

広報

3

2025(令和7年)
No.770

しちかしゆく

SHICHIKASHUKU



▲雪だるまコンテスト



▲雪かき選手権



▲スキー大会
・学校スキー大会
・七ヶ宿GS大会
・うまい人選手権

冬 真っ盛り! 七ヶ宿

しちかしゆく ティラノサウルスレース開催!

vol.3冬



そりレース



雪積みレース



2獣3脚レース



なりきり恐竜レース

2月2日(日)、みやぎ蔵王七ヶ宿スキー場を会場に「しちかしゆくティラノサウルスレース vol. 3冬」が開催されました。

今回は、「速さだけでなく、子どもも大人も雪上で一緒に楽しめるようなレース」をコンセプトに、5本ある旗のうち1本のみ当たりがあるスノーフラッグレースや、相方と息をあわせてゴールを目指す2獣3脚レースなど、見ているだけでも楽しい5種目の競技を行いました。

県内外から50頭以上の恐竜が参加し、最年少は2歳、最年長は71歳までの幅広い年代の方々がティラノサウルスに変身しました。

参加した恐竜からは、「大人になっても、雪遊びすることはこんなに楽しいんだと気づけた!」との声が聞かれました。

イベントのボランティアとして、ご協力いただいた西山学院高等学校の有志生徒のほか、ご協賛いただいた皆様ありがとうございました。

本イベントのダイジェスト版は、町公式YouTubeで公開中!



同日開催

第37回 雪だるま・雪像コンテスト

最優秀七ヶ宿町長賞



【個人の部・雪だるま】
神尾 重行さん (峠田)



【個人の部・雪像】
柏 進さん (関)



【団体の部】
白石消防署七ヶ宿出張所

優秀観光協会長賞



【個人の部・雪だるま】
伊藤 良一さん (滑津)



【個人の部・雪像】
村上 凜花さん (瀬見原)



【団体の部】
ヤマザキ建設(株)七ヶ宿営業所

アイデア賞



【個人の部・雪だるま】
村上 孝昭さん (関)



【個人の部・雪像】
澤田 浩和さん (関)



【団体の部】
峠田地域づくり委員会

2月2日(日)に第37回雪だるま・雪像コンテストが開催されました。今年は積雪量も申し分なく、天候にも恵まれたため、昨年より多い57件120体の作品のエントリーがありました。審査員の現地での審査に加え、新たな試みとして一般の方からのWEB投票も行い、多くの方に見ていただきました。最優秀七ヶ宿町長賞に選ばれた作品はライトアップも行われ、町を訪れる観光客の方々を楽しませていました。制作いただいた皆様ありがとうございました。

軽自動車等の廃車手続きはお早めに！

- 軽自動車税は、毎年4月1日時点で軽自動車等の所有者に対して1年分の税金が課税されます。
- 4月2日以降に廃車や名義変更の手続きをしても、その年度分は全額納付する必要があります。
- 軽自動車などを他人に譲った、盗難にあった、手元がない場合は、廃車または名義変更が必要になるため3月31日までに必ず手続きをしてください。

業者等に廃車依頼したにも関わらず、納税通知書が届いた場合は、正しい廃車手続きが行われていない可能性がありますので町民税務課までご連絡ください。



車種	手続き場所	連絡先
原動機付自転車(125cc以下) 小型特殊自動車 ミニカー 電動キックボード	七ヶ宿町役場 町民税務課 税務係	七ヶ宿町字関126 ☎37-2193
3輪・4輪の軽自動車	宮城県軽自動車検査協会	〒983-0013 仙台市宮城野区中野4丁目1-38 ☎050-3816-1830
二輪車(126cc～)	東北運輸局 宮城運輸支局	〒983-0034 仙台市宮城野区扇町3丁目3-15 ☎050-5540-2011

小型特殊自動車の課税について

地方税法上、小型特殊自動車は路上を走る、走らないに関係なく、**所有していることで課税されます。**

しばらく乗らない場合や、自分の敷地、田んぼや畑でしか使わない場合でも、ナンバープレートをつけなくてはなりません。

所有している場合は必ず町民税務課まで申告してください。

小型特殊自動車の種類		該当要件	税額
農耕用	農耕トラクター、コンバイン 田植機 など	最高速度が時速35km/h未満 (乗用装置があるもの)	2,400円
その他	フォークリフト、ショベルローダー タイヤローラ など	全長4.7m以下 全幅1.7m以下 全高2.8m以下 最高速度15km/h以下	5,900円

●お問い合わせ 町民税務課 税務係 ☎37-2193

特定健康診査について

被用者保険(協会けんぽ、健保組合、共済組合)の被扶養者の方が国保組合(医師国保組合を除く)の被保険者の方は、当町国民健康保険の「特定健診」と同じ日時、場所で受診することができます。各医療保険者が発行する「**受診券**」と「**マイナ保険証又は資格確認書**」及び各医療保険者で定める「**一部負担金**」をご持参のうえ、健診会場にお越しください。

