

# 9月9日は「救急の日」 9月4日～9月10日は「救急医療週間」です

「救急の日」と「救急医療週間」は、救急医療や救急業務に対する正しい理解と認識を深めることを目的に昭和57年に定められました。

この機会に、自分や家族が急病になったりケガをしたときに慌てないように、家庭にある救急箱の点検や救急車の呼び方を確認しておきましょう。

## 救急箱の中身をチェックしよう

### 【チェックのポイント】

薬や備品の残量と使用期限を確認し、翌年の救急の日までに切れる場合は買い換えます。体温計の電池も確認しましょう。

### 【一般的な常備品】

消毒液・絆創膏・ガーゼ・包帯・総合感冒薬・整腸剤や胃薬・軟膏（かゆみどめや傷ぐすり）・体温計・はさみ・ピンセット など

## 救急車の呼び方を確認しよう

まず、「119」番に電話する。  
次に、落ち着いて質問に答えていく。

### 【受付員へ伝えること】

- ①救急車の搬送要請
- ②場所（番地まで）と目印（建物など）
- ③病気かケガか、その症状
- ④意識や呼吸などの状態
- ⑤年齢や性別
- ⑥かかっている病気
- ⑦連絡者の氏名と電話番号 など

## その119番 本当に救急ですか

救急医療は、とりわけ急な病気やケガで一刻を争う患者の救急救命処置を行うためにあります。その現場では、医師や看護師の不足が著しく、限られた人材が日夜交代で頑張っています。救急医療従事者の負担を減らし、地域の医療体制を守るため、「日中は忙しい、待ち時間がなさそう」など、緊急性のない安易な受診を控え、適切な利用を心がけてください。



## こんな症状のときは迷わず119番へ

- ▷意識がない
- ▷呼吸が苦しい、顔が真っ青、呼吸してない
- ▷急にろれつが回らなくなった
- ▷急に手足の動きが悪くなった
- ▷突然の激しい頭痛、胸痛、腹痛
- ▷高所からの転落事故
- ▷痙攣が続いている
- ▷ひどく出血している
- ▷車にはね飛ばされた

## 救急医療は備えが大切（二次救急輪番病院 市立大洲病院）

私たちは、大洲喜多地区の二次救急輪番病院の一つとして、地区人口約5万5千人のみなさんの救急医療に貢献できるよう日々業務に取り組んでいます。予期せぬ容体急変や不慮の事故は、地域のみなさんの安全な生活を脅かします。そのため医療機関と市民のみなさんが互いに救急医療の備えを行うことが重要であると考えています。

重い病気や怪我につながらないように、予防的な備えとして身近な人への早めの相談やかかりつけ医受診のタイミングを考えたり、可能な範囲で予防できる病気の知識を得たりすることも大切です。

医療機関は、救急医療の質向上のための教育・訓練などの取組や、医療資源を整備して突発的な救急患者対応に備えることを心がけています。

今後も、地域のみなさんの安全な生活を守るために、救急医療に携わる看護師として何ができるかを考え、取り組んでいきたいと思ひます。



市立大洲病院  
看護主任 向井 直基  
(救急看護認定看護師)

## みんなで守り育てる地域の医療

医療は、私たちの健康や生命を守り、安全で安心な生活を支える大切な社会インフラです。とりわけ、急な病気やケガで一刻を争う救急患者の生命を救うには、直ぐに手当のできる救急病院が身近な地域にあることが重要な要件の一つになります。

しかしながら、私たちの地域にある救急医療の現場では、医師や看護師などの慢性的な不足や軽症患者の救急受診が、救急医療を支える医療従事者や病院の負担増大につながり、救急医療体制の維持が極めて困難な状況にあります。

こうした中で、地域の医療を守り将来へつなげるためには、医療を提供する病院だけでなく、利用するみなさんの理解と協力が何より大切です。コロナ禍で見えてきた医療従事者や病院の頑張り<sup>たゆ</sup>と弛まぬ努力に感謝するとともに、一人ひとりが限りある医療資源を大切に守り活用していく意識や行動を心がけましょう。

