

広報
七ヶ浜

8
2026

うみ・ひと・まち 七ヶ浜

TOWN OF SHICHIGAHAMA

6月20日に子育て支援センターで開かれたプレパパ・ママクラスに参加したインドゥニルさん(左)とブッディカさん(右)ご夫妻(境)。スリランカから遠い日本での初めての出産を控え、「このクラスがあることを知り参加しました。赤ちゃんの抱っこの仕方も知りませんでしたが、いろいろな体験をすることができました。」とうれしそう。ほっとしたひと時でもありました。



高血圧

140/90

130/80



特集「高血圧ゼロのまちづくり」モデルタウン事業

自分の健康状態が見える!?

「おらあ、好きなものを食って好ぎに生きでいくから、いつ死んでもいいんだ」と豪語しているそのあなた！少しでも健康に気をつけて、楽しく過ごせるんだったら、これに越したことはないでしょ！

今月は、七ヶ浜町が「高血圧ゼロのまちづくり」の取り組みをスタートするにあたり、東北大学東北メディカル・メガバンク機構の寶澤篤先生と小暮真奈先生に、今後の取り組みについてのアドバイスをいただきました。

高血圧の皆さん。さあ一緒に始めましょう！

七ヶ浜町民は血圧が高めで、健康寿命も短い。この現状を何とかしたい！と町では、今年度から5年間、「高血圧ゼロのまちづくり」モデルタウン事業として、血圧を下げることにつながる取り組みを始めることにしました。

高血圧ゼロ??

●東北メディカル・メガバンク機構

教授 宝澤 篤さん
講師 小暮 真奈さん

出席者

●健康福祉課健康増進係

係長 稲田 超
保健師 後藤 愛
管理栄養士 三塚 あゆ

寶澤 篤さん

東北大学大学院医学系研究科公衆衛生学専攻
情報健康医学講座公衆衛生学分野 教授
東北メディカル・メガバンク機構 兼務教授

●一言 私血圧の薬を飲んでます。



最初に声をかけるべきは、
七ヶ浜じゃないかな

稲田 まず、「高血圧ゼロのまちづくり」について、私たちの町にお声がけいただいたのはどういった理由からでしたか。

寶澤 私どもの東北メディカル・メガバンク機構が、震災後の2013年に県内各地で健康調査をさせていただいた際、第1号の調査箇所となったのが七ヶ浜町でしたので、七ヶ浜町にはすごく思い入れがあったんです。

七ヶ浜町には、東北メディカル・メガバンク機構が、ナトリウムを使った保健指導を展開しようとした2016年にも真っ先に手を挙げ、健診にナトリウムを導入していただきました。

この度の日本高血圧学会が進める「高血圧ゼロのまちづくり」については、宮城県内で、まだどこも取り組んでいないと聞き、最初に声をかけるべきは七ヶ浜じゃないかなと思って、お誘いしました。

高血圧は、自覚症状がないことと、そもそも血圧を測らなければわかりませんからどうしても放置されがちなんです。自覚症状のなさ、実際の行動につながりにくいと思っています。

その点、ナトリウム比を見ることがで食生活の様子が数値として表れるので、保健指導する側は具体的

東北メディカル・メガバンク機構

東日本大震災の被災地における地域医療の再建と、住民の長期健康調査を目的として2012年2月に設立された東北大学の組織
ナトリウム比

ナトリウム（食塩）÷ カリウム（野菜・果物に多い）の比率。ナトリウムは血圧を上昇させ、カリウムは血圧を降下させます。ナトリウムもカリウムも食べた量の大部分が尿に出るため、日頃の食塩や野菜の取り方の指標となります。

に指導できることと、指導される側にとっても自分が何を食べたかを思い出しやすいため、スムーズで効果的な指導ができるんです。

20代でも高血圧の人がいます

稲田 町の保健指導でナトリウムを取り組んでみてどうですか。

後藤 ナトリウム比は生活の状況が数値として見えるので、保健師、栄養士間でもすぐ指導しやすくなったと話しています。

ナトリウム測定を継続している人も多いので、去年よりも高くなったという声もあり、七ヶ浜でも浸透ってきているという実感があります。

三塚 健康づくり推進員の研修会でも、ナトリウム測定した後に、野菜をどのくらい食べればいいのかなど、たくさんさんの質問をいただきました。

目で見えるから町民の方もすぐに関心があつて、今後もナトリウム測定を事後健診で続けていきたいですし、もっと幅広い世代にできたらいいなと思っています。

また、今年は1歳6カ月児健診で保護者の方にも測定をお願いしています。測定を通して、普段の食事について聞きとってみると、そこから見えてきた課題が、食生活で欠食が多いということでした。

視点を変えると違う課題も見えてくるので、ナトリウム比はいろいろな活用の仕方があるのかなと思います。

寶澤 20代、30代の方でも血圧が高い人がいます。高血圧は、生活習慣が原因で年を取って、だんだん血管が硬くなつて起きる場合と、ホルモンの異常などでも起きる場合がありますので、若い人でも年に1回でもいいので血圧を測って、自分の血圧を知っていたく必要があると思います。

小暮 若い世代の方たちは、すぐに血圧に影響するわけでもないのですが大丈夫だろうと思つて、好きなものを食べている方もいるかもしれません。ナトリウム比のような客観的な指標があれば、役立ちますね。

寶澤 日本人の血圧が劇的に変わった時期は、冷蔵庫が普及した時期なんです。その前は、食べ物



を塩漬けにしないと長持ちしませんでした。野菜は漬物にして冬でも食べられるようにしたんです。それが冷蔵庫の普及によって、塩漬けにする必要がなくなりました。それが日本人の血圧が一気に下がつていった一つの大きな理由です。また冷蔵庫みたいに血圧を劇的に下げるものがあるといいですね。

高血圧は、認知症の原因にもなるんです

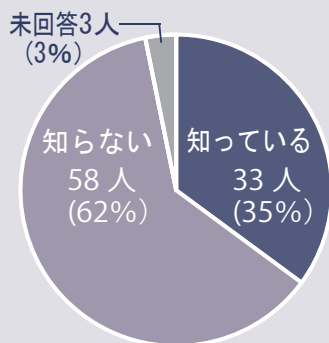
稲田 高血圧を放置していると、どのような病気につながっていくのでしょうか。

寶澤 ゴムホースが血管だと思つていただくとわかりやすいと思います。そこに強い圧力をかけ続けたらどうなるか。薄いゴムホースだったら破れますよね。

破れるまでいかなくても傷がついていきます。コレステロールや血糖値などが高くなり、少し血液がドロドロした状態になると、その傷の上にかさぶたができて、そこにいろいろなものが貼り付いていくようなイメージです。

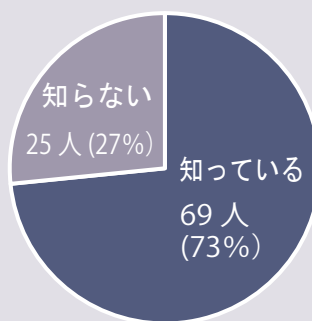
結果的には、動脈硬化つて、ホースの中にゴミが溜まつて詰まるところが出てくる。心臓が詰まれば心筋梗塞、頭が詰まれば脳梗塞、腎臓がやられれば腎不全などになりますし、血管は基本、詰まるか破れるかだと思つていただく

●病院や健診で、血圧がいくつ超えたらすぐ病院に行くよう勧められるか、知っていますか。
(160/100mmHg以上)



「知っている」と回答した人は4割程度にとどまり、6割が知らないと回答。特に家庭血圧の基準値は知っているものの、受診の目安となる値については理解していない人もみられました。

●家庭血圧の基準値を知っていますか。
(135/85mmHg以上が高血圧)



「知っている」と回答した人が7割程度いました。このことから、家庭血圧の基準値は比較浸透していることがうかがえます。

血圧に関するアンケート結果

5月の住民健診で20代から70代までの94人から回答いただきました。



とわかりやすいと思います。
また、高血圧は認知症の原因の一つにもなるんです。ちっちゃい脳梗塞とでもいうんでしょうか。脳の血管の先に血液がたどり着かないところが増えれば増えるほど、認知機能は低下していきますから、血圧は若いうちからきちんと管理しなければいけないんです。
稲田 高血圧と認知症の関係を知ると、もっと興味を持っていただけるかな。
小暮 症状はすぐには出ないじゃないですか。関心が薄い人が多いと考えられる若い世代なら、なおさらです。その若い世代に向けてどう訴えていったらいいのか。
寶澤 そこはすごく難しいところ

で、無関心の人たちを変えようと思っても、なかなか変わらない。情報提供して血圧が上がるとうなりますよっていう話をし続けながら、本人が気になるのを待たない。
昔は新聞とかテレビをみんなが見ていたけれど、多分、今はネットニュースしか見ないので、若者が集まりそうで目につくところにポスターなどを貼っておくぐらいしかないんじゃないかな。
小暮 今回の七ヶ浜町のプロジェクトでは小学生以上を対象にしているので、小学生からも親世代に伝えられたらいいなと思っていました。
寶澤 親も絶対巻き込まれるんです。親は子どもの健康にはすごく

小暮 真奈さん

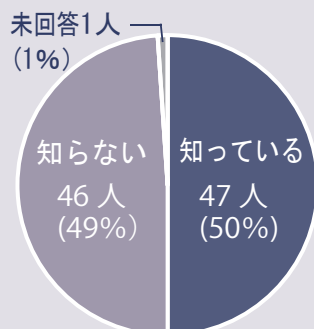
東北大学東北メディカル・メガバンク機構 予防医学・疫学部門、個別化予防・疫学分野 講師

