



広報しおがま

2023  
February  
Vol.809

未来へ向けて踏み出す一歩。

特集 令和5年成人式  
フレイル予防を始めましょう

表紙／成人式フォトスポットにて  
撮影／kanograph 狩野良介



# 令和5年塩竈市成人式

1月8日に塩釜ガス体育館で2年ぶりに1部制で開催しました。民法改正により昨年から成人年齢が18歳となりましたが、アンケートなどを踏まえ名称を「塩竈市成人式」として開催しました。令和4年度に20歳となる311人が出席し、大人への一步を踏み出す日となりました。



成人代表を務めた尾形史人さんと足利ほのかさん



アトラクションで映し出された思い出の写真



中学校の恩師からのメッセージ動画



成人式フォトスポットで市民ボランティアが撮影（撮影：小只実季さん）



生涯学習課生涯学習係 ☎022-355-2885

# フレイル予防を始めましょう！

～フレイルになる前に知っておこう～

2月1日は「<sup>2</sup><sup>0</sup><sup>1</sup>フレイルの日」

## フレイルとは

健康な状態と要介護状態の中間の状態です。早めに気づいて対策をとれば、フレイルから健康な状態に戻ることも可能です。



早めに気づいて正しく対処すれば健康な状態に戻ることも可能!!

引用：宮城県ホームページ（65歳以上の皆様へ『フレイル予防始めませんか？（そうなる前にできることがあります）』）

## 新型コロナウイルス感染症の影響

新型コロナウイルス感染症の流行による外出の自粛で家で過ごす時間が増えていませんか？

身体を動かしたり、人と接する機会の減少や食事内容の偏りなどが生じることで、衰弱の悪循環が起こりやすく、より短期間でフレイルが進行するリスクが高まります。

## フレイル予防に大切なこと

フレイルを予防するためには

「栄養(食・口腔機能)」

「身体活動(歩行力・筋力)」

「社会参加(外出・交流・活動)」

の3つが大切です。

これらは相互に影響しています。

この機会に日頃の生活習慣を見直してみましょう。



## フレイルチェックをしてみましょう (令和3～4年度の塩竈市の傾向)

本市では介護予防のために、実態調査などで高齢者の皆さんにフレイルチェック（後期高齢者の質問票）を実施しています。調査では約30%以上の方が「固いものが食べにくくなった」「歩く速度が遅くなった」「運動習慣が減った」「何月何日かわからない時がある」と回答しています。

折り込みのリーフレットに、フレイルチェックとおすすめの予防・改善ポイントを詳しく掲載しています。ぜひご活用ください。

## 介護予防健康講話「いつまでも元気に歩くために」

フレイル予防の基本的な知識や自宅でも実践できる運動を分かりやすくお教えします。

申し込みをお待ちしています。

対象 おおむね65歳以上の方

講師 リハビリテーション専門職

日時 2月16日(木) 10:30～11:30

定員 15人程度

場所 松陽台集会所（松陽台2丁目2-6）

申込 電話もしくはファクス



↑申し込み用紙はこちら

申込・問 高齢福祉課地域支援係 ☎022-364-1204 FAX022-366-7167



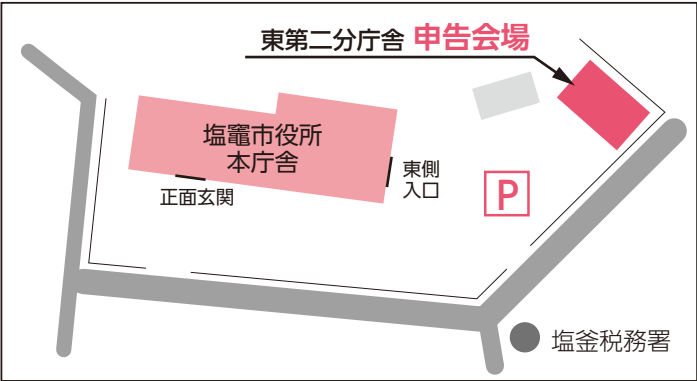
# 令和5年度 住民税(市・県民税)の申告は2月16日(木)～3月15日(水)

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。申告をしないと、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。期限内に申告してください。

日時 2月16日(木)～3月15日(水)  
(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

問 税務課市民税係 ☎022-355-5914



## 申告が必要な方

- ① 2カ所以上からの給与収入がある方
  - ② 給与収入が1カ所のみで、そのほかにも収入がある方
  - ③ 公的年金等収入以外にも収入がある方
  - ④ 給与、公的年金以外の所得(営業、不動産など)がある方
  - ⑤ 課税対象の収入がない方で、どなたの扶養親族にもなっていない方または市外在住の方の扶養親族になっている方
- ※①～④は、金額の大小を問いません

## 申告が不要な方

- ① 所得税の確定申告を行う方
- 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、ほかに追加する控除がない方
- ③ 公的年金等収入400万円以下でそのほかの収入がなく、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方
- 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方。

## ★感染症対策にご協力ください

- 原則ご本人のみでお越しください。介助を要するなどの理由により複数名でお越しになる場合は、必要最小限の人数でお越しください。
- 来庁による申告が困難な場合は、市民税係までご相談ください。
- インターネット(e-tax)での申告をご検討ください。(e-taxホームページ: <https://www.e-tax.nta.go.jp/>)



## 地区ごとの申告日程

| 2 月    |                            |                       |
|--------|----------------------------|-----------------------|
| 日付(曜日) | 午前(9:00～11:30)             | 午後(13:00～16:00)       |
| 16(木)  | 字庚塚                        | 石堂、白萩町、東玉川町           |
| 17(金)  | 松陽台2・3丁目                   | 松陽台1丁目<br>楓町1～3丁目     |
| 20(月)  | 杉の入1・2丁目                   | 旭町、尾島町                |
| 21(火)  | 杉の入3・4丁目、字杉ノ入裏<br>新浜町1～3丁目 | 桜ヶ丘、野田、南錦町            |
| 22(水)  | 西玉川町、母子沢町                  | 新富町                   |
| 24(金)  | 牛生町、芦畔町                    | 梅の宮、小松崎               |
| 27(月)  | 今宮町、長沢町、字長沢                | 海岸通、宮町、本町<br>みのが丘、一森山 |
| 28(火)  | 宮城県漁業協同組合<br>塩釜市第一支所       | 浦戸地区<br>塩釜市漁業協同組合     |

日ごとの来場者数に極端な差が生じないよう、地区ごとに申告日の指定をしています。指定日で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(9:00～11:30)                  | 午後(13:00～16:00)      |
| 1(水)   | 貞山通1～3丁目、中の島<br>港町1・2丁目、舟入1・2丁目 | 北浜1～4丁目              |
| 2(木)   | 清水沢1丁目                          | 泉沢町、後楽町              |
| 3(金)   | 予 備 日                           |                      |
| 6(月)   | 清水沢2丁目                          | 権現堂、向ヶ丘<br>栄町、月見ヶ丘   |
| 7(火)   | 清水沢3丁目                          | 泉ヶ岡、香津町<br>佐浦町、西町、南町 |
| 8(水)   | 清水沢4丁目、字伊保石                     | 錦町、花立町               |
| 9(木)   | 藤倉1丁目                           | 藤倉2・3丁目              |
| 10(金)  | 千賀の台1～3丁目                       | 越の浦1・2丁目<br>青葉ヶ丘、字石田 |
| 13(月)  | 大日向町                            | 赤坂、白菊町               |
| 14(火)  | 玉川2・3丁目                         | 玉川1丁目、袖野田町           |
| 15(水)  | 予 備 日                           |                      |

