

歴史のまちの今を伝えるまちづくり情報誌

# 多賀城 NOW

広報多賀城  
2  
Feb.2021  
No.588

Cover  
華やかな振り袖姿や  
キリっとしたスーツ姿の新成人が  
久しぶりの再会を喜び合いました



追憶、そして今  
多賀城消防署 土井理弘さん

市役所からお知らせ  
[特集] 令和3年成人式  
東日本大震災多賀城市追悼式  
かたりつぎ 朗読と音楽の集い

多賀城ホットピックス  
大掃除はひと休み 花で華やかな新年を  
交通死亡事故ゼロ2年間達成

くらしの情報  
マイナンバーカード専用の休日窓口開設  
令和3年度市民税・県民税申告の受け付け

みんなの広場  
曾我庄治さん

多賀城イズム  
浮島サザンカジュニアーズ

# 追憶 そして今

震災3.11 ▶ 復興9年

at the time of earthquake 14:46 11th Mar.2011

10年前に東日本大震災が起きた時、人は何を考え、どんな行動をしたのでしょうか。災害の記憶を教訓に、私たちが次の災害に備えるために、「あの時」を振り返ります。

証言 #10

土井 理弘さん (45)



## 人命救助は使命 現場で感じた葛藤

震災当時、多賀城消防署に勤務していた土井さん。津波襲来の知らせを受け、救助の指示が出ると、水中専用のスーツを着用し水難救助隊として現場に向かいました。

より多くの人を助けるため、ボートに乗らず冷たい水に浸かりながら人命救助にあたりました。

一度に全員を乗せることができない救助ボート。ボートを引きながら聞こえてくるのは「助けて」という声。土井さんは、全員を助けたい思いと、同時に今すぐに助けられない現実とのほざまで心が揺れ動きました。

また、他のボートが転覆したことを聞き、現場にたどり着くと、転落した高齢者を必死につかみ

水に浮かぶ消防の仲間の姿がありました。自分のボートの定員を超えてしまうため、「後で必ず助けに来るから」と言い残し、その場を離れました。その後も火災で空が赤く染まる中、夜通しで救助活動にあたりました。

消防署に戻り、先ほどの仲間と再会。土井さんはほっと胸をなでおろし、休む間もなく消火活動・危険物の回収作業に追われました。

震災から10年。当時の記憶と経験は徐々に薄れつつあります。「災害全てに対応できるマニュアルはないんです。特に自然災害には絶対の安心はありません」。土井さんは、震災を経験していない後輩たちに、教訓を伝え続けます。

どい みちひろ

Profile

多賀城消防署消防司令。警防第一係長、特別救助隊長を兼ねる。七ヶ浜町出身、在住。震災当時、多賀城消防署特別救助隊所属。

## 2

## 多賀城NOW

歴史のまちの今を伝えるまちづくり情報誌  
Feb.2021  
No.588



1月10日、市民会館で成人式が行われ、新成人が参加しました。コロナ感染症対策のもと、午前と午後の2部に分かれての開催。新成人たちは、友人との再会に喜びもひとしおでした。

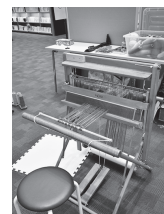
発行 多賀城市  
編集 総務部地域コミュニティ課  
〒985-8531  
宮城県多賀城市中央2丁目1-1  
☎022-368-1141  
www.city.tagajo.miyagi.jp

多賀城NOWは、悠久の歴史を誇る史都多賀城の「今」を発信するまちづくり情報誌です。本誌はウェブサイトでもご覧になれます。

多賀城市公式ホームページ  
www.city.tagajo.miyagi.jp/

## 2021年2月の目次

- 2 追憶、そして今  
多賀城消防署消防司令 土井理弘さん
- 4 令和3年成人式
- 10 N&I 市役所からお知らせ  
市役所で一緒に働きませんか/市議会を傍聴しませんか/新型コロナウイルス感染症対策事業/かたりつぎ 朗読と音楽の集い/東日本大震災多賀城市追悼式/食品を無駄にしないために
- 14 多賀城ホットピックス  
図書館に笑顔あふれる/大掃除はひと休み 花で華やかな新年を/地域住民を火災から守る/交通死亡事故ゼロ2年間達成/市政の情報をより身近に市民へ発信/理研食品が受賞報告に訪れました
- 16 暮らしの情報  
募集/暮らし/すまい/安全/福祉/年金/仕事/子育て/税/寄付/放射線量測定結果/移動図書館さざんか号/多賀城百景/「ほのぼの賞」のCM YouTubeで公開中!!
- 20 歴史と文化  
如月の探訪/Tagayasuプロジェクト/歴史の風/多賀城創建1300年に向けて/市立図書館イベント案内/文化センターイベント案内
- 22 健康ガイド  
みんなで食育/お宝事例発表会/くらしすこやかに/こどもの健康/2月の相談/消費生活情報/休日の診療
- 24 みんなの広場  
注目の人 曾我庄治さん/ギャラリー/逸品物語/すくすくげんき/交流広場/東北歴史博物館催事情報
- 26 イベント情報  
西部児童センター/離乳食教室/すくっぴーひろば/鶴ヶ谷児童館/多賀城市民スポーツクラブ/中央公民館/山王地区公民館/大代地区公民館/市立図書館(おはなし会)/市民活動サポートセンター/多賀城史遊館/シルバーワークプラザ
- 28 多賀城イズム  
浮島サザンカジュニアーズ



# 令和3年成人式



「令和3年成人式」は1月10日、市民会館大ホールで2部制で行われ、438人の新成人が参加しました。

会場内では友人との再会に喜ぶ姿がたくさん見られました。

また、コロナ対策のため全員がマスクを着けて式典に参加しました。

例年と異なる雰囲気でしたが、恩師が登場すると笑顔で手を振ったり拍手したりと盛り上がりを見せていました。

## 20年間育ててくれた両親に「ありがとう」と伝えたい

実行委員が準備のために集まりましたが、市外や県外の友達れたのは2回だけでした。例年は夏ごろから数回集まり準備をしていました。

今回は状況が全く違ったため、実行委員会が10月から活動し始めたときは、「本当に式典ができるのだろうか」と不安を感じていました。

しかし、実行委員のみんなが協力的だったおかげで、力を合わせて成人式を開催し、自分たちの役割を果たすことができました。

式典は時間短縮での実施とな

と思います。

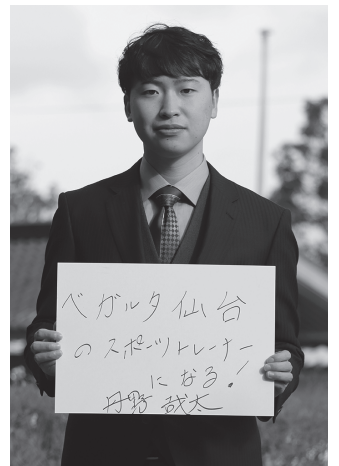


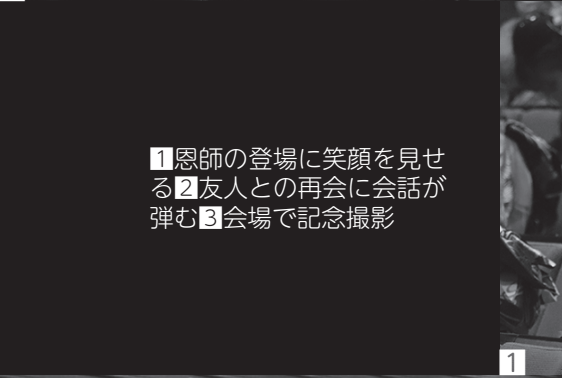
令和3年成人式実行委員会  
会長 鈴木 蓮さん (20)  
東豊中学校出身



## Taga Voice 二十歳の抱負

どんな大人になりたいか、どんなことを成し遂げたいか、新成人が決意を語ります。





1 恩師の登場に笑顔を見せる  
2 友人との再会に会話が弾む  
3 会場で記念撮影





2



5



6



5

4 コロナ対策をして行われた受け付け  
5 式典の様子  
6 実行委員の紹介  
7 思い出の品を掲げて見せる恩師



3



2



7



1



4

5

## 先生にありがとう

中学を卒業した3月、小学3年生からずっと続けてきた野球を高校でも続けるかどうか悩んでいました。文武両道を目指して選んだ高校。体験で参加した野球部の練習量に、勉強と両立できるか不安になりました。

そんなとき、相談に乗ってくれたのは、中学3年の時の担任の先生。卒業したにも関わらず、優しく話を聞いてくれました。相談の末、野球を続ける道を諦め、勉学に励む道を選びました。



関内 響希さん (20)  
大学生 高崎中学校出身

自分にとって第二の母のよう存在だった先生。先生に相談したことで、自分の道を選び、今こうして大学で学べたいことを学んでいます。将来の道を決める勇気をくれてありがとうございました。

## 家族にありがとう

ここまで私を育ててくれた家族にとっても感謝しています。自分の進路に理解を示し、やりたいことを応援し協力してくれました。

曾祖父母は、仕事で多忙な両親の代わりに、ずっとそばにいて世話をしてくれました。また、小学生のころまで一緒に住んでいた祖父母は習い

事に通わせてくれました。

私を支えてくれた家族に、ありがとうございます。

幼稚園の担任だった先生に憧れ、妹が幼い時には面倒を見ていました。

現在は、幼稚園教諭免許取得を目指して勉学に励んでいます。将来、先生と同じ幼稚園で一緒に仕事ができたらいいなと思っています。



渡部 瑠奈さん (20)  
専門学校生 東豊中学校出身

## 映像で伝える 新成人へのメッセージ

新成人へのメッセージをプロジェクトオンラインテイピングで伝えました。多賀城の市木「山茶花(サザンカ)」をモチーフとし、コロナ禍でも前向きでいてほしいという願いを込めました。

