

vol.113

広報

とことん
東温誌

とうおん

2014

3

平成26年
3月1日



特集

「中小零細企業振興基本条例

一人ひとりがサポーター」

10 「その他燃やさないごみ」

市クリーンセンターでの受入が開始

13 人権擁護委員について

14 東温市人事行政の運営状況を公表します



表紙

伊予銀女子ソフト部が、ソフトボール教室

1月26日、伊予銀行女子ソフトボール部が、重信中学グラウンドでソフトボール教室を行いました。重中女子ソフトボール部、川上スポ少・拝志スポ少を対象に行われたこの教室には、50人が参加。守備の構えから、ピッチングやバッティングまで、選手が総出でレベルに応じた指導を行い、参加者は充実した時間を過ごしていました。



人の動き

平成26年
2月1日現在

人口	男	16,255人	(+7)
	女	17,895人	(-18)
	計	34,150人	(-11)
世帯		14,424戸	(-6)
		※()内は前月比	

03 特集 中小零細企業振興基本条例

10 スポットニュース 市役所からのお知らせ

児童手当の届出、忘れていませんか/第3次東温市行政改革大綱・実施プランを答申/「その他燃やさないごみ」市クリーンセンターでの受入が開始/消費税増税に伴う臨時福祉給付金(簡素な給付措置)について/平成25年中所得の申告、お済みですか/農地の利用権設定申出について/農地賃借料情報の提供について/広報とうおんが県内市町・広報コンクールで入選/要約筆記者養成研修 受講希望者募集/手話奉仕員養成講座 受講希望者募集/人権擁護委員について/入札結果 ほか

14 人事行政の運営状況

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

21 ふれあい広場 ALTから一言/満1歳ハッピーバースデー ほか

24 情報BOX / 図書館だより 募集/催し/お知らせ

26 子育てガイド

母子健康保険事業/こども館/子育て支援センター/ファミサポとうおん/未就園児イベントカレンダー ほか

28 やっぱり健康 ドクターの健康百科/相談 ほか

30 とうおんメール・クロスワードパズル

32 キラリ東温この人なう 矢野 美千代 さん

東温各地の歴史・文化・史跡 あれこれ

New!

東温紀行 ①

志津川天満神社

仁和4(888)年2月、菅原道真公は讃岐守として、勅命による隣国巡視の際にこの地に立ち寄り、内川から南部一帯にわたり里人のために祓の式を行いました。その後、天慶5(942)年9月25日、伊予国国司河野安家が、菅公との地縁からこの地に菅原道真を祭神とする祠を建立して、伊予志津川天神と呼んだのがその始まりと伝えられています。

境内には「菅公腰掛石」があり、昌泰4(901)年正月、菅原道真公が筑紫国へ左遷される際、再びこの地に立ち寄り、休息に用いられたのがこの石だと伝えられています。

「しはしみて やすらふ心

しつ川の 流れ行く身は つくし野のはて」

このうたから、この近辺をしづかわと呼ばれる所以だといわれています。

『東温街道紀行』より



腰掛石

●天満神社

国道志津川交差点から南に徒歩2分。周辺を散策すると、土堀や漆喰壁など、風情のある建物がところどころ見られる。

中小零細企業 振興基本条例

一人ひとりがサポーター

平成25年4月、東温市に新しい
条例が誕生しました。

「東温市中小零細企業

振興基本条例」

この長くて難しい名前をきいて、「会社勤めの自分は関係ない」「年金暮らしの自分は興味なし」など
と持っているアナタ。実は違いま
す。この条例は、事業主さんだけ
ではなく、地域に住む私たちすべ
てに関係のある条例なんです。

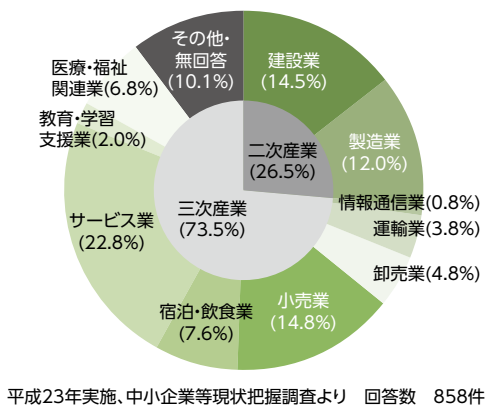
今回の特集では、県内の市町で
初めて誕生したこの条例について、
その背景や概要、私たちの役割、
そして誇れるまちづくりについて
考えていきます。



地域経済の担い手、 中小零細企業

東温市には、約1160件の企業が存在することをご存知でしたか。そのほとんどを占めるのが中小零細企業で、建設業、製造業、小売業、飲食店、サービス業など業種はさまざまです。

事業所の業種別割合



中小零細企業はこれまで、生産・製造・販売などの活動を通じ、個人所得や雇用、消費活動、税金などで東温市の経済を支えてきました。
中小零細企業が私たちの暮らしに深く関わり、大変重要な役割を担っていること、そして、成長発展していくこととは、これからの東温市の経済にとって良い効果をもたらすことを、私たちは忘れてはなりません。

厳しい時代だからこそ

経済のグローバル化による企業間競争の激化、少子高齢化の進行や人口減少社会の到来など、中小零細企業を取り巻く環境は大きく変化し、経営環境は一層厳しい状況になってきています。

このような経済的、社会的環境変化の中、中小零細企業を元気づかせ、私たちの生活を向上させていくためには、これまで以上に中小零細企業を振興していく必要があります。

市では、平成24年度に東温市商工会を中心に、中小零細企業の振興と地域経済の発展を図るため、事業主や商工業団体、有識者らによる検討を重ねて

東温市中小零細企業振興基本条例 【制定までの経緯】

平成22年5月	商工会、県中小企業家同友会が条例制定に関する要望書を提出
平成23年5月	条例制定に関する勉強会を開催
平成23年10月	検討委員会を実施 (平成24年9月まで計8回)
平成24年10月	シンポジウム開催
平成24年12月	パブリックコメントの募集 (1/28まで)
平成25年2月	条例研修会
平成25年3月	平成25年第1回定例会に上程、可決

地域社会全体で応援

経済団体、地域金融機関の役割

- 中小零細企業の創意工夫への支援
- 円滑な資金供給

市の役割

- 振興施策の実施
- 中小零細企業者への配慮
- 関係機関等との連携・協力

中小零細企業者の努力

- 自主的な経営の向上・改善
- 活力ある地域社会形成への貢献

教育機関の努力

- 振興施策・事業への参加への配慮
- キャリア教育の推進
- 産官学連携の推進

市民の理解と協力

- 中小零細企業振興の重要性に対する理解
- 活力ある地域社会の形成への協力

東温市中小零細企業振興円卓会議

上記関係者の代表で編成された円卓会議は、振興施策の推進に関する事業の審議や、テーマ別・課題別の審議する会議を実施していきます。

条例が目指す

「まちづくり」の姿

基本条例では、地域において中小零細企業が担う役割とその重要性を示すとともに、市、企業、市民の役割が明確に位置づけられています。そして、それぞれが連携し、振興していき、「すべての『いのち』が生き生き

きました。そして、昨年3月、第1回定例会で、中小零細企業振興のための基本理念を定めた「東温市中小零細企業振興基本条例（以下、基本条例）」が可決。4月1日から施行されました。

と輝き続けるまちづくり」を勧めていくこととしています。
変化する経済環境に適応し、今後は、中小企業が成長発展していくためには、企業自らが努力していく必要があります。一方、私たち市民は、中小零細企業が地域経済に欠かせない存在であることを十分に認識し、応援していくことが必要です。

中小零細企業の振興は、雇用の創出や地域の活性化など、まちづくりの好循環をもたらします。そのことを市・企業・市民がしっかり認識し、それぞれの役割を踏まえ緊密に連携していくことを、基本条例は目指しています。

東温市
中小零細企業
振興基本条例
(基本方針)

7
つの柱

① 事業者の基盤の強化



資金・設備・技術・人材・情報等、経営資源の確保や充実について、適切な支援に取り組みます。

② 事業者の技術力、経営力の高度化



企業者ら自らの技術力や経営力について自主的に強化できるよう、個々の実情や水準を見極めつつ支援に取り組みます。

③ 経済団体、学校、金融機関との連携強化



事業活動の拡大、受発注の協力関係の構築、経営の革新・技術力の強化・創造等につながる連携の強化を図ります。

④ 人材の確保、育成、定着の推進



継続した人材の確保、後継者の育成、大学や専修学校の連携による人材確保・育成、小中学生等次世代の啓発を行います。

⑤ 新たな事業活動の推進



事業者が個性や創意工夫を発揮し、自社の経営資源を活かした新分野への進出や新規創業を推進します。

⑥ 情報発信の強化



市内事業者の様々な情報を積極的に収集し、販路開拓、製品への付加価値向上を図り、市民の理解の促進にもつなげます。

⑦ 市民との協働



イベントや調査・研究を通して、市民と事業者の交流機会の提供、相互理解を深める場をつくっていきます。



越智 俊充 会長
(東温市商工会)



林 宏保 課長
(東温市産業創出課)



林 地域の自立が求められる今、持続可能な地域経済が足腰の強い豊かなまちづくりを実現します。日本経済は回復傾向にありますが、地方経済はまだまだ元気がなく、厳しい状況が続いています。一体となって地域づくりに取り組んでいくことが欠かせません。中小零細企業振興基本条例制定と推進は、その大きな柱となるものです。

越 条例に定められたことは、つまり、普遍的なものとしてきちんと継続してやっていきますよね。そこが今回私たちが期待しているところだと思います。

林 条例って言うと、硬く捉えられるのかもしれませんが、自治体

だから条例なのであって、国の法律よりも実際の生活レベルに近い距離感で定められることに意義があると思います。「皆さんの生活をもっと豊かにする」ということがこの条例の一番の目的。せっかくの条例なので、積極的に使っていくかという意味がありません。

越 「一体となった地域づくり」とおっしゃいましたが、今回の条例で、産官学金、つまり金融機関を組み込むことができたのが価値あることだと考えています。また、学校教育関係との関わりを盛り込むことも大きい。キャリア教育を盛り込むことで、小さい頃から地元で会社があることを知ってもらって、体験してもらうこと