●一言 無塩のポテトチップスを食べています。でも、カロリーが高い…

興味があるけれど、自分のこととなるとなかなかそこまでまわらない、健診にもなかなか行けない。
自分の健康には興味がない世代に、子どもたちを通じて情報提供できるっていうのはすごくいいですね。子どもたちプラス親に対する地道な意識啓発だと思っています。
「たまたま高かった」とみんな言い訳しますよ
稲田 ナトリウム測定に関して、七ヶ浜町の特性や今後取り組むべきところを教えてください。そればと思います。
寶澤 七ヶ浜町だけというのは特にありませんが、全国的に見ても自分の血圧が高いことを知らない人がすごく多いです。

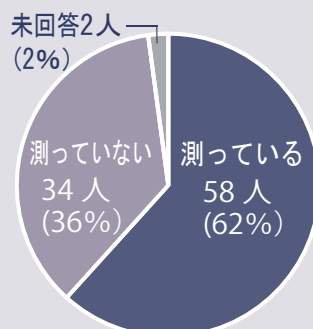
測っていないので自分の血圧をわかっていない人たちが結構多いということが、まず一つの課題だと思います。
たとえば、血圧を測ったとしても、自分の高い血圧を見たときに、それをどのぐらい自分ごととして捉えられるか。痛くも痒くもないので、「たまたま今日高かったんじゃないか。」「こういう場所に来ると緊張するから。」と皆さん、おっしゃるんです。
稲田 血圧を健診会場や病院で測って、私もたまたまだつて言い訳するタイプです。

●1日の塩分摂取量の目標値を知っていますか。 (男性：7.9g未満 女性：6.5g未満)



高血圧予防の基本である塩分の摂取量の目標値について、「知っている」と回答した人は5割にとどまり、約半数が知らないと回答しました。

●家庭で血圧を測っていますか。



家庭で血圧を測っている人は6割程度であり、測っていない人も4割程度いました。高齢者の回答が多かったことを踏まえると、家庭血圧測定の実践化は十分とはいえません。

高血圧ゼロのまち

令和8年度の取り組み

- ①住民健診時の事後指導の強化
- ②住民健診、乳幼児健診でのナトリウム測定
- ③血圧に関するアンケートの実施
- ④公共施設の血圧計設置
- ⑤ホームページ、広報等での周知

7月4日の健康講座の他にも血圧計を設置。常時、役場玄関に設置していますので、お気軽にご利用ください。



寶澤 みんな言い訳はしますよ(笑)。100人のうち95人ぐらいね。

後藤 ここだから高いんだって言う人がやっぱり多かったですね。家庭での血圧はどうですかと聞いたら、だいたい皆さんは家庭で2回以上血圧を測っていて、そのほとんどの方が記録を付けていましたので浸透しているなと思いました。

きちんと血圧の薬を飲んでいない人も多かったので、今後の事業展開の中で、医療機関と町の連携が大切なのかなと思っています。

どのように連携していくのか、イメージがつかないので、教えていただければと思います。

小暮 今年から事業を始めるにあたり、医療機関と住民健診の結果を共有して、病院で受診した際の服薬も共有するなど、連携をはかることも大切なのでは、と思っています。

自分の血圧を知ってもらうことからですね

稲田 血圧を測る、いい時間帯はありますか。

寶澤 朝起きておしっこした後ですね。基本、朝一番と、できれば夜寝る前ですね。

朝ごはん前に測ると、自分もわかりやすく、習慣になりやすいですね。

血圧は1回だけでなく、2回、3回測ってもいいんですよ。その平均



管理栄養士の三塚あゆ

値を取ってください。

今は当たり前のように家で血圧を測るようになり、高かったら病院に行くし、治療もするようになってきました。

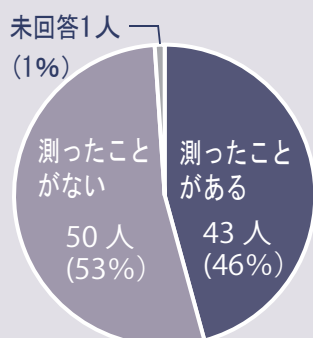
自分の健康が見えて気をつけるという行動につながる。自覚していただくだけでだいぶ違う、ここがポイントだと思っています。

稲田 高血圧ゼロと聞くと、町民の方には、ちょっとハードルが高いなと感じると思います。この事業で行政として目指していく方向性はどのようなところになりますか。

寶澤 「高血圧ゼロのまちづくり」の取り組みとして血圧を知らない人をゼロにしようというの、なかなかハードルが高いんですが、目標の一つになると思います。まずは、自分の血圧を知ってもらうことからですね。

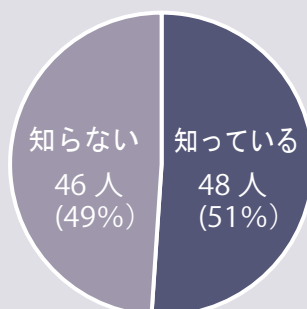
「キオスク血圧」と言って、薬局などに血圧計を置いて、血圧に関心のな

●尿に含まれるナトリウム比を測ったことがありますか。



「測ったことがない」と回答した人が5割以上であり、住民への浸透は十分ではないものの、5割弱は測定経験がありました。これまで、健診会場において血圧が基準値を超える人を対象に測定してきて、測定経験者が一定数みられたことは、これまでの取組の成果が反映されている可能性があります。

●1日の野菜摂取量の目標値を知っていますか。(350g/日)



「知っている」と回答した人が5割程度であり、塩分目標値より認知されていたものの、十分とはいえない状況でした。



血糖値が気になる人、 この指とまれ！

5月に実施した健康診査の結果はどうでしたか？実は今、町民の皆さんの血糖値の状態が県内で深刻な状況にあります。

「最近の健診で数値が上がっちゃって…」
「甘いものはやめられないし、どうすればいい？」そんなお悩み、一人で抱えていませんか？同じ悩みを持つ仲間と一緒に、今日からできる「コツ」を一緒に楽しく学びましょう！

8/26 ①~~9:30~11:00~~ 大好評につき満員！
②13:30~15:00 **限定20名 追加募集中！**
(水) お急ぎください!! 申込は8月19日(水)まで

- ところ 水道事業所 第2会議室
 - 対象 令和8年度の健診結果でHbA1c(ヘモグロビンエーワンシー：過去1~2カ月の平均の血糖値)が、5.6~6.9%だった方。職場などで健診を受けている方も応募できます。
 - 内容 保健師・管理栄養士と一緒に血糖値を下げるための食事や運動のコツを学びます。
 - 持ち物 健診結果・筆記用具・動きやすい服装
- 電話の場合は健康福祉課(☎357-7449)、または次のコードからお申し込みください。
- ☎健康福祉課 ☎357-7449



歩数アップチャレンジ2026

働き盛り世代を中心とした県民の皆様に対して、日常生活において歩数の増加に取り組める機会の提供を目的に、1日当たりの平均歩数8,000歩を目指すキャンペーンを開催します。

10/1-11/30
(木) (月)

●実施内容 事業所部門

対象は、宮城県内の事業所に勤務する方。同じ事業所に勤務する3人1組でチームをつくり、チームで目標歩数(8,000歩)達成を目指し、事業所の平均歩数で順位を競っていただきます。

個人部門 対象は、宮城県内に居住する方です。目標歩数(8,000歩)達成を目指していただきます。

●申込 9月11日(金)まで。詳しくは、宮城県ホームページをご確認ください。

<https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/kensui/hosuuappu-top.html>



進行する稲田超

い人でも気軽に測ることができるようになっているところもあります。また、血圧が高いのに病院に行かず放置することがないように、目標を放置ゼロにするという



保健師の後藤愛

のがありますね。血圧を下げる方法の一つとして、歩く時間を増やすことです。七ヶ浜での移動も車が頼りですよね。どうしたら増やせるかというところですね。

恩返しする機会になれば と思っています

稲田 最後にお二人から町民の皆さんへのメッセージをいただければと思います。

寶澤 東北メデイカル・メガバンク機構は、創設当時から七ヶ浜町の皆さんにお世話になっていて、

稲田 七ヶ浜は、どうしても車に頼らざるを得ないけれど、あえて意識して歩くことも必要なのかな。

小暮 一人だとなかなか取り組みづらいところもあると思うので、一緒に参加できる楽しいイベントを企画するのもいいですね。

ぜひ、皆さんと健康なまちにすることで恩返しする機会になればと思っています。

小暮 私も寶澤教授からお話があったように、当機構の調査で七ヶ浜町は、一番初めに調査させていただき、ナトリウムでも全国で先駆けて保健指導に導入してくださったところでもあります。

町民の皆さんの健康に少しでも貢献できればと思っていますので、これからの5年間を一緒に取り組んでいくことができたらと思っています。よろしく願います。

稲田 先生方、ありがとうございます。今後ともよろしくお願いいたします。

台風の日でも、365日

わたなべ しゅうじ

渡邊 正二さん(笹) 菖蒲田海岸の清掃に取り組む

若い頃は、北転船に乗って北洋のベーリング海でタラやカレイを取っていたんだ。でも、200海里問題やオイルショックで北洋漁業が厳しくなってきたね。42歳の時に船主から、外国で漁労と加工の指導員にならないかと勧められて、エーイ！行ってみよう！と思いきってアメリカのシアトルに渡ったんだ。

英語？ぜんん、ぜん。行く時は、イエスカノーくらいしかわからなかった。アメリカでは、セッ浜弁にアクセントをつけるだけで英語になったからね。(笑)

当時、俺の体格がポパイそっくりだということで、仲間からポパイと呼ばれていたんだよ。飛行機やホテルなど仲間に旅行の手配をしてもらった時や心肺蘇生のIDカードもみんな“ワタナベ・ポパイ・ショウジ”さ(笑)。

