広報
まさき
まっさきにあなたへ。
まさきの魅力と情報をお届け
3
March 2023
No.556

cover　松前ひまわり保育所
「節分」

特集　生まれてきてくれてありがとう

まさき人
松前の魅力伝え隊
北伊予小学校 5年生の皆さん
家族のきずな
伊藤雅裕さん 優里さん 凛ちゃん
Boys & Girls, Be Ambitious!
沖田橙泉さん 正藤大夢さん

特集

生まれてきてくれて ありがとうて

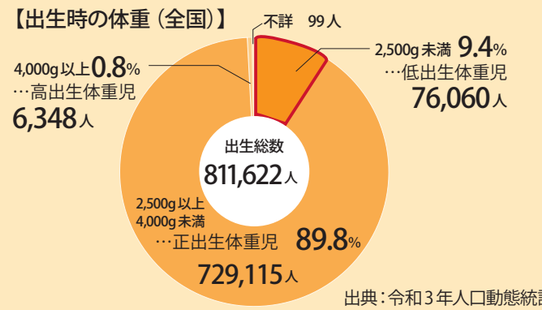
突然の出産―。
予定日よりも早く生まれてきたのは、とても小さな赤ちゃん。
小さく生まれた子どもたちを支える家族のために
「つむぎ広場　ちっ♥ちゃ」が開催されています。
小さく生まれてもそれぞれのペースで成長している子どもたち。
小さく生まれた子どもたちを懸命に支えている家族。
そんな子どもたちと家族をご紹介します。

出生時の平均体重はどのくらい？

厚生労働省の「令和３年人口動態統計」によると、出生児の平均体重は、3,000 グラム。2,500 グラム未満の低出生体重児は全体の 9.4%です。

低出生体重児は、出生後に医療的ケアが必要となる場合が多く、発育や発達の遅れなどのリスクが高いといわれています。

【出生時の体重（全国）】



出典：令和３年人口動態統計

はぐはぐ

ちいさくうまれた こどもとかぞくの おはなしくらぶ

つむぎ広場　ちっ♥ちゃ

▶**対象者**
- 2,500 グラム未満の低出生体重児や妊娠 37 週未満の早産児とその家族
- 双子以上の出産を予定している妊婦
- 生まれた赤ちゃんが NICU（新生児集中治療室）に入院している家族

▶**日　時**　3 月 8 日㊌　10 時～ 11 時 30 分
※　4 月以降の予定は、お問い合わせを。

▶**場　所**　福祉センター 2 階

問子育て・健康課子育て支援係　☎ 985-4189（よいはぐ）

お友達もたくさん！

ママのリクエストで記念の手形をペッタン

パパも大歓迎！

また会おうね～

専門職に相談できる！

「つむぎ広場　ちっ♥ちゃ」という愛称は、第１回に参加したメンバーで決めました。

子育て・健康課子育て支援係
加藤（かとう） 李奈（りな） 保健師

Interview　「つむぎ広場　ちっ♥ちゃ」でお待ちしています

松前町で生まれる子どものうち、およそ１割の子どもは、小さく生まれたり、予定日よりも早く生まれたりしています。小さく生まれた子どもたちの家族は、子どもが生まれてからたくさんの不安や困難を抱えたまま育児を始めることに―。

そんな家族がその思いを話したり、情報を集めたりすることができる場として誕生したのが、「つむぎ広場　ちっ♥ちゃ」です。

うれしいこと、楽しいこと、困ったこと何でもお話しに来てくださいね。

Case1

不安なことはたくさん―。だけど、家族で毎日笑って過ごしたい

橋本栄美（はしもとえみ）さん　武虎（たけとら）くん

不安の中、突然の出産

胎盤が子宮の入り口を覆ってしまう前置胎盤の診断を受けていた栄美さん。妊娠28週の時、突然出血し入院しました。新型コロナウイルス感染症予防のため、家族との面会もできず不安な入院生活を送る中、令和3年11月24日、再度出血。緊急帝王切開で、武虎くんを出産しました（33週4日）。

栄美さんは、保育器に入っている武虎くんを見た時のことを、「すごく小さかった。たくさんの管がつながれていたので、ごめんねと思った」と振り返ります。

体重2,472グラム、身長45センチで生まれた武虎くん。生後3日目の様子。小さな手でギュッ。武虎くんは、NICUで1カ月過ごした

不安は笑顔で乗り越える

「医師からは、『発達が少しずつ遅いと思う』と言われたけれど、今は気になる遅れはない」と話す栄美さんですが、不安なことは他にもたくさん。そんな栄美さんを支えているのは、何でも話せる家族や友達です。

武虎くんのことを見つめて、「毎日不安なことだらけだけど、やっぱりかわいい。笑って過ごせば、楽しいことがある」とほほえむ栄美さん。

武虎くんが、いろいろなことに挑戦できる子になることを願って、これからも笑顔で育児を続けます。

武虎くん1歳1カ月。歩く練習を頑張っている。パパと遊ぶのが大好きで、何でも食べて元気いっぱいな男の子

Case2

二人の生きる力、可能性を信じて成長を見守る

阿部登誉晃（あべとよこ）さん
葉琉真（はるま）くん（写真㊧）
翔華琉（かける）くん（写真㊨）

双子を出産

子宮口が開いてきたため、医師から、「今、生まれたら赤ちゃんを助けられない」と言われた登誉晃さん。妊娠20週で入院しました。入院が続く中、令和3年9月4日、陣痛が止まらなくなり、緊急帝王切開で葉琉真くんと翔華琉くんを出産（27週6日）。

登誉晃さんは、「生まれた時、泣き声が聞こえて安心したけれど、小さく生んでしまった悔しさもあった」と振り返ります。

葉琉真くんと翔華琉くんは、自発呼吸はありましたが、油断できない状況ですぐにNICUに運ばれました。

兄：葉琉真くん㊧体重1,019グラム、身長37.3センチで生まれる。弟：翔華琉くん㊨体重1,001グラム、身長35.3センチで生まれる。共に生後60日目の様子

心配より準備が大切

産後、1週間で退院した登誉晃さん。3カ月後に二人が退院するまで、病院から電話がかかってこないか不安な日々が続きました。6歳まで経過観察が続きますが、「発達に遅れがあったときに、早く気付いて受け止めたい」との思いから『ちっ♥ちゃ』に参加し、他のお母さんとの交流を楽しみながら、成長を見守っています。

「あなたが頑張ったから二人が大きくなったんよ」という母からの言葉は、登誉晃さんの心の支え。葉琉真くんと翔華琉くんを支える準備は万端です。

お家に帰った日に、お姉ちゃんとパチリ。この日から、お姉ちゃんの口癖は、「弟のためだったら、何でもする!」に―。葉琉真くん㊧はわんぱくに、翔華琉くん㊨は穏やかに成長中

Case3

我が子は世界で一番大切な存在。共に生きていけることが幸せ

堀内知美（ほりうちともみ）さん　尊（たける）くん

想像と違った出産

切迫流産で入退院を繰り返していた知美さん。妊娠21週で入院し、令和2年10月11日、突然陣痛が始まり、緊急帝王切開で尊くんを出産しました（24週5日）。

出産直後、医師からは、「お母さん、赤ちゃん預かるね」と言われただけで、尊くんには一目も会えず。早産のリスクが頭をよぎり、「お願いだから、この子を助けてください」と願うばかりだったという知美さん。翌日、初めて会えた保育器の中の尊くんは、両手に収まるくらいの大きさでした。

体重659グラム、身長31センチで生まれた尊くん。生後75日目の様子。この日はクリスマス。NICUの看護師から、ママへ『初めての抱っこ』がサプライズプレゼントされた

一緒に生きられる幸せを感じて

約5カ月をNICUで過ごした尊くん。その間、知美さんは3時間おきに搾乳をし、毎日病院に母乳を届け、完全母乳で尊くんを育てました。「尊が早く退院できますように―」という願掛けの意味もあったと振り返る知美さん。尊くんが退院してからも「大変だと思ったことはない。一緒に生活できることがうれしい」とほほえみます。

現在、働いている知美さん。仕事の日は、尊くんの二人の祖母が育児をサポートしてくれます。これからも大切な尊くんを家族全員で支えていきます。

尊くん2歳3カ月。絵本とイチゴのショートケーキが大好き。それよりも好きなのは、何といっても「ママ」

Case4

小さく生まれたって こんなに元気。たくさんの笑顔を見せてくれる

稲本千恵（いなもとちえ）さん　りみちゃん

奇跡の産声

令和2年7月6日、定期健診で、子宮口が開いていることが分かり、入院することになった千恵さん。妊娠すると、子宮の出口付近にポリープができる体質で、出血しやすくなるなど、妊娠・出産にはリスクが伴います。

