

広報うちこ

UCHIKO 9

September 2026

vol.347

あなたとまちをつなぐ
ふるさと情報誌

●COVER

夢がもりもり！ ワンツーツリーフォレスト

●まちのニュース特別編

初めて挑んだ僕らの夏

ぼくの夢 わたしの夢

武藤 みちるさん 石畳小学校6年(石畳9)

世界中の言葉を話せる旅人になって みんなが知らない魅力を見つけたい

大人になったら、いろんな国を旅したいです。一番行ってみたいのはパンの本場・ドイツです。私は母と一緒に、旅人が世界中のパンを紹介する動画をよく見ます。母が取り寄せてくれる職人のパンは、市販のものと味も見た目も違ってびっくり。いつか現地で作り方を習い、家族に食べてもらいたいです。

目標は、世界一周！ 旅先では現地の人と、その土地の言葉で交流したいです。言葉が通じたら、住んでいる人だから分かるまちの良いところを教えてもらえるかもしれません。観光地以外にもいろいろ訪れることができ、旅がもっと楽しくなると思います。まずは、世界のあいさつを本で覚えているところ。外国語の勉強は面白いし、通じたらきっと達成感があります。たくさんの地域の言語を話せる旅人になって、みんなにまだ知られていないすてきな場所を見つけられたらいいと思います。



CONTENTS 目次

UCHIKO vol.347

広報うちこ 2026年9月号

- 2 ぼくの夢 わたしの夢／目次
- 3 まちのニュース特別編 初めて挑んだ僕らの夏
- 6 まちのニュース 県消防操法大会／打ち水大作戦／第20回子ども相撲大会 他
- 8 フォトリポート ふるさとの夏祭り《八月編》
- 10 うちこ往来 和紙うちわ作り／虫送り／ワンツーツリーフォレスト 他
- 12 うちこ往来特別編
- 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.305
- 20 町からのお知らせ 屋外広告物適正化旬間／八日市町並観月会 他
- 27 くらしの情報 高橋邸運営スタッフ募集／救急の日／県政出前講座 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 ——



●「ワンツーツリーフォレスト」(ソルファオダスキーゲレンデ)での一枚です。標高約1000mの会場に、今年も町内外からたくさんの人が訪れました。木のトンネルやどこでもドアなどのフォトスポットも登場。夏の楽しい思い出がまた一つ、増えたようでした。

イベントの様子は、11ページの「うちこ往来」のコーナーでも紹介しています。

初めて挑んだ僕らの夏



今年度も内子町から多くの皆さんが全国の舞台に挑み、活躍するニュースが届いています。大舞台での輝きと、その裏で重ねてきた努力は、いつも私たちに勇気と希望を与えてくれます。

今回は「まちのニュース 特別編」第一弾。「内子町がんばる子ども応援金事業」に報告があった人のうち、初めて全国大会に出場した小・中学生の皆さんを紹介します。挑戦を経て感じたこと、見据える次の目標など、それぞれの思いを聞きました。



第48回全日本選抜少年野球交流大会／第3位
愛媛クラブ 宮脇旭陽 (天神小)

もっとレベルアップして、勝利に貢献したい

小学3年から野球を始めました。所属するチームとしても初めての全国大会出場です。今回は試合には出場できませんでしたが、たくさん勉強になりました。相手は体格がよくてバッティングが強く、強いボールを外野まで飛ばしていました。それでも、次の動きを常に考えて動く守備は、自分たちのチームのほうが上。全国の強豪相手でも、次はきつと勝てると思っています。

9月には6年生最後の大会があり、10月からは自分たちが最上級生に。まずは自分の課題を一つ一つ改善して、レベルアップしていきます。勝つためには何をしなければいけないのかを考え行動する姿を、下級生にもしっかりと見せたいです。次も絶対に全国の舞台に立って、勝利に貢献したいと思っています。



JYCインターシティトリムカップ (U-15) 2026／12位
リヴェント FC Livent 前澤結人 (五十崎中)

一球への集中力を大切に、頼られる内野手へ

愛媛県の選抜チームの一員として出場しました。県内40数チームから選ばれた選手たちはみんな集中力が高く、気が引き締まっていました。一球一球に対する意識を自分も大切にしながら、と改めて思います。僕は内野守備が得意で、ボールを確実に、丁寧に取ることが心がけています。大会で一番に残っているのは、1点リリードで迎えたランナー2・3塁のピッチ。打たれたら逆転されるという場面で、強い打球が自分のところへ——。そこでしっかりアウトを取れたことで「集中できていたな」と自信になりました。

僕は、福岡ソフトバンクホークスの今宮選手です。守備範囲が広く、球際に強い頼れる選手だと思います。僕もこれから走り込みをしたり、たくさんノックを受けたりしてレベルを上げ、チームを救える内野手になりたいです。



阿波おどりカップ全国学童軟式野球大会2026／出場
ウイングス サウス Wings 中山 駆 (内子小)

自分の強みを生かして、さらに高みを目指したい

全国大会では全試合に出場しました。いろんなチームと対戦して、それぞれ特徴があると感じました。体の大きいフォワードにボールを集めるチーム、選手同士がポジショニングを入れ替わりながら戦うチームなど、強みを生かして戦っています。また強豪相手だと攻められる時間が長く、こちらの運動量が増えます。僕は右サイドハーフで攻撃も守備も必要なポジション。もっと体力をつけたいと感じました。

自分の強みは、相手を突破してボールを運ぶ力。自分から仕掛けて、チームのチャンスを作るのが役割だと思っています。僕は、元ブラジル代表のロナウジーニョ選手。ドリブルもアシストもハイレベルで、圧倒されます。僕も全国での経験を練習に生かし、もっともっと高みを目指したいです。高校では1年からレギュラーとして活躍するのが目標です。



西予市出身・風賢央関を迎えて内子場所 相撲文化を継ぐ伝統の大会

■個人の部優勝者

学年	男子	女子
1年生	藤田 琉煌 (天神小)	小林 瑞季 (内子小2年)
2年生	小野 蒼和 (天神小)	
3年生	森岡 咲人 (内子小)	大野 さち (内子小3年)
4年生	小林 千紜 (内子小)	
5年生	井上 智喜 (五十崎小)	宮岡 楓 (石畳小5年)
6年生	達見 政輝 (内子小)	

「内子町子供相撲大会」が8月8日、共生館で開かれました。第20回の節目となる今回、西予市出身の十両・風賢央関と、三段目・風佑城さんが特別参加。「皆さんの一生懸命な取組に期待したい」と選手を激励しました。試合は団体戦と、学年・男女別の個人戦を実施。勢よくぶつかる選手に、「押せ」「踏ん張れ」と力強い声援が響きます。団体戦では、低学年は天神小、高学年は内子小が見事、優勝に輝きました。また取組の合間には西予市の横林巡業クラブが「初切」を披露して、会場を盛り上げました。



