



広報 うわじま

Uwajima

6

JUN. 2019

No.167



#ホタル#津島町#山財地区

6月の休日当番医

■外科系

2日(日)	友松外科・胃腸科(鶴島町)	☎22-0410
9日(日)	河野整形外科クリニック(丸之内)	☎22-1822
16日(日)	加藤整形外科(和霊元町)	☎22-7111
23日(日)	二宮整形外科(榊形町)	☎25-8600
30日(日)	小川クリニック(丸之内)	☎23-3599

■内科系

2日(日)	田中循環器科内科(堀端町)	☎22-0504
9日(日)	和霊町松浦内科(和霊元町)	☎23-1510
16日(日)	宇都宮内科胃腸科(栄町港)	☎25-7228
23日(日)	松澤循環器科内科(天神町)	☎25-5858
30日(日)	笹岡内科(中央町)	☎24-3886

■小児科

2日(日)	こばやし小児科(長堀)	☎23-1150
9日(日)	やくしじこどもクリニック(泉町)	☎24-1386
16日(日)	上田小児科・外科(広小路)	☎25-0100
23日(日)	こばやし小児科(長堀)	☎23-1150
30日(日)	こおり小児科(中央町)	☎24-5633

■(旧)北宇和郡

2日(日)	鈴木整形外科・外科(吉田町)	☎52-0104
9日(日)	岩村外科胃腸科(吉田町)	☎52-3111
16日(日)	橋本内科クリニック(吉田町)	☎52-0808
23日(日)	溜尾整形外科(吉田町)	☎52-3133
30日(日)	あべ医院(津島町)	☎32-2616

▶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 - 我が家の防災対策 -
8	災害復興掲示板
10	宇和島市職員募集
11	くらしの情報、おしらせ
16	健康ガイド
20	個別健康診査
22	図書館だより
23	医師会健康講座・余暇のひとつき
24	まちのわだい
25	6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 2019

6月の納期 納期限：7月1日(月)

▶市・県民税(1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。6月25日(火)までに申し込むと、7月末に納期の到来する科目から振り替えが始まります。

■7月の納期：納期限7月31日(水)

▶固定資産税(2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 5月1日現在

カッコ内数字は前月比

▶人口：75,170 (+27)人	▶男：35,311 (+49)人
▶女：39,859 (-22)人	▶世帯：36,139(+120)世帯
▶出生：47 (+15)人	▶死亡：92 (-11)人

我が家の防災対策

出水期に、今一度備える

備蓄品の賞味期限大丈夫だったかな？

災害情報ってどうやって確認できるの？

非常時持出袋の中身確認しないと！

防災ラジオはきちんと受信できてるかな？

☎171ってどこにつながるの？



我が家の「備え」は大丈夫ですか？



昨年、記録的な大雨により市内各地で土砂災害が発生しました。

「水が足りない」「物資が足りない」—。

行政などからの支援が届くまでには時間がかかります。

そういったときのためにも、自助による備えが不可欠です。

6月は土砂災害防止月間です。出水期に備えて、今一度我が家の「備え」を確認してみましょう。

✓ 我が家の「備え」Check

事前の確認が肝心

宇和島市防災マップなどで、土砂災害や洪水の危険箇所を把握している

▶ スマホアプリ「伊達なうわじま安心ナビ」、市ホームページで確認できます。



地震や大雨など、災害の種類によって避難所が異なることを知っている

▶ 災害ごとに避難できる避難所を確認し、防災訓練などでは災害ごとの避難先や経路の確認をしましょう。

自宅や職場、学校付近の安全な避難先や経路を家族全員が把握している

▶ 宇和島市防災マップを確認し、自宅だけでなく職場や学校付近の避難先や経路などを家族で確認しましょう。

防災ラジオの受信状況を確認している

▶ 防災ラジオの受信改善を行っています。聞こえにくい場合は、危機管理課 ☎49-7006 または各支所総務係まで。

※ 2台目以降は1台3,000円で取得できます。

非常持出品や備蓄品をチェックし、目に付きやすく取り出しやすい場所に置いている

▶ 非常食品の目安は最低3日分です。いつでも持ち出せる準備をしておきましょう。

家族で災害時の連絡手段を決めている

▶ ☎171に電話することで、災害時の声の伝言板「災害用伝言ダイヤル171」が活用できます。毎月1日と15日など、体験利用できる日もあります。

正確な情報収集を

スマホアプリ「伊達なうわじま安心ナビ」や「Yahoo!防災速報アプリ」などを使用している

▶ 大雨情報などの緊急情報や宇和島市防災マップなどが確認できます。

市公式 SNS (Facebook・Twitter) でも情報収集を行っている

▶ 市公式 SNS でも災害情報を発信しています。ただし、SNS 上で拡散された不確かな情報には注意してください。



避難勧告や避難指示などが発令された場合にどのような行動を取れば良いか把握している

▶ 避難勧告や避難指示の伝達方法が警戒レベルを用いた方法に変わります。詳しくは、広報 P 6 を確認してください。

行政連絡放送の内容が聞き取れなかった場合や、再度聞きたい場合の確認方法を知っている

▶ ☎49-7064 に電話をすることで直前の放送から順番に確認ができます。

「宇和島市安心安全情報メール」に登録している

▶ 登録方法：携帯電話で QR コードを読み取るか、空メール (bousai.uwajima-city@raidenn.ktaiwork.jp) を送信してください。



日ごろからの取り組み

地域の避難訓練や防災研修などに参加している

▶ 6月2日(日)には、市内全域を対象とした「土砂災害等防災訓練」が行われます。詳しくは、広報 P 6 を確認してください。

早めの避難を心がけている

住んでいる地域で高齢者や障がい者など避難の手助けが必要な人を知っている

自治会活動などで日ごろから地域とつながりがある



災害対策チェック結果

0～3

災害に対する備えが不足しています。各項目を確認し万全の備えを目指しましょう。

4～6

最低限の備えはできていますが、不足している可能性があります。今一度防災対策への意識を高めましょう。

7～9

ある程度の備えができています。不足している項目を確認し、もう一步踏み込んだ備えを目指しましょう。

10～12

防災対策への意識が高く、備えもできています。定期的に見直しを行い万全の備えを目指しましょう。

13～15

家族・地域との情報共有もできているようです。出水期だけではなく、年間を通して備えを意識しましょう。

警戒レベルを使った伝達方法に変わります。

例：「避難勧告」→「警戒レベル4 避難勧告」

避難を判断する災害情報の表現が、警戒レベルを用いた方法に変わります。それぞれの段階に応じた避難行動を確認しましょう。

警戒レベル	避難情報など	私たちがとるべき行動
警戒レベル5	災害発生情報	万が一避難することが危険な場合は、命を守る最善の行動を取る
警戒レベル4	避難勧告 避難指示(緊急)	全員が避難する
警戒レベル3	避難準備・ 高齢者等避難開始	高齢者などは避難を開始。そのほかの人は、避難に備えて準備し、状況に応じて早めに避難する
警戒レベル2	注意報	避難に備え、避難場所・経路の確認や避難情報を集める
警戒レベル1	早期注意情報 (警報級の可能性)	気象情報などの最新情報に注意する

こんなときどうする

■「立退き避難」と聞いたら…

安全が確保された建物に移動してください。
→指定緊急避難場所、近隣の安全な建物など

■「屋内安全確保」と聞いたら…

屋内のより安全な場所で退避してください。
→自宅の2階以上で山と反対側の居室など

土砂災害等防災訓練

【と き】6月2日(日) 午前8時30分～

【対 象】市内土砂災害警戒区域など、須賀川洪水浸水想定区域

【訓練内容】市が発信する防災情報や自治会などの決めごとを前提に、自分や家族がどう行動すべきかを確認し、各地域の避難経路や避難所の位置などを確認してください。

【問合先】危機管理課 ☎49-7006

海抜表示・津波避難誘導標識設置 協力者募集

【対 象】津波浸水区域内（市防災マップ）の自治会、自主防災組織、事業所など

【内 容】設置場所に応じた標識を作成します。

【募集期間】6月3日(月)～28日(金)（応募多数の場合は、調整することがあります）

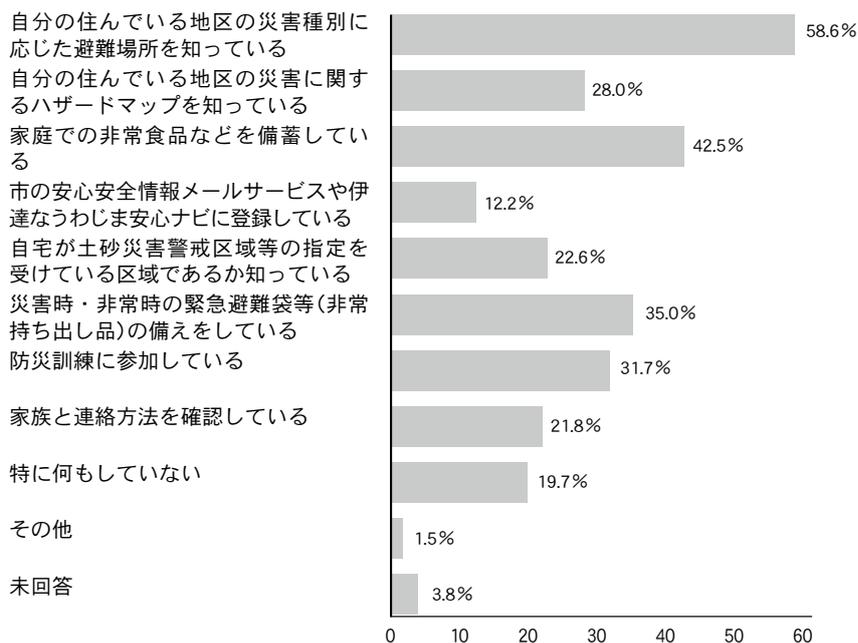
【申込・問合先】危機管理課 ☎49-7006

災害はいつ起こるか分からない

災害への対策は普段からの備えが必要不可欠です。昨年実施した「復旧・復興に関する市民アンケート」の結果からも、私たち1人ひとりが日ごろからの災害対策への意識をさらに高めていく必要があることが分かります。

