

この表紙が
記入例に
 なっています!!
 本紙**15ページ**を
チェック

確認すること

- **自宅の状況**を事前に防災マップから確認
 浸水のリスク : あり(浸水深: 3m) なし
 土砂災害のリスク: あり なし
- 風水害時の**避難所**の確認 **右ページ下参照**
- 避難するときに**必要なもの** **右ページ中央のチェックリストで確認**

警戒
レベル
1

～平常時～

早期注意情報をチェック (災害への心構えを高める)

- ・ 備蓄品、避難時の持ち出し品を**チェック**、**買い足し**
- ・ **避難先の確認** ・ **台風の進路を確認**

警戒
レベル
2

大雨・洪水注意報 / 氾濫注意情報

自主避難など注意の呼びかけ (自らの避難行動を確認)

- ・ 携帯電話を**充電**
- ・ 持ち出し品をまとめ玄関に置いておく
- ・ 家族に注意を呼びかける
- ・ 植木鉢や物干し竿を**しまう**
- ・ 雨戸を**閉める**

家族の連絡先を
再確認!

警戒
レベル
3

大雨・洪水注意報 / 氾濫注意情報

高齢者等避難 (危険な場所から高齢者等は避難)

- ・ **避難準備の開始** ・ **大事なものを2階に上げておく**
- ・ 隣の家のおばあさんに**声をかける**
- ・ **避難所開設状況を確認** ・ **川の水位、雨量をネットで確認**

警戒
レベル
4

土砂災害警戒情報 / 氾濫危険情報

避難指示 (危険な場所から**全員避難**)

- ・ 家族へ避難することを**連絡**...
- ・ **避難開始!**
- ・ **ガスの元栓を閉めブレーカーを切る**

警戒
レベル4
までに
必ず

かくた
安全・安心メール

- ・ 防災情報・防犯情報
 - ・ 火災情報・生活注意情報
- 未登録の人は登録をお願いします!



スマホ用



ガラケー用



登録方法は
こちら(登録無料)

特集

もしもの災害に 備えよう

知っていますか? 『マイ・タイムライン』



地域おこし協力隊
伊藤 由紀さん



6月1日からは消防団に加入し、角田市初の女性消防団員としても活躍する伊藤さん。10月に東京都内で開催される第25回全国女性消防操法大会に向けて、仕事終わりにポンプ操法の練習に励んでいます。地域おこし協力隊としての仕事だけでなく、積極的に地域と関わり、角田市のために活動の幅を広げています。

◎地域おこし協力隊とは…都市地域から過疎化の進行が著しい地域へ移住し、地域ブランドや地場産品の開発・販売・PRなどの地域おこし支援などを行い、その地域への定住・定着を図る取り組みのこと。自分の理想の暮らしや生きがいを見つけることができることから、地域おこし協力隊として地方へ移住する人が年々増加しています。

令和3年4月に協力隊に着任後、道の駅かくだで働き始めた伊藤さん。生まれて初めて農業の分野に携わることになり、あることを心に決めたそうです。それは「わからないことは素直に聞く」。何も知らないまま生産者と話をするのは失礼にあたる考えた伊藤さんは、自ら農作物の品種などについて少しずつ学びを深めています。

協力隊3年目の今年、グリーンツーリズム（農業などを体験しながら楽しむ余暇活



▲明るい笑みが印象的

「採れる野菜が本当においしく、親切な人がたくさんいる角田が大好き」。そう話すのは、地域おこし協力隊（以下「協力隊」と言う）の伊藤由紀さん。令和2年に東京都から移住しました。きっかけは都内で開催された移住・定住に関するイベントで、協力隊の仕事を知り、数多くある募集の中から、道の駅かくだでの仕事に魅力を感じたことです。

角田の人・農の魅力で自分の言葉で発信

「採れる野菜が本当においしく、親切な人がたくさんいる角田が大好き」。そう話すのは、地域おこし協力隊（以下「協力隊」と言う）の伊藤由紀さん。令和2年に東京都から移住しました。きっかけは都内で開催された移住・定住に関するイベントで、協力隊の仕事を知り、数多くある募集の中から、道の駅かくだでの仕事に魅力を感じたことです。



▶愛犬家の伊藤さん。敷地内で飼い主と涼んでいた可愛いわんちゃんに思わずニコリ。

「道の駅通信」（右ページ）でも、持ち前のコミュニケーション能力を発揮した取材で、生産者と商品の魅力を引き出しています。それができるのは、普段から勉強しているからこそで、地道な努力に裏付けられています。協力隊の活動任期は最大で3年。今後は「角田で移住・定住に携わる仕事がしたい」と話します。角田へ訪れる人を増やすため「角田といえばコレ」というものを見出したい」と優しい笑顔の中にも強い決意が伝わってきました。「小さな魅力を積み重ねて角田のファンを増やしたい」と角田への愛があふれる伊藤さん。今後の活動にも注目が高まります。

市長だより Vol.33



新型コロナウイルス感染症が感染症法上の5類となり、いよいよ再生のときがきました。感染対策をしながら、アフターコロナへの新しい歩みを始めましょう。夏を迎え、各地で夏まつり再開のニュースが報いられています。「まつり」は信仰や伝統行事の意味合いがある一方、地域コミュニティを醸成したり再生したりする社会的システムとも言われます。東日本大震災のとき、多くの被災地再生が「まつり」や「伝統芸能」の復活から始まりました。「まつり」には老若男女、住民と来訪者など、誰もが分け隔てなくつながり、一つになり、そして元気で前向きになれる「力」があります。町や里のいたるところで再び賑わいが生まれることを願います。昨年の「かくだ牟宇姫夏まつり」は困難な中でも光明を見出す機会となりました。今年はさらにブラッシュアップし、困難を乗り越え、再生、そしてその先への動きを生み出す原動力「市民力」溢れる夏まつりにしたいと思います。多くの皆さんにその輪の中に加わっていただくと、会場でお待ちしています。角田市長 黒須 貫

Contents

- 02. 市長だより・道の駅通信
- 03. キラリと光るかくだ星
- 04. 市議会・県議会議員選挙のお知らせ
- 05. かく大講、6月議会の補正予算
- 06. 第2回かくだ牟宇姫夏まつり
- 07. 3割増商品券、子育て世帯生活支援特別給付金 ほか
- 08. トピックス
- 10. JAXA角田宇宙センター連載 ほか
- 12. 地球環境のために節電を
- 13. 避難行動について
- 14-15. 「マイ・タイムライン」
- 16. Kスポからお知らせ ほか
- 18. お知らせ
- 26. 健康の広場

今月の表紙

今月の表紙のテーマは【防災（風水害）】です。今までの広報紙ではあまり無い事例かもしれませんが、注意喚起をするために思い切ったデザインにしました。写真は豪雨をイメージしたものを使用しています。市でも、令和元年東日本台風で甚大な被害がありました。雨や風はテレビやインターネットから情報を収集し、避難行動を考えることができます。いざという時に少しでも慌てず行動ができるように、日ごろから準備・確認を行いましょう！



FILE 36 道の駅通信

どめだかもかわいいですね！ 地域おこし協力隊 伊藤 由紀さん

たまて ともひろ 玉手 知博さんの「めだか」

販売期間：通年（やむを得ない場合は変更になる可能性あり）

70～80種類のめだかを育てている玉手さん。小さい頃から魚が好きで、めだかの飼育は20年ほど前から始めたそうです。育てる上で、夏場の水温管理と、育てている数が多いため全体的な管理が大変とのこと。今回、取材を通して、好きな魚を楽しみながら育てているのがとても伝わりました。道の駅かくだでは、通年めだかを買うことができます。今の時期では20～25種類のめだかを販売しています。お気に入りのめだかをぜひ探してみてください。

今月の主な道の駅イベント

めだかフェスティバル
8月13日(日) 10:00～

珍しいめだかが見れますよ。約20団体のブリーダーが参加します。ぜひお越しください！

園 道の駅かくだ (☎61-2850)

かく大學 2023

出会って、
学んで、
つながる



利他で始める未来学部

何となく不安で行き過ぎた社会に必要なのは今こそ「やさしさ」なのでは…。この「利他」を紐解きながら、より良い暮らしや社会のためにどんなことができるのか一緒に考えながら探ります。

- 日程**
- 第1回目…8月26日(土)10:30～12:30
 - 第2回目…9月24日(日)10:00～12:00
 - 第3回目…10月28日(土)10:00～12:00

内容 座禅堂や子ども食堂、実践者のトークなどを予定しています

こんな方に 人や社会のために何かやってみたい/困っている人のためになりたい/子育てや健康など暮らしやすさに興味がある/ウェルビーイングに興味がある という方

農ある暮らし学部

毎日食事する私たちにとって欠かせない「農業」。すでに関わりがある方はもちろん、農業が自分の暮らしの外にある方も、今の農業を五感で感じながら、「農ある暮らし」を一緒に考えてみませんか？

- 日程**
- 第1回目…8月19日(土)10:00～12:00
 - 第2回目…9月2日(土)10:00～12:00
 - 第3回目…10月21日(土)10:00～12:00

内容 コンパニオンプランツなどによるマイポットや実践者のトークなどを予定しています

こんな方に まちの農村風景が好き/農業に関わりを持ってみたい/土に触ってみたい/家庭菜園など農業初心者 という方

対象 おおよそ15～64歳の方、角田市在住の方、角田市へ通勤通学の方、角田市でやってみたいことがある方

定員 各学部10名程度 ※申し込み多数の場合は抽選等を行うことがあります。

料金 無料 **資格** 各回に参加可能な方 **申込方法** 二次元コードからお申し込みください

※開催場所等、各企画の詳細については参加者あてに別途お知らせいたします。

※やむを得ず内容が変更になる場合がありますのでご了承ください。 問合せ:生涯学習課(0224-63-2221) [詳細はこちら](#)

最新情報は
各種SNS等
をご覧ください



Instagram



LINE



Facebook



かく大學各企画
申込みフォーム

『一票の 期待のタネが 花となる』

第15回 明るい選挙啓発標語応募作品
益子 海士郎さん 枝野小学校5年(応募当時)

角田市議会議員 一般選挙

投票日 9/10(日) **投票時間** 午前7時～午後7時

投票は18歳から!

