

vol.165

広報
とことん
東温誌

とっおん TOON

2018

7

平成30年
7月1日

- 02 特集1 もしものために、いつもの備え みんなでつくる防災入門
- 08 特集2 人と地域のつなげ方
- 13 キッズミュージカル出演者オーディション参加者募集

現 在、日本は千年に一度の大規模地震発生を期を迎えており、深刻な被害をもたらした全国各地の災害は記憶に新しいところですが、東温市も例外ではありません。目には見えませんが、東温市の地下には日本でも第一級の活断層である中央構造線が東西に走っており、南海トラフ巨大地震をはじめ、いつ東温市を壊滅させるような大規模地震や気象災害に見舞われても不思議ではありません。災害の備えが待ったなしのなか、東温市では「自分たちの命は自分たちで守る」自助、自分たちのまちは自分たちで守る「共助」を進める、自主防災組織が結成されています。

特集「みんなのでつくる防災入門」一性別、年齢の壁を超え、地域の皆さんが自主的に連携して防災活動を行う姿を特集します。

特集1 - もしものために、いつもの備え みんなでつくる防災入門

阪神・淡路大震災では多くの家が倒壊しましたが助かった人の9割以上は自力または地域の人たちに救助されています。東温市の自主防災組織は、現在35地区全てに存在し、平常時から防災意識の普及啓発をはじめ、防災環境の確認や防災訓練を実施し、もしもの時に地域で備えを行っています。そして災害時には、初期消火や救出・救助、避難誘導、避難所の管理・運営を行います。

また、消防組織法に基づく「消防団」も結成されており、平時・非常時問わず地域に密着し、住民の安心と安全を守っています。市内には6分団、約600人の消防団員があり、火災や大規模災害発生時には自宅や職場から現場へ駆けつけ、地域での経験を活かした消火活動・救助活動を行います。

さらに、地域の防災リーダー

乳児のいるご家庭はミルク・紙おむつ・ほ乳びんなども用意しておきましょう

普段使うことが少ない三角巾ですが、1~2枚あると応急手当で手足を固定する時に役立ちます

避難所では大勢が集まるのでトイレが使えないことも…。我慢して体調を崩さないよう衛生品を備えておきましょう

飲料水とは別に、トイレを流したりするための生活用水も必要です

近年では情報収集の手段にエリアメールだけではなくTwitterなどのSNSも有効な手段の1つです

長期保存が利く非常時専用の保存食は、定期的に賞味期限を確認しましょう

カセットコンロの他に、発熱剤を準備しておけば、温かい食事をとることが可能です



自分たちの命は自分たちで守る

として活躍する「防災士」の存在も欠かせません。防災士とは、災害に対する正しい知識と技術を身に付けた人材を育成するために制度化された資格。日頃から防災・減災に関する知識と技能を修得し、スキルアップに努めているほか、地域や職場の防災力を高めるために啓発活動を行っています。東温市では約150人の防災士の皆さんが活動し、災害発生時には所属する地域や団体、公的機関と協働して、被災現場で実際に役に立つ活動を行うことが期待されています。さらに東温市では、市内小学校4年生が対象となる「少年消防クラブ」が結成されていて、児童の防災意識向上を進めています。

備蓄といえば、「防災バッグの中に長期間保管しておくもの」というイメージでしたが、近年「ローリングストック」という備蓄方法が提唱されています。

※ローリングストックは、備えておいて、使った分を補充する

ローリングストックは、

- ①防災グッズとしても活用できる日用品や食料を日常に必要な数より多く常備する
- ②普段の生活の中で消費する
- ③消費した分を補充する

という流れで行います。例えばレトルト食品や缶詰などの非常食を①一定数備蓄しておいて、②古いものから定期的に消費し、③食べた分を新たに買い足して補充するというサイクルを回していくものです。

(良い点)

- ①日常的に非常食を使用することで劣化の防止にもなる
- ②防災や、防災グッズについて意識を改めるきっかけになる
- ③普段の生活で非常食を作り慣れておけば、被災時でも手際よい食事の準備が可能

備蓄品を日常生活に取り入れると、いざというときに慌てず対応できます。是非この機会に、防災グッズを見直してみましょう。

自助

共助

公助

これからの時代は、女性防災士の目線が必ず必要です。小さなお子さ



田窪地区防災士 上野 美晴さん・小野 公子さん

― 災害時こそ男女共同参画 ―

各方面で普及が進む「男女共同参画」。その言葉が一番身近になるのは避難所での共同生活を行うときかもしれません。田窪地区で活躍する2人の女性防災士に話を伺いました。

ながいる家庭や高齢者の方への気配り、避難所での生活となれば、プライベートな部分も確保していく必要がある。男性と女性が共に長所を活かして短所を補えるようにしていくことが大事と思っています。

最近「役員になるのが嫌だから組に入らない」という声を聞きますが、組に入っている人は皆さん役員を経験しているので助けてくれます。交流が生まれ、いざという時の支えになりますし、いろんなことが知れ、楽しいことの方が多いですよ。地域はみんなが支えあって生活していると実感しています。



CASE 1
田窪地区自主防災組織

6月9日(土)田窪地区自主防災組織の主催による防災訓練が開催され、一般救命、応急手当、AEDの使い方の講習、保存食の試食などに約50人が参加しました。真剣にカリキュラムを受講するなかでも和やかな雰囲気の中で、「参加しやすさ」を大事に活動しています。

― 大規模災害が発生した時に求められる対応は？ ―

訓練を主催した田窪地区自主防災組織の東会長(田窪区長)に、地域の取組みを活発にするため大切にしていることを伺いました。

防災訓練を始めたのは最近ですね。いつ災害が起こってもおかしくない時代、地域の人たちが日頃から意識を高めていくことが必要だと考え、地区役員や組長の皆さんに声をかけて開催しています。多くの住民が頭の片隅にでも災害に対する知識を持っておく、それが、いざというときの行動に繋がると考えています。

田窪地区は、昔からの町並みに住む人と、新しく団地や開発などで移り住んできた方が混ざりあって暮らしている地域です。今の時代、近所のコミュニケーションがとりづらくなっていきますが、大切なのは普段の関係づくり。今回の訓練も、AED(自動対外式除細動器)や消火栓の使い方、応急手当の実践や保存食の試食など参加型のカリキュラムを組み、「温かい雰囲気を出そう、楽しく、有

意義な時間を目指している」と役員全員が心がけました。AEDは実際に使ってみると音声ガイダンスが流れて簡単に使えるようになっていきます。訓練の時に一度でも使っていることで、緊急の時にはその体験が必ず役に立つはず。消防隊員が来るまでの間の行動が、命を救うということを確認しておきたいですね。

今、田窪地区では集会所を新しく建設しています。今回の訓練参加者には、赤ちゃんや小学生のお子さんの姿もありましたが、避難所となる集会所ではトイレやプライベートスペースの確保など、性別、年齢によってストレスがおきないように取り組む必要があります。地区の12人の防災士を中心に、有事には地域で支えあえる、共助の体制を整えたいと思っています。

― 防災訓練に参加して ―



福増 愛彩ちゃん・稔子さん親子

勉強になりました。被災した時に、小さな子を持つご家庭なら避難所までの行動も難しいでしょうし、例えば未就園の子が2人となればさらに難しい。いざというときに周囲の人の気遣いや助け合いが大事になってくると思います。避難所での共同生活ではトイレの数やオムツ替えの場所などプライベートな部分が気になります。スペースを確保して、地域の皆さん同士で助け合える関係づくりが普段から必要と感じました。



地域みんなで支えあおう!



大西 柑花ちゃん・宏美さん親子

今は小さな子どもがいるので、避難所での生活を考えると泣き声やオムツ替えで周りの人に迷惑がからなにか心配です。今回初めて訓練に参加しましたが、田窪の方は皆さん優しく、今日も子どもが泣いたときに「大丈夫? 疲れるよね?」と声をかけてくれたので安心しました。

家には災害用の避難袋を備えていますが、今日の訓練を聞いて、少し足りないかな? と思ったので家族で見直したいと思います。



主催した東 集也 田窪区長



CASE 3
福祉避難所設置協定

6月4日(月)、福祉避難所設置運営に関する協定書調印式が行われ、新たに2拠点が加わりました。これは、市内に災害が発生した場合、要配慮者の方への避難生活支援を行えるよう民間事業所の力を活用し、有事に備えるもので、現在公管理施設を併せて23か所が指定されています。

今回新たに協定を締結したのは、特定非営利活動法人ヘレン（田窪・特定非営利活動法人ヘレン運営）と、多機能型事業所愛キッズ東温（見奈良・一般社団法人愛キッズ運営）です。調印式では、ヘレン理事長浅海清仁さん、愛キッズ代表理事渡部史紀さんのお二人から「小規模施設の特性を活かして、きめ細かな目配りを行い、安定した避難生活が送れるよう、また、地域に貢献できるようにサービスを提供したいと思います」と、心強いごあいさつをいただきました。

