

広報うちこ

UCHIKO

6

June 2023

vol.308

あなたとまちをつなぐ
ふるさと情報誌

大きくすくすく育ってね!

●COVER

天神小学校4年生が泉谷の棚田で田植え体験

初めての田植え楽しいね

●特集

ゼロカーボン

今日から始める脱炭素

ぼくの夢 わたしの夢

平岡 あんじゅ 杏珠さん 小田小学校6年(林慶)

保育士になる夢をかなえて たくさん子どもたちと触れ合いたい

私の夢は保育士です。保育園に通っていたときから年少の子のおむつ替えを手伝ったり、絵本を読んであげたりしていました。小さい子の喜ぶ姿を見るのがうれしくて、将来は保育士になりたいと思うようになりました。私は末っ子なので、家では年下の面倒を見ることはありませんが、放課後は児童クラブの子たちとよく遊びます。世話をするのは楽しいし、いろんな子と触れ合って仲良くなりたいので、一人で遊んでいる子がいたら「一緒に遊ぼう」と声をかけます。友達に「優しいからきっと保育士になれるよ」と言われたのがとてもうれしかったです。

授業では図工の時間が一番好きです。小さい頃から絵を描くのが得意で、最近はユニコーンを描きました。夢がかなったら子どもたちと絵を描いたり描き方を教えてあげたりして、一緒に楽しい思い出をたくさん作りたいです。



CONTENTS 目次

UCHIKO vol.308

広報うちこ 2023年6月号

- 2 ぼくの夢 わたしの夢／目次
- 3 特集 今日から始めるゼロカーボン脱炭素
- 10 まちのニュース 姉妹町村50周年記念式典／ドイツフェスタ 他
- 14 うちこ往来 松田丈志さん水泳教室／お宝さがそう市 他
- 16 うちこ往来特別編 標高1562mに咲くツツジの道を散策
- 18 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
- 22 図書館へ行こう
- 23 ゆうていあ Vol.266
- 24 町からのお知らせ 医療費助成制度／介護保険料のお知らせ 他
- 28 暮らしの情報 うちこ福祉館行事案内／歯科口腔健診／社協だより 他
- 30 健康カレンダー／お元気ですか／人のうごき／相談／当番医
- 32 住人十色

COVER

—— 表紙の写真 ——



◎天神小学校の田植え体験が5月25日、泉谷の棚田で行われました。参加した4年生26人は上岡満榮みつえさんに教えてもらいながら、上手に苗を植えていました。写真は笹岡しずくさん、兵頭青橙せいとさん、中原優太ゆうたさん。3人とも棚田に来るのも、田んぼに入るのも初めてで、「生き物がたくさんいる」「泥が冷たくて気持ちいい」と、五感で棚田の素晴らしさを感じていました。



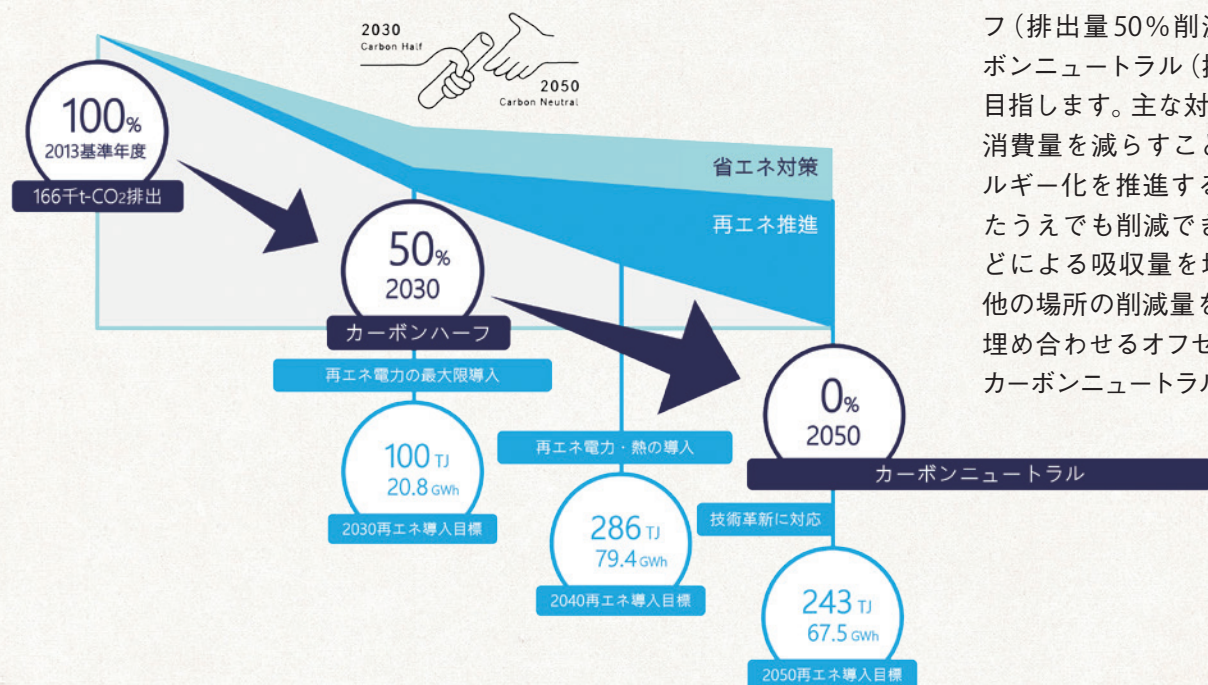
ゼロカーボン 今日から始める脱炭素

近年、国内外でさまざまな気象災害が発生しています。二酸化炭素などの温室効果ガス排出による地球温暖化が原因の一つで、自然環境や生態系、農作物への影響など多くのリスクが指摘されています。誰もが無関係ではられない深刻な問題です。

今回の特集では、温室効果ガスを削減し「カーボンニュートラル」を目指す取り組みについて考えます。

内子町脱炭素戦略 [概要]

かわらないように、かえてゆく。
町並み、村並み、山並みを引き継ぐ、脱炭素リレー。



内子町では2013年度の二酸化炭素排出量を基準に、2030年のカーボンハーフ（排出量50%削減）、2050年のカーボンニュートラル（排出量実質ゼロ）を目指します。主な対策は、エネルギーの消費量を減らすことと、再生可能エネルギー化を推進することです。対策したうえでも削減できない分は、森林などによる吸収量を増やす取り組みや、他の場所の削減量を購入するなどして埋め合わせるオフセット対策によって、カーボンニュートラルを目指します。

《脱炭素戦略の基本方針》

- 1 林業×発電×熱利用で循環型社会の促進
- 2 町並み・村並み・山並みを持続する
温故知新な再エネ導入
- 3 不安定な再エネ事業を官民連携でカバー

まずは2030年のカーボンハーフ達成に向けて、再生可能エネルギーの地産地消による地域活性化をテーマに3つの基本方針を掲げました。脱炭素戦略の詳細は内子町ホームページでも公開しています。

ID 0136386



ギーの自給自足と地域経済の活性化を図り、未来へつなげる持続可能なまちづくりを推進していきます。

「三並み」をつなぐために

「エコロジータウン内子」を掲げる内子町にとって、環境保全はあらゆる施策の基礎となります。また内子町は「町並み、村並み、山並みが美しい、持続的に発展するまち」を掲げて、歴史や文化、景観を大切にしたいと、ちづくりに取り組んでいます。景観の美しさは豊かな自然環境と人との調和の中で形成されるもので、これらを次世代につないでいくことは町の重点施策の一つです。気候危機は、こうした町の大切な財産を奪いかねない大きな問題なのです。

脱炭素戦略の目的は、私たちが大切にしてきた町並み・村並み・山並みを守り、子どもたちに受け継いでいくことです。取り組みには行政だけでなく、皆さん一人一人の協力が欠かせません。「ゼロカーボンシティうちこ」を実現して、将来にわたって住み続けられるまちを一緒につくっていきましょう。

