

広報

久万商店

ひと・里・森がふれあい ともに輝く 元気なまち

2021

6

No.203



特集

女だから、男だから、それはなく、

私だから、の時代へ

P2

議会だよりの(議員紹介)

P4

ふるさと納税のお礼

P6

連載

町内事業所紹介⑤

P8

ぐるっとレポート

P9

今月の表紙

ゆりラボ拠点オープン(久万町商店街)

役場からのお知らせ

P10

News & Information

P16

ふるさと魅力発信

P20

くらしの情報、文芸

ほか

P22



パートナー・ウィークえひめ 6月17日▽23日
 男女共同参画週間 6月23日▽29日

自分の経験や知識、環境や性別、年齢、人種などから、知らず知らずのうちにものごとを決めつけてしまうことはありませんか？

例えば
 ・女の子だからお人形遊びが好き
 ・男性だから家族を養うのは当たり前
 ・シニアは頭が固い

誰もが偏見を持っている



男女共同参画推進 第2次計画を策定

町では昨年度、「第2次久万高原町男女共同参画推進計画」を策定しました。将来像を「誰もが自分らしく生きる元気なまち久万高原町」とし、あらためて男

生活に不安を抱える女性支援のための 生理用品の配布について

新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い、生活に不安を抱える女性への支援のため、愛媛県を通じて、県内のメーカー3社（花王サニタリープロダクツ愛媛(株)、大王製紙(株)、ユニ・チャーム(株)（50音順））から生理用品を寄贈いただきました。

ここで配布しています お気軽にお声がけください

- ・久万保健センター
- ・町立図書館
- ・つどいの広場
- ・役場住民課 ①窓口
- ・NIKONIKO 館（児童館）
- ・各小中学校を通じて

- 数に限りがあります。支援の必要な方にお届けできるよう、ご理解、ご協力をお願いします。
- カードを切り取って、配布窓口で職員にお渡しください。役場の場合、近くの女性職員に掲示していただいてもお渡しします。
- ホームページにも掲載していますので、スマートフォンなどの画面を掲示いただいてもお渡しできます。

生理用品提供用カード

窓口で提示してください。
生理用品をお渡します。



・子どものことは母親が
わかってる
・最近の若者は根性がな
い

など、「○○だから○○だ」
という決めつけは、誰もが
心の中に持っていて、無意
識のうち言葉にしてし
まっているのではないで
しょうか。

こうしたことは、日常の
あらゆる場面で起こり得
るものです。

は誰もが知らず知らずの
うちに誰かを傷つけたり、
誰かのやる気をなくした
りしているかもしれない
ということですよ。

自分の意図に反して、家
族や友人、職場の同僚など
が嫌な思いをしている。ま
たは、その逆に身近な人の
ひと言に自分が傷ついた。
そうしたことは、生活して
いく中で誰もが経験する
ことかもしれません。ただ、

気づくことで、変わる

このように無意識のう
ちに決めつけてしまっ
ていることを「アンコンシャ
ス」無意識」と「バイアス
」偏見」の二つの単語を組
み合わせて「アンコンシャ
ス・バイアス（無意識の偏
見）」というそうです。
そのことにより、私たち

私たち一人ひとりが自分
の心の中にある「アンコン
シャス・バイアス（無意識
の偏見）」にまず気づく、
そして意識することによ
って、家庭や学校、職場、
地域などの場でより良好
な人間関係を築いていけ
るのではないのでしょうか。



十人十色

好きなイロ、モノ、コトそれぞれ違う
子どもたちの未来の笑顔のために今できること

撮影協力：NIKONIKO 館（放課後児童クラブの皆さん）

女平等・男女共同参画社会
の実現を課題と捉え、この
まちを次の世代につなげて
いくために、年齢や性別の
枠組みを超え、誰もが安全
で安心な生活を送り、自分
らしく社会で活躍し、元氣
に暮らすことのできるまち
を目指します。

計画は町のホームページ
で見ることが出来ます。こ
の機会に「自分」がどうあり
たいか、そんなことを考え
るきっかけになってほしい
と思います。



熱心に協議する男女共同参画推進委員の皆さん

★アンケート等にご協力い
ただきました皆さま、貴
重なご意見をありがとうございました。

【問】総務課総務行政班

私たちの町の議員さんです

4月18日に執行された久万高原町議会議員選挙において、13人の議員さんが選ばれました。

町民の皆さんの声を町政に届ける新しい議員さんに、今後の抱負などを伺いました。

【①氏名 ②住所 ③当選回数 ④趣味 ⑤今後の抱負など】



①玉井 春鬼
(たまい はるき)

- ②日野浦
- ③7回
- ④ゴルフ
- ⑤皆さまの声に真摯に向き合い、地域と行政をつないで安心と幸せのまちづくりに努めます。



①阪本 雅彦
(さかもと まさひこ)

- ②沢渡
- ③1回
- ④山歩き
- ⑤地域の皆さまの声をしっかり受け止め、さまざまな課題の解決のために全力で取り組みます。



①大原 貴明
(おおはら たかあき)

- ②久万
- ③2回
- ④釣り
- ⑤ずっと住み続けられる町づくりのために、皆さまの想いを町政につないでいきます。



①岡部 史夫
(おかべ ふみお)

- ②露峰
- ③2回
- ④読書・映画鑑賞
- ⑤公平・公正を自らの理念とし、地域の声を必ず町に届けて実現を目指します。



①高橋 誠
(たかはし まこと)

- ②西谷
- ③1回
- ④スポーツ観戦・ドライブ
- ⑤町民の皆さんの要望や意見を町政に反映できるように地域と共に活動します。



①熊代 祐己
(くましろ ゆうき)

- ②菅生
- ③2回
- ④犬三匹、ウサギ三羽と共に
- ⑤初心忘れるべからず、二期も頑張ります。



①田村 昭子
(たむら あきこ)

- ②入野
- ③3回
- ④ガーデニング
- ⑤あなたといっしょに、自然と智恵が輝くまちに！ を目指し、原点にかえり、自分らしく活動します。



①瀧野 志
(たきの ただし)

- ②上野尻
- ③7回
- ④海釣り、ゴルフ
- ⑤有言実行 地域と町とのパイプ役 面白く、楽しいまちづくりを実践します。



①光田 優
(みつた まさる)

- ②笠方
- ③1回
- ④狩猟・遊漁
- ⑤町民の皆さま方にいただいた期待に答えるために、良き皆さまの代弁者になれるように頑張ります。



①高橋 末廣
(たかはし すえひろ)

- ②東川
- ③4回
- ④音楽・温泉・旅行
- ⑤わが議員活動の集大成となるよう経験と行動力を生かし、議会の活性化と町政推進のため精進します。



①西山 清一
(にしやま きよかず)

- ②二名
- ③2回
- ④スポーツ・カメラ
- ⑤農林業の振興を計り、元気な町造りに努力します。開かれた議会を目指し、町民に信頼されたい。



①大野 良子
(おおの よしこ)

- ②西明神
- ③1回
- ④絵画、明神万歳
- ⑤住民の声をよく聞き、それを基に久万高原町に必要と思うことを発言し、結果を住民に知らせたい。



①森 博
(もり ひろし)

- ②菅生
- ③2回
- ④読書・剣道
- ⑤「だれもが夢を持ち暮らし続けたい町づくり」のため、多くの方のご意見・要望を町へ届けたい。

平成2年度

ふるさと久万高原応援寄附(ふるさと納税)は、
316件、総額8,684,728円

のご寄附を賜りました。

ご寄附をいただきました皆さまの声をお届けするとともに、寄附金の使い道をご報告させていただきます。ふるさとを想うお気持ちに、心から感謝いたします。

愛媛県出身で、
久万高原へスキーに行っていました。自然をいつまでも守り続けていただきたいです。

いいところがいっぱいあるので、もっとアピールしてください。

町出身です。
町の発展を祈っています。

久万高原町が
いつまでもみんなの笑顔
輝く素敵な町でありますように。
微力ながら応援いたします。

過疎化地域への支援と、
故郷の活性化のために活用
ください。

おいしいお米が
たのしみです。

母親が面河村出身なので
毎年ふるさと納税をさせてもらって
ます。地元の詰め合わせを母親に
送った時、昔を懐かしがって
いました。

コロナでいろんな
行事が中止となり大変ですが、
負けずに頑張ってください。

ふるさと会員様

ありがとう



明神地区の山あい広がる田んぼ

四季折々の自然、
温かい皆さんの心と笑顔で
楽しい時間を過ごすことの
できる活力ある久万高原町
を目指してください。

久万には親しい
大事な友人が大勢います。
私にとってとても大事なところ。
町の発展を心よりお祈り
しています。

両親が久万生まれで
遊びに行くのが楽しみでした。

遠くにありて想う
ふる里。いつまでも元気
な町でありますように
願っています。

若い人の働く場所を作り、
人口減少に歯止めをかけ、
久万高原町の消滅することな
ないように、頑張って
ください。

コロナが落ち着いたら、
また行きたいです。頑張ってまちを
守ってください。

【寄附金の使い道】（寄附をいただく際に、使い道の希望をお伺いしています。）

- | | |
|--------------------------|------------|
| ①自然・文化環境をまもるふるさとに | 528,000円 |
| ②お年寄りや子ども・障がい者にやさしいふるさとに | 3,023,000円 |
| ③みんなが安心・安全に暮らせるふるさとに | 150,000円 |
| ④活き活きと情報発信するふるさとに | 18,000円 |
| ⑤町長におまかせ（まちづくり事業）に | 4,965,728円 |

