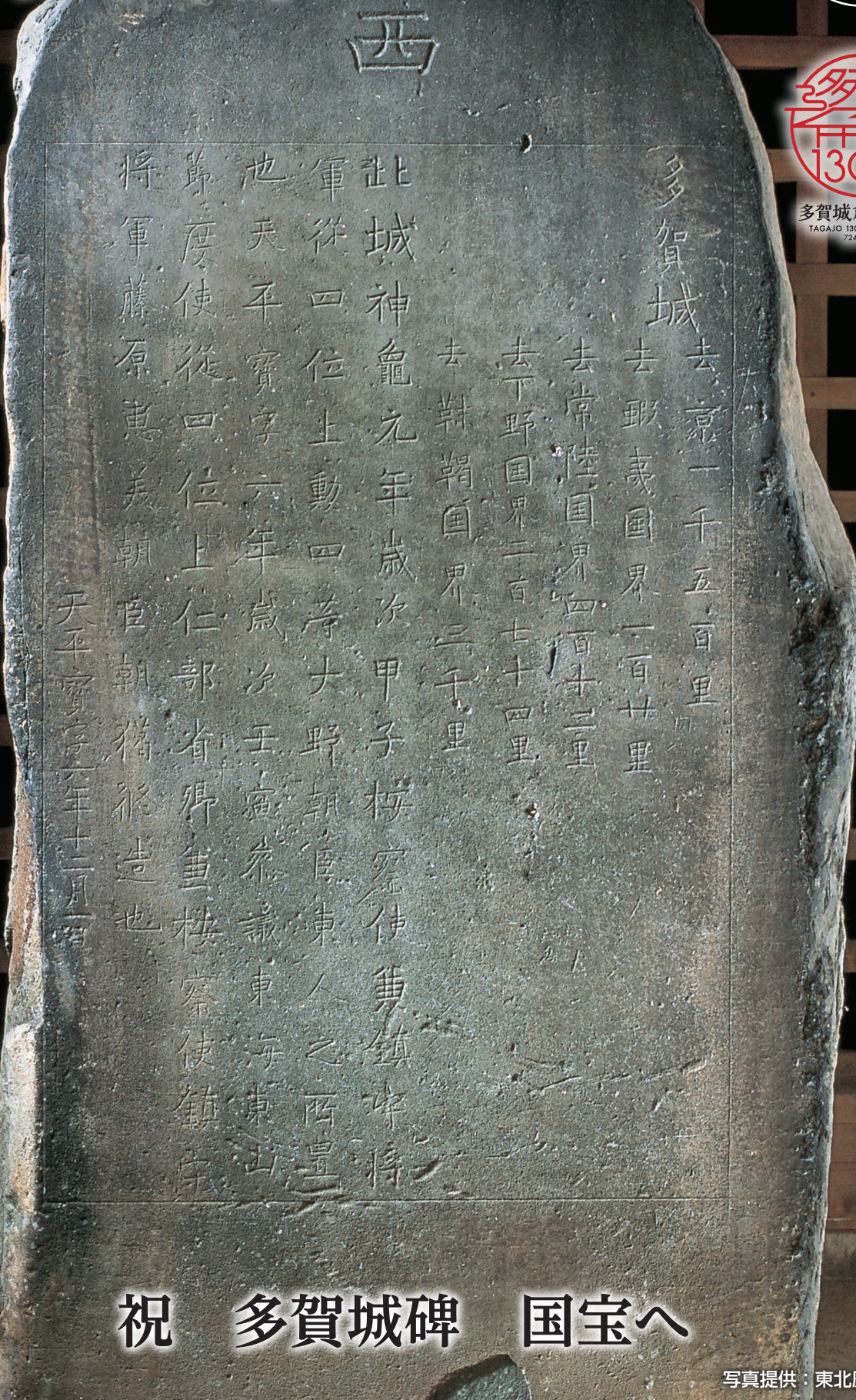


多賀城 NOW

広報多賀城
5
May.2024
No.627



多賀城 去京一千五百里
 去野田国界一百廿里
 去常陸国界四百廿三里
 去下野国界二百七十四里
 去鞆鞆国界三千里

北城神龜元年歲次甲子梅窓伊集原鎮守將
 軍從四位上勳四等大野朝臣東人之西皇
 也天平寶字六年歲次壬寅奏議東海黃山
 將軍藤原實朝臣朝孫造也

天平寶字六年十二月

祝 多賀城碑 国宝へ

写真提供：東北歴史博物館

まちづくり
多賀城 NOW 第627号
2024年5月1日号

5

多賀城NOWは、再生紙と植物油インキを使用し、環境にやさしい印刷をしています。

発行 多賀城市 編集 総務部地域コミュニティ課
022-368-2092
多賀城市公式LINE @tagajo531
宮城県多賀城市中央二丁目一番一号
www.city.tagajo.miyagi.jp

フォトピックス「すくっぴー 親子 DE 食育」

3月26日、多賀城創建1300年記念事業「食育でつなぐ、つなげる1300年」の一環として、市内の親子が、市内認可保育所の栄養士が考案した「古代米香味みそ焼きおにぎり」と「タガベジスープ」を作って食べました。

古代米ごはんを握ってホットプレートで焼き、焼き上がったおにぎりに香味みそを塗ったり、ハートや星の抜型を使って、スープに入れる野菜の型抜きを行いました。

また、市栄養士による講話では、野菜や古代米などの地場産品についてクイズ形式で知ることでもでき、親子と一緒に食育の時間を楽しみました。

参加者は、「また親子で参加したい。」や「おにぎりやスープならお家でも簡単に作れそう。」などと感想を話していました。



ラップを敷いて古代米を握る
 おにぎりに焦げ目をつけたよ
 香味みそを塗って美味しくなあれ
 野菜の型抜きに挑戦！
 市栄養士からのクイズを親子で楽しむ
 タガベジスープと古代米香味みそおにぎり



すくすく育ってね
 秋山瑞季さん
 楓乃ちゃん (0歳5カ月)



すくすく育ってね
 情野美季さん
 琉風くん (0歳5カ月)



すくすく育ってね
 三浦菜摘さん
 湖夏ちゃん (1歳9カ月)



すくすく
げんき
Family

*掲載した内容・行事などが変更・中止・延期になる場合があります。最新の情報は市HPを確認するか、担当課へお問い合わせください。
 *「QRコード」は株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

多賀城市公式LINE
 緊急の防災情報から普段使える生活情報まで、気軽に確認できます。
 地域コミュニティ課広報広聴係
 ☎ 368-2092

多賀城市防災情報アプリ
 本市の防災情報を取得できる市公式のアプリです。
 危機管理課防災減災係
 ☎ 368-2079

多賀城市子育て情報アプリ
 母子健康手帳の成長記録や予防接種のスケジュール管理機能を備えた市公式の子育てアプリです。
 子ども家庭課親子保健係
 ☎ 368-1109

人口と世帯数 (3月末現在) * ()は前月差です。
 人口 61,782人(-201人) / 世帯数 28,304世帯(+27世帯)

防災情報テレホンサービス 防災行政無線の放送内容を
 確認できます。上記防災ア
 プリからも確認できます。
 ☎ 022-309-0228



市内出土木簡・漆紙文書 重要文化財指定へ

さらに、長年の市内での発掘調査で出土した奈良・平安時代の文字資料2件が、文化審議会の答申を受け重要文化財に指定される見通しです。



名称	多賀城関連遺跡群出土木簡
指定区分	重要文化財
時代	奈良・平安時代
点数	105点
所有者	多賀城市
出土遺跡	山王遺跡・市川橋遺跡
概要	「木簡」とは、古代の人々が墨で文字を書いた木の札や木製品のことで、多賀城関連遺跡群出土の木簡には、荷札や付札、題箋軸、習書、文書木簡があります。これらの木簡は、古代の多賀城にもたらされた物品・人の移動や、方格地割を形成する道路や運河の年代が推定できる資料として、極めて重要な資料です。

木簡



漆紙文書

名称	多賀城関連遺跡群出土漆紙文書
指定区分	重要文化財
時代	奈良・平安時代
点数	29点
所有者	多賀城市
出土遺跡	山王遺跡・市川橋遺跡
概要	「漆紙文書」とは、漆を入れた容器の蓋として再利用された文書が、しみ込んだ漆の作用によって地中で腐らずに残ったものです。多賀城関連遺跡群出土の漆紙文書は、古代の戸籍や税の制度や交通制度、陸奥の国務に関わる貴重な公文書であると同時に、集落やまち並みの造営年代を明らかにする意味でも、極めて重要な資料です。

このたび、国の文化審議会が国特別史跡「多賀城跡」に立つ重要文化財の「多賀城碑」を国宝に指定するよう文部科学大臣へ答申したことを受け、多賀城碑が国宝として、正式に指定される見通しです。市内所在の文化財の国宝指定は初めての快挙となります。

多賀城碑

名称	多賀城碑
指定区分	国宝
時代	奈良時代
建立年月日	天平宝字6年(762年)12月1日
所在地	多賀城市市川字田屋場
所有者	国
既指定年月日	平成10年6月30日(重要文化財)
概要	多賀城南門に入ってすぐのところにある奈良時代の石碑で、「壺碑(つぼのいしづみ)」とも呼ばれ、日本三古碑の一つに数えられています。国内でも数少ない奈良時代の石碑で、碑文には、神亀(じんき)元年(724年)に多賀城が創建されたことなど、当時の国の公式記録にも記載がない情報が記されています。奈良時代に書かれた内容をそのまま現代に伝える史料として、多賀城と古代東北史を解明するうえで、歴史的・学術的に非常に価値が高いことが評価されました。

多賀城碑 国宝指定へ



画像提供：東北歴史博物館

多賀城碑には神亀元年(724年) ^{おおのあずまひと}大野東人が多賀城を造営し、天平宝字6年(762年) ^{ふじわらのあさかり}藤原朝獺が多賀城を大々的に修造したという2つの出来事が刻まれており、いずれも古代の歴史書に記されていない歴史的事柄です。

本年、多賀城創建1300年を祝うことができるのは、この多賀城碑の記載があるからに他なりません。

さらに現在復元している多賀城南門の姿は、朝獺が多賀城を修造した際に建てられたものです。

多賀城創建1300年と、そのシンボルとしての南門復元は、碑の記載なくして実現することはありませんでした。

さらに ^{まっかつのくに} 靺鞨国という、中国東北部の部族集団を記すなど、東アジアをも視野に入れた内容は、当時の国際情勢に精通していた朝獺ならではの表現です。

またこの碑は、江戸時代、歌枕「壺碑」とみなされたことで、松尾芭蕉をはじめ文人たちが作品に残し、あるいは研究の対象とするなど、関心を寄せていました。

多賀城碑は歴史史料としてのみならず、文学の面においても特筆すべき、たぐいまれな石碑であると言えるでしょう。



関連イベント

■多賀城碑国宝指定記念講演会開催

日時/5月25日①

14:00～16:00(開場13:30)

場所/市民会館小ホール(文化センター内)

講師/平川 南氏(国立歴史民俗博物館名誉教授)

「多賀城碑が刻む『激動の東アジア世界』」

廣谷和也氏(宮城県多賀城跡調査研究所副主任研究員)

「考古学的成果と多賀城碑」

定員/400人(先着順)

費用/無料

申込方法/埋蔵文化財調査センターに電話

(368-0134・休館日除く)

または右の申込フォームから

申込み



平川 南氏



廣谷 和也氏

■資料展「我が家の多賀城碑」開催

期間/(前期)4月27日①～5月17日①

(後期)5月18日①～6月9日①

※前期と後期で資料の入れ替えがあります。

場所/埋蔵文化財調査センター(文化センター内)

内容/市民所蔵の多賀城碑関連資料を展示します。

費用/無料

■速報展「重要文化財指定の文字たち

—多賀城関連遺跡群出土漆紙文書・木簡—開催

期間/7月20日①～8月25日①

場所/埋蔵文化財調査センター(文化センター内)

内容/重要文化財に指定される文字資料を紹介します。

費用/無料



ライドアラウンド

自転車ですぐ街を巡り、スマートフォンアプリを使って観光スポットやグルメスポットへ行くとポイントがもらえるだけでなく、健康増進のため、ウォーキングでの参加も可能です。巡るコースは

ライドアラウンド in 多賀城
With 松島ベイエリア

Tagayasu
プロジェクト
【連載49】

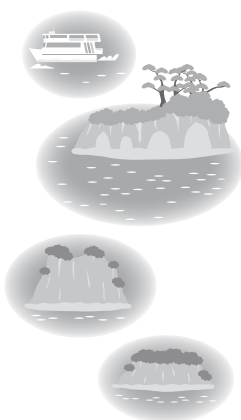
多賀城創建1300年記念事業
「ライドアラウンド in 多賀城 With 松島ベイエリア」

