

市が魅力を、価値を、エネルギーを「私に」伝える情報紙

広報とめ  
トゥー・ミー

6

Jun 2026  
Vol.373

# To Me



【今月の表紙】

## 東北風土マラソン

(関連記事13ページ)

【特集】 熱中症対策講座

## 早めの対策で夏を元気に

【ときめき人】

## とめ・くりはらマンドリンククラブ

### — CONTENTS —

- P 2 早めの対策で夏を元気に
- P 6 子育て支援センター
- P 8 今月のお知らせ
- P12 ホットライン
- P14 市民の広場
- P16 健康に関する情報
- P18 情報広場
- P24 ときめき人

【特集】熱中症対策講座

# 早めの対策で夏を元気に

記録的な暑さが続く日本の夏。先日、気象庁から最高気温が40度以上の日を「酷暑日」と呼ぶことが発表されました。今年は平年よりも気温上昇のペースが早く、全国的に35度以上の猛暑日や、酷暑日の増加が予想されており、熱中症になる人が増える恐れがあります。

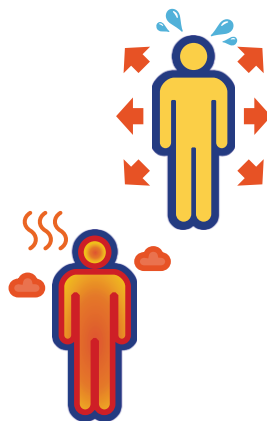
今号の特集では、熱中症対策に必要な正しい知識を確認しながら、全市民で暑い夏を元気に乗り切るためのポイントについて考えていきます。

熱中症に気を付けよう！！



## 熱中症はどんな病気？

人の体には、汗をかいて熱を体の外へ逃がし、体温を一定に保とうとする働きがあります。この体温調節機能がうまく働かず、体温が上がってしまい、体にさまざまな症状がみられる状態を「熱中症」といいます。



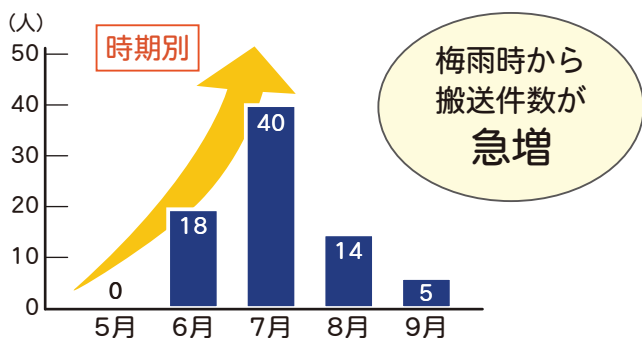
## 熱中症になるとどのような症状がみられる？

- 軽い症状  
目まい、立ちくらみ、手足のしびれ、こむらがり、大量の汗が出る
- 重い症状  
頭痛や吐き気、体のだるさ、意識がもうろうとする、体の各部分に痛みを伴うけいれんが起こる、脱水症状によって汗が出なくなる
- さらに重症になると…  
意識を失い、体内の臓器がうまく働かなくなり、時には命を落とす危険な状態に

## 熱中症(疑い含む)による救急搬送状況(登米市消防本部管内 令和7年5～9月)



### ①夏本番を迎える前から要注意



熱中症は気温が30度を超えると増加します。梅雨の晴れ間に突然気温が上昇した日や、梅雨明け直後の高温多湿の日などに多く発生していることから、体がまだ暑さに慣れていない時期こそ、特に注意が必要です。

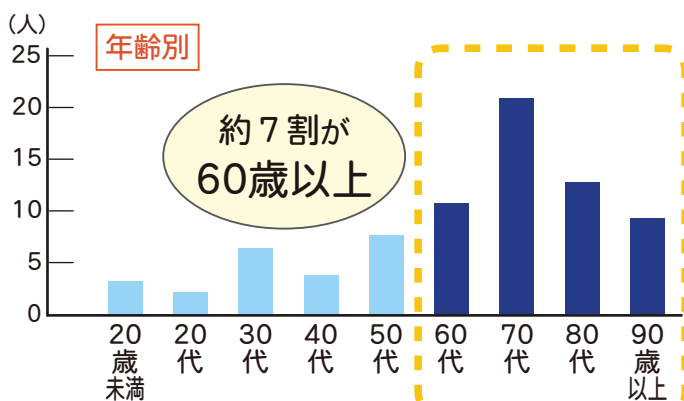
### ②家の中でも油断は禁物



約6割が  
家の中  
で発生

熱中症は炎天下の屋外で発生するイメージがありますが、令和7年は住居内での発生が約60%と、最も多くなっています。エアコンが適切に使われていないことや、屋外から帰宅した後に十分な水分・塩分補給をしていないことが原因として考えられます。

### ③高齢者は特に注意が必要です



高齢者は加齢によって暑さに対する感覚機能が低下し、暑さや喉の渇きに対する感覚が鈍くなるため、体内の水分が不足しがちです。周りの人も注意してあげましょう。

### ④危険な症状のときは迷わず救急車を呼びましょう

熱中症が進行して下記のような症状が出た場合は、迷わず救急車を呼び、急いで医療機関を受診しましょう。

- ・自分で水が飲めない
- ・会話が不自然であるなどの意識障害
- ・普段通りに歩けないなどの運動障害
- ・けいれん

判断に迷う場合は「おとな救急電話相談(#7119)」に電話してください。24時間365日看護師などが対応し、対処方法や救急車を呼ぶ必要があるかを助言します。



消防署救急係  
西崎 優花 消防副士長

## 救急救命士が伝えたい「熱中症対策のアドバイス」

昔に比べて気温が高くなり、熱中症で搬送される人が増えています。

市内では、農作業などで外出し、大量に汗をかいた後のケアが不十分なため、帰宅後や夜間に自宅で熱中症になるケースが多く見られます。エアコンや扇風機を上手に活用し、こまめな休憩と水分補給を心がけましょう。

少しでも「熱中症かもしれない」と感

じたり、熱中症が疑われる人を見かけたりした際は、自分自身またはその人を涼しい場所に移動させ、衣類を緩め、水分と塩分を補給してください。体温が高いときは、冷たいタオルやペットボトルを脇の下や足の付け根に当てて体を冷やすことが効果的です。なお、上記のような危険な症状が見られる場合には、すぐに救急車を呼んでください。

# 5つのポイント



## Point 2 熱中症対策の基本習慣

エアコンや扇風機で室内を適度に涼しく保ち、無理な節電や我慢は避け、のどが渴いたと感じる前から、こまめに水分補給をしましょう。通気性・速乾性のある軽い服の着用や、冷却グッズの活用など、暑さを和げる工夫も大切です。

## Point 3 脱水状態セルフチェック

- ▶手の甲の皮膚をつまみ上げて離し、元の形に戻るまでに2秒以上かかる
  - ▶手の親指の爪を逆の指でつまみ、離れた時に、白かった爪がピンク色に戻るまでに3秒以上かかる
- ⇒脱水の疑いがあるため、水分補給をしてください



## Point 1 暑さに負けない体づくり

### ●十分な「食事」と「睡眠」を心がけ、体力を蓄える

熱中症にかかりにくい体をつくるには、バランスのよい食事と質のいい睡眠が重要です。日常の食事が取れていれば、過度に塩分を摂取する必要はありませんが、大量に汗をかく日は、水や経口補水液で水分と適度な塩分を補給するよう心がけましょう。また、通気性のよい寝具やエアコン・扇風機を活用し、快適な睡眠環境を整えることも大切です。

### ●早めの「暑熱順化」で熱中症に備える

体が暑さに慣れていないと、熱中症の危険性が高まります。熱中症予防には、本格的な夏を迎える前から適度な運動や入浴によって汗をかくことで、「暑熱順化」(体が暑さに慣れる)を促すことが有効です。  
※個人の体質や体調、気温や室内環境に応じて無理のない範囲で実施してください



## 【熱中症対策】

# 私たちが気を付けていること

1

## 高齢者向け施設



特別養護老人ホーム風の路  
管理栄養士  
渡邊 恵さん

高齢者は、暑さやのどの渴きを感じにくく、不調を周囲にうまく伝えられない場合があります。食事の量が減ったり、ぼんやりすることが増えたりといった、普段と異なる様子のサインを見逃さず、適切に対応することが大切です。  
私たちの施設では、毎日の天気や気温を館内放送で伝えることで、入所者さんと職員の両方に注意を促しているほか、暑い日には、ゼリーやかき氷などのおやつを提供し、小食の人でも無理なく水分補給できるように配慮しています。



2

## 子ども向け施設

子どもは大人に比べて体温調整機能が未熟なため、熱中症になりやすいことが特徴です。

豊里こども園では、春頃から外遊びを多く取り入れ、毎日少しずつ汗をかくことで、子どもたちを暑さに慣れさせています。外出時は、水筒を近くに置き、こまめな休憩と水分補給を徹底しています。

また、首まで覆う帽子やテントによって、直射日光を避けるとともに、危険な暑さが予想される日には外遊びの内容を変更するなど、安全と健康の管理に努めています。



豊里こども園  
小泉 明輝 保育教諭

# 熱中症対策の

## Point 5 熱中症(特別)警戒アラート

気温や湿度などの条件から危険な暑さが予測される場合、暑さ指数(WBGT)に基づき、環境省と気象庁から「熱中症(特別)警戒アラート」が発表されます。

### ●お知らせ方法

県内に「熱中症警戒アラート」が発表された際は、市公式LINEやメール配信サービスでお知らせします。「熱中症特別警戒アラート」が発表された際は、市公式LINEやメール配信に加えて、防災行政無線でも放送し、広く周知します。

