時 2月13日(日)11時～11時半

内容 パネルシアター、絵本など

の読み聞かせ、エプロンシ

アターなど

◆あそびまじョップ「ひなまつり」

日時 3月3日(木)10時半～11時半

内容 パネルシアター、ミニ工作

対象 幼児と保護者

定員 5組

申込 2月15日(火)10時～

本の森

◆本のちよっと

日時 2月5日(土)11時～11時半

内容 絵本の読み聞かせとギター

演奏

話し手 きつと・えすけつと

ミーティングルーム

◆本のリサイクル市

日時 2月5日(土)、6日(日)

10時～16時

内容 保存期間の過ぎた雑誌を市

民の皆さんに無償提供

※なくなり次第終了

・入場制限を設ける場合があります

ます

・提供冊数は一人10冊までです

・お持ち帰り袋をご持参ください

・提供資料を有料で譲渡しない

てください

創作室

◆かんたん工作おもしろ創!

「バドミントン人形を作ろう」

日程 2月開館時間中

◆折り紙ウィーク「和傘作り」

期間 2月15日(火)～20日(日)

内容 折り紙を使用した和傘制作

◆ふれあい創ing

「フェルトのドーナツを作ろう」

日時 2月6日(日)10時半～12時

対象 小中学生(なみ縫いができる方)

定員 6人

申込 受け付け中

◆創作室ボランティア工作

日時 毎週(土)10時～14時30分

講師 千葉幸一さん

(創作室ボランティア)

アートギャラリー

◆長井勝一漫画美術館事業

「つげ忠男原画展」

期間中は会場内でつげ先生のインタビュー動画も公開します。貴重な原画展にぜひお越しください。

期間 2月12日(土)～27日(日)

ホワイエ

◆エスプコンサートDomenica87

「春待ちピアノコンサート」

日時 2月27日(日)11時～12時

曲目 花のワルツ、すみれの花の

咲く頃他

出演 文屋睦子

Facebook



Twitter



Facebook・Twitterやこまね!

公民館

TEL 022 (365) 3341

FAX 022 (365) 3342

◆第45回公民館まつり

公民館で活動している教室や団体、サークルによる展示や舞台発表を行います。詳細は広報しおがま3月号をご覧ください。

【展示】

期間 3月4日(金)～6日(日)

会場 塩竈市公民館・ふれあいエ

スプ塩竈

【舞台・実演】

期間 3月5日(土)～6日(日)

会場 塩竈市公民館

市民図書館

TEL 022 (365) 4343

4階視聴覚室

◆こども映画会

日時 ①2月12日(土)②2月19日(土)

(1)11時～(2)14時～(3)15時～

内容 ①「あとかくしの雪」

「いたずら子猫」

②「こおった声」

「空飛ぶねずみ」

(①②ともに2話で15分)

対象 幼児から小学生

4階おはなしの部屋

◆おはなし会デビュー

「ぴよぴよおはなし会」

日時 2月8日(火) 11時～11時15分
内容 赤ちゃん絵本の読み聞かせと親子のふれあい遊び
対象 1歳までの赤ちゃん

◆おはなし火ようび

日時 2月15日(火)、22日(火)
11時～11時15分
内容 絵本の読み聞かせ、紙芝居
対象 幼児と保護者

◆おはなしびつくり箱のちっちゃなえほんのへや

日時 2月18日(金) 11時～11時20分
内容 2月のテーマは「ふゆあそび」絵本の読み聞かせ、手遊びなど
対象 0～3歳

◆手のひらの会

日時 2月26日(土) 11時～11時20分
内容 紙芝居

◆ぴよぴよひなまつりおはなし会

日時 3月1日(火) 11時～11時30分
内容 ひなまつりに関する絵本などの読み聞かせと簡単な工作
対象 1歳までの赤ちゃん
※男の子も歓迎

4階児童書フロア

◆手品おじさんと遊ぼう！

日時 2月27日(日) 15時～15時20分
内容 トランプを使った手品の実演
演者 野中廣海さん
(図書館ボランティア団体所属)

