

| 広報 |

かくだ

1
Jan.2022

Vol. 759

[Kakuda City Public Relations Magazine]

夢に挑み 道を拓く



特集

新春歓談

車いすバスケットボール女子日本代表
ヘッドコーチ岩佐義明さんとキャプテン
藤井郁美さんが黒須市長と対談

見直そう! 食生活

【問い合わせ】健康長寿課 (☎62-1192)

年末年始など長期間のお休みが続くと、会食の機会が増えたり、自宅にいる時間が長くなるため間食が増えるなど、知らず知らずのうちに食事が増えてしまうのではないのでしょうか。加えて、外の気温が低くなり、身体を動かすのがおっくうになる、という人も多いと思います。さまざまな環境によって、体重が増えやすいこの時期に、少しでも健康を意識した食べ方を知りましょう。

「自分でも気付かないうちに、体重が増えていた!」なんてことにならないように、改めて食生活について考えてみませんか。



体重が増加し、体に脂肪が増えすぎると「肥満」につながります。肥満は、糖尿病や脂質異常症、高血圧症、心血管疾患といった生活習慣病をはじめ、さまざまな病気の要因のひとつとなります。肥満の判定は、体格指数(BMI)が用いられます。

● BMIの計算式 = 【体重(kg)】 ÷ 【身長(m)の2乗】

標準体重は、【身長(m)の2乗】 × 22 = 【標準体重(kg)】で求めることができます。減量を考えている人は毎日、そうでない人も健康づくりのために1週間に1回は体重測定をしましょう。

< BMIの判断基準 >

やせ	普通	肥満
~ 18.4	18.5 ~ 24.9	25.0 ~

体重増加を抑えるために

● 無意識に口にしてる食品のエネルギー量に気を付けましょう

おやつや、水分補給の際に選び方を変えるだけで、摂取エネルギー量を抑えることができます。日々のおやつ選びから考えてみましょう。特に甘い飲み物は、糖分を多く含んでいます。水分補給として、甘い飲み物を飲んでしまうと、多くの糖分を摂取してしまい、かえってのどが乾きやすくなることもあります。

また、「糖質オフ」「ゼロカロリー」の商品も多く販売されています。しかし、ゼロカロリーでも、濃い甘さの味に慣れてしまうと、普段の食事や間食の際にも味の濃いカロリーの高い食べ物を求めやすくなる場合があります。水分補給は、甘くない水かお茶がおすすめです。

< 身近な食品の砂糖・エネルギー量 >

水 0kcal (糖質0g)	コーラ飲料100ml 47kcal (糖質11.7g)	カフェオレ100ml 39kcal (糖質8.4g)	スポーツドリンク100ml 21kcal (糖質5.2g)	おにぎり(塩)1個 179kcal (糖質39.4g)

出典：食品成分表 2020 より ※上記の糖質は、炭水化物量から食物繊維量を差し引いたものを糖質として表記しています。

食べたくなったら少し時間をおいてみましょう



ちょっと小腹がすいたときや、なんとなく口が寂しくなっておやつが食べたくなるときは、30分待ってから食べるようにしましょう。時間を意識することで、空腹でないときの「無意識な間食」を防ぐことができます。また、何か食べたくなったら歯磨きをしたり、ウォーキングなどの軽い運動で気分転換をすることも効果的です。



市長だより Vol.15



新春のお慶びを申し上げます。本年が皆さまにとりまして良き年になりますよう心からご祈念いたします。

昨年末に嬉しいことがありました。

スポーツ2つ。本号の新春歓談に登場された宮佐義明さん、藤井郁美さんを「郷土の誉」として表彰させていただきました。また、前例のないスポーツと道の駅の連携からはじまった「スポーツによるまちづくり」が、名誉あるスポーツ庁長官表彰を受賞しました。

文化芸術2つ。新生「もっとうえいく」(角田市芸術文化振興会)主催「Lihō光と星空のコンサート」、「角田芸術文化展「もっとうえいくセレクション」」がコロナの小康状態の中開催されました。

いずれも、懸命な市民の活動と、多くの市民が支援して叶った結果です。スポーツ・文化ともに花開くのは「文武両道」を重ねて石川公の城下町ならではの言葉でしょう。

2022年も大小問わずのいろいろな「市民の力」の花がつぼみを膨らませている。そんな予感がする春です。 角田市長 黒須 貫

FILE19

道の駅通信

地域おこし協力隊・伊藤が取材しました。

初売り・野菜お楽しみ袋

道の駅出荷者協議会 会長 高野良和さん

◆1袋1,000円(税込み) 1月2日(日)午前9時から数量限定販売

※天候により内容が変更になる場合があります。

今回は、1月2日・3日の初売りで販売する「野菜お楽しみ袋」について、出荷者協議会会長の高野さんにお話を聞きました。今年はブロッコリーをメインとした福袋を用意する予定です。ブロッコリーは「おはよう」という品種で、栄養価が高く、甘みがあるのが特徴です。イチオシの食べ方は「天ぷら」で、ホクホクとした食感が楽しめる、おすすめメニューだそうです。野菜お楽しみ袋には、他にも季節の野菜はもちろん、自家製のお米や漬物も入っていたりとバラエティー豊かな内容となっています。今年も、角田で育ったおいしい野菜をたくさん味わってください。



▲出荷間近のブロッコリー畑にて

私たちが心を込めて作った農作物がたっぷり入っていますよ!

道の駅かくだの初売り

1月2日(日)の午前9時スタート! 野菜お楽しみ袋のほかに、おかしが入ったお楽しみ袋(2,000円)も登場。フードコート特別メニューもお見逃しなく。

☎道の駅かくだ (☎61-2850)

Contents

- 02. 市長だより・道の駅通信
- 03. 見直そう! 食生活
- 04. 新春歓談
- 08. トピックス
- 10. 角田の昭和 ほか
- 12. 新型コロナウイルスワクチン接種について ほか
- 13. むりえコンテスト
- 14. お知らせ
- 22. 健康の広場

※広報かくだでは、撮影時のみマスクを外しています。

今月の表紙



今月の表紙は、車いすバスケットボール女子日本代表キャプテンの藤井郁美さんです。総合体育館アリーナでの個人練習にお邪魔して撮影をしました。表紙の写真を撮るのに何度もボールを投げてくださいました。「ボールをこぼしたら拾わなければ」という心配も、さすがのプロは一度もボールを落とさずでした。私たちのリクエストに快く応えてくださった郁美さん。すてきな笑顔ときれいなネイルアートにも注目です。これからの活躍が楽しみです。



角田市HP



角田市FB



角田市公式 YouTube

2022 新春歓談

広報かくだ1月号の紙面では、毎年テーマを決めて歓談しています。今年のテーマは「夢に挑み 道を拓く」。ゲストは、2021年夏に開催された東京2020パラリンピックに出場した、車いすバスケットボール女子日本代表の岩佐義明ヘッドコーチと藤井郁美キャプテンです。黒須市長がインタビュアーとなり、お二人にパラリンピックでの経験や角田市のまちづくりについてお聴きしました。



車いすバスケットボールとは？

下肢などに障害のある選手が競技用車いすを巧みに操作しながらプレーするバスケットボール。使用するコートやリングの高さは一般のバスケットボールと同じで、素早いパスワークや激しい攻防が繰り広げられます。選手には、それぞれ障害のレベルに応じて分けられた持ち点があります。持ち点は、最も障害の重い1.0点から最も障害の軽い4.5点まで0.5点刻みに分けられており、コート上の5人の合計点は14点以内と決められています。車いすからお尻を浮かせると反則を取られたり、相手の動きを車いすで封じるディフェンス方法があるなど、車いすバスケットボールならではのプレーが魅力で、世界的に人気の高い競技です。

角田市での暮らし 大舞台を終えて



黒須市長
明けましておめでとうございます。今年の新春歓談は、

1982年生まれ。神奈川県横浜市出身。小学生の頃からバスケットボールを始める。15歳のときに骨肉腫を発症。2002年から車いすバスケットボールの道へ。東京2020パラリンピックに向け、2021年に練習環境の良い角田市へ転入。大会ではキャプテンとしてチームを支え活躍し、6位入賞を果たす。

車いすバスケットボール女子日本代表
キャプテン 藤井 郁美 さん



▲総合体育館にて練習中の藤井キャプテン



岩佐HC
よろしくお願います。角田市に転入して以来、市民

岩佐HC
の皆さんには多くのご支援をいただき、心から感謝しています。



藤井キャプテン
よろしくお願います。昨年夏のパラリンピックでは、

藤井キャプテン
熱い応援ありがとうございました。



黒須市長
まずは、パラリンピック出場大変お疲れ様でした。テレビの前で、手に汗握って夢中で応援しました。お二人は、市外から転入して来ましたが角田市での生活はいかがですか。



黒須市長
地元山元町のお隣というところで、やはり住みやすいですよ。休みの日には、市内をドライブしたり、道の駅かくだに買い物に行きます。毎週のようにイベントが開催されていて、活気のあるまちだなと感じています。ふれあい農園を借りて、野菜づくりなども楽しんでます。たくさん収穫できたときは、藤井にもおすそ分けしているんですよ。



藤井キャプテン
毎回お話ししたいです。私は、移り住む前から毎年のように家族で「かくだふるさと夏まつり」に遊びに来ていました。パラリンピックが終わって競技生活に区切りがあったので、週末は息子と一緒にスポコムかくだ



