



広報 うわじま

Uwajima

7

JUL. 2018

No.156



# スポーツ交流センター # 長堀 # クライミング # 高さ15m # 広報 P 12

## 7月の休日当番医

### ■外科系

1日(日)	友松外科・胃腸科(鶴島町)	☎22-0410
8日(日)	植木整形外科(堀端町)	☎22-0022
15日(日)	しませ医院(保田)	☎27-1888
16日(月)	ますだクリニック(伊吹町)	☎23-6611
22日(日)	鎌野病院(広小路)	☎24-6611
29日(日)	上甲外科クリニック(寄松)	☎25-5811

### ■内科系

1日(日)	楠崎内科(本町追手)	☎24-2211
8日(日)	中山内科胃腸科(堀端町)	☎22-0707
15日(日)	石川循環器科内科(中沢町)	☎20-0320
16日(月)	兵頭内科医院(和霊元町)	☎25-2772
22日(日)	和霊町松浦内科(和霊元町)	☎23-1510
29日(日)	田中循環器科内科(堀端町)	☎22-0504

### ■小児科

1日(日)	やくしじこどもクリニック(泉町)	☎24-1386
8日(日)	上田小児科・外科(広小路)	☎25-0100
15日(日)	山下小児科(堀端町)	☎23-0055
16日(月)	こおり小児科(中央町)	☎24-5633
22日(日)	こばやし小児科(長堀)	☎23-1150
29日(日)	やくしじこどもクリニック(泉町)	☎24-1386

### ■(旧)北宇和郡

1日(日)	永井内科医院(津島町)	☎32-6688
8日(日)	富山医院(鬼北町)	☎45-0360
15日(日)	市立津島病院(津島町)	☎32-2011
16日(月)	町立北宇和病院(鬼北町)	☎45-3400
22日(日)	篠原医院(鬼北町)	☎45-3370
29日(日)	大野内科医院(鬼北町)	☎45-0141

▶軽症の人は、市立宇和島病院の救急ではなく当番の医療機関で受診してください。

▶当番医は変更になる場合があります。

【えひめ医療情報ネット】

<http://www.qq.pref.ehime.jp/>



## 安心安全情報メール

災害情報などの緊急なお知らせを受け取ることができます。



## 防災行政放送テレホンサービス

防災ラジオなどの放送内容を確認できます。

☎49-7064

## 目次 - contents -

- 2 目次
- 3 特集 - 朝ごはん -
- 8 国民健康保険、後期高齢者医療制度、ふるさと  
うわじま応援事業
- 11 暮らしの情報、おしらせ
- 20 図書館だより
- 21 医師会健康講座、余暇のひとつ
- 22 健康ガイド
- 24 まちのわだい
- 25 7月生まれのうわじまっ子
- 26 日々是宇和島
- 27 イベント情報
- 28 Uwajima smile news 2018

## 7月の納期 納期限：7月31日(火)

▶固定資産税(2期)

■納付は口座振替が便利で安心

※市内の各金融機関に口座振替依頼書を用意しています。7月25日(水)までに申し込むと、8月末に納期の到来する科目から振り替えが始まります。

■8月の納期：納期限8月31日(金)

▶市県民税(2期)

▶国民健康保険料(1期)

▶介護保険料(1期)

▶後期高齢保険料(1期)

【問合先】(税金、国保料)納税課☎24-1111内線2574  
(介護保険料)高齢者福祉課☎24-1111内線2161  
(後期高齢保険料)保険健康課☎24-1111内線2187

## 人口の動き 6月1日現在

かっこ内数字は前月比

- ▶人口：76,396(-110)人 ▶男：35,788(-56)人  
▶女：40,608(-54)人 ▶世帯：36,364(-3)世帯  
▶出生：44(+11)人 ▶死亡：113(-1)人

# 今朝は何を食べましたか？

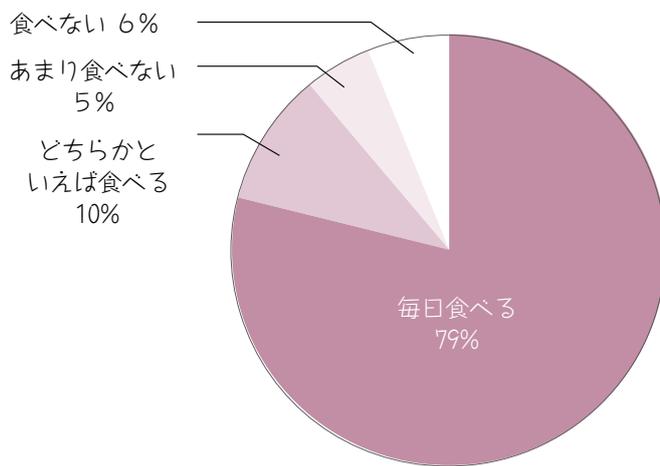
「朝ごはんを食べましょう」は、普段からよく聞く言葉です。

市が策定した「宇和島市食育プラン（第3次）」の調査では、毎日朝ごはんを食べている学生の割合は、約8割でした。その中でも、主食、主菜、副菜をそろえて栄養バランスよく食べているのは2割程度に過ぎず、「朝ごはんは食べるけれど、栄養バランスが整っている人は少数」という結果が明らかになりました。

忙しく慌ただしい朝の時間には、栄養バランスを意識することは難しいと思われがちです。しかし、朝ごはんは1日を元気にスタートするためにとっても大切な食事です。今月号では、朝ごはんを食べることの大切さに注目しました。

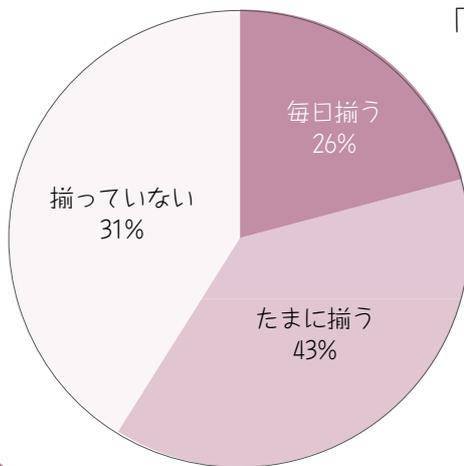
朝ごはんを食べている割合

【小・中学生、高校生】



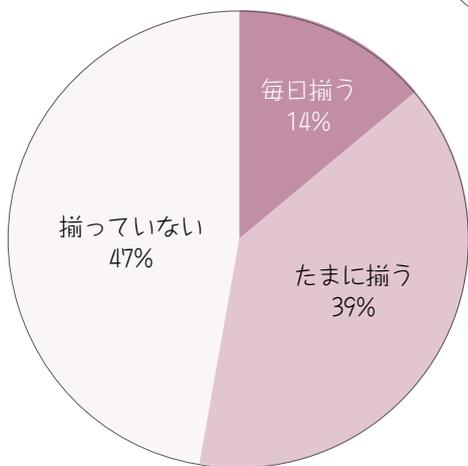
「主食、主菜、副菜」がそろっているか

年齢が上がるにつれ、栄養バランスが整っていないことが分かります。



【小・中学生、高校生】

いただきます♪



【成人】



宇和島市食育プラン(第3次)調査結果より

## 栄養バランスのよい朝ごはん-「主食、主菜、副菜」の役割-

### ■副菜：主に野菜を使ったおかず

ビタミン、ミネラル、食物せんいの供給源で、体の調子を整え、病気の予防に役立ちます。野菜には生活習慣病に役立つ栄養素が豊富に含まれ、大人は1日350g以上必要です。

プチトマトやキュウリ、レタスなど加熱しないまま食べられる野菜を添えて不足しがちな野菜を補いましょう！



### ■主食：米、パン、麺類などの穀類

おもに、脳や体のエネルギー源になります。穀類の「糖」をしっかりとして記憶力、集中力を高めましょう。

### ■主菜：魚、肉、卵、大豆製品のおかず

筋肉、血液、骨などの組織をつくるタンパク源。ビタミンB1の多いサケ、ハム、豚肉、大豆製品などをとると、「糖」をエネルギーに変えやすくなります。

健康でいるためには朝ごはんが大切

健康を考える上で、最近では多くの研究機関で朝ごはんの効果を検証されています。

#### ■朝ごはんの効果

##### 【エネルギー補給で体が目覚める】

睡眠中に下がっていた体温が上昇して体が活動しやすくなります。

##### 【仕事や勉強の集中力アップ】

脳のエネルギー源であるブドウ糖をとると、やる気と集中力があがります。

##### 【便秘予防に】

腸が刺激を受け、排便を促します。快便は病気の予防にもつながります。

##### 【太りにくい体をつくる】

食事間隔が空くと体脂肪の合成が促されます。1日2回の食事は、3回の食事に比べ太りやすくなると言われています。

##### 【生活習慣病になりにくい】

朝ごはんを食べる習慣は、血糖値の安定に役立つなど、生活習慣病予防につながります。

朝ごはんの効果を最大限に得るためには、栄養バランスよく食べることが大切です。食卓はパンとコーヒーだけになっていませんか。主食、主菜、副菜をそろえて食べることで、栄養バランスが整います。

次のページでは、朝の時間がない中でもできる、簡単朝ごはんのレシピを紹介します。



子どもでも  
作れます♪

## 超簡単レシピ

月曜日

### ■ サラダごはん

- ①ごはん…適量
- ②ツナ缶(水気を切る)…1缶
- ③梅干し(種なし)…1個
- ④マヨネーズ…適量
- ⑤レタス…1枚
- ⑥ごま…適量



火曜日

### ■ スープパスタ

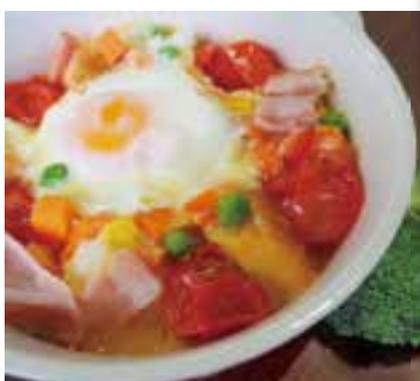
- ①トマトジュース…200ml
- ②マカロニ(早ゆで用)…20g(一握り程度)
- ③冷凍ブロッコリー…2~3個
- ④ミニウインナー…3~4本
- ⑤コーン…適量
- ⑥粉チーズ(あれば)…適量



水曜日

### ■ サバ缶サンド

- ①食パン…2枚
- ②サバの水煮缶(水気を切る)…1缶
- ③マヨネーズ…適量
- ④カレー粉(あれば)…少々
- ⑤塩コショウ…少々
- ⑥レタス…2枚程度



木曜日

### ■ たまごパン

- ①食パン…1枚
- ②卵…1個
- ③牛乳…20ml
- ④塩コショウ…適量
- ⑤ベーコン…1枚程度(手でちぎる)
- ⑥ミックスベジタブル・チーズ、プチトマト…適量



金曜日

### ■ ニラたま丼

- ①ごはん…200g
- ②卵…1個
- ③ニラ…5本程度(手でちぎる)
- ④めんつゆ…適量
- ⑤きざみのり…適量

※電子レンジは600Wで使用しています。加熱時間は、目安です。様子を見ながら調理してください。



### 月曜日 (サラダごはん)

- ▶ボウルに①~③を入れて混ぜる。
- ▶レタスに盛り、マヨネーズ、ごまをかける。

### 木曜日 (たまごパン)

- ▶耐熱皿に食パンをちぎって入れ、牛乳をふりかけ、④~⑥を入れる。
- ▶卵を割り入れ、黄身をつまようじで刺し、穴をあける。
- ▶ふんわりとラップをして電子レンジで3分加熱する。

