広報うちこ　――あなたとまちをつなぐふるさと情報誌――

UCHIKO

3

March 2019
vol.257

◉特集　地域医療の「幸せなカタチ」

ぼくの夢　わたしの夢

桝田　蒼士（そうし）くん　天神小学校６年（柿原）

目指すは第二のさかなクン
魚類学者になって新種を発見したい

夢は魚類学者になって、新種の魚を発見することです。魚が好きで、家ではメダカとアカヒレという魚を水槽で飼っています。家族で松野町の「おさかな館」に行ったことがきっかけで、魚への興味が深まりました。四万十川に生息する魚を中心に展示している水族館で、その魅力を楽しく紹介しています。一番興味を持ったのは、ナマズです。ひげの部分がエサを探すためのアンテナになっているなど、不思議で面白い魚と思いました。身近な川だけでも種類が多いのに、世界中の海や川には数えきれないほどの魚がいると思うと、わくわくします。

テレビでも活躍する「さかなクン」に憧れています。イラストなどを交えて、魚の魅力を分かりやすく伝えるところが好きです。将来はたくさんの魚を研究して、広い世界のどこかにいるまだ誰も見たことのない魚を発見したいです。

CONTENTS　目次

UCHIKO vol.257　広報うちこ 2019年３月号

2　ぼくの夢 わたしの夢／目次

3　特集　地域医療の「幸せなカタチ」

14　まちのニュース　消防出初式／ローテンブルク市から義援金　他

18　うちこ往来　知的農村塾／こども環境会議／からり1,000万人　他

20　みんなのひろば
リレーエッセイ／はじめてのバースデー／人☆キラリ／HELLO!!!　他

24　図書館へ行こう

25　ゆうてぃあ　Vol.215

26　町からのお知らせ　愛媛県議員選挙／みどり苑看護職員募集／愛大COC講座　他

31　くらしの情報　うちこ福祉館講座／市民農園募集／交通災害制度　他

33　社協だより　Vol. 4

34　健康カレンダー／お元気ですか／人のうごき／相談／当番医

36　住人十色

COVER
表紙の写真

◉加戸病院、喜多医師会病院、内子消防署、地域医療健康増進センターの皆さん、30人で作ったハートの組み写真です。たくさんの人の思いで地域医療が支えられていることを表現したいと、制作しました。撮り直しも多く大変でしたが、皆さんに笑顔で応えてもらい、うれしかったです。特集では、このハートの本当の意味が隠れていますので、ぜひ読んでみてください。

特集

地域医療の「幸せなカタチ」

「ホントよ、ハートになっとらい」。加戸病院で取材に応じてくれた患者さんと看護師さん。二人の指がつながって、ハートの形を描いたとき、自然と素敵な笑顔がこぼれます。患者と病院という関係性だけでなく、人と人としてのつながりができたとき、もっといい関係が築けると思える一場面です。

地域医療の現場は今、医師の不足や高齢化、増え続ける患者数などで大変な状況です。特に救急医療は、不適切な利用の負担も加わり、その体制を維持することが難しくなっています。

平成20年に一度、地域医療の崩壊を経験している内子町。同じことを繰り返さないために、これからも安心して医療を受けるために、地域医療の「今」と、今私たちができることを考えます――

24時間365日、医師の意志

Doctor's will

――地域医療を支える――

2025年には団塊の世代が75歳以上になり、後期高齢者医療制度に加入。今後は地域の病院の役割がますます高まります。しかし私たちの地域医療を取り巻く環境は、患者の増加、医師の不足・高齢化と厳しい状況です。地域の医療を最前線で支える、循環器医・稲葉慎二先生に、その思いを聞きました。

心疾患死亡率、全国1位

「今日は調子どんな――」。

優しい声掛けで患者さんを迎え入れるのは、喜多医師会病院で循環器内科を担当する稲葉慎二先生です。毎週木曜日の朝は、同じ循環器内科医の齋藤実（まこと）先生たちと、病院前に立ってあいさつをしています。稲葉先生は「車を降りる様子や歩く姿など、診察室では診られないことが分かる。顔が見えると安心ですし」と笑顔を見せます。

普段は9時ですが、木曜日は受付が始まる8時から、循環器医の診察が始まります。外来日は40人もの患者を診るので、待ち時間を短縮するための試験的な取り組みをしているのです。

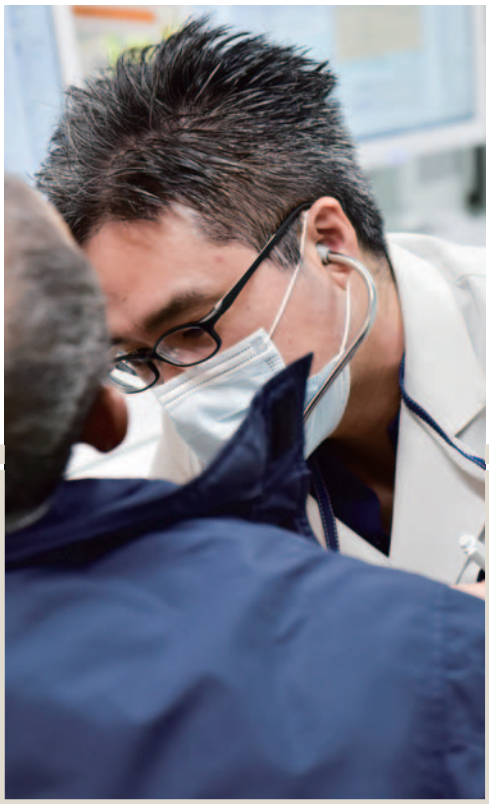
実は県別の心疾患死亡率で愛媛県は全国第1位（※注1）。心疾患とは心筋梗塞などの心臓に起こる病気の総称で、稲葉先生の専門分野です。また心不全（※注2）の人は全国で100万人と推計され、稲葉先生のところにも多くの患者が訪れています。

今、そこにある危機

循環器内科は大洲市喜多郡では喜多医師会病院だけ。夜間急患は医師2人と愛媛大学病院からの応援1人で回している状況です。24時間365日、仕事以外の時間も常に待機している状態。当直の日は連続で36時間勤務になることもあるそうです。

「なるべく多くの人を診てあげたいんだけど――」。笑顔の裏にある、思いがにじみます。

心不全は高齢者がなりやすいことから、患者は2035年まで増え続けると予測されています。「世界的な問題で『心不全パンデミック（爆発的な流行）』と呼ばれている。さらに医師への負担が増えて誰かが倒れたら、この地域の循環器医療は崩壊する。頑張りたいが、どうにもならないときがくる。それは『い



喜多医師会病院　循環器内科
部長　稲葉　慎二（しんじ）さん

実録。稲葉医師の1日

※仕事中は集中力を維持するため、食事と休憩を取らないそうです。

《2月13日（水）》

1時00分　喜多医師会当直室で就寝
※講演会などで夜遅くなったため、帰宅せず。

《2月14日（木）》

6時00分　起床
6時30分　メール、講演会資料の確認
7時00分　病棟回診（30人弱の主治医）
7時30分　日課の心電図トレーニング
7時45分　病院玄関で出迎え
※患者さんの普段の状態を確認するため、木曜日に行う。
8時00分　循環器専門外来開始
※齋藤先生と、木曜日に1時間早く外来を始める試験的取り組みを実施中。
9時00分　外来の空き時間に病棟回診

（注1）平成29年度人口動態統計特殊報告「平成27年度都道府県別年齢調整死亡率」より。年齢構成をそろえた場合の人口10万人あたりの死亡数で、心疾患は女性が1位、男性が3位だった。

▲心臓カテーテルによる血管内治療をする稲葉先生（右：再現）

▲いつも笑顔の医師も、検査時には真剣な表情に

▼回診中の齋藤先生。「心不全は生活習慣を変えないと回復が難しいので、病気だけでなく人を診ることを心掛けている」と話します。

▲治療中のモニター。血管の状態や血流を常に確認しながら治療を行う

▲病棟カンファレンスの様子。患者の情報共有や共通理解のため毎日行う

ずれ』ではなく、1～2年後のことかもしれない」。稲葉先生は、そう危惧しています。

それでも、ここで――

毎日の仕事に加え、心臓病の勉強会や心電図を正確に判読できるスタッフの育成など、病院内外での活動も精力的な稲葉先生は「地方はしんどいから、都会の大きな病院へ行くという選択もある。でも私は、この地域の人たちが好きで、ここで医師をすることを選んだ。循環器内科医は病だけでなく、原因となる生活習慣も診ている。家族のように患者さんや地域の皆さんと人生を歩んで、一緒に年を取りたい」と思いを語ります。

「地域医療の課題は山積みで、医療従事者が倒れないギリギリのところで踏ん張っている。循環器医だけではない、小児科も産婦人科も、どの病院も同じような状況。私たちも努力しますが、皆さんにも地域に病院を残すために何ができるかを一緒に考えてほしい」。

地域医療を守っている医師たちは、多くの患者を診ながら、私たちの地域の明日を見つめています――。

9時15分　外来再開（13時15分までに約40人の患者さん）
13時15分　研究の打合せ
13時30分　病棟回診、入院患者の指示出し
14時00分　緊急入院患者さんの処置及び指示出し
14時30分　外来患者さんの診察・処方
14時40分　心臓カテーテルによる血管内治療
16時00分　病棟回診
16時30分　日課のランニング
17時00分　講演の打合せ
17時15分　ウェブ講習の打合せ
17時30分　診療情報提供書の作成
18時30分　講演会の最終準備
19時00分　喜多医師会学術講演に講師として出席。演題『心房細動を見つけ出す』
20時30分　講演会終了
21時00分　食事（懇親会）
0時00分　帰宅
1時00分　就寝

※この日はなかったが、循環器待機のため、急患時は対応が必要（月に20回程度）。

（注2）日本循環器学会が定めた心不全の定義は『心臓が悪いために、息切れやむくみが起こり、だんだん悪くなり、生命を縮める病気です』

救急医療現場の現状

Current condition

大洲喜多圏域の２次救急体制の一角を担う加戸病院。救急需要が増加する中、限られたスタッフで懸命に対応しています。しかし現場の努力は限界、特に夜間救急については体制の維持が難しい状況です。地域の救急体制を堅持するため、多くの人に知ってほしい現場の現状とは――

加戸病院の夜間救急

「これから救急車が入ります」。消防署から救急搬送依頼が入ると、控えていた看護師たちの動きが途端に慌ただしくなります――。

毎週水曜日に大洲喜多圏域の救急搬送を受け入れる加戸病院。内子町内で唯一、２次救急を担う病院です。夜間当直の体制は医師１人、看護師２人、放射線技師１人、事務員１人の計５人。検査技師がいないため、看護師が検査を兼務します。

取材した２月の夜、すぐに最初の救急車が到着――。検査と処置をしている最中に「15分後に救急車が到着する」との連絡が入りました。看護師が「次の傷病者の容体が悪いので、到着までに最初の患者さんを処置して、救急処置室を開けなければいけない」と教えてくれます。その後も救急車１台と６～７人の歩きの急患が来院し、３人に点滴。アナフィラキシーと思われる症状の処置もしました。その間、看護師２人は休む間もなく対応し、気付けば時計は午前１時を指しています。

当直担当の看護師は「今日は少ない方。数よりも、重症度の高い患者さんが搬入されたときが大変。呼吸が停止している場合は、看護師２人で心臓マッサージをする。処置が１～２時間続くこともあり、その間は次の患者さんを待たすことになる。救急車が連なる日もあり、心配しながら付き添うご家族のことを思うと、とても心苦しい」と心境を吐露します。

