

F M が い や で は、U C A T が こ れ ま で に 収 録 ・ 放 送 し た 音 楽 イ ベ ン ト を 毎 週 日 曜 日 に 『 が い や ス ペ シ ャ ル 』 と し て 放 送 し て い ま す。放 送 開 始 時 間 は 午 前 9 時 ~、午 後 1 時 ~、6 時 ~。お 楽 し み く だ さ い ♪

【問 合 先】 F M が い や

☎ 49 - 1 7 6 9

r-m@gaiya769.jp



7 月 6 日 (土) に 開 催 さ れ た 吉 田 町 夏 祭 に、本 場 徳 島 か ら 阿 波 踊 り 振 興 協 会 所 属 「 さ ー 連 」 の 皆 さ ん が や っ て 来 ま し た。

鳴 り 物 (楽 器) が 奏 で る 祭 り 囃 と 威 勢 の 良 い 掛 け 声 に 合 わ せ、上 品 な 女 踊 り と 勇 ま し い 男 踊 り が 吉 田 の 商 店 街 を 踊 り 歩 き ま し た。

うわ じま 8

August
2013

広 報



市長・市議会議員選挙／パールデザイン募集など	2 ~ 5
まちのわだい／図書館だより／たうん情報	6 ~ 17
医師会／健康／環境	18 ~ 23
地域づくりのススメ／はっぴいばあすでい	24 ~ 25
俳句／休日当番医／つしま・みま夏祭り ほか	26 ~ 28

投票所

自分の投票所をよく確かめてから投票してください。

地区	投票区	投票所名	投票時間
宇和島	1	南予文化会館産業振興センター	午前7時～ 午後8時
	2	鶴島小学校屋内運動場	
	3	宇和津小学校屋内運動場	
	4	宇和島市役所	
	5	済美保育園	
	6	城北中学校屋内運動場	
	7	環太平洋大学短期大学部学生食堂	
	8	総合福祉センター	
	9	大浦自治会館	
	10	城東中学校屋内運動場	
	11	高光公民館	午前7時～ 午後6時
	12	九島公民館	
	13	石心公民館	
	14	旧小池小学校屋内運動場	
	15	天満集会所	
	16	三浦公民館西三浦分館	午前7時～ 午後8時
	17	番城小学校屋内運動場	
	18	祝森公民館	
	19	遊子小学校屋内運動場	午前7時～ 午後6時
	20	津の浦集会所	
	21	宇和島市役所宇和海支所	
	22	結出小学校	午前6時30分～ 午後4時
	23	蔭淵小学校	
	24	大島集会所	
	25	矢ヶ浜集会所	
	26	戸島小学校	
	27	嘉島集会所	
	28	宇和島市役所日振島出張所	
	29	喜路集会所	
	30	J A えひめ南能登出張所	
吉田	31	宇和島市役所吉田支所	午前7時～ 午後6時
	32	吉田小学校体育館	
	33	知永集会所	
	34	中浦集会所	
	35	南君西集会所	
	36	大良集会所	
	37	立目集会所	
	38	喜佐方公民館	

地区	投票区	投票所名	投票時間
吉田	39	河内中集会所	午前7時～ 午後6時
	40	立間公民館	
	41	中組集会所	
	42	中之谷集会所	
	43	深浦集会所	
	44	玉津公民館	
	45	白浦コミュニティセンター	
46	御殿内集会所	午前7時～ 午後6時	
47	御舟手集会所		
48	農村生活文化ふれあい交流館		
49	小沢川集会所		
50	戸雁集会所		
51	是能集会所		
52	三間基幹集落センター		
53	大内集会所	午前7時～ 午後6時	
54	中野中集会所		
55	告森消防詰所		
56	岩松公民館		午前7時～ 午後6時
57	津島やすらぎの里		
58	近家集会所		
59	清満公民館		
60	増穂集会所		
61	山財集会所		
62	御楨地区自然休養村管理センター		
63	畑地コミュニティセンター		
64	上模集会所		
65	下灘公民館		
66	須下集会所	午前7時～ 午後6時	
67	成集会所		
68	平井集会所		
69	浦知集会所		
70	峯鳴集会所		
71	脇集会所		
72	竹ヶ島集会所		
73	北灘公民館		
74	尻貝集会所		
75	福浦集会所		
76	南部小学校		

※ 午前7時～午後4時

●当日投票時間・投票所変更について

今回の選挙では投票時間、投票場所の変更はありません。

下記の投票所は、前回の参議院議員選挙から投票時間・投票場所を変更している投票所です。該当する投票区の有権者の皆さんは、気をつけて投票してください。

【投票時間】

○第56投票区投票所 岩松公民館 午前7時～午後6時

【投票所】

- 第11投票区投票所 高光公民館（屋内運動場の耐震工事完了まで）
- 第31投票区投票所 宇和島市役所吉田支所（吉田公民館建て替え完了まで）
- 第37投票区投票所 立目集会所
- 第47投票区投票所 御舟手集会所
- 第57投票区投票所 津島やすらぎの里

最も身近で大事な選挙です！

大切な1票に
あなたの市政
へのおもいを
話しましょう！

宇和島市長選挙 宇和島市議会議員選挙

告示日 **8月25日(日)** 投票日 **9月1日(日) (予定)**

※告示日当日の届出状況により、選挙の実施状況が異なります。

投票所入場券

投票日には、市内76投票所で投票ができます。投票所入場券はハガキで各家庭に郵送します。

ハガキ1枚に同一世帯内の2人分の入場券が印刷されています。投票日には、氏名・投票所・投票時間などを確認して、本人の入場券を切り離して持参してください。

選挙人名簿に登録されている人は、ハガキが手元に無い場合でも、投票所係員へ申し出れば投票できます。また、紛失した場合は投票時に投票所で再交付を受けることができます。

※入場券の配達日は、8月26日(月)～27日(火)(予定)です。

不在者投票

○滞在地での不在者投票 (手続方法)

仕事や旅行などで滞在している市区町村の選挙管理委員会で、不在者投票ができます。

①宇和島市選挙管理委員会に、投票用紙などを請求してください。

②投票用紙、投票用封筒(外封筒・内封筒)、不在者投票証明書が交付されます。

③交付された書類を持って、最寄りの市区町村選挙管理委員会で不在者投票をしてください。

※不在者投票証明書の入った封筒は、開封しないでください(開封すると投票できません)。

○指定施設での不在者投票

不在者投票指定施設(病院や老人ホームなど)や、法令で定められた施設(刑事施設など)に入院・入所中であれば、その施設で不在者投票ができます。

○郵便などでの不在者投票

身体に一定の重度の障害のある人や要介護5の人は、自宅などで郵便などによる不在者投票ができます。詳しくは、お問い合わせください。

期日前投票

投票日当日に投票所に行くことができないは、期日前投票ができます。仕事の予定がある人、レジャーや買い物などで投票区内にいない人なども期日前投票ができます。

※市内8カ所で期日前投票ができます。投票できる人や投票期間などが違いますのでご確認ください。

【持参するもの】投票所入場券(ハガキが届いている人)

※期日前投票は、投票所入場券が無くても投票できます。詳しくは、お問い合わせください。

期日前投票所

投票所名	投票できる人	投票期間
宇和島市役所801会議室	市内全域	8月26日(月)～ 8月31日(土) 午前8時30分～ 午後8時
吉田支所		
三間公民館		
岩松公民館		
宇和海支所	遊子・下波地区	8月26日(月)～ 8月30日(金) 午前8時30分～ 午後5時
蔦淵出張所	蔦淵地区	
戸島出張所	戸島地区	
日振島出張所	日振島地区	

点字投票・代理投票

目の不自由な人は点字投票ができます。

からだの不自由な人など自分で投票用紙に候補者の氏名を書くことができない人は、投票所で申し出てください。本人に代わって係員が代理で書く代理投票ができます。

投票の秘密は守られます。

作品募集

1次審査締切

9月30日(月) 必着

宇和島パールデザインコンテスト
ホームページQRコード



UWAJIMA 第7回宇和島 PEARL DESIGN パールデザインコンテスト CONTEST 最優秀賞：副賞30万円 各部門賞：副賞5万円 入賞：相当数

宇和島真珠と「真珠のまち」宇和島を広く国内外へPRするとともに、宇和島真珠オリジナルブランドの確立を図るため、真珠の新たな可能性を秘めたデザイン画を募集します。

1. ジュエリー部門 A・B

- A. パールと貴金属・貴石の組み合わせ
- B. パールと異素材との組み合わせ自由

2. オンザテーブル・自由部門

例. 机の上に置いて楽しめるアイテム・シャンデリア・家具・タイル・バッグなど

国内外で未発表の実作可能なデザイン画を募集します(製品化されているものは除く)。

※各部門とも、和珠1つ以上の使用を想定した作品に限ります。

【応募締切】 9月30日(月) (必着)

【応募方法】 専用応募用紙に必要事項を記入し、各部門にて真珠を活用したデザイン画(A4サイズ)を提出してください。提出作品は返却しません。※詳しくは、応募要項をご覧ください。お問い合わせください。

※応募用紙・要項は、商工観光課・各支所・市民サービスセンターなどで配布しています。

(市ホームページからもダウンロードできます)

【審査】 1次審査(10月中旬実施)を通過した作品は、最終審査に向けて実作品(実費応募者負担)を制作していただきます。

※最終審査は、平成26年2月にきさいや広場にて実施予定です。

【提出・問合せ先】

〒798-8601 愛媛県宇和島市曙町1番地
宇和島市役所商工観光課内

「宇和島パールデザインコンテスト」事務局

☎49-7023 FAX25-4907

✉brand@city.uwajima.lg.jp

http://www.city.uwajima.ehime.jp/kisaiya/umikoi

えがお 愛顔つなぐえひめ国体

君は風 いしづちを駆け 瀬戸に舞え

平成29年に開催される「愛顔つなぐえひめ国体」のイメージソングを募集します。



【募集期間】 平成25年9月30日(月)まで

【募集内容】 「愛顔つなぐえひめ国体」のイメージソングの歌詞および曲

※歌詞のみ、または曲のみの応募はできません。

【応募資格】 アマチュアの人

※グループでの応募も可能です。

※「アマチュア」とは、JASRACなどの著作権管理業者に著作権管理を委託していない人です。

イメージソング募集!

【賞金】 採用品1点 30万円

(中学生以下の人には賞金相当額の図書カード)

※応募者の中から10名に抽選で記念品を贈呈

【提出・問合せ先】

〒790-8570 愛媛県松山市1番町4丁目4番地2
県国体総務企画課内

第72回国民体育大会愛媛県準備委員会事務局

「イメージソング募集」係

☎089-912-2733

✉song@ehimekokutai2017.jp

http://www.ehimekokutai2017.jp/

「愛顔つなぐえひめ国体」ホームページQRコード



だてごじゅうしちき 「伊達五十七騎」

戦国武者パレード

参加者募集!



伊達政宗の長男で宇和島藩初代藩主の伊達秀宗が、宇和島藩に入部を命ぜられた際に信頼のおける57人の家臣を連れてきたときの様子を戦国武者パレードで再現します。あなたも甲冑を身にまとい戦国武者にふんして市内を練り歩きますか。

【とき】 9月22日(日)

【ところ】 きさいや広場～牛鬼すとりと～宇和島城(予定)

【募集締切】 8月30日(金) (必着)

※定員満了になり次第締め切ります。

【応募資格】 高校生以上の健康な人

【応募方法】 ①氏名(ふりがな) ②性別 ③年齢④住所 ⑤電話番号を記入し、ハガキ・FAX・Eメールで応募してください。

※詳細は、参加者に直接お知らせします。

【応募・問合せ先】

〒798-8601 宇和島市曙町1番地
宇和島市役所内 商工観光課観光係

☎24-1111 内線2738 FAX25-4907

✉shoko@city.uwajima.lg.jp

南国の花 ハイビスカス展

真夏に映える鮮やかなハイビスカスがみなとオアシスキさいや広場を南国ムードを盛り上げています。ぜひ、訪れてみてください。

9月1日(日)まで

【ところ】 みなとオアシスキさいや広場

【問合せ先】 商工観光課観光係

☎24-1111 内線2751

宇和島市推奨品募集

市は、平成17年度に「宇和島市推奨品認定制度」を設立しました。宇和島の産品を市民の皆さんに知ってもらい、需要を拡大し品質の向上をさせていくことで、産業振興の推進を図ることを目的としています。

市推奨品に認定されると、商品を販売するときに市推奨品シールで明示することができます。現在、認定されている推奨品についても申請が必要です。

【対象商品の条件】

- 市内で生産、製造または加工した宇和島市の特産品であること
- 原則として一般日常生活に関係の深い製品で、市販されていること
- 他の特許品または登録品の模倣品でないこと
- 計量法などの関係法令に違反しないものであることなど

【認定期間】 3年



市推奨品シール

【申請方法】 市推奨品認定申請書に必要事項を記入して、提出書類を商工観光課に提出してください。

【提出書類】

- ・市推奨品認定申請書
(市ホームページからダウンロードできます)
- ・申請書に記載されている添付書類 など

【提出期限】 8月30日(金)まで

【審査会(予定)】 9月24日(火)・25日(水)

※予備日 9月26日(木)

【審査方法】 審査会当日にプレゼンテーションを行う予定です。また、商品もあわせて提出してください。

【提出・問合せ先】 商工観光課商工係

☎24-1111 内線2776 FAX25-4907

✉shoko@city.uwajima.lg.jp

宇和島 ⇄ 仙台 食のコラボレーション 「伊達なフレンチディナー」開催！

6月27日



6月27日(木)、ホテルクレメント宇和島を会場に「伊達なフレンチディナー」が開催されました。

このイベントは、「姉妹都市における食の交流による産業振興事業」の一環として、宇和島市と姉妹都市である仙台市の仙台国際ホテル総料理長 中村 善二氏を宇和島に招き、氏の監修による宇和島の食材を使ったフレンチのフルコースを限定50人に提供するという企画。5月14日より募集を開始したところ、30分で定員満了という盛況ぶりでした。