好きな時に好きな場所からスタートできます。獲得したポイントに応じて、豪華賞品を手に入れられるチャンスも！ 賞品に当選しなくても、頑張ったポイントが地域産品と交換できますのでお楽しみに。

昨年度に引き続き、範囲は松島ベイエリア全域で開催します！ スポット数も多くなったので、本市近隣の市町にも足を運んでみてください。

車では見過ごしていた史跡や風景、お店に巡り合えるかもしれません。自分の住むまちの新たな魅力をこの機会に探してみてください。

- 開催期間 5月1日(水)～7月31日(木)
- 場所 市内、松島ベイエリア(塩釜市、松島町、七ヶ浜町、利府町、東松島市)
- 主催 多賀城創建1300年記念事業実行委員会



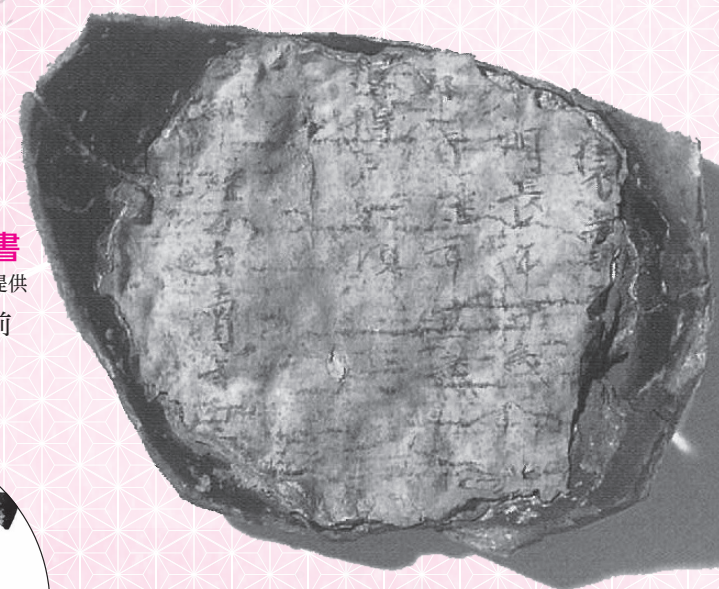
Chapter5

発見! うるしがみもんじょ 漆紙文書

通常、紙は土に埋めると腐ってなくなってしまいます。しかし、漆の作用によって腐らずに保存された文書が全国で初めて多賀城跡の出土遺物の中から確認され、古代の歴史を研究する上での重大な発見となりました。



西暦724年に造られた多賀城は、令和6(2024)年に創建1300年を迎えました。



▶最初に発見された漆紙文書

画像：東北歴史博物館提供

税に関わるもので、人の名前と年齢が書いてあります。

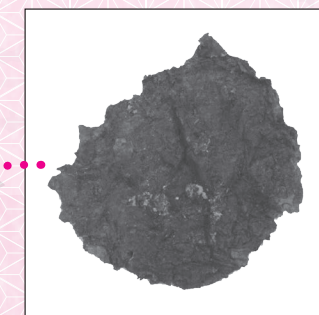


赤外線照射



▲文書の解読

文字が見えにくい場合は、赤外線を当ててモニターテレビで見ると墨がついている文字部分が鮮明に確認できるようになります。



◀漆紙文書ができる仕組み

漆を入れた容器の蓋として役所で使わなくなった文書を再利用します。この時に漆と密着している部分が腐らずに残ります。



*多賀城創建1300年に向け「歴史の風」を拡大し、「歴史の風 創建1300年Special」をお届けします。(令和6年1月号から令和7年1月号までを予定)

埋蔵文化財調査センター ☎368-0134

三井アウトレットパーク 仙台港にレゴで作った多賀城南門を展示中!

三井アウトレットパーク 仙台港のフードコート内に、レゴ多賀城南門と1300年記念大型フラッグを展示中です。

この大型フラッグは、1月に実施した創建1300年オープニングイベントで、JR仙台駅の中央改札前に実際に掲示していたものです。

展示期間中はその迫力を間近で体感することができます。

三井アウトレットパーク 仙台港ご利用の際はぜひお立ち寄りください。



三井アウトレットパーク 仙台港

市内各所に多賀城創建1300年ロゴマークを活用した掲示があります!

いよいよ迎えた多賀城創建1300年を、市内でいっそう盛り上げるため、1300年ロゴマークを活用したさまざまな掲示をしています。掲示場所はJR東日本様のご協力により多賀城駅、国府多賀城駅、陸前山王駅の各駅に掲示しているほか、大代地区公民館付近の県道にも看板を設置しています。各駅ご利用の際などに、ぜひご覧ください。

大代地区公民館
付近の県道



国府多賀城駅
北側階段踊り場



多賀城駅構内エレベータシャフト

わが多賀城市に世界から注目される道があります。

2019年に全線開通したみちのく潮風トレイルです。

市内では多賀城跡や多賀城碑を通ります。これは青森県八戸市から福島県相馬市までを一本につなぐ、1000キロを超えるロングトレイル（長く歩く旅の道）です。

東日本大震災後、環境省の復興事業の一環としてはじまり、本市を含む29の市町村で協力して取り組んできました。トレイル沿線に住む人や事業者の皆さまなど、本当にいろいろな、多くの人々の協力を得て、少しずつ、すくすくと育ち、今年で

全線開通から5周年を迎えます。1000キロ全線を歩いたハイカーの数は150人に近く、部分的に利用するハイカーは年間延べ10万人を超えています。みちのく潮風トレイルは英国タイムズ紙で「日本で訪れるべき14の場所」のひとつに選ばれました。歩いたことで、トレイル沿いの地域のファンになるハイカーはとて多いのです。これからも、大きなバックパックを背負い歩くハイカーを皆で温かく迎え、一緒にこの道を育てていきましょう。

地図はどこで入手できますか？

みちのく潮風トレイルを歩く際は、事前に Hiking Map Book(公式地図)を入手して計画を立てる必要があります。地図はオンラインや沿線のサテライト施設などで購入することができます。詳しくは右のQRコードを確認してください。歩く際は必ず地図を見て歩いてください。



▲ルート情報

注意情報の確認をお忘れなく

台風の影響や工事による通行止めや迂回路などを歩く前に必ず「注意情報」を確認してください。市町村ごとに検索できます。



▲注意情報

みちのく潮風トレイルの情報発信基地

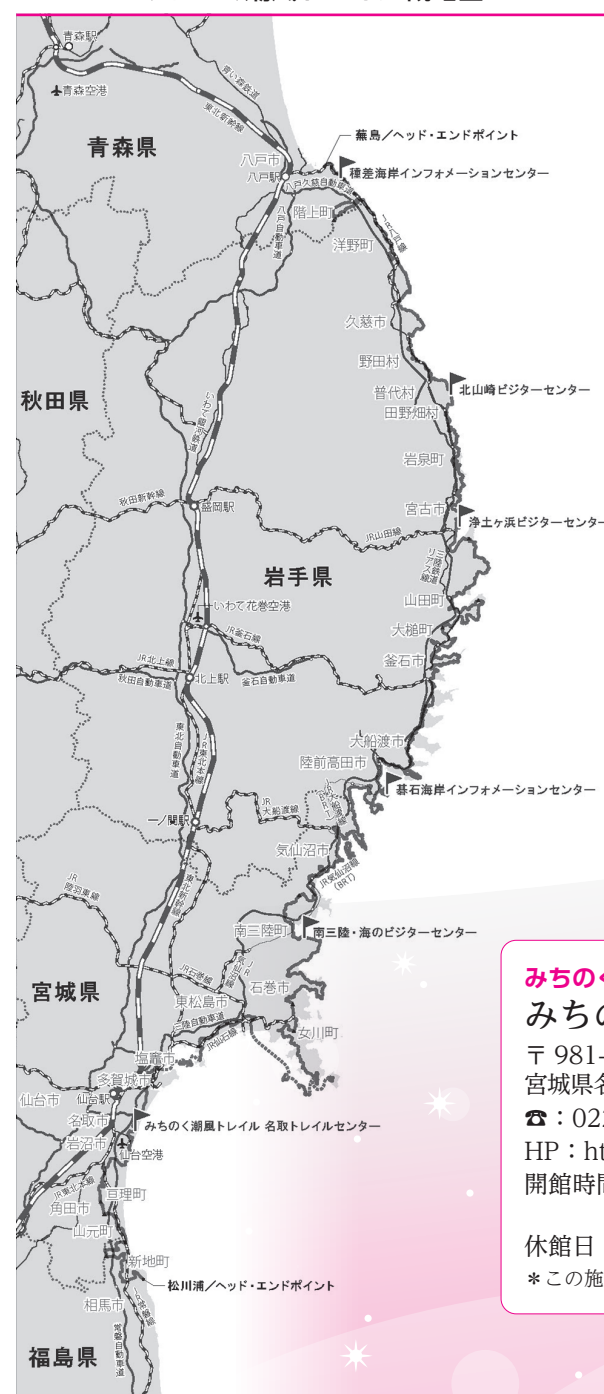
みちのく潮風トレイル 名取トレイルセンター

〒981-1204
宮城県名取市閑上東3丁目12番地の1
☎：022-398-6181
HP：https://www.mct-natori-tc.jp
開館時間：4～11月/9:00～17:00
12～3月/9:00～16:00
休館日：④・12月29日～1月3日
*この施設のほか、各地に5つのサテライト施設があります。



みちのく潮風トレイル Michinoku Coastal Trail

みちのく潮風トレイル概略図



友好都市の窓 山形県天童市

現在も天童氏や家臣の子孫の方々がこの地域に数多く暮らしているという背景からたびたび市民の相互訪問が行われており、平成18年に市民同士の交流から友好都市の関係を結びました。

市内の子どもたちへのプレゼント

毎年6月はさくらんぼPRキャラバン、12月には収穫量日本一を誇るラ・フランスキャラバンが本市を訪れ、市内の保育施設などに果物を届けられています。

さくらんぼの収穫をお手伝いしてみませんか？

天童市をはじめ、山形県を代表する「さくらんぼ」は、収穫期の作業が短期に集中し、労働力不足が問題になっています。そこで山形県や同県内の複数の自治体は「山形県農業労働力確保対策実施協議会」を組織し、労働力不足の緩和に向けた各種取り組みを実施しています。

天童市HPには受入先の情報がありますので、観光と合わせ、さくらんぼの収穫を体験してみたい方は、天童市の観光情報サイトをご覧ください。



▲天童市HP

本市には国内に3つの友好都市があり、多賀城創建1300年記念事業に特別協力団体として参加しています。今回は、その中から山形県天童市について紹介します。

東日本大震災の支援

災害発生直後から支援をいただき、物資をいっぱい詰め込んだ大型トラックは、避難所に食糧が安定供給できるようになるまで大きな助けになりました。給水支援や被災住宅の調査、相談窓口などに延べ1000人を超える職員が派遣もいただいています。



▲天童市観光情報サイト



創建1300年を記念した取り組み

多賀城市長杯交流将棋大会
創建1300年を新たな市民交流に繋げることを目的として、昨年からは、市民団体主催の「多賀城市長杯交流将棋大会」が開かれており、大会優勝者と本市在住の成績上位者には、天童市の協力により天童桜まつり・人間将棋に駒武者として参加する権利が贈られています。



将棋大会



人間将棋

この他にも、天童市民向けとして、あやめまつり開催期間中に本市を訪れるモニターツアーなども計画されています。

1

介護保険の保険料が変わります

☎ 介護・障害福祉課介護保険係 ☎ 368-1497

介護保険料は、3年に一度、見直しを行っています。保険料は介護保険を運営していくための大切な財源です。介護が必要になったときに誰もが安心してサービスを利用できるよう、介護保険料を納付ください。

詳しくは、今月号の多賀城NOWと一緒に配布する「介護保険の保険料のお知らせ」を確認してください。

令和6年度（令和6年4月～令和7年3月分）の保険料額は、令和5年中の所得に基づいて算定し、7月中旬以降に郵便でお知らせします。

第8期【令和3年度から令和5年度】

所得段階	保険料算定基準	月額
第1段階	○生活保護受給者 ○老齢福祉年金受給者で住民税世帯非課税者	1,160円
	本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の人	
第2段階	同じ世帯にいる人全員も市民税非課税 本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円超120万円以下の人	2,320円
第3段階	本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が120万円を超える人	3,770円
第4段階	同じ世帯に市民税課税がいる場合 本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の人	4,350円
(基準額) 第5段階	本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円を超える人	5,800円
第6段階	本人が市民税課税 合計所得金額が120万円未満の人	6,670円
第7段階		7,540円
第8段階		8,700円
第9段階		9,860円
第10段階		10,730円
第11段階	合計所得金額が500万円以上の人	11,600円