### 火曜日 (スープパスタ)

- ▶耐熱カップに①~⑤を入れ混ぜる。
- ▶ふんわりラップをして電子レンジで4分加熱する。
- ▶食べる前に粉チーズをかける。

### 金曜日 (ニラたま丼)

- ▶耐熱容器に②~④を入れて混ぜる。
- ▶ふんわりとラップをして電子レンジで1分程度加熱する。
- ▶ご飯を入れたどんぶりに盛り付け、きざみのりをトッピングする。

### 水曜日 (サバ缶サンド)

- ▶ボウルに②~⑤を入れて混ぜ、食パンにレタスと一緒に挟む(サバは身をほぐしながら混ぜる)。
- ※お好みでレモンを絞ってもOK。

### +α (インスタントスープアレンジ)

- ▶耐熱カップに刻んだ野菜を1/3程度入れ、ふんわりとラップをして電子レンジで1分程度加熱する。
- ▶インスタントスープの素とお湯を加える。

## 朝ごはんを通してつながる心



核家族化、共働き、飽食による食生活の乱れなど、私たちを取り巻く食環境は大きく変化しています。「食」は空腹を満たすだけのものではなく、体や心の健康にも結びつきます。今回の特集にあわせて、栄養バランス、生活リズムがきちんと整う学校寮での生活に着目しました。その中から、日常で取り入れることができる手がかりを探してみます。

### 白鷺寮のごはん

市立津島中学校にある白鷺寮。ここでは、御横地区、由良半島、竹ヶ島などの子どもたちが共同生活を送っています。「来たときは90人も寮生がいたんですよ」と話すのは、調理員の山口さん。調理員は2人で、学校給食センターから配られた献立に沿って、寮生の朝ごはんは夕ごはんを作っています。2人ともこの道20年を超えるベテラン調理員です。

### 全員で「いただきます」

現在の寮生は、男子生徒が4人。毎朝午前7時ごろに全員が食堂に集まります。あらかじめ準備されているのは、主菜と副菜のみで、ごはんと味噌汁は生徒が自ら配膳します。食事はごはんと味噌汁を基本として、地元でとれた野菜を使った和え物やサラダ、魚など栄養バランスの整ったものを提供しています。食事の準備が整うと、全員そろって「いただきます」。食後には、食器の片付けや台拭きまでを行います。

### 食べるだけではない。朝ごはんを通して感じる子どもの変化

「食べるだけではなく、自らが準備

をして片付けをする習慣が大切ですよ」と山田さんは話します。また、朝ごはんを通して子どもと会話をすることも大切にしています。

「食べるだけでは食事も楽しくありません。でも、作るだけではもっと楽しくないんです。「おばちゃん美味しかったよ」「今日は足りなかつたよ」などなんでもいい。朝ごはんを通して会話をすることで、食べる側も作る側もつまらない思いをしなくてすみます。朝のニュースも大切ですが、家庭でもぜひ会話をしてほしいです」と山田さんは話してくれました。

朝ごはんを食べる量が少ないと気がでないそうです。「今日は調子悪いのかな」「部活の試合で緊張しているのかな」など、毎日顔を合わせ、食事を見守っているからこそ分かる子どもの変化がきつとあるはず



【調理員…(右)山口さん(左)山田さん】

食育に関する講座も  
行っています。

市では、市内の小学校などに出向き「食育」に関する講座を開催しています。今回、三浦小学校で行われた講座に参加し、家庭での朝ごはんについて思っていることなどをインタビューしました。



母からのおねがい -----

家族みんなで手伝って (河野さん)

普段は、パンのほかに、タマゴやトマト、ブロッコリーなど簡単に付け加えられるものを追加して栄養バランスを意識しています。朝、起きる時間が遅くなると、どうしても十分な朝ごはんが用意できないこともあります。そんなとき、主人や子どもたちが、牛乳やヨーグルトなど簡単な準備を手伝ってくると助かります。



野菜もしっかり食べて (進藤さん)

朝は子どもたちの食欲がなく、時間もないのでパンと野菜ジュースなどで簡単に済ませがちです。副菜にも気を配って用意したいと思います。同じメニューの繰り返しになってしまい、バランスがとれているか自信はなです。今回の講座で、子どもは1日300g



の野菜摂取が必要だと分かりました。今後は朝ごはんも含めて、栄養バランスが良くなるよう心がけていきたいです。

白鷺寮の朝ごはん



- ▶ ごはん
- ▶ きのこと豆腐の味噌汁
- ▶ ちくわの鉄火煮
- ▶ 野菜の卵とじ
- ▶ 昆布佃煮

6 / 5 (火)

学校給食センター管理栄養士のマメ知識

■ 「まごはやさしい」の合言葉

「ま」は豆、「ご」はゴマ(種実類)、「は(わ)」はワカメ(海藻類)、「や」は野菜、「さ」は魚、「し」はシイタケ(キノコ類)、「い」はイモを表しています。給食の献立を基準に、不足している食材があれば朝ごはんと夕ごはんはバランスをとり、1日30品目を目指しています。この日は、そのほとんどがそろった朝ごはん。かつ、日持ちがする食材で手早く作れる献立です。「栄養バランス」と聞くと、敷居が高く感じてしまいますが、身近な食材で簡単にできるポイントが、寮の献立には隠されています。



【寮長：清家さん  
(津島中3年)】

入寮当時は苦手な食材もありましたが「調理員さんが作ってくれた食事を残すわけにはいかない」と思い食べているうちに、みんな苦手なものも食べられるようになりました。また、私は運動部に所属しているので、寮の栄養バランスが整った食事は、身体作りにも生かされています。そのおかげもあり、今年の市郡総体で優勝することができました。週末は、寮を離れ自宅に帰るので、自宅での食事にも気を付けたいと思います。

健康で心豊かに生きるために

「宇和島市食育プラン(第3次)」では、1次計画から継続して朝ごはんの摂取を呼びかけています。今回の特集でも紹介したように、朝ごはんはさまざまな健康効果をもたらすほかに、心を育むものでもあります。市では、「いただきます みんな笑顔 宇和島ごはん」のキャッチフレーズのもと、楽しくみんなで食卓を囲んで食べる朝ごはんを推奨し、今後取り組みを続けていきます。皆さん1人ひとりの健康は、宇和島の元気にもつながります。健康で心豊かに生きる力を育むために、今一度、家庭の朝ごはんを振り返ってみてはいかがでしょうか。

# 国民健康保険

## 保険証の定期更新

現在持っている国民健康保険被保険者証(以下、保険証)の有効期限は、7月31日(火)です。7月下旬に新しい保険証(うぐいす色)を送付します。

簡易書留での郵送や窓口での交付を希望する人は7月11日(水)までに保険健康課保険業務係または各支所市民保険係にお問い合わせください。

### ■保険証表面

愛媛県 国民健康保険 被保険者証	有効期限 平成〇年〇月〇日
記号番号 氏名 〇〇 〇〇 性別 ○	
生年月日 平成〇年〇月〇日	
適用開始年月日 平成〇年〇月〇日	
交付年月日 平成〇年〇月〇日	
世帯主名 〇〇 〇〇	
住	
保険者番号	交付者名 宇和島市

### 【高齢受給者証一体型】※70歳以上

愛媛県 国民健康保険 被保険者証	有効期限 平成〇年〇月〇日 高齢受給者【2割】 発効期日
記号番号 氏名 〇〇 〇〇 性別 ○	
生年月日 平成〇年〇月〇日	
適用開始年月日 平成〇年〇月〇日	
交付年月日 平成〇年〇月〇日	
世帯主名 〇〇 〇〇	
住	
保険者番号	交付者名 宇和島市

### ■保険証裏面

注意事項1. 保険医療機関等において診療を受けようとするときは、必ずこの証をその窓口で提示してください。

2. 被保険者の資格がなくなったとき(他保険への加入等)には、直ちにこの証を宇和島市に返してください。また、転出の届出をする際には、この証を返してください。

※ 以下の欄に記入することにより、臓器提供に関する意思を表示することができます。記入する場合は、1から3までのいずれかの番号を○で囲んでください。

1. 私は、脳死後及び心臓が停止した状態のいずれでも、移植の為に臓器を提供します。

2. 私は、心臓が停止した死後に限り、移植の為に臓器を提供します。

3. 私は、臓器を提供しません。

<1又は2を選んだ方で、提供したくない臓器があれば、×をつけてください。>

【特記欄】  
署名年月日： 年 月 日  
本人署名(自筆)： 家族署名(自筆)：

※画像は見本です。

国民健康保険の手続きには  
マイナンバー(個人番号)が必要です



届出などを窓口で提出するときには、「世帯主と対象者全員分の個人番号確認書類(個人番号カード、通知カードなど)」と「窓口に来る人の本人確認書類」を持参ください。

別世帯の人が窓口に来るときは、任意代理人の人は委任状を、法定代理人の人は戸籍謄本などその資格を証明する書類を持参ください。



マイナちゃん

【本人確認書類】官公署などの発行する顔写真が入ったものは1点、顔写真が入っていないものは2点の提示が必要です。詳しくは、お問い合わせください。

### ■臓器提供意思表示欄

臓器提供に対する自分の意思表示ができるように、保険証の裏面に「臓器提供意思表示欄」があります。臓器提供意思表示欄の記入は任意です。

詳しくは、定期更新時に送付するパンフレットをご覧ください。

### 【注意事項】

- ▶臓器提供意思表示欄の記入の有無により、受けられる医療内容に違いが生じることはありません。
- ▶油性のペンで記入ください。記載内容を隠すための保護シールが必要な人は、保険健康課保険業務係または各支所市民保険係の窓口へ。
- ▶記入後、内容を変更したいときは二重線を引くなどして、新たな意思を記入ください。

【問合先】 保険健康課保険業務係 ☎24 - 1111内線2134・2180

# 後期高齢者医療制度

現在の保険証、限度額適用・標準負担額減額認定証(以下減認証)の有効期限は、7月31日(火)までです。

## ■限度額適用・標準負担額減額認定証

現在保有していて、要件を満たしている人には、保険証と一緒に郵送します。新規交付についてや、長期入院該当の減認証が必要な人は、お問い合わせください。

## ■保険証

8月1日から、新しい保険証(薄桃色)に変わります。7月下旬に郵送します。簡易書留を希望する人は7月11日(水)までにお問い合わせください。

保険証が届いたら、住所、氏名、一部負担割合などを必ず確認ください。8月以降に75歳となる人は、誕生日の前月に郵送します。

**【対象】** 75歳以上の人。65歳から74歳の一定の障がいがある人で、本人の申請により、県後期高齢者医療広域連合の認定を受けた人

**【一部負担割合】** 1割または3割(平成29年中の所得によって決定)

## 保険料額決定通知書

平成30年度分を7月下旬に送付します。前年度と納付方法が変更になった人もいるので通知書を必ず確認ください。詳しくは、保険証と一緒に送付する「制度のご案内」をご覧ください。