4階創作室

◆紙でふしぎ？を作ろう

日時 2月13日(日) 14時～15時
内容 紙ヒコキ制作と折り紙遊び
対象 小学生以上10人程度

そのほか

◆「えほんデビュー」～あかちゃんからえほん

図書館では、7カ月児健康相談時に赤ちゃんの健やかな成長を応援するために、「えほんデビューパック」(絵本一冊・布バッグ・『赤ちゃん絵本リスト』)をプレゼントします。
日付 2月2日(水)
場所 保健センター

図書館アンケートを実施します

図書館サービスのニーズや満足度などを調査し、これからの図書館のあり方を検討する際の参考とするため、アンケートを実施します。ご協力よろしくお願いします。

期間 2月5日(土)～27日(日)

回答方法 いずれかの方法で回答ください。

①図書館3階および4階カウンターに備え付けのアンケート用紙に記入し、アンケート回収箱に投函。

②市役所または図書館の公式ホームページに掲載のアンケート回答フォームから送信。

視聴覚センター

☎022(365) 4500

タブレット入門講座

期間 2月16日(水)～18日(金) (全3回)
時間 10時～13時
内容 基本的な操作を学ぶ講座
講師 仙台シニアネットクラブ

対象 初心者

受講料 1000円

申し込み 受け付け中

※タブレットは講師が用意します

遊ホール

☎022(365) 5000

映画「最高の人生の見つけ方」上映会

余命宣告を受け、虚しさを感じていた二人の女性が、残りの人生を模索していくなかで前向きに生きる姿を描いた作品です。

日時 2月19日(土)

①10時半～②14時

出演 吉永小百合、天海祐希、ムロツヨシほか

入場料 前売 800円

当日 1000円

※前売券は、松尾カメラ、メロデイズ、しおがま・まちの駅、サイトースタジオ、遊ホール協会(吉番館4階)で発売中



◆S.D.G.コンサート「塩竈大好き きーがんばっぺ塩竈！」

「S.D.G.S」は「塩竈大好き！
がんばっぺ塩竈！」の略称です。
塩竈市出身の若手アーティスト
3人が、塩竈の魅力を音楽で伝え
ます。塩竈愛が溢れるステージを
お楽しみください。

日時 2月20日(日) 14時～

(開場13時30分)

出演 asari (歌手)、アサノタ
ケフミ (シンガーソングラ
イター)、高橋勇弥 (津軽
三味線奏者)

会場 遊ホール (吉番館5階)

※チケットは公民館で無料配布中

問 塩竈市芸術文化協会(公民館内)

☎ 022 (365) 3341

塩竈市杉村惇美術館

開館時間 10時～17時

休館日 月曜日(祝日の場合は翌日)

☎ 022 (362) 2555

FAX 022 (794) 8873

◆墨画講座受講生展

墨画家・一関恵美さんを講師と
する定期講座の受講生による作品
展。受講生それぞれの個性ある表
現と、墨色の美しさや深みをお楽
しみてください。

期間 2月19日(土)～27日(日)

(最終日は15時まで)

会場 企画展示室

◆塩竈市杉村惇美術館アーカイブ ス展 PROGRAMS

今年度を実施したワークショッ
プや定期講座などで制作された作
品の展示。美術館のさまざまな活
動を紹介します。

期間 2月1日(火)～13日(日)



塩竈市温水プール (ユープル)

☎ 022 (363) 4501
FAX 022 (366) 0281

休館のお知らせ

配管工事および保守点検のた
め次の期間中は休館となります。
期間 1月17日(月)～3月1日(火)

ユープル
ホームページ



ユープル
Twitter



3月1日(火)から7日(月)まで 春の火災予防運動が実施されます

令和3年は塩釜地区(2市3町)で44件の火災が発生し、昨年よりも火災件数が大幅に増加しました。建物火災24件と車両火災6件が上位を占めています。

住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換することや、ストーブやコンロなどは安全装置の付いた機器を使用し、火災の発生を防ぐ取り組みを心がけましょう。



