

vol.116



とうおん TOON

2014

6

平成26年
6月1日



- 03 特集 景観まちづくり
- 06 スポットニュース
東温市職員を募集します
- 16 New! あなセネガル?!
- 23 集団健診が始まります



表紙

東谷小学校田植え体験

5月9日、東谷小学校の児童たちが、地域との交流活動として田植え体験をしました。毎年行われていることもあり、6年生からは「今までで一番うまく植えることができた」との声が聞かれました。地域代表者の寺川健治さんは「土に触れることが大切。気持ちよかったです」と児童たちの楽しそうな様子に目を細めていました。



人の動き

平成26年
5月1日現在

人口	男	16,249人(+ 46)
	女	17,944人(+ 71)
	計	34,193人(+117)
世帯		14,557戸(+ 75)

※()内は前月比

03 特集 景観まちづくり

06 スポットニュース 市役所からのお知らせ

平成27年度採用東温市職員を募集します／児童手当現況届の提出をお忘れなく！／平成26年度介護保険料のお知らせ／水道メーターの検針が隔月となります／猫との快適な暮らしマナーを守って！／放課後児童クラブサマースクール指導員募集！！／あなたの回答が、日本経済の力になる！／今年もやります！夏の省エネ得々キャンペーン／教科書展示会のお知らせ／志津川土地区画整理事業の事業計画（第2回変更）の縦覧／消防救急デジタル無線設備・通信指令システム等運用開始／6月は土砂災害防止月間／入札結果

12 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

14 カメラスケッチ

16 ふれあい広場 New! あなセネガル?!

18 情報BOX

20 子育てガイド

22 図書館だより

23 やっぱり健康

26 ドクターの健康百科

27 カレンダー

28 キラリ東温この人なう 坂本 憲俊さん

東温各地の歴史・文化・史跡あれこれ

東温紀行 ④

北方三島神社常夜灯 (市指定有形文化財)

北方三島神社は、重信川扇状地の奥、山之内地区と境を接する北方海上にあります。

この常夜灯は、火袋以外、竿も笠もすべてが自然石で、2基のうち南側の1基は、石質がもろい砂岩であるため縦横にひび割れが出来て部分的に表面剥離が見られます。

常夜灯には「元和二年」(1616)の記銘があって、常夜灯の年号記銘のものとしては、県下では最も古いといわれています。このうち、一基は玉仍八幡神社にあったのを現在地へ移したものであるといわれています。

一般的に常夜灯は、江戸時代後期の文化・文政期以降に増えています。それは、ようやく台頭を始めた民衆の力を反映したものであると考えられます。しかし支配者の権力が強く、民衆の意識、財力の低かった江戸時代の初期にどうしてこのような常夜灯が建てられたのでしょうか？

今後の研究に待つところが大きいと思われます。
『東温市の文化財』より



北側



南側

景観まちづくり

心地よい住環境モデル地区 — 志津川 —



皆さんは、『景観』という言葉から何を想像されるでしょうか？
私たちは日々、自分の家や付近の家、周囲の山々や田畑・川など、様々な『風景』と接しながら生活しています。また、旅行に行けば、素晴らしい『景色』に感動を覚えることもあるでしょう。
これらは、当たり前存在するものと錯覚しがちですが、その多くは、人々が生活上の知恵や経済活動によって作り上げてきたものとも言えるのではないのでしょうか。

美しい景観を守る取り組み

一昔前までは、人々が気候風土に
適応して生活してきた結果がそのま
ま『風景』となる時代が長く続いて
いました。戦後の高度経済成長に
伴い、大量供給を優先したまちづく
りを続けた結果、いつしか日本の風
景は雑然としたものになっていき
ました。そして、人々が普通に生活
するだけでは、心安らぐ風景とい
うものが保てない時代となりました。

そこで、地域の『風景』や『景色』
を、地域に住む人々が自ら意識、意
図を持ってより良いものにしていく
という意味で『景観』という言葉が
使われるようになり、平成16年に『景
観法』が施行され、日本で初めて『景
観』が国民共通の資産である」とい
う考え方が法律にうたわれました。以
降、全国各地で計画的に『景観』を
守り育てるまちづくりの取り組みが
始まっています。

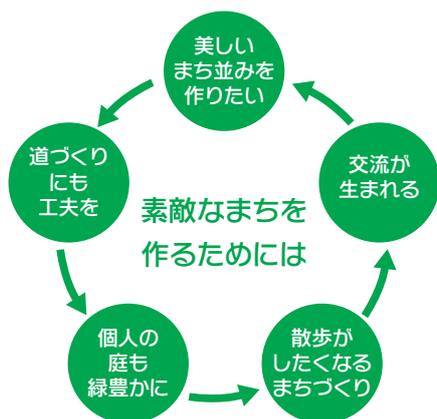
東温市が目指すまちづくり

東温市も、多くの人々にとって心
地良いと感じるまちの環境を、住民
と市が協力して作っていく『景観ま
ちづくり』を始めます。そのモ
デル地区として、現在進めている志

津川土地区画整理事業地区では、建
物の高さや配置、外構などのルール
を『まちづくりガイドライン』とい
う住民同士の紳士協定として定め、
これを市が条例化することにより実
行力を高めようという取り組みが始
まりました。

この『まちづくりガイドライン』
は、各々の建物を全て同じデザイン
にするという内容ではなく、各々の
建物が個性的でありながら、周囲へ
の配慮も忘れない、そういった設計
を推奨しています。

こうして、地区内全ての建物が『ま
ちの景観に貢献する』まちの景観を
良くする』ことを前提として建てら
れているため、見て美しく、住んで
快適、歩いて楽しい、心地の良い住
環境づくりが進むと考えています。



志津川モデル地区で景観に配慮している取り組みとその効果

志津川土地区画整理事業で景観に配慮した取り組みを見てみましょう。



その1 区画配分

建物同士が密集しないよう、それぞれの区画は適度に距離を保つよう配慮されています。

【効果】
風通しがよく、心地良い住空間が保たれます。



その2 敷地内整備

敷地内に緑化区域を設けてもらうことや、建物の屋根・壁の色彩にある程度の制限を設けています。

【効果】 一体感のあるまち並みができ、見通しが良くなるため防犯効果も高まり、安全・安心な住環境となります。



その3 道路整備

住宅地に配慮してスピード抑制効果のある路面を採用しており、また道路から50cm以内には構造物を置かないこととしています。

【効果】 見通しが良く、事故抑制効果等が高まります。



その4 周辺環境

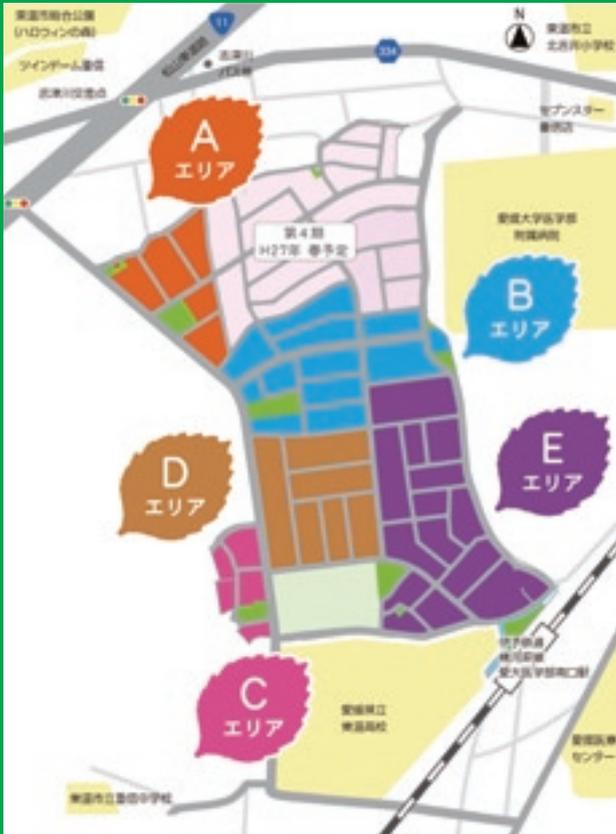
地域コミュニティーを重視し、区画内に7つの公園を配置します。(現時点では2公園が完成しています。)

【効果】
住民同士の交流が活発化し、活気あるまちが生まれます。



第3期 分譲地公募スタート！ 6月16日(月)～7月17日(木)

Eエリアの35区画の分譲地が販売されます。まちの東側エリアで、駅が近く通勤通学などアクセスに便利です。申し込み多数の区画は抽選会を行います。



詳しいことは

東温市志津川土地区画整理組合事務局
(東温市まちづくり課)

ホームページ

www.shitsukawa.jp

問い合わせ先

TEL 964-4412
受付時間 / 8:30～17:15
※土日祝除く



東温市をより良くするために

志津川地区の景観まちづくりは、ここで培ったノウハウや考え方を、将来的には市全域に広げていくための足掛かりになるものと期待しています。

子どもたちが健やかに育ち、日々の生活を誰もが快適に感じるまちを作りたい。そのヒントは、身近な『風景』や『景色』を、自らの手で守り育てるべき『景観』として再認識することで見えてくるのではないのでしょうか。

まちづくり課担当者から



田井 秀一 主査



山内 健太郎 主事

志津川土地区画整理事業に見られるような景観に配慮したまちづくりは、東温市では初めての取り組みです。今まで、道路や水路など、特定の事業では景観への配慮も行われていました。しかし、今後のまちづくりを考える上では、住環境そのもの、区画内全域を一つの単位として捉えて実行することが大変重要であり、必要な取り組みであると考えます。景観を守るといって、規制ばかりで窮屈なイメージを抱く人も多いと思いますが、決してそうではなく、むしろメリットが多いのではないかと思います。

例えば、同じ広さの道でも、隣接する敷地が開放的であるだけで広々とした印象を受けます。死角をなくすことで見通しも良くなり、また、災害時の避難経路確保にも効果を発揮するなど、住環境として最も大切な安全・安心を得ることができるといわけです。

志津川での取り組みは、これからの東温市のあり方を示す初期の段階にすぎません。今後、他の地域でも更に発展させていけるよう、我々職員も一丸となって推進していきますので、ご協力よろしくお願ひします。

(特集 終わり)

市役所からの

お知らせ

教育相談室は
Tel 964-9437
Tel 966-6150
です



平成27年度採用東温市職員を募集します

総務課 人事係 Tel 964-4400

■ 1次試験

日時 7月27日(日) 午前9時～ 会場 東温市役所

試験区分	上級行政職	幼稚園教諭	保育士
採用予定数	若干名	若干名	若干名
受験資格	昭和60年4月2日～平成5年4月1日生まれの人	幼稚園教諭資格取得者または平成27年3月末日までに取得見込みの人	保育士資格取得者または平成27年3月末日までに取得見込みの人
1次試験	教養試験 専門試験(行政) 一般性格適性検査	教養試験 専門試験(幼稚園教諭) 一般性格適性検査	教養試験 専門試験(保育士) 一般性格適性検査
2次試験(一次試験合格者のみ)	作文・面接 集団討論	作文・面接	作文・面接