1_大瀬小学校の東瀬旺岳さん(右)と小林茉莉愛さんが、力強く選手宣誓 2_選手にエールを送った風賢央関 3_土俵際の攻防。白熱の取組が続く 4_試合後、特別にぶつかり稽古を実施。現役力士に胸を借りる貴重な経験に 5_相撲の禁じ手を面白おかしく紹介する「初切」。会場に笑いが巻き起こった 6_勝利のハイタッチに笑顔がこぼれる 7_緊張の立ち会いの瞬間——「はっけよい！」



(後列左から) 藤友和磨さん、長岡秀樹さん、西谷郷平さん (前列左から) 曾根航也さん、平野太郎さん、兵頭和也さん

「第35回愛媛県消防操法大会」が7月26日、松山市の城山公園管理広場で開かれました。県内消防団員の技術力向上と消防活動の円滑な遂行を目的に行われる大会で、今回はポンプ車操作の部を実施。選手は消防ポンプ自動車を操作して放水し、火点に見立てた的を倒すまでの時間や、機械器具の取り扱いの正確さなどを競いました。

内子町消防団からは、大洲喜多地区予選を通過した内子分団第1部が出場しました。3月から続けた練習の成果を見せ、大一番で過去最速タイムを記録。総合得点146.5点で17チーム中10位となりました。大伴利治部長は「みんな仕事がある中で練習を続けてくれた。これでもいい経験。次の団員にも伝えていきたい」と労をねぎらいました。

「打ち水大作戦」が8月8日、風博物館で行われました。初めに地域おこし協力隊の大角昂平さんが水に関するクイズを出題。子どもたちは「川の水はどこから来るか」「打ち水をするとなぜ涼しくなるのか」などを学んだ後、打ち水に挑戦しまし

た。「水の日」応援大使のポケモン「シヤワーズ」に見守られ、柄杓で敷地内に水をまくと、地面の温度を10度ほど下げることができました。六車優斗さん(内子小2年)は「本当に涼しくなるし、楽しい。家でも試してみたい」と笑顔でした。



「一斉に水をまく子どもたち。水たまりができるほど夢中になっていた」



「内子座の瓦に親しむワークショップ」が7月28日、内子自治センターで開催されました。(株)金岡左瓦工事の金岡浩司さんが、改修中の内子座について「瓦は約2万7000枚。創建時の職人の思いを残すために、直せるものは焼き直して並べていく」と説

明しました。その後、参加者は瓦粘土で作品を制作。かわら館・吉井敏さんの指導で、内子座の紋章やキツネ、ミニ鬼瓦などの型で形を作り、竹串などを使って細部を仕上げていきました。作品は10月中旬から内子座楽屋に展示する予定です。

瓦に込めた職人技と思いに触れる
内子座を学ぶ夏のワークショップ

ふるさとの 夏まつり

《八月編》



寺村山の神 火祭り

15日、六角山の麓に「オヒカリ」がともされ、「山ノ神」の火文字が浮かび上がりました。文政6年から続く伝統行事で、秋の豊作への祈りが込められています。太鼓演奏やよさこいの練り歩きなどもあり、人々の笑顔と熱気に包まれました。

内子 笹まつり

6・7日、内子本町商店街を笹飾りが彩りました。昼のにぎわいに続き、夜はランタンの明かりが通りを優しく照らします。笹踊りコンクールには学校や自治会など24の連が参加。趣向を凝らした演技で盛り上げました。

暑い夏、最後まで、心熱く――



1_水に浮かぶボールをすくう、小さなオペレーター 2_重機で丸太をつかんで、よいしょ！ 3_チェーンソーを巧みに操って伐採 4_丸太切りに挑戦。「引くときに力を入れて」 5_内子高校生のアルプホルン演奏 6_マウンテンバイクで林道を走るツアーも 7_小物入れ作りも子どもたちに大人気

林業を未来につなぐ 10周年の「ワンフォレ」で、山を満喫

林業や森林の魅力を体験できるイベント「ワンツーツリーフォレスト」（同実行委員会主催）が8月22・23の両日、ソルファオダスキーゲレンデで開催されました。10回目となる今回は、2日間で延べ1,014人が来場。林業機械での丸太積み体験、木材を使った楽器作り、木工品の販売など、木に親しめる催しが盛りだくさんです。恒例の伐採見学では、25^{ミハル}級のスギを狙った位置に倒すプロの技術を間近で見学。小島美桜さん（小学6年）＝宇和島市＝は「迫力がすごかった。普段は見られないものばかりで、来てよかった」と笑顔で話しました。

武田惇奨委員長は「『林業の日常』をテーマとして、山林・森林に親しむ機会を作りたいと思っている。地元と林業関係者の協力もあり長年続けられた。一つの区切りを迎えたが今後も挑戦を続け、誰かが山の仕事に興味を持つ、その入り口になればうれしい」と語りました。



腹話術人形の「ぐりちゃん」と武知さん

絵本をきっかけに想像力を広げて 互いを尊重する心を育てる人権講座

「やさしい人権講座」が8月24日、うちこ福祉館で開かれました。講師の武知悦子さんは「ふつうってなに？」をテーマに講演。「見えない人の心を想像する力は、絵本からも育まれる」と話し、絵本やカードゲームを使った楽しい内容で参加者の興味をかき立てます。最後に「想像力は互いの違いを認める力、自分や周りの人を守る力にもなる。柔らかい頭で考えてみて」と呼びかけました。

笹まつりに合わせて届いた夏の音色 心安らぐ「内子座サマーコンサート」

「内子座サマーコンサート in 楽屋」が8月6日に開かれました。初めに、内子町を拠点に活動するバンド・uchiko-noteが登場。外国語指導助手のパトリックさんとのコラボで会場を盛り上げます。続いて砥部町在住のシンガーソングライター・まっしーは、童謡『おぼろ月夜』や、ふるさとが題材の創作曲『あいのうた』などを披露。来場者は澄んだ歌声と心地よい演奏に聞き入りました。



まっしー（左）とパトリックさんがアンコールで共演

大空を舞った百畳凧が風を起こす 世界で一つの手作りうちわに大変身

「和紙うちわ作り体験」が8月11日、五十崎凧博物館で行われました。面の部分には、いかざき大凧合戦で揚げた百畳凧の和紙を再利用。思いがけない模様が楽しい「折り染め」、自由に紙を貼る「ちぎり絵」などで、色とりどりのうちわが完成しました。宮本紗嘉さん（天神小3年）は「折り染めがきれいにできてうれしい。家に飾って、暑いときに使いたい」と笑顔でした。



染料を垂らした水で模様を付ける「マーブリング」で制作

昔の薬屋について楽しく学ぶ 「れきみん」で道具体験・香り袋づくり

子ども向け講座「れきみんであそぼ」が8月21日、歴史民俗資料館で開かれました。今回のテーマは「昔の薬屋さん」で、参加者は大正時代の薬屋について学んだ後、香り袋作りに挑戦。乾燥したハーブを薬研で砕き、自分好みの香りに調合しました。京河美波さん（内子小5年）は、「昔の暮らしが面白く学べた。完成品は家族にも見せたい」と話しました。



