

No. 446

歴史・文化の継承と創造
平成24年(2012)2月1日

ご成人おめでとう



人との絆を大切に

第63回松島町成人式が1月8日に中央公民館で開催され、178人が大人の仲間入りをしました。人との絆を大切に、そして夢と希望を胸に、新成人は新たな一歩を踏み出しました。

主な内容

- 第63回 松島町成人式②
- シリーズ 松島町震災復興計画.....⑥
- 特集 町長座談会 地元愛を育み松島の本質を高める⑧
- 平成24年度 町民税・県民税申告相談について⑩

人との出会い・絆を大切に 輝く未来へ

平成二十四年 松島町成人式

第六十三回松島町成人式が一月八日に中央公民館で開催され、百七十八人が、社会の一員として厳粛なる人生の第一歩を踏み出しました。

式典では、大橋町長が「東日本大震災を乗り越えた皆さんには、一人の社会人として、また、誇りある松島町民として、そして夢・希望・生きがい・目標を持って力強く歩き、大いに活躍することを祈っています」と式辞を述べ、新成人の門出を祝いました。

また、油井拓也さん（高城）と赤間ありささん（初原）が新成人を代表して「震災後、二十歳を迎える私たちは、命の大切さ、今生きていることに深く感謝し、自分たちにできることが何かを常に考え、成人としての自覚と責任を胸に刻み、これからの人生を歩いていきます」と、力強く二十歳の言葉を述べました。

式典終了後には、新成人実行員会が企画したアトラクションが行われました。小学校・中学校の恩師からの激励の言葉や修学旅行や合唱コンクールなどの思い出が語られ、新成人は懐かしい恩師との再会に笑顔があふれ、会場は和やかな雰囲気包まれていました。



▲式典開始に先立ち、東日本大震災の犠牲者への黙とうが捧げられました





左：佐藤未来さん（磯崎）
「素敵な女性になれるよう頑張ります」
中央：加藤尚音さん（本郷）
「成人としての自覚を持って何事も頑張ります」
右：佐々木真未さん（磯崎）
「一步一步しっかりと未来に向かって歩いていきます」



左：金澤秀飛さん（本郷）
「立派な大人になれるよう頑張ります」
中央：渡邊巧さん（高城）
「社会人としてしっかりと成長できるよう頑張ります」
右：高岡要さん（松島）
「松島で生まれたことに誇りを持ち、頑張っていきます」



左：高橋尚登さん（本郷）
「何事にも挑戦し、頑張っていきます」
中央：山下廣大さん（高城）
「一人の大人として充実した人生を歩んでいきます」
右：小松良紀さん（根廻）
「成人としての自覚を持って頑張ります」



左：赤間美春さん（高城）
「平和で笑いが絶えない一年になりますように」
中央：坂本明子さん（磯崎）
「学生生活を謳歌し、充実した毎日を過ごします」
右：多田まき子さん（高城）
「責任を持ち仕事を頑張っていきます」





◀凜とした雰囲気にもまれた会場

▼観閲する大橋町長と櫻井議長



▼山崎団長が総指揮者となり整然と行進



▲江戸時代の火消しの象徴、纏振り



▲新入団の宣誓をする増田団員(第2分団)



▲提言書を手渡す阿留多伎議長



▲多くの町民が参加し、震災時の苦労をねぎらい、互いに絆を確かめ合っていました

▼復興元年のスタートにふさわしく、阿部副議長のガンパローコールで会を締めくくりました



決意を新たに！ 松島町消防団出初式

年初恒例となっている松島町消防団出初式が1月9日に松島中学校体育館で開催されました。

出初式では、江戸時代の火消しの象徴である纏を先頭に山崎修一団長以下約160人の団員による行進が規律正しく勇壮に行われました。

観閲した大橋町長は、東日本大震災での消防団活動について「さまざまな救援活動に昼夜を問わず活動していただき、町民を代表し心から感謝します」と式辞を述べました。

式典では、長年にわたる消防活動への功績が認められた松島町消防団と団員が表彰されました。また、新入団員による宣誓では、新入団員8人を代表して第2分団の増田和人団員(磯崎)が「住民の安全を守るため、忠実に消防の義務を遂行することを誓います」と力強く宣誓しました。

震災復興に向けた 提言書が提出

12月28日に松島町震災復興会議の阿留多伎真人議長(尚絅大学教授)が大橋町長に提言書を提出しました。

同会議では、震災からの速やかな復旧・復興・貢献に向けさまざまな施策が7回にわたり検討されました。

阿留多伎議長は「東北・松島の美しさと安全を継承し発信する復興のまちづくりを町民の皆さんと一丸となって実現してほしい」と話していました。

復興元年のスタート 町民新年会

1月6日に町民新年会がホテル松島大観荘で行われ、約220人が参加しました。

大橋町長は「震災復興計画の実現のために一生懸命取り組み、町民の皆さんとともに前進します」と年頭の挨拶をしました。

その後、各分野で功績のあった方々に大橋町長から表彰状が贈呈されました。受賞者を代表して木村幸市さん(高城)が「地域の発展と、明るいまちづくりのために、今後も誠心誠意力を注ぎます」と謝辞を述べました。

出席した皆さんは、復興元年の決意を新たにしていました。

町政報告

12月議会で可決された 主な事業を紹介します

●松島町震災復興基金条例の制定に ついて

東日本大震災からの復旧及び復興事業を推進するために基金を設置しました。

●一般会計補正予算

津波などで被災した農家の経営再開を支援

(被災農家経営再開支援事業)

……………1,082万円

津波などで被災した地域が経営再開に向けた復旧作業を共同で行う農業者(地域農業復興組合)に補助金を交付します。



▲津波で被害を受けた農地

子どもの体力と運動能力を向上

(子どもの体力向上事業)

……………241万円

幼稚園児のバランス感覚と基礎体力の向上を図るため、外部講師などによるコーディネーショントレーニングのプログラムを作成し、定期的を実施する。→ピックアップ

その他、長松園デイサービスセンター、健康館デイサービスセンター、品井沼農村環境改善センター、松島駅前駐輪場、野外活動センターの指定管理者、各種特別会計等の補正予算などが可決されました。また、松島町教育委員会教育行政点検評価などが報告されました。

震災により発生した廃棄物の処理等
(災害等廃棄物処理事業)

……………8億7,854万円



▲解体が進む松島中学校講堂

国道45号の歩道が拡幅

(第一小学校管理事業)

……………400万円

国道45号歩道拡幅によりフェンスや樹木を移転します。



▲歩道が拡幅される第一小学校前歩道橋周辺

※金額は各事業の補正額です

被災児童・生徒の就学を支援

(小・中学校要保護・準用要保護
関係事業) ……………823万円

震災により半壊以上及び放射線による避難、保護者死亡、失業などの事由がある児童の世帯へ援助します。

地域活動の拠点施設を復旧

(東部地域交流センター修繕事業)

……………190万円

施設の復旧を図るため修繕工事を行います。

小石浜川の堤防を仮復旧

(公共土木施設災害復旧事業)

……………300万円

小石浜川の越水対策として堤防を暫定的に高上する仮復旧工事

運動公園を復旧

(公共土木施設災害復旧事業)

……………1,024万円

運動公園のテニスコートや園路等復旧工事

●下水道事業特別会計補正予算

応旧排水対策を実施

(公共下水道施設災害復旧事業)

……………800万円

豪雨など排水対策として発電機、水中ポンプを小梨屋、長田地区などへ設置する排水対策工事

ピックアップ

子どもの体力向上事業 コーディネーション トレーニング

順天堂大学非常勤講師の小田俊一さんを講師に迎え、1月13日に第二幼稚園でコーディネーショントレーニングを実践しました。約20人の児童は、平均台やフラフープ、ホースなどを使って体を動かす運動を行いました。

コーディネーショントレーニングとは、多様な動きにチャレンジし、脳と神経の回路を刺激することで、運動やスポーツに必要な能力「自分の体を巧みに動かす能力」を総合的に身につけるためのトレーニング

ングです。諸外国をはじめ日本のスポーツ界でも、幼少期のトレーニングに取り入れています。

松島町教育委員会では、子どもたちの体力づくりを推進するため、町内の幼稚園や小学校でコーディネーショントレーニングを取り入れています。脳・神経系が発達し、スマートな身のこなしを獲得するのに適し、子どもの時期にコーディネーショントレーニングを取り入れることで、運動能力や体力の向上を図っていきます。



▲楽しみながら運動能力や体力向上を図ります

シリーズ 松島町震災復興計画

「復興」「創造」そして「貢献」

東北・松島の美しさと安全を継承し発信するまちづくり

東日本大震災により、松島町も未曾有の被害を受けました。町民の皆さんの知恵とチカラを結集し、復興に向けて前進するため、復興の羅針盤となる松島町震災復興計画を昨年12月末に策定しました。

目指すのは、「復興」「創造」そして「貢献」東北・松島の美しさと安全を継承し発信するまちづくりです。

今月号から、松島町震災復興計画をシリーズで紹介します。

計画の概要

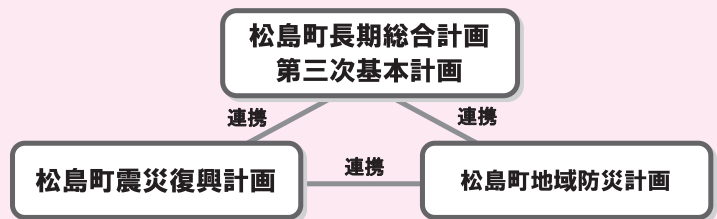
震災復興計画は、本町が東日本大震災からの復興に向けて必要となる各種施策を実践するため策定したもので、計画的に推進していくことにより、一日も早い復興を達成します。

計画の位置付け

「東日本大震災」の被害は甚大であり、その復旧・復興が本町の最優先課題となっているため、本計画は、松島町長期総合計画とともに町の主要な計画として位置づけます。

そのため、本計画は、平成23年度を初年度として、平成27年度を最終年度とする松島町長期総合計画第三次基本計画と連携し、これらを一体の計画として推進していきます。また、本計画に記載する内容のうち、防災に関する事項は、今後、改訂予定の松島町地域防災計画と連携を図りながら各種施策や事業を推進していきます。