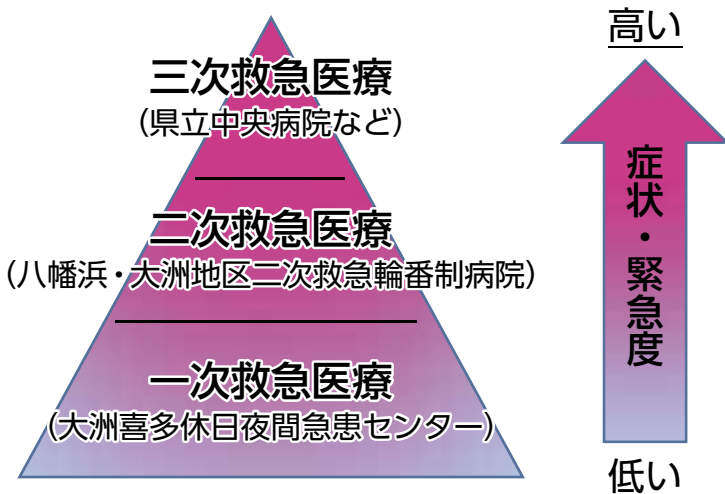
### 医療を利用するみんなのルール

- ▷ かかりつけ医を持ちましょう
- ▷ 救急車を適切に利用しましょう
- ▷ 救急病院を適切に受診しましょう
- ▷ 薬を正しく服用しましょう
- ▷ 信頼と感謝の気持ちを持ちましょう
- ▷ 自己都合による安易な受診をやめましょう
- ▷ 健診受診など健康管理に努めましょう

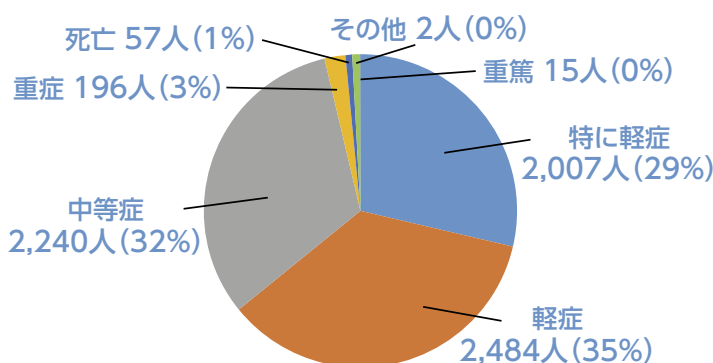
### かかりつけ医をもちましょう

かかりつけ医は、普段から何でも相談できるお医者さんで、日頃の健康管理や初期の治療をしてくれます。また、診療時間外の急な体調不良の相談に応じてもらうことも期待できます。近くにある診療所の先生を「かかりつけ医」に持ちましょう。

## 重症度や緊急度に応じて適切に受診しましょう



二次救急病院 症状程度別患者数



左のグラフは、令和3年中の救急患者数を症状程度別に表したものです。

通院の不要な「特に軽症」、入院を要しない「軽症」の患者が**全体の64%**を占めていて、医療従事者や救急病院の負担が大きくなっています。

救急車や救急医療は**限りある資源**であることを再認識し、**救急車や救急病院の適正な利用**にご協力をお願いします。

安全で持続可能な救急医療体制を守り育てるには、一人ひとりの適切な受診行動が何より大切になっています。



## 戦没者などの遺族に対する第11回特別弔慰金の手続はお済みですか

### 【特別弔慰金の趣旨】

今日の我が国の平和と繁栄の礎<sup>いしずえ</sup>となった戦没者などの尊い犠牲に思いをいたし、国として改めて弔慰の意を表すため、戦没者などのご遺族に特別弔慰金(記名国債)を支給するものです。

### 【支給対象者】

戦没者などの死亡当時のご遺族で、令和2年4月1日(基準日)において、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」などを受ける人がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族1人に支給します。

- ①令和2年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した人
  - ②戦没者などの子
  - ③戦没者などの父母、孫、祖父母、兄弟姉妹
  - ④上記以外の三親等内親族
- ※戦没者などの死亡時まで引き続き1年以上生計関係を有していた人に限ります。

### 【手続きに必要な物】

- ①請求者(受給者)の認印
- ②請求者(受給者)の本人確認書類  
※マイナンバーカード、運転免許証、健康保険証、介護保険証など(顔写真のないものは2種類必要)
- ③戸籍などの必要書類(請求者によって異なりますので、事前に電話でお問い合わせください)

### 【支給内容】

額面25万円(5年償還の記名国債)

### 【請求期間】

令和2年4月1日～令和5年3月31日  
※請求期間を過ぎると、特別弔慰金を受けることができなくなります。



市ホームページ

### 【請求窓口・問い合わせ先】

高齢福祉課地域支援係	☎0893(24)1714
長浜支所	☎0893(52)1114
肱川支所	☎0893(34)2311
河辺支所	☎0893(39)2111

