

Jアラート全国一斉試験放送

8月26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

令和8年度 いまばりシェイクアウト訓練

訓練は1分程度で3つの安全行動(まず低く・頭を守り・動かない)をその場で行い、防災について考えるきっかけづくりをする訓練です。個人、企業、団体など、どなたでも参加できます。詳しくはホームページを確認ください。

■日時 9月1日(火) 8:30
■申込先 8月31日(月) 17:00までに登録フォームから
■問合先 防災危機管理課
TEL 0898-36-1558
FAX 0898-32-2765



イラスト提供: 日本シェイクアウト提唱会議



今治市デジタル人材育成事業

日々の業務で「もっと効率よく進められたら…」と感じたことはありませんか?生成AIを活用して職場の課題を解決するノウハウや、実務に直結するプログラミングスキルを身につける講座を開催します。問い合わせ・申し込みはwebフォームのみの対応です。

プログラミングスクール 8月17日(月)~10月9日(金)

■期間 週5日(月~金) 土日を除く40日間
■コース 昼 13:00~16:00
夜 19:00~22:00
※昼夜振替・アーカイブ受講可能
■申込期限 8月16日(日)までに申込フォームから



申込フォーム

AI人材育成講座 8月24日(月)~10月17日(土)

■期間 週3日(月・水・金) 最終日発表
■コース 夜 19:00~22:00
※アーカイブ受講可能
■申込期限 8月23日(日)までに申込フォームから



申込フォーム

共通事項

■持参物 ノートパソコン
■受講料 55,000円(税込)
■問合先 SUNABACO今治教室(常盤町4-8-18)



都市計画の案がご覧になれます

国道196号沿道地区(八町中代)地区計画(今治市決定)

市街化調整区域であっても、国道196号沿道の一部の区域においては、地区計画制度を活用することで、商業系土地利用の開発が可能となっています。今回は、今治市八町西5丁目の国道196号沿道地区において、地区計画を決定しようとするものです。

■縦覧期間 8月5日(火)~19日(水) 平日 8:30~17:15
■縦覧場所 都市政策課(期間中、都市計画の案について意見書を提出することができます。意見書は都市政策課で配布、またはホームページからダウンロードが可能です。)

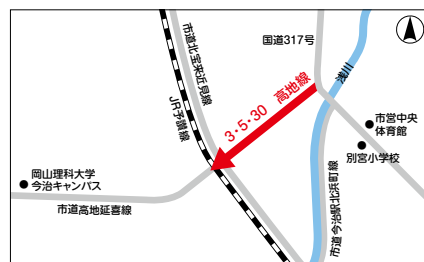


都市計画に関する説明および意見陳述会

今治広域都市計画道路[3・5・30高地線](今治市決定)

歩行者が安全・快適に通行できる空間を確保するため、都市計画道路「高地線」の幅員を変更します。

■日時 8月12日(水) ①14:00~ ②19:00~
※①と②の説明内容は同じ
■場所 総合福祉センター 愛らんど今治4階多目的ホール1
■備考 ●都市計画の案に対して意見陳述ができます。
●計画図(案)などはホームページを確認ください。



■問合先 都市政策課
TEL 0898-36-1550



ホームページ

8月の納税

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。口座振替の方は預金残高を確認ください。

■市県民税 第2期
■国民健康保険税 第2期
■介護保険料 第2期
■後期高齢者医療保険料 第2期



市税等を納めるには

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)

納付に関する不明点はお気軽にご相談ください。



納期限(口座振替日) 8月31日(月)

防災士フォローアップ研修

- 日 時 9月13日(日) 13:00～14:30
- 会 場 総合福祉センター 愛らんど今治4階多目的ホール
- 対 象 市内在住の防災士資格をお持ちの方
- 内 容 災害関連死を減らすために
～避難所運営と地域防災士の役割～(仮)
- 講 師 愛媛大学 医学部教授 竹葉 淳氏
- 定 員 100人(先着順)
- 参加費 無料
- 申込先 8月3日(月)から31日(月)までにホームページから
- 問合せ 防災危機管理課
TEL 0898-36-1558
FAX 0898-32-2765