出品者募集中

町外にお住まいのご親族やご友人などに、ご案内よろしくお願ひします。
また、ふるさと納税のPRやメニュー充実、ポータルサイト拡充などを
進めています。
町の産品、観光、体験など、お礼の品の出品を募集していますので、お
気軽にお問い合わせください。

【問い合わせ先】
まちづくり営業課
営業推進班
☎21-1111(内線291)

町内事業所紹介 ③⑤

町内のさまざまなサービスを提供している医療機関や事業所を、インタビュー形式で紹介します

自宅で安心して
過ごせるようサポート

地域包括支援センター

☎50-0230
役場保健福祉課内

久万高原町国民健康保険 父二峰診療所

☎(21) 1637 露峰甲415番地2

― 恩地所長より一言。 ―

中学校卒業以来55年ぶりに故郷に帰らせていただき、4年目となりました。本診療所の最大の特徴は、患者さんの生活環境などの情報に精通した職員によって住民の皆さんのニーズに十分に対応できることです。さらに、その充実を図っております。ご利用とご支援をお願いいたします。

― 診療所の特徴やセールスポイントはありますか？ ―

● 急激に高齢化の進んだ父二峰地区における地域の医療の要として、患者さん一人一人の事情に配慮した診療に努めています。特に、通院困難な方にはご都合に合うよう送迎の便宜を図ることに最大限の努力を尽くして、医療難民の発生防止に努力していきます。

● 町立病院と診療所の両方での診療（鈴木医師や恩地）は、患者

● 愛媛大学学生の実習受け入れと患者さんの調査とまとめなどの実施は、後進の教育と当所の発信に貢献しています。

● 皆さんの町立病院への受診を円滑にして、新しい医療も享受できるように努めています。

― 往診や訪問診療は対応されていきますか？ ―
往診や訪問診療も実施しております。ケアマネジャーさ

診療日程表

曜日	午前	午後	診療時間
月			午前 休診 午後 休診
火	恩地 (内科)	恩地 (内科)	午前 9時～正午 午後 1時半～4時
水		鈴木 (外科)	午前 休診 午後 1時半～4時
木			午前 休診 午後 休診
金	恩地 (内科)	恩地 (内科)	午前 9時～正午 午後 1時半～4時

※受付は午前8時半～11時半
午後1時～3時半



父二峰診療所 職員一同
(2021年4月現在)

鈴木偉一
外科医師

恩地森一 西村靖子 天野かおり 成井健郎
内科(所長) 事務担当者 看護師 送迎担当者

― 地域の方々にメッセージをお願いします。 ―
本年4月から週3日（火・水・金）の診療に変わりましたが、ご不便をおかけしますが、職員一同、今後とも、身近で家庭的な雰囲気の中で地域の方に寄り添い、皆さんの健康に貢献してまいります。お気軽に受診してください。

― 地域の連携も重視して、患者さんの要望に可能な限り対応しております。 ―



公衆衛生事業功労者日本公衆衛生協会会長表彰

みかわクリニック豊田茂樹院長

令和2年度公衆衛生事業功労者一般財団法人日本公衆衛生協会会長表彰を豊田院長が受賞されました。

この賞は、疾病の予防、保健指導、衛生指導、衛生教育などの公衆衛生業務に関する顕著な功績を称えるものです。

豊田先生は、町民に対し、喫煙の有害性・薬物乱用の危険性についての啓発活動など多年にわたり活動されてお

り、その功績が認められての受賞となりました。



受賞された豊田院長

令和3年度地域文化功労賞受賞

川瀬歌舞伎保存会

川瀬歌舞伎保存会は、昭和36年に設立、平成12年に愛媛県無形民俗文化財に指定されました。その後、県内唯一の「農村歌舞伎」保存・継承活動団体として、県内外で公演を実施してきました。

この度、その活動が評価され、地域文化の振興に顕著な功績のあった団体（個人）に贈られる地域文化功労賞を受賞しました。



受賞を喜ぶ渡邊会長と板崎副会長

コロナを「ナギ」払う 久万高原町記念植樹開催

祈願したい」と述べました。

5月15日、同日に開催予定であった「令和3年度愛媛県植樹祭」に代わる「久万高原町記念植樹」が久万B&G海洋センターで規模を縮小して行われました。

コロナを「薙ぎ払う」という意味も込められた「ナギ」をメイン木に、縁起のいい木全3種を植樹しました。

河野町長はあいさつで「この植樹を機に重要な産業の一つである林業の更なる発展を



植樹を終えて記念撮影

「ゆりラボ」活動拠点が久万町商店街に完成

人々やアイデアの交流拠点となる「ゆりラボ」が、久万町商店街に完成し、5月23日にオープニングセレモニーが行われました。

オープンにあたり河野町長は「久万高原町に新しい風をもたらず地域の拠点として、にぎわってほしい」とあいさつ。場所を提供した正岡さんは「子どもからお年寄りまでみんなが寄り添える場所となりうれしい」と話しました。



オープニングセレモニーの様子



経済的な理由などで国民年金保険料を納付することが困難な場合は…

国民年金保険料免除・納付猶予制度が利用できます

令和3年度の受け付けは7月からです。

免除を承認する際は、前年の所得が基準となります。所得は正しく申告してください。

	全額免除	4分の3 免除	半額免除	4分の1 免除	納付猶予
対象者	第1号被保険者 (任意加入被保険者および学生は対象外)				50歳未満の第1号被保険者 (50歳になる月の前月まで)
審査基準	申請者・申請者の配偶者・世帯主3名のそれぞれの所得が基準に該当することが必要です。				申請者・申請者の配偶者2名のそれぞれの所得が全額免除基準に該当することが必要です。
免除・納付猶予を受けられる期間	7月から翌年6月まで(納付期限日から2年を経過していない期間)				
継続申請	できます (一部不可)	できません (更新手続きが必要です)			できます (一部不可)
将来受け取る 老齢基礎年金額	全額納めた場合の				年金額に反映 されません
	8分の4	8分の5	8分の6	8分の7	
保険料の追納	10年以内であれば、さかのぼって納めることができます。 (一定期間を経過している場合には、当時の保険料に加算がつきます。)				

※一部免除された期間については、免除された額の保険料を納めない場合は未納として取り扱われますので、ご注意ください。

■申請時に必要なもの

- ・個人番号カードまたは通知カード、年金手帳
- ・雇用保険受給資格者証または雇用保険被保険者離職票(失業による申請時)

■お早めにご相談ください!

保険料の免除や猶予を受けず未納のままだと、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生しても、障害基礎年金・遺族基礎年金が受けられない場合があります。

【問い合わせ先】

- ・住民課 国保年金班 ☎21-1111 (内線127)
- ・松山東年金事務所 ☎089-946-2146



後期高齢者医療・国民健康保険に加入の皆さんへ
8月は保険証の更新月です

8月からお使いいただく新しい保険証（被保険者証）を、7月中旬に簡易書留で郵送します。届いたら、住所・氏名などを必ず確認しましょう。

不在により受け取りができない場合は、「不在連絡票」が投函されますので、再配達を希望されるか、郵便局で直接お受け取りください（8月1日以降は役場へご連絡ください）。

証の種類	色	有効期限	郵送方法
後期高齢者医療被保険者証	薄桃色	令和4年 7月31日	簡易書留
後期高齢者医療減額認定証	桃色		
国民健康保険被保険者証	黄色		

後期高齢者医療被保険者証・減額認定証

オレンジ色の封筒で届きます。封筒には被保険者証在中 簡易書留 重要 と印字しています。

新たに75歳になる方には、誕生月の前月に保険証を郵送します。

（注）減額認定証は、すでに交付されている方で、8月以降引き続き該当の方のみ同封されています。

国民健康保険被保険者証（兼高齢受給者証）

新しい被保険者証の有効期限は令和4年7月31日です。ただし、有効期限までに75歳・70歳になられる方は有効期限が異なります。

■新たに70歳になられる方は、誕生月の翌月（1日生まれは当月）から被保険者証兼高齢受給者証が使えるようになります。この場合、70歳の誕生月の月末（1日生まれは前月末）までに簡易書留で郵送します。
（注）国民健康保険限度額適用認定証の更新には手続きが必要です。