▶連絡を受けてから、処置に必要な道具をそろえるため、署員との連携が重要

▲救急治療室で処置する当直担当の看護師

（注２）プライバシー保護のため、写真はすべて現場を再現して撮影しています。

Interview

加戸病院
外来看護師長　中本由香里（ゆかり）さん

夜間急患は看護師２人で対応
現状を知って、上手に病院を使ってほしい

内子町内で入院できるのは加戸病院だけです。皆さんにとっても特別な病院だと思うので、地域に根差して、その大きな役割を果たしたいです。

年間の救急患者は約700人で、半数が歩きで来院しています。日によって少ない時もあれば、多い時もあります。予測はつきません。スタッフは増やせないので、輪番の日は外来を減らすなどの対応をしなければなりません。もちろん手術にも入るので、現場は大変です。誰もがリーダーになれるように研修を重ねているほか、チームワークを大切にして、限りある人的資源を有効に活用する努力をしています。

うれしいのは、患者さんが治療に納得して笑顔で帰ってくれることです。皆さんがそう思えるように、スタッフは最善を尽くして頑張っています。皆さんに協力してほしいことは、早めに病院に来てもらうことです。我慢しないこともそうですが、午前中はスタッフが多く、対応しやすいからです。夜間救急には２人の看護師しかいません。十分な検査ができないため、結局は翌日以降に再来院してもらうことになります。緊急を要する患者さんのためにも、ぜひ知っていてほしいことです。

▲救急患者の採血をする看護師

大洲喜多圏域の救急体制

日本の救急医療体制は１次救急、２次救急、３次救急の３段階に分かれます。救急性や重症度で役割を分担し、少しでも早く対応することが目的です。

入院の必要がない程度の軽症患者は、かかりつけ医や休日急患センターなどの一次救急。入院や手術が必要な重症患者は２次救急、１次・２次のどちらも対応できない高度な処置を必要とする場合は、３次救急を受診することになっています。

内子町の場合、大洲喜多圏域で２次救急体制が組まれていて、加戸病院のほか、市立大洲病院・大洲中央病院・大洲記念病院・市立八幡浜総合病院の５病院で「病院輪番制方式」を取り入れています。喜多医師会病院は輪番に入っていませんが、循環器系の救急を毎日受け入れることで、体制を支えています。

地域医療のひずみ

高齢化や核家族化が進み、病気などの高齢者を高齢者が介護する「老々介護」という形が増加。多くの人が、身近で安心な地域医療を必要としています。

今は各医療機関の努力で支えられている地域医療ですが、救急医療、特に夜間救急の負担は限界に達しようとしています。大洲喜多圏域の中核を担う病院はどこも医師不足で、２次救急体制の維持が難しい状況にあるそうです。小児の１次救急では、開業医による在宅当番制度がありますが、休日のみで平日の夜間は救急体制が取れていないのが現状。不適切な救急医療の利用も、大きな負担として、のしかかります。

医師偏在などの構造的な課題もありますが、みんなで考えて協力し合わなければ、救急体制のひずみは地域医療の存続にまで及ぶかもしれません。

大洲喜多救急医療体制と該当する病院

緊急性（高）→（低）

３次救急	重篤な救急患者	市立宇和島病院・救急救命センター他
２次救急	手術や入院が必要な急病患者	加戸病院・市立大洲病院・大洲中央病院・大洲記念病院・市立八幡浜総合病院
１次救急	比較的症状が軽い	大洲喜多休日夜間急患センター・小児在宅当番医（35ページを参照）

私たちにできること

人々の命を守るため、日々努力を重ねる救急救命士。私たち一人一人が学んで協力すれば、彼らの活動は、より円滑になります。ここでは救急救命士の思いと私たちにもできる応急手当の方法をお伝えします。

すべては傷病者のため

「救急搬送は時間との勝負。私たちの努力や経験は、すべて傷病者のためになる」と力強く語るのは菊地嘉人さん。大洲消防署長浜支署の救急救命士です。

菊地さんは30年10月、大洲地区広域消防事務組合で初めて、日本不整脈心電学会が開催する心電図検定試験に合格しました。「稲葉慎二先生の誘いで勉強会に参加した。心電図を読むのが苦手だったので、いい学びの機会と思ったのですが、まさか検定を受けることになるとは」と笑顔で話します。

命を搬送する署員の使命

心電図は胸の痛みを訴える人などに使うことで、心臓の異常を見つけることができます。菊地さんは「通常は輪番の病院に搬送するが、そこで心疾患などの判断が出た場合、転院手続きをしてから、転院搬送することになり、大きな時間のロスになる。心電図をしっかりと読めれば、循環器の治療ができる喜多医師会病院に直接行くこともできる」とその意義を説明します。「心電図だけではなく、現場ではさまざまな判断が必要。長浜地域は病院が遠いから、患者さんの病状を悪化させないで、少しでも早く搬送することを、署員みんなが心掛けている」と表情を引き締めます。

皆さんの協力が不可欠

「救急医療は私たちと病院の連携が大切ですが、それ以上に住民の皆さんの協力が不可欠」と菊地さん。例えば重症外傷の場合、けがから1時間以内に手術を受けると救命率が高くなり、心肺停止の場合は胸骨圧迫（心臓マッサージ）やＡＥＤの処置がないと、発症から1分ごとに10パーセントずつ助かる確率が下がるといわれています。「救急車の数には限りがあるし、救急や外来が集中すると病院側の受け入れが難しくなる。例えば『タクシー代がもったいないから』と呼んだその救急車が、他の人の命を守るための最後の1台だったということは、十分にある――」と理解を求めます。

最後に菊地さんは「私たちにできることは限られているけれど、それぞれの役割を果たすことで助かる人がいる」と力を込めました。

大洲消防署長浜支署
消防司令補 菊地 嘉人（よしひと）さん

心肺蘇生法の流れ ―『広報うちこ』平成26年9月号より―

もう一度確認を！

手順1

反応があるか確認

「もしもし大丈夫ですか」などと声を掛けながら肩をたたき、反応があるかを確認する

手順2

通報・ＡＥＤの手配

反応がないと判断したら、すぐに周囲の人を呼ぶ。119番通報とＡＥＤの手配をお願いする

手順3

呼吸の確認

胸とおなかの動きを見て、呼吸をしているかを確認。正常の呼吸でなければ胸骨圧迫を開始。

手順4

胸骨圧迫

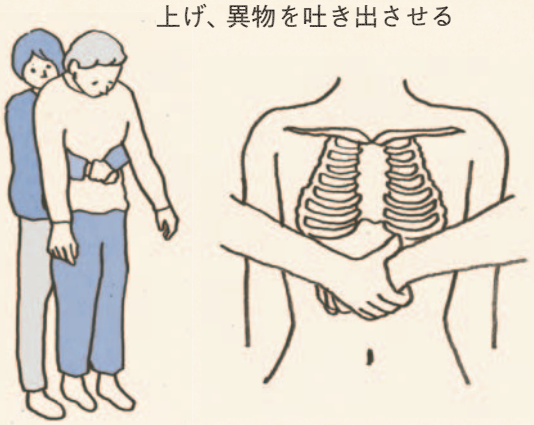
手首と手のひらの付け根を胸骨（胸の中心部）に当てる。写真のように手を組み、下側の指は上にそらす。ひじは真っすぐ伸ばす

救急車がくるまでに

あなたにもできる！ 応急手当

3 窒息

のどなどに異物が詰まった場合は、傷病者のへその少し上を突き上げ、異物を吐き出させる



【ポイント】 後ろから腕を回し、片手で握りこぶしを作ります。その親指側を傷病者のへそより上、みぞおちより下に当て、そのこぶしをもう一方の手で握り、手前上方に突き上げます。妊娠している人や乳児の場合は、この方法を使わず、背中を強くたたいて吐き出させましょう

1 目に見える出血

出血が多いと命の危険がある。目に見えて出血量が多い場合は、清潔はタオルなどを傷口に当て、指や手のひらで強く圧迫する

【ポイント】
感染防止のため、できるだけビニールやゴム製の手袋を使用。傷口を確認して、しっかりと押さえないと出血はなかなか止まりません

4 やけど

水道水などのきれいな流水をかけ続け、とにかく冷やす

【ポイント】
氷や冷却パックを使って冷やすと、かえって悪化することがあります。水ぶくれは傷口を保護する役割があるので、やぶらないようにしましょう

2 低体温

脳、心臓、肺などの体の中心部が35度以下に下がった状態を低体温症という。衣服が濡れている場合は、脱がせて毛布などで体を覆う

【ポイント】
冬場に路上や寒い室内などで倒れている人を見つけたら、低体温症にならないよう、毛布などを掛けます。その際、地面や床から体温が奪われないよう、毛布などを体の下に敷いてから、上に掛けましょう

迷ったら困ったら

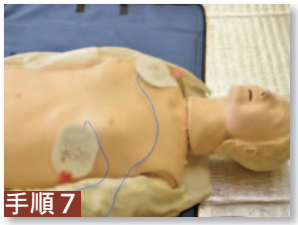
こども医療電話相談 ＃8000 又は 大洲消防本部 0893(24)0119

救急車を呼ぶかどうか迷ったら、電話でご相談ください

手順8

ＡＥＤの使用（続き）

電気ショックのスイッチを押す人が「みんな離れて」と指示。電気ショック後は直ちに胸骨圧迫を再開する（パッドは剥がさない）



手順7

ＡＥＤの使用

電源を入れる。（体がぬれていたら拭く。貼り薬などは剥がす）音声の指示に従う（パッドは右胸と左の脇腹に貼る）

手順6

人工呼吸

あごを軽く上げ、気道を確保する。鼻をつまみ、口からフッーとゆっくり息を吹き込む（人工呼吸ができないときは胸骨圧迫を優先）

手順5

胸骨圧迫（続き）

体全体で胸を押す。１分間で100回以上、深さ５㌢以上の強さで、絶え間なく押し続ける（胸骨圧迫30回と人工呼吸２回が１セット）

みんなで考える地域医療

内子町では平成20年、内山病院が医師不足を理由に廃院、同年に済生会小田病院が診療所へ移行する検討を始めるなど、すでに地域医療の崩壊を経験しています。加戸病院が23年に移転し、内子町の地域医療は息を吹き返しましたが、日本の地域医療の課題は残されたままです。関係者の声を集めました。

地域の人やスタッフに感謝 多くの人と信頼関係を築き 担うべき役割を果たしたい

加戸病院
医院長 加戸 秀一（しゅういち）さん

私の父は、一人の患者さんのために新しい機械を入れるような医者でした。加戸病院を内子町に移転したのは、そんな父の背中を見ていたからかもしれません。内子町からのお話があったとき、ここに私たちが担うべき役割があると思いました。

地域医療の課題の一つは、医療業務を志す人が減っていることです。地方に若い医者が来なくなっています。医者だけでなく、看護師などの確保も難しくなっています。そういう志がある人を、私たちはもちろんですが、地域の皆さんにも大切にしてもらいたいです。地域の人たちの人柄も、実は地域医療を守るために大切な要素の一つです。

私たちが目指しているのは、地域密着型の病院です。例えば、内子町は山間部の高齢者が多く、なかなか病院に来られません。昨年の豪雪や豪雨のこともあるので、常に備えがあるよう、少し多めに薬を出す配慮をしています。

忙しいときには、どうしても患者さんを待たせてしまいますが、協力的な人が多くてありがたいです。やはり医療従事者も人――。同じことをしても、協力的だったり感謝されたりするとうれしいです。医者は一人で治療をするわけではありません。多くの助けがあるからできることで、スタッフの皆さんにも感謝しています。大変な仕事で、本当は別の仕事も選べるはずですが、住民の皆さんが心をつなぎとめてくれています。そんなことからも、患者さんや地域の人たちと病院との信頼関係の大切さを感じています。

