

広報
七ヶ浜

2025

うみ・ひと・まち 七ヶ浜

TOWN OF SHICHIGAHAMA



8月5日にプリマス町姉妹都市訪問団20名が書道に初挑戦しました。興味津々のアリア・マイルさん(プリマスコミュニティ中2年)の傍らで、ホストファミリーの阿部綾奈(あべあやな)さん(七ヶ浜中2年)が、そっとアドバイス。一筆ごとに笑顔がこぼれる楽しいひとときでした。

七ヶ浜の水、 将来を見据えて

蛇口をひねると水が出る。今では当たり前のことですが、三方を海に囲まれ、川もなく、豊かな湧き水もない七ヶ浜町にとって、かつて水の確保は大きな悩みでした。

67年前の昭和33年、吉田浜の有志が、長年の水不足を解消しようと失敗を繰り返しながらも深井戸を掘り水源を確保し、町営の簡易水道を敷くきっかけとなりました。

その後、簡易水道は給水人口の増加に伴い上水道となり、今日では100%の水をダムから引いています。

一方、下水道は、60年ほど前の昭和40年代の高度経済成長期、海に排出される工場排水や生活排水で松島湾の水質が悪化したことを機に、広域で取り組む下水道が整備されました。

七ヶ浜町の水の話。歴史を振り返りながら上下水道の今を紹介します。

水道のはじまり

吉田浜の有志が町を動かす

七ヶ浜町誌増補版には、昭和の時代に町民が水で苦労した様子が書かれています。

七ヶ浜町は、三方を海に囲まれた半島で、川や豊かな湧き水がなく、昔から飲料水は井戸水に頼るしかありませんでした。

昔の井戸の深さは、地質にもよりますがせいぜい10m前後、雨水や海水が混じる場合もあり、必ずしも良質な水が確保できるとは限りませんでした。

昭和30年頃になると、町内で海苔養殖が急速に普及し、海苔の生産に大量の水が必要となったことや衛生的な面からも、できるだけ早く水道を敷くことが求められていました。

こうした中、昭和33年、新たな水の確保にいち早く立ち上がったのが吉田浜の有志の人たちでした。町議会に、町営による簡易水道を請願したものの、町の財政難と水源確保の見通しがたかないという理由で不採択となっていました。

やむなく、吉田浜の人たちは、吉田浜だけで簡易水道を敷くことを決意しますが、試掘するも失敗の連続でした。東北大学の地質学の権威の先生から深井戸が有望であるとの助言を受け、次に深井戸

の試掘に挑みます。

深井戸にいちろの望みをかけ、百数十mを掘りましたが水量不足で2度の失敗。ようやく3度目に110mを掘ったところで水源の確保に成功しました。

水源を確保した吉田浜の人たちは、同じく水源で苦しむ代ヶ崎浜の人たちとともに、再び町議会へ請願し、町も町営事業として進めることを決定しました。

昭和34年に代ヶ崎浜、吉田浜、花刈浜の3地区の工事が始まり、その後、他の地区にも広がっていきました。

昭和34年に簡易水道工事が始まり、6年間で町内全域100%の水道が普及したのは、県内でも例がなく知事から表彰されるほどでした。急ピッチだったということは、それだけ七ヶ浜町にとって水の問題は切実だったのです。

いわば、吉田浜の有志の熱意が町を動かし、今日に至ったと言っても過言ではないでしょう。当時の苦労の様子を記した水道記念碑が君ヶ岡公園にあります。

当時の水は、町内9カ所の深井戸から賄っていましたが、海苔養殖が盛んになるにつれ、更なる水の確保が必要になり、昭和45年からは、川崎町の釜房ダムから水が引かれました。

さらに、昭和48年からは、塩竈市からの受水も加わり、翌49年に君ヶ岡に当時県内最大の5千³m³の貯水タンクが作られました。

水はどこから？

8つの市町を通って七ヶ浜に

現在、七ヶ浜町の水道水は、七ヶ宿ダムから約95%、釜房ダムから約5%を引き、七ヶ宿ダムの水は宮城県、釜房ダムの水は仙台市から受水し、水を買っています。私たちが飲んで

いる水は、どのような経路をたどってくるのでしょうか。

七ヶ宿ダムの水の場合、七ヶ宿町を通り、白石市、蔵王町、村田町、川崎町、仙台市、利府町、塩竈市の8つの市町を通過してやってくるのです。その長さは71kmにもおよびます。

途中、七ヶ宿ダムの水は白石市にある南部山浄水場（写真下）で、釜房ダムの水は仙台市太白区の茂庭浄



水場でろ過、消毒され、水をきれいに七ヶ浜町に届きます。東日本大震災の時、七ヶ浜町に水が届きはじめたのは4月に入ってからでした。その理由は、七ヶ浜町の復旧だけでなく、七ヶ浜町に届くまでの市町でも水道管などの水道施設が被災し、都度、復旧させながら水を通したからでした。

二つのダムからの水は、いったん君ヶ岡の貯水タンクに蓄えます。

南部山浄水場（上）と貞山橋の送水管（下）



松島湾（平成 29 年頃撮影）

君ヶ岡の貯水タンクは現在3つあり、8500tの水を蓄えることができます。

ところで、なぜ、君ヶ岡に貯水タンクを建てたのでしょうか？それは、君ヶ岡が海拔58・4mあり、七ヶ浜町で一番高い場所だからです。この高さからだと、町内全域の家庭に自然の高低差で水を届けられるんです。

ちなみに、3つの貯水タンクには、それぞれの役割があります。右下の写真をご覧ください。

まず、奥の二重になっているタンクの上部のタンクが、町内でも高い地域である亦楽と吉田浜地区の一部用（500³m）で、下部（3千³m）と手前のタンク（5千³m）がそれ以外の低い地区用です。

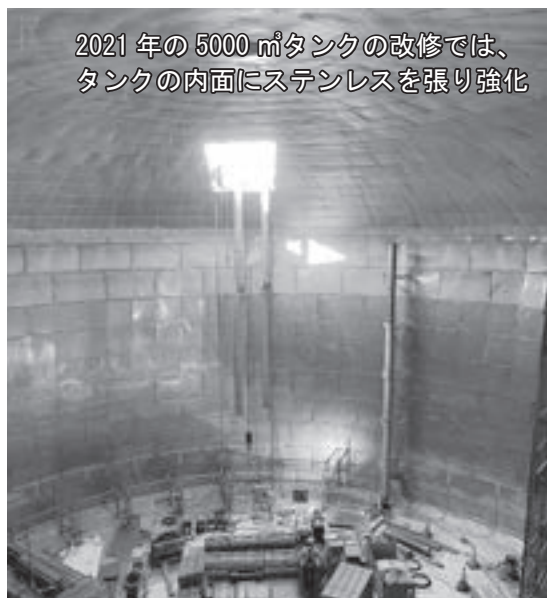
貯水タンクから出た水は、町内5カ所の蛇口の水で毎月、大腸菌などの細菌検査と毎日の色や濁り、残留塩素などの水質検査を行い、安全な水であることが確認されて、皆さんの家庭に届けられます。

下水道のはじまり

松島湾の水質悪化が きっかけに

下水道もそもその始まりから
みてみましょう。

2021年の5000³mタンクの改修では、
タンクの内面にステンレスを張り強化



君ヶ岡配水池の貯水タンク





昭和40年代の高度経済成長で人々の暮らしは、それまでと比べものにならないほど豊かになりましたが、その陰で予期しないことも起き始めました。

海に流される工場排水や生活排水で海が汚れ、美しい自然が損なわれ始めたのです。

特に、松島湾は島々により、外洋とさえぎられているため、湾内に汚れがたまりやすかったのです。水質の悪化は、3方を海に囲まれた七ヶ浜町の漁師さんたちにとっては深刻な問題でした。

この汚れた海を元どおりのきれいな海に回復するためには、市町の枠を超えて広域的に取り組む下水道の整備が不可欠でした。

こうして、昭和55年、仙塩流域下水道が整備され、供用が始まりました。

下水道になったことにより、それまで汲み取り式の便所が水洗化されたことや家の周りに力やハエなどが少なくなり、伝染病の予防などにもつながっています。

下水はどこへ？

〇ん〇が自然に還るまで

家庭から出た台所やお風呂、洗濯、水洗トイレなどで使用された汚れた水は、どこに行くのでしょうか。

まず、家庭から出された下水は公共桝を通り、地中にある下水道管へ流れます。下水道管も上から下へ自然に流れるよう緩やかに勾配をつけています。

しかし、上水道のように町の一番高いところ一カ所から、全体に自然流下させるのとは違い、下水は、七ヶ浜町の高低差があるそれぞれの土地のご家庭から排水されることとなります。

