



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。



片山 梢ちゃん 内子13
なんでも興味津々、元氣いっぱい！
ねえね大好きマンです♡



小河 藍くん 内子11
道行く車を眺めるのが大好きです。
早く遠くにお出掛けしたいな。



松本 ことちゃん 内子8
ねえねとにいが大好き！
いっぱい食べて大きくなりたいな！

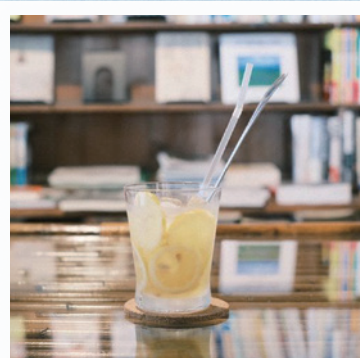
「はじめてのバースデー」への掲載案内は、誕生月の前々月上旬にお送りしています。
ぜひ、応募してください。



INSTAGRAM \みんなが見つけた/ 内子のいいところ「うちコト」



oooo_tomoya_ooooさん
道の駅からのこいのぼり。風に乗って、勢いよく舞う姿に気分爽快！



chie_m_さん
古民家喫茶どい書店のレモンスカッシュ。見た目も涼しげで夏にぴったり。



su_tanreiさん
御祓地区の紅葉ヶ滝。清らかな水の流れを眺めるだけで、心が癒されそう。

「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。皆さんもインスタグラムの投稿に「#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



「小田深山に親しむ」

藤井 耕治さん(69)
〓本町3〓

新緑の候、小田深山溪谷では木々の芽吹きと草花やコケ類の目覚めが始まっています。小さな植物は一つ見つけて、

じーっと観察していると、そこから周囲に群生しているのに気付くことができます。この「気付く」の瞬間がなかなか面白いです。溪谷の水の中に目を向けると、植物プランクトンが落葉を養分にして育ち、次に動物プランクトンが食べて、次にアマゴの稚魚がそれを餌にして成長していきます。自然界での循環には興味深いものがあります。

私はそんな小田深山の自然が大好きで、「せんの森クラブ」で森の保全活動などを行っています。かつての小田深山は四国ブナを中心にミズナラやコナラ、カエデなどの広葉樹林の森でした。現在はスギやヒノキが主体になっていて、広葉樹林は山頂付近にしか残っていません。活動ではドングリから育苗した四国ブナの苗を植林しています。樹

高が5〜10メートルになるのに20年くらいかかり、一度植えても動物に食べられることが多く、元のブナ林になることはとても難しいです。

小田深山の森は多くの可能性があり、その生かし方は多岐にわたります。キャンプや森林浴、マウンテンバイクを楽しむ人は増えていますが、森林セラピー、森カフェ、森のサウナ、森ヨガなど、いろいろな楽しみ方を考えている人もいます。多くの人に小田深山に親しんでほしいので、いつか長期滞在型の施設などもできたらいいなと思います。さまざまな目的で小田深山に来て、四季折々の変化や森のささやきを感じてもらえたらうれしいです。

▼次は、ターナー・ウィリアムさん〓護国〓にお願いします。

監修 内子町食生活改善推進協議会



亀田 清子さん
＝日野川＝

●材料(4人分)

ピーマン4個／赤パプリカ1/4個／コーン50g／あいびき肉150g／ごまドレッシング大さじ2／片栗粉大さじ1/2／④ポン酢大さじ1、ごまドレッシング大さじ2

●作り方

①ピーマンは3等分の輪切り、赤パプリカはみじん切りにする／②ボウルに赤パプリカ、コーン、あいびき肉、ごまドレッシング、片栗粉を入れてよく混ぜる／③ピーマンに②をすき間なく詰める。熱したフライパンに入れて、中に火が通るまで焼く／④④を混ぜ合わせて作ったソースをかけて完成。



季節の一皿
SPECIAL DISH

「輪切りピーマンの肉詰め」

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地球の環境保全をみんなで考える日「●○○○○」を小田地域で初開催
- ②間伐材から作られた木質ペレットで発電。内子龍王「○○○●○」発電所の建設が始まります
- ③今月のリレーエッセイのタイトルは『「○○○●○」に親しむ』です
- ④6月は「●○○」災害防止月間です。防災マップで避難場所や避難経路を確認しましょう
- ⑤町民の皆さんに内子座落語「○○●」のチケットを先行販売します。お求めは町並・地域振興課まで

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「さくらもち」 正解数31
 ・松本 にこさん（内子8）
 ・上田伊智子さん（内子19第2）
 ・小嶋 正人さん（内子19第2）
 ・前野 純子さん（護国）
 ・高松 誠一さん（上立山）
 ・谷口 久子さん（石畳7）
 ・西村 静枝さん（鳥越）
 ・谷田 美香さん（柿原）
 ・浅海登記子さん（今治市）
 ・山本 風桜さん（西予市）