今月の特集で確認した内容をもとに、今一度家族で防災対策を見直し、万が一の場合の備えを心がけましょう。

Q. 災害に対して、あなたが日ごろから知っているもの、準備しているものは何ですか？



【復旧・復興に関する市民アンケートから抜粋】

あなたはいくつチェックできましたか？

備えの大切さは理解しているものの、実際には準備が不十分なことが多くあります。広報P 4～5に掲載したチェック内容を実際にチェックしてもらいました。



3 / 15 check

転入して1年程度が経過しましたが、自宅近くの危険箇所などを把握できていません。

防災ラジオの受信状況も不安定であり、今後受信状況改善の相談も検討したいです。



4 / 15 check

避難場所は把握していますが、災害種別に
応じて実際にどこに避難するかなど、細かい
ことまでは十分に把握できていません。避難
経路の想定など、家族で共有認識を持ちたい
と思います。



7 / 15 check

非常時持出袋などは、数年前に一度準備
したきりで、そのままになっています。賞味
期限の確認など、この機会に今一度内容を
チェックしておきたい
と思います。



9 / 15 check

スマホアプリなどは
使いこなせていませんが、危険箇所など災害
に関する情報は自治会
活動を通して把握して
います。緊急時の連絡
手段などは今後家族と
話していきたいと思
います。



復興へのあゆみ vol. 2

復興に向けて一歩。あゆみを進める人を紹介します。

農業復興のノウハウを ここ、宇和島で生かす

前田さんは農林水産省の支援チームとして平成30年7月豪雨直後に現地入りし、市役所やJAえひめ南などを拠点に農業被害の状況把握にあたりました。「この状況に寄り添い、現場が何を必要としているのかを国や関係機関に伝えることが私の使命」と前田さんは話します。

前田さんはこれまで関わってきた園地の復興の中でも、今回は少し違った難しさを感じています。かんきつは野菜などとは異なり、新しい苗木を植えてから木が育つまでに年月がかかるため、未収益期間が長期にわたります。そのため、なかなか復興に向けて進んでいるという実感が湧きにくく、不安を抱くかんきつ農家が多いそうです。

現在前田さんは、現地調査を通して農家の皆さんからヒアリングを行ってまいります。課題や悩みを聞き取り、解決に向けた補助事業の紹介や助言をして、復興に向けた農家の取り組みを後押ししています。

まだまだ園地整備やスプリンクラーの復旧など現地を抱える課題は数多くあります。「この現状を国に伝え、現地と国とのパイプ役として必要な支援を求めていきたい」と今後についても話してくれました。

災害復興掲示板

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。



農業復興統括官
前田 安正さん

profile

元農林水産省職員。4月に市役所産業経済部内に設置された農業復興統括官に着任。東日本大震災や九州北部豪雨でも農産物の復旧・復興にかかわってきたノウハウを生かし、本市の復旧・復興に取り組む。

義援金の配分(第4次配分)

【配分額】

		第1～4次配分合計額			第4次追加額 (参考)	申請方法	
		県分	市分	合計			
人的被害	死亡者の遺族	300万円	45万円	345万円	-	申請の必要はありません。	
	重傷者	3ヵ月以上の治療を要する	30万円	16万5千円	46万5千円	-	被災見舞金と同時に受け付けます。
		1ヵ月以上3ヵ月未満の治療を要する	30万円	4万5千円	34万5千円	-	
	軽傷者	-	2万円	2万円	-		
住家被害	全壊	226万円	25万9千円	251万9千円	30万9千円	被災見舞金と同時に受け付けます。	
	大規模半壊・半壊	113万円	14万8千円	127万8千円	15万8千円		
	床上浸水	45万円	5万5千円	50万5千円	5万円		
	一部破損	土砂被害	22万円	5万5千円	27万5千円	2万円	罹災証明書(写し可)通帳またはキャッシュカードのコピーを持参してください。
		そのほか	-	5万5千円	5万5千円	-	

▶追加配分に対する新たな申請は不要です。

▶口座振替をもって義援金支給決定通知書に代えます。申請した人で不支給となった場合は、個別通知します。

【申請期限】6月28日(金)まで(義援金募集期間の延長により、申請期限についても延長される場合があります)

【受付場所】市役所 福祉課福祉総務係、吉田・三間・津島支所 福祉環境係、宇和海支所

【問合先】財政課財政係 ☎49-7008

平成30年7月豪雨 宇和島市追悼式

平成30年7月豪雨から1年を迎えるにあたり、犠牲となられた方々へのご冥福をお祈りし、深い追悼の意を表すとともに、復興への想いを新たにすため追悼式を執り行います。

【とき】7月7日(日) 午前10時～(開場：午前9時～)

【ところ】吉田公民館

※当日は宇和島ケーブルテレビの生中継を行います。また、吉田公民館 視聴覚室でも追悼式の様子を視聴できます。なお、献花については午後1時まで受け付けます。

【注意事項】

▶参列する人は、当日受付までお越しくください。

▶駐車場には限りがあります。できる限り公共交通機関を利用してください。

【問合先】市長公室 ☎内線2415

被災した家屋などの解体・撤去・処分

平成30年7月豪雨により被災した家屋などについて、市が所有者に代わり解体・撤去します。

【受付】6月28日(金)まで(執務時間中)

※相談受付については6月14日(金)まで。

【対象】罹災証明書で全壊・大規模半壊・半壊の判定を受けた住家(住家以外も対象となる場合があります)

【申請・問合先】都市整備課 ☎49-7027

地域文化活動助成制度の募集

被災地における文化活動団体・グループを対象に、物品の新調・修繕などの活動再開にかかる費用を助成します(上限50万円)。

【申込・問合先】8月30日(金)までに伊予銀行 広報CSR室 ☎089-941-1141



人をつなぐ 未来を創る

令和元年度 宇和島市職員募集



※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

■正規職員

- ▶上級：①行政事務12人程度
②行政事務(社会福祉士)1人程度
- ▶中級：③保健師1人程度
④保育士2人程度
- ▶初級：⑤行政事務 若干名
- ▶社会人経験者：⑥行政事務 若干名
⑦保育士2人程度

※技術職(土木・建築・電気・機械技師)については、6月16日(日)に実施する第1次試験において採用予定人数に満たない場合、追加募集をします。

【1次試験】①～③7月27日(土)・28日(日) ④～⑦9月21日(土)・22日(日)

【試験会場(筆記)】

7月上旬に市ホームページでお知らせします。

【採用年月日(予定)】

令和2年4月1日

【受付】(執務時間中必着)

①～③6月3日(月)～28日(金)
④～⑦8月1日(木)～8月23日(金)
※採用試験の併願はできません。

【提出・問合先】総務課人事係

☎49-7007

■臨時職員

- ▶①事務員3人程度②保育士10人程度③下水道維持管理作業員1人

【採用年月日(予定)】

①③7月1日②随時

【受付】(執務時間中必着)

①③6月14日(金)まで②随時

【提出・問合先】本庁☎24

-1111①総務課人事係☎内線2473、②福祉課☎内線2139③都市整備課☎内線2645

教育支援制度

■市奨学生

高校、大学などに進学希望または在学している学生の修学金を貸与します（支度金については対象外）。



【金額】

▶高校・高専学校：15,000円／月

▶大学・短大・専門学校：30,000円／月

【申込・問合せ】6月17日(月)～7月5日(金)の間に各学校長または教育総務課 ☎49-7030

■奨学金返済支援事業

新規就業者などの奨学金返済金の一部を最大5年間補助します（毎年申請が必要）。制度の適用には条件があります。



【金額】交付申請年度の前年度奨学金返済額×2/3（上限20万円／年）

【申込・問合せ】6月17日(月)～令和2年3月31日(火)の間に教育総務課 ☎49-7030

福祉手当・子育てサービスの更新

対象者には通知文を送付します。期限内（土日を除く午前9時～午後5時）に必ず更新手続きをしてください。

■ひとり親家庭医療費受給者証

【とき】6月13日(木)～19日(水)