【問い合わせ先】

住民課 国保年金班
☎（21）1111（内線126・127）

久万地区戦没者慰霊塔奉賛会からのお知らせ

久万地区戦没者慰霊塔奉賛会では、慰霊塔の維持管理を主な事業としておりますが、令和2年度決算報告などの承認を得ましたので、収支決算の概要をお知らせします。

なお、毎月15日には、シルバー人材センターに委託して、清掃活動と慰霊塔の開扉をしておりますのでご自由にご参拝ください。
（開放時間 午前8時～午後5時）

令和2年度 決算報告書

（単位：円）

収入の部		支出の部	
前年度繰越金	671,906	慰霊塔管理委託料	72,600
野村証券公社債 投資信託預金配当金	0	敷地料	6,000
お賽銭	2,929		
預金利子	6		
計	674,841	計	78,600

※収入総額から支出総額を差し引いた596,241円は令和3年度に繰り越します。

※別途会計として野村証券公社債投資信託預金148万円があります。
なお、平成30年度から配当金はありません。



後期高齢者医療制度に加入の皆さんへ
無料の歯科口腔健診を
実施しています

愛媛県後期高齢者医療の被保険者の方を対象に、無料の歯科口腔健診を実施しています。お口の健康は、おいしい食事、楽しい会話はもちろんのこと、全身の健康にもつながります。この機会にぜひ歯科口腔健康診査を受診してください。

▼対象者

75歳以上または、65歳〜74歳で一定の障がいがあり愛媛県後期高齢者医療広域連合に認められた方。

▼健診項目

①問診 ②歯の状態（現在ある歯、入れ歯のかみ合わせやかむ力の確認）
③口腔機能評価（口の中の健康診査） ④保健指導

▼申込方法

直接愛媛県後期高齢者医療広域連合に電話または役場住民課国保年金班にお申し込みください。

クーポン券、受診票、質問紙、登録歯科医院一覧表をセットにして郵送します。

▼受診期間

6月1日（火）〜令和4年2月28日（月）

▼受診方法

クーポン券などが届いたら、事前に電話等にて登録歯科医院にご予約のうえ、受診してください。

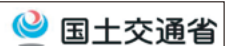
【申し込み・問い合わせ先】
・後期高齢者医療広域連合 ☎089-911-7739
・住民課 国保年金班 ☎21-1111(内線127)

あなたの周りは大丈夫？今すぐブロック塀等の点検を！

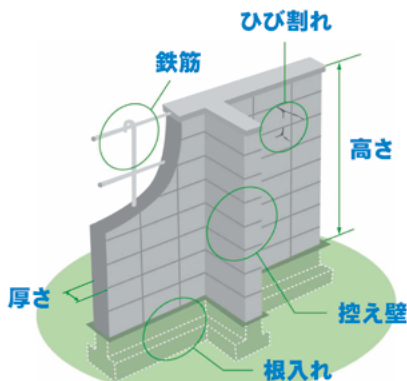
危険なブロック塀等は、地震時に倒壊してしまった場合、人に危害を加えたり、避難や救助の妨げになると周辺の方々に迷惑をかけてしまいます。安全な塀であるかを点検し、危険と思われる時は専門家に相談しましょう。避難路沿道に面するブロック塀については、除却等に係る補助金制度もあります。詳しくは町のホームページをご覧ください。

【問い合わせ先】建設課 管理建築班 ☎21-1111（内線181）

ブロック塀等の点検のチェックポイント



ブロック塀について、次の項目を点検し、ひとつでも不適合があれば危険なので改善しましょう。まず外観で1〜5をチェックし、ひとつでも不適合がある場合や分からないことがあれば、専門家に相談しましょう。



出典：パンフレット「地震からわが家を守ろう」日本建築防災協会2013. 1より一部改

- 1. 塀は高すぎないか
・塀の高さは地盤から2.2m以下か。
- 2. 塀の厚さは十分か
・塀の厚さは10cm以上か。
(塀の高さが2m超2.2m以下の場合は15cm以上)
- 3. 控え壁はあるか。(塀の高さが1.2m超の場合)
・塀の長さ3.4m以下ごとに、塀の高さの1/5以上突出した控え壁があるか。

- 4. 基礎があるか
・コンクリートの基礎があるか。
- 5. 塀は健全か
・塀に傾き、ひび割れはないか。

<専門家に相談しましょう>

- 6. 塀に鉄筋が入っているか
・塀の中に直径9mm以上の鉄筋が、縦横とも80cm間隔以下で配筋されており、縦筋は壁頂部および基礎の横筋に、横筋は縦筋にそれぞれかぎ掛けされているか。
・基礎の根入れ深さは30cm以上か。(塀の高さが1.2m超の場合)

組積造(れんが造、石造、鉄筋のないブロック造)の塀の場合
□1. 塀の高さは地盤から1.2m以下か。
□2. 塀の厚さは十分か。
□3. 塀の長さ4m以下ごとに、塀の厚さの1.5倍以上突出した控え壁があるか。
□4. 基礎があるか。
□5. 塀に傾き、ひび割れはないか。
<専門家に相談しましょう>
□6. 基礎の根入れ深さは20cm以上か。



令和3年度久万高原町結婚新生活支援事業
結婚新生活のあなたを応援します

町では、結婚新生活の門出を応援するため、住宅の取得費用または賃借費用、引っ越し費用の一部を補助します。

▼対象者の主な条件

- 夫婦共に婚姻日における年齢が39歳以下の新婚世帯
- (令和3年4月1日〜令和4年3月31日の間に婚姻届を受理)
- 世帯所得が400万円未満
- 夫婦2人(または1人)の住民票の住所が、久万高原町の補助対象住宅の住所で現に居住しているなど

▼補助上限額

- ・29歳以下 60万円
 - ・39歳以下 30万円
- ※年齢区分は夫婦いずれか高いほうの年齢

▼対象経費

- 住居費
敷金・礼金・仲介手数料・月額家賃・共益費・住宅購入費
- 引っ越し費用

必要書類

- ・補助金交付申請書
- ・婚姻後の戸籍謄本(全部事項証明書)
- ・住民票の写し
- ・所得証明書
- ・契約書、領収書 など

▼必要書類

- ・補助金交付申請書
- ・婚姻後の戸籍謄本(全部事項証明書)
- ・住民票の写し
- ・所得証明書
- ・契約書、領収書 など

▼申込期限

令和4年3月31日まで

【問い合わせ先】

保健福祉課 社会福祉係
☎(21) 1111
(内線140)

粗大ごみ収集のお知らせ(第1回)

自宅まで粗大ごみを取りにうかがいます

対象となる世帯	環境衛生センターへの直接持ち込みが困難な世帯 例：車の運転ができない方など
対象品目	45ℓ袋に入らない廃棄物(各家庭5点まで受け付け) ※ただし、事業系ごみ、パソコン、引っ越し時の片づけ、大量のごみなどは回収しません。
申込方法	電話でお申し込みください。 (収集するごみをすべてお知らせください) 環境整備課 環境衛生班 ☎21-1111 (内線155) または環境衛生センター ☎21-0195
排出方法	・役場から送付する『指定用紙』を、粗大ごみに貼ってください。 粗大ごみに貼る「指定用紙」は申し込みの個数のみ送ります。 ・タンス・机などの中を空にしてください。 ・粗大ごみは玄関先などの屋外まで出しておいてください。 屋内からの搬出は行いません。 ・収集時間は指定できません。立ち会いは不要です。
受付期間	令和3年7月30日(金)まで
収集期間	令和3年8月末〜9月予定(収集日約2週間前に文書にて通知します)

久万高原町公式アプリ

ゆりナビ

ごみ出し日の通知も設定できるよ!