■ 共通受験資格

- ① 日本国籍を有する人
- ② 地方公務員法(昭和25年法律第261号)第16条の各号いずれにも該当しない人

■ 身分及び処遇

給料・手当等は、東温市給与条例の規定により支給。

▼ 上級行政職

【初任給 172,940円 (現行)】

▼ 幼稚園教諭・保育士

【初任給 153,457円 (現行)】

必要書類を市役所3階総務課へ持参または郵送で提出してください。

■ 申込方法

必要書類を市役所3階総務課へ持参または郵送で提出してください。

郵送する場合は、簡易書留等確実な方法で郵送してください。

送り先

〒791-0292

東温市見奈良530番地1

東温市役所 総務課 人事係

■ 申込受付期間

6月2日(月)～6月24日(火)

※土・日を除く

8時30分～17時15分

(郵送する場合、6月24日(火)の消印有効)

■ 提出書類等

○ 試験申込書(申込日前3か月以内に撮影した写真を貼付)

※試験申込書はホームページからダウンロード

ウンロードできます。また、総務課人事係に設置しています。

※市販の履歴書は使用できません。

○ 資格・免許の写し、または取得見込証明書(幼稚園教諭・保育士)

その他

○ 募集の詳細な案内は市のホームページをご覧ください。

○ 2次試験は8月下旬の予定です。詳細は1次試験合格者に通知します。

○ 初級行政職についても採用予定ですが、試験日程については決定次第、広報紙、ホームページでお知らせします。

児童手当現況届の提出をお忘れなく!

社会福祉課 子育て支援室 Tel 964-4406

で、ご注意ください。

※公務員の人は勤務先で手続きをしてください。

児童手当は、6月、10月、2月の年3回、受給者名義の口座に振り込みます。

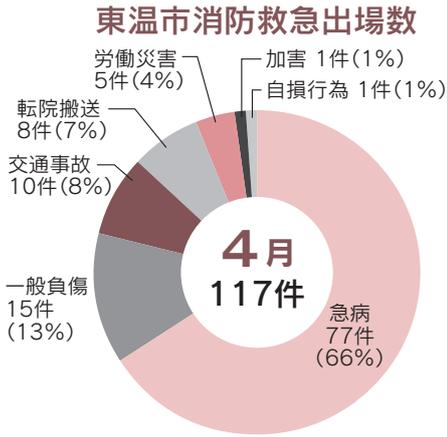
詳しくは、社会福祉課までお問い合わせください。

この届は、児童手当等を引き続き受ける要件があるかどうかを確認するためのものです、毎年提出する必要があります。

6月初旬に用紙を郵送します。市役所1階社会福祉課、または川内支所へ提出してください。

提出がない場合には、6月分以降の手当が受けられなくなります。

提出がない場合には、6月分以降の手当が受けられなくなります。



六価クロム 地下水モニタリング調査結果 (4月28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）を超える六価クロムは検出されていません。

市民環境課 TEL964-4415

平成26年度介護保険料のお知らせ

保険年金課 介護徴収係 TEL964-4408

介護保険は、介護が必要になっても住み慣れた地域でできる限り自立した生活を送れるよう、社会全体で支え合っていく制度です。

介護保険にかかる費用は国・県・市・被保険者それぞれが負担する仕組みとなっていて、東温市では現在、愛媛県財政安定化基金及び東温市介護給付費準備基金の活用により介護保険料の上昇抑制に努めています。

今年度の保険料は下表のとおり（昨年度と同額）です。今後とも介護保険制度にご理解、ご協力をお願いします。

平成26年度介護保険料（平成25年度と同額）

所得段階	対象となる方	保険料(年額)
第1段階	老齢福祉年金受給者で世帯全員が住民税非課税の人、生活保護を受けている人	37,200円
第2段階	世帯全員が住民税非課税で、本人の合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下の人	37,200円
第3段階	世帯全員が住民税非課税で第2段階以外の人	55,700円
第4段階(特例)	本人が住民税非課税で世帯内に住民税課税者がいる人のうち、本人の合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下の人	63,200円
第4段階	本人が住民税非課税で世帯内に住民税課税者がいる人で、第4段階(特例)以外の人	74,300円
第5段階	本人が住民税課税で合計所得金額が190万円未満の人	92,900円
第6段階	本人が住民税課税で第5段階以外の人	111,500円

水道メーターの検針が隔月となります

水道課 管理係 TEL964-4416

毎月検針から
隔月検針（奇数月）へ変更します

今年度7月より経費削減のため、水道メーター検針を「毎月検針」から2か月に1回（奇数月）の「隔月検針」に変更させていただきます。料金を支払いただくことになりました。料金の支払いはこれまでどおり偶数月で変更ありません。

■今後の検針、料金支払いについて

下表のとおり、7月までは毎月検針、8月以降は奇数月に検針し、偶数月に「上下水道使用料」として請求します。上下水道の料金単価や計算方法に変更はありません。なお、使用状況については、青色の検針票（「水道使用量のお知らせ」）でお知らせします。

月	検針	請求(使用分)
6月	検針	請求(4・5月使用分)
7月	検針	-
※7月以降偶数月の検針は行いません。		
8月	-	請求(6・7月使用分)
9月	検針	-
10月	-	請求(8・9月使用分)
11月	検針	-
12月	-	請求(10・11月使用分)

猫との快適な暮らし マナーを守って！

市民環境課 環境対策係 TEL964・4415

ペットとして猫を飼っている人は、マナーを守れていますか。適切な飼い方をする事で人と猫が共に快適に暮らせるまちを目指しましょう。

猫を飼っている人へ

○室内飼いの推奨
交通事故や感染症、望まない繁殖から猫を守りましょう。室内で飼うことで近所とのトラブルも改善されます。えさは外には出さずに室内で与えましょう。

○首輪と迷子札の装着
野良猫と区別するためにも首輪と迷子札を付けましょう。迷い猫とわからないためにも、飼い主の連絡先を記入してください。飼い猫が行方不明になったらすぐに市民環境課にご連絡ください。

トイレの設置

猫に関する相談で最も多いのは糞尿です。室内飼いの場合は、猫の落ち着ける場所に猫用トイレを置いておけば、猫はトイレの場所を覚えやす。飼い猫を外に出すことがあるようなら、ご近所にも配慮して必ずご自宅の庭などにトイレを設置してください。常に清潔な状況を保ちましょう。

不妊去勢手術の推奨

猫は1年で3、4回、1回で5、6匹の子猫を産むこともあります。飼えなくなってしまうのは遅いです。望

まない繁殖により、不幸な命を増やさないためにも不妊去勢手術を推奨します。

※東温市では犬・猫の不妊去勢手術の補助制度があります。詳しくは市民環境課にお問い合わせください。

野良猫などでお困りの人へ

○忌避剤の活用
ホームセンターなどで販売しています。猫の嫌いな臭いを出すものや侵入を防ぐものなど様々です。臭いがきついものや色がつくものもあります。使用の際には、ご近所からの了解を得ましょう。

えさやりへの指導注意

野良猫にえさを与えている人が特定できる場合は、市民環境課から直接指導します。

○猫は愛護動物です。虐待にあたるような行為はしてはいけません。法律で罰せられます。

野良猫にえさを与えていませんか

無責任なえさやりは動物愛護ではありません。猫の繁殖を促し、ご近所の迷惑となります。「えさを与える」と飼主」という自覚を持ち、責任を持って飼い猫として飼養してください。

野良猫を保護した場合は市民環境課にご連絡ください。迷い猫の可能性もあります。

放課後児童クラブサマースクール指導員募集!!

社会福祉課 子育て支援室 TEL964・4406

東温市では、夏休み期間中に実施するサマースクール（放課後児童クラブ）の指導員を募集します。希望者は、履歴書をご提出ください。

履歴書提出先

〒79110292
東温市見奈良530番地1
東温市役所社会福祉課
子育て支援室

活動期間(予定)	7月22日(火)～8月29日(金) 8時～18時 ※土・日・お盆(8/14～15)を除く
場所	北吉井あおい組 (いわがらこども館内) 南吉井すみれ組 (南吉井小学校体育館内) 川上くすのきクラブ (川上小学校敷地内) 拝志ひまわりクラブ (拝志小学校体育館内)
指導内容	室内における学習・読書・遊戯などや近隣においてスポーツ・野外活動などを実施します。
募集対象	子どもが好きで明るく元気な人。教育関係の勤務経験のある人。教育学部または保育科等に在学されている学生さん。育児経験のある人
賃金	時給825円または914円(保育士・教諭資格を有する人等)

あなたの回答が、日本経済の力になる!

企画財政課 企画政策係 TEL964・4401

平成26年経済センサス・基礎調査 平成26年商業統計調査を一体的に実施

経済センサス・基礎調査は、我が国の事業所・企業の基本的構造を明らかにするとともに、各種統計調査の母集団情報の整備を図ることを目的として実施します。

また、商業統計調査は、我が国の商業の実態を明らかにし、商業に関する施策基礎資料を得ることを目的として実施します。

調査の結果は、国及び地方公共団体における行政施策の立案や、民間企業における経営計画の策定など、

社会経済の発展を支える基礎資料として広く利用されます。

調査票に記入していただいた内容は、統計法に定められている利用目的以外(例えば徴税資料など)に使用することは絶対ありませんので、安心してご提出ください。

調査票は6月末日までにお届けします。7月1日以降に提出をお願いします。

全国のすべての事業所及び企業が対象になります。皆様の調査への御理解・御回答をよろしく願います。

今年もやります！夏の省エネ得々キャンペーン

市民環境課 新工ネ推進室 TEL 964・4415

夏本番になるとエアコンや冷蔵庫はフル回転となり、電気の使用量が急増します。そこで市民の皆さんにさらに省エネに取り組んでいただくため、今年も「夏の省エネ得々キャンペーン！」を実施します。

電気の使用量は、冷房の使用を控えたり、冷蔵庫の開閉を少なくしたり、見ていないときはテレビを消すなどのちょっとした心掛けで減らすことができます。省エネをすれば、とにかくおサイフにお得です。

今年も応募していただいた中で削減率が最も高いご家庭に、東温市特産品セット(5,000円程度)を進呈するほか、削減を達成した参加者には抽選で体にやさしい東温市産の「押しはだか麦(300g)」と、もち麦粉(500g)が当たります。ぜひ、このキャンペーンにご参加ください。

■応募条件

7月、8月、9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(東温市内に限ります。)

■応募方法

応募用紙と一緒に、前年同月使用量と比べて節減されている7月、8月、9月いずれかの「電気ご使用量のお知らせ」(コピー可)を市役所市民環境課新工ネ推進室、または、川内支所の窓口にご持参ください。また、郵送でも受け付けます。

