

広報今治

# いまばり

# 2

2023 February

NO.345



よし!

今治に決めた!

移住定住



# 「住みたい田舎」ベストランキング

人口10万人以上20万人未満の  
まちランキングにおいて

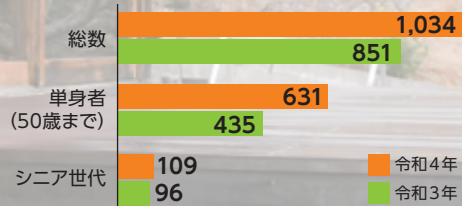


## 今治市が全4部門で 全国1位になりました!

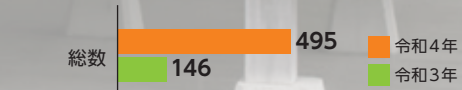


ゆたか  
林 豊さん・かつえさん/大三島  
(柑橘農家、養蜂家、ゲストハウス経営)

### ■ 移住者数 (4~10月)



### ■ 移住相談件数 (4~10月)



前職はコンピューターのプログラムをしていました。けど、40歳くらいになったらやめて、農業やりたいなって思っていて、日本全国、北海道から沖縄まで旅をしながら、友だちになった農家さんのお手伝いをしていました。

沖縄の波照間島に行ったときに知り合った方がサトウキビ農家で三線の先生やっただんです。昼間はサトウキビ刈りをして、夜は三線を教えてもらって、内弟子みたいにしてもらいました。そのまま夜も民宿などで三線を披露したんですよ。そんなある日のお客さんが、ロンドン在住の方で「ロンドンでジャパン

フェスティバルがあるから三線弾きに来たら？」って言ってくれたんです。そして師匠の付き人でロンドンに行き紹介されたのが、大三島のみかん農家の娘さんで「年に1、2か月家に帰ってみかんの収穫の手伝いするから、おいでや」って誘ってくれて初めて大三島に行きました。すごいええとこでびっくりしました。あったかいし、みかんはおいしい。妻にもこんなところがあるんやけどと相談したら、ここやったら住んでもええかもって言うてくれて、そんなら住もうかと住み始めました。

最近では地域ブランドで「宗方印」を作り、宗方の農家さんが作った柑橘や柑橘のジュースを買い取って、代わりに販売しています。2020年(令和2年)には、愛媛県みかんジュースコンクールで東予初のゴールドアワードを受賞しました。



海sora&花結び

今後は「宗方印」を法人化して広げていき、柑橘農家収入の安定を図っていきたい。そうすれば、Uターンも増えるんじゃないかな。

これからはこの地域の周辺環境の整備や保全、景観も守りながら地域の人たち、僕たちも含め、安心して暮らせるようにしていきたいです。



ゲストハウス/海soraアネックス



田舎暮らしの本（移住者向け月刊誌）の大人気企画、第11回「住みたい田舎」ベストランキングが発表されました。

総合部門 **第1位**  
若者世代・単身者部門 **第1位**

子育て世代部門 **第1位**  
シニア世代部門 **第1位**

## 「住みやすいまち」として選ばれました。

1月4日に宝島社から発売された「田舎暮らしの本」の2023年版第11回「住みたい田舎」ベストランキング・人口10万人以上20万人未満のまちランキングにおいて、

若者世代・単身者部門 **第1位**

子育て世代部門 **第1位**

シニア世代部門 **第1位**

総合部門 **第1位** に輝きました。

「移住したくなるまち」や「住みやすいま

ち」を全国671市町村からの回答をもとに、人口別にそれぞれ4部門でランキングされています。昨年は「若者世代・単身者部門」が2位でしたが、今回は1位になり、総合部門で1位に輝きました。

今治市は「市民が真ん中」の理念のもとに、まちづくりを展開しています。特に令和4年度はネウボラ政策（子育ての施策）を充実させると共に、まちなかのにぎわい創出な

ど新たな展開を図ってきました。さらにしまなみ振興局を新設し、移住コーディネーターを配置するなど移住者目線で取り組んできた成果と、移住者が今治市の情報を好意的に発信してくれる状況なども、移住者が移住者を呼ぶ状況を作りました。

日々「住みやすいまちづくり」に努めてきた市民皆さんの努力による成果です。



坂井 巳予さん / 高部 (会社員)

今治は海も山も適度に近く、街中も適度に近い。ほどよく揃っていて、不便にも感じないし、車も渋滞しませんよね。人も優しく、レジの人にも何気ないですけど、目を見てお会計をしてくれます。行きつけの居酒屋さんは「畑で採れた野菜いる?」と言ってくれるし、食べ物もおいしいですよ。特に魚。ブリやハマチが好きだったけど、今治に来てから、アジが好きになりました。あと、タイに味があることにも驚きました。タイは味がなくてタンパクなだけだと思っていましたから（笑）。野菜も新鮮でおいしくて、さいさいきて屋に最初に行った時、冷蔵庫に入りきれないくらい買い込みすぎてしまいました。こんな、ほどよく田舎で、人があったかい今治が大好きです。

お気に入りの場所は菊間の瓦のふるさと公園。カラットの唐揚げや、炊き込みご飯をテイクアウトして公園の展望台で食べています。この展望台に住みたいって思うくらい、絶景なんです。海が見えて、春には、満開な桜の先に駅も見える。あのロケーションが最高です。

ネコが好きなので、今後は保護活動もしていけたらなと思っています。



## 今治の良さをたくさんの人に知ってもらいたい

重信 幹広さん・瑠依さん / 重信 瑠依さん・凧橙くん / 上浦 (レザークラフト経営、しまなみイノシシ活用隊)

もともとは東京でサラリーマンをしていました。30歳くらいになったときに、このままサラリーマンをするか、はたまた自営業に転向するかを考えました。いつでもできるよって言われていますが、始める気力だったり考えると、30歳くらいが分岐点だと思っていました。

しまなみに住みたいって思ったのは、妻に香川であった「瀬戸内国際芸術祭」に連れて行ってもらった時で、初めて瀬戸内海を目の当たりにし、いいところだなあ、こんなところで生活できたらいいなって、そこで初めて具体的に島暮らしをしたいと思うきっかけにつながりました。

当時、全国的にはまだ少なかった地域おこし協力隊の制度を今治市が採用していて、香川ではなかったけれど、同じ瀬戸内で、橋も架かっているところにもメリットを感じて、当時の僕の条件に見合ったのが大三島でした。

現在は夫婦でレザークラフトのお店（Jishac / ジシャク）を経営しています。個人ではイノシシ活用隊に所属して、捕ったイノシシも活用隊に託しています。皮に関しては僕がほぼ100%担当して、レザークラフトに

使用しています。

イノシシによる農業被害が多いですが、イノシシを活用することによって、被害額を上回る収益を出すのに貢献しています。

行った先で長く住めるように四苦八苦しながらも理解して、地元になじんでいけたらいいと思うし、さらに子ども世代にこんな仕事の仕方があるよって直接見て、知ってほしい。それで、これだったらできそうだなって思ったら一度今治を出ても戻ってきてくれるかもしれないし、子育て世代も今治で暮らしたいと思ってもらえるかもしれない。

SNSだけで呼び込んだ「しまなみかぶぬしミーティング」という催しは、極少人数での企画でも170台（オートバイ）の参加があったんです。人を呼び込むことで島の活性化にもつながりますし、このような事例を見てもらい真似してもらって、広げていってほしいと思っています。



カブ好きの人を集めてオフ会を企画



Jishac (ジシャク)







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

東京から移住した重信さん家族に協力いただきました。今治市が「住みたい田舎」ベストランキングで全部門1位に輝き、移住してきた方たちが感じている今治市の魅力についてインタビューをしました。(2、3ページで紹介)

- 2 「住みたい田舎」ベストランキング特集
- 4 令和5年 成人式
- 7 新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ／地域おこし協力隊員紹介
- 8 市役所からのお知らせ  
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の申請はお済みですか?／防犯灯電気料金 補助申請の受け付け／市営住宅補充入居者の募集／電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金申請期限について など
- 13 みんなのひろば
- 14 情報のひろば
- 19 子育て情報
- 22 美術館・博物館ガイド
- 24 けんこうインフォメーション／市民医学講座
- 27 救急病院
- 28 移住者紹介
- 20 | 子育て支援特集
- 23 | 図書館だより

人口・世帯 (令和4年12月末現在)

人口 151,608人 (前月比190減)  
男72,214人・女79,394人  
世帯 75,955世帯 (前月比43減)

ダム貯水率 (1月16日現在)

玉川ダム 61.9%  
うてな台ダム 37.8%

注意

新型コロナウイルス感染症の影響により、本紙に掲載している催し物などが中止・延期になる場合があります。また参加する際は感染対策に協力をお願いします。最新の情報はホームページをご覧ください。

現代の名工 ～受け継がれるものづくり～



宇野 保夫さん



令和4年12月23日(金)、卓越した技能者(現代の名工)に選ばれた、宇野保夫さんが市長を表敬訪問されました。表彰の対象となるのは、金属加工、機械器具組立・修理、衣服の仕立、大工などの職業を分類した全20部門の技能者で、厚生労働大臣によって表彰されます。

宇野さんは大山祇神社の東郷平八郎が残した書物の修復をはじめ、数々の歴史的価値のある表具を修復されています。

「最近はやの文化が多く、洋間にも置ける屏風が作りたかった」との思いで、桜井漆器を使用した屏風を手掛けるなど、表具の魅力を県内外に広く発信されています。



▲桜井漆器を使用した屏風

宇野さんの作品および令和3年に現代の名工に選ばれた越智将人さん(造園工)、渡部一馬さん(鬼師)の作品を市役所1階ロビーに2月末まで展示しています。

## 新型コロナワクチン接種のお知らせ

1月16日現在、新型コロナワクチン接種を無料で受けられる期間は**3月31日まで**と国が定めています。接種を希望する方は、計画的に接種予約を行ってください。



オミクロン株対応ワクチン接種(12歳以上3~5回目)については、お手元の接種券で予約ができます。個別医療機関および集団接種会場で十分な予約枠を設けていますが、ワクチンの在庫にも限りがありますので早めの予約をオススメします。

コールセンター

TEL 0120-567-040

〈受付時間〉平日、休日問わず9:00~19:00 WEB予約はこちら



詳しくはホームページ(下記QRコード)を確認ください。



12歳以上  
オミクロン株対応  
ワクチン接種



5歳以上11歳以下  
(小児接種)



生後6か月以上  
4歳以下  
(乳幼児接種)

