



岩出山総合支所からのお知らせ

<令和6年 12月 No.220>



編集・発行 大崎市岩出山総合支所地域振興課 〒989-6492 大崎市岩出山字船場 21
TEL: 72-1211 FAX: 72-1290 E-mail: i-chiiki@city.osaki.miyagi.jp

令和6年 11月1日現在 岩出山地域の世帯数と人口（前月比）

世帯数: 4,044 (-6) 人口: 9,266 (-28) 男: 4,606 (-10) 女: 4,660 (-18)

岩出山地区 11月1日現在 令和6年の火災件数: 3件（前年比-3）内訳: 車両1件, 林野1件, 建物1件

ご長寿満 100歳 おめでとうございます

大学町行政区の櫻井順一様が満100歳を迎えられ、市より記念の祝詞を贈呈しました。

順一様の長生きの秘訣は、毎日、娘さんと一緒に讃美歌をうたうことと聖書を読むことだそうです。

楽しみにしていることは、水戸黄門を見ることだそうです。

順一様、これからもどうぞお元気で。



令和7年度版 岩出山地域年度行事予定表 広告掲載募集

応募枠数: 18枠

広告サイズ

縦25mm×横55mm/枠（程度）

広告掲載料: 10,000円/年
（毎月掲載）※予定表は全戸配布

広告掲載箇所

毎月の予定表下部に

縦3列、横6列の計18枠

広告受付期間

12月2日(月)9時から

12月9日(月)17時

広告申込

FAX: 72-1290 または持参

広告掲載の決定: 先着順ですが、選考規定に基づき最終決定します。

【問】岩出山まちづくり協議会事務局

☎72-1211

年末年始の公共施設業務状況

	大崎広域中央クリーンセンター リサイクルセンター(粗大ごみ)		総合支所 岩出山分院
	家庭ごみ収集	直接搬入	
12/27(金)	燃やせるごみ	営業	通常業務
12/28(土)	収集なし	休み	
12/29(日)	収集なし	営業	
12/30まで営業 12/31～1/2 休み			12/28～1/5 休み
1/3(金)	燃やせるごみ	営業	
1/4(土)	収集なし	休み	
1/5(日)	収集なし	休み	
1/6(月)	びん	営業	通常業務
問い合わせ	クリーンセンター ☎28-2386 リサイクルセンター ☎28-1756		支所 ☎72-1211 分院 ☎72-1355



岩出山予約型乗あい交通

年末年始は 12/28(土)から 1/5(日)まで運休



岩出山スキークラブ主催 スキー初滑り

日時: 12月15日(日)

7時に岩出山総合支所前を出発します。

場所: 岩手県夏油高原スキー場

会費: 会員 大人 2,000円 子供 1,000円
一般 大人 3,000円 子供 1,500円

※中学生以上大人料金、リフト料金別途

申込締切: 12月11日(水)まで

備考: 参加者 10名以下の場合は中止。

【問・申込】岩出山体育センター ☎72-1210



保健推進員岩出山支部主催

「岩出山地域 医師講演会」のお知らせ

「知っておきたい冬の血圧管理」

～血管の怖い病気、脳卒中や心疾患を予防しよう～

日時: 令和6年 12月11日(水)

13時30分から 15時30分

13時10分より受付開始

会場: スコーレハウス 2階 研修室

講師: 高橋 望 先生(医療法人 高橋医院 院長)

参加費: 無料

持ち物: 筆記用具

※適塩みそ汁の無料試飲もあります。ぜひご参加ください。

【問・申込】市民福祉課 ☎72-1212 または地区の保健推進員



～いつまでもときめき、心身ともに健康でいよう！～

これから寒さに向かう季節になると、運動で体を動かす機会が少なくなりがちです。生活習慣の改善に取り組んでいる方、血圧および血糖のコントロールをしている方は、日々の運動の取り入れが重要です。消費エネルギーを増やす習慣を身につけ、体を動かすためにできることから始めましょう。