ホームページ

敬老会のご案内

昭和27年4月1日までに生まれた方を対象に市内各地区で敬老会が開催されます。

地区により実施方法が異なりますので、旧今治地域は各地区公民館(カルチャーセンター、コミュニティプラザ含む)、支所管内は各支所に問い合わせください。

- 問合せ 福祉政策課
TEL 0898-36-1525
または各地区公民館、各支所



防災士養成講座 受講者募集(一般募集)

地域防災力の向上を図るため、防災士を募集します。詳しくはホームページを確認ください。

- 日 程 11月21日(土)、22日(日)
※最終日に資格試験
- 会 場 総合福祉センター 愛らんど今治4階多目的ホール
- 応募資格 (1)今治市に住所を有する方
(2)講座受講日までに普通救命講習※1を履修している方
(3)平常時や防災対策を目的として活動できる方
(4)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
(5)当講座を受講し、試験を受験できる方
- 定 員 50人(先着順)
- 受講料 無料(費用は県および市が負担)
- 応募方法 8月3日(月)から31日(月)までに申込書および普通救命講習修了書の写し※2を公民館または支所へ(郵送不可)
- 問合せ 防災危機管理課
TEL 0898-36-1558 FAX 0898-32-2765

※1 現時点で普通救命講習の修了書をお持ちでない方は、10月ごろに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 申込書は各支所および公民館などで配布します。また防災危機管理課ホームページからのダウンロードも可能です。



防災危機管理課

介護技術研修会

介護に関心のある方や介護技術の習得・向上を希望する方を対象に、介護技術研修会を開催します。

- 日 時 8月5日(水)、7日(金)、17日(月)
10:00～12:00
- 会 場 今治明德短期大学
- 問合せ 介護保険課
TEL 0898-36-1526
FAX 0898-34-5077



ホームページ

今治市在宅医療・介護連携講演会

「ほけますから、よろしくお願いします。」に学ぶ“家族の力”
～家族介護の現場から見た課題と希望～

- 日 時 9月5日(土) 13:30～15:30(受付13:00)
- 会 場 総合福祉センター 愛らんど今治4階多目的ホール
- 講 師 映画監督 信友 直子氏
- 定 員 150人(先着順)
- 参加費 無料
- 申込先 8月31日(月)までに申込フォームまたはファクス
- 問合せ 済生会今治指定居宅介護支援事業所さいせい
TEL 0898-33-7373
FAX 0898-23-0165



申込フォーム

窓口の時間延長、マイナンバー臨時・休日開庁日

■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



市民課窓口
混雑状況
(リアルタイム)

9月以降の開庁日など、詳しくはホームページを確認ください。

■8月2日(日)、22日(土) 9:00～12:00

マイナンバーカード

- 申請、交付 ●暗証番号変更
- 更新手続き



ホームページ

- 問合せ 市民課
TEL 0898-36-1532
FAX 0898-31-3181

黙とうのお願い

戦没者、空爆・原爆死没者の冥福と世界恒久平和を祈り、家庭や職場で下記の時間に1分間の黙とうをお願いします。

- 日 時 ●広島市「原爆の日」 8月6日(木) 8:15
 - 長崎市「原爆の日」 8月9日(日) 11:02
 - 「戦没者を追悼し平和を祈念する日」
8月15日(土) 正午
- ※半旗を掲げましょう。

忠霊塔苑域・軍人墓地清掃

郷友会、遺族会、隊友会その他有志で清掃を行います。

- 日 時 8月9日(日) 7:00～(雨天中止)
- 場 所 忠霊塔(山方町1)

追悼式

戦没者などの方々に追悼の誠をさげるとともに、平和を祈念する日です。

市主催の戦没者等追悼式を開催します。

- 日 時 8月15日(土) 8:00～
※開扉時間 7:00～13:00
- 場 所 忠霊塔
- 問合せ 福祉政策課
TEL 0898-36-1525
FAX 0898-32-5211(代)

