

災害時の食料備蓄、ベジフルカット&盛り付け、お山に登ろう特集

まつやま水の情報誌

# ていれぎ

2014  
春・夏号

vol. 48

TAKE FREE

普段の買い置きからスタート!

## 災害時の 「食料備蓄」のコツ

春夏の野菜とフルーツを使って

## おいしく魅せる カットと盛り付け

松山・愛媛の

## お山に登ろう

平成26年4月1日から  
水道料金が変わります

大人2人分、一週間分の備蓄食料例

水	2リットルのペットボトル21本程度
主食	無洗米1袋(5kg)、真空パックのもち8個、 <b>スバゲティ・パスタ類300g×3袋、素麺やうどん(乾麺)300g×2袋、おかゆ(レトルト)2袋、小麦粉小1袋(500g)、インスタントラーメン4個</b> ※乾パンやロングライフのパンなども可
野菜	常温 ジャガイモなどのいも類4~5個、タマネギ4~5個、ゴボウ1本、ニンニク1個
果物	缶詰 コーン缶2缶、トマトソース缶2缶、 レトルト パスタ用ソース(レトルト)2袋
乾物	切り干し大根1袋、きくらげ1袋、スライス干しいたけ1袋、乾燥ねぎ1袋
果物他	野菜ジュース8缶、フルーツ缶4~5缶、バナナ2~3本
肉類	缶詰 ミートソース缶2缶、コンビーフ缶(ソーセージやスパムでも)組み合わせて4~5缶、焼き鳥缶2缶、鶏ささみ水煮缶2缶
レトルト	レトルトカレー2袋、牛丼の素2袋、麻婆豆腐の素2袋(いずれも肉入りのもの)
魚類	常温 魚肉ソーセージ4本、鮭フレーク1瓶
缶詰	ツナ缶4缶、鮭缶2缶、あさり(またはホタテ)の水煮2缶、魚の蒲焼(またはみそ煮)缶4缶、おでん(レトルト)2食分
レトルト	かつおぶし(ミニパック)4袋、桜エビ1袋、ちりめんじゃこ1袋
大豆・豆製品	常温 充填豆腐100g(または豆乳)×4個
乾物	高野豆腐1袋
缶詰	大豆水煮缶2缶、ミックスビーンズ2缶、豆甘煮缶2缶
乳製品	ロングライフ牛乳200ミリリットル×2本
汁もの	インスタントスープまたは即席みそ汁6食分
その他	のり1袋、シリアルやクラッカー1袋、水煮うずら卵1袋、梅干し4~5個、春雨1袋、こんにゃく1袋、らっきょう瓶詰1瓶、海藻サラダやカットわかめ1袋、すりごま・麩など1袋、ジャム1瓶、とろろ昆布1袋、かたくり粉1袋
調味料	基本調味料各種、サラダ油、ゴマ油、みそ、マヨネーズ、ぼん酢しょうゆ、麵つゆ、スープの素など
嗜好飲料	スポーツドリンク、お茶類、ジュース、コーヒーなど
間食	チョコレート、クッキー、キャラメル、みつ豆缶、ナッツ類、羊羹、常温保存可能なゼリーなど 適宜

ベターホーム協会の資料引用

備蓄食料を選ぶポイント

- 常温保存可能なもの
- 美味しいもの・食べ慣れている好きなもの
- 違う種類のものを少しずつ
- できるだけ塩分の少ないもの

乾麺やパスタはゆで時間の短いタイプを

レトルトのおかゆは水分が摂れ、食欲のないときにも食べやすい。乾燥野菜をプラスするとボリュームもアップ



野菜の乾物はもどし汁も利用できる

リンゴ、ミカン、キウイなど果物も常時置きたい

缶詰は食べきりサイズで、缶切りのいらぬタイプを選ぼう



成長期の子供のいる家庭は特に保存しておきたい



水分が摂れて温かい汁物は災害時に必須。日頃からうす味を選んでおくとよい



使用中+予備1をストックしておくで安心

スチール缶はさびやすいので長期保存はアルミ缶のものを

甘い物や嗜好品は、気持ちを落ち着かせる役目。カロリーの高いアメやチョコは、『非常持ち出し袋』用にも備えておきたい



普段の買い置きからスタート!