■応募用紙

応募用紙は市民環境課新工ネ推進室、川内支所、中央公民館、川内公民館に設置しています。また、ホームページからもダウンロードできます。

■応募締切 10月16日(木) 必着

教科書展示会のお知らせ

学校教育課 TEL 964・4420

平成27年度使用小学校用教科書の展示会を行います。

■期間 6月13日(金)～6月26日(木)

■場所

東温市立図書館2階
 ※館内のみでの閲覧となります。
 貸出しはいたしません。

志津川土地区画整理事業の事業計画(第2回変更)の縦覧

まちづくり課 都市計画係 TEL 964・4412

松山広域都市計画事業志津川土地区画整理事業の事業計画の第2回変更について、変更案の縦覧を下記のとおり行います。

■期間 6月10日(火)～24日(火)

■時間 8時30分～17時15分

■場所

市役所 2階 まちづくり課

消防救急デジタル無線設備・通信指令システム等運用開始

消防本部 総務予防課 広域化係 TEL 964・5213

東温市消防本部では、平成26年度から消防救急デジタル無線・通信指令システム等を運用開始しました。

今後、発生が危惧される大規模な地震災害への対策強化や、ますます複雑多様化する消防ニーズを敏感に捉え、「地域の安全・安心を守る」という揺るぎない使命を自覚し消防業務を遂行します。

通信指令システムは、8年以上経過した従来の指令システムを更新し、情報伝達の迅速化を目的に、統合型位置情報通知システムや車輛動態管理システム(AVMⅢ型)、動画像伝送装置の導入など、更なる住民サービスの向上を図りました。デジタル無線装置と通信室を無線接続することにより、秘匿性の高い情報の伝達や画像データなどの送信が可能となっております。

また、新たな火災対応方策として、はしご自動車を更新し再配置するなど、社会情勢の変化を捉えた組織体制の構築にも取り組んでいます。



消防救急デジタル無線・指令システム

6月は 土砂災害防止月間

まちづくり課 土木係 TEL964・4412

自分の家のまわりに危険な場所がないか調べておきましょう

東温市の防災マップに、地域エリアごとの避難所や土砂災害危険箇所などを示していますので、調べておきましょう。避難する道にも危険な場所がないか確認しておきましょう。

普段から家族みんなで避難場所や避難する道順を確認しておけば安心です。

台風や大雨の時には、気象情報に注意しましょう

大雨による土砂災害発生の危険度が高まった時には「土砂災害警戒情報」が発表されます。雨が降り出したら、大雨警報や土砂災害警戒情報等の防災気象情報に注意しましょう。

土砂災害警戒情報・気象庁ホームページ
(<http://www.jma.go.jp/jp/doshaj/>)

大雨時や土砂災害警戒情報が発表された際には早めに避難しましょう

がけ下や溪流沿いなどにお住まいの人は、大雨の際や土砂災害警戒情報が発表された際には、早めに近くの避難所などの安全な場所に避難し

ましょう。

また、夜間に大雨が予想される際には、暗くなる前に避難をすることにより安全です。

お住まいの地域の防災無線や広報車などの呼びかけにも注意して、早めの避難を心がけましょう。

砂防展示室に行ってみよう!

国土交通省 四国山地砂防事務所
重信川砂防出張所
住所 東温市横河原(水天宮東隣)
TEL964・2126

※ミニ模型等

を用いて土砂災害について詳細な説明を行います。ぜひお立ち寄りください。



重信川流域の土砂災害

重信川では、昭和18年7月と昭和20年10月の2度にわたる大洪水により、流域の各所で崩壊が発生し、多量の土砂が下流に流出したため、東温市や松山市などの下流域で大きな被害が発生しました。昭和18年の災害では、重信川で8カ所も堤防が決

壊し多くの人が亡くなるなど、未曾有の大災害となりました。近年では、平成8年に重信川上流の荒木谷において土砂災害が発生し、また、平成11年9月の台風16号では井内川の惣田谷や根無谷、表川の河之内地区で土石流が発生し大きな被害を受けました。この時の1時間に降った雨は、松瀬川古屋観測所で観測最大の119mmもの大雨を記録しました。



平成11年9月台風16号 井内地区惣田谷での土石流による被害状況



平成8年7月台風6号 山之内地区荒木谷での土砂災害



根無谷第2号堰堤 (平成20年度完成)



惣田谷堰堤 (平成13年度完成)

重信川水系 直轄砂防事業

国土交通省では、重信川の昭和18年と昭和20年の大災害を契機に、昭和23年度から重信川上流域、表川流域で砂防事業に着手しました。これまでに砂防堰堤91基、床固工群・溪流保全工(流路工)18カ所の整備を完了しています。土砂災害を未然に防ぎ、安全・安心な地域づくりを目指して更なる整備を行います。

入札結果【4月実施分】

総務課 管財係 (TEL964-4400)

日程	業務（工事）名	落札業者	落札金額（税込）円
4月 2日	東温市内カーブミラー修繕工事	松山開成(株)	441,072円
	東温市内カーブミラー設置工事	松山開成(株)	427,032円
	上林小学校プール改修工事	(株)トサトーヨー	2,986,200円
	東温市立図書館高圧受電設備改修工事	(株)アクセル松山	1,846,800円
	志津川樋口地区メガソーラー設置工事に伴う埋蔵文化財確認調査部分委託業務	国際文化財(株)西日本支店	17,064,000円
	東温市立図書館エレベーター等改修工事設計施工監理委託業務	新企画設計(株)	1,836,000円
	広報とうおん作成業務	岡田印刷(株)	(単) 4.53円
	平成26年度とうおん議会だより印刷製本業務	(株)明朗社	1,319,760円
	クリーンセンター薬品納入（消石灰）	アイワク産業(株)	(単) 132.84円
	クリーンセンター薬品納入（キレート剤）	アイワク産業(株)	(単) 565.92円
	ごみ質分析委託業務	(公財) 愛媛県総合保健協会	537,840円
	東温市河川等水質検査委託業務	エヌエス環境(株)松山営業所	972,000円
	クリーンセンターダイオキシン及び排ガス測定業務	帝人エコ・サイエンス(株)松山事業所	576,720円
	クリーンセンター改修工事見積査定業務	(株)東和テクノロジー四国営業所	907,200円
	平成26年度学校給食センター腸内細菌検査委託業務	(株)愛媛臨検	(単) 10,789円
	4月 8日	志津川土地区画整理工事その25	(株)青井建設東温支店
公共土木施設維持工事その1		(有)佐々木建設	9,828,000円
公共土木施設維持工事その2		南條工業(株)	9,828,000円
H26新築に伴う公共ます設置工事		(有)渡部興産	11,264,400円
市道舗装補修工事その1		協和道路(株)	18,900,000円
子ども・子育て支援事業計画策定業務委託		(株)ジャパンインターナショナル総合研究所	2,581,200円
東温市立保育所検診検査業務		(株)愛媛臨検	707,850円
4月15日	総合公園植栽管理委託業務（A工区）	(有)新立造園	8,100,000円
	総合公園植栽管理委託業務（B工区）	成瀬緑化産業(株)	9,396,000円
	総合公園植栽管理委託業務（C工区）	(株)山本造園土木	7,884,000円
	ゆるぎ公園植栽管理業務委託	(有)総合緑地開発	1,404,000円
	重信地区都市公園植栽管理業務委託	(有)総合緑地開発	1,620,000円
	川内地区都市公園等植栽管理業務委託	高須賀緑地建設(株)	2,700,000円
	公用車購入	(株)マナベモータース	880,000円
	学校プール用次亜塩素酸ナトリウム購入	三洋興産(株)	(単) 842.4円
	水道用薬品納入業務（水道用次亜塩素酸ナトリウム特級品12% 20kgキューブボックス/箱）	村上産業(株)	(単) 2,527円
	水道用薬品納入業務（水処理凝集剤ポリ塩化アルミニウム20kg/ポリ缶）	光洋通商(株)	(単) 1,447円
水道用薬品納入業務（水処理凝集剤ポリ塩化アルミニウムローリー車4t以下ロット1,500ℓ）	光洋通商(株)	(単) 46.98円	
4月22日	東温市中央公民館消火栓用補給水タンク取替修繕工事	渡部電水工業(株)	1,024,920円
	川内・重信浄化センター植栽維持管理委託業務	高須賀緑地建設(株)	864,000円
	集落排水・公共下水道用薬品納入業務（固形塩素剤）	(株)ダイキアクシス	(単) 918円
	横河原駅周辺整備測量設計委託業務	(株)親和技術コンサルタント	1,836,000円
	南野田出作農道（27、29路線）測量設計委託業務	(株)親和技術コンサルタント	3,294,000円
	公用車購入	(有)重松自動車	1,885,000円
	野田地区水路維持管理委託業務	(株)都グリーン	723,600円
	市有施設ESCO事業可能性調査・アドバイザー業務委託	アセス(株)四国支店	5,076,000円
	小中学校教育用コンピュータ機器等借上業務	(株)富士通四国インフォテック	243,864円
	臨時福祉給付金等臨時事務員派遣委託業務	アピリティーセンター(株)松山事業所	2,227,357円
	東温市立学校施設等大規模改修基本計画策定業務	(株)日創設計	4,266,000円
東温市指定ごみ袋作成業務	アイワク産業(株)	8,445,816円	

※（単）は、単価契約



水道だより

水道課 Tel964-4416

安全で安心な水を安定的に供給するために

6月1日から6月7日までは「水道週間」

「おいしいな だいじなお水 ごくごくり」

「水道週間」は、水道について広く国民のみなさんの理解と関心を高め、公衆衛生の向上と生活環境の改善を図ることを目的に、1959年(昭和34年)に制定されました。

私たちの生活に欠くことのできない水道水、飲み水はもとよりお風呂やトイレの水など、水道が使えないとしたら…。

蛇口をひねればいつでも流れ出る安心・安全な水のありがたさ、この機会に水道の重要性や

ありがたさについて、ご家族で話し合ってみてはいかがでしょうか。

市には、最新の膜ろ過装置を完備した浄水場があります。この浄水場の見学はいつでもできますので、希望者は「水道課管理係 Tel964-4416 (直通)」までご連絡ください。



年金のひろば

保険年金課 Tel964-4408



あなたのねんきん記録、もう一度確認を!!

