

# 情報 ひろば



## 総合体育館からのお知らせ

総合体育館のリニューアルしたトレーニング器具を使って、体力の向上を図りませんか。

総合体育館には、幅広い年齢層から人気があるランニングマシンをはじめ、最新のトレーニング器具を数多く整備しています。

4月から、器具の使い方に自信がない人でも気軽に使用できるように、職員によるサポートを始めています。



実施時間内に、職員がトレーニング室内に待機していますので、お気軽にお声かけください。みなさんのお越しをお待ちしています。

### 【場所】

総合体育館トレーニング室

### 【実施日時】

毎週火曜日～金曜日

午後2時15分～3時15分

※トレーニング室使用料が必要。

(1回150円)

### 【問い合わせ先】

大洲市総合体育館

☎246255

## 消防署からのお知らせ

地震による犠牲者の多くは、地震発生直後の建物の倒壊や家具の転倒によるものです。家具類の転倒・落下・移動防止対策は、地震が発生した際に自分を守る「自助」だけでなく、「共助」として、家族や近隣住民の助け合いへとつながる重要な対策です。

地震は、いつ発生するか分かりません。ご家庭で、事前にできる対策を実施しましょう。

### 地震が起こる前にできる対策

【家具の転倒・落下・移動の防止】  
▽けがの防止や避難に支障のないように家具を配置する。

▽家具やテレビ、パソコンなどを固定し、転倒・落下・移動防止措置をとる。

### 【非常用品の準備】

▽非常用品は、置く場所を決めて準備しておく。

▽車載ジャッキやカーラジオなど、身の周りにあるものの活用を考えておく。

### 【家族の話し合ひ】

▽地震が発生した時の出火防止や初期消火など、家族の役割分担を決めておく。

▽外出中に家族が帰宅困難になった場合や、離れ離れになった場

合の安否確認の方法や集合場所を決めておく。  
▽家族で避難場所や避難経路を確認しておく。

### 【問い合わせ先】

大洲消防署本署 ☎240119

長浜支署 ☎520119

川上支署 ☎342851

## 高速道路の夜間通行止めのお知らせ

### 【松山自動車道】

大洲南IC～西予宇和IC間

### ▽規制日時

4月15日(月)～20日(土)

各日午後8時～翌朝午前6時

▽迂回路 国道56号

### 【松山自動車道】

松山IC～大洲北IC間

### ▽規制日時

5月13日(月)～18日(土)

各日午後8時～翌朝午前6時

▽迂回路

国道33号および国道56号

### 【問い合わせ先】

西日本高速道路株式会社 愛媛高速道路事務所

☎089(905)0181

**愛媛労働局委託事業  
「アクティブシニア育成事業」**

体力をつけてボランティアなど  
社会貢献しませんか。約2カ月間  
で8回スポーツジムを体験するこ  
とができます。

**【開催期間】** 2019年6月～8月  
**【場所】** フィットネスクラブ

ヴィスター宇和島店・宇和店

**【参加料】** 無料

**【対象】**

愛媛県在住55歳以上の  
(事前説明会に参加できる人優先)

**【定員】** 約40人

**【事前説明会】** 6月13日(木)

▽午前 西予市宇和文化会館

▽午後 宇和島市総合福祉センター

**【申込期間】**

4月1日(月)～5月31日(金)

**【申し込み方法】**

電話かメール、またはホームペ  
ージよりお申し込みください。

**【申し込み・問い合わせ先】**

愛媛県生涯現役促進地域連携事業  
推進協議会(担当: 福川)

☎089(913)6339

E-Mail: info@ehime-

syougaineneki.jp

https://ehime-

syougaineneki.jp/



**市立大洲病院  
ふれあい看護体験開催**

患者さんとのふれあいを通し  
て、看護師の仕事を知ってもらい  
看護することや人の生命につい  
て、理解を深めることを目的に  
ふれあい看護体験を開催します。

