

しおがま

広報しおがま



2025
February
Vol.833

ニニニからはじまる

ストリー!



感謝を胸に、希望に向かって

撮影協力：studio salt 狩野良介 小只実季

1月12日に開催された「二十歳を祝う会」には、華やかな振袖や凛々しいスーツに身を包んだ336人が参加し節目を祝いました。式典では、代表の鈴木星矢さんと佐藤あやめさんが「互いに支え合い、切磋琢磨しながら、想像以上の輝きを放つ、一人ひとり、自分が主役のストーリーを作っていきたい」と誓いの言葉を述べました。(会場/塩釜ガス体育館)

「二十歳を祝う会」
フォト掲載中!



塩釜市公式
ホームページ



最新の生活情報を
発信



もっと素敵に
塩釜ライフ



動画で
魅力発信



まちの話題を
レポート!



78.1FM
BAYWAVE

令和7年度

住民税(市・県民税)の申告は2月17日(月)～3月17日(月)

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。適正な申告が行われないと、住民税の算出のほか、国民健康保険税や後期高齢者医療保険料の算出など、さまざまな行政サービスに影響が及びます。期限内の申告をお願いします。

日時 2月17日(月)～3月17日(月)
(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カ所以上から給与収入がある方
 - ② 給与収入が1カ所で、そのほかにも収入がある方
 - ③ 公的年金等の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し、ほかに追加する控除がない方
- ③ 公的年金等の収入が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

★インフルエンザや新型コロナウイルス感染症等の対策にご協力ください

- 申告会場の待合スペースが限られておりますので、必要最小限の人数でお越しください。
- 申告会場への来場が困難な場合は、税務課市民税係までご相談ください。
- 住民税の申告は、インターネット(e-tax)での申告に対応しておりません。

地区ごとの申告日程

2 月		
日(曜)	午前(9:00～11:30)	午後(13:00～16:00)
17(月)	後楽町	権現堂、向ヶ丘
18(火)	西玉川町、母子沢町	錦町、花立町
19(水)	杉の入1・2丁目	杉の入3・4丁目、字杉ノ入裏 新浜町1～3丁目
20(木)	袖野田町、玉川1丁目	玉川2・3丁目
21(金)	越の浦1・2丁目 青葉ヶ丘、字石田	石堂、白萩町、東玉川町
25(火)	字伊保石、千賀の台1丁目	千賀の台2・3丁目
26(水)	旭町	梅の宮
27(木)	貞山通1～3丁目、中の島 港町1・2丁目、舟入1・2丁目	予備日
28(金)	栄町、月見ヶ丘、泉沢町	浦戸地区、塩釜市漁業協同組合 宮城県漁業協同組合塩釜地区支所

3 月		
日(曜)	午前(9:00～11:30)	午後(13:00～16:00)
3(月)	尾島町、海岸通	新富町
4(火)	清水沢1丁目	今宮町、長沢町、字長沢
5(水)	清水沢2丁目	桜ヶ丘、野田、南錦町
6(木)	清水沢3丁目	赤坂、白菊町
7(金)	清水沢4丁目、字庚塚	泉ヶ岡、香津町 佐浦町、南町
10(月)	大日向町	牛生町、芦畔町
11(火)	西町、宮町、本町、一森山	予備日
12(水)	松陽台1・2丁目	松陽台3丁目、藤倉1丁目
13(木)	小松崎、みのが丘	藤倉2丁目
14(金)	北浜1～4丁目	藤倉3丁目、楓町1～3丁目
17(月)	予備日	

日ごとの来場者数に極端な差が生じないように、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方に予備日を用意していますが、混雑が予想されますので指定日の来場にご協力ください。

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（代理人が申告手続きを行う場合は、委任状の提出並びに代理人の本人確認書類の提示をお願いします）	
③収入を証明するもの（令和6年1月1日～令和6年12月31日分）	
○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 ○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） 領収書などの書類だけでは申告はできません。あらかじめ収支の計算をお願いします	
④控除を証明するもの（令和6年1月1日～令和6年12月31日分）	
医療費控除	○医療費控除の明細書 ※事前に明細書を作成のうえ提出してください ※上記明細書の添付書類として、医療費通知が使用可能(注①) ※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 なお、医療費控除は、自己負担した医療費そのものが戻る制度ではありません
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 ○予防接種・各種健診(検診)の領収書または結果通知表 ※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、源泉徴収票に記載されています
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②）
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、あらかじめ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
⑤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） ※公金受取口座への振込を希望される場合は不要です。	

注① 国民健康保険または後期高齢者医療保険の加入者で、医療費通知の再発行を希望する方は、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② 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6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(マリゲート塩釜会場)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6年分(令和6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上場株式などの配当の申告
- ④住宅借入金等特別控除(初回)の申告
- ⑤雑損控除の申告
- ⑥青色申告
- ⑦準確定申告(亡くなられた方の申告)
- ⑧消費税申告
- ⑨令和7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、LINEから事前に発行するもの(事前発行可能期間あり)と、当日会場で配付するものがあります。

※当日配布は、状況に応じて後日の来場をお願いすることがあります。

～確定申告は、ぜひご自宅から!!～

申告書作成会場は大変混雑するため、スマホまたはパソコンとマイナンバーカードを利用して、自宅からe-Taxにより、24時間申告することができます。ぜひご利用ください。

申告書の作成は、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」をご利用ください。

確定申告書等作成コーナー▶



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。
広報係(☎355-5728)までご連絡ください



令和7年出初式、無火災を祈って

塩竈市塩竈消防団出初式では、藤倉保育所の藤倉まつり太鼓や一斉放水による訓練の成果などが披露されました。

塩竈市浦戸消防団出初式では、浦戸小中学校のあっぱれ太鼓の披露や観閲が行われ、新入団員が抱負を述べました。

(1月12日 マリンゲート塩釜、1月19日 浦戸開発総合センター)

思い思いのダンスを披露しました

ダンスイベント「エスプダンススピーズ2024」が開催されました。初参加のチームも多く、さまざまなジャンルのダンスが披露され、参加者は、楽しそうな笑顔や真剣な表情で踊っていました。

(12月22日 ふれあいエスプ塩釜)



子ども安全サポーターが 秋季善行表彰を団体受賞しました

通学時の子どもたちの見守りを行うボランティア「子ども安全サポーター」が青少年の健全育成などの功績を認められ、一般社団法人日本善行会から表彰されました。おめでとうございます。

(1月15日 市内通学路)



「東北楽天ゴールデンイーグルスふれあいスポーツ フェスタin塩竈」を開催しました!