## 令和5年度 浄化槽設置補助金の事前申込

生活雑排水による水質汚濁を防止するため、令和5年度中において住宅に浄化槽を設置する人に対して、設置費用の一部を補助します。補助金を受けるためには令和4年度に事前申込が必要です。

### 【事前申込期間】

9月1日(木)～令和5年3月15日(水)  
平日8:30～17:15

※事前申込期間終了後も予算の範囲内で随時受け付けます。

### 【申込方法】

浄化槽の設置内容(場所、時期、延床面積、既存の便槽の写真など)が分かる資料を上下水道課まで持参してください。

### 【補助を受けられない地域】

- ▷公共下水道が整備、もしくは計画されている肱南・肱北地区の一部(下水道事業計画区域)
- ▷農業集落排水が整備されている八多喜地区の一部

### 【本年度の補助金について】

令和4年度の補助金も8月15日(月)時点では予算に余裕がありますので令和4年度中の補助金申請も受け付けています。

### 浄化槽の人槽規模別の補助限度額

「単独処理浄化槽」または「くみ取り便槽」から浄化槽へ入れ替えて設置するとき			
本体工事	5人槽	7人槽	10人槽
本体工事	332,000円	414,000円	548,000円
宅内配管工事	300,000円(加算)		
既存槽撤去工事	90,000円(加算)		
雨水貯留槽改造工事	90,000円(加算) ※単独処理浄化槽のみ		
住宅の新築などに伴って浄化槽を設置するとき			
本体工事	5人槽	7人槽	10人槽
本体工事	166,000円	207,000円	274,000円

- ▷新築は補助対象とならない場合があります。
- ▷記載内容は令和4年度の制度に基づくもので、今後変更する場合があります。



### 【申込・問い合わせ先】

上下水道課管理係 ☎0893(24)1720 市ホームページ

## 公益財団法人榊山教育振興会の令和5年度助成事業を募集します

公益財団法人榊山教育振興会は、故榊山健三氏<sup>けんぞう</sup>が郷土大洲の発展に役立ちたいという思いから、私財を投じられ、関係者のご協力により昭和56年に財団法人として設立（平成24年から公益財団法人）されました。当財団では、市内の児童生徒や青少年の健全育成に寄与することを目的に、教育・文化・スポーツなど、豊かな人間性を涵養<sup>かんよう</sup>することを目的とする事業に対して助成を行っています。

令和5年度の助成事業を募集しますので、希望される場合は、お問い合わせのうえ、ご応募ください。

### 【応募資格】

市内の児童生徒又は青少年を対象に、次の教育・文化・スポーツなどを行う教育関係機関及び団体

- (1) 文化及び芸術の振興
- (2) 教育・スポーツ等の推進
- (3) 児童生徒又は青少年の健全育成
- (4) 地域社会の健全な発展
- (5) その他公益の目的を達成するために必要な事業

### 【助成金額（年間）】

提出された事業計画や内容を審査して決定します。

### 【応募方法】

所定の事業計画書など、必要書類を提出してください。

【募集期間】10月3日(月)～11月30日(水) (必着)

### 【審査結果の通知】

応募者あてに令和5年3月末頃に通知します。(なお、諸般の事情により助成できない場合があります。)

### 【申込・問い合わせ先】

〒795-8502 大洲市大洲737番地  
愛媛県立大洲高等学校内  
公益財団法人榊山教育振興会 事務局  
☎0893(23)4534  
FAX0893(23)4708

## 9月10日(土)は第62回「下水道の日」です ～げすいどう めぐりめぐって またあおう!～ (令和4年度下水道推進標語)

### 【下水道の日】

「下水道の日」は、昭和36年、著しく遅れている下水道の全国的な普及を図る必要があることから、このアピールを全国的に展開するため、下水道を所管していた旧建設省、旧厚生省および日本下水道協会が協議して、「全国下水道促進デー」として始められました。

そして、21世紀のスタートとなる平成13年に下水道法が制定され100年を迎えるにあたり、より親しみのある名称として「下水道の日」に名称変更されたものです。

この「下水道の日」が9月10日と定められたのは、下水道の大きな役割である「雨水の排除」を念頭におき、台風シーズンである210日を過ぎた220日（立春から数えて）が適当であるとされたことによりです。



