

広報 うわじま

SEP. 2020

# Uwajima

# 9

No.182



#大竹文庫 #パフィオうわじま



宇和島

ココロまじわうトコロ

ココに、住む

## 9月の休日当番医

### ■外科系

6日(日)	上甲外科クリニック(寄松)	☎25-5811
13日(日)	植木整形外科(堀端町)	☎22-0022
20日(日)	しませ医院(保田)	☎27-1888
21日(月)	JCHO宇和島病院外科(賀古町)	☎22-5616
22日(火)	市立宇和島病院外科(御殿町)	☎25-1111
27日(日)	ますだクリニック(伊吹町)	☎23-6611

### ■内科系

6日(日)	木村内科医院(京町)	☎24-0030
13日(日)	松浦内科医院(並松)	☎23-1122
20日(日)	清家消化器内科クリニック(恵美須町)	☎22-2266
21日(月)	JCHO宇和島病院内科(賀古町)	☎22-5616
22日(火)	市立宇和島病院内科(御殿町)	☎25-1111
27日(日)	山下クリニック(桜町)	☎22-5030

### ■小児科

6日(日)	市立宇和島病院小児科(御殿町)	☎25-1111
13日(日)	上田小児科・外科(広小路)	☎25-0100
20日(日)	こおり小児科(中央町)	☎24-5633
21日(月)	こばやし小児科(長堀)	☎23-1150
22日(火)	市立宇和島病院小児科(御殿町)	☎25-1111
27日(日)	上田小児科・外科(広小路)	☎25-0100

### ■(旧)北宇和郡

6日(日)	永井内科医院(津島町)	☎32-6688
13日(日)	鬼北町国保日吉診療所(鬼北町)	☎44-2250
20日(日)	松野町国保中央診療所(松野町)	☎42-0707
21日(月)	市立吉田病院(吉田町)	☎52-0611
22日(火)	旭川荘南愛媛病院(鬼北町)	☎45-1101
27日(日)	富山医院(鬼北町)	☎45-0360

▶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 -

- 目次
- 特集 - ココに、住む
- 災害復興掲示板
- 平成31年度宇和島市の財政状況
- 暮らし、おしらせ、新型コロナウイルス関連情報
- 健康ガイド
- 図書館だより
- 医師会健康講座・余暇のひととき
- まちのわだい
- 9月生まれのうわじまっ子
- 日々之宇和島
- イベント情報
- Uwajima smile news 2020

## 9月の納期 納期限 9月30日(水)

- ▶国民健康保険料(2期)
- ▶介護保険料(2期)
- ▶後期高齢保険料(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。9月25日(金)までに申し込むと、10月に納期の到来する科目から振り替えが始まります。

### ■10月の納期：納期限 11月2日(月)

- ▶市県民税(3期)
- ▶国民健康保険料(3期)
- ▶介護保険料(3期)
- ▶後期高齢保険料(3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 8月1日現在

かっこ内数字は前月比

- ▶人口：73,550(-75)人 ▶男：34,600(-35)人
- ▶女：38,950(-40)人 ▶世帯：35,958(+3)世帯
- ▶出生：44(+6)人 ▶死亡：85(-21)人



## ココに、住む

私だからこそ見えてきた宇和島の良さ

今月は、市外での生活を経験した人ならではの視点で、  
宇和島の「日常の豊かさ」について考えます。  
宇和島に住みたい。その理由の1つひとつには、  
私たちにとってとても大切に、  
誇りに思える豊かさが隠れています。

若

松

優

一

朗

さん



吉田高校卒業後大学進学のため千葉、東京で生活。カナダやオーストラリアなど海外にも移り価値観を磨く。平成31年4月にUターン。家業のミカン農家の後継者。

## 「自然」が近い。それだけで 仕事も遊びも、何でもできる



若松さんは、大学進学を機に宇和島を離れました。大学では観光振興を専攻。授業を受ける中で、ふと頭をよぎったのが宇和島の景色や食べ物でした。海や山などの自然に囲まれ、ミカンや魚など観光資源になるものがたくさんある。若松さんの中で宇和島の価値観が見直され、Uターンのきっかけとなりました。

それ以来、若松さんは祖父母が営むミカン農家を継ぐことを志すようになりました。しかし大学を卒業してもすぐには帰郷しませんでした。「すぐに帰って継ぐこともできるけれど、自分のやりたいことをひと通り経験したい。きっと将来役に立つ



はず」との想いで、趣味のスケートボードを続けながら、国内外でカフェやホテルの店員などを経験しました。帰郷後は、県ミカン研究所の研修生として今の時代の農業を1年間学び、今年の4月からミカン農家として汗を流しています。

何もないとか言っちゃダメ

「宇和島には何もないなんて言っちゃダメ」と話す若松さん。東京にも海外にもなかったものが身近にある。特に、仕事にも遊びにも発展できる自然があることは、大きな強みだと話してくれました。

- ①地元にエンターテインメントを。趣味のスケートボードパーク付ゲストハウスを作ることが夢
- ②自作のジュース。ラベルはモデル兼イラストレーターの奥さんが制作
- ③摘果方法など1人前の農家になるため勉強中



①

三間町で酒屋「KOUJIYA」を営む夫婦。三間町出身の雄大さんが東京で出会った未来さんと一緒に5年前にUターンしました。上京後も、いつかは地元に戻る気持ちだった雄大さん。一方、未来さんは東京生まれの東京育ち。渋谷で有名ブランドのデザイナーとして活躍するなど田舎暮らしに縁もなく、移住の説得は困難を極めました。

きっかけとなったのは、未来さんの妊娠でした。お腹が大きくなった未来さん。通勤では満員電車で揺られ、妊婦マークは付けていたけれど、気にしてもらっているのかわからな



③



②

①築120年以上の酒屋を改装②おしゃれな店内には自分たちがセレクトしたワインや雑貨が並ぶ③「誰かにプレゼントしたくなるお米」がコンセプトのMIMARICE。お菓子のようなポップなデザインは未来さん作。

い。そのときに、感じた都会暮らしのストレスが、田舎暮らしへの第一歩となりました。

素材がゴロゴロある

田舎はビジネスにとって素材の宝庫と話す雄大さん。自分たちの考えを生かせる素材がたくさんあり、「個」が生きる贅沢な場所と話します。一方、未来さんは、生活の中でゆっくりとした時間を感じられるところ。のびのびと子育てできる環境は、都会にはないココロの豊かさを感じられると話してくれました。

## 豊富な素材をもとに、 「個」が生きる贅沢な場所

高	白
山	鳥
雄	未
大	来

さん



雄大さんはミュージシャンとして東京で芸能の道に。未来さんは有名洋服ブランドのデザイナー。結婚を機にUターンし、雄大さんの実家が営む酒屋を継ぐ。

野

澤

美香

さん



岐阜県出身。助産師・保健師・救急救命士。JICAの健康管理員としてカンボジアでも活動。定年退職後、地方で経験を生かしたいと移住を決断。

## ゆったりと流れる時間の中で、 どこか安心できる「島」暮らし



①

定年退職で現場を退いた野澤さん。しばらくゆっくりと過ごそうと考えていたものの、どこか物足りない毎日を過ごしていました。医療で困っている地域があるのではないかと思い移住計画が始まりました。四国には縁もゆかりもない野澤さん。漠然と「島」での生活を考えていたところ、大阪で行われた移住フェアで宇和「島」と出会いました。移住相談員と話すなかで、「島の保健室」開設の動きがあり、保健師が必要になることを知りました。

その後、島の保健室を運営する「社会福祉法人 正和会」や地元の人たちの協力もあり移住の準備を整え九

島にやってきました。  
どこか安心できる

着任後、まだ地域の状況もわからないころにかかってきた1本の電話。少し具合が悪そうな女性の声でした。心配になった野澤さんは地域の人を頼りました。すると瞬間にひろがる島の連絡網。地域の人たちのつながりの強さに驚いたそうです。普段は穏やかでゆったりしているけれど、いざというときは頼りになる。どこか安心できる環境が心の余裕につながっていますと話してくれました。



③



②

①旧診療所を改修した島の保健室②保健師が常駐し、健康相談や健康づくり活動を行う③見守り弁当の配達。身体の具合など健康状態を聞き取る

# 「食」べるものの豊かさ 助けあえる地域のつながり

千

葉

陽

亮

さん

埼玉県出身。専門学校在学中に漁業就業支援フェアで宇和島に会う。三浦地区で3年間の研修期間を経て独立。真珠業者として奮闘中。

毎日電車で揺られながら1時間以上かけて出社する周りのサラリーマンの姿。学生時代から見慣れた都会の景色にストレスを感じていたと話す千葉さん。就業支援フェアで宇和島と出会い真珠養殖業に就きました。従業員ではなく、独立できるという勤務形態に惹かれたそうです。本場にきれいな珠たまを出せる技術はまだ確立されていない。そこに自分の挑戦が生かされるのではないかと話します。千葉さんは、代々受けつがれてきたわけではない「一代目」だからこそ、これまでの固定観念に囚われない自分なりの作り方、売り方で挑戦したいと想いを語ります。