**【日 時】** 5月16日(木)

午前10時～午後3時

**【募集人数】** 5人程度

**【申し込み方法】**

往復はがきに「ふれあい看護体  
験参加希望」と明記し、次の項目  
を記入してお申し込みください。

▽住所▽氏名(ふりがな)▽年齢

▽性別▽職業(学生は学校名・学  
年)▽電話番号▽洋服・靴のサイ  
ズ▽中高生は、学校の許可の有無

**【申込締め切り日】** 4月26日(金)

**【申し込み・問い合わせ先】**

〒795・8501

大洲市西大洲甲570番地

市立大洲病院 看護部

ふれあい看護体験担当 宛  
☎242151 看護部(若松)  
FAX 240036



**第15回上須戒さくらまつり**

満開の桜とバザー、餅まき、お  
菓子まきなどの楽しい催しで、みな  
さんのお越しをお待ちしています。

**【日 時】** 3月31日(日)

午前10時～午後2時

**【場 所】** 明玄ふれあい広場  
(旧大洲少年自然の家)

**【主催】**

上須戒さくらまつり実行委員会

**【問い合わせ先】**

上須戒公民館 ☎260146



**沖浦観音(瑞龍寺)春季大祭**

国指定重要文化財「木造十一面  
観音立像」とサクラの名所知ら  
れる瑞龍寺では、約150本の桜  
が3月下旬～4月上旬にかけて楽  
しめます。

ご家族おそろいのうえ、ぜひご  
来場ください。

**【日 時】** 4月17日(水) ※小雨決行

▽「十一面観世音菩薩」ご開帳  
午前9時30分～午後4時

▽観音法要 午前11時～

▽餅まき福まき 正午～

▽各種イベント(山門横駐車場)

餅まき福まき終了後

※終日、露店が出ます。

**【場 所】** 瑞龍寺(長浜町沖浦)

※雨天の場合、イベントは沖浦公  
民館で実施

**【駐車場】** 沖浦公民館横グラウンド

**【問い合わせ先】**  
瑞龍寺 ☎520726





南予接骨院 (徳森1442-3) ☎25-4591

やぐも りょうこ  
八雲 凌子 さん

「全ては患者様との会話から始まる」と話す26歳。

「患者様から慕われる整復師を目指して」

私は、幼いころからスポーツでのけが多く、そのたびに父や兄に治療してもらっていました。その影響で、次第に医療関係の仕事に興味を持つようになりました。また、3人の兄が父の後を継いでいる姿を見て、私もこの仕事がしたいと思うようになりました。そして、専門学校で資格をとり、5年前から柔道整復師として働いています。

私が仕事をする上で大切にしていることは、患者様とのコミュニケーションです。まず、問診から始めて、痛みの症状や原因を把握します。そして、具合を確認しながら、的確な施術を行います。術後のアドバイスなども含めて、患者様とのコミュニケーションは、

治療に欠かせない存在です。

4月からは、女性の悩みを対象にした美容整体が始まります。新しい試みですが、今までの業務で培ってきた骨格や筋肉の仕組みなどの知識を生かし、美を追求した施術を行いたいのです。

先代の父は、「この仕事は人対人で成り立っている」と教えてくれました。これからも、患者様とのコミュニケーションを通して、信頼関係を築いていきたいです。



# HighSchool NOW

～市内6校の高校生によるリレーエッセイ～

## Vol.25 大洲高等学校

大洲高校女子バスケットボール部は、現在1年生4人、2年生8人の計12人で活動しています。これまで3年連続県大会ベスト4に勝ち上がり、四国総体連続出場を果たしています。私たちの目標は、先輩たちのように、四国のステージで私たちらしいバスケットをすることです。1月に行われた南予新人大会では優勝、県新人大会では4位になることができ、四国総体への第一歩を果たすことができました。

バスケットボールはコートに立つ5人だけでなく、チーム全体で戦うスポーツです。チームメイトを互いに認め、信頼し、競い合うことで、チーム全体が向上し、勝利を勝ち取ることができます。