で、優秀な人材を市内から確保するという循環が生まれればいいと思います。

林 この条例でうたっている「支え合い」や「相互理解」は本当は当たり前なこと。しかし現実にはそれが実現しない場合もある。この条例を着実に整備していけば、「もっと生き生きと商売ができるチャンスがある」と気づくことができるし、行政が手を差し伸べる重要なツールにもなります。

越 東温市は、この取り組みの先進地として、今後、「さらに住みよいまちに」という意識をはぐくむため、今回の条例ができて、本当に良かったと思います。

地域に欠かせない存在 中小零細企業

ものづくりや商いについて、高い志と誇りをもって取り組む中小零細企業が東温市にはたくさんあり、それはまちの誇りとなりえるのではないのでしょうか。頑張るまちの企業を紹介します。

妥協ない製造技術。 地域が誇れる企業に



まつばら まさひろ
松原 正廣 さん

Profile ●(株)コスモ精機代表取締役社長。1991年、41歳のとき市内の金型メーカーから独立し、同社を設立。64歳。



東温市は、旧松下寿電子工業（現…パナソニックヘルスケア(株)）の下請け部品工場の流れから、金型工場が多い傾向にあります。松原正廣さんは、1991年、則之内に精密プラスチック金型メーカーの(株)コスモ精機を設立しました。折りしも、日本経済はバブルが崩壊した逆境期。

「厳しい納期と人手不足のなか、製品の精度にこだわり、技術に磨きかけた」と振り返ります。

高い技術は、やがて一眼レフカメラや医療機器の大手メーカーから認められ、プラスチック部品の金型注文が入るようになり、数年後、事業はようやく軌道に乗ります。

現在、コスモ精機の代名詞となっているのはダーツ部品。2007年国内のダーツ人気が高まる中、国産部品が少ないことに目をつけ、プラスチック製羽根と、持ち手をつなぐシャフトの接合部をはめ込む新商品を開発、特許を取得しました。2008年にアミューズメント部門が立ち上がり、唯一無二のダーツは同社の売り上げの6割を占める主力製品に。精密な金型から完成品まで一貫生産ができる強みを存分に発揮し、2012年には、「愛媛ものづくり企業『スゴ技』データベース」に選定されるなど、勢いはとどまるところを知りません。

2009年からは農業部門に進出。

アグリ事業部を立ち上げ、市内農場に3人の従業員を専任させています。

「デジタル化が進んだとはいえ、製品は、最終的には人間作業。1ミクロン（1mmの1000分の1）の緻密な技術が必要で、高い集中力と体力が必要。このため、40代後半までが従事できる限界年齢。各部門への進出、そして一貫生産にこだわるのは、働き盛りを過ぎた技術者たちが、後進を育てつつ、安心して会社で働ける場所を提供するためでもある」と、熱意あるリーダー素顔を覗かせます。

「中小零細企業振興基本条例は、地域と企業のつながりを強くする。地域が誇れる企業となるよう、地域に貢献しながら成長していきたい」と条例に期待を寄せます。

地元工務店の務めを愚直に果たす



ふじおか 藤岡 貞雄 さん

Profile ● 有限会社藤岡萬建設代表取締役。47歳。大手住宅メーカー勤務を経て、実家を継ぎ、同社を設立。



藤岡萬建設は、昭和54年に父の一郎氏が左官業として創業し、平成4年に貞雄さんが有限会社を設立し、住宅に係る建設業を営んでいます。

東温市を中心として道後平野を営業圏にし、リフォーム工事を中心に住宅新築などを手がけます。

「何かあったらすぐに対応してもらえよう、水道や電気などの工事に入る業者は必ず地元業者にしていく。生活しやすい住まいづくりの提案は当然のことながら、季節ごとの提案や、住んだ後のアフターケアも地元の工務店の強み」とサービスに自信を覗かせます。

「建設業は、サービス業。実は女性が活躍できる場所。打ち合わせや現場確認に至るまで、女性のきめ細やかな

心配りが活かされる。優秀な人材確保の観点からも、施行された条例が推進されることを期待したい」と語ります。条例について、「地域で頑張っている事業所は沢山ある。小さな事業所にも光を当て、例えば、公共施設の簡単な修繕などは地域企業に任せたい、という行政機関の仕事が増えるのでは」と期待を寄せます。



地域のかたが必要とするものを

現在、東温市には卸売業、小売業合わせて約170の商店があります。しかしながら、大型商業施設の進出や長引く不況、後継者不足など、商店を取り巻く環境は非常に厳しい状況にあります。

「まちの商店の魅力は、顔が見えること。仕入れた人や売る人の顔が見える品物にきつと『安心感』を感じてもらえるし、そこで生活する人の要望を細やかに反映した品揃えも可能になってくる」そう話すのは、昭和22年創業のスーパーともちかの3代目友近強さん。

八百屋からスタートした商店は、食品全般がそろそろほか、日用品から惣菜まで、幅広い品揃えがあります。営業時間朝8時から夜7時半までの店番は、家族やパート従業員が交代で行います。なじみの店員と会話はずむ、心が通

じ合う、生きた情報を得るなど、まちの商店は「人と人のつながりの拠点」として、お金では買えない豊かさをもたらす存在意義を担う存在へと進化しています。

商店は、少子高齢化が進むにつれて変化する消費者ニーズを敏感に掴み取ることが求められています。「独り暮らしの高齢者が増え、食材よりも、惣菜や弁当を求められるようになった。これからは惣菜や、高齢者向けのお弁当などをさらに充実させていきたい。」

若き3代目は、時代の波に飲み込まれない柔軟性を身につけ、地域のニーズを汲み取ろうと、神経を研ぎ澄ませています。



ともちか つよし 友近 強 さん

Profile ● 10年前、店舗を引き継ぐため県外からUターン。40歳。



厳しい現状の中、 みんなが協働しないと生き残れません

◆地域に新しい風を

人口減少とともに、少子高齢化する今、働き盛りの若い人が減ると、財政的にも厳しくなり、活力が失われる。また新しい風が入ってきにくく、地域が活性化していかない。東温市だけでなく全国の地方はこのような悩みを抱えています。

自分たちの地域を残していくためには、新しい意識、新しい動きをどんどん取り入れ、活性化させていかないとけません。

そのような中で東温市は、地域経済の活性化に行政が積極的に関わっていただくための条例を、県内の市町に先立って制定しました。率先して新しい動き



愛媛大学法文学部
井藤 正信 教授
いとう まさのぶ

Profile ● 愛媛大学法文学部総合政策学科マネジメント講座教授・博士。企業経営を専門とし、東温市中小零細企業振興基本条例検討委員会委員長、中小零細企業振興円卓会議委員長を務める。62歳。

を取り入れようという前向きな姿勢によるもので、まちの積極的な姿勢がうかがえます。

◆条例は活性化のカギ

今回の条例は、自治体と中小零細企業の思いが一致したものです。理念条例ですので、すぐに市民生活に影響を与えるものではありません。条例による果実が実った頃に、初めて実感していただけるもので、長い目を持って取り組んでいただけたらと思います。

市民の皆さんには、中小零細企業の振興が地域経済の発展や市民生活向上に重要な影響をもたらすことを十分に理解し、地元商品の消費や商業サービ

スの利用を積極的に行っていただきたいです。また、事業主さんには、経営者基盤の改善・強化に努め、地域環境との調和や地域経済の振興発展に、一層貢献することを期待します。

◆ずっと暮らし続けたいまちへ

まちづくりは、行政だけが行うものではありません。まちに関わる皆が、社会を担っているという主体者意識を持って参画し、地域を変えていく原動力になってほしいです。そしてお互いがもっと地域に愛着を持って「このまちに暮らし続けたい」と思うような地域を協働してつくっていただきたいと思いますね。

笑顔で輝けるまちへ

小さな小さなパン屋さんの物語

「新しいお店では、全粒粉パンやデニッシュの、今ない商品ラインアップを目指したい。」「サンドウィッチも欲しい。」「お客さんの要望もあるから取り入れたいね。」

「BEANS」を運営する八木研二さん(47)と妻の佳恵さん(43)。4月1日の新装オープンを抑え、会話がはずみます。

「BEANS」は、研二さんが松山市内の百貨店で8年間のパン修行を経て2003(平成15)年7月オープン。「豆のように小さい店」、看板商品の「黒米あずきパンの店」という思いを込めて名づけられました。則之内の国道から少し入った住宅地の一角にある小さな店舗は、実家の納屋を改造して造られ、5畳ほどの売り場に、40種類のパンがところ狭しと並びます。

「当初は県道や国道沿いで店舗立地を目指したが、地元でちよつとずつからはじめよう、

パンがおいしければお客さんは必ずやって来ると、今の場所に決めた」とオープン当時は振り返ります。目立つ宣伝は行わず、口コミやリピーターに頼る顧客獲得手段に、不安が募る日もありました。最初の数年は、客足が途切れると、不安になった佳恵さんがカーポートを持って店を飛び出し、お昼時の企業前で臨時販売を行ったり、各地の産直市に出荷したりしたことも。

それから10年。いつしか店は知る人ぞ知る繁盛店に成長します。週末となると、常連客のみならず、遠くは西条市や三津から一日200人以上が来店し、800個以上のパンが飛ぶように売れます。「パン屋の朝は元々早い。でも、近年はありがたいことに販売が伸び続け、自分は午前1時に起きて仕込みを開始し、8時の朝食休憩で15分休んだら、次の休憩は16時という状況」と驚くべき労働内容を話します。

「お店が小さく、忙しすぎて職人すら雇えない。だったら、もうひとチャレンジしてみようかと思いついて店舗を建て替えることにした。」
現在の店舗は3月3日に一旦閉店し、同じ場所に売り場面積が2倍に大きくなった「新・BEANS」が4月1日にオープンします。
冒頭で紹介した会話は、新装開店に向け、夫婦の夢を詰め込んだお店にしたいと二人が交わす会話です。
「『東温市のパンといえばBEANS』だよ」と言っていただけのようなお店が目標。地域に根ざしたパン屋として、これからも感謝の心と誇りを持って成長し、地域へ恩返しをしていきたい」と目を輝かせます。
まちには私たちの生活を支える沢山の企業があります。今回の取材で、中小零細企業振興基本条例が、小さなパン屋さんのような輝ける企業を生み出す存在になってほしいと強く思いました。

(特集 終わり)

