

復興を誓って、前へ。
がんばろう 七ヶ浜!!



しちがはま



主な内容

特集

新春座談会 次代の七ヶ浜町・私たちの「ゆめ」 2

シリーズ

はまの保健だより 8

町内の話題 ズームアップ

ダーツで会場が一つに 10

ふれ愛クラブ 12

暮らしアラカルト 14

松島湾三町文化財展～七ヶ浜町・松島町出張展示～ 24

力強い太鼓の音色が響き渡りました

新年あけましておめでとうございます。本年も町民の皆様のご活躍とご多幸をお祈り申し上げます。

写真は、昨年12月に行われた、はまかぜ太鼓さんの試し打ち演奏会での一枚です。太鼓の音色はとても力強く、聞いていると元気がみなぎってくるような演奏会でした。

2022

1

vol.603

広報しちがはま

ウェブサイト



インスタグラム



ツイッター



★電子メールでのお問い合わせはウェブサイトへ!



『皆様とともに歩み、 夢を叶えたい』

七ヶ浜町長 寺澤 薫

新年あけましておめでとうございます。

町民の皆様には、新春の佳き日をお迎えのこととお慶び申し上げます。

新型コロナウイルスの感染拡大は、今年の第5波をピークに落ち着きを見せ、徐々に社会全体が日常を取り戻す活動を再開させております。昨年は、親戚や友人に会うこと、買い物や食事に出かけること、コロナ禍で続いた自粛生活により、当たり前の日常がどれだけありがたいものかを実感した年でもありました。しかし、今日においても状況は刻々と変わり続け、新たな変異株や第6波の襲来も危惧されております。今後ともお一人おひとりが感染拡大防止に留意され、皆様が本年も健やかでありますようお願い申し上げます。

今後、3回目のワクチン接種が予定されておりますが、国からの具体的なスケジュールが示されしだい、スムーズに接種が開始できるよう準備を進めてまいりますので、皆様のご理解をお願い申し上げます。

昨年は東日本大震災の発生から10年の節目となり、本町の復興事業は一つの区切りを迎えることができました。昨年7月にオープンした「ながすか多目的広場」には、ウォーキングやランニングなどスポーツを楽しむ方、家族の時間を過ごす方など、本町の新たな憩いの場として多くの方にご利用をいただいております。

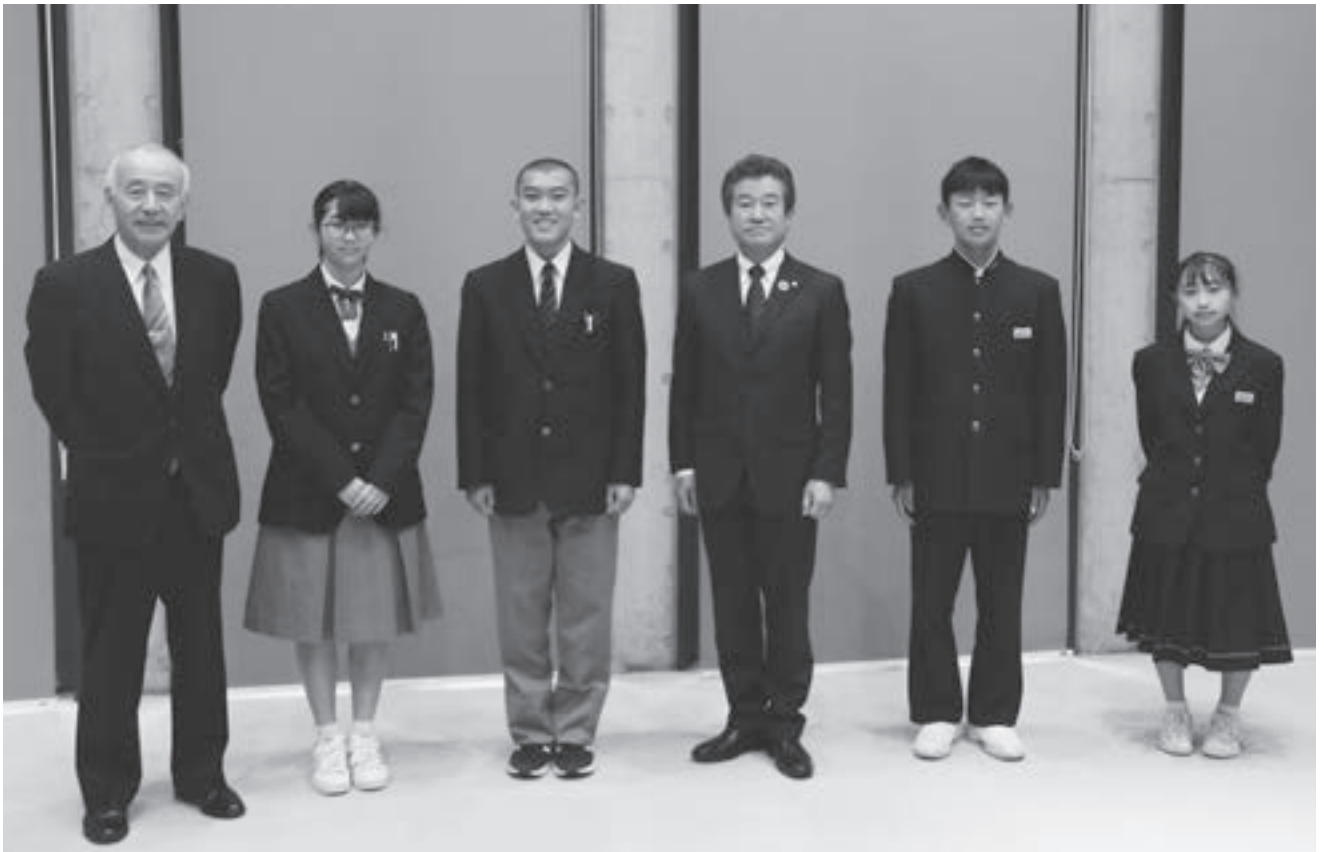
さて、この春、今後10年間のまちづくりの指針となる、新たな七ヶ浜町長期総合計画がスタートいたします。新たな総合計画では町の将来像として「安心 笑顔 心いやされるまち」を掲げました。

七ヶ浜の四季折々の中で、小鳥のさえずり、子どもたちのはしゃぐ声、遠くに潮騒の音を聴きながら陽だまりで語らう団らんのと時。皆様が互いに心かよわせ健やかに心ゆたかに暮らせる町。年頭にあたっての私の切なる夢、抱負でございます。

「皆様とともに歩み、この夢を叶えたい」。本年も引き続き6つの政策（①防災対策の充実・強化②グローバルな人材育成③健幸を目指した攻めの福祉④地域力の構築⑤交通対策⑥地場産業の新たな挑戦）を柱にまちづくりを進めてまいりますので、町民の皆様のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、皆様にとりまして、本年が健やかで幸多き一年になりますようご祈念申し上げます、新年のご挨拶といたします。

令和4年 元旦



町では、今後10年の町のあるべき姿を描いた、新しい「七ヶ浜町長期総合計画」を令和4年度スタートに向けて策定中で、間もなく完成となります。未来の七ヶ浜をけん引していく世代の中学生の生徒さんたちにお集まりいただき、自身の将来の『ゆめ』を織り交ぜながら、寺澤町長と語っていただきました。

町長 本日は出席していただきありがとうございます。皆さんから将来の夢を伺い、そしてお互いに町の夢を話せるということでも楽しみにしています。よろしく願います。

それでは、まず初めに私の考えるまちづくりについて話をさせていただきます。七ヶ浜は、明治に市町村制が定められた時から一度も合併していない全国でも珍しい自治体です。東北、北海道でも最も面積が小さく、国道も鉄道もありませんが、三方が海に囲まれ環境に優れていてとても住みやすい町だと思っています。

まちづくりを進めるにあたって、何よりも大切にしてきたのは「人づくり」です。町長として就任してからこれまで取り組んできたグローバルPROJECT

やグローバル人材育成プログラムを「人づくり」の一环として、本町の小中学校でも展開してきました。皆さんは、SNSやインターネットを介して、世界中で様々な情報がリアルタイムに飛び交っている時代に育っています。一つのスキルとして、英語コミュニケーション能力を身に付けてほしいと願っています。

いま、日本の企業は、世界各国とやり取りできる英語能力がある人材を多く採用しています。日本語しか話せない日本の学生よりも、バイリンガルで世界と渡り合える人たちが求められています。

先日、中学校の英語公開授業を見学し、積極的に英語でコミュニケーションをとっている姿にとっても感激しました。こういった七ヶ浜町での取り組みが子ども

たちや町民全体に浸透し、英語能力を高めて世界で活躍して行くような人材を輩出する町になりたいという思いで取り組んでいます。

そして、環境面においては、町に住む人々にとって「賑やかな町」と「住みやすい町」のどちらを望んでいるのかと考えるときがあります。若い方たちは「賑やかな町」に住みたいと思うでしょうが、例えば、この七ヶ浜に大型商業施設ができるのは現実的には難しいですし、働く場は町外であつても環境の良いところに住んで心が豊かになるような生活を提供していく、そうしたまちづくりを目指しているところです。

—町への希望—

教育長 寺澤町長からまちづくりのことについて話が



中学校の英語教育



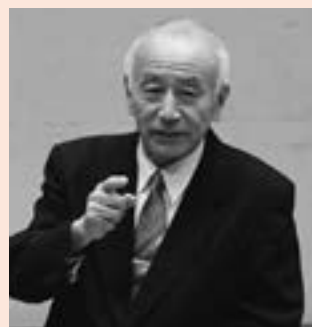
えんどう れお
遠藤 玲央さん

七ヶ浜中学校 2年生
生徒会会長



ちば いろは
千葉 彩羽さん

向洋中学校 2年生
生徒会副会長



たけだ みつひこ
武田 光彦

七ヶ浜町教育長
座談会ファシリテーター(進行役)

ありました。皆さんの七ヶ浜町に対する希望などを聞かせてください。

遠藤 小学校から英語でALTの先生とコミュニケーションをとっているので、英語が得意になってきました。小学生の妹も週一で英語があるので、だんだん得意になってきていると思います。英語で活性化させている町なので、英語を使った職業になる人が増えればいいなと思っています。