第9期【令和6年度から令和8年度】

所得段階	保険料算定基準	月額
第1段階	○生活保護受給者 ○老齢福祉年金受給者で住民税世帯非課税者	1,240円
	本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の人	
第2段階	同じ世帯にいる人全員も市民税非課税 本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円超120万円以下の人	2,480円
第3段階	本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が120万円を超える人	4,030円
第4段階	同じ世帯に市民税課税がいる場合 本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の人	4,650円
(基準額) 第5段階	本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円を超える人	6,200円
第6段階	本人が市民税課税 合計所得金額が120万円未満の人	7,130円
第7段階		8,060円
第8段階		9,300円
第9段階		10,540円
第10段階		11,780円
第11段階	合計所得金額が520万円以上620万円未満の人	13,020円
第12段階	合計所得金額が620万円以上720万円未満の人	14,260円
第13段階	合計所得金額が720万円以上の人	14,880円

市民相談室を利用してください。

市民相談室（多賀城市消費生活相談窓口）では、専門の資格を持つ消費生活相談員が、消費生活全般に関する相談対応や、消費生活講座などの啓発活動、情報発信を行っています。
*市民相談室は市役所西庁舎2階にあり、市民なら誰でも利用できます。

☎ 市民相談室 ☎ 368-1141 (代表)

相談の流れ

電話または来室で相談ができます。来室の場合は、事前に電話予約をしてください。

1 電話相談

2 必要があれば来室での相談

来室時は、相談に関わる契約書や申込書などの書類を用意してください。
Webでの契約や申し込みに関する相談は、契約（申込）画面などを印刷したものを用意すると相談時間が短縮できます。

3 相談への対応

事業者などへの交渉方法など、トラブルを解決するための助言や情報提供
状況によって、相談員が事業者などと直接交渉して、状況を確認し、問題解決をサポート（あっせん）

専門家のアドバイスが必要な場合は、弁護士からのアドバイスを受けて助言
専門的な相談機関などを案内する場合があります

法律に関する相談は、毎月1回実施の法律相談を案内
65歳以上の人には、高齢者の無料法律相談（仙台弁護士会）を案内

生活に関する各種相談は、市役所の担当部署などを案内

市民相談室ではどんな相談を受けることができるの？

●消費生活相談（要事前予約）

市民の消費生活に関するトラブルなどに、消費生活相談員が応じます。

【日時】平日8時30分～17時

*㊦の相談は、宮城県消費生活センター（☎211-3123）へ電話



▲宮城県消費生活センターHP

●法律相談（1人あたり30分、要事前予約）

弁護士へ相続、離婚、賃借などに関する相談ができます。
【日時】毎月第3㊦（㊦除く）11時～12時、13時～16時

●人権相談

人権侵害で困っている場合などに、人権擁護委員が応じます。

【日時】毎月第2㊦（㊦除く、要事前予約）10時～12時、13時～15時

*最寄りの法務局でも相談可



▲人権相談について（総務省HP）

●行政相談

公共機関の仕事に関する苦情、要望などを、総務大臣から委嘱された行政相談員が応じます。

【日時】毎月第2㊦（㊦除く）10時～13時



▲行政相談委員について（総務省HP）

●消費生活に関する出前講座

市民が主催する集会や学習会などに消費生活相談員などを講師として派遣します。



▲出前講座について（市HP）

5 マイナンバーカードを 休日に受け取ることができます

☎ 市民課市民係 ☎ 368-1104

■平日のマイナンバーカード受け取りが難しい人のために、下記日程に限り休日窓口を開設します。

- 開設日：6月9日、8月4日㊤
- 時間：9時～12時
- 必要な物：①交付通知書（はがき）または再通知書
 - ②本人確認書類（①または②）
 - ①顔写真付き官公署発行の証明書：1点（運転免許証、パスポートなど）
 - ②顔写真のない官公署発行の証明書：いずれか2点（健康保険証、医療費受給者証など）
 - ③通知カード（持っている人のみ）
 - ④住民基本台帳カード（持っている人のみ）

■カードの受け取りができる方

- 原則、カードの受け取りは本人です。
- 15歳未満の人または成年（未成年）被後見人の人は、本人と法定代理人が来庁してください。（本人確認書類は、本人と法定代理人の両方が必要）
- やむを得ない理由により本人が来庁できない場合は、下記の「来庁困難の理由」に該当する場合に限り、代理人にカードの受け取りを委任することができます。該当する場合は、追加の持ち物があるため、交付通知書と併せて送付した「マイナンバーカード受取りのお知らせ」または市HPを確認してください。

来庁困難の理由	来庁困難の証明書類の例
心身の病気や障害により来庁が困難な人	診断書、入院療養計画書、領収書、診療明細書、身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、障害福祉サービス受給者証、自立支援医療受給者証、特別児童扶養手当証書など
成年被後見人	代理権を証明する書類
被保佐人及び被補助人	代理権を証明する書類
中学生、小学生、未就学児	本人確認書類
75歳以上の人	本人確認書類および「個人番号カード交付通知書兼照会回答書（同封はがき）」の余白に本人が来庁困難である旨を記載
長期入院している人	診断書、入院療養計画書、入院中であることが確認できる領収書、診療明細書、病院長が作成する顔写真証明書
施設に入所している人	入所証明書類、施設長が作成する顔写真証明書
要介護、要支援認定を受けている人	介護保険被保険者証、認定結果通知書、ケアマネージャおよびその所属事業者の長が作成する顔写真証明書
妊娠している人	母子健康手帳、妊婦検診の受診が確認できる領収書または受診券
長期（国内外）出張中である人	出張命令書、出張先の地域に居所があることが確認できる資料など
海外留学している人	査証（ビザ）のコピー、留学先の学生証のコピーなど
高校生、高専生	学生証、在学証明書
心の問題などでひきこもり状態にある人	公的な支援機関の職員および当該機関の長が本人の顔写真を証明した書類

* 休日窓口は、マイナンバーカード関係事務のみの手続きとなります。

2 10月6日㊤は多賀城市長選挙の投票日

☎ 選挙管理委員会事務局選挙係 ☎ 368-5139

10月24日㊤に任期満了となる多賀城市長の選挙日程は、次のとおりです。

- 告示日（立候補受付日）：9月29日㊤
- 期日前投票：9月30日㊤～10月5日㊤
- 投票日：10月6日㊤

市長選挙は、今後の市政の行方を左右する、私たちにとって最も身近で重要な選挙です。家族や友人を誘い、みんなで投票に行きましょう。

* 仕事や旅行などで当日投票できない人は、期日前投票をしましょう。

3 多賀城南門デザインのマンホールカード配布開始

☎ 企業経営課料金業務係 ☎ 745-8049

多賀城創建1300年を記念し、「多賀城南門」をデザインした新たなマンホールカードを配布しています。詳しくは、市HPを確認してください。

- 時間：9時30分～17時
- 場所：東北歴史博物館
- 休館日：毎週㊤（国民の祝日にあたるときはその翌平日）、年末年始、臨時休館日



4 多賀城市公共施設等総合管理計画を改訂しました

☎ 企画課行政管理係 ☎ 368-2291

平成29年3月に策定した多賀城市公共施設等総合管理計画について、国の指針に基づく計画の見直しのほか、公共施設などの面積および整備・維持管理に係る費用を縮小しつつも施設機能を強化充実させる「縮充」を具現化するための方向性を盛り込み、アンケートやパブリックコメントでいただいた意見なども参考に、令和6年3月に計画を改訂、同年4月から施行しました。

●改訂の主な内容

- ・有形固定資産減価償却率の推移の追加
- ・ユニバーサルデザイン化、脱炭素化の推進方針の追加
- ・全庁的な取組体制の構築やPDCAサイクルの推進などに係る方針の追加
- ・施設類型ごとの管理に関する基本的な方針の追加 など

詳しくは、市HPまたは以下の施設に備え付けの資料を確認してください。

企画課窓口、市民活動サポートセンター、文化センター、山王地区公民館、大代地区公民館、総合体育館、市民プール、シルバーヘルスプラザ、市立図書館、児童館・児童センター



8 東北学院大学・多賀城市連携 市民公開講座

☎ 生涯学習課社会教育係 ☎ 368-2445
東北学院大学地域連携課 ☎ 354-8140

- 日 時：6月11日④～10月22日④ 18時～19時30分
- 場 所：市民活動サポートセンター 大会議室
- 対 象：生涯学習または学び直しを目的とする高校生以上で、継続的に参加する意欲のある人
- 費 用：無料
- 定 員：40人（申込順）

*お申込み時点で定員に達している場合はご参加いただけないことがあります。

- 内 容：メインテーマ「学び直しで毎日の生活を豊かに」（全14回）
- 申し込み方法：5月1日④～5月29日④に往復はがきで、下記①～⑧を記入のうえ送付
【往信部】①「東北学院大学・多賀城市連携 市民公開講座」と明記②郵便番号③住所
④電話番号⑤氏名（ふりがな）⑥年齢⑦職業
【返信部】⑧申込者の宛名（住所・氏名）
- 送付先：東北学院大学地域連携課（〒984-8588 仙台市若林区清水小路3-1）

*本年度も令和5年度同様、年1回の連続講座ですので注意してください。

回数	日程	講師	内容
開講式、第1回	6/11④	国際学部国際教養学科 教授 三須拓也氏	国際関係から考えるマクロ
第2回	6/18④	教養教育センター 教授 塚本信也氏	漢文と漢語ー中国語のいまむかしー
第3回	6/25④	経済学部経済学科 教授 佐藤純氏	グローバル経済の形成史ーイギリスと世界貿易のネットワークー
第4回	7/2④	情報学部データサイエンス学科 教授 菅原研氏	学び直しで「プログラミング!？」ープログラミング的思考とはー
第5回	7/9④	人間科学部心理行動科学科 教授 穴戸隆之氏	健康に結びつく非常識な運動学
第6回	7/23④	法学部法律学科 教授 富田真氏	刑事裁判はどのように行われるのか
第7回	7/30④	工学部環境建設工学科（工学総合研究所） 教授 千田知弘氏	土木の本当の素顔と魅力をお伝えします
第8回	8/27④	地域総合学部政策デザイン学科 教授 黒坂愛衣氏	ハンセン病問題から学ぶ「感染症と差別」
第9回	9/3④	工学部環境建設工学科（工学総合研究所） 教授 恒松良純氏	建物の避難と安全を考える
第10回	9/10④	経営学部経営学科 教授 齋藤善之氏	歴史から見た日本人のおもてなし
第11回	10/1④	東北大学災害科学国際研究所防災実践推進部門 教授 佐藤健氏	地名と災害ー自然の恵みと災いの二面性ー
第12回	10/8④	教養教育センター（工学総合研究所） 助教 磯村和樹氏	災害が起きる前のことを記録し伝えるー東日本大震災被災地等での「失われた街」模型復元プロジェクトー
第13回	10/15④	東北工業大学工学部都市マネジメント学科 講師 小野桂介氏	三次元ビデオゲームを活用した地域の浸水危険度の学び直し
第14回、修了式	10/22④	文学部歴史学科 教授 七海雅人氏	鎌倉・南北朝時代の多賀国府

*第11回、第13回以外の講師は、全て東北学院大学所属

6 第28回防災まちづくり大賞消防庁長官賞受賞

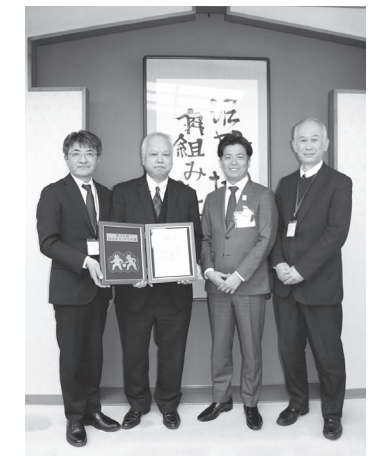
☎ 教育総務課学校教育係 ☎ 368-5022

市内小中学校の教員が組織している多賀城市防災主任者会が、「連携を力に進める地域の特性を踏まえた主体的・持続的な防災機能整備と防災教育」の事例を高く評価され、第28回防災まちづくり大賞消防庁長官賞を受賞しました。

本取り組みは、地域に根差した団体などが防災、減災などの効果的な取り組みを広く全国に紹介することにより、地域における災害に強い安全なまちづくりをより一層推進するものです。



令和6年2月27日 第28回防災まちづくり大賞表彰式



7 子どもコマ大戦 in 多賀城

☎ 中央公民館 ☎ 368-0133、山王地区公民館 ☎ 368-6192、大代地区公民館 ☎ 364-8442

金属加工のプロであり、「G1 最強コマ決定戦2024」チャンピオンの株式会社岩沼精工様を講師に招き、金属について学びながら自分で金属のコマを作ってトーナメントで対戦します！