住宅用火災警報器の設置状況調査にご協力をお願いします

- 実施期間 3月～5月中旬
- 調査世帯数 市内100世帯
- 調査方法 郵送によるアンケート調査

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、無作為抽出によるアンケート調査の返信(無料)にご協力をお願いします。

問 塩釜地区消防事務組合消防本部予防課 ☎022(361)1617

⚠119番通報に関する重要なお知らせ⚠

塩釜地区管内において、NTT電話交換機のメンテナンス工事のため、NTT固定電話がつながりにくくなり、119番につながらない(話中)事象が発生する場合があります。再度かけ直すか、代替電話番号にかけ直しをお願いします。

- ・日時 2月18日(金) 午前0時～午前5時までの時間帯のうち3分程度
- ・代替電話番号 022(355)9704

※通話中の回線は切断されません

問 塩釜地区消防事務組合指令課 ☎022(361)0119

教室名	2月の日程	時間	対象	定員	参加費	申込み
トレーニング講習会	5日(土)	14:00	高校生以上	10人	1,100円	予約制
	10日(木)	19:00				
	17日(木)	10:00				
	25日(金)	14:00				
初心者のためのヨガレッスン	5日(土)、19日(土)	10:00～11:00	20歳以上	15人	650円	当日可
とっても簡単 ボールでエクササイズ	10日(木)、24日(木)	10:00～11:30		20人	650円	
とっても簡単 セラバンドで筋力アップ	4日(金)、18日(金)	10:00～11:30			400円	
ボールで健康教室	2日(水)、9日(水)、 16日(水)	10:00～11:15			650円	
からだ改善エクササイズ	7日(月)、21日(月)、 28日(月)	19:15～20:30			650円	
障がい者の為のスポーツ教室	4日(金)	13:30～15:00	障がいをお持ちの方	1団体	なし	予約制
家族みんなでスポーツDAY	26日(土)	9:00～11:45	どなたでも	150人	大人300円 小人200円 未就学児無料	

窓口、電話、FAXで申し込みください。

参加の際は、運動のできる服装、上靴、飲み物を持参してください。

各教室・イベントの詳細は塩釜市体育協会ホームページをご覧ください。



塩釜のニュースをタイムリーにお届けします！

～ 塩釜ライフをより楽しく・便利にする情報をスマホへお届けします ～

ぜひ、
ご登録を！

塩釜市公式
Instagram



魅力的なスポット
美しい景色を発信！

塩釜市公式
LINE



コロナ関連情報や災害など
緊急情報や生活情報を！

おかげさまで
登録者数
1万人を超えました！

塩釜市公式
Facebook



楽しいイベント情報や
街の出来事をレポート！

納期限

納期限は2月28日(月)です

- ・介護保険料 (6期)
- ・後期高齢者医療保険料 (8期)
- ・国民健康保険税 (11期)

