まっさきにあなたへ

まさき広報

www.town.masaki.ehime.jp_ Public Relations

Glistening water,smiling faces and a comfortable town to live. Masaki.

特集 ウオーキングで生まれる。広がる。

pick up 参議院議員通常選挙

家族のきずな 大西祥一さん 薫さん 彪太朗くん 惇斗くん

Boys& Girls, Be Ambitious! 佐々木千夏ちゃん

7

July 2013
No.440

大西　祥一さん　薫さん
彪太朗くん　惇斗くん
（昌農内）

◉Profile
おおにし・よしかず　会社員。趣味は体を動かすこと
おおにし・かおる　趣味は手芸。フェルトで小物を作るのが好き
おおにし・こたろう　好きな教科は理科。夢は建築士。小6
おおにし・じゅんと　外で遊ぶことが好き。2歳

家族のきずな

皆さんから友人知人の家族をリレーでつないで紹介するコーナーです。お誘いが来たらぜひ登場してくださいね。

昌農内に住む大西さんファミリー。家族みんなが互いを思い合っている家族です。

「うー」。惇斗くんがお絵描きできるペンがなくて泣きそうです。すると、黙って違う部屋からペンを持ってくるのは、彪太朗くん。「けんかもするけれどお風呂もお兄ちゃんが入れてくれて助かっています」と薫さんは話します。

手芸が好きな薫さん。最近は、彪太朗くんと惇斗くんのハーフパンツを作りました。「大したものではないです」と薫さんが言っているそばで、少し恥ずかしそうに、でもうれしそうに彪太朗くんもうなずいています。

薫さんに「仕事で帰りが遅いし、家のことをしてもらって感謝」と話すのは祥一さん。一方、薫さんも「自分自分なところもあるけれど、子どもの面倒も見てくれるようになった」と笑顔で返します。

家族のムードメーカーは、はじける笑顔で家族を癒やす惇斗くん。家族みんなのことが「好き」と答える姿に、家族の心が温まります。毎週末は必ずといっていいほど家族で出掛ける大西ファミリー。これからも家族でいろいろな場所へ出掛けて、互いの思いを深めていきます。

次回は、祥一さんの友人、橘克典さん＝北川原＝ファミリーをご紹介します。

Contents

02　家族のきずな　大西祥一さん・薫さん・彪太朗くん・惇斗くん
03　特集　ウオーキングで生まれる。広がる。
10　Pick Up Topics　参議院議員通常選挙
12　Monthly Topics　郷土を美しくする清掃 / ひまわり苗無料配布ほか
13　GLORY　春の叙勲 / 危険業務従事者叙勲
14　まちのわだい　自主防災訓練 / ホタル観察会 / 田植え体験ほか
16　まさきの ecology 生活
17　News　がん検診無料クーポン配布 / 成人式実行委員募集 / まさき町夏祭りほか
22　松前の防災力／消防署だより
24　Information　知事とみんなの愛顔でトーク傍聴者募集 / 夏の献血キャンペーンほか
26　公共施設からのお便り　図書館 / 包括支援 / 公民館
28　Smile & Smile　1歳です よろしくね / おうちで給食 / Boys & girls Be, Ambitious! 佐々木千夏ちゃん / ふるさと歴史散歩
30　行ってこーわい 会ってこーわい　松前町陶芸教室

表紙
青空の下、青葉幼稚園の園児たちは、徳丸地域の人たちと田植えをしました。途中、足を取られて泥だらけになる園児たち。それでも、「ぬるぬるで楽しい」と、うれしそうに苗を植えていました。

●表紙の “Glistening water,smiling faces and a comfortable town to live. Masaki.”はキャッチフレーズの「水きらめき 笑顔あふれる ライフタウン・まさき」です。

あなたは最近、空を見上げて夕焼けを見ましたか？

「最近は疲れがたまっているな」
「仕事が忙しくて、自宅と仕事場を行ったり来たりの生活だな」
時間も、心も、余裕がない人も多いのではないかと思います。
「空を見るくらいなら寝たい」と思った人。
ちょっと待ってください。

今、あなたの体は大丈夫ですか？
不健康な生活を続けていると、いつの間にか健康が損なわれていて、
余裕のない生活を続けていると、いつの間にか心も疲れてきて、
当たり前に送っている生活が、明日にはできなくなるかもしれません。

体が健康であるために、
心も健康であるために、
時間がない人でも、すぐに始められることがあります。

ウオーキングで生まれる。広がる。

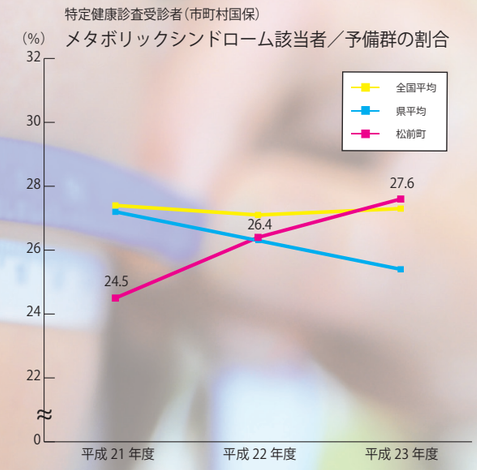
Step1

まさきの今を知る

あなたは大丈夫？

町内特定健康診査受診者の

4人に1人以上がメタボリックシンドローム該当者とその予備群



参考：松前町健康づくり計画（H25.3）／ 特定健康診査・特定保健指導に関するデータ（厚生労働省）

数値で見える健康の問題

平成23年度の町内特定健康診査の結果、4人に1人以上がメタボリックシンドローム該当者またはその予備群であることが分かりました。その割合は、県全体では年々減少しているのに、町では21年以降上昇。23年には、県平均、全国平均を上回る数値となりました。（右上のグラフ参照）

これは、町内特定健康診査受診者（町の国民健康保険加入者）だけにいえることではないようです。厚生労働省発表の特定健康診査・特定指導に関するデータ（22年度。公的医療保険加入者対象）によると、愛媛県は、血圧、血糖の数値がワースト3。その他の項目でも全国平均を上回るものが多くありました。どの項目も将来、生活習慣病を経て、命に関わる病気となる可能性を大きく含んでいます。このデータでは、町全体の詳細は分かりませんが、町内特定健康診査の数値から考えると、決して良い結果にはならないでしょう。

全国的に見ても悪い数値の愛媛県。その中で、松前町は…。

参考：特定健康診査・特定保健指導に関するデータ（厚生労働省　平成22年度）

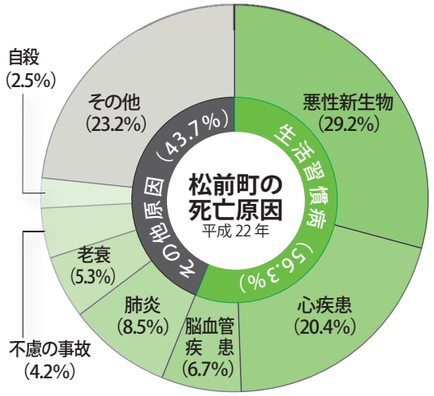
メタボリックシンドロームって？

下記の2つに当てはまる人のことをいいます。

①腹囲が男性85cm、女性90cm以上で、内臓脂肪面積が100cm² 以上の人

②高血圧、高血糖、脂質異常症のうち、2つ以上の症状が見られる人

予備群は①と、②のうち1つの症状が見られる人です。



参考：愛媛県保健統計年報（平成23年度）

大事です！　毎日の生活習慣

町民の半数以上となる56.3%の人は生活習慣病が原因で亡くなっています。町では、悪性新生物（がん）と心疾患で亡くなる人の割合が、県平均（がん：27.6%、心疾患：19.4%）、全国平均（がん：29.2%、心疾患：15.9%）と比べて高くなっています。

◎心疾患…心筋梗塞、狭心症など

◎脳血管疾患…脳梗塞、くも膜下出血など

見えない間に高まるリスク

内臓回りに脂肪がつく内臓脂肪型肥満はとても危険です。見た目では分からないことも多いため、気付かないうちに、脂肪細胞から糖尿病、高血圧や高脂血症を引き起こす物質が多く分泌されています。一方で、血糖値の調整を進める、あるいは動脈硬化を抑える物質の分泌は減っています。そうして、高血圧、高血糖や脂質異常症になり、動脈硬化が引き起こされます。動脈硬化は血管が硬くなり、血液が上手く送り出せないため、心臓に負担がかかります。さらに、血液中の酸素も流れないため、臓器にも負担がかかってしまいます。そうなると、心疾患、脳血管疾患や糖尿病の合併症など、命に関わる病気の可能性も高まっていきます。

「まだ若い」「私は大丈夫」と軽い気持ちだと、取り返しのつかないことになります。あなたが4人のうちの1人かもしれないのだから―。

保健師のはなし

健康課　保健センター係
平井　栄理子　保健師
Hirai　Eriko

あなたが将来、やりたいことは何ですか？

健康でいるため、生活習慣病を防ぐためには、毎日の生活習慣を見直す必要があります。バランスの良い食事、適度な運動、禁煙、十分な睡眠…やるべきことは皆さんも分かっているはずです。しかし、生活習慣を改善しても、すぐに結果は出てきません。5～10年後を見据える必要があります。あなたの「将来、やりたいこと」は、健康でないとできないもののはずだから―。やりたいと思えることができなくならないように、今から意識を持ってほしいと思います。

また、あなたの両親や祖父母の健康状態を見てみてください。将来の自分の健康状態と重なります。なぜなら、食事や睡眠など、あなたと同じような生活習慣が身についているからです。家族では当たり前の習慣が、当たり前でない場合も多くあります。遺伝によってかかりやすい病気もあります。だからこそ、毎年1回は健診を受けるなどして、自分の状態を知っておくことが大切です。健診を受けて今の自分の状態が分かると、健康の基準を作ることができます。基準を知っておくことで、異変に気付けるようにしましょう。