終戦企画「今治空襲直後の写真展」

戦争の悲惨さを忘れないため、3度の空襲を受けた直後の昭和20年9月に撮影された、「今治空襲直後の写真展」を開催します。

- 期 間 8月5日(水)～20日(木)
平日 8:30～17:15
- 場 所 市民会館 1階談話室
- 観覧料 無料
- 問合せ 総務調整課
TEL 0898-36-1502
FAX 0898-32-5211(代)



ホームページ

今治空襲、戦災死没者追悼献花と平和の鐘

昭和20年8月5日深夜から6日にかけて、今治市はB29爆撃機64機による3度目の空襲を受け、県下で最も大きな惨禍を被りました。今年も犠牲者を追悼し、永久の平和を祈念するための追悼献花と平和の鐘を鳴らします。

- 日 時 8月6日(木) 9:00～10:00(雨天決行)
- 場 所 別宮山南光坊(別宮町3-1)
「今治市戦災の碑」
- 問合せ 今治市の戦災を記録する会 新居田
TEL・FAX 0898-23-6390
今治ユネスコ協会 村瀬
TEL 0898-41-9149
FAX 0898-41-9158

終活はじめませんか

終活サポートセンター

必要な情報提供や終活をとともに考える相談窓口です。

- 開設場所 福祉政策課(各支所からオンライン相談可)
- 開設時間 平日 8:30～17:15

終活情報登録事業

事前に登録した内容を、急病などで意思表示ができなくなった時、指定した親族や病院などに伝えることができます。

- 対 象 市内に住む登録を希望される方
- 登録内容 緊急連絡先、遺言書の保管場所、生前契約など
- 登録方法 福祉政策課に相談の上、登録票提出

出前講座

10人以上が参加予定のグループや団体に、終活に関する出前講座を実施します。

- 問合せ 福祉政策課
TEL 0898-36-1525
FAX 0898-32-5211(代)



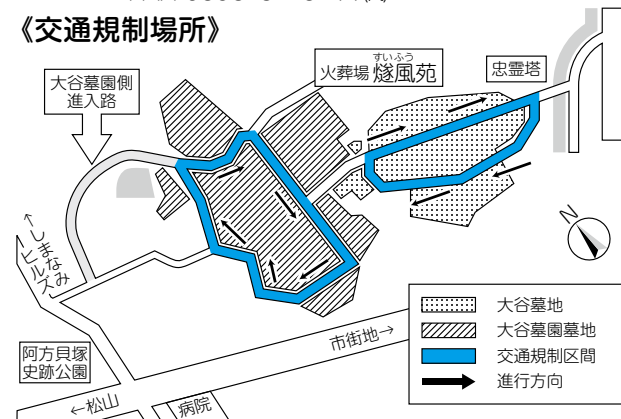
ホームページ

大谷墓地・大谷墓園墓地の交通規制

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 8月8日(土)～16日(日) 6:00～18:00
- 規制内容 一般車両の一方通行
- 問合せ 環境政策課
TEL 0898-36-1535
FAX 0898-32-5211(代)

《交通規制場所》



NEWS

8月「電気使用安全月間」

夏の感電事故を防止しましょう

夏は水を使う機会が多い上に汗をかきやすいため、電気製品を使用する際には、手をよく拭いてから使用する習慣をつけましょう。漏電遮断器は電気製品や屋内配線から漏電した時に、自動的に電源を遮断して、感電や火災を未然に防いでくれる安全装置です。災害防止のために、漏電遮断器を取り付けましょう。

- 問合せ 今治電気工事協同組合 TEL 0898-32-6784 または近くの電気工事店

リサイクルフェアに出品する品物の収集



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 (電気製品は除く) ・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 ・薬品等の危険物 など

※家具は1人で運べる大きさ(重さ)のもの。

※衣類について、スーツは対象外です。

※その在庫品の関係や、品物の状態によっては、引き取りをお断りする場合があります。

■収集日 (旧今治地域は各公民館、陸地部は各支所で収集)

