

### 成人式実行委員を募集します

- 一生に一度しかない成人式を自分たちで企画してみませんか。
- ▼募集人員 15人程度
- ▼応募資格 ①②を満たす人
  - ①平成10年4月2日から11年4月1日までに生まれた人
  - ②実行委員会(夜間、月2回程度)と式当日(31年1月13日(日))に出席できる人
- ▼活動期間 9月～式当日
- ▼活動内容 イベント企画と進行、プログラムのデザイン、記念品の選定

▼応募方法  
電話、FAX、メールで住所、氏名、電話番号を連絡してください。



▼締め切り 7月31日(火)  
▼応募先・問い合わせ  
社会教育課生涯学習係  
☎985-4135  
FAX985-4149  
✉721skyoiku@town.masaki.hime.jp

### 80歳以上で20本以上歯を持つ皆さん 元気歯つらつコンクールに応募しませんか

- 県は、80歳で20本以上自分の歯を持つことを目標に、歯の健康づくり運動8020(ハチマル・ニイマル)運動を進めています。この運動の一環として、「元気歯つらつコンクール」を行いますので、ぜひ応募してください。
- ▼対象者 次の全てを満たす人
  - ①平成30年4月1日現在、満80歳以上の人
  - ②しっかりとめる自分の歯が20本



以上ある人  
③これまで同コンクールの受賞経験(入賞含む)のない人  
④表彰式に参加できる健康な人(11月予定)  
▼応募方法 8月17日(金)までに電話で応募してください。  
▼応募先・問い合わせ  
健康課保健センター係  
☎985-4118

### 介護予防体操で 元気な体をつくりましょう

今の元気な生活を送っていきたい人や体力をつけて元気を回復したい人を対象に、介護予防や健康増進に関する講習会を開催します。

- 歌に合わせて体を動かす介護予防体操で元気な体をつくりませんか。
- ▼日時 7月21日(土) 13時30分～16時
- ※受付開始時間 13時15分
- ▼場所 福祉センター2階集客室
- ▼対象 健康づくりや介護予防に興味関心のある人
- ※医療機関で治療中の人は、主治医と相談してください。
- ▼定員 100人(先着順。定員に満たない場合、当日も申し込みを受け付けます。)
- ▼内容
  - ①介護予防に関する講演
  - ②まさき元気体操を中心とした運動実習
- ▼準備物 動きやすい服装、水分、タオル、筆記用具
- ▼講師 日本ケアピクス株式会社 代表取締役 瀧口昌恵 先生(まさき元気体操考案者)
- ▼申し込み方法 電話申し込み
- ▼申込先・問い合わせ  
健康課地域包括支援センター係  
☎985-4205

### ▼まさき元気体操とは…

瀬戸内海をテーマにしたご当地ソング「瀬戸の花嫁」を使った松前町オリジナルの介護予防体操です。5月10日に、NHK「四国 おひるのクローバー」で、簡単エクササイズとしても紹介されました。



### 乳がん・子宮頸がん 無料クーポンでがん検診を受けましょう

- 6月末に、がん検診無料クーポン券を対象者に郵送しました。検診の受け方や検診機関は、同封した案内で確認してください。
- がんは日本人の2人に1人が発症し、3人に1人が亡くなる身近な病気です。子宮頸がん、乳がんは、早期に発見すれば、体への負担の少ない治療が可能です。ぜひ検診を受けましょう。
- ▼対象者 (平成29年4月2日～30年4月1日に次の年齢になった人)
  - ①子宮頸がん 20歳の女性
  - ②乳がん 40歳の女性
- ▼有効期限 31年2月28日(木)
- 【転入してきた人へ】  
対象者で4月20日以降に転入した人は、前住所地のクーポン券と交換する必要があります。左記にお問い合わせください。  
【転出する人へ】  
クーポン券が届いた後に、クーポン券未使用で転出する人は転出先の市区町村に相談してください。
- 健康課保健センター係  
☎985-4118

### 追加募集 総合健診の申し込みはお済みですか

- 次の日程の総合健診の申し込みを受け付けています。
- ▼日程 8月6日(月)、7日(火)
- ※時間の指定はできません。ご了承ください。
- ▼場所 福祉センター
- ▼受診項目 特定健康診査、健康診査、各種がん検診など
- ▼申し込み方法 健康課窓口にある申込書を提出してください。
- ▼締め切り 7月20日(金)
- 健康課保健センター係  
☎985-4118