省エネ×再エネで目指す「ゼロカーボンシティうちこ」

異常気象が多発する状況は単なる気候変動ではなく、私たちの暮らしを揺るがす「気候危機」と位置づけられるようになりました。このような中で内子町は、将来の温室効果ガスの実質排出ゼロを目指す「ゼロカーボンシティうちこ」を宣言。気候変動問題に対するこれからの取り組みについて小野植正久町長に聞きました。

世界共通の課題「気候危機」

猛暑や集中豪雨、大型台風など、異常気象と災害を引き起こす地球温暖化。「気候危機」と呼ばれるこの状況を乗り切るため、二酸化炭素をはじめとする温室効果ガスの排出量を削減して気温上昇を1.5℃以内に抑えることが世界共通の目標です。しかし近年、温暖化は想像以上の速さで進んでいます。これまで通りの取り組みを続けるだけでは不十分で、今からできることを考え、行動を起こさなければなりません。

ゼロカーボンシティうちこ

カーボンニュートラルとは、温室効果ガスの排出量から、森林などによる吸収量を差し引いて、合計を実質ゼロにすることをいいます。日本政府が2050年までのカーボンニュートラル達成を目指すことを宣言したことを受けて、内子町においてもカーボンニュートラル「ゼロカーボンシティうちこ」を目指すことを宣言しました。内子町の基準となる2013年度の二酸化炭素の排出量は16万6千トです。まずは

2030年に排出量を50%削減する「カーボンハーフ」を達成するのが目標です。

脱炭素戦略への思い

「ゼロカーボンシティうちこ」の実現に向けて、対策の指針となる「内子町脱炭素戦略」を策定しました。町の特性や現状を把握して、二酸化炭素排出量の削減や再生可能エネルギーの導入目標などを定めたものです。戦略の策定には多くの皆さんに関わってもらいました。町の皆さんへのアンケートや事業者へのヒアリングなどで幅広く意見

「ゼロカーボンシティうちこ」の宣言書を手にする小野植町長



を集め、愛媛大学社会共創学部の松村暢彦先生をはじめ関係者でつくる内子町地域脱炭素推進協議会で議論を深めました。この戦略策定で大事にしたのは、脱炭素を「地域課題の解決」と「地域経済活性化」の両輪で目指すことです。内子町はエネルギー代金として約33億円が町外に流出していて、そのうち約10億円が電力です。電力を再生可能エネルギー化し、それを地産地消することができれば、地域経済の循環に大きく貢献することができそうです。今回の脱炭素への取り組みを機に、エネル

——まちの皆さんが実践する「脱炭素」について聞きました——



佐伯 リエさん
〓内子21〓

6年ほど前から緑のカーテンを育てています。ゴーヤなどのつる性植物で作る、直射日光を遮る覆いのことで、暑さが和らいで冷房の節約になります。愛犬のケージにも作ったら、暑い日はカーテンの陰で涼んでいました。適度な木漏れ日で、日よけシートのように暗くなりすぎないのもいいですね。



一昨年に育てたグリーンカーテン



河田 賢二さん
〓田中〓

自宅に太陽光パネルを設置しています。内子町の補助があること知って導入を決めました。日々の発電量などがモニターで見られるので、節電の意識づけにもなっています。電気をこまめに消すなど当たり前のことですが、ちょっとした節約がエコにもつながればと思います。



屋根に設置された太陽光パネル



伊達 環美さん
〓上宿間〓

ごみを減らすよう意識しています。使い捨ての容器や割りばしはなるべく使わず、買い物の時は必ずエコバッグ。量り売りのお店は余計なごみが出なくていいですね。面倒と思うかもしれないけれど、慣れれば「少しの手間は仕方ない」と思えます。まずは家族から意識を広めていきたいです。



エコバッグで不要なレジ袋を削減

再エネ設備購入を支援しています

愛媛県 住宅向け太陽光パネル・蓄電池 共同購入事業

愛媛県では太陽光発電設備や蓄電池の購入希望者を広く県民から募り、一括発注することで価格を抑え、お得に購入する共同購入事業を始めました。内子町の補助金も併用できます。

- 登録期間 ～9月6日（水）
- 申込方法 ①専用サイトから参加登録、②見積りを確認、③現地調査後に購入判断

※詳しくは県のホームページをや案内チラシをご覧ください。

【問い合わせ】

愛媛みんなのうちに太陽光事務局

☎0120（623）100



内子町 地球温暖化対策設備 導入事業補助金

内子町では太陽光パネルなどの導入費用の一部を補助しています。利用には着工前の申請が必要です。

- 補助対象 自らが居住または居住を予定する町内の住宅に導入する人で、町民税等の滞納がない人
- 対象設備 太陽光発電システム、家庭用燃料電池、家庭用蓄電システム、木質バイオマス利用設備（事業所も可）、ZEH（ネット・ゼロ・エネルギー・ハウス）

※詳しくは内子町のホームページをご覧ください。

ID 0132655

【問い合わせ】

環境政策室

☎0893（44）6159



始めよう、できることからゼロカーボン

これも「脱炭素」だったんだ

二酸化炭素を出さないことも、より少なくなるほうを選ぶことも「脱炭素」。実は身近なところにもエコな取り組みはたくさんあります。再生可能エネルギーである木質バイオマス発電をはじめ、町の皆さんが取り組むいろいろな「脱炭素」を紹介します。



有限会社内藤鋼業
代表取締役
内藤 昌典さん

「再エネの地産地消」で目指す脱炭素

木質バイオマス発電所は、間伐材などから作った木質ペレットを熱し、発生させたガスを燃料にして発電しています。原料となる木材が成長する過程で二酸化炭素を吸収することから、再生可能エネルギーの一つとみなされています。

発電に利用する木質ペレットは100%未利用材で作られています。これまで山に捨てられていた木材を収益化することで、少しでも山に手を入れる人が増えてくれればと期待しています。山林は、適切な時期に切って次を植えるというサイクルを回していくことが重要です。木材としては直径20センチくらいが一番高く売れます。環境の面でも、スギであれば30年生く

らいまでが二酸化炭素の吸収量が多いといわれています。木材の利用が増えることで二酸化炭素も効率的に減らせるという好循環が生まれます。

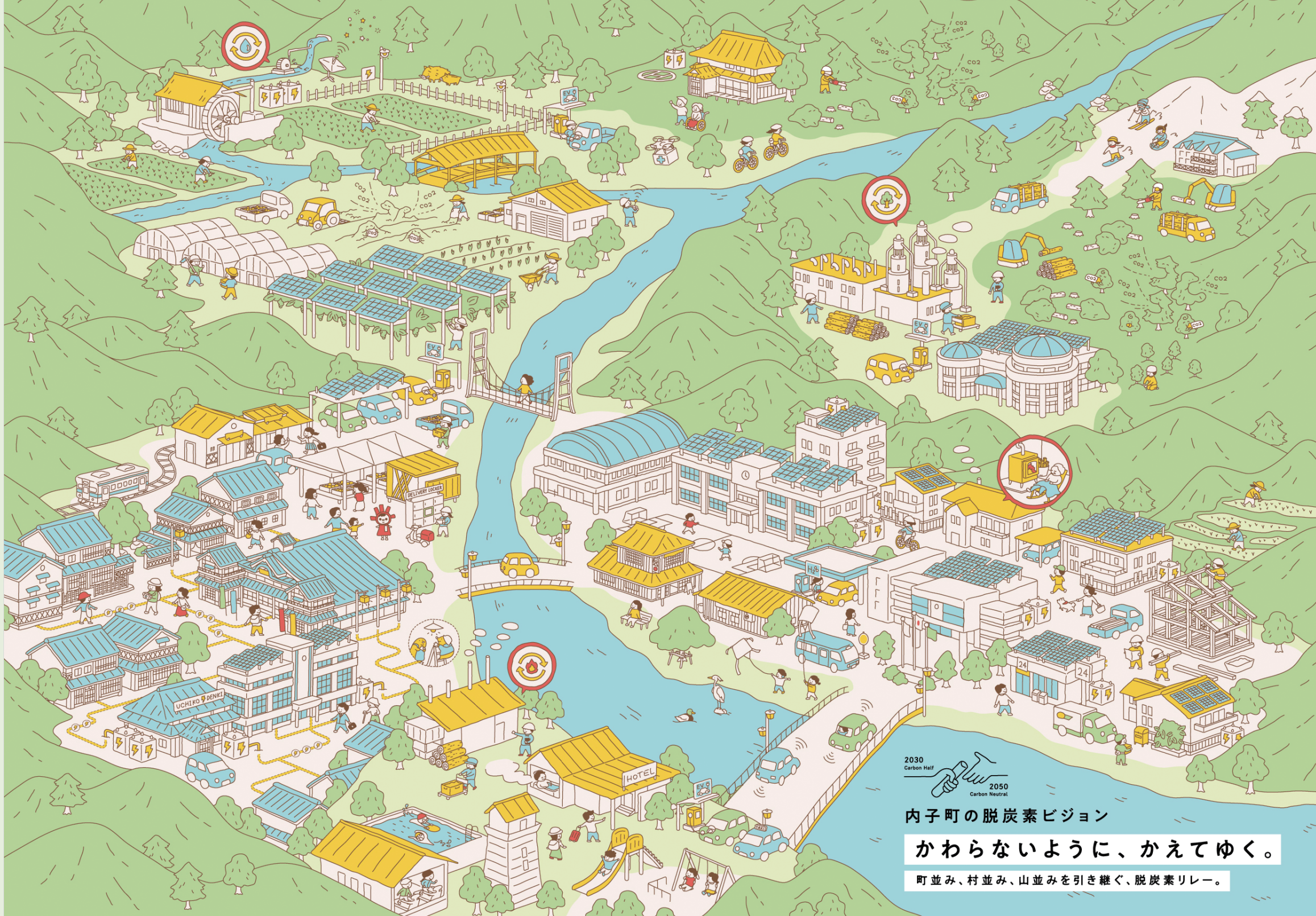
内子町の木を使うことも大切です。町内2カ所のバイオマス発電所は、原料となる木材を地域内で無理なく供給できる量を考慮して設計しました。大規模な発電所では大量の木材を地域外から仕入れなければならず、経済が循環しません。都会のまねをするのではなく、地域にあるものをうまく利用して、今の町で一番いい方法を考えればいいのです。いつか町の電気を100%再生可能エネルギーで作って「エネルギーの地産地消」を実現するのが私の夢です。



