

広報今治

いまぼり

9

2023 September
NO.352



おんまく RE BORN ～再生～

今月のTopic

おんまく写真特集／みんなはどんな夏だった？



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

8月6日(日)今治市民のまつりおんまく花火でのワンシーンです。写真右側に今治国際ホテル、中央に今治城など、今治を代表する名所と夜景が合わさった一枚となっています。

■提供 一般社団法人 しまなみドローン協会

- 3 第26回 おんまく RE BORN～再生～
- 6 みんなはどんな夏だった?
- 8 市役所からのお知らせ
議会が開催されます / 「今治市市民が真ん中検討委員会」委員募集 / 令和5年10月期 市営住宅あき家補充入居者の募集 / 防災士養成講座 受講者募集 / リサイクルフェアに出品する品物を収集します など
- 15 瀬戸内しまなみ海道スリーデーマーチ / 楽天市場
- 16 みんなのひろば
- 17 情報のひろば
- 24 美術館・博物館ガイド
- 25 図書館だより
- 26 自殺予防週間 / みんなで守る地域の救急医療
- 28 けんこうインフォメーション / 市民医学講座
- 31 救急病院
- 32 ～第6回～ 12 (市町村) の大家族 今治人

人口・世帯 (令和5年7月末現在)

人口 150,529人 (前月比110減)
男71,790人・女78,739人
世帯 76,411世帯 (前月比12減)

ダム貯水率 (8月10日現在)

玉川ダム 94.4%
うてな台ダム 97.4%

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か、各問合先へ確認ください。

新型コロナワクチン接種について 自己負担なしで接種できます。(令和6年3月31日まで)

5歳以上で初回接種(1・2回目接種)が完了している方

	令和5年春開始接種 9月19日まで ※個別医療機関の予約枠に空きがあります。	令和5年秋開始接種 9月23日開始 (※医療従事者は9月20日から)
65歳以上	接種可能 オミクロン株対応ワクチン ・前回接種から3か月以上経過した方 ・接種券…対象の方には発送済	接種可能 XBB.1.5対応1価ワクチン
5～64歳	次の①②に該当する方は接種可能 オミクロン株対応ワクチン ①基礎疾患がある方、その他重症化リスクが高いと医師が認める方 ②医療機関や介護施設などに従事する方 ・前回接種から3か月以上経過した方 ・接種券…接種を希望する方で、お手元に接種券がない場合は申請が必要	接種券発送および予約開始日 ・12歳以上…9月1日から ・小児(5～11歳)…9月11日から ※オミクロン株対応ワクチンを未接種の方で、お手元に接種券がある場合はそのまま利用可能



詳細はこちら (12歳以上)



詳細はこちら (小児)

5歳以上で初回接種(1・2回目)が完了していない方

- ・5～11歳の小児初回接種は、医師会市民病院(別宮町7-1-40)
- ・12歳以上で初回接種を希望する方は、今治市新型コロナウイルスワクチン接種推進本部まで問い合わせください。
- ・9/19(木)までに1回目接種の場合…オミクロン株対応2価ワクチン
- ・9/20(金)以降に1回目接種の場合…XBB.1.5対応1価ワクチン

集団接種について(12歳以上)

- ・中央保健センター…9/23(土・祝)、24(日)、30(土)、10/1(日)、7(土)、8(日)、21(土)、22(日)
 - ・吉海学習交流館…10/1(日) ・大三島公民館…10/22(日)
- ※国が示す方針や、予約状況などにより会場が追加または変更になる場合があります。

■ 予 約 今治市新型コロナワクチンコールセンター TEL 0120-567-040(9:00～19:00)

■ 問合先 今治市新型コロナワクチン接種推進本部 TEL 0898-36-1621(平日8:30～17:15)

今治市民のまつり

いまばり
おんま

開幕

14
Do-c. DANCE CLASS







今治市民の
まつり

第26回

いまばり

おんまく

8/

5^土・6^日

RE BORN
～再生～

Happy Summer memories

みんなはどんな夏だった？



お兄ちゃんになった日の
夕日と後ろ姿
優しいお兄ちゃんになってね

鴨池海岸



泰山寺近く



今治の海サイコー！

鴨池海岸

太陽に向かって咲いていて
元気をもらいました。



大角海浜公園



いところ鴨池海岸へ
きれいな海
浮き輪でプカプカ



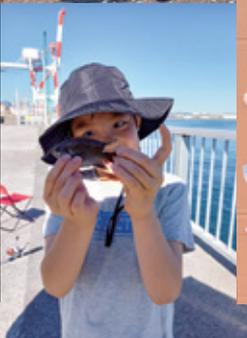
暑い夏！プールの後は、あま〜い
スイカをみんなでペロリ？



家庭菜園の成果が
夏の暑さを吹き
飛ばしました！



海ホテルを見て
感動！



結婚式の撮り手で織田ヶ浜へ
運転手をしてくれた父、
手伝ってくれた妹、従姉妹
みんなありがとう！



初めての SUP 体験

大新田海岸

朝倉緑のふるさと公園

5人の孫たちが集まり、それぞれの願いを書いて、にぎやかに七夕飾りを作りました。幸せなひとときでした。

双子の夏休み

大新田海岸

大角海浜公園

市民の森
フラワーパーク

下界を離れクルージングで活力アップ！
(来島海峡)

入目の滝

波方町の海岸

こーんな大きなスイカを食べてみたいな

菊間港

汗だくでかき氷をかき込む娘♡

清水小学校

織田ヶ浜

9月の納税

国民健康保険税 第3期

介護保険料 第3期

後期高齢者医療保険料 第3期

納期限は10月2日(月)

口座振替は納期限の日です

納期限内に納めてください

市税などは、口座振替やキャッシュレス納付が便利です。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があります。

納付に関する不明点は気軽に相談ください。

■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



2023明治安田生命J3リーグ

9月のホームゲームは2・16日・23日

チケットは
こちらから

ホームゲーム 9月 2日(土) 19:00 VS. ギラヴァンツ北九州

アウェイゲーム 9月 9日(土) 15:00 VS. 奈良クラブ

ホームゲーム 9月16日(土) 19:00 VS. AC長野パルセイロ

ホームゲーム 9月23日(土) 19:00 VS. ヴァンラーレ八戸

最新情報はFC今治公式ホームページにて

■問合先 FC今治

Eメール contact@fcimabari.com



ホームページ

お悔やみ(今治市名誉市民)

今治市の発展に貢献された名誉市民がお亡くなりになりました。謹んでご冥福をお祈りします。

みちとし
小田 道人司(91歳)氏

平成16年4月から8年間今治市教育委員会委員長を、平成8年5月から約6年間今治商工会議所会頭を務め、また一般社団法人日本船舶電装協会会長なども歴任し、今治市の教育文化をはじめ商工業、国内の海事産業の発展に貢献されました。

■令和5年8月7日逝去

議会が開催されます

9月定例会は次の日程で開催される予定です(各日10時開会)。

- 日程 9月1日(金) 本会議 議案説明
(本会議終了後) 広報広聴特別委員会
- 5日(火) 本会議 市政に対する代表質問、議案に対する質疑
- 6日(水) 本会議 } 市政に対する一般質問
- 7日(木) 本会議 }
- 8日(金) 予算特別委員会
- 11日(月) 建設水道委員会
- 12日(火) 総務委員会
- 13日(水) 教育厚生委員会
- 14日(木) 産業環境委員会
- 15日(金) 広報広聴特別委員会
地域振興特別委員会
スポーツ振興特別委員会
- 21日(木) 本会議 委員長報告、質疑、討論、表決

本会議は、どなたでも傍聴することができます。(委員会については5人まで)

委員会の傍聴は、委員会開会10分前までに議会事務局で受け付けし、委員会の許可を得て傍聴することができます。

なお、本会議の様子は今治市議会ホームページや今治CATVで視聴できます。

■問合先 市議会事務局

TEL 0898-36-1580

FAX 0898-36-1582



今治市議会
ホームページ

市内12会場

要申込

「愛顔のスマホ相談窓口」を利用ください

各地域の郵便局や一部の支所に、スマートフォンの操作方法などをオンラインで相談できる窓口(端末)を設置しています。

■日時・場所 平日 10:00~17:00(最終受付16:30)

1回30分 ※何度でも無料で相談可

今治郵便局、イオンモール今治新都市内郵便局、桜井郵便局、玉川郵便局、波方郵便局、大西郵便局、伯方郵便局、吉海郵便局、関前郵便局、朝倉支所、菊間支所、大三島支所

■対象 主にスマホ初心者の方

■参加費 無料

■持参品 お持ちであればスマホやタブレットなど

■申込先 ①名前 ②電話番号 ③希望日 ④希望会場

⑤相談したい内容を予約ダイヤル(楽天シニア)へ

TEL 0120-546-004

(平日 10:00~16:00)



スマホ相談窓口

弁護士法律無料相談

- 日時 9月20日(水) 13:00～
(1人あたり相談時間20分まで)
- 場所 伯方支所
- 定員 先着11人
- 予約申込 9月8日(金)、9月11日(月)から14日(水)まで、平日の執務時間(8:30～17:15)に電話または市民が真ん中相談センターへ
TEL 0898-36-1531
FAX 0898-32-5211(代)

行政無料相談

- 日時 9月13日(水) 13:00～15:00
- 場所 市役所 第2別館3階 231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 市民が真ん中相談センター
TEL 0898-36-1531
FAX 0898-32-5211(代)

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 9月27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 市役所 第2別館8階 ミーティングルーム
- 対象 市内在住の方
- 定員 先着5人
- 申込先 9月20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へ
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 9月23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 市役所 第1別館1階 市民が真ん中相談センター
- 対象 経営にお困りの市内事業者の方
- 定員 先着3人
- 申込先 9月15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へ
TEL 0898-36-1531
FAX 0898-32-5211(代)



申込フォーム

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

- 問合先 松山地方法務局今治支局
(旭町1-3-3)
TEL 0898-22-0855(代)

特設相談

月日	時間	場所
9月11日(月) 25日(月)	13:00～15:00	総合福祉センター 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。

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



人権相談

こころの健康、お悩み相談 毎週木曜日開催

「家族や友人との関係が気になる」「物事を悪い方向に考えてしまう」などお悩みの方、心理カウンセラーに相談してみませんか?

