



みやぎ元気人 将棋に打ち込む成田兄・妹(仙台市)

特集 心当たりありませんか?
食べ過ぎ飲み過ぎ運動不足



出羽仙台街道中山越 鳴子町

発行 宮城県総務部広報課 〒980-8570 仙台市青葉区本町三丁目8番1号 ☎022(211)2111(内線2303) URL http://www.pref.miyagi.jp/kohou/ 印刷 仙台印刷工業団地協同組合

第38回

子ども県政だより
 いろんなぎもんをナンダロウくんとハテナちゃんが楽しく解決!

11月1日は**みやぎ教育の日**



ナンダロウくん
 ハテナちゃん

県では、お父さんやお母さん、地域の皆さん、学校と一緒に子どもたちの教育のことを考える日として、11月1日を「みやぎ教育の日」と決めました。これをきっかけに、皆さんも自分でできることを考えてみませんか?

ぼくたちはこんなことをやっているよ。

- 1 規則正しい生活をしよう。**
 はやね、はやおき、朝ごはんを食べることなどは、規則正しい生活の第一歩です。きちんと朝ごはんを食べる子の方がテストの点数が高いという調査結果もあるんだよ。
 - 2 本を読もう。**
 今はちょうど読書週間(10月27日～11月9日)なんだよ。
 - 3 家族との会話を大切に。**
 普段、なかなか話せない、将来の夢や希望について話し合ってみよう。
- みんながぼくたちの将来のことを考えてくれているんだね。
 私たちももっと真剣に考えなきゃね。

☎ 教育庁総務課
 ☎022(211)3615
<http://www.pref.miyagi.jp/kyouiku/>

ラスト・ラン

「助走」というタイトルのこの欄も、私が書くのはこれが最後です。最後の走り、つまり、ラスト・ランです。17年前、私の初めての著書が「豊かな福祉社会への助走」でした。そのあと、副題が「走りながら考えた」、「ジョギング知事のはり書き」という本を続けて出版しました。現在も、個人のホームページで「ジョギング日記」をせっせと書き、「シローの走り書き」を週一回掲載しています。

私にとっては、走ることが生活の一部です。早朝ランニングの習慣は19年目に入りました。やせることを目的に走り出し、体重8キロ減で目的は達したのですが、すぐに楽しみに変わりました。一人で走っているだけではつまらないので、毎週日曜日には数十人の仲間と走る機会を持っています。年に何回かはレースにも出ます。

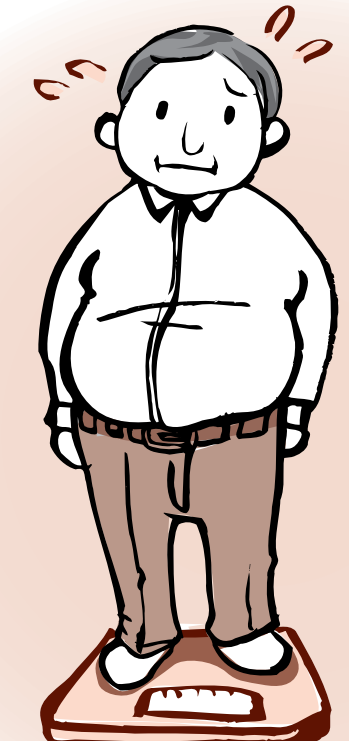
走るとは健康にもいいのですが、精神面の支えにもなることは、特に知事になってから実感しました。ストレス無用、前向き志向、アイデア量産で12年間来られたのは、走るという習慣があったからです。身体のためには、ウォーキングのほうが無理な負担をかけないのでいいのですが、私にとって「前向きな挑戦」ということでは、走るのにかないません。

知事を辞めたあとも、走り続けます。60歳で10キロを60分台で、70歳では70分台で走るのが目標です。走りながら、いろいろなことを考えますが、しばらくは、有意義に楽しく健康で知事の仕事を12年間務めることができたことに感謝しながら走ることになるでしょう。早朝の街で出会ったら、これまでどおり「おはよう」と声を掛けてください。

宮城県知事 浅野史郎

心当たりありませんか？

食べ過ぎ 飲み過ぎ 運動不足

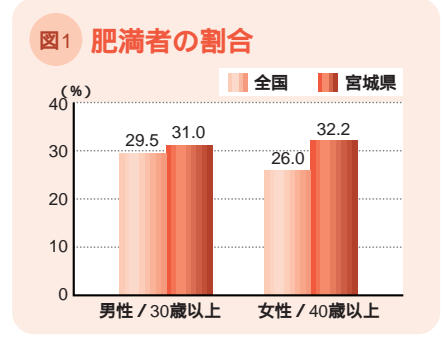


食へ過ぎ、飲み過ぎ、運動不足。心当たりのある方も多いのではないのでしょうか。「健康は誰もが手にしたいものです。そのためには、きちんとした生活習慣も必要です。県では、十一月十一日を「みやぎ健康の日」と定めています。この機会に、自分自身や家族の健康を考えてみませんか。」

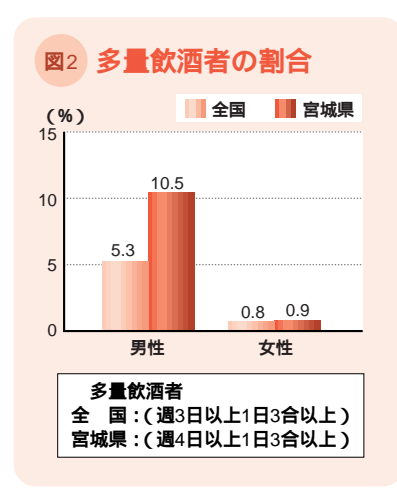
今年六月に、県内の成人男女を対象に県民健康調査を実施しました。その結果、こんな「みやぎ県民像」が浮かび上がりました。

「多すぎます。ふくよか」な方、三十歳以上の男性、四十歳以上の女性のほぼ三人に一人が肥満

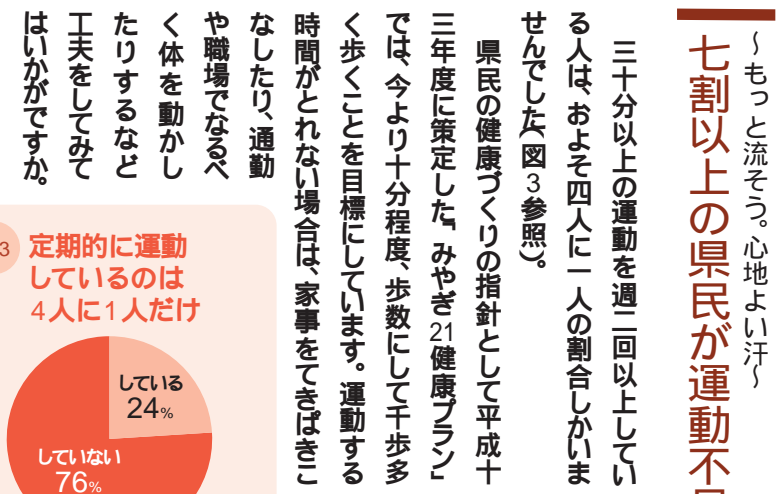
三十歳以上の男性、四十歳以上の女性の三割が肥満（注）でした。また、男性、女性とも肥満者の割合は全国平均より多くなっています（図1参照）。
肥満とはただ体重が多いことではなく、体に脂肪が過剰に付いていることをいいます。肥満は糖尿病、高血圧症、高脂血症等を



