

広報なとり

NATORI

10

2026
No.1135

特集

秋から始める冬支度
寒さに負けない体をつくる
「寒冷順化」

なとりの
最新情報や
魅力が満載!!



市HP



Facebook



YouTube



Instagram



note



ためまっふなとり



ナトぼた



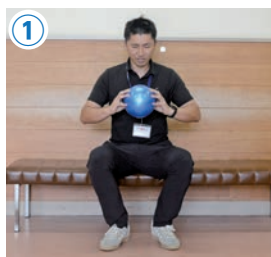
広報なとりバックナンバーは
市ホームページで読むことが
できます。

広報なとり

検索

② 握力の運動 ～手のひらと指先～

効果 手先の血行が良くなって指先の冷えが和らぐほか、物をつかむ・ビンのフタを開けるといった日常生活の動作がスムーズになります。



動作 肩の力を抜き、指先（指の腹）でボールを包み込むようにして持ちます。

ポイント 手のひらをべったりボールにつけず、少し隙間を空けるように持つのがコツです。



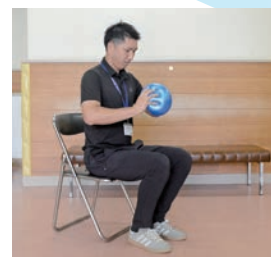
動作 息を吐きながら、5秒かけてすべての指先にじわじわと力を入れ、ボールを押しつぶします。

ポイント 親指から小指まで、5本の指すべてに均等に力を入れるよう意識しましょう。



動作 力を完全に抜いてしまわず、さらに5秒かけてゆっくりと元の形（写真1の状態）に戻していきます。

ポイント 指をピンと伸ばしきらず、ボールの反発を感じながらコントロールして戻します。

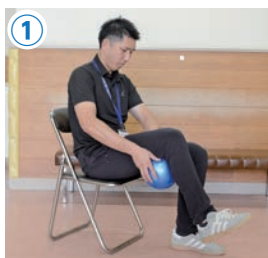


別角度からのチェックポイント

力を入れるときに、肩がすくんで上がったり、手首が不自然に折れ曲がったりしていませんか？リラックスした姿勢をキープしましょう。

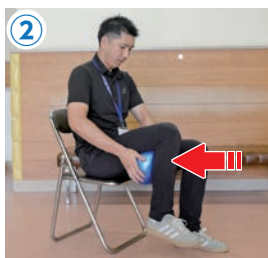
③ 足全体の運動 ～太もも・ふくらはぎ～

効果 第二の心臓と呼ばれるふくらはぎや、大きな筋肉が集まる太ももを刺激します。下半身全体の血流が良くなり、体全体が効率よく温まります。



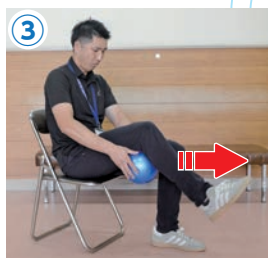
動作 イスに浅めに腰掛け、片方のひざの裏（太ももの裏とふくらはぎの間）にボールを挟み、足を床から少し浮かせます。

ポイント ボールがずれないように両手で軽くおさえ、太ももを胸に近づけるイメージで足を浮かせましょう。



動作 息を吐きながら、5秒かけてゆっくりとかかとをお尻に近づけるように、ボールをギュッと挟み込みます。

ポイント つま先を上に向ける（足首をそらす）と、ふくらはぎにもしっかり力が入ります。



動作 ボールが落ちないように両手で支えながら、さらに5秒かけてゆっくりとひざを緩め、元の位置（写真1の状態）へ戻します。

ポイント 急に力を抜いて足をストンと落とさないよう、じわじわと動かすのがポイントです。

チェックポイント

ボールを挟み込むときに、背中が丸まって下を向いていませんか？視線はまっすぐ前を向き、胸を張った姿勢をキープしましょう。



▶ 3つの運動をこなしても余裕がある方へ！

番外編 さらに体を温めるステップアップ運動です。

腕周りの運動 ～胸・背中・脇の下～

効果 脇の下にある「体の中で熱を作り出す細胞」を刺激することで、下半身だけでなく上半身からポカポカと温まってきます。また、寒さで縮こまった猫背や巻き肩がシャキッと伸び、肩甲骨まわりの血行が良くなるため、つらい肩こりの予防・解消にも効果的です。



動作 イスに座って背すじを伸ばし、片方の脇の下にボールを挟みます。息を吐きながら、5秒かけてゆっくりと脇をギュッと締め、ボールを押しつぶしたあと、5秒かけてゆっくり緩めます。

ポイント 肩が上がらないように注意し、脇の奥で押しつぶすイメージで行いましょう。左右交互に行います。

チェックポイント

動作中に体や首が横に傾いたり、背中が丸まったりしていませんか？頭の先からお尻まで、まっすぐ一直線になるよう姿勢をキープしましょう。



秋から始める冬支度 寒さに負けない体をつくる

かん れい じゅん か 寒 冷 順 化

厳しい猛暑から一転、10月に入ると朝晩の冷え込みが急激に強まります。この時期に「手足が冷える」「なんとなく体がだるい」と感じやすいのは、過酷な夏を乗り越えた体が、まだ「夏モード」のまま切り替わっていないからかもしれません。

10月の「体力づくり強調月間」として、日常生活の中で手軽に実践できる運動や体を温める生活習慣を通して、無理なく体を冬モードへ切り替える「寒冷順化」の方法を紹介します。

寒冷順化とは？

寒冷順化とは、本格的な冬を迎える前に、体を寒さに慣らす仕組みのことです。

具体的には、寒さを感じたときに自律神経が働き、血管を縮めて体温を内側に閉じ込める生体反応を指します。夏の「暑熱(しょねつ)順化」とは異なり、冬の体づくりは「体内の熱を逃がさないこと」が重要になります。

体が完全にこの「冬仕様」へと切り替わるまでには、数週間から1ヶ月ほどの時間がかかります。そのため、本格的な寒さがやってくる前の10月から、少しずつ肌寒さに触れておくスタートが最適です。

今のうちから自律神経を優しく刺激し、寒さへの切り替えスイッチを鍛えておくことが、冬の冷え性や体調不良、急激な温度変化によるヒートショックを防ぐ最大のカギになります。



寒さに負けない体をつくる! おうちエクササイズ



寒さに強い体をつくるカギは、眠っている体温調節機能呼び起こし、血行を良くすることです。

今回は名取市スポーツ協会の公認トレーニング指導士・大元さん直伝、100円ショップなどで手に入る身近な「ボール」を使った、自宅で安全に取り組めるメニューを紹介します。手軽に正しい姿勢が作れ、狙った筋肉をピンポイントで動かせるのがボール運動のメリットです。

スムーズな寒冷順化のコツは、きつい筋トレではなく「じわっと温まる運動」の継続。まずは「1日1セット(10回目安)」を目標に、体調を見ながら、今日からコツコツ「冬に向けた体づくり」を始めてみましょう!

※ボールが無い場合はタオルでも代用可能

① 内転筋の運動 ～太ももの内側～

効果 骨盤が安定して姿勢が良くなり、下半身の血行を促進して冷え症を和らげます。



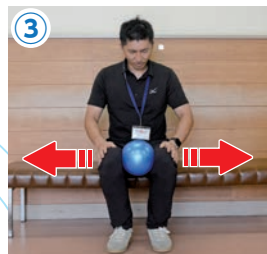
動作 イスに深く腰掛け、背すじを伸ばして、両ひざの間にボールを挟みます。

ポイント 足の裏はしっかりと床につけましょう。



動作 息を吐きながら、5秒かけてゆっくりとボールを内側にギュッと押しつぶします。

ポイント お腹にも力を入れ、ひざだけでなく太ももの付け根から閉じる意識を持ちましょう。



動作 力を完全に抜ききらず、さらに5秒かけてゆっくりと元の位置(写真1の状態)まで戻します。

ポイント ボールを落とさないよう、じわじわと外側に広げていくのがコツです。



別角度からのチェックポイント

動作中に背中が丸まったり、腰が反ったりしていませんか?頭の先からお尻までが、まっすぐ一直線になるようキープしましょう。



日常生活からの冬仕様! 寒冷順化のコツ



寒冷順化を進めるためには、運動だけでなく、日頃の生活習慣を見直すことも同じくらい大切になります。特別な準備をしなくても、日々のちょっとした意識の工夫で無理なく冬仕様の体づくりを進めることができます。

服 装

脱ぎ着しやすい上着と、こまめな汗拭き

ただ寒さを我慢するのではなく、脱ぎ着しやすい上着を1枚持って出かけることがお勧めです。外を歩いて少し汗をかいたときは、そのままにしておくとも体が急激に冷えてしまうため、すぐに汗を拭き取って衣服を調節することが自律神経を守るコツです。

入 浴

シャワーで済ませず、湯船で芯から温まる

毎日の入浴をシャワーだけで済ませてしまうと、体の表面しか温まらず、寒冷順化を促すことができません。39℃～40℃のぬるめのお湯に10～15分、じっくり湯船に浸かりましょう。血管が広がり、自律神経が整うことで、寒さに強い体へと変わっていきます。

食 事

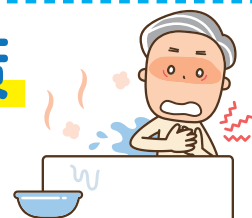
体を内側から温める食材をメニューに

大根や人参などの根菜類やショウガといった、体を内側から温める食材を意識してメニューに取り入れることが効果的です。



急な寒暖差に注意! ヒートショック対策

体が寒さに慣れていない時期は、入浴時の急激な温度変化による血圧の急変動「ヒートショック」に要注意です。特に高齢の方や持病のある方は意識しましょう。



知っておきたいメカニズム

ヒートショックは、「寒さで縮んだ血管」が「湯船で急に広がる」ことで血圧が乱高下する現象です。この激しい変動が心臓や脳に大きな負担をかけ、失神や脳梗塞などを引き起こします。

今すぐできる対策

- ① 入浴前に脱衣所や浴室を暖房等で暖める
- ② お湯の温度は41℃以下にする
- ③ 湯船に浸かる前は手足の先から「かけ湯」をする

冷えの悩みや健康管理に「寒冷順化講座」のご案内



本格的な冬がやってくる前の10月から、寒さを乗り切る体をつくる「寒冷順化」を進めておくことが、これからの季節を健康に乗り切る第一歩です。



名取市スポーツ協会では、日常生活の中で上手に体を温めるコツや、個人の体力に合わせた手軽な運動を体験できる講座を開催します。同協会の講師が、皆さんの冬仕様の体づくりを分かりやすくサポートします。冷え性にお悩みの方や冬の健康管理に不安がある方は、ぜひこの機会にご参加ください。詳細は下記のとおりです。

講座の概要

●市民体育館(武道場)

日時 12月2日(水) 午前の部・午後の部

定員 各部25～30名程度

※詳しい開催時間や申し込み方法は、広報11月号でお知らせします。

●公民館でも開催しています。

※詳細については、決まり次第、順次お知らせとなります。最新の情報は、各公民館ホームページや公民館だよりをご確認ください。

皆さんへのメッセージ



名取市スポーツ協会
公認トレーニング指導士
大元 英照さん

今回は、効果的な代謝をアップさせる簡単なエクササイズを紹介しました。一緒に寒さに負けない健康的な体づくりを目指しましょう!

10月12日(月)の「スポーツの日」は、第55回市民総合スポーツ祭を十三塚公園と市民体育館で開催します。様々なスポーツを体験できますので、この機会にぜひご参加ください。皆様のご来場をお待ちしています!

【詳細は次ページでご確認下さい】

第55回 市民総合スポーツ祭 健康づくりトータルスポーツ大会

市民総合スポーツ祭のイベントのひとつ「健康づくりトータルスポーツ大会」を十三塚公園・市民体育館の2会場で開催します。“「いつでも」「だれでも」「気軽に」「いつまでも」スポーツを!”をスローガンに、皆さんが自由に参加できる競技を用意しています。いろいろなスポーツにチャレンジして楽しい一日を過ごしましょう。

開催日時	●10月12日(月・祝) スポーツの日 ●9:00～12:30まで(9:00から市民球場で開会式を行います)
参加方法	●競技への参加は、会場で随時受け付けます。参加は無料です。 ●年齢・性別を問わず、誰でも参加できます。

十三塚公園	市民球場	【開会式終了後】 ●元気にラジオ体操 参加者全員でラジオ体操を行います。
		【9:30～12:30】 ●誰でも気軽にリアルソフトボール盤大会(内野・外野) 野球のボードゲーム「野球盤」をソフトボールで再現!! 「リアルソフトボール盤」を参加者全員で行います。
		●グラウンド・ゴルフ(外野奥) ●ゲートボール(外野奥) ●モルック(外野奥) ●ラダーゲッター(外野奥) ●ペタンク・バグゴ(外野奥) ●ストラックアウト(1塁側ブルペン) ●クライミング(正面玄関前) ●体力測定(正面玄関前) 握力、立ち幅跳び、長座体前屈、開眼閉 眼片足立ち、上体起こしを測定します。
	陸上競技場	【10:00～12:00】 ※ポールレンタル有 ●ノルディックウォーキング(正面玄関～ 球場外)
		【第1部 9:40～、第2部 11:00～】 ●青空ヨガ(外野奥) 【第1部 10:20～、第2部 11:40～】 ●エクササイズ体操(外野奥)
市民体育館	庭球場	【9:30～12:30】 ●楽しいソフトテニス、硬式テニス ラケットを使って、的当てなど気軽に楽しめるソフトテニスと、硬式テニスが体験できます。
	市民体育館	【9:30～12:30】 ※室内用の運動靴を持参ください。 ●ニュースポーツ、卓球、バドミントン ニュースポーツ(バグゴ、ボッチャ、ドッチビー、カローリング)、卓球、バドミントンで身体を動かしてみませんか。

※雨天時は、一部内容を変更し、市民体育館会場のみで開催となります。

問 NPO法人名取市スポーツ協会(市民体育館) ☎384-3161



名取コンドルズスポーツ少年団

「準備・予測・工夫」が結んだ夢の舞台

野球を通じた「礼儀」や「思いやり」の習得、そして次代を担う子どもたちの健全な心身の育成を目指し活動する「名取コンドルズスポーツ少年団」が、創立48年の歴史に新たな輝かし1ページを刻みました。今年6月に開催された「河北新報旗争奪 第48回宮城県スポーツ少年団軟式野球交流大会（通称・県ジャンボ大会）」では、県内158チームの頂点に立ち、見事10年ぶり2度目の優勝を飾りました。続く東北Ⅱブロック（南東北）代表決定大会でも勢いそのままに王者の座を勝ち取り、本大会として初の全国出場の切符を手に入れました。

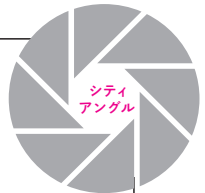
この快挙を支えたのは、選手たちの日々の姿勢です。週末の限られた練習時間で最大限の力を発揮するため、選手たちは常に「準備と予測、そして工夫」を胸に、自らが主体的に考えながら質の高い練習を積み重ねてきました。

8月に岩手県で開催された全国大会では、宮城・東北の代表として大舞台へ挑戦。破竹の勢いで勝ち上がり、満を持して迎えた決勝戦では惜しくも敗れたものの、『準優勝』という快挙を成し遂げました。夢の舞台を経験し、一回りも二回りもたくましく成長した子どもたち。これから大それた目標に向かっていくでしょう。

※このページ内の写真に写っていて、欲しいという人には写真を差し上げます。

なとりの魅力創生課国際交流・広報係(3階・☎724-7143)までご連絡ください。

CITY ANGLE



「なとりぱーく」来場者30万人達成記念セレモニー

7月30日、イオンモール名取内の屋内遊戯施設「なとりぱーく」において、来場者30万人到達の記念セレモニーが開催されました。令和7年3月の開設から約1年4か月目での達成となり、当日は市長やカーナくんとのじゃんけん大会が行われ、子どもたちに記念品が贈られました。

名取市・株式会社宮城運輸災害時応援協定書調印式

8月7日、株式会社宮城運輸と災害時応援協定の調印式が行われました。本協定は、災害時における支援物資の保管や輸送、集積場所での受入れ・管理・仕分けのほか、一時避難施設としての施設利用や物流倉庫内の食料品等の有効活用について定めたものです。

消防活動協力者に感謝状を贈呈

8月19日、消防本部講堂において、7月15日に閑上海岸で発生した水難事故の際、迅速な行動により救護活動に尽力された消防活動協力者のお二人に感謝状を贈呈しました。

ふるさと納税寄贈式

8月20日、株式会社菊長不動産より、企業版ふるさと納税を活用した寄付金100万円をいただきました。寄付金は、魅力的な地域をつくる事業に活用されます。



今月の表紙

夏本番の厳しい暑さのなか、閑上地区で開催された「第41回なとり夏まつり」。会場は多くの人々の熱気と賑わいに溢れ、フィナーレには大輪の花火が名取の夜空を美しく染め上げました。祈りと感謝、未来への希望をのせた名取の想いがひとつになった特別な一日となりました。

CONTENTS

- | | |
|----------------------------|--------------|
| 02 巻頭特集 | 11 子育て支援コーナー |
| 05 健康づくりトータルスポーツ大会 | 17 さわやか健康 |
| 07 2026ふるさと名取秋祭り開催 | 24 情報プラザ |
| 08 ブルートゥーリズム推進支援事業イベントの紹介 | 32 募集・催し |
| 09 「オクトーバー・ラン&ウォーク2026」開催！ | 46 イベント案内 |





2026ふるさと名取秋まつり開催

日時 11月3日(火・祝) 9:00~14:00 ※小雨決行、荒天中止 **会場** 市民体育館前広場
イベント詳細は広報なとり11月号の折込チラシでご確認ください。

ふるさと名取秋まつりステージ出演者募集

ふるさと名取秋まつりでは、当日の屋外ステージに出演していただける方を募集しています。

応募資格 アマチュアの団体・個人(18歳未満の人は保護者の承認が必要です)
※出演にかかる経費は自己負担です。

発表内容 屋外ステージでの発表です。まつりにふさわしい内容(バンド演奏や踊りなど)であれば何でも構いません。

申込方法 団体名、責任者の住所・氏名・電話番号を記入し、活動内容の詳細が分かる資料・写真などを添えて、実行委員会事務局(商工観光課内・5階)に直接持参するか、郵送で申し込んでください。
※申込様式は任意で構いません。市ホームページにも様式を掲載しています。

出演時間 1組あたり5~10分程度(出演団体数により時間配分が決まります)

申込期限 10月2日(金) 当日消印有効

その他 申込者多数の場合、①市内在住または市内で活動している個人・団体の出演を優先し、②抽選により出演者を決定します。なお、選考結果は応募者全員にお知らせします。



申問 〒981-1292【住所記入不要】

ふるさと名取秋まつり実行委員会事務局(商工観光課内) ☎724-7150



【市民体育館】ふるさと名取秋まつりに伴う窓口業務休止について

11月3日(火・祝)「ふるさと名取秋まつり」の開催に伴い、市民体育館および駐車場が全面利用禁止となるため、市民体育館での申請窓口業務の休止と使用申請期日を次の通りに変更します。

①窓口業務の休止について

・申請許可の予約使用申請業務の休止期間

11月1日(日)~11月3日(火)

