

海と緑と太陽と・笑顔でつながる上島町



広報

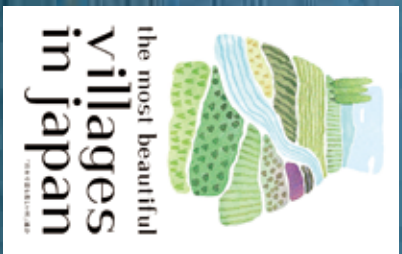
かみじま

2013

(平成25年)

9月

NO. 108



ヨットミーティング (体験乗船会)

主な目次

6～9 島々の話題

16 こんにちは町長です

ホームページ

<http://www.town.kamijima.ehime.jp>

メール

info@town.kamijima.ehime.jp

保健だより



9月

「健康増進普及月間」

です。

日本の平均寿命は、世界でも高い水準となりました。しかし、一方でますます少子高齢化が進んでいるのも事実です。単なる「寿命」ではなく、元気で健康で楽しく毎日が送れる「健康寿命」を延ばすことを目標にしたいものです。

そこで、生きていくために不可欠な「運動」「食生活」、そして健康でいるために必要な「禁煙」について、一人ひとりの理解を深め、さらにその健康づくりの実践を進めるため9月の1か月間を健康増進普及月間としています。

生活習慣病を予防し、健やかな生活を送るための「適度な運動」「適度な食生活」「禁煙」。この3つのアクションについて下記のように提案します。



適度な運動を

適度な運動や身体活動は、病気の罹患率の低下や死亡率の低下、また、メンタルヘルスや生活の質の改善に効果をもたらすことが認められています。さらに、高齢者においても寝たきりなどを減少させる効果があることが示されています。しかし、現在は家事や仕事の自動化、交通手段の発達によって身体活動量が低下していて、肥満の原因にもなっています。



- ・毎日なら10分間の早歩き
- ・苦しくならない程度にスピードを上げて早歩き。それは、立派な「運動」になります。
- ・あと10分歩きましょう
- ・今よりあと10分、歩数にして1000歩〜1500歩多く歩くことを目標にしてみましよう。
- ・「家から10分」は歩く
- ・歩いて10分くらいの距離でもついつい車で移動していませんか。面倒がらずにその距離を歩いて行けば、良い「運動」になります。

適度な食生活を

日本人の食生活が欧米化の影響を受けたものへと変化し、生活習慣病の増加が深刻な問題となりました。最近では、食生活への意識の高まりも見られますが、一方で朝食を摂らない人の割合の増加や加工食品への依存などが見受けられ、身体や心の健康への影響が懸念されています。



- ・野菜不足はあとトマト半分
- ・日本人は、割と野菜を食べていると言われています。
- ・しかし、生活習慣病の観点からは、平均してトマト半分(約70g)くらい足りないのです。
- ・朝食や昼食にプラスして摂りましょう。
- ・朝食から一日を始めましょう
- ・朝食は「これからすることのエネルギー」になります。
- ・仕事効率の向上も期待でき、良い一日を過ごすために朝食は欠かすことができません。



日本脳炎予防接種について

(平成7年4月2日から平成19年4月1日生まれの方へ)

H17年度～H21年度まで積極的勧奨の差し控えにより接種を受ける機会を逃した方(特例対象者)は、20歳未満まで、日本脳炎の定期予防接種ができます。特に1期分の接種が完了していない方は、接種を受けるようにしましょう。また、1期接種が完了し、2期接種を希望される13歳以上の方は予診票が新様式となっています。各保健センターで発行いたしますので、お問合わせ下さい。

禁煙を

たばこを吸うことは健康を損なうだけでなく肌の美しさや若々しさを損なうこととなります。たばこを止めて健康寿命を延ばしましょう。



- ・吸いたくなったら気をそらす
- ・吸いたい気持ちと真正面から戦うのではなく、水やお茶、シュガーレスガムなどを口にしたたり、歯を磨いたりして、さっぱりかわしてしまいましょう。
- ・禁煙外来を活用

9月

健康相談・リハビリ 教室・検診ガイド

※★印は、獲得できる健康ポイント数

◆弓削保健センター TEL 77-3700◆

健康相談 (★5 P)

10日(火) 10:00~11:00 セとうち交流館

地域リハビリ「おたっしゃクラブ」(★5 P)

5日(木) 10:00~11:30 下弓削中央集会所

11日(水) 10:00~11:30 佐島栗手中央集会所

12日(木) 10:00~11:30 久司浦集会所

13日(金) 10:00~11:30 弓削保健センター

リフレッシュ教室 (★5 P)

9日(月) 13:00~14:30 緑ヶ丘集会所

ちびっちクラブ (★5 P)

25日(水) 10:00~11:30 弓削保健センター

◆生名保健センター TEL 74-0911◆

上島はつらつ教室自主活動 (★5 P)

2日(月) 13:30~14:30 生名保健センター

9日(月) 13:30~14:30 生名保健センター

リフレッシュ教室 (★5 P)

2日(月) 13:30~14:30 3分団集会所

いきいき体操 (★5 P)

9日(月) 10:00~11:30 生名保健センター

健康相談 (★5 P)

10日(火) 10:00~11:00 生名公民館

地域リハビリ「おたっしゃクラブ」(★5 P)

18日(水) 10:00~12:30 生名公民館

19日(木) 10:00~12:30 生名保健センター

◆岩城保健センター TEL 74-0755◆

保健センター開放日(乳幼児対象)

30日(月) 9:00~12:00 岩城保健センター

にこにこ広場 (★5 P)

10日(火) 14:00~16:00 岩城保健センター

乳幼児相談 (★5 P)

13日(金) 10:00~12:00 岩城保健センター

健康相談 (★5 P)

4日(水) 10:00~11:00 長江集会所

26日(木) 10:00~11:00 岩城コミュニティセンター

◆魚島保健福祉センター TEL 74-1120◆

健康相談 (★5 P)

3日(火) 13:30~16:30 魚島保健福祉センター

4日(水) 10:00~14:00 高井神公民館



ワンポイント

はら★すま体操

健診の後、「メタボ」の宣告を受けたり、体重や腹囲を減らすよう言われた方も多いでしょう。特別な運動を始めるのは億劫ですが、いつでもどこでも、意識して行うことで、ひそかにスタイルアップの期待できる今月の体操を、日常生活に取り入れてみましょう！



おなか周りスッキリ⑥ 「お尻しぼり」(立位)

- ①背筋を伸ばして、お腹をへこませる。
- ②両足のかかと同士を付けて、つま先を逆八の字に開く。
- ③かかと・ふくらはぎ・膝・太ももの内側同士をピッタリ合わせる。
- ④お尻の左右の筋肉を真ん中に寄せて、これ以上締まらないというところまで、力を込めてギュッと絞り込む。10分間を目標に。

★ポイント★

※太ももの間に、テニスボールやタオルなどを挟んでもいいです。O脚の矯正にも効果があります。
※立ち仕事の合間や、乗り物に乗っている間やちょっとした待ち時間に、「気をつけ」のイメージで立っているだけでも効果があります。

おなか周りスッキリ⑦ 「おなかへこませ」

- ①口から息を吐きながら、お腹をへこませる。
- ②鼻で息を吸いながら、さらにお腹をへこませる。
- ③口で息をゆっくり長く吐きながら、お腹をへこませる。
- ④①～③の動作をそれぞれ5～8秒かけて繰り返す。3セット程度を目安に。