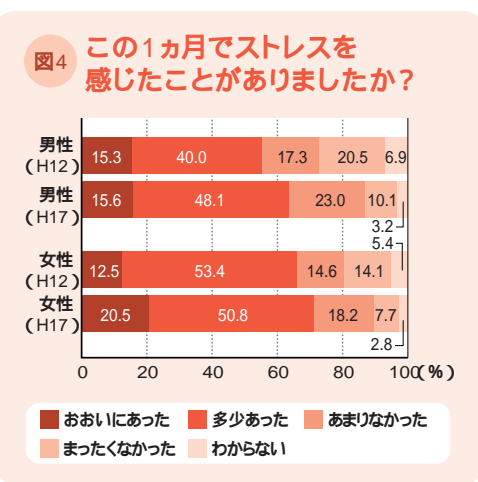
引き起こし、そのままたまにしておくと脳卒中や心筋梗塞狭心症などの生活習慣病の原因にもなります。
（注）BMI（体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)）が25以上の方
「もう一杯」を我慢しよう
男性の約二割が、日本酒に換算すると三



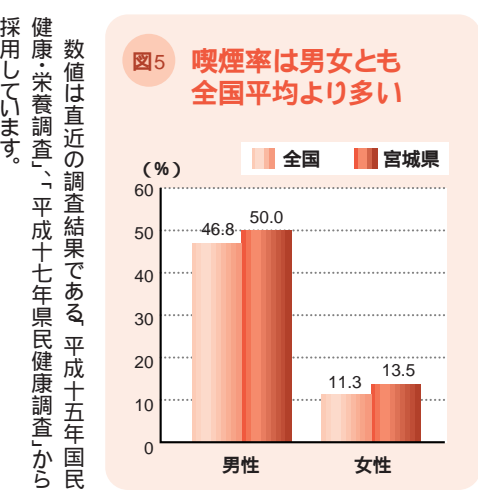
合以上のアルコール類を週四日以上飲んでいきます（図2参照）。
「酒は百薬の長」ともいわれますが、飲み過ぎはよくありません。
健康のための適量とは、ビールなら中瓶一本、清酒なら一合弱、焼酎（二十五度）なら「ジョリ」二分の程度（純アルコール量にして約二十グラム相当）が目安になります。



「もっと流そう。心地よい汗」
七割以上の県民が運動不足
三十分以上の運動を週二回以上している人は、およそ四人に一人の割合しかいませんでした（図3参照）。
県民の健康づくりの指針として平成十三年度に策定した「みやぎ21健康プラン」では、今より十分程度、歩数にして千歩多く歩くことを目標にしています。運動する時間がとれない場合は、家事をてきぱきこなし、通勤や職場でなるべく体を動かし、たりするなど工夫をしてみたいかがですか。



「たまっていません。ストレスを感じていません」
ストレスを感じている人が確実に増えています
男性の六割、女性の七割が悩みやストレスを感じています（図4参照）。
ストレスの原因は人それぞれですが、男性は「仕事上のこと」、女性は「家族や家庭のこと」が大きなストレスになっているようです。ストレスの解消には何より、休養や十分な睡眠をとることが必要です。
また心から楽しめるもの、夢中で取り組めるものなど自分にあつた方法を見つけましょう。
「大きな流れは、禁煙」
喫煙率は男女ともまた全国平均を上回っています（図5参照）。
また、年代別では二十歳代の喫煙率が男女とも一番高く、年代が高くなるほど喫煙率は減少していく傾向にあります。
たばこを吸っている人の約七割は、「たばこ



をやめたい」「本数を減らしたい」と考えています。なかなかやめられないのは、「意志が弱いからではなく、依存症」であるためです。
禁煙を実行するにはいろいろな方法があります。具体的禁煙方法や禁煙外来のある医療機関を知りたい方は健康対策課や各保健福祉事務所へお問い合わせください。

メタボリックシンドロームに要注意!

おなかのまわりが太くなったら...
内臓肥満?
ウエスト
男性：85cm以上
女性：90cm以上

高血圧：(最大)130mmHg以上または(最少)85mmHg以上
高脂血症：中性脂肪150mg/dL以上またはHDL(善玉)コレステロール40mg/dL未満
高血糖：空腹時血糖値110mg/dL以上のいずれか2つ以上が重なると...

メタボリックシンドローム
脳卒中 心筋梗塞 狭心症などの危険性が高まります。

(おへその高さで測りましょう。)

元気になる“みやぎ弁当” ~若手料理人甲子園 in みやぎ入賞者決定~

みやぎの食材を使った創作料理コンテスト。今年は「元気になる“みやぎ弁当”」をテーマに募集したところ、全国の35歳以下のプロの料理人から69作品の応募がありました。一次審査・二次審査を経て選ばれた8作品のうち、上位3人が、食生活ジャーナリストの岸朝子さん、料理評論家山本益博さんら4人による最終審査会に挑戦しました。

優勝 みやぎまるごと!!彩り弁当
 村上智子さん(24歳・仙台市)

女川のサンマ、仙南つるむらさき、ミヤギノパークなどの海・山・里の幸が詰まった、彩り鮮やかなお弁当



準優勝 六角弁当 in みやぎ
 佐竹広信さん(21歳・仙台市)

ミヤギシロメ大豆のおから、宮城県産のり、古川なすなどふるさとの味を思い出させる、ちょっと懐かしいお弁当



3位 ~みやぎ発健康~ 愛・彩り弁当
 渡辺光彦さん(34歳・仙台市)

宮城県産牡蠣、銀鮭、舞茸などをボリュームがありながらヘルシーに仕上げたお弁当



入賞作品がお店で味わえます
 入賞作品の一部は、県庁18階レストラン「ごっつお十八番」[☎022(211)3880]を始め、県内飲食店等で実際に食べることができます(11月末日まで)。

予約の有無、価格などは各提供店によって異なります。詳しくは、下記ホームページをご覧ください。

お問い合わせ
 産業人材育成課 ☎022(211)2764
<http://www.pref.miyagi.jp/sanzin/>

大地震の再来に備える講演会に参加してみませんか?