アメリカにいた18、9年間、会社には、うんと良くしてもらった。辞める時には感謝状までもらったんだ。帰国した2年後、津波で家が流されたとき、会社からお見舞いと再発行された感謝状が届いた時は感激したね。

笹山に家を新築した時には、アラスカの友だちが泊まりに来てくれてね。15日間七夕や松島などいろいろ連れて行ったんだ。近所のばあちゃんたちとも意気投合して、一緒にバーベキューもしたねえ。いい思い出ばかりだ。

浜で出会った人と話すのが楽しみなんだ

毎日ゴミ拾いをするきっかけは、2017年に股関節を悪くして働けなくなり、自分に何ができるだろうかと考えた時、思いついたんだ。

アメリカでは、ゴミに対する意識が日本と全然違う、全部持ち帰るんだよ。3000tクラスの大型すり身船でも食べ残しもすべて港に持ち帰っていた。そういう光景を目の当たりにしてきたから、自然とこの取り組みにつながったんだと思う。

菖蒲田浜のゴミ拾いは、雨の日も台風の日も365日、欠かさず毎朝6時前から1時間くらいゴミを拾っている。悲しいかな、漂着ゴミの30パーセント弱が網などの漁業関連のゴミ、他はペットボトル、ドリンク瓶、発泡スチロールなどだね。

なぜ、毎日するのかって？それは拾わないと、どんどんたまっていくからさ。特に南から風が吹くと、打ち上げられるゴミの量がすごいんだ。

ゴミ拾いを始めてからは、1000人ビーチクリーンはじめ、セブンビーチプロジェクトの仲間と毎週土



モットーは「自分は人の為に、人は皆の為に、世界は平和に」。渡邊さんらしい言葉です。



指導員の頃(1989年頃船内にて)



アラスカの友だちと仙台で

曜日に町内の浜辺のゴミ拾いをしているんだ。

昔は無口な普通の船乗りだったけれども、おかげさんでアメリカに行ってから、どんな人でも気軽に話かけられるようになった。今は毎朝、浜で出会った人と話すのが楽しみなんだ。俺が知らない世界の話はワクワクするよ。

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。



TROIKA Folk Ensemble 17th Concert 第17回楽団トロイカコンサート

よみがえれ!! あなたの♪青春フォーク & ポップス

- とき 9月12日④ 14時30分開場、15時開演
- ところ 七ヶ浜国際村ホール
- 入場無料 入場整理券が必要です。お近くの団員にお申し込みください。
- 演奏予定曲 秋桜、青葉城恋唄、贈る言葉、白いブランコ 他

問団長 岡崎正憲 ☎090-3759-7983
ホームページ <https://g-toroika.com>



民謡民舞宮城県連合大会 民謡民舞少年少女宮城県大会

県内の民謡愛好家約150名が一堂に会して行われる大会です。

- とき 8月23日④ 開場9時、開演9時30分
- ところ 七ヶ浜国際村ホール
- 入場無料

問大会事務局 鈴木健太郎 ☎090-1697-4424



出張相談会 in 塩釜

若者サポートステーション無料出張相談会
(宮城労働局委託事業)

- とき 8月19日④ 午前 ①10時 ②11時
午後 ①13時 ②14時
- ところ 塩竈市壺番館 4階視聴覚室
- 対象者 15～49歳の働きたいと思っている方等やご家族・保護者の方
- 予約制 電話でお申込みください。

問せんだい若者サポートステーション ☎722-2555



ポリテクセンター宮城 10月入所受講生募集 ●訓練科名(定員)

- ①CADものづくりサポート科(15名)
- ②ビル設備サービス科(18名)
- ③電気・通信施工技術科(15名)
- ④住宅リフォーム科(15名)
- 訓練期間 10月2日④～令和9年3月30日④
- 募集期間 8月3日④～28日④
- 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)

問ポリテクセンター宮城 訓練第一課 ☎362-2454



放送大学10月入学生募集

10代から90代の幅広い世代、約8万6千人以上の学生が、大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で学んでいます。

授業には3つのスタイルがあり、BS放送やインターネットで視聴する、また講師から直接受ける授業があります。

心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、300以上の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。卒業すれば学士の学位を取得できます。

全国にキャンパスにあたる学習センターやサテライトスペースが設置されており、面接授業(スクーリング)の開講やサークル活動などの学生交流も行われています。

●授業料 1単位6千円(入学金は別)。半年ごとに学ぶ科目分だけの授業料を払うシステムです。

●出願期限 第1回は8月31日、第2回は9月9日。
※資料を無料で差し上げています。

問放送大学宮城学習センター ☎224-0651



第38回仙台市八木山動物公園 動物写真コンクール

- 応募期間 8月31日④まで(当日必着)
- 応募作品 ①令和7年8月以降に八木山動物公園で撮影し、展示動物が写っており、フチなしのもの。他のコンクール等への応募作品、類似作品は応募できません。
- ②1人3点まで。カメラ等で撮影し、写真用紙に印刷したもので加工は不可とします。サイズは六つ切り判またはA4サイズに限定します。
- ③AI(人工知能)により生成された画像、またはAIによる自動編集・加工が主体となっている作品は不可。
- ⑤作品の裏に作品名(ふりがな)、作品の向き、撮影年月日、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を明記してください。

⑥応募作品は返却しません。

●応募資格 子どもから大人まで(アマチュアに限る)

●提出先 〒982-0801 仙台市太白区八木山本町1-43「八木山動物公園動物写真コンクール係」あて

問仙台市八木山動物公園管理課 ☎229-0122

8/30

④

七の市

8:00～12:00
花洲浜多目的広場

- 大好評!ピンゴ大会 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。

問七の市実行委員会 ☎070-5099-7337

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、8/17④まで、ハガキまたはメールでご応募ください。(kouhou@shichigahama.com) 7月号の答えは、(イ)Q ナトリウムとカリウムを食べるとその大部分は何に出るでしょう? (ア)顔 (イ)汗 (ウ)尿

※8月の「漁協の夕市」は、お休みです。



七のや、 グランドオープン

7月1日、「うみの駅七のや」が、1年7カ月ぶりに装いを新たに「うみの駅 おさかなマート 七のや」としてグランドオープンしました●新鮮な魚介類や旬の野菜をはじめ、姉妹都市アメリカ・プリマス町や友好の町山形県朝日町、パートナーシティの鎌倉市の特産品など、これまでとは一味違う品ぞろえ●運営する株式会社ウミマチセブンの代表取締役社長の鈴木若子（すずきわかこ）さん（花）は、記念式典のあいさつで「七ヶ浜で生まれ育ち、海のそばでできることを幸せに思います。七ヶ浜には、海苔をあぶって食べる食文化がありました。その原体験を味わってほしいとの思いから七のやへとつながりました。5月からのプレオープン以来、地域の皆様に支えていただき、お客様に育てていただき、感謝してもしきれません。今日が本当のスタートです。これからもよろしくお願いします。」と感無量の様子●七ヶ浜愛あふれる新しい七のや。帆を高く掲げ、新たな船出です。



一陣の風のように

6月28日に菖蒲田海水浴場周辺を会場に第32回みやぎ国際トライアスロン仙台ベイ七ヶ浜大会が開催されました●この日は、台風7号、8号が心配されていましたが、その影響も少なく、波も穏やかで絶好のコンディション。アップダウンが激しい過酷な七ヶ浜のコースを366人の鉄人たちが一陣の風のように駆け抜けていきました。



夢や目標は描き直せる！

みやぎトライアスロン七ヶ浜大会を前に6月26日には、トライアスロンとパラトライアスロンを知ってもらおうと亦楽小3、4年生を対象に宮城県トライアスロン協会による体験教室が開かれました●講師となったパラトライアスロン選手で、アジアトライアスロン大会で2連覇を達成した小釜莉代（こがまりよ）さん（写真下、手前902番）は、「スポーツは勝ち負けだけじゃない。最初はできないと思っても、必ずできると信じて何度も挑戦しました。そして、ついにはできた！うれしいですね。長年の夢をあきらめたこともありましたが、夢や目標は一つじゃなくてもいい！何度でも描き直せるんです！皆さんも新しいことにチャレンジしてみると楽しいことがたくさんあります。」と目を輝かせました。





海を清める

切麻散供の儀（きりぬさんくのみ）で無事故を願い、海を清める儀式の様子です●7月11日の県内最初の海開きを控えた7月9日に菖蒲田海水浴場で安全祈願祭が行われました●菖蒲田海水浴場実行委員会委員長で七ヶ浜町観光協会会長の我妻典夫（わがつまのりお）さんは、「おかげさまで10年間無事故です。8月23日までの44日間、目配り、気配り、心配りで安全に努め、心豊かなくつろぎのビーチを皆さんと共に作り上げていきたいと思います。」とあいさつ●7月5日には、「菖蒲田浜・しおぶたくんとピカピカ大作戦 2026」と題したビーチクリーンも行われ、万全の体制での海開きとなりました。

夢や人生を感じるきっかけに

6月27日に花渚浜の表浜で、新たな七ヶ浜の魅力を発信し続ける若者のグループ Beglning Town（ビギニングタウン）による第2回「しちが浜 Dream Cinema」が開催されました●昨年「海でスクリーンを建てて映画を観たらどんな景色になるんだろう？」という一言から始まったというこのイベント、子どもから大人までが海を通じてつながり、七ヶ浜から夢をはじめのきっかけをと始めました●テーマは「体験」と「感動」、初夏の昼下がり、潮騒をバックにダンスやサンセットヨガ、ジャズやポップスなどを楽しんだ後、砂浜に建てられたスクリーンでディズニー映画「マダガスカル」を楽しみました。