なお、健診当日までに受診券が手元に届かない場合は、**加入する医療保険者**にお問い合わせください。

生活習慣を
見直そう！



七ヶ宿ブランドが新規認定されました



Cidre Traditional Brut

七ヶ宿町の自園りんご100%で醸造しています。8品種のりんごを混醸し、伝統的手法である瓶内二次発酵により仕上げた辛口の本格派シードル(リンゴ酒)です。

圃(株)ユズファームワイナリー
☎080-4075-9438



Route113 Blanc

七ヶ宿町の自園にて栽培されたシャルドネとソーヴィニオン・ブランを丁寧に搾り、低温発酵させたフルーティーな香りとピュアな果実味を感じられる爽やかな辛口白ワインです。

圃(株)ユズファームワイナリー
☎080-4075-9438



七ヶ宿会幸村のいわなどにじます

自然豊かな南蔵王の天然水で育てた七ヶ宿会幸村の「いわな」と「にじます」です。ふっくらおいしい塩焼きや唐揚げなどでお召し上がりください。

圃(株)エニック
☎26-1330



《七ヶ宿ブランドとは?》

「山の暮らし=住み心地」をコンセプトに、ブランドを通じて山村文化、持続可能コミュニティモデルなど、新たな価値を広く社会に発信していくものです。

《七ヶ宿ブランドに認定されると…》

質、安心、安全を保証する信頼の証を得られ、ホームページ及びパンフレットへ掲載、県内外の販売会への出品、各施設へ作品の展示を行い、多様な広報活動の展開が可能となります。

《認定基準および審査》

●認定基準 【認定品】:[コンセプト・信頼性・市場性・将来性・その他] 5分野10項目の審査基準の評価により、認定基準以上となったもの。

【特選品】:上記認定基準よりもさらに高い基準をクリアしたもの。

●審査 毎年1回開催される「七ヶ宿ブランド認定委員会」にて審査および表彰を行います。

●お問い合わせ ふるさと振興課 商工観光係 ☎37-2177
七ヶ宿町商工会 ☎37-2629



▲詳しくはこちら

住民交流会活動報告

『わら細工ワークショップ』開催

2月16日、稲作地域の手仕事“わら細工”体験を山形県真室川町で農家をしながら、わら細工の楽しさを知ってもらおうと「工房ストロー」を立ち上げPR活動をされている高橋伸一さんを講師にお招きし、「鍋敷き」を制作するワークショップが開催されました。わらに触れる楽しさを感じてもらい、後継者不足になっているわらじ作りに興味を持ってもらえる機会になればと企画され、当日は11名の方が参加し、元々土台を作っていた状態でいぐさを編み込むところから始まり、わらから土台を作る方法、縄ないも行い、難しさを感じながらも素敵な鍋敷きが完成しました。

参加者の中には、わらじで歩こう七ヶ宿で使われるわらじ作りをしている方もおり、手際の良さが目立ちました。



3/9 なないろバザール開催

3月9日(日)、道の駅七ヶ宿と水と歴史の館を会場に「なないろバザール」を開催します。なないろバザールは、使わなくなった“もの”を交換する場、その場を通じて交流する機会を楽しんでもらおうと開催されるものです。当日に品物を持ってきていただくとなないろポイントと交換でき、そのポイントを使って他の品物をゲットできます。

今回は、キッチンカーの出店、ものと交換しなくてもポイントがゲットできるブースも準備予定です。また、出店者や当日お手伝いをしてくれるボランティアさんも募集中！詳しくは七ヶ宿まちづくり(株)までお問い合わせください。

●お問い合わせ 七ヶ宿まちづくり(株) ☎0224-26-6681

広報しちかしゅくが左開きになります！

広報しちかしゅくをご愛読いただきまして、誠にありがとうございます。近年、横書きの記事が多くなりましたので令和7年4月号から現在の右開きから左開きに変更いたします。

- ◎新しく左開きになります！
- ◎メールアドレスや電話番号など英数字が見やすくなります！

引き続き広報しちかしゅくをよろしくお願いたします。

●お問い合わせ ふるさと振興課 企画係 ☎37-2194



七ヶ宿ダム公園の受付場所・利用料が変わります

七ヶ宿ダム公園は令和7年4月5日～11月30日の間利用できます。

令和7年度から受付場所が「水と歴史の館」に移ります。また、水と歴史の館は月曜日休館ですが、七ヶ宿ダム公園を利用される方の受付は実施しますのでぜひ七ヶ宿ダム公園と水と歴史の館(入館料無料)を合わせてお楽しみください。