収集日	9:30~11:30	13:30~15:30
9月 7日(月)	朝倉・今治・日吉	鳥生・美須賀
9月 8日(火)	玉川・波方・国分	別宮・波止浜
9月 9日(水)	大西・菊間	富田
9月10日(木)	桜井	城東・乃万・清水
9月11日(金)	近見・日高	立花・常盤

※島しょ部支所管内の方は、随時問い合わせください。

10月18日(日) リサイクルフェア開催

「いまばり環境緑化フェスティバル2026」

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

中学校卒業程度認定試験

病気や、その他やむを得ない事由により中学校を卒業することができなかった方で、令和9年3月31日までに満15歳以上になる方に対して実施されます。

- 試験日 10月15日(休)
- 会場 愛媛県中予地方局
- 願書提出先 8月21日(金)までに(当日消印有効) 文部科学省
(〒100-8959 東京都千代田区霞が関3-2-2)へ
- 申込先 愛媛県教育委員会事務局 指導部義務教育課
TEL 089-912-2941 (平日のみ)

新入学児童 校区外通学などの受付開始

令和9年度に小学校に入学する児童がいる家庭へ、入学予定通知書を8月下旬より送付します。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、事前に電話で問い合わせください。

- 対象児童 令和2年4月2日から令和3年4月1日までに生まれた児童
- 申請受付 9月1日(火)~
- 問合せ 学校教育課
TEL 0898-36-1601
FAX 0898-25-1700



ホームページ

第44回 今治文化芸術祭「短歌大会」作品募集

短歌作品を投稿してみませんか。初心者大歓迎。

- 日時 10月18日(日) 13:00~16:30
- 会場 河野美術館 1階会議室
- 出 詠 3首1組 (未発表のもの)
 - 自由詠2首 (1首でも可)
 - 課題詠1首 (課題「空」)
 ※学生作品 (小中高校生) も募集しています。
- 参加費 2,000円 (学生は無料)
- 締切日 8月8日(土) ※当日消印有効
- 投稿先 〒799-2115 中堀1-5-15
檜垣由美子方 短歌大会事務局
TEL 090-8972-5792
FAX 0898-41-5118



空き家バンク相談会

8月

- 8月12日(水) 9:30~11:30
本庁10階ミーティングルーム
- 8月13日(木) 10:00~12:00
大三島支所会議室
- 8月20日(木) 14:00~16:00
宮窪支所会議室
- 8月26日(水) 9:30~11:30
本庁10階ミーティングルーム

9月

- 9月 9日(水) 9:30~11:30
本庁10階ミーティングルーム
- 9月24日(木) 9:30~11:30
本庁10階ミーティングルーム

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

NEWS

8月「道路ふれあい月間」

令和8年度推進標語

続け未来に 地域の道路は たからもの

道路は人や物を運ぶだけでなく、私たちの暮らしを支えるさまざまな役割を担っています。みんなの道路の正しい利用に協力をお願いします。

- 問合せ 維持管理課
TEL 0898-36-1561 FAX 0898-32-5220

令和8年度 応急手当講習定期開催

30人に満たない団体の方や、個人の方の申し込みをお待ちしています。
詳しくはホームページを確認ください。



ホームページ

開催日	時 間	場 所	講習内容	締め切り
9月 2日(水)	9:00~11:00	消防本部	普通救命 (WEBI)	8月26日(水)
10月 4日(日)	9:00~12:00		普通救命I	9月25日(金)
10月18日(日)	9:00~12:00		普通救命I	10月 9日(金)
11月 1日(日)	9:00~12:00	しまなみ総合庁舎	普通救命I	10月23日(金)
12月 2日(水)	9:00~11:00	消防本部	普通救命 (WEBI)	11月25日(水)
1月24日(日)	9:00~11:00		普通救命 (WEBI)	1月15日(金)

申し込みは
LINEから

アカウント名▼

救命講習のご案内@今治市消防本部 (ID: @592nrwpj)



LINE

■問合先 消防本部 警防課
TEL 0898-32-2779

今治市発達支援センター講演会

「算数につまずく子どもたち～算数障害の理解と支援～」の講演会を会場またはオンラインで受講できます。

■日 時 8月18日(水) 14:00~16:00

■講 師 松本大学 教育学部専任講師 山本 ゆう氏

■受講方法 ①会場/BEMAC株式会社
幕進ベース内スエズ会議室
(高橋ふれあいの丘3)