1_ 昨年10月から稼働を始めた「内子龍王バイオマス発電所」 2_ 木質ペレットを加熱してガス化する機械。発電時に発生した熱は隣接する温浴施設などで活用している 3_ 未利用材から作られた木質ペレット



脱炭素で描く内子の未来



まちの将来ビジョン

内子町脱炭素戦略の策定に合
わせて、将来のまちの姿を描い
た「内子町脱炭素ビジョン」を作
りました。このビジョンは脱炭
素に向かう未来を想像するた
めの下地になるものです。ゼロ
カーボンシティの実現には、自
治体だけでなく官民一体となっ
て取り組む必要があります。多
くの主体が協働して一つの方向
に向かうには、皆さんと思い
を共有しながら取り組みを考
えることが大切です。

地域に合った取り組みを

ビジョンには内子町で取り組
みたいプランをいくつも描きま
した。町内でも地域の特性に応
じてさまざまな対策が考えられ
ます。たとえば景観の面から太
陽光パネルを設置できない町並
み保存地区では、別の地域で発
電した再生可能エネルギーを特
定エリアに供給する「マイクロ
グリッド」という仕組みが有効で
す。村並みエリアでは農地など
での太陽光発電や小水力発電の
活用、山並みエリアでは森林資
源の活用促進による二酸化炭素
の吸収量拡大などが期待されま

す。さらに町全体の取り組みと
して電気自動車の普及に向けた
インフラ整備などもあります。
地域の文化や強みを生かした取
り組みを進め、町全体で脱炭素
社会の実現を図ります。

ふるさとの風景を守るために

脱炭素戦略は私たちの大切な
ふるさとの風景や文化を守るた
めにあります。取り組みによっ
て景観が損なわれたり、地域が
疲弊したりしてはいけません。
持続可能なまちの実現に向けた
脱炭素のアクションは、皆さん
の身近にもきつとあります。理
想の未来を想像してできること
を考え、行動してみませんか。



風景が変わらないよう
暮らし方を変えていく

株式会社武田林業

武田 惇奨^{しゅんすけ}さん = 黒内坊 =

幼い頃に内子の山で過ごした楽し
い思い出があります。面積の8割を
森林が占める内子町では、脱炭素に
林業が深く関わります。先人が作り
上げた森林と里山の風景を守りたい
と願う町民として、そして2050年
を背負う子をもつ一人の親として、
戦略づくりに参加しました。

脱炭素は二酸化炭素排出量を実質
ゼロにすることがゴールです。内子
町脱炭素ビジョンは、そのゴールに
どう向かっていくのかをイメージし
た一つの未来予想図です。言葉が独
り歩きをして身近なこととして捉え
づらい脱炭素社会について、「内子
ではこんなことができる」と思える
ようにヒントを散りばめました。こ
のビジョンを脱炭素社会のライフス
タイルを考えていくためのたたき台
として活用してもらえると嬉しい
です。学校や職場、地域などで、生
活に身近なエネルギーについて議論
する機会を増えることを願います。

戦略のテーマ「かわらないように、
かえてゆく。」には、大切な風景や
文化、里山の生活を守っていくため
に脱炭素社会の実現を図る、という
メッセージを込めています。節電や
太陽光パネルの導入をはじめ、皆さ
んがすでに取り組んでいることも多
いです。まずは「これも脱炭素に繋
がるんだ」と知ることが「ゼロカー
ボンシティうちこ」の実現につなが
っていくのだと思います。



1_ドイツ語で乾杯を意味する「ブロー
スト」の掛け声が響く 2_大人気商
品のソーセージ 3_民族衣装「ディ
アンドル」姿をステージで披露

4年ぶりとなる「ドイツフェスタ2023」(同実行委員会主催)が5月13日、内子自治センターで開かれました。

この催しは内子町とドイツ・ローテンブルク市との姉妹都市交流を記念して平成25年に始まりました。本場のドイツのビールや、伝統の肉料理「アйсバイン」、焼きアーモンド「ゲブランテ・マン

飲んで歌って、異国文化を味わおう ドイツ気分を満喫する一日

「デルン」などが販売されたほか、民族衣装のファッションショーや陽気な音楽の演奏もあり、ドイツ気分にもまれた会場を盛り上げました。

松山市から参加した寺田直子さんは「久しぶりの開催を楽しみにしていた。友人と一緒に盛り上げられたし、料理もおいしくて大満足」と祭典を満喫していました。

「内子町子どもフェスティバル」(同実行委員会主催)が5月20日、内子運動公園総合グラウンドで開かれました。

消防署や自衛隊など町内外の53団体の協力で、パトカーや消防車の乗車体験、ウサギやヒヨコと触れ合える移動動物園な

子どもたちの元気が内子町の元気 一日限りの手作り遊園地

ど多くのコーナーが用意されました。大人気のお化け屋敷や地震体験車の前には長い列ができるなど、約1600人の親子連れでにぎわいました。

子どもたちは「お祭りみたい」「何度来ても楽しい」と、笑顔で元気いっぱいに楽しんでいました。



迫力満点の白バイに「格好いい」と目を輝かせる子どもたち



運動に初参加した内子高校生と、呼びかけに笑顔で応える運転手

春の全国交通安全運動の一環で「人の輪作戦・合同茶屋」が5月17日、内子交番前で開かれました。

内子交通安全協会や大洲警察署、関係団体などから約40人が参加。内子高校からも交通委員の3年生4人が初めて運動に加わりました。国道56号

事故ゼロの願いを込めて―― 高校生らが交通安全の呼びかけ

沿いに「交通安全」の黄色い幟旗を掲げて注意を促し、啓発チラシなどを運転手に手渡しして安全運転を呼びかけました。同校で交通委員長を務める曾根佑昭さんは「これからも内子の死亡事故ゼロが続いてほしい」と真剣な表情でした。