★ポイント★

※適度に無理なく行いましょう。
※「ロングブレス」や腹式呼吸が一時期ブームになりましたが、「鼻から吸って、口から吐く」のが基本です。歩く時にも、腹式呼吸を意識してみましょう。
※常にお腹をへこませることを意識すれば、自然とお腹もスマートに！

上島町消防だより

第42回四国地区消防救助技術指導会〜二種目1位入賞〜

平成25年7月19日(金)に、愛媛県松山市の松山中央公園内において、消防隊員が日頃鍛錬した救助技術を競う、第42回消防救助技術四国地区指導会が開催されました。この大会には、四国の49消防本部から552人が参加し、陸上の部7種目、水上の部7種目の競技が実施されました。上島町消防本部からは、陸上の部・応用登はん、濱田隊員、檀上隊員が出場し、水上の部・溺者救助に、穂積隊員、大林隊員、池上隊員が出場しました。結果は、両種目ともに四国1位となりました。陸上の部については、全国大会割当種目であり、8月22日に広島市で開催された全国消防救助技術大会に出場しました。全国大会での様子は10月号で掲載します。今後も、この大会に参加することにより、救助技術や体力の向上を図るとともに、迅速かつ安全確実な現場活動が行えるように訓練を積み重ねてまいります。

陸上の部 応用登はん (標準タイム16秒)

(記録12.0秒 順位1位)

【出場隊員】 左から
濱田泰也消防副士長(登はん者)
檀上寛行消防士(補助者)



水上の部 溺者救助 (標準タイム43秒)

(記録38.1秒 順位1位)

【出場隊員】 左から
穂積雅晴消防士(救助者)
大林龍之消防士(補助者)
池上幸大消防士(要救助者)



【応用登はんとは?】

登はん者が、補助者と協力し、地上15メートルの到達点まで器具を使わずにロープを登り、その安全確実性と所要時間を評価する種目です。



【溺者救助とは?】

3人1組(要救助者を含む)で、救助者及び補助者が協力して浮環に救助ロープを結びつけた後、補助者が浮環をプール内に投下し、救助者がスタート地点から25メートル先の要救助者の位置まで浮環を搬送し、これに要救助者をつかまらせ、補助者が救助ロープをけん引して救助するまでの安全確実性と所要時間を評価する種目です。

平成25年出動件数

年別	摘要	火 災	救 急
平成25年(7月)		0	44
平成24年(7月)		0	44
昨年比		0	0
平成25年累計		4	292

平成25年7月31日現在

弓削中学生が消防署で職場体験

7月10日(水)に弓削中学校の生徒1名が、消防署の職場体験を行いました。職場体験では、まず消防庁舎内を見学するとともに、消防業務について消防職員から説明を受けた後、ホース延長や放水訓練などの警防訓練を行いました。職場体験終了後、小林君は「職場体験で消防の仕事を生徒懸命頑張ることができました。この経験をこれから生活で活かしたいです」と感想を述べていました。今後も、消防署では中学生の職場体験を歓迎します。



弓削中学校2年生
小林 楓君



放水訓練



ホース延長訓練



※住宅用火災警報器の設置を
よろしくお願いします!

火災・救急・救助は
119番

上島町消防本部 77-4118(代)

9月9日は救急の日です。
救急車の適正利用の御協力をお願いします。

Jアラートによる緊急速報の配信について

全国瞬時警報システム（Jアラート）を用いた全国一斉の緊急情報の伝達訓練について
次の日程、情報手段により緊急速報を配信いたします。

平成25年9月11日(水) 11時00分ごろ と

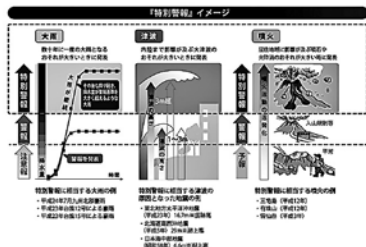
11時30分ごろ の 2回 実施します

上島町では、地震・津波や武力攻撃（弾道ミサイル）速報等、緊急事態に関する情報を、人工衛星を用いて国の全国瞬時警報システム（Jアラート）から送られてくる緊急情報を自動的に、次の手段を用いて皆様へお伝えするため、情報伝達訓練を行います。

上島町が当日実施する訓練は次のとおりです。

情報伝達手段	内 容
各家庭にあるＩＰ告知端末機からの試験放送	上島町の各家庭に設置しているＩＰ告知端末機から、緊急時同様に高い音量で次の放送内容が一斉に放送されます。 【放送内容】「これは、試験放送です。」×３＋防災行政無線チャイム

注）上島町以外の地域でも、全国的に様々な手段で情報伝達訓練が実施されます。

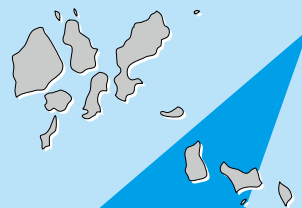


【お問い合わせ先】上島町消防本部総務予防課 電話 0897-77-4118

平成25年8月30日から新たに「特別警報」がスタートします。（住民の方への周知活動義務化）
特別警報の発表基準（一覧）

現象の種類	基準案		過去の対象事例
気象	大雨	台風や集中豪雨により数十年に一度の降雨量となる大雨が予想され、若しくは、数十年に一度の強度の台風や同程度の温帯低気圧により大雨になると予想される場合	H24.7九州北部豪雨 H23台風12号による豪雨 H23台風15号による豪雨
	暴風	数十年に一度の強度の台風や同程度の温帯低気圧により	S34台風第15号伊勢湾台風 S09室戸台風
	暴風雪	雪を伴う暴風が吹くと予想される場合	—
	大雪	数十年に一度の降雪量となる大雪が予想される場合	S56豪雪、S38.1豪雪
地震	地震動	震度6弱以上の大きさの地震動が予想される場合（緊急地震速報（震度6弱以上）を特別警戒に位置づける）	H23.3東北地方太平洋沖地震 H20.6岩手・宮城内陸地震
	火山現象	居住地域に重大な被害を及ぼす噴火が予想される場合（噴火情報（居住地域）を特別警戒に位置づける）レベル4・5	三宅島（H12）、有珠山（H12）、雲仙岳（H3）
	地面現象	台風や集中豪雨により数十年に一度の降雨量となる大雨が予想され、若しくは、数十年に一度の強度の台風や同程度の温帯低気圧により大雨になると予想される場合	H24.7九州北部豪雨 H23台風12号
津波（大津波）	高いところで3mを超える津波が予想される場合（大津波警報を特別警戒に位置づける）		H23.3東北地方太平洋沖地震（16.7m※痕跡高）
高潮	数十年に一度の強度の台風や同程度の温帯低気圧により高潮になると予想される場合		S34台風第15号伊勢湾台風 S09室戸台風
波浪	数十年に一度の強度の台風や同程度の温帯低気圧により高波になると予想される場合		S34台風第15号伊勢湾台風 S09室戸台風

（大雨・暴風・高潮・波浪・大雪・暴風雪）警報の基準をはるかに超える危険度の高いものを「〇〇特別警報」として発表



島々の話題 ISLANDS' TOPICS

7/10

弓削高等学校 地区清掃



7月10日、弓削高等学校の生徒の皆さんによる、毎年恒例の地域の清掃が行われました。今年、松原海水浴場29名、海光園12名、岩城港10名の合計51名が参加し、松原海水浴場、岩城港はゴミ拾いを、海光園は施設の窓拭きや庭の草引きを行いました。
当日は天気も良く、きつい日差しの中、生徒の皆さんは、頑張っ

