

誰もが「住んでよかった」と思える魅力あるライフタウンを目指す松前町。
それってどんな町でしょう。

例えばレストラン。

心のこもった料理としっかりとしたサービス。

温かいもてなしを受けたとき、誰もが心から思います。

「ここに来てよかった」と。

「ここに住んでよかった」と思える町も同じです。

ここに住む誰もが「住んでよかった」と思えるように。

「この町が好き」「ずっと住みたい」と思えるように。

今月は町のおもてなし「行政サービス」を特集します。



住みたい町の 新基準



住みたい町は「環境」+αで選ぶ時代

住まいを探すとき、誰もが大事なポイントにするのは「環境」です。自然環境、生活環境、雇用環境、教育環境、利便性、安全性—など、あげればきりがありません。

松前の環境はというと、松山市のベッドタウン。地元の人からは言うまでもなく、松山に隣接していることから若い世代の働く場所が確保されています。小さいながらも崇高な先人の歴史や独自の文化を発信し続けています。都市と自然が調和した人気の住宅街があります。中四国最大級の大型ショッピングセンターを有し、お出かけスポットとしても居住空間としても、県内の人気を集めています。瀬戸内海に面し、気候は1年を通して温暖です。海があつて、自然も残るこの地への憧れは根強い

ず。住む人の心に誇りと安らぎを与える街並みは、セカンドライフにも適しています。でも、本当に「環境」だけで住みたい町を決めてしまっているのでしょうか。最近では、大都市に自然や緑を設けたり、田舎にショッピングセンターを造ったり、都市に田舎の良さを、田舎に都市の機能を取り入れて：都市と地方の差は縮まってきています。情報化が進んだ今、インターネットや情報誌で、地域別に目当ての物件(家)を比較しながら選ぶことができます。でも、ネットにも情報誌にも掲載されていない大事なことがあります。それは、住もうとしている自治体の「行政サービス」から町を選ぶということ。行政サービスは、自治体によって違いがあります。この行政サービスこそ、今、住みたい町を選ぶときの基準。自分のライフスタイルに合わせてライフスタイルを探ることが大事です。

松前の行政サービスってどうなんでしょう？
松前の行政サービスを使って、快適な松前ライフを送っている人に触れると、その答えが浮かんできます。

松前ライフを満喫する



INTERVIEW

林 紀代子さん 昌農内

【生活便利編】

使っているのはコレ
便利で安心な生活をゲット



休館日が少なく便利 ふるさとライブラリー



月曜日は休館日という図書館が多い中、ふるさとライブラリーの休館日は毎月末日、年末年始、特別整理期間（毎年1回、10日以内）だけ。図書館入り口から駐車場まで近いので、重い本を借りても安心です。
●開館時間 9時30分～19時
蔵書冊数は約89,000冊。雑誌45誌、新聞6誌、ビデオ・DVD640本あり。
ビデオブース2台、タッチパネル式検索機を1台設置。
●ふるさとライブラリー ☎ 985-4140

ワンコインで乗車できる ひまわりバス



松前町内の公共施設や病院などへのアクセスを便利にするため、松前町役場を中心としたバスを運行しています。
●運行コース
岡田駅方面を循環する西回りコース
北伊予駅前方面を循環する東回りコース
両コースともに右回り・左回りを、各1日2便、合計8便運行しています。
●料金 大人一乗車 100円
小児一乗車 50円
(松前町在住の65歳以上の人と障がい者は無料)

24年3月末まで発行手数料無料 住民基本台帳カード



顔写真付きのものであれば公的な身分証明書として利用できます。平日であれば、他市町村の窓口でも住民票（本籍地の記載ないもの）を取得することも。写真はその場で撮ります。
●申請に必要な物
①官公署発行の写真付き身分証明書（運転免許証、パスポートなど）+保険証など
②印鑑
公的個人認証希望の場合は、500円必要。
●受付時間 平日9時～16時
●町民課住民係 ☎ 985-4105

松 山市出身の林紀代子さん。10年前、松前町に引っ越してきました。趣味は読書です。

「松山に住んでいたときはコミセンの図書館に通っていましたが、松前に越してきて、コミセンまで電車で通ってしまいました。でも年をとってきて、だんだん行くのがおっくうになって。松前の図書館に行く交通手段があったらいいのにと思っていました」と振り返ります。