あなたも、あなたの隣にいる人も、
一緒に笑い合って、元気で介護いらず。
その暮らしを地域で続けていくために、
毎日の生活を少しだけ、見直してみませんか？

Step2

ウオーキングの魅力を知る

歩く―。

買い物に出掛ける。掃除をする。友達と遊びに行く…。意識していても、いなくても、私たちは毎日の生活の中で歩いています。

男性7301歩、女性6556歩。これは、厚生労働省が発表した1日の平均の歩数です。（平成23年国民健康・栄養調査）この数値を、皆さんはどう思いますか？

多いと感じた人も、逆に少ないと感じた人もいると思います。

実際のところは、この歩数では少ないようです。厚生労働省は、健康日本21という計画で、男性9200歩、女性8300歩を1日の目標にしています。

皆さんも、その目標が達成できるように、「ウオーキング」を始めてみませんか。毎日10分ほど多く歩くことで、目標に近づけることができます。

でも、ただ意味もなく歩くだけではもったいない―。ウオーキングには、あなたの知らない魅力があります。少し意識を変えるだけで、さらなる効果が得られます。

ウオーキングの魅力と効果

「誰でも、身一つで、手軽に始められることがウオーキングの魅力です」と話すのは、ナチュリラ・フィット代表の井門恵理子さん。井門さんは、手軽さという魅力だけでなく「有酸素運動であるウオーキングは、脂肪が燃焼されダイエット効果があります。それだけでなく、心肺機能を向上させることもできます」と、ウオーキングの効果についても話します。

ウオーキングは有酸素運動です。運動しながら酸素を取り込むことにより、消費するエネルギーが増えたり、血液の循環が良くなって、心臓や肺の機能が活性化したりします。そして、血糖や脂質が消費され、内臓脂肪が減少しやすくなります。その結果、高血圧、高血糖や脂質異常が改善され、生活習慣病の予防や改善につながります。それだけでなく、ウオーキングにより体力や筋力も向上します。すると、転倒しにくい体が作られ、転倒による骨折で介護が必要となる心配も少なくなります。

さらに、血液の循環が良くなると脳が活性化されます。そこで分泌される脳のホルモンは、リラックス効果や、やる気を起こす効果があるといわれています。

このように、ウオーキングには、体型など見た目の変化だけではなく、体の内部の変化など、多くの効果があります。

井門　恵理子 Ido Eriko

ナチュリラ・フィット代表。NPOヘルスプロモーション・ネットワーク理事長、松山市エアロビクス協会会長も務める。また、保健センターの「まっさき！ 元気♡ウオーキングクラブ」をはじめ、町が開く健康教室の指導を行っている。

歩く姿勢を変えるだけで、効果が変わる―。参加者の中には、1週間で2キログラムやせた人もいるという。（効果は人による）

＼ 歩く前に！ ／

歩くと水分だけでなく、塩分も一緒に失われます。「のどが乾いたな」と思ってからでは遅いです。

歩く前に、水分補給をすることが大切です。そのときは、塩分も一緒にとっておくようにしましょう。

また、水分を補給するとき、市販のスポーツドリンクを飲む人も多いと思います。それには、糖分が多く含まれています。疲れた体には糖分が必要ですが、吸収が良くなっている運動後は、過剰に摂取してしまうことになります。半分くらい薄めて飲むようにしましょう。

＼ 時間がない人こそ！ ／ 効率良くウオーキング!!

普段使っていない筋肉を使い、エネルギーを効率良く消費させましょう。

＊大股で歩いて、着地はかかとから
＊手は後ろに大きく振る（脇を締め、真後ろに引くイメージで）
＊お腹を引き締めながら歩く

腕と足の動きは繋がっています。これらを意識すると、硬まった肩甲骨と骨盤を緩めることができます。すると、よりたくさんの筋肉が使えます。

＼ 教えて！ ／ これが私のウオーキング

朝派

村上　享生さん
Murakami Takao

16年ほど前から、体調を維持するために、毎朝歩いています。いつも同じところを歩くのは面白くないので、コースを変えてウオーキングしています。

歩いた後は血圧を測り、万歩計で歩数と歩行距離を記録しています。歩き始めて、減量もでき体調も良くなりました。

夕方派

大政幸子さん
Omasa Yukiko
中野つねみさん
Nakano Tsunemi
尾田チヱ子さん
Oda Chieko

自分の体の状態に合わせて、みんなで話をしながらゆっくり歩いています。今日は3人ですが、他にも、いつもは一緒に歩くメンバーがいます。

生活リズムの中に、「歩くこと」が組み込まれているので、夕方になると、体が動き出すという感じです。

尾田さんは、中性脂肪がかなり減ったんですよ。

ウオーキングの先にあるもの

Step3

ウオーキングで生まれる。広がる。

きっかけは動かなくなった体

Kawanaka Yasuo
川中 靖男さん(74)

「ウオーキングを始めたのは、体が動かなくなってしまったから」と話すのは川中靖男さん＝西高柳＝。

靖男さんが56歳のとき、15年以上前に頸椎を骨折したときの後遺症が出て、体が動かなくなりました。この年齢で、介護してもらうには早すぎる―。一人で歩ける体を取り戻そうと、靖男さんは、当時何とかできた「歩くこと」を始めることにしました。

「始めは、ようよう前に足が出る状態で、1キロ歩けるまでに2年ほどかかりました」と靖男さん。途中で体が動かなくなり、自宅に戻れなくなったこともありました。

最初の2～3年は苦しい状況が続きましたが、「ここでやめると本当に動けなってしまう」と、靖男さんは踏みとどまりました。

あれから18年―。靖男さんは今日も元気にウオーキングをしています。当時と比べると、体も絞られ、風邪もひかなくなったそうです。今の靖男さんの目標は、「あと地球2周分を歩くこと」。達成するころには、靖男さんは、おそらく米寿（88歳）を迎えています。「今は歩くことが楽しい。歩き方の基本が良くなると、元気になれる。歩くたびに変わる景色を見ることが好きです」と話す姿からは、18年前の歩くことができなかった姿は想像できません。

歩数、体重、血圧が記録されたノート。今は5冊目に突入している

万歩計は常に持っている。歩数をチェックし、毎日の記録は欠かさず行う

靴は2カ月で1足履きつぶしてしまう。中には、下敷きを買って敷いている

広がった人とのつながり

靖男さんがウオーキングを通して得たものは、体の健康だけではありません。「何日か違う時間帯で歩いて顔を見せないと『歩いとったんか。元気やったか』と声を掛けてくれる仲間がいます」と話す靖男さん。歩くうちに、いつしか笑顔が増え、人の輪も広がっていました。さらにその輪を広げるため、靖男さんはみんなで楽しく歩こうと、ウオーキンググループを作りました。

おととしから2年間、週に2回ほどみんなで歩きました。そして、この4月からは、少し形を変えて活動しています。「人数が多く、仕事をしている人もいて、時間が合わなくなって」と靖男さん。春と秋に遠出して、そこでウオーキングをすることにしました。「先日も長浜に行って、桜を見ながらみんなでウオーキングをしました。水族館にも行って楽しい時間を過ごせました」とうれしそうに話す靖男さん。みんながそろうことは少なくなっていますが、健康教室にメンバーと一緒に参加するなど、メンバーとの絆は深まり続けています。

これからも靖男さんは、笑顔で、元気に歩き続けます。たくさんの仲間に囲まれながら―。

㊨すれ違いのあいさつは欠かさない　㊧靖男さんのウオーキングスタイル。町外へ出かけることも　㊦一息ついて、会話中に思わずこぼれる笑顔

学生時代は運動していた。まだ大丈夫。
と思っている人が多いのではないでしょうか。
動かない、太る、病気で倒れる、歩けなくなる…
気付かないうちに悪循環が始まっています。
この特集の始めに伝えた
「4人に1人以上」
決して他人事ではありません。
靖男さんは、こんなことも言っていました。
「家でも歩き回っている。奥さんに姿勢を指摘される」
時間がなくても、お互いが心がければ、
少しでも日ごろの習慣を見直すことができます。
「やらなければならない」と独りで無理するのではなく、
「みんなで楽しくしよう」と思うことができたなら、
体も、心も、健康でいられるのではないでしょうか。

ウオーキングで生まれる。　「体と心の健康」
ウオーキングで広がる。　「人とのつながり」

さあ、みんなで楽しくウオーキング、始めませんか？

きっかけ作って後は裏から…
奥さんの陰ながらの支え

奥さんのはなし

惠津子さん(71)
Etsuko

一緒に歩いていましたが、自分からは歩こうとしない姿勢を見て、だめだと思って―。独りで歩くように言いました。とはいえ、気になって…歩いている友達に声掛けをして、悪い歩き方を直してもらうようにお願いしました。でも、それも難しくて…。そんなときに広報で見つけた、保健センターのウオーキングスクール。最初だけ、興味を持った夫と一緒に通いました。その後は、夫は一人で通い続けて…。すると「前は遠くから見てすぐ分かる特徴的な歩き方だったのに、きれいになった」と友達から言われるほど見違えて。体型も変わり効果が出て、友達も増えて、夫も楽しそうです。