## 新型コロナウイルス感染拡大防止のお願い

### 医療機関の適正受診

#### 重症化のリスクが低い方は

- 国が承認した検査キットを使用して検査を行ってください。陽性の場合、陽性者登録センターに登録し、自宅療養をお願いします。



陽性者登録  
センター

- 症状が軽い場合は、休日・夜間は無理に医療機関を受診せず**平日・日中に受診**をしてください。



- 抗原検査キット(国が承認したもの)や、市販薬(解熱鎮痛剤など)の事前準備をお願いします。

### 感染回避行動の徹底

- こまめな換気の習慣化
- 会食ルールの徹底(長時間を避け、羽目を外さず感染対策を守って実施)
- オミクロン株対応ワクチンの早期接種 など



ウィズコロナ時代に対応した行動変容をお願いします。



## 今と未来を同時に作る

観光課  
いしづか  
石塚

たくみ  
拓海さん

学生の頃から瀬戸内海に惹かれており、旅行にはよく来ていました。コロナ禍で銀行員を2年経験した後、いっそのこと瀬戸内海に飛び込んで働きたいと考え、移住の選択肢を模索していた際、地域おこし協力隊の募集を見つけました。そしてご縁があり昨年4月に移住してきました。

現在は桜井地域の催しや、地元の方々と共に桜井地域を活性化するための活動に取り組んでいます。



地域の催し

また協力隊の卒業生が運営する商店街のプログラミング塾にてスタッフとして従事しています。加えてeスポーツを用いた共生社会の実現を目指すプロジェクトにも参加しており、おかげさまで忙しい日々を送らせていただいております。

今後は趣味であるサウナを桜井で作し、桜井の石風呂文化を伝えつつ、人々が集まれる場所を作りたい、そして塾講師の経験を生かし「現代の寺子屋」を作り「今楽しめる場所作り」と「未来の種作り」に取り組



プログラミング教室  
「プログラミングA GO! GO!」での授業風景

たいと思います。

まだまだやりたいことがあるので駆け足で活動していきます。そして何より、自分が楽しむことを忘れずに。



eスポーツ先進地視察(大阪)



大島で自作した  
モルックのキット

■ 問合先 観光課

TEL 0898-36-1541 FAX 0898-25-2961

## 2月の納税

固定資産税	第4期
国民健康保険税	第8期
介護保険料	第8期
後期高齢者医療保険料	第8期

納期限は**2月28日(火)**  
 口座振替は**納期限の日**です  
 預金残高を確認ください

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。

- 問合先 市税・介護保険料について 納税課  
 TEL 0898-36-1512  
 FAX 0898-31-3181  
 後期高齢者医療保険料について 保険年金課  
 TEL 0898-36-1520  
 FAX 0898-32-5211(代)

## 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

## 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の申請はお済みですか?

国による低所得の子育て世帯を支援するための給付金の支給を行っています。申請期限を過ぎると給付金の受け取りができなくなります。**必ず期間内に申請をお願いします。**

■対象 平成16年4月2日(一定の障がいのある児童は平成14年4月2日)以降に生まれた児童を養育している方で、次のいずれかに該当する方(すでに受給済みの方は対象外)

### ■ひとり親世帯以外分

- 令和4年度住民税均等割が非課税の方
- 新型コロナの影響を受けて家計が急変するなど、収入が住民税均等割が非課税の方と同じ水準の方

### ■ひとり親世帯分

- 公的年金等を受給していることで、令和4年4月分児童扶養手当の支給を受けていない、または児童扶養手当を申請していない方
- 新型コロナの影響を受けて家計が急変し、収入が児童扶養手当を受けている方と同じ水準の方

■申請先 **2月28日(火)までに、こども未来課または各支所へ**  
 TEL 0898-36-1529  
 FAX 0898-34-1145

## Jアラート全国一斉試験放送について

**2月15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。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



## FC今治 新スタジアムついにオープン!



1月29日(日)、FC今治の新スタジアム「今治里山スタジアム」がオープン。

ドッグランやカフェ(4月オープン予定)など、サッカーだけではなく、365日多様な人が集まれる場所です。

皆さんもぜひ今治里山スタジアムに行きましょう。

最新情報はFC今治公式ホームページにて



ホームページ

■問合先  
 FC今治  
 TEL 0898-31-8701  
 FAX 0898-31-8702



## 弁護士法律無料相談 (1人20分)

- 日時 2月15日(水) 13:00～ ■相談時間 1人20分
- 場所 市役所 第2別館8階
- 予約申込 2月7日(火)は吉海支所、2月8日(水)は第1別館10階101会議室へ  
※12:30から抽選をしますので、12:15から12:30までに来庁ください。  
※代理可・電話での受け付けはしません。
- 抽選方法 本人または代理人による抽選の上、11人決定(吉海支所の2人までを含めた11人)
- 問合せ先 市民が真ん中相談センター  
TEL 0898-36-1531 FAX 0898-32-5211(代)

## 行政無料相談

- 日時 2月8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。
  - 問合せ先 市民が真ん中相談センター  
TEL 0898-36-1531 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。2月1日(水)以降に、市民が真ん中相談センターまで問い合わせください。

## 人権無料相談

### 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

- 問合せ先 松山地方法務局今治支局(旭町1-3-3)  
TEL 0898-22-0855 FAX 0898-22-0667

### 特設相談

月日	時間	場所
2月13日(月)	13:00～15:00	総合福祉センター
27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問い合わせください。

- 問合せ先 市民参画課 人権啓発室  
TEL 0898-36-1521  
FAX 0898-32-5211(代)



人権相談

## 人権擁護委員に相談ください

1月1日付けで、大谷清子氏、越智ゆかり氏、長野隆一氏、檜垣孝之氏が法務大臣から委嘱されました。

今治市では、現在27人の人権擁護委員が活動しています。暮らしの中の悩みや心配事、困り事のある方は、人権擁護委員に相談ください。(相談無料、秘密厳守)

- 問合せ先 松山地方法務局今治支局  
TEL 0898-22-0855  
FAX 0898-22-0667

## 家計相談会 毎月第4水曜日開催 要予約

家計の収支や金融商品の見直し、ライフプランの相談など、日本FP協会から派遣されたファイナンシャルプランナーに相談ください。

- 日時 2月22日(水) 13:00～17:00  
(1人あたり相談時間45分まで/相談無料)
- 場所 市民が真ん中相談センター(市役所 第1別館1階)
- 対象 市内在住の方
- 申込先 2月15日(水)までに電話、または右記の申込フォームから  
市民が真ん中相談センター  
TEL 0898-36-1531  
FAX 0898-32-5211(代)



申込フォーム

## 今治市・愛媛県よろず支援拠点共催 経営相談会 毎月第4土曜日開催 要予約

売り上げが減って困っている、集客力を高めたい、各種補助金の申請方法を教えてほしいなど、経営に関することを相談ください。

- 日時 2月25日(土) 10:00～14:00  
(1人あたり相談時間50分まで/相談無料)
- 場所 市民が真ん中相談センター(市役所 第1別館1階)
- 対象 新型コロナウイルスなどの影響で経営に困っている事業者の方
- 申込先 2月17日(金)までに電話、または右記の申込フォームから  
市民が真ん中相談センター  
TEL 0898-36-1531  
FAX 0898-32-5211(代)



申込フォーム

## 人権について考えよう「障がいのある人と人権」

障がいのある人にとってのさまざまな「バリア」を取り除き、自立や社会参加をしやすいように整えることが「バリアフリー」です。これまでも物理的バリア、制度的バリア、文化・情報面のバリアなど、さまざまなバリアフリーの取り組みがなされてきました。

しかし、いまだに障がいに対して無関心な人がいることも事実です。そうした意識が、障がいのある人の自立や社会参加への大きなバリアとなっているのではないのでしょうか。

誰もが社会の一員として互いに人格と個性を尊重し支え合う「共生社会」を実現する上で、障がいについて正しく理解することは、何よりも重要です。

- 問合せ先 市民参画課 人権啓発室  
TEL 0898-36-1521  
FAX 0898-32-5211(代)

## こころの健康、お悩み相談

もし、悩みを抱えていたら、相談してみませんか?心理カウンセラーが話をお聞きます。

- 日時 2月9日(木)、21日(火)  
9:00～12:00、13:00～17:00
- 場所 市民が真ん中相談センター(市役所 第1別館1階)
- 相談方法 対面、電話相談 ※事前予約可、予約優先
- 申込先 相談日前日までの8:30から17:15に市民が真ん中相談センターへ  
TEL 0898-36-1531  
FAX 0898-32-5211(代)

# マイナンバーカード申請・交付手続き マイナポイント 第2弾 設定支援休日開催のお知らせ



マイナポイント  
設定支援窓口



マイナンバーカード  
総合サイト

- 日時 2月5日(日)、12日(日)、26日(日) 8:30~12:30
  - 場所 市民課(市役所 本館1階)
  - 内容
    - ・マイナンバーカードの手続き全般
    - ・マイナポイント第2弾設定支援(マイナンバーカードを2月末までに申請した方が対象)
- ※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。
- ※交付(受け取り)の方は、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ください。

マイナポイント(第2弾)設定時に必要な物 ※健康保険証不要



キャッシュレス決済サービス  
および公金受取口座の

- ・マイナンバーカード
- ・通帳またはキャッシュカード

■問合せ 市民課  
TEL 0898-36-1532  
FAX 0898-32-1020



## 鴨池海岸公園 自動販売機設置者募集

- 設置場所 鴨池海岸公園(大西町九王甲1168)
- 申込先 2月1日(水)から17日(金)17:00までに応募申込書(公園緑地課配布またはホームページからダウンロード)に必要書類などを添えて、公園緑地課へ  
TEL 0898-36-1563  
FAX 0898-32-5211(代)



公園緑地課

## 令和5年度分を募集します 今治市公式ホームページバナー広告

年間約180万件のアクセスがあり、市内の皆さんを中心に多くの方に親しまれています。

- 掲載場所 今治市公式ホームページの下枠内
- 掲載料 月額15,000円(年間180,000円)
- 募集数 10枠程度(1枠 縦70×横150px、容量6kb以下)  
※申し込みをした翌々月から掲載開始。10枠に満たない場合は随時募集
- 申込先 2月1日(水)から15日(水)までの平日8:30~17:15に秘書広報課へ  
TEL 0898-36-1634  
FAX 0898-32-5211(代)