隣人を越えて助け合うつながり

独立後も、まだまだアルバイトをしながらの厳しい生活。地域の人たちの支えは大きいと話します。都会では付き合いがあるのは両隣くらいだった。ここでは、地域の人たちが余った野菜や多く作ったおかずをおすそわけに来てくれる。家の前では魚が捕れたり、「食」の豊かさに助けられていると話してくれました。

宇和島には何かある。

テーマパークやショッピングモールはない。それでも、いつかは帰りたい、ここに住みたいと思つて宇和島に住む人は少なくありません。人それぞれ違いはあれど、宇和島での生活のどこかに感じている豊かさ。それは、宇和島に住んでいる私たちには当たり前で、少し見えづらくなっているのかもしれない。

令和元年度に実施したアンケート調査(うわじまブランド魅力化計画)では、市内在住者の愛郷心、満足度、定住希望は50%前後と決して高いとは言えない結果となりました。今こそ私たち1人ひとりが、日常にある宇和島を見つめ直す必要があるのではないのでしょうか。

今回の取材では、「宇和島には何もない」と言わないことの重要性を感じさせられました。宇和島には何かある。「住みたくなる、帰りたいくなる、連れて行きたくなる」まちを目標して、皆さんも宇和島の日常にある豊かさについて改めて考えてみてはいかがでしょうか。

## 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。

## 復興へのあゆみ vol.15

復興に向けて一。あゆみを進める人を紹介します。

### 苦しい時期を乗り越えた これからも元気に続けたい

平成30年7月豪雨で店舗が被災した「はるちゃん天ぷら」。地元商工会や全国の皆さんからの支援を受けて復旧に取り組み、元気に営業を続けています。

冷凍しても品質が落ちない新しいじゃこ天を開発しようとした矢先に被災。当時は店を続けることも難しいかもしれないと考えたそうです。しかし、「続けてほしい」との周りの声に励まされ営業再開を目指した山本さん。普段はパソコンを使わない皆さんでしたが、知人の紹介でクラウドファンディングに挑戦しました。集まった支援金で新商品開発のため

の機材購入資金をまかなったほか、自社ホームページを開設しました。

全国からの支援のおかげもあり新商品が完成し、真空と冷凍商品の販売を始めることができました。賞味期限が短いという無添加ならではの課題をクリアし、インターネットを活用することで全国の皆さんに宇和島のじゃこ天を味わってもらえるようになりました。

「新商品は完成したものの、働き手も高齢化が進み原材料の価格も高くなるなど厳しい状況ではある。しかし、皆さんからの支援のおかげで2年前の苦しいときを乗り越えた。



はるちゃん天ぷら  
代表 山本 ハルミ さん

### profile

吉田町奥浦で地元の女性5人が集まり運営している「はるちゃん天ぷら」。無添加にこだわる製法で、原料となるハランボのつなぎにイカを使う昔ながらの製法を守っています。

## 令和2年7月豪雨 災害義援金募金箱設置

平成30年7月豪雨災害では、九州地方をはじめとした皆さんから支援をいただきました。このたび、令和2年7月豪雨災害で被災した皆さんへの支援のため、義援金募金箱を設置しています。

【ところ】市役所 総合案内・福祉課、各支所

【期間】9月30日(水)まで（執務時間中）

【問合せ】福祉課福祉総務係 ☎内線3125



## 令和2年7月豪雨 被災中学校へ市内3中学校が寄附金

令和2年7月豪雨で被災した熊本県人吉市を支援しようと、市内3中学校の生徒が校内で募金活動を行いました。集まった寄附金は、教育委員会を通して人吉市の2中学校へ送られます。

7月31日(金)には、中央公民館で受け渡し式が行われ、3校の生徒計18人から教育委員会に募金箱が手渡されました。



近所の皆さんが従業員



原料は地元で調達。漁が休みのときはお店も休みに



冷凍技術を活用して完成した新商品

その思いを胸に、今後も宇和島ならではの味を残し続けていきたい」と話してくれました。

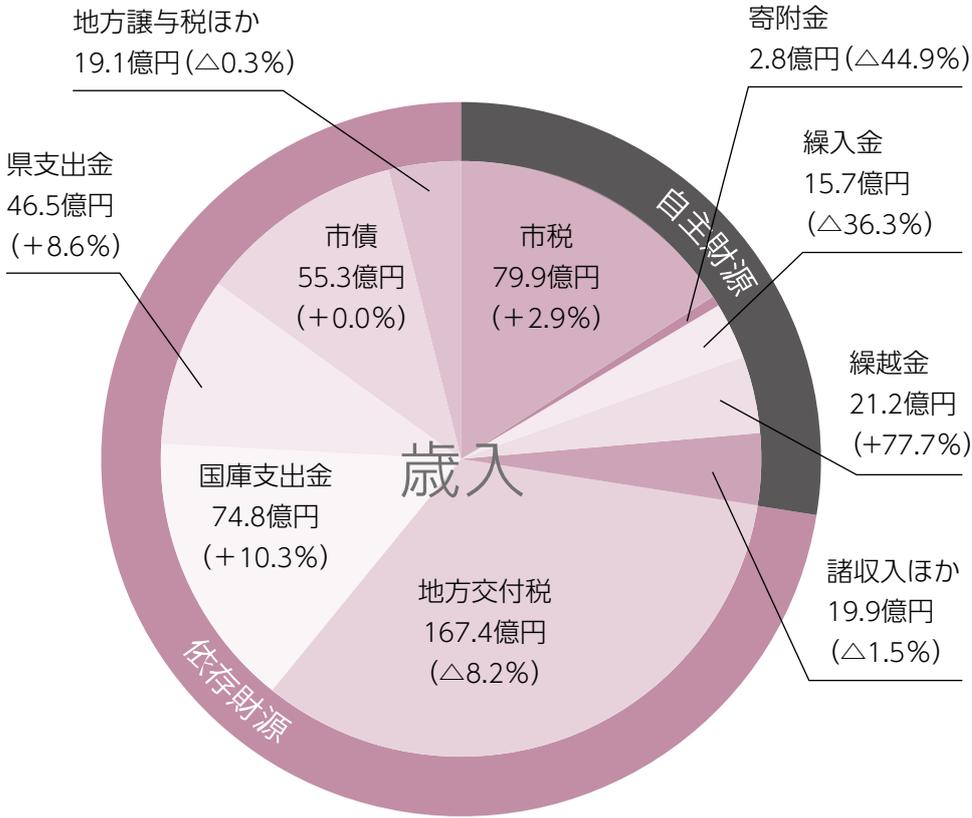
■ はるちゃん天ぷら

【ところ】吉田町奥浦乙296-1

【問合せ】☎ 54-0263



# 平成31年度 宇和島市の 財政状況



502.6億円

(うち、平成30年7月豪雨災害分:94.5億円)

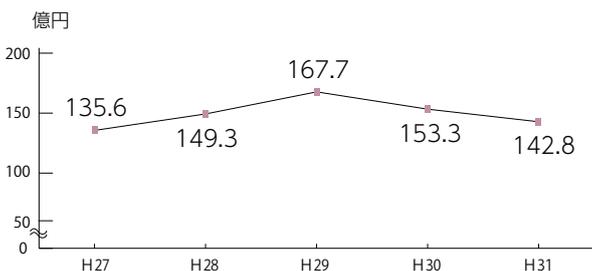
市税などの自主財源は139.5億円(前年比±0.0%)、地方交付税や国県支出金などの依存財源は363.1億円(前年比△1.2%)となり、全体としては502.6億円(前年比△0.9%)となっています。このうち、翌年度に繰越して執行する事業に必要な財源は37.4億円(前年比+184.1%)となっています。

平成31年度の決算状況をお知らせします。  
今回の決算(普通会計)では、平成30年7月豪雨災害の影響により、引き続き合併後最大規模の決算額となりました。  
今後は人口減少などに伴う市税の減少のほか、合併に伴う普通交付税などの特別措置が終了するため、引き続き堅実な財政運営に努めます。

## 市の貯金 (基金残高)

市はさまざまな目的のために、資金を積み立てたり運用したりしています。

142.8億円 (△10.5億円)



## 各会計決算額

(単位：百万円)

会計名	歳入	歳出	差引額
一般会計	50,993	46,660	4,333
特別会計			
国民健康保険(事業勘定)	10,946	10,247	699
国民健康保険(直営診療施設勘定)	179	179	0
後期高齢者医療	2,148	2,109	39
介護保険(保険事業勘定)	10,300	10,194	106
介護保険(介護サービス事業勘定)	34	34	0
財産区管理会	22	17	5
土地取得事業	79	66	13
住宅新築資金等貸付事業	24	226	△202
公共下水道事業	1,683	1,683	0
小規模下水道事業	106	99	7

■用語解説

【普通会計】ほかの地方公共団体との財政比較や統一した把握を容易にするための地方財政統計上の会計区分で、本市の場合は「一般会計」、「土地取得事業・住宅新築資金等貸付事業の各特別会計」を1つにまとめたもの。