## 【保険料(限度額62万円)】

前年の所得に応じます。

1人ひとりに等しくかかります。

均等割額  
46,374円



所得割額  
基礎控除額(33万円)後の前年の総所得金額等の8.78%

※加入する前日に会社の健康保険などで被扶養者だった場合、世帯の所得に応じて軽減される場合があります。

## 高額療養費

8月から、70歳以上の人の高額療養費の上限額が変わります。上限額は、所得に応じて決まっています。

所得区分が「現役並み」I、IIの人についても、限度額適用認定証の交付が始まります。

詳しくは、お問い合わせください。

## 【8月からの高額療養費上限額】

所得区分		外来(個人ごと)	外来+入院(世帯ごと)
現役並み	Ⅲ課税所得 690万円以上	252,600円+(医療費-842,000円)×1% <多数回:140,100円>	
	Ⅱ課税所得 380万円以上	167,400円+(医療費-558,000円)×1% <多数回:93,000円>	
	Ⅰ課税所得 145万円以上	80,100円+(医療費-267,000円)×1% <多数回:44,400円>	
一般	課税所得 145万円未満	18,000円 (年間上限:144,000円)	変更なし

※過去12ヵ月以内に3回以上、上限額に達した場合は、4回目から「多数回」該当となり上限額が下がります。

【問合せ先】 保険健康課後期高齢者医療係 ☎24-1111内線2181・2187

## ふるさと uwajima 応援事業の提案を募集します

市では、全国から寄せられたふるさと uwajima 応援寄附金を「ふるさと uwajima 応援基金」として積み立てています。この基金を活用し、市内で活動する民間団体などが平成31年度に実施する事業に対し、補助金を交付します。



### 対象となる6つの事業

#### 応募できる団体（事業主体）

- ▶ 自治会などのコミュニティ団体
- ▶ 商工会議所、商工会、農業協同組合、森林組合、漁業協同組合などの産業経済団体
- ▶ 文化協会、体育協会などの文化スポーツ団体
- ▶ 地域づくり事業を実施する非営利活動法人、地域づくり団体、実行委員会、協議会など

補助率および補助限度額

- ▶ 補助率：補助対象経費の5分の4以内
- ▶ 補助限度額：500万円

#### 審査の流れ

- ① 1次審査：提案された事業は「ふるさと uwajima 応援事業」の趣旨に沿っているかなどを審査し、事業担当課を選定します。

事業の提案者は、選定された事業担当課のアドバイスを受けながら提案を具体化させます。

- ② 2次審査：提案者本人によるプレゼンテーション

- ③ 事業の認定：2次審査で採用された事業に対し補助金を交付することを決定します。

#### 対象とならない事業

- ▶ 特定の個人・法人の利益増進など公益性を有しない事業
- ▶ 各種施設の運営・維持管理などの事業
- ▶ 過去に本補助金を活用した事業
- ▶ 市長が適当でないと認める事業

【募集期間】 9月28日(金)までに申請書、収支予算書（市長公室で配布または、市ホームページからダウンロード）に必要事項を記入して、郵送、FAXまたはEメールで提出してください。

【応募・問合せ先】 〒798-8601 宇和島市曙町1番地 市長公室シティセールス推進係（ふるさと納税担当） ☎24-1111内線2415 FAX24-1121 ✉koshitsu@city.uwajima.lg.jp

## 予防接種

### ■ 日本脳炎予防接種

#### 【無料接種対象】

▼ 第1期…生後6か月～7歳6か月未満  
▼ 第2期…9歳以上13歳未満

▼ 特例措置対象者…平成7年4月2日～平成21年10月1日生まれで、9歳以上20歳未満の未接種の人

※未接種かどうかは母子健康手帳で確認ください。

### ■ 麻しん風しん混合予防接種

#### 【無料接種対象】

▼ 第1期…1歳児

▼ 第2期…小学校就学前の1年間にある子（平成24年4月2日～平成25年4月1日生まれ）

【接種方法】 個別接種（市内の医療機関で受けられます）

【持参物】 母子健康手帳、保険証、予診票

※予防接種に行く前に医療機関に電話予約をしてください。

予診票を紛失した人は、お問い合わせください。

### ■ 高齢者の肺炎球菌感染症予防接種

【対象】 市の住民基本台帳に記載があり、次のいずれかに当てはまる

人（接種済みの人は対象外）

① 平成30年度経過措置対象者

年齢	生年月日
65歳	昭和28年4月2日～昭和29年4月1日
70歳	昭和23年4月2日～昭和24年4月1日
75歳	昭和18年4月2日～昭和19年4月1日
80歳	昭和13年4月2日～昭和14年4月1日
85歳	昭和8年4月2日～昭和9年4月1日
90歳	昭和3年4月2日～昭和4年4月1日
95歳	大正12年4月2日～大正13年4月1日
100歳	大正7年4月2日～大正8年4月1日

② 60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障

がいがある人

※①の対象者には個別通知していただきます。この機会を逃すと定期接種として受けることはできません。

【接種回数】 1回

【接種料金】 自己負担金4,000円

【接種期間】 平成31年3月31日まで

【問合せ先】 保険健康課保健企画係 ☎内線2137

## 介護保険料の改定

65歳以上の人の介護保険料は、3年ごとに見直しが行われます。今回の保険料は、前年に比べ1%増加しました。対象者には、8月上旬に所得段階と年間保険料額を記載した「介護保険料納入通知書」を送付します。

※保険料を滞納すると、滞納期間に応じた介護サービス費用が一時的に全額自己負担になるか、利用者

負担割合が引き上げられます。

#### 【8月からの改正点】

▼ 利用者負担が2割だった人のうち、特に所得が高い人の負担割合が3割になります。

▼ 高額医療・高額介護合算制度で、一部の自己負担限度額が変更されます。

【問合せ先】 高齢者福祉課介護保険係 ☎内線2156

### ■ 平成30年度介護保険料

対 象	保険料	(年額)
生活保護受給者	34,500円	
世帯全員が市民税非課税で、老齢福祉年金受給者		
世帯全員が市民税非課税で、本人の前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下	57,500円	
世帯全員が市民税非課税で、本人の前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円を超えている		
本人は市民税非課税であるが世帯に市民税課税者があり、本人の前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下	69,000円	
本人は市民税非課税であるが世帯に市民税課税者があり、本人の前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円を超えている		
本人が市民税課税者で、前年の合計所得金額が120万円未満	92,000円	
本人が市民税課税者で、前年の合計所得金額が120万円以上200万円未満		
本人が市民税課税者で、前年の合計所得金額が200万円以上300万円未満	115,000円	
本人が市民税課税者で、前年の合計所得金額が300万円以上		

# スポーツ交流センター 7月29日(日)オープン



- ▼【所在地】長堀2丁目(明倫公民館横)
- ▼【施設構成】
  - ▼屋内温水プール(25m×6レーン、子どもプール)
  - ▼クライミングホール(クライミンググウォール15m、ボルダリング)
  - ▼体育館、ラウンジ、会議室
- ▼【開館時間】午前9時～午後10時(休館日・12月29日～翌年1月3日)
- ▼【利用料金】
  - ▼温水プール/回…大人、高校生430円、中学生以下、65歳以上210円
  - ▼クライミング/回…大人、高校生270円、中学生以下、65歳以上160円
  - ▼体育館、会議室/時間…210円
  - ▼ラウンジ/時間…430円



■オープニングイベント  
午前10時からイベントを開催します。

【内容】フリークライマー大場美和さんによるトーク&実技披露(午後1時～) ほか

※詳しくは、施設ホームページをご覧ください。  
か、お問い合わせください。

【問合先】文化・スポーツ課スポーツ振興係 ☎内線2760



## くらしの相談窓口を開設

子どもや高齢者など、家庭全般の困りごとがあったときに、どこの相談窓口に行けば良いか悩んだことはありませんか。

「くらしの相談窓口」では、介護や子育ての問題を同時に抱える人など、福祉に関するさまざまな相談に応じ、相談者と一緒に問題の解決に向けて取り組みます。お気軽に相談ください。

【ところ】市役所 福祉課福祉総務係 (24番窓口)

【受付】執務時間中



### ■相談例①：女性（60歳代）からの相談

母親に認知症の疑いがあり目が放せず、息子が無職で引きこもり状態

#### 【相談支援の例】

- ▶介護保険申請による介護保険サービスの導入
- ▶保健師の訪問による相談支援
- ▶地域包括支援センターによる認知症相談

### ■相談例②：男性（70歳代）からの相談

無職の息子と2人暮らしで自分の年金の通帳を息子が管理し、食事も満足にとれていない

#### 【相談支援の例】

- ▶就労支援
- ▶地域包括支援センターによる権利擁護の相談
- ▶生活支援課による生活保護の相談

【問合先】くらしの相談窓口 (福祉課福祉総務係内) ☎49 - 7109

## 介護保険施設での食費と居住費の減額

低所得の人は申請して「介護保険負担限度額認定証」の交付を受けると、介護保険施設を利用したときの食費と居住費が一部減額されます。

すでに認定証を持っている人の有効期限は7月31日(火)です。自動更新ではありませんので、引き続き利用する人は、申請書を提出ください。詳しくは、利用施設や担当ケアマネジャーに相談ください。

【要件】 次の要件すべてに当てはまる人

▼ 本人および世帯全員が市民税非課税

▼ 同世帯、別世帯にかかわらず、配偶者も市民税非課税

▼ 預貯金などが一定額以下(単身で1千万円以下、夫婦で2千万円以下)

【対象施設】(シヨートステイ含む)

▼ 特別養護老人ホーム

▼ 介護老人保健施設

▼ 介護療養型医療施設

▼ 介護医療院

▼ 地域密着型特別養護老人ホーム

申請書は、市ホームページからダウンロードできます。

※申請には通帳などの写しが必要で

【提出・問合せ先】 高齢者福祉課介護保険係 ☎内線2156 または各支所福祉環境係

## 元気歯つらつコンクール

永年にわたり、口腔の健康に努力してきた人を表彰します。自薦、他薦は問いません。詳しくは、お問い合わせください。

【対象】 次のすべてを満たす80歳以上の人

▼ 自分の歯が20本以上ある

▼ 「元気歯つらつコンクール」受賞経験がない

▼ 表彰式に参加できる健康状態である  
【口腔内診査】 市内歯科医師会の歯科医院にて8月25日(土)までに歯科検診を受けてください(無料)。審査結果は後日連絡します。

【申込・問合せ先】 宇和島保健所健康増進課 ☎2215211 内線258



## ジェネリック医薬品

ジェネリック医薬品(後発医薬品)は、先発医薬品(新薬)の特許が切

れた後に国の承認を得て販売されます。先発医薬品と比べ安価で、効き目や安全性は同じです。

希望する場合は、「ジェネリック医薬品希望カード」を医療機関や薬局窓口にて提示し、相談しましょう。

【問合せ先】 保険健康課後期高齢者医療係 ☎内線2121 または保険業務係 ☎内線2120

## ごみ出しカレンダー窓口配布

【配布場所】 市役所生活環境課、各支所環境福祉係、市民サービスセンター

※市ホームページでは、ごみ出しカレンダーをはじめ、分別早見表などの情報を掲載しています。

【問合せ先】 生活環境課廃棄物対策係 ☎内線2208・2229

## 資源リサイクル推進スタンプカード(シスカ)

市役所で毎月4のつく日に古紙回収を実施しています(土日、祝日の場合は翌平日)。7月からスタンプ

カード制度を開始し、利用数に応じて謝礼品と引き換えます。

【回収場所】 市役所裏(A棟入口)

