

広報うちこ

UCHIKO 10

October 2023

vol.312

あなたとまちをつなぐ
ふるさと情報誌

COVER

観測史上最大級の雨しぶきにびっくり

夏の笑顔をくれる

特集 Special Feature

裏方のヒーロー

ぼくの夢 わたしの夢

溜水 ^{みさき} 光咲さん 大瀬小学校 6 年 (路木)

おいしいパンを焼いて たくさんの人を喜ばせたい

私は最近、パン作りにはまっています。保育園のときにテレビで見たパン屋さんの特集で、職人が作るパンがキラキラとして見え、心をつかまれました。当時は「作るの難しそう」と思って挑戦できなかったのですが、この夏休みに本格的にパン作りを始めました。簡単な白パンから始めて、サツマイモパンなどいろいろな種類を作るようになりました。生地を何分もこねたり、きれいな形に整えたりするのは大変ですが、挑戦と失敗を繰り返すのもパン作りの面白さです。

焼いたパンは家族に食べてもらいます。「いいにおいだね」「おいしい、また作ってね」と喜んでくれてうれしいです。お菓子作りが得意な姉に褒めてもらったときは「もっとおいしく作りたい」と気合が入ります。たくさんの人に私のパンを食べてほしいので、将来は行列ができる有名なお店を持ちたいです。



CONTENTS 目次

UCHIKO vol.312

広報うちこ 2023 年 10 月号

- 2 ぼくの夢 わたしの夢／目次
- 3 特集 夏の笑顔をくれる 裏方のヒーロー
- 10 まちのニュース 公共図書館協議会表彰／道路功労者表彰／健康まつり 他
- 12 うちこ往来 I K A Z A K I クラフトフェア／内子幼稚園ブドウ狩り 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.270
- 20 町からのお知らせ 第11回小田川シクロクロス／いのちの授業 他
- 26 暮らしの情報 愛媛FC マッチタウンゲーム／骨髓バンク推進月間 他
- 29 社協だより Vol. 4
- 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 ——



◎9月7日、内子東自治センターで開かれた防災学習会の一場面です(関連記事12ページ)。参加した石畳小学校の児童は四国に一台しかない降雨体験装置で、観測史上最大の1時間に180^{ミリ}の雨を体感しました。河野生弦さん(1年)は、激しく打ち付ける雨粒の勢いにびっくり。ぎゅっと傘を握りしめて、水が持つ力の大きさを肌で感じていました。

コロナが明けて本格的に開催できるようになった夏祭り。しかし、少子高齢化や担い手不足などの理由で、日本では中止や縮小をせざるを得ない地域が相次いでいるそうです。内子町も同じような課題を抱えています。町内各地で夏祭りが再開し、久しぶりに見られた笑顔がたくさんありました。

今回は「内子笹まつり」「小田燈籠まつり」「寺村山の神火祭り」「いかざき花火大会」の4つの夏祭りの裏側を追いかけてみました。祭りの裏側で汗を流す人たちの姿と想いを紹介します。

夏の笑顔をくれる 裏方のヒーロー

特集 Special Feature



1_竹を立てるのに大人4人がかりの力が必要 2_一本一本、竹の枝打ちをする 3_長さ12mもある竹を担いで運ぶ 4_炎天の下、作業は続く 5_雨への備えをする



6_ランタンが目立つよう、電球を外す気配り 7_加戸病院が制作した手の込んだ笹飾り 8_実行委員会が制作を依頼した71体の飾り。色とりどりできれい 9_うれしそうな表情で飾りをつるす商店街の人たち

＼内子本町通り商店街の皆さんにインタビュー／



山岡あけみさん
＝内子2＝

世代を超えたコミュニティーの場

今年は自分たちで竹を立てることができず、実行委員会にお願いすると「力仕事は僕らがやるよ」と快く引き受けてくれました。商店街のみんなに助けられ、ありがたかったです。私もできることで協力しました。準備は大変だけど、休憩でお茶を飲みながら若い子たちと話す時間が楽しかったです。世代を超えてつながれるコミュニティーの場でもあり、大切にしたいです。



電線に当たらないように竹の傾きを確認

僕も商店街のみんなと盛り上げたい

小さい頃から笹まつりの準備をする父の背中を見てきたので、自然と手伝うようになりました。商店街の皆さんとの作業は面白いし、僕も同じ裏方の仲間として迎えてくれるのがとてもうれしいです。大学を卒業したら、地域の外でいろいろな経験を積んで、いつか地元に戻ってくる予定です。同級生にも僕と同じ思いの子たちがいるので、そのときは実行委員の皆さんと一緒に祭りを盛り上げたいです。



ゆうたろう
大西優太郎さん
＝内子4＝



竹に飾りをつるす作業を手伝う大西さん(左)



内子笹まつり

「たくさんの笑顔が見たい——」 みんなの心に届いた裏方の願い

今年で64回目を迎えた内子笹まつりには約1万5,000人が来場。久しぶりに内子本町通り商店街に並んだ笹飾りが、たくさんの人たちを喜ばせていました。その裏側を支えたのは、内子笹まつり実行委員会の皆さんや商店街の人たちです。笹まつりへの思いやこれからについて話を伺いました。

先輩の背中を見て育んだ祭りへの思い、次の世代にも——

4年ぶりの本格的な笹まつりは多くの人でにぎわい、たくさんの笑顔があふれていました。大西くんや自分の息子など若い世代が参加してくれたことにも意義を感じ、再開できてよかったと思っています。

私が実行委員会に入ったのは24歳のとき。一番の若手でした。たくさんの先輩たちに囲まれ、作業などの後には飲み连接到いてもらい、かわいがってもらいました。息子たちの姿を見ると、懐かしい思い出がよみがえります。

当時の笹飾りの数は、今の倍以上はありました。各店舗が作った豪華な笹飾りが連なり、とても華やかでした。

でも最近では店主の高齢化で、各店で準備することが難しくなっています。足りない分は実行委員会で準備しますが、今年は飾りは71体、竹は41本も用意しました。どちらも過去最多です。笹飾りの負担を減らすために、ランタンをつるす工夫などもしました。できる範囲の準備でしたが、お客さんからも好評でほっとしています。

やめる選択をしないのは、子どもの頃から父や大人たちの頑張る姿を見てきたからです。商店街がにぎわい、子どもが走り回る姿を見ると、このために頑張っているんだと分かります。この良さを次の世代につなげられたらうれしいです。



内子笹まつり実行委員長
ひろゆき
宇都宮啓之さん＝内子2＝

寺村山の神火祭り

200年の歴史を誇る、寺村山の神火祭り。コロナ禍などの理由で火文字や花火などの催しはできていませんが、伝統的な行事は守り続けています。

山の神火祭りは、寺村地区が3つの組に分かれて、輪番で伝統行事を行っています。今年中通り1区・堂村が当番で、私はその代表である「宿」を務めました。

今年の開催を当番組の全員で相談したときに、若手からは「なんとかやりたい」という声が出ました。しかし、3年間のブランクはとも大きく、もう一度腰を上げるには何倍もの力が必要でした。私たちの当番組は特に高齢化が進んでいます。何千とオヒカ리를灯し、山に単管を組むなど、その大変さと思うと大規模な開催に踏み切ることがで



当番組(中通り1区・堂村)「宿」 坂本 利夫さん＝堂村＝

コロナ禍でもつないできた200年守り続ける伝統の灯

きませんでした。――。

ですが、江戸時代から続く伝統的な行事は毎年行っています。当番組の人たちで六角山に登って念仏を唱え、日暮れには山の下に108つのオヒカ리를灯しました。住民みんなで受け継ぎ、大切にできたことだから、無事にできてほっとしています。

楽しみに待っている人たちの声や、町内各地の夏祭りの再開にも背中を押され、来年の火祭りは地域で前向きに考えています。地域外の人から「手伝うよ」と声をかけてくれることもあり、本当にありがたいです。みんなの協力なしに祭りはできません。担い手が不足する中で、どうやって続けていくか真剣に話し合うときがきています。地域のみんなで力を合わせ、つないできた伝統の灯を守っていき



1_六角山で山の神に手を合わせて五穀豊穡を願う
2_暑い中でも笑顔でオヒカ리의準備 3_山の神に酒や肴を供える 4_愛宕山にも登り、念仏を唱えた 5_オヒカ리의点灯をした当番組の皆さん