黒須市長
でスポーツを楽しんでいます。子どもの頃から運動に慣れ親しむ環境が整備されているのは良いことですよね。



藤井キャプテン
私の夫は、車いすで生活しています。車いすにとって少しの段差や小さな砂利も危険な障害物なんです。また、車止めが設置されていると、車いすで通行できないことがあります。段差や車止めを完全に無くすことは難しいと思うので、少しずつでも改善していただけたらと思います。



黒須市長
おっしゃるとおりです。誰にでも優しいまちづくりを目指す上で、欠かせない視点ですから、改善するよう努力してまいります。



▲東京2020パラリンピック開会式での1枚

1958年生まれ。宮城県山元町出身。中学生から大学生までバスケットボール選手として活躍。2017年まで車いすバスケットボールチーム「宮城MAX」のヘッドコーチとして、日本選手権11連覇を成し遂げた。東日本大震災の翌年、角田市へ転入。東京2020パラリンピック車いすバスケットボール女子日本代表のヘッドコーチを務めた。

車いすバスケットボール女子日本代表
ヘッドコーチ 岩佐 義明 さん





車いすバスケットボールの練習環境はとても素晴らしい、細かなところにも気を配っていただきました。おかげで集中して練習に打ち込むことができました。「支援する会」の方々ははじめ、応援してくださった市民の皆さんに感謝の気持ちでいっぱいです。



そのとおりです。練習拠点となっている総合体育館では、コート設営などにもご協力いただき、スムーズに練習することができました。それに、角田は食べ物がとてもおいしいので、選手たちは練習後の食事を毎回楽しみにして

いました。さらに、パラリンピック前には壮行会で市を挙げて応援していただきました。

車いすバスケットボールの魅力



本市で練習を重ねた選手たちが、世界の大舞台でプレーする姿に胸を打たれました。



メダル獲得を目標に掲げてきましたので悔しさは残りますが、選手たちは100%以上の力を出し切りました。本当によく頑張ってくれました。



角田市在住のお二人がパラリンピックに出場するというところで、初めて試合をテレビ観戦した市民も多かったと思います。改めて、競技の魅力を教えてください。



基本的なルールはバスケットボールと一緒です。車いすバスケットボールならではのルールとして、持ち点制度というのがあります。1チーム5人の持ち点を14点以内にしなければなりません。コートに入れば障害の重さは関係ない。選手それぞれが自分の役割をまっとうしようという戦う姿は、魅せられるものがあります。福祉的なイメージを払拭して、一競技として楽しく観戦してほしい、選手をアスリートとして見てほしい、とずっと願ってきましたが、今回の大会で多くの方にそう感じてくれたのではないのでしょうか。



持ち点の組み合わせにも、チームの戦略が表れます。5人全員それぞれに仕事

があつて、誰もが必要な選手です。いすに座った状態からシュートを打つので障害が重く、低い位置から放たれる精度の高いシュートに美しさを感じます。鍛え抜かれた体で車いすを巧みに操作してコートを動き回る。ひたむきに勝利に向かう姿に、ぜひ注目してほしいですね。

夢に挑み続ける強さの源とは



新型コロナウイルス感染症拡大の影響で大会開催が1年延期になりましたが、どのようにして乗り越えたのですか。



もう1年、チームを強化できる、と切り替えるしかなかったです。さまざまな感染症対策を講じながら、チーム一丸となって挑んだ大会でした。



キャプテンとして2020年を最大成と考えてハードな練習を乗り越えてきたので、もう1年頑張れるのだろうか……と、戸惑いもありました。岩佐HC同様、「やるしかない！」と何とか気持ちを切り替えて前に進みました。



なるほど。並々ならぬ覚悟の上で臨んだ大会だったの



ですね。だからこそ、伝わる気迫がありました。お二人の夢に挑み続ける強さの源をお聴きしたいです。



プレーヤーとして、「負けたくない、世界で勝ちたい」という強い気持ちで、20年間競技と向き合ってきました。一人の人間としては、「一度きりの人生。何事にもチャレンジする」と誓いを立てています。15歳のときに骨肉腫になって、「死」に直面しました。改めて、自分の人生は一度きりなのだと痛感し、何をするにも自分で選択して、責任を持って生きていこうと心に決めています。パラリンピック出場も最終的に自分で選択したからこそ、厳しい練習や本番の熾烈な戦いを乗り越えることができました。



車いすバスケットボールに携わって35年。本当にたくさんの方に世話になりました。支えてくれた皆さんに感謝の気持ちを返すために、藤井をはじめ、選手と夢に向かって進むことができました。

一人一人が主役のチームづくりを



藤井キャプテンは、「一人一人がチームの主役」をモットーにチーム作りに取り組んできたそうですね。



経験や年齢が違っても、コートに出たら選手それぞれが主役です。一人一人が責任と自覚を持ってプレーできるとチーム作りを心掛けました。ミーティングを重ね、選手の状況や意見にじっくり耳を傾ける。キャプテンとして私の考えもしっかりと伝えました。さらに、チームの仕切り役を持ち回り制にしたことで、全員が自由に発言できる雰囲気になり、チーム力が上がりました。結果として試合内容のレベルアップや得点にもつながったと確信しています。



角田市が目指すまちづくりにも同じことが言えます。チームプレーはまちづくりの要ですから、市民の皆さんと

次世代に残したいもの 今後の目標



最後に、夢に挑み続けたお二人が、これから次世代につなげていきたいことや今後の目標を教えてください。



女子の車いすバスケットボールは、東京2020パラリンピックがスタートだと思っっています。高さのないチームですから、ディフェンスとオフフェンスを素早く切り替え、スピード感のある日本のチームプレーを財産として、次の世代に継承してほしいですね。目標は、パラリンピック男女でメダル獲得！可能性は十分にあります。これからも、微力ながら応援・支援していきたいと考えています。



私は、競技人生で培った経験を後輩やジュニア世代に引き継いでいきたいです。出産後、育児とプレーヤーを両立した経験から、若いパラアスリートに伝えられることがあると思うんです。並行して講演活動にも力を入れていきたいです。特に、子どもたちにパラスポーツの魅力を伝えたいですね。子どもたちは、「どうして車いすに乗っているの」「どうして歩けないの」と真つすぐな気持ちで質問してくれます。幼い頃にパラスポーツに触れることで、大人になってからも身近な競技として、親しんでもらえたらうれしいです。



誰もが住みよい角田市、そして社会づくりのためにも、お二人にはこれからもアドバースをいただきたいです。今後ともよろしくお祈りします。



こちらこそ、よろしくお祈りします！

郷土の誉表彰式

「郷土の誉」表彰式が12月7日に行われ、車いすバスケットボール女子日本代表岩佐義明ヘッドコーチ、藤井郁美キャプテンが受賞されました。郷土の誉は、芸術、文化、スポーツなどの分野で優れた活動や功績を残した、市に深い関係の深い方を表彰するものです。

藤井キャプテン

プレーヤーとしては一区切りしましたので、これからは、講演活動やイベントなどを通して、今までの経験や車いすバスケットボールの魅力をたくさんの方に伝えていきたいです。市民の皆さんに恩返しできるよう取り組んでいきます。



岩佐HC

市民の皆さんには、練習会場である総合体育館でたくさんの支援・応援をいただき大きな力になりました。ありがとうございます。次のパラリンピックでのメダル獲得を目標に取り組みでいきたいです。



12月5日、「角田市周遊バスツアー&お絵かきトレイン」を開催。市内外から5家族18人が参加しました。貸し切り列車に乗り込み、窓に自由に絵を描いたり車内放送などを体験しました。仙南シンケンファクトリーのランチを楽しんだ後、JAXA角田宇宙センターや道の駅かくだを巡り、充実の1日となりました。

車窓に思い思いの絵を描こう

親子で楽しむ阿武隈急行利用促進イベント



角田市地域婦人会が令和3年度末で75年の歴史に幕を閉じることとなった記念に、お手玉442個を作製し、市内の保育施設へ贈呈しました。12月に、会員が中島保育所やかくだ光の子保育園、なかよしこどもえんを訪れ、お手玉を贈呈した後、お手玉遊びを披露して子どもたちと交流しました。

手づくりのお手玉を贈呈

地域婦人会解散記念



11月16日、企業版ふるさと納税で市に貢献した角文株式会社へ、市長から感謝状が贈られました。頂いた寄附は、道の駅かくだを活用した体験型観光のシステム構築やスポーツツーリズムの推進、陸上競技場の改修などに役立てられます。

角文株式会社へ感謝状贈呈

企業版ふるさと納税で貢献



11月20日、市内小学校4～6年生を対象に「JAXA宇宙プログラミング体験学習」を開催。JAXA宇宙教育センター（相模原市）の4人を講師に迎え、子どもたちがJAXA開発のプログラミング教材「人工衛星編」を体験しました。自ら教え合い、楽しく取り組み、「宇宙」を通して学びの輪を広げました。

JAXA宇宙プログラミング

子どもたちに宇宙体験学習



12月9日、角田市役所で「いじめ防止小学生サミット」が開催されました。市内小学校の児童が、いじめ防止のための自校での取り組みを発表した後、「オンラインゲームを使う際に、私たちは何に気を付けて行わなければならないか?」をテーマに、活発な議論が繰り広げられました。

