

vol.109

広報

とことん
東温誌

とうおん

2013

11

平成25年
11月1日

特集

「次代へつなぐ伝統芸能～秋祭り～」

- 08 東温市基幹相談支援センターがオープン
- 10 平成24年度 決算の概要
- 29 40～74歳の国保加入者個別特定健診のご案内



もくじ

- 02 ● [特集] 次代へつなぐ伝統芸能
～秋祭り～
- 08 ● 東温市基幹相談支援センターがオープン
- 10 ● 平成24年度決算の概要
- 13 ● 市役所からのお知らせ
所有者が死亡した軽自動車の異動を忘れずに／自宅介護者を支援する事業があります／救急医療情報キットの備えはできましたか？／冬の省エネ得々キャンペーンを実施します／【年末調整・確定申告】納付証明は希望者にのみ発行します／体育施設の指定管理者を公募します／入札結果報告 ほか
- 16 ● アラカルト
水道だより／年金のひろば／消費者力UP通信／公共交通ニュース
- 18 ● カメラスケッチ
- 20 ● ふれあい広場
- 23 ● 図書館だより
- 24 ● 情報BOX
催し／募集／お知らせ
- 26 ● 子育てガイド
未就園児イベントカレンダー／こども館 ほか
- 28 ● やっぱり健康
各種健康診查のご案内 ほか
- 30 ● ドクターの健康百科
整形外科 寺井 智也 先生
- 31 ● カレンダー
- 32 ● キラリ東温この人なう
横山 流香さん

2000年前の奉りを正確に伝承 浮嶋神社奉賛会・氏子崇敬会

牛瀧の獅子舞は、江戸時代後期の文化9(1812)年、牛瀧区の若者が井門村(現・松山市井門町)に習いに行ったことがきっかけで始まり、伝来してから200年以上経った今でも、所作等が正確に継承されていることで知られています。それは、民俗学者に「けんか神輿が秋祭りの主流となった松山の獅子舞を研究するには牛瀧の獅子舞を勉強するべき」と言わしめるほど。

主に継承するのは、浮嶋神社奉賛会(昭和38年設立)。9月になると、若手の氏子や小・中学生らの練習が始まり、それは祭り直前まで行われます。また、浮嶋神社秋祭りには練り行事が行われ、市指定無形民俗文化財に登録されています。祭りの当日、堀池の霊社までを、獅子2頭、猿田彦、お鷹、鉄砲、日月神旗、拍子木打ち、行司と相撲力士、舞姫、馬、御矛輿、神輿と43種175人が練り歩き、長い列が見物客を魅了します。

長い歴史を通じて培い、伝えられてきた地域の伝統芸能は、神仏への祈願や五穀豊穡への願いとともに、人々の生活に密接して関わってきました。市内にある伝統芸能はそのどれもが地域の宝であり、貴重な財産です。今回は、秋祭りにおいて、地域に伝わる伝統芸能の灯を絶やさないように伝承に努めている保存会の人たちの思いや取り組みを紹介します。



北方獅子舞



表紙の写真

10月13日、秋祭りが市内で一斉に実施され、地域色豊かな賑わいが各地で見られました。(写真は牛瀧 宮嶋御旅所)



浮嶋神社奉賛会 会長
谷川 泰一 さん

奉賛会は、昭和30年代、青年団の衰退などにより伝統文化の継承が困難な状況を打開するため、農家の有志が中心になって設立されたもので、浮嶋神社例大祭（秋祭り）の神輿渡行、お練り、獅子舞すべてを統括しています。私たちの獅子舞は、練り行事の継承とともに、その演じ方や所作等が忠実に伝承されています。

時代の流れとともに、家や道路など、地域の風景は移ろいますが、例大祭は私が小さい頃見たままの光景で、現在まで継承されています。この地域の財産を、次世代へと伝えていくために、私たちは先輩から受け継いだことを、つつがなく後輩に託します。伝統行事が地域の財産という思いが、それを可能にしていると思います。



練り行事

次代へつなぐ伝統芸能



北方獅子舞保存会 会長
緒方 光男 さん

北方には、元々、東部と西部それぞれに獅子があり、昭和52年の保存会結成時にそれらが統一されました。それまで持ちまわりで継承していたもの

ですから、舞から舞のつなぎとか、獅子を締める位置とか、細かいところがお師匠さんによって違ったため、最初は獅子を舞う私たち若手は混乱し、お師匠さんたちとよく衝突しました。その後、若者とお師匠さんたちと協議を重ね、昭和63年頃までには今のかたちが出来上がったと思います。

獅子舞の再生復活にかけた情熱が脈々と受け継がれ、伝承する若者たちが、獅子舞を地域愛とともに誇りに思ってくれるのはうれしい限りです。



毎年、祭りの前夜祭で、横河原商店街に向き披露することが恒例となっている

東温市の各地に残る獅子舞が、いつごろを起源とするかは、先に述べた牛渕地区以外では定かな記録はありませんが、旧中山町（現・伊予市）に文政5癸未（1822）年日付の「志志入用覚帳」が残っていることから、中予地方の獅子舞は、すでにそれ以前にほとんどの地域で普及していたようです。

北方獅子舞は、揚神社の秋祭りの一つの行事として、江戸時代から西之側組、宝泉組の若者の手によって伝えられていました。昭和30年代、後継者不足を背景に、これらはいったん消滅しましたが、昭和52年に「北方獅子舞保存会」が結成され、市指定（当時・川内町）無形文化財に登録されました。伝承者に小・中学生なども加えて、保存に努めています。

昭和30年代、後継者不足を背景

です。※庭獅子ともいう

夫婦の獅子が戯れる「二羽獅子」 北方獅子舞保存会

松瀬川獅子舞保存会

トントコトン。トントントンー。
 「松瀬川青年会館から太鼓の音が聞こえてきたら、地域みんなは祭りに来たなあと思うんですよ」と感慨深げに話すのは、酒井克雄さん。松瀬川獅子舞保存会の役員として、継承活動に長く関わっています。前松瀬川の獅子舞は、元々地域の世帯主が所属する「松瀬川戸主会」が演じ手となっていました。が、後継者不足のため途絶えかけていたところ、「祭りを再び盛り上げてい」と保存会を旗揚げし、今年は結成20年の節目の年です。

獅子舞を演じるのは以前は男性だけ

でしたが、今は太鼓も子役も女性を加させ、小学生から高校生が中心になって地域の祭りを盛り上げます。酒井さんは「獅子舞には40日程度の練習が必要で、演じ手を集めるのは大変。常に後継者が不足していて、毎年どうしようかと言いながら20年間やってきた。しかし、獅子舞に参加することで、子どもから社会人まで、地域で縦のつながりができている。何とか残したいという地域の住民の思いも強い。獅子舞を継承することはもちろん、参加する子ども達にとっていい思い出になることを優先してやってきた」と振り返ります。



練習風景



松瀬川の獅子は境内から飛び出すほどの荒獅子が特徴

樋口獅子舞保存会



練習風景

活動しています。年長者が年下の面倒を見るのがルールのため、太鼓のたたき方や演じ方を互いにチェックしあ

います。区長の恒岡光行さんは「指導者や後継者が不足し、保存と伝承は厳しいものがあるが、郷土の誇りであるすばらしい芸能を、将来へ伝えていきたい」と地域で協力していきたい」と願うように話していました。

「おう、やっとなるあ」太鼓の音に引き寄せられるように、近所のおじいさんが次々に顔をのぞかせます。10月初旬の夜。祭りの本番を2週間後に控え、練習会場の樋口集会所は、熱気にあふれています。

い、時には厳しく指導します。中学2年生の吉良孝藝君と中島優太郎君は、ともに小学4年から獅子舞の演じ手として祭りに参加してきました。およそ3kgにもなる獅子頭を頭上に掲げ約10分舞うのは、成長期とはいえ中学生には大きな負担。「次第に腕が上がらなくなってくる。きつい(吉良君)」と苦しみを見せる一方で、「でも、祭りは、獅子舞の練習も含め毎年楽しみ(中島君)」と二人で元気な笑顔を見せます。



吉良 孝藝 君

中島 優太郎 君



獅子舞大会

10月12日、川内公民館（川内地区）と中央公民館（重信地区）で獅子舞大会が実施され、各保存会が自慢の獅子舞を披露しました。

①志津川獅子舞保存会 ②牛洸奉賛会
③奥松瀬川獅子舞保存会 ④見奈良獅子舞保存会
⑤保免・一ヶ谷獅子舞保存会



東温市歴史民俗資料館 学芸係 樋口 康裕 主査

獅子舞は地域に受け継がれてきた伝統行事で、秋祭りの風物詩となっています。昔は獅子舞をしていたが、今はなくなってしまったという地域もたくさんあります。一度なくなってしまった伝統行事を復活させることは大変なことです。今残されている獅子舞を大切に、次の世代へ引き継いで欲しいですね。

また、地域によって舞い方や太鼓などが違ってきます。市では、秋祭り直前に「獅子舞大会」を実施し、伝統芸能を披露し、多くの人に興味を持ってもらう場を設けていますので、各地域の獅子舞を見比べてみるのも面白いかもしれませんね。



東温市史談会 会長 和田 義雄 さん

獅子舞を始め伝統芸能は、先祖伝来伝わってきたその地にまつわる貴重なものです。先人の思いがあり、獅子舞で言えば演じ手の動き一つひとつに意味がこめられています。これらの細かな動きは言葉や文章では伝えられません。だからこそ、人から人へ伝えていくことが、継承の唯一の方法

なのです。

私の子どもの頃は、地域は生活共同体としての性格が強く、生活から教育まで隣近所の結びつきが強く残っていました。しかしながら最近では、後継者問題や指導者不足などいろんな問題があります。だからといって、地域に代々伝えられたものをこの時代で終わらせるわけにはいきません。

大事なことは、住民一人ひとりが自分の地域に伝わってきた伝統芸能に誇りを持ち、郷土の文化遺産として引き継いでいこうという強い信念を持つことです。

次の世代へ素敵な贈り物を残してあげるためにも、そういう気持ちが生まれることを期待し、未来への継承を願っています。





北方獅子舞 (茶堂集会所)



樋口 客八幡神社



見奈良 三奈良神社



田窪 宇氣洲神社



志津川 天満神社 (三宮社)



町東 川上神社

秋祭り 2013



北方東 揚神社



上村 獅子舞

野田 徳威三嶋宮



横河原 水天宮



松瀬川獅子舞 (川上神社)



町東 川上神社



牛淵 浮嶋神社 (堀池霊社)



さくらの湯 鉢合わせ



10月13日、
市内一斉に
行われた秋祭り。
各地域の勇壮な姿を
集めました。

牛淵 浮嶋神社



上重信橋かきくらべ



上村 獅子舞 (おやじとおやす)



ウェルケア重信 (北野田)

障がいのある方やご家族の皆さんの総合的な相談窓口

東温市

基幹相談支援センターがオープン

10月1日

10月1日から、東温市社会福祉協議会内に、市の障がい者相談支援の拠点として

総合的な相談業務などを行う「東温市基幹相談支援センター」がオープンしました。

今日は、この基幹相談支援センターを紹介します。

■開設の経緯

市では、現在、市内外の3事業所に委託をして障がい者相談支援事業を行っています。

しかし、市民から「どこに相談していいのかわからない」「困ったときに話せる相談員がない」など、さまざまな声が寄せられていました。

また、複数の障がいを持つ人への専門的支援や、「将来や就職に不安がある」「自分の居場所がない」「もしかして障がいがあるのかも」といった悩みや相談を、総合的に受け付ける窓口の構築を求める声もありました。