### ●アラートが発表されたら

外出や屋外での活動をできるだけ中止し、小まめな水分補給や冷房の活用など、熱中症を防ぐ対策を徹底してください。



## Point 4 クーリングシェルター

市は、暑さを一時的にしのげる場所として、総合支所や公民館、ふれあいセンターといった公共施設のほか、市内のスーパーマーケットなどの民間施設をクーリングシェルターとして指定しています。

【期間】10月21日(水)まで

【設置条件】気温が28度を超えるなど、施設で冷房運転をする場合のみ

※設置施設の管理者の指示に従って利用してください。また、水分補給用の飲料は各自でご用意ください  
※設置場所や開放時間、開放エリアなどは、市公式ホームページをご覧になるか、下記の市民生活部健康推進課(保健推進係)まで問い合わせください



このマークがクーリングシェルターの目印です



市公式HP「熱中症にご注意ください」

令和7年6月から、全ての職場で熱中症対策が義務化されました



市公式HP「労働者への熱中症対策について」

職場の安全確保と作業効率の向上を目的に、熱中症対策が義務化される以前から、さまざまな予防策に取り組んでいます。例えば、暑い時期には休憩回数を増やして水分補給を促すとともに、危険な暑さの日には従業員や協力会社の皆さんにアイス配布しています。また、近年では、作業服やヘルメットを軽量で通気性のあるものに変更したほか、工場屋根への遮熱シートの設置や、天井への大型ファンの設置など、夏場でも安全に作業できる環境づくりを進めています。



3

職場などの環境

## 暑い夏に備えて、熱中症対策を意識した生活を

近年、一般的な生活環境であっても熱中症を発症する危険性が高まっています。熱中症による健康被害を防ぐためには、正しい知識を身に付け、自分自身の体調の変化に注意しながら、周囲にも気を配ることが大切です。

子どもや高齢者は特に注意が必要です。障がいのある人は自ら症状を訴えられない場合があるため、特に配慮

が求められます。また、気温や湿度をこまめに確認し、自分のいる環境の熱中症リスクを意識する習慣をつけることも大切です。

暑さ指数や熱中症(特別)警戒アラート、クーリングシェルターを活用しながら夏を元気に過ごしてください。

【問い合わせ】市民生活部健康推進課(保健推進係) ☎0220(58)2116



# 安心の子育てをサポート 子育て支援センター



毎月1日に、各センターの事業内容やスケジュールを掲載した「子育て支援センターだより」を発行しています

子育て支援センターは、子育て家庭への福祉向上を目的とした施設です。0歳から就学前までのお子さん、その保護者を対象に、育児相談や親子の交流の場を提供しています。ぜひ気軽に遊びに来てください。



市公式HP「子育て支援センター事業について」

## 行ってみたくなる！支援センターの楽しい活動内容

### ③ 育児相談

子育てに関する悩みや、困っていること、不安に感じていることなどについて、職員が相談に応じます。秘密は守りますので、お気軽にご相談ください。



### ② 自由来館

乳幼児向け事業以外の日にも、各施設の定める曜日や時間帯で、園庭や園舎を開放し、遊具やオモチャなどを使って自由に遊ぶことができます。



### ① 乳幼児向け事業

季節の行事や制作、ふれあい遊び、おはなし会や誕生会などを実施しています。親子で楽しく遊びながら、情報交換や仲間づくりをしませんか。



### ☀ 利用者の声



櫻井 衣里さん、  
麻椰ちゃん(2)  
(迫町大綱東)

約4年前に引っ越してきて、上の子が9カ月の時から利用しています。子どもが伸び伸びと遊べる環境が整っていますし、親同士や職員さんと話すことで、地域の子育て支援情報を知ることができ、とても助かっています。最初は行くのに少し勇気がいりましたが、今は気軽に遊びに行ける憩いの場です。

### ④ 各種講座など

市の子育て支援講座のほか、講師を招いて子育てに関する話を聞いたり、タッチケアやママストレッチで体を動かしたりするなど、さまざまな催しを開催しています。

## 市内12カ所の子育て支援センター(令和8年5月時点)

紙芝居や絵本の読み聞かせ、手遊び、子育て相談、講座の開催、子育て支援情報の提供のほか、各施設独自の楽しい催しを実施しています。活動内容などの詳細は各施設にお問い合わせください。

| 事業名<br>(設置場所)                     | 乳幼児向け事業  |   | 自由来館                                | 問い合わせ          |
|-----------------------------------|--|---|-------------------------------------|----------------|
|                                   | 名称・日時  | 活動内容  |                                     |                |
| ☒ 迫子育て支援センター<br>(迫児童館内)           | ぽっかぽか広場<br>火、木曜日10:30~11:30  | 誕生会、ミニ運動会、親子遠足、季節の飾り・おもちゃ作りなど                             | 月~土曜日<br>9:00~11:30<br>13:30~16:00  | ☎ 0220(22)2524 |
| 子育て支援センター「ルンビニー園」<br>(佐沼保育園内)     | あつまれちびっこ<br>月1回10:00~11:30   | 季節の行事、おもちゃ作り、運動会ごっこ、お店屋さんごっこ、給食体験など                       | 火~木曜日<br>8:00~13:00                 | ☎ 0220(22)3512 |
| 子育て支援センター錦<br>(錦児童館〔迫町〕内)         | 幼年クラブ<br>水、木曜日10:00~12:00<br>親子リズム<br>第1、3金曜日10:00~11:00<br>赤ちゃん交流広場<br>第2、4金曜日10:00~11:00 | 誕生会、季節の工作、リング作り、芋煮会、クリスマス会、親子リズムなど<br>※親子リズム・赤ちゃん交流広場は要予約 | 月~金曜日<br>9:30~17:00                 | ☎ 0220(22)8837 |
| 登米子育て支援センター<br>(登米北上こども園内)        | のびすく広場<br>水曜日10:30~11:30   | 親子リズム、遠足、イチゴ狩り、リンゴ狩り、焼き芋、季節の製作など                          | 月~金曜日<br>9:00~16:30                 | ☎ 0220(52)3558 |
| 東和子育て支援センター<br>(米谷こども園内)          | わいわい広場<br>金曜日10:00~11:30   | 誕生会、季節の行事、リング作り、ミニクッキング、運動遊び、移動広場など                       | 月~金曜日<br>9:00~14:00                 | ☎ 0220(42)2101 |
| ☒ 中田子育て支援センター<br>(中田児童館内)         | カムすく広場<br>木曜日10:30~11:30   | 誕生会、ふれあい遊び、季節の行事、公園遊び、運動遊び、おもちゃ作りなど                       | 月~土曜日<br>9:00~11:30<br>13:30~16:00  | ☎ 0220(35)2525 |
| 森のくまさん子育て支援センター<br>(森のくまさん〔中田町〕内) | くまさんのおうち<br>月2~3回 木曜日<br>10:00~11:30   | 季節の行事、運動遊び、ベビーマッサージ、ママサポートなど                              | 月~金曜日<br>10:00~11:30<br>13:00~14:00 | ☎ 0220(34)4105 |
| ☒ 豊里子育て支援センター<br>(豊里子ども園内)        | たんぼぼ広場<br>火曜日10:30~11:30   | 誕生会、リトミック、季節の行事など   | 月~金曜日<br>9:30~11:30<br>13:00~16:00  | ☎ 0225(25)7545 |
| ☒ 米山子育て支援センター<br>(米山児童館内)         | くまのこ広場<br>水曜日10:30~11:30   | 誕生会、季節の行事、ふれあい遊び、おもちゃ作り、クッキングなど                           | 月~土曜日<br>9:00~11:30<br>13:30~16:00  | ☎ 0220(55)2313 |
| 石越子育て支援センター<br>(石越にじいろこども園内)      | ふれあい広場<br>金曜日10:00~11:30   | 夏まつり、運動会、誕生会、リング作り、季節の行事、ミニクッキングなど                        | 月~金曜日<br>9:00~14:00                 | ☎ 0228(24)8511 |
| ☒ 南方子育て支援センター<br>(南方子育てサポートセンター内) | ぼっぼのひろば<br>火、木曜日10:30~11:30  | 季節の行事、子育てボランティアあそびの会、ふれあい歌遊び、サロンなど                        | 月~土曜日<br>9:00~11:30<br>13:30~16:00  | ☎ 0220(58)5558 |
| 津山子育て支援センター<br>(つやま杉の子こども園内)      | すぎのこ広場<br>水曜日10:30~11:30   | 誕生会、親子ピクス、ハーバリウム作り、季節の行事、リング作りなど                          | 火~木曜日<br>9:30~11:30<br>14:30~16:00  | ☎ 0225(68)2029 |

※☒ がついた施設は、公立の子育て支援センターです

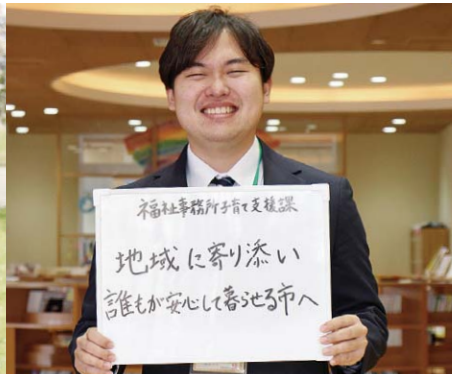
## 認定こども園等で実施する子育て支援事業(令和8年5月時点)