また、有料施設の利用料が下記のとおり変更されます。※町民の方は無料で利用できます。

有料施設

- 利用時間 午前9時～午後4時
- 利用料 1人あたりの利用料は下記のとおりです。町民の方は無料です。

[グラウンド・ゴルフ場]	常設コースあり	利用料: 200円
[パークゴルフ場]	4コース36ホール	利用料: 300円
[運動広場]	スポーツの練習・試合、レクリエーション等	利用料: 200円
- 利用方法 グラウンド・ゴルフ場、運動広場、駐車場は事前申込が必要です。ダム公園受付又はふるさと振興課まで申請書をご提出ください。申請書はダム公園受付又は町HPでも受け取ることができます。

●お問い合わせ ふるさと振興課 企画係 ☎37-2194

七ヶ宿音頭をアレンジしました

1982年に町制施行25周年記念に制作した七ヶ宿音頭を大胆に編曲し、現代風にアレンジしました。町民の方にも多数ご参加いただき制作したプロモーション動画もYouTubeにて公開していますのでぜひご覧ください。ご協力いただいた皆様ありがとうございました！



町営バス白石線、乗り継ぎにご注意ください！

町営バス白石線白石行からの乗り継ぎ線であるJRの発車時刻が令和7年3月15日から変更になります。なお、町営バスダイヤの変更はありません。JRの発車時刻をご確認の上、ご利用ください。

JRの時刻が変更となる便

JR東北本線白石駅 仙台方面行

町営バス到着時刻 13:48

変更前 発車時刻 13:55

変更後 発車時刻 13:54

JR東北新幹線白石蔵王駅 仙台方面行

町営バス到着時刻 13:57

変更前 発車時刻 14:24

変更後 発車時刻 14:23

※町ホームページ(右記QR)に新しい時刻表を掲載しています。

●お問い合わせ ふるさと振興課 企画係 ☎37-2194



七ヶ宿町森林組合 佐藤 誠 隊員

冬期間は角田市、丸森町、山元町へと遠征しての活動をしていました。角田市では草刈作業、丸森町では木の間伐作業、山元町では海岸防風林の幼齢木に絡む蔓(ツル)の除去作業と場所によって多様な作業をさせていただきました。いずれも寒さはつきもので「寒い」を繰り返しながら、どうにもならない寒さを諦めと共に受け入れて活動してました。「寒い」を繰り返していれば早く春が来てくれるのではないかと浅はかな期待をしつつ、まもなく訪れる春らしい季節を待ちながら活動を続けていきます。



南蔵王やまびこの森 須田 浩史 隊員

着任してから約3ヶ月、やまびこキャンプ場は冬季休業しているので、主にスキー場で活動しています。

「七ヶ宿スキー場」に初めて来たのは30年以上前の高校生の時、友人達とスノーボードを楽しんだ思い出の場所です。まさかここで仕事をするとはい思えない気持ちです。慣れない事も多く間違ってしまう事もありますが、他のスタッフに助けられながら頑張っています。

住居のある「湯原」は雪も多く、日々の除雪に苦労しますが、休みの日にはスキー場で滑りを楽しみ、雪のある冬を満喫しています。



こんにちは！
地域おこし協力隊
です

活動先の公式
Instagram



活動中の隊員

無限陶房
安藤 玄太 隊員
八鍬 礼 隊員
高地 修平 隊員
中川 仁志 隊員

南蔵王やまびこの森

板橋 政風 隊員
中村 麻衣 隊員
須田 浩史 隊員

ゆのはら農産

庄子 真人 隊員
七ヶ宿町森林組合
佐藤 誠 隊員

無限陶房 中川 仁志 隊員

寒い毎日が続きますね。この原稿を書いている今日は、数年に一度の大寒波が襲来。水道管凍結防止のことや健康の維持こと、心の準備を整えているところです。

無限陶房の冬は、ひたすら制作に集中する時期でもあります。皆が口ク口に向き合う間、工房には静寂が訪れます。時折、ストーブからパチパチと薪が弾ける音だけが聞こえてきます。

2月2日に開催された雪だるま・雪像コンテストに無限陶房チームで作品を創りました。作品は無限陶房らしく登り窯をイメージしてみました。中に灯るロウソクがどこか幻想的でした。



「子育て応援支援金」を支給しました



▲小室浩貴さん(左) 小関町長(右)

小室浩貴さん、唯花さんご夫妻に第3子となる鳳奏(おうか)さんが誕生したことを祝し、1月22日、小関町長から子育て応援支援金が贈呈されました。「子育て応援支援金」は七ヶ宿町での子育てを支援することを目的に、お子さんの出生時・小学校入学時・中学校入学時・高校入学時に支給されます。瀬見原にお住まいの小室さんご家族。七ヶ宿町でのびやかに子育てをしていただきたいと思います。

鬼は外、福は内！～保育所豆まき会～



▲明るく元気になりますように

1月31日、関保育所で豆まき会を行いました。子どもたちがこの日のために製作した「升」に花紙を丸めて作った豆を入れ、「鬼は外、福は内」の掛け声とともに鬼に豆をぶつけ退治しました。その後、突然現れた大きな赤鬼の迫力に驚いて逃げる子や泣いてしまう子もいましたが、豆とイワシ攻撃に赤鬼は退散。泣き笑いの豆まき会となりました。