警戒が必要な「宮城県沖地震」
 平成17年8月16日に宮城県沖を震源とするマグニチュード7.2の地震が発生し、県内の多くの市町村で震度4以上の強い揺れに見舞われました。

今回の地震では、県内の被害が比較的少なく済みましたが、翌17日に開催された国の臨時地震調査委員会によると「今回の地震は、想定されている宮城県沖地震ではない」との評価が出されました。

「30年以内に99パーセント」という宮城県沖地震の発生確率は変わらず、今後、大地震への警戒がさらに必要であることが指摘されています。

「地震への備え」を考える講演会を開催

「宮城県沖地震」による被害を最小限にとどめるためには、一人ひとりの事前の準備を含めた地域の防災力を高めていくことが重要です。

県では、各研究機関の最新の研究結果を踏まえて、私たちにとって、地域でどのような取り組みが必要なのかなどをテーマとした講



演会を関係機関と協力して実施します。
 みなさんの参加をお待ちしています。

地震・防災セミナー「宮城県沖地震の再来に備える」

日 時 = 11月15日(火)午後1時から4時30分まで
場 所 = 気仙沼中央公民館
主な内容 = 宮城県沖地震発生の可能性について、新潟中越地震の対応状況など

日本自然災害学会オープンフォーラム
 「宮城県沖地震対策の現状と課題
 ~いま、宮城県沖地震を迎え撃てるか~」

日 時 = 11月19日(土)午後1時から5時まで
場 所 = せんたいメディアテーク 1階オープンスクエア
主な内容 = 基調講演、パネルディスカッション、防災マップコンテスト、防災に関する展示、上映など

いずれも事前の申し込みは必要ありませんので、当日会場までおいでください。

お問い合わせ
 危機対策課 ☎022(211)2376
<http://www.pref.miyagi.jp/kikitaisaku/>

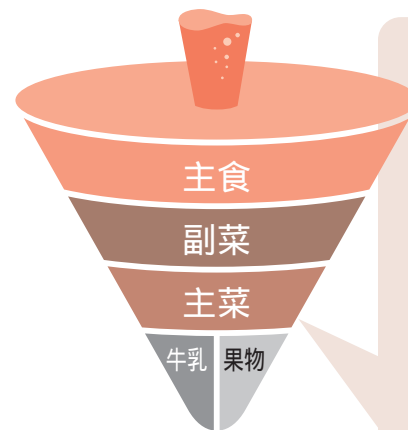
「健康」を手に入れるために「一に運動。」
 二に食事。」
 バランスのとれた食事をとろう

ウォーキングって?
 身体の筋肉の約7割を使う全身運動
 余分な脂肪を燃焼させて肥満予防
 心肺機能を高める(スタミナアップ)
 ストレス解消に

正しいウォーキング
視線 やや遠くを見る **あご** 引いて、自然に
胸 張り、背中を伸ばす
腕 90°に曲げ、前後に大きく振る
脚 しっかりと伸ばす **着地** かかとから
歩幅 身長1/2程度を目安にあるいは身長から100cm
 (若い人は80~100)を引いた値を目安に
歩調 リズミカルに
呼吸 歩くスピードに合わせて
 楽な呼吸リズムをみつけましょう

「健康」を手に入れるために「一に運動。」
 二に食事。」
 バランスのとれた食事をとろう

ウォーキングは体に無理な負担をかけない理想的な有酸素運動です。散歩や買い物、通勤など日常生活の中で誰もが手軽に行える運動です。



健やかで活力ある
 毎日を送るために
 今月は県内各地で「みやぎ健康の日」にちなんだ講演会やイベントが開催されます。お近くの会場に足を運んで、「健康づく

り」を始めてみませんか。
お問い合わせ
 健康対策課
 ☎022(211)2376
<http://www.pref.miyagi.jp/kentai/>

1日分	料理例
5~7つ 主食 ごはん、パン、めん	1つ分 = ごはん小盛り1杯 = おにぎり1個 = 食パン1枚 = ロールパン2個 1.5つ分 = ごはん中盛り1杯 = うどん1杯 = スパゲティ
5~6つ 副菜 野菜、きのこ、いも、海藻料理	1つ分 = 野菜サラダ = きゅうりとわかめの酢の物 = 具だくさん味噌汁 = ほうれん草のおひたし 2つ分 = 野菜の煮物 = 野菜炒め
3~5つ 主菜 肉、魚、卵、大豆料理	1つ分 = 冷奴 = 納豆 = 目玉焼き1皿 = 焼き魚 = 魚の天ぷら 3つ分 = ハンバーグステーキ = 豚肉のしょうが焼き = 鶏肉のから揚げ
2つ 牛乳・乳製品	1つ分 = 牛乳コップ半分 = チーズ1かけ = スライスチーズ1枚 = ヨーグルト1パック = 牛乳瓶1本分
2つ 果物	1つ分 = みかん1個 = りんご半分 = かき1個 = ぶどう半房 = 桃1個

(厚生労働省・農林水産省決定) <http://www.j-balanceguide.com/>

「食事バランスガイド」は、成人が1日にとる食事の適量(約2,000~2,400kcal)を「主食」、「副菜」、「主菜」、「牛乳・乳製品」、「果物」の5つの区分で示したものです。5つの区分でそれぞれ適量を食べることで、バランスの取れた食生活を送ることができます。糖尿病など医師から指示の出ている人は参考にできません。また、激しい運動や労働を行っている人は、適宜、食事を増やす必要があります。

省エネ生活の必需品

「環境家計簿」

暖房費などがかさむこれからの季節。ガソリンや灯油の値上がりが家計に与える影響も気がかりです。

そこで、お勧めしたいのが「環境家計簿」。この家計簿をつけて自分の生活を見直すことで、省エネの習慣づけにもなります。皆さんの家庭でも「環境家計簿」を始めてみませんか？

続けますか？
今の生活

少しでも多くの資源や美しい地球環境を未来の子へもたせに残すことができれば、あなたもついでです。

「お財布にもやさしい」
「環境家計簿」

電気製品や車などの普及により、私たちの生活は便利で快適になりました。しかし、エネルギーを大量に消費する生活は、地球温暖化などのさまざまな環境問題を引き起こしています。

「お金を払つのは自分だから無駄に使うでもない」、「自分一人が省エネしたって意味がないな」と考えている人はいませんか。もし、今の生活を変えることにすると、少

ガソリンや灯油の値上がりをぎゅっかけて、光熱費などを節約したいという方も多いのではないのでしょうか。しかし、省エネに取り組みようとしても、効果的な方法が分からなかったり、始めても長続きしなかったりなど、なかなかうまくいかないことも多いようです。

そのような方には、「環境家計簿」をお勧めします(図1)。記入方法は簡単です。電気やガス、ガソリンなどの使用量と料金を毎月記入するだけです。各項目別の係数を掛けることで、地球温暖化の原因となる「二酸化炭素の排出量」が計算できます。

を確認できます。取り組んだ内容を余白などにその都度書き込んでおくことで、取り組みに効果があったかも分かります。皆さんの家庭でも「環境家計簿」により今の生活を見直し、地球と財布にやさしい省エネ生活を始めてみませんか。

図1

「環境家計簿」作成例

項目	料金	使用量	係数	二酸化炭素 排出量
電気	8,502円	383kWh	× 0.36	= 138kg
LPガス	6,864円	12m ³	× 6.3	= 76kg
都市ガス	6,417円	37m ³	× 2.2	= 81kg
水道	7,200円	20m ³	× 0.58	= 12kg
灯油	4,184円	64ℓ	× 2.5	= 160kg
ガソリン	13,624円	104ℓ	× 2.3	= 239kg
軽油	1,680円	16ℓ	× 2.6	= 42kg
合計	48,471円			748kg

環境家計簿は、環境政策課のホームページからダウンロードできます。

わが家の省エネ生活



小野由美さん
(岩手市中田町)