Android用QRコード



iOS(iPhone/iPad)用QRコード

※「指定用紙を貼っていない場合」や「申込時と違うものに指定用紙を貼っている場合」などは回収できません。
※対象者以外の方は環境衛生センターへ直接搬入をお願いします。(無料)



ひとり親家庭の医療費の一部負担金を助成します

保険診療分の自己負担額を助成します。

▼助成対象者

- ・母子家庭の母と児童
- ・父子家庭の父と児童
- ・父母のいない児童
- ・母子家庭に準ずる祖母と孫、姉と弟妹
- ・父子家庭に準ずる祖父と孫、兄と弟妹

▼受給要件

- ・所得税が非課税の家庭
- ・児童を監護し、生計を維持している
- ・生活保護を受けていない家庭

（注）児童とは、20歳未満で就職していない人。原則として、母または父を被保険者とする同じ医療保険に加入していること（国民健康保険の場合はこの限りではありません）。詳しくはお問い合わせください。

▼申請に必要なもの

- ・健康保険証（世帯全員）
- ・印鑑（朱肉を使用するもの）
- ・所得税が非課税の証明（転入の場合は、前年中の源泉徴収票で源泉徴収額が0円のもの、前住所地の所得証明書、非課税証明書などいずれか一つ）

【問い合わせ先】

保健福祉課 子育て支援室
 ☎（21）1111（内線149）

1対1のお見合い事業「愛結び」の特設会場が 期間限定で久万高原町に開設されます

愛媛県が開設したえひめ結婚支援センターでは、会員制のお見合いシステム「愛結び」を運営しています。

「愛結び」とは、独身男女が自身のプロフィールを登録（会員登録）後、相手情報を閲覧して、お会いしたい方を探します。そして、えひめ結婚支援センターが個別にお引き合わせを行います。

会員登録や相手情報を閲覧する場合は、事前に予約を行い、「愛結びコーナー」へ直接行く必要があります。

▼「愛結び」に登録するには
 パソコンまたは、スマートフォン・タブレット端末などからえひめ結婚支援セン

ターのホームページにアクセスし、まずはセンター会員登録、マイページログイン後、愛結びメニューから来所予約。

▼「愛結び」登録について

①本籍地の各市町村長が発行する「独身証明書」（戸籍抄本での代用も可・発行が3カ月以内のもの）

②健康保険証（本人および勤務先の確認）

③写真付きの身分証1点（運転免許証、パスポート、マイナンバーカード）

④閲覧用写真1〜2枚（本人のみが写り3カ月以内に撮影されたもの。上半身でL版程度の大きさのもの。任意で全身写真1点も追加できます。）

※特設会場のため、①〜③はコピーもご持参ください。

※書類などがすぐ揃えられない場合も対応します。

▼入会登録料

1万円（2年間有効）

詳しくは、えひめ結婚支援センターへお問い合わせください。

【問い合わせ先】

・えひめ結婚支援センター
 ☎089（933）5596
 ・保健福祉課 社会福祉班
 ☎（21）1111（内線140）

開設場所・開設日時

開設場所	まちなか交流館 (交流室)
開設日	7月25日(日)
	8月14日(土)
	9月23日(木・祝)
	10月31日(日)
	11月23日(火・祝)
	12月19日(日)
開設時間	12時~16時
備考	1日4人 (ひとり1時間程度)

※新型コロナウイルスの影響により変更
 する場合があります。



【問い合わせ先】

ふるさと創生課 移住促進班
☎21-1111(内線325・324)

町内の求人情報をお知らせします

町民や本町への移住予定者に就業を斡旋し、本町の農林商工業などの発展・企業立地の促進・雇用対策に係る施策をより効果的に実施するため、無料職業紹介所を設置しております。

6月5日現在の求人情報です。行き違いにより求人が終了している場合はご了承ください。

※求…求人数 若…若干名

求人事業所	住 所	求	職種など
山本石油(株)	久万1479-1	1	GSスタッフ
(株)長田材木店	下野尻甲21	2	職工・仕分工
(株)いぶき	露峰乙2153-1	5	技術職員
トミーホーム久万高原	露峰甲2590-1	2	支援員
(株)愛亀	入野1090-2	若	技術職・技能職
(株)高山建設	上黒岩2776	若	作業員
(有)マツモト	本組906	1	林業作業員
(株)西日本セイムス	久万560-1	2	販売
(株)沼田建設	下畑野川甲710	5	土木作業員
中ノ坊宿坊 大宝寺	菅生2-1173-2	1	宿坊手伝い
国民健康保険 久万高原町立病院	久万65	1	看護補助者
		2	介護福祉士
(株)美川建設	日野浦836	2	技術者
		1	クレーン運転士
		3	作業員
		3	林業作業員
(株)LOHAS 久万の里事業所	菅生3-580-24	1	調理補助
		2	調理士
		1	栄養士
ファミリーマート 久万入野店	入野1338	若	販売員
(株)ニチイ学館 松山支店	久万65	1	医療事務
(有)森永整備工場	入野1258-1	1	整備士
(株)さんえい	大川2746	2	林業作業員
高原ゴルフ倶楽部	下畑野川乙1182	1	事務等
		3	レストラン業務
露口建設(株)	東明神甲369-2	2	技術職員
		2	作業員
グループホーム 久万いこいの郷	入野1726-5	2	介護職員

求人事業所	住 所	求	職種など
(株)みかわ (道の駅みかわ)	上黒岩2840-1	若	調理・接客
(株)みかわ	上黒岩2923-1	1	作業員
(株)クロス・サービス	久万292-6	2	調理員
		2	調理員
		1	清掃作業(平日)
	久万65	1	清掃作業(休日対応)
久万運送(有)	上野尻甲124-1	1	宅配ドライバー
(株)中セキ中四国	菅生2-1377-1	1	営業
(株)さんさん久万高原	入野1855-6	2	調理・接客
		1	調整・レジ接客
(有)上浮穴自動車教習所	上野尻甲685	2	教習インストラクター候補
		1	受付・事務職
(株)新栄食品 美川素麺工場	東川428	若	製麺作業
ランスタッド(株)松山支店	高知県仁淀川町	1	事務等
医療法人みかわクリニック	上黒岩2920-1	1	医療事務
ねいろ屋 久万高原	上野尻甲60-2	3	ホールスタッフ、調理補助
焼肉ちぐさ	久万277	1	接客・調理
松山市農協 久万野菜選果場	菅生2-1780	52	選果場作業員
愛媛県林業研究センター	菅生2-280-38	2	調理人
(有)久万重機サービス	露峰乙2153-3	2	整備士
(有)介護支援サービスしるもと	上野尻甲697-4	若	介護支援専門員
		若	介護職員(常用)
		若	介護職員(パート)
		若	ヘルパー
今井石油(株)	入野1279-2	1	SSスタッフ(月給制)
		1	SSスタッフ(時間給制)

求人事業所	住 所	求	職種など
社会福祉法人 久万高原町社会福祉協議会	上黒岩2920-1	若	訪問介護員
	久万45-2	若	運転手
医療法人順風会 ヘルパーステーション八倉 久万出張所こすもす	上野尻乙194-9	1	訪問介護員(常用)
		1	訪問介護員(パート)
社会福祉法人喜久寿 特別養護老人ホーム 久万の里	菅生3-580-24	1	看護職員(常用)
		2	看護職員(パート)
		1	宿直
		2	介護職員(常用)



新規就農者

フレッシュファーマー

をご紹介します！

農業公園研修センター（農業公園アグリピア）でトマト栽培に関する研修を終え、新規就農者として新たにスタートした方々を紹介します。



塩村 裕貴さん (38歳)

大阪市出身の塩村さん。以前から農業に興味があり、大阪で開催される就農フェアに出かけて情報収集していたとき、町の就農支援担当者とお会いし久万高原町のことを知りましました。その後、しばらくは種苗会社などで働いていましたが、やはり自分で農業をしたいと決心した際、久万高原町の担当者



苗の生育状態を確認する塩村さん

のことを思い出し連絡したそうです。

平成31年に妻の美佳さんと娘さんと共に久万高原町に移住し、農業公園での研修をスタートさせました。

「トマトは手を掛けるほど良いものができるが作業は大変。けれどそれだけ応えてくれるので面白い」と笑います。また、農業について「人に指示されて動くのではなく、自ら将来を見据えて考え行動しなければならぬのでやりがいがある」と語ります。

就農地は菅生中野村。少しずつ植え付け本数を増やし、最終的に4千本を栽培する予定です。

研修中に息子さんも産まれ、家族4人となりました。農作業がひと段落したときに子どもと遊ぶことが癒しの時間だとか。「子どもたちのためにも農業で食べていけるよう、夫婦でしっかり頑張らねば」と気を引き締めていました。



近藤 誠さん (35歳)

上畑野川河之内の約15アールのハウスでトマト栽培を始めた近藤さん。以前からモノづくりに挑戦し自立経営したいと考えており、性格的に農業が合っているのではないかと就農を決意。両親が暮らす新居浜市に行き来できる圏内で、と探していたところ久万高原町の研修制度を知って応募したそうです。

