

「広報」

かくだ

3

Mar. 2023

Vol. 773

[Kakuda City Public Relations Magazine]



連載

キラリと光るかくだ星
市民をトラブルから守る警察官の仕事
かくだ発の宇宙飛行士を夢見て
「宇宙人を探そう」(JAXA角田宇宙センター)

大切な命を守るために

国では自死の最も多い3月を「自殺対策強化月間」と定めています。3月から4月は、進学や就職、転勤などにより環境が大きく変化し、忙しくなりやすい時期です。ストレスをため込まないように、周囲の人や各種相談機関に早めに相談することが大切です。

ストレスを抱えていませんか

心の健康を保つためには“ストレス”をよく知り、早めに気づき、うまく付き合うことが大切です。基本となるのは健康的な生活習慣です。バランスの取れた食事、適度な運動、十分な睡眠など意識的に行ってみましょう。

一人で悩みを抱え込んでいませんか

心身の不調や悩みがあるときは、一人では解決できないことがあります。そのような場合は、信頼できる人に相談することや相談機関の利用をおすすめします。また、身近な人の変化に気付いたら、声をかけて、ゆっくり話を聴き、必要に応じて適切な相談窓口につないであげましょう。

◆市の相談窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	受付時間など
こころの健康	健康長寿課	62-1192	平日 8:30 ~ 17:15
心の相談	健康長寿課	62-1192	毎月1回 精神科医 予約制
家庭児童相談	子育て支援課	63-0134	平日 9:00 ~ 15:30
生活保護	社会福祉課	61-1185	平日 8:30 ~ 17:15
障害者に関する相談	社会福祉課	61-1185	平日 8:30 ~ 17:15
高齢者に関する相談	地域包括支援センター	61-1288	平日 8:30 ~ 17:15

◆県内、その他の相談窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	受付時間など
心の健康・悩み	仙台いのちの電話	022-718-4343	24時間受付 (年中無休)
	宮城県精神保健福祉センター	0229-23-0302	平日 9:00 ~ 12:00、 13:00 ~ 17:00
	宮城県仙南保健福祉事務所	0224-53-3132	平日 8:30 ~ 17:15
法的な問題	法テラス宮城	0570-078369	平日 9:00 ~ 17:00
経済問題	大河原地方振興事務所	0224-52-5700	平日 9:00 ~ 16:00
	宮城労働局総合労働相談	022-299-8834	平日 9:00 ~ 16:30

市の「心の相談」について

▶ 「心の相談」とは？

専門医（精神科医）による相談を月に1回行っています。専門医と保健師がチームとなり、相談の内容を一緒に考え対応しています。

▶ どんな人が利用できるの？

眠れない・気分が落ち込む・落ち着かないなどの悩みをお持ちの人、またはその家族が利用できます。

※今月の日程は17ページに掲載しています。

「心の相談」利用方法

- ①電話予約
- ②保健師と相談内容の確認
- ③医師との相談、必要に応じて保健師との継続的な相談も可能

【問い合わせ】健康長寿課 ☎62-1192



市長だより Vol.28



1~2月に市内9地区でまちづくり懇談会を開催しました。ご参加いただきありがとうございます。角田市が10年後に目指す都市像は「市民力咲き誇る角田市」です。これからのまちづくりについて、私が直接お伝え、懇談させていただきます。

その中で「高齢で市民力を発揮できない人もいるのでは？」との声をいただきました。長期総合計画の基本理念に地域共生を掲げています。日常における挨拶や感謝などいじめの支え合いによって地域は元気に温かくなります。そこには安心や満足が生まれれば、小さくとも美しい市民力の花が咲く、そんな地域づくりを目指したいと思っております。

「若者は出ていくばかりでははないか？」。このことについては、企業誘致や学生と企業とのマッチングにより、働く場所や機会の確保を進めるとともに、故郷を愛する心を育むため、高校生地域探究活動支援を始めました。先日行われた「1年次角高夢Projectホステル発表会」では、これまでの生徒たちによる52もの探究活動が紹介され、地域課題への取り組みがいくつもありました。しっかり種がまかれ芽が出ています。育てていきましょう。

角田市長 黒須 貴

FILE31

道の駅通信

地域おこし協力隊・伊藤が取材しました。



Cafe&Kitchen TERRIERの「焼きドーナツ（桜あん）」

今回は「Cafe&Kitchen TERRIER」の関沢さんに話を伺いました。稔町にオープンして5年目のTERRIERでは、主に手作りスイーツやランチを提供。道の駅かくだでも洋菓子と季節の和菓子を販売しています。「お客様に提供するものは手作りにこだわり、保存料や着色料をできる限り使わず、安心して食べてもらえるものを作っている」と話す関沢さん。

今回紹介する「焼きドーナツ（桜あん）」は、大きくしっとりとした生地に桜あんを練り込み、桜の塩漬けを閉じ込めて焼き上げており、程よい甘さで、口に入れた瞬間桜の風味を楽しむことができます。4月下旬頃まで季節限定での販売です。

◆販売価格 1個240円(税込み)

今月の主な道の駅イベント

🐾 TAI"wan" KOフェスタ 🐾

3月26日(日) 10:00~14:30

春のワンちゃんイベントを開催！ワンコと台湾のコラボ企画です。詳細は道の駅ホームページをご覧ください。



📍道の駅かくだ ☎61-2850

Contents

02. 市長だより・道の駅通信
03. 自殺対策強化月間
04. キラリと光るかくだ星
06. 引越し便利ガイド
07. 粗大ごみの処理の仕方
08. トピックス
10. JAXA角田宇宙センター連載ほか
12. Kスポからお知らせ
13. お知らせ
20. 健康の広場

今月の表紙



表紙は、現在開催中の「第12回 かくだ牟宇姫ひなまつり」の一会場 旧佐藤家住宅での一枚です。

つるし雛を見たいと、相馬市からお越しいただいた菅野さんご一家。3カ月を迎えたお子さんは、華やかで可愛い衣装に包まれ、ご夫婦の笑顔と相まってなんとほほ笑ましい様子です。お子さんの健やかな成長を願いながら、シャッターを切りました。

当イベントは3月19日までの開催です。市内各所に展示された市民お手製の色鮮やかなつるし雛や牟宇姫お買い物スタンプラリーなど、同時開催の郷土資料館企画展「雛人形」とともにどうぞお楽しみください。



角田市HP 角田市FB 角田市公式 YouTube

上司の加藤警務課長から
伊庭さんのすごいところを教えてくださいました



窓口・電話での住民からの相談に親切丁寧に対応しており、安心して仕事を任せられる存在で、いつも助かっています。他の部署でも活躍が期待できる素晴らしい人材です。

こんな場合は注意！

詐欺の手口を知り、被害を防止しましょう

宮城県警察や警察庁のホームページでは、さまざまな犯罪手口の事例を掲載しています。今回は警察庁のホームページに掲載されている「架空請求詐欺」の事例を紹介しますので、似た事案があった場合は、**角田警察署 (☎63-2211)** までご相談ください。

事例 「有料サイトの利用料金が未納です」というショートメッセージが届いた。問い合わせ先に電話をかけると、担当者から「払わないと裁判になる」と言われた。担当者に支払い方法を確認したところ、電子マネーカードを購入するように案内があった。



「未納料金の支払い」を名目に事業者や法務省、裁判所などが電子マネー(プリペイドカード)の購入の案内をすることは**絶対にありません**。連絡が来てもすぐにお金は振り込まず、警察や周りの人に相談してください。

「自分はだまされやすい?」

防犯力をチェックしよう!

この機会に防犯力をチェックしてみませんか? だまされやすさがレベルごとに分けられ、レベルが高いほどだまされやすい傾向にあります。どんな対策をすればよいのかも掲載されています。



▲防犯力チェックはこちら



▶警察庁では実際の犯人からの音声や、実際に送られてきたメールの内容など、詐欺の事例を公開しています。「詐欺かな」と思った時の参考にしてください。



▲警察庁HP

不安に感じたらまず相談

#9110

(警察相談専用窓口)

宮城県警察では警察官を募集しています!