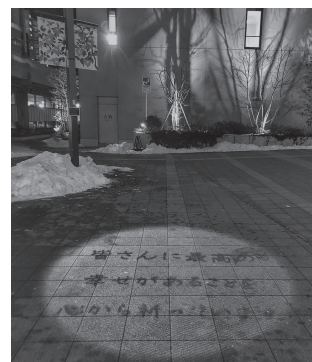
撮影は、1月9、10の両日、多賀城駅北口広場で行いました。

\*サザンカの花言葉

「困難に打ち勝つひたむきさ」



「これから一歩ずつ大人になっていく」



育ててくれて、  
支えてくれてありがとう



# 新成人が伝える、感謝の気持ち



佐々木 鈴菜さん (20)  
社会人 第二中学校出身

## 先生にありがとう

小さいころは内気で、人前で話すことが苦手でした。そんな私の人生の転機になったのが、小学3年生の担任の先生です。授業の中で、「人前で失敗しても大丈夫」だと教えてくれました。自分の意志を伝えないと、相手には何も伝わらないことを気付かせてくれました。在学中に転勤した先生とはそれ以来会えていない。

ません。今となっては、小学生なりに感謝を伝えていればよかったと思います。あの時先生が教えてくれたおかげで、物事を広い視野で見えるようになり、さまざまな相手の意見を受け入れられるようになりました。先生には感謝の思いでいっぱいです。人生観を変えてくれてありがとうございます。

## 友人・先生にありがとう

自分の将来の道を照らしてくれた先生、そして陰で支えてくれた友人にありがとう、と伝えたいです。

中学のころから技術系の業種に興味を持ち、高等専門学校に入学しました。

担任の先生の授業がとても面白くて、さらに深い興味を持たせてくれました。4年生のとき、先生が自分で



益 晃太さん (20)  
高等専門学校生 多賀城中学校出身

## 祝福の気持ちを花にのせて

史都中央通線に、本市出身の若手アーティスト、浅野友理子さん描き下ろしの山茶花と椿のアートフラッグを掲げました。

浅野さんは、「人生の中で大きなイベントである成人式を、絵という形でささやかながら祝福できたら、と思い制作しました。コロナ禍で大変な状況ですが、椿のように力強く、可憐な山茶花のように軽やかに乗り越えてほしいです」と新成人へメッセージを送ります。



画家 浅野 友理子さん



## 市議会を傍聴しませんか

### 第1回定例会日程

問 議会事務局 ☎内線312

# 2

第1回定例会は、8日㊤から3月9日㊤まで、30日間の会期で開催します。

議会の問い合わせは5日㊤から受け付けます。

2月8日㊤	本会議(施政方針、提案説明、付託省略議案審議)
2月17日㊤	本会議(総括質疑、委員会付託)
2月18日㊤	予算特別委員会(補正予算)
	本会議(補正予算採決)
2月19日㊤	本会議(一般質問)
2月22日㊤	
2月24日㊤	常任委員会
2月25日㊤	
2月26日㊤	予算特別委員会(当初予算)
3月2日㊤	
3月3日㊤	
3月4日㊤	
3月5日㊤	
3月9日㊤	本議会(委員長報告、採決ほか)

\*上記以外は議案調査のため休会です。

\*日程は変更になる場合があります。

# 1

## 市役所で一緒に働きませんか

### 会計年度任用職員募集

問 健康課乳幼児保健係 ☎内線617

内 = 業務内容   資 = 資格要件   時 = 勤務時間  
給 = 給料

#### 保健師 3人

内 乳幼児健診・成人保健相談などの健康教育および保健指導業務 資 保健師免許、母子保健指導従事経験者優先 時 1日3～5時間、勤務日時不定期 給 時給1,321円

#### 看護師 2人

内 乳幼児健診・成人保健相談などの看護業務 資 看護師免許、乳幼児健診従事経験者優先 時 1日3～5時間、勤務日時不定期 給 時給1,254円

#### 歯科衛生士 若干名

内 乳幼児などの歯科健康教育および保健指導業務 資 歯科衛生士免許、母子保健指導従事経験者優先 時 1日3～5時間、勤務日時不定期 給 時給1,254円

#### 栄養士 若干名

内 乳幼児健診などの栄養指導業務 資 栄養士資格、母子保健指導従事経験者優先 時 1日3～5時間、勤務日時不定期 給 時給1,254円

▶勤務場所 健康課

▶雇用期間 4月1日～令和4年3月31日(ただし、勤務の状況などにより延長する場合あり。)

▶その他 通勤手当、労災保険あり

▶申し込み 3日㊤～12日㊤に履歴書に必要事項を記入(写真貼り付け)し、資格を証明する書類の写しを添えて健康課へ直接

# 3

## 新型コロナウイルス 感染症対策事業

### ひとり親世帯臨時特別給付金

▶申請期限 26日㊟まで

\*基本給付を申請する人は、再給付分も併せて申請可能

【基本給付】1世帯5万円、第2子以降1人につき3万円

▶対象者 ①令和2年6月分の児童扶養手当受給者②公的年金などを受給していて児童扶養手当の支給を受けていない人③新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が児童扶養手当の受給者と同じ水準の人

【追加給付】1世帯5万円

▶対象者 上記対象者①②のうち、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が減少した人

問 子育て支援課子ども家庭係☎内線674

### 新生児子育て応援臨時給付金

▶支給金額 対象児童1人につき10万円

▶支給対象児 令和2年4月28日～令和3年4月1日に出生した子ども(出生日から申請日まで引き続き本市の住民基本台帳に記録されていること)

▶支給対象者 支給対象児と同居している父または母(申請時に本市に住民登録していること)

▶申請方法 申請書に、支給対象者の本人確認書類の写し・振込先口座確認書類の写しを添えて提出

▶申請期限 5月31日㊟まで

問 子育て支援課子ども家庭係☎内線672

### 保険税(料)の減免

国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険の第1号保険料の減免を受けられる場合があります。

問 国民健康保険税・後期高齢者医療保険料

国保年金課国保年金係☎内線124

介護保険料 介護福祉課介護保険係☎内線663

### 国民年金保険料の特例免除手続き

令和2年2月～令和3年6月分の申請を受付しています。

問 国保年金課国保年金係☎内線124

### 傷病手当金の支給

国民健康保険および後期高齢者医療に加入している被用者(会社などに勤めている人)のうち、要件に該当する人に支給します。

▶対象者 加入期間中、新型コロナウイルス感染症に感染した人または発熱などの症状があり感染が疑われる人

▶支給対象日数 労務に服せなくなった日から起算して3日を経過した日から労務に服することができない期間のうち、就労を予定していた日

▶支給額 直近の継続した3か月間の給与収入の合計額を就労日数で割った金額×2/3×支給対象日数

▶適用期間 令和2年1月1日から令和3年3月31日までに、療養のため労務に服することができない期間

▶申し込み 事前に電話で問い合わせください

問 国保年金課国保庶務係☎内線121

### 飲食店支援(事業継続支援給付金)

▶申請期限 15日㊟(当日消印有効)

\*詳しくは、多賀城NOW1月号を確認してください。

問 商工観光課商工係☎内線472

### 雇用調整助成金申請支援補助金

▶申請期限 26日㊟(当日消印有効)

問 商工観光課商工係☎内線472



## 5 震災から10年 あの日を忘れない

### 東日本大震災多賀城市追悼式

問 市長公室政策秘書担当 ☎内線218

東日本大震災から10年目となる3月11日(☎)に、震災の犠牲となられた方々の追悼と復興への願いを込め、追悼式を開催します。

会場内の密集・密接を避けるため、対象は遺族と式典関係者とします。また、どなたでも自由に献花ができる時間帯を設けます。

#### 遺族対象の追悼式

日時 3月11日(☎)14時30分から(14時受付開始)  
会場 市民会館 小ホール

#### 自由献花

日時 3月11日(☎)11時から14時まで  
会場 市民会館 小ホール

#### その他

- ・献花用の生花を用意しています。
- ・駐車場は、文化センター駐車場および市役所西側駐車場を利用してください。
- ・ご供花、ご供物、ご香料などは辞退いたします。
- ・14時46分から1分間、防災行政無線で追悼のサイレンを流します。
- ・記帳所は、コロナ感染対策としてペンなどの共有を避けるため、設置しません。

## 4 次世代へ 記憶をつなぐ

### かたりつぎ 朗読と音楽の集い

問 地域コミュニティ課広報広聴係  
☎内線254

東日本大震災発生から10年目を迎えます。当時の記憶を語り継ぐため、7人の記憶を竹下景子氏が朗読します。



日程 3月6日(☎)開場13時、開演14時  
会場 市民会館大ホール  
入場料 無料(要入場はがき)\*申し込みは終了しました。

ライブ中継を当日のみ配信の予定です。

時間 13時55分から

\*中継URLは、3月1日に「みちのく震録伝」ホームページに掲載します。

<http://www.shinrokuden.irides.tohoku.ac.jp/>

\*コロナの感染状況により、内容が一部変更になる場合があります。



#### 出演

[朗読]竹下景子(俳優)

[講演]志賀野桂一(プロデューサー、東北文化学園大学特任教授)

[報告]柴山明寛(東北大学災害科学国際研究所准教授)

[演奏]高塚美奈子(ピアノ)、アナディン・バヤラド(馬頭琴)、塩釜コカリナ合奏団

#### 七人の記憶

- ・被災地からSOS～遠野市の後方支援～  
(岩手県釜石市 佐々木励さん)
- ・グリコはみんなの希望です (岩手県釜石市 佐々木絵梨子さん)
- ・未来への船出(岩手県釜石市 洞口留伊さん)
- ・別れ道(東松島市 木村恵子さん)
- ・大堀相馬焼の未来を守る(福島県浪江町 松永和夫さん)
- ・火事場のバカぢから(多賀城市 木村英廣さん)
- ・泰寛に会いたい(石巻市 三条すみゑさん)