いじめ防止小学生サミット

オンラインゲームとどう向き合おうか



▲パネルディスカッションの様子



▲（一社）ワカツク代表理事渡辺一馬氏による基調講演の様子



▲市公式YouTubeでシンポジウムの動画を見ることができます。

新 これから10年のまちづくり 新たな総合計画の策定に向けて シンポジウムを開催

11月21日、かくだ田園ホールで「角田市第6次長期総合計画シンポジウム」が開催され、市民をはじめ、企業や団体の皆さんなど約120人が参加しました。

若者の人材育成などを手掛ける一般社団法人ワカツクの代表理事である渡辺一馬氏が基調講演を行った後、東北学院大学の柳井雅也教授をコーディネーターとして、車いすバスケットボール女子日本代表キャプテンの藤井郁美さん、編集者やライターでもあり、かく大學のファシリテーターとして活躍している谷津智里さんの2人をパネリストに迎え、黒須市長も交えたパネルディスカッションが行われました。さまざまな立場からの意見を聞くことで、参加した皆さんが今後のまちづくりについて考える良いきっかけとなりました。



3 宮城県内初の3者間連携協定 者で生産性向上目指す

11月22日、コニカミノルタ株式会社と白石市、角田市の3者で「行政事務の効率化及び生産性向上に関する連携協定」をオンラインにより締結しました。3者による連携協定は、県内では初めての取り組みとなります。

この協定は、国のシステム標準化の流れに合わせた業務プロセスの見直しをはじめ、両市の行政事務に関する業務分析と業務プロセスの再構築を行うことで、職員数や職員配置の適正化、行政事務の効率化と生産性向上を目指すものです。



3 角田市が名誉ある表彰を受賞 スポーツ庁長官から表彰状

「スポーツ・健康まちづくり優良自治体表彰2021」を本市が受賞し、12月14日、浅草橋ヒューリックホールで表彰式が行われました。これは、東京2020大会等の後も、スポーツの力を活用した地域課題解決への取り組みを全国に広く周知するため、そのモデルとなる自治体を表彰するものです。

本市は、Kスポと道の駅かくだがスポーツを通して健康・子育てをテーマに連携し、道の駅かくだの活性化への取り組みや市民の健康増進、元気な子どもの育成などスポーツによるまちづくりが評価されました。

祝 夫婦で90歳おめでとう

※コメントは、お二人に聞いた長寿の秘訣です。

よく食べ、寝て、運動（守さん）

娯楽を楽しむ、のんびり過ごす（つやさん）



柴崎 守さん・つやさん（南江尻）

図書館だより

http://kakudacity-library.la.coocan.jp



▲図書館ホームページ ☎63-2223
 ●火曜日～金曜日 午前10時～午後6時
 ●土曜日・日曜日 午前10時～午後5時

図書館カレンダー 1月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

■は休館日 ■は時間延長です

午後7時まで開館の日

1月5日(水)、19日(水)
午前10時～午後7時

ちびっこおはなし会

1月12日(水)午前10時30分から

みんなのおはなし会

1月22日(土)午後3時から

本のリユース市

1月15日(土)午前10時から

※おはなし会、本のリユース市は事前にお申し込みください。

「好きな本の絵を描こう」展 開催中!!

現在、子ども図書館では、3歳から小学生のお子さんが描いた絵を展示しています。まだ、絵の募集を行っていますので、好きな本やお気に入りの場面の絵を描いてみませんか？

対象年齢：3歳～小学6年生

参加方法：子ども図書館の窓口で応募用紙を受け取る

募集期間：1月7日(金)まで

絵の展示期間：1月30日(日)まで

司書の本棚を設置しました

先月から、図書館司書のお気に入りや、おすすめの本を紹介する本棚を設置しました。司書がどんな本を読んでいるかのぞいてみてください。本棚の中身は定期的に入れ替わります。

図書館では、毎月テーマを決めて特集コーナーを設けています。



今月の一般書特集コーナー

美しい世界の風景



世界の素敵な建造物、美しい景色などの写真集を紹介。美しい写真集を見ながら、ひとときの心の潤いを感じてみませんか。

今月の児童書特集コーナー

ネコ科の動物大集合



今年は寅年。ご存じのとおり、トラはネコ科の動物です。そこで、トラにちなんでネコ科の動物に関する本を集めてみました。

AZDAS

おたよりコーナー

「枝野 新名所!!」



夢道人さん

手毬さん



「トラ」
ユアベスト

2022.1.1

「飛躍」



一日一生さん

デジタル書道「迎春」



一炊の夢さん

大泉さん



「孫の誕生記念」
18歳のミカンの木

おたより大募集!

みなさんからの投稿をお待ちしています。

宛先：〒981-1592

角田市角田字大坊41

角田市役所 広報かくだ行

Eメール：koho@city.kakuda.lg.jp

※投稿の際は、投稿者の住所、氏名、電話番号、ペンネーム(希望者のみ)を明記してください。

写真とともに見る

角田の昭和その⑧

角田鉄道物語～70年の悲願達成～

昭和34年

昭和34年の広報かくだの号外に「70年の悲願達成」「千天に慈雨を得た蘇生の思いであり、感謝感激の至りであります」の文言が並んでいます。また、同年12月号には、「70年待望の正夢」「ただただ感謝と感激にむせぶのみでありませぬ」の言葉が踊っています。広報紙でこれだけ感情をあらわにした表現をするのも珍しいと思いませんか？実は、昭和34年11月9日に丸森線が鉄道建設着工線に採択されたことを伝えるのに、広報紙で最大限の喜びの表現をしているのです。

それでは、70年前に何があったのでしょうか。昭和34年の70年前は明治22年です。つまり、東北本線が角田を通らずに白石を通って敷設された年です。実は、東北本線の福島～仙台間の当初の予定は角田経由でした。阿武隈川の水運と平坦な地形がルート選択の理由でしたが、地元の熱意は稀薄でした。そのため、勾配の急な白石に路線が決定したのです。

ところが、鉄道敷設に反対しておきながらその有効性が分かったと、角田の人たちは何とか鉄道を角田に通そうと試みました。そこで、まず明治32年に「角田馬車鉄道」を開通させました。また、大正6年には「角田軌道株式会社」に名称を変更し、軽便鉄道を走らせました。しかし、経営困難に陥り、昭和4年に解散。その役目をバスに譲りますが、鉄道の利便性にはかたがたと羨望を覚えました。鉄道敷設決定は昭和34年まで待たなければならなかったのです。そこで、冒頭のような表現になったのですが、物語は劇的な変化をとげながらその後も続いていくことになるのです。(次号に続く)



▲軽便鉄道 大正6年撮影

(角田市郷土資料館 演須 保雄)



入場無料

「角田市スポーツ合同表彰式 & スポーツ講演会」開催

令和3年度に全国大会等に出場し活躍した選手、地域のスポーツの普及・発展にご尽力いただいた指導者の皆さんなどを表彰する、「角田市スポーツ合同表彰式」を開催します。

さらに、東京2020パラリンピックで活躍し6位入賞を果たした、車いすバスケットボール女子日本代表の岩佐ヘッドコーチと藤井キャプテンを招き、講演会を行います。

■日 時 2月5日(土)午前10時開会
 ■会 場 かくだ田園ホール

<表彰式>

角田市スポーツ協会表彰式
 角田市スポーツ少年団本部表彰式

<講演会>スポーツ講演会

東京2020パラリンピック車いすバスケットボール女子日本代表・岩佐義明ヘッドコーチ、藤井郁美キャプテンによる講演

※感染症対策を講じて開催します。



▲藤井郁美さん



▲岩佐義明さん



▲令和元年度のスポーツ合同表彰式の様子

【問い合わせ】表彰式 角田市スポーツ協会・角田市スポーツ少年団本部 (☎63-3771)
 講演会 生涯学習課 (☎63-2221)