各地区の公民館で予選大会を実施し、各予選大会の上位入賞者によるグランドチャンピオンシップにより本市のチャンピオンを決定します！

トーナメントのほかにはタイムトライアルも実施し、各種目の成績上位者には「金のコマ」や「銀のコマ」が贈られます！

- 日時・場所：別表のとおり
- 対 象：市内在住の小学生
- 定 員：各場所24人
- 費 用：500円（コマ1個分）
- *コマは当日追加購入できます。
- 申し込み：市公式LINEから（先着順、定員になり次第締め切り）
- 講 師：株式会社岩沼精工

各公民館予選大会&タイムトライアル			
場 所	日 時		募集期間
中央公民館	6月 1日④	9時30分～12時	5月11日④～5月26日④
大代地区公民館	7月 6日④	9時30分～12時	6月15日④～6月30日④
山王地区公民館	8月24日④	9時30分～12時	7月26日④～8月11日④
グランドチャンピオンシップ			
場 所	日 時		備 考
山王地区公民館	8月24日④	12時～13時	各地区予選大会の上位入賞者による決勝大会を、山王地区公民館場所終了後に行います。

11 あやめ俳句大会投句募集 第34回多賀城跡あやめまつり

☎ 市民文化創造課交流観光係 ☎ 368-2085

■あやめや花菖蒲にちなんだ俳句を募集します

- 募集期間：6月3日㊤～6月21日㊤（締切日必着）
*園内投句箱は、6月15日㊤～6月21日㊤まで設置
- 応募方法：自作の俳句（何句でも可）、氏名（学校名・学年）、年齢、住所、連絡先を記載し、多賀城跡あやめまつり実行委員会事務局（〒985-8531 住所不要）へ郵送またはFAX（☎368-2369）
*市公式LINEでの応募も行います。詳細が決まり次第、市公式LINEのプッシュ通知でお知らせします。
- 投句料：無料（1人何句でも可）
- 賞：[一般の部] 特選3席・秀逸5句、[小中学生の部] 特別奨励賞小中学生各3句
*いずれも賞状・記念品を贈呈
- 選者：熊谷山里氏、小松温美氏
*表彰式は行わず、受賞者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。なお、入選者および入選句は、多賀城NOWおよび市HPで公表させていただきます。

■第34回多賀城跡あやめまつり

- 期 間：6月15日㊤～6月21日㊤
- 場 所：多賀城跡あやめ園
詳しい内容は、多賀城NOW 6月号をご覧ください。

12 スマートフォン講習会を開催します

☎ 企画課 ICT 推進室 ☎ 368-2160

各公民館でスマートフォン講習会を開催します。今回は、多くの人に利用されているアプリ「LINE」の使い方を学びます。今やLINEは、必須アプリと言ってもよいほどに普及しています。ぜひ、この機会にLINEに触れてみてください。

- *講習会で使用するスマホは本市で用意します。
- *事前予約が必要です。

- 日時・場所：日程表のとおり
- 定 員：各回10人（先着順）最少催行人数5人
*申込者数が最少催行人数（5人）に達しない場合、講習会は開催されません。その際、中止の連絡が直前になる場合がありますのでご了承ください。
- 内 容：LINEの使い方
- 費 用：無料
- 申し込み（開催日3日前までに申し込み）

日 程	時 間	場 所
5月23日㊤	13時30分～15時	中央公民館
5月30日㊤	13時30分～15時	山王地区公民館
6月 6日㊤	13時30分～15時	大代地区公民館

- 市公式LINE（「予約・申請」→「イベント・講習等申込」→「対面型スマホ教室」）
- 開催場所（各公民館）で配布中の申込書を直接または電話（中央公民館☎368-0133、山王地区公民館☎368-6192、大代地区公民館☎364-8442）

9 5月は春のこどもまんなか月間です

☎ 子ども政策課子ども政策係 ☎ 368-1611

こども家庭庁では、こどもや子育て世帯を社会全体で支える機運をさらに高めるため、5月を「春のこどもまんなか月間」と定め、こども・子育てに係るさまざまな取り組みを実施しています。

■児童福祉週間

こども家庭庁では、春のこどもまんなか月間の取り組みとして、全てのこどもが家庭や地域において、豊かな愛情に包まれながら、夢と希望を持った未来の担い手として、個性豊かにたくましく育っていけるような環境・社会をつくるため、全てのこどもと子育てを大切にすることを進めています。このような中、こどもや家庭、こどもの健やかな成長について国民全体で考えることを目的に、毎年5月5日「こどもの日」から1週間を「こどもまんなか 児童福祉週間」と定めて、児童福祉の理念の普及・啓発のための各種行事を行っています。

- 期 間：5月5日㊤㊤～11日㊤

■令和6年度「こどもまんなか 児童福祉週間」標語

すきなこと どんどんふやして おおきなあれ



10 防災行政無線についてのお知らせ

☎ 危機管理課防災減災係 ☎ 368-2079

■防災行政無線工事が始まります

災害時などにおける市民の皆さまへの情報提供手段の一つとして整備している防災行政無線（同報系）の更新工事が始まります。更新工事に伴い、屋外子局が1カ所増えて55カ所になります。5月から防災行政無線設置箇所への重機の搬入や試験放送などを行います。近隣にお住まいの皆さまにはご迷惑をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。



また、防災行政無線更新工事に伴い、5月18日㊤に無線設備の入替工事を行います。工事作業中は、防災無線の放送が遅れる場合がありますので、ご理解ください。

工事の詳細については、問い合わせいただくか市HPを確認してください。

- 工事期間：5月上旬から10月中旬まで（予定）
- 無線設備入替工事：5月18日㊤9時～17時

■全国瞬時警報システム（J-ALERT）の全国一斉情報伝達試験

緊急時における市民への迅速かつ確実な情報伝達を目的とした、全国瞬時警報システム（J-ALERT）の全国一斉情報伝達試験が実施されます。これに伴い本市でも防災行政無線（同報系）から試験放送を行うとともに、防災アプリや防災メールなどに試験配信を行います。

- 日 時：5月22日㊤11時





「まちの未来」を一緒に考えてみませんか？

「多賀城のまちの未来を描くフューチャーセッション」は3月17日、市民活動サポートセンターで行われ、まちづくりに関心を持つ6人が参加しました。

エイチタス株式会社代表原亮氏をゲストとして招き、令和5年度に本市で実施した「Taga懇～多賀城未来の懇談会～」で参加者から意見として出た暮らしやすいまちの要素を基に、叶えたい未来のまちとありたい自分の姿について話し合いました。

参加者は、「暮らしやすいまちを実現するためには、多世代交流や誇り・愛着がキーワードになる」など活発な意見交換を行っていました。



目指せ健腸長寿！

「今日から始める健腸生活」は2月27日、シルバークラスプラザで行われ、市民29人が参加しました。

宮城中央ヤクルト販売株式会社の管理栄養士浅野茜氏を講師に招き、小腸には食べ物を消化し栄養を吸収する働きがあり、大腸には水分を吸収して便をつくり排泄する役割があることや、腸内細菌の種類について学びました。

また、参加者は講師を真似ながら、排便を促す便座の座り方である「く」の字ポーズを実践し、快便のコツを体験しました。その他、普段の食事で野菜や海藻に多く含む食物繊維を摂取する大切さを知り、参加者はうなずきながら熱心に耳を傾けていました。



こころとからだの健康に 睡眠のススメ

「すこやかな睡眠のススメ」は3月19日、市立図書館で行われ、32人が参加しました。

本市が主催する「こころとからだの健康づくり講座」の一環として、東洋羽毛工業株式会社の上級睡眠健康指導士である大内徹氏から、睡眠と健康の関係や、質の良い睡眠ポイントなどが紹介されました。

講座の合間には、参加者からの事前質問に答える場面もあり、体内時計を乱さないために「睡眠中央時刻（就寝時刻と起床時刻の中間の時刻）をずらさないこと」や「眠くなってから寝床につくこと」などの説明に、参加者は真剣に耳を傾けていました。



ベンチプレスで日本記録達成！

3月2日、京都府で行われた「第29回ジュニア・サブジュニア ジャパンクラシック パワーリフティング選手権大会」の120kg級ジュニア男子（ノーギア）ベンチプレスで205.0kgを成功させ、日本記録を樹立し優勝した高橋秀哉さんが本市を表敬訪問しました。

高橋さんは、競技を始めてわずか3年で日本記録を樹立しました。柔道整復師の資格取得のため学校に通いながらかいばら整骨院で勤務し、筋徒手療法という施術で筋肉の環境を整えつつトレーニングに励んでいます。

高橋さんは8月28日からマルタ共和国で開催される世界大会に出場予定です。みんなで応援しましょう！



日ごろの活動を披露 文化センターまつり

「文化センターまつり」は3月2日、3日の2日間、文化センターで行われました。

文化センター利用団体協議会が企画運営にあたる市民手作りの催しで、改修後の大ホールで行われた舞台発表には11団体が参加し、合唱や日本舞踊、フラダンスなど日ごろの練習の成果を披露し、観客を魅了しました。

また、展示発表には16団体が参加し、パンアートや木目込人形、絵画、習字などの作品が展示され、来場者が熱心に作品に見入る様子が会場のあちこちで見られました。



ぴかぴかの1年生

天気恵まれ桜も咲き始めた4月8日、市内の小・中学校で入学式が開催されました。

多賀城東小学校では、新1年生が少し緊張しながらも入場すると、会場からは大きな拍手が沸き起こりました。

式では、担任の先生から「みんなで楽しく運動や勉強をしましょう。」や「明日も元気に学校に来てください。」と話があると、児童は元気良く手を挙げて「はい！」と答えていました。

令和6年度の市立学校入学者数は小学校531人、中学校573人です。ご入学された皆さん、おめでとうございます。



9年ぶりのリーグ優勝へ



ソニー仙台FCは3月13日、市役所を訪れ、第26回日本フットボールリーグ（JFL）の開幕に向けた意気込みや抱負を語りました。

チーム所属2年目の八井田舜選手は、「身長を活かしたセービングと持ち前の明るさでチームの目標（JFL優勝、天皇杯ベスト16）を達成できるように頑張ります。」と強い決意を述べました。

毎試合のハイライトは、ソニー仙台FC公式YouTubeで視聴できます。みんなで応援しましょう。





週30時間勤務保育士

子ども政策課 子ども政策係
☎(368) 1611

- ▼募集人数 若干名
▼任用期間 任用日(令和7年3月31日)勤務の状況などにより延長する場合有)
▼報酬 月額15万2523円(期末手当、勤勉手当、時間外勤務手当、通勤手当、年次有給休暇、社会保険有)
▼勤務時間 7時~19時15分、1日6時間週5日、シフト制
④勤務有
▼勤務場所 公立保育所(志引、八幡、桜木)のいずれか
▼資格 保育士資格
▼面接日程 相談の上決定
▼申し込み 履歴書および資格証明書類の写しを5月10日(金)までに子ども政策課へ直接

JICA海外協力隊 募集説明会

(公社)青年海外協力隊 JICA東北
☎0223(36) 9851

- ▼日時 ①5月19日(日)13時~16時、②6月22日(土)14時~16時(予約不要、入退場自由)
▼場所 ①仙台市中小企業活性化センター②JICA東北
▼費用 無料

多賀城駅南立体駐車場定期利用を開始します(7月1日から)

都市整備課管理係
☎(368) 4194

通勤の時に自宅から駅まで自家用車を使い公共交通機関に乗り換えるパークアンドライドは、CO2削減など地球にやさしい効果が数多く期待できます。パークアンドライドに取り組んでみませんか? *パークアンドライド対象者は定期駐車料金の減免があります。
▼対象 次の①~③すべてにあてはまる人
①市民②多賀城駅発の公共交通機関の定期券などを有する③多賀城駅南立体駐車場から500m以上離れたところに住んでいる
▼利用期間 7月1日(日)から(最長3年間)
▼駐車料金 パークアンドライド対象者 8千円/月(その他利用者は1万円/月)
▼募集台数 25台(応募多数の場合、抽選)
▼募集期間 5月31日(金)まで
▼募集方法 募集期間内に定期使用申請書を提出
●電子申請 QRから申請



●市HPにある「定期使用申請書」を記入し、郵送または都市整備課窓口へ直接
*パークアンドライド対象者

多賀城東部線バス・西部線バスにおける社会実験の更新

都市計画課都市計画係
☎(368) 4241



▼場所 市川字館前(小学生による古代米の作付場所)
▼対象 市内小学1~6年生の児童と保護者15組程度
▼申し込み 5月13日(日)から6月13日(金)までに原則LINE申込フォームから申し込んだ人の中から抽選(市公式LINEの友だち登録が必要)
*詳しくは、市HPを確認するか問い合わせください。