学生だけでなく、35歳までの社会人も募集しています。熱い気持ちと、温かな優しさをもった人は大歓迎です!

《警察官A (大卒・大卒見込み) 1回目》

■第一次試験 5月14日(日)
■申込受付期間 3月24日(金)~4月21日(金)

警察官募集チラシ(PDF)▶



【問い合わせ】宮城県警察本部警務部警務課採用係
(☎0120-204-606) 平日8:30~17:15



辛い時が成長する時

▲好きな言葉を「辛い時が成長する時」と書いた伊庭さん。仕事で辛いことがあっても、過去の経験を振り返り「あの時頑張ったのだから今回もきっと大丈夫」と思うことが多かったそうです。周りの協力も得ながら、辛いときにも頑張っ乗り越えた経験が、さらに伊庭さんを強くする後押しとなっています。

角田警察署 警務課
伊庭 貴裕さん (35歳)

角田警察署警務課に勤務する伊庭貴裕さん。前職では病院に勤務していましたが、転職して警察官になり、4月で勤続8年目となります。転職を決意したきっかけは、以前から憧れを抱いていた警察官が、東日本大震災の非常時に救助や交通整理などの最前線で人々のために貢献する姿を見たからと話し、「より多くの人の役に立つ仕事をした

い」と一念発起。27歳で憧れの警察官になりました。角田警察署に配属され4月で3年目を迎える伊庭さんに角田の印象を伺うと、「異動が決まった際、角田警察署に勤務したことがある上司から『食べ物おいしくて、何より人がいい』という話を聞いていました。実際に地域の皆さんと接してみても、家族のように優しくておらかな人たちがばかり

です」と話してくれました。そんな伊庭さんの担当業務は、市民からの相談対応や警察官採用募集活動、被害者支援など多岐にわたります。普段はデスクワークが中心ですが、突如として訪れる事件や事故に署員が現場で円滑に対応できるように車両や装備品の調整を欠かさない伊庭さんは、まさに縁の下の力持ち。通報や相談内容から素早い判断が求められることもあり、判断に一瞬迷うこともあるものの、周囲と協力し合い解決することで仕事に手応えを感じ、面白さも感じているそうです。

「事件、事故などで警察官と接することは、その人にとって一生に一度あるかないかの出来事」と話す伊庭さんは、一つとして同じ現場はないので、不安な気持ちに込め、一人一人に寄り添った対応を心掛けています。「警察官としてやるべきことをしていますが、対応した人からの感謝が嬉しく、一番のやりがいです」と爽やかな笑顔をを見せてくれました。

現在、市内ではどんな事件が多く起きているか尋ねると、「事件、事故などで警察官と接することは、その人にとって一生に一度あるかないかの出来事」と話す伊庭さんは、遠慮せずに角田警察署に相談してください」と市民の皆さんに呼びかけています。

最後に、「角田市は外国人労働者も多く、今後も増えていくと思います。外国人と話すことも好きなので、外国語を勉強して業務の幅や自分の可能性を広げて、生活に不安を抱える外国人からも頼られる警察官を目指したいです」と強い決意を語りました。

と、「市内に限らず、全国的に特殊詐欺が多く発生しており、深刻な状況にあります」と語る伊庭さん。特殊詐欺とは、オレオレ詐欺や還付金詐欺などが挙げられ、対面せず電話などで相手を信用させて現金などをだまし取る手口のことです。実際に角田警察署管内でも被害が発生しており、令和4年中の被害件数は6件、被害総額は385万円にも上り、高齢者が狙われた事件が多かったそうです。

「自分は大丈夫」という気持ちを払拭してください。安易に個人情報教えず、電話などでお金の話が出た場合や少しでも不審に感じた場合は、家族など周りの人に相談するか、周りに人がいない場合は遠慮せずに角田警察署に相談してください」と市民の皆さんに呼びかけています。



地域住民のため日々まい進
憧れの警察官となり
最前線で人助け

集積所に
出せない

粗大ごみの処理の仕方

【問い合わせ】生活環境課 (☎63-2118)

指定ごみ袋に入らない大きさの粗大ごみは、集積所には出せません。次の①または②の方法に従って処理してください。詳細は各家庭に配布した「ごみの分け方と出し方（保存版）」や右のQRコードから利用できる「ごみ分別アプリ」をご活用ください。



▲ios版



▲Android版

- ①市が許可した一般廃棄物収集運搬業許可業者に依頼
- ②自分で処理施設に直接搬入

もやせる粗大ごみは仙南クリーンセンターに、もやせない粗大ごみは仙南リサイクルセンターに、それぞれ分別して搬入しましょう。

もやせる粗大ごみの例

プラスチック類

木製の家具やタンス

カーペット、じゅうたん

畳、布団、スポンジ製マットレス

電気カーペット、電気毛布

※パネルやコンセントはもやせないごみ

もやせない粗大ごみの例

自転車

オルガン、エレクトーン

ストーブ

50cc未満のバイク

※灯油は使い切り、乾電池は抜いてください

大型遊具（金属製）

※ガソリン、オイル、バッテリーは取り除く

- 仙南クリーンセンター(角田市毛萱字西ノ入43-11)
☎0224-65-3000
- 仙南リサイクルセンター(蔵王町大字平沢字新並124-104)
☎0224-33-2225
- ・受付時間 月～金曜日(祝日含む)、第3日曜日
午前8時30分～午後4時30分
- ・処分料金 10kgにつき130円

4月10日(月)から予約制

ごみ持ち込み車両の混雑解消と事故防止の観点から、仙南クリーンセンターおよび仙南リサイクルセンターへのごみの直接持ち込みは、**専用サイトでの事前予約**が必要となります。詳細は広報かくだ4月号でご案内予定です。

家電リサイクル法対象機器の処理方法

家電リサイクル法対象機器（エアコン、テレビ、冷蔵庫、冷凍庫、洗濯機、衣類乾燥機）は法律により処理方法が決められており、仙南リサイクルセンターでは処理できません。下記のいずれかの方法で処理してください。

- ①購入した販売店もしくは買い替えをする販売店へ依頼
- ②郵便局に備え付けの「家電リサイクル券」で料金を支払い、指定引取場所へ自分で搬入
- ③市が許可した一般廃棄物収集運搬業許可業者に依頼

