

Swimming
Saaya Kimura

誰もが
スポーツを
楽しみ、
つながる社会へ

Boccia
Koumei Mitsunaga

Table tennis
Eriko Sugino

私たちと一緒に
「挑戦」しましょう！

水の中で見つけた、自分の輝き

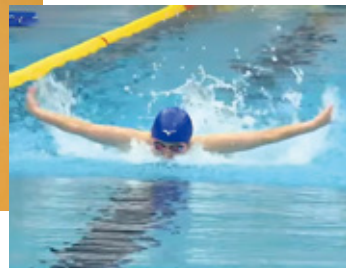
続ければ夢は叶う



きむら さあや
木村 倅彩さん

出場種目 水泳(知的)

25m・50mバタフライ



「水泳で一番楽しいのは、遠征で全国のライバルや友達と競い合い、メダルを獲れたり自己ベストを更新できたとき」と笑顔で話してくれます。とりわけ印象に残っているのは、6月の日本知的障害者選手権。右肩を故障し練習もままならない中で迎えた大一番でした。世界選手権出場がかかった試合で派遣標準記録を突破できた瞬間にこみ上げた喜びと達成感は忘れられないそうです。

日々を支えてくれる家族やコーチへの感謝も忘れません。「どんな結果でもそばで応援してくれる家族、気持ちが揺れるときでも夢を一緒に追いかけてく

れるコーチ。本当にありがとう」とまっすぐな言葉を届けてくれました。

今後の目標は、12月のアジアユースパラリンピックで金メダルを獲ること。そして、夢はパラリンピック出場です。「3年間ベストが出ず、苦しくて泳ぐのが嫌になったこともありましたが、でも練習を続ければ必ず夢は叶う」と、自らの経験をもとに力強いメッセージを語ってくれました。

倅彩さんにとってスポーツの魅力とは、「仲間やライバルと喜びも悔しさも分かち合えること」。水の中で挑み続けるその姿が、次の夢へとつながっています。

誰もが スポーツ つながる

走る姿、投げる瞬間、歓喜くし、誰かの挑戦を応援する
**日本スポーツマスターズ2025
全国障害者スポーツ大会**（滋
15日からは**東京2025デフリ**
今治から挑戦する選手た
持つ力を一緒に感じ、応援の



すぎの えりこ
杉野 恵莉子さん

出場種目 卓球(精神)

ここ4～5年は多い時で週4回練習を重ね、卓球に真剣に向き合ってきました。「スマッシュが決まった瞬間は最高に気持ちいい。サービスエースが決まると声も出ます」と杉野さん。試合では相



手の戦術を読み、一球ごとに立ち位置を変えて対応。得意のバックハンドでつなぎながら相手のミスを誘うのが持ち味です。去年のサンアビ杯では、心も体もかみ合い、強豪相手に120%の力を発揮して勝利。忘れられない経験となりました。

一球にかける情熱

勝利を信じて打ち抜く

熱く戦う姿の裏には、家族の存在があります。「子どもにカッコイイ姿を見せたい。メダルは金しか見えていないので、メダルを子どもにかけてあげたい」と熱い想いを語ってくれました。

これから卓球を続け、何歳まで優勝できるか挑戦していくのが目標。「障がいがあっても、みんなで一緒にレベルアップできるのがスポーツの魅力。区別ではなく、対等に楽しめるのがいいところ」と話します。

仲間と共に切磋琢磨し、家族の想いを背負って挑む杉野さんの姿は、スポーツの持つ力強さを改めて感じさせてくれます。

ボッチャがくれた挑戦の勇氣

支えがあるから強くなれる



みつなが こうめい
光永 倅明さん

出場種目 ボッチャ



を楽しみ、社会へ

のゴール。スポーツは人を熱喜びを与えてくれます。今年は愛媛大会（愛媛県初開催）、賀県）が行われ、さらに11月ンピックが開催されます。ちの姿を通して、スポーツが輪を広げていきましょう。

小学校6年生のとき、授業やお父さんの仕事をきっかけに始めたスポーツ。やってみるとすぐに楽しさを感じ、気づけばもう3年が経ちました。練習を重ねる中で一番うれしい瞬間は、思い描いたところにボールを投げられた時。「上達したな」と実感できるのが励みになっています。

これまでで特に印象に残っているのは、県大会でベスト4をかけた試合。タイブレークの末に勝利を収めたときの喜びは忘れられません。最初に出場した大会では1回戦で敗れてしまい悔しい思いもしました。しかしそこから練習を重ね、

次の大会で良い結果を出せたことが、大きな自信につながっています。

「支えてくれるすべての人に感謝しています。練習に連れて行ってくれたり、コツを教えてくれたり。本当にありがとうございます」と、応援への思いもまっすぐに語ってくれました。

今後の目標は「大会で優勝すること」。その先には、同じようにスポーツを頑張る仲間へ「負けていても最後まで諦めないで」と力強いメッセージを届けます。失敗しても次のプレーで巻き返して逆転できる。そんなスポーツの魅力を胸に、挑戦はこれからも続いていきます。

競技紹介

ボッチャ

ボッチャは重度の脳性まひ者や四肢まひ者のために考案されたスポーツです。誰もが自分の意志でプレーできる工夫は、パラスポーツの理念を体現しています。ジャックボールと呼ばれる白い目標球に、赤・青のボールをいかに近づけるかを競う、シンプルなルールながら技術・戦略は奥深く、観客を楽しませてくれます。

ボッチャは頭脳戦と言われる通り、何手も先を読んで、自分が優位に立てるように位置取りをしています。相手のボールを弾いたり、時には的となるジャックボールを弾いて移動させたりと、戦略を実行するための技術力も求められます。

日本パラスポーツ協会『全国障害者スポーツ大会ガイド』より



ボールは規定内（重さ275g±12g、大きさ270mm±8mm）であれば、素材や固さなどカスタマイズできる。ボール選びも戦略のひとつ。



3人が出場予定! 「第24回全国障害者スポーツ大会」10.25(土)～27(月)

- 参加資格／身体障がい、知的障がい、精神障がいなどの障がいがあり、13歳以上で都道府県や指定都市から選考された選手
- 個人競技／陸上競技、水泳、アーチェリー、卓球、フライングディスク、ボウリング、ボッチャ
- 団体競技／車いすバスケットボール、グランドソフトボール、フットソフトボール、バレーボール、バスケットボール、ソフトボール、サッカー



全国障害者スポーツ大会
ホームページ



今治市障がい者文化体育施設
サン・アビリティーズ今治 施設長

えびい しほ
胡井 志保さん



笑顔の輪をもっと広げたい

サン・アビリティーズ今治は、パラスポーツの体験や大会を通じて、挑戦できるきっかけをつくることにも力を入れています。利用者の方から「ここ来ると元気をもらえる」と言っていただけるのは本当にうれしいです。これからも“元気をもらえる居場所”であり続けたい。そして、世代や立場を超えて笑顔の輪をもっと広げていきたいですね。

大会はみんなで作るもの

特に印象に残っているのは、利用者親善ボッチャ大会です。障がいの有無や年齢に関係なく、誰でも一緒に楽しめるよう工夫しました。会場では、お互いに褒めあったり、声をかけあったり、思いやりをもちながらプレーする方が増えていきました。その光景を見て、「スポーツは勝ち負けだけでなく、人と人がつながり、笑顔や応援が生まれることにこそ価値がある」と改めて感じました。あの場面は、私たちがサンアビで育ててきた雰囲気が、ひとつの形として現れた瞬間でした。



誰もが気軽に立ち寄れる場所

障がい者のための施設と思われがちですが、実は障がいのある方もない方も一緒に楽しめる場所なんです。スポーツをしたり、おしゃべりをしたり、利用の仕方はさまざま。子どもから高齢者まで幅広い世代の方が集まっています。ここに来れば顔なじみができて「また来たよ」と声をかけあえる。そんな「人とのつながりを今の時代でも感じられる」ことが最大の魅力だと思います。



サン・アビリティーズ今治

TEL 0898-48-3477

FAX 0898-47-3629

住 所／喜田村2-1-10

時 間／9:00～21:30

休館日／火曜日、祝日、年末年始

※火曜日が祝日の場合、水曜日も休館



愛媛県聴覚障害者協会会長

しまなみひうち聴覚障がい者協会事務局長

あおい ひとし
青井 均さん

100周年を迎えるデフリンピック※日本初開催! (11/15~11/26)

デフリンピックが日本で開かれるのは今回が初めてなんです。しかも、ちょうどパリで始まってから100年の節目。その記念の年に開催されることを、とてもうれしく思います。私はスポーツが大好きなので、日本中でデフリンピックが盛り上がるのが楽しみです。開催が待ち遠しいですね。

デフリンピックは、まだまだ知名度が高くありません。オリンピックは誰でも知っていますが、デフリンピックはやっと30%くらい。だからキャラバンカーで県内の市町を回り、地道にPRしてきました。理事会でもどうやってデフリンピックを広めていくかを話し合っています。

※きこえない、きこえにくい人のための国際的な総合スポーツ競技大会です。つまり、デフアスリートのための“オリンピック”ともいえる存在です。



大会開催地の東京都を目指して日本全国を巡回する「東京2025大会デフリンピックPRカー」



“音のないスポーツ”を知ってほしい

デフリンピックの競技は、音のない世界で行われます。スタートのピストル音もなく、みんな補聴器を外して公平に競技します。「音のない世界でスポーツをする選手たちがいる」ということを、まず知ってもらいたいです。そして、デフリン

ピックならではの工夫も合わせて見てもらえるとうれしいです。

“障がいがあるから無理”ではありません。きこえなくても、私たちはスポーツができるんです。きこえる、きこえない、関係なくお互いに応援し合えるようになったらと思います。子どもの頃から、学校の授業などでデフリンピックを知る機会がもっと増えることを期待しています。



東京2025デフリンピック
ホームページ

できないではなく、 “一緒にやってみよう”

大切なのは、“障がいがあるから無理”という考えをなくすことです。サッカーも、野球も、一緒に楽しめる。私たちはきこえませんが、手話や身振りで通じ合えるんです。大切なのは気持ち。勇気をもって声をかけてほしい。

そして最後に伝えたいのは、「私たちが特別視するのではなく、自然に見てほしい」ということ。当たり前のようにスポーツをしている姿を、普通のこととして見てもらえたら、私たちはとても幸せです。

スポーツには、笑顔も涙も、努力も感動も、すべて分かち合う力があります。

障がいのあるなしを超えて、一緒に楽しみ、応援し合える社会へ。

今治からその輪を少しずつ広げ、誰もが心からスポーツを楽しめるまちを目指していきましょう。



——— 今月の表紙 ———

全国障害者スポーツ大会で輝いた選手たちが、今月の表紙を飾ってくれました。

大会を通じて生まれた絆と感動を力に、挑戦の歩みはこれからも続きます。スポーツがつなぐ笑顔の輪を一緒に広げていきましょう。

- 02 障がい者スポーツ特集
- 07 納税・相談コーナー
- 08 みんなのひろば
- 10 イベント情報
- 11 補助金・給付金のお知らせ／お知らせ広場
- 12 お知らせ広場
- 22 美術館・博物館ガイド
- 23 図書館だより
- 24 けんこう／献立紹介／市民医学講座
- 27 救急病院
- 28 みんなのひろば