低いご家庭から排水された下水を自然流下させるには、さらに低いところに下水道管が必要となり、深く掘り続けなければなりません。この課題を解決するために町で

は、低いところに中継ポンプ場と小型で中継するマンホールポンプ場を作り、高いところへ下水を圧送することになりました。

場所によっては、何回も中継して最終的に多賀城市大代地区にある仙塩浄化センターに送っています。

現在、町には、下水を中継する12のポンプ場と28のマンホールポンプ場があります。

例えば、代ヶ崎浜の下水は、途中、吉田浜、花洲浜、菖蒲田浜の中継ポンプ場を経由して仙塩浄化センターに送られています。この方法は、起伏に富む七ヶ浜町ならではですね。

さて、仙塩浄化センターに送られた下水は、それからどうなるのでしょうか？

最初に①「沈砂池」で大きなごみを、②「最初沈殿池」で小さなごみを取り除いた後、微生物のいる③「反応タンク」で汚れを分解し、次に、④「最終沈殿池」で処理水と泥に分けます。きれいになった水は、最後に⑤「塩素混和池」で塩素消毒して、川や海に流されます。

雨が降ってダムに水が蓄えられ、水道として私たちの家庭に届きます。家庭で使った水は下水となり、きれいな水に処理されて海や川に流されます。水はやがて水蒸気となって雲となり、雨を降らせます。上下水道は、いわば、私たちの暮らしの中での水の循環そのものなんです。

第2弾！ ダーツをデザインした新マンホールふた！

町では、下水道に関心を持ち、その大切さを理解していただく入り口として、デザインマンホールふたを設置してきました。

その第1弾は、七ヶ浜町マンホールデザインコンテストの最優秀賞作品で、青空と海と黒松がデザインされています。第2弾では、「七ヶ浜アロープログラム5周年」を記念したデザインです。併せて、マンホールカードも作成することが決まりました。マンホールカードは、コレクターや町を訪れる方のお土産としても大変人気です。

ぜひ、新しいデザインマンホールふたを探し、マンホールカードをもらおう！デザインマンホールふたの設置場所やマンホールカードの配布方法などは、決まり次第広報七ヶ浜や町ホームページでお知らせします。お楽しみに！



上下水道の今

下水道管の入れ替えはこれから

七ヶ浜町の上下水道の現状はどうなのでしょう。まずは、施設面をみてみましょう。

七ヶ浜町には、町内に水源がないため浄水場、下水道に

ついても汚水処理場はありませんが、上水道では君ヶ岡の3つの貯水タンクと総延長131kmの水道管があります。下水道では12の中継ポンプ場と28のマンホールポンプ場、総延長116kmの下水道管があります。

このため、町では、これまで耐用年数が近づき老朽化した水道管の状態を把握するために管内外を調査し、更新が必要な箇所から優先順位をつけて、管の交換や修理などを行ってきました。

受けにくく耐久性に優れた水道管への更新を進めています。一方、下水道管については、昭和55年に整備されて45年が経過し、これから耐用年数を迎えます。

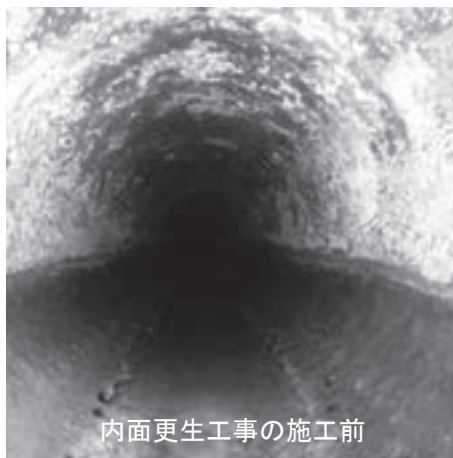
現在の下水道管の工事の主流となっている内面更生工事は、劣化した下水道管自体を交換することなく、その内面をリニューアルし、長期間使用できるようにするものです。（写真右中）

町では、こういった工事手

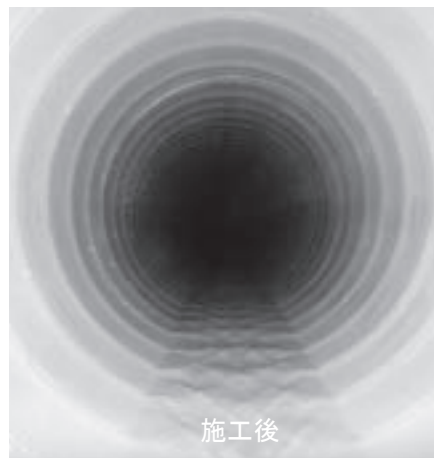


北遠山ポンプ場のポンプ

高さ163cm、重さ1,595Kg、毎分5m³（お風呂の水の約25杯分）の下水を吐き出します。



内面更生工事の施工前



施工後



仙塩浄化センター

法も取り入れながら、令和5年度に長期的視点に立った修繕・改築計画（ストックマネジメント計画）を策定し、計画的に進めています。

経営状況

上下水道経営、

現在は良好ですが…

上水道

令和6年度の経常収支比率は109・38%でした。収益性を見る際の代表的な指標である経常収支比率は、人件費などの経常費用（常にかかる費用）が、経常収益によってどの程度賄われているかを示すものです。

この比率が高いほど経営が安定し、100%未満であると損失が生じていることになりま

す。109・38%は、安定経営を維持しているといえます。

水道料金をみると、料金回収率が96・85%と100%を下回っています。100%に近づく

ほど安定しています。

では、これからの経営はど

うでしょうか。

40年を過ぎた水道管は、全体の約30%で、今後増えることが予想されます。

計画的に管の更新を行っていますが、水道施設の破損などは、将来の予測が難しいため、更新費用も不透明です。

このため、上下水道事業所では、利益のうち、まだ使途を決めていない未処分利益剰余金の一部を将来の建設改良費に充て、今後の水道施設の維持のために積み立てをしています。

下水道

令和6年度の経常収支比率が103・76%で概ね安定しているといえます。

七ヶ浜町の下水道普及率は、99・9%で、すでにほとんどの施設整備は終わり、新たな整備に費用を要しないためでもあります。

では、下水道のこれからの経営はどうでしょうか。

下水道使用料をみると、回収率が69・51%と100%を大幅に下回っています。使用料で経費を賄っていないのです。

しかも、下水道管は、これから耐用年数の50年を迎える管が増え続けるため、更新費用が発生する見込みです。

さらに、上下水道には、近年、もう一つの課題が浮上しています。それは人口減少問題です。今年8月1日現在の町の人口は1万7374人ですが、2022年に策定された七ヶ浜町長期総合計画の将来人口では、2030年には1万6944人、2040年には、1万5671人になると推計されています。

この人口減少にともない、上下水道の使用量が減り、使用料金も減少し、施設の維持管理に影響していきます。

七ヶ浜町の水を取りまく経営状況は、今は安定してはいるものの、将来を見据えた時、必ずしも樂觀はできない状況です。

これから皆さんのもとへ、水を安定して供給できるように、そして、皆さんが安心して下水を流せるよう、将来を見据え、様々な角度からしっかりと検証していきます。

今年度開催を予定している第三者による上下水道料金審議会の中でも審議していただく予定です。

大雨時には節水にご協力を

台風などの大雨により、マンホールや下水道管の隙間から本来は流れ込まない大量の雨水が流入すると、マンホールから下水があふれる恐れがあります。

また、町も利用している「仙塩浄化センター」に処理能力を超える下水が流入することにより、一時的にトイレ排水などの汚水の流れが悪くなることがあります。

大雨の時は、被害を避けるためにも一度に多くの水を流さないなど、ご利用の皆さまには無理のない節水を心掛けていただくよう、ご協力をお願いします。

七ヶ浜町の管は 90 cm

今年1月に埼玉県八潮市で発生した下水道管破裂による道路陥没事故では、破損した下水道管の直径は4.75mでした。

七ヶ浜町の最も太い管は、上水道で45cm、下水道で90cmです。

問 上下水道事業所

上水道係 357 7456
下水道係 357 7457

七ヶ浜での活動に大きな意義

表浜で盆栽展を開催する「七松庭」代表
BegIning Town(ビギニングタウン) メンバー

さとう わたる
佐藤 航さん(要)

庭木や盆栽が大好きだった祖父が亡くなり、祖父の思いを継承して守りたいと6年前、植木屋になりました。植木屋で修行しながら盆栽を独学で勉強し、今に至ります。

今年4月に「Is This BONSAI?」(イズディス ボンサイ)として、初めて花刈浜の表浜で盆栽の展示会を開催しました。イベントを通じて盆栽という日本の伝統文化を、改めて知るきっかけになればと思ったからです。

盆栽は、本来、和室や回廊などの閉じられた空間に展示され、盆栽自体を楽しむのが一般的ですが、表浜での展示は、盆栽だけでなく、その場の空気や景色など、盆栽のある空間も楽しんでいただくものです。

表浜に展示した盆栽を見た時、盆栽は小さいはずなのに太平洋に浮かぶ大きな島のようにも見えました。僕たちは、既成概念を超えて、盆栽が見方によって、いろいろな楽しみ方があることも伝えたかったんです。