なお、本計画の施策や事業は、行政（国・宮城県・松島町）が主体的に取り組むものや官民が連携して取り組むものを示しています。



■松島町震災復興計画の位置づけ

計画の期間

平成23年度から平成27年度までの5カ年を基本的な計画期間とします。また、施策の内容によっては、平成28年度以降も継続的に取り組みます。

平成23年度 (2011年度)	平成24年度 (2012年度)	平成25年度 (2013年度)	平成26年度 (2014年度)	平成27年度 (2015年度)	平成28年度～ (2016年度～)
復旧期、復興期					創造期

「復旧期」 被害を受けた生活基盤や公共施設を復旧し、住民生活や地域産業を震災前の状態まで回復させるための期間であり、平成23年度から概ね3年間で事業に取り組みます。



「復興期」 復旧した各種基盤などを基に、地域再生に向けて取り組む期間で、平成25年度までに事業に着手し、本計画期間内で完了することを目指して取り組みます。

「創造期」 復旧・復興の事業を基に、本町として本町の更なる発展や宮城・東北の復興に貢献する期間で、平成25年度から順次着手し、平成28年度以降も継続的に事業に取り組みます。

(注) 内水：停滞する雨水等のこと。RC：鉄筋コンクリート造などで、壊れにくい建造物のこと

基本理念

松島を構成する 260 余りの島々が、東日本大震災の津波から壊滅的な被害を防ぎ、多くの「人」、「歴史」、「文化」を守ってくれました。

万葉の昔より風光明媚な地として知られ、現代でもその自然美が人々を魅了し続けている「松島」。背後地には、国宝や重要文化財が多く残存し、安土桃山文化の香り高い場所です。

私たちは、先人達が守り・育て続けてきた国を代表する景勝地・松島について、「自然と共に生きる」という尊さ、そして、「松島の自然が、今次の津波から私たちを守ってくれた」という事象を後世に伝えていく使命があります。

そのためには、松島湾を囲む近隣市町と手を取り合い、松島の美しさと安全の継承と情報発信が大切であり、本町はその中心的な役割を果たしていきます。

「復興」「創造」そして「貢献」 ～東北・松島の美しさと安全を継承し発信する復興のまちづくり～

- 基本理念**
- 1 絆と協働を基調とした「復興」
 - 2 復興による新しい松島の「創造」
 - 3 連携による広域的な「貢献」

復興計画の目標

復興政策は、計画コンセプトを柱として、都市基盤（主にハード施策）、生活（主にソフト施策）、観光・産業（産業復興施策）の3つの目標に重点を置いて、震災復興を進めていきます。

目標1 安全・安心の復旧・復興と 創造的なまちづくり（都市基盤の復興）

松島湾に面し、これからも美しい自然や豊かな海の恵みとともに発展を目指す本町は、より安全・安心な都市基盤の整備、強化などを推進します。

基本方針

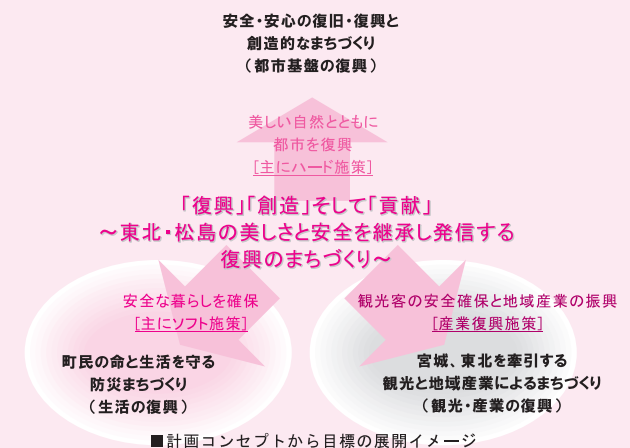
- ・道路、河川、港湾など、基盤施設の速やかな復旧・復興
- ・ライフラインや交通など、災害発生時の代替手段の確保、機能の維持・強化
- ・都市基盤、土地利用の創造的に見直し、安全で快適な道路網や交通環境、安心して暮らせる市街地を整備

目標2 町民の命と生活を守る 防災まちづくり（生活の復興）

被災者の生活再建の支援を図るとともに、安全で安心して暮らし続けることができる防災まちづくりを推進します。

基本方針

- ・今回の災害の課題を検証し、総合的な防災対策を充実・強化
- ・避難路、避難場所となる公共施設の安全性、機能性の確保や施設の耐震化など、防災機能・対策を強化
- ・災害時の医療・福祉や、被災者の生活再建支援策の充実
- ・子どもたちの防災教育を推進し、防災の意識を高め、地域ぐるみで学校の安全性を向上
- ・高齢者や障がい者などの災害時の要援護者への支援体制の強化
- ・他市町村と災害時に貢献し合える仕組みを構築し、相互の応援・支援体制を充実



目標3 宮城、東北を牽引する観光と地域産業によるまちづくり（観光・産業の復興）

安全で魅力的な観光地を再構築し、世界に誇れる観光地「松島」の継承と情報発信を行うとともに、災害時に観光客を確実に守る防災機能の強化を推進します。

- ・美しい松島、新しい松島の「創造」を目指し、農業・林業・水産業が有する日々の生活から培われてきた「生業」の魅力を向上
- ・観光客の命を守るため、災害発生時の誘導、避難などの体制を確立し、最も安全・安心な観光地を形成
- ・確かな情報発信や松島らしい復興まちづくり等に取り組み、観光の自粛や風評被害の影響を克服し、宮城・東北の観光産業へ貢献
- ・農林業・水産業と観光との連携による地産地消の推進
- ・住民、事業者及び行政等の連携による時代の変化に対応した商工業の振興

松島の本質を高める

の3日間行われた松島流灯会海の月22日に大橋町長を訪れ、町の寄附をいただきました。長を囲んでまちづくりについて座



子どもたちの心を豊かに

大橋町長

この度は松島流灯会海の盆実行委員会から子どもたちへ図書カードの寄附をいただきありがとうございます。

千葉さん

松島流灯会海の盆で集まった義援金については、今回の震災で精神的に大きな傷を負った松島湾の地域に住む子どもたちのためにということを受け付けました。インターネットなどでも受け付けましたが、松島町はもちろん町外の方々から暖かい志をいただき本当に感謝しています。地域の子もたちが海を怖がらずに、松島湾の自然と寄り添い、心を豊かに



大橋町長
昭和53年仙台市役所入庁
街並みデザイン課長、住環境整備課長等を歴任。平成19年4月に松島町長就任 現在2期目



千葉 伸一さん
(有)独まん 代表取締役
松島流灯会海の盆実行委員会委員長

暮らす感性を育む本を贈りたいの思いから、図書カードという形をとらせて頂きました。

小池教育長

今回の震災で子どもたちは少なからず心に傷を負っています。少しでも早く元気に、そしてこの経験を生かして松島の将来を担ってもらえるように図書カードを有意義に活用させていただきます。

大橋町長

海の盆は、町内の若い世代の人たちが中心となった新しい取り組みということで私も応援していました。でも、企画が提案されてから期間が非常に少なかったこともあって成功するか

どうか不安なところもありましたが、結果的には懐かしくて新しい、とても暖かいものになって良かったと思っています。

千葉さん

海の盆は、霊場としての松島、供養行事としての灯籠流しや盆踊り、大施餓鬼、そして何より地元の人が楽しむという原点回帰をテーマに企画しました。そして松島の良さというものをあらためて感じる事ができた貴重な体験でした。

横山さん

私も広報部ということで参加させてもらいましたが、松島のすばらしさを再認識しました。そして、何よりも松島を良くしようという若い世代の方が実行委員として参加したことにとっても感激しました。

松島の景観に思う

大橋町長

NHK BSプレミアムの新日本風土記で松島が特集され、また、全日本実業団対抗駅伝大会でもスタート地点となった松島の風景が上空から何度も映し出される映像を見



佐藤 綾さん
松島町産業観光課商工観光班主査
松島流灯会海の盆実行委員会副委員長

て、松島の自然や町並みのすばらしさを再認識しました。

千葉さん

町並みと言えば、フランスやオランダなどはその土地特有の家を大切にその美意識があつてそれが伝承されてきれいな町並みとなり、観光振興につながっていますよね。同じアイデンティティを持つことは難しいですが、その時代時代の変化に流されることがないように見直す必要があるのかと思います。

引地さん

日本でもその土地特有の建物があつてそれが景観形成に非常に影響を与えていますよね。やはり景観とは生活に根ざしたもので、公共施設にも町がイニシアチブを取って景観に配慮した取り組みを行うっていく必要がありますよね。

大橋町長

私も仙台市職員時代に景観に携わる仕事を行ってきましたが、景観を縛るということは非常に難しいと感じています。景観を構成する形や色などはそれぞれ感じ方が違うからです。町としてはイメージ・コンセプト



横山 京子さん
松島松庵支配人
松島流灯会海の盆実行委員会広報部

としてトータル的に見た方向性を定める必要性があると思います。そのため町では現在、景観計画の策定を進めています。

千葉さん

海の盆で雄島から供養花火を打ち上げるための草刈りに行きました。久しぶりでしたがあらためてみると以前東南アジアを貧乏旅行したときに行ったアンコールワットのような雰囲気になりました。そのすばらしさ、歴史的価値を再認識しましたね。



▲アンコールワットを思わせる雄島

地元愛を育む

大橋町長

松島の歴史を再発掘・発信して盛り上げてみることも必要だと感じています。特に松島の人に松島の良さを感じてもらえるような教育的パンフレットがあつてもいいですね。急にはなく子どもたちから育んでいくということです。

特集 町長座談会 地元愛を育み

昨年の8月14日から16日まで盆。その実行委員の皆さんが、子どもたちのためにと図書カードのその際に、大橋町長と小池教育長談会となりましたのでご紹介します。



佐藤さん

地元愛を育むということで見ると群馬県人は地元の良いを紹介した地元かるた(上毛かるた)を小さいころから行っている、大人になっても忘れないそうです。群馬県出身の芸能人がテレビで紹介してPRにつなげていました。松島でも地元かるたを作成したことがあると思うので、それをどんどん活用していくことも一つの方法だと思います。

