

わずかな距離にもかかわらず車で移動。職場では、朝から晩までデスクワーク。休日はどこにも出かけず、リビングでゴロ寝。あなたも、思い当たることはありませんか。

現代社会では、「歩く」という、私たち人間の基本的な行為がおろそかになっています。

そんな風潮の中で、近年にわかに注目を集めているのが「ウォーキング」です。健康増進に大きな効果があるといわれるウォーキングは、中高年を中心に大きな広がりを見せています。



それでは、このウォーキングには、どのような効果があるのでしょうか。皆さんは、有酸素運動という言葉をご存知ですか。ウォーキングのように、身体に過度な負担をかけず、ある程度の長い時間をかけて行う運動のことを、有酸素運動と言います。有酸素運動は、ゆっくりとした大きな呼吸で体内に

この秋…

ウォーキングを

始めてみませんか？

暑い夏が過ぎ去り、さわやかで過ごしやすい秋がやってきました。これからは健康づくりに絶好の季節です。

特にウォーキングは手軽に始められることで、年々愛好者も増えています。

今月は、この秋におすすめの健康法、ウォーキングを特集します。



酸素を多く取り込みながら行うことで、心肺の機能が強化され、血液の循環がよくなり、余分な脂質を減らして、善玉コレステロールを増やす効果があります。激しい運動をした方が、効果があるように勘違いしがちですが、激しい運動よりも軽い運動の方が、有酸素運動を効率的に行うことができ、同じ時間で脂肪燃焼量が多く

なるといわれています。ウォーキングでは、普段よりも歩幅を広げて速く歩くので、大きな呼吸で酸素を取り込み、血液を循環させることが自然にできます。有酸素運動には、ほかにも水泳やジョギング、自転車、エアロビクスなどがありますが、普段の生活の中にも取り入れやすい、一番身近で親しみやすいのが、

ウォーキングと言えるでしょう。



年齢や場所を限定されないウォーキングのよさは、何といてもその手軽さですが、いきなりたくさん歩くと、膝や腰を痛めるので、まずは今よりも1日10分

余分に歩くことから始めましょう。

これだけでも体重や体脂肪が減少したり、血糖のコントロールが良くなるなどの結果が出ていることがわかってきています。

そして、体が慣れるに従って、徐々に歩数を伸ばします。人が1日に運動で消費したいエネルギーは、およ



ウォーキング教室を 開催します！

運動を始めたいけど続ける自信がない…そんなあなたにぴったりの教室です。

仲間を作って楽しくウォーキングしましょう。



日程	内 容	場 所
9/16 (休)	はじめまして！ 自己紹介・座談会、講義と実技、体力測定	中央 公民館
10/7 (休)	歩いてみよう！ 講義と実技 ストレッチとウォーキング	
10/21 (休)	ノルディックウォーキングを体験しよう！ 講義と実技 ノルディックウォーキングとは	川内 公民館
11/11 (休)	効果的なウォーキングを体験しよう① 川内公民館周辺約2.5kmのウォーキング	中央 公民館
12/2 (休)	効果的なウォーキングを体験しよう② 中央公民館周辺約2.5kmのウォーキング	
12/16 (休)	継続するために！ 体力測定、座談会、講師からのアドバイス	

- 開催時間 13時30分～15時
- 参加費用 200円（別途スポーツ保険料500円程度が必要）
- 問合せ先 川内健康センター（Tel966-2191）

そ300キロカロリーで、歩数にすると約1万歩になります。そこで健康づくりのためには、1日1万歩を目標に歩いてみましょう。

ただし、1万歩を連続して歩こうとすると、1時間以上かかります。

歩くための時間を1時間以上も捻出するのが無理な人は、1日の中で分散して歩く時間を取ったり、1週間の中で分散して取るようにします。

最初から急に頑張り過ぎ

ず、少しずつステップアップしていくことが長く続ける秘訣です。



ウォーキングは、誰もがやっている動作でありながら、正しく行うことで、より多くの効果を得ることができる運動です。

そのためには、自分にあつた理想的なフォームを見つかることです。

東温市では、9月から

12月の間、6回コースでウォーキング教室を開催します。

正しい靴の選び方や理想的なフォームなどの基礎的な知識から実技まで幅広い内容となっていますので、これからウォーキングを始めようという方にぴったりの教室です。

あなたも、この教室に参加して、ウォーキング仲間を作りましょう。

どこかへ出かける時は車。家事のほとんどは、電化製品におまかせ。

私たちの生活は、昔に比べて便利になりました。

しかし、生活が便利になる一方で、私たちは歩く機会が少なくなってきました。

現代人に運動不足が多いのは、「歩かなくなったこと」「体を動かさなくなったこと」が最大の原因です。

つまり、生活の基本となる動作が不足しているのです。「いざ、運動」と気負わなくても、日常生活のなかでできる、自分にあつた



とうおん健康づくりの会が ウォーキングマップを 作成しました！



ウォーキングを始める場合、お気に入りのコースをいくつか作っておくのも楽しく継続できる秘訣です。

市民の健康づくりを支えるため、さまざまな取り組みを進める「とうおん健康づくりの会」がウォーキングマップを作成しました。このマップは、会員の皆さんがコースを選定して実際に歩いて見所などを確認し、使いやすいよう工夫して作ったもので、4種類あります。現在、市役所健康推進課、川内健康センターなどで配布しています。

「とうおん健康づくりの会」では、毎年、春と秋にウォーキング会を開催しており、好評を博しています。

あなたも、マップを片手に東温散策に出かけてみませんか。



運動があるはずですが。

たとえば、ひとつ前の駅やバス停で降りて、ほんの15分でも歩く時間をつくる。職場では、エレベーターに乗らず階段を使うなど、ちょっとした工夫や心がけでいつも以上の運動になります。

そして、ウォーキングの醍醐味は景色や季節の変わり目を楽しむことです。

普段、車で通っている道でも、歩いてみると意外と新しい発見があるものです。

今まで知らなかった道や道端に咲いている草花、季節ごとに少しずつ変わっていく風景。

さあ、この秋、家から一歩外へ踏み出し、おいしい空気を吸って、秋の光を浴びてみませんか。

幼稚園

東温市には5つの市立幼稚園があります。

小学校へ入学する前の3・4・5歳児を対象に平成23年度の市立幼稚園への入園受け付けを次のとおり行います。

★入園資格

東温市内に在住している幼児で次のいずれかに該当する場合があります。

- ①平成19年4月2日から平成20年4月1日までの間に生まれた3歳児（3年保育）
- ②平成18年4月2日から平成19年4月1日までの間に生まれた4歳児（2年保育）
- ③平成17年4月2日から平成18年4月1日までの間に生まれた5歳児（1年保育）

★募集人数

各幼稚園の募集人数は次のとおりです。

- ①3歳児
- 重信幼稚園 60名
- 北吉井幼稚園 60名

川上幼稚園 35名

東谷幼稚園 15名

西谷幼稚園 15名

- ②4歳児 各園とも若干名
- ③5歳児 各園とも若干名

★申込方法

各幼稚園にある入園願書に必要な事項を記入のうえ、

各園に提出してください。

★受付期間

10月1日(金)～10月29日(金)
(土、日、祝日を除きます)

※募集人数を超えた場合は抽選を行います。先着順ではありませんので、ご注意ください。

★諸費用

幼稚園にかかる諸費用は次のとおりです。

【参考：平成22年度】
☆入園料：5,000円

☆保育料：5,000円
(月額)

☆諸費用：給食、教材費等

★問い合わせ先

☆重信幼稚園

(田窪1108)

Tel 964・30092

☆北吉井幼稚園

(樋口1400)

Tel 964・5952

☆川上幼稚園

(北方甲2655)

Tel 966・3755

☆東谷幼稚園

(則之内甲2961)

Tel 966・3708

☆西谷幼稚園

(則之内835)

Tel 966・5850

☆教育委員会 学校教育課

Tel 964・4420

保育所

東温市には6つの市立保育所があります。

★入園資格

東温市内に在住している幼児で、保護者のいずれもが、次の理由のため家庭での保育に欠けると認められる場合に限ります。

平成
23
年度

幼稚園・保育所

園児を募集します!



東温市では未来を担う子どもが力強く、豊かに生きていける社会づくりへの取り組みを進めています。



今年も大きな どてかぼちゃ が集まります。

昭和60年、どてかぼちゃのコンテストとしては全国で初めて開催された「どてかぼちゃカーニバル」も、今年で26回目を迎えます。

コンテストの他、地元農産物加工品の販売などの各種バザーやもちまき、餅つき実演販売、ミニゲームが行われます。

ご家族お揃いで、是非お越しください。

第26回 どてかぼちゃカーニバル

日時 9月12日(日) 10時～14時(雨天決行)

場所 見奈良レスパス・シティ内

見奈良天然温泉利楽北側駐車場

どてかぼちゃの出展について

どてかぼちゃを出展される方は、9月11日(土)午前9時から午後5時までに利楽北側駐車場に搬入してください。(カーニバル当日は搬入できません)

どてかぼちゃの搬出について

出展者がどてかぼちゃを持ち帰る場合は、カーニバル終了後、当日の午後4時までに必ず搬出をお願いします。

終了後のどてかぼちゃについて

カーニバル終了後、協議会に提供されたどてかぼちゃは、有料にてお譲りします。

問い合わせ先

東温市青年農業者協議会事務局 (Tel.964-4409)



- ★**申込方法**
各保育所にある入所申込
- ① 家庭外で働いている。
 - ② 家庭内で子どもと離れて働いている。
 - ③ 妊娠中か出産後、間がない。
 - ④ 病気または心身に障害を有する。
 - ⑤ 病人等同居の親族を常時介護している。
 - ⑥ 災害の復旧に当たっている。

- ★**受付期間**
10月1日(金)～10月29日(金)
(土、日、祝日を除きます)
※出産等年度途中入所を希望する方も、期間内に申請してください。
- ★**保育時間**
8時から16時までとなり
- 書に必要事項を記入のうえ、各保育所に提出してください。

- ★**保育料**
各家庭の課税状況により、来年4月下旬決定します。
- ※各保育所で、保育時間や入所できる年齢などが異なりますので、各保育所までお問い合わせください。
- ます。ただし、特に必要と認める場合に限り、早朝・延長保育をします。