昨年に引き続き、今年もぬりえコンテストを開催します。キリトリ線でこのページを切り取り、応募してください。詳細は裏面を確認してね

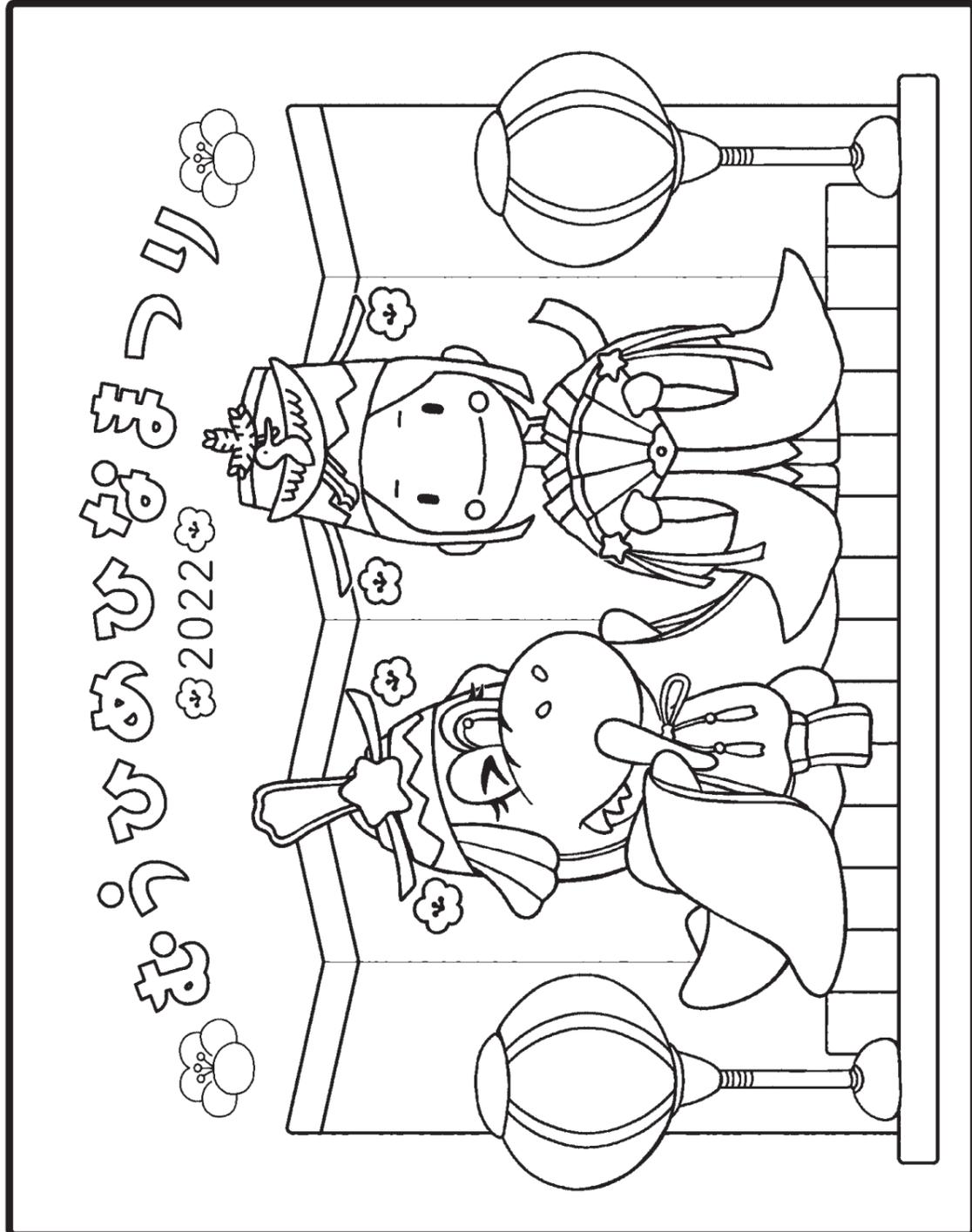


▲角田市牟宇姫PRキャラクターおふで

応募用紙

第11回かくだ牟宇姫おふでぬりえコンテスト

【牟宇姫】と角田くまのPRキャラクター「おふで」に色をぬりこー



キリトリ線

☆昨年は応募者のお名前をイニシャル表記で展示しましたが、今年からは、氏名またはペンネームで展示します。

おふでぬりえコンテスト2022

新型コロナウイルス ワクチン接種について



追加接種（3回目接種）に係る必要書類を順次発送しています

市では、**新型コロナウイルスワクチン**を2回接種した**18歳以上の人**を対象に、接種時期の早い人から順次「意向確認書」・「接種券」を送付しています。「意向確認書」にて接種の希望の有無などを確認し、接種希望者へ市で予約の割り当てをし、後日接種日時・会場の案内をお送りします。

接種時期について

追加接種（3回目接種）が可能になるのは、2回目接種を完了した日から、原則8か月以上経過してからです。市では、2月中旬から、集団・個別接種を開始予定です。

2回目接種時期	接種券送付時期	3回目接種可能時期
令和3年5月～6月28日	令和3年12月送付済み	令和4年1月・2月以降
令和3年6月29日～9月	令和4年2月上旬送付予定	令和4年3月・4月・5月以降

◀接種時期の一例です

追加接種ワクチンの種類について

追加接種用のワクチンは「ファイザー社」と「武田/モデルナ社」の2種類から選択できます。初回接種（1・2回目）が「ファイザー社」の人も追加接種時は「武田/モデルナ社」を選ぶことができます。ワクチンの供給量は今後ファイザー社の数が少なくなり、武田/モデルナ社が多くなる予定です。ファイザー社をご希望の場合、接種時期が遅れる場合もありますので、ご了承ください。

【手続き等に関する問い合わせ】

角田市新型コロナウイルスワクチンコールセンター

☎ 0224-63-0139

■ 開設日時

平日 8:30～17:15

中学3年生・高齢者のインフルエンザ予防接種の助成期間が延長になりました

インフルエンザワクチンの供給量が不安定なことから、今年度の助成期間を**令和4年1月31日まで延長**します。

【対象者】

- ・角田市に住所がある中学3年生
- ・65歳以上
- ・60～64歳で心臓、腎臓、呼吸器の機能やヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害があり、日常生活に支障がある人

【自己負担】 1,500円

【実施医療機関】

金上病院	仙南病院
同済病院	高山内科胃腸科医院
角田ふれあいクリニック	名取医院
丸森町国保丸森病院	三澤医院
山本医院	

※ワクチンの在庫状況が各医療機関によって異なりますので、**事前に予約または接種が可能かを各医療機関に確認してください。**

※65歳以上の人は、市内や丸森町以外の医療機関でも接種できます。角田市の予診票が必要となりますので、接種前に健康長寿課にてお受け取りください。

【問い合わせ】健康長寿課 ☎62-1192

高齢者肺炎球菌ワクチン接種はお済みですか

これまで65歳以上で5歳刻みの年齢の人に定期接種を行っていましたが、**令和6年度以降は、65歳の人のみが対象となる予定です。**接種を希望する人は、機会を逃すことが無いようご注意ください。

【実施期間】 令和4年3月31日まで

【自己負担】 5,100円

▼今年度の対象者

年齢	生年月日
65歳	昭和31年4月2日～昭和32年4月1日生まれ
70歳	昭和26年4月2日～昭和27年4月1日生まれ
75歳	昭和21年4月2日～昭和22年4月1日生まれ
80歳	昭和16年4月2日～昭和17年4月1日生まれ
85歳	昭和11年4月2日～昭和12年4月1日生まれ
90歳	昭和6年4月2日～昭和7年4月1日生まれ
95歳	大正15年4月2日～昭和2年4月1日生まれ
100歳	大正10年4月2日～大正11年4月1日生まれ

※これまでに高齢者肺炎球菌感染症の予防接種の助成を受けたことのない人に限ります。

※市内や丸森町以外の医療機関で受ける場合、角田市の予診票が必要です。接種を受ける前に健康長寿課にてお受け取りください。

【問い合わせ】健康長寿課 ☎62-1192

03

かくだ田園ホール
イルミネーションイベント

◎光の回廊

かくだ田園ホールがLEDライトを使用した屋内イルミネーションで彩られます。

- 日時 2月9日(水)～13日(日) 午前10時～午後6時
- 場所 かくだ田園ホール
- 料金 無料

◎光の回廊を巡る音の旅

イルミネーションの中で子どもも大人も楽しめるクラシックコンサートです。流行りのあの曲も演奏します!

- 開催日 2月12日(土)
- ①午前11時～②午後2時～③午後4時～④午後6時～
※各回60分。①②乳幼児同伴可。
- 場所 かくだ田園ホール
- 料金 無料
- 定員 各回70人(全席指定)
- 申込受付 市民センター窓口で整理券配布
(各回分なくなり次第終了)
- 【問い合わせ】生涯学習課(☎63-2221)

04

民俗芸能大会

角田市内に伝わる神楽などの伝統芸能を上演します。

- 日時 1月30日(日) 午前10時開演(午前9時30分開場)
- 場所 かくだ田園ホール
- ※入場無料、予約不要
- 【問い合わせ】生涯学習課文化財保護係(☎62-2527)

05

マロニエの会
(自死遺族わかちあいの集い)

- 日時 1月16日(日) 午後1時～4時30分
- 参加費 100円
- 場所 大河原駅前コミュニティセンターオーガ2階
- 対象 自死遺族の人

【問い合わせ】全国自死遺族連絡会 田中(☎090-5835-0017)

えずこホールからのお知らせ

仙南ふるさとC-M(コミュニティ・メディア)グランプリ

仙南地域にある歴史、文化、施設、伝統行事などに関する映像・紙しばい作品を広く募集しています。自由な視点と感性を活かした作品を作ってみませんか? ▶作品応募締切/1/28(金)
▶上映会/2/26(土)9:30～
▶会場/平土間ホール▶入場無料



お問い合わせ ☎ 0224-52-3004 <http://www.ezuko.com/>
柴田郡大河原町字小島1-1 info@ezuko.com

広報かくだ12月号掲載の記事に変更がありましたのでお知らせします

- 10ページ「年末年始のごみの出し方」
燃やせないごみ、資源ごみ、不燃性粗大ごみ
1月3日(月) 変更前: × → 変更後: ○
- 【問い合わせ】生活環境課(☎63-2118)

今月の
お知らせ

- 催し 01 - 08 募集 09 - 13
- <らし 14 - 20 相談 21 - 29

※新型コロナウイルス感染症の影響により日程等の変更や中止の可能性があります。詳しくは各問い合わせ先へお問い合わせください。

01

ふあみふあみ
たのしくリトミック!

初めてでも楽しめるリトミック! 音楽に合わせて親子で体を動かしませんか?