# 災害時の「食料備蓄」のコツ

~もしもの備えはいつもの食卓から~

ライフラインが絶たれた時、自分と家族を守るのは「食料の備え」と「食べる知恵」。食に関しても、もしもの時のことを日頃からイメージしたいですね。普段の食卓からできる、食料備蓄のポイントを紹介します。

(取材協力/管理栄養士・公認スポーツ栄養士 松山大学女子駅伝部コーチ 大田美香さん)



Lesson 1  
食料品の  
買い置きを習慣化

Lesson 2  
備蓄食材で  
栄養メニュー

Lesson 3  
アイデアで  
非常時を乗り切る



写真提供/ベターホーム協会

備蓄食料の一例。普段使いできる食材を中心に。保管の際、賞味期限をチェック。期限の近いものをまとめておくなどの工夫をしましょう。

..... 乳幼児や高齢者、食事制限をしている人の食べ物も忘れないで! .....

**乳幼児がいる場合** ●粉ミルクとほ乳瓶...母乳は環境の変化で出なくなることもあります。ほ乳瓶で作ったミルクはカイロを用意しておくで温めることができます。

●離乳食...塩分が少なめで食べやすいので、高齢者の食事にもなります。

**高齢者がいる場合** 固い物が食べられない、食べ物が飲み込みにくい方がいる場合は、おかゆなど柔らかくて食べやすい備蓄品を多めに用意。

**食事制限をしている人の場合** 糖尿病・腎臓病・難病などの方、アレルギー体質の方は、それぞれの状態にあった備蓄品を必ず用意しておきましょう。

## Lesson 1 食料品の買い置きを習慣化

「備蓄一週間分なんて置くところがないわ!」と思わないで、普段使っている食品の「買い置き」から始めましょう。ストック(備蓄)をローリング(回転)させることからローリングストックと呼ばれる食料の備蓄方法です。特別な保存場所もいらず、賞味期限の近いものから使えば、期限切れで廃棄するロスもありません。

備蓄食料選びの重要なポイントは、保存性の高いもの、自分の好きなもの、美味しいものを選ぶこと。災害時には不安やストレスで食欲がなくなります。そんな時でも食が元気の源になるよう、日頃から食べ慣れた、お気に入りの味を選んで備蓄しておきましょう。

### “非常食”と“備蓄食料”は違うの?

どちらも、災害やもしもの時のための食の備えですが、目的が異なります。

**非常食**は、一時避難する際に携帯しておきたい備え。持ち運びがしやすいように軽量でかさばらず、カロリーの高い食べ物をいれます。『非常持ち出し袋』に入れておくでよいでしょう。

**備蓄食料**は、長期にわたって食べ物を入手できない事態への備え。電気・ガスが使えない、外出や買い物ができない状況下で、ストレスをためず、健康で普段と変わらない食事をするための備えです。

## 非常時の調理にお役立ちグッズ



### 調理の必需品「カセットコンロ」

電気・ガスの熱源がストップしてしまった中で、温かい物を食べると体も心も温まります。カセットボンベは少し多めに買い置きしておきましょう。



### 何役もこなす「ラップ」

水の使えない時にはラップが活躍。皿にカバーし、使用後はがせば衛生的で安心です。おにぎりを握る時や、包帯の代用にもなります。



### まな板いらずの「キッチンばさみ」

水が使えない状況でまな板を使うのは不衛生です。食材を切るのにはキッチンばさみが活躍します。ピーラーも便利。



### 災害時に役立つ「ポリ袋」

食材を混ぜたり・和えたりする時に使えます。また、肉や魚などを扱うときには手袋がわりにもなります。



### 短時間で調理できる「圧力鍋」

汁ものの加熱が短時間でできて、燃料の節約に。また野菜などを蒸した後の汁は、お味噌汁やスープにもできます。



### 「ツナ缶」がランプに

油漬のツナにドライバーなどで穴を開け、ランプの軸としてねじったティッシュを入れて油を吸わして点火。火が消えた後、中身も食べられます。

火や水が十分に使えない限られた環境の中でも、調理することができると、ノウハウを普段から知っておくと、いざというときに安心です。家族で野外キャンプをする時に、災害時を想定して調理体験してみるのもおすすめです。非常時に困ることや、どんなものが必要か分かりますよ。

