

広報うちこ

UCHIKO

8

August 2020

vol.274

あなたとまちをつなぐ
ふるさと情報誌

特別な夏。

最後の夏、

◎特集

胸に刻んだ 小田分校編

特別な夏。



ぼくの夢 わたしの夢

河野 まさなる 晶匠くん 大瀬小学校6年(路木)

誰も傷つけずに人を守れる 強くて優しい大人になりたい

夢は警備員や警察官のような人を守る仕事に就くことです。警備員はテレビドラマの影響で憧れるようになりました。そのドラマの主人公は凶器を持った相手に、素手で対抗していました。周囲の人たちを守りながら、相手も傷つけずに解決したところが格好よかったです。交通事故の処理をする警察官を見たときは、事故を起こした人の話を聞いて、車を運ぶ手配をしていました。事故に遭った人には、優しく声を掛けていました。素早く対応しながら優しさもあってすごいと思いました。

普段から困っている人がいたら自分からすぐに動くようにしています。体育の準備で重いものを運ぶ手伝いをしたり、休んでいる子の予定表を書いたりすることでみんなが笑顔になればうれしいです。将来は、誰も傷つけず人を助けることができる、優しく格好いい大人になりたいです。



CONTENTS 目次

UCHIKO vol.274

広報うちこ 2020年8月号

- 2 ぼくの夢 わたしの夢 / 目次
- 3 特集 胸に刻んだ特別な夏。—小田分校編—
- 12 うちこ往来 プログラミング学習体験 / 五十崎社中ショップリニューアル 他
- 14 みんなのひろば
リレーエッセイ / はじめてのバースデー / 人☆キラリ / HELLO!!! 他
- 18 図書館へ行こう
- 19 ゆうていあ Vol.232
- 20 町からのお知らせ 木蠟資料館企画展 / 内子座文楽ポスター移動展 他
- 23 暮らしの情報 愛媛県警察官募集 / 夏の小田深山イベント 他
- 26 健康カレンダー / お元気ですか / 人のうごき / 相談 / 当番医
- 28 住人十色

COVER

— 表紙の写真 —



◎バレーボール部の松森美羽さん(右)と剣道部の岡田真優さんです。二人はそれぞれの部のキャプテンとしてチームを引っ張ってきました。高校総体でも活躍が期待された両部ですが、中止という決定に複雑な心境で最後の夏を迎えています。特集では2人を含む、たくさんの生徒にインタビューをしていますので、ぜひ一読ください。



自分を諦めない。



一回も負けたくない。

UCHIKO HIGH SCHOOL ODA BRANCH



私たち強くなったよ。



この音を選手に届かす。



絶対に打つ。

胸に刻んだ 特別な夏。

小田分校編

高校総体が史上初めての中止となり、
高校生最後の夏を失ってしまった3年生。
誰も経験したことのない事態に、
どんな思いで「今」と向き合っているのでしょうか。
8月号は小田分校、9月号は内子高校と
2カ月にわたり、生徒たちの姿と思いを紹介します。

バレーボール部の夏。思いをつなぐ、はつらつプレー

3年生6人の最後の試合

高校総体がなくなり、代替大会もないバレーボール部。3年生の6人は、これまで3年生が
出場していなかった春高バレーの予選大会に出場することを決めました。ただし、それぞ
れの進路が異なるため、6人がそろっての出場はかきません。9月と11月の大会に分かれ
て、一人一人が心に区切りをつけるそうです。7月19日には、6人がそろって最後の練習試
合が行われ、はつらつとしたプレーと笑顔で共に励んできた3年間を締めくくりました。



全力の姿が皆さんへの恩返し

スポーツが苦手な、キャプテンを
任されたのも初めてでした。自分が
監督に怒られて、練習を止めてしま
い、何度も心が折れそうになりまし
た。そんな私をみんなが助けてくれ
て、誰も責めたりしません。小田じゃ
なかったら、こんなにもバレーを好
きになってはいないと思います。

最後の大会では、自分のやってき
たことを精いっぱいやって、みんな
に感謝の気持ちを伝えたい。そし
て、監督や先生、保護者の皆さん
にチームの一所懸命な姿を見せて、
恩返しができたらうれしいです。

最後の試合まで挑戦し続ける

みんなと3年間続けられて楽し
かったです。つらいことも一緒に乗
り越えて、チームワークの大切さを
学びました。最後の練習試合も、1
試合1試合を大切にかみしめました。

それぞれの未来があり、6人で最
後の大会に出ることはかきません。
正直、残念ですが、自分自身も何か
の形で終わりたいという思いです。
9月の大会には、初めてアタッカー
で出場する予定。短い期間でも、頑
張れば成長できると感じています。
任された役割を果たせるよう、最後
まで新しい挑戦を楽しみたいです。

公式戦で最後を飾りたい

先生や応援してくれる地域の人た
ちのために、成長した自分たちの姿
を見てほしかった。総体の中止
は今まで何のために頑張ってきたの
かと、悔しい気持ちです。進路のこ
とがあり迷いましたが、やっぱり最
後の姿を公式戦で見せたいと思い、
11月の春高バレーに出場します。

久しぶりに3年生6人がそろって
した試合は、すごく楽しかった。い
い思い出ができて先生たちに感謝の
気持ちでいっぱいです。後輩たち
には、バレーができていたありがた
さを感じながら頑張してほしいです。

夢に向かうために完全燃焼

先輩やチームメイトから教えても
らったり、刺激を受けたりしなが
ら、ずっとバレーを続けてきました。
最初は面白くなかったけれど、
いつか大好きな競技に。ここで
やめたら、受験にも気持ちが入れ
ないと思います。どちらも不完全燃
焼になるのは嫌なので、9月までは
バレーと勉強を両立します。

動きが鈍っていたけれど、練習試
合が久しぶりにできてうれし
かったです。少し寂しい気持ちもあ
りますが、きちんと区切りをつけられ
たら、夢に向かって頑張りたいです。

たくさんの思いを試合に込めて

雰囲気の良いチームで、チーム
丸となって楽しく試合できると
ころが好きでした。この日も最後ま
で笑顔でいられました。自分たちの
プレーをボールに込めることができ
て、6人としては悔いがありませ
ん。前の監督には、精神的な面でよ
く怒られました。厳しくてしんど
かったけれど、今のバレーの楽し
さにつながっています。小学3年か
らずっとバレーをして、それが当
たり前でした。コロナ禍でバレーが
できなかった分の思いを、最後の
大会にぶつけたいです。

進路を決めて、またバレーを

高校総体が中止になったと聞いた
とき、今までの練習が無駄になると
思い、悲しくなりました。いった
んバレー部を離れて就職活動に専
念しますが、自分の中で区切りを
つけるために11月の春高バレー
愛媛県予選に出場したいと考えて
います。

中学校は違うけれど、すぐに打ち
解けて、いいチームワークを育
むことができました。このメン
バーで最後を迎えられないのは
残念ですが、親や先生に格好
いい姿を見せられるよう、自
分の進路を早く決めて、もう
一度バレーに打ち込みたいです。





剣道部の夏。これからも真っすぐ前へ—— 涙と笑顔。最後の団体戦

剣道部の代替大会は、3年生だけが出場できる個人戦。1、2年生と一緒に団体戦に力を入れてきた同部の花道は、やはり団体戦で——。生徒たちの思いをかなえるため、北野先生が中心となって呼び掛けた練習試合に県内から7校が参加。小さい頃から磨いてきた技と、剣道への思いをぶつけあいました。



剣道部顧問 北野 五穂さん

3年生への思い

正顧問になって初めて3年間を共にした子どもたちです。3年生の3人への思い入れは強いけれど、手が掛かったわけではありません。みんな真面目で素直で、しっかりとっています。地域の人たちの大きな期待と声援の中で、選手たちはそれに応え続けていました。皆さんに喜んでほしいという感覚を当たり前に持っていて、感心します。