7月30日、「今日陣痛がきそうだから、産みましょう」という医師の一声で緊急帝王切開が行われ、りみちゃんが誕生（22週6日）。麻酔がうまく効かず、意識がもうろうとする中、りみちゃんの産声を聞いた千恵さん。「泣いた。良かったと思って涙が出た」と振り返ります。

体重602グラム、身長30センチで生まれたりみちゃん。生後100日目の様子。にっこり笑顔のナイスショット！

笑顔の連鎖

千恵さんが退院してから数日後、医師から「りみちゃんの腸が破裂したので手術する」という連絡が―。手術は無事終わり、それ以降は大きな病気をすることもなく、元気に成長したりみちゃん。12月29日、家族が待つ家に帰ることができました。

「不安もあったけど、りみの笑顔に支えられた。小さく生まれたけど、今はこんなに元気です」とほほえむ千恵さん。りみちゃんの笑顔には、周りの人たちのことも笑顔にする力が―。これからも、りみちゃんは笑顔いっぱい、大きく成長していきます。

りみちゃん2歳5カ月。音楽が流れると踊ったり、歌ったり―。絵本も大好き。いつも笑顔のムードメーカー

石丸幸子さんを委嘱
人権擁護委員

1月1日付で、法務大臣から石丸幸子さん＝筒井＝が人権擁護委員に委嘱されました。

人権擁護委員は、原則毎月第4水曜日、文化センターで皆さんの身の回りの人権に関する相談に応じています。相談は無料で、秘密は厳守します。

詳しくは、毎月の広報のお役立ちカレンダーをご覧ください。

地域のために役立てて
松前ライオンズクラブが町に寄付

松前ライオンズクラブ（松下弘会長）は2月8日、奉仕活動の一環として、町に30万円を寄付しました。

松下会長から目録を受け取った岡本町長は、「ありがたく頂戴し、町のために有効に使わせていただきます」と話し、感謝状を贈りました。

この寄付金は、福徳泉公園に時計塔を設置するために使用されます。

㊤『「心地よい日本語」～日本一受けたい日本語授業～』と題して行われた金田一さんの講演
㊦左から、事例発表した弓達分館長、磯道分館主事、山下分館主事

元気が出るまちづくりを目指して
松前町公民館研究大会・生涯学習推進大会

「第44回松前町公民館研究大会・令和4年度松前町生涯学習推進大会」は2月5日、文化センターで開かれ、約200人の参加者が公民館活動の充実のため理解を深めました。

シンポジウムでは、愛媛大学社会連携推進機構教授の前田眞さんをコーディネーターに迎え、元気が出るまちづくりについて3分館が事例を発表しました。

出作分館は、「元気が出るまちづくり　好きです出作!!」をテーマに報告。弓達耕二分館長は、「『結ぶ力』を信じて、分館活動を絶やすことなく復活させていきたい」と話していました。

南黒田分館は、「新しい拠点を中心にした未来に繋げる分館活動」をテーマに報告。磯道哲之分館主事は、「地域住民の知恵を出し合い、未来へつなぐ分館活動を行っていきたい」と話していました。

西高柳分館は、「代替行事でこどもたちとのふれあいを継続」と題して報告。山下剛志分館主事は、「みんなの知恵とコミュニケーションで一つずつ課題を解決していきたい」と話していました。

記念講演では、杏林大学名誉教授・山梨県立図書館館長の金田一秀穂さんが、中国の古典について触れながら、「地域活動を通して、古い知恵を日本語で若い人に残してほしい」と訴えました。

はだか麦を使ったおはぎを販売
伊予農業高等学校生開発「プチプチおはぎ」

はだか麦を使用した「プチプチおはぎ」が、1月22日、2月1、15日の3日間、エミフルMASAKIなどで販売されました。このおはぎは、伊予農業高等学校の生徒が開発し、あわしま堂が商品化したもの。2月1日、エミフルMASAKIでは生徒たちが店頭に立ち、来店者に自慢のおはぎを販売しました。

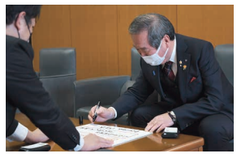
販売をした3年の伊賀上采美さん＝宗意原＝は、「多くの人が手に取ってくれたことがうれしい」とほほえんでいました。

㊤こしあん、きなこ、ゆずあん、よもぎの4種類
㊦エミフルでは用意した120個が完売

子どもを産み育てたくなる社会のために
ベビーファースト運動

町は1月30日、「ベビーファースト運動」に参画しました。この運動は、公益社団法人日本青年会議所が令和3年1月から展開しているもの。みんなで赤ちゃんを育んでいく優しい社会を目指し、子育て世代が子どもを「産み育てたくなる」社会を実現するための運動です。

町は、「子どもと家庭、地域や社会が笑顔であふれるまち」という基本理念の下、子ども・子育て支援事業を推進していきます。



㊤活動宣言書に署名する岡本町長
㊦岡本町長と日本青年会議所の皆さん

まつまえ町の味を堪能
姉妹都市給食交流

姉妹都市提携を結んでいる本町と北海道松前町は、1月20日、互いの食文化を子どもたちに体験してもらうため「給食交流」を行いました。松前町では、町内の小中学校で、ほっけのすり身が入った三平汁、スルメイカを使った松前漬けや、じゃがいもの産地である松前町にちなんだ、のりポテチを提供。

松前小学校6年生の小村龍輝さん（写真㊥）と門田陽咲さん（写真㊨）は、「初めて食べた三平汁と松前漬けがおいしかった。また食べてみたい」と口をそろえ、寺内陸さん（写真㊧）は、「のりポテチは青のり風味が最高だった」とにっこり。

子どもたちは、給食を食べながら、松前町に思いをはせていました。

㊤松前漬けをパクッ
㊧松前町の給食
㊨松前町の給食（愛媛県産牛肉を使ったビーフシチュー、サトイモコロッケ、みかんジュース）

▶公民館活動功労者表彰　（分館役員5年以上）太田美和（徳丸）、兵頭敏博（中川原）、升田年紀（大溝）、佐伯満孝（北黒田）、岡田裕二（本村）、郷田智成（大間）、仙波賢藏（上高柳）、山口明久（西古泉）　（敬称略）

4月9日㊐　7時～20時
愛媛県議会議員選挙

問松前町選挙管理委員会　☎ 985-4132　FAX 985-4148

投票できる人

平成17年4月10日以前に生まれた人で、次のどちらかに当てはまる人

①令和4年12月30日までに松前町に転入届を出した（住民登録がある）人で、引き続き松前町に住んでいる人

②松前町の選挙人名簿に登録されていて、令和4年12月31日以降に松前町から県内の他市町へ転出し、その後も引き続き県内に住んでいる人

※　②の場合、住民票担当課が発行する「引き続き愛媛県の区域内に住所を有する旨の証明書」を提示するか、「引き続き愛媛県の区域内に住所を有する旨の確認」を受けることが必要です。詳しくは、選挙管理委員会にお問い合わせください。

※　他市町の選挙人名簿に登録されている人は、そちらの市町での投票となります。

期日前投票

仕事、病気やレジャーなどで投票日に投票できない人は、「期日前投票」ができます。感染症対策で、当日の密集を避けることも、期日前投票を行う理由として認められています。投票日当日に投票できない人は、投票所入場券を持って期日前投票所へお越しください。

▶日程　4月1日㊏～8日㊏
　　8時30分～20時

▶場所　役場2階大会議室

使用できる筆記用具

感染症対策のため、使い捨て鉛筆を用意しています。使いにくい場合は通常の鉛筆をお渡ししますので、係員にお申し出ください。

筆記用具の持ち込みも可能ですが、投票用紙がプラスチック製のため、ボールペンなどで記入すると投票箱の中でくっつくおそれがあります。筆記用具を持ち込む場合も、なるべく鉛筆の使用にご協力をお願いします。

投票所入場券

投票所入場券は、3月31日（告示日）から選挙人に郵送を開始します。投票日が近くなっても投票所入場券が届かない場合は、選挙管理委員会に連絡してください。

なお、投票所入場券を紛失した場合や、まだ手元に届いていない場合でも投票できますので、投票所の受け付けで申し出てください。

不在者投票

次に当てはまる場合は、それぞれの場所で不在者投票ができます。手続きに日数がかかりますので、申請方法・期限などは早めにお問い合わせください。

①仕事や旅行などで遠隔地に滞在し、松前町で投票ができない場合
　→ 滞在地の選挙管理委員会

②県選挙管理委員会指定の病院などに入院・入所中の場合
　→ 入院･入所中の施設（施設長に申し出てください）

代理投票・点字投票

字を書くのが不自由な人や目の不自由な人のために、代理投票や点字投票という制度があります。

代理投票では、投票所の職員が補助者となり、代理であなたの意思を代筆します。もちろん秘密は守られます。

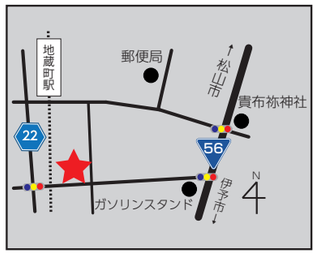
点字投票では、点字器を使った投票をすることができます。希望する人は、投票所の職員に申し出てください。