現在お使いの「バス運賃無料証明書」は、5月31日に更新時期を迎えます。更新には、市公式LINEまたはWEBでの手続きが必要です。
*LINEで更新・新規申請する場合は、あらかじめ市公式LINEの友だち登録(すでに登録している人を除く)が必要
▼更新方法
LINE
市公式LINE「メインメニュー」→「バス・交通」→「バス社会実験」→「更新申請」から申請

▼WEB(LINE以外)
事前に送信した更新案内の電子メールに掲載しているURLまたは市HPよりアクセスして申請

多賀城西部線バスのダイヤ改正

都市計画課都市計画係
☎(368) 4241

多賀城西部線の運行ルートおよび運行ダイヤが6月上旬より変更となる予定です。詳しい運行ルート、ダイヤについては決定次第、多賀城西部線(仙塩交通)のホームページや市HP、SNSなどお知らせします。

自宅に太陽光パネルをお得に設置しませんか

宮城みんなのうちに太陽光事務局
☎0120(728) 300

住宅用の太陽光パネルなどを共同で購入することで、お得に設置することができます

は、減免申請も要提出
▼注意事項 車庫証明書の発行はできません。満庫時でも定期利用者は入庫することができます。



5月は消費者月間

地域コミュニティ課広報広聴係
☎(368) 2092

令和6年度のテーマは「デジタル時代に求められる消費者力とは」です。消費者月間にあわせて、本市では、安全な消費生活を送るために知っておきたい基礎知識などを紹介する消費者パネル展示や消費者問題に関する講座を行います。
▼消費生活パネル展
期間 5月20日(日)~31日(金)
場所 市役所1階ロビー
▼第1回消費者講座
日時 5月27日(日)14時30分~15時30分
場所 市民活動サポートセンター
▼対象 市民30人(先着順)
▼費用 無料
▼内容 相続の基本や「生前贈与」の有効性、「争族」回避のポイントなど



業を県との協定締結により実施しています。詳しくは、問い合わせください。



市営住宅入居者募集

宮城県住宅供給公社
☎(224) 0014

市営住宅の入居者募集を6月に実施します。5月31日(金)から都市計画課で申込用紙を配布します。詳しくは、多賀城NOW6月号を確認してください。

▼申込資格
●一般世帯 月収額が15万8千円まで
●裁量世帯(障害者や未就学児を含む世帯) 月収額が21万4千円まで
▼申し込み 6月1日(土)~12日(日)に宮城県住宅供給公社(仙台市青葉区上杉1の1の20)へ郵送

木造住宅耐震改修工事促進補助事業

都市計画課建築宅地係
☎(368) 4242

▼対象 多賀城市木造住宅耐震診断等支援事業および多賀

▼申込 5月15日(金)まで電話相談登記義務化に関する市民セミナー
宮城県司法書士会
☎(263) 6755

▼日程 7月7日(日)
▼場所 フォレスト仙台(仙台市青葉区柏木1の2の45)
▼費用 無料

広報物を配架しませんか

市民活動サポートセンター
☎(368) 7745

NPOや市民活動団体、町内会、サークルのイベントチラシや団体紹介のパンフレット、ニューズレターなどを配架しています。配架を希望する場合は、窓口へ持参するか、郵送してください。

令和6年多賀城市消防団消防演習

危機管理課防災減災係
☎(368) 2079

▼日時 5月26日(日)10時~11時30分
▼場所 多賀城中央公園多目的グラウンド
▼内容 市内8分団の団員総勢約140人が日ごろ鍛えた消防操法などを披露します。*雨天時など中止になる場合有

花のまちづくり補助事業

都市計画課都市計画係
☎(368) 4241

▼対象 道路、公園などの公

共の場所へ花を植栽する団体
▼助成額 花苗、種、球根の購入費の3分の2以内(限度額6万円)
▼申し込み 5月7日(日)から*予算の範囲内で行うため、早期終了の場合有

▼日時 6月15日(土)、6月16日(日)
▼場所 あやめ園、多賀城政庁跡周辺
▼対象 あやめまつり来場者(各日5組程度×2回)
▼申し込み 5月7日(日)から5月30日(金)までに原則LINE申込フォームで申し込んだ人の中から抽選(市公式LINEの友だち登録が必要)
*詳しくは、市HPを確認するか問い合わせください。

あやめまつり生き物観察ミニツアー

環境施設課資源環境係
☎(368) 4126



夜の生き物観察会

環境施設課資源環境係
☎(368) 4126

多賀城の歴史に関する解説を交えながら、田んぼに生息する生き物を観察します。
▼日時 6月29日(土)18時~19時30分(延期の場合、7月13日(土))

生け垣づくり補助事業

都市計画課建築宅地係
☎(368) 4242

▼対象 公道に面した敷地に、生け垣を延べ5m以上設置する人
▼助成額 設置費用の2分の1以内(最高限度額20万円)
▼募集期間 5月7日(日)~5月17日(金)(期間内に募集件数を満たさない場合は、先着順で決定し、以後は随時受け付け。予算の範囲内での実施のため、早期終了の場合有)
*詳しくは、問い合わせください。



安全

交通遺児激励金

危機管理課交通防犯係
☎(368) 2078

道路における交通事故で親を亡くした家庭の児童・生徒に対して激励金を支給しています。支給要件や必要書類など、詳しくは問い合わせください。
▼申請期限 5月31日(金)まで

安全のつづき

危険ブロック塀等除却補助事業

都市計画課建築宅地係
(368) 4242
対象 公道に面した一定の要件を満たすブロック塀などを撤去する人
助成額
①スクールゾーン内 撤去費用の6分の5以内(最高限度額37万5千円)
②スクールゾーン外 撤去費用の3分の2以内(最高限度額30万円)
募集件数 15件(抽選)
募集期限 5月17日(金)まで
(期限内に募集件数を満たさない場合は、先着順で決定し、以後は随時受け付け。予算の範囲内での実施のため、早期終了の場合有)
*詳しくは、問い合わせください。

5月22日は飲酒運転根絶の日

危機管理課交通防犯係
(368) 2078
平成17年5月22日、本市で発生した飲酒運転による交通事故を受けて、宮城県では毎年5月22日を「飲酒運転根絶の日」と定めています。
飲酒運転は、悲惨な交通事故につながる悪質な犯罪です。交通事故を起こせば、本人や家族、被害者や遺族など、多くの人を不幸にします。本人はもちろん、家族や職

費用 無料
内容 認知症に対する知識、具体的な接し方や対応方法など
申し込み 5月28日(木)まで
電話または直接
認知症高齢者等見守りシール活用事業を開始します
はいかにより行方不明になった認知症の人などの早期発見や、介護者などへの引き渡しを迅速に行うため「認知症高齢者等見守りシール」活用事業を開始します。
衣服や持ち物に貼ったあしんシール(QRコード)が印刷されたラベルシールがスマートフォンなどで読み取られると、介護者などに発見通知メールが届き、個人情報を開示せずに安否情報をクラウド上の「どこシル」で共有し、引き渡しを速やかに行うものです。

対象 市内に住所を有する、認知症などにより行方不明になるおそれのある人
交付内容 あしんシール30枚セット(耐洗ラベル20枚、蓄光シール10枚)
費用 無料(ただし、初回



場、地域など、皆さんで協力し、飲酒運転を根絶しましょう。

農道は農作業のための道です

産業振興課農政係
(368) 4205
農道は、農作業を行うために整備された道です。これから田植えが始まり、大型機械が通行、停車していることが多くなります。
事故防止のため、一般の人は農道の通行をご遠慮ください。

福祉



物価高騰対策重点支援給付金(令和5年度住民税均等割のみ課税世帯)

社会福祉課生活支援係
(368) 1405
物価高騰の負担感が大きい住民税均等割のみ課税世帯に対し、1世帯あたり10万円の給付金を支給します。申請期限が近づいているため、早めに申請してください。
対象世帯 本市に令和5年12月1日時点で住民登録しており、令和5年度住民税所得割が課せられていない人のみで構成されている世帯の世帯

健康



心の健康づくりに活用ください

健康長寿課保健予防係
(368) 1494
「こころの体温計」はパソコンやスマートフォンでストレス・睡眠の状態などをセルフチェックできるシステムです。
就職、就学、転居、転職などの環境の変化によって体調が変わりやすいこの時期、気がかりなうちにバランスが崩れることもあります。
自身や家族の体調確認に活用してください。
利用方法 市HPやQRコードから



主 給付額 1世帯あたり10万円
申請期限 5月31日(金)
申請方法 課税情報に基づき、対象世帯には3月上旬に「支給要件確認書」を送付しましたので振込先口座情報など内容を確認および必要事項を記入の上、返信用封筒で返送してください。
なお、令和5年1月2日以降の転入世帯などは、自身の申請が必要です。
*提出書類など、詳しくは市HPを確認するか、問い合わせください。



障がい者差別解消研修会

地域拠点センターふきのとう(認定NPO法人さわおの森)
(352) 15001
令和6年4月1日から、サービス業などの民間事業者による障害のある人への合理的配慮の提供が義務化されました。
障害のある人もない人も、互いに認め合いながら共に生きる社会の実現にむけて、どのような取り組みができるのか、みんなで考える機会としましょう。
日時 5月31日(金)10時~12時
場所 ふれあいエスプ塩釜(塩釜市東玉川町9番1号)
対象 本市、塩釜市、松島町、七ヶ浜町、利府町にお住

たばこのこと、考えてみませんか

健康長寿課保健予防係
(368) 1494
5月31日は、世界保健機関(WHO)が中心となって世界各国で「喫煙と健康を考える日」とされています。
この機会に、たばこの健康影響を考えてみましょう。
喫煙マナーを守って、望まない受動喫煙のない、吸う人も吸わない人も気持ちよい社会を目指しましょう。
*たばこの健康影響について、詳しくは市HPを確認してください。



大人のJ-POPダンス教室

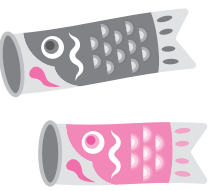
健康長寿課保健予防係
(368) 1494
懐かしの音楽を口ずさみながら楽しく身体を動かし、筋力アップや脳の活性化を促しましょう!
日程 5月31日(金)、6月14日(金)、6月21日(金)、6月28日(金)(全4回)
時間 10時~11時
場所 市民会館リハーサル室または展示室(文化センター1階内)

まいの人または通勤・通学している人
内容 合理的配慮に関する講演、事例紹介、意見交換など
講師 NPO法人 仙台パリアフリーツアースタッフ理事 及川智氏
費用 無料
申し込み 5月17日(金)まで
電話、FAX (352) 1502、メール fukinotou@sawao.jp

いきいきシアターの介護予防活動補助金
健康長寿課保健予防係
(368) 1494
市では、市民自らによる介護予防を推進するため、地域で自主的かつ定期的に介護予防活動またはサロン活動を行う団体に対し、活動費の一部補助を行っています。
対象
①(介護予防活動の場合)年3回以上、専門の外部講師を招くこと
②年間を通して定期的に活動し、年20回以上活動を行うこと
③平均5人以上の参加が見込まれること
*専門講師の資格要件や補助対象経費、支給上限など、詳しくは市HPを確認するか、問い合わせください。



対象・定員 市内在住の中高年(40歳以上)30人程度
費用 無料
申し込み 5月15日(木)まで
電話
風しん追加的対策について
健康長寿課健康推進係
(368) 1493
昭和37年度、昭和53年度生まれの男性の皆様へ
風しんは、成人がかかる症状が重くなる場合があります。また、妊娠初期の妊婦に感染させると、生まれてくる赤ちゃんの目や耳、心臓に障害が起こることがあります。昭和37年度、昭和53年度生まれの男性は、過去に公的に予防接種が行われていないため、風しんにかかると、家族や周囲の人に広げてしまうおそれがあります。ぜひクーポン券を使って、風しん抗体検査と予防接種を受けましょう。



対象 昭和37年4月2日、昭和54年4月1日生まれの男性
クーポン有効期限 令和7年2月末まで
*クーポン券は5月末に送付(過去のクーポン券をお持ちの方は新しく送付されたクーポン券を使用してください)。

5月12日は民生委員・児童委員の日

社会福祉課地域福祉係
(368) 1401
毎年5月12日は民生委員・児童委員の日です。
民生委員・児童委員は厚生労働大臣から委嘱された無報酬の特別職非常勤地方公務員です。
地域住民が抱えるさまざまな困りごとや心配ごとなどを、相談者と一緒を考え、解決に向けた必要な支援が行われるよう関係者との「つなぎ役」を果たす身近な相談相手です。