また、菖蒲田海水浴場が有名なので、商業施設が近くにあったら、七ヶ浜の魅力という部分でも伝えられると思います。

東海林 コンビニや特産品を売るお店を増やしてほしいです。SNSなどで「バズる」「映える」とかある

ので、観光客に特産品をPRしてもらえると、みんなも買い求めることができそうです。お店が増えれば友達と一緒にいけますし、他の地区の人との関わりが生まれ、人々の憩いの場にもなると思います。

菊田 地域の人々にとって住みやすく、グローバル化が進んだ町が理想だと思っています。七ヶ浜は、英語教育に力を入れていて、非常に良いと感じています。グローバル化を進めていくと国際交流も進み、七ヶ浜に興味を持つ人々や観光客が増えてくると思います。

また、地域住民のためにも「町民バスぐるりんこ」を今以上に増やしたらいいのではと思います。そうすれば観光客や地域住民に対

しても便利になるからです。最近行った職場体験で便が少し足りないと感じました。

そして買い物ですが、住んでいる地区から最寄りのコンビニまで徒歩で15分かかるので、地区に一つコンビニがあるだけですごく助かります。

千葉 父親と趣味でサーフィンを楽しんでいます。東京オリンピックでサーフィンが競技種目になって、サーファー人口が増えていて、菖蒲田浜にもサーファーがたくさん来ています。海沿いに飲食店などができたら、町外からのサーファーだけでなく、海水浴に来た方々もご飯を食べたいるので、町内の方々に大きな利点になると考え



きくた まさしげ
菊田 正成さん

向洋中学校 2年生
生徒会会長



しょうじ
東海林 みくるさん

七ヶ浜中学校 2年生
生徒会副会長



てらさわ かおる
寺澤 薫

七ヶ浜町長



長須賀多目的広場

ています。10年後もサー
フィンを続けていて七ヶ浜
がそのような町になってい
たら、すごく便利だと思う
し、何よりも波がいいので
楽しめると思っています。
町長 カフェや飲食店など

が海沿いにいっぱいでき
たら、多くの人が訪れます
ね。この町でお店を始め
る人が増えると嬉しいです
よ。菖蒲田浜に長須賀多
目的広場がオープンし、多
くの方が遊びに来るよう
になりました。私も菖蒲田
浜などにお店を出す方が
増えたらと思っています。

—自分のゆめ・将来のゆめ—

教育長 自分の夢、将来の
夢などを聞かせてくださ
い。

菊田 私の将来の夢は消防
士です。父が消防団に入っ
ていて、それを見て憧れた
のがきっかけです。消防署
の職場体験では、消防士
の方の貴重なお話をいた
さしました。仕事の内容を見

せていただき、非常に良
い経験でした。
東海林 自分の夢は特に決
まっていますが、みんな
を笑顔にできるような事
をしたと思っています。
遠藤 教科は決まってい
ませんが、中学校の教師
を目指しています。その
中でも英語を考えていき
たいと思います。

千葉 警察署での職場体
験をした中である機動隊
の方から、「自分の命と引
き換えにしても、一人
でも多くの命を救いた
い」というお話をいた
さされました。自分
も人のために役に立
てるような人間にな
りたいと考えるいま
す。幼少期からの夢
であった警察官の中
でも、機動隊になり
たいという新しい目
標が見つかりまし

た。
町長 私の中学生の頃を思
えば、皆さんともしつ
かりしていると感心して
います。将来の夢に向
かい、皆さんは何か準
備をしていますか。
菊田 走るのが結構好
きだったので陸上部に
入っています。消防士
になるためには、体
力も必要だと思います。

千葉 機動隊員になる
ためには、体力づくり
もありませんが、武
道をやっておいた
ほうが良いと考え、中
学校から剣道部に所
属して頑張っています。
遠藤 スポーツの中
で一番野球が楽し
いですし、中学校
の先生は、部活で
顧問を持つこと
もあるのではな
らぬと思います。自
分の



好きなものを将来の夢にできたらと考えています。
教育長 自分の夢や将来の夢のために、英語に関して心掛けていることなどはありますか。
遠藤 先日、英検を受験しました。面接の時にコミュニケーションが大事だと改めて感じました。これからの人生、外国へ行った

ないので、少なくとも簡単な単語などを覚えるようにしています。
東海林 みんなを笑顔にしたいという将来の夢のためにも、英語でみんなに伝えていくことがあると思います。英語は苦手ですが、簡単な短文や単語だけは、今のうちから覚えていけるように頑張っています。

りすると、英語が使えると便利だと考えます。
千葉 英語は苦手なのですが、警察官は災害の場所にも行った英語を話す場面があるかもしれないので、今のうちから勉強をして、対応できるとなりたいと考えています。
菊田 消防士でも、外国人を災害時に誘導するなど、英語が非常に大切だと思います。英語はあまり得意ではないので、少なくとも簡単な単語などを覚えるようにしています。

教育長 将来、七ヶ浜に住みたいと思いますか。
東海林 仕事の都合などで他の県などに行ってしまうことがあるかもしれませんが、自分が生まれてからずっと住んでいる町ですし、自然があり、海がきれいで落ち着くので、お正月やそれ以外でも七ヶ浜に戻ってきたいです。
菊田 転勤などがあつたら難しいですが、なるべく七ヶ浜に居たいと思います。自分の育つた町ですし、こういうところで住みたいと思います。
千葉 波がいいという点では、もし七ヶ浜に居続けることができなくなつたとしても、サーフィンなどを楽しみに海に遊びに来たいと考えています。
遠藤 七ヶ浜は住みやすいの



で、戻ってこようと思つています。

—町長への質問—

教育長 皆さんから寺澤町長に質問したいことはありますか。
千葉 町のリーダーになつて、やりがいや大変なことは何ですか。

町長 やりがいはありません。町長になって6年間、いろんなまちづくりをやらせてもらって、今まで会えなかったいろんな人に会えて、勉強になることばかりです。充実しています。そして、「自分の町のことを大切に思っている」「ほかの町には負けたくない」「いい町にしたい」という思いを強く持っています。若いときに吸収できることは多くあります。この歳になって、「だれにでも平等に与えられているのは時間」ではないかと思っています。若い時にこれをやっていたらとか、充実した時間を過ごせるよう生活しておけば良かったと、今になって思うことがあります。

遠藤 町長になろうと思ったのはいつですか。

町長 町職員の時、東日本大震災があつて、自分が町民の役に立てないかと強く思いました。震災が起きなかつたら、町長になろう、なりたいとは思わなかつたかもしれません。

菊田 町長さんから見

七ヶ浜はどう思いますか。

町長 すごくコンパクトでいい町だと思っています。こんなに小さい町なのに、国際村やアクアリーナをはじめ、専用のサッカースタジアムや野球場などスポーツ施設も充実している。交通の便が悪いと言われるかもしれませんが、ちよっと時間を掛ければ仙台にも行ける。仙台近郊で砂浜があつて波打ち際まで歩いていける環境も魅力です。そういう町というのはこの仙台都市圏の中では貴重だと思っています。

—英語コミュニケーション—

教育長 「英語教育を充実させる」という公約を掲げた寺澤町長から、「受験のためではなく、コミュニケーションのための英語教育を充実させ、英語を通して豊かに生きていくことを目指している」という言葉を聞いて共感しました。私も先日の公開授業を見て、英語でどうしてこんなに会話ができるのだろうと感心しました。一生懸命に英語

に向き合っている中学生の姿を見て素晴らしいなとも思いました。英語コミュニケーションに力を入れてきたのは正解だったと確信しました。嫌いなことでも挑戦してみることは人生において大事なと思うし、そういった気持ちを皆さんには持ち続けてほしいですね。

町長 大学まで英語を勉強していても、試験のための英語では身に付かない。コミュニケーションとしての英語が大事だと思います。日本人は英語が話せる割合が、少ないと言われていますが、コミュニケーションを通し世界の中でみんなが活躍していくためには、英語に限らずいろんなことを吸収してほしいですね。

—夢なき者に成功なし—

町長 最後に、江戸時代の思想家の吉田松陰の言葉を皆さんに紹介させていただきます。

夢なき者に理想なし、
理想なき者に計画なし、

計画なき者に実行なし、
実行なき者に成功なし。
故に、
夢なき者に成功なし。

計画をもって実行して、成功に結び付ける。皆さんにはそういった七ヶ浜を先導していくような人になっていただきたいと願っています。これからも頑張ってください。今後の活躍を期待しています。

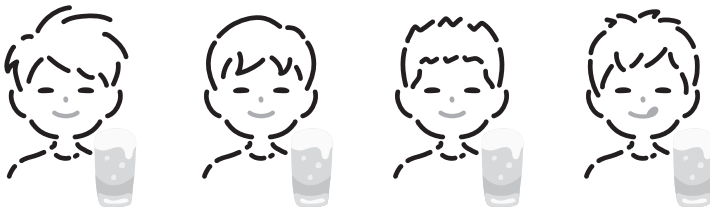


お酒をいつまでも美味しく飲むために『宅飲み』で知っておきたいこと

コロナ禍で主流となった「宅飲み」では、「帰宅時間を気にしない」「お店で飲むより安上がり」などと聞いた理由からつい飲みすぎになってしまうなど新たな問題点も見えてきました。今回は「宅飲み」でも健康を保ちながらお酒を楽しむ秘訣をお伝えします。

宅飲み注意点 6 か条

1. 最初に飲む時間を決めておき、長時間飲み続けない
2. あらかじめおつまみを用意し、ゆっくり食べながら飲む
3. 飲む量を最初にだいたい決めておく
4. その日に飲む種類の酒のストックは絞っておく。買い置きはしない
5. 適宜、水やノンアルコールドリンクを飲む
6. 翌日に残らないか注意する
残るということは自分の適量を超えているということ



七ヶ浜町の飲酒事情

図1・2は国民健康保険者の町の令和3年度健康診査結果から見えた飲酒量・飲酒頻度を表したグラフです。

図1では、1日あたりの飲酒量を示しています。適量飲酒は日本酒換算で1合未満といわれていますが、グラフからもわかるように、町では、宮城県や国よりも1日あたり2合以上を飲む方が多いことがわかります。