下水道マスコットキャラクター「スイスイ」

### 【公共下水道への接続を】

公共下水道は、生活環境の改善や河川など公共水域の水質を保全し、快適で潤いのある生活環境を築くための施設です。

肱南地区では平成7年7月、肱北地区では平成20年5月から供用を開始しています。まだ公共下水道に接続をしていない人は、早急に接続をお願いします。

供用開始後3年間の支援として、接続工事費用のうち50万円を限度とし、市指定金融機関に融資をあっせんし、その利子を市が全額補給する「水洗便所改造資金融資あっせん制度」があります。

なお、公共下水道に接続工事を行う場合は、必ず大洲市排水設備指定工事店に申し込んでください。指定工事店にいては、お問い合わせいただくか、市ホームページでも確認できます。

### 【問い合わせ先】

上下水道課管理係  
☎0893(24)1720



市ホームページ

## ～大洲市燃油価格高騰対策給付金事業(前期)～

市内にお住いの農林水産業に従事する人の経営維持・継続を支援するため、施設園芸農業・乾椎茸乾燥用施設・漁船に使用した燃油の価格高騰分について助成する事業を前期と後期に分けて実施します。

### 【前期の申請受付期間】

9月1日(休)から9月30日(金)まで

申請書類は市ホームページ、農林水産課または各支所からお取り寄せできます。

### 【施設園芸農業】

#### ▷給付対象経費

令和3年11月1日から令和4年7月31日までの間に、燃油の貯蔵施設を有する、またはペレットを燃料とする加温装置を使用する園芸用施設で農作物を栽培するために納品された燃油の経費

#### ▷給付単価

納品価格(プリペイドカードなどの割引、消費税および地方消費税相当額を除く)が、基準価格よりも10円以上(ペレットは2円以上)高騰した場合に、燃油1リットル当たり10円以内(ペレットは2円以内)

※支給総額は100円未満切り捨て

#### ▷提出先

農林水産課農業振興係または各支所

### 【乾椎茸生産用施設】

#### ▷給付対象経費

令和3年11月1日から令和4年7月31日までの間に、椎茸を乾燥するために納品された乾燥用機械の燃油経費

#### ▷給付単価

納品価格(プリペイドカードなどの割引、消費税および地方消費税相当額を除く)が、基準価格よりも10円以上高騰した場合、令和4年1月1日から7月31日までの間に出荷した乾椎茸の重量に燃油経費35.5円/kgを乗じた額

※支給総額は100円未満切り捨て

#### ▷提出先

農林水産課林業振興係または各支所

※大洲市椎茸生産振興協議会の会員は大洲市森林組合または愛媛たいき農業協同組合へ申請書と併せて委任状を提出することで、以降の手続きを同協議会に委任することができます。

### 【漁船】

#### ▷給付対象経費

令和3年11月1日から令和4年7月31日までの間に、漁船を運航するために納品された燃油の経費

#### ▷給付単価

納品価格(プリペイドカードなどの割引、消費税および地方消費税相当額を除く)が、基準単価(軽油の場合は軽油取引税を除く)よりも10円以上高騰した場合、燃油1リットル当たり10円以内  
※支給総額は100円未満切り捨て

#### ▷提出先

農林水産課水産業振興係または各支所

### 【その他】

▷給付要件などの詳細は市ホームページ、または、問い合わせ先にてご確認ください。

▷後期分の実施については後日、広報おおず、市ホームページなどでお知らせします。

### 【問い合わせ先】

農林水産課 ☎0893(24)1727

▷園芸施設燃油：農業振興係

▷乾椎茸生産燃油：林業振興係

▷漁船燃油：水産業振興係



市ホームページ

## ～大洲市林業経営支援モデル事業～

市内の自伐林家の人が、林業機械をリース・レンタルする際に要する経費を支援する事業を実施します。

#### ▷補助対象

国・県の補助事業の対象とならない林業機械のリース・レンタルで、見積金額が50万円以上のもの

#### ▷補助率

3分の1以内(上限：50万円/年、回送料、消費税および地方消費税相当額(課税事業者に限る)は補助対象外)

#### ▷その他

・申請書類は市ホームページ、農林水産課または各支所からお取り寄せできます。

・複数年に及ぶリース・レンタルについても、一定の条件を満たすことで、最長5年間の補助を受けることができます。

### 【問い合わせ先・申請書の提出先】

農林水産課林業振興係

☎0893(24)1727



市ホームページ

## 新築・取り壊し家屋の調査

令和4年1月2日以降に新築・増改築または取り壊された家屋（倉庫・車庫も含む）について、実地調査を行います。

家屋を取り壊した後、下記に該当する場合は、引き続き固定資産税が課税される可能性があります。

該当する場合は、問い合わせ先までご連絡ください。

▷登記している家屋で、法務局への「滅失登記」をしてない場合

▷登記していない家屋で、大洲市に「家屋異動届」を提出していない場合

### 【調査期間】

9月1日(木)～令和5年1月31日(火)