- 日時 2月13日(日)、20日(日) 午前10時～11時30分
※原則両日参加ですが、1日のみ参加の場合はご相談ください。
- 場所 市民センター 和室
- 料金 無料
- 対象 2～4歳の未就学児とその保護者
- 定員 15組
- 持ち物 飲み物、タオル、動きやすい服装
※当日は裸足で行います。
- 申し込み 1月26日(水)まで電話・メールで申し込み
※申込者多数の場合は抽選
- 【問い合わせ】生涯学習課(☎63-2221)

02

シルバー人材センター
入会説明会

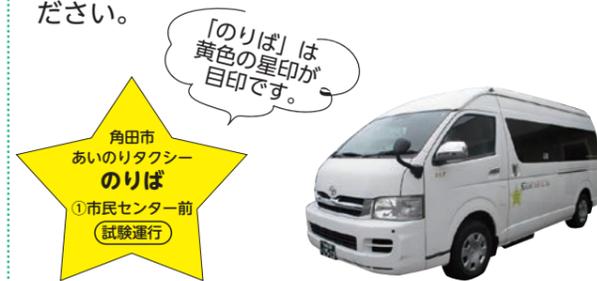
- 日時 ①1月20日(木)午後2時②1月21日(金)午前10時
- 場所 ①シルバー人材センター②ハローワーク大河原
- 対象 60歳以上の働く意欲とボランティア精神を抱く人
- ※①②以外の日も随時受け付けています。事前に申し込んでください。
- 【問い合わせ】シルバー人材センター(☎63-5112)

あいのりタクシー
運行期間延長します

【問い合わせ】まちづくり政策課(☎63-2112)

みやぎ県南中核病院まで相乗りで利用できる「あいのりタクシー」の運行期間を、令和4年3月31日(木)まで延長します。ぜひ、ご乗車ください。利用方法など詳細については、広報かくだ9月号と11月号をご覧ください。問い合わせ先はまちづくり政策課までお問い合わせください。

運行期間
3/31(木)まで



「のりば」は黄色の星印が目印です。

角田市
あいのりタクシー
のりば
①市民センター前
(試験運行)

第11回かくだ牟宇姫ひなまつり

「ぬりえコンテスト」

【問い合わせ】商工観光課(☎63-2120)

入賞者には豪華賞品を贈呈

かくだ牟宇姫ひなまつりの開催に合わせ、皆さんからぬりえ作品を募集します。裏面のイラストに自由に色付けをし、ご応募ください。作品は、2月中旬から3月中旬まで、角田市市民センターに展示されます。

- 応募方法 裏面のイラストに色をぬり、必要事項を記入の上、ご応募ください。個人情報が入賞者への賞品発送にのみ使用します(氏名またはペンネームで展示します)。☆応募は1人1点まで
- ☆画材は自由(色えんぴつや水性ペンなど)です。送付時に汚れてしまう可能性のあるものや、展示の際に他の作品に色が付着する可能性があるものはご遠慮ください。
- ☆応募作品は返却しませんのでご了承ください。

●年齢に応じて各部門ごとに審査します

- ☆部門①未就学児の部②小学1～3年生の部③小学4～6年生の部④中学生の部⑤高校生以上の部

氏名

住所

応募部門 (①・②・③・④・⑤)

電話番号

角田市文化財指定記念
和田家資料「内留」の世界

【問い合わせ】郷土資料館(☎62-2527)

「内留」は、江戸時代後期の角田のお殿様・お姫様・家臣・女中などの日常を記録した古文書です。今回、市の文化財に指定されたことを記念し『おくじ取り(家来の家族を城に招いてのお正月大抽選会)』をはじめ角田城の年中行事など知られざる「内留」の世界を紹介します。

- 日時 1月5日(水)～30日(日) 午前9時～午後4時30分(休館日:1月11日(火)・17日(月)・24日(月))
- 場所 郷土資料館
- 料金 無料



▲角田市牟宇姫シンボルキャラクター

◆応募先◆
〒981-1592
角田市角田字大坊41
角田市役所 商工観光課

氏名、住所、電話番号、応募部門を下記に記入し、郵送または商工観光課窓口まで持参してください。

15 令和4年度 償却資産の申告について

法人や個人で事業(工場、商店、農業など)を行う人がその事業のために用いる機械・器具・備品などを償却資産といいます。

償却資産は、毎年1月1日現在の所有者に対し、翌年度課税されます。令和4年度についても、1月31日までに、市内にある償却資産の申告をお願いします。

詳細については、お問い合わせください。

- **場所** 税務課固定資産税係 (市役所1階)
- **対象** 市内で事業(工場、商店、農業など)を行う人
- **【問い合わせ】** 税務課固定資産税係 (☎63-2114)

16 マイナンバーカードの受け取り・更新手続き

マイナンバーカードの受け取りは予約制です。マイナンバーカード交付通知書(はがき)が届いたら市民課へ電話予約をしてください。

■ **予約日時** 月～金曜日(祝日除く) 午前8時30分～11時30分、午後1時～4時

■ **電話受付時間** 月～金曜日(祝日除く) 午前8時30分～午後5時

また、下記の日程で休日・夜間に臨時窓口を開設します。平日のカード受け取り・更新手続きが困難な人は、ぜひご利用ください(休日・夜間窓口は予約不要)。15歳未満の場合は、保護者と一緒に来庁してください。

休日窓口は混雑が予想されます。時間に余裕をもってお越しください。

	1月実施日		時間
休日	9日(日)	29日(土)	午前10時～正午
夜間	12日(水)	26日(水)	午後5時15分～7時

■ **場所** 市民課 (市役所1階)

■ **持ち物**

《マイナンバーカード受け取り(本人)》

- ① 交付通知書(市からはがきが郵送されます)
 - ② 通知カード
 - ③ 住民基本台帳カード(お持ちの人のみ)
 - ④ 本人確認書類(写真付きは1点で可、写真なしは2点以上)
- ※本人確認書類の詳細は市民課へ問い合わせるか、市ホームページをご覧ください。

■ **取り扱い業務** 休日・夜間臨時窓口は、マイナンバーカード交付・電子証明書更新手続きに限りです。

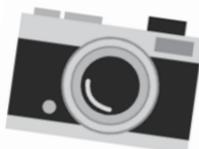
■ **【問い合わせ】** 市民課市民係 (☎63-2116)

13 令和3年度仙南青年文化祭inかくだ 写真展「日常～フォルダの中の好きなモノ～」作品

仙南2市7町の青年たちが集まり、角田市を会場に仙南青年文化祭を開催します。2年ぶりの開催となる今年度は、皆さんの思いの詰まった写真を募集して写真展を行います。皆さんのフォルダの中から思い思いの写真を投稿して、写真展を作り上げませんか?

■ **作品テーマ** 「フォルダの中の好きなモノ」

写真の題材や撮影地は自由です。作品タイトル、または撮影した時の思いや考えなど、作品に関する一言メッセージを作品と一緒に提出してください。



■ **応募方法** ① 写真データをメールで送付
② プリントした写真(L判)を提出
※氏名、電話番号、作品の撮影地を記載

■ **応募締切** 1月14日(金)

■ **応募先** 〒981-1505 角田市角田字牛館10
仙南青年文化祭実行委員会事務局(角田市教育委員会生涯学習課内)
メール sennanseinenbunkasai@gmail.com

■ **写真展開催日時** 2月6日(日)～22日(火)午前9時～午後5時(2月6日のみ午後1時から開催)

■ **場所** 市民センター(かくだ田園ホール)

■ **注意事項** ・被写体の肖像権・著作権への対応については、すべて撮影者(応募者)の責任とします。
・展示方法は実行委員会に一任ください。
・応募作品数により、全ての作品を展示できない場合があります。
・プリント写真での応募の場合、作品は返却しませんのでご了承ください。

■ **【問い合わせ】** 仙南青年文化祭実行委員会事務局 生涯学習課 (☎63-2221)

14 確定申告用納付確認書を送付します

確定申告の社会保険料控除の確認資料として、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料の納付確認書を1月中旬に郵送します。

今回郵送するのは、納税貯蓄組合や金融機関などの窓口、コンビニエンスストア、スマートフォンアプリ、口座振替で令和3年中に納めていただいた普通徴収分です。年金から天引きされた特別徴収分は、年金機構などから送られる源泉徴収票に記載されています。

■ **【問い合わせ】** 税務課保険税係 (☎63-2114)

10 臨時的任用職員 (令和4年4月採用)

■ **職種・募集人数** ① 保健師・2人程度 ② 社会福祉士・2人程度 ③ 一般事務・若干名

■ **受験資格** ① ② 資格を有する人(令和4年4月まで取得見込みの人も含む)

■ **申込方法** 市ホームページの職員募集ページに掲載している「申込書」および「面接カード」をダウンロードし、必要事項を記入の上、総務課人事係まで提出

■ **応募締切** 1月7日(金)必着
■ **【問い合わせ】** 総務課 (☎63-2111)

11 会計年度任用職員 (令和4年4月採用)

■ **職種** 事務補助員ほか(全22職種)

■ **受験資格** 詳細は市ホームページに掲載している募集要項をご確認ください。

■ **申込方法** 市ホームページの職員募集ページに掲載している「申込書」および「面接カード」をダウンロードし、必要事項を記入の上、各担当課まで提出

■ **応募締切** 1月14日(金)必着
■ **【問い合わせ】** 総務課 (☎63-2111)

12 3月開催「MOTTO WAKE MUSIC SPACE」出演団体

市内在住、在勤者、市内で活動している音楽団体の発表の場であり、「もっと上を目指したい」団体を応援するイベントです。かくだ田園ホールを会場に、ジャンルごとに3つのステージでライブをします。