## 防犯灯電気料金 補助申請の受け付け

自治会などが道路、広場などに設置している防犯灯の令和4年分(1月~12月分)の電気料金の9割を補助します。(電力会社と「公衆街路灯」契約を結んでいるものに限る)

2月13日(月)~ 3月 3日(金)	9:00~16:00 (平日)	市役所(第1別館9階 191会議室)または各支所
2月20日(月)		桜井公民館
21日(火)		国分公民館
22日(水)		日高公民館
24日(金)	9:30~13:00	乃万公民館
27日(月)		波止浜公民館
28日(火)		富田公民館
3月 1日(水)		清水公民館

- 持参物 ①電気料金払込証明書や、電気料金等振込金受領証など  
※通帳での受け付けはできません。
- ②申請書、請求書、計算用紙  
※前年度申請者に送付しています。新規に申請される場合は問い合わせください。
- ③振込先の通帳
- 問合せ 市民参画課  
TEL 0898-36-1530  
FAX 0898-32-5211(代)

## 市営住宅補充入居者の募集

この募集は、市営住宅の空き家に入居案内する順番をあらかじめ決めておくものです。

詳しくは2月22日(水)から、申し込み先でお渡しする「入居申込案内」またはホームページを確認ください。

- 申込先 3月1日(水)から13日(月)までに住宅管理課または伯方・関前支所へ  
TEL 0898-36-1567  
FAX 0898-32-5284



住宅管理課

## 全日本ろうあ連盟創立70周年記念制作 映画「<sup>え</sup>咲む」上映会のお知らせ

若いうちの女性が障壁を乗り越えながら、地域の人々と交流し、障がいの有無に関係なく生きる姿を描いた作品。

- 日時 2月19日(日) 開場12:00 上映13:15~
- 場所 公会堂
- 駐車場 市役所、中央公民館 ※台数に限りがあります。
- 定員 300人(予定) ※事前申し込みが必要です。
- 鑑賞料 無料
- その他 字幕・音声ガイド機能付きで上映(UDキャスト対応)
- 問合せ 今治市障がい者団体連合会  
TEL 0898-48-3477 FAX 0898-47-3629  
障がい福祉課  
TEL 0898-36-1527 FAX 0898-32-5267

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

# 税の申告はお早めに 市・県民税(国民健康保険税)申告は3月15日(水)まで

## 申告が必要な方

令和5年1月1日現在、今治市内に居住し、令和4年1月1日から令和4年12月31日の間に以下の所得があった方

- ・事業所得(営業などの所得・農業所得)
- ・給与所得 ・年金所得 ・不動産所得など

## 申告が不要な方

- ・令和4年分の所得税の確定申告書を提出される方
- ・給与所得のみの方で、勤務先で年末調整を受け、勤務先から今治市へ給与支払報告書が提出されており、各種控除の追加や変更がない方
- ・公的年金などに係る所得のみの方で、各種控除の追加や変更がない方
- ・令和4年中に所得がなかった方(国民健康保険や介護保険に加入している方、児童扶養手当を受給している方、所得(課税)証明書などの発行が必要な方は申告が必要)

## 申告受付会場・日程

2月17日(金) 波止浜公民館	2月22日(水) 清水公民館
20日(月) 乃万公民館	24日(金) 富田公民館
21日(火) 日高公民館	27日(月) 桜井公民館
3月1日(水)~15日(水) 市役所 第2別館11階 特別会議室	

- 時間 公民館 9:30~15:30  
市役所 8:30~17:15(平日)  
※3月15日(水)は8:30~15:30

2月17日(金)から27日(月)まで職員が各地域の公民館に出張しますので、市役所での申告・相談はご遠慮ください。

- 問合先 市民税課  
TEL 0898-36-1510  
FAX 0898-32-5211(代)

## 申告に必要なもの

- 令和4年中の収入がわかるもの(年金・給与などの源泉徴収票、給与明細、自営の方は帳簿など)

※事業(営業・農業など)や不動産の収入がある方は、領収書を科目別に集計しておくなど事前に書類を整理し、収支内訳書を作成しておいてください。

- 社会保険料の支払金額がわかるもの(国民健康保険税、介護保険料、国民年金保険料など)

- 医療費控除を申告される方は「医療費控除の明細書」

※支払った医療費の領収書の合計額を個人・支払先別に計算し「医療費控除の明細書」を作成しておいてください。

※医療費控除額=(支払った医療費-保険などで補てんされる額)-(所得の5%または10万円のどちらか低い金額)

- 医療費控除の特例(セルフメディケーション税制)を受ける方は「同税制の明細書」・健康診断などの結果通知表など

- 生命保険料(一般分・個人年金分・介護分)や地震保険料などの申告用控除証明書

- 障害者控除を受ける方は、障害者手帳、療育手帳や障害者控除対象者認定書など

- 寄附金控除を受ける方は、寄附金受領証など

- 申告される方の個人番号(通知)カード(マイナンバーカード)

- 配偶者控除、扶養控除など(16歳未満扶養を含む)を受ける方は、対象となる方の個人番号(通知)カード(マイナンバーカード)

- その他 所得の計算に必要な書類、口座情報(本人名義)がわかるもの(所得税の還付を受ける方のみ)

※申告書は会場に用意しています。やむを得ず申告会場や市役所へお越しいただけない方は、市民税課または各支所に相談ください。

## 申告会場でのお願い

- ・受付票の記入 ・マスクの着用 ・手指の消毒 ・体温測定
- ・混雑時間帯を回避しての申告(例年の混雑時間帯は各日開始時間から正午までおよび、3月1日から5日まで)

## 名義変更・廃車の手続きはお早めに

### 原動機付自転車・軽自動車の届け出について



軽自動車税種別割は、4月1日現在の所有者に対して、1年分の税金が課税されます。登録変更が必要な方は、早めに手続きをお願いします。しばらく乗らない場合でも、所有し続けるときは廃車手続きを受け付けできませんのでご注意ください。

※4月2日以降に廃車にしても、その年度は課税されます。

※盗難などの場合にも、盗難届出証明書などの必要書類を持参し、早めに届け出てください。

※最初の新規検査から13年を経過した三輪および四輪以上の軽自動車については税率が上がります。詳しい税額はホームページを確認ください。

※公道を走らない乗用装置のあるトラクタ、フォークリフトなどの小型特殊自動車も軽自動車税種別割の課税対象です。

新しく取得した場合や、現在お持ちの小型特殊自動車にナンバーが付いていない場合は、ナンバープレートの交付を受けてください。

## 届出先

### 市民課または各支所

- ・原動機付自転車(125cc以下)
- ・小型特殊自動車(農耕作業車含む) ・ミニカー

### 四国運輸局 愛媛運輸支局

TEL 050-5540-2076

- ・軽二輪(125cc以上250cc以下)
- ・二輪小型自動車(250cc以上)

### 軽自動車検査協会 愛媛事務所

TEL 050-3816-3124

- ・軽三輪自動車 ・軽四輪自動車

## 問合先

市民税課  
または各支所  
TEL 0898-36-1510  
FAX 0898-32-5211(代)



市民税課

## 行政改革推進審議会委員の募集

- 任期 令和5年4月1日～令和7年3月31日(2年間)  
※平日の昼間に年5回程度
- 定員 若干名
- 応募先 2月1日(水)から15日(水)17:15までに(必着)応募用紙(人事課配布またはホームページからダウンロード)、「行政改革に関する意見」と題した800字程度の小論文(様式自由)を持参、郵送、ファクス、メールのいずれかで人事課行政経営室(〒794-8511 住所不要)へ  
※選定結果は3月中旬ごろ通知  
TEL 0898-36-1504  
FAX 0898-32-5211(代)  
Eメール gyousei@imabari-city.jp



附属機関等会議情報  
結果のお知らせ

## 「高齢者の暮らしに関するアンケート」について

令和5年度に「第9期今治市高齢者福祉計画及び介護保険事業計画」を策定します。地域の抱える課題などを特定するため「高齢者の暮らしに関するアンケート」を実施しますので、協力をお願いします。

- 調査対象 1月1日現在で無作為に抽出した65歳以上(要介護1～5以外)の高齢者の方 4,000人
- 調査方法 対象者には調査票を郵送しますので、必要事項を記入の上、返信用封筒(切手不要)で2月14日(火)までに返送ください。
- 問合せ 介護保険課  
TEL 0898-36-1528  
FAX 0898-34-5077

## 電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金 申請期限について

- 対象 ①令和4年度非課税世帯  
支給対象の世帯には申請書を送付していますが、世帯の状況により住民税の申告などの手続きが必要になる場合があります。  
②家計急変世帯  
令和4年1月から令和4年12月までの収入が予想せず急変し、同一世帯に属する方全員の1年間の収入見込額が住民税非課税に相当する額以下となった世帯の方。  
※①、②を重複して受給することはできません。
- 申請先 **2月28日(火)までに今治市電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金窓口(市民会館)へ**  
※2月13日(月)から本庁第2別館9階に移転します。
- 問合せ 今治市電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金コールセンター  
TEL 0898-36-1652  
(平日 8:30～17:15)



福祉政策課

## 第2弾今治市飲食店プレミアムクーポン事業の延長について

新型コロナの影響により、3月31日(金)まで期間を延長(販売・利用ともに)します。詳しくはホームページを確認ください。

- 問合せ 第2弾今治市飲食店プレミアムクーポン事務局(株式会社ハラプレックス)  
TEL 0898-48-5514  
産業振興課  
TEL 0898-36-1540



プレミアムクーポン事業について

## 思い出が詰まった大切な家を生かす方法

# 空き家バンクに相談ください(事前予約制)

### 空き家を売りませんか?貸しませんか?

大切な家の活用方法を一緒に考えます。次の日程で相談会を開催しますので、事前に各支所で予約して相談ください。相談の結果、本相談に進んだ場合には、次の書類を地域振興課へ提出してください。

- 必要書類 ①物件の概要 ※様式は支所にあります。  
②その他、事前相談で準備をお願いする書類

日時	相談場所	連絡先
2月 8日(水) 13:30～15:30	玉川支所	TEL 0898-55-2211
15日(水) 13:30～16:00	関前支所	TEL 0897-88-2111
16日(木) 14:00～16:00	宮窪支所	TEL 0897-86-2500
21日(火) 10:00～12:00	上浦支所	TEL 0897-87-3000
22日(水) 14:00～16:00	大西支所	TEL 0898-53-3500
3月 1日(水) 9:30～11:30	伯方支所	TEL 0897-72-1500
8日(水) 14:00～16:00	菊間支所	TEL 0898-54-3450
22日(水) 10:00～12:00	大三島支所	TEL 0897-82-0500

