

広報とべ

砥 四 国  
えひめ  
TOBE



2021年2月

NO. 194



## 申告受付期間

2月16日(火)～3月15日(月)

## 会場が中央公民館に変更

新型コロナウイルス感染症対策のため、役場から中央公民館講堂に変更になっています。

### 申告受付の日時と対象地区

会場：中央公民館講堂（午前：8時30分～11時30分・午後：13時～16時）

ひろた交流センター（日程：3月1日～3日・全日：9時～15時・対象：広田地域限定）

月日	時間	対象地区	会場	
2月	16日(火)	午前	中央 公民館	
		午後		宮内
	17日(水)	午前		千足・上南台
		午後		大角蔵・七折・川井・川井団地
	18日(木)	午前		さかえ・幸田
		午後		頭ノ向
	19日(金)	午前		山並・永立寺
		午後		大畑・あかがね
	22日(月)	午前		指定日に都合の悪い人
		午後		
24日(水)	午前	千里地区（川登・万年）・大平・岩谷		
	午後	上ノ山・戎・中通・富士		
25日(木)	午前	天神		
	午後	五本松		
26日(金)	午前	岩谷口・射場		
	午後	外山・鶴ノ崎・大谷		
3月	1日(月)	午前	中央 公民館	
		午後		久保田・客
		全日		向南台
	2日(火)	午前		北川毛
		午後		
	3日(水)	全日		満穂・篠谷・玉谷・大内野
		午前		南ヶ丘
		午後		南ヶ丘北・上野
	4日(木)	全日		中野川・多居谷・仙波・高市
		午前		指定日に都合の悪い人
午後				
5日(金)	午前	高尾田		
	午後			
8日(月)	午前	上原町・三角		
	午後	八瀬・県団地		
9日(火)	午前	原町		
	午後	麻生・田ノ浦・拾町		
10日(水)	午前	重光・八倉		
	午後	指定日に都合の悪い人		
11日(木) ～ 15日(月)	9時～ 16時 (※1)	指定日に都合の悪い人 13日(土) 休み 14日(日) 臨時開場		

※1 11時30分～13時を除く

### 申告に必要なもの

- 印鑑
- 本人・扶養親族の本人確認書類（運転免許証・パスポート・医療保険証など）
- 個人番号のわかるもの（マイナンバーカード、マイナンバーの通知カードなど）

#### 障害者控除を受ける人

- 身体障害者手帳や療育手帳など
- 障害者控除対象者認定書（65歳以上で介護保険の要支援か要介護の認定を受けている人）

#### 所得の計算に必要な書類

- 給与・年金などの源泉徴収票（原本）や事業主からの支払証明書
- 生命保険の年金や一時金などの書類
- 収支内訳書（営業、農業、不動産などの所得がある人）

#### 各種の所得控除を受ける場合

- 社会保険料控除証明書（国民年金・任意継続健康保険など）
- 生命保険料・地震保険料控除証明書、寄付金などの支払証明書または領収書
- 医療費控除の明細書
- 親族関係書類、送金関係書類（国外居住親族に係る扶養控除等の適用を受ける場合のみ）

#### 所得税の還付申告をされる場合

- 振込先口座（申告者本人名義）のわかるもの（キャッシュカード、通帳など）

# 所得税の確定申告、 町・県民税申告は

## お早めに

令和2年分の町・県民税の申告相談を行います。なお、混雑を避けるため、地区指定日に申告をお願いします。当日は、対象地区の人を優先して申告相談を行います。申告会場は、8時20分に開場します。早く来場しすぎないようにしてください。申告開始から1時間くらいは混雑しますので、ご了承ください。  
岡戸籍税務課町民税係 ☎ (962) 2061

### 待ち時間短縮のため、事前に所得や控除の計算など「資料整理」にご協力を

○医療費控除を受ける人は、「医療費控除の明細書」の作成が必要です。

※領収書は5年間保管が必要

○営業所得、農業所得、不動産所得を申告する人は、事前に収入内訳の計算をお願いします。

○扶養家族がいる人は、扶養家族のマイナンバーが分かるカードなども持ってきてください。

○株式・先物、不動産譲渡などの分離課税の所得があった人や青色申告の人は、松山税務署での申告をお願いします。

### 申告が必要な人

令和3年1月1日現在で町内に居住し、次のいずれかに該当する人

- ① 営業、農業、不動産、配当、雑所得（例：年金）など、各種所得がある人
- ② 給与所得者で、勤務先から町に給与支払報告書の提出がない人
- ③ 給与所得者で、給与所得以外の所得がある人

④ 2カ所以上から給与の支払いを受けている人

⑤ 前年に退職し、再就職をしていない人

⑥ 医療費、生命保険料などの控除を受けようとする人

⑦ 無収入で国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入している人（申告をしないと、軽減措置を受けられなくなる場合があります）

### 松山税務署からのお知らせ

#### 確定申告受付窓口と電話相談センターの開設

松山税務署の確定申告会場の開設期間は、2月16日(火)から3月15日(木)です。

3月15日(木)まで、「確定申告電話相談センター」で所得税・復興特別所得税、贈与税、消費税・地方消費税の確定申告に関する質問や相談にお答えします。

#### 日曜日の確定申告受付窓口と電話相談センターの開設日

2月21日(日)・2月28日(日)