たくさんの小学生が参加し、ピッチングやバッティングのコツを楽天イーグルス・アンバサダーの銀次さんやアカデミーコーチの皆さんに教えてもらいました。また、東北ゴールデンエンジェルスによるチア教室も行われ、楽しく学びました。(12月15日 塩釜ガス体育館)

幸せな暮らしを応援します

新婚さんいらっしゃい



新婚さん
いらっしゃい

塩竈市では、ご結婚をお祝いしています

100歳おめでとうございます

間宮 邦子 (まみやくにこ)さん	大正14年1月1日生まれ
澤田 いよ (さわだいよ)さん	大正14年1月1日生まれ
佐藤 ユキ子(さとう ゆきこ)さん	大正14年1月5日生まれ
佐藤 ふく (さとう ふく)さん	大正14年1月20日生まれ
加藤 たねみ(かとう たねこ)さん	大正14年1月22日生まれ

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インスタグラムで紹介しています。



防災・減災を学ぼう!

防災に関する「学習」や「体験」を通じ、災害への備えの大切さや理解を深め、防災の意識を高めるワークショップを行います。参加記念として、災害備蓄品をお渡しします。

■スマホを使って防災・減災 ～高齢者向け～

防災・減災情報の取得方法を教えます。実際に体験してみませんか。

日時 2月7日(金) 10:00～12:00 定員 15人

■自分の命は自分で守る ～一般向け～

災害時の市や町内会の動きをお伝えします。自分の命を守る行動を確認しませんか。

日時 2月16日(日) 11:00～12:00 定員 40人(中学生以上)

■遊んで、学んで、防災・減災 ～親子向け～

NPO法人団体による太陽光エネルギーを利用した防災対策を遊びながら学びませんか。

日時 3月30日(日) 10:00～11:30 定員 20組(小学生と保護者)

場所 塩竈市津波防災センター2階 費用 無料

申込 市ホームページまたは電話



市ホームページ▶

問・申込 危機管理課危機管理係 ☎022-355-6491

塩竈市広告主を募集します

● 1. 本塩釜駅駅前ショーウィンドウ・ポスターパネル ●

・ショーウィンドウ

縦(高さ)820mm×横(幅)1,640mm 2,400円/月

・ポスターパネル

縦(高さ)900mm×横(幅)653mm 1,200円/月

※令和5年度本塩釜駅乗車人員 2,516人/日

(参照:JR東日本)



ショーウィンドウ



ポスターパネル

● 2. 公 用 車 ●

・側面両側ドア

縦30cm×横50cm×2枚 3,000円/月

・背面ドア

縦20cm×横30cm 600円/月

※年間走行距離3,600km程度

(広告掲載対象車両平均)



公用車(側面)



公用車(背面)

広告掲載期間 広告掲載開始日～令和8年3月31日(火)

募集内容の詳細や他媒体の募集は市ホームページからご覧ください



問 財政課行政改革係 ☎022-355-5782



雪が積もる鹽竈神社から見た景色
ジャスコの看板が見えます
(昭和59年)

しおがまの
昔・懐かし

思い出
写真館 ⑤4

塩竈んだんだ!! 読解クイズ 12月号の答え②がまっこ

Q 2月1日は○○○○の日。社会と人とのつながりが健康づくりなどの秘訣です。

①けんこう ②まぜっぺ ③フレイル

正解者の中から、抽選で塩竈グッズをプレゼントします。

応募方法

(1)クイズ解答 (2)住所 (3)氏名 (4)年齢 (5)電話番号
の必要事項を記入の上、メール、はがき、ファクス、
入力フォームで応募ください。(2月14日(金)必着)

問・応募先

〒985-8501 塩竈市旭町1番1号 秘書広報課

☎022-355-5728 FAX 022-367-3124

sisei@city.shiogama.miyagi.jp



地域で支える子育て！ファミリー・サポート事業

子育てを手伝ってほしい人（利用会員）と子育ての手伝いができる人（協力会員）が子育てを支え合う会員組織です。子育てを地域でお手伝いし合えるよう、事務局が会員の橋渡しを行います。

生活保護世帯、ひとり親世帯、市民税の非課税世帯、ダブルケア（育児と介護）世帯には利用料の補助制度があります。

協力会員募集 ～子育てのボランティア活動をしてみませんか？～

対象 市内在住の20歳以上で子どもが好きな方

内容 保育施設や習い事の送迎、預かりなど（生後3カ月～小学6年生の子ども）

報酬 平日7:00～19:00 最初の1時間600円（※700円）

以降30分毎300円（※350円） ※平日時間外・土日祝日・年末年始の金額

- ・資格は不要ですが、**会員登録が必要**です。登録料・会費はありませんが、活動に必要な講習会の受講が必要です。
- ・ステップアップ講習会（調理など）があり、情報交換や会員同士の交流を図れます。
- ・補償保険に加入しているため安心して活動できます。

詳細は市ホームページをご覧ください▶



問 ファミリー・サポート事務局（こころん内）
☎022-363-3631



2月1日は「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のことです。早めに気づき対策すれば、フレイルから再び健康な状態に戻ることができます。