今治の情報を随時発信中!
友だち募集中
今治市公式 LINE



人口・世帯 (令和7年9月末現在)

人口 146,068人(前月比26増)
男70,083人・女75,985人
世帯 76,578世帯(前月比87増)

ダム貯水率 (10月16日現在)

玉川ダム 85.4%
うてな台ダム 91.1%

今治市 合併20周年 再発見

朝倉地域の未来に繋がっていく道になりますように

ミライノミチ ASAKURA

11月2日(日)に朝倉で新たなイベントが開催されます。記念事業で地域を盛り上げていただいたメンバーが中心となった「ミライノミチASAKURA」です。フリーマーケットの"軽トラ市"や、特産品"金ごま"の紹介、みんなの食堂など、メンバーのやっていきたいことを盛り込みながら、住民や子どもたちも巻き込んでいくようなイベントにしています。

代表の渡辺二孝さんは「朝倉には、笠松山と歴史、のどかな田園風景や農

このコーナーでは、合併20周年記念事業の中で、地域の皆さんから挙がった印象的な今治のスポットなどをご紹介します。朝倉でも記念事業のレガシーが芽吹いています。



産物などアピールできるものがたくさんあります。このイベントを通じて、朝倉の魅力未来につないでいくやり方を、みんなで考えていきたいと思っています」と話していました。



▲軽トラ市のイメージ

Information

今治市役所
支所一覧

朝倉支所 TEL 0898-56-2500
玉川支所 TEL 0898-55-2211
波方支所 TEL 0898-41-7111
大西支所 TEL 0898-53-3500

菊間支所 TEL 0898-54-3450
吉海支所 TEL 0897-84-2111
宮窪支所 TEL 0897-86-2500
伯方支所 TEL 0897-72-1500

上浦支所 TEL 0897-87-3000
大三島支所 TEL 0897-82-0500
関前支所 TEL 0897-88-2111

詳しくは
こちら



11月の納税

- 国民健康保険税 第5期
- 介護保険料 第5期
- 後期高齢者医療保険料 第5期

納期限(口座振替日)…12月1日(月)

口座振替の方は預金残高を確認ください。

市税などの納付は、口座振替やキャッシュレス納付が便利です。詳しくはホームページを確認ください。

もし納期限までに納付されていない場合は、財産の差押等の滞納処分を受けることがあります。

納付に関するご不明点はお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)



市税等を
納めるには

11月の移動市役所訪問スケジュール(祝日休止)

地区	日 時	場 所
朝倉	14日・28日 第2・第4金曜日	10:00～10:40 JA旧上朝倉支店駐車場
		11:10～11:30 清水・椎ノ木集会所前
玉川	12日・26日 第2・第4水曜日	13:30～14:00 市営玉川艇庫
		14:20～15:00 葛谷集会所前
波方	13日・27日 第2・第4木曜日	10:00～11:30 なみっこ交流館
		13:30～15:00 小部老人福祉センター
大西	12日・26日 第2・第4水曜日	10:00～11:30 九王集会所
菊間	10日 第2・第4月曜日	10:00～11:30 JA亀岡支店
		13:30～15:00 Aコープきくま
吉海	11日・25日 第2・第4火曜日	10:00～11:30 泊集会所
		13:30～15:00 道の駅ようみいきいき館
宮窪	7日・21日 第1・第3金曜日	10:00～11:30 余所国集会所
		12:00～13:00 友浦漁港
伯方	6日・20日 第1・第3木曜日	10:00～11:30 JA北浦支店
		13:30～15:00 Aコープはかた(伯彩)
上浦	5日・19日 第1・第3水曜日	10:30～11:00 旧上浦盛研修センター
		11:30～11:45 JA盛購買所
		13:30～15:00 上浦福祉センター
大三島	17日 第1・第3月曜日	10:00～11:30 肥海集会所
		13:30～15:00 宗方集会所

- 問合先 市民が真ん中相談センター
TEL 0898-36-1531



詳しくはこちら

相談コーナー(無料)

相談内容(相談時間)	日 時	場 所	備 考
弁護士法律相談 (一人20分まで)	11月19日(水) 13:00~	市役所 第2別館8階 ミーティングルーム	●抽選日…11月11日(火)吉海支所、12日(水)市役所 第2別館 11階特別会議室3号 12:30~(12:30までにお 越してください)※電話での受付なし ●本人または代理人による抽選 11人まで(支所2人含む)
行政相談	11月12日(水) 13:00~15:00	市役所 第2別館11階 特別会議室3号	●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。
こころの健康 お悩み相談	毎週木曜日 9:00~12:00 13:00~17:00	市役所 第1別館1階 市民が真ん中相談センター	●対面、電話相談 ●相談日前日までに問合先へ(平日 8:30~17:15) ※事前予約可、予約優先
家計相談会 (一人60分まで)	11月26日(水) 13:00~17:00	市役所 第2別館8階 ミーティングルーム	●要予約(先着4人) ●11月19日(水)までに電話、または右記の 申込フォームから
経営相談会 (一人60分まで)	11月22日(土) 10:00~14:00	市役所 第1別館1階 市民が真ん中相談センター	●要予約(先着3人) ●11月14日(金)までに電話、または右記の 申込フォームから
問 市民が真ん中相談センター TEL 0898-36-1531 FAX 0898-32-5211(代) ※各相談会は中止になる場合があります。11月4日(火)以降に問い合わせください。			

人権相談 (常設相談)	月~金曜日 (祝日を除く) 8:30~17:15	法務局今治支局 旭町1-3-3	問 松山地方法務局今治支局 TEL 0898-22-0855(代)
人権相談 (特設相談)	11月10日(月)・25日(火) 13:00~15:00	総合福祉センター 愛らんど今治 1階相談室	問 市民参画課 人権啓発室 TEL 0898-36-1521 FAX 0898-32-5211(代) ※支所での人権相談は各支所へ問い合わせください。
不動産取引相談	11月21日(金) 10:00~13:00 (受付12:30まで)	今治宅地建物取引業協会 南大門町1-2-6	問 (公社)愛媛県宅地建物取引業協会 今治地区連絡協議会 TEL 0898-32-0090



詳しくはこちら



姉妹都市レイクランド市との絆30周年

今年、今治市とアメリカ・レイクランド市は、姉妹都市の締結から30周年を迎えました。これを記念して、ビル・マツツ市長をはじめ姉妹都市委員会の皆さんが来今。

市内のタオル工場や造船所を見学したほか、小学校では児童たちと笑顔で交流する姿も見られました。長年にわたり築いてきた温かな絆は、これからも続いていきます。

地域で連携し災害に備える

9月27日(土)、上浦多々羅スポーツ公園で今治市総合防災訓練が行われました。消防や警察、自主防災会、防災士、小中学校など、多くの関係機関や地域の皆さんが参加しました。

地震の発生を想定し、ライフラインの復旧や避難所運営、救出・救護活動などの訓練を実施。土砂に巻き込まれた車から人を救い出す訓練では、緊迫した空気の中、関係機関が真剣な表情で取り組む姿が見られました。地域が一体となり、連携の大切さや日頃の備えを確かめる貴重な機会となりました。



丹下健三顕彰シンポジウム

9月13日(土)、公会堂に市内外から約500人が集まり、「令和7年度丹下健三顕彰シンポジウム」が開かれました。

第1部の「建築と日本文化」では、今治市まちづくりアドバイザーで茶道家の木村宗慎さんと建築家の隈研吾さんの対談が行われ、日本人特有の自然と共生する感覚が建築にどのように生かされているか、さまざまな事例をもとに紹介されました。

続く第2部では、今回の展覧会の企画・監修を手掛けた豊川斎赫さんをコーディネーターに、隈研吾さんやTANGE建築都市設計の丹下憲孝会長、徳永市長がパネリストとなり、「丹下健三に学ぶ未来へ向けたまちづくり」と題したシンポジウムが行われました。

パネリストからは、丹下健三の都市設計が息づく今治のまちの魅力やアートと関連付けたまちづくりへの取り組みなど、幅広いテーマについて活発な意見交換が行われました。市長からは、今年6月に策定した「今治市中心市街地グランドデザイン」に基づく中心市街地活性化に向けたまちづくりの方向性が示され、会場一体となってこれからのまちづくりについて考える機会となりました。



次回開催日 今治港みなと交流センターはーばりー

11/9日・23日・祝 9:00-14:00

※9日は「しまなみ今治漁協まつり」と同時開催
23日はマルシェ3周年記念イベント



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

笑顔でつなぐしまなみの秋

10月の風物詩「瀬戸内しまなみ海道スリーデーマーチ」が開催されました。子どもから高齢者まで幅広い世代の参加者3,778人が集い、大島堪能コースや鈍川温泉コースなど、市内各地の魅力を歩いて満喫しました。今回の大会は、「日本一満足度の高いウォーキング大会」を目指して運営。スタッフやボランティアが温かく参加者を迎え、沿道には笑顔と応援の声があふれました。



「そんなの関係ねえ!」で会場がひとつに 子どもたちにエールを送る

10月5日(日)、公会堂で「小島よしおに聞いてみよう!」が開かれました。お笑いタレントの小島よしおさんを迎えたこの日、会場には多くの親子が集まり、トークショーやお笑いステージを楽しみました。

人気ネタ「そんなの関係ねえ!」が始まると、客席から大きな歓声が。前に出て一緒にポーズを決める子どもたちの姿に、見ている大人も思わず笑顔になりました。

質問コーナーでは、「やる気スイッチの入れ方」や「人前で堂々とするには」といった質問に、「たくさん経験することが大事」「失敗を恐れず挑戦して」と、ユーモアを交えながら丁寧に回答。持ち前の明るさと優しさで、大きなエールを送りました。

音楽でつながる、まちと人 大西でジャズイベントが開催

10月5日(日)、大西中学校体育館で音楽イベント「BARIJAM 2025 in Oonishi」を開催。約600人が来場しました。大西地域の住民有志が企画・運営。最大の見どころは、プロのジャズ・ビッグバンドと大西・菊間中学校吹奏楽部、郷土芸能の新町荒神太鼓による特別アンサンブル。プロの特別講師指導の下、夏休みから重ねた練習の成果が花開き、太鼓の迫力とビッグバンドの厚みが溶け合う“夢のステージ”に。ジャズ初挑戦の中学生も堂々と演奏し、ソロパートではプロの心を震わせ、会場は拍手喝采、白熱のセッションへ。

夜の部ではプロ3組が一線級のサウンドを届け、心躍る興奮と余韻が広がりました。音楽を介してミュージシャンと来場者がつながりました。



11/15 土 14:00～16:30

まちづくりシンポジウム

～コンパクトで人にやさしいまちづくり～

高齢者や子育て世代、障がい者、外国人など誰もが安心して暮らし、交流できる「人にやさしいまちづくり」への理解と関心を深めるまちづくりシンポジウムを開催します。

■場 所 中央公民館 4階大ホール

■定 員 400人(先着)