7月14日、松原海水浴場において、海開きイベントが開催されました。今年は、「魚釣り大会」が開催され、「上島町内ならどこで釣っても可」のルールのもと、町内外から37チーム、134名が参加し、キス5匹の総重量を競いました。参加者の方々は、釣ってきたキスをその場でフライにしてもらい、参加賞の弓削島産イノシシ肉と岩城島産レモンポークと一緒に食べることでしました。
また、バザー会場では、キャンプや海水浴を楽しむに來られた方も多く、大変賑わいました。

7/14

松原海水浴場 海開きイベント



優勝は、上島町の「ISOTYOKI」



7/21

第1回 「かみじま てしごと市」

7月21日、弓削港のひだまり公園において、第1回「かみじま てしごと市」が開催されました。
このてしごと市は、手づくりの物づくりの魅力を伝えようと島おこし協力隊が企画したもので、第1回では、上島町および近隣の地域で、手作りの物づくりをされている16組のグループが自慢の品々を出品しました。
出品物には、体にやさしい食べ物として夏定番のかき氷が、アート&クラフトからは陶器や竹細工等の小物が出品されました。
おいしいもの、かわいいもの、楽しいものがいっぱい会場には、たくさんの方が訪れ、買い物を楽しんでいました。
次回のてしごと市は、11月開催予定です。（次回の詳細は、HP、町内掲示板などでお知らせいたします。）



7/24

《弓削》 上弓削地区 精霊流し



7月24日、上弓削港周辺において、精霊流しが行われました。
この行事は、上弓削地区伝統行事として毎年地蔵盆の日に行われており、子どもからお年寄りまで、たくさんの人たちが参加していました。
住職の読経が終わると精霊船「極楽丸」を先頭に灯ろうが次々と海に流されて行きました。

7/21~24

こどもミニ島体験キャンプ2013

7月21日から24日までの4日間、弓削島、佐島、高井神島の3島を巡る「こどもミニ島体験キャンプ」が開催されました。このミニ島体験キャンプは、都会と地元の子どもが、上島の自然の中で地域の方々との交流や仲間同士での助け合いの中から、自立した精神を養うことを目的として、今回で7回目の開催となりました。今回参加した子どもたちは、上島町から15名、群馬県、広島県、香川県、福岡県など町外の子どもたち17名、総勢32名で、小学校3年生から中学校2年生までの参加がありました。

初日には、結団式や佐島での海水浴などが行われ、2日目、3日目には、高井神島、佐島にて釣り、漁場めぐり、地引網体験を行い、漁協青年部や婦人会のみなさんの協力をいただきながら、島の暮らしを体験しました。

最終日には、仲間とのはがき交換や解散式が行われました。わずか4日間ですが、子どもたちは、島の自然に触れて強くたくましくなっていました。



竹のはしづくり



漁場めぐり



地引き網体験



8/2

公用車に 超小型電気自動車を導入

8月2日、生名保健センターにおいて、超小型電気自動車の納車式が行われました。

これは、平成24年度超小型モビリティ導入促進事業補助対象事業者（超小型モビリティの特性・魅力を引出し、かつ創意工夫にあふれる優れた取組を行う者）に、上島町が認定されたことを受け、エネルギー対策、地球温暖化防止を目的として、超小型電気自動車を導入したものです。今回導入されたのは、トヨタ車体株式会社のコムス3台で、1充電走行距離は市街地走行で約50キロ、充電時間は約6時間です。

今後は、弓削・生名・岩城保健センターに1台ずつ配備され、保健活動車として利用されます。



納車式



今回導入されたコムス

8/3

ヨットミーティング (体験乗船会)

8月3日、弓削島周辺において、ヨットミーティング（体験乗船会）が開催されました。これは、ゆげ海の駅を利用しているヨット愛好家と住民の交流を図るもので、当日は15艇のヨットが参加し、町内外の約60人がクルージングを楽しみ、ヨット愛好家の方々と住民の方々が交流を深めました。

8/4
《弓削》

第16回ゆげシーサイドフェスティバル

8月4日、松原海水浴場において、上島町商工会弓削青年部主催による第16回ゆげシーサイドフェスティバルが行われました。今年も町内を始め、県内は松山市、西条市、新居浜市、四国中央市、今治市から、県外は広島県から合計59チーム、295人が参加しました。レースは、海苔養殖で使用する作業船通称「さんま船」を使用し、4人1組で海に浮いたタルを折り返してタイムを競います。参加した各チームは瀬戸内最強小学生を目指し、白熱したレースを繰り広げていました。なお、今年の瀬戸内最強小学生は、上島町の「AKB」チームでした。



8/3

第28回かみじまふるさと夜市

8月3日、弓削港のひだまり公園周辺において、第28回かみじまふるさと夜市が開催されました。オープニングイベントでは、島本陣岩城太鼓の和太鼓演奏と生名地区の小学生、中学生による書道パフォーマンスで会場を盛り上げ、かみじまふるさと夜市がスタートしました。まず、かみじまふるさと夜市実行委員会及び来賓による餅まきが行われ、続いてひだまり公園のメインステージでは、リズム体操、弓削空手道演舞、お笑いコンビ2丁拳銃による漫才、大抽選会が行われました。会場には、町内の各種団体などによる特色を活かした出店が立ち並び、町内の方や帰省客など約3,600人のお客さんが訪れ大変賑わっていました。そして最後は、夜市を締めくくる1,300発の花火が打ち上げられ、間近に見る迫力満点の豪華な花火に会場は大変な盛り上がりでした。



生名地区の小・中学生による書道パフォーマンス



大抽選会



8/3

《弓削》

弓削招待
サッカー大会

8月3日、弓削小・中学校グラウンドにおいて、弓削サッカースポーツ少年団主催による第35回弓削招待サッカー大会が開催されました。今年は西条市・今治市・松山市・尾道市からの参加があり、10チームが2ブロックに分かれての予選リーグ、順位決定戦により優勝を争い、熱戦が繰り広げられました。暑い中、どのチームの子供たちも一生懸命ボールを追いかけて、白熱した試合が繰り広げられました。

8/7

第1回上島町児童・生徒会議（上島町子どもサミット）の開催

8月7日、午後2時からせとうち交流館多目的ホールにおいて、上島町の全小中学校児童会及び生徒会の代表者が一堂に会して「第1回上島町児童・生徒会議（上島町子どもサミット）」が開催されました。この会議が開催されるのは、上島町児童会・生徒会の歴史上初めてのことでした。この会議では「上島町児童・生徒会議（上島町子どもサミット）」いじめ撲滅アピール宣言を決めよう」を議題として、協議が行われました。

上島町教育委員会では、いじめは決してあってはならないという強い気持ちをもって、いじめ撲滅という言葉を使用するとともに本会議を企画しました。大人たちもいじめ撲滅のために出来る限りのことを行いますが、あくまでもいじめの当事者は子供たちであり、いじめのことを一番知っているのは子供たちです。このような認識の元、町内全小中学校の子供たちが主体となっていじめ撲滅に向かって取り組む第一歩にしたいと考え、「子供たちの、子供たちによる、子供たちのための会議」を開催しました。

会議当日は、議長（弓削中学校生徒会長の松本大河さん、岩城中学校生徒会長の林秀吉さん）が中心となって進行を行いました。第1学期の各校でのいじめ撲滅に向けた取組の紹介や各校の「上島町児童・生徒会議（上島町子どもサミット）」いじめ撲滅アピール宣言（案）を提案後、全員で「上島町児童・生徒会議（上島町子どもサミット）」いじめ撲滅アピール宣言について真剣に討議を行いました。