高年齢者の孤独死や児童虐待、認知症の増加、悪質商法被害といった社会的課題に対して、地域住民や行政、社会福祉協議会などと連携を取りながら解決に向けた取り組みをしています。
身近な困りごとがあったら、民生委員・児童委員に気軽に相談してください。
認知症サポーター養成講座
介護・障害福祉課介護支援係
(368) 1498
日時 5月30日(木)
①昼の部 10時~11時30分
②夜の部 18時30分~20時
場所 市民活動サポートセンター
*各回受け付けは開始30分前から
対象 市民または市内に通勤・通学している人30人程度

子育て



こども家庭センターを開設しています

子ども家庭課家庭支援係
(368) 11008
子ども家庭課親子保健係
(368) 11009
こども家庭センターは市内にお住いの全ての妊産婦、子育て世帯、こどもへの一体的な相談支援を行うために子ども家庭課内に設置しています。
妊娠・出産・子育て期に関するさまざまな悩みに対応します。また相談内容によって関係機関との連携・調整を図りながら解決のお手伝いをします。気軽に相談してください。

児童扶養手当の支給

子ども政策課子育て支援係
(368) 16006
令和6年3~4月分を受給資格者の指定口座に5月10日(金)に振り込みます。翌日以降に確認してください。
*児童扶養手当は、原則ひとり親に支給します。

イベント案内

多賀城市文化センター ☎368-0131 / [5月休館日] 7日㊄・13日㊄・20日㊄・27日㊄ [運営] (株)JTBコミュニケーションデザイン・三菱電機ビルソリューションズ(株)

回廊アート春2024 「雅な春」

日程 5月12日㊄まで
場所 東玄関前モール (文化センター内)
費用 無料
内容 パネル展、特産品販売会、トークショー

かえっこバザール2024

日時 5月6日㊄11:00~15:00
場所 市民会館展示室 (文化センター内)
費用 参加無料
*事前申し込み不要
詳しくは、HPやSNSを確認するか、窓口へ問い合わせください。



新作ミュージカル 「ディズニー くまのプーさん」

日時 6月8日㊄
①11:00開演②14:00開演
③17:00開演
6月9日㊄
①11:00開演②14:00開演

場所 市民会館大ホール (文化センター内)
費用 全席指定席
VIB席9,500円、S席5,500円、A席3,500円

内容 令和6年春、日本人キャストによるジャパントゥアーがスタート! くまのプーさんと仲間たちが日本のファミリーを100エーカーの森にお連れします。
詳しくは、HPやSNSを確認するか窓口へ問い合わせください。



ロビーステージ&サークルフェア2024

参加者・出店者募集
日時 8月4日㊄10:00~15:30
場所 正面モール、大・小ホール、ホワイエ (文化センター内)
費用 ロビーステージ 2,500円/団体・個人、サークルフェア 2,500円/団体・個人
申し込み 5月12日㊄10:00から



多賀城市立図書館 ☎368-6226 / 年中無休 / [開館時間] 9:00~21:30 [運営] カルチュア・コンビニエンス・クラブ(株)



市民展示TAGAYASU 紙をまく ~ペーパークイリング作品展~

日程 5月1日㊄~31日㊄
場所 本館3階 市民展示TAGAYASU
費用 無料
内容 細い紙を巻いて形づくるアート「ペーパークイリング」。さまざまな表現をどうぞご覧ください。

シャドーボックスづくり

日時 5月18日㊄
①10:00~11:30
②11:40~13:10
場所 本館1階 暮らしの部屋
定員 各回8人 (事前受付)
費用 1,100円
内容 複数枚の絵を切り出し、重ね合わせることで、立体的なアート作品「シャドーボックス」を作ります。



【大人のワークショップ】カルトナーージュづくり

日時 6月2日㊄
①10:00~11:30
②12:00~13:30
場所 本館1階 暮らしの部屋
定員 各回8人 (事前受付)
費用 1,500円
内容 フランスの伝統工芸「カルトナーージュ」で、オリジナルのブックカバーを作ります。厚紙(カルトン)をベースに、インポートファブリックや革風の紙を張り、美しく仕上げます。

朝活 Good morning YOGA

日時 6月7日㊄7:00~8:00
場所 A棟2階 西側共有スペース
定員 8人 (事前受付)
費用 500円
内容 開館前の静かな図書館で、基本的なヨガの呼吸法・ポーズを行います。運動やヨガを始めてみたいと思っている人におすすめです。



寄付 (掲載了承者のみ、順不同、敬称略)
ご厚意に感謝
【市へ】
ふるさと多賀城応援寄附金
寄付者/たなばたけ出荷協会多賀城支部 (多賀城市中央)
目的/心も暮らしも豊かなみらいをつくるみんなが育つまちに係る事業
寄付者/仙台農業協同組合多賀城支店 (多賀城市中央)
目的/心も暮らしも豊かなみらいをつくるみんなが育つまちに係る事業
寄付者/佐藤 傳二 (多賀城市笠神)
目的/震災の経験をいかしみんなの力がつながるまちに係る事業
【社会福祉協議会へ】
寄付金
寄付者/江口定夫 (多賀城市八幡)
寄付者/匿名
ウエットティッシュ
寄付者/匿名

年金 Pension
ねんきん定期便で加入履歴の確認を
ねんきん定期便・ねんきんネット専用ダイヤル ☎0570(058)555
保険料納付記録や年金額の見込みなど、自身の年金に関する情報を確認できる「ねんきん定期便」(はがき)を毎年誕生日に日本年金機構から被保険者(国民年金、厚生年金)に送付します。
また、「ねんきんネット」から紙の「ねんきん定期便」の郵送を停止している人は、はがきの定期便は届きませんので、電子版で確認してください。
*詳しくは、問い合わせください。

仕事 Work
ポリテクセンター宮城 7月入所受講生募集
ポリテクセンター宮城多賀城実習場 ☎(362)24554
募集訓練科名・定員
①電気設備技術科(定員10人)
②住宅リフォーム科(定員15人)
③ビル設備サービス科(定員18人)
④機械ものづくり科(定員9人)
⑤スマートプログラムミング科(定員14人)
⑥電気・通信施工技術科(定員15人)
*①、④は企業実習付きコース
訓練期間 7月~12月
受講料 無料(テキスト代などは自己負担)
募集期限 5月31日㊄まで

税 Tax
令和6年度(令和5年分)所得証明書(課税・非課税証明書)の発行
税務課市民税係 ☎(368)1370
6月10日㊄から税務課窓口およびコンビニで取得可能です。
■税務課窓口 住民税を特別徴収で納めている人(給与から差し引かれている人)は窓口でのみ5月15日㊄から発行可
▼手続きに必要なもの
身分証明書(運転免許証、健康保険証など)、手数料(200円/通)
*本人以外の場合には委任状(申請日時点で、委任者と受任者の双方が、本市の住民基本台帳上で同一世帯の場合には不要)
■コンビニ交付 令和6年1月1日から現在まで本市に住民票がある人のみ、マルチコピー機で発行可
*児童手当の様式は税務課窓口でのみ発行可
▼手続きに必要なもの
マイナンバーカード、手数料(200円/通)

縦覧 固定資産評価額の閲覧
税務課固定資産税係 ☎(368)1371
市内に土地または家屋を所有する納税者または委任を受けた人は、固定資産課税台帳を左記期間中は無料で見ることが出来ます。なお、所有する土地・家屋の課税内容は、4月下旬に発送した納税通知書兼課税明細書でも確認できます。
また、所有する土地または家屋の評価額が適正かつ公平に評価されているかを確認するため、市内の物件の評価額などを記載した縦覧帳簿を見ることが出来ます。
▼期間 5月31日㊄までの8時30分~17時15分(閉庁日を除く)
*自己所有の資産の確認については、期間の制限はありませんが、前記の期間以外は200円/通
▼閲覧・縦覧場所 税務課固定資産税係窓口(本人確認書類および委任を受けた人は委任状を持参)
税務課固定資産税係 ☎(368)1371
4月1日現在で障害者手帳や療育手帳などをお持ちの人で一定要件に該当する場合は免除されますので、左記期間内に手続きしてください。

5月の納付
収納課収納係 ☎(368)1481
時30分~17時15分(閉庁日を除く)
夏季は軽装で勤務します
総務課人事係 ☎368-2195
5月1日から10月31日まで、市職員は上着やネクタイを着用しないなどの軽装で勤務します。これは、地球温暖化防止の取り組みと節電対策のため、庁舎などの冷房温度を28度程度に設定することにより実施するものです。
*スマートフォン決済(PayPay、LINE Pay、PayPay、FamiPay、au PAY)でも納付出来ます。
*共通納税による納付(QRコード決済)市県民税(普通徴収)、固定資産税(都市計画税)、軽自動車税(Rコード国民健康保険税)はQRコードを利用した納付が出来ます。

こどもの健康

【場所】 母子健康センター 〇 子ども家庭課親子保健係 ☎ 368-1109

*健康診査の対象者には個別通知します。人数調整などのため市ホームページ、子育て応援アプリ「たがすく」に載せている対象生年月日と異なることがあります。

1歳児 come ☆かむ広場 (予約制) [日程] 5/24㊦ [対象] 令和5年4月12日～5月14日生 [場所] 子育てサポートセンター
3～4か月児健康診査 [日程] 5/14㊦ [対象] 令和6年1月1日～1月18日生
1歳6か月児健康診査 [日程] 5/17㊦、5/28㊦ [対象] 令和4年9月1日～9月26日生
2歳6か月児歯科健康診査 [日程] 5/15㊦ [対象] 令和3年10月4日～10月23日生
3歳児健康診査 [日程] 5/23㊦ [対象] 令和2年10月9日～10月27日生
母子健康手帳の交付 (予約制) [日程] 5/7㊦、5/13㊦、5/20㊦、5/27㊦、6/3㊦ (時間は要相談) [持ち物] 妊娠届、個人番号カードまたは個人番号確認書類(通知カードなど)と本人確認書類、筆記用具
ことばの相談 (予約制) 相談日時は要相談。電話でお申し込みください。
乳幼児健康相談 (予約制) [日程] 5/27㊦ (時間は要相談)
BCG接種 (予約不要) [日程] 5/13㊦、6/3㊦ [受付] 9:30～10:00 [持ち物] 母子健康手帳、予診票、体温計、筆記用具

5月の相談

相談方法など詳しくは、各窓口にお問い合わせください。

高齢者相談	[日時] 平日 8:30～17:15 [内容] 介護保険、高齢者介護、成年後見、虐待など [窓口] 各地域包括支援センター (西部地区) ☎ 309-3950 (中央地区) ☎ 368-6350 (東部地区) ☎ 363-4055 〇 介護・障害福祉課 ☎ 368-1498
成人健康相談 (要予約)	[日程] 5/21㊦ [時間] 9:00～11:15 [場所] 市役所西庁舎501会議室*1人30分程度 [内容] 健康づくりや生活習慣病の予防 (血圧測定、体組成測定、健康相談) 日々の食事や運動方法などの健康習慣が気になる人は、生活習慣を見直すきっかけに活用しましょう。 〇 健康長寿課 ☎ 368-1494
たがじょう子育てほっとライン	[内容] 妊娠、出産、子育てに関する不安や悩み 〇 子ども家庭センター (母子保健) ☎ 368-1021
基幹保育所・子育て相談	[日時] 9:30～16:00 (㊦㊦除く) [内容] 育児に関する悩み 〇 志引保育所 ☎ 368-9887、桜木保育所 ☎ 794-7253
子育てコンシェルジュなんでも相談 (予約制)	[日時] 5/13、5/20、5/27、6/3、6/10㊦ [対象] 未就学児の養育者 〇 すくっぴーひろば ☎ 355-7085
児童・生徒の不登校・悩み相談	面接相談 [日時] 毎週㊦ (㊦除く) 10:00～15:00 電話相談 [日時] 平日 10:00～16:00 〇 生涯学習課内青少年育成センター ☎ 368-2457
女性相談	[日時] 24時間対応 [対象] DVやストーカー被害の女性 女性警察官が対応します。事前に電話で問い合わせください。 〇 多賀城交番 ☎ 362-1934
母子・父子家庭など特別相談 (予約制)	[日時] 5/16㊦ [場所] 宮城県母子・父子福祉センター 〇 宮城県母子福祉連合会 ☎ 295-0013
障害者 (児) 相談	[日時] 平日 8:30～17:15 [内容] 訪問介護、施設への入所・通所、就労支援など 〇 相談支援事業所けやき ☎ 362-7872
障害児相談	[日時] 平日 8:30～17:15 [内容] 子どもの発達など 〇 児童発達支援センター太陽の家 ☎ 365-2861
各種検査など (予約制・匿名可)	[日時] 5/17㊦ 13:00～15:30、6/5㊦ 9:00～11:30、6/21㊦ 13:00～15:30 [場所] 塩釜保健所 [内容] HIV抗体検査、クラミジア抗体検査、梅毒抗体検査、肝炎ウイルス検査、骨髄バンク登録 〇 塩釜保健所 ☎ 363-5504