「フレカタ」を務めました／



水田 直也さん
＝中通り＝

みんなで支え合って火祭りを残したい

火文字の点灯や駐車場の整理など、催しの手伝いは毎年しています。今回フレカタ*の役目を引き受け、初めて伝統行事に参加しました。分からないことも多くありましたが、先輩たちが教えてくれました。火祭りは寺村の人たちにとってかけがえのないもので、苦労してでも残したい。力仕事や仲間集めは僕らに任せて、先輩たちには歴史や伝統を教えてください。そうやって支え合いながら、残したいです。



六角山のほこら周辺を、率先して草刈り

小田 燈籠まつり

コロナ禍で開催が危ぶまれたものの、新しい形で再スタートを切った小田燈籠まつり。根っこの部分は大切に、時代に合う方法を考えました。



小田燈籠まつり保存会会長 納堂 邦弘さん＝小田下＝

小田地域みんなで作りたい持続可能な祭りのカタチ

祭りを続けるために、時代の変化に合わせて形を変える工夫が必要でした。小田燈籠まつりの組織が新しくなったのも、その一つです。以前は小田中央商店街が主催していた祭りですが、高齢化の影響もあり、コロナ前と同じ体制で祭りを続けることは大きな負担となっていました。

主催者側がしんどい祭りは続きません。現役世代が日中仕事を休んで準備をすることは難しいのが現状です。少し形が変わっても、祭りの根っこの部分を大切にして、「できる範囲で無理せず楽しむこと」へ。それが燈籠まつり保

存会の最初の一步でした。準備は強制でなく、「できる人でやろう」と呼びかけると、小田地区の皆さんはもちろん、地区外の人や小田分校生なども手伝ってくれました。

新しい燈籠まつりは昔のようないくつかはあります。でも、燈籠流しで亡くなった人を弔うことや、里帰りの人たちと一緒に楽しむことなど、根っこの部分は残るよう心掛けました。多くの人が「やってくれてありがとう」と声をかけてくれて、大切なことが何かを改めて気付かされました。

地域の祭りを考えることは、地域の未来を考えることにつながります。同じ時間を共有し、一緒に汗をかく一体感は、他ではなかなか味わえません。この盛り上がりをもた来年も続けるために、小田地域の祭りとして協力者が広がればいいと思います。



1_倉庫から4年ぶりに出した大絵燈籠 2_川に流す燈籠を準備する小田校生 3_地元の皆さんも作業を手伝う 4_小田校生が描く大絵燈籠。登貴姫伝説がモチーフ (1～4写真提供：鳥谷恒希さん)



／燈籠まつりに参加した皆さんにインタビュー／



寺岡 和一さん
＝中田渡2＝

納堂さんの思いに賛同

納堂さんの思いに胸を打たれ、私も応援したいと会場設置の準備や片付け、交通整理をしました。これからもできることで協力したいし、喜んで手伝いたい。燈籠まつりが小田地域の活性につながればうれしいです。



宮内 もなさん
小田分校1年

大好きな地元の祭り

大絵燈籠の制作に参加しました。小学生の頃に見た美しい大絵燈籠が心に残っていて、絵が描けるのも、大好きな地元の祭りの再開もうれしかったです。当日は地域の人たちが喜んで見てくれました。また来年も描きたいです。

打ち上げはひととき、準備はひと月、 花火の思い出はいつまでも

半世紀以上も続いてきた五十崎の花火大会の中止を知って、立ち上がったのは地域の若手でした。商工会青年部の五十崎支部を中心に、いかざき花火大会実行委員会を立ち上げ、開催に奔走した皆さん。その思いとは――

みんなで上げた大花火

「あの光景がなくなるのは寂しい」。60年もの間、花火大会を続けてきた五十崎商工連盟が継続を断念したという情報を知り、率直にそう思いました。子どもの頃から、お盆で帰省した親戚たちと一緒に見上げた花火。あのわくわく感は楽しい思い出として、ずっと心に残っています。何とかしたいと仲間を声をかけると、「子どもたちにも同じ景色を見せてあげよう」と、一度は消えかけた花火大会を復活することになりました。

いざ始まると準備は大変で、今まで続けていた前主催者の皆さんへの感謝の気持ちが自然と湧いてきました。寄付のお願い、交通整理の手続き、看板の設置――。花火の価格は約4割も高騰しています。実行委員のみんなと奔走しながら、続けて行くことの大変さを痛感し、メンバー一同、身が引き締まる思いです。協力してくれた人や来てくれた人にも感謝です。自治会長と区長の集まりに参加し、僕らの花火への思いと寄付への協力を伝えると、大きな拍手で背中を押してもらいました。花火大会では、最後に観客の皆さんから歓声と拍手が沸き起こり、その光景に涙を流すメンバーもいました。例年と同じ2000発の花火でしたが、僕らにとっては感謝の気持ちが詰まった、いつもと違うものになりました。みんなが大好きな五十崎の花火を、何十年後も打ち上げられるよう頑張ります。



いかざき花火大会実行委員長
久保 和賢さん = 豊秋町 =

あなたにはどんな夏祭りの思い出がありますか。家族や友達と過ごした楽しいひとときの裏側には、きっと裏方の皆さんの思いがあったのだと思います。今回取材した皆さんも、大変な作業をしながらも「みんなの喜ぶ顔が見たい」「ふるさとの夏祭りを守りたい」と笑顔でした。祭りの表舞台では気付きにくいけれど、来年の夏は裏方のヒーローにも思いをはせてみてください。

「去年よりも楽しい
夏の思い出ができたよ」



お兄ちゃんと一緒に花火のカウントダウンをしました。「ゼロ！」って言った瞬間、大きな花火が空いっぱいに広がって、とてもきれいでした。来年の花火も楽しみです。
宮部 夏海さん(天神小4年)



1_豊秋河原の土手沿いに杭を打っていく作業 2_女性部が並べたハート型の行灯 3_交通整理の看板を設置 4_お客さんとの交流を楽しむ 5_いかざき花火大会実行委員会の皆さん



1_参加者とのランニングで汗を流す岩原さん
(写真右) 2_股関節のストレッチ方法を説明

走り方の基本を学ぶランニング教室が9月24日、共生館などで開かれ、38人が参加しました。講師は箱根駅伝で優勝経験がある、神奈川大学職員の岩原正樹さん。準備運動の仕方や走るときの目線、腕の振り方などのポイントを伝えながら、「歩く延長で走るように、なるべくシンプルに考えて」とアドバイスしました。

元・箱根駅伝ランナーの岩原さんが 楽しく、無理なく走るコツを伝授

た。指導を受けた参加者は、自分のフォームとの違いを確かめながら小田川河川敷を走り、心地よい汗を流しました。大西蒼維さん(内子小6年)は「腕を後ろに振ることや、しんどくなったら深呼吸をすることなど、たくさん学べた。マラソン大会に向けて意識して練習したい」と充実した表情で話しました。

笑って学んで、心も体も健やかに 町民が「健康」を考える一日

町民一人一人が心身の健康保持を考える「健康まつり2023」が9月2日、共生館で開かれ、163人が参加しました。まず日頃から健康づくりに努める人を顕彰する、高池健康づくり優良者の表彰式が行われ、大本健さん(91)ら8人に表彰状が贈られました。記念講演ではシンガーソングライターの松本隆博さんが登壇。弟のダウンタウン・松本人志さん



ら家族とのエピソードを紹介し、母との絆を歌った曲『親友』などを熱唱。「うれしいことがあると心は優しいの水で満たされる。もしこぼれたら、また新しい水を入れよう」と、来場者に優しく語りかけました。会場では筋肉量測定コーナーや、町内福祉施設によるバザーなどもあり、参加者は楽しみながら健康づくりの大切さを学びました。

1_「高池健康づくり優良賞」の賞状を受け取る受賞者の皆さん 2_「心のツボ」をマッサージ」と題して講演した松本隆博さん。心温まる歌とトークで会場を盛り上げた 3_食生活改善推進協議会が販売した減塩惣菜はどれも大人気



表彰状を手に「元気なうちはずっと続けたい」と語る二宮さん

美化活動が続けて20年 二宮さんが「道路功労者表彰」受賞

(継)日本道路協会の「道路功労者表彰」を二宮正一さん(82)＝平野＝が受賞し、表彰状が8月29日、南予地方局から伝達されました。同賞は長年にわたる道路の美化活動をたたえて贈られます。二宮さんは平岡地区全域で道路のご

み拾いや草刈り、落ち葉拾いなどを20年以上続けてきました。表彰状を受け取った二宮さんは「散歩中に道端のごみや雑草が気になって、毎朝1時間ほど作業するようになった。きれいに保てるよう、ポイ捨てがなくなれば」とほほ笑みました。