※早めの調査を希望する場合は問い合わせ先までご連絡ください。

### 【問い合わせ先】

税務課固定資産税係

☎0893(24)1711



市ホームページ

## 就業構造基本調査

総務省統計局では、10月1日現在で就業構造基本調査を実施します。

この調査は、日本の就業・不就業の実態を明らかにすることを目的として、統計法に基づき実施する国の重要な統計調査です。

調査をお願いする世帯には、9月下旬に調査員が伺い、調査書類を配布します。より便利に回答いただくため、パソコンやスマートフォンを使って、簡単に回答することができます。

調査の趣旨をご理解いただき、回答をお願いします。



### 【問い合わせ先】

企画情報課情報統計係

☎0893(24)1738



市ホームページ

## 秋の全国交通安全運動の実施 ～手を上げて 運転手さんにごあいさつ～

9月21日(水)から30日(金)までの間、秋の交通安全運動が実施されます。子供と高齢者を始めとする歩行者の安全確保をはじめ、夕暮れ時と夜間の歩行者事故などの防止および飲酒運転の根絶、自転車の交通ルール遵守の徹底を目指します。



また、9月30日は交通死亡事故ゼロを目指す日です。大洲署では、こぶし通りをモデル路線に「こぶし通りに手の花を咲かせよう」をスローガンに「大人も手を上げよう運動」を実施中です。みなさんで交通事故ゼロを目指し、安全運転に努めましょう。

### 【問い合わせ先】

大洲警察署 ☎0893(25)1111



大洲警察署  
ホームページ

## 国民年金付加年金制度

付加年金制度は、国民年金の一般保険料に加えて付加保険料（月々400円）を納めると、将来受け取る老齢基礎年金に年間「200円×付加保険料納付月数」が毎年上乗せされる制度です。

### 【加入できる人】

▷国民年金第1号被保険者（ただし、保険料免除・納付猶予・学生納付特例を受けている人、国民年金基金に加入している人は加入できません）

▷国民年金任意加入者（65歳以上の人を除く）

### 【手続き】

年金手帳または基礎年金番号通知書を持参して、市民課年金係または各支所に来てください。申出した月分からの納付となります。

### 【問い合わせ先】

市民課年金係 ☎0893(24)1713

長浜支所 ☎0893(52)1111

肱川支所 ☎0893(34)2311

河辺支所 ☎0893(39)2111



市ホームページ

## 市営住宅の入居申込

10月に抽選会を開催し、入居者（空家がある場合）または補欠者（空家がない場合）の順位を決定します。それ以降も随時受付を行います。詳細は市ホームページなどでお知らせします。

### 【入居申込資格】

- ▷市内に住所または勤務場所を有する人
- ▷現に同居または同居しようとする親族がいる人
- ▷市税を滞納していない人
- ▷現に住宅に困窮している人
- ▷収入基準に該当する人
- ▷「暴力団員による不当な行為の防止などに関する法律」に規定する暴力団員でない人

### 【申込受付期間】

10月3日(月)～10月14日(金)  
平日8:30～17:15

### 【抽選会】

10月19日(水) 9:30～  
本庁・各支所

### 【随時受付期間】

10月17日(月)～令和5年8月31日(木)  
※入居・入居補欠の順位は、抽選会参加者が優先されます。



### 【問い合わせ先】

都市整備課公営住宅係 ☎0893(24)1759 市ホームページ

## 9月は屋外広告物適正化推進運動強化月間です

市では、良好な景観の形成、風致の維持、公衆への危害防止を目的として、大洲市屋外広告物条例を施行して、規制の基準、各種手続などについて定めています。屋外広告物を設置・表示するには多くの場合、許可が必要ですので事前にご相談ください。はり紙や広告板、ネオンサインなどの屋外広告は、人に情報を伝え、まちを活気づける効果がある一方、無秩序に表示されるとまちの景観や自然の風致を損ねたり広告物の落下による事故により公衆に危害を及ぼす恐れがあります。そのため、市では、大洲市屋外広告物条例のもと、すべての広告物が適正なものとなるよう取り組んでいますので、広告主のみなさんご協力をお願いします。