これは、コロナ禍前から見られる傾向ですが、外で飲めない分、コロナ禍による様々な要因から「宅飲み」による飲酒量が増加したことが予想されます。多量飲酒の影響は肝臓だけではなくドロームや高血圧、糖尿病など

の身体疾患、認知症やうつなどの精神疾患といった心身の健康に影響を及ぼす可能性があるため、減酒を心掛ける必要があります。

図2の飲酒頻度では、町は宮城県や国よりも「飲まない」と答えた方が多く「毎日飲む」と答えた方が少ないことから、飲酒頻度が少ないことがわかります。これは「休肝日を設けている人が多い」ということ。休肝日を設けることは肝臓の機能を回復させるだけではなく、胃腸の粘膜も修復されます。

しかしながら休肝日を設けているからと言って翌日の量を2倍に増やすようでは、体内に残るアルコール量が増え、かえって体に負担になる可能性があるため、注意が必要です。



図2 飲酒頻度

出典:KDBシステムR3地域全体像の把握

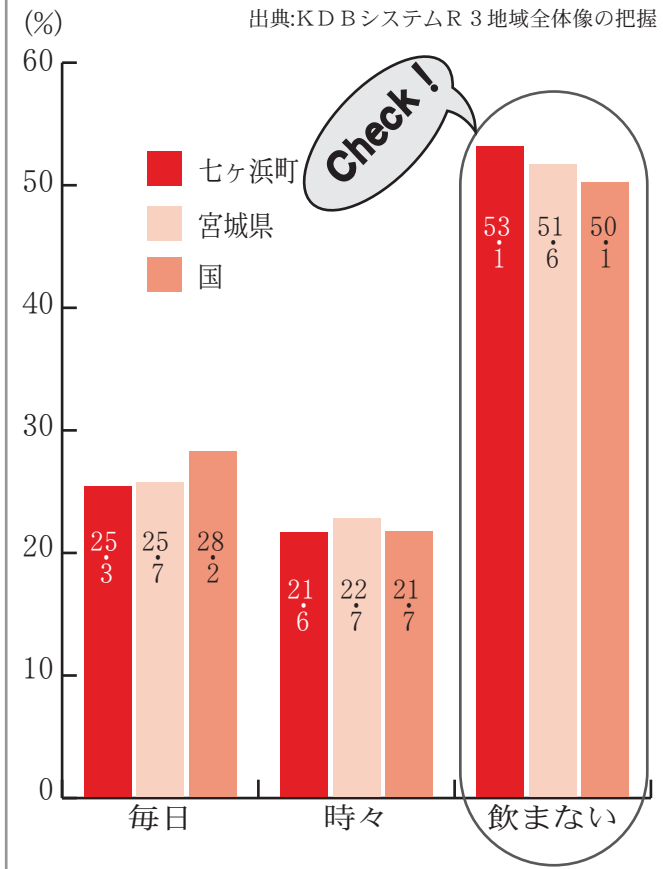
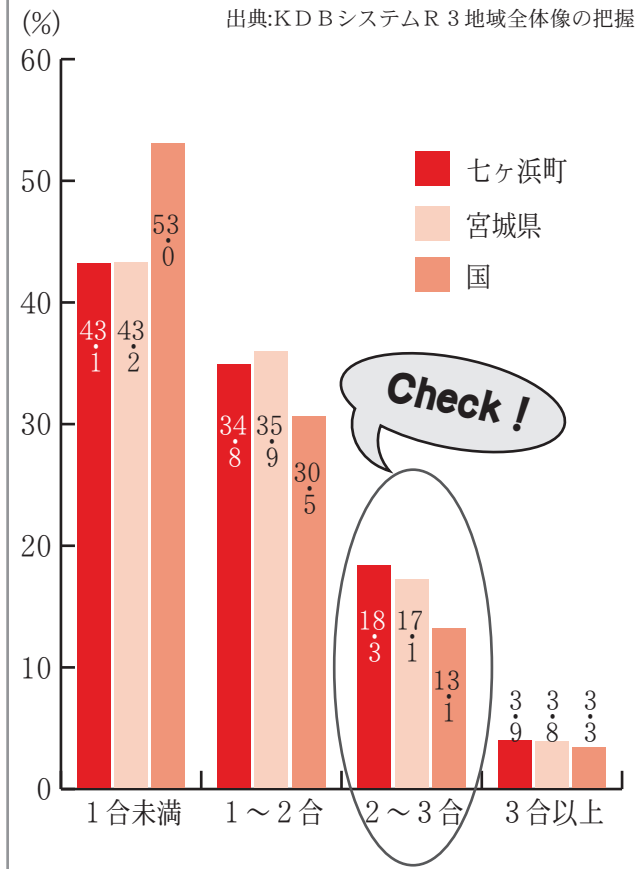


図1 1日あたりの飲酒量

出典:KDBシステムR3地域全体像の把握



2つのグラフからみえた町の飲酒の特徴は「休肝日を設けているが、1回あたりの飲酒量が多い」ことだと言えます。
 油断しがちな「宅飲み」ですが、実行できている休肝日を設けながら「宅飲み注意点6か条」を心がけて、美味しく、長くお酒を楽しめるといいですね。

毎年の健康診査で
 肝臓をチェック!

血液検査の項目であるγ-GTP、AST (G I T)、ALT (G P T) が高い場合は、たくさん肝臓の細胞が失われている事を意味します。肝臓は人間にとって「縁の下の力持ち」であり、その反面「沈黙の臓器」でもあると言われていきます。検査値に異常が見られた場合は飲みすぎである事を認識し、飲む量を調整する必要があります。認識・調整するためにも年に1回の健康診査を必ず受けるようにしましょう。

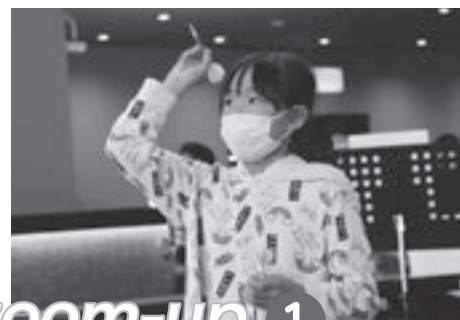
「参考」公益社団法人アルコール健康医学協会 NEWS & REPORT

*お問い合わせは、健康福祉課 健康増進係まで ☎ 357 7449



私たちの健康は 私たちの手でつくり 守りましょう
 —健康づくり推進員です—
 11月は、こころの健康づくりをテーマに「コロナ禍だからこそ、心のセルフケア」について研修しました。講話では、自分の気持ちを表現すること、周りの人との良いつながりが大切であることを学びました。チーム対抗でスポーツダーツも行い、「スポーツを通して、コミュニケーションの大切さを実感できた」「心のセルフケアの重要性を地区にも広めていきたい」と会場は笑顔で溢れ、楽しみながら大変意義のある時間となりました。

町内の話題 ズームアップ



zoom-up 1

ダーツで会場が二つに

11月23日、七ヶ浜国際村にて「七ヶ浜2021ダーツフェスタ」を開催しました。今年度からダーツを活用した新規事業「七ヶ浜アロップログラム」のイベントとして開催したもので、ダーツを通じた健康寿命の延伸・地域交流のきっかけ作り等を目的としています。当日は、チーム対抗の大会や、宮城県出身の島津光紘プロとの対戦コーナー等が行われました。子どもからお年寄りまで幅広い世代の方が参加し、ダーツに熱中。大会では出場した選手、観客ともに一投一投真剣に集中していました。高得点が出たときは、チームで喜び合ったり、ダーツで会場が一つになったイベントでした。



zoom-up 2



ポッケ汁のお振舞い

11月21日、菖蒲田浜地区避難所にて、「ポッケ汁のお振舞い」が行われました。このイベントは、東日本大震災以降行われているものです。例年は、ポッケ汁以外に屋台などが出店しその場で飲食ができる形式でした。しかし、今年は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、ポッケ汁のお持ち帰り形式で行われました。来場した方は、笑顔でポッケ汁を受け取っていました。●渡邊努菖蒲田浜代表区長は、「地区の皆さんや漁師さんが協力して、約150食分を準備しました。住民の皆さんに喜んでもらえてうれしいです。早く、元の形式で行えるといいですね」とお話ししていました。



**鈴木初雄さんが地方自治
功労賞を受賞されました**

11月1日、宮城県「令和3年文化の日表彰式」が行われ、鈴木初雄さん（松）が地方自治功労を受賞されました。●鈴木さんは、平成15年4月から令和元年9月まで七ヶ浜町議会議員を務められ、在任中は総務・教育常任委員会委員長や宮城東部衛生処理組合議員を歴任し、4期16年5ヶ月にわたり町政発展に寄与されました。

3 dn-uwooz



**クリスマスにちなんだ手
作りの品を販売**

12月5日、七ヶ浜国際村ホールにてクリスマススクラフトマルシェが開催されました。●このマルシェは毎年国際村で開催しているものです。クリスマスにちなんだ手作りの品や、食品の販売が行われています。今年も28店の出店がありました。●各店舗ブースには、きらびやかな商品が多数並び、実際に手に取ったお客さんは「きれい」と声にしてお気に入り商品の品を選んでいました。●会場には、たくさんの装飾が施され、一足早くクリスマスを楽しむ空間でした。

4 dn-uwooz



**鈴木文子さん100歳お
めでとうございます！**

11月22日、11月20日に100歳を迎えられた鈴木文子さん（汐見台）宅に町長がお祝いの言葉とお祝い金をお渡しに伺いました。●大正10年生まれの文子さんに長寿の秘訣を尋ねたところ、「好き嫌いなくいろいろなものを食べる」と話してくれました。また、今でも衣服の洗濯を自分で行っていることもお話しただきました。●町長は、「文子さんの健康づくりのモデルのような存在ですね」と話していました。●100歳おめでとうございます！