☎松山税務署・電話相談センター ☎ (941) 9121

確定申告会場の混雑緩和のため、会場の入場には「入場整理券」が必要です。整理券は会場当日配布するほかLINEで事前発行します。



国税庁 LINE 公式  
アカウント



税務署に出向く必要なし！  
ご自宅等のパソコンやスマホから申告できます。

確定申告書  
作成コーナー  
はこちら →



## 4月からプラスチック製容器包装の分別収集が始まります

分別方法の変更に伴い、プラスチック製容器包装（以下「プラ製容器包装」）ごみの排出方法を詳しく紹介します。

圏生活環境課ごみ対策係 ☎ (962) 7446

### プラ製容器包装ってどんなもの



中身を使い切った調味料のボトルや商品と分離したときに不要となったフィルム、インスタント食品を入れたカップなどで、「プラマーク」が目印です。

**おもちゃや歯ブラシなど、製品そのものがプラスチックのものは「可燃ごみ」です。**

### プラ製容器包装の出し方 Q&A

#### Q. 汚れはどの程度落とせばいいの？

A. 洗剤を使用してきれいにする必要はありません。軽く水ですすいだり、拭き取るなど見た目がきれいであれば問題ありません。

#### Q. 肉や魚のトレイに付いている値札などのシールは、はがさなければいけない？

A. 簡単にはがれるものはがしてください。はがれにくいものはそのまま構いません。

#### Q. スーパーなどで生鮮食品を包んでいるラップと、家庭で使ったラップの分別方法は？

A. 商品を包んでいるラップは「プラ製容器包装」で、家庭で使ったラップは包装に当たらないため、「可燃ごみ」で出してください。

#### Q. ペットボトルの出し方に変更はあるの？

A. ペットボトル本体は従来どおり「ペットボトルの日」に出してください。（「プラ製容器包装」とは別回収）プラ製のキャップやラベルは外して「プラ製容器包装」で出してください。

#### Q. 「可燃ごみ」の指定ゴミ袋を使用するのはどうして？

A. 可燃ごみは処理量に応じて受入先である松山市に対して費用負担するので、引き続き指定ゴミ袋（有料）を使用します。

### 分別作業員に汚れはどの程度まで落とせばいいのか聞いてみました



収集車では、ごみを巻き込みながら回収するので、汚れたものが混じっていると、ほかのきれいなものにまで移り、リサイクルできなくなります。  
汚れが落ちないものや、すすぎにくいものは、「可燃ごみ」で出してください。

### 識別表示に注目し分別



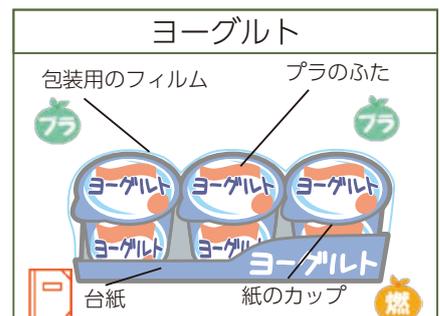
プラ製容器包装



可燃ごみ



雑誌・雑がみ



# 消防団活動等表彰

長年にわたり消防団活動や防災活動に貢献された個人や団体に表彰状や感謝状が贈られました。

☎ 総務課危機管理室 ☎ (962) 6110

## 受賞者 (敬称略)

### 愛媛県知事表彰

表彰名	分団	役職	氏名
功労章	第9分団	団員	森岡数美
	第11分団		泉広重

### 愛媛県消防協会長表彰

表彰名	分団	役職	氏名
功績章	第13分団	副分団長	竹本浩
勤続章	第1分団	団員	山下雅人
	第3分団	班長	三好賢
		団員	城島近正
	第8分団	団員	山本忍
	第10分団	班長	佐川秀作
	第11分団	団員	中村光
坂本明三郎			
内助の功 (感謝状)	第9分団員夫人		渡辺小百合
	第10分団員夫人		佐川美樹
	第11分団班長夫人		青木真弓
	第11分団員夫人		宇都宮好子
団体表彰 (感謝状)	川井区自主防災組織		
	七折区自主防災組織		
	天神区自主防災組織		

### 砥部町長表彰 (勤続3年以上)

分団	役職	氏名
第13分団	班長	水川晃治
第1分団	団員	松尾英則
		橋本潤一
		白石悠樹
		宮田浩明
第4分団	団員	上石康智
第5分団		仙波典晃
第6分団		澤田昌効
第9分団		雑賀雅人
第13分団		

### 砥部町長感謝状 (内助の功)

分団	氏名
第9分団長夫人	田中静
第11分団長夫人	相原麻帆
第13分団長夫人	久保野志麻

### 団長表彰

分団
第5分団
第9分団



年末特別警戒激励式



総合防災訓練時、消防団員による倒壊家屋からの救出方法の指導



豪雨時排水作業 (令和2年7月)

消防団は、各地区に配置されており、火災や風水害などの災害時には、すぐさま活動を行います。団員は、通常は他の職業に就いていますが、災害時の活動以外にも定期的に訓練や町民への防災普及活動なども行っています。団員同士の連帯感と結束力により生まれました絆とまちへの愛情で、私たちの安全を守り続けています。

## 消防団の役割

## 「とべ・ひびき会」が文部科学大臣表彰を受賞



聴覚障がい者福祉団体の「とべ・ひびき会」に文部科学大臣表彰が伝達されました。

障がい者、支援者に対する生涯学習支援活動や幅広い年代を対象に障がいに関する理解を深める活動を、長年続けてこられたことが評価されたものです。

日程 12月8日 場所 砥部町役場 社会教育課 ☎ (962) 5952

## 砥部焼陶板絵付けコンテスト受賞者

「砥部焼 秋のでんさん祭り」期間中、令和3年の干支「丑」をテーマにした「砥部焼陶板絵付けコンテスト」を開催しました。総作品数20点の応募があり、審査の結果、次の皆さん（敬称略）が受賞されました。

### 町長賞



善家美奈子

### 佳作



永見薫平

### 副町長賞



日野舞花



平田志織

### でんさん賞



越智大樹



山本穂高

日程 11月21日～23日 場所 砥部焼伝統産業会館 商工観光課 ☎ (962) 7288

## 「税についての作文」各賞受賞



租税教育の一環として、国税庁と全国納税貯蓄組合連合会が共催で実施している、「中学生の税についての作文」において、砥部中学校の生徒3人が入選しました。  
松山税務署長賞 竹内彩姫さん（3年・写真右）

松山地区租税教育推進協議会会長賞 深沼光彦さん（3年・写真中）  
砥部町長賞 西村舞音さん（3年・写真左）

日程 11月30日  
場所 砥部中学校  
関戸籍税務課 ☎ (962) 2061

## 広田小学校でエコ交通学習



地域公共交通の利用促進事業の一環として、伊予鉄バスの協力により、エコ交通学習を開催しました。  
児童は地球温暖化について学んだ後、ICカードを使った乗合バスの乗り方を練習しました。児童からは「バスは環境に

も乗る人にも優しい乗り物だと分かりました。」や「今からはできるだけバスや電車に乗りたい。」などと感想を述べていました。

日程 12月22日  
場所 広田小学校  
関企画政策課 ☎ (962) 7250

## 第11分団の小型動力消防ポンプが新しくなりました



町消防団第11分団の小型動力消防ポンプが「令和2年度石油貯蔵施設立地対策等交付金」を受けて更新しました。  
新しいポンプは、4サイクルエンジンで、静音性が向上し、二酸化炭素の排出量の少ない環境に配慮されたもので、今後の

消防団活動の利便性が高まりました。

日程 10月14日  
場所 第11分団車庫  
関総務課 ☎ (962) 6110

## テニス大会



17チーム約140人が参加し、予選リーグを勝ち残った5チームによる決勝トーナメントが行われました。  
決勝は昨年と同じ顔合わせとなり、千足Aが2年連続2回目の優勝を果たしました。

