



広報

いまばり

2021
5月号
NO.324

親子で楽しむ
サイクリングの旅





澄みわたる青空と、まぶしく輝く海。5月は、瑞々しい緑にあふれ、清々しい季節です。心地よい潮風に誘われて一度は走ってみたいと思っていた「しまなみ海道」に、親子で初めてのサイクリングに出かけました。

平成11年に開通したしまなみ海道はサイクリストの聖地と知られ、現在では国内外から多くのサイクリストが訪れていきます。

自転車に乗れるようになった子どもを感じながら、サイクリングの旅に出発します。

藤原 由美絵さん



今治

1 サンライズ糸山

しまなみ海道サイクリングロードの起終点として知られ、昨年SHIMANAMIモニュメントが完成しました。

しまなみ海道を背景に記念撮影をする方が多く見られました。



- 1 まずは受付。初めてでもスタッフの方が丁寧に教えてくれました。
- 2 子ども用のヘルメットも完備しているので安心しました。
- 3 こぎやすいようにサドルの調整もしてくれます。
- 4 安全に楽しむための使い方やマナー講習を教わりました。



休日はぜひ親子で楽しめる
絶景のしまなみ海道へ

道の駅 「よしみいきいき館」

大島

豪快さが自慢のお食事処と特産品市場。来島海峡大橋を眺望しながら、新鮮な魚介類が味わえる海鮮七輪バーベキューが人気です。また、日曜日には、いきいき館名物じゃこ天の実演販売も実施されています。

2



「来島海峡展望館」
世界初の三連吊り橋である雄大な来島海峡大橋の造形美と、多島海景の自然美が織り成す絶景が一望できます。





多々羅大橋のたもとに建つ多々羅しまなみ公園には、特産品センター、しあわせの鐘、レンタサイクルなど楽しみどころが盛りだくさん。最後はサイクリストの聖地碑※前で記念撮影しました。

※しまなみ海道と台湾・日月潭サイクリングコースによる姉妹自転車道協定の締結と、国際サイクリング大会、サイクリングしまなみの開催を記念し、平成26年10月25日に建立。

大三島
サイクリストの聖地碑
「道の駅」多々羅しまなみ公園

多島美を堪能し 全長約40kmを完走

(所々車で移動しました)



伯方島から見るしまなみ

サイクリングの休憩にゆっくりと腰かけて海を眺めるのも良いですね。



「伯方ビーチ」には毎年多くの海水浴客も訪れます。

道の駅 伯方島 「伯方S・Cパーク マリンオアシスはかた」

名物伯方の塩ソフトクリームでエネルギー補給。美しい景色と美味しそうに食べる無邪気な姿に感激しました。



レンタサイクルターミナル (レンタサイクルはこちらで)

	ターミナル名	場所	住所	営業時間	電話番号
1	中央ターミナル	サンライズ糸山	砂場町2-8-1	8:00~20:00	TEL 0898-41-3196
2	今治駅前ターミナル	JR今治駅前口すぐ	北宝来町2-甲773-8	8:00~20:00	TEL 0898-34-3190
3	みなと交流センターターミナル	今治港「はーばりー」	片原町1-100-3	9:00~17:00	TEL 0898-35-5090
4	吉海ターミナル	道の駅「ようみいきいき館」	吉海町名4520-2	9:00~17:00	TEL 0897-84-3233
5	宮窪ターミナル	宮窪観光案内所	宮窪町宮窪2822-9	9:00~17:00	TEL 0897-74-1074
6	伯方ターミナル	道の駅「伯方S・Cパーク」	伯方町叶浦甲1668-1	9:00~17:00	TEL 0897-72-0018
7	上浦ターミナル	道の駅「多々羅しまなみ公園」	上浦町井口9180-2	9:00~17:00	TEL 0897-87-3855
8	大三島ターミナル	道の駅「しまなみの駅御島」	大三島町宮浦3260	8:30~17:00	TEL 0897-82-0002
9	Tourist Information Center IMABARI	イオンモール今治新都市	にぎわい広場1-1	9:00~18:00	TEL 0898-35-3199

※9で貸し出された自転車は乗捨てできません。

自転車の種類

- クロスバイク
- 電動アシスト付き自転車
- マウンテンバイク
- ファミリー電動アシスト付き自転車 (バリエーション号)
- シティサイクル
- 子供用マウンテンバイク
- タンDEM自転車27インチ
(サンライズ糸山にのみ配置)

- 貸出料金・保証料は前払いです。
- 貸出ターミナルまたは貸出ターミナルと同じ島内のターミナルへ自転車を返却した場合は、保証料を返却いたします。それ以外のターミナルまたは乗捨てのみのポイントに自転車を返却 (乗捨て) した場合、保証料は返却されません。
- 電動アシスト自転車およびタンDEM自転車は乗捨てできません。
- 自転車の予約は、「地域の窓口事務所」へお問い合わせください。
- 1~8のターミナルと、一部市内の旅館・ホテルで乗捨てが可能です。詳しくはホームページをご確認ください。



貸出料金

※6月30日までの料金

- 大人 (中学生以上) 1日 1,100円
- 子ども (小学生以下) 1日 300円
- 電動アシスト自転車 (大人用のみ) 6時間以内 1,600円
- タンDEM自転車 1日 1,300円

保証料 1,100円 (小学生以下500円)

「身体障害者手帳」「療育手帳」「精神障害者保健福祉手帳」所持者およびその介助者 (障がい者1人につき1人に限る) は、レンタサイクル使用料のうち貸出料金が半額となります。ただし、保証料、乗捨加算料、追加使用料には適用されません。ご利用の際に手帳を提示してください。

地域の窓口事務所

サンライズ糸山 (1~8のターミナル)
TEL 0898-41-3196
(8:00~20:00)



サンライズ
糸山

お知らせ

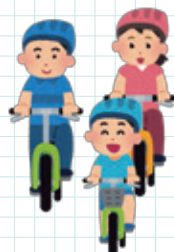


あなたの「あいさつ」から 自転車マナーを向上

5月は自転車月間です。しまなみ海道は、家族や友人など多くの観光客が自転車旅を楽しむことができる「サイクリストの聖地」と言われています。

マナーの基本である「あいさつ」を交わし、サイクリストと住民とが交流を深めることで、安心・安全なサイクリングにつなげましょう。

- 問合先 しまなみ地域サイクリストマナー向上推進協議会事務局 (愛媛県東予地方局今治支局総務県民室)
TEL 0898-23-2500(代)
FAX 0898-24-1586



こんにちは

第106回

春季今治市民サイクリングラリー大会

- 日時 5月16日(日) 8:30~ ※雨天時は5月23日(日)
- 目的地 大角海浜公園
- 対象 6段変速以上の自転車を持つ小学3年生以上、70歳以下の方
- 定員 50人 (先着順)
- 参加料 大人1,200円、中学生以下600円
※弁当代、飲み物代、保険料込み
- 申込先 今治サイクリング協会 (永井)
TEL 0898-48-3430

自転車損害賠償保険などへ加入して
サイクリングを楽しみましょう



ヘルス
HEALTH

体調を見ながら無理せずに

まずは、事前に自分の体調をしっかりと見極め、万全な状態でサイクリングを楽しもう。また走行中も、決して無理はせず、熱中症等にならないよう体調変化に十分注意しよう。

マナー

サイクリング

コロナ禍での



ガード
GUARD

飛沫防止対策を

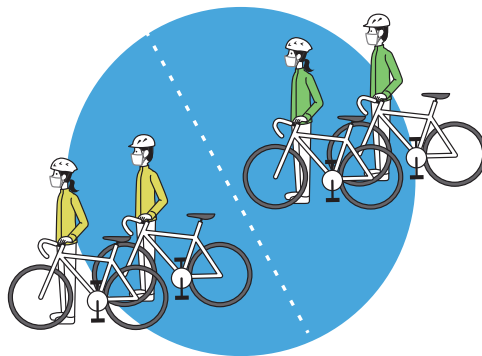
走行時には、口元をカバーするネックウェア等の着用を心がけよう。日焼け防止効果もある機能的な商品なども市販化されており、熱中症を予防するためにも、なるべく通気性が高く蒸れにくい製品を着用することをお勧めします。また、休憩時には、マスクの着用や「3密回避」の取組みをお願いします。



キープ
KEEP

2台分の車間距離で

出発前や信号待ちの停車中は、ソーシャルディスタンスとして自転車1台分の間隔(約2m)をとり、走行中は、飛沫の到達距離が延びる可能性があることから、2台分(約4m)の車間距離を保ってください。勿論、速い速度で走行する場合は、安全確保の観点から、更に長い車間距離をとる必要があります。(2台分は最低限の距離)



ミニマム
MINIMUM

できるだけ少人数で

グループでの走行は、できるだけ少人数(5名程度の単位)で実施してください。大人数で走る場合には、5名程度の小グループに分けて、分散して走行してください。



クリーン
CLEAN

こまめに消毒・手洗いを

レンタサイクルやグループでの走行など、複数の方が自転車に触れる機会がある場合、消毒液や除菌シートを携行し、乗車前にハンドルやサドル、あるいはヘルメットなどを消毒するとともに、休憩時には、自らもこまめな消毒・手洗いを心がけましょう。



交通ルールを遵守し、ヘルメットを着用のうえ「シェア・ザ・ロード」の思いやりをもって、サイクリングを楽しみましょう。
愛媛県自転車新文化推進協会(愛媛県自転車新文化推進課) <https://www.notteru-ehime.jp/>



今治市公式 **LINE** アカウント

新型コロナウイルス、防災、子育て、観光イベントなどの情報を随時発信中



● 今月の表紙

今月の表紙は、しまなみサイクリングを満喫した市内在住の藤原由美絵さん、拓真くん親子です。

感染症対策やサイクリングマナーを徹底し、市内観光を楽しみましょう。

- 2 特集 今治しまなみサイクリング
- 7 新型コロナワクチン接種について
- 8 市役所からのお知らせ
障がいのある方に対する自動車税種別割・軽自動車税種別割の減免制度／経済センサス-活動調査の実施／公募委員を募集 今治市空家等対策委員会／飲食店新たなチャレンジ支援事業費補助金について／移住者向けの支援制度をご利用ください／みなと交流センター「はーばりー」事前予約受付期間のお知らせ／間寛平芸能生活50周年+1記念ツアー／令和3年成人式延期のお知らせ／国民健康保険後期高齢者医療加入の皆さんへ など
- 15 i.i.imabari タオル×サッカーで今治を楽しもう。
- 16 みんなのひろば
- 18 情報のひろば
- 22 子育て情報
- 23 美術館・博物館ガイド
- 24 図書館だより
- 25 けんこうインフォメーション／市民医学講座
- 27 救急病院

人口・世帯 (令和3年3月末現在)