●訪問歯科の診療の相談窓口

受付時間/平日 9:00～16:00 〇 塩釜歯科医師会口腔保健センター ☎ 361-1870

病気や障害のため歯科医院に通院できない人への訪問歯科診療の申し込みなどの相談窓口です。



休日の診療

*事前に電話で確認してください

■宮城県子ども夜間安心コール

相談時間 毎日 19:00～翌朝 8:00
 ・#8000 (プッシュ回線の固定電話、携帯電話)
 ・☎ 212-9390 (プッシュ回線以外の固定電話)

■宮城県おとな救急電話相談

相談時間 平日 19:00～翌朝 8:00 ㊦ 14:00～翌朝 8:00
 〇 8:00～翌朝 8:00 (24時間)
 ・#7119 (プッシュ回線の固定電話、携帯電話)
 ・☎ 706-7119 (プッシュ回線以外の固定電話)
 *相談と助言をします。緊急時は119番に電話をかけてください。

■内科・小児科

塩釜地区休日急患診療センター 塩釜医師会館1階 (塩釜市錦町7-10)
 ☎ 366-0630
 受付時間 ㊦ 18:30～21:30 (小児科のみ診療)
 〇 8:45～11:30、13:00～16:30

■歯科

受付時間 ㊦ 9:00～15:00 *当番医が変更になる場合があります。

月日	医療機関名	所在地	電話番号
5月3日	歯科・アイザワデンタル	多賀城市下馬5-5-30	361-8180
5月4日	永沼歯科クリニック	塩釜市梅の宮14-10	361-1251
5月5日	城南歯科クリニック	多賀城市城南1-19-22	389-2008
5月6日	きくちデンタルクリニック	塩釜市庚塚30-82	361-3368
5月12日	西村歯科医院	松島町磯崎字磯崎105-3	353-4092
5月19日	わかば歯科クリニック	利府町加瀬字石切場1-1 ヨークタウン利府野中内	767-5679
5月26日	みや歯科クリニック	塩釜市海岸通10-1 三晴ビル2F	361-5810
6月2日	じん歯科医院	多賀城市明月1-4-12	366-8461
6月9日	せいの歯科医院	多賀城市東田中2-40-32-102	365-0099

みんで食育

市の管理栄養士による「知ってお得な栄養情報」、「旬野菜を使用したレシピ」を紹介いたします！栄養満点な調理方法やコツなどをお伝えします。

タマネギを1週間日光に当ててポリフェノールを4倍にし、タマネギは血液をサラサラにする効果があり、動脈硬化の予防にお勧めの食材です。特にタマネギの皮の部分には栄養がたっぷり含まれています。そのまま食べるのは難しいですね。そんなときにお勧めの方法は皮を取り除いて約1週間日光に当てるだけ。日に当てることで、タマネギは細胞を守ろうとしてポリフェノールの量を4倍に増やします。また、取り除いた皮は他の野菜と一緒に煮出して出汁として活用するのもお勧めです。

知っ得！栄養プチ情報

旬の食材をお得に食べよう！

今回は簡単に作れる美味しいタマネギ料理を紹介します。タマネギの栄養は水に溶け出しやすく、炒めすぎるとビタミンなどがほとんどなくなってしまうので、レンジ調理で栄養をまるごといただきます。

① タマネギは表の皮をむき、4等分に切って塩をふる。
 ② ①にベーコンやピザ用チーズなど好みの食材をのせる。

【材料(2人分)】
 ・新タマネギ 2個
 ・ベーコン 40g
 ・ピザ用チーズ 40g
 ・塩 少々
 ・パセリ・コショウ 少々

一人分栄養価
 総カロリー 226キロカロリー
 タンパク質 9.2g
 脂質 13.3g
 カルシウム 173ミリグラム
 食塩 1.2g

詳しい作り方は「毎月19日食育の日」にインスタグラムで紹介しています。ぜひご覧ください。

〇 健康長寿課保健予防係 ☎ (368) 1494

健康ガイド 5

保健・医療・福祉・相談

Health is property

健康長寿のカギはフレイル予防！

加齢とともに心身の機能が低下してきて、「健康」と「要介護」の中間の状態にあることを「フレイル」と言います。

●フレイルチェックをしてみましょう！

最近、ペットボトルの蓋が開けにくい、青信号の間に横断歩道を渡るのが難しい、疲れやすくなったなど、思い当たるものはありますか？
 それは、筋肉量低下のサインかも？指輪っかテストで自分の筋肉量を確かめてみましょう。



●筋肉量向上のための運動

年齢に関係なく筋力は向上すると言われています。「立つ」「歩く」「座る」といった活動は足腰の筋肉が支えています。足腰を鍛え、いつまでも動ける体を作りましょう！

例えば、、、
 ※お家でできる運動

主な筋肉：大腿四頭筋
 歩く・立つなど、下半身の主な運動ほぼすべてに大腿四頭筋が関わっています。

膝伸ばし 難易度：☆☆
 左右10回 1～3セット
 楽にできる方は重畳の使用がおすすめ

スクワット 難易度：☆☆☆
 10回 1～3セット
 膝が前に出ないように腰を落とすのがポイント

出典：みやぎ健康支援アドバイザー作成フレイル予防リーフレット (公益社団法人 宮城県栄養士会)

●フレイルドミノを予防しよう！

フレイルは、社会とのつながりを失うことが最初の入口となることが多いようです。地域の集いの場、各種教室、趣味やサークル活動、ボランティアなど自分に合った方法で、社会参加を続けることが大切になります。運動習慣があり社会とのつながりがある人とそうでない人ではフレイルリスクが16倍も異なるそうです。地域の集いや運動教室についてなど気軽に問い合わせください。

〇 健康長寿課保健予防係 ☎ 368-1494

交流広場

Community

なぎなた連盟

【日時】5/11、18㊥
19:00～20:30
【場所】総合体育館
【対象】小学3年生以上10人程度
(きょうだい、親子、夫婦での参加可)
【費用】無料
【内容】なぎなたの基本動作体験
【持ち物】動きやすい服装、飲み物
多賀城なぎなた連盟
石垣 ☎090-4638-2909

生涯学習 パソコン愛好会

【日時】5/14、28㊥
9:00～12:00
【場所】市民活動サポートセンター
【対象】パソコンを持参できる人
(購入を検討している人)
【講師】伊藤昇氏
【費用】1,500円/月、
教科書・材料費自己負担
【内容】パソコン初級コース、ウインドウズワード・エクセルコース、
応用コース
鈴木 ☎368-3120

真向法体操会 多賀城教室

【日時】毎月第2㊥
14:00～16:00
【場所】総合体育館
【定員】30人
【内容】4つの動作を朝夕3分間行う真向法体操。足腰を柔軟にし体のバランスを整えるストレッチ体操
【費用】500円/月
【持ち物】動きやすい服装、飲み物
宮城真向法体操会
佐藤 ☎080-1801-7394

多賀城笑いヨガの会

【日時】5/23㊥10:00～11:30
【費用】500円/回
【内容】医学的根拠に基づく笑いの体操とヨガの呼吸法
【持ち物】飲料水、浴用タオル
*体温を事前測定(初めて、久しぶりの人は要問合せ)
筑波 ☎794-9072

ギター・ウクレレサークル (初心者コース)

【日時】㊥9:00～11:45、
㊦9:30～11:00
(詳しい日程は要問合せ)
【場所】伊保石復興住宅集会所
(塩釜市)
【定員】10人
【費用】1,500円～/回
【内容】フォークソング、演歌、弾き語り(個別レッスン可)
*ギター・ウクレレのレンタル有
内田 ☎090-2844-1960

多賀城レクダンス キャッツ

【日時】毎週㊥10:00～12:00
【場所】市民会館
(文化センター内)
【費用】2,500円/月
【内容】レクリエーションダンス
長濱 ☎309-2009

木村流仙台支部 大正琴 演奏会

【日時】5/26㊥13:00～16:00
【場所】市民会館小ホール
(文化センター内)
【内容】大正琴アンサンブル演奏、
ハーモニカ・竖琴・トーンチャイムの賛助出演有
【費用】入場無料
菊地 ☎090-3362-0854

問題飲酒で困ってる人の 相談会

【日時】毎週㊥19:00～20:00
【場所】塩釜市公民館
【対象】アルコールなどの依存症から回復を目指す人またはその家族など
【費用】無料
【内容】自助グループによる問題飲酒で悩む人向けの相談会
NPO法人宮城県断酒会仙塩支部塩釜例会所
danshu.shiogama@gmail.com

囲碁大会

【日時】5/12㊥9:50～15:00
【場所】多賀城囲碁センター
(高崎1-13-2)
【定員】32人
【費用】1,500円(昼食付)
【内容】月例大会
日本棋院多賀城支部
☎362-7925

多賀城アンサンブル第178回 定期演奏会「室内楽コンサート」

【日時】5/12㊥14:00～16:00
【場所】市民会館小ホール
(文化センター内)
【費用】一般1,500円、高校生以下1,000円(会員は500円引き)
【内容】ベートーベン バイオリンソナタ第10番ト長調、ドヴォルザークピアノ五重奏曲イ長調他
齊藤 ☎364-5750

エアロビクスいずみ

【日時】毎週㊥10:15～11:45
【場所】文化センターまたは山王地区公民館
【費用】会費2,500円/月、
入会金1,500円
【内容】深層の筋肉をほぐし、音楽に合わせて楽しく体を動かす。(免疫力アップ)
*体験可、初心者歓迎
瀬戸嶋 ☎090-9749-2879

新婦人 ストレッチ小組

【日時】5/27、6/24㊥
10:00～12:00
【場所】新田中集会所
【講師】坂総合病院
行方啓文先生
【費用】会費900円/月、
会場費100円、
入会費100円
【内容】ストレッチで心も体も健康に
小畑 ☎080-4066-3424

新婦人 多賀城支部 50周年記念イベント

【日時】6/1㊥10:00～15:30
【場所】市民会館
(文化センター内)
【定員】100人
【内容】50周年記念交流会(午前)、
遠藤いく子ジャズコンサート
(13:00～14:00)
【費用】無料
龍淵 ☎090-5831-1507

健康太極拳「あせびの会」

【日時】毎週㊥9:00～10:30
(雨天時休み)
【場所】高崎廃寺公園
【講師】高桑卓也氏
【内容】初心者から師範取得まで指導
【費用】1,000円/月
佐藤 ☎090-9639-1510

はまなす会「絵画教室」

【日時】毎月第1、2、3㊥
9:00～12:00
【場所】中央公民館
(文化センター内)
【内容】水彩、アクリル、パステル他(月1回講師による指導有、見学歓迎)
【費用】1,500円/月
佐藤 ☎090-2134-6365

桜木花園幼稚園未就園児教室 「ぴょちゃんクラブ」

【日時】5/10、24㊥
10:30～12:00
(10:15受付開始)
【場所】桜木花園幼稚園
【対象】未就学児(2歳になったら随時参加可能)
【費用】200円/回、
初回のみ600円
(保険料、名札代、参加費)
【申込】開催前日まで電話または直接
桜木花園幼稚園 ☎363-0515

「まちのきおくをみつめる、 かたる一築港の記憶」展

【日時】4/29㊥㊦～6/9㊥
10:00～17:00
【場所】塩釜市杉村惇美術館
【費用】一般200円、
高校生100円、
中学生以下無料
【内容】市民の思い出エピソードを中心に、昭和の塩釜を紹介する展示と関連企画
塩釜市杉村惇美術館
☎362-2555

みやぎUマルシェ

【日時】5/11、6/22、7/27㊥
10:00～16:00
【場所】市民会館
(文化センター内)
【内容】物販、占い、整体、チャリティなど
みやぎUマルシェ実行委員会
鈴木 ☎miaamiyagi@gmail.com

NPO法人宮城国際支援の 会法人設立20周年記念 講演会

【日時】5/12㊥14:00開演
【場所】市民活動サポートセンター
【内容】会長による会設立経緯と活動報告
NPO法人宮城国際支援の会
鈴木 ☎miaamiyagi@gmail.com

消費生活情報

市民相談室 ☎368-1141 (代表)

市役所をかたる還付金詐欺 予兆電話に注意!