長年の図書館運営への功績が認められ、大野千代美さん(73)＝松尾＝が「全国公共図書館協会表彰」を受賞しました。大野さんは平成17年に図書館情報館長に就任し、赤ちゃんに本を送るブックスタート事業などを推進。退任後の20年4月か

らは町の図書館協議会委員を務めるなど、読書活動の支援に力を注いでいます。大野さんは「このような賞をいただき驚いている。読書は考える力や思いやりの心を育む種まきのようなもの。ぜひ図書館を活用して、本を楽しんで」と語りました。



「子どもには小さい頃から本を読む習慣を作っておいて」と大野さん

生徒らの「食」に新しい選択肢 希望する地元生にも給食提供を開始

内子高校小田分校で9月1日から、全校の希望者に学校給食の提供を開始しました。

同校は4年度から小田寮生を対象に給食を提供しており、今回は地元の生徒や保護者の要望で対象者を拡大。現在、寮生以外の13人を含む49人が給食を利用しています。地元出身の福岡天翔さんは給食を希望した理由を

「弁当を作ってくれる母の負担を少しでも減らせるし、寮の友達とも一緒に食べられるのがいい」と笑顔で話します。

白方良憲分校長は「従来通りの弁当も、栄養バランスの取れた給食も選べる。成長期の生徒たちにとって大切な昼食の選択肢が増えたことは、高校の魅力化につながる」と期待を寄せていました。



1_友人同士で机を並べて給食を楽しむ生徒たち 2_当番制で行う準備の時間も楽しい



三田さんの優しい歌声に聞き入る子どもたち

地元出身の演歌歌手・三田杏華さんが講演 「私が選んだ歌の道～ふるさとは花吹雪～」

児童生徒が地域の先輩たちに学ぶ「第4回おだのふれあい講演会」（小田小・中学校運営協議会主催）が9月19日、同校体育館で開かれました。講師の三田杏華さんは演歌や小田地域への思いを伝え、故郷を懐かしむ気持ちを歌った『ふるさとは花吹雪』など6曲を披露。「私は小田へ帰るたびに元気をもらう。皆さんも心のふるさとを胸に頑張って、未来に羽ばたいて」とエールを送りました。



ツルムラサキを紹介する菊地さん（写真中央）と生産者

「この野菜、どうやって作っているの？」 生産者とオンライン食育授業

小学生が農家の思いを聞く食育の授業が9月19日、内子小学校で行われました。㈱楽農研究所の菊地義一さんや愛媛県の協力で実施したもので、当日の給食に使われた「ツルムラサキ」の生産者と、同校の3年生がライブ配信で交流。児童らは食材の特徴や栽培方法を熱心に学びました。菊地さんは「いろいろな食べ物のことを知って、食への関心を深めてほしい」と呼びかけました。



タケノコに似た風味の「マコモタケ」を調理して販売

山ならではの楽しみ方を提案 秋分の深山を遊ぶ「やまなみん」

小田深山で食や音楽を楽しむ催し「やまなみん」（同実行委員会主催、佐野晋平代表）が9月22日から3日間、ソルファオダスキー場で開かれました。来場者は秋晴れの中、焼き菓子やパンの販売、E-バイクの試乗、小田分校吹奏楽部の演奏などを思い思いに満喫。佐野さんは「小田深山の楽しみ方はいろいろ。誰もが童心に帰って、のびのびと過ごせる場になれば」と語りました。



18年前から句会に参加している毛利さん（写真中央）

戦後から続く俳人の集い 俳誌「せきれい」が節目の600号

せきれい俳句会が毎月発行する俳誌が創刊600号を迎え、記念大会が9月24日、内子自治センターで開かれました。同会の会員14人が集まり、昭和29年12月から続く過去の冊子を見ながら、俳句を教わった恩師との思い出などを振り返りました。5代目主幹の毛利喜子さん＝下立山＝は「みんなで俳句を詠んだり喋ったりするのが生きがい。次は650号を目指したい」とほほ笑みました。

職人のこだわりが詰まった2日間 五十崎で手づくり市を開催

手仕事の魅力を伝える「IKAZAKIクラフトフェア」（五十崎商工連盟匠会主催、成田幸子委員長）が8月27・28の両日、五十崎風博物館で開かれました。町内外から18組が出店し、職人こだわりの木工品や和紙のアクセサリなどが数多く並びました。天然石のプレスレット作りを体験した彦川愛結花さん（7）＝松山市＝は「かわいくできてうれしい」と満足そうでした。



出店者との会話も楽しみながら商品を手に取る

おじいちゃんおばあちゃんと堪能 採れたてのブドウ、一緒に食べようね

内子幼稚園のブドウ狩り体験が8月30日、(有)エコファームうちこで行われました。園児やその祖父母ら40人が参加し、シャインマスカットやピオーネを収穫しながら交流。採れたてのブドウを笑顔で頬張る園児たちを、保護者は優しい表情で見守っていました。西渕和美さん＝富中＝は「孫と外で一緒に食べるブドウは特別おいしい。成長も感じられて、夏のいい思い出になった」と笑顔でした。



顔ほどの大きさのシャインマスカットに笑みがこぼれる

芝居小屋で振り返る地域の文化 愛大生が聞き取り調査を実施

小田地域の生活文化などを研究する愛媛大学社会共創学部・井口梓研究室が8月28日から4日間、かつて存在した芝居小屋の聞き取り調査をしました。当時を知る10人の思い出や記憶を、33枚の模造紙にまとめて小田自治センターで展示しています。調査に協力した成田忠史さん（83）は「よくまとめられて感心。地域の歴史をつなぐ大切さを考える、いい機会になった」と話しました。



展示された資料を見ながら談笑する成田さんと学生たち

いつか来る土砂災害に備えて—— 映像や模型で理解を深める学習会

愛媛県砂防課の出張防災学習会が9月7日、内子東自治センターで開かれ、石畳小学校の児童10人が参加しました。がけ崩れや地滑りが起きる仕組みや避難方法を模型で教わったり、土石流3Dシアターを体験したりして、土砂災害の怖さと日頃の備えの大切さを学びました。武藤春喜さん（6年）は「自分が住む地域にも危険があると分かった。普段から気を付けたい」と話しました。



土石流が起きたときの被害の大きさを模型で学ぶ



HAPPY BIRTHDAY

おめでとう はじめてのバースデー

10月に満1歳になる子どもたちを紹介します。



10.15
平井 聖菜ちゃん 内子18第2
私は歌が大好きです。これからいろいろな所に行ってみたいな♡



10.14
金元 湊くん 古田
いにとねえねが大好き♡ 歩けるようになったらお散歩しようね。



10.13
永尾 祥くん 中町
お兄ちゃんが大好きです。みんなにいつも癒しを与えてくれます♡



10.29
小林 優翔くん 鶴川
歩けるようになったらママとたくさんお出かけしたいな♡



10.15
守岡このみちゃん 内子19第2
食べるのダイスキ！ 食べちゃうぞ♡

「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。



odako_official さん
小田分校の運動会での一枚。



kissa.doitshoten さん
上川地区の棚田の風景。

FROM ME TO YOU



みんなであつないでリレーエッセイ



「ヤギの目」

千葉 真史さん(34)
〓 中野〓

皆さんはヤギにどんなイメージを持っていますか？

最近ではテレビ番組などでもその姿を見る機会が増え、身近に感じる人もいるかもしれません。実際に触れ合ったことがあれば、きっとそのかわいさにお気付きかと思いますが、その一方で「ヤギってなんか怖い」「不気味だ」と感じる人もいます。私もヤギを飼う前はその一人でした。海外ではヤギにマイナスなイメージを連想することが多いようです。悪魔などの悪い者の象徴として扱われることもあります。英語表現の「be the goat」は、直訳すると「ヤギを演じる」ですが、「ばかなことをする」という意味で使われるようです。きっと彼らが知ったら、ひどく悲しむでしょう。

では、なぜヤギを不気味だと感じるのでしょうか。私は、彼らの「目」が原因だと

思うのです。ヤギの目には貯金箱の穴のような長方形の黒目があります。私たちと違うから、その特徴的な形に違和感を覚えてしまうのかもしれない。でも、じっくり観察してみると白目の部分は木星を思わせるきれいなマーブル模様でとっても美しく、吸い込まれそうになります。黒目の部分も辺りが薄暗くなるとくると徐々に開いて丸く見えるようになります。きっと昼と夜ではヤギの印象が変わるのではないのでしょうか。

そんな魅力的なヤギの目、ぜひ一度よく観察してみてください。いかげす。でも、くれぐれも彼らの強烈な頭突きには気を付けてくださいね。

▼次は、岩本達也さん〓宮原〓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／



森岡マサミさん
＝護国＝

●材料(4人分)