一緒に泣いてあげること

みんな幼い頃から休むことなく、厳しい練習を続けてきました。報道などでは仕方ないで片付けられているけれど、これまでの努力のぶつけどころがないのは、想像以上につらいことだと思います。特に剣道をする女子は高校卒業でピリオドを打つ子がほとんどです。「何もなく終わってしまう——」。それを

伝えることはきつかったです。が、一緒に話して、一緒に泣きました。

団体戦が「最後の花道」

一緒に話した時、コロナ禍の出口は見えていなかったけれど、「何とか最後の場をつくる」と約束しました。それが7月23日の団体戦となりました。

小田分校ではこれまで、団体戦に力を入れてきました。対戦相手が強くても、みんなが役割を果たせば勝機が生まれる。プレッシャーは大きく強い気持ちが必要ですが、喜びは個人戦の5倍。仲間からヒーローが生まれたときの感動は、団体戦そのものの魅力です。心残りがなく思い切り戦って、剣道と将来の区切りをつけてほしいと願った試合でした。いつか3人と「あのときは泣いたな」と笑って話せたら、うれしいです。

悔しいけれど、これも思い出

集大成の愛媛県総体。みんなと戦ったのに、1試合もできない悔しさから思わず涙が出ました。そんな私たちの思いを酌んでもらった最後の団体戦は、思いっきり楽しむことができました。北野先生に感謝すると同時に、このチームでよかったと心から思います。みんな最高です。最後に先生から「ありがとう」と言ってもらい、また違う涙があふれました。ずっと支えてくれた地域の皆さんにも感謝の気持ちでいっぱいです。1・2年生が私たちの分まで頑張ってくれと思うので、これからも応援してください。

最後に「楽しい」と言えた

チームの足を引っ張ることが多く、「剣道が楽しい」と自信を持つには言えませんでした。でも昨年、県の新人戦で勝って四国大会に出場。やっとみんなの力になって、うれしかったです。今年はインターハイ出場という、今までで一番大きな目標を掲げました。頑張ったら行けると本気で思い、冬場の厳しい練習を乗り越えたのですが……。最後の舞台では、自分が磨いてきた技を出し切ることができました。目標を失っていた私たちに戦う場を与えてくれて、ありがとうございました。

勝って終わって悔いはなし

昨年の団体戦で四国大会出場の目標を達成しました。さらに上を目指してきていたのですが、大会がなくなってしまい残念です。でも、後悔はありません。1試合1試合、悔いを残さないよう戦ってきました。「もう一度四国大会に」という思いはありますが、自分が一番強いときに終わりがかったので、きっぱりやめられます。最後の団体戦も勝ちにこだわって臨みましたが、これで終わりなんだと思うと自然と笑顔になりました。最後に公式戦とはまた違う楽しさを味わえて、いい思い出になりました。



大将

岡田 真優さん



副将

中野 恵美さん



中堅

田神 留奈さん

野球部の夏。先輩から後輩へ、一人でつないだ小田高校魂

3年生一人で背負う期待

野球を教えてくれた先生、優しくしてくれた先輩、けがで野球を諦めたチームメイト、一緒に戦ってくれた後輩たちとマネージャー、そして応援してくれる家族や地域の人たちのために—— 精いっぱい野球を楽しむ姿で感謝の気持ちを伝えたい。



#1 永田 光希さん



中学生の頃から泥だらけになって白球を追っています。こんなに一生懸命になれることは、これからの人生でもあまりないかもしれません。昨年の夏からは済美平成中等教育学校(以下、済美平成)と合同チームになり、一緒にベスト16を目指して頑張ってきたので、夏の大会の中止が決まったときは、実感できないくらいショックでした。

代替大会の開催が決まったのは、大学受験に切り替えようとしていたとき。出るかどうか迷いましたが、練習試合では区切りがつけられないと思い、もう少しだけ野球を続けることにしました。野球が好きという気持ちと、これまで頑張ってきたことを最後の大会にぶつけたいです。今回の件で、何が起るかわからないからこそ、今を全力で頑張ることの大切さを学びました。残りわずかな時間ですが、悔いが残らないよう全力で野球を楽しみたいです。



野球部監督 村上 純一さん



1_無観客試合を原則とする代替大会。大会当日に球場で応援できない吹奏楽部が、練習試合に駆けつけて選手たちを盛り立てた 2_初回から5点を奪い、冬場の素振りの成果を見せた 3_この日は済美平成の3年生の引退試合でもあった 4_果敢な走塁で1点を追加。公式戦さながらのプレーで会場を沸かした 5_1点を争う白熱した展開に 6_ピンチでも笑顔。野球を楽しむ選手たちの姿

最後の試合は最高の舞台。どんな結果になっても、新しい一歩を力強く踏み出してほしい。

3年生1人で頑張ってきた永田君に、どういう終わり方をさせてあげたいのか——夏の大会の中止が決まった5月から、ずっと考えていました。しっかりと区切りをつけさせて、次の進路につながるのが指導者としての責任です。その意味で愛媛県の代替大会はうれしかった。甲子園にはつながりませんが、県内の優勝校を決めることで、今までの夏の大会と同じ気持ちで参加できます。「負けたら次はない」という熱くなれる大会になったことに感謝です。

永田君の優しさにも感謝しています。実は済美平成は昨年、人数不足で夏の大会に出場していません。3年生がいることが出場条件の今大会への参加も、見送る可能性がありました。彼は自分の進路とも向き合いながら、両校の後輩たちのために野球を続けてくれたのです。合同チームでは、県ベス

ト16を目標に、1日1000回以上の素振りなど、練習の数をこなして力を付けてきました。代替大会は、部員全員で永田君を盛り立てて、最高の舞台にしてあげたいです。小田分校になった初年度に、地域の皆さんに選手たちのひたむきなプレーや、伝統の全校応援を披露できないのは残念です。でも、どんな形であれ、子どもたちの頑張る姿が地域の活力につながることを信じています。永田君はマウンドという一段高い場所で、たった一人の3年生として、たくさんの期待を背負ってきました。その姿を地域の皆さんに代わり、しっかりと目に焼き付けたいと思います。

選手たちは今年、当たり前の日常が奪われ、野球ができることの幸せをかみしめました。試合がどんな結果でも自信を持ち続けてほしいです。そして、この経験を長い人生の糧にしてほしいと願います。



自分のためだけに頑張ってきたんじゃない。だから、悔しくて泣いた——
でも、勝ち負けじゃない勝負は、スポーツの楽しさと仲間の大切さを改めて教えてくれた。

そして、「きっと小田だから、
こんなにも一所懸命になれたんだ」と。

私たちの高校最後の夏は、たくさんの人への感謝の夏だった。

特別な夏。

最後の夏、

それぞれの最後の夏——。

雨上がりに広がる青い空

一度きりの高校3年の夏。全国高校総体が史上初めての中止となった「異例の夏」に、生徒たちは大切なものを失ったのか、得たのか——。勝つことだけが一番の目標なら、大きな喪失感があると思います。しかし、痛みを知って優しくなったり、悔しさが後の成長につながったり、負けることで学べることもたくさんあります。

剣道部顧問の北野先生は総体の中止が決まったとき、生徒たちに「覚悟を決めて道を選んでほしい」と伝えたそうです。大切なのは何なのかという問いかけです。生徒たちは最後まで戦うことで、応援してくれた皆さんに感謝の気持ちを伝えようと、剣道を続けることを選びました。

運動部以外の生徒たちも同じです。コロナ禍は人生の中での大変な大雨。目標が見えなくなっても、これからの人生に青空が広がるなら、今できることを精いっぱい頑張ろう——。力強く前を向く高校3年生の姿は、私たちへのエールなのかもしれません。

後輩たちがもっと輝くために

吹奏楽部は毎年、夏の野球応援に力を入れているので、大会の中止は私たちも寂しいです。応援団の「校歌絶叫」は大迫力で、それを伴奏で盛り上げる一体感と格好良さに感動するのですが、それを味わえないのが残念です。他の演奏の機会も減り、私たちも区切りをつけることができません。思い切り演奏して、一緒に感動して、すっきり終われたらいいなと考えています。これから後輩たちが輝けるよう、私たちに残された時間を大切に使う、この部の良さを伝えていきたいです。