高齢者や障がいのある方は、自分ひとりで避難することが難しく、移動にも時間がかかります。地域の皆さんが協力し、助け合うためには、普段からのコミュニケーションが重要になります。まず声をかけ、困っていることを聞き出し、サポートしましょう。また、あらかじめ避難行動要支援者として市に登録しておくことで、災害時には関係機関が情報を共有し、安否確認や避難誘導の支援を行いますので、登録をお願いします。



CASE 2
北吉井小少年消防クラブ

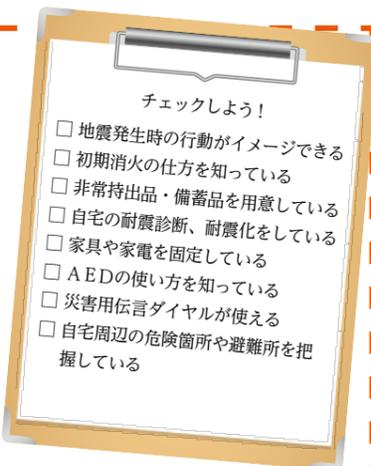
5月18日(金)消防本部にて、北吉井小学校4年生の皆さんの少年消防クラブ入会式と消防署見学が行われました。子どもたちが防火を意識することで、家庭内・地域内での火災予防・避難、支援行動に繋がります。



市内公共施設で配布しています

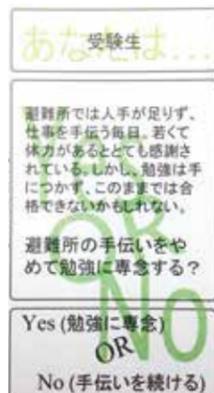
分からないことは 防災マップで確認を

東温市防災マップには、地区ごとの避難所や危険箇所などが記載された地図により、実際に職場や学校周辺の状況を把握することができます。「地域ハザードマップ」が掲載されているほか、地震・火災のときの行動マニュアル、風水害・土砂災害のときの行動マニュアルが掲載されています。災害は、ある日突然やってきます。そのとき生死を分けるのは「とっさの行動」。いざというとき慌てず行動できるように、普段から対処法をご家族で話し合い、共有しておきましょう。



東温市では女性消防職員も活躍しています!

東温市消防署では、市民の生命、身体及び財産を災害から保護するという消防の使命達成を目的に日々救助訓練を行っています。



究極の選択? クロスロードゲーム

クロスロードゲームは、災害対応時の様々な意見や価値観を参加者同士で共有し、その存在に気付くことで、防災問題に関して事前に合意形成を図る際の一助として使用する防災ゲームです。

〈例題〉

避難所では人手が足りず、仕事を手伝う毎日。若くて体力があるとともに感謝されている。しかし、勉強は手につかず、このままでは合格できないかもしれない。避難所の手伝いをやめて勉強に専念する?

Yes (勉強に専念) OR No (手伝いを続ける)



宮倉 瑠菜さん (4松)

もし火災や災害が起こったら自分から率先して学校の先生や大人の人、消防署に連絡できるようにしたいです。そして困っている人を見つけたら、助けてあげられるようにしたいです。



室本 晃希くん (4竹)

学校への通学中や、普段から「あいさつ」を心がけてやっています。あいさつをすることが、災害が起こったときに行動できるための第1歩だと思います。災害のときや火事などを発見したとき、困っている人がいたら助けてあげたいと思います。



大本 翼くん (4梅)

もし災害が起こったとき、避難所などで地域みんなが集まるといいなと思います。そんなとき、困っている人がいたら助けてあげられるように行動したいです。

東北地方で7年前に大きな災害があり、多くの尊い命が失われました。皆さんは大きな災害が起こったとき、自分の身を守ることが出来ますか？愛媛県でも南海トラフ地震が起こると言われていますが、自分の身は自分で守れるよう、これからしっかり勉強してください。

— 東温市消防署 渡部副署長あいさつ —

— 特集2 — 人と地域のつなげ方

インターネットが普及し、世界中の距離が無くなったともいわれる時代。いつでも情報を収集でき、デジタルで誰とでも繋がることのできるなか、今、求められているのはリアル<現実>の体験や繋がり。街なかや中山間部で、想いをもちながら人と地域を繋げる活動を続ける皆さんに話を聞きました。



— 志津川 —
 ♪カレーライスクラブ。聞きなれない言葉をもとに取材に行くと、すでに田植えを終えて泥だらけの子どもたちが、梅雨の合間に見えたお日様の下でじゃがいもを収穫していました。この取組みの発起人は島田達也さん(志津川)。カレーライスクラブは、子どもたちが栽培した野菜でカレーライスを作って食べるシンプルな取組み。しかし、そこには多くの想いが詰まっています。

「使っていないかった農地をどうにか有効活用できないかと考え、近所の人に声をかけたのがきっかけです。この取組みを通して地域連携ができ、子どもたちの顔を知ること、防犯対策にもなる。普段調理されて出てくる野菜が、どのように実るのかを知ること、食育にも繋がると思っています」と話してくれた島田さん。調理を取り仕切るのは、『なべさん』の愛称で皆に親しまれている鍋島道隆さん。「手で田植えをする機会が今の子どもたちにはなかなか無いので、いい経験になります。ここに来た子どもたちが親となり、次の子ども世代へと、どんどん繋がりを続けてくれれば良いですね」と願いを込めます。

参加した親子は、「畑や田んぼを持っていないので、子どもにとって貴重な経験になり、学年を超えてふれあえるので嬉しい」と話してくれました。完成したカレーを囲む食卓には笑い声が絶えることなく響いていました。



「なべさん」こと鍋島 道隆さん



発起人の島田 達也さん



縁の下の力持ち 松田 豊和さん

完成!!





棚田でおいしいお米づくり
地域住民で構成される井内地区活性化協議会が毎年主催する棚田の田植え体験。田植え後は、井内の棚田米で作ったおにぎりや豚汁が参加者に振る舞われた。



田植え体験
どぶろくオーナー制度の利用者と農家の方が一緒に田植え・稲刈りなどを体験。秋には収穫したお米だけでなく、お米から作ったどぶろくもオーナーにお渡しする。

「食味鑑定士協会」主催のすし米コンテストで大賞を受賞した井内の棚田米でどぶろく「ながい」を製造する永井公一さん（井内）。棚田の面積は狭く、収穫は少量ですが、昼夜の寒暖差で美味しいお米が実ります。

井内地区では、外からの誘客に力をいれており、最近では、牡丹まつりや棚田の田植え体験を開催。「不便な場所は、言ってみれば、昔ながら」が残っているとこ。復古創新の気持ちで、地域に埋もれている宝物を掘り起こしていくことが大事と思っています。先人が残してくれた棚田を後世に残していくためには、6次産業化などで生業^{なりわい}をつくり、住む人や移住者がビジネスを始められる環境を整える必要があります。地域が持続していく仕組みを考えたいですね」。そう静かに語る目には、地域の未来を願う気持ちが込められています。

「下林」
エコファーマー認定を持つ藤井省三さん（下林）は、環境に優しい米づくりを進めています。「コッはゆっくり時間をかけて、一つひとつの作業を丁寧に行うことですね」

藤井さんは、奥さんの由紀枝さんと、全国どぶろくコンテストで最優秀に輝いたどぶろく「由紀っ娘物語（中辛）」の製造に加え、農家レストラン「由紀っ娘」の経営も行います。由紀枝さんは、愛媛県農山漁村生活研究協議会の顧問を務め、会長時代には愛媛の郷土料理をまとめた本を出版。「気張ったものではなく、あるものでふるさとの味」をつくる。先人たちの知恵や技術を後世に繋げていきたいです。そう話すお二人が、6月2日に（どぶろくオーナー制度）で田植え体験を開催。当日は、大人、子どもと一緒に田んぼに入り、お昼には手作りのお弁当といもたきを食べ、地域の繋がりを感じていました。



どぶろく工房 農家レストラン「ばたん茶屋」
永井 公一さん



とうおん桜
どぶろく「ながい」の製造10年目の節目に東温市の市花である桜の名がつくどぶろくを製造。100%日本のお米でできた紅麴で着色し、秋田県熊代市のソメイヨシノから酵母をとった秋田美桜酵母を使用。酸味が少なく、すっきりとした味わい。今年の1月に行われたお披露目会では、どぶろく「ながい」をまるまる一本使ったばたん鍋とともに振る舞われました。



どぶろく工房 農家レストラン「由紀っ娘」
藤井 省三さん・由紀枝さん

ほっこりする味わい
若い人たちにもどぶろくに興味を持ってもらいたい。そんな思いでどぶろくプリンや甘酒などの加工品の製造を始めたそうです。はな由紀はきれいな桜色で酸味があり、爽やかな味わい。きれいな桜色を出すためには温度管理が重要。ワイン感覚で食前酒にピッタリ。