事業内容などの詳細は、各施設にお問い合わせください。

| 施設名(町域)       | 実施事業  | 問い合わせ          |
|---------------|---|----------------|
| 佐沼明星こども園(迫町)  | 園庭開放/平日9:30~11:00   | ☎ 0220(22)2737 |
| 白鳥ゆめっ子園(迫町)   | 同年齢のお友だちと楽しく遊べる!園庭開放day   | ☎ 0220(22)1108 |
| 白鳥水の里こども園(迫町) | 子育ての困りごとなんでも解決!育児相談day  | ☎ 0220(23)9811 |
| 白鳥こども園(南方町)   | 入園前に園生活が知れる!行事体験day(こども祭り等) ※全て要問い合わせ                             | ☎ 0220(58)2681 |
| 錦織こども園(東和町)   | 育児相談/平日9:00~16:00、園庭開放/平日9:00~11:30                               | ☎ 0220(44)3666 |
| さくら幼稚園(中田町)   | 幼稚園開放日「あそび♪」(1~3歳児対象)/月2~3回10:00~11:15                            | ☎ 0220(34)6694 |
| みどりご園(中田町)    | すくすくステーション(0~2歳児対象:わらべ歌遊び、ベビーマッサージ、ママのワークショップなど)/月1~2回10:00~12:00 | ☎ 0220(34)4322 |
| 南方認定こども園(南方町) | 園庭開放/毎週水曜日10:00~11:00、育児相談、絵本貸し出しなど                               | ☎ 0220(58)2238 |

# 市職員募集

共に登米市を支える仲間を募集します



申込期限:保健師・建築・土木 6月3日(水) / 行政、行政(病院事業) 6月8日(月)

| 試験区分         | 職種           | 採用予定者数 | 受験資格など   | 第1次試験日程                                 |
|--------------|--------------|--------|--|---|
| 上級<br>(大卒程度) | 行政           | 15人程度  | ・平成3年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた人<br>・平成17年4月2日以降生まれで、学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業した人(令和9年3月31日卒業見込を含む) | 7月12日(日)                                |
|              | 保健師          | 3人程度   | 平成3年4月2日以降生まれで、保健師の資格を持つ人(令和9年4月30日までに取得見込を含む)   | 5月1日(金)から<br>6月7日(日)まで<br>※SPI3(総合適性検査) |
|              | 建築           | 3人程度   | 平成3年4月2日以降生まれで、学校教育法による大学(短期大学を除く)において正規の建築に関する課程を修めて卒業した人(令和9年3月31日までに卒業見込を含む)              |   |
|              | 土木           | 5人程度   | 平成3年4月2日以降生まれで、学校教育法による大学(短期大学を除く)において正規の土木に関する課程を修めて卒業した人(令和9年3月31日までに卒業見込を含む)              |   |
|              | 行政<br>(病院事業) | 1人程度   | ・平成9年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた人<br>・平成17年4月2日以降生まれで、学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業した人(令和9年3月31日卒業見込を含む) | 6月28日(日)                                |

●実施要項の入手方法

【インターネット】市公式ホームページ内「職員採用情報」や登米市採用情報サイト「パブリックコネクト」からダウンロードできます

【市役所等窓口】庁舎2階人事課または各総合支所市民課窓口で配布します。行政(病院事業)については、登米市民病院南館1階医療局経営管理課で配布します

●受験申込方法

原則、登米市採用情報サイト「パブリックコネクト」からの電子申請とします。行政(病院事業)についてはLogoフォームからの電子申請とします。電子申請が困難な場合はご相談ください。

【申し込み・問い合わせ】

- ・行政(病院事業) = 医療局経営管理部経営管理課(人事係) ☎0220(44)4795
- ・上記を除く職種 = 総務部人事課(人事研修係) ☎0220(22)2145

会場や試験内容など、詳しくはホームページをご覧ください



市公式HP



市医療局HP



委員(新任)  
たかよし  
富士原 孝好さん  
(南方町)



委員(新任)  
じゅん  
佐藤 潤さん  
(迫町)



委員(再任)  
いくこ  
開発 育子さん  
(迫町)

令和8年定例会2月定期議  
会が2月2日に開かれ、固定  
資産評価審査委員会委員の選  
任について同意されました。  
※任期は5月21日から3年間

# 往來 人事

Information  
**02**

まちづくり市民意向調査にご協力ください

市は、生活環境の満足度や施策の重要度、市の目指すべき方向性などについて市民の皆さんの考えを把握し、第二次登米市総合計画に掲げたまちづくりの施策に係る実績を総括するとともに、令和8年度にスタートした第三次登米市総合計画に掲げた施策の展開につなげることを目的とし

て「まちづくり市民意向調査」を実施します。  
調査は、18歳以上の市民の中から無作為に抽出した5千人を対象に、無記名回答方式で実施します。集計結果は、個人が特定されない形で後日公表予定です。  
調査対象者には、調査票を郵送します。調査の趣旨をご

理解の上、調査への協力をお願いします。  
※詳しくは、問い合わせください  
【調査期間】6月1日(月)～15日(月)  
【問い合わせ】まちづくり推進部まちづくり推進課(まちづくり推進係)  
☎0220(22)2147

Information  
**03**

とめ地域サポート商品券使用期限とアンケート調査実施のお知らせ

2月から3月にかけて全市帯に配布した「とめ地域サポート商品券」は、期限までに忘れずに使用してください。

また、不在などにより受け取れなかった世帯の商品券は、地域ビジネス支援課で保管しています。必ず事前に連絡の上、来庁ください。

併せて、商品券の利用についてアンケート調査を実施しています。皆さんのご意見をお寄せください。

●商品券について  
【使用期限】6月30日(火)  
【商品券受取時間】平日/午前8時30分～午後5時15分  
【受取場所】産業経済部地域ビジネス支援課

●アンケート調査について  
【回答期限】6月30日(火)  
【回答方法】左記の二次元コードのアンケートフォームから回答ください  
【問い合わせ】産業経済部地域ビジネス支援課(地域ビジネス支援係)  
☎0220(34)2706



2月から3月にかけて全市帯に配布した「とめ地域サポート商品券」は、期限までに忘れずに使用してください。

また、不在などにより受け取れなかった世帯の商品券は、地域ビジネス支援課で保管しています。必ず事前に連絡の上、来庁ください。



Information  
**04**

普段の暮らしをもっと便利に市公式LINEをご活用ください



- 1 受信設定…市政情報やイベント情報、防犯・防災情報など、自分が必要とする種類の情報だけを受け取ることができるほか、住んでいる地区のごみ収集日と休日当番医の通知を前日に受け取ることもできます
- 2 各種通報…道路や公園の不具合、不法投棄、鳥獣の目撃、犬猫等の死体などについて市に通報することができます
- 3 粗大ごみ収集申請…電話をせずにLINEだけで申請が完結でき、24時間いつでも申し込みが可能です



「基本メニュー」、「生活・防災」、「観光・その他」の3つのタブを切り替えることができます。各項目は市公式ホームページなどとリンクしており、知りたい情報を確認できます。

【問い合わせ】  
総務部市長公室(広報広聴係)  
☎0220(22)2090

まずは友だち登録を  
登録は左の二次元コードを読み込んで「友だち追加」を選択してください

## きれいな水と美しい自然環境を守る 水道週間事業への参加者を募集します

6月1日から7日までの期間、全国一斉に水道週間の取り組みが実施されます。第68回水道週間のスローガンは、「たいせつな水道守ろう未来へ」とです。

水道は、私たちの生活に欠かせることができません。市は「水」「水道」への理解と関心を深め、きれいな水と美しい自然環境を守るための事業に参加する人を募集します。

### 第68回水道週間 作品コンテスト募集

水資源の大切さを多くの人に感じてもらうため、水道に関する作品を募集します。

【募集作品】①標語②作文③図画④習字

【対象者】①制限なし②③小学生④小学生

【題材】①②③水道に関するもの④小学1〜3年生⑤「みず」、小学4〜6年生

⑥「水道週間」

【規格】①はがき1枚に1点②小学1〜3年生③800字以上、小学4〜6年生

④1200字以上、中学生⑤1600字以上

⑥画用紙四つ切り判(54×38)

⑦④半紙

【申込期限】6月30日(火)必着

【申し込み・問い合わせ】上下水道部経営総務課(経

営管理係)

〒987-0702/登米町寺池目子待井381番地1  
☎02220(52)3313

### 第27回北上川クリーン作戦

【日時】6月3日(水)午後3時〜4時30分(雨天中止)

【内容】河川の清掃

【清掃場所】登米大橋から下り松取水塔まで

【集合場所】水辺プラザ船着場(登米町寺池中町地内)

※申し込みは不要です

※作業着など、汚れてもいい服装で参加ください

【問い合わせ】上下水道部水道施設課(浄水管理係)  
☎02220(52)3312

### 水道週間期間内の 献血に協力ください

【日時】6月5日(金)午前10時〜正午、午後1時〜4時30分

【場所】登米市管工事業協同組合駐車場(登米町寺池目子待井74番地3)

【問い合わせ】登米市管工事業協同組合

☎02220(52)3911

## 初開催 Tome肉祭2026

会場内では、登米産仙台牛や銘柄豚肉を使用した絶品グルメが楽しめるほか、市内産の精肉を販売し、その場で焼いて楽しめるバーベキューエリアもご用意しています。

さらに、市内団体によるステージイベントや「長沼レガッタ」との同時開催により、食べて・観て・楽しめる内容が盛りだくさんのイベントです。

おいしいお肉を味わいに、ぜひご来場ください。

【日時】6月28日(日)午前10時から午後3時  
【場所】長沼フットピアトヨテツの丘公園多目的広場

※市役所迫庁舎からイベント会場まで、無料シャトルバスを運行します

【問い合わせ】登米市観光物産協会

☎0220(52)4648

## 石ノ森章太郎ふるさと 記念館特別企画展

石ノ森章太郎ふるさと記念館では、第74回特別企画展「高橋よしひろ 銀牙―流れ星銀―の世界展」を開催しています。動物キャラクターによる正義や友情、勇気の物語を原画展示しています。ぜひご来場ください。

【期間】▼前期/6月21日(日)まで▼後期/6月27日(土)〜8月23日(日)