小池教育長

地元愛を育むためには、海の盆のように一つの行事を通して子どもたちが交流、共有できるものがあることも重要ですね。以前は花火大会になると町内の他地区から子どもたちが遊びにくるなど、地域を越え



小池教育長

社鹿町立大原中、塩釜市立第二中、利府町立しらかし台中で校長を歴任
平成23年6月より現職



勝股かおりさん

松島観光協会総務主任
松島流灯会海の盆実行委員会事務局

た交流ができ、地元の良さを体感しました。近年、子どもたちに町内全域での共通意識というものも少なくなると感じています。

勝股さん

震災の後、町内の現状を見て回ったのですが、手樽の名込地区の風景を見てその美しい景色に癒されましたね。

千葉さん

松島町内にはあらためて見るとすばらしいところがたくさんありますね。

横山さん

手樽地区で宿泊施設を営業していますが、名込や古浦の菜の花、松島海岸とは違った海の景色など、訪れるお客様は松島の奥深さをゆつくりと堪能されています。松島にはこんなと

ころもあるのかと皆さん感動していますよ。

大橋町長

手樽地区と言えば正月飾りが他の地域と違うものを使っているそうですね。元々あった松島独自の文化を残しているのではないかと思いました。

小池教育長

元々松島はチャレンジ精神の高い土地柄だったのだと思います。それが、動物園や松島劇場、松島遊園地、松島電車など、独自の文化圏を形成していたのではないのでしょうか。



▲名込の菜の花畑

佐藤さん

海の盆に三日間通った子どもたちも多かったそうです。地



引地 伸也さん

パレス松洲管理係長
松島流灯会海の盆実行委員会広報部

元のお祭りに気軽に参加でき、盆踊りや灯籠流しなど松島の文化にあふれて感動していたようです。

松島の質を高める

勝股さん

最近、松島三ツ星冬ランチやかき井、あなご丼キャンペーンなど、地産地消を活かした松島独自の取り組みで、松島の食の評価が上がってきました。以前はゴールデンウィークやお盆が終わると観光協会に苦情が来たことも多々ありました。

千葉さん

苦情は共有するべきですね。その方が自分たちのサービスのあり方をあらため見直し、おもてなしにつながっていくと思います。

引地さん

私は宿泊施設に務めています。私が宿泊施設を案内するサイトに登録すると口コミ等で評価されますが、施設経営に関し、非常に有益なお声をいただけです。ご苦言でも、お褒めの言葉でも「質を高める」ためのヒントが必ずあります。

また、お客様とお話をする時、一般的なパンフレットを見ても当たり前のことしか載っていないのでおもしろくないようです。例えばローカル的なゴロッケなどちよつとした地元の美味しいものが掲載されている

とついつい立ち寄ってしまうようです。

大橋町長

観光PRの考え方も見直しの時期がきていると感じています。インターネットでは一つの情報についてさまざまな角度から評価された情報を得ることができます。そのためには、商品価値をいかに高めて情報を発信するのが重要なポイントになると思います。

千葉さん

そうですね。お客様はインターネット上で口コミ情報を発信します。いくらお金をかけてPRしても、中身が伴わなければ逆効果になります。しかし、発想を転換すると「質」を高める事さえできれば、いつの間にかお客様やマスメディアがPRしてくれます。観光に限らず、まさに「本質」を問われる時代です。

大橋町長

地元愛を育むことによって松島の本質が高められ情報発信されるような環境づくりが、これからのまちづくりでも重要ですね。

本日はありがとうございます。

■申告相談の際の注意事項

- ①農業・漁業・営業・不動産等の収入がある方は、収入・経費等の関係書類の整理、金額を計算したうえで申告してください。（収入や経費の関係書類が整理されていない場合や金額の計算がされていない場合は、申告相談に係る時間が大幅に増え、他のお客様のご迷惑となりますので、受付をお断りする場合があります。）
- ※収入・経費の整理方法は、町ホームページに掲載しておりますのでご覧ください。また、ホームページをご覧にならない方は、役場税務班窓口で資料を用意しておりますのでご利用ください。
- ②医療費控除を受ける方は、あらかじめその合計額を計算のうえ、領収書を持参してください。
- ③社会保険料控除のための領収書（国民健康保険税・介護保険料・国民年金保険料・農業者年金保険料・任意継続保険等で平成23年1月1日～12月31日までに支払ったもの）は必ずご持参ください。（国民年金保険料については、送付された控除証明書を必ず持参してください。）
- ④寄附金控除を受ける方は、寄附した先から発行された領収書を必ず持参してください。
- ⑤関係書類の不備で所得額が確認できない場合は、受付できません。
- ⑥職員が申告相談会場に向いているので、役場窓口での申告相談等をご遠慮ください。

■申告相談に持参するもののチェック項目

申告相談時に持参いただくもののチェック項目です。適宜ご利用ください。

【収入の種類に関わらず共通して必要なもの】

- 確定申告用紙（税務署より用紙が送付されている方。持参する際は白紙の状態結構です）
- 印鑑（シャチハタ系は除きます）
- 源泉徴収票の原本（給与や年金収入がある方）
- 生命保険・地震保険の控除証明書、領収書（国民年金・国民健康保険税・介護保険等）
- 身体障害者手帳、精神保健障害者手帳、療育手帳等（本人又は扶養している方が該当する方）
（要介護支援の認定を受けている方で、これらの手帳等をお持ちでない方は、町で発行する「障害者控除対象者認定書」）
- 申告者本人の口座番号と振込先が確認できるもの（通帳等）（還付申告をされる方）
- 医療費に係る領収書（医療費控除を受ける場合）（あらかじめ合計額を計算すること）
- おむつ代について医療費控除を受ける方は、主治医等が発行する証明書（該当する方）

【農業所得者の方】

- 収入の種類に関わらず共通して必要なもの
- 農協取引年次集計表・農協取引年次集計表（品目毎）・平成23年分農業所得に係る各種証明書（農協と取引がある方）
- 平成23年中における収入状況がわかる書類（収入明細書等）（農協との取引以外の分）
- 家事消費（自宅で消費したものや保有米等）の数量等がわかるもの
- 雑収入がわかるもの
- 経費がわかる書類（項目毎に整理し、その合計額をあらかじめ計算すること）
※経費の項目は町ホームページに掲載してあります。また、役場税務班窓口にも用意しています。

【漁業所得者の方】

- 収入の種類に関わらず共通して必要なもの
- 漁協と取引がある方はその書類
- 平成23年中における収入状況がわかる書類（収入明細書等）（漁協との取引以外の分）
- 家事消費（自宅で消費したものや個人的に販売したもの等）の数量等がわかるもの
- 経費がわかる書類（項目毎に整理し、その合計額をあらかじめ計算すること）
※経費の項目は町ホームページに掲載してあります。また、役場税務班窓口にも用意しています。

【営業所得者の方】

- 収入の種類に関わらず共通して必要なもの
- 平成23年中における収入（売上）状況がわかる書類（収入明細書等）
- 経費がわかる書類（項目毎に整理し、その合計額をあらかじめ計算すること）
※経費の項目は町ホームページに掲載してあります。また、役場税務班窓口にも用意しています。

【不動産所得者の方】

- 収入の種類に関わらず共通して必要なもの
- 平成23年中における収入（賃貸料）状況がわかる書類（収入明細書等）
- 経費がわかる書類（項目毎に整理し、その合計額をあらかじめ計算すること）
※経費の項目は町ホームページに掲載してあります。また、役場税務班窓口にも用意しています。

【給与・年金所得のみの方で確定申告をする方】

- 収入の種類に関わらず共通して必要なもの

【住宅借入金等特別控除を受ける方】

- 収入の種類に関わらず共通して必要なもの
- その他、必要書類が多いことから塩釜税務署へお問い合わせください。

※災害（東日本大震災等）により被害を受けられた方

ご自身や扶養親族が所有する住宅や家財などに被害を受けた場合は、災害減免法、または雑損控除の適用を受けられる場合がありますので、申告時まで以下に掲げる必要書類等の準備をお願いします。

- ①被害を受けた資産、取得時期、取得価格が分かるもの
- ②被害を受けた資産の修繕費、取り壊し費用、除去費用などの分かるもの（見積書、領収書等）
- ③被害を受けた資産について受け取る保険金等の金額の分かるもの
- ④市町村から交付された「り災証明書」

平成24年度 町民税・県民税申告相談について

広報まつしま1月号でもお知らせしましたが、町では下記日程により松島町中央公民館を会場に「平成24年度 町民税・県民税申告相談」を行います。

申告相談会場の混雑緩和のためにも、地区の割当日における申告相談と、あらかじめご持参いただく書類等の整理及び計算のうえご来場いただきますようご協力をお願いします。

また、塩釜税務署でも、マリンゲート塩釜を会場に確定申告書の作成アドバイスと受付を行いますので、ご利用ください。

2月		
受付日	曜日	申告相談受付対象地区
2.16	木	漁業者（松島地区）・観光船業者
2.17	金	漁業者（磯崎地区）
2.20	月	松島地区（1・2・3・4・5・6）
2.21	火	松島地区（7・8・9・10・11・12・13）
2.22	水	手樽行政区の全地区 夜間受付（全行政区対象）
2.23	木	手樽行政区の全地区
2.24	金	磯崎地区（1・2・3・4・5）
2.26	日	全行政区対象
2.27	月	磯崎地区（6・7・8・9・10）
2.28	火	下竹谷行政区・北小泉行政区の全地区
2.29	水	上竹谷行政区・根廻行政区の全地区 夜間受付（全行政区対象）

3月		
受付日	曜日	申告相談受付対象地区
3.1	木	幡谷行政区の全地区
3.2	金	幡谷行政区の全地区
3.5	月	本郷行政区の全地区
3.6	火	本郷行政区の全地区
3.7	水	初原行政区・桜渡戸行政区の全地区 夜間受付（全行政区対象）
3.8	木	高城地区（西1・2・高1・2・3・新3・4・5）
3.9	金	高城地区（中・割波・割2・光陽台・6・新6）
3.12	月	高城地区（7・8・9・10）
3.13	火	全行政区対象
3.14	水	全行政区対象 夜間受付（全行政区対象）
3.15	木	全行政区対象