【対象】 市内に住み、古紙を家庭から回収場所まで持参する人

※資源物集団回収の登録団体の皆さんは、これまでどおり資源物集団回収に協力ください。

【問合せ先】 生活環境課環境政策係 ☎4917014



## 災害応急用井戸

大規模な災害で上水道の供給が停止したときに、井戸水を応急の飲用または、生活用水として提供する井戸を募集しています。

【対象】 井戸の所有者、管理者

【登録方法】 生活環境課窓口に備え付けの「災害応急用井戸登録申込書」に必要事項を記入、押印し提出ください。

【申込・問合せ先】 生活環境課環境衛生係 ☎内線2230



## 国民年金保険料の免除申請が始まります

保険料の支払いが経済的に困難な場合は、「保険料の全額免除または一部免除制度」を利用ください。

全額・一部免除（一部納付）は、本人と配偶者、世帯主の前年所得により審査します。「免除」と「未納」では違いがありますのでご注意ください。詳しくは、お問い合わせください。

### 【未納の場合】

▼保険料はさかのぼって2年前の分までしか納められない

▼障害基礎年金や遺族基礎年金を受け取ることができない場合がある

### 【免除の場合】

▼保険料をさかのぼって10年前の分まで納めることができる（全額免除の場合など）

▼障害基礎年金や遺族基礎年金を受け取る条件に含まれる（一部免除において減額された保険料を納付していない場合を除く）

【注意事項】一部免除制度は、減額された保険料を納付しない限り「未納」扱いとなり、将来受け取る年金受給資格期間には算入されません。

【問合せ先】市民課国民年金係 ☎内線

2133 または宇和島年金事務所 ☎22 - 5440

## 国土調査（地籍調査）事業

土地所有者などが立ち会い、現地での地番、所有者、地目、境界などを確認します。その後、国・県の認証を受けて、法務局に登録されます。

### 【地籍調査の効果】

▼土地権利の明確化による境界紛争の未然防止

▼土地取引の円滑化

▼公租公課など、負担の公平化

▼公共事業、災害復旧事業の計画、施工の迅速化

【事業の進捗率】地籍調査の進捗率は平成28年度末時点で、おおむね全国が52%、県が81%、市が69%となっています。

### ■平成30年度現地調査

【と き】8月～11月

【調査地区】高串、津島町下畑地の一部

※土地所有者の皆さんへの地元説明会を7月に開催します。関係者には個別通知します。

【問合せ先】国土調査課 ☎内線

2806



## 宇和島大賞

大会などで日本一もしくは、これに相当する成績をおさめた人、ならびに広く市民に希望、感動を与えた人を顕彰し、市の活性化につなげるために行っています。

※学年、所属などは受賞時のものです。

### ■大賞



まちづくりBeppin塾

▶平成29年度ふるさとづくり大賞（団体表彰）



SERAPH

（住吉・明倫小6年）

▶唐津ジュニア音楽祭2018（バンド部門：グランプリ）



水野 謙治 さん

（フォトグラファー）

▶WPPI2018：Wedding & Portrait Photography International（3点銀賞）



伊関 法子 さん

（立命館大3年）

▶第71回朝日レガッタ（一般女子舵手つきクォドルプル：優勝）



濱田 栞奈 さん

（宇和島南2年）

▶第18回「未来に残そう青い海・海上保安庁図画コンクール」（中学生の部：海上保安協会会長賞）

### ■エール賞



土居 豪人 さん

（松山聖徳高3年）

▶第90回選抜高校野球大会（初出場）



ポップマン

（吉本総合芸能学院「NSC」大阪40期生）

▶NSC大ライブ O S A K A 2018（優勝）

### 【問合せ先】

総務課行政係

☎24 - 1111

内線2412

## 農業次世代人材投資事業

経営が不安定な就農直後（5年以内）の所得を確保する資金を交付します。交付金額は、前年度所得により変動する場合があります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。か、お問い合わせください。

【交付金額】年額最大150万円（最長5年間）

※共同経営者は、夫婦で最大225万円。

### 【要件】

▼独立・自営就農であること

▼独立・自立就農時の年齢が、原則45歳未満であり、次世代を担う農業者となることについて強い意欲を有していること

▼農業経営基盤強化促進法に規定する青年等就農計画の認定を受けた人など

【申込】8月16日(木)まで

【問合先】農林課振興係 ☎内線2804・2815

## 水道料金の用途について

水道料金には、家庭・業務・工業・浴場用の4つの用途があります。この用途は、水道使用開始の申し込み

時に認定され、基本料金および超過料金単価が異なります。

【用途を確認しましょう】現在の用途は、検針票で確認できます。各使用者の用途について、普段は水道局からの調査や連絡を行いません。用途の変更を希望する場合は、使用者からの届け出が必要です。詳しくは、水道局ホームページをご覧ください。か、お問い合わせください。

【問合先】水道局業務課計量係 ☎2215265内線4230

## クールシェアキャンペーン

電力需要が増加する夏季に、家族や友人みんなで一緒に涼しく快適に過ごせる場所に集まり、家庭で使うエネルギーを節約しましょう。

期間中、キャンペーン協力施設（クールシェアスポット）に行くと、特典を受けられたり、無料のイベントに参加できたりします。

詳しくは、県ホームページをご覧ください。か、お問い合わせください。

【期間】7～9月

【問合先】県環境政策課温暖化対策グループ ☎089・191212349



## 栄典受章

次の人が叙勲を受章されました。

### ■平成30年春の叙勲受章者



木村 隆徳 さん  
(元戸島診療所所長)  
▶瑞宝双光章  
(へき地保健衛生功労)

### ■第30回危険業務従事者叙勲



宇都宮 允 さん  
(吉田町沖村)  
▶瑞宝双光章  
(警察功労)



山口 勇紀 さん  
(柿原)  
▶瑞宝单光章  
(海上保安功労)



第1・3日曜日  
▶午後6時30分～  
▶午後9時30分～



## 鬼木陽介の遊～子フル・days

【パーソナリティ】鬼木 陽介 さん  
【内容】現役の地域おこし協力隊が毎回ゲストを迎え、宇和島の魅力を発掘。地域の可能性を発信します。  
【問合先】FMがいや ☎49-1769  
☒ r-m@gaiya769.jp、http://www.gaiya769.jp/

週末に「イベント情報」を放送中。皆さんからの情報をお待ちしています。

## 「宇和島パール王子コンテスト」出場者募集

【審査内容】30秒程度の自己PRおよび質疑応答

### 【応募資格】

- ▶ 18歳以上で市内に住むか、市出身の男性
- ▶ 9月30日(日)開催の「宇和島Beppinまつり2018」に参加可能な人
- ▶ 土日、祝日に開催されるイベントなどに参加可能な人(すべてを強要するものではありません)

【応募方法】応募用紙に必要事項を記入し、全身および上半身の写真を貼付し、8月31日(金)までに提出ください。

※応募用紙は市ホームページに掲載しています。

【応募・問合せ先】まちづくりBeppin塾事務局(商工観光課内)  
☎内線2752

## 自衛官募集

- ▶ ①自衛官候補生(任期制自衛官)
- ▶ ②一般曹候補生
- ▶ ③航空学生(海空自衛隊パイロット)

【1次試験】①8月26日(日)、27日(月)(高校生を除く)、9月18日(火)～20日(木)、26日(水)(高校生を含む)②9月21日(金)～23日(日)③9月17日(月祝)

※①②については、いずれか1日。

【試験会場】①陸上自衛隊松山駐屯地(松山市南梅本町)②21・23日:ゴールドビル味酒(松山市味酒町)、22日:市役所③松山青少年センター(松山市築山町)

【受付】9月7日(金)まで

【申込・問合せ先】自衛隊宇和島地域事務所☎23-5431

## おしらせ

本庁 ☎24-1111

吉田支所 ☎52-1111

三間支所 ☎58-3311

津島支所 ☎32-2721

宇和海支所 ☎62-0311

※詳しくは、お問い合わせください。

## 市職員募集

- ▶ 嘱託職員:①介護支援専門員2人  
②戸島公民館主事1人
- ▶ 臨時職員:③事務員 若干名  
④保育士10人程度

【採用年月日(予定)】8月1日

【受付】(執務時間中必着)  
7月13日(金)まで

【問合せ先】①高齢者福祉課地域包括支援センター☎内線2124、②生涯学習課☎内線2727、③総務課☎内線2473、④福祉課☎内線2139

## 市病院局職員募集

### ■正規職員

- ▶ 上級:①薬剤師4人
- ▶ 中級:②臨床工学技士1人
- ▶ ③オレンジ・ふれあい荘介護員2人  
④看護師・助産師40人程度⑤吉田・津島病院看護・准看護師10人程度⑥オレンジ・ふれあい荘看護・准看護師1人

### ■臨時職員

- ▶ ⑦事務補助員5人程度⑧管理栄養士1人(資格が必要)⑨支援相談員1人(資格が必要)

### ■臨時職員(障がい者採用)

- ▶ ⑩事務補助員、労務員、医療資格者のうち5人

【1次試験】①～③8月19日(日)(筆記試験)

④～⑥8月18日(土)(筆記試験)、19日(日)(面接試験)⑦～⑩随時

※詳しくは、病院ホームページをご覧ください。  
くか、お問い合わせください。

【試験会場】市立宇和島病院

【採用年月日(予定)】①～⑥平成31年4月1日  
⑦⑧⑩随時⑨8月1日

【受付】(執務時間中必着)①～⑥7月31日(火)まで⑦～⑩随時

【提出・問合せ先】①～⑧⑩市立宇和島病院総務管理課☎25-1111内線21092、⑨介護老人保健施設オレンジ荘☎52-3151

一緒に働きませんか?



## 社会を明るくする運動 強調月間

### ■「社明」パレード

【と き】 7月2日(月) 午後1時30分～

【ところ】 きさいやロード

【内 容】 保護司会、更生保護女性会、BBS会ほか、済美保育園園児鼓隊らによるパレード

### ■第68回「社会を明るくする運動」 宇和島市推進大会

【と き】 7月21日(土) 午後1時30分～

【ところ】 総合福祉センター

【内 容】 児童、生徒の作文発表、記念講演

【問合せ先】 松山保護観察所・宇和島駐在官事務所 ☎24-3991

## 第12回幼年消防大会

【と き】 7月5日(木) 午前9時30分～正午

【ところ】 南予文化会館

※屋内ですが、天候の都合で中止する場合があります。

【入館料】 無料

【問合せ先】 宇和島地区広域事務組合消防本部予防課 ☎22-7501

## 吉田町夏祭り（阿波踊り体験）会場変更

【と き】 7月7日(土) 午後1時30分～3時

【ところ】 吉田公民館（変更前：吉田伊達広場）

※終了後、「阿波人形浄瑠璃講演」も開催します。参加無料。

【問合せ先】 吉田支所産業建設係 ☎49-7097

## 市立宇和島病院 子育てセミナー

【と き】 毎月第1月曜日 午後1時～2時

【ところ】 市立宇和島病院 北棟1階多目的栄養相談室

【内 容】 けいれん

【講師】 市立宇和島病院小児科医など

【対 象】 子育てに関心のある人

【問合せ先】 市立宇和島病院小児科外来 ☎25-1111内線22052

## がん患者さんとご家族のための交流の場

【と き】 7月25日(水) 午後1時30分～3時30分

【ところ】 市立宇和島病院 北棟1階多目的栄養相談室

【内 容】 さくらサロンミニ講座「食事に困った時どうしていますか」、茶話会(午後2時～3時30分) ※申込不要、参加無料。

【問合せ先】 市立宇和島病院医事課地域連携室 ☎25-1111内線22022

## もぐもぐ子育て講座

【と き】 8月3日(金) 午後1時20分～3時（受付：午後1時～）

【ところ】 宇和島保健センター(祝森)