※7月20日(月・祝)にサイン会を開催します

【入館料】大人700円、中高生500円、小学生200円

【問い合わせ】石ノ森章太郎ふるさと記念館

☎02220(35)1099



物価高騰による負担を軽減  
水道料金の基本料金を免除

■ 免除対象になる基本料金について

| メーター口径              | 1カ月分の基本料金(税込)                  |
|---------------------|--------------------------------|
| 13 ミリメートル、20 ミリメートル | 1,540円                         |
| 25 ミリメートル           | 2万 7,830円                      |
| 30 ミリメートル           | 3万 7,950円                      |
| 40 ミリメートル           | 4万 4,330円                      |
| 50 ミリメートル           | 12万 6,500円                     |
| 75 ミリメートル           | 20万 2,400円                     |
| 100 ミリメートル          | 151万 8,000円<br>(基本水量 1万立方メートル) |



物価高騰が続いている中、経済的な負担が増えている市民皆さんの生活を支援するため、国の「物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金」を活用し、水道を利用している契約者を対象に、水道基本料金を免除します。

なお、今回の免除については、皆さんからの申し込み手続きは必要なく、水道メーターの口径に応じて自動的に免除されます。

※契約者が官公署・指定管理者の場合は対象外です

【期間】6月から8月までの請求分(3カ月)

●受水槽や親メーターのある共同住宅を管理している皆さんへ

免除の趣旨をご理解いただき、入居者の皆さんへの請求金額から基本料金を差し引くなどのご協力をお願いします。

【問い合わせ】上下水道部経営総務課(業務係)  
☎0220(52)3311

「もしも」の時に備えて

命とくらしを守る

防災だより

vol.2



新たな防災気象情報がスタートします

■ 警戒レベルの区分

|          | 河川氾濫        | 大雨          | 土砂災害          | 高潮          |
|----------|-------------|-------------|---------------|-------------|
| 警戒レベル5相当 | レベル5 氾濫特別警報 | レベル5 大雨特別警報 | レベル5 土砂災害特別警報 | レベル5 高潮特別警報 |
| 警戒レベル4相当 | レベル4 氾濫危険警報 | レベル4 大雨危険警報 | レベル4 土砂災害危険警報 | レベル4 高潮危険警報 |
| 警戒レベル3相当 | レベル3 氾濫警報   | レベル3 大雨警報   | レベル3 土砂災害警報   | レベル3 高潮警報   |
| 警戒レベル2   | レベル2 氾濫注意報  | レベル2 大雨注意報  | レベル2 土砂災害注意報  | レベル2 高潮注意報  |
| 警戒レベル1   | 早期注意情報      |             |               |             |

気象庁の気象警報が変更されます。左記の表のように「レベル」と「災害名」のついた情報を発表します。どんな災害が、どれだけ迫っているかが

一目で分かるようになりました。時間推移のイメージを参考に早めの準備をお願いします。

台風や大雨は、川や水路の水かさが急激に増加するなど常に状況が変化します。遅れての避難は、危険が増す可能性があり大変危険です。

防災気象情報のほか、市から発表される避難情報も確認いただき、早めの避難を心がけましょう。



**レベル1早期注意情報** ・災害への心構えを一段高める  
・職員の間連絡体制を確認する

**レベル2注意報** ・ハザードマップ等で災害リスクを再確認する  
・自治体から発表される避難情報の把握手段を再確認する

**レベル3警報** ・避難に時間がかかる高齢者等は危険な場所から避難する  
・高齢者等以外の人も必要に応じて避難の準備や自主避難

**レベル4危険警報** ・危険な場所から全員避難する  
※台風などにより暴風が予想される場合は、暴風が吹き始める前に避難を完了

**レベル5特別警報** ・すでに安全な避難ができず、命が危険な状況  
・今いる場所よりも安全な場所へ直ちに移動等する



気象庁HP「新たな防災気象情報について」

【問い合わせ】総務部防災危機対策室(危機対策係)

☎0220(23)7393

(令和8年5月29日運用開始)

## 消防・救急体制を強化

### 新たに東部消防指令始動

「宮城県東部消防指令センター開所式」が4月4日、石巻地区広域行政事務組合消防本部内で行われ、共同運用する石巻市、東松島市、女川町、気仙沼市、南三陸町、本市から関係者が出席し、消防・救急体制の強化に期待を寄せました。

同センターは、最新の通信・情報システムを備え、県東部地域の消防・救急活動の指令拠点として機能し、市町の枠を越えた迅速な応援出動や大規模災害に連携して対応することが可能になりました。熊谷康信市長は「地域の防災拠点として、未来の世代に安心を引き継げるよう取り組んでいく」と決意を新たにしました。



伊藤哲也副知事と各市町の首長によるテープカットが行われ、地域住民の安全・安心の向上を目指して開所を祝いました。

## 幼児教育の環境充実

### 米山こども園の誕生祝う

「米山こども園開園式」が4月7日、同園で行われ、多くの関係者や地域住民が出席し、地域の未来を担う子どもたちの成長を支える新たな拠点の誕生を祝いました。

同園は、子どもたちが教育と保育の両面から充実した環境で過ごせるように、「米山幼稚園」と「よねやま保育園」を統合。旧よねやま保育園の園舎を活用して開園しました。PTA会長の細川凌さん＝米山町中塚＝は「園児が増えたので、活気あるこども園になってほしいです。元気よくあいさつできるように育ててほしいです」と、園児たちの健やかな成長を願っていました。



「心身ともに健康で、心豊かな子どもの育成」を教育・保育目標に掲げ、子どもたちの健全育成を目指してスタートを切りました。

## セカンド・ウッド贈呈

### 新小学1年生に木育鉛筆

市は、市内小学校へ入学した全児童418人に対し、市内産のFSC認証木材を活用して製作した鉛筆をセカンド・ウッド(木育鉛筆)として贈呈しました。

この事業は、子どもたちが木に触れ合い、木と共に生活することを通じて、自然を大切にし、おおらかにすくすくと成長することを願い、新生児向けのファースト・ウッド(はじめての木製品)の贈呈に続く取り組みとして本年度から実施。三塚莉子さん＝新田小1年＝は「小学校では、登米市の木でできた鉛筆を使いながら、勉強を頑張りたいです」と笑顔で話しました。この事業は来年度以降も実施する予定です。



新田小学校では、4月8日に行われた入学式で、熊谷康信市長から児童一人一人に木育鉛筆のセットが手渡されました。

## 東北新生園の桜満喫

### Vitality登米ウォーク開催

「Vitality登米ウォークin東北新生園コース」が4月9日に開催され、市内外から32人が参加しました。

このイベントは、健康づくりへの意識向上と、ハンセン病に対する正しい理解と知識の普及を目的に開催。参加者は、園内に植樹された千本の桜が咲く風景を味わいながら、園内の「御歌碑」「慰霊塔(三重の塔)」「しんせい資料館」「陸橋」などを巡りました。相澤喜久夫さん＝栗原市＝は「昔は敷地内の施設に映画を見に来たこともありましたが、最近は訪れるきっかけがなくて、今回チラシを見て参加しました。桜を楽しみながら体を動かせるいい機会になりました」と話しました。



春の心地よい陽気の中、参加者は和気あいあいと会話を交わしながら、約2.2kmのウォーキングコースを歩きました。

## 創建千三百年を祝う

### 柳津虚空蔵尊で記念大祭

「創建千三百年大祭」が、4月12日から5月31日まで、柳津虚空蔵尊で開かれ、多くの参拝客が訪れています。

この催しは、今年、創建1300年の節目を迎えることを記念して開催。秘仏の「前立本尊虚空蔵菩薩」の特別公開のほか、登米市産の杉で作られた回向柱が本堂前に建立され、訪れた人は柱に触れて、家族の健康や世界平和などを願いました。鈴木千春さん＝迫町鉄砲丁＝は「普段から神社巡りをしているので、貴重な御開帳の機会を楽しみに来ました。これからも笑って楽しく過ごせよう」と願いを込めて手を合わせました」と話していました。



初日には、回向柱の前で散華がまかれ、多くの人が大切に持ち帰りました。最終日の5月31日午後3時にも実施されます。

## 食べ、飲み、走る祭典

### 第12回東北風土マラソン

「東北風土マラソン&フェスティバル2026」(同実行委員会主催)が4月19日、長沼フットピアトヨテツの丘公園で開催され、多くのランナーや観客が訪れました。

マラソンでは、フル、ハーフ、親子ラン、キッズラン、5キロランの5種目に、18カ国45都道府県から集まった4,594人が出場。ランナーは、春の陽気に包まれた長沼を楽しみながら駆け抜けました。会場内では「登米フードフェスティバル」や「東北日本酒フェスティバル」も同時開催され、競技として走る人、食事やお酒を楽しむ人、仮装で盛り上げる人など、来場者はさまざまな楽しみ方でイベントを満喫しました。



今大会の仮装テーマは「80's」。出場者は、80年代をイメージした仮装やコスチュームに身を包み、来場者を楽しませました。

## よりそい半世紀

### 冗談言い合って毎日笑顔

#### ★結婚当時の思い出は

【秀光】初めて会って最初に思ったのは「かわいい」ってことだね。妻がかわいいから新婚生活も毎日ルンルン気分だったよ。

【美津子】一緒にいて楽しかったから、いいかなって思ったの。結婚して北海道に行ったんだけど、摩周湖の景色がとてもきれいだったよ。

#### ★夫婦円満のコツは

【秀光】畜産をしていて、牛とはけんかするけど妻とはしないよ。牛はいい話し相手でもあるんだけどね。モ～モ～ってしか言わないけど。

【美津子】冗談を言い合って毎日笑ってるからけんかにならないよ。私もまだ働いていて、夫が家事を分担してくれてるから助かってるの。

#### ★これからしたいことは

【秀光】お城が好きだから、姫路城や大阪城に行ってみたいと思ってるんだ。

【美津子】孫が帰ってくると、いっぱい話しをしてくれるから、それが楽しみだね。



高橋 秀光<sup>しゅうこう</sup>さん(70)