◆受付時間

午前：9時から11時まで 午後：1時から3時まで	通常受付日及び 休日受付日
夜間：5時から7時まで	申告期間中の 毎週水曜日

3月16日以後、町での申告受け付けはできません。
確定申告の場合は、直接税務署へ申告となります。

※夜間の申告・相談について

夜間の申告・相談は、2月22日（水）、2月29日（水）、
3月7日（水）、3月14日（水）のみ行います。

■申告相談会場で申告ができる方

平成24年1月1日現在において、松島町に住所を有している方のみとなります。それ以外の方は、平成24年1月1日現在において住所を有している市区町村、または所轄の税務署での申告となります。

■申告相談会場で申告相談ができるもの・できないもの

【申告相談会場で申告ができるもの】

平成23年中（平成23年1月1日～12月31日まで）の確定申告・住民税申告のみ

【申告相談会場で申告ができないもの】

次の申告を行う場合は、他の収入と併せて塩釜税務署（会場：マリンゲート塩釜）で行ってください。

①青色申告 ②消費税の申告 ③平成23年分所得以外（過年分）の申告

■申告相談の際に持参していただくもの

- ①印鑑（シャチハタ系は除きます）
- ②源泉徴収票の**原本**（給与や年金収入がある方）
- ③支払調書の**原本**（講師料等の収入がある方）
- ④収入及び経費がわかる書類（収入明細書や領収書、帳簿類等）
- ⑤所得控除に必要な各種証明書（生命保険、地震保険、社会保険料控除を受けるための証明書）
- ⑥身体障害者手帳等（本人所持又は扶養している方所持）
- ⑦還付申告をされる方は、申告者本人の口座番号と振込先が確認できるもの（通帳等）

高齢者叙勲

元松島高等学校長の瀬戸健男さん（高城）が、瑞宝小綬章を受章しました。

瀬戸さんは、昭和二十二年から三十七年間にかけて教育現場で活躍。昭和五十四年から松島高等学校の校長を五年間務めるなど、長年にわたる宮城県の教育に尽力された功績が認められました。



▲瀬戸健男さん（高城）

文部科学大臣賞表彰

文部科学省が主催する「楽しい子育て全国キャンペーン」～親子で話そう！家族のきずな・我が家のルール～で三行詩を募集し、応募総数六万二千七十二点の内、小学生の部三万三千六百八十八点の中から、松島第一小学校四年の西村沙弥さん（高城）が見事、文部科学大臣賞を受賞しました。

『大津波

父さんの店をのみこんだ
父さん負けるな

私がつくその日まで』



▲大橋町長に受賞を報告する西村沙弥さん

消防団表彰

平成二十四年一月九日に松島中学校体育館で開催された平成二十四年松島町消防団出初式式典において、次の方々が表彰されました。（敬称略）

日本消防協会表彰 竿頭綬
松島町消防団

総務大臣表彰 東日本大震災活動表彰 松島町消防団

平成二十三年度宮城県無火災地域推進功労表彰 婦人防火

クラブの部 松島町婦人防火クラブ連合会 幼年・少年消防クラブの部 松島第二小学校少年消防クラブ 松島町長

表彰 表彰状 阿部永正（第一）小野賢一郎（第一）赤間忠幸（第三）杉原崇（第三）櫻井和郎（第三）小野正晃

（第四）三浦秀徳（第四）宮城県消防協会塩釜地区支部長表彰 表彰状 磯田義浩（第三）櫻井和実（第二）赤間貴幸（第三）

宮城県消防協会会長表彰 功績章 赤間隆一（第四）赤間孝喜（第二）永年勤続章 岡田光弘（第三）阿部力男（第五）熊谷正勝（第六）内馬場德行（第五）赤間廣（第二）勤続章 磯田義浩（第三）西澤優（第二）赤間貴幸（第三）表彰状 加藤謙一（第三）石森善和（第二）奥田栄作（第一）高橋信也（第二）佐藤浩二（第二）丹野義光（第三）岸正利（第三）内海利洋（第三）葛岡寛（第六）笹城戸進（第六）竹川孝広（第六）角田勝美（第五）角田克良（第五）早川寛和（第五）高橋明（第三）樋口和一（第三）

日本消防協会会長表彰 精績章 山崎修一（团长）勤続章 赤間幸雄（第四）赤間隆一（第四）石川雅一（第五）内海邦彦（第二）佐藤重晴（第二）宮城県知事表彰 永年勤続章 岡田光弘（第三）阿部力男（第五）内馬場德行（第五）

消防庁長官表彰 永年勤続功労章 熊谷喜美男（副团长）

消費生活コーナー

〈マルチ商法(連鎖販売取引)〉 ～友達からの「いい話」はトラブルの始まり～

「友達に商品を紹介するだけで簡単に儲かる」などと言って販売組織に勧誘し、大量の商品やサービスの契約をさせる商法です。下についた人からバックマージンが入るから必ず儲かると説明し、お金がないと断る人にはサラ金からの借り入れを勧める場合もあります。

本当に儲かるの？

- 事例 1.** 学生時代の友人から「儲かる話がある」と「会員になるにはローンで48万円の健康食品を買わなければいけないが、人を紹介すれば高収入が得られるので、すぐにローンは支払える」
- 事例 2.** 誘われたセミナーで「会員は安く化粧品を購入でき、商品を買ったり、会員を勧誘すればマージンが入り、その会員がまた新しい会員を勧誘しても自分にもマージンが入るので高収入が得られる」と説明された。
- 事例 3.** 高齢の母が知人から勧められて、健康食品や洗剤を毎月何万円も買ってくる。また、知人を紹介すればマージンが入るので、友人に販売するよう勧められているようだ。

Point 多くの場合、商品は売れず、会員も勧誘できず、購入した在庫だけが残ります。社会経験や法律知識の乏しい若者がターゲットになることもあります。知人関係を利用した商法で（無意識でも）加害者になることになり、人間関係を壊すことになることもあります。

Point マルチ商法は契約書面を受領してから20日間はクーリング・オフができます。入会から1年を越えずに中途解約をした時は中途解約から遡って90日以内に受け取った商品で未使用の商品は価格の1割の違約金で返品できることになっています。また、もし事実でないことを告げられて契約してしまった場合には取消しができます。



消費生活相談

- 相談日時 毎月火曜日・木曜日 午前9時～午後4時30分
(第1火曜日は勤労青少年ホームで相談を受け付けます)
- 相談窓口 産業観光課商工観光班 消費生活相談員 ☎354-5708

善行者・功労者表彰

一月六日にホテル松島大観
荘で行われた、平成二十四年
松島町町民新年会の席上で、
次の方々が善行者・功労者と
して表彰されました。

善行者表彰

鶴宮幸子さん（磯崎）

長年にわた
り社会福祉ボ
ランティアと
して、視覚障
害者、聴覚障
害者への支援
に貢献されま
した。



山田ケイさん（磯崎）

長年にわた
り社会福祉ボ
ランティアと
して、視覚障
害者、聴覚障
害者への支援
に貢献されま
した。



永山松子さん（磯崎）

長年にわた
り社会福祉ボ
ランティアと
して、視覚障
害者、聴覚障
害者への支援
に貢献されま
した。



奥平昭さん（高城）

平成十四年
から高城町駅
前の集積所を
中心にごみの
整理、清掃、
分別方法等の
指導に積極的
に努められ、
地域の環境美
化に貢献され
ました。



阿部久男さん（北小泉）

長年にわた
り区内の墓地
等の除草と清
掃作業等を積
極的に努めら
れ、地域の環
境美化に貢献
されました。



功労者表彰

櫻井昭さん（本郷）

長年にわた
り分館長とし
て、地域の発
展と町政に貢
献されました。



佐々清敏さん（上竹谷）

長年にわた
り分館長とし
て、地域の発
展と町政に貢
献されました。



木村幸市さん（高城）

長年にわた
り行政員、副
区長、区長と
して、地域の
発展と町政に
貢献されまし
た。



村上忠一さん（北小泉）

長年にわた
り分館長、行
政区長として、
地域の発展と
町政に貢献さ
れました。



一瀬節彦さん（上竹谷）

長年にわた
り行政員、区
長として、地
域の発展と町
政に貢献され
ました。



佐藤義夫さん（幡谷）

長年にわた
り行政員、副
区長、区長と
して、地域の
発展と町政に
貢献されまし
た。



齋藤久さん（下竹谷）

長年にわた
り副区長とし
て、地域の発
展と町政に貢
献されました。



松谷浩さん（松島）

長年にわた
り行政員とし
て、地域の発
展と町政に貢
献されました。



櫻井亀一さん（松島）

長年にわた
り行政員とし
て、地域の発
展と町政に貢
献されました。



高橋暉雄さん（松島）

長年にわた
り行政員とし
て、地域の発
展と町政に貢
献されました。



丹野俊彦さん（高城）

長年にわた
り行政員とし
て、地域の発
展と町政に貢
献されました。



飯川守さん（磯崎）

長年にわた
り行政員とし
て、地域の発
展と町政に貢
献されました。



東日本大震災・台風15号 関連情報

ご支援ありがとうございます

1月13日現在でご支援をいただいた皆さまです

(平成23年4月号～平成24年1月号掲載以外の方々に敬称は省略させていただきました)

寄附金 宮城県俳句協会、城西国際大学、榎本博行

義援金 イケザワタクロウ、ミセモトトシアキ

支援物資 日本生命松島支店、松島リリーフ基金、大震災出版対策本部、松島流灯会海の盆実行委員会、被災地へピアノをとどける会、NPO 法人日本むし歯予防フッ素推進会議

このほか、多くの個人や匿名の方からご支援・ご協力をいただきました。記入漏れやお名前に間違いがありました場合には、ご容赦くださいますようお願い申し上げます。

松島町内の放射線量測定結果

測定機器 ①簡易型放射線測定器(PA-1000)

②GM管式(MODEL3&MODEL44-9)