- ★**問い合わせ先**
☆**双葉保育所**
(志津川210)
Tel.964・2233
Tel.964・2165
- ☆**南吉井保育所**
(田窪1095-2)
Tel.964・2235
Tel.964・2295
- ☆**南吉井第一保育所**
(牛淵2003-3)
Tel.964・3122
Tel.964・3178

- ☆**拜志保育所**
(下林甲2031)
Tel.964・3003
Tel.964・3149
- ☆**上林保育所**
(上林甲2532)
Tel.964・6111
- ☆**川内保育園**
(南方279)
Tel.966・2288
Tel.966・2080
- ☆**市役所 社会福祉課**
Tel.964・4406

老人の日
老人週間
について

みんな で築こう 活力ある 長寿社会

老人の日と老人週間とは…

9月15日は「老人の日」、9月15日から21日までの一週間は「老人週間」です。

老人の日と老人週間は、国民の間に老人の福祉への関心と理解を深める：老人が自らの生活の向上に努める意欲を促す：という二つの目的のために設けられています。

高齢社会のもとでは、私たち一人ひとりが、これまで以上に家庭、地域社会、職場、学校などいろいろな場面で世代間のかかわりを深め、社会全体のテーマとして、また私たちの身近な問題として高齢になっても安心して暮らせる社会づくりに取り組まなければなりません。

また、今後到来する超高齢社会に向けては、高齢者の方も自らが高齢期のあり方について関心と理解を深めるよう取り組むことが必要です。

誰もが健康で安心して生きがいを持った生活を送ることのできる長寿社会を築いていくため、老人の日・老人週間を中心に、広く老人の福祉



について関心と理解を深めるとともに、高齢者に対しても自らの生活の向上に向けた活動を促すため、様々な取り組みを行います。

老人の日・老人週間を契機に、長寿社会について考え、取り組み一つのきっかけとしましょう。

老人の日・老人週間キャンペーン 5つの目標とは…

老人の日・老人週間キャンペーンでは、次の5つの目標を目指しています。

1. すべての高齢者が安心して自立した生活ができる、保健・福祉のまちづくりを進め、ふれあいの輪を広げよう。
2. 高齢者の知識、経験や能力をいかした、就労・社会参加・ボランティア活動を進めよう。
3. 高齢者の介護予防、生きがい・健康づくりへの取り組みを進めよう。
4. 高齢者の人権を尊重し、「認知症」と介護問題をみんなで考え、高齢者や介護者を支える取り組みを積極的に進めよう。
5. 高齢社会における家族や地域社会等の役割を理解し、お互いに協力して活力ある長寿社会をつくらう。

このキャンペーンをきっかけに高齢になっても安心して暮らせるまちづくりについて考えてみてはいかがでしょうか。

■問い合わせ先

市役所 社会福祉課

(TEL) 964・4406

狭あい道路について



狭あい道路とは、建築基準法第42条第2項に該当する、1.8メートル未満の道路のことです。

東温市ではより良いまちづくりのため、市民の皆さんの協力により、道路を広げ、一般の通行及び緊急避難・消火活動などで支障をきたさないよう、建築物（既存不適格建築物も含む）の道路後退を推進しています。

建築道路後退線部分を寄附していたただける場合は、市により分筆登記事務を行い、その部分の道路舗装を実施します。（※事前に協議が必要です）

4m未満の道路では、消防車も通行が困難となります。我が家の安全を確保するためにもご検討ください。

高齢者を敬い、長寿をお祝いする事業について



東温市では、高齢者の長寿を祝い、多年の社会貢献に敬意を表することを目的に次のような事業を行っています。

金婚式該当夫婦について

今年、金婚式を迎えられるご夫婦に記念品を贈呈します。

該当されるご夫婦で、お申し出されていない方は、社会福祉課までお申し出ください。

対象となるのは、昭和35年1月1日～12月31日に婚姻されたご夫婦です。

長寿祝金について

長寿祝金は、77歳（喜寿）・88歳（米寿）・99歳（白寿）になる年に、長寿をお祝いして、振り込みにより支給します。

支給する祝金

77歳が1万円、88歳が3万円、99歳が5万円です。

問い合わせ先

市役所 社会福祉課
(Tel) 964・4406

※基準となるのは、今年4月1日時点で1年以上東温市に居住し、平成22年4月1日～平成23年3月31日の間に77歳、88歳、99歳になれる方です。

※8月中に送付しました申請書を、9月10日(金)までにご提出ください。なお、提出が遅れますと支給も遅れますので、期日までに提出するようお願いいたします。

災害時要援護者登録制度にご協力ください

災害時要援護者登録制度とは、一人暮らしの高齢者や重度の障害者などの皆さんが、日常生活の中で手助けを必要とする人に対して災害時などに地域で支援を受けられるようにする制度です。



この制度が8月から始まり、自己申請による登録申請を受け付けておりますが、市としましては、避難支援が必要な方の把握を行い、もしものときに支援が必要な方に必要な支援が早急に行えるよう取り組んでいきたいと考えています。

そこで、9月からはお住まいの担当民生児童委員が、登録制度についての説明および必要な方に登録を勧めるために、ご自宅を訪問いたしますのでご協力をお願いします。

■訪問予定の方

- ①75歳以上の独居高齢者もしくは高齢者のみの世帯
- ②寝たきり高齢者
- ③その他（民生児童委員が、必要ではないかと思われる方）

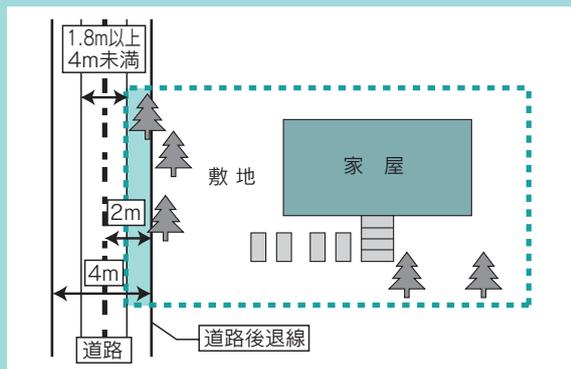
災害時の避難に不安がある方の申請を随時受け付けています。

登録いただいた個人情報は、守秘義務を確保するなど、適切に管理します。

制度のくわしい内容につきましては、次のところまでお問い合わせください。

■問い合わせ先

東温市社会福祉協議会 (Tel) 955-5535
市役所 社会福祉課 (Tel) 964-4406

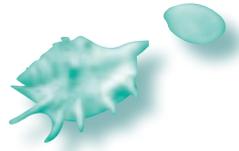


都市計画区域内は建築基準法により、敷地に接する道路の幅員を4m以上と定めています。ただし、幅員4m未満（1.8m以上）の道路の場合、道路の中心線より2m以内には建物、敷地を造成するための擁壁及びそれに付属する門塀等は築造できないことになっています。また、線路敷地、川、がけ地等により左右に後退することができない場合には、一方後退になりますのでご注意ください。

○問い合わせ先

市役所 まちづくり課
(Tel) 964・4412

国民年金のお知らせ



「付加保険料」の納付が おすすめですよ

月額400円の付加保険料を納付すると、将来の老齢基礎年金に付加年金が加わります。付加年金は「200円×納付月数」で計算されます。

なお、付加保険料の納付は、お申し込みいただいた月分からとなり、定額保険料（月額15,100円）を納付していただくことが条件となります。

※国民年金基金へ加入されている方は付加保険料のお申し込みはできません。

老齢基礎年金は…

20歳から60歳になるまで（加入可能年数40年）、保険料をすべて納めて満額の792,100円（年額）を受給できます。

付加保険料を納めると…

200円×付加保険料納付月数が老齢基礎年金に加算されます。

2年以上受給すると、支払った付加保険料以上の付加年金が受け取れますので、お得です。

年金受給権者が亡くなった場合は、お届けが必要です

年金を受ける権利は、本人が死亡するとなくなりますが、年金を受けている方が亡くなったときは、「死亡届」の提出が必要です。この届出が遅れますと、年金を多く受け取り過ぎて、後で返さなければならなくなることもありますので、ご注意ください。

ご注意ください。

なお、亡くなられた方がまだ受け取っていない年金があるときは、生計を同じくしていた遺族の方からの請求によって、その年金が支払われます。請求できる遺族の範囲・順位は、年金を受けていた方の死亡当時、その方と生計を同じくしていた、配偶者・子・父母・孫・祖父母・兄弟姉妹です。

■問い合わせ先

市役所 保険年金課
(Tel 964・4408)
松山東年金事務所
(Tel 946・2146)

子ども手当の手続きはもうお済みですか？

4月分から手当を受給するには
9月30日までに申請が必要です

子ども手当とは次代の社会を担う子どもの健やかな育ちのために、中学校修了前までの子ども（15歳到達後最初の3月31日までの間にある児童）を養育している方に子ども1人につき月額13,000円を支給する制度です。

制度創設に伴う新規・額改定請求は平成22年9月30日まで受け付けたものに限り、特例的に4月1日（または支給要件に該当した日）にさかのぼって支給されます。

まだ申請がお済みでない方は期限までに必ず申請しましょう。

※9月30日以降に申請をされた場合は申請月の翌月からの支給となります。

問い合わせ先

社会福祉課 子育て支援室
(Tel 964-4406)

こども館から

こども館から9月のイベントをお知らせします。
幼児の場合は、保護者と一緒に来館してください。



お楽しみ会

★親子で楽しむお話し会

日時 9月1日(水)
11時～11時30分
日時 9月15日(水)
11時～11時30分

★小学生クラブ

「ごまいももちを作ろう」
日時 9月18日(土)
13時30分～15時30分
定員 12名

★こあらクラブ

「敬老の日のプレゼント作り」
日時 9月10日(金)
10時30分～11時30分
当日受付 先着30名

平成22年10月1日

国勢調査を実施します



国勢調査は、日本に住んでいるすべての人及び世帯を対象とする国の最も基本的な統計調査で、国内の人口や世帯の実態を明らかにするため、5年ごとに行われます。

平成22年国勢調査は、我が国が本格的な人口減少社会となつて実施する最初の国勢調査で、日本の未来を考へるために欠くことのできない最新の人口・世帯の実態を明らかにす

る重要な調査です。

国勢調査から得られる様々な統計は、国や地方公共団体の政治・行政で広く利用されることはもとより、民間企業や研究機関などでも経営や研究などの基礎データとして幅広い用途に利用されています。また、国勢調査の結果は、将来人口推計や国民経済計算(SNA)など他の統計を作成するための最も基礎となる

データとして用いられています。

9月下旬から、調査員が世帯を訪問して調査票を配布します。記入いただいた調査票は、封筒に入れて封をして調査員に渡していただくか、東温市役所に郵送で提出していただきます。

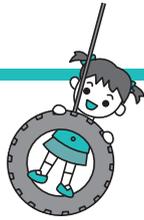
誰もが住みよい国にしていくなために、国勢調査へのご協力をよろしくお願ひします。

なお、調査の詳細につきましては、平成22年国勢調査広報サイト「国勢調査e・ガイド」をご覧ください。

■問い合わせ先

市役所 企画財政課
(Tel964・4401)

園庭を開放します!