フルコースのメニューは、「宇和島産カンパチのミキューイ、ラヴィゴットソース、新鮮野菜とホワイトバルサミコの泡のせ」「冷たいナスのクリームとコンソメジュレの二重奏」「イサ

キのポワレ仙台味噌味、ズッキーニ

の Pasta 仕立て添え、夏のソース」「河内晩柑お口直しグラニテ」「愛姫牛ロース肉のグリエ、ブラッドオレンジの香りバター風味、宇和島野菜の紙包み焼き」「桃の氷河見立て」「コーヒーと宇和島小菓子」「パン」の8品。

ふんだんに使用された宇和島と仙台の食材がフレンチ料理として美しく融合され、参加者は終始笑みを浮かべながら舌鼓を打ちました。



中村総料理長は、「宇和島と仙台を結ぶ役割が使命だと思っています。伊達家のご縁を大切にしていきますので、どうぞよろしく。」と述べ、宇和島との絆をより一層深めました。

宇和島市が各団体と 連携・協力協定を締結しました

7月1・4日

7月1日(月)、市とコープえひめ（生活協同組合コープえひめ）は、災害時に住民の生活を早期に安定させるため、市の要請を受けた同生協



が食料品や生活必需品を運搬、供給することを定めた「災害時等における物資供給協力に関する協定」を締結しました。

また、7月4日(木)には、市と(株)伊予銀行、(株)愛媛銀行、宇和島信用金庫、えひめ南農業協同組合が、市内の中小企業や観光の振興など、環境に配慮した地域経済の持続的な発展を目的とした11の項目に関して、連携・協力する協定を締結しました。



二名っ子の田植え たわわに実れ！ぼくらのみま米！

6月18日



6月18日(火)、空梅雨の空のもと、二名小学校3年生から6年生までの児童44人が、学校近くの学校

田で田植えを実施しました。

もみ撒きから児童が育てたもち米の苗24枚分を、20人以上の地元ボランティアに助けをもらいながら、横一列に並び、一生懸命に苗を植えていきました。

10月上旬には稲刈りを行い、1月下旬には餅つき大会やお餅バイキングを開催し、自分たちが育てたもち米を堪能する予定です。

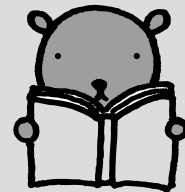


図書館 だより

と ころ		開館時間
中央図書館 (堀端町1-25)	☎22-1065	火~土 9:00 ~ 18:00 日 9:00 ~ 17:00 (休み) 5、12、19、26
簡野道明記念 (吉田町立間尻甲 吉田町図書館 1802-3)	☎52-3169	火~土 10:00 ~ 18:00 日 9:00 ~ 17:00 (休み) 5、12、19、26、30
三間公民館図書室 (三間町宮野下835)	☎58-3311	月~金 8:30 ~ 17:00
岩松公民館図書室 (津島町岩松甲471)	☎32-2721	月~金、日 8:30 ~ 17:00

「読書マラソン」を行います 15冊読んで、完走めざそう！

【期 間】 8月1日(木)~31日(土) 【対 象】 0歳児~中学3年生
【申込・問合せ先】 中央図書館・吉田町図書館・岩松公民館図書室



中央図書館

新着図書紹介

サラダ教本	坂田 阿希子
愛に乱暴	吉田 修一
あっぱれ町奉行	矢的 竜
カップデザート	西山 朗子
血管つよもみ健康法	明田 昌三
悪童殿下	工藤 美代子
シニアのための大笑い!マジック 36	グループこんべいと
家族写真	荻原 浩
ことばはいらない	ジョンソン祥子
イクバルと仲間たち	スーザン・ククリン
きいのいえで	種村 有希子
すやすやぶー	山本 祐司
もりのとこやさん	いわけ ななみ
ままみてて	宮西 達也
	ほ か

吉田町図書館

新着図書紹介

「人生案内」孫は来てよし、帰ってよし すべてがわかる!「発酵食品」事典	大日向 雅美
桜庭一樹短編集	小泉 武夫・金内 誠
糖質オフパーフェクトブック	桜庭 一樹
謹訳源氏物語 10	牧田 善二
山本覚馬と幕末会津を生きた男たち	紫 式部
こころ	『歴史読本』編集部
カント先生の散歩	谷川 俊太郎
ソウルメイト	池内 紀
おばけのクリリン	馳 星周
やさしい大おとこ	さとう あや
ヤダヤダかめん	ルイス・スロボキン
チビまじよチャミーとラ・ラ・ラ・ダンス	あきやま ただし
おおきなおひめさま	琴月 綾
ポポくのかきごおり	三浦 太郎
	accototo
	ほ か

今月の特設展示	中央図書館	吉田町図書館
テーマ	暑さを 乗り切ろう!	おばけまつり

おはなし会のお知らせ

【と き】 8月10日(土)・24日(土) 午後2時~
【と ころ】 吉田町図書館 2階和室

8月のこ・あ・ら

毎週土曜日(中央図書館2階児童室)

絵本や紙芝居などとおして、親子で楽しい時間を過ごしませんか。

【と き】 毎週土曜日 午後2時~

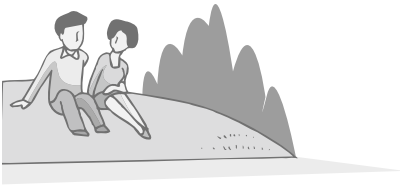
※大雨・洪水・暴風警報のいずれかが発令された場合は、お休みします。



たうん 情報

市役所への問合せ先

本 庁 ☎24-11111
 吉田支所 ☎52-11111
 三間支所 ☎58-33111
 津島支所 ☎32-27211
 宇和海支所 ☎62-03111



ぼしゅう

自衛官

一般曹候補生・自衛官候補生
【受験資格】 18〜26歳の人
【試験（1次）】 9月16日(月)祝
【試験会場】 市役所
 ※両方の試験を受験するこ
 とができます。

※自衛官候補生(女子)試
 験のみ別日程となります。
【筆記試験】 9月22日(日)
【試験会場】 陸上自衛隊松
 山駐屯地(松山市南梅本町)

航空学生(パイロット)
【受験資格】 高校卒業(見
 込み含む)〜21歳未満の人
【試験（1次）】 9月21日(土)
【試験会場】 陸上自衛隊松
 山駐屯地(松山市南梅本町)

【受付期間】 8月1日(木)〜
 9月6日(金)
 ※詳しくは、お問い合わせ
 ください。

【問合せ先】 自衛隊宇和島地
 域事務所 (JR宇和島駅西
 側キヨスクビル1階)

☎23-15431

水荷浦バレイシヨ

オーナー

遊子水荷浦にある1区画
 約70平方メートルの段畑に
 種芋10キロを植え付けます。
 植え付け後、地元で管理
 して収穫物はオーナーへ。

【年間費用】 2万5,000円
【募集期間】 9月10日(火)まで
【定員】 25人(先着順)
【申込・問合せ先】 NPO法
 人段畑を守るう会事務局
 代表 ☎090-111751
 2135・農林課 ☎内線
 2814

ふるさとCM大賞作品

わがまちの歴史や文化な
 どの魅力を紹介する30秒CM
 をつくり、発表し合う「ふる
 さとCM大賞えひめ」(愛媛
 朝日テレビ主催)が開催され
 ます。ぜひ応募ください。

【申込期限】 9月26日(木)まで
 ※制作する際の注意点があ
 ります。詳しくは、お問
 い合わせください。

【申込・問合せ先】 総務課秘
 書広報係 ☎内線2471



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

阿波さんの 夢四国

月曜日 午前7時〜 (再) 正午〜



FMびざん(徳島県のコミュニ
 ティFM放送局)制作番組。
 四国霊場公認先達がお遍路をす
 るための基礎知識や、四国の観光
 情報などをお伝えします。
 ※各番組への感想やリクエストも
 受け付けています。

市ケーブルテレビ(多チャンネル)加入キャンペーン

市ケーブルテレビでは、多チャンネルコースに
 加入の場合、加入費用がお得になるキャンペーン
 を実施します。

【加入時負担金】(多チャンネル利用のみ)

種別	正規料金	キャンペーン料金
光ケーブルテレビ (新規加入の場合)	36,750円	0円 ※STB保証金 10,000円は必要
光ケーブルテレビ (市インターネット既加入者)	15,750円	

【利用料金】

種別	月額(税込)
ケーブルテレビ 多チャンネル	3,150円

※詳しくは、お問い合わせください。

【申込期間】 9月30日(月)まで

【申込・問合せ先】 宇和島ケーブルテレビ(株)(市地域
 情報ネットワーク施設指定管理者) ☎24-3939
 企画情報課情報統計係 ☎内線2506

※申込用紙の設置、申込受付は吉田・三間・津島の
 各支所総務係でも行なっています。

歌会始のお題 詠進歌の詠進要領

【平成26年歌会始のお題】
「静」

【詠進要領】

○詠進歌は1人1首、自作で未発表のもの

○用紙は半紙(習字用の半紙)、毛筆で自書

○代筆・点字も可能(病気の人や障がいのある人のみ)

○書式は半紙を横長に使い、右半分にお題と短歌、左半分に郵便番号・住所・電話番号・氏名(ふりがな)・生年月日・職業を縦書きで書いてください(書式図参照)

書式図
(横長)

お題「静」	(山折り)
〒住所	電話番号
氏名(ふりがな)	生年月日
職業	

【提出方法】封筒に「詠進歌」と記入して、9月30日

(月)(消印有効)までに〒100

18111 宮内庁へ送付してください。

【問合先・方法】質問がある場合は、9月20日(金)までに、郵便番号・住所・氏名を記入し返信用切手を貼った封筒を同封して宮内庁式部職へ送付してください。

宮内庁ホームページ
<http://www.kunaicho.go.jp/>

第14回未来に残そう青い海 図画コンクール

【テーマ】

未来に残そう青い海

【対象】小・中学生

【募集期間】9月12日(木)(必着)まで

【応募規定】

○四つ切り画用紙サイズ

○標語などの文字は入れなごうください

○裏面に氏名(ふりがな)・年齢・住所・電話番号・学校名・学年を書いた規定の名札を付けてください

○学校単位での応募となります

※詳しくは、お問い合わせください。

【応募・問合先】宇和島海上保安部警備救難課 ☎22-1256

県食品表示 ウォッチャー

県では、県内の食品販売店舗における食品表示の適正化を推進するため、食品表示ウォッチャーを募集します。

【活動内容】食品の品質表示状況のモニター、報告および不適切な食品表示の通報など

※詳しくは、お問い合わせください。

【応募方法】申込書に必要事項を記入のうえ、申し込んでください。なお、申込書は県農産園芸課ホームページからダウンロードすることが出来ます。

※10月初旬頃、選考により決定された人へのみ結果連絡します。

【申込期限】8月30日(金)(消印有効)まで

【申込・問合先】南予地方局産業振興課農産物安全係 ☎22-15211 内線356

FAX 22-1881

地域安全ニュース

ぼうはんねっと

○子どもの水の事故防止

夏は、水遊びや水泳など、水に親しむ機会が増え、水の事故も増える時期です。防犯協会では、地域の皆さんに協力していただき、水の事故防止のために、河川などに危険を知らせる赤い旗を設置しています。

○青少年の健全育成

青少年の非行の始まりには、嘘をつく、言葉使いが悪くなる、夜間外出など何らかのサインがあります。日頃から子どもとの会話を大切に、変化を見逃さないようにしましょう。

子どもの健やかな成長は、家族や地域全体の願いです。家庭だけでなく地域も一体となって守り育てましょう。

【問合先】宇和島地区防犯協会 (宇和島警察署内)

☎ & FAX 22-8350 <http://www.16.ocn.ne.jp/~uwajima/>



この旗のある所では遊ばない

○平成25年度 四国防犯協会連絡協議会防犯功労者表彰

5月30日、奥南公民館長兼市公民館連絡協議会長 木下 正男さんが、防犯相談所長総代および公民館長として、多年にわたり少年非行防止と地域安全活動を積極的に推進し、犯罪のない明るい町づくりに貢献した功労により、表彰されました。



長年のご活躍とご功績に敬意を表します。

ぼしゅう

えひめ結婚支援センター ボランティア推進員

出会いイベントで参加者のお手伝いや、そこで誕生したカップルのフォローなどを行ない、幸せな結婚へ向けサポートするボランティア推進員を募集します。
○説明会(事前申込が必要)
【ユキ】8月25日(日)
午前10時～正午

【ところ】大洲喜多法人会
【申込・問合せ】えひめ結婚支援センター ☎089-1933-5596

もよおし

ダブルダッチ 指導者研修会・体験実習

ダブルダッチとは2本の縄を使って跳ぶ縄跳びで、2017年えひめ国体のデモンストラティオンスポーツとして開催されること

内定していません。

【ユキ】8月8日(木)
(指導者講習会)

午前9時～正午
(体験実習)

午後1時～4時
【ところ】総合体育館(大競技場)

【受講料】無料

※詳しくは、お問い合わせください。

【問合せ】愛媛県ダブルダッチ協会南予地区担当(谷本) ☎090-18692191
82

IPU公開講座 ほか

●公開講座

【ユキ】9月7日(土)

午後1時30分～3時

【ところ】環太平洋大学短期大学部 (旧愛媛女子短期大学)