- ※予約がない場合は実施しないことがあります。
- ※地域振興課でも相談できますが、必ず事前に予約をお願いします。予約がない場合、相談を受け付けできないことがあります。

### 売れる物件?

宅地建物取引業者に判断してもらいます。業者がわからない場合は、相談日に市が紹介することもできます。

### どう売るのが?

不動産の取り引きは、宅地建物取引業者を通じて行うことをお勧めします。手数料はかかりますが、安全な取り引きができます。また、手数料は、特別に必要な経費(依頼者が頼んだ広告など)以外は、契約が成立したときに支払う成功報酬です。

(例) 売買価格500万円の物件の媒介契約の場合  
売主が支払う手数料の上限は  
23万1,000円(税込)です。

### 誰が相談できるの?

不動産の所有者(相続人などを含む)や、その家族です。

- 問合せ 地域振興課  
TEL 0898-36-1514  
FAX 0898-32-5211(代)





## 未来の日本代表へ

令和4年12月11日(日)、ありがとうサービス。夢スタジアムで、宝くじスポーツフェア「ドリームサッカーin今治」を開催しました。

サッカー日本代表のOBが集まり、小学4年生から6年生までの少年少女を対象としたサッカー教室の後、地元選抜チームと親善試合「ドリームゲーム」が行われ、会場からは大歓声が上がっていました。



## 寒空の下、今治タオルのたすきをつなぐ

令和4年12月18日(日)、市営補助グラウンドで第10回今治タオルリレーマラソンを開催しました。子どもから大人まで全13チーム209人が参加し、1周400メートルのコースを計50周のリレー形式で総距離20キロを全チーム完走しました。

かけっこ今治クラブが2位と5分の差をつけ、1時間1分11秒のタイムで優勝。参加者からは「しんどい!でも楽しい!」との声が聞こえ、会場は熱気に包まれていました。



大人も子どももなく、全員真剣勝負!



## 自由と平和の鐘

令和4年12月23日(金)、市役所前に新たなモニュメント「自由と平和の鐘」が贈呈され、お披露目式が行われました。

今治ライオンズクラブから贈られたモニュメントは高さ約3メートル、幅も約3メートルあり、毎日12時、15時、18時に鐘が鳴り、17時以降にライトアップされます。

中村浩治会長は「35年前に設置された前モニュメントの思いも引継ぎ、市民の皆さまがほっこり安らげる憩いの場所になってほしい。世界情勢が厳しい中、この鐘を見て自由と平和に思いをはせていただけたらうれしいです」と語りました。



SETOUCHI MINATO  
Marché  
せとうちみなとマルシェ

## せとうちみなとマルシェ

瀬戸内の美味しいものが大集合し、最大100店舗が出店する海辺のマルシェ

次回開催日

2月12日(日)・26日(日)

9:00~14:00開催

今治港みなと交流センターはーぱりー



お知らせ

## サンライズ糸山 臨時休館のお知らせ

施設の保守点検および清掃のため、全館休館します。

- 期間
  - 宿泊 2月12日(日)20:00～16日(木)
  - レストラン (風のレストラン) 2月13日(月)～16日(木)
  - 別棟 レンタサイクル (しまなみジャパン) 中央レンタサイクルのみ対象 2月13日(月)のみ休業 (返却のみ受け付けします。トイレの使用はできません)
- 問合せ
  - サンライズ糸山
  - TEL 0898-41-3196
  - しまなみジャパン (尾道)
  - TEL 0848-22-3911

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

## 不動産取引無料相談

- 日時 2月17日(金) 10:00～13:00 (受付は12:30まで) ※毎月第3金曜日
  - 問合せ (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
- ※新型コロナウイルス感染拡大防止対策として当面の間、直接対面はせず、電話のみの対応になります。当日は電話で問い合わせください。



## 労災職業病無料健康相談会

労災職業病・労災補償の説明を行います。(個別相談あり) 電話での相談も受け付けています。

- 日時 2月22日(水) 13:00～15:00
- 場所 市民会館 中会議室
- 対象 仕事が原因で体を悪くされた方
- 持参物
  - 職歴の分かるもの (厚生年金や雇用保険の記録)
  - 事業所健康診断の記録など
  - 石綿健康管理手帳・じん肺健康管理手帳 (お持ちの方のみ)
- 問合せ 全日本建設交運一般労働組合 愛媛県本部 (平日 9:00～17:00) TEL 089-976-5550 FAX 089-970-2820

## 「第17回 俳句キッズわくわくコンテスト」 温かい辛口先生 夏井いつき氏を迎えて

市内の小学校26校4～6年生が参加した、句題「色(いろ)」についての俳句から俳人 夏井いつき氏が選句した作品の表彰式が行われます。

- 日時 3月11日(土) 13:30～15:00
- 場所 市民会館 2階大会議室
- ※入場はコロナ禍のため、受賞関係者に限ります。
- 問合せ 国際ソロプチミスト今治 (田中) TEL・FAX 0898-23-0601

## 相続登記はお済みですか月間 相続に関する無料相談

相続登記、遺言、遺産分割協議などに関する悩みを相談しませんか。

- 日時 2月1日(水)～28日(火)
  - 場所 市内の司法書士事務所
  - 問合せ 愛媛県司法書士会 今治支部 (長野) TEL 0898-35-0530 FAX 0898-35-0532
- ※愛媛県司法書士会ホームページで会員名簿を確認ください。



愛媛県 司法書士会

## バリッと元気ドック

愛媛県厚生連健診センターで実施する人間ドックは市から助成を受けることができます。

- 期間 4月4日(火)～令和6年2月29日(木)
- 場所 愛媛県厚生連健診センター
- 対象 愛媛県国民健康保険加入者 (40歳～74歳) または 後期高齢者医療保険加入者の方
- 料金
  - 基本コースの場合
 

検査費用	助成金	自己負担金
40,150円	-22,623円	約17,600円
  - 女性プランの場合
 

検査費用	助成金	自己負担金
46,200円	-31,333円	約14,900円
- 問合せ 愛媛県厚生連健診センター TEL 0120-874-702

## 島しょ部一斉法律相談会

司法書士による法律相談会(無料)を開催します。

- 日時 2月18日(土) 10:00～15:00
- 場所 大三島公民館、宮窪公民館
- 内容 対面相談(事前予約制)、電話相談
- 申込先 2月16日(木)までに愛媛県司法書士会へ (平日 10:00～16:00) TEL 089-941-8065 FAX 089-945-1914

募集

## 東予学舎 入舎生募集

- 対象 愛媛県出身または縁があり、東京および周辺の短期大学、専門(専修)学校、大学に在学または入学見込みの男子学生
  - 交通 京王線西調布駅より徒歩7分(東京都調布市)
  - 施設概要 鉄筋コンクリート造4階建
  - 募集人数 15人
  - 寮費 月額6万5千円(2食付) ※入舎前納付金10万円
  - 申込先 3月25日(土)までに必要書類を公益財団法人 東予育英会へ TEL 042-488-6261
- ※応募用紙は東予地区各高校の教務課または本会に請求か、ホームページからダウンロードしてください。



東予学舎

## 令和5年度 今治市奨学生募集

応募資格など詳しくはホームページを確認ください。

- **貸付金額** 月額 高校12,000円、大学30,000円
- **返還方法** 貸付終了後1年後から大学は10年以内、それ以外は8年以内に全額返金(無利子)
- **採用者数** 令和5年度進学予定者  
高校15人程度、大学25人程度
- **申込先** 2月1日(水)から3月6日(月)までに申請書と必要書類を教育大綱推進課または各支所へ  
※申請書は教育大綱推進課または各支所、市内中学校、高校、市のホームページから入手できます。  
TEL 0898-36-1611  
FAX 0898-25-1700(代)



教育大綱推進課

## アーチェリー教室

2028年開催のロサンゼルスオリンピックを目指しませんか。

- **日時** 2月19日(日) 13:00~16:00
- **場所** サン・アビリティーズ今治 グラウンド
- **対象** 小学3年生から中学2年生まで
- **定員** 20人(先着順)
- **参加費** 500円(保険料含む)
- **申込先** 2月12日(日)までに氏名、性別、学校名、学年、身長、保護者氏名、連絡先(住所、電話番号)を記入の上、メールで愛媛県アーチェリー協会(安野)へ  
TEL 090-9555-5774  
Eメール yasuno.michikazu@gmail.com

## 松山東高等学校通信制課程生徒募集

出願資格など詳しくはホームページを確認ください。

- **説明会** 2月1日(水)、12日(日)、26日(日)、3月24日(金)  
※入学を希望される本人に直接説明し、願書を手渡しています。
- **場所** 松山東高等学校(松山市持田町2-2-12)
- **出願期間** ・新入学 1次 2月14日(火)~3月6日(月)必着  
2次 3月22日(水)~4月3日(月)必着  
・編入学 2月14日(火)~3月10日(金)必着  
・転入学 3月13日(月)~20日(月)必着
- **申込先** 松山東高等学校 通信制課程  
TEL 089-945-0131



松山東高等学校  
通信制課程

## IBICスペシャルセミナー 「伝わる文章・わかりやすい文章の書き方」

言葉のチカラを強化して、伝わる文章、わかりやすい文章の書き方の秘訣の講演です。

- **日時** 2月21日(火) 14:00~16:30
- **場所** 今治地域地場産業振興センター 4階第1研修センター
- **講師** 伝える力(話す・書く)研究所所長 山口 拓朗氏
- **定員** 50人 ■ **参加費** 無料
- **申込先** 2月17日(金)までに今治地域地場産業振興センターへ  
TEL 0898-32-3337  
FAX 0898-32-8589  
TEL 0898-52-4818 (IBIC直通)



IBIC  
スペシャルセミナー

## 公共職業訓練生 4月期生募集

再就職を希望する方を対象に、新たな技能・技術および専門知識を身につけるため、職業訓練を実施します。

- **募集科目** ・機械CAD/NC科 ・溶接ものづくり科  
・電気設備技術科 ・住宅・福祉リフォーム科
- **訓練期間** 4月5日(水)から6か月間
- **対象** 雇用保険受給資格者などの求職者の方でハローワークの受講指示・推薦を受けられる方
- **受講料** 無料(教科書、作業服などの自己負担あり)
- **申込先** 2月27日(月)までにポリテクセンター愛媛へ  
TEL 089-972-0329  
FAX 089-972-0959