- 日時 9月7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水)
9:00～12:00、13:00～17:00
- 場所 市役所 第1別館1階 市民が真ん中相談センター
- 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)

「今治市市民が真ん中検討委員会」委員募集

市民と行政が互いに協力して行政活動に参画するための取り組みなどに対し、評価・協議・審議していただきます。

- 任期 2年間
- 募集人数 2人以内
- 応募資格
 - ・市内に在住している20歳以上の方
 - ・市の市民参画の推進に積極的に貢献する意欲のある方
 - ・市の他の附属機関などの委員ではない方
- 選考 活動実績・応募理由などを参考に決定
- 選定結果 本人宛に通知
- 申込先 9月1日(金)から15日(金)までの17:15必着で、申込書と小論文(800字程度・書式自由)を市民参画課へ
※申込書は市民参画課に直接請求するか、ホームページからダウンロードしてください。

- 問合先 市民参画課
TEL 0898-36-1530
FAX 0898-32-5211(代)
Eメール siminsankaku@imabari-city.jp



市民参画課

9月1日～10日 屋外広告物適正化旬間 屋外広告物のルールをご存知ですか

■屋外広告物とは

常時または一定の期間継続して屋外で公衆に表示されるものであって、看板、立看板、はり紙、はり札、広告塔、広告板、建物などに掲出または表示されたものなどです。

■屋外広告物の表示には許可が必要

市内で広告物の表示を行う場合は、愛媛県屋外広告物条例に基づく許可が必要です。また、表示などに関する工事を行う場合は、愛媛県に屋外広告業の登録をする必要があります。
※広告物を表示してはいけない物件や地域があります。
※広告物によっては、許可を受けずに表示・設置することができないものもあります。

■定期的な安全点検を

広告物の倒壊や落下による事故の発生を未然に防止するため、適正な管理をお願いします。

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

令和5年10月期 市営住宅あき家補充入居者の募集

募集要項や申込用紙などは、住宅管理課または伯方・関前支所住民サービス課で9月25日(月)から配布します。

今回から以下の3つを大きく変更します

- ①連帯保証人がいなくても申し込み可能です。ただし、必ず身元引受人を1人選出してください。
- ②少子化対策、子育て支援の一環として、子育て世帯や新婚世帯を対象とした優先入居枠を設置します。
- ③性的マイノリティーの方は「今治市パートナーシップ宣誓書受領証」を提示すると同一世帯として市営住宅への申し込みが可能です。

■受付期間 10月2日(月)～16日(月) 8:30～17:15 (平日)
 ■受付場所 住宅管理課または伯方・関前支所
 ■問合先 住宅管理課
 TEL 0898-36-1567
 FAX 0898-32-5284

9月21日～30日 秋の全国交通安全運動

なれた街 いつもの道でも みぎひだり

～交通事故のない愛顔あふれる愛媛を目指して～
9月30日は「交通事故死ゼロを目指す日」です。

■全国重点項目

- ・子どもと高齢者を始めとする歩行者の安全の確保
- ・夕暮れ時と夜間の交通事故防止及び飲酒運転等の根絶
- ・自転車等のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底

■愛媛県重点項目

- ・道路横断中の交通事故防止対策の推進

■推進項目

- ・「大人も手を上げよう」運動の推進
- ・「横断歩道止まろうキャンペーン」を通じた歩行者保護意識の醸成

■問合先 防災危機管理課
TEL 0898-36-1558

小中学生交通安全啓発作品展示 (書写・ポスター)

■日時 9月21日(木)～29日(金) 8:30～17:15 (平日)
■場所 市民会館 1階ロビーおよび各支所

交通安全ふれ愛フェア

■日時 9月24日(日) 11:00～14:00
 ■場所 イオンモール今治新都市
 ■内容 愛媛県警察音楽隊の演奏、パトカー、白バイの展示など
 ■問合先 今治警察署 交通課
 TEL 0898-34-0110(代)

反射タスキを無料で配布

今治市交通安全推進協議会では、夜間の交通事故を減らすため、市内在住の希望者に反射タスキをお渡しします。

■配布場所 防災危機管理課、各支所、各公民館

9月20日～26日 動物愛護週間

いのち 生命ある動物の愛護と正しい飼い方について理解と関心を深め、人と動物が共生できる社会、飼い主の責任について考えてみませんか。

ペットは家族の一員。 責任を持って最後まで大切に飼いましょう！

- これからペットを飼う方は、最後まで飼えるのか、家族全員で相談・確認をしましょう。
- 繁殖制限に努めましょう。
- 迷子札、マイクロチップを付けましょう。
- 定期的に病院を受診し、病気の予防・早期発見をしましょう。

🐶 犬の飼い主の皆さんへ

- 登録と狂犬病予防注射を受けましょう。
- 放し飼いをしない、散歩時のリードの長さや糞尿の始末などマナーを守りましょう。

🐱 猫の飼い主の皆さんへ

- 不妊去勢手術をしましょう。■完全室内飼養に努めましょう。

「かわいそうだから」と飼い主のいない猫に餌を与え、生まれた子猫は病気や交通事故で早く死んでしまうことが多く、不幸な命を増やすことになってしまいます。

■問合先 今治保健所 生活衛生課 TEL 0898-23-2500
環境政策課 TEL 0898-36-1535

「公の施設」の指定管理者募集

条件など募集内容が異なりますので、詳細は必ず担当課にお問い合わせください。

施設区分	施設名	募集区分 (募集単位)	担当課 (申込・問合せ先)
火葬場	すいふうえん 燧風苑	単独公募	環境政策課 TEL 0898-36-1535
火葬場	ふじさき苑	単独公募	
火葬場	伯方斎場	単独公募	
火葬場	大翔苑	単独公募	
障がい者福祉施設	障害者福祉センター のぞみ苑	単独公募	障がい福祉課 TEL 0898-36-1527
障がい者福祉施設	さざなみ園	単独公募	

■指定管理期間

令和6年4月1日から令和11年3月31日までの5年間

■対象

民間事業所やNPOなどを含む法人その他の団体

■申込先

9月22日(金)から10月2日(月)※必着 までに郵送または担当課へ持参(8:30~17:15 平日)

※9月1日(金)から11日(月)までに担当課窓口または総務調整課ホームページからダウンロードしてください。

令和5年度
「公の施設」の
管理に係る
指定管理者の募集



大谷墓地・大谷墓園墓地の交通規制について

混雑が予想されますので、墓参の際は駐車場を利用ください。

■実施期間 9月16日(土)~25日(月)

6:00~18:00

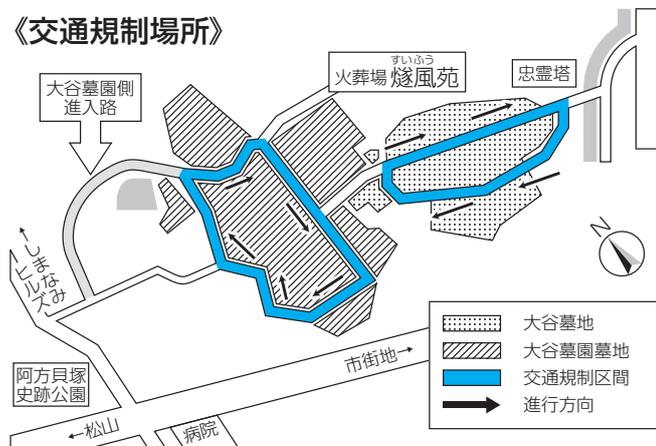
■規制内容 一般車両の一方通行

■問合せ先 環境政策課

TEL 0898-36-1535

FAX 0898-32-5211(代)

《交通規制場所》



農業委員会からのお知らせ

農用地利用権設定で安心して農地の貸し借りを

「利用権設定」による農地の貸し借りは、期間満了により自動的に貸借関係が終了するため、農地が戻らないなどの不安もありません。

利用権設定は年4回で、今回の申込期日は10月13日(金)です。詳しくは問い合わせください。

次の場合は許可・届け出が必要です

- 農地を耕作目的で売買、貸借する場合
- 農地を耕作以外の目的で転用する場合
- 相続などにより農地の権利を取得した場合

適切な管理のお願い

農地の所有(管理)者は、適切な管理をお願いします。特に雑草などが茂ると、耕作が困難になり、生活環境の悪化を引き起こすおそれがあります。

■問合せ先 農業委員会事務局または各支所

TEL 0898-36-1591

FAX 0898-32-5211(代)

防災士養成講座 受講者募集

災害や訓練時のリーダーとなる「防災士」を養成するための講座を開催します。詳しくはホームページを確認ください。

- **講座日程** 令和6年1月13日(土)、14日(日)
※最終日に資格試験あり
 - **場所** 総合福祉センター 愛らんど今治
 - **応募資格**
 - ・今治市に住所を有する方
 - ・講座受講日までに普通救命講習※①を履修している方
 - ・平常時や防災対策を目的として活動できる方
 - ・地域の防災対策を目的として自治会などへ名簿情報を提供することに同意できる方
 - ・防災士養成講座を受講し、試験を受験できる方
 - **定員** 50人(先着順)
 - **受講料** 無料(資格取得費用は県および市が負担)
 - **応募方法** 9月11日(月)から10月13日(金)までに申込書および普通救命講習修了書の写し※②を防災危機管理課へ
TEL 0898-36-1558
FAX 0898-32-2765
- ※①…現時点で普通救命講習資格のない方は、11月に市が開催する普通救命講習に参加することで、資格を取得できます。
- ※②…申込書の様式は9月11日(月)以降に各支所および公民館で配布します。またはホームページからダウンロードも可能です。



今治市防災士

国民年金保険料は納付期限までに納めましょう

国民年金保険料 月額16,520円

(令和5年4月～令和6年3月分)

納付義務者は被保険者本人、連帯して納付する義務を負う配偶者および世帯主です。保険料が納め忘れの状態、万一不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族年金を受けられない場合があります。所得が少なく納付が困難な場合など詳しくは問い合わせください。

- **納付方法** 金融機関、ゆうちょ銀行、コンビニエンスストア、スマートフォンアプリ、クレジットカード、口座振替
- **問合せ先** 保険年金課 国民年金係
TEL 0898-36-1520 FAX 0898-32-5211(代)
今治年金事務所 国民年金課
TEL 0898-32-7353 FAX 0898-32-3519

働きやすい職場づくりセミナー開催

介護人材の離職防止、定着促進に向けた働きやすい職場づくりを目指したセミナーを開催します。詳しくはホームページを確認ください。

- **日程** 9月・10月・11月 各1回の全3回
- **対象** 市内で介護サービスを提供している事業者
- **問合せ先** 介護保険課
TEL 0898-36-1526
FAX 0898-34-5077



介護保険課

新入学児童がいる家庭の方へ 校区外通学などの受付開始のお知らせ

令和6年度に小学校に入学する児童で、転居予定などの事情で入学する小学校の変更を希望される方は、9月1日(金)から申請を受け付けます。事前に電話で問い合わせください。

- **対象児童** 平成29年4月2日から平成30年4月1日までに生まれた児童
- **問合せ先** 学校教育課
TEL 0898-36-1601
FAX 0898-25-1700