### 介護予防講座

## けんこう 健口料理教室 参加者募集



元気な生活を送るための基本となる「食」を通じた介護予防教室を開催します。

- ▶日程 (第1回) 7月31日(土)
- ※全8回開催予定。詳細は、受講決定者にお知らせします。
- ▶時間 10時～14時
- ▶場所 福祉センター2階調理実習室・和室会議室
- ▶対象 65歳以上で、これから調理や買い物を実践したい意志があり、おおむね全日程の参加ができる人

- ▶定員 20人(先着順。定員に満たない場合、講座途中でも申し込みを受け付けます。)
- ▶内容 買い物、調理実習、口の健康や栄養に関するミニ講座、グループワークなど
- ▶準備物 エプロン、三角巾、タオル、筆記用具
- ▶費用 1,600円
- ▶講師 管理栄養士、歯科衛生士
- ▶申し込み方法 電話申し込み
- ▶申込先・問い合わせ  
健康課地域包括支援センター係 ☎985-4205



簡単おかずの調理実習や口腔体操など、おいしく食べるためのポイントを学びます。

8月3日(金)

## 前夜祭

文化センター  
18時30分～  
(予定)



### のど自慢・腕自慢のつどい

歌・踊りを披露する個人・団体を募集します。  
(町内在住・在勤者で、昨年の出場者は除く)

8月4日(土)

## まさき音頭

松前公園 18時15分～(予定)

一般、企業や各地区などから、  
チーム(連)を募集します。

松前公園では、夜市、ビアガーデンも開催。  
フィナーレには仕掛け花火でしめくります。

☎985-11313

☎984-1427

☎【前夜祭】松前町文化協会事務局  
(松前町商工会内)

☎【まさき町夏祭り実行委員会】  
前夜祭 7月20日(金)  
まさき音頭 7月13日(金)

▼締め切り  
夏祭り(日)ー1グランプリ・  
まさき音頭 7月13日(金)  
前夜祭 7月20日(金)

## 8月4日開催 まさき町夏祭りの参加者を募集します

8月4日(土)



## はんぎり H-1 グランプリ

塩屋海岸 8時30分～(予定)

中学生から大人まで、  
個人・団体(4人1組)を募集します。

### 高校生対象「はんぎり甲子園」

学校対抗の「はんぎり競漕 団体戦」を行います。

▶対象 同じ高校に通う4人1組のチーム  
(編成は、男女・学年混合など自由)

※詳しくは、産業課商工水産観光係  
(☎985-4120) にお問い合わせください。

## 平成29年度 情報公開・個人情報開示状況

松前町情報公開条例は、知る権利を保障し、  
町政に対する町民の理解と信頼を深め、開かれ  
た町政を実現するためのものです。

松前町個人情報保護条例は、町が保有する個  
人情報について適正に取り扱うことが決められて  
います。

情報公開の公開請求		個人情報の開示請求	
公開	6件	開示	0件
部分公開	7件	部分開示	0件
非公開	2件	不開示	3件
件数	15件	件数	3件

◎ご利用ください 情報公開コーナー(役場  
1階ロビー)では、予算書、決算書、議会会議  
録など自由に閲覧できます。

☎総務課広報情報係 ☎985-4132

## 平成30年度の申請 7月2日(月)スタート 国民年金保険料の免除申請

所得が少ないなどの理由で、国  
民年金保険料の納付が難しい場合  
は、保険料の全額または一部を免  
除申請することができます。

平成30年度(30年7月～31年6  
月)の免除申請は、7月2日から  
受け付けます。過去の保険料未納  
期間も、申請日の2年1ヵ月前分  
まで、さかのぼって申請ができま  
す。免除の審査は、29年中の所得  
状況を確認します。

※将来、年金を受け取る時、免除  
期間分は、減額して計算されます。  
▼必要なもの 年金手帳、認め印

(朱肉を使うもの)、離職票か雇用  
保険受給資格者証(離職による免  
除申請の場合だけ)

▼保険料が未納だと 障がいや死  
亡など不慮の事態が発生したとき  
に、障がい基礎年金や遺族基礎年  
金を受けられなくなる恐れがあり  
ます。10年以内であれば、後から  
納付(追納)ができます。