投票できる人
(有権者)

平成17年9月11日までに生まれ、令和5年6月2日までに、角田市の住民基本台帳に登録(転入届出)をし、引き続き市内にお住まいの人。6月3日以降に、転入届出をした人は、今回の選挙では投票できません。

入場券を
忘れずに!!

投票所入場券は、告示後に郵送されます。投票の際は忘れずに、ご自分の分を切り離してお持ちください。入場券が届かなかったり、紛失した場合でも、選挙人名簿に登録されていれば投票できます。その際は、投票所の係員にお声掛けください。

期日前投票

投票日に用事があるため、投票所に行けない人は、期日前投票ができます。

- 期間** 9月4日(月)から9日(土)
時間 午前8時30分から午後8時まで
場所 市役所東庁舎1階市民ホール
持ち物 投票所入場券

郵便による不在者投票

身体に重度の障害がある人(身体障害者手帳に両下肢等の1、2級障害および心臓、腎臓など内部にあっては、1級または3級障害、免疫、肝臓にあっては、1級から3級障害)または介護保険の被保険者証の要介護状態区分が「要介護5」の人は、郵便による不在者投票が認められています。郵便投票証明書の交付を受けるなどの手続きが必要ですので、選挙管理委員会事務局で早めに手続きしてください。

開票は、9月10日(日)午後8時からかくだ田園ホールで行います。

宮城県議会議員 一般選挙

告示日 10/13(金) **投票日** 10/22(日)

【問い合わせ】選挙管理委員会事務局(☎63-2125)

6月議会で議決された補正予算

角田市議会第421回(6月)定例会で議決された補正予算の中から主な事業をお知らせします。

デジタル改革推進事業

5,097万円

住民サービスの向上のため、市民センターの予約をスマートフォンなどから行う「施設予約システム」や、市民課窓口での申請を簡単にする「書かない窓口システム」、避難所の開設状況や混雑状況をインターネット上で確認できる「避難所運営支援システム」を導入します。

窓口業務改革事業

2,532万円

窓口サービスの質の向上と均一化のため、市民課窓口業務の一部を民間事業者へ委託します。各種証明書やマイナンバーカード、国民健康保険、国民年金の受付業務など、国が認める可能な範囲で委託します。

原油価格・物価高騰等対策支援給付金支給事業

9,491万円

原油価格・物価高騰などによる負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい住民税非課税世帯等を対象に、1世帯あたり3万円を支給します。

地域消費喚起緊急支援事業

6,600万円

新型コロナウイルス感染症や物価高騰などの影響による市民の経済的な負担軽減と地域の消費喚起や地域経済の回復を図るため、「かくだ3割増商品券」を発行する角田市商工会を支援します。

公園管理事業

1億4,582万円

快適に安心して利用できるように、交通公園内の屋外トイレを改修します。



第二回

かくだ 牟宇姫



夏まつり

Kakuda Muuhime Summer Festival

令和5年 8月14日月

時間 / 13:00~21:00

小雨決行 荒天時は屋外でのイベントを中止します

会場 / かくだ田園ホール・角田市市民センター・歩行者天国・本町パーク 露店出店あります

願い鶴よ 牟宇姫様に届け～ 一年に一度現る吉祥飛鶴牟宇姫神社にお参りしよう!

吉祥 飛鶴 牟宇姫神社

願い鶴(色折紙で折った鶴に願いを書いたもの、又は紙飛行機に願いを書いてもOK)をこの日1日限りの牟宇姫神社に奉納して牟宇姫様に願いを届けよう!!会場にはお清めと疫病鎮静を願う「茅の輪くくり」も設置します。 ※200枚限定の御朱印もご用意しております。

約700年近い年月踊り継がれる 角田市を代表する民俗芸能

藤尾の盆踊り

角田市市民センター 第1駐車場 18:00~20:30 <盆踊りコンテスト> 賞の基準は、上手・おもしろさ・衣装などetc.皆さん奮って参加ください。 よさこい演舞いなせ組 18:00~

牟宇姫パレード・ 祭ばやし山車パレード

角田小学校の鼓笛隊パレード

AOHARU CHALLENGE (角田高校生企画)

本のリユース市

角田市郷土資料館

ガッチャンポンで あそぼう!

角田スタンプ会 ガブリくんのガラポン抽選会

かくだ牟宇姫夏まつり スペシャルライブ

角田市民センター 西側駐車場 13:00~18:00

角田市民センター 西側駐車場 13:00~18:00

Liho ジョルルーカス 伊東洋平

※詳しくはチラシをご覧ください。

かくだ3割増商品券を販売します!

【問い合わせ】角田市商工会 (☎62-1242)

【日時】①9月16日(土)・17日(日) 9:00~14:00 (19,000セット販売)

※完売次第終了。

②9月19日(火) 10:00~ (1,000セット販売)

※1,000セットは9月16日(土)・17日(日)に購入することができなかった人に対し販売します。

【場所】①市役所、角田駅、道の駅かくだ ②角田市商工会

商品券の内容

●10,000円で1セット13,000円分の商品券を販売

500円券×26枚(共通券13枚+専用券13枚)

●1人3セット(39,000円分)まで購入可能

●共通券は大・中規模小売店や小規模事業所で使用可能

●専用券は小規模事業所でのみ使用可能

※共通券のみ、専用券のみの購入はできません。

※商品券を使用した際、つり銭は出ません。

使用店舗

角田市内で「取扱店ポスター」を掲示している店舗など。9月1日(金)以降より、角田市商工会ホームページにも掲載します。



▲商工会HP

使用期間

9月16日(土)~令和6年1月21日(日)

購入対象

角田市民または角田市内に勤務地がある人

※同一名義による重複購入はできません。

使用制限(次のものは対象外)

- (1)商品券、切手、印紙、プリペイドカード等の換金性の高いもの
(2)たばこ、電子タバコ用のたばこ、指定ゴミ袋など法律や条例により定額以外で販売が禁止されているもの
(3)土地・家屋等の不動産や資産性の高いもの(車等)に関わる支払い
(4)国や地方公共団体への支払いや公共料金などの支払い
(5)事業活動に伴って使用する原材料、機械類、仕入商品等の購入
(6)現金との換金
(7)その他、取扱店の指定するもの
※購入前に取扱店へ確認の上、購入してください。購入後の返品はできません。

食費等の物価高騰の影響を受けた低所得の子育て世帯へ

子育て世帯生活支援特別給付金

【問い合わせ】子育て支援課 (☎63-0134)

対象者

以下の①②の両方に該当する人(既に令和5年度の給付金を受け取った人は対象外)

①令和5年3月31日時点で18歳未満の児童(障害児の場合は20歳未満)を養育する父母等

②令和5年1月1日以降の収入が急変し、住民税非課税相当の収入となった人(家計急変)

対象者

児童1人当たり一律 50,000円

手続き方法

上記①②に該当する人は申請が必要です。申請書などに必要事項を記入し、必要書類とともに子育て支援課へ提出してください。ただし、令和4年度に給付金を支給した人、令和5年3月分の児童扶養手当を支給した人については、申請不要で5月末に支給済です。必要書類など詳細は子育て支援課までお問い合わせください。

※申請期限 令和6年2月29日(木)

児童扶養手当・特別児童扶養手当および医療費助成の手続きについて

【問い合わせ】子育て支援課 (☎63-0134)

児童扶養手当の現況届、母子・父子家庭医療費助成更新手続き

児童扶養手当の受給資格者は、8月中に現況届の提出が義務付けられています。現況届をしないと、11月以降の手当が支給されなくなります。また、母子・父子家庭医療費助成の更新手続きも行います。必ず受給者本人が手続きをしてください。 ※対象者へは別途案内を送付します。

特別児童扶養手当の所得状況届の手続き

受付期間は8月14日(月)~9月8日(金)となっており、期間内の提出が義務付けられています。必ず受給者本人が手続きをしてください。 ※対象者へは別途案内を送付します。

受付期間

現況届・医療助成 8月1日(火)~31日(木)

所得状況届 8月14日(月)~9月8日(金)

特別集中受付を行います

日時 8月14日(月)~18日(金)9:00~17:00

場所 ウエルパーク

本町パークイベント 13:00~18:00

- 金属コマ作り体験 13:00~17:00
角田市文化協会 13:00~13:40
奥州角田高蔵太鼓 14:00~14:30
北郷小学校すずめ踊り 14:30~15:00
とくら太鼓 16:00~16:30
北根の田植踊り 16:30~16:45
角田祭ばやし 16:45~17:00
仙臺雀踊 壹番組 17:30~18:00

ミニ上棟式

15:00~ 17:00~

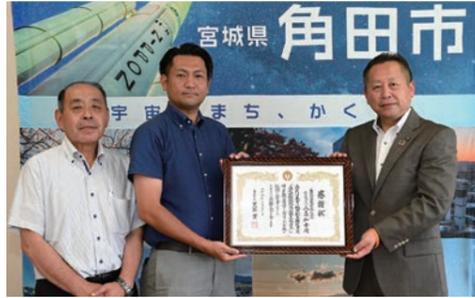
主催:かくだ牟宇姫夏まつり実行委員会

共催/角田市、角田市商工会、みやぎ仙南農業協同組合

協力/角田市商工会青年部、角田市商工会女性部、角田市建設職組合、角田スタンプ会、角田市商業振興協同組合、角田バンドクラブ、もっとうえい(角田市芸術文化振興会)、角田高等学校、アイリスオーヤマ株式会社、角田地区交通安全協会、角田防犯協会

●問い合わせ/かくだ牟宇姫夏まつり実行委員会事務局(角田市商工会) TEL.0224-62-1242

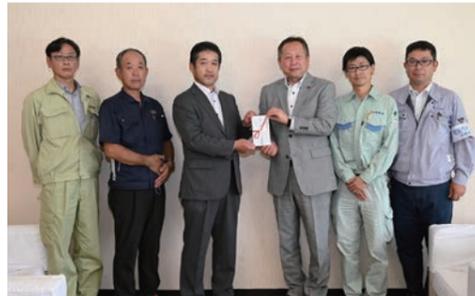
※ご来場の際には、十分な感染対策をしてお楽しみください。なお、発熱や体調不良を感じた方は、ご来場をお控えくださいますようお願いいたします。