その結果左記の宣言が決定され、岩城中学校生徒会長の林秀吉さんの心のこもった前文読み上げの後、会場にいる全員で宣言を唱和しました。

「上島町児童・生徒会議（上島町子どもサミット）」いじめ撲滅アピール宣言

私たちは、この上島町をだれもが安心して暮らせる町にするために、次の五つのことを誓います。

一 思いやりの心を持ち、友だちを大切にします。

一 すなおに「ありがとう」と「ごめんね」を言います。

一 自分がされていやなことは、絶対にしません。

一 みんなで、注意しやすい雰囲気をつくりまします。

一 いじめを許さない強い心をもちまします。

一 私たちは、この宣言を必ず実行し、愛であふれる上島町を私たちの手で創っていきます。



8/9~10

第2回かわうそキャンプ in 高井神島

8月9日から10日までの2日間、魚島地区の高井神島において、「第2回かわうそキャンプ」が開催されました。これは、休校中の高井神小中学校を舞台に上島町の子どもたちにアートに触れる場を提供すると共に、子どもたちと高井神地区のみなさんとの交流を図ることを目的として、島おこし協力隊が企画したものです。

今年は、町内の小中学生31人が参加し、イノシシの防護柵のリメイクをテーマに、柵に取り付けるオーナメント（飾り）づくりを行いました。子どもたちは、海岸で拾った貝殻やビーチグラスを使って作品づくりに取り組みました。夕食には高井神のみなさんを迎え、子どもたちからはアロママッサーのプレゼントや踊りの披露などもあり、賑やかな時間を過ごしました。

また、弓削高校や弓削商船高等学校からは、7名の学生スタッフが参加し、キャンプの運営を積極的に手伝ってくれました。

完成した作品は、島内の2地区に設置され、無機質な柵を楽しいアート作品に一変させて、2日間にわたるキャンプは無事終了しました。



子ども31名、スタッフ30名でがんばりました



完成した作品



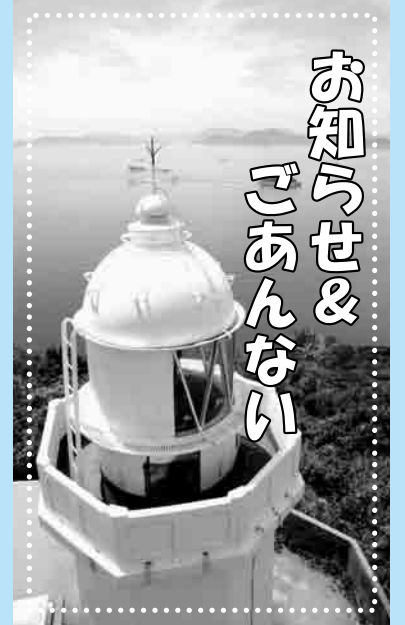
作品づくり



高井神のみなさんへアロママッサーのプレゼント

お知らせ

ごあんない



お知らせ

労使間の個別トラブル 無料労働相談 (県労働委員会実施)

「パワハラがひどい」「突然解雇されて納得できない」「社員に配置転換を命じたが理由なく拒否された」など労使関係のトラブルでお困りの方。労働委員会は、公正・中立的な立場で労使間のトラブルの解決を図るための専門機関です。

【事務局職員相談】

平日の午前8時30分～午後5時15分、随時受付。

【委員相談】

原則、毎月第2・第4金曜日
午後2時30分～午後5時

(注) 12月のみ第3金曜日

(事前予約制・先着3名程度)

【連絡先】愛媛県労働委員会事務局

TEL 089-912-1299

【ホームページ】<http://www.pref.ehime.jp/tirou/>

「全国一斉！法務局休日相談所」

の開設について

■相談内容 土地・建物・会社等に関する登記、戸籍、供託及び人権問題などに関するあらゆる相

談や土地の境界に関する相談、遺言及び公正証書に関する相談(無料・秘密厳守)

■日時 平成25年10月6日(日)

午前10時～午後3時

※予約は不要ですが、当日は混み合うことが予想されますので、以下のお問合せ先にて、予約を承ります。

■開催場所

テクスポート今治(2階中会議室)

■相談担当者

司法書士、土地家屋調査士、人権擁護委員、法務局職員

■問合せ先

松山地方法務局今治支局総務課
TEL 089812210855

全国一斉「高齢者・障害者の人権あしん相談」強化週間における電話相談のお知らせ

■相談内容

高齢者・障害のある人への差別的扱い、相続や扶養問題等、高齢者・障害のある人の人権問題に関するあらゆる相談(予約不要・無料・秘密厳守)

■日時

9月9日(月)～9月15日(日)
(内訳)

9月9日(月)～9月13日(金)
午前8時30分～午後7時

9月14日(土)・9月15日(日)
午前10時～午後5時

■電話番号

全国統一電話番号 0570-00031110

※一部IP電話からは接続できません。

■相談担当者

人権擁護委員及び法務局職員

■主催

松山地方法務局・愛媛県人権擁護委員連合会

※詳しくは、松山地方法務局(Tel 089-9193210888)までお問い合わせください。

愛救143運動

近年、休日や夜間、救急病院に軽症の患者さんが集中し、医師の負担が増えているほか、安易な救急車の呼び出しで出動回数が増加し、重症な患者さんの搬送に困るケースも増加しています。

このままでは、住民の皆様にも適切な医療を提供できなくなる恐れがあり、そうならないために「愛媛の救急医療を守る143万人の県民運動(愛救143運動)」を実施しています。

これは医療機関や救急車の適切な利用を、皆さん一人ひとりに心がけていただく取り組みですので、ご協力をお願いします。

■普段からの3つの心がけ

①日頃から「かかりつけ医」を持ちましょう。
②健康診断や検診等により、病気の予防や早期発見に努めましょう。

③家庭で薬を常備しましょう。

■受診にあたっての3つの心がけ

①なるべく医療機関の通常の診療時間内に受診しましょう。

②救急車で搬送されても、軽症の場合は、通常の受付順となる場合があることに留意しましょう。

■症状は軽いけれどもどうすれば・・・

休日や夜間に、どの病院に行けばよい

か分からない場合には、えひめ救急医療

ネット(インターネット)

を参考にし、

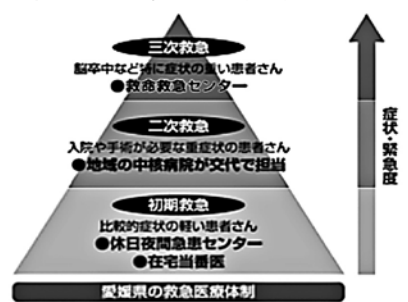
お子さんの急な病気

やけがの場合は、小

児救急医療電話相談

(#8000)をご利用ください。

症状に応じた救急医療機関の役割分担



身近な景観づくり活動に

取り組んでみませんか

景観づくりに取り組む団体・グループを募っています。

団体（グループ）は、既存の団体でも、新たにつくる団体でも結構です。ご近所の方との協同グループや趣味サークルなどによる活動も対象です。

上島町景観計画に則して継続的に行っていた活動に必要な原材料の支給などの支援を行っています。

身近なところから、景観を良くしていく活動に取り組んでみませんか。

■景観づくり団体の申込・問合せ先

上島町弓削総合支所 企画政策課

TEL 08977712500

FAX 08977714011

《今月の税金の納期期限》

●国民健康保険税第3期分

●後期高齢者医療保険料第3期分

9月30日(月)