②オンライン/Zoomウェビナー

■定 員 ①40人(先着順) ②なし

■受講料 無料(要予約)

■申込先 ①申込フォームか今治市発達支援センター
TEL 0898-22-2752

②申込フォーム



申込フォーム

子育て個別相談

■日 時 ①8月27日(水) ②9月10日(水)
9:00~11:00

■場 所 中央保健センター

■対 象 子育てに悩んだり、不安を感じている方

■相談員 日根野 尚先生
(ひねのクリニック 子どものこころ専門医)

■定 員 3人程度(先着順)

■申込期限 ①8月18日(水) ②9月1日(水)

■申込先 健康推進課
TEL 0898-36-1533
FAX 0898-32-5511

スマホ活用講座(スマホ教室)

各20人(先着順)

参加費無料



スマホ初心者やシニア世代などを対象に、基本操作から応用まで学ぶことができます。

※午前の部(10:30~12:00)、午後の部(13:30~15:00)

※各会場での申込受付は行っておりません。

開催日	会場	総合福祉センター 愛らんど今治2階研修室	
		午前	午後
8月25日(水)	午前	①地図・カメラの使い方 ②スマホ詐欺対策	①LINEの使い方 ②スマホ決済(キャッシュレス)の使い方
	午後		
8月28日(金)	会場	総合福祉センター 愛らんど今治2階研修室	
		午前	午後
	午前	①地図・カメラの使い方 ②LINEの使い方	①初めての生成AI ②マイナポータルの使い方
	午後		
9月 3日(木)	会場	大三島公民館 2階小会議室	
		午前	午後
	午前	①地図・カメラの使い方 ②スマホ詐欺対策	①LINEの使い方 ②スマホ決済(キャッシュレス)の使い方
	午後		
9月 8日(水)	会場	吉海学習交流館 2階会議室1	
		午前	午後
	午前	①地図・カメラの使い方 ②スマホ詐欺対策	①LINEの使い方 ②スマホ決済(キャッシュレス)の使い方
	午後		

■申込先 各開催日の1週間前までに申込フォームまたは直接、未来デジタル課へ
(各開催日、午前・午後の部ごとの申し込み)
TEL 0898-36-1509



申込フォーム

NEWS

全国一斉 「子どもの人権110番」強化週間

8月28日(金)~9月3日(木)
8:30~19:00(土・日 10:00~17:00)

■相談内容 いじめ・体罰・不登校・親からの虐待など、子どもの人権問題
に関するあらゆる相談(相談無料・秘密厳守・予約不要)
TEL 0120-007-110(フリーダイヤル)

■相談員 人権擁護委員、法務局職員

■問合先 松山地方法務局 人権擁護課 TEL 089-932-0888(代)

令和8年度 第2期定期講座受講生募集

■受付期間 ①障害者手帳をお持ちの方
8月15日(土) 10:00から30日(日) 21:00まで
②障害者手帳をお持ちでない方
8月23日(日) 10:00から30日(日) 21:00まで

■受講料 3,000円(中学生以下・65歳以上は半額)
※ただし、障がい者・介護者(1人)は無料
5回受講は1,500円
■申込先 受講料を添えてサン・アビリティーズ今治へ
TEL 0898-48-3477
FAX 0898-47-3629