市役所からのお知らせ

教育相談室は
☎964-3437
☎966-6150
です

児童手当の届出、忘れていませんか

社会福祉課 児童福祉係 ☎964・4406

次のような事由が発生したときは手続きが必要です。

- 受給者が、市外や海外へ転出した
- 養育する子と住所が別になった
- 出生等により、養育する子の数が増減した
- 結婚等で、子の養育者が変わった
- 児童が児童福祉施設等に入所した
- 受給者が亡くなった
- 受給者が公務員になった

届出が遅れることなどにより、一度支給した手当の返還が求められる場合があります。ご注意ください。

※公務員は、勤務先から児童手当が支給されます。受給者が公務員になったとき、また、公務員を退職したときは、新たに市へ申請する必要があります。詳しくはお問い合わせください。

第3次東温市行政改革大綱・実施プランを答申

企画財政課 企画調整係 ☎964・4401

東温市行政改革推進委員会（田井野恒雄会長・委員10人）は2月12日、高須賀市長に対し、今後4年間の行政改革の指針となる第3次東温市行政改革大綱・実施プランについて答申しました。

市は、この答申を受け、第3次東温市行政改革大綱・実施プランを策定します。



「その他燃やさないごみ」

市クリーンセンターでの受入が開始

市民環境課 環境対策係 ☎964・4415

4月1日より、市クリーンセンターにおいて、「その他燃やさないごみ」（粗大ごみ除）の受入れを行います。

■ 受入時間

9時～15時
※日祝、1月1日～3日除く

■ 場所

東温市山之内甲662
(TEL 964・0616)

種別	区分	手数料
燃やすごみ (家庭用)	100kgまで	100円
	それ以上は、 100kg増すごとに	100円加算
燃やすごみ (事業所)	100kgまで	800円
	それ以上は、 100kg増すごとに	800円加算
資源ごみ その他燃やさないごみ ※粗大ごみを除く	50kgまで	350円
	それ以上は、 10kg増すごとに	70円加算

■ 受入方法



①持ち込んだら車ごと計量を行う。
(敷地内計量器を使用)



②敷地内指定の保管場所へ運搬する。



③ごみを降ろした後に再度計量を行う。



④処理料金を支払う。

※受入方法は「燃やすごみ」「資源ごみ」「その他燃やさないごみ」すべて同じです。

消費税増税に伴う 臨時福祉給付金(簡素な給付措置)について

社会福祉課 ☎964・4406

平成26年4月から消費税率が8%へ引き上げられますが、低所得者への負担の影響に鑑み、暫定的・臨時的な措置として、臨時福祉給付金(簡素な給付措置)が支給される予定です。

詳しい内容については、現在では未定です。詳細が決まり次第、市ホームページや広報等でお知らせします。現在決まっていることは次のとおりです。

■ 給付対象者

- 平成26年度市町村民税(均等割)が課税されない人
- ※6月の当初課税までは給付対象は未定
- ※次の人は対象外
- ・自分を扶養している人が課税されている場合
- ・生活保護制度の被保護者となっている場合

■ 給付額

- 給付対象者1人につき 1万円
- 給付対象者のうち次のいずれかに該当する人は5千円を加算
- ・老齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金等の受給者など
- ・児童扶養手当、特別障害者手当等の受給者など

■ 申請手続

申請の受付時期・手続等は、現在準備中です。
なお、申請先は、基準日(1月1日)において住民登録がされている市町村となります。

■ 「なりすまし」にご注意

最近、給付金に絡んだ「振り込め詐欺」や「個人情報詐取」を目的としたトラブルが報告されています。

東温市や厚生労働省が電話をかけ、ATMの操作をお願いすることは、絶対ありません。

また、現時点で、東温市や厚生労働省が、市民の世帯構成や銀行口座の番号などの個人情報照会することは、絶対ありません。
不審な電話がかかってきたり、郵便が届いたら、迷わず、
・市役所(☎964・2001)や
・松山南警察署(☎958・0110)にご連絡ください。

平成25年分所得の申告、お済みですか

税務課 市民税第一係 ☎964・4403

期限を過ぎて申告や納税をすると、本税のほかに加算税や延滞税が必要となる場合がありますので、お早めに申告と納税を済ませましょう。

■ 申告と納税

- 所得税及び復興特別所得税 3月17日(月)確定申告書は、e・Tax又は郵送等で提出することもできます。

東温市 申告相談日程

日程	申告相談会場	指定地区
3/1(土)	市役所大会議室(4階)	※申告を受け付けません
2(日)		地区指定なし
3(月)		南野田・北野田
4(火)		牛瀨・野田
5(水)		山之内・横河原・西岡
6(木)		志津川・上林
7(金)		見奈良・下林
8(土)		※申告を受け付けません
9(日)		田窪・上村
10(月)		南野田・北野田
11(火)		樋口・牛瀨
12(水)		地区指定なし(予備日)
13(木)		
14(金)		
15(土)		※申告を受け付けません
16(日)		
17(月)		地区指定なし(予備日)

・申告時間 9時～15時

農地の利用権設定申出について

農業委員会 ☎964・4410

- 5月30日で貸借期限が切れるが引き続き更新したい
- 新規で利用権設定したい
- 貸借期限が切れているが再設定したい

このような人は、4月15日(火)までに市役所(農業委員会事務局)または川内支所に申出書を提出してください。申出書はそれぞれ窓口を設置しています。

■ 利用権設定とは

農地の貸し手と借り手の利用関係を市が調整し、安心して農地の貸し借り

を行うことができる制度です。

対象となる土地は、市街化区域を除く農用地等で、借り手には農業経営面積(借入地も含む)が5000㎡以上必要です。

■ 利用権設定のメリット

- ・農地の貸借について農地法の許可が不要
- ・貸した農地は期限がくれば離作料不要で返却される
- ・利用権の再設定により継続して貸すことも借りることも可能

※利用権設定の受付は、年3回(3月、4月、11月)です。

詳しくはお問い合わせください。

農地賃借料情報の提供について

農業委員会 ☎964・4410

平成21年の農地法改正に伴い、農地の賃借料を設定する際の目安として、実勢の賃借料を集計したものを次のとおり情報提供します。

農地賃借料情報の提供について 田（水稻）の部

公告された地域名	平均額	最高額	最低額	データ数
旧信地区	7,700円	13,500円	3,100円	241
旧川内地区	11,100円	18,600円	4,100円	119
(参考)東温市平均	8,800円			360

この「賃借料情報」は、賃借料の決定の参考として提供するものですから、拘束力はありません。実際の契約の際には貸し手と借り手の両者でよく協議したうえで締結するようにしましょう。

※データ数は集計に用いた筆数（平均値の170%を超えるもの、30%未満のものは除く）

※物納支給（米）としている場合には、60kg当たり12,400円に換算

※金額は全て算出結果を百円単位に四捨五入

※「(参考)東温市平均」は各区分の平均値をデータ数により加重平均した値

広報とうおんが県内市町・広報コンクールで入選

総務課 広報広聴係 ☎964・4400

自治体の広報技術の向上を目的に毎年実施されている県内市町・広報コンクールにおいて、【広報紙・市部】で特選に次ぐ入選を受賞しました。

出品したのは12月号（V01・110）で、「坊っちゃん劇場」を題材に紹介しました。コンクールは、広報紙通しての企画、文章、レイアウトなどを基準に審査されました。

広報アンケート実施中

広報とうおんでは、市民の皆さんの紙面の読みやすさや紙面の各コーナーに関する意見などを広く募集しています。



要約筆記者養成研修 受講希望者募集

社会福祉課 障害福祉係 ☎964・4406

愛媛県では、聴覚障害者のコミュニケーションを支援する要約筆記者養成研修の受講希望者を募集しています。

要約筆記とは、耳が聞こえない人、聞こえにくい人に、話し手の言葉や声、音をその場で文字にして伝えることです。主に、手話を知らない中途失聴者や難聴者が活用する情報保障手段の一つです。

- コース
手書きコース、パソコンコース
- 定員 6人程度
- ※応募多数は県にて選考

- 研修期間 4月17日～翌3月12日
- 日程 毎週木曜日
- 場 所 松山市ハーモニープラザ（松山市若草町）
- 受講対象
・市内に居住又は勤務する20歳以上の人で、修了後、要約筆記の活動を希望する人
- 申込期限 3月11日（火）

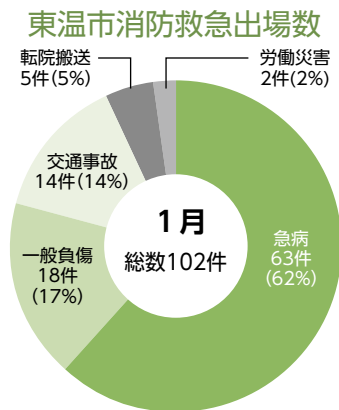
手話奉仕員養成講座 受講希望者募集

社会福祉課 障害福祉係 ☎964・4406

- 午前の部
毎週水曜日 10時～12時
各20回
- 【入門】 4月9日～9月3日
- 【基礎】 9月24日～翌2月18日

- 夜の部
毎週水曜日 18時30分～20時30分
各20回
- 【入門】 4月9日～9月3日
- 【基礎】 9月24日～翌2月18日

- 会場
松山市ハーモニープラザ（松山市若草町）
※駐車はできませんので、公共交通機関等をご利用ください。
- 定員 3名 ※応募多数は抽選
- 受講料 1,000円 ※教材費は別途必要
- 受講資格
全日程受講可能な人
- ※各講座とも入門を受講しなければ、基礎の受講はできません。
- 申込期限 3月12日（水）



六価クロム
 地下水モニタリング調査結果
 (1月6日採水分)

牛淵地区の調査地点(7か所)について、1地点の観測用井戸で環境基準値(0.05mg/ℓ)を超える値(0.33mg/ℓ)が検出されましたが、周辺には常用的な飲用井戸もなく、人の健康等への影響を及ぼすおそれはありません。

問 市民環境課 (TEL964-4415)



石丸 ひとみ さん
(志津川)



高須賀 恵子 さん
(横河原)



藤井 昇 さん
(北方)



菅野 胤子 さん
(南方)

人権擁護委員は、人権擁護委員法に基づき法務大臣から委嘱された、あなたのまちの相談パートナーです。暮らしの中での悩みや心配ごと、困りごとのある方は、ぜひお近くの人権



河野 和子 さん
(下林)



高井 秀和 さん
(牛淵)



大西 利江 さん
(田窪)



寺田 善治 さん
(南方)