東温市立の保育所(園)や幼稚園で、毎月1回開催しています。園児と交流しながら、園庭の遊具や砂場などで遊んだり、水遊びも楽しめます。

なお、都合で開放できない日もありますので、各園まで事前にお問い合わせください。

保育所(園)

- 双葉保育所 (Tel.964-2233)
第1火曜日 9時30分~11時
- 上林保育所 (Tel.964-6111)
第2木曜日 9時30分~11時
- 南吉井第二保育所 (Tel.964-3122)
第3火曜日 9時30分~11時
- 南吉井保育所 (Tel.964-2235)
第3水曜日 9時30分~11時
- 川内保育園 (Tel.966-2288)
第3木曜日 9時30分~11時
- 拝志保育所 (Tel.964-3003)
第4木曜日 9時30分~11時

幼稚園

- 重信幼稚園 (Tel.964-3092)
9月 8日(水) 9時~11時
- 北吉井幼稚園 (Tel.964-5952)
9月 2日(木) 9時30分~11時



「消防署見学」

日時	9月24日(金)
定員	10時30分~11時30分
締切	15組 9月10日(金)

たのびのふゆ館 0964-6100

★親子で楽しむお話し会

日時	9月8日(水)・22日(水)
	11時~11時30分

★小学生クラブ

「つしまいももちを作ろう」

日時	9月11日(土)
定員	13時30分~15時30分
	15名

★ばんだクラブ

「レクリエーション」

日時	9月3日(金)
	10時30分~11時30分

自由参加

「敬老のロゴ作成ワークショップ」

日時	9月17日(金)
	10時30分~11時30分

当日受付

先着30名

両館共通の事業として、子育て相談(毎週水曜) 9時30分~14時)を行っています。

お気軽に、ご利用ください。

★伊予東温V.Sレクリエーション

いわがらこども館 9月4日(土)

さくらこども館 9月12日(日)

※時間は、14時~15時30分です。

健康川柳を募集しています

健康川柳



東温市の健康づくり事業（健康カレンダーやパンフレット等）やイベント等に活用させていただきます。たくさんのご応募をお待ちしています。

■応募条件

・作品は未発表のものに限ります。

・作品の著作権と使用権は、東温市に帰属します。

■応募方法

備え付けの応募用紙に記入し、投函してください。

■設置場所

市役所 保険年金課
川内健康センター

■問い合わせ先

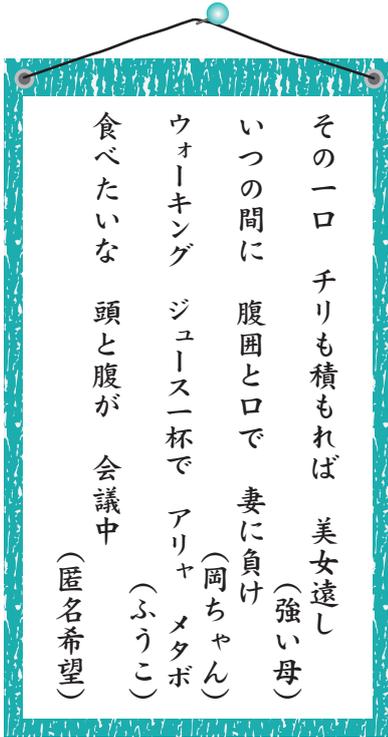
市役所 保険年金課
特定健診担当
(Tel) 966・2224

川柳は、五・七・五の十七文字で表現し、季語などの制限はありません。投稿いただいた作品は、

普段の生活や食事、運動のことなど、なんでも思いつくことを、一句ひねってみませんか。
東温市では、健康増進のための取り組みのひとつとして、健康づくりに関する川柳を募集します。

作品を見た方がホッとす
るような川柳、共感して思
わずうなずくような川柳：
健康に関する川柳なら何
でもOKです。

川柳を詠むことにより、自
分の、そして皆さんの人の
心を豊かにしてみませんか。



消費生活相談員を配置しました

悪徳商法などの消費者トラブルが増加する中、消費者である市民の皆さんにとって最も身近な相談窓口である市役所の消費生活相談窓口を充実させるため、8月から専門の消費生活相談員を配置しました。

専門的知識と経験があり、資格を持った相談員が皆さんの相談に応じますので、消費者トラブルでお困りの方は、お気軽にご相談ください。

■相談日時

毎週月曜日 9時～17時
(祝日、年末年始を除く)

※相談に来られる場合は、事前にお電話ください。

■相談窓口

市役所 総務課
消費生活相談窓口

(Tel) 964・4400



入札結果報告

■東温市で執行された入札結果を公表します。
 ■表記内容【工事(業務)名・落札者・税込落札額】

6月29日

- ・日22公共下水道舗装復旧工事
協和道路(株)…14,700,000円
- ・公共下水道汚水管渠工事 (22-③工区)
(株)鶴見製作所 高松支店…7,854,000円
- ・公共下水道汚水管渠工事 (79工区)
(有)渡部興産…22,942,500円
- ・公共下水道汚水管渠工事 (82-2区)
(有)竹田建設…27,720,000円
- ・公共下水道汚水管渠工事 (94-1工区)
(有)竹田建設…23,520,000円
- ・公共下水道汚水管渠工事 (94-2工区)
丹原建設(株) 川内支店…11,340,000円
- ・公共下水道汚水管渠工事 (94-3工区)
(株)東温土木…21,567,000円
- ・公共下水道汚水管渠工事 (94-4工区)
(株)青井建設 東温支店…9,765,000円
- ・公共下水道汚水管渠工事 (96工区)
秋生興業(株) 東温支店…6,720,000円
- ・公共下水道汚水管渠工事 (22-①工区)
南條工業(株)…9,975,000円
- ・公共下水道汚水管渠工事 (22-②工区)
秋生興業(株) 東温支店…7,350,000円
- ・志津川土地区画整理事業換地及び実施設計等委託業務
(志津川土地区画整理組合事業)
福岡土地区画整理(株) 関西支店…44,835,000円
- ・志津川土地区画整理事業用地調査等委託業務
(志津川土地区画整理組合事業)
- ・(株)ウエストコンサルタント…8,085,000円
- ・公共下水道事業現場監理委託業務
(株)親和技术コンサルタント…17,850,000円
- ・資源物回収容器購入業務
一宮エンタープライズ(株) 松山営業所…4,037,985円
- ・重信中学校教育用コンピュータ機器等整備業務(リース月額)
(株)富士通四国インフォテック…267,750円
- ・消防職員被服貸与品購入 (株)岩本商会…2,021,250円
- ・東温市水道管理図作成委託業務
(株)親和技术コンサルタント…7,455,000円

7月6日

- ・コンプレッサー設置工事
トータスエンジニアリング(株)…2,254,350円
- ・一般廃棄物処理基本計画策定業務
(株)東和テクノロジ…3,675,000円

7月13日

- ・消火栓ボックス格納箱設置工事 (株)ヤマダ…1,838,550円
- ・東温市狭あい道路舗装工事 (有)フジケン…871,500円
- ・宮裏団地危険家屋取壊工事
城東開発解体(株)…2,572,500円
- ・井内中地区かけ崩れ防災対策工事
南條工業(株)…9,660,000円
- ・川内地区統合簡易水道改良工事 (57工区)
共立電気(株)…108,150,000円
- ・公共用財産整理事業 (株)パスコ愛媛支店…28,875,000円
- ・東温市道路台帳整備委託業務
(株)パスコ愛媛支店…2,730,000円
- ・ワックス剥離業務委託 佐伯ビル管理(株)…472,500円
- ・消火用ホース等購入業務 (株)ヤマダ…770,700円

7月20日

- ・川内地区統合簡易水道仮設管工事 (1工区)
(有)さくら設備…687,750円
- ・川内地区統合簡易水道改良工事 (63工区)
(有)村上設備…26,880,000円
- ・川内地区統合簡易水道改良工事 (61工区)
渡部電水工業(株)…42,525,000円
- ・南野田7号線測量設計委託業務
(株)親和技术コンサルタント…5,880,000円
- ・児童・生徒椅子購入 温泉教育用品(有)…1,358,700円
- ・校舎内空気環境(VOC)検査委託
(財)愛媛県総合保健協会…850,500円
- ・北吉井小学校南校舎西棟耐震改修工事実施設計業務
(株)総合企画設計 松山支店…4,200,000円
- ・向井古墳史跡整備プラン策定委託業務
(株)イビソク 徳島営業所…1,312,500円

掲載【平成22年6月29日～7月20日入札実施分】



燃やすごみに
注意ください!

木くずごみ

燃やすごみは、必ず市指定袋に入れて出すことになっていきます。

落ち葉や野菜くず、草花は指定袋に入れて出してください。例外として、剪定した庭木など直径5cm以内の堅い枝は、50cm程度に切

りそろえて、ひもで縛って出すことができます。

ただし、一度に大量に発生する場合は、東温市許可業者へ持ち込んでください。

問い合わせ先

木くず堆肥化業者
ふたば(株)
(TEL0906・55885)

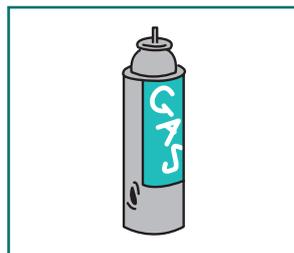
禁止行為のごみ

最近、燃やすごみに混ぜてはいけないものである調理関係の金属やガラス類が多く見られます。

特に、カセット式ガスボンベやスプレー缶は、火災や爆発事故の原因になりますから、必ず適正に処理しましょう。

作業員の怪我や設備の故障原因になるので、きちんと分別してください。
 ※カス抜き作業は、屋外の風通しの良いところで行いましょう。

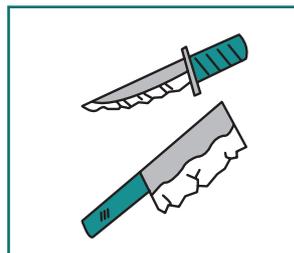
「燃やすごみ」には入れないでください!