## Lesson 3

# アイデアで非常時を乗り切る



アウトドアで使用するバーベキューコンロや、ランタン、食器類は非常時にも役立ちます。

### 鍋でご飯

家庭の鍋で試してみよう

- 1 といだ米一合につき、水200ミリリットルを入れる
- 2 鍋のフタをせず強火で沸騰させる
- 3 沸騰したら、底から軽くかき混ぜる
- 4 フタをして15分ほど弱火にかける
- 5 炊きあがったら15分ほど蒸らして出来上がり

### ●忘れてはならないトイレの備え

災害時は水洗トイレが使えない状況になります。トイレに行く回数を減らそうとして、水分の摂取を控えると、食べる量も減って身体に悪影響を及ぼすことに。「携帯トイレ」・「簡易トイレ」の準備など、水が使えない場合の対処法を知っておきましょう。

※いつも手を洗えないので、「除菌スプレー」・「ウェットティッシュ」の用意も忘れずに



## Lesson 2

# 備蓄食材で栄養メニュー

避難生活では、栄養が偏るので風邪をひきやすくなり、不衛生なトイレ事情も影響して便秘になりやすいという問題も起こります。どうしても不足しがちなミネラルや食物繊維には、昔の人から受け継がれた伝統的な保存食が活躍します。また、缶詰はタンパク質のとれるおかずになり、味付け済みなら、調味料もいりません。備蓄食材を使ったメニューをいくつか紹介しましょう。

- ポイント
- 冷蔵庫にある傷みややすい食材から
  - 水分摂取にスープ・汁など
  - 乾物・缶詰でバリエーションUP



タンパク質・鉄分を含む高野豆腐はぜひ備蓄に取り入れた優秀食材

### 高野豆腐のクルトンのサラダ

水で戻して水気を切り、小さくちぎって油でカリッと焼き上げてクルトンにすると、食感が苦手な人でも食べやすくなります。



スープにも



大豆はカレーやスープにも

### 大豆の炊き込みご飯

和風なら「大豆缶」と「ツナ缶」に塩コブを入れ、洋風なら「大豆缶」「トマト缶」「ツナ缶」にコンソメをプラスするとおいしい炊き込みご飯の出来上がり。



味付けは野菜ジュース缶

### 野菜ジュースご飯

栄養と水分の両方摂取できる野菜ジュースを入れて、ご飯を炊けば洋風ライスに。あればチーズをプラス。



切り干し大根は野菜が入りにくい時に重宝

### 乾物の麺つゆびたし

切り干し大根などの野菜、ワカメなどの海藻類を水で戻し、麺つゆに漬ければ味付けいらず。

## 【備蓄しておく安心な食材】

### 炭水化物

エネルギー源となるご飯類・麺など炭水化物は欠かせない。腹持ちのよいものは水がないときでも重宝。



### タンパク質

- 大豆…そのまま食べられるゆで大豆の缶詰やパック入りは普段の料理でも活躍。
- 高野豆腐…良質なタンパク源で、カルシウムや食物繊維も豊富。
- 肉・魚の缶詰…焼き鳥缶、コンビーフやツナ缶、オイルサーディン缶などあればタンパク質のおかずがOK。



### カルシウム

チーズ類・チーズかまぼこなどは常備におすすめ。「いりご」は噛むことでストレス解消にもなる。



### ビタミン

ニンジン・ジャガイモ・カボチャ・タマネギなどの日持ち野菜を常備。ニンジン・カボチャの明るい色は食欲を促してくれる。食物繊維も豊富。ジャガイモはカロリー補給にもなる。



### ミネラル

- ひじきやわかめ、昆布などの海藻は食物繊維も含ま野菜不足の時の強い味方。
- 伝統食の切り干し大根、干しいたけは、火を通さなくても水でもとせるので便利。



### サプリやエネルギーゼリーもお助け食品

ご飯・パンが中心で栄養が偏りがちになってしまう時、食欲がない時などは、エネルギーゼリーなどで補給。ビタミン剤などのサプリメントや、保存が良く青汁の粉末なども役立ちます。



## 甘酢の力でいつもの野菜をいっぱい食べる

### 野菜の甘酢漬け

【材料】甘酢：酢5カップ、砂糖3カップ、塩小さじ2、うすくち醤油50cc  
※酢もの・南蛮漬けにも使える  
セロリ・キュウリ・パプリカ・ピーマン・ニンジン・ミニトマト・大根・レンコン・ゴボウなど  
ローリエ・黒粒こしょう・トウガラシなどの好みの香辛料