将来、地域の医療は必ず厳しくなります。でも、やれない理由ではなく、やれる方法を皆さんと一緒に考えたい。そのとき、地域に根差した病院としての責務を、果たせるのだと信じています。

やりがいのある仕事 若い仲間が増えてほしい

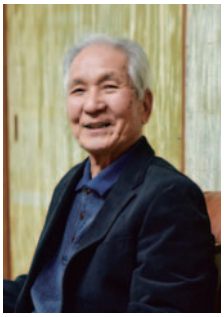
未来の看護師を目指す

矢野　朱梨（あかり）さん＝西沖＝

愛媛県内の大学の看護科で看護師を目指す学生です。看護師は小学２年生の頃からの夢で、日々夢に近づく喜びを感じながら学んでいます。母や叔母、姉が看護関係の仕事をしていて「人の命に係わる尊い仕事。責任が大きいけれど、やりがいがある」という話をよく聞きます。地域にも貢献できて、素敵だなと思いました。

最近、大学で救急法救急員の資格を取りました。まだ救急の知識や看護資格がない私でも資格が取れ、命を救う方法を知る貴重な機会になりました。職種や年齢に関係なく、多くの人たちの知識や関心があれば救える命があります。若い人たちにも知ってもらい、医療職を目指す仲間が増えたらいいなと思います。

町民の関心は高い 日頃からの思いが大切



内山病院の存続を求めて署名活動

西岡　誠（まこと）さん＝内子７＝

内山病院が休止を決定したのは、平成19年。正直、町から大きな病院がなくなるとは思ってなかったです。当時、私は自治会連絡会の会長をしていて、署名運動をしました。期間は短かったけれど、１万3,234人分もの署名が集まり、地域にとっては大きな問題だったと改めて感じました。

しかし、その声は病院には届きませんでした。病院の都合もあり仕方ないですが、医師の数だけでなく、住民の熱意も足りなかったのかもしれません。その分、加戸病院の存在は、有難いことと感謝しています。思い起こせば、地域の小さな病院もだんだんなくなっています。医師不足の話題も耳にするので、同じようなことがないようにせないけんですね。

地域医療は資源 １次救急を活用しよう

一番身近な地域医療の先生

古川　明（あきら）さん＝内子６＝

１次救急を担う大洲喜多休日夜間急患センターは、地域の開業医が輪番で診療しています。発熱や軽いけがなどの場合は、こちらを利用してください。すぐに２次救急に行ってしまうと、医療従事者が疲弊して地域医療の崩壊につながりかねません。

自分の健康管理を任せると思って、かかりつけ医を見つけてはどうでしょうか。普段から検診などで利用すれば、病気の予防もできるし、何かあれば適切な病院を紹介できます。胃カメラや心電図、レントゲンなど、すぐに結果が出る検査ならできます。かかりつけ医で解決できることは、結構多いです。地域医療は貴重な資源。浪費して枯渇しないよう、みんなで賢く大切に使いましょう。

心をつなぎ、医療をつなぐ

病院と患者としてのつながりだけでなく、人と人としてのつながりを大切に――。小さな支えかもしれないけれど、心がつながることで守れるものがあるのかもしれません。特集の最後は、千葉県東金（とうがね）市で医師不足の病院の再建に尽力した、藤本晴枝さんに話を聞きました。

地域医療の未来は変えられる――あなたの思いひとつで変えられる

地方の病院はどこも限界

平成18年当時の千葉県は、人口10万人あたりの医師数が全国で下から3番目でした。東京都の病院に集中するので、周辺地域の医師は不足するのです。私が住む東金市は、その千葉県内でも最低の医療圏で、県立東金病院の医師数は一時、2人まで減少しました。

「現場の努力は限界。住民側から何かできないか――」。同病院の院長の言葉に、自分に何ができるかを考えたのが始まりでした。

心を動かした一枚の情報紙

私自身、医者がいない不便を感じていたけれど、その背景などは知りませんでした。「そうだ、その情報を伝えよう」。ママ友たちと一緒に、医師不足の現状を1枚の紙にまとめてみました。素人が作る素朴な情報紙でしたが、大きな反響がありました。中には「なぜ不安をあおるのか」という病院もありましたが、「住民に伝えるのは大切なこと」と、自分たちでコピーして患者さんに渡してくれる病院もありました。病院や行政が出す数字を見ても、住民はイメージが湧きません。住民目線で実情を知らせることの大切さに気付き、組織を立ち上げることにつながりました。

健康なときこそ病院と関わる

地域医療を守るなら、まずは現場の話を聞くことです。病院や行政も住民に情報を伝えることが大切。理由を知り納得しないと、行動に移る住民はいません。病院がどれだけ大変かを知れば、自分たちに何ができるかを考えてくれる人が、必ず出てくると思います。

医師不足に悩むある地域では、住民組織がただ「医者を確保して」と行政にお願いするだけでなく、病院の大変さを住民に伝えながら、「感謝の気持ちを持とう」「不要・不急の時間外受診をなくそう」など、自分たちの行動を変えようと呼び掛けました。若い先生を囲んだ懇談会でもいいです。病院内で車いすを押してあげるボランティアや敷地に花を植えてあげる住民もいます。健康なときも病院と関わることが、互いのことを考えるきっかけになると思います。

NPO法人地域医療を育てる会
元理事長 藤本 晴枝（はるえ）さん

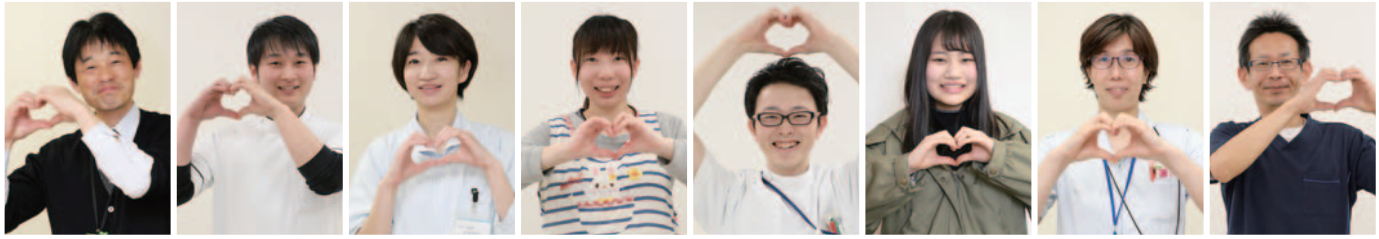
ぬくもりが伝わる心の距離で

行政に期待するのは、私たちでは手の届かない、無関心層にアプローチすること――。地道な取り組みが必要ですが、さまざまな行政サービスを通じて、自分の健康や地域医療を守ることの大切さを伝え、その隙間を埋めてください。

住民同士のつながりも大切。困ったときの相談や病院へ行く方法など、地域で協力するとコンビニ受診や不適切な救急車の利用を減らすことができます。いい地域なら、医師も「ここで頑張ろう」と思ってくれるものです。そのつながりはきっと、地域医療の課題を解決する糸口になるはずです。

幸せを呼ぶ4つ葉のクローバーにはそれぞれ、富・名声・愛情・健康という意味があり、4枚全てで「真の愛」という意味があるそうです。

私たちの町も、医療・住民・福祉・行政の4つの分野の人々が心をつなぐことで、地域医療の「幸せなカタチ」が見えてくるのかもしれません――。



「平成31年内子町消防出初式」団員642人が訓練の成果を披露

「平成31年内子町消防出初式」は2月17日、内子町運動公園で行われました。稲本隆壽（たかとし）町長や山本徹（とおる）内子町議会議長をはじめ多数の関係者が出席。篠崎耕太郎（こうたろう）団長以下、642人が参加し、規律ある式典で団結力と日頃の訓練の成果を披露しました。また団員や関係者の功績をたたえて、各種表彰が行われました。受章者は次のとおりです。

日本消防協会長表彰

（功績章）

小田方面隊
方面隊長　西口邦彦

（精績章）

小田方面隊
副方面隊長　山田満春

内子方面隊
五城分団分団長　泉隆一郎

（勤続章）

内子方面隊
副方面隊長　山本哲昭

五十崎方面隊
御祓分団　部長　深井賢一
田渡分団　団員　山本勝利

愛媛県知事表彰

（功労章）

内子方面隊
大瀬分団副分団長　木下松吉
立川分団副分団長　水野　章
満穂分団副分団長　大野伸一
五十崎方面隊
御祓分団副分団長　久保　茂

愛媛県消防協会長表彰

（功績章）

内子方面隊
満穂分団分団長　宮岡利則
五十崎方面隊
御祓分団分団長　髙山文雄
小田方面隊
小田分団分団長　冨岡勝寿

（勤続章）

女性部　部長　池田幸江
班長　尾崎千枝
内子方面隊
内子分団　班長　福岡和彦
班長　武岡元就
五城分団　班長　河野好直
団員　山本直人
大瀬分団　班長　明智　亮
班長　辰本　優
班長　酒井勇人
班長　辰本　優
班長　梅原久司
立川分団
班長　丸山嗣喜
班長　山中利行
班長　成川幸三
団員　宮井幸雄
班長　河野史典
満穂分団
五十崎方面隊
平岡分団　部長　大森一幸
天神分団　部長　沼井高志
班長　高岡　勲
班長　宮岡圭介
班長　岡田隆利
団員　岡田武士
御祓分団　班長　大松浩二
団員　石丸貴之
団員　上岡豊和
小田方面隊
小田分団　班長　山﨑　英
参川分団　団員　藤岡　崇
田渡分団　班長　福田道春

親子消防団員表彰

五十崎分団副分団長　矢野良平
五十崎分団　団員　矢野慎太郎

1_出初式後にポンプ車と小型ポンプによる一斉放水が駄馬池で行われた　2_ラッパ隊の演奏が式典に花を添えた　3、4_内子分団と小田分団がポンプ車操法、大瀬分団と満穂分団、五十崎分団が小型ポンプ操法を披露した

家族内助の功労者表彰

船田辰雄氏の妻　船田真由美

優良団体表彰

第五自治会自主防災会
会長　髙岡京子
廿日市自主防災組織
会長　福岡孝男

大洲喜多消防団連合会長表彰

（勤続章）

女性部　班長　泉　忍
内子方面隊
内子分団　団員　長岡秀樹
五城分団　団員　稲田茂文
団員　中谷太郎
大瀬分団　団員　芝　秀和
団員　髙本悠司
団員　泉　裕司
立川分団　団員　木下　隆
団員　久保秀文
五十崎方面隊
中央分団　団員　岡本隆宏
団員　宮脇英行
五十崎分団　団員　泉　正利
平岡分団　団員　宮部和也
団員　岡田　大

（規律章）

内子方面隊
大瀬分団　団員　大本陽介
団員　榎　一茂
立川分団　団員　長田　貢
満穂分団　団員　徳岡和則
五十崎方面隊
五十崎分団　団員　竹本誠司
天神分団　団員　丸山健二
小田方面隊
参川分団　団員　大塚龍一

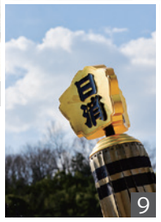
内子町長表彰

女性部　団員　大野陽子
団員　沖永あかね
団員　小野里枝美
団員　船田真由美
団員　宮田麻巳子
団員　山岡貴子
内子方面隊
内子分団　団員　城戸和也
大瀬分団　団員　髙岡　勝
立川分団　団員　木村聖一朗
団員　本田浩二
満穂分団　団員　久保田一志
団員　髙岡昭宏
団員　和泉臣春
五十崎方面隊
五十崎分団　団員　上田　賢
団員　久保慶太
団員　宮本壽志
団員　矢野慎太郎
団員　土居弘明
団員　藤原弘貴
団員　岡　芳樹
団員　有田友光
平岡分団
小田方面隊
小田分団　団員　田中良太
田渡分団　団員　谷岡健一
参川分団　団員　吉田　豊
団員　山本康平
団員　藤村勇太