上記期間は使用申請できませんので、ご注意ください。

【申請受付休止 対象施設】

◇ 市民体育館

アリーナ、武道場、会議室

◇ 十三塚公園有料公園施設

市民庭球場、市民球場、市民陸上競技場

②申請期日について

・使用許可の予約使用申請期日の変更

【庭球場】令和9年5月1日(土)~5月3日(月)施設申請受付開始日

【市民体育館】令和9年3月31日(水)までの使用申請

【市民球場・市民陸上競技場】12月23日(水)までの使用申請

上記日程については、『10月31日(土)』に受付いたします。

ご不便をおかけしますが、ご了承ください。

問 NPO法人 名取市市スポーツ協会(市民体育館) ☎384-3161



第3回雷神山スカイランタンフェスティバルの受付について

名取市商工会館腰地区では、10月31日(土)午後5時より、雷神山古墳にて今年も「第3回雷神山スカイランタンフェスティバル」を開催いたします。

スカイランタンの打ち上げをご希望の方は、10月23日(金)までに右記二次元コード1より詳細をご確認のうえ、お申し込みください。

また、ボランティア(当日受付等)も募集しております。

詳細は右記二次元コード2をご覧ください。



二次元コード1
(イベント詳細)



二次元コード2
(ボランティア募集)

問 名取市商工会 ☎382-3236



名取市ブルーツーリズム推進支援事業 イベントのご紹介



ブルーツーリズム
ホームページ

ブルーツーリズム推進支援事業では閑上地区の活性化、魅力の発信を目的としたイベントを企画しております。

今年度は以下のとおり実施いたします。

SUP世界大会優勝経験者による実演・講話イベント

SUP競技の各種世界大会で優勝経験を持つ吉田竜平選手によるパフォーマンス実演・講話会を行います。参加費は無料です。貴重な機会となりますので、是非ご参加ください。

※希望者の方は選手と一緒にSUP体験をすることが可能です。

(川に入るのを、防寒対策、マリンシューズをご自身でご準備ください)

日時 11月7日(土)

※先着 ①午前の部 10:00~12:00(定員 20名)(一般向け)
②午後の部 14:00~16:00(定員 20名)(競技者向け)

場所 実演：かわまちてらす閑上
講話：閑上公民館2階ホール
※集合場所はかわまちてらす閑上となります。

参加費 無料

予約・問合せ 一般社団法人名取市観光物産協会

☎382-6526

期限：11月4日(水)まで



スポGOMI大会inゆりあげビーチ

ゆりあげビーチの指定エリアで制限時間内に拾ったごみの量や種類に応じて与えられるポイントをチームで競い合います。スポーツとゴミ拾いを掛け合わせた新感覚のイベントになります。競技エリア内には地域の特色ある植生や環境ゴミに関するクイズコーナーを設けるため、お子様でも楽しめる内容になっております。ご家族や友人と一緒に是非ご参加ください。

日時 11月1日(日) 10:00~12:00

場所 ゆりあげ海岸付近

定員 30組(1組3名の予約)※先着

参加費 無料

予約・問合せ 一般社団法人名取市観光物産協会
☎382-6526

期限：10月28日(水)まで

参加賞 1位から3位のチームに景品をプレゼント

※参加者全員に「名取市
サイクルスポーツセンター
名取ゆりあげ温泉入浴券」を
プレゼント



ゆりあげ BBQ TERRACE

期間 11月1日(日)までの土曜日、日曜日、祝日

【完全予約制】 (1)16:00~17:30、(2)18:00~19:30

場所 かわまちてらす閑上(閑上中央1-6)

内容 かわまちてらす閑上を会場に、海鮮ナイトBBQを開催中です。昨年協定を締結した台湾・桃園市の小学生が描いたランタンのやさしい灯りとイルミネーションにより、幻想的な秋の空を演出します。昼間とはひと味違う美しい夜の景色をお楽しみください。写真撮影にもおすすめのフォトスポットとして、ご家族やご友人と心温まる秋の思い出づくりにぜひお越しください。

【料金】 3,800円(小学生以上単一料金)※ドリンク代別

【予約サイト】

<https://www.asoview.com/channel/activities/ja/kankou-natori/offices/5295/courses>

【店頭予約】 一般社団法人名取市観光物産協会 ☎382-6526

杜せきのした5-3-1 イオンモール名取1F natori sun(定休日:月曜日)



予約サイト



「第3回Natori Cup」を開催します

【開催日時】 10月11日(日) 9:30~開会式

【会場】 名取市サイクルスポーツセンター

【内容】 スケートボード競技大会および自転車競技体験会
詳細・申込は右記二次元コードよりご確認ください。

【出場申込締切】 10月4日(日) 23:59まで



問 なとりの魅力創生課 魅力創生係 ☎724-7182

TOPICS
06

ゆりあげ周遊船 今期の運航は10月まで！

今年度の「ゆりあげ周遊船」の運航も残り1カ月となりました。閑上の豊かな水辺のロケーションを楽しむ絶好の機会です。秋風を感じながら、水上からの特別な景色を満喫してみませんか？

①名取川遊覧コース(土・日・祝/10～16時随時)

- ・料金：一律500円/乗船15分
- ・発着・チケット購入：かわまちてらす閑上
- ※最終運航日：10月31日(土)

②広浦・閑上港コース(日・祝/8～12時随時)

- ・料金：大人800円、小学生500円
- ・発着・チケット購入：ゆりあげ港朝市メイプル館
- ※最終運航日：10月25日(日)
- ※天候等で運休の場合あり。



問 商工観光課 観光振興係 ☎724-7149

TOPICS
07

「オクトーバー・ラン&ウォーク2026」開催！

スマホアプリを使って10月中の走行距離または歩数を競うオンラインスポーツイベント「オクトーバー・ラン&ウォーク2026」を開催します。今年は、ギネス世界記録™への挑戦企画や、坂タモリコラボ企画などがあります。

市独自企画へ参加し、月間歩数20万歩を達成すると【なとりコイン3,015円分】が抽選で20名の方に当たります。

申込方法など、詳細は市ホームページでご確認ください。



市ホームページ

問 文化・スポーツ課 スポーツ振興係 ☎724-7177

TOPICS
08

海に見える丘公園「展望テラスオープンセレモニー」 & 公園利活用の「社会実験」 & 山のSDGs「海のマーケット」の同時開催！

海に見える丘公園の魅力創出に向け、「展望テラス」の整備を行ってまいりました。今回、展望テラスのオープンセレモニーとともに、公園のさらなる活用を目的とした社会実験を行います。

また、2026なとりこどもファンド採択グループ山のSDGsが企画する海のマーケットを同時開催しますので、ぜひご来場ください。

日時 10月31日(土) 10:00～14:00

場所 海に見える丘公園

- 内容**
- 展望テラスオープンセレモニー
 - 社会実験 キッチンカー、産直物品や駄菓子の販売、木製おもちゃの遊び体験、赤ちゃん休憩所、音楽イベント、遊具設置など
 - 海のマーケット 食品販売やバザー、キッチンカーなど

問 都市計画課 公園係 ☎724-7125

TOPICS
09

財政健全化判断比率のお知らせ

市財政の健全性を判断する財政指標のお知らせです。法令の定めに従い、令和7年度の決算等に基づく各種比率の算定を行ったところ、いずれも早期健全化基準の範囲内でした。

【各種健全化判断比率の状況(令和7年度決算分)】

(単位：％)

区 分	比 率	早期健全化基準	財政再生基準
実 質 赤 字 比 率	－	12.57	20.0
連 結 実 質 赤 字 比 率	－	17.57	30.0
実 質 公 債 費 比 率	2.4	25.0	35.0
将 来 負 担 比 率	－	350.0	
公営企業資金不足比率(水道)	－	20.0	
公営企業資金不足比率(下水道)	－	20.0	
公営企業資金不足比率(宅地造成)	－	20.0	

●早期健全化基準と財政再生基準

いずれかの比率が早期健全化基準以上となった場合「財政健全化計画」を定め、自主的な改善努力による財政健全化を進めていくことが義務付けられます。さらに、財政再生基準以上となった場合には「財政再生計画」を定め、国の関与の下で財政再建を進めていくことが義務付けられます。

※詳細は市ホームページをご覧ください。



市ホームページ

問 財政課 財政係 ☎724-7155

TOPICS
10

水道事業窓口業務を委託します

水道事業所では、市民満足の高い窓口サービスの実現および事業運営の効率化を図るため、10月1日より窓口業務を民間企業に委託します。

受託事業者の社員が市役所庁舎2階水道事業所の窓口で業務を行います。

- 受託事業者 フジ地中情報株式会社 東北支店
- 委託期間 令和8年10月1日から令和13年9月30日まで
- 委託する主な業務 窓口電話受付業務、水道料金等の窓口収納業務、水道料金等の各種問合せ対応など
- 窓口受付時間 平日午前9時から午後4時30分まで

問 水道事業所 料金係 ☎724-7137

TOPICS
11

宮城県最低賃金の改正について

宮城県内の事業場で働くすべての労働者(臨時、パート、アルバイト等を含む。)に適用される宮城県最低賃金は、下記のとおり改正されます。

時間額	効力発生日
1,098円	令和8年10月1日

次に掲げる賃金は、最低賃金の計算に含まれません。

- 精皆勤手当 ●通勤手当 ●家族手当 ●賞与等
- 時間外・休日・深夜手当

賃金引上げの支援策はこちら



問 宮城労働局賃金室(☎022-299-8841)又は各労働基準監督署



子育て支援センター・子育てひろば

市内7か所の子育て支援事業実施施設では、0歳から就学前までの子育て中の親子がゆったりと楽しく遊べる子育てサロン・子育てひろばを開設しています。子育て支援担当スタッフが常駐していますので、様々なイベントや子育て相談なども行っています。是非遊びに来てください。



①高館あおぞら保育園

問 ☎381-2031(10:00~16:00)

子育てサロン「りんご組」

日 平日の10:00~12:00/14:30~16:00

『ママのためのふわふわハンドトリートメント』

日 10月19日(月) 10:30~11:30

申 10月 5日(月) 10:00~ 定 5組

対 講師の先生を招き、保護者向けの講座です。ハンドトリートメントを通してリフレッシュしましょう。



②下増田児童センター

問 ☎070-6953-7424(9:00~17:00)

子育てサロン「ぴよぴよハウス in しもますだ」

日 平日の9:00~17:00

『ハロウィンパレード』

日 10月30日(金) 10:30~11:30

申 10月15日(木) 10:00~ 定 20組

対 未就学児親子
近隣を歩いてパレードを行います！

③本郷小規模保育所

問 ☎080-9637-8084(9:00~17:00)

子育てひろば「きらら」

日 月~土曜日 9:00~12:00/14:30~17:00

休 第1, 2, 3火曜日 午前

きららタイム『ママたちのスキンケア講座』

日 10月19日(月) 10:00~11:00

申 10月 8日(木) 10:00~コドモンのみ、新規はTEL

対 未就学児保護者(お子さんと共に参加可) 定 10組
夏のダメージ肌の簡単ケア法や美肌作り講座です♪

④増田児童センター

問 ☎381-1305(9:00~17:00)

子育てひろば「ぴよぴよハウス in ますだ」

日 平日の9:00~17:00

『わくわくハッピータイム』

日 10月1日(木)・7日(水)・16日(金)・29日(木)
10:40~11:00申 不要 対 未就学の親子
手遊び、ボールプールであそびます。

⑤那智が丘児童センター

問 ☎070-5019-3801(9:00~17:00)

子育てひろば「ぷいぷいハウス」

日 平日の9:00~17:00

『親子で楽しく運動遊び』

日 10月23日(金) 10:30~11:30

申 10月 9日(金) 10:00~ 定 10組

対 ひとり歩きができる就学前のお子さんと保護者
みんなで楽しく体を動かしましょう！

⑥名取市子育て支援拠点施設 cocol'll

問 ☎281-8172(10:00~17:00)

日 10:00~17:00

休 水曜日、祝日の翌日(土・日・祝日は開館)

場 イオンモール名取 3階

『育ちの楽校~たのしく食べるを育もう!~』

日 10月16日(金) 10:30~11:30

申 申込受付中 定 8組

対 5カ月~8カ月のお子さんの保護者
講師: 名取市保健センター・栄養士

⑦愛島児童センター

問 ☎382-1213(9:30~16:30)

子育てひろば「ばんぷーん」

日 平日の9:30~16:30

のこのこタイム『ハロウィンを楽しもう!』

日 10月28日(水) 10:30~11:30

申 10月21日(水) 9:00~ 定 15名

対 0歳~未就学児のお子さんと保護者
ハロウィンのお菓子をもらおう! 仮装してきてね。

*初めて利用する際は電話でご確認ください。

*各施設で子育て相談を行っています。

*普段と異なる体調の際は感染予防の観点から利用をご遠慮ください。

*イベントの詳細は、各施設にお問い合わせください。

*予告なく日程が変更、または中止となる場合がありますので、予めご了承ください。

日…日時 場…場所 申…申込み 料…料金 対…対象 定…定員 持…持ち物 休…休館日 問…問い合わせ



地域型保育施設

家庭的保育施設名	対象児童	電話番号	1号	2号	3号
RiverLandくるみ保育園	6カ月以上2歳児までの乳幼児	397-6689	—	—	○
事業所内保育施設名	対象児童	電話番号	1号	2号	3号
杜せきのした愛の杜保育園	6カ月以上2歳児までの乳幼児	397-6522	—	—	○
ヤクルト名取つばめ保育園	1歳児～2歳児までの乳幼児	302-7396	—	—	○

(2)利用手続きの流れ (2号・3号認定の場合)

- ①こども支援課に認定申請・保育施設の利用申請
- ②利用する施設を市が調整、決定・認定証の交付
- ③入所・入園手続き

入所のしおり、申込書などの配布

9月1日(火)から、こども支援課保育係(1階・724-7181)と各保育所・認定こども園で配布しています。市のホームページからもダウンロードできます。

※地域型保育施設では配布しません。

受付期間

10月15日(木)から11月11日(水)の午前9時～午後4時30分

※平日のみの受付となります。

※入所選考は先着順ではありません。

受付場所

こども支援課窓口

※電子申請や郵送でも受付します。

※保育所・地域型保育施設での受付は行いません。

保育料について

3歳以上児は保育料が無償となっております(副食費等別途実費負担があります)。

3歳未満児の保育料は保護者の市町村民税の課税状況(非課税世帯の場合、利用料が無償となります)、保育を必要とする時間(保育短時間・保育標準時間)によって決定します。児童の父母の課税額の合計により算定するほか、同居の祖父母など父母以外の扶養義務者の課税額を合計する場合もあります。

▶保育所等を利用する場合の新規利用手続き (2号・3号認定の場合)

支給認定の申請と希望施設等の申込

期間:10月15日(木)～11月11日(水)

- こども支援課に、申込書(支給認定申請書兼保育施設等利用申込書)を提出します。
- さば一とぶらす対象児童についてはお子さんの健康・発達状況を確認させていただきます。申し込みするお子さんと一緒にご来庁の上申請ください。

※お子さんの発達について気になる点がある方は事前にこども支援課へご相談ください。

一次調整結果のお知らせ

令和9年1月下旬

保育の必要性により入所児童の利用調整を行い、結果を郵送にてお知らせいたします。

入所保留の方は、定員に空きが出た場合調整を行い、優先度の高い順にご案内していきます。

二次調整結果のお知らせ

令和9年2月下旬

一次調整で入所が保留となった方及び令和9年2月5日(金)までに申し込みいただいた方の中で、一次調整で空きがある施設の調整を行います。

保育施設・認定こども園での面接

2月中旬～3月中旬

施設で面接を行い、申込内容等に変更がなければ入所承諾書を2月下旬～3月上旬に郵送します。

入所説明会 3月上旬～中旬予定

入所が決まった施設の説明会に参加し、入所に向けた準備等をさせていただきます。

3. 幼稚園・認定こども園 (1号認定) について

- 子ども・子育て支援制度にて運営を行っているふたば幼稚園、尚絅学院大学附属幼稚園及び、認定こども園を1号認定で利用する場合は、各施設への申込後、市で支給認定を行います(市外の施設も同様に各施設へ申込の後市で支給認定を行います)。
- また、1号認定での幼稚園等の利用であっても、それぞれの施設で実施している預かり保育を併用することで、保育時間について保育施設と概ね同程度の利用が可能です。申込方法等については、直接各園にお問い合わせください。
- 預かり保育利用料については、保育を必要とする事由に該当する方は無償化(上限額あり)の対象となる場合がありますので、詳しくは、こども支援課にお問い合わせください。

問 こども支援課 保育係 ☎724-7181



令和9年度保育所・認定こども園・幼稚園の利用手続きについて

保育所・認定こども園・幼稚園の利用手続きの概要についてお知らせします。
市のホームページにて概要を掲載しており、様式のダウンロードも可能です。



市ホームページ

1. 支給認定について

保育所や認定こども園などの利用を希望される場合、利用申込とは別に、子どもの年齢と保育の必要性に応じた認定の申請が必要です。

認定区分

	対象年齢	利用時間等	主な利用先
1号認定	満3歳以上	・教育を希望する場合 ・4時間程度	幼稚園(新制度園) 認定こども園
2号認定			保育所 認定こども園
3号認定	満3歳未満	・「保育を必要とする事由」に該当し、保育を希望する場合 ・上限11時間(保育標準時間)または上限8時間(保育短時間)	保育所 認定こども園 地域型保育施設

保育を必要とする事由

市内にお住まいで、保護者のいずれもが下記の事由に該当し、家庭で子どもを保育できない場合、2号または3号の認定対象となります。

- | | |
|--------------|---------------------|
| ①就労(月64時間以上) | ⑥求職活動 |
| ②妊娠、出産 | ⑦就学 |
| ③保護者の疾病、障害 | ⑧虐待やDV |
| ④同居親族の介護・看護 | ⑨育児休業(既に入所している児童のみ) |
| ⑤災害復旧 | |

2. 保育所等について

(1)施設一覧

認可保育所

	保育所名	受入対象児童	電話番号	1号	2号	3号
公立	増田保育所	6カ月以上の乳幼児	382-2736	—	○	○
	名取が丘保育所		384-1853	—	○	○
	ゆりが丘保育所		386-5188	—	○	○
	関上保育所(民営)		385-0402	—	○	○
私立	高館あおぞら保育園	2カ月以上の乳幼児	381-2011	—	○	○
	手倉田くじら保育園		382-1333	—	○	○
	スクルドエンジェル保育園なとり園	6カ月以上の乳幼児	302-7860	—	○	○
	愛の杜めぐみ保育園		226-7466	—	○	○
	杜せきのしためぐみ保育園		397-6522	—	○	○

認定こども園

認定こども園名	受入対象児童	電話番号	1号	2号	3号
なとり幼稚園・なとり保育園	6カ月以上の乳幼児	382-2735(1・2号)	○	○	○
		384-1123(3号)	○	○	○
なとり第二幼稚園・なとり第二保育園		384-1923(1・2号)	○	○	○
		797-4921(3号)	○	○	○
名取みたぞのこども園	2カ月以上の乳幼児	784-1020	○	○	○
名取あけぼのこども園		382-2711	○	○	○
名取ひよこ園		395-6861	○	○	○
関上わかばこども園	6カ月以上の乳幼児	398-9136	○	○	○
ぶらむ館腰こども園		797-1123	○	○	○

地域型保育施設

小規模保育施設名	受入対象児童	電話番号	1号	2号	3号
保育ルームクレヨンkids	2カ月以上2歳児までの乳幼児	382-6032	—	—	○
キンダーナーサリー なとりおひさま保育園		724-7351	—	—	○
キッズフィールド 杜せきのした駅前園		398-8399	—	—	○
キッズフィールド みたぞの園		381-4777	—	—	○
キッズフィールド 第2みたぞの園		397-6929	—	—	○
ぶらざ保育園 名取駅前	3カ月以上2歳児までの乳幼児	383-6672	—	—	○
本郷小規模保育所	6カ月以上2歳児までの乳幼児	382-2524	—	—	○