120歳まで長生きしたい―

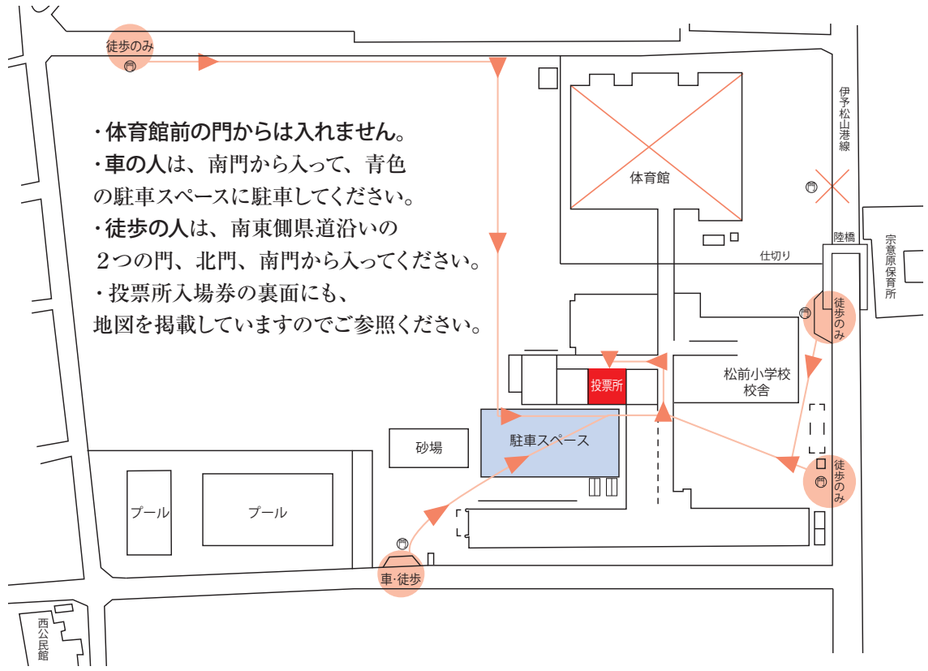
参議院議員通常選挙

公示日
7月4日
投票日
7月21日
7時～20時

今回の変更点

①第2投票所（宗意原・新立地区）の松前小学校体育館は耐震工事中のため、臨時的に松前小学校多目的室を使用します。
②インターネットを使った選挙運動の解禁
③成年被後見人の選挙権回復

第2投票所（松前小学校多目的室）



ネット選挙運動解禁

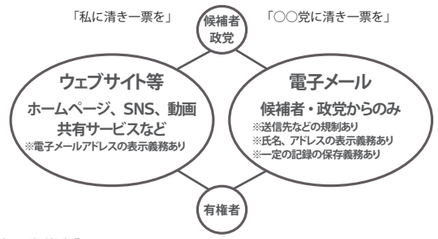
今回、解禁されるのはインターネットを使った選挙運動です。**インターネットを使って投票ができるわけではありません**ので、ご注意ください。

インターネットを使った選挙運動については、選挙運動の方法、できる人、期間、電子メールを送れる相手先、アドレスの表示義務や記録の保存義務など守らなくてはならないルールがあります。

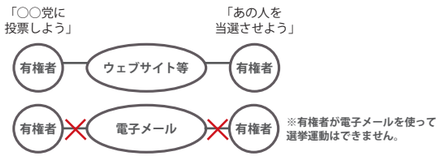
必ず総務省ホームページで確認してから正しく使ってください。

※検索キーワード　「総務省　ネット選挙」

【候補者・政党→有権者】



【有権者→有権者】



投票できる人

①平成5年7月22日以前に生まれた人
②平成25年4月3日までに転入届を出した人で、松前町に引き続いて住んでいる(住民登録がある）人
③平成25年4月4日以降に松前町から転出した人
※①～③まで、投票当日に松前町の選挙人名簿に登録されている必要があります。
※他の市町村の選挙人名簿に登録されている人は、そちらの市町村での投票となります。不在者投票は、早めにお問い合わせください。

投票所入場券

投票所入場券は、公示日(7月4日）の翌日から選挙人に郵送します。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。投票所入場券を紛失した場合でも投票できますので、投票所の受付で申し出てください。

期日前投票

仕事、病気またはレジャーなどで投票日に投票できない人のために設けられた制度が「期日前投票」です。7月21日（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。
○**期間**　7月5日(金）～20日(土)
○**時間**　8時30分～20時
○**場所**　役場2階大会議室

郵便投票

郵便投票証明書をお持ちの身体の不自由な人は、郵便で投票することができます。投票用紙の請求期限は7月17日(水）までです。
※両足、体幹もしくは移動機能などの障がいで、身体障害者手帳1級または2級の人や、介護保険被保険者証が要介護5の人などは、郵便投票証明書を請求することができます。詳しくは、町ホームページをご覧ください。

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、7月19日(金）までに新聞の折り込みでお届けする予定です。東・西・北公民館、文化センター、役場でもお渡しします。

投票の仕方

①まず、選挙区選出議員選挙の投票を行います。
　→投票用紙に、愛媛県選挙区選出の候補者の氏名を書いてください。
②次に、比例代表選出議員選挙の投票を行います。
　→投票用紙に、比例代表の、候補者名または政党、政治団体の名称か略称を書いてください。

投票の場所

お住まいの区域によって投票所は異なります。投票所入場券にも記載していますので、確認してください。

投票区	投票所	区域
第1	黒田保育所	南黒田・北黒田
第2	松前小学校多目的室	宗意原・新立
第3	松前保育所	本村・筒井・社宅
第4	二名保育所	徳丸・中川原・出作
第5	東公民館	神崎・鶴吉
第6	小富士保育所	横田・大溝・永田・東古泉
第7	白鶴保育所	大間・上高柳・恵久美
第8	北公民館	昌農内・西高柳・西古泉
第9	北川原集会所	北川原・塩屋

点字投票・代理投票

目の不自由な人は、投票所に点字器があります。字を書くのが不自由な人は、本人に代わって職員が代理で書くことができる代理投票制度があります。各投票所で申し出てください。

投票の秘密は絶対守られます。

問松前町選挙管理委員会　☎985-4132

栄光 GLORY

政府は4月29日付で、平成25年春の叙勲と第20回危険業務従事者叙勲を発表しました。
春の叙勲では、労働行政事務功労で元県商工労働部雇用保険課長の京野光徳さん、
地方自治功労で元県議会事務局長の白石雅造さんが受章。
危険な仕事に取り組み社会に貢献した人の功績を称える危険業務従事者叙勲では、
矯正業務功労で元法務事務官の田中正さん、警察功労で元県警警部の中尾芳数さんが受章しました。

＊瑞宝小綬章【地方自治功労】

白石　雅造さん

しらいし・まさぞう

元県議会事務局長　72歳　北黒田

昭和39年に愛媛県職員に採用されて以来、37年間にわたり地方自治業務で活躍。平成11年からは、県議会事務局長を務めました。

白石さんは受章を受けて、恐縮しながら「仕事を通じて関わってきた多くの方々のお陰と感謝しております。これからも一日一日を大切にしていきたいです」と話していました。

＊瑞宝双光章【労働行政事務功労】

京野　光徳さん

きょうの・みつのり

元県商工労働部雇用保険課長　81歳　北川原

昭和26年に新居浜の職業安定所で働き始めて以来、職業安定行政ひと筋に尽くし、昭和63年からは県商工労働部雇用保険課長を務めました。

京野さんは「死んでしまった奥さんに受章を伝えたい。山あり谷ありで苦労をかけたけど、奥さんの支えがあったから続けられた。感謝しています」と穏やかな表情でほほ笑んでいました。

＊瑞宝双光章【警察功労】

中尾　芳数さん

なかお・よしかず

元県警警部　71歳　北黒田

昭和37年に愛媛県警に採用されて以来、運転免許センターや松山東警察署などで働き、主に交通部門で活躍しました。

中尾さんは「いい上司、同僚に恵まれたおかげだと思います」と受章を喜ぶと共に、「皆さん運転に気をつけてもらいたい。少しでも事故が減ってくれればと思います」と退職後もなお、交通安全を願っていました。

＊瑞宝単光章【矯正業務功労】

田中　正さん

たなか・ただし

元法務事務官　63歳　上高柳

昭和45年に法務省に採用されて以来、法務事務官として、松山刑務所などで受刑者への矯正指導に携わってきました。

田中さんは「まっとうな人間になってもらいたいという思いを込めて、矯正指導してきました」と当時の仕事を振り返り、「これからは教育という形で、子どもたちとも関わっていきたい」とさらに情熱を燃やしていました。

Monthly Topics

㊤一斉に清掃に取り掛かる参加者
㊦親子で清掃する姿も多く見られた

町をみんなできれいに

第44回郷土を美しくする清掃

郷土を美しくする清掃は6月1日、塩屋海岸、北黒田・新立海岸ほか町内各所で行われました。44回目を迎えた本年は、途中小雨が降る中での清掃となりましたが、小中学生やPTA、老人クラブ、地域住民、高校生や町内企業従業員などたくさんの人が参加しました。

塩屋海岸では、重信川の自然をはぐくむ会が行う「重信川クリーン大作戦」と共同して清掃しました。同会は松山河川国道事務所を事務局として、地域・NPO・行政・大学生が一体となって重信川の自然再生に取り組んでいる団体です。

開始に先立ち、白石町長は「ごみをリサイクルするにもお金がかかる。地道な活動を続けて、ごみのもとを減らす努力をしましょう」と、自然をはぐくむ会会員の愛媛大学副学長矢田部龍一さんが「清掃すれば心も晴れやかになる」とあいさつし、清掃に取り掛かりました。

清掃に参加した岡田中学校3年生の須賀紫苑さん＝北川原＝、向成舞香さん＝北川原＝は「ずっと参加しています。毎年きれいになっています」と笑顔でうなずき合っていました。

4競技で1800人が熱戦

第8回愛媛県障害者スポーツ大会

障がい者スポーツの祭典「第8回愛媛県障害者スポーツ大会」は5月26日、愛媛県総合運動公園ニンジニアスタジアムで開かれました。

大会は陸上、卓球など4競技24種目で行われ、約1800人の選手が参加しました。本町からは10人が出場。そのうち、卓球男子の部で田中博さん＝新立＝が1位に、砲丸投げ男子の部で大政秀之さん＝恵久美＝が2位に、50メートル走の部で八束勇希さん＝トミーワークステーション＝が1位に、西岡佐智恵さん＝同＝が2位に入賞しました。