通学区域制度の弾力的運用について

利用者支援事業託児付講座 女性のお悩み改善ヨガ開催のお知らせ

肩こり・腰痛・産後体形が戻らない。ヨガのポーズで改善してみませんか。

- **日時** 10月20日(金) 10:00～11:00
- **場所** バリクリーン 2階研修室
- **講師** ネウボラ政策課 看護師
- **対象** 保育所などに通っていない未就学児を自宅で保育している方
- **定員** 15組(応募多数の場合は抽選)
- **参加費** 無料
- **申込先** 9月19日(火)から27日(水)までに
申込フォームから
- **問合せ先** こども未来課
TEL 0898-36-1529



申込フォーム

マイナポイントの申し込みは9月末まで

手続き全般、マイナポイント **第2弾** 設定支援を休日に行います。

- **日時** 9月10日(日)、24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。

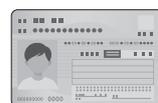


マイナポイント
事業サイト



マイナンバーカード
総合サイト

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

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



建築課からのお知らせ

耐震診断・耐震改修など費用を一部補助 補助の対象になるか確認しますので、必ず事前に相談ください。

- 対象の建物
 - ・昭和56年5月31日以前に着工された一戸建ての木造住宅（枠組壁工法・丸太組工法・大臣などの特別な認定を得た工法のもの是对象外）
 - ・地上階数が2階以下で、延べ面積が500平方メートル以下
 - ・専用住宅（共同住宅および長屋住宅は対象外）または併用住宅（延べ面積の過半の部分が住宅の用途であるもの）
- 対象者 住宅の所有者
※世帯全員に市税の滞納がないこと

耐震診断

- 申込期限 令和6年1月31日(水)まで

①耐震診断技術者派遣制度

「愛媛県建築士会木造住宅耐震診断技術者派遣名簿」に登録された耐震診断技術者を派遣し、耐震診断を行います。

- 負担額 耐震診断評価料（3,000円または9,900円）
※金額は評価機関により異なります。

②耐震診断補助制度

「愛媛県木造住宅耐震診断事務所」の登録を受けた建築士事務所を申請者が選定し行う耐震診断費用に補助します。

- 補助金額 対象経費の3分の2以内で限度額5万円

耐震改修など

- 申込期限 令和6年1月31日(水)まで

③耐震改修工事補助制度

耐震診断の結果、上部構造評点が1.0未満である木造住宅の耐震改修工事費に補助します。

- 補助金額 対象事業費の5分の4以内で、限度額100万円
- ※瓦屋根の耐風改修工事補助（加算）

耐震改修と一体として行う場合に補助加算を行います。瓦屋根の脱落防止を目的として、基準に適合しない瓦屋根の耐風改修工事費について補助します。

- 加算額 対象事業費の100分の23以内で、限度額55万2千円

④耐震シェルター設置工事補助制度

- 補助金額 限度額40万円

①～④の制度はすべて先着順です。
予定件数に達し次第締め切ります。



①②について
詳しくはこちら



③④について
詳しくはこちら

- 申込先 建築課
TEL 0898-36-1566
FAX 0898-25-2015



建築課

住宅・土地統計調査へ協力をお願い

10月1日現在で令和5年住宅・土地統計調査を実施します。調査結果は、国や都道府県・市区町村が住生活基本計画や、まちづくり施策などを立案するための重要な資料として利用され、私たちの住生活の向上に大切な役割を果たします。

調査は、全国で約340万世帯を対象に行われ、対象となった世帯には、9月下旬ごろから県知事が任命した調査員が調査票を持って伺います。インターネットでの回答も可能です。皆さんの協力をお願いします。

- 問合せ 市民が真ん中課
TEL 0898-36-1503 FAX 0898-32-5211(代)
または各支所

第75回 市展

市民の方や、出身者から出品された美術作品の展覧会です。4年ぶりに市民鑑賞会も開催します。

- 会期 9月23日(土・祝)～10月1日(日) ※9月25日(月)休館
9:00～17:00 (最終日は15:00まで)
 - ・開展式 9月23日(土・祝) 10:00～
 - ・市民鑑賞会 10月1日(日) 14:00～
- 場所 河野美術館
- 部門 洋画・日本画・版画・書道・写真・彫刻・工芸・デザイン
- 観覧料 無料
- 問合せ 文化振興課
TEL 0898-36-1608
FAX 0898-24-2008

リサイクルフェアに出品する品物を収集します

収集できるもの

- ・家具（大型家具を除く）
- ・日用品・子ども用品
- ・おもちゃ（電気製品を除く）
- ・衣類（下着は除く）

収集できないもの

- ・電気製品
- ・書籍
- ・自転車
- ・食料品および危険な品物（薬品など）

※在庫品の関係や状態によっては、引き取りをお断りする場合があります。

- 収集日（旧今治地域は公民館、支所管内は支所で収集）

収集日	9:30～11:30	13:30～15:30
9月4日(月)	朝倉・今治・日吉	鳥生・美須賀
9月5日(火)	玉川・波方	別宮・波止浜
9月6日(水)	大西・菊間	富田・清水
9月7日(木)	桜井・国分	城東・立花
9月8日(金)	近見・日高	乃万・常盤

家具などは常時収集をしています。問い合わせください。
自宅に伺い、種類や状態を確認して判断の上収集します。

10月15日(日) リサイクルフェア開催

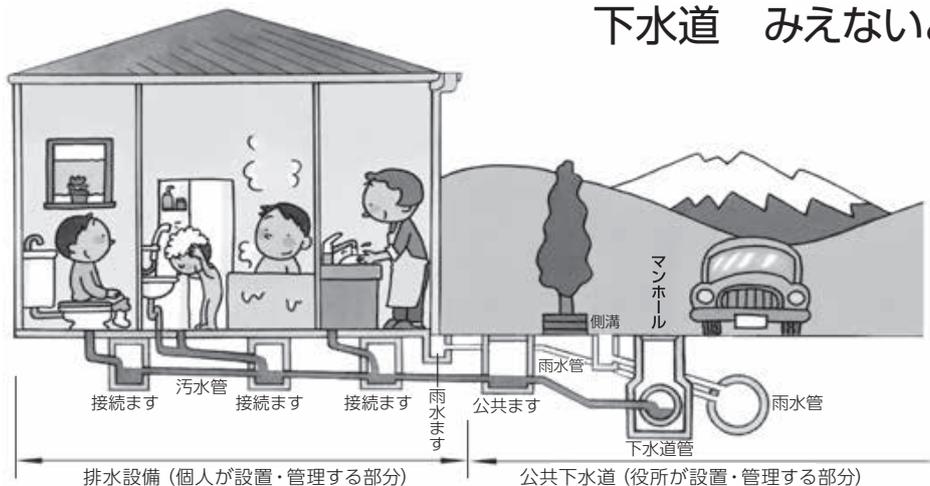
「いまばり環境フェスティバル2023」

- 問合せ 資源リサイクル課
TEL 0898-47-5374
FAX 0898-48-3942

9月10日は下水道の日

下水道 みえないところで ファインプレー

令和5年度の下水道推進標語



下水道人口普及率

今治市 **75.3%**

※令和5年5月1日現在

全国平均 **80.6%**

愛媛県 **56.7%**

※令和4年3月31日現在

下水道の役割

下水道とは、汚水や雨水を排除したり、処理したりする施設のことです。

下水道の整備によって、トイレが水洗化でき、また、家庭からの雑排水も汚水管に接続することにより、溝や水路の汚れがなくなり、悪臭もなく、ハエや蚊などの害虫の発生を防ぎます。汚水は下水処理施設できれいな水にして海や川に戻します。また、雨水を速やかに排除して家屋への浸水などを防ぎます。

下水道は、公共用水域の水質保全や、快適な生活環境の向上を図るためには欠かすことのできない基盤施設です。

下水道に流してはいけない物

- トイレットペーパー以外のペーパー
 - 紙オムツ ● 衛生用品 ● 下着類
 - タオル ● 油脂類 ● 髪の毛
- 流入すると管の詰まる原因になったり、処理が困難になるため流さないでください。

- 殺虫剤 ● 防臭剤 ● ビニルラップ類
 - アルミホイルなど金属類
 - 土砂 ● 貝殻 ● 高濃度の薬品類
- 流入物の処理ができないだけでなく、処理施設の機械類の寿命が短くなったり、故障するなど多額の修理費が必要となります。

- ガソリン ● 灯油 ● シンナー ● 潤滑オイル
- 爆発したり、引火性が強いなど危険です。

下水道事業受益者負担金 (第1期納入期限)

10月2日(月)

納入通知書は9月中旬に郵送します。

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

下水道整備地区の皆さんへ

■ 下水道への接続

下水処理開始の日から3年以内に接続をお願いします。

処理区域内の家屋などの排水設備工事は、市の指定工事店に依頼してください。まず、改造工事費用がどれくらいかかるのか指定工事店に見積もってもらいましょう。

■ 融資あっせん制度、私道内への下水道管布設

くみ取り便所(し尿処理浄化槽を含む)を水洗便所に改造するための資金の融資のあっせん(市内の金融機関から無利子で借りることができる)をしています。

また、私道内公共下水道布設制度(私道に市が公共下水道を布設するもの)、私設下水道布設費補助金交付制度などがあります。

■ 地下水(井戸水)などを下水道に排出される方へ

地下水などを使用し、下水道に排出される方は汚水排除量の申告をしなければなりません。申告により地下水量を認定し、下水道使用料をいただくこととなります。

災害時の下水道の使用について

下水道管の破損やポンプ場・下水道処理施設の運転が停止しトイレが使用できない場合があります。道路で下水があふれていたら、トイレの使用を控えてください。災害に備えて、日頃から携帯トイレの備蓄を7日程度お願いします。

下水道いろいろコンクール作品募集

小中学生対象(各部門)

絵画・ポスター、作文、書道、標語、新聞

一般対象

標語

- 応募先 10月31日(火)までに ※当日消印有効
株式会社水道新聞社 下水道いろいろコンクール係
(〒102-0074 東京都千代田区九段南4-8-9) へ
- 問合先 (公社)日本下水道協会企画部広報課
TEL 03-6206-9585
株式会社水道新聞社出版企画事業部
TEL 03-3264-6724



2023

第21回 瀬戸内しまなみ海道スリーデーマーチ

9/30^土・10/1^日

1日約8店舗出店 キッチンカーも来るよ!