令和9年度「放課後児童クラブ」登録児童募集について

放課後児童クラブは、放課後に適切な遊びや生活の場を提供し、児童の健全な育成を図ることを目的とした事業です。利用を希望する場合は申請が必要です。（求職中の人でも申請することができます。）

対 象	保護者が就労などで昼間家庭にいない小学生（1年生～6年生） ※詳しくは、申請書類（募集要項）をご覧ください。																										
児童クラブ 登録	募集人数 各児童クラブ60人～240人程度（地区により異なります。） ※申込者多数の場合は、学年や世帯の状況、保護者の就労状況などを総合的に判断し決定。																										
	●児童センターで実施の放課後児童クラブ 利用時間 平日の授業終了後～18:00 利用料金 月額3,000円																										
	●高館放課後児童クラブ 利用時間 ①平日の授業終了後から16:30まで（11～2月は16:00） ②平日の授業終了後から18:00まで 利用料金 ①月額1,500円 ②月額3,000円																										
	●延長時間利用の場合 利用時間 18:00～19:00 利用料金 月額1,000円（18時までの料金に加算されます。）																										
	●地域活動クラブ年会費等（実費）が必要となります。																										
	●申請書類（募集要項）配布開始日 10月19日（月）																										
	●提出書類 放課後児童クラブ利用申請書・就労証明書・同意書・各種必要書類等																										
	●申請書類（募集要項）配布場所 各児童センター（放課後児童クラブ）・こども支援課窓口また、市ホームページでもダウンロードできます。ただし、口座振替依頼書はダウンロードできません。（10月19日（月）9時から公開となります）																										
	●申込方法（新規・継続） 事前予約期間中に利用希望施設へ受付日の予約をしてください。受付時にお子さん同伴で面接をします。 <u>令和8年度登録中でも、申請期間内に受付されていない場合は、5月からの利用となりますので、ご注意ください。</u> （1）事前予約期間（土・日・祝日除く） 10月19日（月）～11月20日（金） 9:00（高館11:00）～17:30【厳守】 注意：不備書類がある場合は、事前予約をしても書類が揃うまで受付（面接）できません。 （2）受付（面接）期間【事前予約にて先着順】 ○令和9年4月から利用を希望する方（施設によって異なります） ①【名取が丘・館腰・関上・高館・那智が丘・相互台・ゆりが丘】 11月2日（月）～11月30日（月） ②【増田西・愛島・増田・下増田】 11月2日（月）～12月18日（金） ※①②共に9:00（高館11:00）～17:30（土・日・祝日除く） ○令和9年5月以降利用を希望の方は、利用開始希望日の前月10日までに申し込み下さい。 ※転入等でやむを得ず上記受付期間に申し込みができない場合は、各児童センター（放課後児童クラブ）へご相談ください。																										
																											
市ホームページ ※10月19日（月）より公開																											
土曜利用	●実施センター／那智が丘・増田・増田西 利用料金 日額500円 ①登録利用（通年）：土曜日登録申請書・就労証明書（土曜就労記載有り）・同意書の別申請が必要です。 登録利用受付（面接）期間 12月21日（月）～1月28日（木）（土・日・祝日・年末年始除く） ※希望する実施センターに予約を入れ、お子さん同伴で受付（面接）を行ってください。 ※土曜登録申請書は児童クラブ登録申請（募集要項）に添付されています。 ※令和9年5月以降利用を希望の方は、利用希望の前月10日までお申し込み下さい。 ②一時利用（単発）：空き状況を確認のうえ、一時利用申請書の別申請が必要です。 ※①・②共に利用を希望する実施児童センターへ直接の申し込みとなります。																										
納入方法	●放課後児童クラブ利用料は口座振替（土曜日等利用料は口座振替または納付書）となります。																										
配布・ 受付（面接）・ 問合せ	●利用する児童センター・児童クラブ <table><tr><td>増田児童センター</td><td>☎382-4567</td><td>下増田児童センター</td><td>☎382-1345</td></tr><tr><td>名取が丘児童センター</td><td>☎382-1256</td><td>那智が丘児童センター</td><td>☎386-2051</td></tr><tr><td>関上児童センター</td><td>☎385-2707</td><td>愛島児童センター</td><td>☎382-1213</td></tr><tr><td>館腰児童センター</td><td>☎383-9170</td><td>増田西児童センター</td><td>☎384-6791</td></tr><tr><td>相互台児童センター</td><td>☎386-5023</td><td>高館放課後児童クラブ</td><td>☎382-1010</td></tr><tr><td>ゆりが丘児童センター</td><td>☎386-5298</td><td></td><td></td></tr></table> 《配布・受付（面接）・問合せ》 9:00（高館11:00）～17:30（土・日・祝日除く）			増田児童センター	☎382-4567	下増田児童センター	☎382-1345	名取が丘児童センター	☎382-1256	那智が丘児童センター	☎386-2051	関上児童センター	☎385-2707	愛島児童センター	☎382-1213	館腰児童センター	☎383-9170	増田西児童センター	☎384-6791	相互台児童センター	☎386-5023	高館放課後児童クラブ	☎382-1010	ゆりが丘児童センター	☎386-5298		
増田児童センター	☎382-4567	下増田児童センター	☎382-1345																								
名取が丘児童センター	☎382-1256	那智が丘児童センター	☎386-2051																								
関上児童センター	☎385-2707	愛島児童センター	☎382-1213																								
館腰児童センター	☎383-9170	増田西児童センター	☎384-6791																								
相互台児童センター	☎386-5023	高館放課後児童クラブ	☎382-1010																								
ゆりが丘児童センター	☎386-5298																										



市ホームページ
※10月19日（月）より公開

児童センター自由来館利用について

- 児童センターは、放課後児童クラブに登録することなく、自由に来館し遊ぶことができます。ただし利用時間は、平日の授業終了後から16:30(11～2月は16:00)までです。また、長期休業期間・振替休業日は、9時から利用できますが、昼12:00～13:00の時間は利用できません。
- 放課後児童クラブとは別に、保護者が就労などで昼間家庭にいない小学生(1年生～6年生)を対象に、下記の事業を行っています。

1. 土曜日利用

利用時間 8:00～17:00

利用料金 日額 500円

実施場所 増田児童センター・増田西児童センター・那智が丘児童センター
※学区に関係なく利用できます。

申込み ①土曜登録(通年利用)：利用希望日の前月10日までに申請が必要です。
②一時利用(単発利用)：前月11日から利用希望日5日前までに空き状況を確認のうえ申請が必要です。

※詳細は希望する上記の実施センターへ問合せください。

2. 長期休業(春・夏・秋・冬)利用

利用時間 8:00～18:00

利用料金 学年始(4月の春休み) 500円
夏季休業(夏休み) 3,000円
秋季休業(秋休み) 300円
冬季休業(冬休み) 1,000円
学年末(3月の春休み) 500円

申込み 事前の申し込み(各児童センター備え付けの申請書・就労証明書・同意書)が必要です。申込期間は、各児童センター便り等でお知らせしています。

3. 振替休業利用

利用時間 8:00～18:00

利用料金 日額 500円

4. 一時利用

利用時間 平日：授業終了後から18:00まで
長期休業：8:00～18:00

利用料金 日額 500円

申込み 3・4どちらも事前の申し込みが必要です。各児童センター備え付けの一時(振休)利用申請書に必要事項を記入の上、利用するお住まいの地区の児童センターに申し込み下さい。
※1～4の利用料の支払いは、口座振替または納付書となります。
※申請書・就労証明書は市ホームページでダウンロードできます。

「児童センターフェスティバル」 ～あそぼう！ つくろう！ チャレンジしよう！～

遊びの体験や、子どもたちが作った作品の展示、市内児童センターの紹介展示などがあります。児童センターがどんなところかわかりますよ！親子で体験してみませんか！！

日時 10月31日(土)10:00(開場)～12:00

内容 ●児童センター紹介・展示コーナー
●あそびのコーナー 内容：つもったワー・工作・乳幼児ミニ広場など
●児童センター利用についての相談も受け付けています。

場所 タイハクホール名取(文化会館) 小ホール・展示ギャラリー **申込** 不要

問 こども支援課 子育て支援係 ☎724-7118



名取市子育て支援施設連携事業

／ ファミリーフェスティバル ／

名取市内の児童センター・子育て支援施設が集まり、楽しい遊びのコーナーにて、皆さんをお待ちしております。

- 日 時** 10月21日(水) 10:15～12:00
場 所 タイハクホール名取(文化会館)
 3F小ホール・ホワイエ・演劇練習室、2F展示ギャラリー、1F和室
対 象 未就学児とその保護者
 ※おさがりマルシェへご参加の方はエコバッグ等をご持参ください。
共 催 名取市

問 那智が丘児童センターぷいぷいハウス ☎070-5019-3801

／ 市委託事業「なとりむくむくプレーパーク」10月開催日程 ／

子どもも大人も自由に遊ぶ楽しさや大切さを感じられる、遊び場(プレーパーク)を開催します。
 当日は色々な遊び道具を用意しています。遊び方は皆さんの自由です。
 外でのびのびと遊び、むくむくと湧き上がる楽しさを味わってください。

- 日 時** 10月17日(土) 10:00～16:00
 ※小雨決行(荒天の場合は10月18日(日)へ延期)
場 所 閑上多目的広場
内 容 木・竹工作、昔遊び、火おこしなど
対 象 子ども・大人・どなたでも
持ち物 汚れてもいい服装、着替え、熱中症対策(飲み物、帽子など)
参加費 無料 **申 込** 不要



市ホームページ

※開催内容などの詳細は市ホームページをご覧ください。

問 一般社団法人プレーワーカーズ(須永) ☎397-7507

／ 離乳食セミナー 参加者募集 ／

離乳食をどのように進めると良いのか、お子さんの発育と合わせて一緒に考えてみませんか。

- 日 時** 11月12日(木)
 9:30～11:30(受付9:15～9:30)
場 所 名取市保健センター
対 象 生後10か月前後のお子さんとその保護者
 (令和8年1月・2月生まれ)
内 容 ●身長・体重測定 ●栄養・歯科講話
 ●離乳食の試食 ●グループ相談
募集人数 先着20組
応募方法 10月1日(木)から10月31日(土)までに、右記の申込フォームから
 お申し込みください。定員になり次第締め切ります。
持 ち 物 母子健康手帳、バスタオル、子ども用エプロン(参加費は無料です)



申込フォーム

申 問 保健センター ☎382-2456



さわやか健康



お子さんの健康診査など

問 保健センター 母子保健係 ☎382-2456

場 保健センター ※駐車場は市民体育館1レーン(砂利側)をご利用ください。

- お子さんやご家族に風邪症状などがある場合は受診を控えていただき、次の日程をご案内しますので、ご連絡ください。
- 保健センター内への入場は受付時間からとなります。受付時間前にお越しになった人は車などでお待ちください。受付時間より開場および番号札を配付します。

3か月児健康診査★

対 令和8年6月生
日 10月20日(火)

1歳8か月児健康診査★

対 令和7年2月生
日 10月1日(木)
対 令和7年3月生
日 10月1日(木)・11月5日(木)

2歳6か月児歯科健康診査★

対 令和6年4月生
日 10月21日(水)・11月25日(水)

3歳6か月児健康診査★

対 令和5年3月生
日 10月7日(水)
対 令和5年4月生
日 10月7日(水)・10月14日(水)

5歳児健康診査★

対 令和3年9月2日～9月18日生
日 10月13日(火)
対 令和3年9月19日～10月4日生
日 10月27日(火)

★詳細は個別通知いたします。

日…日時 **内**…内容 **場**…場所 **対**…対象
持…持ち物 **問**…問い合わせ



↑
母子手帳アプリ
母子モ



↑
乳幼児健診
ホームページ

7か月児健康相談

対 令和8年3月生
日 10月6日(火) **対** 令和8年4月生
日 11月18日(水)

- 13:00～13:15 1日～14日生まれ
- 14:15～14:30 15日以降生まれ

受付時間を生年月日で分けています。

持 母子健康手帳、バスタオル ※個別通知はいたしません。



休日歯科当番医

みどり台ファミリー歯科 ☎399-8148
4日(日) うさぎ歯科(巨理町) ☎0223-32-1822
11日(日) アガペデンタルクリニック(岩沼市) ☎0223-23-0835
Dデンタルクリニック ☎383-4182
12日(月・祝) 大手町歯科クリニック(岩沼市) ☎0223-23-4618
18日(日) 名取えびな歯科 ☎354-8340
美田園駅前エムデンタルクリニック ☎797-3517
25日(日) 鳥の海歯科医院(巨理町) ☎0223-35-3222



休日夜間急患センター

- 土曜日の午後および日曜・祝日に急患の診療を行います。診療科目：内科(土・日・祝日)、外科・小児科(日・祝日)

問 下余田字鹿島74-3 ☎384-0001



ナトぼたに
急患センターの
アイコンが
増えました



iPhoneの方



Androidの方



ナトぼた
ダウンロード
二次元コード



献血にご協力を

日 日程は、決まり次第市ホームページに掲載します。

問 保健センター ☎382-2456



献血日程
ホームページ

健康のしおり

No.608

医薬品の「選定療養制度」って？

岩沼薬剤師会 名取ブロック 轡 基治

診察を受けて処方される医薬品には、同じ有効成分を含む「先発医薬品」と「後発医薬品(ジェネリック医薬品)」があります。現在、ジェネリック医薬品がある先発医薬品を、患者さんが希望して選んだ場合、通常の自己負担とは別に「特別の料金」がかかる制度が運用されています。これが「選定療養」です。たとえば、医師から「先発医薬品とジェネリック医薬品のどちらも使えます」と説明された後、患者さんが「これまで使っていた先発医薬品がよい」と希望した場合、先発医薬品とジェネリック医薬品の価格差の一部が追加料金になります。薬代の自己負担分に加えて支払うため、窓口での支払いが通常より高くなることがあります。一方、患者さんが「ジェネリック

医薬品をお願いします」と選んだ場合は、通常、選定療養による追加料金は発生しません。また、医師が「この患者さんには先発医薬品が必要」と判断し、処方箋にその理由を記載した場合など、患者さんの希望によらず先発医薬品を使用する場合も、原則として特別の料金はかかりません。令和9年3月からは、この選定療養の対象となる医薬品の種類が拡大される予定です。ただし、対象となる薬や料金は、薬の種類や処方量によって異なります。薬局では、先発・後発医薬品それぞれのメリットや費用について説明を受けることができます。「先発がいい」「ジェネリックでいい」と決めつけず、薬剤師に相談して、自分に合った薬を選ぶことが大切です。



さわやか健康

子宮がん検診

実施期間 10月1日(木)～31日(土)

検診場所 名取市：春ウイメンズクリニック

岩沼市：スズキ記念病院/山本クリニック/スマイル結城クリニック

対象 20歳以上の女性(令和9年4月1日時点)

持ち物 受診通知書、自己負担額、および下記のうちいずれか1つをお持ちください。

- ・マイナ保険証(健康保険証利用登録がされているマイナンバーカード)
- ・資格確認書
- ・生活保護受給証

自己負担額

●頸がん検診 2,200円(名取市国保加入の20～65歳で、5歳刻みの年齢の人は1,700円)

●体がん検診 2,200円 ※問診・診察で医師が必要と判断した人のみ実施

※70歳以上(65歳以上の後期高齢医療加入者含む)は、頸がん・体がん検診それぞれ700円

※生活保護受給者は無料

子宮頸がん
予防動画を公開中



子宮頸がん
検診ホームページ



【申込方法】

10月2日(金)まで電話でお申込みください。

※令和8年4月以降に受診した人は受けられません。

あなたにしか救えない命があります 骨髄バンク推進月間

白血病などの血液疾患に有効な治療法として、骨髄移植や末梢血(まっしょうけつ)幹細胞移植がありますが、この治療法には骨髄や末梢血幹細胞を提供するドナーが必要です。ドナー登録については、日本骨髄バンクホームページをご覧ください。

骨髄バンクドナー助成事業のご案内

日本骨髄バンクが実施する骨髄バンク事業における通院などの医療費の一部費用を助成します。

対象 以下のどちらにも該当している人

- 骨髄等の提供日から助成申請日まで名取市に住所を有する人
- 骨髄バンクにドナー登録し、骨髄などの提供を行った人(骨髄等の提供に係る最終同意を行った後に、提供者の自己都合以外の理由により提供中止となった人を含む)

助成金の額 1日につき2万円 ※通院、入院または面談などに要した日数。7日間を上限。(上限額14万円)

【申請について】

期限 骨髄等の提供日または提供中止日から90日以内 **申請場所** 保健センター

受付時間 平日9:00～16:30

- 必要書類**
- ①名取市骨髄バンクドナー助成金交付申請書 ※保健センターおよび市ホームページにあります。
 - ②骨髄バンクが発行する骨髄等の提供の完了または中止を証明する書類の写し
 - ③骨髄バンクが発行する骨髄等の提供に係る面談、通院または入院を行った日が記載されている書類の写し
 - ④助成金振込先口座の通帳

10月10日は目の愛護デー

「目の愛護デー」は視覚障害、感染性眼疾患および生活習慣病による眼疾患の早期発見、治療など目に関する公衆衛生の向上を図ることを目的としています。

標語 **人生100年 大切にしよう目の健康**

申 問 保健センター ☎382-2456



さわやか健康

キャッチフレーズ「がん検診 愛する家族への贈りもの」 がん検診受診率向上に向けた集中キャンペーン月間

「がん」は日本人の死因の第1位です。「がん」による死亡者数を減少させるためには、“早期発見・早期治療”が大切です。自分自身やあなたを必要とする人のためにもがん検診を受診しませんか？令和8年4月以降に各種がん検診を受診できなかった人を対象に、追加検診を実施します。

〈参考〉令和7年度各種がん検診受診率(名取市)

胃がん検診 (40歳以上)	子宮がん検診 (20歳以上女性)	乳がん検診 (30歳以上女性)	肺がん検診 (40歳以上)	大腸がん検診 (40歳以上)
17.3%	28.5%	32.4%	31.4%	38.1%

胃がん検診 ※予約制



※50～68歳の偶数年齢の人は①②いずれかを選択できます。

①胃部X線検査(バリウム検査)	②胃内視鏡検査
検診日 11月6日(金)、7日(土)、8日(日) 受付時間 7:30～10:00 検診場所 保健センター 対象 40歳以上の人(令和9年4月1日時点) 自己負担額 1,800円(名取市国保加入者1,300円、70歳以上の人600円) ※生活保護受給者は無料	検診日 9月1日(火)～10月31日(土) 検診場所 指定医療機関及び宮城県対がん協会 ※医療機関ごとに受付日時、受付時間が異なります。詳しくは、受診票と一緒に送付している医療機関一覧をご覧ください。 ※詳細は、8月号の広報をご覧ください。 対象 50～68歳の偶数年齢の人(令和9年4月1日時点) 自己負担額 5,000円 ※生活保護受給者は無料
持ち物 受診通知書、案内文書(予約者に発送)、自己負担額、および下記のいずれか1つをお持ちください。 ・マイナ保険証(健康保険証利用登録がされているマイナンバーカード) ・資格確認書 ・生活保護受給証	

大腸がん検診 (便潜血検査)

対象 40歳以上の人(令和9年4月1日時点)

※大腸のことで治療中または経過観察中の人などは対象外です。

※胃がん検診(バリウム検査)も受ける人は、胃がん検診受診前の便を採ってください。

提出日時

- 10月26日(月)～10月28日(水) 8:30～17:00
- 10月29日(木) 8:30～12:00
- 11月2日(月)、4日(水)、5日(木) 7:30～17:00
- 11月6日(金)～11月8日(日) 7:00～10:30