選挙公報

候補者や政党などの考え方が分かるよう、選挙公報を新聞折り込みでお届けします。東、西、北公民館にも備えるほか、県選挙管理委員会のホームページにも掲載予定です。

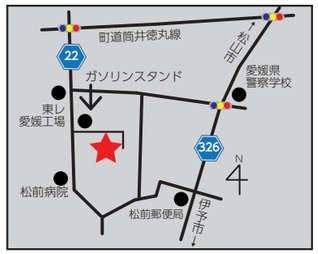
投票所一覧　※★が各区域の投票所を示しています。

第1投票区（南黒田･北黒田）
★：黒田保育所

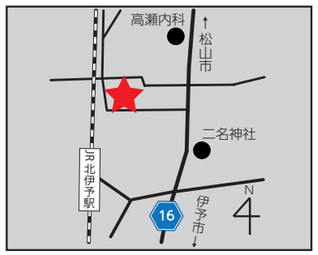


第2投票区（宗意原･新立）
★：松前小学校体育館

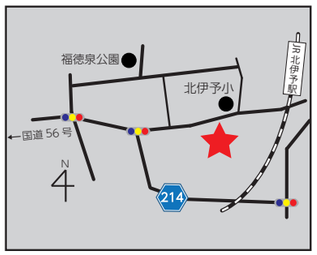
第3投票区（本村・筒井）
★：古城幼稚園



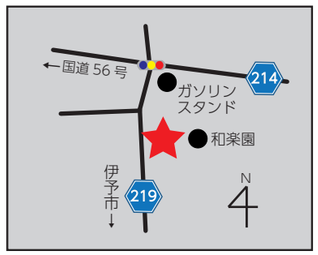
第4投票区（徳丸・中川原・出作）　★：出作集会所



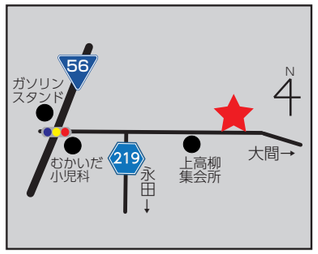
第5投票区（神崎・鶴吉）
★：東公民館



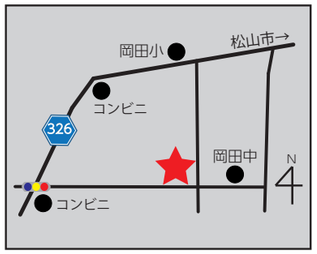
第6投票区（横田･大溝･永田･東古泉）　★：小富士保育所



第7投票区（大間・上高柳・恵久美）　★：白鶴保育所



第8投票区（昌農内･西高柳･西古泉）　★：北公民館

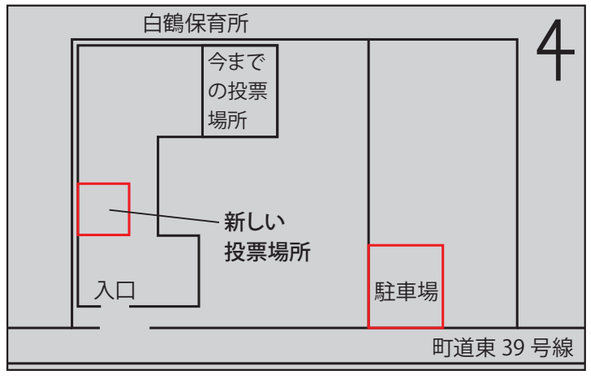


第9投票区（北川原・塩屋）
★：北川原集会所

第7投票区の皆さんへ

投票所の白鶴保育所は、現在、保育を継続しながら園舎の建て替え工事を行っています。これに伴い、昨年11月執行の愛媛県知事選挙から、右図のとおり投票を行う部屋や駐車場を変更しています。

当日は混雑が予想されますので、係員の誘導に従い、円滑な投票所運営にご協力をお願いします。



3月15日㈬まで

税の申告はお済みですか

問町県民税について
税務課町民税係　☎ 985-4110
所得税について
松山税務署　☎ 941-9121

3月の確定申告の相談日程は次のとおりです。期間内に正しい申告を済ませてください。所得税の申告をした人は、町県民税の申告をする必要はありません。

役場申告会場

▶時間　9時～11時30分、13時～16時
▶場所　役場2階大会議室
※　役場正面玄関は7時30分に開きます。
※　混雑を回避するため、下表のとおり**地区ごとに指定した日に来場**してください。
※　混雑の状況によっては、午前中に受け付けをしても、申告相談の開始が13時以降になることがあります。

期間	混雑予想(※)	指定地区
3/1 ㈬		上高柳・恵久美 昌農内・西高柳
2 ㈭		
3 ㈮		
6 ㈪		出作・鶴吉 永田・東古泉
7 ㈫		
8 ㈬		徳丸・中川原 神崎・大溝・横田
9 ㈭		
10 ㈮		
13 ㈪		地区指定なし
14 ㈫		
15 ㈬		

出張申告会場【各地区の公民館・集会所】

期間	混雑予想	9時～11時30分	混雑予想	13時～16時
3/1 ㈬		西古泉		鶴　吉
2 ㈭		大　溝		徳　丸
3 ㈮		宗意原		北黒田
6 ㈪		南黒田		昌農内
7 ㈫		新　立		西高柳
8 ㈬		本　村		大　間
9 ㈭		塩　屋		上高柳
10 ㈮		筒　井	—	—

※混雑予想指数
空いている ←→ 混雑している

申告に持参するもの

- 税務署からの申告書かお知らせはがき（送付されている人だけ）
- 給与や年金の令和4年分の源泉徴収票
- 営業、農業、不動産所得がある人は、収支内訳書（収入、経費を必ず集計すること）
- 社会保険料、生命保険料、地震保険料などの控除を受ける人は、領収書や支払（控除）証明書
- 医療費控除の明細書（医療費控除を受ける人だけ）
- セルフメディケーション税制の明細書（同税制の適用を受ける人だけ）
- 本人名義の金融機関・口座番号が分かるもの（所得税などが還付される場合に必要）
- 申告者、扶養親族のマイナンバーが確認できるもの
- 申告者の身元確認ができるもの（運転免許証など）

役場ではできない申告

次の申告は、税務署かe-Taxをご利用ください。

- 住宅ローン控除1年目の申告
- 過年分（令和3年分以前）の申告
- 分離課税の土地建物等や株式等に係る譲渡所得など
- 分離課税の適用を受ける上場株式などに係る配当所得
- 分離課税の先物取引に係る雑所得など
- 分離課税の山林所得
- 分離課税の退職所得
- 青色申告
- 雑損控除申告
- 亡くなった人の申告（準確定申告）

※　この他にも町で受け付けが難しいと判断した場合は、税務署を案内することがあります。
※　感染症予防のためにもe-Taxをぜひご利用ください。

申告した所得は大切な資料に

次の申請に必要な、所得証明など各種証明書の基礎となります。

- 各種健康保険に加入するとき
- 児童手当を受けるとき
- 国民年金保険料の納付免除・猶予申請をするとき
- 保育所の入所申請をするとき
- 奨学資金の申請をするとき
- 公営住宅の入居申請をするとき
- 金融機関などから融資などを受けるとき

税務署での面接相談は事前予約を

3月27日㈪から、所得税、贈与税、個人事業者の消費税や地方消費税に関する面接相談は、事前予約制になります。面接相談を希望する人は、事前に税務署までご連絡ください。

固定資産価格などの縦覧ができます

令和5年度の固定資産（土地・家屋）の価格などを縦覧できます。

縦覧により、納税者が所有する土地や家屋の評価額と他の土地や家屋の評価額が比較でき、評価額が適正かどうかを確認できます。

▼**縦覧期間**
4月3日（月）～5月1日（月）
▼**縦覧場所**　税務課資産税係
▼**対象者**　縦覧を希望する固定資産税の納税者、納税管理人、代理人
▼**持参物**
①認め印（朱肉を使うもの）
②本人確認のできるもの（事前にお問い合わせください）
③代理の場合は所有者の委任状
※5年度の固定資産税納税通知書は4月中旬に発送予定です。

