

献血にご協力ください

病气やけがなどで輸血を必要としている患者さんの尊い命を救うため、ぜひご協力ください。

日時 12月28日(日)13時15分～16時30分

場所 町役場町民ホール(ロビー)

対象 体重が50kg以上で、男性17

～69歳、女性18歳～69歳の人

※ただし、65～69歳の人は、60～64歳の間に献血の経験がある人に限りません。

問 保健センター ☎(962) 6888



町ホームページで映像素材を提供

砥部町の魅力をより多くの人に発信するために、町の風景・食べ物・文化財・イベントなどの写真データを町ホームページで提供しています。(素材は順次追加)

どなたでもダウンロードできますので、利用規約を守ってご利用ください。



詳しくはHPを確認

問 企画政策課情報化推進係 ☎(962) 7250



よく見て！お子さんの良さを！

お子さんの成長や親子の関わり方を見直してみましよう。

町内の全ての保育所、幼稚園、こども園、小・中学校では、生活や学習、行動などさまざまな面で子どもたちの教育的ニーズを把握し、その可能性を最大限に伸ばそうと取り組んでいます。

お子さんの育ちに気になることはありませんか？

- 落ち着きがなく、集中して話を聞くことができない。
- 友だちとつまく関われない。
- 読み、書き、計算などの学習でつまづいている。



お子さんの得意なことを生かしていますか？

○自信をもってしていることや得意なことを遊びや生活の中に取り入れましよう。

お子さんに応じた関わり方をしていますか？

○できないことを責めるのではなく、

く、どうしたらできるようになるかを考えましよう。

○よいところは、具体的にほめましよう。

○指示やルールは、簡潔、明瞭に示しましよう。

○言葉の指示だけでは、難しい場合は、絵や写真、カードなどの視覚的なものを使うとよいでしょう。



本人の努力だけでは、改善されないこともあります。まずは、各保育所、幼稚園、こども園、小・中学校の担当の先生にご相談ください。

問 学校教育課学校教育係 ☎(962) 4820

運転免許証自主返納支援事業

運転免許証を自主返納する高齢者に対して乗車券などを交付することにより、高齢者の自主返納を促し、交通事故の抑制を図ります。

乗車券の種類

○伊予鉄道株式会社が発行するICい〜カード（5,000円チャージ）

○町内のタクシー会社利用助成券（5,000円分）

交付は1人どちらか1回限りです。

対象 町内に住民票があり65歳以上で、平成30年4月1日以降に全ての運転免許証を自主返納した人。ただし、自主返納後に高齢者となった人を除きます。

申請場所

○松山南警察署（運転免許返納と同時に申請する人）

○介護福祉課（運転免許返納後に後日申請する人）



申請方法

松山南警察署または運転免許センターで運転免許証を返納する。

松山南警察署で返納する場合は、運転免許証の返納と同時に「砥部町運転免許証自主返納事業交付申請書」を記入し松山南警察署へ提出する。

運転免許センターで返納する場合は、後日申請をする場合、介護福祉課に申請書と「運転免許取消通知書」を提出する。

申請日から約1カ月後までに、乗車券を郵送により交付する。

☎ 介護福祉課高齢者福祉係
(962) 7255

歯周病検診を受診しましょう

歯周病を放置すると心臓病や糖尿病、認知症などにかかるリスクが高まります。口腔内の病気を早期に発見し、自分の歯を保ちましょう。

対象 町に住所がある40歳〜74歳の人

※75歳以上の人は、無料で受けられる制度があります。

詳しくは県後期高齢者広域連合 ☎ (911) 7739 にお問い合わせください。

料金 600円（医療機関へ支払）

受診期間 令和4年1月31日圓まで

医療機関 砥部町、松前町、伊予市にある歯科医院（詳細はお問い合わせください）

申込方法 電話で保健センターにお申し込みください。（成人歯周病検診受診票を郵送します）
☎ 保健センター (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など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。

日時 1月9日☐9時〜13時
1月20日☐17時15分〜19時

場所 戸籍事務課

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。

☎ 戸籍事務課住民係 (962) 2026



美化センターへのごみの持ち込みは分別が必要ですが

大掃除や引っ越しなどで出る一時多量ごみや20駄以上のごみは、ステーションに出すことができません。美化センターに直接持ち込むか収集運搬許可業者へ依頼してください。

美化センターで処理する主なごみ

- 20駄以上のごみ
- 一時多量ごみ（引っ越しごみ、自治会清掃ごみなど）
- パソコン（完全にデータを消去したもの）
- 自転車
- 雑ごみ用指定袋に入らないごみ

ごみの持ち込み方

町指定袋を使用する必要はありませんが、分別区分に従って市販のごみ袋に入れたり、紐で縛るなどの対応をお願いします。

排出ルールが守られていないごみの持ち込みはお断りする場合があります。ご理解とご協力をお願いします。

ごみの分別区分については、生活環境課で配布している「ごみの分別表」や「ごみの分別帳」をご覧ください。

※町ホームページからもダウンロード

ロードできます。



ごみの分別の詳しくはHPを確認

処理手数料

美化センターでは、ごみの重量により手数料をいただきます。

重量	料金
20駄以下	180円
21～40駄	370円
41～60駄	560円
61～80駄	750円
81～100駄	940円
100駄を超える場合、20駄増すごとに188円を加える。(10円未満切り捨て)	

リサイクルが義務づけられているものや処理が困難なもの、処理の作業上危険性のあるものなどは美化センターへの持ち込みはできません。処理する場合は購入店または販売店、許可業者に相談してください。

☎ 生活環境課ごみ対策係
(962) 7446

始めよう！筋力アップ運動く体を動かそう③く

筋力、筋肉量は20代をピークに低下していきませんが、スクワットに代表される下肢の筋力トレーニングを続けることによって、筋肉量を増やして筋力を維持したり、向上させたりすることができます。また、筋肉細胞はエネルギーを活発に消費しているため、筋肉量が増えるほど太りにくい体づくりにも役立ちます。

スクワット（大腿の強化）

目線は前方に



両脚は肩幅より少し広めに、つま先はやや外向けに

背筋は伸ばして



膝の頭がつま先より前に出ないようにゆっくり腰を落とす

息をはきながら



バランスを保ってゆっくり立ちあがりもとの姿勢に戻る

手軽にできる！Myスポーツメニューもみんなも一緒に動こうよ！
(スポーツ庁提供)



詳しくはHPを確認

☎ 保健センター
(962) 6888