【寄 附（敬称略）】 8月15日までの受付

次の方に寄附をいただきました。紙上より厚くお礼申し上げます。

○石田 健一 1万円 ふるさと納税
○南 保夫 10万円 ふるさと納税
○益田 裕朗 金一封

児童福祉のために

9月の潮汐表

日	潮	高 潮				低 潮			
		時刻	潮位	時刻	潮位	時刻	潮位	時刻	潮位
1(日)	若	8:09	257	21:28	309	3:07	190	14:46	126
2(月)	中	9:05	275	22:02	325	3:49	170	15:34	110
3(火)	中	9:47	296	22:31	339	4:19	150	16:11	93
4(水)	中	10:23	318	22:57	352	4:45	130	16:44	79
5(木)	大	10:56	339	23:24	363	5:10	109	17:15	68
6(金)	大	11:29	358	23:52	370	5:36	89	17:46	61
7(土)	大	—	—	12:04	372	6:04	72	18:19	60
8(日)	大	0:21	373	12:40	379	6:35	58	18:53	67
9(月)	中	0:53	370	13:20	379	7:08	51	19:30	80
10(火)	中	1:27	361	14:03	369	7:45	50	20:12	100
11(水)	中	2:06	346	14:54	353	8:28	57	20:59	125
12(木)	小	2:51	327	15:56	334	9:18	71	21:59	150
13(金)	小	3:48	305	17:16	320	10:22	87	23:20	167
14(土)	小	5:08	289	18:45	321	11:44	97	—	—
15(日)	長	6:42	289	20:02	335	0:59	166	13:15	93
16(月)	若	8:03	307	21:03	354	2:21	145	14:32	76
17(火)	中	9:07	334	21:52	371	3:20	116	15:32	57
18(水)	中	10:00	361	22:34	383	4:07	88	16:22	42
19(木)	中	10:46	382	23:12	388	4:48	64	17:06	35
20(金)	大	11:29	394	23:48	385	5:26	46	17:47	39
21(土)	大	—	—	12:09	397	6:02	37	18:25	51
22(日)	大	0:22	375	12:49	389	6:37	37	19:02	71
23(月)	中	0:54	359	13:28	374	7:12	44	19:39	97
24(火)	中	1:26	339	14:08	351	7:46	59	20:15	126
25(水)	中	1:57	315	14:51	326	8:22	79	20:55	154
26(木)	小	2:30	291	15:43	301	9:00	102	21:43	180
27(金)	小	3:09	266	16:53	281	9:47	125	22:55	199
28(土)	小	4:09	245	18:26	274	10:54	144	—	—
29(日)	長	6:00	235	19:46	281	0:59	200	12:34	152
30(月)	若	7:38	246	20:38	295	2:26	183	14:02	143

※この潮汐表は、尾道港を基準港として計算した弓削港のものです。
※この潮汐表は、(一財)日本水路協会から引用したものです。

☆守れていますか？ 正しいごみの出し方☆

“新しいごみの出し方”が、平成20年4月1日からスタートして4年以上が経過しました。あなたは「正しいごみの出し方」を守れていますか？

次の点に注意し、適正なごみの収集にご協力をお願いします。

●自分の出すごみに責任を持ちましょう。

「燃えるごみの中に金属類が入っていた」、「自分の出した一斗缶の中に、他人から当日収集できないごみを入れられた」などの苦情が寄せられています。

このような行為は、“自分の出すごみに責任を持っていない”ことから生まれる行為です。決められたルールとマナーを守らないと他の人に大変迷惑をかけることになります。

●ごみの種類ごとに収集日が決まっています。

ごみは、『家庭ごみの正しい出し方』のリーフレットに従って適切に分別し、決められた収集日の朝8時までに出してください。

リーフレットが必要な方は、お手数ですが、各総合支所住民課にお越しください。

●町指定袋には名前を書いてください。

名前を書いていない場合には収集しません。

●粗大ごみの出し方について

決められた料金分のシールを貼って出してください。

クリーンセンターに直接持ち込んでいただく場合は、粗大ごみ一個当たりの料金が半額になります。

●その他

ごみの出し方等で迷いの場合は、各総合支所住民課へお問い合わせください。



マナーを守って自転車に乗りましょう

愛媛県では、歩行者・自転車・自動車等がお互いの立場を思いやる気持ちで道路を共有し、自転車を安全かつ快適に、楽しく利用できる環境をつくるため、7月1日から「愛媛県自転車の安全な利用の促進に関する条例」が施行されました。

【条例の主な内容】

- 車道左側の歩道・路側帯を通行しましょう
- 歩行者の通行が頻繁な道路では、自転車を押して歩きましょう
- ヘルメットで身を守りましょう
- 自転車損害賠償保険等へ加入しましょう

[自転車安全条例](#) [愛媛](#) で [検索](#)

■問い合わせ先：愛媛県消防防災安全課（TEL：089-912-2321）

生物多様性ネイチャーマップ愛媛の写真・標語募集

たくさんの種類の生きものたちがいて、それぞれがつながっていることを生物多様性といいます。

愛媛県では、愛媛の豊かな生物多様性を伝え、未来へつなげるために、県民参加型の「生物多様性ネイチャーマップ愛媛」を作成します。

そこで、自然公園等の美しい風景を紹介する写真と、生物多様性を守るため、一人ひとりができる身近な行動を提案する標語を募集しています。

■募集期間：～9/30(月)

■応募先・問い合わせ先：愛媛県自然保護課（TEL：089-912-2365）

[生物多様性ネイチャーマップ](#) で [検索](#)

※応募方法、応募の条件等詳細はホームページでご確認ください。

学校支援ボランティア募集

上島町教育委員会では、小・中学校の教育活動を支援していただける学校支援ボランティアの方を募集しています。

“学校支援ボランティア”とは、学校・家庭・地域が一体となって地域の宝である子どもたちをよりよく育てることをめざす制度です。皆さんがもっている特技や知識、経験を教育の現場に生かしていただき、子どもたちの健やかな成長の手助けをしていただくものです。

この学校支援ボランティアに申込みいただきますと「学校支援ボランティア・リスト」に登録されます。そして、このリストをもとにして、各学校が実施しようとする活動に応じてそれぞれのボランティアの方に依頼を行います。依頼がありましたら、学校と活動日時・場所・内容を確認した上で、活動の支援を行って下さい。

なお、ボランティアのため謝礼金や交通費等の支給はありませんが、支援中の事故等のために、登録者は上島町の負担により、「ボランティア保険」に加入いたします。

- 申 込 先：上島町教育委員会（弓削）、各支所教育委員会、各小・中学校
- 受 付 期 間：平成25年9月1日～平成25年9月12日
- 主な支援内容：環境整備支援、学校生活支援、学習活動支援、安全対策支援ほか
- 登 録 期 間：平成25年10月1日～平成26年9月30日
- 問い合わせ先：上島町教育委員会（弓削）TEL 0897-77-2207

※ 申込用紙は上島町教育委員会（弓削）または各支所教育委員会にありますので、それぞれの窓口までお問い合わせ下さい。

上島四島花の島構想

～生名地区で植栽を行いました～

7月11日に生名港ふ頭用地内の花壇に生名地区の各地区長さんや各種団体の方々と生名地区の花木であるランタナの植栽を行いました。ランタナは、夏のカンカン照りにも耐え、凍えるような冬の寒さにも比較的耐える強い植物です。花には多くの蝶が集まるというランタナ、綺麗な花をたくさん咲かせることを願っています。