【申請・問合せ】福祉課児童福祉係
☎内線2147または各支所福祉環境係



■重度心身障害者医療費受給者証

【とき】6月17日(月)～28日(金)

【申請・問合せ】福祉課障害福祉係
☎内線2150または各支所福祉環境係



■児童手当現況届

【とき】6月20日(木)～28日(金)

【問合せ】福祉課児童福祉係
☎内線3124または各支所福祉環境係



市政出前講座

市民の皆さんや団体からの要望に応じて、市の施策や事業、施設などを説明する「市政出前講座」を実施しています。地域や、職場などのグループで気軽に申し込んでください。

テーマ	申込・問合せ
防災出前講座	危機管理課 ☎内線2030
男女共同参画出前講座	企画情報課 ☎内線2236
消費生活センター出前講座	企画情報課 ☎内線2276
ダンボールコンポスト出張講座	生活環境課 ☎内線2231
介護予防教室、認知症サポーター養成講座	高齢者福祉課地域包括支援センター ☎内線2165
健康づくり出前講座	保険健康課 ☎49-7021
企業内人権・同和教育研修、公民館人権講座	人権啓発課 ☎内線2767

【問合せ】市長公室 ☎内線2415

市民と市長のふれあいトーク

市民の皆さんと市長が、宇和島のこれらについて意見交換を行います。

【とき】

▶6月19日(水) 午前10時～午後3時 津島支所

▶6月21日(金) 午前10時～午後3時 宇和海支所
※1回30分程度（予約制）。

【対象】市長と意見交換を行いたいグループ・団体（おおむね10人まで）など

※政治、宗教または営利目的とするものは対象外です。

【申込】開催日の5日前までに、申込書を市長公室政策調整係または各支所総務係に郵送、FAX、Eメールまたは持参してください。

※申込書は、市長公室、各支所で配布するほか、市ホームページからダウンロードできます。

【申込・問合せ】〒798-8601宇和島市曙町1番地 市長公室政策調整係 ☎内線2403 FAX 24-1121 ✉ hisho@city.uwajima.lg.jp

農業経営所得安定対策

水稲からの作付転換を促すことを目的に、農家の経営所得安定対策を行います。

【対象】 販売農家または集落営農

【対象作物】 米、麦、大豆、テン菜、でん粉原料用バレイショ、ソバ、ナタネ

※水田に作付する飼料用米、米粉用米、WC S用稲、加工用米、飼料作物、転作作物（きゅうり、かぼちゃなどの野菜）も対象になります。

【申込・問合せ先】 6月28日(金)までに
農林課中山間対策係 ☎内線2813



国民年金の手続き

20～59歳でほかの年金制度に加入していない人は国民年金への加入手続きが必要です。

【対象】

▶ 会社を退職した、または会社などに勤めていない（学生を含む）20～59歳

▶ 被扶養配偶者で、被保険者が会社を退職・転職した人

▶ 加入者の住所・氏名が変わったときなど

【申請・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



市NPO登録制度

ボランティアグループ・NPO法人の皆さんの活動を応援します。

【登録のメリット】

▶ 市が発信する各種情報を受け取ることができる

▶ チラシやポスターを市の施設に掲示することができる

▶ 市地域づくり団体活動補助金を申請することができる

【申込・問合せ先】 6月28日(金)までに企画情報課
コミュニティ推進係 ☎内線2236

老朽危険空屋除去費用の一部補助

老朽化などにより放置すれば倒壊につながるおそれがある空家の除却費用を補助します。

【金額】 補助対象経費の5分の4以内（上限80万円）

【募集戸数】 15件（予定）

※緊急性の高いものから補助を行います。

【申込】 6月3日(月)～7月5日(金)の間に事前申請書を提出してください。

【申込・問合せ先】 建築住宅課 ☎内線

2617・2670



市地域づくり団体活動補助金（2次募集）

市NPO登録団体が主体となって行い、多くの市民参加が期待できる次のすべての条件にあてはまる事業に対して補助金を交付します。

【対象】

▶ 事業の総額が10万円以上

▶ ほかの補助金などを受けていない

▶ 8月から令和2年3月までに実施および完了する事業

【金額】 対象経費の2分の1以内（上限10万円）

【問合せ先】 6月28日(金)までに企画情報課コミュニティ推進係 ☎内線2236

水道料金補助制度

市内に工場などを立地する企業で、市から工業用の用途による給水を受けている事業者に対して補助金を交付します。

【対象】 給水1契約あたりの総使用水量（平成30年6月請求分～5月請求分）が2,400m³を超えている事業者など

【申込】 7月1日(月)～10月31日(木)

【申込・問合せ先】（補助制度）商工観光課商工係 ☎49 - 7080、（給水用途・使用水量の確認）水道局業務課管理係

☎22 - 5265



経済センサス - 基礎調査 -

調査員が事業所の活動状況を確認します。全国のすべての事業所が対象となりますので、ご理解とご協力をお願いします。

【期 間】 6月1日(土)～11月30日(土)

【注意事項】

- ▶ 調査内容は統計以外の目的に利用されることはありません。
- ▶ 調査員は調査員証を携帯しています。必ず確認してください。

【問合せ先】 企画情報課情報統計係 ☎49 - 7039

子どもの虐待すぐに相談

虐待かと思ったら、すぐに通告・相談しましょう。通告は匿名可能、秘密厳守。

【相談先】

- ▶ 児童相談所全国共通ダイヤル ☎189 (いちはやく)
- ▶ 南予子ども・女性支援センター ☎22 - 1245
- ▶ 福祉課児童福祉係 ☎内線2155・2142

【問合せ先】 福祉課児童福祉係 ☎内線2155・2142

宇和島地区更生保護サポートセンター

企画調整保護司が常駐し、犯罪や非行について相談に応じます。

【開所時間】 午前9時～午後4時 (土日・祝日・年末年始を除く)

【ところ】 総合福祉センター

【内 容】

- ▶ 社会福祉関係団体との連携
- ▶ 非行防止セミナーの開催
- ▶ 協力雇用主の紹介

【問合せ先】 宇和島地区更生保護サポートセンター ☎28 - 9201

人権に関する相談

<無料>

人権問題で困っている人は、各種相談専用ダイヤルを通じて相談してください。秘密厳守。

【相談受付】 午前8時30分～午後5時15分 (外国語人権相談ダイヤルのみ午前9時～午後5時)

【相談先】

- ▶ 子どもの人権110番 ☎0120 - 007 - 110
- ▶ 女性の人権ホットライン ☎0570 - 070 - 810
- ▶ 外国語人権相談ダイヤル ☎0570 - 090 - 911
- ▶ みんなの人権110番 ☎0570 - 003 - 110

【問合せ先】 松山地方法務局人権擁護課 ☎089 - 932 - 5798

情報公開制度・個人情報保護制度の運用状況 (平成30年度)

【問合せ先】 総務課行政係 ☎内線2437

■ 宇和島市情報公開条例

実施機関	市長	教育委員会	計	
請求件数	98	10	108	
処理状況	全部公開	84	9	93
	部分公開	10	1	11
	非公開	2	0	2
	不存在	0	0	0
	取り下げ	2	0	2
	審査請求	0	0	0

■ 宇和島市個人情報保護条例

実施機関	市長	病院事業管理者	計	
請求件数	1	134	135	
処理状況	開示	0	114	114
	部分開示	0	19	19
	不開示	1	0	1
	不存在	0	1	1
	取り下げ	0	0	0
	審査請求	0	0	0

南予美術展作品募集

【対 象】宇和島圏域に住む高校生以上
【募集内容】絵画、立体造形、陶芸、工芸、デザイン、写真、書道など 1人1作品
※絵画、デザインは50号以下。
【応募・問合せ先】9月13日(金)までに文化・スポーツ課☎内線2732

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、各ホームページをご覧ください。
お問い合わせください。

マイナンバーカードの休日交付

【と き】6月8日(土) 午後1時～5時
【ところ】市役所 市民課
【内 容】マイナンバーカード申請後、交付の案内が届いた人で平日受け取りに來れない場合などに利用してください。
【問合せ先】市民課☎49-7075または各支所市民保険係



市病院局職員募集

▶嘱託職員：①調理員4人
▶臨時職員：②看護師10人程度③メディカルスタッフ5人程度
【採用予定】随時
【受 付】随時
【問合せ先】市立宇和島病院総務管理課☎25-1111内線21092

認知症サポーター養成講座 <無料>

【と き】6月11日(火) 午前10時15分～正午
【ところ】スペースゆう(袋町商店街やつしかふえ内)
【内 容】認知症の人やその家族を支援する認知症サポーターの養成講座
【定 員】10人
【申込・問合せ先】6月6日(木)までに高齢者福祉課地域包括支援センター☎内線2165

南予水道企業団職員募集

▶正規職員：(上級・中級) ①土木1人、(初級) ②電気1人
【採用予定】令和2年4月1日
【1次試験】①6月30日(日)②10月20日(日)
【受 付(必着)】①6月19日(木)まで②9月27日(金)まで
【問合せ先】南予水道企業団庶務課☎25-3222