「省エネ＝我慢」というイメージをお持ちの方も多いと思います。でも、みなさんでいろいろなアイデアを出し合いながら取り組むと意外と楽しいものです。

わが家では、夫が環境家計簿を担当しています。夫にも関心を持ってもらうために、そのように決めました。昨年は、省エネを始める前と比べ、電気料金を年間約五万円節約できました。

電気製品のプラグを抜いたり、冷蔵庫に冷気漏れを防ぐ「トルカ」テンを付けたりしています。これから冬場にかけてのお勧めは、鍋の中身を冷めないうちに鍋カバー



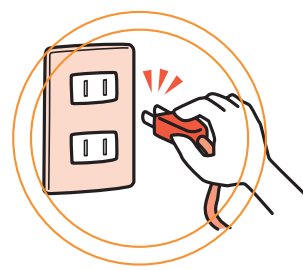
おばあちゃん手づくりの鍋カバー

をかぶせたり、暖房費の節約のために「一つの部屋に集まって過ごしたりする」とです。同じ部屋で過ごす家族同士の会話も増えるし、子どもたちの様子も分かっています。

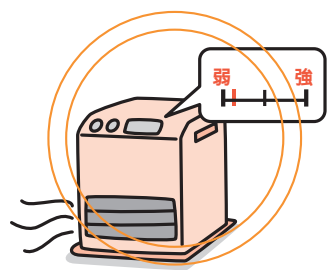
最近では、子どもたちが温暖化をテーマに作文を書くなど、積極的に環境のことを考えるようになり、あらためて省エネに取り組んで良かったと感じています。

省エネのすすめ

すべての項目に取り組むと、年間数万円節約できることもあります。環境家計簿でその効果を確認してみてください。



使わないときはプラグを抜く。
待機電力は総消費電力の約1割。



暖房は20度を目安に。
つけっぱなしにも注意。



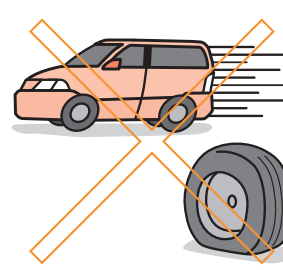
電気ポット、炊飯器の長時間の保温 ×
その都度の湯沸かし、電子レンジの使用



冷蔵庫への物の詰めすぎ ×
冬場は冷気の設定を弱めに。



シャワーの流しっぱなし ×
間隔を空けずに入浴する。



車の急発進・急加速、アイドリング ×
タイヤの空気圧が適切でないことと燃費ダウン

自然エネルギー・省エネルギー大賞

あなたの省エネ生活を紹介します。

県では、省エネなどに取り組んだ方を対象に、コンクールを実施します。家庭だけでなく、企業や団体、学校などの取り組みも対象となります。ぜひご応募ください。

部門

自然エネルギー等導入促進部門
(太陽光発電など)

省エネルギー促進部門

各部門の入賞者には、図書カードなどの賞品をプレゼントします。

応募方法

所定の応募用紙に省エネの取り組み内容を記入し、平成17年11月分と12月分の環境家計簿や各領収証などを添えてご応募ください。応募用紙はホームページからダウンロードできるほか、各市町村環境行政担当窓口でも配布します。

応募期間

平成18年2月1日(水)～15日(水)



環境にやさしい
みやぎを目指して

県では、美しく快適で過ごしやすい環境を未来に引き継いでいくための自然環境の保全や地球温暖化防止対策など、さまざまな環境問題に取り組んでいます。「環境

「やさしいみやぎ」の実現に向けて、県民の皆さんの協力をお願いします。

お問い合わせ

環境政策課

022(22)266-1

http://www.pref.miyagi.jp/kankyo-s/

「義経の北国落ち」の道
 出羽の山形 栗原市 鳴子町 加美町 岩出山町 川渡温泉駅 鳴子温泉駅 鳴子御殿湯駅 鳴子温泉 鳴子峡 じんとろの湯 中山平温泉駅 鳴子町 至新庄 山形県 封人(ほうじん)の家 甘酒地蔵 大深沢 中山宿 至古川 至秋田 鬼首 栗原市 出羽仙台街道中山越 尿前の関跡(芭蕉の句碑)

「義経北国落ち」の道

出羽仙台街道中山越・鳴子町

兄・源頼朝に追い詰められた義経は、ひそかに京の都を脱出し、平泉に向かった。世に言う「義経の北国落ち」である。身重の奥方とわずかの家来とともに山伏の姿に身をやつしての苦難の旅。鳴子峡の紅葉の下には、この逃避行にまつわる伝説が数多く残されている。



アクセス
 鳴子温泉まで
 東北自動車道古川ICから
 国道47号を車で45分
 お問い合わせ/
 鳴子町観光農林課
 ☎0229(82)2026

尿前の関～大深沢 約2.5km(徒歩約70分)
 大深沢～中山宿 約2.5km(徒歩約40分)
 中山宿～封人の家 約3.9km(徒歩約90分)
 一部に急坂や足場の悪い区間もあるのでご注意ください。
 積雪時は通行できません。



甘酒地蔵
 義経一行を甘酒で接待してくれた山猿の群れへの礼に、弁慶が祭ったとの言い伝えがある。



尿前にある芭蕉の句碑

出羽の亀割山(現在の山形県最上町)あたりで誕生した義経の若君を、弁慶は人目を避けるために懐に隠して歩いたが、不思議なことにこの赤子は、それから三日間、一度も泣かなかつた。義経一行が尿前の関を過ぎて現在の鳴子温泉にたどりつくと、生まれてから産声一つあげず皆を心配させていた若君が、温泉につかたたとたんに初めて産声をあげた。このことから里人はこの湯を「啼子の湯」と呼び、後に「鳴子」の地名の由来となったともいわれる。

義経はどこを通過して平泉へ逃げたのか。はつきりとした記録が無いせいか、こうした伝説が各地に残されている。ここ鳴子も甘酒地蔵、尿前の関など義経ゆかりの名所がいくつもある伝説の宝庫だ。

江戸時代に整備されたこの道筋は、義経の歩いた道そのものではないが、峠越えの旅人気分を味わうことができる。松尾芭蕉も、おくのほそ道「の旅でこの道を歩いた。紅葉の季節に訪れて温泉につかれば、楽しみも格別だろう。」



出羽仙台街道中山越
 尿前の関から封人の家(関所の番人を兼ねた庄屋の屋敷)までの8.9km。整備された山道を散策すれば大自然を満喫できる。国指定史跡。



尿前(しまえ)の関
 江戸時代には仙台藩の御番所が設けられ、芭蕉も苦勞してこの関を越えた。



鳴子峡の紅葉 / 深さ100mに及ぶ大峡谷が紅葉におおわれる。川沿いの散策道からの眺めはまさに絶景。10月中旬から11月上旬にかけてが見ごろ。天候等によっては通行できないこともあります。



営業時間 /
 午前9時～午後9時30分
 年中無休
 入浴料 /
 大人420円、小学生210円
 問い合わせ /
 ☎0229(87)1126



栗団子
 大ぶりの栗が一つずつ入っている団子にしょうゆのあんをかけて食べる、鳴子の名物。

中山平温泉交流館 しんとろ
 93度の源泉を樋(写真右)で適温まで自然冷却する、100%源泉かけ流し。中山平温泉に伝わる小唄「しんとろ節」が名前の由来。

監修 高倉淳氏(宮城歴史教育研究会会長)