■入場料 無料(事前申込制)

■申込先 右記の申込フォームから申し込み
※フォームから申し込みできない場合のみ、
お電話ください。

■問合せ 魅力都市創生課
TEL 0898-36-1508



ホームページ



申込フォーム

第1部 講演



基調講演①

「環境は健康寿命を延伸する
健康医療福祉都市構想」

さこう まさはる
酒向 正春氏
(ねりま健育会病院院長)



基調講演②

「こども主体の“まちぐるみ
の保育”～『まちの保育園・
こども園』が目指す豊かな
まちのかたち～」

まつもと りすき
松本 理寿輝氏
(まちの保育園・こども園代表)

第2部

パネルディスカッション

テーマ「基調講演を踏まえた

今後のまちづくりの展望について」

■パネリスト 酒向 正春氏、松本 理寿輝氏、市長

■モデレーター 福島 秀哉氏(上條・福島都市設計事務所共同主宰)

11/30 日 10:00～16:00

アマタリア愛媛

～イタリアの「食」と「文化」を楽しむ日～

愛媛県内外からイタリアに想いを寄せる仲間たちが集います。みんなでつくる「えひめイタリア時間」を体感してください。

■場 所 みなと交流センター はーばりー
はーばりー駐車場

■入場料 無料

■問合せ アマタリア愛媛実行委員会
TEL 089-955-1788



アマタリア愛媛
Instagram

県内イタリア料理店20店舗、県外イタリア料理店10店舗が出店。その他県内外からワイン、オリーブオイル、雑貨、食器、陶器、木製のパスタ型など、さまざまなイタリアの「もの」も楽しめます。



12/6 土 9:30～15:30 海の仕事を学ぼう! みなとの教室

参加無料
(昼食付)

■集合場所 みなと交流センター はーばりー

■見学先 ●来島海峡海上交通センター
●しまなみ来島海峡遊覧船(乗船)
●今治港富田ふ頭コンテナターミナル

■対 象 市内在住の小学3年生から中学3年生とその保護者

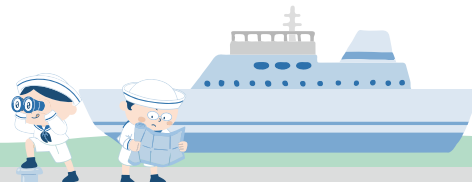
■定 員 親子ペア40組(80人) ※申込者多数の場合抽選

■申込先 11月1日(土)から18日(火)までに申込フォームから
※当選者の方には後日メールにてお知らせ

■問合せ 今治市港湾振興協会(港湾漁港課内)
TEL 0898-22-4120 FAX 0898-22-4121
Eメール info@imabariports.jp



申込フォーム



～お知らせ～

広報いまばり10月号に掲載した「JICAアフリカ・ホームタウンサミット」の記事について、掲載時点の情報から変更が生じたので、修正内容を下記のとおりお知らせいたします。

JICAアフリカ・ホームタウン構想の撤回等に関する発表について

9月25日、JICAから「JICAアフリカ・ホームタウン」構想の撤回等についての発表がありました。

これを受けて、モザンビーク共和国と本市のホームタウン認定も撤回されています。

詳しくはこちら

<https://www.city.imabari.ehime.jp/kankou/info/009/>



心身障害者(児)福祉年金支給

令和7年9月1日現在、身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかをお持ちで、今治市住民基本台帳に記載されている方に、今治市中心身障害者(児)福祉年金を支給します。

※手帳の有効期限切れにご注意ください。

■支給金額

年額	区分	身体障害者手帳	療育手帳	精神障害者保健福祉手帳
8,000円		1級	A	1級
		2級		2級
6,000円		3級	B	3級
		4級		
		5級		
		6級		

■口座振込 11月20日(休) ※指定の口座に振り込みます。

■窓口払い 12月1日(月)～19日(金)

※案内通知に記載している支払い場所

■窓口払いの時にお持ちいただく物

- 認め印
- 身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれか
- 案内通知(本人以外の場合、委任状欄に必ず署名が必要です)

■問合せ 障がい福祉課

TEL 0898-36-1527 FAX 0898-32-5267
または各支所

「第39回今治里山マラソン」

11.30㊿ 交通規制のお知らせ

安全で円滑な大会運営のため交通規制を行います。ご理解とご協力をお願いします。



■問合せ 今治里山マラソン実行委員会事務局
(今治市営中央体育館事務所内)
TEL 0898-24-2351

Jアラート全国一斉試験放送

11月12日(水) 11:00～

同報系防災行政無線設備の屋外スピーカーや、今治市緊急告知ラジオが自動的に起動し、最大音量で放送されます。

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

国勢調査 調査票の提出はお済みですか

国勢調査は、10月1日現在で日本国内に住んでいる全ての人・世帯が対象です。

日本に住む人や世帯について知ることによって生活環境の改善や防災計画など、私たちの生活に欠かせないさまざまな政策に生かされる大切な調査で、国の現状を正しく理解し、将来の姿を見通していくための資料としても欠くことができないものです。

回答がお済みでない世帯は、調査票の提出をお願いします。お手元がない場合は連絡ください。

■問合先 市民が真ん中課(国勢調査事務局)
TEL 0898-36-1579
または各支所

全国道路・街路交通情勢調査

国土交通省では、都道府県や高速道路会社などと連携して9月から11月までの間、全国で自動車の使われ方などを調べる全国道路・街路交通情勢調査を実施しています。

このうち自動車起終点調査(OD調査)は、無作為に選定した方へ自動車の利用実態をお答えいただくものになります。

道路の計画や管理などの基礎となる重要な資料となりますのでご協力をお願いします。

■問合先 サポートセンター
TEL 0120-901-966
9:00～18:00(日曜日、祝日を除く) 詳しくはこちら



令和8年度 競争入札(見積)に参加を希望する方へ

令和8年度分の入札参加資格審査申請の中間受付および令和7・8年度入札参加資格を有する方の納税状況確認を行います。詳しくはホームページを確認ください。

中間受付

「建設工事」および「測量・建設コンサルタント業務」

- 対象 ●令和8年度分の入札参加資格審査を新規で申請しようとする事業者の方
●令和7・8年度入札参加資格を有している事業者の方で、業種の追加を希望される事業者の方
※「物品調達」および「業務委託・役務・修繕」については、受付期間にかかわらず随時受付しています。

納税状況確認

- 対象 ●令和7・8年度入札参加資格を有している全ての事業者の方

■受付期間 11月4日(火)～12月15日(月)
(平日 8:30～17:15)

■問合先 契約課
TEL 0898-36-1559
TEL 0898-36-1560
FAX 0898-32-5284



契約課

社会保険料(国民年金保険料)控除証明書

国民年金保険料は、所得税および住民税の申告において全額が社会保険料控除の対象になります。(その年の1月1日から12月31日までに納付した保険料が対象)

納付した方には、日本年金機構から控除証明書が送付されますので、年末調整・確定申告まで大切に保管ください。

■送付日 1月1日から9月30日までに納付された方
→11月上旬
10月1日から12月31日までに今年初めて納付された方
→令和8年2月上旬

■問合先 今治年金事務所 国民年金課
TEL 0898-32-6141
FAX 0898-32-3519

市民課

窓口の時間延長

■問合先
TEL 0898-36-1532
FAX 0898-32-1020

毎週月・水曜日(祝・休日を除く) 19:00まで

- 住民票の写し・印鑑証明書・戸籍証明書の交付 ●旅券(パスポート)の受け取り
●マイナンバーカードに関する業務

マイナンバー臨時・休日開庁日

詳しくはホームページを確認ください

11月 2日(日)、15日(土) 9:00～12:00

- マイナンバーカードの申請、交付、暗証番号変更、更新手続き
※12月以降の開庁日は、ホームページを確認ください。

6月から臨時・休日開庁をはじめました。



市民課窓口
混雑状況
(リアルタイム)



ホームページ

マイナンバーカードの更新手続きが必要な方には、地方公共団体情報システム機構から有効期限の2～3カ月前に各個人に有効期限通知書が直接郵送されています。



	有効期限	手続きできる場所
マイナンバーカード	カードの発行日から10回目の誕生日(発行時未成年の場合、5回目の誕生日)	インターネット・郵送など(市民課・支所での手続きも可能)
電子証明書	電子証明書の発行日から5回目の誕生日	市民課・支所

今治市版「住まいのエンディングノート」

「住まいのエンディングノート」は、住まいについて家族で話し合うきっかけとなるノートです。所有している住宅への思いや、情報をあらかじめ整理しておくことで、将来の放置空き家の発生を防ぐことにつながり、大切な「家」を安心して未来へつないでいくことができます。

今治市版「住まいのエンディングノート」を活用ください。

■問合先 建築住宅課
TEL 0898-36-1567
FAX 0898-25-2015



詳しくはこちら

墓地使用の申込募集

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 11月4日(火) 9:00から28日(金) 17:00まで(平日)
※大谷墓園墓地の新規墓所と返還墓所、樋口墓地の新規墓所の申し込みは随時受け付け

■申込資格 市内に本籍または住所がある方で、墓所が必要な方
※樋口墓地は旧波方町に本籍または住所がある方のみ申し込み可

■募集対象 1～2は新規墓所 3～8は返還墓所

■その他 募集区画数を申込者数が上回った場合は、困窮度合を考慮した上で抽選により決定

	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	15区画程度	環境政策課 TEL 36-1535
2	樋口墓地	6㎡	280,000円	—	11区画	波方支所 TEL 41-7111
3	大谷墓園墓地	4㎡ 6㎡ 9㎡ 12㎡	800,000円 1,300,000円 2,170,000円 3,200,000円	152,000円 228,000円 342,000円 456,000円	150区画程度 45区画程度 10区画程度 5区画程度	環境政策課 TEL 36-1535
4	紺原墓地	5㎡	160,000円	—	13区画	大西支所 TEL 53-3500
5	あばらこ墓地	6㎡	200,000円	—	11区画	菊間支所 TEL 54-3450
6	樋口墓地	6㎡ 6㎡ 6㎡	280,000円 330,000円 400,000円	—	2区画 1区画 1区画	波方支所 TEL 41-7111
7	新別所墓地	5㎡ 5㎡	220,000円 210,000円	—	12区画 5区画	玉川支所 TEL 55-2211
8	岡墓地	6㎡	400,000円	30,000円	1区画	朝倉支所 TEL 56-2500

※大谷墓園墓地は今治市内に住所がない場合、使用料は5割増し

中川・猿子川が「特定都市河川」に指定

～雨水浸透阻害行為の許可が必要です～

総合的な浸水被害の防止・軽減対策を本格的に進めていくため、今治市桜井地区を流れる「中川」および「猿子川」が、令和7年10月1日に、愛媛県により特定都市河川に指定されました。