人口 155,422人(前月比541減)
男73,993人・女81,429人
世帯 76,487世帯(前月比76増)

ダム貯水率 (4月13日現在)

玉川ダム 90.4%
うてなダム 79.1%

※新型コロナウイルスの影響により、本紙に掲載している催し物などが中止、または延期になる場合があります。最新の情報はホームページをご覧ください。各問合せ先へご確認ください。



さつき
ラン&ウォーク

新緑の5月はラン&ウォーク

参加
無料

「さつき・ラン&ウォーク2021」は、令和3年5月の1か月間に走った距離や歩いた歩数をアプリ上で競うオンラインイベントです。

新緑の5月は散歩やランニングをアプリで記録しながら、運動習慣を身につけましょう。



歩数・距離の計測は
スマホアプリで

- 開催期間 5月1日(土)～31日(月)
- 参加方法 右のQRコードより詳細をご覧ください。
- エントリー期間 5月31日(月)まで
- 特典 個人戦の参加者100人にオリジナル商品プレゼント



詳細はこちらから

■ 問合せ さつき・ラン&ウォーク2021大会事務局
TEL 03-6804-3383 (平日10:00～17:00)
Eメール satsuki_runwalk@runners.co.jp



新型コロナワクチン接種について (令和3年4月12日時点)

ワクチン接種は高齢者施設の入所者などから開始しています。

現在は、ワクチンの供給量が限定的なため、高齢者施設入所者および従事者などへの接種を先行して行っています。なお、高齢者の方への本格接種は、5月25日(火)から開始を予定しています。

ワクチン接種券と予診票が届きます(まずは65歳以上の方へ郵送)



接種券
見本



予診票
見本

接種券および予診票の送付時期(予定)

対象者	接種券送付日	予診票送付日	接種予約開始日	接種開始日
高齢者 65歳以上(高齢者施設入所者除く)	4月15日(休)	4月30日(金)	5月10日(月)	5月25日(火)
基礎疾患を有する方	未定	未定	未定	未定
上記以外の方	未定	未定	未定	未定

高齢者の方には、4月15日(休)に「接種のお知らせ」と「接種券」、4月30日(金)に「予診票および接種実施医療機関一覧表」を送付しています。

高齢者などの対象であるにもかかわらず届いていない場合は、クーポン券(接種券)の再発行ができますので、新型コロナウイルスワクチン接種推進本部(TEL 0898-36-1621)に連絡いただくか、身分証明書をお持ちの上、直接、新型コロナウイルスワクチン接種推進本部(市役所第1別館1階)へお越しください。

市内での接種が原則です

市外での接種を希望される場合

入院・入所中の医療機関や施設でワクチンを受ける方

医療機関や施設へ相談

基礎疾患で治療中の
かかりつけ医療機関でワクチンを受ける方

医療機関へ相談

お住まいが住所地と異なる方

現在お住まいの市区町村の相談窓口へ相談

※実際にお住まいの地域でワクチンを受けられる場合があります。

新型コロナウイルスワクチンに関する相談窓口

相談窓口	相談内容	電話番号
今治市新型コロナワクチンコールセンター	ワクチン接種に関する具体的な相談 ・接種券に係る問い合わせ(接種券の紛失など) ・接種場所や予約に関する問い合わせ	TEL 0570-005-108 ナビダイヤル 9:00~19:00 ※土日祝日含む
新型コロナウイルスワクチン接種に係る愛媛県コールセンター	接種後の副反応・忌避事項などに係る相談、 副反応などがした場合に医療機関を受診するかどうかの相談	TEL 0120-567-231 フリーダイヤル 8:30~20:00 ※土日祝日含む
厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター	新型コロナワクチンに関する 一般的な相談	TEL 0120-761-770 フリーダイヤル 9:00~21:00 ※土日祝日含む

■問合先 新型コロナウイルスワクチン接種推進本部 TEL 0898-36-1621 FAX 0898-36-1631

5月の納税

軽自動車税(種別割) 全期

納期限は5月31日(月)
口座振替は納期限の日です
預金残高をご確認ください

市税などの納付は、便利な口座振替や、スマートフォンアプリをご利用ください。

もし納期限までに納付されていない場合は、財産の差し押さえなどの滞納処分を受けることになります。

口座振替やスマートフォンアプリで軽自動車税(種別割)を納付された方に車検用(継続検査)の納税証明書を6月中旬に送付します。車検時にご利用ください。なお、すぐに納税証明書が必要な方は、金融機関やコンビニエンスストアでお支払いください。

■問合先 納税課
TEL 0898-36-1512
FAX 0898-31-3181

市民課窓口の時間延長日

■日時 毎週月・水曜日(祝・休日を除く) 19:00まで
■内容 住民票の写し、印鑑証明書、戸籍証明書、旅券の交付およびマイナンバーカードの手続き全般
※住所変更届、国保異動届、印鑑登録、旅券の申請は受け付けできません。
■問合先 市民課
TEL 0898-36-1532
FAX 0898-32-1020

障がいのある方に対する 自動車税種別割・軽自動車税種別割の減免制度

障がいのある方は、要件に該当すれば本人名義の車両にかかる自動車税種別割、軽自動車税種別割のうちどちらか1台分が減免になります。(4月1日午前0時現在、車両の名義が障がいのある方本人である必要があります。)

ただし、知的障がい者の方、精神障がい者の方、18歳未満の身体障がい者の方の通院などに利用する場合は、生計同一者の名義で申請できます。詳しくは手帳をご用意の上、各申請先までお問い合わせまたはホームページをご覧ください。

※昨年度、本人運転で減免申請した方で変更がない場合は、今年度も自動的に減免になります。ただし、申請内容に変更がある方は減免の手続きを再度行ってください。

- 期間 5月24日(月)までの平日8:30~17:15まで
※軽自動車税種別割は5月初旬(納付書が届いて)からの受付になります。
- 申請先 ●自動車税種別割(愛媛県)
・愛媛県東予地方局課税課
TEL 0897-56-1300(代)
FAX 0897-56-0716
・愛媛県東予地方局今治支局税務室
TEL 0898-23-2500(代)
FAX 0898-25-4100
●軽自動車税種別割(今治市役所)
市民税課または各支所
TEL 0898-36-1510
FAX 0898-32-5211(代)



市民税課

FC今治選手インタビュー



高瀬 太聖選手 たかせ たいせい
出身地 / 愛媛県今治市
生年月日 / 平成15年2月8日
背番号 / 26
ポジション / FW(フォワード)

FC今治に加入してチームの雰囲気などはどうですか?

チームの先輩方は、わからないことがあれば何でも教えてくれる優しい人ばかりです。元日本代表の駒野選手や橋本選手にも動き方のアドバイスをもらいましたし、キャンプに行ったことで学ぶこともたくさんありました。

地元今治のクラブでプロ選手となりプレッシャーはありますか?

FC今治に加入が決まって、インスタグラムにもたくさんメッセージをいただき、確かに地元の期待はひしひしと感じています。でも自分は、今はまだ理想とするサッカーの姿には遠いんです。だからこそ1日でも早く試合に出場して、それに近づきたいです。今までは夢スタで試合を見る側でしたが、夢スタはピッチがスタンドからも近くて、本当にたくさんの人が毎回来てくれているので、ファンや応援してくれている人を自分のゴールで笑顔にできればと思います。



インタビューの全文はこちら↑

2021明治安田生命J3リーグ 5月のホームゲームは16日

アウェイゲーム 5月2日(日) 13時 VS テゲバジャーロ宮崎
ホームゲーム 16日(日) 13時 VS カタマーレ讃岐
アウェイゲーム 30日(日) 13時 VS ヴァンラーレ八戸



FC今治
ホームページ



FC今治応援プランでクラブをサポート!
DAZNでは全試合生中継&見逃し配信
1か月お試し無料 登録はQRコードから!



チケットのご案内、開催時間などの詳細はFC今治公式ホームページにて 【問合先】FC今治 TEL 0898-31-8701 FAX 0898-31-8702

弁護士法律無料相談

- 日時 5月19日(水) 13:00～ ■相談時間 1人20分
- 場所 市役所(第2別館8階 ミーティングルーム)
- 予約申込 5月11日(火) 吉海支所
5月12日(水) 12:30から抽選を始めますので
12:15から12:30までに市役所(第1別館10階
101会議室)へお越しください。
※代理可・電話での受け付けはしません。
- 選考方法 本人または代理人による抽選の上、11人決定します。
(吉海支所2人までを含む)

行政無料相談

- 日時 5月12日(水) 13:00～15:00
 - 場所 市役所(第1別館10階 101会議室)
※総務省に委嘱された行政相談委員が行政に関する
苦情、相談なんでも承ります。
 - 問合先 市民生活課
TEL 0898-36-1530 FAX 0898-32-5211(代)
- ※新型コロナウイルス感染拡大の影響により各相談会は中止になる場合があります。5月6日(木)以降に市民生活課までお問い合わせください。

人権無料相談

特設相談

月日	時間	場所
5月10日(月)	13:00～15:00	総合福祉センター
24日(月)		愛らんど今治 1階相談室

※支所での人権無料相談は、各支所住民サービス課にお問い合わせください。

- 問合先 市民生活課 人権啓発室
TEL 0898-36-1521 FAX 0898-32-5211(代)

常設相談

月日	時間	場所
月～金曜日(祝日を除く)	8:30～17:15	法務局今治支局

- 問合先 松山地方法務局今治支局
TEL 0898-22-0855

不動産取引無料相談

- 日時 5月21日(金) 10:00～13:00(受付は12:30まで)
※毎月第3金曜日
- 問合先 (公社)愛媛県宅地建物取引業協会
今治地区連絡協議会(南大門町1-2-6)
TEL 0898-32-0090



5月12日は民生委員・児童委員の日

民生委員制度は、大正6年(1917年)5月12日に岡山県で創設された「済世顧問制度」が源です。

高齢者や障がいのある方への支援が必要な時、子育てや介護の心配ごとや不安などがある時は、居住する地域の民生委員・児童委員、主任児童委員へご相談ください。

民生委員・児童委員、主任児童委員には守秘義務があり、相談した方の秘密は守られます。

民生委員・児童委員

地域住民の身近な相談相手、専門機関へのつなぎ役です。

主任児童委員

子どもたちを見守り、子育ての不安や妊娠中の心配ごとなどの相談・支援などを行います。

- 問合先 福祉政策課または各支所
TEL 0898-36-1525
FAX 0898-25-3757

経済センサス-活動調査の実施

6月1日(火)現在で、全国全ての事業所および企業を対象として、経済センサス-活動調査を実施します。この調査は、産業構造を包括的に捉え、実態を明らかにすることを目的とした政府の重要な調査です。

調査票の配布は企業などの形態に従い、調査員の訪問または郵送により行われます。

新型コロナウイルス感染防止のため、調査書類の配布や受け取りをできる限り対面しない方法で行うようにしています。回答はできる限りインターネット回答でお願いします。(紙の調査票に記入して郵送することも可能です。)