この気仙沼市で、全国男女共同参画宣言都市サミットが開催されます。基調講演では中央大学法学部教授の広岡守穂さんを迎え、妻が僕を変えた日々、自分らしく生きる」と

皆さんは、男女共同参画に関心をお持ちですか。自分とは関係ないとお考えの方もいらっしゃるかもしれませんが、「男女が互いにその人権を尊重し、個性と能力を十分に発揮できる社会」を目指すもので、誰にでも関係することなのです。気仙沼市では、平成六年、県内で一番目に男女共同参画社会づくりを担当する組織を設置し、講演会や学習会の開催、市民参加による推進委員会の設置、「男女共同参画都市宣言」、「男女共同参画推進条例」の制定などに取り組んできました。

日時：十一月十一日(金) 午後〇時三十分～五時三十分
会場：気仙沼市民会館大ホール
参加費：無料
託児・手話通訳有り
(託児は事前に予約が必要です)

気仙沼市男女共生推進室
〇2226(22)6600(内線231)

題して「自身の経験を基に、家族、夫婦親子の問題をわかりやすくお話しいただきます。また、柴田町長や岩出山町長をはじめ全国の男女共同参画宣言都市の首長によるシンポジウムも行います。気仙沼市の男女共生推進室長は、今回のサミットを、男女共同参画についてその人なりの視点を持っていただく契機にしていきたい」と皆さんの参加を呼びかけています。



誰もが自分らしく
生きられる社会を目指して

東・西・南・北

みやぎ



JAみやぎ仙南では、ツルムラサキを消費者や観光客に親しんでもらい、仙南地域の特産品に育てようとして、生産者、食品会社、大河原地方振興事務所と連携し、ツルムラサキを使った新製品、宮城県蔵王産つむらさき麺を開発しました。

このめんは、粉末にしたツルムラサキを練り込んだ乾めんで、昨年の蔵王山麓つむらさきカレーに続く第二弾

ツルムラサキは、熱帯アジア原産のツル性の野菜で、カルシウム、ビタミン、鉄分を豊富に含む食材として注目されています。本県のツルムラサキの年間出荷量は全国第一位ですが、その中でも蔵王町は県全体の大部分を占め、県内一の生産地です。



蔵王町産ツルムラサキ入りめんを召し上がれ!

今年九月には、地元旅館や学校給食などの食材関係者などを集めて、「つむらさき麺」を、冷やしつけめんにして試食会を行いました。ツルムラサキには独特の香りがありますが、参加者からは、「めんで食べるくらゐにおいしく食べやすい」と大好評でした。



JAみやぎ仙南蔵王地区本部
〇2224(33)2115

地元の食材から生まれたおいしくて体に良い「つむらさき麺」をぜひ、ご賞味ください。

気仙沼・本吉地域



気仙沼産船凍マグロ宅配受け付け中
宮城県北部鯉鮪漁業協同組合では、組合員が気仙沼港に水揚げした「船凍マグロ」の宅配を11月1日から平成18年1月31日までの期間限定で受け付けます。釣り上げたマグロをすぐに超低温で冷凍・保存し、鮮度を保ったままご自宅までお届けします。上手な解凍方法やマグロ料理のレシピも入っています。お歳暮やご年始に、気仙沼産の天然マグロをぜひご利用ください。セット内容(消費税・送料込み)
・「まぐろ定番セット」:3,150円(メバチマグロ360g、メカジキ200g)
・「まぐろ上質セット」:5,250円(メバチマグロ360g、メカジキ400g、トロピンチョウ600g)
宮城県北部鯉鮪漁業協同組合
〇2226(22)2900

石巻地域



第6回いしのまきかき祭り
恒例となった石巻の「かき祭り」が今年も開催されます。当日は、かき汁が無料で約2,000食振る舞われるほか、石巻産の新鮮な生かき、殻付きかき、かきご飯などが格安で販売されます。また、会場内では、かきの炭火焼き体験コーナーやビンゴゲーム大会などご家族でお楽しみいただけるイベントが盛りだくさんです。ぜひ、皆さんでお越しください。日時:11月23日(水・祝) 午前9時30分～午後2時
場所:石巻市サン・ファン・パウティスタパーク(付近に無料駐車場500台あり)
石巻かきブランド化事業委員会
〇2225(90)2131

登米地域



おいしいもの「もってけ」市
例年、登米地域の新米や野菜、果物など、採れたての秋の味覚をお届けしている「登米おいしいもの市」を、今年は栗原地域と合同で開催します。当日は、おいしい農産物や農産加工品が産直価格でお買い求めいただけるほか、新米が当たる抽選会や、登米地域の郷土料理「はっと」の試食も予定されています。ぜひ、この機会に登米耕土の実りを堪能ください。日時:11月21日(月)～22日(火) 午前10時～午後3時(初日は午後3時30分まで)
場所:勾当台公園市民広場
登米市農林振興課
〇2220(34)2716

栗原地域



第4回「くりはら陶芸展」
美しい田園風景と豊かな自然に恵まれた栗原市では、多くの陶芸家が窯を開き、創作活動を行っています。「くりはら陶芸展」は、日ごろそれぞれに活動している栗原の陶芸家が一堂に会する年に1度の機会として、愛好家の間でも評判になっています。4回目の今年は7人が出展する予定です。作品はその場で購入もできますので、お好みに合うものを探してみてください。日時:11月19日(土)～21日(月) 午前10時～午後6時(最終日は午後5時まで)
会場:エボカ21(東北新幹線くりこま高原駅東隣)
エボカ21
〇2228(23)0021

大崎地域



第20回岩出山バルーンフェスティバル
今年も大空の散歩を夢みる人たちが全国から集い、色とりどりの熱気球で大空を彩ります。約30機のバルーンが参加し、微妙な天候の変化に対応しながら、いかに正確な飛行ができるかを競います。実際に気球に乗り、晩秋の美しい眺めを満喫できる「体験試乗(先着順で整理券発行)や風船に自分の夢を書いたカードを結び大空へ舞い上げる「夢風船大空飛行」、「ラジコン飛行機大会」なども開催されます。日時:11月25日(金)～27日(日) (競技開始は、毎日午前6時30分・気象条件により日程変更あり)
場所:江合川あったか河川公園
岩出山町産業振興課
〇2229(72)1211

仙台地域



おいしさまるかじり!アップルライン第15回ふれあい市
りんごの生産量県内一を誇る山元町で、アップルラインふれあい市が開催されます。りんごを主役としたこのイベントでは、地場産品市をはじめ、りんごやアップルパイ、りんごジュース、りんごワインなどの試食・試飲会が行われるほか、りんご狩り、先着50人、体験料500円・お土産付きが体験できます。また、地場産品が当たるお楽しみ抽選会やアトラクションも行われ、大人も子どもも楽しめる内容となっています。山元町のみずみずしいりんごを味わってみませんか。日時:11月23日(水・祝) 午前9時30分～午後1時30分
会場:山元町役場庁舎南側広場
山元町産業経済課
〇2223(37)1119