## 申告に必要な書類の一例

書類の不足や不備などがあると受け付け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ハガキ、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4年1月1日～令和4年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）<br><b>今回から、営業所得として申告するためには、帳簿の持参が必須です。</b><br>○給与所得、公的年金等の源泉徴収票、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4年1月1日～令和4年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<br>※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)<br>※所得金額が200万円未満の方は、医療費が10万円未満でも控除対象となる場合があります。<br>詳しくは、税務課市民税係まで問い合わせください。なお、医療費控除は、自己負担した医療費そのものが戻るわけではありません。 |
| 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<br>○予防接種・各種健診(検診)の領収書または結果通知表(注②)<br>※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<br>※年金から天引きされた額は、源泉徴収票に記載されています。                                                                                                                 |
| 生命保険料控除<br>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<br>扶養控除                                                                                                                 | ○配偶者および扶養親族の所得が分かるもの<br>○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<br>「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)<br>○借入金の年末残高等証明書(原本) ※その他、申告書の作成に必要な書類                                                                                                 |

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 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 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、下記に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4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、発行時にご案内します。）

問 高齢福祉課介護保険係(壱番館庁舎1階) ☎022-364-1204

## 塩釜税務署(マリンゲート塩釜会場)での申告

塩釜税務署で受け付ける申告（下記のいずれかに該当するもの）

- ①令和4年分(令和4年1月1日～12月31日)よりも前の年分の申告
- 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5年1月1日現在に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布するほか、LINEから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



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



### 無火災の祈りに虹かかる

塩竈市塩竈消防団の令和5年出初式が行われました。消防団は観閲行進や一斉放水により訓練の成果を披露し、新入団員が決意を述べました。藤倉まつり太鼓を披露した藤倉保育所の子どもたちは懸命にパチをふるいました。塩竈市浦戸消防団の出初式が3年ぶりに挙行されました。観閲式は野々島漁港復興工事後、初の実施でした。(1月8日 マリンゲート塩釜、1月15日浦戸諸島開発総合センター)



### 株式会社マイナビフットボールクラブ(女子プロサッカー)と包括連携協定締結!

包括連携協定により地域活性化の推進などに取り組みます。締結式の後にはクラブマスコットのマイビィが職員や来庁者に元気な姿を見せてくれました。(12月23日 市役所本庁舎)



### しおがま健幸歩数アップチャレンジ表彰式

3人1チームで歩数を競う「しおがま健幸歩数アップチャレンジ」で、「トリオザテクテク」さんが総歩数優勝しました。(12月22日 保健センター)



### 算チャレ! 第1位!!

県内の小学生556チームが参加した「算数チャレンジ大会2022」で小の6年生「塩二小チーム」が最高得点で優勝しました。「面積問題が難しかったですが力を合わせて挑めました」と話しました。(12月22日 第二小学校)



### 塩釜マリナース大躍進!

杉の入小学校で練習を行っている小学生バレーボールチームが、県大会準優勝で、結成以来初の最高成績を残し、市長を表敬訪問しました。(12月23日 市役所本庁舎)

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やInstagramで紹介しています。



100歳おめでとうございます

千葉 はつよ (ちば はつよ)さん 大正11年12月1日生

海・活き活き  
元気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/



# 魅力再発見！塩竈ライフ



塩竈の暮らしをもっと素敵に

オリジナル  
巾着トートバックを  
もらおう



## 塩竈deひなめぐり2023

## スタンプラリーでひな壇を完成させよう！！

10年以上続く「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。

スタンプラリーに有料参加し、参加店舗で買い物をしてスタンプを集めた方に、オリジナル巾着トートバックをプレゼントします。

さらにダブルチャンスで、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18日(土)～3月5日(日)

### 塩竈 de ひなめぐりスタンプラリー

|            | 有 料 参 加                                                                                                                                                | 無 料 参 加                |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| ①スタンプラリー台紙 | マップ掲載の特定の店舗で台紙購入(200円)                                                                                                                                 | マップ掲載の特定の店舗で台紙受け取り(無料) |
| ②スタンプ集め    | 参加店舗で買い物300円毎に1個貰える(1店舗3個まで) ひな人形スタンプを計10個集める<br>※スタンプは全10種類。台紙に押すスタンプの種類は問わない。                                                                        |                        |
| ③景品引き換え    | マップ掲載の特定の店舗で限定500人に巾着トートバックを引き換え                                                                                                                       |                        |
| ダブルチャンス抽選  | ①スタンプを10個集めたら、参加店舗で応募用紙を受け取る<br>②必要事項・アンケートを記入し、応募用紙を参加店舗に提出<br>応募期限 3月5日(日) 16:00まで<br>③当選者の方には3月中旬までに発送します<br>※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

|                |                   |                    |           |
|----------------|-------------------|--------------------|-----------|
| 太田與八郎商店        | 熊久商店              | すずらん本町店            | 和ダイニングひなた |
| 丹六園            | 渡辺果実店             | Natural born style | エルフィン     |
| 茶屋鹽竈GAMA-CHAYA | <u>フルーツラボラトリー</u> | エレガンスアライ           | シェヌー      |
| 荻原醸造           | <u>浦霞酒ギャラリー</u>   | コーヒーとおやつの店 andMore | 相原商店      |
| N.Y kitchen    | 市川紙店              | しおがまパノラマ           |           |
| コンディメント。カフェ    | 菅原園               | 鮎しらはた              |           |
| おさんこ茶屋         | 榮太楼本店             | 矢部園                |           |

※下線がスタンプ台紙配布販売、巾着トートバック引き換えの  
特定の店舗です

問 太田與八郎商店 ☎022-362-0035  
熊久商店 ☎022-362-0441

## 花まる弁当

町内会・会議・運動会・パーティーなど  
ご予算に応じた各種オードブルも承っております！

TEL 022-366-8704 塩釜市港町2-13-12  
[営業時間] 9:00～19:00



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。



## 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

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、話してみませんか？家庭における相談窓口として、子ども家庭支援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 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、その後の生活全般の相談 など

家庭児童相談専用「ファミリーダイヤル」(塩竈市子ども家庭総合支援拠点)

☎022-364-1178 (平日8:30~17:15)

※個人・家族の秘密は固く守られます。ご安心ください。

☎子ども未来課家庭相談係 ☎022-355-7610

## ひとり親家庭等就業支援講習会 「介護職員初任者研修春期」

県内在住のひとり親家庭の親または寡婦で、全日程受講できる方が対象です。

日時 4月9日(日)~9月24日(日) [各(日)全21回 9:00~17:10]

※ほか実習2日含む。お盆など休講日あり。

定員 13人程度 ※定員を超えた場合は、選考します

費用 教材費・実習費9,000円程度 (受講料無料)

託児 3歳~小学3年生 (託児料無料)

場所 宮城県母子・父子福祉センター (仙台市宮城野区安養寺3丁目7-3)

申込期間 2月21日(火)~3月15日(火)

申込方法 講習名・住所・氏名・電話番号・託児の有無(年齢)を記入の上、官製はがきかファクスで。



☎・申込 宮城県母子福祉連合会(宮城県母子・父子福祉センター内) ☎・FAX022-256-6512

## 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<br>(対象) | 2/15(水)<br>(R4.10月生) | 2/1(水)<br>(R4.7月生) | 2/16(木)<br>(R3.7月生) | 2/1(水)<br>(R2.8月生) | 2/2(木)<br>(R1.8月生) |