擁護委員にご相談ください。相談は無料で、相談内容の秘密は固く守られます。相談希望者は、お気軽にお問い合わせください。

人権擁護委員について

社会福祉課 社会福祉係 ☎964・4406

入札結果【1月14日～1月28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
1/14	滑川橋・馬乗橋橋梁補修工事	(株)坂本重機建設	7,003,500
//	志津川土地区画整理事業その2 4	丹原建設(株)川内支店	28,350,000
1/21	当初予算書印刷製本業務	(株)明朗社	418,950
//	学校運動場夜間照明改修工事	渡部電水工業(株)	4,935,000
//	東温市中央公民館分電盤改修工事	昭和電設(株)	2,572,500
//	志津川土地区画整理事業に伴う配水管布設工事(5工区)	恒和設備工業(株)	10,689,000
1/28	入西川河川災害復旧工事	(有)竹田建設	2,604,000
//	九騎川河川災害復旧工事	(有)竹田建設	8,011,500
//	市道久尾線道路災害復旧工事	(有)竹田建設	2,121,000

東温市人事行政の運営状況を公表します

■ 期末手当・勤勉手当 (平成24年度支給割合)

区分	期末手当	勤勉手当	計
6月	1.225月	0.675月	1.90月
12月	1.375月	0.675月	2.05月
計	2.600月	1.350月	3.95月

※役職加算 10%～15%

■ 退職手当 (平成25年3月31日現在)

区分	自己都合	勸奨・定年
勤続20年	23.5月分	30.55月分
勤続25年	33.5月分	41.34月分
勤続35年	47.5月分	59.28月分
最高限度額	59.28月分	59.28月分

※その他 定年前早期退職特例措置 (2%～20%加算)

平成24年度平均支給額	5,574千円	22,641千円
-------------	---------	----------

■ 特殊勤務手当 (平成24年度普通会計決算)

支給実績	5,161千円
支給職員1人当たり平均支給年額	57,344円

※消防や動物死体処理など特殊業務に対する手当

■ 時間外勤務手当 (平成24年度普通会計決算)

支給実績	78,040千円
職員1人当たり平均支給年額	292,285円

■ その他の手当 (平成24年度普通会計決算)

手当	内容と支給月額	支給実績	支給職員平均支給年額
扶養	配偶者 13,000円	37,146千円	263,447円
	配偶者以外 6,500円		
	満16～22歳の子1人当たり5,000円加算		
住居	借家 上限27,000円	15,064千円	200,853円
	持家 2,500円 (5年間)		
通勤	交通用具使用の場合	10,719千円	44,663円
	片道2～5km 2,000円		
	片道5～10km 4,100円		
	片道10～15km 6,500円		
	片道15～20km 8,900円		
管理職	部長(7級) 52,800円	20,444千円	475,442円
	次長(6級) 45,800円		
	課長(5級) 39,600円		
	所長(4級) 29,900円		

職員給与の状況

■ 人件費 (平成24年度普通会計決算)

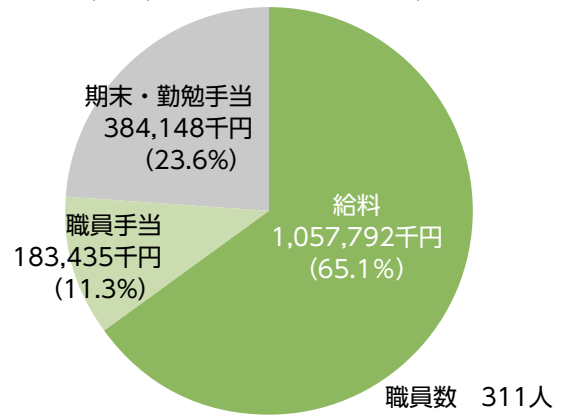
人口(人)	歳出額(千円) A	実質収支(千円)	人件費(千円) B	人件費率(%) B/A
34,172	13,270,747	759,814	2,422,780	18.3

※人口 住民基本台帳人口 (平成25年3月31日現在)

※人件費とは、市長などの特別職や職員に支払われた給料、手当、共済組合負担金等の総額

■ 職員給与費 (平成24年度普通会計決算)

合計 1,625,375千円 一人当たり 5,226千円



■ 平均年齢・平均給料月額 (平成25年4月1日現在)

職種	一般行政職	技能労務職
平均年齢	42.4歳	48.8歳
平均給料月額	308,900円	256,100円

■ 初任給 (平成25年4月1日現在)

職種	一般行政職		技能労務職	
	大学卒	高校卒	高校卒	中学卒
初任給	172,940円	140,702円	137,789円	129,755円

■ 経験年数別・学歴別給料月額 (平成25年4月1日現在)

職種	一般行政職		
	大学卒	高校卒	高校卒
経験年数10年以上15年未満	261,000円	-	196,900円
経験年数15年以上20年未満	298,600円	248,500円	215,000円
経験年数20年以上30年未満	340,000円	303,600円	246,800円

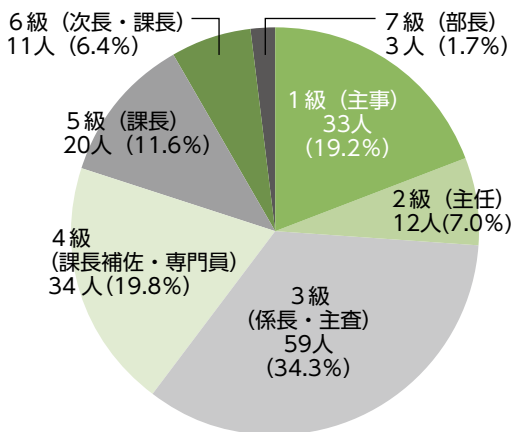
東温市人事行政の運営状況

職員数

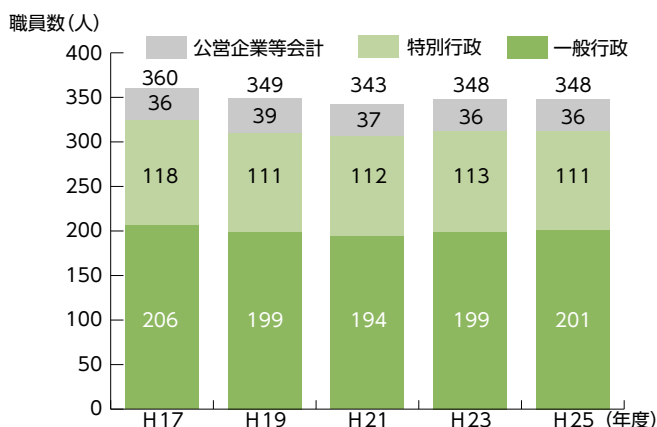
部門別職員数

部門	区分	職員数		対前年増減数
		平成24年	平成25年	
一般行政部門	議会	3	3	0
	総務	44	43	△1
	税務	15	16	1
	民生	69	69	0
	衛生	21	21	0
	労働			
	農林水産	24	24	0
	商工	4	5	1
	土木	20	20	0
小計	200	201	1	
特別行政部門	教育	61	61	0
	消防	50	50	0
	小計	111	111	0
公営企業等部門	水道	9	9	0
	下水道	10	10	0
	その他	17	17	0
	小計	36	36	0
合	計	347	348	1

一般行政職の級別職員数



部門別職員数の推移



特別職の報酬等

特別職の給与

区分	市長	副市長
給料月額	875,000円 (830,000円)	684,000円 (663,000円)
期末手当	平成24年度 支給割合 2.95月分 加算率15%	
退職手当	(算定方法) 給料月額×46/100× 在職月数 (1期の支給額) 19,320千円	(算定方法) 給料月額×27/100× 在職月数 (1期の支給額) 8,865千円

() は、「特別職の職員等の給与の特例に関する条例」による減額後の支給額

議員報酬

区分	議長	副議長	議員
報酬月額	396,000円	323,000円	297,000円
期末手当	平成24年度 支給割合 2.95月分 加算率15%		

休暇

休暇等の取得状況

年次有給休暇の平均取得状況	8.7日
平成24年度中育児休業取得者	10人

職員研修

派遣研修

愛媛県研修所	26人
市町村アカデミー	3人
全国市町村国際文化研修所	3人
愛媛県消防学校	9人

市主催研修

人事評価導入研修	185人
交通安全講習会	142人
法制執務研修	25人

職員の福利と利益の保護

互助会への公費負担の状況 (平成24年度決算)

公費負担額	2,407千円
職員1人当たりの公費負担額	6,937円
公費負担率	50.0%

※市職員の福利厚生事業を行うため、(一)愛媛県市町村職員互助会に加入



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

引越しのご連絡はお早めに

毎年3月・4月は、引越しによる水道・下水道の使用開始等の連絡で大変込み合います。転居先と引越し日が決まりましたら、お早めにご連絡下さい。

また、水道の所有者や使用者が変わる場合も同じくご連絡下さい。

■連絡先 水道課管理係 (Tel964-4416)



水道料金のお支払いは 口座振替が便利です

口座振替は、お近くの金融機関の窓口で申込んで下さい。その際、引落口座の通帳及びお届け印をご用意下さい。

《口座振替取り扱い金融機関》

- 伊予銀行
- 愛媛銀行
- ゆうちょ銀行
- 愛媛信用金庫
- えひめ中央農業協同組合
- 松山市農業共同組合

◎振替日は偶数月の月末（土日・祝日の場合は翌営業日）になります。

※12月のみ25日（土日・祝日の場合は翌営業日）

◎残高不足等の理由で引き落としが出来なかった場合は、口座振替不能通知書と納付書を送付いたします。



年金のひろば

保険年金課 ☎964-4408
松山東年金事務所 ☎946-2835

4月から変わる！ 国民年金保険料免除制度！！

■過去2年間に国民年金保険料の未納がある人へ

国民年金保険料の免除申請ができる対象期間が拡大されます！

国民年金は、所得が少ないときや失業等により保険料を納付することが経済的に困難な場合、保険料の免除を申請することができます。

4月からは、申請時点の2年1ヶ月前まで遡って申請ができるようになります。学生納付特例、若年者納付猶予についても同様です。

■障害年金受給等で法定免除を受けている人へ

国民年金保険料の通常納付ができるようになります！

障害基礎年金の受給などにより法定免除となっている人について、これまでは追納という形での納付しかできませんでしたが、4月から申出により保険料を通常納付できる「納付申出制度」が始まります。

納付申出により、保険料の口座振替や前納による保険料の割引など、便利でお得な制度をあわせてご利用できるようになります。

学生のみなさんへ

国民年金保険料の学生納付特例制度をご存知ですか？



20歳になれば、学生も国民年金に加入して保険料を納めることとなります。

学生納付特例制度は、所得が少なく保険料を納めることが困難な学生が、将来、年金を受け取ることができなくなることを防止するため、本人の申請により保険料の納付が猶予される制度です。

○申請場所

保険年金課、川内支所、松山東年金事務所

○申請に必要なもの

年金手帳、印鑑、学生証の写しまたは在学証明書
※離職して学生になった場合は離職票が必要

○手続きの簡素化について

現在、学生納付特例制度が承認されている人には、ハガキ様式の申請書を送付しますので、引続き学生納付特例制度を申請する場合は、学校名・氏名・住所等を記入のうえ、4月末までに返送してください。

注意：4月末までに申請書が送付されない人は、年金手帳・印鑑・学生証の写し（または在学証明書）持参の上、市役所保険年金課で申請してください。

消費者力 UP 通信



子どものオンラインゲームのトラブル多発!