わらじ作り講習会が開催されました



▲わらじ作りを体験したい方はシルバー人材センターで！

2月18日、シルバー人材センターにてわらじ作り講習会が開催されました。この講習会では作り手の少なくなったわらじを後世に残すため、わらじの作り方を学ぶ講習会で8名の方が参加しました。参加された方からは「見た目以上に難しいが楽しい。作り方を覚えたい。」といった感想をいただきました。また、3月4日(火)、16日(日)の午前9時～正午にも開催されますので参加応募をお待ちしております。(☎37-2231)



女性講座「フレッシュなミモザでつくるブーケ講座」参加者募集

春を告げる花としても親しまれているミモザで、手作りのブーケを作ってみませんか？詳しくは、2月中旬に配布したチラシをご確認ください。

- 日時 3月14日(金) 18:30 ~ 19:45
 - 場所 活性化センター
 - 参加費 1,500円 (子供用ハーフサイズ800円)
 - 締切 3月5日(水)
- ※定員の15名に達した場合、早めに終了する場合があります。



ジュニア・リーダーと楽しい時間を過ごしました

2月16日に、小学生対象の「ジュニア・リーダーと遊ぶ 冬」を開催しました。ひなまつりの工作や、手形を押してみんなで大きな鯉のぼりを彩りました。ジュニア・リーダーとのレクリエーションゲームでは、寒さを吹飛ばそうと、たくさん体を動かして遊びました。汗をかいて大笑いしながら、みんなで楽しむことができました。作品は今月スタートするORADAZUの節句で展示します。



▲みんなで楽しく制作しました



▲かわいい作品が完成！

水と歴史の館 春の特別展 ORADAZUの節句

雛まつりと端午の節句関連の作品を展示します。入館料は無料です。ぜひお越しください。

- 開期 3月15日(土) ~ 5月18日(日)
- 会場 七ヶ宿町水と歴史の館
- 開館時間 9:00 ~ 16:00
(3月中は9:30 ~ 16:00)
- 休館日 月曜日、祝日の翌日

《3月の予定》

- 9日(日) 親子ふれあい料理教室(小学生以上対象)
- 14日(金) 女性講座 「ミモザでつくるブーケ講座」
- 16日(日) 保護者交流支援事業「おやこ工作教室」
- 21日(金) 豊齢者大学 閉講式

スポーツ・文化振興会からお知らせ

スポーツ・文化活動において、優秀な成績を収め、東北・全国大会に出場された方をご紹介します。

- 第62回全日本スキー技術選手権大会(北海道) 渡部 秀文さん 渡部 栞さん
- 第47回東北高等学校スキー大会(青森県)女子大回転・第79回国民スポーツ大会冬季大会スキー競技会(秋田県)少年女子 大回転 松木 優奈さん (白石工業高)

ブレットのおはなし ABC

Surprised by the snow in Shichikashuku

Lately I have been experiencing winter in Shichikashuku.

I think winter can be a bit hard, because it is so cold and snowy.

Driving in the snow can also be a bit annoying. While I think the snow is beautiful, I am looking forward to spring.

However, I think the students have really enjoyed skiing during this season.

Next month, my family will come to Japan to visit me. So I am looking forward to showing them my favorite spots! I am so excited!

Also, the students' graduation is getting closer and closer, so I hope they continue to do their best this month.

They are almost there! Good luck!!!

大雪に驚いた七ヶ宿

七ヶ宿の冬を初めて体験しています。

冬は寒くて雪もたくさん降って、少し大変だと感じます。雪は美しいと思いますが、雪道を運転するのもちょっと面倒ですし、今は春が待ち遠しくなります。

でも、七ヶ宿の生徒たちは冬のスキーの時間をとても楽しんでいると感じました。

春には楽しみにしていることがあって、実は3月に家族が日本に遊びに来ます。家族のみんなにお気に入りの場所を案内するのが楽しみです！とても待ち遠しい！

子どもたちの卒業もどんどん近づいてきているので、今月も頑張っしてほしいと思います。もうすぐ卒業です！幸運を祈ります!!!