#吹奏楽部

部長
清水 雛乃さん

勝利をつかむまで諦めない

高校2年生から始めたテニス。最初はラケットにボールが当たりもしませんでした。基礎からの練習も、体力不足でついていくのに必死でした。1年間頑張って、少しは上手くなりましたが、中学生から続けているような選手には歯が立ちません。7月19日に開かれた最後の公式戦では、1回戦敗退。悔しい思いが続いたまま、終わってしまいました。8月1日は3年生の引退試合があります。こんな僕が後輩たちに何を残せるかわかりませんが、最後まで諦めずに挑む姿を見せたいと思います。



#テニス部

キャプテン
渡邊 愛翔さん

最後まで全力でサポートしたい

最初は野球部に兄がいたので、何か手伝いたいと思ってマネージャーになりました。試合毎にスコアを付けたり、暑い中でボール拾いをしたり、仕事がたくさんあります。大変だけど、みんなが頑張っている姿を見ているうちに、その頑張りをサポートしたくなり、兄が卒業した後もマネージャーを続けています。

代替大会では全力でプレーして、小田分校野球部のいいところをみんなに見せてほしいです。応援団が球場に来られない分、私が選手に一番近い場所で最後まで応援します。



#野球部

マネージャー
河野 蓮さん



1_選挙前に投票箱の確認 2_投票用紙も実際の選挙で使うものを使用 3_投票する生徒たち

18歳になったら選挙に行こう！ 高校生が生徒会役員選挙で模擬体験

「高校生主権者教育講座」(愛媛県選挙管理委員会主催)が7月3日、内子高等学校小田分校で開かれました。生徒たちは県担当者から政治参加の意義などを学んだ後、公職選挙法に準じた方法で、生徒会と家庭クラブの役員選挙を行いました。投票で生徒会長になった船本麗衣さんは、「投票に対する意識の高い選挙になった。責任を持って会長を務めたい」と胸を張りました。



活動の一環で制作したポスター。「ぜひ見てね」

小田分校の知名度向上に挑戦 小田高生の「おだっぶちプロジェクト」

プロジェクト学習を受講する小田分校2年の9人がこのほど、同校の知名度を上げる「おだっぶちプロジェクト」を立ち上げました。学校ホームページの「閲覧者数1日1,000人」を目標に掲げ、SNS班など3班に分かれて活動しています。担当の今居弘幸先生は「プロジェクトを通じて総合的な学びができています。国語や数学などの各教科が多くの場面で生きていることを感じて」と話しました。



「枝豆に乗るシロクマ」などユーモアあふれる作品を描いた

1枚の紙に広がる自由な世界 和紙の店で始まったワークショップ

作家の平岡典子さん=松山市=を講師に迎えたワークショップ「平岡の自由に描く日」が7月17日、和紙の店「neki」で開かれました。参加者は、平岡さんが普段使っている水彩色鉛筆などを使い「動物と食べ物の意外な組み合わせ」をテーマに、のびのびと絵画を楽しんでいました。主催者の酒井真弓さんは「この会を月1回開く予定なので、ぜひ来てほしい」と呼び掛けました。



子どもの異物混入の対処方法を教える消防署員

子どもに万が一のことがあったらどうする？ ママの知りたいに答える「救命救急講習会」

子育て世代を対象とした「救命救急講習会」が7月22日、子育て支援センターで行われました。7組の親子が参加し、内子消防署員から子どもに対する心肺蘇生法やAEDの使い方、新型コロナに感染しないための新しい対応方法などを学びました。参加した宮岡万実さん=内子20=は「学んだことを生かして、万が一の場合も焦らず対応したい」と感想を述べました。

最先端の授業を自宅で体験 オンラインでプログラミング学習

「第1回うちこ未来塾」(内子町教育委員会主催)が6月13日に行われました。新型コロナの影響でオンラインの開催となり、小田小と大瀬小の児童4人が自宅から参加。MOCKUPプログラミング教室の沼田桃花さんを講師に迎え、ゲームを題材にプログラミングを学びました。源田一花さん(小田小5年)は「初めての挑戦だったけれど、簡単に楽しかった」と笑顔で話しました。



モニター越しに授業を進める沼田さん(左)

役場職員が小田地域をもっと熱く—— アイデア飛び交う「小田未来いこ会議」

「小田未来いこ会議」が6月24日、林業センターで開かれました。役場職員など15人が参加し、「食」「景観」「歴史・文化財」をテーマに地域を見つめ直し、小田地域を盛り上げる方法を考えました。発起人の久保宮賢次さんは「家庭や歳で眠っている古文書や昔の風景写真など、掘り起こしたいお宝のヒントがたくさん出てきた。地域を元気にする案を少しずつ実現したい」と力を込めました。



小田地域を知る情報交換の会としても期待

子どもや高齢者に安心を届けたい 第一生命大洲営業所から消毒液の寄付

新型コロナウイルス感染症の予防に役立ててほしいと、第一生命保険(株)大洲営業所から内子町へ消毒液5ℓとボトル容器15本が寄付されました。同営業所指導所長の守田幸栄さんは「免疫力の弱い高齢者や小さい子どもは不安だと思う。消毒液を使って少しでも安心して過ごせたら」と思いを語りました。いただいた消毒液は社会福祉施設などで使う予定です。



稲本隆壽町長に消毒液を手渡す守田さん(右)

新しくなった天神産紙・五十崎社中ショップ 大洲和紙をもっと楽しく、もっと身近に

大洲手漉和紙の魅力に触れてほしいと7月1日、「天神産紙・五十崎社中ショップ」がリニューアルオープンしました。2階に「屋根裏ギャラリー」を新設した他、「愛媛のIPPINコーナー」や「気まぐれ市場」を作り、和紙以外の商品も販売しています。専務取締役役に就任した齋藤宏之さんは「和紙の魅力を伝えるだけでなく、多くの人に楽しんでもらえる場所にしたい」と抱負を述べました。



屋根裏ギャラリー最初の展示は成田幸子さんの絵画展



HAPPY BIRTHDAY

おめでとう はじめてのバースデー

8月に満1歳になる子どもたちを紹介します。

8.18



石岡 たくま 遅くん 内子21
ねえね大好き♡ もっと一緒に遊びたい！

8.15



上田 まい 葵子ちゃん 柿原
早く歩けるようになって、にいにねえねとお散歩に行きたいな！

8.9



白石 仁湖ちゃん 内子18第2
いつもここに♡ にいにたちと遊ぶのが大好きです！

8.27



松森 すなおちゃん 内子18第1
姉と兄に囲まれて、いつもにぎやか！ 早く歩けるようになりたいな。

8.27



太田 瑛斗くん 内子13
お姉ちゃんと遊ぶの大好き！ 早くみんなとお外で遊びたいな。

「はじめてのバースデー」への掲載案内は、誕生月の前々月上旬にお送りしています。ぜひ、応募してください。



INSTAGRAM \ みんなが見つけた /

内子のいいところ「うちコト」

「#うちコト」を付けて投稿してくれた写真を紹介します。皆さんも#うちコトで内子町の「すてき」を投稿してみませんか。

フォトコンテストを開催中です

7月の受賞作品と8月の月間賞の商品はインスタグラムで発表しています。受賞者には内子町の特産品をプレゼント。ぜひ皆さんも応募してみてください。

uchikoto_official



noah.123456yaさん

小さなスイカの赤ちゃん。成長が楽しみです。おいしくなれ。



snowmanq1210さん

水面まで新緑に染まる小田深山溪谷。見ているだけで癒されます。

FROM ME TO YOU

みんなであつないでリレーエッセイ



「7年住んで思うこと」

山内 大輔さん(38)
寺成

内子町に来てもう7年になります。お遍路をしたことが大きなきっかけとなり、内子

町の最初の地域おこし協力隊として神奈川県からやってきました。現在は、八日市・護国町並保存地区の一角で「内子晴れ」というカフェバー兼宿泊所を営んでいます。内子の外から来た自分が今もこの町に暮らし続けている理由や、町や人の魅力を、観光客など外から来る人に伝えていきたいです。コロナ禍で大変なこともあります。うまく付き合いつつ、この時代に合った新しいことをしていきたいと思えます。皆さんに遊びに来ていただけたらうれしいです。