なお、広告物の大きさや設置場所などで許可基準に違いがあります。詳しくは、市ホームページで確認いただくか、都市整備課までお問い合わせください。

### 【屋外広告物とは】

常時または一定の期間継続して屋外で公衆に表示される看板や立看板、はり紙、はり札、広告塔、広告板、建物その他の工作物に掲出、表示されたものなどです。

商業広告に限らず、個人や法人の名称、商品名などの文字表示からシンボルマークなどの記号表示まで含まれ、目的の営利・非営利を問いません。



### 【申込・問い合わせ先】

都市整備課都市計画係  
☎0893(24)1719



市ホームページ

## キャッシュレス決済で市内を元気に～最大20%還元キャンペーン～

新型コロナウイルス感染症の影響の長期化と、原油・物価高騰の影響で低下した消費行動を喚起し、非接触のキャッシュレス決済の推進を図るため、「県・市町連携事業 大洲市キャッシュレス決済プレミアムポイント還元キャンペーン（以下、キャンペーン）」を実施します。

キャンペーン期間中に、市内の対象店舗で、対象キャッシュレス決済を利用した買い物などを行うことで、最大20%相当額が還元されます。このお得な機会にぜひ、市内の店舗でお買い物などをさせていただき、市内経済の後押しをお願いします。

### 【キャンペーン期間】

令和4年11月1日(火) 0:00～30日(水) 23:59

### 【対象キャッシュレス決済】

PayPay、d払い、au PAY、楽天ペイ

### 【付与上限（1決済サービスあたり）】

1回の決済 2,000円相当（不課税）

期間中合計 5,000円相当（不課税）

※4決済サービスで最大20,000円相当（不課税）

### 【対象店舗】

対象キャッシュレス決済を導入している市内所在の実店舗

※企業規模や業種の制限はありませんが、公序良俗および事業目的の観点から、市が適当でないと認める店舗は除外する場合があります。

### 【その他】

▷市内所在の実店舗向けの説明会や、キャッシュレス決済を初めて利用する人向けの説明会などを予定しています。日程や内容などの詳細は、市ホームページなどでお知らせします。

▷市では、スマートフォンやアプリの操作方法、各キャッシュレス決済サービスの登録方法など、個別の問い合わせには対応できません。

### 【問い合わせ先】

商工産業課商工振興係 ☎0893(24)1722



市ホームページ

※広報おおず10月号でも詳細を紹介予定です。

### 【使い方や利用条件など】

※登録・設定方法、使い方などは各キャッシュレス決済アプリによって異なりますので、詳細は各社ウェブサイトをご覧ください。



PayPay  
(ぺいぺい)



【使い方】 <https://paypay.ne.jp/guide/>

### 【還元対象】

スマートフォンでのコード払い

※PayPay残高、PayPayカード（旧Yahoo! JAPANカード含む）、PayPayあと払い、PayPayあと払い（一括のみ）での支払いが対象  
※PayPayアプリを介さないPayPayカード（旧Yahoo! JAPANカード含む）でのお支払いはキャンペーン対象外



d払い  
(でいーばらい)



【使い方】 [https://service.smt.docomo.ne.jp/keitai\\_payment/guide/start.html](https://service.smt.docomo.ne.jp/keitai_payment/guide/start.html)

### 【還元対象】

スマートフォンでのコード払い



au PAY  
(えーゆーぺい)



【使い方】 <https://aupay.wallet.auone.jp/guide/>

### 【還元対象】

スマートフォンでのコード払い



楽天ペイ  
(らくてんぺい)



【使い方】 <https://pay.rakuten.co.jp/guide/>

### 【還元対象】

楽天ペイアプリによるコード・QR・セルフでの支払い  
※楽天ペイアプリ上で発行したEdy、Suica、ポイントカードによるお支払いは対象外となります。



## フィットネスやウォーキングと一緒に体を動かしてみませんか

全4回開催でみなさんと一緒にフィットネスやウォーキングを行います。(参加無料)

### 【日時】

- 第1回 9月29日(木)  
10:00~11:45 (9:45~10:00受付)  
第2回 10月6日(木)  
第3回 10月14日(金)  
第4回 10月20日(木)

※第2回から第4回の時間は未定です。

※運動メニューは60分~90分です。

【場所】大洲市総合福祉センター4階 多目的ホール

【対象】おおむね40歳~64歳の人

【講師】第1回 稲田加津子さん(健康福祉運動指導者)

