

## ●新しい民生委員・児童委員、主任児童委員の皆さんを紹介します

新しい民生委員・児童委員、主任児童委員が決定し、厚生労働大臣から委嘱されました。任期は令和7年12月1日～10年11月30日です。

民生委員・児童委員は地域福祉の向上のために活動しています。高齢者や障がい者、子育て中の保護者などの身近な相談相手として、必要な援助が受けられるようにお手伝いします。

### 内子地区

民生委員・児童委員 (敬称略)

行政区	氏名	担当地区
内子4	稻田 恵美	内子2・3・4
内子1	須内久仁子	内子1・22
内子7	井上 博子	内子6・7
内子8	向成 千明	内子8・9・10・11
内子14	神山 勝美	内子12・13・14
内子15	辰本久美子	内子15・16
内子17	大伴レイ子	内子17
内子18第2	上堂 恵子	内子18第1・18第2
内子19第2	樋内みどり	内子19第1・19第2
内子21	佐伯 リエ	内子5・20・21
宿茂	中川 幸子	宿茂
松尾	池田 匠子	松尾
田中	清水 勇二	田中
大岡	佐藤 伸子	護国・岡第1・大岡
富中	大野喜代香	富中・富長
村前	上田 久雄	北深・村前
和田	藤渕 満博	和田
長田	太田 利栄	長田
本町1	井上 王子	本町1
本町2	大江 忍	本町2・3

主任児童委員は、児童に関することを専門的に担当し、子どもたちを見守り、子育ての不安や妊娠中の心配事などの相談・支援を行います。

内子町では、72人の民生委員・児童委員と3人の主任児童委員が、関係機関と連携しながら、皆さんの立場に立って対応します。暮らしの中で困ったことや心配事などがあるときは、お気軽にご相談ください。

行政区	氏名	担当地区
江子	大本 芳雄	中野・江子
乙成	高橋 文雄	乙成・大久保・鶴川
熊ノ滝	梅原 久司	熊ノ滝・程内
甲影山	堂林 一男	甲影山・乙影山
梅津	森崎 一男	路木・梅津
川登	明智 恵子	川登・今岡
池田	岡崎 宗衛	池田
徳積	東灘 澄子	喜田村・本村・上日ノ地・徳積
立川中央	曾根美智子	立川中央
上立山	森本 利雄	上立山
下立山	松下 國夫	下立山
川中2	西谷 安子	川中1・2・日之地
立川袋口	木村聖一郎	立川袋口
論田2	矢野 幹浩	論田2・3・河内4
河内5	上岡 早苗	河内5
内子17	西山 学	石畠7
石畠9	田村 明美	石畠8・9

行政区	氏名	担当地区
内子21	石尾真由美	内子全地区

※委員にはそれぞれ担当地区があります。詳細は該当する地区的事務局へお問い合わせください。

### 【問い合わせ】

○内子地区事務局 内子総合窓口センター

☎ 0893(44)2112

○五十崎地区事務局 保健福祉課

☎ 0893(44)6154

○小田地区事務局 小田支所

☎ 0892(52)3111

### 小田地区

民生委員・児童委員

(敬称略)

行政区	氏名	担当地区
北田	村上三枝子	北田・船戸
野村	松野 順子	野村・寺成・森
打木	亀岡 忠重	宮原・打木
中川西	中田 和世	中川西
祝谷	東 藤子	鎌土・亀ヶ谷・祝谷・鈴ノ子
上川中央	坪田美由紀	上川中央(今生・宮下・薬師堂・岡・久保成)
上川上	梅木 洋子	上川上・上川中央(田窪)
立石	大野みどり	立石(日浦・天神上・中・下)
立石	山岡 弘子	立石(峰・ハツ松・上組・中組・尾首・上成)
東組	上西しげ子	源台組・東組
中通り	阪本 玲子	水元・水地・中通り
新田第2	向井 康子	堂村・新田第2・林慶
恩地	松岡 浩司	恩地
小田上	伊達 邦明	小田下・小田上
掛橋	藤田 泰正	掛橋・道徳・日野泉・大平
吉野川	谷岡 健一	吉野川
中田渡3	西田 時子	中田渡2・3
中田渡1	泉田喜久子	中田渡1・4
上田渡	宮岡 厚子	上田渡
臼杵上	道岡 文子	臼杵中・下臼杵
臼杵上	上田 和生	臼杵上