無火災報酬

4年　田渡分団
3年　立川分団
2年　大瀬分団、御祓分団
1年　五十崎分団、平岡分団
参川分団

※順不同、敬称略

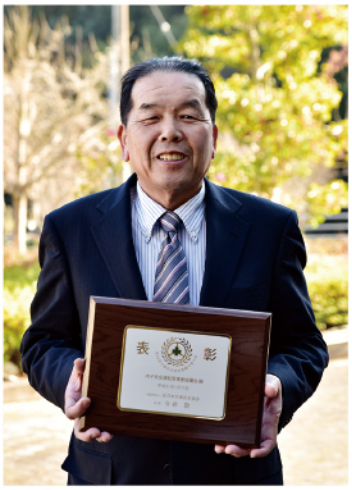


5_篠崎耕太郎団長の訓示　6_消防車両41台を一斉に点検　7_親子消防団員表彰を受けた矢野良平さん（左）と慎太郎さん　8_一斉放水に喜ぶ観客　9、10_暖かな日差しの中、規律正しい式典が行われた

内子安全運転者協議会が全国で優良表彰を受賞

第59回交通安全全国民運動中央大会が1月17日、東京都で開かれ、内子安全運転者協議会（泉徹（とおる）会長）が優良表彰を受けました。

同協議会は、一定以上の台数の自家用自動車を保有する事業所に必要な、安全運転管理者によって組織。交通安全協会と合同の交通茶屋や道路の清掃活動など、交通安全活動を積極的に推進していることが評価されました。泉会長は「協議会の活動を顕彰してくれて、うれしい。ボランティアで活動する会員の励みにもなる。これからも一層、地域や子どもたちの交通安全を見守りたい」と喜びました。


受賞した盾を手にする泉会長

小切手を持つハルトル市長（右）と第2市長のフィアスターさん

ローテンブルク市から義援金 内子町を思い市内で募金活動

姉妹都市ドイツ・ローテンブルク市からこのほど、7月豪雨災害の義援金として2万ユーロ（約244万円）が内子町に届きました。ヴァルター・ハルトル市長からは「大した額ではないが、被害にあった皆さんの苦難を少しでも和らげることができたら幸い」とのメッセージをいただきました。

義援金は住宅被害にあった人に、被害状況に合わせて配分しました。稲本隆壽（たかとし）町長は「1日も早く元の状態に戻るよう努力する。町民を代表して心から感謝申し上げる」とお礼を述べました。

愛媛県広報コンクール・広報紙町部『広報うちこ』が7年連続特選の快挙

30年愛媛県市町広報コンクールが1月22日に開かれ、広報紙町部で『広報うちこ』が7年連続で特選を受賞。1枚写真の部で入選、組み写真の部で佳作を受賞しました。

特選を受賞した12月号では、ふるさとの味をつなぐ活動を20年間続けている「小田農産加工所みのり」を紹介しています。メンバーの元気な姿や思いを伝えることで、読者の皆さんにも「ふるさと」に思いをはせてほしいとの願いを込めました。講評では「写真の表情から住民と担当者とのいい関係性が伝わる。レイアウトや見出しなどの表現が群を抜いていた」と高い評価を受けました。

受賞は素晴らしい活動を続ける皆さん、協力してくれる町民の皆さんのおかげです。本当にありがとうございます。

（上）広報紙町部で特選を受賞した12月号の特集「おばあちゃんのみのり」
（右）同号の表紙が1枚写真の部でも入選を受賞した

活躍が顕著だった3選手が受賞「ソフトボール協会優秀選手賞」

愛媛県内の大会で活躍した選手に贈られる「愛媛県ソフトボール協会優秀選手賞」の授賞式が1月26日、東京第一ホテル松山で行われました。

内子町からは、選抜大会に出場した菊池天馬さん（大洲高校3年）のほか、大野恵愛さん（内子中3年）、宮内隆乃介さん（小田小6年）が受賞しました。

宮内さんを指導し、同じく功労賞を受賞した池田修さんは「町内から3人も同時に表彰されるのは名誉なこと。頑張っている子どもたちの刺激になる」と喜びました。

1_大野恵愛さん「努力が認められてうれしい。高校でも頑張りたい」　2_菊池天馬さん「初めての受賞。チームメイトと監督に感謝したい」　3_宮内隆乃介さん「とてもうれしい。中学生になったら、野球部で頑張ります」

自分たちの命は自分たちで守る地域で高める防災・減災力――

「それぞれの地域に合う防災活動を見つけよう」と呼び掛ける毛利さん

防災・減災力を高める地域づくりをテーマにした「自治会活動研究大会」（教育委員会他主催）が2月9日、内子町共生館で開かれました。

活動報告では村前、平岡、中川自治会が防災・減災に関する取り組みを発表しました。講演では、㈶消防防災科学センターの毛利泰明さんが「地域で取り組む防災対策～南海トラフ大地震に備える～」と題して登壇。「大規模災害時、消防や警察などの公助には限界がある。まずは、自分の命を自分で守ることが大切」と説きました。

7月豪雨の水防活動に対して「水防功労者国土交通大臣表彰」

「平成30年度水防功労者国土交通大臣表彰」の表彰式が2月13日、国土交通省で行われ、内子町消防団（篠崎耕太郎団長以下、786人）に表彰状と記念品が贈られました。

同消防団は平成30年7月豪雨災害の際、延べ1046人の団員が、土のう積み工や住民の避難誘導などの水防活動を行い、被害を軽減しました。

篠崎団長は「今回の大臣表彰は団員一人一人の献身的な活動の賜物。これを励みに、町民の皆さんの生命と財産を守る活動に邁進したい」と決意を新たにしました。

「身が引き締まる思い」と表彰状を手にする篠崎耕太郎団長

「土佐ジロー」経営に学ぶ田舎の価値 稼ぐ力のある農業を目指す「知的農村塾」

元気な農業・農村づくりを目指す「第17期（後期）内子町知的農村塾」の第1回講義が1月23日、小田林業センターで開かれました。講師は高知県で「はたやま夢楽」を経営する小松圭子さん。地鶏・土佐ジローに特化した経営で、限界集落といわれる畑山に年間約3,000人が訪れるようになりました。小松さんは「存在価値を磨けば、まだまだ田舎の未来は明るい」と力を込めました。

「村には村の価値がある」と語る小松圭子さん

温水プールでお祭り騒ぎ 笑顔あふれる「ウォーターフェスティバル」

「第9回Ryuowウォーターフェスティバル」が2月3日、フィットネスクラブRyuow（嶋本亮介マネジャー）で開かれ、愛媛県内から多数のスイマーが参加しました。競争ではなく、自己申告のタイムに近づけて泳ぐ大会で、泳ぎに自信のない人も楽しめます。今年は愛媛県出身のお笑い芸人・本多スイミングスクールさんのライブも開催。水泳ネタのコントに、会場からは笑いがあふれていました。

種目の1つ「仮想部門25㍍自由形」で盛り上がる会場

地球の未来を守ること、考えよう―― 町内の小中学生が環境会議を開催

環境教育を推進する「平成30年度内子町環境子ども会議」（内子町・内子町教育委員会主催）が2月13日、共生館で開かれ、内子町内全ての小・中学校から242人が参加しました。

まず講話があり、気象庁松山気象台の調査官・橋口清さんと田中信自さんが、温暖化が暮らしにもたらす影響などを、分かりやすく解説しました。その後の体験学習では小学生が各ブースに分かれて、マイバッグ作りや竹堆肥作りなどを体験。ツリークライミングに挑戦した永岡虹七さん（五十崎小4）は、「初めての経験で怖かったけれど、てっぺんまで登れた。木の上から見た小田川の景色がきれいで感動した」と目を輝かせていました。

中学生は、風力でLEDライトが点灯する発電装置を作りながら、その仕組みを学びました。講師の今治市立乃万小学校校長の村上圭司さんは「環境保全には、持続可能な社会づくりが不可欠。まずは環境問題に関心を持つことが大切」と説きました。

1_着なくなったTシャツをマイバックにして笑顔　2_初めてのツリークライミングに多くの児童が喜んだ　3_小田深山に自生する珍しい苔などを顕微鏡で観察　4_風力発電装置の組み立てを教える村上さん（右）

恒例の「子どもマラソン大会」 寒さに負けずに全力疾走

「第45回子どもマラソン大会」（内子・城廻地区愛護班連絡会他主催）が2月14日、内子小学校周辺のコースで行われました。沿道にはたくさんの観客が集まり、懸命に走る子どもたちに大きな声援を送っていました。5連覇を目指していた松井悠真くん（内子小5年）は、「昨年の大会が終わってから、1年間練習してきた。優勝できてうれしい。来年も頑張る」と笑顔でした。

もうすぐゴール。最後の力を振り絞って走る子どもたち

多くの人に愛される道の駅「からり」 レジ通過者が1,000万人突破

内子フレッシュパークからり（土居好弘社長）のレジ通過者が2月16日、1,000万人を突破し、セレモニーが行われました。1,000万人目になった矢藤喜美子さん＝鬼北町＝には、からり商品券1万円分と内子産の米30㌔が贈られました。土居社長は「4月27日に新しい『からり』がオープンする。さらに多くの人に愛されるように、今後も前に進み続けたい」と意気込みました。

くす玉を割って1,000万人突破をお祝い

内子町と小田高校の魅力を30秒に 「ふるさとＣＭ大賞」公開審査会

「ふるさとCM大賞えひめ'19」（愛媛朝日テレビ主催）の公開審査会が2月17日、松山市総合コミュニティセンターで開かれました。内子町からは、小田高校で結成された映像制作チームの一つ、「チームU」が参加しました。同校が行っている昼休みの短時間仮眠を、保健委員長の特殊能力によるものとして演出。会場の笑いを誘いました。審査会の様子は3月下旬に放送される予定です。

ステージでCMに込めた思いを話す生徒たち

苦楽を共にした半世紀に乾杯 10組のカップルが「金婚祝賀会」

結婚50年を共に祝う「金婚祝賀会」（内子町社会福祉協議会4分会主催）が2月19日、内子自治センターで開かれました。今年は内子・五城・立川・満穂分会から昭和43年度に結婚した10組が参加。来賓のお祝いの言葉や求道三弦由謡会にの津軽三味線の調べを聞きながら、会食を楽しみました。同協議会の中川稔徳会長は「夫婦で楽しむ姿を見られてよかった」と喜びました。

テレビの取材も入り、特別な金婚式に

FROM ME TO YOU

みんなでつないでリレーエッセイ

「経験を生かして挑戦」

堀本　将司（まさし）さん（33）
＝内子19第1＝

柿の専業農家になって1年足らずですが、小学生の頃に描いた「日本一の柿作り農家になる」という夢に向かって日々、頑張っています。

私は中学生から野球部に入り、高校・大学と野球を続けてきました。大学生のときは「プロ野球選手になるのが夢」に変わっていて、九州の大学まで進学。真剣に取り組んでいましたが、周りには実際にプロ野球界で活躍している同級生や先輩・後輩もいて、その高いレベルに、追いつけなくなってしまいました。

就職活動のときに、小学生の頃の夢を思い出して青果市場へ就職。生産者と消費者の橋渡し役として営業を学びました。食の流通場所は活気にあふれていて、すごくいい経験ができました。