調査員は5月中旬から訪問を開始し、「経済センサス-活動調査 調査員証」と「従事者用腕章」を必ず身に着けています。「経済センサス-活動調査」をよそおった不審な訪問者や電話・電子メールなどにご注意ください。

- 問合先 情報管理課または各支所
TEL 0898-36-1509
FAX 0898-24-7181

Jアラート全国一斉試験放送について

5月19日(水) 11:00～

同報系防災行政無線設備の屋外スピーカーから最大音量で放送されます。また、今治市緊急告知ラジオも自動的に起動し、最大音量で放送されます。ご協力をお願いします。

- 問合先 防災危機管理課
TEL 0898-36-1558
FAX 0898-32-2765

地域の子どもたちの健やかな成長のために 学校でボランティアをしませんか

市内公立小・中学校の教育活動を支援してくださる方を募集し、地域の教育力を積極的に生かそうとする事業です。詳しくはお問い合わせください。

- 問合先 学校教育課
TEL 0898-36-1601
FAX 0898-25-1700
または市内公立小・中学校

中央公民館大ホール・集会室の 抽選日について

令和4年4月、5月分の中央公民館大ホール・集会室使用の抽選日を変更して行います。

- 日時 5月10日(月) 9:00~
- 場所 中央公民館 1階事務所前
- 問合先 TEL 0898-32-2892
FAX 0898-32-2772

会計年度任用職員(埋蔵文化財調査員)募集

- 職務内容 埋蔵文化財調査員
(発掘調査の指揮・発掘調査報告書の執筆など)
- 採用人員 1人程度
- 募集要項 今治市ホームページまたは文化振興課でお受け取りください。
- 条件 募集要項に記載
- 応募方法 持参または郵送で必要書類を文化振興課(〒794-0027 南大門町2-5-1)へ
※郵送の場合は必ず簡易書留
- 試験日 随時
- 問合先 TEL 0898-36-1608
FAX 0898-24-2008



会計年度任用職員
(埋蔵文化財調査員)

旧上浦歴史民俗資料館分館(ふるさとの家) 活用事業者を募集

募集要項および応募書類など詳細は文化振興課ホームページをご覧ください。

- 使用期間 7月1日(木)~令和8年3月31日(火)
- 対象 ふるさとの家を活用し、上浦地区の活性化に意欲のある事業者
- 審査方法 面接 ※6月中旬に全員に結果を通知
- 応募先 5月6日(木)~26日(水) 平日8:30~17:15 応募書類を上浦支所地域教育課へ持参
- 問合先 文化振興課 TEL 0898-36-1608
上浦地域教育課 TEL 0897-87-3000

公募委員を募集 今治市空家等対策委員会

職務	空き家などの対策に関する重要事項の調査、審議、提言など
募集	1人(任期は委嘱日から2年間)
対象	20歳以上で市内に在住または勤務・通学している方、空き家対策に関心・意欲のある方、継続して会議に出席できる方など

- 応募先 5月10日(月)から6月11日(金)までに申込書と「地域が一体となって取り組む空き家対策」と題した800字程度の小論文を建築課へ
TEL 0898-36-1566
FAX 0898-25-2015

マイナンバーカードの交付を休日に行います

- 日時 5月9日(日)、23日(日) 9:00~13:00
- 場所 市民課(本館1階)
- 内容 マイナンバーカードの手続き全般
※来庁の際には、封書で郵送した交付通知書(はがき)、案内文書、持ち物確認票の内容を確認してください。
※申請時にはマイナンバーカード申請用顔写真の無料撮影を行っています。
- 問合先 市民課
TEL 0898-36-1532
FAX 0898-32-1020



マイナンバーカード
総合サイト

墓地の申し込み募集について

各墓地の申込先で「募集のご案内」をお渡しします。

- 申込期間 5月6日(木)~31日(月)
初日は9:00から、最終日は17:00まで
※新規墓所の申し込みは随時受付
- 申込資格 今治市に本籍または住所を有する方で、墓所を必要としている方
※樋口墓地は旧波方町に本籍または住所を有する方のみ申し込み可
- 募集対象 1~2は新規墓所 3~7は返還墓所
- その他 申し込み多数の場合は、困窮度合を考慮した上で抽選により決定。詳しくは各申込先まで

墓地名	区画面積	使用料(永代)	管理料(永代)	募集区画数	申込先(0898)
1 大谷墓園墓地	4㎡	800,000円	152,000円	35区画程度	生活環境課 TEL36-1535
2 樋口墓地	6㎡	280,000円	-	13区画	波方支所 TEL41-7111
3 朝日ヶ丘墓地	6㎡	200,000円	30,000円	1区画	朝倉支所 TEL56-2500
4 紺原墓地	5㎡	160,000円	-	9区画	大西支所 TEL53-3500
5 あばらこ墓地	6㎡	200,000円	-	6区画	菊間支所 TEL54-3450
6 樋口墓地	6㎡	280,000円 330,000円	-	各1区画	波方支所 TEL41-7111
7 新別所墓地	5㎡	220,000円	-	3区画	玉川支所 TEL55-2211

※大谷墓園墓地は今治市に住所がない場合、使用料は5割増し

飲食店新たなチャレンジ支援事業費補助金について

コロナ禍における飲食店の事業継続などの取り組みを支援します。

■対象 食品衛生法第52条第1項の営業許可を受け、市内の店舗で飲食を提供する方

■対象事業 ・営業継続のための業態転換の取り組み

個食・黙食、宅配、テイクアウト、新型コロナウイルス感染症対策に係るもの

・デジタル化の促進に係る取り組み

インターネット予約などのシステムを構築するものなど

・販売促進への取り組み（飲食店の宣伝など）

飲食店の宣伝など

■補助額 上限20万円 補助率2/3

※予算の上限に達した時点で終了

■申請先 5月10日(月)から6月30日(水)までに商工振興課へ

TEL 0898-36-1540

FAX 0898-25-2961

がんばる企業元気応援モデル事業費補助金について

経営基盤の強化・雇用確保に取り組む市内企業を支援します。

■対象 市内の企業（従業員数20人以下かつ資本金5,000万円未満）

■対象事業 ・新商品開発・販路開拓、ICT、AIなどを活用したデジタル化への取り組み、新たなビジネスモデルへ転換などにかかる取り組みなど

ただし事業費の1/3以上が市内で調達されたものであること

■補助額 上限100万円 補助率1/2

■申請先 6月30日(水)までに郵送で今治商工会議所

(〒794-0042 旭町2-3-20) へ

■問合せ 商工振興課

TEL 0898-36-1540

FAX 0898-25-2961

今治商工会議所

TEL 0898-23-3939

FAX 0898-31-6667

移住者向けの支援制度をご利用ください

■問合せ 営業戦略課
TEL 0898-36-1554
FAX 0898-32-5211(代)

移住促進事業

■補助対象 次の条件を全て満たす方

①市外から転入予定の方、または認定申請を行う前1年の間に転入した方

②同居する世帯員の少なくとも1人以上が50歳未満であること

③新たに住宅を新築または購入し、5年以上上定住する方

④転入日前の5年間に本市に住民登録のない方

■対象住宅 一戸建て住宅・マンション（建物部分のみ・中古可）

■補助金額 上限額50万円

※ただし、住宅取得費を超えない範囲

基礎額

・住宅取得費の10パーセント（上限30万円）

加算額

・同居する中学生以下の子ども1人につき10万円

■認定申請 住宅の新築（着工）または購入を行うより前に認定申請書を提出してください。

移住者住宅改修支援事業

■補助対象 次の条件を全て満たす方

①県外から平成28年4月1日以降に移住した方または移住予定の方

②働き手世帯（60歳未満が1人以上）の方または子育て世帯（中学生以下の子どもがいる世帯）の方

③取得または賃借した空き家住宅を改修して5年以上上定住する方

■対象住宅 県および市の空き家バンクを通じて購入・賃借した一戸建て住宅

■補助金額 住宅改修・家財道具搬出費用のうち3分の2を補助

■補助上限 ・住宅改修200万円（子育て世帯400万円）
・家財道具搬出など20万円

※人口減少率の著しい地域などで実施する事業については、上限額の^か高上げ・補助率を6分の5とするなど上乗せ加算があります。

■事前申込 5月17日(月)までに、事前申込書に関係書類を添えて提出してください。事前申し込みが予算総額を上回った場合は抽選。

※両事業はともに住宅金融支援機構「フラット35地域活性化型」の対象です。

応援します 燃料電池・蓄電池・ZEH

燃料電池（エネファーム）や蓄電池、ZEH（ネット・ゼロ・エネルギー・ハウス）は、地球温暖化防止に大変有用な設備です。対象となる設備を設置された方に補助を行っています。詳しくはホームページをご確認ください。

- 対象設備
 - ・燃料電池
 - ・蓄電池
 - ・ZEH（県内に本店を置く中小建築業者が施工したもの）
- 対象
 - ・令和2年度中に自ら居住する今治市内の住宅に設備を設置した方、または自ら居住するために市内に設備付きの住宅を購入した方
 - ・世帯全員が市税を滞納していない方

※応募者多数の場合は抽選
- 申込先
 - 環境政策課
 - TEL 0898-36-1632
 - FAX 0898-32-5211(代)



みなと交流センター「はーばりー」 事前予約受付期間のお知らせ

事前予約受付期間	会議室・キッチンスタジオ	みなとホール
5月1日(土)～14日(金) 12:00まで	7～9月	10～12月
8月1日(日)～13日(金) 12:00まで	10～12月	令和4年1～3月
11月1日(月)～15日(月) 12:00まで	令和4年1～3月	令和4年4～6月
令和4年2月1日(火)～15日(火) 12:00まで	令和4年4～6月	令和4年7～9月

- その他
 - ※希望日時が重複した場合は抽選
 - ※締切日に連絡がない場合は事前予約完了
- 申込先
 - 申請書（ホームページおよび港湾課で配布）を直接または郵送、ファクス、Eメールで港湾課（〒794-0013 片原町1-100-3 みなと交流センター3階）へ
 - TEL 0898-36-1545
 - FAX 0898-22-4121
 - Eメール kouwanka@imabari-city.jp



間寛平 芸能生活50周年+1 記念ツアー

「いくつになってもあまえんぼう」

7/25日 ①開場10:15 開演11:00 (約120分公演)
②開場14:15 開演15:00 (約120分公演)

- 会場 公会堂
- 出演 【間寛平座長新喜劇】
座長 間寛平
内場勝則/石田靖/未知やすえ/ジミー大西/はじめ/中條健一/シベリア文太/アキ/千葉公平/宮地謙典
【ネタ】中川家/テンダラー/和牛/アキナ/村上ジョージ