主任児童委員 (敬称略)

行政区	氏名	担当地区
西沖	木村 朋子	五十崎全地区

主任児童委員 (敬称略)

行政区	氏名	担当地区
上田渡	武井 好子	小田全地区



○誰もが気軽に始められる「ウォーキングくらぶ」で楽しく運動しよう

ウォーキングの効果や正しい方法を学びながら、仲間と一緒に町内を歩きませんか。

●対象 町内に住所があり、1時間に2km程度を歩ける人  
●持用品 帽子、タオル、飲み物、ノルディック・ウォーキングポール（持っている人）

●申込方法 電話でお申し込みください。  
●参加費 無料

※体調に少しでも異変がある場合は、参加をご遠慮ください。

●申込・問い合わせ 内子町保健センター ☎ 0893(44)6155

○「眠れない」「気分が晴れない」  
ここからの悩みは、専門家に相談を

不眠や心の不調などの悩みについて、専門家が相談に応じる「ここからの相談日」を実施します。秘密は遵守しますので、気軽にご相談ください。

●場所 内子町保健センター  
●日時 1月30日(金)午前9時～正午(1人1時間程度)

●申込方法 相談日前日までにお申し込みください。  
●対象 本人または家族  
●相談担当 池田有紀さん(臨床心理士・公認心理士)

#### 《日程・内容》

開催日	時間	集合場所	内容
1月23日(金)	午前10時～11時30分	知清公園	内子新四国八十八力所めぐり(一部)
2月17日(火)		内子町民会館	一年間の評価
3月27日(金)	午前9時10分～午後0時15分	五十崎自治センター	大瀬の町なか歩き

※3月27日は実施場所までバスで移動します。申込時にバス利用の有無をお知らせください。

#### 20歳になったら要確認 国民年金の書類が届きます

ねんきん Q&A

Q: 20歳になったら国民年金の手続きが必要ですか

A: 国民年金の被保険者となります。加入手続きは不要です。20歳になった人には、概ね2週間以内に「基礎年金番号通知書」「国民年金加入のお知らせ」「国民年金保険料納付書」などが届きます。ただし厚生年金保険の加入者は除きます。

期間が過ぎても通知が届かない場合は、年金事務所か役場にお問い合わせください。

Q: 「基礎年金番号通知書」とは何ですか

A: 加入する年金の変更や、年金の請求などの手続きの際に必要となる書類です。生涯使用するので、大切に保管してください。厚生年金保険の被保険者や、障害年金・遺族年金の受給者には送られません。

Q: 支払いが難しい場合はどうすればいいですか  
A: 「学生納付特例制度」や「免除・納付猶予制度」

があります。保険料を納められないときは必ず、同制度を申請してください。

Q: 学生納付特例や免除・納付猶予が承認されたら、将来の年金額はどうなりますか

A: 承認を受けた期間がある場合、保険料を全額納付したときと比べて、将来受け取る年金額は少なくなります。ただし、猶予された期間の保険料は後から納付(追納)することで、年金額を増やすことができます。

【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

# 第19回 内子町 駅伝競走大会

2026  
1/18  
SUN

大会の実施に伴い、下記のとおり交通規制を行います。ご迷惑をおかけしますが、皆さんのご協力をお願いします。

#### ●大会日程 1月18日(日)正午スタート

※雨天決行。荒天の場合は中止

#### ●コース

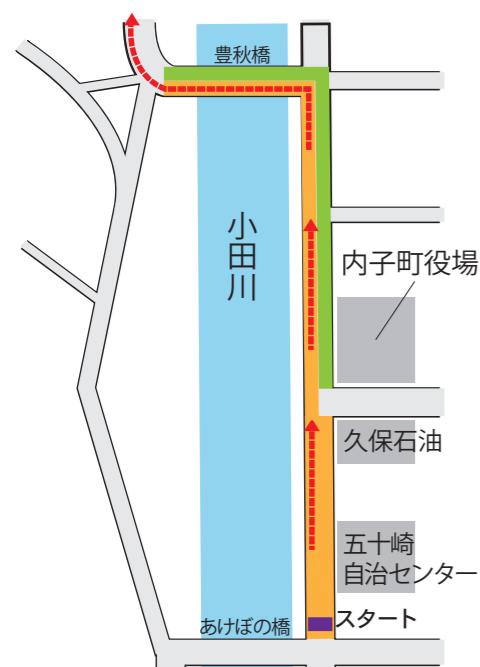
五十崎自治センター前 → 内子自治センター → 富長集会所 → JA柿選果場 → 大瀬小学校前 → いかだや → 水元橋 → 小田自治センター