半世紀にわたる宜野座村との絆 交流の節目を祝う記念式典を挙行

沖縄県・宜野座村との半世紀の交流を祝う「姉妹町村提携50周年記念式典」が5月5日、内子自治センターで開かれました。

宜野座村とは昭和48年に旧五十崎町との間で姉妹町村縁組を締結。合併後の平成18年には姉妹町村提携盟約を結びました。互いの町村を訪問して伝統芸能を披露したり、子どもたち同士で交流したりする取り組みを続けています。

式典には両町村の役場

や議会、自治会などから46人が参加。交流促進の宣言を交わし、泡盛を古酒として熟成させる「甕仕込み」の儀式で友好を誓いました。小野植正久町長は「関係者の努力で深めてきた絆。今後も手を取り合いたい」とあいさつ。宜野座村の当真淳村長は「幅広い分野で交流を深めたい。内子の伝統の素晴らしさを、宜野座の子どもたちにも体験してほしい」と思いを語りました。

1_交流促進の宣言書を手にする4人。左から久保美博内子町議会議長、当真嗣信宜野座村議会議長、小野植町長、当真村長 2_両町村の関係者が50年の節目を祝った 3_甕に入れて熟成させた泡盛は今後の交流会で酌み交わす 4_一行を歓迎する記念の大飨





1,6_内子高校郷土芸能部と和太鼓集団「和達」の演奏が合戦を盛り上げる 2_ 風の激しい空中戦をユニークな踊りで表現 3,4_ 豊秋橋を舞台に中学生や大人たちが風踊り 5_ 出陣のエールを送る「大風出世太鼓」 7_ 五十崎中男子生徒の風合戦。合図とともに元気よく走り出す 8_ 笑顔を見せる参加者 9_ 縦14.4メートル、横12.5メートルの百畳大風を懸命に引っ張る 10_ 勢いよく川にぞぶる男たち。水しぶきと歓声があがる 11_ 絡み合う風。勝負の行方は――



400年の歴史を誇る「いかざき大風合戦」(同実行委員会主催、小野尚久実行委員長)が5月4・5の両日、豊秋河原などで行われました。4日には子どもの健やかな成長を願う初節句神事、5日には大風合戦のほか、大風出世太鼓や風踊りが披露され、大勢の人でにぎわいました。

約80チームが参加した合戦は、「ガガリ」という刃物を仕込んだ風糸を操って相手の風を切り落とします。絶好の風を受けて舞い上がった無数の大風が、縦横無尽に合戦を繰り広げると、会場からは大きな歓声が上がっていました。注目の百畳大風も過去最高の揚がり具合で大成功。描かれた「紀」の文字には、姉妹町村提携50周年を迎えた沖縄県宜野座村と内子町とが、世紀を超えて交流を続けてほしいとの願いを込めました。

小野実行委員長は「久しぶりの開催を祝うかのように、いい風が吹いてくれた。みんなで盛り上がり、喜びもひとしお。協力してくれた皆さんに感謝」と笑顔で語りました。

五十崎の大空に4年ぶりの風と歓声 いかざき大風合戦





ずらりと並んだ商品からお宝を探す

新緑の中でいいものの発見 石畳で「お宝さがそう市」を開催

家庭にある不用品をリユースしようという声から始まった「お宝さがそう市」が5月14日、石畳清流園で開かれました。雑貨などが格安で販売されたほか、イベントを応援しようと地域外からもコーヒーやドーナツなどを出品。目当ての品を探す多くの来場者でにぎわいました。主催者の一人・西本和明さん＝石畳8区＝は「たくさんのお客さんを迎えて、地元の人にも元気が出た」とほほ笑みました。



最後まで諦めずボールに手を伸ばす選手

和気あいあいのひとときをプレゼント 母の日を盛り上げるバレーボール大会

「第53回母の日小田地区バレーボール大会」が5月14日、城の台公園体育館など6会場で行われました。住民314人が自治会対抗でレクバレーやワンバウンドバレーなどで熱戦を繰り広げ、爽やかな汗を流しました。女子レクバレーの部で優勝した寺村自治会の水口葵さんは「地域の皆さんと和気あいあいと楽しめた。やっぱり小田っていいな」と大会を振り返りました。



環境マイスターの松田久司さんの説明に聞き入る子どもたち

見て、触って、捕まえて学ぶ 初夏の小田川で生き物観察会

自然の大切さを学び川に親しむ「生き物・自然観察会」（大瀬自治センター主催）が5月22日、成留屋橋付近の小田川で開かれました。大瀬小学校から7人が参加し、石を裏返したり網ですくったりして25種類の生き物を発見。4年生の古川奈津さん＝上日ノ地＝は「オタマジャクシやカワヨシノボリを捕まえられて楽しかった。次はもっと見つけたい」と目を輝かせていました。



体験したディロンさんとイヴァンジェリンさん

町並みをバックに和装で特別な一枚を—— 花嫁気分を味わえる新企画がスタート

（社）内子町観光協会の新しい事業「はなよめ」のモニター体験が5月26日、上芳我邸などで行われました。参加者は好みの色打掛で町並み保存地区を巡り、晴れ姿をプロカメラマンに撮影してもらいました。企画した同協会の三好美智子さんは「特別な思い出になったと好評だった。着る人にも見る人にも喜んでもらい、幸せな気分が広がる内子町になれば」と期待を寄せました。

オリンピック銅メダリストが直伝 速く泳ぐ方法と継続の大切さ

競泳元日本代表・松田丈志さんの水泳教室が4月23日、フィットネスクラブ Ryuow で開かれ、町内外から50人が参加しました。松田さんは「速く泳ぐ方法は無限にある。自分に合った方法を極めることが上達への近道」と、実演を交えて説明。参加した竹本大輝さん（13）＝内子19第2＝は「教わったフォームを意識して、自己ベストが出せるようにもっと練習を頑張りたい」と意気込んでいました。



泳ぎ方のコツを分かりやすく教える松田さん

鮎も地域への愛もすくすく育てね 大瀬保育園の子どもたちが放流体験

大瀬保育園の稚鮎の放流体験が5月12日、新成屋橋近くの小田川で行われました。「大人になってもふるさとに愛着を持ってほしい」との思いから、肱川漁協大瀬支部が毎年開催。参加した14人の園児たちは「大きくなってね」と声をかけながら、約3万匹を放流しました。年長の滝野真由ちゃんは「元気に育って、また帰ってきてほしい」と、川面に光る鮎の姿を見守っていました。



バケツいっぱいの鮎を優しく放流

シンプルだけど盛り上がる みんなで楽しむニュースポーツ体験

「ニュースポーツ講習会」（立川自治会主催）が5月13日、立川小学校で開かれました。住民36人が指導者から説明を受けながら「モルック」と「ボッチャ」に挑戦。ほとんどの人が初体験でしたが「思ったより簡単で、みんなで盛り上がった」と好評でした。自治会長の宮内和明さんは「跳んだり走ったりしないから、年齢や体力に関係なくできるのがいい。地域の運動会でもやってみたい」と話しました。



木製のピンを倒して点数を競うモルックを体験

練習成果を内子座の舞台で披露 文化協会内子支部「合同芸能発表会」

内子町文化協会内子支部（山本州一支部長）の「合同芸能発表会」が5月14日、内子座で開かれました。13団体・延べ74人が出演し、太鼓演奏や詩吟、三味線、日本舞踊などの演目を披露。初舞台を踏んだ子もいて、一生懸命な姿に大きな拍手が送られていました。

山本支部長は「発表会は年に一度の晴れ舞台。子どもたちの活躍にも注目してほしい」と語りました。



子どもたちも交じえた剣詩舞の共演

内子往来特別編 R05.05.Uchiko

KASATORIYAMA



標高1562mに咲く ツツジの道を散策

～内子町で一番高い場所、笠取山より～

笠取山は内子町の中心部から車で約1時間半で行けます。ツルギミツバツツジが見頃と聞いて、撮影に行ってきました。

写真は標高1562^{メートル}の山頂付近から眺めた風景です。ピンクに咲いたツルギミツバツツジの花が山肌を彩り、内子町とは思えないような眺望が広がっていました。

山頂からは360度に広がる青空を見ることができ、石鎚山や小田深山、小田地域の町も見渡せます。

笠取山の尾根は比較的なだらかで、初心者でも気軽に山歩きを楽しめます。この日も町内外から多くの人が訪れ、カメラに写真を撮りめたり、ゆっくりと散策したりと、笠取山の雄大な自然を満喫していました。