【内 容】 身体計測、栄養相談など

【対 象】 平成30年3月生まれの子どもとその母親（家族）

【持参物】 母子健康手帳、筆記用具、育児のしおり

【申 込】 7月27日(金)まで

【受講料】 無料

【申込・問合せ先】 保険健康課母子保健係 ☎内線2131または各支所健康推進係

## 市立宇和島病院 健康講座

### ■糖尿病教室 <申込不要>

【と き】 7月6日、13日、20日 午後2時～3時(いずれも金曜日)

【内 容】 糖尿病専門医、糖尿病療養指導士などによる講義、臨床検査技師による血糖値測定

### ■生活習慣病予防のためのお料理教室 <申込が必要>

【と き】 7月11日(水) 午後1時30分～3時30分

【内 容】 管理栄養士による調理実習(材料代は受講者負担)

【申 込】 7月9日(月) 午後5時まで

### ■心臓病教室 <申込不要>

【と き】 7月18日(水) 午後2時30分～3時30分

【内 容】 心肺蘇生法「AEDの体験実習」

### ■やわらか食お料理教室

<申込不要>

【と き】 7月27日(金) 午後2～4時

【内 容】 管理栄養士による調理実習(材料代は受講者負担)

【申 込】 7月25日(水) 午後5時まで

【ところ】 (糖尿病教室) 市立宇和島病院 北棟2階講堂

(そのほか) 市立宇和島病院 北棟1階多目的栄養相談室

【申込・問合せ先】 市立宇和島病院食養科 ☎25-1111内線20010



## 狩猟免許試験・講習会

### ■ 狩猟免許初心者講習会

【と き】 ① 7月22日(日)②12月2日(日) 午前9時30分～

【ところ】 ①県歴史文化博物館(西予市宇和町) ②にぎたつ会館(松山市道後姫塚)

【申込・問合先】 村上銃砲火薬店 ☎22-1078

### ■ 狩猟免許試験

【と き】 ① 8月7日(火)② 9月9日(日)③ 12月9日(日) 午前9時～

【ところ】 県南予地方局 7階大会議室

【申込】 ① 7月24日(火)まで② 8月20日(月)まで③ 11月26日(月)まで

### ■ 狩猟免許更新にかかる適正試験、講習

【と き】 ① 7月19日(木)② 24日(火) 午後1時～、③ 9月2日(日) 午前9時～

【ところ】 ① 吉田公民館② 岩松公民館③ 県南予地方局 7階大会議室

【申込】 ① 7月5日(木)まで② 7月10日(火)まで③ 8月20日(月)まで

【申込・問合先】 県南予地方局森林林業課 ☎22-3163

### ■ 狩猟免許の取得にかかる補助

わな猟・第1種銃猟免許の取得費用を補助します。

【問合先】 農林課 ☎内線2816

## 宇和島美容学校 美容祭

【と き】 7月29日(日) 午前10時～午後4時

【ところ】 宇和島美容学校

【内容】 ヘアアレンジ、ドレス試着、美容師の仕事体験など

【問合先】 宇和島美容学校 ☎22-2108

## I P U短大 公開講座

### ■ 扇子作り「日本画の絵の具で絵付けをしてみましょう」

【と き】 7月14日(土) 午後1時30分～3時

【ところ】 環太平洋大学短期大学部 けやきキャンパス

【定員】 20人

【講師】 吉井 ゆだね さん

【受講料】 500円

【申込・問合先】 環太平洋大学短期大学部 ☎22-3126

## ダンボールコンポスト教室

【と き】 7月21日(土) 午後2時～4時

【ところ】 市役所 地下会議室  
※参加者には、「ダンボールコンポスト自由研究セット」を1家庭あたり1セット提供します。

【対象】 市内に住む小・中学生とその保護者25組50人(先着順)

【受講料】 無料

【申込】 7月2日(月)～13日(金)

【申込・問合先】 生活環境課環境政策係 ☎49-7014

## うちエコ診断

【と き】 7月25日(水)、26日(木) 午前10時～午後3時30分

【ところ】 市役所 1階ロビー

【内容】 各家庭に応じた省エネ対策をアドバイスします。受診した人には、図書カード(500円分)などを提供します。参加無料。

【定員】 各日10組程度

【申込】 7月18日(水)まで

【申込・問合先】 生活環境課環境衛生係 ☎内線2233

## おしらせ

本庁 ☎24-1111

吉田支所 ☎52-1111

三間支所 ☎58-3311

津島支所 ☎32-2721

宇和海支所 ☎62-0311

※詳しくは、お問い合わせください。

## 資源物の振替回収

### ■ 古紙、飲料用空き缶、乾電池

▶ 7月4日(水): 新田町1、竹園団地、中沢町1、並松(並松2、中沢町2)、並松1、丸之内5、山際1、和霊町西通2区

▶ 7月23日(月): 船隠、和霊中町3、和霊元町2(1区)・4

▶ 7月25日(水): 住吉町1・2、築地町1・2、藤江1・2区

### ■ 古紙、乾電池

▶ 7月4日(水): 新田町4、寄松(上)・(下)、和霊中町2

▶ 7月23日(月): 蛤1・2区、百之浦、本九島1・2区、堀端町

▶ 7月25日(水): 坂下津1区

▶ 7月30日(月): 大小浜、平浦

【問合先】 生活環境課環境政策係 ☎内線2227・2211

## 就職フェア (合同企業説明会)

【と き】 7月8日(日) 午後1時～3時

【ところ】 市役所 2階大会議室

【内容】 約30社の参加企業による企業紹介など。参加無料。

【対象】 高校生とその保護者

【問合先】 県南予地方局商工観光室 ☎28-6146

## 夏休み 親子上・下水道教室

【と き】 8月7日(火) 午前9時～正午（集合：午前8時50分）  
【集合場所】 浄化センター  
【内 容】 浄水場と浄化センターの探検や微生物の観察。参加無料。  
【対 象】 小学生とその保護者  
【定 員】 30人（先着順）  
【申 込】 7月20日(金)まで  
【問合せ先】 都市整備課管理係  
☎内線2638

## ひとり親家庭パソコン講習

【と き】 9月5日(水)～12月9日(日)の毎週水曜日および日曜日 午前10時～午後4時  
【ところ】 八幡浜市総合福祉文化センター（八幡浜市広瀬）  
【講習科目】 ワード・エクセル（マイクロソフト2010）、インターネット、会計ソフトなど  
【対 象】 ひとり親家庭の父、母、児童、寡婦20人（応募多数の場合は書類選考）  
【受講料】 無料（教材費と検定料は自己負担）  
【申 込】 7月2日(月)～27日(金)  
【問合せ先】 福祉課母子・父子自立支援員☎内線2108

## 四国西南地域陸上競技大会

【と き】 9月29日(土) 午前9時～（開会式：午前8時～）  
【ところ】 丸山公園陸上競技場  
【申 込】 9月7日(金)まで  
【申込・問合せ先】 文化・スポーツ課スポーツ振興係☎49-7033

## 不動産表示登記無料相談会

【と き】 7月29日(日) 午前10時～午後3時  
【ところ】 総合福祉センター  
【内 容】 土地・建物登記、土地の境界に関することなど  
【問合せ先】 県土地家屋調査士会  
☎089-943-6769

## クリーン新宇和島2018

【と き】 8月5日(日) 午前7時～  
【ところ】 国道56号、県道57号、丸山公園付近  
【内 容】 雑草の草刈りとごみの回収。雨天決行、荒天中止。  
※集合場所やごみの集積場所が決まっています。作業のできる服（長袖）でお越しください。  
【問合せ先】 生活環境課環境衛生係  
☎内線2233

## 裁判員裁判体験ツアー

【と き】 8月6日(月) 午後1時15分～4時35分  
【ところ】 松山地方裁判所（松山市一番町）  
【対 象】 県内の小学5・6年生30人（1組3人まで）  
※申し込み多数の場合は抽選。  
【参加料】 無料  
【申 込】 7月2日(月)～13日(金)  
【申込・問合せ先】 松山地方裁判所総務課「裁判員裁判体験ツアー」係  
☎089-903-4379



## コスモスホール三間各種講座

■夏休み劇作キャンプ「4日であつくるみんなのえんげき」  
【と き】 7月28日(土)、8月5日(日)、12日(日)、19日(日) 午後1時～6時  
※19日(日)のみ午前10時開始。  
【対 象】 小学4年生～大人  
【申 込】 7月10日(火)まで

### ■チューリップ俳句教室

【と き】 ①9月～平成31年2月  
②平成31年4月～9月 午後1時30分～3時30分（各6回）  
【内 容】 初心者向けの俳句教室  
【講 師】 平岡 千代子 さん（県俳句協会 副会長）  
【申 込】 8月10日(金)まで

【ところ】 コスモスホール三間  
【定 員】 30人程度  
【参加料】 3,000円/人  
【問合せ先】 コスモスホール三間  
☎58-3312

## 県水産研究センター夏休みイベント

### ■ふれあい魚タッチング

【と き】 7月29日(日) 午前10時～午後3時  
【内 容】 海の生き物を見て、触れて、楽しく学べます。申込不要。

### ■乗船体験学習

【と き】 8月4日(土) 午前9時～正午  
【内 容】 調査船に乗船し、海洋調査にチャレンジできます。  
【応 募】 7月20日(金)まで（必着）

【ところ】 県水産研究センター  
【応募・問合せ先】 県水産研究センター☎29-0236

新着図書紹介 そのほかにも多数の新着図書があります。

中央図書館

吉田町図書館

津島分館



宇和島

森山 大道／著

美術家 大竹 伸朗を案内人に、写真家 森山 大道がカラー写真で切り取った宇和島の人たちや情景。「宇和島」の旅が1冊の写真集になりました。

(児童図書)



めっちゃカワMAX!! おしゃれ&キレイ モデルみたいなになれるBOOK  
めっちゃカワ!! おしゃれガール委員会／作

あこがれのモデルみたいな女の子になるための情報が満載の1冊! 健康的にスタイルUPするエクササイズや食事について、楽しく読めます。



4歳の僕はこうしてアウシュヴィッツから生還した  
マイケル・ボーンスタイン&デビー・ボーンスタイン・ホリンスター／著

マイケルはわずか4歳でアウシュヴィッツに送られた。なぜ、子どもがつぎつぎに殺された収容所で、彼は6ヵ月も生き延びられたのか。



文豪たちの友情

石井 千湖／著

室生犀星と萩原朔太郎の出会い是最悪だった? 国木田独歩と田山花袋は同居していてもケンカばかり? 全13組の文豪たちの友情を紹介。



コンピューターってどんなしくみ?  
むらい 純・佐藤 雅明／作

コンピューターのことを知りたいチュータと、なぜかコンピューターになったミライネコがパソコンの中身を見たり、不思議を解き明かしたりするよ。



世界の科学者まるわかり図鑑  
ふじしま 昭／作

世界の科学者たちの、業績やエピソードをわかりやすく紹介。この本を読めば、科学者の知識は一生困らない。

■夏休みこども読書マラソン

【と き】7月20日(金)～8月30日(木)

【対 象】中学3年生まで

20冊の読書にチャレンジして、完走をめざしましょう!