「Is This BONSAI?」は、七ヶ浜でしかできないことを、東北一小さな町から世界に発信できる日本の伝統文化なんです。

新しい時代の魅力を発信

盆栽は、生きたアートであり、他のアートにはない魅力があります。一世代だけで作れるものではありません。

先人が手掛けた盆栽を今、僕が手掛け、次の世代に継承していくことにも魅力を感じています。盆栽が日本の伝統文化として残るゆえんだと思います。

しかし、伝統文化としてそのまま継承するのではなく、僕らの時代で新しいエッセンスを加えて、若い世代にも響くような新しい盆栽の魅力を発信できたらとも思っています。

4月の展示会では、日中に海と盆栽のコラボをしましたが、10月は、夕暮れ時にさらにプラスアルファのエッセンスが加わります。和太鼓や三味線、ジャズとコラボとして、ステージごとに違う盆栽を展示します。

僕にとって、七ヶ浜に戻り、七ヶ浜で活動することに大きな意義を感じています。まずは自分が楽しむこと。自分が好きなこと、かっこいいと思うことを七ヶ浜で続けていけば、おの



ずと七ヶ浜の盛り上がりにつながっていくのではないかと考えています。

BegIning Townの仲間のそれぞれの活動は違っても、七ヶ浜への思いは同じです。これから、七ヶ浜を軸とした活動にこだわりたいと思います。

私たちの活動に共感してくれる人たちが増えて今があります。周りの皆さん、支えてくださる皆さんへの誠意と感謝を忘れず、これからも期待に応えられるようがんばります。

Is This BONSAI?



10/4
±

14:00~18:00
雨天決行

●花刈浜表浜
●入場無料



みんなの 広場



イベントやサークル募集など、皆さんの情報をお寄せください。



坂総合病院・市民講座

当日は、がん相談も行う予定です。

●とき 9月20日㊤ 受付13時30分～ 14時～16時

●ところ 多賀城市文化センター 2階展示室

●講演 慢性胃炎とピロリ菌 ～胃カメラ検診の重要性～ 講師 鹿島雄州先生

※事前申し込みが必要です。

右コードからお申し込みください。

☎坂総合病院・地域健康課 ☎367-9027



日本一長い貞山運河をみんなでキレイにしよう！

貞山公園の清掃活動を行います。清掃後は当会会員による貞山運河の解説もあります。

●とき 10月4日㊤ 10時～12時

●ところ 貞山公園 ●参加無料

☎申込 貞山運河『御舟入堀』プロジェクト

事務局 土見大介 ☎080-3334-2550

Eメール tsuchimi.shiogama@gmail.com



第33回宮城シニア美術展作品募集

●募集部門 日本画・洋画・書・写真・工芸

●テーマ 自由

●応募資格 県内在住の60歳以上のアマチュアの方

●申込料 1作品千円(出展は各部門1人1点)

●申込 10月31日㊤まで

●会場 せんだいメディアテーク ※入場無料

●期間 12月12日㊤～14日㊤

※優秀作品は、令和8年開催予定の「ねんりんピック彩の国さいたま2026」美術展部門へ出展します。

☎申込 宮城県社会福祉協議会 いきがい推進センター ☎223-1171 <http://www.miyagi-sfk.net/>



宅地建物に関する 移動無料相談会

不動産に関する売買・賃貸・空き家・相続などについての相談会です。予約優先です。

●とき 9月14日㊤ 10時～16時

●ところ イオンタウン塩釜1階「マリンプラザ」

☎(公社)宮城県宅地建物取引業協会 塩釜支部

☎253-6420 FAX 253-6421



水産研究・教育機構 塩釜庁舎 一般公開

各種体験を通して、塩釜庁舎の研究内容や成果にふれていただけます。参加無料です。

●とき 9月15日㊤㊤ 10時～15時(最終受付14時30分)

●ところ 水産研究・教育機構塩釜庁舎(塩竈市新浜町3-27-5)

●主な内容 ○漁業調査船若鷹丸公開(10時30分～14時30分、最終入場14時、30分間隔で入場制限します。要整理券、詳しくはお問い合わせください。)

○小さな生き物みえるかな？プランクトン観察

○おさかないっぱい！魚展示○やってみよう！

色素実験○さわってみよう！タッチプール 他

※詳細は、右コードからご覧ください。

☎国立研究開発法人水産研究

・教育機構 塩釜庁舎 ☎365-1191



初心者・シニア世代のエアロビクス

七ヶ浜からも近く、70代の方も大歓迎！

インストラクターも70代です。

●とき ㊤㊤㊤ 10時～11時、㊤ 13時30分～14時30分

●ところ 塩竈市芦畔町「浜っ子ラーメン」2階

●参加費 1回650円、フリーコース(1カ月)3,900円

☎佐々木康子 ☎090-5356-0294



クイズ

正解者の中から
500円分の図書カードを
プレゼント。今月号の中
にヒントがあるよ！回答
者は町民に限ります。

応募方法 答え・住所・氏名を明記の上、9/18 ㊤まで、ハガキまたはメールでご応募ください。(kouhou@shichigahama.com)

8月号の答えは、(ア)と(ウ)

Q. 町内にマンホールポンプ場はいくつあるでしょうか？

(ア)12 (イ)28 (ウ)40

9/28
㊤

七の市

8時～12時

●花淵浜多目的広場

●大好評！ビンゴ大会 新鮮な旬の食材の販売や楽しいイベントを企画してお待ちしています。

☎七の市実行委員会 ☎070-5099-7337

9/17
水

毎月第3㊤は、みやぎ水産の日

漁協の夕市

14時30分～15時30分

14時～ 整理券配布

●県漁協七ヶ浜支所裏

「花淵浜魚市場」

●七ヶ浜の「旬」の鮮魚貝類が勢ぞろい!!

※天候により中止となる場合がありますので、事前にお問い合わせください。 ☎宮城県漁協七ヶ浜支所 ☎349-6222

※9/7のナナイロミッケは中止になりました。



元気にグータッチ！

8月6日のプリマス町の皆さんとホストファミリーの別れの朝、ともに暮らした8日間を惜しみ、プリマスコミュニティ中学校のジェyson・ビルズ先生が、佐藤嘉信（さとうよしのぶ）さん（亦楽小5年）を抱き寄せ、握手し、最後には元気にグータッチしました●7月30日から8月6日まで、プリマス町からの青少年10名をはじめ、プリマス町の首長であるケビン・キャンティ議長を表敬訪問団代表に、教育委員会や都市計画委員会、区長、消防署長、役場と様々な立場の皆さんが親善のためにセキ浜町を訪れました●1990年に姉妹都市を締結して35年、親善と友好と、また新たな感動が生まれました。



野球世界大会で見事準優勝！

8月1日から5日まで台湾台北市で開催された2025第16回原郷盃国際軟式少年棒球大会（野球大会）に、セキ浜中央野球クラブスポーツ少年団の石垣桜輝（いしがきおうき）さん（亦楽小6年）、後藤結之亮（ごとうゆいのすけ）さん（松ヶ浜小6年）、原琉音（はらりゅうと）さん（亦楽小6年）の3名が日本代表に選拔され、大会前の7月25日に寺澤町長を表敬訪問しました●「バッティングなどでチームに貢献したい」と決意を語った3名は、世界大会でプレッシャーをものはねのけて、期待以上に活躍し準優勝をつかみ取りました。



前列左から石垣さん、後藤さん、原さん

県新記録を出して全国大会へ

8月6日に、鹿児島市で開催された第65回全国中学校水泳競技大会への出場（8月17日～19日）を前に、宗片颯太（むなかたふうた）さん（セキ浜中2年）と渡邊瑛（わたなべあきら）さん（向洋中3年）が、町長を表敬訪問しました●宗片さんと渡邊さんは、ともに4×100mメドレーリレーの同じチームの選手として、県中学校新記録を出しての出場で、宗片さんは全国大会参加標準記録を突破して400m個人メドレーにも出場しました●宗片さんは「個人メドレーではベストタイムを更新したい。メドレーリレーでは第1泳者なのでいいスタートが切れるよう頑張ります」。渡邊さんは、「アンカーなのでチームの力になるよう頑張ります」

と意欲满满●二人とも毎日6,000mを泳ぐと聞いて、寺澤町長は激励しながらも目を丸くしていました。



左から渡邊さん、寺澤町長、宗片さん

手料理とゲームで国際交流

7月31日にセキ浜国際交流協会主催のセブンビーチパーティー2025がセキ浜国際村で開催され、町民と高山外国人避暑地の皆さんに今年はプリマス町の子どもたちも加わり、持ち寄った手料理やゲームなどで交流を楽しみました●子どもたちが参加するラムネ早飲み大会やロープにつるしたおもちゃなどをジャンプしてつかむアイテム取りゲームでは、大はしゃぎの子どもたちと大人たちの歓声が会場いっぱいに響きわたり、笑顔が絶えない楽しいパーティーでした。