明治から昭和にかけて実際に使われていた「薬研」で砕く

豊作を願い、たいまつを掲げる―― 受け継がれる夏の風物詩「虫送り」

五十崎地域で広く継承されている「虫送り」が、8月21日に行われました。この行事では、火を灯したたいまつを持って農作物に付いた害虫を追い払い、五穀豊穡を祈ります。柿原自治会では地元住民など約80人が参加。鐘や太鼓を鳴らしながら、田んぼ沿いや堤防を練り歩きました。日が暮れて辺りが暗くなる中、たいまつのはきは幻想的に浮かび上がっていました。



子どもたちも大勢参加。揺らめく炎に興味津々

尾首の池から

満天の星空を望んで

8月下旬、立石地区の尾首の池から夏の夜空を撮影しました。月明かりが少しずつ傾き、日付が変わる頃にはさらに一段と空の色が濃くなっています。

かつて尾首の池のほとりでは、地域住民が集まって月を愛でる催しも行われていたそうです。静かな山里で空を眺めていると、いつもよりも時間がゆっくりと流れているような、不思議な気持ちになります。



HAPPY BIRTHDAY

おめでとう はじめてのバースデー

9月に満1歳になる子どもたちを紹介します。

「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。



清水 愛晴ちゃん 内子12
かわいいを更新中♡



武智 翠衣ちゃん 内子19第1
優しい笑顔がチャームポイント♡
ねえねの後を追いかけてこ！

INSTAGRAM みんなが見つけた／ 内子のいいところ「うちコト」



rokomoko314さん
夜空に揺れる笹飾り。通りは多くの人でにぎわいを見せます。



snowmanq1210さん
商いと暮らし博物館にも七夕飾りを展示。子どもたちの願いは……



h_photo_さん
三日月が見守る夏の夜、山に火文字が浮かび上がりました。

「うちコト」では内子の日常や暮らし、風景など内子のコトを発信中です。皆さんもInstagramの投稿に「#うちコト」を付けて内子町の魅力を発信してみませんか。

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。



FROM ME TO YOU



みんなであつないでリレーエッセイ



「夏に思うこと」

北沖 咲子さん(51)
北田

私がこの地で暮らすようになった7年前、同時に家族の一員になったのが愛犬のシベリアンハスキーです。小さな

時はフワフワのぬいぐるみのようでしたが、大型犬あるあるで子犬期間はあっという間に過ぎ、とても大きく成長しました。大変なことももちろんありますが、一緒に過ごす時間はとても楽しく、心を癒やしてくれる大切な存在。まるで綿毛のようなモフモフの長い毛を触るだけで、温かい気持ちになれるのです。

私が住む地区は川が近くであり、山に囲まれた自然あふれる場所です。日常に四季を感じられる地域で、愛犬との朝晩の散歩が季節の移ろいを実感する時間になっています。春は風に舞う桜の花びらを体に浴び、夏は虫とカエルの合唱を聞きながら汗だくになります。秋は落ち葉をサクサクと踏み歩いて草の実を引っ付け、冬は凍った道に滑りそうになりながら、冷たく

澄んだ空気を感じています。

今年もとても暑い猛暑でしたが、7歳のシニア期に入った愛犬にとっては散歩も一苦労。できるだけ涼しい時間帯を意識しても、やっぱり暑さにやられます。こんなときは、半年後に来る冬を想像しながら「早く寒くなればいいね」と、寒がりだった私からは想像もできないような言葉をつぶやいています。身も心もこの子に合わせてしまっているのです(笑)。

そして時折、心地よく吹く谷からの涼しい風に「いい風だねえ」と声をかけながら、いつか雪の小田深山で犬ぞりレースができたらいいなあ……と、薄暗くなる夕空に思いをはせるのでした。

▼次は、寺岡千春さん北田渡2にお願ひします。

監修 内子町食生活改善推進協議会



鎌田久美子さん
＝内子14＝

●材料(6個分)

卵	1個
無糖ヨーグルト	
④	100g
砂糖	大さじ2
米油	大さじ1
ホットケーキミックス	150g
ブルーベリー	80g

●作り方

- ①ボウルに④を入れて混ぜたら、ホットケーキミックスを加えて粉が無くなるまで混ぜる。
- ②①にブルーベリーを入れて混ぜ、カップに入れる。
- ③180度に温めたオーブンで20分焼いて完成。



季節の一皿
SPECIAL DISH

「ブルーベリーマフィン」

Q 広報クイズ

「広報うちこ」9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「○○○○○●○○」を8月21日に開催。香り袋作りを行いました
- ②「○○○●」を使って黄金色に染めましょう。ワークショップを行います
- ③夏の風物詩。8月15日に寺村「○○●○○」火祭りが開かれました
- ④劇場文化の魅力を考える、全国「○○○○○●○○」を9月26日に開催します
- ⑤「子ども相撲大会」に、西予市出身の「●○○○○○」関が登場
- ⑥たいまつを持って夜道を練り歩き、五穀豊穡を願う「○○○●○」

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。
宛先：〒795-0392
内子町平岡甲168番地 内子町役場 企画情報課 広報・広聴係
締め切り：9月30日（消印有効）
当選者発表：「広報うちこ」11月号

● 7月号当選者の皆さん

答え「サングラス」 正解数 27
・篠崎 弘子さん（内子18第2）
・竹本 定義さん（内子18第2）
・正岡 晃さん（内子19第1）
・久保 裕美さん（富中）
・高須賀紀美子さん（下立山）
・池田博士子さん（河内5）
・丸山 得夫さん（下宿間）
・岡田 久子さん（大平）
・大石 徹男さん（大洲市）
・西村 里美さん（大阪府）

大災害が起こったら、壊れた家具や家電など、普段は出ない災害ごみが発生します。ごみの片付けは心身共に大きな負担です。災害への備えを「ごみ処理の負担を減らす」視点から考えてみましょう。



災害時に環境を守るため 今、できること

- 〈日頃からできる備え〉
- 身の回りを整理する
大型の家具や家電などは、倒れたり壊れたりすると特に片付けが大変です。不要なもの処分しておくことで、災害時に発生するごみを減らせます。
- 携帯トイレを準備
下水道の被害や断水などで、トイレが使えない場合があります。携帯トイレは使用後に可燃ごみで出せるので、衛生環境を保つのに役立ちます。1人当たり1日5回・1週間分を準備するのがおススメです。

- 〈災害ごみの出し方〉
- 災害ごみは普段と出し方が変わります。ごみ収集日程表に記載した11種類に分別し、指定された仮置き場に搬入してください。
- 緊急車両の通行の妨げになるため、道路上にはごみを置かないでください。
- ※8年度のごみ収集日程表はホームページからも確認できます。
- ID 145277
- 【問い合わせ】
環境政策室
☎0893(44)6159

VOICE まちの声

議会の様子を見てみたい

□議場以外で、一般質問は見られますか。（30代女性）
■本会議は役場本庁・分庁・支所にあるモニターで中継しています。
またインターネットでの録画配信も行っています。議会終了の数日後から視聴