こども支援教室「わかたけ」保護者説明会

【と き】6月11日(火) 午後1時30分～2時30分
【ところ】こども支援教室「わかたけ」
【対 象】教育相談や小・中学校の不登校児童生徒の支援(個別学習・体験活動など)を希望する保護者
【問合せ先】こども支援教室「わかたけ」☎22-1642 ✉ wakatake@city.uwajima.lg.jp

点字教室受講者募集 <無料>

【と き】毎週水曜日 午前9時30分～11時30分
【ところ】障害者福祉センターむつみ荘
【内 容】パソコンを使用した点字教室
【申込・問合せ先】障害者福祉センターむつみ荘☎22-3988



お祭り前須賀川クリーン作戦

- 【と き】 7月7日(日) 午前7時～
【ところ】 和霊公園前須賀川沿い（集合場所：和霊公園）
【作業内容】 雑草の草刈りとごみの回収
【準備物】 清掃用具
※ごみ袋と軍手は準備します。
【問合せ先】 生活環境課環境衛生係 ☎内線2233

男女共同参画社会づくり推進県民大会

<無料・申込が必要>

- 【と き】 6月19日(水) 午後1時30分～3時30分
【ところ】 マリエール大洲（大洲市北只）
【内 容】 男女共同参画の視点から防災を考える
【申込・問合せ先】 県男女参画・県民協働課男女参画グループ ☎089-912-2332



宇和島看護専門学校オープンキャンパス

- 【と き】 7月20日(土) 午前9時30分～午後0時30分
【ところ】 宇和島看護専門学校
【内 容】 学校の概要説明、看護技術体験など
【対 象】 高校生および保護者、社会人 60人程度
【申込・問合せ先】 6月28日(金)までに宇和島看護専門学校 ☎22-6611 ☎ 22-1588

市長の資産などの公開

- 【と き】 7月1日(月)～（執務時間中）
【ところ】 市役所 市長公室政策調整係
【内 容】 市長の資産等補充報告書、所得等報告書、関連会社等報告書を閲覧できます。
※報告書の持ち出し、コピーはできません。
【問合せ先】 市長公室政策調整係 ☎内線2426



月曜日

- ▶ 午後1時～
- ▶ 午後8時～

UWAJIMA LOCO STYLE

- 【パーソナリティ】 鈴木 貴志 さん・美幸 さん
【内 容】 常夏の島ハワイのグルメやショッピングの最新情報を届けます。これを聴けばあなたもハワイ通！
【問合せ先】 FMがいがや ☎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。

市議会 6月定例会

- 【開催日程】 6月5日(水)～25日(火)
※本会議の開会時間は午前10時です。

と き	内 容
6/5(水)	本会議（提案説明）
13(木)	本会議（一般質問）
14(金)	本会議（一般質問、議案質疑、委員会付託）
17(月)	本会議予備日
18(火)～20(木)	委員会審査
21(金)	委員会審査予備日
25(火)	本会議（委員長報告、質疑、討論、採決）

【インターネット中継】 市ホームページ、宇和島ケーブルテレビ、FMがいがや(76.9MHz)から、本会議(生中継)を視聴できます。

- 【問合せ先】 市議会事務局議事法制係 ☎49-7035

心の健康相談 <予約制・相談無料>

【とき】6月12日(水) 午後2時～4時(精神科医)
 【ところ】市役所
 【申込・問合せ先】Ⓜ 成人保健係 ☎内線2184

思春期

■ 思春期の個別相談 <予約制・相談無料>
 【とき】7月4日(木) 午前11時～正午、午後1時～4時
 【ところ】宇和島保健センター(祝森)
 【対象】思春期の子どもと保護者など
 【申込・問合せ先】Ⓜ 母子保健係 ☎内線2129

■ 思春期の子を持つ親のつどい <予約制>
 【とき】7月7日(日) 午後1時30分～3時30分
 【ところ】市役所 602会議室
 【申込・問合せ先】Ⓜ 母子保健係 ☎内線2129

育児・健康相談(乳幼児・妊産婦)

とき	受付	ところ	問
6/10(月)	9:30～ 11:00 (持参物: 母子手帳)	三間保健福祉センター	Ⓜ
14(金)		吉田公民館	Ⓜ
17(月)		津島保健センター	Ⓜ
28(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
6/10(月)	9:30～ 11:00	吉田支所	Ⓜ
17(月)		三間公民館	Ⓜ
24(月)		市役所	Ⓜ
24(月)		津島保健センター	Ⓜ

お母さんの食事が赤ちゃんの大切な栄養

健康づくり通信
VOL.127

妊娠中はお母さんの食事が赤ちゃんの生命を育みます。大切なことは妊娠中に今までの食習慣を見直すことです。生まれてくる赤ちゃんのために、過不足のないバランスの良い食事を意識しておきましょう。

チェックしてみましょう

- 朝食をしっかり食べている
- 主食、主菜、副菜を揃えてバランス良く食べている
- 野菜をたっぷり食べている
- 牛乳や乳製品はとれている
- 濃い味付けになっていない
- お菓子やジュースの食べ過ぎ、飲み過ぎはない

良好な食生活を送ることで赤ちゃんがしっかり育ち、お母さんの不調が減るなどのメリットがあります。

💡 オススメ

主食・主菜・副菜の揃った和食です。ごはんのみそ汁、魚や野菜や豆類などが中心の和食は栄養バランスがよく、妊婦におすすめな食事です。また、昆布、かつお節、煮干しなどの天然だしを使うことで減塩も期待できます。欧米型の食事は甘みや脂肪の味によって満足感を得られますが、和食はうま味によって満足感を得ることができるため、健康な食生活につながります。



【問合せ先】Ⓜ 母子保健係 ☎内線2130



市立宇和島病院健康講座

■糖尿病教室 <申込不要>

【と き】 6月7日・14日・21日
(いずれも金曜日) 午後2時～3時

【内 容】 糖尿病に関する講義、血糖値測定

■生活習慣病予防のための料理教室 <申込が必要>

【と き】 6月12日(水) 午後1時30分～3時30分

【内 容】 調理実習：血圧が気になる人の食事
(材料代は受講者負担)

【申 込】 6月10日(月) 午後5時まで

■心臓病教室 <申込不要>

【と き】 6月19日(水) 午後2時30分～3時30分

【内 容】 心臓病・救命救急・医療機器に関する講義

■夜間糖尿病教室 <申込不要>

【と き】 6月25日(火) 午後6時30分～7時30分

【内 容】 糖尿病に関する講義、血糖値測定

【ところ】 (糖尿病教室)市立宇和島病院 北棟
2階講堂、(夜間糖尿病教室・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・問合先】 市立宇和島病院食養科 ☎25-
1111内線20010

乳がんエコー検診 <予約制>

と き	受 付	と ころ	問
7/16(火) 12/8(日)	9:00～11:30 13:00～14:30	宇和島保健セ ンター(祝森)	Ⓜ
9/8(日)	8:00～10:00	三間保健福祉 センター	Ⓧ
12(木)	8:00～11:30	吉田公民館	Ⓨ
26(木)	12:30～14:00	津島保健センター	Ⓩ

【対 象】 市内に住み、令和2年3月31日ま
でに30～39歳になる女性(妊娠中の人は対象外)

【検診料】 1,500円

【申 込】 6月3日(月) 午前9時～

乳幼児健康診査・保健相談

対象者に通知します。「伊達なう
わじま安心ナビ」でも確認できます。



集団健診

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。



市立宇和島病院 子育てセミナー <申込不要>

【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】 熱中症

【対 象】 子育てに関心のある人

【問合先】 市立宇和島病院小児科外来 ☎25-
1111内線22052

難病医療相談

【と き】 毎月第3火曜日 午後1時30分～4
時(1人1時間程度)

【ところ】 宇和島保健所

【内 容】 難病の人の療養生活などに関する相談

【申込・問合先】 宇和島保健所健康増進課難病・
母子保健係 ☎22-5211内線260

不妊相談 <予約制・相談無料>

【と き】 月1回

【ところ】 県総合保健福祉センター

【内 容】 不妊相談アドバイザー医師および助
産師による相談

【申込・問合先】 毎週水曜日(祝日除く) 午後
1時～4時の間に不妊専門相談センター専用
ダイヤル ☎089-927-7117

もぐもぐ子育て講座 <無料>

【と き】 7月11日(木) 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、講話、育児・栄養相談など
【対 象】 平成31年2月生まれの子どもと保護者
【申込・問合せ】 7月4日(木)までに㊦ 母子保健係 ☎内線2130または各支所健康推進係

夜間H I V相談・検査 <無料>

【と き】 6月4日(火) 午後5時30分～7時30分
【ところ】 宇和島保健所
※陰性の場合は、当日30分程度で結果をお知らせします。通常のH I V相談・検査は毎週火曜日(受付：午前10時～11時)に実施しています。
【問合せ先】 宇和島保健所 ☎22 - 5211内線257