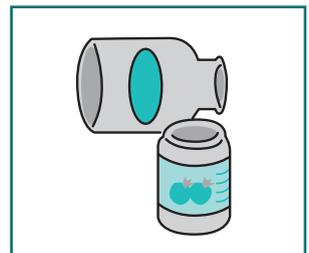
空き缶・金属類
(使い切って、必ず穴を開けてガス抜きする)



空き缶・金属類
(使い切って洗う)



空き缶・金属類
(柄は付いたままで、刃の部分は新聞等で包む)



びん・ガラス類
(使い切って洗う)

夏季教育わんぱくキャンプ
自然のなかで
遊んで学ぶ



Camera
Sketch

まちの話題をカメラでスケッチします

カメラ
スケッチ



夏の滑川を舞台に、小学生が集団宿泊に挑む「夏季教育わんぱくキャンプ」が8月4日から5日までの2日間、滑川キャンプ場とその周辺で行われました。

これは、市内の小学4年生から6年生を対象に年6回の講座を開き、地域活動や新しいスポーツなどの体験を通じて東温市の自然や文化を再発見してもらおうという「わんぱく広場」の夏のイベントです。



午前11時30分、中央公民館を出発したわんぱく団員69名は、正午すぎに滑川キャンプ場に到着。班ごとに力を合わせてテントを設営すると、早速、水着に着替えてキャンプ場の目の前を流れる清川へと向かいます。岩場から飛び込んだり、サワガニや川魚を捕まえたりと、自然いっぱいの川は、子どもたちの絶好の遊び場となっていました。全員で協力して作った夕食のカレーの味は、川遊びでお腹のへった子どもたちにとって格別のようなものでした。



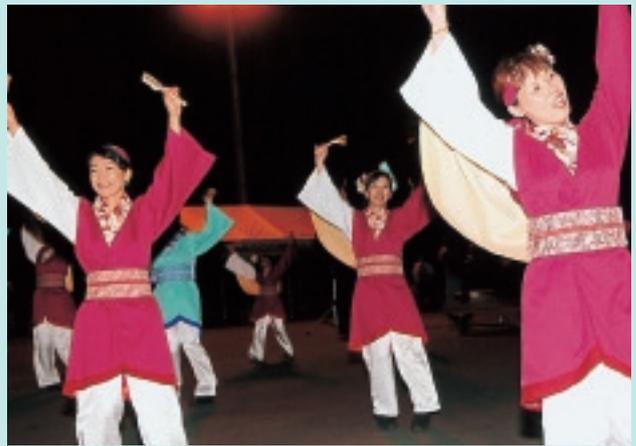
2日目のメインとなるイベントは、午前中に行われた滑川渓谷でのオリエンテーリングです。班ごとに地図を持ちながら自然の残る渓谷を散策します。木立の間からナメラと呼ばれる美しい川床が姿を現すと子どもたちから歓声が上がっていました。

自然いっぱいの山や川で仲間たちと協力しながら活動する「夏季教育わんぱくキャンプ」。子どもたちの笑顔は日に焼けて一回りたくましくなったようでした。



さくら市場納涼まつり
多彩な催しで夏の夕涼みを満喫

8月7日、ふるさと交流館さくらの湯で恒例となった「さくら市場納涼祭」が開かれ、子どもたちや家族連れなど多くの人たちで賑わいました。今年で6回目を迎えた納涼まつりは、新鮮野菜や金魚すくいなどのテントが立ち並びながら、「さくら夢太鼓夢童」の勇壮な太鼓の響きでオープニング。「戸田道尚と一文無し」のミニコンサートや松山市を拠点に活動するよさこいチーム「愛彩媛」のよさこい踊りなど多彩な催しが繰り広げられ、子どもから大人まで楽しい夏の夕涼みを満喫していました。



子どもスポーツ大会
暑さに負けない熱い戦い

7月25日、夏休みの恒例となった第6回目となる「東温市子どもスポーツ大会」が開催され、東温市総合公園など市内4か所の会場で暑さに負けない熱い戦いが繰り広げられました。

キックベースボール

A優勝 田窪A B優勝 南方東B C優勝 南方東A

ソフトボール

優勝 牛淵

ミニバスケットボール

優勝 横河原

ドッジボール

優勝 西谷オールスターズ

河川水難事故防止指導者育成講座
水の事故から大切な命を守る

毎年7月に定められている「河川愛護月間」の取り組みの一環として、「河川水難事故防止指導者育成講座」が7月26日、東温市で開催されました。これは、重信川・石手川水防連絡会が今年度初めて行ったもので、重信川流域の市や町の関係者など約20名が参加しました。市役所会議室で「河川の危険性とメカニズム」について講義を受けた参加者は、菖蒲堰で実地講習を体験。救命胴衣を着けての泳ぎ方や、救助用ロープの投げ方や受け方などを真剣な面持ちで学んでいました。



横瀬団地夏祭り防災訓練
地域がひとつに訓練に取り組む

近い将来、発生が予想される東南海・南海地震に備え、地域の防災力を高めようという活動が広がりをを見せています。8月7日、横瀬団地で開かれた夏祭りにあわせて自主防災会が主催する防災訓練が実施されました。10年ぶりに地域がひとつになって開かれた夏祭りとあって、会場には老若男女約200名を超える住民が集結。カラオケやフラダンスが次々と繰り出されるなか、多くの人々が地震体験車による震度体験や心肺蘇生法の模範演技など実践さながらの訓練に取り組んでいました。

重信川まるごと探検隊～川で遊び隊～ 清流をのぼり重信川の魅力を発見

7月27日、重信川でのさまざまな体験をとおして、子どもたちに川の魅力を発見してもらおうと、「重信川まるごと探検隊～川で遊び隊～」が開催されました。これは、重信川を育む会が毎年夏休みに行っているもので、今年で6回目を迎えました。午前中、横河原砂防出張所で川の大切さについて学んだ子どもたちは、午後から重信川の上流である木地堰堤キャンプ場へ移動し、さっそく川を探検。清流をのぼりながら箱メガネを使って、水中のタカハヤやサワガニなどを捕らえると歓声を上げていました。



東温市消防署でクライミング講習会 都市型の災害に備えて初の試み

建物の高層化や救助車両が容易に近づけない現場など、災害の都市化がクローズアップされています。8月1日、こうした都市型の災害に備えようと東温市消防署で初めての試みとなる「クライミング講習会」が行われました。クライミングの日本オリンピック強化コーチが招かれた講習会では、ハーネスやカラビナなど資機材の性能について専門家から説明を受けた消防署員が、地上高15メートルの訓練塔を実際にクライミングして、都市型災害での人命救助に備えていました。

ふるさと野球大会 懐かしい仲間の笑顔が勢ぞろい

8月14日・15日の2日間、川内中学校グラウンドに懐かしい仲間の笑顔が勢ぞろいしました。お盆の恒例行事となった「ふるさと野球大会」が今年も盛大に開催されました。この野球大会は、お盆休みを利用して帰省した仲間たちとの再会を記念して始まったもので、60年を超える歴史を持っています。久しぶりの再会を喜ぶ笑顔が見られるグラウンドでは、ファインプレーや珍プレーが続出する好ゲームが繰り広げられ、応援席からは選手たちに熱い声援が送られていました。



こんにちは！知事です 輝くふるさと愛媛づくりを語る

愛媛県では、県民参加の開かれた県政を推進するため、知事が現地を訪問して地域の方々と率直な意見交換を行う「こんにちは！知事です」を開催しています。8月12日、砥部町中央公民館講堂で開かれ、東温市からも地域住民や各種団体を代表して4名の参加者が意見を発表しました。会では、冒頭に加戸知事が「輝くふるさと愛媛づくり」についての思いや考えを説明。その後、介護における問題や山林の保全、公共交通の活性化などについて活発な意見交換が行われました。

夏休み親子料理教室

夏を乗り切る料理に親子でトライ

教育委員会が主催する「夏休み親子料理教室」が、8月5日に開かれ、川上小学校と南吉井小学校の30組の親子59名が参加しました。これは、親子が料理を作ることで、食への関心を高めようと夏休みを利用して行われているものです。エプロンや三角巾を身につけた参加者は、学校給食センターの栄養教諭や調理員などから指導を受けると、夏野菜をたっぷり使った冷麺や手作り焼きぎょうざなどのメニューに親子で仲良くトライしていました。



西谷小でナイトステイ

夜の学校がお化け屋敷に変身

7月31日、夜の学校を体験する「ナイトステイ」が西谷小学校で行われました。これは、学校創立百周年を記念して始まった夏休み中のお楽しみイベントで、今年はより多くの児童や保護者に参加してもらえるよう、自然体験教室との同日開催となりました。次第に夕暮れが迫り、辺りが暗くなるとグループごとに肝試しの始まりです。グループごとに夜の校舎を探検する子どもたちの前にお化けにふん装した保護者や先生たちが現われると夜の学校から悲鳴や歓声が上がっていました。



東温市戦没者追悼式

追悼の思いを胸に平和を誓う

7月30日、東温市が主催する戦没者追悼式が開催されました。会場となった中央公民館大ホールには、遺族会の会員や関係者約230名が参列し、全員で黙祷をしたあと、高須賀市長が「これまで学び取った多くの教訓を心に深く刻み、市民の皆さんが心豊かに暮らせるまちづくりに全力を尽くします。」と追悼の言葉を述べました。その後、遺族の代表が次々と献花して、先の対戦で戦死した600名余りの冥福を祈りました。今年は戦後65周年の節目の年であり、東温市としては2回目の式典となりました。