家族でゲームの遊び方を話し合い、クレジットカード管理の徹底を!

相談事例



小学生の息子が、母親のスマホに無断でクレジット情報を入力し、オンラインゲームでアイテムを次々と購入していた。信販会社から高額な請求を受けて初めて気付いた。未成年者取り消しは可能か。



■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

未成年者が、親など法定代理人の同意を得ないで行った契約の申し込みは、電子契約の申し込みであっても、原則として取り消すことができます。

しかし、実際は未成年者が利用したという事実関係の証明が難しく、既に購入したゲームを楽しんだ後であるため、即座に返金されるとは限りません。

- 親子でゲームについて確認し、話し合いましょう。
 - ・インターネットにつながるかどうか
 - ・無料か有料か
- クレジットカードの管理は保護者の責任です。
 - ・カード保管場所の確認
 - ・利用明細を毎月確認する
- トラブルにあった場合は、親子で相談窓口にご相談ください。



公共交通ニュース

まちづくり課 ☎964-4412

東温市では、生活に密着した路線バスや鉄道など、地域公共交通の維持や活性化について話し合う場として、平成22年に「東温市地域公共交通活性化協議会」を設立し、様々な活動を行っています。この協議会には、区長会や老人クラブ等の市内団体、交通事業者、国や県の関係機関などが参加し、議論を重ねてきました。現在は、市内山間バス路線の試験運行後の取組みについて話し合いを行っています。

〈これまでの主な取組み内容〉

- 東温市地域公共交通総合連携計画の策定
 - 市内山間バス路線での試験運行
 - 横河原駅前広場の整備
 - 小学生バスの絵コンテスト 等
- ※これまで行われた協議会の内容や資料は、市のホームページとまちづくり課の窓口でご覧いただけます。

東温市地域公共交通 活性化協議会のご紹介



【VOICE】

設立当初から参加していますが、会議を重ねるごとに議論が活発になり、皆さんの「公共交通を良くしていこう」という想いが伝わってきます。

これからは、地域が主体的に取り組んでいくことが重要になってきますので、皆さんも一緒に身近な公共交通について考えていきたいと思います。



田井野 恒雄さん
(協議会副会長)

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。

☎まちづくり課 (Tel 964-4412 FAX 964-4447)



東温市PTA連合会研修会 講演「元気が出る子育て」

1月26日、東温市中央公民館で東温市PTA連合会研修会が開催され、「元気が出る子育て～いいとこ探し・あるもの探しの心と技～」と題して、臨床心理士の紅谷博美氏による講演が行われました。子どもの自己肯定感が育つような家庭・学校・地域作りの大切さを話す穏やかな口調に、350名を超える参加者たちは聞き入っていました。



東温市ソフトボールフェスティバル 熱戦が寒さを吹き飛ばす

2月9日、東温市総合公園をはじめとする市内3会場で東温市ソフトボールフェスティバルが開催されました。2017年のえひめ国体をにらみ、今回で8回目を迎えるこの大会は、2日間の日程のところ、雪の影響で急遽1日みの開催となるなど、ハプニングに見舞われましたが、愛知県や京都府など、県内外の中学、高校からソフトボールの強豪12チームが集結。全国レベルの熱戦が繰り広げられました。

camera sketch

まちの話題をカメラでスケッチ♪



市民健康マラソン大会 元気にランランラン♪

2月2日、恒例の市民健康マラソン大会が行われ、180人の家族連れや市民ランナーが参加しました。6回目を迎えたこの大会は、これまでの重信川緑地公園での実施を、市総合公園のグラウンドやその周辺1.6kmを周回するコースに変更し、3周5kmの一般コースや、1周1.6kmのファミリーコースなど、レベルに合ったコースで出場できるようになりました。アップダウンのある新コースを、ランナーたちは元気に走り抜けました。



川上幼稚園が三世代交流 昔の遊びに興味津々

地域のお年寄りとの交流を深めようと、1月25日、川上幼稚園で三世代交流がありました。あやとりや凧遊び、独楽、竹とんぼなど、地域のお年寄りが自分が幼かったころ夢中になった遊びを教えると、子どもたちは興味津々。慣れない道具や遊び方に最初は戸惑っていた子どもたちも、お年寄りに教えられ、すぐにコツをつかんでいました。参加したお父さんお母さんも、懐かしい遊びに触れ、童心にかえって楽しんでいました。



上林小学校で卒業制作 6年間の思いをしたためる

3月24日に卒業を迎える上林小6年生5人が、一畳ほどの大きさの全紙に自分の考えた言葉の書をしたためる卒業制作に取り組みました。昨年に引き続き、書家の石丸繁子先生の指導を受けた子どもたちは、徐々に紙や筆のサイズをあげながら、約2ヶ月間かけて一人1作品を完成させます。子どもたちは、バランスや勢いに気をつけながら、伝えたい言葉の力を込めて取り組んでいました。



かたで 隻手薬師 節分(鬼のカワラケわり) 節分に鬼さんが代わって厄払い

鬼は悪いことを改める仏の化身といわれていますが、隻手薬師として知られる田窪の香積寺では、鬼が厄落としに一役かう節分祭があり、節分の日の2月3日、市内外から大勢の参拝者が訪れました。赤・青・黄の鬼たちが登場すると、悪病除けの護摩法要の後、素焼きの皿を割って厄をはらう「カワラケわり」が行われました。豆まきでは、本殿の周囲を埋めた参拝者らが、福をつかもうと懸命に手を伸ばしていました。



カメラスケッチ



セルジオ越後杯 室内フットサルで熱戦

1月25日から2日間、「第22回セルジオ越後杯争奪戦東温サッカー大会」が川上小学校体育館等で開催され、県内から16チームが参加しました。これは、室内フットサルとして毎年開催される、元日本代表のセルジオ越後さんの優勝杯を競う大会です。今年はセルジオ越後さんの来訪はありませんでしたが、参加した子どもたちは、いつものようにボールを追いかけて元気に走り回り、熱戦を繰り広げていました。



西谷少年消防クラブが文化財防火訓練に参加 守ろう大切な文化財

1月26日、則之内地区「三島神社」で行われた文化財防火訓練に西谷小学校の4年生5人が参加し、東温市消防署員の指導のもと、地元の人たちに交じって消火栓の取扱訓練や、消火器による消火訓練を行いました。少年消防クラブの活動で体験済みとあって、消火器の使い方は手馴れたもの。立派に消火活動している様子を見て、神様も安心したことでしょう。



⑩ ツインドーム健康フェスティバル
親子で健康を考えスポーツを楽しむ

2月8日、東温市ツインドーム重信で、ツインドーム健康フェスティバルが開催され、市内外8校の小学生たちが参加してミニバスケットボールの交流試合を行いました。このフェスティバルは、スポーツを通じて健康意識の向上を親子で考えようといわれたもので、当日はこの冬一番という寒さでしたが、子どもたちの熱気がコートを温めていました。



⑨ 西谷小で「表現者たけ」さんが講演
「ありがとう」の言葉のパワーを伝える

命の大切さを伝える参観日の授業が1月21日、西谷小学校であり、京都市の「表現者たけ」こと河村武明さんが講演を行いました。たけさんは、34歳のとき、脳梗塞を発症し、右手まひと失語症が残りましたが、人生の絶望の淵から見出した「ありがとう」の言葉のパワーや、絵描きとして再び取り戻した生きる希望を皆に伝えたいと、全国で活動しています。講演は保健の田中先生の代読でしたが、児童や保護者は熱心に耳を傾けていました。

camera sketch

まちの話題をカメラでスケッチ♪



⑫ 市民ボランティアが林業体験
森林の可能性に思いを馳せる

2月1日、森林ボランティアが実施され、市内の家族連れら約20人が参加しました。森林学習会が行うこのイベントは、森林を身近に感じてもらうと毎年開催されるもので、今年は雑木の玉切りや薪割体験のほか、鶴見武道愛媛大学教授から木質バイオマスについての講義がありました。薪ストーブで作られたスープやピザがふるまわれ、参加者たちは、森林の恵みを肌で感じながら、冷えた体を温めつつ、森林に思いを馳せていました。



⑪ 重信中学生が職場体験
一人前の大人を目指して

1月23日、重信中学校の2年生3人が、東温市役所で職場体験を行いました。生徒たちは、市長から総務課職員体験を命じられた辞令書を受け取ると、早速、広報広聴業務に従事。デジタル一眼レフカメラを手に、中央公民館で実施されていた「男性料理教室」を取材し、担当者や参加者らから献立や感想を聞き取ったり、撮影したりしていました。その他、総合案内業務や事務作業を体験し、一日限りの社会人気分を満喫していました。

ふれあい広場

meeting place

ちょっと一言



ALT から

“A new year”

Even though it is a little late I want to wish everyone in Toon City a Happy New Year 2014 or the Year of the Horse.

Not only the New Year but also the month of March is a time that brings changes. My 3rd year junior high school students are getting ready to attend high school, another important step in their life. I wish them all the best.

In addition it is the time where teachers are getting transferred to other schools. Old friends leaving, new teachers arriving - it always represents a challenge which sometimes is not easy to handle.

According to the Chinese calendar the sign of the horse represents impatience. Maybe this can also be connected to the upcoming spring time. The first flowers and green can be seen, the short and cold winter days are over and soon it will be summer again. Time just flies by. I hope everyone will enjoy the upcoming seasons.