●座りっぱなしにならない

⇒10分に1回は席を立ったり、こまめに体を動かしましょう。デスクワークやテレビ視聴で座っている時間が長いと、ほとんどエネルギーを消費しません。意識的に体を動かすことで、エネルギーを消費しやすい環境をつくりましょう。

●生活活動で消費エネルギーを増やす

⇒掃除や洗濯、炊事、買い物、ごみ出し、庭の手入れなど日常的な家事も「生活活動」として運動と同等の活動量になります。すぐに運動が取り入れにくい場合には、生活活動を少しずつ増やしていきましょう。

●筋トレを週に2～3回取り入れる

⇒ウォーキングなどの有酸素運動とスクワットなどの筋肉運動を組み合わせることで肥満予防や筋力低下予防の効果が期待できます。無理をせず体を動かす機会を増やしていきましょう。

【問】市民福祉課健康増進担当 ☎72-1212

冬道の安全運動1・2・3運動実施中

12月1日から令和7年2月28日まで

- ① 割スピードダウンしよう
- ② 倍の車間距離をとろう
- ③ 分早めに出発しよう

【問】玉造地区交通安全協会事務局 ☎82-2173

滑走事故防止3原則

- 急 ブレーキをかけない
- 急 ハンドルを切らない
- 急 加速しない



みやぎ手帳、大好評予約受付中！

みやぎ各地の行事・イベントを網羅！
お出かけ情報から日々の生活に役立つ情報が
掲載され、何かと役に立つ手帳です。
予約ご希望の方は以下の連絡先まで！！

【問・申込】地域振興課 ☎72-1211



岩出山体育センター トレーニングルーム利用講習会のお知らせ

令和6年12月の開催日は以下のとおりです。

講習日：12月13日(金)18時30分から20時
12月21日(土)15時30分から17時

会場：岩出山体育センター2階トレーニングルーム

受講料：一般200円、高校生100円

対象：高校生以上 定員：各開催日5名

持ち物：運動のできる服装、室内用運動靴、

水分補給用飲料 申込締切：開催日の前日まで

令和3年5月以前に登録された方も新たに受講が必要になります。

※講習会受講後すぐに登録証を交付いたします。

【問・申込】岩出山体育センター ☎72-1210



岩出山公民館図書室へ行こう！

※本と出会い・ふれあい、本と友だちになろう※

□おはなし会

日時：12月28日(土)10時30分から11時

対象：どなたでも

□開館時間

9時から17時

(日曜日のみ9時から16時)

□休館日

12月5日(木)

12月29日(日)から1月3日(金)



【問】岩出山公民館図書室 ☎72-0357

消防署からのお知らせ

“ヒートショック”にご注意ください！

寒さの増す冬期間には、入浴時の事故等が増加します。温度差により血圧が急激に変動して身体に悪影響を及ぼすことがあり、心筋梗塞や脳梗塞の引き金になる場合もあります。

～安全・安心な入浴をするための心得～

- ・入浴前後に水分補給をする
- ・脱衣所や浴室を暖めておく
- ・湯を熱くしすぎない
- ・かけ湯をする
- ・飲酒後や食事、運動後1時間以上あけて入浴する
- ・高齢者が入浴している際は、周りの人が目を配る

冬期の路面凍結、転倒に気をつけましょう！！

冬期は、路面の凍結や圧雪の表面に氷の膜が張った場所での転倒事故が発生しやすくなります。外出の際、凍った路面を歩くときは細心の注意を払い、転倒防止に努めましょう！！

【問】鳴子消防署岩出山分署 ☎72-1560



□司法書士無料法律相談(予約優先)

多重債務や相続登記問題などの相談に応じます。

日時：12月12日(木)13時から16時

会場：岩出山総合支所 1階第1会議室

申込：前日まで電話申し込み

【問・申込】宮城県司法書士会 ☎23-1802

□人権相談(人権週間)

日時：12月6日(金)10時から15時

会場：岩出山総合支所 1階第1会議室

□行政相談

日時：12月16日(月)9時から正午

会場：岩出山総合支所 1階第1会議室

【問】地域振興課 ☎72-1211



どの相談も秘密は厳守されます