キッズミュージカル 出演者オーディション 参加者募集



4月1日にオープンしたシアターNESTで、ピアノ生演奏の本格ミュージカルに挑戦してみませんか？初心者大歓迎です。ボランティアスタッフも同時募集しています。

〈問い合わせ〉企画政策課地域振興係
☎964-4473 FAX964-1609
Eメール kikakuseisaku@city.toon.ehime.jp

〈応募資格〉キャスト(30人)：小学校4年生から高校3年生まで、性別、経験不問
ボランティアスタッフ：高校生以上

〈募集期間〉7月1日(日)から8月26日(日)まで

〈オーディション日時〉9月2日(日) 13時～16時

〈公演日〉平成31年1月12日(土)、13日(日)、14日(月・祝)

〈オーディション会場〉東温アートヴィレッジセンター シアターNEST
(東温市見奈良1125 レスパス・シティ内 クールスモール2階)

〈応募方法〉応募用紙に必要事項を記入し担当課にお申込みいただき、当日オーディション会場までお越しください。応募用紙は、東温市役所・川内支所、東温アートヴィレッジセンターに置いてあります。(市HPからダウンロード可)



ART VILLAGE TOON

ミュージカルワークショップ参加者募集 ～表現することの楽しさを体験しよう～

－ミュージカルに興味があるけど、歌とか踊りとかできるかな？－
－本格的に始める前に体験したいな－

東温市では、坊っちゃん劇場で活躍する俳優さんと一緒に、歌って、踊って、お芝居をして、皆で創作することの楽しさを体験するワークショップを開催します。皆様のご応募をお待ちしております。

〈募集条件〉小学校4年生から高校3年生まで 性別不問、初心者大歓迎

〈開催日時〉1回目…7月22日(日) 10時30分～13時・2回目…8月5日(日) 10時30分～13時

〈定員〉各20人(先着順) ※当日は動きやすい服装、上履き、水分、筆記用具、タオルをご持参ください。

〈場所〉東温アートヴィレッジセンター アトリエNEST

〈参加費〉無料

〈申込み方法〉電話、FAX、Eメールでお申し込みください。

(氏名・年齢・住所・電話番号・参加する日をお伝えください)

〈申込み締切〉1回目…7月16日(月・祝)まで・2回目…7月30日(月)まで

〈申込み先〉東温アートヴィレッジセンター(定休日：毎週火曜日、受付時間：10時～19時)

☎990-7210 FAX990-7220

Eメール info@art-village-toon.jp

〈問い合わせ先〉企画政策課地域振興係

☎964-4473 FAX964-1609

Eメール kikakuseisaku@city.toon.ehime.jp



どろんこ！田植え体験学習

6月12日、南吉井小学校で農村環境における水田の多目的役割を子どもたちに学んでもらおうと、『水の授業・田植え体験学習』が行われました。5年桜組丹治敬太郎くんは、「手で作業する大変さが分かってよかったです」と話してくれました。

#田植え #体験



黒川さん(元東温市文化協会長)に特別功労者表彰

5月10日、黒川盛昭さん(南方東)が、愛媛県文化協会の発展と地域文化の振興に貢献されたことを賞し、愛媛県文化協会 創立25周年記念 特別功労者表彰を受賞されました。おめでとうございます！

#趣味 #学習 #文化 #culture



梅雨シーズンに備え 東温市水防工法訓練

5月27日、重信川河川敷で東温市水防工法訓練が行われ約160人が参加しました。市・消防署・自主防災組織等を中心に、風水害に備え毎年実施しているものです。奥松瀬川自主防災組織の松本直己さんは「普段から注意深くまちを見てほしい。防災意識を持つことの大切さを気付かせてくれる訓練であり継続していくことが大事」と話し、消防団管能団長は「消防や行政だけでは対応しきれない部分がある。地元のことは地元の人が一番よく知っており、普段からできることをできる人が一人でも多く増えてほしい」と、この訓練だけでなく、継続していくことの大切さを話してくれました。

#防災意識 #継続



むし歯予防デー 新しい歯ブラシでむし歯をなくそう！

東温市国民健康保険 保健事業の一環として、6月4日に市内の児童・未就学児に歯ブラシを配布しました。生涯を通じて豊かな食生活を送るために正しい歯磨きの習慣を身につけてもらうためです。南吉井保育所では歯磨き集会が行われ、歌や保育士による劇を通して歯や歯みがきの大切さを楽しく学びました。子どもたちは「ぴかぴかにする！」と意気込んで歯磨きをしていました。

#歯みがき #ぴかぴか #むし歯予防



自衛官等募集

- 種目・受付期間・試験日
 - ①航空学生
 - 海上(高卒(見込含)18歳以上23歳未満)
 - 航空(高卒(見込含)18歳以上21歳未満)
 - ▶受付期間 7月1日～9月7日
 - ▶一次試験 9月17日(月・祝)
 - ②一般曹候補生(18歳以上27歳未満の者)
 - ▶受付期間 7月1日～9月7日
 - ▶一次試験 9月21日(金)・22日(土)・23日(日)※いずれか1日
 - ③自衛官候補生(18歳以上27歳未満)
 - ※詳細については下記までお問い合わせください。
 - ☎ 自衛隊松山募集案内所 (☎947-3040)
- 自衛官募集案内説明会
 - ▶日時 7月29日(日)13時～16時
 - ▶場所 中央公民館3階会議室
 - ※どなたでも参加できます。
 - ☎ 自衛隊松山募集案内所 (☎947-3040)

アーク博士体験教室 2018

- ▶日時 7月29日(日) 10時～16時
- ▶会場 エミフルMASAKI エミモール1階 グリーンコート
- ▶内容 水質検査や顕微鏡を使って微生物を探す体験
- ※参加無料、申込不要
- ▶特典 先着300人にプレゼントがあります。
- ☎ 環境保全課(☎964-4415)

7月の愛媛プロスポーツ試合スケジュール(中予地域)
～会場に行って応援しよう!～

愛媛FC

会場	ニンジニアスタジアム
15(日)	VS 徳島ヴォルティス 開始 19時
21(土)	VS ファジアーノ岡山 開始 19時



夏季休業中の「学校閉庁日」

市立小・中学校では、本年度から8月のお盆期間(8月13日から15日まで)を「学校閉庁日」とします。学校として対外的な業務を行わない日となりますが、皆様のご理解とご協力をお願いします。閉庁期間中に各学校へ緊急に連絡する必要がある場合は、各学校が事前にお知らせする指定の連絡先へお願いします。
☎ 学校教育課(☎964-4420)

放送大学10月入学生募集

放送大学はテレビ・ラジオ・インターネットで授業を行う通信制の大学です。働きながら大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で、幅広い世代の方が学んでいます。詳しい資料を送付いたしますので、お気軽にお問い合わせください。
▶出願期間
第1回は～8月31日
第2回は9月1日～9月20日まで
※インターネットでの出願も受け付けております
☎ 放送大学愛媛学習センター (☎923-8544)
放送大学ホームページ
<http://www.ouj.ac.jp>

中小企業事業主のみなさんへ「働き方改革」への取り組みを支えます!

労働基準監督署に「労働時間相談・支援コーナー」を設置し、中小企業経営者の相談に対しきめ細やかな相談・支援を行っています。
○時間外労働・休日労働協定(36協定)
○変形労働時間制などの導入
○長時間労働の削減
○時間外労働の上限設定などに取組む際に利用可能な助成金
このようなお悩みはないですか? お気軽にお問い合わせください。
☎ 松山労働基準監督署 (☎917-5250)

平成30年度松山地域母子家庭等就職準備・離職転職セミナー受講生募集

- ひとり親家庭の父母及び児童で就業を希望する人を対象に、自己アピールの仕方など基礎的な知識を習得する就職準備・離職転職セミナーを開催します。
- ▶日時 8月7日(火) 10時～15時
 - ▶場所 愛媛県男女共同参画センター(松山市山越)
 - ▶セミナー内容及び講師
 - (1)「仕事の探し方」
講師 ハローワーク松山 統括職業指導官 中川 由美子
 - (2)「無料職業紹介事業について」
講師 一般財団法人愛媛県母子寡婦福祉連合会 職業紹介責任者 松永 由美子
 - (3)「ぴったりに感を大切に!私の適職選び」～一歩踏み込んだ応募書類を書くメリット～
講師 キャリアコンサルタント 西原 美智子
 - ▶募集人員 50人
 - ▶受講料 無料
 - ▶申込方法 7月20日(金)までに、東温市役所社会福祉課へ認印をご持参のうえ申込をしてください。平成30年度松山地域パソコン技能取得講座受講中の人は、パソコン講習会場で申込をしてください。

ふるさとCM大賞 えひめ'18作品募集

東温市の魅力・思いを30秒CMに込めて、表現していただける団体を募集しています。応募を希望される人は、8月31日(金)までに市役所総務課までご連絡ください。



☎ 総務課(☎964-4400)

サマージャンボ7億円
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

サマージャンボミニ7,000万円
(1等5千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

7月9日 2種類同時発売! 発売期間 7/9(日)～8/3(日) 抽せん日 8/14(日)