単語
メモ

even though → たとえ～だとしても
time fly → (ことわざ) 光陰矢のごとし

“新年”

少し遅くなりましたが、東温市のみなさん、新年〔2014年、午（うま）年〕おめでとうございます。

新年だけでなく3月も、様々な物事が変化する時期です。私の学校の中学3年生たちは、高校へ入学し、人生の重要なステップへと進む準備を進めています。

さらに、学校の先生たちも別の学校へ転任する時期を迎えます。昔からの良き友が去り、新しい先生が来られます。このことは常に挑戦であり、時には簡単にはいかないこともあります。(昔からの友が去ることは寂しく、新しい関係を築いていくことは時間がかかります。)

干支の*午は、いらだちを表すようです。これは、おそらくやがて来る春と関係があるのだと思います。最初に花や緑が見られ、短く寒い冬が終わり、すぐに夏がやって来ることでしょうか。時はあっという間に過ぎていきます。みなさんがやがて来る季節を楽しんでくれるといいなと思います。

*「午」の由来は「忤(ご)」という漢字で、「つきあたる」「さからう」の意味を表すという説があります。



金太の 東温ぶらり旅

坊っちゃん劇場「げんない」で昨年末まで金太役として活躍した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 【最終回】

3月。出会いと別れの季節。思い返せば昨年3月、初めて東温市の地を踏み、右も左も分からないまま坊っちゃん劇場へ。不安でいっぱいだった僕を迎えてくれたのは一面の菜の花畑でした。秋のコスモスも素敵でしたが、やはりあの時見た菜の花の美しさは目に焼き付いています。「げんない」から「道の湯の里」へ。また、新しい一年が始まります。半年間、金太の東温ぶらり旅にお付き合い下さり、本当にありがとうございました。また、お会いしましょう！



男女共同参画 きらり東温

勾玉（まがたま）づくりをしよう！

先頃、古墳から出土した古代の鏡「三角縁神獣鏡」を復元して光を当てると「魔鏡現象」が起きると明らかにされ、当時の神秘的な謎に興味を深まる話題となりました。

勾玉は古代の高貴な人が首にしていたものです。色は数種ありますが、今回は春（陽）の色であるピンク（紅骨石）を用意しました。古代の人たちの生活を偲びながら、ひと時を過ごしてみませんか。

- 日 時 3月29日(土)13時30分～15時
- 場 所 中央公民館 3階 工作室
- 材 料 費 実費 (350円程度)
- 服 装 作業のできる服装 (エプロン等)
- 参加人数 先着15人
- 申込期限 3月20日(木)まで
- 申 込 先 佐藤 (Tel964-9171)

東谷小学校少年消防クラブ

小学生のぼうさい探検隊 マップコンクールで 「ぼうさい探検隊賞」を受賞

東谷小学校少年消防クラブが、第10回小学生のぼうさい探検隊マップコンクール（主催：日本損害保険協会）で、全国表彰となる「ぼうさい探検隊賞」を受賞しました。1月29日には東谷小学校で伝達式が行われ、訪れた損害保険協会四国支部の鶴巻健弥事務局長は、「マップはレベルが高く、学びも多い。応募総数2931作品の中から選ばれた7作品の一つで、本当に価値ある賞だ」とメンバーをたたえました。

また同校は、2月7日にも、県教育委員会から「学校安全優良校」として表彰を受け、学校安全への取り組みが高く評価されています。



受賞作品の特徴（評価された点）

1. 自然災害の危険性が高いことなど、地域の実情がよく伝わる。
2. 限られた地域だけでなく、広い校区全体を調べている点が素晴らしい。
3. 色や記号を多く使っているため防災設備が見やすい。
4. 見学した際の写真にコメントが添えてあり非常にわかりやすい。
5. 土石流危険箇所が多すぎて載せきれないことなど、多くの気付きを得ている。
6. 保護者にもアンケートを実施し、意識の違いを比較している点も評価できる。
7. 参観日や市総合防災訓練でも発表するなど、高い教育効果が感じられる。

平成26年度 福祉館交流促進講座の参加者募集

東温市福祉館では、平成26年度の各講座参加者を募集します。

※東温市内在住または勤務先が市内の人に限りです。

●申込用紙は東温市福祉館にありますので、参加希望者は、保険料等を添えてお申し込み下さい。（登山教室申込は印鑑が必要です。）

●受付期間は3月3日午前9時から14日午後5時までです。それぞれ定員になり次第締め切りますので、お早めにお申し込み下さい。



健康体操



登山教室

講座名	開催回数	内 容	定 員
健康体操	4月中旬より年間48回 午後7時30分～（90分程度） 【場所：東温市福祉館】	ストレッチやチューブ体操などで健康づくりを進め、交流を深める。【講師 山師 矢子美 氏（予定）】 ※使用するチューブは各自で用意してください。	45人
登山教室	年間を通じて11回 （土・日・祝）	自然に親しみ、自然から学び、登山を通じて交流を深める。（初・中級程度です。）【講師 矢野 俊次 氏（予定）】 ※年会費・参加負担金が必要となります。	70人

※両講座とも、参加者はスポーツ保険に加入していただきます。

年間スポーツ保険料1,850円（65歳以上の方は1,000円）

☎ 東温市福祉館 Tel966-3306

満1歳 Happy Birthday



3月3日生まれ
明賀 姫奈ちゃん
(見奈良)

お姉ちゃんが大好き。
仲良く元気にすくすく育ってね。



3月5日生まれ
伊藤 秀くん
(田窪)

お兄ちゃんと切磋琢磨して、元気に成長してね！



3月8日生まれ
井上 創介くん
(見奈良)

1歳おめでとう。
そうちゃんスマイル 大好きだよ。



3月19日生まれ
森本 雄羽義くん
(北方西)

1歳おめでとう。
元気で大きくなってね！



3月30日生まれ
渡部 温斗くん
(北野田)

1歳おめでとう。優しく、強い子に育ってください。

下林の藤井省三さん、由紀枝さん夫妻が 全国どぶろく研究大会で最優秀賞を受賞



1月23、24日に秋田県北秋田市で行われたこの大会で、下林の藤井省三さん、由紀枝さん夫妻が出品したどぶろく4品が入賞しました。中でも、淡麗の部に出品した「由紀っ娘物語」の中辛は最優秀賞に輝き、品質の高さが全国レベルで認められました。



田部 広明さんが更生援護功労者で知事表彰を受賞



福祉への功績が特に顕著な方々に与えられる更生援護功労者知事表彰を田部広明さんが受賞し、12月8日、松前町総合文化センターで表彰されました。この受賞は、田部さんが旧川内町社会福祉協議会の会長を務めた経験や、現在、市の身体障害者相談員を務められるなど、これまでの功績が認められたことによるものです。



広報とうおん キラリ人の情報をお寄せください

広報とうおんの最終ページに掲載の「キラリ東温この人なう」は、平成24年5月からスタートし、本3月号までに23人を紹介してきました。今後も、笑顔輝く旬の東温人のみなさんを紹介していきますので、身近にいる東温市在住、または東温市にゆかりのある人で、ぜひ市民に知って欲しい人がおられましたら、情報をお寄せください。

※電話・メール・ハガキ（下記の写真掲載応募先まで）、またはFAX（964-1609）で随時受け付けています。

写真掲載しませんか！

■必要事項
【満1歳】(対象) 4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 3月10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。



3月31日生まれ(上林)
森 悠貴くん

元気で大きくなってね。



information
情報BOX

お知らせ **知**
催し **催**
募集 **募**

知 「ケーブルテレビのデジアナ変換サービス」終了

デジアナ変換とは、デジタルの電波をアナログに変換し、アナログテレビでも地デジが暫定的に見られるサービスです。

平成27年3月末をもってこのサービスが終了しますので、デジタル受信の環境にない人は、準備をお急ぎください。

問 地デジコールセンター (TEL0570-07-0101) (毎日9時～18時)
(株)愛媛CATV (TEL943-5001)

▶ 地デジを受信する方法

- ①ケーブルテレビのSTBを設置する
・プランごとの月額利用料が必要ですがBS放送等の視聴ができます。
- ②デジタルテレビに買い換える
・高画質での番組視聴ができます。
- ③地デジチューナーを購入する。
・地上波のVHF局、UHF局が視聴できます。

知 お済みですか 確定申告

期限を過ぎての申告や納税は、加算税や延滞税が必要となる場合があります。お早めに申告と納税をお済ませください。

▶ 申告期限

所得税及び復興特別所得税
3月17日(月)
消費税及び地方消費税
3月31日(月)

問 松山税務署及び電話相談センター
(TEL941-9121)



Library Information

図書館だより

本館: TEL 964-3414 川内分館: TEL 966-4721

01 年に1度の蔵書点検 図書館特別休館

長期の休館となりますが、図書の管理上大切な作業ですので、ご理解、ご協力をお願いします。

休館期間 3月8日(土)～3月14日(金)

02 子ども読書の日フェスティバル

今年のテーマ 「折り紙」

- 川内公民館 4月19日(土) 13時30分～14時
- 本館 4月20日(日) 10時～12時



オススメ 新刊紹介

『パピプペポーおんがくかい』

かこ さとし/作・絵

こぶたたちが一生懸命レンガを焼いてつくった劇場で、「パピプペポー音楽会」が開催されます。マーチにお囃子、大管弦楽団、大コーラスなど、ゆかいで楽しい演目が続き、最後のプログラムは…!?