▼▼▼ 危険です！ ▼▼▼

車で移動しながらの応援は危険です。選手や観客の安全を守るために、絶対にしないでください。

#### 《交通規制箇所図》

##### ①五十崎自治センター前～久保石油

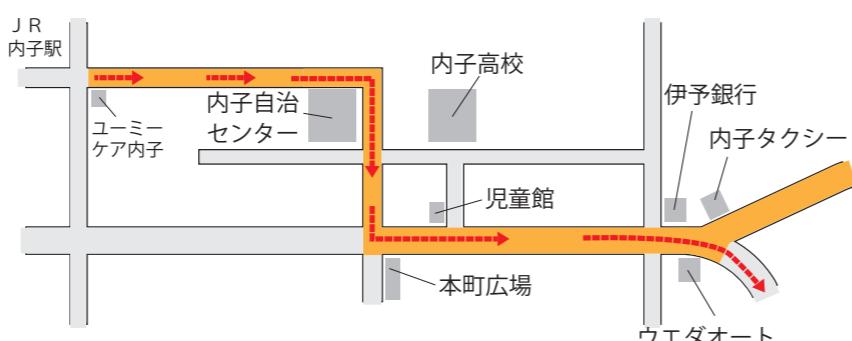


交通規制区間(大会関係車両を除く)  
片側通行区間(五十崎→天神方面は通行可)