# 6

## 食品を無駄にしないために

フードドライブで食品ロス削減へ

問 【フードドライブ】多賀城市社会福祉協議会

☎ 368-6300

【食品ロス】生活環境課環境リサイクル推進係 ☎ 内線 234



### フードドライブ

自宅などで余っている食品を持ち寄り、食べ物に困っている人や福祉施設などへ寄付する事業です。

### 食品ロスを減らすためにできること

食べられるのに捨てられてしまう食品を「食品ロス」と言います。日本では年間612万トンの発生し、ごみとして処分されることで、地球温暖化につながっています。フードドライブの他にも、食品ロスを減らすためにできることがあります。

#### ◆買いすぎではありませんか

家を出る前に一度冷蔵庫を確認してみましょう。何をかうか決めてから行くことで、必要な分だけを購入し、食品ロスを減らすことができます。

#### ◆工夫一つで美味しい料理に

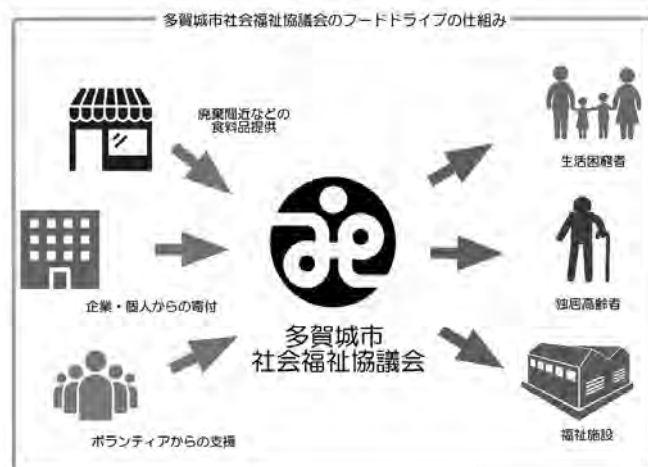
家庭から排出される食品ロスの半分以上が、調理の際に食べられる部分まで捨ててしまうことで発生しています。

普段は捨ててしまう野菜の皮や葉も、調理方法を工夫することでおいしい料理になります。すぐに捨てずに、「もしかしたら食べられるかも」と考えてみませんか。

#### ◆生ごみの異臭は水分が原因

生ごみの約80%が水分だといわれています。

捨てる前に「ひとしぼり」して水分を減らすことで、ごみの減量、異臭の防止につながります。



おつまみにぴったり!

里芋の皮で作ったチップス



夜ごはんのもう1品に

セロリの葉で作った天ぷら



### 食料品や生活用品を募集しています

家庭や職場の、まだ食べられる食料品や生活用品はありませんか。

「もったいない」を「ありがとう」に変える取り組みに協力をお願いします。

設置場所 多賀城市社会福祉協議会1階 おすすめBOX

受け付け 8時30分～17時15分(土日祝を除く)

#### 【募集品目】

食料品 米、麺類、インスタント食品、缶詰、お菓子など

調味料 みそ、しょうゆ、砂糖、塩、ふりかけ、お茶漬けなど

生活用品 ティッシュ、洗剤、トイレトペーパーなど

飲み物 ジュース、コーヒー、お茶など

\*賞味期限が1カ月以上あること

## safety

### 交通死亡事故ゼロ 2年間達成

本市は1月1日、交通死亡事故ゼロ2年間を達成しました。  
 これを受け、宮城県警察本部長から「褒状」の伝達が、1月8日、市役所で行われました。平成30年12月31日の交通事故を最後に、死亡事故は起きていません。

交通量の多い国道45号、産業道路を抱える当市では交通死亡事故ゼロ2年間の達成は、初めてとなります。

交通ルールを守る市民、ドライバーの協力や各種交通安全団体の活動が成果を实らせています。



#### 参加者の声

鈴木那彦さん 八幡  
 塩釜地区交通安全協会多賀城市連合支部長  
 みんなで交通ルールを守って、これからも死亡事故が起きないように頑張りましょう。



## agreement

### 市政の情報をより身近に 市民へ発信

株式会社 Success Holders(東京本社、釜薫代表取締役社長、従業員120人(2020年9月30日現在))と1月15日、市政情報の発信に関する連携協定を締結しました。

締結式は、コロナ感染対策のため、本社がある東京、仙台支局と市役所をテレビ会議方式で中継行いました。

今後、同社が発行している地域密着型情報誌を活用し、本市の観光、芸術文化、子育てや福祉など多岐にわたる市政の情報を発信します。



## commendation

### 理研食品が 受賞の報告に訪れました

理研食品株式会社が1月15日、農林水産省「民間部門農林水産研究開発功績者表彰」と富県宮城グランプリ「みやぎの食」振興部門賞の受賞報告のため市役所を訪れました。

農林水産省からはわかめ養殖に関する研究が、県からは産業の発展や地域経済の活性化に対する貢献が評価されました。

わかめを中心とした海藻商品や調味料の研究開発で、国内トップクラスを誇る同社は、2020年本社を本市に移転。地域貢献への更なる意欲を見せています。



#### 受賞者の声

渡辺博信さん(66) 写真中央  
 理研食品株式会社 代表取締役社長

わかめ種苗研究の水産業への貢献と、多賀城市民対象の食育・イベントを評価いただき感謝しております。



recreation

図書館に  
笑顔あふれる

「たがさぼのクリスマス雑貨市」のワークショップが12月19、20日の両日、市立図書館で開かれ、多くの市民が参加しました。

さをりひろば余暇よかの「さをり織り体験」では、織機を使い、色とりどりの糸を使用して織る体験が行われました。参加者は好きな色の糸を手にし、楽しそうに織っていました。



参加者の声

青山絵里子さん(33) 直生君(4) 高崎  
丁寧に教えていただき素敵なさをり織りを作ることができました。テーブルに置いて飾りたいと思います。

community

大掃除はひと休み  
花で華やかな新年を

「第22回フラワーアレンジメント教室」(主催：東田中親交会(大場幸一会長))は12月27日、東田中集会所で行われ午前・午後それぞれ約15人が集いました。

参加者は講師の田口かすみさんと田嶋静さん(田口洋蘭園)から指導を受け、正月飾りをイメージした作品を作りました。完成後、コロナで行事の中止が続いた一年を皆で振り返り、「花を見ながら明るい気持ちで年を越したい」「花のように華やかにがんばりたい」と感想を語り合っていました。



参加者の声



櫻井アエコさん 東田中

今年で7回目の参加になります。美容師をしているので、美容室の鏡の前に飾り、みんな花を眺めて良い新年を迎えたいです。



firefighting

地域住民を  
火災から守る

「令和3年多賀城市消防団出初式」は1月3日、市役所庁舎前駐車場で行われ、団員約130人が参加しました。

新型コロナウイルスの感染症予防のため、放水実演は中止、時間を短縮しての実施となりました。観閲、優良消防団員の表彰後、前年中に新しく入団した団員の紹介がありました。

津田孝造団長は「コロナ禍で自宅で火を扱う時間が増えている。地域に根差した活動を徹底することで、火災の防止に努めたい」と気持ちを引き締めていました。



参加者の声

長井大智さん(30) 鶴ヶ谷  
昨年入団しました。コロナ禍のため満足のごく訓練や活動ができませんが、地域のために頑張りたいです。



# TAGAJO INFORMATION

募集

生活

子育て

安全

福祉

年金

仕事

子育て

税

## 募集

recruitment

### 週30時間勤務保育士

保育課 ☎内線 181

▼募集人数 若干名 ▼任用期間 任用日 令和3年3月31日(勤務状況で延長する場合があります) ▼報酬 月額13万8898円(期末手当、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、土曜日勤務有 ▼面接日程 相談の上決定 ▼資格 保育士資格 ▼勤務場所 公立保育所(志引、八幡、桜木)のいずれか ▼申し込み 履歴書および資格証明書類の写しを15日⑩まで保育課保育企画係へ直接

## くらし

living

### マイナンバーカード専用の休日窓口を開設します

市民課市民係 ☎内線 145  
混雑時は、待ち時間が長く

なることがあります。時間に余裕をもって来てください。  
▼開設日 28日⑩ 時間 9時～12時 ▼持ち物 交付通知書(はがき)または再通知書、本人確認書類、通知カードなど \*受け取りは、本人の来庁が必要

### 市民プールの再開時期を延期します

生涯学習課社会教育係 ☎内線 545

再開時期が決まり次第、ホームページおよび多賀城市民スポーツクラブのホームページでお知らせします。

### 人権擁護委員の紹介

生活環境課総務企画係 ☎内線 232

1月1日付で法務大臣から齋藤昭雄さん、鈴木たけのさんが委嘱されました。

人権擁護委員は、人権に関する相談や小中学校で人権教室を開き、命や思いやりの大切さの理解を深めてもらうための活動をしています。

定例相談 ▼日時 毎月第2⑩ 10時～12時、13時～15時 ▼場所 市民相談室(市役所2階) 多賀城市人権擁護委員(敬称省略) 齋藤昭雄、加川昭、平井節子、鈴木たけの、千葉修平、佐藤修子

みんなの人権 110番  
⑩ 8時30分～17時15分  
☎0570-003-110

### 市民農園を利用してみませんか

農政課農政係 ☎内線 442

小さな農地を借りて、自家用の野菜や花を栽培することができます。 ▼利用期間 4月～令和4年2月

農園名	開設場所	農園主			申込方法
		氏名	住所	電話番号	
町前市民農園	町前三丁目地内「ホテルキャッスルプラザ多賀城」西側	沖井 丈之	八幡三丁目 6-8	080-6025-4391	往復はがき
多賀前市民農園	市川多賀前地内「田口洋蘭園」南側	佐藤 忠良	市川字奏社 34-1	368-8911	電話のみ
市川多賀前市民農園		千葉 昌昭	市川字城前 77	368-0715	往復はがき

## すまい

housing

▼申込方法 事前に農園主へ利用方法や料金などを確認し、申込方法に「往復はがき」とある場合は、必要事項を記入の上、直接農園主に送付してください。 ▼必要事項 往信用(住所・氏名・電話番号・希望区画数)返信用(住所・氏名) ※前年度からの継続利用者も更新手続きが必要です。 ▼申込期限 28日⑩まで