5 dn-uwooz



**男女共同参画の意識向上
を**

11月21日、中央公民館にて男女共同参画推進普及啓発研修を開催しました。●男女共同参画への理解を深めていただくことを目的に開催した宮城県との共催事業です。●当日は、県環境生活部共同参画社会推進課男女共同参画推進専門監堀内瑞氏が講師になり、DV問題や職場での男女共同参画、アンコンシャス・バイアス（無意識の思い込み）に関する個人ワークを交えた講話がありました。参加した方からは「意識の向上に努めたい」、「今日学んだことが当たり前の社会になってほしい」などの声が寄せられました。

6 dn-uwooz



第155回

「学校給食週間」



アラカルト

毎年1月24日から30日は全国学校給食週間です。学校給食の意義や役割について理解を深め、関心を高めてもらうためにおこなわれています。

学校給食の歴史

日本の学校給食は1889(明治22)年、山形県鶴岡町の私立忠愛小学校で貧困児童を対象に無料で昼食を提供したのが始まりといわれています。宮城県では1906(明治39)年、前年の凶作の救済のため、貧困児童に昼食を提供したことが始まりだそうです。

第二次世界大戦により中断された学校給食ですが、児童生徒の戦後の栄養不足を改善するため、海外からの救援物資により再開されました。

栄養補給から健康増進、食育へ

児童生徒の栄養補給を目的として再開した学校給食ですが、心身の健全な発達に教育上の役割が認められ、1954(昭和29)年学校給食法で、学校給食を教育の一環として捉えるようになりました。現在は栄養補給や健康増進はもちろんのこと、「食育の生きた教材」としての役割も果たしています。

七ヶ浜町の学校給食

七ヶ浜町の学校給食は、学校給食センターで調理され、各学校に届けられます。七ヶ浜中学校横にあった学校給食センターは震災により被害を受け解体、2014(平成26)年、遠山に新しい学校給食センターが建設されました。新しい施設になってからは、温かいものは温かく、冷たいものは冷たく提供できるようになりました。薄味で油は少なめにすること、旬の食材や魚、海藻、豆などの登場機会を増やすこと、郷土料理を取り入れることなどを心がけながら献立はつくられています。

学校給食は、七ヶ浜町学校給食Instagram (@shichigahama_kyusyoku) に毎日掲載しています。ぜひご覧ください。



子育てポータルサイトに時間短縮レシピや簡単レシピを掲載しています。忙しい毎日の食事づくりに、ぜひお役立てください。

お問い合わせは、健康福祉課健康増進係まで ☎357-7449

短歌

人生の数だけ扉並びおりこの秋の日のドアの外眩し
佐藤 登美子

※旧かな使用

巻き初むる白菜の外葉とげとげし胎児を守る母の強さか
※須藤 榮子

わが庭に色置く紅葉まつ盛り贅沢かしら居ながら見るは
土井 義子

干し終えて乾く間もなし秋時雨
梅澤 七生

野草園千草の花の多かりき
森 新一郎

七ヶ浜紅葉に燃えて意気に立つ
後藤 九尼克

俳句

しちがはま 写真館



「ご近所さんからもらった大根でカゼをふきとばすゾー!!」

七ヶ浜に関する写真なら何でもOK!! 写真募集中!!

「ふれ愛くらぶ」では、人物、風景、ペット、その他七ヶ浜に関する写真を募集しています。応募の際は、写真とコメントを添えて、持参またはメールで下記宛先までお送りください。

【宛先】

広報しちがはま「ふれ愛くらぶ」
七ヶ浜町東宮浜字丑谷辺5-1

☎357-2117(直通)

✉kouhou@shichigahama.com

図書センター 新刊 ブックガイド

☆一般図書☆

■輝山	さわだ とうこ 澤田 瞳子 著
■星を掬う	まちだ 町田 そのこ 著
■舞風のごとく	あさの あつこ 著
■N	みち お しゅうすけ 道尾 秀介 著
■塩の料理帖	すみだ まほ 角田 真秀 著

特集 2021年上半期 予約ランキング ベスト3

■52ヘルツのクジラたち	まちだ 町田 そのこ 著
■白鳥とコウモリ	ひがしの けいご 東野 圭吾 著
■小説 8050	はやし まりこ 林 真理子 著

☆子どもの本☆

■せんろはつづく にほんいっしゅう	鈴木 まもる 文・絵
■くぬぎのもりのどきどきはっぴょうかい	ふくざわ ゆみこ 作
■ちいさなおじさんとおおきな犬	エヴァ・エリクソン/絵・パールプロ・リンドグレン/文
■ぶくぶくざばあ	たなか ろくだい あらい ひろゆき 田中 六大/絵・新井 洋行/作
■なんで英語、勉強すんの？	とりかい くみこ 鳥飼 玖美子 著

ミニ展示コーナー

1月のテーマは『今年の干支・寅』

楽しい絵本を紹介します。

ぜひお子さんとご利用ください。



1月・2月の行事

おはなしかい

1/20日(木)、2/17日(木) 午前10時30分～

生涯学習センター内キッズルームにて

えほんのよみきかせ・手遊びのほか、紙芝居や英語のよみきかせをおこないます。

※新型コロナウイルス感染症の状況に伴い中止となる場合があります。

☆図書除菌機を設置しました☆

安心して図書センターの本が利用いただけるよう図書除菌機を設置しました。

是非、ご利用ください。



生涯学習センター内で貸出しを行っています！

生涯学習センター内で貸出しを行っています。また、他館から本を借りることも可能です。



- 場所 生涯学習センター1階
- 開館時間 午前9時～午後5時
- 休館日

1月1日(土)～4日(火)、11日(火)、
17日(月)、21日(金)、
24日(月)～31日(月)
2月7日(月)、14日(月)、21日(月)、
25日(金)、28日(月)

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、センター内での長時間の滞在は、ご遠慮願います。

※お問い合わせは、図書センターまで ☎357-3302

図書カードをもらおう

クイズ

今月号の中からヒントを見つけよう！ 正解者の中から、500円分の図書カードをプレゼントします。



【応募方法】
答え、住所、氏名を明記の上、1月31日(月)まで「ふれ愛くらぶ」へご応募ください。
12月号の答えは、(ウ)海苔すでした。

この写真は、菖蒲田浜地区で開催されたイベントの写真です。

さて、このイベントでは何が振舞われたのでしょうか？

- (ア) ポッケ汁
- (イ) おもち
- (ウ) クリスマスケーキ

※クイズの回答は、町内の方に限らせていただきます。



暮らしの相談、お待ちしています

① 行政相談

行政(国・県・町)に関する相談

●相談委員

瀬戸 源市(東) 相澤 まり子(笹)

② 人権相談

人権問題に関する相談は、仙台法務局塩竈支局で随時受け付けています。

●相談委員

伊藤せい子(代) 鎌田 陽子(花)
引地 淑子(笹) 原田 武(要)
星 洋子(芭)

③ 生活相談

生活上の心配事に関する相談

●相談委員 各地区の民生委員

■行政・人権・生活相談日

とき 1月11日(火)、2月8日(火)

午前10時～午後3時

ところ 水道庁舎2階

■無料法律相談(弁護士が相談に応じます)

とき 1月13日(木)

午後1時30分～4時30分(一人30分)

ところ 水道庁舎2階

※事前に予約が必要です(先着順)。

ご予約は総務課まで ☎357・7436

■消費生活相談

消費生活相談は、宮城県消費生活相談センターで随時受け付けています。消費生活相談センター ☎261・5161



1月の納税

納期限：1月31日

- ・町県民税(普通徴収)の第4期
 - ・国民健康保険税
 - ・介護保険料
 - ・後期高齢者医療保険料の第7期
- 納期限まで納付されない場合、督促手数料および延滞金が増加されます。

問 町税等徴収特別対策室
☎357-7453

所得申告(所得税確定申告・住民税申告)に算入できる町税等の確認

国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料は、社会保険料控除になり、固定資産税や軽自動車税は、事業用の経費(租税公課)になる場合があります。口座振替納付の方は、所得申告の際に、次の要領で所得控除や事業用所得の経費として算入する分の支払額を確認してください。

原則として、その年に支払った税金等が、所得控除や経費に算入できる場合があります。

例えば、国民健康保険税ですと、納期限日ごとの支払いの場合、令和3年度の支払い分(前年度7期分から今年度6期分まで)が算入できます(今年度7期分から9期分は翌年の申告時)。また、本来なら令和2年以前に支払うべきものを、令和3年中に支払っている場合

は、その分も算入できます。なお、令和3年中に支払うべきものを翌年以降に支払う場合は、支払いをした年分の申告時での算入となり、令和3年分への算入はできません。

*お問い合わせは、税務課住民税係まで ☎357・7452

年金収入のみの方も住民税の申告が必要です

公的年金等の収入額が400万円以下(複数の公的年金等を受給されている場合は、その収入金額の合計額)で、かつ、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下である場合には、所得税の確定申告は必要ありませんが、社会保険料控除、生命保険料控除、地震保険料控除など人的控除以外の控除がある場合には、町県民税額に影響が出ることがあります。これらの控除がある場合には町県民税の申告を行ってください。申告をしないと町県民税の控除が受けられませんのでご注意ください。

*お問い合わせは、税務課住民税係まで ☎357・7452

医療費控除は明細書の作成が必要

平成29年分の確定申告から、医療費控除の明細書の添付が必要とな

りました。令和元年分の確定申告までは経過措置として領収書の確認で申告が可能でしたが、昨年(令和2年分)の確定申告より領収書のみでの医療費控除を受けることはできません。事前に医療費控除の明細書を作成の上、確定申告会場へご来場ください。明細書様式は国税庁ホームページまたは役場税務課窓口にて備え付けております。

*お問い合わせは、税務課住民税係まで ☎357・7452

確定申告時にマイナンバーが必要になります

マイナンバー制度の導入により、確定申告時に番号確認をできる書類及び身元確認をできる書類が必要になります。

■マイナンバーカードをお持ちの場合
マイナンバーカードのみ。

■マイナンバーカードをお持ちでない場合(①・②の両方が必要です)

①通知カード(氏名や住所に変更がない場合のみ)や住民票(マイナンバー記載のあるもの)の本人のマイナンバーを確認できる書類をいづれか1つ。

②運転免許証やパスポート等の記載したマイナンバーの持ち主であることを確認できる書類をいづれか1つ。

ただし、保険証等の写真表示のないもので持ち主であることを確認する場合は、2種類の確認できる書類が必要です。

なお、親族以外の代理人(税理士等)の方が申告書を提出する際には委任状、代理人の本人確認ができる身分証明書をご持参ください。また、国税に関するマイナンバー制度の詳しい情報は、国税庁ホームページ [www.nta.go.jp] をご覧ください。