内子豚 240g / キャベツ 200g / ニンジン 1/3本 / シイタケ 2個 / カボチャ 120g / ブロッコリー 1/2個 / 塩・こしょう少々 / 酒 大さじ2 / バター 20g / じゃばらドレッシング 40ml

●作り方

①豚肉に塩・こしょうを振る／②キャベツ、ニンジン、シイタケ、カボチャは太めの短冊切り、ブロッコリーは小房に分ける／③豚肉と切った野菜をアルミホイルで包み、口を閉じる前に酒を振りかける／④蒸し器に入れて約20分蒸す／⑤火が通ったらバターをのせ、ドレッシングをかけて完成



季節の一皿

SPECIAL DISH

「内子豚とたっぷり野菜のバターホイル焼き」

Q 広報クイズ

「広報うちこ」10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。

- ①三田杏華さんが熱唱！「○○●○○○○○」講演会が開かれました
- ②伝統芸能「●○○○○○○」で新しいAL Tのパトリックさんを歓迎
- ③内子中学校「○○○○●○」部が四国支部大会で金賞を受賞しました
- ④第11回小田川「○●○○○○○」の出場チームを、内子町特別枠で募集中
- ⑤内子小学校で給食の時間に生産者とオンライン「○○○●○」授業
- ⑥溜水光咲さんの夢は行列のできるパン屋さん。夏休みには白パンや「○○○●○○」作りに挑戦しました

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：10月31日（消印有効） 当選者発表：「広報うちこ」12月号

● 8月号当選者の皆さん

- 答え「こうしえん」 正解数35
- ・沖野ツヤ子さん（内子18第1）
 - ・薦田 聖司さん（内子18第2）
 - ・牧 洋子さん（田中）
 - ・竹本 洋美さん（富中）
 - ・加藤 美穂さん（長田）
 - ・坂本 善和さん（西沖）
 - ・増岡 悟子さん（西沖）
 - ・吉川加恵子さん（上川中央）
 - ・山内 啓二さん（東温市）
 - ・源田 広計さん（千葉県）

昨年度、内子町で回収された古紙は約244トで、売上金は約150万円でした。リサイクルして得たお金は、ごみの収集・運搬や処理費などに充てます。その一方で、古紙として回



紙をごみで捨てずに
リサイクルしよう

収されず、燃えるごみとして捨てられているものも多くあります。昨年度、町内で排出された燃えるごみの約60%を紙ごみ・布ごみが占めていました。何気なく捨てている菓子箱や封筒なども再利用できる古紙です。資源化すればごみの量も減り、焼却施設の長持ちにもつながります。捨ててしまう前に、再利用できないか考えてみましょう。

● 分別と出し方

新聞紙・雑誌類・段ボール・紙パックの種類ごとに分け、ひもで十字に縛って出してください。小さい紙は大きめの

封筒や紙袋に入れ、雑誌類と一緒にひもで縛って出してください。

● 古紙で出せないもの

- ・ティッシュペーパー
- ・油のついた紙
- ・レシートなどの感熱紙
- ・伝票などのカーボン紙
- ・金箔、銀箔のついた紙
- ・紙コップや紙皿

【問い合わせ】

環境政策室

☎0893(44)6159



VOICE

まちの声

えひめAI-1を使ってみたい

□「えひめAI-1」はどんな効果があり、どこでも使えますか。（40代男性）
■えひめAI-1は水質浄化や有機物の分解、悪臭防止などの効果があります。酵母や乳酸菌、納豆菌などで作られており、人にも環境

にも優しい製品です。
各自治会館や役場本庁・内子分庁・小田支所などで無料配布していますので、ぜひご利用ください。
【問い合わせ】
環境政策室
☎0893(44)6159

磨き続けた心と音色、四国で金の輝き

内子中学校吹奏楽部

内子中学校吹奏楽部は8月19日、香川県で開かれた「第71回全日本吹奏楽コンクール四国支部大会」に出場し、中学校B部門（演奏者20人以内）で金賞に輝きました。この功績は同校初の快挙です。

演奏した曲は、「喜歌劇『スペードの女王』序曲」。講評では表現豊かで美しい音色と、高い評価を受けました。副部長の菊池ゆんなさんが「ようやく立てた念願の舞台。プレッシャーを乗り越えられたのは、今まで支えてくれた人たちがいたから。結果で恩返しできてうれしい」と話すと、部長の小野植理紗さんは「今までで最高のハーモニーを奏でられた。感じたのは音楽の楽しさ、みんなと演奏できる幸せ。やり切った」と晴れ晴れとした表情を見せます。

この3年間で「人として成長できた」と振り返る二人。同部では一音一音に表れる「心」を磨くために、日頃からあいさつや礼儀、思いやりの心を大切にしてきました。小野植さんは「先輩から代々続く思いは、後輩たちにも伝わっている。これからもすてきな演奏を届けてほしい」と笑顔で話しました。



TOWN'S STAR

内子町の人☆キラリ

忘れられない夏の思い出

私は8月7日に開かれた「内子 笹まつり・笹踊りコンクール」に、国際交流協会の皆さんと参加しました。日本の夏祭りを体験するのは初めてで、とても楽しみにしていました。

その日の夕方、私たちは浴衣を着せてもらい、30分ほどの練習で踊りを覚えました。初めての浴衣と内子音頭のリズム。日本の夏の雰囲気心が弾み、始まるのが待ち遠しかったです。ところが笹踊りの開始と同時に雨が降り出しました。予報ではどうにか天気が持ちそうだったのに、なんてことでしょう。ずぶ濡れの浴衣、顔に張り付く髪。観客に顔見知りがいなかつた視線がさまようたびにリズムを失う私——。雨の中、習いた

ての踊りを少しでもきれいに見せたいと頑張りましたが、とても優雅とは言えない姿でした。でも、いいのです。大切なのは今この瞬間を心から楽しむことだから。祭りの一部となり、町の人々と肩を並べて商店街を練り歩き、内子の夏を感じる事が全てでした。町民が一体となり笑顔で楽しむ姿に、私も幸せな気持ちになりました。

内子は互いに協力し合い、人と人との結びつきをととても大切にしている町です。だからこそ、こんなにも素晴らしい祭りができるのだと尊敬します。参加できたことに感謝するとともに、私も内子町の一員であることをうれしく思います。皆さん、すてきな夏の思い出をありがとうございました。



HELLO!!!

FROM AROUND THE WORLD

国際交流員

ジェニファー・ナーゲンラウフト

Jennifer Nagenrauft



VOL.270

ようこそ！ 内子町へ――

新ALT・パトリックさんのウェルカムパーティー



パトリックさんを歓迎しようと、たくさんの人が参加

新しい外国語指導助手(ALT)のパトリック・ブラウンさんを歓迎して、ウェルカムパーティーを8月22日、内子自治センターで開催しました。パトリックさんがこれから勤める小・中学校の先生や、協会が開く英会話教室の生徒ら46人が参加。趣味や母国アメリカでの暮らしなどを紹介して交流を深めました。パトリックさんは「たくさんの人とお話しできてうれしかった。歓迎の出し物で披露された伊予万歳も素晴らしくて、楽しい時間だった」と話しました。

楽しみながら英語を学びませんか

「英語であそぼう」参加者募集

小学生が対象の教室「英語であそぼう」の参加者を募集します。季節のイベントで使う英語表現などを、ゲームや工作を楽しみながら学びます。

10月のテーマは「ハロウィン」です。イベントの起源や日本とは違う海外の過ごし方などを、国際交流員のジェニファーさんや、ALTのディロンさんらが教えます。仮装での参加も大歓迎です。英語を使ってみんなで楽しく遊びましょう。

- 日時 10月21日(土) 午前10時～11時30分
- 場所 六日市自治会館
- 対象 町内の小学生(定員30人)
- 参加費 500円
- 申込方法 事務局までご連絡ください
- 申込期限 10月16日(月)



前回の「英語であそぼう」の様子

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
開館時間：午前9時30分～午後6時(月曜日・月末整理日は休館日)

詳しい情報はホームページで紹介しています。併せてご覧ください。▶



講師の長谷川義史さん(右)と、あおきひろえさん

- 秋の読書マラソン
▽期間 10月1日～11月29日
●内子町読書活動研究集会
読書感想文や活動事例の発表、講演などを行います。参加希望の人は図書情報館にご連絡ください。
▽日時 11月14日(火) 午前9時～午後0時10分
▽場所 内子座
▽講師 長谷川義史さん(絵本作家)、あおきひろえさん(絵本作家・特別出演)
- 10月の予定
▽企画展
●「長谷川義史の世界」
●おすすめ図書コーナー
▽「絵本で学ぶSDGs」
●おはなし会
▽10月7日(土)、14日(土)、21日(土) / 午後2時～
●絵本セラピー
▽10月21日(土) 午前10時～
●文学講座
▽10月7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
●休館日のお知らせ
システム更新のため図書情報館、五十崎・小田分館を休館します。
▽期間 10月25日(水)～31日(火)