これまでは、障がいの全種別や各種ニーズに対応できる相談

支援体制が十分整っておらず、加えて、地域の相談支援事業のネットワークにおいて中核的な役割を果たす機関もありませんでした。

これらのさまざまなニーズにこたえるため、相談支援業務のノウハウや実績を持つ市内唯一の相談支援事業所である東温市社会福祉協議会に、このたび「基幹相談支援センター」を開設しました。

■基幹相談支援センターとは

障がいに起因する日常生活での困りごとや悩みごと、障害福祉サービスの利用など、障がいを持つ人はもちろん、支えてい

る家族などからのさまざまな相談を総合的に受け付け、住み慣れた地域で安心して自立した生活が送れるように支援していくための相談支援の拠点施設です。

■基幹相談支援センターの役割

- 障がいに関する相談の総合窓口（ワンストップ対応）
- 専門的な内容に係る相談支援
- 入院者等が地域生活へ移行するための支援
- 相談支援事業者に対する指導や助言
- 障がいの権利・擁護に係る制度利用支援
- 虐待の届出の受付 など

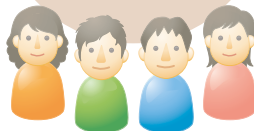
基幹相談支援センターの役割（イメージ図）

総合支援・専門相談

- ◎ 3障がに対処のワンストップ相談窓口
- ◎ 支援困難な事例の対応など専門的な相談支援を実施

権利擁護・虐待防止

- ◎ 成年後見制度などの利用支援
- ◎ 虐待の通報や届出の受け付けなど



相談支援専門員
社会福祉士
精神保健福祉士
保健師など

地域移行・地域定着

- ◎ 長期の入所者（入院者）が地域生活に移行するための支援
- ◎ 単身者などに対して地域生活を円滑に送るための支援

関係機関のネットワーク化

- ◎ 地域の各相談機関との連携強化の取組み
- ◎ 地域における相談支援専門員の育成
- ◎ 地域の相談支援事業者に対する専門的な指導や助言

基幹相談支援センターについて質問

Q どんな内容の相談ができますか

以下のような内容を含め、障がいに関する相談全般を受け付けています。

- 障がい者が利用できるサービスが分からない
- 障がい者が生活するうえで必要な情報が欲しい
- 仕事に就きたいけど手続きが分からない
- 入院しなくてはならないが、障がいのある子どもが一人になるので心配
- 病院から退院して地域で生活したいがどうすればよいか

など

Q どんな人が利用できるのですか

市内在住で、相談支援を必要とする障がい者やその保護者、介護を行う人が利用できます。手帳の有無や年齢は問いません。

障がいに関する相談をしたい人は、まず基幹相談支援センターへご連絡ください。

Q 利用できる時間はいつですか

月曜日から金曜日の
午前8時30分から午後5時15分です。

ただし、祝日・年末年始（12月29日から1月3日まで）を除きます。

Q 電話での相談はできますか

まずは、お電話でお気軽にご相談ください。

Q 利用するのに費用はかかりますか

かかりません。無料で利用できます。

私たち相談員が皆さんの相談をお受けします!



管理者（社会福祉士）
土井 敬子

今の生活や将来の不安などでお悩みの方、まずはご連絡ください。



保健師
山本 静子

医療や健康に関する事など、ご相談ください。



社会福祉士
宮地 雅志

就労や日中の居場所づくり、福祉サービス等のサポートをします。



精神保健福祉士
豊島加奈子

不安やお悩みなどありませんか？一緒に考えましょう。

◎ 「市障害者虐待防止センター」を「市基幹相談支援センター内」へ移設

これに伴い、障がい者等への虐待の通報や届出先は「市基幹相談支援センター」に変更となります。ただし、夜間・土日祝・年末年始における虐待等の通報は市役所（TEL 9 6 4 - 2 0 0 1）へお願いします。

【連絡先】

◎東温市基幹相談支援センター

◎東温市障害者虐待防止センター

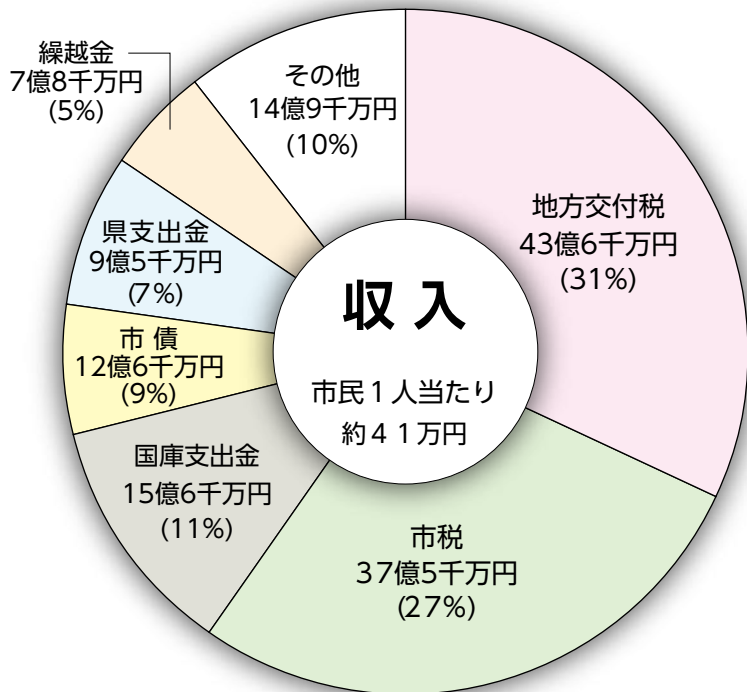
所在地：東温市田窪300番地2（東温市社会福祉協議会内）

電話：955-5535 FAX：955-5766



一般会計

収入総額 141億5191万円



一般会計の収入では、全国のどの市町村に住んでも一定水準の行政サービスが受けられるよう、国から交付される地方交付税が約43億6千万円で全収入の31%、次いで市民の皆さんが納められた市税の収入が約37億5千万円で、全収入の27%を占めています。収入全体では、約141億5千万円、市民1人当たり換算で41万3170円となっています。

市税を市民1人当たり換算すると、個人市民税が4万440円、市税全体としては10万9500円となっています。

市の
お金は
こう
使われ
ました



住民基本台帳
(平成25年3月31日現在)
人口 34,252人
世帯数 14,338世帯

平成24年度の東温市の一般会計決算は、収入が141億5191万円(前年度比4億974万円、2.8%減)、支出が132億7652万円(前年度比5億611万円、3.7%減)となりました。減少の主な要因は、中学校改築事業や中央公民館耐震補強大規模改修事業の完了などによるものです。

一般会計に特別会計と企業会計を合わせた支出の総額は236億8149万円、前年度と比較すると1億3178万円、0.6%の増加となりました。その主な要因は、国民健康保険・介護保険特別会計の保険給付費の増加や下水道事業費の増加などによるものです。

◆ ◆ ◆
福祉や環境、ごみ処理、道路や公園整備、教育など市が行う行政サービスのほとんどの事業の経理を行う会計を一般会計といいます。

◆ ◆ ◆
この他に国民健康保険や介護保険、下水道など特定の収入があり一般会計と区分して経理を行う特別会計(7会計)と独立採算制を原則とする事業の経理を行う企業会計(水道事業)があります。



一般会計のうち、
市民1人当りに使われたお金

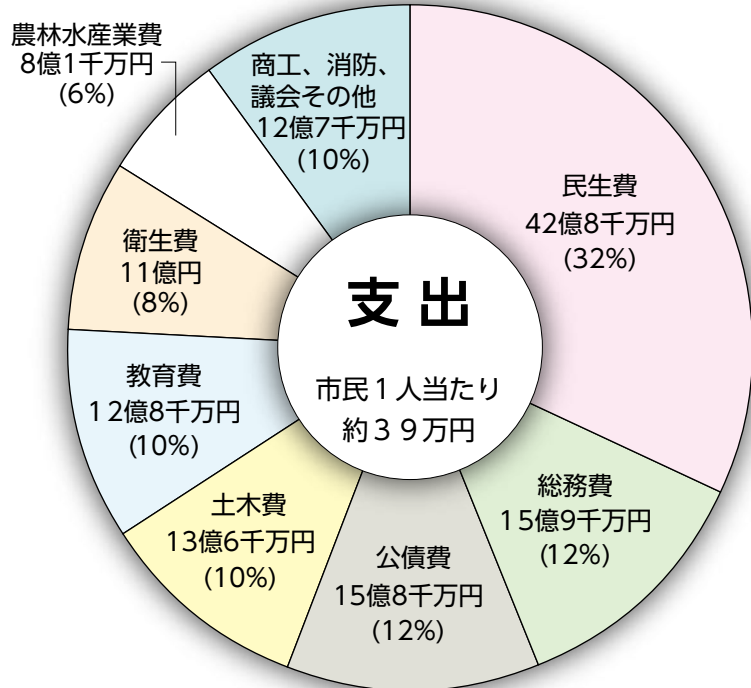
民生費	125,040円
総務費	46,460円
公債費	45,990円
土木費	39,850円
教育費	37,300円
衛生費	32,020円
農林水産業費	23,730円
その他	37,220円
支出の合計	387,610円

財政用語の解説

- 民生費：お年寄りや障害のある人に対する福祉の充実、子育て支援などの費用
- 総務費：市有財産の維持管理、戸籍管理、税金の徴収などの費用
- 公債費：市が借りているお金を返済する費用
- 土木費：道路や公園などの整備、維持管理の費用
- 教育費：学校教育や生涯学習、文化・スポーツ振興などの費用
- 衛生費：ごみ処理や環境保全、病気の予防などの費用
- 農林水産業費：農林水産業の振興や、生産基盤整備などの費用
- その他：議会の運営、商工業や観光の振興、消防や災害対策などの費用

平成24年度

支出総額 132億7652万円



支出では、お年寄りや障害のある人に対する福祉や子育て支援などの民生費が一番多く約42億8千万円で全支出の32%、市民1人当たり換算で12万5040円、次に市有財産の管理、戸籍管理、税金の徴収の費用などの総務費が約15億9千万円で全支出の12%、1人当たり4万6460円、次いで市が借りているお金を返済する公債費が約15億8千万円で12%、1人当たり4万5990円、以下、土木費、教育費、衛生費、農林水産業費と続いています。支出全体では、約132億8千万円、1人当たり38万7610円となっています。

会計名	収入	支出	差引額
一般会計	141億5191万円	132億7652万円	8億7539万円
特別会計	国民健康保険	37億5553万円	3億5638万円
	後期高齢者医療	3億4920万円	2330万円
	介護保険	33億3619万円	3548万円
	ふるさと交流館	1億8839万円	258万円
	簡易水道	147万円	1565万円
	農業集落排水	1億4354万円	0万円
	公共下水道	10億2415万円	0万円
	小計	92億3186万円	4億3339万円
合計	233億8377万円	220億7499万円	13億879万円

企業会計 水道事業	収益的収支	6億7123万円	7億9548万円	△1億2425万円
	資本的収支	6億6422万円	8億1102万円	△1億4680万円
	合計	13億3545万円	16億650万円	△2億7105万円