で復興ピアノを所有する音楽講師の櫻井由美（さくらいゆみ）さん（写真）が代理出席して、大槻泰弘教育長に手渡しました●この日、櫻井さん自身も、森重さんのライフジャケットを取り上げた絵本 3 冊を町内 3 つの小学校に寄贈しました。●このライフジャケットは、町民で身長 125 cm から 155 cm の小・中学生に無料で貸し出します。詳しくは、町ホームページ、または生涯学習課にお問い合わせください。☎357-3302

水難事故防止にライフジャケットを寄贈

子どもの水難事故防止のために全国の自治体にライフジャケットを寄贈し、その普及活動をしている香川県高松市の元小学校教諭の森重裕二（もりしげゆうじ）さんから、7 月 24 日、町に 15 着の子ども用ライフジャケットを寄贈いただきました●森重さんは、2007 年に高知県の四万十川で小学生が命を落としたいたましい事故をきっかけに、以降 18 年間にわたり活動が続けてきました●寄贈されたライフジャケットは、今年 4 月にクラウドファンディングで全国に資金を呼びかけて購入し、寄贈式には、東京オリンピックの聖火ランナーつながりで親交がある菖蒲田浜出身



花火を楽しんだ人は何人？

8 月 11 日に菖蒲田海水浴場花火大会が開催され、約 7,000 人が、約 2,000 発の花火を堪能しました●花火を打ち上げる時間帯には、七ヶ浜国際村や生涯学習センター前、笹山地区などの高台でも花火を楽しもうと多くの人々が集まりました●七ヶ浜町全域で花火を楽しんだのは、はて何人だったのでしょうか？



国際村開館 400 万人

七ヶ浜国際村が 1993 年に開館して、来館者 400 万人目の高山外国人避暑地のカミングス・マッシューさん（写真後列）に記念品が贈られました●カミングスさんは、「歓迎してくれてありがとうございます。35



年間、毎年避暑に来ています。七ヶ浜は空気も美味しく、いつも海でリフレッシュされています。」と七ヶ浜への感謝の気持ちも添えました。



SEVEN BEACH PROJECT が表彰

8 月 27 日に宮城県仙台合同庁舎で開催された令和 7 年「海の日」海事関係功労者表彰式で、SEVEN BEACH PROJECT（セブンビーチプロジェクト、代表 久保田靖朗（くぼたやすあき）さん（汐南））が、海をきれいにするための一般協力者の奉仕活動として、国土交通省東北地方整備局長から表彰されました●SEVEN BEACH PROJECT は、子どもたちが安心して走れるビーチをつくるため、平成 24 年から毎月 1 回、令和 2 年からは週 1 回、菖蒲田海岸を中心に清掃活動を行い、13 年間にわたり海岸の環境美化保全、利用者の環境意識の向上に貢献したことが認められたものです。

健康

1に運動 2に食事
しっかりと禁煙 良い睡眠

9月は健康増進月間、伸ばそう健康寿命！

健康寿命という言葉を知っていますか。健康で自立した行動ができる期間のことですが、驚くことに七ヶ浜町は県内の他の市町村と比較して健康寿命が短いというデータが出ています。

健康寿命を延ばすには、生活習慣病の予防と元気に動ける身体づくりが必要です。

町民皆さんの健康寿命を延ばすきっかけとして、「1に運動 2に食事 しっかりと禁煙 良い睡眠」を意識し、日頃の生活に「十（プラス）10分運動 いつもの生活に10分の運動を取り入れる」と「食事をおいしく バランスよく」を心がけてみませんか。

さわやかな秋空のもと汗をかい運動しましょう。

問 健康福祉課健康増進係 ☎357-7449

歯周病検診

町では生涯ご自分の歯で健康に過ごしていただくために、全身の健康と関係する歯周病予防を推進しています。

申し込んだ方には受診票を送付しましたが、まだお手元に届いて

いない方、これから検診を希望される方はご連絡ください。

●とき 9月1日①～11月30日②

●ところ 塩釜管内指定歯科医療機関（二市三町）

●対象者 20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳（令和8年3月31日現在）

●受診手続き 受診票が届いたら、希望する指定歯科医療機関に、事前に予約し、受診票問診項目にご記入の上、受診票とマイナ保険証または資格確認書、歯ブラシをご持参ください。

●個人負担 千円（歯科医院窓口でお支払いください）

次に該当する方は、個人負担が免除になりますので証明書等を窓口で提示してください。

①70歳（加入している保険に関わらず、令和8年3月31日現在の方全て）

②七ヶ浜町国民健康保険加入者

③生活保護法による被保護者

●検診内容 口腔検査、歯肉の検査、口腔衛生状態、歯みがき指導、主訴相談、結果説明

●注意事項 当検診には治療行為は含まれません。精密検査や治療が必要な場合は、歯科医師と相談の上受診してください。費用は自己負担です。

問 申込 健康福祉課健康増進係 ☎357-7449

9月は自殺予防週間です

毎年9月10日は世界自殺予防デー、9月10日から16日まで「自殺予防

週間」です。

人と話すことで心が軽くなるかもしれないかもしれません。一人で抱え込まず、相談してください。

ご家族・ご友人・同僚など、身近な人の様子が違うと感じた場合は声を聴いてあげましょう。

●自殺を予防するための3つのポイント

《気づき》 周りの人の悩みに気づき、耳を傾ける

《つなぎ》 早めに専門家に相談するように促す

《見守り》 温かく寄り添いながら見守る

問 健康福祉課健康増進係 ☎357-7449

心身障害者医療費助成

障害者（児）の方の医療費の自己負担額を助成します。助成を受けるにはあらかじめ「受給者証」の登録が必要です。まだ登録がお済みでない方は手続きをお願いします。

●対象者 身体障害者手帳1級、2級及び3級（内部障害）、療育手帳A、精神保健福祉手帳1級をお持ちの方、特別児童扶養手当1級に該当する方等

●所得制限 本人、保護者等の所得が一定額以上の場合、助成を受けられませんのでご注意ください。

●更新登録 毎年10月1日に登録の自動更新を行います。該当者には受給者証が送付されますが、所得額等が確認できない方（未

熱中症特別警戒アラートが
発表されたら

環境省と気象庁では、昨年からの「熱中症警戒アラート」よりも一段階引き上げた、過去に例のない危険な暑さにより熱中症による重大な健康被害が生ずるおそれのある場合に「熱中症特別警戒アラート」を発表することにしました。

●発表基準 県内18カ所すべての暑さ指数情報提供地点で、暑さ指数（気温・湿度・日射・輻射、風の要素を基に算出される指標）が35以上と予想される場合

●発表のタイミング 前日午後2時頃

●発表された時の対応

・室内等の涼しい環境で過ごし、こまめな休憩や水分、塩分補給

・高齢者や子どもなどの熱中症にかかりやすい方が、涼しい環境で過ごしているか確認

・空調がない場所での運動等は、ご自身や周りの方を守る行動を

●空調のない方等の避難施設（クーリングシェルター）

町では、熱中症特別警戒アラートが発表された場合に、暑さをしのぐ場所として「生涯学習センター」と「七ヶ浜国際村」を開放します。

問 町民生活課環境生活係 ☎357-7455

9/30 火 今月の納期限 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算されます。 問町税等徴収特別対策室 ☎357-7453												
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
●町県民税			1期		2期		3期			4期		
●固定資産税				1期		2期		3期		4期		
●都市計画税			1期		2期		3期		4期			
●軽自動車税			全期									
●国民健康保険税				1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期
●介護保険料				1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期
●後期高齢者医療保険料				1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期

9/14

日

9/11・25

木 木

**マイナンバーカード専用
平日夜間と休日窓口**
 9時-12時 17時15分-19時30分

- マイナンバーカードの受取り、電子証明書の更新、申請サポート
- その他マイナンバーカードに関連した手続き(保険証の登録、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日中のみ受付です。 問町民生活課戸籍住民係 ☎357-7445

おくすり手帳は、これまでに自分が服用してきた薬を記録する手帳です。いつ、どこで、どのような薬を、どのくらいの量で処方してもらったのか、服用してきた薬の履歴を1冊

おくすり手帳を活用していますか？

令和7年中に住宅や倉庫等の家屋の滅失と一部解体した場合は、所有者による家屋滅失届が必要です。該当する方は、解体証明等滅失したことが分かる書類を持参の上、お越しください。

問 税務課固定資産税係 ☎357-7451

家屋の滅失届

令和7年中に完成する新築、増築家屋を対象に評価調査を行います。9月上旬から税務課職員が伺いする予定ですので、ご協力をお願いします。

調査に該当する方には、順次ご案内を送付します。早期の調査を希望の方や日中不在がちな方は、ご連絡ください。

問 税務課固定資産税係 ☎357-7451

新築家屋などの評価調査

税・年金・保険

申告等)については、助成がでない場合があります。

問 健康福祉課障がい福祉係 ☎357-7449

国民年金保険料の免除(全額免除・一部免除)、納付猶予、学生納付特例の承認を受けた期間がある場合、保険料を全額納めた方と比べ、老齢基礎年金(65歳から受けられる年金)の受け取り額が少なくなります。