美津子<sup>みつこ</sup>さん(68)

南方町・平貝／1976(昭51)年10月入籍

### 「理容師の枠を越えて挑戦」

## 及川 磨吾<sup>けんご</sup>さん

迫町・錦西



## 市民リレーエッセイ

私は鹿島台出身で、専門学校卒業後は東京のヘアサロンに就職し、理容師として経験を積みました。20代半ばの頃、同じ理容師である父が大病を患ったことをきっかけに、実家のある登米市へ戻る決意をしました。約2年半、家業を手伝い、その後佐沼に「Kamitoko 縁」として独立開業し、今年の7月で10年目を迎えます。

2児の父として子育てに奮闘する日々の中、理容師という枠にとどまらず「理容師×○○」という新しい可能性を模索しています。中学校キャリアセミナーへの参加や部活動への関わりを通して、地域子どもたちと接する機会も増え、人と関わることの大切さを実感しています。

また、先を見据えてスキマ時間を活用し、ファイナンシャル・プランニング1級や他の資格にも挑戦中です。将来の基盤をしっかりと築き、海外も視野に入れながら、人の役に立てる存在を目指しています。これまで支えてくれた家族や、関わってくださった全ての方々への感謝を忘れず、全力で楽しみながら一步一步前に進んでいきます。

次号は進藤 逸平<sup>いっぺい</sup>さん＝迫町八幡＝へバトンをつなぎます



## わたしが描く夢

阿部 真梨那 さん

南方中 2年 / 南方町・板倉

### 子どもたちを笑顔にする仕事

私の将来の夢は、子どもたちをお世話し、笑顔にする幼稚園の先生になることです。

私は、小学生になる前から小さい子の面倒を見るのが好きでした。小さい妹の面倒を見ていたら、家族に「よいお姉ちゃんだね」「さすがだね」と褒めてもらい、とてもうれしい気持ちになりました。

小学6年生になると、1年生と交流する機会がたくさんありました。休み時間に1年生の教室に行って遊んだり、掃除を手伝いに行ったりしているうちに、私の中で一番楽しみなことになっていきました。そして、毎回休み時間に教室に行くと、笑顔で私の名前を呼びながら駆け寄ってきてくれる1年生の姿を見て、「子どもたちを笑顔にする幼稚園の先生になろう！」と思うようになりました。

幼稚園の先生になるために、周りを笑顔にし、たくさんのことを学んで自分の力にできるように頑張っていきたいです。

## わが家のアイドル

### 【わが家のアイドル応募方法】

右の二次元コードを読み込み、申請してください  
※申込状況により、掲載まで数カ月かかる場合があります  
【問い合わせ】総務部市長公室(広報広聴係) ☎ 0220(22)2090



荻原 蒼 くん(2歳)

2023年5月22日生まれ  
追町・大形  
友美さんの長男

自然や乗り物が大好き！これからも元気いっぱい！優しく大きくなってね！



高橋 慧真 ちゃん(2歳)

2024年1月22日生まれ  
米山町・平埜  
成征さんの三女

いつも元気いっぱいのおたくましい三女！たくさん笑顔がありがとう♡家族みんなの癒しです。

佐藤 翠 ちゃん(11カ月)

2025年6月17日生まれ  
中田町・駒率  
翔太さんの長女

いっぱい食べていっぱい動いて大きくな～れ！！



及川 怜保翔 くん(8カ月)

2025年8月22日生まれ  
登米町・館山  
保将さんの長男

笑顔が可愛いくて元気いっぱいのお君。いっぱいご飯食べて大きくなって思い出たくさん作ろうね！



# 健康

## 尿ナトリウム比を活用し 高血圧を予防しましょう

### ●尿ナトリウム比とは

市は、脳血管疾患や心疾患などの原因となる高血圧を予防するため、特定健診で尿ナトリウム比の測定をしています。この取り組みは、市と東北大学東北メディカル・メガバンク機構が連携し実施しており、今年で10年目を迎えました。尿ナトリウム比は、尿に含まれるナトリウムとカリウムの割合を示す指標で、食事における塩分(ナトリウム)と野菜などに含まれるカリウムのバランスを知ることができま

す。ナトリウムには血圧を上げ、カリウムには血圧を下げる働きがあることから、摂取バランスが重要といわれています。

令和7年度の市特定健診では、初年度と比べ、尿ナトリウム比と収縮期血圧は改善傾向か  
おおむね維持の状態にあります。特定健診受診者の平均年齢の上昇と比べると収縮期血圧の上昇は抑えられていると考えられます。引き続き、適塩と、野菜などに多く含まれるカリウム摂取を増やし、ナトリウムとカリウムのバランスを意識していきましょう。

※腎機能低下などで医師からカリウム摂取を制限されている場合には医師の指示に従いましょう

※尿ナトリウム比に関する取り組みや食事の詳しいポイント、市公式ホームページを確認するか問い合わせください

**【問い合わせ】**市民生活部健康推進課(地域保健係)  
☎0220(58)2116



市公式HP「食  
育・栄養につ  
か力組  
んで(ナト  
リウムの取  
りかみ)」

## 6月の献血日程

6日(土)  
イオンタウン佐沼  
10:00~11:45  
13:00~16:00



※日程は変更になる場合があります。最新の日程については、市公式ホームページをご覧ください。下記まで問い合わせください。

**【問い合わせ】**  
市民生活部健康推進課  
(保健推進係)  
☎0220(58)2116

## 6月の休日当番医

### 6月のこころの相談

| 日       | 場所・受付時間・担当                                       |
|---------|--|
| 10<br>⑧ | 迫保健センター<br>10:00~11:00<br>臨床心理士・公認心理師<br>精神保健福祉士 |
| 16<br>⑨ | 登米総合支所<br>13:30~15:30<br>医師                      |
| 24<br>⑩ | 中田保健福祉会館<br>13:30~15:30<br>カウンセラー                |

医師・臨床心理士などが相談に応じます。安心してご相談いただくため、完全予約制です。相談日(土日、祝日を除く)まで、下記の総合支所まで申し込みください。

- 迫町域にお住まいの人  
迫総合支所 ☎0220(22)5554
- 中田・石越町域にお住まいの人  
中田総合支所 ☎0220(34)2314
- 東和・登米町域にお住まいの人  
東和総合支所 ☎0220(53)4113
- 米山・南方町域にお住まいの人  
米山総合支所 ☎0220(55)2112
- 豊里・津山町域にお住まいの人  
豊里総合支所 ☎0225(76)4113

### 登米市民病院小児科救急診療

- 日曜日:受付時間9:00~16:30
  - 夜間:小児(6歳以上)の診察を希望する場合はご連絡ください
- 【問い合わせ】**登米市民病院  
☎0220(22)5511

| 日   | 休日急患当番医                        | 歯科休日当番医                           |
|-----|--------------------------------|-----------------------------------|
| 7日  | 佐藤内科医院(迫町)<br>☎0220(22)2160    | フジ歯科クリニック(迫町)<br>☎0220(22)7751    |
| 14日 | 遊佐内科胃腸科医院(迫町)<br>☎0220(22)2177 | みなみかた歯科医院(南方町)<br>☎0220(29)7020   |
| 21日 | 豊里病院(豊里町)<br>☎0225(76)2023     | 豊里病院歯科(豊里町)<br>☎0225(76)2023      |
| 28日 | 千葉医院(迫町)<br>☎0220(22)3725      | 石越ファミリア歯科医院(石越町)<br>☎0228(34)3887 |

●診療時間 9:00~12:00、13:30~17:00

#### 【休日急患当番医】

●第2次診療 登米市民病院 ☎0220(22)5511

【問い合わせ】登米市医師会 ☎0220(22)2084

※月~金曜日(休日を除く)

#### 【歯科休日当番医】

【問い合わせ】市民生活部健康推進課(保健推進係) ☎0220(58)2116

※当番医は、変更する場合があります。各医療機関に確認の上、受診ください

### 石巻市夜間急患センター

●診療科目 内科、外科、小児科 ※原則応急処置まで

診療時間など、詳しくは問い合わせください

【問い合わせ】石巻市夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内) ☎0225(94)5111

### 自殺予防 仙台いのちの電話

誰にも言えない気持ち  
聞かせてください。

☎022(718)4343

### ひきこもり ひとりで悩まないで

宮城県ひきこもり地域支援センター

☎0229(23)0024

### 子ども夜間安心コール

●電話番号  
#8000  
(プッシュ回線の固定電話、  
携帯電話から)  
☎022(212)9390  
(プッシュ回線以外の固定電  
話から)

●相談時間  
毎日午後7時~翌朝午前8時

**認知症サポーター  
養成講座の受講生募集**

【日時】6月17日(水)午前10時  
～11時30分

【場所】東和総合支所3階大会  
議室

【定員】20人(先着順)

【申込期限】6月15日(月)

【申し込み】東和・登米地域包  
括支援センター

☎0220(53)4811

【問い合わせ】福祉事務所長寿  
介護課(地域包括支援係)  
☎0220(58)5551

**登米市民病院  
アピアランスケア外来**

主にがん治療等に伴う外見  
の変化による苦痛を軽減し、  
自分らしい日常生活を送るた  
めのサポートをします。外来  
は予約制で、相談は無料です。



伊藤 琉侏くん  
(迫町八幡)



小島 己咲くん  
(迫町横丁)



齋藤 佑心くん  
(迫町永田)

**ぼくわたし  
むし歯ないんだよ**

3歳6カ月健診で  
むし歯のなかったこどもたち  
(4月20日までの応募受付分)



主藤 佑奈ちゃん  
(迫町錦西)



守屋 花那子ちゃん  
(迫町大浦)



浅野 莉依那ちゃん  
(登米町狭西)



藤村 楓ちゃん  
(登米町中通)



相澤 澄晴くん  
(中田町南加賀野)