平成20年、誰でも、どこでも利用できる「ひまわりバス」が運行開始。しかも65歳以上は無料と知り、林さんはさっそくひまわりバスでふるさとライブラリーに

通うように。「バスの中で一緒になった人といろんなおしゃべりをします。『あその桜が満開よ』とか『どこどこに旅行にいったよ』とか、そういう話が聞けることがうれいんです。ひまわりバスは便利だけじゃないですよ」

ふるさとライブラリーでは、読書を満喫して、家でじっくり読みたい本を借りて帰ります。「一人4冊借りられたらいいな」と林さん。本を借りるときに使うのは住民基本台帳カード。身分証明書になるものがほしくて作りました。

「身分証明書の提示を求められたときに困ったことがあって。保険証はいつも持ち歩くわけじゃないし。このカードを作ってから安心です。しかも無料で作れて得した気分。もちろん、ひまわりバスの年齢確認に使っているのも、このカードですよ」

林さんは町のサービスを利用して、便利で安心した生活を送っています。

栄養面から健康をサポートする
個別栄養相談



糖尿病、高血圧、痛風、腎臓病、肝臓病、高脂血症、肥満などについて、管理栄養士が食事指導を行い、相談に応じます。

- 場所 松前町総合福祉センター
- 申し込み 電話予約が必要です。1週間前までに健康課保健センター係（☎985-4118）に電話してください。
- 費用 無料

保健師や栄養士が生活習慣改善を手伝う
特定保健指導



特定健康診査の結果から、内臓脂肪のたまり具合や重症化のリスクに応じて、生活習慣の改善を保健師や管理栄養士などがお手伝いします（後期高齢者健康診査受診者は対象外）。特定保健指導は「動機付け支援」と「積極的支援」に分かれます。

- 【動機付け支援】面接による支援を原則1回行い、生活習慣改善のための目標を立て行動するきっかけづくりを支援
- 【積極的支援】保健師・管理栄養士などが約6カ月間、面接や電話などで複数回にわたり継続的に支援
- ☎健康課保健センター係 ☎985-4118
- ☎保険課医療保険係 ☎985-4107

40歳から74歳までの人が無料で受診できる
特定健康診査



生活習慣病を予防するため、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した特定健康診査を実施しています。健診の種類は集団健診と病院で受ける個別健診があります。

- 対象者 松前町国民健康保険に加入している40歳以上の人
- 実施時期 【集団健診】6～8、11、12、1月（申込期間の詳細は実施時期前に広報などで案内します）【個別健診】6～3月（随時申し込みを受け付けています）
- 受診料 無料
- ☎健康課保健センター係 ☎985-4118
- ☎保険課医療保険係 ☎985-4107

「面接では、無理せず続けられる行動目標を決めていきました。あんパンが大好きで週に何個も食べて。一時は思い切つてやめたこともあったんですが『極端に控えることは、かえってストレスになるから時々自分へのご褒美としてみては』とアドバイスをもらいました。おかげで続けられました。いつも明るく親身に相談に乗ってくれました。一人だと変わってないでしょうね。面接があると思つと成果を出さなきゃって気持ちと行動がついてきました」

森田さんは、保健指導に加え「個別栄養相談」も上手く利用し、6カ月後に見事脱メタボを達成しました。

「甘いものや脂肪分を意識して控え、野菜を多く摂るようにしました。テニスを週1回追加し、継続的に運動しました。テニス仲間がお腹がスッキリしたと褒めてくれたことも励みになりました」