▼当日申し込みできます▼

10:00~16:00

	コース	距離	受付/スタート
9月30日(土)	B 来島海峡大橋コース	15km	9:00~10:00
	C 伊予の三湯・美人の湯 鈍川温泉コース	20km	8:00~9:00
	E 日本遺産「村上海賊の記憶」を辿るコース	10km	8:30~9:30
	F 今治寺町まちなかコース	10km	10:00~11:00
10月1日(日)	H 来島海峡大橋コース	15km	9:00~10:00
	J しまなみ絶景スポット 亀老山展望公園コース	10km	9:30~10:30
	K 今治寺町まちなかコース	10km	10:00~11:00

- あげんどう 風鮮 ガジュマル BOSTON BEACH
- Puente Grande (プエンテグランデ) 満腹えひめ
- ドイツハウス Axel Cafe 22 POTATO STAND
- Cre de La paix Spica (クレドラペスピカ) 蔵はち
- 芋源-imogen- チーズケーキ3℃ banabee



スポーツエントリー91648 検索



■問合先 瀬戸内しまなみ海道スリーデーマーチエントリー窓口 (スポーツエントリー内)
TEL 0120-711-951 10:00~17:00 (土日祝日を除く)

瀬戸内しまなみ海道スリーデーマーチ実行委員会事務局 (観光課内)
TEL 0898-36-1515 FAX 0898-25-2961

■スタート会場 中央会場 今治港/はーぱりー
当日申込…一般1,000円、高校生以下500円 ※日数ごと
今治市在住の高校生以下・上島町在住の中学生以下は無料 (小学生以下は保護者同伴)



国内大手ECモール楽天市場で 今治物産展第2弾キャンペーン実施!

9.1^金 - 9.30^土

愛媛の“愛”と、出会う場所。 10:00から 9:59まで

コロナ禍を経てパソコンやスマートフォンなどを使ってインターネットショッピングすることは身近になりました。今治市では市内事業者への支援の1つとして、愛媛県が運営する楽天市場内の「愛媛百貨店」と連携し、楽天市場へ出店している事業者の皆さんの商品販売をサポートするため、割引クーポンを配布します。この機会に改めて今治市産品の魅力に触れて、今治市産品にハマってみてはいかがでしょうか。

※ECモールとは、個々のお店が1か所に集まってできたインターネット上の大きな市場のようなもので、実際の店舗での販売ではありません。

■問合先 i.i.imabari! 推進課
TEL 0898-36-1554 FAX 0898-33-8066

商品出品に興味のある生産者の方は、今治地方観光協会まで問い合わせください。
TEL 0898-22-0909



愛媛百貨店は
こちらから
(9月1日 10:00から公開)

愛媛百貨店クーポン
3,980円以上(税込)

- 600枚 25%OFF 真珠ほかジュエリー、スイーツ・お菓子、キッチン用品・食器
- 2,500枚 20%OFF その他
- 1,350枚 10%OFF ミカン、お米、カタログギフト

今治市WEB物産展クーポン

- 1,000枚 3,000円以上(税込) 300円OFF
- 600枚 5,000円以上(税込) 500円OFF



※愛媛百貨店内で約4,500商品が上記2種類のクーポンが共用可能です。(今治市WEB物産展クーポンの2種類は併用不可) どちらもクーポンはなくなり次第終了します。クーポンは「愛媛百貨店」のサイト内で取得できます。



一般の部Aグループで優勝した「鶏島奉行隊」▶

戦国浪漫が海を駆ける

7月30日(日)、宮窪町にて第28回戦国浪漫水軍レースが開催されました。村上海賊が使用していたとされる「小早船」^{こばやぶね}を再現した小舟に12人が乗り、宮窪の内港をこいでその速さを競う大会です。計47チームの熱い戦いが繰り広げられました。中にはまっすぐ進まずコースアウトするチームも…。

一般の部Aのグループにて、若さ溢れるチームのパワーを退け優勝したのは、前回も優勝したベテランのチームでした。

課題解決に向けて民間複業人材を活用

移住定住、ニューボラ政策の推進など6つの政策の実現に向け、民間の知見を活用するため、専門人材を市のアドバイザーとする就任式を、7月14日(金)に行いました。

複雑化する課題に対してより効果的な方策を探るため、連携協定を締結した(株)アナザーワークスと協業して、民間の複業人材から選ばれた即戦力の6人と一緒に、事業の改善や先進事例の活用などに取り組めます。



今治市中学生議会

8月4日(金)、市役所で今治市中学生議会が開催されました。今治市の将来を担う中学生たちが議員となって市議会を体験し、商店街の活性化や野生動物への対策など、中学生ならではの視点でさまざまな意見が出されました。



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

9/10 ・24

9:00-14:00

今治港みなと交流センターはーぱりー



お知らせ

一次救命処置・防災講習会

看護師による一時救命処置の体験講習、市役所防災危機管理課による自宅のハザード確認など防災について、講習会を開催します。

- 日時 9月9日(土) 10:00~15:00
- 場所 イオンモール今治新都市 1階 きらめきコート
- 参加費 無料(申し込み不要)
- 問合せ 済生会今治病院
TEL 0898-47-6048

危険物保安講習会

- 種別・日時
 - ・給油取扱所
9月27日(水) 9:30~
 - ・給油取扱所およびコンビナート以外の危険物施設
9月27日(水) 13:30~
- 場所 総合福祉センター 愛らんど今治多目的ホール1
- 対象 危険物の取扱作業に従事している危険物取扱者
- 申込先 今治地区危険物安全協会
(美須賀町4-1-3(株)天宗内)
TEL 0898-32-5014
- 問合せ 消防本部 予防課
TEL 0898-32-6666(代)
FAX 0898-32-0119(代)

不動産取引無料相談

- 日時 9月15日(金)
10:00~13:00(受付は12:30まで)
※毎月第3金曜日
- 場所 (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



危険物取扱者試験

- 日程 10月22日(日)
- 場所 松山大学(松山市文京町4-2)
- 申込先 8月28日(月)から9月7日(水)までに必着で消防本部または東予地方局今治支局にある試験願書を消防試験研究センター愛媛県支部(〒790-0011 松山市千舟町4-5-4 松山千舟454ビル5階)へ
※電子申請も可
- 問合せ 消防本部 予防課
TEL 0898-32-6666(代)
FAX 0898-32-0119(代)



消防試験
研究センター

「ナイトテントサウナ」が始まりました

ありのままの鈍川の自然を感じながら、疲れた体を癒しませんか。(雨天および悪天候の場合は利用不可)

- 時間 18:00~20:00
- 場所 鈍川せせらぎ交流館(玉川町鈍川甲)
- 参加費 9,000円(要予約)
- 問合せ 鈍川せせらぎ交流館
TEL 0898-55-4477
FAX 0898-55-4478



テントサウナ



臨時休館のお知らせ

上浦多々羅スポーツ公園運動場は、清掃および機械器具点検のため休館します。

- 日程 10月3日(火)~5日(木)
- 問合せ
 - ・上浦多々羅スポーツ公園運動場
TEL 0897-87-2114
FAX 0897-87-2124
 - ・上浦地域教育課
TEL 0897-87-3000(代)
FAX 0897-87-2237

フードドライブにご協力ください

家で余っている未利用食品を持ち寄り、必要としている団体などに寄付する活動です。

- 日時 9月17日(日) 10:00~14:00
- 場所 さいさいきて屋 正面出口横
- 対象品 缶詰、インスタント食品、レトルト食品、乾物、乾麺、調味料、お茶、コーヒー、お菓子など
- 注意事項
 - ・賞味期限の記載がある(期限2023年10月以降)
 - ・未開封で、包装や外装が破損していない
 - ・冷蔵、冷凍、生鮮食品不可
 - ・瓶詰不可
- 問合せ 今治商工会議所女性会事務局
TEL 0898-23-3939

愛媛県福祉総合支援センター身体障がい者巡回相談

- 日時 10月20日(金) 13:00~15:00
- 場所 中央保健センター
- 内容 身体障害者手帳、更生医療などについての相談受付および整形外科医による補装具の適合判定
- 申込先 9月29日(金)までに障がい福祉課へ
TEL 0898-36-1527
FAX 0898-32-5267

しまなみ海道レンタサイクル使用料改定のお知らせ

9月1日(金)からしまなみ海道レンタサイクル使用料が改定になります。なお、借りたターミナルとは別のターミナルで返却する場合でも、乗捨て加算料はかかりません。(20人以上の学生団体を除く) (税込)

種類	区分	旧使用料		新使用料
		使用料	乗捨て加算料(保証料)	
①クロスバイク・シティサイクル	1日につき 大人	2,000円	1,100円	3,000円 1,000円
	1日につき 小学生以下	500円	500円	
②電動アシスト自転車	1日につき 大人	2,500円	1,100円	4,000円
③E-bike	1日につき 大人	7,000円	5,000円	8,000円
④タンデム自転車	1日につき 大人	3,000円	1,100円	4,000円

※③E-bikeは尾道港、中央(サンライズ糸山)、今治駅前からの返却となります。
 ※④タンデム自転車は乗捨てできません。

■問合先 一般社団法人しまなみジャパン
 TEL 0848-22-3911



しまなみ
レンタサイクル



自衛官採用試験等のお知らせ

自衛官候補生

- 資格 18歳～33歳未満の方
- 試験日 9月23日(土・祝)～26日(火)、10月29日(日)
- 受付期間 年間を通して受付

防衛大学校学生(一般)

- 資格 18歳～21歳未満の方※
- 試験日 1次試験 10月28日(土)
- 受付期間 10月18日(水)まで

防衛医科大学校医学科学生

- 資格 18歳～21歳未満の方※
- 試験日 1次試験 10月21日(土)
- 受付期間 10月11日(水)まで

防衛医科大学校看護学科学生(自衛官候補看護学生)

- 資格 18歳～21歳未満の方※
- 試験日 1次試験 10月14日(土)
- 受付期間 10月4日(水)まで

※高等学校または中等教育学校卒業生、高専3年次修了者(令和6年3月卒業(修了)見込みを含む)

■問合先 自衛隊愛媛地方協力本部
 今治地域事務所
 TEL 0898-33-0038



詳しくはこちら



男性介護者のつどい ～よこならびの会～

男性の介護者を対象に、介護方法や介護予防の知識技術の習得、交流などを行います。

- 日時 9月6日(水) 10:00～12:00
- 場所 総合福祉センター 愛らんど今治
2階ボランティア交流室
- 講師 近藤 誠氏
- 内容 講話や意見交換
- 定員 10人(先着順)
- 参加費 無料
- 申込先 今治市社会福祉協議会 地域福祉係
TEL 0898-22-6063

食生活改善推進員養成講座の開催

地域で食事に関する正しい知識の普及啓発活動を行う、食生活改善推進員の養成講座を開催します。

- 日時 9月22日(金)、28日(木)、10月5日(木) 全3回
10:00～13:00
- 場所 中央保健センター
(中央公民館内 2階栄養指導室)
- 内容 講話、調理実習
- 参加費 1回 550円
- 定員 15人(先着順)
- 申込先 中央保健センター 栄養指導係
TEL 0898-36-1533
FAX 0898-32-5511

愛work Challenge!