公益財団法人 愛媛県市町振興協会 各1枚 300円

裁判員裁判体験ツアー

- 実際の法廷で裁判員裁判について学んでみませんか?
- ▶日時 8月6日(月) 13時15分～16時35分
 - ▶場所 松山地方裁判所
 - ▶対象者 県内の小学5、6年生30人(抽選)
 - ▶申込方法 往復はがきに住所・氏名(ふりがな)・電話番号・学校名・学年・同伴する保護者の有無(有の場合保護者氏名と続柄)を明記の上郵送
 - ※グループでの申込みは3人まで
 - ▶宛先 〒790-8539 松山市一番町三丁目3-8 松山地方裁判所総務課「裁判員裁判体験ツアー」係
 - ▶受付期間 7月2日(月)～13日(金) 消印有効
 - ☎ 松山地方裁判所総務課 (☎903-4379)

社会を明るくする運動「東温市大会」

- 7月は“社会を明るくする運動”強調月間です。犯罪や非行のない地域をつくるために、一人ひとりが考え、参加するきっかけをつくることを目指しています。どなたでも参加できますので是非ご参加ください。
- ▶日時 7月27日(金) 13時30分～16時
 - ▶場所 中央公民館2階大ホール
 - ▶内容 式典・中学生意見発表 他
 - ☎ 社会福祉課(☎964-4406)



志津川土地区画整理事業の換地計画の縦覧

- 松山広域都市計画事業志津川土地区画整理事業の換地計画について、下記のとおり、縦覧を行います。
- ▶縦覧期間 7月2日(月)～15日(日)の8時30分～17時15分
 - ▶縦覧場所 市役所都市整備課
 - ☎ 志津川土地区画整理組合 事務局(都市整備課) (☎964-4412)

精神保健家族教室

- こころの病を抱える方のご家族同士が、精神保健福祉に関する学習をしたり、思いを語り合ったりする場です。
- ▶日時 7月2日(月) 13時30分～15時
 - ▶場所 市役所 403会議室
 - ▶内容 講演「家族の役割～当事者、家族が気持ちよく過ごせるために～」(約60分)
質疑応答、座談会(約30分)
 - ▶講師 NPO法人こころ塾 塾長 村松 つね 先生
 - ▶申込先・☎ 川内健康センター (☎966-2191)

きらり東温からのお知らせ

- 愛媛県の地域の魅力発見の旅、今月は伊方町を訪問します。自然の美しさ、海の幸、山の幸を堪能しましょう。
- ▶日時 7月29日(日) 8時～18時 雨天決行
 - ▶集合場所 中央公民館駐車場
 - ▶行程 中央公民館→ぎなはいや伊方まつり→きらら館→せと風の丘パーク→中央公民館
 - ▶参加費 1,000円(保険代金込)
 - ▶服装 長袖、長ズボン、運動靴、帽子
 - ▶持参物 飲み物、タオル
 - ▶定員 28人(定員になり次第締切)
 - ▶申込先 佐藤(☎964-9171)

光のおもてなし in 松山城 2018

- 松山城と「ひろしまドリミネーション」の特別企画「光のおもてなし in 松山城」を開催します。登城道や石垣を光の散歩道として演出するとともに、「ひろしまドリミネーション」の光のオブジェを設置して、松山城を幻想的に彩ります。今年も新規オブジェが多数登場します。
- ▶日時 7月13日(金)～8月15日(水) 18時30分～21時30分
 - ▶場所 東雲口登城道～松山城本丸広場
 - ☎ 松山市観光・国際交流課 (☎948-6557)



情報BOX

- 募集 ☎ 相談 ☺ 講座・研修 ☎ インフォメーション ! イベント 🎵

東温市認知症家族の集い

- 認知症介護のお悩みや情報交換のための集いを定期開催しています。
- ▶日時 7月21日(土) 9時30分～11時30分
 - ▶会場 東温市農村環境改善センター
 - ▶内容 森川隆先生の認知症介護に関する講演(予定)。認知症の人を介護している人の交流や意見交換
 - ▶対象者 現在認知症の人を介護している人、もしくは介護していた人。認知症の人に関わるお仕事をされている人
 - ▶費用 無料
 - ☎ 東温市地域包括支援センター (☎955-0150)

1対1のお見合い事業「愛結び」特設会場



「愛結び」は会員制のお見合いシステムです。結婚を希望する20歳以上の人がプロフィールを登録(会員登録料が別途必要)し、お相手情報を専用タブレット等で閲覧してお会いしたい人を探します。東温市では入会手続きやお相手探しができる特設会場を開設します。

開設場所 中央公民館

▶開催日時

	金曜	日曜
	17時～20時	13時～18時
7月	6日、20日	8日、22日
8月	3日、17日	12日、26日
9月	7日、21日	2日、9日
10月	5日、19日、26日	14日、28日
11月	9日、30日	11日
12月	7日、14日	2日、9日
1月	4日、18日	6日、27日
2月	1日、15日	10日、24日
3月	1日、15日	10日、24日

- ※事前予約制
※予定であり変更になる場合があります。
▶申込先・☎ えひめ結婚支援センター(☎933-5596)

放課後わくわく広場 工作ランド

申し込みは不要です。直接会場にお越しください。
 時 7月18日⑧
 所 さくらこども館
 対 小学生以下の子ども ※保護者同伴可
 費 無料
 問 生涯学習課 (☎964-1500)

国際理解キャンプ in なめがわ 参加者を募集します
 (Jr.リーダー育成講座)

自然豊かな滑川でALTの先生や仲間との交流を通して“協調性・積極性・自主性・国際性”を養います。
 時 8月16日⑨9時集合～17日⑩15時解散 (1泊2日)
 ※荒天時は中止
 所 なめがわ清流の森 (滑川野外活動研修施設)
 対 市内中学生
 定 20人 (申し込み多数の場合は抽選)
 費 3,000円
 募集期間 7月2日⑨～7月31日⑩
 問 学校教育課 (☎964-4420)
 生涯学習課 (☎964-1500)



キッズ講座

おまつり図書館
 楽しいミニゲームや雰囲気たっぷりの、夜の怖いおはなし会など。家族で涼しいひとときを楽しんでください。
 時 8月4日⑨
 19時30分～21時
 所 図書館本館2階・3階



※事前申し込みはありません。当日直接来館ください。
 ※小学生以下は要保護者同伴
 問 図書館本館

図書館 information

天文講座—おほしさまをながめんかいて—
 月と惑星や夏の星を見よう!
 時 8月18日⑨
 19時30分～21時
 所 図書館本館4階天体観測室
 募集期間 7月10日⑩～8月8日⑩
 定 30人 (申込み多数は抽選)
 ※小学生以下は要保護者同伴
 ※天候不良で観測できない場合はプラネタリウム室で解説します。

課題図書についてのお願い

今年の課題図書に選ばれた図書の貸出期間は、1週間となっています。
 毎年この時期に、貸出利用が集中するため、少しでも多くの希望者に読んでいただくため、貸出期間を短くしています。
 そのため、かぼちゃん号での貸出しは、行っていません。ご理解とご協力をお願いします。

New Arrival



はりねずみのおいしゃさん
 絵・文 ぶくざわ ゆみこ

森の病院はりねずみ先生のもとには、毎日いろいろな患者さんがやってきます。心も体も癒す、ちいさなはりねずみ先生の大きな優しさを描いたお話。



ののはな通信
 三浦 しをん 著

横浜で、ミッション系のお嬢様学校に通うのとはな。親友同士の二人。しかし、ののがはなに抱く、友情以上の気持ち。不器用に始まったひそやかな恋の行方は…。女子の生き方を描いた傑作小説。

7月のかぼちゃん号 (移動図書館)

- 幸楽・南方・則之内・河之内・町西 9日、23日 (第2・4⑨)
- 希望の館・樋口・横河原 10日、24日 (第2・4⑩)
- 志津川・八反地・西岡・田窪・牛淵 11日、25日 (第2・4⑩)
- 上樋・播磨台・野田・新村・北野田 12日、26日 (第2・4⑩)
- 上村・下林・上林・ガリラヤ荘 13日、27日 (第2・4⑩)
- 北方・松瀬川・南方 7日・21日 (第1・3⑩)
- 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・3⑩)
- 則之内甲・河之内・滑川・土谷・松瀬川 14日、28日 (第2・4⑩)
- 南方・吉久・井内・則之内乙 8日、22日 (第2・4⑩)

上記の他に、小学校、幼稚園へも巡回しています。お気軽にご利用ください。



滑川で水遊び最高!