【自主財源】市税や使用料・手数料などの市が自ら調達できる財源。「自主財源」の割合が高いほど、自主性と安定性のある予算を組むことができます。

【依存財源】国や県の意思により定められた額で、交付されたり割り当てられたりする財源。

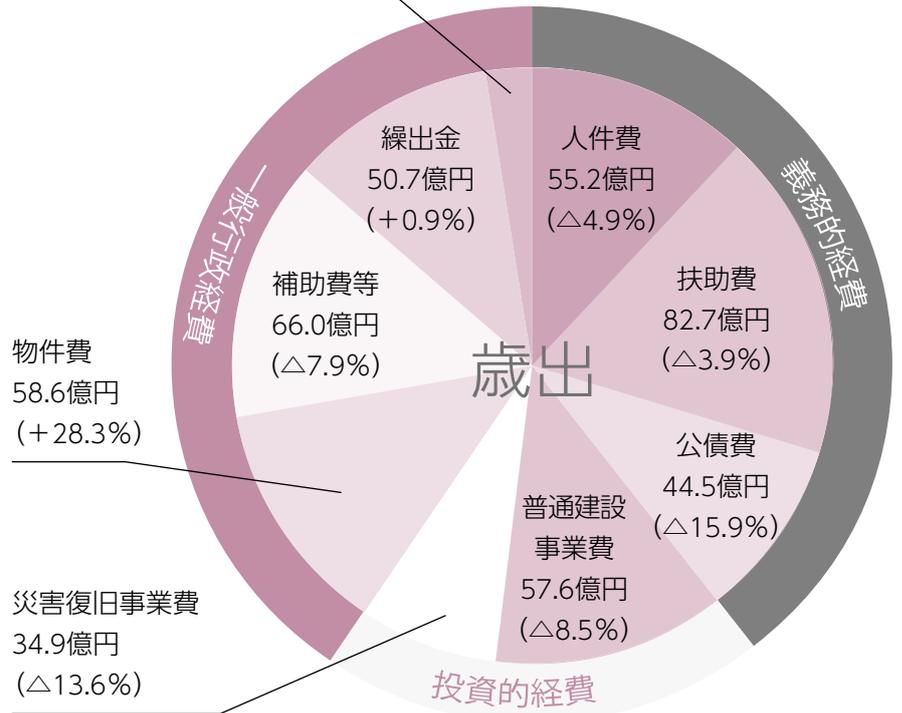
【義務的経費】その支出が義務づけられており自由に節減できない経費。通常は人件費・扶助費・公債費の3つの費目が該当します。

【公債費】市債(市の借金)の返済に充てた経費。

【投資的経費】その支出の効果が資本形成に向けられ、施設など将来に残るものに使われる経費。

【基金】特定の目的のために財産を維持し、資金を積み立てまたは定額の資金を運用するために設けられる資金や財産。

積立金ほか  
10.9億円(△35.8%)



461.1億円

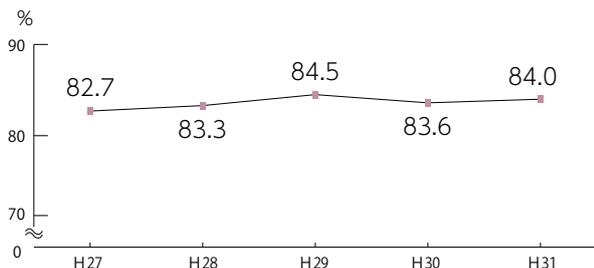
(うち、平成30年7月豪雨災害分:63.6億円)

人件費や公債費などの義務的経費が182.4億円(前年比△7.4%)、投資的経費が92.5億円(前年比△10.5%)、物件費や補助費等などの一般行政経費は186.2億円(前年比+0.4%)となり、全体としては461.1億円(前年比△5.1%)となっています。

■財政の余裕 (経常収支比率)

財政の弾力性を示す指標で、比率が低いほど財政的な余裕があるとされています。

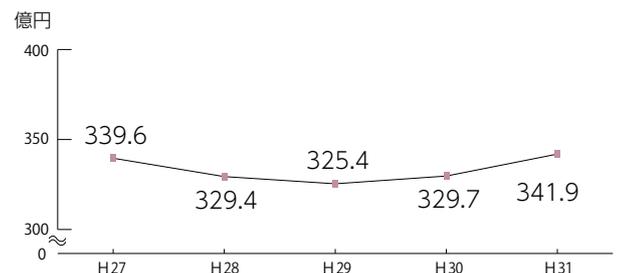
84.0% (+0.4%)



■市の借金 (市債残高)

市が大きな事業をするために必要な財源で、多世代で利用する施設などを公平に負担する役割もあります。

341.9億円 (+12.2億円)



## ■財政健全化に関する指標

健全化判断比率と資金不足比率は、決算の内容が良い状態なのか、将来に不安はないのかなどを判断する指標であり、比率が低いほど自由度の高い財政運営であるとされています。また、基準を超えた場合は、財政健全化計画などを作成し、改善が義務付けられます。

市の比率は次のとおりで、早期健全化・財政再生の基準を超えるものはありません。

(単位：%)

比率区分	H27	H28	H29	H30	H31 (速報値)	H31早期健全化基準	財政再生基準
実質赤字	-	-	-	-	-	12.07	20.00
連結実質赤字	-	-	-	-	-	17.07	30.00
実質公債費	6.8	5.6	4.9	4.5	4.0	25.0	35.00
将来負担	-	-	-	-	-	350.0	

【資金不足比率】 公営企業ごとに、資金不足額をその企業の事業規模で割った比率(経営健全化基準20.0%)。公営企業会計(水道事業会計ほか4事業会計)について、資金不足はありません。

## ■用語解説

【実質赤字比率】 一般会計など(連結実質赤字比率は全会計)を対象とした実質的な赤字の標準財政規模に対する比率で、財政運営悪化の度合いを示す指標。

【実質公債費比率】 一般会計などで借りた市債の償還金と公営企業などが借りた市債の償還金に対する一般会計負担の合計額の標準財政規模に対する比率で、どれだけ借入金返済額に使われているかを示す指標。

【将来負担比率】 公営企業なども含め、市が将来負担しなければならない実質的な負債の標準財政規模に対する比率で、将来財政を圧迫する度合いを示す指標。

【標準財政規模】 地方公共団体が通常水準の行政サービスを行う上で、必要とされる一般財源の額。

## 病院事業

当年度は3病院ともに黒字となりました。大きな要因は前年度で退職手当引当金の分割計上が完了したことにより、特別損失が大幅に減少したことによるものです。

### 【損益計算書】

(単位：千円)

		宇和島病院		吉田病院		津島病院		合計	
費用の部	医業費用	12,446,028	93.8%	816,130	96.0%	1,174,079	95.6%	14,436,237	94.1%
	医業外費用	734,944	5.5%	31,278	3.7%	38,418	3.1%	804,437	5.2%
	特別損失	85,906	0.7%	2,458	0.3%	15,578	1.3%	103,942	0.7%
	合計	13,266,878		849,866		1,228,075		15,344,616	
収益の部	医業収益	12,484,469	93.3%	760,841	86.9%	1,165,823	88.7%	14,411,133	92.5%
	医業外収益	873,211	6.5%	113,301	13.0%	143,671	11.0%	1,129,980	7.3%
	特別利益	27,305	0.2%	1,061	0.1%	4,357	0.3%	32,723	0.2%
	合計	13,384,985		875,203		1,313,851		15,573,836	
当年度純利益		118,107		25,337		85,776		229,220	

※病院事業内での取引を相殺調整しているため、合計とは合致しません。

### 【貸借対照表】

(単位：千円)

資産の部		負債・資本の部		
有形固定資産	14,330,787	負債の部	固定負債	15,506,394
無形固定資産	8,605		流動負債	3,666,394
投資その他の資産	866,238		繰延収益	809,573
流動資産	10,959,956		負債合計	19,982,361
資産合計	26,165,586	資本の部	資本金	12,608,604
			剰余金	△6,425,379
			資本合計	6,183,225
		負債・資本合計		26,165,586

### 【患者利用状況】

(単位：人)

病院名	入院患者延数	外来患者延数	病床利用率
宇和島病院	145,542 (398)	233,518 (973)	91.4%
吉田病院	25,082 (69)	28,074 (117)	49.9%
津島病院	30,226 (83)	35,255 (140)	65.9%
合計	200,850 (550)	296,847 (1,230)	-

▶患者数のカッコ内は1日あたりの患者数です。

## 介護老人保健 施設事業

病院事業と同様、特別損失での退職手当引当金分割計上は完了したものの、慢性的な収支不足により赤字となっております。

### 【損益計算書】

(単位：千円)

		オレンジ荘		ふれあい荘		合 計	
費用の部	施設事業費用	342,395	97.5%	331,894	96.2%	674,289	96.9%
	施設事業外費用	8,694	2.5%	12,933	3.8%	21,627	3.1%
	特別損失	35	0.0%	79	0.0%	114	0.0%
	合 計	351,124		344,906		696,030	
収益の部	施設事業収益	340,070	98.3%	292,547	97.5%	632,617	97.9%
	施設事業外収益	5,707	1.7%	7,613	2.5%	13,320	2.1%
	特別利益	0	0.0%	59	0.0%	59	0.0%
	合 計	345,777		300,219		645,996	
当年度純損失		5,347		44,687		50,034	