ポリテクセンター愛媛

催し物

## 人権啓発劇「101」

- **日時** 2月11日(土) 14:00~16:00
- **場所** 中央公民館 4階大ホール
- **内容** 市内の教職員を中心とした人権啓発劇  
水平社創立100年、何を学んできたか、生きやすい社会のための次の一歩を考えます。
- **出演** みんなで人権を考える会「ころん」
- **入場料** 無料
- **駐車場** 中央公民館  
旧日吉小学校運動場(17:00まで)
- **問合せ先** 今治市人権教育協議会(市民参画課内)  
TEL 0898-36-1521  
FAX 0898-32-5211(代)

## えひめ結婚支援センター ボランティア推進員募集中

えひめ結婚支援センターが開催する出会いイベントで、参加者の交際などをフォローするボランティア推進員を募集しています。説明会にぜひ参加ください。

- **日時** 2月17日(金)  
14:00~16:00の間で1時間程度
- **場所** 城東公民館 1階会議室
- **申込先** 2月15日(水)までに右記のQRコードより申し込み
- **問合せ先** えひめ結婚支援センター  
TEL 089-998-6770



申込フォーム

## なみかた海の交流センター 作品展

- | 出展団体                | 展示内容        |
|---------------------|-------------|
| 愛教研・今治越智支部<br>美術委員会 | いまばり中学生アート展 |
- **展示期間** 2月15日(水)~3月7日(火)  
9:00~17:00 ※月曜日休館
  - **場所** なみかた海の交流センター
  - **観覧料** 無料
  - **その他** フロアスペースを利用して、作品発表をしませんか。  
絵画、書、写真、彫刻、木工、陶芸、工芸、服飾作品などジャンルは問いません。
  - **問合せ先** NPO法人シクロツアーリズムしまなみ  
TEL・FAX 0898-33-0069

令和4年分  
**確定申告**

■所得税／復興特別所得税・贈与税  
**3月15日(水)まで**  
■消費税／地方消費税  
**3月31日(金)まで**

**今治税務署**

■日時 3月15日(水)まで  
平日8:30~16:00  
(相談開始は9:00から)



※会場の混雑状況により、16:00前でも受け付けを終了する場合があります。  
※駐車場には限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

**確定申告会場の混雑回避のため  
ぜひe-Taxをご利用ください**

相談はチャットボットや電話でも可能です。  
※自宅で申告書が作成できる国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」をぜひご利用ください。なお、スマートフォンでも所得税の確定申告書が作成できます。



国税庁

**3月15日(水)まで  
「確定申告電話相談センター」を開設**

(土・日・祝日休み ただし2月19日(日)、26日(日)のみ受付)

■問合先 今治税務署 TEL 0898-32-6100(代)  
(受付時間8:30~17:00)

※音声案内に従い、確定申告に関する相談は「0」を、その他の国税に関する一般的な質問や相談は「1」を選択してください。

**確定申告会場への入場には  
「入場整理券」が必要です。**

整理券は①税務署の入口付近で当日配付または②国税庁のLINE公式アカウントから取得することができます。

※整理券は、作成済申告書の提出のみであれば不要です。  
※整理券の配付状況に応じて、後日の来場をお願いすることがあります。

- STEP1 LINEアプリから国税庁を友だち追加
- STEP2 トーク画面から相談を申し込む(右下)を選択
- STEP3 税務署や来場希望日時を選択
- STEP4 内容を確認して「申込」を選択すれば完了  
税務署入場時に申込完了画面を提示



**スマートフォンなどをお持ちの方は、原則、自分のスマートフォンなどで  
申告書の作成をお願いしています。**

**マイナンバーの記載をお忘れなく**

令和4年分の申告には、①マイナンバーの記載②本人確認書類の提示または写しの添付が必要です。  
※郵送などの提出の際にも、本人確認書類の添付が必要です。

**贈与税の申告について**

令和4年1月1日から12月31日までに110万円を超える財産の贈与を受けた方、相続時精算課税を適用する方などが対象となります。

**記帳相談コーナーの開設**

■日時 3月7日(火)~13日(月) ※土・日曜日を除く  
平日10:00~12:00、13:30~15:30  
■場所 今治税務署 ■対象者 事業・不動産所得者

**納税はキャッシュレス納付で!**

納税は、便利で安全な振替納税の利用をお願いします。納税者名義の口座からの引き落としで納付する方法で、利用する場合は振替依頼書を提出する必要があります。e-Taxで依頼書の提出が可能です。

令和4年12月から  
**「スマホアプリ納付」を  
導入開始しました。**



**確定申告会場にお越しになる方へお願い**

入場時に検温を実施します。37.5度以上の発熱時や、検温に協力いただけない場合など感染防止の観点から適切でないと判断した時には入場をお断りします。

会場ではマスクを常時着用ください。会場入口などで手指消毒をお願いします。会場の



混雑状況により、16:00前でも受け付けを終了する場合があります。

駐車場には限りがありますので、できるだけ公共交通機関を利用ください。



■問合先 今治税務署 TEL 0898-32-6100(代)



## えびす市

骨董品、古書などさまざまなお店が並び、えびす市が開催されます。

- 日時 2月12日(日) 9:00~15:00
- 場所 今治商店街アーケード内
- 問合先 今治商店街協同組合(くつ家ともだ本店)  
TEL 0898-32-0964  
FAX 0898-22-3366

今治銀座(フェイスブック)で  
随時情報発信



## 呉服のえびすぎれ

140年超の歴史がある早春の風物詩。今治呉服商同盟会に加盟する呉服店の、年に1度の大売り出しです。

- 日時 2月9日(木)~13日(月)
- 場所 常盤町2丁目、本町1丁目商店街
- 問合先 今治呉服商同盟会(みかさや渡部呉服店)  
TEL 0898-22-0204

## 第41回 踊・唄のつどい しまなみ会

- 日時 2月19日(日) 9:30~
- 場所 総合福祉センター 愛らんど今治4階大ホール  
はながさごりゅう・せんしゅう
- 主催 英御流・千秋  
TEL 090-2898-2078

## 第11回 湯ノ浦発シイタケまつり

湯ノ浦温泉の源泉水で育んだ原木しいたけの植菌体験。食に対する知識と学習と健全な食生活を実践するイベントです。

- 日時 2月19日(日) 10:00~12:00  
※雨天時は26日(日)
- 場所 湯ノ浦温泉 四季の湯広場
- 定員 100人(抽選) ■参加費 無料  
※当日枠も準備していますが、しいたけがなくなり次第終了します。
- 申込先 メールまたはファクスでシイタケまつり実行委員会(四季の湯)へ  
TEL 0898-48-0300 FAX 0898-35-2998  
Eメール yunoura\_shikinoyu815@cream.plala.or.jp

## 来島海峡大橋ライトアップスケジュール

- 点灯日時 2月11日(土祝)、23日(月祝)  
日没~21:00  
※天候や、諸事情により日程などに変更があります。
- 問合先 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



## 第28回 サン・アビリティーズ今治杯 四国四県親善車いすバスケットボール大会

- 日時 3月4日(土) 試合開始 10:15~  
3月5日(日) 試合開始 9:30~
- 場所 サン・アビリティーズ今治
- 参加チーム 四国四県の障がい者・一般の車いすバスケットボールチーム
- その他 観戦自由(無料)
- 問合先 サン・アビリティーズ今治  
TEL 0898-48-3477  
FAX 0898-47-3629

## いまばり日曜朝市

- 日時 2月12日(日)、26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)
- 問合先 今治商店街協同組合(くつ家ともだ本店)  
TEL 0898-32-0964  
FAX 0898-22-3366

## 新規出店者を募集中

- 対象 過去に出店したことがない方
- 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

## 初開催! せとだレモンマラソン

レモン生産量日本一の瀬戸田で初めて開催するマラソン大会です。しおまち商店街やサンセットビーチを眺めながら走るマラソン大会のほか、瀬戸田市民会館前広場ではマルシェも同時開催します。

- 日時 2月25日(土) 11:00~16:00
- 場所 瀬戸田市民会館前広場ほか
- 内容 マラソン大会・マルシェ
- 申込・問合先 せとだレモンマラソン実行委員会  
TEL 0845-25-6511



せとだ  
レモンマラソン



## 今治明德短期大学

### 陸上自衛隊音楽隊の演奏にブラボー!

11月24日(木)、中止になった学生祭の代わりに、陸上自衛隊の第14音楽隊を招いた演奏会を公開講座で開催しました。100人を超える受講者があり、とても盛況でした。



### 公開講座のお知らせ

- 2月18日(土) 10:00~12:00 (調理実習室)  
「おうちカフェを楽しみましょう。コーヒー飲み比べ」  
本学非常勤講師 家村 高志氏 ※定員20人(先着順)
- 2月24日(金) 14:30~16:30 (大講義室)  
「心に寄り添い地域で支える～認知症の理解とその予防法～」  
(株)きらめき介護塾 代表取締役 渡辺 哲弘氏  
※申込締切 2月22日(水) 午前中まで

### 社会人対象オープンキャンパス

- 2月8日(水) 18:00~20:00 (当日申込可)

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



今治明德短期大学

## 岡山理科大学

### 3年ぶりの大学祭 「ゆめいこい祭」開催

11月27日(日)「第3回ゆめいこい祭」を3年ぶりに開催しました。当日は晴天に恵まれ、約2,500人が来場。開会宣言後に行われた「もちまき」には老若男女問わず多くの方が手を高く上げ、一つでも多くのお餅をゲットしようと奮闘していました。

愛媛県出身の大森研一監督による映画「瀬戸内海賊物語」の上映会や監督・学生によるトークライブをはじめ、学生らによる音楽ライブや有志によるダンスなど、大いに盛り上がっていま



した。展示コーナーでは、学生らが日頃行っている活動が展示され、参加者は興味深く学生たちに質問していました。また、模擬店には学生サークルが作ったサツマイモを使った焼き芋屋をはじめさまざまな店が出し、参加者は模擬店グルメを堪能していました。