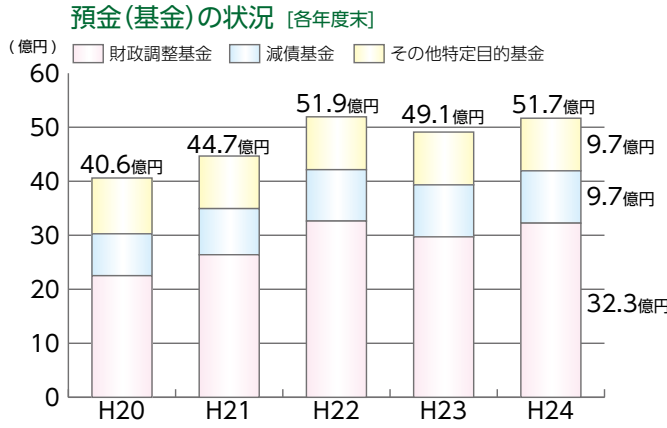
- ・収益的収支不足は、平成25年度へ未処理欠損金として繰越しました。
- ・資本的収支不足は、会計内の資金（損益勘定留保資金）などで補てんしました。

※ 万円単位で四捨五入し調整しているため、合計（小計）及び差引額が合わない場合があります。

預金(基金)

市の24年度末の預金残高は約51億7千万円です。前年度末と比較すると約2億6千万円増加しています。

このうち財政調整基金が32億3千万円で預金全体の約62%を占めています。これは学校施設や公共施設の耐震改修工事など、今後大幅な増加が見込まれる事業に備えるためのものです。

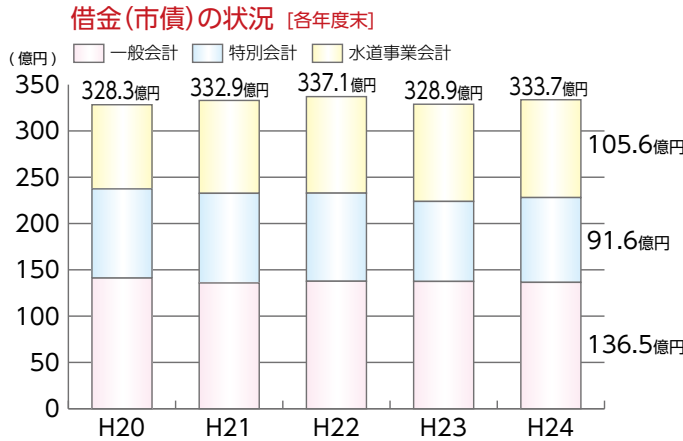


市民1人当たり
約15万1千円

借金(市債)

市の24年度末の借入金残高は一般会計で約136億5千万円、これに特別会計と水道事業会計を合わせると約333億7千万円になります。

前年度末と比較すると一般会計では約1億円減少していますが、特別会計と水道事業会計を含めた全体では約4億8千万円増加しています。



市民1人当たり
約39万8千円
(特別会計等を含めた全体)
約97万4千円

平成24年度事業の例



川上小学校南校舎の耐震補強改修工事を実施しました。



志津川地区土地区画整理事業 (23.1ha) と道路や公園などの周辺整備を進めています。



東温市のイメージキャラクターとして「いのとん」が誕生しました。

「とうおん家の家計簿」 月収30万円の家計に例えると

支出		比率	収入		比率
医療・教育費、保険料 扶助費、補助費等	73,800円	26%	給料	94,000円	31%
食費	51,400円	18%	市税・使用料・諸収入など		
人件費			預金の取崩し	5,000円	1%
光熱水費、電話代	41,200円	15%	繰入金		
物件費			前月からの持ち越し	16,000円	6%
ローンの返済	33,400円	12%	繰越金		
公債費			親からの仕送り	158,000円	53%
自宅の増改築、修繕費	41,800円	15%	地方交付税・国県支出金など		
普通建設事業費・維持補修費			銀行からの借入れ	27,000円	9%
子どもへの仕送り	29,800円	11%	市債		
繰出金			合計	300,000円	100%
預金 積立金	10,000円	3%			
合計	281,400円	100%	翌月へ持ち越し 繰越金	18,600円	

東温市の24年度の収入は約142億円ですが、金額が大きすぎて実感がわきません。そこで月収30万円とした場合の“とうおん家”の家計に置き換えてみました。

食費や子どもの教育費、医療費やローンの返済など毎月約28万1千円が必要です。

これに対して収入は、給料の約9万4千円だけでは生計を立てることができない状況です。

このため親からの仕送り約15万8千円と預金の取崩しや借金によって、やり繰りしている状況です。

※わかりやすさを優先して作成しているため、正確な意味や内容と違う部分もありますが、ご理解ください。

市役所からのお知らせ

教育相談室は
☎964-3437
☎966-6150
です

所有者が死亡した軽自動車の異動を忘れずに

税務課 市民税第2係 ☎964・4403

軽自動車税は、所定の手続きを行っていない場合、所有者が死亡した翌年度以降についても名義人に課税されます。所有者が死亡した後も、継続して使用する場合は、必ず名義変更を行ってください。また、今後使用しない場合は廃車の手続きを行ってください。

受付窓口は次のとおりです。手続きについては詳しくは各窓口にお問い合わせください。

■原動機付自転車(125cc以下)、農耕用機械、小型特殊自動車、ミニカー
東温市役所 税務課
(TEL964・4403)

■軽四輪自動車
軽自動車検査協会
(TEL975・6730)

■125ccを超える二輪車
四国運輸支局
(TEL050・5540・2076)

11月11日は介護の日、自宅介護者を支援する事業があります

社会福祉課 高齢福祉係 ☎964・4406

■対象

ねたきり老人等介護手当支給事業
ねたきりの状態又は知的能力の衰えから生じる重度の認知症の症状が6か月以上継続し、若しくは継続すると見込まれる65歳以上の人を、居宅におい

て介護している人

■支給額

住民税課税世帯 5千円/月
住民税非課税世帯 1万円/月
(支給月 4月・8月・12月)

命のボタン〜救急医療情報キットの備えはできましたか？

社会福祉課 ☎964・4406

万一の救急時に安心・安全を確保する目的で「救急医療情報キット」を無料で配布しています。

このキットは、自宅で体調が悪くなり救急車を呼んだ時に、本人が伝えることができなくても、救急隊員がキットの情報を確認することで適切で迅速な対応が期待できます。

まだ交付を受けていない人は、交付を受けてもしもの時に備えましょう。

また、既にキットをお持ちの人は、容器内の救急医療情報シートの情報や、健康保険証・診察券の写しなどの更新をして常に最新の情報を入れておくことが重要です。

- ① 救急通報(救急車到着)
- ② キットの発見・確認(救急隊員がキットから持病や服薬品、緊急連絡先などを確認)
- ③ 搬送(可能ならかかりつけ医療機関へ、または他の救急病院へ搬送)

【対象世帯(世帯に1セット)】

- ・65歳以上の高齢者がいる世帯
- ・小学生以下の児童がいる世帯
- ・障がい者がいる世帯
- ・健康上の不安を抱えている人のいる世帯

【申請窓口】

社会福祉課または川内支所(代理申請可)



救急医療情報キットに入れるもの



①救急医療情報シート

- 緊急連絡先
- かかりつけ医
- 緊急時の対応方法などを記載

②写真(本人が確認できるもの)

③健康保険証(写)

④診察券(写)

⑤薬剤情報提供書(写)・お薬手帳(写)

※②～⑤は必要に応じてご本人様の判断で用意していただくものです。

⑥災害時要援護者登録の方は防災カードを入れてください。

冬の省エネ得々キャンペーンを実施します

市民環境課 新エネ推進室 ☎964・4415

冬は暖房器具の使用などによって電気需要が増加します。そこで、夏に引き続き「冬の省エネ得々キャンペーン」を実施します。ぜひ、ご参加ください。

■応募条件

12月、1月、2月いずれかの「電気ご使用量のお知らせ」（電力検針票）にある電気使用量が、前年の同月電力使用量と比較して削減されているご家庭（東温市内に限る）

■応募方法

応募用紙に、前年同月使用量と比べて削減されている12月、1月、2月いずれかの「電気ご使用量のお知らせ」（コピー可）を添付し、新エネ推進室又は川内支所の窓口を持参してください。また、郵送でも受付けます。

■応募用紙

新エネ推進室、川内支所、中央公民館、川内公民館に設置しています。また、市ホームページからもダウンロードできます。

■応募締切

平成26年3月13日（木）必着

【3選者プレゼント】

○応募した中で削減率が最も高い家庭に進呈

東温市特産品セット
（3,000円相当）



中身はお楽しみです。

○削減を達成した参加者から抽選

もち麦粉（500g）
もち麦はったい粉（150g）



もち麦はLDLコレステロール値を低下させる働きやがん予防効果があるといわれています。

昨年度実績

参加世帯 382世帯
削減量 382kWh
CO₂換算で185kgの削減に成功しました。

【年末調整・確定申告】納付証明は希望者にのみ発行します

国民健康保険税 介護保険料 後期高齢者医療保険料

■社会保険料の控除

1月から12月までの1年間に納付した国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料は、年末調整や確定申告の際、「社会保険料控除」として全額を控除することができます。

■納付した金額の確認方法

納付額を確認する書類としては、お手元にある書類等で確認できます。

【確認方法は次のとおり】

納付方法		確認できる書類等
普通徴収	納付書	領収印が押してある納付通知書兼領収証書
	口座振替	口座振替日及び金額が記帳されている預貯金通帳
特別徴収	年金からの天引き	日本年金機構など年金支払者から送られる源泉徴収票

■領収証書等をなくした場合や納付金額を確認したい場合

「納付証明書」を無料で交付します。

※毎年、2月中旬～3月中旬の確定申告の時期に、市の申告相談会場において申告をしている人は、会場にて納付金額の確認ができますので、「納付証明書」は必要ありません。

【窓口での交付】

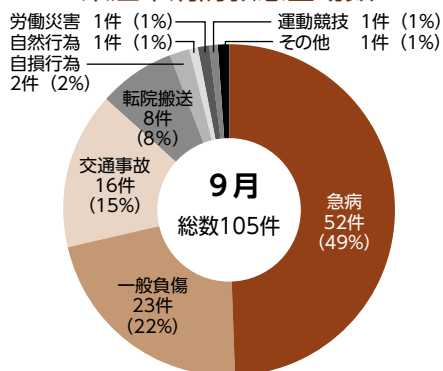
- ▶窓 □ 税務課・保険年金課・川内支所
- ▶持参物 本人確認ができるもの(免許証や保険証等)

【郵送での交付】

▶電話などで次の内容をお申し出ください。

- ① 申請者の「住所」「氏名」「電話番号」
- ② 必要な納付額の種類（国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料）
- ③ 納付額が必要な人の「住所」「氏名」「生年月日」

東温市消防救急出場数



東温市成人式スタッフ募集

- 開催日 平成26年1月12日(日)
- 該当者 平成5年4月2日から平成6年4月1日の間に生まれた人
- 実行委員 イベント企画、当日の司会など
- 運営スタッフ 当日の会場での受付、場内外の整理・誘導など
- 問 教育委員会 生涯学習課 (TEL964-1500)

六価クロム
地下水モニタリング調査結果
(9月9日採水分)

牛淵地区の調査地点(7か所)について、環境基準値(0.05mg/ℓ以下)を超える六価クロムは検出されていません。

■問 市民環境課 (TEL964-4415)



ツインドーム重信 農林業者トレーニン
グセンター 川内体育センター

体育施設の指定管理者を公募します

生涯学習課 社会体育係
☎964・1500

ツインドーム重信、農林業者トレーニングセンター、川内体育センターの指定管理者を公募します。
詳しくは募集要項・管理仕様書をご覧ください。※中央公民館窓口を設置しているほか、市ホームページからダウンロードできます。