また、昨年植栽を行ったコスモスも綺麗に花を咲かせていました。今年度も網建緑地帯にコスモスの植栽を行い、花壇をコスモスで埋め尽くす予定です。



ランタナの植栽の様子



昨年、植栽を行ったコスモス

～弓削地区のサルスベリが花を咲かせました～

平成24年6月20日に弓削地区で植栽を行った弓削地区の花木であるサルスベリが綺麗な花を咲かせました。写真はせとうち交流館前の写真です。せとうち交流館前のサルスベリはまだ小さな木ですが赤の花と薄い桃色の花が立派に咲いています。3本植栽を行い、現在は2本のサルスベリが花を咲かせています。残りの1本が何色の花を咲かせるのかとても楽しみです。

弓削地区では同時期に鯨池公園周辺、久司浦入口、保健センター、緑ヶ丘団地、佐島中早崎、フェスバにもサルスベリの植栽を行っています。ぜひ、ご覧ください。



平成25年度えひめ職業技能フェア

愛媛県では、新居浜・今治・松山・宇和島の県立高等技術専門校訓練生の技能を紹介し、みなさんに技術・技能のすばらしさを知っていただくため、「えひめ職業技能フェア」を開催します。

日時：平成25年10月5日(土) 午前10時～午後4時(予定)

場所：エミフルMASAKI (伊予郡松前町筒井)

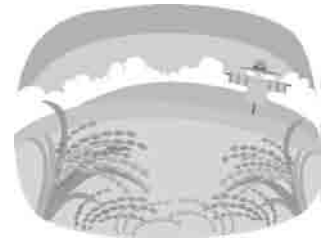
- 高等技術専門校訓練生の作品展示、高等技術専門校4校の紹介
- 実際に作品を作るものづくり体験コーナー
 - ・お絵かきタオル作り
 - ・ボンボンマスコット
 - ・マイ箸作り
 - ・クリスタルはんこ作り
- アトラクション
 - ・プチプチコスチューム試着コーナー
 - ・自動車用エンジンの整備ショー(分解編・組立編)
- その他に
- 高校生によるロボット・アメリカンフットボール大会、熟練技能者によるものづくり体験教室 など

ご家族揃って、是非ご来場ください！

■問合せ先：愛媛県経済労働部管理局労政雇用課 職業訓練グループ TEL 089-912-2504

しまなみ農業だより

スプラウト



私事で恐縮ですが、私の実家は飲食店を経営しており、使用する野菜の一部を農家の方から直接購入しています。先日購入した野菜の中に蕎麦のスプラウトが入っており非常に美味でした。スプラウトはその機能性などから最近テレビなどで取り上げられる機会が増えており、注目される食材です。

○「スプラウト」とは？

スプラウトは「発芽野菜」、「新芽野菜」とも呼ばれ、穀類、豆類、野菜の種子を発芽させた新芽のことで、発芽した芽や茎を食用とします。すなわち「もやし」もスプラウトになります。



蕎麦のスプラウト

古代中国では5,000年前から「もやし」が栽培されていたとされ、18世紀後半に南太平洋を航海したキャプテン・クックは、船上で大麦のスプラウトを栽培し、船員の栄養源にしたといわれています。また、19世紀のイギリスでは、料理研究家によってマスタードやクレスのスプラウトを使った料理本も残されており、日本では平安時代、貴族たちが「かいわれ大根」を食しており、古くから世界各地で食べられて

いたようです。

日本では、1999年に村上農園がブロッコリー、マスタード、クレス、レッドキャベツのスプラウトを日本で初めて発売し、それ以降さまざまな種類の発芽野菜が一般の家庭で食べられるようになりました。

○スプラウトの注目成分

ジョンス・ホプキンス大学（アメリカ）のポール・タラレー博士が、がんを予防することができるとする食品に着目して研究を進めた結果、1992年にブロッコリーの中にがん予防効果の高い「スルフォラファン」が含まれており、さらに発芽3日目の新芽には、成長したブロッコリーの20〜50倍のスルフォラファンが含まれていることを発見しました。

スルフォラファンは人間が食べるとピリツとする辛み成分で、ブロッコリーのほかに大根、わさびなどにも含まれており、最近の研究では胃潰瘍や十二指腸潰瘍の原因となる「ヒロリ菌」を殺菌し、潰瘍をできにくくする作用があることも分かっています。

また、1982年にはアメリカ科学アカデミーから発表された「食と栄養とがん」という報告書によると、がん予防には食物繊維を多くとることが必要で、ビタミンA、C、Eなどの酸化ビタミンやカロチン類も重要とされています。下記の表にあるとおり「スプラウト」には、がん抑制効果が期待できる成分やその他健康に良いとされる成分が多く含まれることから、アメリカで大ブームとなり日本にも波及したというわけです。

○簡単に食べられるスプラウト

スプラウトが食べられるようになった大きな要因は、なんといっても調理が簡単なこと。洗って「生」で食べられるため、サラダの上に乗せたりすることが多いですが、主要成分のス

ルフォラファンは熱にも強いいため、みそ汁の具にも使えますし、油で炒めても大丈夫です。

がん予防のためにスルフォラファンを摂取する量の目安は、普通のブロッコリーなら1kgが必要とされていますが、スプラウトなら50gでよい計算になりますので、この量なら家庭でも続けやすいと思います。

最近では健康志向から、いわゆる「サプリメント」を購入する方も多いですが、栄養素は食材から直接摂取するのが健康の基本です。もし近くのお店でスプラウトが手に入るようでしたら、試してみたいかがでしょうか。

○スプラウトの種類

最近ではレッドキャベツ、クレス、マスタードなどのスプラウトも売られており、様々な料理に使われています。

作物名	特徴
かいわれ大根	辛みが特徴で、料理の味や彩りのアクセントだけでなく、カロチン・ビタミンC・ミネラルも多い。
もやし	良質なタンパク質が多く、食物繊維やビタミン類も豊富
豆苗（とうみょう）	エンドウ豆のスプラウト。上品な香りと甘みが特徴で、ビタミンがバランス良く含まれる。
ブロッコリー	様々な食材と相性がよく、ガン予防効果があるといわれる、スルフォラファンを多く含む。
マスタード	カラシ特有の刺激があり、サラダなどに使われる。ビタミンやミネラル・酵素を多く含む。
レッドキャベツ	緑色の葉と紫色の茎が、料理の彩りに使われる。ビタミンや酵素をバランスよく含む。
クレス（クレソン）	特有の香りと辛さが特徴。ビタミンEが多く、抗酸化作用や代謝をよくする効果がある。
ルッコラ	アブラナ科の葉野菜で、ハーブの1種。独特のゴマ風味と辛さがある。
そば	ピンク色の茎が特徴で、高血圧に効果があるといわれているルチンを多く含む。
ひまわり	太い茎と肉厚な葉が特徴で、食べ応えがある。ビタミンC、Eを多く含む。

上島の文芸

双葉吟社【岩城】

夕風の浜にでっかい陽が沈む

百合活けて客訪う迄の静寂かな

夕風や空は茜に雲の帯

万物の動から静へ夕風ぬ

島影の遠近にして夕風る

涼ありて碁石の音や夏座敷

あれも夢これも夢なり百合の花

銃口を四囲に放てり鉄砲百合

夕風て海面いっぱい朱の鳥居

夕風や入陽の島山低くして

伊佐 幹男

田中 華丘

山元 征子

美濃部 妃苗

林 七重

森本 伸子

古林 幹枝

森本 和佳

田名後 篁雨

幸本 孤燈

岳ノ下地区まちづくり懇談会の日程変更について

広報8月号20ページに掲載されている平成25年度まちづくり懇談会について、弓削岳ノ下地区の開催日が以下のとおり変更となりましたので、お詫びしてお知らせいたします。