将来受け取る老齢基礎年金を増やすために、これらの期間の保険料について、10年以内であれば、さかのぼって把握することができます。

国民年金保険料の免除・納付猶予期間等がある方へ

問 町民生活課国民年金係 ☎357-7446

調剤薬局で希望すれば、おくすり手帳を無料で作ってもらえます。1冊あれば、どの医療機関でも使うことができます。

問 町民生活課国民年金係 ☎357-7446

おくすり手帳をもらうには

③ 外出時や災害時にも有効です
外出先で急に具合が悪くなった時や、災害が起きた時などにもおくすり手帳があれば、自分の服薬の情報を正確に伝えることができます。

② 1冊にまとめましょう

飲んでいるすべての薬を1冊で記録することが大切です。医療機関や薬局ごとで分けずに、1冊にまとめましょう。

① 医療機関にかかるときは必ず持参していきましょう

薬の重複や飲み合わせを確認することができ、副作用やよくない飲み合わせのリスクを減らすことができます。

一部免除を受けた期間は、納付すべき保険料が納付されていなければ追納はできません。(例えば、4分の3免除の期間を追納する場合は、残りの4分の1を納めている必要があります)

・追納するには、申し込みが必要です。追納の申し込みやご相談は仙台東年金事務所までお願いします。

問 仙台東年金事務所 ☎257-6111

七ヶ浜町職員募集

令和8年4月1日採用予定の七ヶ浜町職員を次のとおり募集します。詳しくは、町ウェブサイトをご確認ください。受験申込書は、役場総務課で配布しています。

問 総務課 ☎357-7436

		採用予定数		申込締切
上	級	栄養士	1名	9月30日㊤
上	級	土木	1名	
		建築	1名	

海に龍、 空にブルーインパルス

7月21日の第78回塩釜みなとまつりの日、志波彦神社のみこしを載せた御座船、龍鳳丸（りゅうほうまる）が吉田花渚港に着岸し、海上安全と大漁、そして、七ヶ浜町の発展と町民が日々健やかに過ごせるよう祈願しました●この日は、日本三景の日として上空では、ブルーインパルスが見事な編隊飛行を披露しました。



くらし

救急車の適正な利用のお願い
9月9日は救急の日です

9月7日⑨から13日⑩は、「救急医療週間」です。救急出場件数は年増加し、過去10年間の現場到着までにかかる時間が延びています。命の危険が迫っている方には、1分1秒がとても重要です。そのためにも、救急車の適正な利用をお願いいたします。判断に迷う際は以下のサービスを活用してください。
●休日・夜間の急な病気・けがで迷ったら！
「おとな救急電話相談」 #7119

平日 19時～翌朝8時
土曜 14時～翌朝8時
日・祝日 8時～翌朝8時
「こども夜間安心コール」 #8000
毎日 19時～翌朝8時
緊急・重症の場合は、迷わずすぐに119番通報してください。
問 七ヶ浜消防署 ☎357・4349

大木園貝塚ネイチャーウォーク・秋

貝塚内を散策しながら秋の植物や実を観察する講座です。貝塚内を散策するため、露出の少ない、歩きやすい服装でご参加ください。
●とき 10月4日④ 荒天時の予備日11日⑤ 10時～正午
●ところ 歴史資料館研修室・大木園貝塚遺跡公園

●参加料 200円（保険代・資料代）
●募集人数 小学生以上20名程度
※定員を超えた場合のみ抽選を行います。
9月26日までに申込者へ連絡します。
●募集期間 9月9日⑨～23日⑮
●申込方法 添付の二次元コードまたは電話でお申し込みください。
問 歴史資料館 ☎365・5567
⑨休館（祝休日の場合は翌日休館）
むすび丸春日PA歴史体験まつり



利府町にある三陸道春日パーキングエリアで火起こしや実物の資料に触れる歴史体験イベントを開催します。なお、一般道からの来場はできません。利用した区間の高速料金がかかります。会場は下り線側（松島・石巻方面）です。お間違えないようご注意ください。
●とき 9月13日④ 10時～14時
●ところ 三陸道 春日パーキングエリア下り線 文化財展示室・屋外特設会場 ●参加無料
●体験メニュー ミニ勾玉作り、火起こし体験、貝アクセサリー作り、スクラッチシートキーホルダー作り、さわって歴史コレクション（土器や瓦などを触る体験）
問 宮城県道路公社 ☎263・0566

松島湾三町文化財展 松島会場

七ヶ浜町・松島町・利府町の三

10/1
現在

9月中旬～ 国勢調査員がお伺いします



国勢調査は、日本に住んでいるすべての人を対象とする、国のもっとも基本的な調査です。調査の内容は、男女の別、出生の年月、就業状況、通勤・通学地などです。

9月中旬から国勢調査員が全世帯にお伺いしますので、回答をお願いします。インターネットやスマートフォンからも回答できます！※調査票にご記入いただいた内容は、統計上の目的以外に使用することは絶対にありません。また、統計調査を装った不審な電話やメールにご注意ください。

問 まちづくり振興課 ☎357-7443

大募集!! ふるさと納税返礼品

七ヶ浜町にふるさと納税（寄附）された方への返礼品として、商品やサービス等を提供いただける法人、団体または個人事業者を募集します。詳しくは、募集要領をご覧ください。

問 まちづくり振興課
☎357-7443





このマークはなに？

手話マーク

きこえない・きこえにくい人などがこのマーク

を提示した場合は、「手話言語で対応をお願いします」という意味です。役所などの公共施設や民間施設、交通機関の窓口、店舗などに表示している場合は「手話言語で対応します」などの意味です。イベント時のネームプレートや災害時に支援者が身に着けるビブスなどに表示することもできます。

<https://www8.cao.go.jp/shougai/mark/mark.html>

☎健康福祉課障がい福祉係 ☎357-7449

子どもたちの 育成事業にと寄付金

7月28日にENEOS株式会社仙台製油所から、町の芸術文化振興のためにと七ヶ浜国際村事業協会に寄付金をいただきました●この寄付金は、11月15日のミュージカルグループ NaNa5931 公演の協賛と子どもたちの育成事業に役立てられます。



仙台製油所所長の山縣厚（やまがたあつし）さんと寺澤町長

2025創業塾く自分に合った 創業という生き方

●とき 10月25日、11月1・8・15日、令和8年2月7日 ※いず

☎町民生活課環境生活係 ☎357-7455

町が所蔵する文化財を各町で紹介し、松島会場では七ヶ浜町と利府町の資料を展示します。●とき 9月20日①、11月17日② 8時30分～17時 ●ところ 観瀾亭・松島博物館 ●入館料 大人200円、大学・高校生150円、小・中学生100円 ●展示資料 吉田浜貝塚出土資料（七ヶ浜町）他

9月は廃棄物不法投棄防止強化月間

廃棄物の不法投棄は、生活環境の破壊につながり、法律で禁止されています。

町では県との連携のもと、看板の設置や巡回パトロール等を行っています。●とき 9月20日①、11月17日② 8時30分～17時 ●ところ 観瀾亭・松島博物館 ●入館料 大人200円、大学・高校生150円、小・中学生100円 ●展示資料 吉田浜貝塚出土資料（七ヶ浜町）他

☎歴史資料館 ☎365-5567 ② 休館（祝休日の場合は翌日休館）

ポリテクセンター宮城 11月入所受講生募集

●訓練科名(定員)

①溶接施工科(3)

②CAD・NCオペレーション科(3)

③情報ネットワーク技術科(10)

※①～③は全てビジネススキル講習付きコース

●訓練期間 11月4日①～令和8年5月29日②

●募集期間 9月1日①～30日②

●受講料 無料(テキスト代や作業服等の経費の自己負担があります)

☎申込 ポリテクセンター宮城訓練第一課 ☎362-2454

動物との暮らし方を 考えてみませんか

9月20日～26日 動物愛護週間

動物の愛護と適正な飼育方についての理解と関心を深める週間です。

○家族の一員として、最後まで世話をお願いします。

○飼い犬の町への登録と狂犬病予

枝の剪定と 雑草の除去を

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ないか？

道路に張り出していると、交通安全上(歩行・走行時に)大変危険です。所有(管理)地の樹木の剪定・雑草の除去を行い、適切に管理されますようお願いいたします。

☎建設課 ☎357-7441



犬を飼っている方へ



猫を飼っている方へ

☎町民生活課環境生活係 ☎357-7455

あなたの運転年齢・運転技能を
チェック

ドライビングシミュレーター体験会

●とき 9月25日(木)、26日(金)