「社会とのつながりを失うこと」が「フレイルの最初の入り口」です。社会や人とのつながりが「健康づくり・介護予防」の秘訣です。



つながりの目安

- 散歩や買い物を習慣化する
 - 楽しいことや好きなことを見つける
 - 就労や趣味、地域の活動に参加する
- 天気によければ1日1回、外出してみましょう！

効果

- 人との会話や交流が増える
- 楽しみができ、生活にメリハリが出る
- 自然と体を動かす機会が増える
- おなかが空いて食欲が増す

しおがま まぜっぺ・まざっぺシート

地域の集まりを紹介しています。認知症やうつ予防にも効果的です。



◀ 詳細は市ホームページから



◀ 市公式YouTubeで活動紹介動画で公開中

興味のある活動や集まりがあったら、近くの地域包括支援センターにご連絡ください！

問 高齢福祉課地域支援係 ☎022-364-1204

今月の乳幼児健診と予防接種

会場：保健センター

健診	4カ月児健診	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)	2/12(水) (R6.10月生)	2/13(木) (R5.7月生)	2/5(水) (R4.8月生)	2/6(木) (R3.8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)	3/12(水)	9:45～10:15	1歳未満	生後5～7カ月

※7カ月児健康相談は令和6年3月で終了し「1歳児びよびよ相談会」になりました。対象の方には個別でお知らせします。

問 こども家庭センター にこサポ ☎022-354-1225

キッズステーション

※最新の情報は市ホームページでご確認ください。

こども家庭センター にこサポ

開 8:30~17:15 住 本町1-1 (壱番館1階) 休 (土、日、祝)
☎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 (Web予約)	妊娠届をお持ちの方	2/5(水)、10(月)、17(月)	13:15から1時間程度
パパ&ママクラス (Web予約)	出産を控えるパパとママ	2/15(土)	10:00~12:00
ファミリークラス (Web予約)	妊娠中期以降のパパとママ	2/18(火)	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	2/5(水)、10(月)、17(月)	10:00~12:00
はじめましてにこサポ (Web予約)	新生児訪問を終了した3カ月までの赤ちゃんと保護者 ※パパや兄妹も来所可	①2/4(火) ②2/26(水)	①10:00~11:30 ②13:30~15:00

育児相談・離乳食教室	対象者	日程	実施時間
にこサポ赤ちゃんサロン (Web予約)	ベビーマッサージ編	生後6カ月までの赤ちゃん&パパ・ママ	2/21(金)
	ママのヨガ編	生後6カ月までの赤ちゃん&ママ	2/26(水)
離乳食クラス (Web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	2/3(月)
	もぐもぐ期	生後7~8カ月までの赤ちゃん&ママ	3/4(火)
1歳児びよびよ相談会	生後11カ月(R6.3月生)のお子さんとその保護者 対象月の前月に対象者全員に個別通知します (Web回答あり)	2/7(金)	対象者に別途案内

※妊娠中の方やお子さんの発達・遊び方・食事など、随時相談をお受けしています。

こころん 子育て支援センター

開 9:30~12:30/13:30~16:00 住 海岸通1-15 2階
休 (木、祝) ☎022-363-3630

イベント	対象/定員	日時	内容	申込
あそびの広場	1歳6カ月以上のお子さんと保護者/10組	2/20(木)10:30~11:30	親子体操	2/3(月)13:30~
ウェルカムこころん	生後4カ月以上のお子さんと保護者	2/10(月)、17(月) 13:00~14:00	記念の手形を取ったり、ふれあい遊びの紹介、出産お祝いギフトの贈呈もあります	対象者に別途案内

つどいの広場

開 (月、水、金) 10:00~11:45 住 庚塚1-1
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	2/28(金)10:30~11:30	おひな祭り会	2/12(水)13:30~
	未就学児親子/7組	3/5(水)10:30~11:10	おはなしぽんどらさんによるおはなし会	2/18(火)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) ☎022-366-3003 ※申込は窓口か電話で

イベント	対象	日時	内容	申込
キッズランド	乳幼児親子~大人	2/4(火)10:00~11:00	佐々木博美先生による幼児から大人までのわらべ歌を行います。	不要
お話し会&カフェ	乳幼児親子	2/13(木)10:30~11:00	手遊び、わらべ歌、絵本の読み聞かせ、子育てについてのお話し会などを行います。	不要
藤倉カレーの日	乳幼児親子~大人	2/15(土)10:00~13:00	藤倉コミュニティセンターでカレーを提供します。	児童館で食事券を販売します
クッキングイベント	小学生	2/22(土)10:00~12:30	お弁当作りをします。	2/7(金)~2/21(金) 申込用紙または電話で

あゆみ保育園子育て支援センター たんぽぽ

開 10:00~13:00 14:30~16:00 住 花立町1-16
休 (土、日) ☎022-365-4572 ※申込は窓口か電話で

イベント	対象	日時	内容	申込
親子で遊ぼう会	1歳~就学前	2/12(水)10:00~11:00	園庭で雪に触れてあそぼう！ 雪が降らなかつたらお楽しみの会です。	開催前日まで
		2/26(水)10:00~11:00	制作とひなあられで、楽しくおいしくひなまつりをお祝いしよう！	

※2月のあゆみ保育園の園庭・たんぽぽ開放は、午前(10:00~13:00)と午後(14:30~16:00)で予約不要です。直接お越しください。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。

生活情報

児童手当の支給について

支給日の翌日以降に入金の確認をしてください。

支給日 2月5日(水)

制度改正に係る手続きがお済みでない方は、3月31日(月)までに申請をお願いします。

詳細は市ホームページをご覧ください。

問 保険年金課医療係

☎ 022(355)6519



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、全額納付したときに比べ、将来受け取る年金額が少なくなります。免除や納付猶予などが承認された期間が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、当時の保険料に加算金の上