『大江戸恐龍伝 第5巻』

夢枕 獺/著

蓬萊山の噴火を背に、ニルヤカナヤから旅立った源内。龍の見世物興行を成功させ、鉱山開発の再開をともくろむ源内に、盗賊・火鼠が牙をむく! 平賀源内が恐龍と対峙する奇想天外時代小説、ここに完結。



● 3月の図書館



本館

TEL 964-3414
開館 9時～19時
休館日 8～14, 31日



川内分館

TEL 966-4721
開館 9時～17時15分
休館日 8～14, 16, 21, 31日

幸楽(見奈良)・南方・則之内・河之内・町西 24日(第4月曜日)

希望の館・樋口・横河原 25日(第4火曜日)

志津川・八反地・西岡・田窪・牛淵 26日(第4水曜日)

上樋・播磨台・野田・新村・北野田 27日(第4木曜日)

上村・下林・上林・ガリラヤ荘 28日(第4金曜日)

則之内東・河之内・滑川・土谷・松瀬川 22日(第4土曜日)

北方・松瀬川・南方 1日, 15日(第1, 3土曜日)

南方・吉久・井内・則之内西 23日(第4日曜日)

北方東・横河原・田窪団地・上林・下林・南野田・堀池 2日, 16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



知 お知らせ

催 催し

募 募集



information
情報 BOX

募 法務省専門職員（人間科学）採用試験

- ▶ 一次試験 6月8日（日）
- ▶ 二次試験（1次試験合格者）
7月15日（火）～17日（木）
- ▶ 試験会場 高松市 ほか
- ▶ 受付期間
郵便・持参
4月1日（火）、2日（水）
※インターネットは14日（月）まで
- ▶ 試験区分 矯正心理専門職、法務教官、法務教官（社会人）、保護監察官

問 試験申込照会

松山少年鑑別所庶務課
(TEL952-2841)

松山少年鑑別所 で **検索** ↘

募 「三浦保」愛基金の助成希望団体募集

「三浦保」愛基金助成事業は、環境保全・自然保護活動や社会福祉活動を行う県内のNPO法人やボランティア団体を応援するものです。現在、26年度の助成希望団体を募集しています。

詳しくは、各分野の問い合わせ先までお電話ください。

▶ 申込締切 3月31日（月）※必着

【環境保全・自然保護分野】

助成限度額（1団体）125万円
（50万円までは全額助成、50万円を超える部分は補助率1/2）

問 県環境政策課（TEL912-2346）

【社会福祉分野】

助成限度額（1団体）
一般枠：30万円（全額助成）
特別枠：120万円（補助率3/4）

問 県保健福祉課（TEL912-2383）

知 繊維産業技術センターが新築移転オープン！（3/28～）

新センターでは、染・織工房や検査施設などの設備の拡充に加えて、企業のサポート機能をより強化するほか、タオルづくりの体験教室なども企画していく予定ですので、ぜひご来場ください。

問 繊維産業技術センター
(TEL0898-22-0021)

募 平成26年度 JICA ボランティア募集

あなたの技術・経験を活かしてませんか。開発途上国で、現地の人々と協働しながら、人づくり、国づくりに協力します。

- ①青年海外協力隊
- ②シニア海外ボランティア

■ シネマ&体験談&説明会

- ▶ 日時 3月30日（日）13時30分～17時
4月13日（日）13時30分～15時30分
- ▶ 場所 松山市男女共同参画推進センター（コムズ）

■ 対象 ①満20～39歳 ②満40～69歳
※5月12日時点、日本国籍のみ

■ 募集期間

4月1日～5月12日※消印有効

問 JICA 四国（TEL087-821-8824）

JICA で **検索** ↘

知 環境負荷の大きい自動車は自動車税が割高に

愛媛県の環境政策の一環として、新車登録から13年経過のガソリン車・LPG車、11年経過のディーゼル車は、経過の翌年度から廃車されるまで、約10%割増の税額となっています。

■ 平成26年度対象の自動車

- ▶ ガソリン車・LPG車
平成13年3月31日以前に新車登録した自動車
- ▶ ディーゼル車
平成15年3月31日以前に新車登録した自動車
※低公害車、ガソリンハイブリッド車、一般乗合バスは除く

催 “こころ”と“くらし”の市民無料相談会

3月は「自殺対策強化月間」です。一人で悩まず、まずは誰かに聞いてもらいませんか。司法書士、臨床心理士、保健師、ソーシャルワーカーなどによる法律&健康・悩み相談です。

- ▶ 日時 3月15日（土）
10時～16時 ※予約不要
- ▶ 場所 愛媛県男女共同参画センター（松山市山越）

問 愛媛県司法書士会
(TEL941-8065)

**シーズン2014
みんなで応援しよう！**

ホームゲーム日程 3・4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
3月9日	日	14:00	水戸ホーリーホック
3月22日	土	17:00	東京ヴェルディ
3月30日	日	16:00	FC岐阜
4月13日	日	14:00	カタール・富山
4月29日	火・祝	14:00	栃木SC



伊予樹太 オーレくん たまごちゃん
愛媛全体一心となり、
愛媛FCを
応援しよう！

未就園まで

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
3月						1 春のお茶会・トーン チャイムの演奏 いわがら 14時
2 	3 あおぞら広場 中公 9時30分	4 びよびよクラブ 双葉保 9時30分 あおぞら広場 健康セン 9時 さくらんぼ広場 中公 10時	5 赤ちゃん広場 健康セン 9時 幼稚園開放 重幼 9時30分 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	6 赤ちゃん相談 中公 9時30分 あおぞら広場 さくら 9時30分 7か月児教室 中公 13時	7 親子体操 いわがら 11時 さくら 11時	8 伊予東温VYS レクリエーション いわがら 14時 かぼちゃんのおはなしかい 図書館本館 11時
9	10 	11 子育て親子遊びの広場 中公 9時30分 すくすく 中公 10時	12 赤ちゃん広場 健康セン 9時 親子体操 いわがら 11時 親子で楽しむお話し会 さくら 11時 1歳6か月児健康診査 中公 13時	13 びよびよクラブ 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	14 親子体操 いわがら 11時 さくら 11時	15 伊予東温VYS レクリエーション さくら 14時
16 	17 	18 あおぞら広場 健康セン 9時 すくすく 中公 10時 親子体操 さくら 11時	19 びよびよクラブ 南吉井保 9時30分 赤ちゃん広場 健康セン 9時 とことこクラブ ツインドーム 10時30分 親子で楽しむお話し会 いわがら 11時	20 あおぞら広場 さくら 9時30分	21 春分の日 	22 かぼちゃんのおはなしかい 図書館本館 11時
23 けん玉教室 いわがら 14時	24	25 あおぞら広場 健康セン 9時 すくすく 中公 10時 おはなしワールドへようこそ いわがら 15時	26 赤ちゃん広場 健康セン 9時 親子体操 いわがら 11時 親子で楽しむお話し会 さくら 11時	27 ちびたちびこのおはなしかい 図書館本館 11時 おはなしワールドへようこそ さくら 15時	28 親子体操 いわがら 11時 さくら 11時	29 
30	31					

▶ファミリー・サポートセンターとうおん（子育て遊び）TEL990-1130 ▶東温市地域子育て支援センター（あおぞら広場・赤ちゃん広場）TEL966-2080
 ▶川内健康センター TEL966-2191 ▶いわがらこども館 TEL960-5003 ▶さくらこども館 TEL966-6169 ▶市立図書館 TEL964-3414
 ▶東温市役所（社会福祉課）（保育所開放）TEL964-4406 ▶社会福祉協議会（すくすく）TEL955-5535

※写真はすくすく、赤ちゃん広場の元気な子どもたち

小さな子どものおさんぽ会

とことこクラブ

キーワードは「センス・オブ・ワンダー」。自然への愛着を高めましょう。

- とき 3月12日（水）10時30分から12時頃まで
※雨天時は室内の活動（木のおもちゃ、絵本の読み聞かせなど）
- ところ ツインドーム重信（東温市総合公園）
- 持参品 お茶、おしぼり、タオル など
- 服装 動きやすい服装（サンダルは×）、長袖、長ズボン、帽子がオススメ
- 申込み 不要。直接お越しください。

問 新エネ推進室（TEL964-4415）



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（土日祝休み）
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：3月6日（木）
9時30分～11時
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：平成25年8月生まれ
日時：3月6日（木）
13時～15時
場所：中央公民館

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8・9月生
日時：3月12日（水）
13時～14時（受付）
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11・12月生まれ
日時：3月4日（火）
10時～11時30分
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
♡3月11日（火）おひなさま作り

■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 3月10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

1月14日、親子遊びの広場「お正月遊び」を実施しました。昔懐かしい福笑いゲームやカードゲームなどをして、楽しく遊びました。「福笑いは、子どもたちの好きなように置いていたので、笑いが出ました。」「普段遊ぶことのない、福笑いやけん玉が体験できて良かった」などの感想をいただきました。

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

いわがらこども館（横河原）

●春のお茶会とトーンチャイムの演奏

日 時：3月1日（土）14時～

協 力：重信中学校茶道部、ミュージッククラブパンプキンきっず

※自由参加 お茶とお菓子がなくなり次第終了

●けん玉教室

日 時：3月23日（日）14時～

※自由参加

●おはなしワールドへようこそ

日 時：3月26日（水）15時～

内 容：絵本や季節のおはなし

※自由参加

●伊予東温VYS「レクリエーション」

日 時：3月8日（土）14時～

※自由参加

さくらこども館（南方）

●おはなしワールドへようこそ

日 時：3月27日（木）15時～

内 容：絵本や季節のおはなし

※自由参加



●伊予東温VYS「レクリエーション」

日 時：3月15日（土）14時～

※自由参加

春休みイベント

その他

禁煙に役立つ日常生活の6つの工夫

禁煙ブームを迎える昨今、せっかく始めた禁煙を、これからも続けていけるよう、日常生活の工夫を紹介します。あなたの生活スタイルに合った方法を取り入れましょう。

1. 冷たい水や熱いお茶を飲む
2. 大声で歌う
3. 歯みがきをする
4. 深呼吸する
5. 宴会や煙の多い場所を避ける
6. 散歩など運動をする

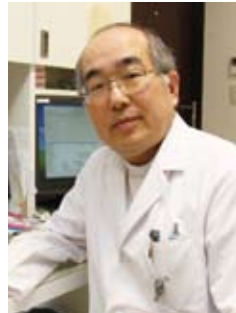


健康百科

ドクターの

Special edition 更年期

ハートレディースクリニック 西 睦正



「更年期」という言葉を聞くと女性はだれもがいやな顔をします。でも、女性ならばいつかはおとずれる時期なのです。女性の一生は〈幼児期〉↓〈思春期〉↓〈成熟期〉↓〈更年期〉↓〈老年期〉とすすみます。

日本人の平均閉経年齢は51歳で、閉経が近づくにつれて卵巣の働きが悪くなり、生理（月経）が不順になってきます。更年期とは、この閉経年齢をはさんだ約10年間前後をいい、卵巣の機能が衰えはじめ完全にその機能が停止する時期をいいます。

更年期というと、生理が不順になり、顔がほてる、手足や腰が冷える、息切れや動悸がする、怒りやすくイライラする、頭痛・めまい・肩こり・腰痛など不快な症状が出現すると考える人も多いでしょう。