えひめのインターンシップちょいかじりオンラインツアー

2日間で異業種2社を回るツアー形式のオンラインインターンシップです。

- 日 時 8月31日(木)～9月29日(金)のうち10日間
※1つの日程を2日間とし、5つの日程で実施
※1日目13:00～16:30、2日目13:00～17:00
- 場 所 オンライン ■参加費 無料
- 対 象 学生 (2025年、2026年、2027年卒業予定者)
- 申込先 ホームページから事前申し込み必要
- 問合せ ジョブカフェ愛work
TEL 089-913-8686
FAX 089-913-8685



ホームページ

令和5年度 東予地域ひとり親家庭等就職準備セミナー (母子家庭等就職準備・離職転職セミナー) 受講生募集

- 日 時 9月28日(木) 10:00～15:00
- 場 所 西条市佐伯体育館・郷土資料館 1階研修室
(西条市丹原町池田1711番地1)
- 内容・講師 ①「仕事の探し方」
ハローワーク西条 統括職業指導官
岡本 智博氏
②「無料職業紹介事業について」
愛媛県母子寡婦福祉連合会
③「びったり感を大切に!!私の適職選び」
～一歩踏み込んだ応募書類を書くメリット～
産業カウンセラー、保育士、子育て相談員
西原 美智子氏
- 定 員 20人
- 参加費 無料
- 問合せ 9月8日(金)までに直接または郵送でネウボラ政策課
(〒794-8511 住所不要)へ
TEL 0898-36-1553
FAX 0898-34-1145

ペアレント・メンターCafé開催

発達障がい診断を受けたばかりのお子さんのことや、子育てへの疑問について相談に応じるグループ相談会です。

- 日 時 10月14日(土) 10:00～11:30
- 場 所 今治市発達支援センター
- 対 象 ペアレント・メンター(親による親のための相談者のこと)による相談を希望する市内在住の保護者
- 定 員 10人(先着順) ※託児あり(先着2人)
- 参加費 無料
- 申込先 9月30日(土)までに直接電話またはファクスで今治市発達支援センターへ
TEL 0898-22-2752
FAX 0898-22-2753

今治史談会例会のお知らせ(小中学生の参加も可)

- 日 時 ①9月23日(土) 14:00～15:30
- 場 所 中央公民館 3階
- テーマ・講師 「近世村上家文書を読む」
松花 菜摘氏(村上海賊ミュージアム学芸員)
- 定 員 60人(先着順)
- 参加費 無料
- 申込方法 不要

- 日 時 ②10月29日(日) 12:30(集合)、16:00(解散・予定)
- 場 所 宮窪町能島
(能島水軍 村上海賊ミュージアム前現地集合)
- テーマ・講師 「村上海賊の能島城上陸&潮流クルーズ」
田中 謙氏(文化振興課)
- 定 員 大人70人、小学5年生～高校生30人(先着)
- 参加費 大人 2,750円、小学5年生～高校生 無料
- 申込方法 10月5日(木)までに電話で申し込み

- 持参物 筆記用具、飲み物
- 申込先 今治史談会 ※会員募集中
TEL 090-9451-4852(南條)
FAX 0898-22-0099

今治市国際交流協会からのお知らせ

韓国語講座

- ネイティブ講師と一緒に簡単な韓国語を学びませんか。
- 日 時 9月27日(水)～12月13日(水) 10:30～12:00
毎週水曜日(全12回)
 - 場 所 市役所 第3別館1階会議室311
 - 講 師 パキミンファ 朴明花氏
 - 対 象 初級 ■定 員 20人(先着順)
 - 受講料 一般 6,000円
会員 3,000円(当日入会可)
※別途テキスト代実費
「できる韓国語 初級I」2,200円

中国語講座

- 中国人の先生に基礎からしっかり教わりましょう。
- 日 時 9月22日(金)～12月22日(金) 19:00～20:30
毎週金曜日(全12回) ※10月27日、11月3日除く
 - 場 所 市役所 第3別館1階会議室311
 - 講 師 リンカキョフ 林家旭氏(今治明德短期大学留学生)
 - 対 象 入門者 ■定 員 20人(先着順)
 - 受講料 一般 6,000円
会員 3,000円(当日入会可)
※別途テキスト代実費
 - 申込先 今治市国際交流協会
TEL・FAX 0898-34-5763

クアハウス今治で健康になろう

週1回実施の教室 (全て有料)

教室名	日程	曜日	時間
第3期 水中運動教室 (関節痛予防や緩和・運動不足解消など) (水中で全身運動)	10月 2日～12月25日	月	10:15～11:30
	10月 4日～12月27日	水	
	10月 6日～12月22日	金	
第3期 機能向上教室 (立つ、歩く、座るなどの動作に不安がある方へ) (イスに座ってのストレッチや筋力アップ運動)	10月 2日～12月25日	月	10:15～11:30
	10月 4日～12月27日	水	
	10月 6日～12月22日	金	
第3期 ヘルスアップ教室 ～腰痛・膝痛予防～	10月 5日～12月28日	木	10:10～11:30
第3期 シェイプアップ教室 ～糖尿病予防 見直そう食生活～	10月 7日～12月23日	土	13:45～15:15
第3期 いきいきママのリフレッシュ教室 (育児期女性対象)	10月13日～12月22日	金	11:00～12:00

教室名	日時	内容
第76回 健康セミナー ～季節の変わり目、免疫力を高めよう!～	9月9日(土)・10日(日) 10:00～14:00	歯科医師、管理栄養士による講演や、実習ではかんたんリズムダンス、骨盤ウォーキングなど
からだ革命ワンデープラン 筋トレコースVol.1	9月30日(土) 10:00～12:30	自然のコルセットでぽっこりお腹解消
日曜チャレンジ 「ハロウィンスペシャル」	10月8日(日) 10:15～12:00 13:00～15:35	午前は親子ヨガを初実施! 午後はリレー形式で5種目挑戦
秋のバラウォーキング (完歩コース)3～5キロメートル	10月22日(日) 9:00～14:00	大島 よしうみバラ公園 ※9月1日(金)～受付開始
ノルディックウォーキングVol.4	11月5日(日) 9:45～13:30	今治市 伯方島 ※9月1日(金)～受付開始
ダムウォーキング (完歩コース)3～5キロメートル	11月19日(日) 9:00～14:00	西条市 黒瀬ダム ※10月1日(日)～受付開始
ノルディックウォーキングVol.5	11月30日(木) 9:45～13:30	新居浜市 山根公園 ※10月1日(日)～受付開始



▲ノルディックウォーキング

※全て事前申し込みが必要です。詳しくは問い合わせまたは各公民館に設置している冊子「健康づくり事業」で確認ください。

■申込先
クアハウス今治
TEL 0898-47-0606
FAX 0898-47-0882

中央公民館 10月～令和6年3月開講 主催講座受講生募集

- 場所 中央公民館 (南宝来町1-6-1)
- 定員 申込者多数の場合は抽選
- 申込先 9月19日(火)～25日(月)
8:30から閉館まで (夜間も可)
講座申込書に必要事項を記入の上、中央公民館事務室へ
- その他
 - 各講座とも初級入門程度 (教材費別途)
 - 申込期間に定員に満たなかった講座は、定員まで募集を継続します。

- その他
 - 受講料の納入は期限日までに納めてください。
 - 期限日までに受講料を納入できない方は、必ず連絡ください。
 - 各講座の日程表などは事務所前または各階ロビーに設置しています。(ホームページにも掲載)
- 問合先 中央公民館
TEL 0898-32-2892
FAX 0898-32-2772

講座	基本の曜日	時間	募集人数(定員)	受講料(教材費別)
写真	第1・3火曜日	19:00～21:00	20人	2,000円
初級英会話	第2・3・4水曜日	13:00～14:30	20人	3,000円
手話	毎週木曜日	13:00～15:00	20人	4,000円
手編	第1・3金曜日	19:00～21:00	20人	2,000円
水墨画	第2・4金曜日	13:00～15:00	20人	2,000円
絵画(小学生)	第1・3土曜日	14:00～16:00	15人	2,000円

第41回今治文化芸術祭 「文芸大会」作品募集(初心者歓迎)

●川柳大会 投句締切日 10月26日(休)必着

- 日時 10月29日(日) 9:30~12:00
※出席者の当日投句締め切りは9:30
- 場所 中央公民館 第1会議室
- 宿題 ①共選「港」^{みなと} ②共選「漕ぐ」^こ ③自由吟
- 選者 ①吉原 美佐、菅 清次郎
②浅海 まち子、村上 蝸風
③川上 ますみ
- その他 ※各題2句とし、席題はありません。
※欠席投句の方は、長さ22×幅4センチの白紙句箋^{くせん}
1枚に1句ずつ明記(裏面に氏名を記入)して、郵送ください。
- 投句先 青野舞方(〒794-0073 矢田甲474) 汐風川柳社
今治文化芸術祭係へ
TEL 0898-33-0620

●俳句大会 募集投句締切日 10月31日(火)必着

- 日時 11月12日(日) 9:30~12:00
- 場所 中央公民館 第1会議室
- 当日句 投句^{とうきぎょつせい} 当季雑詠 3句(未発表のもの)
・開会時間までに筆記用具を持参の上、来場ください。
・俳句協会会長賞、代表者選特選、互選高点句を当日表彰します。
- 募集句 投句 雑詠 2句(未発表のもの)
・はがきかファクスで俳句2句、住所、氏名、俳号(フリガナ)、電話番号を記入の上、応募ください。
・俳句協会会長および代表者の選句により、特選、入選を大会当日発表します。
- 投句先 横田青天子方(〒794-0072 山路288)
今治文化芸術祭係へ
TEL・FAX 0898-22-4398



子育て世代のための実用ペン字講座受講生募集(託児付)

- 日時 10月23日(月)~令和6年3月4日(月)
第2・4月曜日 10:00~11:00(全9回)
- 場所 中央公民館
- 定員 20人(託児は10人まで、満6か月から就学前のお子さん) ※申込者多数の場合抽選
- 受講料 2,000円(教材費別途)
※受講料は期限日までに納めてください。
- 持参物 筆記用具(自由)、国語10マスノートなど
- 申込先 9月19日(火)から25日(月)までにホームページの申込フォームから
- 問合せ 中央公民館
TEL 0898-32-2892
FAX 0898-32-2772



～しまなみお見合い婚活～ 恋する今治de愛イベント2023オンライン開催

- Zoomを使ったオンラインの婚活イベントで今治に興味のある人と出会いませんか。
- 日時 10月29日(日) 10:00~12:00
 - 対象 25歳~35歳くらいで、今治市に興味のある独身男女各10人
 - 参加費 500円(センター支援金含む)
 - 申込先 9月18日(月・祝)までにホームページから会員登録し、申し込み
えひめ結婚支援センター東予事務所
TEL 0897-47-4853(火・土定休日)