乗せされます。すでに年金を受給されている方は追納制度を利用できません。詳細は問い合わせください。

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

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。希望する方は学校を通して申し込みください。

問 学校教育課学校教育係

☎ 022(365)3216



家屋を取り壊したときは届け出を

家屋を取り壊したときは、家屋滅失の届け出が必要です。登記されている家屋は、法務局で「滅失登記」の手続きも必要です。

問 税務課固定資産税係

☎ 022(355)5934

低所得者支援給付金の追加給付

該当する方には2月末から順次確認書を送付します。

対象 令和6年12月13日時点で本市に住民登録し、①または②に

該当する世帯

① 令和6年度住民税非課税世帯

② ①の世帯で扶養される18歳以下

の子どもがいる世帯

給付金額

① 1世帯あたり3万円

② 世帯の子ども1人あたり2万円

問 生活福祉課福祉総務係

☎ 022(364)1131



令和7年度自衛官募集

情報提供の除外申請のお知らせ

自衛隊法に基づき、募集案内の送付に使用するため、令和7年度に18歳になる方(平成19年4月2日〜平成20年4月1日)の名簿を自衛隊宮城地方協力本部に提供します。名簿への掲載を希望しない本人または代理人は、除外申請の制度があります。

申請 5月30日(金)まで

詳細は市ホームページをご覧ください。

問 市民課市民総務係

☎ 022(355)6486



防災行政無線試験放送の実施

災害などに備え、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。

日時 2月12日(水) 11時

問 危機管理課危機管理係

☎ 022(355)6491

NEWしおナビバスのルート変更

令和7年4月1日からNEWしおナビバス(白バス便・青バス便)の新しいルート・ダイヤでの運行が始まります。

新しい時刻表と路線図は

広報しおがま3月号に折り込みます。

問 政策課政策企画係

☎ 022(355)5631

募集・案内

「第3次塩竈市環境基本計画(案)」
に対するパブリックコメント

令和7年度から開始する第3次
計画の策定を進めています。皆さ
んのご意見をお寄せください。

募集期間 2月3日(月)～3月3日(月)

詳細は市ホームページをご覧ください。
(2月3日(月)より公開)。

問 環境課環境企画係

☎ 022(365)3377



しおがまエコ講座

身近な省エネ対策や環境にやさ
しい生活の実践に向けて、エコ講
座を開催します。

日時・内容 ※参加無料

① 2月15日(土) 10時～11時半

「地球温暖化の現状と私たちにで
きること」

② 3月1日(土) 10時～11時半

「うちエコ診断～これならわたし
たちもできる～」

③ 3月15日(土) 10時～11時半

「野々島ラベンダーでハンドクリ
ーム作り」

場所 公民館(東玉川町)

定員 20人程度(市内在住、在学、
在勤の18歳以上で全3回参加で
きる方)

申込 2月12日(水)まで。電話また
は申込フォームから。

問・申込 環境課環境企画係

☎ 022(365)3377



市営住宅・県営住宅入居者募集

2月28日(金)から申込用紙配布。

配布場所 まちづくり・建築課
(荻番館庁舎2階)

申込資格 一般世帯、月収15万8
000円までの方

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

申込 3月1日(土)～12日(水)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

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。

配布場所 まちづくり・建築課
(荻番館庁舎2階)

申込資格 18歳未満の子どもがい
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

申込 まちづくり・建築課で3月
12日(水)まで。先着順で入居選定
するため、期限内でも受け付け
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

市長コラム

天外蒼雲

～伊保石公園、生まれ変わる～

塩竈市が抱える課題のひとつは、市内の公園をどの
ように管理・整備し、有効活用していくかです。139カ
所ある公園の管理については、使えない状態にある遊
具の改善や、生い茂った雑草の刈り取りなどの課題に
対し、厳しいご意見・ご指摘をいただきました。

市民の皆さんが望む公園の在り方を検討する中で、
公園に対する市民ニーズを把握するため、令和3年度に
市民アンケートを実施したところ、アスレチック施設や
BBQ施設、キャンプ場などの整備を求める多数のご回
答をいただきました。

本年7月、伊保石公園に、ご要望の多かった全世代
がみんなで幅広く楽しめるアスレチック施設『フォレス
ト・アドベンチャー』がオープンします。

これを起爆剤に、中の島中央公園緑地や湾ダフルし
おがま海浜公園(北浜緑地公園)をはじめ、公共施設や
公園の空きスペースなどを活用し、室内外問わず、多く
の方にご利用いただけるさまざまな工夫が施された
『ゆめ空間』を演出していきたいと思います。

小さな街だからこそ実現できる。

小さな喜びを積み重ね、大きな喜びに変えていきま
す!



塩竈市長

高橋 光樹

シルバー人材センター 入会説明・仕事相談会

シルバー会員としてお仕事できる方を募集します。働くには説明会の受講が必要です。気軽にご参加ください。

日時 2月13日(木) 14時～、25日(火)

10時～

場所 塩釜市シルバー人材センター
(尾島町18-17)

対象 市内在住の60歳以上の方
※費用無料、申込不要

問 塩釜市シルバー人材センター
☎022(367)5940



公共職業訓練4月入所受講生

募集訓練科(定員)

ビル設備サービ斯科(18人)、
電気・通信施工技術科(15人)、
住宅リフォーム科(15人)

期間 4月3日(木)～9月29日(月)

申込 2月3日(月)～2月28日(金)
費用 テキスト代など

問 ポリテクセンター宮城訓練第二課
☎022(362)2454

軽自動車の名義変更手続きや車検はお早めに

毎年3月は名義変更、廃車などの各種手続きや検査申請が集中し、大変混雑します。早めの手続きをお願いします。

問 軽自動車検査協会宮城主管事務所
☎050(3816)1830

※8時45分～11時45分/13時～16時(土)(祝除く)

藻塩の里2月の余暇活動

市内にお住まいの障がい者なら誰でも参加できます。

日時 2月15日(土) 9時～

内容 サロン活動(1時間程度)