できますので、ぜひご覧ください。

インターネット配信はこちら▶



【問い合わせ】
議会事務局

☎0893(44)2115

磨いた表現力で届けた『真実の愛』

柿沼 舞花さん（内子高校小田分校2年）

第43回全国商業高等学校英語スピーチコンテスト愛媛県予選で、柿沼舞花さんが優秀賞に輝きました。柿沼さんは、英文を暗唱して発音や表現力を競うレシテーションの部に出場。課題文の中から、認知症の妻とその夫の物語『True Love』を発表しました。「題名に引かれて読み、感動した。『真実の愛とは相手に覚えられていることではなく、自分が覚えておくこと』という一節がグッときた」と話します。練習では強弱や抑揚を意識して、登場人物たちが会話をしているような表現を研究したそうです。自信をもって挑んだ本番、「舞台に立った瞬間、緊張より楽しさが勝った。人前は得意じゃないのに、もう少しやりたいと思うぐらい」と笑顔で振り返りました。

小学生の頃、母に発音を褒められたことがきっかけで英会話を習い始めた柿沼さん。「母が受賞を喜んでくれたことが何よりうれしい」とほほ笑みます。最後に「他の人の発表を聞いて英語を学ぶモチベーションが上がった。発音や表現力をこれからも学び続けたい」と前を見据えました。



TOWN'S STAR

内子町の人☆キラリ

時が止まったまち

皆さんは、ある場所を訪れたときに「別の世界にタイムスリップしたみたい」と感じたことはありませんか？ 私は日本で何度もそんな不思議な気持ちを味わいました。そして先日、内子町の姉妹都市であるドイツ・ローテンブルク市でも忘れられない経験をしたのです。

2年前、「ローテンブルク市ミニチュア模型展」が内子町国際交流協会設立30周年を機に開かれました。準備を手伝いながら「こんな美しい建物が本当に残っているの？」と思っていた私。翌年、同市への訪問団を募集していると知りました。「これは挑戦するしかない」と迷わず応募。期待を胸に、あこがれの地へ向かいました。到着後、大きな城門をくぐって

通りへ出た瞬間——思わず息をのみました。目の前の街並みは、まるで別世界。建物一つ一つは何百年も前からあるように見え、今も人々の暮らしの中で大切に使われています。過去と現在が一つになったような美しい光景に、大きな感動を覚えました。旅を通して、景観保全の大切さへの理解がさらに深まりました。

内子町に来たばかりの頃、私は町並み保存について深く考えていませんでした。しかし歴史ある建物や景色に心を引かれ、今では「多くの人に魅力を伝えたい」と、英語ボランティアガイドの活動にも参加しています。旅を経て、私は町並みを受け継ぐ素晴らしさを、以前より強く感じています。



HELLO!!!

FROM AROUND THE WORLD

外国語指導助手

ゴイツェオーネ・トップマン・ロバーツ

Goitseone Topman Roberts



VOL.305

● 色鮮やかな衣装で感じた内子の夏

笑顔はじけた笹まつり

8月7日に開かれた「内子笹まつり」の笹踊りにメンバー34人で参加しました。今年はドイツ・ローテンブルク市との姉妹都市盟約締結15周年の節目の年。お祝いと感謝の気持ちを込めて、「プロースト（乾杯）」や「ダンケ（ありがとう）」などドイツ語の掛け声に合わせて踊りました。

7月末に着任した外国語指導助手のコール・ハンナさんは「日本の祭りは初めて。新しい友人たちと踊るのは少し緊張したけれど、色とりどりの笹飾りが並ぶ通りや、屋台から漂う食欲をそそる香りに気分が盛り上がった。内子の文化を体験できてうれしい」と話しました。



期待を胸に、出発準備

—第28回青少年海外派遣事業—



派遣団の皆さん

青少年海外派遣事業（当協会、内子町教育委員会共催）が10月10～19日の10日間で行われます。今回は中高生10人がローテンブルク市や、フィンランド・ヘルシンキを訪問。街並み保存や環境への取り組みについて学ぶ他、ホームステイや学校訪問などで現地の人と交流します。

団員は事前研修で、ドイツ語や内子の町並み保存などを学んでいます。帰国後には報告会を開催する予定です。活躍にご期待ください。

寄付のお礼

昭和刷子株式会社様、株式会社森本・森本継雄様からそれぞれ派遣事業への寄付をいただきました。心よりお礼申し上げます。

●新しいDVDを入荷予定
遠い山なみの光／それいけ！
アンパンマン／キミとアイドル
プリキュア／ウィキッドふ
たりの魔女
※1人1点、1週間まで貸し出し可能です。

●9月の予定
●おすすめ図書コーナー
▽「ページをめくって守る命」
9月1日は防災の日。自宅の非常持ち出し袋には何が入っているかを確認しよう。



日常の備えを再確認

●企画展
▽「ぼくのわたしの食育」
家族の食育について考えます。
●おはなし会
▽土曜日・午後2時～
●文学講座
▽9月12日（土）午前10時～
▽『1日10分のときめき』
▽講師 村山洋子さん
●託児サービス
▽9月24日（木）午前10時～
●かぞくDEわいわい図書館
▽9月27日（日）午前9時30分～正午
●大人の絵本セラピー
▽9月27日（日）午前10時～

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



チリケン 神戸遥真／著
無類の地図好きの高校生・小桜佳純が、1年生にして地理学研究会「チリケン」の新会長に。チリケンメンバーが身近な世界を探究する連作短編集



フラット登山 日本を歩く旅60 佐々木俊尚／著
山頂まで登らず気軽に・気持ちよく・楽しく歩く「フラット登山」を提案。日本全国60コースの見どころを地図や写真とともに詳しく紹介する



“幸せ”よりも“居心地”のよい生き方 養老孟司、高野利実／著
がんを患う元東大教授の養老孟司と、医師で教え子の高野利実が30年ぶりに再会。がんとの向き合い方から日本のストレス問題まで語り合う

♥児童図書



薬のひみつ (公社) 東京都薬剤師会／監修
薬はどう体の中を進む？ どうして丸い薬が多い？ 薬の効果や種類、薬を扱う仕事、世界を変えた薬などをイラスト付きで学べる一冊



友だちいないとダメですか？ 令丈ヒロ子／作、まつながもえ／絵
「友だちいないとだめ」って言われるけれど、どうしてだろう。子どもたちの疑問をテーマに児童文学作家が描く、明るく前向きな物語



いろんなきもち こわいってなあに？ 浜名真以／監修、古藤ゆず／文
キティと一緒に心を育む学び絵本。「おはなし」「しつもん」「レッスン」を通して、怖い気持ちを理解し、上手に乗り越える力を身に付けよう

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▶



○9月1日から「屋外広告物適正化旬間」 看板などの設置は適切に



違法な貼り紙などがあれば、ご連絡を

9月1日から10日は「屋外広告物適正化旬間」です。期間中は愛媛県と各市町が連携して、違反屋外広告物除去などの活動

を強化しています。信号機や道路標識に貼られたステッカーや貼り紙は違反広告物です。見かけた場合はご連絡ください。
内子町内で看板などの屋外広告物を表示する場合は、「内子町屋外広告物条例」に基づく許可が必要です。許可を受けた屋外広告物は、倒壊や落下などの事故が起きないように定期的に安全点検をしてください。