【題目】「やったね」は魔法の言葉～親も子も笑顔になる言葉かけとは～

【講師】環太平洋大学短期大学部 黒澤寿美さん

【定員】50人程度

【受講料】無料

●韓国語講座

【ユキ】8～10月に全8回開講 いずれも水曜日の午前10時30分～正午

※詳しい日程などは、お問い合わせください。

【ところ】環太平洋大学短期大学部 (旧愛媛女子短期大学)

【講師】環太平洋大学短期大学部 劉眞福さん

【定員】5～20人程度

【受講料】8,000円(全8回)

【申込・問合せ】環太平洋大学短期大学部 ☎22-13126・2210156 FAX 2817081
☒ nic@aitan.ac.jp

市民パソコン講座

『デジタルカメラや携帯の写真をパソコンに取り込もう』

【ユキ】

第1回 8月20日(火)

第2回 8月27日(火)

第3回 8月30日(金)
午前10時～11時30分
午後2時～3時30分

道路ふれあい月間

(8月1日～31日)

「ゆずり合い せまい道路も 広くなる」

生活の基本を支えてくれる道路。8月は「道路ふれあい月間」です。この機会にあらためて、道路の重要性をみんなで考えてみましょう。
L型側溝に物を置くと、雨水の排水に支障をきたすだけでなく、通行の妨げになりますので、物を置かないでください。

歩道の点字ブロックに自転車などを駐輪すると、通行の妨げになるだけでなく、視覚障がいのある人にとってはとても危険ですので、物を置かないでください。

また、庭木の緑も伸びすぎて道路にはみ出すと、通行の妨げとなり、交通事故の原因にもなりかねません。庭木・生垣を管理している人は、早い時期にせん定をお願いします。



通行の支障となる迷惑駐輪

路上放置自転車などを一斉撤去(月間中)

「道路ふれあい月間」運動の一環として、道路に放置されている自転車などを各道路管理者が一斉に撤去します。
月間中(8月1日～31日)に実施する予定ですので、自転車などを路上に放置している人は、それまでに自宅へ移動・保管してください。

詳しくは、お問い合わせください。
【道路に関する問合せ先】
(一般国道56号)
国土交通省宇和島国道出張所 ☎22-13419
(一般国道320号)
378号、県道)
南予地方局建設部管理課 ☎22-5211
(市道)
市建設課 ☎内線2671

各種相談

予約不要（市民法律相談を除く）

行政相談

- 5日(月) 午前9時～午後3時
市役所1階ロビー
- 2日(金) 午後1時～4時
吉田支所
- 8日(木) 午前9時～正午
三間公民館
電話相談 ☎58-3311内線2380
- 21日(水) 午前9時～正午
岩松公民館

人権相談

- 23日(金) 午後1時～午後4時
市役所701会議室
- 2日(金) 午後1時～午後4時
吉田支所
- 8日(木) 午後1時～午後4時
三間公民館

宅地建物相談

- 12日(月) 午後1時～3時
市役所1階ロビー

市民法律相談

- (1人15分程度。それぞれ12人まで)
- 16日(金) 午後1時～4時
(予約開始日) 6日(火) 午前9時～
▷市役所602会議室
(河内・本多弁護士)
総務課行政係 ☎24-1111内線2470
☎24-1121

予約は、予約開始日から電話・ファクスで受け付けます(平日の午前9時～午後5時)。
※必ず連絡先をお伝えください。

9月の相談日	9月20日(金)
予約開始日	9月10日(火)

多重債務整理相談・消費生活相談

- 毎日(平日のみ) 午前9時～午後4時
市消費生活センター
(企画情報課コミュニティ推進係内)
☎24-1111内線2276

家庭児童・婦人相談

- 1人で悩まずに一緒に考えてみませんか
(児童) 性格や生活習慣、家族関係、学校生活、非行問題 など
(婦人) 夫婦問題、DV、そのほか家庭内の問題 など
- 毎日(平日のみ)
午前8時30分～午後5時15分
福祉課(市役所1階)
☎24-1111内線2155・2142

第3回市民公開講座
健康への集い

【とき】 8月11日(日)
【ところ】 きさいや広場
※入場無料。予約不要。

【ところ】 生涯学習センター
【講師】 和田周子さん
【定員】 10人(パソコンを持参できる人は、定員外でも受け付けます)
【受講料】 無料(資料代200円は受講者負担)
【受付】 8月1日(木) 午前9時～
【申込・問合先】 生涯学習センター ☎25-17514

【内容】 ●招待講演(市民キャリアー) ・脳卒中にならないために…
【とき】 午前10時10分～
【講師】 善家喜一郎先生
・「関節リウマチってなあに？」
【とき】 午前11時5分～
【講師】 渡部昌平先生
※講演入場者にドリンクサービスがあります。
●ステージイベント
・フラダンス
・吹奏楽演奏
【とき】 午後0時30分～
【問合先】 宇和島社会保険病院検査部(菊野) ☎26-4106

おしらせ

地域づくり団体活動補助金(2次募集)

NPO登録をした団体が主体となつて行なう地域づくりのための事業に対して、補助を行います。

【申請期限】 8月30日(金)まで
※NPO登録制度、補助金制度、対象事業などは市ホームページをご覧ください。だくか、お問い合わせください。

【申込・問合先】 企画情報課
コミュニティ推進係 ☎内線2236

青年就農給付金事業

提出期限 8月16日(金)まで

青年の就農意欲を喚起し、農業への定着を図るため、経営が不安定な就農直後の所得を確保する給付金を支給します。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

【給付金】 年額150万円(最長5年間)

※共同経営者の場合は、夫婦225万円。法人新設の場合は、人数分。

【要件】 次のすべてを満たすこと
▷独立・自営就農時の年齢が、原則45歳未満であること
▷独立・自営就農であること
▷経営を継承する場合は、継承する農業経営に従事してから5年以内に継承して農業経営を開始すること
▷経営開始計画が農業経営を開始して5年後には農産物販売や加工品販売などで生計が成り立つ実現可能な計画であること
▷人・農地プランに位置付けされていること(見込み含む)
▷原則、生活費の確保を目的とした国の他の事業による給付を受けていないこと
▷平成21年4月以降に農業経営を開始したこと

【提出方法】 経営開始計画などは、本人が農林課へ持参してください。

【問合先】 農林課 ☎内線 2831・2816

お知らせ

就学援助制度

市教育委員会は、義務教育期間中の児童生徒が楽しく勉強ができるように、家庭の事情に応じて、就学費用の一部を援助しています。

【援助対象】

- ▽市民税非課税世帯
- ▽児童扶養手当を受けている人
- ▽給食費などの支払いに困っている人

※所得審査があります。所得額によって援助を受けられない場合があります。

- 【援助項目】 学用品費・給食費・新入学学用品費・修学旅行費 など
- ※学年などによって援助対象が異なります。

年度途中で家庭の状況などが変わった場合には申請ができます。詳しくは、お問い合わせください。

【申込・問合せ】 市内各小中学校または市教育委員会
教育総務課 ☎内線2708

児童扶養手当制度 現況届の提出を忘れずに

児童扶養手当を受給している人（全部支給停止の場合も含む）は、現況届を提出してください。

8月中の提出がないと、手当の受給ができません。また、現況届が未提出で2年を経過した場合、時効により資格がなくなります。該当する人は、必ず現況届を提出してください。

【受付期間】 8月6日(火)～13日(火) 午前9時～午後4時

※土・日を除きます。

【提出場所】 市役所地下会議室または各支所

【提出書類】 受給状況により異なります。8月上旬に各受給者へ通知する必要書類をご確認ください。

○新規申請について

新規に児童扶養手当を受給する場合は、申請（認定請求）が必要です。要件、手続きなど、詳しくはお問い合わせください。

【問合せ】 福祉課児童福祉係 ☎内線2141または各支所福祉環境係

危険物取扱者 試験・準備講習会

●試験

【とき】 10月27日(日)

午前10時～

【ところ】 吉田高校ほか

【受付期間】 9月2日(月)～12日(木) (必着)

【試験の種類】 甲・乙・丙種の全種類（吉田高校会場は乙種第4類と丙種）

【受験料】 甲種 5,000円、乙種 3,400円、丙種 2,700円

※受験願書は消防本部・各分署に置いてあります。

●準備講習会

受験のための準備講習会。

【とき】 9月20日(金)・21日(土) 午前9時～午後4時

【ところ】 消防本部4階大会議室

【受講料】 会員 6,300円、一般 8,800円

【テキスト代】 法令・実務・問題集 各1,400円(問題集は乙種第4種のみ)

【問合せ】 宇和島地区危険物安全協会事務局（消防本部予防課内） ☎221

7501

広告入り公用封筒 提供者募集

市が所有する資源を活用し、新たな財源の確保や地域経済の活性化を図るため、市が使用する広告を掲載した封筒を提供していただける事業者を募集します。封筒は、市内外への文書送付などに使用します。

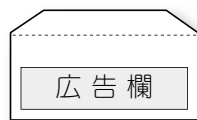
【広告の規格】 広告欄（裏面）に1～8枠（任意）の広告を掲載すること



角形2号封筒
縦250mm
×横210mm



長形3号封筒
縦170mm
×横110mm



角形8号封筒
縦70mm×横175mm

特殊規格封筒
「縦119mm×横186mm」
縦65mm×横175mm

【申込・問合せ】 財政課管財係 ☎内線2440

【応募資格】 市競争入札（見積）参加資格者

【封筒仕様】 再生紙（色は要相談）・約85g/m²（窓付は約70g/m²）

【募集締切】 8月15日(木)

【納入期限】 平成26年2月28日(金)

【募集封筒】 作成可能な規格・枚数を申し込んでください。1種類のみのお申込みもできます。平成26年度使用見込

▷角形2号封筒（12,000枚）▷長形3号封筒（27,000枚）▷長形3号窓付封筒（22,000枚）▷角形8号窓付封筒（51,000枚）▷特殊規格窓付封筒（20,000枚）

【提出するもの】 申込書、提供封筒（見本）

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

下水道排水設備工事 責任技術者更新講習会

平成26年3月31日をもって各市町での登録期間が満了する下水道排水設備工事責任技術者を対象として、更新講習会を開催します。

受講申込書を提出し、東・中・南予会場のうちいずれか1カ所にご参加ください。

●南予会場

【と き】 11月7日(木)
午後2時～3時

【ところ】 宇和文化会館(西予市宇和町卯之町)

【申込方法】 8月19日(月)～9月13日(金)に、現在登録している市町へ提出してください。

※東・中予の会場、申込方法、受講料など、詳しくはお問い合わせください。

【問合せ先】 都市整備課下水道業務係 ☎内線2638

終戦当時の引揚者 通貨・証券の返還

税関では、終戦当時の引揚者からお預かりした通貨・証券などを返還しています。

心当たりのある人はお問い合わせください。

※家族からの問い合わせも受け付けています。

【返還物】 終戦当時、海外から引き揚げてきた人が総領事館、税関、海運局などに預けた通貨・証券 など

【問合せ先】 松山税関支署宇和島出張所 ☎221

1254または松山税関支署管理課 ☎089-95110301

毎月勤労統計調査 特別調査

県は、厚生労働省の委託を受け、常用雇用労働者を1人から4人雇用している事業所(7月31日現在)を対象に、毎月勤労統計調査特別調査を実施します。

この調査は、事業所における賃金、労働時間、労働者数の動向を都道府県別に明らかにする大切な調査です。

調査対象となる事業所には、8月から9月に統計調査員が訪問して調査票を作成します。

調査へのご理解とご回答をお願いします。

※調査票に記入された事柄は、統計法により厳しく秘密が守られます。

【問合せ先】 県統計課生活統計係 ☎089-91212267

特別児童扶養手当 特別障害者等手当

所得状況届・現況届の提出はお済みですか?