6月28日、企業版ふるさと納税で市に貢献した東北環境整備株式会社へ、市長から感謝状が贈られました。同社より高校生地域探究活動支援事業に対して寄付いただきました。八島和幸代表取締役は「角田市の未来のため、発展のために役立ててほしい」と話しました。

東北環境整備(株)へ感謝状贈呈

企業版ふるさと納税で貢献



7月11日、伊具建友会角田地域災害対策協議会より角田市へ寄付をいただきました。同会からの寄付は、社会貢献の一環として、平成25年より毎年いただいております。市内の未就学児童のために役立てられています。今年度は角田児童センターのトイレ改修費用に充てさせていただく予定です。

伊具建友会から寄付

市内の未就学児童のために



かくだスポーツビレッジ (Kスポ) 角田市総合体育館の外壁に、Kスポ看板と照明をセットで寄贈いただきました。7月20日、小山康志マネージャーより目録を、市長から感謝状を贈呈しました。これからは、修繕されてきれいになった壁面に、Kスポのロゴが光り輝きます。

アイリスオーヤマから寄贈

Kスポ看板・照明を寄贈



7月9日、阿武隈川河川敷で水防訓練を実施しました。大雨時に堤防に漏水や越水の危険性があるとき、応急的に実施する工法を習得するものです。事前研修を受けた指導員の指導の下、団員は積極的に取り組み、準備工法の「土のう作成」や基本工法の「シート張り工法」などを習得しました。

消防団が水防訓練を実施

豪雨災害に備えて水防工法を習得



5月13日と7月8日の2日間、市民センターで「都市計画・都市(まち)づくりワークショップ」を開催しました。高校生や市内の在勤者、市職員らが参加し、これからの都市づくりに対し意見を出し合いました。意見は都市計画マスタープランに反映し、今後のまちづくりに活かしていきます。

都市計画のワークショップ開催

みんなで考える市のまちづくり



7月13日、金津小4年生18人が2・3時間目の授業を利用して、旧枝野小付近の桜井川に生息する生き物と水質を調査しました。児童たちは、アメリカザリガニなど外来生物が多く生息していることを知ったほか、川に生息する生き物は、水質の程度によって異なることを学んでいました。

生き物調査実施

桜井川に暮らす生き物と水質を調査



アステロイドデースペシャルトーク

小惑星の地球衝突を回避！
6月30日のアステロイドデー(小惑星の日)にちなみ、7月1日「アステロイドデースペシャルトーク」がスペースタワー・コスモハウスでオンラインで開催されました。小惑星や彗星などの地球衝突への危機意識を高め、未来の世代に何ができるかを考えてもらおうと日本スペースガード協会が主催しました。参加者から「はやぶさなどの探査機を製作するのはどれほど難しいのか」「地球以外に生命体はいるのか」などの質問が出され、宇宙への高い関心がうかがえました。



姉妹都市グリーンフィールド市と4年ぶりに交流再開

6月14日から23日まで、アメリカの姉妹都市インディアナ州グリーンフィールド市から4年ぶりに学生4人と引率2人が角田市を来訪しました。また、今回はグリーンフィールド市のフューエル市長と同市の関係者3人も同行し、姉妹都市の交流を深めました。ホームステイをしながら学校や市内の施設を見学し、日本文化や角田市の自然と歴史に触れました。



田んぼアートが見頃に

伊達政宗公と羽生結弦さんの共演
6月3日に西根地区の住民らによって植えられた田んぼアートが見頃を迎え、市内外からたくさんの方が訪れています。今年、愛馬の五島に乗り堂々と構える伊達政宗公と、滑らかに緑のスケートリンクを舞う、プロアスリートの羽生結弦さんの2人が共演しています。設置された展望台からは壮大な風景を楽しむことができ、見頃は9月末まで続きます。10月には本市の友好都市である目黒区の児童が地元の児童と交流しながら稲刈り体験を行う予定となっています。

図書館だより



図書館ホームページ

図書館 (☎63-2223)

✉tosityokan@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

かくだ牟宇姫夏まつり 図書館 開館!!

かくだ牟宇姫夏まつりにあわせて、開館します。
 図書館に来たことがない人も、この機会にぜひ足を運んでみてください。
 開館日 8月14日(月)
 開館時間 10:00～18:00 ※8月15日(火)は休館となりますので、ご注意ください。
 場所 図書館および子ども図書館

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

かくだ牟宇姫夏まつり「本のリユース市」

日時 8月14日(月) 14:00～16:00 ※申し込み不要。車でお越しの際は、夏まつり指定の駐車場をご利用ください。
 場所 子ども図書館 テラス
 内容 図書館で役目を終えた本を無償でお譲りします。(一人3冊まで)

○ちびっこおはなし会 (乳幼児対象)
 8月9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)
 8月26日(土) 午後3時～
 ※事前にお申し込みください

今月の一般書特集コーナー

表紙が結ぶ 本との出会い
 思わず手に取りたくなるようなおしゃべりな表紙やインパクトのある表紙の本を取り揃えました。新たな本との出会いがありますように。

今月の児童書特集コーナー

夏休み応援特集
 課題図書や読書感想文、自由研究、工作など夏休みの宿題を応援します。夏休み後半、ぜひ図書館を活用してください。

AZDAS

おたよりコーナー

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

大森響太郎さん



「ちんちん猫」



川名正男さん

デジタル書道「翡翠」

はとぼっぼさん



「柿のへたくん」

ラッキーさん



「密に咲くユリの花」

「ホヤ ラクノーサ」



ごまさん

質問にお答えします。今回はたくさんご質問をいただき、ありがとうございます。答えきれなかったご質問には、これからのシリーズの中でお答えしようと思います。



JAXA角田宇宙センター 吉田誠

宇宙服の色が白やオレンジ、青なのは何か理由がありますか？ Q1

宇宙服には2種類あります。宇宙遊泳などの船外活動用のものと、打ち上げや帰還の時にカプセルの中で着るものです。宇宙遊泳で着るものは太陽の光を反射して服の中の温度を一定に保ちやすい白が使われます。布も20層以上の素材が重ねられて、絶対に空気が漏れないようになっています。それに対してカプセルの中で着るものは、万一の事故が起きた場合、高温や真空になっても、短い時間なら生きられるような緊急用の宇宙服です。生地も船外活動用よりは薄くて機器操作などがしやすくなっています。オレンジ色のものが多いですが、その理由は、事故が発生して森や草原などに不時着しても探しやすいからです。青い宇宙服は安全なステーションの中で作業をするときの普通の作業服です。でも、最近は不時着のリスクも少なくなってきたので、緊急用宇宙服もスマートで白いものが登場しています。



▲カプセル内宇宙服©JAXA

▲船外活動用宇宙服(月面) ©NASA

▲Falcon9の最新宇宙服 ©SpaceX

宇宙飛行士は体を鍛えて宇宙へ行きますが、一般の人がそのまま宇宙へ行った場合、身体にはどれだけ負荷がかかるのでしょうか？やはり筋トレは必要ですか？ Q2

出発前の宇宙飛行士は確かに体を鍛えています。筋肉そのものが健康において重要なことに加え、心肺機能など体全体の機能をアップして、宇宙でも健康を保てるようにトレーニングをしています。今では一般の人でも何人か宇宙に行っていますが、特に厳しいトレーニングなどはやっていないと聞いています。むしろ、宇宙に行ってから筋トレが大切です。宇宙は無重力でふわふわ浮いていられるため、筋肉を使うことが少なく、宇宙滞在中に筋肉量や骨量が減ってしまいます。それを補うために宇宙飛行士には毎日2時間の運動の義務がありますが、それでも3カ月の宇宙滞在で30%ほど筋肉量が減っているそうです。角田の宇宙飛行士を目指す皆さん、サボらずに体を鍛えましょう！

第15回 質問にお答えします！

第3弾



かくだ発の宇宙飛行士を夢見て



角田高校が地域との関わり・地域の魅力を発信するコーナー

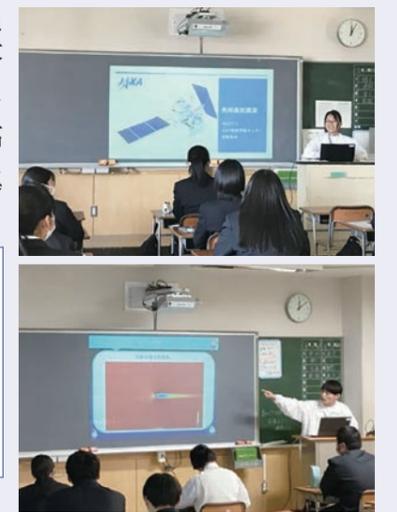
角高生「夢」広報室

令和5年度 角高夢Project JAXAの新人職員の皆さんによる研修会

5月12日(金)、1年次を対象に研修会を実施しました。新人職員の皆さんは、それぞれ東京大学、東北大学、大阪大学、東京農工大という名だたる大学で学び、宇宙研究の道に進まれました。きっと、幼い頃から優秀で、挫折も経験したことがないのだろうと想像してしまいます。ところが、そんなことはありません。研修会では、高校時代に勉強でつまづいた話、進路選択で悩んだ話など、赤裸々に話してくださいました。生徒たちの今後の高校生活に、少なからず影響を与えたことと思います。生徒の感想を一部紹介します。

- ・JAXAの職員の中にも、数学や英語が苦手という人がいて親近感を覚えた。「完璧にしないとイケないのかな」という不安や疑問がなくなった。
- ・将来に対する考え方など、さまざまな考え方があり、自分の中で将来に対する見方が変わってとても有意義だった。
- ・自分の興味のあることを仕事につなげられるようにしたいと思った。失敗を怖がらずにいろいろなことをやっていけるようになりたいと思った。

角田高校だから経験できる、貴重な学びとなりました。



弾道ミサイル発射情報に伴う 避難行動について

弾道ミサイルは、発射からわずか10分もしないうちに到達する可能性もあります。ミサイルが日本に落下または通過する可能性がある場合は、国からの緊急情報を瞬時に伝える「Jアラート」を活用して、緊急速報メールなどにより緊急情報をお知らせします。