子ども医療電話相談

夜間・休日昼間の子どもの急な病気に困ったら「☎ #8000」(ダイヤル回線の場合：☎ 089 - 913 - 2777)へ相談してください。

【利用時間】

- ▶ 平日：午後7時～翌朝8時
- ▶ 土曜日：午後1時～翌朝8時
- ▶ 日曜・祝日：午前8時～翌朝8時

市民公開講座 <無料>

【と き】 6月8日(土) 午前10時～11時15分
【ところ】 市立宇和島病院 北棟2階講堂
【内 容】 講演：すい臓がんの外科治療
【問合せ先】 市立宇和島病院医事課 ☎25 - 1111内線32029

後期高齢者の歯科口腔健診

<無料>

お口の健康は、おいしい食事、楽しい会話はもちろんのこと、全身の健康にもつながります。この機会にぜひ歯科口腔健診を受診してください。

【期 間】 6月1日(土)～令和2年2月29日(土)
【受診場所】 後期高齢者の歯科健診を実施する歯科医院(申し込み後に送付するクーポン券と一緒に実施歯科医院一覧を送付します)
【健診項目】 ①問診②歯の状態③口の中の健康診査④保健指導
【対 象】 愛媛県後期高齢者医療の被保険者ただし、次に当てはまる人は対象外です。
▶ 病院または診療所に6ヵ月以上継続して入院している人
▶ 障がい者支援施設、のぞみの園の設置する施設、養護・特別養護老人ホーム、介護保険施設などへ入所・入居している人
▶ 当該年度中にほかの保健事業の歯科口腔健診を受けた人

【受診方法】 クーポン券などが届いたら、事前に健診実施歯科医院に予約してください。
【注意事項】
▶ 歯科健診は期間中に1回のみです。後日重複受診が判明した場合は費用を請求します。
▶ 歯科口腔健診は無料ですが、その後の治療行為は有料です。
【申込・問合せ先】 県後期高齢者医療広域連合事業課保健事業係 ☎089 - 911 - 7739 FAX 089 - 911 - 7735





不正大麻・けし撲滅

大麻の無許可栽培や所持は法律で禁止されています。また、けしの中にも法律で栽培が禁止されているものもあります。不正栽培や自生している大麻、植えてはいけないけしを見つけたときは、宇和島保健所または警察署まで連絡してください。

【問合せ先】宇和島保健所企画課 ☎28 - 6105

マダニ感染症に注意

【予防方法】畑や草むらなどに入るときは、長袖・長ズボンを着用。飼い犬の散歩後は、ブラッシングをし犬小屋などは清潔に保ちましょう。

【咬まれたら】つぶしたり、無理に引き抜いたりせず速やかに病院(皮膚科)を受診しましょう。

【問合せ先】宇和島保健所健康増進課 ☎22 - 5211
内線275

歯周疾患検診

市内委託医療機関で、歯周疾患検診を受けられます(1人1回のみ)。

【期間】6月1日(土)～令和2年2月29日(土)

【対象】市内に住む40～74歳

※すでに歯科医院で治療中および妊娠中の人は対象外です。また検診と同日に治療を行うことはできません。

【自己負担額】500円(歯科医院で直接支払ってください)

【申込】電話または窓口で申し込んでください。

【申込・問合せ先】☎成人保健係 ☎内線2182・2183または各支所健康推進係



成人男性の風しん抗体検査・予防接種

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日の間に生まれた男性は、風しん予防接種の機会がなく、風しん抗体の保有率がほかの世代に比べて低いことから、令和4年3月31日までの3年間に限り風しん抗体検査・予防接種を無料で受けられます。該当する人は、この機会に抗体検査を受けてください。

【対象】市内に住む、昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

※昭和47年4月2日～昭和54年4月1日の間に生まれた男性には、クーポン券を送付します。また、昭和37年4月2日～昭和47年4月1日生まれの男性は希望により保険健康課窓口で発行ができます。

【受診場所】

▶抗体検査：本事業に参加する全国の医療機関および事業所健診、特定健診

▶予防接種：本事業に参加する全国の医療機関

【内容】血液を採取し、抗体検査を行います(検査の結果、抗体が低い人のみ予防接種の対象)。

【料金】

▶抗体検査：無料

▶予防接種：抗体検査の結果、抗体価が低い人のみ無料

【クーポン券有効期限】令和2年3月31日(火)まで
※特定健診を利用する場合は、特定健診またはがん検診などを予約した上で、特定健診当日にクーポン券を持参してください。クーポン券がない場合は、お問い合わせください。

【問合せ先】☎保健企画係
☎内線2137(事業所健診については勤務先事業所)





平成31年度個別健康診査

※年齢はすべて令和2年3月31日での年齢です。

【実施期間】

6月1日(土)～令和2年2月29日(土)

特定健康診査

【対 象】市国民健康保険加入者のうち、40歳以上になる人(市国保以外の人は保険者からの案内に従ってください)

【自己負担額】なし

後期高齢者健診

【対 象】県後期高齢者医療被保険者

【自己負担額】なし

- ▶ 診察
- ▶ 身体計測
- ▶ 血圧測定
- ▶ 尿検査(尿糖、尿蛋白、尿潜血)
- ▶ 血液検査：中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール、血糖検査(HbA1c、血糖値)、肝機能(GOT、GPT、 γ -GTP)、腎機能(尿酸、クレアチニン)
- ▶ 心電図(特定健診は全員可)

※生活習慣病の治療中の有無に関係なく実施できます。

胃がん検診

▶ 胃透視または胃カメラ

【対 象】40歳以上になる人

【自己負担額】2,000円(40歳になる人は無料)

子宮頸がん検診

▶ 視診、頸部細胞診

【対 象】20歳以上になる人

【自己負担額】1,500円(20歳、40歳、70歳以上は無料)

肝炎ウイルス検診

▶ B・C型肝炎血液検査

【対 象】40歳以上で検査をしたことがない人

【自己負担額】なし

【受診方法】

①受診を希望する人は、受診希望日の10日前までに、電話で申し込んでください。

②送付される書類と保険証を持参して、医療機関で受診してください。

※各種がん検診は、検診部位の術後、治療中、経過観察中の人は対象外です。

国民健康保険に加入し、40歳になる人には「特定健康診査受診券(負担額無料)」を配布または送付します。

生活保護を受けている人で特定健康診査、後期高齢者健診の受診を希望する人は、保険健康課へお問い合わせください。

【支払方法】自己負担額は医療機関で支払います。

【健(検)診結果】実施医療機関からお知らせします。

【申込・問合先】

▶ 宇和島地区：保険健康課成人保健係(18番窓口)
☎24-1111内線2123

▶ 吉田地区：吉田支所健康推進係 ☎49-7096

▶ 三間地区：三間支所健康推進係 ☎49-7103

▶ 津島地区：津島支所健康推進係 ☎49-7062

受診できる医療機関

特 = 特定健診、後期高齢者健診
透 = 胃透視
子 = 子宮頸がん
肝 = 肝炎ウイルス
カ = 胃カメラ
● = 要予約

特定健診は、次の医療機関以外に県内の指定医療機関でも受診できます。各医療機関にお問い合わせください。

医療機関名	電話	特	肝	透	カ	子
旭川荘南愛媛病院 鬼北町永野市	45-1101 ●	○				
あべ医院 津島町岩松	32-2616 ●	○	○			
石川循環器科内科 中沢町	20-0320	○				
いしむら整形外科 鬼北町奈良	20-6635 ●	○				
いわむらクリニック 吉田町魚棚	52-3111 ①	○	○		○	
植木整形外科 堀端町	22-0022 ●	○				
上田小児科・外科 広小路	25-0100 ●	○	○		○	
宇都宮内科胃腸科 栄町港	25-7228 ●	○	○	○	○	
宇和島徳洲会病院 住吉町	22-2811 ②	○				
大野内科医院 鬼北町近永	45-0141 ●	○			○	
小川クリニック 丸之内	23-3599 ①	○	○		○	
沖内科クリニック 新田町	25-3335 ●	○	○			
加藤整形外科 和霊元町	22-7111 ●	○				
鎌野病院 広小路	24-6611 ●	○				
鬼北町立北宇和病院 鬼北町近永	45-3400 ●	○	○		○	
鬼北町国保日吉診療所 鬼北町下鍵山	44-2250	○				
木村内科医院 京町	24-0030	○	○			
くきた内科クリニック 中沢町	26-2260	○	○			
楠崎内科 本町追手	24-2211	○				
口羽外科胃腸科医院 津島町高田	32-5000	○	○		○	
河野整形外科クリニック 丸之内	22-1822	○				
笹岡内科医院 中央町	24-3886	○	○			
篠原医院 鬼北町近永	45-3370 ●	○	○		○	
しませ医院 保田	27-1888 ①	○	○		○	
清水内科・循環器内科 御幸町	22-1492	○	○			
JCHO宇和島病院 賀古町	23-6501 ●	○	○	○	○	
正光会宇和島病院 柿原	22-5622 ●	○				
市立宇和島病院 御殿町	25-1111 ③	○	○		○	○