【変更前】10月3日(木)



【変更後】9月27日(金)

※ 開始時間、会場は変更ありません。

★オータムジャンボ宝くじ★

★1等 3億3,000万円×13本

(発売総額390億円・13ユニットの場合)

★前後賞各 3,000万円×26本

(発売総額390億円・13ユニットの場合)

発売期間 9月20日～10月11日

※この宝くじの収益金は市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。

第14回広島県空手道選手権大会

8月4日(日) 三原市本郷体育館

一般男子 組手の部

3位 黒住 康晴(弓削)

中学生女子 有級 型の部

3位 濱本 未季(弓削中)



平成25年住宅・土地統計調査

上島町では10月1日現在で住宅・土地統計調査を実施します。この調査は、住戸に関する実態並びに現住居以外の住宅及び土地の保有状況、その他住宅等に居住している世帯に関する実態を調査し、その現状と推移を全国及び地域別に明らかにすることにより、住生活関連諸施策の基礎資料を得ることを目的とした調査です。9月上旬から調査員が調査世帯に伺いますので、調査の趣旨をご理解いただき、調査票のご記入をお願いいたします。

自賠責保険・共済なしでの運行は法令違反です！

自賠責保険・共済は、万一の自動車事故の際の基本的な対人賠償を目的として、原動機付自転車を含むすべての自動車に加入が義務づけられており(自動車損害賠償保障法)、自賠責保険・共済なしでの運行は法令違反ですのでご注意ください！

四輪車もちろんですが、特に、車検制度のない250cc以下のバイク(原動機付自転車・軽二輪自動車)は、有効期限切れ、かけ忘れにご注意を！

なお自賠責制度の詳しい内容は、<http://www.jibai.jp>でご覧になれます。

集団食中毒防止月間

毎年9月から10月にかけては敬老会、運動会、行楽など、集団で飲食する機会が多い上、夏場の酷暑で体力を消耗していることなどから、集団食中毒事件の発生が多い傾向があり、注意が必要です。

食中毒予防の3原則を守りましょう。

食中毒菌を①つけない(清潔) ②増やさない(迅速) ③死滅させる(加熱)

上島町の皆さんこんにちは！

岩城地区担当ALTのエーリング・アロン・ブライアンです。

私がイギリスから岩城に来て約1年が経ちました。時間の経つのが信じられないくらい早い気がします。もう一年ここでの契約を更新できて、とてもうれしいです。故郷に帰りたいという気持ちは、今は全くないからです。

新しいALTが日本で教えるために外国から到着する時期がやってきました。私は愛媛県の東予地区の新しいALTを手助けするためのボランティアをしてきました。去年私が直面した困難や、愛媛で新生活を始める時彼らが経験するであろうことについて考えてきました。

人は誰でも海外に移住すると『カルチャー・ショック』を経験します。これは人が外国の文化で経験する感情です。これにはいくつかの段階があります。

最初は『ハネムーン段階』。人は新しい文化に住んで数週間の内にこれを経験します。すべてのものが刺激的で新しく思え、一般的に人はとても幸福感を感じます。

しかしながら、カルチャー・ショックの次の段階は『ネゴシエーション（折衝）段階』これはたいいてい新しい国に住んで3ヶ月くらいで始まります。ちょうどこの頃、地域の人々や文化が新鮮味を失うところで、時として人を悲しい気持ちにさせます。新任のALTた



ちは、冬頃にこんな風を感じ始めます。都合の悪いことに、ちょうどこの頃がもう一年契約するかどうかを決める時期なのです。日照時間が短いことや、彼らの日本語があまり上手でない（私のように！）のもよけい気持ちを暗くさせるのかもしれません。

それでも6ヶ月くらい経つと『適応段階』に入ります。その段階で、その国の文化がさほど奇妙に感じられなくなり、いろいろな困難を前向きに処理できるようになります。適応できるようになると、『マスタリー（熟達）段階』に入ります。そうすると、自分自身の文化の側面を持ち続けながら、外国の文化に参加できるようになります。

言うまでもなく、外国で暮らすことにはたくさんの困難があります。しかし、私自身は外国で暮らす機会があつて本当に幸せだと思います。故郷が恋しくなることはありますが、故郷は常にそこにあつて、私が戻る気になればいつでも私を待っていてくれます。その間に私は、日本の文化を学ぶことを楽しみ、そして同時に自分の国の文化を学ぶことも楽しんでいます。もしあなたが外国で暮らすチャンスがあるなら、挑戦することを私は心から勧めます！その経験は、間違いなく、あなたの残りの人生の忘れられない思い出になるでしょうから。



各地区の英会話教室

《弓削》毎週月曜日 13:30～

弓削地域交流センター第1会議室

《生名》毎週月曜日 9:00～ 生名公民館

毎週火曜日 19:30～ 生名公民館

《岩城》毎週木曜日 20:00～ 岩城総合支所庁舎

《魚島》毎週水曜日 19:30～ 魚島開発センター

こんにちは 町長です

暑い日が続きますが、厳しい環境に負けることなく、元気に明るく頑張りましょう。



私は六月、約五年ぶりにクラブを握り、職員親睦ゴルフ大会に参加しました。それ以前の一年に一回のゴルフでは、それなりのスコア（成績）で回っていたので、今度も大丈夫だろうと思いきや、押し入れのゴルフバッグにしまっていたままの道具でコースに出ました。

世の中はそんなに甘くもなく、当然としてとんでもない成績となり、一緒に回った新人職員にも迷惑をかける有様でした。しかし、久しぶりにゴルフができた事に、大変感謝しています。精神的・時間的にも余裕があることに、有り難さを感じました。また、約五時間プレーしても全く疲れなかったのは、日頃の自転車の練習のお陰です。今でも自転車で朝五時半から弓削島や生名島を一時間ほど駆け巡り、時には岩城島を一周した後、積善山に登っています。