仙南地域



福祉の風フォーラム
「ともに暮らせる地域を目指して」
赤ちゃんからお年寄りまで、障害のある人もない人も、誰もが集える地域の家「富山型デイサービス」を全国に発信された惣万(そうまん)佳代子さん(このゆびとーまれ代表)を迎えて、特別講演とパネルディスカッションを開催します。地域共生ケアについて、一緒に考えてみませんか。詳しくは、ホームページをご覧ください(参加無料)。日時:11月20日(日)午後1時～3時30分
会場:蔵王町ごさいんホール
定員:300人(手話・託児付)
申込み期限:11月11日(金)
みやぎの福祉を考える仙南地域塾事務局(仙南保健福祉事務所企画班内)
〇2224(53)3116
<http://www.pref.miyagi.jp/sn-hohoku/>



みやぎコールセンターオペレータ養成セミナー

対象 = コールセンターでオペレータとして働きたいと考えている方
 講習期間 = ①11月28日(月)~12月2日(金)
 ②12月12日(月)~16日(金)
 募集人員 = 各回32人(事前説明会出席者から選考)
 場所 = 仙台第一生命タワービル
 受講料 = 1,500円
 募集期限 = ①11月9日(水)②11月22日(火)
 申し込み = オペレータ養成セミナー事務局 ☎022(224)4715へ
【事前説明会】
 期日 = ①11月10日(木)②11月24日(木)
 場所 = 日専連ビープ(仙台市青葉区一番町4-1-3)
 問 県情報産業振興室 ☎022(211)2479
<http://www.pref.miyagi.jp/jyoho-i>

平成18年度公立学校教育職員等の登録募集

職種 = 小・中・高校・特殊教育諸学校の臨時の任用教育職員および非常勤講師
 資格 = 小・中・高校教員免許状のある方
 募集要項 = 120円切手を貼り、あて先を記入した角形2号の返信用封筒を同封し、県教職員課(〒980-8423住所不要)へ請求。ホームページからダウンロードも可能
 受付期限 = 12月1日(木)
 問 県教職員課 ☎022(211)3632~3
<http://www.pref.miyagi.jp/ky-teacher>

催し

宮城大学公開講座

テーマ = ①在宅医療の現場での問題
 ②病院の意思決定と経営分析
 ③介護食とのかかわり
 日時 = ①11月5日(土)②12月3日(土)③平成18年1月14日(土)のいずれも午後1時~3時
 場所 = 宮城大学大和キャンパス300講義室
 参加費 = 無料
 問 宮城大学地域連携センター ☎022(377)8414

個人情報保護法講演会

日時・内容 = 11月21日(月)
 ①午前10時30分~...個人情報保護制度の概要など(一般向け)②午後2時~...事業者の取組事例の紹介など(事業者向け)
 場所 = 仙台市民会館小ホール
 申し込み = 11月11日(金)まで、参加内容の別(①②両方の参加可)氏名、参加者数、連絡先を記入し、郵送(〒980-8570住所不要)、FAX022(211)2190、Eメール(infodisc@pref.miyagi.jp)で下記へ(定員になり次第、受付終了)
 問 県政情報公開室 ☎022(211)2270
<http://www.pref.miyagi.jp/jyohokokai/>

公文書館企画展

テーマ = 「みやぎの市町村合併」
 内容 = 明治・昭和期の合併に焦点を当て、公文書など約70点を展示(入場無料)
 期間 = 11月26日(土)~平成18年1月29日(日)の午前9時~午後5時(毎週月曜日休館)
 場所 = 公文書館3階展示室
 問 県公文書館 ☎022(791)9333

グリーン購入シンポジウム

環境にやさしい製品やサービスを選ぶ「グリーン購入」について考えてみませんか?
 内容 = ①武蔵工業大学教授 中原秀樹氏の講演②パネルディスカッション
 日時 = 11月9日(水)午後1時30分~4時30分
 場所 = 東北歴史博物館講堂
 申し込み・お問い合わせ = 県環境政策課 ☎022(211)2663へ

川の未来を考える講演会

内容 = ①講演「河川と日本文明~100年後に備えて~」(講師:財リバーフロント整備センター理事長 竹村公太郎氏)
 ②対談「みやぎの川の未来を語る」
 日時 = 11月18日(金)午後2時~4時30分
 場所 = パレス宮城野(定員200人)
 申し込みは不要ですが、席に限りがありますので、お早めにご来場ください。
 問 県河川課 ☎022(211)3173
<http://www.pref.miyagi.jp/kasen/>

多文化共生社会を考えるシンポジウム

さまざまな国籍や文化を持つ人々が互いの違いを認め、対等な関係を築きながら共に生きていこうとする「多文化共生社会」の実現について考えます。
 内容 = ①講演「多文化共生社会に向けて」(明治大学教授 山脇啓造氏)
 ②パネルディスカッション
 日時 = 11月27日(日)午後1時30分~
 場所 = せんだいメディアテーク
 申し込み = 11月25日(金)まで下記へ
 問 県国際交流課 ☎022(211)2289
<http://www.pref.miyagi.jp/kokusai/>

特別展「毛利コレクション展」-海と船をめぐって-

石巻市生まれの故毛利総七郎氏が約70年をかけて収集したコレクションの中から「海」や「船」などに関係する資料を展示します。
 期間 = 11月14日(月)まで開催(午前9時30分~午後4時30分)
 場所 = サン・ファン館(石巻市渡波)
 入館料 = 一般700円・高校生以下無料
 問 サン・ファン館 ☎0225(24)2210

「土木の日」防災シンポジウム

テーマ = 「みんなで高めよう地域防災力~せまりくる宮城県沖地震に備えて~」
 内容 = ①東北大学大学院 今村文彦教授の講演②パネルディスカッション
 日時 = 11月12日(土)午後2時~5時
 場所 = 県庁2階講堂
 申し込み = 土木学会東北支部事務局 ☎・FAX 022(222)8509、
<http://www.jsce.or.jp/branch/tohoku/>
 問 県防災砂防課 ☎022(211)3175

「みやぎ発明くふう展」・「未来の科学の夢絵画展」

日時 = 11月12日(土)~14日(月)午前10時~午後4時30分(最終日は午後2時まで)
 場所 = 宮城県民会館5階展示室

内容 = ①生活や産業、教育などに役立つアイデア作品の展示
 ②小・中学生から見た未来の夢を自由な発想で描いた絵画の展示
 問(社)発明協会宮城県支部 ☎022(264)1340
 問 県研究開発推進課 ☎022(211)2952

海の健康診断シンポジウム inみやぎ

豊かな恵みをもたらす仙台湾に焦点を当て、海の環境について考えます。
 内容 = ①全国88カ所の海の健康診断結果や海の環境に関する講演
 ②パネルディスカッション「仙台湾の恵みとその保全」
 日時 = 11月9日(水)午後1時30分~4時30分
 場所 = 県庁2階講堂
 5人以上で参加される場合は、11月7日(月)までに下記へご連絡ください。
 問 県漁港漁場整備課 ☎022(211)2943