【問い合わせ】

建設デザイン課 景観行政係
☎0893(44)6157

○「子育て世帯生活支援給付金」を支給します

物価高騰により生活費の負担が特に増えている子育て世帯を支援するため、給付金を支給します。

●支給対象者 次の①②をいずれも満たす児童を養育する人

- ①平成20年4月2日以降生まれ
- ②令和8年9月1日時点で内子町に住民票がある、または内子町に住所がある人が養育している

※対象となり得る世帯に文書で通知します。

- 給付額 5000円／児童1人当たり
- 給付の時期 9月下旬～

【問い合わせ】

こども支援課 児童福祉係
☎0893(23)9255

○芝居小屋・映画館の記憶をたどる パネル展「娯楽の殿堂」



パネル展のチラシ

かつて内子町内には、少なくとも18軒の芝居小屋や映画館が存在したことが分かっています。

今回のパネル展では、地域の方々から聞き取りしてまとめた各地域の芝居小屋の思い出や関係する資料を展示します。今日

まで続く内子の芝居小屋文化について理解を深め、これからの町の文化事業の推進に思いを巡らせてみませんか。

- 期間 9月4日(金)～30日(水)
※期間中は無休
- 場所 内子町ビクターセンター
- 入場料 無料
- ※期間終了後は地域別巡回展を開催します。詳しい日程などはホームページをご覧ください。

【問い合わせ】

町並・地域振興課 歴史まちづくり係
☎0893(44)2118

○心の不調、一人で悩まないで 専門医に相談しませんか

専門医による「こころの健康相談日」を実施します。不眠や心の不調などの悩みはありませんか。秘密は厳守しますので、一人で悩まず、気軽に相談ください。

- 日時 9月16日(水)午後2時～2時30分(1組限定)
- 場所 内子町保健センター

●対象 本人または家族

●相談担当 森崇明さん(医) 静心会平成病院院長)

●申込期限 9月11日(金)

※相談は保健センターで随時受け付けています。

【申込・問い合わせ】

内子町保健センター
☎0893(44)6155

－9月は「認知症月間」です－

みんなで理解しよう「新しい認知症観」

認知症は、高齢になれば誰でもなる可能性があります。近年は、認知症になっても一人一人が自分らしく希望を持って暮らし続ける「新しい認知症観」という考え方が広がっています。

認知症の人が住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けるためには、周囲の人が正しい知識を持ち、優しい気持ちで接することが大切です。例えば認知症になっても「何もできなくなる」わけではありません。皆さんそれぞれに大切な人や思い出、習慣、価値観があります。できないことに目を向けるのではなく、その人のできることや思い、これまでの暮らしを大切にしながら、本人とともに地域で支え合っていきましょう。

《新しい認知症観とは》

- ▷認知症になっても希望をもち、自分らしく暮らし続けることができる
- ▷本人の意志や希望を尊重し、一人ひとりの「できること」を大切にする
- ▷認知症のある人もない人も、ともに支え合い、安心して暮らせる地域を目指す

認知症の経過は体調や周囲の関わり方で、症状がよくなったり悪くなったりすることがあります。認知症について気になることや心配なことがあれば一人で悩まず、気軽に地域包括支援センターへご相談ください。

【問い合わせ】

地域包括支援センター
☎0893(44)6154

楽しく学ぼう 栄養学級

元気ごはん塾

働き盛り世代に向けた料理教室を開きます。調理のちょっとしたコツを知れば、手軽に栄養バランスの取れた食事を作れます。託児サービスもあるので、子ども連れでの参加も大歓迎です。

開催日／場所		内 容
内子保健センター	小田保健センター	
10月1日(木)	9月30日(水)	測定：自分の身体を知ろう！ InBody測定 実習：たんぱく質たっぷりごはん
10月16日(金)	10月21日(水)	測定：あなたの骨は大丈夫？ 骨密度測定 実習：カルシウムたっぷりごはん
12月9日(水)	—	講話：健康寿命を延ばそう 実習：手軽に彩りごはん



《共通事項》

- 時間 午前9時30分～午後1時
- 対象者 町内在住の20～50代の人
- 定員 各会場15人(先着順)
※内子保健センター・小田保健センターのいずれかを選択
※託児サービスの利用は6組まで
- 参加費 無料
- 持参品 エプロン、三角巾、タオル、米0.5合、筆記用具

- 申込方法 下記の二次元コードにアクセスするか、電話でお申し込みください。

申し込みはこちらから▶



【問い合わせ】

内子町保健センター
☎0893(44)6155

○町営住宅の入居者を募集します

●住宅の規格・家賃など
《高岡団地 203号》



高岡団地

※告知事項あり。応募前にお問い合わせください。

《共通事項》

●入居資格 次の①～③を全て満たす人

- ①現に住宅に困窮している
- ②月額所得が15万8000円以下
- ③同居中または同居しようとする親族がある

※条件によっては単身者も入居可能です。

▽住所 内子2602番地
▽構造 中層耐火4階・S50建
▽面積他 47・4㎡、2DK
▽家賃(月額) 1万1700円
※駐車場なし

《土居第1団地 204号》



土居第1団地

●その他
▽入居時に家賃3カ月分の敷金が必要です。
▽家賃は入居者の収入により決定します。

※詳しくは内子町のホームページをご確認ください。

ID 145297

【申込・問い合わせ】

建設デザイン課 管理係

☎0893(44)6157

▽住所 内子3590番地
▽構造 中層耐火3階・H9建
▽面積他 74・7㎡、3LDK
▽家賃(月額) 2万4500円
※駐車場なし

○劇場文化の魅力を考える全国会議

「全国芝居小屋サミット」を開催します

「全国芝居小屋会議内子座大会」のプログラムの一つとして、「全国芝居小屋サミット」を開催します。

芝居小屋文化の継承や魅力発信などを目的に、全国からの参加者が事例発表や議論を行います。どなたでも参加できますので、ぜひご来場ください。

●日時 9月26日(土)午後1時30分～午後4時30分
●場所 内子自治センター

●参加費 無料
●申込方法 次の二次元コードにアクセスするか、電話でお申し込みください。

▼こちらからも申し込みできます



ID 147074
【申込・問い合わせ】
町並・地域振興課 伝統文化施設係
☎0893(44)2118

○気になる教室をのぞいてみよう

「子ども文化体験教室」

生け花や将棋、書道など、さまざまな文化体験ができる教室を開きます。



昨年度の体験の様子

●日時 10月3日(土)午前9時～
●場所 共生館
●対象 中学生以下
●入場料 無料
●主催 内子町文化協会
※詳細は内子町のホームページをご覧ください。
ID 140904
【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

気軽に楽しく 運動習慣 るんるん体操教室のご案内

「るんるん体操教室」は、音楽に合わせて体操や筋トレ、ストレッチなどを行う教室です。運動不足の解消や体力づくりのために、年齢や性別を問わず気軽に始められます。次の日程で無料体験を行いますので、ぜひご参加ください。

- 開催日 10月1日(木)、15日(木)
- 時間 午前10時～11時
- 場所 六日市自治会館
- 講師 稲田加津子さん(フィ트니스インストラクター)
- 持参品 室内シューズ、タオル、飲み物、ヨガマット(持っている人)
- 参加費 無料