単位 マイクロシーベルト(μ Sv/h)シーベルトとは、放射線が人体に与える影響を表す単位です。

1月23日(月) 現在

測定場所	①測定値	②測定値
松島町役場	0.071 (0.5)	0.102 (0.5)
	0.071 (1)	0.170 (1)
松島第一幼稚園	0.082 (0.5)	0.126 (0.5)
松島第二幼稚園	0.090 (0.5)	0.164 (0.5)
松島第五幼稚園	0.092 (0.5)	0.136 (0.5)
松島保育所	0.108 (0.5)	0.160 (0.5)
高城保育所	0.108 (0.5)	0.118 (0.5)
磯崎保育所	0.092 (0.5)	0.102 (0.5)
高城保育所分園	0.090 (0.5)	0.164 (0.5)
松島第一小学校	0.067 (0.5)	0.116 (0.5)
松島第二小学校	0.090 (0.5)	0.164 (0.5)
松島第五小学校	0.092 (0.5)	0.136 (0.5)
松島中学校	0.103 (1)	0.134 (1)

()内は地表からの高さ(m)

水道水測定結果 1月14日(土) 現在

二子屋浄水場(竹谷字鴻ノ谷地)

放射性ヨウ素:不検出 放射性セシウム:不検出

浄水場発生土測定結果 1月16日(月) 現在

放射性ヨウ素:不検出 放射性セシウム(Cs-137):
855 放射性セシウム(Cs-134):543

農林産物の放射線量測定結果 1月23日(月) 現在

放射性ヨウ素:不検出 放射性セシウム(Cs-137):不
検出 放射性セシウム(Cs-134):不検出

放射線量測定結果は町のホームページでも公開して
います。(http://www.town.miyagi-matsushima.lg.jp/)

●問合せ 空气中放射線量測定結果:総務課環境防災
班 ☎354-5782 水道水・浄水場発生土測定結果:
水道事業所 ☎354-5711 農林産物放射線測定結
果:産業観光課農林水産班 ☎354-5707

東日本大震災に伴う町の被害状況

(1月13日現在)

- 波高 3.2m (16時13分 松島町第1波到達)
3.8m (16時40分 松島町第2波到達)
- 津波による浸水面積 2km²(国土地理院計測・概略値)
- 人的被害
町民で亡くなった方16人(町内で2人、町外で14人)
行方不明者0人 重傷者3人 軽傷者34人
- 避難所・避難者 0人
- 家屋等被害
全壊 219戸(調査継続中)
大規模半壊 351戸(調査継続中)
半壊 1,216戸(調査継続中)
一部損壊 1,469戸(調査継続中)
※上記のうち
床上浸水 191戸(調査継続中)
床下浸水 86戸(調査継続中)

埼玉県滑川町よりお見舞い



▲吉田滑川町長(左から2番目)と田幡議会議長(左)より
義援金をいただきました

平成23年12月27日、埼玉県滑川町から吉田昇町
長と田幡宇市町議会議長が東日本大震災のお見舞いで
来庁しました。

吉田町長からは「お困りのことがあれば支援させて
いただきます」と励ましの言葉をいただきました。

松島町役場3階 被災者相談窓口の終了について

本町で実施してきた相談窓口については、平成24年2月10日(金)をもって終了させていただきます。
引き続き、手続きできる制度については担当課で直接申込みするようお願いいたします。

担当所管一覧表

○り災証明及び被災証明の手続きについて ※各支援制度の手続きに必要です	役場2階 総務課 総務管理班 ☎ 354-5701
○災害義援金及び見舞金	役場1階 町民福祉課 福祉班 ☎ 354-5706
○被災者生活再建支援制度 ※り災証明で、大規模半壊・全壊の判定を受けた方が手続き出来る制度です。 (半壊の判定で、住宅を解体した方も対象となる場合があります。)	役場1階 町民福祉課 福祉班 ☎ 354-5706
○一部損壊住宅修理補助制度 ※り災証明の判定が一部損壊で、建物を50万円以上修理した方が手続きできる制度です。	役場1階 建設課 施設管理班 ☎ 354-5715
○復興支援定住促進事業補助制度 ※松島町内に住宅を取得する方が対象です。 (町民の方は、り災証明で半壊以上の判定を受けた方)	役場2階 企画調整課 まちづくり支援班 ☎ 354-5809

東日本大震災松島町犠牲者追悼式を挙行します

東日本大震災で亡くなられた犠牲者の方々に対し、追悼の意をささげ、復興への誓いを新たにするため、東日本大震災松島町犠牲者追悼式を中央公民館において開催します。

概要は以下のとおりです。

- 日時 平成24年3月11日(日) 午後2時～
- 会場 中央公民館
- 主催 松島町
- 参列者 遺族、松島町、東日本大震災遺族 など
- 問合せ 総務課環境防災班 ☎ 354 - 5782

●式次第(予定)

1. 犠牲者ご芳名
2. 開式の辞
3. 黙祷
4. 追悼式辞
5. 追悼の辞
6. ご遺族代表の言葉
7. 復興の誓い
8. 献花
9. 閉会の辞

宮城県のアナログ放送は3月31日で終了します!

地デジ相談会のご案内

どんな準備をしたらいいの?家まで電波は届いているの?
地デジアドバイザーが親切丁寧に、ご相談にお応えします。

- 日時 2月2日(木)～4月26日(木)までの毎週木曜日
午前9時30分～午後4時30分
- 会場 中央公民館 □ビー
- 問合せ デジサボ宮城 ☎ 022 - 745 - 1500



地上デジタル放送受信のための支援について

- 対象者 1. NHK放送受信料全額免除世帯(東日本大震災による被災の場合を含む)の方 2. 市町村民税非課税世帯の方
- 申込期限 3月31日(土) 消印有効
- 申込み・問合せ 地デジチューナー支援実施センター ナビダイヤル
☎ 0570 - 023724 F A X 03 - 5304 - 2011
平日:午前9時～午後9時 土・日・祝日:午前9時～午後6時

災害関連死のご相談について

災害弔慰金の支給については、この度の震災による直接的原因で亡くなられた方のほか、震災に関連して亡くなられた方も対象となる場合があります。

震災と死亡との間に因果関係があるかを、宮城県の審査委員会で判定し、震災関連死と認定された方が対象となります。

詳しくは、町民福祉課福祉班までご相談ください。

- 問合せ 町民福祉課福祉班 ☎ 354 - 5706

12月23日(金・祝) 親子で楽しく料理教室



▲僕は小さなシェフ。上手に切れるかな

第2回松島家族ふれあい料理教室がホテル松島の坊で開催され、家族8組と農家のお母さんたち合わせて30人が参加しました。

参加者は、松島白菜などたくさんの地元食材を使った松島パエリアや野菜畑のミネストローネスープなどをホテルのシェフから教わりながら作り、料理の楽しさと松島の食材のおいしさを堪能していました。

12月21日(水) アメリカから手作り毛布



▲手作りブランケットを受け取る大橋町長

本町を観光中に被災し、町民の助けなどにより無事に帰国できた米国人のキャサリン・ポールさんは、松島救済基金を設立し、たくさんの支援を続けてくださっています。

今回、キャサリンさんがインターネットで呼びかけて集められた手作りブランケット約250枚をいただきました。全日空仙台支店が、キャサリンさんの活動に賛同し、アメリカからの輸送に協力し、ブランケットを直接、大橋町長に手渡しました。

介護保険認定調査員としてたくさんの方にご支援いただきました

介護保険認定申請者および更新者が震災後も増加しており、調査のために東京23区より職員を派遣していただきました。ご支援ありがとうございました。

派遣期間：平成23年6月27日から平成23年12月16日まで

派遣区・職員の方は下記のとおりです。

- 【豊島区】深井紀知 高邑鉄生 【杉並区】阿部雅行
- 【墨田区】瀧川香織 【荒川区】加藤美喜子
- 【港区】比嘉まどか 【台東区】藤山久美子
- 【目黒区】牛渡一茂 【大田区】木村美智子 中野美佐子
- 【葛飾区】鈴木浩和 【新宿区】山田洋子 山口幸江
- 【北区】関本美也子 【練馬区】奈良ともみ 長井陽子



▲大橋町長に派遣期間終了を報告した練馬区職員

第一小学校にグランドピアノが寄贈されました



▲寄贈されたピアノによる演奏会の様子

東日本大震災被災地音楽復興支援「被災地へピアノをとどける会」より松島第一小学校にグランドピアノが寄贈され、1月16日に同校体育館でピアノ発表会が行われました。

発表会では、「被災地へピアノをとどける会」の庄司美智子さんと渋谷由美子さんによる演奏会が行われ、ヴァイオリンと寄贈されたピアノが奏でるきれいな音色に、児童たちは聴き入っていました。

演奏終了後は、大内美怜さん(6年)が「ピアノを寄贈していただきありがとうございました。また、素敵な演奏を聴くことができとても嬉しかったです」と感謝の言葉を贈り、佐藤衿子さん(6年)が庄司さんと渋谷さんに花束を贈呈しました。

松島町職工組合青年部がボランティア活動

松島町職工組合青年部の皆さんが、ボランティア活動の一環として公園の看板の修理や塗装を行いました。

青年部の皆さんは、毎年11月から12月にかけて、職人の技術をボランティアとして活かす展開しています。今年は、垣の内児童公園の看板を修理し、きれいに塗装していただきました。



▲職人の腕を振るい公園の看板をきれいにした松島町職工組合青年部の皆さん

松島三師会から各学校・幼稚園に加湿器を寄贈

昨年の12月に松島三師会から町内の各小・中学校、幼稚園に加湿器56台が寄贈されました。

寄贈された加湿器は各施設で、園児や児童生徒の健康管理に利用しています。



▲加湿器を保育室で利用している松島第二幼稚園の園児たち

健康館デイサービスセンターが土曜日も利用可能に！利用人数も増員

平成24年2月より、松島町健康館デイサービスセンターの開所日について、土日も開所となり、利用人数も18人に増員しました。なお、日曜・祝日はお休みです。ご利用希望の方は、ケアマネージャーにご相談ください。

●問合先 松島町健康館デイサービス

☎ 354 - 3305

本の宝箱 (図書室からのお知らせ)



おすすめの本

「笑い三年、泣き三月。」

木内 昇 著

旅まわりの漫才芸人、映画監督志望だった復員兵、活字中毒の孤児。戦争を生き延びた年齢も境遇も違う三人の男がの焼け跡の浅草で出会った。やがて彼らは安劇場にひろわれて、踊り子のアパートで共同生活を送ることに。

