



(左から)野志市長、茂本さん、宮崎会長

道後温泉別館 飛鳥乃湯泉に、松山南ライオンズクラブから、結成40周年事業で、本市出身のイラストレーター・茂本ヒデキチさんの墨絵が10月17日に寄贈され、野志市長から感謝状が贈られました。墨絵のモチーフは「白鷺伝説」。

道後温泉別館 飛鳥乃湯泉で行われた贈呈式で、野志市長は「日本最古の温泉といわれる道後温泉発見の伝説を描いていたのだき、飛鳥乃湯泉の魅力がさらに高まる」と感謝の意を表しました。墨絵は、2階の特別浴室に向かう廊下に展示しています。

☎ 9349213415
☎ 9349213415
FAX 9349213415



(左から)清水 涼さん、利久さん

9月17日、台風18号の影響で、増水した水路に誤って転落し助けを求めていた男性を、的確に状況を判断して救助したとして10月12日、清水利久さん、寿美さん、涼さん(いずれも春美町)に感謝状と119番メダルを贈呈しました。

利久さんは「孫がいなければ救うことができなかつた。家族が協力して人を助けることができ、大変うれしく思う」と話しました。また涼さんは「無我夢中だったのであまり覚えていないが、『助けて!』という声に対してすぐに対応できてよかった。今後みんなのために続けるようにしたい」と話しました。

☎ 9269269144
☎ 9269269144
FAX 9269269144

野菜をもっと食べよう! 「まつやま・もっと野菜を!プロジェクト」

「野菜は1日350g以上食べましょう」と推奨されていることを知っていますか?野菜を食べると、肥満予防、便秘予防、健康維持などに役立ちます。しかし、愛媛県民の1日の野菜摂取量は約270gで、全国的にみても男性37位、女性29位と低迷しています。また、若い世代の4割近くが野菜を食べない日がある(平成28年松山市民意識調査結果)といったデータもあり、野菜不足は深刻です。

このような現状を打破するために本市では、「まつやま・もっと野菜を!プロジェクト」と銘打って、野菜摂取率向上の取り組みを行っています。

昨年度はリーフレットの作成や、愛媛大学の学生と一緒に野菜の時短レ

シピを考案し、まつやま食育フェスタで人気投票やレシピカードの配布などを行い、周知啓発に取り組みました。

今年度は松山大学生協、生協食堂部局の学生と「野菜レシピコンテスト」を開催中で、コンテストで上位入賞したレシピは、実際に松山大学生協食堂で商品化し、提供される予定です。

みなさんも、ぜひ野菜料理をもう1品取り入れて、健康な体を目指しましょう!



市食育推進キャラクター「モグッピー」

野菜不足度チェックをしてみよう!!

- 野菜を食べることが少ない
- 同じような種類の野菜を使うことが多い
- 外食が多く、肉や魚などたんぱく質中心のメニューが多い
- 麺類や丼ものなどの一品料理を食べることが多い
- 朝食をとらないことが多い
- 便秘がち
- **チェックが3~6個**
➔野菜不足です。しっかり意識をして野菜を食べましょう。
- **チェックが1~2個**
➔あと一歩です。食事の際、もう一皿野菜料理を追加することを心掛けましょう。
- **チェックが0個**
➔合格です!!この調子で多くの種類の野菜を楽しんで食べましょう。