話は変わりますが、内子町では高齢化や空き家、耕作放棄地などの大きな課題を抱えています。来た当初からそのことを知っていましたが、どこか他人事感じていました。しかし、7年経った今、

大切な人たちやお世話になった人たちが亡くなり、耕作していた場所は放棄地となりました。当たり前のようにそこにあつた素敵な景色が年月を追うごとに消えていき、「それは当たり前前の景色ではなかったのだ」と肌で感じました。子どもはまだいませませんが、今後子どもができたときに大好きな町の景色と一緒にいたいなと思っています。そのためにも自分たちが好きな景色、生活、町を5年後、10年後、20年後の未来に残していくことを、真剣に考えないといけないと強く思うようになりました。明るく未来を町の人たちみんなと一緒に楽しくつくっていききたいです。

▼次は、余田亘さん、北田君にお願いします。

監修 内子町食生活改善推進協議会

「今月の食改さん」



中岡 清子さん
=新川町=

●材料(5人分)

米 2合
ゆでだこ 200g
①梅干し 25g
みりん 大さじ1
青ネギ 適量

●作り方

- ①少し固めに米を炊く。
- ②ゆでだこは1cm幅に切り、梅干しは種を取り粗みじん切りにする。
- ③鍋に①を入れ、一煮立ちさせる。※ゆですぎると、たこが小さく固くなるので注意する。
- ④ご飯が炊けたら③を加え混ぜる。
- ⑤器に盛りつけて、小口切りにした青ネギを散らして完成。



季節の一皿
SPECIAL DISH

「混ぜたご飯」

みんなのひろば

Q 広報クイズ

「広報うちこ」8月号を読んで、①～⑥番の丸印をひらがな・カタカナでうめてください。小さい「っ」「ゅ」や、「が」などの濁音も一文字とします。「●」の文字を①番から順につなぐと、ある言葉になります。どんな言葉でしょう。

- ①夏の「○○●○○」はピクニックや川遊びなど楽しいイベントがいっぱい
- ②これからは、「○●○○」安心。自筆証書遺言書保管制度
- ③大洲和紙をもっと楽しく、もっと身近に。「●○○○○○○」・五十崎社中ショップがリニューアルオープン
- ④「○○●○○○○」決済で最大5,000円分のマイナポイントもらえます
- ⑤愛結びコーナーで結婚支援。会いたい人との出会いを「○●○○」。
- ⑥「○○●○○○」・ポイ捨ては犯罪です。苦情や相談が増えています

応募方法：

ハガキに答え、氏名、住所、年齢を書いて送ってください(1人1通まで)。正解者の中から抽選で10人に図書カード(500円)をプレゼントします。宛て先：〒795-0392 内子町役場 総務課 広報・広聴係 締め切り：8月31日(消印有効) 当選者発表：「広報うちこ」10月号

● 6月号当選者の皆さん

- 答え「みずたまり」 正解数 54
- ・高岡美智子さん (内子7)
 - ・米田美代子さん (内子13)
 - ・兵頭 歩さん (内子19第1)
 - ・久保 弘毅さん (田中)
 - ・富永 忠雄さん (護国)
 - ・久保 勝子さん (富中)
 - ・河野 準子さん (路木)
 - ・西村 静枝さん (鳥越)
 - ・伊達 孝子さん (小田上)
 - ・山本琥太郎さん (西予市)

町内では近年、不法投棄に関する苦情や相談が増えており、警察と協力して検挙した事例もあります。

《ポイ捨ても処罰の対象に》
不法投棄とはごみを適正に処理せず、道路脇や山林、個

人の土地などに捨てたり、埋めたりすることです。家電製品や粗大ごみはもちろん、弁当の空き容器やペットボトルなどの小さなごみのポイ捨ても不法投棄になります。

不法投棄は法律で禁止されており、違反者には5年以下の懲役または一千万円以下の罰金が科されることがあります。ごみをみだりに捨てる迷惑行為は絶対にやめましょう。

《不法投棄を見かけたら》
分かる範囲で次のことを記録して、役場環境政策室または警察へご連絡ください。

▽不法投棄が行われた日時や

【問い合わせ】
環境政策室
☎0893(44)6159



町内の山道に捨てられた大量のごみ

SAVE THE EARTH くらしの エコロジー

不法投棄・ポイ捨ては 犯罪です

場所
▽捨てられたごみの種類や量
▽不法投棄をした人数や特徴
▽車などに乗っていた場合は、その種類やナンバー

不法投棄は法律で禁止されており、違反者には5年以下の懲役または一千万円以下の罰金が科されることがあります。ごみをみだりに捨てる迷惑行為は絶対にやめましょう。

6年生最後の大会。全力で挑みたい

高岡 幸音羽さん(12) = 梅津 =

内子町相撲協会クラブの高岡幸音羽さんはこのたび、内子町スポーツ協会スポーツ顕彰を受賞しました。3年連続で全日本小学生相撲大会に出場するなど、これまでの頑張りが認められました。幸音羽さんが相撲を始めたのは小学3年生のとき。自信と体力を付けたいと思ったのがきっかけです。幸音羽さんは「以前はできないことがあるとすぐ諦めていたけれど、相撲を通して目標に向かって努力できるようになった」と笑顔を見せます。

昨年の全国大会では全国2位になった選手と初戦で対戦。果敢に攻め、土俵際まで追い込みましたが、あと少しのところまで逆転されてしまいました。悔しすぎて、涙が止まらなかったそうです。父の裕二さんは「悔しさをバネに、ひたむきに練習していた。悔いが残らないように力を出し切ってほしい」とエールを送ります。幸音羽さんは「コロナの影響で大会が減っている。次の大会が最後かもしれないので、絶対に優勝したい。応援してくれる家族に頑張る姿を見せたい」と意気込みを語ってくれました。



TOWN'S STAR

内子町の人☆キラリ

「山ガール」になった私

ドイツにはアルプス山脈をはじめエルツ山地、フィヒテル山地、ハルツ山地などの高い山がたくさんあります。でも、ドイツにいた頃は一度も山に登ったことがありません。両親が山に興味がなかったので、休みの日にはいつも海辺で過ごしていました。

10年ほど前に友達に誘われて、初めての挑戦で石鎚山に登りました。山頂に着いた瞬間の感動で山登りに目覚めた私は、山ガールになりました。それからさまざまなルートを使って何回も石鎚山に登っただけでなく、県外へも出掛けました。鳥取県の三徳山をわら草履で登ったり、九州にある傾山の山頂で山開きを祝ったり——。父島の乳房山では、大自然の中で

第二次世界大戦の塹壕跡や軍用車跡などを見て歴史を感じました。屋久島の白谷雲水峡では、一面にこけむした緑の世界に心を奪われました。

おいしい空気の中でハイキングや登山をすると、日常の忙しさから離れ、いろいろなことを考える余裕ができます。美しい景色に癒され、羽も伸ばすことができます。緑の中で過ごす時間が大好きです。

気高く厳かに立っている富士山の姿は、飛行機からこれまで何回も見ました。残念ながらまだ登ったことがないので、いつか挑戦してみたいと思います。皆さんのおすすめの間やハイキングコースがあれば、ぜひ教えてください。



FROM AROUND THE WORLD

HELLO!!!