今年のテーマは「Connect to the future」、実行委員は「今回の開催を次につなげていく」と語っていました。次回もご期待ください。



■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

### 地域を知る実習 公民館

新カリキュラムの「地域を知る実習」で、公民館についての講義を受け、自主活動の卓球に参加しました。

地域住民の方と触れ合うことができ、良い実習となりました。



### 災害看護

災害看護の授業では、身近にあるビニール袋・本・段ボール・テープ・毛布などで応急処置や救急搬送、AEDの使い方を復習しました。

いつ起こるかかわからない災害に備えることを学びました。



### 紙灯籠作成

自然災害で亡くなった方への追悼を込めて、紙灯籠を作成しました。

紙灯籠は「防災フェスティバル」で“希望の灯り”として灯されます。

「命の大切さ」「支え合うことの大切さ」を考え、これからの学びに生かしていきたいです。



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



今治看護専門学校

お知らせ

### 新小学1年生の保護者の方へ

麻しん風しん第2期予防接種をお忘れなく。  
平成28年4月2日から平成29年4月1日生まれのお子さんの接種期間は3月31日(金)までです。まだ接種されていない場合は、忘れずに受けてください。

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



子どもの予防接種



### 産後ママと赤ちゃんのつどい 要予約

赤ちゃんが生まれて数か月。嬉しいことも、戸惑うことも、ママ同士、助産師・保健師と情報交換しませんか。

- 日時 2月16日(休) 10:00~11:30
- 場所 中央公民館 3階
- 対象 生後1~4か月未満の乳児とお母さん
- 参加費 無料
- 申込先 2月13日(月)までにネウボラ政策課へ  
TEL 0898-36-1553

募集

### プレママひろば 要予約

おなかの赤ちゃんへのおもちゃを作りながら、妊婦さん同士でおしゃべりしませんか?上のお子さんの参加大歓迎です。

- 日時 2月14日(火) 10:00~11:30
- 場所 中央保健センター 1階運動指導室
- 対象 妊婦さん
- 参加費 無料
- 申込先 2月7日(火)までにネウボラ政策課へ  
TEL 0898-36-1553



### イクメン育成事業

#### 「自然の中でパパと遊ぼう! (第2回)」参加者募集

親子で森に出かけよう!いろいろな遊びを楽しめる自然体験教室です。

- 日時 3月5日(日) 10:00~12:00  
※荒天の場合3月12日(日)に順延
- 場所 しまなみアースランド (高地町2乙429-1)
- 定員 15組 (父親と3歳以上の未就学児1人)  
※先着順ですが、初参加の方を優先します。
- 参加費 無料
- 申込先 2月14日(火)までにホームページの申込フォームから
- 問合先 こども未来課  
TEL 0898-36-1529 FAX 0898-34-1145



イクメン育成事業

### 発達支援センター講演会

「発達特性のある子どもの偏食について理解する~アセスメントから支援まで~」の講演会を開催します。会場またはオンラインで受講できます。

- 日時 2月15日(水) 15:00~17:00
- 講師 広島市西部こども療育センターなぎさ園  
管理栄養士 藤井 葉子氏
- 受講方法 ①BEMAC株式会社 鷺進ベース内スエズ会議室 (高橋ふれあいの丘3) ■定員 40人 (先着順)  
②オンライン Zoomウェビナー
- 受講料 無料 (要予約)
- 申込先 ①会場  
2月10日(金)までに①の申込フォームまたは今治市発達支援センターへ  
TEL 0898-22-2752  
FAX 0898-22-2753  
②オンライン  
締切日なし②の申込フォームから



①会場申込フォーム



②オンライン申込フォーム

### 親子の絆づくりプログラム

#### 「赤ちゃんが来た!」(愛称BP)に参加しませんか

初めて赤ちゃんを育てるお母さんのための、仲間づくりや育児の学びを目的としたプログラムです。

	内容	
第1回	3月1日(水)	13:30~15:30 新しい出会い
第2回	3月8日(水)	13:30~15:30 赤ちゃんのいる生活
第3回	3月15日(水)	13:30~15:30 赤ちゃんとの接し方
第4回	3月22日(水)	13:30~15:30 親になること

- 場所 ハルモニア広場 (立花町2-6-11)
- 対象 令和4年10月から12月生まれのお子さん (第1子) を持つ初心者ママ
- 定員 3人 (先着順)
- 参加費 無料 (テキスト代別途1,100円)
- 申込先 2月7日(火)から24日(金)までにハルモニア広場へ  
TEL・FAX 0898-24-2370



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

# いまばりで暮らし、いまばりで子どもを育む 伴走型相談支援と経済的支援を さらに強化します!

妊娠から出産、育児について、妊婦・子育て世代の方へ相談、サービスの紹介、情報発信を継続的に実施し、今治で子育てする皆さんをサポートします。  
今回、新たに妊娠・出産時における給付金事業などが始まりました!



## 妊娠期

妊娠8~10週前後  
(妊娠届出時)

## 妊娠期

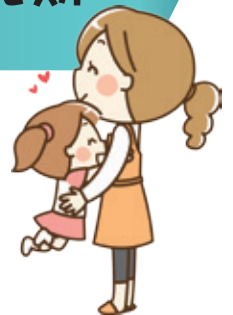
妊娠8か月前後

## 出産・産後

## 育児期

### 妊産婦面談・情報発信 (伴走型相談支援を継続)

- 母子健康手帳の交付に併せてアンケートの実施、サポートプランの作成など
- パパママ学級などの紹介、産後サービス利用と一緒に検討・提案など
- 窓口・訪問時にサポートプラン(産後)の作成、地域子育て支援拠点の紹介など



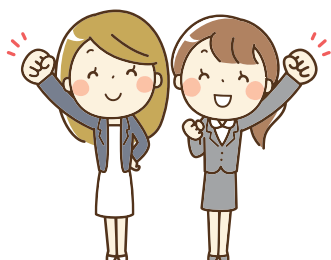
## ニーズに応じた支援を実施します!

(パパママ学級、地域子育て支援拠点、応援ヘルパー、産後ケアなど)

### ① 「出産応援金」給付

出産準備や妊婦ケア関連のサービス利用に係る負担軽減のため、妊娠届出時(母子健康手帳交付)に、新たな応援金を給付します。

- 対象 母子健康手帳を交付した妊婦
- 給付額 5万円(現金給付)  
※事業開始(2月1日予定)前に妊娠届を提出した方は、②の「妊娠8か月面談」に併せて郵送で案内します。なお、出生届も提出した方は、③の「子育て応援金」と一括して、郵送で案内します。
- 持参物
  - ・申請者(妊婦の方)名義の振込口座がわかるもの
  - ・本人確認書類(運転免許証など顔写真付き)
- 申請先 ネウボラ政策課または各支所



### ② 育児用品プレゼント♪ (妊娠8か月面談にお越しの方)

出産に備え保健師などと面談し、利用できる子育て支援サービスなどを一緒に確認しましょう。面談にお越しの方に、生まれてくるお子さんのための育児用品(フード付きバスタオルなど)をプレゼントします。

- 対象 8か月ごろの妊婦(希望者)  
※妊娠中の方へのアンケートと、面談希望の申込案内を郵送します。
- 申込先 ネウボラ政策課または各支所





### ③ 「子育て応援金」 給付

育児用品や子育て関連サービスの利用に係る負担軽減のため、お子さんの出生に伴い、新たな応援金を給付します。



- **対象** 令和4年度中に出生した乳児の養育者
- **給付額** 5万円 (現金給付)  
出生届と乳児全戸訪問 (産後1~3か月ごろ) の間の産婦面談後、窓口または郵送で案内します。  
※事業開始 (2月1日予定) 前に出生届を提出した世帯へは、①の「出産応援金」と一括して、郵送で案内します。
- **持参物**
  - ・申請者名義の振込口座がわかるもの
  - ・本人確認書類 (運転免許証など顔写真付き)
- **申請先** ネウボラ政策課または各支所

★①~④の令和5年度以降の事業継続については、詳細が決まり次第ホームページなどでお知らせします。

### 第1子世帯に ④ 「子どもが真ん中応援券」 追加交付

- **対象** ①~③を全て満たす乳児の養育者
  - ①令和4年4月1日~令和5年3月31日に出生した満1歳に満たない子
  - ②同一世帯における第1子
  - ③申請時点で市に居住し、かつ住民票のある方
- **持参物**
  - ・申請者の本人確認書類 (顔写真付き)
  - ・対象乳児の母子健康手帳
- **申請先** 2月1日(水)から5月31日(水)までか、満1歳の誕生日前日のいずれか早い日までに、こども未来課または各支所へ  
※対象者には郵便で案内を送付していますので、期限内に窓口へお越しください。郵送での交付は行いません。



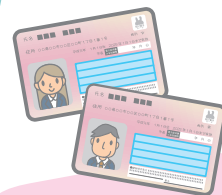
### 18歳以下のお子さんのいる世帯に ⑤ 「こども未来応援金」 給付

#### 〈令和4年度事業〉

食料品価格が高騰している状況を踏まえ、発育期の児童を養育する子育て世帯への影響の緩和と、マイナンバーカードの利用促進により、育児負担を軽減させる目的で応援金を給付します。



- **対象** ①18歳以下 (平成16年4月2日~令和5年3月31日生) の児童を養育する世帯  
②①のうち、対象児童とその養育者がマイナンバーカードを保有する世帯
- **給付額** ①児童一人当たり1万円  
②一世帯当たり1万円
- **申請先** 3月31日(金)までに市民会館1階 こども未来応援金申請窓口または各支所へ  
※令和5年1月以降に出生した児童を含む世帯は5月31日(水)まで



マイナンバーカード取得には時間がかかります。未取得の方は、申請期限に間に合うよう早めに手続きをしてください。

#### ご注意ください!

これらの給付事務に関して、市からATMの操作や、手数料などの振り込みを求めることはありません。



支給対象や申請方法については、各ホームページを確認ください。

①②③について  
ネウボラ政策課 (子育て世代包括支援センター)  
TEL 0898-36-1553



④について  
こども未来課  
TEL 0898-36-1529



⑤について  
・こども未来課  
TEL 0898-36-1529  
・こども未来応援金コールセンター  
TEL 0898-36-1562



玉川近代美術館

第50回 えひめこども美術展 今治地域展

今治・越智地域の小・中学生の特選作品(書写部門・美術部門)を展示。

- 日時 2月11日(土祝)、12日(日) 9:00~17:00
- 場所 玉川文化交流館(玉川近代美術館となり)
- 料金 無料

コレクション展 「線の美」

コレクションの中から、素描を中心に油彩や水彩、版画などさまざまなジャンルの「線」に注目して紹介。

- 日時 3月12日(日)まで 9:00~17:00
- 場所 玉川近代美術館
- 料金 一般520円、高校生以下無料、学生260円、65歳以上420円
- 問合せ 玉川近代美術館  
TEL・FAX 0898-55-2738