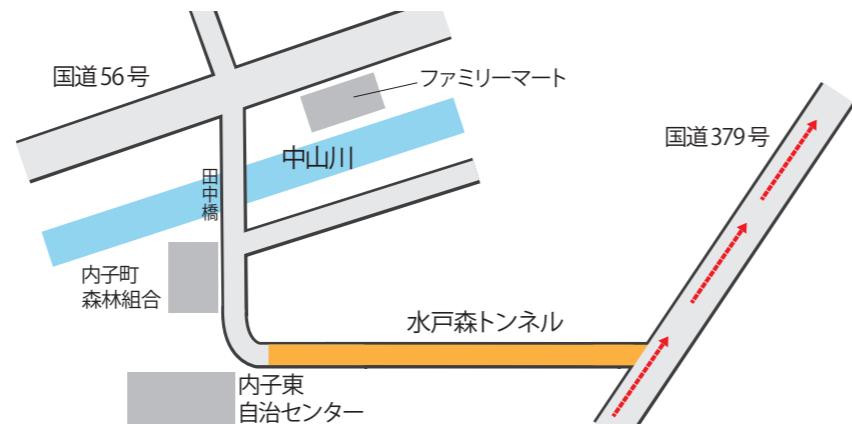
→ 駅伝コース

##### ②内子自治センター周辺～本町広場

##### ③本町商店街(本町広場～内子タクシー前)



##### ④内子東自治センター前～水戸森トンネル



【問い合わせ】内子町教育委員会 自治・学習課(内子分庁内) ☎ 0893(44)2114



# 放課後児童クラブ 利用者募集中

小学生に放課後の遊びや生活の場を提供する  
「放課後児童クラブ」の利用者を募集します。  
希望する人は期限までにお申し込みください。



## 《対象・定員など》

### ◆内子第1児童クラブ ※内子児童館内



- 対象 内子小学校の1～6年生
- 定員 30人程度

### ◆内子第2児童クラブ ※内子小学校敷地内



- 対象 内子小学校の1～6年生
- 定員 40人程度

### ◆五十崎児童クラブ ※五十崎児童館内



- 対象 五十崎小学校の1～6年生
- 定員 30人程度

### ◆天神児童クラブ ※天神小学校敷地内



- 対象 天神小学校の1～6年生
- 定員 30人程度

## くらしの情報

### 募集

#### 愛媛県森林環境保全基金 公募事業の提案を募集

- 応募方法 所定の用紙に記入して提出してください。
- 応募期限 1月30日（金）



### 問い合わせ

愛媛県森の交流センター

☎ 0891(990)7017

### 県営住宅の空室待ち入居 希望者を募集します

- 対象の住宅／建築年 県営住宅に空室ができた場合に入居したい「空き家待ち」の世帯を募集します。

●受付期間 2月2日（月）

（10日（火）

### お知らせ

#### いつ起くるか分からない 地震に今、備えよう



### 問い合わせ

内子消防署

☎ 0893(43)0119

### 酒との付き合い方を 専門家がアドバイス

△神山団地（八幡浜） S58.59  
△神山団地（八幡浜） H12/H7  
△松柏団地（八幡浜） H1  
△白浜団地（八幡浜） H12/H7  
△大洲東団地（大洲） H1  
△住んでいる地域の危険個所を  
備蓄する  
△ラジオや懐中電灯などの非常  
持ち出し品を用意する

△災害に備えてできること  
△飲料品や飲料水を最低3日分  
△飲み方や体調の変化など、日頃  
気になっていることはあります  
△護師などが相談に応じます  
△気軽にご相談ください

●日時 午後1時30分～3時30分

1月15日（木）

### 相談・問い合わせ

詳細はホームページをご確認ください▼



四国財務局 多重債務者相談窓口

☎ 087(811)7801

- 確認する
- △避難場所や経路について家族と話し合う
- △家具は出入口などを避けて設置し、転倒防止対策をする
- △耐震診断などで家や堀の安全性を確認する
- △備蓄品の内容や使用期限は定期的に確認しましょう。

### 問い合わせ

内子消防署

☎ 0893(43)0119

### 借金の悩み、まずは 相談窓口にお電話を

四国財務局では、借金を抱えて悩んでいる人のために無料相談窓口を開設しています。必要に応じて、弁護士や司法書士などの法律専門家への取り次ぎも行います。困ったときは一人で悩まず、まずはご相談ください。

- 相談方法 まずはお電話ください。相談担当者から電話をかけ直します。
- 受付時間 平日の午前9時～正午、午後1時～5時

△相談・問い合わせ

詳細はホームページをご確認ください▼



四国財務局 多重債務者相談窓口

☎ 087(811)7801

## お知らせ

### 残さず、おいしく食べきりで食品ロス削減

愛媛県では食品ロス削減のため、適量を用意して残さず食べることを啓発する「おいしい食べきりキャンペーン」を実施しています。

1月は新年会などで会食の機会が増える時期です。宴会時は、開始30分間と終了10分前に自席で料理を味わう「3010運動」を実践して、食べ残しを減らしましょう。

詳細はホームページをご確認ください▼



愛媛県では若者への献血への理解と協力を求める「はたちの

厚生労働省のポスター

あなたも誰かを救える  
献血にご協力を

日時 2月2日（月）

午後1時～4時30分

定員 15人（先着順）

参加費 無料

● 参加品 マスク、エプロン、頭巾

【申込・問い合わせ】  
うちこ福祉館  
☎ 0893(44)3410

- ①中学校を卒業していない人
  - ②中学校を卒業したが十分に学べなかつた人
  - ③右の①②の家族・友人・同僚・支援者など
- 回答方法 次の二次元コードにアクセスするか、内子町教育委員会にある用紙でご回答ください。

- ①中学校を卒業していない人
  - ②中学校を卒業したが十分に学べなかつた人
  - ③右の①②の家族・友人・同僚・支援者など
- こちらの専用フォームからご回答ください▼



回答期限 1月31日（土）  
愛媛県教育委員会 義務教育課  
☎ 089(912)2943

回答期限 2月2日までに忘れずに  
労働保険料の納付は  
2月2日までに忘れずに  
愛媛労働局労働保険徴収室  
☎ 089(935)5202

問い合わせ  
愛媛県循環型社会推進課  
☎ 089(912)23356

問い合わせ  
愛媛県での夜間中学の必要性を調べるアンケート調査を実施します。

「夜間中学」のニーズ調査を実施中  
対象者 次のいずれかの人

愛媛県循環型社会推進課  
☎ 089(912)23356

問い合わせ  
愛媛県循環型社会推進課  
☎ 089(912)23356

献血キャンペーンを実施しています。  
献血やけがの治療で使われる血液製剤は、献血で提供された血液から作られます。血液は長期間保存ができないので、安定した治療のために日々、多くの人の協力が必要です。身近な社会貢献として、あなたも献血を始めてみませんか。