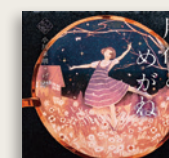
新着図書紹介

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



ホモサピのいきもの調査報告書
ホモサピ／著
生き物系ユーチューバーの筆者が面白い体験談をフルカラーのイラスト付きで紹介。虫や水辺、植物の専門家たちによる解説も掲載



月夜とめがね
小川未明／著、げみ／絵
小川未明の名作小説「月夜とめがね」に、げみが描き下ろしイラストを提供してコラボレーション。小説としても画集としても楽しめる一冊



得する! ANA&JAL 最新案内「旅」の裏ワザ40 日経BP／出版
日本を代表する航空会社のANAとJALが、コロナ禍に運賃やアプリ、上級会員制度などを刷新。格安で旅行できる最新の裏ワザを紹介する

♥児童図書



だびにちてよう
降矢なな／作
リンゴを食べて耳が大きくなったり、木イチゴを食べて鼻が大きくなったり……。犬と旅する男の子の奇想天外な出来事をアニメーション風に描く



どうぶつなまね いちにのさん
にへいたもつ／作、わたなべさとこ／絵
誰かな、誰かな、だーれかな? いろいろな動物が登場するので鳴き声をまねしてみよう。子どもと一緒に楽しめる鳴きまね遊びの絵本



目でみるえいごのずかん
おかべたかし／文、やまだたかし／写真
英語学習に役立つ知識が、写真を見て学べる図鑑。同じ単語で違う意味の英語、2つの語を足すと生まれる英語など38の言葉を取りあげる

○インフルエンザの流行期になる前に―― 予防接種で感染防止に努めましょう

内子町ではインフルエンザの予防接種にかかる費用の一部を助成しています。接種を希望する人は事前に医療機関で予約してください。

新型コロナウイルスワクチンとの同時接種も可能ですが、希望する場合は念のため主治医とご相談ください。

《小児》

- 対象 1歳児～中学3年生
- 接種場所 町内の医療機関
- 助成期間 10月1日(日)～6年1月10日(水)

●自己負担額 1,000円/1回
※中学1年生の場合、1回目の接種時に12歳であれば2回目も助成します。

《高齢者》

- 対象 65歳以上の人、60～64歳で一定の障がいがある人
- 接種場所 県内委託医療機関
- 助成期間 10月15日(日)～12月31日(日)
- 自己負担額 1,000円
- 問い合わせ 内子町保健センター
☎0893(44)6155

○町営住宅入居者募集

- 住宅の規格・家賃など
《土居第2団地 105号》
- ▽住所 内子3619番地
- ▽構造 中層耐火3階・H10建
- ▽面積ほか 74・70㎡、3LDK
- ▽家賃(月額) 2万4,900円
- ※駐車場あり(有料)
- 入居資格 住宅に困窮して月額所得が15万8,000円以下の人。同居中または同居しようとする親族がある人。

- 申込方法 建設デザイン課・内子分庁・小田支所にある申込書を提出してください。
- 申込期限 10月20日(金)
- その他 入居時に家賃3か月の敷金が必要です。家賃は収入により決定します。
- ID 138232
- 申込・問い合わせ 建設デザイン課 管理係
☎0893(44)6157

○「ペアレント・メンターシンポジウム」のお知らせ

発達障がい者の保護者を支援するペアレント・メンターについて学べるイベントを開きます。

- 日時 11月5日(日)午前10時～午後0時30分
- 場所 うちこ福祉館
- 内容
- ▽基調講演 柳澤亜希子さん(山口大学講師)
- ▽シンポジウム 県内のメンターが活動内容などを紹介します。
- 定員 50人
- 参加費 500円

- 申込方法 氏名、電話番号、メールアドレスを明記し、申込フォーム・FAX・メールのいずれかでお申し込みください。

申込フォームはこちら



- 申込期限 10月29日(日)
- 申込・問い合わせ ペアレント・メンターえひめ
☎089(965)2593
✉ehimenteta@gmail.com

○「分からない」「困った」を気軽に相談 一から学べるスマホ講座を開きます

スマホを初めて使う人などに操作方法を教える講座を開きます。アプリの使い方などを参加者の要望に応じて教えます。

- 開催日・場所
- ▽11月7日(火)小田自治センター
- ▽12月5日(火)内子自治センター
- ▽6年1月15日(月)／大瀬自治センター
- 時間
- ①午前11時～正午
- ②午後1時30分～2時30分

- ③午後3時～4時
- ※各日3回実施します。
- ※11月7日の③はマイナンバーカードの申請講座で、カード未申請者が対象です。
- 講師 (株)モバイルコム
- 募集人数 各回8人(先着順)
- 申込方法 電話でお申し込みください。

- 申込・問い合わせ 総務課 危機管理班
☎0893(44)6150

令和5年度「いのちの授業」～赤ちゃんのパパ・ママを募集中～

今、中学生に伝える、命のぬくもりー

中学生との交流を楽しみながら、一緒に命のぬくもりを伝えてくれる親子を募集しています。内子町子育て支援センターが開催する「いのちの授業」は、生徒たちが赤ちゃんとの触れ合いや子育て中のパパ・ママの話を通じて、命のぬくもりや大切さ、自分の将来を考える機会になっています。ぜひ親子で遊びに来てみませんか。

- 日時 11月17日(金)午前9時30分～11時
- 場所 小田中学校体育館
- 内容 グループに分かれて、小田中学校の生徒が赤ちゃんを抱っこしたり、一緒に遊んだり、保護者から子育てのエピソードを聞いたりしながら交流します。
- 対象 おおむね3カ月～1歳くらいの赤ちゃんと保護者

- 申込方法 10月27日(金)までに内子町子育て支援センターへご連絡ください。
- ※送迎を希望する場合は、申込時にお知らせください。



◀昨年度の授業の様子

- 申込・問い合わせ 内子町子育て支援センター
☎0893(44)6355



第11回 小田川シクロクロスinうちこ

オフロードの自転車競技「小田川シクロクロスinうちこ」を開催します。チーム戦で行う耐久レースの参加チームを「内子町特別枠」で募集します。仲間と一緒に挑戦しませんか。

- 日時 11月19日(日)午前9時～午後3時
- 場所 小田川河川敷(あけぼの橋～豊秋河原)
- 《「内子町特別枠」について》
- 時間 午後2時～
- 参加資格 中学生以上で町内に在住または勤務

している人

- 参加費 1人1,000円
- 募集数 10チーム(1チーム4人以内)
- 申込方法 電話でお申し込みください。
- 申込期限 10月23日(月)
- 申込・問い合わせ 小田川シクロクロスinうちこ実行委員会事務局(建設デザイン課内)
☎0893(44)6157

○飼う人も、飼わない人も マナーを守って猫と暮らしやすい町に

《猫を飼う時は》

猫は室内飼いが基本です。放し飼いは他人の敷地内で排せつしたり、車や家屋を傷つけたりするなどトラブルにつながります。交通事故や感染症、迷い猫の原因にもなります。

《無責任な餌やりをしない》

野良猫への無責任な餌やりは、過剰な繁殖を招くほか、衛生害虫の発生や悪臭などの原因になり、猫の健康も害します。自分が世話できない猫に、むやみに餌を与えないでください。