■指定引取場所
株安藤仁七商店(柴田町船岡字鍋倉1-9)
☎0224-54-1517

■対象品目・リサイクル料金に関する問い合わせ先
(一財)家電製品協会(家電リサイクル券センター)
☎0120-319-640

市役所窓口

引越し便利ガイド

転出・転入の際の市役所での代表的な手続きをご紹介します。詳しい内容は各課にお問い合わせください。

項目	手続き	必要なもの	
転出・転居・転入届 市民課 ☎63-2116	転出	市外に引越するとき、あらかじめ転出の手続きが必要です(おおむね14日前から)。手続き完了後、新しい住所地での転入届に必要な「転出証明書」を発行します。 ※代理人が手続きをする場合は、委任状が必要です。	①窓口に来る人の身分証明書(マイナンバーカード・運転免許証・保険証など) ②印鑑登録証 ③国民健康保険被保険者証 ④国民健康保険高齢受給者証 ⑤後期高齢者医療被保険者証 ⑥介護保険被保険者証 ⑦子ども医療費助成受給者証 ⑧マイナンバーカードまたは住民基本台帳カード ※②～⑧は該当者のみ
	転居	新しい住所に住み始めてから14日以内に転居の手続きが必要です。 ※代理人が手続きをする場合は、委任状が必要です。	①窓口に来る人の身分証明書(マイナンバーカード・運転免許証・保険証など) ②国民健康保険被保険者証 ③国民健康保険高齢受給者証 ④後期高齢者医療被保険者証 ⑤介護保険被保険者証 ⑥子ども医療費助成受給者証 ⑦マイナンバーカードまたは住民基本台帳カード ※②～⑦は該当者のみ
児童手当 子ども医療費助成 子育て支援課 ☎63-0134	転出	市内に住み始めてから14日以内に転入の手続きが必要です。 ※代理人が手続きをする場合は、委任状が必要です。	①転出証明書 ②窓口に来る人の身分証明書(マイナンバーカード・運転免許証・保険証など) ③マイナンバーカードまたは住民基本台帳カード(お持ちの人のみ)
	転入	児童手当、子ども医療費の助成については、転出手続きの際に市民課で手続きできます。	子ども医療費助成受給者証(対象者のみ)
小・中学校 教育総務課 ☎63-0130	転出	児童手当、子ども医療費の助成については、転入手続きの際に市民課で手続きできます。	①請求者(保護者)名義の預金通帳 ②健康保険証 ③窓口に来る人の身分証明書(マイナンバーカード・運転免許証・保険証など) ④マイナンバーカードまたは個人番号が分かる書類
	転入	転校に必要な在学証明書と教科用図書給与証明書を転校前の学校で発行しますので、転校先の学校へ届け出てください。 転入先の市民課で手続き後、教育委員会でも手続きが必要です。	
水道 上下水道事業所 ☎63-0135	転出 転居 転入	給水開始・中止の手続きが必要です。2営業日前までに手続きをしてください。 中止の手続きがない場合、使用していても料金がかかりますので、ご注意ください。	窓口に来る人の身分証明書(マイナンバーカード・運転免許証・保険証など)
バイク 軽自動車 税務課 ☎63-2114	転出	125cc以下のバイク、小型特殊自動車を所有している人は、窓口で必ず手続きしてください。 ※軽自動車は軽自動車協会(☎022-388-6033)、125ccを超えるバイク・普通自動車などは宮城運輸支局(☎050-5540-2011)で手続きしてください。	①ナンバープレート ②標識交付証明書
	転入		廃車証明書

マイナンバーカードがあれば「マイナポータル」から転出手続きができます！詳細は15ページをご覧ください。



「第72回社会を明るくする運動作文コンテスト」県内小学生の部で藤尾小学校4年生の五十嵐^{なみ}さんが優秀賞を受賞しました。7月に授業で「人権教室」を受け学んだことや決意を述べたもので、市内では初の受賞となります。娜美さんは「角田で初めて受賞できてうれしい」と喜んでいました。

作文コンテストで入賞

「明るく平和な社会へ」



2月7日、東日本電信電話株式会社宮城支店全面協力のもと、市民センターで「シニア向け『eスポーツ』無料体験会」が開催されました。ドライブゲームやコミュニケーションロボット体験などが行われ、体験した来場者は「デジタルは難しく避けてきましたが、触ってみるとすごく楽しかったです」と話していました。

「eスポーツ」無料体験会初開催

シニア世代もデジタルをもっと身近に

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



齋藤 三郎さん・としいさん(南江尻)

好き嫌がなく、なんでも食べる三郎さん・としいさん



2月12日、市民センターで「かくだレゴ®ブロック展示会」が開催され、1月のワークショップに参加した子どもたちの作品がお披露目されました。もっとうえいく主催で開かれたこのイベントに、300人を超える参加があり、それぞれの作品を組み合わせ「かくだの未来の街」が描かれました。

レゴ®ブロック展示会

想像をカタチに「宇宙の街」かくだの未来へ



仙台大学同窓会・同大学保護者会より市にバットングージなど80万円相当の寄付をいただきました。2月13日に寄贈式が行われ、小島同窓会長から市長に目録が贈呈されました。同大学では、4月に女子硬式野球部が発足し、角田市野球場などを拠点に活動を開始する予定です。

練習拠点となる角田市に寄付

仙台大女子硬式野球部発足へ



(公財)ライフスポーツ財団から「子ども活動支援補助金」の目録贈呈式がオンラインで行われました。当補助金で購入した幼児用の運動用具が2月17日に納品となり、市内の保育現場へ貸与することで、日頃の幼児教育・保育に運動あそびを取り入れてもらい、元気な子どもの育成を目指します。

運動用具整備に補助金を活用

子どもたちの健全な心身の育成を図る



スポーツ合同表彰式&講演会

2月4日、かくだ田園ホールで「角田市スポーツ合同表彰式」が3年ぶりに開催され、スポーツ協会から31人1団体、スポーツ少年団本部から27人がスポーツの発展に貢献したことが認められ表彰されました。表彰式後、「パラスポーツの紹介」と題し、車いす女子バスケットボール日本代表チームの岩佐義明ヘッドコーチが講演しました。パラスポーツの体験コーナーもあり、競技用車いすに乗り、操作を楽しむ子どもたちの姿が見られました。



職業人に話を聴く会

1月27日、北角田中学校1年次のキャリア・進路教育の一環で「職業人に話を聴く会」が開催されました。保育、警察、農業、病院、市役所など各教室に割り当てられた職業ブースを4カ所選んで回り、仕事内容ややりがい、職に就くために必要なことなどを教わりました。生徒らは、緊張気味に質問する様子も見られましたが、職業人のリアルな話を聴いて将来への期待を膨らませているようでした。この経験を踏まえ、2年次には職場体験が行われます。



光の回廊を巡る音の旅

2月12日、かくだ田園ホールで「光の回廊を巡る音の旅」が開催されました。電飾や照明を担当した(株)東北共立の遠藤さんは「昨年に続き、ファミリー向けに低コストでインパクトのある空間づくりを心がけた。実際のコンサートの空間を子どもたちにも楽しんでもらい、記憶に残るイベントになれば」と話していました。演奏会は午前の部・午後の部ともに満席となり、イルミネーションに囲まれた幻想的な空間で、オーケストラによる迫力ある演奏に酔いしれました。



課題研究発表会開催

1月27日、かくだ田園ホールで角田高校2年生による「総合的な探究の時間 課題研究発表会」が行われました。生徒たちは総合的な探究の時間を通して自身の興味のあることや進路に関連した課題を設定し、校内アンケートなどを行い研究に取り組みました。当日は代表して7グループが研究成果を披露し、会場全体が真剣に耳を傾けていました。発表後には質疑応答や参加した同校の魅力化推進委員らからの講評があり、生徒たちにとって有意義な時間となりました。

図書館だより



図書館ホームページ
図書館 (☎63-2223)
 ✉ tosyokan@city.kakuda.lg.jp
 ■ 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
 ■ 第1・3水曜日 午前10時～午後7時

図書館カレンダー 3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	

■ 休館日 ■ 午後7時まで開館

あれから12年
 東日本大震災を忘れない

2011年3月11日に発生した東日本大震災から12年がたちます。あの時、人々は何を思い、どのように行動したのでしょうか。地震と津波、被災地の声、復興への想いなど、私たちが得た教訓は、未来を担う子どもたちのためにも語り継いでいく必要があります。

図書館では、東日本大震災に関連するさまざまな本やDVDを貸し出しています。

子どもにも伝えやすい震災・防災の絵本や紙芝居もあります。記憶を風化させないために、ぜひご利用ください。

子ども図書館でつるし雛を展示中！ 3月19日(日)まで

今月の一般書特集コーナー



春はすぐそこに

空の色や陽の光に少しずつ力強さを感じられるようになり、花のつぼみもふくらみ始める季節になりました。春の訪れを楽しむ本はありますか？

今月の児童書特集コーナー

春はドキドキ

卒園や卒業のシーズン。これから入学の準備もあるし、進級すればクラス替えもあるかも。春はドキドキすることがいっぱい！



事前にお申し込みください

ちびっこおはなし会

(乳幼児対象)
 3月8日(水) 午前10時30分～

みんなのおはなし会

(幼児～小学2年生対象)
 3月25日(土) 午後3時～

AZDAS

おたよりコーナー

「日の出」大森山上



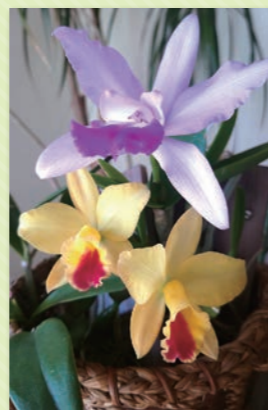
夢追人さん

「内町堤凍結 氷上で寝る白鳥」



ラッキーさん

「ミニカトレア」



ごまさん

デジタル書道「蟬梅」



川名正男さん

おたより大募集！

皆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
 メール：koho@city.kakuda.lg.jp