農業の経験は無く、2年間の研修は「何もかも初めて。すべて自分でしなければいけないので大変。でも自分のペースでやれるので楽しい」と話します。

中でも、今年の冬にトマトハウスを建てたことについて「まさか自分で建てるとは（笑）」研修センター職員や他の研修生の助けがあつて何とか4月の栽培開始までに間に合いました。



ハウスの温度調節を行う近藤さん

近くに先輩農家や研修センター卒業生もおり、「何でも相談できるのでとても心強いです」とのこと。

久万高原町の印象は「自然豊かで空気がきれい」。また、「近所の方に分けてもらった野菜がおいしい」とにっこり。今後は、作業スピードのアップや機械導入などで省力化を図り、トマトの収量を上げたいと意気込んでいました。

農業公園研修センターでは現在、5人の研修生がトマト農家になるべく研修中です。来年度の研修生を募集しています。ご興味のある方は久万農業公園 ☎（41）0040 までお問い合わせください。



お知らせ

面河第三ダム・柳谷ダムの放流に注意してください

今年も出水期を迎え、ダムから放流する機会が多くなります。

ダムから放流するときは、あらかじめサイレンまたは警報車（柳谷ダムは放送装置）でお知らせしますので、川にいまする方や川に置いてある物件は、早めに流水の来ない安全な場所に移動してください。

【問い合わせ先】

四国電力株式会社

・面河第三ダム

☎（54）2720

・柳谷ダム

☎（54）2365

6月1日から「HACCP」への対応が義務化されました

食品衛生法の一部改正により、6月1日より食品事業者を対象とした「HACCP」に沿った衛生管理が義務化されました。

各事業者において、①「衛生管理計画」を策定し、②計

画に基づいた管理を行い、③確実に記録することが求められています。

道の駅などに農産加工品を出荷する皆さまが対象となる場合もありますので、ご不明な点がございましたら、次ま

【問い合わせ先】

ふるさと創生課 観光振興班

☎（21）1116

農地取得時の下限面積の變更について

令和3年5月1日から、本町における農地取得時の下限面積を変更しました。

農地法の定めでは、農地を売買や贈与で取得する場合、その権利を取得した後の農業経営の面積が一定の面積に達しなければ許可となりません。その基準となる面積を「下限面積」と呼んでいます。

▼変更後の下限面積

・町内全域（20アール）

・空き家に付随した農地（1アール）

※空き家バンクに登録した農地に限る。

【問い合わせ先】

・農地に関すること

農業委員会事務局

☎（21）1111

（内線311）

・空き家バンクに関すること

ふるさと創生課

☎（21）1111

（内線325）

労働保険（労災保険・雇用保険）の年度更新が始まりました

手続き期間は6月1日（火）～7月12日（月）です。

愛媛労働局・労働基準監督署・金融機関で申告・納付をお願いします。

年度更新の申告書は、愛媛労働局や労働基準監督署への郵送や電子申請でも受け付けています。

期間内に申告・納付の手続きが困難な場合には、年度更新コールセンターまでご相談ください。

【問い合わせ先】

・年度更新コールセンター

☎0800（555）6780

・愛媛労働局労働保険徴収室

☎089（935）5202

まごころ銀行からお礼

久万高原町社会福祉協議会

次の方々からご寄附をいただきました。お礼申し上げます。

直瀬	高岡	正俊様	日野浦	窪田	庸子様
本組	中川	武志様	七鳥	岩屋	寺様
中組	西岡	久夫様	七鳥	中岡	昭義様

（5月1日～5月31日 受付分）

久保建設ブログ「安全+大好き」



広報広告



防犯灯の新規設置を補助します

町では、犯罪のない安全で安心なまちづくりを推進し、夜間における地域住民の安全を確保するため、地球環境に負荷の少ないLED防犯灯を新規設置する際に補助金を交付します。詳しくは、役場総務課までお問い合わせください。

- ▼対象者 新規でLED防犯灯を設置する自治会など
 - ▼要件 設置は町内事業者
 - ▼補助金額 防犯灯1基あたり2万円
 - ▼申請期限 9月末まで
 - ※交付決定通知が届いてから防犯灯を設置してください。決定通知前に設置された防犯灯は補助対象外です。
- 【問い合わせ先】**
 総務課 総務行政班
 ☎(21) 1111
 (内線162)

相談

難病に関する中予保健所事業のご案内

県中予保健所では、難病の患者さんとご家族を対象に次のような事業を実施しています。どうぞ、お気軽にご相談ください。

難病窓口相談

医師、保健師、栄養士などが病気や療養生活のご相談に応じます。

▼定例相談日 毎月第4水曜日(第4水曜日が祝日の場合は、第3水曜日) 午前11時～正午(要予約)

▼相談場所 県中予保健所
 ※定例相談日以外も保健師が相談に応じることができま

す。

難病訪問相談

必要に応じてご自宅に保健師が訪問し、療養生活のご相談に応じます。

【問い合わせ・申込先】

県中予保健所 難病・母子保健係(松山市北持田町132番地)
 ☎089(909) 8757
 (内線262)

木材市場市況

5月25日 1166回市【久万広域森林組合】

長さ	末口径	スギ		ヒノキ	
		高値	曲	高値	曲
3.00	12-13	11,900	11,900	11,111	11,111
	14	12,410	10,930	16,890	13,300
	16	15,500	14,500	23,899	22,510
	18-22	14,000	13,000	17,000	16,000
	24上	14,000	13,000	17,500	16,500
	30上	14,690	13,390	19,320	17,800
4.00	12-13	9,280	9,280	15,100	15,100
	14-16	13,890	11,890	24,200	20,831
	18-22	15,100	13,590	18,000	16,500
	24-28	14,650	13,690	17,500	16,500
	30上	14,000	13,290	19,900	18,500
6.00	18-20	16,000	13,000	27,590	出材なし
	24上	16,000	14,500	19,500	出材なし
選木		スギ	ヒノキ	マツ	
3.00	24上	15,910	23,111		出材なし
4.00	24上	15,110	25,890		10,000
4.00	30上	15,000	27,890		出材なし
市況	全体的に市売りに大きな変動はなく横ばい状態。一般杉材18~28までの3㍓が高値。桧30上からは4㍓造材でお願いします。また小径木も、杉松ともに4㍓が良。杉松ともに大径の枝打ち材が不足気味で高騰。虫の時期ですので造材された材は山に置かないよう早めの出材をお願いします。				

【愛媛FC vs ブラウブリッツ秋田】

今年もニンジニアスタジアム(とべ動物園横)でマッチタウンが開催されます。町内に在住の方は、通常よりお得なチケットをご購入することができます!

【日時】7月4日(日) 午後7時 キックオフ!

【チケット】マッチタウン特別価格

■B自由席 小中高生 無料(通常前売り 700円)
 一般 1,000円(通常前売り 2,100円)

【販売場所】
 役場総務課
 秘書政策班
 ☎21-1111



#18 西田剛選手 #11 近藤貴司選手



お得なチケット入手方法については下記URL(QRコード)をご参照ください。
<https://ehimefc.com/ticket/mcmtticket.html>



OMOFES2021夏! 釣ってさばいて食べちゃおう!

【日 時】7月11日(日) 午前10時～午後3時
【場 所】面河溪(国民宿舎跡地集合)
【参加費】大人2,000円 小中学生1,000円
園児以下無料(昼食&お土産付き)

【内 容】
面河溪で、溪流釣り体験イベントを開催します。親子で釣った魚をその場でさばいて焼いて、大自然の中でお腹いっぱい食べた後は、家族対抗M-1(水切り)グランプリに挑戦だ!

面河の渓谷遊びを地元の猛者が優しく楽しくお手伝いします。参加者募集中! 完全予約制。

【問い合わせ・申込先】
面河地区地域運営協議会観光部会
☎58-2440
(高山)



面河山岳博物館 夜の講座 [ヒトの目の不思議～視覚のしくみを知ると見えてくるもの～]

【日 時】7月2日(金) 午後7時～8時15分
【場 所】産業文化会館研修室
【参加費】100円
【定 員】40名
【講 師】中村彰正 氏
【内 容】

ヒトの視覚には、優れた能力が備わっています。その性能はまるで高級カメラのよう。一方で多くの部品は修理も交換もできないという弱点も持ち合わせています。

今回の講座ではヒトの目の構造やモノが見える仕組み、目の不具合が引き起こす近視、老眼、緑内障について紹介します。あわせてヒトの視覚が引き起こす心霊写真や火星の人面岩のミステリーにも迫ります。



【申込先】
面河山岳博物館 ☎58-2130

人権・
同和教育
3



さまざまな人権課題を正しく学びましょう

同和問題

「人の値うち」 江口いと

『荊を越えて』より

何時かもんぺをはいてバスに乗ったら隣座席の人は私をおぼはんと呼んだ戦時中よくはいたこの活動的なものをどうやらこの人は年寄りの着物と思っっているらしい

よそ行きの着物に羽織を着て汽車に乗ったら人は私を奥さんと呼んだどうやら人の値打ちは着物で決まるらしい

講演がある
何々大学の先生だといえは内容が悪くても人々は耳をすませて聴き

良かったと言う

どうやら人の値打ちは肩書きで決まるらしい

名も無い人の講演には人々はそわそわして帰りを急ぐ
どうやら人の値打ちは学歴で決まるらしい

立派な家の娘さんが部落にお嫁に来る

でも生まれた子どもはやっぱり部落の子だと言われる
どうやら人の値うちは生まれた所によって決まるらしい

人々はいつの日

このあやまちに気付くであろうか

見かけや肩書きで、人の値打ちを測るのは愚かです。その人の本当の人間としてのすばらしさは、その本質を見極めて分かるものです。

※【江口いと】 四国中央市土居町生まれ。人生を差別解消のために尽くされた。

【問い合わせ先】
教育委員会 生涯学習班
☎(21) 0139



さそり座を探せ!