東温市小学校水泳記録会

青く澄んだプールに水しぶき

7月22日、市内の各小学校から5・6年の児童が参加する「東温市小学校水泳記録会」が開かれ、夏空の下、熱い戦いを繰り広げました。記録会は、自由形や平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライ、メドレーリレーなどの18種目で、各校の代表選手が力強い泳ぎを披露。この日のために練習を重ねてきた選手が、青く澄んだプールにいっせいに水しぶきをあげると、会場となった川内中学校のプールに駆けつけた大勢の保護者や仲間たちから「がんばれー！」と熱い声援が送られていました。





市役所からあなたへ

スポットニュース

総務課から

Tel.964-4400

平成23年度
市職員を募集します

東温市では、平成23年4月1日付採用予定職員を募集します。募集内容は次のとおりです。

消防職

○募集人数 若干名

○受験資格

昭和62年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた者で、学校教育法の高等学校卒業業者及び平成23年3月卒業見込みの者。

○提出書類等

- 履歴書（3か月以内に撮影した写真貼付）
- 様式指定はありません。
- 健康診断書（3か月以内に受診したもの）
- 検査項目について指定があるため、事前にお問い合せください。
- 最終学校卒業（見込み）証明書【原本】

○試験の内容等

●一次試験

10月17日(日) 9時～

(教養・適性・体力試験)

東温市役所他

●二次試験

11月21日(日) 9時～

(作文・面接試験)

東温市役所

※一次試験合格者のみ対象となります。

※二次試験は日程を変更する場合がありますので、ご注意ください。

○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します。

高校卒業初任給
140,702円

(平成22年4月1日現在)

保健師

○募集人数 若干名

○受験資格

- 保健師資格を有する者、または平成23年4月1日までに資格を取得する見込みの者
- 提出書類等
- 履歴書（3か月以内に撮

影した写真貼付)

●様式指定はありません。

●健康診断書（3か月以内に受診したもの）

●検査項目について指定があるため、事前にお問い合せください。

●最終学校卒業（見込み）証明書【原本】

●資格、免許の写しまたは取得見込み証明書

○試験の内容等

●一次試験

10月17日(日) 9時～

(教養・適性・専門試験)

●二次試験

11月21日(日) 9時～

(作文・面接試験)

東温市役所

※一次試験合格者のみ対象となります。

※二次試験は日程を変更する場合がありますので、ご注意ください。

○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します。

医療職初任給
189,712円

(平成22年4月1日現在)

共通事項

○受付期間

9月3日(金)～9月17日(金) 持参及び郵送で受付します。受付時間等制限がありますので事前にお問い合せください。

○申込・問い合わせ先

募集の詳細な案内は、市のホームページに掲載しておりますのでご覧ください。

〒791-0292

東温市見奈良530番地1

東温市役所

総務部総務課人事係

(Tel.964-4400)



「広報とうおん」はインターネットでも
ご覧いただけます。
<http://www.city.toon.ehime.jp/>



教育相談室は
☎964-3437
☎966-6150
です!

地域子育て支援センター
から Tel.966-2080
ファミリー・サポート・
センターとうおんから
Tel.990-1130

**応援します！
あなたの子育て！**

東温市では、子どもたちの健やかな成長を願って、また、子育ての不安や悩みを気軽に相談できる場所として、地域における総合的な子育て支援を行う拠点となる子育て支援センターを開設しています。

○開設時間
月～金曜日
8時30分～17時15分

**子育て・サポート・
親子遊びの広場**

親子で一緒に遊んだり、子育ての楽しさや悩みなどをおしゃべりしましょう。

○日時 9月14日(火)
9時30分～11時30分
○内容 ミニ運動会
○場所 中央公民館
2階 大ホール

あおぞら広場・赤ちゃん広場
地域の親子が集える場所を提供しています。

○火曜日 あおぞら広場
時間 9時～11時
場所 川内健康センター
2階

○水曜日 赤ちゃん広場
時間 9時～11時
場所 川内健康センター
2階

○木曜日 あおぞら広場
時間 9時30分～11時
場所 さくらこども館

○火・水・木曜 自由開放日
時間 13～16時
場所 川内健康センター
2階

※第2火曜日は、「子育て・サポート・親子遊びの広場」で、中央公民館で行います。

※年1回、初回参加時に保険加入（年間の保険料600円）が必要です。

育児相談

子育ての悩みや不安なことなどの相談をお受けしています。気軽にお電話ください。

**ファミリー・サポート・
センターとうおんから**

利用会員（子育てを助けて欲しい人）と協力会員（子育ての手助けや協力をしてあげたい人）を登録会員制度で、組織化した子育て支援です

○協力会員大募集

資格・年齢等不問です。で、「ファミリー・サポート・センターとうおん」で活動してみませんか。

○ファミサポート日より

★第3回研修会「東温市自然体験」報告

7月6日梅雨の合間をぬって曇り空や霧雨の中、東温市上林の「風穴」見学と「水の元そうめん流し」を体験しました。「風穴」では、整備された木の階段をお母さんと手をつないで、一步一步登っている姿は、ほほえましく思えました。また、風穴から吹き出す風は、冷凍庫を開けたときのような、気持ちの良い冷たい風でしばし暑さを忘れさせてくれました。

「水の元そうめん流し」で

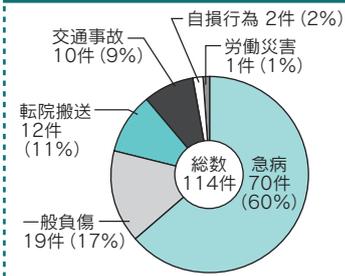
は、冷たい水と美味しいだし汁に、つついお箸がすすみ、参加された会員皆さんは、「お腹いっぱい食べました。」「美味しかったです。」「子どもも、流れてくるそうめんを上手にすくうことができお腹いっぱい食べ、満足していました。」などの感想が有り、本当に楽しい研修会でした。

★9月の「ファミサポート広場」
時間内であれば、自由に参加できます。

○日時
9月10日(金)・17日(金)
9時30分～11時30分
○場所 中央公民館
3階 和室



7月の東温消防救急出場数



市民環境課からお知らせです

六価クロム地下水モニタリング調査結果 (7月21日採水分)

牛淵地区六価クロムの地下水等モニタリング調査地点(7箇所)について、基準値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)

まちづくり課から

Tel.964-4412

愛大医学部周辺の まちづくり講演会

参加者を募集します

東温市では、『豊かな自然と調和する住みやすいまち・住んでみたいまちの創出』をテーマとして、『土地区画整理や道路整備など愛大医学部周辺の魅力あるまちづくり』に取り組んでいます。

今回、他の地域で行われている魅力あるまちづくりの事例を紹介して、市民主体のまちづくりの大切さと効果についての講演会を開催します。

講演会のくわしい内容は次のとおりです。
講演会はどなたでも参加できますので、気軽にお越しください。

○日時 9月22日(水)

19時30分～21時

○場所

市役所4階 大会議室

○テーマ

「地域力(まちづくり力)を高める～童話からまちづくりを学ぶ～」

○講師

長谷川 直樹

名城大学大学院理工学研究科講師
(都市・建築空間特論)

○申込方法

市役所 まちづくり課へ電話またはFAX、メールで住所、氏名、電話番号を記入のうえ申し込んでください。

○申込期限 9月17日(金)

○問い合わせ先

市役所 まちづくり課
(TEL964-4412)



産業創出課から

Tel.964-4414

とうおんブランド販路 開拓等支援事業について

東温市産の農産物等やそれらを加工した製品のブランド化を行う事業者に対して、必要経費の一部を支援します。
詳細は次のとおりです。

○応募できる方

- ・農林畜産業に従事するグループまたは個人
- ・農林畜産物加工グループまたは個人
- ・農業協同組合
- ・森林組合
- ・商工会

・民法第34条の規定により設立された法人であって、地域の産業の振興を図る事業の実施主体として市長が適当と認めたもの
・中小企業基本法第2条に規定する中小企業者

○応募期間

9月1日～9月30日

○支援事業の概要

支援事業は、1事業あたり、50万円を限度とし、補助率は1/2とします。

○補助対象経費

謝金(諸謝金) 旅費(講師旅費等) 委託料(調査研究等委託料等) 加工施設整備工事一式(機械設備工事含む。補助事業者の労賃は対象外) 製造費(原材料費等) 加工品のPR料(ダイレクトメール送料等) 商談会・見本市出展料(出展小間料等) 諸費(会議費、事務費等)

○問い合わせ先

市役所 産業創出課
(TEL964-4414)



東温市役所ファックス一覧表

【代表】FAX 964-1609

市役所（本庁）

- 1階 FAX 964-4446
- 2階 FAX 964-4447
- 4階 FAX 964-4449
- 5階 FAX 960-5186
- 川内支所 FAX 966-5679

東温市役所電話一覧表

【代表】☎ 964-2001

- 総務課 ☎ 964-4400
- 企画財政課 ☎ 964-4401
- 税務課 ☎ 964-4403
- 川内支所【代表】☎ 966-2222
- 社会福祉課 ☎ 964-4406
- 健康推進課 ☎ 964-4407
- 川内健康センター ☎ 966-2191
- 保険年金課 ☎ 964-4408
- 市民環境課
 - 戸籍・住民 ☎ 964-4404
 - 環境・新工ネ ☎ 964-4415
- 農林振興課 ☎ 964-4409
- 産業創出課 ☎ 964-4414
- まちづくり課 ☎ 964-4412
- 国土調査課 ☎ 966-2190
- 下水道課 ☎ 964-4417
- 会計課 ☎ 964-4402
- 水道課 ☎ 964-4416
- 学校教育課 ☎ 964-4420
- 生涯学習課 ☎ 964-1500
- 中央公民館【代表】☎ 964-1500
- 川内公民館【代表】☎ 966-4721
- 図書館 ☎ 964-3414
- 〃（川内分館）☎ 966-4721
- 歴史民俗資料館 ☎ 964-0701
- 学校給食センター ☎ 966-6322
- 農業委員会事務局 ☎ 964-4410
- 監査事務局 ☎ 964-4419
- 議会事務局 ☎ 964-4422
- 東温市消防署 ☎ 964-5210
- さくらの湯 ☎ 960-6511
- 福祉館 ☎ 966-3306

