

連載シリーズ

おおずの女性

～輝いて今～ VOL.18

～大洲市食生活改善推進協議会活動紹介～



大洲市食生活改善推進協議会では、現在 19 の支部 (2 支部設立準備中)、603 名の会員が、スローガン「私たちの健康は、私たちの手で」のもと栄養・運動・休養の三本柱で地域の健康づくりボランティアとして活動しています。

活動目標

- (1) 食生活を見直し、生活習慣病を予防しましょう。
- (2) 健康日本 21 の活動を推進しましょう。  
「大洲市健康づくり計画：あなたが城主！健康おおず～健康づくりは私が主役！～」の推進
- (3) 食育の推進に努めましょう。
- (4) 進んで健康診査を受けましょう。
- (5) 会員意識を高め、近隣への活動の輪を広げましょう。
- (6) 推進員手帳を活用しましょう。

平成 17 年度の主な活動は、各支部での伝達事業 124 回 (受講者 2,266 人)、すこやか体操 22 回 (受講者 550 人) の他、食育として、子どもの食サポーター事業、食生活改善食育推進 (うす味習慣の定着化) 事業、よい食生活をすすめるためのグループ講習会、親子おにぎり教室、ごはん食推進事業、牛乳料理講習会、ヘルスサポーター事業、スポーツ少年と食育などの事業を担当支部で行いました。

今年 2 月には、平成 17 年度テーマの“肥満予防食・高脂血症予防食”の健康食フェアを開催し、約 270 人の皆さんが参加しました。

会員 (ヘルスメイト) それぞれが、大洲市民の健康づくりの一端を担っているという自負をもち、多くの市民が最期まで健康でいきいきと過ごすことができるよう「ピンピンコロリン」をめざして活動しています。

大洲市食生活改善推進協議会 会長 伊賀上 芳子

相談ごと案内

青少年相談室

日時 月～金  
午前8時30分～午後5時15分  
祝日・年末年始を除く

場所 大洲市民会館内青少年センター  
問い合わせ先 ☎24-7830

ふれあいスクール相談電話

日時 月～木  
午前8時30分～午後5時  
祝日・年末年始を除く

場所 国立大洲青少年交流の家 [自然環境館]  
問い合わせ先 ☎24-1414

不動産無料相談

日時 7月15日(土) 午前9時～午後4時  
場所 宅建協会大洲支部

問い合わせ先 トミナガ不動産(有) ☎24-0637

人権相談(法務省)

大洲地区  
日時 7月14日(金) 午前10時～正午  
場所 柳沢公民館

日時 7月19日(水) 午前10時～正午

場所 市役所3階会議室

問い合わせ先

※急ぐときは法務局大洲支局 ☎24-4155

人権擁護委員による無料相談

日時 毎週月・水・金曜日(休日除く)  
午前9時～午後4時

場所 法務局大洲支局人権相談室

問い合わせ先

法務局大洲支局 ☎24-4155

行政相談(総務省)

大洲地区

日時 7月15日(土) 午前10時～午後4時

場所 市民会館会議室

問い合わせ先 ☎24-5072(山本)

☎24-4294(辻)

脇川地区

日時 7月5日(水) 午後1時30分～午後4時30分

場所 脇川公民館2階青年室

問い合わせ先 脇川支所 ☎34-2311

河辺地区

日時 7月10日(月) 午前10時～正午

場所 河辺老人福祉センター

問い合わせ先 河辺支所 ☎39-2111

市民法律相談

日時 7月15日(土) 午前10時～午後4時

場所 市民会館 ※予約が必要です。

問い合わせ先 市役所総務課行政係

☎24-2111(内線328)

人権・同和問題に関する何でも相談

大洲地区・長浜地区

日時 月～金 午前8時30分～午後5時15分  
祝日・年末年始を除く

場所 大洲隣保館・大洲福祉会館

今坊友愛館・櫛生福祉センター

問い合わせ先 ☎24-6100(大洲隣保館)