砲丸投げ男子の部準優勝
大政　秀之さん

卓球男子の部優勝
田中　博さん

ひまわりの苗2500本を無料配布

町花普及事業

町花・ひまわりを広く知ってもらおうと、松前公園老人広場で6月7日、ひまわり苗を無料配布しました。

広場には、予定時間の前から、たくさんの町民が列を作り、用意された2500本の苗は、ものの30分でなくなりました。

初めて訪れたという藤田信子さん＝中川原＝は「ひまわりは夏らしい花。家の前に飾ろうと思います。にっこり笑顔の花を咲かせたいです」と話していました。

また、一日も早い復興を願い、東日本大震災の被災地支援として職員を派遣している宮城県亘理町と山元町にも苗を送りました。

災害時に役立ててください

商工会が大規模災害対策基金へ寄付

松前町商工会は、毎年、チャリティーゴルフ大会で集めた募金を町へ寄付しています。本年度も、同大会が5月26日に行われ、その募金が三好茂会長から松前町に寄付されました。

寄付金は、大規模対策基金として大切に積み立て、災害が起こった際の応急対策や復旧対策に利用していきます。

まちのわだい
masaki's town news

▼6月13日
岡田小で恒例の田植え

岡田小学校の5年生は、「総合的な学習の時間」の授業で、学校近くの水田で恒例の田植えを行いました。
児童たちは、慣れない田んぼに苦戦していましたが、最後には「もっとしたい」と意気込むほど、田植えを楽しんでいました。川本将大くん=北川原=も「初めて田植えができてうれしかった」と笑顔で話していました。
今後、児童たちは草取りや水管理などを行いながら稲の生育を観察し、秋の収穫を目指します。

▼6月8日
輝くエミホタルの光

エミフルは、施設内にあるエミホタルの里で、ホタルの観察会を行いました。ホタルは5周年記念として4月に放流されたもので、1、2、9日にも行われた観察会には、多くの家族連れが訪れました。
黄緑色に輝くホタルが舞うたびに、大きく上がる歓声。観察会に来ていた松友心春・日和ちゃん姉妹=西古泉=は「きれい」と言いながら、指に止まって光っているホタルをうれしそうに眺めていました。

▼6月4日
町独自の交通安全ポスターを作製

松前町交通安全推進協議会は、町役場で1回目のワークショップを開き、本年度作製を目指す交通安全ポスターの内容を話し合いました。
参加者は交通安全指導員、警察や企業の代表者ら25人。㈱わらびの 畠中智子さんとサコダデザイン㈱ 迫田司さんの助言を受け、「観光と組み合わせて」「まちのPRも兼ねて」など意見を出し合いました。ポスターは、9月21日の交通茶屋で披露予定です。

▼5月24日
危険箇所をパトロール

梅雨や台風シーズンに備え、町の水防関係者は、河川などをパトロールし、危険箇所を点検しました。
パトロールには、松山河川国道事務所、中予地方局、警察、消防や町などから21人が参加。
重信川、長尾谷川や松前内港などを巡回し、危険箇所の状況を確認して、管理者から水防区域などの説明を受けました。

▼6月16日
自転車運転技術を競って

自転車の運転技術や交通ルールの知識を競う「交通安全こども・高齢者自転車愛媛県大会」は、松前公園体育館で開催され、伊予交通安全協会チームとして、矢野正次さん＝北黒田＝、逸見勝一さん＝上高柳＝、武本方之さん＝西古泉＝が参加しました。
メンバーは、手信号をしながら、交差点や障害物のあるコースを安全運転で走行。個人の部で逸見さんが3位に入賞しました。

▼6月9日
鍵かけを忘れないで

日本ロックセキュリティ協同組合愛媛支部は、6月9日のロックの日にちなみ、自転車による来場者も多いエミフルで、鍵かけ広報キャンペーンを行いました。
キャンペーンには警察のほか、伊予高校生などの多数のボランティアグループが参加。ワイヤーロック錠やチラシなど500セットを配布し、「自転車や家の鍵をしっかりかけてください。盗難に気をつけてください」と防犯意識の向上を訴えていました。

▼6月7日
きれいな花が役場でお迎えします

伊予農業高等学校の園芸流通課の3年生12人は授業の一環で、役場玄関の花壇の植え替えを行いました。
玄関を飾る新たな花は、ポーチュラカ約300株。手際よく、丁寧に一つ一つを植えて、花壇を完成させました。生徒たちは「大事に育てて植えたポーチュラカなので、役場に来た時は、ぜひきれいな花を見てほしいです」と話していました。

▼5月26日
リアルな地震を体感

北黒田自主防災訓練は、北黒田公民館で行われ、住民約100人が参加しました。
訓練では初期消火訓練や住宅用火災警報器の実験のほか、起震車による地震体験を実施。
参加した屋地岡鮎香さん、桃奈ちゃん親子は、震度7の揺れに顔を引きつらせ、「揺れるのが分かっていても、想像以上に怖かった。危ないので家具や飾り物の配置を考えたい」「家で起きたら怖い」と話していました。

●ごみの野外焼却（野焼き）禁止

「ごみを燃やす臭いがする」「煙で窓が開けられない」など、野焼きに関する苦情が町に多く寄せられています。

野焼きは、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」により罰則付きで禁止されています。ドラム缶、ブロック囲いや穴を掘っての焼却、一定の基準を満たしていない焼却炉の使用も禁止です。有害物質の発生や近所迷惑になるのでやめましょう。

●禁止の例外

野焼きはやむを得ないものについて例外が認められています。

▽災害時などの応急対策、火災予防訓練▽焼き畑、畔草、下枝や魚網にかかったごみの焼却（廃ビニールの焼却は禁止）▽キャンプファイヤーなどを行う際の木くずの焼却▽どんど焼きや塔婆の供養焼却などの行事における焼却

●ご近所への配慮

例外の場合であっても、大量の煙や臭いが出て、苦情の原因となることがあります。できるだけ、ごみ収集やごみ焼却施設へ出しましょう。

やむを得ず焼却する場合は、▽ご近所に一声掛けて理解を得てから行う▽煙がなるべく出ないよう草木をよく乾かす▽少量ずつ焼却する▽風向きや洗濯物を干す時間帯を避ける―など、十分配慮してください。

夏の節電に取り組もう

夏の日中（13時～16時ごろ）は電力使用のピークとなります。無理のない範囲で節電にご協力ください。

【節電要請期間】※経済産業省より

7月1日（月）～9月30日（月）の平日9時～20時
※8月13日（火）～15日（木）を除く

【節電メニュー】

◉エアコン
- 温度設定は28℃を目安に
- 無理のない範囲でエアコンを消し、扇風機を使用する。すだれ、よしずやみどりのカーテンなどで窓からの日差しを和らげる

◉テレビ
- 画面設定は「省エネモード」に、画面の輝度は低くする
- 必要なとき以外は消す

◉照明
- 日中は不要な照明を消す

◉冷蔵庫
- 温度設定を「強」から「中」に（食品の傷みに注意）
- 扉を開ける時間を減らし、食品は詰めすぎない

◉スイッチ
- リモコンの電源ではなく、本体の主電源を切る
- 長時間使わない機器は、コンセントからプラグを抜く

小型家電の回収ボックスに蛍光管、電球や電池を投入しないで

蛍光管、電球や電池は使用済小型家電リサイクルの対象外です。小型家電の回収ボックスに投入しないでください。

◉蛍光管の出し方

販売店の店頭回収を利用するか、有害ごみの日に、ごみ集積場所へ出してください。

◉電球の出し方

埋め立てごみの日に、ごみ集積場所へ出してください。

◉電池の出し方

▷充電式電池やニッケル電池
販売店の店頭回収を利用してください。
▷乾電池（アルカリ・マンガン）
販売店の店頭回収を利用するか、蛍光管とは別の袋に入れて、有害ごみの日にごみ集積場所へ出してください。

ライターはガス抜きをしてから捨てましょう

埋立ごみの収集中に爆発し、火災の発生する事故が多発しています。

◉ライターの出し方

火の気のないことを確認し、風通しの良い屋外でガス抜きをして、埋立ごみの日にごみ集積場所へ出してください。

問（ごみについて）町民課ごみ対策係　（節電について）町民課生活環境係　☎985-4117

第63回

社会を明るくする運動松前町大会

7月15日㊊㊗
13時30分～

松前総合文化センター広域学習ホール

昭和26年から始まった法務省主唱のこの運動は、犯罪や非行のない明るい地域社会を作りあげるために実施しています。

当日は、記念講演や町内中学生による意見発表を行います。

問福祉課障がい福祉係　☎985-4155

まさきファミリー・サポート・センター「ma（ま）★ ma（ま）・ほっと」

ふれあい交流会

地域の皆さん、利用会員、サポート会員が、一緒にお話を聞いたり、遊んだりしながら楽しいひとときを過ごしてもらうため、ふれあい交流会を開きます。
※ファミサポ登録説明会は随時行います。

◉日時　7月13日㊏9時30分～15時
◉会場　松前町総合福祉センター2階
あそびステーション・集会室・和室会議室
◉内容　9時30分～　受付
10時～　はじまるよ～・オリエンテーション・朗読ボランティアSAYさんと遊ぼう（絵本やレクリエーション）・サポーター紹介
11時30分～　昼食・休憩
13時～　お店めぐり（石ころアート・簡単制作・魚つり・ゲーム）
※昼食は各自で用意してください。（和室会議室で食べることができます）
◉申込先　まさきファミリー・サポート・センター　☎960-3269
子育て支援センター　☎985-4145

無料クーポンでがん検診を受けましょう

がん検診無料クーポン券とがん検診手帳を6月末に郵送しました。検診の受け方や医療機関は、同封した案内で確認してください。

子宮頸がん、乳がんや大腸がんは近年増えていますが、早期に発見すれば治療可能です。クーポン券を使ってぜひ検診を受けましょう。

▼**対象者**（平成24年4月2日～25年4月1日に次の年齢になった人）

子宮頸がん
20、25、30、35、40歳の女性

乳がん
40、45、50、55、60歳の女性

大腸がん
40、45、50、55、60歳の男女

▼**有効期限**　26年2月28日（金）

転入してきた人へ

対象者で4月20日以降に転入してきた人は、前住所地のクーポン券を交換する必要があります。健康課保健センター係までお越しください。

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ご相談ください。

問健康課保健センター係　☎985―4118

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ご応募ください

県は、80歳で20本以上自分の歯を有することを目標に、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」を開催します。