HAPPY BIRTHDAY

おめでとう はじめてのバースデー

6月に満1歳になる子どもたちを紹介します。

6.20



市川 六季ちゃん 平野
ねえね大好き♡ 大きくなっても
ずっと仲良しでいてね☆

6.10



沖田 菜菜ちゃん 内子4
私はおしゃべりと抱っこが大好き♡

6.8



山岡 愛奈ちゃん 柿原
バナナとイチゴが大好き。早くに
いに、ねえねとお散歩したい♡

6.30



白石 仁那ちゃん 内子18第2
4人きょうだいの末っ子♡ にい
に、ねえねが大好き！

6.28



徳本 莉奈ちゃん 富長
ねえね大好き♡ 歩けるように
なっって一緒に外で遊びたい♡

「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」

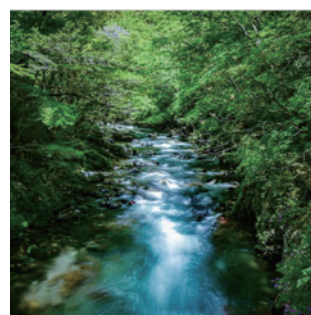
「#うちコト」を付けて投稿してくれた写
真を紹介します。皆さんも#うちコトで内子
町の「すてき」を投稿してみませんか。

uchikoto_official

見るだけでも楽しめるよ
ぜひ、フォローしてみね！
QRコードをスキャンする
と簡単に見られます。



yuumi.landscapeさん
百畳大風揚げ前の緊張感が伝わる。



kazuya_photo.728さん
小田深山溪谷の新緑と清流。

FROM ME TO YOU



みんなであつないでリレーエッセイ

釣りを楽しむ

瀧野 英夫さん(57)
内子17



私の趣味は釣りで、15年
前から船釣りもしています。
はまったきっかけは友達に
「やってみない？」と誘われ
たことです。一緒に行ってみ
ると面白くて、好きになりま
した。

船の上では船長がいろい
ろな釣り方を教えてくれるし、
釣具店では店員さんがおす
めの場所や道具を紹介してく
れるから楽しいです。テレビ
番組やYouTubeを見て勉
強もしていて、友達とは釣果
や仕掛けの情報を交換して盛
り上がっています。

楽しいのは魚を釣るだけ
ではありません。夕日が沈み、
太陽が昇っていく最高の風景
を見ることが出来ます。イル
カが海の上を跳ねたり、カモ
メが空を飛んでいたりと、
流れる海の風も気持ちがいい
です。人との出会いも魅力の

一つで、島根県へ行ったとき
にはプロの人と出会い、一緒
に海へ出ました。釣ったカレ
イを特別に譲ってもらい、感
激したのを覚えています。料
理して、食べてもおいしくて
幸せでした。うれしかった思
い出です。

コロナ禍ですつと行けて
いませんが、「フィッシング
ショー」という毎年、主要都
市で開かれるイベントにもよ
く行っていました。釣りの世
界で有名な人たちが集まるの
で、会えるのをいつも心待ち
にしていました。いつかまた
参加して、釣りの話をたくさ
ん聞いてみたいと思います。
皆さんも趣味を持ち、人生を
楽しんでください。

▼次は、重岡ゆかりさん内子
21にお願ひします。

監修 内子町食生活改善推進協議会

今月の食改さん



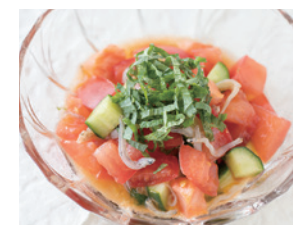
徳永 初子さん
＝小田下＝

●材料(4人分)

トマト 1個
キュウリ 1本
シソ 6枚
しらす干し 15g
レモン果汁 小さじ2
④ 濃い口しょうゆ 小さじ2
ごま油 小さじ1

●作り方

- ①トマトとキュウリは2等角に切る。
- ②シソは千切りにし、水にさらし
た後、水気を切っておく。
- ③ボウルに①としらす干し、④を
加えて、混ぜ合わせる。
- ④お皿に盛り付け、シソを乗せて
完成。



季節の一皿

SPECIAL DISH

「トマトのレモン
じょうゆあえ」

Q 広報クイズ

「広報うちこ」6月号を読んで、①～⑤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 6年度に小・中学校で使用する「○○●○○」の見本を、図書情報館で展示します
- ② 新緑の中でいいもの発見。石畳で「○●○○」さがそう市を開催
- ③ 内子町とローテンブルク市の交流を記念した「○○●○○○○」。おいしい料理と音楽で盛り上がりました
- ④ 今月のリレーエッセイは瀧野英夫さん。タイトルは「○○○○○○●」
- ⑤ 家庭にある不用品を「●○○○」しませんか。実証実験に協力してくれる人を募集しています

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：6月30日（消印有効） 当選者発表：「広報うちこ」8月号

● 4月号当選者の皆さん

- 答え「らんどせる」 正解数25
- ・竹本 芳子さん（内子18第2）
 - ・榊田 忠章さん（21区）
 - ・大本 麗生さん（田中）
 - ・亀岡 澄子さん（富長）
 - ・高松 誠一さん（上立山）
 - ・國本 満子さん（中町）
 - ・岡田 勝利さん（柿原）
 - ・佐々木久美恵さん（堂村）
 - ・清田 陽介さん（松山市）
 - ・芳我 岳思さん（愛知県）

家の中に眠っている衣類や本、食器など「まだ使えるけれど不要になったもの」はありますか。愛媛県ではフリーマーケットアプリ「メルカリ」と連携し、不要品をリユース（再利用）す

くらしのエコロジー

まだ使えるもの
見つけてリユース

- ① 家の中の不要品を整理し、「エコボックス」に入れて一時保管する
- ※エコボックスは環境政策室で配布します。
- ② 中身を時々見返し、まだ使えるようなものは人に譲ったり、売ったりする
- ③ 2～3カ月活用し、アンケートに回答して終了
- 《実証実験の手順》
- ① 家の中の不要品を整理し、「エコボックス」に入れて一時保管する
- ※エコボックスは環境政策室で配布します。
- ② 中身を時々見返し、まだ使えるようなものは人に譲ったり、売ったりする
- ③ 2～3カ月活用し、アンケートに回答して終了



▲エコボックスの大きさ（幅37センチ×奥行26センチ×高さ28.5センチ）。郵送に使える梱包資材も一緒に配布

【申込・問い合わせ】
環境政策室
☎0893(44)6159

《応募方法》

● 募集人数 20人

● 申込期限 8月31日（木）

● 申込方法 電話または窓口
でお申し込みください。

400株の花文字でおもてなし

三瀬 フミ子さん（81）＝新川町＝

風博物館前の河川敷を彩る「風の里」、「紙の町」の花文字。花いっぱいのメッセージが道行く人の心を和ませています。作るのは近くに住む三瀬フミ子さん。「風博にたくさんの人が来るから、きれいな花で出迎えてあげたい」と、ほぼ毎日、花壇の草引きや花の手入れをしています。初めは草と石だらけで、耕すのに3カ月もかかりました。文字のバランスは道路の上から見て何度も調整。三瀬さんは「もう少しきれいにしようとコツコツ続けて8年目。今が一番きれい」とにっこり。花の数も400株まで増えました。この活動に心を動かされ、花植えや景観づくりをする人たちも増えました。同じ河川敷にヒマワリを植える北福章弘さんはその一人。「毎日毎日、何時間も一人で作業する姿に心を打たれ、自分も何かしたいと思った。尊敬する生き方」と慕います。三瀬さんは「隣近所で助け合うことも増え、今の生活がより楽しくなった。皆さんのおかげ」と感謝の言葉を返し、「元気なうちはみんなと一緒に花を植え続けたい」と優しい表情を浮かべました。