後藤 花奈ちゃん  
(中田町本町畑中)



布施 聡祐くん  
(中田町十文字)



長江 季ちゃん  
(米山町大又)



中田 玲緒くん  
(米山町畑崎)



佐々木 千穂ちゃん  
(南方町一ノ曲)

【対象者】市民病院に通院・入  
院中の人、または他院で治療中  
の市民(がん患者または家族)  
【開設日】市民病院ホームペー  
ジを確認するか問い合わせく  
ださい  
【場所】市民病院地域医療連携  
センター2階がん相談支援室  
【申し込み・問い合わせ】市民  
病院アピアランスケア外来  
☎0220(22)5511



市民病院HP  
「アピアランス  
ケア外来」

**ファミサポ事業  
協力会員を募集します**

地域で育児の手助けができ  
る人(協力会員)が、育児の手  
助けを必要とする人(利用会  
員)を援助する活動です。

●協力会員になるためには  
市内に居住している心身と  
もに健康な20歳以上の人で、  
市が主催する協力会員講習会  
を受講した人

**●協力会員講習会**

【日時】6月17日(水)、10月14日  
(水)、令和9年1月20日(水)／  
午前10時30分～午後3時15分

【場所】市役所南方庁舎2階  
中会議室

【受講料】無料

【申込期限】各講習会の5日前  
※電話で申し込みください  
【申し込み・問い合わせ】ファ  
ミリー・サポート・センター事  
務局  
☎0220(58)5558

**妊娠・出産・子育てを応援  
講座やサロンを開催**

●こんには赤ちゃんサロン  
妊娠中、出産、育児のことに  
ついて、みんなでゆつくり話  
しましょう。

【日時】6月24日(水)午前10時  
～11時30分(要電話予約)

【場所】迫児童館

【申し込み・問い合わせ】南方  
子育てサポートセンター

☎0220(58)5558

**●子育て支援講座**

【日時】6月9日(火)午前10時  
30分～11時30分(要予約)

【場所】みどり公園

【申し込み・問い合わせ】みど  
り公園

☎080(5734)2568

**●よりそい・ほっと相談**

【日時】6月16日(火)午前10時  
～午後3時(要予約)

●わくわくマタニティサロン

「まごまごコース」を同時開  
催します。祖父母の参加もお  
待ちしています。

【内容】赤ちゃん入浴(実技)、

ベビーマッサージ、孫育て  
【日時】6月17日(水)午前10時  
～11時45分(前日まで要予約)

**●共通事項**

【場所】南方子育てサポートセ  
ンター

【申し込み・問い合わせ】福祉  
事務所子育て支援課(母子保  
健係)  
☎0220(58)5557

**保健所の  
各種相談事業**

●HIV・クラミジア・梅毒抗  
体検査、肝炎(B型・C型)ウイ  
ルス検査、骨髄バンクの登録  
【日時】6月18日(木)、7月2  
日(木)／午前10時～正午

【申込期限】実施日の1週間前

【申し込み・問い合わせ】石巻  
保健所登米支所(疾病対策班)

☎0220(22)6119

●アルコール等依存症家族教  
室・個別相談

【日時】7月1日(水)▼家族教  
室Ⅱ午後1時30分～3時▼個  
別相談Ⅱ午後3時～4時30分

【申込期限】6月24日(水)

【場所】石巻保健所登米支所

【相談料】無料(要電話予約)  
※託児不可

【申し込み・問い合わせ】石巻  
保健所登米支所(母子障害班)

☎0220(22)6118

# 情報場

## 広報 Information

【日時】6月9日(火)～21日(日)  
午前9時～午後4時30分



高校生絵画展IN登米市  
2026の受賞作品を展示します。高校生が描いた若さあふれる作品をご覧ください。

高校生絵画展IN登米市  
2026受賞作品展

催し

### 夜間納税相談窓口 (6月・7月分)

【日時】6月25日(木)  
7月30日(木)  
午後7時まで

【場所】総務部税務課  
(迫庁舎1階)

【問い合わせ】  
総務部税務課(徴収対策係)  
☎ 0220(22)2169

### 高校生絵画展IN登米市 2026受賞作品展

【場所】高倉勝子美術館桜小路  
【入館料】一般200円、高校生150円、小中学生100円

【問い合わせ】高倉勝子美術館  
☎ 02220(52)2755

### レクダンス・サークル 交流会を開催します

市内各町のレクダンス・サークルの会員が集まり、練習の成果を発表し、来場者が交流を深める会です。

【日時】6月3日(水)／午前9時30分～午後0時30分

【場所】オサベフーズ迫体育館

【内容】▼第1部「誰でも簡単に楽しく踊れるダンスを踊りましょう」▼第2部「デモンストラーション」各サークル発表

▼第3部「お楽しみタイム」

【入場料】無料

※初心者大歓迎

【持ち物】上靴、飲み物

### マイナンバーカード 申請サポート

マイナンバーカードの申請を検討している人は、ぜひ、ご利用ください。予約不要です。

【場所・日時】

- 市役所南方庁舎2階  
6月3日(水)、17日(水)  
午前9時30分～午後3時  
(午前11時30分～午後1時までを除く)
- 市役所迫庁舎1階  
6月10日(水)  
午前9時30分～11時30分
- 市役所中田庁舎1階  
6月24日(水)  
午前9時30分～11時30分

【問い合わせ】市民生活部市民生活課(戸籍係)  
☎ 0220(58)2118

### 募集

#### 市立病院に就職希望の 看護学生を支援

●市看護師奨学金

【貸付対象者】看護師養成施設に在学し、将来看護師として市立病院などに勤務しようとする人

【募集人数】7人程度

【貸付金額】月額10万円以内

【貸付期間】貸付決定月から、看護師養成施設を卒業する月まで(施設の修学年数を限度)

※要件を満たした場合は、償還が全額免除になります

●市看護師修学一時金

【貸付対象者】看護師奨学金貸付対象者のうち希望者

【募集人数】7人程度

【貸付金額】20万円以内

【償還方法】無利子貸付とし、看護師奨学金貸付の最後の月から10年以内に償還

※償還免除制度はありません

●共通事項

【連帯保証人】2人

【申込方法】郵送または持参

【審査方法】書類および面接(7月中旬予定)

【申込期限】6月30日(火)

※当日消印有効

【申し込み・問い合わせ】医療局経営管理部経営管理課(管理係)

〒987-0511 / 迫町佐沼字下田中25番地  
☎ 02220(44)4795



市医療局HP

電気工事・オール電化工事・電気通信工事  
太陽光発電設備工事・消防設備工事・点検

## 有限会社 五島電機

登米市中田町宝江新井田字荒谷60-1

TEL.0220-34-3349 FAX.34-5792

エネルギーに夢をのせて・・・クマネンドリームガス

## 熊谷燃料住設株式会社

快適生活 創造企業

DRUM-KUN 災害時安定供給施設

- なごみの家きらり
- コインランドリー清潔空間
- コインランドリーしゃぼん玉
- (株)ネオウイング
- 燻ケアサービス(株)

TEL.0220-22-2415(代)

## 国土交通省八反排水樋管 操作員を募集

北上川の水位が上昇した際に、川の水が田んぼや住宅地へ逆流するのを防止する排水樋管の月点検および出水時に施設操作する操作員を募集します。

**【職務内容】**▼北上川の水位が上昇した場合に樋管ゲートの操作、水位観測▼定期点検（ゲートの動作確認等を年間10回、1・2月を除く毎月1回）▼臨時点検（地震が発生した場合ゲートの動作確認等、その都度実施）

**【対象者】**次の全てに該当する人▼登米町在住の成人▼毎月1回の点検と、北上川の水位

が上昇して八反排水樋管の操作が必要になった際に、休日昼夜間問わず対応が可能▼毎年秋に開催される操作員講習会に出席が可能

**【募集人数】**2人

**【活動場所】**八反排水樋管（登米大橋左岸にある河川管理施設）

**【任期】**7月1日から令和9年3月31日まで

※更新あり

**【報酬】**月額1万4千円程度

※実操作手当、講習会手当は別途支払い

**【申込方法】**履歴書を郵送してください（写真貼付・応募動機を記載）

**【申込期限】**6月1日（月）必着

**【申し込み・問い合わせ】**国土

## 住宅入居者を募集

定住促進住宅は、随時募集しています。入居を希望する人は、問い合わせください。

- ▶ 迫定住促進住宅（S55年築、2DK）  
住所＝迫町佐沼中江1丁目13番地4
- ▶ 中田定住促進住宅（S55年築、3DK）  
住所＝中田町石森字前田88番地1
- ▶ 豊里定住促進住宅（H2年築、3DK）  
住所＝豊里町小口前185番地4
- ▶ 東和定住促進住宅（H5年築、3DK）  
住所＝東和町米谷字越路94番地1
- ▶ 石越定住促進住宅（H7年築、3DK）  
住所＝石越町南郷字館前176番地1