▼**対象者**
次の条件を全て満たす人
❶平成25年4月1日現在、満80歳以上の人
❷しっかりかめる自分の歯が20本以上ある人
❸これまで同コンクールの受賞経験（入賞含む）のない人
❹表彰式に参加できる健康状態である人

▼**締め切り**　7月26日（金）

▼**応募先**　健康課保健センター係　☎985―4118

平成26年成人式実行委員募集

▼**募集人員**　15人程度
▼**応募資格**
町内に住民登録があり、平成5年4月2日から6年4月1日までに生まれ、実行委員会（月1回程度）と成人式当日（26年1月12日（日））に出席できる人
▼**活動期間**　8月中旬～当日
▼**活動内容**
お祝いイベントの企画と進行、プログラムのデザイン、記念品選定
▼**申し込み方法**
電話かFAXにより、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（水）
▼**申込先**
社会教育課生涯学習係
☎985―4135
FAX985―4149

7月8日（月）から

外国人住民も住基カードを作れます

7月8日から、外国人住民についても住民基本台帳ネットワークシステムの運用が開始されます。これに伴い、同日から日本人と同様に住民基本台帳カードの交付ができるようになります。

▼**申請に必要な物**
①在留カードや特別永住証明書、外国人登録証などと保険証　②印鑑
③発行手数料500円　※官公署発行の写真付き身分証明書をお持ちでない場合や、その他不明な点がある場合は、事前にお問い合わせください。
▼**受付時間**　平日9時～16時

住基カードをお持ちの皆さんへ
電子証明書発行・失効サービスが停止します

県認証局による更新作業に伴い、電子証明書発行・失効サービスが停止します。停止期間中は、公的個人認証の発行と失効はできませんのであらかじめご了承ください。
▼**停止期間**　7月26日（金）～30日（火）
問町民課住民係
☎985―4105

25年度の申請スタート、24年度は7月末までです

国民年金保険料の免除申請

国民年金保険料を納めることが経済的に難しいときは、免除制度を利用しましょう。
本人・世帯主・配偶者の前年所得が一定額以下であれば全額または一部が免除されます。免除や猶予を受けず、保険料を納め忘れたまま、障がいや死亡などの不慮の事態が発生すると、障害基礎年金・遺族基礎年金が受けられない場合があります。
▼**免除の受付期間**
平成25年度分…7月1日（月）から開始され、25年7月から26年6月までの期間を対象として審査します。
※24年7月から25年6月分までの期間の受け付けは、7月31日（水）までです。
▼**必要なもの**
年金手帳、認印、離職票または雇用保険受給資格者証（離職による免除申請の場合だけ）
▼**申請先**
松山西年金事務所国民年金課
☎925―5175
町民課住民係
☎985―4106

小さなこどものための
自然観察会
野々っ子くらぶ

海辺の生きものを探します。
子どもと一緒に自然と触れ合いませんか。

第❷回海辺の生きものの会

＊日時　7月18日㈭　10時～11時30分
＊場所　塩美園、塩屋海岸
＊対象　就園前の子どもと保護者
　大人だけでも参加できます。
＊服装　帽子、運動靴（サンダルはやめましょう）、着替え用の服
＊持ち物　お茶、タオルなど
＊申し込み　前日までにお電話ください。
（先着15組）
＊申込先　町民課生活環境係　☎985-4117
　子育て支援センター　☎985-4151

所得税予定納税（第1期分）をお忘れなく

所得税の予定納税（第1期分）の納期限は7月31日（水）です。振替納税を利用している人は、同日に指定の金融機関の口座から引き落としますので、前日までに残高確認をお願いします。
振替納税を利用していない人は、納期限までに最寄りの金融機関や所轄の税務署の窓口で納付してください。また、インターネットを利用した電子納税も利用できます。予定納税が必要な人には、6月中旬に税務署から「予定納税額の通知書」が送付されています。
問松山税務署
☎941―9121

平成25年度
各種保険料の納付期限

介護保険料と後期高齢者医療保険料（普通徴収）の納期限は次のとおりです。

	納期限	口座振替日
1期	25年7月31日㈬	25年7月25日㈭
2期	9月2日㈪	8月26日㈪
3期	9月30日㈪	9月25日㈬
4期	10月31日㈭	10月25日㈮
5期	12月2日㈪	11月25日㈪
6期	12月25日㈬	12月25日㈬
7期	26年1月31日㈮	26年1月27日㈪
8期	2月28日㈮	2月25日㈫
9期	3月31日㈪	3月25日㈫

年度途中に支払い方法が普通徴収から特別徴収（年金天引き）に変わる人もいます。詳しくは後日送付する保険料額決定通知書で確認してください。
問保険課保険料係　☎985-4227

後期高齢者医療制度加入の皆さんへ

新しい保険証を郵送します

現在お持ちの保険証（薄桃色）の有効期限は、7月31日（水）です。
8月1日（木）からは、新しい保険証（青色）に変わります。
▼**対象者**
75歳以上の人と65歳以上75歳未満で一定の障がいがある人（本人の申請に基づき、愛媛県後期高齢者医療広域連合の認定を受けた人）
▼**一部負担割合**
1割または3割（平成24年中の所得と収入によって決定）
▼**交付の時期**
7月下旬に郵送します。8月直前になっても届かない場合や不明な点がある場合は、お問い合わせください。

限度額適用・標準負担額減額認定証も新しくなります

医療機関での医療費が減額される「限度額適用・標準負担額減額認定証」も、有効期限は7月31日（水）です。
すでに認定証を持ち、次の要件を満たしている人は、保険証と一緒に送ります。新たに交付が必要な場合はお問い合わせください。
▼**要件**
①保険料の滞納がない
②25年度の住民税が非課税の世帯
問保険課医療保険係
☎985―4110

倒産・解雇・雇い止めなどで離職した人は国保税が軽減されます

非自発的な失業で職場の健康保険を脱退し国民健康保険に加入した人は、国保税が軽減されます。
▼**対象者**
①失業時点で65歳未満の人
②倒産・解雇などによる離職（特定受給資格者）または雇い止めなどによる離職（特定理由離職者）で雇用保険受給資格者証の第1面「離職理由」欄のコードが次の人
＜特定受給資格者理由コード＞
11、12、21、22、31、32
＜特定理由離職者理由コード＞
23、33、34
▼**軽減内容**
対象者の前年の給与所得を100分の30として国保税を算定
▼**軽減期間**
失業した日が▽平成24年3月31日～25年3月30日→26年3月まで
▽25年3月31日～26年3月30日→27年3月まで
▼**申請に必要なもの**
雇用保険受給資格者証、印鑑（シャチハタ以外）
▼**申請先**
税務課町民税係、保険課医療保険係
問税務課町民税係
☎985―4110

地籍調査実施中

平成25年度は北黒田、北川原、筒井、の一部を現地調査します

◉**地籍調査とは**

土地に関する戸籍調査ともいうべき基礎的な調査です。現在、法務局に保管されている登記簿や公図は、明治・大正期に作成されたものが多く、土地の実態を正確に把握できないことがあります。そこで、次の調査を行い、登記簿や公図を修正します。

①所在、地番、地目と境界の調査
②登記簿に記載された所有者の表示に関する確認
③境界の測量と面積の測定

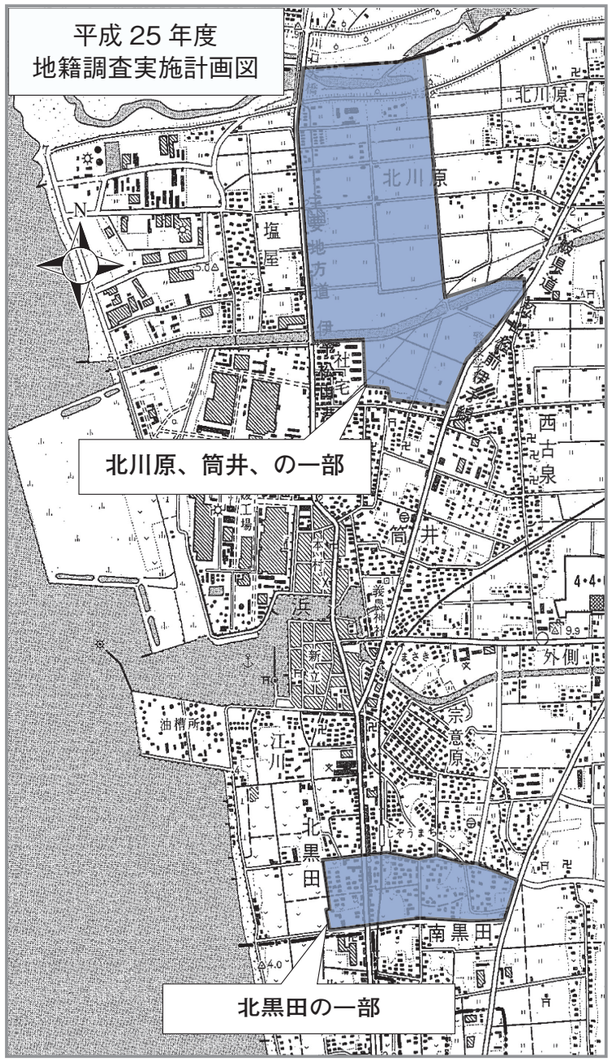
◉**地籍調査の効果**

地籍調査を行うと、その結果が数値データにより記録・保存されるため、公共事業と土地取引の円滑化に役立ちます。また、万一の災害の場合にも境界を正確に復元することができ、復旧活動に迅速に取り掛かることができます。