メッセージが流れたら、落ち着いて行動してください。

<p>屋内にいる場合</p> <ul style="list-style-type: none"> できるだけ窓から離れる。または窓のない部屋に移動する。 ※爆風で窓ガラスが割れるため 	<p>屋外にいる場合</p> <ul style="list-style-type: none"> 速やかに近くの建物（できれば頑丈な建物）に避難する。 地下がある場合は地下に避難する。
<p>車内にいる場合</p> <ul style="list-style-type: none"> 車を安全な場所に止め、近くの建物に避難する。（または、車内で姿勢を低くする） 	<p>屋外にいて、近くに建物がない場合</p> <ul style="list-style-type: none"> 物陰に身を隠す。 地面に伏せて頭部を守る。

日ごろから、近所や地域の人とコミュニケーションを。

災害時は共助（きょうじょ）（助け合い）の取り組みがとても重要です。日ごろからご近所の人とおしゃべりをしたり、地域活動に参加したりしましょう。お互いに顔の見える関係をつくることで、地域コミュニティが活性化し、災害時に声をかけあったり、助け合いが円滑に進むことが期待されます。



令和5年度 角田市総合防災訓練

日時 8月27日(日) 午前8時～11時30分

場所 旧西根小学校

水害などを想定した総合防災訓練を西根地区で実施します。各家庭でも、災害への備えを再度ご確認ください。

※訓練当日朝8時にサイレンが鳴ります。（西根地区のみ）

※午前8時30分と9時30分に「情報伝達訓練」として、市内全域を対象に緊急速報メールを配信します。（携帯電話などが鳴ります。）

軽可搬ポンプを導入

市では、災害対応のため軽可搬ポンプを導入しました。これにより、消防力や機動力の向上が図られます。これは、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として実施しているコミュニティ助成事業を活用し導入したものです。



【問い合わせ】防災安全課（☎63-2123）

地球環境のために節電を

【問い合わせ】生活環境課（☎63-2118）



昭和2年から令和2年までの仙台管区気象台の観測データによると、宮城県の年平均気温は100年あたり2.5℃の割合で長期的に上昇しています。直近では平成27年と令和2年に最も高い年平均気温13.7℃を記録しています。このまま対策を行わないと、宮城県の年平均気温は100年あたり4.6℃上昇すると予測されています。温暖化が進むと異常気象などを引き起こし、私たちの健康にも大きな被害が及ぶ可能性があります。

一人一人が日常生活で少しの節電を心掛けることで二酸化炭素の排出が抑えられ、地球温暖化の防止につながります。以下のポイントを参考に、無理のない範囲で節電にご協力ください。

家庭でできる節電 7つのポイント

- 1 こまめにスイッチオフ**

スイッチオフで使用電力は最小限に！

照明は必要なときだけつけ、こまめに消しましょう。テレビ・パソコンも使わないときは電源をオフ。
- 2 待機電力を削減**

使用していない場合にも電力が消費される待機電力を削減！

待機電力削減のため、コンセントはプラグから抜いたり、スイッチ付きタップを活用しましょう。
- 3 エアコンで節電**

設定温度・風向きを調整して節電！

フィルターの掃除はこまめにし、室外機の周りに物を置かない。また、扇風機を上手に活用し、適切な室内温度を保ちましょう。
- 4 冷蔵庫で節電**

扉の開閉時間を短く、詰め込む量も考えて節電！

開けている時間を短くし、熱いものは冷ましてから入れ、物を詰めすぎないようにしましょう。
- 5 照明で節電**

明るさや点灯時間を調節して節電！

照明器具を掃除して明るさアップ！点灯時間を短くしたり、省エネ型の照明器具に買い替えましょう。
- 6 テレビで節電**

主電源OFF・明るさを調節して節電！

テレビを見るときは省エネモードにしたり、音量は大きくしすぎない。また、画面の掃除をしましょう。
- 7 他にもこんなところで節電**

生活スタイルを見直して節電！

 - キッチンで節電 ●トイレで節電
 - 洗濯で節電 ●お風呂・洗面所で節電
 - 生活スタイルを見直して節電

みんなで節電アクション！

上手な節電で、安定した電力供給とCO2削減へ。



▲角田市HP 避難情報



▲気象庁 警報・注意報



▲気象庁 気象情報



▲気象庁 台風情報



▲国土交通省 川の防災情報



▲宮城県 河川流域情報システム



▲気象庁 土砂キック



▲宮城県 砂防総合情報システム

「マイ・タイムライン」を作ってみましょう！

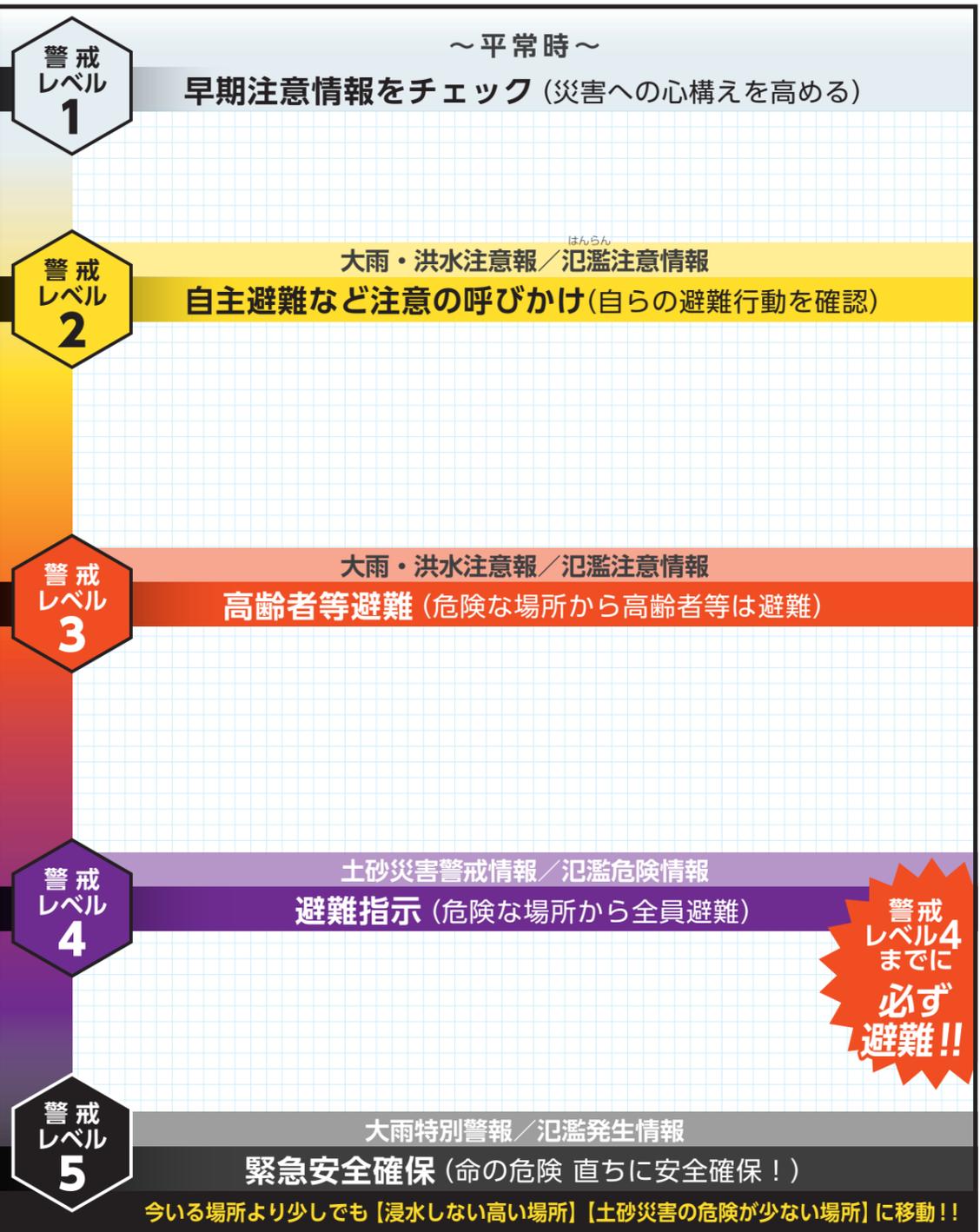
確認すること

- 自宅の状況を事前に防災マップから確認
浸水のリスク：□あり(浸水深： m) □なし
土砂災害のリスク：□あり □なし
- 風水害時の避難所の確認 右ページ下参照
- 避難するときに必要なもの 右ページ中央のチェックリストで確認



▲角田市 防災マップ

表紙に記入例が載っています



警戒レベル4までに必ず避難！！

知っていますか？

「マイ・タイムライン」!