☎25-0947(大洲福祉会館)

☎52-1469(今坊友愛館)

☎53-0101(櫛生福祉センター)

社会保険相談

大洲会場

日時 7月5日(水)・14日(金)  
午前10時～午後3時30分

場所 大洲商工会議所

日時 7月24日(月) 午後2時～午後7時

場所 大洲市総合福祉センター

長浜会場

日時 7月10日(月) 午前10時～午後3時30分

7月20日(木) 午後1時～午後3時30分

場所 長浜町商工会

問い合わせ先

松山西社会保険事務所 ☎089-925-5105

心配ごと相談

大洲地区

日時 一般相談 毎週月・水曜日  
法律相談 毎週火・木曜日  
介護相談 毎週金曜日

時間 午前10時～正午

午後1時～午後4時

※祝日・年末年始を除く

場所 総合福祉センター(相談室直通) ☎23-5629

問い合わせ先 総合福祉センター1階

社会福祉協議会窓口 ☎23-0313

長浜地区

日時 7月28日(金) 午後1時～午後4時

場所 長浜体育館和室

問い合わせ先 大洲市社協長浜支所 ☎52-1111

脇川地区

日時 7月5日(水) 午後1時30分～午後4時30分

場所 脇川公民館2階青年室

問い合わせ先 脇川支所 ☎34-2312

河辺地区

日時 7月10日(月) 午前9時～正午

場所 河辺老人福祉センター

問い合わせ先 河辺支所 ☎39-2510

家庭児童相談

日時 月～金 午前8時30分～午後5時

祝日・年末年始を除く

場所 市役所社会福祉課

問い合わせ先 ☎24-2111(内線186)

大洲市保健センター ☎ 23-0310 (大洲地区)  
 肱川保健センター ☎ 34-2340 (肱川地区)

# 保健センター情報

長浜保健センター ☎ 52-3055 (長浜地区)  
 河辺保健センター ☎ 39-2111 (河辺地区)

## 7月の各種検診(健診)

(乳幼児関係)

事業名	実施日	受付時間	場所	該当者	対象者	持参品
4ヵ月児健康診査	7月4日(火)			平成18年2月生まれ	市内全域	母子健康手帳・アンケート・バスタオル
1歳6ヵ月児健康診査	7月11日(火)	午後1時～午後1時30分	大洲市保健センター	平成16年12月生まれ	市内全域	母子健康手帳・アンケート・歯ブラシ
3歳児健康診査	7月25日(火)			平成15年6月生まれ	市内全域	母子健康手帳・アンケート・歯ブラシ

(成人関係)

事業名	実施日	受付時間	場所	該当者	対象	料金
生活習慣病検診 結核検診・肺がん検診 大腸がん検診・胃がん検診	7月5日(水) 7月6日(木) 7月7日(金)	午前8時30分～ 午前11時30分 (胃がんは午前8時から)	平野連絡所	・生活習慣病検診は 30歳以上の男性 19歳以上の女性 ・肺・胃・大腸がん検診は 40歳以上の方 結核検診は 65歳以上の方 生活機能評価(追加項目)は 65歳以上の方	大洲(平野)	・生活習慣病検診:700円 ・肺がん検診:100円 (喀痰検査:500円) ・大腸がん検診:500円 ・胃がん検診:900円 (ただし、70歳以上は無料) (生活習慣病検診は、非課税世帯 の証明書持参の方は無料)
	7月20日(木) 7月21日(金)		大川連絡所 基幹集落センター	大洲(大川) 大洲(蔵川)		
	7月27日(木) 7月28日(金)		農村活性化センター 柳沢連絡所	大洲(田処) 大洲(柳沢)		
子宮がん検診	7月6日(木)	午前9時～午後2時	河辺基幹集落センター	20歳以上の女性	河辺	・子宮がん検診:700円
	7月7日(金) 7月10日(月) 7月14日(金)	午後1時～午後1時30分	白滝公民館 豊茂公民館 大和公民館		長浜(白滝・戒川・柴) 長浜(豊茂) 長浜(大和)	
	7月19日(水) 7月20日(木)		菅田連絡所		大洲(菅田)	
	7月26日(水)		久米公民館		大洲(久米)	
乳がん検診 (マンモグラフィ検査)	7月4日(火)	午前9時～午後3時	新谷連絡所	40歳以上の女性	大洲(新谷)	・乳がん検診:1000円
	7月6日(木)	午前9時～午後2時	河辺基幹集落センター		河辺	
	7月7日(金)	午前9時～午後2時	上須戒連絡所		大洲(上須戒)	
	7月13日(木)	午前8時30分～午前11時30分	JA白滝支所		長浜(白滝・戒川・柴)	
	7月18日(火)	午後1時～午後3時	長浜保健センター		長浜・浜浦・今坊	
	7月24日(月)					