チケット情報

一般発売 5月8日(土)～

- 前売り 6,000円
- プレイガイド
- ・チケットよしもと
- ・ローソンチケット



- 問合せ 瀬戸内しまなみ海道活性化実行委員会（観光課内）
TEL 0898-36-1515



お知らせ
みんなのひろば
情報のひろば

子育て

美術館・博物館

図書館だより

けんこう

救急病院

下水道の適切な利用にご協力ください

下水道処理区域内の方は、快適で衛生的な暮らしをしていただくため、できるだけ早く下水道への接続工事を行ってください。

今後とも下水道の計画的な整備を行い、健康で安全かつ快適な生活環境の維持に努めますのでご理解とご協力をお願いします。

5月1日から次の区域の一部で下水道処理を開始します。

- 旧今治市管内…四村、五十嵐、上徳、松木、北高下町4丁目、別名、高地町2丁目、宅間
- 大西支所管内…脇、宮脇、星浦
- 伯方支所管内…木浦、有津 各一部の区域

●悪質な「点検商法」にご注意を

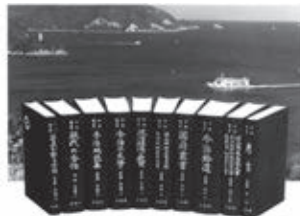
汚水管、汚水マスなどの点検、清掃などを勧める業者で、今治市から依頼されて来たかのように言い、 unnecessaryな点検、清掃などを行い、高額な代金を請求する悪質な者がいます。ご注意ください。



- 問合先 下水道業務課または各支所
TEL 0898-36-1570
FAX 0898-33-3609

今治郷土史のご案内

旧今治市で発行したもので、縄文時代から昭和までのさまざまな歴史資料が満載です。古くからの今治の歴史を紐解いてみませんか。詳細はホームページをご覧ください。



- 書籍名 今治郷土史 全10巻
※バラ売りも可

- 問合先 文化振興課
TEL 0898-36-1608
FAX 0898-24-2008



文化振興課

筋力つけタイ! お試し体験講座

今治市オリジナル「筋力つけタイ! 操」を行う市民自主グループを募集します。グループの立ち上げのためにさまざまな支援を行います。まずは無料お試し体験講座にお越しください。

基礎編		実践編		定員	場 所		
5月	13日(木)午前	5月	27日(木)午前	15人	上浦開発総合センター		
6月	16日(木)午後	6月	30日(木)午後	15人	※関前開発総合センター		
	17日(木)午前		7月		1日(木)午前	15人	菊間公民館
	24日(木)午後				8日(木)午後	15人	玉川福祉センター
7月	7日(木)午後		21日(木)午後	20人	宮窪公民館		
	14日(木)午前		28日(木)午前	20人	立花カルチャーセンター		

令和3年成人式 延期のお知らせ

令和3年5月中旬に開催を予定していた今治市の成人式は、新型コロナウイルスの感染が全国に広がっており、新成人や関係者の健康と安全を考慮して、市内全地域の式典を延期します。

今後の予定は現在未定ですが、決定次第、改めてお知らせします。

- 問合先 社会教育課
TEL 0898-36-1602
FAX 0898-32-5722

「今治市都市計画マスタープラン」の改定

これからの都市づくりを計画的に進めるための指針として、目指すべき将来像とその実現に向けた取り組みの方向性を取りまとめた「今治市都市計画マスタープラン」を改定しました。

■主な改定点

「コンパクト・プラス・ネットワーク」の基本方針を加えるとともに、防災・減災対策に対応した「安全・安心なまちづくり」などの見直しを行いました。また、今後、工業系土地利用の緩和策などについても取り組みを行い、「多極ネットワーク型都市構造」の形成を目指します。

詳しくはホームページをご覧ください。

- 問合先 都市政策課
TEL 0898-36-1550
FAX 0898-32-5211(代)



今治市都市計画
マスタープラン

風しん感染予防対策にご協力ください

風しんの抗体を持っていない年代の男性を対象に、抗体検査や予防接種を無料で実施しています。検査などを受けるためには令和2年度に郵送しているクーポン券が必要です。なお、予防接種は抗体検査を受けて、抗体がないと判明した方に限ります。

- 対 象 昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性のうち、クーポン券未使用の方

クーポン券は令和3年度末まで利用できますが、風しん感染予防対策のため、早めの受検、接種にご協力ください。お手元にクーポン券が見当たらない場合はご連絡ください。

- 問合先 健康推進課
TEL 0898-36-1533
FAX 0898-32-5511

風しん感染予防



- その他 基礎編・実践編(事業紹介と体操実技)の両方にご参加ください。

- 問合先 高齢介護課または各支所
TEL 0898-36-1528
FAX 0898-34-5077

- ・午前の部 10:00~11:30
- ・午後の部 13:30~15:00
- ※関前開発総合センターのみ14:00~15:30

国民健康保険 後期高齢者医療 加入の皆さんへ

5月1日(土)~
予約可能

**集団健診は
WEB申し込みができます。**

スマートフォン、インターネットから
お申し込みください。(24時間受付可能)
不定期メンテナンスで使用できない日時があります。



**健康診断は無料です！
生活習慣病予防のために年1回、必ず受けましょう！**

糖尿病、心臓病、脳卒中などの病気の
早期発見と予防のためには毎年継続して
健診を受診することが大切です。

詳しい健診の申し込み方法や、受診日
時・場所については、広報いまばり4月

号に折り込みの令和3年度今治市健診カ
レンダーをご覧ください。

※30歳代の方は自己負担(1,000円)で
健診を受診できます。



		国民健康保険 特定健診	後期高齢者健診
対象者		国民健康保険加入者(40歳から74歳までの方)	75歳以上、または65歳以上で一定の障がいをお持ちで後期高齢者医療の加入者 ※生活習慣病の治療中の方でも受診可
受診券		<p>「特定健康診査受診券」を郵送します</p> <ul style="list-style-type: none"> 旧今治市の方は5月下旬頃に郵送予定。(各支所は発送時期が異なります) ※令和3年度に75歳に到達する方には、受診券は郵送されません。75歳に到達する前の受診を希望する場合は、保険年金課までご連絡ください。 	<p>集団健診 健康推進課または各支所へ申し込み</p> <p>個別健診 保険年金課へ申し込み後に受診券を郵送します。</p>
受診場所	集団健診	<p>■場 所 保健センター・公民館など(日時を選択し申し込み、各種がん検診(有料)なども追加で受診可)</p> <p>■申込先 健康推進課または各支所へ</p>	
	個別健診	<p>■場 所 指定の個別健診実施医療機関</p> <p>■申込先 直接個別健診実施医療機関へ</p>	
検査項目		血圧測定・身体計測・尿検査・脂質検査・肝機能検査・腎機能検査・血糖検査・診察	
費用		無 料	

国保短期人間ドック

40歳から74歳までの特定健診対象者は、国保短期人間ドックを受診できます。

■費用 自己負担 7,260円

※受診できるのは国保短期人間ドックまたは特定健診どちらか1つです。

■問合せ

・集団健診の申し込みについて
健康推進課または各支所
TEL 0898-36-1533
FAX 0898-32-5511

・受診券の発行・国保短期人間ドックの申し込みについて
保険年金課または各支所
TEL 0898-36-1518
FAX 0898-32-5211(代)



アイアイ今治フェア inスポーツパーク

第46回
今治タオルフェア



年2回開催の恒例イベント。
産地メーカーがタオル製品
を奉仕価格で販売。

農産品直販



産地直送のおいしい野菜を
販売します。売り切れ次第
終了。
JAおちいまばり
さいさいきて屋

村上海賊



出張!村上海賊ミュージア
ム!!テレビで話題の村上
海賊がやってくる。ほうろく
コイン投げゲームを開催。
参加者には村上海賊記念
グッズをプレゼント。

●フードエリア

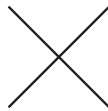
おいしいグルメが
大集合

- ・今治焼豚玉子飯/今治焼豚玉子飯世界普及委員会
- ・しまなみ鯛だしラーメン/くるしまの良品を伝える会
- ・しまなみソースオムそば/しまなみご当地グルメ研究会
- ・とり皮丼/HARUHINA
- ・ローストビーフ丼/風音
- ・コーヒー/珈琲館時計台
- ・手巻きおにぎり/四村ショッパーズ
- ・コーヒー/コーヒースタンド ターミナル 01
- ・今治野菜を使ったfood/TORICO
- ・クレープ/Calulu truck など20店舗出店予定

※出店が変更となる可能性が
あります。



imabari towel
Japan



i.imabari! Fair in Sports Park

タオル×サッカーで 今治を楽しもう。

「今治タオルフェア」と「FC今治」ホーム戦が、
コラボレーション!

しかも会場には、今治グルメや村上海賊、自転車など、
今治を楽しめるブースがいっぱい。
さあ、みんなでi.imabari!(今治に夢中)しませんか?

5/15(土)・16(日) AM10:00-PM4:00 今治市営
スポーツパーク



FC今治ホーム戦 潮冷熱マッチデー

FC今治VS
カマタマーレ讃岐
5月16日(日)
13時キックオフ
※ホーム戦を観戦する場合
はチケットが必要です。



サイクリング

- ・小学生向け自転車
乗車ルール教室
5月15日(土) 13:00~
5月16日(日) 11:30~
(各回先着10人程度)
- ・子供用自転車/E-BIKE
試乗体験など



FC今治 YUME フェスティバル

今治市営スポーツパーク
サッカー場にて、5月15日
(土)は高校生が、16日(日)は
小学生が交流試合を行いま
す。



会場には、今治を楽しめるブースがいっぱい!!