◀花壇は40センチ×8センチが2つ。いつ来ても楽しめるよう、季節ごとに花を植え替えている

★ TOWN'S STAR

内子町の人☆キラリ

初めての雪、初めてのスキー

南国の島トリニダード・トバゴで生まれ育った私は、内子町に来るまで冬を経験したことがありませんでした。もうすぐ夏ですが、今回は私にとって2度目の冬のおきの思い出を紹介します。昨年の12月、内子町に雪が降りましたね。空から舞い落ちる雪が町全体を覆う様子は、まるで魔法を見ているようでした。積もった雪も数日で溶けてしまい、限られた時間しか見られない特別なものだ心に残りました。町の雪が溶けた頃、南アフリカ出身でALT仲間のトップマンさんを誘って小田深山に行きました。南国育ちの二人が「スキーをしよう！」と思い立ち、初挑戦することにしたのです。雪道を登り

何とか無事にスキー場へ到着すると、一面の雪景色。初めて立ったゲレンデは美しく、その真っ白な世界に感動しました。でも滑り方も知らないまま雪の上を滑ろうとする私たちの姿は、他のスキーヤーからは面白おかしく見えていたはず。初心者二人が練習もしないまま、立っては転び、立っては転びを繰り返しているのですから。そんな私たちを見ながら横切る皆さんが、転ばない方法や滑り方のコツを優しく教えてくださいました。そして、ついに私たちはスキーで滑ることができたのです。たくさん転んで足や腰が折れるかと思いましたが、最高のひとときでした。この冬の思い出はずっと忘れられない大切な宝物です。



HELLO!!!

FROM AROUND THE WORLD

外国語指導助手
パトリシア・ルイス

Lewis Patricia

VOICE まちの声

指定ごみ袋の不良品、交換できますか

□ごみ袋を購入したら破れていました。新しいものと交換できますか。（30代女性）

■内子町指定のごみ袋に不良品があった場合は新しいものと交換します。袋が破れているほかに、文字の印刷が消えているなどの事例

も見つかっています。お手数ですが役場本庁環境政策室・内子分庁・小田支所まで現物をお持ちください。

【問い合わせ】
環境政策室
☎0893(44)6159

いかざき大風合戦に参加しました

5月5日に開かれた「いかざき大風合戦」に、今年も国際交流協会チームで出場しました。参加者はALTや町内在住の外国人など総勢24人。出身国はカンボジア、ミャンマー、アメリカなど国際色豊かです。合戦には協会のメンバーが作ったオリジナルの風で参戦。今までになく空高く揚がった風に、一同は大いに盛り上がりました。

中国出身で技能実習生の女性は「子どもの頃は母国でよく風揚げをして遊んだ。久しぶりで懐かしく、楽しかった」とにっこり。内子町の伝統文化を通じて異国間の交流が深まる、充実の一日となりました。



オリジナルの風を囲む参加者の皆さん

国際理解講座第2弾

ディロンさんと作る ペイガンのお守り

今回はALTのディロンさんを講師に迎えて、ペイガンのお守りを作ります。

- 日時 7月28日(金) 午後7時～9時
- 場所 内子自治センター
- 定員 20人(高校生以上)
- 参加費 500円

「ペイガンってなあに？」

私は母の影響でペイガンの文化に慣れ親しんで育ちました。ペイガンは1つの神だけを信仰する宗教とは違い、その土地に根付いた自然崇拝や多神教の信仰を大切にしています。日本ではまだまだ知られていませんが、日本の神道でも木や山、岩など自然の中に神様がいると考えられてい

るので、ペイガンの文化に似ている部分があると思います。私が日本の文化をもっと学び、理解したいと思ったのもそのためです。

今回はペイガンについて学びながら、私の家に伝わるお守りを作ります。日本の正月のしめ縄のように、家に飾ると幸運を呼び邪気をはらうといわれています。塗り絵の要領で簡単に作れるので、皆さん気軽に参加してくださいね。



作成するお守りの例

一緒に楽しみましょう



●「第69回青少年読書感想文 全国コンクール」課題図書
《小学校低学年の部》
それで、いい！／よるのあいだに：／けんかのたね／うまれてくるよ海のなか
《小学校中学年の部》
ライスポールとみそ蔵と／フードバンクどろぼうをつかまえる！／化石のよぶ声がかこえる／給食室のいちにち
《小学校高学年の部》
ふたりのえびす／5番レーン／魔女だったかもしれないわたし／中村哲物語
《中学校の部》
スクラッチ／アップステージ／人がつくった川・荒川
《高等学校の部》

ラブカは静かに弓を持つ／タガヤセ！ 日本／昆虫の惑星
●古い雑誌を譲ります
▽7月1日(金)～
※1人5冊まで
●「むしこまど」会員募集中
おはなしボランティア「むしこまど」の会員を募集しています。詳しくは図書情報館までご連絡ください。
●託児サービスを定期開催
育児中の人もゆつくり本を選べるよう、無料託児サービスを定期的にしています。
▽日時 毎月第4水曜日 午前10時～11時
▽申込方法 子育て支援センターへ電話でご連絡ください。
☎ 0893(44)6355

●おすすめ図書コーナー
▽「歯を大切に」
6月4～10日は「歯と口の健康週間」です。虫歯や歯磨きなどに関する本を紹介します。
●おはなし会
▽毎週土曜日・午後2時～
●文学講座
▽6月10日(土)、7月1日(土)／午前10時～
▽内容 話題の本を読む『三千円の使いかた』
▽講師 村山洋子さん



(土居家提供)

「6月の予定」
●企画展
▽「ふるさとの記憶画展」
土居通康さんが描いた記憶画を集めました。昔の暮らしがよみがえります。

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



愛媛県新居浜市上原一丁目三番地 鴻上尚史／著
少年時代を過ごした新居浜市の家、劇団を立ち上げた早稲田大学大隈講堂裏。劇作家の著者が大切にした場所を通して人生を振り返る、初の自伝的小説集
みんなの節電生活



木村俊雄／著
電気を知りつくした元電力会社の技術者「セツデン侍」が、賢い節電術を漫画で紹介する。31日間の節電チャレンジも収録

♥児童図書



みがいてあげる
ふくべあきひろ／文、おおのこうへい／絵
偽物の自分に食べられてしまったりょうたくんは、元の姿に戻るために偽物の歯磨きをしてあげることにした。話題作『たべてあげる』の続編



小学生からの都道府県おでかけ図鑑 BEAMS JAPAN／監修
47都道府県の地理・歴史、伝統工芸、ご当地グルメ、観光スポットなど日本の魅力が丸わかり。詳しい解説動画が見られるQRコードつき

○教科書展示のご案内

皆さんに教科書へ関心を持ってもらうことを目的に、6年度に小・中学校で使用する教科書の見本を展示します。

- 法定展示期間 6月14日(水)～29日(木)
- 展示時間 午前9時30分～午後6時
- 場所 内子町図書館



使用する教科書の一例

【問い合わせ】
内子町教育委員会 学校教育課
(内子分庁内)
☎0893(44)2124

○子育ての不安や悩みを
ペアレント・メンターと話してみませんか

発達障がい児(者)の保護者を支援するペアレント・メンターは、自身も同じように子育ての悩みを経験しています。同じ親の立場で話を聞いたり、自分の経験を伝えたりするなど、専門機関とは違ったサポートをしています。秘密は厳守されるので、気軽にご相談ください。

- 開催日／場所
▽第1回 6月21日(水)／内子自治センター
- ▽第2回 10月12日(木)／五十崎自治センター
- ▽第3回 6年2月14日(水)／内子自治センター
- 時間 午前10時～11時30分
- 内容 参加者とメンターによるグループ相談会
- 対象者 内子町在住の保護者
- 定員 5人(各回)
- 申込方法 ①参加者の氏名、②メールアドレス、③電話番号、④子どもの性別・年齢、⑤相談したい内容を、電話かメールでご連絡ください。
- 申込期限 6月14日(水)
- 申込・問い合わせ
発達自立支援センター
☎0893(23)9255
✉hattatsu-shien@town.uchiko.ehime.jp

○地元企業が若い力を求めています
「大洲・内子合同企業説明会」

- 地元で働きたい若者の雇用拡大を目指して、大洲・内子地域合同の企業説明会を開きます。
- 日時 6月23日(金)午後1時30分～3時30分
- 場所 国立大洲青少年交流の家
- 入場料 無料(入退場自由)
- 対象者 高校2・3年生、大学