以前にもお伝えしたように、父は介護で様々な方にお世話になっており、私のできる事と言えば、夜間対応等で父の家に泊りこむことだけです。

大勢の皆さんに支えられている事に感謝しながら、それでもまたゴルフができる日が来る事を楽しみに、今後も頑張ります。

上島町長 上村俊之

上島町 9月 行事カレンダー

1日 日	
2日 月	町県民税第2期分、国民健康保険税第2期分、後期高齢者医療保険料第2期分納期限 まちづくり懇談会（石ヶ坪集会所19:30～） 潮湯休館
3日 火	まちづくり懇談会（西部集会所19:30～） 人権相談（生名公民館 9:00～12:00） スポレク体育館休館、郷土館休館 潮湯水中歩行講座（10:45～11:30）
4日 水	まちづくり懇談会（生名公民館19:00～）
5日 木	
6日 金	スポレクストレッチ・ヨガ教室（岩城出張開催）
7日 土	スポレク体育館 秋の感謝祭
8日 日	弓削高等学校運動会（9:30～） スポレク体育館 秋の感謝祭
9日 月	潮湯休館 行政相談、人権相談 （岩城コミュニティセンター10:00～12:00） スポレク体育館休館、郷土館休館
10日 火	
11日 水	
12日 木	まちづくり懇談会（北集会所19:30～） スポレク ナイトヨガ教室（20:15～21:00）
13日 金	上島町議会全員協議会 まちづくり懇談会（長江集会所19:30～） 潮湯水中歩行講座（10:45～11:30）
14日 土	魚島大運動会（魚島小中グラウンド9:30～） 第4回高井神島ようこそ祭り（高井神公民館15:00～）
15日 日	いわぎ秋季大運動会（岩城小学校グラウンド8:30～） 弓削中学校運動会（9:00～） 潮湯敬老の日前日イベント（65歳以上の方無料）
16日 月	敬老の日 潮湯休館、郷土館休館
17日 火	魚島地区敬老会（魚島開発総合センター11:00～） スポレク体育館休館、郷土館休館 潮湯水中歩行講座（10:45～11:30）
18日 水	行政相談（せとうち交流館 9:00～12:00）
19日 木	
20日 金	第3回上島町議会定例会 スポレクストレッチ・ヨガ教室（岩城出張開催）
21日 土	岩城地区敬老会（岩城開発総合センター11:00～）
22日 日	弓削地区秋季大運動会（弓削小学校グラウンド 8:45～） いさな秋季大運動会（生名小学校運動場 9:15～）
23日 月	秋分の日 潮湯休館、郷土館休館
24日 火	スポレク体育館休館、郷土館休館
25日 水	まちづくり懇談会（久司満集会所19:00～） まちづくり懇談会（沢津集会所19:00～）
26日 木	行政相談（生名公民館10:00～12:00） スポレク ナイトヨガ教室（20:15～21:00）
27日 金	まちづくり懇談会（中央集会所19:00～） 潮湯水中歩行講座（10:45～11:30）
28日 土	弓削地区敬老会（弓削体育館10:30～） 生名地区敬老会（生名小屋内運動場11:15～）
29日 日	
30日 月	国民健康保険税第3期分、後期高齢者医療保険料第3期分納期限 まちづくり懇談会（老人福祉センター19:00～） 潮湯休館

戸籍だより 7月分

※戸籍だよりにつきましては、上島町各総合支所窓口へ届け出に來られた方で、掲載の了解をいただいた方のみを掲載しています。なお、町内外の方で掲載をご希望の方は、上島町各総合支所住民課へご連絡下さい。

■弓削総合支所 住民課 TEL 0897-77-2503
■生名総合支所 住民課 TEL 0897-76-3000
■岩城総合支所 住民課 TEL 0897-75-2500
■魚島総合支所 住民課 TEL 0897-78-0011

婚姻 いつまでもお幸せに

おくがわ のぶゆき さかい まい こ
奥河 信之（弓 削）♡ 酒井麻衣子（神奈川県）
はまだ ひろゆき にしなか まり
濱田 啓孝（生 名）♡ 西中 万里（広島県）
くろだ たつ や にしむら ゆう き
黒田 達也（今治市）♡ 西村 祐生（岩 城）

出生 おめでとうございます

み き もとりょうま
三木本竜馬 友哉・葉留奈（弓 削）
なかわき さ おり
中脇 沙織 浩一・奈津美（岩 城）
つ た えいた
津田 瑛太 裕三・由香（岩 城）
こうみょういんあらた
光明院新太 拓也・美希（岩 城）
もりもと なな み
森本 七海 孝之・美智子（弓 削）
ふるもと り と
古本 理人 政嗣・恵美（岩 城）
はやし なつ き
林 夏生 洋一・なほみ（岩 城）

死亡 ご冥福をお祈りいたします

みやざき ま ゆ み
宮崎摩由彌 7月8日 71歳（生 名）
にい みねお
新居 峰雄 7月10日 93歳（岩 城）
おおもと てる お
大本 輝雄 7月11日 72歳（生 名）
あまの けんきち
天野 健吉 7月29日 84歳（弓 削）
まつぎ すぐと
松崎 祐友 7月30日 86歳（弓 削）
た ぶさる
田房 勝 7月30日 87歳（弓 削）

人口の動き 平成25年7月31日現在

区 分	男	女	合 計	世帯数
弓 削	1,687 (16)	1,708 (8)	3,395 (24)	1,883 (16)
生 名	794 (4)	933 (1)	1,727 (5)	896 (3)
岩 城	1,203 (233)	1,010 (13)	2,213 (246)	1,178 (236)
魚 島	108 (1)	107 (1)	215 (2)	136 (1)
合 計	3,792 (254)	3,758 (23)	7,550 (277)	4,093 (256)

※平成24年7月9日に住民基本台帳法が改正され、外国人も住民登録されることになりました。人口には外国人が含まれております。（ ）は外国人数です。

平成25年度

敬老会 のご案内

高齢者の長寿をお祝いする「敬老会」を次のとおり各地区で開催します。

魚島地区

- 開催日時 9月17日(火) 11:00～
- 場 所 魚島開発総合センター

岩城地区

- 開催日時 9月21日(土) 11:00～
- 場 所 岩城開発総合センター

弓削地区

- 開催日時 9月28日(土) 10:30～
- 場 所 弓削体育館

生名地区

- 開催日時 9月28日(土) 11:15～
- 場 所 生名小屋内運動場

数え75歳以上の皆さん、ぜひご来場のうえ、楽しいひと時をお過ごしください。

★ バードウォッチング ★

カルガモ (カモ科)

町内でもっともよく観察できるカモの仲間です。池で休息する姿をよく見かけるが、海を泳ぐこともある。黒いくちばしの先が黄色いのが特徴です。東京の大通りを横切り「お引越し」をするカモとしてニュースでよく放映されるのがカルガモです。

《提供 弓削野鳥の会》



1歳のお誕生日

おめでとう!



はらだ はな
原田 花ちゃん
9月2日生まれ(弓削)
✿メッセージ✿
たくさん笑って、優しい子に育ってね!
新太郎&知里



ねま さとし
根間 智史くん
9月5日生まれ(弓削)
✿メッセージ✿
いつも笑顔をお願い。元気にたくましく育ってね。
敏弘&奈々



あべ
阿部ななみちゃん
9月8日生まれ(弓削)
✿メッセージ✿
いつも笑顔をお願い。お兄ちゃん達に負けるな!
正紀&仁美



さわだ りんたろう
澤田倫太郎くん
9月13日生まれ(岩城)
✿メッセージ✿
倫くんの笑顔は皆の元気の源! 笑顔いっぱい大きくなってね♡
友樹&めぐみ

平成24年10月生まれの赤ちゃん募集!

- 締切日 9月4日(水)
- 投稿方法 次を各総合支所へ投稿してください。
- ★赤ちゃんの顔写真1枚
- ★①住所・②名前・③性別・④生年月日・⑤保護者名・⑥電話番号・⑦メッセージ



発行/上島町 編集/広報情報課 〒794-2592 愛媛県越智郡上島町弓削下弓削210番地 TEL 0897-77-2500 FAX 0897-77-4011

【弓削総合支所】〒794-2592 上島町弓削下弓削210番地
TEL 0897-77-2500(代) FAX 0897-77-4011

【生名総合支所】〒794-2550 上島町生名621番地1
TEL 0897-76-3000(代) FAX 0897-76-2375

【岩城総合支所】〒794-2492 上島町岩城1427番地2
TEL 0897-75-2500(代) FAX 0897-75-2852

【魚島総合支所】〒794-2540 上島町魚島1番耕地1362番地の第1
TEL 0897-78-0011(代) FAX 0897-78-0330