- ①ピンの高さに合わせて野菜を切る。好みの形に型抜きしてもよい。
- ②セロリは筋を取り、キュウリは種の部分をそいでおく。
- ③ミニトマトは湯むきし、レンコン、ゴボウは酢水で茹でて水気を切る。
- ④味をしみこませるために③以外の野菜に熱湯を回しかけ、水気を切る。
- ⑤ピンに野菜を入れて甘酢を注ぐ。ローリエ、黒粒こしょう、トウガラシなどを好みで入れる。



漬け込む前の野菜。旬のものを用意。

アクのある野菜は下ごしらえを!

おすすめは、生で食べられる野菜。アクのあるゴボウ・レンコンなどは、火が通るくらいまで酢水で茹でて使うときれいに仕上がる。

型抜き後の端材も無駄にしないで使い切ろう!

細かく刻んで熱湯をかけ、水気を切ってから甘酢やドレッシングに漬け込む。パンやクラッカーにのせたり、タルタルソースの具に使うこともできる。



## マンゴーのカットは三枚おろしが基本

### マンゴーカップ

- ①マンゴーの幅が一番細く見える側面からナイフを入れ、大きくて平べったい種をよけながら「三枚おろし」のように切り分ける。種の部分は使わない。
- ②果肉の1つをカップにする。底になる部分を薄く切っておく。
- ③果肉の皮近くにナイフを入れ、中身をくり抜き、ひとくち大に切る。
- ④②の切ったものを③のくり抜いた部分に上からはめると、マンゴーカップの出来上がり。

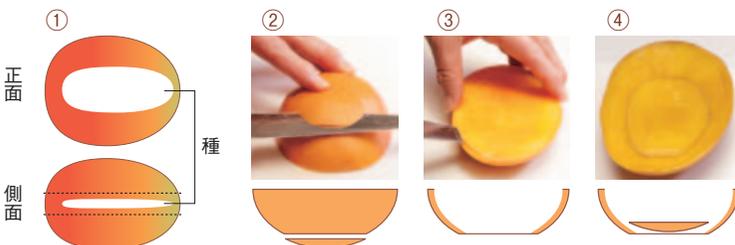


1個がこんなに華やかに!

左/マンゴーカップに果肉をひとくち大に切って盛ったもの  
下/皮を木の葉型のお皿に見立てたもの  
右/4分の1くらいまで果肉と皮の間にナイフを入れ、皮を斜めにカットしたもの

マンゴーの上手な選び方

- ヘタの周りが盛り上がっているもの
- ヘタの匂いを嗅いで、甘い香りがするもの
- キズが少なく、黒い斑点が少ないもの



## 春夏の野菜とフルーツを使って

# おいしく魅せるカットと盛り付け

食欲の落ちやすい季節。ひと工夫して、味も見た目も涼やかに楽しみませんか。

手軽なアレンジで野菜とフルーツがたっぷり食べられます。

(レシピ提供/取材協力/ジュエルフルーツクリエイター、野菜ソムリエの松岡恭子さん)

## 鮮やかなハーブティーとカットフルーツで、おもてなしデザートが誕生

### ローズヒップティーのフルーツポンチ

【材料】シロップ：ローズヒップティー(水400cc・ティーパック2つ・砂糖大さじ5)、レモン汁2分の1個分  
オレンジ・キウイ・パイナップル・イチゴ・ブルーベリーなど、ミントの葉

- ①沸騰した湯でローズヒップティーを作り、砂糖を溶かす。
- ②常温まで冷ました①にレモン汁を加えてシロップを作り、冷蔵庫で冷やす。
- ③ひとくち大に切ったフルーツを器に入れシロップを注ぎ、ミントの葉とブルーベリーを飾る。

### ジュレにするアレンジ

- ①80℃くらいに温めたシロップ(150cc)に粉ゼラチン(2g)を振り入れて溶かし、容器に移して冷蔵庫で冷やす。
- ②固まったらフォークで崩して器に盛り、フルーツ、ライム、ミントの葉を添える。