### 建物などを新築したら

市民課記録係 ☎内線 143

住居表示実施区域(○丁目)と表記する地域)内に建物などを新築・建て替えた際は、建築主から「建物等新築届出書」の提出が必要になります。基礎の敷設後、玄関の位置が確認可能になった時から提出できます。

届出書の提出がないと、新築した建物などへの住民登録ができません。

また、住居表示実施区域外にアパート・マンションなどを新築した場合、住民票の住所に方書(アパート名、部屋番号など)の表示が必要と

なりますので、建築主から届け出が必要になります。 \*アパートなどの名称を変更した場合は、「建物等名称変更届出書」の提出が必要です。

### 市営住宅・県営住宅入居者募集

宮城県住宅供給公社 ☎224-0014

市営住宅および県営住宅の入居者募集を3月に実施します。 \*詳しくは、多賀城NOW3月号に掲載します 3月1日⑩から都市計画課総務企画係(内線421)で申込用紙を配布します。

▼申込資格 一般世帯の場合は月収額が15万8千円までの人、裁量世帯(障害者や未就学児を含む世帯)の場合は月収額が21万4千円までの人 ▼申し込み 3月1日⑩から12日⑩まで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

## 安全

safety

### 全国一斉情報伝達試験

交通防災課消防防災係 ☎内線 274  
地震・津波や武力攻撃な



募集

くらし

すまじ

安全

福祉

年金

仕事

子育て

税

どの発生に備え、全国瞬時警報システム(Ｊアラート)を用いた情報伝達試験が行われます。実際の災害情報と間違えないよう注意してください。

▼日時 17日(水)11時

## たがじょう安心メール

交通防災課消防防係 ☎内線 274  
登録者に、市内・周辺地域の地震・防災情報などをメール配信します。

▼登録方法 QRコードから空メールを送信



## 春の火災予防運動

多賀城消防署 ☎366-0177  
塩釜地区消防事務組合消防本部予防課 ☎361-1617

▼期間 3月1日(月)～7日(日)

▼内容 暖房器具を使用する機会が多く、空気が乾燥し火災が発生しやすい時期です。火の取り扱いに注意してください。

また、塩釜地区管内の住宅火災警報器は全ての住宅に設置が義務付けられています。定期点検や手入れを行い、交換時期に注意してください。

住宅火災からいのちを守る7つのポイント▼3つの習慣①寝たばこは絶対にしない②暖房機器は燃えやすいものから離して使用する③ガスコンロ

などのそばを離れる時は、火を消す▼4つの対策①逃げ遅れを防ぐため、住宅用警報器を設置する②寝具、衣類、カーテンからの火災を防ぐため、防災品を使用する③初期消火のため、住宅用消火器などを設置する④高齢者や体の不自由な人を守るため、隣近所の協力体制をつくる

## 除雪作業に協力ください

道路公園課維持修繕係 ☎内線 436

早朝の天候急変により市の除雪・融雪作業が間に合わないときや、市で除雪・融雪を行わない区間、自宅前などの生活道路は、除雪をお願いします。除雪した雪は道路脇や空き地に寄せてください。

## 福祉

welfare

## 加算支援金未申請の人は早めに申請を

生活支援課 ☎内線 134

▼名称 被災者生活再建支援制度(加算支援金) ▼対象 加算支援金未申請で次の全てに該当する世帯①東日本大震災で被災された世帯のうち、

基礎支援金を受給された世帯②り災証明書が全壊・大規模半壊・半壊(解体済み)の世帯③住宅再建(建設・購入・補修、賃借)の契約済みの世帯\*り災内容や再建方法などにより状況が異なります。詳しくは問い合わせください。

▼申請期限 4月10日まで

## 不要になった入れ歯の回収

社会福祉課 ☎内線 164

NPO法人日本入れ歯リサイクル協会では、不要になった入れ歯を回収し、入れ歯に使われている貴金属を精製した収益金を日本ユニセフ協会や社会福祉協議会に寄付する活動を行っています。

市役所1階正面玄関に「不要入れ歯回収ボックス」を設置しています。リサイクルできる入れ歯は、金属(金・銀問わず)が付いているものです。

## 要介護認定を受けた人の障害者控除

介護福祉課介護保険係 ☎内線 667

介護保険で要介護1以上の要介護認定を受けた人は、申告の際に所得税法や地方税法の障害者控除または特別障害者控除を受けることができます。

令和2年分の認定書が必要な人は、介護福祉課介護保険係に申請書を提出してください。

ただし、身体障害者手帳などで特別障害者控除を受ける人や、本人または扶養者が非課税で申告を必要としない人は、申請の必要はありません。障害者控除/要介護1、2の人の特別障害者控除/要介護3、4、5の人\*要介護1、2でも寝たきり度ランクがB以上または認知症ランクがⅢ以上の人は、特別障害者控除の該当となりますので、窓口で相談してください。

## 年金

pension

## 国民年金保険料は口座振替やクレジットカードで納付を

仙台東年金事務所国民年金課 ☎257-6111

口座振替やクレジットカードでの納付にすると、国民年金保険料の納め忘れを防ぐことができ、金融機関やコンビニエンスストアでの納付書払いよりも手軽に納付できます。また、まとめて前払い(前納)

すると保険料が割引されます。申し込みから納付開始までには日数を要するため、早めにお申し込みください。

納付方法	納付期間	提出期限	振替(立替)日	申込先
翌月末納付	1カ月毎	随時	翌月末	金融機関または 仙台東年金事務所
当月末納付	1カ月毎	随時	当月末	
6カ月前納	4月～9月	2月26日(金)必着	4月末	
	10月～翌年3月	8月31日(日)必着	10月末	
1年前納	4月～翌年3月	2月26日(金)必着	4月末	
2年前納	4月～翌々年3月		4月末	

\*翌月末納付は、口座振替を希望した人のみ利用できます。また、前納を希望の人は、提出期限までに間に合わなかった場合、次回の前納振替月まで翌月末納付(クレジットカード納付の人は毎月納付)になることがあります。

## 仕事

work

### 令和2年度多賀城市 創業支援セミナー

商工観光課商工係☎内線471  
創業に興味がある女性を対象に、オンラインセミナーを開催します。

スマホを使ったきれいな写真の撮り方、ハンドメイド商品のプラットフォームの活用方法などを学ぶことができます。全4回のセミナーですが、1回からでも参加が可能です。

▼日時 4日①、18日②、3月4日③、10日④各13時～15時▼  
定員 各回20人▼ゲスト 刺繍作家 hanaaoi ハナアオイ氏ほか▼費用 無料▼  
内容・申し込み QRコードから



### ポリテクセンター宮城 4月開講コース

ポリテクセンター宮城訓練科  
☎362・2454

▼募集訓練科名・定員へ多賀城実習場①電気・通信  
施工技術科15人②住宅CA

Dサービス科30人③住宅リフォーム技術科18人④ビル設備サービス科18人⑤電気設備技術科(企業実習付き)コース、ビジネススキル講習付きコース(10人)⑥スマートプログラミング科(ビジネススキル講習付き)コース10人▼訓練期間①～④6カ月(4月20日)⑤10月21日(⑥)⑥6カ月(4月23日)⑦10月27日(⑧)⑧7カ月(4月23日)⑨11月11日(⑩)▼受講料 無料(テキスト代などは自己負担)▼募集期間 ①～④18日(⑤)～3月25日(⑥)⑥25日(⑦)～4月5日(⑧)▼入所選考日 ①～④4月8日(⑤)⑥4月13日(⑦)⑧

### 勤労者生活安定資金 融資制度

東北労働金庫新塩釜支店  
☎364・3115

▼対象 市内に勤務先または住所を有する勤労者で、東北労働金庫の会員およびその構成員となる資格を有する人(東北労働金庫の会員には、個人でも随時加入できます)

▼融資の内容 ①生活資金(本人またはその二親等内の人の婚姻、出産、葬祭などに必要な生活資金)②教育資金(本人またはその二親等内の人の入学金、授業料などに必要な教育資金)③福祉資金(本

## 税

Tax

### 令和3年度市民税・ 県民税申告の受け付け

税務課☎内線153

市役所内に特設会場を開設し、申告の受け付けをします。

▼会場 6階大会議室▼期間 12日(金)～3月15日(日) 受付時間、申告の日程および必要書類などは、本誌と一緒に配布している「令和3年度市民税・県民税の申告について」を確認してください。

### 確定申告書作成会場を 開設します

塩釜税務署電話相談センター  
☎362・2151

▼会場 マリンゲート塩釜マリンホール▼期間 8日(日)～3月15日(日)▼入場整理券の配布方法 当日配布またはオンラインで事前発行(①LINEアプリで国税庁の公式アカウントを友達追加②トーク画面から「相談を申し込む」を選択③税務署や希望日を選択④内容を確認し「申込」をタップする⑤入場時に申込完了画面を提示)

## 子育て

parenting

### 児童手当の支給

子育て支援課☎内線674

令和2年10月～令和3年1月分を10日(日)に振り込みます。口座の確認は翌日以降にしてください。

保育所で使用する給食食材の放射線物質サンプル測定結果(1月14日現在) 保育課保育係☎内線185

結果 基準値以下 基準値 50ベクレル/キ。

水道水の放射線物質測定結果(1月5日現在) 施設整備課上水道施設係☎内線783

結果 検出限界未満 基準値 10ベクレル/キ。

学校で使用する給食食材の放射線物質サンプル測定結果(1月14日現在) 学校給食センター☎362-7874

結果 基準値以下 基準値 50ベクレル/キ。

## 市内の放射線量などに関するお知らせ

市民持ち込み食材の放射性物質測定結果 生活環境課総務企画係☎内線233

結果 ▶品名 柿 ▶場所 下馬 ▶測定結果 不検出  
基準値 1食品100ベクレル/キ。飲料水10ベクレル/キ。

空間放射線測定結果(1月18日現在) 生活環境課環境リサイクル推進係☎内線236

結果 基準値以内(最大値0.06マイクロシーベルト)