生、専門学校生または卒業後3年までの人

●参加企業 内子町ホームページに掲載(随時更新)
ID 0136726

【問い合わせ】
町並・地域振興課 商工観光班
☎0893(44)2118

○いざというとき、子どもの命を守るため
子育て世代に向けた防災講演会

災害時に子どもと自分の命を守るには、事前の準備が大切です。子育て中だからこそ必要な心構えについて学びませんか。

- 日時 6月28日(水)午前10時～11時30分
- 場所 内子自治センター
- テーマ 「災害から我が子へのちを守るために」(マイタイムライン(私の防災行動計画))



講師の山崎愛さん

●講師 山崎愛さん(フリーアナウンサー、防災士)

●定員 45人

●希望者は託児サービスを利用できます。(先着15人)

●参加費 無料

●申込方法 電話でお申し込みください。

※筆記用具とお住まいの地区の防災マップを持参してください。マップは内子町ホームページで公開しています。

ID 0130218

【申込・問い合わせ】
内子町子育て支援センター
☎0893(44)6355

5年度の介護保険料(65歳以上)をお知らせします

介護が必要になったときに安心してサービスを受けられるよう、保険料は必ず納めましょう。

《納める方法》

- 特別徴収 年金額が年額18万円以上の人は、偶数月に支払われる年金から天引きされます。
- 普通徴収 年金額が年額18万円未満の人や次の①～③に該当する人は、口座振替を利用する

か、納付書を使用して金融機関などで納めます。

①年度途中で65歳になった、②税の修正申告で所得段階が変更した、③他市町村から転入した

※介護保険法の定めで、特別徴収を優先します。

【問い合わせ】

保健福祉課 介護保険係

☎0893(44)6154

《5年度の介護保険料表(年額)》

区分	対 象			保険料
1	生活保護を受けている人			24,400 円
2	本人が住民税非課税	世帯全員が住民税非課税	・ 老齢福祉年金を受けている人 ・ 前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が 80 万円以下の人	40,800 円
3			前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が 80 万円を超え 120 万円以下の人	57,100 円
4			前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が 120 万円を超える人	73,400 円
5	本人が住民税課税	世帯に住民税課税者がいる	前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が 80 万円以下の人	81,600 円
6			前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が 80 万円を超える人	97,900 円
7			前年の合計所得金額が 120 万円未満の人	106,000 円
8			前年の合計所得金額が 120 万円以上 210 万円未満の人	122,400 円
9			前年の合計所得金額が 210 万円以上 320 万円未満の人	138,700 円

内子町の医療費助成制度

受診時の本人負担分が無料に(保険診療以外の一部負担金を除く)

《重度心身障がい者医療費助成》

- 対象 次のいずれかの交付を受けている人
▷身体障害者手帳1級、2級
▷療育手帳判定A
▷療育手帳判定B(中度)と身体障害者手帳3～6級
- 助成期間 申請日から助成されます。ただし、2年ごとに更新が必要です。
- 受給手続き 保険証、障害者手帳などを持って申請
- 【申請・問い合わせ】
保健福祉課 障がい者福祉係
☎0893(44)6154

《子ども医療費助成》

- 対象 内子町に住所があり、健康保険に加入している児童。または保護者の住所が内子町にあり、児童のみ進学のため町外に住所がある人
- 助成期間 出生日から18歳になって迎える最初の年度末まで
- 受給手続き 保険証を持って申請

《ひとり親家庭医療費助成》

- 対象 次のいずれかに該当する家庭
▷配偶者のいない父(母)が子を養育
▷配偶者のいない祖父(祖母)が孫を養育
▷配偶者のいない兄(姉)が弟妹を養育
- 資格条件 次の①～③全てに該当する家庭
①原則として父(母)を被保険者とする同一の健康保険に加入
②前年の所得税が非課税
③家庭主が児童を監護し、生計を維持
- 助成期間
▷父(母)／申請日から子が20歳に到達した日まで(婚姻した場合は婚姻した日まで)
▷児童／20歳未満(社会保険の被保険者は対象外)
- 受給手続き 対象者全員の保険証、資格証明ができる証明書・書類などを持って申請
- 【申請・問い合わせ】
こども支援課 児童福祉係
☎0893(23)9255

新しい農業委員・農地利用最適化推進委員を紹介します

任期満了に伴う新しい農業委員と、農地利用最適化推進委員（以下、推進委員）が選任されました。任期は8年4月30日までの3年間です。5月1日には、第1回農業委員会総会が開かれ、会長に北岡清委員、会長職務代理者には、稲田誠司委員が選出されました。



稲田 誠司 さん
(61) =和田=

● 会長職務代理者

担い手不足や高齢化など、農業を取り巻く問題は深刻さを増しています。優良な農地を残していけるよう、農地に関する行政委員の役割を認識し、地域農業の振興のために取り組みます。



北岡 清 さん
(61) =宮原=

● 会長

内子町の農業を維持・発展させて次世代に継承するためには、優良な農地を確保して有効利用することが大切です。担い手農家へ農地を集約したり、新規就農者を支援したりすることで、耕作放棄地を減らし、いけるように努めます。

● 担当地区と氏名 ※敬称略

担当地区	その地区の区域	農業委員	推進委員
内子地域	内子地区	内子、知清、城廻	宮内 康都 (宿茂)
	五百木地区	五百木、村前	堀本 幸雄 (内子18第2)
	大瀬地区	大瀬中央	忽那 喜伴 (長田)
		大瀬南	松本 丈弘 (鶴川)
		大瀬北、大瀬東	沖野 久 (本村)
	立川地区	立山、川中、立川袋口	福井政喜代 (熊ノ滝)
	満穂地区	論田、河内、石畳、袋口	上西 敏幸 (下立山)
五十崎地域	五十崎地区	五十崎、大久喜	篠崎 勝 (論田3)
	天神地区	平岡、重松、宿間、福岡	宮本 健一 (河内5)
		井上 登雄 (黒内坊)	土居 興平 (古田)
		森 敬造 (柿原)	沼井 義章 (東沖)
	御祓地区	北表、只海、山鳥坂	金元 善昭 (藤社)
小田地域	小田地区	小田、寺村、立石、南山、日野川、大平	上野 正一 (掛橋)
	参川地区	本川、中川、上川	嘉野 忠司 (上川上)
	田渡地区	吉野川、中田渡、上田渡、臼杵	道岡 定茂 (下臼杵)
		久保 文男 (上田渡)	

地域の環境の変化が分かるセミの抜け殻調査にご協力ください



内子町ではクマゼミの抜け殻調査をしています。クマゼミは暖かいところを好むので、生息域を調べると地域の環境の変化が分かります。多くの地域の状況を調べられるよう、ご協力をお願いします。

《クマゼミの抜け殻の特徴》

▽大きい(体長約3センチ以上)

▽腹側の中脚と後脚の間にでっぱりがある

▽背中に3色のしま模様がある

● 応募方法 抜け殻は箱などに入れ、①採集した日・場所、

②採集者の氏名・連絡先を記入して、環境政策室か各自治

センターへ提出してください。

● 応募期限 8月31日(木)

【問い合わせ】

環境政策室

☎0893(44)6159

6月から受付日が変わります マイナンバーカードの時間外・休日窓口

内子町ではマイナンバーカードの申請や受け取りが、平日の時間外や休日にもできます。申請に必要な顔写真も無料で撮影しますので、気軽にご利用ください。

6月以降の時間外・休日窓口の開設日は次の通りです。

《時間外窓口》

● 日時 毎月第2・4水曜日 午後8時まで

※祝日および年末年始を除く

● 場所 住民課、内子総合窓口 センター、小田支所

《休日窓口》

● 日時 毎月第2日曜日 午前8時30分～午後3時

● 場所 住民課

【申込・問い合わせ】

住民課 マイナンバーカード担当 ☎0893(44)6152

年金の確認や手続きがスマホで簡単に「ねんきんネット」をご存じですか

コラム*ねんきん瓦版

「ねんきんネット」は、これまでの年金記録や将来受け取る年金の見込み額など、自分の年金に関する情報をパソコンやスマートフォンから確認できるサービスです。

●「ねんきんネット」

▷受け取る年金の見込み額が知りたい

▷自分の年金記録を確認したい

▷支払い漏れや届け出漏れがないか確認したい

▷電子版「ねんきん定期便」について知りたい

▷年金振込通知書などの通知を確認したい

▷通知書の交付を申請したい

●「ねんきんネット」を利用するには

利用するには事前登録が必要で、次の2つの方法があります。

▷マイナンバーカードを持っている人

マイナポータルから連携する方法がおすすめです。登録にはメールアドレスが必要です。

▷マイナンバーカードを持っていない人

専用ページで基礎年金番号を入力し、ユーザーIDを取得して登録します。基礎年金番号は年金手帳や年金証書などで確認できます。毎年の誕生月に日本年金機構から送られる「ねんきん定期便」に記載されているアクセスキーを利用すると簡単に登録できます。