※レモン汁を入れると鮮やかな色が保て、酸味で味がしまる。仕上げにライムを飾り、爽やかさをプラスしてもよい。



### ミントとブルーベリーのかわいい見せ方

小さい芽があるミントは、そのまま使う。双葉のミントはブルーベリーを真ん中に添えて飾る。



ビタミン豊富なローズヒップティーとコラーゲンを含むゼラチンは夏におすすめ。

## ま〜るくり抜いてかわいい串だんごに!

### フルーツの三色だんご

【材料】クインシーメロン(オレンジ)、アンデスメロン(グリーン)、スイカ

- ①スイカは種をのけながら、フルーツボーラー(くり抜き器)で丸く抜く。
- ②同じようにくり抜いたメロンと一緒に串に刺す。

※キウイやマンゴーなど、手に入るフルーツを使いましょう。



フルーツを丸くり抜くコツは、フルーツボーラーを深く入れてぐるっと回す。



# 松山・愛媛のお山に登ろう

## 服装・装備のポイント

日帰り登山の場合でも十分すぎるぐらいの準備をしましょう。晴れていてもレインウエアは必携。風の強い日はウインドブレーカーの代わりになりませ。ストックは足への負担を大幅に軽減させるのでおススメ。山登りは暑くなったたり寒くなったりの繰り返し。登る途中はTシャツでよくても頂上まで

上がるとダウンジャケットが欲しくなることもあります。重ね着を基本に脱ぎ着ができるようにしましょう。ウエアは素材が大事。購入の際は保温力や汗を吸って外に発散する力の優れた素材を選ぶようにしましょう。



## 日帰り登山でも準備したい 服装・装備

- ウェア (体温調節できるように上着も)
- レインウエア (山の天気は変わりやすいので)
- リュック (両手を使えるように)
- ストック (関節や筋肉にかかる負担を減らす効果大)
- 携帯用トイレ
- 飲み物、弁当、チョコなどの非常食

## 水分補給について

山はトイレが少ないので、意識して水分補給を控えたり、荷物を軽くするために飲み物を十分用意しなかったりすると、脱水症状を起こしやすくなります。山登りは平地を歩くのと違って、意外と汗をかきます。水分は、まず歩き出す前に摂り、歩き始めてからも、こまめに摂ることが必要です。のどが渇く前に早めに補給すること。渇きを感じた時は、すでに体の脱水症状が始まっているのです。

## ハイキング気分

## 淡路ヶ峠 (松山市)

標高 / 273m  
頂上までの所要時間の目安 / 約30分

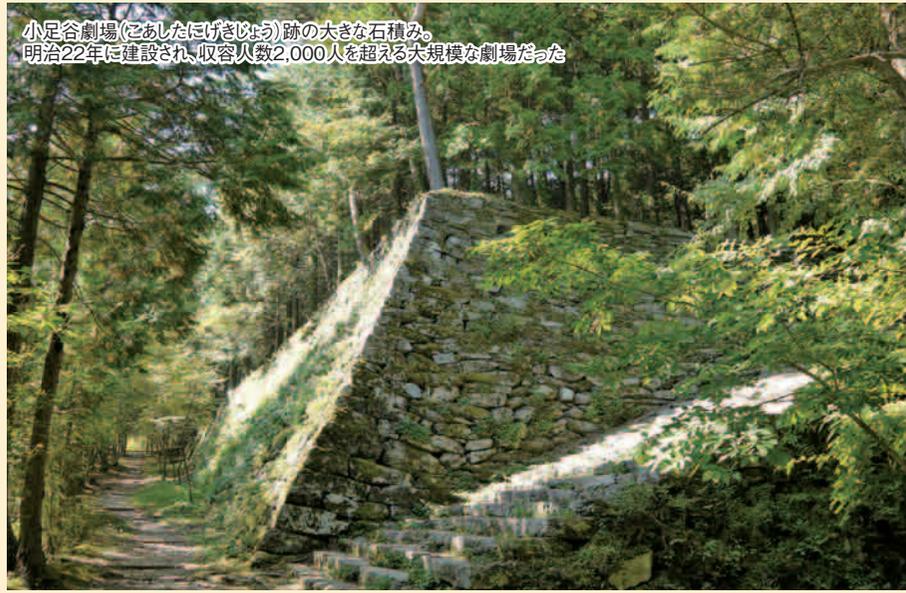


180度以上の展望が広がる素晴らしい眺め

登山ブームの昨今、「山ガール」なる人がますます増えて、盛り上がりを見せています。ここでは気軽に登れる松山の淡路ヶ峠と、ちよつと本格的に登る新居浜の銅山を紹介しましょう。絶景や緑に癒されますよ。