わくわく自然観察@大角海浜公園

- 身近な動植物を楽しく学べます。秋の自然を満喫しましょう。
- 日時 10月28日(土) 13:30~15:30 ※雨天中止
 - 集合場所 大角海浜公園駐車場(波方町波方乙893-1)
 - 講師 松井 宏光氏(NPO森からつづく道代表)
 - 定員 20人(応募者多数の場合抽選)
 - 参加費 50円
 - 申込先 10月10日(火)までに参加者全員の氏名、年齢(18歳未満のみ。小学生以下は保護者同伴)、電話番号(代表者)をメールか電話で環境省松山自然保護官事務所へ
TEL 089-931-5803
Eメール RO-MATSUYAMA@env.go.jp



催し物

なみかた海の交流センター 作品展

- | 展示内容 | |
|------|------------------------------|
| ① | 会員による絵手紙の展示 ~ 桜貝絵手紙教室(波方町) ~ |
| ② | 受講生による写真展 ~ 今治市中央公民館写真教室 ~ |
- 展示期間 ①8月26日(土)~9月16日(土)
②9月17日(日)~10月8日(日)
9:00~17:00 ※火曜日休館
 - 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。
絵画、書、写真などジャンルは問いません。
 - 問合せ NPO法人シクロツーリズムしまなみ
TEL・FAX 0898-33-0069

新米まつり

- 日時 9月10日(日) 9:00～(雨天決行)
- 場所 玉川湖畔の里
- 内容 令和5年産玉川清流米(品種:コシヒカリ、あきたこまち)、新鮮野菜、新米を使った手作り弁当、純粋日本蜂蜜、玉川日本蜂蜜を使ったみたらし団子などの販売
- 問合せ 玉川湖畔の里
TEL 0898-55-3092

ホースセラピーとはなんぞや お供馬とふれあい・乗馬体験会

- 日時 9月18日(月・祝) 10:00～
※雨天の場合9月23日(土・祝)
- 場所 池原小ヶ丸広場公園
- 対象 ・5歳以上(一人で乗れる事) 年齢上限なし
・体重100キロ以下
- 定員 先着200人(整理券配布)
- 料金 引き馬乗馬体験 500円
ふれあい・えさやり体験 100円
- 持参物 乗馬ができる服装(長ズボン、靴など)、手袋、飲み物
- 問合せ NPO法人 菊馬会
TEL 090-7143-3223 (大出)
Eメール kikumakai0915@gmail.com

チャリティー 第42回 踊・唄のつどい しまなみ会

- 日時 9月10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
- 主催 英御流・千秋
TEL 090-2898-2078
※コロナ対策のため、観客の人数制限を行います。

来島海峡大橋ライトアップスケジュール

- 点灯日時 9月18日(月・祝)、23日(土・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。
- 問合せ 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



瀬戸内「し・ま・の・音楽祭」2023

- 日時・場所 「し・ま・の・オーケストラ」
・9月17日(日) 17:00～
吉海学習交流館 大ホール
- 「し・ま・の・室内楽」
・9月20日(水) 18:00～
中央公民館 大ホール
- ・9月21日(木) 18:00～
伯方開発総合センター 大ホール
- 入場料 一般 1,500円、小中高生 700円
(前売り券 一般 1,000円、小中高生 500円)
- 問合せ しまの音楽祭実行委員会事務局
TEL 080-4564-2373

いまばり日曜朝市

- 日時 9月10日(日)、24日(日) 8:00～11:00
- 場所 今治商店街アーケード内
- 駐車場 旧美須賀小学校屋外運動場
- 問合せ 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回分) 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

第18回 尾道灯りまつり

- 日時 10月7日(土) 18:00～20:30
※荒天時は、10月8日(日)に延期
- 場所 16カ寺、尾道駅前港湾緑地、しまなみ交流館前広場、尾道本通り、向島兼吉地区、中央棧橋ビジターバス、尾道市立美術館、千光寺山ロープウェイ山頂駅、れんが坂、ハッピー久保、爽籟軒庭園、中央図書館
- その他 尾道灯りまつり開催に合わせ(10月7日(土) 21:15まで)、千光寺山ロープウェイの運行時間を延長(15分間隔で運転)
- 問合せ 尾道灯りまつり実行委員会
TEL 0848-38-9184



おのみちまつり.jp



灯りまつり

今治明德短期大学

水軍レースで“めいたんここにあり!”

7月30日(日)開催の第28回水軍レース大会に初出場しました。初戦敗退でしたが、日中混合チームで存在感を發揮?海賊王になるべく、来年はリベンジを果たすぞ!



公開講座のお知らせ (場所/大講義室) 今治市委託事業

～今治版ネウボラ みんなの子育て応援講座～

- 日時 9月10日(日) 10:00～12:00
- テーマ 「今、子育てで一番もとめられているもの」
- 講師 むぎの穂保育園 園長 出原 大氏
- 対象 どなたでも受講可
※託児受入可
(3歳から小学3年生、15人まで)
- 定員 100人 (Zoom対応も可)
- 申込先 9月1日(金)より申込フォームなどから



申込フォーム

オンラインオープンキャンパス開催

9月16日(土) 10:00～12:00 (専願/助成対象)

- 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

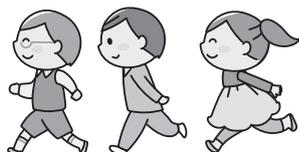
岡山理科大学

小学生向け公開講座

「生き物ってオモシロイ!
ミツバチからイノシシまで」

今回の小学生向け公開講座では、岡山理科大学獣医学部の大学生が「オモシロイ!」と思って調べたことを、わかりやすくお話します。ぜひご参加ください。

- 日時 9月30日(土) 10:00～12:00 (受付9:30～)
- 場所 岡山理科大学今治キャンパス
- 対象 小学生 (高学年向け)
※保護者も同伴できます。
- 受講料 無料 (事前申し込みは不要です)



演題1. 大学のお兄さんお姉さんと学ぼう!!～ハチさんの生活～

演題2. ヤギのフシギ～他の動物と比べてみよう～

演題3. 世界で人気の日本犬～日本が誇る天然記念物～

演題4. イノシシからみかんを守れ!～伯方島から～

- 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

保健科学 校外授業 in 鴨池海岸

保健科学の授業で、マリンスポーツを体験しました。SUPボード、水上自転車をはじめボートで無人島へ行ったり、普段できない貴重な体験ができて、学生たちは思い切り楽しんでいました。

ゴミ拾いでは、ペットボトルの多さにびっくり。この授業を企画していただいた先生他、協力いただいた有志の方々に感謝します。



10月4日(水)より令和6年度入試出願開始

第一看護学科 ●推薦入学試験 ●社会人1期入学試験

詳しくはホームページを確認ください。



- 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

玉川近代美術館

企画展関連イベント 読み聞かせ会

企画展「かのうかりん 絵本原画&作品展 ～おまつりのおと～」に関連した、かのうかりんさんの絵本の読み聞かせ。

- 日時 9月18日(月祝) 10:00~11:30
※イベント開催のため、9:00~12:00まで交流館の展示はご覧いただけません。美術館は通常通り(一般520円、高校生以下無料)
- 対象 未就学児は保護者同伴
- 定員 60人(先着順) ※要・事前申し込み
- 料金 無料(イベント参加者は観覧料も無料)
- 講師 おはなしクラブ玉手箱
- 申込先 電話またはファクスに必要事項(氏名、人数、連絡先)を記入の上、玉川近代美術館へ
TEL・FAX 0898-55-2738



「おやすみ おやすみ
みんな おやすみ」
作・絵 かのうかりん
金の星社

企画展関連イベント アーティストトーク&サイン会

絵本作家になるという子どもの頃からの夢を叶えた、かのうかりんさんによる作品解説と、絵本等購入者へのサイン会。

- 日時 10月1日(日) 10:00~
※サイン会11:20~(予定)
- 料金 無料(イベント参加者は観覧料も無料)

朝倉ふるさと美術古墳館

館蔵品展「ふるさとの情景」

- 日時 9月18日(月祝)まで
※9月18日(月祝)は開館
- 料金 無料
- 問合せ先 朝倉ふるさと美術古墳館
TEL・FAX 0898-56-3754



「つづじ咲く」
越智 一馬



鎌倉時代の石組み井戸

大三島美術館

企画展 金孝妍Hyoyun Kim

「吾輩の視力は0.0001である」関連イベント

金孝妍×森内勇貴(哲学者)×佐藤伸也(デザイナー)の鼎談

「作品に至るまでの、そしてこれからのお話」

- 日時 9月9日(土) 13:00~14:00
- 料金 一般520円、高校生以下または18歳未満は無料
- 問合せ先 大三島美術館
TEL 0897-82-1234

吟行会ワークショップ:美術作品を鑑賞して俳句作り

- 日時 9月9日(土) 14:00~16:00
- 定員 20人(先着順)
- 料金 一般520円、高校生以下または18歳未満は無料
- 申込先 9月8日(金) 17:00までに『100年俳句計画』へ
TEL 089-906-0694

生涯学習課

速報展「郷本町八ツ目遺跡一第2・3次発掘調査」

令和4年度に発掘調査を行った郷本町八ツ目遺跡の調査成果について展示します。

- 日時 9月2日(土)~12月10日(日) 9:30~19:00
- 場所 中央図書館 1階ロビー
- 料金 無料
- 問合せ先 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。

●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
「今治城とトラ展」開催中

おかねやぐら 御金櫓 館蔵品展「水墨画風景 今治の港・海・来島海峡
大橋 松本奉山の世界」開催中

●河野美術館 TEL 0898-23-3810

令和5年度 今治市小中学校理科作品展
9月8日(金)~10日(日) 9:00~16:30(最終日14:30)

第75回市展 9月23日(土祝)~10月1日(日)
(初日10:00から、最終日15:00まで)

●玉川近代美術館 TEL 0898-55-2738

企画展「かのうかりん 絵本原画&作品展 ～おまつりのおと～」開催中

●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
館蔵品展「仁根が見た風景」開催中

●上浦歴史民俗資料館 TEL 0897-87-4288

川端龍子 四国遍路 草描画展 開催中

●大三島美術館 TEL 0897-82-1234

企画展 金孝妍 Hyoyun Kim 「吾輩の視力は0.0001である」開催中

●伊東豊雄建築ミュージアム TEL 0897-74-7220

展覧会「子供と共に建築を考える」
9月15日(金)まで
※9月16日(土)~10月7日(日)展示替えのため臨時休館

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)