区分	NO.	教室・講座名	曜日	時間	対象	定員(人)	回数	期間
スポーツ教室	1	チャレンジ!eスポーツ(ぶよぶよ)	(不定期)土	10:00~11:30	障がい者・一般	10	5	9月26日~12月5日
	2	チャレンジ!eスポーツ(太鼓の達人)	(不定期)土	13:00~14:30	障がい者・一般	10	5	9月26日~12月5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	9月26日~12月5日
	4	初心者バドミントン	月	9:50~11:50	障がい者・一般	35	10	9月28日~12月14日
	5	幼児体操	月	15:40~16:40	年中以上未就学児	40	10	9月28日~12月14日
	6	子どもスポーツ	月	16:50~17:50	小学1~3年生	40	10	9月28日~12月14日
	7	ヨガ	月	18:30~19:15	障がい者・一般	25	10	9月28日~12月14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	9月30日~12月16日
	9	朝活エクササイズ	水	10:15~11:00	障がい者・一般	25	10	9月30日~12月16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	9月30日~12月9日
	11	ピラティス	水	13:30~14:20	障がい者・一般	25	10	9月16日~12月16日
	12	子ども療育スポーツ	水	16:30~17:30	小学生以下知的・発達障がい児・保護者	25	10	9月30日~12月9日
	13	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	9月30日~12月9日
	14	初心者卓球	木	10:00~12:00	障がい者・一般	35	10	10月1日~12月10日
	15	シルバーいきいき健康体操	木	13:30~14:30	高齢者	60	10	10月1日~12月3日
	16	アーチェリー	木	17:30~19:30	身体障がい者・一般	25	10	10月1日~12月3日
	17	ボディFIT™	木	18:30~19:15	障がい者・一般	25	10	10月1日~12月10日
	18	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	9月25日~12月4日
	19	ジャズダンス	金	11:00~12:30	障がい者・一般	40	10	9月25日~12月4日
	20	軽スポーツ	金	13:30~15:00	障がい者・一般	45	10	9月25日~12月4日
	21	初心者ストレッチポール	(不定期)金	15:00~16:00	障がい者・一般	28	10	10月9日~3月12日
	22	パラ卓球クラブ	(不定期)金	19:30~21:00	障がい者(児)	35	10	10月9日~3月26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	9月28日~12月14日
	2	きもの着付け	水	10:00~12:00	障がい者・一般	10	10	9月30日~12月9日
	3	粘土(樹脂粘土)	木	10:00~12:00	障がい者・一般	30	10	10月1日~12月3日
	4	抹茶	木	13:00~15:00	障がい者・一般	14	10	10月1日~12月3日
	5	生け花	金	10:00~11:00	障がい者・一般	15	10	9月25日~12月25日

※定員になり次第、受付終了

恋する今治de愛イベント2026 しまなみクルージング

～潮風に吹かれて特別な出会い～

船上から広がる美しい景色を楽しみながらのクルージング婚活イベントです。

■日時 8月30日(日) 13:00~17:30
■会場 はーばりーみなとホール
ドルフィンファームしまなみ
■対象 26歳~33歳くらいの独身男女各14人
(市内在住者優先)
■参加費 2,500円(センター支援金500円含む)
■締切日 8月11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

リズムジャンプ♪教室

お一人はもちろん家族での参加や、初心者の方も大歓迎です。(複数回申し込み可)

■日時・対象 9月7日(月)、14日(月)
●I部 15:30~16:15 年中~小学2年生
●II部 16:30~17:15 小学3年生~何歳でも
■定員 各20人(先着順)
■受講料 400円
※中学生以下・65歳以上は半額
※障がい者・介護者(1人)は無料
■申込先 8月17日(月)から31日(月)までに受講料を添えて
直接サン・アビリティーズ今治へ
TEL 0898-48-3477
FAX 0898-47-3629

ヒトパピローマウイルス感染症(子宮頸がん) 予防ワクチン接種

小学6年生から高校1年生相当の女子を対象に、子宮頸がん予防のためのHPVワクチンの無料接種を実施しています。高校1年生(平成22年4月2日～平成23年4月1日生まれ)は無料接種期間の最終年度にあたります。

令和9年3月末を過ぎると有料(任意接種)となりますのでご注意ください。接種は合計2～3回で、完了するまでに約6カ月かかるため、接種を希望する方は、今年の9月末までに接種を開始することを検討ください。

接種に当たっては、ワクチンの有効性や副反応などのリスクについて、理解した上で受けてください。

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



ホームページ

人権について考えよう



「心のバリアフリー」を広げよう

バリアフリーとは、誰もが安心して暮らし、社会に参加できるよう生活の中にあるさまざまな障壁(バリア)を取り除くことです。バリアには段差などの「物理的なバリア」だけでなく、偏見や無関心といった「心のバリア」もあります。多くの人にとっては不便でないことでも、心身の特性によっては大きな障壁となる場合があります。