大人と子どものふれあい広場
 滑川野外活動研修施設でキャンプを行い、テントで1泊します。翌日には滑川渓谷を散策し、自然を満喫します。
 時 7月28日⑩13時集合
 ～29日⑩正午解散
 ※雨天時は中止
 所 滑川野外活動研修施設
 ※中央公民館集合・解散
 対 市内在住の子どもとその保護者
 定 30人 (申込み多数は抽選)
 問 7月10日⑩9時～17日⑩正午
 費 大人2,500円
 中学生以下2,000円 (4歳未満無料)
 ※他 7月23日⑩正午までに中央公民館でお支払いください。キャンセルによる払い戻しはできません。雨天中止の場合は払い戻ししません。
 問 生涯学習課

さくら講座「スマホ教室」
 スマートフォンの基本操作教室です。
 時 8月22日⑩ 10時～12時
 所 川内公民館 第三学習室
 対 東温市在住の人
 定 10人 (定員になり次第締切)
 費 無料
 募集期間 7月5日⑩～8月6日⑩
 問 川内公民館

地域ボランティア募集
 市教育委員会では、地域と学校がパートナーとして、共に子どもたちを育て、そのことを通じて共にこれからの地域を創ることを目的に、学校と地域の連携・協働の推進にむけて、今年度、学校・家庭・地域連携推進事業を実施します。地域の実情に応じて、現在より



多く、より幅広い層の地域住民の参加が期待されます。生涯学習課では、地域の子どもの積極的な関わりを促すための地域ボランティアを随時募集しています。
 活動内容 地域の実情に応じる。
 例・放課後子ども教室の運営手伝い、通学路の花壇の整備、登下校の見守り、あいさつ運動など
 問 生涯学習課

東温市民バレーボール大会

分館活動の活性化を図り、市民相互の親睦を深める良い機会です。たくさんの声援をお待ちしています。
 時 7月8日⑩
 開会式 8時30分～
 所 1部 バレーボール ツインドーム重信ほか2会場
 2部 レクリエーションバレーボール 重信中学校体育館ほか4会場



生涯学習ひろば



図書館本館 (Y3コーナ)

中央公民館 (生涯学習課)

開館 8時30分～22時
 ☎964-1500
 <今月の休館日>
 7/15⑩、16⑩

川内公民館 (図書館分館)

開館 8時30分～22時
 (図書館分館 9時～17時15分)
 ☎966-4721
 <今月の休館日>
 7/15⑩、16⑩
 図書館分館は上記に加えて7/31⑩

図書館本館

開館 9時～19時
 ☎964-3414
 <今月の休館日>
 7/31⑩

歴史民俗資料館 (れきみん)

開館 9時～17時15分
 ☎964-0701
 <今月の休館日>
 月曜日、7/15⑩、17⑩、31⑩

時日時	所場所	内内容
講師	定員	対対象
費参加費	問申し込み	
募集開始	問問い合わせ	



大きく育てて涼しくなれ!
 拝志・上林保育所の園児たちが5月15日、市役所を訪れ、緑のカーテン用のゴーヤの苗の植え付けを行いました。園児たちは一つひとつ丁寧に苗を植え、ゴーヤが元気に育つように声をかけていました。



東温市バレーボール協会より
 6月3日、川内体育センターにて『男子親睦バレーボール大会』が開催され、参加5チームが熱戦を繰り広げました。優勝した「SOCIUS」の皆さんです。



川上スポーツ少年団 西日本小学生ソフトボール大会へ!
 愛媛県春季ジュニアソフトボール大会準優勝、四国大会ベスト4、JAカップ(全国大会予選)ベスト8となり、愛媛県ソフトボール協会の推薦により7月28日から山口県(下関)で行われる第20回西日本小学生ソフトボール大会への出場権を得ることとなりました。
 <コメント>
 一戦必勝! 西日本一を目指し、がんばってきます!



皿ヶ嶺柔道会 中田 瑛徠くん、菅野 駿くん全国へ!
 6月10日、愛媛県武道館で行われた第45回愛媛県少年柔道錬成大会(兼5、6年生全国学年別柔道大会予選)で【5年生男子45kg 超級】中田 瑛徠くん(北吉井小)、【5年生男子45kg 級】菅野 駿くん(浮穴小)が優勝し、8月26日に山口県で行われる全国大会に出場することとなりました。
 一緒に皿ヶ嶺柔道会で汗を流しませんか。
 活動日: 火曜・木曜・土曜 場所: 松山刑務所武道場
 対象: 幼児から中学生まで
 連絡先: ☎080-1720-5632(中田)

地域づくりニュース



◆山の音楽会
 ほっこり奥松では利用者スペースをお貸しして、3か月に一度「山の音楽会」を開催しています。さまざまな楽器を演奏する人々が集まり、日ごろの練習の成果を発表されます。肩の力を抜いて気軽に音楽を楽しみましょう。
 次回開催: 7月15日(日)10時~
 ※スペースの使用料や演奏者は参加費がかかります。



◆奥松瀬川地区の新しい施設紹介
直売所 ほっこり奥松では産直野菜や手芸品を販売しています。買い物をしやすいように販売物を一か所にまとめた直売所を開設しました。
ぼんぼこ農園 休憩所兼道具置き場と雑草の捨て場を作りました。家族で夏野菜作りに励む利用者が増え、賑やかになってきています。ぼんぼこ農園では引き続き利用者を募集していますので、見学を希望する人はお気軽にお問い合わせください。
 圃 ほっこり奥松 ☎050-1239-1606 地域おこし協力隊 森田

公共交通ニュース



路線バスで東温ぶらり発見 第12回「東温市の秘境・滑川渓谷へ行こう」
 日時 7月26日(休) 雨天時は翌日に順延
 行先 滑川渓谷 定員 20人(先着)
 参加費 500円(バス代は別途各自負担)
 申込締切 7月15日(日)
 集合場所・時間
 横河原ぶらっとhome 9時 川内支所 9時10分
 ※車利用の方は川内支所に駐車し、バスに乗車します。
 ※帰りは海上14時48分発に乗車します。
 圃・圃 みんなの公共交通を考える会 ☎080-2970-0432

満1歳



近藤 こんどう 夏ちゃん
 7月4日生まれ(牛洫)

笑顔が可愛いななちゃん! ここ姉ちゃんと仲良く元気に大きく育ててね♡



木山 きやま 陽翔くん
 7月12日生まれ(北方東)

ぶくぶくの陽翔くん☆ たくさん食べて元気に育ってね☆

Happy Birthday

写真掲載しませんか!

【必要事項】
【満1歳】(対象) 8月生まれ
 ①写真 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
 締切 7月10日(火)
 応募先 総務課広報担当 ☎964-4400
 〒791-0292 東温市役所 総務課
 メール soumka@city.toon.ehime.jp
 ※メール件名を「満1歳掲載依頼」としてください。

プール使用型運動指導事業(さくらの湯) 第2クール ★参加者募集★			
対象者	市内に住所を有している65歳以上の人	場所	ふるさと交流館「さくらの湯」
内容	温水プールを利用した水中での運動やウォーキングなど	時間	9時~11時30分
日程	(基本毎週月曜日: 第4教室) 8月30日★、9月3日・10日、10月1日・15日・22日・29日、11月5日・12日・19日・22日★・26日		
	(基本毎週水曜日: 第5教室) 8月30日★、9月5日・12日・19日、10月3日・10日・17日・31日、11月7日・14日・21日・22日★		
	(基本毎週木曜日: 第6教室) 8月30日★、9月6日・13日・20日・27日、10月4日・11日・25日、11月1日・8日・15日・22日★		
参加費等	1回310円(別途年間保険料1,200円が必要です)	定員	各教室10人
申込方法	7月31日(火)までに、社会福祉協議会 地域包括支援センターの窓口で、印鑑持参のうえお申し込みください。(事前に社会福祉協議会までご連絡ください) ※申込多数の場合は抽選で決定します。		
問い合わせ先	社会福祉協議会 地域包括支援センター ☎955-0150		

★のついた日は体力測定を実施します。

Maio e Ielei! (こんにちは!) NO.16

トンガから

JICA海外シニアボランティア 平成28年1次隊 栗原 純子

三回目の冬を迎えました。2月のサイクロンの後寂しくなっていた樹々に緑の葉が戻り、人々が木陰を求めて憩う姿は心なむ光景です。
 トンガの家には軒先があり、そこで食生活の改善を目的とした活動の一環で、フッキングデモをさせてもらうことがあります。昔、私が幼かった頃の家と似ていてゴザの上で妹がまごごとをしていたのを思い出しました。
 自然と共存している暮らしですが、ゴミの分別はありません。週1回収集されますが、割れ物で怪我をしないかと心配になります。昨年日本のゴミ収集車が寄贈され使い易いと好評だそうです。
 車も8割以上が日本の中古車です。ココナツの実が落ちて窓が割れ、様々な部分が損傷した車が現役で走っています。車が故障すると、壊れた車から部品を取って直

すことがあるので、壊れた車がよく放置されています。放置された車を見る度、先進国の不要品処理場になりはしないかと危惧しています。自然とともに心豊かに暮らしている人々、取り分けその子ども達の将来を想うこの頃です。
 次回でトンガ便りは最終回となります。それではトキシオ(また会いましょう!)