寄附いただきました

■市へ

- 塩竈カジキ釣り大会実行委員会・くろしおF.C
- 太公望 (匿名)
- 明治安田生命保険相互会社

■市立病院へ

- 佐藤忠一さん ●東日本自動車学校
- (株)白寿殿

■社会福祉協議会へ

- イキイキ学園仙塩支部
- 幼保連携型認定こども園塩釜聖光幼稚園

大切にに使わせていただきます
ありがとうございました

環境ワンポイント通信 No.202



ごみの出し方虎の巻を確認しましょう

どのようにごみを出したらよいのか分からなくなったときは「ごみの出し方虎の巻」や市のホームページを確認し、正しい分別を行いましょう。



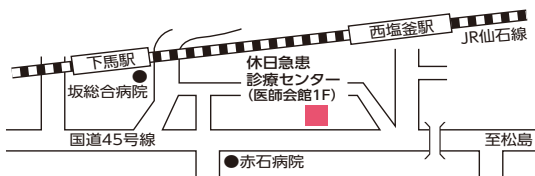
「ごみの出し方虎の巻」配布先

市役所(本庁舎・壱番館庁舎)、ふれあいエスプ
塩竈、公民館、環境課、みやぎ生協塩釜栄町店
サービスカウンター

☎環境課クリーン対策係 ☎022-365-3377

休日などの診療

塩釜地区休日急患診療センター



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

■土曜準夜 受付(小児科 15歳まで) 18:30~21:30

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

2月6日(日)	千葉歯科医院	塩竈市東玉川町2-31	☎362-5253
2月11日(金・祝)	成沢歯科医院	多賀城市新田字後12-12	☎389-1015
2月13日(日)	ホワイト歯科クリニック	多賀城市伝上山4-8-20	☎367-6151
2月20日(日)	おひさまにここ歯科医院	宮城郡利府町利府字新館2-7	☎356-0871
2月23日(水・祝)	引地歯科医院	塩竈市藤倉2-3-11	☎367-1774
2月27日(日)	藤原歯科	多賀城市伝上山2-31-45	☎366-4481
3月6日(日)	うじえ歯科医院	宮城郡七ヶ浜町湊浜 字入生田90-4	☎357-1727

※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

一般社団法人 宮城県福祉葬協会 協会葬

24時間365日対応

多賀城市留ヶ谷3丁目6-10 城東館内

TEL 022-368-8810

ご家族の「想い」をつむぎ、社会に奉仕する、県民のセーフティネットであり続けます。

寺院の鯉プラン 9万9千円~(税込) + 火葬場利用料金 + ご遺体処置費用

寺院の池プラン 14万3千円~(税込) + 火葬場利用料金 + ご遺体処置費用
(お経1回を含んでおります)

寺院の鐘プラン 18万7千円~(税込) + 火葬場利用料金
(お経1回 + ご遺体処置費用を含んでおります)

3コースともお棺、生花、骨カメ、骨箱、仏衣、ご道影額搬送料を含んでおります。会館、ご自宅を使用しない火葬場にて火葬当日お見送りするプランです。別途諸経費がかかる場合がございます。会員制ではありませんので、どなた様でも可能です。納骨等ご相談承っております。

塩竈市は、自主財源を確保するため「広報しおがま」に有料広告を掲載しています。

相談窓口

■ 定例相談

相談内容	日時	場所	電話
身体障がい者相談	火曜日 10:00～14:00	障がい者福祉協会(北浜4-6-52)	☎/FAX362-6865
生活相談	平日 9:00～16:00	市民相談室(市役所東第二分庁舎1階)電話でもどうぞ	☎355-6913
消費生活相談	平日(木を除く) 9:00～16:00	消費生活相談室(市役所東第二分庁舎1階)電話でもどうぞ	☎355-6918
青少年悩み事相談	平日 9:00～16:00	青少年相談センター(壱番館3階教育委員会)	☎363-3715
公認心理師教育相談	原則木曜日 9:00～17:00	青少年相談センター(壱番館3階教育委員会)※予約制	☎364-7445
不登校相談	平日 9:00～15:00	教育支援センター「コラソン」(海岸通10-18)	☎385-6066
育児相談	平日 9:00～17:00	塩竈市子育て支援センター「こころん」	☎363-3630 FAX369-3620
妊娠～子育てに渡る様々な相談	平日 8:30～17:15	子育て世代包括支援センター「にこサポ」(壱番館1階)	☎354-1225
子どもの食事・離乳食相談	平日 9:00～16:00	子育て世代包括支援センター「にこサポ」(壱番館1階)	☎354-1225
禁煙相談	平日 予約制	保健センター	☎364-4786
家庭児童相談	平日 8:30～17:15	ファミリーダイヤル 子育て支援課(壱番館1階)	☎364-1178
生活困窮者自立支援相談	平日 8:30～17:15	社会福祉事務所	☎364-1131
健康なんでも相談	2月28日(月) 予約制13:00～15:00	保健センター	☎364-4786
ひきこもり・思春期こころの相談	2月9日(水)、18日(金) 予約制	塩釜保健所(北浜4-8-15)	☎365-3153
HIV抗体検査・肝炎検査・骨髄バンク登録など	2月2日(水)、16日(水) 予約制	塩釜保健所(北浜4-8-15)※前々日までに予約	☎363-5504
アルコール相談	2月15日(火) 予約制	塩釜保健所(北浜4-8-15)	☎365-3153
行政相談	2月9日(水) 13:00～15:30	納税相談室(市役所東第二分庁舎1階)	—
人権相談	2月15日(火) 10:00～15:00	仙台法務局塩竈支局(袖野田町3-20)	☎362-2338
母子父子家庭など特別相談	2月17日(木) 予約制	宮城県母子・父子福祉センター(宮城野区安養寺)	☎256-6512
犬・猫の適正飼養相談	平日 8:30～17:15	塩釜保健所(北浜4-8-15)※引き取りは有料	☎363-5505
無料法律相談	2月24日(木) 13:30～16:00	本庁2階会議室※裁判・係争中のもの・法人・営利に関しては対象外。事前手続きが必要(2月1日(火)9:00から市民相談室で受け付け)	—
不動産無料相談会	2月28日(月) 予約制10:00～15:00	宮城県不動産鑑定士協会(仙台市青葉区二日町6-26-208)	☎265-7641
交通事故相談(無料)	平日 予約制9:00～17:00	交通事故紛争処理センター	☎263-7231
警察総合相談	24時間対応	受付は警察相談センター DVやストーカー被害でお困りの方などは相談を	☎266-9110