内子に帰ってきたのは8年前。長男が小学校に入る前と決めていました。帰郷してすぐに農業はせず、違う仕事をしていました。跡を継ぐことに少し迷いや不安があったからです。

昨年、家族の後押しもあり、ようやく小学生の頃の夢に向かって進み始めました。実際に始めてみると、とても体力と知恵のいる仕事でした。あらためて農業の大変さを実感しています。

これからは野球で鍛えた体力と青果市場で培った知識を生かし、内子の農業を支えていきたいと思います。そして、おいしい柿を皆さんに届けたいです。

▼次は、菊地義一さん＝内子5＝にお願いします。

わが家の一皿
SPECIAL DISH

「アジの青のりから揚げ」

●作った人

松下佳代子（かよこ）さん
＝上町＝

●材料（4人分）

アジ4尾／Ⓐ酒大さじ1、しょうゆ大さじ1、ショウガ汁小さじ2／Ⓑ薄力粉大さじ2、片栗粉大さじ2、青のり大さじ2／ピーマン4個／油適量／すだち2個

●作り方

①アジは3枚おろしにし、2等分に切る／②Ⓐに①を入れて10分程漬ける／③ボウルにⒷを混ぜ合わせ、②の汁気を軽く切り、全体にまんべんなくまぶす／④フライパンに油を熱し、③を並べて両面こんがりと揚げ焼きにする／⑤ピーマンを入れて炒める／⑥器に盛り付け、すだちを添えて完成

HAPPY BIRTHDAY

おめでとう　はじめてのバースデー

3月に満1歳になる子どもたちを紹介します。

向井　唯織（いおり）ちゃん　柿原
音楽を聴くと体がうずうず。踊らずにはいられません！

西野　洸大（こうた）くん　大俐（たいり）くん　内子10
僕たち、わんぱく兄弟！
好奇心旺盛で、あちこち動き回るの大好き♡（洸大くん）
甘えん坊で泣き虫、食べるの大好き食いしん坊♡（大俐くん）

田久保　芽来（めい）ちゃん　内子19第2
ご飯が大好き！　いたずらも大好き！　いつも元気なめいちゃんです

内子児童館からのお知らせ

「春、見～つけた！」
春の野草を探して、食べて、楽しもう

「春、見～つけた！」は沖田の土手でカラスノエンドウ、つくし、タンポポ、ヨモギなど、春の野草を探すイベントです。

採れた野草で遊んだり、天ぷらや蒸しパンにして食べたりします。みんなですてきな春を見つけましょう。

▶揚げたての野草の天ぷらはサクサクでおいしいよ

●日時　4月13日（土）
午前9時30分～正午
●集合場所　内子児童館
●講師　芳我トシエさん
●対象　小学生
●定員　30人
●参加費　無料
●申込期限　3月29日（金）
※雨天時は館内で活動します。

【申込・問い合わせ】
内子児童館
☎0893（44）3101

TOWN'S STAR

内子町の人☆キラリ

高校野球四国代表として豪州（オーストラリア）へ

谷本　陸（りく）さん（17）上宿間

▲１年秋から主に３番右翼手（ライト）を務める谷本さん。練習する帝京第五高校のグラウンドで

◀遠征で着用したユニホーム姿。胸に「ＪＡＰＡＮ」の文字、左肩には日の丸の刺繍

帝京第五高校野球部の谷本陸さんは昨年末、四国選抜としてオーストラリア遠征に参加しました。チームは地元のクイーンズランド州選抜などを相手に、５戦全勝。四国のレベルアップを目的に行われた同遠征で、満塁のチャンスに走者一掃の三塁打を放つなど、勝利に貢献した谷本さんは「他の選手から学ぶことが多かった。自分もまだまだ上を目指したいと思える、いい経験だった」と振り返りました。

同校野球部が春の甲子園に出場したのは、谷本さんが高校入学を控えた中学３年生のとき。「テレビで観戦し、甲子園への憧れが強くなった。昨年の秋は、あと一歩のところで春の甲子園を逃したので、最後の夏に懸ける思いは強い。残された時間も練習に励み、『これだけやった』という自信を胸に挑みたい」と抱負を語ります。「毎晩練習が終わる10時に迎えに来てくれる、親の支えに感謝している。勝つことが一番の恩返し。ホームランを打っていいところを見せたい」と力を込めました。

ベルリンの変化で感じること

妹家族と一緒に

FROM AROUND THE WORLD

HELLO!!!

国際交流員
ドレーン・アルント
Doreen Arndt

年末年始、４年ぶりにドイツの実家に帰省しました。家族や親戚、友人などと久しぶりに会って、充実した時間を過ごすことができました。

友人に会うため、実家から少し離れたベルリン中心部へ、電車と地下鉄を乗り継いで向かった時のことです。ベルリンの大きな変化に気が付きました。どこの駅に行っても、入り口とプラットホームにホームレスがたくさんいるのです。私の知っているベルリンではないと思い、とてもショックでした。友人に聞いたところ、その多くがドイツ人ではなく、東ヨーロッパ圏から来たホームレスとのことでした。最近、非常に増えているそうです。

東ヨーロッパに位置するウクライナやベラルーシ、ハンガリーなどの国々では、政府に反対する人や同性愛者などの社会的少数者に対する差別が厳しいそうです。それが理由で、東ヨーロッパ圏で差別を受けるたくさんの人が、ドイツへ逃げてくるのです。人生の苦難や逆境と闘っている人たちの姿を、目の当たりにしました。

今回の帰省を機に感じたことは、さまざまな違いを認めて受け入れてくれる寛容な国で、家族の愛情に包まれて育ったことへの感謝です。また、治安が良い日本で生活できていること、第２のふるさと内子町で優しい町民の皆さんに出会えたことにも、改めて感謝の気持ちが湧いてきました。

SAVE THE EARTH

くらしのエコロジー

地球に優しい運転できていますか？

環境に配慮して自動車を運転することを「エコドライブ」といいます。燃料の節約に努めることは、地球温暖化の原因となる二酸化炭素（CO_2）の排出量を減らすことにつながります。

特別な知識や技術は必要ありません。今日からできる、エコドライブのポイントを紹介します。

《エコドライブ10のすすめ》

▽発進から5秒間は時速20キロで走行する
▽十分に車間距離をとって、加速と減速の少ない運転をする
▽減速時は早めにアクセルから足を離し、エンジンブレーキを活用する
▽過度にエアコンを使用しない
▽無駄なアイドリングをしない
▽早めの出発で渋滞を避ける
▽タイヤの空気圧を点検する
▽不要な荷物は降ろす
▽他の車の燃費が悪くなるので、迷惑駐車はしない
▽日々の燃費を把握する

VOICE

まちの声

□セクハラ問題が頻繁に報道されています。内子町も意識改革に向け、人権教育などで積極的に扱ってほしいです。また、セクハラの相談窓口はあるのでしょうか。いじめ同様、セクハラは身近な問題です。重点的に対策を講じてほしいです。

■内子町では「人権尊重のまちづくり条例」を制定し、人権が尊重され差別のないまちの実現を目指しています。社会に存在するさまざまな人権問題は、放置できない課題です。中でも女性や子どもの人権問題は、重要な課題に位置付けています。『広報うちこ』の人権コラムなどによる定期的な啓発活動の他、１月と８月を除く毎月１回、「人権相談」を行っています。

今後も人権問題解消に向けて積極的な活動を行いますので、皆さんのご意見をお寄せください。

【問い合わせ・相談窓口】
▷人権相談
住民課人権対策係
☎０８９３（４４）６１５２
▷人権教育協議会
自治・学習課生涯学習係
☎０８９３（４４）２１１４
▷女性の人権ホットライン
☎０５７０（０７０）８１０

Q 広報クイズ

「広報うちこ」３月号を読んで、①～⑤番の丸印をひらがな・カタカナでうめてください。小さい「っ」「ゅ」や、「が」などの濁音も一文字とします。「●」の文字を①番から順につなぐと、ある言葉になります。どんな言葉でしょう。

①平成31年内子町「○○○○○○○●○」。団員642人が訓練の成果を披露
②「○○●○」に優しい運転、できていますか。エコドライブ10のすすめ
③特別養護老人ホーム「○○○○●」職員募集
④「○○○○●○○」市から義援金。内子町を思い市内で募金活動
⑤人生の節目を大空で――いかざき大凧合戦「還暦祝い凧」「○○○●○○○○○」参加募集

応募方法：
ハガキに答え、氏名、住所、年齢を書いて送ってください（１人１通まで）。正解者の中から抽選で10人に図書カード（500円）をプレゼントします。
宛て先：〒795－0392
内子町役場　総務課　広報・広聴係
締め切り：３月31日（消印有効）
当選者発表：「広報うちこ」５月号

●１月号当選者の皆さん

答え「ねんがじょう」　正解数55
- 大西　甚藏さん　（内子15）
- 金森真理子さん　（内子18第１）
- 浜松　理絵さん　（内子21）
- 比多岡ゆき子さん（護国）
- 中岡　和子さん　（岡第２）
- 國本　満子さん　（中町）
- 山本　恵子さん　（上町）
- 本山　幸恵さん　（鳥越）
- 松田　　恵さん　（大阪府）
- 金子　年男さん　（神奈川県）

図書館へ行こう

内子町図書情報館
〒791-3301
内子町内子３４２７番地
☎ 0893（44）4198
FAX 0893（44）4167
http://www.town.uchiko.ehime.jp/library/
開館時間：
午前９時30分～午後６時
休館日：
月曜日・月末整理日

●読んだ本を記録できる「読書記録帳」を作りませんか

希望者が多いため、読書記録帳の無料配布期間を３月30日（土）まで延長します。読書記録帳で読書の楽しみを増やしましょう。利用希望者は図書情報館、および各分館までお申し込みください。

●図書寄贈のお礼

30年度、次の皆さんから図書を寄贈していただきました。ありがとうございました。

黒住弘子様／菊間晴子様／頼本冨夫様／森長照博様／源田恒雄様／鎌田道祥様／二宮尚示様／高橋悦司様／田中弘様／ドレーン・アルント様／デリアナ・ダルトン様／松山大学総合研究所様／神奈川大学編纂室様／㈱西渕工務店様／劇団オーガンス様／愛媛県軟式野球連盟大洲支部様／内子町郷土研究会様

※順不同

●大活字本を入荷しました

『ひと』小野寺史宜／『プラチナタウン』楡周平／『おしゃべりの思想』外山滋比古／『仁術先生』渡辺淳一／『制服捜査』佐々木譲／『善人長屋』西條奈加／『なかなかいい生き方』平岩弓枝／『我が家の問題』奥田英朗／『春風伝』葉室麟／『花のさくら通り』荻原浩（他、計24冊）

※その他、朗読CDもあります。ご活用ください。

●3月企画展のご案内

《郷土が生んだ芸術家⑪》
▽創作絵本・紙芝居大集合

［おはなし会］
▽土曜日・午後2時～
3月2日　むしこまど
9日　むしこまど
16日　むしこまど
23日　どんぐり会

［文学講座］
▽3月9日（土）午前10時～
▽内容　自由に読む「源氏物語」
▽講師　村山洋子（ようこ）さん

新着図書紹介

その他の新着情報はホームページをご覧ください。

♣一般図書

ゴールデン街コーリング
馳星周／著

1985年のある日、新宿ゴールデン街のバーで働く坂本は、放火の現場に遭遇。親しくしているナベさんが取り締まりのため、見回りを始めるが……

絵本作家のブルース
長谷川義史／著

ユーモラスでおおらかな本を次々と生み出す絵本作家・長谷川義史。絵本作家になるまでのエピソードや、エッセイなどを収録

♥児童図書

ぼくらの卒業旅行
宗田理／作

高校卒業の思い出に大旅行を企画した英治たち。行き先はアジアの国々。白血病と最後まで戦った同級生の気持ちも胸に……いざ、全員で出発

おおきくなったらきみはなんになる？
藤本ともひこ／作

「きみがやりたいことは、きみがきめるんだ。きっと、できる」絵本作家・藤本ともひこが毎年、卒園式で子どもたちに語りかけてきた言葉を絵本化

UTIA　Uchiko Town International Association
内子町国際交流協会の情報誌「ゆうてぃあ」
事務局　内子分庁３階
☎ 0893（44）2114
fax0893（44）6137
http://utia.jp/
VOL.215