献血キヤンペーン」を実施しています。  
病気やけがの治療で使われる血液製剤は、献血で提供された血液から作られます。血液は長期間保存ができないので、安定した治療のために日々、多くの人の協力が必要です。身近な社会貢献として、あなたも献血を始めてみませんか。

問い合わせ  
愛媛県薬務衛生課  
確定申告はスマホから  
自宅で簡単申請  
確定申告はスマホから  
国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、案内に沿って金額などを入力するだけで申告書類の作成や提出ができます。マイナポータルと連携すると、控除証明書などのデータも申告書類に自動入力され便利です。ぜひご利用ください。

連携対象の例 公的年金などの源泉徴収票、株式の特定口座年間取引報告書、医療費、

愛媛県では若者への献血への理解と協力を求める「はたちの

厚生労働省のポスター

あなたも誰かを救える  
献血にご協力を

日時 2月2日（月）

午後1時～4時30分

定員 15人（先着順）

参加費 300円

● 参加品 マスク、エプロン、頭巾

【申込・問い合わせ】  
うちこ福祉館  
☎ 0893(44)3410

問い合わせ  
愛媛県薬務衛生課  
確定申告はスマホから  
自宅で簡単申請  
確定申告はスマホから  
国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、案内に沿って金額などを入力するだけで申告書類の作成や提出ができます。マイナポータルと連携すると、控除証明書などのデータも申告書類に自動入力され便利です。ぜひご利用ください。

連携対象の例 公的年金などの源泉徴収票、株式の特定口座年間取引報告書、医療費、

愛媛県では若者への献血への理解と協力を求める「はたちの

厚生労働省のポスター

あなたも誰かを救える  
献血にご協力を

日時 2月2日（月）

午後1時～4時30分

定員 15人（先着順）

参加費 300円

● 参加品 マスク、エプロン、頭巾

【申込・問い合わせ】  
うちこ福祉館  
☎ 0893(44)3410

問い合わせ  
愛媛県薬務衛生課  
確定申告はスマホから  
自宅で簡単申請  
確定申告はスマホから  
国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、案内に沿って金額などを入力するだけで申告書類の作成や提出ができます。マイナポータルと連携すると、控除証明書などのデータも申告書類に自動入力され便利です。ぜひご利用ください。

連携対象の例 公的年金などの源泉徴収票、株式の特定口座年間取引報告書、医療費、

愛媛県では若者への献血への理解と協力を求める「はたちの

厚生労働省のポスター

あなたも誰かを救える  
献血にご協力を

日時 2月2日（月）

午後1時～4時30分

定員 15人（先着順）

参加費 300円

● 参加品 マスク、エプロン、頭巾

【申込・問い合わせ】  
うちこ福祉館  
☎ 0893(44)3410

問い合わせ  
愛媛県薬務衛生課  
確定申告はスマホから  
自宅で簡単申請  
確定申告はスマホから  
国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、案内に沿って金額などを入力するだけで申告書類の作成や提出ができます。マイナポータルと連携すると、控除証明書などのデータも申告書類に自動入力され便利です。ぜひご利用ください。

連携対象の例 公的年金などの源泉徴収票、株式の特定口座年間取引報告書、医療費、

愛媛県では若者への献血への理解と協力を求める「はたちの

厚生労働省のポスター

あなたも誰かを救える  
献血にご協力を

日時 2月2日（月）

午後1時～4時30分

定員 15人（先着順）

参加費 300円

● 参加品 マスク、エプロン、頭巾

【申込・問い合わせ】  
うちこ福祉館  
☎ 0893(44)3410

問い合わせ  
愛媛県薬務衛生課  
確定申告はスマホから  
自宅で簡単申請  
確定申告はスマホから  
国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、案内に沿って金額などを入力するだけで申告書類の作成や提出ができます。マイナポータルと連携すると、控除証明書などのデータも申告書類に自動入力され便利です。ぜひご利用ください。