問 地域活動支援センター「藻塩の里」

☎022(361)0631
FAX 022(361)0632

専用車両を使ったスマホセミナー・相談会

日時 2月25日(火)～28日(金)
前半 13:00～14:00 後半 14:30～15:30

定員 各3人 費用 無料

講師 (株)ソフトバンクスタッフ

内容 A前半 基本操作 後半 画面の見方
B前半 インターネット、アプリ 後半 LINE

※「スマホなんでも相談」は各日行います
(11:00～11:45、16:00～16:45)

市ホームページ▶



問 (株)ソフトバンク ☎0800-111-9442

開催日	2月25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
内容	A	B	A	B
場所	市役所本庁舎		イオンタウン塩釜東側	

令和6年度 塩竈商人塾 参加者募集

塩竈で商売をしている方やこれから起業予定の皆さんを対象に、集客力と売上の向上を目的とした実践的なスキルを学ぶ特別講座を開催します。

開催日・内容 ①2月10日(月) 『今考えなければならない販売戦略』
②2月12日(水) 『「売り」に繋がる店舗・イベントブースの作り方』
③2月13日(木) 『スマホで撮る!魅力的な写真で売上を上げる』
④2月17日(月) 『最新のSNSマーケティングとショート動画(基礎編)』
⑤2月18日(火) 『実践!ショート動画を作ろう(応用編)』

時間 18:30～20:30 会場 塩釜商工会議所(港町1丁目6-20) 定員 各回50人程度

講師 ①渡邊晃久さん ②畠山翔子さん ③呉島大介さん ④⑤平嶋愛さん

詳細はこちら▶



問 塩釜商工会議所 ☎022-367-5111

みんなの広場

イベント・お知らせ

第24回塩釜甚句全国大会

県内外の唄自慢が塩竈伝統の民謡「塩釜甚句」を披露します。入場無料。

日時 2月22日(土) 9時～18時

場所 遊ホール(吉番館5階)

問 塩釜甚句全国大会実行委員会事務局

☎022(364)1165

塩竈大好き!

塩竈のミュージシャン熱唱コンサート

塩竈のミュージシャンによる楽しいトークと昭和ポップス。入場無料。

日時 2月23日(日・祝)

開演14時半

場所 遊ホール(吉番館5階)

問 塩釜市芸術文化協会

庄子☎090(8612)3651

帆手祭の稚児行列に参加しませんか

日時 3月10日(月) 帆手祭当日

対象 4歳～小学6年生の男女

問 鹽竈神社供奉委員会神子組

寺澤☎022(362)4447

ビルドスペース(アートギャラリー) 個展

日時・内容

※観覧無料

2月1日(土)～16日(日) 後藤有美個展
3月1日(土)～16日(日) 只野彩佳個展

場所 ビルドスペース(港町2-3-11)

問 ビルドフルーガス

☎080(3198)4818

坂総合病院市民公開講座

東北大学医学部眼科学教室特命教授國方彦志氏による講演を行います。ストレッチ体操や当院の医療についても説明します。

日時 2月15日(土) 14時半～16時半

場所 利府町交流文化センター

リフノス(利府町森郷字新

椎の木前31-1)

テーマ「知っておきたい!身近な

目の病気～近視・加齢・糖

尿病関係など」

申込 電話または申込フォーム

(当日受付可)

詳細はホームページを

ご覧ください。



問・申込 坂総合病院地域健康課

☎022(367)9027

会員募集

創作絵手紙すずらの会

日時 2月10日(月)、13日(木)、17日(月)、20日(木) 10時～12時

場所 赤坂自宅教室(赤坂25-14)

会費 1000円(体験料2回セ

ット)、手本代有料、道具

は貸し出します。

問 創作絵手紙すずらの会

☎022(363)4887

将棋

日時 2月8日(土)、12日(水)、22日

(土)、26日(水) 13時～17時

場所 公民館(東玉川町)

会費 500円/回(高校生以下、

(水)無料)

問 日本将棋連盟塩釜支部

支部長山口☎080(1801)0292

絵画の会コロール

水彩画をやってみませんか。

日時 月3回(月)13時30分～16時

場所 公民館(東玉川町)

会費 2500円/月

問 絵画の会コロール

☎090(7073)5100

傾聴サロン

日時 2月24日(月・祝)

10時～15時

場所 公民館本町分室

※参加無料、要予約

問 仙台傾聴の会

☎090(6253)5640

ギター・ウクレレサークル

(初心者コース)

フォークソング・演歌・弾き語り。

日時 (土)9時半～11時

(金)9時半～11時半(月2回)

場所 伊保石復興住宅集会所

定員 10人

会費 ギター・ウクレレ各1500円/回

※ギター・ウクレレのレンタル有り

問 内田☎090(2844)1960

2月のイベント情報



観光物産協会HP

「塩竈deひなめぐり」開催！

市内にある29の商店が連携し、各参加店で個性豊かなひな飾りの展示やひなめぐり限定サービスを行います。今年もスタンプラリーを開催します。

アンケートに回答いただいた方に抽選で景品をプレゼントします。

期間 2月22日(土)～3月3日(月)

会場 市内連携29の商店（詳しくは参加店舗で配布するマップをご覧ください。）

☎ 塩竈deひなめぐり実行委員会 ☎022-362-0035（太田與八郎商店）/☎022-362-0441（熊久商店）



塩竈市杉村惇美術館

開 10:00～17:00 休 月曜日(祝日の場合は翌日)

☎022-362-2555



イベントの詳細は、塩竈市杉村惇美術館ホームページをご覧ください。

イベント名	日時	対象	参加費	申込
2024年度塩竈市杉村惇美術館アーカイブス展「PROGRAMS」	2/1(土)～16(日)10:00～17:00	どなたでも	無料	不要
アートの見方は無限大！鑑賞のじかん —対話型鑑賞で楽しむ杉村惇作品—	2/16(日)11:00～11:45	どなたでも	常設展観覧料	不要
塩竈市立第一中学校総合学習うしおの光作品展示・ 絵手紙、ちぎり絵、俳句など	2/26(水)～3/4(火) 10:00～17:00	どなたでも	無料	不要
su_nosuke個展「旅路の果てに…」	2/26(水)～3/4(火) 10:00～17:00	どなたでも	無料	不要