順位	団体名
1位	千足A
2位	向南台・上南台A
3位	南ヶ丘
	川井・七折・大角蔵A

日程 12月6日  
場所 陶街道ゆとり公園  
関社会教育課 ☎ (962) 5952

# お知らせ

新型コロナウイルス感染症予防のため、マスクの着用をお願いします。

## 予防接種

今年度の助成対象者が、次の予防接種費用の助成を受けられるのは、**3月31日**までです。

### ■麻しん風しん混合(MR)ワクチン2期

**助成対象** 町に住民登録があり、5歳以上7歳未満で、小学校入学前の1年間にあたる人(生年月日が平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれの人)

**助成回数** 1回

**接種費用** 無料

**接種方法** 希望する医療機関で直接予約の上、お子さんの体調の良いときに接種をしてください。

※接種を受けるときは、予診票・接種券・母子健康手帳を提出してください。

### ■高齢者の肺炎球菌感染症ワクチン

**助成対象** 町に住民登録があり、次の①②のどちらかに該当する人

①令和2年4月2日から令和3年4月1日までに、65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳になる人

②接種時に65～64歳で、心臓、じ

ん臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫低下の重度障がい(身体障害者手帳1級)を有する人

**助成回数** 生涯で1回限り

**接種費用** 4,000円(自己負担額)

**接種を受けるときに持っていくもの**

○令和2年4月に郵送した「高齢者定期予防接種記録カード」(紛失された人は、ご連絡ください)

○本人確認ができるもの(健康保険証、介護保険証など)

### ■成人風しん抗体検査

**助成対象** 町に住民登録があり、昭和37年4月2日～昭和54年4月

1日生まれの男性

**助成を受けられる期限** 令和4年2月28日(日)まで

**検査を受けるときに持っていくもの**

「無料クーポン券」

※紛失された人は保健センターにお問い合わせください。

☎保険健康課健康増進係 ☎(962) 6888

## マイナンバーカード交付の時間延長と休日窓口を開設

平日に、マイナンバーカードの手続きができない人のために、受付時間の延長と休日受付を行います。マイナンバーカードの受け取り・交付申請をしたい人はお越しください。

また、住民票・印鑑・戸籍などの証明書の発行も行いますのでご利用ください。

**日時** 3月7日(日)9時～13時  
3月18日(月)17時15分～19時

**場所** 戸籍税務課

### 取扱業務

○マイナンバーカードの受け取り・交付・更新申請

○住民票・印鑑・戸籍などの証明書の発行

**受け取りに必要なもの**

○交付通知書(はがき)

○通知カード

○本人確認書類(運転免許証など)

※交付申請の場合は、必要なものが申請者により異なりますので、お問い合わせください。

## 国民年金保険料の前納の割引額

国民年金保険料は、前納すると保険料が割引されます。なお、現金納付より口座振替による前納の方が割引額が多く、お得です。

### 2年前納の2年分の割引額

□座振替 15,840円  
□現金納付 14,590円

※2年前納分の全額が、その年の社会保険料控除の対象となります。

### 1年前納の1年分の割引額

□座振替 4,160円  
□現金納付 3,520円

### 6カ月前納の6カ月分の割引額

□座振替 1,130円  
□現金納付 810円

※令和2年度の保険料額による割引額です。

**申込期限** 2月28日(日)

※6カ月前納の期限は2月末と8月末の2回あります。

☎保険健康課保険年金係 ☎(962) 7057

松山西年金事務所国民年金課 ☎(925) 5105 [自動音声案内]

## 交通災害共済加入の受け付け開始

県市町総合事務組合の「交通災害共済」は、最高100万円の見舞金を受け取れる、身近で手軽な公的共済制度です。

令和3年度加入の受け付けを開始しますので、万が一の事故に備え、ぜひご加入ください。

### 掛金（一人年額）

- 一般 700円
- 中学生以下 300円

**共済期間** 4月1日～翌年3月31日

※期間途中で加入する場合は、掛

け金を納めた日の翌日から共済期間満了日までとなります。

**対象** 町に住民登録している人

※加入者の被扶養者で町外に居住している人も加入できます。

**申込方法** 会計課か町内の金融機関で、申込書兼納付書により掛金をお支払いください。

※申込書兼納付書は、総務課で発行します。加入を希望する人は、お問い合わせください。

☎総務課危機管理室 ☎(962) 6110

## 土砂災害警戒区域などの指定に関する説明会

県では、土砂災害警戒区域などを指定するための基礎調査結果を、関係者への配布や県のホームページで公表しています。

調査結果に基づき、土砂災害警戒区域指定予定箇所などに関する説明会を、砥部・広田地域で、オンラインハウス方式で開催しますので都合の良い時間にご参加ください。



▲結果詳しくはHPを確認  
基礎調査結果の詳しい内容はHPを確認

### ■説明内容

○土砂災害の発生状況・防止法  
○土砂災害警戒区域・特別警戒区域で行われる施策と制限される行為

### ■説明会日程

#### ○砥部地域

**日時** 2月13日(日)9時～19時

**場所** 中央公民館4階講座室

#### ○広田地域

**日時** 2月12日(金)9時～19時

**場所** ひろた交流センター2階大ホール

☎中予地方局河川砂防課 ☎(909) 8774

建設課土木係 ☎(962) 6010

## 経営安定補助金実績報告書の提出

町新型コロナウイルス感染症対策中小企業者等経営安定補助金の実績報告書の提出期限が、3月31日頃までです。商工観光課に提出してください。

**提出書類** ○実績報告書○決算書

か確定申告書○月ごとの経費の支出が確認できる書類

☎商工観光課商工労政係 ☎(962) 7288

## 3月1日から7日は「春季全国火災予防運動」

2020年度全国統一防火標語

### 『その火事を防ぐあなたに 金メダル』

春は乾燥が続く上に、風が強いので、1年のうちでもっとも火災が増える季節です。冬の寒さも峠を越え、火の取り扱いへの注意が緩みがちになる春先もガスコンロや暖房器具類の消し忘れなど火災予防に努めましょう。

☎砥部消防署 ☎(962) 2119

☎広田出張所 ☎(969) 2121

## 砥部陶街道五十三次 完巡者プレゼント

**対象** 1月1日から12月31日までに完巡した人の中から10人

**賞品** 町内の特産品1万円相当

### 抽選結果

1月8日(金)に実施した抽選の結果、令和2年中に完巡された312人の中から、10人に特産品「砥部焼・みかん(せとか)・乾しいたけ・七折梅加工品」の詰め合わせ1万円相当をプレゼントしました。