この指定により、河川改修および排水機場等の整備が加速する事となりますが、指定された流域内で、1,000平方メートル以上の規模で雨水の浸透を著しく妨げるおそれのある工事などを行う場合においては、行為の許可が必要となります。

安全・安心なまちづくりのため、今後の取り組みにご理解とご協力をお願いします。詳しくはホームページを確認ください。

■問合先 農業土木課
TEL 0898-36-1543
FAX 0898-36-1544



ホームページ

最低賃金改正

令和7年12月1日～ 愛媛県最低賃金

1時間 1,033円

■問合先 愛媛労働局 賃金室
TEL 089-935-5205
今治労働基準監督署
TEL 0898-32-4560

11.12(水)～25(火) 女性に対する暴力をなくす運動 相談無料・匿名相談可

配偶者からの暴力、性犯罪、ストーカー行為、売買春、人身取引などの女性に対する暴力は、女性の人権を侵害するものであり、決して許されない行為です。一人で悩まないで、相談してください。秘密は厳守します。

また、身近に悩んでいる方がいる場合は、相談機関の連絡先を伝えてください。

■相談先 ネウボラ政策課 TEL 0898-36-1553(平日)

その他の相談機関

- 県福祉総合支援センター TEL 089-927-3490・#8008(平日)
- 県男女共同参画センター TEL 089-926-1644(火曜日～日曜日)
- えひめ性暴力被害者支援センター(ひめこ) TEL #8891
- NTTひかり電話 TEL 0120-8891-77(毎日)
- 県警察本部警察相談専用電話 TEL 089-931-9110・#9110(毎日)
- 県警察本部性犯罪被害相談電話 TEL 0120-282-114・#8103(毎日)



AM松山局、大洲局、御荘局の運用休止

12月1日より、南海放送ラジオではAM局を運用休止します。これに伴い、従来のAM放送ではエフナン南海放送を聴くことができなくなります。

ワイドFM対応ラジオ (FM91.7MHzまたは91.2MHz) やradiko、ウイットチャンネル、第2ワンセグなどでお聴きください。

放送事業の安定的な継続のため、ご理解をよろしくお願いします。

■問合先 南海放送株式会社
TEL 089-915-0917
(平日 10:00~17:00)



詳しくはこちら

愛媛県在宅保健師等会 入会者募集

県内自治体などが実施する業務に従事可能な入会者を募集しています。

- 募集職種 保健師、栄養士、助産師、看護師など
- 業務内容 ①特定健診・特定保健指導
②母子保健関係
③高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施など
- 募集期間 随時
- 年会費 1,000円
- その他 従事いただいた方には規程に基づき報酬などをお支払いします。
- 問合先 愛媛県国民健康保険団体連合会
TEL 089-989-8879
FAX 089-968-8807

フードドライブにご協力ください

～「もったいない」を「ありがとう」に！～

家庭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 11月16日(日) 9:30~13:30
- 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/令和8年1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
- 問合先 今治商工会議所女性会事務局
TEL 0898-23-3939

ポリテクセンター愛媛 令和7年度1月期生募集

再就職を目指す方に向けた職業訓練を実施しています。

- 募集科名 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、住環境コーディネート科
- 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・推薦などを受けられる方
- 募集期間 11月5日(水)~12月1日(月)
- 訓練期間 6カ月(令和8年1月6日~)
- 受講料 無料(教科書、作業服等の自己負担あり)
- 問合先 ポリテクセンター愛媛
TEL 089-972-0329(訓練課)



ホームページ

認知症サポーター養成講座

認知症について正しい知識をもち、認知症の方や家族をあたかく見守る「応援者」を募集しています。

- 日時 11月18日(火)
①10:00~11:30
②13:30~15:00
- 場所 総合福祉センター 愛らんど今治4階多目的ホール
- 参加費 無料
- 申込先 11月11日(火)までに申込フォームまたは電話で介護保険課へ
TEL 0898-36-1528



申込フォーム

自衛官採用試験

一般曹候補生

- 資格 18歳~33歳未満の方
- 受付期間 11月21日(金)まで

自衛官候補生

- 資格 18歳~33歳未満の方
- 受付期間 年間を通して受付

高等工科学校生徒(一般)

- 資格 令和8年4月1日現在、15歳から17歳未満の男子中学校卒業者(見込み含む)
- 受付期間 令和8年1月15日(木)まで
- 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

ペアレント・メンター個別相談

発達障がい診断を受けたばかりの子どものことや、子育ての疑問など、発達特性を持つ子を育てた保護者が相談にのります。

- 日時 11月29日(土)
①9:45~10:45 ②11:00~12:00
- 場所 今治市発達支援センター
- 対象 相談を希望する市内在住の保護者
- 定員 2人(先着順) ※託児あり
- 参加費 無料
- 申込先 今治市発達支援センター
TEL 0898-22-2752
FAX 0898-22-2753

日本語スピーチコンテスト出場者募集

日本語学習の成果の披露と、あなたの思いを市民の皆さんに伝えるチャンスです。

- 開催日 令和8年2月15日(日)
- 応募資格 市内在住・通勤の外国人であること
●技能実習・特定技能の部…日本滞在歴5年未満
●一般の部…それ以外の社会人
- 定員 両部門あわせて10人程度
※応募者多数の場合は事前審査あり
- 応募先 令和8年1月16日(金)までに今治市国際交流協会へ
TEL 0898-34-5763
Eメール info@iciea.jp

令和8年4月からの 保育所（園）・認定こども園・幼稚園などの入所（園）申し込みが始まります

11月1日（土）から各施設で申請書類配布

- 受付期間 11月14日（金）～12月10日（水）厳守
※入所可能数に満たない施設に限り、
令和8年2月12日（水）から28日（土）に再受付
- 申込先 第1希望の施設

- すでに入所（園）中の方
継続利用を希望の方は入所（園）中の施設で手続きをしてください。
- 問合先 保育幼稚園課
TEL 0898-36-1524 FAX 0898-34-1145
または各施設



保育幼稚園課

公立保育所

保育所名	電話番号	入所年齢
鳥 生	0898-22-3749	生後90日から
常 盤	0898-31-5058	生後90日から
城 東	0898-22-3451	生後90日から
乃 万	0898-22-6289	1歳から
日 高	0898-23-1512	生後57日から
富 田	0898-48-2323	生後57日から
桜 井	0898-48-0555	生後90日から
日の出	0898-55-3032	生後6か月から
九 和	0898-55-3132	生後6か月から
樋 口	0898-41-7241	生後6か月から
亀 岡※	0898-54-5022	生後6か月から
菊 岡※	0898-54-2209	生後6か月から

※令和8年度からの受け入れについて現在調整中です。入所希望の方は保育幼稚園課または施設まで問い合わせください。

私立保育所（園）・幼稚園

保育所（園）名	電話番号	入所年齢
若 葉	0898-47-2080	生後90日から
志々満	0898-48-0254	生後90日から
今治中央ぱりっこ	0898-52-7675	生後57日から
白 鳩	0898-32-7364	生後90日から
今治虎岳	0898-32-9800	生後6か月から
龍 門	0898-56-2190	生後57日から
朝 倉	0898-56-2006	生後57日から
大 井	0898-53-2140	生後57日から
小 西	0898-53-2141	生後57日から

私立地域型保育事業所

施設名	電話番号	入所年齢
あおいそら	0898-35-4766	生後57日から満2歳
たんぼぼ	0898-41-8622	満1歳から満2歳
エンゼル	0898-25-6062	生後90日から満2歳
おひさまえん	0898-23-0050	生後57日から満2歳
なでしこ	0898-47-6050	生後90日から満2歳
今治こころ	0898-52-8966	生後57日から満2歳
にじのそら	0898-52-9477	生後57日から満2歳

公立認定こども園（1号認定は満3歳から）

こども園名	電話番号	入所年齢
吉 海※	0897-84-2108	生後6か月から
宮 窪※	0897-86-3412	
伯 方	0897-72-0227	
上 浦	0897-87-2385	
大三島	0897-82-0164	

※令和8年度からの受け入れについて現在調整中です。入所希望の方は保育幼稚園課または施設まで問い合わせください。

私立認定こども園

こども園名	電話番号	入所年齢
しまなみの杜	0898-31-1211	生後6か月から
空と海	0898-53-4331	生後6か月から
今治幼稚園	0898-22-2011	満1歳から
晴心幼稚園	0898-22-4393	生後90日から
はしはまこがく	0898-41-9503	生後90日から
みどり幼稚園	0898-31-0035	生後90日から
今治めぐみ幼稚園	0898-23-0717	1歳から
唐子幼稚園	0898-48-2223	1歳から
ひまわり幼稚園	0898-48-1105	1歳から

私立幼稚園

幼稚園名	電話番号	入所年齢
いずみ	0898-22-3636	満3歳から
たんぼぼ	0898-41-8622	
若 葉	0898-22-2063	
近見虎岳	0898-34-0400	
立 花	0898-22-7682	
今治精華※	0898-32-7102	

※今治精華幼稚園の受付期間は直接問い合わせください。



NEWS

11月5日 津波防災の日

「津波防災の日」パネル展

今治市防災マップを活用し、家具の転倒防止、非常持ち出し品の備え、避難路や避難所の確認を行いましょう。

- 日 時 10月31日（金）～11月7日（金）
（平日 8:30～17:15）
- 場 所 市役所 本館1階ロビー
- 問合先 防災危機管理課
TEL 0898-36-1558
FAX 0898-32-2765



今治市WEB版
防災マップ

今治郷土料理教室

- 日時 11月20日(木) 9:30～13:00
- 場所 中央公民館
- 内容 鯛のあら炊き、鯛ざんき、潮汁、鯛めし、いぎす豆腐(予定)
- 参加費 500円
- 定員 20人程度(先着順)
- 持参物 三角巾、エプロン、マスク、ハンドタオル、食器拭き用タオル
- 申込先 11月10日(月)～13日(木) 9:00から12:00までに
今治郷土料理普及協議会事務局へ
TEL 090-9111-9739(福本)
- その他 ※必ず本人が申し込みください。(団体不可)
※託児はありません。

今治史談会の例会(小中学生の参加も可)

- 日時・内容 ①11月23日(日・祝) 14:00～15:30
大西町脇 明寿寺(みょうせんじ)
～鐘楼門・石垣が国の登録有形文化財に～
越智 和志さん(大西史談会)
- ②12月14日(日) 14:00～15:30
松山藩江戸中屋敷と赤穂浪士
井上 淳さん
(愛媛県歴史文化博物館 学芸課長)
- 場所 河野美術館 4階
- 定員 各60人
- 参加費 無料
- 持参物 筆記用具
- 問合先 今治史談会
TEL 090-9451-4852(南條)
FAX 0898-22-0099

野々瀬古墳群探訪と笠松山～スマホでスタンプラリー～

- 日時 ①11月23日(日・祝) ②11月30日(日) ※少雨決行
9:00～15:00(9:00今治市役所朝倉支所集合)
- 内容 朝倉支所より野々瀬古墳群と、笠松山をハイキング
●スマホで隠しアイテムをゲットして彩咲あさくらの
ジェラートをもらおう
- 対象 小学4年生以上
- 定員 各20人
- 参加費 500円
- 持参物 昼食、飲み物、常備薬、雨具、スマホなど
※靴底のしっかりしたシューズで参加ください。
- 申込先 11月15日(土)までにミライノミチASAKURAへ
TEL 090-2785-0246(渡辺)
Eメール nabeno_suke@yahoo.co.jp

カジダン応援講座「パパっとできるお菓子づくり」

- 日時 11月29日(土) 10:00～12:30
- 場所 今治明德短期大学 製菓実習室
- 講師 大西 望氏(今治明德短期大学講師)
- 対象 市内在住の男性保護者と小学生(2人まで)
- 定員 5組(1組3人まで、先着順)
- 参加費 無料
- 申込先 11月4日(火) 9:00から申込フォームより
- 問合先 市民参画課
TEL 0898-36-1521
FAX 0898-32-5211(代)



申込フォーム



補助犬のことを もっともっと知ってください!