～もしもの災害に備えよう～

雨や風は事前に予測することができるので、風水害が発生する前に避難することができます。避難に備えた行動をあらかじめ決めたものが「マイ・タイムライン」です。避難情報が発表された場合の行動を整理しておくことで、いざというときにあわてず安全に避難行動をとることができます。今月号では、風水害が起こった時のための「マイ・タイムライン」作りにチャレンジできる本紙のつくりになっています。以下で紹介する避難時の計画や避難所の確認とあわせて「マイ・タイムライン」を作成し、見えるところに貼って活用しましょう。

【問い合わせ】防災安全課(☎63-2123)

日ごろから避難の準備をしておきましょう



避難時の服装

- 安全で動きやすい服装を一つにまとめておく(寒い時期は防寒対策も十分に行う)
- リュックなどの両手が自由に使える、持ちやすいバッグを用意しておく
- 大雨で道路や歩道が浸水している場合に備えて運動靴を用意しておく(長靴は水が中に入ると歩きにくくなる)



避難時の持ち出し品

リストにチェックを入れ、足りないものがあれば追加し、準備しましょう。
※右図は一例です。

現金	食料(保存食など)	免許証
懐中電灯	健康保険証	マイナンバーカード
飲料水	携帯電話充電器	(ウェット)ティッシュ
防寒着	下着・衣類	眼鏡・コンタクト保存液
薬・お薬手帳	タオル	マスク
通帳・印鑑	軍手	
乾電池/バッテリー	アルミブランケット	
寝袋	靴	
歯ブラシ	生理用品	



乳幼児やペットがいる家庭

- 避難時に何が必要か
- どのように避難するか
- など事前に考えておきましょう。



備蓄品

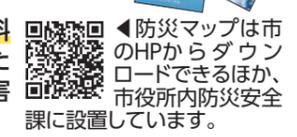
- 保存食
- 紙皿・紙コップ
- (ウェット)ティッシュ
- インスタント食品
- ラップ
- タオル
- 飲料水
- 割り箸
- 簡易トイレ
- 給水ポリタンク
- ビニール袋
- …など

家族の連絡先や行動の再確認を。

災害が起きた時に、必ずしも家族と一緒にいるとは限りません。通常の連絡先だけでなく、職場・学校の場所や電話番号、もしものときの合流場所、連絡方法などをあらかじめ決めておきましょう。

避難所の確認をしましょう

市では、ホームページと【安心・安全メール】(今月号表紙のQRコードから無料で登録できます)で避難所の開設情報が確認できます。また、いざという時のために事前に【防災マップ】で避難所を確認しておくことも重要です。避難所は災害によって異なる可能性もあるので、下の欄にメモしておきましょう。



避難先の名称(施設など)	移動時間/手段	対象とする災害(○を付ける)			
		水害	土砂	地震	その他

※「マイ・タイムライン」の注意点 ●災害は自然現象であり「マイ・タイムライン」で想定したとおりに進行するとは限りません。●気象情報や避難情報等をこまめに収集し「マイ・タイムライン」を参考にして、臨機応変に避難行動の実行を判断してください。

阿武隈リバーサイドマラソン大会



昨年は感染症対策を講じて4年ぶりに開催しました。今年は健康づくりとスポーツをするきっかけとなる大会を目指して開催します。

- 日時 11月5日(日) 午前9時50分スタート
- 会場 Kスポ内角田市陸上競技場⇄阿武隈川堤防等
- 種目 10km、5km、3km、2km、1.5km親子、健康づくり3km、ウォーキング5km
- 申込方法 総合体育館窓口またはインターネットから申し込み(郵便振替での申込不可)
- 受付期間 7月18日(火)～9月15日(金)



▲詳細はこちら(公式HP)



今大会のPRポイント

- 参加者全員にオリジナルTシャツをプレゼント!
- 入賞者へアイリスオーヤマ(株)の人気商品を贈呈
- 健康づくりを目指す大会として、スタート種目をウォーキングの部に変更
- スタートのコースを一部変更し、走りやすいコースになりました
- 道の駅かくだにて物産市やお楽しみイベントを開催します

◎ 阿武隈リバーサイドマラソン大会実行委員会事務局 (総合体育館内・☎63-3771)

住民基本台帳の閲覧状況をお知らせします

住民基本台帳の一部の写しの閲覧等に関する規則により、住民基本台帳の一部(住所、氏名、生年月日、性別)の写しの閲覧状況を公表します。令和4年4月1日から令和5年3月31日までの閲覧状況は、次のとおりです。

■国または地方公共団体の機関の請求によるもの

国または地方公共団体の機関の名称	請求の事由	閲覧年月日	閲覧に係る住民の範囲
宮城県仙南保健所 所長 荒井由美子	令和4年宮城県民健康・栄養調査	令和4年8月23日	角田字牛館地区
宮城県知事 村井嘉浩 企画部統計課	令和4年就業構造基本調査	令和4年8月22日	市内9調査区域内に居住する平成19年10月1日以前に出生した人
宮城県知事 村井嘉浩 経済商工観光部国際政策課	令和4年度多文化共生アンケート調査	令和4年10月6日	中島、枝野5区、桜6区の18歳以上日本人男女、市内在住18歳以上外国人男女

■個人または法人の申し出によるもの

申出者の氏名または名称・代表者等	利用目的の概要	閲覧年月日	閲覧に係る住民の範囲
株式会社インテージリサーチ 代表取締役社長 小田切俊夫	旅行・観光消費動向調査	令和4年5月26日	小田字西屋敷・斗蔵・釜ノ入・戸ノ内・世ケ崎、角田字稔町・緑町・錦町地区

【問い合わせ】市民課市民係 (☎63-2116)

からお知らせ

～見逃せないこの夏～

◆8月カレンダー◆

夏もKスポで楽しもう! 詳しくはお問い合わせください▶▶▶

☎ 総合体育館
(☎63-3771)



月	火	水	木	金	土	日
<p>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</p> <p>親子のあそび場HP</p>						
	1 9:15 ヨガ(昼)	2 10:00 ココロとカラダのメンテナンス	3 10:00 ナチュラルヨガ	4 19:00 ボクシングエクサ	5	6
7 10:15 気軽に筋力アップ 13:30 エンジョイフラ	8	9 10:00 ココロとカラダのメンテナンス 19:00 ヨガ(夜)	10 10:00 ナチュラルヨガ	11	12	13
14	15	16	17	18 19:00 ボクシングエクサ	19	20
21 10:15 気軽に筋力アップ 13:30 エンジョイフラ	22 休館日 (交通公園のみ開場)	23 10:00 ココロとカラダのメンテナンス 19:00 ヨガ(夜)	24 10:00 ナチュラルヨガ	25 19:00 バランスボール	26 かくだ トレジャー ビレッジ	27
28 10:15 気軽に筋力アップ	29 9:15 ヨガ(昼)	30 10:00 ココロとカラダのメンテナンス	31 10:00 ナチュラルヨガ			

子ども向けスポーツ

① 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)

② 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(年会費6,000円)

③ ちびっこ親子運動あそび キッズ親子運動あそび

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 料金 無料(予約不要)
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とおりです

① 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(9:30開始)
料金 無料(予約不要)

トレーニング室

要予約
初トレ・ひめトレ
料金 1,000円/回
パーソナルトレーニング
料金 1,500円/回

屋内温水プール

幼児、ジュニアスイミングスクール、キッズダンススクール(無料体験随時募集中。詳しくはお問い合わせください)
※スイミングスクール(月・水～土曜日:年少～高校生対象)
※キッズダンス(月曜日:年少～小学3年生対象)
園温水プール(☎61-1212) ※火曜日定休

熱中症に気を付けて!

夏が本気を出してきました。高温多湿な環境に長時間いることは避けましょう。今年もKスポではミストシャワーを設置しています。また、熱中症指標計をそれぞれの施設に設置していますので、ぜひ参考にしてください。

かくだトレジャービレッジ

日時 8月26日(土)9:00～12:00(10:00最終受け付け)
※8月1日(火)9:00～申し込み開始
※200人限定、要申し込み(誰でも参加可能)
※宝物は先着順・1人1個まで
▲申し込み(なくなった場合は参加賞あり)
園総合体育館(☎63-3771)

募集 MOTTO WAKE MUSIC SPACE
~もっとうえいく みゅーじっくすぺーす~ 出演者

■募集期間 8月1日(火)~8月18日(金)
■内容 10月1日(日)に田園ホール内と正面駐車場野外ステージ会場に音楽イベントを開催します。団体でも個人でも興味のある人、出演を希望する人はお問い合わせください。
【問い合わせ】角田市芸術文化振興会(もっとうえいく)事務局 (☎63-2221)

募集 生涯学習講座『俳句へのお誘い』
受講者

自然に親しみ、生活に潤いをもたらす俳句をあなたも詠んでみませんか。句会を通して一緒に楽しく学びます。
■日時 ①9月5日(火)②9月12日(火) 9:30~11:30
■場所 市民センター 203会議室
■定員・料金 15人程度・300円(全2回分)
■持ち物 筆記用具、歳時記(お持ちの人)
■講師 宮城県俳句協会常任幹事 鈴木三山氏(とくら俳句会)
■申し込み 8月22日(火)まで、電話で申し込み
【問い合わせ】生涯学習課 (☎63-2221)

募集 市営梶賀墓地使用者

■貸出区画 1区画(4.86平方m)
■申込資格 次の①~③全てを満たす人
①遺骨が自宅にあるか、お寺などに預けている人。ただし、分骨による申し込みは不可
②角田市に住所を有する世帯主
③同一世帯に市営墓地の使用許可を受けている人がいない人
■受付期間 8月4日(金)~18日(金)
■使用料 25万円
※申込者多数の場合は8月23日(水)に抽選会を行います。
※提出書類など詳しくはお問い合わせください。
【問い合わせ】生活環境課 (☎63-2118)

飲料井戸水は
定期的な水質検査が
必要です



井戸水を飲用に使う場合、水質は変動するものなので、水質検査を行う必要があります。年に一度、定期的な水質検査を受けましょう。
【問い合わせ】生活環境課 (☎63-2118)

催し 藤木大地
カウンターテナー・リサイタル
~三井住友海上文化財団ときめくひととき第986回~

■日時 8月26日(土) 14:00(開場13:30)
■場所 かくだ田園ホール
■料金 一般1,500円、高校生以下500円
■内容 オペラの殿堂・ウィーン国立歌劇場において、東洋人初のカウンターテナーとしてデビューし、国際的に活躍する藤木大地さんによるリサイタルです。映画・ドラマなどの劇中歌の作曲を数多く手がけている加羽沢美濃さんと共演します。
■申し込み 市民センター窓口にてチケット発売中
※未就学児の入場はご遠慮ください。
※本コンサートは(公財)三井住友海上文化財団の助成により特別料金に設定しています。
【問い合わせ】生涯学習課 (☎63-2221)



▲藤木大地 ▲加羽沢美濃
©hiromasa

催し 第17回角田市民
太極拳体験交流会

■日時 9月2日(土) 10:00~12:00 (9:30受け付け開始)
■場所・参加料 総合体育館アリーナ・無料
■持ち物 運動できる服装、屋内運動靴、飲み物、タオル
※申し込み不要。参加希望の際は直接ご来場ください。
【問い合わせ】角田市太極拳協会 谷津(☎090-4639-1446)



募集 第47回角田市民ゴルフ大会
参加者

■開催日 10月22日(日) 7:30スタート
■場所・定員 市民ゴルフ場・100人
■対象 市内在住者または市内事業所の常勤者
■参加料 3,000円(プレー費、食事代別)
■申し込み 9月29日(金)まで、参加料を添えて大会実行委員会(商工会内)へ直接申し込み
【問い合わせ】市民ゴルフ大会実行委員会(商工会内☎62-1242)

通院の負担を軽減
みやぎ県南中核病院までの
タクシー料金を半額助成!