■指定期間(予定)
平成26年4月1日からの5年間を予定

■説明会の実施
日時 11月6日(水)9時
場所 市役所405会議室及び現地

■説明会の参加申込
日時 10月28日(月)～11月5日(火)正午

■申込受付
10月28日(月)～11月18日(月)執務時間中

入札結果【9月3日～9月24日入札実施分】 総務課 (TEL964-4400)

日程	工事(業務)名	落札業者	落札金額(税込)円
9/3	ウイルス対策ソフトライセンス更新業務	(株)四国通建	798,000
//	小型動力ポンプ購入業務	(株)岩本商会	2,614,500
//	三ヶ村泉改修工事	(有)渡部興産	12,894,000
//	横河原10号線測量設計委託業務	(株)親和技術コンサルタント	10,920,000
//	横河原10号線補償費算定委託業務	(株)日之出設計補償コンサルタント	2,814,000
9/10	茶堂公園除草業務	松山流域森林組合	2,625,000
//	南野田5号線測量設計委託業務	(株)松山測量設計	2,520,000
//	林道則之内線舗装工事	A B C開発(株)東温営業所	4,418,400
//	川内地区統合簡易水道改良工事(103工区)	森松工業(株)	78,540,000
9/17	三ヶ村排水路整備工事	(有)竹田建設	4,725,000
//	東温市民大運動会バス運行業務	奥道後交通(株)	882,000
//	東温市健康・食育カレンダー作成業務	明星印刷工業(株)	577,500
9/24	志津川土地区画整理工事その22	(有)竹田建設	10,395,000
//	天神団地屋根塗装工事	ワタナベ工業	3,549,000



水道だより

安全で安心な水を安定的に供給するために

水道課 ☎964-4416



水道料金のお支払いは納期限内にお願いします。

【水道事業は料金収入で運営しています】

飲料水などの安全な水を皆さんの家庭に送り続けるため、皆さんから納付いただいた水道料金で施設の維持管理や更新を行っています。そのため、料金の未納があると、事業の運営に支障が出ます。

【未納者への対応について】

一部の人が料金を滞納すると、納付している人との公平性を損ないます。そのため、市では未納がある人に対し催告等を行い、それでも納付いただけない場合は、水道法等に基づき給水停止という厳しい処置を行ないます。

※「未納額が多額でどのように納めていけばよいのか分からない」など、納付や料金についてお悩みがありましたら水道課へお気軽にご相談下さい。

宅内漏水が増加してきています

宅内漏水をそのまま放置していると、水道料金も増加してしまいます。時々水道メーターを調べて漏水の早期発見に努めましょう。

地下埋設管等において漏水があった場合は、水道料金を減免できることがありますので、水道課へお気軽にお問い合わせ下さい。

「お客様のお宅の水道メーターで簡単に漏水を調べる事ができます。」



パイロット

蛇口をしめてもパイロット部分が回っている場合は漏水している可能性が高いと思われます。

※宅内漏水がある場合は、東温市指定の給水工事店または東温市管工事業協同組合（Tel.960-5677）に修理を依頼してください。



年金のひろば

保険年金課 ☎964-4408

第3号被保険者のみなさんへ

専業主婦・主夫の年金が改正されました

厚生年金・共済年金被保険者（第2号被保険者）に扶養されている配偶者（第3号被保険者）は、第2号被保険者が退職した場合などに、国民年金の切り替えの手続きと保険料の納付が必要です。

これまでは、届出が遅れて保険料の納付期限が経過した場合、時効によって納付することができず、年金の受給資格期間として認められない場合があります。しかし、今回の法律の改正で、このような期間についても年金事務所に届出をすることによって年金の受給資格期間に算入できるようになりました。（ただし、年金の受給額には反映されません。）

受給資格期間を満たせず年金が受けられなかった人についても、この届出によって受給資格期間を満たした場合、届出日以降の年金が支給されます。

詳しくは、松山東年金事務所にお問い合わせください。

年金受給者のみなさんへ

『扶養親族等申告書』は期限までに提出しましょう！

老齢や退職を支給事由とする年金は、雑所得として所得税の課税対象とされています。（障害年金・遺族年金は除く。）

年金受給の課税対象者には、毎年11月上旬までに日本年金機構から扶養親族等申告書が送付されますので、11月末日の提出期限までに必ず提出してください。

※この申告により、翌年中に受けられる年金にかかる所得税の源泉徴収税額が決まります。もし提出を忘れると各種控除が受けられず、所得税の源泉徴収税額が多くなる場合がありますのでご注意ください。なお、年金以外に収入がある人は確定申告が必要です。

問 松山東年金事務所（Tel.946-2146）
市保険年金課（Tel.964-4408）

消費者力 UP 通信



「排水管点検」を装った 訪問販売業者に注意

相談事例

下水道課職員を名乗る男性が、「汚水排水管の点検をする」と言って来訪した。家の外にある排水枡を見た後、修理が必要と言って家の中に入り、修理する前に修理代を請求され支払ってしまった。その際、台所から水を流すので、外に出て排水枡の流水状態を確認するようと言われ、慌てて外に出たので、うっかり財布は机の上に置いたままにしてしまった。

修理代を支払った時に、名刺と領収書をくださいと言ったが、持参していないと言われ、後日、修理に来る約束をしたが現れなかった。

■相談・お問い合わせ

- 東温市役所 消費生活相談窓口（総務課内）
☎964-4400 ※毎週月曜日は専門の相談員が対応
- 消費者ホットライン
ゼロ・ゴー・ナナ・ゼロ 守ろうよ みんなを!
☎0570 - 064 - 370

アドバイス

- 作業服を着用して下水道課職員を名乗り、排水管点検を装って修理代を徴収する手口です。
- 下水道課が、このような排水管点検でご自宅に伺い修理代を徴収することはありません。
- 昨年松山市及び松山市近郊地域において、同様のトラブルが多発しています。
- 外に出て排水枡を確認するよう言われた際に、財布から現金を抜き取られたり、家の中を物色したうえで金品を盗んだりする被害も発生していますので、ご注意ください。
- トラブルに遭った場合は、すぐに消費生活相談窓口または警察署までご相談ください。



公共交通ニュース

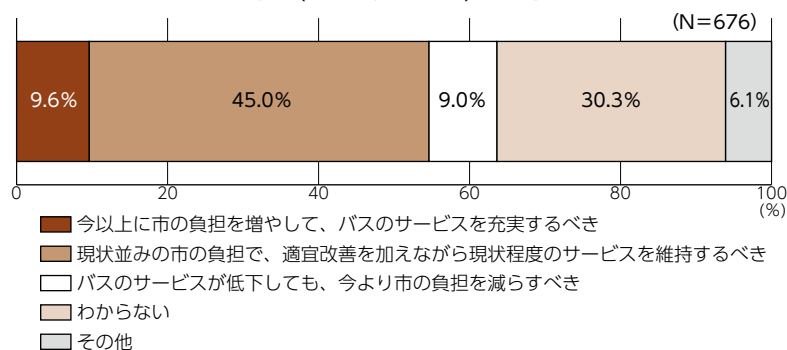
山間部で公共交通に関するアンケート調査を行いました

今年8月、山間部において約2,400世帯を抽出し、公共交通に関するアンケートを実施した結果、約500世帯から回答をいただきました。(回収率21%)

この調査結果は、これからの公共交通の取り組みを検討するための重要な基礎資料となります。ご協力ありがとうございました。

〈アンケート調査結果の抜粋〉

■今後のバスのサービス水準(運行本数や料金)と費用負担についての考えは？



「現状並みの市の負担で、適宜改善を加えながら、現状程度のサービスを維持するべき」との回答が45.0%と約半数でした。

広報とうおんや市のホームページで情報を発信していきます。皆様のご意見をお待ちしています。

問 まちづくり課 Tel 964-4412
FAX 964-4447



東温高校生らが交通茶屋 安全運転を呼びかける

秋の全国交通安全運動期間中の9月26日、市役所西側駐車場で東温ライオンズクラブの主催する交通茶屋が開設されました。茶屋にはライオンズクラブや交通安全母の会の会員、東温高校の生徒ら70名余りが参加。いのとん、まっぴーのゆるキャラも駆けつけ、道行くドライバーに交通安全グッズやパンフレットなどを渡しながらか「秋の全国交通安全運動実施中です。安全運転にご協力をお願いします」と元気よく呼びかけていました。



百歳以上長寿者訪問 百歳の寿をお祝い

9月20日、今年100歳を迎えられる上林の高須賀艶子さん宅を高須賀市長が訪問し、長寿を祝いました。これは、100歳以上を迎えられる長寿の方々に対し、長年にわたり社会の発展に寄与されてきたことを感謝しようと毎年行われているものです。散歩と新聞チェックを日課とする高須賀さんは、「これからも健康に気をつけて、自分で身の回りの世話をしていきたい」とにこやかな笑顔を浮かべていました。

camera sketch

まちの話題をカメラでスケッチ♪



災害時園児引渡し訓練 「いざ」に備える

10月1日、南吉井保育所が大規模災害を想定した防災訓練を実施しました。園は毎月防災訓練を行っていますが、今回は初めて、園児を保護者に引き渡すための訓練を行いました。午後3時、巨大地震が発生したとの想定で、南吉井小学校へ園児を避難させた保育士は、引渡しカードを持参した保護者に「安全に、確かに」園児を引き渡すまでの手順を確認しました。保護者と無事合流した園児たちは、一様にほっとした表情を浮かべていました。



いagara・さくらこども館が合同運動会 親子で一緒に！元気アップ！

親子で楽しみながら体を動かしてもらおうと、10月11日、いagaraこども館・さくらこども館が合同で運動会を実施しました。会場となったツインドーム重信には、0歳から4歳までの幼児とその保護者ら約120人が集合し、音楽によって行うリズム遊びや親子で楽しむゲームなどを行い、親子のスキンシップを通じて体を動かすことの楽しさを実感していました。



4 南吉井小学校『稲刈り体験学習』
水の恩恵を実感した児童たち

9月19日、水土里ネット道後平野が実施している「水の出前授業」で、南吉井小学校児童が稲刈り体験をしました。参加したのは5年生で、春に植えた稲が大きく育っていることを喜び、水がもたらす恵みを実感しているようでした。地元農家の人たちの指導を受けながら作業する児童たちから、「初めてで腰が痛かった」「難しかったけど楽しかった」などの感想が聞こえてきました。



3 健康フォーラム
心も体も健康がイチバン!

9月29日、中央公民館において、東温市医師会・歯科医師会、愛媛医療センター、愛媛大学医学部附属病院、東温市の共催で「こころもからだも健康やかに」をテーマに健康フォーラムが開催されました。愛媛大学医学部附属病院谷向知先生の基調講演やパネルディスカッション、こころの健康クイズのほか、歯科検診やアロママッサージなど多彩な催しに、来場者は日頃忘れがちな自分や家族の「健康」の意識を高めるきっかけとなりました。



カメラスケッチ



8 「東温国際音楽の日」記念コンサート
バロック音楽の古雅なる響き

10月1日、中央公民館で「東温国際音楽の日」記念コンサートが開催され、今年はビオラ・ダ・ガンバとチェンバロという2つの古楽器で、ヘンデルやクーランなどのバロック音楽が演奏されました。18世紀初頭のヨーロッパにタイムスリップしたかのように古雅な響きが会場を包み込み、訪れた市民は、時空を超えた音の空間に酔いしれているようでした。



7 高須賀市長がガリラヤ荘一日施設長
ご長寿おめでとうございます

9月24日、高須賀市長が特別養護老人ホームガリラヤ荘を訪問し、恒例の「一日施設長」となりました。入所者らが出席した任命式で、一日施設長の辞令を受けた市長は、「ご長寿おめでとうございます。これからも健康やかににお過ごしください」と、米寿と白寿を迎えられたお年寄りに記念となるちゃんちゃんこを贈呈。その後、施設の居室を訪問し、入所者らと長寿をお祝しました。

ふれあい広場

meeting place

ちょっと一言



ALT から

October, the time of festivals

With autumn coming up it is again the time to join various "festivals".