各日9時30分～11時30分、13時30分～16時 ※1回当りの体験時間は15～20分程度

●ところ 役場1階相談室

※体験は、運転免許保持者に限り
ます。体験無料体験希望の方は、事前に予約を
お願いします。

問 予約 防災対策室 ☎357・7437

危険物取扱者試験(乙種第四類)
準備講習会

●とき 10月15日(木) 9時～17時

●ところ 多賀城消防署

●受付期間 9月10日(木)～10月7日(火)

●テキスト代 2300円

※テキストは、申込時に配布しま
すので、中止の場合でも返金はで
きません。ご了承ください。

問 申込 塩釜地区防災安全協会

(塩釜地区消防事務組合予防課内)

☎361・1617

女性の相談窓口

宮城の女性つながりサポート型支
援事業不安や疲れ、気持ちの落ち込み…う
まく言葉にできないけれど、心がつら
いと感じることはありませんか？ひとりで抱えずに、どうかそつ
と気持ちを聞かせてください。女
性相談員がお聞きします。相談の
内容に合わせて、行政サービスの
提供ができる窓口を一緒に探すこ
ともできます。

◎出張相談会

●とき 10月5日(日)11時～16時

●ところ セブ浜国際村セミナー室1

◎相談電話番号 ☎265・8866

●開設期間 令和8年2月28日まで

●開設時間 毎週火・木・土曜

(祝日・お盆・年末年始を除く)

○電話 (10時～13時)

○メール・ライン(24時間受付)

火・木・土曜の19時～21時に返事

問 仙台台北地域受託者 特定非営利

活動法人キミノトナリ ☎265・88

66 または生涯学習課 ☎357・3

302

子育て

不妊検査費助成を拡充

4月から検査費用の助成回数が、
次のとおり拡充されています。●変更前 1組の夫婦につき1回
限り●変更後 1組の夫婦につき1子
ごと1回限り詳しくは、ホーム
ページをご覧ください。

問 子ども未来課 ☎357・7454



町営住宅入居者の募集

※詳しくは、募集要項をご覧ください。

●募集住宅と戸数 計11戸

地区住宅名	1LDK	2LDK	3LDK
松ヶ浜	1		
菖蒲田浜	2		1
花淵浜	3		3
吉田浜			1
代ヶ崎浜			

●申込期間 9/1(月)～12(金) (消印有効)

●募集要項の配布期間 9/1(月)～9/12(金) 8:30
～17:15 ※土日を除く。郵送は行いません。

●配布場所 役場

①申込資格 (条件すべてに該当する方)

- セブ浜町内に住所もしくは勤務先がある。
または新たに町内に住所を必要とする。
- 市町村民税等を滞納していない。
- 住宅に困っていることが明らかである。
(持ち家がない方など)
- 月額所得が158,000円以下である。(障害
者世帯等の場合は214,000円以下)
- 暴力団員でない。
- 公営住宅(災害公営住宅を含む)に居住し
ていない。

7. 所得がある方を連帯保証人にたてられる。

②単身申込資格 (①の条件すべてに該当し、以
下の条件のいずれかに該当する方)

- 満60歳以上
- 身体障害者手帳の障害の程度が1級から4
級まで
- 精神障害者保健福祉手帳の障害の程度が1
級から3級まで
- 障害福祉サービス受給者証・特定疾患医療
受給者証の交付を受けている。
- 知的障害者で療育手帳「A」または「B」に
該当する障害がある。
- 戦傷病者手帳の障害の程度が特別項症から
第6項症まで、または第1款症
- 原子爆弾被害者として厚生労働大臣の認定
を受けている。
- 生活保護を受けている。
- 海外からの引揚者で引き揚げ後5年未満
- ハンセン病療養所入所者
- 配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護
に関する法律に規定するDV被害者

問 申込 県住宅供給公社入居管理課 ☎224-0014

問 建設課管理係 ☎357-7441

ご利用ください 高齢者の方に対するサービス

問 長寿社会課 1,2 は介護保険係 ☎357-7447 3,4 は地域福祉係 ☎357-7448

	事業名	概要	対象	費用
1	高齢者等配食サービス事業	日常生活の安定、健康の維持、安否の確認を目的として弁当を配達します。	65歳以上の単身世帯または高齢者のみ世帯で食事の調理が困難な方	1食あたり350円を引いた負担額
2	認知症高齢者等見守りシール活用事業	認知症高齢者等で、はいかいのおそれのある人などに「見守りシール」を交付します。	①町内に居住し、はいかいのおそれのある方 ②要支援・要介護認定された方 ③認知症と診断された方	無料
3	ひとりぐらし老人等緊急通報システム	緊急通報機器を貸し出し、自宅内での急病や事故等の緊急事態に迅速な対応ができる体制を整備して、日常生活の安全を確保します。	①おおむね65歳以上でひとりぐらしの生活に不安がある方 ②ひとりぐらしで身体障害者手帳1級又は2級を所持する方	自宅取付け型 機器の貸与無料 固定電話回線と緊急時に協力いただける方の承諾が必要です。 携帯型 500円/月、その他通話料金等。緊急対応出動で使用するため委託事業者に自宅の鍵を預けます。
4	はいかい高齢者SOSネットワークシステム	協力機関と連携して、行方不明になったときに早期の発見と保護につなげるためのネットワークです。事前の登録が必要です。	65歳以上の高齢者で認知症によりはいかいのおそれのある方	無料 SOSネットワークは町内の介護施設等の協力が不可欠です。新たに協力機関として登録いただける場合は、長寿社会課までご連絡ください。

こども計画・アンケート調査

あなたの声をお聞かせください

問 子ども未来課 子育て支援係

☎357-7454

七ヶ浜町こども計画（計画期間：令和9年度～令和11年度）を策定するにあたり、町内にお住いのこども・若者・子育て当事者の方々を対象に、生活実態や子育て環境等の現状やご意見等をお聞きするため、アンケート調査を実施します。ぜひ、ご協力をお願いします。

対象者	調査方法（Web回答可）
小学5年生～中学3年生	9月上旬頃、学校にて調査票配布
上記保護者	
若者（高校生～39歳までの町民から無作為抽出）	9月中旬頃、調査票を郵送

交通規制・片側交互通行

道路工事により、車両片側交互通行にご協力をお願いします。また、現地予告看板にて交通規制と休工の期間を事前周知します。

町事業
～R8.1.30

町道七ヶ浜縦断線（9:00～16:30 片側交互通行）

- ①湊浜字升形付近（県道58号線升形交差点）
- ②汐見台1丁目から6丁目

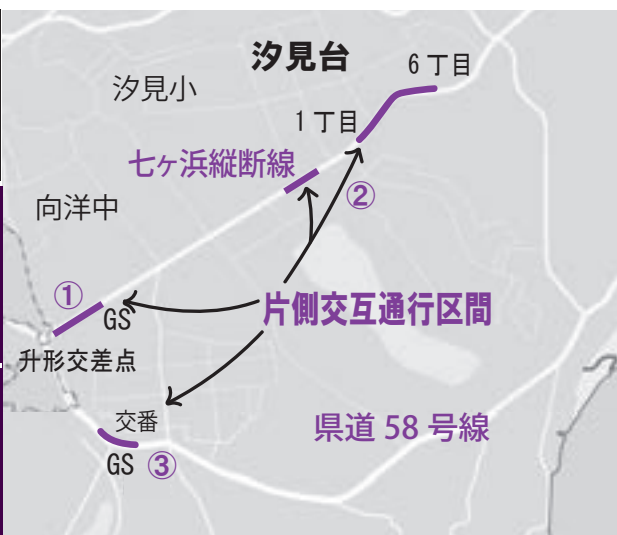
問 建設課 ☎357-7442

県事業
～R7.12.26

県道58号 塩釜七ヶ浜多賀城線（片側交互通行）

- ③湊浜「七ヶ浜交番」付近

問 仙台土木事務所 道路管理第1班 ☎297-4315





子育て ヒント帳



親と子を支援・ まっぼっくり広場

9/21
①

親子すまいるフェスタ 親子で楽しもう!!