*お問い合わせは、税務課住民税係まで ☎ 357-7452

事業主の皆さん税の申告準備・書類整備をお忘れなく

◆償却資産の申告

●申告受付 1月4日(火)～1月31日(月)

※土日・祝日は除きます。地区別の期日指定はありません。

●ところ 税務課窓口(郵便でも可)

●償却資産の対象となるもの

- ① 構造物・煙突、広告塔など
 - ② 機械・モーター、冷凍装置、太陽光発電設備など
 - ③ 船舶・ボート、漁船など
 - ④ 航空機・飛行機など
 - ⑤ 車両・運搬具・自転車など
 - ⑥ 工具、器具・備品・事務机、計算機等
- 償却資産の対象とならないもの
- ① 耐用年数1年未満の資産
 - ② 取得価格が10万円未満の資産(小額資産)
 - ③ 取得価格が20万円未満で3年以内に一括して均等償却するもの(一括償却資産)

④ 自動車税及び軽自動車税の対象となるもの

※償却資産申告書にはマイナンバーの記載が必要です。詳細は「確定申告時にマイナンバーが必要になります」に記載しています。同じ書類をご持参ください。

*お問合せは、税務課固定資産税係まで ☎ 357-7451

申告書作成について

●申告書はパソコンやスマホで作成できます

申告書の作成は、ご自宅からパソコンやスマートフォンでのe-JAX申告が便利です。是非ご利用ください。

★国税庁ホームページ [https://www.ri.nta.go.jp/]

★スマホはこちらから



●申告書作成会場について

令和3年分所得税(譲渡所得を含む)・消費税・贈与税の申告書作成会場を、次のとおり開設します。

●開設場所 マリンゲート塩釜3階マリンホール(塩釜市港町1-4-1)

●開設期間 2月16日(水)～3月15日

(火)(土、日、祝日を除く)

●開設時間 午前9時～午後4時

※申告書作成会場の混雑緩和のため、

会場への入場には「入場整理券」が必要ですが、

入場整理券は、会場で当日配付しますが、LINEを通じてオンラインによる事前発行も可能です。

●オンライン事前発行はこちらから



※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ことがあります。

※駐車場には限りがございますので公共交通機関をご利用ください。

●国税に関するご相談・ご質問は気軽に電話で

税務署に電話していただき、音声案内で「0」を選択しますと『電話相談センター』へつながります(3月15日(火)まで)。

*お問合せは、塩釜税務署まで ☎ 362-2151(代表)

納税等の口座振替の皆さまへ

納税の口座振替は、納期限の日に指定口座から自動振替になります。預金残高の確認をお願いします。

*お問い合わせは、町税等徴収特別対策室まで ☎ 357-7453

公共機関等電話番号

役場代表番号 ☎ 357-2111	産業課(農政係) ☎ 357-7444	子ども未来課	観光交流センター ☎ 766-8205
議会事務局 ☎ 357-7435	町民生活課(戸籍住民係) ☎ 357-7445	子育て世代包括支援センター ☎ 357-7454	アクアゆめクラブ ☎ 357-7920
総務課 ☎ 357-7436	(国民年金係) ☎ 357-7446	子ども家庭総合支援拠点	町民プール ☎ 357-5031
防災対策室 ☎ 357-7437	(健康生活係) ☎ 357-7455	子育て支援センター ☎ 362-7731	給食センター ☎ 361-5911
財政課(財政係) ☎ 357-2115	地域包括支援センター ☎ 357-7447	水道事業所(上水道係) ☎ 357-7456	遠山保育所 ☎ 366-0444
(管財係) ☎ 357-7438	長寿社会課(介護保険係) ☎ 357-7448	(下水道係) ☎ 357-7457	まつぼっくり広場 ☎ 366-6141
政策課 ☎ 357-2117	(地域福祉係) ☎ 357-7448	(施設係) ☎ 357-7458	あさひ園 ☎ 357-4796
復興推進室 ☎ 357-7439	健康福祉課 ☎ 357-7449	生涯学習センター ☎ 357-3302	社会福祉協議会 ☎ 349-7781
教育総務課 ☎ 357-7440	会計課 ☎ 357-7450	老人福祉センター(浜風) ☎ 357-4976	シルバー人材センター ☎ 357-6039
建設課(管理係) ☎ 357-7441	税務課(固定資産税係) ☎ 357-7451	歴史資料館 ☎ 365-5567	七ヶ浜交番 ☎ 357-2216
(建設係) ☎ 357-7442	(住民税係) ☎ 357-7452	七ヶ浜国際村 ☎ 357-5931	七ヶ浜消防署 ☎ 357-4349
産業課(水産商工係) ☎ 357-7443	町税等徴収特別対策室 ☎ 357-7453	アクアリーナ ☎ 357-7890	

※お電話をお掛けになる際は、掛け間違いのないようお願いします。

事業主の皆様へ

町では、宮城県で定めたガイドラインに沿って給与所得者の特別徴収(給与天引き)を推進しています。「特別徴収」とは、地方税法の規定により、給与支払者が「特別徴収義務者」として市町村から指定を受け、従業員の方の住民税(個人の県民税および町民税)を毎月の給与から引き去り(天引き)により代わって納入していただくものです。

普通徴収(個人で納付)の納期が年4回であるのに対し、特別徴収は年12回であるため1回あたりの納付額が少なくなることや、従業員自らが金融機関等へ出向いて納税する手間が省かれるため、納税義務者の利便性が向上することなどがあげられます。

原則として、パートやアルバイトのように非正規雇用者であっても、不定期雇用でない限り特別徴収をしていただくこととなります。

令和4年5月31日までに特別徴収義務者として指定させていただき、別途通知しますのでよろしくお願ひします。

*お問い合わせは、税務課住民税係まで
☎ 357・7452

確定申告時の障害者控除対象者認定書の発行

確定申告時にこの認定書を添付すると、所得税法や地方税法の障害者(特別

障害者)控除を受けることができます。

町では、介護保険要介護認定者の方に対し、認定書を発行いたしますので必要な方は申請してください。

ただし、身体障害者手帳等をお持ちで、すでに障害者控除を受けている方、本人又は扶養者が非課税で申告の必要がない方は、申請の必要はありません。

●要介護1・2の方：障害者控除の該当

●要介護1・2で寝たきり度B以上
認知度Ⅲ以上の方：特別障害者控除の該当

●要介護3・4・5の方：特別障害者控除の該当

*お問い合わせは、長寿社会課介護保険係まで
☎ 357・7447

医療費通知は医療費控除の申告手続きで使用できます

町では、国民健康保険加入者の方が実際に支払った医療費と請求内容を確認していただくことを目的に、年4回、世帯主様宛に「医療費のお知らせ」をお送りしています。

この医療費通知は、医療費控除の手続きで医療費の明細書として使用することができるようになりました。ただし、12月診療分については受診情報の掲載が間に合わないため、12月分について申告する場合は、医療機関発行の領収書に基づいて「医療費控除の明

細書」を作成し、申告書に添付していただく必要があります。

*お問い合わせは、町民生活課国保年金係まで
☎ 357・7446

老齢年金を受給されている方に源泉徴収票が送付

厚生年金保険、国民年金等の老齢又は退職を支給事由とする年金を受け取っている皆様に、令和3年中に支払われた年金の金額や源泉徴収された所得税額等をお知らせする「令和3年分の年金等の源泉徴収票」が、1月末までに発送されます。

「公的年金等の源泉徴収票」は、所得税の確定申告をする際の添付書類として必要となりますので大切に保管してください。

万が一、源泉徴収票を無くされた場合は次の①③の方法で申請してください。

①「ねんきんダイヤル」(☎0570・05・1165)にご連絡いただく。(年金証書の基礎年金番号・年金コードをご用意願ひします。)

②「ねんきんネット」で再発行の申請(ねんきんネットに登録が必要です。)

③年金事務所、または街角の年金相談センターでの再交付申請。(本人確認書類等が必要です。)

※遺族年金、障害年金については、課税の対象となっておりませんので源泉徴収票は送付されません。

*お問い合わせは、仙台東年金事務所まで
☎ 257・6111

マイナンバーカード専用休日窓口

1月9日(日)午前9時～午後1時

・マイナンバーカードの受取り
・マイナンバーカード電子証明書の更新

・その他マイナンバーカードに関連した手続き(申請書の発行、住所の書き換えなど)

※マイナンバーカードによる転入の届出は平日のみ受付となっております。

*お問い合わせは、町民生活課戸籍住民係まで
☎ 357・7445

こころの相談

イライラする、不安が強い、やる気がでない、眠れないなど、悩みや困りごとがある方やそのご家族の方、一人で抱え込まずに相談してみませんか。

相談には精神科医師が対応します。

●日時 2月7日(月)午後1時30分～4時(事前予約制となっております)

●場所 七ヶ浜町母子健康センター(役場庁舎裏)

*お申し込み、お問い合わせは、塩釜保健所母子・障害第二班まで
☎ 365・3153

高次脳機能障害者家族交流会

高次脳機能障害者のご家族の皆様、ご自分の経験や気持ちを言葉にしたり、他の方のお話を聞いてみたりしませんか？日々の生活の中での工夫や心がけていることについて、情報交換をしましょう。

●とき 1月24日(月)午前10時～11時30分

●ところ 宮城県仙台保健福祉事務所(塩竈市北浜四丁目8・15)

●対象 高次脳機能障害者のご家族

●参加費 無料

●申込締切 1月17日(月)まで

*お申し込み、お問い合わせは、宮城県仙台保健福祉事務所 母子・障害第二班まで ☎365・3153

令和3年度健康づくり講演会「笑いと健康〜人と人のつながりが人生を豊かにする〜」

●とき 1月30日(日)

午前10時開場 午前10時30分開演

●ところ 七ヶ浜国際村ホール

●講師 桂 三四郎 氏(落語家)

●入場料 無料

●定員 先着200名(入場整理券を国際村で配布中)