☎商工観光課砥部焼観光係 ☎(962) 7288



## 「消防団普通自動車」を入札により売却

概要	売却物件	消防団普通自動車
	初年度登録	平成15年1月
	自動車検査証有効期限	令和3年1月16日満了
	排気量	1,990cc
所在地		宮内1392番地(町役場)
最低売却価格		136,000円
最低入札保証金(税抜)		6,800円(売却価格の5%以上)
物件詳細		参加申し込みの前に必ず現地、諸規制などの調査確認を行ってください。
入札参加資格		暴力団関係者でない人
入札参加申込方法		総務課にある「普通財産売却資格審査申請書」と発行から3カ月以内の住民票(法人の場合は履歴事項全部証明書)および印鑑証明書を、総務課に提出してください。(郵送可) ※申請書は、町ホームページからもダウンロードできます。
入札参加申込期限		2月19日(土)までの土・日曜日、祝日を除く8時30分～17時
入札の方法		参加資格があると認められた場合は、3月26日(土)までに入札保証金を納付し、受付期間内に砥部郵便局に届くよう、入札書、入札保証金納付済書の写し、入札保証金還付請求書、入札保証金還付先通知書を、郵送で総務課に提出してください。
入札書受付期間		3月22日(月)～4月1日(火)まで
開札日		4月6日(火)
落札者の決定		落札者は、最低売却価格以上の価格で最高の価格を入札した者となります。ただし、落札者となるものが複数ある場合は、くじ引きにより決定します。
注意事項		郵送は、「砥部郵便局留」で特定記録郵便か簡易書留に限ります。
問い合わせ		総務課契約資産係 ☎(962)6110

## 感染症予防【冬場の換気】

急激な室温の変化はヒートショック(住環境における急激な温度差により血圧が大きく変化することで失神、脳梗塞、心筋梗塞など身体へ悪影響を及ぼすこと)の危険があります。

**室温変化を押さえるポイント**

- 暖房で室内を暖めた後、一方向の窓を少しだけ開け、常時換気しましょう。
- 人がいない部屋の窓を開け、廊下や他の部屋を経由し、温まった状態の空気を入れ替えましょう。

- 開ける窓は、対角線上にある2カ所を開けましょう。
- 開けている窓の近くに暖房器具を設置しましょう。(燃えやすい物から距離をあげるなど、火災予防に注意しましょう)
- 定期的な換気の時間を、本来1時間に5分のところ、3分に短くし換気を2回しましょう。

☎ 関保険健康課健康増進係  
(962)6888

## 光ブロードバンドサービス住民説明会

町では、現在、「新たな日常」に欠かせない光ファイバー網による情報通信基盤を町内未整備地域において整備しています。(令和3年3月整備完了予定)

これにより、ご家庭や職場でのインターネット環境が快適になるとともに、町民の皆さんの暮らしがより便利で豊かになる可能性が広がります。

そこで、光ブロードバンドサービスについて、多くの皆さんに知っていただくため、住民説明会

を3回開催します。

**住民説明会日程**

居住地に関係なく、どの会場でも参加できます。

- 第1回目時・場所** 2月10日(火) 18時30分～中央公民館講堂
- 第2回目時・場所** 2月19日(金) 18時30分～ひろた交流センター
- 第3回目時・場所** 2月20日(土) 18時30分～ひろた交流センター

☎ 企画政策課情報推進係  
(962)7250

## 「文化人 井上正夫」所蔵品展開催中

井上正夫の描いた絵や、交流があった文化人に関する資料を展示しています。

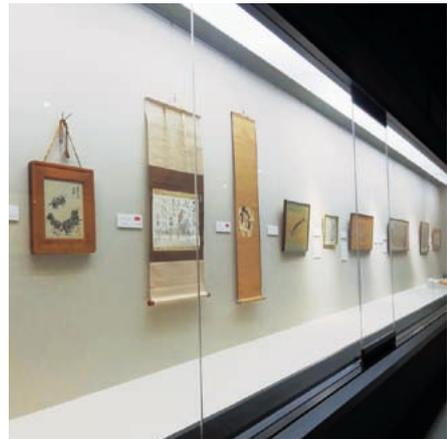
※文化会館休館日はお休みです。

**期間** 5月下旬まで

**時間** 9時～18時

**場所** 文化会館内井上正夫資料室  
 岡社会教育課文化スポーツ係

**☎** (962) 5952



## 募集 新型コロナウイルス感染症予防のため、マスクの着用をお願いします。

## 水道事業審議会委員

**職務内容** 適正な水道料金などに関する審議

**募集人数** 若干名

**会議回数** 年4回程度

**任期** 4月1日～令和5年3月31日

**応募資格** 応募日現在、①～④すべてに該当する人

①20歳以上で町内在住の人

②平日に開催する会議に出席できる人

③町の附属機関などの委員(3つ以上)でない人

④町の議会議員、行政委員会の委員、町職員でない人

**応募方法** 上下水道課と広田支所

にある応募用紙を、上下水道課に提出してください。(郵送、FAX、メールによる提出も可)

※応募用紙は、町ホームページからもダウンロードできます。

**募集期限** 3月5日(金)必着

**選考方法** 選考会で書類審査により選考します。選考の結果は、応募者全員に通知します。

**☎** 上下水道課水道管理係

(962) 7001

**FAX** (962) 6499

〒799-1121 宮内1392

☒ 075-jogesuido@town.tobe.ehime.jp

## 令和3年度児童館クラブ員

児童館では、子育て支援事業の一環として、クラブ活動を開催しています。遊びを通して親子でふれあい、保護者同士の交流や情報交換もできます。お気軽にご参加ください。

**実施期間** 4月～翌年3月

**開催時間** 10時～11時30分

**参加費** 活動内容により、一部負担金あり

**申込受付** 2月16日(火)13時～

※定員(25組)になり次第締め切ります。

※幼児・さんさん・にこにこクラブの申し込みは、重複できません。

※mama友サークルは、随時募集しています。

※直接児童館に申し込んでください。

**申込・問い合わせ**

○砥部児童館(岩谷□115)

**☎** (962) 2868

○麻生児童館(原町249)

**☎** (958) 5187

※開館時間10時～17時(月曜日・祝日を除く)

クラブ名	曜日	対象
砥部児童館	mama友サークル	木 子どもを持つ保護者、妊婦、高齢者など
	幼児クラブ	水 平成28年4月2日～令和2年4月1日生まれの幼児とその保護者
麻生児童館	さんさんクラブ	木 平成28年4月2日～平成31年4月1日生まれの幼児とその保護者
	にこにこクラブ	金 平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれの幼児とその保護者