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

☎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 (杵番館1階) 休 (土、日、祝日)  
☎022-354-1225 Eメール:nikosapo@city.shiogama.miyagi.jp



| 産前・産後の事業や相談など      | 対象者                                       | 日程                 | 実施時間                         |
|--------------------|-------------------------------------------|--------------------|------------------------------|
| 母子健康手帳交付           | 妊娠届をお持ちの方                                 | 2/6(月)、13(月)、20(月) | 13:15～1時間程度                  |
| パパ&ママクラス (要予約)     | I 妊娠中期                                    | 2/18(土)、3/28(火)    | 10:00～12:00                  |
|                    | II 妊娠後期                                   | 2/22(水)            | 13:30～15:30                  |
| 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                          | 2/6(月)、13(月)、20(月) | 10:00～12:00                  |
| はじめましてにこサポ         | 新生児訪問を終了した2～4カ月の赤ちゃんと保護者<br>※パパやきょうだいも来所可 | ①2/6(月)②2/28(火)    | ①10:30～12:00<br>②13:30～15:00 |

| 育児相談・離乳食教室              | 対象者                   | 日程                     | 実施時間            |
|-------------------------|-----------------------|------------------------|-----------------|
| ピチピチしおがまっ子大集合！<br>(要予約) | ベビーマッサージ編             | 生後4カ月までの赤ちゃん&パパ・ママ     | 2/10(金)、3/10(金) |
|                         | 赤ちゃんとのヨガ編             | 生後4カ月までの赤ちゃん&ママ        | 2/17(金)、3/23(木) |
| 離乳食相談 (要予約)             | ごっくん期                 | 生後5～6カ月までの赤ちゃん(第1子)&ママ | 2/27(月)、3/27(月) |
|                         | もぐもぐ期                 | 生後7～8カ月までの赤ちゃん&ママ      | 3/17(金)         |
| 親子の栄養相談 (電話・来所)         | 妊婦さん、赤ちゃんと未就学のお子さん&ママ | 2/8(水)、20(月)           | 9:00～16:00      |

※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 2階  
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/ 8組            | 2/2(木)10:30～11:15  | 節分ごっこ                                                | 受付中           |
| はじめてのこころん            | はじめて来館する<br>未就学児親子/4組 | 2/9(木)14:00～15:00  | 施設利用の案内や玩具あそびを行います                                   | 事前申込          |
| お外で遊ぼう会              | 未就学児親子/ 8組            | 3/2(木)10:30～11:30  | 商店街のおひな様巡り                                           | 2/15(水)13:30～ |
| 出張こころん<br>(大日向地域集会所) | 未就学児親子                | 2/7(火)10:30～12:00  | こころんスタッフが玩具を持って集会所に行き「あそびの会」を開きます。<br>季節ごとにできる簡単な制作。 | 不要            |
| 出張こころん<br>(千賀の台集会所)  | 未就学児親子                | 2/14(火)10:30～12:00 |                                                      |               |
| 出張こころん<br>(牛生町集会所)   | 未就学児親子                | 2/21(火)10:30～12:00 |                                                      |               |

## 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

| 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 | 2/24(金)10:30～11:30 | おひな様制作 | 2/1(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し | 1歳～就学前 | 2/2(木)10:30～11:00 | 手遊びや絵本の読み聞かせをします | 不要 |

## 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<br>(あゆみ保育園) | 未就学児親子/3～5組 | 2/8(水)10:00～11:00  | 雪あそびの会    | 開催期日の前日まで |
|                     |             | 2/21(火)10:00～11:00 | ひなまつり制作の会 |           |

※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。

## 新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ

### 新型コロナウイルスワクチン接種情報（令和5年1月20日時点）

現時点で「オミクロン株対応ワクチン」または「武田社（ノババックス）ワクチン（令和4年11月8日以降）」を受けた方は、接種終了です。ご自身の接種状況を確認しましょう。

#### 【新型コロナワクチン接種状況確認表（12歳以上）】

| スタート                                                                                     |     | 結 果                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-----|---------------------------------------------------------------------------|
| Q すでに初回（1・2回目）接種を受けている                                                                   | いいえ | 「接種できるのは<br>従来型のワクチンです」<br>希望する方はお手元の接種券でご予約ください。                         |
| はい                                                                                       |     |                                                                           |
| Q 3回目、4回目、5回目、いずれかの接種をすでに受けている<br>※どれか1つでも受けていれば「はい」へ                                    | いいえ | 「オミクロン株対応ワクチン接種の<br>対象者です」<br>前回から3カ月経過後に、接種ができます。希望する方は、お手元の接種券でご予約ください。 |
| はい                                                                                       |     |                                                                           |
| Q 前回、接種したワクチンは「オミクロン株対応ワクチン」もしくは「武田社（ノババックス）ワクチン（令和4年11月8日以降）」である                        | いいえ |                                                                           |
| はい                                                                                       |     |                                                                           |
| 結 果                                                                                      |     |                                                                           |
| 「現時点では、新型コロナワクチン接種は終了です」<br>新たな接種券の発送はありません。<br>今後の接種は、現在、国で方針を検討しています。<br>決まり次第お知らせします。 |     |                                                                           |

#### 予 約 方 法

コールセンター 平日 9:00～18:00  
☎ 0120-657-051  
WEB 24時間  
<https://v-yoyaku.jp/042030-shiogama>  
※武田社（ノババックス）ワクチンで接種を希望する方は、赤石病院（☎022-362-8131 平日9:00～17:30）に直接ご連絡ください。

問 新型コロナワクチン接種推進室（保健センター内） ☎022-355-4123

### メンタルヘルス講演会 「睡眠セミナー あなたは眠れていますか？」

心の健康管理につながる睡眠の講話に加え、健康に関するパネル展示やベジチェックなどの測定コーナーを同時開催します。 ※ベジチェック：センサーに手をあて、推定野菜摂取量を計る機械

日 時 2月25日(土)13:30～15:30（開場13:00）

場 所 塩竈市保健センター

講 師 尚絅学院大学大学院心理教育学群心理学類准教授（公認心理師） 内田知宏さん

定 員 30人

申 込 2月22日(水)まで 電話、ファクス、メールで

申込・問 保健センター ☎022-364-4786 FAX022-364-4787 ✉ [kenkou@city.shiogama.miyagi.jp](mailto:kenkou@city.shiogama.miyagi.jp)



## 「第5弾Let's Buy! しおがま 10割増商品券」の寄付を受け付けます

第5弾商品券の使用期限は2月28日(火)までです。期限までにご利用ください。

商品券(専用券・共通券)は、「専用募金箱」で寄付ができます。

**寄付先** 市内の放課後等デイサービス運営事業者 ※物価高騰により増大している運営経費の支払いなどに活用

**受付期間** 2月1日(水)~28日(火)

**専用募金箱設置場所** 市役所本庁舎1階ロビー、壱番館庁舎2階商工観光課、ふれあいエスパ塩竈1階受付

**寄付とりまとめ** 株式会社日専連ライフサービス(第5弾商品券運営業務受託者)

問 商工観光課商工港湾係 ☎022-364-1124

## 創業・事業承継スタートアップ支援補助金

コロナ禍の長期化および物価高騰などの影響を受けながらも、創業または事業承継する方のスタートアップを支援するため、創業または事業承継に要する経費を補助します。

**対象者** 令和4年4月1日~令和5年3月31日に創業または事業承継する方

**補助率** 補助対象経費の3分の2(上限100万円)

**補助対象経費**

- ・事業所の整備に要する経費
- ・事業用の設備および消耗品などの取得に要する経費
- ・その他創業または事業承継に必要と認められる経費

詳細は市ホームページで  
ご確認ください▶



**申請期間** 3月10日(金)まで ※ただし、予算到達時点で受け付けを終了します。

申請・問 商工観光課商工港湾係 塩竈市本町1-1 ☎022-364-1124

PICK UP! ここに注目!