■ **日時** 3月20日(日) 午後1時～4時30分

■ **場所** かくだ田園ホール

■ **申込方法** 1月20日(木)まで、電話・メールで申し込み
※団体名・活動内容・連絡先を記載

■ **【申し込み・問い合わせ】** 生涯学習課 (☎63-2221)
メール: syougaku@city.kakuda.lg.jp

広 告

有料広告を掲載しています。

06 JAXA宇宙飛行士金井宜茂講演会 ～音楽の調べ戸とともに～

JAXA宇宙飛行士である金井宜茂氏が、宇宙ステーションでの任務や滞在中の生活について講演します。講演後には、ソプラノ歌手とピアニストによるデュオコンサートがあります。

■ **開催日** 1月22日(土) 午後1時30分開演(午後0時30分開場)

■ **場所** かくだ田園ホール

■ **料金** 無料

■ **定員** 500人(小学生以上対象)

■ **申込方法** 事前予約制。1月14日(金)まで、右のQRコード・電話・メールで申し込み



■ **【申し込み・問い合わせ】**
まちづくり政策課 (☎63-2112)
メール: machidukuri@city.kakuda.lg.jp

07 阿武隈天文同好会星空観望会 (毎月第1月曜日開催)

■ **日時** 2月7日(月) 午後7時

■ **場所** 角田駅前広場

■ **観望内容** 「月と冬の星座」

■ **【問い合わせ】** 阿武隈天文同好会 豊川 (☎55-2683)

08 造形作品展・書きぞめ展開催中止

令和3年度角田市小・中学校児童生徒造形作品展・書きぞめ展は、新型コロナウイルス感染再拡大防止のため、中止とします。

■ **【問い合わせ】** 教育総務課 (☎63-0130)

09 【春休み利用分】 放課後児童クラブ登録児童

■ **対象者** 市内に住所を有する市立小学校に就学している児童で、保護者(同居の親族含む)が就労などにより、学校休業日に家庭で保育を受けることができない児童

■ **申し込み** 2月1日(火)から28日(月)まで、各児童クラブへ直接申し込み(新規の人は受付時にお子さんの面接を行います)

※現在利用している場合は、申請の必要はありません。
※角田児童クラブについては角田児童センターへ、その他の児童クラブについては社会福祉協議会へお問い合わせください。

■ **【問い合わせ】** 角田児童センター (☎62-4360)
社会福祉協議会 (☎63-0055)

26 人権相談・行政相談

- 日時 1月19日(水) 午前9時～11時30分
- 場所 403会議室(市役所4階)
- 相談員 人権擁護委員、行政相談委員
【問い合わせ】生活環境課(☎63-2118)

27 無料法律相談(要予約)

- 日時 1月28日(金) 午後1時～4時
- 場所 403会議室(市役所4階)
- 相談員 弁護士
※相談できるのは市民で、相談者本人(定員8人)
【問い合わせ】生活環境課(☎63-2118)

28 みやぎ女性のためのメール・チャット相談

- 内容 DV・デートDV・性暴力・人間関係の傷つきなどのSNS相談
- ①メール相談
<https://www.hearty-sendai.com/hearty-mail-sodan>
(24時間受付、原則5日以内に返信)
- ②チャット相談
<https://www.hearty-sendai.com/hearty-chat-sodan>
(月・水・金曜日 午後6時～9時30分)

29 性暴力被害相談支援センター宮城

- 宮城県が設置主体となっている性暴力被害者の支援を行う拠点。相談や医療機関などへの付き添い、受診費用などの助成を行っています。一人で悩まず、まずはご相談ください。
- 日時 月～金曜日 午前10時～午後8時、土曜日 午前10時～午後4時(祝日、年末年始除く)
- 相談先 ☎0120-556-460(けやきホットライン)

23 夜間水道料金納付窓口

- 日時 1月12日(水)、31日(月) 午後5時～7時
- 場所 上下水道事業所
【問い合わせ】上下水道事業所(☎63-0135)

24 夜間納税相談窓口

- 日時 1月28日(金)、31日(月) 午後5時～8時
- 場所 税務課
【問い合わせ】税務課(☎63-2114)

25 思春期・ひきこもり専門相談 アルコール専門相談

- 《思春期・ひきこもり相談》
- 日時 1月20日(木) 午後3時30分～4時30分(要予約)
- 場所 仙南保健福祉事務所
- 対象 思春期の心の問題を抱えた人、ひきこもりの状態の人、家族、関係者
《ひきこもり家族交流会》
- 日時 1月20日(木) 午後1時～3時(要予約)
- 場所 仙南保健福祉事務所
- 対象 おおむね15～40歳くらいまでの子どものひきこもりで悩みを持つ家族
《アルコール専門相談》
- 日時 1月19日(水) 午前11時～正午、午後2時30分～4時30分(要予約)
- 場所 仙南保健福祉事務所
- 対象 アルコールの問題を抱えた人、家族、関係者
《アルコール家族教室》
- 日時 1月19日(水) 午後1時～2時30分(要予約)
- 場所 仙南保健福祉事務所
- 対象 アルコールの問題で悩みを持つ家族
【問い合わせ】仙南保健福祉事務所(☎53-3132)

20 1. 26「文化財防火デー」

昭和24年1月26日に法隆寺金堂壁画が焼損したことから1月26日を「文化財防火デー」と定め、毎年この日を中心に、文化財を火災や震災およびその他の災害から守ることを目的とした「文化財防火運動」を全国的に行っています。

昨年は、全国的に文化財に関する火災が相次ぎました。角田市にも多くの文化財があり、これらの貴重な文化財を災害から守るため、地域全体で防火・防災意識を高めましょう。

【角田市にある文化財】

- ・高蔵寺(国・市指定)
 - ・福應寺(国・市指定)
 - ・薬師堂(県指定)
 - ・自照院(市指定)
 - ・郷土資料館(市指定)
 - ・長泉寺(市指定)
 - ・諏訪神社(市指定)
 - ・旧佐藤家(国指定)
 - ・斗蔵寺(県・市指定)
 - ・稱念寺(県指定)
 - ・八幡神社(市指定)
 - ・定迎寺(市指定)
 - ・妙立寺(市指定)
- 全13カ所
【問い合わせ】角田消防署(☎63-1011)

21 心の相談

- 日時 1月11日(火) ①午後1時30分②午後2時10分③2時50分(要予約)
- 場所 ウエルパーク
- 内容 眠れない、気分が落ち込む、落ち着かないなど。本人、家族の相談も可
【問い合わせ】健康長寿課(☎62-1192)

22 若者サポートステーション 無料出前相談会

- 日時 1月25日(火) 午前10時～午後2時(要予約)
- 場所 市民センター
- 内容 15～49歳の働いていない人とその保護者を対象とした無料相談
【問い合わせ】せんだい若者サポートステーション(☎022-385-5284)

17 国民健康保険・後期高齢者医療 傷病手当金の期間延長

会社などに勤務していて、新型コロナウイルス感染症に感染、または感染が疑われる人で、療養のため会社などを4日以上休み、給与などの支払いが受けられないとき、傷病手当金が支給される場合があります。今回、対象期間が令和4年3月31日まで延長となりました。対象は、療養のため勤務することができない期間で、個人事業主は対象外です。

申請の際は、必ず事前に電話で市民課保険年金係にご相談ください。郵送での申請となります。

【問い合わせ】市民課保険年金係(☎63-2117)

18 令和4年度競争入札 参加資格登録(追加受付)

令和4年度に角田市が発注する「建設工事」「測量・建設コンサルタント」「物品等の販売・役務の提供・買受」の競争入札参加資格審査申請の追加受付を行います。

- 受付期間 1月17日(月)～2月10日(木) 消印有効
- 有効期間 令和4年4月1日～令和5年3月31日
- 受付方法 所定の提出書類をA4判エコロジーファイルにつづり、商号または業種ごとに各1部を郵送で総務課管財契約係あてに提出。(84円切手を貼り付けた返信用封筒を同封すること)
- ※市内に本店または支店のある事業所のみ直接提出可。(受付は平日の午前9時～11時30分、午後1時30分～4時30分)
- ※申請要項と申請書は市ホームページからダウンロードまたは総務課窓口で配布。
【問い合わせ】総務課管財契約係(☎63-2111)

19 119番および消防署の電話回線の一時不通について

NTT東日本における交換機ファイルの更新工事に伴い、119番および各消防署・各消防出張所の電話回線が不通となります。

工事時間帯における火災や救急などの緊急時の通報は、下記の緊急時連絡先に連絡してください。

■日時 1月21日(金) 午前1時15分～1時25分(10分間)

■緊急時連絡先

仙南消防本部指令課
(☎090-5599-6265)



【問い合わせ】仙南消防本部指令課(☎52-1050)

広 告

広 告

子育て支援センター まめっこだより

【問い合わせ】 子育て支援センターまめっこ(角田児童センター内)
角田市角田字牛館17-3(☎62-4360)
子育て支援センターだより「まめっこ通信」は市ホームページに掲載中

★1月カレンダー★

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 休業日	4 休館日	5 ◎	6 ◎	7 ◎	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18 ★	19	20	21	22
23	24	25	26 ★	27	28	29
30	31					

★運動遊び講座 ◎遊び場開放(市民センター)
※新型コロナウイルス感染症の影響により日程等の変更や中止の可能性がります。詳しくはお問い合わせください。

予約制 子育て支援センターであそぼう!