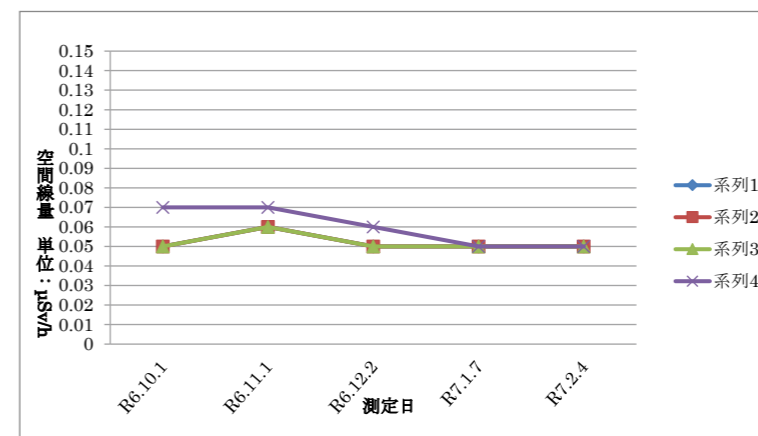
七ヶ宿町放射性物質除去土壌仮置き場の放射能測定結果

2月4日に柏木山放牧場の空間放射線量及び地下水放射性物質量を測定した結果、以下のとおりとなりました。

平成25年5月から空間線量を測定していますが、追加被ばく量が年間1 mSvを超えないように管理され仮置き場が安全に保たれていることを表しています。

※仮置き場内の4点を定点とし測定しています。

仮置き場の空間線量の推移



○地下水の測定結果

単位:Bq/kg

調査項目	測定値
放射性ヨウ素 (I-131)	不検出
放射性セシウム (Cs-134)	不検出
放射性セシウム (Cs-137)	不検出

測定開始時から不検出となっています。

●お問い合わせ
総務課 ☎ 37-2111



七ヶ宿中学校

望湖克己学館だより

【学校教育目標】 「社会をつくり、たくましく生き抜く生徒の育成」

第40回七ヶ宿町学校スキー大会開催！

昨年度は雪不足のため開催できなかった七ヶ宿町学校スキー大会が、2月7日(金)に開催されました。今年度は、最強寒波の到来で十分すぎる積雪の中で行われました。大会に向けて4回計画していたスキー教室も全て実施することができ、生徒は楽しみながらスキーの技術向上に励んでいました。

大会は今年度から1回のタイムレースとなりましたが、練習の成果を発揮しながら集中してレースに臨んでいました。結果は、次の通りですが、どの生徒も悪天候の中、レースだけではなく、大会の準備や最後の片付けまでしっかりと行っていました。年4回のスキー教室と大会を行っている学校は県内でも数少なく、七ヶ宿ならではのみんなでつくりあげる誇るべき行事でした。スキー教室、スキー大会の開催に尽力していただきました教育委員会様、七ヶ宿スキークラブ様、七ヶ宿スキー場様、応援に来ていただいた保護者の皆様に感謝申し上げます。ありがとうございました。

中学男子優勝	市川 優悟さん	記録 1分26秒46
準優勝	佐野 鈴之助さん	記録 1分27秒92
3位	日野 玲隼さん	記録 1分34秒47
中学女子優勝	高橋 董さん	記録 1分10秒19
準優勝	岡崎 つばめさん	記録 1分25秒22
3位	松川 真心さん	記録 1分39秒70



明るいあいさつを目指して！

七ヶ宿中学校では、明るくさわやかなあいさつが交わされる環境づくりを目指して、生徒からあいさつに関する標語を募集し、その年の代表となる標語を選び、のぼり旗にするという企画を行っております。今年度も多くの標語が集まりました。その中から生徒と先生方の声をもとに今年の代表となる標語を決定しました。代表となった標語はこれからのぼり旗にし、校内に掲示するだけでなく、交通安全運動の際など様々な場面で運用していく予定です。



R4代表



R5代表

- ・挨拶で心繋がる誰とでも
2年 佐野 鈴之助さん
- ・自分から相手を見れば挨拶を
3年 高橋 董さん

感謝状をいただきました！

法務省人権擁護局及び全国人権擁護委員会連合会より、全国中学生人権作文コンテストに多大な協力をしたということで感謝状をいただきました。「多大な協力」とは、本校の生徒が人権作文コンテストに応募し、さらにその中で3年生の岡崎よつばさんが、全国中学生人権作文コンテスト宮城県大会でベガルタ仙台賞を受賞したことが大きな要因となっております。よつばさんは昨年の12月に仙台法務局大河原支局長の小野様より表彰状を授与していただきましたが、1月に再度、小野様より学校に感謝状をいただきました。七ヶ宿中学校の長い歴史の中でもあまり例のない出来事でした。



七ヶ宿小学校
学校だより

七つの里

【学校教育目標】 かしこく、やさしく、たくましい児童の育成

全力で取り組んだ 七ヶ宿町学校スキー大会



2月7日(金)に、七ヶ宿町学校スキー大会が開催されました。昨年度は、雪不足が影響し中止となっていたため、2年ぶりの開催に歓喜の声が挙がるほどでした。これまで児童は、3回のスキー教室で一生懸命、練習に取り組んできました。当日は、絶え間なく雪が降る天候でしたが、スキーで滑られるようになった自信、大会で成果を披露したいやる気が、児童の心に火を灯し、全くひるむことはありませんでした。児童は、意気揚々とスタート地点へ向かい、ゴール目指して全員滑り切ることができました。一人一人が味わった達成感は、言葉では言い表すことのできないほど大きなものになったことと思います。競技後には、みんなでカレーライスを食べました。支えていただいた七ヶ宿スキークラブや七ヶ宿スキー場の皆様に心より感謝申し上げます。