大切なのは、お互いを思いやること

6月20日に子育て支援センターで、七ヶ浜町で初めてのプレパパ・ママクラスが開かれ、出産を迎える3組の夫婦が赤ちゃんの沐浴などを体験しました●皆さん、生まれてくる我が子のイメージを赤ちゃんの人形に重ね、そのしぐさにも愛情たっぷり！●助産師の鈴木麻里子（すずきまりこ）さんが、赤ちゃんの沐浴の仕方から季節の過ごし方までを丁寧にアドバイスしました。先輩ママとの情報交換では、便利なグッズの紹介などもあり、皆さん興味津々の様子●最後に鈴木さんが、「赤ちゃんは、パパとママの様子を見ていて、それが子どもの成長に影響します。産後のイメージを2人で話し合って、夫婦がお互いに思いやり、育てることが大切です。」とエールを送りました●プレパパ・ママクラスは、9月、12月、3月にも同じ内容で開催されます。

●また、この日、子育て支援センターでは、プレパパ・ママクラスに合わせ、「親子すまいるデイ」（写真下）も企画され、水ヨーヨーすくい、○×ゲーム、駄菓子屋などもオープンし、まるで縁日のよう。子どもから大人まで楽しい一日を満喫しました●写真は、新聞紙遊びコーナーで、新聞紙を破ろうとパンチするシーンです。次の親子すまいるデイの開催は12月です。



税・年金・保険

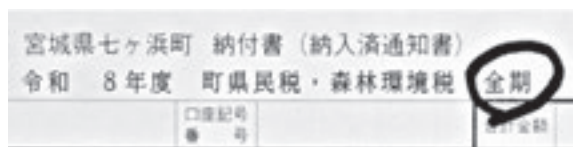
税務証明書申請の際のお願い

- ①税務証明書発行には身分証明書が必要です。官公署発行の写真付き身分証明書は1点、それ以外は2点以上お持ちください。
- ②税務証明書の申請は、原則としてご本人でないと証明書を発行できません。
- ③ご本人以外の方が代理申請をする場合は、たとえご家族の方であつても委任状をお持ちください。

問 税務課住民税係 ☎ 357-7452

町県民税・森林環境税の納付書をご確認ください

6月10日(水)に、該当の方へ令和8年度町県民税・森林環境税の税額通知書と納付書を発送しました。同封した納付書は、第1期から第4期までの期ごとの金額が記載された4枚と、「全期」(写真)と記載された4期分の合計額が記載された1枚です。1期ごとに納付される方は、二重納付を防



新築家屋などの評価調査

令和8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お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。なお、土日と祝日の調査は行っておりません。ご了承ください。

問 税務課固定資産税係 ☎ 357-7451

高額療養費制度の見直し

高額療養費制度とは、ひと月に医療機関に支払った額が高額になった場合に、定められた上限額を超えて支払った額を払い戻す制度です。上限額は個人や世帯の所得に応じて決まっています。

高額療養費制度のセーフティネット機能を将来にわたって維持し、医療保険制度の持続可能性を確保していく観点から、長期療養者や低所得者の経済的な負担の在り方に配慮した上で、令和8年8月から令和9年8月からの二段階で制度の見直しが行われます。

見直しのポイント

暑さを避ける、身を守る

熱中症予防のために、今できる対策を

熱中症を防ぐためには、場所に応じた適切な対策を取ることが重要です。

●屋内

○エアコン等で温度を調節・遮光カーテン、すだれを利用

○室温をこまめに確認・暑さ指数(WBGT値)参考に

●屋外

○日傘や帽子の着用・日陰の利用、こまめな休憩

○天気のよい日は、日中の外出をできるだけ控える

●からだの蓄熱を避けるために

○通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する

○保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす

○室内でも、屋外でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分を補給する

問 健康福祉課 ☎ 357-7449

熱中症特別警戒アラートが発表されたら

熱中症特別警戒アラートとは

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発表されます。

●発表基準 県内すべての暑さ指数情報提供地点(18箇所)で、暑さ指数(WBGT)35以上が予想される場合 ※暑さ指数(WBGT)とは気温・湿度・日射・輻射、風の要素を基に算出される指標です。

●発表のタイミング 前日午後2時頃(前日午前10時頃の予測値で判断)

※環境省熱中症予防情報サイトでも確認できます。

●発表された時の対応

- ・空調が効いている室内等の涼しい環境で過ごす
- ・こまめな休憩や水分補給、塩分補給
- ・身の回りの高齢者や子どもなどの熱中症にかかりやすい方々への見守り・声がけの徹底を
- ・運動やイベントの開催等は、熱中症対策が徹底できているか確認、中止や延期等を検討する

●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“クーリングシェルター”として「生涯学習センター」と「七ヶ浜国際村」を開放します。

※クーリングシェルターへの移動は必須ではありませんので、不要不急の外出は控えましょう。

問 町民生活課環境生活係 ☎ 357-7455

胃がん検診

健康福祉課健康増進係
☎357-7449

対象地区の指定日で受診できない方は、期間中いつでも受診できます。

- 対象者 本町に住所を有する今年度35歳以上の方
- 日程等 受付時間 7時30分～10時

月日	会場	対象地区
8/18(火)	要害・御林地区避難所	要害・御林
	代ヶ崎浜地区避難所	代ヶ崎浜
19(水)	松ヶ浜地区避難所	松ヶ浜
	菖蒲田浜地区避難所	菖蒲田浜
20(木)	母子健康センター	湊浜・吉田浜・亦楽・笹山
21(金)		汐見台3～6丁目
22(土)		全地区
23(日)		全地区、汐見台1・2丁目
		汐見台南
24(月)	境山公民分館	境山
25(火)	東宮浜地区交流センター	東宮浜
	花渚浜地区避難所	花渚浜
26(水)	遠山地区避難所	遠山

●持ち物 受診票、マイナ保険証または資格確認書など保険資格が確認できるもの、自己負担金（金額は配布した受診票でご確認ください）。

●その他 ・会場では混雑状況によりお待たせする場合があります。

- ・各地区の公民分館等は駐車スペースが少ないため自家用車での来場はご遠慮ください。
- ・会場では、係員の指示に従ってください。
- ・靴の履き間違いにご注意ください。

○申し込んだ方には、既に受診票を送付していますが、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。

○体調のすぐれない方は、当日の検査をご遠慮ください。

- 長期療養者への配慮
 - ①多数回該当の金額を据え置き：長期に継続して治療を受けられている方の経済的負担を増加させない。
 - ②「年間上限」の導入：多数回該当に該当しない長期療養者の経済的負担にも配慮する観点から、新たに「年間上限」を導入。これにより、月単位の「限度額」に到達しない方であっても、「年間上限」に達した場合には、当該年においてそれ以上の負担は不要となる。
- 低所得者への配慮
 - ①住民税非課税ラインを若干上回る年収層である年収200万円未満の方の多数回該当の金額を引き下げる。
 - ②外来特例の限度額引上げの際、「住民税非課税区分」に外来年間上限を導入し、年間の最大自己負担額（12カ月限度額を負担される方の負担額）を現在よりも増加させない。

※問い合わせは、ご自身の加入している保険者までお願いします。詳しい見直しの背景については厚生労働省のホームページやコールセンターにお問い合わせください。

☎0120・617・111
厚生労働省コールセンターまで



国民健康保険の方は町民生活課国保年金係 ☎357・7446

今後、老齢基礎年金を受ける予定の60歳以上 65歳未満の方へ

老齢基礎年金を受け取るには、保険料の納付と免除の期間の合計が10年（12月）以上必要です。

また、年金を満額（年84万7300円（令和8年度））受け取るには、20歳から60歳まで40年間（480月）保険料を納付する必要があります。

期間が足りない場合や満額に満たない場合は、申出により60歳

65歳未満の5年間に、国民年金に任意加入して保険料を納めることができます。

任意加入はお申込みがあった月から加入となります。また、保険料は月額17920円（令和8年度）で、納付方法は原則として口座振替になります。

※次の方は任意加入できません

- ・すでに老齢基礎年金が満額の方
- ・すでに老齢基礎年金を繰り上げて受給中の方
- ・厚生年金、共済組合に加入中の方

ご自身の年金記録に漏れや誤りがないかを再度確認してみましょう。

☎仙台東年金事務所 ☎257・6111

8/31
月

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加算されます。 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												
●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

次の善意寄付がありました。
 ありがとうございます。
 ●塩釜地方労働者福祉協議会様
 (各種健康測定器具(肺チェッ
 カ、体組成計、棒反応))

その人らしく生きる

7月4日に七ヶ浜国際村で「命を守る分かれ道」～その一歩で、未来が変わる～と題して、健康講座が開かれました●講師の東北医科薬科大学病院心臓血管外科の医師の皆川忠徳(みながわたのり)さんは、「大切なのは、命の長さだけではありません。年を取るとだんだん機能が弱くなります。できなくなったことに注目するのではなく、発想の転換をして、できることを生かし、その人らしく生きることが快適な生活につながります。」とアドバイス●この日、ホールロビーでは健康体験コーナーとして、血圧測定や禁煙支援、体組成測定の他、社会貢献事業として明治安田生命の皆さんによる野菜摂取量をみるベジチェックや雪印メグミルクの皆さんによる骨密度測定もあり、来場者の多くの皆さんが気になる自分の健康について、早速、チェックを入れていました。