森づくり・間伐体験教室

日時 = 11月26日(土)午前10時~午後3時
 場所 = 登米市迫町北方の森林(長沼湖畔「迫ふるさと交流館」集合)
 内容 = スギ林の間伐体験(伐採した木は個人で利用することができます)

テレビガイド

東北放送
みつけ!
みやぎの人・もの発見
 毎週月曜日
 午後7時54分~8時
 県政情報のほか、県内各地の地域情報や元気に活動しているグループなどを紹介します。
 司会 生島ヒロシ

宮城テレビ放送
みやぎ情報クルーズ
 ~ミュージン~
 毎週木曜日
 午後9時54分~10時
 県からのお知らせを分かりやすく楽しくお伝えします。
 番組キャラクター ミュン
 放送日時が変更になる場合があります(文字スーパー付き)

参加費 = 無料(昼食持参)
 定員 = 50人(先着順)
 申し込み = 11月14日(月)まで、往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、下記へ
 問 登米地方振興事務所林業振興部 〒987-0511登米市迫町佐佐沼150-5 ☎0220(22)6125

働く女性のつどい

「中学生日記」教師役でおなじみの俳優岡本富士太さんが子育てにおける夫婦の役割や青少年の心のはぐくみなどをテーマに講演を行います(申込不要)
 日時 = 11月19日(土)午後1時~
 場所 = 名取市文化会館大ホール
 問 県労政・雇用対策課 ☎022(211)2771

相談

すこやか子育てテレホン相談

内容 = 発育、しつけ、生活習慣などの子育てに関する相談
 日時 = 年末年始・祝日を除く毎週月~金曜日の午前10時30分~午後4時(FAXは24時間受付)
 ☎022(211)0451
 FAX 022(227)9148

身体拘束相談窓口

介護を受けている高齢者の身体拘束を廃止するため、介護保険利用者やその家族、介護担当者からの電話・面接相談に応じます。そのほか、相談員が施設などに直接伺う現場相談も行っています。
 日時 = 月~金曜日の午前9時~午後5時
 問 宮城県和風園 ☎022(346)2229
 大和町大字小野前沢1

暴力団相談所開設

暴力団に関することでお悩みの方に県警察本部の担当者、仙台弁護士会の弁護士が相談に応じます(無料、秘密厳守)
 日時 = 11月25日(金)午後1時~4時
 場所 = 名取市役所
 問 暴力団追放宮城県民会議 ☎フリーダイヤル0120(81)8930
 問 県警察本部暴力団対策課 ☎022(222)8930

パキスタン北部地震災害救援金にご協力を

救援金の受付(11月30日(水)まで)
 郵便振替
 口座番号 00110-2-5606
 口座名義 「日本赤十字社」
 通信欄に「パキスタン北部地震」と明記
 窓口による受付
 各保健福祉事務所、各市町村担当課、各赤十字病院など
 問 日本赤十字社宮城県支部 ☎022(271)2253

県の施設の催しガイド

カルチャークラブ

美術館、東北歴史博物館の小・中学生、高校生の常設展覧資料は無料です。

宮城県図書館 ☎022(377)8441
特別展
 内容 = 飯沼(えいじ)の杜をめぐる 魚蟲譜(ぎょちゅうふ)~江戸博物学の精華
 期間 = 12月1日(木)まで開催
企画展
 内容 = 「SFの父 ジュール・ヴェルヌ」
 期間 = 11月5日(土)~12月28日(水)
【今月の休館日】
 4日(金)、7日(月)、14日(月)、21日(月)、28日(月)
 県民ロビーコンサート ☎022(211)2527

宮城県美術館 ☎022(221)2111
特別展「儂くも美しき祝祭 パウラ・モーダーゾーン=ベッカー時代に先駆けた女性画家」
 期間 = 11月12日(土)~12月25日(日)
 特別展観覧料 = 一般900円 大学・高校生400円 小・中学生300円
【今月の休館日】月曜日(7日、14日、21日、28日) 11月3日(木)は、開館記念日のため、常設展を無料でご覧いただけます。
 東北歴史博物館 ☎022(368)0101
特別展「日本三景展 松島・天橋立・厳島」
 内容 = 日本三景を描いた絵巻、屏風、浮世絵、近現代日本画の展示および写真展
 期間 = 11月27日(日)まで開催
 場所 = 特別展示室
 観覧料 = 一般1,000円(800円) 高校生600円(400円) 小・中学生400円(300円) ()内は、20人以上の団体
【今月の休館日】月曜日(7日、14日、21日、28日) 11月3日(木)は、常設展を無料でご覧いただけます。

ご案内

「みやぎケヤキ債」発行

県では、身近な公共施設の整備に充てるため、1万円から購入できるミニ公募債「みやぎケヤキ債」を発行します。宮城県内に居住・勤務している方(法人も可)であれば、どなたでも購入できます。発行総額=30億円
利率=5年国債を参考に決定
発行価格=額面100円につき100円
発行日=11月25日(金)
償還年限=5年
利払い=年2回(毎年5月・11月)
購入限度額=1人当たり200万円まで
募集期間=11月10日(木)~17日(木)(申込総額が30億円に到達した時点で終了)
取扱金融機関=七十七銀行、仙台銀行
☎県財政課 ☎022(211)2312
<http://www.pref.miyagi.jp/zaisei/>

長期無利子の設備資金をご活用ください

対象=従業員20人(商業・サービス業は5人)以下の企業(21~50人の場合、一定の要件を満たせば貸付可)
対象設備=創業や経営基盤強化に必要な設備(土地・建物を除く)
貸付条件=①50万円~4,000万円(対象設備費用の2分の1以内)②無利子③1,500万円まで原則無担保、第三者保証人不要④償還期間7年以内(1年据置)
☎(財)みやぎ産業振興機構 ☎022(225)6636
☎県経営金融課 ☎022(211)2743

児童虐待から子どもを救おう!

11月は「児童虐待防止推進月間」です。暴力だけでなく、衣食住の世話をしなかったり、ひどい言葉や差別的な扱いにより心を傷つけたりすることも児童虐待に当たります。
「近所の子どもが心配だ」、「叱り方が限度を超えている」など、少しでも児童虐待の疑いがあると感じたら、下記へご連絡ください。
連絡先=各市町村の担当課、県保健福祉事務所、地域子どもセンターの相談窓口、子ども・家庭110番 ☎022(211)4152(午前9時15分~午後4時、年中無休)
☎県子ども家庭課 ☎022(211)2531
気仙沼保健福祉事務所(保健所) ☎0226(22)6661、石巻地域子どもセンター気仙沼分室 ☎0226(21)1020は、11月7日(月)に下記へ移転します。
気仙沼市東新城3丁目3-3

インフルエンザの予防接種はお早めに!