東温市集団健診のご案内

集団健診日程表 (7月) ●7時30分～10時30分 ○8時～10時 ◆9時～10時 ◇9時30分～10時30分

実施場所	検査日	対象地区	検査項目及び受付時間									
			健康 診査	肝炎	胸部 CR	胃	大腸	前立腺	子宮	乳		
中央公民館	7月5日(木)	健診協力者	●	●	●	●	●	●	●	◇	●	●
	7月6日(金)	西岡・上村・下林	●	●	●	●	●	●	●	◇	●	●
	7月7日(土)	平日の受診が難しい人	●	●	●	●	●	●	●	◇	●	●
	7月8日(日)		●	●	●	●	●	●	●	◇	●	●
川内健康センター	7月11日(水)	南方東	●	●	●	●	●	●	●	◇	●	●
	7月12日(木)	河之内・則之内西	●	●	●	●	●	●	●	◇	●	●
上林公民館	7月13日(金)	上林	○	○	○	○	○	○	○	◆	○	○
東谷小学校	7月30日(月)	河之内	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
南吉井小学校	7月31日(火)	牛淵・堀池	●	●	●	●	●	●	●	◇	●	●
北吉井小学校	8月1日(水)	山之内・樋口	●	●	●	●	●	●	●	◇	●	●

予約日時の通知について 集団健診の申込書をご提出いただいた人には、健診予約日時の決定通知書(はがき)または問診票を送付しています。予約日時を確認の上、受診してください。

無料クーポン券による検診のご案内

対象者には6月中旬に無料クーポン券を送付しています。
対象者 東温市に住所があり、下記に該当する人(年齢は平成30年4月1日現在)

年齢	肝炎 (未受診者)	子宮頸がん (女性)	乳がん (女性)
20歳		○	
40歳	○		○
45歳	○		
50歳	○		
55歳	○		
60歳	○		
65歳	○		

ドック健診のご案内

40歳以上の東温市国民健康保険加入者および後期高齢者医療保険加入者はドック健診を受診することができます。検診内容は健康診査、胸部検診、胃がん検診、大腸がん検診等です。お問い合わせやお申し込みについてはコールセンターにご連絡ください。

申込期間 平成30年5月1日～10月31日
実施期間 平成30年7月1日～11月30日

検診施設	コールセンター
愛媛県総合保健協会	089-987-8201
愛媛県厚生連健診センター	0120-352-080

子宮頸がん検診と乳がん検診個別検診

検診名	内容等	対象者	指定医療機関名	検診料
子宮頸がん検診	視診・細胞診	20歳以上の女性 (2年に1回)	ハートレディースクリニック	1,500円
乳がん検診	マンモグラフィ2方向	40歳以上の女性 (2年に1回)	愛媛県総合保健協会 愛媛県厚生連健診センター	1,000円 1,200円

<p>病態別栄養相談 (要予約) 食事記録にもとづいて、管理栄養士による栄養計算や個人に応じた相談、またご質問などにもお答えします。 ☎ 7月6日(金)、20日(金) 9時～12時 (栄養相談1人1時間) 所 川内健康センターまたは市役所 申 川内健康センター (☎966-2191)</p>	<p>こころの健康相談 (要予約) 原因はわからないがしんどい、人間関係がうまくいかないなど、あなた自身やご家族のことで悩みを抱えていませんか? 秘密は守られますので、まずはお電話ください。 ☎ 7月13日(金) 14時～16時 所 川内健康センター・市役所・家庭訪問 定 2人 申 川内健康センター (☎966-2191) 相談員 真光園院長 大久保 巖彦 医師</p>
<p>高齢者に関する総合相談 ◎東温市地域包括支援センター ☎ 月～金曜 8時30分～17時15分 ☎955-0150 FAX955-5766 ◎ウェルケア重信 ☎955-0300 ◎ガリラヤ荘 ☎966-6250</p>	<p>健康相談 血圧測定・尿検査等を行っています。健康に関することはお気軽にご相談ください。 ☎ 毎週水曜日 9時～11時 所 健康ハウス (川内健康センター隣) ※市役所での相談をご希望の方は、ご連絡ください。 (☎966-2191)</p>

東温市に新たな拠点施設『東温市総合保健福祉センター (仮称)』が誕生します

東温市では、今後、多様化・高度化が予想される保健、福祉、子育て、教育等のニーズに対応するため、これらの拠点となる施設『東温市総合保健福祉センター (仮称)』を整備し、東温市総合計画に掲げる『みんなが元気になる健康福祉のまち』の実現を目指します。

建物構造

鉄筋コンクリート造3階建て 延床面積約3,100㎡

建設地

東温市役所本庁西側 (現駐車場)

完成時期 (予定)

2020年 3月頃

主な施設機能

- ①保健機能 (母子健診、健康相談、栄養相談、健康講座 等)
- ②福祉機能 (東温市社会福祉協議会関連事業)
- ③子育て・教育機能 (あそびの広場、ぱれっと、ファミリーサポートセンター、教育相談 等)

※センター建設工事に伴い、西駐車場で実施しておりました「パーク&ライド」は8月から本庁正面駐車場に変更いたします。ご迷惑をおかけしますが、ご了承くださいませようお願いします。詳細な場所等は、市HPに追って掲載します。また、パーク&ライドの取組みにご協力いただける施設の方がいらっしゃいましたら、都市整備課公共交通担当 (☎964-4412) までご連絡ください。



元気歯つらつコンクール

愛媛県では80歳でご自分の歯を20本以上保つことを目標に「8020運動」をすすめています。該当する人は是非ご応募ください。

対象者 次の条件をすべて満たす人

- ①平成30年4月1日現在で満80歳以上
- ②ご自分の歯が20本以上ある(治療済みの歯も含む)
- ③元気歯つらつコンクールの受賞経験がない

内容 個別に歯科医院での口腔診査を行います。

表彰 優秀者及び入賞者は表彰状を交付します。

応募締切 7月17日(火)

申・☎ 川内健康センター

診察相談日のご案内 (7月)

健康診査の結果は、診察相談日にお返しします。健診結果から自分の体の変化を知り、生活習慣を見直してみましょ。なお、がん検診のみ受診された人は、結果が郵送されます。

実施場所	実施日	受付時間
井内公民館	7月24日(火)	9時～10時
和田丸集会所	7月24日(火)	13時～14時
土谷公民館	7月25日(水)	9時～10時
奥松瀬川公民館	7月25日(水)	13時～14時
下林集会所	7月26日(木)	9時30分～11時
南野田集会所	7月26日(木)	13時30分～15時

100日チャレンジ!

100日間、取組みごとに設定されたポイントを貯めて、楽しみながら健康づくりに取り組んでもらうものです。貯めたポイントに応じて東温市の特産品等と交換できます。

ご自身の記録から多くの学びがあり、食生活や習慣を見つめ直すいい機会ですので、是非ご参加ください。

対象者 30～74歳で東温市に在住または在勤の人

期間 ●秋チャレンジ期間 7月24日(火)～10月31日(水)

●冬チャレンジ期間 11月21日(水)～平成31年2月28日(木)

募集人数 秋チャレンジ・冬チャレンジ各50人

申込期間 7月2日(月)～定員になり次第締切

取組内容 ●朝と寝る前の体重測定 ●1日の歩数を記録 ●1日の座っていた時間を記録 (一例) ●健康教室や健康フォーラムに参加 ●健診やがん検診を受ける

申 川内健康センター

☎日時 所場所 内内容 講講師 定員 費参加費 対対象 申申し込み 問問い合わせ ☎電話

各種相談の窓口 ～悩まず相談してください～

- 行政相談**
 7月11日(水) 13時～ 福祉館
 7月26日(木) 13時～ 農村環境改善センター
- 心配ごと相談**
 7月12日(木) 13時～ 福祉館
 7月26日(木) 13時～ 農村環境改善センター
- 特設人権相談**
 7月11日(水) 13時～ 川内公民館
 7月19日(木) 13時～ 東温市役所
- 消費生活相談**
 月～金(祝日除く) 9時～17時
 東温市役所消費生活相談窓口 (☎964-4400)
- 子育て相談の総合窓口**
 月～金(祝日除く) 8時30分～17時15分
 東温市役所子育て相談窓口 (☎964-4450)

- 福祉館じんけん相談**
 7月19日(木) 19時～
- 各種相談事業**
 7月25日(水) 10時～、13時30分～
 福祉館 (☎966-3306)
- 弁護士相談**
 7月10日(火) 13時30分～
- 司法書士相談**
 7月27日(金) 13時30分～
- 行政書士相談**
 7月18日(水) 13時～
- 土地家屋調査士相談**
 7月4日(水) 13時30分～
 社会福祉協議会 (☎955-5535)
 ※無料・要予約

7月 地区の公民館等を利用した介護予防事業

対象者 東温市内に住所を有している65歳以上の人
 時間 ①10時～ ②13時30分～

地区訪問型運動教室【参加費：無料】

2日(月)	①田窪公民館
4日(水)	②上樋集会所
5日(木)	①牛淵公民館
11日(水)	①横瀬団地公民館
12日(木)	①河之内公民館
19日(木)	①南方東公民館
26日(木)	①牛淵団地第一集会所