## 砥れ採れ新鮮組利用者

無人販売ボックスを1年間無料で貸し出します。

**応募資格** ○町内に住所がある人

○毎日、農産物などを出せる人

**貸出期間** 4月～翌年3月

**設置場所** ○役場前○文化会館前

○陶街道ゆとり公園事務所前(2カ所) ○とべ温泉湯砥里館前○砥部衝上断層公園駐車場

**定員** 6人

**募集期限** 2月26日(金)

**申込方法** 住所、氏名、電話番号、希望する設置場所(第1希望、第

2希望)を直接、電話、郵送、FAXで、商工観光課に申し込んでください。

※申込書は、商工観光課と広田支所にあります。町ホームページからもダウンロードできます。

**その他** ○応募多数の場合は抽選

○ボックスは、借受者で管理○ボックスを設置している施設では、ボックス以外での販売を禁止

○商工観光課部焼光係 ☎(962) 7288

〒791-2195 宮内1392

FAX(962) 4277

## 町民農園利用者

令和3年度からの利用を希望する人はお申し込みください。

**利用期間** 4月～翌年3月(最長2年間利用更新できます)

**場所** 拾町347-1

**募集区画** 12区画(1区画約29平方)

**対象** 町に住民登録し、農地の所有または耕作をしていない人で、自ら耕作ができる人

**貸付料** 1区画9,600円

**申込方法** 農林課と広田支所にある「町民農園貸付(更新)許可申請書」を、農林課に提出してください

さい。(郵送可)  
※申請書は町ホームページからもダウンロードできます。

**申込期限** 2月19日(金)必着

**その他**

○申し込み多数の場合、利用者と利用区画の抽選を行います。

○1世帯につき1区画を貸し付けますが、余り区画があるときは複数区画の貸し付けが可能です。

○樹木や果樹などの永年性作物は栽培できません。

☎農林課農業振興係 ☎(962) 5667

〒791-2195 宮内1392

## 町営住宅入居者

<b>団地名</b>	川下団地
<b>募集戸数</b>	2戸(1階)
<b>場所</b>	川登408番地2
<b>構造</b>	鉄筋コンクリート造2階建 (平成5年度建築)
<b>間取り</b>	3DK(和室6畳2間・洋室6畳・DK) 69.8㎡
<b>家賃</b>	16,700円から32,800円 ○共益費が別途3,500円必要です。 ○電気・ガス・水道代などは家賃に含まれません。 ○駐車場が1台分あります。(無料) ○家賃は収入に応じて毎年変わります。
<b>敷金</b>	決定家賃の3カ月分
<b>連帯保証人</b>	2人
<b>入居資格</b>	○現在住宅に困っている人 ○町税などを滞納していない人 ○暴力団員でない人 ○町内に3カ月以上住民登録しているか、勤務先がある人 ○同居する親族がいる人 ○世帯の状況に応じ一定の所得以下である人
<b>申込方法</b>	必要書類を建設課に提出してください。
<b>書類</b>	○建設課と広田支所にある入居申込書※申込書は、町ホームページからもダウンロードできます。 ○住民票(本籍・続柄記載、入居者希望者全員のもの) ○納税状況調査の同意書か完納証明書 ○現住所略図 ○所得証明書(入居者全員)
<b>申込期限</b>	2月26日(金)までの土・日曜日、祝日を除く8時30分～17時15分
<b>入居予定</b>	4月1日(日)
<b>抽選日</b>	3月10日(日)14時～(役場1階第1会議室)
<b>問い合わせ</b>	建設課管理係 ☎(962) 6010

## 令和2年度臨時職員（会計年度任用職員）

	山村留学センター		子育て支援課
募集人数	1人	2人（男女各1人）	1人程度
職務内容	調理、食材管理	児童の指導監督、施設の衛生管理	放課後児童クラブ指導員・補助員
資格	健康で体力に自信のある人		なし（保育士資格、幼稚園・小中学校教諭免許の有資格者優遇）
勤務場所	町山村留学センター		町内放課後児童クラブ専用施設
勤務日 勤務時間	月～金曜日 6時～10時45分・16時～19時 土・日曜日、祝日 7時～12時45分・16時～19時 小学校の長期休業中は勤務なし	月～日曜日・祝日 6時30分～21時のうち7時間45分（週1日程度の宿直あり）	月～金曜日 13時30分～18時30分のうち4時間程度 小学校の長期休業中は7時30分～18時30分のうち6時間程度
雇用期間	雇用日～3月31日（更新あり）		
賃金	日給 6,779円		時給 874円（有資格者 1,058円）
手当など	職務内容により異なりますので、お問い合わせ下さい。		
募集期限	随時		
面接日	本人に通知		
申込方法	履歴書（写真を貼る）を提出してください。		
申し込み 問い合わせ	町山村留学センター 〒791-2204 高市 1143-7 ☎（969）2310		子育て支援課子ども福祉係 〒791-2120 宮内 1369 ☎（962）6299

## 令和3年度臨時職員（会計年度任用職員）

	学校教育課	学校給食センター	保険健康課
募集人数	①小・中学校生活支援員3人程度 ②砥部小学校生活支援員1人	③調理員2人程度 ④作業員1人	1人
職務内容	児童への学校生活の補助など	③給食調理 ④給食の配送、施設内の作業	国民健康保険に係る保健師業務
資格	①②健康で体力に自信のある人 ②看護師資格	③健康で体力に自信のある人 ④3トトラックを運転できる普通自動車運転免許か準中型自動車運転免許以上	保健師免許取得者
勤務場所	①町内小・中学校②砥部小学校	町学校給食センター	保健センター
勤務日 勤務時間	月～金曜日（祝日、学校長期休業中を除く）・7時30分～17時のうち6～7時間	月～金曜日（祝日、学校長期休業中を除く）・8時～16時45分	月～金曜日（祝日、年末年始を除く）・8時～18時のうち7時間45分
雇用期間	4月1日～翌年3月31日		
賃金	①時給 874円②時給 1,058円	日給 6,779円	月給 180,498円
手当など	職務内容により異なりますので、お問い合わせ下さい。		
募集期限	2月25日（因）	2月15日（因）	3月1日（因）
採用方法	書類および面接により決定		
面接日	本人に通知		
申込方法	履歴書（写真を貼る）を提出してください。		履歴書（写真を貼る）と保健師免許書の写しを提出してください。
申し込み 問い合わせ	学校教育課学校教育係 〒791-2120 宮内 1369 ☎（962）4820	町学校給食センター 〒791-2141 岩谷口 460 ☎（962）2240	保険健康課健康増進係 〒791-2120 宮内 1368 ☎（962）6888

新型コロナウイルス感染症の拡大の状況により、実施する催し物や施設の利用など、変更する場合があります。ご利用の際は事前にご確認ください。

## 坂村真民記念館

### ▼「坂村真民のまなざし～坂村真民がみつめていたもの～」展

期間 2月14日(日)まで

### ▼開館9周年記念特別展

### 「海野阿育と坂村真民の世界～版画かかれたあに描かれた真民詩～」展

期間 2月20日(土)～6月13日(日)