相談事例

自宅固定電話に「多賀城市役所健康福祉課の〇〇」と名乗る電話があった。「1カ月前に通院記録を送付したが返信がないので連絡した」と言われたが、郵便は届いていない。不審に思い市役所に電話すると、市役所に健康福祉課はなく、連絡した職員もいなかった。

このまま手続きを進めると

還付金があると言われ、取引銀行名と携帯電話番号を聞かれます。その後、銀行をかたる人から電話があり、指示通りにATMを操作すると送金されてしまいます。

対応方法

- ・市役所などをかたる「封書を送付したが、開封したか?」という電話には、還付金詐欺を疑いましょう!
- ・「お金を返すために必要」などと言われても、個人情報 は絶対に答えてはいけません。
- ・不審電話への対策として、防犯機能付き電話機の導入や、留守番電話機能、ナンバー・ディスプレイ機能を活用しましょう。
- ・不審に思ったら市民相談室や警察(☎#9110)に相談しましょう。

相談窓口

市民相談室 ☎368-1141 (代表)

▼場所 市役所西庁舎2階市民相談室

消費生活相談・市民相談	【日時】平日 8:30～17:00 *窓口が混み合うため、事前に電話してから来てください。
差別、虐待などの人権相談	【日時】5月13日㊥ ① 10:00～12:00 ② 13:00～15:00 *5月9日㊥までに要予約
行政機関などへの意見・要望に関する相談	【日時】5月14日㊥ 10:00～13:00
弁護士による無料法律相談	【日時】5月15日㊥ ① 11:00～12:00 ② 13:00～16:00 *前日まで要予約(内容によっては相談できない場合がありますので、事前に電話してください。)

市立図書館(おはなし会) ☎368-6226

場所	日程	時間	読み手
市立図書館	毎週㊥	14:00～14:30	図書館スタッフ
	1㊥*	11:00～11:30	
	15・22㊥	11:00～11:30	スキップ/山王スキップ
山王分室	9㊥	11:15～11:45	山王スキップ
大代分室	8・22㊥	10:30～11:30	カンガルー読書会

*赤ちゃんおはなし会 ▶受け付け 市立図書館、分室/当日、直接会場にて

移動図書館 さざんか号



5月の運行



新田第一	新田公民館前	8、22㊥	9:30～10:00
新田第二	市営新田住宅駐車場	8、22㊥	10:30～11:00
伝上山	市民プール駐車場	2、16、30㊥	9:30～10:00
浮島・城南	ヤマザワ多賀城店駐車場	2、16、30㊥	10:30～11:00
宮内	市営宮内住宅駐輪場前	1、15、29㊥	9:30～10:00
桜木	桜木・県営住宅集会所前	1、15、29㊥	10:30～11:00

*雨(霧雨を含む)、降雪時などは巡回を中止します。中止になった分の振り替え巡回はありません。

市立図書館 ☎368-6226

東北歴史博物館 催事情報

春季特別展「世界遺産 大シルクロード展」

【日程】6/9㊥まで
【費用】一般1,600円、小中高生800円

多賀城巡り

①多賀城政庁跡コース②多賀城廃寺コース

【日時】①5/12㊥13:30から ②5/26㊥13:30から
【費用】無料

*事前申込不要、雨天中止の場合有

【開館時間】9:30～17:00(発券は16:30まで)

㊥休館(㊥の場合は翌平日)

【常設展観覧料】一般460円、高校生以下無料

☎368-0106 *詳しくは、博物館HPを確認してください。



民話を聞か

【日時】5/19㊥11:00～12:00、13:30～14:30
【費用】無料

*事前申込不要

館長講座(全8回、各回ごとの受講可)

第2回「歴史博物館グローバル紀行」

【日時】5/25㊥13:30～15:00
【定員】280人(要事前申込)

【費用】無料

催事・サークルなどへの参加は、事前に費用・内容などを確認してください。
交流広場は市民による市民の活動を優先して掲載します。それ以外の情報は掲載できない場合があります。営利事業などは掲載しません。詳しくは市HPを確認してください。
原稿は掲載希望月の前々月20日まで地域コミュニティ課広報広聴係(☎koho@city.tagajo.miyagi.jp、FAX368-8104)へ。掲載内容を調整したり、記事量によっては掲載できない場合があります。



離乳食教室

子ども家庭課親子保健係 ☎368-1109

申込は子育て応援アプリ「たがすく」→「教室申込 オンライン予約」→「離乳食教室」または「親子クッキング」
*アプリ未登録の方は広報裏面ページのアプリQRコードから登録して申し込み

離乳食教室

- ▶費用 100円
- ▶持ち物 母子健康手帳、筆記用具、お気に入りのおもちゃ、おむつ (①、②コースの人は、バスタオルもお持ちください。)

①ごっくんコース

- ▶日時 5/16㊦10:00～11:30 (受付9:45から)
- ▶対象 4～6カ月児

②もぐもぐコース


- ▶日時 5/31㊦10:00～11:30 (受付9:45から)
- ▶対象 7～11カ月児


③ばくばくコース

- ▶日時 5/29㊦10:00～11:00 (受付9:45から)
- ▶対象 11～18カ月児

親子クッキング

- ▶日時 6/6㊦10:00～11:30 (受付9:45から)
- ▶対象 2歳6カ月～3歳児
- ▶費用 親子1組300円
- ▶持ち物 母子健康手帳、筆記用具、汚れた場合の着替え

 **すくっぴーひろば** ☎355-7085

 受付時間9:00～16:30
申し込みは直接または電話

すくっぴー親子DE食育

「米粉でつくろう！アンパンマンぱん」

- ▶日時 5/30㊦10:00～11:30
- ▶対象 2歳以上の幼児と保護者8組
- ▶内容 親子クッキング(米粉パン・かぼちゃのポターージュ)
- ▶費用 親子1組400円
- ▶講師 chanto_cook 優しい易しい料理教室 坂本陽子氏
- ▶申込 5/16㊦から

どこでもハッピー in 大代地区公民館

- ▶日時 5/28㊦10:00～11:30
- ▶対象 乳幼児と保護者
- ▶内容 すくっぴーひろばのスタッフによる遊びの出前
- ▶申込 不要
- *児童館・児童センターとの共催事業

子育て講話

- ▶日時 6/3㊦10:00～11:30
- ▶対象 乳幼児の保護者
- ▶内容 「知って納得 子どものイヤイヤ」 0～3歳までの子どもの発達と関わりについて
- ▶講師 (一財)生涯学習開発財団認定マスターコーチ 遠藤ミユ氏
- ▶申込 5/20㊦から

八幡保育所 ☎367-5200

みんなであそぼう！

- ▶日時 5/22㊦10:30～11:00
- ▶対象 市内在住の未就学児(0～6歳児)と保護者10組
- ▶内容 親子でふれあいあそびなどを楽しむ
- ▶申込 5/21㊦まで

西部児童センター ☎368-4142

受付時間9:00～16:30 申し込みは電話または直接

チャレンジ教室

- ▶日時 5/15㊦15:15～16:00
- ▶対象 小学生20人
- ▶内容 ニュースポーツに挑戦
- ▶講師 多賀城市民スポーツクラブ 和泉匡倫氏、和泉眞喜子氏
- ▶申込 5/1㊦から

おはなしぱれった

- ▶日時 5/22㊦10:30～11:00
- ▶対象 乳幼児親子
- ▶内容 絵本やパネルシアターとお誕生会
- ▶申込 5/8㊦から

ジュニアリーダーと遊ぼう

- ▶日時 5/25㊦10:30～11:30
- ▶対象 小学生20人
- ▶内容 エステバンの皆さんと遊ぼう
- ▶申込 5/11㊦から

鶴ヶ谷児童館 ☎362-0763

受付時間9:00～16:30 申し込みは直接または電話で

あそびのひろば 特別バージョン

- ▶日時 5/11㊦
 - ①14:00～15:00 (幼児親子)
 - ②15:30～16:30 (小中高生)
- ▶対象 どなたでも
- ▶内容 みんなで身体を思いきり動かして楽しもう

すくすく測定

- ▶日時 5/25㊦、6/5㊦
- ▶対象 あそびにきた方どなたでも
- ▶内容 身長・体重測定

あつまれ0～1歳児

- ▶日時 5/17㊦10:30～11:00
- ▶対象 0～1歳児と保護者
- ▶内容 手あそびうたや親子のふれあいあそび

志引保育所 ☎368-9887

保育所で遊ぼう！

- ▶日時 5/29㊦10:00～11:00
- ▶対象 市内在住の未就学児(0～6歳児)と保護者10組
- ▶内容 「わらべうたを楽しもう」子育てについての相談など
- ▶申込 5/28㊦まで

桜木保育所 ☎794-7253

保育所で遊ぼう！

- ▶日時 5/29㊦10:00～11:00
- ▶対象 市内在住の未就学児(0～6歳児)と保護者10組
- ▶内容 保育所の玩具で遊ぼう！子育てについての相談
- ▶申込 5/28㊦まで

中央公民館 ☎368-0133

海のアートづくり教室
～海藻おしばとハーバリウム～



- ▶日時 6/8㊦9:30～12:00
- ▶対象 小学生と保護者6組
- ▶費用 1組1,600円
- ▶内容 海岸で海藻採集、海藻おしば・海のアート作成
- ▶申込 5/19㊦～6/2㊦にQRコードリンク先にあるWebフォームから申込み (申込後6/2㊦までに費用支払)

 **シルバー人材センター**

☎368-2350




入会説明会

- ▶日時 5/8、22㊦14:00から
- ▶場所 シルバークラブプラザ
- ▶対象 60歳以上の働く意欲がある健康な人
- ▶申込 不要

 **シルバークラブプラザ**

☎368-2350

 受付時間 8:30～17:15

受講は申し込みが必要(登録は直接)、受講料無料(テキスト代は自己負担)、市内に住所を置く60歳以上が対象

【技能講習】

植木剪定

- ▶日時 6/11㊦、12㊦9:00～16:00
- ▶定員 10人
- ▶内容 植木剪定にかかる基本(座学)・実技
- ▶申込 6/3㊦まで

ハウスクリーニング

- ▶日時 6/18㊦9:00～12:00
- ▶定員 20人
- ▶内容 ハウスクリーニングの基本
- ▶申込 6/7㊦まで

襖・障子張り

- ▶日時 5/28㊦、29㊦9:00～16:00
- ▶定員 20人
- ▶内容 襖・障子張りの歴史と基本、実技など
- ▶申込 5/17㊦まで

網戸張り

- ▶日時 6/5㊦9:00～16:00
- ▶定員 10人
- ▶内容 基本と実技など
- ▶申込 5/27㊦まで

【スポット】

はじめてのスマホ(LINE編)

- ▶日時 5/29㊦10:30～12:00
- ▶定員 10人
- ▶内容 LINEなどSNSの使い方
- ▶申込 5/21㊦まで

はじめてのスマホ(基礎編)

- ▶日時 6/17㊦10:30～12:00
- ▶定員 10人
- ▶内容 電源の入れ方・消しかたなどの操作方法、アプリ・カメラ・ナビの使用方法など
- ▶申込 6/8㊦まで

多賀城市民スポーツクラブ

総合体育館☎ 365-1918



トレーニング講習会

- ▶日時 5/3㊦13:30から、5/11㊦11:30から、5/14㊦18:30から、5/23㊦13:30から
- ▶対象 総合体育館のトレーニング室を初めて利用する高校生以上の人 各回5人
- *他のトレーニングジムなどに登録している人は講習を受けずに利用可。詳しくは問い合わせください。
- ▶内容 トレーニング室やマシンの使い方の講習
- ▶費用 高校生150円/大人(一般・大学生・専門学校生)200円
- ▶申込 随時(先着順)

健康アップスポーツ教室

- ▶日時 5/10、24㊦14:00～15:00
- ▶対象 65歳以上
- ▶内容 体力アップ、健康アップが目的の運動教室
- ▶費用 800円/回
- ▶申込 電話または直接

健康・スポーツ相談室(運動指導)

- ▶日時 5/3㊦9:30～12:30、5/17㊦18:00～21:00、5/20㊦14:00～17:00
- ▶対象 中学生以上3人/回
- ▶内容 体組成計の測定結果を基に要望に沿った運動指導(1人40分)
- ▶費用 1,000円/回、別途初回登録料500円(任意)
- ▶申込 実施日前日の17時まで電話または直接

スポーツ指導者派遣

- ▶日程 通年
- ▶場所 希望する場所
- ▶対象 市民
- ▶内容 希望する内容(運動やイベント)に応じて指導者を派遣
- ▶費用 1団体3回まで無料
- ▶申込 派遣希望日の1カ月前まで

おとなの朝活「朝ヨガ」

- ▶日時 5/26㊦7:30～8:30
- ▶場所 さんみらい多賀城イベントプラザ(STEP)
- ▶対象 18歳以上20人(学生除く)
- ▶内容 朝ヨガで心も身体もリフレッシュ
- ▶費用 500円
- ▶申込 5/24㊦まで(先着順)

ビギナーズテニスレッスン

- ▶日時 5/18㊦、21㊦、25㊦、28㊦19:15～20:45
- ▶場所 市民テニスコート
- ▶対象 硬式テニス初心者または初級者の成人
- ▶内容 初心者向けにラケットの握り方、振り方など基本を学ぶ
- ▶費用 800円/回
- ▶申込 実施日前日まで(先着順)