ご自身の年金記録に「もれ」や「誤り」等、少しでも心配があれば、松山東年金事務所またはコールセンターにご相談ください。

いつでもかんたん確認「ねんきんネット」

年金加入者や受給者がいつでも自身の年金記録などをインターネットで確認できる「ねんきんネット」を使って年金記録を確認することができます。ただし、利用するためには、ユーザーID及びパスワードの取得が必要です。

また、市役所でも「ねんきんネット」の情報を提供するサービスを行っています。

市役所で「ねんきんネット」を利用する際に必要なもの

- ・年金手帳 ・身分証明書 ・印鑑
- ・委任状 (本人以外が利用する場合)

◆問い合わせ先

松山東年金事務所 Tel946-2146
「ねんきん定期便・ねんきんネット」専用ダイヤル
Tel0570-058-555

※共済組合期間については、各共済組合にお問い合わせください。

日本年金機構では、国民年金保険料の納付等のご案内について民間委託を実施しています

過去2年以内の国民年金加入期間のうち、保険料が未納の人に対し、電話・文書・戸別訪問による納付案内を、次の事業者に民間委託しています。

事業者名	株式会社バックスグループ
本社所在地	東京都渋谷区恵比寿1-19-19 恵比寿ビジネスタワー14F
電話番号	0120-987-927
委託期間	平成25年2月1日～平成27年4月30日

これは、国が行っていた収納業務等の一部を民間委託し、低コストでより良いサービスの提供を目指すものです。

※民間事業者が、納付書を持っていない人から現金を預かったり、領収書を発行したりすることはありません。

※日本年金機構から民間事業者に提供する個人情報は、国民年金保険料の未納者に限られています。

詳しくは、日本年金機構ホームページで確認できます。

消費者力UP 通信



大手企業の名前を悪用した 買え買え詐欺に注意！

名義貸しをもちかけ、
現金を郵送させる手口が多発！

相談事例



A銀行を名乗る男性から「あなたは大手企業B社の株を買えるリストに載っている」と電話があった。翌日B社の社員から電話で「あなたの名前で買わせてほしい。後日、倍にして返す。」と言われ了承した。B社は有名な会社だから間違いないと信用して、指示通りに口座開設料300万円をA銀行に郵送した。その後も保証金などの名目で合計1,500万円支払った。不安になり電話してみたが両社ともつながらない。

相談・お問い合わせ

- 東温市 消費生活相談窓口（総務課内）
TEL964-4400
※毎週月曜日及び第2・4金曜日は、専門の相談員が対応
- 消費者ホットライン電話
ゼロ・コー・ナナ・ゼロ 守ろうよ みんなを！
TEL0570-064-370

アドバイス

- 大手企業の名前を出すことにより消費者を信用させようとする手口が増えています。
- 実在する大手企業の株や社債等が販売されているかのように装って勧誘し、お金を支払わせようとしますが、実際はそのような事実はほとんどありません。
- 名義貸しをもちかけられたり、お金を郵送するように言われたケースは詐欺の可能性が高いのですので相談しましょう。特殊詐欺も県内で多発しています。
- いったんお金を支払ってしまうと取り戻すのは極めて困難です。
うまい話には耳を貸さず、きっぱり断りましょう。
- 困ったときは、相談窓口や警察にすぐ相談しましょう。

国有地の取得に関する架空話（うまい話）にご注意！

国有地は原則として一般競争入札で売却します。財務省の職員が、個別に国有地について随意契約できるような働きかけを行い、個人や特定の民間企業に対し直接随意契約で売り払うことは一切ありません。

次のようなケースにご注意ください。

- 国との信頼関係を装って話を持ちかける。
- いったん入札にかけた物件について、契約できるかのように話を持ちかける。



公共交通ニュース

まちづくり課 TEL964-4412

近年、公共交通離れが進み、それに伴い電車・バスに乗ったことがない子どもたちが増えていきます。そこで、東温市では、未来を担う子どもたちに公共交通を身近に感じてもらうことを目的に「バス応援団認定制度」を創設しました。今後は、路線バス体験教室に参加した子どもたちを応援団に認定し、公共交通を応援する取り組みを広げていきます。

みんなで公共交通を応援しよう！ ～バス応援団認定制度スタート～



応援団第1号は「いのとん」



2 素鷲神社の春祭り
ワッショイ！ワッショイ！

5月3日、見奈良の素鷲神社の春祭りがありました。地区の老若男女が集い獅子舞を披露したり、神輿を盛大に担いだりしていました。この春祭りは疫病除けの行事として長く続いており、当日は地区に住むアメリカ人も参加し、日本の伝統文化に触れて満足そうでした。



1 山之内除ヶこいのぼり
そよ風に揺られながら川のぼり

4月26日、山之内除ヶの堰堤に恒例のこいのぼりの川渡しがお目見えしました。山之内区の有志たちが、地域を活性化したいと始めて今年で20回目。5月9日までの期間中、爽やかな風に揺られながら舞うこいのぼりが、多くの人たちを楽しませていました。

camera sketch

まちの話題をカメラでスケッチ！



6 第49回えひめ花まつり
たくさんの花が咲いたよ

5月3日から4日にかけて、恒例のえひめ花まつりが開催されました。開始時間前から大勢の人が並び、とても楽しみにしているようでした。名物の花時計や立体花壇は皆さん足を止めてその見事さに魅入っていました。また会場内では、東温市青年農業者協議会による「どてかぼちゃの苗」の配布も行われ、秋に行われるイベントに向け、「大きなかぼちゃを育てたい。」と意気込みを語る人もいました。



5 田窪宇氣洲神社ジャズの夕べ
夜の神社に響き渡るジャズの調べ

5月17日、田窪で「宇氣洲神社ジャズの夕べ」が開催されました。川内中学校吹奏楽部の演奏で幕開けし、東温高校吹奏楽部の演奏とともに宇氣洲神社は徐々にライトアップ。社会人バンド「NKP Big Band」が演奏する頃には幻想的な雰囲気にもまれ、ジャズの調べとともに集まった観客を魅了しました。



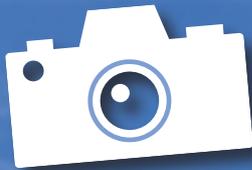
4 とことこクラブ カタツムリさん、出ておいで

5月14日、西岡のツインドーム重信を会場に「とことこクラブ」が開催され、保護者とお子さんたち十数組が参加しました。オカリナ演奏や絵本の読み聞かせ、木のおもちゃで楽しんだ後、カタツムリなどの生き物を探しに、みんなで近くの神社を目指して「とことこ」おさんぽに出かけました。子どもたちは自然の中の不思議をたくさん発見し、「センス・オブ・ワンダー」を磨いていました。



3 コロンボ 38 の従業員が清掃活動 毎月恒例のボランティア清掃

コロンボ38（樋口店）の従業員が4月22日、社会貢献活動の一つとして、横河原の河川敷周辺の清掃を行いました。同店では、従業員有志により毎月清掃活動を実施しており、大量に捨てられたごみを、手分けしながら黙々と回収していました。この様子を見て、少しでもポイ捨てる人が少なくなればよいのですが…。



カメラスケッチ



8 災害時の医療救護活動に関する協定書調印式 災害時に心強い医療救護体制

5月15日、東温市医師会並びに東温市歯科医師会と東温市が、災害時の医療救護活動について協定を締結しました。これにより、発生が予想される南海トラフ巨大地震による震災等の大規模災害で、円滑かつ的確な医療救護活動が実施できるようになり、市民の安全・安心の確保が図られます。



7 第9回商工会産業まつり 東温市の産業・物産が集結

4月27日、地域経済の振興を図り東温市の地場産業に対する理解を深めてもらおうと、横河原河川敷で「商工会産業まつり」が開催されました。各ブースに並べられた物産はどれも魅力あるもので、訪れた人たちの購買意欲を掻き立てていました。また、体験コーナーでは、小石アートや木工品製作などを楽しむ親子連れで賑わい、終日大盛況でした。

耳寄りな情報をお寄せください♪

ふれあい広場

♥ meeting place ♥

ちょっと一言

エミリー先生

ALT から



Dear Toon,

Do you know about the Eurovision Song Contest? It is an international singing competition that takes place every year. Each country chooses one singer or group, who must perform on live television. After all of the performances, people vote for which country they liked the best. However, you cannot vote for your own country.

The first contest was held in 1956 and it is one of the longest running television programmes in the world. It is popular because you can listen to music from many different countries. Last year, the winner was Emmelie de Forest from Denmark with a pop song called Only Teardrops. Other famous winners include Abba from Sweden and Lordi, a Finnish heavy metal band.

If you have a chance, please watch the show!

Emily Johnson

東温市のみなさん、こんにちは。

ユーロビジョン・ソング・コンテストについて知っていますか。それは毎年行われる国際的な歌唱コンテストです。それぞれの国で1人の歌手、あるいはグループが選ばれ、生放送で歌わなければなりません。すべてのパフォーマンスのあと、人々はどの国(の歌手)が一番良かったか投票します。ただし、自分の国に投票することはできません。

第1回大会は1956年に開催され、世界で最も長く続いているテレビ番組の一つです。他の国々の音楽を聴くことができるので人気があります。昨年の優勝者は「Only Teardrops」という曲を歌ったデンマーク出身のEmmelie de Forest(エメリー・デ・フォレスト)でした。他にもスウェーデン出身のABBA(アバ)やフィンランドのヘヴィメタルバンドのLordi(ロードイ)などが優勝しています。

もし機会があれば、見てください。

エミリー・ジョンソン

はじめまして。私は今年1月に協力隊員として、アフリカ大陸の一番西にあるセネガルという国にやってきました。日本語教育という職種で、首都ダカールにあるビジネス系大学でセネガル人に日本語を教えたり日本文化を紹介したりしています。今回、私の出身である大好きな東温市の皆様に、少しでもセネガルやアフリカのことを知ってもらいたいと思いいこの場をお借りしました。



セネガルは、日本から飛行機でパリやドバイを経由して来ることができ、はじめまして。私は今年1月に協力隊員として、アフリカ大陸の一番西にあるセネガルという国にやってきました。日本語教育という職種で、首都ダカールにあるビジネス系大学でセネガル人に日本語を教えたり日本文化を紹介したりしています。今回、私の出身である大好きな東温市の皆様に、少しでもセネガルやアフリカのことを知ってもらいたいと思いいこの場をお借りしました。



New!