8月分以降手当を受給するには手続きが必要です。送付した通知書を確認し、早めに手続きにお越しくください。

【提出期限】 9月6日(金)まで

新規申請について

○特別児童扶養手当

精神や身体に障がいのある児童を養育している家庭に対し、児童の生活や福祉の向上を目的として支給する手当です。

○特別障害者・障害児福祉手当
在宅で、特に重度の障が

いが重複してあるなど、日常生活に常時介護を必要とする人に支給する手当です。

※詳しくは、お問合せください。

【提出・問合せ先】 市役所1階23番 福祉課障害福祉係 ☎内線2149または各支所福祉環境係

難病患者交流会

同じ患者さん同士で日常生活で困っていることや悩んでいることなどを話し合ってみませんか。

家族の人も参加して交流の輪が広がっています。

【と き】 毎週金曜日
午後1時30分～4時

【ところ】 愛媛県心と体の健康センター(松山市本町)

【対象】 難病で困っている人

※事前申込が必要です。

【申込・問合せ先】 愛媛県難病相談・支援センター(愛媛県心と体の健康センター) ☎089-91718784

B型肝炎訴訟説明会

集団予防接種時の注射器の回し打ちによるB型肝炎ウイルス感染被害に関し、国から和解金などの救済を受けるための説明会です。

【と き】 8月4日(日)
午前10時～

【ところ】 市総合福祉センター1-3階女性研修室

※申込・参加費用は不要です。

【問合せ先】 全国B型肝炎訴訟広島弁護団 ☎082122316589

人権擁護委員 委嘱

7月1日付で、法務大臣から次の人が人権擁護委員に委嘱されました。

くらしの中での悩みことや心配ごとがある人は、お近くの法務局にご相談ください。

▽橋本 健二(新任)
【問合せ先】 松山地方法務局 宇和島支局 ☎2210770

お知らせ

「特別警報」の発表が始まります

気象庁はこれまでの警報警戒以上に重大な災害が予想される場合、危険性が非常に高まっていることを知らせ特別な警戒を呼びかけるために、8月から新たに特別警報を発表します。

特別警報が出たときは、お住まいの地域は数十年に一度しかないような非常に危険な状況にあります。屋外の状況や、避難指示・勧告などに留意し、ただちに命を守るための行動をとってください。

特別警報の詳細は、気象庁ホームページでご確認ください。

【問合せ先】気象庁松山地方気象台防災業務課 ☎089-193313610

第11回宇和島名作劇場

【ユニ】生涯学習センター

【入場料】500円(2日間有効・全席自由)

【前売券販売所】生涯学習課・生涯学習センター・各公民館

【とき・内容】

●8月17日(土)

▽午後4時～5時44分

「時をかける少女」

(1983年) 角川春樹事務所

監督 大林宣彦・出演 原田知世 尾美としのり 高柳良一 ほか

▽午後6時～7時22分

「伊豆の踊子」

(1974年) 東宝

監督 西河克己・出演 山口百恵 三浦友和 ほか

●8月18日(日)

▽午後4時～5時34分

「ぼくらの七日間戦争」

(1988年) 角川書店

監督 菅原比呂志・出演 宮沢りえ 五十嵐美穂 ほか

▽午後5時50分～7時21分

「野菊の墓」

(1981年) 東映

監督 澤井信一郎・出演 松田聖子 村井国男 ほか

【問合せ先】生涯学習センター

☎25-17514

宇和島市 職員募集

【問合せ先】総務課人事係 ☎24-1111 内線2431

(平成26年度 市職員)

区分	試験職種	人員	勤務内容	年齢など
上級	土木技師	1人	本庁・出先機関に勤務し、技術的業務に従事	昭和58年4月2日以降生まれで、大学(土木工学系の学部)を卒業または平成26年3月卒業見込みの人

【採用年月日(予定)】平成26年4月1日

【受験資格】▷採用後市内に住む人 ▷地方公務員法第16条各号のいずれにも該当しない人 ▷日本国籍をもつ人

【試験日(1次)・会場】10月20日(日)市役所8階801会議室

【受付期間】8月1日(木)～9月20日(金)(必着)

【受験手続】志願表を受付期間内(執務時間中)に総務課人事係へ提出してください。

【嘱託職員】週39時間程度(学校用務員のみ週28時間程度)。社会保険に加入。ボーナスの支給がありません。

職種	人数	業務内容	報酬額(月額)	採用年月日	所属所
行政連絡船船長	1人	宇和海支所に勤務し、連絡船の運航および診療所の管理業務などに従事	180,000円	9月1日	保険健康課 ☎内線2122
学校給食配送車運転手	1人	三間調理場に勤務し、給食の配送および施設管理業務などに従事	152,200円		三間調理場 ☎58-2093
学校用務員	1人	番城小学校での用務員業務	113,200円		教育総務課 ☎内線2722

【雇用期間】平成25年12月31日まで。ただし、勤務成績などを考慮して1年単位での雇用期間の更新ができますが、在職可能期間は、60歳に達する年度の3月31日までです。

【応募資格】

採用後市内に住む健康な人で、次の条件にあてはまる人

○行政連絡船船長 = 一級小型船舶操縦士免許および普通自動車免許を持つ人

○学校給食配送車運転手 = 普通自動車免許(A T限定は不可)を持つ人

○学校用務員 = 普通自動車免許を持つ人

【試験】面接試験(日時は応募者に別途連絡)

【応募要領】市販の履歴書に写真を貼り、希望する職種(1職種のみ)を記入し、行政連絡船船長を希望する人は資格証の写しを添えて、総務課人事係に提出してください。

【受付期間】8月1日(木)～13日(火)の執務時間中(必着)

(臨時職員) 週 39 時間程度。社会保険に加入。ボーナスの支給があります。

職 種	人数	業務内容	賃金(月額)	採用年月日	所属所
保 育 士	若干名	市内保育園(所)での保育業務(早出・遅出あり)	6,950円	9月1日以降	福祉課 ☎内線 2 1 3 9
保 育 園 調 理 員	1人	吉田愛児園での調理業務	6,350円	9月1日	

【応募資格】 採用後市内に住む健康な人で、普通自動車免許を持ち、次の条件にあてはまる人

○保育士 = 保育士登録をしている人

○保育園調理員 = パソコンの基本操作ができる人、調理師免許などの資格所有者を優先します

【試 験】 面接試験(日時は応募者に別途連絡)

【応募要領】 市販の履歴書に写真を貼り、希望する職種(1職種のみ)を記入し、資格証の写しを添えて、総務課人事係に提出してください。

【受付期間】

○保育士 = 随時受け付けます

○保育園調理員 = 8月1日(木)~13日(火)の執務時間中(必着)

市病院局 職員募集

(嘱託職員) 週39時間程度勤務。社会保険に加入。ボーナスの支給はありません。

職 種	人数	業務内容など	報酬額(月額)	採用年月日	申込・問合せ先
事 務 補 助 員 A	1人	吉田病院事務局での事務補助業務	143,300円	9月1日	吉田病院事務局 ☎52-0611 内線234
事 務 補 助 員 B	1人	津島病院事務局での事務補助業務	143,300円		津島病院事務局 ☎32-2011 内線283

【雇用期間】 平成25年12月31日まで。ただし、勤務成績などを考慮して1年単位での雇用期間の更新ができますが、在職可能期間は、60歳に達する年度の3月31日までです。

【応募資格】 採用後市内に住む健康な人で、次の条件にあてはまる人

○事務補助員A・B = パソコンの基本操作(ワード・エクセル)ができ、普通自動車運転免許を持つ人

【試 験】 面接試験(日時は応募者に別途連絡)

【応募要領】 市販の履歴書に写真を貼り、各申込先に提出してください。

【受付期間】 8月1日(木)~9日(金)の執務時間中(必着)

(臨時職員) 週 39 時間程度勤務。社会保険に加入。ボーナスの支給があります。

職 種	人数	業務内容など	賃金(月額)	採用年月日	申込・問合せ先
介 護 員	1人	介護老人保健施設オレンジ荘での介護業務	6,550~6,950円	9月1日	オレンジ荘事務局 ☎52-3151
看 護 補 助 員	5人程度	市立宇和島病院での看護補助業務。早出(午前7時30分~)・遅出(午前10時30分~)あり	6,550円		宇和島病院 総務管理課 ☎25-1111 内線21095
看 護 師 A	10人程度	市立宇和島病院での看護業務	9,000円	随時	津島病院事務局 ☎32-2011 内線283
看 護 師 B	若干名	津島病院での看護業務	8,000~9,000円		

【応募資格】 次の条件にあてはまる健康な人

○介護員 = 介護福祉士またはヘルパー2級以上のいずれかの資格と普通自動車運転免許を持ち、採用後市内に住む人

○看護補助員 = 採用後市内および宇和島市に隣接する市町に住む人(資格などは必要ありません)

○看護師A = 看護師免許を持つ人

○看護師B = 看護師または准看護師免許を持つ人

【試 験】 面接試験(日時は応募者に別途連絡)

【応募要領】 市販の履歴書に写真を貼り、希望する職種(1職種のみ)を記入し、免許の必要な職種は免許証の写しを添えて、各申込先に提出してください。

【受付期間】 8月1日(木)~9日(金)(看護師A・Bは随時)
※看護師A・Bはパート可。応相談。



平成25年度の国民健康保険料 保険証・認定証の更新

平成25年度 国民健康保険料

【問合せ】 保険健康課保険業務係 ☎内線 2120・2134
または各支所市民保険係

国民健康保険制度は、加入者の皆さんがお金（保険料）を出し合い、加入者の仲間が医療機関などにかかったときに、その医療費（窓口で支払う自己負担分以外）を、保険者である市国保が支払う「助け合いによる医療保険制度」です。

市国保の加入者数は、年々減少していますが、保険給付費（おもに医療費）全体としては横ばい状態にあります。この原因は、高齢化の進展や医療技術の高度化などにより、1人あたりの保険給付費が増加している影響が大きいと考えられます。

今年度の保険料率は、前年度と同じ保険料率に据え置くことにしましたが、安定した保険運営を行うためにも、日ごろから健康維持に心掛け、医療費抑制にご協力をお願いします。

※所得などの状況により、保険料が高くなる場合があります。

区分	按分方法	賦課の算定方法	医療分保険料	後期高齢者支援分 保 険 料	介護分保険料
応能割	所得割	世帯被保険者の基礎控除後 総所得金額 × 所得割率	8.30%	2.20%	1.67%
	資産割	世帯被保険者の固定資産税額 (土地・家屋のみ) × 資産割率	29.50%	7.00%	6.30%
応益割	均等割	世帯被保険者数 × 均等割額	25,200円	5,760円	6,120円
	平等割	世帯数 × 世帯別平等割額	29,200円	7,680円	5,400円
最高限度額			51万円	14万円	12万円
賦課の対象者			国保被保険者全員に賦課		40～65歳未満の 国保被保険者に賦課

※保険料の7割・5割・2割軽減の対象になった場合は、均等割と平等割がそれぞれ10分の3・10分の5・10分の8になります。

保険証の更新

7月下旬に8月1日から1年間使用する保険証を世帯主宛に郵送しました。同じ世帯の国保被保険者全員の保険証を同封しています。保険証の住所、氏名、有効期限などを必ず確認してください。

※保険料に滞納がある場合は、有効期限が短い保険証となっております。

※平成26年7月1日までに65歳になる退職被保険者または70歳になる人、平成26年7月31日までに75歳になる人は有効期限が短い保険証となっておりますが、有効期限までに新しい保険証が郵送されます。

遠隔地被保険証の更新

施設などに入所していて、遠く保険証を使っている人には、保険証を郵送していません。窓口で更新の申請をしてください。

【必要なもの】平成25年4月1日以降の施設入所証明書、印かん、届出をする人の本人確認ができるもの（運転免許証など）

【申請場所】市民課または各支所市民保険係

限度額適用・標準負担額減額認定証の更新

国保に加入している人の限度額適用・標準負担額減額認定証の有効期限は7月31日です。8月以降も認定証が必要な場合は、8月中に更新をしてください（7月中は更新できません）。

※保険料に滞納がある場合は認定証は交付されません。また、70歳以上で住民税課税世帯の人は更新手続きが不要です。

【更新が必要な人】

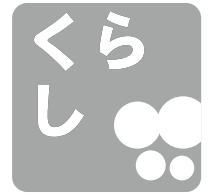
- ・現在、医療機関で入院している人（入院予定の人）
- ・高額な外来診療を受けている人
- ・過去1年以内に91日以上入院した人（住民税非課税世帯の人のみ）

【必要なもの】印かん、保険証、現在お持ちの限度額適用認定証または限度額適用・標準負担額減額認定証

※過去1年以内に91日以上入院した人は、そのことを証明する領収書など（住民税非課税世帯のみ）を持参してください。

【申請場所】保険健康課17番窓口または各支所市民保険係

【問合せ】 保険健康課保険業務係 ☎内線 2180・2106 または各支所市民保険係



木造住宅耐震化補助

【申込・問合せ先】
建築住宅課 ☎内線 2619

木造住宅の耐震診断・耐震改修工事を受ける人に、その費用の一部を補助しています。

【対象者】▽市内に住む住宅所有者（親または子の住宅を含む）▽市税などを完納している人（納期到来分）

【対象住宅】

▽昭和56年5月31日以前に着工した一戸建ての住宅
※住宅以外の用途や建築工法により、対象とならない場合があります。
▽2階建て以下で、延べ面積が500平方メートル以下

○耐震診断を受ける人

【対象】

県木造住宅耐震診断事務所に登録している事務所が県のマニュアルに基づき実施する耐震診断

【補助金額】 補助対象経費

の3分の2以内（上限2万円）
【棟数】 25棟（先着順）

○耐震改修工事をする人

【対象】 耐震診断の結果基準以下となった木造住宅に行う設計・工事・工事監理
【補助金額】 補助対象経費の3分の2以内

【上限額】 設計 20万円、工事 60万円、工事監理 4万円
【棟数】 7棟（先着順）

【申込方法】 建築住宅課で事前相談を受け付けます。

対象住宅が確認しますの
で、希望する人は住宅の建築年度・構造・規模などを調べてお越しください。
※申請書は工事着手前に提出してください。

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

国保高額療養費制度

【申請・問合せ先】 保険健康課保険業務係
☎内線 2134・2180 または各支所市民保険係

1ヵ月（月の1日から末日まで）にかかった医療費の一部負担金が自己負担限度額を超えたとき、申請して認められると、差額分が高額療養費としてあとから支給される制度です。支給対象となった人には、診療月の翌々月下旬に、保険健康課からお知らせのがきが届きます。

【申請に必要なもの】

お知らせのがき、医療費の領収書、世帯主の振込み口座がわかるもの（漁協は除く）、印かん

【以下のことに気をつけてください】

- はがきが届くまで高額療養費の手続きはできません
- 診療内容の再審査などによりお知らせが遅れる場合があります
- 自己負担限度額や計算方法は、年齢、住民税課税状況などにより異なります
- 診療月の翌月1日から2年を経過すると時効のため申請できなくなります

ダニ媒介感染症にご注意ください！

ウイルスを保有するマダニに咬まれることで感染するSFTS（重症熱性血小板減少症候群）が県内でも報告されています。農作業や庭仕事、山歩きやキャンプなどで野外に出かけるときは注意しましょう。