国際交流員

ドレーン・アルント

Doreen Arndt

VOICE まちな声

マスクと熱中症予防について

□気温が高く熱中症が心配です。屋外でもマスクをする必要はありますか。(40代女性)
■気温や湿度が高い日は熱中症のリスクが高まります。屋外などで人との距離が十分に確保できる場合(2メートル以上)は、マスクを外し

て構いません。マスクを着けていると気付かないうちに脱水症になることもあります。暑さを避けて、こまめな水分補給を心掛けましょう。

【問い合わせ】
内子町保健センター
☎0893(44)6155



VOL.232

外国語講座の受講生を募集します

当協会では高校生以上を対象に、英語とドイツ語の講座を開講しています。どのコースも見学できますので、自分に合った講座を見つけてください。受講を希望する人は、事務局までご連絡ください。



「楽しく学ぼう」

English 英会話

講座① 英語の世界へようこそ

- ▶先生 日本人講師・ALT(隔週)
- ▶開催日 毎週火曜日(1回500円)
- ▶時間 午後7時~8時
- ▶内容 英語を基本から学べます



講座② 英語で伝えましょう

- ▶先生 ALT
- ▶開催日 毎週水曜日(1回500円)
- ▶時間 午後7時30分~8時30分
- ▶内容 中学校程度の英語で、身近なことを表現します

講座③ Let's talk about the world.

- ▶先生 ALT
- ▶開催日 毎週木曜日
(1回社会人1,000円、高校生500円)
- ▶時間 午後7時30分~9時
- ▶内容 世界の出来事について英語で話します

Deutsch ドイツ語

講座④ Guten Tag!からはじめるドイツ語

- ▶先生 CIR
- ▶開催日 毎週水曜日(1回500円)
- ▶時間 午後7時~8時
- ▶内容 初めてドイツ語を学ぶ人に、基礎から丁寧に教えます

講座⑤ もっと!ドイツ語を学びましょう

- ▶先生 CIR
- ▶開催日 毎週水曜日(1回500円)
- ▶時間 午後8時15分~9時15分
- ▶内容 初級文法を一通り終了した人向け

《全講座共通事項》

- ▶対象 高校生以上
 - ▶場所 内子自治センター
 - ▶期間 9月~令和3年6月
- ※ALT=外国語指導助手、CIR=国際交流員



お知らせ①

ナーゼル氏が口市の新市長に

姉妹都市ドイツ・ローテンブルク市では、3月にハルトル前市長の後任を選ぶ選挙が行われました。ドクター・マルクス・ナーゼル氏が新しい市長に就任します。



お知らせ②

ピーターさんの任期が延長

新型コロナの影響でALTのピーターさんの任期が特例で1年間延長されることになりました。ピーターさんは「もう1年、大好きな内子で過ごせることが幸せ」と話しました。

よろしくお願いします!



●内子町読書感想文募集
秋の読書週間に「第15回内子町読書感想文」の作品を募集します。読書で感動したことを文章にまとめてみませんか。
◎応募資格 町内在住・在学の小・中学生、高校生、一般
◎応募用紙 縦書きの原稿用紙で自筆のもの
◎字数
▽小学校低学年(800字以内)
▽小学校中・高学年(1200字以内)
▽中学校・高校・一般(2000字以内)
※題名・学校名・氏名は字数外
◎応募期限 10月20日(火)
◎その他 入賞作品は読書感想文集に掲載し、入賞者に

●新しいDVDを入荷
《日本映画》
新聞記者 / こどもしよくどう / 泣くな赤鬼 / 居眠り磐音 / アイネクライネナハトムジーク / パラレルワールド・ラブストーリー / マスカレードホテル / 地域で止める獣害対策シリーズ1~4



課題図書は「今月のおすすめコーナー」に置いています

は賞状と記念品を贈ります。

●8月企画展のご案内
《郷土が生んだ芸術家④》
▽夏のトンボ展
(NPO法人内子未来づくりネットワーク、内子町環境政策室)
おはなし会
▽土曜日・午後2時~
8月1日 ゆりかご
8日 むしこまど
(英語の日)
15日 むしこまど
22日 どんぐり会
文学講座
▽8月1日(土)午前10時~
▽内容 「女性作家とおとこたち」
▽講師 村山洋子さん

図書館 へ 行こう

内子町図書情報館
〒791-3301
内子町内子3427番地
☎ 0893(44)4198
☞ https://www.town.uchiko.ehime.jp/
開館時間:
午前9時30分~午後6時
休館日:月曜日・月末整理日

《外国映画》
命みじかし恋せよ乙女
《アニメ》
映画すみっぐらし / ダヤンとジタン / おぼけむらめいろげんきげんきノリノリ
※現在、館内で視聴できないため、全てのDVDを貸し出します。

新着図書紹介

その他の新着情報はホームページをご覧ください。

♣一般図書



語らいサンドイッチ
谷瑞恵 / 著
姉妹で営む手作りサンドイッチ店「ピクニック・バスケット」。心に寄り添う絶品サンドイッチを求めて、悩みを抱えた人たちがやってくる



できるテレワーク入門
法林岳之 / 著
新しいワーキングスタイルとして注目を集めている「テレワーク」。メリットやリスク、通信環境の準備、実践方法などテレワークの基本を解説

♥児童図書



うりのつるくるくる
田島征三 / 作
おじいさんがうりの種を「べっ」と出したよ。やがて芽が出て……。虫や鳥たちと支え合いながら成長していく、うりの生命力を描く



ビリビリ! チョキチョコキ! 大へんしん! 切り紙あそび1 稲葉成勝 / 著
紙を切ったり貼ったりするだけでできる切り紙の世界を楽しもう。ハサミやカッターの使い方から、紙の折り方など切り紙の基本を紹介

○地域の景観と安全を守るために
「内子町土塀・板塀等設置推奨補助金」

町では板塀や生垣を設置する人に対して、その費用の一部を補助しています。



板塀で景観と減災の両面に配慮

たり30万円を限度とする。景観計画重点区域内では限度額を1カ所当たり50万円とする。
▽その他の板塀 事業に要する経費の4分の1以内の額で18円当たり2万5000円、1カ所当たり15万円を限度とする。景観計画重点区域内では限度額を1カ所当たり20万円とする。
※その他の板塀とは、板塀で横板張りの伝統的な様式以外のものをいいます。

《生垣の設置》

●補助の対象 板塀などやその付属物の新設および改修。改修は設置後10年以上経過しているものに限る。
※町内の公衆用道路や河川に面した場所、またはそれらから眺望できる場所に設置するものが補助の対象となります。

●補助金額
▽土塀、板塀など 事業に要する経費の2分の1以内の額で18円当たり5万円、1カ所当

●補助の対象 住宅用地や事業所用地(駐車場を含む)内に生垣を設置するもの。ただし、公衆用道路や河川に面した場所、またはそれらから眺望できる場所に設置するもので、延長は3メートル以上とする。
●補助金額 生垣の延長1メートル当たり6000円を乗じた額または見積金額のいずれか低い額とし、6万円を限度とする。
【問い合わせ】
総務課 政策調整班
☎0893(44)6151

○木蠟資料館上芳我邸第6回企画展
「木蠟の原料ハゼノキ—実の収穫から運搬まで—」



木蠟資料館の展示

ハゼの実の収穫と運搬に関する資料を紹介し、当時の製蠟業の実態や道具に込められた人々の知恵を伝えます。
●日時 7月18日～9月22日
午前9時～午後4時30分
●場所 木蠟資料館上芳我邸
※入館料500円が必要です。
【問い合わせ】
八日市・護国町並保存センター
☎0893(44)5212

○リサイクルで適正処分
夏季農業用廃プラスチックの回収日

農家で不用になったマルチやビニールシートなどの農業用廃プラスチックを回収します。搬出物はリサイクルしますので、この機会を利用して適正な処分にご協力ください。

- 回収日時 8月28日(金)
午前8時30分～午後4時
- 場所 和田柿選果場
- 搬出方法 1しめ当たり10～15キ程度とし、次の①～③の種類に分別してください。

- ①塩化ビニール②ポリエチレンフィルム③その他
- 注意事項
▽運搬する廃棄物の種類と量、購入元を確認した上で、搬出してください。
- ▽運搬する車両に「廃棄物収集車」と表示してください。