100円未満切り捨て、上限3千円
助成を受けるためには利用登録が必要です。詳しくは、ご連絡ください。
【問い合わせ】まちづくり推進課 (☎63-2112)



新型コロナウイルスワクチン接種について

令和5年春開始接種は8月31日(木)で終了します

接種を希望する人はコールセンターまたはインターネットで予約をお願いします。
■対象者 角田市に住民票があり、初回接種(1~2回目)を終了し、前回接種から3カ月以上経過した5歳以上で、以下に該当する人
①65歳以上の人 ②5歳~64歳で基礎疾患のある人 ③医療従事者等
※②③で接種を希望する人は申請が必要です。事前に新型コロナウイルスワクチン接種推進室(ウエルパーク内)へ申請してください。
■接種会場 金上病院・仙南病院・同済病院



▲予約システム



9月以降、初回接種を完了した5歳以上の人を対象とした追加接種を行う予定です。国の方針が決まりましたら改めてお知らせします。

新型コロナウイルスワクチン接種
でご理解いただきたいこと

ワクチン接種によって重症化予防の効果が期待できますが、接種によって起こりえる発熱や倦怠感などの副反応や、まれながら健康被害も起こりえることなどをご理解いただいたうえで、ワクチン接種を希望するか判断してください。

【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
平日8:30~17:15)

※土曜日はすでに予約をした人のキャンセルおよび変更のみ受け付けしません。新規予約は受け付けできません。

催し シルバー人材センター
入会説明会

■日時 ①8月17日(木) 14:00 ②8月18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
※事前予約制。①は他の日も受け付けています。
【問い合わせ】シルバー人材センター (☎63-5112)

催し おしゃべりカフェ (予約不要)

■日時 毎週月曜日(祝日休み) 13:15~15:00
■場所 ウエルパーク機能回復訓練室(椿の湯内)
■内容 認知症の人やその家族、地域住民、サポーターの交流や情報交換
■参加料 100円(飲み物、お菓子付き)
【問い合わせ】健康長寿課 (☎62-1192)



催し スペースタワー・コスモハウス
からのお知らせ(予約不要)

◎宇宙教室「夏休み特別企画ものづくり体験2023」
~昆虫をつくろう 色んな材料で作る昆虫フリー工作~
作品は持ち帰りいただけます!夏休みの宿題にも!
■日時 8月20日(日)まで 10:00~15:00 (最終入場14:30)
※毎週火曜日定休。ただし、8月15日(火)は開催します。
■対象 幼児以上 ※未就学児(4歳以下)は保護者同伴
■参加料 中学生以下無料、高校生以上100円
※参加者が多数の場合、入場制限があります。
※期間中、館内にて昆虫映像がご覧いただけます。
◎「第11回はやぶさまつりinサイエンスフェスタ」
~科学実験や工作など、体験を通して一日中楽しく学べます~
■日時 9月10日(日) 10:00~15:30
■対象 幼児以上 ※保護者同伴
■参加料 無料
※同日にJAXA角田宇宙センターを一般公開します。
詳細は広報かくだ9月号でお知らせします。
【問い合わせ】スペースタワー・コスモハウス (☎63-5839)

くらし 宮城県下水道排水設備工事責任技術者受験講習および試験について

- 講習日時 9月29日(金) 13:00~16:00
- 場所 東京エレクトロンホール宮城(宮城県民会館)
- 試験日時 10月24日(火) 13:30~15:30
- 場所 東京エレクトロンホール宮城(宮城県民会館)
- 申し込み 8月1日(火)から9月1日(金)まで上下水道事業所窓口へ申し込み(土日祝日を除く)



▲建設センターHP
▲詳細の内容は宮城県建設センターホームページをご覧ください。
【問い合わせ】上下水道事業所業務係(☎63-0135)
(公社)宮城県建設センター(☎022-263-1432)

くらし 仙台空港からのお知らせ

航空の安全を確保するため、一定の空域を障害物がない状態にしておく必要があり、仙台空港周辺には航空法に基づき高さ制限が設けられています。空港周辺で物件(建物、看板、樹木、アドバルーンなど)の設置およびクレーンなどを使用して作業を行う場合は、高さが基準内であるかあらかじめ仙台国際空港株式会社へ照会が必要です。また、無人航空機(ドローン、ラジコン機など)を飛行させる場合も同様に事前の調整が必要です。詳しくはお問い合わせください。

【問い合わせ】仙台国際空港株式会社空港運用部 飛行場運用グループ(☎022-382-4057)

くらし ご存じですか、法務局における自筆証書遺言書保管制度

ご自身が書いた遺言書を法務局が預かる制度です。預かった遺言書は法務局で適切に管理・保管しますので、紛失、改ざんなどの心配はありません。

ご自身の財産を大切な人へ託す方法の一つとして遺言書を検討している場合は、ぜひ自筆証書遺言書保管制度をご利用ください。

【問い合わせ】仙台北法務局大河原支局(☎52-6053)

くらし 熱中症対策をしっかりとしましょう!!

8月は熱中症予防強化月間です。気温や湿度が高い中で「手足がしびれる」「めまいがする」「立ちくらみがある」このような症状は熱中症である可能性がありますので、早めに休憩し、水分補給を行いましょう!

●熱中症予防のポイント

- 1 こまめに水分補給をする
- 2 風通しを良くし、帽子などで暑さを避ける
- 3 エアコン、扇風機等を上手に活用して室内を涼しくする
- 4 暑さに体を慣らし、暑さに備えた体力をつける



【問い合わせ】角田消防署(☎63-1011)

くらし 障害者検診のご案内(予約制)

身体機能の低下を早期に発見し、二次障害の予防、生活機能の維持・改善を図ることを目的に実施しています。検診では、問診、計測(筋力・関節の動き・移動機能など)、医療相談、生活面のアドバイスを受けます。

■対象 在宅で生活する身体障害者手帳(肢体不自由)をお持ちの18歳以上で、病院・施設等でリハビリを受けていない人

※事前予約が必要です。

実施日	会場	費用
8月23日(水) 9月13日(水) 10月18日(水) 11月22日(水) 12月13日(水)	宮城県リハビリテーション支援センター ◎住所 名取市美田園2丁目1-4	無料

【問い合わせ】宮城県リハビリテーション支援センター(☎022-784-3592)

全日本プロレス角田大会 開催決定!

本市出身のプロレスラー、斉藤ジュンさんと斉藤レイさん2人が所属する全日本プロレスの角田大会の開催が決定しました。チケット情報などの詳細は広報かくだ9月号でお知らせします。

10/9(祝)
15:00開始
総合体育館



【問い合わせ】生涯学習課(☎63-2221)

くらし 建設業退職金制度(建退共)

「建退共制度」は、建設現場で働く人のために国が作った退職金制度です。

- 加入できる事業所 建設業を営む人
- 対象となる労働者 建設現場で働く人
- 掛け金 1日320円(掛け金は全額事業主負担)



▲建退共HP

※詳細はお問い合わせください。

【問い合わせ】建退共宮城県支部(☎022-263-2973)

くらし ごみ搬入の予約

令和5年4月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です。

- 予約対象 ①仙南圏域で排出されたごみを搬入する人 ②一般廃棄物を搬入する事業所(事業所で予約する場合は、搬入者の氏名および事業所名を入力)



▲予約システム

※電話で予約する場合は仙南地域広域行政事務組合へご連絡ください。

【問い合わせ】仙南地域広域行政事務組合業務課(☎52-2870)

募集 市民ゴルフ場から参加者募集のお知らせ

◎スポンサー杯ゴルフ大会(プリヂストンスポーツ杯)

- 開催日 8月20日(日)
- 定員 80人(20組)
- 競技方法 Wペリア方式による順位戦
- 参加費 1人2,000円(プレー費、食堂、売店等別途)
- 申し込み 8月13日(日)までに電話または市民ゴルフ場で直接申し込み

◎角田地区(行政区)対抗ゴルフ大会

- 開催日 9月3日(日)
- 定員 先着25団体(1団体4人)
- 競技方法 1団体4人のうち上位3人による順位戦
- 参加費 1人4,000円(プレー費、食堂、売店等別途)
- 申し込み 8月27日(日)までに電話または市民ゴルフ場で直接申し込み

◎理事長杯グランドシニアゴルフ大会

- 開催日 9月6日(水)
- 定員 40人程度(70歳以上対象)
- 競技方法 9ホールストロークプレー(ハーフプレー)
- 参加費 1人2,000円(プレー費、食堂、売店等別途)
- 申し込み 8月30日(水)までに電話または市民ゴルフ場で直接申し込み

【問い合わせ】市民ゴルフ場(☎63-5971)

募集 みやぎ県南中核病院職員(初級・社会人経験者)

- 職種・人数 ①事務職員(初級)・若干名 ②事務職員(社会人経験者)・若干名
- 受験資格 みやぎ県南中核病院ホームページ掲載の募集要項をご覧ください。

- 実施日 第1次:10月21日(土)、第2次:11月20日(月)
- 申込期限 9月29日(金)まで必着(所定の申込用紙はホームページからダウンロード可)

※詳細はお問い合わせください。



▲中核HP

【問い合わせ】みやぎ県南中核病院総務課(☎51-5500)

広告

広告

広告

相談 人権相談・行政相談

- 日時 8月16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
- 相談員 人権擁護委員、行政相談委員

《人権擁護委員のご紹介》

7月1日に、今野林一郎さん(北郷・再任)が、法務大臣から人権擁護委員として委嘱されました。



▲今野林一郎さん

【問い合わせ】生活環境課(☎63-2118)

守られていますか？あなたの人権

人権擁護委員は、地域住民の中から人権問題に理解や熱意のある人たちが市町村長の推薦を受け、法務大臣から委嘱されています。人権擁護委員は、人権に関する相談を受けたり、小中学校などで人権教室を開いて、命や思いやりの心の大切さについての理解を深めてもらう活動をしています。