おしらせ1　賛助会員として国際交流活動をサポートしませんか

異国の文化に触れる「国際理解講座」

英語を楽しく勉強「英語であそぼう」

町内のイベントにも参加

国際交流協会では、青少年海外派遣事業や外国語講座などを行い、国際社会に貢献できる人材を育成しています。

より充実した活動ができるよう、応援してくれる賛助会員を募集しています。どなたでも入会できますので、ご協力をお願いします。詳しくは、当協会事務局までお問い合わせください。

《賛助会費について》

●**年会費**　▷個人会員１口　2,000円
　　▷団体会員１口　10,000円
●**納付方法**　現金、郵便為替、自動引落

◀会員の皆さんには、年２回の会報紙「ＵＴＩＡフレンズ」で当協会の活動の様子をお知らせします

賛助会員の皆さんへのお礼

30年度は11団体と109人の皆さんから会費をいただきました。ご協力ありがとうございました。

おしらせ2　青少年海外派遣事業の報告書を配布します

11月15～24日に行った「第24回青少年海外派遣事業」の報告書が完成しました。派遣生10人の感想や報告会での発表などを掲載しています。この報告書を通して、派遣生がドイツ・ローテンブルク市とノルウェー・オスロ市で学んだことや抱いた思い、成長した様子を感じてもらいたいと思います。

少ない部数ですが無料で配布しますので、希望する人は当協会事務局までご連絡ください。

昨年の青少年海外派遣事業の様子。ファブラボ工房でTシャツ作りを体験

第19回愛媛県議会議員選挙
投票日は４月７日（日）

●選挙期日

▷投票日・開票日　４月７日（日）
▷投票時間　午前７時～午後８時
・第４、５、７、11、12、13、14、15投票所は午前７時～午後７時まで

●告示日　３月29日（金）
●開票場所　内子町民会館　大ホール
●有権者（投票できる人）
４月７日現在で満18歳以上の人で、12月28日以前から引き続き内子町に住んでいる（住民基本台帳に登録されている）人

●不在者投票
入院中の人や一時的に町外に滞在している人などは、不在者投票の手続きを行いますので、選挙管理委員会までご連絡ください。

●期日前投票
投票日当日に、仕事や病気、外出などで投票所に行けない人は、期日前投票を行うことができます。
▷期間　３月30日（土）～４月６日（土）
▷時間　午前８時30分～午後８時
▷場所　内子町民会館２階、内子分庁１階、内子町林業センター第１研修室

●その他
期日前投票宣誓書を各自治センターで配布しています。事前に記載したい人はご活用ください。

■投票所一覧

投票所		対象地区
第１	内子分庁	内子・上町
第２	内子東自治センター	五城・論田
第３	大瀬中学校	和田・大瀬・川登
第４	元程内小学校	程内
第５	村前自治会館	池田・村前
第６	立川小学校	長田・立川
第７	石畳自治会館	河内・石畳
第８	五十崎幼稚園	五十崎
第９	内子町共生館	天神
第10	元御祓小学校	御祓
第11	参川地区体育館	上川・中川・本川
第12	内子町林業センター	小田・平野
第13	小田自治センター	寺村・南山・立石
第14	森の里研修センター	吉野川・中田渡
第15	元田渡小学校	上田渡・臼杵

※後日、投票所入場券を郵送します。投票時間や投票場所を再度ご確認ください。

投票立会人の募集
選挙時の投票立会人・期日前投票立会人の候補者を随時募集しています。希望する人は選挙管理委員会へご連絡ください。

【問い合わせ】
内子町選挙管理委員会（内子町役場総務課内）
☎０８９３（４４）２１１１

ガイドと歩いて内子の魅力を再発見「内子ねき歩き・町並みコース」

多くの観光客が訪れる「町並み保存地区」や「内子座」をガイドと歩く人気のツアーです。今回は町民の皆さん向けに開催。通常は２５００円のところ、５００円（喫茶代込み）で参加できます。普段見慣れた風景も、ガイドと歩けば、きっと新しい魅力を発見できますよ。

●開催日　３月16日（土）、17日（日）、23日（土）
●時間　午前10時～12時30分
●集合場所　八日市・護国町並保存センター
※内子座までの1.2キロを散策

ユニークなガイドと楽しい時間を

●申込方法　各開催日の１週間前までに、電話またはメールでお申し込みください。
【申込・問い合わせ】
内子町ビジターセンター
☎０８９３（４４）３７９０
✉uchiko-k@lagoon.ocn.ne.jp

広告入り封筒で会社や店、商品をＰＲ

経費削減と地域経済の活性化を目的に、広告入り封筒の無償提供を募集します。

●封筒サイズ　長形３号または角形２号
●口数　１口＝１万枚
●広告期間　おおむね１年間
●応募方法　「内子町広告入封筒要綱」を確認の上、広告のひな型を提出してください。
※要綱は総務課文書・情報係または内子町ホームページでご確認ください。
http://www.town.uchiko.ehime.jp/
●応募期限　３月29日（金）
【申込・問い合わせ】
総務課　文書・情報係
☎０８９３（４４）６１５０

ねんきん Q&A

学生納付特例制度を利用する皆さんへ

Q：４月から大学３回生になります。学生納付特例制度で保険料が免除されているので、４月以降も継続したいです。改めて免除申請をする必要はありますか。
A：30年度に同制度を利用している人で、31年度も同じ学校に在学予定の人には、日本年金機構から３月末にハガキ形式の申請書が郵送される予定です。必要事項を記入し返送することで、31年度の学生納付特例制度の申請ができます。

Q：前回申請した時のように在学証明書または学生証の写しの添付は必要でしょうか。
A：不要です。ただし、31年度に学校を変更する場合は、新しい在学証明書または学生証の写しが必要です。改めて役場や年金事務所で手続きをしてください。

Q：31年度に初めて学生納付特例制度を利用する場合は、どんな手続きになりますか。
A：ハガキが届かない人、初めて申請をする人は、役場か年金事務所に在学証明書または学生証の写しを持参して、手続きをしてください。

Q：友人は特例制度を利用せず、保険料を納めています。特例制度を利用した場合、将来受け取る年金額は少なくなりますか。
A：免除された期間分は、全額納付した人と比べ、受け取る年金額は少なくなります。10年以内であれば、保険料を納めることができますので、詳しくはお問い合わせください。

【問い合わせ】
○松山西年金事務所
☎０８９（９２５）５１０５
○住民課　国民年金係
☎０８９３（４４）６１５２

○特別養護老人ホーム「みどり苑」看護職員を募集します

●**募集人数**　看護職員　若干名
●**応募資格**　看護師または准看護師、普通自動車運転免許を有する人
●**採用時期**　6月1日～
●**一次試験**
▽試験日　4月13日（土）
▽場所　みどり苑
▽内容　教養試験、作文
※二次試験の詳細は、一次試験合格者に通知します。
●**勤務条件など**
▽給与　高卒14万7100円以上
▽その他　土・日・祝日、年末年始の勤務あり
●**申込方法**　申込書、履歴書、必要資格証明書の写しを提出
※申込書・履歴書はみどり苑事務所にあります。ホームページからもダウンロードできます。
□http://userweb.u-broad.jp/ozukita-midori/index.html
●**申込期限**　3月25日（月）
【申込・問い合わせ】
特別養護老人ホームみどり苑
〒791―3331
内子町立山4740番地1
☎0893（45）0141

○くるみ保育園「一時預かり事業」4月1日から休止のお知らせ

保育園を利用していない家庭でも、一時的に保育が必要となった場合に利用が可能な「一時預かり事業」。内子町では空いている保育室を有効に活用するために、くるみ保育園で実施していました。

31年度も継続する予定でしたが、通常保育の利用申込者が増えて保育室が埋まるため、くるみ保育園で実施していた一時預かり事業を休止することになりました。4月1日からは、どの保育園においても同事業を実施できない状況になりますが、可能になり次第、改めてお知らせします。

【申込・問い合わせ】
保健福祉課　児童福祉係
☎0893（44）6154

○町営住宅の入居者を募集します

●**住宅の規格・家賃など**

1 田ノ口団地135号（五十崎地区）
▽住所　平岡甲1817番地
▽構造　中層耐火3階・S55建
▽面積他　67・00㎡、3DK
▽家賃（月額）　1万6900円～
※駐車場あり、共益費必要

田ノ口団地外観

2 桦第1団地201号（内子地区）
▽住所　城廻811番地1
▽構造　中層耐火3階・S58建
▽面積他　60・70㎡、3DK
▽家賃（月額）　1万7100円～
※駐車場なし

桦団地外観

3 藤井団地151号・152号（小田地区）
▽住所　中川3222番地4
▽構造　木造2階・S61建
▽面積他　67・70㎡、3DK
▽家賃（月額）　1万2600円～
※駐車場あり

藤井団地外観

●**入居資格**　(1)～(3)を満たす人
(1)同居中または同居しようとする親族がある人
(2)現に住宅に困窮している人
(3)月額所得が15万8000円以下の人
●**共通事項**
・家賃3カ月分の敷金が必要
・入居者の収入で家賃を決定
●**申込方法**　建設デザイン課・内子分庁・小田支所にある入居申込書を提出
●**申込期限**　3月18日（月）
※申し込みがない場合は、随時募集します。
【申込・問い合わせ】
建設デザイン課　管理係
☎0893（44）6157

～人生の節目を大空で～

いかざき大凧合戦「還暦祝い凧」「開運祈願凧」参加募集

5月5日いかざき大凧合戦では「還暦祝い凧」および「開運祈願凧」を揚げています。

今までの人生を振り返り、新たな気持ちで未来へ向かうために「還暦祝い凧」「開運祈願凧」に願いを込めてみませんか。

昨年は同窓会のグループや初節句を迎えたご家族などに好評でした。ぜひご参加ください。

●**内容**
《「還暦祝い凧」・「開運祈願凧」への名前書き》
▷日時　4月21日（日）午前9時～正午
▷場所　共生館
※1つの凧に16人程度の名前を書き入れます。
※出世凧の名前書きと同日です。
《「還暦祝い凧」・「開運祈願凧」揚げ》
▷日時　5月5日（日）　午前10時～
※雨天時は5月6日（月）
▷場所　五十崎凧博物館
※神事、凧揚げを行います。祈願したお守りを後日郵送します。
●**参加費**　各1,000円（大凧合戦当日は五十崎側本部席へ、それ以外は町並地域振興課の窓口へ申し込んで参加費をお支払いください。）
【申込・問い合わせ】
いかざき大凧合戦実行委員会事務局（内子分庁内、町並・地域振興課）
☎0893（44）2118