七ヶ宿町学校スキー大会優勝者

Aコース女子	村上 凜花さん
Aコース男子	橋本 星矢さん
Bコース女子	北城 ゆりあさん
Bコース男子	井上 悟史さん

※Cコース出場児童はタイムのみの記録になります。

委員会の引継ぎ 先輩から後輩へのバトンタッチ！

春は、出会いと別れの季節です。いよいよ今月19日(水)には6年生が卒業します。学校においては、6年生から在校生への引継ぎをする時期です。2月5日(水)に委員会活動の引継ぎがありました。これまで児童会をリードし、全校児童の世話役を担っていた6年生から5年生へ、その役割がバトンタッチされ、今後は3～5年生の新メンバーで委員会活動に取り組むようになります。これまで培った、委員会活動のノウハウを生かし、新メンバーが一生懸命、活動に取り組むことと思います。たった3人で、学校全体を見渡し、最高学年としての責任を果たしてきた6年生の皆さん、今までありがとうございました。



全体を6年生が進め、5年生が決意表明し、アイテムを受け取りました



離任式日程変更のお知らせです

- 当初、3月28日(金)に予定していた離任式は、3月27日(木)の実施に変更になりました。それに伴い、PTA送別会も、3月27日(木)夜の実施に変更になります。詳しくは後日発行のお便りにて、再度御確認ください。

予防接種の受け忘れはありませんか

予防接種法に定められている予防接種は、接種できる期間が決まっています。接種を希望される方は、医療機関へ予約のうえ、早めに受診されるようお願いいたします。

特に、令和7年4月に小学校へ入学される方と現在小学5年生の方、高齢者肺炎球菌の対象となっている方は、接種歴を確認し、令和7年3月31日までに接種を完了させておきましょう。



種類	対象
日本脳炎	3歳、4歳、9歳の方
MR (麻しん・風しん)	1歳、5～7歳未満のうち小学校入学前の1年にある方
DT (ジフテリア・破傷風)	11歳の方
HPV (子宮頸がん予防)	中学1年生の女子
高齢者肺炎球菌	令和6年4月1日～令和7年3月31日の間に65歳になる方

対象期間を過ぎてしまうと、町からの助成を受けることができなくなります(全額自費での接種となります)。予診票は再発行できますので、接種を希望する方で予診票を紛失された方や対象の確認をしたい方は、健康福祉課までご相談ください。

休日歯科診療当番表(3月分)

3月分の休日歯科診療の当番は下記のとおりです。

診療時間 【午前9時から午後5時まで】 ※市外局番はすべて0224です。

月日	白石・角田支部			柴田支部		
	医院名	所在地	電話番号	医院名	所在地	電話番号
3月2日	竹内歯科医院	角田	62-0880	スエヒロデンタルクリニック	大河原	53-4390
3月9日	ごとう歯科医院	白石	24-2020	もり歯科クリニック	大河原	52-1563
3月16日	目黒歯科クリニック	丸森	79-2818	さくら歯科	大河原	52-3900
3月20日	チェルトの森歯科診療所	蔵王	22-7122	山家歯科クリニック	川崎	84-2266
3月23日	谷津歯科医院	丸森	72-1234	吉田歯科医院	村田	83-2061
3月30日	高橋歯科医院	白石	26-3543	よしだ歯科医院	柴田	57-1918

診療時間 【午前9時から午後3時まで】 ※市外局番はすべて0238です。

置賜地区							
月日	医院名	所在地	電話番号	月日	医院名	所在地	電話番号
3月9日	平間歯科医院	米沢	23-8148	3月16日	むらかみ歯科医院	南陽東置賜	52-4855
3月20日	あさひ歯科医院	米沢	24-0118	3月23日	加藤歯科医院	南陽東置賜	47-2216
3月30日	みわき歯科クリニック	米沢	24-2418				

続く食品の値上げ…財布と健康にも優しい食事づくり

食品、飲料、調味料、外食…と食品の値上げが続いており、家計の負担が大きくなっています。今回は栄養価が高く、比較的安価な食材を紹介し、下記の食材を普段の食事に活用することで「食費の節約」と「栄養摂取」の両立を目指してみましょ。

安価な食材 例			料理 例	
納豆・豆腐 手軽に購入できる良質なたんぱく源 	卵 色んな料理に使い、様々な栄養を含む 	旬の野菜 旬の物は栄養価も高い 	朝	・納豆ごはん ・卵焼き ・白菜とにんじんのみそ汁
魚の缶詰 長期保存でき、そのまま食べてもおいしい 	きのこ 1年中価格が安定している 	昼		
鶏むね肉 肉の中でダントツに安く、良質なたんぱく源 	乾物 旬の時期に加工され、栄養価も高い 		夕	・鶏むね肉の照り焼き ・わかめと大根のサラダ
バナナ 腹もちが良く、繊維やカリウムが豊富 	牛乳 カルシウムは牛乳で摂るのが手軽で安価 	間食		