「夢Ⅱーある騎士の憂鬱」  
山田 彩加

伊東豊雄建築ミュージアム

トークイベント アストリッド・クライン×伊東豊雄  
「子どもと考えるいえとまち」

建築家・伊東豊雄氏が主催する子ども建築塾の講師、建築家のアストリッド・クライン氏を招き、これからの建築教育についてのビジョンを語り合います。

- 日時 2月23日(土祝) 14:00~15:30
- 場所 市民会館 2階会議室
- 定員 80人
- 参加料 無料(要申込)
- 申込先 「2月23日トークイベント参加希望」とし、名前(ふりがな)・電話番号・住所を明記の上、メールまたはファクスで伊東建築塾へ  
Eメール info@itojuku.or.jp  
FAX 03-6277-2185



アストリッド・クライン氏  
©Kaori Yamane

朝倉ふるさと美術古墳館

企画展 「第31回 今治地域交流展」

今治、朝倉、玉川、波方、大西、菊間地域の方が出展する今治地域交流展を開催。

- 日時 2月1日(水)~3月5日(日) 9:00~17:00
- 場所 朝倉ふるさと美術古墳館 ■観覧料 無料
- 問合せ 朝倉ふるさと美術古墳館  
TEL・FAX 0898-56-3754

野間仁根バラのミュージアム

野間仁根生誕記念(無料観覧)のお知らせ

野間仁根の生誕を記念して、2月5日(日)は終日観覧料が無料。来館者の方にはポストカードを1枚プレゼント。

- ※3月5日(日)まで「野間傳治展」開催中
- 日時 2月5日(日) 9:00~17:00
- 場所 野間仁根バラのミュージアム(吉海郷土文化センター)
- 料金 無料
- 問合せ TEL・FAX 0897-84-2566



野間 仁根

河野美術館

第35回 現代美術展 一郷土ゆかりの作家たち一

全国各地や、海外で活躍している郷土ゆかりの作家たちの作品を展示。

- 日時 2月7日(火)~26日(日) 9:00~17:00
- 料金 一般310円ほか
- ※前売券(一般250円)は、河野美術館で販売
- ※期間中は館蔵品企画展、常設展も観覧可能

令和5年度 河野美術館施設使用説明会

2階展示室貸し出しについての説明会を開催。

- 日時 2月8日(水) 10:00~
- 場所 河野美術館 4階講演室
- ※1階会議室、4階講演室の申し込みは2月22日(水) 9:00~(先着順)
- 問合せ 河野美術館 TEL・FAX 0898-23-3810

中央図書館

企画展 「海を渡った遺物たち」

令和4年に開港100周年を迎えた今治港。港と共に発展を遂げてきた今治ですが、それよりはるか昔から海を介して栄えてきました。「海を介して行き来した遺物」を通して当時の今治の様子を見ていきます。

- 日時 4月16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 生涯学習課  
TEL 0898-36-1602 FAX 0898-32-5722

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  
自然科学館 岡山理科大学獣医学部Muzoo企画展示「今治城とトウ展」開催中

- 河野美術館 TEL 0898-23-3810  
館蔵品企画展「まわりを感じる 中身から想像してみよう」  
3月19日(日)まで 9:00~17:00

- 野間仁根バラのミュージアム  
(吉海郷土文化センター) TEL 0897-84-2566  
野間 傳治展 3月5日(日)まで

- 大三島美術館 TEL 0897-82-1234  
屏風・BYOUBU展 2月26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

## 新着図書 (中央図書館)

### HAVE PRIDE 生きる!愛する! LGBTQ+の2300年の歴史



ステラ・A・コールドウェル 著  
 スー・サンダース アドバイザー  
 くしだ 理絵 訳 合同出版

自分らしく生きるため、勇気を持って歴史を動かしてきたLGBTQ+の人々についてつづった一冊。写真・年表・用語解説などの資料も充実。

### 図解でわかる14歳からの ストレスと心のケア



社会応援ネットワーク 著  
 よしき 富永 良喜 監修  
 太田出版

さまざまなストレスに向き合い、解決する方法を、Q&A方式で、豊富なイラストや図説とともにわかりやすく紹介。ストレスと上手に付き合えるようになる一冊。

### おいしい魚ずかん



上田 勝彦 監修  
 WILLこども知育研究所 編  
 金の星社

魚の生態・資源量・食べ方をイラストでわかりやすく紹介した児童書。魚をよく知ることで、魚と人間がこれからも一緒に生きていくためにはどうすればいいのかを考える一冊。

イベント

### 柴田ケイコのワクワク絵本

「パンどろぼう」の著者、柴田ケイコ氏を迎え絵本の裏話をお聞きしたり、読み聞かせを行います。

- 日時 3月12日(日) 14:00~16:00
- 場所 大西図書館
- 講師 柴田 ケイコ氏
- 参加費 無料
- 定員 40人(先着順)
- 申込先 2月7日(火) 10:00から大西図書館へ直接または電話で

## 2月の移動図書館車

日時		場所
1日・15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
2日・16日	木	14:10ごろ 乃万公民館
		9:30ごろ 桜井公民館
3日・17日	金	11:10ごろ 国分公民館
		15:10ごろ 鳥生公民館
7日・21日	火	15:10ごろ 関前支所
		10:20ごろ 清水公民館
8日・22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
9日・23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
10日・24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

4月から移動図書館「ぶっくる」のコースと日程が一部変わります。新しいコース、日程など詳しくはホームページや館内掲示などでお知らせします。



市立図書館

イベント

### リサイクルブックコーナー

重複している図書や保存期限を過ぎた雑誌を、市民の皆さんに無償でお譲りします。図書、雑誌が無くなり次第終了します。

#### 中央図書館

- 日時 2月8日(水) 9:30~
- 場所 1階インナーストリート

#### 大三島図書館

- 日時 2月8日(水) 10:00~
- 場所 1階玄関入口



## 2月の休館予定

6日(月)・13日(月)・17日(金)・20日(月)

休館期間中の返却はブックポストへお願いします。

### 認知症在宅介護者のつどい「みかん学級」

認知症の方を自宅で介護されている方を対象とした学びと情報交換の場です。

- 日時・場所 2月28日(火) 10:00~12:00 (受付9:30~)  
総合福祉センター 愛らんど今治4階多目的ホール
- 内容 講義・DVD鑑賞「その人のパーソナルソングを見つけよう(仮)」、座談会
- 講師 今治看護専門学校 眞鍋 誠子先生
- 対象 認知症高齢者を介護されている方、または、介護経験者でアドバイスいただける方
- 申込先 2月21日(火)までに社会福祉協議会 地域福祉課へ  
TEL 0898-22-6063  
FAX 0898-34-6915

### 第2次今治市健康づくり計画

## バリッと元気

### けんこう4コマ 漫画劇場 vol.13

#### 愛する家族への贈り物



大切な人のために  
健診を受けましょう。

### 感染症の予防のために 免疫力を高めましょう Vol.4

#### ◆日々の生活の中で免疫力を高めるポイント 栄養バランスのとれた食事

免疫機能が正常に働くためには、多くの栄養素が関わっています。ある特定の栄養素や食品に依存するのではなく、さまざまな食品から免疫に関わる栄養素をバランス良く摂取することが大切です。毎食「主食・主菜・副菜」をそろえて、バランス良く食べましょう。

腸には免疫細胞の約7割が存在していると言われておりますので、腸内環境を整えることも免疫機能の維持につながります。発酵食品や食物繊維などは、腸内の善玉菌を増やす働きがありますので、意識して摂り入れてみましょう。



ここからからだの健康を保つために

■問合先 健康推進課 TEL 0898-36-1533

### 市民医学講座

NO. 215

### 「形成外科」のつばやき

今治市医師会

藤田 悟志

病院には、名前だけでは何を診るのか分からない診療科があります。形成外科もその一つだと思います。

日本に形成外科が登場してから50年以上経ちますが、未だに名前が浸透していません。その理由に、形成外科医が少ないことも関係していると思われます。現在、今治市で形成外科がある病院・クリニックは2か所しかありません。

では、形成外科は何を診る科なのでしょうか。日本形成外科学会では「形成外科は、身体に生じた組織の異常や変形、欠損、あるいは整容的な不満足に対して、あらゆる手法や特殊な技術を駆使し、機能のみならず形態的にもより正常に、より美しくすること、みなさまの生活の質の向上に貢献する、外科系の専門領域です」と述べています。簡単に言うと、外観の疾患を外科的に治療する専門科です。美容外科の領域と近いですが、美容外科は、保険がきかない自由診療で、外科医・皮膚科医・麻酔科医などの医師も診療を行っています。怪我、傷あと、皮膚のできもの、巻き爪が痛いなど、皮膚の疾患で外科的な治療をご希望される場合は、形成外科への受診をご検討ください。

※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。



**健康診査** 詳しい内容は「広報いまばり」令和4年4月号の折り込みチラシ（令和4年度今治市健診カレンダー）を確認ください。

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 （X線）
				料金（円）	★	無料	900	500	700
2	14	火	漁業協同組合今治支所		○	○	○	○	○

※令和4年度の集団健診は上記日程で終了します。特定健診・子宮頸がん・乳がん・大腸がんの個別健（検）診（医療機関受診）については、3月末まで実施しています。また、がん検診無料クーポン券の有効期限も3月末までとなっていますので、期限内に利用ください。

**4か月児健康相談**（個人通知あり、各支所は別の日に実施）

2月 2日(木)	R 4.9.16～R 4.9.30生
16日(木)	R 4.10.1～R 4.10.15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）

2月 7日(火)	R 3.7.1～R 3.7.31生
----------	-------------------

**3歳児健康診査**（個人通知あり、各支所は別の日に実施）

2月21日(火)	R 1.8.1～R 1.8.31生
----------	-------------------

**離乳食講習**（予約制）

2月10日(金)	10:30～11:00
2月22日(水)	