大瀬中卒業生の同窓会グループが還暦祝い凧を揚げました

～景観を創る意味とは――。成果と今後の展開を考える～

「愛媛大学ＣＯＣ公開講座in内子」を開催します

愛媛大学が主催するＣＯＣ公開講座は、地域の再生を担う人材育成を目的とした「地（知）の拠点整備事業（COC事業）」の一環で、愛媛県内の各地で開かれています。

今回は「内子町景観まちづくり計画」を策定してから10年が経過した内子町で、その成果や他地域の事例を参考にしながら、「景観を創る意味」を考えます。

●**日時**　3月23日（土）午後1時30分～4時
●**場所**　内子自治センター
●**講義1**
▷テーマ　事例報告「歴史的建造物を活用した拠点づくりについて」
▷講師　西岡真貴（まき）さん（町並・地域振興課係長）
●**講義2**
▷「風景を創る意味」
▷講師　片岡由香（ゆか）さん（愛媛大学助教）
●**入場料**　無料
●**共催**　内子町
【申込・問い合わせ】
総務課　政策調整班
☎0893（44）6151

片岡さんが関わった松山市内の景観づくり

軽自動車税の納付は５月31日まで

軽自動車税の納付について

軽自動車税は４月１日現在の登録名義人に、その年度分が課税されます。車両を保有しなくなった場合は、速やかに手続きをしてください（場所は右表を参照）。納付通知書を５月上旬に送付するので、期限内に納付してください。

●**納期限　５月31日（金）**

軽自動車税の税率について

軽自動車税の税率は、最初の新規検査を受けた月（初度検査年月）によって、変わります。その月から13年以上経過した車両には重課税が適用されます。初度検査年月は車検証でご確認ください。

燃費性能に応じて適用されるグリーン化特例は、31年度まで延長されています。詳しい税率などは内子町のホームページをご覧ください。

http://www.town.uchiko.ehime.jp

【問い合わせ】
税務課　軽自動車税係
☎０８９３（４４）６１５３

三輪・四輪以上の軽自動車の重課税率

※この表は初度検査年月が平成18年３月以前の車両のものです。その他の車両はホームページをご覧ください。

車種		重課税率	手続き場所
軽三輪		4,600円	軽自動車検査協会愛媛事務所 ☎050（3816）3124
軽自動車（自家用）	乗用	12,900円	
	貨物用	6,000円	
軽自動車（営業用）	乗用	8,200円	
	貨物用	4,500円	

原付・二輪車などの税率

※トラクターや田植え機なども課税されます。

車種		標準税率	手続き場所
原動機付自転車	50cc以下	2,000円	内子町役場 ○税務課 ○内子分庁 ☎0893（44）2112 ○小田支所 ☎0892（52）3111
	90cc以下	2,000円	
	90cc超	2,400円	
	ミニカー	3,700円	
小型特殊自動車	農耕作業用	2,400円	
	その他作業用	5,900円	
軽二輪自動二輪	125cc～250cc	3,600円	愛媛運輸支局 ☎050（5540）2076
	250cc超	6,000円	

普通・軽自動車税の減免制度があります

障害者手帳を有する人が要件を満たす場合は、４月１日現在に所有する普通自動車または軽自動車のどちらか一台分の減免を受けられます。

《普通自動車》

●**申請期限**　４月１日（月）～５月24日（金）

※初めて申請する人は、５月31日（金）まで

●**申請場所**　愛媛県南予地方局税務課、愛媛県八幡浜支局税務室

【問い合わせ】
保健福祉課　障がい者福祉係
☎０８９３（４４）６１５４

《軽自動車》

●**申請期限**　５月31日（金）

●**申請場所**　内子町役場税務課、内子分庁、小田支所

【問い合わせ】
税務課　軽自動車税係
☎０８９３（４４）６１５３

●**減免の対象となる障がいの基準**

手帳の種類	障がいの内容		障がいの程度 本人が運転	障がいの程度 生計同一者が運転
身体障がい者	視覚		1～4級	
	聴覚		2～3級	
	平衡機能		3級	
	音声機能		3級（咽頭摘出者のみ）	
	上肢		1～2級	
	下肢		1～6級	1～3級
	体幹		1～5級	1～3級
	脳原生運動機能	上肢	1～2級	
		移動機能	1～6級	1～3級
	心臓・腎臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸・肝臓		1～3級	
	免疫機能		1～3級	
療育	知的		程度「A」	
精神保健福祉	精神		1級	

募集

うちこ福祉館講座で習い事を始めませんか

●**各講座共通**

▽受講資格　町内在住の人（❶は50歳以上の人／❷は町内の小学校に通う児童）

▽申込方法　うちこ福祉館にある申込書でお申し込みください。（申込多数の場合は抽選）

▽申込期限　３月22日（金）（❶のみ３月15日（金））

❶**健康体操・楽々フィットネス**

▽開講日時
①木曜日の午前９時30分～
②金曜日の午前９時30分～
③金曜日の午前10時45分～

※参加はいずれか１コースのみ。

※①②は椅子を使った運動、③は立って行う運動です。

▽指導　智葉ひとみさん

▽受講料（年額）　３０００円＋保険料（65歳以上＝１２００円／65歳未満＝１８５０円）

※別途ボール代が必要。

※受講料などは一括払いで、返金できません。

▽定員　①40人②15人③25人

❷**小学生習字教室**

▽開講日時　土曜日の午後１時～４時

▽指導　生口天籟（てんらい）さん

▽受講料（月額）　１人８００円

※家庭から２人の場合は５００円、３人は４００円。

▽定員　各学年10人程度

※新規・保護者説明会
４月６日（土）午後１時～

❸**押花教室**

▽開催日時　第３月曜日
午後１時30分～３時

▽指導　西渕和美（かずみ）さん

▽受講料　実費（材料費）

▽定員　若干名

❹**茶道教室**

▽開講日時　第２、４水曜日の
午後６時～９時

▽指導　土居美代子（みよこ）さん

▽受講料（月額）　５００円

▽定員　10人

おもてなしの心を学ぶ

❺**生花教室**

▽開講日時　第１、３水曜日の
午後６時30分～９時30分

▽指導　土居美代子（みよこ）さん

▽受講料（月額）　１９００円

▽定員　16人

先生が優しく手ほどき

【申込・問い合わせ】
うちこ福祉館
☎０８９３（４４）３４１０

誰かを守れる自分になろう 予備自衛官補などの募集

《一般・歯科・薬剤科幹部候補生》

●**試験日**

▽一次試験　５月11日（土）・12日（日）

▽二次試験　６月11日（火）～14日（金）

●**申込期限**　５月１日（水）

《予備自衛官補》

●**試験日**

▽技能　４月20日（土）

▽一般　４月21日（日）

●**申込期限**　４月12日（金）

※詳しい資料を送付しますのでお問い合わせください。

【申込・問い合わせ】
自衛隊愛媛地方協力本部　大洲地域事務所
☎０８９３（２４）４１２３

市民農園を利用して農業を楽しもう

市民農園の利用者を募集します。農業に興味のある人、休日に農業を楽しみたい人など、ぜひご利用ください。

《エコロジーファーム七反市民農園》

・募集区画　８区画

・年間利用料　６０００円

・面積　１区画50㎡

●**申込方法**　電話でお申し込みください。

※利用者は申し込み順に決定。１人２区画まで利用できます。

エコロジーファーム七反市民農園

【申込・問い合わせ】
産業振興課　農村支援センター（内子分庁内）
☎０８９３（４４）２１９９

催し

うちこ福祉館の行事案内

《うちこ人権映画祭》

●**上映作品**　『ペコロスの母に会いに行く』

●**内容**　認知症の母親とユーモアを交えて接する息子を題材にした映画です。

●**上映日**　3月12日（火）

●**上映時間など**

①午後2時～4時

※内子中学校3年生が来場するため、一般は15人程度です。

②午後7時～9時

※どなたでも観覧できます。

●**場所**　うちこ福祉館

●**入場料**　無料

映画のポスター

《健康講座（調理実習と講話）》

●**日時**　3月12日（火）午前9時30分～

●**場所**　うちこ福祉館

●**内容**　健康に過ごす食事／講話「糖尿病を知ろう」

●**定員**　15人（先着順）

●**参加費**　300円

●**持参品**　エプロン、頭巾

《わいわい喫茶》

●**日時**　4月1日（月）午後1時～4時30分

●**場所**　うちこ福祉館

●**参加費**　無料

【申込・問い合わせ】

うちこ福祉館

☎0893（44）3410

「気軽にコミュニティ・カレッジ in 内子」のお誘い

●**日時**　3月21日（木）午後5時30分～

●**場所**　内子自治センター

●**テーマ**　「比類なき作家、大江健三郎」

●**講師**　尾崎真理子（まりこ）さん（読売新聞東京本社　文化部長）

●**内容**　『大江健三郎作家自身を語る』を共著した講師が大江健三郎を語る

●**対象**　高校生以上

●**受講料**　500円

●**主催**　内子町教育委員会他

【問い合わせ】

内子町教育委員会　自治・学習課　自治振興係（内子分庁内）

☎0893（44）2114

「ウインドアンサンブル カイツ」10thコンサート

内子の社会人吹奏楽団が10年間の想いを込めて演奏します。

●**日時**　3月24日（日）午後2時　開演

●**場所**　内子町共生館

●**入場料**　無料

●**後援**　内子町他

【問い合わせ】

ウインドアンサンブル　カイツ団長・新本

☎090（8699）4145

多様なジャンルの曲を演奏

お知らせ

疲れた体をマッサージ 補助券でお得に

町内で利用できるはり・きゅう・あん摩などの補助券を交付します。指定施術者に提出し、差額分をお支払いください。

●**対象年齢／補助の内容**

▽40～64歳／1回　700円

▽65歳以上／1回　1000円

※年度内で1人4枚まで。

●**申請方法**　印鑑を持参し、保健福祉課・内子分庁・小田支所のいずれかで申請

●**申請受付**　3月20日（水）～

●**町内の指定施術者（敬称略）**

《内子地区》山田明／門田浩／山岡愛利／橋本洋三《五十崎地区》小島誠二／中野晴夫／松森弘孝《小田地区》古田勝美

【問い合わせ】

保健福祉課　高齢者福祉係

☎0893（44）6154

「小田川はらっぱ基金」活用団体を募集します

「内子町いかざき小田川はらっぱ基金」は、小田川流域の学習会や保全活動を行う団体への助成事業です。

●申込期限　4月5日（金）

※対象や申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

【申込・問い合わせ】

建設デザイン課　管理係

☎0893（44）6157

お知らせ

交通災害制度に加入しませんか

交通事故などでけがをして、病院にかかった場合に、見舞金が支払われます。

●**掛け金**　大人＝700円／子ども（平成16年4月2日以降生まれ）＝300円

●**見舞金の支払額**

等級	災害の程度	支払額
1	死亡	100万円
2	治療実日数が200日以上	15万円
3	同100日以上200日未満	12万円
4	同70日以上100日未満	10万円
5	同50日以上70日未満	8万円
6	同30日以上50日未満	6万円
7	同16日以上30日未満	3万円
8	同7日以上16日未満	2万円

※交通事故証明書がない場合の支払額は2分の1となります。

●**申込方法**　3月中に区の代表者を通じて加入申込書を配布します。掛け金を添えて申込書を区に提出してください。

【問い合わせ】

総務課　危機管理班

☎0893（44）6150

退位や改元の便乗商法 強引な勧誘に注意

天皇陛下の退位に便乗し、アルバムなどの購入を電話で執ようにに誘う業者が増えています。相談事例とその対策方法を紹介します。

●**相談事例**　「年号が変わるので、天皇陛下のアルバムを買わないか」と電話があり、話を聞いてしまった。最終的に断ったのに自宅にアルバムが配送され、夫が受け取ってしまった。