■ 臨時相談・各種団体主催の相談

	日時・場所	内容	電話
創業相談会in塩釜 ※要申込	2月3日(木) 10:30～16:00 塩釜商工会議所	創業を考えている方や創業後間もない方 対象の創業に関する疑問や悩みの相談	日本政策金融公庫仙台支店 ☎222-5377
税理士による無料税金 相談会	2月5日(土) 10:00～15:00 塩釜商工会議所	所得税や相続税・贈与税など税の 専門家による相談	東北税理士会塩釜支部 ☎356-8421

■ 交流や相談の場

	日時・場所	内容	電話
ふれあい茶の間 壱休庵 (多世代交流カフェ)	2月8日(火) 13:30～15:30 まちカフェ竹下園	内容: 便利な福祉用具紹介とお雛 様作り 参加費: 300円	まちカフェ竹下園 ☎022-365-1041
オレンジリングメイト (認知症家族会)	2月16日(水) 13:30～15:30 公民館 会議室1・2・3	内容: フリートーク、次年度計画 参加費: 100円	南部東部地区地域包括支援 センター☎290-7185
しののめ会おしゃべりサロン (精神障がい者家族会)	2月18日(金) 10:00～12:00 公民館本町分室	対象: こころの病気をもちの家族 参加費: 無料	しののめ会事務局 ☎366-1503

防災行政無線の放送内容を確認したいときは、防災行政無線
確認電話(☎022-364-126 0)にお電話ください。

エフエムベイエリア(FM78.1MHz)でも確認
できます。災害時にはラジオを活用ください。



市の人口

令和3年12月31日現在

()内は前月比

人口 52,995人 (△91)
男 25,470人 (△37)
女 27,525人 (△54)
世帯数 23,855戸 (△33)

しiogamaの 活気・元気

挑戦し経験することで
自信につなげていきたい。

アビリンピック宮城県代表

たかはし ふゆか
高橋 冬花さん

市内在住の宮城県支援学校小牛田高等学園3年生。
体を動かすことが好きという高橋さん。学校ではフラダンス部に所属し、
昨年は高校生の全国大会「フラガール甲子園」に動画参加している。

(写真①②) 東京で開催されたアビリンピック全国大会では、喫茶店をイ
メージしたセットで接客や消毒作業などの競技が行われました。



「まさか自分かと思いました！」そう語るの
は、宮城県支援学校小牛田高等学園3年の高橋
冬花さん。担任の先生からアビリンピック(全
国障害者技能競技大会)の宮城県代表に選ばれ
たことを告げられたときは驚きを隠せなかつた
そうです。