とことん楽しむサウナの世界 初心者から上級者まで、活用メソッド徹底解説



松永 武 著
 日本文芸社

お風呂のソムリエである著者が、サウナの効果、ルールとマナー、目的別サウナの入り方など、サウナを楽しむための方法を紹介。自分にあったサウナの入り方が見つかる一冊。

絵本のまにまに



長野 ヒデ子 著
 石風社

「おかあさんがおかあさんになった日」や「せとうちたいこさんデパートいきタイ」など、多数の絵本作品を手がける、今治出身の絵本作家・長野ヒデ子。絵本、紙芝居、暮らしのあれこれをつづったエッセイ集。

かなしきデブ猫ちゃん 兵庫編 マルのはじまりの鐘



早見 和真 文
 かとうかりん 絵
 京阪神エルマガジン社

広い世界を見るため、故郷愛媛を旅立ったデブ猫マル。神戸に向かう船の中で一人の少女・桜子と出会う。桜子の願いをかなえるため、マルが兵庫を駆け巡る。

イベント 認知症サポーター養成講座 in 図書館

正しい知識を身につけて、認知症になっても安心して暮らせる地域づくりを応援しませんか? 気になることを相談できる時間も設けます。

- 日時 9月23日(土祝)
- 内容
 - ・講座 10:00~11:30
 - ・相談 11:30から20分程度
- 場所 中央図書館
- 定員 30人
- 参加費 無料
- 申込先 9月7日(木) 9:30から中央図書館へ直接または電話で
- 問合先 中央図書館

9月の移動図書館車

日時		場所	
6日・20日	水	9:30~10:00 波止浜公民館 10:20~10:50 近見公民館 13:30~14:00 日高公民館 14:20~14:50 乃万公民館	
	7日・21日	木	9:40~10:10 桜井公民館
		8日・22日	金
12日・26日	火		14:10~14:40 関前支所 16:00~16:30 上浦支所
		13日・27日	水
14日・28日	木		9:50~10:20 菊間支所 11:10~11:40 玉川支所 14:30~15:00 朝倉支所
		15日・29日	金

お知らせ

図書館公式SNS開設しました

今治市立図書館公式SNS/X (Twitter)、Instagramを開設しました。図書館からのお知らせやイベント情報などを発信していきます。

■問合先 中央図書館

アカウント名/今治市立図書館



X (Twitter)



Instagram



9月の休館予定

- ・中央 9月4日(月)、11日(月)、19日(火)、26日(火)~10月4日(水)
- ・波方 9月4日(月)、11日(月)、12日(火)~16日(土)、19日(火)
- ・大西、大三島 9月4日(月)、11日(月)、15日(金)、19日(火)

※蔵書の総点検などのため、中央図書館は9月26日(火)から10月4日(水)まで、波方図書館は9月12日(火)から16日(土)まで休館します。

休館期間中の返却はブックポストへお願いします。

ストレスをひとりで抱え込まないようにしましょう

9月10日～16日は自殺予防週間です。
「誰も自殺に追い込まれることのない
今治市」を目指して、自殺予防に
取り組んでいます。



今治市健康づくり計画
「パリッと元気」
推進キャラクター
ケンちゃんコウちゃん

周囲の人が気付きやすい変化

こころの病気は、自分では気付きにくい場合もあります。その人らしくない行動が続いたり、生活面で支障が出ている場合は、体調などについて聞いてみましょう。



- 服装が乱れてきた
- イライラし、怒りっぽくなった
- 表情が暗くなった
- ミスや物忘れが多くなった

～さまざまな相談窓口があります～

いまばりこころ健康ナビ



こころやからだの健康に関することなど気軽に相談ください。

■問合先 健康推進課
TEL 0898-36-1533 FAX 0898-32-5511
8:30～17:15 (平日)

早めにストレスに気付いて、適切に休むことが、こころとからだの健康には大切です。こころの不調やストレス症状が長く続いたり、日常生活に支障が出ている場合は、早めに専門機関に相談することをお勧めします。

からだのサイン

- 頭が痛い・重い
- 首や肩がこる
- だるい・疲れやすい
- 眠れない・食欲がない
- 著しく体重が減った・増えた



こころのサイン

- ゆうつな気分が続く
- 以前は楽しめたことが楽しめない
- やる気が出ない
- イライラし怒りっぽい



行動のサイン



- お酒の量が増えた
- 食事を食べない、または食べ過ぎる
- 外出が減った
- 人と交流しなくなった
- 仕事を休みがちになった

あなたにもできる 自殺予防のための行動

4つの
ポイント

① 気付き

家族や仲間の変化に
気付いて声を掛ける

② 傾聴

本人の気持ちを尊重し、
耳を傾ける

③ つなぐ

早めに専門家に
相談するよう促す

④ 見守る

温かく寄り添いながら
じっくりと見守る

主な相談窓口

#いのちSOS

NPO法人 自殺対策支援センターライフリンク
専門の相談員が、必要な支援策
などについて一緒に考えます。
TEL0120-061-338
日・月・火・金曜日 0:00～24:00 (24時間)
水・木・土曜日 8:00～24:00



よりそいホットライン

一般社団法人
社会的包摂サポートセンター
どんな人の、どんな悩みにもしっかり
添って、一緒に解決できる方法を探します。
TEL0120-279-338
(24時間対応)



いのちの電話

一般社団法人 日本いのちの電話連盟
TEL0570-783-556
(相談時間 10:00～22:00)
TEL0120-783-556
(相談時間 16:00～21:00)
※毎月10日は 8:00～翌8:00



チャイルドライン

NPO法人
チャイルドライン支援センター
18歳までの子どもがかけられる電話で
す。チャットでの相談も受け付けます。
TEL0120-99-7777
(相談時間 16:00～21:00)



支援情報検索サイト

どこに相談したらいいかわから
ないときは支援情報検索サイト
にて地域別、方法別、悩み別に
相談窓口を検索することができます。



こころといのちの相談窓口 (愛媛県)

こころといのちのほっとダイヤル

TEL0120-188-556
相談時間
平日17:00～翌9:00 (休日24時間)



こころといのちのライン相談

専門の相談員が対応し、プライ
バシーは厳守されます。
日・水・木 18:00～22:00
(最終受付 21:30)



まもろうよこころ

相談窓口や自殺対策の取り組み
などの情報を掲載しているサイ
トです。



みんなで守る地域の救急医療 救急医療は緊急的な医療です

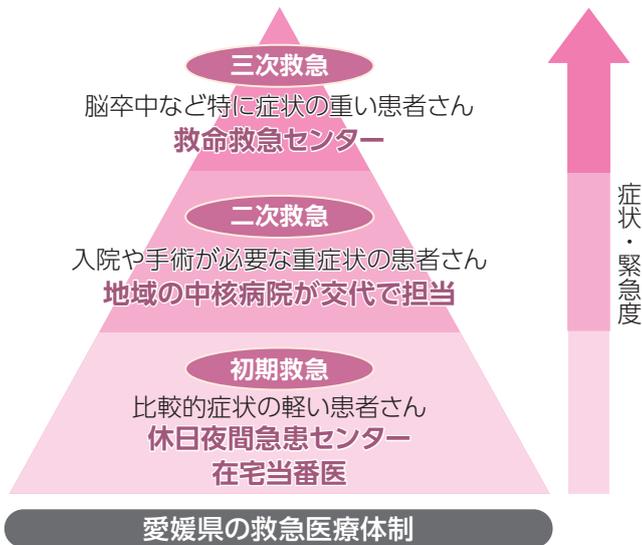
病院が閉まっている時にけがをしたり、体調が悪くなったら、あなたならどうしますか。

すぐに救急車を呼びますか。救急病院に行きますか。

近年、休日や夜間に二次救急医療機関に軽症の患者さんが集中しています。

このため、医師への負担や、安易な救急車の呼び出しによる救急出動件数が増え、重症の患者さんの搬送に困るケースの増加や救急現場への到着時間も長くなる傾向にあります。

状況に応じた救急医療機関役割分担



●普段からの3つの心がけ

- ①日ごろから「かかりつけ医」を持ちましょう。
- ②健康診断や検診などで、病気の予防や早期発見に努めましょう。
- ③家で病気やけがに備えて、薬や初歩的な治療材料（ガーゼや包帯など）を常備しましょう。

●受診にあたっての3つの心掛け

- ①なるべく通常の診療時間内に受診しましょう。救急医療は緊急事態への対応のため、医療スタッフが限られています。通常の診療時間の方が、診療体制が整っています。
- ②救急車はタクシーではありません。また、優先して診療されるとは限りません。症状によっては、受付順となることもあります。
- ③休日で比較的症状の軽い方は、在宅当番医を受診しましょう。

休日や夜間に、どの病院に行けばよいか分からない場合は

- えひめ医療情報ネットホームページ
 - 広報いまばり
 - 消防署の音声案内サービス
- TEL 0898-32-3300



えひめ医療情報ネット



お子さんの急な病気やけがの場合は

- こどもの救急ホームページ
 - 小児救急医療電話相談
- TEL #8000
(19:00～翌8:00)



こどもの救急

症状は軽いけど、どうすれば…

- えひめ救急電話相談
- TEL #7119 (24時間)



えひめ救急電話相談

「救急の日」イベントのお知らせ

「9月9日の救急の日」に熱中症対策や、応急手当を親子で楽しく学んでみませんか。消防車や救急車に乗ったり、消防団音楽隊の演奏もあります。

- 日程 9月9日(土) ※雨天中止
11:00～14:00
- 場所 道の駅 多々羅しまなみ公園
- 内容
 - 消防車、救急車の展示、乗車体験
 - 防火衣の試着、写真撮影
 - 水消火器体験
 - 応急手当体験 など
 ※イベント内容は変更になることがあります。
- 入場料 無料
- 問合先 消防本部 警防課
TEL 0898-32-2779



第3回 健康教室「薬局で学ぶ、栄養と健康づくり」

- 日時 9月19日(火) 10:00~13:00
- 場所 平野みらい薬局 2階
- 内容 腸を整えるための食事についてのお話、調理実習、試食
- 定員 6人(先着順)
- 参加費 500円
- 申込先 平野グリーン薬局
TEL 0898-36-6043 (要事前申込)
※マスクの着用をお願いします。

医師による健康教育 要予約

- 日時 9月20日(水) 14:00~15:00
- 場所 中央保健センター
- テーマ 要注意!かくれんぼ上手な肝臓
- 講師 高山 朗子先生(高山内科病院)
- 定員 40人(先着順) ■参加費 無料
- 申込先 9月13日(水)までに電話または申込フォームから健康推進課へ
TEL 0898-36-1533
FAX 0898-32-5511



申込フォーム

がん征圧月間

9月1日から1か月間は「がん征圧月間」と定められており、がんに関する知識や早期発見・治療を、より多くの方に知っていただくための期間です!