## 圧巻の道後平野が一望できる

松山市桑原地区にある小高い山。お洒落な展望台が整備されていて、眼下に道後平野が広がる景色は圧巻。松山城や瀬戸内海、三坂峠の方向までこれほど近くで一望できる場所は珍しいでしょう。ルートは3つあり、どれも気軽に登れます。毎日登っている地元の人に出会うことも。砂防ダムルートとダム奥ルートには駐車場あり。



小足谷劇場(こあしたにげきじょう)跡の大きな石積み。明治22年に建設され、収容人数2,000人を超える大規模な劇場だった

## 銅山越 (新居浜市)

標高 / 1294m  
登山口からの距離 / 約4km  
登山口からの標高差 / 約500m  
頂上までの所要時間の目安 / 約1時間40分



鉱脈を探すロッド先のダイヤモンドが回収不能になったことから「ダイヤモンド」と命名された湧水。登山の途中にここで休もう！



銅山の事故や火災などで亡くなった人を弔う蘭塔場(らんとうば)と呼ばれる墓場



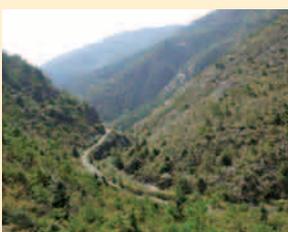
要人の宿泊や宴会、社員の懇親会に使われていた小足谷接待館跡。赤レンガの塀が当時をしのばせる



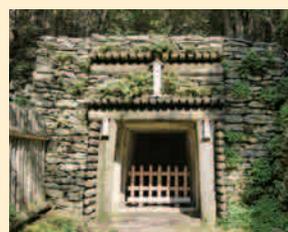
ツガザクラの群生。常緑の低木で、花は淡いピンク色を帯びている



コの字の石積みの中には生き倒れた人を慰霊するためにお地蔵様を安置



運搬道路だった牛車道は現在登山道として利用



最初の坑道の歓喜坑(かんきこう)。鉱床を見つけて大喜びしたことから命名

## MEMO

- トイレ / 日浦登山口に水洗トイレあり。
- 登山口までのアクセス / 新居浜ICから県道47号(新居浜別子山線)に入り約1時間で日浦登山口に到着。駐車場あり。
- 登山ガイド / 別子山森林公園ゆらぎの森 (☎0897-64-2252) にお問い合わせをしてください。

※山の北面は午後によく霧が出るので、新居浜市街の眺望を楽しみたいなら午前中に頂上に着くようにしましょう。



◎新居浜市役所別子山支所 ☎0897-64-2011

## 森の中のあちこちに 旧別子銅山の遺跡が眠る

銅山越は別子山と新居浜を結ぶ重要な峠路だったところ。ツガザクラやアカモノの群生で知られますが、同時に、江戸く大正期まで栄えた旧別子銅山の遺跡の宝庫。日浦登山口から登り始めると、山中には小学校や劇場跡、坑道入口などの石積みがかしこに見られます。当時の面影が残る産業遺跡群を目の当たりにすると、そのころの賑わいが聞こえてくるよう。尾根に出ると、銅板のレリーフがある山頂に到着。東に目をやるとアケボノツツジの大群生地である西赤石山がそびえています。銅山越はツガザクラのシーズンの5〜6月、最も多くの人で賑わいます。