《過剰な繁殖を防ぐ》

猫は繁殖力の高い動物です。飼い猫の繁殖を望まない場合は、不妊去勢手術をしましょう。

愛媛県や内子町では、飼い主のいない猫の過剰な繁殖を防ぐために、次の事業を実施しています。希望する人は保健福祉課に電話でお申し込みください。

●野良猫（地域猫）対策支援事業

▽対象 生後6カ月以上の雌の野良猫

▽実施頭数 県内で約150頭

▽手術費用 無料



「よろしくニャン！」

▽申込期限 10月31日（火）

▽実施時期 11月下旬

▽実施団体 愛媛県獣医師会

●猫不妊去勢手術費補助事業

▽対象 内子町で保護された飼い主のいない猫

▽補助上限額 雄8000円、雌1万2000円

※予算の範囲内で実施します。

《その他の注意》

内子町では原則、飼い主のいない猫の引き取りをしません。犬や猫を捨てることは犯罪です。不幸な猫を増やさないために、皆さんのご協力をお願いします。

【申込・問い合わせ】

保健福祉課 福祉庶務係

☎0893（44）6154

○ギルディング&ランチで大満足 道の駅からりで楽しむ婚活イベント

結婚を希望する人同士が出会える婚活イベントを開きます。ギルディング和紙の記念はがき作りや、レストランでの昼食を楽しみませんか。

●日時 11月25日（土）

午前11時～午後4時

●場所 道の駅内子フレッシュパークからり

●対象 25～40歳くらいの独身

男女（内子町在住・在勤優先）

●定員 男女各10人

●参加費 1000円

●申込期限 11月5日（日）

※詳しくは内子町のホームページをご覧ください。

ID 138230

【申込・問い合わせ】

えひめ結婚支援センター南予事務所
☎0893（57）6705

○互いにプロフィールを確認できて安心 「愛結び」で2人の出会いをサポート

「愛結びコーナー」は会員制のお見合いシステムです。結婚を望む男女がプロフィールを登録して、互いの情報を閲覧できます。相手に申し込みをして成立すると、愛結びサポーターが立ち会ってお引き合わせします。内子町では今年度、全6回の開催を予定しています。残りの日程は次のとおりです。

●開催日

▽第4回 11月5日（日）

▽第5回 6年1月7日（日）

▽第6回 6年3月3日（日）

●時間 午前11時～午後3時
※受付は午後2時まで。事前に予約が必要です。

●場所 図書情報館

●利用方法 事前にえひめ結婚支援センターへの登録が必要です。登録は次のウェブサイトです。

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

●登録料 1万円／2年間

【申込・問い合わせ】

えひめ結婚支援センター南予事務所
☎0893（57）6705

新婚夫婦をサポートする、内子町の新しい制度ができました

結婚新生活支援事業

内子町では新婚世帯がより良い環境で生活をスタートできるよう、新居の購入や引越しなどの費用を補助します。

●対象世帯

次の①～③のすべてに該当する世帯

- ① 5年3月1日～6年3月31日に婚姻した夫婦
- ② 婚姻日時時点で夫婦ともに39歳以下
- ③ 世帯所得が500万円（29歳以下は660万円）未満

●対象経費

- ▷住宅の購入費、リフォーム費、家賃、敷金、礼金、共益費、仲介手数料、引越し業者または運送業者に支払う実費
- ▷省エネ時短家電の購入費（29歳以下のみ）

●補助金額

- ▷29歳以下 上限80万円または40万円
- ※省エネ時短家電の購入費を含みます。上限額は

所得金額によって変わります。

▷30～39歳 上限30万円

●申請方法 所定の用紙に対象経費の領収書を添えて提出してください。

●申請期限 6年3月11日（月）

※詳細は内子町のホームページをご覧ください。

ID 138037

2人のすてきな新生活の
始まりを応援します！
まずは気軽にお問い合わせ
してください。

【申請・問い合わせ】

総務課 政策調整班

☎0893（44）6151



ねんりんピック愛顔のえひめ2023

軟式野球交流大会

10月29日 - 31日



NENRINPIC EHIME 2023

第35回全国健康福祉祭（ねんりんピック）は主に60歳以上が出場する全国大会です。会場では各種イベントもあり、幅広い世代の人が楽しめます。

内子町では軟式野球交流大会を実施します。県内外から参加する選手を皆さんで応援しましょう。

●内子町大会日程

- ▷29日（日） 開会式、始球式、1回戦
- ▷30日（月） 準決勝
- ▷31日（火） 決勝、閉会式

※29・30日には交歓試合もあります。

●時間 午前9時～午後4時

※31日は正午まで

●会場 内子運動公園野球場

●主な催し（29・30日のみ）

筋肉量測定、おもてなしコーナー、各種体験（モルック、スイングスピード測定、ミニ風作りなど）、飲食物の販売 他

●入場料 無料

※試合の組み合わせやイベント内容の詳細は、内子町のホームページでご確認ください。

ID 137242

【問い合わせ】

保健福祉課 ねんりんピック推進係

☎0893（44）6154



秋の楽しみがいっぱい——

うちこの農業祭・文化祭

内子町内各地で開かれる農業祭・文化祭のお知らせです。実りの秋や芸術の秋など、郷土色豊かな祭りに参加してみませんか。

バザー券の購入方法やイベント内容などの詳細は、電話でお問い合わせください。



◆ 長田自治会館

長田食の文化祭

10月15日(日)

午前10時～午後2時

【主な催し】

うどん食べ放題、バザー、フラダンスの披露、お楽しみ抽選会 他
園長田自治会(太田)
☎090(5148)1655

◆ 内子自治センター

第15回うちこ文化祭

11月2日(木)～4日(土)

午前9時～午後5時※

【主な催し】

全日 文化協会・学校の作品展示
3日 バザー、吹奏楽部の演奏 他
園内子自治センター
☎0893(44)3073

※4日(土)は午後1時まで

◆ 石畳清流園

第29回石畳水車まつり

11月3日(金)

午前10時～午後2時

【主な催し】

バザー、農産物販売、竹すべり、和太鼓演奏、菊花展 他
園石畳の宿
☎0893(44)5730

◆ 立川自治会館

立川地区文化産業祭

11月3日(金)

午前10時～午後3時30分

【主な催し】

バザー、農産物品評会、農産物販売、立川神楽の披露、出店コーナー 他
園立川自治会館
☎0893(45)0851

◆ 道の駅せせらぎ・文化交流センタースバル

小田の郷ふるさとまつり

11月3日(金)～5(日)

午前9時～午後3時

【主な催し】

全日 文化協会・学校などの作品展示
5日 バザー、餅まき、抽選会 他
園小田支所
☎0892(52)3111

◆ 五十崎自治センター

第43回五十崎文化祭

11月5日(日)

午前9時～午後2時

【主な催し】

バザー、文化作品などの展示、ダンス、餅まき 他
園五十崎自治センター
☎0893(43)1221

◆ 大瀬商店街

大瀬農業祭柿まつり

11月5日(日)

午前9時30分～午後2時30分

【主な催し】

柿の販売、柿の種飛ばし・皮むき大会、餅まき、バザー 他
園大瀬自治センター
☎0893(47)0102

◆ 内子東自治センター

内子東自治センターまつり

11月19日(日)

午前10時～午後2時

【主な催し】

バザー、フリーマーケット、サンドアート体験、文化作品展示 他
園内子東自治センター
☎0893(43)0136

○ 愛媛サイクリングの日 in 内子町

《内子グループライド》

●日時 11月11日(土)午前8時～

●集合場所 内子自治センター

●対象者 中学生以上

●コース

①ミディアム(石畳方面)約30km

②ロング(小田方面)約46km

●参加費 2000円

※普通自転車での参加は不可。

希望者にクロスバイク、Eバイクを有料で貸し出します。

●定員 各コース30人

●申込期限 10月31日(火)

《折り畳みEバイクの無料貸出》

●貸出日時 11月11日(土)、12

日(日)／午前9時～午後4時

※最長3時間使用できます。内子グループライドでは使用できません。

●貸出場所 旅里庵、ビクター

センター

●料金 無料(申込不要)

【問い合わせ】

町並・地域振興課 グリーン

ツーリズム係(内子分庁内)

☎0893(44)2118

○ 「内子町20歳の記念式」のご案内

20歳を迎える皆さんの門出を祝って、記念式を開きます。

●日時 令和6年1月7日(日)

午後2時～

●場所 共生館

●対象者 平成15年4月2日～

16年4月1日生まれの人

●申込方法 電話、FAXまたは

メールでお申し込みください。

い。その際、氏名、生年月日、

現住所が必要です。

●申込期限 11月24日(金)

【申込・問い合わせ】

内子町教育委員会自治・学習課

生涯学習係(内子分庁内)

☎0893(44)2114

FAX 0893(44)6137

✉gaksyujichi-s@town.uchiko.

ehime.jp

友人との再会を楽しもう

ねんきん Q&A

初めて受給する人は手続きが必要です

「年金生活者支援給付金」の請求はお早めに

Q: 「年金生活者支援給付金」とは何ですか

A: 公的年金を受給する所得が一定以下の人に対して、生活を支援するため年金に上乗せして支給される給付金です。

Q: 支給対象はどのような人ですか

A: 老齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金を受給している人で、一定の要件を満たす人が対象です。要件は年金の種類によって異なりますので、詳しくはお問い合わせください。