◉**土地所有者へのお願い**

25年度調査地区については、7月26日(金)～29日(月)の4日間、地元説明会を開催します。関係者にはあらかじめ案内文書を送りますので、ぜひ参加してください。

問産業課国土調査係 ☎985―4127



町有地を売却します

下記の町有地を先着順で売却します。

▼**申請方法**
普通財産売払(譲与)申請書を持参か郵送(書留)で提出

▼**申請書提出期間**
平成25年7月10日(水) ～26年3月31日(月) 9時～17時
(土・日・祝日を除く)
※郵送の場合は、26年3月31日(月) 17時必着

▼**関係書類配布・申請書提出場所**
財政課財産管理係 ☎985-4232

▷所在地 松前町大字浜字東恵美洲322番1、323番2(旧松前交番跡地) ▷地目 宅地 ▷地積 194.89㎡
▷売却価格 9,304,000円 ▷用途地域 商業地域

下水道に接続しましょう

公共下水道受益者負担金

公共下水道が整備された区域内の土地の所有者または権利者に、一度限り負担してもらうものです。

▼**金額** 1㎡あたり350円
※1筆あたりの上限額は15万円

▼**手続き** 対象者には7月中に申告書を送付しますので、内容を確認後、記名・押印して返送してください。その後、8月中旬に決定通知書と納付書をお送りします。(昨年度以前に決定した負担金は、8月から納期ごとに納付書を送付します)

下水道が使えるようになったら…

各家庭の台所や浴室などからの排水は、速やかに下水道に接続しましょう。浄化槽を設置している人は6カ月以内に排水設備を設置して下水道に接続しましょう。

くみ取り便所の人は、3年以内に水洗便所に改造しましょう。

◉下水道への接続工事は、町の指定工事店(一覧は町ホームページに掲載)に申し込んでください。

融資あっせん制度

下水道が使えるようになってから3年以内に行う接続工事は、金融機関に融資をあっせんし、町が利子を負担する制度があります。

下水道使用料

下水道を使い始めると下水道使用料が必要になります。

問上下水道課下水道業務係 ☎985―4126

愛媛マンダリンパイレーツ公式戦

中予広域の日

8月17日(土) 坊っちゃんスタジアムでの、徳島インディゴソックス戦は、中予広域の日を開催します。楽しいイベントが満載ですので、ぜひお越しください。

◉**日時** 8月17日㈯18時～(17時開場予定)

◉**イベント**

▷松前町内の小・中学生無料招待
小・中学校で配布されたチラシを試合当日、球場付近の特設テントのスタッフに渡してください。入場券1枚+ジェット風船1個と交換します。

▷1ドリンク付き特別前売り券販売
7月1日(月)から松前公園体育館で、中予地区在住の人に、1ドリンク(ビールかソフトドリンク)引換券付前売りチケットを700円で販売します。

▷中予地区3市3町の特産物が当たる大抽選会開催

問愛媛県民球団㈱ ☎914-8102
松前公園体育館 ☎984-7227

Summer Festival

まさき町夏祭り

8月3日㈯

塩屋海岸
はんぎり競漕、はんぎりトライアスロン

松前公園
子どもフェスタ、夜市、まさき音頭、花火

★イベント参加者募集

はんぎり競漕 8時30分～(予定)
中学生、高校生、社会人や企業などから個人・チームを募集しています。
・はんぎり競漕(個人・団体)
・はんぎりトライアスロン(個人)

まさき音頭 18時45分～(予定)
一般、企業や各地区などから、チーム(連)を募集しています。

締め切り 7月19日㈮

まさき町夏祭り前夜祭

「カラオケの夕べ」

まさき夏祭りの前夜祭として、町内の歌自慢によるカラオケ大会を開催します。

日 時 8月2日(金)18時開演(予定)
会 場 松前総合文化センター
広域学習ホール

問松前町商工会内
まさき町夏祭り
実行委員会
☎984-1427

消防署だより

松前消防署☎ 984−3404

熱中症を予防して夏を乗り切ろう

暑い季節が近づき、これから注意しなくてはならないのが、熱中症です。

屋外にいなくても、熱気のこもった室内に長時間いると、熱中症を引き起こし、命を落としかねません。

熱中症は、予防ができる病気です。熱中症に対する正しい知識と、予防対策を知り、熱中症を未然に防ぎましょう。

≪こんな日は熱中症に注意≫

・気温が高い（暑さ指数（WBGT）が 28 度を超える場合）
・湿度が高い
・無風状態が続く
・涼しい日の翌日

熱中症予防のポイント

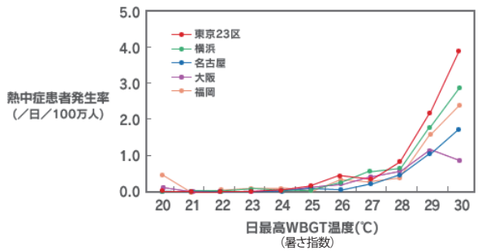
・気温、室温をこまめにチェック
・室温 28℃を超えないように、エアコンや扇風機 を有効に使用
・外出の際は体を締め付けない、涼しい服装と帽子や日傘で日よけ対策
・のどが渇かなくても、こまめに水分補給
・無理をせず、適度な休憩
・日ごろから栄養バランスのとれた食事と十分な睡眠
・幼い子供は、短時間でも車内に放置しない

≪暑さ指数とは≫

湿度、輻射熱と気温を取り入れた指数です。暑さ指数が 28 度を超えたあたりから熱中症による死亡が増え始めます。

環境省熱中症予防情報のホームページにおいて、全国各地の現在の暑さ指数を確認することができますので、参考にしてください。

日最高暑さ指数温度と熱中症患者発生率の関係
（環境省熱中症予防情報ホームページより）



≪熱中症の症状とその経過≫

重症度	症状	対処	医療機関への受診
軽度	めまい、たちくらみ、大量の汗	涼しい場所へ移動、水分補給	症状が改善しなければ、受診が必要
中度	頭痛、吐き気、体のだるさ	涼しい場所へ移動、塩分・水分補給、体を冷やす	
重度	意識障害、けいれん、1人で歩けない	上記の対処に加え、ためらうことなく救急車を要請する	

松前の防災力

危機管理係☎ 985−4103

vol. 08

松前町における

南海トラフ巨大地震被害想定を知る

松前町における南海トラフ巨大地震による震度・津波水位

（H25.6.10　愛媛県地震被害想定調査結果　第一次報告）

最大震度	最大津波水位（m）	※1 津波の最短到達時間（分）			※2 津波浸水面積（ha）	※3 液状化危険度
		津波波高1m以上	津波波高 2 m以上	最大津波波高（2.4 m）		
7	4.2	113	134	185	1090（ha）	極めて高い

※1　津波によって、海面が平常時の潮位よりそれぞれの高さまで上昇するのにかかる時間
※2　想定される最大の津波によって、1 cm以上浸水する面積
※3　液状化危険度は、極めて高い＞かなり高い＞高い＞低い＞かなり低いの5段階

国の南海トラフ巨大地震による被害想定結果を踏まえ、県は 6 月 10 日、南海トラフ巨大地震を含む5タイプの地震について、市町ごとのより詳細な最大震度や津波被害などの独自想定を発表しました。

▷最大震度は 7

このうち最大被害想定によると、南海トラフ巨大地震が発生した場合、松前町の最大震度は7と予想されています。他の4タイプの地震についても、おおむね平成 13 年に発生した芸予地震以上のものが予想されています。

▷最大津波水位は 4.2 m

最大津波水位は、4.2 m。浸水域は、国道から西側の大部分と東側の一部（南黒田）です。詳しくは町ホームページでご確認ください。http://www.town.masaki.ehime.jp/soshiki/detail.php?lif_id=10238

▷正しく恐れることが重要

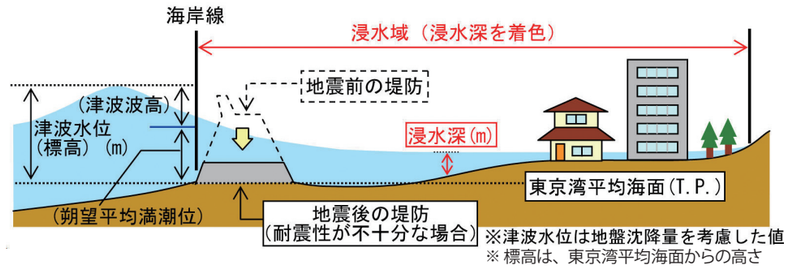
南海トラフ巨大地震は、ひとたび発生すれば甚大な被害をもたらすことを常に視野に入れておく必要があります。ただし、その発生頻度は極めて低いことから、今回の想定結果を冷静に受け止めて、正しく恐れましょう。

Q.4.2 mの津波とは、みんなの身長以上の津波ということ？

A. はい。場所によっては身長以上となります。

松前町における最大津波水位4.2mは、大潮での満潮時の平均潮位(標高 1.8m) に最大津波波高(標高 2.4m)を足し合わせた高さです。仮に平均潮位(標高 0.05m) のときに津波が到達した場合、津波水位は 0.05m＋2.4m＝2.45mとなり、松前町役場(標高およそ2.4m) での津波の浸水深は、津波水位(2.45m)－役場の標高(2.4m) ＝0.5mとなります。

津波が起こった場合は気象庁が発表する津波水位に注意して、安全な場所に避難することが大切です。



募集

知事とみんなの愛顔でトーク　傍聴者

県知事が、住民の皆さんと気軽に意見交換を行う「知事とみんなの愛顔（えがお）でトーク」を開催します。傍聴者を募集しますので、ぜひご参加ください。

▼**日時**　8月19日（月）14時30分～17時
▼**場所**　県農林水産研究所大会議室（松山市上難波甲311）
▼**定員**　50人（先着順）
▼**申し込み方法**　住所、氏名、電話番号を記入して郵便、FAX、Eメール、電話で申し込んでください。
▼**申込期限**　8月14日（水）
▼**申込先**　〒790－8502 松山市北持田132　中予地方局地域政策課　☎909－8751　FAX921－2601　Eメール　chu-seisaku@pref.ehime.jp