【問い合わせ】
農林振興課 農村支援センター
(内子分庁内)
☎0893(44)2199

コラム*ねんきん瓦版

いくらもらえる？ 将来の年金

次のような方法で、あなたが将来もらえる年金の見込み額を確認することができます。

《ねんきん定期便》

ねんきん定期便は毎年、国民年金および厚生年金保険の加入者の誕生月に届く、はがきです。年金加入期間を満たしている50歳以上の人には、老齢年金の見込み額が記載されています。

59歳、45歳、35歳の誕生月には、年金の種類や勤め先、加入履歴や保険料納付額の月別状況など、詳しい内容が記載された封書が届きます。※50歳未満の人に届くはがきや封書には、これまでの加入実績に応じた年金額が記載されています。

《ねんきんネット》

簡単な試算から詳細な試算まで、自分の人生設計に応じた条件に基づいて、年金額の試算ができます。ねんきんネットを利用するためには、

事前に利用登録が必要です。

《ねんきんダイヤル》

年金見込額試算やその計算の基礎となった年金加入記録が分かります。申し込みが多い場合は、結果が届くまで3週間以上かかることもあります。

☎0570(05)1165

《年金相談》

年金事務所や年金の出張相談に行き、確認することができます。共済の期間や合算対象期間、今後の年金加入の見込みなどの情報を合わせて年金見込額を計算してもらえます。ただし、事前予約が必要になります。

○予約専用電話(ナビダイヤル)

☎0570(05)4890

【問い合わせ】

○住民課 国民年金係

☎0893(44)6152

キャッシュレス決済で、最大5,000円分のマイナポイントもらえます

付与率 25%



手続き方法は3STEP!

マイナンバーカードを活用した「マイナポイント事業」が実施されます。9月1日～3年3月までに、キャッシュレス決済サービスでチャージまたは

買い物をすると、最大5,000円分(2万円の25%)のマイナポイントが付与されます。付与されたポイントは選択したキャッシュレス決済で使用できます。

STEP 1 マイナンバーカードを取得する
マイナポイントの申し込みにはマイナンバーカードが必要です。毎週水曜日は午後8時まで各窓口で取得の手続きができます。

STEP 2 マイナポイントを予約する
カード読み取り対応のスマートフォン、パソコン(ICカードリーダーが必要)、または各窓口で予約できます。

STEP 3 マイナポイントの申し込み
マイナポイントを受け取るキャッシュレス決済サービスの一つを選択します。選択後の変更はできません。

手続きのサポートを実施中

本庁住民課、内子分庁、小田支所の各窓口でマイナポイントの予約・申し込みのサポートを行っています。相談しながら手続きしたい人は、マイナンバーカードをご持参ください。

【問い合わせ】総務課 政策調整班

☎0893(44)6151

マイナポイントの手続き方法について、詳しくは総務省のホームページでご確認ください。



○ 会いたい人との出会いをサポート
「愛結びコーナー」で結婚支援

「愛結び」は会員制のお見合いシステムです。結婚を希望する男女がプロフィールを登録し、情報を閲覧することで会いたい相手を探せます。

● 開設日時

- ▽第1回 8月23日(日)
- ▽第2回 9月13日(日)
- ▽第3回 10月25日(日)

※いずれも午前11時～午後3時
で、事前に予約が必要です。

- 場所 内子町図書情報館
- 利用方法 「愛結びコーナー」

を利用するためには、登録が必要ですが(左図参照)。

- 入会登録料 1万円(2年間)
- 登録料は登録時に必要になりますので、「愛結びコーナー」に持参してください。

※大洲市など、他の市町でも閲覧が可能です。

※新型コロナウイルスの状況で急遽中止する場合があります。事前に開設状況をご確認ください。

☎ <https://www.msc-ehime.jp/>
ainusubi/

「愛結び」の登録方法

- 1 申込と予約**
スマートフォンなどから、えひめ結婚支援センターのホームページにアクセスし、入会申込と来所予約をする
- 2 書類をそろえる**
①独身証明書(戸籍抄本でも可) ②健康保険証 ③写真付きの身分証(運転免許証など) ④閲覧用写真1~2枚(3カ月以内のもの。本人の上半身の写真でL判程度の大きさ) —— をそろえて、「愛結びコーナー」へ持参する
- 3 登録**
「愛結びコーナー」で登録して閲覧

【問い合わせ】

- えひめ結婚支援センター南予事務所
☎ 0893(57)6705
- 総務課 政策調整班
☎ 0893(44)6151

※初めての人は、まずは登録!

募集

愛媛の安全・安心を守る
愛媛県警察官を募集します



《愛媛県警察官(高校卒業程度)》

- 採用予定人数

- ▽男性 39人程度
- ▽女性 5人程度

- 受験資格 次の(1)~(3)の全てに該当する人

- (1) 日本国籍を有する者
- (2) 地方公務員法第16条各号のいずれにも該当しない人
- (3) 昭和63年4月2日~平成15年4月1日までに生まれた人

- (大学を卒業した人、令和3年3月末日までに卒業する見込みの人は除く)
- 一次試験

- ▽期日 10月17日(土)、18日(日)

- ▽場所 松山東高等学校

- 受付期間 8月27日(木)~9月15日(火)

※試験の詳細は愛媛県警ホームページでご確認ください。

☎ <https://www.police.pref.ehime.jp/>

【問い合わせ】

愛媛県警察本部 警務課採用係
☎ 0120(204)724

母子家庭等を対象とした「パソコン技能取得講座」

- 講習期間 9月15日(火)~3年2月9日(火)

※毎週火曜日。ただし年末年始と2月2日を除きます。

- 時間 午前9時~午後4時
- 場所 宇和島市総合福祉センター

- 対象 南予地域に居住し就業を希望する人で、次の①~③のいずれかに該当する人

- ① 母子家庭の母、寡婦
- ② 父子家庭の父
- ③ 母子家庭・父子家庭の児童

- 科目 ワード、エクセルなど
- 募集人員 10人
- 受講料 無料

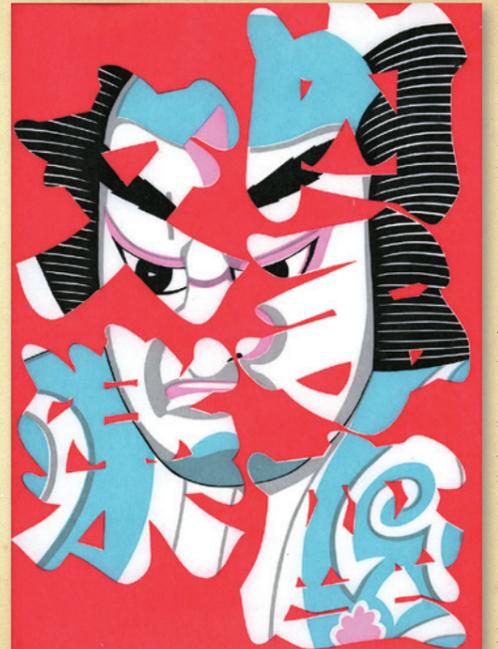
- 申込期間 8月17日(月)~8月31日(月)

- 申込方法 期間内に内子町役場保健福祉課に必要書類と印鑑を持参し、申込書を提出し

内子座文楽の魅力と歴史に触れる
内子座文楽ポスター移動展

これまでの内子座文楽の公演ポスターや明治時代の浄瑠璃稽古本などに光を当てた展示会です。7会場で開きますので、ぜひ近くの会場でご覧ください。

- 会場/期間
 - ▷内子座/8月20日~24日
 - ▷木蠟資料館上芳我邸/8月26日~9月9日
 - ▷五十崎自治センター/9月11日~16日
 - ▷小田自治センター/9月18日~10月7日
 - ▷大瀬自治センター/10月9日~21日
 - ▷内子町ビジターセンター/10月23日~11月11日
 - ▷内子自治センター/11月13日~22日
- ※会場によって、展示内容が変わる場合があります。
- 時間 午前9時~午後5時
※午後4時30分までに入场してください。
- 入場料 無料
※内子座のみ入館料が必要(大人400円、小人200円)
- 主催 内子座文楽公演実行委員会



第10回記念公演ポスターに使用した版画(版画家・山田きよ作)