Q: どのように請求するのですか

A: 新たに給付金の支給要件に該当した人には、日本年金機構から「給付金請求書」が届きます。必要事項を記入してポストに投函してください。支給開始は原則、請求手続きをした翌月分からです。請求書が届いたら速やかに手続きを

お願いします。

すでに給付金を受給していて、引き続き支給要件を満たしている人は、手続きは不要です。

Q: 給付金はずっと受け取れますか

A: 所得などの支給要件を満たさなくなった場合は「不該当通知書」が届き、支給が止まります。翌年度以降に支給要件を満たした場合は、再度「給付金請求書」が届きますので、手続きをすることで受け取れるようになります。

【問い合わせ】

○ねんきん加入者ダイヤル

☎0570(003)004

○松山西年金事務所

☎089(925)5105

催し

文化講座「コミュニティ・カレッジ」のお知らせ

- 日時 10月19日(木)午後7時～
- 場所 内子自治センター
- テーマ 「日本の人口問題～おら東京さ行ぐだの今～」
- 講師 石川慶一郎さん(愛媛大学助教)
- 内容 人口動態や人口移動のトレンドを学び、少子高齢化と人口減少について考えます。
- 受講料 500円(高校生は無料)
- ※ライブ配信を希望する場合は、受講日の前日までにメールでご連絡ください。

【申込・問い合わせ】

内子町教育委員会 自治・学習課
生涯学習係(内子分庁内)
☎0893(44)2114
✉gakusyuichi-s@town.uchiko.ehime.jp

うちこ福祉館の行事案内

《第15回福祉館まつり》
人権講演会

自分の健康を守るため
薬の使用は正しく安全に

- 10月17日～23日は「薬と健康の週間」です。薬をより安全で効果的に使用するために、次のことに注意しましょう。
- ▽使用する前に薬の添付文書をよく読む。
- ▽用法・用量を守る。
- ▽薬の形によって決められた服用方法を守る。
- ▽薬の飲み合わせ(相互作用)に注意する。
- ▽高齢者は身体機能の低下により副作用が起こりやすいので、薬を使用して体調の変化を感じたら医師などに相談する。



SOTO-COCO
そとで、ここで

「そとで、ここで」は、広々とした空間で自然と触れ合いながら過ごすイベントです。今回は、あけぼの橋周辺の河川敷で行います。川のせせらぎを聞きながらおいしいものを食べて、ゆっくりと過ごしませんか。

- 日時 10月22日(日)
午前10時～午後3時
- 場所 小田川河川敷(あけぼの橋周辺)
- 内容 食事、菓子、コーヒー、雑貨などの販売



食欲の秋においしいものを楽しもう

【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▶



- ▽日時 10月30日(月)午後7時～
- ▽テーマ 「いのち輝いて生きる」
- ▽講師 坂田かおりさん(人権テイク・ルート代表兼オーガナイザー)
- ▽定員 50人
- ※事前に申し込みが必要です。
- ▽参加費 無料

●福祉館まつり

- ▽日時 11月11日(土)
午前10時～午後2時
- ▽テーマ 「私の人権もあなたの人権も守られる世界へ」
- ▽主な内容 児童生徒の人権標語・ポスター展示、各種講座の作品展示、バザー、人権メッセージボード作成、和紙づくり体験 他
- 【申込・問い合わせ】
うちこ福祉館
☎0893(44)3410



町応援選手の佐藤 諒 選手

愛媛FCを応援しよう
11月11日は「内子町の日」

町内在住の人がお得なチケットを購入できる、年に1度の「マツチタウンゲーム」を行います。

- 日時 11月11日(土)午後6時～
- 場所 ニンジニアスタジアム(松山市)
- 対戦相手 FC今治
- チケット
- ▽料金 高校生以下無料、一般1000円(B自由席のみ)
- ▽販売場所 本庁総務課、内子分庁、小田支所
- ▽販売期間 10月30日(月)～11月10日(金)
- ※B自由席以外も割引価格になるオンラインチケットは、次の二次元バーコードから購入できます。



【問い合わせ】
総務課 政策調整班
☎0893(44)6151

お知らせ

行政手続きが簡単になる
オンライン申請を開始

「えひめ電子申請システム」は

詳細はホームページをご覧ください
▼



●応募期限 10月20日(金)午後5時

【問い合わせ】

えひめ産業振興財団 総務調整課
☎089(960)1100

命を救う「骨髄バンク」に
一人でも多くの登録を

10月は「骨髄バンク推進月間」です。骨髄移植を必要とする患者さんを一人でも多く救うため、骨髄バンクへのドナー登録にご

ハロウィンジャンボ5億円
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ5千万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

各1枚 300円

9月20日(水)2種類同時発売!

発売期間 9/20(水)～10/20(金)

公益財団法人愛媛県市町振興協会

行政への申請や届け出などの手続きが、スマートフォンなどのできるサービスです。初回利用時に登録すると、2回目からは氏名や住所などの入力を省略でき、手続きが簡単になります。対象の手続きは順次追加します。

●運用開始日時 10月3日(火)午前10時～

利用方法などの詳細はこちらから検索できます▼



【問い合わせ】
総務課 危機管理班
☎0893(44)6150



協力ください。18歳から54歳までの健康な人が登録できます。

あなたもぜひ登録を

●登録窓口開設日 毎週月曜日

●場所 八幡浜保健所
※登録を希望する人は、事前に電話で予約して、窓口までお越しください。

【問い合わせ】
八幡浜保健所
☎0894(22)4111

相続などの手続きを
専門家に相談できます

愛媛県行政書士会が無料の相談所を開きます。

●日時 10月28日(土)

午前10時～午後2時

●場所 大洲市総合福祉センター
●相談内容 相続、遺言、農地転用、車庫証明などの悩みや手続き方法 他

【問い合わせ】
愛媛県行政書士会
☎089(946)1443

「赤い羽根共同募金」は10月から
皆さんのご協力をお願いします

10月1日から全国で一斉に「赤い羽根共同募金運動」が始まります。内子町では500万円の募金目標額を定めて、町内の保育園や学校、自治センターなどに募金箱を設置するほか、ボーイスカウトの子どもたちが街頭募金を呼びかけます。自治会を通じた戸別募金、地区社協を通じた法人募金もありますので、皆さんのご協力をお願いします。

昨年度、内子町では約510万円の募金が集まり、愛媛県共同募金会へ送りました。愛媛県全体の募金額は約2億2,800万円でした。募金は県内の障がい者福祉施設、児童福祉施設、小規模作業所、社会福祉施設などに配分されたほか、豪雨災害などの災害等準備金や被災支援金として活用されます。

内子町社会福祉協議会には437万円が配分されました。配分金の使途は、共同募金配分委員会で下記のとおり決定したのでお知らせします。



令和5年度赤い羽根共同募金・配分金の使い道

- ①自治会配分金事業 [254万円] ……27自治会に下記のとおり配分
- ②地区社協配分金事業 [148万円] ……7つの社協分会に活動助成として配分
- ③児童青少年福祉活動助成事業 [3万円] ……ボーイスカウトへの活動助成
- ④啓発・歳末助け合い事業など [32万円] ……「広報うちこ」掲載料、75歳以上の高齢者世帯の見守り活動を行う事業の材料費など

自治会名	配分額(円)	主な内容
中央	100,000	LED灯光器他
八日市	100,000	パソコン一式
廿日市	100,000	プロジェクター、スクリーン
第五	99,902	血圧計、ランタン他
城廻	100,000	テント
立川	100,000	音響機器他
論田	100,000	音響機器
石畳	94,750	エアコン
大瀬	100,000	発電機
川登	100,000	音響機器
村前	94,250	発電機、灯光器
池田	95,000	刈払機
五十崎龍王	100,000	ハンディブロワ
五十崎新町	100,000	冷蔵庫

自治会名	配分額(円)	主な内容
五十崎中央	100,000	灯光器、机、椅子
平岡	82,946	空気清浄機
東沖	100,000	座椅子、防災遮光カーテン
重松	100,000	座卓テーブル
宿福	87,250	背負い式ブロワ
御祓	60,000	配食サービス事業材料費
本川	99,750	テント
上川	100,000	羽釜、薪置き場材料費
南山	100,000	発電機、三脚ライト
小田	100,000	ハンディブロワ
中田渡	98,800	ハンディブロワ
上田渡	100,000	刈払機
上川	30,000	配食サービス事業材料費
合計	2,542,648	(27自治会)