October has always been the time of harvest. To celebrate this people came up with the idea to have festivals.

One of the most famous ones in Germany is the "October-Fest" in Munich. It is also called the biggest (beer-) party of the world. Every year more than 6 million visitors from all over the world come here to have fun while drinking a "Mass" (one liter of beer) and listening to traditional Bavarian music. Some 6 million liters of beer are sold during a time frame of roughly 2 weeks!

So, if you should ever have a chance - go there and have fun!

単語
メモ

various → さまざまな
traditional → 伝統的な

10月はお祭りだ!

秋になるとさまざまなお祭りが行われます。

10月は収穫の時期であり、これを祝うために人々はお祭りをを行うことを考えつきました。

ドイツで最も有名なお祭りの1つがミュンヘンで行われる『10月祭』です。世界で最も大きなビール祭りとも呼ばれます。毎年600万人を超える人々が世界中から訪れ、"Mass" (1リットルのビール) を飲み、伝統的なバイエルンの音楽を聞いて楽しめます。約600万リットルのビールがおよそ2週間で消費されます!

もしチャンスがあれば、ぜひ行って楽しんでください。



ドイツ 10月祭

金太の 東温ぶらり旅



坊っちゃん劇場「げんない」で金太役の大岩主弥さんが自転車で東温市を探検し、「ヨソモノ」目線で発見した市内の素敵なスポットを紹介。坊っちゃん劇場オフィシャルブログでも連載中!
<http://botchan.i-yoblog.com/e603953.html>



オレがこんなにちっちゃい!
白猪の滝

東温市の自然を巡るとすれば絶対押さえておきたい「滝」。

今まで近所に滝があった事はないので、滝があるって聞くだけで何だかワクワク。男のロマンですね。

雨滝、白糸の滝、井

内ご来光の滝、唐岬の滝、白猪の滝。

どの滝も迫力満点で素晴らしかったです。が、やはり「い」とん」の住んでいる白猪の滝。

行きやすさ、見応え、ともに最高級でした!!

男女共同参画 きらり東温

東温市文化祭(重信会場)で、男女共同参画に関するアンケートを行います。今年も皆様の貴重な意見をお待ちしています。

また、9月に実施した「消費生活出前講座」で学んだことを基に、市民が賢い消費生活を送り、詐欺被害の未然防止ができるよう、対策や対処法を紹介します。

■日時 11月3日(日) 9時~14時

■場所 中央公民館 駐車場

■内容 男女共同参画のアンケート実施
賢い消費生活を送るためのあれこれ

男女共同参画団体「きらり東温」とは

家庭・地域・職場において、女性も男性も平等な立場で、それぞれが能力を発揮し、互いに助け合い、生き生きと暮らせる社会作りを推進する団体



満1歳 Happy Birthday



11月15日生まれ (則之内恵)
宇高 来郁くん

お姉ちゃんに負けず元気にたくましく大きくなあれ!!



11月18日生まれ (田窪)
越智 柊月くん

お姉ちゃんと一緒にすくすく大きくなってね。

写真掲載しませんか!

■必要事項

【満1歳】(対象) 12月生まれ ①写真(デジカメ画像も可) ②氏名(ふりがな) ③住所 ④生年月日 ⑤電話番号 ⑥父母氏名 ⑦30字程度でお子さんへのメッセージ

【ペット】 ①写真(デジカメ画像可) ②名前 ③種類とメス・オス ④応募者の住所・氏名・電話番号 ⑤25字程度のコメント

■締切

11月11日(月)

■応募先

必要事項を明記の上、下記まで

☎総務課広報広聴係

(Tel964-4400)

〒791-0292

東温市役所 総務課宛

電子メール

soumka@city.toon.ehime.jp

※必要に応じて抽選を行います。



東温市ソフトバレーボール協会 親睦大会



8月25日、トレーニングセンターにおいて、東温市ソフトバレーボール協会親睦大会が行われ、「セリV」が優勝しました。

ソフトバレーボール、始めませんか

ソフトバレーボールは、4人制で、ルールは6人制バレーとほぼ同じ。高さ2mのネットで、バドミントンコートでを行います。現在東温市ソフトバレーボール協会ではチームを募集しています。詳しくはお問い合わせください。

☎ Tel964-8815 (水田)

参加者募集! 囲碁大会

どなたでも参加できますので、お気軽にご参加ください。

- 日 時 11月24日(日) 9時~
- 場 所 老人福祉センター(中央公民館内) 座敷
- 参加費 1,500円(昼食、景品代)
- 申 込 11月18日(月) までに電話でご連絡ください。
- 問・申込先 大北(Tel904-8825)

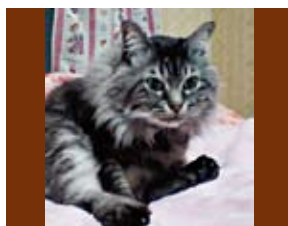


「とうおん次世代エネルギーパーク」計画が認定されました

9月17日、東温市役所に経済産業省四国経済産業局の資源エネルギー環境部長が訪れ、「とうおん次世代エネルギーパーク」計画の認定証を高須賀市長に交付しました。再生可能エネルギーなどの次世代エネルギーを体験し、将来のエネルギーに関して理解を深める計画を経済産業省が認定するもので、この度、東温市を含む全国8件が新たに認定されました。今後、経済産業省ホームページなどの情報発信により積極的に支援されます。

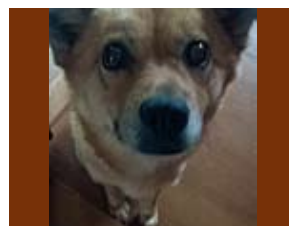


我が家のペット



琥珀(雑種)♂
尾崎さん(上村)

いつまでも癒されキャラでいてね!



ハリー(雑種)♂
三好さん(南方東)

うちの子になってくれてありがとう!



ティー(トイプードル)♂
浅海さん(南方西)

お祭り大好き!

第9回 東温市文化祭

川内会場 (川内公民館)

☎ Tel.966-4721

11月15日(金)～17日(日)

■展示 児童・生徒・一般作品

■催し

11月15日(金)

○手作りパン即売 13時30分～

11月16日(土)

○ナイトフェスティバル 19時30分～

※入場無料

書道パフォーマンス

友近890 (愛媛県出身)

11月17日(日)

○バザー 9時～

○お茶会、手作りクラフト教室、音楽芸能発表会、おもちゃ修理コーナー 各10時～

○俳句 13時～



重信会場 (中央公民館)

☎ Tel.964-1500

11月1日(金)～3日(日)

■展示

児童・生徒作品展示、一般作品

■催し

11月2日(土)

○将棋大会 9時～

○短歌 13時～

○川柳 13時～

宿題 共選 「結ぶ」「合図」「シンプル」

11月3日(日・祝)

○音楽芸能発表会 9時30分～

○お茶会 9時30分～



ふれあい掲示板

重信中学校1995年卒業生 (昭和55年度生) 同窓会のご案内

下記のとおり、学年全体の同窓会を開催する運びとなりました。恩師の方々も御招待予定ですので皆様お誘い合わせの上御参加下さい！

■日時 平成26 (2014) 年1月2日 15時～

■場所 ワシントンホテルプラザ松山

■連絡先 幹事代表：越智 保文 moz_ma_j@yahoo.co.jp

しげのぶ特別支援学校 校外展

幼児児童生徒の美術作品を展示します。ぜひご覧下さい。

■日時 11月19日(火)～26日(火)

■場所 ギャラリー画夢舎(南方)

☎ Tel.964-2258

11～12月実施予定の再就職応援セミナー

ジャンル	セミナー名	時期
仕事体験	気になる仕事 お試し体験ツアー (11月福祉編 12月小売編) 各全4回	11/6, 13, 14, 20 12/3, 6, 9, 10
	販売スタッフとして、短時間から働いてみませんか?	11/6～11/28 (全7回)
実践力養成	魅力的な第一印象でチャンスをとるGET (接客マナー研修)	11/19, 20 (全2回)
資格	調剤薬局事務知識習得講座	11/2～12/4 (全8回)
創業	ふるさと東温には、山菜がある (コミュニティビジネス創業講座)	11/9, 30, 12/7 (全3回)

就活サポート室

ご本人やご家族の就職活動に関する悩みやご相談など。事業推進員がお待ちしています。

▶日時 毎月第2・第3火曜日 13時～16時

▶場所 東温市地域雇用創造協議会 (市役所産業創出課内)

☎ Tel.997-7581 メール info@toonjob.jp

コラム 就勝への道



自分に合った働き方を考える

就職活動中は、ハローワークのほか就職情報誌や新聞等に掲載の求人情報、知人の紹介などを足掛かりに就職先を見つける方が多いと思います。情報を収集すると、職種のほか働き方も多様だと改めて気づかされますね。

厚生労働省は「さまざまな雇用形態」として、派遣労働者・契約社員(有期労働契約)・パート

トタイム労働者・短時間正社員・業務委託(請負)契約を結んで働く人・家内労働者・在宅ワーカーの各雇用形態について、ホームページで説明しています。働き方の選択肢は、正社員以外にもたくさんあります。

協議会では、職場体験で実際に仕事をお試しのできるものや、資格取得をサポートするもの、接客マナーを習得するものなど各種セミナーを用意し、多様な職種・働き方を理解する機会を提供しています。自分に合った仕事、働き方を一緒に見つけてみませんか。(推進員 河村)



Library Information

図書館だより

本館：TEL 964-3414 川内分館：TEL 966-4721

01 川内分館 本のリサイクル市

図書館で役目を終えた本や皆さんから提供をいただいた本などを無料でお譲りします。掘り出し物が見つかるかも！

- ▶期間 11月15日(金)～17日(日)
- ▶時間 9時～17時 ※本が無くなり次第終了
- ▶場所 川内分館入口 ロビー(川内公民館内)

※一度持ち帰った本や雑誌などは必ず自分で処分し、再度図書館へ持ち込まないようにお願いします。

02 まだまだ期間中！秋の読書週間



10月27日～11月9日は「秋の読書週間」です。

読書週間は、戦後間もない1947(昭和22)年から、読書の力によって、平和な文化国家をつくることを目的とした国民運動です。秋の夜長のお供に、読書でもいかがですか。



03 本館 特設コーナーは随時更新中

本館では、現在、9月に呼吸不全で亡くなった「白い巨塔」「沈まぬ太陽」でおなじみの小説家 山崎豊子氏を悼み、特設コーナーを設けています。また、旬の話題や司書おすすめの「PICK UP」コーナーなど、特設コーナーは随時更新中。気になる1冊が必ず見つかるはず。



04 11月のおはなしかい

- ちびちびちゃんのおはなしかい (0～3歳児) 11月14日 11時～
- ちびたちびこのおはなしかい (0～3歳児) 11月28日 11時～
- かぼちゃんのおはなしかい (どなたでも) 11月9日、23日 11時～



