



## 鳴子温泉地域 春の統一清掃

例年4月の第3日曜日に開催している鳴子温泉地域春の統一清掃について、下記のとおり実施いたします。

**日時** 4月16日(日) 6:00開始 雨天決行

※開始時間は地区によって異なる場合があります。  
※詳細は鳴子総合支所だより4月号と同時に配布されるチラシをご覧ください。

(問) 鳴子総合支所地域振興課 ☎ 82-2111

## 市道管理のお願い

農作業が始まる季節です。農耕用機械等の出入りにより、道路上に泥等を飛散させた場合は、スコップやホウキにより清掃していただきますようお願いいたします。

(問) 鳴子総合支所地域振興課 ☎ 82-2111

## 「全ての自転車利用者に対する乗車用ヘルメット着用の努力義務」

令和5年4月1日から、道路交通法の一部が改正されます。自分の命を守るため、ヘルメットを装着しましょう。

○自転車の運転者は、乗車用ヘルメットをかぶる努力義務

○他人を当該自転車に乗車させるときも、乗車用ヘルメットをかぶらせる努力義務

(問) 玉造地区交通安全協会事務局 ☎ 82-2173

## ソーラー電気柵の貸付について

鳥獣による農作物被害を軽減するため、農地に設置するソーラー電気柵を貸付します。

**貸付対象者** 鳴子温泉地域内に農地を所有し、農作物に鳥獣被害を受けており、**初めて当制度を利用する方(世帯)**。

**貸付面積** 最大1畝(約100m四方)まで使用可能  
**貸付期間** 許可日から令和6年2月29日までのうち、希望する期間。

**申込機関** 4月12日(水)～5月16日(金)

**申込方法** 鳴子総合支所地域振興課に備え付けの申込書へご記入の上、下記担当まで提出してください。

**注意事項** 先着10名に限ります。

(問) 鳴子総合支所地域振興課農林担当 ☎ 82-2111

	人権相談	行政相談
日時	4月21日(金) 10:00~15:00	5月10日(水) 10:00~12:00 ※4月は開設しません
場所	鳴子総合支所 1階 協働室2	鳴子公民館 2階 研修室

(問) 鳴子総合支所地域振興課 ☎ 82-2111

## 鳴子公民館講座 参加者募集

### 「軽運動&レクリエーション」

音楽に合わせて身体を動かしたり、手ぬぐいを使ったレクリエーションなど、楽しく身体を動かして、運動不足を解消しませんか!

**日時** 4月26日(水) 10:00~11:30

**場所** 鳴子公民館ホール

**講師** 高橋 とみゑ 氏

**参加費** 無料

**定員** 25名

**持ち物** 手ぬぐい・汗拭きタオル・飲み物・マスク

**申込期間** 4月3日(月)から

定員に達し次第締め切ります。

(問) 鳴子公民館 ☎ 82-2101

## マスク着用は個人の判断が基本となります

これまで屋外では原則不要、屋内では原則着用としていましたが、令和5年3月13日からマスク着用は個人の判断が基本となります。

ただし、以下のような場合には注意しましょう。

### 周囲の方に感染を広げないために

「受診時や医療機関・高齢者施設などを訪問する時」、「通勤ラッシュ時など混雑した電車・バスに乗車するとき」にはマスクを着用しましょう。

### ご自身を感染から守るために

「重症化リスクの高い方(高齢者、基礎疾患を有する方、妊婦)が感染拡大時に混雑した場所に行く時」

本人の意思に反してマスクの着脱を強いることがないように、個人の主体的な判断が尊重されるよう、ご配慮をお願いします。  
※事業者の判断でマスク着用を求められる場合や従業員がマスクを着用している場合があります。

厚生労働省、大崎市リーフレットより抜粋

## 鳴子消防署からのお知らせ

### 山火事の予防について

3月から5月にかけて空気が乾燥し、野焼きの不始末や入山者のたき火等により、山火事の危険性が高い時期となります。

風が強い日にはたき火や野焼きをしない、火を扱うときはその場を離れない等に注意して山火事の防止に気を付けましょう。

【令和5年 統一標語】

### 「火の確認 山を愛する あなたのマナー」

(問) 鳴子消防署 ☎ 82-2349

## 身体を動かし元気度アップ

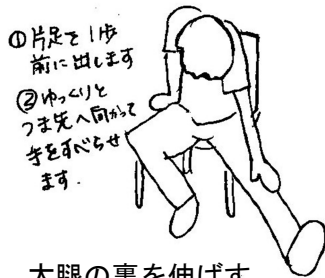
冬の間は寒くて動くことが億劫になり、身体がなまりがちですが、暖かくなってようやく体を動かしやすい季節になりました。メタボ・介護予防のためにも身体を動かしましょう。