補助犬は、目や耳、手足に障がいがある方をサポートする「盲導犬」「介助犬」「聴導犬」のことです。身体障害者補助犬法に基づき、必要な訓練を受けています。

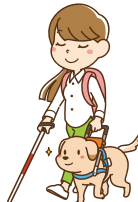
「補助犬」と出会ったら

- ⚠️ **声をかけたり、口笛などで犬の気を引いたりしない。**
補助犬の気が散ると、事故の原因となったりします。
- ⚠️ **触ったり、なでたりしない**
補助犬はユーザーの指示を常に待っています。集中力をそく行為はやめましょう。
- ⚠️ **愛犬を近づけない**
距離をおいて、愛犬が興奮して吠えたりしないように気を付けましょう。
- ⚠️ **ユーザー(使用者)の肩をたたいたり、手を引っ張らない**
状況がわからないユーザーが混乱して、危険な状況になるかもしれません。
- ⚠️ **無断で写真を撮らない**
補助犬がかわいいからと無断で写真を撮ったりするのはマナー違反です。ユーザーの肖像権やプライバシーの侵害にもつながります。

**補助犬は、身体の不自由な人の自立と社会参加を
助けています。あたたかく見守ってください。**

ユーザーの方が困っているようであれば「何かお手伝いしましょうか」などの声がけや、筆談でコミュニケーションをとみましょう。

盲導犬



見えない、見えにくい人が安全に歩けるようにサポートします。障害物を避けたり、立ち止まって曲がり角や段差を教えたりします。

介助犬

手や足に障がいのある人の日常生活動作をサポートします。物を拾って渡したり、指示したものを持ってきたり、脱衣の介助などを行います。



聴導犬



聞こえない、聞こえにくい人に必要な生活音を知らせます。チャイム音、メールや着信音、赤ちゃんの泣き声、車のクラクションなどを聞き分け教えます。

厚生労働省リーフレット「もっと知ってほじょ犬」より引用

- 問合先 障がい福祉課
TEL 0898-36-1527
FAX 0898-32-5267



親子Xmasリース作り教室

親子で楽しくリース作りを体験して、クリスマスの夜を一家だんらんで過ごしましょう。

- 日時 11月14日(金) 18:30～(2時間程度)
- 場所 中央公民館 2階第1・2学習室
- 定員 13組(申込者多数の場合抽選)
※1組3人まで、1組につき1つのリース作成
- 対象 市内小学生と保護者
- 参加費 無料
- 申込先 11月1日(土)から9日(日)までに申込フォームから
※電話受付不可



詳しくはこちら

今治空襲から80年 藤本文昭さん講演会

藤本文昭さんと、今治明德高校矢田分校(当時)の生徒たちが行った「今治空襲」についての調査研究結果を発表します。

- 日時 11月30日(日) 13:30～14:50
- 場所 河野美術館 4階講演室
- 入場料 無料

同時開催 写真等のパネル展

- 場所 河野美術館 1階会議室
- 問合先 9条の会・今治
TEL・FAX 0898-47-4766

第11回 今治ふしぎ発見!ゼミ フィールドワーク

波止浜の塩田と町並みについて自然と歴史の背景から考えます。

- 日時 11月29日(土) 9:00～16:00 ※小雨決行
- 集合場所 波止浜公民館 2階集会室(8:55まで)
- 講師 澤田 結基氏(福山市立大学都市経営学部教授)
藤本 誉博氏(今治城学芸員)
- 対象 高校生以上
- 定員 15人(申込者多数の場合抽選)
- 参加費 1,000円(八木商店本店資料館入館料を含む)
- 持参物 歩きやすい服装と靴で参加、飲み物、帽子、雨具、筆記用具、お弁当(昼休憩中に昼食の購入または外食可)
- 申込先 11月16日(日)までに申込フォームから
※電話受付不可



詳しくはこちら

Xmasオーナメント作り

ペットボトルの中に色んなものをつめ込んでXmasオーナメントを作ろう。

- 日時 11月30日(日) 9:00～11:30
- 場所 バリククリーン
- 対象 市内在住の小学生(保護者同伴)
- 定員 20人(先着順) ■参加費 無料
- 申込先 11月4日(火)から28日(金)までにバリククリーンまたは
今治ハイトラスト株式会社へ(8:30～17:00)
TEL 0898-35-5186



詳しくはこちら



第41回 親子人形劇のつどい

子どもたちに手づくりの温かさ、実演による感動、豊かで思いやりのある心を育てることを目的として上演します。

- 日時 12月7日(日) 14:00～(13:30開場)
- 場所 中央公民館 4階大ホール
- 出演 人形芝居ひめ
- 内容 ●おむすびころりん
●あひるのピョちゃん 他
- 入場料 無料(申込不要)

- 問合先 中央公民館
TEL 0898-32-2892
FAX 0898-32-2772

ママの小さなお守りアロマ～ロールオンづくり～(託児付)

子どもが寝ている間のほんのひととときに、自分だけの香りでほっと一息。“お守りアロマ”を手作りします。

- 日時 12月10日(火) 10:00～11:30
- 場所 バリククリーン 2階研修室
- 講師 真部 奈津子氏
- 対象 保育所などに通っていない未就園児を自宅で保育している方
- 定員 15組(申込者多数の場合抽選)
- 参加費 500円(当日、講師に直接お支払いください)
- 申込先 11月4日(火)から18日(火)までに
申込フォームから
- 問合先 こども未来課
TEL 0898-36-1529



申込フォーム

NEWS

令和7年秋季全国火災予防運動

11月9日(日)～15日(土)

〈全国統一防火標語〉

急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし

秋から冬にかけて空気が乾燥し、火災発生の危険が高まります。住宅での火災の早期発見には、「住宅用火災警報器」が有効です。未設置の住宅はいち早く設置し、定期的な点検・交換をお願いします。

- 問合先 消防本部 予防課
TEL 0898-32-2751 FAX 0898-32-0119



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4期 水中運動教室 (関節痛予防や緩和・運動不足解消など) (スタジオで体操・水中で全身運動)	1月 5日～ 3月30日	月	10:15～11:30
	1月 7日～ 3月25日	水	
	1月 9日～ 3月27日	金	
第4期 ヘルスアップ教室 ～高血圧予防～	1月 8日～ 3月26日	木	10:10～11:30
第4期シェイプアップ教室 ～冬の健康管理～	1月10日～ 3月28日	土	13:45～15:30
第4期 いきいきママのリフレッシュ教室 (育児期女性対象)	1月16日～ 3月13日	金	11:00～12:00
第8期 日曜チャレンジ ●ストレッチ&リズムウォーキング ●バーベルエクササイズ	1月18日～ 2月15日	日	13:40～15:10
第9期 日曜チャレンジ ●バランスボールエクササイズ ●ステップエクササイズII	2月22日～ 3月29日	日	13:40～15:10

教室名	日 時	内 容
第85回 健康セミナー ～習慣を見直しましょう～	12月6日(土)・7日(日) 10:00～14:00	日頃の動作を見直して膝・腰の痛みを予防しましょう。
からだ革命ワンデープラン メタボコースVol.2	12月14日(日) 10:30～12:30	有酸素運動で脂肪燃焼
日曜チャレンジ 「クリスマススペシャル」	12月21日(日) 13:00～15:00	クリスマスソングで気分よくストレッチ、筋トレ、エアロなど全身運動
日曜チャレンジ 「ニューイヤースペシャル」	1月4日(日) 13:00～15:00	全身無理なくストレッチ&筋トレ
健脚ウォーキングVol.1 7～9キロメートル	1月25日(日) 9:30～14:00	今治市・朝倉(世田山～笠松) ※12月1日(月)～受付開始
新春ウォーキング (完歩コース) 3～5キロメートル	2月15日(日) 8:40～14:30	今治市・大三島町 ※12月1日(月)～受付開始
健脚ウォーキングVol.2 7～9キロメートル	3月1日(日) 9:00～14:00	今治市・大島 ※2月1日(日)～受付開始
ひなまつりウォーキング (完歩コース) 3～5キロメートル	3月22日(日) 8:30～14:30	上浮穴郡・久万高原町 ※2月1日(日)～受付開始

※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。
※11月12日(火)から14日(金)まで休館します。

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

おうちに飾れる書道作品 制作ワークショップ

お正月らしい言葉で書作品を制作。自宅に持ち帰って新年を迎えよう。オリジナル落款印も消しゴムで作成!