※投稿の際は、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。
 ※返却はできませんのでご注意ください。

※吉田さんへのお手紙は、隣ページ「AZDAS」に掲載している宛先へお送りください。



第11回 宇宙人を探そう

かくだ発の宇宙飛行士を夢見て



宇宙人はいると思いますか？どうやって宇宙人を探すのでしょうか？まずは、宇宙に生物がいるかどうか探すことから始めてみましょう。地球の衛星「月」にウサギがないことは1969年にアポロ11号が月に着陸して分かってしまいました。月の石を調べると他の微生物も月にはいないようです。では、他の惑星はどうでしょうか。水星、金星は太陽に近くて温度がとても高いので、生物は生きられませんが、火星は可能性ががあります。表面に水が流れたような跡があり、地下には水と小さな生物がいる可能性がありますが、まだ発見されていません。太陽系の中で他に可能性があるのが、木星と土星の周りを回る衛星です。木星の衛星は何と92個！その中の「エウロパ」には地球よりも大量の水があることが分かってきました。土星の衛星は83個！その中の「タイタン」に着陸した探査機ホイヘンスから湖の岸辺のような写真が届いています。「エンケラドス」では氷の割れ目から高さ500メートルにも及ぶ潮吹きが観測されています。液体の水があることは、生命が存在する重要な条件だと考えられているので、今後の探査に期待しましょう。



©ESA, NASA, JPL, University of Arizona

「水」が存在する可能性のある惑星がいくつも見つかっています。有名なのは「トランジット」という星を周囲する7つの惑星です。どれも水が存在する可能性ががあります。でも、地球からの距離が39光年離れているので、第9回でお話ししたボイジャーで行くことすると、約60万年かかってしまいます。科学の進んだ宇宙人の方から来てくれないと、今のところは会えそうもありませんね。角田市役所にも、何人か宇宙人がいる、という噂を聞いています。彼らはどこから来たのでしょうか。今度、聞いてみましょう！

(JAXA角田宇宙センター 吉田誠)

ホイヘンスが撮影したタイタンの湖岸

仙南地区初の快挙！ 大河原商業高校が県放送コンテストで最優秀賞

全国の高校生にふるさと角田の「5つの“め”」をPR

11月に開催された宮城県高校放送コンテスト新人大会のビデオメッセージ部門で、大河原商業高校放送局が最優秀賞を受賞しました。全国の高校生に向けた郷土愛PRをテーマに、局員4人中2人の出身地である角田市をPRする動画『もう一つの“め”』を制作。角田市出身の一人、明道彩乃さん(右から2番目)をヒロインに、「米・豆・梅・夢・姫」が表現されたドラマ仕立てとなっています。

同校は、8月に鹿児島県で開催される全国大会に出場します。全国に角田市の名が広まるよう一緒に応援しましょう！



受賞できると思っていなかったのが嬉しかったです！

大河原商業高校放送局の4人。左から、山口歩さん、小川心愛さん、明道彩乃さん(角田)、柴田優那さん(角田)

催し 自転車乗り方教室

- 日時 3月18日(土) 9:00～11:00
- 場所 Kスポ公園内臨時駐車場
- 対象・定員 おおむね5歳以上(保護者同伴)・15組30人
- 参加料 無料
- 講師 Cycle tour labo 代表 佐藤文男氏
- 申し込み 3月14日(火)まで電話で申し込み
【問い合わせ】角田市地域振興公社 (☎63-3789)



催し 高齢者権利擁護講演会(要予約)

- 将来の金銭や財産管理などに不安はありませんか？
成年後見制度や任意後見制度、遺言について講演します。
- 日時 3月24日(金) 13:30～15:00
 - 場所 市民センター 201会議室
 - 定員・料金 30人・無料
 - 内容 講話「高齢者の未来を支える制度と遺言について」
 - 講師 大河原公証役場公証人 戸津利彦氏
 - 申し込み 3月17日(金)まで電話または地域包括支援センター窓口で申し込み
- ※新型コロナウイルス感染状況により変更または中止となる場合があります。
【問い合わせ】地域包括支援センター (☎61-1288)

催し おしゃべりカフェ (予約不要)

- 認知症の人やその家族、地域住民、サポーターが交流したり、情報交換することを目的としています。参加料は無料ですので、ぜひ参加ください。
- 日時 毎週月曜日(祝日休み) 13:15～14:45
 - 場所 ウエルパーク内 椿の湯
- ※新型コロナウイルス感染予防のため飲食提供を中止しています。
【問い合わせ】地域包括支援センター (☎61-1288)

募集 クリンネスト2級講座受講者

- 日時 3月28日(火) 9:30～16:30
- 場所 市民センター 203会議室
- 対象 市内の60歳以上の人
- 内容 お掃除の考え方(頻度・動線・洗剤・道具・汚れの見極め)を中心に、わかりやすいスライドとテキスト、事例や演習ワークを交えて楽しく学ぶことができる、NPO法人ハウスキーピング協会が提供する資格講座
- 定員・料金 10人(先着順)・無料
- 申し込み 3月14日(火)まで電話で申し込み
【問い合わせ】シルバー人材センター (☎63-5332)

催し 宇宙教室「立体凧をつくらう！」(要予約)

- ～六角形がよく上がる凧をつくりま～
- 日時 3月12日(日) 13:30～15:30
 - 場所 スペースタワー・コスモハウス
 - 対象・参加料 小学生(保護者同伴) 15組・200円
 - 講師 吾妻武博氏
- 【問い合わせ】スペースタワー・コスモハウス (☎63-5839)



催し シルバー人材センター入会説明会

- 日時 ①3月16日(木) 14:00 ②3月17日(金) 10:00
 - 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
- ※②事前予約制、①以外の日も随時受け付けています。
事前に申し込みください。
【問い合わせ】シルバー人材センター (☎63-5112)

催し 歯科保健講演会

- 日時 3月17日(金) 13:30～14:30
- 場所 ウエルパーク 多目的ホール
- 定員・料金 60人・無料
- 内容 「お口からつくる健康長寿」
- 講師 仙南歯科医師会角田支部長 目黒一美氏 (目黒歯科クリニック)
- 申し込み 3月15日(水)まで電話で申し込み
【問い合わせ】健康長寿課 (☎62-1192)



催し 仙南広域都市計画下水道の都市計画変更に伴う市民説明会

- 裏町地区の浸水被害を軽減するため、裏町排水機場の機能強化実施にあたり、仙南広域都市計画下水道の都市計画変更を予定しています。それに伴い、以下の日程で市民説明会を開催します。詳細は市ホームページをご覧ください。
- 日時 3月17日(金) 19:00～
 - 場所 市民センター 201会議室
 - 変更内容
- ①裏町排水機場を都市計画に定めるべき都市施設とする
②裏町排水区域の見直し
【問い合わせ】上下水道事業所 (☎63-2121)



▲市HP



からお知らせ

～春だ！今こそ、スポーツだ！～

初めての人も気軽に参加できます！詳しくはお問い合わせください。

☎ 総合体育館 (☎63-3771)



◆3月カレンダー◆

月	火	水	木	金	土	日
親子のあそび場開放 (スポーツ交流館) …未就学児対象の室内遊び場 (9:00～16:00)	3/1	2	3	4	5	
	10:00 ココロとカラダ のメンテナンス	10:00 ナチュラルヨガ 13:30 筋膜リリース	19:00 気軽にボクシングエクサ			
6	7	8	9	10	11	12
13:30 エンジョイフラ	9:15 ヨガ(昼)	10:00 からだほぐし 19:00 ヨガ(夜)	10:00 ナチュラルヨガ 13:30 燃え燃え脂肪燃焼	19:00 バランスボール		
13	14	15	16	17	18	19
		10:00 ココロとカラダ のメンテナンス	10:00 ナチュラルヨガ			
20	21	22	23	24	25	26
		10:00 からだほぐし	10:00 ナチュラルヨガ 13:30 燃え燃え脂肪燃焼			
27	28	29	30	31		
	休館日 (交通公園のみ開場)		10:00 ナチュラルヨガ			