塩釜ガス体育館

開 9:00～21:00(日曜・祝日17:00まで) 休 火曜日(祝日の場合は翌日)

☎022-362-1010/FAX022-362-1099



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。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。

教室・講習会名	日時	対象(定員)	参加費	申込
初心者のためのヨガレッスン	2/2(日)、8(土)10:00～11:15 場所:公民館(東玉川町)	18歳以上(各15人)	850円	要
中学生専用開放(保護者同伴)	2/3(月)、17(日)19:00～	市内中学生	中学生50円 保護者100円	要
障がい者のためのスポーツ教室	2/21(金)13:30～15:00	障がいをお持ちの方 (1団体)	無料	要
家族みんなでスポーツDAY	3/22(土)9:00～11:45	どなたでも	大人500円 3歳以上250円	不要

塩竈市温水プール

開 9:00～21:00(日曜・祝日17:00まで) 休 火曜日(祝日の場合は翌日)

☎022-363-4501/FAX022-366-0281



天井改修のため、令和7年3月まで休館となります。詳しくはホームページをご覧ください。

壱番館 遊ホール

開 9:00～20:00 休 年末年始

☎022-365-5000



イベント名	日時	料金	備考
遊ホール市民参加企画 夢ミュージカル『きみの友だち』	2/8(土)13:00～、18:00～ 9(日)13:00～	一般2,000円 (一般当日券2,300円)、 高校生以下500円	「心のふるさと我が街、塩竈」をコンセプトに塩竈の魅力、暮らす素晴らしさを実感、再発見してもらえる市民参加型ミュージカル。
菅野潤&ザルツブルガー・ツリステン 第6回しおのまち音楽祭	3/1(土) 開場13:45 開演14:30	ゆうチケット会員2,300円、 一般2,500円(当日券3,000円)、 高校生以下1,000円(当日券1,300円)	しおがま未来大使・菅野潤さんとザルツブルクの音楽家との復興支援コンサート。

ふれあいエスプ塩竈

開 平日9:00～18:00、(土)日9:00～17:00
休 毎月第2・4月曜日・祝日の翌日・第4木曜日

☎022-367-2010
FAX022-365-3741



イベントの詳細は『エスプkid's』『WAY』、市ホームページ、公式SNSをご覧ください。

会場: ㊦ キッズスペース ㊧ 本の森 ㊨ 学習室1 ㊩ ミーティングルーム ㊪ 創作室 ㊫ アートギャラリー ㊬ エスプホール ㊭ その他

イベント名	日時	会場	対象(参加費)	備考
かんたん工作おもしろ創! [ペットボトルキャップでチョコレートを作ろう]	2月開館時間中	㊪	どなたでも	材料なくなり次第終了
キッズボランティアおはなし会	毎週(水)金	㊫	幼児と保護者	話し手:ふお・ゆ
本のちょっと	2/1(土)11:00～11:30	㊧	どなたでも	話し手:きつと・えすけつと
本のリサイクル市	2/1(土)～2(日)9:00～16:00	㊩	どなたでも	持物:持ち帰り用袋
長井勝一漫画美術館原画展「マンガ家の絵本」	2/6(木)～3/9(日)開館時間中	㊫	どなたでも	作家12人の漫画と絵本の原画を展示
ぱんどらのおはなし会	2/9(日)11:00～11:30	㊫	どなたでも	話し手:おはなしぱんどら
おやこdeキッチン 鯖3枚おろし	2/15(土)10:00～13:00	㊭	小学生と保護者 (1,200円)	申込:受付中 会場:塩竈市魚市場中央棟2階魚食普及スタジオ
長井勝一漫画美術館事業 田中六太&川崎タカオ「みんなで絵本をつくろう」	2/15(土)13:00～16:00	㊨		詳細はホームページ、X
大人のワークショップ 「水仙のモチーフ編みをつくろう」	2/16(日)10:00～11:30	㊩	18歳以上 (220円)	持物:かぎ針5号または6号
大人のあそび時間 「和紙と布でつくるMY御朱印帳」	2/22(土)13:00～16:00	㊨	18歳以上 (1800円)	講師:永澤裕子さん 申込:2/9(日)まで
Domenica104 音楽の扉～題名のある音楽会～	2/23(日・祝)14:00～15:00	㊬	どなたでも	ピアノコンサート 演奏:亀山 渉さん
南極昭和基地と生中継!!	3/1(土)14:00～16:00	㊬	どなたでも	第66次越冬隊と中継でお話ができるよ!!

塩竈市公民館

開 9:00～21:00
休 年末年始

☎022-365-3341
FAX022-365-3342



イベント名	日時	会場	対象(参加費)	備考
おやこであそぼう	2/18(水)15:00～16:00	和室1.2	1歳～3歳とその保護者	軽運動
ベビーマッサージ	2/20(木)10:00～11:00	和室1.2	3～12カ月とその保護者(オイル代380円)	親子の絆を深めましょう
しおがま歌声サロン♪	4/15(水)10:00～11:00	大会議室	どなたでも(楽譜代500円)	申込:2/15(土)～

■「公民館教室」受講生募集

対象 市内在住または在勤の18歳以上の方で、受講年数7年未満の方 受講料 1教室1,000円/年(初講日支払、教材費などは別途負担)
申込 3月3日(月)から、指定申込書を持参加郵送、ファクスで ※1人2教室まで。先着順。