### 【服装・持参物】

運動のできる服装、靴(外履き用)、タオル、飲み物、筆記用具

### 【申込期限】

9月22日(木)までに大洲市保健センターに電話で申し込んでください。



### 【申込・問い合わせ先】

大洲市保健センター ☎0893(23)0310

## 健康に関する川柳を募集

大洲市保健センターでは、大洲市民を対象に健康に関する川柳を募集します。応募された川柳は、保健だよりに掲載、保健センターなどで掲示し、優秀者には表彰状を授与します。

【テーマ】健康、体に関すること

### 【応募期間】

9月1日(木)~12月28日(木)

### 【応募方法】

川柳の様式は問いませんが、住所、氏名(ふりがな)を記入のうえ提出してください。作品は自作、未発表のものに限ります。応募いただいた作品は返却しませんので、ご了承ください。

### 【審査および表彰】

大洲市保健センターで審査し、優秀者には直接お知らせします。

### 【提出・問い合わせ先】

大洲市保健センター

☎0893(23)0310 FAX0893(23)0311

メール: hoken-center@city.ozu.ehime.jp

※10月は市役所1階のロビーに川柳応募ボックスを設置します。

4月末に新谷自治会・新谷公民館では、新谷小学校児童と保護者を対象に「おやこで川柳!」「子どもポスター」を募集しました。優秀賞に輝いた作品を紹介します。

### おやこで川柳!

「買っただけ やせた気になる やせる本」  
「大腸カメラ 長生きするため パパはする」

### 子どもポスター



## 元気シニアサポーター養成講座の参加者を募集

「おおず生き活き体操」や「元気に歳を重ねる秘訣」について学び、みなさんがより元気になるための講座です。(受講無料)

### 【日時】

13:30~15:30

- ① 9月6日(火) ② 9月22日(木)  
③ 10月4日(火) ④ 10月27日(木)  
⑤ 11月7日(月) ⑥ 11月21日(月)

### 【場所】

大洲市総合福祉センター 4階多目的ホール

### 【対象】

おおむね55歳以上の大洲市民  
※6回講座のうち、3回以上参加できる人

【定員】 20人 (先着順)

【申込期限】 9月1日(木)

### 【問い合わせ先】

NPO法人歩 ☎0893(57)9633  
高齢福祉課地域包括支援センター  
☎0893(24)1714



市ホームページ

## 「おおず生き活き体操」してみませんか

「おおず生き活き体操」は、自宅で簡単にできるご当地体操です。NPO法人歩の<sup>ふき</sup> <sup>ともこ</sup> 智子さん(健康運動指導士)に考案していただきました。

市のホームページから、テキストや動画(YouTube)を見ることができます。映像を見ながら一緒に運動してみましょう。



### 【問い合わせ先】

高齢福祉課地域包括支援センター  
☎0893(24)1714



市ホームページ

## 「介護予防サークル」してみませんか

介護予防サークルは、地域の身近な場所で仲間と一緒に「おおず生き活き体操」などの介護予防活動に取り組む住民主体のグループのことです。

現在、市内で36団体の介護予防サークルが活動しています。

### 【団体の条件】

- ① 65歳以上の高齢者が5人以上参加する  
② 月1回以上(年12回以上)開催する  
③ 介護予防の体操を毎回30分以上実施する

### 【サークルへの支援】

1回1,000円のサークル運営費の補助金などの支援を行っています。

### 【問い合わせ先】

NPO法人歩 ☎0893(57)9633  
高齢福祉課地域包括支援センター  
☎0893(24)1714



市ホームページ

## せんてい 剪定基礎講習会の参加者を募集

植木管理、剪定の基礎知識、実技などを専門講師に学びます。(受講無料)

【日時】 9月27日(火)~29日(木) 10:00~15:00

【場所】 大洲市総合福祉センター 1階 会議室他

### 【対象】

- ① 大洲市在住の60歳以上で 受講後シルバー人材センターの会員になり、就業できる人  
② 既会員で職種転換を希望する人

【定員】 10人

### 【申込方法】

新聞折込チラシまたはホームページから印刷した申込書をFAXまたは郵送してください(9月14日(水)必着)。9月12日(月)~14日(水) 8:30~17:00は電話での受付もできます。またホームページの申込フォームからも申込できます。