天体観測館 ☎41-0110

天体ホームページ

<http://www.kumakogen.jp/site/astro/>



学芸員のつぶやき

■さそり座を見ると夏の到来を感じます。この時期天気の悪い日が多く、なかなか見づらいですが、晴れ間を狙って見るのも良いかもしれません。



夏至の日(6月21日)は、一年の中で一番太陽の高度が高いため昼は長く夜は短いです。この時期の日の出は午前5時前、日の入りは午後7時半、空が暗くなるのは午後9時過ぎです。空が暗くなったころ星占いでもお馴染みの星座、「さそり座」が南東の空から昇ってきます。



▶久万高原から見る美しいさそり座

ましよう。そのアンタレスを中心にした大きなSの形をしているのがさそり座です。写真を撮るの参考にしてください。

神話ではさそりは神様の命令で乱暴者の狩人オリオンの足を尻尾の毒針で刺して倒しました。神様たちはご褒美にさそりを星座にしたのです。さそり座が昇るころ、オリオン(オリオン座)はさそりが怖いので慌てて西に沈みます。

最近のスマートフォンは星が撮影できるほど性能が良いものもあります。さそり座の尻尾周辺は天の川が一番明るい部分のため、さそり座と天の川を同時に撮影できます。きつと迫力満点の写真となりますでしょう。皆さんも観察と撮影に挑戦してみましよう。(重藤)

アリと同居するコオロギ

面河山岳博物館 ☎58-2130

山岳ホームページ

<http://www.kumakogen.jp/site/omogo-sangaku/>



学芸員のつぶやき

■老眼のためアリ軍団を観察するときは眼鏡を外し、地面から10センチくらいまで顔を近づけます。アリが逃げるワサワサという音が聞こえてきそうです。



草むらや森のすみっこに転がっている石をめくると、たくさんのアリがわらわらと出てきた、という経験ありませんか? 大体の人は気持ち悪いので、そっとフタをすると思いますが、勇気を出してアリたちを観察してみましよう。

するとアリの間をすり抜ける小さなコオロギが見つかるかもしれません。これはアリの巣の中をすみかに行っているアリヅカコオロギ(写真)です。体長わずか3ミリほどのこの米粒のような虫はアリと同



▶久万公園で採集したアリヅカコオロギ

居し、アリが集めた食料をすすめ取ってくらしています。すみかとなるアリの巣は地中にあるため外敵に襲われにくく、環境が安定しているという利点もあります。しかし、アリは同じ巣の仲間以外を言わば敵(エサ)です。見つけたら命はありません。そこでこのコオロギは家主に襲われたいよう、アリの匂い、つまり体表の化学物質を奪って自分にまとわせ、仲間のふりをして巣になじんでいます。

久万高原町であれば決して珍しい昆虫ではありません。アリの巣をじっと眺める度胸と興味があれば出会えるでしょう。(矢野)



植林さんにご注目！

久万美術館 ☎21-2881
久万美ホームページ
<http://www.kumakogen.jp/site/muse/>



学芸員のつづやき

■グッズ化に向け、作家さんと協力しながら「植林さんマスコット」を作製中です。試作品をいただいたので、名札に付けてみました。

昨年冬の冬、『植林さん』というアニメーションを制作しました。「コマ撮り」と呼ばれる手法で撮影された、短編アニメーションです。美術館ロビーや、館のホームページ、YouTubeなどでご覧いただけます。
アニメーションでは、美術館を舞台に、自由に動き回る植林さんの様子を見ることが出来ます。展示室の



▲主人公の植林さん

梁に登ってみたり、作品に頬擦りしてみたりと、やんちゃな植林さんをご覧ください。
植林さんは、町内の杉林や、木造建築である久万美術館、展示室内の磨き丸太などをイメージしてデザインされました。杉の木を模した体や帽子、くりくりとした目など、チャームポイントがたっぷり詰まったキャラクターに仕上がっています。
今後はアニメーションに加え、グッズも作製していく予定です。ぜひ楽しみにお待ちください。
(本田)

上黒岩遺跡考古館GUIDEbookを発行しました GUIDE Book

久万高原町教育委員会(上黒岩考古館)
☎21-0139



学芸員のつづやき

■ガイドブックは三カ国語で違う言語に翻訳するにあたり、直訳ではなく表現したいことを意識するのは少し大変でした。また、冊子をまとめる中で、いろいろなテーマがあることを改めて知りました。

今年3月に上黒岩岩陰遺跡を見学する際のガイドブックを作成し、町内の小中学校に配布しました。このガイドブックは考古館の展示に即したもので、縄文時代という一万年以上にわたる長い時間の中で、上黒岩岩陰遺跡で先史人が生活していたことを写真や絵で解説しています。
日本で上黒岩遺跡にしか存在しない石偶や、日本最古のペット(イヌ)などは有名ですが、ほかにも非常に多くの人骨が見つかっています。そ

の人骨の中には、頭と腕をケガした女性も見つかっています。それは、上黒岩遺跡考古館の人骨を少し観察すると誰でも簡単に分かります。約9千年前の人もケガをしていると知ると、なんだか縄文人も身近に感じます。今、私たちは便利な暮らしをしていることで忘れていたかもしれないが、基本的には「人間(ヒト)」そのものはいかに進化していないように思えてなりません。
(遠部)



▲頭蓋骨が陥没しています



みんなで一緒に

健康づくり

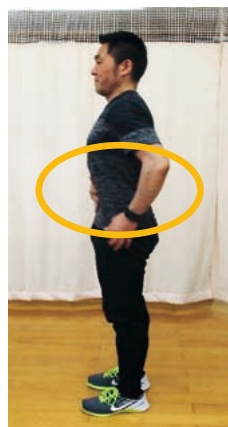
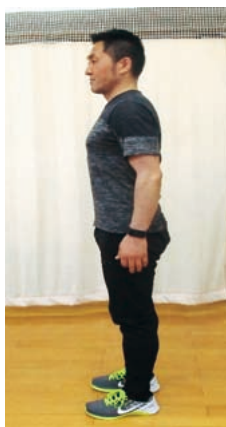


久万保健センター

TEL:21-2700 FAX:21-0934

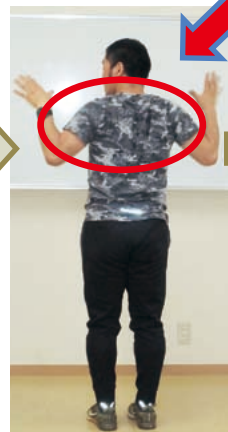
腹へこまし

健康運動指導士
森田高弘 先生



①姿勢を正して立つ。②お腹を精一杯へこませる。③呼吸は止めないで、10～15秒間へこませた状態を維持する。④慣れてきたら30秒くらいまで延ばしてみる。※2～3回から始めて回数を10回まで増やす。

肩甲骨体操



首の後ろの脂肪細胞(褐色細胞)を燃やすことで効率よくエネルギーを消費できます。



①ばんざいをする。(肩甲骨を持ち上げる感じで)

②手のひらを内側にする。(指先をなるべく天井に近づける)

③肩甲骨を寄せる感じで腕を曲げる。

④肩甲骨を広げる感じで両手を合わせる。

⑤肩甲骨を寄せる感じで両手を左右に広げる。

おうち時間を有効活用しましょう！
ぽっこりお腹 撃退体操の紹介

新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、外出の機会が減り、おうちで過ごす時間が増え、運動不足を感じている方も多いと思います。おうち時間を有効に活用し、運動不足を解消してみませんか？
今回は健康運動指導士の森田高弘先生に教えていただいた「ぽっこりお腹 撃退体操」を紹介いたします。からだを動かすことで生活習慣病の予防やストレス解消・質の良い睡眠にもつながります。体操をぜひお試しください。