脳トレ大学 (オープン教室)【参加費：200円】

2日(月)	①保免集会所 ②田窪団地集会所
3日(火)	①上林公民館、町東公民館、南方東公民館 ②播磨台団地集会所、下林集会所、土谷公民館
5日(木)	①西岡公民館、横瀬団地公民館 ②山之内集会所、樋口集会所
9日(月)	①田窪公民館、上樋集会所 ②見奈良公民館、上村集会所
10日(火)	①牛淵団地第一集会所、上林公民館 ②下林集会所、町西公民館
12日(木)	①横瀬団地公民館、北方東公民館 ②井口集会所、南野田公民館
17日(火)	①上林公民館、南方東公民館 ②播磨台団地集会所、土谷公民館
19日(木)	①西岡公民館、横瀬団地公民館 ②山之内集会所、樋口集会所
23日(月)	①保免集会所 ②見奈良公民館
24日(火)	①牛淵団地第一集会所、上林公民館、町東公民館 ②下林集会所、町西公民館
26日(木)	①西岡公民館、北方東公民館 ②井口集会所
30日(月)	①田窪公民館、上樋集会所 ②田窪団地集会所、上村集会所、南野田公民館

※参加時の飲み物は各自で用意してください。
 ※当日の気象状況によっては中止になる可能性があります。
 ※脳トレ大学に初めて参加する人は、内容説明及び状態の聞き取りをしますので、参加前に下記までご連絡ください。

☎ 長寿介護課 介護給付係 (☎964-4408)

7月の当番医

日	当番医	電話番号
1日(日)	訪問診療クリニック六花	☎948-4677
8日(日)	山本内科胃腸科	☎966-2066
15日(日)	池川内科・神経内科	☎964-7787
16日(月・祝)	重信クリニック	☎964-1188
22日(日)	中野クリニック	☎960-5800
29日(日)	中川病院	☎976-7811

福祉館 健康体操

日程	時間	場所
3日(火)	19時30分～	福祉館
10日(火)		
17日(火)		
24日(火)		
31日(火)		

いのとんに会いに行こう!

【2018年7月】いのとん出演予定

日	内容	場所	出演予定時間
8日(日)	みんな大好き! ゆるキャラ大集合!	フジグラン重信	10時～
21日(土)	横河原土曜夜市	横河原駅前広場	18時～

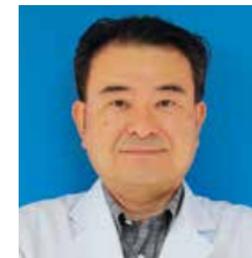


愛媛医療センター

横河原366番地 (☎964-2411)
 【診療時間】 8時30分～12時、13時～16時
 【休診日】 土・日・祝日
 年末年始(12月29日～1月3日)
 ※受診科により診療時間が異なります。



「長く続く咳」について



呼吸器科 阿部 聖裕

呼吸器関連の病気の症状の中で「咳」は最も一般的なものでしょう。よくある症状だけに、じきに良くなるだろうと安易に考えてしまいがちです。しかし長引く咳には、肺がんや肺結核などの重大な病気が隠れていることがあり、医師にとって診断や治療に頭を悩ますものもあるのです。

咳はその持続期間により急性(3週間以内)、遷延性(3～8週間)、慢性(8週間以上)に分類され、原因となる疾患が異なります。急性であれば大半は上気道炎や気管支炎、肺炎などの感染症です。感染症以外では心不全や肺血栓塞栓症など息苦しさや強い病気があります。遷延性の場合は、風邪などのウイルス感染の後、咳症状だけが残る感染後咳といわれる状態が多くなります。その後持続期間が長引くほど、感染

症以外の疾患の割合が高くなっていきます。慢性の咳なら気管支喘息や喘鳴を伴わないいわゆる「咳喘息」、鼻症状(蓄膿や鼻閉)や痰が多い副鼻腔気管支症候群、喉のイガイガ感があるアトピー性咳嗽、喫煙が主な原因であるCOPD(慢性閉塞性肺疾患)、間質性肺炎などがあります。また呼吸器疾患以外では胃食道逆流症が多くみられます。

慢性の咳の場合には、レントゲン写真などの画像検査を行い、重篤な疾患の有無を確認することが大切です。また胸部の聴診所見も大事になってきます。それらで異常がなければ気管支喘息や咳喘息、アトピー性咳嗽、副鼻腔気管支症候群、胃食道逆流症などの可能性を強く疑うこととなります。また降圧薬には咳の副作用がでるものもあります。高齢の方では誤嚥の可能性もあるかもしれません。

咳が持続すればするほど、睡眠の質が低下するなど快適な日常生活が妨げられます。咳が長引く場合にはかかりつけの医療機関に是非相談してください。

7月の「燃やすごみ」「紙類」収集日

重信地区	燃やすごみ	紙類
山之内・樋口・横河原 西岡の一部・志津川・志津川南 田窪の一部	毎週月・木曜日	10日・24日 (第2週・第4週火曜日)
田窪の一部・牛淵・牛淵団地 播磨台団地・上樋・南野田 西岡の一部・北野田 北野台団地・新村	毎週火・金曜日	14日・28日 (第2週・第4週土曜日)
見奈良・田窪の一部 田窪団地・上林・下林・上村	毎週水・土曜日	12日・26日 (第2週・第4週木曜日)

川内地区 環境保全課 (☎964-4415)

川内地区	燃やすごみ	紙類
東谷・西谷・土谷・滑川 奥松瀬川	毎週月・木曜日	14日・28日 (第2週・第4週土曜日)
北方東・北方西・南方東 南方西	毎週火・金曜日	12日・26日 (第2週・第4週木曜日)
町東・町西・前松瀬川 横瀬団地	毎週水・土曜日	10日・24日 (第2週・第4週火曜日)

※田窪及び西岡は、場所によって収集日が異なりますので、分からない人は近所の人にお尋ねください。
 ※「燃やすごみ」「紙類」は午前6時～8時の間に出してください。
 ※7月16日(月・祝)の「燃やすごみ」は平常どおり収集します。

7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	蛍光灯 鏡	乾電池 体温計	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 蛍光灯・鏡	空き缶 金属類 乾電池
樋口	8日・22日 (第2・4日曜日)	15日 (第3日曜日)	1日(第1日曜日)	1日(第1日曜日)	1日・8日 15日・22日	東谷・西谷 土谷・滑川 奥松瀬川	3日・17日	19日	9日	23日
上村			1日(第1日曜日)	1日(第1日曜日)		北方東 北方西 南方東 南方西	4日・18日	17日	10日	24日
横河原・八反地 田窪		1日・15日(第1・3日曜日)	1日(第1日曜日)	1日(第1日曜日)		町東・町西 前松瀬川 横瀬団地	2日・19日	18日	11日	25日
志津川(八反地除く) 志津川南	8日・22日(第2・4日曜日)	1日・15日(第1・3日曜日)	1日(第1日曜日)	1日(第1日曜日)	1日・8日 15日・22日					
見奈良		22日(第4日曜日)	1日(第1日曜日)	1日(第1日曜日)						
田窪団地		15日(第3日曜日)	1日(第1日曜日)	1日(第1日曜日)						
下林	8日・22日(第2・4日曜日)	22日・25日(第4水曜日と第4水曜日直前の日曜日)	1日・15日(第1・3日曜日)	22日・25日(第4水曜日と第4水曜日直前の日曜日)	1日・8日 15日・22日					
牛淵団地		25日(第4水曜日)	1日(第1日曜日)	1日(第1日曜日)	1日・8日 15日・22日					
新村			1日(第1日曜日)	1日(第1日曜日)						
上記以外の地区			1日(第1日曜日)	1日(第1日曜日)						

※「不燃物」を出す時間は、重信地区の場合は各地区で決められた時間、川内地区は午前6時～8時の間となります。

国民健康保険証(更新)をお届けします (市民課 国民健康保険係 ☎964-4471)

現在、東温市国民健康保険に加入されている方の保険証の有効期限は、平成30年7月31日までです。新しい保険証を7月末までにお送りしますので、住所・氏名・生年月日などに誤りがないかお確かめください。7月末までに届かない場合は、市民課までお問い合わせください。

社会保険等に加入した人で、国民健康保険の喪失手続きを済まされていない人は、早急に手続きを行ってください。

現在ご使用の保険証は、個人情報に十分ご留意の上で各自処分していただくか、市役所市民課または川内支所まで返却してください。(郵送可)

年金のひろば
市民課医療年金係 ☎964-4471
松山東年金事務所 ☎946-2146

詳しくは
お問い合わせください



ご存知ですか？国民年金保険料の免除制度・納付猶予制度

国民年金保険料(月額16,340円)を納めることが経済的に困難な場合には、納付が免除または猶予される制度があります。未納のままにしておくと、将来、年金を受取ることが出来ない場合がありますので、市役所または最寄りの年金事務所でご相談ください。申請は、東温市市民課・川内支所・最寄りの年金事務所可能です(郵送可)。

納付猶予制度
50歳未満の人に限り申請できる制度です。
※学生の場合は「学生納付特例制度」の申請をしてください

免除された期間の保険料と年金はどうなるの？
保険料の全額免除や一部納付等の承認を受けた期間は、保険料を全額納付した場合に比べ、将来受ける年金額が少なくなります。免除または猶予された保険料は、10年以内であれば、あとから保険料を納めること(追納)が可能です。