▲ジュニアスポーツ教室の様子

◆子ども向けスポーツ◆

- キッズダンス**
場所 屋内温水プール
対象 幼児16:00～
小学1～3年生17:00～
会員制(4,400円/月)
- ジュニアスポーツ教室**
10種類以上の教室に自由に参加
場所 Kスポほか
対象 小中学生
会員制(後期会費3,000円)
- ウイークエンド親子運動あそび** 無料・要予約
親子で楽しく体を動かす
教室(祖父母との参加OK)
場所 スポーツ交流館
対象 1・2歳児10:00～
未就学児11:00～

◆大人向けスポーツ◆

- ワンコイン教室**
誰でも参加できる60分教室
場所 総合体育館
料金 500円/回(予約不要)
※各日程はカレンダーの通りです
 - らくらく運動教室**
気軽に行える30分軽運動
場所 総合体育館(9:50集合)
料金 無料(予約不要)
 - 健康ウォーキング**
2.3kmを指導者と歩く教室
場所 道の駅かくだ(10:00受付)
料金 300円/回(予約不要)
- 道の駅 300円券 プレゼント
- 要予約 トレーニング室の初トレ・ひめトレ(1,000円)
/パーソナルトレーニング(1,500円)

SPOCOM スポコムかくだ会員募集!

令和5年度活動会員の受け付けを開始しました！入会するとどの教室にも自由に参加できます！

ジュニアスポーツ教室(年会費6,000円)		成人スポーツ教室(年会費8,000円)	
開催曜日	午前	午後	
毎週土曜日	サッカー	—	教室：フィットネス、ニュースポーツ、ノルディックウォーク、卓球、ビニールボール、太極拳、テニス(硬式)、パークゴルフ
第1・3土曜日	バスケット・バドミントン・ソフトテニス	ゴルフ・たいそう(年長～2年生)	
第2・4土曜日	ランニング(年長～)・卓球	野球・チアリーダー(女子のみ)	

【問い合わせ・申し込み】 スポコムかくだ (Kスポスポーツ交流館内・☎87-8796)



くらし マイナンバーカードの申請をお手伝いします！

3月31日まで以下の場所でマイナンバーカードの申請補助を無料で行います。

- **来所場所・受付日時** ①市民センター談話室・毎週月曜日、木曜日～日曜日10:00～18:00【要予約】
※電話予約:月～金曜日(祝日除く) 8:30～17:00
- ②市内郵便局(角田・藤尾・西根・桜・枝野・北郷・磐城東根)・月～金曜日(祝日除く)9:00～17:00【予約不要】
- **対象者** 角田市に住民票がある人(転出予定者は対象外)
- ※本人の来庁が必要です(15歳未満は保護者同伴)
- **サポート内容** 顔写真の撮影、交付申請書の作成
- **持ち物** ①本人確認書類(運転免許証、健康保険証など)
②QRコード付き個人番号カード交付申請書(お持ちの人のみ)
- 【予約・問い合わせ】角田市マイナンバーコールセンター ☎0120-112-309 (音声ガイダンス「1番」) 月～金曜日(祝日除く) 8:30～17:00

くらし マイナンバーカードで引越しワンストップサービス

2月6日から、マイナポータルからオンラインで転出届が可能となりました。利用者は、転出にあたり市民課窓口への来庁が原則不要になります。ただし、転出届を提出後は転入先の市区町村窓口で転入届の手続きが必要です。

- **利用できる人** 電子証明書が有効なマイナンバーカードをお持ちの人、日本国内で引越しをする人
- **対象の手続き** ご自身単身での引越し、自身と同一世帯員の引越し
- ▲デジタル庁HP
- ※手続きの流れはデジタル庁ホームページをご覧ください。
- 【問い合わせ】市民課市民係 ☎63-2116



マイナポイント申請期限が**5月末**まで延長になりました



マイナポイント第2弾の対象となるマイナンバーカードの申請期限	2月28日
マイナポイントの申込期限	5月31日

※一部の決裁サービスにおいては、5月31日以前の期限を設定している可能性がありますのでご注意ください。

【問い合わせ】マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178(音声ガイダンス「5番」)
※携帯ショップでのマイナンバーカード申請サポートは3月21日(祝)をもって終了します。

マイナポイントは、スマートフォンから申し込みできます。もしくは、☎0120-112-309へ予約後、角田市マイナンバーカードセンター(市民センター談話室)へお越しください。



▲マイナポイントアプリダウンロード方法などはこちら(総務省HP)

くらし 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)が届いたら下記の角田市マイナンバーコールセンターへ電話予約をしてください。

- **予約日時** 月～金曜日(祝日除く) 8:30～11:30、13:00～16:00
- **電話受付時間** 月～金曜日(祝日除く) 8:30～17:00
- 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・夜間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。

	3月実施日	時間
休日	4日(土)・12日(日)	9:00～12:00
夜間	8日(水)・15日(水)・22日(水)	17:15～19:00

- **場所** 市民課(市役所東庁舎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角田市マイナンバーコールセンターへ問い合わせるか、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。
- 【予約・問い合わせ】角田市マイナンバーコールセンター ☎0120-112-309 (音声ガイダンス「2番」) 月～金曜日(祝日除く) 8:30～17:00

募集 角田市地域振興公社臨時職員

- **職務内容** ①Kスポ内施設清掃業務等 ②Kスポおよび台山公園内施設管理業務 ③市民ゴルフ場フロント業務 ④市民ゴルフ場施設管理業務(コース管理)
- **募集人数** 各1人(②③④は普通自動車免許必須)
- **任用期間** 令和5年4月1日～令和6年3月31日
契約更新の場合、年度ごとの契約
- **待遇** ①月額144,900円 ②月額149,100円 ③月額153,300円 ④月額161,700円
- **勤務時間** 8:30～17:15、週休2日制
※シフト制、土日祝勤務あり、③④は早番あり(6:30～15:15)
- **申込方法** 履歴書に必要事項を記入の上、角田市地域振興公社(総合体育館窓口)へ提出
【問い合わせ】角田市地域振興公社 ☎63-3789

募集 水道メーター検針員

- **対象** 市内に居住している人
- **内容** 水道メーターの検針業務(普通自動車免許必須)
- **委託期間・募集人数** 4月～3月(更新あり)・1人
- **委託料** 検針1件につき95円(交通費相当額含む)
- **対象地区** 藤尾1区～藤尾5区(毎月3日間程度、約430件)
- **申し込み** 履歴書に必要事項を記入し、3月20日(月)までに上下水道事業所へ郵送または持参(土日祝日を除く)
※詳細については気軽に問い合わせください。
【問い合わせ】上下水道事業所 ☎63-0135



くらし 東日本大震災 犠牲者追悼

東日本大震災発生から12年となる3月11日(土)、震災で犠牲となった人々への黙とうを行います。午後2時46分から1分間、市役所屋上のサイレンを鳴らしますので、ご協力をお願いします。
火災などと誤認しないようご注意ください。
【問い合わせ】防災安全課 ☎63-2123

募集 令和5年度角田市奨学生

- 市では、有能な人材を育成することを目的に、経済的な理由で就学が困難な人のうち、向学心のある優秀な学生に対し学費の貸与を行います。
- **募集対象** ①～④すべての条件を満たす人
①保護者が市内に3年以上居住している学生 ②高等学校、高等専門学校、大学等(大学、短期大学、専門学校、大学院)に在学している、または4月以降に進学が決定している学生 ③経済的理由により学費の支払いが困難と認められる学生(所得制限あり) ④学業成績が優秀で修学の意欲があり、品行方正である学生
- **貸与金額(月額)** 高校生15,000円、大学生35,000円(医学部・歯学部学生は50,000円)
- **貸与利率** 無利子
- **募集人員** 高校生・大学生 若干名
- **申請手続** 所定の申込用紙(教育総務課窓口備え付け)に必要事項を記入し、次の書類を添えて、期日厳守の上、教育総務課へ直接提出
※申込用紙は3月1日(水)から配布
- **添付書類** ①合格証明書または在学証明書 ②最終学校の学業成績証明書(学校長が発行したもの) ③世帯全員の令和4年分の所得がわかる書類(源泉徴収票、所得申告書、給与支払額の証明等) ④世帯全員の納税証明書 ⑤世帯全員の住民票の写し
- **受付期間** 4月3日(月)～14日(金)
- **内定通知** 5月末までに、全員に結果を郵送します
- **返済** 貸与終了後、1年間の猶予期間を置いて10年以内に返済していただきます
【問い合わせ】教育総務課 ☎63-0130