日本人の、約2人に1人が「がん」にかかり、4人に1人が「がん」で亡くなると言われています。定期的に、がん検診を受けましょう。

～がん予防法～

禁煙をする 節酒する 食生活の見直し

身体を動かす 適正体重の維持

感染症の検査を受ける

日常生活の中で、できることから取り組み、健康習慣を身につけましょう!



がん予防

■問合先 健康推進課 TEL 0898-36-1533

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 vol.20
漫画劇場

原因はこころの疲れ?



9月10日~16日は「自殺予防週間」です。なんとなく、心や体がつらい。消えてしまいたい。こころが疲れていませんか? 誰にも話せないことを、話せる場所があります。

市民医学講座 柑橘類とお薬

NO. 222

今治市医師会 小澤 りえ

「グレープフルーツを避けてください」
お薬情報で、この文言に見覚えがある方もいると思います。

グレープフルーツは、一部の降圧薬、脂質異常症や不眠症のお薬等と相性が良くないとされています。なぜなのか、説明させていただきます。

まず、お薬は役割を果たした後、体内の酵素によって代謝され、体外へと出ていきます。ところが、グレープフルーツに含まれる「フラノクマリン類」という成分はその代謝を阻害し、その結果、必要以上にお薬が効いてしまいます。

コップ1杯のジュースでも影響があり、相互作用は数日間と続くと言われています。細かいことを言うと果皮が含まれるマーマレードなどのジャムやミックスジュースにもグレープフルーツは含まれている可能性があります。口頃からこれらを摂取していると心当たりがある方は、原材料を確認されてみるのも良いと思います。

そこでみかん王国の愛媛県民として、気になるのが、じゃあ他の柑橘類はどうなの? です。有名どころを挙げてみます。温州みかんやデコポン、ポンカン、レモン、柚子、カボスやスタチは問題ないとされています。しかし、グレープフルーツに比べれば少量ですが、スウィーティ、八朔、ブンタンにはフラノクマリン類は含まれております。食べすぎにはご注意ください。

他にも、お薬は食べ物に影響を受けることがあります。牛乳に含まれるカルシウムは、お薬の吸収を遅らせたり、効果を弱める場合があります。特に抗生剤や便秘薬は牛乳と相性が良くないです。他にもワーファリンと納豆・青汁、胃薬と炭酸飲料などなど、注意すべき組み合わせは多々あります。

不安がある方は、かかりつけ医や薬剤師に相談してください。内服される方には、お薬にきちんと働いてもらいましょつ。

*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」4月号の折り込みチラシ（令和5年度今治市健診カレンダー）、各支所の健診は支所だよりを確認ください。

月	日	曜日	健診会場	健（検） 診療科目	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
									X線	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
10	18	水	中央保健センター	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
			JAおちいまばり日高支店	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	24	火	国分公民館	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	25	水	国分公民館	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	26	木	鳥生公民館	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	27	金	中央保健センター	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
11	1	水	JAおちいまばり乃万支店	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
			富田公民館	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	5	日	総合福祉センター	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
9	木	波止浜公民館	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

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、つるかめ健診（後期高齢者健診）は無料です。30歳代健診は1,000円です。

4か月児健康相談（個人通知あり、各支所は別の日に実施）

9月 5日(火)	R 5.4.16~R 5.4.30生
9月21日(木)	R 5.5.1~R 5.5.15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）

9月12日(火)	R 4.2.1~R 4.2.28生
----------	-------------------

3歳児健康診査（個人通知あり、各支所は別の日に実施）

9月26日(火)	R 2.3.1~R 2.3.31生
----------	-------------------

離乳食講習 ※予約制

9月13日(水)	10:30~11:00
9月29日(金)	

~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。



ひまわりの会

9月15日(金)	13:30~15:00
内 容	座談会 対 象 ダウン症の子どもとその保護者
場 所	中央保健センター 1階運動指導室

家族教室

9月22日(金)	13:30~15:00
テ ー マ	~精神疾患との付き合い方、家族のかかわり方について~
対 象	精神障がいがある方の家族（本人の参加も可）

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 9月13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をしてください。

定例会

日 時 9月23日(土祝) 13:30~15:30
場 所 総合福祉センター 愛らんど今治
テ ー マ がんについて学ぼう

~がんの治療とリンパ浮腫の予防について~
※急きょ中止になる場合がありますので、問い合わせ先に確認の上、お越しください。

【問合先】 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16:00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

9月13日(水)	13:00~15:00
----------	-------------

生涯を通じた女性の健康相談…予約制

9月22日(金)	15:30~16:30
----------	-------------

内 容 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。

食育の日

献立紹介

ナスとツナの和え物



〈1人分〉エネルギー…86キロカロリー 塩分…0.8g

ショウガの香りと辛味がアクセントになっています。ツナの味もあるので、調味料は控え目です。

材 料 (2人分)	ナス	大1本(約140g)
	ツナ油漬缶	70g
A	おろしショウガ	10g
	鶏ガラスープの素	小さじ1/2
	めんつゆ(2倍濃縮)	小さじ1
	砂糖	小さじ1/2
	いりゴマ	小さじ1/2
	小ネギ(または青じそ)	お好みで

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

今月の食材 『ナス』

ナスは90%以上が水分で、体を内側から冷やす作用があります。ナスの皮の色素は、ナスニンというポリフェノールの一種です。抗酸化作用があり、動脈硬化や高血圧予防に役立つと言われます。他に、ビタミンC、B1、カリウムなどが含まれます。

秋になると皮がやわらかく、実が締まっておいしくなります。低温や乾燥に弱いので常温で保存します。薄くスライスし天日干しにすると長期保存も可能です。汁物の具などに活用できます。

作り方

- 1 ナスはヘタを除き、長ナスの場合は半分の長さにし、細切りにする。
- 2 耐熱ボウルにナス、油を切ったツナを入れて軽く混ぜ合わせ、ラップをして600Wの電子レンジで約4分30秒加熱する。(加熱時間はお使いの機器により調整してください)
- 3 Aの材料を加えて和える。
- 4 器に盛り、いりゴマ、小ネギをのせる。

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



※令和2年度からのレシピをホームページに掲載しています。



てくてく歩いて

+10 (プラステン)

ケンちゃん

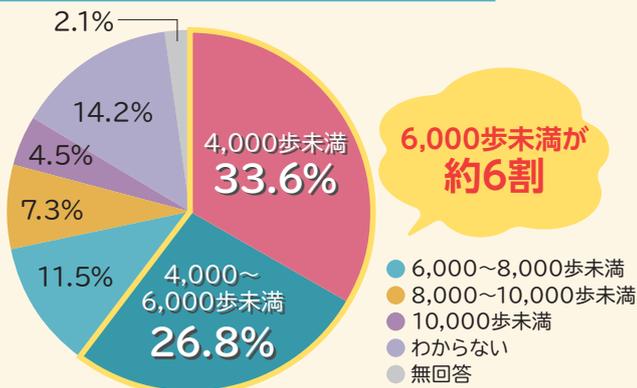
日々の歩数を意識して

ウォーキングを習慣に!



今治市健康づくり計画
推進キャラクター
コウちゃん

みんなは1日どれくらい歩いているの?



出典: R2 今治市の健康づくりアンケート(20~79歳)結果より

健康のために1日どのくらい歩けばいい?



出典: 『健康日本21(第三次)』推進のための説明資料



今より10分多く歩くことが、
健康寿命の延伸につながります!

おうち時間が長くなり、運動不足になっていませんか?
てくてく歩いて、まずは「+10」から始めましょう。
10分で約1,000歩がおおまかな目安です。

今治の魅力を
感じながら
ウォーキング



例えばこんな「+10」をやってみよう!



今治市ウォーキングマップ
お勧めコースを紹介しています。



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

日	月	火	水	木	金	土
					1 木原病院 献血 市民会館前 (10:00~12:00)	2 白石病院 (8:30~17:30) 医師会市民病院 (17:30~翌8:30)
3 医師会市民病院 県立今治病院 斎藤クリニック 菊間歯科医院	4 瀬戸内海病院	5 済生会今治病院	6 今治第一病院	7 白石病院	8 県立今治病院	9 木原病院 (8:30~17:30) 医師会市民病院 (17:30~翌8:30)
10 医師会市民病院 喜多嶋診療所 矢原歯科医院	11 広瀬病院	12 今治第一病院	13 県立今治病院	14 済生会今治病院	15 木原病院	16 医師会市民病院
17 瀬戸内海病院 済生会今治病院 はかた外科胃腸科 ビーバー歯科クリニック	18 今治第一病院 みぶ小児科 しのざき整形外科	19 県立今治病院	20 済生会今治病院	21 白石病院	22 木原病院	23 放射線第一病院 (8:30~17:30) 医師会市民病院 (17:30~翌8:30) まつらバビクリニック 片山医院
24 医師会市民病院 有津むらかみクリニック 中村歯科	25 広瀬病院	26 済生会今治病院	27 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)	28 白石病院	29 今治第一病院	30 木原病院 (8:30~17:30) 医師会市民病院 (17:30~翌8:30)

▶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
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

医師会市民病院 TEL 0898-22-7611
県立今治病院 TEL 0898-32-7111
済生会今治病院 TEL 0898-47-2500
まつらバビクリニック TEL 0898-22-0573
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
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
しのざき整形外科 TEL 0897-73-1221
はかた外科胃腸科 TEL 0897-72-1711

歯科

菊間歯科医院 TEL 0898-54-5061
中村歯科 TEL 0898-47-2112
ビーバー歯科クリニック TEL 0898-41-5588
矢原歯科医院 TEL 0898-31-9055

各病院の電話番号 (50音順)



12市町村の大家の今治人 第6回

夏の記憶の1ページになってほしい

4年ぶりに開催された「サマーフェスタinかみうら」。立て干し網が有名ですね。

4年間、新型コロナウイルスの影響でイベントができませんでした。ブランクがあるので、今日は何れくらいお客さんが来てくれるか不安でしたが、約8,000人の方が来てくれてうれしい限りです。

一般のボランティアスタッフや、漁業協同組合、市役所職員の協力もあり、このイベントが開催されています。愛媛県内で立て干し網があるのは上浦町だけです。今年はタイやハマチ、アジなど約5,600匹の魚を放流しました。軍手や網袋だけで大きな魚を捕まえるのは至難の業ですが、何匹も捕まえている人もいましたね。この日のために大阪から来た方もいたので、県内外の皆さんに認知されて、喜んでいただけるのが何よりうれしい。皆さんにとって、夏の記憶の1ページになったらいいと思います。これからも続けていきますよ！



サマーフェスタinかみうら実行委員会 会長 近藤 光雄さん



今治市公務員YouTuber「イ行ノート」が取材をしました。取材の様子や仕事風景はこちらの動画から。