日常生活の中で、人権問題ではないかと感じることなどがあれば、ひとりで悩まずにご相談ください。相談は無料で、秘密は守られます。

相談 夜間水道料金納付窓口

- 日時 8月9日(水) 17:15～19:00
- 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 8月30日(水)、31日(木) 17:00～19:00
- 場所 税務課
- 【問い合わせ】税務課(☎63-2114)

相談 心の相談(要予約)

- 日時 8月10日(木) ①9:30 ②10:15 ③13:15 ④14:00
- 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
- 【予約・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 アルコール等専門相談(要予約)

- 日時 8月14日(月) 13:30～16:20
- 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
- 【アルコール等専門相談】
- 日時 8月16日(水) 13:30～16:30
- 場所 宮城県大河原合同庁舎
- 対象 アルコールの問題を抱えた人、家族、関係者
- 【予約・問い合わせ】仙南保健福祉事務所(☎53-3132)

相談 悩みや不安を抱える女性の皆さんへ

県では、さまざまな困難や不安を抱える女性や女の子が、社会とのきずな・つながりを回復するための相談窓口を開設しています。悩みや不安があれば、ご相談ください。

◎ 県南地域受託者 特定非営利活動法人 仙台傾聴の会



■ メール相談・対面相談 申し込み方法はホームページからご確認ください。 ▲ 傾聴の会HP

■ 電話相談 10:00～17:00(火・木・土曜日)

☎ 080-3199-4481

☎ 070-2432-4564

【問い合わせ】NPO法人仙台傾聴の会(☎070-2432-4564)

暮らし 国民健康保険 限度額適用認定証の更新手続きについて

現在発行されている限度額適用認定証の有効期限は7月末日となっています。引き続き入院などで医療費が高額になる見込みの人は、更新の手続きが必要です。8月末日までに申請をすると、8月1日から有効の限度額適用認定証が発行されます。
※8月上旬は大変混雑が予想されます。

■ 必要なもの 対象者の国民健康保険被保険者証、窓口に来る人の本人確認ができるもの(マイナンバーカードや運転免許証など)

■ 申請場所 市民課保険年金係(市役所東庁舎1階)
【問い合わせ】市民課保険年金係(☎63-2117)

相談 全国一斉「こどもの人権相談」強化月間

- 期間 8月23日(水)～29日(火)
- 時間 8:30～19:00(土日は10:00～17:00)
- 内容 学校での「いじめ・体罰」や家庭内での「児童虐待」など、子どもをめぐるさまざまな人権問題について、人権擁護委員が相談に応じます。

※相談無料で、予約不要です。秘密は固く守ります。

■ 電話相談 0120-007-110(フリーダイヤル)

■ LINE相談 @snsjinkensoudan で検索するか、QRコードを読み込み、公式アカウント「SNS人権相談」を友達登録してご相談ください。



▲LINE公式アカウント

【問い合わせ】仙台法務局人権擁護部(☎022-225-5743)

相談 行政書士による無料法務相談

- 日時 8月19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
- 【問い合わせ】宮城県行政書士会事務局(☎022-353-7213)

暮らし カラス類・カルガモの予察捕獲(銃器駆除)を実施します

- 期日・場所 9月3日(日)・市内全域
- 内容 水稲など農作物への加害時期が予察できるため、角田市有害鳥獣駆除隊員連絡協議会の駆除隊員が銃器による捕獲を行います。山などに入る際はご注意ください。
- 【問い合わせ】農林振興課(☎63-2119)

暮らし マイナンバーカードの受け取り・更新手続き・マイナポイントなどの申請サポート(要予約)

- 予約可能日時 月～金曜日(祝日除く) 8:30～11:30、13:00～16:00
- 休日・夜間臨時窓口 以下の日程で実施(要予約)

	8月実施日	時間
休日	6日(日)・19日(土)・27日(日)	9:00～12:00
夜間	2日(水)・23日(水)	17:15～19:00

※15歳未満は保護者と一緒に来庁。混雑が予想されるので、時間に余裕をもってお越しください。

※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。

■ 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お問い合わせください。
- ポイント申請は予約時にご確認ください。

角田・藤尾・西根・桜・枝野・北郷・磐城東根郵便局の各窓口では、マイナンバーカードの申請を毎週月～金曜日(祝日除く) 9:00～17:00に予約なしで受け付けています。

【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
カードの申請予約：音声ガイダンス「1番」
カードの受け取り予約：音声ガイダンス「2番」
ポイント申し込み予約：音声ガイダンス「3番」
受付時間：月～金曜日(祝日除く) 8:30～17:00

コンビニ交付サービスをご利用ください

全国のコンビニエンスストア等でマイナンバーカードを利用して住民票の写しなどが取得可能です。

- 利用時間 6:30～23:00(年末年始、メンテナンス時除く)
- ※令和6年3月31日まで1通10円で取得できます。
- ※15歳未満や成年被後見人、支援措置の申出者などは利用できません。

【問い合わせ】市民課市民係(☎63-2116)

広 告

広 告

子育て支援センター

まめっこだより

★8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♥		

☐ 角田児童センター ☺ 講座 ●● 市民センター
★★ スポーツ交流館 ♥♥♥ ウエルパーク

※8月1日(火)～22日(火)の遊び場の場所と時間については変更になることがあるため、まめっこ通信で確認してください。

【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 🔍

運動遊び講座(要予約)
アクティブ・チャイルド・プログラム
 お子さんと一緒に参加できます。ママのリフレッシュにもおすすめです。
講師 西間木由美氏(ヨガインストラクター)
定員 市内在住の親子 各回10組程度

☺ **赤ちゃんママのヨガ&ストレッチ** (事前予約)
日時 8月29日(火) 10:00～10:50
対象 3カ月～1歳児と保護者
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** (事前予約)
日時 8月23日(水) 10:00～10:50
対象 2～3歳児と保護者
場所 市民センター

子育て講座(要予約)
 ☺ **図書館であそぼう**
 司書による読み聞かせです。親子で絵本や紙芝居を楽しみましょう。子ども図書館でお気に入りの一冊を見つけてみませんか?
日時 8月4日(金) 9:30～11:30
場所 市民センター2階和室・子ども図書館

楽しくつらつ! 介護予防

■問い合わせ
 地域包括支援センター(☎61-1288)

健康ポイント対象事業 **自分も仲間も地域も元気になる**
～ついでにお得コツコツ活動～ (愛称: ついとク)

■ついとク活動とは 月1回以上おおむね65歳以上で4人以上の仲間が健康づくりを目的とした活動(簡単な運動など)を実施することです。地域包括支援センターでは登録グループに対して健康ポイントの付与や健康づくりに役立つ研修の実施などで活動継続を応援します。身近な場所で顔なじみの仲間が集まって、何かやってみようと思ったら、気軽にご相談ください。

■ついとクグループ「北岡ひまわり会」を紹介します
 代表者の「一緒に百歳体操やりませんか?」の掛け声で集まったグループは今年の7月で7年目となり、現在10人が参加しています。新型コロナウイルス感染症予防のため、お茶飲みはなくなってしまいましたが、百歳体操は休むことなく続けています。協力し合うことが長く続けられる秘訣であり、お世話役は当番制です。とびきりの笑顔、凛と背筋が伸びた皆さんの様子はまさに「ひまわり」のようです。

ご近所同士でとても仲が良
いよ

コロナが落ち
着いたら、み
んなでお出か
けしたいね

休日の水道当番

月日(曜)	業者名	電話番号
8月6日(日)	株 斎直商店	62-1238
11日(祝)	有 以・ガ・イ・メ・ツ・ツ	63-5126
12日(土)	有 平間伊工業所	63-3304
13日(日)	仙南工業(株)	62-5757
14日(月)	株 木シナ	63-1448
15日(火)	佐々木鉄工(株)	62-2303
16日(水)	有 丸子設備工業	63-2402
20日(日)	有 高橋設備	62-4519
26日(土)	株 斎藤管工	62-1506
27日(日)	有 高美住設	62-3017

☎ 上下水道事業所 (☎63-2121)

8月の納税等

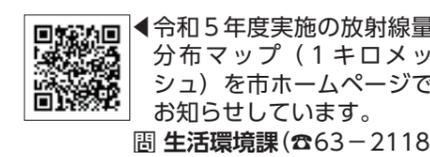
市 県 民 税	2期分
国民健康保険税	4期分
介護保険料	3期分
後期高齢者医療保険料	2期分
住宅使用料	8月分
水道料金	8月分
下水道(農集排)使用料	8月分

◎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、390ベクレル/kg(7月3日測定)

モニタリングポスト
 北郷自治センター地内=0.066マイクロシーベルト/h、西根自治センター地内=0.048マイクロシーベルト/h、仙南クリーンセンター東方地内=0.054マイクロシーベルト/h(7月11日現在)
 ☎ 生活環境課(☎63-2118)

◀令和5年度実施の放射線量分布マップ(1キロメッシュ)を市ホームページでお知らせしています。
 ☎ 生活環境課(☎63-2118)



家でできる地球温暖化対策

エアコンの省エネ

- 無理のない範囲で室内温度を上げる
- 冷房は必要なときだけつける

エアコン(2.2kW)の冷房設定温度を27℃から1℃上げて、使用時間を1日1時間短縮した場合

💡 年間で28.7kgのCO2を削減、約3,210円の節約になります。
 ※経済産業省 省エネポータルサイトより抜粋

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

保険料は便利でお得な口座振替で

口座振替を利用すると、保険料が自動的に引き落とされるので、毎月金融機関などに行く手間が省けるうえ、納め忘れもなく、とても便利です。

また、口座振替には、当月分保険料を当月末引き落としにすることで、月々50円割引される早割制度や、現金納付よりも割引額が多い6カ月前納などもあり、大変お得です。

口座振替をご希望の人は、基礎年金番号が分かるもの(基礎年金番号通知書または年金手帳や納付書)、通帳、金

融機関届出印を持参のうえ、市民課保険年金係または年金事務所もしくは、ご希望の金融機関へ開始希望月の前々月中にお申し出ください(10月分からの6カ月前納は8月中旬)。

☎ 口座振替による前納割引額(金額は令和5年度分)

- 6カ月前納(4～9月、10～翌年3月分)
 - 9万9120円分の保険料から11300円割引
- 1年前納(4～翌年3月)
 - 19万8240円分の保険料から41500円割引
- 2年前納(4～翌々年3月)
 - 40万2000円分の保険料から1万6100円割引

※夜間・休日年金相談
 日時 8月7日(月)・14日(月)・21日(月)・28日(月)は午後5時15分～7時、8月12日(土)は午前9時30分～午後4時
 場所 大河原年金事務所
 ※夜間・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。

くらしの情報

不動産取引「リースバック」の契約は慎重に!