免除制度
前年所得に応じて、「全額免除」「3/4免除」「半額免除」「1/4免除」の4種類があります。

選挙の豆知識 vol.16

第16回のテーマは、「選挙運動①」についてです。それでは、「いのとん先生」よろしくお願いします。



- そもそも「選挙運動」って何？**
選挙運動とは、「特定の選挙について、特定の候補者の当選を目的に、投票を得るため(得させるため)、直接または間接的に行う必要かつ有利な行為」のことを言います。
例えば、「〇〇さんに投票してください」という明らかに行為だけでなく、単に特定の候補者の名前を選挙人に知らせるだけでも、当選を目的とした行為であれば、選挙運動に当たることになります。簡単にまとめると、以下の条件を満たした場合、選挙運動となります。
- ・選挙(〇〇選挙)が特定されている。
 - ・特定の候補者(立候補予定者も含む)のために行っている。
 - ・当選を目的として行われている。

・選挙人に対して、直接または間接的に必要かつ有利な行為を行っている。

○**選挙運動は自由に行って良いの？**
選挙運動は、本来自由に行われるのが理想ですが、選挙の公平性を確保するため、一定のルールが設けられています。そのルールを決めている公職選挙法では、

- ・期間(いつからいつまで行ってよいか)
- ・主体(誰が行ってよいか)
- ・方法(どんなやり方で行ってよいか)

などについてルールが決められています。

～次号は、「選挙運動②」を特集する予定です～

後期高齢者医療保険証が新しくなります (市民課 医療年金係 ☎964-4471)

現在お持ちの保険証(オリーブ色)の有効期限は平成30年7月31日です。8月1日からは、新しい保険証(薄桃色)に変わります。新しい保険証は7月中旬に送付しますので、届いたら、住所・氏名や一部負担割合などを必ず確認してください。平成30年8月以降新たに75歳となる人の保険証は、誕生日の前月に郵送します。

※平成30年度の保険料額決定通知書は7月中旬にお送りします。

※限度額適用・標準負担額減額認定証の有効期限は平成30年7月31日です。現在保有して次の要件を満たしている人は、保険証と一緒に送付しますので、申請の必要はありません。新規に交付が必要な場合は、お問い合わせください。

対象者
75歳以上の人、65歳から74歳の一定の障がいがある人(本人の申請に基づき、愛媛県後期高齢者医療広域連合の認定を受けた人)

- 要件**
- ①保険料の滞納がない
 - ②平成30年度の住民税が非課税の世帯
 - ③世帯内に所得の未申告者がいない

70歳以上の人の高額介護合算療養費の限度額が見直されます

平成30年8月からの高額療養費の上限度額の変更により、高額介護合算療養費の限度額が見直されます。現役並み所得者については、細分化した上で限度額が引き上げられ、一般区分については、限度額が据え置かれます。

高額介護合算療養費制度とは…
医療保険と介護保険における1年間(毎年8月1日～翌年7月31日)の自己負担の合算額が高額な場合に、さらに負担を軽減する制度です。

【現行】		【平成30年8月から】		【参考】
所得区分	負担限度額(年額) 70歳以上(注2)	所得区分	負担限度額(年額) 70歳以上(注2)	負担限度額(年額) 70歳未満(注2)
現役並み所得者 課税所得145万円以上の人	67万円	課税所得690万円以上の人	212万円	212万円
		課税所得380万円以上の人	141万円	141万円
一般 課税所得145万円未満の人(注1)	56万円	課税所得145万円未満の人(注1)	56万円	60万円
低所得者Ⅱ	31万円	低所得者Ⅱ	31万円	34万円
低所得者Ⅰ	19万円(注3)	低所得者Ⅰ	19万円(注3)	

(注1) 収入の合計額が520万円未満(1人世帯の場合は383万円未満)の場合及び「旧ただし書所得」の合計額が210万円以下の場合も含まれます。
(注2) 対象世帯に70～74歳と70歳未満が混在する場合、まず70～74歳の自己負担合算額に限度額を適用した後、残る負担額と70歳未満の自己負担合算額を合わせた額に限度額を適用します。
(注3) 介護サービス利用者が世帯内に複数いる場合は31万円になります。

高額療養費の自己負担限度額が変更されます

70歳以上の人の所得区分と自己負担限度額が次表のとおり変更されます。

【現行】			【平成30年8月から】		
区分	世帯(入院+外来)		区分	世帯(入院+外来)	
	個人(外来)	(入院+外来)		個人(外来)	(入院+外来)
現役並み	57,600円	80,100円+(医療費-267,000円)×1% <44,400円>	年収約1160万～課税所得690万以上	252,600円+(医療費-842,000円)×1% <140,100円>	
		<44,400円>	年収約770～1160万課税所得380万以上	167,400円+(医療費-558,000円)×1% <93,000円>	
一般	14,000円(年間14.4万円上限)	57,600円<44,400円>	年収約370～770万課税所得145万以上	80,100円+(医療費-267,000円)×1% <44,400円>	
住民税非課税		24,600円	一般(年収156万～370万円)	18,000円(年間14.4万円上限)	57,600円<44,400円>
住民税非課税(所得が一定以下)	8,000円	15,000円	住民税非課税	8,000円	24,600円
			住民税非課税(所得が一定以下)		15,000円

<>は1年間に世帯単位の高額療養費が4回以上あった場合の4回目以降の自己負担限度額



法務省を騙る「架空請求はがき」に注意!

相談事例

法務省管轄支局と称する事業者から、「消費料金に関する訴訟最終告知のお知らせ」というはがきが届いた。裁判取り下げ期限が間近に迫っていたので、記載されていた電話番号に電話をしたところ、弁護士の電話番号を教えられ電話をした。弁護士が対応し、取り下げ費用を請求されて、コンビニエンスストアで通販サイトのギフト券を10万円分購入し、その番号を教えてしまった。

アドバイス

法務省管轄支局と称する事業者の実体はなく、法務省とは一切関係ありません。正式な裁判手続きの通知がはがきで来ることはありません。はがきに記載された電話番号には、絶対に電話しないでください。

相談・お問い合わせ

東温市消費生活相談窓口 ☎964-4400

相談受付 9時～17時

※毎週月曜日、第2・4金曜日は、専門の相談員が対応。7月2日(月)の対応日は4日(水)に変更します。

消費者ホットライン

イヤヤ
☎188 『嫌や!』



安全協会みなみ

第261号
H30.7.1

松山南交通安全協会
☎958-6558

えひめ無事故・無違反123コンテスト 2018参加者募集

交通安全意識をより多くの人に高めていただくために、8月31日～12月31日までの123日間、「えひめ無事故・無違反123コンテスト」を実施します。5人1組で無事故・無違反を達成し、旅行券など豪華賞品を獲得しませんか?

募集期間

7月1日(日)～8月30日(木)まで(当日消印有効)

実施期間

8月31日(金)～12月31日(月)まで(123日間)

チーム編成 5人1組

参加費

1組5,000円(1人当たり1,000円×5人分)

参加条件

自動車運転免許証を取得している人
(原付免許のみも可)

県内に居住または勤務、通勤している人
(運転経験年数及び過去の事故・違反歴は問いません)

問い合わせ先

愛媛県民環境部防災局消防防災安全課
(☎912-2321)

目次 Contents

- 02 特集1 もしものために、いつもの備え みんなでつくる防災入門
- 08 特集2 人と地域のつなげ方
- 12 カメラスケッチ
- 13 キッズミュージカル 出演者オーディション参加者募集
- 14 情報BOX
- 16 子育てガイド
- 18 生涯学習ひろば
- 20 ふれあい広場
- 22 やっぱり健康
- 24 ドクターの健康百科・ごみ収集予定
- 26 行政トピック

表紙 田植え

田植えシーズン到来!各地で子どもたちが田植え体験を行った6月。秋にはおいしいお米が出来上がりますので、東温市の味を是非お召し上がりください。



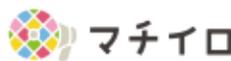
人の動き

平成30年6月1日現在

人口	男	15,863人 (+14)
	女	17,735人 (+6)
	計	33,598人 (+20)
世帯		14,919戸 (+43)

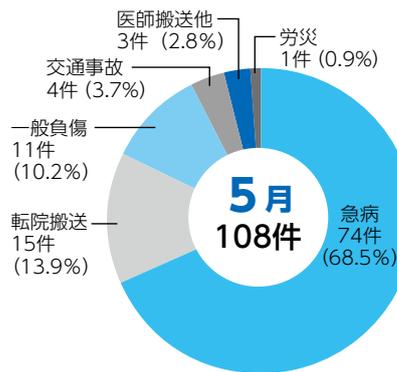
※()内は前月比

広報とうおんを
スマホにお届け!



マチイロ

東温市消防救急出場数



編集後記

6月18日に発生した大阪北部地震で被害にあわれた方およびご親族、関係者の方々には心よりお見舞い申し上げます。今月の特集が行動のきっかけになることを願い、まずは防災マップを手に取っていただければ幸いです。

サッカーW杯が開幕しました!東温市出身の内宏志さんが審判団に副審として選出されています。日本代表の選手だけでなく地元出身の方が世界の舞台で活躍されていると思うと楽しみが倍増しますね!



池