詳しくはこちら



今治タオル工業組合/株式会社今治.夢スポーツ/今治ブランド戦略会議の共同で開催します。

新型コロナウイルス感染対策へのご協力をお願いします。

- ・発熱・体調不良の方の入場、来場は控えてください。
- ・入場時には手指の消毒をして、マスクを着用してください。
- ・乳幼児のマスク着用は不要です。
- ・会場内では「密」にならないよう間隔を空けてください。

■問合先 今治ブランド戦略会議
(事務局 営業戦略課)
TEL 0898-36-1554
FAX 0898-32-5211(代)



全国ミニバスケットボール大会 愛媛県予選優勝報告

昨年12月に開催された「第52回全国ミニバスケットボール大会愛媛県予選」で初優勝した乃万ミニバスケットボールクラブが3月25日(木)、市役所を訪れました。

キャプテンの西部颯人くんは「全国大会では勝ち負け関係なく、どの試合も楽しみたいです」と抱負を述べました。

3月30日(火)から国立代々木競技場体育館で開催された全国大会では、初出場らしくはつらつとしたプレーで会場をわかせ、大阪府代表から見事に全国初勝利を挙げました。



写真は全国大会の様子 (写真提供: 日本バスケットボール協会)



新しい風を吹かす仲間が増えました

4月1日(木)、市役所で地域おこし協力隊の新しい隊員7人の辞令交付式がありました。

新隊員の青柳薫(上浦)さんは「夫の出身が今治で、何度か来ているうちにここで子育てがしたいと思っていました。イノシシを活用することに関わっていき、新鮮な気持ちで毎日を充実させていきたいです」と意気込みを語りました。写真前列左から古谷滯さん(大西)、佐藤由香子さん(吉海)、青柳薫さん(上浦)、後列左から森重正浩さん(宮窪)、馬越通照さん(伯方)、谷本雅次さん(上浦)、平岡正さん(大三島)。

※()内は配属先



電動車いすを寄贈いただきました

3月26日(金)、株式会社アテックス(松山市)から電動車いす「マイピア」1台が寄贈され、サンライズ糸山で寄贈式・感謝状贈呈式が開かれました。同社からの寄贈は5台目。村田雅弘代表取締役社長は「しまなみ海道は世界有数の観光名所。1人でも多くの方に楽しんでいただけるよう電動車いすがお役に立てれば」と語りました。

式典後デモンストレーション走行をした今治市障がい者団体連合会 篠原正彦副会長は「これなら安心して走行できる。3世代が同じ歩調で一緒に素晴らしい景観を楽しめる」と笑顔でした。

悔いのないはつらつとしたプレーを

3月26日(金)から30日(火)まで第66回全国私立高等学校女子ソフトボール選抜大会が今治市営球場などで開催され、全国から選抜された44チームが熱戦を繰り広げました。開会式は感染防止のため入場行進などをなくし、各チーム選手3人と監督のみで実施されました。

選手宣誓を務めた聖カタリナ学園主将の西森万祐^{まゆ}さんは「これまで一生懸命練習してきた成果を発揮し、仲間とともに試合を楽しみたい」と意気込みを語っていました。



小川糸さんと伊東豊雄さんのトークイベント

瀬戸内の島にあるホスピスを舞台にした著書「ライオンのおやつ」で知られる作家小川糸さんと、建築家伊東豊雄さんによるトークイベントが開催されました。テーマは「瀬戸内の魅力」。小川さんは「光がとても印象的で、1日の凝縮度が高い。風景を楽しみながらのサイクリングが魅力」と話し、伊東さんは「瀬戸内海に沈む夕日は素晴らしい。建築の中でどうやって取り込むか考えたい」と語っていました。



能島村上家の子孫・中村なつ枝さんに紺綬褒章

能島村上家の現当主^{ふみお}の村上海賊^{てんご}文朗さんが(山口県周防大島町)の姉である長嶋^{ちか}晃子さんが生前、村上海賊ミュージアムに寄付を望まれていたことから、遺産を相続した中村なつ枝さん(山口県山口市)から昨年2月に寄付をいただきました。

3月24日(水)には中村さんに徳永市長から紺綬褒章が伝達されました。



みなとにピクニックベンチを製作

愛媛県産のヒノキ材を使って公共空間に設置するベンチをつくるイベントが、みなと交流センターは一ばりで行われました。主催はNPO法人今治シビックプライドセンターで、今治港ににぎわいを創る活動を展開しています。

家族連れなどおよそ35人が参加し、対面型のピクニックベンチを製作しました。1枚の板だったパーツが作業を進めるにつれ徐々に椅子の形になり、ネジ穴には埋木をして仕上げました。この日は4つのベンチを作り、参加者は木の温もりを感じる上々の出来栄に、喜びの表情を浮かべていました。

緑の募金にご協力ください

お知らせ

緑の募金への寄付金は、緑の少年団の育成、森林整備ボランティア活動、市民緑化活動や公共施設の緑化事業、間伐などの水源林整備などに役立てられています。

今年度も4月15日(木)から「みどりの月間」が始まっており、緑の募金活動が実施されています。

新型コロナウイルスの感染状況を踏まえ、皆さんの安全を第一に、ご協力をお願いします。

■**申込先** 今治市緑の募金推進協議会事務局(農林振興課内)
TEL 0898-36-1542
FAX 0898-32-5266

自動車税(種別割)の納期限は5月31日(月)です

金融機関やコンビニのほか、パソコン、スマートフォン、タブレット端末などからクレジットカードによる納付もできます。

また、スマートフォン決済アプリ「PayB」「PayPay」からの納付も可能です。

■**問合せ先** 愛媛県東予地方局
今治支局税務室
TEL 0898-23-2500

「植えてはいけないけし」を知っていますか

けしの花が咲く4月から6月まで大麻や、けしに関する正しい知識の普及啓発と、不正栽培や自生しているものの除去活動を進めています。

近年、20歳代を中心とした若年層への乱用の拡大が顕著になっており、自生大麻による事犯も発生している恐れがあります。疑わしい「けし」や、「大麻」を見つけた時はご連絡ください。

●植えてよいけし

ひなげしやおにげしなどは園芸用として広く親しまれています。特徴は、全体的に弱々しい感じです。茎や葉の表面には粗い毛が生えており、葉は濃い緑色です。

●植えてはいけないけし

特徴は、見た目ががっしりした感じです。葉や茎の表面にはほとんど毛がなく、全体的に白っぽい緑色で、ろう質が付着。葉は太い茎を抱き込むような形でついています。植えてはいけないけしの栽培は、目的にかかわらず法律により厳しく規制されています。

■**問合せ先** 今治保健所企画課
TEL 0898-23-2500(代)(内線258)
FAX 0898-23-2531(代)

スポーツ振興くじ助成事業 (桜井スポーツランド陸上競技場)

スポーツ振興くじ(toto)の助成を受けて、陸上競技場を整備しました。今後、整備された陸上競技場を使って記録会などが実施されます。



■**問合せ先** スポーツ振興課
TEL 0898-36-1604
FAX 0898-33-1811



自動車保有手続きを ワンストップサービス(OSS)でしてみませんか

自動車保有手続きは、複数の機関に出向いて手続きをする必要がありましたが、インターネットを活用したシステムにより一括してオンライン申請ができるようになりました。具体的な手続きは専用サイトをご覧ください。

■**問合せ先** 自動車保有関係手続きのワンストップサービスヘルプデスク
TEL 050-5540-2000
8:30~17:00(年末年始を除く平日)



マダニの感染症にご注意ください

ウイルスを保有するマダニにかまれると、6日から2週間後に、発熱、嘔吐、下痢などの症状が現れ、重症化すると死亡することもあります。

予防のため、山林や草むらなどマダニが生息する場所に入る時は、肌を出さないよう長袖、長ズボン、足を完全に覆う靴、帽子、手袋などを着用しましょう。

飼い犬の散歩後はブラッシングし、犬小屋などは常に清潔に保ちましょう。マダニ忌避剤も有効です。

●吸血中のマダニに気付いたら

つぶしたり、無理に引き抜いたりせず、病院(皮膚科)で処置してください。熱などの症状が出たら、速やかに病院を受診しましょう。



■**問合せ先** 今治保健所健康増進課
TEL 0898-23-2500(代)
FAX 0898-23-2531(代)

東予若者サポートステーション出張相談会

- 日時 5月12日(水)、26日(水)、6月9日(水)、23日(水)
13:00~17:00 ※1人1時間の予約制
- 場所 ハローワークプラザ今治
- 対象 15~49歳で就業していない方または保護者
- 参加費 無料
- 申込先 東予若者サポートステーション
新居浜市市民文化センター 2階
TEL 0897-32-2181
FAX 0897-32-2182
(平日10:00~18:00)

初心者のための～着物着付け教室～

募集

着物とのふれあいを楽しみながら着付けを学べます。ダンスの中で眠っている着物で楽しい時間を過ごしてみませんか。自分で着飾った着物を着てランチに出かけましょう。

- 日時 5月18日(火)~10月19日(火)
第1・3火曜日 13:30~16:00
- 場所 菊間公民館 2階中ホール
- 対象 着物着付けの初心者 ■受講料 2,000円
- 申込先 5月13日(木) 17:15までに菊間地域教育課へ(先着順)申込者が10人に満たない場合または新型コロナウイルス感染症防止のため、中止になる場合があります。
TEL 0898-54-5310
FAX 0898-54-5254

一般曹候補生

- 試験日 5月22日(土)または23日(日)
- 場所 松山市青少年センター ※希望日送迎有り
- 資格 18歳以上33歳未満までの方
- 締切日 5月11日(火)

自衛官候補生

- 試験日 5月29日(土)
- 場所 陸上自衛隊松山駐屯地 ※送迎有り
- 資格 18歳以上33歳未満までの方
- 締切日 5月21日(金)
- 申込先 自衛隊愛媛地方協力本部 今治地域事務所
TEL 0898-33-0038

起業・創業のための

インキュベーションオフィス入居者募集

働きながら起業の準備をしたい方、新たに事業を始める方、事業を始めて間もない方を対象としたオフィスへの入居者を募集しています。

入居者はオフィスの活用のほか、ビジネス支援サービスも受けられます。詳しい内容はホームページをご覧ください。お問い合わせください。

- 締切日 7月2日(金)まで
- 申込先 今治地域地場産業振興センター
TEL 0898-52-4818 (IBIC直通)
TEL 0898-32-3337(代)



令和3年度

今治地方春祭り(継ぎ獅子)中止

催し物

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、令和3年度春祭りでの継ぎ獅子は中止になりました。楽しみにされていた方々には申し訳ございませんが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。
※神社によっては、神事のみ行う場合もあります。

- 問合せ 観光課
TEL 0898-36-1541
FAX 0898-25-2961

第3回

愛媛県青少年オーケストラコンサート

- 日時 5月4日(火・祝) 13:30開場 14:00開演
- 場所 グリーンピア玉川 大ホール
- 内容 ・ジュニアオーケストラコンサート
アイダより行進曲、カルメン行進曲、アニメソングなど
・劉沐雨(ピアノ)によるハイドンピアノ協奏曲第11番の演奏
※マスク着用でお越しください。
- 問合せ 愛媛県青少年オーケストラ協会
TEL 0898-77-3663

今治市国際交流協会からのお知らせ

●初級から学べる英会話講座

実際に役立つ英会話を、外国人講師と一緒に学びませんか。超初心者から中上級者まで、6つのクラスからご自由に選んで、楽しく英語を学んでください。

- 期間 6~11月 隔週(予定)
- 場所 今治市役所 第3別館1階
- 受講料 1講座3,000円(会員は無料)

	クラス(4以外は全12回)	曜日	時間
1	65歳からの超初級英会話	月	13:00~14:00
2	英語でおもてなし(初級)	火	13:45~14:45
3	時事英会話(中・上級)	火	15:00~16:00
4	ママと一緒に幼児えいご(4回) (6・7月予定)	土	11:00~12:00
5	超かんたん英会話(初級)	水	19:00~20:00
6	もっと話そう英会話(中・上級)	水	20:10~21:10

※詳細は電話またはホームページでご確認ください。状況により、オンライン授業になることがあります。

- 申込先 今治市国際交流協会
TEL・FAX 0898-34-5763
Eメール info@iciea.jp



今治市国際交流協会

第22回 かわら館フェスタ2021 ～バラまつり～



- 日時 5月9日(日) 10:00～14:00
- 場所 瓦のふるさと公園かわら館と、その周辺
- 内容
 - ・大輪、中輪、ミニバラが公園内に100種900株咲き誇ります。
 - ・バラ苗の販売 ・ステージイベント など
- 駐車場 無料 (80台)
- 問合せ 瓦のふるさと公園かわら館 (菊間町浜3067)
TEL 0898-54-5755
FAX 0898-54-5754

愛媛FC「マッチシティ今治市の日」

ホームゲーム毎に愛媛県内の各市町が「マッチシティ・マッチタウン」として設定されています。今治市に在住の方は通常よりお得にチケットを購入できます。詳しくはホームページをご確認ください。

- 日時 5月30日(日) 17:00～
- 場所 ニンジニアスタジアム (松山市上野町乙46)
- 対戦相手 水戸ホーリーホック
- 料金 B自由席 高校生以下無料 (通常前売り700円) 一般1,000円 (通常前売り2,100円)
- 問合せ 株式会社愛媛FC
TEL 089-970-0700
FAX 089-970-0701



マッチシティ&タウンチケット

今治市応援選手を応援しよう!