※申込者全員に受講の可否を開始日2日前までに郵送します。



愛媛県シルバー人材センター連合会  
ホームページ

### 【申込・問い合わせ先】

公益社団法人 愛媛県シルバー人材センター連合会  
☎089(915)1420 FAX089(915)1421

## えがお 愛顔のスマホ相談窓口開設のお知らせ

愛媛県・市町DX推進会議が事業主体となり、スマートフォンの操作方法などをオンラインで相談できる窓口を、市内6か所の郵便局に設置します。LINEを使ってみたい、便利な機能を知りたい、おすすめのスマホの使い方を教えてほしいなどさまざまな悩みを相談できます。事前予約制(1回30分)で、何度でも無料で相談することができますので、気軽にご利用ください。

### 【窓口開設時間】

平日10:00~17:00 (最終受付16:30)

開設日	対象郵便局
8月23日(火)	大洲郵便局
9月22日(木)	菅田郵便局
	八多喜郵便局
	伊予長浜郵便局
	肱川郵便局
	河辺郵便局



※予約時に「お名前、電話番号、予約希望日、希望郵便局、当日相談したい内容」をお伝えください。

### 【予約・問い合わせ先】

予約ダイヤル (楽天シニア)

☎0120(546)004

(受付時間: 平日10:00~16:00)



楽天シニア  
ホームページ

## サイクリングイベント「ツール・ド・ひじかわ2022」を開催

交流人口の拡大と地域の活性化を図ることを目的に、サイクリングイベント「ツール・ド・ひじかわ2022」を開催します。

五郎「畑の前河川敷広場」をメイン会場とし、市内一円を走行する、上級コース、中級コース、初級コースの3つのコースとなります。初級コースでは、希望者にはマウンテンバイクの貸出も行っていますので、気軽に参加できます。この機会にサイクリングに挑戦してみませんか。

交通ルールを遵守した大会運営を行いますので、参加者の走行へのご協力をお願いします。また、沿道からのご声援もよろしくお願いします。

### 【日時】

10月9日(日)

8:30 スタート

### 【参加予定者】

約200人



※道路などの状況により変更となる可能性があります。

### 【問い合わせ先】

大洲市サイクリング協会  
(事務局大洲市観光まちづくり課)  
☎0893(24)1717



スポーツエンター  
ホームページ

## 肱川の堤防整備を進めています

～ 愛媛県職員による工事紹介④～



大洲土木事務所  
河川港湾課 河川港湾G  
嘉喜山 元

平成30年7月豪雨を受け、愛媛県では国土交通省・大洲市と連携し、再度災害防止のため、菅田地区の11工区と支川の久米川で激特事業による堤防工事を進めています。今回は樋門工事の紹介です。

樋門は、堤防の中に設置するコンクリート製の水路です。激特事業で整備する樋門は、洪水の時には肱川本川からの水の逆流を自動開閉式のゲートで防ぎます。現在は、阿部板野工区などで工事を進めています。

地域のみなさんには、工事車両の通行などでご不便をおかけしますが、今後ともご協力をお願いします。

### 【問い合わせ先】

愛媛県南予地方局大洲土木事務所  
河川港湾課 ☎0893(24)5121



つなごう肱川

## 今日からできる健康づくり ～9/10から9/16は自殺予防週間です～

みなさんは、自分の生活（仕事、健康、お金など）で困った時、誰に相談しますか。

昨年5月の健康に関する市民アンケートでは、相談相手で最も多いのが「家族や親族（83%）」次いで「友人や同僚（32%）」「医療機関（21.4%）」の順でした。逆に「相談できる人がいない（3.1%）」「相談しない（6.0%）」との回答もありました。

みなさんの心は元気ですか。特に心の不調については、自分では感じにくい一面があります。みなさんの周りに、次のような人はいませんか。

- ▷ 体調不良や不眠を訴えるようになった
- ▷ 表情が暗く、元気がない
- ▷ 交流をさける
- ▷ 食欲がない など

大切な人の心の健康のために、みなさんにできる大切な関わりがあります。



**【気づく】** もし家族や大切な人の変化に気がいたら、「どうしたの」などと声をかけてみましょう。

**【傾聴する】** 悩みを話してくれたら、時間をかけて相手の話に耳を傾けましょう。「大変だったね」など相手を大切に思う気持ちも伝えましょう。

**【つなぐ】** 専門機関の存在を伝えましょう。ひとりで悩むよりも、専門家の力を借りることで解決につながる可能性が高まります。

**【見守る】** 心の悩みはすぐに解決するものではありません。できるだけ自然な雰囲気、あせらず優しく寄り添いながら見守りましょう。

自分や大切な家族の心の健康を守るために、まずはできそうなことから始めてみましょう。

### 【問い合わせ先】

大洲市保健センター ☎0893(23)0310



長浜保健センター  
保健師 澤井 あゆみ