■家のぬいぐるみを中央図書館におとまりさせませんか

【あずける日】7月28日(土)～29日(日)

【対 象】2歳児～小学6年生10人

■図書館探検ツアー「図書館員になって受付係を体験しよう!」

【と き】7月31日(火) 午後1時30分～3時30分

【定 員】20人

【申込・問合せ先】中央図書館

読書マラソンは吉田町図書館、津島分館でも申し込みます。

今月の特別展示テーマ

- ▶中央図書館:「いとりどりの夏」
- ▶吉田町図書館:「海」

■おはなし会

▶中央図書館:「こ・あ・ら」毎週土曜日(7月21日(土)は休み)

▶吉田町図書館:第2・4土曜日

▶津島分館:7月5日(木)

※いずれも午後2時～。

■中央図書館 ☎22-1065

【開館時間】火～土:午前9時～午後6時  
日:午前9時～午後5時

【休館日】2、3、9、16、17、23、30、31

■中央図書館 津島分館 ☎32-2721

【開館時間】月～金、日:午前8時30分～午後5時  
【休館日】2、7、14、16、21、28、31

■簡野道明記念吉田町図書館 ☎52-3169

【開館時間】火～土:午前10時～午後6時  
日:午前9時～午後5時

【休館日】2、9、16、17、23、30、31

■三間公民館 図書室 ☎58-3316

【開館時間】月～金:午前8時30分～午後5時  
【休館日】1、7、8、14～16、21、22、28、29

## おくすり手帳

永井内科医院（津島町） 永井 孝明



病院で受診して、薬の処方を受けたときに「おくすり手帳」かそれに類似する情報書を持ちます。これは患者さんに薬のことを理解してもらおうという目的も当然あります。しかし、一番の目的は、ほかの医師や薬剤師に見てもらい、薬の重複投与や、相互作用、副作用のチェックをしてもらうためです。

病院や薬局ごとに別の手帳では意味がありません。1冊に統一してもらいましょう。おくすり手帳を見ることにより、病歴、薬歴、アレルギーなども分かります。保険証と同じように、受診のときには必ず持参してください。もし、事故や急病で救急車で運ばれることがあった場合、救急病院の医師がまず質問することは、普段どんな病気があってどんな薬を飲んでいるかです。そんなときにも家族がお

くすり手帳を持っていけば、早い治療に結びつきます。将来的には健康IDカードのようなものができて、そこにその人の病歴、手術歴、アレルギー、薬歴、健康診断の結果、感染症の有無、介護歴、保険証番号などを一括でみることができるようになることが一番だと思いますが、今はまだできていません。現在のところ、それに近い存在なのがおくすり手帳です。平成23年の東日本大震災では、カルテや薬歴などの医療インフラが大きな被害を受けた中で、おくすり手帳の活用により、スムーズかつ適切に医薬品が供給され、役に立ったと言われています。手帳というアナログの媒体のため、特別な読み取り装置がなくとも活用でき、停電時にも利用できることで、IDカードよりもむしろ使いやすとも言えます。

### 若葉会

紅だすき子供御輿のあばれ打ち  
串打たる鮎反るまゝに焼かれけり  
夏祭七つ小鈎の太鼓打ち  
遠花火独り静かに一日終ふ  
先陣は松明隊や御輿渡御  
鮎焼きて少し嬉しき夕餉かな  
桐の花そこはかとなく香りけり  
螢飛ぶ谷戸の間の深さかな  
そぞろ来て祭囃子の中をり  
篝火の炎くず舞ひ散る御輿渡御

宮川伊都子  
三浦のぶ子  
芝 ヤエミ  
玉岡扶美子  
宇都宮 環  
石川 恵子  
水本 京子  
金谷 文恵  
宇都宮弥生  
三原 美加

### 草の実句会

羊歯の芽のくるくる少年反抗期  
どしやぶりの後の港の夕焼かな  
ビルバオの街は午睡猫と鳩  
影といふ翼ひろげて花は葉に  
薔薇園を濃くす海風山の風  
カヌー漕ぐ雲の峰より鶯の笛

風戸 晴美  
細川 英子  
松澤 正仁  
宮崎きくを  
森田 たみ  
薬師寺彦介

### 二名短歌会

置き去りし空屋の庭の花つつじ荒れたるまま  
の静もりに咲く  
友呉れし山の薔薇苗太くして土寄せ水やりい  
そしめる日々  
雨風によくぞ堪え来し牡丹花今朝清々と大輪  
ひらく  
こどもの日内緒で送るゆうパックお菓子いっ  
ぱい笑顔の浮かぶ  
大雨の後の畑を見廻りて元気に伸びしトマト  
に声かく

金谷 幸夫  
善家キクエ  
善家 聖子  
安波 五月  
高山 幸子

## 余暇のひととき



## 乳幼児健康診査・保健相談

人数調整のため、個人通知の健診日が対象児、校区と異なる場合があります。受診希望で通知が届いていない人は、事前に連絡ください。

内 容	と き	受 付	と こ ろ	対 象 児 (中学校区)
3 か月児健康診査	7 / 4 (水)	13:00 ~ 13:30	宇和島保健センター (祝森)	H30. 3月上・中旬生まれ (城東、城南、城北) H30. 3月生まれ (三間、津島)
8 か月児健康相談	7 / 9 (月)	9:30 ~ 10:00	三間保健福祉センター	H29.11月生まれ (三間)
	13(金)		吉田公民館	H29.11月生まれ (吉田)
	17(火)		津島保健センター	H29.11月生まれ (津島)
	19(木)	9:30 ~ 11:00	宇和島保健センター (祝森)	H29.11月生まれ (城東、城南、城北)
1 歳 6 か月児健康診査	7 / 26(木)	13:00 ~ 13:30	宇和島保健センター (祝森)	H28.12月生まれ (城南、城北、三間、津島)
2 歳児歯科健診	7 / 3 (火)	13:00 ~ 13:30	宇和島保健センター (祝森)	H27.12 ~ H28. 1月生まれ (城東) H27.12月生まれ (津島) H28. 1月生まれ (城南、三間)
3 歳児健康診査	7 / 25(水)	13:15 ~ 13:45	宇和島保健センター (祝森)	H26.12 ~ H27. 1月生まれ (城北) H27. 1月生まれ (城南、三間)
5 歳児健康診査	7 / 30(月)	※決まり次第 個人通知します。	宇和島保健センター (祝森)	H25. 6 ~ 7月生まれ (全校区希望者)

## 子どもたちの健康づくり「継続は力なり」

健康づくり通信

VOL. 117

小学4年・中学1年生の健診を行うと、太っていないくても大人と同じように、総コレステロールや血圧が高い、善玉コレステロールが低い子どもたちが特別ではなくなっています。その原因の1つに、生活習慣や食生活の乱れがあります。市では子どもたちの健康意識向上のため、小学4年生を対象に「食事、運動、睡眠」の大切さを伝えています。それを踏まえ、中学1年生の健診結果を追ってみました。

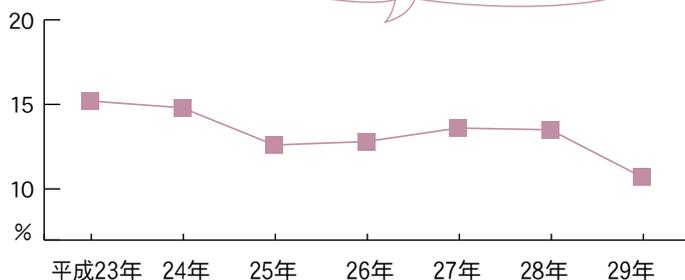
今の状況を確認してみましょう！

### 子どものチェックリスト

- 早起きする
- 朝ご飯をしっかり食べる
- ほとんど毎日うんちが出る
- 食べ物の好き嫌いはない
- 野菜をしっかり食べる
- よく噛んで食べる
- おやつを食べ過ぎに注意している
- ジュースはあまり飲まない
- 夕飯の後はほとんど何も食べない
- 頭がすっきりして、勉強できる
- 取り組んでいるスポーツがある
- 進んでお手伝いをする
- 夜は早めに寝る
- 外で元気に遊ぶ

有所見者の割合

毎年減少傾向が見られます。  
子どもたちに学んだ知識や体験は、  
今後の自分の健康づくりにつながります。



小児生活習慣病予防健診データより(愛媛県保健協会提供)

11点以上…良好  
5～10点…注意が必要  
4点以下…問題あり

【問合先】Ⓜ 母子保健係 ☎内線2131



## 集団健診

注：「平成30年度 宇和島市集団健(検)診日程表」は広報うわじま 4月号折り込みに掲載しています。

ところ		とき	健診項目												
宇和島	きさいや広場	9/5(水)	特	肝	前	CR	胃	大							
		6(木)	特	肝	前	CR	胃	大	頸		マ				
		27(木)	特	肝	前	CT	胃	大	頸	セ	マ				
	J A下波支所	7(金)	特	肝	前	CR	胃	大	頸		マ				
	白浜集会所	11(火)	特	肝	前	CR	胃	大							
	小池公民館	12(水)	特	肝	前	CR	胃	大							
九島開発総合センター	14(金)	特	肝	前	CR	胃	大	頸		マ					
吉田	吉田公民館	9/13(木)	特	肝	前	CR	胃	大	頸		マ	工	若		
三間	三間保健福祉センター	9/2(日)	特	肝	前	CR	胃	大	頸		マ	工	若		
		19(水)	特	肝	前	CR CT	胃	大	頸		マ		若		
津島	下灘公民館	9/10(月)	特	肝	前	CR	胃	大	頸		マ				
	畑地コミュニティセンター	21(金)	特	肝	前	CR	胃	大	頸		マ				
	津島保健センター	27(木)	特	肝	前	CR	胃	大	頸		マ				
	北灘公民館	28(金)	特	肝	前	CR	胃	大	頸		マ		若		

特＝特定健診または後期高齢者健診

肝＝肝炎ウイルス検診

前＝前立腺がん検診

CR＝肺がんデジタル検診 CR

CT＝肺がんデジタル検診 CT

胃＝胃がん検診

大＝大腸がん検診

頸＝子宮頸がん検診(20歳以上)

セ＝子宮頸がん、体がん(エ

コー)セット検診(50～69

歳女性)

マ＝乳がんマンモグラフィ

工＝乳がん超音波検診(30～39

歳)

若＝若年者健診(19～39歳)

※×は定員満了。

申し込みは健診日の40日前には締め切ります。受診を希望する人は、早めに電話で申し込んでください(定員満了のため受け付けを締め切った会場があります)。申し込みした人には健診日の4～5日前までに問診票などを送ります。職場健診のある項目の受診は遠慮ください。

【問合先】 ☎成人保健係 ☎内線2182 または各支所健康推進係

### <対象>

- ▶ 特定健診：宇和島市国民健康保険被保険者のうち、平成31年3月31日までに40歳以上になる人
- ▶ 後期高齢者健診：後期高齢者医療保険加入者
- ▶ 肝炎ウイルス検診：平成31年3月31日までに40歳以上になる人で、今までに肝炎ウイルス検査を受けたことのない人(病院で肝炎の治療中の人や経過観察中の人は受診できません)
- ▶ 各種がん検診：検診部位の術後、治療中、経過観察中の人は対象外です。
- ▶ 若年者健診(昭和54年4月1日～平成12年3月31日生まれ)：健康保険の種類に関わらず受診することができます。