毎年1月~3月には、多くの方がインフルエンザにかかります。インフルエンザにかかりにくくするため、また、かかっても重症化させないため、予防接種を受けることをお勧めします。
予防接種の効果が出るには、2週間程度かかるので、流行する前の12月中旬までには済ませましょう。
なお、65歳以上の方などには、公費負担制度もあります。詳しくは、各市町村の担当窓口にお問い合わせください。
☎各保健所
☎県健康対策課 ☎022(211)2632

職業訓練指導員資格取得講習会

期間=11月28日(月)~30日(水)、12月5日(月)~7日(水)の計6日間
場所=宮城県職業能力開発協会(仙台市青葉区青葉町16-1)
受講資格=1級(単一等級)技能検定合格者、職業訓練修了後に必要な実務経験を積んだ方など
申込期限=11月11日(金)
☎宮城県職業能力開発協会 ☎022(271)9260
☎県産業人材育成課 ☎022(211)2763

母子家庭向け就職支援セミナー

対象=県内の母子家庭の母・寡婦の方
参加費=無料(事前申込不要)
日時=①11月6日②11月13日③12月4日(いずれも日曜日の午前10時~12時)
場所=①大河原町駅前コミュニティセンター②古川市中央公民館③宮城県母子福祉センター
託児=3歳~小学2年生(要予約)
☎宮城県母子福祉センター ☎022(256)6512

試験

危険物取扱者試験

試験の種類=甲種、乙種全類、丙種
試験日=平成18年1月15日(日)
場所=東北大学川内北キャンパス講義棟、石巻工業高校、古川工業高校、気仙沼向洋高校

ラジオガイド

TBCラジオ **県からのお知らせ**
金曜日 午後3時59分~4時 12.60kHz
TBCラジオ **ラジオ県民だより**
土曜日 午後0時20分~0時25分 12.60kHz
Date FM **アラウンドザミヤギ**
月~金曜日 午前10時35分~10時39分 77.1MHz

受付期間=11月21日(月)~28日(月)
願書=財消防試験研究センター、各地区危険物安全協会(各地区消防本部内)などで配布・受付
☎(財)消防試験研究センター宮城県支部 ☎022(276)4840
☎県消防課 ☎022(211)2374

宮城県職員採用選考考査

職種・採用予定者数=
①一般事務(大学卒業程度)...若干名
②一般事務・学校事務(高校卒業程度)...若干名
応募資格=身体障害者福祉法第15条に定める身体障害者手帳の交付を受け、その障害の程度が1~4級の方(年齢制限などあり。点字などによる受験も可)
考査日=第1次考査...12月6日(火) 第2次考査...平成18年1月中旬
受付期間=11月18日(金)
☎県人事課 ☎022(211)2227

募集

白石高等技術専門学校職業訓練受講者募集

科名=パソコン文書科
内容=①Word基礎・応用 ②Excel基礎・応用 ③インターネットのビジネス活用
対象=現在求職活動中の方
訓練期間=平成18年1月11日(水)~3月10日(金)
募集期間=11月21日(月)~12月8日(木)
面接試験=12月15日(木)
費用=教科書代約10,000円
☎白石高等技術専門学校 ☎0224(35)1511
<http://www.shiroishi.ac.jp/>

仙台高等技術専門学校職業訓練受講者募集

科名=パソコン文書科
内容=マイクロソフトオフィススペシャリスト検定資格取得
対象=現在求職活動中の方

訓練期間=平成18年1月13日(金)~3月15日(水)
募集期間=11月11日(金)~12月9日(金)
面接試験=12月16日(金)
費用=約36,000円(教科書代・検定料)
☎仙台高等技術専門学校 ☎022(258)1151

介護講座 受講者募集

内容=①介助なしで食事や家事などを行うための道具「自助具」を作ろう
②福祉レクリエーション
日時=①11月18日(金)②11月21日(月)のいずれも午前9時45分~午後3時
受講料=①1,000円程度②3,000円
募集人員=各回15人程度(定員になり次第、受付終了)
申し込み・問い合わせ=宮城県介護研修センター(鹿島台町) ☎0229(56)9608へ
<http://www.6.ocn.ne.jp/kenkaigo/>

県営住宅入居者募集

対象=県内の県営住宅空き住居
受付期間=11月2日(水)~10日(木)
申し込み=専用の申込用紙を郵送(11月10日(木)までの消印有効)
案内書=11月1日(火)から建築住宅センター、県営住宅のある各市区町村の担当課、各地方振興事務所、各公共職業安定所で配布
☎宮城県建築住宅センター ☎022(224)0014
24時間テレホンサービス ☎022(213)1861
<http://www.mkj.or.jp>
☎県住宅課 ☎022(211)3252

「森のクラフト」参加者募集

内容=木の枝や実を使ったリース作り
期日=12月4日(日)
場所=ことりはうす(蔵王町)
対象=小学生以上20人(応募多数の場合、抽選)
参加料=1,000円
申し込み=11月18日(金)までに、住所、氏名、電話番号を記入し、自然教室事務局 FAX 022(255)8223へ
☎県自然保護課 ☎022(211)2674

みやぎ自然環境サポーター養成講座

自然環境に関する情報提供や各種調査にご協力いただくサポーターを養成します(受講無料・昼食持参)
【第5回】
テーマ=県民参加の森づくり~植樹体験~
日時=12月4日(日)午前10時~午後3時30分
場所=県民の森(利府町)
定員=40人(応募多数の場合、抽選)
応募期限=11月18日(金)消印有効
申し込み=往復はがきに住所、氏名、年齢、性別、電話番号を記入し、宮城県森林インストラクター協会(〒981-0121利府町神谷沢字菅野沢41)へ
☎県自然保護課 ☎022(211)2676
<http://www.pref.miyagi.jp/sizenhogo/>

太陽光発電の導入を支援します

県では、地域産材の活用など、一定の基準を満たした住宅を「みやぎ版住宅」として、普及を図っています。そして、「みやぎ版住宅」に太陽光発電設備を設置する場合、経費の一部を助成しています。助成額=太陽電池の出力に応じて最大50万円まで
申込期限=11月30日(水)(計画戸数に達した時点で終了)
☎県環境政策課 ☎022(211)2661
<http://www.pref.miyagi.jp/kankyos/>

「仙台いちごまんじゅう」試食会参加者募集

宮城県産いちごを使った「仙台いちごまんじゅう」の試食会への参加者を募集します。このお菓子は、12月から県内の各菓子店でもお買い求めになれます。
日時=11月28日(月)午後2時~
場所=仙台サンプラザ3階「宮城野」
対象=県内にお住まいの方50人(応募多数の場合、抽選)
応募方法=11月14日(月)まで(必着)住所、氏名、年齢、性別、職業、電話番号を記入し、はがき(〒980-0011仙台市青葉区上杉三丁目3-48) FAX 022(213)5077で宮城県菓子工業組合へ
☎県産産業・商業振興課 ☎022(211)2814

みやぎ元気人

将棋に打ち込む成田兄・妹(仙台市)

江戸時代、11月17日に御前対局が行われていたことから、「将棋の日」とされています。中学3年の憲俊(かずとし)さんと小学5年の弥穂(みほ)さんは、共に全国屈指の強豪として活躍しています。兄の憲俊さんは今年の大会で見事中学生名人に輝きました。将棋歴20年の私も挑みましたが、なすすべがありませんでした。(ひ)



みやぎの人口	県推計人口	男	女	住民基本台帳に基づく世帯数	外国人登録人口
平成17年9月1日現在	2,367,872人	1,152,907人	1,214,965人	874,139世帯	16,692人

県推計人口/国勢調査人口を基礎とした総人口 世帯数は、住民基本台帳に基づく平成17年8月末現在の世帯数