テニスを通じ、楽しく健康的な松前ライフを送っていた森田さん。そのライフスタイルに保健サービスを組み合わせ、さらに健やかな暮らしを手に入れています。

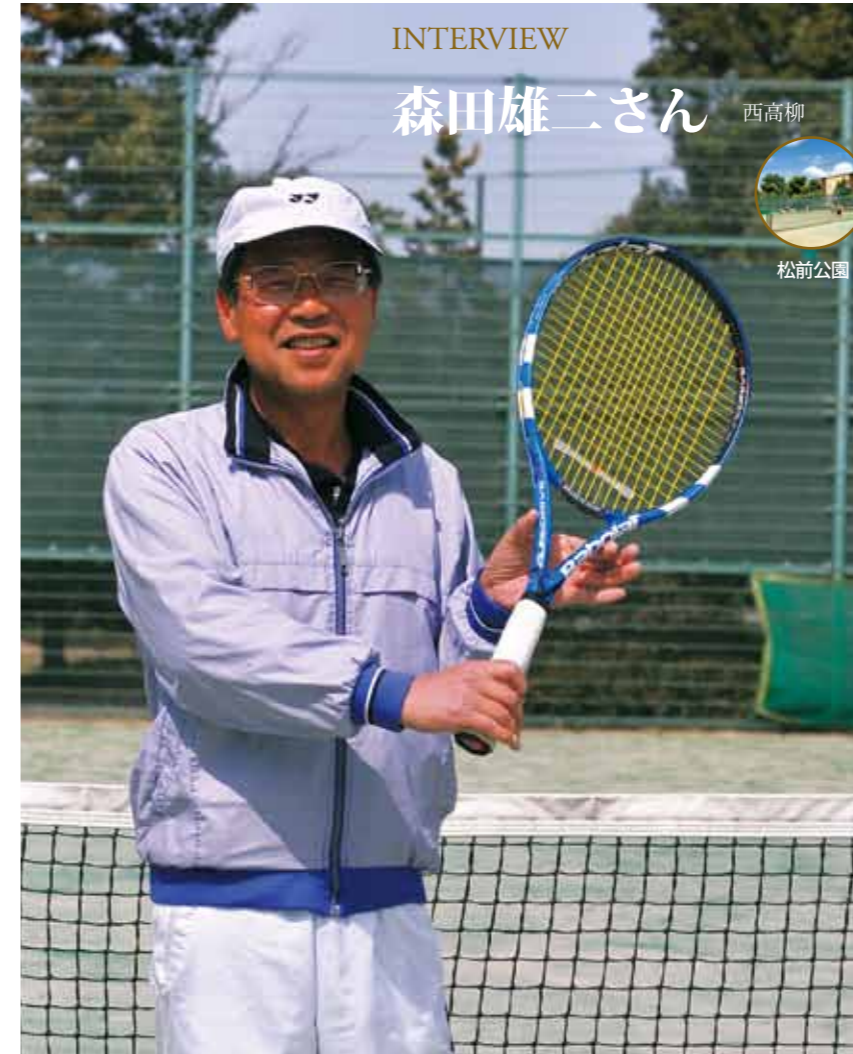
「普段から運動しているのにメタボだなんて。腹を引っ込ませてかっこよくなりたいたい、健康でいたいと思い、特定保健指導に申し込みました」

「特定保健指導」は、町の保健師や栄養士が、対象者の生活習慣を見直し、運動や食事、禁煙を中心に、生活習慣改善のための支援をすること。支援は、約6カ月間、面接や電話などで継続的に行われます。森田さんの場合、6カ月で腹囲を3センチ減らすことを目標にしました。具体的な行動目標を決めながら、月1回程度の面接指導をしていくこと。

「テニス仲間がほしくて松前公園のテニスコートをのぞいていたら『一緒にどうですか？』と声をかけてもらつて。楽しい仲間巡り合いました」

こうして週4日、テニスをやるようになった森田さん。昨年6月、町の特定健康診査を受診。判定の結果「積極的支援」の対象に。

仕事 事で県外に住んでいた森田雄二さん。退職して松前に戻り、松前町体育協会の「松前町テニスクラブ」に入会しました。



INTERVIEW

森田雄二さん

西高柳



松前公園



特定健康診査



特定保健指導



個別栄養相談

【健康生活編】
使っているのはコレ
便利で安心な生活をゲット

子どもから大人まで楽しむ
松前公園



豊かな自然環境の中でスポーツを楽しむことができる総合公園。有料スポーツ施設のほか、乳児から児童まで楽しんで遊べる遊具も併設されていて、子どもから大人まで楽しめます。芝生や屋根付きベンチもあり、行楽気分でお弁当を広げる人たちも。

- 有料施設 多目的広場、老人広場、テニスコート、体育館アリーナ、卓球場、トレーニング室

★ まっさき元気!ウォーキングクラブ

より効果的で楽しいウォーキングの仕方を1年間を通して楽しく学びます。

- 日時 毎月第4水曜日 10時～11時30分
- 場所 松前町総合福祉センター、松前公園、体育館アリーナなど
- 申し込み 5月6日⑤までに健康課保健センター係（☎985-4118）に電話してください。その後も随時、広報まさきで受講生を募集します。