暴力団や薬物に関する犯罪の匿名通報

暴力団や薬物に関する犯罪、児童虐待や拳銃情報などを、警察から委託を受けた民間団体が匿名で受け付けています。有力情報には最大10万円を支給。一時金もあります。

▼**受付日時**　【電話】月～金曜の9時30分～18時15分
▼**連絡方法**　電話か24時間オンライン受付で、通報してください。
▼**連絡先**　☎0120－924－839　オンライン受付　www.tokumei24.jp　モバイル用受付　www.tokumei24.jp/i

松山地域就職準備・離職転職セミナー受講生

▼**対象**　母子家庭の母、寡婦、父子家庭の父
▼**日時**　8月8日（木）10時～15時
▼**場所**　県男女共同参画センター3階　研修室
▼**募集人数**　50人
▼**受講料**　無料
▼**内容**　①「仕事の探し方」ハローワーク松山　統括職業指導官　玉井計　②「無料職業紹介事業について」県母子寡婦福祉連合会　職業紹介責任者　中里晃子　③「ぴったり感を大切に!!　私の適職選び」キャリアコンサルタント　西原美智子
▼**申し込み方法**　認印を持って、福祉課児童福祉係へお越しください。
▼**締め切り**　7月26日（金）
問一般財団法人県母子寡婦福祉連合会　☎907－3200

放送大学10月入学生

放送大学は、テレビやインターネットを通じて授業を行う通信制の大学で、心理学・福祉・経済・歴史・自然科学など幅広い分野を学ぶことができます。現在、10月入学生を募集中です。まずはお電話ください。

▼**出願期限**　8月31日（土）
問放送大学愛媛学習センター　☎923－8544

運転免許自主返納を支援します

県は、交通安全対策の一つとして、高齢運転者の運転免許自主返納を応援しています。自主返納した65歳以上の人は、自主返納支援制度加盟店でさまざまな特典が受けられます。

■手続き
①運転免許センターか伊予警察署で、本人が運転免許証を自主返納
【持参物】免許証と印鑑
②運転免許の取消通知書（無料）の交付
※運転経歴証明書（手数料1,000円）の交付もできます。同証明書は、公的な身分証明書として生涯使えます。自主返納した人は、取り消し後5年以内は交付できます。【持参物】写真1枚（縦3センチ×横2.4センチ）
③自主返納支援制度加盟店で、取消通知書か運転経歴証明書を提示し、特典を受ける

■特典例
・伊予銀行…定期預金利息0.3%割増（預金額300万円まで）
・ウェルピア伊予…レストラン飲食料金10%割引、入浴料200円割引
※その他の加盟店については、県警ホームページをご覧ください。

問県警察本部運転免許課　☎934-0110

催し

地域医療連携フォーラム

松山赤十字病院は、認知症をテーマに地域医療連携フォーラムを開催します。入場無料、申し込み不要ですので、ぜひご参加ください。

▼**日時**　7月14日（日）13時～15時40分
▼**場所**　ひめぎんホール（県民文化会館）サブホール
▼**内容**
【シンポジウム】
認知症から学ぶ「ひとのこころ」～認知症と向き合い、支え合うために～
【基調講演】
『認知症の診療と介護』　東京女子医科大学名誉教授・メディカルクリニック柿の木坂院長　岩田　誠
【演題】
わたしたちの認知症支援の取り組み　①認知症家族の立場から　谷岡福男　②認知症看護認定看護師の立場から　松山赤十字病院認知症看護認定看護師　浅見　千代美　③認知症疾患医療センターの立場から　砥部病院（地域拠点センター）高齢者こころのケアセンター長　中城有喜
問松山赤十字病院地域医療連携課　☎926－9516

夏の献血キャンペーン

7月1日（月）～8月31日（土）は「愛の血液助け合い運動」実施期間です。

期間中は、現状の血液不足について多くの人が共感し、献血に協力してもらえるよう、イベントを開催します。M1王者「笑い飯」と、「もう中学生」のお笑いライブや献血クイズを予定していますので、ぜひお越しください。

▼**日時**　7月14日（日）9時～17時
▼**場所**　エミフルMASAKI　グリーンコート（献血はグリーンゲート③とフローラルゲート⑦で実施）
問愛媛県赤十字血液センター　☎973－0755

お知らせ

サマージャンボ宝くじ

今年のサマージャンボ宝くじは、1等・前後賞合わせて5億円です。

▼**1等**　3億円×26本（発売総額780億円・26ユニットの場合）
▼**1等前後賞各**　1億円×52本（発売総額780億円・9ユニットの場合）
▼**発売期間**　7月10日（水）～8月2日（金）
▼**抽選日**　8月13日（火）

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

消費力アップ通信

無料アダルトサイトの閲覧は気をつけて！

■相談事例
無料アダルトサイトだと思って「20歳以上」をクリックしたら、いきなり登録になり高額な請求画面になった。請求画面が消えないが、どうしたらよいか。

■アドバイス
◉契約が有効に成立しているとは限りません。パソコンや携帯電話に「登録しました」「入会ありがとうございました」と表示され、請求画面が出たとしても、安易に支払うことはやめましょう。
◉慌てて業者に連絡することは、絶対にやめましょう。氏名や電話番号など新たな個人情報を知らせることになり危険です。
◉「システムの復元」を行えば、料金請求画面を削除することができます。削除方法については、（独）情報処理推進機構（IPA）のホームページに記載されていますので参照してください。

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。匿名でも相談できます。情報提供も受付中です。
▷消費者ホットライン ☎ 0570-064-370
▷消費生活相談窓口（産業課内）☎ 985-4120
毎週火曜日は専門の相談員が対応します。

●7月の納税●

固定資産税　第2期
国民健康保険税（普通徴収）第1・全期
納期限は7月31日水
◎納期限内にお納めください◎
口座振替は7月25日木

人のうごき

（H 25.5.31 現在）

区分	人口	前月比
男	14,877	＋10
女	16,374	＋6
合計	31,251	＋16
世帯	13,040	＋12

図書館

筒井633
☎985－4140

松前町ふるさとライブラリー

7月の新刊

◆レーン（ランナー3）／あさの　あつこ
◆友罪／薬丸　岳
◆箱館売ります　上・下／富樫　倫太郎
◆薔薇とビスケット／桐衣　朝子
◆家出しちゃった／藤田　千津
◆とうふちゃん／あだち　とも
◆からすのてんぷらやさん／かこ　さとし
◆からすのそばやさん／かこ　さとし
※少年少女読書感想文全国コンクールの課題図書もそろえています。ご利用ください。

おはなしかい

日時　7月27日㊏　11時
場所　文化センター2階
　　第2研修室

絵本や紙しばい、パネルシアターなどを使って毎回楽しいおはなしをします。皆さん、ぜひ来てみてください。

7月のふるさとライブラリー

○開館時間　9時30分～19時
○休館日　7月31日㊌

一般書

昨夜のカレー、明日のパン
木皿 泉著／河出書房新社

なにげない日々の中にちりばめられた、「コトバ」の力がじんわり心にしみてくる人気脚本家がはじめて綴った連作長編小説。

一般書

軍神の血脈 ―楠正成秘伝―
高田 崇史著 / 講談社

南北朝時代から現代、そして東京の史跡と愛媛県を繋ぎ、楠正成にまつわる葬られた歴史の真実が、明らかとなる。

雑誌

東映ヒーローMAX
辰巳出版

TV，映画で活躍のヒーローたちの本。親子でお楽しみください。

絵本

チョーシンくんのだいぼうけん
二見 正直作・絵／偕成社

「ぼくとけいのはりなんてやめて、ちがうものになるよ」そういってある朝はるこちゃん家の時計を飛び出したチョーシンくん。外の世界で見つけたものはいったい何だったのでしょうか。

包括支援

筒井710－1
☎985－4205

松前町地域包括支援センター

高齢者と脱水

脱水とは、体内の水分と塩分が減少した状態のことをいいます。人は1日に食事や飲み物から2100ミリリットルの水分を取る必要があります。気温の上昇や発熱、下痢、嘔吐などの水分を失う条件が加わることで、高齢者は水分補給と排泄の収支バランスが崩れ、脱水になりやすくなります。

◆高齢者が脱水になりやすい理由
・体内の貯水能力が成人よりも10％低い
・脱水状態が短時間で回復しない
・むせやすいため、水分を摂りにくい

◆脱水の予防法
・飲み物を常備し、1日1.5リットルの水分補給
・体調不良や大量の発汗時は、水分と合わせて塩分も補給（イオン飲料）

高齢者は、喉の渇きを自覚しにくくなります。「喉が渇いていない。汗をかいていない」と言って、水分補給を控えると、重大な脱水となります。意識して早めに水分補給を行い、また暑さがひどいときは、扇風機やエアコンを活用し熱中症を予防しましょう。

※心臓や腎臓に疾患があり、かかりつけ医から水分摂取量を制限されている場合は注意

東公民館

神崎210
☎984－1159

子ども囲碁教室

北伊予小学校児童を対象に本年度も「子ども囲碁教室」を実施しています。

5月11日（土）に開講式を行い、6人の1年生を含む17人の子どもたちがお父さん、お母さんと一緒に参加しました。式終了後、子どもたちは、早速講師の先生を取り囲んで、紙に書いてあるファミリー囲碁2を見ながら、先生に色々と質問して楽しそうに碁を打ちました。中には先生と1対1で碁の動かし方を学んでいる子どももいました。

囲碁は誰にでも覚えられる楽しいゲームです。教室は、平成26年3月8日（土）までの月1回、第2土曜日に実施していますので、興味のある子どもたち、一度見に来てみませんか？

西公民館

北黒田966－2
☎984－5313

愛護部全体学習会

おはなしは　心の母乳　心のふるさと

5月15日、愛護部全体学習会を実施しました。今年は講師に「えひめ紙芝居おはなし会」の丸山康子先生を迎え、「親子で楽しもう　おはなしの世界」と題して講演をいただきました。

講演では、▽絵本を開けると大人は字を読む。子どもは絵を読む▽親の生の声で読んであげることによって絆が深まる▽子どもが横を向いていても耳は聞こえている▽子どもと関われるのはいっときでしかない―など、親子でお話を楽しむことの大切さを学びました。