2 DF 浦田 延尚選手



26 DF 渡邊 創太選手

来島海峡大橋 ライトアップ日程

- 点灯日時 日没～21:00
5月1日(土)、2日(日)、3日(月・祝)、4日(火・祝)、5日(水・祝)、8日(土)、9日(日)、15日(土)、16日(日)、20日(木)、21日(金)、22日(土)
- 問合せ ※天候や、諸事情により日程などに変更があります。
本州四国連絡高速道路(株)しまなみ今治管理センター
TEL 0898-23-7250 FAX 0898-23-8708



まちなか広場 ほんからどんどん

- 認知症介護のお悩み相談 (認知症家族の会たんぽぽ)
5月3日(月・祝)、17日(月) 11:00～14:00
- 「笑トレ」健康体操会 (みすか笑いヨガクラブ)
5月6日(木) 14:00～15:15
- まちなかサロン・高齢者レクリエーション
(今治市社会福祉協議会) ※途中15:00からタオル遊び
5月18日(火) 14:00～16:00
- 歌声広場 (Let's sing a song)
5月19日(水) 14:00～16:00
- いろいろ日舞会 (恵容会 扇崎利容教室)
毎週土曜日 13:30～15:30
- 場所・問合せ ほんからどんどん (常盤町2-7-7)
TEL 0898-32-7230
※中止になる場合があります。

いまばり日曜朝市

- 日時 5月9日(日)、23日(日) 8:00～11:00
- 場所 今治商店街アーケード内
- 駐車場 市役所駐車場 (開催時間内は無料)
- 問合せ 今治商店街協同組合 (ほんからどんどん内)
TEL 0898-32-0122 FAX 0898-31-3987

新規出店者を募集中

- 対象 過去に出店されたことがない方
- 出店料 3か月 (朝市6回) 無料
業種によっては、対象外となる場合があります。

姉妹都市 尾道市

東京2020オリンピック聖火リレー 交通規制のお知らせ

5月18日(火)、尾道市で「東京2020オリンピック聖火リレー」が実施されます。

尾道市では、尾道水道沿いのコースに加えて、多々羅大橋の自転車歩行者道でも実施されます。当日は、イラストのとおり交通規制が実施されます。皆様のご協力をお願いします。

- 問合せ 東京2020オリンピック聖火リレー広島県実行委員会
TEL 082-249-0507 (10:00～19:00)

聖火リレー実施のため図の通り交通規制が行われます。

5月18日(火)
14時50分～15時40分



明德短期大学

地域の住民が元気で長生きできる まちにしていきたい

1月19日(火) 高齢者との交流会の開催

本学の野菜畑を活用して近郊農業従事者や高齢者と交流しました。日頃から見守り、支援いただいている方にも参加いただきました。授業で学んだことを発表することにより、普段の食事の大切さや健康長寿への意識も高めることができました。



2月9日(火) 高齢者向けの弁当提供

食物栄養コース、スイーツ・カフェコース、調理師専修科の学生が連携して、「高齢者向けの弁当」を作り、高齢者に自宅で試食してもらいました。



世代の異なる方々との交流は、卒業後の就職先で、調理や菓子づくりの仕事をするための貴重な体験となりました。今後も本学の特徴を生かした取り組みを行っていきます。

■ 問合先 今治明德短期大学
(矢田甲688)
TEL 0898-22-7279
FAX 0898-22-7857



明德短期大学

岡山理科大学

令和3年度 オープンキャンパス開催予定

決定次第、順次ホームページに掲載していきますので、詳細についてはホームページをご覧ください。また、WEB相談会も別途開催予定です。

対面開催

6月6日(日) ※獣医保健看護学科のみ開催
8月1日(日)
22日(日)

※新型コロナウイルスの影響により変更される場合があります。

WEB開催

6月7日(月)~11日(金) 15:00~19:00
8月2日(月)~5日(木) 14:00~19:00
8月23日(月)~27日(金) 15:00~19:00
9月27日(月)~10月1日(金) 15:00~19:00

4期生が入学

4月3日(土)に入学式を挙行了しました。

コロナ禍のため、新入生と教職員のみで行い、獣医学科140人、獣医保健看護学科62人、計202人の入学生が新たな一歩を踏み出しました。

新入生を迎えたことで、約800人の学生数になりました。

■ 問合先 岡山理科大学今治キャンパス
(いこいの丘1-3)
TEL 0898-52-9000
FAX 0898-52-9022



岡山理科大学

今治看護専門学校

ふれあい看護体験

5月12日(水)を含む週の日曜日から土曜日までが看護週間です。その行事として、毎年「ふれあい看護体験」を実施しています。

「衛生的手洗い」「血圧測定」「車椅子移動」「包帯法」を、看護の勉強をしている学生達とふれあいながら体験。高齢化社会を支えていくために、「看護の心」「ケアの心」「助け合いの心」を持つ事が重要です。

手+目=看(看)てまもる(護) 看護の心が、多くの人に届きますように。

本年度は5月15日(土)に実施予定です。
詳しくはお問い合わせください。



■ 問合先 今治看護専門学校
(別室町7-3-2)
TEL 0898-22-6545
FAX 0898-22-6582



今治看護専門学校

希望に胸を膨らませた入学式



4月8日(木)、市内の各小学校、9日(金)には各中学校の入学式が行われ、常盤小学校では男子45人、女子30人、計75人。桜井中学校では男子39人、女子40人、計79人の新入生が学校生活をスタートしました。

お知らせ

みんなのひろば

情報のひろば

子育て

美術館・博物館

図書館だより

けんこう

救急病院

低所得の子育て世帯に対する「子育て世帯生活支援特別給付金」について

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中、国による低所得の子育て世帯に対する支援のための給付金の支給が決定しています。

ひとり親世帯

- 対象 ①～③のいずれかに該当する方
 - ①令和3年4月分の児童扶養手当受給者の方
 - ②公的年金などを受給していることで令和3年4月分児童扶養手当を受給していない方(児童扶養手当支給制限限度額を下回る方に限ります)
 - ③新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当受給者と同じ水準になっている方
- 給付額 児童1人当たり5万円
- 申請先 ②③に該当する方は5月10日(月)から令和4年2月28日(月)までに子育て支援課または各支所へ
※①に該当する方は申請不要です。

住民税非課税の子育て世帯(ひとり親世帯以外)

詳細が決まり次第お知らせします。

- 問合せ 子育て支援課
TEL 0898-36-1529
FAX 0898-32-5211

「子育て世帯生活支援特別給付金」に関して、今治市からATMの操作をお願いしたり、手数料などの振り込みを求めることはありません。

お知らせ

わくわく子育てサロンで遊びませんか?

新型コロナウイルス感染症の影響で休止していた「わくわく子育てサロン」を再開しました。子育て親子同士での交流や情報交換ができる場所です。ぜひご利用ください。

- 日時 毎月第2・4水曜日 10:00～11:30
- 場所 日高公民館 学習室
- 対象 0歳からおおむね3歳までの子どもとその保護者(祖父母可)
- 定員 10組(予約不可)
- 申込先 子育て支援課
TEL 0898-36-1529
FAX 0898-34-1145



年間予定表

パパママ学級に参加しませんか

- 内容 5月19日(水) 13:30～15:45 (受付13:15～)
小児科医師・助産師・管理栄養士・歯科衛生士の講話
5月29日(土) 1部 9:30～10:50 (受付9:15～)
2部 11:15～12:35 (受付11:00～)
沐浴実習・妊婦体験 ※1部、2部のどちらか
- 対象 今治市に住民票のある妊婦とそのパートナー
- 場所 中央保健センター
- 定員 20組
- 持参物 母子健康手帳、筆記用具
- 参加料 無料(要予約)
- 申込先 健康推進課
TEL 0898-36-1533
FAX 0898-32-5511

募集

子育て個別相談

心療内科医師による個別相談を実施します。

- 日時 5月27日(木) 9:00～11:00
- 場所 中央保健センター
- 対象 子育てに悩んだり、不安を感じたりしている方
- 定員 4人程度 ※先着順
- 相談医師 白根野 尚氏(ひねのクリニック心療内科医)
- 申込先 5月21日(金)までに健康推進課へ
TEL 0898-36-1533
FAX 0898-32-5511



村上海賊ミュージアム

愛媛県美術館コレクションによる
「おでかけ美術館」in 村上海賊ミュージアム

瀬戸内海に関連した作品・資料14点を展示。東山魁夷、野間仁根など有名作家に加えて、久留島家に伝来したと言われる江戸時代の甲冑は必見です。

野間仁根バラのミュージアムでも7月25日(日)まで「おでかけ美術館」と連動して企画展「野間仁根が描く瀬戸内海」を開催しています。

- 日時 5月9日(日)まで 9:00~17:00
- 休館日 5月6日(木)
- 料金 無料 ※常設展示は有料
- 問合せ 村上海賊ミュージアム
TEL 0897-74-1065
FAX 0897-74-1085



伝久留島家甲冑 江戸時代
愛媛県美術館蔵

朝倉ふるさと美術古墳館

第32回 朝倉ふるさと美術展

地域の方の絵画・書道・写真・パッチワークや、龍門保育園、朝倉保育園、朝倉小学生の絵画・版画・書道などを展示。

- 日時 5月1日(土)~30日(日) 9:00~17:00
※5月3日(月・祝)~5日(水・祝)は開館
- 休館日 毎週月曜日 5月6日(木)、7日(金)
- 料金 無料
- 問合せ 朝倉ふるさと美術古墳館
TEL・FAX 0898-56-3754