【マダニとは】 マダニは主に森林や草地などに生息する大型のダニ（吸血前で体長が3～4mm）です。食品や衣類など家庭内で生息するダニとは種類が異なります。

【SFTSの主な症状】 ウィルスを保有するマダニに咬まれてから6日～2週間の潜伏期間の後、

発熱や消化器症状（おう吐、下痢、腹痛）など
※その他、日本紅斑熱、つつが虫病などの感染症があります。

【対処方法】

- 肌をできるだけ出さないように心掛ける
- 地面に直接寝転んだり、腰を降ろしたりせず、敷物を敷いたり、椅子などを利用する
- マダニに咬まれたときは、つぶしたり無理に引き抜いたりせず、できるだけ病院で処理してもらう
- 野山などに出かけた後、発熱などの症状が出た場合には、すみやかに医療機関を受診する

【問合せ先】 保険健康課保健企画係 ☎内線 2137

睡眠と排尿トラブル

吉田内科泌尿器科医院（御幸町） 吉田 兼司

■睡眠の役割

すべての哺乳類は生命維持のために睡眠をとりますが、特に私たち人間にとっては生活の質の維持のためにも睡眠は不可欠です。

睡眠中には、体内でさまざまなホルモンが分泌されていて、疲労回復や傷の修復を促すことが明らかになっていますし、目覚めた後のストレス対処にも重要な役割を果たしています。

また、睡眠中は脳の休息時間でもあるため、睡眠が不十分になると注意力や記憶力が低下し、仕事や家事に支障をきたします。

このように睡眠は非常に大切なものですので、それが阻害されるとさまざまな悪影響をおよぼすこととなります。

泌尿器科を受診する患者さんは不眠を訴える人が非常に多いと感じています。睡眠については専

門外ですが、「睡眠障害の対応と治療ガイドライン」によると、不眠を訴える患者さんは20〜60歳では19%程度ですが、60歳以上では30%まで増えるそうです。睡眠も人間の機能のひとつですので、加齢とともに睡眠障害も増えるのではないかと考えています。

■睡眠障害と夜間頻尿

睡眠障害と関わりの深い排尿障害の中には夜間頻尿があります。夜間頻尿は「夜間に排尿のために1回以上起きなければいけないという愁訴である」と定義されていますが、寝た後にトイレに行くために1回以上起きる人は多いのではないかと思えます。

夜間頻尿そのものは、生命に関係ないといえますが、夜間にトイレに行く際に転倒してしまったり、その転倒がもとで骨折してしまったりすることがあります。高



齢者は転倒による骨折が原因で筋肉が委縮して寝たきりになってしまつことは珍しくありません。これはとても重要な要素ですので、患者さんや家族の方に夜間頻尿について理解していただき、できるだけ早い段階で夜間頻尿に対処していくことが大切だと思います。

睡眠障害と夜間頻尿とは関連が深いと述べましたが、睡眠障害によつて夜間頻尿が生じるのか、夜間頻尿があるために夜中に目が覚めてしまつのかは明らかではありません。夜間頻尿につながる泌尿器科の病気として、「過活動膀胱」や「前立腺肥大症」などがあります。

「過活動膀胱」は女性に多い排尿トラブルで、①我慢することが難しい尿意（尿意切迫感）②トイレが近い（頻尿）などの症状が主で、ときに③我慢できずに尿が漏

れる（切迫性尿失禁）といった症状も現れます。

一方、「前立腺肥大症」は男性の排尿トラブルです。その名の通り、前立腺が大きくなり尿道を圧迫することで、①尿の勢いが弱い②尿が出るまでに時間がかかるといった症状が現れ、過活動膀胱と同様に尿意切迫感や頻尿、切迫性尿失禁といった症状につながります。

このような排尿トラブルの症状の1つとして夜間頻尿があり、前に述べたとおり睡眠を妨げる原因となっていると考えられますが、今ではこうした症状は薬で抑えることができます。また、加齢や出産による筋力の低下の場合は、骨盤底筋訓練といった治療法もあります。「年のせいだから仕方がない」「女性なので相談するのが恥ずかしい」と悩まずに、ぜひ一度、医療機関にご相談ください。また、家族に高齢者のいる方もお気軽にご相談ください。

排尿トラブルを改善してぐっすり眠れる毎日を過こしましょう。

【問合先】㊤ 保険健康課 ☎24-1111

成人保健係 内線2182 母子保健係 内線2130 保健企画係 内線2137

㊦ 吉田支所健康推進係 ☎52-1113 (直通) ㊧ 三間支所健康推進係 ☎58-1050 (直通)

㊨ 津島支所健康推進係 ☎49-7062 (直通)

ヘルスアップ実践講座

メタボ解消について、美味しく試食しながら学びましょう。男性も大歓迎!

■ 身近な食材でヘルシー「サッとメニュー」～超簡単にバランスよく食べる～

参加無料

内容：メタボと食事の関係（時間栄養学）、ヘルシー食材、超簡単料理紹介（実演）と試食

とき	ところ	時間	対象	定員	持参品	申込・問合先
9/12(木)	宇和島保健センター(祝森)	13:15～15:15 (受付)13:30まで	40～64歳の人	20人	筆記用具・健康手帳 (お持ちの人)	㊤

歯周疾患検診 <<申込が必要>>

歯科医師による歯周疾患検診を行います。歯を失う大きな原因は、「むし歯」と「歯周病」です。

とき	ところ	時間	対象	定員	申込・問合先
8/5(月)	三間保健福祉センター	8:30～10:30	40歳以上の 人	15人	㊧
9/9(月)	市役所2階大会議室	8:30～10:30			㊤

麻しん風しん混合予防接種

対象者はできるだけ早く接種をすませましょう。

【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(年長児)
(H19.4.2～H20.4.1生まれ)

※個別通知しています

【接種方法】個別接種(市内の医療機関で受けます)

【接種料金】無料

【持参品】母子健康手帳、保険証、予診票

※事前に医療機関に電話予約をしてください。

※予診票を紛失した場合は、保険健康課または各支所へお問い合わせください。

【問合先】㊤保健企画係

子宮頸がん予防ワクチン

6月14日の厚生労働省の勧告により、子宮頸がん予防ワクチンの「積極的勧奨」を差し控えています。

これは、ワクチン接種による副反応について国民に適切な情報提供ができるまでの間、定期接種を積極的に推奨すべきではないとの意見が出されたためです。

ただし、接種を希望する人は今までどおり定期接種として無料で接種できます。有効性および副反応のリスクについて十分理解した上で判断してください。

【問合先】㊤保健企画係



～ 今月のテーマ ～

思春期の気になること一緒に考えましょう

私たちは日々たくさんのストレスに囲まれながら生活しています。

子どもたちの中には、知らず知らずのうちにストレスを溜め込んで、「学校に行きたくない」「お腹や頭が痛い」などの行動や症状が出てくる場合があります。変化に気づいたときに「どう対応したらいいのだろう」と悩んだことはありませんか。市では、①思春期の個別相談 ②思春期の子を持つ親のつどいを実施しています。

①思春期の個別相談

カウンセラーに相談をし、不安や悩みの解決策や子どもへの接し方のアドバイスを受けられます。予約が必要です。

【次回相談日】9月12日(木)

②思春期の子を持つ親のつどい

それぞれの悩みや不安な気持ちを語り合うことで、気持ちを少し軽くしましょう。一歩踏み出すと、何かヒントが見つかるかもしれません。

《9月以降の日程》

【とき】9月27日、10月25日、11月29日、平成26年1月24日、2月28日、3月14日 いずれも金曜日 午後7時30分～9時

【ところ】市役所202会議室

《参加者の声》1人で悩むよりも、周りのお母さんの話の中にヒントがありますよ!

※詳しくは、P20をご覧ください。

【申込・問合先】㊤成人保健係 ☎内線2184

母子保健サービス

新しい家族“赤ちゃん”を迎えるこころの準備はできていますか？
妊娠・出産・育児についての正しい知識を身につけましょう！

参加無料

◇もぐもぐ子育て講座

【内容】 身体計測、講話「離乳食の進め方」、育児・栄養相談 など 【持参品】 母子健康手帳、筆記用具、育児のしおり

とき	時間	受付	ところ	対象	申込・問合せ先
8/12(月)	13:00～15:00	13:20まで	宇和島保健センター(祝森)	H25. 1～2月生まれの子どもとその母親(家族)	㊦ 8/5(月)まで
8/19(月)	13:00～15:00	13:20まで	三間保健センター	H25. 1～3月生まれの子どもとその母親(家族)	㊧ 8/12(月)まで
8/30(金)	13:00～15:00	13:20まで	津島保健センター	H25. 1～3月生まれの子どもとその母親(家族)	㊨ 8/23(金)まで

◇パパママスクールⅠ ～ハッピーマタニティ編～

【内容】 妊娠中の生活とからだの変化、歯の手入れ、栄養・試食、お父さんの妊婦体験、体操・補助動作、心がまえ、ビデオの視聴
【持参品】 母子健康手帳、筆記用具、動きやすい服装

9/8(日)	13:30～15:30	—	宇和島保健センター(祝森)	妊婦とその配偶者 15組	㊦ 8/30(金)まで
--------	-------------	---	---------------	--------------	-------------

けんこう相談

育児や健康についての相談

乳幼児・妊産婦

とき	受付時間	ところ	持参品など	問合せ先
8/9(金)	9:30～11:00	立間公民館	母子健康手帳	㊦
12(月)	9:30～11:00	三間保健福祉センター		㊧
19(月)	10:00～11:00	津島保健センター		㊨
23(金)	10:00～11:30	宇和島保健センター(祝森)		㊦

まちの健康相談室(一般・成人)

8/12(月)	9:30～11:00	吉田支所	健康手帳 (お持ちの人)	㊦
19(月)	9:30～11:00	市役所202会議室		㊦
26(月)	9:30～11:00	三間保健福祉センター		㊧
	10:00～11:00	津島保健センター		㊨

心の健康相談(毎月第2水曜日・予約制・相談無料)

子どもから高齢者までの心の健康に関する個別相談。

【とき】 8月21日(水) 10:00～12:00(保健師)、14:00～16:00(精神科医師)
9月11日(水) 10:00～12:00、13:00～15:00(保健師)

【ところ】 市役所 【申込・問合せ先】 ㊦成人保健係

思春期の子を持つ親のつらい

学童期や思春期・青年期の子ども
のことで、今抱えているさまざま
な悩みや不安を親同士で考えてみ
ませんか。

【とき】 8月23日(金) 19:30～21:00

【ところ】 市役所202会議室

【申込・問合せ先】 ㊦成人保健係

思春期の個別相談

カウンセラーによる個別相談。
予約制・相談無料。

【とき】 9月12日(木)

11:00～12:00、13:00～16:00

【ところ】 宇和島保健センター(祝森)

【対象】 学童期・思春期の子と
その保護者 など

【申込・問合せ先】 ㊦成人保健係

市立宇和島病院 各種教室

○糖尿病教室 <<事前申込は必要ありません>>

糖尿病は日本人に多い疾患で、様々な合併症を
引き起こします。正しい知識をもって自己管理をし
ましょう。

【とき】 8月1・8・22日、9月5・12・19日
いずれも木曜日 午後2時～3時

【内容】 医師・糖尿病療養指導士による講義
臨床検査技師による血糖値測定

正しい知識を身につけて
自己管理をしましょう！



○心臓病教室 <<事前申込は必要ありません>>

心臓病は適切な治療をしなければ、生命を脅
かす病気です。まずは、生活習慣を改めること
からはじめましょう。

【とき】 8月21日、9月18日、10月16日、11月20日
いずれも水曜日 午後2時30分～3時30分

【内容】 内科医師による不整脈や狭心症について
の講義、管理栄養士による食生活の講義

【ところ】 市立宇和島病院北棟多目的栄養相談室

【問合せ先】 市立宇和島病院食養科

☎25-1111内線20010

【問合先】㊤ 保険健康課 ☎24-1111

成人保健係 内線2182 母子保健係 内線2130 保健企画係 内線2137

㊦ 吉田支所健康推進係 ☎52-1113 (直通) ㊧ 三間支所健康推進係 ☎58-1050 (直通)

㊨ 津島支所健康推進係 ☎49-7062 (直通)

集団健診

【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26年3月31日までに40歳以上になる人
 後期高齢者健診：後期高齢者医療の被保険者のうち、生活習慣病の治療・経過観察中でない人
 各種がん検診：40歳以上(子宮がんのみ20歳以上)で検診部位の術後・治療・経過観察中でない人
 肝炎ウイルス健診：平成26年3月31日までに40歳以上になる人のうち、肝炎の治療・経過観察中でない人

特定健診を受診した人には、メタボ改善・予防に役立つ「野菜でげんき簡単レシピ集」を差し上げます。

ところ	とき	健診項目 (×は定員満了)
宇和島保健センター(祝森)	10/2(水)	大 乳
	3(木)	特 肝 前 CR 胃 大 子
白浜集会所	10/8(火)	特 肝 前 CR 胃 大
小池公民館	10/9(水)	特 肝 前 CR 胃 大
三浦公民館	10/10(木)	特 肝 前 CR 胃 大 子 乳
	10/6(日)	CT 大 乳
	25(金)	特 肝 前 CR 胃 大 子
	27(日)	特 肝 前 CR 胃 大 × 乳
	28(月)	特 肝 前 CR 胃 大 子
市役所 (2階大会議室または正面玄関)	31(木)	大 乳
	J A 立間中央支所	10/11(金)
三間保健福祉センター	10/23(水)	特 肝 前 CR 胃 大 子 乳
	24(木)	特 肝 前 CR 胃 大 子 乳
御横自然休養村管理センター	10/2(水)	特 肝 前 CR 胃 大 子 乳
津島保健センター	20(日)	特 肝 前 CR 胃 大 子 乳