### 【貸借対照表】

(単位：千円)

資産の部		負債・資本の部		
有形固定資産	932,746	負債の部	固定負債	560,173
無形固定資産	700		流動負債	172,456
投資そのほかの資産	126,307		繰延収益	128,169
流動資産	173,327		負債合計	860,798
資産合計	1,233,080	資本の部	資本金	1,084,551
			剰余金	△712,269
			資本合計	372,282
		負債・資本合計		1,233,080

### 【施設利用状況】

(単位：人)

		オレンジ荘	ふれあい荘	合 計
入所者	延 数	26,118	21,291	47,409
	1日平均	71.4	58.2	129.6
	利用率	95.2%	97.0%	96.0%
通所者	延 数	3,786	3,638	7,424
	1日平均	15.5	14.8	30.3
	利用率	77.5%	74.0%	75.8%

## 水道事業

当年度純利益は前年度比で約1億円の増益となりました。大きな要因は、前年度と比較して給水収益が増加し、災害関連費用が減少したことによるものです。

### 【損益計算書】

(単位：千円)

費用の部	営業費用	2,151,871	96.7%
	営業外費用	72,969	3.3%
	特別損失	272	0.0%
	合 計	2,225,112	
収益の部	営業収益	2,327,794	90.7%
	営業外収益	228,407	8.9%
	特別利益	9,587	0.4%
	合 計	2,565,788	
当年度純利益		340,676	

### 【貸借対照表】

(単位：千円)

資産の部		負債・資本の部		
有形固定資産	13,040,403	負債の部	固定負債	4,238,087
無形固定資産	290,632		流動負債	642,013
流動資産	2,846,928		繰延収益	2,322,232
資産合計	16,177,963		負債合計	7,202,332
		資本の部	資本金	6,431,657
			剰余金	2,543,974
			資本合計	8,975,631
		負債・資本合計		16,177,963

### 【地区別配水量】

(単位：m<sup>3</sup>)

地区名	年間配水量	1日平均配水量
宇和島	7,180,669	19,619
吉 田	1,006,864	2,751
三 間	627,006	1,713
津 島	1,578,470	4,313
合 計	10,393,009	28,396

※病院・水道・介護老人保健施設事業の損益計算書は平成31年度の1年間、貸借対照表は令和2年3月31日現在の数値です。なお、様式については地方公営企業法施行規則に沿った独自様式です。

## 祝日などによる資源物振替回収日

午前8時30分までに出してください。回収は午後1時から順次行います。

### 【古紙・缶・乾電池】

- ▶ 9月17日(木)：新田町1丁目、竹園団地、中沢町1丁目、並松1丁目、並松(並松2、中沢2)、丸之内5丁目、山際1丁目、和霊町西通2区
- ▶ 9月28日(月)：住吉町1・2丁目、築地町1・2丁目、藤江1・2区

### 【古紙・乾電池】

- ▶ 9月17日(木)：新田町4丁目、寄松上、寄松下、和霊中町2丁目
  - ▶ 9月28日(月)：坂下津1区
  - ▶ 9月29日(火)：大小浜、平浦
- 【問合せ先】生活環境課 ☎ 内線2211

## 年金相談・手続きの際は事前予約を

全国の年金事務所では、年金相談や年金請求手続きについて事前予約を行っています。待ち時間短縮のためにもぜひ利用してください。

【申 込】 予約希望日の1ヵ月前から前日までに ☎0570-05-4890

※基礎年金番号のわかるもの(年金手帳や年金証書)を用意してください。

【問合せ先】 市民生活課国民年金係 ☎ 内線2133  
または宇和島年金事務所 ☎ 22-5440

## 屋外広告物の設置

自己所有の建物や土地に屋外広告物を設置する場合でも申請が必要となる場合があります。また、大きさなどに規制があります。

新しく設置する場合だけでなく、すでに設置している場合でも申請をしていないものは、早急に申請をしてください。

【対 象】 屋上広告、突出広告、壁面広告、野立広告

【申請・問合せ先】 都市整備課都市計画公園係 ☎ 内線2646・2648

## 秋の全国交通安全運動（9月21日～30日）

交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣付けて、交通事故防止を徹底しましょう。また、9月30日は「交通事故死ゼロを目指す日」です。1人ひとりが事故のないまちづくりに取り組みましょう。

### 【愛媛県重点】

- ▶ 道路横断中の交通事故防止対策の推進
- ▶ 「シェア・ザ・ロード」の精神の普及促進と自転車乗車用ヘルメットの着用促進、自転車損害保険などへの加入促進

シェア・ザ・ロード：「愛媛県自転車の安全な利用の促進に関する条例」の基本理念。お互いが思いやり、安全・快適に道路を共有することを表す言葉。

### 【全国重点】

- ▶ 歩行者の安全確保と自転車の安全利用の確保
- ▶ 高齢運転者などの安全運転の励行
- ▶ 夕暮れ時と夜間の交通事故防止と飲酒運転などの危険運転の防止

【問合せ先】 市民生活課コミュニティ推進係 ☎ 内線2236

### 行政相談委員の感謝状贈呈

行政相談委員 宮本 直明 さんが、総務省愛媛行政監視行政相談センター所長感謝状を贈呈されました。住民からの行政に対する苦情や意見、要望などの解決や実現のために地道な活動を行ってきたことが認められたものです。

【問合せ先】愛媛行政監視行政相談センター ☎089 - 941 - 7701

### 藍綬褒章伝達式

行政相談委員 櫻田 矩雄 さんが藍綬褒章(行政相談功労)を受章され、その伝達式を行いました。櫻田さんは、平成15年7月に、総務大臣から行政相談委員を委嘱され、約17年間の長い間行政相談委員として御功績を残しています。

【問合せ先】愛媛行政監視行政相談センター ☎089 - 941 - 7701



### 国勢調査がはじまります

10月1日現在で日本国内に住んでいるすべての人および世帯が対象です。9月中旬から調査票などを配布しますので、インターネットや郵送による回答をお願いします。

#### 【回答期間】

- ▶インターネット：9月14日(月)～10月7日(水)
- ▶郵送、手渡し：10月1日(木)～7日(水)

※手渡しでの回答を希望する場合は、調査員と相談して直接渡してください。

【問合せ先】企画情報課情報統計係 ☎内線2040または国勢調査コールセンター ☎0570 - 07 - 2020

### 赤十字会員等増強運動

日ごろより赤十字事業への理解と協力をいただきありがとうございます。

5月1日から赤十字会員等増強運動が始まり、皆さんに活動資金の協力をいただきました。今後とも、災害救護をはじめとした赤十字の活動への協力をお願いします。

【問合せ先】日本赤十字社宇和島市地区(福祉課内) ☎内線2178または各支所福祉環境係

### F Mがいや「吉川優子の大好き！宇和島」

【と き】毎週金曜日 午後5時～  
(再放送：午後9時～)

【内 容】大好きな宇和島「愛」を世界に発信します♪

#### 【パーソナリティ】

▶吉川 優子 さん

【問合せ先】FMがいや  
☎49 - 1769 ✉ r-m@gaiya769.jp、<http://www.gaiya769.jp/>



### 市政広報番組9月放送予定

#### 【と き】

- ▶木曜日 午後6時～午前0時
- ▶金曜日 午前6時～午後5時

※UCATニュース終了後に放送します。

【内 容】青少年市民協働センター「ホリバタ」について

【問合せ先】市長公室シティセールス推進係  
☎内線2457



## 県警察官募集

▶高卒程度：①男性警察官39人程度②女性警察官5人程度

【1次試験】10月17日(土)・18日(日)

【試験会場】松山東高等学校(松山市持田町)

【申込】9月15日(火)午後5時15分までにインターネットから申し込み

【問合先】宇和島警察署警務課

☎22-0110内線212



## 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。

## JR予土線川柳・YODOSENサポーター募集

### ■JR予土線川柳

【テーマ】「がんばる予土線」、「友と予土線」

【対象】きらきらキッズ部門：小学6年生以下、青春部門：中学1年～高校3年生、いい大人部門：15歳以上(中学・高校生を除く)

【申込・問合先】9月30日(水)までに〒798-8601 宇和島市曙町1番地 愛媛県予土線利用促進対策協議会「第7回JR予土線川柳募集」係(企画情報課内) ☎24-1111内線2507 FAX 20-1905 ✉ kikaku1@city.uwajima.lg.jp

### ■YODOSENサポーター

JR予土線をこよなく愛し、路線存続を願うYODOSENサポーターを募集しています。

【会費】1,000円/口(12歳以下は500円/口)

※オリジナル特典や会員証による優待付き。

【問合先】YODOSENサポーター事務局(県南予地方局地域政策課内) ☎28-6143



## 自衛官・防衛大学校・防衛医科大学校学生募集

### ■自衛官

▶①自衛官候補生②一般曹候補生③航空学生(自衛隊パイロット)