提出場所 保健センター **自己負担額** 無料

持ち物 検体(2日分採取した便)



【申込方法】

胃がん検診(バリウム検査)	10月2日(金)まで電話でお申込みください。
大腸がん検診	
胃がん検診(内視鏡検査)	10月8日(木)まで電話でお申込みください。

※令和8年4月以降に受診した人は受けられません。

申 問 保健センター ☎382-2456

各種健康診査・がん検診の追加健診(検診)

対象 令和8年6月以降、健診(検診)をまだ受診していない人

	実施期間	実施場所
個別健診	11月2日(月)～11月30日(月)	市内の指定医療機関
集団健診	10月13日(火)～14日(水)	ゆりが丘小学校体育館
	11月16日(月)～19日(木)	市民体育館

各種健康診査(検診)内容

項 目	対 象 者 (年齢基準日：令和9年4月1日時点)	自己負担額	
		集団健診	個別健診
①特定健康診査	名取市国民健康保険加入者(40歳～74歳までの人)	500円	500円
②後期高齢者の健康診査	健診受診日時点で後期高齢者医療制度に加入している人	無 料	無 料
③健康診査	25～39歳で健康診査を希望する人	500円	500円
	25歳以上の生活保護世帯の人	無 料	無 料
④前立腺がん検診	増田・閑上・館腰・下増田・名取が丘地区の55歳以上の男性	700円	700円 (指定医療機関1か所)
⑤肝炎ウイルス検査	40・45・50・55・60・65・70歳で過去に検査を受けたことのない人	無 料	/
	上記年齢以外の41歳以上で過去に検査を受けたことのない人	800円	
⑥骨量測定	30・35・40・45・50・55・60・65歳の女性	1,000円	
	70歳以上で5歳ごとの年齢(70・75・80・85…歳)の女性	500円	
⑦結核・肺がん検診 (レントゲン検査)	40歳以上の人	無 料	
⑧肺がん喀痰検査	結核・肺がん検診(レントゲン検査)を受けた50歳以上で、 喫煙指数が600以上の人(当日申込制) ※喫煙指数＝1日の喫煙本数×喫煙年数	500円	

※項目⑤～⑧は、「集団健診」のみ受診できます。

【社会保険被扶養者の特定健康診査】

社会保険被扶養者で、市の健診会場で受けることができる場合に限り受診を受け入れます。各医療保険者が発行する「受診券」と「ご加入の健康保険の資格がわかるもの」【マイナ保険証(※健康保険証利用登録がされているマイナンバーカード)または資格確認書】および各医療保険者で定める「自己負担金」を持参し、健診会場にお越しください。社会保険被扶養者の特定健康診査について不明な点は、資格確認書等を発行している保険者に問い合わせください。

【受診票について】

●総合健診

9月7日(月)以降に名取市に転入した人や名取市国保に加入した人で、受診のお申し込みがまだの人や、受診票を持っていない人は各実施日の3週間前までに保健センターに電話でご連絡ください。

●結核肺がん検診

40歳以上の人を対象に申し込み可能です。

10月7日(水)までに保健センターへ電話でご連絡ください。

問 ①・② 保険年金課 ☎724-7104/724-7105
 ③～⑧ 保健センター ☎382-2456

個別健診を実施する医療機関 ～医療機関での受診を希望する人～

実施期間 11月2日(月)～11月30日(月)まで

実施場所 市内の指定医療機関

※医療機関ごとに実施曜日、受付時間などが異なります。医療機関に電話などで確認し必ず予約のうえ、受診してください。

※受診票がない場合、受診できませんので、受診票を持参してください。

(受診票を紛失された場合は再発行が可能です。3週間程度かかります。受診票の最終発行締切は11月6日(金)です。締切後は発行できません。)

指定医療機関

指定医療機関	住 所	電話番号	指定医療機関	住 所	電話番号
守健診内科	増田一丁目9-21	384-5171	さとうクリニック	手倉田字諏訪565-1	384-1883
武田内科医院	増田二丁目6-11	382-3100	たんのクリニック	手倉田字諏訪599-1	381-5233
笹川医院	増田二丁目3-8 高芳店舗1階	382-3025	ゆりあげクリニック	美田園七丁目17-3	738-7081
毛利内科	増田六丁目2-8	384-8052	仙台空港北 クリニック	美田園八丁目1-8	797-9523
名取中央クリニック	増田字柳田8	383-5252	曾我内科こども クリニック	杉ヶ袋字前沖71-1	381-5988
せきのした 総合クリニック	杜せきのした一丁目8-23	383-7557	桑島内科消化器科 クリニック	箱塚一丁目19-35	381-5080
時計台クリニック	杜せきのした二丁目6-7	398-3353	館腰クリニック	植松四丁目17-16	383-6677
エアリ総合内科 漢方クリニック	杜せきのした五丁目3-1 (イオンモール名取1階)	797-8601	あいのもり クリニック	愛の杜一丁目2-1	784-1550
森内科クリニック	下余田字鹿島86-5	383-3070	めでしまのさと 内科クリニック	愛島郷一丁目16-28	302-6551
なとり内科・内視鏡 クリニック	田高字原597 名取メディカルモール202	302-7967	なとり皮膚科くまのどう 内科下肢静脈瘤クリニック	高館熊野堂字岩口下45-3	796-3282
なとり整形外科 クリニック	小山二丁目1-5	382-2362	名取熊野堂病院	高館熊野堂字岩口下 68-1	386-2131
金沢内科胃腸科	小山二丁目3-32	382-3388	みどり台ヒルズクリニック (旧・ひまわり内科消化器科クリニック)	みどり台二丁目4-3	386-8333

前立腺がん検診 指定医療機関

指定医療機関	住 所	電話番号
さとうクリニック	手倉田字諏訪565-1	384-1883

集団健診について

実施期間 ①10月13日(火)～14日(水)、②11月16日(月)～19日(木)

※結核・肺がん検診は上記の日程で健康診査等と併せて受診できます。

健(検)診会場 ①ゆりが丘小学校体育館 ②市民体育館 **受付時間** 8:00～11:00

※会場内の入場者数が多い場合、入口前や自家用車などでお持ちいただく場合があります。



さわやか健康

高齢者インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症予防接種の一部助成を実施します

対 象 接種日当日、名取市に住所を有する①②に該当する人および③の人。

- ①65歳以上の人
②60歳から64歳で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に自己の身の日常生活が極度に制限される程度の障害がある人およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害がある人。
③原発避難者特例法に基づく指定市町村に住民登録したまま、名取市に居住することを届出している①②に該当する人。

場 所

- (1)市内指定医療機関(右表一覧のとおり)
(2)市外(県内)指定医療機関
県内の市外指定医療機関で接種できます。(該当の確認は医療機関または保健センターへお問い合わせください。)

実施期間

高齢者インフルエンザ	
市内指定医療機関	令和8年9月17日(木)～令和9年1月31日(日) ※インフルエンザの流行入りが早いことを踏まえ、例年より開始時期が早まっています。
市外(県内)指定医療機関 (宮城県広域化予防接種登録医療機関)	令和8年10月1日(木)～令和9年1月31日(日) ※令和8年9月17日(木)～令和8年9月30日(水)の期間に接種希望の方は、事前に保健センターにご連絡ください。
新型コロナウイルス感染症	
市内・市外(県内)指定医療機関	令和8年10月1日(木)～令和9年1月31日(日)

※医療機関によって異なるため事前にご確認ください。

接種回数 1回

持 ち 物 接種自己負担金、マイナ保険証(または資格確認書)、生活保護受給証(該当者のみ)、予診票(市外(県内)指定医療機関で接種する場合)
※市内指定医療機関には予診票がありません。

市外(県内)指定医療機関で接種する場合は事前に保健センターで予診票の交付を受けてください。(一部医療機関には予診票があります。)

接種自己負担金

- ①市内・市外(県内)指定医療機関で接種する場合
インフルエンザ 1,500円
新型コロナウイルス感染症 7,000円

※生活保護受給証をお持ちの方は無料です。必ず接種前に医療機関窓口に生活保護受給証を提示してください。

- ②指定医療機関以外で接種する場合：医療機関にて接種後に保健センターで申請し、予防接種の一部を助成金として受け取ることができます。

【手続きに必要な物】

- 予防接種の領収書(写し) ●接種済証(写し)
- 申請書(保健センターで記入)
- 接種者本人名義の口座が分かるもの

◎医師が必要と認めた場合、他の予防接種(带状疱疹、高齢者肺炎球菌)との同時接種が可能です。

令和8年度 市内指定医療機関

医療機関名	電話番号	高齢者インフル エンザ	新型コロナ
あいのもりクリニック	784-1550	○	○
あべ脳神経クリニック	381-5035	●	
エアリ総合内科漢方クリニック	797-8601	○	○
かくだ西川耳鼻咽喉科クリニック	797-9393	○	○
かとうこどもクリニック	399-9152	○	○
金沢内科胃腸科	382-3388	○	●
桑島内科消化器科クリニック	381-5080	○	
こせき皮膚科クリニック	382-5612	○	
こばやし整形外科クリニック	302-5080	○	
笹川医院	382-3025	●	●
さとうクリニック	384-1883	○	○
せきのした総合クリニック	383-7557	○	○
仙台空港北クリニック	797-9523	○	○
曽我内科こどもクリニック	381-5988	○	○
武田内科医院	382-3100	○	○
館腰クリニック	383-6677	○	○
たんのクリニック	381-5233	○	○
時計台クリニック	398-3353	○	○
名取熊野堂病院	386-2131	●	●
なとり整形外科クリニック	382-2362	○	
名取中央クリニック	383-5252	○	○
名取とおる内科・糖尿病クリニック	381-6868	○	
なとり内科・内視鏡クリニック	302-7967	○	○
なとり皮膚科くまのどう 内科下肢静脈瘤クリニック	796-3282	○	○
原田乳腺クリニック	398-7703	●	
春ウイメンズクリニック (女性のみ)	302-3188	●	
みどり台ヒルズクリニック	386-8333	○	○
めでしまのさと内科クリニック	302-6551	○	○
毛利内科	384-8052	○	○
守健診内科	384-5171	○	○
森内科クリニック	383-3070	○	○
ゆりあげクリニック	738-7081	○	○
ゆりが丘クリニック	226-8331	○	○

●のクリニックでは、かかりつけ限定または優先です。予約が必要な場合がありますので、医療機関に直接お問い合わせください。

問 保健センター ☎382-2456

【なとりまなびパスポート事業】



生涯学習のマスコット「マナビィ」
デザイン：石ノ森章太郎

歯と口と 健康のひろば

主催 岩沼歯科医師会(名取、岩沼、亘理、山元)、名取市

日時 2026年 **11月7日(土)** 13:00~15:00

場所 イオンモール名取 1F けやきコート

★ お口の健診・相談コーナー

お気軽に何でもご相談ください

各コーナー利用で
ステキなプレゼント
がもらえるよ

★ ブラッシング・フッ素塗布コーナー

★ 体験コーナー

訪問歯科器材展示

オリジナルスタンプ作り

血管年齢測定・老化物質測定



名取市マスコットキャラクター
カーナくん

★ 食育コーナー

自分に必要な野菜は何グラム?
指を置くだけ!野菜摂取量チェック

★ がん検診コーナー

内視鏡でおなかの中を覗いてみよう!



日本歯科医師会 PR キャラクター
よ坊さん

【後援】 宮城県歯科医師会 名取・亘理地区地域医療対策委員会 名取市医師会
岩沼薬剤師会

【協力】 宮城県対がん協会 明治安田生命保険相互会社

情報プラザ

市役所の代表番号は ☎ 384-2111

問…問い合わせ
申…申し込み
✉…メール
HP…ホームページ



くらし・制度

国の行政に関する苦情・意見・要望は「行政相談」へ

9～10月の2か月間は、「行政相談月間」です。行政相談では、国の仕事やサービス、各種制度の手続きなどに関し、困っていることや要望したいことについて、市の行政相談委員が相談に応じます。

相談は無料で、秘密は厳守します。

●行政相談

日時 10月16日(金)午前10時～12時・午後1時～3時

会場 市役所1階 市民相談室

●特設展示

10月17日(土)下増田公民館
10月24日(土)名取が丘公民館
11月15日(日)愛島公民館
※展示のみ(当日の相談は受付しておりません。)

問 市民協働課

男女共同・市民生活係

☎ 724-7146

不動産無料相談会

不動産に関する売買、賃貸、困りごとや悩み事などの相談に応じます。事前予約が必要です。

日時 10月15日(木)午後1時30分～午後4時30分

会場 岩沼市中央公民館2F
第2会議室(岩沼市里の杜1-2-45)

※事前予約制

問 公益社団法人

宮城県宅地建物取引業協会
☎ 022-1266-10011

無料法律相談のお知らせ

「法の日(10月1日)」と「行政書士制度広報月間(10月)」に関する記念行事として、司法書士会、行政書士会による無料相談会を実施します。

●司法書士会

(予約不要・先着順)

日時 10月5日(月)午前10時～午後4時

※最終受付 午後3時30分
会場 市役所1階 市民相談室
内容 相続・遺言・不動産・会社登記などに関すること

●行政書士会

(面談相談・予約不要)

日時 10月21日(水)午前10時～12時・午後1時～3時
会場 市役所1階 市民相談室
内容 相続、遺言、離婚などの書類作成に関すること

問 宮城県司法書士会

☎ 022-1263-16755

宮城県行政書士会

☎ 022-1353-17213

防犯カメラの設置費用を補助します【追加募集】

安全で安心な地域の実現を目指し、防犯カメラの設置に係る経費の一部を補助します。

補助対象団体 町内会や防犯団体等の地域団体、商店会団体

防犯カメラ設置などの条件

次の要件を満たす防犯カメラが対象となります。

- ①街頭犯罪(不法投棄を除く)の発生の抑制を目的とするもの
- ②道路、公園等の公共空間を

撮影するもの

- ③常時撮影が可能で、録画機能があり、特定の場所に5年間以上継続して設置

対象経費

①防犯カメラを構成する機器の購入および設置工事費

②防犯カメラの設置を示す看板の購入及び設置

補助率・補助限度額 補助対象経費の4分の3とし、1団体につき60万円上限(台数制限なし)

※補助金額の千円未満切り捨て

申請受付期間 10月1日(木)

から先着順に受付。今年度は残り2団体程度受付可能です。

申 問 防災安全課交通防犯係

☎ 724-7164

アンケートに答えて
なとりコインをもらおう！

「市民活動」に関するアンケート調査

市では、市民活動の活性化や市民の皆さまと行政が協働で行うまちづくりを進めるための市民活動に関するアンケートを実施します。

所要時間は、3分程度です。
アンケートにご回答いた

だいた方(先着300名)に
100円相当分の
なとりコインを進
呈いたします。



アンケート対象者 市内に在
住・通勤・通学されている方、
または市内で活動されている
方

回答方法 二次元コードから
ご回答ください。



回答期間 10月31日(土)まで

※回答から進呈までは1か月
程度かかる場合があります。
※本アンケートは、お一人様に
つき、1回限りとなります。

問 市民協働課市民協働推進係
☎724-7183

**台湾桃園市との「名取×桃園
施設交流キャンペーン」実施
について**

本市と桃園市政府観光旅遊
局は、両市民の観光及び施設利
用を促進するため、「名取×桃
園 施設交流キャンペーン」を
実施します。本キャンペーン期
間中、名取市民は桃園市の対象

施設へ、名取市の住所が記載さ
れている運転免許証またはマ
イナンバーカードを提示する
ことで、対象施設の入場料が無
料となります。(同行者1名の
提示でグループ全員無料)

実施期間 10月1日(木)～
3月31日(水)

対象施設 桃園市児童美術館、
横山書法芸術館

問 商工観光課観光振興係
☎724-7149

岩沼警察署からのお知らせ

● **全国地域安全運動及び安全
安心まちづくりの日**
10月11日(日)から20日
(火)に全国地域安全運動が
実施されます。

また、10月11日(日)は安全
安心まちづくりの日です。

地域住民一人ひとりが防犯
意識を高め、地域全体で安全
なまちづくりに取り組んで行
きましょう！

問 岩沼警察署
☎0223-12214341

警察を名乗るニセ警察詐欺の電話に注意！

消費生活
トピックス

情報提供 市議会議員がニセ警察を論破!!

- 「090」から始まる携帯電話と思われる番号から電話がかかってきた。警察を名乗り「あなたが事件に巻き込まれている可能性があり捜査をしている。〇〇県警に出頭して欲しい。」と言われた。自分の氏名などを知っていたが、怪しいと思いこちらからも質問を繰り返すと返答に困り電話が切れた。

その電話、詐欺かもしれません！

- 警察が電話で「出頭」を求めることはありません。
- 警察からと思われる電話であっても、所属や担当者名、電話番号、内線番号等を聞いた上でいったん電話を切り、警察署等の連絡先を自分で調べて相談してください。
- 知らない番号からの電話は慎重に対応しましょう。また、非通知でかかってきた電話には出ないようにしましょう。
- 相手が自分の個人情報を知っていたとしても驚かず、簡単に信用しないようにしましょう。自分からも個人情報を絶対に伝えないでください。
- 不安を感じたり、不審に思ったりした場合は、一人で判断せず必ず警察に相談してください。
※警察相談専用電話「#9110」番
発信地を管轄する警察本部等の総合窓口につながります。
- 警察庁「推奨アプリ」を活用しましょう！(携帯電話にかかってくる詐欺電話をブロックすることができます)
詳細は、警察庁HP「特殊詐欺対策アプリに係る警察庁推奨制度」をご確認ください。



消費者教育推進大使
名取市マスコット
カーナくん

おかしいな・困ったなと思ったら、ひとりで悩まず、ご相談ください。

問 消費者ホットライン ☎188 消費生活相談窓口 ☎724-7165

シリーズ 名取市地域学校協働活動 ～高館小学校区「フラワーデザイン」～

地域学校協働活動の一環として、6年生を対象に「フラワーデザイン」の体験活動が行われました。当日は、協働本部員や地域ボランティア、公民館職員が児童の活動をサポートしました。

児童たちは、色とりどりの花や葉を手し、花の香りを感じながら思い思いのデザインで作品を仕上げました。地域ボランティアの皆さんも、花の長さを調節するなど、一人ひとりの作品づくりを支えました。

この活動は、社会科の「今に伝わる室町文化」の学習で、花を生ける体験をしてほしいという担任の先生からの相談をきっかけに、今年度から始まったものです。学校からの相談に地域が応え、地域の人材や経験を生かして子どもたちの学びを支える、地域学校協働活動の一例となりました。



協働本部の方の声

「室町文化について、児童が楽しく、分かりやすく学べる体験にしたい」と考え、担任の先生と相談しながらフラワーデザインの活動を計画しました。児童たちが花に触れ、楽しみながら学ぶ姿を見ることができてよかったです。

問 生涯学習課 ☎724-7173

名取市の防災教育 ～震災を風化させない～

ゆりが丘小学校

ゆりが丘小学校では毎月11日前後に防災学習日を設けています。引渡し訓練・下校時避難訓練など様々な避難訓練を行っています。

7月15日の学習日には「管理職不在の時に大地震が発生した」という想定で訓練を行いました。地震の放送が流れると子供たちは一斉に机の下にもぐり、身を守る行動をとりました。その後、避難場所の移動中に、再び余震を知らせる放送が流れましたが、子供たちは素早く「ダンゴムシのポーズ」で身を守り余震の危険を考えながら落ち着いて安全な場所へ移動しました。教職員も、臨機応変に行動する訓練となりました。