あなセネガル?!

vol. 1



JICA 青年海外協力隊 平成25年度3次隊 セネガル 大石紗己



満1歳
Happy Birthday



すみやましん たろつ
住山真太郎くん
6月5日生まれ(上村)

いっぱい笑顔で元気に育って
くれてありがとう

写真掲載しませんか！

■必要事項

【満1歳】

(対象) 7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

【ベット】

- ①写真(デジカメ画像も可)
- 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 6月10日(火)

■応募先

必要事項を明記の上、下記まで
 総務課広報広聴係
 (Tel.964-4400)
 〒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。

東温市老人クラブが小中学校3校に竹ぼうきを寄贈

5月7日、東温市老人クラブが市内の小中学校3校に、手作りの竹ぼうきを50本ずつ寄贈しました。

これは、竹ぼうき作りの技術を伝承しようとして老人クラブが行っている活動で、約20人の会員が、昨夏に2日間かけて松瀬川の竹林で集めてきた材料を使い、丹精込めて作りあげました。



重信中学校

中村忠将さん 秋季県展の洋画部門特選作品「望郷」を市に寄贈

北方の中村忠将さんが、平成25年度の第62回秋季県展洋画部門において特選に選ばれた油絵作品「望郷」を市に寄贈し、5月16日に市長室で贈呈されました。もともと絵が好きだった中村さんは、還暦を機に油絵を習い始めて12年目。受賞した「望郷」は、母親の介護をしながら6か月間かけて仕上げたものです。作品は、市役所3階に展示しています。



「東日本大震災義援金」ご協力ありがとうございました

市民の皆さんのご協力により、日本赤十字社東温市地区に寄せられた義援金は、3月末現在で1,891,776円になりました。寄せられた義援金は日本赤十字社に送金し、全額が被災地の方々に届けられます。

また、日本赤十字社は同義援金の受付期間を平成27年3月31日まで1年間延長しました。引き続き皆さんの温かいご支援をお願いします。※ご協力方法等については日本赤十字社ホームページをご覧ください。

「平成25年度赤十字社員増強運動」ご協力ありがとうございました

昨年度、市民の皆さんの深いご理解とご協力により4,284,300円の「社資」が市に寄せられました。これらは全額、日本赤十字社愛媛県支部に送金し、災害時は医療支援、こころのケア、毛布などの救援物資の配布などを、平時は救急法の講習普及、ボランティアや青少年赤十字の育成、救護看護師の養成などに役立てられます。

平成25年度日本赤十字社東温市地区歳入歳出決算(単位:円)



日時 6月28日(土)
 13時30分～15時
 場所 東温市防災センター1
 (東温消防署)
 内容 防災センター見学
 地震体験・煙避難体験
 など
 参加費 無料
 申込締切 6月13日(金)
 申込先 佐藤 (Tel.964-9171)

男女共同参画 きらり東温



東京展
 富士フィルムフォトサロン東京
 6月20日(金)～26日(木)
 10時～19時(最終日16時まで)
 大阪展
 富士フィルムフォトサロン大阪
 10月3日(金)～9日(木)
 10時～19時(最終日14時まで)

3月号の「キラリ東温この人なう」で紹介した矢野美千代さんが、東京と大阪で写真展を開催することとなりました。



情報 BOX

「かっこいいもの
大好き！」
こうたろうくん

- 学びの扉 **扉**
- お知らせ **知**
- 催し **催**
- 募集 **募**

催 「第34回ふれ愛コンサート in 愛媛」開催

自衛隊愛媛地方協力本部イベントとして、海上自衛隊自衛隊東京音楽隊によるコンサートを開催します。

- **日時** 7月24日(木) 18時30分 (開場17時30分)
 - **場所** 松山市民会館 大ホール
 - **入場** 無料 ※整理券必要
 - **申込** 氏名・住所・必要枚数(2枚まで)を記入し、返信用封筒に切手を貼って送付
- ※車椅子の人は『車椅子席希望』、その他お体の不自由な人は『思いやり席希望』と記入してください。
 図・☎ 〒790-0003
 松山市三番町8丁目352-1
 自衛隊愛媛地方協力本部
 募集課広報室 (TEL941-8381)

催 花いっぱい運動

- **日時** 6月7日(土) 9時 (集合10分前)
- ※小雨の場合は実施
- **場所** 中央公民館 西側駐車場
 - **内容** ポーチユラカの定植
- 図 中央公民館 (TEL964-1500)

催 無料調停相談会

土地建物、借入債務、過払い返還、交通事故などの「民事上のもめごと」ならびに、夫婦関係、遺産相続などの「家庭内や親族間のもめごと」について、調停で解決する手続き等について相談に応じます。相談は無料で、秘密は厳守します。

- **日時** 7月6日(日) 10時～16時
 - **場所** いよてつ高島屋 7階
- 図 松山調停協会 (TEL903-4375)

知 「国際的な子の奪取の民事上の側面に 関する条約の実施に関する法律」施行

国境を越えた子どもの連れ去りなどの問題解決のために、「ハーグ条約」の日本国内における手続を定めた標記法律が4月1日から施行されました。

- 子の返還の裁判手続は、東京または大阪家庭裁判所で行うこととなりますので、詳しくは、それぞれの家庭裁判所ウェブサイトをご覧ください。
- 図 松山家庭裁判所家事係 (TEL942-0077)

催 「新体力テスト」参加者募集

市民の皆さんの体力・運動能力の現状を把握し、生涯スポーツ振興の資料とするため「新体力テスト」を開催します。

- **日時・場所**
 ①6月16日(月) 川上小学校体育館
 ②6月17日(火) 南吉井小学校体育館
 時間19時30分～21時30分
 ※15分前から受付
 - **対象者** 平成26年4月1日現在の年齢が満30歳から49歳までの人
 - **内容** 握力、長座体前屈、立ち幅跳び など
- 図・☎ 生涯学習課 (TEL964-1500)

募 平成26年度親子ものづくり体験教室参加者募集

夏休みの思い出に、親子でものづくりを体験してみませんか。

- **日時** 8月3日(日) 9時～15時
 - **場所** ポリテクセンター愛媛 (松山市西垣生町)
 - **内容** 機械・木工体験 など
 - **対象** 小学4～6年及び保護者
 - **参加料** 無料
 - **募集期日** 7月9日(水)
- 図 ポリテクセンター愛媛 (TEL972-0329)

知 松山・上海線をご利用ください

4月4日に運航が再開された松山・上海線は、愛媛と中国を約100分で結ぶ直行便として、観光やビジネスなどで大きな役割を果たしています。運航再開に合せ、お得な旅行商品が販売されていますので、この機会にぜひご利用ください。

- 図 愛媛県交通対策課 (TEL912-2252)

シーズン2014 みんなで応援しよう！ 6月のホームゲーム日程

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
6月7日	土	14:00	ザスパクサツ群馬
6月14日	土	13:00	ファジアーノ岡山
6月28日	土	19:00	ロアッソ熊本



予告 マッチシティ「東温市の日」
7月20日(日) 19:00 京都サンガF.C.

愛媛MP (マンダリンパイレーツ) ホームゲーム

開催日	曜日	開始時刻	対戦相手	球場
6月7日	土	13:00	高知ファイティングドッグス	坊っちゃんスタジアム
6月8日	日	18:00	香川オリーブガイナーズ	坊っちゃんスタジアム
6月21日	土	13:00	徳島インティゴソックス	坊っちゃんスタジアム
6月22日	日	13:00	香川オリーブガイナーズ	坊っちゃんスタジアム



情報 BOX

「お花大好き！」
さあやちゃん

扉 学びの扉

知 お知らせ

催 催し

募 募集

扉 放課後わくわく広場 「バルーンアート」

- **日時** 6月18日(水)
16時15分～17時
 - **場所** さくらこども館
 - **内容** 風船を使っていろいろなものを作ります。
 - **受講資格** 市内の小学校に通う児童
 - **受講料** 無料
- ☎ 生涯学習課 (TEL964-1500)

催 川内公民館さくら講座 「パン教室」

- **日時** 6月27日(金)
10時～(3時間程度)
 - **場所** 川内公民館
 - **対象** 東温市に住んでいる人
 - **募集人員** 20人
 - **参加料** 900円程度
 - **内容** パン2種類
 - **募集締切** 6月20日(金)
- ☎・☑ 川内公民館 (TEL966-4721)

知 全国一斉「子どもの人権 110番」強化週間

- **強化週間**
6月23日(月)～29日(日)
電話相談を開設します。
 - **受付**
① 6月23日(月)～27日(金)
8時30分～19時
② 6月28日(土)、29日(日)
10時～17時
 - **相談内容** いじめ、体罰、児童虐待など、子ども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
- **全国统一電話番号**
(フリーダイヤル)
0120-007-110 ※IP電話不可
 - **相談担当者**
人権擁護委員、法務局職員
- ☎ 松山地方法務局 (TEL932-0888)

催 第9回東温市民 バレーボール大会

- 恒例のバレーボール大会を開催します。皆さんの声援をお待ちしています。
- **日時** 7月6日(日)
開会式 8時30分～
 - **場所**
ツインドームほか市内各体育館
- ☎ 生涯学習課 (TEL964-1500)

知 労働保険の年度更新が 始まります

- 労働保険の更新は、社員とその家族を守るという経営者の宣言です。手続きはお早めに。
- **手続き期間**
6月2日～7月10日
- ※電子申請
<http://www.e-gov.go.jp/>
- ☎ 愛媛労働局労働保険徴収室 (TEL935-5202)

募 「いのとん」 協力スタッフ募集

- 東温市イメージキャラクター「いのとん」と一緒に、観光PRや誘客イベントなどの情報発信活動をしていただける人を募集します。
- **募集期間** 6月30日まで
- ☎・☑ 東温市観光物産協会
「いのとん」協力スタッフ係
(TEL964-3938)

知 「瀬戸内しまのわ 2014」 開催中

瀬戸内海の魅力を広く発信するため、愛媛と広島臨海部や島しょ部の各所で多彩なイベントを展開していますので、ぜひご参加ください。

瀬戸内しまのわ2014 で **検索** ▶

- ☎ 松山事務所 (TEL909-8760)
今治現地本部
(TEL0898-22-8598)

催 第1回 人権ゼミナール

- **日時** 6月25日(水)
13時30分～15時30分
 - **場所** 中央公民館 大ホール
 - **対象** 東温市に住んでいる人
 - **講演** 「子ども～共に輝いていきたいということ～」
 - **講師** のらねこ学かん
館長 塩見志満子氏
- ☎ 生涯学習課 (TEL964-1500)

知 不法電波 シャットアウト!