## 放課後子供教室 放課後の子どもたちの居場所づくり

放課後の児童の安心・安全な居場所づくりを目的に、週に2日、小学校で放課後子供教室を開設し、遊んだり、勉強や読書をしています。月に一度の体験活動は、多くの地域の方々の協力によりとても充実しています。

見守りボランティア  
募集中!

※一緒に読書や  
遊びを行います

手品おじさんがやって来た!



手品おじさん(講師:野中廣海さん)

よく飛ぶ紙ひこうきづくり



講師は支援員さん  
この日のために講習を  
受けて勉強したそうです

MAP(レク遊び)  
(松島自然の家の職員)



「いろいろなジャンケン」や「迷路」を楽しみました



読み聞かせ  
(講師:高橋百合子さん)



大学生のボランティア  
が勉強を教えてくれる  
ことも

問 生涯学習課生涯学習係 ☎022-355-2885

※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

### 「しおがま生活応援券」の配布

物価高騰における生活支援として全世帯へ1世帯あたり5000円分の応援券（商品券）を配布しています。

**対象** 令和4年12月1日時点で、住民基本台帳に登録の世帯

**使用期限** 令和5年3月31日まで

※期限を過ぎると使えません。届きましたら早めにご利用ください。

※1月中旬以降、順次郵送しています。2月中旬頃までに届かない場合はご連絡ください。

※応援券を寄附いただける方は、役所内の「応援券寄附ボックス」への投函をお願いします。寄附された応援券は、福祉施設などの物価高騰対策に活用します。

### 問「しおがま生活応援券」事務局

☎ 080 (2418) 1180  
080 (1759) 6197  
090 (5130) 8397

**国保の給付に世帯主の公金受取口座が使えます**

希望する方は、事前にデジタル

庁に口座登録が必要です。その上で、支給申請時に申し出て申請書に世帯主のマイナンバーをご記入ください。

口座登録直後や口座が確認できない場合など、振り込みできないことがあります。その場合は改めて振込先の提出が必要です。

### 問公金受取口座登録制度について

☎ 0120 (95) 0178

### 国民健康保険について

### 問保険年金課給付年金係

☎ 022 (355) 6503

### 国民年金保険料「追納制度」

保険料の免除などを受けた期間があると、全額納付と比べ、将来受け取る金額が少なくなります。これを補うため、免除・納付猶予などが承認された期間について、10年以内であれば保険料を追納することができます。※3年度目以降に追納する場合は、当時の保険料に一定の加算金が上乗せされます。詳しくは問い合わせてください。

### 問保険年金課給付年金係

☎ 022 (355) 6498

### 問日本年金機構仙台東年金事務所

☎ 022 (257) 6111

### 児童手当制度をご存じですか？

児童手当は、中学3年生までの児童を養育している方に支給されます。支給を受けるためには申請が必要です。出生や転入などで新たに支給資格が生じた場合、15日以内に申請してください。認定されると、受給資格が生じた日の属する月の翌月分から支給されます。

### 問保険年金課医療係

☎ 022 (355) 6519

### 児童手当の支給

**支給日** 2月3日(金) (令和4年10月〜令和5年1月分)  
入金の確認は翌日以降にお願いします。

### 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？

小中学校での就学費用の負担に心配のあるご家庭に学用品費などを支援します。希望する際は学校を通して申し込みください。詳細は市ホームページを参照。

### 問学校教育課学校教育係

☎ 022 (365) 3216



## 身体障害者用自動車改造費の助成

- 対象者** 身体障害者手帳の上肢、下肢または体幹の障害等級が3級以上に該当し、自らが運転する自動車の改造を行うことにより社会参加が見込まれる方
- 助成金** 自動車改造に直接要した費用（上限10万円）
- 申請方法** 自動車改造を行う前に、申請書、身体障害者手帳の写し、改造にかかる費用の見積書、改造箇所の図面および自動車運転免許証の写しを提出してください。

問生活福祉課 障がい者支援係 ☎ 022-364-1131 FAX 022-366-7167

防災行政無線試験放送を実施します

試験放送日 2月15日(水) 11時頃

災害などの発生に備え、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 危機管理課危機管理係

☎ 022 (355) 6491

## 募集・案内

市営住宅・県営住宅入居者募集

3月1日(水)から申込用紙を配布します。

配布場所 まちづくり・建築課  
(吉番館庁舎2階)

申込資格 ①一般世帯・月収15万

8000円までの方②裁量世帯(障がい者や未就学児童を含む世帯)月収21万4000円までの方③みなし特定公共賃貸住宅は浦戸地区に勤務する月収15万8000円以上48万7000円までの方

申込期限 3月1日(水)~12日(日)に  
申込用紙を宮城県住宅供給公社へ郵送(当日消印有効)

問 宮城県住宅供給公社

☎ 022 (224) 0014

地域優良賃貸住宅(子育て支援住宅)「サンコーポラス新清水沢住宅」常時募集は3月10日(金)まで

まちづくり・建築課で申込用紙を配布しています。資格の確認、契約が必要のため入居まで1~3

カ月程度要します。

申込資格 18歳未満の子ともがい

る2人(親族)以上で入居する世帯で、月収15万8000円以上25万9000円までの方

受付 まちづくり・建築課で3月10日(金)まで受け付けます。ただし、先着順の入居選定のため受け付けできない場合があります。

問 宮城県住宅供給公社

☎ 022 (224) 0014

問 まちづくり・建築課まちづくり企画係

☎ 022 (364) 2510

地域の公園を美しく楽しい場所へ公園維持管理協定団体の募集

公園が地域の運動・憩い・コミュニティ活動の場として、愛され親しまれるよう、公園の草花の愛護や、花壇の整備など協力いた

ける団体を募集します。

問 土木課土木企画係

☎ 022 (364) 1118

「地場産品販売促進事業補助金」を活用してみませんか?

コロナ禍の長期化、社会情勢の変化による厳しい経営環境の中、地場産品の販売機会創出・販売促進を短期的に支援する補助金を交付します。

対象事業 市のほかの補助金などを受けていない、対象経費が20万円以上の次の事業。①地場産品のPR・販売イベントの主催、参加など ②見本市および展示会の参加など ③パンフレット・チラシ作成など宣伝広告

④その他地場産品の販売機会創出・販売促進に資する取り組み

対象者 ①中小企業者 ②事業者グループ(市内の3者以上の中小企業者で構成) ③事業者組合(複数の中小企業者が加入する同業者組合など)

補助額 単独事業者・対象経費の4分の3(上限30万円) 複数事業者・対象経費の10分の10(上限50万円)

※予算がなくなり次第終了  
補助対象期間 3月13日(月)まで  
詳しくは市ホームページ参照。

問 商工観光課観光係

☎ 022 (364) 1165



## 市長コラム

# 天外蒼雲

はたち二十歳、おめでとう!