大切なのは、一人一人が相手の立場に立って考え、できる範囲で手を差し伸べることです。バリアフリーは、特定の人だけの課題ではありません。誰もが暮らしやすい社会を実現するため、「心のバリアフリー」を広げていきましょう。

■問合先 市民参画課 人権啓発室 TEL 0898-36-1521

パソコン教室

- 日時 ●ワード・エクセル中級コース①(全5回)
8月19日(水)～ 19:30～21:15
●ワード・エクセル中級コース②(全5回)
9月25日(金)～ 19:30～21:15
- 会場 菊間公民館 3階会議室3
- 定員 各10人(先着順)
- 受講料 各コース 1,000円
- 申込先 8月3日(月)から電話または菊間地域教育課へ
TEL 0898-54-5310
FAX 0898-54-5254

80歳以上で20本以上の歯を保っている方募集

～令和8年度「元気歯つらつコンクール」～

- 対象 4つの要件を満たす方
- ①令和8年4月1日現在、満80歳以上の方
 - ②しっかり噛める自分の歯(天然の歯)が20本以上ある方
 - ③これまでに「元気歯つらつコンクール」の受賞経験(入賞含む)がない方
 - ④口腔審査に参加できる健康状態の方
- 申込先 8月5日(水)までに今治保健所健康づくり推進係へ
TEL 0898-23-2500(代)
- ※詳しくは申込後、保健所より連絡します。

コミュニケーションを考えよう

～音声認識アプリ・UDトークで国際交流～

UDトーク(音声認識アプリ)を使用し、他言語で交流を図ることでコミュニケーションについて考えつつ、聴覚障がい者についても理解を深めることを目的とするイベントです。

- 日時 8月23日(日) 13:30～(開場13:00)
- 会場 総合福祉センター 愛らんど4階多目的ホール
- 参加費 無料
- 問合先 NPO法人ファインサポート・パピエ
TEL 090-9459-0211(原田)
FAX 0898-48-7722

認知症VR体験講座

VR(バーチャルリアリティ)を使って認知症の人が見えている世界を疑似体験してみませんか。

- 日時・会場
- ① 9月2日(水) 10:00～11:30 近見公民館2階
 - ② 9月2日(水) 13:30～15:00 日吉公民館1階
 - ③ 10月5日(月) 10:00～11:30 別宮公民館2階
 - ④ 10月5日(月) 13:30～15:00 常盤公民館2階
- 対象 地域住民の方
- 定員 各回15人
- 参加費 無料(要予約)
- 申込先 ①②8月24日(月)まで、③④9月25日(金)までに
今治市地域包括支援センター日吉・近見へ
TEL 0898-22-7960 または 22-7980

海外渡航する際の感染症予防

渡航先が感染症の流行地域ではないか、感染症危険情報が出されていないかについて、厚生労働省検疫所や外務省のホームページなどを参考に事前確認をしましょう。

仕事などでやむを得ず渡航する場合は、航空会社や渡航先の日本大使館などが公表する情報を参照するなど、十分な事前の情報収集と準備を行い検討してください。

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

厚生労働省
検疫所健康
コラム

子どもの睡眠について



8/27～9/10 秋の睡眠健康週間

「朝なかなか起きられない」「日中ぼんやりしている」「機嫌が悪くなりやすい」そんな様子は見られませんか?