※10/3(木)の子宮頸がん検診は、託児を予定しています。希望する人は、申込時にお申し出ください。

※平成25年度の集団健診日程は、広報4月号折り込みの「集団健(検)診日程表」に掲載しています。

※**広報4月号折り込みの申込用ハガキは、有効期限が終了しましたので使用できません。**

※健診の申込は、健診日の40日前に締め切ります。受診を希望する人は、**早めに電話で申し込んでください。**健診日の5日前までに問診票などを送ります(一部、定員満了のため申込受付を締め切った会場があります)。

※職場での健診と同じ項目の受診はご遠慮ください。

特 = 特定健診・後期高齢者健診
 CR = 肺がんデジタル検診CR
 大 = 大腸がん検診

肝 = 肝炎ウイルス検診
 CT = 肺がんデジタル検診CT
 子 = 子宮がん検診

前 = 前立腺がん検診
 胃 = 胃がん検診
 乳 = 乳がんマンモグラフィ

乳幼児健康診査・保健相談

対象の子どもにも個人通知を送ります。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、事前に連絡してください。

	とき	受付時間	ところ	対象児(校区)
3か月児健康診査	8/27(火)	13:10~13:30	立間公民館	H25.4~5月生まれ(吉田)
	28(水)	13:00~13:30	宇和島保健センター(祝森)	H25.4月生まれ(城東・津島)
	29(木)	13:00~13:30	宇和島保健センター(祝森)	H25.4月生まれ(城南・城北・宇和海・三間)
8か月児健康相談	8/9(金)	9:30~11:00	立間公民館	H24.12月生まれ(吉田)
	12(月)	9:30~10:00	三間保健福祉センター	H24.12月生まれ(三間)
	19(月)	9:30~10:00	津島保健センター	H24.12月生まれ(津島)
	21(水)	9:30~11:00	宇和島保健センター(祝森)	H24.12月生まれ(城東・城南・城北・宇和海)
1歳6か月児健康診査	8/8(木)	13:00~13:40	宇和島保健センター(祝森)	H23.12月生まれ(津島) H24.1月生まれ(城東・城南・城北・宇和海・津島)
	27(火)	13:20~13:50	立間公民館	H23.11月~H24.2月生まれ(吉田)
2歳児健康相談	8/22(木)	9:30~10:00	三間保健福祉センター	H23.2~5月生まれ(三間)
3歳児健康診査	8/6(火)	13:00~13:40	市役所	H22.2月生まれ(城南・城北) H22.3月生まれ(宇和海・三間)
	9/3(火)	13:00~13:40	宇和島保健センター(祝森)	H22.2月生まれ(津島) H22.3月生まれ(城東・城南・津島)

古紙・飲料用空き缶・乾電池の回収

※FMがいや(76.9MHz)で、毎日5分間の資源リサイクル情報を放送中です。

※資源回収日が祝日などと重なる自治会では、臨時回収日として別の日に回収しています。間違いがないように注意してください。午後1時から回収します。

【宇和島】古紙・缶・乾電池の回収 午前8時30分まで(雨の場合、古紙の回収は中止)

伊吹町北2区、泉町2、祝森上(柿の木(上・下)・祝の川) ▶古紙・乾電池のみ=天神町(東)・(南)、錦町、下波校区(神崎・柿之浦・東・結出・西・島津)	5日(第1月)
夏目町3、新田町2、別当1・5、保手1~5、坂下津2区、丸之内2 ▶古紙・乾電池のみ=本町追手2(裡町)、鶴島町(西)・(中)、御幸町1・2、丸之内4	6日(第1火)
明倫町4・5、本町追手2(本町)、丸之内3、寿町1・2、朝日町1・3、弁天町1・3	7日(第1水)
大浦1・2区、朝日町4、別当公務員住宅、中央町1(東)、元結掛1 ▶古紙・乾電池のみ=伊吹町西1区、御殿町、京町	1日(第1木)
和霊東町1・3、伊吹町北1(第2) ▶古紙・乾電池のみ=和霊元町3	2日(第1金)
下高串、奥高串、上光満、明倫町2・3、別当県第1団地、青葉台団地、夏目ヶ市(上)団地、長堀1~3、宮下、宮下団地 ▶古紙・乾電池のみ=戒山	12日(第2月)
○21日(水)=野川2~4区、祝森上(草木団地・下)、祝森中(福来・阿瀬部)、保田 ▶古紙・乾電池のみ=祝森団地、鹿田団地	※臨時回収
○28日(水)=愛宕町1~3、宇和津町1~3、賀古町1・2、笹町1・2、妙典寺前1・2区、本川内 ▶古紙・乾電池のみ=別当2・6、新屋敷	※臨時回収
妙典寺前3~5区、神田川原1・3区、恵美須町2、桜町、蔦淵校区(大島を除く)	8日(第2木)
大浦3区、赤松、住吉町3区、須賀通	9日(第2金)
丸之内5、和霊町西2区、並松1、並松、新田町1、山際1、竹園団地、中沢町1、新田町3 ▶古紙・乾電池のみ=和霊中町2、寄松上・下、新田町4	19日(第3月)
丸穂町3・4、新町1(南)、中央町2(丸之内)、大宮町1(西)・2(上)、和霊町2(2区)、本町追手2(北町)、丸穂町1(東)・(西) ▶古紙・乾電池のみ=中央町2(裡町)	20日(第3火)
泉町1(西)・3・4、和霊中町1、県営明倫団地、伊吹町東2~4区 ▶古紙・乾電池のみ=豊浦	21日(第3水)
○29日(木)=柿原1区、遊子校区(明越、矢の浦、小矢の浦、甘崎)	※臨時回収
朝日町2、柿原2区、佐伯町1、本村 ▶古紙・乾電池のみ=柿原3区	16日(第3金)
石応 ▶古紙・乾電池のみ=白浜	17日(第3土)
和霊元町2(1区)、和霊中町3、和霊元町4 ▶古紙・乾電池のみ=堀端町、九島校区(蛤1・2区、百之浦、本九島1・2区) ▶缶のみ=白浜	26日(第4月)
住吉町1・2、築地町1・2、藤江1・2区 ▶古紙・乾電池のみ=蕨、大小浜、坂下津1区	27日(第4火)
夏目町2、夏目ヶ市、榊形町1、遊子校区(番匠、魚泊、水荷浦、津の浦)	28日(第4水)
和霊町西1区、和霊元町1(1区)、伊吹町北1区(第1)、薬師谷団地、別当県第2団地、江の組、日の組、家塚、中組、徳の森 ▶古紙・乾電池のみ=祝森下(鷹の子・石丸・成川)	22日(第4木)
大超寺奥1・2区、佐伯町2、本町追手1、大宮町1(東)・2(新)、御徒町	23日(第4金)
▶古紙・乾電池のみ=三浦地区(天満・安米・大内)	31日(第5土)
戸島、嘉島、日振島	29日(第5木)

【吉田・三間・津島】古紙の回収 午前8時30分まで(雨の場合は中止)

吉田橋上	8日(第2木)	是能、コスモタウン、曾根、成家、則、大藤	5日(第1月)	岩松	13日(第2火)
吉田橋下	15日(第3木)	黒井地、戸雁	6日(第1火)	清満	20日(第3火)
立間	1日(第1木)	宮野下町・村、北増穂	7日(第1水)	御槇・上槇	27日(第4火)
玉津	1日(第1木)	小沢川、川之内、迫目、務田	14日(第2水)	畑地(上槇を除く)	12日(第2月)
奥南	22日(第4木)	元宗、増田、土居中、中野中、波岡、田川、金銅	19日(第3月)	下灘・南部	19日(第3月)
喜佐方	22日(第4木)	土居垣内、古藤田、大内、是延、兼近、三間中間、黒川、音地	20日(第3火)	北灘(南部を除く)	26日(第4月)
				竹ヶ島	2日(第1金)

【校区回収】古紙・乾電池の回収(雨の場合は中止)

回収場所がわからない場合は、生活環境課へお問い合わせください。

城東中学校区	広小路、元結掛2、山際2、新田町1、別当県第1団地、薬師谷、寄松中、寄松下 ▶乾電池のみ=堀端町、御殿町、宮下団地	23日(第4金)	午前10時まで
城南中学校区	榊形町3(1・2区)、丸之内1、中央町1(中)、新町1(東)、恵美須町1、鶴島町(中)、大宮町3(第2) ▶乾電池のみ=丸之内2、本町追手2(北)、和霊元町1(2区)、和霊元町4	2日(第1金) 20日(第3火)	正午まで
城北中学校区	伊吹町東1区、和霊町北通、北宇和島町 ▶乾電池のみ=和霊東町2・3	9日(第2金) 27日(第4火)	正午まで

※古紙は「新聞」「ダンボール」「紙パック(牛乳パックなど)」「雑誌・雑がみ」の4分類です。
ひもで十文字にしぼって出してください。

ほとんどの小中学校・幼稚園で行っていますので、保護者に渡してください。資源のリサイクルにご協力をお願いします。



【問合先】

生活環境課 ☎24-1111

吉田支所福祉環境係 ☎52-1113

津島支所福祉環境係 ☎32-2721 内線5921

(犬・猫の引き取り) 県動物愛護センター ☎089-977-9200

生活環境課吉田分室 ☎52-4389

三間支所福祉環境係 ☎58-3311 内線2180

クリーン
新宇和島2013きれいなまちづくり
に参加しましょう。
※小雨決行・荒天
中止

【とき】 8月4日(日) 午前7時～9時

【ところ】 国道56号(吉田～津島)・県道57号(高光
～三間)・丸山公園付近で参加者が希望す
る場所【参加方法】 参加を希望する人にはエントリー用紙を
配布しますので、お問い合わせください。

【準備物】 清掃用具 ※ごみ袋は準備しています。

【作業内容】 雑草の刈り取り、ごみの回収など

※分別してごみ袋に入れ、指定されている場所に置
いてください。※「クリーン新宇和島2013」は四国の道路を一斉に清
掃する「88クリーンウォーク四国」に参加しています。

【申込・問合先】 生活環境課環境係 ☎内線2234

小型家電回収BOX
設置協力店舗募集登録した店舗など
は、啓発チラシ・
市ホームページな
どに掲載します。市では、平成25年度に「小型電子機器等リサイク
ルシステム構築実証事業」を行い、小型家電の回収
を開始します。実証事業の実施に伴い、小型家電回
収BOXなどを設置して、小型家電の回収に協力で
きる市内の店舗などを募集します。

【募集期間】 8月31日(土)まで

【対象】 平成26年度以降も設置できる店舗など

【協力内容】 実証事業期間中の小型家電回収BOX、
のぼりなどの設置および小型家電の回収

【設置期間】 平成26年3月31日(月)まで

【設置費用】 無料

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。お
問い合わせください。

【問合先】 生活環境課リサイクル推進係 ☎内線2272

トイレの汲み取りの申込はお早めに

宇和島地区広域事務組合が運営しているクリーン
センターは、処理能力に限界があるため、搬入時間
と投入量を調整し、効率的な処理に努めています。希望する日に収集できない場合もありますので、
お早めにお申し込みください。

※お住まいの地区によって収集業者が異なります。

【問合先】 生活環境課廃棄物対策係 ☎内線2229

リサイクル協力事業所の登録

市内で資源物などを回収・リサイクルしている事
業所を募集します。登録無料。8月23日(金)まで。【対象】 市内の店舗などで資源物を回収し、適正
に処理している事業所

【登録内容】 回収する場所、時間、品目など

※詳しくは、お問い合わせください。

【申込・問合先】 生活環境課リサイクル推進係 ☎内線2272

【鶴島公民館・市役所】 古紙回収 ※ひもで十文字にしばって出してください。

鶴島公民館と市役所でも、古紙回収をしています。近くに古紙を出す場所がない人や出し忘れた人はご利用ください。

	鶴島公民館	市役所
回収日時	(毎月第2火曜日) ※8月13日(火)はお盆のため、中止します。	8月5日(月)・26日(月) 午後1時～4時 (毎月4のつく日・土日祝の場合は翌平日) ※14日(水)はお盆のため、中止します。
回収場所	鶴島公民館(鶴島小学校校門近く)	市役所裏(A棟入口)
回収する古紙	○新聞 ○ダンボール ○紙パック(牛乳パックなど) ○雑誌・雑がみ	

【問合先】 生活環境課リサイクル推進係 ☎内線2272

住んどるところでワイワイやるっ! 地域づくりのススム

未来につなげる地域づくり in ウワジマ

奥南推し! ～奥南のコト～

その2

「奥南のコト」とは、宇和島市吉田町奥南の魅力をたくさんの人に知ってもらおうと活動している奥谷さんを中心としたグループです。

高校卒業を機に一度奥南を出られた奥谷さん。地元に戻ってきたとき、今まで見慣れていたはずの田舎の風景がこんなに良いものだったのかと改めて実感したそうです。自分の感じた田舎「奥南」の魅力を少しでも多くの人に伝えたい、都会に出ている地元の人たちに少しでも奥南のことを思い出してほしい、そういう思いで「奥南のコト」としてFacebookで情報発信し、活動を始められたそうです。今回、その活動内容や今後の取り組みなどを聞いてきました。



奥谷さん

Q. どのような活動を行ってきましたか? Q. 今後どのようなことをしていきたいですか? Q. 活動をやっていて良かったと思う瞬間は?

A. 自分自身、小さい頃に何も考えずに食べていたミカンの味と、自分が育てたミカンの味は違うと感じたので、その気持ちを皆さんにも伝えたかったという思いがありました。そこで、「ミカンのお花見」を開催しました。地元のお母さんたちにお手伝いしていただき、奥南の食材をふんだんに使ったおもてなし料理をふるまい、皆さんに楽しんでいただきました。また、ミカンづくりに情熱をかける地元の農家さんたちの話や、ミカンができる過程など、普段聞くことができないミカンの話を聞いて頂きました。今回のイベントでは、松山・宇和島・高知から約30人の参加があり、地元の人と一緒にワイワイ盛り上がることができました。活動を始めると、予想以上に周りの友人やお母さんたちなど地域の人に興味をもって参加してもらえたことも嬉しかったです。

A. まずは自分の周りから盛り上げたいです。いくら他の地域の人に奥南の良さをアピールしても自分たちが盛り上がっていないと後につながらないので、奥南の美味しいミカンジュースや手作り梅酒の試飲会や、奥南の食材を使ったお母さんたちが作る奥南ごはんの会やイタリアンパーティーなどを企画して、自分たちが楽しむことを大切にして活動を行なっていきたいです。そして、何が成果になるかは分からないけど、子どもからおじいちゃん、おばあちゃんまで、みんなで楽しめる空間作りができればいいなと思っています。

A. Facebookに載せた景色に対して都会に出ている人たちが「懐かしい」と感じてくれて大きな反響があるとすごく嬉しいし、良い楽しみを見つけたな～と思います。そしていつか、この「奥南のコト」を見た人たちが、「わざわざ奥南に来る」ようになってもらえたらいいなと思います。あとは奥南のミカン山で働いている農業者のうち20～30歳代の人口は5%程度しかいないということで、将来的に不安を抱えています。だからこそ、この「奥南のコト」によって新しい交流やアイデアが生まれていったらいいなと思っています。



Facebook「奥南のコト」にて、奥南の日常風景やイベントなどの情報を発信しています。
<http://www.facebook.com/Okunanokoto>



きたがわ えいた 北川 瑛汰 くん (寿町) 3日 1歳
 えいたん うまれてきてくれてありがとう♥みんなえいたんのが大好きだよ。元気に大きくなってね!