*詳しくは、七ヶ浜町ホームページをご覧ください。

*お問い合わせは、健康福祉課健康増進係まで ☎357・7449

生活保護の相談

宮城県仙台保健福祉事務所の相談員が、役場にて相談をお受けします。

●とき 1月12日(水)、1月26日(水)午前10時～午後3時

●ところ 長寿社会課窓口

*相談希望の方は、あらかじめ電話にてご連絡をお願いします。

*お問い合わせは、長寿社会課地域福祉課係まで ☎357・7448

障害者手帳の交付

障害者手帳には3つの種類があります。「身体障害者手帳」は身体に障害のある方、「療育手帳」は知的な発達の遅れ等のある方、「精神障害者保健福祉手帳」は一定の精神疾患を有する方や認知症の方が交付対象者です。

●手帳があると

手帳を持っていると、次のサービスを受けることができます。(ただし、障害の程度等により対象にならない場合があります。)

- ・タクシー利用券・自動車燃料券
- ・バス・ぐるりんこ・地下鉄の割引
- ・NHKの受信料免除(全額又は半額)
- ・(軽)自動車税・自動車取得税の減免
- ・公共施設の入場料免除
- ・所得税・住民税の障害者控除

●交付申請の手続は

手帳の申請は、医師の診断書(手帳申請用)などの必要書類を添付のうえ、本人又は保護者が手続できます。申請に必要な書類は障害別に違いま

すので、詳しくは健康福祉課障がい福祉係までご相談ください。

*お問い合わせは、健康福祉課障がい福祉係まで ☎357・7449

新型コロナウイルスワクチン1、2回目未接種者に対する接種

接種希望する場合は、健康福祉課にご連絡ください。

●今回の接種対象となる方

- ①療養等のために接種ができなかった方
- ②初回接種を完了前に海外から帰国した方
- ③その他やむを得ない事情により接種ができなかった方

●場所 新仙台台湾鈴木診療所(七ヶ浜町境山二丁目7・14)

●日程(希望数により接種日を調整することがあります)

【A日程】1回目：2月4日(金)、2回目：3月4日(金)

【B日程】1回目：3月18日(金)、2回目：4月15日(金)

※いずれも午後1時30分から3時30分での接種となります。

●使用するワクチン 武田/モデルナ社ワクチン(4週間隔で2回接種)

*お問い合わせは、健康福祉課まで ☎357・7449

奨学資金の貸付

町では、学校教育法に規定する高等学校、高等専門学校、大学に在籍し、経

済的理由により就学が困難な方に対し奨学資金の貸し付けを行っています。

詳しくは、教育総務課までお問い合わせいただくか、七ヶ浜町ウェブサイトをご覧ください。

*お問い合わせは、教育総務課まで ☎357・7440

就学援助費の入学前支給

令和4年度に町内の小学校・中学校への入学予定者で経済的理由により就学が困難と認められる児童・生徒の保護者の方に新入学用品費を入学前に支給いたします。(町の援助要綱に該当される方が対象です)

詳しくは、教育総務課までお問い合わせいただくか、七ヶ浜町ウェブサイトをご覧ください。

*お問い合わせは、教育総務課まで ☎357・7440

献血にご協力ください

●実施日 2月3日(木)

●時間 午後1時30分～4時

●場所 母子健康センター

●対象 18歳以上の方で400ccの献血のできる方、男性は17歳も可

●持ち物 身分証明書(運転免許証等)、献血カード(過去に献血をした事がある方)

*お問い合わせは、健康福祉課まで ☎357・7449

令和4年「七ヶ浜町新春年賀の会」開催中止

1月6日に予定しておりました「七ヶ浜町新春年賀の会」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、開催を中止することとなりました。

*お問い合わせは、多賀城・七ヶ浜商工会まで
☎ 357・3912

「あそぶさございん!!七ヶ浜deお正月」の中止

1月23日(日)に開催を予定しておりました「あそぶさございん!!七ヶ浜deお正月」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止となりました。

*お問い合わせは、七ヶ浜国際村まで
☎ 357・5931

中退共からのお知らせ

中小企業退職金共済(略称:中退共)の退職金制度は、中小企業で働く従業員のための国の退職金制度です。

中退共制度をご利用になれば、掛金に国の助成を受けることができます。

詳しくは中退共のホームページをご覧ください。

加入範囲が広がっておりますのでお気軽にご相談ください。

*お問い合わせは、独立行政法人中小企業退職金共済事業部まで
☎ 03・6907・1234



地域包括支援センターだより



◆こんにちは地域包括支援センターです◆

地域包括支援センターは、次のような様々な相談をお受けしています。

- ・認知症予防や介護予防について
 - ・要介護認定や介護サービスの利用について
 - ・虐待や消費者詐欺について
 - ・財産管理や契約行為を代行する成年後見について
- ご家族の介護の相談や生活上の不安、困っていることなどがありましたら、お気軽にご相談ください。

◆お気軽にご参加ください!各地区介護予防教室◆

七ヶ浜町内では各地区避難所や公民分館で『介護予防教室』が行われています。参加希望の方は地域包括支援センターまでお問い合わせください。

- 対象 概ね65歳以上の方
- 時間 午前10時~正午



◆路面の凍結・転倒に気をつけて過ごしましょう◆

冬季になり、路面が凍結しやすい季節になりました。凍結した路面による転倒骨折が例年多くみられています。

〈転倒予防のワンポイントアドバイス〉

- ①発生の時期: 12月から3月の早朝から深夜に集中しています。特に朝方のゴミ出しの時には気をつけましょう。
- ②転倒が起りやすい場所: 玄関先、下り坂、横断歩道の白線、マンホールの蓋、側溝の脇等です。転倒の恐れのある場所では特に注意して歩きましょう。
- ③歩き方: 慌てずゆっくり一歩一歩、小さな歩幅で歩く。余裕をもって外出をしましょう。靴は滑りにくい靴を履く等工夫をしましょう。

日頃からストレッチや適度な運動を取り入れ、転倒予防のための体力づくりを心がけましょう。



各地区介護予防教室 1月の日程

湊)ひまわりの会	12・26日(水)
松)はまぎく会	20(木)・26日(水)
菖)花菖蒲の会	11・18・25日(火)
花)はなぶしまじゃらいん会	13・20・27日(木)
吉)さくらの会	17日(月)
代)元気よがさきの会	26日(水)
東)すこやか明神会	12・19・26日(水)
遠)あんしんウォーク	17・24・31日(月)
要・御)さわやかにぎにぎクラブ	17・24・31日(月)
境)浜楽会	11・18・25日(火)
遠)かぶとむしの会	14・28日(金)
汐)悠々クラブ	7・21日(金)
汐南)しおさい南クラブ	14・28日(金)
亦)亦来会	13・27日(木)
笹)やまぼうしの会	13・27日(木)

お問い合わせは、長寿社会課地域包括支援センターまで ☎ 357-7447

認知症サポーター養成講座

地域包括支援センターでは、認知症を理解し認知症の方や家族を見守る認知症サポーターを増やし安心して暮らせるまちをつくることを目指して、認知症サポーター養成講座を開催しています。

内容は認知症という病気の原因や症状、認知症の方への接し方を分かりやすく説明いたします。

受講した方には「認知症の人を支援します」という意思を示す目印であるブレスレット(オレンジリング)をお渡ししています。

町民のグループや企業向けに開催していますので、出前講座をご希望の場合はお問い合わせください。

*お問い合わせは、長寿社会課地域包括支援センターまで ☎357・7447

国民健康保険の加入・喪失の手続き

退職等により社会保険から国民健康保険へ変わる方、または、就職等により国民健康保険から社会保険へ変わった方は、国民健康保険の加入・喪失の手続きが必要です。喪失の手続きをされませんと、そのまま保険料が請求されるばかりでなく、国保の被保険者証を使用した場合には、その医療費を返還していただくこともあります。

社会保険被保険者証がお手元に届かないうちに医療機関を受診する際は、健

康保険が切り替わる旨を、医療機関窓口でお伝え下さい。

●届出に必要なもの(共通事項)

・世帯主及び対象被保険者の個人番号が確認できるもの(個人番号カード、通知カード等)

・窓口に来庁する方の本人確認できるもの(運転免許証等)

●社会保険から国民健康保険へ(加入)

・社会保険資格喪失証明書や離職票などの退職日がわかる書類

●国民健康保険から社会保険へ(喪失)

・国民健康保険被保険者証
・加入した社会保険被保険者証等または、資格取得証明書

*お問い合わせは、町民生活課国保年金係まで ☎357・7446

民有地の樹木枝の剪定・雑草の除去

所有(管理)している土地から樹木の枝や雑草が道路敷地に張り出しているませんか?