【1次試験】①9月16日(水)・17日(木)・24日(木)(女子)・25日(金)②9月18日(金)～20日(日)③9月22日(火)(祝)

【試験会場】①陸上自衛隊松山駐屯地(松山市南梅本町)②9月18日(金)・20日(日)：松山市青少年センター(松山市築山町)、9月19日(土)：明倫公民館③松山市青少年センター(松山市築山町)

【申込】①9月8日(火)まで②③9月10日(木)まで

### ■防衛大学校・防衛医科大学校学生

▶①防衛大学校学生 一般②防衛医科大学校看護学科学学生③防衛医科大学校医学科学学生  
※防衛大学校学生：推薦および総合選抜コースもあります(9月11日(金)募集締切)。

【1次試験】①11月7日(土)・8日(日)②10月17日(土)③10月24日(土)・25日(日)

【試験会場】①明倫公民館②松山市青少年センター(松山市築山町)③松山大学(松山市文京町)

【申込】①10月22日(木)まで②10月1日(木)まで③10月7日(水)まで

<共通>

【問合先】自衛隊宇和島地域事務所

☎FAX 23-5431



## カフェまんまる「栄養士さんの講話」<無料>

【とき】9月8日(火)午前10時～正午

【ところ】スペースゆう(袋町商店街やつしかふえ内)

※飲み物代は自己負担。

【内容】元気に健康に過ごすための栄養バランスの良い食事の摂り方について

【対象】認知症の人とその家族、地域の人

【問合先】高齢者福祉課地域包括支援センター

☎内線3107

## 敬老記念行事

今年度は、新型コロナウイルス感染予防のため各地区で例年実施されている記念式典は中止となりますが、記念品などの贈呈については実施予定です。詳しくは、各地区の公民館にお問い合わせください。

【問合せ先】 高齢者福祉課 ☎内線2160・2118

## 総合体育館年間予約会

【と き】 9月15日(火) 午後1時～

【ところ】 総合体育館

【対 象】 令和3年度に実施される南予大会以上または市の主・共催事業

【持参物】 要項などの大会内容がわかるもの

【問合せ先】 総合体育館 ☎25 - 0063

## 身体障がい者巡回相談

<無料>

【と き】 9月24日(木) 午後1時～3時

【ところ】 津島町保健センター

【内 容】 補装具、更生医療、身体障がい者の支援など県と専門医による巡回相談

※電動車椅子の走行テストができます(要申請)。

【定 員】 6人

【申込・問合せ先】 9月11日(金)までに福祉課障害福祉係 ☎49 - 7016

## 松山自動車道(大洲南IC～西予宇和IC) 通行止め

【と き】 9月30日(水)夜～10月3日(土)朝 3夜間(午後8時～翌午前6時)

【う回路】 国道56号

【問合せ先】 西日本高速道路(株)愛媛高速道路事務所 ☎089 - 905 - 0181



## うわじまファミリー・サポート・センター

うわじまファミリー・サポート・センターでは、子育てのお手伝いをしています。運営には、多くの方の協力が必要です。活動を通して地域の子育て支援に協力をお願いします。

【内 容】 保育所・放課後児童クラブ・習い事への送迎、休校日や保護者の病気・外出の場合の預かりなど

【報 酬】 600～700円/時間

### ■サポート会員説明会・養成講習会

<無料>

【と き】 9月10日(木) 午後1時30分～4時

【ところ】 子育て世代活動支援センター(パフィオうわじま内)

【対 象】 市内に住む20歳以上で子育てを手伝いたい人

説明会のみ  
の参加も可

【申込・問合せ先】

9月8日(火)までにファミ・サポうわじま(福祉課内)

☎49 - 7054



## マイナンバーカード

### ■休日交付

平日受け取れない場合に利用してください。

【と き】 9月12日(土)・27日(日) 午後1時～5時

【ところ】 市役所 市民生活課

※各支所が交付場所でも、受け取り希望日の2日前(閉庁日を除く)までに連絡すると市民生活課で受け取れます。

### ■出張申請受付サービス

市職員が訪問し、マイナンバーカードの申請用顔写真の無料撮影や申請受付を行います。

【実施期間】 10月30日(金)までの平日 午前10時～午後4時

【対 象】 市内の企業や地域団体(市内に住む初回申請希望者がおおむね5人以上いる場合に限る)

【申 込】 10月15日(木)まで(執務時間中)

<共 通>

【問合せ先】 市民生活課 ☎49 - 7075または各支所市民保険係

### ダンボールコンポスト個人向け講習会<無料>

環境にやさしい「エコ暮らし」を始めてみませんか。受講者にはダンボールコンポストセットを1セット提供します。

【と き】10月10日(土) 午前10時～正午

【ところ】市役所 202会議室

【問合先】9月18日(金)(執務時間中)までに生活環境課環境政策係 ☎内線2211 ✉ kankyo@city.uwajima.lg.jp

### 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  
かお問い合わせください。

### 市議会9月定例会

【開催日程】9月2日(水)～25日(金)

と き	内 容
9/2(水)	本会議 (提案説明)
9(水)、10(木)	本会議 (一般質問、議案質疑、委員会付託)
11(金)	本会議予備日
15(火)～17(木)	委員会審査
18(金)	委員会予備日
25(金)	本会議 (委員長報告・質疑・討論・採決)

※本会議の開会時間は午前10時からです。市ホームページ、宇和島ケーブルテレビ、FMがいや(76.9MHz)から、本会議を視聴できます。

【問合先】議会事務局議事法制係 ☎49-7035

### 食生活改善推進員養成講座 <無料>

食生活を中心とした健康づくりについて、知識を深める講座です。

【と き】

①9月28日(月) 午後1時～4時

②10月27日(火) 午前9時～午後1時

③11月25日(水) 午前9時～午後1時

④12月10日(木) 午前9時～午後1時

⑤令和3年1月27日(水) 午前9時～午後1時30分

【ところ】①市役所②～④和霊公民館⑤宇和島保健センター(祝森)

【内 容】講義や実技など

※①は開講式と講義のみ。

【問合先】9月24日(木)までに保険健康課母子保健係 ☎内線2179



### 事業継続計画(BCP)ワークショップ<無料>

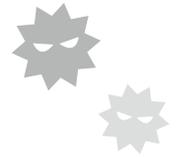
近年多発する自然災害の特徴や被害状況に加えて、企業を脅かすビジネスリスクに対応するための事業継続計画について学びます。

【と き】10月6日(火) 午後2時～4時

【ところ】宇和島商工会館

【定 員】20人(先着順)

【問合先】9月30日(水)までに宇和島商工会議所 ☎22-5555



# 新型コロナウイルス関連情報

## 傷病手当金・傷病給付金

国民健康保険または後期高齢者医療保険被保険者のうち、新型コロナウイルス感染症に感染し、または濃厚接触者としてPCR検査を受けるなど感染の疑いにより、療養のため仕事に出ることができず勤務先から給与の支払いを受けられない期間があった人は、傷病手当金を受けられる場合があります。

また、個人事業主等で傷病手当金の対象にならない方は、市独自の傷病給付金を受けられる場合があります。

【問合先】 保険健康課保険業務係または後期高齢者医療係 ☎49-7087



## ホテルなどへの要配慮避難者補助金改定

土砂災害に関する避難勧告などが発令され、特に配慮が必要な避難者などが市内のホテルなどを避難先として活用できる宿泊費補助率の上限を1/2から4/5へ、補助金額上限を1泊3,500円から5,600円に拡充しました。

また、対象を「75歳以上の者のみで構成される世帯」から「75歳以上」へ緩和しました。

【対象】 避難対象区域の土砂災害警戒区域などに住む特に配慮が必要な避難者など（要介護3～5認定者、75歳以上、身体障害者手帳1・2級所持者、療育手帳A所持者、精神障害者保健福祉手帳1級所持者、重度心身障害者医療費受給対象者、妊産婦、1歳未満、付添い者）