「成人式」は昭和21年、現在の埼玉県蕨市の「青年祭」がルーツとされます。

後の昭和23年、「大人になったことを自覚し、自ら生き抜こうとする青年を祝い、励ます」を趣旨に、国が「成人の日」を国民の祝日と定め、翌年1月15日にスタートしました。続いて、平成12年には、ハッピーマンデー制度により1月の第2月曜日に「成人の日」を移動、設定し現在に至ります。

さて、本市では去る1月8日「令和5年塩竈市成人式」が開催されました。

今年二十歳を迎えたのは453人。精悍なスーツ姿や優美な晴れ着姿、そして民族衣装に身を包んだ外国人研修生など311人の皆さんにご参加いただき、華やかな式典となりました。

ご案内のように、法の改正により昨年4月から成人年齢が18歳になりました。

今回の式典は、今まで通り二十歳の皆さんを対象にお祝いしました。今後もより良い式典を目指して、名称や運営など皆さんと継続して協議していきます。

皆さんの未来に、幸多からんことを祈念します!



塩竈市長

佐藤 光樹



## 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18日(土) 9時～

内容 サロン活動

※各活動は1時間程度です

※コース・スポーツ教室・書道教室の開催は未定です

問 地域活動支援センター「藻塩の里」  
☎ 022 (361) 0631

## 聴覚障がい者のためのサロン

日時 2月10日(金) 13時半～15時半

場所 荻番館5階会議室※1階の生活福祉課窓口でご案内します

対象 市内の聴覚障がい者の方とその家族・関係者など

内容 「119番通報について」

聞こえない方、聞こえにくい方、手話を勉強している方などが、参加できるサロンです。通報から消防車や救急車が出動するまでの仕組み、音声通話の困難な方が緊急通報する手段となるNET119やFAX119について紹介します。「聞こえ」に関する個別相談コーナーもあります。

当日は、手話通訳や要約筆記、

ヒアリンググループなどでコミュニケーションをサポートします。

参加費 無料(要申し込み)

申込・問 宮城県聴覚障害者情報センター「みみサポみやぎ」

☎ 022 (393) 5501

FAX 022 (393) 5502

## 公用車車体への広告掲載募集

掲載期間 4月～令和6年3月

掲載料 1台あたり月額3000円(年額36000円)

申込 2月1日(水)～28日(火)に申込書などを郵送または申込フォームにて提出。

詳細は市ホームページ参照。

問 財政課行政改革係  
☎ 022 (355) 5782



## まちづくりに関する市民アンケート調査に協力をお願いします

魅力あるまちづくりのため、住民基本台帳から18歳以上の方2000人を無作為抽出し、アンケート調査票を郵送しました。調査票が届いた方は協力をお願いします。

郵送での投函期限 2月13日(月)

インターネット回答期限 2月16日(木)

## 問 政策課政策企画係

☎ 022 (355) 5631

## 令和5年度公立保育所会計年度任用職員募集

職種 保育士(クラス担任・フリー保育士・一時保育担当・加配保育士・朝夕の延長保育士・土曜日の延長保育士) 看護師・用務員・調理員・調理補助・事務員

募集締切 2月28日(火)

詳細は市ホームページを参照。

## 問 保育課保育係

☎ 022 (353) 7797



## 消費税のインボイス制度に関する説明会

日時 2月22日(水)

対象 主に消費税の免税事業者向け

① 10時～ ② 13時～

場所 公民館大会議室(東玉川町)

申込期限 2月17日(金)

定員 各回32人

申込方法 電話にて(要予約)

※定員になり次第終了となります

## 問・申込 塩釜税務署

個人課税第一部門 ☎ 022 (362) 2152

## 宮城県最低賃金改定のお知らせ

| 地域別最低賃金          | 時間額  |
|------------------|------|
| 宮城県最低賃金          | 883円 |
| 効力発生日:令和4年10月1日  |      |
| 特定最低賃金           | 時間額  |
| ① 鉄鋼業            | 983円 |
| 効力発生日:令和4年12月15日 |      |
| ② 電子部品など         | 919円 |
| 効力発生日:令和4年12月15日 |      |
| ③ 自動車小売業         | 946円 |
| 効力発生日:令和4年12月15日 |      |

問 宮城労働局賃金室 ☎ 022-299-8841

## 春の火災予防運動 (3月1日～7日)

住宅火災の早期発見のために、「住宅用火災警報器」を定期的に点検し、10年を目安に交換しましょう。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、火災の発生を未然に防ごう心がけましょう。

### ○住宅用火災警報器設置状況等調査

期 間: 3月～5月上旬  
調査世帯: 100世帯(無作為抽出)  
調査方法: 郵送によるアンケート調査



問 塩釜消防署 ☎ 022-361-1634

## 行政書士会塩釜支部無料相続相談会

親族が亡くなった後の手続きが分からないなど、遺言や相続に関する相談を無料でお受けします。

日時 2月25日(土) 10時～15時  
場所 多賀城市市民活動サポートセンター

問・申込 宮城県行政書士会塩釜支部(伊藤)

☎ 080 (1687) 6450

## 津波防災センター休館のお知らせ

休館日 2月27日(月)～3日6日(月)

問 危機管理課危機管理係

☎ 022 (355) 6491

## 「塩釜市津波避難計画」のパンフレットを実施します

期間 2月17日(金)～3月8日(水)

設置場所 市役所本庁舎1階、市民図書館、公民館、エスプ、塩釜ガス体育館、保健センター、マリンプラザ、津波防災センター、浦戸諸島開発総合センター

問 危機管理課危機管理係

☎ 022 (355) 6491

## 自動車・軽自動車の登録・車検の手続きはお早めに

毎年3月は、自動車の登録・検

査の申請が集中し、待ち時間が長時間になる状況となっています。年度末に自動車の登録・検査を予定している皆さんは、早めの手続きをお願いします。

## 問 東北運輸局宮城運輸支局

☎ 050 (5540) 2011

## 問 (軽自動車) 軽自動車検査協会宮城主管理事務所

☎ 050 (3816) 1830

## 家族介護者リフレッシュ交流会

日時 2月16日(木) 10時～15時

場所 仙台うみの杜水族館など(仙台市)

対象者 市内在住の介護認定を受けた方(要介護1～5)や、認知症の方を在宅で介護されている家族

※ワクチン(3回)接種済みまたは1週間以内のPCR検査で陰性の方

定員 20人(先着順) ※申し込み多数の場合は介護年数など考慮。参加無料、詳細は要問い合わせ

問・申込 塩釜市社会福祉協議会

☎ 022 (364) 1213

## 税理士による無料税金相談

「税理士記念日」にちなみ、所

## 冬の省エネ・節電にご協力を！

冬は暖房や温水の使用など、電力を多く消費する季節です。

電力の安定的な供給の確保のため、無理のない範囲で、省エネ・節電へのご協力をお願いします。

○家庭でできる省エネ・節電は「省エネポータルサイト」を参考



問 環境課環境企画係 ☎ 022-365-3377

## 申込・問 東北税理士会塩釜支部

☎ 050 (2018) 1150

得税や相続税・贈与税など、税の専門家が無料で相談に応じます。なお、申告書の作成は行いません。  
日時 2月18日(土) 10時～15時  
場所 多賀城市山王地区公民館  
申込 2月8日(水)～17日(金)に電話による事前予約が必要です。