※主な検診(健診)を掲載しております。他の保健行事につきましては、各地区の「保健だより」をご覧ください。

### 新着

## 図書館情報

図書館(大洲) ☎ 24-4419  
 長浜図書館 ☎ 52-1111  
 肱川図書館 ☎ 34-2319

図書館(大洲)  
 7月生涯学習講座  
 古文書解読講座  
 「旅日記詠草」  
 講師 芳我一章先生  
 期日 7月26日(水)  
 時間 午前9時45分～  
 午前11時45分  
 場所 図書館(大洲) 4階

新着図書一部紹介  
 図書館(大洲)

ウェブ進化論 梅田望夫著  
 世界三面記事全書  
 マルタン・モネステイエ著  
 人のやらないことをやれ! 岡野雅行著  
 あやつられた龍馬 加治将一著  
 城下町を歩く 四国編 世界文化社  
 官界地図  
 日本経済研究プロジェクト著  
 電子自治体の〇と× 畔上文昭著  
 アメリカ合衆国がよくわかる本  
 クール・ジャパン 杉田米行著  
 少年裁判官ノット 杉山知之著  
 イラスト図解 薬局のしくみ 井垣康弘著  
 井手口直子・木村憲洋編著  
 社会不安障害のすべてがわかる本  
 貝谷久宣監修  
 発明家たちの思考回路  
 エヴァン・I・シユワルツ著  
 男性ヘルパーという仕事 山口道宏著  
 快楽 工藤美代子著  
 大リーグが危ない 佐山和夫著  
 ストロベリーナイト 誉田哲也著

挑戦者 大藪春彦著  
 日本国王抹殺 黒須紀一郎著  
 となり町戦争 三崎重記著  
 ママの神様 室井佑月著  
 筋違い半介 大飼六岐著  
 チョコレートコスモス 恩田陸著  
 時効警察 三木聡ほか著  
 25時のイヴたち 明野照葉著  
 永遠のなかに生きる 柳澤桂子著  
 きつと、いつか、やれる 大野優凜子著  
 わたしの普段着 吉村昭著  
 四十一炮 上・下 莫言著  
 ヒストリアンI・II エリザベス・コストヴァ著  
 エリザベス・コストヴァ著  
 ローリー・リン・ドラモンド著  
 あなたに不利な証拠として

長浜図書館  
 すぐわかる作家別ルネサンスの美術  
 すぐわかるギリシア・ローマ神話の  
 絵画 千足伸行監修  
 人生は楽ではない。そこが面白いと  
 言いたいことが言えない人  
 ラッキー 加藤諦三著  
 グーリンの頭の中 中井俊己著  
 小栗左多里&トニー・ラズロ著  
 続いい言葉は、いい人生をつくる  
 斎藤茂太著  
 保健室ものがたり この女のひとみ著  
 その女の名は魔女 赤川次郎著  
 ミス・ジャッジ 堂場瞬一著  
 都市伝説セピア 朱川湊人著  
 べっぴんごっこ 岩井志麻子著  
 愛のあとにくるもの 辻仁成・孔枝泳著  
 パズル・パレス 上・下 ダン・ブラウン著  
 調理以前の料理の常識2 渡邊春香子著  
 医者以前の健康の常識 平石貴久著  
 和の美しいインテリア 成美堂出版