- 日 時 12月13日(土) 14:00～16:00 (受付13:30)
- 場 所 みなと交流センター はーばりー
- 講 師 河野 玲風(洗心書道会会長)
- 定 員 20人(先着順)
- 参加費 無料
- 持参物 持っている方は書道セット
- その他 村上三島記念館にも作品を展示
- 申込先 11月1日(土)から23日(日)までに文化振興課ホームページから
TEL 0898-36-1608



ホームページ

恋する今治de愛イベント2025 in アシックス里山スタジアム

～FC今治のホームスタジアム、バックヤードツアー付き～
解放感溢れるロケーションで非日常を感じながらゆっくりとお話ができます。

- 日 時 12月14日(日) 15:00～18:00
- 場 所 アシックス里山スタジアム敷地内里山サロン
- 対 象 28歳～40歳くらいの独身男女各15人(市内在住者優先)
- 参加費 2,000円(センター支援金500円含む)
- 締切日 11月25日(火)まで
- 問合せ えひめ結婚支援センター東予事務所
TEL 0897-47-4853
(火曜日以外の平日 9:00～17:00)



ホームページ

第3回サン・アビリティーズ今治杯 車いすツインバスケットボール大会

■日 時 11月15日(土) 試合開始10:15～
11月16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 中四国、近畿、九州各県の障がい者・一般の車いすツイン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

令和7年度 第3期定期講座

区分	NO	教室・講座名	曜日	時 間	対 象	定員	回数	期 間
スポーツ教室	1	チャレンジスポーツ(太鼓の達人)	(不定期)土	10:00～11:30	障がい者・一般	10	5	1月10日～3月21日
	2	チャレンジスポーツ(ぶよぶよ)	(不定期)土	13:00～14:30	障がい者・一般	10	5	1月10日～3月21日
	3	レク・パラスポーツ	(不定期)土	13:30～14:30	障がい者(児)	20	5	1月10日～3月21日
	4	初心者バドミントン	月	9:50～11:50	障がい者・一般	35	10	1月 5日～3月23日
	5	幼児体操	月	15:40～16:40	年中以上未就学児	40	10	1月 5日～3月23日
	6	子どもスポーツ	月	16:50～17:50	小学1～3年生	40	10	1月 5日～3月23日
	7	ヨガ	月	18:30～19:15	障がい者・一般	25	10	1月 5日～3月23日
	8	姿勢メンテナンス&トレーニング	水	9:15～10:00	障がい者・一般	25	10	1月 7日～3月18日
	9	朝活エクササイズ	水	10:15～11:00	障がい者・一般	25	10	1月 7日～3月18日
	10	初心者ソフトバレーボール	水	9:50～11:50	障がい者・一般	25	10	1月 7日～3月18日
	11	子ども療育スポーツ	水	16:30～17:30	小学生以下知的・発達障がい者(児)・保護者	25	10	1月 7日～3月18日
	12	リズムダンス	水	17:40～18:30	小学生以上知的・発達障がい者(児)	20	10	1月 7日～3月18日
	13	初心者卓球	木	10:00～12:00	障がい者・一般	35	10	1月15日～3月19日
	14	シルバーいきいき健康体操	木	13:30～14:30	高齢者	60	10	1月15日～3月19日
	15	アーチェリー	木	17:30～19:30	身体障がい者・一般	25	10	1月15日～3月19日
	16	ピラティス	木	18:00～18:50	障がい者・一般	25	10	1月15日～3月19日
	17	ストレッチ&リフレッシュ体操	金	9:35～10:45	障がい者・一般	90	10	1月 9日～3月13日
	18	ジャズダンス	金	11:00～12:30	障がい者・一般	40	10	1月 9日～3月13日
	19	軽スポーツ	金	13:30～15:00	障がい者・一般	45	10	1月 9日～3月13日
教養趣味文化講座	1	ペン習字	月	10:00～12:00	障がい者・一般	35	10	1月 5日～3月23日
	2	きもの着付け	水	10:00～12:00	障がい者・一般	10	10	1月 7日～3月18日
	3	粘土(樹脂粘土)	木	10:00～12:00	障がい者・一般	30	10	1月15日～3月19日
	4	抹茶	木	13:00～15:00	障がい者・一般	14	10	1月15日～3月19日
	5	生け花	金	10:00～11:00	障がい者・一般	15	10	1月 9日～3月13日

■受付期間 ①障害者手帳をお持ちの方
11月29日(土) 10:00から12月14日(日) 21:00まで
②障害者手帳をお持ちでない方
12月7日(日) 10:00から14日(日) 21:00まで

■受講料 3,000円
※障がい者・介護者1人は無料
※65歳以上・中学生以下は半額

■申込先 受講料を添えてサン・アビリティーズ今治へ

■その他 ●各講座とも初心者程度
●定員になり次第、受付終了
●定員の半数に満たない講座は中止
●教材費の必要な講座もあり
●スリッパ、シューズ袋を持参

■問合先 サン・アビリティーズ今治(火曜日・祝日休館)
TEL 0898-48-3477 FAX 0898-47-3629

申し込みの際、割り込みなどモラルに欠ける行動をされた場合は受け付けをお断りさせていただく場合があります。

NEWS

11・12月

市町村税・県税一斉滞納整理強化期間

差押不動産の合同公売会

■日 時 11月20日(木) 13:00～

■場 所 愛媛県中予地方局 7階大会議室

■問合先 愛媛地方税滞納整理機構

TEL 089-913-5800

高松国税局 特別整理第一部門

TEL 087-831-3111



愛媛地方税滞納
整理機構

第74回 秋季県展今治移動展

- 今治市・上島町出身者の県展入選作品を展示します。
- 日時 11月15日(土)～24日(月・休) ※17日(月)休館
9:00～17:00
(初日10:00から、最終日15:00まで)
●開展式 11月15日(土) 10:00～
- 場所 河野美術館
- 観覧料 無料
- 問合先 文化振興課
TEL 0898-36-1608
FAX 0898-24-2008

第11回 蓮扇流舞の会 発表会

- 日時 11月23日(日・祝) 12:30～16:00
- 場所 中央公民館 4階大ホール
- 内容 祝儀舞、新舞踊、日本舞踊、剣舞など
- 入場料 無料
※お菓子付き(先着150人)
- 問合先 蓮扇流舞の会 蓮扇慶紅(村越 慶子)
TEL 080-2973-1238

第24回 今治市総合福祉センターまつり

- ～であい ふれあい みんなのまつり～
- 日時 11月16日(日) 9:45～14:00
- 場所 総合福祉センター 愛らんど今治
- 内容 軽食・キッチンカー、各種バザー、福祉体験(スタンプラリー)、ダンス、寸劇、スコップ三味線、カラオケ、こども縁日、クイズラリー(景品数に限りあり) など
- 問合先 今治市社会福祉協議会
TEL 0898-22-6018
FAX 0898-22-6022

夏井いつき 句会ライブ開催

- ～国際ソロプチミスト今治認証40周年記念事業～
大人気テレビ番組「プレバト!!」で有名な俳句の先生が今治にやってきました。
- 日時 令和8年3月1日(日) 14:00～(13:30開場)
- 場所 公会堂
- 入場料 小学生～高校生 500円、一般 1,000円(全席自由)
※未就学児の入場はご遠慮ください。
- チケット 12月1日(月)から明屋書店今治本店・喜田村店、愛媛県教科図書マサヤ店、フローリスト寺町店、ヨシイ時計店で販売
- 問合先 国際ソロプチミスト今治
TEL 090-3188-4672(森)

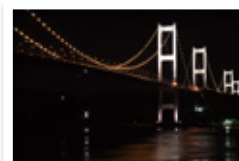
訓練祭り(祝75周年)

- 各種体験教室、実習作品展示・販売その他催し物を行います。
- 日時 11月16日(日) 10:00～14:00
- 場所 愛媛県立愛媛中央産業技術専門学校
※駐車場有
- 内容 ●体験教室
レーザー加工体験、缶バッジ製作体験など
- 実習作品展示・販売
タオル製品、縫製品、金属製品など
- 催し物
キッチンカー、ステッカーラリーなど
- 問合先 愛媛県立愛媛中央産業技術専門学校
TEL 0898-48-0525

来島海峡大橋ライトアップ日程 11・12月

- 点灯日時 日没～21:00
●11月3日(月・祝)、8日(土)、9日(日)、22日(土)～24日(月・休)
●12月24日(水)、25日(木)、27日(土)～31日(水)
※12月31日(水)のみ日没～翌7:00
- 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

天候や諸事情により、日程など変更する場合があります。



第118回 秋季今治市民サイクリング大会

- 日時 11月23日(日・祝) 8:30～
※雨天時 11月30日(日)
- 集合場所 今治市営球場
- 目的地 市民の森～唐子浜～道の駅 今治湯ノ浦温泉
- 対象 小学4年生以上から70歳くらいまで
※6段変速以上の自転車で走行可能な方
- 定員 50人(先着順)
- 参加費 大人 1,200円、中学生以下 600円
※弁当代、飲み物代、保険料含む
※安全のためにヘルメットをかぶりましょう。
※自転車は事前に点検しておきましょう。
- 申込先 11月20日(木)までに今治サイクリング協会へ
TEL・FAX 0898-23-3250(月原)

いまばり日曜朝市

- 日時 11月9日(日)、23日(日・祝)
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

- 対象 過去に出店したことがない方
- 出店料 3カ月(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。

今治明德短期大学

智内兄助財団と連携協定を締結!

9月19日、地域文化の発展および人材育成などを目的に、智内兄助一般財団法人と文化芸術に関する連携協定を結びました。今後、幼児教育学科や来年度新設の地域未来創生コースの活動の中で、智内兄助画伯（波方町出身）や左手のピアニスト・智内威雄氏との交流機会が増えそうです。



泉学長と智内理事長(右)



岡村島の姫子島神社秋祭りに参加

9月27日、関前地域の岡村島の秋祭りに、昨年に続いて10人の学生がみこしの担ぎ手や撮影などに参加し、住民との交流を楽しみました。



岡村島白濁港(背後は大崎下島)

■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

「第6回 ゆめいこい祭」 テーマ「なんか、ええ顔しよるやん?」

11月23日(日祝)、24日(月休) 両日9:30~17:00

今年の大学祭は、軽音・ダンスのステージや白熱のe-sports大会に加え、初の試みとなる「お笑いライブ」と「ゆめいこい生きものマルシェ」(雑貨販売など)が登場!模擬店や展示も充実し、見どころ満載です。食べて、笑って、ふれあって…気づけばきっと、あなたも「ええ顔しよる」2日間に。ぜひ、ご参加ください。



■場 所 岡山理科大学今治キャンパス
■問合先 第6回ゆめいこい祭実行委員会
Eメール yumeikoi.ous@gmail.com

※駐車場に限りがあるため公共交通機関を利用するか、乗り合わせなどでお越しください。

第37回 いこいの丘市民公開講座

地域の方々との交流を深めることを目的とした、「いこいの丘市民公開講座」を開催します。今回のテーマは「瀬戸内海のいのちを『知り、守る』」です。獣医学部における最新の研究に触れてみてください!

■12月13日(土) 13:00~15:00(受付12:30~)
場 所…岡山理科大学獣医学部 大講義棟
内 容…講演1

「水族館のしごと~学生主体で運営する水族館」
(福山大学 生命工学部海洋生物学科 水上 雅晴)

講演2

「未知の病気を探し、魚とエビを元気に」
(獣医学科 准教授 米加田 徹)

参加費…無料(申込不要)

■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



岡山理大
学

今治看護専門学校

決意式

入学から約半年が経ち、看護の道へ進む第一歩となる「決意式」が行われました。

昨年までの「戴帽式」から「決意式」と変更し、ナースキャップの戴帽を変えて、一人一人決意を述べました。また、ナイチンゲール像から看護の灯を受け継ぎ、ナイチンゲール誓詞を朗読しました。

それぞれ目標としている看護師・准看護師になれるよう、今後の学びや実習に向けての意欲を高め、決意生たちはこれから市内の病院や施設での実習に臨みます。皆さん温かく見守ってください。



学生募集!!

第一看護学科対象

令和8年度より「学生授業料貸与制度」開始
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

TEL・FAX 0898-55-2738

AIでなりきりピカソ?