【問い合わせ】

内子町教育委員会(内子分庁内)
自治・学習課 生涯学習係
☎ 0893(44)2114

● 主催 愛媛県

※詳細はお問い合わせください。

☎ 089(907)3200

専門技術と知識を習得
公共職業訓練生募集

- 対象 ハローワークの受指指示・推薦を受けられる人

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

- 訓練期間 6カ月間(10月2日~)
- 受講料 無料
- 募集期限 9月2日

【問い合わせ】

ポリテクセンター愛媛
☎ 089(972)0329

絵と作文で伝えよう
「土砂災害防止作品」募集

- 募集内容 愛媛県では土砂災害防止への関心を深めるため、小・中学生から絵画や作文を募集しています。

▽絵画 土砂災害防止に関する絵画・版画・ポスター。作品の大きさ、画材は自由です。

▽作文 400字詰め原稿用紙

- 小学校1~3年 2枚程度
- 小学校4~6年 4枚程度
- 中学生 5枚程度

- 募集期限 9月15日(火)

● その他 応募方法などの詳細は愛媛県のホームページをご覧ください。

☎ <https://www.pref.ehime.jp/h40700/5743/kaiga/kaigar2/kaiga-boshuu.html>

愛媛県土木部河川港湾局砂防課
☎ 089(912)2700

放送大学
10月入学生を募集します

放送大学はテレビなどの放送やインターネットを通して学ぶ通信制の大学です。心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など、幅広い分野を学べます。※詳しい資料を無料で配布します。気軽に請求ください。

- 出願期限 9月15日(火)

☎ 089(923)8544

お知らせ

「ひとり親世帯臨時特別給付金」のご案内

新型コロナウイルスの影響で、大きな困難を抱えているひとり親世帯を支援します。

●基本給付 児童扶養手当を受給しているひとり親世帯などへの給付

●追加給付 家計が急変し、収入が減少している人への給付 ※現在、児童扶養手当を受給していない人も対象となる場合があります。詳しくは厚生労働省のホームページをご覧ください。

☎https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_11456.html

【問い合わせ】
愛媛県子育て支援課

☎089(912)2411

就学義務猶予免除者等の
中学校卒業程度認定試験

次のとおり「令和2年度就学義務猶予免除者等の中学校卒業程度認定試験」を実施します。

●日程 10月22日(木)

●場所 愛媛県中予地方局(松山市)

●対象 次のいずれかに該当

▽病气などの止むを得ない事由で中学校を卒業できなかった人で、3年3月31日までに満15歳以上になる人

▽日本国籍を有しない人で、3年3月31日までに満15歳以上になる人

●受付期間 7月6日(月)～9月4日(金)

【願書請求・問い合わせ】

○愛媛県教育委員会事務局指導部義務教育課

☎089(912)2941

○内子町教育委員会学校教育課
学校教育係(内子分庁内)
☎0893(44)2124

これからは、預けて安心
「自筆証書遺言書保管制度」

作成した遺言書を自分で保管することは、紛失などの恐れがあり、不安に感じている人が少なくありません。これを解消するため、遺言書を法務局で保管する制度が始まりました。

手続きには予約が必要で、遺言書の作成を検討している人や保管に関心がある人は、法務省

のホームページをご覧ください。

【問い合わせ】

松山地方事務局大洲支局
☎0893(50)5055

川で遊ぶときは
水の事故に注意しよう



ライフジャケットを着て遊ぼう

子どもの水難事故の多くは安全そうな川の浅瀬で起きています。川で遊ぶ場合、次のことに注意しましょう。

《安全に遊ぶために》

- ▽ライフジャケットを着用する
- ▽川底は滑るので、川遊び用のウォーターシューズを履く
- ▽流れや急な深みに注意し、危険な場所では遊ばない
- ▽子どもだけで川で遊ばない
- 《こんなときは、すぐ避難》
- ▽大雨注意報や警報が発表されたとき
- ▽川の上流の空に雨雲や積乱雲が見えたとき

停電の状況をすぐに確認
四国電力専用ダイヤル

台風や地震などによる停電の情報は、専用ダイヤルまたはホームページで確認できます。

●停電情報専用ダイヤル

☎0120(459)272

●停電情報ホームページ

☎<https://www.yonden.co.jp/nw/teiden-info/ehime.html>

※停電情報をタイムリーに確認できる、「LINE」のアプリを活用したプッシュ型配信サービスもあります。詳しくは四国電力送配電ホームページをご確認ください。

【問い合わせ】

四国電力送配電(株)大洲事業所
☎0120(410)772

夏季は省エネ・節電を
心掛けよう

電力のエネルギー消費が増加する季節です。家電機器の省エネを実践しましょう。

●夏季の省エネ対策の例

- ▽省エネルギー性能の高い製品を購入する
- ▽公共交通機関を利用する
- ▽エコドライブを実践する

▽雷が聞こえたとき
《溺れている人を見つけたら》

▽すぐに助けを呼ぶ(119番、110番通報する)
▽ペットボトルやクーラーボックスなど水に浮くものを投げつけてまらせる

【問い合わせ】

内子消防署
☎0893(43)0119

保健センターの
「こころの相談日」

保健センターでは「こころの相談日」を実施しています。自分や家族のことで、心配や悩みはありませんか。

相談は無料で、秘密は厳守します。気軽に「ご相談ください」。

●日時 9月11日(金)午前9時～正午/午後1時～4時

※1人1時間程度

●場所 五十崎保健センター

●対象 本人または家族の人
●相談担当 幸田裕司さん(心理療法士)

※9月9日(水)までに電話で予約してください。

【申込・問い合わせ】

内子町保健センター
☎0893(44)6155

▽冷蔵庫は設定温度を適切にして、ものを詰め込みすぎない

▽照明は白熱電球を蛍光灯ランプやLEDランプに取り換える

▽エアコンのフィルターは月に1、2回清掃する

【問い合わせ】

四国経済産業局エネルギー対策課
☎087(811)8535

雇用のトラブル
労働委員会に相談しよう

解雇やパワハラなど労使関係のトラブルで困っていませんか。労働問題の専門家などが、話し合いによる円満解決を支援するので、まず相談してみてください。

《事務局職員相談(電話・面談等)》
●日時 平日の午前8時30分～午後5時15分

《労働委員専門相談(面談)》

●日時 毎月第4金曜日、午後2時30分～5時

※事前予約制で先着3人まで
※詳細はホームページで「確認」ください。

☎<https://www.pref.ehime.jp/tirou/>

【申込・問い合わせ】

愛媛県労働委員会事務局
☎089(912)2996

WELCOME TO ODAMIYAMA
川遊び・ウォーキング・朝食・ピクニック
夏の小田深山を満喫

小田深山溪谷内のきれいな川での水遊び、優しい光に包まれて楽しむ朝食、新鮮な空気とおいしい料理を味わえるピクニック——夏の小田深山は、楽しいイベントがいっぱいです。

《安芸貞潤で川遊び》
●日時 8月8日(土)、9日(日)
午前10時～午後3時
●内容 溯探険ボート乗り、自由に川遊びなど
●参加費 無料

《朝の森ウォーク》
●日時 8月22日(土)、23日(日)、29日(土)
午前9時～11時30分
●集合場所 ソルファ・オダ・スキーゲレンデ
●内容 小田深山の「主」に会いに行く約3kmのウォーキング。途中の森カフェで湧き水コーヒーとモーニングのセットを提供します。

●参加費 800円(高校生以下は無料)
※1日10組限定です。

●申込 各開催日の3日前までに電話でお申し込みください。

《深山ピクニック》
●日時 8月10日(月)正午～
●場所 廻り岩キャンプ場
●定員 20人
●参加費 2,200円(小学生1,000円)

【申込・問い合わせ】
内子町役場小田支所
☎0892(52)3111

●うぶごえー♣男の子♥女の子ー

- ♣岡上 凌久 (雄一 美香) 内子10
- ♥三浦 緒心 (裕太郎 美智子) 石畳9
- ♣井藤 岳 (裕治 愛美) 岡第2
- ♣藁池 絢斗 (昇吾 里紗) 岡第2