今後も、放送が使えない場合や休み時間中の発生、訓練の予告なしでの実施など、どのような場合でも命を守る行動がとれるよう訓練を続けていきます。



問 学校教育課 ☎724-7171

令和8年10月から国民年金保険料の育児免除制度が始まります！

令和8年10月から育児期間中の経済的な給付に相当する支援措置として、子を養育する国民年金第1号被保険者について、その子が1歳になるまでの期間に係る国民年金保険料の納付が免除されます。

子を育てている方(実父母・養父母)は、申請することで、所得に関係なく国民年金保険料の納付が免除されます。

また、納付が免除された期間は、保険料を納付したものととして老齢基礎年金の受給額に反映されます。

※届出が必要です

●対象になる方

令和8年10月1日以降、1歳になるまでの子(※)を養育する国民年金第1号被保険者の実父母・養父母の方。(国民年金の任意加入期間は対象になりません。)

子を養育する要件として以下のすべてを満たしている必要があります。

(1)子と身分(親子)関係が継続していること

(2)子と同一住所であること

※法律上の親子関係がある子(実子および養子)に加えて、特別養子縁組の監護期間にある子および養子縁組里親に委託している要保護児童も該当します。



育児免除

●保険料が免除される期間

実母の場合

産前産後免除期間を有する実母の場合は、産前産後免除期間に引き続く9カ月間(産前産後免除期間と合わせて最大13カ月間)、国民年金保険料が免除されます。(令和8年10月1日以降に限る)

(例)子の出産(予定)日が令和9年5月1日の場合、令和9年8月から令和10年4月の9カ月間が育児免除期間に該当します。

●必要書類

①基礎年金番号通知書または年金手帳(もしくはマイナンバーがわかるもの)

②手続きに来られる方の本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証など)

※マイナポータルを利用した電子申請も可能です。

電子申請について詳しくは、日本年金機構のホームページをご覧ください。



電子申請(国民年金)

問 保険年金課 後期高齢者医療・年金係 ☎724-7105 仙台南年金事務所 ☎246-5111

障害者医療費助成 所得要件の一部、所得額の計算方法に変更があります

10月1日以降の認定において、20歳以上の障がい者本人の所得基準額が次のとおり引き上げられ、所得要件の一部が緩和されます。

これにより、今まで所得基準額超過のため助成を受けられなかった方が、助成を受けられることがあります。既に登録済みの場合は自動更新を行いますので、追加の手続きは不要です。

なお、その他の基準額に関しては変更ありません。

【所得基準額】

扶養親族等の数	新	旧
0	3,758,000円	3,661,000円
1	4,138,000円	4,041,000円
2	4,518,000円	4,421,000円
3	4,898,000円	4,801,000円
4	5,278,000円	5,181,000円
5	5,658,000円	5,561,000円

※所得額の計算方法については、「特定親族特別控除」の項目が追加され、計算された額から控除が受けられるようになりました。

問 社会福祉課 障がい者手帳係 ☎724-7107

宝くじ助成でコミュニティ活動の備品の整備をしました

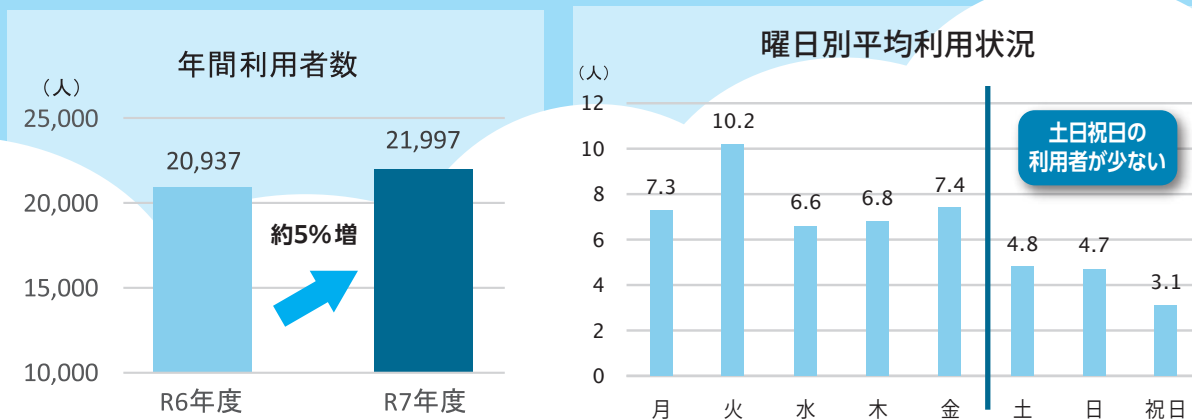
宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として実施しているコミュニティ助成事業です。

このたび、一般財団法人自治総合センターから令和8年度一般コミュニティ助成を受け、田高第一町内会で椅子、テーブル、液晶テレビ、ワイヤレスアンプなどを整備しました。今後のコミュニティ活動に大いに役立つことが期待されます。



問 市民協働課 市民協働推進係 ☎724-7183

●なとりんくるの利用状況 (R7.4~R8.3)



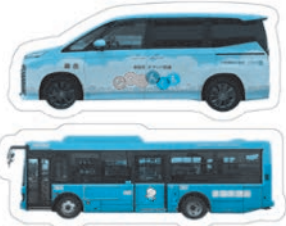
令和7年度における利用者数は、前年度比で約5%増加しました。
平日と比べ、土日祝日の平均利用者数が少なくなっておりますので、積極的なご利用をお願いします。
4月1日よりなとりんくるの予約サイトで1週間分の「空き状況」が見られるようになりました。空いている時間を一目で確認できますので、お出かけの際はぜひご活用ください。

●なとりん号・なとりんくる3周年キャンペーンを実施します!●

令和5年10月1日から運行しているなとりん号・なとりんくるが3周年を迎えます。
日頃の感謝をこめて10月限定キャンペーンを実施しますので、この機会にぜひなとりん号・なとりんくるをご利用ください!

①なとりん号・なとりんくる共通回数券(3,000円券)を購入された方に、なとりん号・なとりんくるの限定グッズをプレゼント!

※一つ購入するごとに下記限定グッズのいずれか一点のお渡し、予定数量に達し次第終了となります。

 ピンバッジ2個セット	 ふせん	 クリアクリップ2個セット New!
 クリアファイル	 ペンスタンド	表面 裏面  3色蛍光ペン New!

②【土日祝限定】なとりんくるを利用し、アンケートにご回答いただいた方の料金を200円に割引!

※平日の割引は行いませんのであらかじめご了承ください。
また、小学生、障がい者、免許返納者等の料金は変わりません。

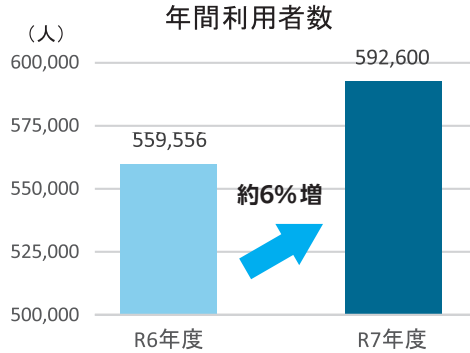
問 防災安全課 交通防犯係 ☎724-7164



令和7年度 なとりん号・なとりんくるの利用状況等

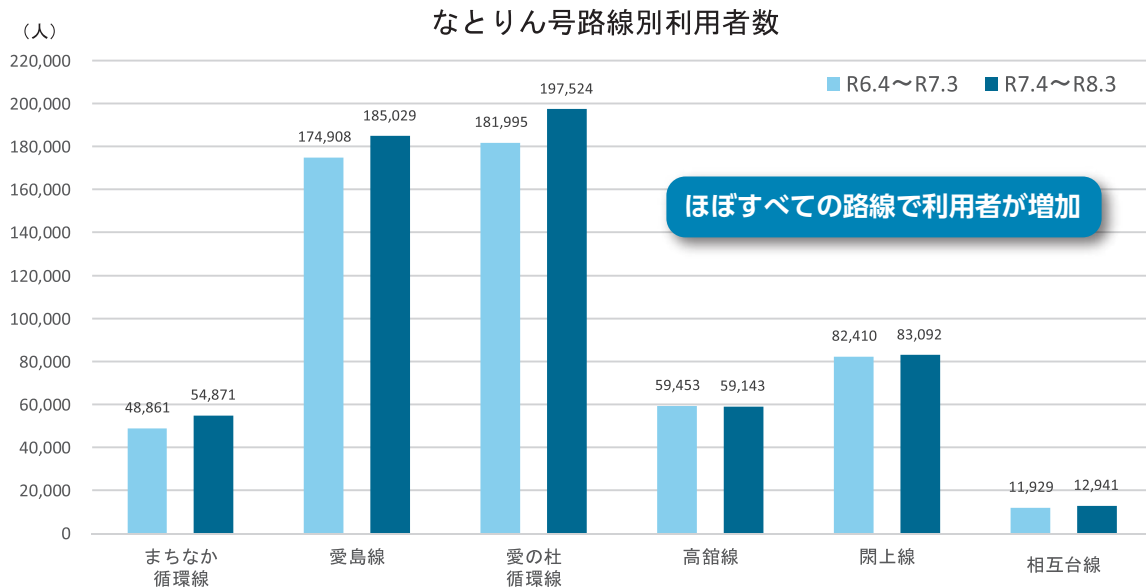
乗合バス「なとりん号」とデマンド交通「なとりんくる」の令和7年度1年間の利用状況等をお知らせします。

●なとりん号路線別利用者数



令和7年度における利用者数は、前年度比で約6%増加しました。

路線別の利用者数では、「愛島線」や「愛の杜循環線」が増加しており、「高館線」のみが若干減少していますが、おかげさまで好調に推移しています。



- 利用の多い路線と少ない路線の見える化 (R7.4.1～R8.3.31)
点線で囲んでいる区間が「利用の少ない路線 (区間)」となっております。

平日の利用状況	休日の利用状況
<利用者の多い路線> 愛の杜循環線・愛島線 <利用者の少ない路線 (区間)> まちなか循環線(仙台南病院便)、閑上線 仙台空港⇄閑上中央第一団地前)	<利用者の多い路線> 愛の杜循環線・閑上線・愛島線 <利用者の少ない路線 (区間)> 高館線 (柳生市民センター入口⇄県立がんセンター)、まちなか循環線 (名取駅西口⇄増田六丁目)、閑上線 (名取トレイルセンター⇄仙台空港)

利用の少ない路線は、今後減便や廃止等見直しの対象となります。
なお、大幅な遅延は解消しており、今後も経過を確認していきます。

ごみダイエツ通信

10月は食品ロス削減月間!~「もったいない」を「おいしい」に変えよう~

「まだ食べられる食べ物」が捨てられてしまう食品ロス。日本国内では一人あたり毎日おにぎり約1個分(年間約461万トン)の食べ物が捨てられている計算になります。10月の食品ロス削減月間をきっかけに、日頃の食生活を少し見直してみませんか?

1 お買い物編 買いすぎを防ぐ3つの行動

- ・ **買い物前の在庫確認**: 出かける前に冷蔵庫や食品庫の中身をスマートフォンで撮影しておく、重複買いを防げます。
- ・ **必要な分だけ購入**: 「お得だから」と大容量パックを買い込まず、献立を考えて使い切れる量だけ選ぶのがコツです。
- ・ **「手前取り」の習慣化**: すぐに使う食材は、棚の手前に置かれた賞味期限が近いものから選ぶことで、お店の廃棄削減に貢献できます。

2 レシピ・工夫編 残り物をおいしく使い切る工夫

- ・ **アレンジ料理に挑戦**: 残ったカレーや煮物は、スープ・ドリア・うどんの具などにリメイク。中途半端に余った野菜は「具だくさん味噌汁」にままとめると残さず消費できます。
- ・ **賢い冷凍保存の活用**: 使い切れない野菜やご飯は新鮮なうちに冷凍保存。使いやすい大きさにカットして冷凍しておけば、日持ちするうえに日常の時短調理にも役立ちます。

3 外食編 美味しく残さず食べきる工夫

- ・ **適量を注文**: 食べきれない量を注文し、小盛りメニューやご飯の量調整を積極的に活用する。
- ・ **「3010運動」の実践**: 宴会や会食は「乾杯後30分間」と「お開き前10分間」は自分の席でしっかり料理を楽しむ。

《名取市食品ロス削減行動指針を策定しました》

名取市では、市民・事業者・民間団体・行政等の多様な主体が連携し、地域一体となって食品ロス削減を推進するため、「名取市食品ロス削減行動指針」を策定しました。まだ食べられる食品の廃棄を減らし、持続可能な社会の実現を目指します。行動指針の詳細は、右記の市ホームページをご覧ください。



市ホームページ

問 名取市ごみ減量等推進協議会 (事務局)
環境共創課 ごみ減量推進係 ☎724-7161

「名取市フードドライブ」を実施します!

購入したけれど結局使わなかった食品や余ってしまった貰い物が家に眠っていませんか?

市では、食品ロス・ごみの削減に向けて、ご家庭などで眠っている食品を持ち寄りフードバンク団体へ寄付する「フードドライブ」を実施します。食品の寄付にぜひご協力ください。

【回収期間・回収拠点】※各施設の閉庁、閉館、休業日を除きます。

(1) 10月1日(木) ~ 10月31日(土)

市内公民館(全11カ所)

(2) 10月1日(木) ~ 11月30日(月)

市役所1階市民ホール

イオンモール名取

(専門店街1F2番出入口付近(インフォメーション近く))・

フーズガーデンゆりあげ食彩館・ウジエスーパー美田園店

(3) 下記店舗では通年で実施しています

ヨークベニマル 名取バイパス店・

名取西店・名取愛島店

フレスコキクチ 美田園店・名取増田店

ファミリーマート 名取美田園二丁目店

【回収品目】

レトルト食品、カップ麺、スナック菓子など賞味期限が1か月以上あり常温保存ができる食品

(肉・魚・野菜など生鮮食品は除きます)

【回収方法】

各拠点に設置している回収ボックスに食品を入れてください。回収した食品は、「NPO法人ふうどばんく東北AGAIN」を通じて、必要としている方々にお届けします。

※ヨークベニマルでは子ども食堂に直接お届けしています。

問 環境共創課 ごみ減量推進係 ☎724-7161

野外での焼却は原則として禁止です

ごみなどを野外で焼却する、いわゆる「野焼き」は、農林漁業を営むためにやむを得ない場合などの一部の例外を除き、法律(廃棄物の処理及び清掃に関する法律)で禁止されています。ドラム缶・積んだブロック・掘った穴での焼却も同じです。**違反した際は、5年以下の懲役または1000万円以下の罰金(法人の場合は3億円以下)もしくはその双方が科せられる場合があります。**

法律の例外によりやむを得ず焼却する場合は、火災予防のため、事前に消防署消防係(☎382-3019)へ届出が必要です。なお、届け出は野焼きを許可するものではなく、状況を把握するものです。その場合でも、**消防署に通報があれば消防車が出動し確認に向かいます。**煙や臭いで付近の住民の方に迷惑にならないように**風の向き・強さや煙の量に注意**しましょう。また、火から離れる際はくすぶることのないようしっかり消火しましょう。

市ホームページでも注意喚起しています。ご確認ください。

市ホームページ→

問 環境共創課 環境保全係 ☎724-7159



新入学児童の健康診断を実施します

来春、小学校に入学する児童の健康診断を実施します。

現在名取市に住民登録をしていない人で、市内小学校への入学、健康診断の受診を希望する場合は、事前にご連絡ください。

また、当日体調不良の場合は入学校以外で受診することも可能なので、学校教育課にご相談ください。

小 学 校 名	実 施 日	受 付 時 間	電 話 番 号
ゆりが丘小学校	10月15日(木)	12:15~12:30	386-3225
那智が丘小学校	10月20日(火)	12:00~12:15	382-2521
愛島小学校	10月23日(金)	12:00~12:20	382-2538
増田西小学校 (高館小学校入学 予定者合同実施)	10月28日(水)	12:15~12:40	382-2546
増田小学校	10月30日(金)	12:00~12:30	382-2005
館腰小学校	11月4日(水)	12:00~12:20	382-2425
下増田小学校	11月11日(水)	12:00~12:30	382-3227
関上小中学校	11月13日(金)	12:20~12:50	385-8180
不二が丘小学校	11月19日(木)	12:30~12:45	382-2097
相互台小学校	11月27日(金)	12:20~12:35	386-5551

健康診断対象 令和2年4月2日~令和3年4月1日に生まれた人

問 学校教育課 保健給食係 **☎724-7171**

漏水調査にご協力ください

調査業者 フジテコム(株)北日本支店(☎222-2011) **調査期間** 11月2日(月)~令和9年3月19日(金)

調査地区 那智が丘1丁目~5丁目、ゆりが丘1丁目~5丁目、みどり台1丁目~3丁目、相互台1丁目~4丁目、相互台東1・2丁目、高館熊野堂、高館吉田、高館川上 地内(その他緊急漏水箇所)

調査時間 9:00~17:00

調査方法 専門的な3つの調査で行いますが、特に①の調査では皆さんの施設に立ち入らせていただきますので、ご了承願います。

①**戸別音聴調査** 皆さんの自宅のメーター箇所まで立ち入りさせていただき、メーターや止水栓から漏水音を聞き取ります。事前にお知らせしてから調査します。

②**管路音聴調査** 漏水探知機などを使用して給・配水管路上の路面を調査し、漏水箇所を確定します。

③**監視型漏水調査** 監視型漏水調査機器を仕切弁及び消火栓に設置し、地下の漏水を調査します。

※調査員は身分を明確にするため、市が発行した身分証明書を携帯して調査作業を行います。

※本調査に関して料金を請求することはありません。

問 水道事業所 給配水係 **☎724-7138**

**相談
無料**

スマートフォンの使い方・お悩みについて

「使い方がわからない・便利な使い方を知りたい」
「スマホ個別相談窓口」でぜひご相談ください！

予約制

【よくあるご相談】

- 詐欺電話、迷惑メールが多くて困っている
- 名取市のいろんなイベント案内を知りたい
- 写真や動画を家族や友達と共有したい などなど

現在の予約状況は右の二次元コードから確認できます。



日 時	毎週月・水・金(1人60分程度)	
	① 9:30~	③ 13:30~
場 所	② 10:45~	④ 14:45~
	デジタル政策課事務室(5階北側)	

※相談の内容によっては対応できない場合もあります。
※相談の際はお使いのスマートフォンをご持参ください。

申 問 デジタル政策課 **☎748-6816**



募集・催し

市民活動支援センター からのご案内

①広報力アップ「SNSで集客・参加につなげるコツ」

各SNSの特徴や役割を学習し、目的にあった発信方法や炎上・乗っ取りを防ぐ安全対策、ファンや仲間を増やすための魅力的な情報発信などを学ぶ講座を開催します。

日時 10月10日(土)午前10時～正午

場所 市民活動支援センター

対象 市民及び市民活動に関心のある方

定員 20名(先着順/要予約)

参加費 無料

講師 岩谷淳子(終日舎)

申込方法 10月3日(土)まで、申込フォームまたは電話でお申込みください。

申込フォーム

②市民活動に関する専門相談

団体活動に関する会計処理、助成金申請方法、IT化など、専門的な相談を随時受付しております。

センター職員が相談内容を聞き取り後、経験豊富な専門相談員につないでいきます。

お気軽にお電話にてお問合せください。

③市民活動情報交換会

「なとセン版哲学カフェ
なとセン夜会
『ヨルニカタル』」

毎回違ったテーマについて、参加者同士で思考を深める会です。

詳細はなとセンホームページでご確認ください。

日時 10月24日(土)午後7時～午後8時30分

場所 市民活動支援センター

対象 市民及び市民活動に関心のある方

定員 8名(要予約)

参加費 無料

申込方法 10月23日(金)まで、申込フォームよりお申込みください。

申込フォーム

市民活動支援センター (休館日は毎週火曜日)

☎ 38210829

こども家庭支援研修会

日時 11月13日(金)午後2時～午後4時

会場 タイハクホール名取小ホール

内容 「親と子の関係を育むコミュニケーションを学ぶ」

講師 平井美弥氏(公認心理師・臨床心理士)

対象 子育てに関心のある方、どなたでも

定員 60名(要予約)

参加方法 参加無料。参加希望の方は、11月5日(木)まで、電話、ファックスで所属(なければ不要)と氏名をお知らせください。

申込 こども支援課家庭児童係
☎ 72417120
FAX 30213223

図書館でeスポーツをやってみよう!!