「リースバック」とは、不動産業者に自宅を売って代金を受け取り、同時に賃貸借契約を結び、家賃を払いながらそのまま同じ家に住み続けられる不動産取引のことを言います。

事例▼4年前、自宅を売ってリースバックの契約を結んだ。売却金額は1千万円で、家賃月9万円を支払いそのまま暮らしていたが、夫が亡くなり年金が減って家賃の支払いが遅れるようになった。集金人に事情を話したが「払えないなら出て行って」と言われた。

リースバックで結んだ賃貸借契約は、住める期間が決まっていたり、家賃設定が相場より高い場合や契約更新時に値上げされることもありま。自宅の売買はクーリング・オフできず、不動産取引はとて複雑です。メリットだけでなく判断せず、しくみをよく理解し、家族や信頼できる人に相談して一人では対応しないようにしましょう。

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

＋ 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
8月 6日(日)	丸森町国保病院 ☎72-2131	谷津歯科医院(丸森町) ☎72-1234 菊池歯科医院(柴田町) ☎57-2950	丸森調剤薬局 病院前店
11日(祝)	内 高山内科胃腸科医院 ☎63-2304 外 該当なし	巨理歯科医院(白石市) ☎0224-26-2563 大河原歯科医院(大河原町) ☎52-2250	コスモ薬局 細川薬局
13日(日)	同済病院 ☎63-0360	吉田歯科医院(角田市) ☎62-2130 後藤歯科医院(大河原町) ☎52-2533	さくら薬局
20日(日)	仙南病院 ☎63-2003	小野歯科医院(白石市) ☎0224-25-8007 こや歯科医院(柴田町) ☎54-5005	毛利薬局
27日(日)	金上病院 ☎63-1032	伊藤歯科クリニック(角田市) ☎63-2497 榊原歯科医院(村田町) ☎0224-83-2419	くるみ薬局
9月 3日(日)	内 阿部内科医院 ☎63-3335 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 さとう歯科医院(柴田町) ☎56-5112	北町薬局 サイカ調剤薬局丸森病院前店

- ◆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)
- ◆宮城県子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 ＋

※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。実施場所は総合保健福祉センター

区 分	実施日	対 象	受付時間
3～5カ月児健康診査	9月6日(水)	令和5年4月～5月生まれ	午後0時15分～0時30分
1歳6カ月児健康診査	9月7日(木)	令和3年12月～令和4年1月生まれ	
2歳6カ月児歯科健康診査	8月24日(木)	令和2年12月16日～令和3年2月生まれ	
3歳児健康診査	8月23日(水)	令和2年1月21日～3月生まれ	午前9時15分～9時30分
おたんじょう相談	9月8日(金)	令和4年8月～9月生まれ	事前予約制(午前)
子育て世代のための心理士相談	8月1日(火)、9日(水)、10日(木)		事前予約制(午前)
ほっぺサロン(育児相談)	8月9日(水)		事前予約制(午前10時～11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)
- ◆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)

特定健康診査(特定健診)の集団健診結果について

【問い合わせ】健康長寿課(☎62-1192)

令和5年度角田市特定健康診査(特定健診)の集団健診の結果が、8月下旬より順次お手元に届きます。

健診結果から自分の体の状態を確認し、今後の生活習慣の改善に活用しましょう。

有所見のあった人については、病院への受診勧奨のチラシを同封しています。

病院を受診していない場合は、健診の結果をもって病院を受診してください。また、現在病院を受診している人については、服薬などの治療や生活習慣の改善を継続しましょう。

健診結果の見方がわからない場合は、健康長寿課にお問い合わせください。

健康づくりや生活習慣病の予防のために、来年度も継続して特定健康診査(特定健診)を受診しましょう。



健康ポイント対象事業 体成分相談のお知らせ

実施日	8月25日(金)
実施時間(測定・相談)	午前9時～11時30分
場 所	総合体育館
内 容	<ul style="list-style-type: none"> ◆体成分分析器での測定(18歳以上) 体重、部位別の筋肉・体脂肪率の測定 ◆個別相談(運動 食事 歯科) 管理栄養士、運動指導士が健康づくりと一緒に考えます。お口の相談には歯科衛生士が応じます。 ◆セミナー【いかそう健診結果!】 <ul style="list-style-type: none"> ①午前9時30分～10時20分 健診結果が届いたらここをチェック! どう気を付けよう?食べ方の工夫 ②午前10時30分～11時30分 血圧、血糖、脂質を改善する運動 <p>※室内用の運動靴をお持ちください。 ※予約不要、参加費無料</p>

【問い合わせ】健康長寿課(☎62-1192)

BCG接種(集団接種)

実施日	受付時間	場 所
8月24日(木)	午後2時～2時15分	ウエルパーク 2階

- 対象者 令和5年1月31日～3月25日生まれおよび令和5年1月31日以前生まれの1歳未満の未接種のお子さん
- 接種回数 1回
- 料金 無料
- 持ち物 母子健康手帳、BCG予診票、バスタオル ※予診票は新生児訪問の際にお渡ししています。
- 注意事項 接種後は30分ほど会場で様子を見ます。時間に余裕をもってお越しください。接種の順番は、午後1時30分から配布する番号札の番号順です。保護者(父母)以外の方がお越しになる場合は委任状が必要です。事前に健康長寿課へご連絡ください。予防接種当日、お子さんは着脱しやすい服装でお越しください。

【問い合わせ】健康長寿課(☎62-1192)

ハッピースマイル

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



さかい ゆうき
酒井 結生ちゃん（角田）
令和3年7月21日生まれ
「歌とダンスが大好きなゆうくん♡
これからも元気いっぱい大きくなっ
てね!!」



たかせ ひなた
高瀬 陽向ちゃん（藤田）
令和3年8月1日生まれ
「にいの事が大好きな陽向♡いつ
も野球の応援ありがとう!一緒に野
球できるの楽しみにしてるね!!」



ばば あおい
馬場 葵衣ちゃん（角田）
令和3年8月1日生まれ
「ねえねと絵本が大好き!毎日笑顔で
天真爛漫な葵衣ちゃん♡これからも
健康にすくすく育ってね!!」



こばやし あおい
小林 碧斗ちゃん（角田）
令和3年8月3日生まれ
「笑顔で元気いっぱいのおおちゃん
★これからもたくさん笑って大き
くなってね!!」



ひらつか なずな
平塚 なずなちゃん（梶賀）
令和3年8月9日生まれ
「好奇心旺盛ななずなちゃん。大好
きなあおいおねえちゃんとずっと仲
良し姉妹でいてね♡」



かも けいご
加茂 京悟ちゃん（江尻）
令和3年8月11日生まれ
「加茂家の末っ子けいご★いつも癒
されます♡いっぱい遊んでいっ
ぱい食べて大きくなってね!!」

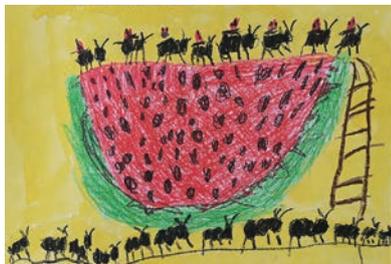


おおとも ほる
大友 悠瑠ちゃん（江尻）
令和3年8月16日生まれ
「いつも元気いっぱい!!ここに笑顔
のはる♡これからも楽しいこと、た
くさんして笑って過ごそうね!!」



いちじょう こあ
一條 幸空ちゃん（横倉）
令和3年8月18日生まれ
「ギャグ線高いこあくん★いつも笑
わせてくれてありがとう♡これか
らも元気にすくすく育ってね!!」

未来の画家さん Painters of Future



ありとすいかをよんで



角田カトリック幼稚園
きちない さくら
吉内 咲来さん



あしたてんきにしっておくれ!



角田支援学校5年
むらかみ しんじ
村上 真司さん

結婚おめでとう

令和5年6月届け出分・敬称略

加川 嵩（横田町）♡ 小沼 知春（大河原町）

誕生おめでとう

令和5年6月届け出分・敬称略

ときわ つばさ
常盤 羽（翔太・中島下・5/26）
みずの みなと
水野 湊斗（和哉・君萱・5/31）
しろと はる
白戸 晴琉（那弥・岡・6/8）
さいとう いおり
齋藤 伊織（拓海・桜7区・6/9）
やんべ ちづな
山家 千弦（享大・枝野1区・6/22）

むし歯ゼロ!

3歳児健康診査 令和5年6月・敬称略

おおば ゆうな
大庭 結叶（東 町）
りん
大江 凜（西田町）
いおい ひかり
岩井 美空（西田町）
おおき ひかり
大木 陽稀（寺 前）
おおうら さとる
大浦 望暖（寺 前）
いづはな
佐藤 なぎ紗（左 関）
やまき ひなと
八巻 陽音（桜1区）
おもかわ たから
面川 天良（南 岡）
いづはな
齋藤 咲和（神次郎）
いづはな
井上 優太（西根3区）
おおき
大和（ 岡 ）
おおかわ
遠藤 孝祐（神次郎）
いづはな
渡邊 孝祐（神次郎）
いづはな
井上 優太（西根3区）

こちら
編集室

▶今月号の特集では「マイ・タイムライン」をメインで取り上げました。いかがでしたか？編集に携わった自分も改めて災害が起こる前の準備の重要性を痛感しました。愛猫や離れて暮らす両親のことも考えなければ…と思いました。今回の特集が少しでも皆さんのお役に立てれば嬉しいです。(笑)