●**勧誘の対策**

・話を聞くと断りにくくなるので、購入する気持ちがないなら、早いうちにはっきり断る

・注文をしていない商品が届いたら、代金を支払わずに受け取りを拒否する

・「誰が注文したか分からない荷物は受け取らない」など、家族でルールをつくる

【問い合わせ】

内子町消費生活相談窓口

☎0893（44）5026

社協だより　vol. 4

盲導犬と一緒に学ぼう

―盲導犬キャラバンin天神―

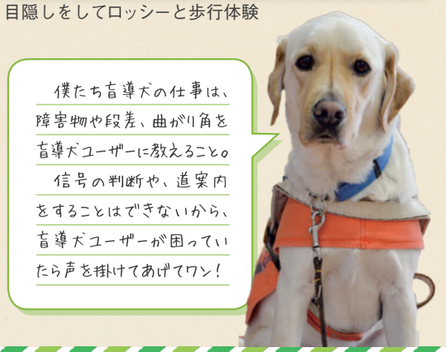
「盲導犬キャラバン」が1月25日、天神小学校で行われ、（公財）日本盲導犬協会島根あさひ訓練センターの辻芽衣子（めいこ）さんとPR犬のロッシーが同校を訪れました。

辻さんは視覚障がいのある人の目の見えにくさ、盲導犬の一生や訓練の仕方、役割などについて説明した後、ロッシーと一緒に盲導犬の仕事を実演しました。アイマスクを付けて、盲導犬と歩く体験をした児童たちは「見えなくて怖かったけれど、ロッシーがいるから安心して歩けた」と笑顔で話しました。

辻さんは「仕事中の盲導犬を見つめたり、撫でたりすると、盲導犬ユーザーが安全に歩けなくなってしまう。そっと見守って」と呼び掛けました。

児童からはたくさんの質問が投げかけられるなど、盲導犬の役割りとそれを必要とする人たちへの理解を深めていました。

目隠しをしてロッシーと歩行体験



ロコモを予防する食生活　―いつまでも自分の足で歩くために―

ロコモを予防するには適切な運動習慣とバランスのいい食事を取ることが大切です。次の３つの食生活のポイントを取り入れて、いつまでも自分の足で歩ける体づくりをしましょう。

ポイント❶　骨を強くする食生活

骨を作る元となる栄養素はカルシウムです。カルシウムを多く含む牛乳・乳製品・小魚・大豆製品などを積極的に摂りましょう。骨を強くするためにはビタミンＤやビタミンＫも必要です。カルシウムの吸収を高めるビタミンDは、鮭やキノコ類などに多く含まれます。日光を浴びることで皮膚でも作られますが、不足しないように食事からもとりましょう。骨の形成や骨質を維持するビタミンKは納豆や青菜に多く含まれます。

ポイント❷　筋肉を強くする食生活

せっかく運動しても、食事をきちんと取らなければ、筋肉は減ってしまいます。筋肉を作る栄養素はたんぱく質で、肉・魚・卵・大豆製品・乳製品などに多く含まれます。これらの食品を一つだけでなく、さまざまな食材を組み合わせて摂ると効率よく体内に吸収することができます。

ポイント❸　バランスのとれた食生活

主食（米や麺類など）、主菜（肉・魚・卵・大豆製品のおかず）、副菜（野菜・きのこ類・いも類のおかず）に牛乳・乳製品や果物を取り入れるとバランスのいい食事になります。日々の食生活を振り返り、できることから始めてみましょう。

※ロコモを予防する運動習慣については２月号をご覧ください。

4月の健康カレンダー

●母子保健

育児相談

日	受付時間	場所	対象
4（木）	午前９時30分～10時30分	小田保健センター	乳幼児
5（金）	午前９時30分～11時	内子保健センター	
9（火）		五十崎保健センター	

３歳児健康診査

日	受付時間	場所	対象
11（木）	午後１時～１時15分	内子保健センター	28年２月・３月生まれ

１歳６カ月児健康診査

日	受付時間	場所	対象
12（金）	午後１時～１時15分	内子保健センター	29年８月・９月生まれ

１歳Ｃｏｍｅかむ教室（むし歯予防教室）

日	受付時間	場所	対象
18（木）	午前９時30分～10時	内子保健センター	30年２月・３月生まれ

離乳食教室

日	受付時間	場所	対象
22（月）	午前９時15分～９時30分	内子保健センター	30年11月生まれ

ベビーマッサージ教室　※事前に電話予約が必要です。

日	実施時間	場所	対象
23（火）	午前10時～11時	内子保健センター	30年４月～11月生まれ

【問い合わせ】
地域医療・健康増進センター（保健センター）
☎０８９３（４４）６１５５

●うぶごえ ―♣男の子 ♥女の子―

♣久保　朝陽（健太 葉月）内子５
♥本川　結唯（範昌 裕子）内子５
♥児玉　衣都（惇平 和美）内子18第１
♥滝野　希歩（佑介 円香）内子19第１
♥大伴　菜々（賢二 景子）内子19第２
♥篠原　楓果（孝 香緒里）松尾
♣上森　太晴（洋佑 三代美）田中
♥小野　瑠音（稜典 美佑）護国
♣西岡　柊月（卓也 彩）和田
♣渡邉　壱星（聖太 夏美）西沖
♥伊達　葵唯（満也 実果）西沖
♥大野　陽葵（武広 亜都沙）西沖
♥松田　侑子（裕樹 明菜）西沖

●おくやみ

神山トキコ（84）内子15
佐伯シヅコ（90）内子16
中野　秋明（80）内子17
平野　初子（88）内子17
鈴木アサカ（88）内子18第１
村上　靜雄（89）内子18第１
沖永　英子（87）内子20
藤山　春夫（95）内子21
長岡アサヨ（89）宿茂
曽我　喜子（94）護国
二宮　幸生（72）程内
二宮　和枝（76）梅津
山田マス子（83）本村
沖野　常子（82）本村
清水　垣義（85）川中２
亀岡トミコ（86）石畳８
福山　好子（93）本町
冨永　和道（85）豊秋町
田村　宗信（85）平野
西岡　英聖（78）東沖
荒川　幸枝（93）西沖
祖母井重光（86）西沖
板垣　泰之（84）岡第２
前田美智子（81）上宿間
藤井ヤヱ子（90）新田第１
小西　照子（79）藤社
大田　勳（89）寺成
藤村　光男（71）打木
若松ヨリ子（99）上川西
福森　眸（80）上川西
吉井　孝夫（84）水地
岩本ナヲヱ（85）中通り
田中　安雄（69）小田上
上野シゲ子（79）掛橋
山田　廣重（92）吉野川
二宮スヱミ（90）中田渡４

●たかさご

高岡　亮
二宮恵里菜
岡田　幸平
金森　美月
藁池　昇吾
福岡　里紗

●まちの人口

31年２月１日現在
（　）内は前月比

・人口
16,673人（△45）
男性 7,990人（△23）
女性 8,683人（△22）
・世帯数
7,169戸（△15）

●まごころ銀行　皆様に心からお礼申し上げます。　内子町社会福祉協議会

沖野　義政様（内子２）
上堂　喜美様（内子18第２）
山田也寸志様（護国）
折本　正範様（本町１）
武知　正照様（川中１）
清水マス子様（川中２）
栗田　彦則様（上町）
門田　直洋様（妙見町）
荒川　治郎様（西沖）
髙森　博様（上重松）
高本師津雄様（寺成）
源田　幸生様（源台組）

4月の相談日・救急当番医

●年金１日相談

日時：11（木）・25（木）の午前10時～午後３時30分
場所：内子自治センター　※相談は予約制です。
予約・問い合わせ：松山西年金事務所　☎089（925）5110

●行政相談

日時：９（火）の午前９時30分～正午
場所：町民会館／内子分庁／林業センター
問い合わせ：総務課　☎0893（44）6150

●心配ごと相談

日時：９（火）の午前９時30分～正午
場所：内子分庁
※心配ごと相談は前日までに予約制が必要です。
問い合わせ：内子町社会福祉協議会　☎0893（44）3820

●人権相談

日時：９（火）の午前９時30分～正午
場所：五十崎自治センター
問い合わせ：住民課　☎0893（44）6152

●小児在宅当番医

日	医院名	電話番号
7（日）	みかんこどもクリニック（八幡浜市）	0894（20）8800
14（日）	八幡浜一次救急休日・夜間診療所	0894（24）1199
21（日）	亀井小児科（大洲市）	0893（24）3757
28（日）	八幡浜一次救急休日・夜間診療所	0894（24）1199
29（月）	おおむら小児科（内子町）	0893（44）7117
30（火）	守口小児科（八幡浜市）	0894（24）7770

●大洲喜多休日夜間急患センター　☎0893（23）1156

診療科目	診療時間
内科	○平日・土曜日：午後８時～11時 ○日曜日・祝日：午前９時～午後６時

●救急病院

日	病院名	電話番号
月・火	市立大洲病院	0893（24）2151
水	加戸病院	0893（44）5500
木	日中：大洲記念病院	0893（25）2022
	夜間：市立八幡浜総合病院	0894（22）3211
金・土・日	大洲中央病院	0893（24）4551

広報うちこ
UCHIKO
2019 March vol.257
③
発行／内子町　〒795-0392 愛媛県喜多郡内子町平岡甲168番地
☎0893(44)2111(代)／fax(44)4300
http://www.town.uchiko.ehime.jp
info-uchiko@town.uchiko.ehime.jp
内子分庁　〒791-3392 内子1515番地
☎0893(44)2112(代)／fax(44)6135
小田支所　〒791-3592 小田81番地
☎0892(52)3111(代)／fax(52)2303
編集：広報うちこ編集委員会

住人十色

第116回

◎年明けに初めて炭を焼いた山田さん。「驚きの連続で楽しい」と笑顔

東京から石畳、映像から製造へ――炭焼き技術を受け継ぐ新たな「炎」

山田　浩徳（ひろのり）さん（35）＝石畳7＝

山田浩徳さんは昨年9月、家族4人で石畳地区に移住し、炭焼き職人の後継者になる道を歩み始めました。

東京都でイベント映像の仕事をしていましたが、長男の誕生をきっかけに、田舎暮らしを考え始めたそうです。「子どもを自然の中で、のびのびと育てたかった。故郷の愛媛に帰ろうと思っていたら、石畳地区で炭焼き職人を募集していた」と話す山田さん。「面白そう。ゼロからだけど、挑戦したい」と応募しました。

夏場の炭切から冬場の集材や炭焼きと、一通りの作業を経験し、「大変な仕事だけど楽しい。クヌギの集材などを通じて、自然と共に生きる知恵を学んだ。手間が掛かる分、ありがたみを感じる暮らし」と充実した表情――。「子どもたちの成長も喜びの一つ。以前は『走ったらダメ』『手をつないで』と心配が多かったけれど、今は自由に走り回っている。自分でできることもどんどん増えて、たくましい」と目を細めます。

「地域の人たちから気さくに声を掛けてもらったり、農作物をもらったりと、都会にはない付き合い方に幸せを感じている。早く一人前になって、石畳の炭焼き職人の火を絶やさないよう頑張りたい」と決意を語りました。

編集幸記

▽「平時の面倒は、災害対応に比べたら、些細なこと。普段から最善を尽くすことが、迅速な災害対応や住民の幸せにつながる」。県広報会議の講師・野中さんの言葉に感動。私も広報でできることに全力を尽くします（裕）

▽「最後の夏は悔いなく終わりたい」と意気込む、帝京第五高校野球部の谷本陸さん。球児の心に触れ、私も久しぶりに野球をしたくなりました。以前のようなプレーはできないかもしれませんが、20代最後の1年、悔いなく終わりたいです（航）

町内無線放送が聞き取れなかった場合はお電話ください。

通話料無料の
フリーダイヤル
☎0120(44)2130

広報うちこは環境に優しい植物油インキを使用しています。
読み終えたら綴じて保存してください。
きっとまたお役に立つときがあります。
VEGETABLE OIL INK