6月1日から10日は電波利用環境保護周知啓発強化期間です。暮らしに大切な電波。電波利用環境を不法な電波から守りましょう。電波の利用には、原則、免許が必要です。

☎ 総務省四国総合通信局
(TEL936-5055)

高速道路夜間通行止めのお知らせ

- ① 松山自動車道 三島川之江IC～土居IC間
■ 規制日時 6月10日(火)【予備日11日】 20時～翌6時
 - ② 今治小松自動車道 今治湯ノ浦IC～いよ小松IC・JCT間
■ 規制日時 6月16日(月)～19日(木) 20時～翌6時
- ☎ 西日本高速道路(株) (TEL905-0181)

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
6月1	2 あおぞら広場 中公 9時30分 フリージングストレッチ さくら 11時 定員20組 申込は終了しました	3 あおぞら広場 健康セン 9時 パパママ教室① 中公 10時	4 赤ちゃん広場 健康セン 9時 3歳児健康診査 中公 13時 親子で楽しむお話し いわがら 11時	5 あおぞら広場 さくら 9時30分 親子体操 さくら 11時	6 こあらクラブ いわがら 10時 親子体操 さくら 11時	7
8 キッズおもちゃ 病院 さくら 10時 先着30個 事前受付 6/1~	9	10 子育て親子遊び の広場 中公 9時30分 離乳食教室 中公 10時 幼稚園開放 東谷幼 9時30分	11 ぴよぴよクラブ 川内保 9時30分 赤ちゃん広場 健康セン 9時 赤ちゃん相談 中公 9時30分 7か月児教室 中公 13時 親子体操 いわがら 11時	12 あおぞら広場 さくら 9時30分 ちびちびちゃん のお話し 図書館本館 11時 親子で楽しむお話し さくら 11時	13 親子体操 いわがら 11時 ぱんだクラブ さくら 10時30分 先着25名	14 かほちゃんのお話し 図書館本館 11時
15	16 ベビーマッサージ教室 いわがら 11時 定員10組 申込期間6/1~6/9	17 ぴよぴよクラブ 南吉井第二保 9時30分 あおぞら広場 健康セン 9時 すすく 中公 10時	18 パパママ教室② 中公 10時 赤ちゃん広場 健康セン 9時 親子で楽しむお話し いわがら 11時	19 あおぞら広場 さくら 9時30分 親子体操 さくら 11時	20 こあらクラブ いわがら 10時 親子体操 さくら 11時	21
22	23	24 ぴよぴよクラブ 北吉井幼 9時30分 あおぞら広場 健康セン 9時 すすく 中公 10時 幼稚園開放 西谷幼 9時30分	25 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 さくら 11時	26 ぴよぴよクラブ 拜志保 9時30分 あおぞら広場 さくら 9時30分 すすく 中公 10時 ちびたちびこのお話し 図書館本館 11時	27 パパママ教室③ 中公 10時 親子体操 いわがら 11時 ぱんだクラブ さくら 10時30分	28 かほちゃんのお話し 図書館本館 11時
29 けん玉教室 いわがら 14時	30					

栄養相談実施のお知らせ
子どもさんの食生活で、お困りのことはありませんか。お気軽にご相談ください。川内健康センター管理栄養士が、随時相談を行っています。TEL 966-2191 まで

- ファミリー・サポートセンターとうおん（子育て遊び）TEL 990-1130
- 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）TEL 966-2080
- 川内健康センター TEL 966-2191 ●いわがらこども館 TEL 960-5003
- さくらこども館 TEL 966-6169 ●市立図書館 TEL 964-3414
- 東温市役所（社会福祉課）（ぴよぴよクラブ）TEL 964-4406
- 社会福祉協議会（すすく）TEL 955-5535

	こあらクラブ（いわがら）	ぱんだクラブ（さくら）
幼児教室	<ul style="list-style-type: none"> ★家族へのプレゼントづくり 日時：6月6日(金) 10時30分～ 当日先着25組 10時から整理券配布 ★おやこDEからであそび 日時：6月20日(金) 10時30分～ 当日先着25組 10時から整理券配布 ★たなばた 日時：7月4日(金) 10時30分～ 当日先着25組 10時から整理券配布 	<ul style="list-style-type: none"> ★家族へのプレゼントづくり 日時：6月13日(金) 10時30分～ 当日先着25名 ★たなばたあそび 日時：6月27日(金) 10時30分～ 自由参加 ★プールあそび 日時：7月11日(金) 10時30分～ 自由参加 (雨天時は室内あそび)
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ★ベビーマッサージ教室 日時：6月16日(月) 11時～ 対象：首がすわった～1歳児くらいとその保護者 定員：10組程度(申込多数は抽選) 申込期間：6月1日(日)～9日(月) 来館受付のみ ★けん玉教室 日時：6月29日(日) 14時～ 自由参加 ★フリージングストレッチ 日時：7月7日(月) 11時～ 対象：首がすわった～1歳児くらいとその保護者 定員：20組 先着順 定員になり次第受付終了 申込期間：6月16日(月)～来館受付のみ ★キッズおもちゃ病院 日時：7月13日(日) 10時～ 事前受付開始：6月25日(水) 先着30個 ※修理作業は無料、取り換え部品代は実費です。

健康推進課

TEL 964-4407

川内健康センター

TEL 966-2191

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：市役所健康推進課 川内健康センター

パパママ教室

内容：妊娠中の心と体の変化 妊娠期の食生活についてなど
※1コース（3日間）ですが、1回のみ参加も可能
対象：妊婦とその家族
日時：6月3日(火)・18日(水)・27日(金) 10時～11時
場所：中央公民館

3歳児健康診査

内容：内科診察・歯科診察 歯みがき・栄養・生活相談
対象：平成22年11・12月生
日時：6月4日(水) 13時～
場所：中央公民館

離乳食教室

内容：離乳食の進め方について 身体計測・栄養 子育て相談
対象：平成26年1・2月生
日時：6月10日(火) 10時～
場所：中央公民館

赤ちゃん相談

内容：身体計測・子育て相談 栄養相談
対象：1歳9か月未満の乳幼児
日時：6月11日(水) 9時30分～11時
場所：中央公民館

7か月児教室

内容：小児科医師等によるミニ講話 絵本のプレゼント 子育て相談
対象：平成25年11月生
日時：6月11日(水) 13時～
場所：中央公民館

2歳児教室

内容：2歳児の子どもと体についての講話 親子遊び・個別相談
対象：平成24年3・4月生
日時：7月1日(火) 10時～
場所：中央公民館

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

日時 6月2日・16日(月)
9時30分～
場所 中央公民館 3階 和室

ファミサポだより

会員研修会の報告

第一回研修会「事業を円滑に進めるために」と題して、協力会員さん対象の勉強会を実施いたしました。登録内容の確認や事故事例（女性労働協会発表）をもとに、利用会員さんが安心してサポート支援を利用できるように、話し合いを持ちました。また、協力会員同士サポート支援を実施することで、感じたことや思ったことを自由に意見交換していただきました。利用会員と協力会員の信頼関係が一番大切と考え、サポート支援の実施を行っていきたくと再度確認しました。

子育て支援センター

TEL966-2080 対象：未就園児

0歳から親子交流ができ、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。

- 子育て・サポート・親子遊びの広場（月1回）
6月10日(火) 人形劇観賞 中央公民館 9時30分～
- あおぞら広場 毎週火曜日 川内健康センター 9時～
※6月10日は実施しません。
毎週木曜日 さくらこども館 9時30分～
月1回月曜日 中央公民館 9時30分～

- 赤ちゃん広場 対象：2歳児未満
毎週水曜日 川内健康センター 9時～
- 出前遊びの広場「びよびよクラブ」
※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。
※育児相談、家庭訪問も行っています。

いわがらこども館 TEL 960-5003

対象：乳幼児～18歳未満

さくらこども館 TEL 966-6169

休館日：火曜日 開館（4～9月）9時30分～18時

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

いわがらこども館

- ★フラワーアレンジメント
「お花とおともだち」
日時：6月8日(日) 13時30分～
申込期間：～6月1日(日)
定員：15人(申込多数は抽選)

- ★工作「万華鏡」
日時：7月12日(土) 13時30分～
申込期間：
6月8日(日)15時～30日(月)
定員：15人(申込多数は抽選)

さくらこども館

- ★フラワーアレンジメント
「お花とおともだち」
日時：6月7日(土) 13時30分～
申込期間：～5月31日(土)
定員：15人(申込多数は抽選)

- ★牛乳パック工作
「走る自動車をつくろう」
日時：7月6日(日) 13時30分～
申込期間：6月7日(土)～28日(土)
定員：15人(申込多数は抽選)



Library Information

図書館だより

本館：Tel 964-3414
川内分館：Tel 966-4721

01 おはなし会

絵本に紙芝居、手遊びなど、お話の世界を満喫できます。

①ちびちびちゃんのおはなしかい

※0～3歳児対象

日時：6月12日(木) 11時～

②ちびたちびこのおはなしかい

※0～3歳児対象

日時：6月26日(木) 11時～

③かぼちゃんのおはなしかい

日時：6月14日(土)・28日(土) 11時～



02 お星さまを眺めん会 (第2回)

■日時 7月5日(土) 19時30分～21時

※悪天候翌日順延

■場所 図書館本館

■定員 30人

※30人を超えた場合は抽選

■募集期間 6月6日(金)～27日(金)

※小学生以下(小学生含)の参加は保護者同伴のみ可。

■申込先 市立図書館 (Tel964-3414)



03 おばけ大会のボランティアを募集します

そろそろおばけの季節がやって来ます！今年はおばけ大会の裏側を体験してみませんか？

■募集期間 6月10日(火)～30日(月)

■募集対象 小学校5年生～中学生

■募集人数 5～7人程度

※おばけ大会当日は遅い時間となる為、保護者の皆様のご理解とご協力をお願いします。

■申込先 図書館本館 (Tel964-3414)



オススメ新刊紹介

『あんちゃん』

高部晴市／作

体はでかいし、腕ずもうも学校でいちばん。おいらの自慢の兄ちゃん。そんなあんちゃんの目が見えなくなっていく。視野が徐々に狭くなる病気をもった子どもをモデルに描いた、勇気をくれる実話。



『ドラえもん社会ワールドお金のひみつ』

藤子・F・不二雄／まんが
小学館ドラえもんルーム／編

その昔、お金として使われていたのはどんなもの？お札を発行することができるのは、どんな銀行？お金の歴史や経済のしくみなど、ドラえもんがまんがでわかりやすく解説。



『イベリコ豚を買いに』

野地秩嘉／著

幻の豚を追ってスペインへ向かった著者。現地でも明かされた驚くべき事実の数々とは？イベリコ豚を4年にわたって徹底取材した、食ノンフィクション。



『トリカブトの花が咲く頃』

丸山健二／著

理性の光の前に砕け散らぬ戦争はない。敗戦のおかげで圧政の濃い影の下に立たなくてもいい時代が到来した。だが心せよ！新たな悲劇の幕開けかもしれない。純文学作家・丸山健二の書き下ろし長編小説。