昨年大好評だったテクノロジーアート作品がリニューアルして登場!カメラの前に立って撮影すると、自分の顔がAIによって抽象画風の似顔絵に。

■期間 12月21日(日)まで



※イメージ

国宝「伊予国奈良原山経塚出土品」秋の特別公開

平安時代末期の優れた工芸品です。銅宝塔をはじめ鏡、檜扇なども展示。

■期間 11月9日(日)まで



銅宝塔

大三島美術館

TEL 0897-82-1234 FAX 0897-82-1248

企画展「森山知己 和様に倣う」関連イベント

もりやま ともき 森山知己によるギャラリートーク

■日時 11月8日(土) 13:30~15:00

■料金 無料

夜の特別鑑賞会 作家・森山知己とともに

做作を、元の作品制作時の照明に近い状態で鑑賞し、技法と照明の効果について作家から伺います。

■日時 11月8日(土) 18:00~19:30

■料金 入館料のみ ■定員 20人(先着順)

■応募先 電話またはファクス(氏名、連絡先を明記)を大三島美術館へ



做日月四季山水図屏風

今治城

TEL 0898-31-9233 FAX 0898-31-9235

よつだ かんすい じゅんぞう 館蔵品展「四田観水・淳三 父子展」

今治市出身で、共に日本画家として活躍した、四田観水と淳三の父子展を開催。近年寄贈された作品も初披露。

■期間

11月7日(金)~令和8年3月8日(日)



四田観水「漁村」

朝倉ふるさと美術古墳館

TEL 0898-56-3754

第42回 フォーランドアートクラブ

■期間 11月2日(日)~30日(日) ※最終日16:00まで

■料金 無料

山岳写真集団くもの会 写真展

県内外で活動する登山愛好家の山岳写真を展示。

■期間 11月5日(水)~30日(日) ※最終日16:00まで

■料金 無料

Illuminate Festa 2025

プロジェクションマッピング

毎冬恒例のプロジェクションマッピングが装いも新たに今治のまちを彩ります。

■日時 ①11月23日(日・祝) ②11月29日(土)

(1)17:30 (2)17:50 (3)18:10 (4)18:30 (5)18:50 (6)19:10 (7)19:30 ※上映時間 約5分(予定)

■会場 ①大三島美術館

②野間仁根バラのミュージアム

■料金 無料

※同日夜間のみ館内観覧も無料(17:00~20:00)



今治城

問 TEL 0898-31-9233

●天守4階 企画展示

「新収蔵品展」

12月22日(月)まで

●山里檜 館蔵品展

「没後50年 矢野鉄山」(後期)

11月30日(日)まで

河野美術館

問 TEL 0898-23-3810

●館蔵品企画展

ぐるぐる屏風うおっちゃんぐ

11月3日(月・祝)まで

●第74回秋季県展 今治移動展

11月15日(土)~24日(月・休)

(初日10:00~開展式、最終日15:00まで)

玉川近代美術館

問 TEL 0898-55-2738

●館蔵品展

「パリに集った画家たち」

開催中

大三島美術館

問 TEL 0897-82-1234

●企画展

「森山知己 和様に倣う」

開催中

野間仁根バラのミュージアム

問 TEL 0897-84-2566

●館蔵品展

「野間仁根の世界ー水・海ー」

11月3日(月・祝)まで

村上海賊ミュージアム

問 TEL 0897-74-1065

●特別展

「久留島武彦と高島華宵」

11月30日(日)まで

上浦歴史民俗資料館

問 TEL 0897-87-4288

●深遠なる黒と白の世界

ー村上三島の芸術展ー

開催中

伊東豊雄建築ミュージアム

問 TEL 0897-74-7220

※修繕工事のため令和8年1月末まで休館予定

〈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。

お得なチケット
ご存じですか?

■2館券(野間仁根バラのミュージアム・村上海賊ミュージアム)

料金 一般500円(通常620円)、学生250円(通常320円)

他にも3館、5館券も発売中!

お買い求めは各ミュージアム窓口で

ホーム
ページ



新 着 図 書



家族みんなが楽になる! 親にスマホをもっと使ってもらおう本

増田 由紀 著
日経BP



シニア世代の親にスマホの使い方を教えるための、子ども世代に向けた一冊。家族ならではのサポート術をわかりやすく紹介。

全国平和スポットへのいざない 22カ所の巡礼手帖

佐藤功、おまかせHR研究会 著
かもがわ出版



中学や高校の教員たちが、戦争遺跡、資料館など、平和に思いをはせる全国22カ所を紹介。平和だからこそ味わえる温泉・グルメ情報も収録。

ラッキー あるラッコのものがたり

キャサリン・アップルゲイト 作
チャールズ・サントソ 絵 尾高 薫 訳
偕成社



母さんラッコとはぐれたラッキーは、水族館で育ち、無事海に返される。でも、あるとき大きなけがをしてしまい…。アメリカの水族館のラッコたちをモデルに描かれた絵本。

お 知 ら せ



中央図書館

今治歴史講座

「高虎と高吉 ～新たな視点で高虎と高吉を語る～」

■日 時 12月7日(日) 14:00～16:00
■講 師 摂津 守氏(『新七郎』、『鳶は枯れず』著者)
■定 員 50人

波方図書館

今治市立波方図書館読書講演会

ひゃっきやこう こうせつひやくものがたり
「百鬼夜行」や「巷説百物語」の作品などで多くのファンをもち、直木賞作家でもある京極夏彦氏をお迎えします。

■日 時 11月23日(日・祝) 14:00～15:30
■講 師 京極 夏彦氏
■定 員 80人

イベントの申し込みについて(参加費無料)

各イベント開催館で11月7日(金)から(先着順・開館時間中)

各イベントの詳細については
ホームページ、SNS(X)で確認できます。



詳細はこちら

波方図書館

大西図書館

リサイクルブックコーナー

保存年限が経過した図書、雑誌等を無償でお譲りします。

■日 時
【波方図書館】11月16日(日)～提供資料がなくなるまで
【大西図書館】11月3日(月・祝)～提供資料がなくなるまで
10:00～18:00(開館時間中)

11月の

移 動 図 書 館

その他の巡回場所は図書館の
ホームページでお知らせします。

日 時		場 所
5日・19日	水	9:40～10:10 波止浜公民館
		10:20～10:50 近見公民館
		13:30～14:00 日高公民館
		14:10～14:40 乃万公民館
6日・20日	木	9:30～10:00 桜井公民館
7日・21日	金	10:30～11:00 国分公民館
		15:00～15:30 鳥生公民館
11日・25日	火	14:10～14:40 関前支所
		16:00～16:30 上浦支所
12日・26日	水	10:20～10:50 清水公民館
		14:00～14:30 富田公民館
		14:50～15:20 立花カルチャーセンター
13日・27日	木	9:50～10:20 菊間支所
		11:00～11:30 玉川支所
		14:30～15:00 朝倉支所
14日・28日	金	10:00～10:40 吉海支所
		11:00～11:40 宮窪支所
		14:20～15:00 しまなみ交流プラザ

11月の休館予定

4日(火)・10日(月)・17日(月)・21日(金)

休館期間中の返却は
ブックポストへお願いします。



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

脳の健康チェック(セルフチェック)

ご自身のスマートフォンやタブレットを使ってトランプゲーム(デジタルツール「のうKnow」)をしながら、気軽に脳年齢測定ができます。(所要時間15分程度)

- 対象 市内在住の40歳以上の方
- 定員 100人(先着順)
- 費用 無料(パケット通信料等は自己負担)
- 申込先 申込フォームから
- 問合せ 介護保険課
TEL 0898-36-1528



申込フォーム

視覚障がい者支援ボランティア講座(音訳)募集

目が見えない方、見えにくい方をサポートする「音訳」を基礎から学びませんか。

- 日時 11月26日(水)、12月3日(水)
10:00~12:00(全2回)
- 場所 総合福祉センター 愛らんど今治2階
- 講師 今治音訳グループたまゆら
- 定員 10人(先着順)
- 受講料 無料
- 申込先 11月20日(木)までに今治市社会福祉協議会へ
TEL 0898-22-6063



ホームページ

ウォーキングフェスティバル 歩みあれこれ

- 日時 11月8日(土) 10:00~15:30
- 場所 イオンモール今治新都市 きらめきコート
- 講師 特別講演「美しく健康にウォーキング」
WalkingCreate株式会社 村神 一誠氏
- 内容 ウォーキングレッスン、体組成測定、歩行姿勢分析、健康相談など
- 参加費 無料(申込不要)
- 申込先 済生会今治病院
TEL 0898-47-2571



詳しくはこちら



村神 一誠氏

隣がん教室

「隣がんの治療」「医療者と話そう」をテーマに消化器内科医師、看護師が講演。語り合いの時間もあります。

- 日時 11月27日(木) 10:30~11:30
- 場所 四国がんセンター 暖だん 憩いのひろば
- 参加費 無料(申込不要)
- 問合せ 四国がんセンター
患者・家族総合支援室 暖だん
TEL 089-999-1209



ホームページ

第4回 健康教室

～薬局で学ぶ、栄養と健康づくり～

- 日時 11月17日(月) 10:00~13:00
- 場所 平野みらい薬局 2階
- 内容 貧血予防の食事についてのお話し、調理実習、試食
- 定員 8人(先着順)
- 参加費 600円
- 申込先 平野みらい薬局
TEL 0898-23-4466(要事前申込)
※マスクの着用をお願いします。

聞いてみよう、みんなの思い 保護者座談会(夜の部)

発達障がいを含む、生活の中でさまざまな困難さや生きづらさを抱えている方が集まり、情報交換する会です。

- 日時 12月8日(月) 19:00~21:00
- 場所 ①総合福祉センター 愛らんど今治4階多目的ホール
②オンライン会場(Zoom会議)
- 対象 市内在住で発達障がいなど、生きづらさを抱える方の家族・保護者
- 参加費 無料
- 申込先 11月25日(木)までに今治市基幹相談支援センターへ
(託児の相談は11月18日(木)まで)
TEL 0898-22-6017

四国オムツ外し学会

「介護には湯呑みの客だけドラマがある」認知症や介護に関する話を聞いて、人間としての生活を支えよう!

- 日時 11月22日(土) 13:00~16:20
11月23日(日・祝) 10:00~12:00
- 場所 富田公民館 2階大会議室
- 講師 三好 春樹氏 他

蜷気楼チンドン一座などによる音楽祭

- 日時 11月23日(日・祝) 12:00~15:00
- 場所 つどい場だんだん
- 参加費 カンパ(2,000~3,000円)
- 問合せ つどい場だんだん
TEL 090-5144-1628 FAX 0898-52-7412

健康
コラム

11月8日「いい歯の日」

おいしく食べて健康長寿



全身の健康を保つには、お口の健康が欠かせません。高齢期も口腔機能の維持・向上を心がけましょう。かむ力の衰えや滑舌低下を放っておけば、摂食障害などを招く恐れがありますが、早期発見で健康寿命の延伸につながります。

また歯周病は慢性化すれば、糖尿病や肺炎を引き起こすこともあります。かかりつけ医を持ち、定期的に歯科受診・治療を受け、口腔から健康長寿を目指しましょう!