図書館では10月12日(月・祝)スポーツの日に、eスポーツの体験会を開催します♪

ドン!カッ!のリズムにのって太鼓をたたいてみませんか。

お友達やご家族と一緒に遊べます。難しい操作はないので、はじめての方も安心。申し込み不要です。気軽にお越しください。

日時 10月12日(月・祝)午前9時30分～午前11時30分

場所 図書館2階入口付近

対象 どなたでも

料金 無料

申込 不要(先着順に体験)

問名取市図書館

☎ 38215437

オストメイト相談会の開催について

公益社団法人日本オストミ

ー協会宮城県支部では今年度も宮城県より「オストメイト(人工肛門・人工膀胱保有者)社会適応訓練事業」の委託を受けて相談会を開催します。

事前予約は不要です。直接会場へお越しください。

日時 10月17日(土) 午後1時30分～4時

場所 大河原町中央公民館(大河原町字町196)

対象 県内オストメイト及び家族・関係者

内容 術後のケア、装具、社会生活、福祉制度、災害対策等

講師 みやぎ県南中核病院皮膚・排泄ケア認定看護師庄司沙織さん

問 公益社団法人日本オストミー協会宮城県支部

☎ 0801556713348
FAX 022135811373

みみサポサロンのご案内

聞こえない方や聞こえにくい方、そのご家族、興味のある方など、どなたでもご参加いただけるサロンです。みんなでお話ししましょう。お気軽にお越しください。

日時 11月6日(金)午後1時

広報なとり 令和8年10.1

30分から午後3時30分

会場 名取市消防署2階講堂
駐車場工事のため、4台のみ
駐車可能です。満車時は市役
所駐車場をご利用ください。
内容 「火事から命を守る！
避難方法を学ぼう」

火事の時に怖いことと言え
ば煙に巻かれてしまうことで
す。名取市消防署で、実際に煙
から逃れる体験や消火訓練を
行い、消防士さんより煙の危
険性や安全な避難行動を教え
ていただきます。ハンカチま
たはタオルを1つ持参ください。
※手話通訳・要約筆記(文字
通訳)がきます。
※個別相談コーナーもありま
す。お気軽にお声がけくだ
さい。

問 宮城県聴覚障害者情報センター
(みみサポみやぎ)
☎022-393-5501

仙台赤十字病院 第3回市民セミナーを開催 します

日時 10月24日(土)午前10時
5午前11時

場所 みやぎ生協 名取西店
(2階みんなのスペース)

演題 「腎臓となかよく暮ら
そう」CKD(慢性腎臓病)と
生活習慣病」

講師 仙台赤十字病院 腎臓

内科部長 杉本理絵 医師

参加費 無料

募集人員 50名

参加方法 申込不要
その他 車で来場される方は
近隣の有料駐車場をご利用く
ださい。

問 仙台赤十字病院広報室
☎022-243-1111(代)

NATORI SUPER CYCLE DAYS を開催します

10月3日(土)から25日(日)
までの23日間を「NATORI SU
PER CYCLE DAYS」期間とし
て各種自転車イベントを開催
します。期間中はサイクルス
ポーツセンター6周年記念イ
ベントとして10月3日に入場
無料開放を行うほか、ノベル
ティプレゼントや民間事業者
と連携したサイクルイベント
など、様々なイベントを開催
します。

※イベントの詳細は名取市
ホームページをご確認ください
さい。

問 商工観光課観光振興係
☎724-7149

10月イベント湯『生姜湯』

10月の季節湯は「生姜(しょ
うが)湯」です。生姜には消炎
や発汗、殺菌などの作用があ
り、新陳代謝を高めて身体を温

めることで、冷え性の改善につ
ながるといわれています。また、
含まれる成分「ジンゲロール」
などの抗炎症効果により、リウ
マチや神経痛の痛みを和らげ
るほか、肩こりや腰痛の軽減効
果も期待できます。ぜひ生姜湯
で、日頃の疲れを癒やしてくだ
さい。

実施期間 10月11日(日)、12
日(月・祝)

問 サイクルススポーツセンター
☎385-8027

名取市国際交流ボランティア 研修会を開催します

日程 11月7日(土)午前10時
5午前11時30分(予定)

会場 増田公民館 講義室

定員 約30名

申込方法 左記申込フォー
ムより申込
詳細はホームページにてご
確認ください。



問 なとりの魅力創生課
国際交流・広報係

☎724-7143

いろどりなとり 産直マーケット

市内で生産された農産物や

水産加工品をもっと知って、食
べて地産地消のきっかけづくり
にする市役所内販売会を毎月
第3水曜日に開催しています。

日時 10月21日(水)
午前10時5午後1時

※売り切れ次第終了となります。
会場 市役所1階市民ホール
問 農林水産課
☎724-7186

宮城県市民後見人養成研修 の受講者を募集します

県では、市民後見人として
活動したい方や権利擁護につ
いて学びたい方向けに、無料
のオンライン研修を実施しま
す。

詳細は左記二次元コードから
ご確認ください。

申込締切 10月9日(金)



問 宮城県保健福祉部
長寿社会政策課

☎022-2121-2536

農業委員会委員・農地利用 最適化推進委員を募集します

現委員が令和9年6月9日
任期満了を迎えることから、
新たな委員の候補者を募集し
ます。

【農業委員会委員】

定数 15人

任期 令和9年6月10日から
令和12年6月9日

身分

市の特別職の非常勤職員
報酬 月額31,100円

【農地利用最適化推進委員】

定数 15人(各地区5名)

(※地区名 増田・館腰地区、
関上・下増田地区、愛島・高
館地区)

任期 令和9年6月の委嘱日
から令和12年6月9日

身分

市の特別職の非常勤職員
報酬 月額26,000円

募集期間 10月8日(木)～
11月6日(金) 期限内必着

詳しい内容は、市ホームペ
ージまたは農業委員会事務局
備え付けの募集要領をご覧く
ださい。



市ホームページ

問 農業委員会事務局

☎ 72417154

名取市食育推進会議委員を
募集します

名取市食育推進計画の実施
を推進するため設置された食
育推進会議委員を募集します。
募集人数 1名

応募資格

市内在住で食育に
関心があり、年1～2回の平
日中に開催される会議に出
席できる方

応募方法 食育が目指すべき
もの、家庭での「食」のあり方
への提言など、ご自身の経験
から日頃感じていることを市
販の原稿用紙で400字程度
にまとめ、住所・氏名・年齢・
職業をご記入の上、名取市保
健センターに郵送または持参
で提出して下さい。尚、提出
された原稿は返却致しません。

応募締切 10月30日(金)必着
選考 11月下旬までに応募者
全員に通知します。

問 保健センター

〒981-1224

増田字柳田244

☎ 38212456

協働提案採択事業

「名取の起業家応援事業」

なとりの起業家交流会

(参加無料・事前申込制)

好きなこと、得意なことを
仕事にしている方、これから
仕事にしたい方へ。店舗経営、
マルシェ出店、フリーランス、
副業など、業種やスタイルを
問わず、市内で活動する方向
士が自由に情報交換できる場
です。「想いをカタチ」にする
一步を、ここから踏み出して

みましょう。

日時 11月5日(木)午前10時
～午後0時

会場 タイハクホール名取
小ホール

対象 市内在住または在勤で、
起業に興味がある方や起業し
ている方(男女問わず)どなた
でもご参加できます)

定員 先着30名

※託児あり(先着5名)

申込 申込フォームからお申
込みください。

問 NPO法人

女性起業相談室STEPなとり

☎ 022170717891



申込フォーム

【女性活躍支援事業】

マザーズハローワーク青葉×名取市

子育て世代の就活セミナー

自分らしい働き方を

「カタチ」にする3ステップ

日時 11月13日(金)午前10時
～11時

会場 市図書館 おはなしの

対象 子育て中の方ならどなたでも

定員 先着15名

託児 先着5名

内容 「自分を知る」「働き方

を考える」「環境を整える」と

いう3つのステップを通して、

子育てしながら自分らしく働
く、最初の一步を応援します。

※セミナー後には、個別相談
(先着3名)も可能です(個
別相談をご希望の方は、市
図書館へ電話または直接お
申し込みください)。

申込 次のいずれかの方法で、
11月6日(金)までにお申し込
みください。

①申込フォーム

②市図書館へ電話または直接
(38215437)

※火・金 午前9時～午後7時
土・日・祝日 午前9時～午
後6時



申込フォーム



みやぎハローワーク
キャラクター
「ガンちょーさん」

問 マザーズハローワーク青葉

☎ 022120610141

協働提案採択事業

唄と踊りで伝える名取の物語

名取老女伝説参加者募集

名取の熊野三社の勧請に深
く関わったとされる「名取老
女」。この伝説をテーマにし
たオリジナル曲に合わせ、い
つしよによさこいを踊ってい

ただく方を募集します。

事前ワークショップに参加し、11月15日開催予定の「熊野那智神社 読書三到^{さんたう}ノ市」にて、その成果を発表していただきます。お子さんから大人の方まで、性別・年齢は一切問いません。どなたでも参加いただけますので、興味がある方はぜひお申し込みください！

事前ワークショップ

日時

① 10月18日(日)

② 11月8日(日)

いずれも午前10時～11時30分
場所 那智が丘公民館(受付：午前9時45分～)

内容

① 名取老女の徳を学ぶ(熊野三社についてのお話・影絵シアター「名取老女ものがたり」・唄とよさこい踊りの練習)

② 唄とよさこい踊りの練習・仕上げ

服装 動きやすい服装・室内用の運動靴

持ち物 飲み物・タオル

参加費

無料

申込 左記二次元コードより10月14日までお申し込みください。



申込フォーム



問 那智が丘YOSAKOI「柳」事務局

☎ 090-4477-3102

電話がつかない場合は、留守電にお名前とメッセージを入れてください。

※11月15日のスケジュールについては、事前ワークショップでご連絡します。

名取市ごみ減量等推進協議会 市民代表委員を募集します

市民、事業者及び行政が一体となつてごみの減量化・資源化を推進することを目的とした協議会で、自由に意見を交換しながら、ごみ減量・リサイクル推進に向けて実効ある方策を検討し、実践していく委員を募集します。

主な活動内容

- ・ごみ減量についての方策の検討
- ・リサイクル品展示などの催しの企画・開催

- ・リサイクル施設見学会の実施
- ・情報誌「ごみダイエット通信」の作成・発行

・リサイクルとごみの分別について、自分の地域内での各自のPR活動

任期 2年(令和9年1月1日から令和10年12月31日まで)

募集人数 15人程度

応募資格 市内在住の満18歳以上の人で、年5回程度会議、催しに出席できる人(謝礼あり)

応募方法 「名取市ごみ減量等推進協議会市民代表委員応募申込書」を名取市環境共創課に直接提出するか、または郵送、電子メールにより提出する。

※申込書は環境共創課で配布のほか市HPにてダウンロードできます。

応募締切 11月30日(月)※郵送の場合、当日消印有効

問 ごみ減量等推進協議会事務局(市役所5階環境共創課内)

☎ 724-17161

✉ kuritai@city.natori.niyagijip

名取市家庭教育支援チーム

“toco toco(トコトコ)事業

『秋の移動交流サロン』に参加しませんか?

屋内遊具で遊んだり遊び歌を歌ったりしながら、子育て

や家庭の悩みなどを気軽に相談しませんか? 活動を通して、参加者同士のつながりづくりも応援します♪

日時 10月28日(水)午前9時～午後2時15分

会場 こじゅうろうキッズランド(白石市)

対象 市内在住の0歳からの乳幼児親子や家族(保護者のみの参加も可)

定員 親子10組20人程度(先着順)

申込 10月1日(木)開始。左記の二次元コード、または電話にて申込。

※市役所集合、市役所解散。市のマイクロバスで行きます。(現地集合、現地解散も可)

※お弁当持参

※入館料は300円(1歳未満のお子さんは無料)各自実費負担です。

問 生涯学習課

生涯学習・青少年係

☎ 724-17173



申込フォーム



第51回なとり文化芸術祭の開催

名取市文化協会では日頃の成果発表として芸術祭を開催します。体験教室やキッチンカーの出店もあります。ぜひご来場ください。

日時	10月17日(土)～18日(日) 10:00～16:00
場所	タイハクホール名取
料金	無料



1階大ホール	●ステージ発表(18日のみ) 日本舞踊・大正琴・三味線・箏・尺八・バレエ・レクダンス・合唱・ピアノなど
1階和室	茶席
2階展示ギャラリー	絵画・書道・写真
3階小ホール・演劇練習室	華道・フラワーアレンジメント・写真・ステンドグラス

体験教室 ※事前に「希望種別」、「住所」、「氏名(年齢)」を下記までお知らせください。

17日	3階小ホール・演劇練習室	10:00～10:45	レクダンス(準備品：室内靴)
		10:45～11:30	日本舞踊(準備品：白ソックス)
		14:00～15:00	バレエ
		10:00～15:00	生け花(定員20名 材料代500円)
		10:00～15:00	フローラルデザイン(粘土)(定員20名 材料代500円)
18日	1階和室	10:00～15:00	茶道(お茶券を購入の方)

申問 文化・スポーツ課 文化振興係 ☎724-7175

「元気な満年齢80歳、85歳、90歳、95歳、100歳」を募集します

介護予防についての意識を高めることを目的に、市内の元気な高齢者を表彰します。下記に該当する人は、10月23日(金)までに電話でお申し込みください。

お申込みいただき、要件に該当する人は令和9年1月21日(木)開催の「地域支え合い報告会」の場で表彰します。

<対象：①～④のすべてに該当する人>

- ① 満年齢80歳(昭和21年4月2日～昭和22年4月1日生まれ)
満年齢85歳(昭和16年4月2日～昭和17年4月1日生まれ)
満年齢90歳(昭和11年4月2日～昭和12年4月1日生まれ)
満年齢95歳(昭和6年4月2日～昭和7年4月1日生まれ)
満年齢100歳(大正15年4月2日～昭和2年4月1日生まれ)
- ② 市内に5年以上住所を有する人
- ③ これまでに要介護または要支援の認定を受けたことがない人
- ④ 介護保険料の未納がない人

申問 介護長寿課 長寿健康係 ☎724-7111



市民のうごき

(令和8年8月31日現在)

人口	男 39,073人	対前月比 -28
	女 40,602人	-38
	計 79,675人	-66
うち外国人	752人	+5
世帯	34,921世帯	-12



使用済み天ぷら油

公民館の回収日程 10月

- 閑上・下増田 5日(月) ※回収時間 10:20～11:00
- 増田西・名取が丘 19日(月) 公民館で3カ月に一度回収します。

(福)みのり会で回収された廃食油は、(株)オイルプラントナトリにてBDFへ精製後、環境保全活動に取り組んでいる企業等で再利用されています。また、市内スーパーマーケット、市役所5階でも回収を行っています。

問 環境共創課 環境保全係 ☎724-7159

閑上の浜辺の自然や生き物を観察し、見つけた自然や景色をテーマにしたジオラマを制作します。
名取の自然を見て、知って、楽しく形にしてみませんか。

- 日時** 10月25日(日) 9:00~16:00
集合場所 仙台高専(愛島塩手字野田山48番地)
活動場所 仙台高専・閑上海浜エリア他(バス移動となります。)
対象 小学校1~4年生とご家族の方
定員 家族10組(先着順)
申込方法 10月12日(月)までに右記二次元コードより申込
(定員に達し次第、募集を締め切ります。)
連絡先 なとりっぴ事務局(仙台高専)
電話 022-381-0330
メール a2612622@sendai-nct.jp



申込フォーム

五社山里山環境保全推進事業 第3弾 五社山・樽水登山道整備体験会 参加者募集!

五社山里山環境保全推進事業全4回のうち「見る」「知る」で学んだ知識を生かし、実際に登山道で「動く」整備体験会を実施します。みちのく潮風トレイルアソシエーションの講師の方に教えていただきながら、はじめての方でもできるような作業を中心に楽しく整備を体験していただきます。

「見る」「知る」に参加していない方でも大歓迎です。

名取の里山を守り育てる初めの一步を踏み出してみませんか?

- 日時** 10月25日(日) 9:30~15:00 **場所** 樽水ダム公園駐車場(高館川上字西樽水72)
内容 登山道の整備(初心者が取り組みやすい、下草刈り、軽微な補修など)
対象 高校生以上(市内在住問わず)地域貢献やボランティア活動に興味のある方、自然が大好きな方におすすめ!
定員 15名(先着順)
持ち物 動きやすい服装(長ズボン推奨)、作業に適した靴(トレッキングシューズ、長靴など)、ザック、レインウェア、タオル、帽子、飲み物、昼食、行動食、マイナ保険証
参加費 無料 ※昼食はご持参ください ※整備道具の持参は不要です。
申込 環境共創課へ電話、または二次元コードよりお申し込みください。
※小雨決行 雷雨などの際は10月31日(土)の同時刻帯に延期
※本事業はみやぎ環境税を活用しています
主催 名取市
運営 認定NPO法人 みちのく潮風トレイルアソシエーション



申込フォーム

問 環境共創課 環境保全係 ☎724-7159

自然で遊ぼう! 「野外活動体験会」を開催します!