農業委員の公募・推薦について

七ヶ浜町の農業委員が、令和9年1月28日で任期満了を迎えることから、新たな委員の候補者を募集します。

- 募集人数 農業委員 13人
- 主な職務 農地法に基づく許認可、農地利用の最適化に関する業務、農業に関する相談対応・助言指導など
- 任期 令和9年1月29日～令和12年1月28日(3年間)
 ※町農業委員候補者評価委員会の選考を経て町長が候補者を決定。議会の同意を得た上で任命します。
- 推薦及び応募の資格 農業に関する識見を有し、職務を適切に行う事ができる方(詳細は町ホームページをご覧ください。)
- 応募期間 8月4日㊦～31日㊧まで【必着】
 窓口受付時間 8時45分～17時まで(土日祝を除く)
- 必要書類 (1)届出書 所定の様式に必要事項を記入。町ホームページ <https://www.shichigahama.com> からダウンロードできます。
 (2)住民票 推薦を受ける方(または応募する方)の住民票(発行後3カ月以内で、本籍及び筆頭者が記載されているもの)
 ※募集案内と届出書は、まちづくり振興課(役場庁舎2階)でも配布します。
- 推薦及び応募の方法 書類を持参または郵送によりご提出下さい。
- ☎提出先 まちづくり振興課(農業委員会担当) ☎357-7444

限度額適用・標準負担額減額認定証

国民健康保険加入者はマイナンバーカードの保険証利用登録の有無により、マイナ保険証保有者と資格確認書保有者に分かれますが、8月1日から「限度額適用・標準負担額減額認定証」(以下、認定証)の更新が必要となる方については資格確認書保有者のみが対象となります。

マイナ保険証保有者については認定証がなくても限度額を超える支払いが免除されますので役場の更新手続きは不要です。

ただし、国民健康保険税に滞納がある場合は医療機関で認定区分の確認ができませんのでご注意ください。

認定証を利用しなかった場合は？

医療機関窓口で認定証等を提示しなかった場合でも、1カ月に支払った窓口負担が自己負担限度額を超えたときは、その超えた分が高額療養費として払い戻されます。

該当する方には、後日申請勧奨通知を送付いたしますので領収書

廃食用油のリサイクルをしませんか

宮城県では、県内の参加企業の店舗等で、家庭内で使い終わった油を回収し、バイオ燃料に再資源化することで、一般廃棄物排出量の削減とリサイクル率の向上に向けた取り組みを行っています。

●参加企業と回収店舗(町内の企業のみ掲載)

・株式会社ヤマザワ 汐見台店
 回収方法など詳細については、店舗内にあります回収ボックスをご

は大切に保管してください。
 問 町民生活課 国保年金係 ☎357-7446

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ですか？
 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



7月14日に七ヶ浜町観光協会から町内の小中学生に、しおぶたくんと「菖蒲田海水浴場を安全に利用するための7カ条」

安全な海水浴を

掲載したクリアファイルが寄贈されました●会長の我妻典夫（わがつまのりお）さんは、「ご家庭でも楽しく安全について話し合っていいただければと思います。」と話しました●左から、我妻さんと校長会会長の向洋中校長の菅原正秋（すがわらまさあき）さん、満面の笑顔です！



まちづくりにと寄付金

7月2日に日本舞踊・新舞踊「豊翔流（ほうしょうりゅう）の皆さんから、まちづくりにと寺澤町長に寄付金が手渡されました●左から星喜美子（ほしきみこ）さん（笹）、家元の豊翔紫（ほうしょうむらさき）さん（菖）、寺澤町長、辻順子（つじじゅんこ）さん（多賀城市）、三島知恵子（みしまちえこ）さん（笹）

自衛官等募集

●募集種目（締切日）
・一般曹候補生（9月1日火）
・2等陸・海・空士（任期制自衛官）（9月7日月）
・航空学生（8月28日金）
・防衛大学校学生（一般）（10月15日土）
・防衛医科大学校医学科学生（10月8日土）
・防衛医科大学校看護学科学生（10月2日金）
・予備自衛官補（一般、技能）（9月10日土）
※仙台駅東口案内所（桜井ビル4階）でも随時説明会を行いますので、次の二次元コードからお問い合わせください。
●自衛隊宮城地方協力本部 仙台募集案内所 ☎284-5001

第43回消火技術コンクール

●とき 10月2日金 9時30分～12時 ※雨天中止
●ところ モリリン加瀬沼公園 サッカー場
●競技種目 消火器競技（1チーム2名）
●参加要件 七ヶ浜町ほか塩釜地区管内に所在する事業所、町内会、女性防火クラブ等
●申込方法 8月28日金まで、申



塩釜地区消防事務組合 消防職員採用試験

●採用予定人員 消防吏員 大学の部、高校の部 合わせて若干名
●試験案内、申込書の配付・申込期間 7月14日火～8月14日金
●消防本部、管内消防署で配付するほか、ホームページ・X（2次元コード）に掲載
●申込塩釜地区消防事務組合消防本部総務課人事教養係 ☎361-1624
●申込塩釜地区消防事務組合消防本部総務課 ☎361-0119



NET119緊急通報システムを登録しましょう

音声による119番通報が困難な聴覚・言語機能障害者が円滑に消防への通報を行えるようにするシステムです。
●対象 聴覚、音声機能、言語機能またはそしやく機能の障害等により、音声言語で会話することが困難な方
●登録方法 事前登録が必要です。
●申込み メール、電話（会話の可能な親族など）で問い合わせてください。詳細は二次元コードをご覧ください。
●塩釜地区消防事務組合消防本部指令課 ☎361-0119



8/9
日

8/13・27
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



アンケートにご協力を

4月から町民生活課などの窓口で、各種証明書の自動発行機の設置や、タブレットに署名をいただくだけの「書かない窓口」を導入しています。

ご利用の皆様のお声を伺い、今後とも、より良い窓口を目指してまいりますので、次の二次元コードからアンケートにご協力をお願いします。 問町民生活課 ☎357-7455

書かない窓口



乾燥汚泥肥料の配布

塩釜地区環境センターでは、乾燥汚泥肥料（し尿汚泥）を年中無料で配布しています。野菜づくりなどに肥料として使用してみませんか？

●乾燥汚泥肥料 乾燥粒状 一袋 10kg（袋詰め）

●配布場所 塩釜地区環境センター（塩竈市字伊保石2番98）

●配布日時 毎週④⑤（祝を除く）15時～16時30分

●配布数量 一世帯につき10袋まで

●予約方法 配布日当日（8時30分～14時30分）に電話での予約が必要です。※放射能検査を定期的

に実施しています。
 ④塩釜地区消防事務組合環境課
 ☎363-2777

塩釜地区若年性認知症当事者と
 その家族のピア・サポート交流会

くひとりで悩まないでください。
 同じ立場の人だからこそ話せるこ
 とがあります。

若年性認知症の当事者とその家
 族が出会い、生活状況や思いをお
 互いに語り合うことにより、仲間
 づくりの場とする交流会が開催さ
 れます。

●対象 塩釜地区（塩竈市・多賀

城市・松島町・七ヶ浜町・利府町）
 在住の若年性認知症等による認知
 機能障害をもつ本人とその家族

●とき 8月19日④ 14時～15時
 30分（年2回開催予定）

●ところ 多賀城市役所6階会議
 室

●参加無料
 ●申込 下の二次元
 コードから



●問 申込 仙台保健福祉事務所高齢
 者支援班 ☎356-3152

または長寿社会課介護保険係
 ☎357-7447

宮城県下水道排水設備工事
 責任技術者試験と受験講習

①試験

●対象 宮城県内各市町村に下水
 道排水設備工事責任技術者として
 登録を予定している方

●とき 10月27日④ 13時30分～
 15時30分

②受験講習

●対象 受験申込者のうちで受講
 を希望する方

●とき 10月6日④ 13時～16時
 以下は共通

●ところ 東京エレクトロンホー
 ル宮城（宮城県民会館）

●申込期間 8月4日④～9月2日④

●申込場所 登録を予定している

町営住宅 入居者募集

町営住宅入居者の9月定期募集を行います。詳しくは9月1日から配布する募集要項をご確認ください。

④建設課管理係
 ☎357-7441

市町村の下水道担当課
 ④公益社団法人宮城県建設セン
 ター ☎263-1432

返しきれない借金
 『今どうすればいいか』
 一緒に考えませんか？

東北財務局では、借金を抱えて
 不安やお悩みのある個人（自営業
 の方も含む）の方々からの相談を
 お受けします。

一人で悩まずに、お気軽にご相談
 ください（相談無料、秘密厳守）。
 ●受付 月～金（祝日、年末年始を
 除く）9時～12時、13時～17時

④東北財務局多重債務者相談窓口
 仙台市青葉区本町3-3-1

仙台合同庁舎B棟
 ☎266-5703（直通）

敬老会

9月19日④
 10時～

式典後に、アトラクションとして「OH!バンドス」でおなじみの高橋佳生さんによるスペシャルライブ&トークショーを開催します。ぜひ、ご参加ください。

●ところ 七ヶ浜国際村

●対象 町内在住の75歳以上の方とご家族

●申込 案内通知に同封の返信用封筒をご利用の上、お申し込みください。

●シャトルバス 国際村と地区避難所を結ぶシャトルバスを運行します。（申込制）

※75歳の方のみ、記念写真撮影があります。

④長寿社会課地域福祉係 ☎357-7448

社会福祉法人等と 介護保険サービス利用者の 負担額軽減

社会福祉法人等で行っている特定の介護保険サービスを利用した場合、町民税非課税世帯の方で特に生計が困難な方を対象に利用者負担額の軽減を受けられる場合があります。

●対象となる方は、次の要件にあてはまる方になります。

①非課税世帯の場合（生活保護を受給している方を除く）

②世帯全員の収入が基準以下の場合
・年間収入が単身世帯150万円以下、世帯員が増えることに50万円を加算した額

③世帯全員の預貯金・有価証券、債券等の額が基準以下の場合

④世帯員の中に日常生活に供する資産以外で活用できる資産が無い方

⑤親族等に扶養されていない方

⑥介護保険料の滞納の無い方

●申請に必要なもの
①前年中の世帯全員の収入がわかるもの

②資産・扶養関係
・世帯全員の預金通帳（全部）

※該当すると思われる方は、ご連絡ください。

問 長寿社会課介護保険係 ☎357-7447

子育て

就学時健康診断

令和9年4月に小学校に就学予定のお子さんを対象に、健康診断を行います。

該当者には、9月中旬に郵送または現在通っている幼稚園や保育園等を通じて通知します。

●対象 令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれのお子さん

●とき 10月23日（金）12時45分から

●ところ 中央公民館
問 教育総務課 ☎357-7440

きょうだい児支援NW懇談会

七ヶ浜町が構成自治体となっている宮城東部地域自立支援協議会では、障害のあるお子さんの兄弟姉妹である「きょうだい」児の子育てについて話し合える懇談会を開催します。

当日は、障害児とそのきょうだい児を育てた経験があり一定の研究を受けた「ペアレント・メンター」から体験談を聞いた後、参加者同士できょうだい児への思いについて話し合いながら交流します。