6月の図書館



本館
Tel.964-3414
開館 9時～19時
休館日 30日



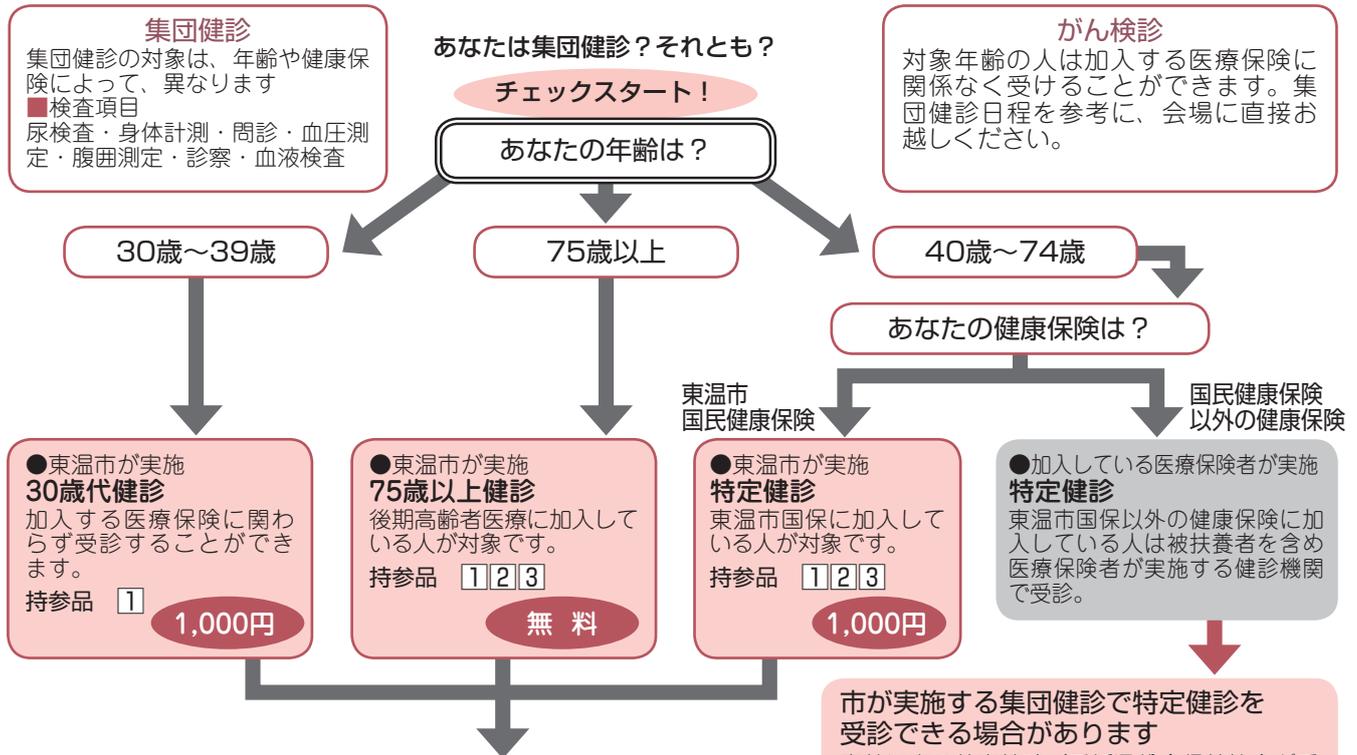
川内分館
Tel.966-4721
開館 9時～17時15分
休館日 15日、30日

移動図書館車運行表

幸楽・南方・則之内・河之内・町西	9日・23日 (第2・4月曜日)
希望の館・樋口・横河原	10日・24日 (第2・4火曜日)
志津川・八反地・西岡・田窪・牛淵	11日・25日 (第2・4水曜日)
上樋・播磨台・野田・新村・北野田	12日・26日 (第2・4木曜日)
上村・下林・上林・ガリラヤ荘	13日・27日 (第2・4金曜日)
則之内甲・河之内・滑川・土谷・松瀬川	14日・28日 (第2・4土曜日)
南方・吉久・井内・則之内乙	8日・22日 (第2・4日曜日)
北方・松瀬川・南方	7日・21日 (第1・3土曜日)
北方東・横河原・田窪団地・上林・下林・南野田・堀池	1日・15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ください。

あなたの健康チェック！集団健診(検診)が始まります



集団健診 6/25(水)スタート！

申し込みは電話でも受け付けています
 健康センター Tel966-2191
 特定健診 Tel966-2224

市が実施する集団健診で特定健診を受診できる場合があります
 事前に市の特定健診（愛媛県総合保健協会が委託実施）を受診できるかを確認の上、集団健診会場に直接お越しください。
 持参品 ② ③
 料金は加入医療保険による

■ 持参品一覧 ■

- ① 健診申込者に事前に送付する受診票等書類一式
- ② 健康保険証
- ③ 受診券
 (国保加入者の特定健診と75歳以上健診申込者は事前に送付する受診票書類一式の中に入っています)

■ 健診(検診)料免除対象の人 ■

- 次に該当する人は健康診査料や検診料が免除される場合があります。免除内容等、詳しくはお問い合わせください。
- ① 市民税非課税世帯の人
 - ② 生活保護の受給世帯の人
 - ③ 今年度75歳に達する人・後期高齢者医療の人

集団健診日程表 (6月～7月) 受付時間●7:30～10:00 ○8:00～10:00 ◎9:00～10:00 □13:00～14:00

実施場所	日程	健診種別及び受付時間										
		特定健診	75歳以上健診	30歳代健診	肝炎	胸部	胃	大腸	前立腺	子宮	乳マンモ	乳エコー
井内公民館	6/25(水)	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎
和田丸集会所	6/25(水)	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□
土谷公民館	6/26(木)	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎
奥松瀬川公民館	6/26(木)	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□
下林集会所	6/27(金)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
南野田集会所	6/27(金)	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□
中央公民館	7/ 8(水)	●	●	●	●	●	●	●	●	□	●□	●□
中央公民館	7/ 9(水)	●	●	●	●	●	●	●	●	□	●□	●□
上林公民館	7/10(木)	○	○	○	○	○	○	○	○	□	○□	○□
川内健康センター	7/17(木)	●	●	●	●	●	●	●	●	□	●□	●□
川内健康センター	7/18(金)	●	●	●	●	●	●	●	●	□	●□	●□
東谷小学校	7/28(月)	○	○	○	○	○	○	○	○	□	○□	○□
南吉井小学校	7/29(水)	●	●	●	●	●	●	●	●	□	●□	●□
北吉井小学校	7/30(水)	●	●	●	●	●	●	●	●	□	●□	●□

6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」です ～「食」について考えてみましょう～

近年、食をめぐる環境が著しく変化する中、子どもたちが健全な心と身体を培い、未来や国際社会に向かって羽ばたくことができるようにするとともに、すべての人が心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと暮らすことができるようにすることが大切です。

東温市では、平成25年度に『第2次東温市食育推進計画』を策定し、さらなる食育の推進を行っています。「食育」と聞くと、具体的に何をすればいいのかわからないと思いますが、難しいことはありません。日常のちょっとしたことから始められます。いくつか食育に関する項目を紹介するので、あなたも身近なところから取り組んで食育の輪を広げてみませんか。



(1)毎日きちんと朝食を食べる

朝は何かと忙しいといった理由から食べない人が多いので、生活習慣病の予防・改善のためにもきちんと朝食を食べるようにしましょう。

(2)バランスの取れた食事をおいしく食べる

生活習慣病の予防及び改善につながるよう、それぞれのライフステージに応じて、栄養バランスのいい食事を心がけましょう。

(3)食への感謝を忘れない

私たちが普段食べているものにも「命」があります。「いただきます」の感謝の気持ちを忘れず、手付かず食品や食べ残しを減らし、ムダをなくすようにしましょう。

(4)食の安全・安心に関する理解を深める

食の安全・安心は、私たちの食生活において基本的な問題です。普段の生活で一番目につく表示といえば、期限表示（賞味期限や消費期限）だと思いますが、その基準や違いについては正しく理解されていないこともあります。自分自身の健康のためにも、期限表示のみでなく、食品表示全体に対する正しい知識を身につけましょう。

骨粗鬆症検診、歯周疾患検診

骨粗鬆症や歯周病は、日々の自己管理に加えて、定期的な検診を行うことが大切です。対象者はぜひ受診しましょう。

	骨粗鬆症検診	歯周疾患検診
対象者 平成27年 3月末年齢	40歳、45歳、50歳、 55歳、60歳、65歳、 70歳になる女性	40歳、50歳、60歳、 70歳になる人
実施期間	6月1日(日)～12月31日(水)	
持参品	骨粗鬆症検診受診票 検診料1,000円 健康保険証	歯周疾患検診受診票 検診料500円 健康保険証
受診方法	指定医療機関（受診票に記載）に予約の上 受診してください。	
備考	対象者には「受診票」をお送りしています。	

※指定医療機関以外の市内歯科医院で歯周疾患検診を受診した場合、歯科健康診査費用のうち定められた金額を助成します。詳細は川内健康センター（TEL966-2191）までお問い合わせください。

不妊相談窓口のご案内

無料

私たちが不妊なの？原因は？不妊治療ってどんなことをするの？このまま治療を続けていいの？いつまで頑張ればいいのか？などの悩みをお持ちの人はご相談ください。秘密は厳守します。

電話相談

- 日時 毎週水曜日 13時～16時
- 担当 愛媛県心と体の健康センター 保健師等

面接相談

- 日程 月1回（完全予約制）
- 予約時間 毎週水曜日 13時～16時
- 場所 愛媛県心と体の健康センター
- 担当 不妊相談アドバイザー 医師及び助産師等

専用ダイヤル TEL089-927-7117

ひとりで悩まずに、相談を… 無料・秘密厳守

親と子どもの相談窓口 (要予約)

子どもさんの発達や育児等の不安や悩み、ご自身の健康などにおける相談。内容により訪問相談を実施。

- 日時 毎月第3水曜日
13時30分～
- 場所 中予保健所
- 相談員 保健師
- 申込 中予保健所 健康増進課
(TEL909-8757)

難病に関する相談 (要予約)

難病患者とその家族を対象に、定期的に保健所が行う相談。

- 日時 毎月第4水曜日
11時～12時
- 場所 家庭訪問
または中予保健所
- 相談員 医師、保健師、栄養士等
- 申込 中予保健所 健康増進課
(TEL909-8757)

健康相談

健康に関する相談はなんでも。

- 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人は事前にご連絡ください。

糖尿病予防教室 受講者募集!

糖尿病の正しい知識と良い生活習慣を
ステップアップで習得しよう!

- 【対象】 ◆30歳～64歳で血糖を下げる薬を服用していない方
◆健康診査等の結果でHbA1c (NGSP) 値が5.6～6.9%の人

全6回
中央公民館 他

参加費
500円

血液検査代
1,080円×2回

糖尿病の初期は自覚症状がほとんどありません。生活習慣を変えずに放置していると様々な合併症を引き起こします。糖尿病予防教室で生活習慣を見直し、これからの健康づくりについて一緒に考えてみませんか?