2年生にとっての最後の大会まで残り3カ月です。目標の四国のステージで私たちのバスケットボールができるよう精一杯頑張ります。



一回は大洲高等学校肱川分校からです。

# 図書館

大洲市立図書館	☎ 59-4111
長浜分館	☎ 52-1121
肱川分館	休館中
河辺分館	☎ 39-2111

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

**開館時間**  
 午前9時30分～午後6時  
 河辺分館のみ  
 平日は午後5時まで  
 土日祝日は午後1時まで

■ = 4月の休館日  
 ※肱川分館は7月の豪雨災害の影響により、休館中です。  
 ※30日(火)は館内図書整理日のため、長浜分館、河辺分館は休館します。



リオちゃん

## 「ドは読書のド♪」 (第61回こどもの読書週間標語)



ビブくん

4月23日は「子ども読書の日」。そして、4月23日(火)～5月12日(日)は、「第61回こどもの読書週間」です。

読書週間中、大洲市立図書館では、愛媛県立図書館選定の「子どもにおすすめの本」を展示します。幼児から中学生・高校生までを対象に、昨年1年間に発行された本の中から50冊が選ばれています。

## 新しいCD・DVDが入りました

- CD**
- 邦楽「海のOh,Yeah!!」サザンオールスターズ  
「POP VIRUS」星野源  
「初恋」宇多田ヒカル
  - 洋楽「ボヘミアン・ラプソディ」クイーン
  - クラシック「début 10 years」辻井伸行
  - ジャズ「GREATEST JAZZ」オムニバス
  - 児童向け「シャキーン!10周年ベスト盤」
  - など全26点

- DVD**
- 邦画「君の膵臓をたべたい」  
「ぼくは明日、昨日のきみとデートする」
  - 洋画「ブラックパンサー」  
「パディントン」
  - ドラマ「風雲児たち 蘭学革命篇」
  - アニメ「君の名は。」  
「怪盗グルーのミニオン大脱走」
  - など全15点

## おすすめ新着図書



**さくらもちのさくらこさん (絵本)**  
 おかだ よしたかさく 出版：ブロンズ新社

さくらもちのさくらこさんは、ごきげんななめ。「たのしいこと、な〜んもないわ。こんな葉っぱの服も、もういら〜ん!」と脱いで、ふてくされて原っぱで寝ていると、やさしい風が吹いてきて…。ナンセンスたべもの絵本。

**仮想人生**  
 はあちゅう著 出版：幻冬舎

いつも帰りが遅い夫。ひとりで過ごす夜に耐え切れず、ツイッターの裏アカウントを作ったユカは、表では聞けない欲望と愚痴がうずまく世界を覗くことに…。SNSでむき出しになる人間の素顔を描いた裏アカウント小説。

(本文紹介TRCマークより)

※このほかにもたくさん本が入っています。(随時配架しています)  
 図書館のホームページで図書の検索や予約ができます。

## 小児在宅当番医

7日(日)	みかんこどもクリニック※	(八幡浜市)	☎0894(20)8800
14日(日)	一次救急休日・夜間診療所※	(八幡浜市)	☎0894(24)1199
21日(日)	亀井小児科	(東大洲)	☎0893(24)3757
28日(日)	一次救急休日・夜間診療所※	(八幡浜市)	☎0894(24)1199
29日(月)	おおむら小児科	(内子町)	☎0893(44)7117
30日(火)	守口小児科※	(八幡浜市)	☎0894(24)7770

(診療時間：午前9時～午後5時 ※は午後6時まで) 小児在宅当番医での外科治療は対応困難のため、ケガの場合は、当日の救急病院をご利用ください。

# 保健センター

大洲市保健センター ☎23-0310 (大洲地域)  
 長浜保健センター ☎52-3055 (長浜地域)  
 肱川保健センター ☎34-2340 (肱川地域)  
 河辺保健センター ☎39-2113 (河辺地域)