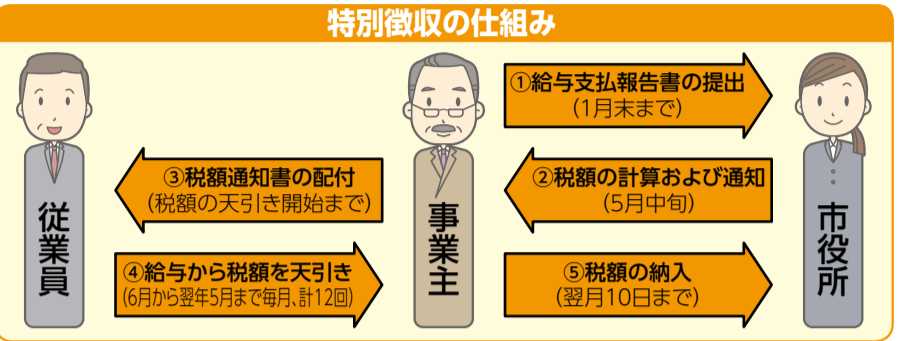
☎ 911-1859 ☎ 925-0230

ご存知ですか!? 個人市・県民税の特別徴収

特別徴収(給与天引き)とは
給与の支払者である事業主が、従業員の個人市・県民税を毎月の給与から天引き(特別徴収)して、翌月の10日までに市へ納入する制度です。事業主は原則全ての従業員個人市・県民税を特別徴収することが義務付けられています。

※従業員には、パート、アルバイト、役員なども含まれます

給与天引きなので、納め忘れもななく安心です。



特別徴収Q&A

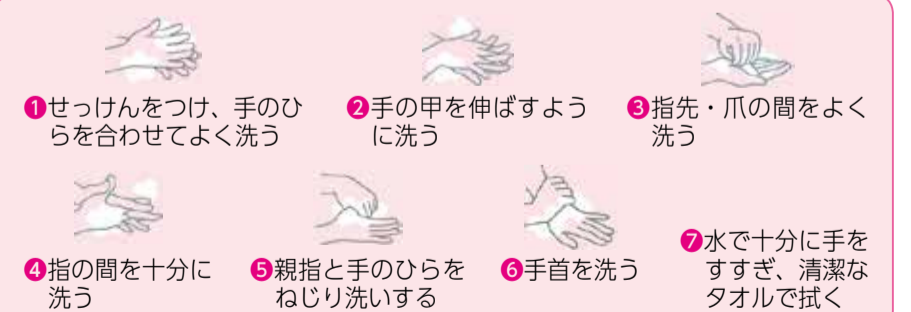
- Q** どうしても特別徴収になりますか?
A 地方税法で特別徴収することが義務付けられていますので、従業員個々の希望で普通徴収(個人が納付書や口座引き落としで納める方法)を選択することはできません。
- Q** 特別徴収にするメリットは何ですか?
A 年12回に分けて給与から天引きされるため、年4回で個人が納める普通徴収に比べて1回あたりの負担が少なくなります。
- なお、市があらかじめ天引きする税額を計算するので事業主にとっても所得税のような税額の計算をする手間はかかりません。
- Q** 特別徴収に切り替える場合、従業員が手続きする必要はありますか?
A 手続きは、事業主が市へ届け出るため、従業員が直接手続きをする必要はありません。
- Q** 2カ所以上で働いているのですが、どちらの勤務先から特別徴収されるのですか?
A 原則として、前年の給与収入額が大きい勤務先から特別徴収されますが、給与支払報告書の内容や前年度の状況から、市がどこの勤務先から特別徴収するかを決定します。
- Q** 会社の給与以外に副業収入があり、会社に知られたくないので特別徴収はしたくないのですが?
A 給与所得にかかる個人市・県民税は、従業員の希望により普通徴収を選択することはできませんが、給与以外の所得にかかる個人市・県民税は、申告時に希望すると普通徴収にすることもできます。

☎ 948-6290 ☎ 934-1802

インフルエンザを吹き飛ばせ!

インフルエンザが心配な季節になりました。予防のポイントをしっかり守り、感染予防に努めましょう。

- インフルエンザ予防のポイント**
- **流行前の予防接種**
予防接種後抗体ができるまでに約2週間程度かかります。12月中旬までの接種がおすすめです。13歳以上
 - は1回、13歳未満は2回接種です。
 - **手洗い・うがい**
外から帰った時は必ず、手洗い・うがいをしましょう。



- **咳エチケットを守る**
咳やくしゃみなどの症状があるときは、マスク(不織布)を着用しましょう。
 - **湿度を保つ**
ウイルスは乾燥している環境で活発になります。加湿器などで湿度を50~60%程度に保ちましょう。
 - **バランスのとれた栄養と十分な休息**
 - **早めの受診**
38度を超える急な発熱や全身倦怠感などの症状があるときには、早めに医療機関を受診しましょう。
- ☎ 911-1817 ☎ 925-0230