●まちの人口

(2年7月1日現在/()内は前月比)

- ・人口 16,164人 (△10)
- [男性 7,773人 (△4)
- 女性 8,391人 (△6)]
- ・世帯数 7,118戸 (+5)

●おくやみ

- 中野ミヤ子 (91) 内子19第2 栗田 謙一 (70) 中町
- 橋本 榮 (94) 松尾 上田ツヤ子 (92) 八代
- 大江 恭輔 (59) 本町2 吉田ヒサコ (92) 西沖
- 西岡 壽 (83) 大久保 稲田 町子 (89) 柿原
- 平高 梶枝 (92) 上日ノ地 亀岡 光好 (91) 野村
- 上岡カヤコ (95) 上立山 上野 幸計 (84) 小田下
- 安部 大三 (85) 鳥越

●まごころ銀行

皆様から寄付をいただきました。心からお礼申し上げます。
内子町社会福祉協議会

- 西野 公子様 (内子20) 銀岡 正則様 (砥部町)
- 伊達 毅様 (江子) 松島 欣哉様 (香川県)
- 佐々木文子様 (豊秋町) (一般寄付)
- 村上富美子様 (森) 白尾 博志様 (平野)

9月の相談日・救急当番医

●年金1日相談

日時：10(木)の午前10時~午後3時30分
場所：内子自治センター ※相談は予約制です。
予約・問い合わせ：松山西年金事務所
☎089(925)5110

●行政相談

日時：8(火)の午前9時30分~正午
場所：町民会館/内子分庁/小田自治センター
問い合わせ：総務課 ☎0893(44)6150

●心配ごと相談

日時：8(火)の午前9時30分~正午
場所：内子分庁
※心配ごと相談は予約制です。前日までに電話でお申し込みください。
問い合わせ：内子町社会福祉協議会 ☎0893(44)3820

●人権相談

日時：8(火)の午前9時30分~正午
場所：内子自治センター
問い合わせ：住民課 ☎0893(44)6152

●小児在宅当番医

日	医院名	電話番号
6(日)	大洲ななほクリニック	0893(25)7710
13(日)	山下小児科(西予市)	0894(62)6801
20(日)	ごとう小児科(大洲市)	0893(23)0510
21(月)	八幡浜一次救急休日・夜間診療所	0894(24)1199
22(火)	ごう小児科医院(大洲市)	0893(24)3936
27(日)	みかんこどもクリニック(八幡浜市)	0894(20)8800

※けがなどの外科治療は、救急病院をご利用ください。

●大洲喜多休日夜間急患センター ☎0893(23)1156

診療科目	診療時間
内科	○昼間：午前9時~午後6時(日曜・祝日) ○夜間：午後8時~11時(平日・土・日曜日)

※当センターの診療は応急措置のみです。休日や夜間に急に具合が悪くなった、中学生以上の人が受診できます。

●救急病院

曜日	病院名	電話番号
月・火	市立大洲病院	0893(24)2151
水	日中：加戸病院	0893(44)5500
	夜間：喜多医師会病院	0893(25)0535
木	日中：大洲記念病院	0893(25)2022
	夜間：市立八幡浜総合病院	0894(22)3211
金・土	大洲中央病院	0893(24)4551
	日中：大洲中央病院	0893(24)4551
日	夜間：市立八幡浜総合病院	0894(22)3211

新たな国民病といわれる慢性腎臓病
日常生活を見直してみませんか

●慢性腎臓病とは

腎臓は空豆のような形をした握りこぶしくらいの大きさで、腰の辺りに左右1個ずつあります。体を正常な状態に保つための大切な臓器です。

慢性腎臓病とは、「たんぱく尿や血尿が出る」「腎機能が低下する」などの腎臓障害が3カ月以上続いた状態のことです。日本での患者数は1,330万人。およそ成人の8人に1人が発症していて、新たな国民病といわれています。初期には自覚症状がほとんどありませんが、進行すると貧血やだるさ、むくみ、息切れ、夜間尿が増えるなどの症状が現れ始めます。

●発症する大きな原因

慢性腎臓病の発症には、食生活の乱れや喫煙、飲酒、運動不足などの生活習慣が大きく影響しています。悪い生活習慣が続くと、肥満や糖尿病、高血圧などの生活習慣病になり、腎臓機能の低下を加速させます。重症化すると人工透析だけでな

く、腎臓移植が必要になることもあります。一度悪化した腎臓は回復させることが難しいので、早期発見、早期治療が重要です。まずは年に1回の健診を受けてみてください。

《慢性腎臓病を防ぐ日常生活のポイント》

- ①塩分の多い食べ物を控える……ラーメンやうどんの汁をなるべく飲まない、しょうゆスプレーなどを利用してかけすぎに注意する
- ②食べ過ぎに注意する……腹八分目を心掛ける、食器を小ぶりにする
- ③今より1日10分多く体を動かす……階段を使う、目的地まで少し遠回りをして歩く
- ④アルコールは適量を守る……ビールはロング缶(500ml)1本、日本酒は1合
- ⑤禁煙をする

9月の健康カレンダー

●成人保健

乳がん検診(マンモグラフィ)

日	受付時間	場所
1(火)	午前9時~11時30分 午後1時~3時30分	五十崎保健センター
2(水)		
28(月)	午前9時~11時30分	

離乳食教室

日	受付時間	場所	対象
16(水)	午前9時45分~10時	内子自治センター	令和2年3月・4月生まれ

乳児健康診査

日	受付時間	場所	対象
10(木)	午後1時~1時15分	内子自治センター	令和元年12月・2年1月生まれ

2歳Comeかむ教室(むし歯予防教室)

日	受付時間	場所	対象
24(木)	午前9時30分~10時	内子自治センター	平成30年6月・7月生まれ

【問い合わせ】

内子町保健センター
☎0893(44)6155

住人十色

第 132 回

地域防災の要となる消防団長に就任 顔の見える活動で防災力を高めたい

古田 元昌もとまささん(57) 吉野川



◎災害時に指揮系統を機能させる難しさを感じたという古田さん。「現場は必死。円滑にできる体制を確立したい」と話した。

古田元昌さんは今年の4月、内子町消防団の団長に就任しました。

古田さんが消防団に入団したのは38年前。19歳の時でした。最初は本腰を入れていませんでしたが、35歳の時に出場したポンプ操作の大会をきっかけに思いが変わります。消防署員や仲間、地域の人たちの協力で地区大会で優勝し、県大会でも5位に入賞しました。古田さんは「自分たちに対する期待が身に染み込み、活動を盛り上げて地域に貢献したいと思うようになった」と振り返ります。

迅速で的確な判断が、住民と団員の安全を守るという古田さん。「近年では消火活動より自然災害、特に水防活動が多い。東日本大震災で多くの消防団員が命を落としたのは記憶に新しく、言葉にならない。撤退させる勇気を持って、命を守ることを一番に考えたい」と力を込めます。そして、円滑な避難に必要なのが地域とのつながり——。「住民の皆さんに、日頃から団員の姿が見えることが大切。顔を知らなくても、避難誘導のときの安心と信頼につながる。本当は自分も団員と一緒に現場で活動したい。でも団長に就任したからには、地域にも団員にも寄り添いながら、消防団を引っ張るよう頑張りたい」と抱負を語りました。

編集 幸記

▽特集で取材した高校生たちは、みんな輝いていました。複雑な気持ちと思いますが、その笑顔に少し救われます。それにしても、何もしていない私がない、部活動中の生徒よりも汗をかいているのか… 高校生の爽やかな姿がうらやましい(裕)
▽携帯を変えするため、古い写真や動画を整理しました。思い出に浸りながら「すごい笑ってるやん。懐かしいな」と独り言を連発。写真を見るとその時の思い出が蘇るので、広報でも素敵な瞬間を撮れたらいいな(沖)

町内無線放送が聞き取れなかった場合はお電話ください。

通話料無料の
フリーダイヤル
☎0120(44)2130