めざせ！受動喫煙ゼロ

受動喫煙防止対策強化を目的とした健康増進法改正により、ほとんどのお店や事業所などの施設は、原則屋内禁煙です。

受動喫煙とは、たばこ(加熱式たばこを含む)から発生した煙や蒸気にさらされることです。たばこを吸わない人の健康にも影響がある受動喫煙を防ぐためのルールを守りましょう。

- ▷現在、ほとんどのお店が原則屋内禁煙です
- ▷屋内での喫煙は、標識のある場所でのみ可能です
- ▷20歳未満の方は、屋内・屋外に関わらず、すべての喫煙エリアで立入禁止です

<望まない受動喫煙を防ぐために>

- ▶喫煙をする際は、屋外や家庭であっても、受動喫煙を生じさせないよう周囲の状況に配慮しましょう
- ▶たばこを吸う人も、吸わない人も、受動喫煙による健康への影響を理解しましょう
- ▶保護者等は、20歳未満の受動喫煙防止に配慮しましょう

詳しい情報はこちらへ
<https://jyudokitsuen.mhlw.go.jp>

なくそう！望まない受動喫煙

検索

ひとり親家庭等就業支援講習会 「介護職員初任者研修 春期」

- 日時 4月6日(日)～9月14日(日)
[各日曜日21回(他平日実習2日有り)]
午前9時～午後5時10分
※5月4日みどりの日は休講
※8月25日(月)～9月9日(火)は、施設実習期間のため講習会無
- 会場 宮城県母子・父子福祉センター
- 対象 宮城県内在住のひとり親家庭の親又は寡婦で、全日程受講できる方
- 定員 20名
- 費用 受講料無料
教材費・実習費9,000円程度
- 託児 3歳～小学校3年生(託児料 無料)
- 申込期間 3月1日(土)～3月24日(月)
※定員を超えた場合は、選考となります。
- 申込・お問い合わせ
宮城県母子福祉連合会
(右記QRコードは宮城県母子・父子福祉センター内)
仙台市宮城野区安養寺3丁目7-3
☎・FAX 022(256)6512



広報しちかしゅく2月号3ページ まちづくり懇談会の内容変更について

Q 移住者は核家族が多いので、保育所の充実が必要。土日や夜の延長保育などが欲しい。

について、内容を追加させていただきます。

A 現在、土曜日保育は実施しております。お仕事などで必要な場合は事前申請を行いご利用ください。

ソフトバンクと連携しスマホ講習会を開催します

宮城県とソフトバンク株式会社の連携により、県内のソフトバンク店舗にてスマホの基本やデジタル身分証アプリ「ポケットサイン」の使い方について学ぶ『スマホ教室』を開催しています。

- 実施時期 1月20日(月)～
- 時間・場所・予約
下記QRコードから、ホームページ中のチラシにある店舗にて確認・予約ができます。
- お問い合わせ
宮城県企画部デジタルみやぎ推進課
デジタルガバメント推進班
☎022(211)2481
地域情報化推進班
☎022(211)2472



各種相談コーナー-交通事故紛争処理センター

自動車事故にかかる損害賠償問題の紛争解決を弁護士が中立公正な立場から無料でお手伝いします。(事前に必要資料提出の上、初回相談が電話でできます。)

- まずは、下記に電話でお問い合わせください。
- 時間 平日の午前9時～午後5時
祝日・年末年始は除く
- お問い合わせ
交通事故紛争処理センター仙台支部
☎022(263)7231

B型肝炎訴訟 無料電話相談会

B型肝炎被害対策東北弁護団の弁護士が、B型肝炎訴訟について無料電話相談をお受けします。

- 日時 3月15日(土)午前10時～午後6時
- 相談問い合わせ ☎022(224)5061

面倒な分別いりません! 何でも片付けます!

空き家整理・生前整理・遺品整理・粗大ごみ・伐採・草刈り・蜂駆除・古物買い取り

株式会社クリーンアップ渋谷

ホームページはこちら
蔵王町宮字館山5-1
TEL0224-26-9958

LINE@はじめました
LINEでご相談・お見積もり

こちら診療所 所長 高島 恭介

花粉症対策継続しましょう。

花粉症は、花粉に対するアレルギーです。花粉症をお持ちの方は、早めの対策を取られている方もいらっしゃると思います。対策として、メガネの装着や部屋への持ち込みを防ぐためウール素材の衣服を避けるなどは有効です。今年のスギ花粉の飛散量の予想は、過去10年間の平均並とのこと。症状についてのご相談は、診療所にお気軽にしてください。