子育て相談や親子の遊び場としてご利用ください。
予約受付 子育て支援センターまめっこ
(平日午前9時～午後3時30分)
場 所 角田児童センター(☎62-4360)
利用時間 午前9時30分～11時
(館内消毒作業のため時間短縮)
 ※3密対策として1日の利用人数を10組とし、利用対象年齢を3歳までとします。カレンダーを確認の上、電話で予約してください。
 □ / 2～3歳児 □ / 3カ月～1歳児
 ・きょうだいのいる親子は、上のお子さんを対象にご利用ください。
 ・利用時の注意事項にご協力ください。
 ※1/5(水)から1/7(金)の間、子育て支援センターの遊び場開放は市民センターで行います。

「運動あそび講座」を開催します

講師：西間木 由美氏(ボディジャンプ)
各回10組限定 角田市在住の人
■赤ちゃんママのヨガ&ストレッチ
日時 1月18日(火) 午前10時～10時30分
対象 乳児(3～12カ月)
場所 角田児童センター
■ちびっこママのリフレッシュ体操
日時 1月26日(水) 午前10時～10時30分
対象 1～2歳児
場所 角田児童センター
【申し込み】子育て支援センター(☎62-4360)
(受付時間 平日午前9時～午後3時30分)

アクティブ・チャイルド・プログラム

子育て支援センター 親子の遊び場



▲遊戯室では、三輪車、ボールプール、滑り台などで遊ぶことができます

利用時の注意事項

- ① マスクを着用してください(大人)。
- ② 手洗い・手指消毒をお願いします。
- ③ 自宅にて検温をしてから来館してください。
- ④ 市内在住の人が利用対象です。

休日の水道当番

月日(曜)	業者名	電話番号
1月1日(土)	(株)ホシナ	63-1448
2日(日)	佐々木鉄工(株)	62-2303
3日(月)	(有)丸子設備工業	63-2402
4日(火)	(有)高橋設備	62-4519
5日(水)	(株)斎藤管工	62-1506
8日(土)	(有)高美住設	62-3017
9日(日)	(株)斎直商店	62-1238
10日(月)	(有)D・Z・I・M・T・I・S	63-5126
16日(日)	(有)平岡伊工業所	63-3304
22日(土)	仙南工業(株)	62-5757
23日(日)	(株)ホシナ	63-1448
30日(日)	佐々木鉄工(株)	62-2303

☎ 上下水道事業所(☎63-2121)

市営住宅空き家情報

住宅名	水 上
使用料(月額)	15,100円～22,400円
戸 数	1

入居申込期間は1月4日(火)から14日(金)までです。申込者多数の場合は、1月20日(木)に公開抽選会を行います。

☎ 都市整備課住宅係(☎63-0138)

1月の納税等

国民健康保険税	9期分
後期高齢者医療保険料	7期分
住宅使用料	1月分
水道料金	1月分
下水道(農集排)使用料	1月分

◎便利な口座振替やコンビニ・スマホアプリで納付ができます。

市民課から

一転出届一

転出届は、角田市から他の市町村に引っ越すときにあらかじめ届けましょう。外国人住民も手続きが必要です。

☎ 市民課(☎63-2116)

仙南クリーンセンター

排ガス=不検出。固化灰のセシウムの値は、489ベクレル/kg(12月4日測定)

モニタリングポスト

北郷自治センター地内=0.078マイクロシーベルト/h、西根自治センター地内=0.066マイクロシーベルト/h、仙南クリーンセンター東方地内=0.060マイクロシーベルト/h(12月10日現在)

☎ 生活環境課(☎63-2118)

食の輪で **か** がやく **く** らしを **だ** いじに

食べられるのに捨ててしまう食品を「食品ロス」といいます。日本では年間約600万トンもの食品ロスが発生しており、その約半分が家庭から出ています。まだ食べられるのに捨てた理由の約6割が、**食べ残し(調理したけど食べなかった)**です。

皆さんも余った食材や料理をそのまま捨てていませんか? 無駄なく調理して食べきる工夫をし、今日から食品ロス削減に取り組みましょう!



作り過ぎないように気を付けよう!

家族の体調や予定を考えて食べきれぬ量を作りましょう。調整が難しいときは少なめに作り、常備菜を使うのもおいしく食べきるコツです。

残った料理はリメイクして食べきろう!

料理が残っても、リメイクして味を変えれば飽きずにおいしく食べられます。



「残りもの一掃の日」をつくろう!

「家にある食材でお好み焼きの日」「残り野菜でスープの日」など決めてイベントにし、家族で楽しみながら定期的に食材を整理しましょう。

野菜は葉や皮まで食べよう!

野菜は葉や皮など食べられる部分が多い食材です。きれいに洗う、細かく切るなど、工夫して無駄なく使いきりましょう。

【問い合わせ】生活環境課(☎63-2118)

シリーズ 国民年金

国民年金についての問い合わせ
受給関係
☎0570-051165
加入者向け
☎0570-0031004

◆老齢年金受給者に源泉徴収票が送付されます

老齢年金を受けている人に、令和3年中に支払われた年金額や源泉徴収された所得税などをお知らせする「令和3年分の年金等の源泉徴収票」が、1月中旬以降に日本年金機構から送付されます。確定申告の際に必要となりますので、大切に保管してください。なお、障害年金や遺族年金は非課税ですので、源泉徴収票は送付されません。また、源泉徴収票を紛失した場合、「ねんきんダイヤル」(☎

0570-051165)で再交付の受け付けをいたしますのでお問い合わせください。

◆国民年金保険料の納付は、口座振替が便利でお得です

口座振替を利用すると、毎月納めに行く手間がかからず、便利で、前納すると割引があるお得な振替方法もあります。口座振替をご希望の人は、基礎年金番号がわかるもの(納付書、年金手帳など)、預金通帳、金融機関届出印を持参の上、希望の金融機関、市民課保険年金係、大河原年金

事務所のいずれかで申し込んでください。

〈前納の申込期限〉

- ① 4月分からの前納(2年・1年・6カ月)は2月末まで
- ② 10月分からの6カ月前納は8月末まで

【夜間・休日年金相談】

日時 1月4日(火)、11日(火)、17日(日)、24日(日)、31日(日)は午後5時15分～7時、1月8日(土)は午前9時30分～午後4時

場 所 大河原年金事務所

※休日相談は、年金受給に関する手続き・相談のみ

くらしの情報

令和4年4月から成年年齢が18歳に引き下げられます!

今年4月から成年年齢が18歳に引き下げられ、その時点で18、19歳になっている皆さんは大人として認められることとなります。18歳からできること、従来通り20歳からできる主なことは次のとおりです。

- ・親の同意なしでの契約
- ・(例)携帯電話の契約、クレジットカードの作成、車などのローン組む、住む場所や進学・就職の決定
- ・結婚男女とも18歳統一
- ・十年有効パスポート取得
- ・性同一性障害の人の細別変更の請求 など

【20歳からできること】
・飲酒・喫煙
・中型自動車免許の取得
・公営ギャンブル など
(例)競馬・競輪・オートレース
「自分の意志で決定できる責任も自分で負う」ことを意味します。どんなことも慎重な検討が必要です。

おかしなと思ったら、一人で悩まずご相談ください。
消費生活相談 毎週火・水・金 曜日午前8時30分～午後4時30分
生活環境課 ☎63-2118
消費者ホットライン ☎188

健康ひとロメ

新型コロナウイルス感染症から考える国際保健について

仙南病院 遠藤 義晃



14世紀、イタリアでペスト感染予防のため、エジプトから入港する船を40日間港で係留させました。そのことから、40日を意味する「クアランティン」という言葉が、後に「検疫」という意味に用いられるようになりました。このような国々の取り組みが、現在の「世界保健機関（WHO）」に発展していきま

WHOとは…
「全ての人が可能な最高の健康水準に到達すること」を目的として1948年に設立された国連の専門機関。全世界の人々の健康を守るため、医学情報の総合調整、国際保健事業の指導的かつ調整的機関としての活動、感染症やその他疾病の撲滅事業の奨励・促進、保健分野の研究の促進・指導など、広範囲に活動している。



ているのを見たとき、日本が国際保健にどのような貢献ができるのかを考えてみたいものです。

休日当番医・保険薬局

診療時間と処方箋受付時間は午前9時～午後5時

月日	内科系・外科系	歯科	保険薬局
1月 1日(土)	内 阿部内科医院 ☎63-3335 外 該当なし	小野歯科医院(白石市) ☎25-8007 玉野井歯科医院(柴田町) ☎57-1711	北町薬局
2日(日)	内 三澤医院(丸森町) ☎72-1166 外 丸森町国保病院 ☎72-2131	たてやま歯科クリニック(丸森町) ☎73-4050 さとう歯科医院(柴田町) ☎56-5112	サイカ調剤薬局大館店
3日(月)	同済病院 ☎63-0360	巨理歯科医院(白石市) ☎26-2563 あいほら歯科医院(大河原町) ☎53-8138	さくら薬局
9日(日)	内 該当なし 外 小川整形外科クリニック ☎63-3311	谷津歯科医院(白石市) ☎26-3254 大沼歯科医院(村田町) ☎83-4395	マリン調剤薬局角田店
10日(月)	内 名取医院 ☎63-2347 外 該当なし	大久保歯科医院(角田市) ☎62-4084 小田部歯科医院(大河原町) ☎53-2134	南町薬局
16日(日)	仙南病院 ☎63-2003	吉村歯科医院(白石市) ☎26-2118 おたべ歯科クリニック(柴田町) ☎56-1853	毛利薬局
23日(日)	金上病院 ☎63-1032	かまた歯科医院(角田市) ☎63-4181 川口歯科医院(柴田町) ☎55-5493	くるみ薬局
30日(日)	山本医院(丸森町) ☎72-1351	かおる歯科医院(白石市) ☎24-3777 菊池歯科医院(柴田町) ☎57-2950	サイカ調剤薬局丸森病院前店
2月 6日(日)	丸森町国保病院 ☎72-2131	太田歯科医院(角田市) ☎62-2453 大河原歯科医院(大河原町) ☎52-2250	丸森調剤薬局病院前店