【問合先】 危機管理課 ☎49-7006

## 事業者支援

新型コロナウイルス感染症により影響を受けた事業者への支援制度一覧です。手続き漏れがないよう確認してください。

名称	内容	問合先
持続化給付金	1ヵ月の売上が50%以上減少している場合に支給(前年同月比)。 上限：(法人)200万円、(個人)100万円。申請期限：令和3年1月15日(金)	持続化給付金コールセンター ☎0120-115-570
中小企業者等応援給付金	1ヵ月の売上が30%以上減少している場合に支給(前年同月比)。 一律10万円/事業者。申請期限：令和3年3月31日(水)	商工観光課 ☎49-7080
家賃支援給付金(国)	地代・家賃の負担軽減のため、売上が減少した賃借人である事業者に支給。 上限：(法人)600万円、(個人)300万円。申請期限：令和3年1月15日(金)	家賃支援給付金コールセンター ☎0120-653-930
家賃支援給付金(市)	地代・家賃の負担軽減のため、売上が減少した賃借人である事業者に支給。 上限：10万円/事業者。申請期限：令和3年3月31日(水)	商工観光課 ☎49-7080
新型コロナウイルス感染症対策資金	事業運転資金を融資。上限：5,000万円(7年以内。据置期間1年以内) 融資利率：1%/年(県・市が3年間利子補給)。保証料：県が負担。	県経営支援課 ☎089-912-2481
中小企業振興資金融資制度補助金	中小企業振興資金の利用者に対して、信用保証料および貸付利子を補給。 ※4月～令和3年3月の間に借り入れたものについては、上限2.66%(信用保証料分1.66%、貸付利子分1%)以内。	商工観光課 ☎49-7080
緊急地域雇用維持助成金	雇用調整助成金等に乗せて支給(上限180万円/年)。 ※雇用調整助成金等の申請を社会保険労務士に依頼した場合、手数料を助成(上限20万円)。	
中小企業者等応援事業補助金	事業継続を支援するための補助金を交付(詳しくは、広報うわじま9月号折り込みチラシに掲載)。	
宇和島市地域とつながる商品券	地域全体の消費喚起を図るため市内で使えるプレミアム付商品券を発行。 (取扱店募集中。詳しくは、広報うわじま9月号折り込みチラシに掲載)	

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。



育児・健康相談（乳幼児・妊産婦）

とき	受付	ところ	問
9/11(金)		吉田公民館	Ⓜ
14(月)	9:30~ 11:00	三間保健福祉センター	Ⓜ
23(水)		津島保健センター	Ⓜ
25(金)		宇和島保健センター(祝森)	Ⓜ

【持参物】母子健康手帳

市立宇和島病院 子育てセミナー <無料>

【とき】9月7日(月)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  
 ※託児希望者は、事前に連絡をしてください。  
 【内容】食物アレルギー  
 【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

まちの健康相談室（一般・成人）

とき	受付	ところ	問
9/14(月)	9:30~ 11:00	市役所	Ⓜ
14(月)		吉田支所	Ⓜ
23(水)		三間公民館	Ⓜ
28(月)		津島保健センター	Ⓜ

気づき・つながり・支え合おう！ -いのち支えるゲートキーパー-



自分自身のために、あなたの大切な人の命を守るために、1人ひとりができることから始めてみませんか。

いのち支えるゲートキーパー

自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応(悩んでいる人に気づき声をかけ、話を聞いて必要な支援につなげ、見守る)ができる人のこと。「命の門番」とも位置付けられます。

■ゲートキーパーになるには  
 特別な資格はありません。さまざまな立場の人たちがゲートキーパーの役割を担うことができます。状況により求められる役割は変わります。

- ゲートキーパーのおもな役割
- ▶気づき：家族や仲間の変化に気づき声をかける
- ▶傾聴：本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける
- ▶つなぎ：早めに専門家に相談するよう促す
- ▶見守り：温かく寄り添い、見守る

今、悩みを抱えている人へ  
 -「心のSOS」を発信しよう！-

ひとりで抱えこまず、誰かに話してみましよう。あなたの周りにはたくさんの人が支えになりたいと思っています。



【問合先】Ⓜ 成人保健係 ☎内線2183



結核予防週間(9月24日～30日)

結核の早期発見は、重症化を防ぐだけでなく、大切な家族や職場などへの感染拡大を防ぐためにも重要です。65歳以上の人は年に1回結核検診を受診しましょう。結核検診は肺がん検診(CR)で兼ねることができます。

詳しくは、「広報うわじま4月号折り込み」をご覧ください。

【問合せ先】 ㊦保健企画係 ☎内線2137

第39回市民公開講座

<無料>

【と き】 9月26日(土) 午前10時～正午

【ところ】 市立宇和島病院 北棟2階講堂

【内容】 「抗がん剤治療の現状～外来で行う化学療法について～」市立宇和島病院 竹内 幸美さん、「がん・生殖医療～若年者のがんと将来の妊娠について～」愛媛大学大学院 杉山 隆さん

【問合せ先】 市立宇和島病院医事課 ☎25-1111 内線50348

もぐもぐ子育て講座

<無料>

【と き】 10月8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】 令和2年5月生まれの子どもと保護者

【申込・問合せ先】 10月1日(木)までに ㊦母子保健係 ☎内線2131 または各支所健康推進係

- ▶ 新型コロナウイルス感染症の影響により、中止や変更になる場合があります。
- ▶ イベントなどに参加をする場合は、新型コロナウイルス感染症対策としてマスクの着用と手指消毒の励行をお願いします。
- ▶ 発熱症状(目安として37.5度以上)など体調がすぐれないときの参加は控えてください。

9月9日は救急の日

【普段からの3つの心がけ】

- ▶ 日ごろから「かかりつけ医」を持ちましょう
- ▶ 健康診断や検診などにより、病気の予防や早期発見に努めましょう
- ▶ 家庭で薬を常備しましょう

【受診にあたっての心がけ】

- ▶ 「通常の診療時間内」に受診しましょう
- ▶ 【症状は軽いけれど…】

- ▶ 子どもの急な病気やけがの場合：小児救急医療電話相談 ☎ #8000



- ▶ 休日などに迷った場合：えひめ医療情報ネットまたは消防署音声案内サービス ☎23-0111

■ 休日や夜間の救急医療体制

救急医療は輪番体制の限られた人数で運営しています。医療従事者の負担を少しでも軽減させるため、救急医療の適正受診についてご理解とご協力をお願いします。

【休日・平日夜間の受診】

- ▶ 毎週火曜日：医療法人沖縄徳洲会宇和島徳洲会病院 ☎22-2811
- ▶ 毎週木曜日：独立行政法人地域医療機能推進機構宇和島病院(JCHO宇和島病院) ☎22-5616
- ▶ 上記以外：市立宇和島病院 ☎25-1111

※小児救急患者：市立宇和島病院で対応。

【休日昼間の受診】 比較的軽症の人は休日当番医の医療機関で受診してください。

【問合せ先】 ㊦保健企画係 ☎内線2137

多胎児を育てる親子のつとめ-さくらんぼサロン-<無料>

【と き】 9月14日(月) 午前10時30分～

【ところ】 子育て世代活動支援センター(パフィオうわじま内)

【内容】 親子遊び、座談会など

【対象】 市内に住む未就園児の双子・多胎児(妊婦を含む)とその家族

【問合せ先】 マザーズステーション「すてっぴ」(保険健康課内) ☎49-7110

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



人はなぜ税を払うのか  
浜 矩子／著

税金の正体を見極め、本質を見定める税の教科書。税金を巡る現状、租税の歴史、今の日本における消費税の状況などを取り上げ論じる。

(児童図書)



どぞぞでんしゃ  
かとう ようこ／絵

駅名の表示が「ゆうやけひろば」から「ゆうやみひろば」に変わると、辺りはゆうやみに包まれ、どぞぞでんしゃが動きだし…。



農家が教える痛快キノコづくり  
農文教／編

菌床置くだけ・プランター栽培など多彩なラクラク栽培のほか、産地としておきのレシピなど農家ならではのキノコ栽培法と楽しみ方を大公開。



ちかづいてはなれてわお!  
清川 あさみ／絵

赤のなかに、たくさんの黒い丸。はなれて見ると…。ちかづいてわお! はなれてわお! 赤ちゃんの脳と心をはぐむ絵本。



美女ステイホーム  
林 真理子／著

体重が呪いのように増え続けている。それなのに、モテ期到来か!? 令和もマリコは笑顔で運を引き寄せる。



ちいさなかわいいおべんとうばこ  
宮野 聡子／絵

ひめちゃんが、野原に忘れていったおべんとうばこ。それを見つけた森の動物たちは、おべんとうばこを使って楽しみ…。

蔵書点検のための休館

【と き】 9月29日(火)～10月1日(休)

【ところ・問合せ】 中央図書館、吉田町図書館、津島分館

今月の特別展示

中央図書館 

人権をみんなで考えよう

※敬老の日におすすめの本も展示しています。

■中央図書館(パフィオうわじま内) ☎22-1065  
【開館時間】 午前9時～午後7時  
【休館日】 29、30

■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】 5、12、19、21、22、26、29、30

■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(日曜は午前9時～午後5時)  
【休館日】 7、14、21、22、23、28、29、30

■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】 5、6、12、13、19～22、26、27

# 坐骨神経痛について

市立宇和島病院 整形外科(御殿町) 藤田 勝



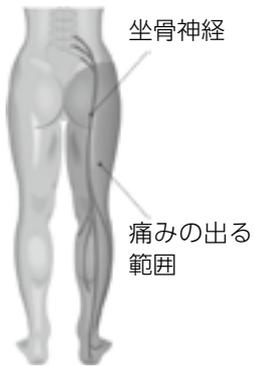
外来診療をしていると、大腿後面に痛みがある坐骨神経痛で来院する人を多く見かけます。坐骨神経はお尻から太ももの後ろ側を通り、ふくらはぎや足先へとつながっている太くて長い神経です。坐骨神経痛とは、この神経に沿ってお尻から下肢にかけて生じる痛みの総称、すなわち症状名であって何かひとつの疾患をあらわす病名ではありません。