戦後の浅草を舞台に、強く逞しく生きる人々を描く。

《 新 刊 》

「やわらかなレタス」	江國 香織 著
「月の上の観覧車」	荻原 浩 著
「錨を上げよ(上下)」	百田 尚樹 著
「慈雨の音 流転の海第6部」	宮本 輝 著
「陰陽師 醍醐の巻」	夢枕 獏 著
「もしもし下北沢」	よしもと ばなな 著
「希望 命のメッセージ」	鎌田 實 著

《 児童書の新刊 》

「ねずみさんのおかいもの」	多田 ヒロシ 絵
「やきいもの日」	村上 康成 絵
「コクリコ坂から」	宮崎 吾朗 監督

《 図書室 》

- 平日 10:00～18:00
- 土・日・祝日 10:00～16:00
- 休館日 月曜日、月曜日が祝日の場合は翌日
今月は6日・13日・20日・27日が休館です。
- 問合先 勤労青少年ホーム ☎ 354 - 4036

米寿おめでとう (1月の敬老祝い金贈呈者)

- | | |
|----------------|---------------|
| ◆中村志づゑさん (松島) | ◆藤井穫穰さん (磯崎) |
| ◆緑山 花さん (松島) | ◆宍戸まささん (磯崎) |
| ◆大宮司喜美子さん (松島) | ◆櫻井良子さん (幡谷) |
| ◆齋藤くに子さん (高城) | ◆佐藤はる子さん (根廻) |
| ◆西澤ちよさん (松島) | ◆山田シヅエさん (本郷) |

寄付・寄贈

町へ
松島中学校昭和53年度卒同窓会 (櫻井和郎代表)より
金 50,000 円
紫神社氏子青年会 (渡邊浩行会長)より
スクールパトロール用ジャンパー 20 着
社会福祉協議会へ
松島ライオンズクラブより マスク 2 箱

募集

奨学生募集

平成24年度の奨学金貸与者を募集します。

詳しくは、松島町教育委員会教育課学校教育班までご連絡ください。

●申請期間

2月1日(水)～3月30日(金)

●問合せ先 教育課学校教育班

☎354-5713

自衛官募集

幹部候補生(一般・技術)

●資格 22歳以上26歳未満の者

●受付期間 2月1日(水)～4月27日(金)(締切日必着)

●試験期日 1次:5月12(土)・13日(日)は飛行要員のみ 2次:6月12(火)～15日(金)のうち指定する日 海・空飛行要員のみ 3次:(海)7月9日(月)～13日(金)のうち指定する1日 (空)第1回 7月21日(土)～7月26日(木) 第2回 7月28日(土)～8月

2日(木) 第3回 8月4日(土)～8月9日(木) ※天候により、さらに2日間延長する場合があります。

●合格発表 1次:6月1日 海・空飛行要員のみ 2次:(海)7月2日(月)、(空)7月6日(金) 最終:(陸・海)8月3日(金)、(空)9月7日(金)

●入(校)隊

平成25年3月下旬～4月上旬

予備自衛官補(一般公募)

●資格 18歳以上34歳未満の者

●受付期間 1月11日(水)～4月4日(水)(締切日必着)(第1回で採用予定数に達した場合、第2回は実施しない場合があります。また、技能公募との併願は可能ですが採用の段階で、一般と技能のどちらか一方を選択することになります)

●試験期日 第1回:4月13日(金)～16日(月) 第2回:10月12日(金)～15日(月)(どちらか1日を

指定)

●合格発表 第1回:5月18日(金) 第2回:11月16日(金) 最終:(陸・海)8月3日、(空)9月7日

予備自衛官補(技能公募)

●資格 18歳以上で国家免許資格等を有する者(資格により53歳未満～55歳未満の者)

●受付期間 1月11日(水)～4月4日(水)(締切日必着)(第1回で採用予定数に達した場合、第2回は実施しない場合があります。また、技能公募との併願は可能ですが採用の段階で、一般と技能のどちらか一方を選択することになります)

●試験期日 第1回:4月13日(金)～16日(月) 第2回:10月12日(金)～15日(月)(いずれか1日を指定)

●合格発表 第1回:5月18日(金) 第2回:11月16日(金)

●問合せ先 自衛隊宮城地方協力本部 石巻地域事務所

☎・FAX 0225-83-6789

まつしまの相談窓口

相談事業	日時	場所・主催	対象	内容等	問合せ先
弁護士による無料法律相談(予約制) 弁護士 小川真儀	2月14日(火) 午前10時～午後5時	役場3階 会議室	町民 1人原則30分	多重債務問題、離婚問題、相続問題など。相談は無料で秘密厳守します	企画調整課まちづくり支援班 ☎354-5809
人権なんでも相談	2月7日(火) 3月6日(火) 午前10時～午後3時	勤労青少年 ホーム	町民	人権擁護について	町民福祉課福祉班 ☎354-5706
行政相談				行政相談について	企画調整課まちづくり支援班 ☎354-5809
消費生活相談				消費生活相談について	産業観光課商工観光班 ☎354-5708
生活保護相談	2月10日(金)・24日(金) 午前10時～午後3時	役場3階 会議室	町民	生活保護に関する相談	町民福祉課福祉班 ☎354-5706
不登校電話相談	平日 午前9時～午後3時	塩釜市 けやき教室	塩釜市・多賀城市・松島町・利府町・七ヶ浜町の小中学生及び保護者	小中学生を対象にした不登校に関する電話相談・学校復帰指導	塩釜市けやき教室 ☎364-5141
健康電話相談	平日 午前8時30分～午後5時	保健福祉 センター どんぐり	町民	健康に関する相談	健康づくり(保健師・栄養士) ☎355-0703
発育発達電話相談				育児・子どもの発育・発達の不安に関する相談	子育て支援センター ☎354-6888
高齢者に関する電話相談				高齢者の介護・生活等に関する相談	地域包括支援センター ☎354-6525
こころの相談(予約制)	2月・3月は松島町での相談はありません。近隣市町村の会場をご紹介しますことができますので、お問い合わせください。		塩釜保健所管内に 居住する方	こころの問題を抱えた本人や家族の相談	町民福祉課健康長寿班 健康づくり担当 ☎355-0703
ひきこもり・思春期こころの相談(予約制)	2月8日(水) 3月8日(木) 午後1時30分～午後4時30分	宮城県多賀城分庁舎(塩釜保健所主催)		ひきこもりや、思春期の心の問題を抱えた本人や家族の相談	塩釜保健所 障害者支援班 ☎706-1217
アルコール・薬物相談(予約制)	3月23日(金) 午後2時30分～午後5時			アルコールや薬物の問題を抱えた本人や家族の相談	

お知らせ

犬・猫引き取り日

- 日時 2月9日(木)、2月23日(木)
午前10時～正午
- 場所 塩釜保健所
(多賀城市鶴ヶ谷1-4-1)
- 問合せ 塩釜保健所 ☎367-7051

2月の納期限

町税などは、便利で忘れない、しかも安全な口座振替を利用しましょう。

- 納期 2月29日(水)
- 国民健康保険税 9期
- 介護保険料 6期
- 後期高齢者医療保険料 8期
- 問合せ
課税については
税務班 ☎354-5703
納付については
特別滞納整理室 ☎354-5913
介護保険料については
健康長寿班 ☎355-0677
後期高齢者医療保険料については
町民サービス班 ☎354-5705

国民健康保険被保険者証兼 高齢受給者証の交付について

国民健康保険加入者で今月70歳になる方(2月2日～3月1日生まれ)へ、高齢受給負担割合が記載された国民健康保険者証を郵送します。なお、現在お持ちの被保険者証については、役場町民福祉課国保窓口へ返還してください。

- 発送日 2月20日(月)
- 問合せ 町民福祉課
町民サービス班 ☎354-5705

16ミリ映写機操作技術講習会

- 期日 3月21日(水)、22日(木)
- 会場 利府町公民館(十符の里プラザ内)
- 定員・受講料 4人・無料
- 認定 講習を修了し、学科及び実技検定に合格した方に認定証を交付します
- 申込み・問合せ 松島町中央公民館 ☎354-6525 2月13日から先着順で受け付けます

農家相談会の開催について

- 日時 2月6日(月)、7日(火)
午前10時～午後3時
- 場所 中央公民館 講座室
- 相談項目 農地の所有権移転、農業者年金などについて
- 問合せ 農業委員会 ☎354-5707

結婚相談会のお知らせ

自らの結婚のこと、子どもの結婚でお悩みの方を対象に結婚相談会を開催します。相談は無料です。

- 日時 2月29日(水) 午前10時～午後3時 お一人さま45分程度
- 会場 中央公民館 会議室
- 募集定員 8人(事前に電話予約)
- 対象者 結婚について真剣に考えている49歳までの独身男女またはその家族の方

- 申込み・問合せ みやぎ青年交流推進センター ☎293-4638

介護者交流会のお知らせ

- 日時 2月23日(木)
午前10時～12時30分頃
- 場所 保健福祉センターどんぐり
- 内容 日頃の介護についての情報交換、介護保険サービス等の情報提供など
- 申込み・問合せ 町民福祉課健康長寿班
松島町地域包括支援センター ☎354-6525

ふれあいの湯 お休みのお知らせ

施設内の清掃業務を行うため、下記の期日はお休みします。

- 日時 2月29日(水)
- 問合せ 町民福祉課健康長寿班 ☎355-0666

軽自動車の名義変更手続きや 車検はお早めに

毎年3月は、名義変更など各種手続きや検査申請が集中し大変混雑します。手続きはお早めに。

- 窓口の受付時間
平日 午前8時45分～午前11時45分 午後1時～午後4時
- 問合せ 軽自動車検査協会宮城主管理事務所 ☎284-1368

休日・急患診療のご案内

診療場所	診療日	受付時間	診療科目
松島病院	日曜・休日(国民の祝日) 年末・年始(12月31日～1月3日)	昼夜間	内科
塩釜地区 休日急患 診療センター	日曜・休日(国民の祝日) 年末・年始(12月31日～1月3日)	8:45～11:30 13:00～16:30	内科・小児科
	土曜日(休日に当たる日を除く)	18:30～21:30	小児科 (15歳まで)