連携対象の例 公的年金などの源泉徴収票、株式の特定口座年間取引報告書、医療費、

愛媛県では若者への献血への理解と協力を求める「はたちの

厚生労働省のポスター

あなたも誰かを救える  
献血にご協力を

日時 2月2日（月）

午後1時～4時30分

定員 15人（先着順）

参加費 300円

● 参加品 マスク、エプロン、頭巾

【申込・問い合わせ】  
うちこ福祉館  
☎ 0893(44)3410

問い合わせ  
愛媛県薬務衛生課  
確定申告はスマホから  
自宅で簡単申請  
確定申告はスマホから  
国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、案内に沿って金額などを入力するだけで申告書類の作成や提出ができます。マイナポータルと連携すると、控除証明書などのデータも申告書類に自動入力され便利です。ぜひご利用ください。

連携対象の例 公的年金などの源泉徴収票、株式の特定口座年間取引報告書、医療費、

愛媛県では若者への献血への理解と協力を求める「はたちの

厚生労働省のポスター

あなたも誰かを救える  
献血にご協力を

日時 2月2日（月）

午後1時～4時30分

定員 15人（先着順）

参加費 300円

● 参加品 マスク、エプロン、頭巾

【申込・問い合わせ】  
うちこ福祉館  
☎ 0893(44)3410

問い合わせ  
愛媛県薬務衛生課  
確定申告はスマホから  
自宅で簡単申請  
確定申告はスマホから  
国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、案内に沿って金額などを入力するだけで申告書類の作成や提出ができます。マイナポータルと連携すると、控除証明書などのデータも申告書類に自動入力され便利です。ぜひご利用ください。

連携対象の例 公的年金などの源泉徴収票、株式の特定口座年間取引報告書、医療費、

愛媛県では若者への献血への理解と協力を求める「はたちの

厚生労働省のポスター

あなたも誰かを救える  
献血にご協力を

日時 2月2日（月）

午後1時～4時30分

定員 15人（先着順）

参加費 300円

● 参加品 マスク、エプロン、頭巾

【申込・問い合わせ】  
うちこ福祉館  
☎ 0893(44)3410

問い合わせ  
愛媛県薬務衛生課  
確定申告はスマホから  
自宅で簡単申請  
確定申告はスマホから  
国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、案内に沿って金額などを入力するだけで申告書類の作成や提出ができます。マイナポータルと連携すると、控除証明書などのデータも申告書類に自動入力され便利です。ぜひご利用ください。

連携対象の例 公的年金などの源泉徴収票、株式の特定口座年間取引報告書、医療費、

愛媛県では若者への献血への理解と協力を求める「はたちの

厚生労働省のポスター

あなたも誰かを救える  
献血にご協力を

日時 2月2日（月）

午後1時～4時30分

定員 15人（先着順）

参加費 300円

● 参加品 マスク、エプロン、頭巾

【申込・問い合わせ】  
うちこ福祉館  
☎ 0893(44)3410

問い合わせ  
愛媛県薬務衛生課  
確定申告はスマホから  
自宅で簡単申請  
確定申告はスマホから  
国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、案内に沿って金額などを入力するだけで申告書類の作成や提出ができます。マイナポータルと連携すると、控除証明書などのデータも申告書類に自動入力され便利です。ぜひご利用ください。

連携対象の例 公的年金などの源泉徴収票、株式の特定口座年間取引報告書、医療費、

愛媛県では若者への献血への理解と協力を求める「はたちの

厚生労働省のポスター

あなたも誰かを救える  
献血にご協力を

日時 2月2日（月）

午後1時～4時30分

定員 15人（先着順）

参加費 300円

● 参加品 マスク、エプロン、頭巾

【申込・問い合わせ】  
うちこ福祉館  
☎ 0893(44)3410

問い合わせ  
愛媛県薬務衛生課  
確定申告はスマホから  
自宅で簡単申請  
確定申告はスマホから  
国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、案内に沿って金額などを入力するだけで申告書類の作成や提出ができます。マイナポータルと連携すると、控除証明書などのデータも申告書類に自動入力され便利です。ぜひご利用ください。