●とき 9時30分受付開始、時間は10時から11時30分まで。1日程

令和9年 成人式

対象者には11月下旬に案内状を発送します。七ヶ浜町出身で現在、町外に在住し、七ヶ浜町の成人式に参加を希望する方はご連絡ください。

●対象者 平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれの方

●とき 令和9年1月10日（日）10時30分開式（予定）

●ところ 七ヶ浜国際村ホール

問 生涯学習課 ☎355-2231

だけの参加も歓迎します。

① 9月9日（水） ② 10月14日（水）
③ 11月14日（土）

●ところ 地域拠点センターふきのとう

●対象 塩竈市・多賀城市・松島町・七ヶ浜町・利府町にお住まいのきょうだい児の保護者

●参加無料

●申込期限 9月4日（金）

問 申込 地域拠点センターふきのとう（認定NPO法人さわおの森）☎352-1501 fukinotou@sawao.jp

男女共同参画プラン アンケートにご協力を

しちがはま男女共同参画プラン（計画期間：令和9年度～13年度）を策定するにあたり、町内にお住まいの方を対象として、アンケート調査を実施します。社会生活・家庭・職場においての現状や、普段感じていることなど、ご意見等をお聞かせください。

問 生涯学習課 ☎355-2231

調査期間	調査方法
8月1日～10月31日	役場、生涯学習センター、七ヶ浜国際村等に設置している回答用紙、もしくは、右の2次元コードからWebで回答



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



造血幹細胞移植後ワクチン 再接種費用助成

町では、感染症予防と経済的負担の軽減を目的として、造血幹細胞移植前に接種した定期予防接種の効果が期待できないと医師に判断された場合に受ける再度の予防接種に対する費用を助成します。①と②に該当する方は、ご連絡ください。

①造血幹細胞移植前に接種した定期予防接種の効果が期待できないと医師に判断された方
②再度の予防接種を受ける日において、七ヶ浜町に住所を有する20歳未満の方

問 子どもも未来課 ☎357・7454

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？

●予防接種の無料接種期間

第Ⅰ期対象 お子さんが12月から24月に至るまでの間（2歳の誕生日前日まで）

第Ⅱ期対象 5歳児以上7歳未満で小学校入学前の1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）
※令和6年度の対象者で、ワクチンの供給の偏り等を理由に令和7年3月までに接種できなかった方について、MRI期・II期の無料接種期間が令和9年3月31日

まで2年間延長となりました。

次の対象の方は、受けていただきますようお願いいたします。接種には役場窓口で予診票の交換が必要です。

第Ⅰ期対象 令和4年4月2日

～令和5年4月1日生まれで未接種の方

第Ⅱ期対象 平成30年4月2日
～平成31年4月1日生まれで未接種の方

問 子どもも未来課 ☎357・7454

児童扶養手当、特別児童扶養手当をご存知ですか

(1)児童扶養手当 ひとり親家庭の生活の安定と自立を促進し児童の福祉の増進を図ることを目的とするものです。

●支給対象 18歳の年度末までの児童（または20歳未満で政令に定める程度の障害の状態にある児童）を監護する母、若しくは監護し、かつ生計を同じくしている父、または父母に代わって養育する方に支給されます。

なお、手当を受給する方、同居する扶養親族の所得が一定額以上の場合には手当の全部または一部が支給されません。

☆現在受給している方へ 現況届の提出が必要になります。該当者には7月末までに郵送にて通知していただきますので8月中旬に提出してください。詳細は送付された通

「こどもの人権相談」強化週間

仙台法務局及び宮城県人権擁護委員連合会では、全国一斉「こどもの人権相談」強化週間に、時間を延長して電話相談とLINEによる相談を受け付けます。

学校でのいじめ・体罰や家庭内での児童虐待など、こどもをめぐる様々な人権問題について、人権擁護委員が相談に応じます。

相談は無料で予約は不要です。秘密は固く守ります。

●とき 8月27日(木)～9月2日(金)
8時30分～19時

⑤⑥は10時～17時

●電話番号 0120-007-110（フリーダイヤル）

LINEによる相談 公式アカウント「法務局 LINE じんけん相談」(@linejinkensoudan)を検索して友だち追加してご相談ください。

問 仙台法務局人権擁護部
☎225-5743

知をご確認ください。

(2)特別児童扶養手当 障害をもつ児童の福祉の増進を図ることを目的とするものです。

●支給対象 20歳未満の（政令に定める）障害を有する児童を監護、養育している方に支給されます。なお、手当を受給する方、同居する扶養親族の所得が一定額以上の場合には手当が支給されません。

☆現在受給している方へ

所得状況届の提出が必要になります。該当者には後日郵送にて通知しますので期限までに必ず提出してください。詳細は送付される通知をご確認ください。

問 子どもも未来課 ☎357・7454

宮城県後期養育里親・養子縁組 里親登録研修

さまざまな理由により家庭で

暮らせない子どもたちがいます。そうした子どもたちを自分の家庭に迎え入れ、温かい愛情と正しい理解をもって育てる「里親」が必要とされています。

「里親」になることを希望する方のための研修です。

●とき 基礎研修 講義10月2日(金)、実習10月17日(土)

登録前研修 講義10月30日(金)～31日(土)、実習11月中の連続した2日間

●ところ 講義 仙台市旭ヶ丘市民センター、仙台市太白区中央市民センター

実習 県内の児童養護施設・乳児院

●申込期間 8月4日(木)～9月4日(金)

●申込方法 宮城県中央児童相談所 ☎784・3583

問 研修に関して みやぎ里親支援センター けやき ☎718・1031

ありがとう！
ヘザー!!



かけがえのない 場所

2021年10月から2026年7月まで、七ヶ浜町で国際交流員として勤務しました。赴任当初はまだ新型コロナウイルス感染症対策の時期であったため、最初はオンラインで姉妹都市交流をしたりしました。5年間にわたり、町の子どもたちとゲームやクラフトを通して外国の文化についてお話しができました。児童クラブの子どもたちか



ら色々な絵とメッセージをいただき、紹介した国々を覚えてくれていることがとても嬉しかったです。

幅広い年齢層の方々と交流し、0歳児から幼稚園児にもよく関わってきました。初めて私に会うときは、戸惑った表情や人見知りをする子もいましたが、徐々に日本人ではない私に慣れてきて、毎回会うたびに元気な声で「Good morning!」と言ってくれます。

七ヶ浜町の子どもたちが英語や外国の文化に強い関心を持ってくれたことを実感しています。また、国際交流員のイベントに頻繁に参加する子どもたちの5年間の成長を目の当たりにでき、私にはたくさんの思い出があります。

最後に一つのエピソードをお話しします。町外の銭湯に行ったとき、私が教えている幼稚園の子どもが私だと気づかず、お母さんに「アメリカ人かな？ヘザー先生に似ている人がいる!」と言いました。「外」の人を表す「外人だ!」や「英語の人だ!」という表現ではなく、広い世界のどこかの国の人だという言い方で、とても感動しました。

これからも七ヶ浜町がグローバルな視点を持ち、若い人たちが健やかに育つことを願っております。私にとってこの町は、かけがえのない、楽しく暮らした場所でした。本当にありがとうございました!

World Cooking

9/12 ②
11:00~13:30

シンガポール出身の講師を迎え、国際交流員と一緒にミルクティー味の月餅作りやシンガポールの文化を紹介します。アレルギーのある方は、国際村にご確認の上お申し込みください。

- ところ 国際村食の工房 ●募集人数 町内在住の方10名
- 参加費 500円 ●持ち物 エプロン、三角巾
- 申込 8/15 ②~9/5 ②
- 問申込 七ヶ浜国際村 ☎357-5931 (㊟休館)



国際ひろば

9/5 ②
10:00~12:00

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、国籍を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。メイヴと新CIRネイサンが皆さまのご来館をお待ちしています!

- ところ 国際村セミナー室2
- 問七ヶ浜国際村 357-5931 (㊟休館)

1ヵ月延長

交通規制 片側交互通行

9/30まで 9時~17時

道路工事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。 図建設課 ☎357-7442



まちの宝石箱『FROM BLUE』

七ヶ浜国際村レンタルスペースの出展者募集!