医療機関名	電話	特	肝	透	カ	子
市立津島病院 津島町高田	32-2011 ①	○	○		○	
市立吉田病院 吉田町北小路	52-0611 ●	○	○		○	
鈴木整形外科・外科 吉田町北小路	52-0104	○	○			
清家消化器内科クリニック 恵美須町	22-2266 ●	○	○		○	
善家脳神経クリニック 堀端町	22-1484	○				
田中循環器科内科 堀端町	22-0504	○				
溜尾整形外科 吉田町東小路	52-3133 ●	○	○			
友松外科・胃腸科 鶴島町	22-0410 ①	○	○		○	
中山内科・胃腸科 堀端町	22-0707		○			
永井内科医院 津島町高田	32-6688 ①	○	○		○	
長野産婦人科 堀端町	24-1103	○	○			○
二宮整形外科 榊形町	25-8600 ●	○	○			
畠山医院レディースクリニック 寿町	24-6200	○				○
橋本内科クリニック 吉田町沖村	52-0808 ●	○	○		○	
兵頭内科医院 和霊元町	25-2772	○				
ますだクリニック 伊吹町	23-6611 ●	○	○		○	
松浦内科医院 並松	23-1122	○	○			
松崎クリニック 三間町宮野下	58-4828 ●	○				
松澤循環器科内科 天神町	25-5858 ●	○	○		○	
松野町国保中央診療所 松野町延野々	42-0707 ●	○	○		○	
水谷医院 吉田町立間	52-0144 ●	○	○		○	
三瀬内科 中央町	22-6166	○	○			
山内産婦人科医院 宮下	24-0321 ●					○
山下クリニック 桜町	22-5030	○				
山中医院 広小路	22-1750 ●	○				
山本内科医院 本町追手	22-5100	○				
吉田内科泌尿器科医院 御幸町	25-1330 ●	○				
わたなべハートクリニック 朝日町	25-1717 ●	○	○			
和霊町松浦内科 和霊元町	23-1510 ●	○	○			

- ①いわむらクリニック、小川クリニック、しませ医院、市立津島病院、友松外科・胃腸科、永井内科医院：胃カメラ検査のみ予約が必要です。
- ②宇和島徳洲会病院：健診センターへ予約してください。治療通院日と同日は受診できません。
- ③市立宇和島病院：子宮頸がん検診は産婦人科へ、そのほかの検診は人間ドック室へ予約が必要です。

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

津島分館



瀬戸内レモン

川久保 篤志／著

生果の需要拡大や価値向上を目指す取り組みから始まった「瀬戸内レモン」ブーム。瀬戸内の島々での現状を分析し、今後の展望を探ります。



グレイヘアのおしゃれ着こなし入門

大沢 早苗／著

いま注目のグレイヘアに似合う、おしゃれな着こなし術を提案します。定番ルールからおすすめコーディネートを、着こなしお悩み解決まで紹介。



人類最年長

島田 雅彦／著

数奇な運命とともに生きた159年にもおよぶ人生最後の望みとは。30歳の看護師に何を託すのか？夢を見るようなタイムスリップが始まる。

(児童図書)



さわこちゃんと10のぼうけん(こうさく絵本)

丸林 佐和子／作

ピーター・パンがやってきて、フック船長につかまった仲間を助けてほしいといいます。10この牢屋の鍵を手に入れていき、仲間を助け出します。



性の多様性ってなんだろう? (中学生の質問箱)

渡辺 大輔／作

あなたの「性」はなんですか?いろいろな性のあり方を通して、「私」について考えよう。それぞれの性のあり方から、自分と社会のつながりが見えてくる。



竜之介先生、走る!

片野 ゆか／作

熊本地震のとき、「ペット同伴避難所」を開いて多くのペットと飼い主を救った獣医師の、汗と勇気のリアルストーリー。

おはなし会「こ・あ・ら」

9・12・3月は人形劇もやってるよ♪

ほくたちには6・8・12月の年3回会えるよ。



6月1日(出)のおはなし会は
腹話術

■おはなし会

- ▶中央図書館：「こ・あ・ら」毎週土曜日 午後2時～
- ▶津島分館：6月6日(木) 午後2時15分～

■簡野道明記念吉田町図書館の再開

平成30年7月豪雨により被害を受け休館していましたが、5月31日(金)から再開しました。



■中央図書館(パフィオわじま内) ☎22-1065
【開館時間】午前9時～午後7時
【休館日】なし

■中央図書館 津島分館 ☎32-2725
【開館時間】午前8時30分～午後5時
【休館日】1、8、15、22、29

■簡野道明記念吉田町図書館 ☎52-3169
【開館時間】午前10時～午後6時
【休館日】3、10、17、24、28

■三間公民館 図書室 ☎58-3316
【開館時間】午前8時30分～午後5時
【休館日】1、2、8、9、15、16、22、23、29、30

乳がんについて

JCHO宇和島病院 外科(賀古町) 日前 敏子



乳がんは、小さいうちに見つけると、治る可能性の高い病気です。

乳がんが進行するとリンパ節や骨、肺、肝臓など、乳房以外の臓器にがん細胞が転移して、さまざまな症状を引き起こしたり、命を脅かしたりするようになります。

女性の乳がんは、30歳代から増加し、40歳代後半から50歳代前半でピークを迎え、その後は次第に減少します。男性乳がんの罹患率は女性乳がんの1%程度といわれています。我が国では、一生のうちにおよそ12人に1人が乳がんと診断されると言われています。

乳がんの発生には、女性ホルモンエストロゲンが深くかかわっていることが知られています。体内のエストロゲンが多いこと、また、体内エストロゲンを加える経口避妊

薬の使用、閉経後のホルモン補充療法は乳がんの発生する危険性を高めます。また、初経年齢が低い、閉経年齢が遅い、出産経験がない、初産年齢が遅い、授乳経験のないことが乳がんの発生する危険性を高めます。生活習慣に関しては、飲酒、閉経後の肥満、身体活動度が低いことが乳がんの発生する危険性を高めます。そのほかには、第一親等で乳がんになった血縁者がいる、乳房の良性疾患にかかったことがある、マンモグラフィで高濃度乳房である、身長が高い、放射線による正常細胞への障害があることが、乳がんの発生する危険性を高めます。

乳がんが見つかるきっかけとしては、マンモグラフィなどによる乳がん検診を受けて疑いを指摘される場合や、あるいは自分で症状に気付く場

合などが多いようです。自分で気付く症状としては、乳房のしこり、乳房のえくぼなど皮膚の変化、乳頭の先から血の混じった分泌液が出る、乳房周辺のリンパ節の腫れなどがあります。

乳がんは早期発見により適切な治療が行われれば、良好な経過が期待できます。しこりなど自覚症状がある場合は速やかに受診することをお勧めしますが、無症状の場合でも、乳がん検診によりがんが見つかることがあります。日ごろから、入浴時などに自分で触診し、しこりがないかどうか見ておくこと、乳がん検診を受けることが早期発見につながると考えられます。

余暇のひととき

かたち良き蜜相作らむと農薬に頼れば蜜ひとつ見ぬ村
加賀山 愛

籠台に頼杖ついて思うこといとしき人の遠き眼差し
長谷ミツル
去年の夏豪雨にあふれし陣屋川若葉うつしてしずかに流る
岡田 幸子
水無月の風の湿りに触るるたび去年の豪雨ををのき恐る
伊豫路たく磨

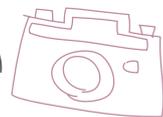
菩提寺の裾に青田の広がれり
片山智恵子
春野町の疎水あぢさるロードかな
佐々木咲子
昼寝して我が人生は平和なり
佐々木たけし
梅雨の山見つめてをれば軒霽
村尾 昭子
街灯がみかんの形走り梅雨
毛利 晴美
梅雨荒れて稲の中干出来ぬまま
薬師寺徳子
手を打てばさわがしくなる金魚鉢
山本 信枝
千竿にシートはためく梅雨晴間
渡辺 正子
葉桜や砂場に厭きて滑り台
平岡千代子

去年の実を付けしままなる花みかん
池田香代子
洋館の窓に四葩と人形と
井上 園子
気象予報士先駆けて更衣
大村 たか
樗咲く広き川原に子ら野球
坂本扶美子
杏子熟るる伊達家古文書研究所
高島 光子
地四国の茂りの下の磨崖仏
中浦ミエ子
芽花流し長屋門まで坂つづく
水野 幸子
舟虫を防潮堤に見失ふ
宮下 京子
舟虫の散りて岩場に残り潮
山能 秀子
涼やかな雀のこゑの夜明けかな
平岡千代子

吉田短歌会

いそしぎ句会

牛鬼句会



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。

※年齢は受賞時のものです。

■大賞



猿谷 真司 さん (40歳)
▶ 第34回全国削ろう会 久留米大会 鉋薄削り競技：優勝



NPO法人段畑を守ろう会
▶ 平成30年度「みどりの日」自然環境功労者環境大臣表彰 保全活動部門

■宇和島大賞候補者などの推薦募集

さまざまな分野で活躍した人を表彰して、功績を称えます。家族や知人で対象となる人(団体)がいましたら、推薦してください。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

【募集】随時(執務時間中)