続いて、「ふしぎなへや」を作ったり、素敵な紙芝居を見たりして「おはなしの世界」にすっかり引き込まれていました。読み聞かせのコツの紹介もあり、有意義な学習会となりました。

北公民館

昌農内456－1
☎984－7529

分館・愛護部役員研修会

毎年恒例の「岡田校区分館・愛護部役員研修会」を開催しました。

今回は、えひめ地域づくり研究会議代表運営委員の若松進一さんに、「地域づくりに新しい風」と題して講話をいただきました。風と言えば、春風・そよ風・薫風…と今の季節に応じた風のいろいろ。でも、今だからこそ、あえて必要な新風に共感を覚えました。

地域に新風を吹かすのは、やるなら今でしょう。自分自身も北公民館で2回目の春を迎えました。「笑顔あふれる地域のお茶の間」を目指して、公民館事業の拡充に奮起しています。役員の皆さま、地域の皆さま、共に新しい風を吹かせていきましょう。

主催者

1歳です。よろしくね

西村（にしむら）　遥夏（はるか） ちゃん
大溝
平成 24 年 7 月 26 日生
（父）裕造さん（母）梓さん
みんな遥夏が大好きです♡
これからも元気に育ってね♪

檜田（ひだ）　このみ ちゃん
出作
平成 24 年 7 月 13 日生
（父）浩則さん（母）弥生さん
いっぱい笑っていっぱい食べて大きくなってね！

田中（たなか）　千咲（ちさき） ちゃん
筒井
平成 24 年 7 月 17 日生
（父）聡志さん（母）芳美さん
毎日元気なちーちゃん♪これからも皆に笑顔を見せてね。

荒川（あらかわ）　達哉（たつや） くん
浜
平成 24 年 7 月 6 日生
（父）雄太さん（母）育恵さん
かわいい笑顔を毎日ありがとう！
これからも一緒にたくさん笑おうね！

辻井（つじい）　輝琉（きりゅう） くん
筒井
平成 24 年 7 月 7 日生
（父）渉さん（母）香織さん
きっくん♡1歳おめでとう!!いつもニコニコ笑顔をありがとう♡

図子（ずし）　圭佑（けいすけ） くん
徳丸
平成 24 年 7 月 11 日生
（父）博之さん（母）寿満さん
圭ちゃん、にいにといっぱい遊んで大きくなってね

9 月に 1 歳になるお子さん募集

背景が明るい横長の写真（デジタルデータ可。USB 不可）を持参してください。＊先着 6 人です。
募集期間　7 月 1 日㈪～7 月 16 日㈫　▶総務課広報情報係　☎985-4132

おうちで給食

recipe 53 かぼちゃサラダ

旬のかぼちゃときゅうりを使った夏らしい献立です。
かぼちゃは電子レンジを使って調理すると、ビタミンやミネラルの損失が防げます。

● 材料 ●（4 人分）

- かぼちゃ……240g
- たまねぎ……10g
- きゅうり……40g
- ロースハム……15g
- A
  - マヨネーズ……25g
  - フレンチドレッシング…5g
  - 塩……少々
  - こしょう……少々

● 作り方 ●

1. かぼちゃは種を取り、皮は所々むき、一口大に切る。
2. 1 のかぼちゃを蒸し器や電子レンジで柔らかくなるまで熱を加える。柔らかくなったら、温かいうちに潰して、冷やしておく。
3. たまねぎはみじん切りにし、水にさらしておく。きゅうりは輪切り、ロースハムは短冊切りにする。
4. 2 と 3 を合わせ、A で味付けする。

【エネルギー 106kcal（1 人あたり）】

＊きゅうりの代わりに枝豆を入れてもおいしくできます。

Boys&Girls,Be Ambitious!

頑張る子どもたちを紹介します

空手で全国ベスト8を目指す

佐々木 千夏 ちゃん　松前小 6 年・南黒田

Sasaki　Chinatsu

松前小学校6年生の佐々木千夏ちゃん。大好きな空手に打ち込む女の子です。

空手の組織である修道会に、妹と一緒に所属する千夏ちゃん。松前中学校の体育館で週2日、重信で週3日、それぞれ約2時間のハードな練習を欠かしません。

「3歳のときに、お母さんに誘われて始めました。それから、病気にならない限り、練習を休んだことはありません」

たゆまぬ努力により、千夏ちゃんは早くから才能を開花させます。小学校1年生から6年連続で、県予選を勝ち進み、全日本少年少女空手道選手権大会の出場権を得ました。それでも千夏ちゃんが満足することはありません。

「去年の大会は2回戦で、技のスピードが足りず、判定負けでした。判定で一本も旗が上がりませんでした。その相手が優勝しました」と試合を振り返り、悔しさをにじませます。

「次は全国ベスト8を目指します！」と、きっぱり目標を話してくれた千夏ちゃん。今年の選手権大会は、8月10、11の両日、東京で開かれます。

ふるさと歴史散歩 98

～松前史談会レポート～

神崎 1 番地を訪ねるⅡ

JR 北伊予駅前辺りから踏切周辺にかけては、各種商店・黒住教会・映画館・郵便局・農協などでにぎわっていたという。新旧の主要道路が交差し、道標（子の日権現への道しるべ）や伊予神社の常夜灯もあった。

東公民館があるのは、北伊予村役場の跡地である。敷地内に大きな椋の木があったが、八倉松前線（県道 214 号）を拡幅する時に切ったという。永田の岩鋪天満宮前に残る旧道、子規や蟠松が愛した小富士の松にも当時がしのばれる。古い由緒と高い格式をもつ伊予神社や晴光院もすぐ近くにある。

北伊予小学校は、いくつもの学校が統合して霊泉小学校となり、さらに発展して今の場所にある。明治 25 年、松前町内では初めて高等小学校が併設された。それまでは（19 年 4 月から 25 年 11 月まで）、町内の高等科児童は郡中まで通学した。想い出の庭や、玄関に飾られている下村為山が描いた巨松を懐かしむ卒業生や保護者も多い。

北伊予地区は、「きたいよの伝承」が 11 号まで刊行されているように、文化・歴史の伝承に熱心だ。池内和男さんのご案内で楽しい 1 日であり、まだまだ知りたいことがたくさんあった。

1 伊予神社前から行動山を望む。左手の林あたりに昔の藩境が通る

2 東公民館
旧北伊予村役場跡。手前は忠魂碑。間の道を南へ入ると伊予神社

7月13日（土）のふるさと歴史散歩は、鶴吉 1 番地を訪ねる。8 時 30 分、松前庁舎南駐車場に集合。現地（鶴吉集会所）合流も歓迎。

㊐　松前史談会（鷲野）☎ 984-5439

6 月号のふるさと歴史散歩の記事に誤りがありました。
ＪＲ予讃線が松山市まで開通したのは「（正）昭和 2 年　（誤）昭和 4 年」です。お詫びして、訂正します。

発行／松前町
編集／広報編集委員会
発行日／平成25年7月1日

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

行ってこーわい 会ってこーわい

「松前町陶芸教室」

一人で熱中＋みんなで親睦

No. 58

「『世界で一つだけの作品』を自分で作りながら、ときには雑談をしながら、和気あいあいとやっています」と話すのは重川源さん＝新立＝。松前総合文化センター北側にあるプレハブで活動する松前町陶芸教室の部長です。教室のメンバーは52人。5班に分かれて、活動しています。

重川さんと一緒に始めた大政千津子さん＝恵久美＝と友澤千春さん＝本村＝。大政さんが「陶芸の魅力は一人で夢中になれること。プラスこの教室は、みんなと親睦ができる」と話せば、友澤さんも「ものを作るのも好きだけど、みんなと話すのも好き。休憩時間には、みんな自分が最初に作ったコップを使って、お茶を飲みます。思い入れもあって、話も弾みますよ」とにっこり。そんな教室の雰囲気に、初めてまだ1年という中村正樹さん＝永田＝と、今回が4回目の参加というラレットさん＝愛媛大学留学生＝も、「自分らしい作品づくりに集中できる」「リラックスできる。楽しい」と話し、居心地の良さを感じていました。

「一人で作品づくりに熱中できる＋みんなで和気あいあいと親睦できる」。陶芸教室には、正反対の二つの魅力が見事に融合していました。

1．メンバーは思い思いの食器や花瓶などを、集中しながら、楽しみながら作っていく

2．ろくろを使うときは「無の境地」という友澤さん。指先に全神経を集中させる

▼編集後記

青葉幼稚園の田植え大会の取材に行ってきました。同大会は、子どもたちに農業に触れる機会を与えようと行われています。足を取られて泥だらけになりながらも、一生懸命に苗を植える子どもたち。私も負けじと水田に入り、写真を撮りました。結果、見事に足を取られて、尻持ちをつくはめになりましたが、大人でも農業の大変さに触れることができる良い機会となりました。（松田）

「はあ。はあ。ぜえ。ぜえ」ウオーキングしている皆さんは、本当に元気です。息切れするのは、運動不足の私だけ―。家でごろごろしている自分を反省しました。今週末は車を使わず、ウオーキングしたいと思います。

今回、ウオーキングの取材をする中で、松前町内のいろいろな場所から、朝日や夕日を見ました。どこから見てもきれいで、心が落ち着きました。皆さんも、ぜひウオーキングしながら見てみてください。（久保）

Proud! Japan
東日本大震災の復興を支援しよう

広報まさきに有料広告を載せませんか？

広報まさきに掲載する有料広告を募集しています。希望者は、町ホームページをご覧になるかお問い合わせください。

❖広告掲載枠
広報まさきの裏表紙
（下欄3枠、1枠の大きさ＝縦40ミリ×横60ミリ、フルカラー）

❖配布状況
毎月1日発行。発行部数1万1500部。町内全世帯へ配布

❖広告掲載料
1枠、1月当たり2万円

問総務課広報情報係　☎985-4132

VEGETABLE OIL INK