あなたの手作り作品などの展示や販売をしてみませんか。趣味で作った小物の販売や展示をしたい方、自分だけの小さいお店を持って楽しみたい方、お店や商品の広告スペースにもご利用いただけます。

●貸出内容

- ・1スペースにつき1ヵ月 2,100円(一部スペース4,200円)
- ・広さは基本、横75cm×奥行35cm×高さ35cmですが、区画により異なります。
- ・10月からの出展を希望の方は、9月13日㊟までにお申し込みください。

問申込 七ヶ浜国際村 ☎357-5931 e-Mail:kokusai@shichigahama.com



子育て ヒント帳

おもちゃの 貸し借り

みんなで遊んでいる場面で、子どもが玩具を独り占めし、他の子に貸してあげられない時、どう対処しますか？「これはみんなのものだよ。貸してあげようね」と、相手に譲ることを促すと思いますが、それでもできなかった時は、それ以上強いることはせず、
①「もっと遊びたいのかな。」と、子どもの気持ちを確認し、受け入れる。
②「遊んでいるから、もう少し待っていてね。」と、相手に気持ちを伝えるよう促す。(言えない時は、大人が代弁)
③そのまま見守り、自分から貸すことができた時は褒める。

特に兄弟間では、「お兄ちゃんだから」と、上の子に我慢をさせがちになるので、要注意です。子どもは満足するまで遊ぶと、意外とあっさり人に貸すことができたりします。それまで待ち、見守ることが大切です。また、貸し借りの場面では、借りられなかった子どもが我慢を学ぶいい機会にもなります。



親と子を支援・ まっぼくり広場

裸足で五感を鍛える

まっぼくり広場は、基本的に裸足で過ごしています。室内はもちろん、時には外で裸足になり、地面のデコボコやザラザラの感触、冷暖などの感覚を体験します。その後、土、砂、水、どろんこ遊びなどの感触遊びへと発展させ、身体全体で感じ取る経験を積み重ねています。



みんなで遊べる 「すまいる広場」

子育て支援センター内にある「すまいる広場」は、予約なしで自由に遊び、保護者の方の情報交換、仲間作りの場にもなっています。ランチルーム、園庭もあります。8月20日までプールを開放します。●平日 9:00～17:00

行事へ参加希望の方は予約が必要ですが、当日参加が可能な場合があります。



子育てサークル 「ななはまっこ」 活動中！

子育て支援センター内で活動している子育てサークルです。仲間と一緒に楽しい子育てをしましょう。詳しくはお問い合わせください。

♥すくすくタイム

0歳児親子を対象とし、触れ合い遊びをメインに保護者同士の情報交換等を行います。

●8/6(木) 13:30～14:00

♥あそぼ・あそぼ

小麦粉粘土と8月生まれのお誕生会です。

●8/25(火) 10:00～11:00

♥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遊びましょう。英語に身近に触れることで子どもたちの英語耳を育てます。対象は0歳～未就学児

●8/24(月) 10:30～11:00

♥親子deお楽しみday

幼稚園児、小学校低学年を対象とし、親子で楽しむ遊びの時間です。今回は夏あそびをします。

●8/25(火) 15:30～16:30

♥ペインティング遊び

指、手を使ってペインティングを楽しみましょう。水遊びの用意持参。

●8/28(金) 10:00～11:00

月日	行事名 場所 子育て支援センター	受付時間	対象と内容、持参するもの
8/21	すこやか健康相談 (キッズ/マタニティ)	10:00～11:30	母子健康手帳(身長・体重測定、離乳食相談等)
26	3歳児健康診査	個別に お知らせ	R4. 12. 6～R5. 2. 21生まれのお子さん
27	1歳6カ月児健康診査		R6. 12. 11～R7. 1. 31生まれのお子さん
9/8	乳児健康診査 1歳児健康相談		個別にお知らせ



子育て 支援センター

☎362-7731

テーマ:教育
子どもの個性

「男の子は泣いちゃダメ」「女の子はおしとやかに」……。 “男女のあるべき姿”を、大人が子どもに押し付けない。これだって「男女共同参画」

七ヶ浜町男女共同参画推進委員会



ボランティア 募集中！

行事の手伝い、物作りなどのボランティアを随時募集しています。

興味のある方はお問い合わせください。



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。

☎子ども未来課
357-7454



- 開館時間
9:00～17:00
- 休館日
8/3、10、17、24㊥、
28㊤、31㊥
9/7、14㊥、24㊥、
25㊤、28㊥

- 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。



野菜の目標量
知っていますか？



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

一般図書

- あなたが正しくいられたとき 芦沢 央/著
- ラスト・ワルツ 小手鞠 るい/著
- 枯れ枝に桜 君嶋 彼方/著
- 魔心 五十嵐 貴久/著
- 異常に非ず 桜木 紫乃/著
- 犯罪前夜 吉川 英梨/著

児童書

- ありのこりーこ 秋山 あゆ子/絵・麦田 あつこ/文
- ぶうぶう 新井 洋行/作
- しりとりにきんちゃく 玉田 美知子/著
- おしゃべりパパのだいぼうけん フェリシタ・サラ/さく・ひさやま たいち/やく
- たんたんたなばた 西村 敏雄/さく
- 100ぴきかぞくキャンプへいく 古沢 たつお/さく

※新着図書はこのほかにもあります。
※点字絵本・大活字本などのユニバーサル資料もあります。
※県内公共図書館相互貸借制度を利用して、
県図書館や他館の書籍を借りることもできます。

おはなし会 8/20㊥・9/17㊥ 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☆ 8月のテーマは『おばけ』

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。

8/28㊤
10:00～

図書センター 活用講座

図書センターを便利に使い
こなすための活用講座です。
詳しくは中央公民館 HP・
Instagram にてご確認
ください。

7/18㊥～8/23㊥

通常5冊貸出のところ10冊
まで貸出しできます。

や さい

8月31日は「野菜の日」です。必要不可欠な野菜について考えてみましょう。

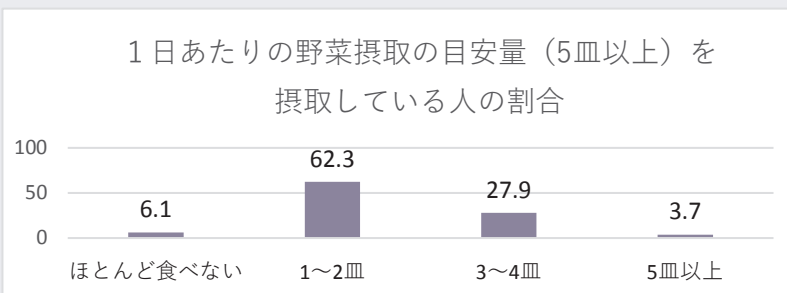
●野菜ってなぜ必要？ 「健康のために野菜を食べましょう」とよく耳にしますが、なぜ野菜が必要なのでしょう。実は、野菜にはごはんやお肉だけでは補えない、からだにとって重要な「3つの応援団」としての働きがあります。

	具体的なはたらき	おすすめ野菜
①体の調子を整える (ビタミン・ミネラル)	肌をきれいにする。風邪を予防する。 疲れにくくする。	トマト・ほうれん草・にん じん・ピーマンなど
②お腹をキレイにする (食物繊維)	腸にたまった不要なものを外に出す。 便秘の予防だけでなく、生活習慣病予 防にもなる。	ゴボウ・オクラ・ブロッコ リー・キャベツなど
③サビから守る (抗酸化物質)	からだの老化(酸化)から守る。若々 しさと血管を健康に保ったりする。	ナス・かぼちゃ・ブロッコ リーなど

●1日に野菜ってどのくらい必要？ 厚生労働省では「1日350g以上の野菜を食べましょ
う」と定められています。1日の350gの野菜の目安は、副菜として食べる小鉢(サラダ・具たく
さん味噌汁)などがそれぞれ70gほどになるため、「小鉢5つ分の野菜」がめやすとなります。

調理の前のめやすとしては、「生野菜なら両手に山盛り3つ分」「加熱野菜なら片手に3
つ分」と覚えると便利です。

●七ヶ浜町民(成人)は野菜が足りていない！ 令和7年に実施した食生活アンケートによ
ると、1日に必要な野菜



によると、1日に必要な野菜
がとれている人は3.7%
と少ない状況でした。生野
菜で摂取するのは大変な
ので、煮る・茹でる・炒め
るなど加熱調理をしてか
さを減らしてたくさん食
べましょう。

人生100年時代、老後のアレコレちょっと考えてみませんか？

「通帳の管理が難しくなってきた」、「ひとり暮らしの親が心配」、「悪質商法の契約トラブルが不安」、「子供たちに迷惑かけたくない」、「入院することになったけど、保証人どうしよう」などなどこうした困りごとは、誰にでも起こり得ます。そういう時に活用できる「成年後見制度」ってご存じですか？

●**成年後見制度って？** 成年後見制度は、認知症や障害などで判断が難しくなった方の「暮らし」や「財産」を守る制度です。申立ては家庭裁判所に行くこととなりますが、役場でも制度利用にあたっての書類作成に関するアドバイスをすることができます。

●**七ヶ浜町成年後見支援センター** 令和7年度に長寿社会課内に「七ヶ浜町成年後見支援センター（以下「センター」という。）」を立ち上げました。センターでは、成年後見制度に関する相談受付や制度利用のお手伝いなど、必要としている人が適切に利用できるよう支援をしています。

「制度を使うかわからない」、「そもそもどんな制度なの？」という方でも大丈夫です。お気軽にご相談ください。

●**出前講座** 成年後見制度について老人クラブ、サロンなどへ出向いて「出前講座」を行います。「難しそう」を「聞いてよかった」に変える講座です。お気軽にお問合せください。

げんきはつらつ

地域包括支援センター



8月

介護予防教室に参加しよう！

ストレッチやリズム体操で楽しく体を動かしませんか？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 地区公民館・避難所等