国際博物館の日記念 アイアイ今治ミュージアムDAY
市内文化施設観覧料の割引、無料のお知らせ

「国際博物館の日」の記念事業にあわせ、文化施設において1日観覧料を割引または無料とします。

- 日時 ・5月16日(日) 無料
朝倉ふるさと美術古墳館*・大西藤山歴史資料館・吉海郷土文化センター(野間仁根バラのミュージアム)・村上海賊ミュージアム・上浦歴史民俗資料館(村上三島記念館)・大三島美術館・ところミュージアム大三島・岩田健母と子のミュージアム・伊東豊雄建築ミュージアム ※もともと無料で公開している施設
- ・5月18日(火) 団体割引適用(他との割引併用不可) およびポストカードプレゼント
河野美術館、今治城、玉川近代美術館
- 問合せ 文化振興課 TEL 0898-36-1608 FAX 0898-24-2008

河野美術館

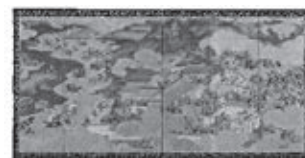
2021今美 第15回 今治美術家作品展

今治美術家協会会員の洋画・日本画・版画・彫刻・工芸・写真・書道の7部門構成による展覧会です。

- 日時 5月16日(日)まで
9:00~17:00(最終日は15:00まで)
- 休館日 5月6日(木)、10日(月)
- 料金 一般310円 高校生以下無料
※5月16日(日)まで館蔵品企画展、常設展観覧可
- 問合せ 河野美術館
TEL・FAX 0898-23-3810

第15回 文化講演会「絵画で読み解く平家物語Ⅱ」

- 日時 6月5日(土) 13:30~15:30
- 場所 河野美術館 4階講演室
- 講師・演題 ・鈴木 彰先生(立教大学教授)
[松平定信、平家物語絵巻をつくる 一下絵の中の物語をよむ]
・龍澤 彩先生(金城学院大学教授)
[源平合戦図屏風を楽しむ]
- 参加料 無料
- 定員 40人
- 申込先 5月7日(金)から9:00~17:00に河野美術館へ電話でお申し込みください。
TEL 0898-23-3810(月曜日休館)



源平合戦図屏風 伝 土佐光起

今治市立中央図書館

令和3年度企画展
「遺跡からの物体X~個性豊かな逸品たち~」

- 日時 6月27日(日)まで
9:30~19:00
- 場所 中央図書館 1階ロビー
- 料金 無料
- 問合せ 文化振興課
TEL 0898-36-1608
FAX 0898-24-2008



玉川町小鴨部出土
「鈴付椀」

美術館・博物館情報 開館日・観覧料・詳しい内容などは各施設へお問い合わせください。

開館時間 9:00~17:00 休館日 月曜日(月曜日が祝日の時は翌平日) ※今治城を除く
料金 高校生以下または18歳未満、障がい者およびその介助者1人は無料(手帳を提示してください)、
65歳以上・団体20人以上の団体割引があります。 ※来場の際はマスクの着用をお願いします。

- 今治城 TEL 0898-31-9233
企画展「令和3年度 新収蔵品展」 開催中
御金櫓常設展「郷土ゆかりの作家たち」 開催中

- 玉川近代美術館 TEL 0898-55-2738
国宝「伊予国奈良原山経塚出土品」春の一般公開
5月5日(水・祝)まで

館蔵品展「新人画会とその時代」
~6月20日(日)

- 河野美術館 TEL 0898-23-3810
館蔵品企画展 武家社会の文雅 6月13日(日)まで

- 大西藤山歴史資料館 TEL 0898-53-2313
甕古墳 いにしへの衣黒山
5月9日(日)まで

- 大三島美術館 TEL 0897-82-1234
館蔵品展「日本画のどうぶつえん」
7月25日(日)まで

- 伊東豊雄建築ミュージアム TEL 0897-74-7220
展覧会「公共建築はみんなの家である」
6月13日(日)まで

中央図書館 TEL 0898-32-0695 FAX 0898-24-2613
 波方図書館 TEL 0898-41-5888 FAX 0898-41-5889

大西図書館 TEL・FAX 0898-53-3622
 大三島図書館 TEL・FAX 0897-82-0506

お知らせ

みんなのひろば

情報のひろば

子育て

美術館・博物館

図書館だより

けんこう

救急病院

📖 新着図書 (中央図書館)

ひとり暮らしで 知りたいことが全部のってる本



主婦の友 編集
主婦の友社

部屋探し・引っ越し、インテリア・収納、家事、お金の管理、防犯・防災・住まいのトラブルなど、ひとり暮らしをする人が知りたい情報をまとめて紹介。

はじめよう!ソロキャンプ



森風美 著
山と溪谷社

道具の選び方から、テントの張り方、たき火の仕方、ソロキャンプで楽しむ料理まで、写真付きでわかりやすく紹介。ソロキャンプの魅力が詰まった一冊。

真実を発見!科学捜査 DNA鑑定から死因究明まで



石澤不二雄 監修
誠文堂新光社

架空の事件を通して、科学捜査について知ることができる児童書。鑑識、科学捜査研究所、法医学研究所などの役割分担と仕事を写真とイラストで詳しく紹介。

📖 イベント 今治歴史講座 (前期)

- 日時 第1回 5月30日(日) 10:30~12:00
「里山は語る・今治城の多様な自然」
第2回 6月5日(土) 10:30~12:00
「日本一美しい海岸・今治」
- 場所 中央図書館 3階視聴覚室
- 内容 今治地域の自然環境の変化や江戸時代からの豊かな今治の生態系の特徴などのお話。
- 講師 今治市環境パートナーシップ会議会長 小澤 潤氏
- 参加費 無料
- 定員 25人 (先着順)
- 申込先 5月7日(金) 9:30から受付開始。直接または電話で中央図書館へ

📖 5月の移動図書館車

日時		場所
5日・19日	水	9:30ごろ 波止浜公民館
		10:30ごろ 近見公民館
		13:30ごろ 日高公民館
8日・20日	土・木	14:10ごろ 乃万公民館
		9:30ごろ 桜井公民館
7日・21日	金	11:10ごろ 国分公民館
		15:10ごろ 鳥生公民館
11日・25日	火	15:10ごろ 関前支所
		10:20ごろ 清水公民館
12日・26日	水	14:20ごろ 富田公民館
		15:10ごろ 立花カルチャーセンター
		10:30ごろ 菊間支所
13日・27日	木	13:30ごろ 玉川支所
		14:30ごろ 朝倉支所
		11:20ごろ 上浦支所
14日・28日	金	13:20ごろ 伯方支所
		14:30ごろ 宮窪支所
		15:30ごろ 吉海学習交流館

📖 イベント バリシップ2021企画展 ～今治の造船の歴史と船舶に関する本の紹介～

- 日時 5月1日(土)~30日(日) 開館時間中
- 場所 波方図書館 波方図書館特別企画コーナー
- 内容 海事都市・今治。「バリシップ2021」開催に合わせ、今治の造船の歴史や船と海をテーマにした本を展示紹介します。

📖 イベント 電子図書館体験day 電子図書館体験会&うごくえほん上映会

- 日程 5月23日(日)
- 場所 中央図書館 3階視聴覚室
- 内容 ①体験会 15:00~15:40 ※事前申し込み
②上映会 16:00~16:50 ※当日申し込み
①タブレットを使った利用体験と電子図書館にある「うごくえほん」の上映会
- 定員 ①10人 ②25人
- 申込先 体験会の申し込みは5月7日(金) 9:30から受付開始。直接または電話で中央図書館へ

📖 5月の休館予定

5月6日(木)、10日(月)、17日(月)、21日(金)、31日(月)

休館期間中の返却はブックポストへお願いします。



健康推進課（中央保健センター） TEL 0898-36-1533 FAX 0898-32-5511

健康診査 詳しい内容は「広報いまばり」4月号の折り込みチラシ（令和3年度今治市健診カレンダー）をご覧ください。
各支所の健診は支所だよりをご覧ください。

月	日	曜日	健診会場	健（検）診科目	特定健診など	肝炎ウイルス検診	前立腺がん検診	大腸がん検診	肺がん検診		胃がん検診	子宮頸がん検診	乳がん検診		腹部超音波検診	骨粗しょう症検診	歯科歯周病検診
									CR	CT			マンモ	エコー			
				料金(円)	★	無料	900	500	700	3,000	1,400	1,200	1,200	2,500	2,200	600	700
6	5	土	中央保健センター		○	○	○	○	○		○	○	○		○	○	
	14	月			○	○	○	○	○		○	○	○		○	○	
	19	土			○	○	○	○	○		○	○	○		○	○	
	23	水	富田公民館		○	○	○	○	○		○	○	○		○	○	
	29	火	中央保健センター		○	○	○	○	○		○	○	○		○	○	
7	6	火	波止浜公民館		○	○	○	○	○		○				○		
	7	水	富田公民館		○	○	○	○	○		○				○	○	

※がん検診無料クーポン券は、5月末ごろ対象の方へ個別に郵送予定です。
対象は子宮頸がん検診20歳女性・乳がん検診40歳女性・大腸がん検診40歳男女（令和3年4月1日現在）。
★特定健診・後期高齢者健診は無料です。30歳代健診は1,000円です。

5月から
集団健診のWEB予約スタート
24時間予約可能です。
ぜひご利用ください。



30歳代の皆さんへ 生活習慣病や、がんは自覚症状がないまま進行してしまいます。早期発見・早期治療のために若いうちから健診を受けましょう！

4か月児健康相談（個人通知あり、各支所は別の日に実施）

5月13日(木)	R 2.12.16～R 2.12.31生
27日(木)	R 3.1.1～R 3.1.15生

1歳6か月児健康診査（個人通知あり、各支所は別の日に実施）

11日(火)	R 1.10.1～R 1.10.31生
--------	---------------------

3歳児健康診査（個人通知あり、各支所は別の日に実施）

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、人数制限をして実施します。対象となるお子さんは、約3週間前に決定します。詳細はホームページをご確認ください。

離乳食講習 ※予約制

26日(水)	10:30～11:00
--------	-------------

こころの健康相談 ※原則、1週間前までに予約（定員4人）

21日(金)	13:30～15:30
--------	-------------

内容 精神科医による対面相談
対象 うつ、統合失調症、認知症などこころの病気で悩んでいる本人と家族
場所 中央保健センター 相談室

デイケア（1週間前までに申し込み）

28日(金)	13:30～15:00		
対象	精神障がいのある方	内容	散歩
場所	中央保健センター	1階運動指導室	
持参物	飲み物、帽子		

家族教室

6月3日(木)	13:30～15:00
対象	精神障がいのある方の家族と本人
場所	中央保健センター
内容	講話「食事とお口の健康について」・座談会

乳幼児および老成人健康相談（老成人は予約制）

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、今年度の各地区公民館での健康相談は中止します。中央保健センターおよび各支所では再開しています。対象の方へは個別通知していますが、ご希望の方はご連絡ください。