かまくらと雪だるま



クロッカス



雪の上を歩く鳥



大根の収穫



【如月の風景】

多賀城百景

募集

くらし

すまじ

安全

福祉

年金

仕事

子育て

税

### 寄付

ご厚意に感謝  
(順不同、敬称略)

【市へ】

ふるさと多賀城応援寄附金

目的/市長おまかせ  
寄付者/多賀城ロータリークラブ  
(八幡四丁目)



【福祉工房のぞみ園へ】

菓子詰め合わせ 41人分  
寄付者/イオン多賀城店

ケーキ 57人分  
寄付者/多賀城ライオンズクラブ  
会長 加藤 則博

「ほのぼの賞」のCM  
YouTubeで公開中！！



2020みやぎふるさとCM大賞で「ほのぼの賞」を受賞した作品「多賀城名産古代米」をYouTube(ユーチューブ)で公開しています。  
また、キャラクター(古代米くん)の背景にあるかやぶき屋根の古民家を作った曾我庄治さんを24ページ内「注目の人」で紹介しています。

### 税理士の無料税金相談

東北税理士塩釜支部  
☎090・4635・8733

所得税や相続税・贈与税など相談に応じます。▼日時  
20日(土)10時~15時▼会場 塩釜公民館

### 軽自動車の変更手続きはお早めに

軽自動車検査協会宮城主管事務所  
☎050・3816・1830

毎年3月は名義変更、廃車などの手続きや検査申請が集中し大変混雑するため、手続きは早めにしてください。▼受付時間 8時45分~11時45分、13時~16時まで(土・日・祝を除く)

### 自動車の登録・検査の手続きはお早めに

東北運輸局宮城運輸支局  
☎0570・0303・330

毎年3月は登録・検査の申

請が集中し、待ち時間が長時間発生します。特に月末は、車検場、駐車場および周辺道路も大変混雑するため、手続きは早めにしてください。

▼受付時間 8時45分~16時(土・日・祝休みを除く)

### 改修工事をした住宅の固定資産税を減額

税務課固定資産税係  
☎内線155

次の全ての要件を満たす場合は、固定資産税の減額を受けることができます。改修工事後3カ月以内に申告してください。▼要件 ①昭和57年1月1日以前から所在する住宅②現行の耐震基準に適合する改修③改修工費が50万円を超えるもの▼範囲 一戸当たりの税を2分の1減額(長期優良住宅の認定を受けて改修した場合)

間 工事が完了した日の属する年の翌年1月1日を賦課期日とする年度分▼必要書類

①減額申告書 税務課固定資産税係窓口(市ホームページからダウンロード可)②現行の耐震基準に適合する改修を証明できる書類(建築士などが発行したもの)③改修に要した費用を証する書類(領収書などの写し)④耐震改修工事仕様書および工事写真の写し⑤長期優良住宅の認定を受けて改修した場合はそれを証明する書類

### 共通商品券・わが史都角での市税納付が終了

収納課収納係☎内線193

協同組合多賀城・七ヶ浜スタンプ会発行の共通商品券とわが史都角(わがまちかど)を使用した市役所窓口での市税・公共料金の納付が、同会の解散に伴い3月31日(祝)で終

了します。4月以降は納付に使用することができません。注意してください。

### 返しきれない借金で悩んでいませんか

東北財務局多重債務者相談窓口  
☎022・2666・5703

東北財務局では、借金を抱えて悩んでいる人たちからの相談を受け付けています。

▼受付時間 平日(祝)、年末年始を除く 9時~12時、13時~17時

### 2月の納税

収納課収納係☎内線193

▼納期●国民健康保険税 第10期 ●後期高齢者医療保険料 第8期 ●介護保険料 第6期▼納期限 3月1日(祝)  
▼納付方法 口座振替が便利です(振替2月26日、再振替3月10日)

## 移動図書館さざんか号 2月の運行



新田第一	新田公民館前	3日(祝)	9:30-10:00
新田第二	市営新田住宅駐車場	17日(祝)	10:30-11:00
伝上山	市民プール駐車場	25日(祝)	9:30-10:00
浮島・城南	ヤマザワ多賀城店駐車場		10:30-11:00
宮内	市営宮内住宅駐輪場前	10日(祝)	9:30-10:00
桜木	桜木・県営住宅集会所前	24日(祝)	10:30-11:00

笠神	塩竈第三中学校内駐車場	1日(祝)	9:30-10:00
丸山	丸山住宅集会所南側駐車場	15日(祝)	10:30-11:00
笠神	塩竈第三中学校内駐車場	8日(祝)	9:30-10:00
鶴ヶ谷	市営鶴ヶ谷住宅駐車場	22日(祝)	10:30-11:00
高橋第一	高橋・発向興業駐車場	2日(祝)	9:30-10:00
高橋第二	ヨークベニマル多賀城店駐車場	16日(祝)	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



## 如月の探訪

加瀬沼



江戸時代、八幡の領主天童氏が造ったため池で、農林水産省により「ため池百選」に選定されています。

秋には紅葉、冬には渡り鳥が飛来するなど、1年通して景色を楽しめるスポットです。

【連載10】  
Tagayasu  
プロジェクト

多賀城の明日を「あしたがあ上々」を発行します

市長公室  
市民文化創造担当  
内線262



「あしたがあ上々」ウェブサイト

多賀城町が多賀城市になったのは昭和46年。今年が市制施行50年の節目の年になります。

これを記念し、多賀城の魅力を一冊に発信する季刊紙「あしたがあ上々」を発行します。

50年の歴史を経て、「ここに暮らす人たちがいるからこそ、今の多賀城があります。そしてここから「未来の多賀城」へとつながっていくのです。

「あしたがあ上々」では、自分なりの価値を創造し、日々の喜びや楽しみを膨らませている人々を取り上げます。まちへの思いや大切にしていることなど、多賀城の明日を輝かせる、

未来へつながるタネをたくさん詰め込んでいます。

発行は全4号です。多賀城で暮らす20人の人たちにスポット(光)を当て紹介します。

紙面では、出演者それぞれの個性に応じて、ドキュメンタリー映像、写真、イラスト、ポエムや漫画など多彩なアプローチを用いた表現となっています。

また紙媒体だけでなく、専用のWebサイトやSNSコンテンツも連動して発信します。世代を超えて、特に若年層の人たちも楽しめる内容となっています。



「あしたがあ上々」第1号表紙

第1号は1月に発行しました。市内の公共施設などで配布しています。フリーペーパー(無料)ですので、自由に手に取って見るができます。

「皆さんの明日があ上々となりますように！」そんな願いを込めて発行しますので、第2号以降(春、夏、秋の季刊)も楽しみにしてください。

## ト案内

☎ 368-6226 / 年中無休 / [開館時間] 9:00-21:30  
[運営] カルチャ・コンビニエンス・クラブ(株)

## 多賀城市立図書館

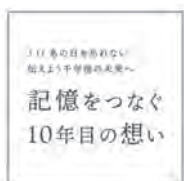


### 市民展示 TAGAYASU 写雅楽

日程 1日①-28日①  
内容 花や鳥など自然の風景を中心とした、メンバーの写真作品を展示します。  
場所 本館3階 市民展示 TAGAYASU  
料金 無料

### 記憶をつなぐ 10年目の想い

日程 13日①~3月14日①  
内容 東日本大震災から10年。「あの日」何が起きたのか。被災地、被災者の、あの時感じた想いを図書館から発信します。  
場所 本館3階ギャラリー  
料金 無料



### 本のソムリエの1日1冊読書術

日時 21日① 10:00-11:00  
内容 本のソムリエ、二本柳保氏による読書講座。短時間で要点をつかむ「ポイント速読」を行います。  
定員 5人(事前受付制)  
場所 本館1階暮らしの部屋  
料金 無料

### 暮らしによりそう花と緑のワークショップ

日時 27日① 10:00-11:00  
② 12:00-13:00  
内容 明るい黄色い花が春を思わせるミモザでリースを作ります。  
定員 各回6人(事前受付制)  
場所 本館1階暮らしの部屋  
料金 2,000円



# 歴史の風

連載  
115

山王村の修験  
光禪院

江戸時代、山王の日吉神社近くに光禪院という修験の道場がありました。修験とは、日本古来の山岳信仰に基づく日本独特の宗教です。

「山王村風土記御用書出」によれば、日吉山光禪院は羽黒派の修験で、中山王に豎横とも2間の南向きの道場があつて、本尊は高さ2尺3寸の不動明王の木仏立像と記されています。本山は出羽国羽黒山の薬王寺で、開山については不明ですが、慶長7

## 連載・多賀城創建1300年に向けて 多賀城南門復元の今

第11回 隅木

文化財課 ☎ 内線 571

初重斗<sup>ときょう</sup>棋の上部四隅に、巨大な隅木が設置されました。

太さ27センチメートル×31センチメートル、長さが7.3メートルある地隅木と、太さ27センチメートル×29センチメートル、長さが3.9メートルある飛檐隅木が連結し、建物の四方に張り出しています。

この隅木の上に、野地板と呼ばれる屋根の板材が上がると、初重部の組立がおおむね完成します。



隅木

(1602)年に瀧本坊清林が中興となり、元和3(1617)年に南宮村から山王村に移ってきたとの伝承も記されています。  
延享3(1746)年の「仙台領羽黒派修験連名帳」の中に、黒川郡大童村吉祥院の支配として「山王村 光禪院」の名を見出すことができ、書上の記載を裏付けることができます。  
また光禪院は、村の山王権現社(日吉神社)、南宮村の南宮明神社の別当を務めており、山王権現社の境内地の地主は光禪院でした。南宮の庚申神社にある享保10(1725)年の庚申塔や、慈雲寺の女性たちによる天明5(1785)年の地藏菩薩立像には導師として光禪院の名が刻まれており、山王・南宮村における様々な宗教的祭事を主宰したことがうかがわれます。