問税務課資産税係　☎985―4111

4月1日現在の所有者に課税されます

軽自動車などの廃車・名義変更はお早めに

4月2日以降に廃車や名義変更の手続きをすると、その年度分の軽自動車税が課税されますので注意してください。車種別の手続き先などは次のとおりです。

【原動機付自転車（125cc以下）、農耕用作業車、小型特殊自動車、ミニカー】
▼**手続き先**　税務課町民税係　☎985―4110
※転出の場合は転出先の市町村
▼**持参物**　❶届出者の本人確認書類（運転免許証など）❷自賠責保険証書など（車体番号・車名・排気量の分かるもの）❸ナンバープレート（廃車、町外転出などの場合）❹譲渡証明書（名義変更の場合。旧所有者の押印要）

【軽二輪車（125cc超～250cc以下）、二輪の小型自動車（250cc超）】
▼**手続き先**　愛媛運輸支局　☎050―5540―2076

【軽自動車】
▼**手続き先**
軽自動車検査協会愛媛事務所
☎050―3816―3124
※持参するものは手続き先で異なります。各手続き先のホームページなどで事前にご確認ください。

納税が簡単・便利になります

4月1日から地方税共通納税システムeLTAX（エルタックス）により、スマホ決済アプリやクレジットカードで電子納税ができるようになります。

詳細は、「地方税お支払いサイト」（次のQRコード。3月公開予定）を確認するかお問い合わせください。

町の窓口や金融機関での納付、口座振替、またはコンビニエンスストアでの納付（軽自動車税のみ）もこれまでどおり利用できます。

▼**対象税目**
・固定資産税
・軽自動車税（種別割）
・町県民税（普通徴収）
・国民健康保険税（普通徴収）

▼**利用できる決済方法**
・スマホ決済アプリ
・クレジットカード
・インターネットバンキング
※一部の決済アプリ、クレジットカードには決済手数料が発生します。
※電子納税の場合、領収書が発行されません。

Q 電子納税には何が必要？
A ①QRコードが印字された納付書②スマホ決済アプリまたはクレジットカードなどが必要です。
※4月からは、電子納税のためのQRコードなどが印字された納付書に変わります。口座振替を利用している人には、納付書は届きません。
※②は、ご利用の決済方法により異なります。

Q どのような手順で納付するの？
A スマホ決済アプリの場合は、アプリで納付書のQRコードを読み取って納付します。クレジットカードなどの場合は、「地方税お支払いサイト」にアクセス。画面の案内に従って操作し、納付します。

Q どのスマホ決済アプリやクレジットカードが利用できるの？
A「地方税お支払いサイト」で確認してください。

問税務課管理収納係　☎985―4109

命の門番「ゲートキーパー」になろう

3月は自殺対策強化月間です

全国では、毎年2万人以上が自殺で亡くなっています。一人一人が周囲を気に掛け、心のサインに気付くことが命を守ることにつながります。

【命の門番「ゲートキーパー」】

①気付き　身近な人の変化に気付く。

②声掛け　「眠れている？」「よく頑張っているね」などと声を掛ける。

③傾聴　本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける。

④見守り　寄り添いながら、温かく見守る。

⑤つなぎ　早めに専門職などに相談するように促す。

専門窓口に相談することで解決の糸口が見えてくることがあります。まずは相談してください。

問子育て・健康課健康増進係　☎985―4118

新型コロナワクチン接種

ご予約はお早めに

新型コロナワクチンの接種期間は、3月31日（金）までです。（2月20日現在）

接種を希望する人は、早めに予約してください。

個別接種（町内実施医療機関）でもファイザー社製オミクロン株（BA・4／5）対応ワクチンの接種ができるようになりました。

詳細は、専用予約サイト（右のQRコード）かコールセンターで確認を。

予約サイト こちらから

問コロナワクチンコールセンター　☎909―3253

子育て・健康課健康増進係　☎985―4118

接種費用の助成期限が迫っています

高齢者の肺炎球菌感染症予防接種

事前に医療機関へ予約し、早めに接種してください。

▼**対象者**　町に住民登録がある、①令和4年度中に65、70、75、80、85、90、95、100歳になった人②60～64歳で、心臓、腎臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスによる重度の障がいがある人（身体障がい者手帳1級程度）

▼**接種期限**　3月31日（金）

▼**助成回数**　生涯1回限り

▼**自己負担額**　4000円

※生活保護、中国残留邦人等支援給付受給者は無料（証明書が必要）。

▼**持参物**　高齢者定期予防接種記録カード（対象者①には令和4年4月に送付済み）、身分証明書（保険証など）

※接種券・予診票は医療機関にあり

問子育て・健康課健康増進係　☎985―4118

3月1日～8日は

女性の健康週間

女性は、生涯を通じてホルモンバランスが大きく変動します。更年期には女性ホルモンが減少し、脂質異常症や骨粗しょう症が起こりやすくなるなど、心と体にさまざまな変化が生じます。自分の体を知るためにも定期的に健康診断を受けましょう。

問子育て・健康課健康増進係　☎985-4118

総合健診受付開始は４月から

4月上旬から、令和5年度総合健診の受け付けを開始します。広報まさき4月号と一緒に案内を配布しますので、ご確認ください。

問子育て・健康課健康増進係　☎985-4118

松前の防災力

危機管理課危機管理係
☎　989―5103
FAX　985―4148

松前町総合防災訓練

松前町公式防災フェイスブックページ

「松前町総合防災訓練」が、1月22日、松前町国体記念ホッケー公園体育館で行われ、各地区の自主防災組織など約60人が参加しました。新型コロナウイルス感染症の影響により、3年ぶりの開催となった同訓練。近年、重要視されている避難所における感染対策を踏まえ、避難所運営の強化を目的として実施されたものです。

避難所では、まず、感染症発生を想定し、検温などを実施。健常者と体調不良者をゾーニングする訓練が行われました。次に、テントや間仕切り、簡易折り畳みベッドの設置など、避難者の受け入れ訓練や備蓄品の設置訓練を実施したほか、凝固剤や水を使用した簡易トイレの使用方法を学びました。

訓練を通して、参加者は新しい生活様式での避難の在り方を考え、防災への意識を高めていました。

㊧簡易トイレの使用方法
㊨折り畳みベッドを体験

出産・子育て応援事業

町にお住まいの全ての妊婦や子育て家庭の皆さんが、安心して出産、子育てができるよう出産・子育て応援事業を一体的に実施します。

事業開始日など詳細は、お問い合わせください。

問子育て・健康課子育て支援係　☎985-4189

【伴走型相談支援】

妊娠の届け出をした時や妊娠8カ月相談の時、こんにちは赤ちゃん訪問の時などに子育て世代包括支援センターはぐはぐの保健師が面談を行い、妊娠・出産・子育ての相談や、利用できる子育てサービスの紹介をします。

お気軽にご相談ください。

【出産・子育て応援金】

経済的負担を軽減するため、応援金を支給します。

対象者	支給額
①事業開始日以降に妊娠の届け出をした人	出産応援金　5万円
②事業開始日以降に出生した児童を養育する人	子育て応援金 5万円
【経過措置】 ③令和4年4月1日以降、事業開始日までに妊娠の届け出をした人	出産応援金　5万円
【経過措置】 ④令和4年4月1日以降、事業開始日までに出生した児童を養育する人	出産・子育て応援金　10万円

※　応援金の支給には、申請、面談またはアンケートの記入が必要です。

※　経過措置の対象となる人には、案内を送付します。それ以外の対象者には、妊娠の届け出をした時など、窓口でご案内します。

事業者・農業者・漁業者の皆さんへ

支援制度の申請は期限内にお忘れなく

対象者や申請方法など詳しくは、各ホームページ（次のＱＲコード）で確認するか、お問い合わせください。

【エネルギー価格高騰対策中小企業者応援金】
【燃油価格等高騰対策農業者応援金】
【燃油価格高騰対策漁業者応援金】
▼**申請期限**　3月20日（月）
▼**支給額**　応援金の種類によって異なります。ホームページで確認を。