●利用登録はこちらから

登録するときや詳細を知りたい場合は、日本年金機構のホームページをご確認ください。

☞ https://www.nenkin.go.jp/n_net/index.html

【問い合わせ】

○松山西年金事務所

☎089(925)5105

○住民課 国民年金係

☎0893(44)6152

一耳を傾け、寄り添う気持ちで心を癒す一

傾聴ボランティア養成講座の受講生を募集します

傾聴の基本を学べる初心者向けの講座を開きます。傾聴ボランティアとは、悩みを抱えている人などの話を熱心に聴き、相手の気持ちに寄り添う活動です。家族や身近な人の心の負担を軽くすることもでき、仕事でのコミュニケーションにも役立ちます。日々の生活に生かせる知識や技術を学びませんか。

●開催日時 7月13日、27日、8月10日、24日、9月14日(全5回) / 午後1時30分～4時30分

●場所 うちこ福祉館

●講師 福積千佳子さん、久保賢司さん(株)ライフキャリア制作所)

●定員 20人

●参加費 無料

●申込方法 電話でお申し込みください。

【申込・問い合わせ】

内子町社会福祉協議会

☎0893(44)3820



傾聴の手法や心構えなどを、初めての人でも気軽に学べます



＼ 受講生に聞きました /

講座では相手に心地よく話してもらったコツが学べます。家族や地域の人との普段の会話がもっと楽しくなりますよ。皆さんも受講してみませんか。

池本 千恵子さん＝内子10＝

●一人でも悩まないで「ひきこもり相談」へ

●日時 月々金曜日(祝日除く) 午前8時30分～午後5時15分

●対象 18歳以上のひきこもり本人またはその家族

●費用 無料

【問い合わせ】
内子消防署
☎0893(43)0119

夏は熱中症に要注意
正しい知識で予防しよう

熱中症は気温や湿度の他、体調不良や過剰な運動など、さまざまな条件が重なって発症します。正しい知識を身に付けて暑い夏に備えましょう。

《こんなときは要注意》

- ▽気温が高く日差しが強いとき
- ▽風が弱いとき
- ▽作業や運動を長時間するとき
- ▽寝不足などで体調が悪いとき

《熱中症予防のポイント》

- ▽涼しい服装を心がける
- ▽日傘や帽子を使い、なるべく日陰に入る
- ▽水分や塩分をこまめに取る
- ▽室内でも気温を確認して、冷房を適切に使用する

●農地などで活用できる刈草を無料で提供

刈草を希望者に提供します。畑の敷き草、堆肥の原料、畜産用の飼料などに活用ください。

●提供期間

- ▽河川堤防 7～9月上旬予定
- ▽道路 7～9月上旬予定

●提供方法 草刈りをした場所の仮置き場で引き渡します。

●注意事項

- ▽刈草の運搬は、原則として希望者にお任せします。
- ▽刈草はそのままの状態を提供します。
- ▽提供は先着順で、刈草がなくなり次第終了します。

【申込・問い合わせ】
大洲土木事務所 河川港湾課
河川港湾グループ
☎0893(24)5121

●申込方法 来所の相談は事前に電話予約が必要です。電話相談は随時受け付けています。※精神保健に関する相談もできます。詳しくはお問い合わせください。

【申込・問い合わせ】
八幡浜保健所 精神保健係
☎0894(22)4111

「愛顔感動ものがたり」
あなたの思い出を募集中

皆さんが体験した感動のエピソードと写真を募集しています。優秀作品には賞金などが贈られます。

【申込・問い合わせ】
愛媛県社会福祉協議会
☎089(921)5140



受験資格などの詳細が分かる「受験案内」は、6月8日(木)から各市町の社会福祉協議会などで配布します。

●試験日 10月8日(日) 午前10時

●試験会場 松山大学

●受験料 1万6000円

●申込期間 6月8日(木)～7月7日(金)

※詳しくは県社会福祉協議会のホームページをご覧ください。

《健康講座(講話/調理実習)》

●内容 「施設デザイナー・サービス業について」 / 「家庭でできる介護食」

うちこ福祉館の行事案内

お知らせ

【申込・問い合わせ】
愛媛県文化振興課
☎089(947)5480



●応募資格

- ▽エピソード部門 / 一般の部、高校生以下の部
- ▽写真部門 / 一般の部、小・中学生の部

●応募期限 8月25日(金)

※詳細は愛媛県のホームページをご覧ください。



昨年度の優秀作品

●日時 6月20日(火) 午前9時30分

●定員 15人

●参加費 3000円

●持参品 マスク、エプロン、頭巾

《わいわい喫茶》

●日時 7月3日(月) 午後1時～4時30分

●参加費 無料

【申込・問い合わせ】
うちこ福祉館
☎0893(44)3410

全身の健康はお口から
歯科口腔健診を受けよう

無料の歯科口腔健康診査を



自然の中できれいな空気を吸いながら、食事やものづくりを楽しむ催しです。夏の小田深山でゆっくり過ごしませんか。

●日時 7月2日(日) 午前10時～午後3時

●場所 ソルファ・オダスキーゲレンデ (※雨天時は獅子越荘)

【問い合わせ】

そとで、ここで実行委員会

☐sotococo.main@gmail.com

詳しいイベントの情報は
こちらで確認ください▶



住人十色

第163回

愛媛県選抜チームで全国ベスト8 経験を糧にさらなる飛躍を誓う

相原 悠飛さん(小田中3年) 〓 鈴ノ子 〓



◎「野球も楽しいけれど、ソフトボールのスピード感が自分に合っている」という相原さん。高校でも続けたいと笑顔で話していた

相原悠飛さんが「第19回都道府県対抗全日本中学生ソフトボール大会」に愛媛県選抜チームの選手として出場し、ベスト8の成績を収めました。

愛知県代表を破って迎えた準々決勝、相原さんは1点を追う最終回に、1アウトランナー無しの場面で代打として出場。「とにかく塁に出る」と臨むも岡山県選抜の左ピッチャーに抑えられ、「緊張もあったけれど、自分の力を出し切れなかった」と悔しさをにじませます。それでも初めての選抜チームでの経験を「みんなレベルが高く、守備もすごく鍛えられていた。一緒に練習できたのは貴重な時間だった」と振り返ります。

普段は松山市のクラブチーム「愛媛ウエストジュニア」で活動する相原さん。「みんな個性があって楽しい」というチームの2番バッターです。「出塁してチャンスを作ったり、後を打ついいバッターにならないだりするのが自分の役割」と話し、7月に開かれる中学生最後の大会に向けて練習に励んでいます。「昨年はライバルチームに敗れて全国大会を逃した。先輩たちが果たせなかった全国出場を、今度こそつかみ取りたい。どんな場面でも積極的にプレーして、100%の力を出し切りたい」と力を込めました。

編集 幸記

▽5月はイベントが満載でした。ドイツフェスタは雨にもかかわらず想像以上の人出でびっくり。おいしそうにビールを楽しむ皆さんを見て「来年は絶対にお客さんとして参加するぞ、ブローーストー!」と心の中で叫びました(史)

▽インスタグラム「うちコト」のフォローさんに笠取山で出会いました! 「いつも投稿見えます」と言ってもらい、早起きの眠さも吹っ飛ばすくらいうれしかったです。皆さんも「#うちコト」で投稿してくださいね(花)

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