お知らせ

家庭に多いガス機器を正しく使って火災予防

住宅火災の原因で多いのは「ガスコンロ」です。ガス機器を使用する際は次の点に注意して、火災予防に努めましょう。

《ガス機器の使用時の注意点》

- ▽機器の取扱説明をよく読み、正しく使用する。
- ▽必ず換気をする。
- ▽ガス漏れ時は元栓を閉め、窓を開けて換気をする。換気扇は火花が発生して引火する恐れがあるため使用しない。
- ▽地震が発生したら身の安全を確保して、揺れが収まってから火を消す。

【問い合わせ】
内子消防署
☎0893(43)0119

紙の魅力を伝える2日間「第19回和紙創作展」

手漉き和紙を使った小物の展示即売やワークショップなど、和紙のさまざまな魅力が集まるイベントを開きます。

日時 10月28日(土)、29日(日) / 午前9時～午後5時
※29日は午後4時まで

場所 アートギャラリー天神館

【問い合わせ】
内子町商工会 界隈づくり委員会
☎0893(44)4723

働く人をサポートする社労士の無料相談会

毎年10月は「社会保険労務士制度推進月間」です。愛媛県社会保険労務士会では、広く社労士制度を知ってもらうために無料相談会を開催します。

日時 10月29日(日)
午前11時～午後5時

場所 オズメッセ21(大洲市)

●相談内容 公的年金、健康保険、労働保険、労働条件、各種助成金の申請手続き 他

【問い合わせ】
愛媛県社会保険労務士会
☎089(907)4864

労働保険料の納付は10月31日までに忘れずに

労働者を1人でも雇っている事業主は、労働保険(労災保険・雇用保険)に加入する義務があります。

ります。

労働保険料の第2期分の納付期限は10月31日(火)です。15日頃に納付書を送付しますので、期限までに最寄りの金融機関で納付してください。

【問い合わせ】
愛媛労働局労働保険徴収室
☎089(935)5202

無料ガイドの案内で町並みに詳しくなろう

観光客が多く訪れる町並みの魅力を町内の人に知ってもらうため、上芳我邸などの重要文化財を中心にガイドが案内します。

日時 11月11日(土)
午前10時～11時30分

集合場所 護国駐車場

●参加費 無料

※事前申し込みは不要です。子ども連れでも参加できます。

【問い合わせ】
内子町ビクターセンター
☎0893(44)3790

農業の「もしも」に備えて収入保険の活用を

自然災害などによる農業収入の減少に備える「収入保険」に

加入しませんか。保険期間は1年間で、すべての農産物が補償の対象です。

●対象 青色申告を行っている個人または法人の農業者

●申請期限 12月末

▽個人 12月末

▽法人 事業年度開始月の前月末

【問い合わせ】
愛媛県農業共済組合
☎089(941)8135

大切な遺言書は法務局に預けると安心

「自筆証書遺言書保管制度」は、自分で書いた遺言書を法務局が保管する制度です。紛失や書き換えなどのトラブルを防ぐことができます。1通あたり3900円の手数料が必要です。

【問い合わせ】
松山地方法務局大洲支局
☎0893(50)5055

詳細は法務省のホームページをご覧ください▼

今よりプラス10分、隙間時間に運動しましょう

秋は涼しくなって運動を始めるのにいい季節です。適度な運動を続けると、生活習慣病を予防・改善する、心肺機能が向上して風邪をひきにくくなるなど、多くのメリットがあります。

《隙間時間に始めよう》

1日当たりの運動時間を今より10分増やすと、がんや糖尿病、認知症などのリスクが下がることが分かっています。食事の準備中や就寝前など、隙間時間に運動を取り入れてみましょう。

筋トレやストレッチは、短時間でできて気軽に始められます。筋トレは週に2、3回続けることで十分効果があります。またストレッチをすると血流がよくなり、肩こりや腰痛の改善、疲労回復などの効果が期待できます。右図のように自宅でできる運動から始めてみませんか。

《運動とセットでたんぱく質を取ろう》

筋力の向上には運動とあわせて、たんぱく質の摂取も大切です。たんぱく質は一度にまとめて吸収できないので、一日数回に分けて取らないと合計摂取量が足りていても筋力は低下します。特に朝食で不足しやすいので、意識して取りましょう。

《自宅でできる筋トレ&ストレッチ》

●筋トレ



横向きプランク

横向きになり、肘と足を支点にして腰を浮かせる。肩・腰・足を一直線にして30秒キープ。



太もも引き締め

真っすぐに立ち、手を腰に当てる。太ももを床と平行になるまで、交互に引き上げる。

●ストレッチ



タオルを使って側屈

タオルを肩幅より少し広く持ち、手を頭の上でピンと伸ばす。息を吐きながら体を横に倒す。



股関節のストレッチ

両膝を90度に曲げ、片膝を内側に倒す。おしりが浮かないようにして反対側の足を膝に乗せる。

11月の相談日・救急当番医

●年金1日相談

日時：16(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：14(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：21(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：14(火)の午前9時30分～正午
場所：内子町林業センター
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
3(金)	おおむら小児科(内子町)	0893(44)7117
5(日)	守口小児科(八幡浜市)	0894(24)7770
12(日)	八幡浜一次救急休日・夜間診療所	0894(24)1199
19(日)	大洲ななほクリニック	0893(25)7710
23(木)	山下小児科(西予市)	0894(62)6801
26(日)	ごとう小児科(大洲市)	0893(23)0510

※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7時～10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 夜間：喜多医師会病院	0893(44)5500 0893(25)0535
木	日中：大洲記念病院 夜間：市立八幡浜総合病院	0893(25)2022 0894(22)3211
金・土	大洲中央病院	0893(24)4551
日	日中：大洲中央病院 夜間：市立八幡浜総合病院	0893(24)4551 0894(22)3211

11月の健康カレンダー

●母子保健

育児相談

日	受付時間	場所	対象
6(月)	午前9時30分～11時	五十崎保健センター	乳幼児
8(水)		内子保健センター	

乳児健康診査

日	受付時間	場所	対象
30(木)	午後1時～1時15分	内子保健センター	5年3月・4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
29(水)	午前9時30分～10時	内子保健センター	3年8月・9月生まれ

●成人保健

受診は予約した人に限ります。受診を希望する人で申し込みがまだの場合は、内子町保健センターまでご連絡ください。

健康診査、腹部超音波検診、がん検診(肺がん・胃がん・大腸がん・前立腺がん)、肝炎ウイルス検査

日	受付時間	場所
17(金)	午前8時～11時30分	内子保健センター

乳がん検診(マンモグラフィー)

日	受付時間	場所
21(火)	午前9時～11時30分 午後1時～3時30分	内子保健センター

◎40歳以上の女性が対象です。

【問い合わせ】

内子町保健センター
☎0893(44)6155

住人十色

第 167 回

選手のプレーを支えて38年

高齢者の祭典に審判員として初参加

泉 隆一郎さん(63)＝大岡＝



◎「年齢に関係なく、全力でプレーする選手の姿には元気をもらえる。ジャッジする自分も大会が楽しみ」と笑顔を見せる泉さん

(地)愛媛県軟式野球連盟大洲支部の審判長を務める泉隆一郎さん。10月29日から内子町で開かれる「ねりんピック愛媛のえひめ2023」の軟式野球交流大会に協力審判員として参加し、選手の活躍を陰で支えます。

泉さんは25歳の時にアマチュア野球公認審判員の資格を取得。きっかけは選手として出場した試合で誘われたことでした。「昔から野球をプレーするのも見るのも好きだった。今では大洲支部で一番の古株」と笑います。現在は同支部の指導員でもあり、他の審判員と共に技術を高め合っています。大会が始まると毎週のように試合が続く生活に「家族の理解と仲間の存在があったから続けられた」と感謝の気持ちを口にします。

ねりんピックは主に60歳以上が出場する全国大会です。泉さんは昨年開かれたりハール大会で、自分と同年代の選手の試合をジャッジしました。「年齢を重ねても野球への情熱は一般の大会と同じか、それ以上。一球に対する集中力の高さが伝わってきた」と話します。本番に向けて「怪我なく楽しんでもらうのが一番。全国の皆さんに『内子でやれてよかった』と言ってもらえるよう、気持ちを込めて取り組みたい」と語りました。

編集 幸記

▽健康まつり取材しました。最近、食事が不規則になることもあり「少し痩せたかな」と思っていたら、健康チェックコーナーで宣告された、まさかの「隠れ肥満」判定。機械との相性が悪かったのかもしれませんね。今月は人間ドックです(史)

▽アボカドの種を水耕栽培していたのですが、2カ月ほど経ってやっと根が生えました。昔から「花を育てたはずなのに、生えたのはキノコ」なんてことがよくありました。今度こそ、ちゃんと芽が出るかな……(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