【緊急地域雇用維持助成金】
▼**申請期限**　3月20日（月）
▼**支給額**　国の支給決定額の18分の1（1事業者当たり上限100万円）

【雇用調整助成金等申請事務委任手数料補助金】
▼**申請期限**　3月20日（月）
▼**支給額**　対象経費の2分の1（上限10万円）

問 産業課商工水産観光係　☎985―4120

国民健康保険・後期高齢者医療保険加入者の皆さんへ

一部負担金の減免制度を知っていますか

医療機関受診時に支払う一部負担金の減免制度があります。

現在治療中の人で、一部負担金の支払いが難しい人はお問い合わせください。

※減免の適用に当たっては、就労状況や収入状況等の調査・審査があります。

▼**減免の対象**
災害や特別な事由（農作物の不作、事業・業務の休廃止で著しい収入の減少）がある場合
※国民健康保険加入者は、入院による一部負担金のみ対象

問 保険課医療保険係　☎985―4107

自宅前に下水道管が整備された皆さんへ

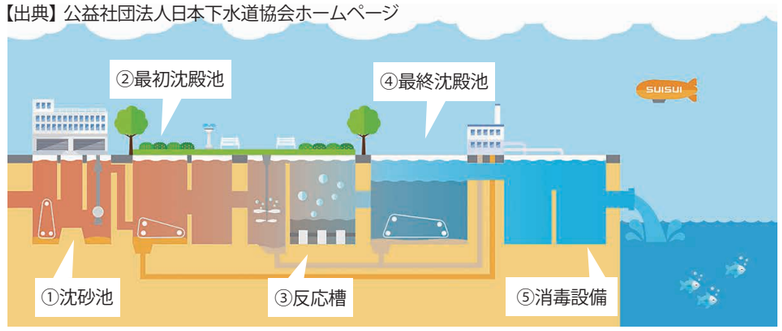
下水道に接続しましょう

▼**下水道に接続するには**
自宅が下水道の供用区域内になっても、排水設備を設置しないと下水道管に接続されません。自然を守るためにも、必ず接続しましょう。
下水道管に接続するには町の指定業者による工事が必要です。詳しくはお問い合わせください。

▼**町内の下水処理施設**
町内の下水処理施設は、平成14年3月31日に供用が開始された松前浄化センターです。町内の下水道の供用区域内で下水道管に接続している家庭などの汚水を、全てこの処理場に集めて浄化しています。令和3年度は1日約2300㎥の汚水を自然に返しました。

▼**下水処理の流れ**
①沈砂池　下水の中にある大きなごみや砂を取り除く。
②最初沈殿池　沈砂池では沈まなかった細かい汚れを時間をかけて沈める。
③反応槽　微生物が下水の汚れを食べる。
④最終沈殿池　汚れを食べて大きくなった微生物が沈み、水がきれいになる。
⑤消毒設備　きれいになった処理水をさらに塩素で消毒し、海に放流する。

【出典】公益社団法人日本下水道協会ホームページ



問 上下水道課業務係　☎985―4126

みんなで「サムライジャパン」を応援しよう

松前町でトレーニングキャンプを実施します

ホッケー男子日本代表「サムライジャパン」が今年も松前町でトレーニングキャンプを行います。キャンプ期間中には、町内小・中学生や県内高等学校ホッケー部を対象としたホッケークリニックを開催予定。松前公園指定管理者が招いた日本ホッケー協会公認アンバサダーのロッチ中岡創一（なかおかそういち）さんも参加し、同クリニックを盛り上げてくれます。
※ロッチ中岡さんの参加は、3月18日（土）午前中（予定）のみです。
自由に観覧できますので、ぜひ会場にお越しください。

▼**期間**　3月13日（月）～20日（月）
※期間中に休養日を設けることがあります。
▼**時間**　9時～11時、14時～16時
▼**場所**　松前町国体記念ホッケー公園ホッケー場

問 社会教育課ホッケー係　☎985―4142

松前町会計年度任用職員

学校生活支援員を募集します

▼**申し込み条件**　次の全てに該当する人
①地方公務員法第16条各号のいずれにも該当しない人
②18歳以上60歳くらいまでの人
③学校教育に理解があり、指定された町立小・中学校に勤務できる人
▼**勤務内容**
・授業中の援助、移動・給食介助などの支援
・その他、教育委員会や校長から指示された職務
▼**賃金**　時給926円～
▼**申込期限**　3月17日（金）
※詳細は、町ホームページ（下のＱＲコード）で確認するかお問い合わせを。
▼**申込先・問い合わせ**
学校教育課学校教育係　☎985―4134

手話奉仕員養成研修受講者を募集します

聴覚障がい者のコミュニケーションを支援する「手話奉仕員」に興味のある人、学んでみたい人を募集します。

▼**募集人数**　3人
▼**応募資格**　松山市が開催する手話講座（入門・基礎）を、1年間通して受講可能な人
▼**講座の概要**　1回2時間の講座で、入門編（19回）、基礎編（23回）の計42回開催予定
【場所】松山市総合福祉センター（松山市若草町8番地2）
【受講料】1000円（教材費は別途必要）
▼**申込期限**　3月15日（水）
▼**申し込み方法**
申込書を福祉課障がい福祉係に提出してください。申込書は窓口にあります。
※郵送希望の人は左記に連絡してください。
▼**選考方法**　応募者多数の場合は、抽選により決定します。
▼**申込先・問い合わせ**
福祉課障がい福祉係　☎985―4112

4月1日から利用できます

障がいがある人にタクシー助成券を交付

「タクシー初乗り料金の助成券」を3月27日（月）から交付します。

▼**対象**　町内在住で次のいずれかの手帳を持っている人
・身体障がい者手帳（1級～3級）
・療育手帳
・精神障がい者保健福祉手帳（1級、2級）
▼**申請方法**　手帳と認め印（朱肉を使うもの）を持って窓口にお越しください。
▼**申請先・問い合わせ**
福祉課障がい福祉係　☎985―4112

忘れずに受けましょう

狂犬病予防注射

犬の飼い主には、毎年の狂犬病予防注射が義務付けられています。日程内ならどこでも受けられますので、都合のよい場所で受けましょう。

問町民課生活環境係　☎985−4117

料金

注射済票

①すでに登録している場合
3,100 円（注射料金）
②新規に登録する場合
6,100 円（注射料金＋登録料 3,000 円）

注意事項

- 登録済みの人は、３月中旬に送る案内はがきを持参してください。
- 首輪とリードをして、ふん便の始末袋を用意してきてください。
- 持病のある犬や体調の悪い犬は、動物病院でも受けることができます。
- 犬が暴れないように抑えるなど、スムーズな注射にご協力ください。
- 登録内容に変更（犬の死亡・飼主の変更・住所変更など）がある場合は、必ず事前に町民課に連絡してください。

4/6 ㊍ 松前・岡田校区	
9：00 ～ 9：10	(新) 南黒田公民館前
9：20 ～ 9：45	北黒田公民館前
9：55 ～ 10：05	西公民館前
10：15 ～ 10：25	古城幼稚園前
10：35 ～ 10：50	松前駅前
11：00 ～ 11：20	松前公園老人広場
13：20 ～ 13：30	大間教深寺前
13：35 ～ 13：50	上高柳集会所前
14：00 ～ 14：15	恵久美集会所前
14：25 ～ 14：35	北公民館前
14：45 ～ 15：00	西高柳集会所前

4/7 ㊎ 北伊予・岡田校区	
9：00 ～ 9：20	中川原公民館前
9：30 ～ 9：45	徳丸集会所前
9：55 ～ 10：05	出作集会所前
10：15 ～ 10：30	神崎集会所前
10：40 ～ 10：50	鶴吉公民館前
11：00 ～ 11：10	永田公民館前
11：15 ～ 11：25	横田公民館前
13：20 ～ 13：30	大溝公民館前
13：35 ～ 13：45	東古泉公民館前
14：00 ～ 14：10	西古泉公民館前
14：20 ～ 14：30	北川原集会所前
14：40 ～ 14：50	塩屋集会所前

４月１日から

ごみの分別方法が変わります

変更点は、次のとおりです。正しい分別方法で、ごみを出しましょう。

ごみの分別方法など詳細は、広報まさき３月号と一緒に配布するごみカレンダーをご確認ください。

問町民課生活環境係　☎985-4117
伊予地区清掃センター　☎982-1287

※　可燃ごみの直接持ち込みは、伊予地区清掃センターで受け入れます。松山市の焼却場には持ち込みできませんので、ご注意ください。
※　ごみ集積場所へ出す可燃ごみは、今後も松前町の指定袋に入れてください。

1　可燃性の大型ごみ（木製家具、畳、布団など）を伊予地区清掃センターへ持ち込む場合は、自らが切断や破砕などを行い、直径（厚み）15cm 以下×長さ 50cm 以下にしてください。

2　汚れが取れないときは、「可燃ごみ」として分別していたマヨネーズやケチャップなどの容器・ふた、弁当や総菜の容器、歯磨き粉のチューブなどプラスチック製の容器包装は、汚れを取り除いて「プラスチック類」で出してください。

国民年金制度は世代間の助け合い

給付に関する相談を行っています

国民年金制度は、日本に住む20～59歳の人が加入し、若い世代が年金を受給する世代を支える仕組みです。

給付される国民年金の種類は次のとおりです。

▼**老齢基礎年金**　保険料を納めた期間と免除を受けた期間を合わせて10年以上ある人が、65歳に達したときに請求できます。受給額は、納めた保険料によって異なります。