くらし 枝野やすらぎの家 廃止のお知らせ

枝野やすらぎの家は、地域の集いの場として利用されていましたが、近年の利用者数の減少に伴い、3月31日をもって廃止します。
【問い合わせ】健康長寿課 ☎62-1192

下水道利用のお願い

【問い合わせ】上下水道事業所 ☎63-2121



- ⚠ トイレトペーパー以外のものは絶対に流さないでください。
- ⚠ 天ぷら油などの油類は絶対に流さないでください。

マンホール内の汚水ポンプが異物(水に溶けないティッシュペーパーや衛生用品等)の詰まりによって運転停止する事案が発生し、一時的にトイレやお風呂などが使用できない地域がありました。このような異物は水に溶けないためポンプで吸引することができずに運転停止となり、排水できなくなるとともに故障の原因となります。



▲下水道が詰まっている様子

広 告

有料広告を掲載しています。

相談 心の相談（要予約）

■日時 3月14日(火) ①13:30 ②14:10 ③14:50
■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）

相談 思春期・ひきこもり専門相談 アルコール専門相談（要予約）

《思春期・ひきこもり相談》
■日時 3月6日(月)、16日(木) 13:30～16:30
■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
《アルコール専門相談》
■日時 3月15日(水) 11:00～12:00、14:30～16:30
■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 3月15日(水) 13:00～14:30
■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
【予約・問い合わせ】仙南保健福祉事務所（☎53-3132）

相談 夜間水道料金納付窓口

■日時 3月8日(水)、31日(金) 17:00～19:00
■場所 上下水道事業所
【問い合わせ】上下水道事業所（☎63-0135）

相談 夜間納税相談窓口

■日時 3月29日(水)、30日(木) 17:00～19:00
■場所 税務課
【問い合わせ】税務課（☎63-2114）

相談 人権相談・行政相談

■日時 3月15日(水) 9:00～11:30
■場所 401会議室（市役所4階）
■内容 いじめ・虐待・セクハラなど人権に関する相談、医療保険や年金・雇用・道路など行政分野に関する相談
【問い合わせ】生活環境課（☎63-2118）

相談 無料法律相談（要予約）

■日時 3月31日(金) 13:00～16:00
■場所 401 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）

相談 行政書士による無料法務相談

■日時 3月18日(土) 13:30～16:30
■場所 市民センター 101 会議室
■内容 相続や遺言に関する事、空き家に関する事、成年後見制度や家庭内の諸問題に関する事、新型コロナウイルス関連の給付金等に関する事など
【受け付け・問い合わせ】宮城県行政書士会事務局（☎022-261-6768）

相談 返しきれない借金で悩んでいませんか？

東北財務局では、借金を抱えて悩んでいる個人（自営業の人を含む）から電話または対面での相談を受け付けています。一人で悩まずに、気軽に相談ください。（相談無料、秘密厳守）
■受付時間 月～金曜日（祝日、年末年始を除く）9:00～12:00、13:00～17:00
【問い合わせ】東北財務局 多重債務者相談窓口（☎022-266-5703）
〒980-8436 仙台市青葉区本町3-3-1 仙台合同庁舎B棟5階

くらし 税務署から 令和4年分確定申告のお知らせ

令和4年分確定申告について、2月13日から受け付けています。以下のとおり期限が設定されていますので、期限内に申告するようお願いします。
■申告所得税および復興特別所得税・贈与税 3月15日(水)
■消費税および地方消費税 3月31日(金)
納税には口座振替をご利用ください。簡単な手続きで利用できますので、税務署（管理運営徴収部門）にご相談ください。一度手続きをすれば、継続して利用できます。
【振替納税を希望した場合の振替日】
■申告所得税および復興特別所得税・贈与税 4月24日(月)
■消費税および地方消費税 4月27日(木)
※確実に振替納税ができるよう、事前に預貯金残高をご確認ください。
【問い合わせ】大河原税務署（☎52-2202）

くらし 老後をしっかりとサポート 「農業者年金」

農業者年金には次の特徴があります。
①農業に従事する国民年金第1号被保険者なら誰でも入れる「終身年金」
②加入で大きな節税効果 保険料は「全額社会保険料控除」
③一定の要件を満たす人には「保険料の国庫補助」
※保険料は月額20,000円（35歳未満の一定要件を満たす人は10,000円）から67,000円まで千円単位で自由に設定できます。
加入をご検討の際は、地元の農業委員または農業委員会までお問い合わせください。
【問い合わせ】農業委員会（☎63-0133）

相談 若者サポートステーション 無料出前相談会（要予約）

■日時・場所 3月23日(木) 10:00～14:00・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）

くらし 令和4年度阿武隈急行線利用促進 通学定期券購入費補助金の申請期限

以下の対象期間の阿武隈急行線利用促進通学定期券購入費補助金の申請期限は3月31日までです。期限を過ぎての申請は、補助金の交付が受けられなくなります。期限内に阿武隈急行線角田駅窓口まで申請してください。
■対象者 角田市に住所を有する学生またはその保護者
■対象期間 令和4年4月1日～令和5年3月31日
▲市HP
【問い合わせ】まちづくり政策課（☎63-2112）



くらし 令和4年度角田市結婚新生活 支援事業補助金の申請期限

令和4年度「角田市結婚新生活支援事業補助金」の申請期限は3月31日までです。期限を過ぎての申請は、補助金の交付が受けられなくなります。詳しくは市ホームページまたはまちづくり政策課までお問い合わせください。
■対象者 令和4年1月1日から令和5年3月31日までの間に婚姻された39歳以下の夫婦
▲市HP
【問い合わせ】まちづくり政策課（☎63-2112）



くらし 春季火災予防運動

【お出かけは マスク戸締り 火の用心】
（2022年度全国統一防火標語）
3月1日(水)～7日(火)の1週間、全国一斉に春の火災予防運動を実施します。これからの時期は1年のうちで降水量が少なく、空気が乾燥するため、火の取り扱いには十分注意し、火災を未然に防ぎましょう。
▲市HP
【問い合わせ】角田消防署（☎63-1011）



広 告

広 告

子育て支援センター

まめっこだより

【予約・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)
 ☎62-4360・平日9:00～15:30
 ※子育て支援センターだより「まめっこ通信」は市HPに掲載中

角田市まめっこ通信



★3月カレンダー★

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♠	

遊び場開放(予約制)

親子で自由に遊べる広場として開放します

対象 3カ月～3歳児(未就園児)

場所・定員 ♠: 角田児童センター・10組
 ♥★: 市民センター・各7組

時間 ♠: 9:00～11:30
 ♥: 9:30～11:30
 ★: 13:30～15:30

開放日 カレンダーのとおり

※利用時の注意事項にご協力ください。

運動遊び講座「アクティブ・チャイルド・プログラム」

育児ストレス解消やリラクゼーションにもおすすめ!