# 新 水道料金表

水道料金は、基本料金と従量料金で構成されています。

水道料金 = **基本料金** + **従量料金**

平成26年4月1日から

基本料金(月額)			従量料金(月額)					
水道メーターの口径	旧料金	新料金	用途	水道メーターの口径	段階	使用水量	1m <sup>3</sup> につき	
							旧料金	新料金
13mm	750円	771円	一般用	13mm 20mm	第1段	1m <sup>3</sup> から10m <sup>3</sup> までの分	35円	38円
20mm	900円				第2段	10m <sup>3</sup> を超え20m <sup>3</sup> までの分	155円	159円
25mm	1,700円	1,749円			第3段	20m <sup>3</sup> を超え30m <sup>3</sup> までの分	230円	237円
30mm	2,800円	2,880円			第4段	30m <sup>3</sup> を超え50m <sup>3</sup> までの分	255円	262円
40mm	4,400円	4,526円			第5段	50m <sup>3</sup> を超え100m <sup>3</sup> までの分	260円	267円
50mm	8,000円	8,229円			第6段	100m <sup>3</sup> を超え500m <sup>3</sup> までの分	265円	273円
75mm	16,000円	16,457円			第7段	500m <sup>3</sup> を超える分	270円	278円
100mm	26,000円	26,743円		25mm 以上	第1段	1m <sup>3</sup> から20m <sup>3</sup> までの分	180円	185円
150mm	52,000円	53,486円			第2段	20m <sup>3</sup> を超え30m <sup>3</sup> までの分	230円	237円
					第3段	30m <sup>3</sup> を超え50m <sup>3</sup> までの分	255円	262円
					第4段	50m <sup>3</sup> を超え100m <sup>3</sup> までの分	260円	267円
					第5段	100m <sup>3</sup> を超え500m <sup>3</sup> までの分	265円	273円
					第6段	500m <sup>3</sup> を超える分	270円	278円
150mmを超えるものは、 公営企業管理者が別に定める。				公衆 浴場用	13mm	第1段	1m <sup>3</sup> から10m <sup>3</sup> までの分	35円
		20mm	第2段		10m <sup>3</sup> を超える分	90円	93円	
		25mm 以上	1m <sup>3</sup> から		90円	93円		

料金表の各単位は消費税および地方消費税(8%)相当額を含みます。

平成26年4月1日から

# 水道料金が 変わります



## 改定の内容

<b>消費税</b>	消費税率の引き上げ(5%→8%)に伴い、増税分を料金に上乘せします。
<b>基本料金</b>	次とおり基本料金を一部値下げします。 改定前 13mm <b>750円</b> (消費税率5%) 20mm <b>900円</b> 改定後 13mm <b>771円</b> (消費税率8%) 20mm <b>771円</b> 水道メーターの口径20mmを値下げし、13mmと20mmの基本料金を同じにします。
<b>従量料金</b>	次とおり従量料金を一部値上げします。 水道メーターの口径13mmと20mmの第1段階(使用水量10m <sup>3</sup> /月まで) 改定前 <b>35円</b> (消費税率5%) 改定後 <b>38円</b> (消費税率8%) ※単価引き上げ分:2円、消費増税分:1円
<b>加入金</b>	新築などで水道管を新たに引き込んだり、水道メーターの口径を大きくする場合には、お支払いいただくものです。 平成26年4月1日 申し込み分から、 加入金を廃止します。

### お得!!

水道料金を口座振替でお支払いいただくと、1カ月当たり50円を割引いたします。

※初回の振替日で引き落としできた場合に限りです。



## 水道料金の計算方法

水道料金は、2カ月分をまとめてお支払いいただいています。料金の計算は1カ月単位で行っています。

例) 2カ月で35m<sup>3</sup>使用した場合は次のような計算になります。  
(一般用・メーター口径13mm・20mm)

- ① 使用水量を2で割り、1カ月当たりの水量を算出します。  
35m<sup>3</sup> ÷ 2 = 17.5m<sup>3</sup>  
→ 1カ月目を18m<sup>3</sup>と2カ月目を17m<sup>3</sup>として計算します。
- ② 1カ月当たりの水量に基づき、料金を算出します。

【1カ月目…使用水量18m<sup>3</sup>】

基本料金	771円
従量料金	
第1段(1m <sup>3</sup> から10m <sup>3</sup> までの分)	@ 38 × 10m <sup>3</sup> = 380円
第2段(10m <sup>3</sup> を超え18m <sup>3</sup> までの分)	@ 159 × 8m <sup>3</sup> = 1,272円
合計	2,423円

【2カ月目…使用水量17m<sup>3</sup>】

基本料金	771円
従量料金	
第1段(1m <sup>3</sup> から10m <sup>3</sup> までの分)	@ 38 × 10m <sup>3</sup> = 380円
第2段(10m <sup>3</sup> を超え17m <sup>3</sup> までの分)	@ 159 × 7m <sup>3</sup> = 1,113円
合計	2,264円