★ 健診後の相談会

健診を受けた人が、結果を正しく理解し、よりよい健康づくりに役立ててもらうため、「健診後の相談会」を開催しています。松前町総合福祉センターや各公民館など保健師や栄養士が相談に応じます。

- 内容 健康相談 健診結果の説明と相談、血圧測定、検尿など（無料） 食生活相談 結果に基づく食事の相談、普段の食事内容の確認 歯科医師による相談
- ☎健康課保健センター係 ☎985-4118

★ 松前公園のインターネット施設予約

町ホームページの「施設予約」から、松前公園の有料施設を予約することができます。

- 対象施設 多目的広場、老人広場、テニスコート、体育館アリーナ、卓球場
- 予約方法 1日～7日 【申請】翌月の利用希望日の抽選申し込みをインターネットか窓口

で行う
→8日【抽選】（希望が重なったときだけ）パソコンによる自動抽選。結果はインターネットか窓口で確認
→9～22日【支払い】当選者は窓口で利用料を支払う →予約完了
※9日以降の次月予約は随時予約になります。

もっと暮らしに *Happy* を

●インターネット予約を利用するには個人または団体登録が必要です。すでに登録している人もインターネット予約を行う際は登録IDが必要です。本人確認できる書類を持って、体育館事務所にお越しください。

- ☎松前公園体育館 ☎984-7227（受付時間 9時～21時）

町に住む人が いい暮らし方をすれば 町はもっと魅力的になる

国や地方公共団体は、道路や橋を造ったり、図書館や体育館を開いたり、さまざまな事業を行っています。中でも町や地域独自の「おもてなしの心」が宿っているのが「行政サービス」。例えば、思わず立ち止まってしまう道路、帰りたくない図書館、ずっと眺めていたい公園…。行政サービスに、誰かの幸せを願う心を乗せてまちづくりを進めているのです。

住民が100人いれば100通りの「理想のライフスタイル」があります。そんな、理想に近づくために、松前町の行政サービス「おもてなしの心」を上手に取り入れる、一人に一つ、100人に100通りの「松前ライフ」を提案します。行政サービスで住民全ての希望を叶えることはできませんが、今の自分のライフワークを補うために利用したり、組み合わせるために充実したライフスタイルにしたり。行政サービスは使い次第で魅力が増します。そんな生活が「松前ライフ」。皆さんがもっと身近なものとして行政サービスを利用し、大切にすることで、「松前ライフ」に新しい魅力を発見したり、新しい楽しみに出合ったりするでしょう。まちに住む人がいい暮らし方をすれば、家庭や地域ににぎわいが生まれ、たくさんの連鎖が、松前町をより魅力的な町にしていきます。

まちづくりが住民の幸せづくりのためにあるとしたら、幸せなライフスタイルが実現できる場所は、いい町の基準といえます。

行政サービスは住みたい町の新基準。それは「住みたい町」から「住んでよかった町」へ、「住んでよかった町」から「ずっと住みたい町」へと変える、町の魅力そのものです。

INTERVIEW

吉見和江さん

西古泉

【育児サポート編】
使っているのはコレ
支え合う生活をゲット



ファミサポ + 子育て支援センター



ファミサポで出会った梶木健佑さんと吉見さん。すっかり仲良しです。

「長男が小学生、長女が2歳のときでした。双子を妊娠しました。健診で一人に発育の遅れがあると分かり、県病院に入院しました。11月に無事出産したものの、兄の佑太は1カ月後、弟の謙佑は4カ月後に退院。やっと家族がそろったと思った矢先に二人が交互に入退院を繰り返すように。主人やおじいちゃん、おばあちゃん

と交替で家と病院を往復していましたが、つらい日々の連続でした。そんなとき、どこから聞きつけたのか、町の保健師さんが家庭訪問に来てくれたんです。そこで紹介してもらったのがファミサポでした」

吉見さんはすぐにファミサポに登録。何の援助が必要かと聞かれたとき、「二人の子を抱っこしていてください」と答えました。

「病気がちだった子どもたちは、昼間は抱っこしないと寝ない子でした。私一人の体では足りませんでした。心の余裕も」

吉見さんはサポーターさんに「二人で子どもを抱きながら、一緒にお茶飲んでくれませんか」と頼んだことも。

「子どもたちのためにサポーターさんに来てもらっていたけど、本当に助けられていたのは私でした。サポーターさんとはいえ、人が来るとなると『掃除しなきゃ』と思っていました。でもある日『4人のお子さんがいるとは思えないほどキレイな部屋ですね』と言われて。すごく気持ちが楽になりました。松前の人の人情でしょう。いつも温かい言葉をもらっています。