「プラズマカー」や「わなげ」などで遊べる広場、親子で手作り玩具を作ったり、野菜の摂取量を推定して簡単に健康チェックできる体験コーナーなど、他にも親子で楽しめるイベントがたくさんあります。ぜひご家族みなさんでお越しください。

問 子育て支援センター ☎362-7731



子育て 支援センター

問 ☎362-7731

子育て支援センター行事へ参加希望の方は予約が必要です。
当日参加が可能な場合があります。

♥ マタニティ・ベビーヨガ

●9/4 ⑧ 13:30 ~ 14:00

妊婦、乳児、保護者向けのやさしいヨガです。動きやすい服装で、バスタオル、飲み物をご持参ください。

♥ 英語で Dancing

●9/17 ⑧ 10:30~11:00

国際交流員と一緒に英語の歌やダンスなどして遊びましょう。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。対象は0歳～未就学児

♥ ヘザーの Circle Time

●9/25 ⑧ 10:00~11:00 1歳以上児と保護者

●9/26 ⑨ 13:30~14:30 0歳児と保護者
英語の歌遊びや身体を使った遊びで親子

のコミュニケーションを取りましょう。先着 6組 (予約制)

♥ あそぼ・あそぼ

●9/30 ⑨ 10:00 ~ 11:00

ミニ運動会と9月生まれのお誕生会です。

♥ 敬老の日プレゼント作り

●9/11 ⑧ 10:00 ~ 11:00

おじいちゃん、おばあちゃんに手作りの物をプレゼントしましょう。

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。予約なしで自由に遊べる広場で、保護者の方の情報交換、仲間作りの場にもなっています。

●平日 9:00 ~ 17:00

月日	行事名	場 所	受付時間	対象と内容、持参するもの
9/8	乳児健康診査	子育て支援センター	個別にお知らせ	個別にお知らせ
17	2歳6か月児 歯科健康診査	母子健康センター		R4.12.28~R5.3.12 生まれのお子さん
26	すこやか健康相談 (キッズ/マタニティ)	子育て支援センター	10:00~11:30	母子健康手帳 (身長・体重測定、離乳食相談等)
10/14	1歳児健康相談		個別にお知らせ	R6.9.1~R6.10.31 生まれのお子さん

9月 健康カレンダー

●健康診査・健康相談の際には、母子健康手帳をご持参ください。

●母子健康手帳交付は完全予約制です。事前にご連絡ください。

問 子ども未来課

☎357-7454

広報七ヶ浜 2025. 9・18



- 開館時間 9:00～17:00
- 休館日 9/1、8月、16㊟、22月、26金、29月、10/6月、14㊟、20、27月、31金
- 遠山保育所返却ボックス 9:00～17:00 (㊟㊟㊟、年末年始を除く) インターホンでお知らせください。



遠山こども園栄養士

子育てポータルサイトに時間短縮レシピやアレンジ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。

健康福祉課健康増進係 357-7449

9/26 9:30～13:00
おとなの食育教室
～食べて納得!～
参加者募集

一般図書

- 麦本三步の好きなもの 第3集 住野 よる/著
- 我、演ず 赤神 諒/著
- ほぼ15分以内! 超かんたん最安肉を最高に美味しく 新谷 友里江/著
- 大切な家族を守る「おうち防災」 奥村 奈津美/著
- パズルと天気 伊坂 幸太郎/著
- 奇のくに風土記 木内 昇/著

子どもの本

- すき! すき! 車がだいすき! キミ・ウィアート/さく
- ポタポタぴちゃん! 中垣 ゆたか/作・絵
- かけています 市原 淳/作
- きんぎょだいさくせん まつなが もえ/著
- ぶたすけのラッパ 柴田 ケイコ/絵・やまざき ひろし/作
- こっせつくん 得地 直美/絵・春風亭 一之輔/文

※新着図書はこのほかにもあります。

特集『お弁当』

- 屋12時のお弁当研究所 小田 真規子/著
- 朝つめるだけ! たんぱく質のお弁当378 決定版 阪下 千恵/著・藤田 聡/監修

おはなし会 9/18㊟、10/16㊟ 10:30～ 生涯学習センター内キッズルーム

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。どんなプログラムになるかは楽しみに! 親子で楽しいひとときをおすごしください。

ミニ展示コーナー 9月のテーマは『秋のくだもの』

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。

「まごわやさしい」って何だろう?

皆さんは「まごわやさしい」という言葉をご存じですか? ちなみに「孫は優しい」ではありません。実は和の食材の頭文字を表した合言葉です。この7種類の「まごわやさしい」の食材を食事の中に取り入れると、健康でバランスの良い食生活を送ることができるといわれています。

「まごわやさしい」ってどんな食べ物?

- ま・・・豆類(大豆・豆腐・納豆・油揚げ)
- ご・・・ごまなどの種実類(ごま・ナッツ・かぼちゃの種)
- わ・・・わかめなどの海藻類(わかめ・ひじき・こんぶ)
- や・・・野菜類(葉物野菜・根菜野菜)
- さ・・・魚介類(魚・貝・とくに小型の青魚)
- し・・・しいたけなどのきのこ類
- い・・・芋類(じゃがいも・さつまいも・里芋)



7つの食材にはそれぞれ違う栄養が含まれています。例えば、きのこにはカルシウムの吸収を助けてくれるビタミンDが含まれており、海藻や野菜類にはミネラルが多く含まれています。暑さでたくさん汗をかくこの時期は海藻や野菜類をとくに意識してとりたいですね。

一汁三菜を基本とした日本食のバランスは健康的でおすすめしたい食事ではありますが、仕事や家事に追われ忙しいご家庭も多いと思います。そんな時は、「まごわやさしい」の食材を意識して、一つでも二つでも食事に取り入れてみるのはいかがでしょうか。

小さな積み重ねが健康につながっていきます。健康で楽しい食生活にしていきましょう。

高血圧や高血糖、高コレステロールなどの生活習慣病が気になる方、食事で改善を目指しましょう。

- ところ 中央公民館 第1・2研修室 調理室
- 募集人数 20人(先着順。男性も大歓迎です。)
- 内容 管理栄養士講話「自分にぴったりの量を見つけよう!」
調理実習「適塩・適量で食べてみよう!」 血管年齢チェック
- 持ち物 エプロン・三角巾(バンダナ可)・マスク・ふきん2枚・筆記用具・お茶や水・電卓
- 参加費 500円(当日) ●申込締切 9月10日㊟17時 申込 健康福祉課健康増進係 357-7449

シリーズ
認知症①

認知症は自分ごと…自分らしく、 地域で暮らす時代に

げんき
はつらつ

地域包括支援センター

みなさんは認知症についてどのように思いますか？「認知症になると何もわからなくなり、できなくなるものだ」と思っていないですか？

病気を理解し、認知症になったとしても、自分らしく今の生活を続けられればよいと思いませんか？

令和7年の認知症と軽度認知障害は、約1,036万人と推計され、高齢者の3.5人に1人が認知症またはその予備軍といわれます。自分や家族、身近な人が認知症になったら、どのように生活したいですか？どんな地域、社会で暮らしていきたいですか？

認知症ってなあに？ 認知症は脳の疾患により認知機能が低下し、日常生活の不具合が生じる状態です。認知症＝高齢者のイメージが強いと思いますが、若い年齢で発症することもあります。

認知症の種類ってどのくらいあるの？ 脳の研究から様々な種類があることが、わかってきています。

- 一般的なのは
- ・アルツハイマー病⇒脳の萎縮や、細胞が少しずつ壊れることで起こる。
 - ・レビー小体型認知症⇒脳にタンパク質（ゴミのようなもの）がたまることで起こる。
 - ・脳血管型認知症⇒脳卒中等で脳の血管が壊れたために起こる。
 - ・アルコール性認知症⇒名前の通り、アルコールのとりすぎで起こる。

※地域包括支援センターでは、認知症をシリーズ(9、11、12、2月の予定)で取り上げます。

講演会

「終活と成年後見
制度について」

終活って何から始めればいいのか？成年後見制度って何？など興味がある方はぜひお気軽にご参加ください。

●とき 10月3日(金) 14時～15時15分

●ところ 中央公民館

●講師 宮城県司法書士会名誉会長 森田みさ氏
参加費無料。詳しくは地域包括支援センターまで

9月は世界
アルツハイマー
月間です

国際村ホールをオレンジにライトアップ

認知症に関する啓発月間として、9月の毎週土日の夜にシンボルカラーでライトアップしています。

9月 介護予防教室 に参加しよう！

仲間と楽しく運動して、いつまでも元気に動ける体づくりをしましょう。参加希望の方はご連絡ください。●対象 おおむね65歳以上の方 ●時間 10時～正午 ●場所 地区公民分館・避難所等

湊) ひまわりの会	10・24(㊦)	境) 浜楽会	2・16・30(㊦)
松) はまぎく会	4・18・25(㊦)	遠) かぶとむしの会	12・26(金)
菖) 花菖蒲の会	9・16・30(㊦)	遠) あんしんウォーク	1・29(月)
花) はなぶしまじゃらいん会	11・18・25(㊦)	汐) 悠々倶楽部	5・12・19(金)
吉) さくらの会	1・29(月)	汐南) しおさい南クラブ	5・19(金)
代) 元気よがさきの会	3・10・24(㊦)	亦) 亦来る会	11・25(㊦)
東) すこやか明神会	3・10・24(㊦)	笹) やまぼうしの会	11・25(㊦)
要・御) さわやかにぎにぎクラブ	1・8・29(月)	問申込 長寿社会課地域包括支援センター ☎357-7447	

くまの相談

行政相談 相談委員

瀬戸源市(東) 相澤まり子(笹)

人権相談 相談委員 斉藤和枝(汐)

原田 武(要) 船木明子(汐南)

星 洋子(菖) 渡邊十三生(菖)