※体験後に継続して教室に参加したい人の入会を受け付けます。教室は月2回開催で、入会後は2,000円／2カ月が必要です。

＼無料体験の日に測定します／
インボディ
体成分分析装置「InBody」

体重だけでなく、体内の水分量・筋肉量・体脂肪率などを詳細に計れる機器です。体の状態が数字で分かると、改善すべき点や優先順位がはっきりします。運動のやる気アップにつながるかも。ぜひ試してみてください。



【問い合わせ】
内子町保健センター
☎0893(44)6155

—歴史ある町並みを行灯が照らす幻想空間—

八日市町並 観月会

9月25日(金)・26日(土)
午後6時～9時

●場所 八日市護国伝統的建造物群保存地区

●主な催し

▷両日開催

行灯によるライトアップ／町家での琴演奏／上芳我邸での内子狂言くらぶ披露公演／手漉き和紙作品展／箔飾和紙展／投句処

▷25日のみ 高昌寺のお月見茶房

▷26日のみ はぜとり唄・踊り

●開催日の交通規制

午後6時30分～9時まで、町並保存地区は車両通行止めになります。

※午後5時～9時半まで、町並駐車場を無料開放します。



【問い合わせ】

八日市・護国町並保存センター
☎0893(44)5212

○ 請求は10年3月末まで 第12回特別弔慰金のお知らせ

- **支給対象者** 戦没者などの死亡当時の遺族で、基準日（7年4月1日）に遺族年金などを受ける人がいない場合に、次の先順位で遺族1人に支給
 - ① 7年4月1日までに弔慰金の受給権を取得した人
 - ② 戦没者などの子
 - ③ 戦没者などの父母、孫、祖父母、兄弟姉妹
 - ④ 右の①～③以外の三親等内親族で、戦没者などの死亡時まで引き続き1年以上の生計関
- **支給内容** 額面27万5000円（5年償還の記名国債）
- **請求期限** 10年3月31日（金）
- **請求方法** まずは顔写真付きの本人確認書類を請求窓口に持参してください。
- **請求窓口** 保健福祉課、内子総合窓口センター、小田支所
- 【問い合わせ】
保健福祉課 福祉庶務係
☎0893（44）6154

○ うちこ福祉館事業のご案内

- 《やさしい手話教室》
手話を通して人とのつながりを広げてみませんか。
- **内容**
 - ① 一般向け教室
 - ▽日時 9月28日（月）～
 - 午前10時～正午
 - ※毎週月曜日、全10回
 - ▽定員 7人
 - ② 学生・児童向け教室
 - ▽日時 10月2日（金）～
 - 午後7時30分～9時
- ※毎週金曜日、全10回
- ▽定員 17人
- ※開催期間は12月までです。
- ※開催日や受講申し込みなど、詳細はお問い合わせください。
- 《わいわい喫茶》
 - **日時** 10月5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

○ 進学を希望する人へ 無利子で貸与する奨学金があります

- 高校や大学へ進学したい人で、経済的な理由で就学が困難な人に対して、奨学金を無利子で貸与します。希望者は次の要領で願書を提出してください。
- **募集人数／貸与金額（予定）**
 - ▽内子町奨学生
 - ・高等学校奨学生 10人／月額1万8千円
 - ・大学奨学生 10人／月額5万円
 - ▽高畑奨学生
 - ・大学奨学生 2人／月額7万円
- **貸与期間** 9年4月から進学した学校の最短期間
- **応募資格** 次の①②を満たす人
 - ① 来春、高等学校または大学・専門学校に進学を希望する日本国民で、保護者が内子町に在住する人
 - ② 学業・人物ともに優れ、学資の支弁が困難と認められる人
- **出願方法** 願書に保護者などの所得証明を添付して、在学中の学校に提出してください。
- ※奨学資金の貸与を希望する人は、まず在学中の学校に相談してください。願書は在学中の学校または内子町教育委員
- 会で入手できます。
- **提出期限** 在学する学校が定めた日
- **奨学生の決定** 12月中旬開催予定の選考委員会を経て内定者を決定します。
- ※最終決定には、入学届と町内在住の保証人が署名した誓約書の提出が必要です。
- **返還方法** 高校・大学を卒業して6カ月を経過した日から、教育委員会が定める期日まで返還してください。返還月は4・7・10・1月で、1回あたりの返還額は次のとおりです。
- ▽内子町奨学生 高等学校奨学生／1万6200円、大学奨学生／4万円
- ▽高畑奨学生 大学奨学生／4万2000円
- **その他** 特別に認められたとき、返還の猶予・免除を受けられる場合があります。詳細はお問い合わせください。
- 【問い合わせ】
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

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」について

Q：「年金生活者支援給付金」とは何ですか

A：公的年金受給者で所得が一定以下の人に対して、生活を支援するために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：年金の種類ごとに一定の要件を満たす人が対象です。

● **老齢基礎年金の受給者**

▷ 同一世帯の全員が市町村民税非課税

▷ 前年の年金等収入額とその他所得額の合計が約93万円以下

● **障害基礎年金・遺族基礎年金の受給者**

▷ 前年の所得額が約492万円以下

Q：給付金の受け取りに手続きは必要ですか

A：請求書の提出が必要です。新たに支給対象

となる人には「年金生活者支援給付金請求書」が日本年金機構から送られます。必要事項を記入して郵送してください。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、早めに手続きをお願いします。

Q：現在、給付金を受け取っています。継続するための手続きは必要ですか

A：すでに給付金を受給し、引き続き要件を満たす人は、新たな手続きは不要です。

【問い合わせ】

○ 給付金専用ダイヤル

☎0570（05）4092

○ 松山西年金事務所

☎089（925）5105

住み慣れた家で
安心の暮らしを

在宅福祉サービス

内子町では高齢者の皆さんが安心して生活できるよう、各サービスを実施しています。

緊急通報装置 貸与事業



急病のときや困ったときにすぐ連絡できる専用機器を貸し出します。専門業者が24時間体制で通報に対応し、月1回以上の電話で安否確認も行います。

● **対象** 内子町在住の一人暮らしの高齢者、重度身体障がい者

● **条件** 緊急連絡のため、利用者の親族など3人程度の協力者と、居住地区の民生委員が対象と認める意見が必要

● **費用** 月額最大500円
※固定電話にかかる費用は利用者の負担です。

外出支援 サービス事業



高齢者の皆さんが安心して外出し、心身の健康を保てるよう支援する「ミニデサービス」を実施しています。保健センターなどに送迎し、健康チェック、リハビリ、昼食、入浴、買い物などをして楽しく過ごせます。

● **対象** 介護保険制度の対象となっていない高齢者

● **条件** 居住地区の民生委員が対象と認める意見が必要

● **費用** サービスの内容によって異なります。詳しくはお問い合わせください。

【申込・問い合わせ】保健福祉課 高齢者福祉係 ☎0893（44）6154

○2年に1回、はかりの定期検査を忘れずに

「特定計量器（はかり）」の定期検査を行います。取引や証明に使用する「はかり」は2年に1回、定期検査を受けて合格シールを付けることが計量法で義務付けられます。いずれかの会場で受検してください。