● 11月の図書館



本館

TEL 964-3414
開館 9時～19時
休館日 30日



川内分館

TEL 966-4721
開館 9時～17時15分
休館日 3、4、23、30日

幸楽(見奈良)・南方・則之内・河之内・町西 11日、25日(第2、4月曜日)
 希望の館・樋口・横河原 12日、26日(第2、4火曜日)
 志津川・八反地・西岡・田窪・牛淵 13日、27日(第2、4水曜日)
 上樋・播磨台・野田・新村・北野田 14日、28日(第2、4木曜日)
 上村・下林・上林・ガリラヤ荘 8日、22日(第2、4金曜日)
 則之内東・河之内・滑川・土谷・松瀬川 9日、23日(第2、4土曜日)
 北方・松瀬川・南方 2日、16日(第1、3土曜日)
 南方・吉久・井内・則之内西 10日、24日(第2、4日曜日)
 北方東・横河原・田窪団地・上林・下林・南野田・堀池 3日、17日(第1、3日曜日)
 ※小学校・幼稚園の巡回日程はお問い合わせ下さい。

移動図書館車運行表



オススメ 新刊紹介

『まちのじどうしゃレース』

たしろ ちさと/作
空き缶を利用した手作りの自動車で、レースに出る事にした5匹のねずみたち。優勝賞品はなんと、「見たこともないくらい大きなチーズ」！シリーズ第3弾。見返しに絵あり。



『どんぐりカプセル』

市川 宣子/作
松成 真理子/絵
小学生のふうちゃんとあきちゃんは大のなかよし。ところが、あきちゃんが引越すことになって…。巻末に「11月のまめちしき」を収録。



『星を創る者たち』

谷 甲州/著
太陽系の開発現場での事故に、技術者たちは知恵と勇気で立ち向かう！待望の「宇宙土木」シリーズが、25年の時を経てついに完成。



『水引アレンジBOOK』

長浦 ちえ/著
ハレの日だけでなく、日々の暮らしに水引を。伝統的な結び方から、動物やお花のモチーフの作り方まで、水引アレンジの方法を紹介。





information
情報BOX

お知らせ **知**
催し **催**
募集 **募**

催 えひめ・まつやま産業まつり

県内最大級の産業の祭典です。愛媛の産業を見て、触れて、食べて、楽しみませんか。

- ▶日時 ・11月23日(土)
9時45分～16時30分
- ・11月24日(日)
9時30分～15時30分

▶場所 城山公園やすらぎ広場
(松山市堀之内)

▶内容 県内各地の特色ある製品の展示・販売や製造実演・体験など

問 愛媛県ブランド戦略課
(Tel.912-2541)

催 調停相談会開催

土地建物、借入債務、交通事故などの「民事上もめごと」や、夫婦関係、遺産相続などの「家庭内もめごと」について、豊富な経験と知識をもった調停委員が相談に応じます。

※相談無料、秘密厳守

▶日時 12月1日(日) 10時～16時
※受付15時30分まで

▶場所 いよてつ高島屋7階

問 松山調停協会(松山地方裁判所内)
(Tel.903-4375)

知 11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間

配偶者からの暴力は、犯罪となる行為を含む重大な人権侵害です。一人で悩まないで、早めに相談してください。秘密は厳守します。

- ▶相談機関
- 県婦人相談所 (Tel.927-3490)
- 県女性総合センター (Tel.926-1644)
- 県警察本部 (Tel.931-9110)
- 市社会福祉課 (Tel.964-4406)

催 B型肝炎被害者救済説明会開催

▶日時 12月8日(日)10時～
※1時間程度

▶場所 ひめぎんホール別館

▶内容 集団予防接種の際の注射器の使いまわし打ちによるB型肝炎ウイルス感染被害について、国から和解金支払い等の救済を受けるための手続きについて

問 全国B型肝炎訴訟広島弁護団
(Tel.082-836-5171)

知 年末調整説明会のご案内(東温会場)

▶日時 11月22日(金) 14時～16時

▶場所 東温市役所4階大会議室

問 松山税務署 (Tel.941-9121)

催 第7回 東温市市民大運動会

▶日時 11月10日(日)

開会式9時～

※雨天中止(中止の際は、とうおんメールと当日朝の定時放送でお知らせ)

▶場所 東温市総合公園

問 生涯学習課 (Tel.964-1500)

知 全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間

▶相談内容

女性の人権問題に関するあらゆる相談(予約不要・無料・秘密厳守)

▶日時・11月18日(月)～22日(金)
8時30分～19時
・11月23日(土)・24日(日)
10時～17時

▶全国统一電話番号
0570-070-810
(IP電話からは接続不可)

▶相談担当者
人権擁護委員、法務局職員

問 松山地方法務局 (Tel.932-0888)

催 放課後わくわく広場

▶日時 11月20日(水)
16時～16時45分

▶場所 いわがらこども館

▶内容 風船を使った楽しいバルーンアート

▶受講資格

市内の小学校に通う児童

▶受講料 無料

問 生涯学習課 (Tel.964-1500)

シーズン2013
みんなで応援しよう!

ホームゲーム日程 11月

▶ J2愛媛FCホームゲーム(ニンジニアスタジアム)

開催日	曜日	キックオフ	対戦相手
11月3日	日	16:00	水戸ホーリーホック
11月17日	日	17:00	アビスパ福岡



知 お知らせ

催 催し

募 募集



information

情報BOX

催 海上自衛隊艦艇を見学してみませんか？

広く県民に海上自衛隊艦艇を見学してもらうため、訓練支援艦「てんりゅう」を一般公開します。

▶日時 11月17日(日)
9時～11時、
13時～16時30分

※乗艦受付は見学終了30分前まで

▶場所 松山港外港地区
第2ふ頭3号岸壁(三津浜)

▶臨時駐車場 岸壁付近約250台

問 自衛隊愛媛地方協力本部
総務課広報室(Tel941-8381)

催 人権を語る集い

▶日時 11月30日(土)
13時30分～

▶場所 中央公民館

▶講演 「水平社はこうして生まれた」

▶講師 愛媛県人権教育協議会
代表幹事 米田 考弘 さん

問 生涯学習課(Tel964-1500)

知 愛媛県最低賃金のお知らせ

平成25年10月31日から、愛媛県最低賃金は、**1時間666円以上**です。
※愛媛県内に派遣されて働く派遣労働者についても適用されます。
※この決定に従わない事業主は50万円以下の罰金に処せられることがあります。

問 愛媛労働局 賃金室
(Tel935-5205)

知 11月は「児童虐待防止推進月間」です

『さしのべた

その手がこどもの 命綱』

「児童虐待の防止等に関する法律」では、保護者が、その監護する児童(18歳に満たない者)の心身を傷つけ、健やかな成長・発達を損なう行為を禁止しています。

虐待には、殴る、蹴るなどの身体的なもの他に、性的虐待、無関心や無視などもあり、たとえ親にとって「しつけ」であっても「子どもが苦痛を感じていれば」虐待です。

虐待と思われる事実を知ったときには通報してください。

また、子育てに悩んでいる人は、ひとりで抱え込まずに相談してください。

問 子育て相談窓口
(Tel964-4450)
社会福祉課 子育て支援室
(Tel964-4406)

知 松山税務署からお知らせ

平成26年1月から、記帳・帳簿等の保存制度の対象者が拡大されます。

現在、個人の白色申告者のうち、前々年分あるいは前年分の事業所得、不動産所得または山林所得の合計額が300万円を超える人は、記帳と帳簿書類の保存が必要ですが、平成26年1月から、これらの所得のある全ての人に記帳と帳簿書類の保存が必要となります。

問 松山税務署(Tel941-9121)

催 赤十字巡回健康講座を開催します

お子さんの病気など、子育てで悩んでいる人は、普段聞けないことや悩みなどを相談できますので、ぜひこの機会にご参加ください。

▶日時 11月27日(水)
9時30分～12時

▶場所 中央公民館 大ホール

▶内容 ・こどもの急病について
・赤十字幼児安全法

▶講師 松山赤十字病院の医師、看護師

▶受講料 無料(参加申込要)
※託児は事前申込要

問 申込 社会福祉課
(Tel964-4406)

知 所得税及び復興特別所得税の予定納税

予定納税とは、前年分の所得税の確定申告を基に、復興特別所得税の金額を含めて計算した予定納税基準額が15万円以上となる場合、事前に納付をする制度です。対象者には、税務署から6月中旬に「予定納税額の通知書」が送付されています。

第2期分の納期限(口座振替日)は12月2日(月)です。残高確認をお願いします。

インターネットを利用した電子納税もご利用いただけます。

問 松山税務署(Tel941-9121)

催 花いっぱい運動

今回は花苗(パンジー、ビオラ)の定植を行います。家族、友達と一緒に参加しませんか。

▶日時 11月9日(土) 9時～11時

▶場所 中央公民館 西駐車場

未就園まで

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
11月					1 親子体操 さくら 11時	2 
3 文化の日	4 振替休日 	5 ぴよぴよクラブ 双葉保 9時30分 あおぞら広場 健康セン 9時 すくすく 中公 10時	6 幼稚園開放 北吉井幼 9時30分 赤ちゃん広場 健康セン 9時 赤ちゃん相談・7か月児教室 中公 9時30分 中公13時 親子体操 さくら 11時	7 幼稚園開放 東谷幼 9時30分 1歳6か月児健康診査 中公 13時 あおぞら広場 さくら 9時30分	8 ぱんだクラブ さくら 10時30分 親子体操 いわがら 11時	9 かぼちゃんのおはなしかい 図書館本館 11時 伊予東温VYSレクリエーション さくら 14時
10 あおぞら広場 中公 9時30分	11 子育て親子遊びの広場 中公 9時30分 幼稚園開放 重信幼 9時30分 さくららぼ広場 中公 10時	12 赤ちゃん広場 健康セン 9時 親子で楽しむお話し会 さくら 11時 親子体操 いわがら 11時 とことこクラブ 花き研究指導室 10時30分	13 赤ちゃん広場 健康セン 9時 親子で楽しむお話し会 さくら 11時 親子体操 いわがら 11時 とことこクラブ 花き研究指導室 10時30分	14 ぴよぴよクラブ 上林保 9時30分 あおぞら広場 さくら 9時30分 ちびちびちゃんのおはなしかい 図書館本館 11時	15 幼稚園開放 川上幼 9時30分 こあらクラブ いわがら 10時30分 親子体操 さくら 11時	16 
17	18 	19 あおぞら広場 健康セン 9時 すくすく 中公 10時	20 ぴよぴよクラブ 南吉井保 9時30分 赤ちゃん広場 健康セン 9時 親子体操 さくら 11時 親子で楽しむお話し会 いわがら 11時	21 あおぞら広場 さくら 9時30分	22 ぱんだクラブ さくら 10時30分 20組(事前申込11/1~16) 親子体操 いわがら 11時	23 勤労感謝の日 かぼちゃんのおはなしかい 図書館本館 11時
24	25 	26 幼稚園開放 西谷幼 9時30分 すくすく 中公 10時	27 親子で楽しむお話し会 さくら 11時 親子体操 いわがら 11時	28 あおぞら広場 さくら 9時30分 ちびたちびこのおはなしかい 図書館本館 11時	29 親子体操 いわがら 11時 親子体操 さくら 11時	30 伊予東温VYSレクリエーション いわがら 14時