まずは第1回に
参加して
みましょう

スタート ステップ1 (第1回)

7月9日(水) 9:30～12:30

【内容】

- ◆講話「糖尿病はなぜ怖い?」
講師 愛媛大学糖尿病内科 医師
- ◆血液検査 (HbA1c) など

毎回血圧・体重などの
測定を行います



ステップ3 (第3回)

9月25日(木) 9:30～13:30

【内容】

- ◆講話「食事の基本を知りましょう」
講師 管理栄養士
- ◆調理実習 など

ステップ5 (第5回)

11月20日(木) 9:30～12:30

【内容】

- ◆講話「理想の食事を考えてみましょう」
講師 管理栄養士
- ◆血液検査 (HbA1c)



毎回グループワークで
情報交換しながら
生活を見直しましょう

ステップ2 (第2回)

8月20日(水) 9:30～12:30

【内容】

- ◆講話「運動で糖尿病を予防しよう」
講師 ヘルスフィットネスインストラクター
- ◆血液検査結果説明、実技、体力測定 など

ステップ4 (第4回)

10月22日(水) 9:30～12:30

【内容】

- ◆講話「運動を続けて予防効果アップ!」
講師 ヘルスフィットネスインストラクター
- ◆実技、体力測定など

ステップ6 (最終回)

平成27年1月14日(水) 9:30～12:30

【内容】

- ◆講話「糖尿病予防から始まる健康生活」
講師 愛媛県総合保健協会 医師

ゴール

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た、栄養計算
や個人に応じた相談です。

(相談時間: おひとり約1時間)

- 日時 6月13日(金)、27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。

- 日時 6月18日(水)
10時～12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 久米病院 大上まどか 医師

65歳からのこころと からだの健康相談 (要予約)

心の悩みや心の病の相談、身体的な
相談など、お気軽にどうぞ。

- 日時 6月19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
(Tel964-4408)
- 相談員 SHUN心療クリニック
馬場俊一医師・保健師

東温市南方561番地 (Tel.966-5011)
 午前診察時間：9時～12時30分
 午後診察時間：14時30分～17時30分
 休診日：金曜午後、土曜午後（第2・4は午前中
 休診）日曜、祝日
 ※火曜午後は禁煙外来のみ（要予約）

糖尿病の新薬 「選択的 SGLT2 阻害薬」について



愛媛十全医療学院附属病院
 内科医師 高原 完祐

肥満した糖尿病患者で体重を減らすための方法として注目されているものに、食事療法では「糖質制限」や「野菜から先に食べる」などがありますが、薬で体重を減らすことができる新薬がこの4月から使えるようになりましたのでご紹介したいと思います。

それはSGLT2阻害薬というものです。腎臓では糸球体から血中のブドウ糖が濾過されますが、近位尿管ではほぼ100%再吸収されて普通は尿に糖は下りません。健康人では血糖が180mg/dlを超えると尿に糖が下りますが、糖尿病の人ではこの閾値が220mg/dl位に高くなっており、このことが高血糖をさらに悪くする一つの原因と考えられています。SGLT2というのは尿管にあるブドウ糖を再吸収するのに働くトランスポーター（輸送担体）で1と2があり、2がその90%以上を担っています。このSGLT2

に結合してブドウ糖の再吸収を阻害するのがSGLT2阻害薬で、この薬により閾値がぐっと下がり、血糖が正常の状態でも尿に糖が下りるようになり、1日に70～100gの糖が排出されます。これによりカロリーが1日280～400kcal失われ、血中のインスリン値が下がり、体重が平均で2～3kg減少します。糖尿病の薬でこれまでに体重を減らせるものはGLP-1受容体作動薬という注射薬のみでしたので、体重を減らす飲み薬が使えるようになったことは朗報です。腎機能が悪いと効果が落ちるといふ面はありますが、使えば確実に空腹時および食後血糖、HbA1cが下がり、糖毒性が取れてβ細胞機能やインスリンに対する感受性が改善します。血圧や中性脂肪、尿酸値を下げ善玉のHDLコレステロールを上げる作用もあります。ただ、副作用として浸透圧利尿で糖と一緒に水分が失われるため脱水になりやすく脳梗塞や心筋梗塞のリスクが高まることなどが危惧されており、使用時には十分な水分補給が必要です。またカンジダ（かび）による生殖器感染症が増えるといわれています。期待の大きい薬ですが、新しい薬なので医師も患者も注意して慎重に使用することが大切です。

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

カギの3文字で言葉をつくりましょう
 ヒント：国際宇宙ステーション（答えは7月号）
 5月号の答え：ゼンマイ

クイズを解いて頭の体操

- 【タテ】**
- ①まばたきが少なくなったりして目がかわく症状のことを〇〇〇アイという。
 - ②当ホームページの運営〇〇〇は「とうおん薬局」です。
 - ③救急車で運ばれ〇〇一髪で助かる
 - ④〇〇が大好きな人参にはβ-カロチンがタップリはっています。
 - ⑤コアラが大好き。〇〇〇〇の葉の油は、痔の軟膏・坐剤に配合すると患部に清涼感を与える効果が期待できる。
 - ⑥薬の注意書きによくみられる文句：〇〇〇または妊娠の可能性のある方は薬を飲む前に医者様に相談しよう。

- 【ヨコ】**
- (ア)滋養強壮作用のあるニンニクは、物語では〇〇〇〇〇を退治するのに使われる。
 - (イ)健康の〇〇ポイントは、食事と運動そして健康食品です。
 - (ウ)播州土産。手延素麺「〇〇の糸」。
 - (エ)グルコサミンは〇〇やエビなどの甲殻類の外皮を形成するキチン質に含まれる。
 - (オ)ファイト、一発！〇〇〇〇2000mg配合。
 - (カ)徹夜の受験勉強で〇〇〇に襲われた時は、カフェインの入ったコーヒーを飲むとよいでしょう！

6月 カレンダー

6/ 1 日	◆当番医 泉内科 TEL966-2226
2 月	
3 火	●いきがい大学② 13:30～ 川内公民館 ●健康体操 19:30～ 福祉館
4 水	
5 木	
6 金	
7 土	●花いっぱい運動② 9:00～ 中央公民館
8 日	◆当番医 中川病院 TEL976-7811
9 月	
10 火	●健康体操 19:30～ 福祉館
11 水	
12 木	
13 金	
14 土	
15 日	◆当番医 愛媛医療センター TEL964-2411 ●市民大学 13:00～ 坊っちゃん劇場
16 月	●新体力テスト 19:30～ 川上小学校体育館
17 火	●新体力テスト 19:30～ 南吉井小学校体育館 ●健康体操 19:30～ 福祉館
18 水	●放課後わくわく広場 16:15～ さくらこども館
19 木	●福祉館じんけん相談 19:00～ 福祉館
20 金	
21 土	
22 日	◆当番医 愛媛十全医療学院附属病院 TEL966-5011
23 月	
24 火	●さくら感謝デー ●健康体操 19:30～ 福祉館
25 水	●人権ゼミナール いきがい大学 レディース学級 13:30～ 中央公民館 ●さくらの湯 休館日 ●各種相談事業 10:00～ 福祉館、13:30～福祉館
26 木	
27 金	
28 土	
29 日	◆当番医 山本内科胃腸科 TEL966-2066
30 月	
7/ 1 火	
2 水	
3 木	
4 金	
5 土	

各種相談の窓口 ～悩まず相談してください～

行政相談

6月11日(水) 13:00～ 福祉館
6月26日(水) 13:00～ 農村環境改善センター

心配ごと相談

6月12日(水) 13:00～ 福祉館
6月26日(水) 13:00～ 農村環境改善センター

特設人権相談

6月2日(月) 13:00～ 川内公民館
6月2日(月) 13:00～ 東温市役所

弁護士相談 (無料:要予約)

6月10日(火) 13:30～
問・申込 社会福祉協議会 TEL955-5535

司法書士相談 (無料:要予約)

6月27日(金) 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)

6月18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

ごみ収集予定

6月の不燃物収集日

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	8日・22日	15日	1日
横河原 八反地・田窪	1日・15日		
志津川(八反地除く)	8日・22日		1日・15日
見奈良		22日・25日	1日
田窪団地	8日・22日	15日	1日・15日
下林		22日・25日	
上記以外の地区		25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	3日・17日	16日	9日	23日
北方東・北方西 南方東・南方西	4日・18日	17日	10日	24日
町東・町西 前松瀬川・横瀬団地	2日・16日	18日	11日	25日

6月・7月の紙類収集日(全地区共通)

重信・川内共通	6月	7月
火曜日が収集日の地区	10日・24日	8日・22日
木曜日が収集日の地区	12日・26日	10日・24日
土曜日が収集日の地区	14日・28日	12日・26日

※収集の曜日は変更ありません。

米と風景の職人

ほたる
-穂田琉ファーム代表-

さかもと のりとし
坂本 憲俊さん (61)
河之内

「目指すは日本で最も美しく美味しいお米の里山をつくること。この思いがなければ地元は生き残れない。とにかく良いお米を作りたい」こう話すのは、河之内音田で農業を営む坂本憲俊さん。



故郷のすばらしい風景を残したい

坂本さんは、市職員として勤務する傍ら米作りをする兼業農家でした。在職中に海外を訪れた際、スイスの風景に魅せられ地元のガイドに素晴らしさを伝えたところ「スイスに農業がなくなれば失ってしまう」と聞かされ、日本の美しい風景も水田を守らなければ失われてしまうのではないかと思ったそうです。そして、その風景を作り出している水田からできた地元の三内米が、高品質にもかかわらず、あまり知られていないことに疑問を抱くようになります。

生き残りをかけたブランド米

そんな坂本さんは3年前、行政ではできない地域づくりをしたいと早期退職し、愛媛大学農学部の地域再生マネジメントスキル講座を受講することに。いろいろな人に刺激を受けながら、河之内をどう守っていこうかと考えていたところ、仲間から「三内米があるのに何故もっと売り出さないのか」という疑問をぶつけられたことで奮起。自分が作った米に生産から販売まで一貫して責任を持ちたいと「米・食味鑑定士（お米のソムリエ）」の資格も取得し、農家の立場で味・品質・安全性を追及した高品質のブランド米の生産を始めました。

「農業で生きていくことは全てに繋がる。みんな孤独を恐れ、集落がなくなればその地に住まなくなる。美しい風景を守るには、お米を作り

続け生活していくことが大切。それが観光に結びつき、その賑わいが集落の維持に繋がる。だから、品質の良いお米づくりにこだわる」と坂本さん。機械化が進んでいる現代の農業、労働の厳しさよりも米作りの喜びの方が大きいようで、「いかに楽しく心地よいお米作りをするかが大切。そうしないと若者が集まる環境は作れない」とも。

趣味のカメラを片手に、ホームページやフェイスブックに自慢の水田や地域の写真を掲載し、地区外の人たちにも積極的にアピールすることを忘れません。今ではたくさんの若者たちと交流を深めています。

風景資産を地域の誇りへ

将来は、地域をあげて里山を守る仕組みができることに期待する坂本さん。「お米を作りながら美しい景色を眺めていると、世界で一番の幸せ者だと思う瞬間がある。地元の人たちと一緒にこの風景を残していきたい。そして地域の誇りを取り戻したい」坂本さんの熱い思いが河之内の風景をより美しくさせているようです。

編集後記

取材で訪れた東谷。目の前に広がる雄大な山々と水田。秋になって、ここで育ったお米でおにぎりを作って食べたいなあ。この地の景色を眺めながら食べたら美味しいだろうなあ。空想にふけていると、思わず落とした大事なおにぎりがコロコロコロコロと転がって、穴の中に落ちていくではありませんか!?! 穴の中には、やっぱり!!! その時のために、日頃の行いをよくしておきたいと思えます。

朝夕と昼間の温度差に驚かされる日々が続いています。皆様も体調管理にご注意ください。