家賃月額＝2万800円～3万500円  
駐車場利用は1台のみ（別途2千円）

定住促進住宅

**【入居資格】**定住促進住宅は一定以上の収入があることなどの入居要件があります

**【申し込み・問い合わせ】**建設部住宅都市整備課（住宅係）

☎0220(34)2316

## ふるさとCM作品を募集します

交通省北上川下流河川事務所  
米谷出張所  
〒987-10902 / 東和町  
米谷字古館5番地4  
☎0220(42)2211

東日本放送主催「みやぎふるさとCM大賞」の応募作品を募集します。応募多数の場合は選考があります。

**【作品内容】**観光、物産、伝統、人物、歴史、自然など、登米市の自慢や魅力を表現した未発表の作品

**【作品規格】**本編30秒

**【応募資格】**市内に在住または勤務する人や団体

**【申込期限】**6月26日（金）  
※作品の提出期限は9月11日（金）です

**【申込方法】**①氏名（団体は団体名と代表者）②住所③電話番号④職業または学校（学年）

⑤作品タイトル（仮称可）⑥作品の大きな内容を任意の様式に記入の上、持参または電子メールで申し込みください

※応募作品の著作権は市に帰属します

※制作、編集・加工の費用は、全て応募者負担となります

**【申し込み・問い合わせ】**総務

部市長公室（広報広聴係）  
☎0220(22)2090  
✉koho@city.kome.miyagi.jp



市公式HP「みやぎふるさとCM大賞」

## 国家公務員 税務職員を募集

税務のスペシャリストとして、国の財政を支える税務職員を募集しています。

**【受験資格】**①令和8年4月1日において高校または中等教育学校を卒業後3年を経過していない人および令和9年3月までに高校または中等教育学校を卒業見込みの人②人事院が①に準ずると認める人

**【申込期間】**6月12日（金）から24日（水）まで

**【申込方法】**インターネット申し込み

**【第1次試験】**9月6日（日）

**【問い合わせ】**仙台国税局人事第二課試験研修係  
☎022(263)1111  
（内線3236）



国家公務員試験採用情報NAVI

ダイユー・イト 登米中田店案内図 広告

ウジエスバーさん  
マツモトキヨシさん  
葉王堂さん  
JAみやぎさん  
中田総合体育館  
登米市立宝江小学校

ヨークタウン内  
ダイユー・イト 登米中田店  
宮城県登米市中田町石森字駒率400  
TEL 0220-23-9433  
営業時間 あさ8時～よる8時まで

税抜3,000円以上お買上げで  
毎月8のつく日 毎週土曜日

5倍ポイント

店内にて  
100円ショップ  
好評営業中!

Watts with

DAIYU HOME CENTER  
ダイユー・イト 登米中田店

除草剤・殺虫剤  
販売中!!

登米市は自主財源を確保するため、広報とめに有料広告を掲載しています。

## タウンウォーキング 参加者を募集

専門講師が、効果的な歩き方や自宅のできる運動をレッスンします。1回だけの参加も大歓迎です。気軽に参加ください。



- 【日時】6月11日(木)、7月2日(木)、8月6日(木)、9月10日(木)、11月5日(木)、12月10日(木)、1月7日(木)、1月28日(木)、2月18日(木)、3月11日(木)／午前10時～11時
- 【場所】イオンタウン佐沼セントラルコート
- 【参加料】無料
- 【募集人数】35人(申込先着順)
- 【申込期限】5月29日(金)
- ※定員に達していない場合は随時募集します
- 【持ち物】タオル2枚、飲み物

【申込方法】電話か電子メールで申し込みください  
【申し込み問い合わせ】市民生活部健康推進課(保健推進係)  
☎ 0220(58)2116  
✉ kenkosusin@city.tome.  
miyagi.jp

## お知らせ

### ふるさと応援寄附金新規 返礼品提供事業者説明会

ふるさと応援寄附金返礼品を提供したい新規事業者向けの説明会を開催します。返礼品として商品を提供することで、全国の人の目に触れ、販路拡大につながることが期待されます。ぜひ、ご参加ください。

- 【対象者】新たにふるさと応援寄附金返礼品の出品を検討している市内の事業者
- 【日時】6月17日(水) ①午前10時～11時 ②午後2時～3時
- ※①と②は同じ内容です
- 【場所】消防防災センター3階大会議室
- 【申込期限】6月12日(金)
- 【申込方法】電話か下記の二次元コードから申し込みください
- 【申し込み問い合わせ】まち

## 情報広場

づくり推進部まちづくり推進課(ふるさと定住係)  
☎ 0220(23)7331



明説者し  
込申者  
会オーム  
フ

### 移動型スマホ教室 使い方をサポートします

専用の車両内で、スマートフォンの基本操作などを学ぶセミナーと、気になることを相談できる個別相談会を無料で開催します。貸出用スマホを用意しますので、スマホがない人でも参加できます。

- 【日時】6月1日(月)～30日(火) ▼セミナー ①午後1時15分～2時15分(各45分) ▼個別相談 ①午前11時15分～2時15分(各45分)
- ※金・土・日曜日を除く
- 【場所】▼月・火曜日 II イオンタウン佐沼中央入口前 ▼水・木曜日 II みやぎ生協加賀野店駐車場
- ※専用車両内
- 【定員】▼セミナー II 各回3人 ▼個別相談 II 各回1組(3人まで)
- 【申込受付】実施日の前日午後5時まで要予約
- 【申込予約専用電話】

☎ 0800(111)9442  
(受付)午前9時～午後5時  
※本事業は、市が民間事業者への委託により実施するものです

【問い合わせ】まちづくり推進部DX推進室(DX推進係)  
☎ 0220(23)7367



移木催  
開マ  
「HP」  
式の  
「HP」  
式の  
「HP」  
式の  
「HP」  
式の



### 芸術文化団体の 事業経費を補助します

【対象事業】令和9年度に市内で芸術文化団体が主催する各種大会(音楽、伝統芸能、美術、文芸など)で、全国から大会参加者を募集して実施する事業  
【補助率・限度額】次のいずれか少ない額で、30万円を上限とします ▼補助対象経費の2



一日一組限定の特別な空間

祭市民民



誠香社

24時間受付

0220-34-4856(代表)

## 水の里ホール・Abebisou 6月のイベント情報

| 日程     | 内容   | 問い合わせ                                |
|--------|--|--------------------------------------|
| 6/6 ㊥  | <b>●第19回とめ禅文化講演会</b><br><b>第1部 講演「なき人と共に」</b><br>染谷典秀老師<br><b>第2部 清興 出演：平林龍 北野里沙</b><br>【開演】午後2時 【会場】大ホール<br>【入場料】無料(要整理券) | 曹洞宗宮城県宗務所第十四教区(大慈寺)<br>☎0220(45)2510 |
| 6/7 ㊥  | <b>●植正伝統芸能華舞台</b><br>【開演】午前10時30分 【会場】大ホール<br>【入場料】1,000円  | 植正一家庭師芸人 植正まさとし<br>☎090(6788)4501    |
| 6/14 ㊥ | <b>●藤原彩代 新曲発表コンサート</b><br>ゲスト：成世昌平<br>【開演】正午 【会場】大ホール<br>【入場料】1階 3,000円、2階 2,500円  | 藤原企画<br>☎080(5489)6354               |
| 6/21 ㊥ | <b>●とびきりめんこいアイドルフェスティバル第3弾～とめフェス～</b><br>【開演】午後0時30分 【会場】小ホール<br>【入場料】1,500円(友の会1,200円)、未就学児無料                             | 水の里ホール・Abebisou<br>☎0220(22)0111     |
| 6/28 ㊥ | <b>●第15回クラシックコンサート</b><br>【開演】午後1時 【会場】大ホール<br>【入場料】2,000円、高校生以下無料   | 登米芸術鑑賞協会(大畑)<br>☎080(5553)5217       |

※休館日：1日、8日、15日、22日、29日

分の1以内▼全体経費から協賛金を除く諸収入を控除した額(補助対象額)の2分の1以内の額。ただし、その額を協賛金から回る場合は補助対象額から協賛金を控除した額

【申込期限】9月30日(水)

※令和8年度事業分については受付を終了しています

※提出する書類などについては、事前にご相談ください

【申し込み・問い合わせ】教育委員会教育部文化財文化振興課(文化財文化振興係)  
☎0220(34)2332

### 事業承継個別相談会を開催します

「子どもに継がせたいが、何から手をつければいいのか分からない」「後継者がいない」「会社を売り(買い)たい」といった悩みに対し、国の機関である「宮城県事業承継・引継ぎ支援センター」の専門相談員が、相談に応じます。

【日時】7月10日(金)▼午後1時～2時▼午後2時～3時

【場所】市役所中田庁舎会議室

【対象】市内の中小企業、小規

市は、市民の皆さんが安心して市民活動ができるよう、「市民活動総合補償制度」を設けています。これは、市民活動団体や自治会など、市が関与しない市民活動をしている団体や個人が、無報酬で行う公益的な活動中にけがをしたたり、誤って第三者を負傷させたりした場合などの不慮の事故を補償する制度です。

保険料は市が負担し、保険会社と契約します。

【補償対象者】市内を拠点として継続的、自発的に社会貢献活動に従事し、無報酬で公益的なサービスを提供している個人や団体

### 公益的な活動中の不慮の事故を補償します



承継相談  
事業別  
市役所  
米登  
個別  
フォーム  
会

模事業業者、個人事業主

【相談料】無料

【申込期限】7月3日(金)

【申込方法】電話か左記の二次元コードから申し込みください

【問い合わせ】産業経済部地域ビジネス支援課(地域ビジネス支援係)  
☎0220(34)2706

※例えば、レクリエーション活動の場合、運営等をするスタッフ(サービスの提供者)は対象になりませんが、参加者や応援者等(サービスの受益者)は対象外です

【補償対象活動例】▼市民活動の区分は「社会教育活動、社会福祉・社会奉仕活動、地域社会活動など」▼具体例はレクリエーション活動、福祉施設での援護活動、防災訓練、町内清掃活動など

※対象になる活動をするための会議や準備活動、活動場所から住所地までの合理的な経路上の事故も含まれます

※活動の内容や目的によっては対象にならない場合もあります

【申請方法】事故発生から30日以内に、事故報告書に活動の概要が分かる通知文、お知らせ、参加者名簿などの資料を添えて、最寄りの総合支所市民課か市民協働課へ申請してください