埋蔵文化財調査センター  
☎ 36880134



7代定慶の墓標

明治初年、政府によって神仏分離令が公布され、修験道が禁止されるに伴って光禪院も廃院となり、今では山王・南宮地区でもその存在を知る人が少なくなりました。山王村の西のはずれにあたる新田字北の畑地の中に7代定慶、9代太竜と13代有眼の養母、宥眼妻の3基の墓標が残されており、修験光禪院の面影を伝えています。



多賀城市文化センター

☎ 368-0131 / [2月の休館日] 1月、8月、12月、15月、22月、24月  
[運営] (株) JTB コミュニケーションデザイン・三菱電機ビルテクノサービス(株)

イベント

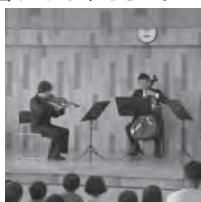


### 航空自衛隊航空中央音楽隊 コンサート2021in多賀城

日時 3月12日(金) 18:30開演  
会場 市民会館 大ホール  
料金 無料(要整理券)  
内容 航空自衛隊音楽隊の初開催。\*整理券配布方法は当館HPを確認、または問い合わせください。

### 文化センター×山響 アウトリーチプロジェクト in多賀城

日時・会場 ① 2月16日(金) 午前 大代地区公民館、午後 山王地区公民館  
② 3月9日(金) 午前 総合体育館、午後 市立図書館  
料金 無料  
\*未就学児入場可。詳細は問い合わせください。



### こまつ座 第135回公演 日本人のへそ

日時 4月10日(土) 13:00開演  
会場 市民会館 大ホール  
料金 全席指定 10,000円  
内容 劇作家井上ひさしのデビュー作。  
出演 井上芳雄/小池栄子/朝海ひかる/山西惲/他

### 新年度文化センター友の会 [C・FRIENDS] 会員募集!

料金 A会員 500円  
B会員 1,000円(会報誌付)  
内容 自分に合った会員様式を選べます。2020年度会員は更新特典もあります。2021年度も楽しみください。



\*新型コロナウイルス感染症の影響により、変更・中止・延期となる場合があります。

## 多賀城の「お宝」は ごく当たり前な日常の交流と支え合い

『「つながり」はコロナに負けない お宝事例発表会』は1月16日、市民会館で行われ、約140人が参加しました。

今年で5回目となる本発表会では、住民交流活動として、6つのテーマのお宝事例が発表されました。

その一つは、新田地区の及川秀子さんと近所に住むメンバー4人との交流です。世話好きな及川さんが見掛けると、あいさつをすると、徐々に打ち解けて、会話をしたり悩みを聞いたりするように。今では一緒に食事をする仲間になりました。

地域で住民同士の支え合いや交流を通して、国籍や年齢を超えたつながりの輪が広がっていくことが期待されています。



図介護福祉課介護予防係☎内線664

# 健康 ガイド ②

保健・医療・福祉・相談

Health is property

## み 食 育

今月は、山王にお住まいの徳永しのぶさん(48)の朝ごはんです。  
和食を食べることが多い徳永さん。本当はパンが大好きですが、仕事の都合で昼食の時間が不規則になるため、朝食には腹持ちの良いごはんを選んで食べています。  
また、忙しい朝にご飯を食べる工夫として、前夜のうちに炊飯器のタイマーをセットしたり、多めに作った夜ご飯のおかずを食べたりすること、朝食のためにあえて調理

### シンプルに、そしてバランス良く、 大人の朝ごはん。

をすることはほとんどないそうです。  
栄養面では、たんぱく質を取るために、汁物には豆腐や高野豆腐を入れたり、不足しがちな海藻類を取るために、昆布の佃煮や海苔を常備したりすることを意識しています。  
食欲がないときは、体調を崩しているか、前日食べ過ぎている証拠。徳永さんにとって、朝食は健康のバロメーターになっています。  
図健康課成人保健係  
内線☎612



## くらし すこやかに フレイルを予防しよう!

### フレイルとは?

健康な状態と要介護状態の中間に位置し、体の機能や認知機能の低下が見られる状態のことを指します。

この状態を放置すると介護が必要な状態に進行していきますが、早い段階から生活習慣を見直すことで進行を食い止め、健康な状態に引き返すこともできます。

### 秘訣は人との繋がりを保つこと

フレイルの入り口は「社会性の低下」と言われており、社会性が低下することにより心身の様々な側面がドミノ倒しのように弱くなる傾向があります。

友人や知人との交流や近所付き合いなど、人との繋がりを保つことが社会性を高めるためには効果的です。

### 出前講座を行っています

市では、フレイル予防について楽しく学べる出前講座を行っています。

この機会に心身ともに健康な毎日を送る秘訣を学んでみませんか?



図介護福祉課介護予防係  
☎内線666

## 消費生活情報

市民相談室 ☎内線 237、238

### オンラインゲームで高額請求！？

#### 【相談事例】

クレジット会社から、10万円を超える高額な請求明細が届いた。調べると、小学校に通う娘がオンラインゲームで課金をしていた。娘は、クレジットカードでお金を払っている感覚はなくゲームをしていたようだ。

#### 【アドバイス】

子どもが無断で支払いできないようにクレジットカードの番号やパスワードなどの管理には十分注意しましょう。

日ごろから子どもとゲームの利用ルールやクレジットカードについてよく話し合しましょう。

### 相談窓口

【会場】市役所2階市民相談室  
生活環境課 ☎内線 237、238

不審な請求や借金などの消費生活相談や市民相談	[日時] 平日 8:30-17:00
行政機関などへの意見・要望に関する相談	[日時] 9⑧① 10:00-12:00 ② 13:00-15:00
相続、離婚などの民事に関する法律相談	[日時] 17⑧① 11:00-12:00 ② 13:00-16:00 (前日までに要予約)
差別、虐待などの人権相談	[日時] 8⑧① 10:00-12:00 ② 13:00-15:00 (4⑧までに要予約)

### 訪問歯科診療の相談窓口

塩釜歯科医師会 口腔保健センター  
☎ 361-1870

病气や障がい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。

受付時間/平日 9:00-16:00

## こどもの健康

【会場】母子健康センター  
健康課 ☎内線 615~618

1歳児come☆かむ広場(予約制)	[日時] 9⑧【会場】子育て支援センター
3~4か月児健康診査	新型コロナウイルス感染症対策のため、対象、日時は個別に連絡します。
1歳6か月児健康診査	
2歳6か月児歯科健康診査	
3歳児健康診査	[日時] 8⑧、15⑧、22⑧、3/1⑧、3/8⑧(時間は要相談) 【会場】健康課[持ち物]妊娠届、個人番号カードまたは通知カードと本人確認書類、筆記用具
母子健康手帳の交付(予約制)	
乳幼児健康相談(予約制)	[日時] 22⑧【受け付け】 9:20-10:10
BCG接種	[日時] 15⑧、3/10⑧【受け付け】 9:30-10:00

## 2月の相談

相談方法など詳しくは、各相談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[相談窓口] 各地域包括支援センター(中央地区) ☎ 368-6350 (西部地区) ☎ 309-3950 (東部地区) ☎ 363-4055 介護福祉課 ☎内線 662
成人健康相談(予約制)	[日時] 12⑧ 9:00-11:15 [会場] 501 会議室 健康課 ☎内線 612
女性の健康相談(予約制)	[日時] 23⑧⑨ 14:00-16:00 [会場] 塩釜市民交流センター 宮城県女医会女性の健康相談室 ☎ 090-5840-1993
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 子育て世代包括支援センター ☎ 368-1021
子育てコンシェルジュなんでも相談	[日時] 15、22、3/1、3/8⑧ 9:00-15:00 (要予約) [対象] 未就学児の養育者【会場】子育てサポートセンター(すくっぴーひろば) 子育てひろば ☎ 355-7085
女性の相談	[日時] 13④、28⑧ 9:00-17:00 [対象] ドメスティックバイオレンスやストーカー被害でお困りの人 多賀城交番 ☎ 362-1934
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 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 児童発達支援センター太陽の家 ☎ 365-2861
各種検査など(要予約・匿名可)	[日時] 17⑧ 9:00-11:30 [会場] 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 塩釜保健所 ☎ 363-5504



## 休日の診療

\*事前に電話で要確認

### 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、PHS)

### 宮城県おとな救急電話相談

相談時間 平日 19:00-翌朝 8:00 ④ 14:00-翌朝 8:00  
⑧⑨ 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、PHS)

\*相談と助言を目的としています。  
\*電話に限りがあるため、緊急の場合は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 ④ 18:30-21:30 (小児科のみ診療)  
⑧⑨ 8:45-11:30、13:00-16:30

### 歯科

受付時間 ⑧⑨ 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
2	7	成沢歯科医院	多賀城市新田字後12-12	389-1015
2	11	ホワイト歯科クリニック	多賀城市伝上山4-8-20	367-6151
2	14	おひさまにこにこ歯科医院	利府町利府字新館2-7	356-0871
2	21	引地歯科医院	塩釜市藤倉2-3-11	367-1774
2	23	藤原歯科	多賀城市伝上山2-31-45	366-4481
2	28	うじえ歯科医院	七ヶ浜町湊浜字入生田90-4	357-1727
3	7	目黒歯科医院	塩釜市宮町1-9	362-0633

## すくすく げんき

Family



ふたりは仲良し

鈴木宏美ママ  
紹加ちゃん(1歳2カ月)  
啓加ちゃん(1歳2カ月)



元気に育ってね

佐藤愛美ママ  
美優ちゃん(1歳11カ月)



運動が大好き

小玉春佳ママ  
佳穂ちゃん(2歳8カ月)