### 海野阿育さんの記念講演会

日時 2月20日(土)10時30分～

場所 町商工会館

※入場には特別展半券を提示してください。  
多くの皆様のご来場をお待ちしています。

☎坂村真民記念館 ☎(969)3643

## 砥部焼伝統産業会館

### ▼砥部焼伝統工芸士会展 2021

国の伝統工芸士12人による作品展。

期間 2月14日(日)まで

場所 2階

### ▼砥部焼ひなまつり展

砥部焼の窯元たちが、心を込めて作り上げたひな人形や陶板などを、展示・販売します。

期間 2月6日(土)～3月21日(日)

場所 2階

### ▼砥部焼花器展

食卓、リビングを鮮やかな花で飾りませんか。小さな花器から大きなつぼ、剣山を使う花器などを展示・販売します。

期間 2月20日(土)～3月21日(日)

場所 2階

☎砥部焼伝統産業会館 ☎(962)6600

## とべ動物園

### ▼とべ動物園 ねこ歩き

ネコ科動物の生態や、個体それぞれの特徴を紹介するガイドツアーを実施します。

日時 2月21日(日)14時～15時

定員 抽選で10人(3歳以上)

参加費 1,000円※入園料別

申込方法 2月14日(日)までに公式ホームページから申し込んでください。

☎とべ動物園 ☎(962)6000

## えひめこどもの城

### ▼人形劇フェスティバル

幼児から小学生向けに手作り人形劇を披露します！

日時 2月23日(火)・祝

場所 あいあい児童館2階多目的ホール

定員 先着12組(18歳までの子どもを含む家族)

申込方法 2月15日(日)までに公式ホームページから申し込んでください。

☎えひめこどもの城 ☎(963)3300

## 文化会館

### ▼第54回文化会館友の会講座

### 「砥部焼に出会えて見つけた人生」

講師 山田ひろみ氏(陶芸家)

内容 砥部焼の仕事をはじめからの軌跡

日時 3月7日(日)14時～15時30分

場所 文化会館3階視聴覚室

参加費 500円(茶菓子付き)

※中学生以下無料

申込方法 文化会館に申し込んでください。



☎文化会館 ☎(962)7000

# 俳句

砥部句会

覚えきれぬスマホの機能煤すす払  
マフラーのひとつは妻と揃いかな  
コロナ過を我慢で過ごし十二月  
マフラーはママの手づくりペアルック  
グーグルで辿る古里石路日和  
冬ぬくし餌に見向きもせぬ緋鯉ひこい  
貼りたての障子に午後の日の温み  
柿山を背負ひて柿の直売所  
ふはふはの二十歳のシヨールリサイクル  
まんまるの顔のほころぶちゃんちゃんこ  
日向ぼこ通りすがりも加はりて  
枯尾花魚拓掛けある無人駅  
コロナ過の地球を覆ふ師走かな  
ダンディーな君の襟巻英国風  
先生の隣り取り合ふ日向ぼこ  
待ち人來たらずただの日向ぼこ  
鶏頭の添木に頼る子規忌かな  
マフラーを編んで贈った事もあり

渡部 洋三  
大西 一教  
菊池 明美  
佐々木美知恵  
篠崎 伶子  
長曾我部弓子  
中岡セツコ  
長戸ふじ子  
沼田 千寿  
野村タカ子  
廣末 榮子  
福岡いつ子  
福岡 繁平  
松林 静子  
宮田 弘道  
向井 章子  
向井 初子  
森 安子



# 川柳

川柳とべ吟社

激動の予感へ秋の日の微熱  
冬晴れよ同期入社友が逝く  
赤紅泣いて氷雨の中あかいてにいる  
純粹だったわたしが痛い冬銀河  
建前も本音も知っている鏡  
風はいつも自分らしく生きている  
恩は売らぬ人間臭い鬼おにでいる

松崎奈津栄  
松崎 春子  
石井ひろみ  
田中 貞美  
石手 孝子  
斉藤美恵子  
高畑 俊正

## 消費者力アップ通信

未成年者のオンラインゲーム課金に注意

**相談事例**  
息子が、祖母のスマートフォンで、ゲームに課金した。3カ月続けて、毎月10万円以上の金額が、キャリア決済で請求される。どうしたらよいか。

**アドバイス**  
◆未成年者トラブルは、家族などまわりの保護者が目を配って防止しましょう。  
◆子どもが無断でクレジットカードを利用しないよう、保護者が適切に管理しましょう。

◆未成年の契約は、取り消しができる場合もあるので、すぐに相談しましょう。

**受付時間** 8時30分～17時15分(毎週木曜日と第3金曜日は、専門の相談員が対応)

☎相談窓口(商工観光課内) ☎(962)23367  
消費者ホットライン ☎1888

## 町の文化財

とおりたにやま  
通谷山古墳出土品(町指定工芸品)



通谷山古墳は通谷山丘陵にある円墳で、須恵器38点、鉄器31点が出土している。須恵器の副葬状況を示す資料として、古墳研究史上価値が高い。

はいゆからじし  
上原町天神社灰釉唐獅子(町指定工芸品)



上原町の天神社に奉納されていた陶製の唐獅子で、砥部焼伝統産業会館に展示されている。高さ145㍎(台座含む)、幅78㍎、奥行34㍎。

☎☎社会教育課文化スポーツ係 ☎(962)59952

## 問い合わせ

- ①子育て支援課子育て支援センター係 ☎(907) 5665
- ②とべファミサポ事務局 ☎(962) 1988
- ③砥部児童館 ☎(962) 2868
- ④麻生児童館 ☎(958) 5187
- ⑤ぽっかぽか ☎(958) 3405
- ⑥とべ子育て支援コーディネーター ☎090(8285)7604
- ⑦愛育幼稚園 ☎(962) 2224



新型コロナウイルス感染症の拡大の状況により、実施する催し物や施設の利用など、変更する場合があります。ご利用の際は、事前に各施設にご確認ください。

名称	開催日	時間	場所	対象	内容	問
子育てサロン ♪ポレポレ♪	9日(火)	9時30分～ 11時	JAえひめ中央城南 会館3階 中会議室	乳幼児と保護者	親子遊びの場を提供します	②
ダビデ組	27日(土)	9時～12時	愛育幼稚園	どなたでも		⑦
世代間交流イベント	7日(日)	13時30分～ 15時	麻生児童館	事前申込者(30人)	地域のお年寄りと交流しよう	④
あかちゃんたいむ	10日(火)	10時30分～		乳幼児と保護者	手遊び、絵本の読み聞かせなど	
ぐーちょきぱあ	16日(火)	13時～		未就学児親子	巧技台で遊ぼう	
ぽっかぽか	2日(火)	11時～12時30分 13時30分～14時30分	高尾田あったか広場	どなたでも	フリーマーケット	⑤
	3日(火)	10時30分～			節分ごっこ	
	9日(火)	11時～		当日申込者(先着順)	前髪カット	
	12日(金)	10時～		事前申込者(5組)	体操	
	16日(火)	14時～		どなたでも	ベビータッチケアなど	
	18日(火)	11時～		当日申込者(先着順)	あんまやさん	
	24日(火)	10時30分～		事前申込者(5組)	スクラップブック	
出前ひろば「とべっこ」	22日(日)	10時30分～ 11時30分	老人福祉センター	乳幼児と保護者	木のおもちゃで遊ぼう	⑥