- 問合せ 松島病院 松島町高城字浜1-26 ☎354-5811
塩釜地区休日急患診療センター 塩釜市錦町7-10 ☎366-0630

歯科休日診療

2月5日(日)	大平デンタルクリニック	塩釜市宮町3-19	☎366-7425
2月11日(土祝)	大澤歯科医院	多賀城市笠神4-3-45	☎366-1615
2月12日(日)	浮島歯科クリニック	多賀城市浮島1-12-10	☎368-2201
2月19日(日)	刀根歯科医院	利府町青葉台3-1-85	☎356-7555
2月26日(日)	泉沢歯科医院	塩釜市泉沢町17-15	☎363-2306
3月4日(日)	川村歯科医院	塩釜市港町2-5-12	☎362-1516

新成人の皆さん おめでとうございます

20歳になったら国民年金

国内に居住する20歳以上60歳未満のすべての人は国民年金に加入し、国民年金の保険料を納めることとなります。

収入等がなく保険料の支払いが困難な場合は「学生納付特例制度」(学生のみ)、「若年者納付猶予制度」(30歳未満)などの保険料免除制度があります。

国民年金(基礎年金)3つのメリット

1. 老後を支えます【老齢基礎年金】
2. 病気やけがで障害の状態になったときに支えます【障害基礎年金】
3. 加入者が亡くなったとき、子のいる配偶者・子を支えます【遺族基礎年金】

●問合先 仙台東年金事務所 ☎0220-257-6115

世代と世代の支え合いの仲間入り

公的年金制度は、現役世代が納める保険料で高齢者の方の年金を負担するという「世代と世代の支え合い」が基本です。

公的年金制度は2階建て

日本の公的年金制度は、2階建て構造になっています。



子ども手当の申請 手続きはお済みですか

平成23年10月から子ども手当制度の改正があり、すべての方が改めて申請が必要となります。

申請期限が3月末となりますので、まだ手続きしていない方はお早めに手続きを済ませてください。

それ以降は、申請した翌月分からしか手当は受けることができませんので、ご注意ください。 ※出生や転入等により申請される方は、15日以内に手続きしてください

※公務員の方は、勤務先にご確認ください

●問合先 町民福祉課福祉班 ☎354-5706

高齢者肺炎球菌ワクチン 接種費の助成について

東日本大震災により被災した宮城県内の高齢者を支援するために、日本赤十字社と宮城県医師会の共同事業として、70歳以上の方の高齢者肺炎球菌ワクチンの接種費用が助成されます。肺炎球菌は高齢者の肺炎の原因の中で最も多いと言われており、ワクチンの接種によって肺炎の予防と重症化の防止につながります。

●助成内容

高齢者肺炎球菌ワクチンの接種費

●助成額 ワクチン接種費用全額を日本赤十字社が負担(自己負担なし)

●助成対象者

平成24年3月31日までに70歳以上になる方で、被災者に限らず宮城県内に住所を有する方(震災時、宮城県内に住所を有していた方を含む)

●実施期間

平成23年10月15日～平成24年3月31日 ※接種予定数に達し次第終了。

●接種可能医療機関 宮城県内の医療機関

※各医療機関にお問合わせの上、直接受診してください。(町からの受診券の交付はありません)

●問合先 町民福祉課健康長寿班 健康づくり担当 保健師 ☎355-0703

予防接種はお済みですか

対象者でまだ接種がお済みでない方は、お早めにお受けください。

麻しん風しん混合(MR)ワクチン

対象者		接種期間
第1期	生後12カ月以上、24カ月未満の方	3月31日まで (厳守)
第2期	小学校入学前年度に該当する方 (平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれ)	
第3期	中学1年生に相当する年齢の方 (平成10年4月2日～平成11年4月1日生まれ)	
第4期	高校3年生に相当する年齢の方 (平成5年4月2日～平成6年4月1日生まれ)	

二種混合ワクチン

対象者	接種期間
11～12歳(標準接種年齢11歳) ※小学校6年生(平成11年4月2日～平成12年4月1日生)に昨年4月に受診券をお送りしました。	3月31日まで 13歳になる前日まで無料券を使えますが、できるだけ早めにお受けください。

●接種場所

指定医療機関(予約が必要な場合がありますので、事前に医療機関に連絡してから受診してください)

●持ち物

母子健康手帳、予診票及び個人票(紛失された方や、転入等によりお持ちでない方は、下記までご連絡ください)

●料金 接種期間を過ぎると、料金が自己負担となります。

●問合先 町民福祉課健康長寿班 健康づくり担当 保健師 ☎355-0703

第7回 「松島検定」のお知らせ

- 日時 2月29日(水) 午前10時30分～
- 会場 中央公民館 研修室
- 検定方法
 - ①回答時間 45分間
 - ②設問50問、全問4択問題(番号で解答)
- 合格認定等
 - ①40問以上正解した方を合格とし「認定証」を授与します
 - ②受験・認定とも無料
- 申込締切 2月22日(水)まで
- 申込方法 氏名(ふりがな)、住所、年齢、性別、電話番号を明記し、郵送またはFAXで申込みください。下記および役場産業観光課に申込用紙があります。
- 申込み・問合せ先 (社)松島観光協会
☎354-2618 FAX354-6196

1日ハローワーク in 松島 (出張ハローワーク)を開催します

身近な場所で就職情報の提供が受けられるようハローワーク塩釜と宮城職業訓練支援センターの職員が出向き、「1日ハローワーク」(出張ハローワーク)を開催します。お気軽にお申し込みください。

- 日時 2月28日(火) 午前10時～午後3時
- 場所 中央公民館 大集会室
- 内容 職業紹介・職業相談・職業適職診断、職業訓練等相談
- 対象者 就職を希望する町民(年齢は問いません)
- 定員 40人(1人20分程度)。完全予約制。
- 予約方法 2月6日(月)午前9時から受付開始し、定員になり次第締め切ります。平日の午前9時～午後5時までに電話でお申し込みください(先着順)
- 主催 松島町、ハローワーク塩釜
- 共催 宮城職業訓練支援センター
- 申込み・問合せ先 産業観光課商工観光班 ☎354-5708

第34回 松島復興かき祭り

津波にも負けず大きく育った松島湾のかきをたっぷり堪能できます。毎年、長蛇の列ができる大人気の「かき鍋」や「殻焼き」の試食コーナーのほか「炉端体験コーナー」、特設ステージでのイベントなど内容盛りだくさんです。今年松島産のかきの生産量が少ないため、全国にかきの提供を呼びかけ、日本三景の宮島(広島産)・天橋立(京都・舞鶴産)のかきと地元松島産のかきの食べ比べが楽しめる特別なお祭りになります。

また、松島特産の「かき」の再生を願う「かき再生復興基金」も行われます。
※かき不足のため、売切れ次第終了となる場合があります。

- 日時 2月4日(土) 午前10時～午後2時
2月5日(日) 午前9時～午後2時
- 場所 松島海岸グリーン広場
- 内容 かき鍋の無料試食、炉端体験、かき供養祭など
- 問合せ先 松島かき祭り実行委員会事務局
(松島観光協会内) ☎354-2618



献血にご協力をお願いします

- 日時 2月4日(土)、5日(日) 午前9時～午後3時
 - 場所 松島海岸グリーン広場(かき祭り会場)
 - 内容 全血献血(400ml・200ml)
- ※採血基準の改正により、これまで男女ともに18歳以上の方にお願ひしていた400ml献血は、男性に限り17歳以上の方にもご協力いただけるようになりました。皆さまのご協力をお願いします。
- 問合せ先 町民福祉課健康長寿班 健康づくり担当 ☎355-0703

ウィーンフィル前コンサートマスター来松! ゲーデ兄弟弦楽トリオ被災地応援ツアー

最高峰の音楽を皆さまに。

- 日時 2月23日(木)
開場:午後6時
開演:午後6時30分
- 場所 中央公民館
- 入場料 無料
- 主催 ジャパンケーブルネット(株)
- 共催 NPO法人フレンドシップコンサート
ジャパンケーブルネットグループ
- 協賛 オーストリア航空(株)
- 問合せ先 教育委員会教育課生涯学習班 ☎354-5714



ふれあいコンサート



- 日時 2月25日(土) 午後1時～
- 会場 中央公民館
- 入場料 無料
- 演奏者 陸上自衛隊東北方面音楽隊
- 問合せ先 中央公民館 ☎353-3030



みんなの伝言板

第2回親子クッキング教室

旬な野菜をたっぷり使ってひな祭りに向けたメニューを作ります。

- 日時 2月18日(土) 午前10時～
- 場所 中央公民館 調理室
- 会費 親子2人で1,000円
(1人追加ごとに500円)
- 持ち物 エプロン、三角巾
- 定員 20人
- 申込み・問合せ
J A 仙台松島支店
担当 高橋・柴田 ☎ 354 - 2101

松島善意通訳者の会 英語サロン開催のお知らせ

ニュージーランドとマオリの文化を英語で聞いてみませんか。

- 日時 2月20日(月)
午前10時30分～正午
- 場所 中央公民館 1階会議室
- 演題
ニュージーランドとマオリ文化
- 講師 ルーク・ブラッドレイ先生
(松島中学校ALIT)
- 問合せ 事務局 大浦
☎ 354 - 3678

平成23年度東北学院同窓会 松島支部総会ならびに懇親会

- 日時 2月26日(日)
総会 午前11時～
懇親会 総会終了後
- 場所 ホテル絶景の館
(松島町松島字東浜4 - 6)
- 参加費 1,000円
- 申込み・問合せ ホテル絶景の館
赤間 勝 ☎ 354 - 3851

全国一斉 法務局休日相談所

- 日時 2月12日(日)
午前10時～午後3時
- 場所 イオンモール利府
- その他 相談無料・予約不要
当日はフリーダイヤル「☎ 0120-227-746」でも相談を受け付けます。
- 問合せ 仙台法務局民事行政調査官室 ☎ 225-5720

自動車の登録・検査の 手続きについてのお願い

自動車の登録や検査の手続き(名義変更・住所変更・廃車・車検など)をする方々は3月に集中しますので、手続きはできるだけ早めにお願ひします。

- 窓口の受付時間
平日 午前8時45分～正午
午後 午後1時～午後4時
- 問合せ 東北運輸局宮城運輸支局
登録関係 ☎ 050 - 5540 - 2011
検査関係 ☎ 022 - 235 - 2513