NHKためしてガッテン暮らしの  
 役立ちワザ事典  
 NHK科学・環境番組組編  
 男性キャラを描いてみよう!描くコ  
 ツとポーズ 美術出版社  
 子育てのハッピーアドバイス2  
 明橋大二著  
 寂聴あおぞら説法3 瀬戸内寂聴著  
 フランダースの犬 いもとうこう文・絵  
 バッテリー全6巻 あさのあつこ著

肱川図書館  
 人生が変わる魔法の言葉  
 ウイリアム・グラッサーほか原著  
 ありきたりの毎日を黄金に変える言葉  
 斎藤孝著  
 きみの歌が聞きたい 野中柊著  
 ぼく、ドラえもんでした 大山のぶ代著  
 被爆のマリア 山口ランディ著  
 強運の持ち主 瀬尾まいこ著  
 浮かれ黄蝶 平岩弓枝著  
 ゆたかな命のために 甲斐裕美著  
 天国の五人 ミッチ・アルボム著  
 風に舞いあがるビニールシート 森絵都著  
 ゴールデンタイム続・さらわれ松  
 子の一生 山田宗樹著  
 夢をかなえる勉強法 伊藤真著  
 ふくもの 上大岡トメ著  
 大変じゃないよ幸せだよ 白井のり子著  
 ゴルフ解決ブック 藤田寛之著  
 食べて減らす中性脂肪 宗像伸子著  
 周極星 幸田真音著  
 日本人の正体 養老孟司著  
 おまえうまそうだな 宮西達也著  
 かいけつゾロリシリーズ 原ゆたか作  
 (紙芝居)  
 くまの子ウーフ全3巻 ポプラ社  
 くらげ小太郎旅日記全3巻 〃  
 モチモチの木 鈴木出版

【休館日】  
 毎週月曜日・7月18日・31日

## くらしの情報

# お知らせ

### 7月は青少年の非行問題に 取り組む全国強調月間

青少年の健やかな成長は、市民みんなの願いです。  
大洲市では、青少年の健全な育成・非行防止に努め、健全な家庭づくり、社会づくりを目指しています。

青少年の非行問題に取り組む全国強調月間である7月には、「育てよう、心豊かな大洲の子」をスローガンとして各公民館を中心に啓発活動などが行われます。家庭や地域においても「あいさつ・愛の一声運動」を進めましょう。

### 中学校卒業程度 認定試験のお知らせ

病気やその他やむを得ない事由により中学校を卒業できなかった人のために「中学校卒業程度認定試験」が実施されます。対象は、平成19年3月31日までに満15歳以上になる人、および日本国籍を有しない人で平成19年3月31日までに満15歳以上になる人です。

試験日 11月6日(月)  
試験場 愛媛県庁(松山市一番町)

願書受付期間  
8月25日(金)～9月12日(火)  
願書提出先 文部科学省  
問い合わせ先  
愛媛県教育委員会義務教育課  
☎089・941・1212  
大洲市教育委員会学校教育課  
☎24・2111(内線7732)

### 今年のサマージャンボ宝くじは、 億万長者が168人!

1等2億円(42本)・前後賞各5千万円・2等1億円(126本)。

この宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよい街づくりに使われます。

発売期間  
7月13日(木)～8月1日(火)  
抽選日 8月11日(金)