※家庭用のキッチンスケールや体重計などは検査不要です。

●会場／日時
▽愛媛たいき農協大瀬支所／10

○5人の演奏家が贈るクラシックの魅力
よんでんアンサンブルコンサート

「クラシック音楽を楽しもう」をテーマに、5人の演奏家によるコンサートを開きます。

●日時 11月14日（土）

午後2時開演

※開場は午後1時30分

●場所 文化交流センタースバル



月14日（水）午前10時～正午
▽内子町林業センター／10月14日（水）午後1時～3時
▽内子分庁／10月15日（木）午前10時～午後3時
▽役場本庁／10月16日（金）午前10時～午後2時30分

【問い合わせ】

愛媛県計量検定所

☎089（970）7021

●入場料

▽一般 1000円

▽高校生以下 無料（入場チケットが必要）

●チケット販売

▽販売期間 9月7日（月）～

▽販売場所 各自治センター

※全席自由席のみ。完売した場合、当日券はありません。

※会場は空調設備を改修中です。暖かくしてお越しください。

【問い合わせ】

小田自治センター

☎0892（52）3117

募集

文化交流ヴィラ高橋邸の運営スタッフを募集中



高橋邸の一室

高橋邸の管理・運営を行う団体「風雅」のメンバーを募集しています。

●業務内容 見学・宿泊客の対応、朝食の提供、喫茶営業、施設の清掃など

●給与（時給） 1231円

●応募条件 内子町に住所がある18歳以上の女性

※詳しくは内子町のホームページをご覧ください。

ID 146858

【問い合わせ】

町並・地域振興課 伝統文化施設係

☎0893（44）2118

新居浜産業技術専門学校
9年度入校生を募集

●募集科

メカトロニクス科（機械・保全・電気技術者）、自動車整備科（2級自動車整備士）、メタル技術科（溶接技術者）

●訓練期間 9年4月～（2年間）

●授業料（月額） 9900円

●前期募集期間 9月24日（木）～10月16日（金）

●前期試験日 10月23日（金）

●入校料 2200円

▼訓練内容などの詳細はホームページで確認



【問い合わせ】

愛媛県立新居浜産業技術専門学校
☎0897（43）4123

ポリテクセンター愛媛で再就職に向けて学ぼう

再就職を希望する人を対象に、新たな技術や専門知識を身に付けるための職業訓練を実施しています。

●対象 ハローワークの受講指示・推薦を受けられる求職者

●募集科 ICT生産サポート科、溶接ものづくり科、住宅リフォーム科

講談会「高畑誠一物語」

上方講談師・真打の旭堂南龍が、内子出身の偉人である高畑誠一の生涯と功績について、当時の写真や画像とともに分かりやすく語ります。

●日時 11月4日（水）午後2時開演

※開場は午後1時30分

●場所 共生館

《チケット販売》

●料金

▷町内在住の人 無料

▷町外在住の人 1,000円

●販売期間 9月15日（火）午前9時～

●販売場所 町並・地域振興課

【問い合わせ】

町並・地域振興課 歴史まちづくり係

☎0893（44）2118



催し

富と幸せを呼ぶ色
植染のワークシヨップ

ハゼノキを使った草木染め「植染」のワークシヨップを開きます。染めてみたい素材の持ち込みもできます。木蠟産業の歴史を学びながら、「富と幸せをもたらす色」として愛された黄金色を染め出してみませんか。



好きな素材を染めてみよう

●日時 9月20日（日）

午前10時～正午

●場所 木蠟資料館上芳我邸

●参加料

綿バンダナ2000円／持ち込み1500円（50gまで）

●定員 先着6人（要予約）

【申込・問い合わせ】

八日市・護国町並保存センター

☎0893（44）5212

約50店舗と出会える
「ごえんマーケット」

「ご縁がつながる、笑顔がひろがる」をテーマに、地域の皆さんが気軽に楽しめるマルシェを開きます。地域のすてきな店や作り手と出会い、人と人との「ご縁」を広げませんか。

●日時 9月27日（日）午前10時～午後3時30分

●場所 共生館

●主な出店内容 ハンドメイド

作品販売、ワークシヨップ、リラクゼーション、占い、キッチンカーなど

●入場料 無料

▼詳しい情報はインスタグラムで公開中



【問い合わせ】

ごえんマーケット実行委員会

☎070（9064）1785

お知らせ

9月9日は「救急の日」
救急車の利用は適切に

救急車の数には限りがあります。必要な人が安心して救急医療を受けられるよう、救急車の適切な利用をお願いします。症状が軽い場合などは、次のサービスをご利用ください。

①大洲喜多休日夜間急患センター
休日や夜間、症状の軽い中学生以上の応急処置ができます。

☎0893(23)1156

②小児在宅当番医

休日や夜間、症状の軽い子どものがけ以外の治療ができます。

※①②は広報うちこで毎月お知らせしています。

③音声案内サービス

休日や夜間、病院に行くべきか迷ったときや、どの病院に行けばいいかわからない場合などにご利用ください。

▽消防署音声案内サービス
☎0893(24)7000

▽えひめ救急電話相談

☎#7119

▽子ども医療電話相談

☎#8000

お得な電気自動車で
家計にも環境にも優しく

「RenewEV」は、新車に引けを取らない性能と認められた中古の電気自動車です。正常な使用の下でバッテリー性能が一定以下になった場合、修理保証も受けられます。ガソリンを使わず環境にも財布にも優しい「EVライフ」を始めませんか。

▼愛媛県のホームページで詳細を確認



【問い合わせ】
愛媛県環境・ゼロカーボン推進課

☎089(912)2349

急な水量の変化に注意
龍宮堰の堰下げ



龍宮堰の様子

龍宮堰を倒します。堰下げ後は川の流れが速くなり危険です。作業時は川に近づかないでください。



必要な人が利用するため、ご協力を

※緊急性がある場合は、迷わず119番通報をしてください。

【問い合わせ】

内子消防署

☎0893(43)0119

自宅で好きな時間に
スマホで学べる職業訓練

インターネットを利用し、自宅で好きな時間に受講できる職業訓練「事務スキルアップコース（簿記・労務）」を実施します。

●訓練期間 10月8日（木）～9月17日（木）

●内容 簿記（日商簿記3級検定対策など）、労務（労働基準法、労災保険法、雇用保険法、健康保険法、国民年金法、厚生年金保険法など）

●対象 ハローワークで職業訓

●堰下げ作業日 9月29日（火）

午前9時～

※天候により終了時間は変わります。

●場所 龍宮堰（五十崎風博物館付近にある堰）

【問い合わせ】

五十崎土地改良区事務局（内子分庁農林振興課内）

☎0893(44)2123

愛媛県の行政を広く学ぶ
県政出前講座

愛媛県では職員が地域に向向いて施策などを説明する「県政出前講座」を実施しています。希望する場合は実施日の1カ月前までにお申し込みください。

●対象 地域団体・企業・公的機関が主催し、おおむね20人以上が参加する集会

●テーマ 県政全般、保健医療、防犯・防災、教育など

※会場は申込者が用意してください。

【問い合わせ】

愛媛県企画振興部広報聴課

☎089(912)2243

▼愛媛県のホームページで詳細を確認



第3回 みそぎの里 新米収穫祭

とれたての「みそぎ米」を、その場で味わおう



- 日時 10月4日（日）午前10時～午後3時
- 場所 コミュニティスペースみそぎの里
- 主な内容 新米の即売・予約販売、炊きたてごはん・おかず・みそぎ米仕立ての甘酒販売、飲食店出店、ライブステージ、抽選会 他
- 入場料 無料