塩釜税務署からのお知らせ

所得税(譲渡所得を含む)・消費税・地方消費税・贈与税の確定申告書作成会場マリンゲート塩釜3階マリンホールに開設しています。

- 開設期間
2月1日(水)～3月15日(木)
(土・日・祝日除く)
- 開設時間 午前9時～午後4時
※塩釜税務署内には確定申告書作成会場を開設していませんので、確定申告書作成会場「マリンゲート塩釜をご利用ください」なお、確定申告書等の提出については、税務署窓口でもお受けします。
- 申告と納税の期限 所得税・贈与税は3月15日(木) 消費税・地方消費税は4月2日(月)
- 問合せ 塩釜税務署 ☎ 362 - 2151 (代表)

「経済センサス-活動調査」 を行います

平成24年2月1日を基準日に「経済センサス-活動調査」を行います。

この調査は、日本国内すべての事業所・企業様の『経理事項』を同一時期に把握する、日本初の調査です。

東日本大震災直後の全産業のデータを把握することで、官民間問わず中長期スパンでみた復興のための基礎資料となり得る調査です。

復興・復旧活動でお忙しいかとは思いますが、正確な数値の把握には皆様のご理解が必要不可欠です。宮城県知事に任命された調査員がお伺いしますので、調査の主旨・必要性をご理解いただき、調査票への記入をお願いします。

経済センサス-活動調査の詳細は総務省統計局ホームページで確認できます。

全国一斉 春の火災予防運動 3月1日(木)から3月7日(水)

春先にかけて強い風が吹き、空気も靉相し、火災の発生しやすい時季となりますので火の取り扱いには十分ご注意ください。

- 問合せ 塩釜地区消防事務組合代表電話
☎ 361 - 0119 (消防本部指令課)
松島消防署 ☎ 354 - 4226

松島町水泳スポーツ少年団 入団体験会

- 日時 2月4日(土)、11日(土)、
18日(土)、25日(土)
午後4時30分～午後5時30分
- 集合 午後4時10分
- 場所 温水プール 美遊
- 持ち物 水着・プールキャップ・バスタオル・ゴーグル(持っている人)
- その他 プールに入れるのはお子さんだけです。
- 問合せ 松島町水泳スポーツ少年団 渥美 ☎ 090-6852-2548

健康ランド

マタニティ(保健福祉センターどんぐり)

2月6日(月)、20日(月) 母子健康手帳の交付
受付 9:30～11:00

※上記の日程で都合の悪い方は、事前にご連絡ください。

☎ 355-0703

2月24日(金) マタニティ歯科健診
受付 13:00～13:15

- 対象 町民で妊娠中の方ならどなたでも参加できます。
- 持ち物 母子健康手帳
- 申込み・問合せ先 町民福祉課健康長寿班 ☎ 355-0703

乳幼児健診等(保健福祉センターどんぐり)

2月3日(金) 3歳6カ月児健診 (H20.7月～8月生)
受付 12:30～12:45

2月7日(火) ハイハイ赤ちゃんセミナー
(H23.6月～7月生)
受付 9:30～9:45

1歳6カ月児健診 (H22.6月～7月生)
受付 12:30～12:45

2月8日(水) 1歳児パクパク教室
(H22.12月～H23.2月生)
受付 9:30～9:45

3月2日(金) 3～4カ月児健診
(H23.10月6日～12月2日生)
受付 12:30～12:45

シルバー昼食会

2月2日(木)、16日(木) あったか～い(どんぐり3班)
2月3日(金)、17日(金) あったか～い(品井沼)
2月7日(火)、21日(火) あったか～い(どんぐり1班)
2月8日(水)、22日(水) あったか～い(どんぐり4班)
2月14日(火)、28日(火) あったか～い(どんぐり2班)

健康づくり事業(保健福祉センターどんぐり)

2月6日(月) 動楽ウォーキング教室
2月10日(金)、24日(金) 減る脂クラブ
2月20日(月) ノルディックウォーキング教室

健康増進機器利用講習会(保健福祉センターどんぐり)

平日(1人30分程度)※事前に予約が必要です。

- 問合せ先 町民福祉課健康長寿班 健康づくり担当
☎ 355-0703

『健康の日』のお知らせ

日々の暮らしの中で無理なく体を動かし健康をつくるために、「健康の日」に参加して楽しく運動してみませんか？
お誘いあわせのうえ、ぜひご参加ください。



- 日時 2月10日(金) 10:00～11:30
- 場所 松島町温水プール 美遊
- 内容 健康体操(リズム体操、ストレッチ体操ほか)
- 参加費 300円(券売機で利用券を購入してください。)
- 持参する物 運動しやすい服装・運動靴・タオル
- 申込み・問合せ先
2月9日(木)まで電話でお申込みください。
町民福祉課健康長寿班 健康づくり担当 ☎ 355-0703

《脱メタボ大作戦!》 第9回

寒い日が続きますが、いかがお過ごしですか。

年末年始は美味しいものをつい食べ過ぎてしまった方もいるのではないのでしょうか。体重が増えてしまった方は、戻すのが大変になる前に頑張って修正をしましょう。

体重を減らそうと思うと、まず「食べる量を減らす」ことを考える方が多いと思います。もちろん食べる内容や量を考えることも大事ですが、「いつ食べるか」も生活習慣病に深く関わっています。食事内容に気をつけているのになかなか体重が減らない…という方は、食事時間を振り返ってみましょう。

朝食べたものは昼間の活動でエネルギーとして使われますが、夜食べたものは脂肪として体に蓄えてしまいます。夕食は就寝の2～3時間前までに済ませ、夕食後は間食しないことが大切なポイントです。まず1日のすべての食事が12時間以内に収まっているかどうか振り返ってみてください。朝食が7時であれば、夕食が19時までに済んでいれば良いリズムです。ただ、仕事をしている方は、12時間以内に夕食を取るのなかなか難しいと思います。その場合は、夕食を軽めにして、朝食をしっかり取ることをお勧めします。

一般に、朝食・昼食・夕食のエネルギーバランスは、3:3:4が良いとされています。1日1650kcalとすると、朝500kcal、昼500kcal、夕650kcalですが、夕食が夜遅くなる場合は、500kcal程度に抑えて、朝を増やすと良いと思います。

また、生活習慣病の予防には、食事、運動とともに「休養」も大切です。夜更かしせずしっかりと睡眠をとること、そして朝は朝日を浴びて朝食をしっかり取ることで、生体リズムが整います。規則正しい生活と食べる時間に気をつけることで、減量できる場合もありますので、まずは自分の生活を振り返ってみましょう。

～食事時間のポイント～

1. 朝日を浴びて、朝食をしっかり取る。
2. 夕食は、就寝2～3時間前までに取る。
3. 1日の食事はできるだけ12時間以内に済ませる。

- 問合せ先
町民福祉課健康長寿班 健康づくり担当 ☎ 355-0703

本町では震災からの復旧で、多くの方々のご協力に支えられました。
このコーナーでは、その中で、心温まるエピソードなどをお伝えします。

僕たち、私たちも応援しています

松島を想う全国の子どもたち



▲応援寄せ書きが書かれた旗を受け取った
松島第一小学校の児童たち

平成23年3月11日の東日本大震災発生以降、全国の子どもたちからの支援が続いています。

山形県酒田市立中平田小学校からは義援金・寄附金や応援寄せ書きが書かれた旗、メッセージ入りDVDなどが、三重県南伊勢町立南島東小学校、南海小学校、宿田曾小学校、南島西中学校からは寄せ書きなどをいただきました。

このほかにも、「愛」をテーマにした絵画や松島の景色を描いた絵、メッセージが書かれた色紙などを送ってくれた方々がたくさんいます。「松島の景色がとてもきれいで、僕は松島が大好きです。頑張ってください!」「頑



▲心温まるメッセージが詰まった色紙

張ってください!私たちがみんなが支えています」「いつまでも応援しています。いつかきっと、松島にありがとうの花が咲き誇りますように」など、絵画や色紙は心温まるたくさんの言葉で埋め尽くされていました。

全国の皆さんからいただいた励ましのメッセージは、役場庁舎や公民館、各学校などに掲示し、町民のみなさんが勇気もらっています。

ご支援・ご声援ありがとうございました。



▲「愛」をテーマにした絵画

第34回 松島復興かき祭り

2月4日(土) 午前10時～ 松島海岸
2月5日(日) 午前9時～ グリーン広場

毎週月曜日は窓口業務を 午後7時まで延長しています

住民の皆さんの利便性を図るため、各種証明書の発行、公金の収納業務について、毎週月曜日は午後7時まで窓口業務を延長しています。

(ただし、月曜日が祝祭日の場合は翌日になります)



町の人口

(H24年1月1日現在:住民基本台帳)

()は前月比

男 7,400人(-11) 人口 15,323人(-15)

女 7,923人(-4) 5,495世帯(6)

広報まつしま

2012 2月号 No.446

編集と発行 宮城県松島町企画調整課まちづくり支援班

〒981-0215 宮城県宮城郡松島町高城字町10番地

TEL. 022-354-5809 FAX. 022-354-3140

ホームページアドレス <http://www.town.miyagi-matsushima.lg.jp/>

メールアドレス info@town.matsushima.miyagi.jp

浅井元義スケッチシリーズ Part II

日本三景 松島の四季

2



▲厳肅な雰囲気醸し出す瑞巖寺洞窟群

秋の紅葉ライトアップでは洞窟群にも光が灯り、日中とは違った雰囲気です。霧気独特の厳肅な雰囲気醸し出しています。松島は古来「奥州の高野」と呼ばれ、浄土往生を祈念する神聖な霊場でした。洞窟群には五輪塔や笠付塔婆など無数の墓標が安置され、霊場独特の厳肅な雰囲気醸し出しています。

松島は古来「奥州の高野」と呼ばれ、浄土往生を祈念する神聖な霊場でした。洞窟群には五輪塔や笠付塔婆など無数の墓標が安置され、霊場独特の厳肅な雰囲気醸し出しています。

瑞巖寺 洞窟群

(松島字町内)