▶ さくら (さくらこども館 Tel.966-6169) ▶ いわがら (いわがらこども館 Tel.960-5003) ▶ 健康セン (川内健康センター Tel.966-2191)
 ▶ 図書館本館 (図書館本館 Tel.964-3414) ▶ 川内図書館 (図書館川内分館 Tel.966-4721) ▶ 中公 (中央公民館 Tel.964-1500)
 ● 中央公民館が会場の催しの問い合わせは各実施主体へどうぞ。▶ 広場・ぴよぴよクラブ (地域子育て支援センター Tel.966-2080) ▶ 幼稚園開放 (学校教育課 Tel.964-4420)
 ▶ すくすく (社会福祉協議会 Tel.955-5535) ※写真は南吉井保育所の元気な子どもたち

幼児教室 こあらクラブ (いわがらこども館)	● 「クリスマス工作」 日時：12月6日(金)10時30分～ 定員：先着15組	ぱんだクラブ (くくくもてん)	● 「七五三を楽しもう」 日時：11月8日(金)10時30分～ ※自由参加
			● 「おにぎりパーティー」 日時：11月22日(金)10時30分～ 申込期間 11月1日(金)～16日(土) 定員：20組
			● 「クリスマス会」 日時：12月13日(金)10時30分～ 申込期間11月22日(金)～ 定員：先着30組 ※直接来館のみ受付可

健康推進課 TEL964-4407 / 川内健康センター TEL966-2191

乳幼児健康診査・相談・教室

妊婦相談

内容：妊娠等の相談・母子健康手帳の発行
日時：随時
場所：健康推進課または川内健康センター

赤ちゃん相談

内容：身体計測、個別相談
対象：1歳9か月未満の乳幼児
日時：11月6日(水)・12月4日(水) 9時30分～
場所：中央公民館

7か月児教室

内容：「7か月頃に起こりやすい病気・事故について」の講話等
対象：①11/6(水)H25年4月生まれ
②12/4(水)H25年5月生まれ
日時：13時～
場所：中央公民館

小児用肺炎球菌ワクチン切り替え

11月1日から、現在使用されている7価(7種の肺炎球菌)から13価(13種の肺炎球菌)へ一斉に切り替わります。新たに6種が追加されることで、より多くの肺炎球菌に対して予防効果が期待できると考えられています。

1歳6か月児健康診査

内容：内科診察、歯科診察、歯科・栄養・生活相談
対象：平成24年4・5月生まれ
日時：11月7日(木) 13時～
場所：中央公民館

さくらんぼ広場

内容：ミニ講話「2歳の子どもの心とからだ」・個別相談
対象：平成23年7・8月生まれ
日時：11月12日(火) 10時～
場所：中央公民館

子育て支援センター

TEL966-2080 対象：未就園児

0歳から親子交流でき、子育てのことに限らず気軽にママたちが相談できる場所。そして何より気分転換になる場所。



川内健康センター 2F

■子育て・サポート・親子遊びの広場(月1回)

対象：未就園児
♡11月12日(火) 音楽鑑賞

■あおぞら広場 対象：未就園児

■赤ちゃん広場 対象：2歳児未満

■出前遊びの広場「ぴよぴよクラブ」

※年1回、初回参加時に保険加入(年間保険料800円)をお勧めしています。

■はっぴー♡たいむ

毎月第1水曜日 川内健康センター 13時～ 育児相談
※家庭訪問も可能です。お気軽にどうぞ。

ファミリー・サポートセンター・とうおん

TEL990-1130 対象：12歳まで

保育園の送迎など、子育ての援助がほしい時に援助可能なサポート会員をつなぎます。事前に登録(写真2枚と印鑑)が必要です。協力会員さんも随時募集中。まずはお電話を。

● 今月の「ファミサポ広場」会員の集い ●

と き 11月11日(月)・18日(月) 9時30分～
と ころ 中央公民館 3階 和室

ファミサポだより

9月17日(火)の研修会は、親子遊びの広場と同時に実施をし、「風船遊び」を楽しんでいただきました。「シャンピー・バルーンチーム」のみなさんが、音楽に合わせて風船から動物・刀・人形などをあつという間に作り出すバルーンアートに、お母さんたちやスタッフも童心に返り、本当に楽しい時間を過ごすことができました。

いわがらこども館 TEL960-5003 / さくらこども館 TEL966-6169

対象：乳幼児～18歳未満 休館日 火曜日 開館(10～3月) 9時30分～17時30分



いわがらこども館

さくらこども館

こども館の催し(共通)

■子育て相談

月曜日 9時30分～14時

■親子体操(週1回程度)

対象：幼児と保護者

■おはなし会(月2回程度)

対象：未就園児と保護者

■小学生クラブ

対象：東温市内の小学生
※初回参加時に保護者の同意書が必要
※申込は各こども館へお電話で

■幼児教室

こあらクラブ・ぱんだクラブ
対象：未就園児と保護者

小学生クラブ

その他のイベント

いわがらこども館(横河原)

●フラワーアレンジメント

「大きなリースを飾ろう」

日 時：11/17(日) 13時30分～
申込期間：10/19(土)～11/10(日)
定 員：15人

●アロマクラフト

「ハーブの手ごね石鹸づくり」

日 時：12/7(土) 13時30分～
申込期間：11/17(日)～29(金)
定 員：15人

●クッキング「スイートポテト」

日 時：12/1(日) 13時30分～

対 象：東温市内の小学生
申込期間：11/17(日)～
定 員：16人 ※来館先着順

●クリスマス会

「みんなでHAPPY☆クリスマス♪」

日 時：12/8(日) 14時～
定 員：なし ※自由参加

さくらこども館(南方)

●フラワーアレンジメント

「大きなリースを飾ろう」

日 時：11/16(土) 13時30分～
申込期間：11/8(金)まで
定 員：15人

●アロマクラフト

「ハーブの手ごね石鹸づくり」

日 時：12/8(日) 13時30分～
申込期間：11/16(土)～30(土)
定 員：15人

●「さくらのわいわいクリスマスだんとん」

日 時：12/15(日) 14時～

対 象：東温市内の小学生
申込期間：11/24(日)～12/8(日)
定 員：なし

※いわがらこども館は、10月29日から11月7日まで工事のため休館します。

各種健康診査のご案内 (11月)

【受診の際は、すでに送付している書類一式と健康保険証を必ずご持参ください。】

受付時間 ●7:30～10:00 □13:00～14:00 ◆13:00～14:30

実施場所	日程	健診種別及び受付時間											
		健康診査			肝炎	胸部CR	胃	大腸	前立腺	子宮	乳		
		特定健診	75歳以上健診	30歳代健診							マンモ	エコー	
中央公民館	11月13日(水)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	□	●□	／
	11月14日(木)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	□	●□	●□
	11月15日(金)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	□	●□	●□
川内健康センター	※11月10日(日)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	□	●□	●□
	◆	◆	◆	◆	◆	◆	／	◆	◆	□	●□	●□	
	11月11日(月)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	□	●□	●□

※「第7回東温市民大運動会」が11月10日(日)に変更となりましたが、健診は予定どおり行います。

診察相談

健診結果をお返しします。その際に医師から、ひとりひとりに健診結果の説明があり、ゆっくりご相談できます。今の健康状態にあわせて、将来を見すえた生活習慣を一緒に考えましょう。

お医者さんと一緒に健診結果を確認できる、東温市独自の取り組みです。



実施場所	日程	受付時間
中央公民館	11月20日(水)	9:00～11:30
	11月21日(木)	
	11月22日(金)	
川内健康センター	11月26日(火)	9:00～11:30
	11月27日(水)	

胸部CT検診

肺がんなどの発見に有効です。受診票は集団健診終了後、11月20日頃郵送します。



実施場所	日程	受付時間
中央公民館	11月28日(木)	9:00～11:00
	11月29日(金)	13:00～15:00
川内健康センター	12月2日(月)	9:00～11:00
	12月3日(火)	13:00～15:00

☎ 申し込みは電話でも健康センター Tel.966-2191
受け付けています 特定健診 Tel.966-2224

ひとりで悩まずに、相談を… 無料・秘密厳守

いきいき健康講座

- ▶日時 11月12日(火) 13時30分～15時
- ▶場所 中央公民館
- ▶内容 講演「血圧を管理しよう～心臓病を予防するために～」
- ▶講師 愛媛医療センター 院長 岩田 猛 先生
- ▶対象 東温市民 ▶参加費 無料
- ▶申込 川内健康センター (Tel.966-2191)

お口の健康教室

- 介護老人福祉施設見学会も兼ねて実施します。
- ▶対象 65歳以上の東温市民
 - ▶講師 満石歯科医院 松本 誠人 先生 ほか
 - ガリラヤ荘 11月26日(火)13時30分～15時
 - ウェルケア重信 12月5日(木)13時30分～15時
 - ▶持参品 歯ブラシ、コップ、タオル
 - ▶申込 保険年金課 (Tel.964-4408)

健康相談

- 健康に関すること、お気軽にどうぞ。
- ▶日時 毎週水曜日 9時～11時
 - ▶場所 健康ハウス (川内健康センター隣)
- ※市役所での相談ご希望の方は事前にご連絡ください。

秋のウォーキング大会 参加者募集

秋の恒例イベント、とうおん健康づくりの会の「ウォーキング大会」は、会員以外の方も参加できます。みんなでウォーキングを楽しみましょう。

- 日 時 11月19日(火) 9時集合(ストレッチ等ののち、9時30分出発)
 ※雨天中止。天候不順の場合は午前7時に決定
 - 集合場所 中央公民館 大ホール
 - 内 容 中央公民館からツインドーム往復の約5.6kmコース
 途中、ツインドームで休憩・記念撮影予定
 - 参加費 100円(保険・写真代)
 - 持参品 水分補給用の飲み物、タオル、帽子、会員証
- ☎ とうおん健康づくりの会事務局(川内健康センター) Tel.966-2191



東温市国保加入の 40歳~74歳の皆さんへ 個別特定健診のご案内

- 対 象 東温市国保に加入している40歳~74歳の人で、今年度市国保が実施した集団特定健診(11月15日で終了)を受診していない人
 ※加入期間によっては受診券が発行できない場合があります。
- 実施期間 平成26年1月6日(月)~3月31日(月)
- 健診料 1,500円
- 健診内容 身体計測、腹囲測定、尿検査(糖・たん白・潜血)、血圧測定、問診、診察、血液検査
 ※心電図・眼底検査・貧血検査は必要な人のみに実施
- 受診できる病院
 池川内科・神経内科、泉内科、こばやし内科クリニック、辻井循環器科・内科、西野内科クリニック、中野クリニック、西本整形外科、藤石医院、山本内科胃腸科
- 申込み期間 11月18日(月)~平成26年1月31日(金)
 ※申込者には「受診券」を郵送
- 申 込 先 保険年金課 特定健診係 (Tel.966-2224)



ひとりで悩まずに、相談を… 無料・秘密厳守

病態別栄養相談

要予約

食事記録にもとづいて、栄養計算や個人に応じた相談ができます。

(相談時間：おひとり約1時間)

- ▶ 日時 11月8日(金)、29日(金) 9時~12時
- ▶ 場所 川内健康センターまたは市役所
- ▶ 申込 川内健康センター (Tel.966-2191)
- ▶ 相談員 管理栄養士

こころの健康相談

要予約

原因不明のだるさ、人間関係がうまくいかないなど、心や体の相談をお気軽にどうぞ。

- ▶ 日時 11月8日(金) 14時~16時
- ▶ 場所 川内健康センター、市役所・家庭訪問
- ▶ 申込 川内健康センター (Tel.966-2191)
- ▶ 定員 2人
- ▶ 相談員 真光園院長 大久保 巖彦 医師