おの りゅうしん 斧 龍臣 くん (津島町北灘) 8日 1歳
 ★Happy Birthday★龍くん(♫)いっぱい笑っていっぱい泣いて大きくなあれ!

こもだ めい 薦田 芽依 ちゃん (寄松) 9日 1歳
 ★お誕生日おめでとう★元気いっぱい🌸大きくなあれ!♥

いりた みれい 入田 美禮 ちゃん (三間町務田) 9日 1歳
 誕生日おめでとう♥ごはんをいっぱい食べてすくすく元気に育ってね♥大好きだよ♥

おおたき しゅんや 大瀧 竣也 くん (丸穂町) 9日 1歳
 竣くん★1歳おめでとう♪毎日元気でいてくれてありがとね😊

いずみ ゆうと 泉 佑都 くん (山際) 11日 1歳
 ★祝1歳★佑くんの笑顔はピカイチだよ♥たくさん幸せをありがとう♥

おさぎ ゆいか 尾崎 維夏 ちゃん (伊吹町) 11日 1歳
 いつも家族を笑顔にしてくれる維ちゃん♥これから明るく元気に育ってね!

きりた あおと 桐田 葵翔 くん (寄松) 14日 1歳
 元気いっぱいちゃんねあお君♥大好きよ。成長が楽しみだよ!お姉ちゃんと仲良くね。

にのみや いつき 二宮 唯月 ちゃん (三間町迫目) 15日 1歳
 よく食べて、よく笑って、元気いっぱいっちゃん大きくなあれ〜😊★

すえひろ あやな 末廣 彩那 ちゃん (中沢町) 16日 1歳
 お誕生日おめでとう!あやちゃんの笑顔でみんななメロメロだよ♥

のちもと げん 野本 玄 くん (野川) 16日 1歳
 1歳おめでとう!いっぱい食べて遊んで大きくなろうね。

みやがわ りょう 宮河 稜 くん (津島町北灘) 16日 1歳
 稜くん誕生日おめでとう★これからもお姉ちゃんと仲良く元気にすくすく育ってね!🌱

さのひまり 佐野 向日葵 ちゃん (朝日町) 17日 1歳
 ひまりん♥いつもカワイイ笑顔でみんなを癒してくれてありがとう😊

なす あまき 那須 天音 くん (寄松) 22日 1歳
 天音お誕生日おめでとう★星羅と陽菜姉ちゃんと仲良く元気に育ってね★

みやした りな 宮下 莉奈 ちゃん (石成) 28日 1歳
 1歳おめでとう★いたずら大好き!笑顔の可愛いりなちゃん♥だあーいスキ♥

ふじた しょうこ 藤田 照希 ちゃん (朝日町) 29日 1歳
 皆の太陽★照ちゃんお誕生日おめでとう!元気一杯、大きくなあれ!

みやした こはる 宮下 心陽 ちゃん (新田町) 29日 1歳
 1歳おめでとう👑とって元気な心陽ちゃん★あんなにできる日が楽しみ♥

ひょうどう りん 兵頭 李音 ちゃん (祝森) 31日 1歳
 りん誕生日おめでとう★これからも元気にすくすく育ってね♥

えのもと あきひと 榎本 彬人 くん (神田川原) 2日 2歳
 ★祝2歳★お喋り上手でいつも笑わせてくれるね😊これからも可愛いあつくんでいてね♥

かまだ 蒼希 くん (大宮町) 4日 2歳
 2歳のお誕生日おめでとう♡これからも素敵な笑顔を見せてみんなを幸せにしてね(๑)蒼希大好き♡

さかimoto りゅうた 坂本 琉太 くん (保手) 8日 2歳
 プチ切れ半端ないオシ様りゅうた...でもりゅうたが笑うとみんなが笑うよ♥

ふなだ とおへい 船田 十平 くん (佐伯町) 8日 2歳
 じいちゃんばあちゃんスイカおいしかったよ。来年も作ってね!

まさき やまと 正木 大和 くん (保田) 10日 2歳
 お誕生日おめでとう🎉いっぱい食べて元気に育ってね😊

はたおか けいご 畑岡 慶伍 くん (遊子) 13日 2歳
 たくさんお喋りできるようになったね。これからも元気なけいくんできてね♥

うつのみや りく 宇都宮 璃玖 くん (伊吹町) 14日 2歳
 璃玖、2歳おめでとう!わんぱくな璃玖★これからの成長も楽しみにしてるよ♥

そね れい 曾根 滯 ちゃん (恵美須町) 15日 2歳
 ★祝2歳★食べることが大好きな滯ちゃん♥元気いっぱい遊ぼうね♥

うえの るいが 上野 壘楽 くん (遊子) 15日 2歳
 誕生日おめでとう★大好きな電ジャ-みたいに強く元気に育ってね♥

わたもり あきひろ 渡森 瑛大 くん (賀古町) 28日 2歳
 ☆祝2歳☆泣き虫で甘ん坊のあき君。将来は、パパのように強くて優しい人になってね♥

やまぐち まさつぐ 山口 正嗣 くん (吉田町奥浦) 29日 2歳
 まーくん♥お誕生日おめでとう!愛加ちゃんと仲良くいっぱい遊んで大〜きな〜れ!

やまざき れん 山崎 蓮 くん (宮下) 29日 2歳
 お誕生日おめでとう🎉これからも可愛い笑顔いっぱいみせてね★蓮くん大好きだよ♥

うえだ ゆうと 上田 悠斗 くん (大浦) 31日 2歳
 我が家のかわいい四人目の子どもゆうとくん♥ゆったり悠たど育ってね。

ひょうどう あきな 兵頭 愛絆 ちゃん (津島町脇) 31日 2歳
 お姉ちゃんたちをしたがえて悪さ大好き愛絆ちゃん♥お誕生日おめでとう♥

こうの りょうせい 河野 凌聖 くん (吉田町立間) 1日 3歳
 祝、3歳♥キョウリュウジャー大スキ!!やんちゃな凌聖★妹と仲良くね🌸

わたなべ はやと 渡邊 颯斗 くん (佐伯町) 2日 3歳
 🌟祝3歳🌟やんちゃ盛りでいつも元気の颯斗♥お兄ちゃんと仲良くたくましく育ってね!!

らじがわ よう 藤川 耀 くん (戸島) 2日 3歳
 耀くん!3歳おめでとう!じいちゃんとねんねできだすといいね!

やまざき えいと 山崎 瑛土 くん (津島町高田) 12日 3歳
 私達の家族になってくれてありがとう!!瑛ちゃん大〜〜好き♥

みよし ゆうき 三好 優輝 くん (朝日町) 17日 3歳
 抱っこ大好き優くん♪優しくてかわいい優輝が大好きよ♥お誕生日おめでとう!

おか根 みこと 岡根 海琴 ちゃん (本九島) 20日 3歳
 ★お誕生日おめでとう★いつも笑顔の可愛らしい海琴でいてね♥

まつもと こみ 松本ここ実 ちゃん (桜町) 24日 3歳
 お誕生日おめでとう♥弟と一緒に明るく、元気に育ってね★大好き!

ひょうどう ひろと 兵頭 博土 くん (三間町波岡) 29日 3歳
 3歳おめでとう!働く車大好き博士★たっちゃんとも仲良くね!

※携帯版市ホームページからも投稿できます。

【対象】広報発行月号が誕生月の3歳までの①子どもの氏名(ふりがな) ②性別 ③年齢(誕生月での年齢) ④生年月日⑤保護者氏名 ⑥住所 ⑦電話番号 ⑧簡単なコメント(30字程度。文字数が多い場合は一部修正することがあります)を書いた用紙と写真(写真の裏に氏名を)※写真は返却しますので住所は必ず書いてください。

余暇のひととき

文化協会より

川柳

△川柳鹿の子吟社▽

まだ回る独楽こまで自信がある余生
 踏ん切りがついて駆けだす向い風
 乳児にも笑いのツボがあるらしい
 親の夢消して子供は育ちゆく
 台所喜怒哀楽を友とする
 名優が逝って名演称えられ
 待人が来らず一句ひねっとく

大西 静峰
 片山 辰巳
 古本 鈴代
 杉田 温州
 中川 まさ子
 程内 玄雄
 結城 ときえ

短歌

△水沼短歌会▽

大いなる夢の医療は近付けり i P S に命買へる日
 里道の改修大正三年と石碑せふみの文字は未だ朽ちざり
 青梅の香りほのかに漂いて喉をうるおす食前酒となる
 清流の森林鉄道をめぐりゆけば花芽の固くみつまに逢ふ
 ロープウエーに乗ればすぐ着く山頂駅千光寺公園の春の陽のなか
 うす紅のさるすべりの花咲き初めぬ畑の岸に亡姑ははの遺世
 かくし味料理だけでは勿体ない人間にこそほしい一味
 庭池に陽射し満つれば開き初む菖蒲しょうぶ一輪深き紫
 あかときのわが庭にきて山鳩のくぐもりて鳴く声に目覚めぬ

谷 静雄
 生田 八壽子
 井関 恭子
 黒田 登代子
 芝 征世
 竹城 美智代
 土居 シゲ子
 毛利 百合子
 山田 田鶴

俳句

△吉田俳句協会▽

和太鼓に怒りぶつける原爆忌
 里山の揚羽あけに今日も迎へらる
 走馬そうま燈とうまはるも淋し止めばなほ
 葛切くずきりや姑との縁えに呼び起こす
 蛇口より水ほとばしる廣島忌
 どの子にも向日葵ひまわりの咲く瞳かな
 盆場所といふ鬮まわ牛の取組表
 星合ほしあに人恋ふ筆を執りにけり
 こめかみに残る怒りや廣島忌
 盆唄ぼんうたのとどけや沖の遭難碑
 新霊あらたま鎮めて迅はやし施餓鬼せがき船
 母の齡二倍も生きて門火焚く
 一億の声なき声きく終戦日
 金時の腹掛はらが這はふ夏座敷
 空海に似し八坂寺の夏遍路

井上 志津
 村崎 隆都
 児玉 清江
 高崎 洋子
 二宮 美
 青野 ひろ
 加賀城 燕雀
 茅田 春恵
 稲瀬 奈枝
 辻 朝渚
 山下 未海
 土居 紗
 水谷 実
 加賀山 八代
 浜田 京子

△桃李▽

花筵はなむしろ固もより音痴など平気
 花菱はなごぎや母は絵本を読み聞かせ
 外出は真赤なベレー春兆す
 春嵐家計簿つけて独り言
 片付かぬ机に向かひ初日に記
 ひとりに言に猫の返事の冬日向
 就中なつか蚪との大きがよく動き
 あちらには逢ひたき人も天の川
 春嵐雪混ぢり来て母逝きぬ

齊藤 真人
 荒川 元子
 横山 博子
 菊地 滋子
 大野 千枝
 今城 夏枝
 宇都宮 千賀
 竹田 有佐
 谷岡 武城

市民たちは市長です！ (72)

暑中お見舞い申し上げます！



市民と歩く会 (開催報告)

1年振りに再開した市長と歩く会の5・6月開催時の様子です。

○第15回 5月12日(日)開催

【コース】

市役所→大浦埋立地→市役所

【参加人数】 11人



○第16回 6月23日(日)開催

【コース】

吉田支所→国安の郷→吉田支所

【参加人数】 15人



市民と歩く会

8・9月はお休みします。再開のときは、広報でお知らせします。

今年例年よりだいぶ早い梅雨明けですが、暑さも例年以上に厳しくなる予想されています。一方で、1次産業中心の当市では、秋から冬に良い結果を得ようとすれば、暑い夏場にどれだけ多くの汗をかいて働いたかが大きな別れ道となるのも間違いのないと思います。体調の維持に気を付けながら、秋以降の良い結果を楽しみでできるよう、みんなで頑張りたいたいです。

8月の休日当番医

○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。

とき	外科系	内科系	小児科	(旧)北宇和郡
8/4(日)	二宮整形外科 (杵形町) ☎25-8600	田中循環器科内科 (堀端町) ☎22-0504	山下小児科 (堀端町) ☎23-0055	溜尾整形外科医院 (吉田町) ☎52-3133
11(日)	加藤整形外科 (和霊元町) ☎22-7111	和霊町松浦内科 (和霊元町) ☎23-1510	やくしじこどもクリニック (泉町) ☎24-1386	橋本内科クリニック (吉田町) ☎52-0808
18(日)	小川クリニック (丸之内) ☎23-3599	宇都宮内科胃腸科 (栄町港) ☎25-7228	こおり小児科 (中央町) ☎24-5633	永井内科医院 (津島町) ☎32-6688
25(日)	上甲外科クリニック (寄松) ☎25-5811	松澤循環器科内科 (天神町) ☎25-5858	こばやし小児科 (長堀) ☎23-1150	口羽外科胃腸科医院 (津島町) ☎32-5000

えひめ医療情報ネット
<http://www.qq.pref.ehime.jp/>

携帯電話用QRコード



税金・国保料 介護・後期高齢保険料

☎24-1111

納税課 (税金・国保料) 内線2574
高齢者福祉課 (介護保険料) 内線2161
保険健康課 (後期高齢保険料) 内線2181

8月の納期 [納期限: 9月2日(月)]

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)

●納付は市役所 (本庁・各支所・各出張所)・市内の金融機関 (郵便局は除く) で取り扱います。

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。
※8月23日(金)までに申し込むと、9月末に納期の到来する科目から振替が始まります。

9月の納期は 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)
[納期限: 9月30日(月)]

三間町納涼大会

8月13日(火) 午後6時50分～9時00分
三間中学校グラウンド

お盆恒例 三間町をあげての夏祭り!