教室名	日時	定員	講師	教室名	日時	定員	講師
華道	第1・2(金) 10:00～12:00	20	阿部芳道先生	日本画	第2・4(金) 13:30～15:30	15	阿部淑子先生
煎茶道	第1・2・3(火) 10:00～12:00	10	佐藤南智先生	書道	第1・3・4(水) 18:00～20:00	40	鈴木花園先生 板宮青嵐先生
フラワーデザイン	第3(日) 10:00～12:00	10	和田浩子先生	民謡	第1・2・3(月) 18:30～20:30	15	菊池州苑先生
陶芸	第1(土)第2(月) 13:00～15:00	30	岡崎雅芳先生	茶道	第1・3(金) 19:00～21:00	10	滝井宋正先生
着物着付・礼法ひまわり教室※女性のみ	第1(土) 13:30～15:30	15	岡澤マキ子先生	クッキング	第2・4(木) 19:00～21:00	10	川口真奈美先生
絵画	第2・第4(水)偶数月第3(水) 14:00～16:00	20	吾妻篤先生	お菓子作り	第3(木) 19:00～21:00	10	

塩竈市民図書館

開 9:00～20:00
休 第4月曜日を除く月曜日・祝日の翌日・最終木曜日

イベントの詳細は『図書館だより』、市ホームページ、公式SNSをご覧ください。

会場: ㊮ 4階視聴覚室 ㊯ 4階おはなしの部屋 ㊺ 4階児童書フロア ㊻ 4階創作室 ㊼ その他

☎022-365-4343



イベント名	日時	会場	対象
おはなし会デビュー「ぴよぴよおはなし会」	2/4(水)11:00～	㊯	1歳までの赤ちゃん
「えほんデビュー」～あかちゃんからえほん～	2/4(水)10:00、2/26(水)13:30	㊼	はじめましてにこサポ対象者
こども映画会	2/8(土)①11:00～②14:00～	㊮	どなたでも
紙を使って遊ぼう	2/9(日)14:00～	㊻	どなたでも
おはなしかようび	2/11(火・祝)、2/18(水)、2/25(水)11:00～	㊯	幼児
おはなしびっくり箱のちっちゃな絵本の部屋	2/15(土)11:00～	㊯	どなたでも
雑誌のリサイクル市	2/15(土)、2/16(日)	㊮	どなたでも
みんなでシネマ「大河ドラマが生まれた日」上映会	2/16(日)14:00～	㊼	遊ホールにて開催
手のひらの会 おはなしかい	2/22(土)11:00～	㊯	どなたでも
手品おじさんと遊ぼう!	2/23(日・祝)15:00～	㊺	どなたでも



納期限

納期限は2月28日(金)です

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



納付書の再発行を希望する方はこちらから申込ください

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
会長 細川 博之 様・事務局長 鈴木 雅博 様
- 有限会社スギハラ 様
- 塩釜市漁協販売事業株式会社 様

■市立病院へ

- 株式会社白寿殿 様
- 東日本自動車学校 様
- 佐藤 忠一 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



寄附いただける方は以下に申し込みください
市へ：財政課財政係 ☎022-355-5814
市立病院へ：塩竈市立病院 ☎022-364-5521

環境ワンポイント通信 No.215

正しいごみの分別にご協力ください (プラスチック製容器包装)

プラスチック製容器包装の中に、生ごみや金属などの異物が混入していたり、二重袋になっているケースがあります。

正しく分別されていないものや捨ててはいけないものが混じっていると、ごみ収集車や工場の機械が壊れたり、収集作業員のけがにつながる可能性があります。

正しい分別にご理解・ご協力をお願いします。

【分別のポイント】

1. プラマーク を確認する
2. 中身は使い切り、汚れを取り除く
3. 二重袋で出さない
4. カミソリや電池など、危険なものを混入しない



☎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

※事前に電話連絡をお願いします。

※健康保険証をお持ちください。

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

2月2日(日)	千葉歯科医院	塩竈市東玉川町2-31	☎362-5253
2月9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11日(火・祝)	おひさまにここ歯科医院	宮城県利府町利府字新館2-7	☎356-0871
2月16日(日)	引地歯科医院	塩竈市藤倉2-3-11	☎367-1774
2月23日(日・祝)	あべ歯科医院・丘の上の歯科医院	宮城県利府町加瀬字野中沢125-1	☎356-1033
2月24日(月・振)	うじいえ歯科医院	宮城県七ヶ浜町湊浜字入生田90-4	☎357-1727
3月2日(日)	利府子ども歯科大人歯科	宮城県利府町新中道3-1-1 イオンモール新利府南館2F	☎767-5650

※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。

健康ワンポイント アドバイス

朝ごはん、心身のバランスアップ!

1日3回の食事は、生活リズムを整えます。特に朝ごはんの欠食は、意欲低下や体調不良につながり、生活リズムが乱れやすくなります。エネルギーの代謝異常で太りやすくなることも分かっています。朝ごはんを食べる習慣がない方は、おにぎりやパンから始めてみましょう。

☎健康づくり課 ☎022-364-4786

簡単な朝ごはんレシピ▶



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	2月4日(火)、25日(火) 10:00~14:00 2月18日(火) 10:00~12:00	障がい者福祉協会(北浜4-6-52) 公民館第1会議室(東玉川町)	☎/FAX022-362-6865
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	☎022-355-6913
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	☎022-355-6918
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)	☎022-363-3715
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	☎022-364-7445
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)	☎022-385-6066
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」	☎022-363-3630 FAX022-369-3620
妊娠・出産・子育て相談	平日 8:30~17:15	こども家庭センター「にこサポ」(壱番館1階)	☎022-354-1225
子どもの食事・離乳食相談	平日 9:00~16:00		
禁煙相談	平日 予約制	保健センター	☎022-364-4786
健康なんでも相談	2月17日(月) 予約制13:00~15:00		
家庭児童相談	平日 8:30~17:15	こども家庭センター(壱番館1階)	☎022-364-1178
生活困窮者自立支援相談	平日 8:30~17:15	社会福祉事務所(壱番館1階)	☎022-364-1131
ひきこもり・思春期こころの相談	2月12日(水)、19日(水) 予約制	塩釜保健所(北浜4-8-15)	☎022-365-3153
アルコール・薬物関連問題専門相談	2月18日(火) 予約制		
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	☎022-363-5505
行政相談	2月12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	月曜日、金曜日 10:00~15:00 2月18日(火) 10:00~15:00	仙台法務局塩竈支局(袖野田町3-20)	☎022-362-2338
母子父子家庭など特別相談	2月6日(木) 予約制	宮城県母子・父子福祉センター(仙台市宮城野区安養寺)	☎022-295-0013
無料法律相談	2月27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。要予約(2月3日(月) 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	☎022-263-7231
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	☎022-266-9110