### 4月の各種検診(健診)

#### ■妊婦関係(こんにちは赤ちゃんクラブ)

実施日	受付時間	場所	対象者および内容	持参品
22日(月)	午後1時～ 1時20分	大洲市 保健センター	【対象者】 出産予定日が2019年8月～11月の人 【内容】 ▽ママの変化 気になっていることを聞いてみよう ▽先輩ママさんとの交流会 ※事前予約制です。	▽母子健康手帳 ▽筆記用具

#### ■乳幼児関係

実施日	受付時間	場所	対象者	持参品
9日(火)	午後0時45分～ 1時30分	大洲市 保健センター	4カ月児健診 (平成30年11月生)	▽母子健康手帳 ▽アンケート ▽バスタオル
24日(水)			10カ月児育児相談(平成30年6月生)	▽母子健康手帳
16日(火)			1歳6カ月児健診(平成29年9月生)	▽アンケート
23日(火)			3歳児健診 ※ (平成28年3月生)	▽ハンドタオル

\*3歳児健診を受ける際は、事前にご家庭でチャイルドノートに掲載してある、目と耳の検査をしてからお越しください。

## 健(検)診申し込みに関するお知らせ

平成30年度から、成人の健(検)診(特定健診・後期高齢者健診・各種がん検診・肝炎ウイルス検診・39歳以下健診・乳腺エコー検査)が「申し込み制」になりました。申し込みをされた人には、問診票・大腸がん検査容器などの必要なものが、健診前に自宅へ送付されます。

申し込みは、電話またはQRコードのいずれかの方法で行ってください。

#### 【電話による申し込み】

- ▽愛媛県厚生連健診センター ☎0120(352)080
- ※健診内容の変更・キャンセルされる際も、上記フリーダイヤルまでお問い合わせください。
- ▽受付期間 4月2日(火)～10月24日(木)
- ▽受付時間 午前9時～午後5時(土日・祝日・お盆を除く)

#### 【QRコードによる申し込み】

右のQRコードを読み取ると、インターネットでの申し込みページにアクセスできます。



#### 【注意事項】

- ▽希望する健(検)診実施日の2週間前までに申し込みをしてください。
- ▽日程などについては、2月に配布した「2019年度健康チェックカレンダー」や「保健センターだより(毎月発行)」などで確認してください。
- ▽平成31年度より、39歳以下健診は、特定健診を行う各保健センター・公民館などの会場で受けることも可能になります。
- ▽5月中旬～5月下旬ごろに、40歳～74歳の大洲市国民健康保険加入者には、特定健康診査受診券などを送付します。

健診の申し込みをしていない人は、人数に空きがありましたら、当日受診可能です。ただし、お待たせすることがありますのでご了承ください。できる限り事前にお申し込みいただきますようお願いいたします。ご不明な点がありましたら、各保健センターまでお問い合わせください。

## 次世代多目的コホート研究からのお知らせ

国立がん研究センター、大分大学、愛媛大学、大洲市と共同で行っている「次世代多目的コホート研究」は、平成31年度より5年後調査が始まります。

平成31年度は、平成26年度研究に参加いただいた人を対象に、5年後調査のお知らせや生活習慣に関するアンケートを送ります。また、特定健診会場にて、同意をいただいた人に、血液、尿試料の提供をお願いすることになります。みなさんのご協力をよろしくお願いいたします。

## 救急当番病院

曜日	昼間帯【午前8時30分～午後5時30分】	夜間帯【午後5時30分～翌午前8時30分】
月・火	市立大洲病院(西大洲) ☎24-2151	
水	加戸病院(内子町) ☎44-5500	
木	大洲記念病院(徳森) ☎25-2022	市立八幡浜総合病院(八幡浜市) ☎0894(22)3211
金～日	大洲中央病院(東大洲) ☎24-4551	

曜日によって救急当番病院は変わります。昼間・夜間の救急などのご相談は、その日の救急当番病院にご連絡ください。

## 大洲喜多休日夜間急患センター

【場所】大洲市東大洲  
 【電話】0893(23)1156  
 【診療科目】内科  
 【診療時間】平日・土曜 午後8時～午後11時  
 日曜・祝日 午前9時～午後6時