そが・しょうじ◎52歳の時、脳内出血による左半身麻痺に。かやぶき屋根の古民家の模型を作り10年。保育所や老人ホームなどに寄付するのが楽しみ。



## 古民家の模型作りは 楽しみがあるリハビリ

曾我庄治さん  
71歳 高崎2丁目

曾我さんは、18歳の時から休日  
に車で全国を回り、大好きな温泉  
巡りをしていました。岐阜の白川  
郷や福島の大内宿など、出合った  
かやぶき屋根の古民家へ心を強く  
引かれ、写真を撮りためました。

曾我さんの左半身が麻痺状態に  
なったのは19年前、建設業の仕事  
で忙しい52歳の時でした。

## 注目の人

Person

リハビリを続ける中で、10年前  
から「痛みを忘れるために」かやぶ  
き屋根の古民家の模型を作り始め  
ました。材料は友人からもらった  
り家にあるものを再利用したりと、  
曾我さんのアイデアが光ります。

保育所や老人ホームなどたくさ  
んの人に「あげるのも楽しみ」になっ  
た作品作りは、まだまだ続きます。

## ギャラリー

Gallery

皆さんの作品をお寄せください。作  
品はお返しします。詳しくは地域コ  
ミュニティ課広聴広報係へ。

阿部 永理奈さん  
(多賀城中3年)

中三 永理奈  
妙道

山内 凜さん  
(多賀城中2年)

中二 山内 凜  
事務

関 心花さん  
(山王小6年)

小六 関心花  
化活性

根元 優さん  
(山王小6年)

小六 根元 優  
化活性

梅津 志さん  
(多賀城東小5年)

小五 梅津 志  
令和

小五 久保 凜  
(多賀城東小5年)

小五 久保 凜  
令和

今回は、古代米入りミートボールを  
紹介します。一般のミートボールと違  
い、材料に冷ました古代米のご飯を  
使うことで、ホロホロとした食感と歯  
ごたえが増します。

また、古代米ご飯を包丁で粗く切っ  
てから挽肉と混ぜると、モチモチした  
食感が味わえて、同じ食材で2度楽  
しめます。

作り手 阿部 勝子さん  
古代米ご飯は、食材のつ  
なぎ役にもなります。



2度楽しめるおかず

古代米入りミートボール



## 逸品物語

Specialty Foods

レシピは市ホームページ(多  
賀城市特産品「古代米」)  
に掲載しています。





交流広場

Community

国際理解講座—すてきなベトナム—

【日時】13㊥10:30-12:00  
【場所】市民活動サポートセンター  
【費用】無料  
【定員】15人(先着順)  
㊤多賀城市国際交流協会佐藤 ☎364-1478

プリザーブドフラワー

【日時】毎週㊤10:30から、13:30から、14:30から  
【場所】市民活動サポートセンター  
【内容】長く楽しめる枯れないお花プリザーブドフラワーを作成  
【費用】プリザーブドフラワー4,300円、生花・フラワーアレンジ3,350円/2,850円  
㊤宮澤 ☎090-1938-8602

創作絵手紙すずらの会

【日時】13、27㊤9:30-12:00  
【場所】山王地区公民館  
【内容】体験入会募集  
【費用】体験1,000円/2回セット、手本代400円/1回。当日道具貸し出し有。要申し込み  
㊤浅野 ☎363-4887

はつらつヨガ教室

【日時】月3回㊤14:00-15:00  
【場所】大代地区公民館  
【内容】貯金体操とヨガで健康的でしなやかな身体づくり  
【対象】成人男女  
【費用】2,000円/月、入会金1,000円/年  
㊤川村 ☎090-2952-5211

はつらつチア体操教室

【日時】毎週㊤14:00-15:00  
【場所】大代地区公民館  
【内容】貯金体操とチア体操で健康的でリズムカルな身体づくり  
【対象】成人男女  
【費用】2,000円/月、入会金1,000円/年  
㊤川村 ☎090-2952-5211

楽々フィットネス「ゆみっこ」

【日時】毎週㊤①フィットネスダンス13:15-14:15  
②ヨガ14:30-15:30  
【場所】高橋地区生活センター  
【内容】①ラテン音楽を中心としたダンス、フィットネス、ズンバ  
②やさしいリラックスヨガ  
【対象】どなたでも  
【費用】2レッスン3,000円/月、どちらか1つ2,000円/月。無料体験あり  
㊤諏訪 ☎090-7070-6168

笑顔になれる赤ちゃんヨガ・ベビーマッサージ体験会&産後デイケア

【日時】9、16㊤、25㊤10:20-11:40  
24㊤10:00-16:00  
【場所】市民活動サポートセンター、おうちサロン  
【内容】夜泣き、寝つきなど

困っていることはないですか？ママの産後の体もスッキリの時間です。  
【対象】生後1カ月健診終了後～の赤ちゃん和妈妈4組(24㊤)  
は生後3カ月まで限定初回無料  
【費用】1,000円  
㊤赤ちゃんヨガ・ベビーマッサージサロンまんどろスマイル佐藤 ☎mandoro\_smile@yahoo.co.jp

多賀城笑いヨガの会

【日時】4、3/4㊤13:30-15:00  
18㊤時間要問い合わせ  
【場所】中央公民館、18㊤は要問い合わせ  
【内容】医学的根拠に基づいた笑いの体操とヨガの呼吸法。三密を避けて心と体の健康度アップ。  
【費用】500円/回  
【持ち物】飲料水、マスク、動きやすい服装。体温を事前計測。  
㊤筑波 ☎794-9072

ギター・ウクレレサークル(初心者コース)

【日時】月2回㊤9:10-11:40、㊤19:30-21:00  
【場所】伊保石復興住宅集会所(塩竈市)  
【内容】フォークソング、演歌、弾き語り  
【定員】10人  
【費用】ウクレレ1,000円/回(㊤のみ)、ギター1,500円/回  
㊤内田 ☎080-1811-4426

菊池聡太郎・かんのさゆり展「風景の練習 Practicing Landscape」  
【日時】6㊤-3/28㊤10:00-17:00

【場所】塩竈市杉村惇美術館  
【内容】建築/美術作家・菊池聡太郎さん、写真家・かんのさゆりさんによる二人展  
【費用】一般500円、大学・高校生400円、中学生以下無料  
㊤杉村惇美術館 ☎362-2555

不動産無料相談会

【日時】17㊤13:30-15:30(受け付けは15:00まで)  
【場所】中央公民館  
【内容】宅地建物取引など相談  
【費用】無料。要予約  
㊤(公社)宮城県宅地建物取引業協会塩釜支部 ☎253-6420

■交流広場は.....

市民による市内で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。営利事業は掲載しません。

原稿は掲載希望の前々月末日まで地域コミュニティ課広報広聴係(☎koho@city.tagajo.miyagi.jp、ファクス368-2369)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。

東北歴史博物館催事情報 ☎368-0106

\*詳しくは博物館ホームページを確認してください。開館時間9:30-17:00(発券は16:30まで)月曜日休館/【常設展観覧料】一般460円、高校生以下無料



冬も元気にはくぶつかん！2021

【日時】13㊤9:30-15:30  
【対象】250人程度(先着順、事前申込制)  
\*1㊤から受け付け  
【費用】体験ごと異なります。  
【内容】詳細はホームページでお知らせします。  
\*当日は常設展を無料で観覧できます。

れきはく講座

【日時】6、27、3/6㊤13:30-15:00  
【対象】290人(先着順、事前申込制)  
\*各回ごと開催日1カ月前から受け付け  
【費用】無料  
【内容】第5回「東北地方の埴輪」6㊤  
第6回「お殿様と絵画、藩士と絵画」27㊤  
第7回「今こそ“医は仁術”」3/6㊤

## 中央公民館

☎ 368-0133

離婚・再婚における「親子」のかたち  
～ステップファミリーを学ぶ～

- ▶対象 市内在住のステップファミリーおよび関心のある人 30人(先着順)
- ▶日時 25㉟9:30-12:30 ▶費用 無料
- ▶内容 ステップファミリーとは、親の再婚または新たなパートナーと生活を経験する子どもがいる家族のことで、その現状や「親子」の関係性などを学びます。
- ▶申し込み 2㉟9:00-18㉟QRコードより



## 山王地区公民館

☎ 368-6192

受付時間 9:00-17:00

## 親子貝びなづくり教室

- ▶対象 小学生以上の子どもと保護者5組(10人)
- ▶日時 27㉟10:00-12:00 ▶費用 300円(材料代)
- ▶内容 ハマグリ貝がらでおひなさまを作ります。
- ▶申し込み 13㉟-20㉟

## My 御朱印帳づくり教室

- ▶対象 市民(在住・在勤)10人
- ▶日時 28㉟10:00-12:00
- ▶費用 1,000円(参加料300円、材料代700円)
- ▶内容 手づくりの御朱印帳を作ります。
- ▶申し込み 13㉟-20㉟

## 大代地区公民館

☎ 364-8442

受付時間 9:00-17:00

## スクエアステップ教室

- ▶対象 市民10人
- ▶日時 19、26㉟10:00-11:30 ▶費用 100円
- ▶内容 スクエアステップマットを使った脳トレ健康運動
- ▶申し込み 10㉟-18㉟

## あの惨禍を忘れずに生きる(東日本大震災伝承行事)

- ▶対象 市民20人
- ▶日時 3/10㉟10:00-11:30 ▶費用 無料
- ▶内容 東日本大震災当時の市内を写真で振り返ります。
- ▶申し込み 10㉟-3/5㉟

## 市立図書館(おはなし会 定員各10人)

☎ 368-6226

場所	日程	時間	読み手
市立図書館	毎週㉟	14:00-14:30	図書館スタッフ
	3㉟*1	11:00-11:30	よつばのクローバー
	10㉟ 24㉟		スキップ♪
山王分室	9㉟	11:15-11:45	山王スキップ♪
大代分室	10㉟ *2	10:30-11:30	カンガルー読書会