- 日時** 11月8日(日) 1回目 9:30~10:30 2回目 11:00~12:00
●**開催場所** みちのく潮風トレイル 名取トレイルセンター 野営場
●**対象** 市内在住または、市内の小学校に通う小学生と保護者
●**定員** 先着順 親子10組×2回 40名
●**体験内容** 火育(まき割、焚き火、マシュマロ焼きなど)
●**持ち物** 飲み物、軍手、雨具など
●**講師** 認定NPO法人みちのく潮風トレイルアソシエーション
●**申込方法** ・Google Forms: 右記二次元バーコードから申込
・メール: info@mct-a.org
・電話: 398-6181(9時~17時 ※火曜日を除く)
●**申込期間** 10月1日(木)9時~10月31日(土)17時
※先着順
※雨天時は一部別プログラムにて開催します。ご了承ください。



申込用フォーム

問 みちのく潮風トレイル 名取トレイルセンター ☎398-6181(9時~17時 ※火曜日を除く)

環境フェア IN 名取トレイルセンターを開催します！

楽しみながら森や川、海のつながりやわたしたちの身近な環境の植物や生き物と共生するためにできること、地球の環境問題について学んでみませんか？

《日 時》 11月8日(日) 9:00～15:00

《場 所》 みちのく潮風トレイル 名取トレイルセンター

《対 象》 どなたでも(野外活動体験会、寿司にぎり体験は市内在住または通学している小学生)

《内 容》

(1)講演

①みちのく潮風トレイルを歩こう！

講師：認定NPO法人みちのく潮風トレイルアソシエーション
参加賞あり

②みんなで考えるSDGs★クイズ大会(要申込)

午前午後2回開催 参加賞あり
講師：あいおいニッセイ同和損害保険㈱

(2)体験

①野外活動体験会(要申込) 午前2回開催

講師：認定NPO法人みちのく潮風トレイルアソシエーション

②スラックライン体験会

講師：NPO法人仙台スラックライン

③寿司にぎり体験(要申込) 3回開催

講師：コロワイドグループ カッパ・クリエイト

④手回し発電釣りゲーム

講師：パナソニックエレクトリックワークス(株)

(3)展示

①絶滅危惧種に指定された植物といきもの写真展示

講師：なおかつフォトエッセイ

②「清潔で美しい街づくり」をテーマにした作品展
市内小学生の応募作品を展示します。

③水素自動車「ミライ」で風船をふくらませよう！

④広浦に生息する水辺の鳥たち

講師：日本野鳥の会 宮城県支部
写真展示とミニ野鳥観察会(要申込)

(4)スタンプラリー

環境にやさしい景品やノベルティプレゼント！

《参加費》 無料(イベント内容により事前申し込み
必要なものあり)

※現時点の内容となり若干の変更がある場合があります。

申込方法等、最新の情報は市の
ホームページをご覧ください。



市ホームページ

問 環境共創課 環境保全係 ☎724-7159

名取市墓地公園のご案内

一般墓地・芝生墓地

募集要項、申請書や区画の空き状況は、市役所5階環境共創課および墓地公園管理棟において配布しているほか、市ホームページからもご確認いただけます。利用希望の方は、募集要項等を確認の上お申し込みください。

※現地見学はいつでも可能です。お申込み前に必ず現地をご確認ください。

募集区画

区 分	種別(間口×奥行)	使用料(市内)	使用料(市外)	管理料
一般墓地	A 4.0㎡(1.6m×2.5m)	56万円	67万2千円	年間6,000円
	B 3.0㎡(1.5m×2.0m)	45万円	54万円	
	C 1.5㎡(1.0m×1.5m)	25万円	30万円	
芝生墓地	G 1.0㎡(1.0m×1.0m)	20万円	24万円	年間8,000円

申込資格 祭祀を主宰すべきものまたは自己のために利用するもののうち、1年以上市内に住所を有する人(※ただし、市内在住1年未満の人や市外の人ともご相談に応じます)

被災者等墓地

募集区画

区 分	種別(間口×奥行)	使用料	管理料
被災者等墓地	E 4.0㎡(1.6m×2.5m)	無料	年間6,000円
	F 3.0㎡(1.5m×2.0m)		

申込資格等詳細については、名取市ホームページをご覧ください。環境共創課までお問い合わせください。

愛玩動物納骨堂

名取市墓地公園の「愛玩動物納骨堂」について、申込みを受付けています。

使 用 料 ※つり銭の無いようにお願いします。

区 分	使用料(焼骨1体につき)
市内在住の人	3,000円
上記以外の人	6,000円

申込方法 名取市墓地公園管理棟で直接申請し、使用料を納入してください。
納入後、管理人立会いのもと納骨を行います。

受付時間 8:30～17:00(年末年始を除く)



問 環境共創課 環境衛生係 ☎724-7160

名取市協働提案採択事業「名取の起業家応援事業」

趣味を形に！はじめての起業相談

無料・事前申込制

「起業に興味はあるけれど、何からスタートしたら良いかわからない…」
そのような疑問や不安にお答えする個別相談会です。開業の仕方や手続き、
税金、集客のコツまで、起業の「き」の字から丁寧に伝えします。

日時

① 10月22日(木) ② 11月26日(木)
※各日 10:00～15:00(1人60分・全4枠)

場所

市役所 1階 市民相談室

対象

市内在住・在勤・在学中、起業に興味がある方(起業するしないは
問いません)や起業している方(男女問わずどなたでもご相談いただけます)

申込方法

申込フォームからお申し込みください。※定員になり次第締め切ります。



問 NPO法人 女性起業相談室 STEPなとり ☎707-7891

学生提案型まちづくり事業「みんなのセミナーin名取」開催 センセイ募集中!!

東北大学の学生コミュニティSCC(Student Community College)の皆さんが、学びの場づくりプロジェクトとして、誰でもセンセイ、誰でもセイトになれる「学校ごっこ」イベントを開催します。

日時

12月13日(日) 12:40～16:30(出入自由)

会場

増田公民館(近隣に駐車場あり)

対象

どなたでもご参加いただけます

参加費

無料

参加枠

センセイ：好きなことや夢中になって取り組んできたことなど、自由なテーマで25分間または
50分間の授業をしてみませんか？授業づくりのサポートもできます！

セイト：当日は様々なジャンルの授業が開講されます。ぜひ遊びに来てください！

詳細

センセイのお申込み方法、当日の時間割(授業一覧)、セイト参加方法などの詳細は、
特設ホームページ(<https://sites.google.com/view/minsemi-natori>)もしくは
右記の二次元コードからご確認ください。



特設ホームページ

問 市民協働課 市民協働推進係 ☎724-7183

市民活動支援センターからのご案内

市民活動支援センターの貸事務室・貸ロッカーの利用団体を募集します

【貸事務室】

建 物	貸事務室名	使用料(月額)
別 棟	A (約10㎡)	12,000円
	B (約10㎡)	12,000円
	G1 (約3㎡)	3,600円

※事務用机(1台)、事務用いす(1脚)、公共WiFi、
冷暖房完備。使用料に光熱費込み。

応募資格

- ①市内で1年以上継続的に市民公益活動を行う見込みのある団体
- ②専用の事務所を持たない団体

※ロッカーは①のみ

使用期間

使用許可日～令和9年4月30日(金)

募集期間

10月1日(木)～31日(土)(使用団体が決定しなければ随時申し込みができます)

【貸ロッカー】

貸ロッカー名	使用料(月額)
2番、6番	500円

※ロッカーのサイズ
幅90cm×奥45cm×高91.5cm

①



貸事務室については
こちら

②



貸ロッカーについては
こちら

問 名取市市民活動支援センター ☎382-0829 FAX 382-0841

HP <https://www.natori-npocenter.or.jp/> ☒ npo@natori-npocenter.or.jp
受付は、月曜日から日曜日(火曜日を除く) 9:30～21:30(日曜・祝日は17:30まで)

まなびチャレンジグループ自主企画講座 受講生募集(まなびパスポート対象事業)

自主企画講座とは、「こんな講座をやってみたい!」という市民グループが自主的に魅力ある講座を企画・運営する事業です。

●産後はチャンス!心と身体を整えよう～バランスボールエクササイズと産後ケア～

日 時 第1回 11月 5日(木) **会 場** 増田西公民館

第2回 12月10日(木)

第3回 1月14日(木)

※3回とも10:00～12:00

対 象 産後2か月～10か月の親子で市内在住または通勤・通学している人

定 員 各回親子10組 ※定員を超えた場合は抽選

受講料 無料

申込方法 メールに下記の内容を入力して送信してください。

講 師 浅川 千尋 氏

「お名前、年齢(お子様の月齢も)、メールアドレス、電話番号、参加希望日」

申込締切 各回1週間前 ※受講の可否はメールにて連絡します。

申 問 産後ケア名取 ☒ chihiro419hcc@gmail.com

●Natori Meets the World～世界とつながる・名取とつながる!まちなか多文化体験～ 【えいごでおでかけしよう!English Adventure!】

海外出身者と一緒に、英語を使って様々なアクティビティを楽しむイベントです。

日 時 10月18日(日) 9:45～11:45

集合場所 下増田公民館

参 加 費 無料

対 象 市内の小学生

定 員 15名(先着順)

詳細&申込 右記二次元コードより、詳細の確認・お申し込みください。

(次回は11月7日に学生たちのリアル海外体験トークライブを開催予定)



申込フォーム

申 問 なとり多文化交流プロジェクト代表 ☎090-5844-5167

名取の秋の実りを、熊野那智神社から。 “神社を巡って、食でも巡る”新企画「えんぎ飯」始動

名取熊野三社と地域の食をつなぎ、高館地区の新たな観光の楽しみ方を創出する「えんぎ飯(えんぎめし)」が始まります。えんぎ飯とは、名取の旬の食材を使い、名取熊野三社に奉納する特別なメニュー。高館地区の5店舗が、地域の食材を生かして開発・奉納します。神様に召し上がっていただいた同じメニューを、後日各店舗でそれぞれ味わえるのも魅力です。第一弾では熊野那智神社に奉納し、境内で5店舗の味を一つにした限定30食(抽選)の「おさがりランチ」を振る舞います。



日 時 10月12日(月・祝)

奉納式 10:00～10:15

お振舞い11:00～

場 所 熊野那智神社(高館吉田字館山8)

飲食店メニュー

■ ag:rebreadd+cafe' (アグリブレッドカフェ)
クロワッサンのかぼちゃプリンサンド

■ 大森食堂
大葉味噌焼きおにぎり
だまこ汁

■ 珈琲&焙煎フリゴレス名取店
熊野三社ブレンド

■ 高館食道 水神蕎麦
近所のぶどう蕎麦

■ おうちカフェ シンシア
三色お豆腐だんご

料 金 無料

応募期間 9月18日(金)～10月2日(金)

応募方法 ※右記二次元コードより受付 ※完全事前応募制

抽選結果は10月6日(火)に申し込み時にご入力いただいた
メールアドレスへご連絡します。



申込フォーム

問 (一社)名取市観光物産協会 ☎382-6526

第30回市内3高校野球定期戦を開催します

【1日目】3高校定期戦

開催日時 10月17日(土) 8:25～ ※小雨決行、雨天中止。

開催場所 名取市民球場 **入場料** 無料(どなたでも観戦できます)

試合方法 仙台高等専門学校名取キャンパス(以下、高専)、宮城県農業高等学校(以下、宮農)、宮城県名取北高等学校(以下、北高)、の3校によるリーグ戦



対戦内容 (一塁側) (三塁側)	試合開始 予定時刻
北高 対 高専	8:45
北高 対 宮農	11:15
高専 対 宮農	13:45

【2日目】30周年記念イベント

開催日時 10月18日(日) 9:30～ ※小雨決行、雨天中止。

開催場所 名取市民球場 **入場料** 無料(どなたでも観戦できます)

内 容 10:00～記念試合 3高校選抜 対 東北学院大学

13:30～野球教室 市内中学生対象、講師：東北学院大学

*東北学院大学の星 孝典監督は、名取市出身(下増田小学校、増田中学校)の元プロ野球選手で、巨人や西武、楽天(コーチ)で活躍されました。

☎文化・スポーツ課 スポーツ振興係 ☎724-7177



なとりの子育てパパママ応援講座受講者募集 ～子育てサポーター養成講座～

地域において子育てしやすい環境づくりの推進に関わっていただける方を育成し、また、参加者同士が出会い、学び、交流する場となるよう開講します。

子育て中のパパやママのために「力になれることはないかな?」「何かできないかな?」とっている方を応援します。講座を受けて、できることを一緒に考えてみませんか?

【講座(全4回)】 ※すべて受講された方には修了証を発行します。気になる回だけの受講も可能です。

回	日 時	内 容	場 所	講師など
1	11月11日(水) 10:00～12:00	開講式 ワークショップ「親のみちしるべ」 ～一緒に子育て、一緒に学ぼう～	タイハク ホール名取 和室	名取市家庭教育支援チーム toco toco
2	11月18日(水) 10:00～12:00	「家庭教育支援の理解」		宮城県家庭教育支援チーム 波多野 ゆか 氏
3	11月25日(水) 10:00～12:00	「親子の理解とかかわり方」		cocol'll相談員 小川 ゆみ 氏
4	12月2日(水) 10:00～12:00	「総合的な理解」 ～地域活動・父親の教育参画～ 閉講式		株式会社ペンギンエデュ ケーション 横田 智史 氏

対象 子育てや子どもの教育に興味や関心がある人

定員 15人程度(先着順)

申込方法 右の二次元コード、または電話での申込

申込期間 10月1日(木)～11月2日(月)

受講料 無料



申込はこちらから

☎生涯学習課 ☎724-7173 ✉seisyounen@city.natori.miyagi.jp

民生委員・児童委員、主任児童委員を募集しています

民生委員・児童委員、主任児童委員は、厚生労働大臣から委嘱されたボランティアで、地域で暮らす方々を支える一番身近な相談相手です。次の地区では欠員が出ており、新しく活動を担ってくださる方を募集しています。



■募集地域(※候補者推薦中の地域を除く)

<民生委員・児童委員>

- 田高第2 ●杜せきのした二・三・五丁目
- 箱塚第1(箱塚一丁目1番～11番・手倉田字山・箱塚屋敷(箱塚第1行政区))
- 閑上西二丁目・太子堂 ●閑上西一丁目 ●高柳の一部(市営住宅高柳東・高柳西団地)
- 堀内北 ●堀内南 ●笠島東 ●愛島台六丁目 ●愛の杜一丁目 ●愛の杜二丁目
- 愛島郷二丁目 ●ゆりが丘二丁目 ●みどり台一丁目 ●みどり台二・三丁目

<主任児童委員>

- ゆりが丘地区全域

■任期：令和10年11月30日まで(3年に1回一斉改選あり)

■役割と応募条件

区分	主な活動	条件
民生委員・児童委員	高齢者の見守り、生活上の悩み相談・支援の受付、行政など関係機関への橋渡し。	・75歳未満 ・担当地域内に居住 ・守秘義務を遵守できる人
主任児童委員	子どもや子育て家庭、児童健全育成への支援。学校等関係機関への連絡調整。	・55歳未満 ・担当地域内に居住 ・守秘義務を遵守できる人

問 社会福祉課 福祉総務係 ☎724-7106

会計年度任用職員を募集します

職種	募集人数	職務内容	応募資格
保育士	5名程度	保育所での保育業務	保育士登録を受けている人
児童厚生員	4名程度	児童センターでの児童厚生業務	保育士登録を受けている人または教諭の資格を有する人
看護師	2名程度	保育所での保健衛生に関する業務、医療的ケア及び低年齢児の保育業務	看護師免許を有する人
調理師	1名程度	保育所での給食調理業務	調理師免許を有する人

※応募資格は、令和9年3月31日までに資格取得見込の人を含みます。

勤務時間 保育士、看護師及び調理師は週30時間または週35時間、児童厚生員は週29時間(予定)

採用時期 令和9年4月1日(予定)

受験案内および受験申込書

こども支援課で配布しています。市ホームページからもダウンロードできます。

申込期限 10月30日(金)まで。郵送の場合は10月30日(金)必着。

採用試験 11月29日(日)に面接試験を行います。

問 こども支援課 ☎724-7181

第54回全国消防救助技術大会が開催されました

令和8年8月22日(土)新潟県新潟市において、第54回全国消防救助技術大会が開催されました。名取市消防本部からは、宮城県代表としてロープブリッジ渡過訓練に大澤亮太隊員が出場し、見事に入賞を果たしました。

この訓練は、高さ約7mの位置で水平に張られた長さ約20mのロープを往復し、安全確実迅速性を競う種目です。また、高所の恐怖感を克服し、高い身体能力と技術を必要とします。

今後も訓練を重ね、災害対応能力の向上に努めてまいります。



「みちのく潮風トレイル 名取トレイルセンター」を利用してみませんか？

名取トレイルセンターでは、3つの貸室を無料で提供しています。利用を希望される方は、名取トレイルセンター公式ホームページから貸室利用規則をご確認のうえ、お問い合わせください。

○講義室(机なし定員80名/机あり定員54名)/スクリーン・マイク・プロジェクター

○会議室(定員24名)/ホワイトボード・プロジェクター

○実習室(定員24名)/洗い場4つ・ガスレンジ4つ・調理器具など
【利用例】研修、集会、ワークショップ、そば打ち、料理教室など

※利用目的によっては利用をお断りすることがあります。

問 みちのく潮風トレイル 名取トレイルセンター ☎398-6181



講義室



実習室

読み終わった本をお譲りください！

ご家庭で読まなくなった本、絵本や児童書がありましたら、名取トレイルセンターへお持ちください。オリジナルしおりなどのささやかなお礼もご用意しています。集めた本は名取市図書館と連携し、11月28日(土)に名取トレイルセンターで開催予定のブックリサイクルや、図書館まつり等で無料配布します。詳しくは市ホームページをご覧ください。

●寄贈する本と一緒に「次に読む人へのメッセージ」を届けてみませんか？

「この本、面白かったよ」「ぜひ家族で読んでください」

「あなたにも楽しんでもらえますように」そんな短い一言で大丈夫です。

みちのく潮風トレイルが29市町村をつないでいるように、本を通じて、人から人へ、思いをつなぐブックリサイクルです。

希望者は、受付時に窓口へお声がけください。

問 環境共創課 環境保全係 ☎724-7159



名取トレイルセンター
公式ホームページ



市ホームページ

¥ 市税などの納期

納期限は11月2日(月)です。

●国民健康保険税	6期
●市県民税	3期
●介護保険料	5期
●後期高齢者医療保険料	4期

問 税務課収納管理係 ☎724-7115
 介護長寿課介護管理係 ☎724-7110
 保険年金課後期高齢者医療・年金係 ☎724-7105

納付は、納期限内にお願いします。
市税の納付に、便利で確実な「口座振替」をご利用ください。Web(右記二次元コード)で手続き可能です。



消防署からのお知らせ

- 消防本部 ☎382-0242
- 消防署 ☎382-3019
- テレホンサービス(火災発生時の情報) ☎382-0119



普通救命講習会および普通救命e-ラーニング講習会

- 普通救命講習会(成人)
10月10日(土)9:30~12:30
- 応急手当講習会(平日定期)
10月21日(水)9:30~11:30
- 普通救命e-ラーニング講習会
10月18日(日)9:30~11:30

場 消防本部講堂
 詳細は下記に問い合わせ、もしくは
 消防本部ホームページをご覧ください。

申・問 消防署救急救助係
 ☎382-3019 (内線430・431)



水道修繕当番工事店

受付時間 8:30~17:00

業者連絡先

(株)吉川設備	☎382-2840
(株)相澤設備	☎382-3540
(株)大湧工業	☎384-5016
(株)渡辺技工名取支店	☎384-2676
鹿又工業(株)	☎395-5432
(有)青木設備工業所	☎384-1330
(株)いこい住設	☎382-2717
(有)小野設備工業	☎384-3086
(株)小泉建設工業	☎384-5820
(有)引地設備工業	☎385-0737
(協)ケンナン	☎384-5697

1	木	いこい住設
2	金	小野設備
3	土	小泉建設
4	日	引地設備
5	月	ケンナン
6	火	吉川設備
7	水	相澤設備
8	木	大湧工業
9	金	渡辺技工
10	土	鹿又工業
11	日	青木設備
12	月	いこい住設
13	火	小野設備
14	水	小泉建設
15	木	引地設備
16	金	ケンナン
17	土	吉川設備
18	日	相澤設備
19	月	大湧工業
20	火	渡辺技工
21	水	鹿又工業
22	木	青木設備
23	金	いこい住設
24	土	小野設備
25	日	小泉建設
26	月	引地設備
27	火	ケンナン
28	水	吉川設備
29	木	相澤設備
30	金	大湧工業
31	土	渡辺技工

★まざら in

皆さんが実施するイベントや、サークルへの参加者募集の情報を掲載します(先着順、120字程度)。

「仲間に入りましょう」の意味の名取弁と、
「(活動などに)参加して…」の意味を持つ
「IN」を合成した造語。

- 営利や政治・宗教活動を目的とした催し物などは掲載できません。
- 記事の内容について、市は責任を負いません。掲載を希望する個人・団体などは、なとりの魅力創生課国際交流・広報係(3階・☎724-7143)にお問い合わせください。

第7回名取市民合唱祭

日 11月1日(日) 13:30開演(13:00開場)
場 タイハクホール名取 大ホール
演 名取市内で活動している合唱団体
料 入場無料 直接会場へお越しください。
問 名取市民合唱祭実行委員会
 ☎090-7529-5270 (高橋)
 yosi.uematu0324@nifty.com

「めざせ!ポケモントレーナー in 名取」

ポケモンとボーイスカウトがコラボした特別な体験
 プログラムを開催します!
 ゲームや自然の中での体験を通して、チームワークや
 観察力を身につけよう!