※休日や夜間に急に具合が悪くなった人の診察を行います。一般の夜間診療所ではありません。

## 各種相談ガイド

(曜日指定の相談は、祝日・年末年始を除きます)

### ▽無料法律相談 ※要電話予約

時 4月18日(木) 午後2時～4時30分

場 大洲商工会館

問 大洲商工会議所 ☎24-4111

### ▽年金出張相談 ※要電話予約

時 4月4日(木)・18日(木)  
午前10時～午後3時30分

場 総合福祉センター

問 松山西年金事務所 ☎089-925-5105

### ▽行政相談(総務省)

大洲地域

時 4月19日(金) 午前9時～正午

場 市役所3階第1会議室

問 総務課行政係 ☎24-1724

長浜地域

時 4月26日(金) 午後1時～4時

場 長浜体育館1階会議室

問 長浜支所 ☎52-1111

肱川地域

時 4月5日(金) 午後1時30分～4時30分

場 肱川公民館3階和室

問 肱川支所 ☎34-2311

### ▽不動産無料相談

時 4月15日(月) 午前10時～午後4時

場 宅建協会大洲地区連絡協議会

問 ビアスプランニング(株) ☎25-1747

### ▽人権相談

大洲地域

時 4月15日(月) 午前10時～正午

場 八多喜公民館

時 4月19日(金) 午前10時～正午

場 人権啓発課(別館3階)

問 急ぐときは法務局大洲支局

☎0570-003-110

人権啓発課 ☎24-1746

### ▽子育て相談

家庭児童相談

時 月～金 午前8時30分～午後5時15分

場 子育て支援課

問 ☎24-5718

家庭教育・子育て相談

時 月・火・木・金曜日の午前9時～午後4時

場 大洲子育てサポートそよ風(喜多小学校内)

問 ☎24-4580

### ▽おおずふれあいスクール相談

【不登校・ひきこもりなど】

時 月～金 午前8時30分～午後5時15分

場 国立大洲青少年交流の家(自然環境館3階)

問 ☎24-1414

### ▽青少年相談

時 月～金 午前8時30分～午後5時15分

場 青少年センター(教育委員会内)

問 ☎24-7830

### ▽心配ごと相談

大洲地域

時 [一般相談] 毎週月・水曜日

[法律相談]

弁護士 ※要電話予約

毎月第1・3火曜日

司法書士など

毎月第2・4・5火曜日・毎週木曜日

[介護相談] 毎週金曜日

午前10時～正午・午後1時～4時

※法律相談(弁護士)は午前10時～正午

場 総合福祉センター

問 社会福祉協議会窓口 ☎23-0313

(相談室直通) ☎23-5629

長浜地域

時 4月26日(金) 午後1時～4時

場 長浜体育館1階会議室

問 社会福祉協議会長浜支所 ☎52-1194

肱川地域

時 4月5日(金) 午後1時30分～4時30分

場 肱川公民館3階和室

問 社会福祉協議会肱川支所 ☎34-2312

河辺地域

時 4月10日(水) 午前9時～正午

場 河辺老人福祉センター

問 社会福祉協議会河辺支所 ☎39-2510

### ▽物忘れ相談 ※要電話予約

時 4月24日(水) 午後1時30分～2時30分

場 総合福祉センター1階応接室

問 地域包括支援センター(高齢福祉課内)

☎24-1714

一般歯科・矯正歯科・小児歯科

## ハロー歯科クリニック



診療時間	月	火	水	木	金	土日	祝
午前 10:00～13:00	●	▲	●	休診	●	●	休診
午後 14:30～20:00	●	▲	●	休診	●	18:00	休診

土・日も診察しております。  
火曜日は訪問診療のため、一般外来は休診

大洲市東大洲1649-1 ☎0893-25-1184

— 人生のリスタートをサポートします! —

## 村上勝也法律事務所

弁護士 村上勝也(愛媛弁護士会所属)