## 祝金贈呈式

### 新婚さんいらっしゃい



### こんにちは赤ちゃん



塩釜での幸せな暮らしを応援します！2つの事業の詳細は市ホームページをご覧ください。

## みんなの広場

### イベント・お知らせ

#### ■スマホマイスター検定・講習会

SIMロック解除・携帯の適正価格診断・携帯とポケットWi-Fiの取次ができるスマホ相談員になりましょう。修了証は当日発行。

日時 2月11日(土)祝 13時半～16時半

場所 公民館(東玉川町)

持ち物 筆記用具、スマホ、住民票  
(総務省通信媒介業届出に必要なため)

費用 3000円(教材費)

申込 事前申し込み 定員 15人

問・申込 藤田 ☎090(2998)2166

#### ■お手持ちの着物や袴を無料で着付けします！

日時 2月12日(日) 10時半～13時

場所 壱番館5階和室

持ち物 お手持ちの着物や袴一式、肌着、紐3～4本

問 一般財団法人民族衣装文化普及会

☎0120(029)315

#### ■おしゃべり傾聴サロン

日時 2月9日(木) 10時半～正午

場所 マリンプラザ(イオンタウン塩釜1階)

問 傾聴ボランティア塩釜

根来 ☎090(2991)8740

#### ■スマートフォンに関する操作手法や分からないことの相談

日時 2月2日(木)、9日(木)

13時～16時(二人25分まで)

場所 ウエルシア本塩釜駅前店内

ウエルカフェ

対象 市内在住の方 費用 無料

申込 電話にて要予約

問 前原 ☎070(8975)3840

#### ■キッズモデルウォーキングサークル

5月ファッションショーのモデル募集

日時 毎週(土) 10時～正午

場所 マリンゲート塩釜2階

対象 3～85歳 体験レッスンあり

問 高橋 ☎090(6680)2757

#### ■太極拳無料体験

日時 ①第1、3(水) 13時半～15時

②毎週(火) 19時半～21時

場所 ①しおり台集会所

②楓町集会所

問 許 ☎090(6479)2168

#### ■塩釜歴史探訪会

日時 ①2月18日(土) 13時～15時半

②3月18日(土) 13時～15時半

内容 ①日本人で初めて世界一周した「津太夫・左平」

タイムシップ塩釜で探訪

②塩釜港開港の恩人伊達綱村公と貞享の特令

東園寺で探訪

①②とも探訪会後座学

集合 ①壱番館玄関ホール

②東園寺門前

定員 15人 費用 無料

※マスク着用必須。要事前申し込み

問 ボランティアガイドの会

NPOみなとしほがま 高橋

☎022(361)0685

「みんなの広場」への掲載について

締め切りは掲載希望月の前月1日(閉庁日の場合は翌閉庁日)です。

「みんなの広場」は市民活動を応援します。「公共的・公平・公正」「初心者向けで低料金」の情報を掲載します。

原稿は秘書広報課広報係(連絡先は背表紙に記載)まで、持参・郵送・ファクス・メールで。

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もあります。

しおがまの昔・懐かし

思い出写真館 36

塩釜の物流を支えた塩釜線

現在の本塩釜駅の隣には、かつて貨物駅の塩釜埠頭駅があり、港の物資を運ぶ塩釜線がありました。

仙石線の高架の下を通り、多賀城市浮島付近で東北本線につながる短い路線でしたが、港町塩釜の発展に活躍しました。写真は廃線に伴う最後の列車の写真です。



▲貨物列車の最後の走行(平成6年撮影)東園寺前 写真/市民提供



# 生涯学習の とびら

| 2月の図書館・エスパ休館日 |    |    |    |    |    |    |
|---------------|----|----|----|----|----|----|
| 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 |    |    |    |    |

## 開館時間

エスパ 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)

## 生涯学習

◆印は参加無料。当日直接おい  
てください。

## エスパ

☎ 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  
歌や紙芝居で楽しく過ごしまし  
よう。

日時 毎週(水) 11時～正午  
話し手 子育て支援 ふお・ゆ

◆おななしぱんだのおはなし会  
パネルシアター、紙芝居で楽し  
く過ごしましょう。

日時 2月12日(日) 11時～11時半  
話し手 おはなしぱんだら

## 本の森

◆本のちよっと

お話とギターを楽しもう。  
日時 2月4日(土) 11時～11時半  
話し手 きっと・えすけっと

## 情報広場

ぷちっと・ワーク「ドライフラワーと  
アロマオイルで作るミニセッケン」

日時 2月24日(金) 10時半～11時半

対象 18歳以上本人のみ

定員 2人

費用 220円(材料費)

申込 2月4日(土) 10時～

## 創作室

◆おもしろ創! 「工作チョコレ  
ースイーツを作ろう」

紙や段ボールを使ってチョコレ  
ートケーキやロリポップを作ろ  
う!

日時 2月開館時間中

◆モット! ふれあい創ing 「クロ  
ーゼットサシエを作ろう」

縫い合わせてカンタンに作れま  
す。

日時 2月12日(日) 10時半～正午  
講師 伊澤あゆみさん(創作ボラ  
ンティア)

◆創作室ボランティア工作

日時 毎週(土) 10時～15時  
講師 千葉幸一さん(創作室ボラ  
ンティア)

◆創作室ボランティアによる手芸  
体験

こぎん刺しやかわいいなべつかみ  
など布を使った手芸を楽しみませ  
んか?

日時 2月5日(日)、19日(日)  
10時～正午

講師 滝澤邦子さん(創作ボラン  
ティア)

たたみ工作体験「好きな柄を選ば  
う! ミニたたみ作り」

縁の柄を選んで、自分だけのミ  
ニたたみを作りましょう。

日時 2月4日(土) 10時半～正午

対象 小学生以上

定員 4組8人まで

費用 ミニたたみ500円

くるみボタン200円

講師 (株)ベルシステムスタッフ

申込 受付中

## アートギャラリー

◆長井勝一漫画美術館主催事業  
鈴木翁二・安部慎一原画展

「無頼の果て、夜の果て」

鈴木翁二さんの弾き語りとマン  
ガ談義も開催。詳細はエスパSN  
Sで発信します。

展示期間 2月4日(土)～2月26日(日)



## ミーティングルーム

◆本のリサイクル市

保存期間の過ぎた雑誌を市民の  
皆さんに提供します。

日時 2月4日(土)、5日(日)

10時～16時

注意 1人10冊まで。有料譲渡は  
禁止します。持ち帰り袋を  
ご用意ください。

※入場制限を設ける場合があります。  
す。なくなり次第終了します。

エスパコンサートDomenica令  
和5年度出演者募集

市内、近郊の方を中心にクラシ  
ックを基本としたコンサートをし  
ていただける方を募集します。演  
奏の条件など、詳細はエスパへ問  
い合わせください。

(4月～令和6年3月の(土)で月1回)  
申込 2月7日(火) 午前10時～

ふれあいエスパ塩竈  
イベント情報発信中!