道路に張り出ていると、交通安全上(歩行・走行時に)支障になりますので、所有(管理)地の樹木枝の剪定・雑草の除去を行ない、適切に管理されるようお願いします。

*お問い合わせは、建設課まで ☎357・7441

第1回ちびっこ探検隊

東日本大震災前と後の七ヶ浜の違いの様子を比べて変化したところを自分たちで発見し、お話を通してどのように変わったのか知ることによって防災・減災の学びを深めるフィールドワークです!今回は第一回として菖蒲田浜地区を探検します。詳細は学校で配布されるチラシをご覧ください。

●とき 1月30日(日)午前10時~11時30分(集合時間 9時50分)

●ところ 菖蒲田浜地区(集合場所 諏訪神社前)

●持ち物 動きやすい服装、飲み物

●募集対象・人数 町内の小学生 先着15名(保護者の方の同伴も可)

●ガイド きずなFプロジェクト(社会人、大学生、高校生)



●申し込み締切日 1月20日※申し込みは保護者の方をお願いします。

①右記二次元コードを読み込んでください。

②応募フォームから必要事項を記入し「送信」を押してください。

*お問い合わせは、きずなFプロジェクト kizunafuro@yahoo.co.jp

子育て世帯への臨時特別給付金の申請

令和3年11月19日に閣議決定された経済対策において、児童手当(本則給付)を受給する世帯に対し、臨時特別給付金を支給することとされました。それを受けて、本町では次のとおり本給付金の支給を行いますのでお知らせします。詳しくは、町ホームページをご確認ください。

①支給対象者

- (ア)令和3年9月分(9月に出生した児童は10月分)の児童手当(本則給付)の受給者
- (イ)高校生(平成15年4月2日~平成18年4月1日までに生まれた児童)の養育者であって児童手当(本則給付相当)の受給者である者及びそれに準ずる者(施設設置者等を含む。)
- (ウ)新生児(令和3年10月1日~令和4年3月31日までに生まれた児童)の児童手当(本則給付)の受給者

②申請が必要な方

- (ア)令和3年10月1日~令和4年3月31日までに生まれた児童の保護者
- (イ)児童手当(本則給付)を受給する公務員
- (ウ)高校生を養育する保護者(中学生までの児童がいない世帯に限る)

※七ヶ浜町から令和3年10月に児童手当が支払われている世帯については、令和3年12月24日に振込が完了していますので、手続きは必要ありません。

- ③申請期間 ②の(ア)に該当する方は、1月4日~3月31日
②の(イ)と(ウ)に該当する方は1月4日~2月28日

お問い合わせは、子ども未来課まで ☎357-7454

町道の除雪・融雪作業にご協力ください

冬季間の交通安全確保のため除雪・融雪作業を実施します。

除雪・融雪作業を円滑に行うために住民の皆様のご協力が必要です。次のことにご協力ください。

- **路上に車や物は絶対に置かない**
路上駐車やみ出し駐車、バイク、自転車の放置は除雪・融雪作業の妨げとなり、多くの方のご迷惑となりますので絶対にやめましょう。
- **敷地内から路上に雪をださない**
自宅敷地内の雪を路上に雪だしすると、スリップ事故の原因になりますので敷地内で処理してください。
- **玄関先の雪は各自で**
除雪作業により、玄関先が雪でふさがりご迷惑をおかけしますが、各自で除雪していただきますようご協力をお願いいたします。

☎ お問い合わせは、建設課まで
357・7441

ペット火葬について

塩釜地区りふ斎苑では、ペットの火葬を行っています。

予約制のため詳細はりふ斎苑にお問い合わせください。

☎ お問い合わせは、塩釜地区りふ斎苑まで
353・7571

令和3年に執行された選挙の投票状況について

●第49回衆議院議員総選挙（小選挙区）投票状況について

10月31日に行われました第49回衆議院議員総選挙投票状況（小選挙区）の七ヶ浜町の投票率は54.96%と、前回平成29年を2.16ポイント上回る結果となりました。（県内投票率：55.87%）

●宮城県知事選挙について

10月31日に行われました宮城県知事選挙の七ヶ浜町の投票率は55.35%と、前回平成29年を2.09ポイント上回る結果となりました。（県内投票率：56.29%）

●宮城県議会議員補欠選挙について

10月31日に行われました宮城県議会議員補欠選挙の七ヶ浜町の投票率は54.94%と、前回令和元年宮城県議会議員一般選挙を17.22ポイント上回る結果となりました。（石巻・牡鹿及び多賀城・七ヶ浜選挙区投票率：55.29%）



○七ヶ浜町の投票状況（在外選挙人を除く）

投票区	地区	衆議選（小選挙区）			県知事選			県議補欠選		
		有権者	投票者数	投票率（%）	有権者	投票者数	投票率（%）	有権者	投票者数	投票率（%）
第1	湊浜、松ヶ浜謡	1,265	688	54.39	1,251	688	55.00	1,251	683	54.60
第2	松ヶ浜（謡除く）	699	352	50.36	697	352	50.50	697	351	50.36
第3	菖蒲田浜	811	461	56.84	803	463	57.66	803	457	56.91
第4	花淵浜	713	385	54.00	709	385	54.30	709	380	53.60
第5	吉田浜	620	368	59.35	616	370	60.06	616	368	59.74
第6	代ヶ崎浜	547	303	55.39	542	303	55.90	542	296	54.61
第7	東宮浜	617	340	55.11	614	340	55.37	614	339	55.21
第8	要害・御林	869	440	50.63	861	440	51.10	861	439	50.99
第9	境山	1,550	804	51.87	1,532	804	52.48	1,532	795	51.89
第10	遠山	2,685	1,339	49.87	2,668	1,336	50.07	2,668	1,330	49.85
第11	亦楽	744	416	55.91	736	416	56.52	736	415	56.39
第12	汐見台3・4・5丁目	1,304	804	61.66	1,300	805	61.92	1,300	802	61.69
第13	汐見台1・2・6丁目、汐見台南	2,940	1,714	58.30	2,929	1,714	58.52	2,929	1,699	58.01
第14	笹山	397	248	62.47	395	248	62.78	395	246	62.28
合計		15,761	8,662	54.96	15,653	8,664	55.35	15,653	8,600	54.94

お問い合わせは、総務課まで ☎ 357-7436

水道を寒さから守りましょう

寒さは水道の大敵です。気温がマイナス4度以下になると、水道管や水道メーター、蛇口が凍って水が出なくなったり、破損したりする事故が多くなります。長期間の外出の際は水抜き栓で水を抜くなど、十分に注意しましょう。また、積雪時は、メーターボックスの位置が分からなくなりますので、除雪のご協力をお願いします。

*お問い合わせは、水道事業所上水道係まで ☎ 357・7456

灯油購入費助成券の支給

最近の原油価格及び石油製品価格の高騰状況を踏まえ、令和3年度市町村民税非課税世帯へ灯油購入費助成券を支給します。

■支給対象者及び助成額

●支給対象者 令和3年12月1日において本町の住民基本台帳に記録されている方で、令和3年度の市町村民税が非課税者のみで構成される世帯。

●助成額

1世帯当たり5,000円とし、助成券は500円券10枚綴とする。なお、助成券の利用期限は令和4年4月30日(土)まで。

*支給対象者と思われる方につきましては、12月中旬に申請書を発送済みです。支給を希望される場合は、申請書を同封の返信用封筒にて郵送願

います。
申請期限は令和4年2月28日(月)までです。

※令和3年1月2日以降に町内へ転入された世帯のうち、非課税者のみで構成される世帯に該当する場合は、長寿社会課地域福祉係までご連絡願います。

※事業者等の情報については、助成券発送時にお知らせいたします。

*お問い合わせは、長寿社会課地域福祉係まで ☎ 357・7448

寄附金の贈呈がありました

11月11日、社会福祉法人白鳩会様、株式会社方ネマサ様及び旭自動車ボデー株式会社様より寄附金の贈呈がありました。社会福祉法人白鳩会様には東日本大震災後から継続して支援をいただいております。



*お問い合わせは、財政課まで ☎ 357・2115

宝くじの社会貢献広報事業で救助用半長靴、防塵メガネを整備しました。

町消防団では、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源に実施しているコミュニケーション助成事業(宝くじの助成金)により、風水害等の災害現場において活動時の安全確保を図るため、救助用半長靴及び防塵メガネを整備しました。



*お問い合わせは、防災対策室まで ☎ 357・7437

65歳以上で運転免許証を返納された方へ

65歳以上の運転免許証を返納された方は、運転経歴証明書の提示で七ヶ浜町民バス「ぐるりんこ」および、「ユ-

アイバス(多賀城東部線)の運賃が一年間無料になります。
高齢者のため、運転に不安がある方には、免許証を自主的に返納できる制度があります。運転免許証を返納しても、ご本人の申請により身分証明書などに使える運転経歴証明書の交付を受けることができます。(申請は宮城県内の各運転免許センターまたは、警察署の交通課で受付けています。必要書類、手数料等は各運転免許センターにお問い合わせください。)



*お問い合わせは、政策課まちづくり推進係まで ☎ 357・2117

宮城いきいき学園入学生募集

●対象 県内に居住の60歳以上の方

●募集期間 令和3年12月1日(水)～令和4年2月28日(月)消印有効

※詳しくは、宮城県社会福祉協議会ホームページをご覧ください。
<http://www.miyagi-sfk.net/>

*お申し込み、お問い合わせは、宮城県社会福祉協議会いきがい健康課まで ☎ 225・8477



Tiffany & Santiago's

CULTURE CORNER

Health, Wealth, and Happiness

サンティ
ヘザーの



ヘザー・クック
1993年アメリカ合衆国生まれ
テキサス州ヒューストン市出身
テキサス大&ノースカロライナ大学院卒

サンティアゴ・ラベロ
1996年アメリカ合衆国生まれ
ニューメキシコ州アルバカーキ市出身
オレゴン州立ポートランド大卒

サンティ: Heather! Happy New Year!

ヘザー: Happy New Year, Santi! お正月はどのように過ごしたの?

サンティ: 友達と一緒に新年を迎えるカウントダウンをしたり、シャンパンを飲んだりして過ごしたよ! ヘザーのお正月はどんなお祝いをするの?

ヘザー: お祝いとはちょっと違うけど、お正月のたびに食べる料理があるよ!

サンティ: それは「おせち料理」?

ヘザー: おせち料理ともちょっと違うけど、私の出身のテキサス州ではよく食べられているものだよ!

サンティ: へー、何を食べるの?

ヘザー: ポークと、緑色の野菜と、Black-eyed peas という豆を混ぜた料理だよ。

サンティ: 美味しそう! テキサスっぽいなあ。それを食べる意味は何?

ヘザー: Health, Wealth, and Happiness (健康、豊富、幸福) を得る為に食べると言われているよ。私の家族では Black-eyed peas は健康、ポークは幸福、そしてアメリカのドル紙幣と同じ色の緑色の野菜は豊富を代表すると言われているよ。

サンティ: へー! それは初めて聞いた! 美味しそう、いつか食べてみたいなあ!



★English Book Club 参加者募集!★

英語の本を読んで、国際交流員のサンティと一緒に話ししてみませんか?

Book Club は、読書好きな人たちがお茶を飲みながら語り合うアメリカでも人気のイベントです。

「HOLES」(穴)という英語の小説を題材に、サンティが皆さんとこの本の主人公の気持ちや背景、ストーリーについて語り合います。

興味がある方、英語の本を読むことにチャレンジしたい方、Book Club にぜひご参加ください!