みんなの人権110番 ☎0570-003110

女性の人権110番 ☎0570-070810

子どもの人権110番 ☎0120-007110

生活相談 生活上の心配事に関する相談

相談委員 民生委員

行政・人権・生活相談日

●9月9日(火) 10時～15時

●上下水道庁舎2階

生活保護相談 要予約(先着順)

相談員(県仙台保健福祉事務所)

●9月10・24日(水) 10時～15時

●長寿社会課窓口

問長寿社会課地域福祉係 ☎357-7448

無料法律相談 要予約(先着順)

弁護士が相談に応じます。(一人30分)

●9月11日(木) 13時30分～16時30分

●上下水道庁舎2階

問総務課 ☎357-7436

消費生活相談 宮城県消費生活相談

センター(☎211-3123)で随時受付

多重債務者相談窓口 ●費用無料

●9月(金) 9時～12時、13時～17時

問東北財務局 ☎266-5703

ひきこもり相談窓口 家族の相談も可能

●9月(金) 8時30分～17時15分

問町社会福祉協議会 ☎080-6637-5067

セヶ浜発見！

高齢者のイメージが覆った！



クック・ヘザー



私は4年前からセヶ浜町に住んでいますが、今年4月からアクアリーナの会員になりました。フィットネスクラスに参加して驚いたことがあります。

70代の方々が、ラテン系の音楽とダンスを組み合わせた、アメリカ生まれのエクササイズ「ズンバ」やボクシングの動きを取り入れたエクササイズの「Fバーンフィット」(写真)のレッスンに参加しているのです。また、町内でノルディックウォーキングをしている70代のグループもよく見かけます。

私の出身地テキサス州では、70歳を超えると外で運動する姿はほとんど見られませんでした。そのため、私の中での高齢者のイメージは、家でテレビを見たり、教会に通ったり、海でのんびり過ごすものでした。

しかし、アクアリーナのFバーンクラスで元気にパンチをする70代の方々を見て、そのイメージが覆されました。私もセヶ浜の人々のように、健康的なフィットネスを続けたいと思います！

国際ひろば

国際交流員と気軽に交流しましょう！

日本語でも英語でも大丈夫です。国際交流が好きな方、外国人と話してみたい方、友だちを作りたい方、年齢やお住まい問わずどなたでもご参加いただけます。時間内は、自由に出入りOKです。ヘザーと新CIRメイヴが皆さんのご来館をお待ちしています！

●とき 9月27日④ 10:00～12:00 ●ところ セヶ浜国際村セミナー室2

問 セヶ浜国際村 357-5931(④休館)

塩釜地区休日休患診療センター

要事前連絡 塩竈市錦町7-10 ☎366-0630

休日の救急歯科 受付 9時～15時

- 9/14 おおのファミリー歯科 多賀城市大代1-1-38 ☎363-4182
- 15 利府なのはなデンタルクリニック 利府町青山2丁目2-2 ビック敷地内 ☎353-9410
- 21 おかた歯科医院 多賀城市東田中2-30-1 ☎368-5904
- 23 たがじょうグリーン歯科 多賀城市下馬5-8-6 ☎385-6663
- 28 あべ歯科医院・丘の上の歯科医院 利府町加瀬字野中沢125-1 ☎356-1033
- 10/5 汐見台歯科医院 セヶ浜町菖蒲田浜字林合55-1 ☎357-5603

対等なパートナー テマ:暴力の根絶 セヶ浜町男女共同参画推進委員会

DV、性的暴力、セクシュアル・ハラスメント…。誰かが苦しむ世の中をぜったいに許さない。これだって「男女共同参画」

老人福祉センター「浜風」 問☎357-4976

入浴日

④⑤

入浴日が休館日の場合は翌日

●開館時間 9時～16時 ●入浴 女性 10:00～10:45、男性 11:00～11:45 ●休館日⑧(祝日の場合は翌日) ●持参する物 浴用タオル、昼食 ※町民バス「ぐるりんこ」を利用の方に週2往復分の回数券を配布します。

8/1現在の人口(前月比)外国人含む

男	8,632 (-17)	転入	45
女	8,742 (2)	転出	36
計	17,374 (-15)	出生	3
世帯数	6,948 (5)	死亡	27

町の面積 13.19km²

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

5436 <https://www.shio-dan.com>

問 NPO法人宮城県断酒会 ☎397-9

●塩竈市公民館等 ●費用無料

●毎週④19時～20時

●本人以外も参加できます。

問題・飲酒でお悩みの方の相談会 予約不要

問 健康福祉課 ☎357-7449

●塩釜保健所

●9月9日④ 13時30分～16時30分

●ご家族の相談も可能です。

門スタッフに相談しませんか。

等、社会生活に支障が出る前に専

アルコール・薬物・ギャンブル

依存症関連専門相談 要予約

問 塩釜保健所母子・障害第二班 ☎357-3153

16時30分 ●塩釜保健所

●9月10日④、17日④ 13時30分

●専門スタッフが対応します。

・家庭内暴力・摂食障害などを

ひきこもり・思春期こころの相談 要予約

ひきこもり・不登校・いじめ

6/21



10/13 月祝

9:00- 雨天・荒天時は中止
ながすか多目的広場 &
菖蒲田海水浴場

スポーツフェスタでは、海を眺めながらのウォーキングや様々なニューススポーツの体験など、子どもから大人まで誰でも楽しむことができます。
どなたでもご参加いただけますので、みんなで気持ち良く汗を流しましょう。
出店や参加賞も用意しております。

七ヶ浜町スポーツフェスタ実行委員会事務局 NPO法人アクアゆめクラブ ☎357-7920

9/13 土

敬老会

宮城のエンターテイナー庄司恵子さんと娘のKASUMIさんによるスペシャルトークショーをはじめ、飲食・物販ブース、健康測定ブースなど、いつもとは違う敬老会をお楽しみください！

●ところ 七ヶ浜国際村

●対象 町内在住の75歳以上の方と家族の方

●申込 案内通知に同封の返信用封筒を利用してお申し込みください。

※75歳の方のみ、記念写真撮影があります。

※国際村と町内バス停をつなぐシャトルバスを運行します。（申込制） ☎長寿社会課地域福祉係 ☎357-7448

9/23 火祝

身近な災害を考えるシンポジウム

●ところ 七ヶ浜国際村

●講演 林野火災について

講師 京都大学防災研究所准教授 峠嘉哉氏
線状降水帯について

講師 仙台管区気象台気象防災情報調整官 村上誠一氏

●トークセッション 東北大学災害科学国際研究所

准教授 佐藤翔輔氏、峠嘉哉氏、村上誠一氏、七ヶ

浜消防署長 伊藤秀昭氏、町消防団団長 氏家進氏

※入場希望の方は、事前に防災対策室までお申込みください。詳しくは各世帯に配布しましたチラシをご覧ください。 ☎申込 防災対策室 ☎357-7437

10/26 日

宮城県知事選挙

任期満了を迎える宮城県知事選挙が10月26日に執行されます。
詳細は、今後の広報七ヶ浜・町ウェブサイトをご覧ください。

●投票時間 7時～19時 ※7月に執行した参議院選挙と同様に閉鎖時刻を1時間繰り上げます。

●期日前投票 10/10金～25土 8時30分～20時 ●場所 上下水道事業所2階会議室

●選挙公報は、全戸配布します。ご自宅への郵送をご希望の方は、事前に町選挙管理委員会事務局まで電話または電子申請サービス(町HPにリンクがあります)にてお申し込みください。 ☎七ヶ浜町選挙管理委員会 ☎357-7436



災害義援金

7月31日現在

役場庁舎受付、七ヶ浜国際村、アクアリーナ、中央公民館に募金箱を設置しています。
皆さまの温かいご支援ありがとうございます。引き続き、ご支援、ご協力をお願いいたします。

①能登半島地震災害義援金額 2,329,879円

②令和6年9月能登半島大雨災害義援金 158,908円 ☎長寿社会課地域福祉係 ☎357-7448

群青色（ぐんじょういろ）「日本の伝統色」DIC グラフィックス(株) ウルトラマリンで藍銅鉱から採る鉱物顔料の色。日本画の絵の具にもあり、アートウルトラマリンという。

ス
ケ
ッ
チ

震災前までは日本酒の浦霞の仕込み水として東宮浜の井戸水が使われていました。岩手県出身者以外で初の南部杜氏となり、憐佐浦の副杜氏を務める松ヶ浜出身の鈴木智（すずきさとし）さんは、「東宮水には、酵母菌の育成や発酵に必須なカリウムやマグネシウムなどに加え、酵素の抽出や安定化に必要なカルシウムやクロール（塩基）が含まれていました。東宮水は、ほのかにしょっぱくて、ミネラルが多いのか重い感じで磯の香りがしました。」と話します。現在は、水道水を使い、鉄分を除くなど多くの工程を経て仕込み水を作っているものの、基本、水の成分は変えていないのだそうです。今も七ヶ浜の水が酒造りに生かされているともいえますね。



PRINTED WITH
SOY INK

環境に優しい大豆油インキを使用しています

Trademark of American Soybean Association