## とべファミリー・サポート・センター(ファミサポ) ☎(962) 1988

### 今月の講習会

「発達障がいを学ぼう！～子どもに寄り添うかわり方について～」

**日時** 2月15日(日) 10時～12時

**場所** 中央公民館3階視聴覚室

**講師** 心理療法士 幸田裕司氏

**申込期限** 2月9日(火)

※託児が必要な人は、ファミサポまでご連絡ください。

### 会員交流会開催

「木のおもちゃとおはなし屋えっちゃんがやってくる!!!」

大人も子どもも大笑いしましょう。

**日時** 2月27日(土) 10時～12時

**場所** 文化会館2階和室

**申込期限** 2月24日(火)

## 図書館だより

●開館時間●

9:00 ~ 18:00

●2月の予定●

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						

- 休館日
- おはなし会
- ひろたのみんのおはなし会
- にこにこほっぺのおはなし会

砥部町立図書館

☎(962) 4400

## 新着紹介

『償いの流儀』

『類』

『死神の棋譜』

『もっ、聞いえな』

『海の怪』

『心淋し川』

『灯台からの響き』

『しょうがの料理』

『戦国の図書館』

『文豪たちのずい謝罪文』

神護かずみ

朝井まかて

奥泉 光

誉田 哲也

鈴木 光司

西條 奈加

宮本 輝

有元 葉子

新藤 透

山口 謠司



『降るがいい』  
佐々木 譲  
河出書房新社 刊

本番当日に失踪した舞台女優と数年ぶりに再会した脚本家の心に去来したものは…。『不在の百合』をはじめ、都会の片隅で生きる人々の一瞬の「真実」を描いた人間ドラマ、全13編を収録。



『雪月花 謎解き私小説』  
北村 薫  
新潮社 刊

乱歩に三島、芥川…。本を読んではスパークする作家魂。花野を歩く心地にて、さらなる謎を探り行き。読む愉しみを分かち合い、時空をめぐる日常の冒険をつづった、初の私小説。



『ブラウスを縫おう。』  
かたやまゆうこ  
主婦と生活社 刊

フレアライン、シャツ、Vネック、ラグラン、ドルマンなど、本の7つのデザインと、それをアレンジした全20着のブラウスを紹介。あやふやになりがちな部分縫いはプロセス写真で解説する。

## 役者 井上正夫

☎(962) 5952  
聞社会教育課文化スポーツ係

井上正夫は、さまざまな文化人と交流がありました。中でも小説家で、国会議員を務めた山本有三とは長年の付き合いでした。

1910(明治43)年、井上が新時代劇協会を立ち上げた頃に山本と知り合いました。

1913(大正2)年、山本らが後援者となり、井上が野外劇「紅玉」を演じました。

1914(大正3)年、井上の盛岡や仙台の巡業に山本がついて回っています。

1915(大正4)年、井上が浅草で連鎖劇に出るようになりました。これは山本が、浅草の劇場の専務と知り合いで、話を通してサポートしてくれたからです。

1920(大正9)年、山本が書いた戯曲「生命の冠」は好評を博し、井上正夫によって上演されました。また、本が出版された際、装丁は井上正夫が行いました。

1943(昭和18)年に発表された「米百俵」は、井上演劇道場

の弟子たちが道場を抜けた後、山本から井上に慰めの電話があり、井上のために書いた脚本でした。

2人の友情は生涯続き、お互い良い作品を作るのに、影響を与え合ったと言えます。

(学芸員 宮本直美)



『生命の冠』



『米百俵』

## 情報あれこれ

実施する催し物は、変更する場合がありますので、ご利用の際は事前にご確認ください。

### 募集

#### 県立松山東高等学校 通信制課程生徒

県内の公立で唯一の通信制課程の高等学校です。入学希望者や興味のある人は、松山東高等学校にご連絡ください。

#### 入学資格

- ① 中学校などを卒業した人
- ② 令和3年3月中学校を卒業見込、または中等教育学校前期課程修了見込の人
- ③ 中学校卒業程度の学力を有すると認められる人
- ④ 高等学校、または中等教育学校後期課程に在籍中、または中途退学した人

#### 出願期間

#### 新入学

1次 2月16日(火)～3月9

日(月)

2次 3月19日(金)～4月1

日(木)

#### 編入学

2月16日(火)～3月9日(火)

#### 転入学

3月15日(月)～3月19日(金)

※願書は本人以外には配布しません

〒愛媛県立松山東高等学校通信制課程 ☎(945)0131



詳しくはHPを確認

#### 出会いイベントボランティア推進員

えひめ結婚支援センターが開催する、独身男女に出会いの場を提供するイベントの「ボランティア推進員」を募集します。

と、そこで誕生したカップルのフォローを行います。※婚活中の人、婚活関連業の人はご応募いただけません。

**日時** 2月19日(金)14時～20時・23日(火)10時～16

時のうち1時間程度

※事前申込、完全予約制

**場所** Joint Terrace えひめring (まつちかタウン内)

**申込方法** 氏名、電話番号、希望日時をメールで、えひめ結婚支援センターに申し込んでください。

〒愛媛県結婚支援センター ☎(933)5596

☒office@m-sc-hime.jp



詳しくはHPを確認

#### 重信川・石手川の河川愛護モニター

松山河川国道事務所は、日常生活で気づいた河川に関する情報を重信川出張所に伝え、河川愛護思想の普及・啓発活動を行うモニターを募集します。

**募集人数** 重信川と石手川の一部を9区間に区切り、1区間(約5歳当たり1人)

**対象** 20歳以上で活動範囲の近隣に居住し、月1回

以上の定期報告などができる人(任期は、原則1年)