【対象期間】平成31年1月1日～令和元年12月31日

【問合先】総務課行政係 ☎24-1111内線2412



5月3日(金)祝

すこやか赤ちゃん応援フェスタinうわじま

パフィオうわじまのオープニングイベントの一環として、子育て世代活動支援センターにて開催されました。伊達な赤ちゃんハイハイレースには市内外から多数の申し込みがあり約90組の親子が参加しました。そのほかにも、屋外テラスで行われた足形アート作りや、妊婦や育児体験ができる「はじめてのママ・パパ教室」、離乳食講座が行われ、多くの家族連れで賑わいました。

伊達なうわじまお城まつり

宇和島城城山公園などで伊達なうわじまお城まつりが行われました。

4日(土)祝に行われた秀宗公入部伊達五十七騎大武者行列では、今年は市内外から応募があった子ども武者が加わり、甲冑を身にまとった参加者約120人がきさいや広場を出発し市内を練り歩きました。

また、城山公園では2日間にわたりグルメブースが設けられ、お笑いライブや音楽ライブなどのステージイベントが行われたほか、宇和島城天守でもちまきが行われるなど集まった多くの観客を楽しませました。



5月4日(土)祝・5日(日)祝

Happy Birthday

6月生まれのうわじまっ子



のなか ふうま
野中 楓真くん
1歳 5日
(吉田町白浦)
にく丸ふうちゃん♥
これから一緒に泣いて
笑って成長してこうね♪



ぜんけ げんき
善家 玄喜くん
1歳 10日
(住吉町)
玄くん産まれて来てく
れてありがとう♥元
気に大きく育ってね!



たきもと あゆみ
滝本 菖ちゃん(左)・董ちゃん(右)
(妙典寺前)
1歳 11日
お誕生日おめでとう♪2人とも元気で大
きくなってください。



よしだ つむぎ
吉田つむぎちゃん
1歳 13日
(祝森)
食べることとお歌が
好きなつむぎちゃん♪み
んなだいすきだよ☺



なかはた ほんな
中畑 帆菜ちゃん
1歳 17日
(寄松)
はんちゃんお誕生日おめでとう♥
笑顔が可愛いはんちゃん、これから
も元気いっぱい大きくなってね☺



おかだ こうぞう
岡田 工蔵くん
1歳 18日
(藤江)
こうちゃん、1歳おめ
でどう★元気いっぱい
大きくなってね☺♪



たかはし かなと
高橋 奏人くん
1歳 20日
(吉田町立間尻)
お誕生日おめでとう🎂
お兄ちゃんと仲良く元気
いっぱい大きくなーれ♥



いしやま
石山ひまりちゃん
1歳 22日
(柿原)
にっこり笑顔が可愛
いひまちゃん♥1歳の
誕生日おめでとう🎂



やくし じりんこ
薬師神梨心ちゃん
1歳 22日
(寄松)
可愛い可愛い、りんこ
ちゃんこれからも家族
のアイドルでいてね♥



かどわき ちなつ
門脇 千夏ちゃん
1歳 23日
(津島町嵐)
ニコニコ笑顔のちなつ♥1歳の
誕生日おめでとう♪姉ちゃんに
負けず元気に大きくなってね!



さかお さら
坂尾 沙愛ちゃん
1歳 23日
(弁天町)
沙愛ちゃん、お誕生日おめで
う♥我が家のアイドル、これか
らも笑顔いっぱいできてね♥



なかむら いおり
中村 伊織くん
1歳 23日
(寄松)
いっくんお誕生日おめ
でどう!これからもい
にと仲良くしてね♪



おおえ りょう
大江 遼くん
1歳 25日
(三間町宮野下)
遼くん、1歳おめで
でどう♥これからも元気に
すくすく育ってね♥



やました りん
山下 凜ちゃん
2歳 1日
(夏目町)
お歌が上手な凜ちゃん
♪笑顔いっぱい大き
くなってね☺♥



うえたに えま
上谷 咲菜ちゃん
2歳 4日
(吉田町立間)
2歳おめでどう🎂み
んな、えまの笑顔が
大好きだよ〜☺♥



おばら はると
尾原 悠仁くん
2歳 6日
(寄松)
いつも元気な悠仁君、お誕生日お
めでどう🎂これから明るくて
笑顔のステキな悠仁君でいてね♥



しば なおと
芝 夏音くん
2歳 10日
(柿原)
これからもいねえねと
一緒に強く逞しく元気に
育ってね!大好きだよ♥



まつもと あおば
松本 蒼波くん
2歳 14日
(長堀)
あお君☺2歳おめで
どう🎂笑顔いっぱい元
気に大きくなってね♪



なかい やえ
中井 八重ちゃん
2歳 16日
(吉田町鶴間)
大好きなアンパンマ
ンのように笑顔☺で、
優しい子に育ってね♥



しばた ひな
柴田 姫奈ちゃん
2歳 19日
(遊子)
柴田家のお姫様♪誕生日お
めでどう🎂これからも、元
気にすくすく育ってね♥



たまい いつか
玉井 逸華ちゃん
2歳 21日
(光満)
2歳おめでどう♥
これからも沢山の笑
顔を見せてね☺



ともおか きい
友岡 綺衣ちゃん
2歳 21日
(吉田町鶴間)
きいちゃん♥お誕生日おめで
どう♪おにいちゃんおねえちゃんに
負けず大きくなってね(^^)



たむら れいり
谷村 怜龍くん
2歳 29日
(吉田町立間尻)
おめでどう怜龍♥2歳
になってレベルUP🎂彼の
成長に乞うご期待🎁



どい みそら
土居 美凜ちゃん
2歳 30日
(吉田町南君)
笑顔の可愛いミーさ
ん、大好きだよ♥



やぶさわ ふうか
柳澤 風花ちゃん
2歳 30日
(朝日町)
お誕生日おめでどう🎂
♪毎日たくさん笑って
過ごそうね♥大好き♥



ごよう とうご
五葉 斗吾くん
3歳 1日
(大浦)
とうくん3歳おめでどう🎂お姉
ちゃんと妹と仲良くね★この1年も
楽しい楽しい毎日を過ごそうね♥



ぜんけ なみ
善家 菜心ちゃん
3歳 9日
(伊吹町)
3歳のお誕生日おめ
でどう🎂♥優しいな
みが大好きだよ☺♥



やまぐち こじろう
山口小次郎くん
3歳 9日
(小池)
コジローおめでどう♪
これからも元気い
っぱい大きくなってね!



なかむら ゐの
中村 文乃ちゃん
3歳 12日
(津島町高田)
ふーちゃん誕生日お
めでどう♥これからも
たくさん遊ぼうね🎁



いとう かいき
伊藤 海輝くん
3歳 24日
(和霊中町)
3歳おめでどう🎂白米が
大好きな海輝☺沢山食
べて遊んで大きくなってね♥



こまつ いぶき
小松 維吹くん
3歳 25日
(朝日町)
維吹、3歳おめで
でどう♥これからも沢山
笑顔を見せてね☺

【応募方法】 広報発行月号が誕生日(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。
▶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

復興イベント

今年のゴールデンウィークは皆さんはどのように過ごされましたか。

本市では、「伊達なうわじまお城まつり」などの開催により市内外多くの皆さんに本市独自の魅力に触れていただきました。一方、平成30年7月豪雨からの復旧・復興についても、同じく全国から数多くのボランティアの皆さんに駆けつけていただきました。このようにあらゆる形で応援していただいている皆さんへの一番のお返しは、本市の明るいニュースを届け続けることであると確信していますので、引き続き努力していきたいと考えております。

今年度は災害からの復旧・復興はもちろん、昨年やむを得ず中止した「吉田夏祭り」や「うわじま牛鬼まつり」などの各種イベントについても、復興の後押しとなるよう内容を拡充して実施することとしています。その中でも、うわじま牛鬼ま



つりの「ガイヤカーニバル」では、第30回記念の特別事業としてメインステージの仕様変更が予定されています。さらに、美丘高校ダンス部のバブリーダンスで大ブームを起こしたアカネキカクさんによるスペシャルパフォーマンスなども企画され、例年以上に元気と勇気を与えてくれるのではないかと期待しています。

広報うわじま5月号でもお知らせしたとおり、このガイヤカーニバルをはじめ「うわじま牛鬼まつり」の参加団体については、いずれも6月中旬まで募集しています。多くの皆さんの参加をお待ちしています。



※「市民と市長のふれあいトーク」を開催します。6月の日程は、広報P11に掲載しています。

夏野菜の定番 トマト



夏野菜の定番ともいえるトマト。「トマトが赤くなると医者が青くなる」と言われるほど栄養価が高いことで知られます。トマトに含まれるリコピンという栄養素には抗酸化作用があり、美容効果も期待できます。リコピンは脂に溶けやすい性質があるため、油を使って調理することで、生で食べるよりも吸収率が高まります。



トマト栽培を始めて20年間、トマト一筋の薬師寺さんは「トマトは冬場の管理が難しくきちんと育つか心配ですが、今年も糖度が高く旨みも強いおいしいトマトができました」と話してくれました。

家庭菜園のポイント

家庭菜園でのポイントを教えます。



【農家の薬師寺さん】

■成功の鍵は「1つ目の果実」にあり

1つ目の果実がしっかりと着果するかどうかのポイント。栽培を始めて花が3つほど咲いたときに、ホームセンターなどで販売されているホルモン剤を吹きかけます。着果が促され、安定した生育につながります。