湊) ひまわりの会	12・26(水)	境) 浜楽会	4・18・25(火)
松) はまぎく会	6・27(木)・21(金)	遠) かぶとむしの会	7・21(金)
菖) 花菖蒲の会	4・18・25(火)	遠) あんしんウォーク	10・24(月)
花) はなぶしまじゃらいん会	20・27(木)	汐) 悠々クラブ	7・21・28(金)
吉) さくらの会	3(月)	汐南) しおさい南クラブ	7・21(金)
代) 元気よがさきの会	5・26(水)	亦) 亦来る会	
東) すこやか明神会	5・19・26(水)	笹) やまぼうしの会	6・27(木)
要・御) さわやかにぎにぎクラブ	10・24・31(月)	☎申込 長寿社会課地域包括支援センター ☎357-7447	

入浴日

(火・金)

入浴日が休館日の場合は翌日

老人福祉センター「浜風」 ☎357-4976

●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 ㊿(祝日の場合は翌日)
●持参する物 浴用タオル、昼食
※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。

●土、日、祝日にご利用希望の場合は、2週間前までに窓口にお申し出ください。

7/1現在の人口(前月比)外国人含む

男	8,554 (－25)	転入	42
女	8,638 (3)	転出	46
計	17,192 (－22)	出生	4
世帯数	7,035 (3)	死亡	22

災害義援金

7月1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 2,376,881 円
- ②令和6年9月能登半島大雨災害義援金 219,499 円
- ③令和8年大槌町林野火災義援金 5,515 円

☎長寿社会課地域福祉係

☎357-7448

町の面積 13.18km²

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ブリマス

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

町では2,000円を上限に
自転車用ヘルメット購入費
の一部を助成します。

ヘルメットが あなたの人生を守る

自転車に乗るときはヘルメットをかぶり、
頭(命)を守りましょう!! 申請方法等は、
右の二次元コードから 防災対策室 ☎357-7437



♥休日夜間診療	内容 他
休日夜間診療	急な病気やけがに備え、休日夜間救急の診療体制をご案内します。かかりつけ医が休診の場合など、ご活用ください。●医療機関 塩釜地区休日急患診療センター 塩竈市錦町7-10 ☎366-0630 (要事前連絡) 受診時の注意事項 マイナ保険証または資格確認書等保険資格が確認できるものとお薬手帳、各種医療証をお持ちください。
県相談窓口 町ホームページでも 確認できます。	急な病気やけがで、病院へ行くべきか、救急車を呼ぶべきか迷ったときに、専門家がアドバイスします。重症の方を優先するため、ご理解とご協力をお願いします。 ●おとな救急電話相談 ☎7119(または022-706-7119) 電話相談時間 24時間365日 ●こども夜間安心コール ☎8000(または022-212-9390) 電話相談時間 毎日19時～翌朝8時 対象 15歳未満の子ども
休日の救急歯科 受付 9時～15時	●8/9 はやしデンタルクリニック 多賀城市高崎 2-15-6 ☎794-7644 ●8/11 多賀城駅北口 歯科 多賀城市中央 2-8-1-1F ☎253-7468 ●8/16 川村 歯科医院 塩竈市港町 2-5-12 ☎362-1516 ●8/23 歯科 ノーブルデンタルオフィス 利府町神谷沢字南沢 1-1 ☎255-2028 ●8/30 おおのファミリー歯科 多賀城市大代 1-1-38 ☎363-4182
HIV 抗体検査・クラミジア抗体 検査・梅毒検査・肝炎ウイル ス検査・骨髄バンク登録受付	●8/21 金 13時～15時30分 ●9/4 金 9時～11時30分 塩釜保健所 ●予約 8時30分～17時15分 (土・日・祝除く)、検査実施日の1週間前までに 電話で予約、検査は原則無料 ☎予約 塩釜保健所疾病対策班 ☎363-5504
♥くらしの相談	内容 他
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) ☎長寿社会課地域福祉係 ☎357-7448 ●みんなの人権110番 ☎0570-003-110 ●女性の人権110番 ☎0570-070-810 ●子どもの人権110番 ☎0120-007-110
生活相談	相談委員 民生委員 ☎長寿社会課地域福祉係 ☎357-7448
行政・人権・生活相談	●8/12 ㊤ 10時～15時 上下水道庁舎2階
生活保護相談	●8/12・26 ㊤ 10時～15時 長寿社会課窓口 ●要予約(先着順)、相談員(県仙台保健福祉事務所) ☎長寿社会課地域福祉係 ☎357-7448
無料法律相談	●9/10 ㊤ 13時30分～16時30分 上下水道庁舎2階 ●要予約(先着順)、弁護士対応(一人30分) ☎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	●月～金 9時～12時、13時～17時 ●費用無料・秘密厳守 ☎東北財務局 ☎266-5703
みやぎ青葉の会 定例電話、面接相談会	●毎週 月・水・金の13時～16時 多重債務、ヤミ金、奨学金、住宅ローンの支払生活困難等、所属の弁護士、司法書士対応、相談無料 ●要予約 ●相談・面接予約 ☎711-6225
ひきこもり相談	●月～金 8時30分～17時15分 ☎町社会福祉協議会 ☎080-6637-5067
ひきこもり・思春期 こころの相談	●8/5 ㊤・18 ㊤ 13時30分～16時30分 塩釜保健所 ●要予約 ●精神科医、公認心理師、臨床心理士対応 ☎塩釜保健所 母子・障害第二班 ☎365-3153
こころの相談	●8/6 ㊤ 14時～17時 母子健康センター ●8/20 ㊤ 14時～16時 塩釜保健所 ●要予約 ●精神科医師対応 ☎健康福祉課 ☎357-7449
依存症関連専門相談	●8/18 ㊤ 13時30分～16時30分 塩釜保健所 ●要予約 ●精神保健福祉士対応 ☎健康福祉課 ☎357-7449
問題飲酒でお悩みの方 の相談会	●毎週 ㊤ 19時～20時 塩竈市公民館等 ●予約不要 ●費用無料 ☎NPO法人宮城県断酒会 ☎397-9543 https://www.shio-dan.com
労働相談	●月～金 8時30分～17時 ☎県労働相談窓口 ☎214-1450

8/11

(火祝)

19:30～

※雨天の場合 12日(水)

葛蒲田海水浴場花火大会

皆様お誘い合わせの上ご来場ください。

●会場周辺は渋滞が発生する場合があります。ご理解をお願いします。路上駐車はご遠慮ください。

☎まちづくり振興課 ☎357-7443

くわしくは9月に各家庭に配布されるチラシをみてね！



毎年好評の「それいけ！アンパンマンショー」のほか、会場では「プラズマカー」や「わなげ」で遊べる広場、親子で手作り玩具・ゲームで遊べるコーナー、軽食や駄菓子のお店など、親子で楽しめるイベントが盛りだくさんです。ぜひ、ご家族皆さんでお越しください。

それいけ！アンパンマンショー

2公演 (30分程度) ①10:05 ②13:05

●入場無料 ●全席指定 (座席の指定はできません。)

●チケット配布 9月13日(日) 9時から七ヶ浜国際村で配布します。ご家族分のチケットを配布しますが、配布数を制限させていただく場合があります。チケットに残数がある場合は七ヶ浜国際村で配布します。

☎子育て支援センター ☎362-7731

七ヶ浜町託児サポート協力員事業 子育てセミナー

七ヶ浜町で子育て中の方や支援中の方が、育児の知識を学ぶ事で育児の不安を軽減し、子育ての楽しみを知ってもらえることを目的としています。

子育て支援ボランティアやプログラムにご興味ある方もぜひご参加ください。

●対象 七ヶ浜町に住んでいる方 ●参加無料
●託児無料 (先着5名、場所は子育て支援センター)
●申込 8/3(月)～21日(金) ※普通救命講習Ⅲを受講の際は、あらかじめ、お持ちのスマホやパソコン等で応急手当WEB講習(e-ラーニング)を受講いただく必要があります。不明な点は申込み時にご相談ください。

●受付 2日間とも、9:30～9:50

日程	時間	会場	内容 (定員)	講師
9/1(土)	10:00～12:00	給食センター	「給食センター見学」～試食付！～(10名)	給食センター職員
9/2(日)	10:00～12:00	子育て支援センター	「普通救命講習Ⅲ」～主に新生児から小児を対象～(15名)	七ヶ浜消防署職員

☎申込 七ヶ浜町社会福祉協議会 ☎349-7781

託児サポート協力員事業とは、子育てを地域でお手伝いし、支え合いができるよう「子育ての援助を受けたい方(利用会員)」と「子育てのお手伝いをしたい方(協力会員)」が会員登録し、事務局(町社会福祉協議会)がお互いの希望を調整しながら援助活動を行う有償ボランティア事業です。

紺青 (こんじょう) 「日本の伝統色」DIC グラフィックス(株) 群青と同じく藍銅鉾から採る鉾物顔料につけられた色名で、それをより一般に濃い青色を言うようになった。豪華な感じのする青で、西欧王朝のシンボルカラーにロイヤルブルーの名がある。

スケッチ

「行かない」、「行けない」。今月の特集の5ページの3段目の3行目の「健診にもなかなか行けない」の表現について、原稿の確認の時に東北大学でも町健康福祉課でもちょっとした議論になりました。「行かない」とは、自分の意志で「行かない」とことなり、「行けない」は、行きたいけれど何らかの事情があって行けないという意味も加わります。「行かない」は、強い言葉でその人を責めているようにも受け取られかねない。議論の結果、やさしい皆さんは「行けない」を選んだのでした。言葉って難しい！