【問い合わせ】みそぎの里運営協議会

☎0893(43)0620

暴力団でお困りの人は
専門家に相談を

暴力団による困り事などに関する出張相談会を開きます。相談は無料で、秘密は厳守します。

●日時 9月29日（火）午後1時30分～3時30分

●場所 フジグラン北宇和島（宇和島市伊吹町甲912番地2）

●相談担当 弁護士、警察官、愛媛県暴力追放推進センター相談委員など

【問い合わせ】

（愛媛県暴力追放推進センター）

☎089(932)8930

展示など

●入場料 無料

【問い合わせ】

○農林水産研究所

☎089(993)2020

○果樹研究センター

☎089(977)2100

職場でのさまざまな
トラブル相談を受付中

10月は「個別労働関係紛争処理制度」の周知月間です。パワハラ、賃金の未払い、突然の解雇など、労働者と使用者のトラブル解決に向けた無料相談を実施します。

《労働委員専門相談》

●日時 10月9日（金）・23日（金）／午後2時30分～5時

●場所 愛媛県庁第二別館11階労働委員会室

※事前に予約が必要です。

《夜間電話相談》

●日時 10月6日（火）・15日（木）／午後5時15分～8時

▼詳しくはホームページをご確認ください



【問い合わせ】

愛媛県労働委員会事務局

☎089(912)2996

児童・生徒の皆さんへ 心のコップがあふれる前に――

小・中学生にとって9月は新学期が始まり、生活リズムが変わってストレスを感じやすい時期です。多くの人が抱えるしんどさは目に見えないため、他人でも自分でも気付かない場合があります。

- よくあるしんどさの原因
- ▶家庭

家族のけんか、親からの過干渉、きょうだいとの比較、家族の世話や介護、お金の心配

▶学校

友達付き合い、成績や部活の重圧、いじめ

▶自分

生活習慣の乱れ、心身の成長のずれ、インターネットやゲームの過度な使用

《みんなの中にある「心のコップ」》
人はしんどさを受けとめる「心のコップ」を持っています。コップに入るうちは平気でも、ため過ぎてあふれてしまうと、普段の自分とは違う次のような心身の変化が表れることがあります。

- ▶遅刻や欠席が増える

▶忘れ物やミスが増える

▶今まで楽しめていたことが楽しくない

▶音や周囲の視線がいつもより気になる

▶消えてしまいたいと考える

《あふれる前にできること》
たまったしんどさは減らすことができます。「まだ大丈夫」と無理をし過ぎず、あふれる前にできることを知っておいてください。

- ▶安心できる居場所をつくる

家族や友人、先生など、自分が安心できるつながりをつくっておきましょう。

▶好きなこと・気持ちが高まることを探す

推し活、歌、睡眠などなんでも大丈夫です。ない人はいろいろ試してみましょう。

▶信頼できる人に話す

誰かに話すことで気持ちが軽くなる場合があります。一人で抱え込まずに話してみませんか。

「つらさ」は、あなたの大事な気持ちです。さまざまな相談方法と窓口があるので、自分に合うものを利用してみてください。

電話やチャットなど、いろいろな相談窓口を探せます▶



10月の相談日・救急当番医

- 年金1日相談

日時：8（木）・22（木）の午前10時30分～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：13（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：20（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：13（火）の午前9時30分～正午
場所：五十崎自治センター
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
4（日）	みかんこどもクリニック（八幡浜市）	0894（20）8800
11（日）	八幡浜一次救急休日・夜間診療所	0894（24）1199
12（月）	おおくぼこどもクリニック（大洲市）	0893（57）9366
18（日）	おおむら小児科（内子町）	0893（44）7117
25（日）	守口小児科（八幡浜市）	0894（24）7770

※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	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

10月の健康カレンダー

- 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、電話で予約してください。
○内子町健診コールセンター
☎0893（57）6370

乳がん検診（マンモグラフィー）

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

特定健診、がん検診（肺がん・胃がん・大腸がん・前立腺がん・子宮がん・乳がん）、腹部超音波検査、肝炎ウイルス検査

日	受付時間	場所
31（土）	午前8時30分～11時30分	内子保健センター
- 母子保健

育児相談

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

※5日（月）小田保健センターの相談は休止します。

離乳食教室

日	受付時間	場所	対象
29（木）	午前9時45分～10時	内子保健センター	8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
199
回



◎「ミラクルはない、どれだけ頑張れたかが勝負」。仲間が存在が、いつも背中を押してくれた

支えがあったから、頑張れた—— 感謝を胸に漕ぎ続けた3年間

加藤はるさん=長田=、奥本真里亜さん=宿茂=、中原夏音さん=内子3=

令和8年度全国高等学校総合体育大会カヌー競技大会が開かれ、大洲高校カヌー部の皆さんが昨年に続き、大舞台に挑みました。奥本真里亜さんと加藤はるさんは4人乗りのカヤック種目に出場。500メートルで8位に輝き、前年に逃した悲願の入賞を果たしました。奥本さんは「勝負の3年目、先頭の自分が崩れたら全てだめになる。焦る私に、仲間が声をかけてくれて」と話し、加藤さんは「気持ちもないと全国では勝てない。勝つために楽しもう、と思った」と返します。中原夏音さんはカナディアン・シングルで決勝に進出。「自分らしくね、と励ましてくれる家族の存在が大きかった」と振り返ります。3人からは「感謝」の言葉が尽きません。加藤さんは「結果が出なくてつらかった時、一緒に涙を流してくれた仲間がいたから頑張れた」と話し、中原さんは後輩に向けて「応援してもらええるチームでいてほしい」と続きます。キャプテンも務めた奥本さんは「一人じゃできない競技。結果で恩返ししよう、と言い続けてきて、それは果たせたかな」と笑みがこぼれます。漕ぎ抜いてよかったね、と晴れ晴れとした表情で繰り返しました。「多くの経験をくれた3年間に、感謝——」

編集幸記

▽大洲高校は実は私の母校。取材で訪れ、懐かしく思いました。カヌー部の皆さんの一生懸命さに心を打たれ「自分はこんなに頑張っていただろうか」と思い返します。何事も、本気で打ち込めるってすてきですね(史)
▽カメラを向けると、すてきな笑顔を見せてくれる皆さん。いつも本当にありがとうございます。さて8月が終われば秋の気配……と思いきや、まだまだ暑そうですね。体調に気を付けて、残りの夏も楽しみましょう(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