- ③ 1カ月目と2カ月目の料金の合計が、お支払いいただく水道料金です。  
2,423円 + 2,264円 = 4,687円

### 水道に関するお問い合わせ先

#### ● 料金の支払・手続・検針

(株)ジェネッツ 松山営業所  
☎089-915-0311

受付時間/平日8:30~18:00  
土・日・祝8:30~17:00

#### ● 料金制度

松山市公営企業局 水道サービス課

☎089-998-9803

受付時間/平日8:30~17:15

### 下水道使用料に関するお問い合わせ先

松山市 下水道サービス課

☎089-948-6530

受付時間/平日8:30~17:15

検針や収納の事務効率化を図るため、水道をご利用の場合は水道料金と下水道使用料とを合わせてお支払いいただいています。

松山市公営企業局  
では水道料金徴収  
業務等を(株)ジェネ  
ッツに委託しています。

## 新料金はいつから?

水道メーターの検針は2カ月に1回で、お客さまによって奇数月の場合と偶数月の場合があります。今回の改定では、下表のとおり6月の検針分から新料金となります。

	2月	3月	4月	5月	6月	7月
奇数月検針のお客さま	旧料金	検針	旧料金	検針	新料金	検針
偶数月検針のお客さま	検針	旧料金	検針	新料金	検針	新料金

※平成26年4月1日以降に新たに水道を使用されるお客さまは、4月分から新料金となります。

【久谷地区(中野町を除く)の上水道や、中島地区・北条地区の簡易水道を使用している人は、内容が異なりますので、詳細は松山市のホームページをご覧ください。】

松山市水道資料館「水と人のみらい館」は楽しく遊びながら「水」の大切さを学べる施設です。夏休みの自由研究にもぴったり/ぜひお越しください。

# 松山市水道資料館 水と人のみらい館

入館料  
駐車料金  
無料



学習ゾーン

体験ゾーン



ぽっちゃん  
松山市水道イメージキャラクター



松山市水道資料館  
「水と人のみらい館」

- 場所/松山市溝辺町65番地(市之井手浄水場 管理本館2F)
- 開館時間/午前8時30分～午後5時
- 休館日/土・日・祝日・年末年始(12月28日～1月4日)
- 入館料・駐車料金/無料
- お問い合わせ/☎977-0198(松山市公営企業局 浄水管理センター)  
※団体(10名以上)の場合は、事前にご連絡ください。
- 公共機関を使ったアクセス方法  
松山空港・JR松山駅・松山市駅・道後温泉駅などから伊予鉄バス「奥道後方面行き」に乗り、「溝辺バス停」下車南へ100m

ホームページもご覧ください。 [水と人のみらい館](#) [検索](#)



## 松山市水道モニターになってみませんか?

- 《募集対象》 次のすべてを満たす人
- ・松山市在住で上水道を使用し、水道に関心を持っている人
  - ・20歳以上の人、または親子(小学生)で活動できる人
  - ・他の機関のモニターになっていない人
  - ・年3回程度のイベントなどに出席できる人
- 募集方法や平成25年度の活動の様子をホームページで公開しています。
- イベントなどを通じて、水道についてのご意見をお聞かせください。

平成26年度モニター募集!(4/4まで) [松山市水道モニター](#) [検索](#)  
お問い合わせ/松山市公営企業局 水道サービス課 ☎998-9885

「ていれぎ」の次号(49号)は11月に配布予定です。

「ていれぎ」はイエロースタンド(駅・スーパーなど)、松山市役所の関係施設(市役所本館1階コピー・各支所など)で配布します!



- ### 水道に関するご連絡・お問い合わせは下記までどうぞ
- 水道を使い始めるとき
  - 引っ越しなど水道の使用中止や精算するとき
  - 水道の使用量などが変わったとき
  - 水道料金に関するお問い合わせ
- .....(株)ジェネッツ松山営業所 ☎915-0311
- 水道を新設・改造するとき..... 松山市公営企業局水道管路管理センター ☎989-8479
  - 道路で水漏れをみつけたとき..... // ☎989-8473
  - 水道を修理するとき..... 松山市指定給水装置工事業者 または松山市管工事業協同組合 ☎925-2021
  - その他水道に関するご相談、お問い合わせ..... 松山市公営企業局水道サービス課 ☎998-9800
- ※夜間、休日などのご連絡、お問い合わせ..... 松山市公営企業局警備室 ☎998-9800