借金・夫婦・男女問題、交通事故、相続、成年後見などご相談ください。

相談料 個人的なご相談 5,000円(税別)  
事業者のご相談 1万円(税別)

まずはお気軽にお電話ください!  
☎0893-57-6266

詳細はウェブサイトへ! <http://www.murakami-law.net>

LINEで  
気軽にご連絡



一定の資力以下の方には無料法律相談もあります。  
また弁護士費用の分割払い制度もあります。

大洲市中村231愛媛県道ビル2階1号  
(JR大洲駅から徒歩1分・徒歩2分)

# がんばるひと



## 手話サークル「ドリーム」

会長 **源田 加奈子** さん



手話サークル「ドリーム」は、手話を学びながら各種行事に参加し、ろう者（聴力に障がいがある人）と互いに理解を深める活動をしています。現在は、20人の会員とともに、大洲市総合福祉センターで毎週定例会を開いて、情報交換や手話学習を行っています。

サークルの前身として、昭和58年から始まった「手話教室」があります。ろう者の人たちが、自分たちのコミュニケーション方法である手話をみんなに覚えてもらいたいとの思いから始まりました。その後、平成5年にサークルを設立し、ろう者のみなさんと交流する中で手話を学び、身につけながら、情報交換する活動を始めました。

当時は、パソコンやスマートフォンなどが普及していなかったため、ろう者のみなさんが情報を得る場として活用されていました。

サークルの活動中、ろう者のみなさんから日常で苦労している話を聞いたり、感じたりすることがあります。健常者にできることは何かと考えるとき、まずは障がいを持った人たちのことをきちんと理解することが重要です。

サークルでは、手話を知ってもらうことに重点を置いています。手話を知ることで、ろう者と聴者が情報を共有し、ともに考えることができる社会になってほしいです。そのためにも、手話を広めていく活動をこれからも続けていきたいと考えています。

## 編集後記

春は別れの季節です。私が6年間通った小学校が間もなく取り壊しとなります。威圧感で学級委員長になったこと、苦手だった先生に愛ある拳骨をもらったこと、ジャイアンのような小学校生活を過ごしたその校舎に「さようなら」の時間が来てしまいました。

待ち焦がれた春。五郎の赤橋の下には、ハチも待ち望んでいた菜の花が一面に広がっていました。ハチを中央に映そうと撮影に臨みましたが、なかなかうまくいきませんでした。30分ほど粘った結果、表紙の写真を収めることができました。私にとっても、待ち望んだ1枚でした。

## 大洲市防災行政無線 テレホンサービス



携帯・PHS OK 通話料無料

0120-00-8863

8件分の放送を電話で聞くことができます。

**フレッツ光で賢くインターネットを始めませんか?**

- ※フレッツ光とは、「フレッツ光ライト」、「フレッツ光ネクスト」および「フレッツ」の総称です。※NTT西日本の設備状況などによりサービスのご利用をお断りした場合がございます。ご利用いただけない場合がございます。※インターネットのご利用には、フレッツ光の契約に加え、別途プロバイダとの契約が必要です。(別途月額利用料等がかかります。)
- ※原簿管理番号: REV0000224

詳しい内容・お問い合わせ  
受付時間:9:00~21:00(年末年始を除く)  
0120-949-388

NTT西日本販売代理店  
株式会社エイス・コミュニケーションズ  
〒104-0031  
東京都中央区京橋1丁目1番5号 セントラルビル

古新聞・古雑誌・ダンボール・アルミ缶・スチール缶

1kg 2ポイント

ポイントを貯めて  
500ポイントで  
500円分の  
商品券と交換

CCC

0893-25-3329

(有)クリーンセンター 大洲市菅田町菅田甲3051-1

**ユーズドショップ亀田**

金・プラチナ高価買取 ブランド品販売

商品券・金券も買取 宅配買取OK!

**亀田質店**

【営業時間】 am9時~pm8時 【定休日】 水曜日

大洲店 24-5700

バイパス大洲南出入口(北只交差点)より旧56号線へ150m