## 健康相談

### ■ 育児・健康相談(乳幼児・妊産婦)

とき	受付	ところ	問
7/9(月)	9:30～11:00	三間保健福祉センター	㊦
13(金)		吉田公民館	㊧
17(火)		津島保健センター	㊨
20(金)		宇和島保健センター(祝森)	㊩

### ■ まちの健康相談室(一般・成人)

とき	受付	ところ	問
7/9(月)	9:30～11:00	吉田支所	㊪
17(火)		市役所	㊫
17(火)		三間公民館	㊬
23(月)		津島保健センター	㊭

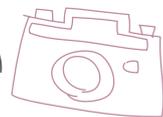
【持参物】 母子健康手帳

【おわびと訂正】 広報うわじま 6月号カレンダー裏面「平成30年度 個別健康診査」(受診できる医療機関)に掲載した内容に誤りがありました。

訂正してお詫びします。

(誤) しませ医院 ☎22-0146

(正) しませ医院 ☎27-1888



## 「高校生まちづくり課」発足

「若者が地域に残れる、帰れるまちづくり」をテーマに、高校生が提案したアイデアをまちづくりに生かす「高校生まちづくり課」が誕生しました。

この日、市役所で発足式を行い、集まった生徒21人に委嘱状や名刺などを交付しました。

今後、生徒らは夏休みに実施するワークショップを通して、大人と対話しながら、宇和島の将来を考えたアイデアを提案していきます。ワークショップでどんなアイデアが出てくるのか、高校生ならではの視点に大きな期待を寄せています。



5月18日(金)



5月27日(日)

## 明治喫茶「KABASAKI」 & 樺崎ぶらぶらマルシェ

明治150周年記念事業の一環として、明治期に建てられた歴史資料館で、1日限定のカフェとマルシェが開催されました。カフェは開店前から100人以上が並ぶ大盛況となりました。また、高島華宵企画展も同時開催され、訪れた人は明治期の雰囲気を残す館内で、ゆったりとした時間を過ごしました。



6月8日(金)

## 文京町5校1園合同 地震津波避難訓練

明倫幼稚園、明倫・鶴島小学校、城南中学校、宇和島南中等教育学校、宇和島東高校の5校1園による、合同避難訓練が行われました。当日は小雨が降る中、児童生徒および教職員2,942人が参加し、2カ所の避難場所まで避難しました。今回明らかになった課題などは、今後の避難計画に役立てられます。



6月3日(日)

## 第31回県消防操法地区大会

2年に1回開催されているこの大会に、ポンプ車の部に4チーム、小型ポンプの部に5チームが出場しました。今年は、ポンプ車の部では津島方面隊 岩松分団が、小型ポンプの部では吉田方面隊 第5分団 第1部が、それぞれ優勝しました。両チームは、7月に行われる県大会へ出場します。

# Happy Birthday

7月生まれのうわじまっ子



よしみ ゆう 吉見 優くん  
1歳 7日  
(築地町)  
お誕生日おめでとう  
いっぱい笑って元気な  
優くんが大好きです♥



にしだ こうすけ 西田 昊介くん  
1歳 8日  
(津島町岩松)  
毎日パワー全開!の昊介  
くん★1歳おめでとう  
元気いっぱい大きくな〜れ♥



みやべ りほ 宮部 莉帆ちゃん  
1歳 10日  
(三間町務田)  
莉帆ちゃん、お誕生日おめ  
どう♥私達のところに生まれ  
てきてくれてありがとう!♥



なるもと ひな 成本 妃夏ちゃん  
1歳 13日  
(三間町波岡)  
1歳おめでとう!いつも  
元気で笑顔の妃夏♥楽  
しい毎日をありがとう♪



くわはら こうま 桑原 空舞くん  
1歳 15日  
(三間町元宗)  
ここに笑顔の空ちゃん。  
お兄ちゃんと共に  
仲良く育ってね!



い い りつき 伊井 颯希くん  
1歳 26日  
(高串)  
りつはびは、食べる事  
が大好きな颯希♡幸せ  
な毎日をありがとう♥



はまだ ひかる 濱田 ひかる ちゃん  
1歳 27日  
(津島町岩松)  
1歳おめでとう!ひか  
るの笑顔に癒されます  
♡元気に育ってね♥



みやもと りょうが 宮本 凌雅くん  
2歳 2日  
(長堀)  
ヤンチャな凌くん、いっ  
ぱい遊んで元気に育ってね  
♥お誕生日おめでとう♡



かわさき あづ 川崎 葵月ちゃん  
2歳 11日  
(津島町北灘)  
毎日元気いっぱいのアヅ  
ちゃん、いっぱい食べて  
すくすく大きくなあれ♥



いづみ まな 泉 真奈ちゃん  
2歳 12日  
(川内)  
元気いっぱいここにこ  
真奈ちゃん♥大きくな  
すくすく成長してね♡



ほった はやと 堀田 翔史くん  
2歳 22日  
(川内)  
食べるのも動くのも大  
好きなのはーくん♡強  
くたくましく育ってね♥



まなべ あいな 萬家 愛菜香ちゃん  
2歳 22日  
(中沢町)  
いつも元気でおてんば  
娘のまなかちゃん。この  
まますくすく育ってね♥



かわぐち りこ 河口 莉瑚ちゃん  
2歳 26日  
(元結掛)  
お話し上手になっ  
たね♡これからの成長  
も楽しみです♥



せいけ ゆきと 清家 幸斗くん  
2歳 27日  
(吉田町南君)  
いつもニコニコ笑顔  
の幸斗♥これからも  
いっぱい遊ぼうね!



おく さやか 奥 彩八夏ちゃん  
2歳 29日  
(寄松)  
さやか♥誕生日おめ  
どう♡これからも元  
気でたくさん遊ぼうね!



よしみ つばさ 吉見 翼くん  
2歳 30日  
(寄松)  
お誕生日おめでとう♥  
2歳も元気いっぱい  
楽しく過ごそうね★



かわた ちなつ 河田 千夏ちゃん  
3歳 3日  
(祝森)  
ちいちゃん♥3歳おめ  
どう〜♥元気いっ  
ぱい大きくな〜れ♥



いまいょう たかひろ 今城 渚ちゃん  
3歳 5日  
(三間町宮野下)  
元気で甘えん坊な渚が  
大好きだよ♥お友達に優  
しく大切に過ごしてね♡



おかもと うみ 岡本 海七ちゃん  
3歳 9日  
(三間町金銅)  
いつも笑顔のうみちゃん♥  
誕生日おめでとう♡これ  
からもニコニコ元気に育  
ってね!



つちやま そらと 土山 空虎くん  
3歳 10日  
(吉田町沖村)  
いつも元気いっ  
ぱいのそらび♡幸せな毎  
日をありがとう♥♥



おかざき しゅうご 岡崎 省吾くん  
3歳 12日  
(丸穂町)  
おめでとう!元気いっ  
ぱいの省ちゃんが大  
好き!たくさん外遊  
びしようね♥



かどた かなこ 門田 夏捺子ちゃん  
3歳 13日  
(和霊元町)  
かか、お誕生日おめ  
どう★大好きなお兄  
ちゃんこれからも仲  
良くね♥



おき ひかり 沖 ひかりちゃん  
3歳 22日  
(泉町)  
元気に大きくなあれ  
!お誕生日おめ  
どう♡



やまもと とみみ 山本 知己くん  
3歳 22日  
(津島町成)  
3歳おめでとう★元  
気いっぱいで、いっ  
つもみんなを笑わ  
せてくれるとも  
ちゃん♥大好きだよ



おかざき こうた 岡崎 航大くん  
3歳 23日  
(明倫町)  
誕生日おめでとう♥  
2学期から幼稚園!  
楽しみだね。



みうら さいと 三浦 咲人くん  
3歳 23日  
(吉田町立間)  
やんちゃで元気いっ  
ぱい!さくちゃん大  
好きだよ♥これ  
からも3人兄弟仲  
良く遊ぼうね♡



みやもと ひなた 宮本 日葵ちゃん  
3歳 23日  
(祝森)  
ひな♡3歳おめ  
どう♪元気いっ  
ぱい大きくな〜れ♥

## 【応募方法】 広報発行月号が誕生月(3歳まで)の子どもの

- ①氏名とふりがな
- ②性別
- ③年齢(誕生日月での年齢)
- ④生年月日
- ⑤保護者氏名
- ⑥郵便番号と住所
- ⑦電話番号
- ⑧簡単なコメント(30字まで)

を書いた用紙と写真(裏に氏名)を提出してください。

市ホームページからも投稿できます。

## 【注意事項】

- ▶写真は返却しますので住所は必ず書いてください。
- ▶メールでの投稿の場合、受付完了のメールをしています。携帯電話の受信拒否の設定確認をお願いします。
- ▶ふりがなを忘れないでください。
- ▶絵文字は確認ができないので、絵文字部分は( )の中に文字で表記してください。
- ▶情報が足りないや掲載できない場合があります。
- ▶投稿が40人を超えた場合は抽選になります(3歳児を除く)。

※写真も忘れずに添付してください。

【提出先】 宇和島市役所市長公室シティセールス推進係

☎24-1111内線2407または各支所総務係

✉koho@city.uwajima.lg.jp

## 日々是 宇和島 (8)

### ガイヤカーニバル30周年

平成30年がスタートして、あっという間に半年が経過しました。私の学生時代を振り返ると、授業時間を含めた時の流れが、もつとゆっくりだったような気がします。こうして齢を重ねていくのだろうと、感慨深く思う間もなく、いよいよ後半戦スタートです。

この時期といえば、そう、夏祭りです。まずは、県内でトップを切って開催される「吉田町夏祭り」。毎年7月の第1土曜日がその指定席で、ちょうど梅雨明けの合図とも言われています。そして7月の後半には、四国地方でも指折りの開催規模を誇る「うわじま牛鬼まつり」。さらに、8月には、三間・津島町でも夏祭りが開催されます。

中でも、今年最も注目すべきは、「うわじま牛鬼まつり」における「ガイヤカーニバル」ではないでしょうか。今年で30周年を迎える「ガイヤカーニバル」は、まちづくり団体として活躍している宇和島青年会議所が中心となり行われています。徳島の「阿波踊り」や高知の「よさこい踊り」と並ぶ、四国

の三大踊りとなるようにとの期待を込め、築き上げられてきました。

宇崎 竜童さんが作詞作曲した「ガイヤ・オン・ザ・ロード」のリズムに乗り、多くの人が色とりどりの衣装を身にまとい踊ります。ダイナミックな踊りで真夏の夜を彩る姿は圧巻で、今では宇和島の夏には欠かせないものとなっています。

このような機会をきっかけに、多くの皆さんが宇和島に足を運び、夏祭りだけではなく、あらゆる宇和島の魅力に触れてほしい。最終的には、このまちの定住につながればと想像しながら、今後とも未来に向けたまちづくりに磨きをかけていきたいと考えています。



## 宇和島×イタリア×仙台



### ブラッドオレンジどら焼

歴史姉妹都市である宮城県仙台市に本社を置く「お茶の井ヶ田株式会社」が開発したコラボ商品「ブラッドオレンジどら焼」が、きさいや広場で販売されています。

このどら焼の餡には、宇和島産ブラッドオレンジがふんだんに使用されています。口に入れると、どら焼の甘さのあとに、ブラッドオレンジのさわやかな香りが口いっぱい広がります。日持ちするので、手土産の候補として勧めてみてはいかがでしょうか。