内子町では今年もクマゼミの抜け殻調査を行います。クマゼミは温かくて乾燥した場所を好むので、抜け殻の分布を調べることでその地域の環境の変化が分かります。近年、地球温暖化や都市化の

くらのエコロジー

クマゼミの抜け殻を探して、地域の環境を知ろう

●採集のポイント
 ▽「シャワシャワ」という大きな



影響で生息域が広がり、数が増えているようです。町内のさまざまな地域の状況を調べたいので、抜け殻の採集に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

●募集期限 8月31日（水）
 【問い合わせ】
 環境政策室
 ☎0893（44）6159

な鳴き声の特徴。鳴き声をする近くの木の枝や葉っぱなどを探してみる
 ▽1カ所だけでなく、できるだけ異なる場所ですと、より広い地域の環境について調べられる
 ●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・連絡先を書いて、環境政策室または各自治センターへお届けください。

VOICE まちの声

町内の桜巡りができるマップはありますか

□広報うちこ5月号の桜特集を読んで、来年は町内の桜巡りをしたいと思いました。桜の名所をまとめた地図はありますか。（60代女性）
 ■内子町公式観光サイト 内子さんぽで、「桜めぐりMAP」を掲載しています。

町内にある12の桜の名所を紹介していますので、ホームページをご覧ください。

詳細はこちらから▶

【問い合わせ】
 （一社）内子町観光協会
 ☎0893（44）3790



お弁当に優しさをちょっと詰めて——

うちっこキッチン

有志20人がボランティアで活動する「うちっこキッチン」。温かな食事や居場所を提供する子ども食堂として、天理教内子分教会で月に一度、手作り弁当を提供しています。6月に丸1周年を迎えました。

取材した5月23日、集まったスタッフが朝から弁当の準備をしていました。代表の榊原康晴さんは「『手伝いたい』と仲間に入ったり、野菜や果物を届けてくれたりする人がある。助け合いの輪が広がるのを感じ、本当に有難い」と感謝の言葉を口にします。旬のものを使い、手間暇かけて作る弁当だから、たくさんの方の愛情と優しさが詰まっているそうです。

利用者には「子どもと触れ合う時間ができた」と喜んでくれる人や、涙を流して「ありがとう」と受け取る人も——。榊原さんは「弁当の提供は小さなことだけど、『気にかけてるよ』というメッセージ。心の奥には誰にも言えない悩みがあるかもしれない。でも続けることで、涙ではなく笑顔が見られたら——。人のつながりの温かさを感じるこの場所が、子どもたちの元気につながってほしい」と笑顔で語りました。



5月23日の活動に参加したスタッフの皆さん

「一人で食事をする子どもや高齢者、子育てで忙しいお母さんなどに、少しでもほっとしてほしいと始めた」と、ほほ笑む皆さん



TOWN'S STAR

内子町の人☆キラリ

九州、食の旅

旅行をするとき、私は一番に食べ物のことを考えます。料理が大好きなので、その土地の郷土料理や食文化に触れるのをとても楽しみにしています。

先月、2週間かけて九州を旅行しました。大分県では炉端焼きの居酒屋に行きました。炉端焼きは海外ではあまり知られてなくて、ロンドンでは最先端の日本食の一つになっています。炭火の優しい炎でゆっくりと焼かれた豊後牛の串焼きは格別でした。地鶏の刺身にも初挑戦。弾力があって、かみ応えがあり、おいしかったです。

鹿児島県では鹿児島黒牛をしゃぶしゃぶで食べました。西洋の牛肉は厚切りで赤身の割合が多く、しっかりとした食感を楽しめます。

それに対して、日本の牛肉は薄くスライスされ、霜降りで肉のうま味を楽しむので、味わいが全然違います。シメのうどんも最高でした。

私はイギリスでも自分で作るほど豚骨ラーメンが好物です。九州は本場なので、いろいろなところで堪能しました。熊本県で食べた、黒ニンニク油が入ったのが特別においしかったです。長崎県では地元のちゃんぽんを食べてみましたが、魚醬がたくさん入っていたせいか、私の口にはちょっと合いませんでした。

他にも馬刺しや焼き鳥など、ここでは書ききれないくらい、おいしい食べ物に出会いました。皆さんにもおすすめを紹介したいので、気軽に声を掛けてください。



HELLO!!!

FROM AROUND THE WORLD

外国語指導助手

アレクサンダー・ダイヤモンド

Alexander Diamond