65歳からのこころとからだの健康相談

要予約

心の悩みや認知症の相談、身体的な相談など、お気軽にどうぞ。

- ▶ 日時 11月21日(木) 15時~17時
- ▶ 場所 家庭訪問または市役所
- ▶ 申込 保険年金課 (Tel.964-4408)
- ▶ 相談員 SHUN心療クリニック 馬場俊一 医師・保健師

子どもの体を柔らかくするストレッチ

整形外科 寺井 智也

愛媛十全医療学院附属病院
東温市南方561番地 (Tel.966-5011)
第2・4土曜、日・祝は休診
※内科は金曜午後も休診



発育期にスポーツをしている子どもが腰痛で外来を受診すると、共通しているのは、「体が硬い」ということです。特に「ハムストリングス」が硬い子どもが多いのが目立ちます。「ハムストリングス」とは人間の下肢後面を作る筋肉の総称で、アスリートが肉離れを起こしやすい部位としても有名な筋群です。

受診した子どものほとんどは、立位体前屈を行ったときに指先が床につかない状態です。これは、膝関節の後ろにあるハムストリングスの柔軟性がないために生じており、柔軟性が無く、硬くなっている状態を「タイト・ハムストリングス」と呼びます。これはスポーツをしない子どもでも多くいると思います。体が硬いと、膝や足などのいろいろな部位に障害を起こす可能性が高く、特に腰への影響が大きいと考えられています。そ

こで、タイト・ハムストリングスを克服するのに非常に有効なストレッチ法がジャックナイフ・ストレッチです。スポーツ医学の第一人者、西良浩一先生が推奨しているストレッチ法で、全国のいくつかの小学校でも紹介されています。

ジャックナイフとは「折り畳み式ナイフ」のことで、胸と太ももをびったりと付けて、体を半分折り畳んだようにして、できるだけ膝を伸ばしていくストレッチです。やり方は、まずはしゃがんで、足首をしっかりと握り、胸と太もも前面をびたりとくっつけます。そして、その状態から、膝をできるだけ伸ばしていきましよう。その際に、胸と太ももが離れないように注意することが必要です。股関節を完全屈曲した状態で、膝を伸ばすというのが特徴です。このポジションで、膝をできるだけ伸ばすように10秒間力を入れましよう。これを5セット行います。朝と夜の2回行えば効果的です。前屈時の指先と床の距離（いわゆる立位体前屈距離）が驚くほど改善するので、裏技と言われていいます。またストレッチにおいて大事なことは、毎日、続けるということです。大人にも効果があるので、腰痛の予防にみなさん試してみてください。








クイズを解いて頭の体操

タテ

- ① 牛乳から分離させた、脂肪を主成分とする食品
- ② ホテルに入れば、まずは〇〇〇〇イン。
- ③ 突き刺さるような言葉。言葉に〇〇がある。
- ④ みょうじとなまえ
- ⑤ 歯や骨の成分

ヨコ

- (ア) 目は〇〇ほどにものをいう
- (イ) 11月8日は「いい(11)歯(8)の日」です。日本〇〇医師会が制定しました。
- (ウ) 歯の表面を覆っている組織。「〇〇〇〇質」
- (エ) マルか〇〇で答えなさい。
- (オ) 融通がきかない人。「〇〇頭」
- (カ) 指揮棒を〇〇〇〇という。ドイツ語が語源
- (キ) 昔はテレビ〇〇〇〇に夢中になり、今はパソコン〇〇〇〇に熱中している。

(ア)	②		④(イ)カギ	⑤
	(ウ)			
①(エ)カギ			(オ)	
(カ)		③		
		(キ)		カギ

カギの3文字で言葉をつくりましよう
ヒント：痛くて放置は危険 (答えは12月号)

10月号の答え：テレビ

11月 カレンダー

11/1 金	●東温市文化祭 (重信会場)
2 土	●東温市文化祭 (重信会場)
3 日	■文化の日 ●東温市文化祭 (重信会場) ◆当番医 春香メンタルクリニック TEL993-7710
4 月	■振替休日 ◆当番医 重信クリニック TEL964-1188
5 火	●健康体操 19:30～ 福祉館
6 水	
7 木	
8 金	●レディース学級 県外研修
9 土	●花いっぱい運動 9:00～ 中央公民館
10 日	◆当番医 藤本内科クリニック TEL960-5500 ●第7回 東温市市民大運動会 9:00～ 市総合公園
11 月	
12 火	●健康体操 19:30～ 福祉館
13 水	●行政相談 13:00～ 福祉館
14 木	
15 金	●東温市文化祭 (川内会場)
16 土	●東温市文化祭 (川内会場)
17 日	◆当番医 愛媛医療センター TEL964-2411 ●東温市文化祭 (川内会場)
18 月	
19 火	●健康体操 19:30～ 福祉館
20 水	●放課後わくわく広場 16:00～ いわがらこども館
21 木	●福祉館じんけん相談 19:00～ 福祉館 ●いきがい大学 10:00～ 中央公民館 ●東温高校創立記念行事
22 金	
23 土	■勤労感謝の日 ◆当番医 藤石医院 TEL964-1234 ●三代交流クローカー大会 8:30～ ふれあい広場
24 日	◆当番医 白岡整形外科 TEL960-6555
25 月	
26 火	●健康体操 19:30～ 福祉館 ●さくら感謝デー
27 水	●各種相談事業 10:00～ 市役所、13:30～ 福祉館 ●さくらの湯 休館日
28 木	
29 金	
30 土	●人権を語る集い 13:30～ 中央公民館
11/1 日	◆当番医 中野クリニック TEL960-5800
2 月	
3 火	
4 水	
5 木	

ごみ収集予定

11月 不燃物収集日

重信地区	ペットボトル、プラスチック類 その他燃やさないごみ	粗大ごみ	空き缶・金属類 びん・ガラス類
樋口・上村	10日・24日	17日	3日
横河原	3日・17日		
田窪・八反地	3日・17日		
志津川(八反地除く)	10日・24日	3日・17日	
見奈良	10日・24日	24日・27日	3日
田窪団地		17日	
下林		24日・27日	3日・17日
上記以外の地区		27日	

川内地区	ペットボトル、プラスチック類	粗大ごみ・その他 燃やさないごみ	びん・ガラス類	空き缶・金属類
東谷・西谷・土谷 滑川・奥松瀬川	5日・19日	18日	11日	25日
北方東・北方西 南方東・南方西	6日・20日	19日	12日	26日
町東・町西 前松瀬川・横瀬団地	7日・18日	20日	13日	27日

11月4日(月)及び23日(土)の「燃やすごみ」は平常どおり収集します。

11月・12月 紙類収集日(全地区共通)

*収集の曜日は変更ありません。

重信・川内共通	11月	12月
火曜日が収集日の地区	5日・19日	10日・24日
木曜日が収集日の地区	7日・21日	12日・26日
土曜日が収集日の地区	9日・23日	14日・28日

各種相談の窓口

～悩まず
相談してください～

行政相談

11月13日(水) 13:00～ 福祉館
11月28日(木) 13:00～ 農村環境改善センター

心配ごと相談

11月14日(木) 13:00～ 福祉館
11月28日(木) 13:00～ 農村環境改善センター

特設人権相談

11月 6日(水) 13:00～ 川内公民館
11月20日(水) 13:00～ 東温市役所

法律相談(無料:要予約)

11月13日(水) 13:30～
問・申込 社会福祉協議会 TEL955-5535

行政書士相談(無料:要予約)

11月20日(水) 13:00～
問・申込 社会福祉協議会 TEL955-5535

消費生活相談

月～金(祝日除く) 8:30～17:15
東温市役所消費生活相談窓口 TEL964-4400

子育て相談の総合窓口

月～金(祝日除く) 8:30～17:15
東温市役所子育て相談窓口 TEL964-4450

人の動き

平成25年 10月1日現在	人口	男	16,270人 (+14)
		女	17,928人 (-1)
		計	34,198人 (+13)
	世帯		14,427戸 (+24)
※()内は前月比			

お詫び と訂正 (10月号)	(1) P24	愛媛大学附属病院	准教授氏名
		誤 大木本 昭義 先生	正 大木元 昭義 先生
	(2) P31	11月3日休日当番医	
		誤 さとう耳鼻咽喉科クリニック	正 春香メンタルクリニック
	(3) P21	東温MBC(ミニバス)	
		誤 会費 無料	正 会費 1,000円/月

国際ピアノコンクールに入賞

よこやま
横山 流香さん(10) 見奈良



「ピアノ少女は自分らしく成長中」

流香さんがピアノを始めたのは3歳の頃。元々ピアノが好きだった母の恵子さんの手ほどきによる音遊びからの始まりでした。その後、大石恵理奈氏、山崎のぞみ氏、垣生悠比子氏にそれぞれ師事し、「あつという間に母の私を追い越してしまっただ」と恵子さん。

文字を覚えるより先に譜面の読み方を覚えたという流香さんは、絶対音感の持ち主。自宅の座敷に置いてもらったグランドピアノに、毎日1時間程度向かうことが日課となり、それは今でも続いています。譜読みと暗譜を得意とし、何度か弾くと、その音符をいつの間にか自分の「音」にしてしまいます。

そんな流香さんは、南吉井小での学校生活が大好きで、1年生から皆勤賞を更新中。「今は硬式テニスにはまっています」としつつも、「でも、ピアノを弾いている時が一番幸せ!」ときっぱり。「将来は幼稚園の先生になって、ピアノを弾きながら子どもたちに歌って聴かせたい」と大きな夢を語ります。

10歳らしい、あどけない笑顔に、優美な音色に惑わされた大人たちは、思わずホッとさせられるのです。

編集後記

⑧ 今月は獅子舞保存の取り組みを取材しました。私も子どもの頃、「おやす」のキツネ役をもらい、祭り前になると、夜な夜な地域のおじさんたちに教えてもらいました。生まれて初めてお化粧してもらったのもキツネ役。今でも軽やかな祭りの太鼓の音を耳にすると、紅をさし、すまし顔で心躍らせたあの時の自分を思い出し、懐かしい気持ちがいよみがえってきます。

⑨ 先日行われた秋祭りは、晴天にも恵まれ大盛況でした。各地域の様々な催しを取材し、東温市の伝統文化のすばらしさや地域の活気を感じる事ができました。早朝から夜遅くまで参加した人たちは大変そうでしたが、子どものように純粋な表情を見せる大人たちの姿が特に印象に残っています。

「好きな科目は理科。嫌いなのは国語」と話す横山流香さんは、あどけない表情に幼い声。一見、ごく普通の小学4年生の女の子です。ところが、「得意な楽曲は、北欧の代表的な作曲家エドヴァルド・グリーグの作品です」と、グランドピアノの鍵盤に指をおいた瞬間、繊細で流麗な音色が少女を包みみす。

少女が紡ぐ音色のマジックに、戸惑いつつも、確かなピアノ技術に、周囲の大人たちはすぐに心地良い世界にいざなわれます。

「表現力の著しい成長で、頭角を現す」

流香さんは今年2月、ピアノの全国大会である「全日本ジュニアピアノコンクール」において、年齢無制限の部門に、高校生などに混ざって最年少で出場。今年生誕170年を迎えたノルウェー出身の作曲

家、エドヴァルド・グリーグの代表作の一つ「ホルベルグ組曲」を演奏し、見事6位に入賞しました。

さらに、8月に東京・大阪で行われた長江杯国際音楽コンクールで、見事3位に入賞しました。小学校4年生での入賞は快挙で、以来、将来の有望株として、注目を集める存在となっています。