- ◆日曜・祝日の診療にあたっては、予定の当番医が希望の診療科目(特に小児科)に対応できない場合もあります。
- ◆毎夜間(午後5時30分～翌日午前7時30分)市内の病院を中心に急患診療を行っています。診療科目などの問い合わせは角田消防署(☎63-1011)へ。
- ◆仙南夜間初期急患センター(みやぎ県南中核病院敷地内)(☎51-9986)では、平日午後6時45分から午後9時30分まで受付しています(中学生以上・内科のみ)
- ◆みやぎ県南中核病院では二次救急の患者さんの受け入れを24

- 時間、365日体制で行っています。
- ◆大人の夜間急病で迷ったら、おとな救急電話相談(プッシュ回線や携帯電話からは☎#7119、プッシュ回線以外やPHSからは☎022-706-7119、平日午後7時から翌朝8時まで/土曜日午後2時から翌朝8時まで/日・祝日24時間)に相談を。
- ◆お子さんの夜間の急な発熱やけがの際は宮城県子ども夜間安心コール(プッシュ回線や携帯電話からは☎#8000/プッシュ回線以外やPHSからは☎022-212-9390、毎日午後7時から翌午前8時まで)に相談を。

健康診査と健康相談等

実施場所は総合保健福祉センター(ウエルパーク)

区分	開催日と対象	受付時間
3～5カ月児健康診査	1月26日(水)(令和3年8月生まれ)	午後0時30分～0時45分
1歳6カ月児健康診査	1月20日(木)(令和2年5月14日～7月15日生まれ)	
2歳6カ月児健康診査	1月7日(金)(令和元年6月～7月生まれ)	
3歳児健康診査	2月9日(水)(平成30年7月～8月15日生まれ)	
おたんじょう相談	1月28日(金)(令和2年12月～令和3年1月生まれ)	午前9時15分～9時30分

- ◆健診当日に都合が悪い場合、体調が悪い場合は、必ずご連絡ください。(子育て支援課☎63-0134)
- ◆乳幼児健診等の年間予定は、市ホームページに掲載しています。
- ◆母子健康手帳は、土日祝祭日を除く午前9時30分から午後4時30分までの間交付しています。妊娠届出書と一緒にマイナンバーが確認できるもの(個人番号カードもしくは通知カードと本人確認書類)を忘れずにお持ちください。なお、上記乳幼児健診等の同時時間帯での交付は、通常より時間がかかる場合がありますのでご了承ください。▲市ホームページ



体成分相談

開催日	内容	受付時間(測定・相談)	会場
1月12日(水)	1. 体成分分析器での測定(18歳以上の人) 2. 個別相談(運動・食事・歯科) 3. 【スポーツ教室無料体験会】リラクゼーション教室 体をほぐしながらストレッチを行い、関節の可動域を広げる運動を取り入れます	午前9時～ 11時30分	総合体育館 ※会場が変更になっています

【問い合わせ】健康長寿課(☎62-1192)

乳がん・胃がん検診未検者検診のお知らせ

9月28日～10月4日まで実施していた乳がん検診と、10月18日～11月2日まで実施していた胃がん検診を受診できなかった人を対象に、下記の日程で未検者検診を実施します。受診を希望する人は忘れずに受けてください。

■年齢基準日は令和4年4月1日です。

検診名	乳がん検診	胃がん検診
対象者	・30～40歳の女性 ・41歳以上で前年度未受診の女性	40歳以上の人
日程	1月24日(月)	1月31日(月)～2月1日(火)
実施場所	市民センター ※昨年と会場が異なります	
受付時間	午前8時30分～10時30分 午後0時30分～1時30分	午前8時～10時30分
持ち物	検診受診票、検査料金、健康保険証 スマカ(お持ちの人)、バスタオル(乳がん検診のみ)	

- ・各検診の受診票は、1月上旬に発送予定です。
- ・指定された時間に受診できない場合は、ご都合の良い時間にお越しください。(電話連絡不要)
- ・受付時間前の番号札の配布は行いません。
- ・受診票に記載されている保険区分が変更になった人は、当日健康保険証を持参し、受付で申し出てください。

【胃がん検診の注意事項】

心臓病、高血圧の薬を飲んでから検査を受けても構いませんが、服薬2時間後の検査となりますのでご注意ください。不明な場合はかかりつけ医にご相談ください。

■各検診の料金は下記の通りです。

検診内容	対象者	国保	社保	75歳以上
超音波	30～39歳	1,100円	2,200円	—
マンモグラフィ(2方向)	・40歳の女性 ・41～64歳で前年度未受診の女性	1,400円	2,900円	—
マンモグラフィ(1方向)	65歳以上で前年度未受診の女性	900円	1,800円	900円
胃がん検診	バリウム検査 40歳以上	1,000円	2,000円	1,000円

★精密検査を受けましょう!

今年度受診した検診の結果は確認しましたか?再検査に該当した人は、必ず精密検査を受けましょう。

現在、日本でがんは死亡原因第1位です。2人に1人はがんになると言われています。がんを早期発見し、適切な治療を行うことでがんによる死亡を減らすことができます。再検査に該当した場合、がんを早期に発見するチャンスです。「症状がない」「忙しい」と放置すると、進行がん(がんが大きくなること)となる可能性が高くなります。後回しにせず、早めに精密検査を受けることが大切です。

がんり患者数(2018年)

	1位	2位	3位
男性	前立腺がん	胃がん	大腸がん
女性	乳がん	大腸がん	肺がん
男女計	大腸がん	胃がん	肺がん

【問い合わせ】健康長寿課(☎62-1192)

ハッピー スマイル



おまる ともや
小丸 智也ちゃん (小田)

令和2年1月21日生まれ
イタズラっ子で元気いっぱいな
もや君🐰姉と仲良く大きくなっ
てね♡]



2歳未満のお子さんの写真を募集しています！
2歳の誕生月の広報に掲載予定です。応募方法
は、下記事項を明記して封書またはメールで総務
課広報広聴係（ページ下部の「編集と発行」参照）
までお送りください。

- ①お子さんのお名前
- ②ふりがな ③誕生日
- ④保護者のお名前
- ⑤住所 ⑥電話番号
- ⑦コメント（45字以内）
- ⑧掲載したい写真

未来の画家さん Painters of Future



クリスマスのブーツ



中島保育所
戸村 愛香さん



ぼくのニジマスつかみ



枝野小学校5年
菊地 浩代さん

誕生おめでとう

令和3年11月 届け出分・敬称略

やまだ りく
山田 凌久

(勝・立町・11/2)

みずの えま
水野 咲菜

(和哉・君萱・11/3)

わたなべ ひなた
渡邊 陽咲

(秀剛・新丁西・11/11)

おもかわ にしき
面川 仁織

(大明・南岡・11/13)

さとう うか
佐藤 奏叶

(広宗・左関・11/3)

わたなべ ちとせ
渡部 千歳

(勇輝・谷地町・11/8)

たまた しおん
玉手 士温

(慎也・坂津田下・11/18)

こんの はるか
今野 陽翔

(悼史・新丁西・11/25)

いのうえ りんたろう
井上 琳太郎

(隼哉・桜1区・11/9)

さい たくみ
齋 匠

(孝之・戸ノ内・11/10)

👤人口：総数**27,784**人（前月比－45人）

👤男：**13,822**人 🧑‍🦰女：**13,962**人

🏠世帯数：**11,453**世帯（前月比－11）（令和3年11月30日現在）

こちら 編集室

▶「一度きりの人生。何事にもチャレンジする」と話したのは、今月の特集記事「新春歓談」に登場しました車いすバスケットボール女子日本代表キャプテン、藤井郁美さんです。この言葉に心を揺さぶられました。プロのアスリートであり、15歳から持ち続けている誓いの言葉には、説得力があり勇気をもらいました。岩佐ヘッドコーチ、藤井キャプテンのお二人とも市外からの移住者で現在、本市にお住まいです。道の駅かくだでの買い物や、移住前から毎年のように家

族で「かくだふるさと夏まつり」に遊びに来るのを楽しみにしているという話を聞いて、角田への思いに心が温くなりました。郷土の誉表彰式でお二人は、「東京2020パラリンピックでは、市民の皆さんの支援・応援が力になりました。これから恩返ししていきたい」と話していたのを思い出しました。2022年、私も「今があるのは家族・地域・職場の人たちの支えがあるからだ」ということに感謝しながら、頂いた恩をたくさんの人たちに送り届けたいと思います。🙏



▲車いすバスケットボール女子日本代表サイン入りボール