第8回七ヶ宿・雪かき選手権を行いました



2月1日(土)にベガルタ仙台と町内外から参加の全7チーム(1チーム3名で構成)により、競技区画(幅7メートル奥行き約70センチ)の雪かき

速度を競う「七ヶ宿・雪かき選手権」を開催しました。今回は例年より雪の量が多かったのですが、各チームともチームワークやパフォーマンスで会場は盛り上がりました。優勝は白石市から初参加の家族チームで2位に20秒以上差をつけての見事な勝利でした。

町内に移住を検討する方のご協力ください

七ヶ宿町に移住を検討する方への一助として、「七ヶ宿町での暮らし」が見える・想像できるような情報を発信してゆきたいと考えています。つきましては、情報提供や取材にご協力いただける方を町民から募集します。お気軽に七ヶ宿暮らし研究所(0224-26-6933)までご連絡ください。



七ヶ宿暮らし研究所・くらけんCafé
TEL:0224-26-6933
〒989-0632 七ヶ宿町字田中道下39-2 (火・水曜定休)
HP: shichikashuku-miyagi.co.jp



くら研HP

えずこホールからのお知らせ

AZ9ジュニア・アクターズメンバー募集中!!
仙南地域の小学3～6年生が参加する児童劇団です。演劇やダンスを通してさまざまな表現を学び、集大成として演劇ステージを創り上げます。これまでにない出会いが待っています。
◆活動:年間約40回(主に土日)
◆費用:月額3,000円、他

えずこ♪ゴスペル 新規メンバー募集中!!
楽譜が読めなくても、英語が話せなくても気軽にゴスペルを楽しめます。音楽が好きの方、歌うのが好きな方、ぜひご参加ください。一緒に歌いましょう♪
◆練習場所:えずこホール練習室1 ◆参加費:月額1,500円
◆練習日:第2、4日曜日 19時～ ◆対象:どなたでも大歓迎!

お問い合わせ ☎ 0224-52-3004 <http://www.ezuko.com/>
柴田郡大河原町字小島1-1 info@ezuko.com

くらしのカレンダー

3月

日	月	火	水	木	金	土
<p>⚠️ ごみの出し方に関するお願い ごみは収集日の朝に出してください。 ルールを守って集積所をきれいに使いましょう。</p>						1
2 塚本内科 ☎ 26-1026	3 関診療所代診 ペットボトル	4 午前：湯原出張診療	5 歯科診療 もやせるごみ	6 リハフト(運動) 湯原コミセン 午前10時～ 保健センター 午後1時15分～ 缶	7 関診療所代診 歯科診療	8
9 えんどうクリニック ☎ 26-3888	10	11 午前：湯原出張診療	12 歯科診療 もやせるごみ	13 よいと(運動) 高齢者センター 午後1時30分～ ビン・紙類	14 関診療所代診 歯科診療 容器包装プラ	15
16 佐藤医院 ☎ 32-2002	17 関診療所代診	18 午前：湯原出張診療	19 歯科診療 もやせるごみ	20 春分の日 内方医院 ☎ 32-2101 その他プラ	21 関診療所代診 精神保健福祉相談 保健センター 午後1時30分～ 歯科診療	22
23 柿崎小児科 ☎ 25-2210	24	25 午前：湯原出張診療	26 歯科診療 もやせるごみ	27 げんき塾(運動) 活性化センター 午後1時30分～ もやせないゴミ・紙類	28 関診療所代診 歯科診療 容器包装プラ	29
30 つつみクリニック ☎ 25-1181	31	4/1 午前：湯原出張診療	4/2 歯科診療 もやせるごみ	4/3 缶	4/4 関診療所代診 歯科診療	4/5

※ 2024年4月から白石刈田地区の休日当番医は「内科」「外科」の区別をなくし、1箇所での医療機関で対応します。受診の際は事前に電話でご連絡ください。
 ※ 生ごみを出す場合は、水気を十分に切ってください。また**全てのごみ袋は、袋の口をしっかりと結んで出すようにしてください。**
 ※ 医師の出張や健診などにより、診察時間が変更になることがありますので、予約外で受診される場合は事前に診療所に電話でご確認ください。
 ※ 休日当番医は、都合により変更になる場合があります。
 ※ 運動教室にはじめて参加される方は、保健センターへご連絡ください。(☎37-2331)

今月の納税

後期高齢者保険料 第9期

税の知識
学んで今に
役立てよう

納期及び口座振替は3月31日(月)です。
納期内納入にご協力をお願いします。
事前に預貯金の残高を確認しましょう。

戸籍の窓

令和7年2月13日現在

◆お悔やみ申し上げます

二瓶純一	91歳	(横川)
小関幸子	94歳	(関)
小林國衛	87歳	(峠田)

町の人口

令和7年2月1日現在

男	597人 (-3)
女	613人 (±0)
計	1,210人 (-3)
世帯数	590戸 (-3)
() 先月比	