講師 西間木由美氏(ヨガインストラクター)

対象 市内在住の親子・各回10組限定

☺ **赤ちゃんママのヨガ&ストレッチ**(要申し込み)

日時 3月7日(火) 10:00～10:50
場所 角田児童センター
対象 3カ月～1歳児と保護者

☺ **ちびっこママのリフレッシュ体操**(要申し込み)

日時 3月22日(水) 10:00～10:50
場所 角田児童センター
対象 2～3歳児と保護者

★子育て講座のご案内★ ※要予約

育児のすきま時間にもできるマッサージや、お手入れの仕方を学んで、一緒にキレイを楽しみましょう。

日時 第1回目 3月14日(火) 10:00～11:00
 第2回目 3月23日(木) 10:00～11:00

場所・定員 角田児童センター・10組
講師 佐藤つばさ氏(ネイリスト)

※お子さんを遊ばせながら参加できます。気軽に申し込みください。

利用時の注意事項

- ①マスクを着用してください
- ②手洗い・手指消毒をお願いします
- ③自宅で検温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
3月5日(日)	(有)平間伊工業所	63-3304
11日(土)	仙南工業(株)	62-5757
12日(日)	(株)ホシナ	63-1448
19日(日)	佐々木鉄工(株)	62-2303
21日(祝)	(有)丸子設備工業	63-2402
25日(土)	(有)高橋設備	62-4519
26日(日)	(株)斎藤管工	62-1506
4月2日(日)	(有)高美住設	62-3017

☎ 上下水道事業所 (☎63-2121)

3月の納税等

後期高齢者医療保険料	9期分
住宅使用料	3月分
水道料金	3月分
下水道(農集排)使用料	3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。

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、270ベクレル/kg(2月2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=0.060マイクロシーベルト/h、仙南クリーンセンター東方地内=0.066マイクロシーベルト/h(2月6日現在)

☎ 生活環境課 (☎63-2118)

「広報モニター」募集中です

■対象 16歳以上で市内に居住または通勤・通学する人

■活動期間 4月～令和6年3月

■内容 毎月発行する「広報かくだ」を読み、アンケートに回答(広報かくだ4月号～翌年3月号が対象)

■申込期限 3月10日(金)

【申し込み・問い合わせ】
 総務課広報広聴係(☎63-2191)

シリーズ 国民年金

こんなときには届け出が必要
 日本国内にお住まいの20歳以上60歳未満の人は、国民年金への加入が法律で義務付けられています。手続きを忘れると、老後の年金だけでなく、障害や死亡といった不測の事態が生じた際に、年金(障害基礎年金や遺族基礎年金等)を受けられなくなる場合があります。

次のような場合は、市役所の市民課保険年金係で必ず手続きをしてください。

- ①退職したとき(厚生年金の資格を喪失したとき)
- ②厚生年金に加入している配

偶者の扶養から外れたとき(配偶者の退職、離婚、扶養されている本人の増収等)

◎届出時に必要なもの

本人確認ができる書類(運転免許証等)、基礎年金番号が分かるもの(基礎年金番号通知書や年金手帳)またはマイナンバーがわかるもの、職場の厚生年金等の資格を喪失した証明書(資格喪失連絡票、退職証明書、離職票等)をお持ちください。

【夜間・休日年金相談】
 日時 3月6日(月)、13日(月)、20日(月)

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

日(月)、27日(月)は午後5時15分～7時、3月11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。

※便利な予約制(☎0570-0514890)をご利用ください。

※保険料を納めることが経済的に難しいときは、保険料免除制度がありますので、あわせてご相談ください。

問い合わせ 市民課保険年金係(☎63-2117)

新型コロナウイルスワクチン接種について

ワクチン接種が受けられる期間は3月31日(金)までです(2月20日現在)

接種を希望する人は以下の方法によりご自分で予約し、接種を受けてください。ただし、①12歳以上の初回接種(1回目・2回目)希望者 ②5～11歳の初回接種(1回目・2回目)希望者 ③6カ月～4歳の初回接種(1回目・2回目・3回目)希望者 ④住所地外接種届提出者 については電話予約のみの受け付けとなります。

【接種方法】 接種券付き予診票を用意の上、予約してください。

- ①電話予約 角田市新型コロナウイルスワクチンコールセンターへ連絡
- ②予約システムで予約 スマートフォンでQRコードを読み込み、予約システムへアクセス

※2月20日現在、4月以降の接種については国で検討中です。決定次第、市ホームページなどでお知らせします。

※接種券付き予診票がないと予約できません。接種券がないなどの人は、「新型コロナウイルスワクチン接種推進室」で交付手続きをし、交付後の予約となります。スマートフォンやパソコンから予約ができないなどの場合には、お手数ですがコールセンターへ電話の上、予約をお願いします。予約枠には限りがあります。

※コールセンターに電話が集中した場合、電話が繋がりにくくなる可能性があります。時間をおいて再度かけ直してください。予約変更や、キャンセルについてもコールセンターにご連絡ください。

⚠ ワクチンの接種は任意です。ご本人や保護者が希望される場合に限り接種を受けてください。

【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
 ☎0120-335-755
 (受付時間 8:30～17:15)
 ※祝日、年末年始を除き土日も開設

くらしの情報

サクラサイト商法「悩みを聞いて」「お金をあげる」などの誘いには落とし穴が！

サイト業者に雇われた「サクラ」が異性や芸能人などになりすまし「相談に乗って」「お金をあげる」などとメールを送り、消費者のさまざまな気持ちを利用してサイトに誘導し、メール交換などの有料サービスを利用させ、支払いを続けさせる手口です。

事例▼在宅ワークを検索していたら「悩みを聞くだけで高額報酬」という広告を見て誘導されたサイトに登録をした。メールの送受信は無料だが、お金を受け取るにはポイント購入が必要だ

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

と言われた。その後もさまざまな名目でポイントを購入させられ、総額180万円を支払ってしまった。

知らない人が突然個人的にお金をくれたり、芸能人が相談してくることは絶対にありません。知らない人から届くメールやメッセージには返信せず、登録後であっても不審だと感じたら毅然と関係を断ちましょう。

健康ひとロメモ

月経困難症(機能性月経困難症)

同済病院 婦人科 名取 徳子

月経困難症とは、月経に随伴して起こる病的症状をいいます。月経時あるいは月経直前より始まる強い下腹部痛や腰痛を主症状としますが、そのほか、下痢、腹部膨満感、嘔気などの胃腸症状、疲労・脱力感、食欲不振、イライラ、憂うつなどの精神症状や頭痛も含まれます。

これらの症状は、月経開始の1週間程度前より見られる場合があります。月経前症候群(PMS: premenstrual syndrome) と呼ばれます。

つまり、月経困難症にPMSも合わせると月経周期(約1カ月)のうち半分(2週間ほど)は悩まされる場合があります。

月経に伴う症状は、「我慢すべき」「相談しても仕方がない」「受診をするようなものではない」という意識がまだに強い印象を受けます。しかし、思春期では、月経困難症による学校の欠席や、学

業やスポーツに集中できない・成績が落ちるといった問題、精神的・身体的症状による社会生活への影響などさまざまな問題が存在します。また、成人や中年世代でも、仕事に支障が生じたり、家族や周囲との関係が悪くなってしまう場合があります。

月経困難症は、加齢とともに、妊娠出産によって軽快することが多いとされています。しかし、女性のライフスタイルが変化し、妊娠出産の年齢が高くなってきている現代において、思春期女子に対して月経困難症が加齢にしたがい軽快する可能性を話してやり過ぎすよりも、症状への対処や治療を選択肢として考える必要があります。お困りの人は、婦人科を受診してください。

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
3月	5日(日) 内高山内科胃腸科医院 ☎63-2304 外丸森町国保病院 ☎72-2131	けんじ歯科クリニック(白石市) ☎0224-25-9933 玉野井歯科医院(柴田町) ☎57-1711	コスモ薬局 細川薬局 丸森調剤薬局病院前店
	12日(日) 同済病院 ☎63-0360	吉田歯科医院(角田市) ☎62-2130 西村歯科医院(川崎町) ☎0224-84-4851	さくら薬局
	19日(日) 仙南病院 ☎63-2003	清原歯科医院(白石市) ☎0224-25-1030 はせ歯科医院(大河原町) ☎52-1080	あるふあ薬局
	21日(祝) 内名取医院 ☎63-2347 外該当なし	伊藤歯科クリニック(角田市) ☎63-2497 歯科ヒライ(柴田町) ☎55-4025	南町薬局
	26日(日) 金上病院 ☎63-1032	ひかり歯科医院(白石市) ☎0224-22-2112 前田歯科医院(村田町) ☎0224-83-6480	くるみ薬局
4月	2日(日) 丸森町国保病院 ☎72-2131	氏家歯科医院(角田市) ☎63-3525 スエヒロデンタルクリニック(大河原町) ☎53-4390	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があります。
- ◆毎夜間(午後5時30分～翌午前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分まで受け付けています(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。
- ◆宮城県おとな救急電話相談(☎#7119または☎022-706-7119、平日午後7時～翌午前8時/土曜日午後2時～翌午前8時/日・祝日24時間)
- ◆宮城県こども夜間安心コール(☎#8000または☎022-212-9390、毎日午後7時～翌午前8時)