した。だから何でも相談して、何でもお願いできました。自分がそうだったから分かるのですが、1歳半健診とか育児相談とか、困っている親はそこに行くことができないんです。小さい子を持つそんな家庭を訪問する制度があれば、救われる人がたくさんいると思います。私はファミサポを紹介してもらって、たくさんの人に一緒に子育てをしてもらいました。つながるっていうことが主婦にもあるんだなって、本当にうれしかった。だから今度は私がつないでいきたいんです」

吉見さんは支え合う生活を手に入れました。温かい心の広がり、人と人とのつながりが、地域の信頼関係を築いています。

★ 本年度スタート こんにちは赤ちゃん事業

赤ちゃんの健やかな成長と保護者の皆さんの子育てを応援するため、生後4カ月までの赤ちゃんのいる全ての家庭を、保育士と保健師が訪問します。これまでも、保健師による家庭訪問は行われていましたが、支援を必要とする家庭、第一子を優先した訪問で、全ての家庭を訪問できていたわけではありませんでした。

- 対象 平成23年4月1日以降に生まれたお子さん ●訪問回数 1回
- 内容 身長・体重測定、赤ちゃんや子育ての相談、利用できるサービスの紹介
- 訪問日 事前に電話連絡を行い、家庭訪問する日程を相談します。

☎松前町地域子育て支援センター ☎985-4151

★ 本年度スタート 小学生の入院医療費助成

子どもの医療費助成制度の対象を拡大しました。これまでは、0歳から小学校就学前までの医療費の自己負担額を助成していましたが、平成23年4月診療分から小学生の入院医療費の自己負担額(高額療養費などを除く)も助成します。

小学生の入院医療費助成

支払った入院医療費を申請により助成し

ます。受診した日の属する月の翌月の初日から2年を過ぎると払い戻しできません。重度心身障害者医療や母子家庭医療受給資格がある人はこれらの資格が優先です。

- 申請に必要なもの
領収書(1カ月分まとめたもの)、小学生の健康保険証、印鑑、保護者名義の通帳、限度額適用認定証(お持ちの人

だけ)、高額療養費などの支給がある人はその金額が分かるもの

乳幼児の医療費助成

助成を受けるには「乳幼児医療費受給資格証」が必要です。

- 申請に必要なもの
乳幼児の健康保険証、印鑑
- 申請先 福祉課児童福祉係 ☎985-4114

「子育ての先輩として、私にも力になれることがあるのかな」

平成19年、吉見和江さんはファミリー・サポート・センター(ファミサポ)のサポーター(ファミサポ)のサポーターに登録しました。ファミサポは、地域で育児や介護について、援助を受けたい人(利用会員)と援助を行いたい人(サポーター会員)とが会員登録して、相互に支援する制度です。

4人の子どもを持つ吉見さん。長男は高校生、長女、一男、三男は小学生。育児は落ち着いてきたとはいえず、忙しい毎日が続いています。そんな生活を送る中でサポーター会員登録。吉見さんをそうさせているものは何でしょう。

「長男が小学生、長女が2歳のときでした。双子を妊娠しました。健診で一人に発育の遅れがあると分かり、県病院に入院しました。11月に無事出産したものの、兄の佑太は1カ月後、弟の謙佑は4カ月後に退院。やっと家族がそろったと思った矢先に二人が交互に入退院を繰り返すように。主人やおじいちゃん、おばあちゃん

子育てを応援 子育て支援センター



就学前の乳幼児とその保護者を対象にした各種サークルを実施しています。サークルによってはファミサポのサポート会員が集団託児をしています。

☎松前町地域子育て支援センター ☎985-4151

ママに「ホッ」を ファミリーサポートセンター



援助が必要になったとき、ファミサポへ登録すればアドバイザーが援助可能なサポート会員を紹介し、サポート会員が保育所や幼稚園の送り迎え、放課後の子どもの預かりなどを行います。

- 受付時間 8時30分～17時15分(平日) 8時30分～12時(土曜日)
- 利用料 700円～900円/時間

☎まさきファミリー・サポート・センター「ma★ma・ほっと」(松前町総合福祉センター内) ☎960-3269