睡眠は、子どもの心と体の成長に大切で、不足するとイライラや集中力の低下につながることがあります。朝の光をしっかり浴びる、しっかり朝食をとる、昼間に体を動かして遊ぶ、寝る前のスマホや明るい光を抑えるなど、毎日の習慣を整えてぐっすり眠れる環境を作りましょう。

これをきっかけに、ご家庭でできる小さな工夫から始めてみましょう。

■問合先 健康推進課 TEL 0898-36-1533



詳しくはこちら



申し込みはこちら

場 所／今治市営スポーツパーク (アシックス里山スタジアム前発着)

申込期間 7月27日(月)12:00〜▶9月30日(水)



今治里山マラソン

- 申込方法 全コース原則インターネットから
※事前に会員登録(無料)が必要
- 問合先 ●エントリーに関すること
今治里山マラソンエントリーセンター
TEL 079-420-6663
受付時間(夏期休暇を除く)
平日 9:30~12:00/13:00~17:30
- 大会に関すること
今治里山マラソン実行委員会事務局
(中央体育館事務所内)
TEL 0898-24-2351 FAX 0898-24-1651
受付時間 9:00~17:00

種 別	出場資格	参加費	定 員
2km	小学生(3年生以上)	1,000円	300人
	一般(高校生以上)	2,000円	100人
3km	中学生	1,000円	100人
	一般(高校生以上)	2,000円	200人
10km	一般(高校生以上)	5,000円	600人
ハーフマラソン	一般(高校生以上)	6,000円	800人

(全て先着順)



食育の日 献立紹介

ピーマンと油揚げの甘辛炒め

(1人分) エネルギー…71キロカロリー 塩分…0.4g



今月の食材 ピーマン

ピーマンにはビタミンC、βカロテン、ビタミンE、カリウムなどが多く栄養価抜群の野菜です。切り口が変色しておらず、表面がフカフカせず、艶があり締まっているものが新鮮です。水気をよくふきとって保存しましょう。ピーマンの細胞は縦方向に並んでいますので、横方向に切ると青臭さが出やすくなります。苦手な方は縦方向に切るのがオススメです。

- 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6年度からのレシピをホームページに掲載しています。

材 料
(2人分)

ピーマン……………中サイズ3個(100g)
シメジ……………1/4株(40g)
油揚げ(油抜き不要のもの)……1/2枚(15g)
ごま油……………小さじ1
A 濃口しょうゆ……………小さじ1
みりん……………小さじ1
七味唐辛子……………少々

作 り 方

- ピーマンはへたと種を取り細切りにする。油揚げは短冊切りにする。
- シメジはいしづきを取り、1本ずつほぐしておく。
- フライパンにごま油を熱し、シメジを炒める。火が通ったらピーマンと油揚げ、Aを加えさっと炒める。
- 器に盛り付け、好みで七味唐辛子を振る。

ピーマンのシャキッと食感と、
油揚げの旨みが噛むたび
ジュワッと広がるおいしい一品です。
お弁当にもオススメです。

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



今治明德短期大学

今治が学びのフィールド

～学外授業編～

6月18日(休)午後、今治の地場産業を学ぼうと、30人の学生が5社の造船会社が集積する波止浜湾を探索しました。普段のものづくりの現場を見ることが、海事産業の魅力を知り、職業観の醸成につながりました。



今治造船(株)工場見学(小浦町)



日々の活動の
動画配信中

8月23日(日) 13:00～15:00

来学型
オープンキャンパス開催!

今治明德短期大学(矢田甲688)

TEL 0898-22-7279

FAX 0898-22-7857



ホームページ

今治看護専門学校

ふれあい看護体験

看護の日記念行事として、5月16日(土)ふれあい看護体験を行いました。幼児から大人まで、たくさんの方に参加していただき、看護の仕事についていろいろ知っていただくいい機会となりました。来年も開催予定です。

また、8月より令和9年度の入試が始まります。詳しくはホームページを確認ください。



今治看護専門学校(別宮町7-3-2)

TEL 0898-22-6545

FAX 0898-22-6582



ホームページ

岡山理科大学

オープンキャンパス開催

対面開催 獣医保健看護学科

日時

8月22日(土)・23日(日) 10:00～14:30

8月24日(月) 13:30～15:00

内容

教員案内型見学会(学科紹介、資格・実習紹介、施設紹介、個別相談など)

対面開催 獣医学科

日時

9月13日(日) 10:00～15:00(受付9:30)

内容

学科長挨拶、講義・実習紹介、施設紹介、入試説明、個別相談など

詳しくはホームページを確認ください。

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



ホームページ