アビリンピックとは、社会人や学生で障害の
ある方が参加し、さまざまな職業の技能を競う
大会です。高橋さんは昨年7月に開催された宮
城県大会の喫茶サービス部門に出場、丁寧な接
客や多くの注文を正確にカウンターに伝える競
技で、トップとなる金賞を受賞し、宮城県代表
として12月に全国大会に出場しました。

「全国大会では会場の広さと出場者の多さに
圧倒されましたが、丁寧な言葉遣いと笑顔が心
がけました」と高橋さんは振り返ります。残念
ながら入賞には届きませんでしたが、この経験
から就職に向けてスパーマーケットで行って
いる現場実習での接客など、対面の仕事に自信
がついたそうです。

高橋さんに今後の目標を伺うと「今はコロナ
禍でできない趣味のソフトテニスや、友達と浴
衣を着てみなと祭の花火大会を見に行くこと。
そして、学校を卒業し就職しても、次のアビリ
ンピックにまた挑戦したい」と笑顔で語りました。

編集発行/塩竈市市民総務部秘書広報課
〒985-8501 宮城県塩竈市旭町1番1号
☎022-355-5728 FAX022-367-3124

塩竈市公式ホームページ
https://www.city.shiogama.miyagi.jp/
E-mail: sisei@city.shiogama.miyagi.jp

COOP みやぎ生協の個人宅配で **置き配OK!**

24時間お買い物

個人宅配のウレシイ6つのポイント

- ご不在時でも置き配で受取可能です!
- 共働きでも安心。お家の玄関先までお届け!
- 約4,000品目の商品から選べます!
- カタログやホームページからカンタン注文!
- 1度はしめれば休止も再購もカンタンに!
- 気軽に1人暮らしから注文OK!

WEB限定 **豪華2大特典プレゼント中!**

WEBで個人宅配お申込みが完了された方に
COOPギフトカード2,000円分プレゼント!

WEBで個人宅配お申込み画面の「担当コード」に「2001-30103」と入力して
モバイルバッテリープレゼント!

キャンペーン詳細・お申込は右記のQRコードから!!

LINEで簡単に紹介しちゃいます!

みやぎ生協・COOPふくしまの **個人宅配** お友だち紹介キャンペーン

宮城県・福島県にお住まいのあなたのお知り合いに
このような方はいらっしゃいませんか?

食づくりをカンタンにしたい方 普段のお買い物でお困りの方 宅配サービスにご興味のある方 離れて暮らす両親の買い物心配

ご紹介いただいた方に **QUOpay 1,000円分プレゼント!**

ご紹介を受けた方に **オリジナルミニボトル・COOP商品券2,000円分プレゼント!**

詳しくは下記のQRから!

お申し込み・資料請求は「お電話」もしくは「インターネット」から
お電話から ☎0120-581870
[みやぎ生協七配運常部] 受付時間 月～金 9:30～20:00 / 土 9:00～18:00

まだメンバー(組合員)でない方も個人宅配の手続きが出来ます。
申込資金は生協取組手数料に限りません。

スマホから 二次元コードを読み取ってお申し込みください。
パソコンから みやぎ生協 個人宅配 検索

一般社団法人宮城県福祉葬協会 旗艦店
法務局 法人番号23700050179 特許庁商標出願 2021-070555

家族葬

15万4千円から(税込)

お経1回・ご遺影1額・供物・生花・棺・最短室料・搬送料(50km迄)を含みます。
会館でのご面会の時間を設けている、主に火葬場にて見送りをするプランです。

県内全葬場対応多賀城で27年!! **雅庵 城東館** 検索 24時間 365日対応
多賀城市エンディングプランサポート事業登録社 [安心の税込セット価格]
向泉院様 遺贈正面
TEL 022-368-8810 葬儀式場 城東館

「広報しiogama」は、22,950部製作し、1部当たりの経費(印刷・発送)は75円です。

塩竈市は、自主財源を確保するため「広報しiogama」に有料広告を掲載しています。