保育園児から各種団体まで、さまざまな盆踊りを披露します。全員参加の総おどりは三間町音頭。夜空を焦がす色とりどりの花火や出店でお祭り気分を味わってください。

※荒天の場合は14日(水)に延期

【問合せ先】三間町納涼大会実行委員会事務局
(三間公民館) ☎58-3311内線2320

つしま夏祭り

8月17日(土) 午後5時～9時30分
岩松川おまつり河原

川面を彩る 光の幻想・迫力の演技!

歌謡ショー、津島中学校プラスバンド演奏、津島高校チアリーダー演技、舞踊大行進、「雅」の樹根太鼓演奏、フィナーレには趣向を凝らした仕掛け花火が川面を彩り、水と光と音の祭典が繰り広げられます。

前夜祭 16日(金) まち並みギャラリー
岩松行燈回廊&ちょうちん行列
同日開催 17日(土) 午後1時～シーカヤック乗艇体験(無料)
【問合せ先】つしま夏祭り実行委員会事務局 ☎32-2721

第2回 高島華宵 生誕125年記念連続企画 ～エキゾチック華宵～展

明治21年(1888年)高島華宵が、宇和島の裡町(現中央町)に生まれて、今年で生誕125周年を迎えます。それを記念し、特別展を開催しています。大正時代の少年少女が憧れた“華宵の描く異国情緒の独特の世界”をご堪能ください。入場無料。



【開催期間】10月6日(日)まで
【開館時間】午前9時～午後5時
【休館日】毎週月曜(祝日の場合は翌日)、年末年始
【問合せ先】歴史資料館
☎23-2400

夏だ! 浴衣で盆踊り in えびすまち

昭和40年代に踊られていた「宇和島音頭(旧)」などを当時の振り付けで踊ってみませんか。



【とき】8月10日(土) 午後7時
※納涼夜市中に開催。
【ところ】恵美須町商店街
【練習日】7月26日・8月2日・9日
いずれも金曜日の午後6時30分～7時30分
※うちわを持参してください。
【問合せ先】商工観光課商工係
☎24-1111内線2776

有料広告

人口の動き (7月1日現在) かつこ内数字は前月比

人口 83,481人 (-55) 男 38,988人 (-10) 女 44,493人 (-45)
世帯 37,169世帯 (-24) 出生 60人 (±0) 死亡 90人 (-5)

安心安全情報メール利用登録のお願い

緊急のお知らせメールを登録者に配信しています。ぜひご登録ください。



日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
<p>心配ごと相談 宇和島市社会福祉協議会 本 9:00-12:00 (総合福祉センター) 吉 13:00-16:00 (吉田支所) 三 9:00-12:00 (三間公民館) 電話相談 ☎58-3311内線2350 津 9:00-12:00 (岩松公民館) 多重債務整理相談・消費生活相談 (平日の9:00～16:00) 家庭児童・婦人相談 (平日の8:30～17:15)</p> <p>4 ○クリーン新宇和島2013 広報P23 ○B型肝炎訴訟説明会 広報P13</p>	<p>寿納涼祭り 【とき】8月12日(月) 午後6時～9時 【ところ】津島町寿町 みんなの広場 【内容】太鼓演奏・口説き踊り・盆踊り・夜店など 【問合先】寿納涼祭り実行委員会 ☎32-2505 (津島町福祉会館)</p> <p>5</p> <p>本行政相談 ロビー展 押花絵展 (～9日・押花サロンまりか)</p>	<p>6 ○愛媛マンダリンパイレーツ公式戦 18:00- 丸山球場(企画情報課)</p>	<p>7 ○愛媛マンダリンパイレーツ公式戦 18:00- 丸山球場(企画情報課)</p> <p>本心の健康</p>	<p>1 ○農業委員会8月定例総会</p> <p>8 ○ダブルダッチ指導者研修会・体験実習 広報P10</p> <p>三行政相談・人権相談 三心配ごと相談</p>	<p>2 ○第11回姉妹都市児童交流事業 (～4日 学校教育課)</p> <p>9 ○夏休み親子下水道教室 9:00- 浄化センター (都市整備課)</p> <p>吉行政相談・人権相談 吉乳幼児・妊産婦</p>	<p>3 ○晦蔵日記学習塾 10:30- 生涯学習センター(文化課) ○四国中学総体(学校教育課)</p> <p>10 ○夏だ、浴衣で盆踊りin恵美須町 広報P28</p>
<p>11 ○第3回市民公開講座 広報P11 ○月例普通救命講習会(AED含む) 9:00-12:00 (消防本部)</p>	<p>12 ○寿納涼まつり 広報カレンダー面</p> <p>本宅地建物相談 吉一般・成人 三乳幼児・妊産婦 ロビー展 下水道展 (～15日・都市整備課)</p>	<p>13 ○三間町納涼大会 広報P28</p>	<p>14</p> <p>津行政相談 津心配ごと相談 本心の健康</p>	<p>15</p>	<p>16</p> <p>本市民法律相談 ロビー展 小児生活習慣病予防 (～30日・保険健康課)</p>	<p>17 ○晦蔵日記学習塾 10:30- 生涯学習センター(文化課) ○第11回宇和島名作劇場(～18日) 広報P14 ○つしま夏祭り 広報P28 ○酒井信・十河りつ子ピアノデュオリサイタル 南予文化会館(有料) ○全国中学校体育大会(学校教育課)</p>
<p>18</p>	<p>19</p> <p>毎月19日は食育の日 「いただきます！ みんな笑顔 宇和島ごはん」 本一般・成人 津乳幼児・妊産婦</p>	<p>20 ○市民パソコン講座第1回 広報P10</p>	<p>21</p>	<p>22 ○シルバー人材センター入会説明会 10:00(時間厳守) 総合福祉センター</p>	<p>23</p> <p>本人権相談 本乳幼児・妊産婦 本思春期相談</p>	<p>24</p>
<p>25 ○音楽発表会 南予文化会館(無料)</p>	<p>26</p> <p>吉心配ごと相談 三津一般・成人</p>	<p>27 ○市民パソコン講座第2回 広報P10</p>	<p>28 ○がん患者と家族の交流の場「さくらサロン」(医事課)</p>	<p>29</p>	<p>30 ○市民パソコン講座第3回 広報P10</p>	<p>31</p>

有料広告

最終面・カレンダー面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】総務課秘書広報係 ☎24-1111 内線2407

第3回美沼名画座 シュガー・ラッシュ

8月17日(土)

上映 / 午後2時～、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



コスモスホール三間

☎58-3312

宇和島市生活文化若者塾「拓己塾」塾生募集

地域に新しい文化の波を起し宇和島の活性化のために活発に「まちづくり講演会」などの活動をしています。新しい仲間を募集しますので、若い世代の皆さん、一緒に新しい宇和島づくりをしてみませんか。
【資格】40歳までの市内に住んでいる人
【募集期限】8月30日(金)まで
【申込・問合先】生涯学習センター ☎25-7514
<http://takumijuku.hp.infoseek.co.jp>

通所型教室のお知らせ



この教室は、年齢を重ねるごとに低下してきた体の機能に着目し、そこを強化することによって、要介護（要支援）になる状態を防いだり、あきらめていたことに再び取り組めるようにお手伝いすることを目的としています。



そのため、利用できる対象者が決まっています。(国基準)

参加をご希望されます方は、下段【対象となる人】の項目を確認のうえ、ご連絡をお願い致します。
※但し、体調により受講をご遠慮頂く場合があります。ご了承ください。

【対象となる人】…次の1・2に該当する人

- 1 宇和島市に住所がある65歳以上の方で介護保険の認定を受けていない人（要介護認定で非該当となった人も含みます）
- 2 基本チェックリスト表（右ページ）で次の基準に該当する人

表中の ① No.6～10のうち3点以上
② No.11と12両方とも（2点）
③ No.13～15のうち2点以上 } 左記①②③のいずれかに該当し、
なおかつ表中A～C全て0点である人

【教室の概要】

教室の種類	会場	期間や回数など	内容	
イキイキ 「生き生き体操教室」 ボールやゴムチューブを使用するプログラム	宇和島地区	3ヵ月間24回 2時間程度	筋力トレーニング 有酸素運動 ストレッチ体操 体力測定など (必要に応じて 管理栄養士、 歯科衛生士の 個別指導)	ゴムチューブなどを使用します。主に椅子に座ってみんなで行う体操です。 安心してご参加ください。 家庭でも継続可能な内容です。
	吉田地区 三間地区 津島地区	3ヵ月間13回 2時間程度		
トレーニング教室 「元気の杜」 トレーニングマシンを使用するプログラム	宇和島地区	3ヵ月間24回 2時間程度		3台のトレーニングマシンを使用。個々の体力に応じた個別性のある内容です。 「足」「胸」「胸」の動きや姿勢に効果があります。

- ◎定員：各会場10人程度
- ◎料金：自己負担なし
- ◎運動などの専門家が従事
- ◎送迎：乗り合わせでの送迎が可能（ただし所要時間や乗車人数に制限あり）
- ◎手順：この教室には、前もって当センターが作成する計画書が必要です。そのため、事前に生活の様子をお聞きいたします。

トレーニング教室「元気の杜」



体の調子が整い、脳や心にも良い影響が期待できます！
体が軽くなり、疲れにくくなりました。

みんなと一緒に楽しく動いて気持ちがウキウキ、レクリエーションを交えて脳も活性化してきました。

生き生き体操教室（吉田会場）



【参加申込・問合せ先】

宇和島市役所高齢者福祉課内地域包括支援センター
介護予防事業担当 ☎24-1111（内線2166）



基本チェックリスト表

No.	質問項目	回答		区分
		(いずれかに○をお付け下さい)		
1	バスや電車で1人で外出していますか	0.はい	1.いいえ	日常生活
2	日用品の買物をしていますか	0.はい	1.いいえ	
3	預貯金の出し入れをしていますか	0.はい	1.いいえ	
4	友人の家を訪ねていますか	0.はい	1.いいえ	
5	家族や友人の相談にのっていますか	0.はい	1.いいえ	
6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	0.はい	1.いいえ	運動
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	0.はい	1.いいえ	
8	15分位続けて歩いていますか	0.はい	1.いいえ	
9	この1年間に転んだことがありますか	1.はい	0.いいえ	
10	転倒に対する不安は大きいですか	1.はい	0.いいえ	
11	6ヵ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	1.はい	0.いいえ	栄養
12	身長 cm 体重 kg BMI（注）が18.5以上ですか？ 下段参照	0.はい	1.いいえ	
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1.はい	0.いいえ	口腔
14	お茶や汁ものなどでむせることがありますか	1.はい	0.いいえ	
15	口の渇きが気になりますか	1.はい	0.いいえ	
16	週に1回以上は外出していますか	0.はい	1.いいえ	閉じこもり
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1.はい	0.いいえ	
18	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるとされますか	1.はい	0.いいえ	物忘れ
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	0.はい	1.いいえ	
20	今日が何月何日かわからないときがありますか	1.はい	0.いいえ	
21	（ここ2週間）毎日の生活に充実感がない	1.はい	0.いいえ	気分の落ち込み
22	（ここ2週間）これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	1.はい	0.いいえ	
23	（ここ2週間）以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	1.はい	0.いいえ	
24	（ここ2週間）自分が役に立つ人間だと思えない	1.はい	0.いいえ	
25	（ここ2週間）わけもなく疲れたような感じがする	1.はい	0.いいえ	
A	医師から運動の制限を指示されている	1.はい	0.いいえ	
B	「急性的な腰痛や膝痛、散歩時のひどい息切れなどの症状」がある	1.はい	0.いいえ	
C	「心臓病、脳卒中、高血圧、糖尿病、呼吸器疾患、骨粗鬆症」がないまたは、この6ヵ月以内で治療により安定している	0.はい	1.いいえ	

（注）BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)