坐骨神経痛の症状は太ももの後ろだけが痛くなったり、ふくらはぎが痛いこともあり、片方だけが痛い人もいれば、両側が痛い人もいます。しびれもある人もいます。このように症状もさまざまですが、その原因も人によって異なります。

坐骨神経痛の原因として多く見られるのが、腰椎椎間板ヘルニアです。椎間板は背骨の骨と骨の間にあるクッションのようなものですが、何らかの原因で椎間板が腰の神経のほうに飛び出して神経を圧迫します。比較的若い人が発症することが多いのですが、全年代を通じて発症しますが、片方だけに痛みやしびれが出現することが多いです。

次に腰部脊柱管狭窄症です。腰の神経の通り道(脊柱管)が加齢とともに狭くなり、神経を圧迫して痛みやしびれを感じるようになります。中年以上に多くみられ、両側に症状が出現することが多く、安静にしていると症状は軽快しますが、歩いたり立ったりしていると症状が悪化するケースが多いです。

梨状筋症候群という疾患もあります。運動などをきっかけにお尻の梨状筋という筋肉によって坐骨神経が圧迫され、炎症を起こして痛みが出



## 早蕨句会

ちんちろりんちろいのちのうたつむぐ  
起伏ある八十路もたのし菜を問引く  
さはやかや夫婦寡黙に働きて  
歩いても歩いても白まんじゆしやげ  
真剣振る手首の確と花踊  
秋潮引く言葉つぎつぎ過去となる

福島 厚子  
井芝 千章  
酒井 孝子  
浜田 千鶴  
毛利 珪子  
山本ことみ

## 桃李句会

どの子にも同じ空あり原爆忌  
荒東風や声逞しき魚市場  
終戦忌戦死の父の顔を知らず  
新茶の香あの山里の味覚かな  
柿若葉マスクの下の顔みたし  
若き日や寒中水泳逗子の海  
美しく生きたし辛夷満開に

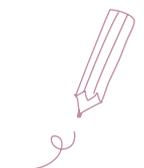
齊藤 真人  
横山 博子  
菊地 滋子  
大野きよ女  
今城 夏枝  
荒川 元子  
谷岡 武城

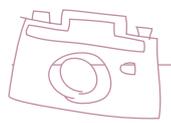
## まゆみ句会

窓際は私の居場所小鳥来る  
秋暑しあつし昆虫版画展  
ひもすがら平語読みをり桐一葉  
雨粒を宿しぬ午後白芙蓉  
乳呑み児の移り香淡し秋桜  
杜子春の語部まるいお月さま  
山頭火一茶山柿いと小粒

梶原 征子  
鴨田レイ子  
楠本 昭美  
大上 初美  
高田 千恵  
山根 築子  
福島 厚子

## 余暇のひととき





## 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



東 晴七さん  
(宇和島南中3年)  
▶第5回全日本小中学生エアライフル射撃競技選手権大会10mエアピストル少年女子60発競技：優勝

### ■エール賞



檜垣 碧位さん  
(宇和島東高2年)  
▶シンガポールAG選手権大会 男子200m背泳ぎ：4位、男子50m背泳ぎ：7位



山本 健心さん  
(城南中3年)  
▶KING OF BUCK 10th Anniversary World Cup 西日本予選KIDS部門：優勝



小屋敷 愛里さん  
(18歳)  
▶「愛顔感動ものがたり」発信事業 エピソード部門：入選

西谷 駿吾さん  
(岡山大学1年生)  
▶全国商業高等学校協会検定全9種目1級：合格

### ■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】 1月1日～令和3年12月31日

【問合先】 総務課行政係 ☎24-1111内線2412



7月28日(火)

## 高校生まちづくり課第3期生始動

「若者が地域に残れる、帰れるまちづくり」をテーマに、高校生たちが中心となって自分たちのまちの将来を考えます。

7月28日(火)にはホリバタで第3期生36人の発足式が行われました。第1・2期生が考えた事業提案をワークショップなどを通して発展させていきます。

## 市総合観光パンフレット刷新

これまでのパンフレット形式ではなく、読みやすく、読みたいと思わせるように雑誌形式で刷新しました。宇和島の観光資源を写真重視で紹介し、「宇和島でやりたい10のこと」をテーマ別に特集しています。

県内外の観光・宿泊施設に配置するほか、市ホームページで公開しています。



# Happy Birthday

## 9月生まれのうわじまっ子



【対象】 広報発行月号が誕生月(3歳まで)の子ども  
 【応募】 市ホームページの入カフォームから応募してください。  
 ※写真は忘れずに添付してください。  
 【提出・問合せ先】 市長公室シティセールス推進係 ☎24-1111  
 内線2407 図 koho@city.uwajima.lg.jp



まつうら はる  
松浦 暖くん  
1歳 1日  
(野川)  
暖の笑い声で家族みんなが幸せだよ♪楽しいこといっぱいしようね♪お誕生日おめでとう♥



ありま こうや  
有馬 光哉くん  
1歳 10日  
(保手)  
生まれてきてくれてありがとう♪元気いっぱい大きくなってね♥



えび あらん  
戎 亜藍くん  
1歳 10日  
(三間町是能)  
ご飯、運動大好き!わんぱくboy☺️元気に育ってね♥



こみ あおは  
古味 葵羽ちゃん  
1歳 11日  
(光満)  
いつも元気でキラキラ笑顔ちょうと恥ずかしがり屋さんのあおちゃん1歳おめでとう、大好き♥



まつだ あおと  
松田 蒼士くん  
1歳 13日  
(大浦)  
あおと♥1歳おめでとう!これからあおとの笑顔でみんなも笑顔にしてね☺️



ふくもと りつき  
福本 理月くん  
1歳 18日  
(柿原)  
我が家の癒し系♥みんな理月が可愛くて大好き♥



いて つば  
伊手 紬ちゃん  
1歳 24日  
(寄松)  
紬ちゃん1歳おめでとう♥素敵な笑顔だね!パパママも幸せだよ♥



よな はえいと  
與那覇栄仁くん  
2歳 1日  
(宮下)  
お誕生日おめでとう♥これからたくさん食べてたくさん笑って遊ぼうね!



みせ あさひ  
三瀬 旭陽くん  
2歳 2日  
(丸穂町)  
2歳のお誕生日おめでとう!いつも笑わせてくれてありがとう☺️



にのみや あかり  
二宮彩花里ちゃん  
2歳 3日  
(夏目町)  
2歳おめでとう!甘えん坊のあかりちゃん♥これからニコニコ笑って元気に育ってね。



ひろさわ りほ  
廣澤 玲帆ちゃん  
2歳 4日  
(大浦)  
よく食べる!よく寝る!毎日みんな笑顔な玲帆に癒され元気を貰ってるよ☺️産まれてきてくれてありがとう♥



もり なつき  
森 南月ちゃん  
2歳 5日  
(保手)  
南月だーい好き♥これからいろいろなっちゃんを見せてね♥



ふなだ しょういち  
船田 成一くん  
2歳 12日  
(佐伯町)  
鬼ごっこに工作♪お手伝い...友達と一緒に出来る事が増えて嬉しいね♪2歳おめでとう!



やまもと るい  
山本 琉生くん  
2歳 18日  
(百之浦)  
るい誕生日おめでとう!わがままで甘えん坊なるいがみんな大好き♥これからもいっぱい遊ぼうね♪



ふくおか のは  
福岡那乃春ちゃん  
2歳 27日  
(夏目町)  
お誕生日おめでとう。いつも笑顔をありがとう。大好きだよ!



なかじま あつき  
中島 篤輝くん  
3歳 5日  
(宮下)  
お兄ちゃんと仲良く元気にたくましく成長してね★大好きだよ♥



ふじた たいよう  
藤田 太陽くん  
3歳 6日  
(新田町)  
元気いっぱい太陽!これからも楽しく笑顔いっぱいの毎日過ごしてね☺️♪



まつおか つば  
松岡 翼くん  
3歳 10日  
(蛤)  
元気すぎるつーくん3歳おめでとう♥これからももっと大きくなあれ♪



よこやま しょうま  
横山 正真くん  
3歳 11日  
(三浦)  
正ちゃん3歳のお誕生日おめでとう♥元気いっぱい大きくなーれ☺️



かきうち りく  
垣内 理伯くん  
3歳 14日  
(別当)  
3歳おめでとう!おしゃべりやダンスで笑わせてくれる理伯!ずーっと大好きだよ♥



やくし じさくと  
薬師寺朔斗くん  
3歳 18日  
(泉町)  
元気でやんちゃなさっくんが大好き!いつも笑顔をありがとう!