■ 臨時相談・各種団体主催の相談

	日時・場所	内容	電話
女性・女の子のための無料電話相談	毎週(火)、(木)、(土)10:00~13:00 ※2月28日(金)まで	内容：悩みや不安を抱える女性の相談窓口。電話のほか、LINEなどのSNSでも相談できます。	特定非営利活動法人キミトナリ ☎022-265-8866
税理士による無料税金相談会	2月24日(月・祝)10:00~15:00 公民館(東玉川町)	内容：所得税や相続税・贈与税などの無料相談 予約期間：2月3日(月)~21日(金) 9:30~16:30(土・日・祝除く)	東北税理士会塩釜支部 ☎050-2018-1150
行政書士会塩釜支部無料相続相談会	2月25日(火)10:00~15:00 公民館(東玉川町)	内容：相続や遺言に関する無料相談(予約優先)	宮城県行政書士会塩釜支部 伊藤 ☎080-1687-6450

■ 交流や相談の場

	日時・場所	内容	電話
オレンジリングメイト(認知症家族会)	2月19日(水)13:30~15:30 公民館(東玉川町)	内容：フリートーク 参加費：100円	西部地区地域包括支援センター ☎022-367-0414
しののめ会おしゃべりサロン(精神障がい者家族会)	2月14日(金)10:00~12:00 公民館本町分室	内容：こころの病気をもつ方の家族 参加費：無料	しののめ会事務局 ☎022-366-1503

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(☎022-364-1260)にお電話ください。

ベイウェーブ(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6年12月31日現在

()内は前月比
人 □ 51,726人(△54)
男 24,782人(△44)
女 26,944人(△10)
世帯数 24,416戸(△24)



しおがまの 活気・元気

走る楽しさを伝えていきたい
～ホノルルマラソンへの挑戦～

木村 紀子 さん

塩竈市在住
塩竈市スポーツ推進委員
塩竈ファミリーマラソンクラブ会長
地域のマラソンのほか、東京、ベルリン、パリ、
モンゴルなど国内外の数多くのマラソン大会に
出場。



写真(上) ホノルルマラソンの完走証を手にする木村さん。数々の大会で表彰された盾が並びます。
写真(左) ホノルルマラソンを笑顔で完走。

「マラソンを始めたきっかけはダイエットが目的でした」と、これまで出場したレースの記録を手に微笑むのは木村紀子さん。昨年12月8日に開催されたホノルルマラソンに出場した木村さんに、マラソンの魅力を伺いました。

木村さんとマラソンとの出会いは、36歳のときに知人に誘われて参加した松島ハーフマラソンでした。当初はトレーニングがわからず、雨の日は練習が無いことを喜んでいただけです。しかし、さまざまな大会に参加するうちに徐々に記録が伸び、走る魅力に引き込まれていったそうです。「朝晩のトレーニングが習慣になり、マラソンが好きになっていきました。特にレース終盤でランナーを一人、また一人と追い抜くことが快感でした」とマラソンの醍醐味を話します。

国内の多くの大会に出場する中で「いつかは海外のレースに出てみたい」と思いを抱くようになり、初めてホノルルマラソンに参加したのは1996年の大会で、今回は4回目の出場となりました。

ホノルルマラソンの難所は、ゴールまで残り5km地点からのアップダウンのある高級住宅街です。多くのランナーが苦しむ区間ですが、木村さんは「得意な区間で平気で走ることができました」と振り返ります。これは、普段から坂道が多い塩竈で練習を積んでいる効果だと話します。

今回のレース記録は7時間37分。前回出場したタイムから3分縮めることができました。この結果に木村さんは「走ることは楽しく、明るい気持ちになれます。後期高齢者になっても『やればできるんだ』と実感しました」と力強く話してくれました。

今後の目標について、「少しずつ国内のレースに参加し、ランナーたちと親睦を深めながら、多くの子どもたちに運動する楽しみを知ってもらおう活動をしていきたいです」と笑顔で答えてくれました。

塩竈ファミリーマラソンクラブ会員募集中
問(EMAIL) nk.5.kimu.kimu@gmail.com

シリーズ「しおがま文化財探訪」

しおがま文化財探訪 ③/3

最上屋勇治の「永代帳」(塩竈市)

表紙には中央に「永代帳」、左右に「天保4年正月吉日」と記され、裏表紙には「最上屋勇治」とあります。

最上屋は、江戸・明治時代にかけて本町にあった煙草屋で、明治期の町長菊地雄治の生家として知られ、本書の作者最上屋勇治はその父であったとみられています。

本文は、天保4年2月1日から「閏正月(天保12年)」までの9年間の176件の記事が書かれています。その内訳は、天候不順と天変地異(35件)、作況と諸物価(36件)、食糧事情と社会情勢(19件)、藩の対応(26件)、最上屋の飢饉対策(25件)、煙草商売(35件)となります。

天保飢饉下の塩竈のまちの様子を生々しく伝えてくれるほとんど唯一の史料としてきわめて貴重なものです。

(東北学院大学教授 齋藤善之)



「永代帳」の表紙

問 生涯学習課生涯学習係 ☎022(355)2885