●とき 令和4年2月5日~3月26日の毎週土曜日
午前10時~11時15分

●ところ 国際村セミナー室 ●開催回数 全8回

●対象者 町内にお住まいかお勤めの高校生以上の方

●参加費 無料 ※別途図書の購入は必要になります。

●図書の購入について ISBN9780440228592の本を、事業開始までにご自身で購入(電子書籍も可)または、国際村でまとめて発注(1冊1,600円程度)することもできます。

●募集人数 2名~10名程度(先着順) ●申込期間 1月8日(土)~1月23日(日)

●申込方法 国際村へお電話でお申し込みください。



健康カレンダー

※お子さんの健康診査・健康相談・予防接種を受ける際には、必ず母子健康手帳をご持参ください。
※当日ご都合の悪い方は、事前にご連絡ください。

とき	行事名	ところ	受付時間	対象・内容
1/12	3歳児健康診査	母子健康センター	個別にお知らせします	H30.6.1～H30.7.11 生まれのお子さん。
17	乳児健康診査		個別にお知らせします	R3.9.21～R3.10.17 生まれのお子さん。
19	2歳6か月児歯科健康診査		個別にお知らせします	R1.5.1～R1.6.30 生まれのお子さん。
20	1歳6か月児健康相談		個別にお知らせします	R2.5.1～R2.6.20 生まれのお子さん。
26	母子健康手帳交付	子育て支援センター	9:30～11:30	妊娠届とマイナンバーが確認できるもの(注1)をお持ちください。
	すこやか健康相談 (マタニティ・キッズ)	"		母子健康手帳をお持ちください。
2/8	BCG	母子健康センター	個別にお知らせします	R3.7.8～R3.9.8 生まれのお子さん。
9	3歳児健康診査	"	"	H30.7.12～H30.8.27 生まれのお子さん。

(注1) マイナンバーカードもしくは、通知カード(記載事項に訂正がないもの)や住民票(マイナンバー記載のもの)と顔写真つき公的証明書。
(注2) 新型コロナウイルス感染症の影響により、対象者や日程が変更となる場合があります。対象者には個別にお知らせします。
(注3) 母子手帳交付、すこやか健康相談は令和3年度より子育て支援センターで行います。母子健康センターではありませんので、ご注意ください。
*お問い合わせは、子ども未来課まで ☎357-7454

「七の市」開催

新鮮な旬の食材を取り揃え、楽しいイベントや特設コーナーも用意してお待ちしております。

●とき 1月30日(日) 午前8時～正午

●ところ 花浜浜多目的広場

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止になる場合があります。

お問い合わせは、七の市実行委員会まで
☎070-5099-7337



老人福祉センター

浜風



開館時間 午前9時～午後4時

入浴時間 女性午前10時～10時45分、男性午前11時～11時45分

※土・日・祝日と休館日は入浴できません。

休館日 月曜日(祝日の場合は翌日休館)

持参する物 浴用タオル、昼食

◆4月からの送迎利用について

令和3年3月で町のバスによる送迎は終了となりました。

4月から町民バス「ぐるりんこ」を利用し「浜風」へ来館いただいた方に、町民バス「ぐるりんこ」の回数券を配布しますので、ご利用ください。

※回数券ご利用の方は、老人福祉センター「浜風」への利用登録が必要となります。

※利用券の配布は、週2往復分を限度といたします。
※ご不明な点は、お問い合わせください。

お問い合わせは、老人福祉センター「浜風」まで ☎357-4976

消火栓・防火水槽まわりの除雪にご協力を

大雪が降った時に火災が発生すると、道路や公園などに設置されている消火栓や防火水槽を探し出すのに時間がかかり、被害が拡大してしまう恐れがあります。

ご自宅の雪かきと合わせまして、お近くの消火栓や防火水槽の除雪にご協力をお願いいたします。

お問い合わせは、七ヶ浜消防署まで ☎357-4349

七ヶ浜消防署からのお知らせ

住宅用火災警報器は、消防法で設置が義務付けられています。

実際に火災が起きた時に備え、設置・点検をお願いします。



お問い合わせは、七ヶ浜消防署まで ☎357-4349

休日の救急歯科 受付／午前9時～午後3時

1/1 千葉歯科医院	塩釜市東玉川町2-31	☎362-5253
2 誠寿歯科医院	多賀城市高橋2-19-20	☎368-5588
3 成沢歯科医院	多賀城市新田字後12-12	☎389-1015
9 ササキ歯科クリニック	塩釜市錦町7-6	☎365-7721
10 杉の入歯科医院	塩釜市杉の入3-2-1	☎362-0182
16 渋井歯科医院	塩釜市宮町4-9	☎362-0637
23 誠寿歯科医院	多賀城市高橋2-19-20	☎368-5588
30 そうま歯科医院	利府町青山3-40-3	☎356-1484
2/6 千葉歯科医院	塩釜市東玉川町2-31	☎362-5253
11 成沢歯科医院	多賀城市新田字後12-12	☎389-1015

12月1日現在の人口(前月比) ※外国人含む

世帯数	6,797 (11)	転入	53
男	9,111 (-9)	転出	29
女	9,142 (11)	出生	5
計	18,253 (2)	死亡	27

町の面積 13.19km² (H26.10.1国土地理院より)

町木 クロマツ 町花 ハマギク

姉妹都市 アメリカ・マサチューセッツ州プリマス

友好の町 山形県朝日町

パートナーシティ 神奈川県鎌倉市



松島湾三町文化財展 ～七ヶ浜町・松島町出張展示～



七ヶ浜町・松島町・利府町が所蔵する文化財や歴史資料を各町で紹介するミニ展示会です。利府会場では七ヶ浜町と松島町の資料を展示しています。

2月13日(日)まで午前9時～午後9時
利府町文化交流センター「リフノス」
(利府町森郷字新椎の木前 31-1)
※第2・4月曜日休館

～展示資料～

七ヶ浜町：縄文土器、石器、土偶、骨角製品、貝製品
松島町：観瀾亭、松島博物館所蔵 爛銅壺(かんどうこ)
※お酒を温める容器



*お問い合わせは、歴史資料館まで
☎365-5567 月曜休館

養育里親になりませんか？

里親とは、様々な理由から親と一緒に暮らすことができない子どもを、自らの家庭に迎え入れ、温かい雰囲気の中、愛情と真心をもって育ててくださる方々のことをいいます。

実際に子どもを預かる期間は数日から数年まで様々で、児童養護施設などに入所している子どもを夏休みや冬休みの間の数日間だけ預かることもあります。

関心のある方は、県中央児童相談所(電話：022-784-3583)又は、みやぎ里親センターけやき(022-718-1031)までお問い合わせください。

お子さんのMR(麻しん・風しん混合ワクチン) 予防接種を受け忘れていませんか？

MR(麻しん・風しん混合ワクチン) 予防接種の助成(無料)期間をご確認ください。

- 1期対象：お子さんが生後12ヵ月から24ヵ月に至るまでの間(2歳の誕生日前日まで)
- 2期対象：5歳以上7歳未満で小学校入学前の一年間(小学校に入学する前の年の4月1日から入学する年の3月31日まで)

※平成27年4月2日～28年4月1日生まれのお子さんは、助成期間が令和4年3月31日までになります。母子健康手帳の予防接種記録をご確認ください。

*お問い合わせは、子ども未来課まで ☎357-7454

子育て支援センター事業案内

◆マタニティーヨガ◆

妊婦さん向けのやさしいヨガです。動きやすい服装で、バスタオル、飲み物を持参ください。

●とき 1月11日(火)午後1時15分～1時45分

◆英語でDancing◆

国際交流員と一緒に英語の歌やダンスなどして親子であそびましょう。英語に身近に触れることで子ども達の英語耳を育てます。お母さんたちも自己研磨にいかがですか？参加は0歳児からOKです。

●とき 1月17日(月)午前10時30分～11時

◆アロマの小部屋◆

子育てにお疲れのママ達への、癒しのひと時です。ハンドマッサージの他、アロマクラフト作りも楽しめます。

●とき 1月17日(月)午前10時30分～12時

◆ママお茶会◆

その場でたてた抹茶と和菓子で、お茶タイムをしましょう。先着10組です。

●とき 1月19日(水)午前10時～11時

◆国際交流員とあそぼう◆

今回は、英語でかるた取りをします。さあ、とれるかな。

●とき 1月20日(木)午後3時30分～4時30分

◆あそぼ・あそぼ◆

鬼のお面作りと、1月生まれのお誕生会をします。

●とき 1月21日(金)午前10時～11時

◆親子ヨガ◆

親子で一緒に楽しめる簡単なヨガです。遊び感覚で楽しみましょう。動きやすい服装で、バスタオル、飲み物を持参ください。

●とき 1月24日(月)午前10時30分～11時、午後3時30分～4時

お問い合わせは、
子育て支援センター ☎362-7731

◆みんなで遊べる「すまいる広場」◆

子育て支援センターを開放します。お子さんと一緒に、自由に遊べる広場で、お母さん同士の情報交換、仲間作りの場にもなっています。また、保育士が子育ての相談に応じています。おじいちゃん、おばあちゃん、地域の方々も気軽に遊びに来てくださいね。

●とき 平日9時～17時

*新型コロナウイルス感染拡大防止のため、行事を中止する場合がありますので、事前にお問い合わせください。



◆子育てヒント帳◆

～鼻や耳のケアについて～

寒い季節は、鼻水が出やすく気になりますね。軽い風邪だと思い油断していると、鼻や耳の病気になる、慢性化することもあるので気を付けましょう。

●鼻水が出ている時のケア

こまめに鼻をかむ、寝る時は頭を少し高くして横向きにしましょう。

●鼻水が詰まっている時のケア

蒸しタオルを鼻にあてたり、温かい飲み物を飲ませたり、室温は少し高めにし、乾燥しないようにしましょう。中で固まっている時は、ベビーオイルをつけた綿棒で、湿らせてから取りましょう。傷つけないようにやさしくです。

●鼻の下がただれた時のケア

皮膚を刺激しないようにぬるま湯で絞ったガーゼで、優しく拭き取るようにすると、悪化を防ぎます。

●耳穴の汚れ

耳穴の入り口をきれいに拭き取る程度で、奥の汚れは、病院でお掃除してもらうほうが安心ですね。