【運動の際の注意点】

- ★筋肉や関節などどこに効いているかを意識しましょう。
- ★無理をせず、気持ちいいな一線を越えない程度におさえましょう。

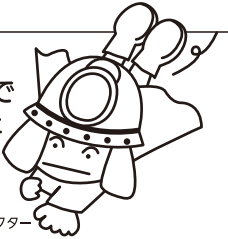
ぽっこりお腹を減らすためには体脂肪を減らすことが重要！毎日の生活に運動を取り入れましょう。





119番で
すぐに参上

—火災・救急・救助—
久万高原町消防
マスコットキャラクター



“スーパーダッシュくん”

あんぜんあんしん 消防だより

【問い合わせ先】

消防本部・消防署

☎21-2411

消防署美川支署

☎56-0303

ホームページ

<https://www.kumakogen.jp/site/syobohonbu/>

5月末現在の状況

火災	1件
救急	213件
救助	12件

夏本番を前に！

感染症対策と熱中症予防について

本格的な暑さがやってくる
これからの季節は熱中症が増
える時期です。暑さを避けて

水分を摂る「熱中症予防」、マ
スク着用、換気などの「感染
症対策」を両立させましょう。

熱中症予防行動の徹底を！！

暑さを避けましょう

涼しい服装を心掛け日傘や
帽子を活用しましょう。また
少しでも体調が悪くなったら
涼しい日陰に移動しましょう。

こまめに水分補給をしまし ょう

のどが渇かなくても、こま
めに水分と塩分を補給しま
しょう。

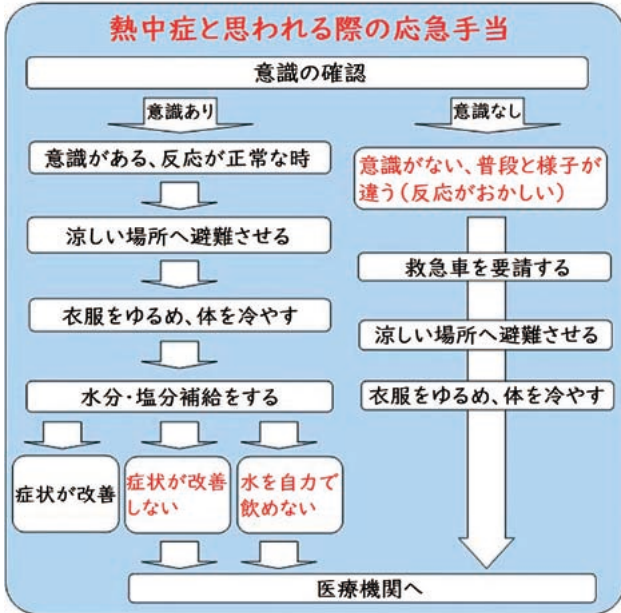
こまめに換気しましょう

エアコンを使用していると
きも扇風機や換気扇を併用
し、室内の空気を入れ替えま
しょう。

暑さに備えた体づくりをし ましょう

暑さに備え、暑くなり始め
の時期から無理のない範囲で
適度な運動を行い、体を暑さ
に慣らしましょう。

こんな症状は、「熱中症」を疑ってください	重症度
めまい・立ちくらみ・筋肉痛・大量に汗をかく	軽
頭痛・吐き気・体がだるい・力が入らない	↓
けいれん・体温が高い・呼びかけても反応が悪い ・まっすぐ走れない・歩けない・意識がない	重



熱中症予防と感染症対策の両立を！

新型コロナウイルス感染症対策でマスクの着用が推奨されています。しかしマスクを着用していると気付かないうちに脱水になるなど、体温調節がしにくくなります。暑い日の作業や運動などでは、特に上記の熱中症予防行動を徹底し、熱中症を事前に防ぎましょう。

また新型コロナウイルス感染症対策としての毎日の体温測定を通して、身体の異変に早期に気付くことも熱中症予防に有効です。ご自身の健康に異変がある場合は、無理をせず自宅で静養するようにしましょう。

特に熱中症になりやすい高齢者、子ども、障がい者の方々は、より注意する必要があります。周囲の方からも積極的な声掛けをお願いします。

熱中症予防行動と感染症対策を両立し、みんなで暑い夏を乗り切りましょう。



令和3年5月20日から
ひなんしじ **避難指示で必ず避難**
ひなんかんこく **避難勧告は廃止です**

警戒レベル	新たな避難情報等	これまでの避難情報等
5	緊急安全確保※1	災害発生情報 (発生を確したときに発令)
4	避難指示※2	・避難指示(緊急) ・避難勧告
3	高齢者等避難※3	避難準備・ 高齢者等避難開始
2	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	早期注意情報 (気象庁)	早期注意情報 (気象庁)

※1 町域が災害の状況を確認に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。
 ※2 避難指示は、これまでの避難情報のタイミングで発令されることとなります。
 ※3 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じて自発的な行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

警戒レベル5は、すでに安全な避難ができず命が危険な状況です。
警戒レベル5緊急安全確保の発令を待ってはいけません！

避難勧告は廃止されます。これからは、**警戒レベル4避難指示で危険な場所から全員避難**しましょう。

避難に時間のかかる**高齢者や障害のある人は、警戒レベル3高齢者等避難で危険な場所から避難**しましょう。

内閣府(防災担当)・消防庁

令和3年5月20日から、避難の際の基準が変わりました。避難勧告は廃止され、避

みんなで防災
総務課 危機管理室
☎21-1111
(内線162)

避難情報、避難方法が変わります

難指示で必ず避難です。詳しくは図をご覧ください。また、避難の方法について、災害の危険がある場所に住んでいる人(土砂災害警戒区域や浸水想定区域)は、親戚などでその区域外に住んでいる人の家に避難する方法をとり、必ずしも避難所に避難する必要はありません。皆さんが避難しやすい方法で避難してください。なお、危険な場所については先月配布した防災マップで確認してください。

こんにちは、コミュニティナース(略してコミナス)の酒井春菜です。2回目の登場です。

現在新型コロナウイルス感染症予防のため県や町の指針に従って活動しており、コミナス保健室も移動販売車の同行もなかなか実施できない状況です。そのため、大好きな住民の皆さんにお会いする機会が減り、心苦しい毎日が続いています。皆さん、お変わりなく過ごされていますか？ 私たちは、いくつかある今後の新事業のマニュアルを作るなど、ベース作りをしています。

新しく始める事業の一つに、「ナスくる」という個別

コミュニティナースだより
vol.4
Community Nurse Kumakogen

町立病院在宅支援センター
☎21-1120
Facebook
<https://www.facebook.com/KumakogenCommunityNurse>

それぞれ、いきる **ナスくる**
一般介護予防事業型

「いくつになっても、この住み慣れた久万高原町でより元気で、幸せに過ごしてもらいたい」これが私たちの願いです。

地域に飛び出す講師、「コミュニティナース」が訪問して元気なうちから住民さんの「嬉しい！楽しい！」をつくり、病気の予防・介護予防につなげます。

詳しくは裏面をご覧ください

ナスくるのチラシ表面。笑顔が素敵な住民の方にモデルになっていただきました。

訪問サービスがあります。先月の閲覧板でチラシを配布しましたが、外出できず運動もできていない、病院にも行きにくいという方々のお宅にスタッフが訪問し、健康チェック・生きがいづくりを行うことで、介護状態を予防し心身ともに健康でいられるよう支援します。(医療行為は実施しません) 料金やサービス内容などは、お気軽にお問い合わせください。

また皆さんにお会いできる日を楽しみにしております！





図書館の利用が困難な遠方にお住まいの方にも読書を楽しんでいただくため、移動図書館『やまびこ号』を運行しています。町内50カ所を毎月巡回し、貸出・返却を行っています。ぜひ、お近くの巡回場所をご利用ください。

巡回日時や場所など詳しい内容につきましては、図書館へお問い合わせください。

移動図書館『やまびこ号』をご利用ください



木の香り漂う優しい空間 小さな町の図書館だより

久万高原町立図書館

【開館時間】午前9時30分～午後6時

TEL：50-0415 FAX：50-0416

ホームページ/ <http://www.kumakogen.jp/site/tosyo/>

2021 7月の予定 ※掲載している行事などは、新型コロナウイルスの流行状況などにより変更する場合があります。詳しくはお問い合わせください。

日	月	火	水	木	金	土
				1	移動図書館 (美川)	おはなし会
4	5	6 手芸すずらん	移動図書館 (直瀬) 職場体験学習 (久万中生)	8 職場体験学習 (久万中生)	移動図書館 (面河) 職場体験学習 (久万中生)	10
11	12	13	移動図書館 (父二峰・明神)	移動図書館 (畑野川)	移動図書館 (美川・柳谷)	17
18	19	20 手芸すずらん	21	22	23	24
25	26 さざり語話会	27	28	29	30	31