- ・新型コロナウイルス感染症の状況などにより、中止または延期となる場合があります。随時、今治市ホームページに掲載します。
- ・中央保健センターでは、電話相談など随時行っていますので、ご希望の方はお問い合わせください。

東予がん患者と家族の会

がん患者自らが平成21年4月に立ち上げた会です。患者本人、家族、遺族の方などがんの情報や悩みを共有しています。ご自由に参加ください。

いまばり町なかがんサロン

日時 5月12日(木)
10:00～15:00
場所 中央図書館

【問合せ先】 東予がん患者と家族の会（すまいるの会） TEL 090-7628-8892（伊藤）

定例会

日時 奇数月 第4土曜日
13:30～15:30（入退場自由）
場所 総合福祉センター 愛らんど今治

今治保健所 **エイズ・肝炎の血液検査・相談…無料・匿名**

TEL 0898-23-2500(代)	毎週火曜日 (祝日、年末年始を除く)	10:00～11:00
FAX 0898-23-2531		

難病相談…予約制	
12日(水)	13:00～15:00

生涯を通じた女性の健康相談…予約制

28日(金)	15:30～16:30 女性の心身の健康に関する相談
--------	-------------------------------

心の問題や精神的な悩み相談…来所相談は要予約
※電話相談は随時行っています。



第1回 健康教室 腸を整える食事

- 日時 5月20日(木) 10:00~13:00
- 場所 平野みらい薬局 2階
(北宝来町2-4-6)
- 内容 腸を整える食事についての話・調理実習・試食
- 定員 6人(先着順) ※事前申し込みが必要
- 受講料 500円
- 申込先 平野グリーン薬局
TEL 0898-36-6043
※マスクの着用をお願いします。



食育の日 献立紹介



たくのきのきんぴら

材 料 (2人分)	ゆでたくのこ	120g
	ニンジン	40g
	油揚げ	10g
	しらす干し	10g
	ごま油	小さじ1
a	濃口しょうゆ	小さじ1
	酒	小さじ1
	砂糖	小さじ1
	白ごま	小さじ1

1人分 エネルギー…89キロカロリー 塩分…0.7g

1日の塩分は 男性7.5g・女性6.5gが目標です!
塩小さじ1杯は6gです。

5月31日は世界禁煙デー

喫煙は、がん、循環器疾患などの生活習慣病の重要な危険因子であり、喫煙者だけでなく、周りの非喫煙者の健康にも影響を及ぼすことから、健康づくりを進めるうえでたばこ対策は重要な課題です。

毎年5月31日は「世界禁煙デー」と定めており、たばこの健康影響について理解と関心を深めるためのイベントやシンポジウムなどが世界各国で行われています。

つくり方

1

油揚げはペーパータオルで軽く押さえる。ゆでたくのこ、ニンジン、油揚げを細切りにする。

3

火が通ったら、②にaの調味料を合わせる。

2

フライパンにごま油を熱し、①としらす干しを炒める。

4

皿に盛り付け、白ごまをふりかける。

しらす干しのうま味、ごまの風味がたくのこのおいしさを引き立ててくれます。

今回のポイント♪



今月の食材『たくのこ』

竹の地下茎から出てくる若芽がたくのこです。掘りたては生でも食べられますが、そうでないものは、ゆでてアク抜きをしてから調理します。

食物繊維が豊富で、便秘の症状を改善してくれます。さら

にコレステロールの吸収を防ぎ、動脈硬化の予防にも役立ちます。

えぐみの元となるシュウ酸などは、時間が経つと増えるため、できるだけ早くゆでて保存しましょう。

■問合先 健康推進課

TEL 0898-36-1533
FAX 0898-32-5511

※平成29年度からのレシビをHPに掲載しています。



市民医学講座 No.194 睡眠時無呼吸症候群

今治市医師会 船水典子

睡眠時無呼吸症候群とは、その名の通り、睡眠中に息が止まる状態を繰り返す病気です。息が止まると体の酸素濃度が低下します。コロナで注目されたパルスオキシメーターで測定すると、60〜70パーセント台まで下がっている方もいます。起きていたら息苦しくてたまらない数値です。体は酸欠状態なので、脳が指令を出して息継ぎをします。これを一晩中繰り返すので、脳も身体も十分に休めず、日中の眠気や倦怠感につながります。いびきをかく方、いびきが止まる方、日中の眠気が強くすぐ居眠りをしてしまう方などは、睡眠時無呼吸症候群の疑いがありますが、何も症状のない方もいます。症状がなければ問題ないかというところ、そうではありません。交通事故を起こす人が多いというデータもありますし、高血圧症や糖尿病などの生活習慣病は、睡眠時無呼吸症候群と関係が深いこともわかっています。高血圧の治療をしているのになかなか良くならないといった時には、睡眠時無呼吸が潜んでいるかもしれません。検査としては、まずは自宅で受けられる簡易検査があります。その検査で異常が疑われる場合は、1泊入院して、無呼吸の程度や血中酸素濃度の状態、眠りの深さなどを調べて診断します。治療は、無呼吸の原因や程度によっても違いますが、CPAP(シーパップ)療法が広く行われています。これは、就寝時マスクを装着し、そこから空気を送り込んで気道を開通させるものです。しっかり検査・治療を受けて、良質な睡眠と健康な体を維持しましょう。

※このコーナーの記事は今治市医師会広報委員会のご協力によるものです。

日	月	火	水	木	金	土
						1 今治第一病院 (8:30~17:30) 医師会市民病院 (17:30~翌8:30)
2 医師会市民病院 あおい小児科 松浦医院 馬越歯科医院	3 県立今治病院 大三島中央病院	4 済生会今治病院 齋藤クリニック	5 瀬戸内海病院 丹こどもクリニック 片山医院	6 白石病院 献血 市民会館前 (10:00~12:00)	7 今治第一病院	8 木原病院 (8:30~17:30) 医師会市民病院 (17:30~翌8:30)
9 医師会市民病院 しのぎき整形外科 ごう歯科医院	10 済生会今治病院	11 県立今治病院	12 今治第一病院	13 白石病院	14 木原病院	15 医師会市民病院
16 瀬戸内海病院 はかた外科胃腸科 羽倉歯科医院	17 広瀬病院	18 済生会今治病院	19 今治第一病院	20 白石病院	21 県立今治病院	22 木原病院 (8:30~17:30) 医師会市民病院 (17:30~翌8:30)
23 医師会市民病院 喜多嶋診療所 藤沢歯科	24 瀬戸内海病院	25 今治第一病院	26 県立今治病院 (8:30~17:15) (22:30~翌8:30) 今治セントラルクリニック (17:15~22:30)	27 済生会今治病院	28 木原病院	29 白石病院 (8:30~17:30) 医師会市民病院 (17:30~翌8:30)
30 医師会市民病院 みぶ小児科 有津むらかみクリニック 博愛歯科小児・矯正歯科医院	31 広瀬病院					

▶病院の都合で変わる場合があります。えひめ医療情報ネットホームページまたは電話案内(TEL 0898-32-3300)でご確認ください。

救急病院

医師会市民病院 TEL 0898-22-7611
今治セントラルクリニック TEL 0898-22-5251
今治第一病院 TEL 0898-23-2000
木原病院 TEL 0898-23-0634

県立今治病院 TEL 0898-32-7111
済生会今治病院 TEL 0898-47-2500
白石病院 TEL 0898-32-4135
瀬戸内海病院 TEL 0898-23-0655
広瀬病院 TEL 0898-47-0100

内科

医師会市民病院 TEL 0898-22-7611

小児科

あおい小児科 TEL 0898-47-0033
医師会市民病院 TEL 0898-22-7611
瀬戸内海病院 TEL 0898-23-0655
丹こどもクリニック TEL 0898-23-3200
みぶ小児科 TEL 0898-23-7525

島しょ部

有津むらかみクリニック TEL 0897-72-3200
大三島中央病院 TEL 0897-82-1111
片山医院 TEL 0897-84-2620
喜多嶋診療所 TEL 0897-72-0250
齋藤クリニック TEL 0897-84-4333
しのぎき整形外科 TEL 0897-73-1221
はかた外科胃腸科 TEL 0897-72-1711
松浦医院 TEL 0897-87-3350

歯科

馬越歯科医院 TEL 0898-22-1208
ごう歯科医院 TEL 0898-34-7123
博愛歯科小児・矯正歯科医院 TEL 0898-22-1124
羽倉歯科医院 TEL 0898-36-5151
藤沢歯科 TEL 0898-32-4619

各病院の電話番号(50音順)



桜

sakura

名物のシダレザクラは毎年多くの見物客が、その勇壮な姿をカメラに収めようと訪れています。夜にはライトアップされた夜桜が楽しめます。

朝倉 無量寺

開山公園



蒼社川

朝倉 緑水公園

五川 湖畔の里

菊間 かわら館

大三島 教善寺



菊間 掌禅寺



編集者の
ひまわり

県内での新型コロナウイルスの感染拡大を受け、4月8日から、県の警戒レベルが最高の「感染対策期」に引き上げられました。これ以上の広がりを防ぐため、市の広報「いまばり」でお知らせしました「NHKのご自慢」や「成人式」など、さまざまな催しが中止・延期になりました。参加者・関係者の皆さまは、開催を大変心待ちにされていたと思いますし、私自身も、皆さんの笑顔をたくさん撮影しようと楽しみにしていたので、非常に残念に思います。

さて、今月号では「親子で初めてのしまなみサイクリング」をお届けしています。「子どもと一緒にサイクリングを楽しみたい」、「子どもにもサイクリングの楽しさを教えてあげたい」と考えられているお父さん・お母さん方も大勢いらっしゃるのではないでしょうか。

風薫る清々しい5月は、サイクリングを楽しむのに絶好の季節です。それが瀬戸内の絶景やおいしい食べ物も満喫できるしまなみ海道なら最高です。ただし、しまなみ海道はアップダウンや合流ポイントなどもあって、十分な安全対策が必要です。小さなお子さんとなら、二人で協力してペダルをこぐ「タンDEM自転車」に乗ってみても楽しいかもしれませんね。

かくいう私は、約半年前に瀬戸田のレモン祭りに行っただけ、自転車に乗っていません。このところ運動不足で、明らかに体重オーバーしています(笑)。気持ちのよいこの季節、私自身、ダイエット目的も含めて、しまなみサイクリングを楽しみたいと思います。