▼**障がい基礎年金**　次の期間に初診日がある病気やけがで、国民年金法に定める障がい等級表の１級、２級の状態になったときに請求できます。

①国民年金に加入している期間
②20歳までか60～64歳で年金制度に加入していない期間

▼**遺族基礎年金**　国民年金に加入している人や老齢基礎年金の受給資格を満たした人が亡くなった場合に、18歳未満の子どもを持つ配偶者か子どもに支給されます。

※給付を受けるための要件など詳しくは、左記までお問い合わせを。

問松山西年金事務所　お客さま相談室　☎925−5105
町民課住民係　☎985−4106

令和４年度

宝くじ助成事業で整備

自治総合センターの宝くじ受託事業収入を財源としたコミュニティ助成事業で、南黒田公民館が整備されました。

問町民課コミュニティ係 ☎ 985−4228

オンラインでパスポートの更新が可能に

３月27日(月)から、パスポート(旅券)の発給申請などがマイナポータルを通じて、オンラインでできるようになります。

▼**対象者**
①現在お持ちのパスポートの残存有効期間が1年未満で、旅券面の記載事項に変更がない15歳以上の人
②現在お持ちのパスポートの査証欄の余白がなくなった人

▼**必要なもの**
・有効期間内のパスポート
・マイナンバーカード
・スマートフォン（マイナポータルアプリをダウンロードできること）

パスポートの交付予定日は、マイナポータルを通じてお知らせします。必ず交付予定日から６カ月以内に町民課窓口でお受け取りください。

手数料は、受け取り時、窓口でお渡しする受領証に収入印紙と愛媛県収入証紙を貼付してお支払いください。

※詳細は、県ホームページ(下のQRコード)で確認を。

問町民課住民係　☎985−4105

参加者募集

科博かがくマジック

愛媛県総合科学博物館からサイエンスショーがオンラインで配信されます。参加費は無料です。

▼**日時**　3月27日(月)①11時～11時30分②13時～13時30分
▼**場所**　文化センター視聴覚学習室
▼**対象者**　①町内の小学校低学年向け②町内の小学校中・高学年向け
▼**定員**　各30人　※先着順

※詳細は、文化センターホームページ(下のQRコード)で確認を。

▼**申込先・問い合わせ**
文化センター　☎985−1313

消費者力UP通信

暗号資産（仮想通貨）を使った投資話にご注意！

【相談事例】

稼げるネットワークビジネスがあると友人に紹介され、説明を聞きに行った。その場で会員登録し、30万円を暗号資産（仮想通貨）に投資した。1週間ごとに数%の利益が受け取れると言われていたのに、その後、友人からも事業者からも連絡が来ない。契約書面も領収書ももらっていない。

【アドバイス】

○　暗号資産は、価格が変動して損をする可能性があります。取引内容やリスクについて十分理解ができなければ取引をしないようにしましょう。

○　暗号資産交換業者は、金融庁や財務局への登録が必要です。取引をする場合は、金融庁のウェブサイトで確認を。

安心して役場の相談窓口にご相談ください！

相談は秘密厳守で、匿名でもできます。
情報提供も受付中です。

＼お気軽にどうぞ！／

消費生活相談員
武田　咲枝

▷消費者ホットライン
☎188（いやや）（9時～17時）
▷消費生活相談窓口（産業課内）
☎985-4120　FAX 985-4147

し尿汚泥肥料を販売中

伊予市松前町共立衛生組合では、一般家庭から収集したし尿や浄化槽汚泥などをリサイクルした肥料「せとうち」を販売しています。

▼販売金額
1袋（15kg入り）　100円

▼販売場所
塩美園（筒井1795番地10）

※収集したし尿の中に、水に溶けないもの（おしりふきなど）が混ざっていると、処理設備故障の原因になります。トイレには、トイレットペーパー以外のものを流さないよう、ご協力をお願いします。

問 伊予市松前町共立衛生組合塩美園
☎984－5602

相続登記申請が義務化されます

令和6年4月1日から、相続登記の申請が義務化されます。

これにより、相続によって不動産を取得した相続人は、その所有権の取得を知った日から3年以内に登記の申請をしなければならないことになります。詳しくは、お問い合わせを。

問 松山地方法務局
☎932－5814

Statistics 統計

（　）は前月比

人の動き（R5.1.31現在）

男性	14,348人	（－21）
女性	15,991人	（－4）
合計	30,339人	（－25）
世帯	13,717世帯	（－21）

松前町は令和42年に25,000人のまちを維持します

Payment 支払

◎納期限内に納めてください

国民健康保険税（普通徴収）	第9期
介護保険料（普通徴収）	第9期
後期高齢者医療保険料（普通徴収）	第9期

納期限　3月31日金　　口座振替　3月27日月

消防署だより

松前消防署　☎984-3404
FAX 984-4011

火災の危険は炎以外にも

煙の特徴を知って命を守ろう

令和3年中の火災による死者は、全国で1,417人でした。特に、建物火災での死者が1,165人と大部分を占め、このうち966人が住宅火災で亡くなっています（放火自殺者などを除く）。

火災での死因として、やけどに次いで多いのが「煙死」です。煙死とは、煙に巻かれたり、有毒ガスを吸い込んだりして亡くなること。直接の死因となる以外にも、煙を吸い込んで気を失い、逃げ遅れるなど、煙が原因で命を落とした人が大勢います。

▶ 煙の特徴

◉　**広がるスピードが速い**

横方向は秒速0.2～0.5mで、成人が歩く速さ（秒速1～1.2m）よりも遅いですが、縦方向には秒速3～5mもの速さで広がります。このため、階段や2階にはあっという間に煙が充満してしまいます。

◉　**視界が狭くなる**

煙によって視界が狭くなり、避難する方向が見えなくなります。また、これによりパニックに陥る危険性もあります。

◉　**目や喉の粘膜への刺激**

煙の刺激で目がチカチカして涙が出たり、喉がヒリヒリしたりして、心理的な動揺が大きくなります。

◉　**一酸化炭素中毒になる危険性**

煙と一緒に発生する一酸化炭素は無色無臭。吸い込むと一息で意識を失う場合もあり、非常に危険です。

▶ もしも火事になったら

住宅火災の場合、火災発生から3～5分ほどで、炎や煙が立ち上り避難ができなくなります。避難が可能な時間はほんのわずかです。まずは、早期の初期消火や避難を考えましょう。

【日頃からの対策】

1　火災発生時の避難方法を家族で話し合っておく。
2　窓からの脱出方法を考えておく。
3　高齢者などの避難困難者は、1階など避難しやすい部屋を寝室にする。

【火災時の対応】

1　火災を発見したら、「火事だ！」と大声で叫んで家族や近所に知らせる。
2　天井まで火が達していたら、消火は諦めて避難を優先する。
3　貴重品の持ち出しよりも、避難を第一に考える。
4　煙を吸わないよう姿勢を低くし、ハンカチなどで鼻と口を覆い、落ち着いて避難する。
5　避難後は決して家の中に戻らない。

News

3月1日～3月7日

春季全国火災予防運動

お出かけは　マスク戸締り　火の用心

3月1日水から7日火までの7日間、全国一斉に春季火災予防運動が行われます。

皆さんも、この機会に火災のおそろしさを再認識し、火災から「生命」「身体」「財産」を守るため、普段からできる対策を考えてみましょう。

【提供元】一般財団法人日本防火・危機管理促進協会

1歳です。よろしくね

田崎（たさき）　梓紗（あずさ） ちゃん
西高柳
令和４年３月24日生
（父）裕也さん　（母）優子さん
笑顔が可愛いあずちゃん。これからも元気に育ってね！

日野（ひの）　天勝（てんしょう） くん
北黒田
令和４年３月10日生
（父）暁登さん　（母）瞳さん
これからもたくさん食べてたくさん遊んでたくさん笑ってててね♡

猪崎（いざき）　拓生（たくみ） くん
筒井
令和４年３月14日生
（父）重人さん　（母）侑さん
いたずらな笑顔も泣き顔も全てが大好きだよ♡

岡（おか）　七々瀬（ななせ） ちゃん
北黒田
令和４年３月22日生
（父）紀孝さん　（母）洋子さん
これからもロックンロールな人生を楽しんでね。

５月に１歳になるお子さん募集
＊先着５人

背景が明るい横長の写真（デジタルデータも可。USB不可）を持参するか、メールで送信（本文に右の必要事項を入力）してください。
＊受け付け後、掲載可否を返信します。
▶**募集期間**　３月１日㊌～31日㊎
▶**必要事項**　①お子さんの氏名②フリガナ③性別④生年月日⑤父母の氏名⑥メッセージ（25文字程度）⑦住所⑧電話番号
問総務課広報広聴係　☎985-4132
メール 333koho.j@town.masaki.ehime.jp