**病態別栄養相談**（予約制）

2月15日(水)	9:20～12:00
内 容 管理栄養士による個別相談	

**すまいるの会「東予がん患者と家族の会」**

「がん」と告知された人、手術後の体調不良、治療について悩んでいる人や家族・遺族の人。がんに関するいろいろな悩みを話し合い、前向きに生きていきましょう。

**いまばり町なかがんサロン**（個別相談）

日 時 2月 8日(水) 10:00～15:00  
場 所 中央図書館 2階応接室

※図書館でのサロンが急きょ中止になった場合は、電話での相談になりますので、問い合わせ先に連絡してください。

**問合せ先** すまいるの会「東予がん患者と家族の会」  
TEL 090-7628-8892（伊藤）  
TEL 090-8693-5909（門田）  
TEL 090-2782-6211（青野）

**今治保健所** TEL 0898-23-2500(代)  
FAX 0898-23-2531

**エイズ・肝炎の血液検査・相談…無料・匿名（前日までに予約）**

毎週火曜日  
（祝日、年末年始を除く） 10:00～11:00

**難病相談…予約制**

2月 8日(水) 13:00～15:00

**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。

**今治市障害者地域活動支援センターときめき**

TEL 0898-34-3081  
FAX 0898-34-3082

**精神障がい者家族相談事業…予約制**（電話申込）

日 時 2月15日(水) 13:00～15:00  
内 容 家族相談員による個別相談（秘密厳守します）  
対 象 精神障がいがある方の家族

集団健診はWEB  
またはコールセンターで  
予約ができます！



WEB予約はこちらから  
（24時間予約可能）

コールセンター  
TEL 0120-489-355  
（9:00～17:00 土日祝日を除く）

★特定健診・後期高齢者健診は無料です。  
30代健診は1,000円です。

**～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。



**生活習慣病予防調理実習**（予約制／参加費550円）

3月 3日(金) 10:00～12:30

内 容 どのように食事をすれば良い？脂質異常症を予防する食事について

**デイケア**（要申込）

2月16日(木) 13:30～15:00

場 所 中央保健センター 運動指導室

内 容 レクリエーション

対 象 精神障がいのある方 持参物 飲み物

**こころの健康相談**（原則1週間前までの予約制／定員1～3人）

2月17日(金) 13:30～15:30

場 所 中央保健センター 相談室

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、家族

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、希望の方は問い合わせください。

食育の日

献立紹介

# キャベツと豚肉のレンジ蒸し



〈1人分〉エネルギー…155キロカロリー 塩分…0.9g

ポソ酢の酸味と、すりゴマの風味を効かせることで、減塩でもおいしく。

- 材料** (2人分)
- キャベツ …………… 3枚(150g)
  - 豚かたロース肉(薄切り) …… 3枚(90g)
  - 酒 …………… 大さじ1
  - ポソ酢 …………… 大さじ1と小さじ1
  - すりゴマ …………… 小さじ2

1日の塩分は男性7.5g・女性6.5gが目標です!  
(塩小さじ1杯が6g)

## 今月の食材 『キャベツ』

寒い時期に出回るキャベツは冬キャベツと呼ばれます。扁平な形で、葉には厚みがありしっかりと密になっているので、ずっしりとした重みがあります。加熱すると甘みが増し、煮崩れしにくいことが特徴です。

胃炎や潰瘍かいようの回復に効果があるといわれるビタミンU (キャベジン) のほか、ビタミンCやアミノ酸、カルシウムが豊富で、葉の緑の部分にはカロテンも多く含まれます。

### 作り方

- 1 キャベツは葉を1枚ずつはがし、縦半分に切っておく。
- 2 ①で切ったキャベツを2枚重ね、その上に豚肉を敷きつめる。上に重ねるように、この工程をもう2回繰り返す。
- 3 耐熱容器に入れて、Aの調味料を上から回しかけ、ラップをする。電子レンジ600Wで4~5分加熱する。
- 4 中まで火が通ったら、食べやすい大きさに切り分け、煮汁と一緒に盛り付ける。

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



※令和元年度からのレシピをホームページに掲載しています。

# ちゃんと知っとる? 「がん」のこと

日本人のおよそ2人に1人が「がん」になり、4人に1人が「がん」で亡くなるといわれています。今治市の検診状況や、がん検診を受けることの大切さを皆さんも一緒に考えていきましょう!

## 今治市の状況

死因の第1位「がん(悪性新生物)」(図1参照)

■死亡第1位 男性…肺がん 女性…大腸がん (表1参照)

■罹患第1位 男性…胃がん 女性…乳がん (表2参照)

## 検診で防げるがんがあります

表1・2に示すほとんどのがんについて検診体制を整えています。

## 特に5大がんの検診を推奨しています

・5大がんの検診とは…

胃がん 大腸がん 肺がん 子宮頸がん 乳がん

これらは、エビデンス(根拠)に基づき、国が推奨しているがん検診です。40歳から(子宮がんは20歳から)対象になります。



## 今治市のがん検診受診率は、県下で低い状況です。

■令和3年度 5大がん検診の受診率(国民健康保険加入者)

今治市の受診率は低いね…

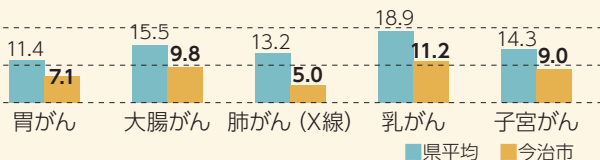


図1 今治市死因別死亡割合(令和2年度)

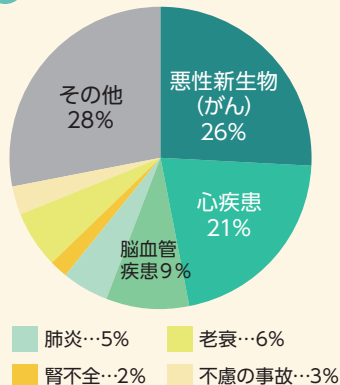


表1 死亡数別がんの種類(令和2年)

	男性	女性
第1位	肺	大腸
第2位	胃	肺
第3位	大腸	膵臓
第4位	肝臓	胃
第5位	膵臓	乳房

表2 罹患数別がんの種類(平成30年)

	男性	女性
第1位	胃	乳房
第2位	前立腺	大腸
第3位	大腸	胃
第4位	肝臓	肺
第5位	膵臓	子宮

初期のがんは、自覚症状がほとんどないみたい。だから、早期発見のためには定期的な検診が何よりも大事よ!



今年度まだ検診を受けていない方はこちらから



がん検診は、あなたの健康を守るためのものです。暮らしの中に、年に1回がん検診をプラスしましょう。

注:乳がん健診は2年に1回

コロナ禍でも、がん検診を受けましょう!

次回3月号は「がんの予防」について

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

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			済生会今治病院	白石病院	木原病院	今治第一病院 (8:30~17:30) 医師会市民病院 (17:30~翌8:30)
5	6	7	8	9	10	11
医師会市民病院 県立今治病院 斎藤クリニック 久米歯科医院	瀬戸内海病院	済生会今治病院	今治第一病院	白石病院	県立今治病院	放射線第一病院 (8:30~17:30) 医師会市民病院 (17:30~翌8:30) まわらびクリニック 片山医院
12	13	14	15	16	17	18
医師会市民病院 はかた外科胃腸科 林歯科医院	広瀬病院	済生会今治病院	今治第一病院	白石病院	木原病院	医師会市民病院
19	20	21	22	23	24	25
瀬戸内海病院 あおい小児科 喜多嶋診療所 たちばな歯科	広瀬病院	県立今治病院	木原病院	今治第一病院 丹こどもクリニック しのぎ整形外科	済生会今治病院	白石病院 (8:30~17:30) 医師会市民病院 (17:30~翌8:30)
26	27	28				
医師会市民病院 有津むらかみクリニック 広小路歯科医院	瀬戸内海病院	県立今治病院				

▶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  
放射線第一病院 TEL 0898-23-3358

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  
県立今治病院 TEL 0898-32-7111  
丹こどもクリニック TEL 0898-23-3200  
まわらびクリニック TEL 0898-22-0573

島しょ部

有津むらかみクリニック TEL 0897-72-3200  
片山医院 TEL 0897-84-2620  
喜多嶋診療所 TEL 0897-72-0250  
斎藤クリニック TEL 0897-84-4333  
しのぎ整形外科 TEL 0897-73-1221  
はかた外科胃腸科 TEL 0897-72-1711

歯科

久米歯科医院 TEL 0898-33-5588  
たちばな歯科 TEL 0898-33-4180  
林歯科医院 TEL 0898-32-1131  
広小路歯科医院 TEL 0898-24-1212

各病院の電話番号 (50音順)

# 移住したくなるまち この町にほめました!

in  
伯方島

発行/今治市役所  
〒794-8511 今治市別宮町1-4-1  
TEL 0898-32-5200(代)  
FAX 0898-32-5211(代)

編集/秘書広報課 広報広聴室 TEL 0898-36-1634  
HP <https://www.city.imabari.ehime.jp/>

この広報紙は環境に配慮してVOC(揮発性有機化合物)成分フリーインキを使用しています。

VOC FREE TALK  
[今治市] ホームページ



1月4日に宝島社から発売された「田舎暮らしの本」の「住みたい田舎」ベストランキングで今治市が全4部門で1位に輝きました!



サイクリングしまなみに参加したことがきっかけで今治市を何度も訪れ、ご縁があって伯方島に移住しました。最初の1年間は地域に溶け込むことを目標に、趣味の自転車を通じた出会いや、ゲートボールチームに入ってきたつながりからどんどん輪が広がっていきました。

今は柑橘の栽培やジャムの製造・販売を行っています。一番人気は「天草(あまくさ)」。紅まどんなの親品種のため味が濃く、ジューシーで酸味が少ないのが特徴です。今後は伯方島で栽培されているすべての柑橘のジャムを作りたいと思っています。

また、移住してきた方と一緒に仕事ができるよう、耕作放棄地や農家の方の畑を借りて、柑橘の栽培量も増やしていきたいです。住みたいと思って移住してきても、仕事があれば途中で帰ってしまう方もいました。柑橘の栽培で生活できる土壌を作ることができれば、好きな土地で住み続けることができますよね。自分の好きな時間だけ働いて、それ以外の時間でやりたかった事を実現し、島時間を満喫してほしいなと思います。

今年2月に伯方ビーチ前にオープンした「海に見えるゲストハウス 伯方plus+」は2階がゲストハウス、1階がジャムショップになっています。サイクリストにも泊まってもらいやすい宿になっているので、今治市の魅力を全国の方に伝えていきたいと思っています。

人口10万人以上20万人未満のまちランキングにおいて

**第1位**  
全4部門

総合部門	第1位
若者世代・単身者部門	第1位
子育て世代部門	第1位
シニア世代部門	第1位

## 伯方島で育てた柑橘を 全国へ届けたい!



吉川 けいいち まさこ  
圭一さん・昌子さん  
(柑橘農家、ゲストハウス運営)



柑橘ジャムは種類も豊富



部屋から見える風景



伯方plus+

ゲストハウス「伯方plus+」

「住みたい田舎」ベストランキング特集を2、3ページに掲載しています。