Facebook



Twitter



# 生涯学習の とびら

## 公民館

☎ 022 (365) 3341  
FAX 022 (365) 3342

### 公民館単発講座「エコ家事講座」

炊事、洗濯、掃除など、毎日の暮らしに重曹などの自然素材を取り入れた「エコ家事」を学びましょう。

日時 ①2月14日(火) ②21日(火)

③28日(火) 各日10時～正午  
内容 ①ナチュラルバスボム作り

②オリジナルがんづき作り

③ハープの練りせっけん作り

対象 市内在住・在勤の方

定員 各回8人 費用550円

講師 エコ家事プランナー 川村康

子さん(笑みSTYLE®主宰)

申込 2月1日(水) 9時～ 電話

か窓口で。

## 市民図書館

☎ 022 (365) 4343

### 4階視聴覚室

#### ◆子ども映画会

日時 2月18日(土) ①11時～

②14時～③15時～

内容 「天福地福」「リスのコール

タール騒動」(2話で14分)

対象 幼児～小学生

### おはなしの部屋

#### ◆ぴよぴよおはなし会

赤ちゃんや保護者のためのおはなし会。絵本の読み聞かせと、親子のふれあいあそびを行います。

日時 2月7日(火) 11時～11時15分

対象 1歳までの赤ちゃん

#### ◆おはなし火ようび

絵本の読み聞かせ、紙芝居など。

日時 2月14日(火) 11時～11時15分

対象 乳幼児

#### ◆ひなまつりおはなし会

3月3日のひなまつりをみんなで楽しもう。

日時 2月21日(火) 11時～11時半

#### ◆手のひらの会

はじまるよ! 楽しい紙芝居。

日時 2月25日(土) 11時～11時20分

#### ◆おはなしづくり箱

絵本と手遊びの楽しいひとときを楽しみませんか。

日時 2月25日(土) 14時～14時20分

対象 赤ちゃんから年長までの幼児

### 児童書フロア

#### ◆手品おじさんと遊ぼう!

「ロープ」を使った手品の実演

日時 2月26日(日) 15時～15時20分

演者 野中廣海さん

### 創作室

#### ◆紙でふしぎ?を作ろう

「紙ヒコーキと折り紙」を作る

日時 2月12日(日) 14時～15時

講師 野中廣海さん

### そのほか

#### ◆えほんデビュー! あかちゃんからえほん

「はじめましてにこサポ」に参加の親子に「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。

日時 2月6日(月) 10時半～

28日(火) 13時半～

場所 子育て世代包括支援センター

「にこサポ」

#### みんなでシネマ

『天使のいる図書館』を上映します。

日時 2月22日(水) 10時半～正午

定員 100人 費用 無料

申込 図書館で配布する入場券付

きチラシをご持参ください。

場所 遊ホール

## 遊ホール

☎ 022 (365) 5000

第4回しおのまち音楽祭 春を告げるコンサート The Trio ヨーロッパと江戸の融合

市民の方々に心の復興や癒しを感じて頂くよう、菅野潤さん(し

### 市民図書館公式Facebook リニューアル!

新着本の案内や各種イベントなどの情報発信をしています。  
公式Twitterもご覧ください。



Facebook



Twitter

### 特別整理期間休館のお知らせ

図書館とエスプは2月1日(水)～3日(金)休館となります。

返却は返却ポストをご利用ください。CDやDVD・ビデオは備え付けクッション付き封筒をご利用ください。

おがま未来大使)、山形由美さん、常磐津文字兵衛さんによるヨーロッパと江戸の融合した新領域の演奏会を開催します。

日時 3月4日(土) 14時～(開場13時15分)

入場料 一般2500円(当日3000円) 高校生以下1000円(当日1500円)

## 塩竈市杉村惇美術館

☎ 022 (362) 2555

開館時間 10時～17時（入館受付は16時30分まで）  
休館日 月曜日（祝日の場合は翌日）

### ◆塩竈市杉村惇美術館アーカイブス展 PROGRAMS

今年度実施したワークショップや講座などで制作された作品を展示し、さまざまな美術館活動を紹介します。子どもの感性を育みたい方や地域活動に関心のある方もご来場ください。

日時 1月31日(火)～2月12日(日)  
※入場無料



## 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

工事と保守点検のため、2月17日(金)まで休館します。教室などの開催については、決まり次第ホームページ、ツイッターなどで周知します。ご理解とご協力をお願いします。

塩竈市温水プールは、室内温水プールの特色を生かして、市民の健康づくりのため、スイミングや水中ウォーキングなど幅広く利用されています。いつでも、どこでも気軽にスポーツを楽しむことができます、市民のための公共スポーツ施設です。2月18日(土)から再開いたしますので、皆さんのご利用をお待ちしています。

ユープル  
ホームページ



ユープル  
Twitter



## 塩釜ガス体育館

☎022-362-1010/FAX022-362-1099



窓口、電話または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。

| 教室名                   | 日 時 (2月)                                 | 対象        | 定員  | 参加費    | 申込  |
|-----------------------|------------------------------------------|-----------|-----|--------|-----|
| トレーニング講習会             | 9日(木)10:00<br>19日(日)10:00<br>25日(土)14:00 | 高校生以上     | 10人 | 1,100円 | 予約制 |
| とっても簡単<br>ボールでエクササイズ  | 2日、16日(木)<br>10:00～11:30                 | 20歳以上     | 20人 | 650円   | 当日可 |
| とっても簡単<br>セラバンドで筋力アップ | 10日、24日(金)<br>10:00～11:30                |           | 20人 | 400円   |     |
| ボールで健康教室              | 1日、8日、15日、22日(水)<br>10:00～11:15          |           | 20人 | 650円   |     |
| からだ改善エクササイズ           | 6日、13日、20日、27日(月)<br>19:15～20:30         |           | 20人 | 650円   |     |
| 障がい者のためのスポーツ教室        | 24日(金)<br>13:30～15:00                    | 障がいをお持ちの方 | 1団体 | 無料     | 予約制 |



## 寄附いただきました

### ■市へ

- 全国海友婦人会塩釜支部支部長一条公子様
- 塩竈カジキ釣り大会実行委員会・くろしおF.C  
会長浅野昭実様、事務局長鈴木雅博様
- (株)マイナビフットボールクラブ様
- YOSHIKO乃踊乱華様
- 仙塩ゴルフ倶楽部来場者一同様
- (有)スギハラ様
- 塩釜市漁協販売事業(株)様

### ■市立病院へ

- 佐藤忠一様
- 東日本自動車学校様
- 白寿殿様

### ■社会福祉協議会へ

- 中里英夫様
- 幼保連携型認定こども園塩釜聖光幼稚園様
- 渡辺東洋様
- 後藤悦子様

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

## 環境ワンポイント通信 No.207



### 使用済み小型家電は大切な資源です

携帯電話やパソコン、電気カミソリなどの小型家電の部品には金属が含まれており、適切に分別することでリサイクルできます。小型家電も大切な資源ですので、「小型家電回収ボックス」に投入してください。

#### 「小型家電回収ボックス」設置場所

市役所(本庁舎、壱番館庁舎)、ふれあいエスプ塩竈、伊保石公園、清掃工場

☎環境課クリーン対策係 ☎022-365-3377

## 納期限

納期限は2月28日(火)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)