おうちで給食

recipe 132

ミモザサラダ

【エネルギー 116kcal（1人当たり）】

Point　レタスは包丁で切ると変色しやすいので、手でちぎる方がきれいにできます。
調味料の量はお好みで調整してください。

● 材料 ●　（4人分）

卵	2個
サラダ油	少々
ホウレン草	1/2束
ロースハム	5枚
レタス	1/3玉
パセリ	大さじ1
セロリ	10g
きゅうり	1本
A サラダ油	大さじ2
A 酢	大さじ2
A 塩	小さじ1/2
A こしょう	少々

● 作り方 ●

1. 卵は炒り卵にする。
2. ホウレン草は茹でて水にさらし、食べやすい大きさに切る。ロースハムは、半分に切って短冊切りにする。
3. レタスは、食べやすい大きさにちぎる。パセリはみじん切りにして、水にさらしておく。
4. セロリは縦半分に切って１ミリ幅の薄切り、きゅうりは２ミリ程度の輪切りにして、軽く塩を振ってしんなりさせる。
5. Aの調味料でドレッシングを作り、全ての具材を和える。

オトナの健康

子育て・健康課
健康増進係
Health management
福祉センター２階
☎ 985−4118
FAX 985−4158

◉子育て・健康課健康増進係で健康相談ができます。

事業名	月日	時間	場所		内容
個別栄養相談	3月2日㊍	9時～12時	福祉センター２階	申込制	糖尿病などの食事指導と相談（1人1時間）※1週間前までに申し込みを
	3月14日㊋	13時～16時			
ディケア（精神保健）	3月3日㊎	9時30分～11時			レクリエーション、創作活動や座談会など
こころの健康相談	3月10日㊎	13時30分～16時30分			専門員による個別相談（1人1時間）
よろず相談	3月2日㊍	13時30分～16時			

※　利用時は、マスクの着用をお願いします。

福祉課　庁舎１階
地域包括支援センター係
community general support center
☎ 985−4205
FAX 985−4206

高齢者に関する相談などは、地域包括支援センター係まで。

ストレスとうまく付き合いましょう

ストレスとは、外部からの刺激によって生じる、心と体の緊張状態のことです。

▶ストレスの原因って？
・環境的要因…天候、騒音
・身体的要因…病気、睡眠不足、疲労
・心理的要因…不安、悩み、恐怖、失望、悲しみ
・社会的要因…仕事が忙しい、人間関係がうまくいかない

進学や結婚などの喜ばしい出来事もストレスの原因になります。

▶自分のストレスサインを知りましょう
ストレスの感じ方や受け止め方は、人によって異なります。気分が沈む、眠れないなどの心のサインと、頭痛、肩凝りなどの体のサインがあります。

自分のストレスに気付けるようになると、早めに対処できるようになります。

▶ストレス対処法

◉思考
・柔軟な思考を持つようにする
・考えないようにする
・忘れる

◉行動
・仲間と一緒に趣味活動や運動を楽しむ
・親しい人と話をしてたくさん笑う
・好きなものを食べて一息つく
・散歩など、太陽の下で体を動かしてみる
・頑張ることをやめてみる

ストレスを無くすことは難しく、ストレス反応は誰にでも起こります。

不調のサインに早めに気付き、自分に合ったストレス対処法を取り入れ、ストレスとうまく付き合うことが大切です。

ふるさと歴史散歩 214
～松前史談会レポート～

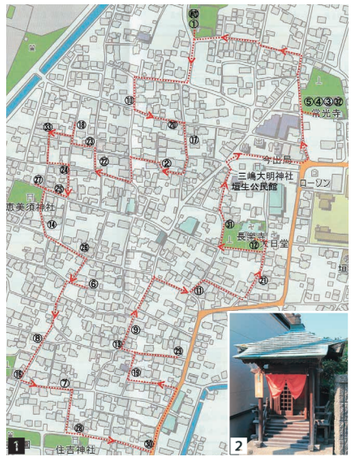
今出三十三観音を巡るⅢ

このシリーズの最初に述べたように、今出三十三観音は、西国三十三観音を模して江戸時代の享保の大飢饉の餓死者の霊を慰めるため祭られたようだ。

私たちは、案内図に従って三嶋大明神社前の村上霽月邸横から北へ進み、常光寺の3・4・5番から巡り始めた。常光寺を後に北へ進むと1番の観音堂がある。西国三十三観音霊場の1番が和歌山県の那智になったのは、伊勢参りを済ませ西国巡りをするのに道順が良かったからのようだ。ちょうどお参りするご婦人と出会った。二日ごとにお参りしているとのこと。

観音堂に決まった様式はなく、祭る人の好みで造られていて、中にはステンレス製の御堂や車庫の横など屋敷に取り込むように造られているものも多くあり、守る人の心意気が伝わってくる。

垣生公民館の西村館長のお話では「観音堂を地区で当番を決めて管理しているわけではなく、誰ともなくお花やお菓子が供えられ、人とのつながりで守られてきている」とのこと。1月に公民館行事で子どもたちと巡る「新春ウオーキング」が30年余り前から続いていることや、観音堂のしゃれた寺名表示板を地元の伊予一刀彫の南雲さんが制作するなど、観音様に目をかけた人々によって守り継がれてきたもののようだ。これが江戸時代から続く慣習だと思うと、今出三十三観音と地域の人々のつながりとが一段と大きく感じられる歴史散歩であった。(麻生記)



【参考文献】
山野芳幸「松山垣生界隈はええとこぞなもし」山野芳幸 2008年、佐藤久光「遍路と巡礼の社会学」人文書院 2004年

1 今出西国三十三観音霊場順路マップ（垣生地区まちづくり協議会制作、抜粋編集）
地区内にコンパクトに配置されていて、2時間もあればゆっくり巡ることができる。地図は垣生公民館でもらえる

2 三十三番霊場谷汲山華厳寺
狭い路地の突き当たりに建てられた総ひのき造り銅板ぶきの立派な観音堂。西国霊場巡りでは岐阜県の山中にある結願の寺「谷くみさん」として親しまれ、結願して東国へ旅立つ寺でもある

3月の歴史散歩は実施しません。　問 松前史談会（麻生）☎090-4472-8136

community learning center 公民館だより

【開館時間】 9時～22時　【休館日】 12月28日～1月4日
◆東公民館　神崎210　☎984-1159　FAX 984-1457
◆西公民館　北黒田966-2　☎984-5313　FAX 984-5313
◆北公民館　昌農内456-1　☎984-7529　FAX 984-9398

西公民館　毎月順番に活動内容をお届け！　放課後子ども教室

㊧大きなシャボン玉作りたいな
㊨高く飛んでいけ～

12月16日、放課後子ども教室でシャボン玉遊びをしました。

まずは、シャボン玉を飛ばすための道具作り。子どもたちは、ワイヤーハンガーにモールを巻いたり、割り箸にモールを付けたりして、思い思いの道具を完成させました。

完成した道具を持ったら、公民館の屋上に集合。班に分かれて、シャボン玉液を作った後は、早速シャボン玉で遊びました。中には、長い棒にロープを付けた道具で、大きなシャボン玉を作る子どもたちも―。さまざまな大きさのシャボン玉ができて、みんな大喜びでした。

力を合わせて作ったたくさんのシャボン玉は、夕日に反射してとてもきれいでした。

Let's Enjoy Books ふるさと ライブラリー

◆開館時間　9時30分～19時
◆問い合わせ　☎985-4140
FAX 985-1386
https://www.i-masaki.jp/library/
◆3月の休館　31日㊎

おはなし会
18日㊏11時～
文化センター2階 ふるさと学習室

読んだ本を記録しませんか？ 読書記録帳リニューアル

図書館システムの更新に伴い、小学校までの子どもを対象としていた『読書通帳』が廃止となり、『読書記録帳』となって新登場！

この『読書記録帳』は、なんと大人も作ることができます。読んだ本は、自動で印字されるので手間も掛かりません。図書カードをお持ちの人は、どなたでも利用可能。

ご希望の人は、カウンターにお問い合わせください。

◆新着本 紹介

毎週新しい本を入荷し、随時、新着本コーナーに展示しています。貸し出し状況、予約状況はお問い合わせください。

▶固結び
山本一力・著
文藝春秋

初午の真夜中、喜八郎たちのすぐそばで、男女が川に飛び込んだ。二人が奉公先の賭場で恋仲になった揚げ句に心中を図ったと知った喜八郎は、賭場の貸元と直談判に及ぶが…

▶猫にならって
佐川光晴・著
実業之日本社

病気で伏せっている小学生、芳子の部屋で子猫が4匹生まれた。芳子は小さな子猫チビのことが気掛かりで…。野良猫との出合いと生命を巡り、厳しくも温かく猫と人を描く8つの短編集

▶開墾地
グレゴリー・ケズナジャット著 / 講談社

留学先の日本からサウスカロライナに帰郷したラッセルは、五感を通して、遠くイランからこの地に根を下ろした父の来し方に思いをはせ…。繊細な感性で描く新たなる越境文学。第168回芥川賞候補作