- 問合せ 健康推進課 TEL 0898-36-1533

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7年度今治市民健診カレンダー)、またはホームページを確認ください。各支所の健診は支所により確認ください。



健診カレンダー

集団健診予約はWEB
またはコールセンターへ

WEB予約
(24時間予約可能)けんしん
ホームページ

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

月	日	曜日	健診会場	健(検)診科目	特定健診など	大腸がん検診	がん検診		胃がん検診	子宮頸がん検診	がん検診		前立腺がん検診	肝炎ウイルス検診	腹部超音波検診	骨粗しょう症検診
				X線			エネサフ	マンモ			エコー					
				料金(円)	★	500	700	1,300	1,400	1,200	1,200	2,500	900	無料	2,200	600
12	16	火	中央保健センター		○	○	○	○	○				○	○	○	○
	19	金	中央保健センター♥		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
1	14	水	中央保健センター		○	○	○	○	○				○	○	○	○

★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。

♥腹部臓器(肝臓・胆嚢・脾臓・腎臓・脾臓)の超音波検査です。

♥託児有り(要予約)

4か月児健康相談 (個人通知あり、各支所は別の日に実施)

11月 6日(木)	R7.6.16 ~ R7.6.30生
11月 19日(水)	R7.7.1 ~ R7.7.15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月 11日(火)	R6.4.1 ~ R6.4.30生
------------	-------------------

3歳児健康診査 (個人通知あり、各支所は別の日に実施)

11月 18日(火)	R4.5.1 ~ R4.5.31生
------------	-------------------

※終了後、パパママすまいる健診(保護者の健康診断)を実施しています。対象者は3歳児健康診査対象児の保護者(父母のみ)です。

離乳食講習 ※予約制

日 時	11月 12日(水) 11月 26日(水)	10:30~11:10
-----	--------------------------	-------------

家族教室

日 時	11月 27日(木) 13:30~15:00
場 所	中央保健センター 1階運動指導室
テーマ	〜こころとからだの健康づくり〜座談会

こころの健康相談

※原則、1週間前までの予約制

日 時	11月 14日(金) 13:30~15:30
場 所	中央保健センター 相談室
テーマ	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。

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、手術後の体調不良や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たいと思います。

いまばり町なかがんサロン(個別相談・無料) 事前申込不要

日 時	11月 12日(水) 10:00~13:00
場 所	中央図書館 2階応接室

※治療への不安や、抱えている悩みごとを相談にお越しください。

定例会(年4回開催) 事前申込不要

日 時	11月 22日(土) 13:30~15:30
場 所	総合福祉センター 愛らんど今治1階会議室

※がん治療についての勉強会や講演会、会員同士のおしゃべりや情報交換をしています。

■問合先 すまいるの会「東予がん患者と家族の会」TEL 090-2782-6211(青野)

今治保健所

TEL 0898-23-2500(代)
FAX 0898-23-2531

エイズ・肝炎の相談および検査…無料・匿名(前日16:00までに予約)

日 時	毎週火曜日(祝日、年末年始の休日を除く)	10:00~11:00
-----	----------------------	-------------

難病相談(要予約)

日 時	11月 12日(水) 13:00~15:00
-----	------------------------

生涯を通じた女性の健康相談(要予約)

日 時	11月 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)

済生会今治病院

総合医療支援室
TEL 0898-47-6048

済生会今治病院は、国から地域がん診療連携拠点病院の指定を受けており、がん患者さんとご家族のための「がん患者・家族サロンなでしこサロン」や「個別就労相談」を定期的に実施しています。

■受付時間 ●平日 8:30~17:00 ●土曜日 8:30~12:30(第2・第4土曜日除く)



詳しくはこちら



食育の日 献立紹介

大根のトロトロスープ

〈1人分〉エネルギー…80キロカロリー 塩分…1.0g



材 料

(2人分)

大根	150g
玉ネギ	50g
ハーフベーコン	2枚(20g)
水	150ml
コンソメ顆粒	小さじ1
牛乳	100ml
白みそ	小さじ1

作 り 方

- 1 大根は薄めのいちよう切り、玉ネギは粗めのみじん切りにする。ベーコンは1センチ幅に切る。
- 2 鍋に①、水、コンソメを入れてふたをし、中火にかける。沸騰したら弱火にし、時々かき混ぜながら柔らかくなるまで煮る。
- 3 火を止め、泡だて器やマッシャーなどで粗くつぶす。
- 4 牛乳を加え、白みそを溶き入れる。再度弱火にかけて温める。
- 5 器に盛り付け、お好みでブラックペッパーをふる。

牛乳のコクとみその風味で
減塩でもおいしくいただけます。



今月の食材 大根

水分が95%を占め、ビタミンCと消化酵素のジアスターゼが豊富に含まれます。1年中流通していますが、春から夏にかけてはやや辛みが強く、秋から冬は甘みが増してきます。葉に近い方が甘く、先に行くほど辛みが強くなるので、サラダなどの生食には葉に近い方、煮物には中央部分、葉味には先の方、というように調理方法に応じて使う部位を選びましょう。葉付きの場合は葉から水分が蒸発してしまうため、すぐに切り分け、別々に保存しましょう。

- 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)
- 令和5年度からのレシピをホームページに掲載しています。



NO.
248

市民医学講座

ノロウイルスによる感染性胃腸炎・食中毒

今治市医師会 鈴木 快

冬は感染症の流行しやすい季節ですが厚生労働省の統計に基づくと過去5年間の食中毒患者の内、約半数がノロウイルスによるものでその内約7割が11月から2月の冬場に集中しています。

ノロウイルスは室温で約10日、気温10℃以下で約1カ月生存でき、凍結しても不活化せず、少量のウイルス量でも感染します。症状が治まっても1～4週間は便等の排泄物中にウイルスが排出され一般的なウイルスと違いアルコール消毒の効果がありません。

上記の特徴のため冬に流行しやすく感染の制御が困難になりやすいのです。

症状は感染後1～2日後に、1日数回～10回以上の嘔吐、下痢が十数時間から数日ほど続きます。治療は吐き気止めや整腸剤などで症状を緩和し、水分と栄養の補給を充分に行いながら安静にし症状が治まるのを待ちます。入院等の治療が必要とされることは多くありませんが、子どもや高齢者等抵抗力の弱い方は重症化することがあり死亡例もあるため、注意が必要です。

予防法としては①食事前、トイレの後、調理前後石けんでの手洗いをしっかりと②調理器具・調理台は消毒の上食材はしっかりと加熱する③二次感染を防ぐため排泄物の取り扱いに注意する等がありますが、やはり日頃から感染対策を心がけることが第一歩だと思います。

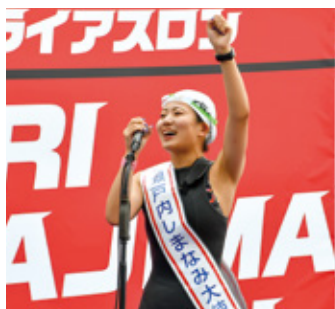
より詳しい説明や予防法が厚生労働省のホームページ等にも載っていますので一度読んでいただければ幸いです。

※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 瀬戸内海病院 (8:30~17:30) 医師会市民病院 (17:30~翌8:30)
2 救 医師会市民病院 小 県立今治病院 島 有津むらかみクリニック 歯 宮崎歯科	3 今治第一病院 小 丹こどもクリニック 島 喜多嶋診療所	4 済生会今治病院 献血 市民会館前 (10:00~12:00)	5 木原病院	6 県立今治病院	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 救 内 小 医師会市民病院 島 斎藤クリニック 歯 中村歯科	10 広瀬病院	11 瀬戸内海病院	12 木原病院	13 済生会今治病院	14 県立今治病院	15 医師会市民病院
16 救 瀬戸内海病院 小 済生会今治病院 島 片山医院 歯 おおた歯科(今治)	17 広瀬病院	18 今治第一病院	19 済生会今治病院	20 県立今治病院	21 木原病院	22 放射線第一病院 (8:30~17:30) 整形外科のみ 三木病院 医師会市民病院 (17:30~翌8:30)
23 救 内 小 医師会市民病院 島 はかた外科胃腸科 歯 あらき歯科	24 瀬戸内海病院 小 みぶ小児科 島 しのざき整形外科	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 今治第一病院 (8:30~17:30) 医師会市民病院 (17:30~翌8:30)
30 救 医師会市民病院 小 まつうらパンピクリニック 島 大三島中央病院 歯 あみ歯科医院	▶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 (8:30~翌8:30) 救		内科 (9:00~17:30) 内	
医師会市民病院	TEL 0898-22-7611	済生会今治病院	TEL 0898-47-2500
今治セントラルクリニック	TEL 0898-22-5251	瀬戸内海病院	TEL 0898-23-0655
今治第一病院	TEL 0898-23-2000	広瀬病院	TEL 0898-47-0100
木原病院	TEL 0898-23-0634	放射線第一病院	TEL 0898-23-3358
県立今治病院	TEL 0898-32-7111	三木病院	TEL 0898-32-4680
小児科 (9:00~12:00, 14:00~17:00) 小		島しょ部 (9:00~17:00) 島	
医師会市民病院	TEL 0898-22-7611	有津むらかみクリニック	TEL 0897-72-3200
県立今治病院	TEL 0898-32-7111	大三島中央病院	TEL 0897-82-1111
済生会今治病院	TEL 0898-47-2500	片山医院	TEL 0897-84-2620
丹こどもクリニック	TEL 0898-23-3200	喜多嶋診療所	TEL 0897-72-0250
まつうらパンピクリニック	TEL 0898-22-0573	斎藤クリニック	TEL 0897-84-4333
みぶ小児科	TEL 0898-23-7525	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 (9:00~14:00) 歯			
あみ歯科医院	TEL 0898-35-4235		
あらき歯科	TEL 0898-52-8831		
おおた歯科(今治)	TEL 0898-31-6740		
中村歯科	TEL 0898-47-2112		
宮崎歯科	TEL 0898-23-2020		

各病院の電話番号 (50音順)



伯方島に集う挑戦者たち

9月14日(日)、伯方島を舞台に「今治伯方島トライアスロン2025」が開催されました。スイム、バイク、ランの3種目で構成された全長51.5キロのコースに、全国から550人を超えるトライアスリートが挑みました。

沿道では、家族や友人、地域の皆さんが大きな声援を送り、選手たちの背中を後押し。伯方島の青い海と自然を舞台に、熱い戦いが繰り広げられました。



スポーツを愛する仲間が集う

35歳以上のアスリートが集うスポーツの祭典「日本スポーツマスターズ2025」が、今年愛媛県で初めて開催されました。今治市では、軟式野球、バスケットボール、ソフトテニスの競技が行われ、全国から集まった選手たちが白熱した試合を展開。競技会場には多くの声援が響きました。また、9月20日(土)には高円宮妃久子殿下が競技をご覧になり、関係者へ温かい言葉をかけられました。

「広報いまばり」アンケート

広報紙をより分かりやすく、暮らしに役立つ内容にするため、アンケートを実施中。回答いただいた方の中から抽選で5名様に今治市の特産品をプレゼント。
アンケートは1分ほどで完了します。ご協力よろしくお願いします。



回答はこちら