納付書の再発行を希望する方はこちらから申し込みください

## 休日などの診療

### 塩釜地区休日急患診療センター

事前に電話連絡をお願いします



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

### 宮城県こ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5日(日)    | そうま歯科医院      | 宮城郡利府町青山3-40-3 | ☎356-1484 |
| 2月11日(土・祝) | 千葉歯科医院       | 塩竈市東玉川町2-31    | ☎362-5253 |
| 2月12日(日)   | 泉沢歯科医院       | 塩竈市泉沢町17-15    | ☎363-2306 |
| 2月19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23日(土・祝) | おひさまにこここ歯科医院 | 宮城郡利府町利府字新館2-7 | ☎356-0871 |
| 2月26日(日)   | 引地歯科医院       | 塩竈市藤倉2-3-11    | ☎367-1774 |
| 3月5日(日)    | 藤原歯科         | 多賀城市伝上山2-31-45 | ☎366-4481 |

※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。

## 介護タクシー

塩釜消防本部認定  
民間救急サービス

(有)中央交通

塩釜市南町 7 番 3 0 号

☎022-366-2345

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。

## 各宗葬儀施行

人生の話をしよう



株式  
会社

白寿殿

(本社) 塩釜市桜ヶ丘 2-27

☎022-366-4141



## 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     | 新型コロナウイルス感染対策のため原則電話対応                                            | ☎355-6913                |
| 消費生活相談           | 平日(休を除く)       | 9:00～16:00     | 新型コロナウイルス感染対策のため原則電話対応                                            | ☎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<br>FAX369-3620 |
| 妊娠・出産・子育て相談      | 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 子ども未来課(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27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8日(水)、15日(水) | 予約制            | 塩釜保健所(北浜4-8-15)                                                   | ☎365-3153                |
| アルコール・薬物関連問題専門相談 | 2月21日(火)       | 予約制            | 塩釜保健所(北浜4-8-15)                                                   | ☎365-3153                |
| 行政相談             | 2月8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21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16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)                                           | ☎295-0013                |
| 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16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(水)9:00から市民相談室で受け付け) |                          |
| 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             |
|---------------|------------------------------------|---------------------------------------|----------------|
| みやぎ女性のための出張相談 | 2月20日(月)10:30～16:00<br>富谷市役所子育て支援課 | 対象:DVや離婚、セクハラ、親子関係などで悩んでいる女性(匿名での参加可) | ☎358-0516(予約制) |

### ■ 交流や相談の場

|                              | 日時・場所                                | 内容                                 | 電話                           |
|------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------|------------------------------|
| 多世代交流カフェ                     | 2月14日(火)13:30～15:30<br>まちカフェ竹下園      | 内容:ひな巡りの話と折り紙<br>参加費:300円(飲料代、材料代) | まちカフェ竹下園<br>☎080-3326-1041   |
| オレンジリングメイト<br>(認知症家族会)       | 2月15日(水)13:30～15:30<br>公民館第1会議室      | 内容:フリートーク、次年度計画<br>参加費:100円        | 北部2地区地域包括支援センター<br>☎362-1911 |
| しののめ会おしゃべりサロン<br>(精神障がい者家族会) | 2月17日(金)10:00～12:00<br>公民館本町分室       | 対象:こころの病気をもつ方の家族<br>参加費:無料         | しののめ会事務局<br>☎366-1503        |
| 多世代交流カフェ                     | 3月2日(水)～4日(土)14:00～16:30<br>まちカフェ竹下園 | 内容:パッチワーク、和小物、書道などの講座の作品展とバザー      | まちカフェ竹下園<br>☎080-3326-1041   |

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(☎022-364-1260)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4年12月31日現在

( )内は前月比

人 □ 52,480人 (△67)

男 25,193人 (△31)

女 27,287人 (△36)

世帯数 24,003戸 (△27)



# しおがまの 活気・元気

絵は一生できる趣味、  
楽しみながら上手になっていきたい。

## 絵画サークル パレットクラブ

平成15年に発足。画家の吾妻篤先生が指導する絵画サークルで、現在は会員15名で活動。公民館で絵画の創作活動を行い、毎年ふれあいエスパ塩竈で展示会を開催している。

公民館での制作のようす (右)  
杉村惇美術館での「パレット展」 (左)



インタビューに応える  
代表の中嶋満枝さん (右)  
副代表の衛藤真理子さん (左)



昼下がりの公民館。絵画サークル「パレットクラブ」の皆さんが真剣な眼差しでキャンバスと向き合います。代表の中嶋満枝さんと副代表の衛藤真理子さんにお話を伺いました。

「パレットクラブは公民館の絵画教室で5年間学び修了した受講生で創設されました。基本的に週1回で月3回開催しています」と話す中嶋さん。活動では主に油絵で風景画、静物画、人物画を制作しているそうです。

クラブでは毎年「パレット展」という展示会をエスパで開催していますが、昨年はクラブ創設20周年の節目に、初めて杉村惇美術館で開催しました。「見に来たお客さんからたくさんさんの感想をいただき励みになりました」と中嶋さんは語ります。お二人に創作活動の魅力を伺いました。「作品の最初の描き出しで、イメージをどうやって表現するかが難しく、それを乗り越えた時、描くことがさらに楽しくなっています。先生からは絵は想像する喜びを感じる一生楽しめる趣味だと教わりました」と語る中嶋さん。衛藤さんは「創作をしてきたことによって、いろいろな絵画展にも興味湧き、楽しみが増えました」と話します。また、旅行を兼ねたクラブのスケッチ会では、スケッチに夢中になりすぎて、夕方暗くなるのも気付かず描いたエピソードもあるほど絵画を楽しんでいるそうです。

今後のクラブの目標を伺いました。「パレット展は継続し、仲間たちと切磋琢磨し、楽しみながら上手になっていきたいと思っています。機会があれば、また美術館で展示会を開きたいです」続けて、「絵を描くことに興味のある方は、いつでもお持ちしています。まずは、はじめの一步で、踏み出してみると良いと思います」と二人は笑顔で語りました。

COOP みやぎ生協の個人宅配で

## 24時間お買い物

コープポイントが、より便利に得て使用できるようになりました!

個人宅配のウレシイ6つのポイント

- 1 共働きでも安心。お家の玄関先までお届け!
- 2 約5,000品目の商品から選べます!
- 3 カタログやホームページからカタン注文!
- 4 気軽に一人様から注文OK!
- 5 1度はじめれば休止も再開もカタンに!
- 6 ご不在時でも置き配で受取可能です!

WEB限定

### 豪華2大特典プレゼント!

WEBで個人宅配申し込み画面の「指当コード」に「2001-30103」と入力

最大3,000ポイントプレゼント!

LINEで簡単に紹介をしちゃいます!

### 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ませんか?

食づくりを カタン便利にしたい方 宅配サービスに 興味のある方 普段のお買い物で 困りの方 離れて暮らす 両親の買い物心配

ご紹介いただいた方に **QUOpay1,000円分プレゼント!**

ご紹介いただいた方に **オリジナルミニボトルのコープポイント最大3,000ポイントプレゼント!**

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**

スマホから **0120-581870**

パソコンから **0120-581870**

一般社団法人宮城県福祉葬協会 旗艦店

法務局 国税局 法人番号23700050179 特許庁登録商標 第6479121号

# 家族葬

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(1時間)を設けている。  
主に火葬場にてお別れ・お見送りをするプランです。

## 9万4千円から(税込)

別途、火葬場利用代金、ご遺体処置費用がかかります。

県内全域対応 多量葬で30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 道路正面 **TEL 022-368-8810**

葬儀式場 城東館

「広報しおがま」は、22,920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「広報しおがま」に有料広告を掲載しています。