**手当** 月額2,800円

**募集期限** 2月26日(金)17時必着

〒国土交通省四国地方整備局松山河川国道事務所

重信川出張所 ☎(958)8215



詳しくはHPを確認

#### ポリテクセンター愛媛4月期生

再就職を希望する人を対象に、新たな技能・技術、専門知識を身に付けるための職業訓練を行っています。

**募集科名** ○機械CAD / NC科 ○溶接ものづくり科 ○電気設備技術科 ○住宅・福祉リフォーム科

**受講料** 無料(教科書、作業服などは自己負担あり)

**募集期間** 2月1日(日)～3月1日(日)

**訓練期間** 4月6日(火)から6カ月  
〒ポリテクセンター愛媛訓

練課 ☎(972)0329



詳しくはHPを確認

#### 対面+オンライン会 社説明会WEEK

県内企業48社が参加。オンラインとリアルな場での説明会を組み合わせた形式で開催します。あなたにとってのやりがいのある仕事・魅力のある会社を見つけよう。

**日時** 3月16日(火)～19日(金)各日10時～15時40分

**場所** 松山市総合コミュニケーションセンター第1・第2会議室、オンライン

**対象** 県内外の学生で令和4年3月卒業予定者、既卒3年以内の人(令和元年～3年3月卒業)

※高校生は除く。  
**定員** 対面のみ各日120人(1社当たり先着10人)

**申込方法** 対面・オンラインとも、専用サイトから申し込んでください。

〒

☎ 岡ジョブカフェ愛Work  
(913) 8686



▲ 詳しくは  
HPを確認

**お知らせ**

**林業退職金共済制度  
(林退共)**

林退共とは、林業界で働く人のために国が作った退職金制度です。事業主が従業者の働いた日数に応じて掛金を納め、その従業者が林業界をやめたときに林退共から退職金を支払います。

**事業主の皆さんへ**

○共済証紙は労働日数に応じて適正に貼付してください。

○共済手帳を所持している従業者が林業界を引退するときは、忘れずに退職金を請求するように指導してください。

詳しくは、お問い合わせください。

岡独立行政法人勤労者退職金共済機構林業退職金共済事業本部 ☎ 03(6731)2889



▲ 詳しくは  
HPを確認

**旧優生保護法一時金  
受付・相談窓口**

旧優生保護法に基づき、優生手術などを受けた人への一時金支給に関する申請受付・相談窓口を設置しています。

詳しくは、中予保健所  
にお問合せください。  
岡中予保健所 ☎ (941)1111

**PCB使用安定器などの期限内適正処理**

照明器具の安定器などのPCB(ポリ塩化ビフェニル)廃棄物は、法律により、期限内処理が義務付けられています。

特に、高濃度PCB廃棄物は、処分期間(令和3年3月31日)が迫っています。今一度、事業所の事務室・作業室・工場・倉庫・化粧室・エレベーター機械室・電気室などを確認してください。  
岡愛媛県循環型社会推進課 ☎ (912) 2358



▲ 詳しくは  
HPを確認

**2月は「相続登記は  
お済みですか」月間**

愛媛県司法書士会では、相続に関する無料相談を実施します。

**場所** 県下各司法書士事務所

※必ず事前予約してください。相談料は無料です。

**相談例** 「登録名義人が亡くなった先々代のままなのですが」「パートナーに全財産を相続させたいのですが、どうすればいいのでしょうか」「相続

いのでしょうか」「相続人の中に行方不明の人がいて、遺産分割協議ができません」など  
岡愛媛県司法書士会 ☎ (941) 8065

**テレビ受信障害対策  
工事**

携帯電話の新しい電波利用開始に伴い、テレビ映像に影響が出る恐れのある一部地域のご家庭にチラシを配布する予定です。  
(必要により訪問)

2月18日以降(予定)に新しい電波が原因で影響が出た場合は、700MHz(メガヘルツ)利用推進協会が無償で回復作業を行いますので、コールセンターにご連絡ください。

**対象地区** 高尾田

岡一般社団法人700MHz利用推進協会テレビ受信障害対策コールセンター ☎ 0120(700)012

**各種相談**

相談内容	日時	場所	問い合わせ
心配ごと相談	2月10日 10時~12時	中央公民館	社会福祉協議会 ☎ (962) 7100
	2月25日 10時~12時		
行政相談	2月15日 10時~15時	ひろた交流センター	総務課総務管理係 ☎ (962) 6110
	2月27日 10時~12時		
人権相談	2月15日 10時~15時	中央公民館	社会教育課社会教育係 ☎ (962) 5952



# 白菜鍋

町食生活改善推進協議会山田幸美さん考案

簡単でおいしい時短レシピを紹介します。

☎ 089-962-7700 健康増進係 (962) 6888



## point

- ・豚肉はお好みの部位をご使用ください。
- ・顆粒だしは和風や中華などお好みのものをご使用ください。

## 材料 (4人分)

- ハクサイ ……………500g
- ニンジン ……………50g
- 豚肉 (スライス) ……………100g
- 植物油 ……………大さじ1
- しょうゆ ……………小さじ2
- 顆粒だし ……………小さじ 1/2
- 塩 ……………小さじ 1/6

## 作り方

1. ハクサイは3等幅のざく切りに、ニンジンは2ミリの厚さの輪切り (大きければ半月切り) にする。豚肉は食べやすい大きさに切る。
2. 厚めの鍋に植物油を入れ、豚肉をさっと炒める。
3. 豚肉に火が通ったらハクサイの茎、ニンジンを入れて炒め、調味料を加えて蒸し煮にする。
4. ハクサイから水分が出てきて少ししんなりしたら、葉の部分を加えて柔らかくなるまで煮て、器に盛り付ける。

<2月1日はフレイルの日>

フレイルは、体重が減少したり、歩行が遅くなったり、疲れやすくなったりすることです。

フレイル予防のためには栄養は大事な要素です。バランスよく食べることはもちろん、たんぱく質を含む食品を意識して食べることを心がけましょう。

上記「白菜鍋」もおすすめてです。ぜひ、お試しください。

たんぱく質を多く含む食品は肉、魚、卵、豆腐・大豆製品、牛乳・乳製品です。

厚生労働省パンフレット

「食べて元気にフレイル予防」▶



広告

随時受付中(パートも相談可)

# とべ和合苑

## 正職員募集

## 介護職員



TEL 089-962-7700

担当: 奥村まで

とべ和合苑

## 編集後記

今月の表紙は、麻生児童館で開催されている2・3歳を対象にしたイベントの様子です。

この日は、親子でタオルの引っ張り合いとリズムダンスをした後、みんなでどんぱしおちたやじゃんけん大会などを楽しみました。

子どもたちにとっては、就園前に集団活動に慣れる場となり、親たちにとっては、子育ての情報交換ができる貴重な場になっていました。(越智)

人の動き(1月1日現在) ●人口 20,714人(-8) 男 9,850人/女 10,864人 ●世帯 9,367世帯(+4)

発行 / 砥部町 (〒791-2195 宮内1392番地)

https://www.town.tobe.ehime.jp/

編集 / 企画政策課 (☎089-962-7250) 印刷 / 株式会社明朗社

この広報紙は、再生紙を使用しています。