▼申請先・問い合わせ  
町民課住民係

☎985-4106  
松山西年金事務所国民年金課  
☎925-5175

## 歯を大切に

伊予歯科医師会監修

歯周病と全身の病気のお話



### (2) 歯周病と 糖尿病⑤

～ゴースト血管の話～

歯周病と糖尿病は血管病だという話は前にしましたが、今回は特に毛細血管についてお話します。毛細血管は太い動静脈以外の髪の毛より細い血管で、全身の血管の95パーセントを占めているとされます。いわば、全細胞に酸素と栄養を供給する歩兵の役割です。毛細血管が壊れ、補給が断たれると、細胞は働きなくなり、病気に直結します。

糖尿病は、主に内臓脂肪細胞を敵と誤認した免疫細胞が攻撃を仕掛けることで起きる炎症から出される悪玉ホルモン(炎症性サイトカイン)が血管を傷つけます。歯周病は、歯周ポケットからの細菌感染に対抗す

る免疫反応から出される炎症性サイトカインがもとで血管がやられます。特にナイーブな毛細血管は真っ先に影響を受けます。

さらに糖質を取り過ぎると、口の中の悪玉菌が増え、歯周炎を起こしやすくなり、また血糖が慢性的に高くなるので、糖そのもので血管壁が傷つきます。末端の細胞を養う役目の毛細血管がやがて消失していくのです。

細胞は貧血状態となり、免疫力が落ち、さらに感染しやすくなります。細胞が生きていくのに必要な代謝が阻害されるため、組織は萎縮していきます。口の中では歯を支える骨が溶けていきます。高血糖から四肢末端の壊疽や目の網膜症、感覚神経の障がいから熱や痛みを感じにくくなります。こうして、ゴースト血管化が進むのです。今回は、喫煙との関係を探っていきましょう。

平成29年度フレッシュBOXに29件  
貴重なお意見ありがとつげいしました

平成29年度中に、フレッシュBOX（意見箱）に寄せられたご意見やご要望などは29件でした。

この制度は、町民の皆さんの町政に対するご意見などから、施策などを見直し、松前町をより暮らしやすい町にしていこうとするものです。寄せられたご意見などには、担当課が文書や電話などで可能な限り回答し、改善を目指します。

【29年度改善例】

（意見） 町有地に草が生い茂っているのに定期的に除草してほしい  
↓現場を確認し、除草を行いました。

松前町はあなたにとって暮らしやすい町でしょうか。ご意見など

▼フレッシュBOX



寄せられた意見の内訳

保健、医療、福祉	2件
道路、水路整備	2件
環境・ごみ問題	7件
教育・文化	5件
施設管理	3件
防災	4件
その他（町の管理していない施設への要望など）	6件
合計	29件

をぜひお寄せください。提出の際は、住所、氏名、電話番号などを記入してください。

【意見・要望方法】

▼フレッシュBOX

：役場庁舎 1階ロビー

▼郵送

：〒791-3192

松前町大字筒井631番地

松前町役場 総務課広報情報係

▼FAX：985-4148

※メールは町ホームページから各担当係宛に送付できます。

寄せられたご意見などは、個人情報などの取り扱いに注意し、広報紙などで紹介することがあります。

☎ 総務課広報情報係

☎ 985-4132

松前の  
防災力

総務課危機管理係  
☎ 985-4103

梅雨や台風での水害を最小限に  
水防パトロール

松前町公式防災  
フェイスブックページ



5月25日、国土交通省・中予地方局・伊予警察署・消防署・消防団・役場の水防活動に関係する団体の担当者が集まり、町の重要水防箇所のパトロールを行いました。

このパトロールは、水防関係団体が連携を深め、水防活動が必要になったときに迅速に活動できるよう、事前に危険箇所を確認しておくものです。

大雨・高潮などのときは、重要水防箇所は氾濫や越波の危険性が特に高くなります。警報などが発表された場合は、役場からの情報に十分注意し、慎重に行動しましょう。

【町内の重要水防箇所】

- 新田樋門付近（上高柳）、中川原橋付近
- 長尾谷川の伊予鉄道橋梁付近（筒井）
- 義農遊水池（筒井）、北黒田海岸
- 堤アンダーパス（鶴吉） など