やました ののか  
山下暖乃佳ちゃん  
3歳 24日  
(吉田町沖村)  
いつも元気でお歌上手なの♥これからも皆を笑顔にさせてね☺️



かみや ゆな  
神谷 由愛ちゃん  
3歳 28日  
(三間町務田)  
元気いっぱいゆな☺️お医者さんになれるように頑張ろうね♥

大竹文庫、いよいよ。

昨年4月にオープンした宇和島市学習交流センター「パファイオ うわじま」は、開館からもう間もなく1年半が経過しようとしています。これまでの間、市民の皆さんに愛される施設にしていきたいと、さまざまな企画を試行錯誤しながら実施しているところですが、そもそも建設当時においても、この施設の目玉となるべき象徴的な何かができないかと頭を悩ませ日々であったことを記憶しています。

そのような中、1階ホールのどん帳の制作について、「大竹伸朗」さんの全面的な協力をいただけたとの吉報が入りました。大竹さんは、30数年前に本市に制作拠点を移され、現在でも現代美術の第一人者として、国内外において広く活躍されています。このような背景がありながらも、ご自身の作品が本市の公共施設で常設展示されることは初めてのことであり、多くのファンの注目を集めました。こうしたご縁を大切にしていきたいという思いから、この度、再度



お力添えを得て、同建物3階の一部に「大竹文庫」をオープンする運びとなりました。

この中には、大竹さんの作品づくりのきっかけに結びついたと言われる本や雑誌などが並び、分類や選書、そして展示までのすべてを自ら現場で手がけていただきました。また、文庫内にはご自身が生産した看板が各所に展示され、これらは単なる看板ではなくアート作品として大いに楽しんでいただけるものと確信しています。

まだまだコロナ禍が続いていますが、感染防止策を徹底していますので、ぜひともお立ち寄りください。



## 愛媛の青いかんきつ「媛プチ柑」



かんきつの未成熟果実「媛プチ柑」が新たな食材として注目されています。

これはかんきつの品種ではなく、まだ青く小さな果実のうち、食材としてのバランスのとれた伊予柑、ほんかん、河内晩柑の3品種に「媛プチ柑」の愛称を付け、県が新たな食材として打ち出したものです。

2018年夏にフランス料理のシェフとパティシエの2人が県みかん研究所を訪れ、数十種類のかんきつの味と香りを1つひとつ確認し選びました。

香りと爽やかな酸味とプチプチとした食感が特徴で、首都圏や県内のシェフにも高い評価を得ています。柑橘王国・愛媛の新素材として期待されています。

### 特徴

- ▶媛プチ伊予柑：ゆで野菜など甘味があるもの、油脂分がある魚、牡蠣のようなクリーミーなものと相性が良い
- ▶媛プチほんかん：フレッシュ感のある素材や油脂分が少ない食材と相性が良い
- ▶媛プチ河内晩柑：赤みや血の味に近いものや油脂分の多いもの、火が入っているものと相性が良い



詳しくは、県ホームページをご覧ください。



## 南楽園観月祭「いもたき」

新秋を迎え朝夕涼しくなるこの季節に中央芝生広場にて、月を見ながら風味豊かな「いもたき料理」(予約制)が味わえます。日本庭園の秋の風情を楽しんでください。また、期間中は竹灯籠で園内をライトアップします。

【と き】 9月11日(金)～27日(日) 午後6時～9時  
 【ところ】 日本庭園 南楽園  
 【入園料】 大人310円、小・中学・高校生・65歳以上150円(団体・障がい者割引もあります)  
 【問合先】 日本庭園南楽園 ☎32-3344



### 主な催し物(予定)

▶ 津軽三味線  
 【と き】 9月20日(日) 午後7時～  
 【演 者】 風桜  
 ▶ ジャズ演奏会  
 【と き】 9月26日(土) 午後7時～  
 【演 者】 KフレンズJAZZ BAND  
 ▶ お月見どろぼう(ゲーム)  
 【と き】 9月19日(土)～21日(月)  
 【対 象】 いもたきを利用した小学生以下の子ども



## 鯛弁当コンテスト

参加者が趣向を凝らし、宇和島の鯛を使った弁当を販売します。買って食べた人に投票してもらい、美味しさを競います。参加店や投票方法など、詳しくは、「鯛弁当コンテスト」ホームページをご覧ください。

【期 間】 9月8日(火)～22日(火)  
 【問合先】 宇和島市観光物産協会 ☎22-3934



## 第15回宇和島市総合文化祭「俳句大会」

今年度は新型コロナウイルス感染症対策のため、参加者を集めての講評は行わず、役員会で審査します。

【審査日】 10月17日(土) (予定)  
 【問合先】 文化・スポーツ課文化振興係 ☎内線2732

## 駅伝競走大会・陸上競技大会 参加募集

■ 第62回四国西南地域陸上競技大会  
 【と き】 10月4日(日) 午前9時～  
 【ところ】 丸山公園陸上競技場  
 【対 象】 南予地区または高知県幡多地区に住み、各県陸上競技協会に登録している人  
 ※小学生は市内小学生のみ参加可能。県陸上競技協会の登録は必要ありません。  
 【申 込】 9月16日(水)まで



■ 第39回宇和島市駅伝競走大会  
 【と き】 10月25日(日) 午前9時30分～  
 【ところ】 和霊公園～須賀川沿い住吉折り返し  
 【部 門】 中学・高校・一般の部(各部門男女別)  
 【対 象】 市内に住むか通勤、通学している人  
 【申 込】 10月13日(火)まで



<共 通>  
 【申込・問合先】 〒798-8601 宇和島市曙町1番地 文化・スポーツ課スポーツ振興係 ☎49-7033

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止・延期となる場合があります。

# CoCo壺番屋 大谷 晶一 さん

## 地域に必要とされる存在に

「カレーハウスCoCo壺番屋 宇和島国道56号店」の大谷さんは、フランチャイズでありながらも地域活性化につながる取り組みを展開しています。

同社では、地産地消の一環としてオーナーがご当地メニューを開発提案できます。地域に必要とされる存在になりたいと話す大谷さん。それを利用して、地元企業とアイデアを出し合いながら「じゃこ勝つカレー」や「鯛勝つカレー」を考案。毎年春限定で市内の店舗で販売しています。

平成30年7月豪雨の際には、炊き出しに参加。被災者だけではなく、ボランティアに協力してく

れた人への感謝を込めてカレーを届けました。

また、できたてのカレーを店舗以外でも味わってほしいとの思いから移動販売車を導入。今年の夏休みには、児童クラブに参加している子どもたちにカレーを届けました。

高知県からの移住者でもある大谷さん。「仕事を機に、温かな人柄に惹かれて宇和島が好きになった。引き続きご当地メニューの開発や地域活性化につながる活動を展開していきたい」と話してくれました。



※現在は終了しています。

有料広告

■行政相談

- ▶7日(月) 午前9時～午後3時 市役所 地下打合せ室
- ▶9日(水) 午前9時～正午 岩松公民館
- ▶11日(金) 午前9時～正午 三間公民館

■宅地建物相談

- ▶10日(木) 午後1時～3時 市役所 202会議室

■市民法律相談 <要予約>

- ▶18日(金) 午後1時～4時（1人15分程度。12人）  
市役所 A棟会議室 増田弁護士
- 【受付】11日(金) 午前9時から電話、窓口で受け付けます（原則市民が対象。相談時間の指定不可）。  
※電話相談となる可能性があります。
- ▶10月の相談日：10月9日(金)(予約開始：10月2日(金))

【問合先】総務課行政係☎内線2412

■多重債務整理相談・消費生活相談

- ▶平日 午前9時～午後4時
- 認定司法書士による多重債務整理相談
- ▶16日(水) 午後1時～4時 市役所 2階消費生活センター（古谷司法書士）
- ※1人30分程度。6人まで。要予約。

【問合先】市消費生活センター（市民生活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

- ▶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

- ▶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

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
※イベント・各種相談については、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止・延期となる場合があります。	【開催中】 ○伊達博物館：コレクション展①、企画展①（～10月4日） ○畦地梅太郎記念美術館：エッセイスト梅太郎（～11月16日）	1 ○農業委員会9月定例総会	2 ●市議会9月定例会（～25日）P18	3	4  市役所で4のつく日は古紙回収	5
6	7	8 ●カフェまんまる「栄養士さんの講話」P16	9	10	11 ●南楽園：南楽園観月祭「いもたき」（～27日）P27  ☎乳幼児・妊産婦 愛の献血 10:00-12:00、13:00-16:00 きさいや広場	12 ●マイナンバーカード休日交付P17
13	14  ☎乳幼児・妊産婦 ☎本吉一般・成人 市役所で4のつく日は古紙回収	15 ●総合体育館年間予約会P17	16	17  愛の献血 10:00-12:00、13:00-16:00 岩松公民館	18 ○秋の全国交通安全運動パレード出発式	19  毎月19日は食育の日
20	21 ●秋の全国交通安全運動（～30日）P14  敬老の日	22  秋分の日	23 ○Jアラート試験放送 ○シルバー人材センター入会説明会  ☎乳幼児・妊産婦 ☎一般・成人	24  市役所で4のつく日は古紙回収	25  ☎本乳幼児・妊産婦	26 ○コスモスホール三間：美沼名画座
27 ●マイナンバーカード休日交付P17	28  ☎津島一般・成人	29	30 ●交通事故死亡ゼロを目指す日P14			