【問い合わせ】まちづくり推進部市民協働課(市民活動支援係)  
☎0220(22)2173



市公式HP「市民活動総合補償制度」

|                                  |   |  |  |
|----------------------------------|---|--|--|
| 人と環境への新しい優しさを目指して<br>お気軽ににご相談下さい | <b>株式会社 清建</b><br>環境プロバイダ<br>本社/〒987-0511 宮城県登米市迫町佐沼字南駒木袋212-3<br>TEL.0220-22-7085 FAX.0220-22-7658 | 仙台(営)/〒989-3127 宮城県仙台市青葉区愛子東三丁目7番2号<br>TEL.022-799-7213 FAX.022-799-7214<br>南三陸(営)/〒986-0782 宮城県本吉郡南三陸町入谷字大船沢313<br>TEL.0226-46-1027 FAX.0226-46-2122<br>URL www.kkseiken.co.jp E-mail info@kkseiken.co.jp |  |
|                                  | <b>有限会社 清建物流</b><br>TEL.0220-22-9430<br>FAX.0220-21-1535<br>本社/〒987-0512<br>宮城県登米市迫町森字平柳14-1        | <b>有限会社 リースキン宮城</b><br>TEL.0220-22-3431<br>FAX.0220-22-3495<br>〒987-0511宮城県登米市迫町佐沼字<br>下田中53番地8  | 厚生労働大臣許可 指定居宅サービス事業所<br><b>有限会社 はさま看護婦・家政婦紹介所</b><br><b>すずらん保育園</b><br>TEL.0220-22-8064 FAX.0220-23-2728<br>〒987-0511 宮城県登米市迫町佐沼字中江2丁目21(中江ビル)<br>[すずらん保育園] TEL.0220-23-8688 |

登米市は自主財源を確保するため、広報とめに有料広告を掲載しています。



## 6月の納税

**市県民税・・・1期**

忘れずに納めましょう  
納税は便利な口座振替で

納期限／6月30日(火)

### 登米市の人口・世帯数

(令和8年4月末現在)

| 地区 | 世帯数    | 人口(人)  |        |        | 計 (前月比) |
|----|--------|--------|--------|--------|---------|
|    |        | 男      | 女      |        |         |
| 迫  | 7,753  | 9,059  | 9,456  | 18,515 | (▲30)   |
| 登米 | 1,721  | 1,974  | 2,145  | 4,119  | (▲6)    |
| 東和 | 2,130  | 2,496  | 2,526  | 5,022  | (▲22)   |
| 中田 | 5,320  | 7,070  | 7,242  | 14,312 | (▲14)   |
| 豊里 | 2,142  | 2,846  | 2,899  | 5,745  | (▲14)   |
| 米山 | 2,756  | 3,827  | 3,905  | 7,732  | (▲24)   |
| 石越 | 1,447  | 1,997  | 1,986  | 3,983  | (▲2)    |
| 南方 | 2,734  | 3,717  | 3,881  | 7,598  | (4)     |
| 津山 | 1,075  | 1,258  | 1,394  | 2,652  | (▲7)    |
| 合計 | 27,078 | 34,244 | 35,434 | 69,678 | (▲115)  |

※上記人口・世帯数には外国人住民も含まれています

### 市内の交通事故発生状況

(令和8年4月末現在) ※佐沼・登米警察署調べ

|          | R8   | R7   | 増減数 |
|----------|------|------|-----|
| 人身事故発生件数 | 24件  | 15件  | 9件  |
| 死者数      | 0人   | 0人   | 0人  |
| 負傷者数     | 35人  | 20人  | 15人 |
| 物損事故発生件数 | 481件 | 433件 | 48件 |

※R8年1月からの延べ件数(前年同時期と比較)

#### 警察署からのお知らせ

～5月22日は飲酒運転根絶の日～

多賀城市で多数の高校生が犠牲となった事故から21年。飲酒運転は犯罪です。「飲酒運転 しない させない 許さない」

### 4月の災害件数

**火災 救急 救助**  
**3件 269件 3件**

令和8年累計 (23件) (1,219件) (17件)

前年同月 2件 325件 2件

6月7～13日の1週間は危険物安全週間です。  
灯油やガソリンなどの危険物は、性質や使い方を十分理解し、事故を未然に防ぎましょう。



#### ハローワークはさま発行求人情報

ハローワークはさまで発行している求人情報を掲載  
掲載日は祝日を除く毎週火曜日の午後3時です

### 返しきれない借金で悩んでいませんか

借金を抱えて悩んでいる個人(自営業を含む)からの相談を受け付けています。一人で悩まず、気軽に相談ください。

【相談料】無料

【受付時間】月～金曜日/午前9時～正午、午後1時～5時(祝日、年末年始を除く)

【連絡先・問い合わせ】東北財務局多重債務者相談窓口

☎022(266)5703

### 特設人権相談所を開設します

人権擁護委員の日に合わせて、特設人権相談所を開設し

ます。秘密は厳守します。

【日時】6月2日(火)午前10時

午後3時

【場所】▼東和総合支所▼米山公民館▼津山公民館

【相談料】無料

【問い合わせ】▼仙台法務局登米支局(総務係)

☎0220(52)2070

▼みんなの人権110番

☎0570(003)110

### 女性と女の子の相談窓口

家族や友達、仕事や生活のことなど、安心できる場で話してみませんか。

【日時】6月9日(火)午前10時

午後2時

【場所】石巻保健所登米支所

【相談員】NPO法人ウイメンズアイ女性相談員

【申込期限】6月8日(月)午後4時

【申し込み・問い合わせ】

NPO法人ウイメンズアイ

☎080(9256)0035

✉soudan@womenseye.net

### 障がい者の自立に向けてしごと相談を開設

【日時】6月23日(火)、午前9時30分、11時、午後1時30分、3時(要電話予約)

【場所】県東部保健福祉事務所登米地域事務所

【相談料】無料  
※職業のあつせんではありません

せんのて注意ください

【申し込み・問い合わせ】障害者就業・生活支援センター「ゆい」

☎0220(21)1011



寄付

ご寄付いただき、ありがとうございます。

【新みやぎ農業協同組合様】食農教育補助教材本(児童用)20冊、食農教育補助教材本(教師用指導書)5冊

●登米市日中友好協会様/現金25万円

●医療法人社団恭謹会上杉皮膚科医院様/図書400冊

●みやぎ登米農業協同組合様

／食農教育補助教材本660冊、入学祝品(自由帳)447冊

●宮城森林・林業活性化センター登米支部様/スタンディングテーブル2台

●在住地不明個人(匿名)様/切手:はがき2万4141円

分

●登米市事務機事務用品販売組合様/A4カラーソフトクリアケース420個

●行政書士佐藤研太郎様/旧東和国際交流センター多目的ホール部分の屋根修繕一式

※市への寄付は、市公式ホームページにも掲載しています

【問い合わせ】総務部総務課

☎0220(22)2091 (総務係)

# ときめき人

Tokimeki bito

## 心に響く、優しい旋律



前列左から3番目が代表の大場俊郎さん。令和8年「第26回定期演奏会」は7月5日(日)午後2時から、水の里ホール・Abebisouで開催されます。ぜひご来場ください。メンバーも随時募集中です。【問い合わせ】大場 ☎090(7521)7902

## とめ・くりはらマンドリンクラブ

指先から弾き出される繊細で美しく、そしてどこか懐かしい音色で、聴く人の心を包み込む。「とめ・くりはらマンドリンクラブ」は平成13年に「とめマンドリンクラブ」と「築館女子高マンドリンクラブOG会」が統合して結成。昨年、25回目の記念定期演奏会を開催し、多くの観客を魅了した。

メンバーは、登米市・栗原市出身者のほか、大崎市など近隣地域からの参加もあり、現在13人で市内を拠点に活動。定期演奏会のほかに、2年に1回開催される東北マンドリンフェスティバルへの出場や、各地区の敬老会、老人施設での演奏会など地域に根ざした活動にも力を入れている。クラブ代表の大場俊郎さんは、「施設での演奏会は、涙を浮かべて聴き入る人や手拍子をしてくれる人もい

る。『すごく良かったよ。また来てね』と声をかけてもらえる瞬間が何よりの励みであり、メンバーの原動力になっています」と穏やかな表情で語る。

同クラブの魅力の一つが、大場さんが手がけるオリジナル曲。歴史的人物をイメージして作曲された作品は、高い評価を受け、その人物ゆかりの地から招待されて演奏する機会もある。演奏は県内外で披露し、地域の歴史や物語を表現する音は、多くの人を引き付け、聴く人の心に響いている。

「いつか、日本にマンドリンを広めた偉大な作曲家「古賀政男」ゆかりの地、青根温泉で『古賀のメロディー』を演奏したいです」。情感豊かな音色を奏でる日を思い描きながら、これからも地域に寄り添い、音楽の楽しさを届けていく。

## 編集後記

▼運動の習慣がほとんどない私。長年の出不精がたたき、お腹がデブってきたため、この春からウォーキングを始めました。熱中症対策の暑熱順化にも効果的なので、特集担当者として途中で投げ出す訳にはいかないし、日々やる気を奮い立たせています。(添田)

▼優しく懐かしい音色を感じながら、とめ・くりはらマンドリンクラブの皆さんを取材しました。練習室に入ると、メンバー同士で教え合いながら楽しそうに楽器を奏でていた皆さん。結成から25年。「いつか青根温泉で古賀のメロディーを」という夢、ぜひ実現してほしいです。(森田)

▼寄り添い半世紀を取材していると、夫婦のかたちは千差万別ですが、共通して感じることは幸せだということ。今回の高橋さん夫婦は、とにかくにぎやか。取材中も笑い声が絶えることはありませんでした。私も「いつか得意のおやじギャグで妻を笑わせるぞ」と心の中で誓いました(高橋)



登米市公式ホームページ  
<https://www.city.tomiyagi.jp/>



登米市メール配信サービス  
(防犯や防災、市政に関する情報などを配信)  
<https://plus.sugumail.com/usr/tome/home>



登米市公式 LINE  
(市政、イベント情報などを配信)  
<https://line.me/R/ti/p/%40972tqqam>