### ブラッドオレンジ

イタリアが原産地のかんきつです。地球温暖化の影響により、栽培に適する気候になったことで、全国に先駆けて栽培の取り組みが始まりました。

かんきつでは唯一、アントシアニンを含みます。果肉が赤く、コクのある甘さと爽やかな香りが特徴です。本市は国産ブラッドオレンジの国内シェアが1位で、その品種は大きく次の2種類にわかれます。

【タロッコ】皮が薄く、コクのある甘さ、濃厚な香りが特徴。

【モロ】赤味が強く、すっきりとした酸味と豊かな風味が特徴。



果実の旬は3～5月ですが、最近ではジュースやお菓子などの加工品として取り扱われることも増えています。

今年はガイヤカーニバル30周年！暑い夏が今年もやってくる

# うわじま牛鬼まつり



7月22日(日)

▶うわじまガイヤカーニバル  
(子ども・一般の部)

22～24日

▶オールカマーフェスタ

## ■タイムツ隊 募集

【と き】 7月24日(火) 午後6時30分～10時

【服装】 ハッピー(Tシャツでも可)、短パン、地下足袋 など

【対象】

▶須賀川に入る人：泳げる人で中学生以上

▶新内港まで(川には入れません)：泳げない人、小学生以下(保護者同伴)

※今年是最深部100cm程度の深さです。

【申込・問合先】 7月6日(金)までにうわじま牛鬼まつり走り込み部(商工会議所内) ☎22-5555

【うわじま牛鬼まつり実行委員会事務局】

宇和島商工会議所 ☎22-5555

商工観光課 ☎24-1111内線2715

当日本部(南予文化会館会議室) ☎25-5791・5792

23日(月)

▶県警音楽隊ふれあいコンサート

▶ブラスバンド・トランペット鼓隊・県警音楽隊パレード

▶子ども牛鬼パレード

▶よさこい演舞

▶宇和島おどり大会

▶海上打ち上げ花火

24日(火)

▶定期闘牛大会 和霊大祭場所

▶打吹童子ばやし演奏

▶親牛鬼パレード

▶和霊大祭 子ども行列

▶走り込み(山車、タイムツ隊)

▶仕掛花火

▶打ち上げ花火

## 期間中の交通規制

▶期間中：和霊神社周辺は車両通行禁止、市内全域が駐車禁止

※JR宇和島駅前の市営駐車場は使用できません。

▶23日：午後7時30分～9時40分ごろは坂下津産業団地の岸壁側一部が車両通行禁止

▶24日：午後7時40分～9時30分ごろは丸山公園運動広場周辺は通行禁止

【注意事項】船舶での花火見物は、保安距離を厳守してください。期間中、定期的に煙火打上(昼玉)が浄念寺裏山より行われます。

※詳しくは、イベントプログラムをご覧ください。市役所、きさいや広場などで配布しています。

## 伊達博物館

### ■平成30年度夏期特別企画

夏休み子どもプロジェクト

「ダテハクへ行こう！」

今年で4回目。展示を見ながら、質問内容を入力していきます。全問正解者には「伊達マスター」の称号と、記念品をプレゼントします。

【と き】 7月14日(土)～9月2日(日)

※受付で申し込みをしてください。

Natsuyasumi  
Kodomo  
Project

### ■山家清兵衛展

「うわじま牛鬼まつり」の開催に合わせ、宇和島藩祖 秀宗の重臣であった山家清兵衛所用と伝わる甲冑を特別展示します。

【と き】 7月21日(土)～31日(火)

【ところ】 伊達博物館 (毎週月曜日は休館)

(受付：午前9時～午後4時30分)

※7月16日(月祝)、23日(月)、8月13日(月)は開館。

7月17日(火)は休館します。

【問合先】伊達博物館 ☎22-7776

## よしを民芸店 (2代目 宇都宮 よしを さん)

父から受け継いだ、宇和島の伝統

父である先代の跡を継ぎ、牛鬼張り子や八ツ鹿を作るのは、「えひめ伝統工芸士」の宇都宮さん。小学生のころから父の手伝いを始め、高校では定時制に通い、日中のほとんどを父と過ごし技術と伝統を受け継いできました。

最盛期には、家族総出で製作にあたっていました。現在は宇都宮さん1人が全行程を担っています。宇都宮さんが手がける牛鬼張り子は、型枠に和紙を何枚も張りあわせ、着色と乾燥を重ねてできあがります。ひげには馬の毛が使われ、注文が入ってから製作に取りかかります。最近では、丈夫で見た目も綺麗に仕上がるプラスチック製や、価格も安く手に入る段ボール製の製品が普及してきました。しかし、宇都宮さんは和紙での製法にこだわり続けています。

和紙へのこだわりについて宇都宮さんは、「牛鬼の模様や素材などには、1つひとつに意味が込められています。紙は「裂ける」ことから、「避ける」という意味にかけられ、それが魔除けや厄除けということにつながっているんです。意外と皆さん知らないんですよ」と話していました。

うわじま牛鬼まつりの開催を前に、宇都宮さんに祭りに対する思いを聞くと、「牛鬼でまちが盛

り上がることはうれしく思います」と話してくれました。しかし一方で、祭りの派手さや形ばかりが目立って、なぜ和紙が使われているのかなど、牛鬼本来の伝統を知らない世代が増えてきているのではないかと心配することもあるようです。

今後は、技術面だけではなく、先代から受け継いだ「形だけではない牛鬼に込められた意味」なども、若い世代の人たちに伝えていきたいそうです。



有料広告

# 7月 JUL. 2018 市民カレンダー

けんこう相談（子育て、心の健康、乳幼児・妊産婦、一般・成人）

広報P23をご覧ください。本…本庁 吉…吉田支所 三…三間支所 津…津島支所

●：広報うわじま7月号内で紹介しています。

各種相談 【問合せ】本庁☎24-1111

- 行政相談
  - ▶5日(木) 午前9時～午後3時 市役所 1階ロビー
  - ▶9日(月) 午前9時～正午 三間公民館
  - ▶18日(水) 午前9時～正午 岩松公民館

- 宅地建物相談
  - ▶10日(火) 午後1時～3時 202会議室

- 市民法律相談 <要予約>
  - ▶20日(金) 午後1時～4時 市役所 602会議室
  - 高田博・高田優弁護士(1人15分程度。先着24人)
  - (予約開始)13日(金) 午前9時～午後5時
  - (予約方法)予約開始日から電話、FAXで受け付けます。

- ※原則市民(当事者)が対象。予約時に氏名、住所、電話番号を伝えてください。
- ▶8月の相談日：8月17日(金)
- (予約開始)8月10日(金)

【問合せ】総務課行政係☎内線2412

- 多重債務整理相談・消費生活相談
  - ▶毎日(平日) 午前9時～午後4時

- 認定司法書士による相談 <要予約>
  - ▶18日(水) 午後1時～4時 市役所 2階消費生活センター(伊勢田司法書士)
  - ※1人30分程度。6人まで。

【問合せ】市消費生活センター(企画情報課コミュニティ推進係内)☎内線2276

- 子育て支援コーディネーターによる相談
  - ▶毎日(平日) 午前8時30分～午後5時
  - 福祉課子育て相談窓口(21番窓口)

【問合せ】福祉課児童福祉係☎内線3120

- 家庭児童・婦人相談
  - ▶毎日(平日) 午前8時30分～午後5時

【問合せ】福祉課児童福祉係☎内線2155・2142

- 心配ごと相談
  - ▶9日(月) 午前9時～正午 三間保健福祉センター
  - ▶11日(水) 午前9時～正午 総合福祉センター

【問合せ】宇和島市社会福祉協議会☎23-3711

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
1 ○お祭り前須賀川ク リーン作戦 (生活環境課) ○クールシェアin南楽園 (～8月31日)	2 ○市役所ロビー展： 押花サロン野ばら 作品展(～6日) ●「社明」パレード P17 ○農業委員会7月定例総会 (農業委員会)	3	4 愛の献血 (県赤十字血液センター) 9:30-11:30 JAえひめ南 本所 13:00-16:00 宇和島看護専門学校 市役所で4のつく日は古紙回収	5 ●幼年消防大会 P17 ○緊急地震速報訓練 (危機管理課)	6 愛の献血 (県赤十字血液センター) 9:30-11:30 宇和島警察署 13:00-14:00 宇和島地区広域事 務組合消防本部 宇和島消防署 15:00-16:30 JCHO宇和島病院	7 ●吉田町夏祭り P17 ○商工会議所青年部 県大会記念講演会 (商工会議所)
8 ●就職フェア(合同 企業説明会) P18 ○市民歴史講座 そこここや 特別編(文化・スポーツ課)	9 ☎乳幼児・妊産婦 ☎吉一般・成人	10 ○市役所ロビー展： デイケア「宙」書 道作品・絵画教室 展(～13日)	11	12	13 ☎乳幼児・妊産婦	14 ●伊達博物館夏休み 子どもプロジェクト (～9月2日) P27
15	16 海の日 ☎乳幼児・妊産婦 ☎本三一般・成人	17 ○市役所ロビー展： 水彩画展(～20日) ☎乳幼児・妊産婦 ☎本三一般・成人 市役所古紙回収(振替回収)	18	19 毎月19日は食育の日	20 ○小・中学校終業式 ○シルバー人材セン ター入会説明会 ☎本乳幼児・妊産婦	21 ●「社会を明るくする 運動」宇和島市推 進大会 P17 ●伊達博物館山家清兵衛展 (～31日) P27 ○伊達博物館似顔絵コンテ スト作品展示(～9月2日) ○市小学校水泳記録会
22 ●うわじま牛鬼まつり (～24日) P27	23 ☎津一般・成人	24 ○定期闘牛大会和霊 大祭場所(市観光 物産協会)	25 ●がん患者さんとご 家族のための交流 の場 P17 ○Jアラート試験放送 (危機管理課)	26	27 愛の献血 (県赤十字血液センター) 10:00-12:00、13:00-16:00 市役所	28
29 ●スポーツ交流セン ターオープニング イベント P12 ●ふれあい魚ッティング P19 ●不動産表示登記無料相談会 P19	30 ○市役所ロビー展：土 砂災害防止に関す る作品コンクール の受賞作品巡回展 (～8月3日)	31	【開催中】 ○畦地梅太郎記念美術館：中西俊佳版画展(～30日) ○南楽園：全国風りんまつり(～8月26日) ○伊達博物館：特集展①、企画展①(～9月30日)			

## 有料広告

広報紙に掲載する広告を募集  
しています。詳しくは、お問い合  
わせください。

【問合せ】市長公室シティ  
セールス推進係☎24-1111  
内線2407



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 (1等1億円)  
サマージャンボプチ (1等100万円)  
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。  
各1枚300円 7月9日(月)2種類同時発売!  
発売期間 7/9(月)～8/3(金)  
公益財団法人愛媛県市町振興協会

## 第3回 美溜名画座

上映作品：ミュージカル鶴姫伝説

7月28日(土) 【年会費】(会員募集中)  
上映/①午後2時～ 新規会員…2,000円  
②午後7時～ 継続会員…1,500円  
小学生会員…500円

【問合せ】コスモスホール三間☎58-3312