\*1 赤ちゃんおはなし会

\*2 24㉟は大代地区公民館休館のため休み

▶受け付け 市立図書館、分室/当日、直接会場にて



## 市民活動サポートセンター

☎ 368-7745

## NPO いちから塾

- ▶対象 これから地域で活動を始めたい人、活動中の人8人
- ▶日時 3/13㉟14:00-16:00
- ▶費用 無料
- ▶内容 NPOの意味やしくみ、市内や周辺で活動している団体を紹介。
- ▶申し込み 申込フォームか電話(先着順)



## 開館時間変更のお知らせ

施設工事に伴う停電のため、次の時間は利用できません。

- ▶日時 20㉟9:00-13:00
- ▶その他 20㉟は13時から開館します。午後・夜間の時間帯は利用できません。

## 多賀城史遊館

☎ 368-3127

受付時間 9:00-16:30

## 大人のための貝びなづくり

- ▶対象 高校生以上、各回4人程度
- ▶日時 21㉟①9:30-11:30、②13:30-15:30
- ▶費用 300円
- ▶内容 3月3日の桃の節句にあたり、ハマグリ貝殻に布や和紙を貼り重ね、一對の内裏びなを作ります。
- ▶申し込み 19㉟まで電話または直接

## 開館時間変更のお知らせ

設備点検のため、次の時間は利用できません。

- ▶日時 20㉟9:00-13:00
- ▶その他 20㉟は13時から利用できます。
- ▶問い合わせ 埋蔵文化財調査センター☎ 368-0134

## シルバーワークプラザ

☎ 368-2350

受付時間 8:30-17:15

受講は利用登録が必要(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

## ハウスクリーニング(定員10人)

- ▶日時 3/3㉟9:00-12:00
- ▶内容 基本と道具・洗剤の種類と使用方法、実技など
- ▶申し込み 22㉟まで

## 植木剪定(定員10人)

- ▶日時 3/16㉟-17㉟9:00-16:00
- ▶内容 基本と実技(松、一般木)など
- ▶申し込み 3/8㉟まで

## 教室

## 折り紙教室(定員10人)

- ▶日時 9㉟、12㉟9:30-12:00
- ▶内容 「花くす玉・八角箱」の作成
- ▶申し込み 2㉟まで

## レザークラフト(定員9人)

- ▶日時 17㉟、19㉟、22㉟9:30-12:00
- ▶内容 「三角小銭入れ、ダイヤ編みストラップ」の作成
- ▶申し込み 8㉟まで



### 西部児童センター

☎368-4142

受付時間 9:00-16:30

対象 市内在住者限定

#### ホールであそぼう

- ▶対象 小学生20人 ▶日時 19㊦15:00-15:45
- ▶内容 体をいっぱい動かす遊び
- ▶申し込み 5㊦から

#### ぷくぷく測定

- ▶対象 乳幼児親子8組 ▶日時 16㊦10:30-11:00
- ▶内容 子どもの成長を記録
- ▶申し込み 2㊦から

#### ホッとサロン

- ▶対象 乳幼児親子3組 ▶日時 16㊦11:10-12:00
- ▶内容 子育て相談員を交えて、子育ての悩みを相談
- ▶申し込み 2㊦から

### 離乳食教室 ☎内線616

受付時間 ①9:30から②10:45から

会場 母子健康センター

#### はじめてコース

- ▶対象 4-6カ月児 ▶日時 3/11㊦(約1時間)
- ▶持ち物 母子健康手帳、すくすく、筆記用具、バスタオル、お気に入りのおもちゃ、おむつ、必要時ミルク
- ▶申し込み 3/4㊦まで



### 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

#### すくすくハッピー1

- ▶対象 令和2年8月-11月生まれの親子8組
- ▶日時 3/1㊦10:00-11:00
- ▶内容 親子ピクス  
講師：OKJ認定インストラクター島貴照美氏
- ▶申し込み 15㊦から

#### すくすくハッピー2

- ▶対象 令和2年2月-7月生まれの親子8組
- ▶日時 3/4㊦10:00-11:00
- ▶内容 わらべ歌、ふれあい遊び  
講師 ぼだい保育園 伊藤さとみ氏
- ▶申し込み 18㊦から

#### すくっぴーみんなDE減災・防災

- ▶対象 乳幼児の保護者8組
- ▶日時 3/18㊦10:00-11:15
- ▶内容 子どもと一緒に災害時の備えや対応について  
講師 東北大学 柴山明寛准教授
- ▶申し込み 3/4㊦から

#### すくっぴーひろばおやじの会

- ▶対象 乳幼児の父親 ▶日時 14㊦10:00-11:30
- ▶内容 父子の交流 ▶申し込み 随時(登録制)

#### おしゃべり広場

- ▶対象 ①7-12カ月の乳児と母親 8組  
②0-6カ月の乳児と母親 8組
- ▶日時 ①26㊦、②3/5㊦13:30-14:30
- ▶内容 ママの情報交換と交流
- ▶申し込み ①22㊦から、②3/1㊦から



### 鶴ヶ谷児童館

☎362-0763

受付時間 9:00-16:30

対象 市内在住者限定

#### おいでよPON！プレミアム

- ▶対象 乳幼児親子
- ▶日時 1㊦-6㊦(4㊦除く)、3/1㊦-6㊦(3/4㊦除く) 11:00-11:30
- ▶内容 2月は「節分」、3月は「ひなまつり」がテーマのお楽しみ週間

#### つるちゃん

- ▶対象 ①乳幼児親子、②④子育て中の人  
③0-1歳の乳幼児と保護者
- ▶日時 ①18㊦9:00-12:00、②25㊦11:00-11:40  
③3/4㊦10:30-11:00、④3/4㊦11:00-11:40
- ▶内容 ①ホールやロビーでおもちゃで遊ぼう  
②ママ同士で楽しく交流しながらさまざまなことに挑戦  
③ふれあいあそび、身体測定  
④子育て相談員とお話

#### つるっこ

- ▶対象 ①小学生、②小学4-6年生、③中学生
- ▶日時 ①15㊦-17㊦(\*1)、26㊦(\*2) 15:00-16:00  
②20㊦14:00-15:00  
③3/6㊦11:00-12:00、15:00-16:00
- ▶内容 ①一つの素材でじっくり遊ぶ(\*1)、「なわとび検定日(\*2)」、②高学年向け活動、③中学生が優先的に遊べる時間



### 多賀城市民スポーツクラブ

総合体育館☎365-1918

#### おとなの朝活

##### 「朝トレ～姿勢改善トレーニング講座～」

- ▶対象 18歳以上10人 ▶会場 総合体育館
- ▶日時 14㊦10:30-11:30 ▶費用 500円
- ▶内容 猫背などの姿勢をトレーニングで解消し、良い姿勢を手に入れましょう。
- ▶申し込み 7㊦まで

#### おとなの朝活「朝ヨガ」

- ▶対象 18歳以上15人 ▶会場 総合体育館
- ▶日時 14㊦7:30-8:30 ▶費用 500円
- ▶内容 月1回の日曜の朝にヨガで心も身体もリラックス。
- ▶申し込み 7㊦まで

#### シニアスポーツ体験教室

- ▶対象 65歳以上の男女10人 ▶会場 総合体育館
- ▶日時 19、3/5、12㊦13:30-15:00
- ▶費用 1,500円(全3回)、600円(1回)
- ▶内容 体や頭も使って様々な運動をします。ムリなく！楽しく！健康づくりをしましょう。
- ▶申し込み 実施日の前日17時まで

#### 健康・スポーツ相談室

- ▶対象 中学生以上3人/回 ▶会場 総合体育館
- ▶日時 ①11㊦㊦9:00-12:00(運動指導) ②16㊦ 18:00-21:00(運動指導、栄養指導) ③22㊦ 14:00-17:00(運動指導)
- ▶費用 1,000円/回。別途初回登録料500円
- ▶内容 体組成計の測定結果を基に要望に沿った運動指導・栄養指導。1人40分。
- ▶申し込み 実施日の前日17時まで



TAGAJOISM

## 浮島サザンカジュニアーズ

#39

### 皆でチームを作り上げる 伝統がつかんだ勝利

浮島サザンカジュニアーズは、城南小学校を拠点に活動している少年野球チームです。

昨年11月に愛知県で開催された第3回プライドジャパン少年野球全国選抜大会で第3位に輝き、2020年宮城県スポーツ少年団軟式野球交流大会(ジャンボ大会の代替)では21年ぶりに203チームの頂点に立ちました。

武者尚哉キャプテン(6年)は「自分たちの目標は全国大会出場。6年生全員で行けたことは、楽しい思い出になった」と振り返ります。

監督歴11年の菅原信彦監督(69)は、チームの強さの秘訣を「選手を

オールラウンドプレーヤーとして育てたこと」と「浮島サザンカジュニアーズの伝統」にあると語ります。

大人はどの選手も我が子のように叱り励まします。コーチをする保護者もいます。監督、コーチ、保護者、OB(卒業生)、そして選手。皆でチームを作り上げるのがサザンカ流。

「試合で大事な時に力を発揮するには、皆の心が通っていることが大切」と、菅原監督はチーム全体を熱いまなざしで見守ります。

明るく元気なチームは、グラウンドに響く元気なチームは、良き伝統を次代に繋ぎつつ、新たな勝利の歴史に向けて歩み続けます。



浮島サザンカジュニアーズ  
1979年発足、2020年創部41周年。同年、戦績の勝利数(全国大会3位、県内大会優勝10回)が評価され、宮城県野球団体協議会優秀団体賞を受賞。部員は現在28人。活動日は毎週木・土・日曜日。

発行 多賀城市 編集 総務部地域コミュニケーション課 ①985-8561 宮城県多賀城市中央一丁目1番1号  
022-3368-1141 ホームページ <https://www.city.tagajoiny.jp/>

人口と世帯数(12月末現在)

人口 62,311人(-105人) / 世帯数 27,454世帯(+235世帯)

※( )は前月差です。

防災情報テレフォンサービス

☎022-309-0228

防災行政無線の放送内容を  
確認することができます

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「水なし印刷」で印刷しています。