◀60歳からの「忘れる力」
鎌田實・著
幻冬舎

人生の後半戦が始まる60代。面倒なことは捨てて、本当に大切なものを選ぶという作業が必要になるといわれている。「忘れる」ことで脳と心の新陳代謝を促し、残りの人生を充実させるためのヒントが詰まった一冊

◀90歳、老いてますます日々新た
樋口恵子、岸本葉子・著
柏書房

90歳の樋口恵子が、娘世代の岸本葉子を相手に、人生100年時代の豪快な生き方を語り尽くす。90歳になっての発見や愉快に生きる秘訣など、老いや幸せな高齢社会を考えるヒントを掲載

◀時を重ねる家。
エクスナレッジ

朽ち果てそうな家を改修したり、祖父の家に手間暇をかけたり…。古さを美しさに変え、懐かしくも心地いい、かけがえのない空間にするための住まいの極意14の事例を、写真と共に紹介する

近所のまさきキラキラ人

今回は私たち５年生が行っている、米作りを紹介します。

北伊予小学校
５年生の皆さん

このコーナーは、広報担当者ではなく町民の皆さんがカメラを持って、松前町の魅力を取材します。取材してくれる人を募集中です。詳しくは、総務課広報広聴係（☎985−4132）に連絡を。

松前の魅力伝え隊 Reporter

学校自慢編

町民が松前町の魅力を取材します

私たち北伊予小学校５年生は、保護者や地域の皆さんの協力をいただきながら伝統的に米作りを行っています。田植えから稲刈り、収穫、さらには残ったわらで「しめ飾り」作りまで、とても貴重な体験をすることができています。

私たちにとって、とても心強いのは歴代PTA会長さんや地域の皆さんらからなる「米米（こめこめ）クラブ」というチームの存在です。田んぼの管理をはじめ、苗の植え方や稲の刈り取り方など、とても熱心に教えてくださいます。また、老人クラブの皆さんからも、しめ飾りの作り方を丁寧に教えていただきました。多くの人々が私たちの貴重な体験を支えてくださっており、感謝の気持ちでいっぱいです。地域の皆さんのおかげで、みんなと協力して作業をする楽しさ、収穫できた喜び、北伊予の良さを改めて感じることができました。

活動が制限されている中、伝統的な米作りを通して、地域の人や家族とのつながりはずっと大切にしていきたいと思いました。

田植え

稲刈り

しめ飾り作り

▼編集後記

広報担当になって、もう少しで1年がたちます。松前町ではおそらく初めての、子どもを持つ「お母さん担当者」として、いつか子育ての特集をしたいと思っていました。

最も悩んだのは、特集の題名。取材したママたち、そして同じ立場の私が今、子どもたちに伝えたい言葉にしました。子どもが大きくなると、面と向かって伝えるのは少し恥ずかしいですよね。この機会にぜひ伝えてみませんか。「生まれてきてくれてありがとう」（西尾）

２月６日、トルコ南東部を震源とする大地震が発生し、トルコ・シリア両国で多数の死者が報告されるなど、深刻な被害が出ています。

この事態を受けて、両国での救援活動を支援するため、役場１階ロビー、東・西・北公民館に救援金募金箱を設置しました。集まった救援金は、日本赤十字社を通じて、救援活動や復興支援に使われますので、皆さまのご協力をお願いします。（加藤）

家族のきずな Family

友人知人の家族をリレーでつなぎます

伊藤雅裕さん　優里さん　凛ちゃん　（上高柳）

上高柳に住む伊藤さんファミリー。３人で一緒に過ごす時間を大切にしている仲良し家族です。

県外に単身赴任中の雅裕さん。家に帰った時は、「はぐはぐ」のサークルに一緒に参加することも。「参加して、家族が周りからどのようなサポートを受けているか分かった」と振り返ります。離れているからこそ一緒に過ごす時間で、家族のことを知ろうとする努力家です。

一方、優里さんも「毎日テレビ電話をしたり、お友達が参加するサークルに出掛けたりしている」と雅裕さんに会えない凛ちゃんが寂しい思いをしないように工夫する頑張り屋さん。小まめに雅裕さんと連絡を取り合い、凛ちゃんのことは必ず２人で話し合って決めるようにしています。

そんな２人が最も大切にしている凛ちゃんは、会える時間は少ないですが、お父さんが大好き。一緒に遊びたい時は、「たーたん（とうちゃん）」と手招きして呼びます。眠る時は、お母さんのお腹の上じゃないと眠れない甘えん坊です。

今後は、家族で県外に旅行に行きたいと話す伊藤さんファミリー。これからも、家族で楽しい思い出をつくっていきます。

次回は、優里さんのお友達、竹原玲沙さん＝北黒田＝ファミリーをご紹介します。

PROFILE

いとう・まさひろ　会社員。旅行が好き。単身赴任中で、自炊もお手の物。得意料理はカレー。毎日の凛ちゃんとのテレビ電話が楽しみ　今治市出身

いとう・ゆり　会社員。テーマパークが大好き。ディズニーランドに行った時、凛ちゃんに着せるためのデイジーの衣装を準備している　松山市出身

いとう・りん　音楽に合わせて踊ったり、絵本を読んでもらったりするのが好き。日課は、一緒に暮らすおじいちゃんとのお風呂　１歳

Boys&Girls, Be Ambitious! Kids

頑張る子どもを紹介します

「カマキリが大好きな昆虫博士」

（写真左から）沖田 橙泉（おきだ とうい）さん、正藤 大夢（しょうどう ひろむ）さん

松前小学校６年生の沖田橙泉さんと正藤大夢さん。カマキリやカブトムシなど、昆虫が大好きな男の子です。

「昆虫の中でもカマキリが１番好き」と口をそろえる２人。沖田さんは、「オオカマキリのカマが大きくてかっこいい」、正藤さんは、「チョウセンカマキリが、すごいスピードでカマを使って獲物を捕るところが好き」とほほえみます。現在、２人は近所で見つけたカマキリの卵の孵化に挑戦中。今年の春には、たくさんの赤ちゃんが生まれる予定です。生まれた赤ちゃんは庭に放し、大きくなったカマキリを見つけて飼います。「カマキリを飼うときは、水を切らさないようにすることが大切。湿らせたティッシュを虫かごに入れたり、霧吹きで水をかけたりする」とカマキリを大切に飼育する２人。沖田さんは、「いつか庭に池を造ってコイを飼ってみたい」と新しい挑戦に目を輝かせ、正藤さんは、「昆虫ショップを経営することが将来の夢。みんなに昆虫のことを教えてあげたい」と目標を掲げます。

２人は、これからも大好きな昆虫のことを調べて、昆虫の魅力をたくさんの人に伝えていきます。

広報 まさき ❖ 2023-3
発　行／松前町
編　集／広報編集委員会
発行日／令和5年3月1日

〒791-3192
愛媛県伊予郡松前町大字筒井631
☎ 089-985-2111(代)　FAX 089-985-4148(代)

行ってこーわい 会ってこーわい

「清家姫菜（せいけひな）さん」

全国高校生パンコンテスト 特別賞（アイデア賞）受賞

No. 174

伊予農業高等学校3年生の清家姫菜さん＝北黒田＝。1月21、22の両日に静岡県伊豆の国市で開催された「第17回全国高校生パンコンテスト」に出場し、特別賞（アイデア賞）を受賞しました。

4部門で合計331作品の応募があり、書類審査を通過した26作品の中から最優秀賞1作品、優秀賞4作品に次いで選ばれた特別賞（アイデア賞）。

受賞したパンは、みかんジュースを入れた白いモチモチの生地で、イチゴ、みかんあん、こしあんを包み、自作のみかんピールとイチゴジャムでみかんの花をイメージして飾り付けされたもの。清家さんは、「たくさんの味に出合える幸せなパン」とほほえみます。全国大会出場が決まったのは、12月中旬。その日から、休みの日も学校に通い試行錯誤を重ねました。「イチゴが水分を多く含んでいるため、中まで焼くのが難しかった」と振り返り、大会直前まで焼き時間や温度の調整を続けた清家さん。その努力の成果が実り、「大会では、色、形や大きさなど、最高のパンができた」と胸を張ります。

「これからも勉強を頑張って夢をかなえたい」と目を輝かせる清家さんは、春から将来への一歩を踏み出します。

1 賞状を持ってほほえむ清家さん
2 大会前に練習を重ねる
3 大会で焼き上がった「花咲く天使の白パン」。ふんわり最高の仕上がりとなった

広告

広告

広告

広告

広告

■松前町ホームページアドレス　https://www.town.masaki.ehime.jp/　■携帯電話　http://www.town.masaki.ehime.jp/mobile

※ QR コードは、（株）デンソーウェーブの登録商標です。