▲宮城県 休日当番医情報

健康診査と健康相談等

実施場所は通知をご確認ください

区分	開催日	対象	受付時間
3～5カ月児健康診査	3月15日(水)	令和4年10月11日～11月生まれ	午後0時30分～0時45分
1歳6カ月児健康診査	5月11日(木)	令和3年9月～10月生まれ	
2歳6カ月児歯科健康診査	5月25日(木)	令和2年10月生まれ	
3歳児健康診査	3月8日(水)	令和元年8月7日～9月生まれ	午前9時15分～9時30分
おたんじょう相談	5月12日(金)	令和4年4月～5月生まれ	
子育て世代のための心理士相談	3月1日(水)、14日(火)、16日(木)		事前予約制
ほっぺサロン(育児相談)	今回は6月の予定です		事前予約制(午前)

- ◆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。



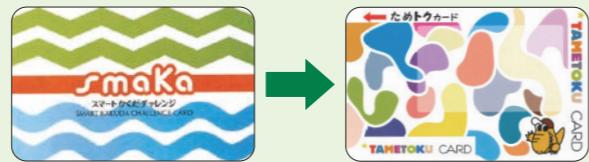
▲乳幼児健診・相談(市ホームページ)

健康ポイントの交換について

【問い合わせ】健康長寿課(☎62-1192)

3月31日(金)を過ぎると「スマカ」のポイントが失効します

- 持ち物**
 - ・スマカ(スマートかくだチャレンジカード)
 - ・ためトクカード
 - ・健(検)診など対象事業の引換券・領収書(お持ちの人)
- 交換期間** 3月1日(水)～31日(金)
- ※土日祝日を除く平日午前9時～午後5時
- 交換場所** ウエルパーク(健康長寿課)
- ※自治センターの巡回はありません



令和5年3月中に「ためトクカード」にポイントを交換しましょう

健康ポイント対象事業 各種健(検)診の申し込みについて

市では健康増進法に基づき、各種健(検)診を毎年実施しています。市で実施する健(検)診を受けるには、意向確認書で申し込みをする必要があります。受診票は、意向確認書の回答をもとに、健(検)診の時期に対象者に送付します。また、市の健(検)診を受けない人も、「受けない」に丸をつけて、必ず提出をお願いします。詳細は意向確認書および同封のチラシをご覧ください。

対象者	20歳以上の女性、30歳以上の男性
提出方法	①、②のいずれかの方法で提出 ①意向確認書に同封している返信用封筒で返送 ②健康長寿課(ウエルパーク)に直接提出
提出期限	3月10日(金)必着
その他	・世帯ごとに世帯主あてに郵送しています。 ・世帯全員の氏名は、意向確認書の左側の【年齢基準日について】、【特定健康診査・後期高齢者健康診査について】の記載の下に書かれています。 ・対象者以外は意向調査に記載されていませんのでご注意ください。

令和5年度BCG予防接種(集団接種)予定

令和5年度のBCG接種実施予定日は以下のとおりです。詳細は、実施月の広報かくだでお知らせします。

実施日	対象者の生年月日
4月6日(木)	令和4年9月24日～令和4年11月7日
6月29日(木)	令和4年11月8日～令和5年1月30日
8月24日(木)	令和5年1月31日～令和5年3月25日
10月19日(木)	令和5年3月26日～令和5年5月20日
12月21日(水)	令和5年5月21日～令和5年7月22日
2月22日(水)	令和5年7月23日～令和5年9月23日

小学校入学予定のお子さんの予防接種

4月に小学校入学を予定されているお子さんは、母子健康手帳の予防接種の欄をもう一度ご確認ください。受け忘れた予防接種がある場合、小学校生活が始まる前までに接種をおすすめします。

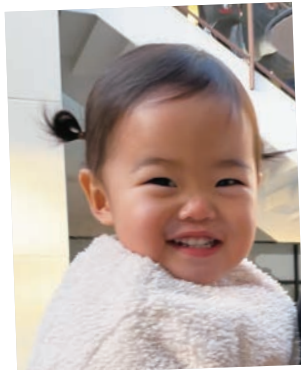
なお、小学校入学後に接種する予防接種の予診票については、お子さんが対象の時期を迎えた際に、郵送でお送りします。お子さんを病気から守り、元気に学校に通えるように、予防接種を受けましょう。

【問い合わせ】健康長寿課(☎62-1192)



すずき めい
鈴木 芽ちゃん (角田)

令和3年3月9日生まれ
「歌とダンスが大好きなおてんば娘」
2歳も笑顔いっぱいにご紹介しますよ
に★」



かが
加賀 くるみちゃん (角田)

令和3年3月31日生まれ
「楽しい毎日をありがとう♡これからも
笑顔いっぱい元気いっぱい大きくなつ
てね♡」



2歳を迎える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

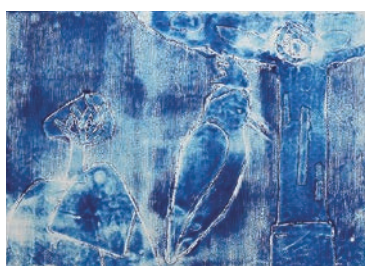
未来の画家さん Painters of Future



ようちえんでのおもいで
ピンクタワーができて
よろこんでいるところ



角田カトリック幼稚園
さとう ともし
佐藤 灯さん



青いとり



藤尾小学校3年
まつおか しゅうや
松岡 秀哉さん

結婚おめでとう 令和5年1月届け出分・敬称略

井上 誠 (寺前) ♥ 高城 琳 (仙台市)
大沼 圭吾 (中島下) ♥ 結城 李咲 (中島下)

誕生おめでとう 令和5年1月届け出分・敬称略

さいとう ことは
齋藤 琴羽 (瑠末・新丁東・1/3)
もんま だいき
門間 大桔 (富美・老ヶ崎・1/6)
にしきおり ましろ
錦織 菜白 (映佑・新中島北・1/17)
あらかわ さくあ
荒川 咲愛 (晴美・藤尾6区・1/22)
よしだ りん
吉田 凜 (慎・新中島北・1/22)

👤 人口：総数27,240人 (前月比-22人)
♂ 男：13,581人 ♀ 女：13,659人
👨👩 世帯数：11,443世帯 (前月比+9) (令和5年1月31日現在)



写真は、2月12日にかくだ田園ホールで開催された「光の回廊を巡る音の旅」での一枚。大きな楽器に囲まれながら、小さな体で指揮棒を振り上げ、オーケストラの指揮役を体験する子どもの様子です。可愛らしくもあり、勇気とたくましさも感じられる姿に場内から拍手が沸き、終始和やかな空気に包まれました。今年で2回目となる当イベントですが、この時期恒例の市内イルミネーションイベントとなればうれしいですね。

こちら編集室

▶今月の「キラリと光るかくだ星」では、角田警察署員を取材させていただきました。ご協力いただきありがとうございます。取材の際「警察官に興味のある人は実際に角田警察署に足を運んでみてください」と、警察官を目指す人にとって嬉しいお言葉もいただきました。警察署で働く自分をより鮮明にイメージできま

すね。▶架空請求業者撃退の動画を見ると自分もうまく対処できそうな気になりますが、いざ支払うように言われたら頭が真っ白になりそう…。相手の悪意で傷つけないためにも、防犯力のチェックはおすすめです。「あなたの防犯レベルはまだだ」との結果が出てしまったので、自分を守る力を付けていきたいです。☺