災害に備えて“いざ”というときの連絡先

災害が発生し、または発生する恐れのある場合、市役所総務課内に災害対策本部が設置されます。

東温市災害対策本部（設置時） ☎ 964-4400

東温市役所 危機管理室 ☎ 964-4400

東温市役所（代表） ☎ 964-2001 FAX 964-1609

東温市消防署 ☎ 964-5210 FAX 964-5503

生涯学習課から
Tel.964-1500

平成23年東温市成人式の
実行委員と運営スタッフ
を募集します！

東温市では、平成23年1月9日(日)に、東温市中央公民館において成人式を開催する予定です。

該当者は、平成2年4月2日から平成3年4月1日の間に生まれた方です。

つきましては、成人式の実行委員および運営スタッフを募集しますので、希望される方は、東温市教育委員会 生涯学習課（TEL



964・1500)までお申し出ください。

○実行委員
イベント企画、当日の司会など

○運営スタッフ
当日の会場での受付、場内外の整理・誘導など

9月の不燃物収集日程表

重信地区	ペット・プラ その他	粗大ごみ	空き缶・金 びん・ガラ ス類	金属類
樋口・上村	12日・26日	19日	5日	
横河原・八反地・田窪	5日・19日			
志津川（八反地除く）	12日・26日		5日・19日	
見奈良	12日・26日	19日・22日	5日	
田窪団地		19日	5日・19日	
下林		19日・22日		
上記以外の地区		22日		
川内地区	ペット・プラ	粗大ごみ等	びん・ガラ ス類	空き缶・金 金属類
東谷・西谷・土谷・滑川・奥松瀬川	3日・17日	13日	9日	27日
北方東・北方西・南方東・南方西	1日・15日	14日	10日	28日
町東・町西・前松瀬川・横灘団地	2日・16日	15日	8日	29日

※9月20日(月)、9月23日(木)の「燃やすごみ」は平常どおり収集します。
※9月23日(木)の「紙類」は収集を休みます。

ALTTから



一言



救いの手をさしのべて①

皆さんはこれまでに他人の協力やアドバイスを必要としたことがありませんか。また、それを得ることはできませんでしたか。

65歳のディートウハルドウ・アム・エンデさんは、ドイツ出身の、退職した校長先生です。彼は、夢を実現させようと決心しました。それはドイツから日本へ、そしてさらに遠くへバイクで旅しようという夢です。

5月9日、彼はBMW F800というバイクに乗って旅を始めました。ポーランド、ロシアそしてシベリアにも足をのびました。ウラジオストクからフェリーに乗ってソウルへ、そして境港（鳥取県）へ着きました。

6月17日、彼は15,000キロの道のりをバイクに乗り、さまざまな場所を見て、たくさんの人に出会いながら東温市にやってきました。彼の主なイベントのひとつは、川内中学校を訪れること、そして東谷小学校で6年生の子どもたちと対面することでした。ディートウハルドウさんは、子どもたちと話し、たくさん質問に答えたり自分のことについて語ったりしました。子どもたちもふれあい、とてもよい時間を過ごすことができました。

6月17日、彼は15,000キロの道のりをバイクに乗り、さまざまな場所を見て、たくさんの人に出会いながら東温市にやってきました。彼の主なイベントのひとつは、川内中学校を訪れること、そして東谷小学校で6年生の子どもたちと対面することでした。ディートウハルドウさんは、子どもたちと話し、たくさん質問に答えたり自分のことについて語ったりしました。子どもたちもふれあい、とてもよい時間を過ごすことができました。



English

Lending a Helping Hand①

Have you ever been in need of some assistance or advice? And did you get it? Well, here is the story: Diethard Am-Ende, a 65 year old retired school principal from Germany decided to make his dream come true: going by motorcycle from Germany to Japan, and even beyond. On May 9th he started his trip on his BMW F800 bike, across Poland, Russia and entering Siberia. From Vladivostok he took the ferry to Seoul continuing to Sakaiminato. Arriving in Toon on 17 June he had ridden 15,000 kilometers, seen many places and met many people. One of his main events while staying with us was visiting Kawauchi junior high school and meeting the 6th grade students at Higashidani elementary school. Diethard had a great time talking with the students, telling them his story and answering lots of questions.

ふれあい広場

「ふれあい広場」に耳寄りな情報をお寄せください。「満1歳ハッピーバースデー」のコーナーでは、市内にお住まいで発行月に満1歳の誕生日を迎えられるお子さんの顔写真とコメントを掲載しています。9月10日までに総務課(Tel.964-4400 soumka@city.toon.ehime.jp)へ写真とコメントをお寄せください。

きらり東温からのお知らせです

食生活の大切さを学習し、みんなで高齢化社会を元気に乗り越えましょう。お気軽にご参加ください。

テレコミュニケーター体験セミナー

- 日 時 9月26日(日) 13時30分～15時
- 場 所 中央公民館 第2研修室(2階)
- 講 師 東温市役所 健康推進課 管理栄養士 河端 千津子氏
- 参 加 費 無料
- 申 込 締 切 9月17日(金)
- 申 込 先 金井 (Tel.964・2907)

企業の顔として対応するテレコミュニケーターの仕事内容を学ぶ講座です。是非、ご参加ください。

- 期 間 10月13日(水)～17日(日)
- 場 所 松山市民会館 会議室
- 申 込 締 切 9月13日(月)～10月5日(火)
- 申 込 先 ジョブカフェ愛ワーク (Tel.913・8686)

消防団に防火服を配備しました

消防団員の安全を確保する防火服の配備式が、7月30日、市役所で行われました。式では、高須賀市長が「消火活動に十分に活用してください。」と挨拶し、松末団長に目録を手渡しました。高度の防炎性と防熱性を備えた防火服72着は、火災現場の最前線で活動する消防団員に配備されます。



あつまれ ジュニア空手道体験教室

『YOYO えひめ国体
2017年・めざせ7年後』を
合言葉に、地域におけるスポー
ツの普及と振興を目的とした
空手道体験教室を開催すること
になりました。

未経験の子どもさんが親しみ
やすい教室にしたいと思ってお
りますので、ふるってご参加く
ださい。

なお、開催日等のくわしい内
容は、愛媛県空手道連盟・糸
東会重信支部 伊藤忠徳（Tel
090・4503・0555）ま
でお問い合わせください。

この教室の会
場は拜志小学校
体育館で、参加
費は無料となっ
ています。



満1歳 Happy Birthday



山口 牛 真奈ちゃん
(9月14日)

お茶目な真奈ちゃん。お誕生日おめでと。これからもよろしくね！（パパ&ママより）

「満1歳Happyバースデー」のコーナーでは、満1歳の誕生日を迎えるお子さんの顔写真とコメントを掲載しています。

8月5日、市内の小中学校の先生が、地域の清掃を通じて自然保護に努めようと風穴周辺のボランティア清掃に取り組みました。初の試みとなる清掃には、10名が参加。山頂へ向かうコースと風穴周辺のコースに分かれて、心地よい汗を流していました。



Meeting place



東温MAX女子部は、7月4日に開催されたファミリーマーケットカップC大会（5年生以下の部）で初優勝しました。6年生がいないので5年生以下の部員でがんばって練習してきました。また、次の大会もがんばります。

「商工会産業まつり」をリベンジ開催します！

5月に雨天のため中止となった「商工会産業まつり」をリベンジ開催することになりました。東温市ならではの商品の展示販売や盛りだくさんのイベントが目白押しです。是非、お越しください。

■日時 10月3日(日)
10時～15時

※小雨の場合は決行します。

■場所 JAえひめ中央重信支所
※イベント参加者も募集しています。

別添のチラシをご参照ください。

■問い合わせ先 東温市商工会館内
産業まつり実行委員会事務局
(Tel 064・12554)



リベンジ
するよ～

知らなきや損する リフォームの話

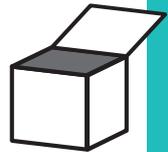
プロの講師を迎えた6回のコースで講座を開催することになりました。初回は、最近のリフォーム事情についてのお話です。リフォームに興味のある方、リフォームを計画中の方、この機会をお見逃しなく。

最近のリフォーム事情

■日時 9月11日(土)
10時～12時
■場所 展示場
■参加費 1回500円
■申込・問合先
NPO生涯学習プログラム
(Tel 055・1077(5))



情報ボックス



重信リバーサイド車いすコスモスマラソン

自然に包まれた「重信リバーサイド」を完走目的の健康マラソンとして走ります。選手の手力走に、ご期待ください。

- 日程 10月3日(日)
- 時間 開会式 9時30分、競技開始 10時30分
- 場所 東温市見奈良コース・モール
- 競技内容
 - ・500メートル
 - ・生活用・電動車椅子・介助付走・伴走者付
 - ・1キロメートル
 - ・生活用車椅子



第8回重信川美化推進事業

私たちは、重信川から生活の源としての、清く、豊富な水の恩恵を受けています。重信川の恩恵に感謝し、この豊かな自然を地域の人々に守らなければなりません。河川愛護運動の一環として、重信川美化事業を実施します。みんなで川をきれいにしましょう。

- 日時 9月12日(日) 8時(集合)～10時頃
- ※少雨の場合は決行します。
- 集合場所 拝志大橋右岸(北側河川敷広場)
- 清掃対象場所 重信川の堤防と河川敷
- 参加対象者 流域住民、各種団体、各企業関係者
- 清掃用具



- ごみ袋、火バサミ、軍手 事務局で準備します。
- ごみ集積場所 龍沢泉南、柳原泉前広場
- 注意事項
 - ・ごみは分別して集積場所に置いてください。
 - ・服装は長袖、長靴、帽子などが安全です。
 - ・事故にはくれぐれもご注意ください。

2010 東温国際音楽の日 記念コンサート

2010東温国際音楽の日の記念コンサート「古川邦彦&江川敦子デュオリサイタル」を次のとおり開催します。皆さんのご来場をお待ちしています。

- 日時 10月20日(水)
- 開場 19時
- 開演 19時30分
- 会場 中央公民館 大ホール
- 曲目
 - ・パーティー・ピース、ノクターン第2番 変ホ長調 ほか
- 入場料
 - ・大人 1,500円
 - ・(当日) 1,800円



サポーターになろう

**みんなで愛媛FC
を応援しよう**



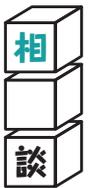
開催日	キック オフ	対戦相手	マッチシティ・ マッチタウン
9月19日(日)	19:00	徳島ヴォルティス	今治市
9月26日(日)	19:00	ロアッソ熊本	東温市 伊予市
10月17日(日)	16:00	F C 岐阜	松前町