### ストレッチで体をほぐそう



①椅子に  
つかまり  
片足が伸び  
ています。

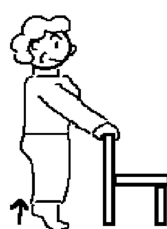
ふくらはぎを伸ばす



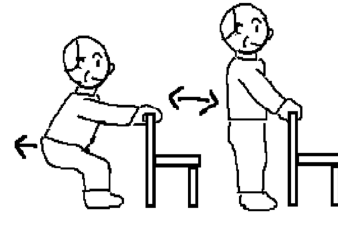
①片足を1歩  
前に出します  
②ゆっくりと  
つま先へ向けて  
手を伸ばさせ  
ます。

太腿の裏を伸ばす

### 筋トレで筋力アップ代謝もアップ



かかとを上げて  
ふくらはぎを鍛える



スクワットで  
太腿を鍛える

ウォーキングなどの有酸素運動で脂肪も燃焼しよう。

(問) 鳴子総合支所市民福祉課 ☎ 82-3131

## 4月の大崎市民病院鳴子温泉分院外来診療案内

診療科目	受付時間	月	火	水	木	金
内科	午前 8:30~ 11:30	本良 いよ子 (新患は別医師)	佐藤 和 則	佐藤 和 則	東北大学 神経内科医師	佐藤 和 則
外科		佐藤 明 裕	佐藤 明 裕	佐藤 明 裕	(訪問診療)	佐藤 明 裕
整形外科		今野 祐 生	—	東北大学 整形外科医師	今野 祐 生	東北大学 整形外科医師
耳鼻咽喉科		—	—	—	本院 医師	—
総合診療		—	—	—	管理者 並木健二 (4/13) 予約制	—
眼科	午後 1:00~ 3:00	—	東北大学 眼科医師	—	—	—
小児専門		—	—	—	岩 城 利 充 (4/20)	—
乳腺専門		—	本院 吉田龍一 再診専門 (未定)	—	—	—

## 公民館図書室をご利用ください！

新規登録者  
募集中！！

### 一般・読み物

朝星夜星  
ガウディの遺言  
僕の女を探しているんだ  
恋とそれとあと全部  
Change the World  
東大に名探偵はいない  
母という呪縛 娘という牢獄  
今日はいい天気ですね。

朝井 まかて  
下村 敦史  
井上 荒野  
住野 よる  
秦 建日子  
市川 憂人他  
齊藤 彩  
群 ようこ

### 一般・その他

「神話」の歩き方  
池上彰の今さら聞けない日本のこと  
92歳総務課長の教え  
マンガぼけ日和  
安倍晋三回顧録  
いちごのお菓子づくり

平藤 喜久子  
池上 彰  
玉置 泰子  
矢部 太郎  
安倍 晋三  
今井 ようこ

### 絵本

だいじょうぶ！いちねんせい  
パンダのがらをなんにする？  
ショートケーキになにのせる？

大木 あきこ  
おおのこうへい  
おおのこうへい

(問) 鳴子公民館 ☎ 82-2101

◆居宅で安心して療養ができるように在宅医療・訪問看護を行っております。詳しくは在宅医療センター(院内)にお問い合わせください。

◆他の医療機関からの紹介で当院へ来院される場合には、紹介状をいただいでください。

◆4月3日(月)の外科外来は休診。  
◆4月3日(月)、7日(金)、17日(月)、21日(金)の外科外来は9時30分からの診療。

※月曜日は、本良医師の予約患者以外の診療(新患)が遅れることがありますのでご了承願います。

※担当医師の出張などにより変更・休診となる場合があります。またスタッフの勤務体制によっては、発熱患者さんへの対応ができないことがありますのでご了承願います。

(問) 鳴子温泉分院 ☎ 82-2311

## 大崎市の人口(3月1日現在) ( )内は前月比

地域	男	女	計	世帯数
大崎市	61,593(-35)	63,571(-59)	125,164(-94)	52,737(+10)
鳴子温泉	2,471(-8)	2,657(-11)	5,128(-19)	2,489(-8)

### 編集・発行

大崎市鳴子総合支所地域振興課  
宮城県大崎市鳴子温泉字鷺ノ巣86番地1  
TEL 82-2111 FAX 82-2533  
Eメール n-chiiki@city.osaki.miyagi.jp