女性ホルモン（卵胞ホルモン）の分泌量が低下するために、これらの不快な症状が起こるのですが、不快な症状だけではなくいろいろな問題を含んでいます。

- ① 子宮・卵巣・膣の働きを活発にする
② 善玉コレステロールを増やす



ひとりで悩まずに、相談を… 無料・秘密厳守

「とうおん健康づくりの会」総会・講演会

会員以外の方も参加できます。いっしょに健康づくりに取り組みましょう。

- ▶日時 3月26日（水） 9時30分～11時30分（受付30分前）
- ▶場所 川内公民館 大ホール
- ▶内容 9時30分～ 総会
10時～ 講演会 「ロコモ予防で生涯現役！」
- ▶講師 愛媛大学教育学部保健体育講座 講師 山本 直史 氏
- ▶参加費 無料 ▶持参品 会員証 ※会員のみに

問 会事務局（川内健康センター）（Tel.966-2191）

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。

花粉警報発令！ 早めの予防を

花粉症の原因の約8割を占めるスギ花粉は、前年夏が猛暑の場合は、飛散量が増加するといわれています。3月中旬ごろまでがピークで、医師が処方する抗アレルギー薬で、症状を軽くできます。毎年つらい症状に悩まされている人は、早めに予防しましょう。

リアルタイムの花粉の飛散状況は、 **花粉観測システム** で **検索**



更年期症状 3つの要因

症状の改善ポイント

身体的要因

卵巣機能の低下
ホルモンバランスの乱れ

ホルモンバランスを整える

- ①ホルモンバランスの変化を知る
- ②ホルモンバランスを活性化する
- ③不調の元凶となる毒素を排出する
- ④代替療法などを取り入れる
- ⑤不安や悩みを外に出してスッキリする

心理的要因

性格に依存
几帳面・完璧主義

心の状態を整える

本質的な性格は変えられなくても、不安定になっている心の状態を整えることはできる。
心が安定すれば更年期の症状も格段に楽になる。それにはまず静かに休むこと。そして自分の心の声に耳を傾けること。

環境的要因

家庭・職場・社会
不安・ストレス

環境を整える

環境を整えるには、自分でできること、周囲に協力してもらうことの2つがあります。この両方で更年期の症状の改善が導かれます。
自分だけで向き合うには限界があり、一人で頑張りすぎないように。

更年期症状の治療

原因はホルモンの分泌不足ですからホルモン補充療法（女性ホルモンの補充）が主な治療方法です。ホルモン補充療法とは薬物を使用して不快な症状を軽減させ、快適な日常生活を送る目的で使用します。

③ 骨を強く丈夫にし、骨のカルシウムの代謝を調節する
④ 脳の活動を活発にするなどの働きがあります。
そのため、更年期のいろいろな症状もふくめて骨粗しょう症・高脂血症・認知症を予防することを考えていかななくてはなりません。今まで分泌されていたホルモンが十分分泌されなくなるのですから、体に変調がおきるのは当たり前で、その状態を自分で把握しておくことが必要です。

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 3月14日(金)、28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
- ▶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 3月14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
- ▶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 3月20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



市民の皆さんのくらしに役立つ行政情報や、イベント情報、防災情報などをメール配信しています。次の項目から配信されたいメニューだけを選んで登録できます。

市からのお知らせ

各種お知らせや職員採用情報やパブリックコメントの募集など

福祉情報

福祉に関する申請・手続きなど

健康情報

健康づくりなど

子育て情報

子育てに関する情報や、子育て支援センターのイベント情報など

観光・イベント情報

市内の観光に関する情報、観光イベントやいのとん出演情報など

スポーツ・イベント情報

市主催のスポーツイベント情報、体育施設の使用中止や公共施設予約システムの休止情報など

生涯学習情報

公民館講座・教室や文化財情報など

図書館情報

図書館の行事情報など

防犯・防災情報

防犯に関するお知らせや行方不明者の捜索情報、市災害対策本部発表の災害情報など


気象警報、地震情報

気象庁の発表する東温市を対象とした気象警報、地震情報（震度4以上）

登録はコチラ



クイズを解いて頭の体操

(ア)	②	③カギ		⑤
	(イ)		④	
①(ウ)				
		(エ)		⑥カギ
(オ)カギ				

タテ

- ① 海のギャングとも呼ばれる。
- ② ○○○多様
- ③ 猿楽から発展した伝統芸能で、猿楽の滑稽味を洗練させた笑劇。
- ④ プロレスの技。ダンシング○○○。ネックハンギング○○○。
- ⑤ マジックでシルクハットから出てくる鳥。平和の象徴
- ⑥ ○○を承知で頼む。

ヨコ

- (ア) 棒の先に布をつけた掃除道具。
- (イ) グラス1杯ずつ提供するタイプのバー。○○○○バー。
- (ウ) 機械が壊れたので○○○○を頼んだ。
- (エ) 若者が事件をおこすとコンピューター○○○の責任にする人が多い。
- (オ) 試合終了間際に○○○行為でイエローカードがでた。

カギの3文字で言葉をつくりましょう
ヒント：韓国といえば（答えは4月号）

2月号の答え：毛布

3月 | カレンダー

3/1	土	
2	日	◆当番医 八木耳鼻咽喉科・皮膚科医院 TEL964-5400 ●中央公民館料理教室⑥ 9:00～ 中央公民館
3	月	
4	火	●健康体操 19:30～ 福祉館
5	水	
6	木	
7	金	
8	土	
9	日	◆当番医 たけもと整形外科クリニック TEL955-5888
10	月	
11	火	●健康体操 19:30～ 福祉館
12	水	
13	木	
14	金	
15	土	
16	日	◆当番医 愛媛医療センター TEL964-2411
17	月	
18	火	●健康体操 19:30～ 福祉館
19	水	
20	木	●福祉館じんけん相談 19:00～ 福祉館
21	金	■春分の日 ◆当番医 藤石医院 TEL964-1234
22	土	
23	日	◆当番医 山本内科胃腸科 TEL966-2066
24	月	
25	火	●さくら感謝デー ●健康体操 19:30～ 福祉館
26	水	●さくらの湯 休館日 ●各種相談事業 10:00～ 市役所、13:30～ 福祉館
27	木	
28	金	
29	土	
30	日	◆当番医 愛媛十全医療学院附属病院 TEL966-5011
31	月	
4/1	火	
2	水	
3	木	
4	金	

ごみ収集予定

3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	9日・23日	16日	2日
横河原	2日・16日		
田窪・八反地	2日・16日		
志津川(八反地側)	9日・23日		2日・16日
見奈良		23日・26日	2日
田窪団地	9日・23日	16日	2日・16日
下林		23日・26日	
上記以外の地区		26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	4日・18日	17日	10日	24日
北方東・北方西 南方東・南方西	5日・19日	18日	11日	25日
町東・町西 前松瀬川・横瀬団地	3日・17日	19日	12日	26日

3月21日(金)の「燃やすごみ」は平常どおり収集します。

3月・4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	3月	4月
火曜日が収集日の地区	4日・18日	8日・22日
木曜日が収集日の地区	6日・20日	10日・24日
土曜日が収集日の地区	8日・22日	12日・26日

各種相談の窓口

～悩まず
相談してください～

行政相談

3月12日(水) 13:00～ 福祉館
3月27日(木) 13:00～ 農村環境改善センター

心配ごと相談

3月13日(木) 13:00～ 福祉館
3月27日(木) 13:00～ 農村環境改善センター

特設人権相談

3月12日(水) 13:00～ 川内公民館
3月20日(木) 13:00～ 東温市役所

法律相談(無料:要予約)

3月11日(火) 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)

3月19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

アマチュアカメラマンとして 写真集を出版

矢野の 美千代さん(63) 上樋



「カメラを手にすると思わぬ感動がある」と満面の笑顔で話すのは、昨年10月、東温市の風景62点を含む89点収録の写真集を出版したアマチュアカメラマンの矢野美千代さん。

こだわりのフィルムカメラ

美千代さんとカメラの出会いには12年前。夫の佳久さんの転勤で大阪に移住した頃のこと。生活環境の変化の中で、新たな仲間と趣味を見つけたいと、たまたま目についた「NHK文化センター写真教室」の新聞折込チラシを見て受講したのがきっかけでした。カメラに関してはそれまで、大好きな山歩きの折々に、山草や花をデジカメで撮る程度の、全くの初心者。しかし、教室でプロカメラマンの矢野建彦先生に師事すると、一気にその魅力の虜となり、めきめきと上達しました。

から案外いいの」とにっこり。

「精霊の森」この美しさを残したい

2010年、佳久さんの定年退職で愛媛に戻った美千代さんは、皿ヶ嶺を中心に、小田深山、天狗高原に四季折々通い、山歩きの傍ら撮影を重ねました。そして昨年10月、「精気と癒しにあふれたこの森の美しさを残したい」と、思い入れのある作品を収録した写真集「精霊の森」を出版。写真一枚一枚には言葉が丁寧に添えられていて、皿ヶ嶺連峰の雄大で繊細な風景が伝わってくる作品となっています。

「一番の力作は、夜の暗闇に白色のひだがり蛍光緑に発光するキノコ種の『ツキヨタケ』の作品。竜神平近くの群生を撮影するのにも、一晩に3枚しか撮れず、それでも天気をみながら3回目のトライで、ようやく成功させた」と満足げな表情を見せま

す。現在、6月に東京で開催予定の個展の準備に追われる美千代さん。郷土への想いを寄せ、大好きなカメラを手に、大好きな山へ今日も出かけます。



精霊の森「森遍路」
渡辺出版、2,100円

編集後記

最近の私の楽しみな日課は、現在実施中の広報アンケート(2月号折込)に目を通すことです。コメントで多いのが、歴史や文化財、お勧めスポットなど、東温市のことをもっと知りたいという意見。自分のまちのルーツや誇り、確かに知りたいたいですよね。皆さんからいただいた声は、今後の広報紙づくりに役立てたいと思います。出自(ルーツ)といえば、ソチオリンピックでは、男子フィギュアの羽生結弦選手の(金)を始め、多くの日本人選手が活躍し、自分が日本人であることの誇りを大いに実感。6年後の東京オリンピックがますます楽しみになりました。

先日、資料を探している時に10月号の編集後記に目が留まり、思わず冷や汗。寒暖差のことを温暖差と書いていました。いつも締切りギリギリに慌てて書くので、こんなことも多くなるのかなあと。やっぱり活字は怖いでやんす。