吉田町夏祭り

昨年は平成30年7月豪雨により中止になりましたが、今年は復興イベント「笑いから元気を」と題し、吉本芸人のライブや約1,600発の打ち上げ花火を計画中です。皆さんと一緒に町を復興と恒例の夏祭りを成功させたいと考えています。皆さんのお越しをお待ちしております。

■前夜祭（吉本芸人ライブ）

【と き】 7月12日(金) 午後7時～

【ところ】 吉田公民館

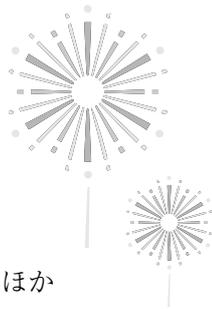
■夏祭り

【と き】 7月13日(土) 午前10時～

【ところ】 横堀河原周辺・伊達広場ほか

【問合せ先】 吉田町夏祭り実行委員会事務局(吉田支所産業建設係内) ☎49-7097

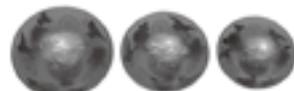
※小雨決行。雨天の場合は内容に一部変更あり。



2019ダテハク企画展①

雅な贈り物 - 皇族ゆかりの品とともに -

宇和島伊達家に伝来している近代の天皇や宮家の方からいただいたもの、歴代天皇や皇族ゆかりの品を展示します。



【龍甲菊紋散菊に鶴文三つ組盃】

【と き】 11月10日(日)まで

※7月13日(土)～31日(水)は、一部展示替えします。

ハワイ勲章特別展示

ハワイ王国のカラカウア王が8代宗城に贈った「ハワイ勲章」を、今年もハワイアンフェスティバルに合わせて出陳します。



【と き】 6月1日(土)～30日(日)

<共通>

【ところ】 伊達博物館

【休館日】 月曜日（祝日の場合は翌火曜日休館）

【問合せ先】 伊達博物館 ☎22-7776

大河ドラマ「いだてん」

トークリレー in 愛媛県宇和島市

【と き】 7月27日(土) 午後2時30分～3時30分（開場：午後1時45分）

【ところ】 南予文化会館

【出演】 阿部 サダヲ（「いだてん」田畑政治 役）

【申込】 7月10日(水)（必着）までに往復ハガキの往信用裏面に①郵便番号②住所③名前④電話番号、返信用表面に①郵便番号②住所③名前を記入し、〒790-8501（住所記入不要）NHK松山放送局公開セミナー「いだてん」係まで郵送してください。応募多数の場合は抽選し、当選者には入場整理券（1枚2人）を送付します。



【問合せ先】 NHKプラネット四国 ☎089-921-1181 または 市長公室 ☎24-1111 内線2415

※応募情報は、受信料のお願いやイベントの案内に使用することがあります。

みんなで創る

うわじまシティブランディング事業

市民説明会

うわじまシティブランディング事業の目的や「宇和島百景」の進捗状況、宇和島のイメージ調査の結果などを紹介します。ゲストには、「道後オンセナート」を始め、全国各地で地域のディレクションを手がける(株)NINO代表の二宮敏 さんを迎え、地域ブランドの育て方を伺います。



【と き】 6月26日(水) 午後7時～

【ところ】 中央公民館

【申込】 参加申込フォーム (<https://forms.gle/iRRqFxy2p8dWSk6Y8>) から申し込んでください。

【問合せ先】 市長公室シティセールス推進係 ☎24-1111 内線2442



アトリエぱれっと

宇和島を芸術のまちに

アトリエぱれっとの代表講師を務める清家さんは、市内で絵画教室などを経営しながら小学生から大人まで幅広い年代の人たちに芸術の魅力を伝えています。

自分の世界を自由に表現できることが最大の魅力と話す清家さん。しかし、地方は都会と比べて個展などが開催されることが少なく、芸術に触れる機会が限られてしまう状況にもどかしさを感じていたそうです。そういった中「宇和島でも芸術に触れる機会を増やしたい」という思いから、芸術作品の展示・販売などができるギャラリーを昨

年5月に新設しました。

このギャラリーは、個展を開催するだけでなく、現役の芸術家を招いたイベントなどを開催し、多くの人たちに芸術に触れる機会を提供することを目的としています。4月には、市内小中学生が宇和島の特産品などを描いた作品展を開催しました。

今後は、6月に芸術系の大学を招いた進学相談会や10月に芸術家を招いた個展などを開催し、芸術に触れる機会を増やしていきたいと話してくれました。



▲講師の皆さん



▲新設したギャラリー



▲市内小中学生の作品展

6月 JUN. 2019 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P16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6月号内で紹介しています。

各種相談

【問合先】本庁 ☎24-1111

■行政相談

- ▶5日(水) 午前9時～午後3時 市役所 地下打合せ室
- ▶7日(金) 午後1時～4時 吉田公民館
- ▶10日(月) 午前9時～正午 三間公民館
- ▶12日(水) 午前9時～正午 岩松公民館

■宅地建物相談

- ▶10日(月) 午後1時～3時 市役所 701会議室

■市民法律相談

<要予約>

- ▶21日(金) 午後1時～4時 市役所 602会議室（本多弁護士）（予約開始）14日(金) 午前9時～（予約方法）電話、窓口で受け付けます。 ※原則市民（当事者）が対象。相談時間の指定はできません。
- ▶7月の相談日：7月19日(金)（予約開始：7月12日(金)）

<共通>

【問合先】総務課行政係 ☎内線2412

■人権相談

- ▶3日(月) 午後1時～4時 市役所 602会議室、吉田公民館、三間公民館、岩松公民館
- 【問合先】人権啓発課 ☎49-7034

■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
- 【問合先】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）
- 【問合先】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
- 【問合先】福祉課児童福祉係 ☎内線2155・2142

■ファミリー・サポート・センター <要予約>

- 子育てをお手伝いしたい人（サポート会員）の説明会と養成講習会を開催します。
 - ▶21日(金) 午後1時30分～4時 市役所 701会議室
- 【申込・問合先】19日(水)までにファミ・サポうわじま（福祉課内） ☎49-7054

■心配ごと相談

- ▶10日(月) 午前9時～正午 三間保健福祉センター
 - ▶12日(水) 午前9時～正午 岩松公民館
 - ▶25日(火) 午後1時～4時 社協吉田支所
- 【問合先】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
緊急地震速報訓練 【とき】6月18日(火) 午前10時～ 【内容】市内全域の防災ラジオ、屋外放送設備から緊急放送を実施します。 【問合先】危機管理課 ☎49-7006				【開催中】 ○伊達博物館：コレクション展①（～9月29日）、企画展①（～11月10日） ○畦地梅太郎記念美術館：畦地梅太郎没後20年あし跡展（～7月29日） ○南楽園：花菖蒲まつり（～9日）		1 ●伊達博物館：ハワイ勲章特別展示（～30日）P27 ○宇和島Hawaiianフェスティバル2019 - 笑顔のために -（～2日）（商工観光課）
2 ●土砂災害等防災訓練 P6	3 ○農業委員会6月定例総会	4 ●夜間HIV相談・検査 P18 <small>市役所で4のつく日は古紙回収</small>	5 ●市議会6月定例会（～25日）P15	6	7	8 ●マイナンバーカード休日交付 P14 ●市民公開講座 P18 ○子どもムシ歯予防教室（保険健康課）
9 ○三間ふれ愛コンサート（コスモスホール三間）	10 <small>津乳幼児・妊産婦 吉一般・成人</small>	11 ●こども支援教室「わかたけ」保護者説明会 P14	12 ○中学校市郡総体 <small>本心の健康</small>	13	14 <small>吉乳幼児・妊産婦 市役所で4のつく日は古紙回収</small>	15 ○南楽園：全国風りんまつり（～8月25日）
16	17 <small>津乳幼児・妊産婦 吉一般・成人</small>	18	19 ●市民と市長のふれあいトーク P11 <small>毎月19日は食育の日</small>	20 ○シルバー人材センター入会説明会	21 ●市民と市長のふれあいトーク P11	22
23	24 <small>本津一般・成人 市役所で4のつく日は古紙回収</small>	25	26 ○Jアラート試験放送	27	28 <small>本乳幼児・妊産婦</small>	29
30			土曜夜市 【とき】6月22日～7月20日の間の各土曜日 午後6時30分～8時30分、8月10日(土) 午後6時～8時（納涼夜市）		【ところ】 きさいやロード 【内容】 わなげ、カメレースほか 【問合先】 宇和島商店街 ☎22-0755	

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。

【問合先】市長公室シティセールス推進係 ☎24-1111 内線2407

第2回 美溜名画座

上映作品：22年目の告白 - 私が殺人犯です -

6月22日(土)
 上映／①午後2時～ ②午後7時～

【年会費】（会員募集中）
 新規会員…2,000円
 継続会員…1,500円
 小学生会員…500円

【問合先】コスモスホール三間 ☎58-3312