**★マッチシティ
「東温市・伊予市の日」の入場券を販売中!**

入場券は、絶賛発売中です。東温市の小・中・高校生及び65歳以上の方は、C席無料(ただし、入場券が必要です)、また、一般の方が、C席500円の特別料金にて販売しています。入場券ご希望の方は、市役所ほか川内支所、中央公民館、川内公民館、ツインドーム、さくらの湯、ジョイグリーンでお申込みください。



- 9月28日(火) 10時～16時30分
- 川内支所 1階ロビー
- 9月29日(水) 9月30日(木) 10時～16時30分
- ふるさと交流館 さくらの湯
- 9月24日(金) (文化研修室)
- 9月25日(土) 9月26日(日) 11時～19時
- 説明会**
- 東温市役所 4階 403会議室
- 9月28日(火) 13時～13時40分
- 川内支所 2階
- 9月30日(木) 13時～13時40分
- 参加費** 無料
- 問い合わせ先**
- 愛媛県テレビ受信者支援センター(アシサポ愛媛) 相談会グループ (Tel 964-60055)



親と子どもの相談窓口

愛媛県松山保健所では、子どもさんの発達において、何らかの不安をお持ちの方を対象に相談窓口を開いています。
子どもさんへの関わり方や、ご自身の健康など悩んでおられませんか。お気軽に相談窓口をご利用ください。



**ひまわり一人1本から
運動の種の回収について**

上林を考える会の「ひまわり一人1本から運動」に参加いただきありがとうございます。収穫された種の回収にご協力ください。
※茎やがく等は取り除き、必ず「種」の状態乾燥させてお持ちください。

地デジ相談会・説明会

愛媛県テレビ受信者支援センター(アシサポ愛媛)による地上デジタル放送に

- 小中高生 700円 (並日800円)
- 前売券発売場所**
- 中央公民館、川内公民館、愛媛大学生協、松山大学 生協ほか
- 問い合わせ先** 生涯学習課 (Tel 964・1500)

相談会

東温市役所 1階ロビー 9月27日(月)

ついでに相談会・説明会が開催されます。地上デジタル放送への準備がお済みでない方、また、どうすればいいのかわからない方は、是非、この機会にお越しください。相談会・説明会へのお申し込みは不要です。地デジに関することはお気軽にご相談ください。

○内容

子どもさんの発育・発達・関わり方について、保護者の方ご自身の健康について

○実施日

原則として毎月第3火曜日 13時30分～(予約制です)

○相談電話(直通)

(Tel 909・8757)

愛媛県松山保健所

難病・母子保健係 保健師まで

○注意点

相談は無料です。秘密は厳守されます。なお、相談内容によって訪問相談も実施します。



問い合わせ先

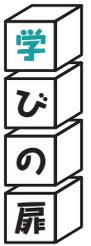
市役所 市民環境課 (Tel 964-4415)

○期間

9月1日(水)～10月29日(金)

○場所

市役所 新エネ推進室、中央公民館、川内公民館



**プチSARAダ！
世界に飛び出せ！
キッズ広場！！**

- 日時 9月22日(水)
17時～17時50分
- 場所 中央公民館
2階 研修室等
- 受講料
1回につき500円
教材費等自己負担
- 保険料 600円
初回のみスポーツ安全保険が必要です。
- 受講資格
市内の小学校・中学校に通う児童生徒
- 申込先
生涯学習課
(Tel964・1500)

**プチSARAダ！
わくわく工作ランド**

- 針金を使って、いろいろなものを作ってみませんか。
- 日時 9月15日(水)
16時15分～17時15分

- 場所 中央公民館
- 受講資格
市内の小学校・中学校に通う児童生徒
- 申込先 生涯学習課
(Tel964・1500)



- パソコン講座**
- 今回のパソコン講座は、エクセルコースです。

- 日時
9月13日(月)～17日(金)
19時30分～21時30分
- 場所 中央公民館
2階 青年室
- 定員 10名
- ※希望者多数の場合は、抽選となります。
- 締切 9月7日(火)

- 受講料 (テキスト代)
1,500円程度
- 受講資格 市内在住の方
- 申込先 生涯学習課
(Tel964・1500)

花いっぱい運動

皆さんも、家族や友達と一緒に花のあるまちづくりに参加してみませんか。

- 日時
9月4日(土) 種まき
10月2日(土) ポット移植
11月6日(土) 定植
8時50分 集合
9時 作業開始
- 場所
中央公民館 西側駐車場
- ※少雨の場合は、決行します。



**れきみん講座
古文書入門講座**

初心者を対象に、古文書独特のくずし字や異体字などを詳しく説明します。興味のある方は是非、ご参加ください。

- 日時 10月8日(金)
13時30分～15時
- 場所
中央公民館 2階
第1研修室
- 対象 市内在住の方
- 募集定員 10人
- ※定員になりしだい締め切ります。
- 注意事項
月2回(全6回)の講座になります。詳細は、歴史民俗資料館へお問い合わせください。
- 申込先
歴史民俗資料館
(Tel964・0701)

**川内公民館さくら講座
ふるさと探訪教室**

- 日時 9月21日(火)
10時～12時(講義)

- 11月12日(金)
9時～12時(現地研修)
- 場所
川内公民館(講義)
滑川地域の文化財(現地研修)
- 講師
市文化財保護審議委員長
和田 義雄先生
- 募集定員 30名(先着順)
- 参加料 無料
- 内容
滑川地域の歴史探訪の講義と現地研修
- 受講要件
2回の講義受講可能な方
- 締切 9月14日(火)
- 申込先 川内公民館
(Tel966・4721)



9月の図書館

本館

TEL 964-3414
 FAX 964-7322
 ホームページ <http://www.toon-lib.jp>
 メール bookin@toon-lib.jp
 開館時間 9時～19時
 休館日 9月16日～25日

川内分館

TEL 966-4721
 開館時間 9時～17時15分
 休館日 9月16日～25日

移動図書館車運行事

一般地区

- 幸楽 13日・27日 (第2・4月曜日)
- 南方・則之内・河之内・町西
13日・27日 (第2・4月曜日)
- 樋口・横河原
14日・28日 (第2・4火曜日)
- 志津川・八反地・西岡・田窪・牛淵
8日 (第2水曜日)
- 上樋・播磨台・野田・新村・北野田
9日 (第2木曜日)
- 上村・下林・上林
10日 (第2金曜日)
- 則之内東・河之内・滑川・土谷・松瀬川
11日 (第2土曜日)
- 北方・松瀬川・南方
4日 (第1土曜日)
- 南方・吉久・井内・則之内西
12日・26日 (第2・4日曜日)
- 北方西・横河原・田窪団地・上林・下林・南野田・堀池
5日 (第1日曜日)

小学校・幼稚園

- 南吉井小学校・重信幼稚園
6日 (第1月曜日)
- 拝志小学校・東谷小学校・東谷幼稚園
7日 (第1火曜日)
- 西谷小学校・西谷幼稚園・上林小学校
15日 (第3水曜日)
- 北吉井小学校・北吉井幼稚園
2日 (第1木曜日)
- 川上小学校・川上幼稚園
3日 (第1金曜日)



読書マラソン開催中!

「国民読書年」の今年、あなたもたくさん本の本と触れ合ってみませんか。
 市立図書館では、現在、読書マラソンを行っています。

このマラソンは、本を1冊読んだらスタンプを1個押し、1駅進み、本を読むごとにスタンプが増えて、日本1周したらゴールになるといいます。

ゴールした方全員には、認定証を差し上げます。

スタンプは、本館か川内分館のどちらかで押していただきます。

※台紙は、図書館・移動図書館車にあります。



臨時休館のお知らせ

図書館は、次の日程で図書システムの更新業務並びに床ワックス剥離洗

浄業務を行うため臨時休館します。

利用者の皆さんには、たいへんご迷惑をおかけいたしますが、より使いやすくなる図書館のためにご理解とご協力をお願いします。

臨時休館日

9月16日(休)～9月25日(休)

※この期間中は、図書館本館・川内分館・移動図書館車ともに休館です。

※図書館休館日に図書を返却したい場合は、玄関前の夜間返却口(川内分館は返却ボックス)がご利用いただけます。
 ※ホームページも停止します。

新刊案内

★小説

- 秦建日子『ダーティ・ママ』 加藤実秋『風が吹けば』 深谷忠記『評決』 神永学『コンダクター』 西村京太郎『十津川警部 修繕寺わが愛と死』 古川日出男『444』 柚月裕子『最後の証人』 澤田ふじ子『七福怪奇伝』 鳴海章『マルス・ブルー』

★その他

- 櫻井よしこ『論戦2010 日本を愛すればこそ』 警鐘を鳴らす! 田原総一郎『壊れゆく国―なぜ日本は三流国に堕ちたのか?』 村上護『心にしみる仏心の俳句―〇八』

★ママのためのお助け本

堀川波『暮らしがきほん―「わたし」として生きるチカラ53のヒント』

★絵本

長谷川義史『じゃがいもポテトくん』 ふくさわゆみこ『のねずみチッチとほしのみずうみ』





健康推進課 Tel 964-4407
川内健康センター Tel 966-2191

病態別栄養相談（予約制）

食事記録にもとづいて管理栄養士による個人に応じた相談を行います。

日時 9月10日(金)・9月24日(金)
9時～12時（栄養相談1時間）
場所 中央公民館 第3研修室
予約時間 9時～10時、10時～11時、11時～12時
申込 健康センターまでご連絡ください。

女性特有のがん検診について

この事業の対象となる節目の年齢の女性には、7月初旬に無料クーポン券をお送りいたしました。どうぞ、あなたの健康と家族の安心のために、この機会に検診を受けましょう。

転入者の方へ

以前住まわれていた市町から送られてきたクーポン券を東温市のものと交換しますので、クーポン券と身分証明書をご持参のうえ、川内健康センターまたは健康推進課までお越しください。

集団健診の日程について（9月分）

受付時間

●7時30分～10時 ◇13時～14時30分 □13時～14時
既にお送りした書類一式と健康保険証を必ずご持参ください。

実施場所	日程	健診種別及び受付時間									
		特定健診	75歳以上	30歳代	肝炎	胸部	胃	大腸	前立腺	子宮	乳
中央公民館	9/8(水)	●	●	●	●	●	●	●	●	□	
	9/9(木)	●	●	●	●	●	●	●	●	□	□
川内健康センター	9/13(月)	●	●	●	●	●	●	●	●	□	
	9/14(火)	●	●	●	●	●	●	●	●	□	□
		◇	◇	◇	◇	◇		◇	◇		
	9/15(水)	●	●	●	●	●	●	●	●	□	□