日 11月15日(日) **内** 野外ゲーム 6種
場 熊野那智神社
対 年長~小学4年生のお子様 **定** 15名
詳 <https://sites.google.com/miyagi.scout.jp/natori-pokemon/>
申・問 ボーイスカウト名取第1団 布田
 ☎090-2989-4427
 natori_office@miyagi.scout.jp





行政相談

日 16日(金) 10:00～15:00
場 市民相談室(1階)
問 市民協働課 ☎724-7146

消費生活相談

日 毎週月～金曜日※祝日を除く
9:00～16:00
場 市民協働課(3階)
問 市民協働課 ☎724-7165

人権相談

日 8日(木) 10:00～15:00
場 市民相談室(1階)
問 市民協働課 ☎724-7146

法律相談

日 9日(金)、23日(金)
10:00～15:00
場 市民相談室(1階)
他 電話予約制(相談日の前週月曜日から受付)定員8人
問 市民協働課 ☎724-7146

司法書士による無料相談

日 毎週月曜日※祝日を除く
10:00～16:00※最終受付15:30
場 市民相談室(1階)
問 宮城県司法書士会 ☎263-6755

行政書士による無料相談

日 21日(水) 13:00～16:00
場 市民相談室(1階)
問 宮城県行政書士会 ☎353-7213

週末年金相談

日 10日(土) 9:30～16:00
場 仙台南年金事務所
問 仙台南年金事務所(仙台市太白区
長町南1-3-1) ☎246-5111

市税の「休日・夜間納税相談」

日 18日(日) 9:00～15:00
20日(火) 17:15～19:00
(受付は終了30分前まで)
場 税務課(1階)
他 電話予約制
問 税務課 ☎724-7113

農家相談

日 9日(金) 13:30～15:30
場 農業委員会事務局(5階)
問 農業委員会事務局 ☎724-7154

生活相談

日 毎週火曜日 10:00～15:00
場 社会福祉協議会(増田)
問 社会福祉協議会 ☎384-6669

定例青少年相談

日 7日(水)、21日(水)
10:00～12:00
場 仙台法務局名取出張所(3階)
会議室3
問 生涯学習課 ☎724-7173

ひとり親・寡婦家庭相談

日 毎週月～金曜日※祝日を除く
時間は要相談
場 仙台保健福祉事務所(塩釜保健所)
(塩釜市北浜4-8-15)
仙台保健福祉事務所岩沼支所
(岩沼市中央3-1-18)
他 電話予約制 ☎22-2189
問 こども支援課 ☎724-7119

家庭児童相談

日 毎週月～金曜日※祝日を除く
9:00～16:00
場 家庭児童相談室(こども支援課内)
問 家庭児童相談室 ☎724-7120

内職相談(情報提供)

日 毎週月～金曜日※祝日を除く
8:30～17:15
場 情報提供方法:HPもしくは電話
問 県経済商工観光部産業人材対策
課 ☎211-2763
http://www.pref.miyagi.jp/
soshiki/sanzin/itiranhyou.html

職業相談、職業紹介、求人情報の提供

日 毎週月～金曜日※祝日を除く
9:00～17:00
場 地域職業相談室
問 地域職業相談室(増田1-1-15)
☎381-4860

市民活動に関する相談

日 毎週月～土曜日※火曜日を除く
9:30～21:30
日曜・祝日 9:30～17:30
場 市民活動支援センター
問 市民活動支援センター ☎382-0829

マタニティ相談 母子健康手帳交付

日 毎週月曜日※祝日を除く
13:15～13:45(受付)
場 保健センター
問 保健センター ☎382-2456

メンタル相談

日 6日(火)、20日(火)、28日(水)
場 保健センター 他 電話予約制
問 保健センター ☎382-2456

シルバー人材センター入会説明会

日 8日(木)、22日(木)
13:30～14:30
場 当センター2階会議室
対 市内在住で60歳以上の方(要予約)
問 シルバー人材センター
☎383-8016

障がい者(児)相談

障がいのある人の総合的な相談
窓口です。(祝日、年末年始を除く)
①基幹相談支援センター(18歳以上)
②児童発達支援センター(18歳未満)
日 ①月～金曜日 8:30～17:15
②月～金曜日 9:00～16:00
土曜日 9:00～13:30
場 ①増田五丁目13-35
②増田一丁目11-16
(来所や訪問は事前予約が必要)
問 ①☎797-2667 FAX 797-2668
natorishikikan@natorisyakyo.or.jp
②☎796-9863 FAX 796-9864

①ひきこもり専門相談・②依存症専門相談

日 ①6日(火) 13:30～16:30
②8日(木) 13:30～15:30
場 仙台保健福祉事務所 岩沼地域事務所
他 事前予約制
問 仙台保健福祉事務所 岩沼地域事務所
☎0223-22-2189

HIV・クラミジア・梅毒・肝炎ウイルス検査・骨髄バンク登録

日 6日(火)、20日(火) 9:00～11:00
他 事前予約制
※前週金曜日までに申込ください。
予約受付: 平日8:30～17:15
場 塩釜保健所岩沼支所
(岩沼市中央3-1-18)
料 検査は原則無料
問 ☎0223-23-1512

生活困窮相談

日 毎週月～金曜日※祝日を除く
9:00～16:30
場 自立相談支援センター
(社会福祉課保護係内)
問 ☎748-6813

ひきこもり相談

日 毎週月～金曜日※祝日を除く
10:00～15:00
場 フリースペースなとり(手倉田字堰根149-4)
問 ☎748-6503

マザーズハローワーク出張相談

日 21日(水) 10:30～12:20
場 タイハクホール名取 会議室
他 事前予約制・子ども同伴可
問 マザーズハローワーク青葉
☎206-0141

ふくし何でも相談

日 第2水曜日※祝日を除く
9:00～12:00
場 社会福祉協議会(増田)
問 社会福祉協議会 ☎384-6669

手話相談

日 5日(月)、19日(月)、26日(月)
13:30～16:30
場 社会福祉課(1階)
問 社会福祉課 ☎724-7107
FAX 384-2101

BOOK 図書館

●開館日

火～金曜日 9:00～19:00 土・日曜日・祝日 9:00～18:00
※カフェ・新聞雑誌コーナーは7:30～

●休館日 5日(月)、13日(火)、19日(月)、26日(月)、28日(水)

申 問 ☎382-5437



筒井頼子さん講演会 私の絵本づくり

日 11月3日(火・祝) 13:30～15:00
(12:40～ ギャラリートーク)

場 増田公民館 ホール 対 一般(お子様連れ可) 定 80人

料 なとと会員 無料 非会員 500円

申 受付中 図書館に電話または直接

※11月1日(日)～21日(土)図書館2Fで展示も行います。

ウィキペディアタウン in 名取 講座&ワークショップ

日 10月12日(月・祝) 講 海瀬(らっこ)氏

場 増田公民館 講義室 ※どちらかのみの参加可

申 受付中 図書館に電話または直接

情報リテラシー講座

時 11:00～12:00

対 小学生以上
(小学生は保護者同伴)

定 40人

ワークショップ
(ウィキペディアタウン)

時 13:00～16:00

対 なとと会員(中学生以上)

定 15人

大人の寺子屋 ～みんなで脳をリフレッシュ～

日 10月27日(火) 10:00～

場 おはなしのへや 対 70歳以上の方 定 20人

内 音読、フレイル予防の軽体操など

申 10月1日(木) 9:00～ 図書館に電話または直接

七十七銀行マネー講座 in 名取市図書館
「プロから学ぶ大人のためのお金のはなし」

日 10月29日(木) 10:00～11:30

場 増田公民館 研修室1・2

講 七十七銀行 銀行員 定 30人

内 相続や、何歳からでも遅くない資産形成について

申 受付中 図書館に電話または直接

— 広報なとり9月号お詫びと訂正 —

○広報なとり2026年9月号34ページ
イベント案内コーナーにおける「歴史講座」の記事中、記載内容に誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

<訂正前> ・歴史講座「名取の郷土芸能 熊野堂十二神獅子踊」

・【ゲスト】松橋 正春氏

<訂正後> ・歴史講座「名取の郷土芸能 熊野堂十二神鹿踊」

・【ゲスト】板橋 正春氏

ナイトライブラリー

「名取の地でぶどうを育てる ～夜の図書館でワインの話を～」

日 10月30日(金) 19:30～20:30 場 カフェコーナー

ゲ 鈴木 大介(だい)氏

(SOURIREVINEYARD スリールヴィンヤード)

対 一般 定 40人

料 なとと会員 無料 非会員 300円

申 10月1日(木) 9:00～ 図書館に電話または直接

なとと学生企画 ビーズしおり作り

日 10月4日(日) ①10:00～、②11:00～

場 ティーンズコーナー 料 100円(材料費)

対 学生(中学生以上) 定 各回10人(先着順)

ミニミニおはなしタイム★

日 10月1日、8日、15日、22日、29日(いずれも木曜日)
10:30～10:50

対 1歳～3歳くらいまで

土曜日のおはなし会★

日 10月10日(土) 14:00～14:30 スマイル

10月24日(土) 14:00～14:30 おはなしキラキラの会

対 概ね3歳以上

子ども映画会★

日 10月4日(日) 14:00～

映 「チキップダンサーズ なんだか こころも おどるんだ」

時 約40分(途中退席可)

★場所はいずれも「おはなしのへや」。申込不要。

シネマ倶楽部(一般向け)

日 10月18日(日) 14:00～ 場 増田公民館 講義室

映 「美女と野獣」

内 原作小説を元に実写映画化。ベルと野獣の、愛の物語。

定 40人 時 113分

申 10月1日(木) 9:00～ 図書館に電話または直接

読み終わった本を寄贈してください

12月の図書館まつりで「ブックリサイクル」を行います。

ご家庭で読み終わった本をぜひ図書館にお持ちください。

受付期間 11月29日(日)まで 受付場所 図書館のカウンター

ただし、次の本は受け取れません。

・百科事典・全集・週刊誌・漫画・有害図書・汚れや損傷が激しいもの



Instagram

イベント等の情報を発信しています。
「いいね!」お待ちしております♪



Facebook

名取市スポーツ協会

●市民体育館の一般公開(無料開放日など)行事予定・教室予定はホームページでご確認ください。

●申込方法 来館または電話(先着順受付。定員になり次第、締切)

●教室に参加される際は、運動できる服装、室内用シューズ、飲料水、タオルなどをご持参ください。

申 問 NPO法人名取市スポーツ協会(市民体育館) ☎384-3161 HP <https://natori-taikyou.or.jp>

行事予定は
こちら! ↓



教室予定は
こちら! ↓



バランスボールで体幹を鍛えよう!Ⅲ

日 10月28日、11月4日・11日・

18日・25日(水曜日・全5回)

①9:30～10:30 ②10:45～11:45

場 市民体育館 武道場

対 原則 市内在住・勤務・通学者

定 各20人 料 2,000円

申 10月14日(水) 9:00～

クライミング体験教室Ⅰ

日 11月6日・13日・20日・27日、

12月4日(金曜日・全5回)

17:00～18:30

場 クライミングジム BOLZ南仙台

対 市内小学生

定 10人 料 2,500円

持 タオル・飲料水・薄めの靴下
※動きやすい服装でご参加ください。

申 市内:10月22日(木) 9:00～

初心者・初級向け卓球教室

日 11月9日・30日、12月7日・14日・

21日(月曜日・全5回)

13:30～15:30

場 市民体育館 アリーナ

対 原則 市内在住・勤務・通学者

定 24人 料 2,000円

持 タオル・飲料水・室内用シューズ・
ラケット(貸出有)

※動きやすい服装でご参加ください。

申 10月26日(月) 9:00～

♪ タイハクホール名取(文化会館)

- 休館日 6日(火)、20日(火)
- 保守点検日 13日(火)、27日(火)

※施設予約抽選の方法が変わりました。
詳しくはホームページをご覧ください。

下記内容は発行日現在のもので、主催者の都合により掲載していない催事もあります。
詳しくは、★は文化会館まで、それ以外は各主催者までお問い合わせください。

申 問 タイハクホール名取 ☎384-8900

HP <https://bunka.natori.or.jp/>



務川慧悟ピアノ・リサイタル ★

日 10月3日(土) 14:00開演(13:00開場)
場 中ホール
料 全席指定 一般 4,500円
U25席 2,000円(枚数制限あり)

※未就学児入場不可

プレイガイド:タイハクホール名取(文化会館) 他



歌心りえ「Sing A Life」

日 10月10日(土) 14:00開演(13:15開場)
場 大ホール
料 全席指定 7,500円

※未就学児入場不可

プレイガイド:タイハクホール名取(文化会館) 他

問 仙台放送 事業部

022-268-2174(平日11:00~16:00)

ANRI LIVE 2026 Heaven Beach

日 10月12日(月・祝) 16:30開演(16:00開場)
場 大ホール
料 全席指定 9,500円

※未就学児入場不可

プレイガイド:タイハクホール名取(文化会館) 他

問 ニイタカプラス

022-380-8251(平日11:00~15:00)

第51回なとり文化芸術祭

日 10月17日(土)・18日(日) 10:00~16:00
作品展示の部(両日 10:00~16:00)
舞台発表の部(18日(日) 10:00~16:00)

場 全館 料 無料

問 名取市教育委員会 教育部文化・スポーツ課 文化振興係
022-724-7175

星屑の町 ~忘却篇~

日 10月25日(日) 14:00開演(13:15開場)

場 大ホール

演 大平 サブロー、小宮 孝泰、渡辺 哲、でんでん、有蘭 芳記、
菅原 大吉、戸田 恵子、竹内 都子、春風亭 昇太 他

料 全席指定 【S席】一般:8,500円 【A席】一般:7,500円
※未就学児入場不可

プレイガイド:タイハクホール名取(文化会館) 他

問 ニイタカプラス

022-380-8251(平日11:00~15:00)

ふるさと名取秋まつりロビーコンサート★

日 11月3日(火・祝)

①12:45~13:15 ②14:10~14:40

場 大ホールホワイエ 料 無料

演 弦楽合奏団ゲグゲロゾリステン

🏠 歴史民俗資料館

● 開館時間 9:00~17:00

● 休館日 毎週月曜日(祝・休日の場合はその翌平日)、
年末年始(12月29日~1月3日)
※上記によらず、開館・休館とする場合があります。

● 申込方法 直接または電話で申し込みください。

● イベント申込の注意点

※先着順に受け付けし、定員になり次第締め切ります。
※参加者本人もしくはご家族の方のみ受け付けます。
※小学生以下の方が参加される場合、保護者の方の同伴が必要です。
※イベント参加時は、多少汚れてもよい服装でご参加ください。

申 問 ☎724-7935

資料館HPは
こちら⇒



第26回企画展『関上浜のなりわいと風習』

内 関上における漁業や、行商として働いた五十集(いさば)の人々、またそれにかかわる特徴的な風習などを展示品を交えながら紹介します。

日 10月4日(日)~12月20日(日) 料 無料

展示解説案内

内 名取市歴史民俗資料館の常設展や企画展について
当館職員とボランティアが解説します。

日 10月10日(土)

①10:00~11:00 ②13:30~14:30

料 無料 申 不要 場 不要考古の展示室 受付前

体験イベント 米俵づくり見学・体験

内 米俵のつくり方を講師の方に実演してもらい、途中依頼み機でわらを編んでいく体験を行います。米俵はどうやってつくられているのか、実際に見学・体験できる貴重な機会です。ぜひご参加ください。

日 11月7日(土) 13:30~15:30

講 菅野 耕太郎氏、菅野 清蔵氏

料 無料 定 20名 申 10月24日(土) 9:00~

第7回『資料館まつり』を開催します

「資料館まつり」を今年も開催します。民俗芸能や名取昔ばなしの披露に加え、様々な体験やイベントが楽しめる年に一度のおまつりです。

スタンプラリーに参加された先着100名様には、名取の歴史文化のシンボル「雷神山古墳」をイメージした「古墳クッキー」をプレゼント。その他、ビンゴ大会などでも素敵な景品をご用意しております。ぜひお越しください! ※事前申し込み不要

日 10月31日(土) 10:00~14:00

※雨天時は11月1日(日)に順延。両日雨天の場合は中止。

内 ○優雅な民俗芸能を見てみよう! (花町神楽)

○名取の昔ばなしを聞いてみよう!

(名取昔ばなし語りの会)

○吹奏楽の演奏(名取市立第二中学校吹奏楽部)

○体験コーナー:

まが玉づくり、缶バッチづくり、魚釣りゲーム、
仙台市縄文の森広場(クルミでつくるイノ シシマスコット)、
仙台市地底の森ミュージアム(まつぼっくりっぱを作ろう!)、
東北学院大学博物館(昔なつかし? コマで遊ぼう!)

○イベント他:

スタンプラリー、ビンゴ大会、物販コーナーなど

わが家のアイドル

3歳未満のお子さんを、応募順に掲載しています。写真のほか、お子さんの名前(ふりがな)、性別、生年月日、連絡先、写真の説明(50字以内)を書いて、メールで送ってください。480×640ピクセル・解像度200dpi以上のデータを受け付けます。☑voice@city.natori.miyagi.jp



もり なつひ
森 夏日 くん

令和7年7月生まれ

4人きょうだいの末っ子☆
みんなに愛されて、すすく元
気に大きくなりますように！



さとう あかり
佐藤 朱 ちゃん

令和7年9月生まれ

ママと同じ誕生日に生まれました☆
お兄ちゃん2人と元気いっぱい
に遊ぼうね♪
佐藤家へようこそ！



せき こうせい
関 孝成 くん

令和6年10月生まれ

こんなに大きくなりました。
「こうせい～」と呼ぶと振り向い
てくれます。みーんなをメロメロ
にしています。

市長コラム

縦走

「10月、名取を歩こう。」

皆さんは「最近、運動不足だな」と感
じることはありませんか？

仕事や子育て、介護や地域での役割
など、忙しい毎日を過ごしていると、
どうしても運動や健康づくりの時間
を確保することが難しくなります。

10月は「体力づくり強調月間」。ス
ポーツ庁や体力づくり国民会議など
が中心となって国民の健康・体力づく
りを集中的に呼びかけています。

私はここ数年間、毎日平均12000
歩を歩いています。朝の通勤や仕事帰
りはなるべく歩いたり、たまに自転車
に乗ったりもします。また、最近はお
やじダンス」にも挑戦を始めました。

「運動を始めよう」と構えるとハー
ドルが上がりますが、「10分だけ体を
動かそう」と考えたら、昼休みに10分
散歩する、エレベーターではなく階段
を使う、犬の散歩を10分延長するな
ど、様々なアプローチが可能ではな
いでしょうか。

名取市長

山田 司郎 さん



そして今月は「オクトーバー・ラン
& ウォーク」も開催されます。スマホ
のアプリを使って月間の歩数を楽し
く競うイベントで、私も毎年参加して
います。

皆さんも歩く速度でしか見えない
名取市の魅力を満喫しながら市内を
歩いてみませんか？

幸い名取市には歩いて心地よい場
所がたくさんあります。新しく展覧
デッキが整備される海の見える丘公
園や生物多様性を肌で感じる十三塚
公園、古墳ウォークや熊野三社巡り、
みちのく潮風トレイルなどなど。

健康は、毎日の小さな一歩から。健
康のために運動するのではなく、名
取市内を楽しく歩いていたら健康に
なつた！

そんなまちを目指していきたいと
思っています。



オクトーバー・ラン &
ウォークについては
こちら