…休館日(定休・月末整理日)

各地域の巡回日は、次のとおりです。

巡回日(毎月)	巡回地域
第1水曜日	直瀬
第2水曜日(午前)	父二峰
第2水曜日(午後)	明神
第3水曜日	畑野川
第1金曜日	美川
第2金曜日	面河
第3金曜日	柳谷

※都合により変更になる場合があります。

おすすめ

一般書 小説

『小説8050』

林真理子／著
新潮社

完璧な人生を送っているように見える大澤正樹には秘密がある。彼の長男・翔太は7年間も自宅に引きこもっていた。娘が相手家族に結婚を反対されたことから正樹は息子と向き合う決意をするが…。



新刊案内

一般書 小説

『沈黙の終わり 上・下』

堂場瞬一／著
角川春樹事務所

30年間隔されてきた幼女誘拐連続殺人。県を跨ぎ、幼女を狙った卑劣な事件。縄張りには拘る無駄な県警のプライド。利権を死守したい政権による圧力…。すべてを乗り越え、真相を追い！デビュー20周年を飾る、記念碑的作品。



児童書 よみもの

『夜明けをつれてくる犬』

吉田桃子／著
Naffy(なふい)／装画
講談社

うまく話せなくて、友だちができない小学生の美咲。唯一の友だちだった飼犬・レオンの死をうまく乗り越えられずにいたある日、通学路のお花屋さんで、レオンそっくりの犬を見つけて…。



児童書 絵本

『あまがえるのぼうけん』

かわしまはるこ／絵
たてのひろし／作
世界文化ブックス

逃げたり、隠れたりするのは、弱虫なことじゃないよー。森へ探検に出かけた、あまがえるのラッタ、チモ、アルノーは…。成長と希望の物語。『あまがえるのかくれんぼ』に続く、「3びきのあまがえる」シリーズ第2弾。



7月くらしのカレンダー



医 休日当番医

1 木	◆住民健診／8時～13時半／上畑野川公民館	16 金 ◆移動図書館／美川・柳谷
2 金	◆面河山岳博物館夜の講座「ヒトの目の不思議」／19時～20時15分／産業文化会館研修室 ◆移動図書館／美川	17 土
3 土	◆おはなし会／14時～／町立図書館	18 日 ◆住民健診・歯周病検診／8時～10時半／産業文化会館 医 久万高原町立病院 Tel21-1120 Fax21-1121
4 日	医 吉村医院 Tel54-2050 Fax54-2065	19 月 食育の日
5 月	◆司法書士法律相談／10時～正午／社協本所	◆住民健診／8時～9時半／中組公民館
6 火	◆弁護士法律相談／10時～15時／久万町民館	20 火 ◆人権・行政相談／9時～正午／農村環境改善センター・役場柳谷支所
7 水	◆移動図書館／直瀬	◆住民健診／8時～10時半／下直瀬ふれあい館
8 木	◆消費生活相談／10時～17時／役場本庁	21 水 ◆消費生活相談／10時～17時／役場本庁
9 金	◆赤ちゃんすくすく相談／9時15分～正午／久万保健センター ◆移動図書館／面河	22 木 ◆企画展「愛媛と世界の珍虫・奇虫・美虫」／～8月29日(日)／面河山岳博物館 海の日 医 うつのみや内科 Tel21-3353 Fax21-3352
10 土	◆宙ガールの観測会／19時半～22時半／天体観測館	23 金 医 西本医院 Tel21-1135 Fax21-1136 スポーツの日
11 日	◆マイナンバーカード窓口日曜開庁／9時～13時／役場本庁 医 みかわクリニック Tel56-0908 Fax50-1650	24 土 環境美化の日
12 月		25 日 医 久万高原町立病院 Tel21-1120 Fax21-1121
13 火	◆住民健診／8時～9時半／中津公民館	26 月
14 水	◆移動図書館／父二峰・明神	27 火 ◆住民健診／8時～9時半／仕七川小学校体育館
15 木	◆移動図書館／畑野川 ◆マイナンバーカード窓口夜間開庁／17時15分～20時／役場本庁	28 水
		29 木 ◆住民健診／8時～13時半／下畑野川公民館
		30 金 ◆ソーシャルクラブ／10時～正午／久万保健センター
		31 土

国民が、祝い、感謝し、または記念する日を定め、国民の祝日としています。祝日には国旗を掲揚しましょう。

※掲載している行事は、都合で変更する場合があります。

7月の町税等の納付

口座振替 7月26日(月)
納期限 8月2日(月)
納期限内に納めましょう

■お知らせ

現在、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、各種行事が中止・延期されています。くらしのカレンダーに掲載されている行事も状況によっては変更される可能性がありますので、詳細は主催者などにお問い合わせください。

久万山文芸

睦俳句会

蝌蚪かたどの紐そつと置き替へ田ご
しらへ 土居 静香

夏空や縄飛びの孫数へもし

日野 恵子

コロナ禍で孫子に逢へず五月
来る 一柳りつ子

勇敢に孫蛇つかみ畦走り

岡田千代子

山菜をあれこれ取りて夕の善

大野よし子

葉 コロナ禍にありて自肅の柿若
西岡さとみ

新樹会

小田味噌にいたんぼ漬けて山
の味 大原 五月

母の日も医師の宿題スクワッ
ト 松岡八重子

清流に躑躅映りし面河川

山村 治夫

母の日に母を偲びて餅供え

藤代 美鈴

草餅ができたと友よりメール
かな 沖中 康子

夏近しコロナ対策それぞれに

篠崎喜代子

野芥子短歌会

春野菜ピーマン茄子なすびに瓜トマ
ト植うる楽しみ畑土を打つ

森川 信子

取り残しし金柑ひと粒頬張れ
ばあまりの旨うまさに残り実さが
す 東倉紀美子

ぢいちゃんの荷物持ちかな城
下町土産のバナナ小五に重し

窪田 勝子

寒暖の定めなき畑に春野菜植
ゑて気遣ふ霜置く山峡

松下日出夫

下手もあり上手もありてうぐ
ひすの目覚めの朝をよき声透
る 棟田 鮎男

雨の中歩き遍路は合羽着ても
くもく行きぬ後ろ手拜む

窪田 和香

手を繋ぎ幼二人が道を行く車
道の側に兄らしき子の

松下やす子

竹叢の上に出でたる満月の影
ゆらゆらと深む春愁

尾形 冴子

高原は田植も早く田んぼでは
蛙にぎやか元氣よく鳴く

窪田 正雄



カット 小掠 京子

久万高原町の
『地域おこし協力隊』のこと

協力隊通信

vol.49

久万高原町では、地域おこし協力隊を3名募集しています（6月1日現在）。

○久万高原町教育委員会

…町内文化財の調査、広報活動など

○久万農業公園アグリピア

…地域特産品の開発活動など

○久万高原町中津地域

…地域の活性化につながる活動など

もし皆さまの周りに移住をお考えの方がいらっしゃいましたら、「久万高原町で地域おこし協力隊を募集しているよ！」と教えてあげてください。Iターン、Uターン大歓迎です。

ただ一つ気を付けていただきたいのは、地域おこし協力

隊になる要件として、直前の住所が都市部(条件有利地域)である必要があります。「条件有利地域ってどこ?」「そもそも地域おこし協力隊って何?」など、興味や疑問を抱かれた方は、お気軽に久万高

原町ふるさと創生課までお問い合わせください!
【問い合わせ先】
ふるさと創生課 移住促進班
☎(21) 1116
(内線325)



※カッコよくポーズをとっているつもりです

人口（5月末現在）		前月比
男性	3,715人(15人)	-16人
女性	4,077人(13人)	-8人
合計	7,792人(28人)	-24人
世帯（5月末現在）		前月比
🏠	4,282戸(15戸)	-10戸

※注 外国人の方を含めています。()は外国人数

人のうごき（5月）			
出生	死亡	転入	転出
2人	20人	10人	16人

編集後記



▼地域の集いの場「ゆりラボ」が先月オープンしました。WiFi完備のスペースで仕事や勉強もでき、また気軽に健康相談や身長体重測定なども受けられます。皆さん、ぜひ一度立ち寄ってみてはいかがでしょう。か。14畳ほどの和室に昔ながらのちゃぶ台、上高生手作りのテーブル・本棚・カホンの椅子が気持ちよく迎えてくれること間違いなしです。(大西)