診察相談の日程について（9月～10月上旬分）

健康診査を受診された方が対象です。集団健診の約1か月後に実施します。

実施場所	日程	受付時間
中央公民館	9/30(木)・10/1(金)・10/2(土)・10/6(水)・10/7(木)	9時～11時30分
川内健康センター	9/5(日)・9/6(月)・9/7(火)	
上林公民館	9/3(金)	9時30分～11時30分

申込・問い合わせ先

がん検診等について 川内健康センター Tel966-2191
特定健診について 保険年金課 特定健診担当 Tel966-2224

ドクターの健康百科



高血圧診察室でのお話

内科医 岩田 猛

高血圧の自覚症状をご存じでしょうか？頭痛や肩こり、フラフラ感などを思い浮かべる方が多いのではないかと思います。でも高血圧は「無症状」であるが正解です。

しかし、家庭血圧計をお持ちの方は“今日は少し頭が重くしんどい”と思い、血圧を測り、いつもより高いので“ああやっぱり血圧が高いので調子が悪いのだ”と自分で思われたことはありませんか。確かにこのようなことはよくあるので、血圧の症状として頭痛、頭重感などがあると勘違いすることになります。医学的な解釈は、“頭が重くてしんどいような時は血圧も上がっていることが多い”です。逆に“今日は調子もよいから血圧の値もいいはずだ”と思い血圧を測り、いつもより高い血圧値が出てガッカリすることがあるのは高血圧が無症状なためです。

毎日の血圧値をその日の運勢のように、血圧が低いと安心し、少し高いと脳卒中を起こしやすいか心配し過ぎる方もいます。血圧は変動するものですので、いつもより血圧が高いからといって家で寝ている必要はありません。血圧を多くの回数測定することで、より正しい治療選択が出来ますので、血圧値に一喜一憂せず、血圧は上がったり下がったりすることを自覚して、淡々と血圧手帳などに記録しておいてくださると治療に非常に役立ちます。

高血圧があっても無症状で元気なものになぜ治療が必要なのでしょう。それは高血圧が“サイレントキラー”と呼ばれるように、無症状ですが、放置しておくとも脳卒中や心筋梗塞で倒れて、半身不随の麻痺が残ったり、命を落とす危険なものだからです。余談になりますが、現在のように腕で血圧測定する方法が発表されたのは1896年のことです。血圧が測定できるようになっても高血圧は無症状ですからその怖さはすぐには分かりませんでした。約100年前に高血圧の危険性に最初に気付いたのは生命保険会社でした。その調査の中で血圧の高い人はより脳卒中などで倒れるので注意が必要だと判明したのです。

高血圧の治療として塩分を控え、適度の運動をすることが大切です。そして生活習慣の改善をしても血圧が高い方は、薬で下げる必要があります。高血圧の薬はずっと飲まないといけないからと躊躇する方がおられます。しかし高血圧を放っておくと脳卒中などの病気になるわけですから、血圧の薬は“これを飲んでいて元気に長生き出来ます”というサプリメント感覚で長く飲んでもらうことが大切だと思っています。

やっぱり健康

母子保健事業

お母さんの健康を守り、健やかな子どもを産み育てるための保健サービスを行っています。

乳幼児健診・相談・教室

事業名	内 容	対 象 児	実 施 日	時 間	場 所
カンガルー 広場	<ul style="list-style-type: none"> 妊婦と子育て中の保護者との交流、情報交換 〈実技〉赤ちゃんのお風呂 	<ul style="list-style-type: none"> 妊婦とその家族 カンガルー広場に妊娠前から参加している1歳未満の子育てをしている保護者とその家族 	9月 1日(水)	受付：9時30分～10時 教室：10時～11時	中央公民館
7か月児 教室	<ul style="list-style-type: none"> 小児科医師による病気についての話 歯科衛生士によるむし歯予防の話 救急救命士による事故予防の話 	平成22年2月生	9月 1日(水)	受付：12時30分～13時 教室：13時～14時30分	
赤ちゃん 相談	<ul style="list-style-type: none"> 身体計測 ※1 育児相談 栄養相談 	2歳未満	9月 1日(水) 9月 8日(水)	相談：9時30分～11時	川内健康センター
さくらんぼ 広場	<ul style="list-style-type: none"> 親子体操 子育ての中での発見と楽しさの体験学習 	平成20年5・6月生	9月 6日(月)	受付：9時30分～10時 教室：10時～11時30分	中央公民館
1歳6か月児 健康診査	<ul style="list-style-type: none"> 幼児の健康の確認と相談 	平成21年2・3月生	9月16日(木)	受付：13時～14時 健診：13時～15時30分	中央公民館

※1 乳幼児の身体計測は、地域子育て支援センターが開催している「赤ちゃん広場」でも測定できます。(17ページ参照)

健康増進事業

健やかな老後を過ごすための予防的な観点から40歳以上の方を対象の事業を行っています。

健康相談

血圧測定等を行っています。健康に関することはお気軽にご相談ください。

日 時 毎週水曜日 9時～11時 場 所 川内健康センター隣の健康ハウス

こころの健康相談（予約制）

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、心や体の相談に医師と保健師が応じます。

日 時 9月10日(金) 14時～16時
 真光園 大久保 厳彦医師
 場 所 川内健康センター・東温市役所及び家庭訪問
 定 員 2名 申 込 川内健康センターへご連絡ください。

こころの健康講座

こころの健康やこころの不調について理解を深め、ストレスとうまくつき合う方法を一緒に考えてみませんか。

日 時 9月15日(水) 13時30分～15時
 場 所 中央公民館
 内 容 ストレスとうまくつき合う暮らし方、働き方
 ～うつ病の予防、うつ病との付き合い方～
 講 師 NPO法人こころ塾 塾長 村松 つね 先生
 申 込 川内健康センターまでご連絡ください。



CALENDAR



季節の足音 あのことろ

9月は「防災月間」です。9月1日の「防災の日」に関連して、全国各地で様々な訓練やイベントが行われています。右の写真は、2年前、横河原河川敷を主会場に県や各市町、県警、消防など83の機関、約2,700名が参加した愛媛県総合防災訓練のひとつです。「備えあれば患いなし」普段から家庭や職場で災害に対する備えをしっかりと確認しましょう。



9/1 水

2 木 ●ふれあい(心配ごと)相談 13:00~ 福祉館

3 金

4 土 ●花いっぱい運動 8:50~ 中央公民館

5 日 ◆当番医 愛媛十全医療学院附属病院 Tel.966-5011
●東温市民ソフトボール大会 8:30~ 総合公園ほか

6 月 ●行政相談 19:30~ 福祉館

7 火 ●レディース学級④ 13:30~ 川内公民館
●健康体操 19:30~ 福祉館

8 水 ●人権相談所 13:00~ 川内公民館

9 木 ●ちびたちびこのおはなしかい 10:00~ 市立図書館 ●ふれあい(心配ごと)相談 13:00~ 農村環境改善センター ●行政相談 13:00~ 農村環境改善センター ●福祉館じんけん相談 19:00~ 福祉館

10 金

11 土 ●かぼちゃんのおはなしかい 11:00~ 市立図書館
●人権セミナー 13:00~ 中央公民館

12 日 ◆当番医 白岡整形外科 Tel.960-6555

13 月 ●行政相談 13:00~ 福祉館
●パソコン講座 19:30~ 中央公民館

14 火 ●いきがい大学 13:30~ 川内公民館
●パソコン講座 19:30~ 中央公民館
●健康体操 19:30~ 福祉館

15 水 ●わくわく工作ランド 16:15~ 中央公民館
●パソコン講座 19:30~ 中央公民館

16 木 ●ふれあい(心配ごと)相談 13:00~ 福祉館 ●人権相談所 13:00~ 市役所 ●パソコン講座 19:30~ 中央公民館 ●福祉館じんけん講座 19:30~ 福祉館

17 金 ●パソコン講座 19:30~ 中央公民館

18 土

◆当番医 愛媛病院 Tel.964-2411

19 日 ■敬老の日
20 月 ◆当番医 重信クリニック Tel.964-1188

21 火 ●健康体操 19:30~ 福祉館

22 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 ●いきがい大学④ 13:30~ 中央公民館 ●世界に飛び出せ!キッズ広場 17:00~ 中央公民館

23 木 ■秋分の日
◆当番医 藤石医院 Tel.964-1234

24 金

25 土

◆当番医 辻井循環器科内科 Tel.964-0013

26 日

27 月 ●健康体操 19:30~ 福祉館

28 火

29 水

30 木

10/1 金 ●花いっぱい運動 8:50~ 中央公民館

2 土 ◆当番医 さとう耳鼻咽喉科クリニック Tel.990-1133

3 日

4 月 ●健康体操 19:30~ 福祉館

5 火

6 水

人の動き (平成22年8月1日現在)

人口	
男	16,511人 (-17)
女	18,138人 (-14)
計	34,649人 (-31)
世帯	14,034戸 (-8)
	※()内は前月比

表紙の写真

この夏、東温市役所に新しい名物が誕生しました。市庁舎南側に生い茂った緑のカーテンです。このカーテンは、身近な地球温暖化対策の1つとして、庁舎内に涼を呼び込もうと設置されたもので、幅32メートル、高さ8メートル。8月13日には、近くのこども園の園児を招いて、緑のカーテンに実ったゴーヤの収穫が行われました。子どもたちは、立派に育ったゴーヤと巨大な緑のカーテンに歓声をあげていました。

編集後記

それにしても暑いですね。お盆を過ぎたというのに、毎日、真夏のような太陽が照りつけて、外に出るたびに汗が噴き出せます。今年の夏は最高気温が35度以上となる猛暑日が続き、全国各地で熱中症のニュースが聞かれました。現在、すっかり夏バテ状態となった体にムチ打って編集後記を書いています。今月は、気軽に始めることのできる健康法・ウォーキングを特集しました。市内でも、季節の風を感じながら気持ちよさそうに歩く人の姿をよく見かけるようになりました。あなたも、この秋、ウォーキングを始めてみませんか。ただし、水分の準備はお忘れなく!