### 第55回全国農業コンクール 全国大会開催

全国農業コンクールが、16年ぶりに愛媛県で開催されます。この大会では、わが国農業の発展と農村地域の活性化に役立てる目的で、全国から選出された20代表による実績の発表があり、審査・表彰が行われます。

7月20日(木)  
午前9時30分～午後5時  
7月21日(金)  
現地視察(希望者のみ)

### 場所

愛媛県民文化会館サブホール(松山市道後町)

### 主な内容

開会式、実績発表大会、中央審査、アトラクション、表彰式など  
問い合わせ先

第55回全国農業コンクール全国大会愛媛県実行委員会事務局  
(愛媛県農業経営課内)  
☎089・912・2550

### お詫びと訂正

広報大洲6月号8ページの児童手当の現況届に添付する書類で「厚生年金等加入者は、同封の年金加入証明書が必要です。」は、「厚生年金等加入者は、保険証の写しが必要です。」の誤りでした。

お詫びして、訂正します

### 編集後記

園児たちが一生懸命、色付けした2体のウのモニュメント。ウのリアルさと大きさに加え、川面の様子やアユの躍動感までも本物そっくりに再現されていました。お披露目式にやってきました。お披露目式にやってきました。お披露目式にやってきました。

◎

## 今月の納期

固定資産税(2期)  
国民健康保険税(1期)  
介護保険料(1期)

納期限は7月31日です。

### 日曜・祝日の当番医

7月2日(日)	田渡クリニック(新谷)	☎25-3217
7月9日(日)	村上内科医院(北只)	☎23-3500
7月16日(日)	大野内科(片原町)	☎24-6800
7月17日(月)	岡本耳鼻咽喉科気管食道科医院(本町)	☎24-3752
7月23日(日)	祖母井医院(中村)	☎24-3756
7月30日(日)	中村皮膚科クリニック(新谷)	☎25-1112

### 救急当番病院

曜日によって救急当番病院は変わります。昼間・夜間の急患など、ご相談は、その日の当番病院まで。

月・火曜日	市立大洲病院(西大洲)	☎24-2151
水曜日	加戸病院(若宮)	☎24-5101
木曜日	大洲記念病院(徳森)	☎25-2022
金～日曜日	大洲中央病院(東大洲)	☎24-4551

## 税金などの納期一覧

税別	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
市県民税(5期)			1期		2期		3期		4期		5期	
固定資産税(5期)	1期			2期		3期		4期		5期		
軽自動車税(全期)		全期										
国民健康保険税(9期)				1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期
介護保険料(9期)				1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期

※納税に口座振替が利用できます。

### 大洲市内の交通事故

	5月末現在	去年同期
件数	29	26
負傷者	37	32
死者	0	0



# 全カプレイを応援しよう！



## 愛媛マンダリンパイレーツ VS 高知ファイティングドッグス 「公式戦」2連戦

**日時** 8月12日(土) 正午 試合開始

8月13日(日) 午後1時 試合開始

**場所** 八幡浜・大洲地区運動公園野球場(大洲球場)

**入場券** 入場大人券(高校生以上) 当日券 1,000円(前売り 800円)

入場小人券(中学生以下) 当日券 500円(前売り 400円)

※全席自由席。期日指定はなく、どの試合においても使用可能。 ※未就学児童は無料。

**問い合わせ先**

愛媛マンダリンパイレーツ球団株式会社(松山市三町) ☎089-990-3720 FAX089-990-3721

**大洲市民の動き**

**人口**

合計 51,444人 (-49)

男 24,524人 (-30)

女 26,920人 (-19)

**世帯数**

20,133世帯 (+16)

**出生**

28人 (0)

**死亡**

51人 (-2)

題字 大洲市長 大森隆雄

**面積**

432.2km<sup>2</sup>

(平成18年5月31日現在)

発行：大洲市役所 編集：総務課

〒795-8601

大洲市大洲 690-1

☎0893-24-2111

大洲市公式ホームページ

<http://www.city.ozu.ehime.jp>