



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。

9.24



山崎 瑞月ちゃん 下町

お姉ちゃん大好き。いつもにこにこ、元気いっぱい動き回っています。

9.18



植田 莉加ちゃん 内子4

にいに大好き♡ 歩けるようになったら、お散歩に行こうね。

9.16



和泉 汐恩くん 妙見町

いたずら大好き！ 早く歩けるようになって、お外で遊びたいな！

9.28



松田 朋采ちゃん 内子19第1

甘えん坊な私は、お姉ちゃん大好き♡ 早く一緒にお散歩したいな。

9.25



羽藤 千隼くん 内子13

犬と遊ぶことが大好き！ 一緒に散歩に行けるようになっていきたいな。

「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。

uchikoto_official

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

hrtpentasuiさん
今年はランタンが笹まつりを彩る。seiji19761220さん
里帰りのひ孫を抱っこして幸せそう。

FROM ME TO YOU



みんなでつないでリレーエッセイ



「ウェイポイント」

三好 健太さん(37)

〓 西沖 〓

内子町に住み始めて約1年が過ぎました。以前は大阪市に住んでいましたが、結婚を機に内子町に移り住みまし

た。内子町の良い所は、季節の移り変わりが肌で感じられることと、夜空の美しさだと思います。生まれて初めて天の川を見られたときは、とても感動しました。

趣味はF1を観ること、飛行機の操縦を体験できるゲームをすること、航空路の地図を見ることです。その経路上の通過地点を「ウェイポイント」と呼び、地域の有名人や名物などが使われています。

ウェイポイントは世界基準でアルファベット5文字が決まりで、例えば僕の地元大阪では、M A I D O、O K I N Iなどの名前が付けられています。四国ではアンパンマンのキャラクターから付けたA N P A N、C H E E Z、J Y A M U、坂本龍馬が由来のR Y O M Aなどがあり、見ていて楽しいです。

空を飛ぶ物つながりで、国際宇宙ステーション(ISS)も周期が合えば肉眼ではつきり見えます。時速2万8000キロで地球を1日に16周も回り、地上で見られる時間は5分ほどです。インターネットで「ISS現在地」と検索すると、見える方角や時間などが詳しく分かります。ユーチューブで「ISS」と検索すると、国際宇宙ステーションの現在のライブ映像が配信されていて、宇宙から見た内子町も見られることもあります。毎日、ISSや世界各国の航空機が上空を飛んでいるので、ボートと夜空を見上げてしまいます。皆さんも美しい内子の夜空を見上げてみませんか。

▼次は、山内香波さん〓寺成〓をお願いします。

監修 内子町食生活改善推進協議会

今月の食改さん

大塚マサ子さん
＝内子3＝

●材料(4人分)

ナス	2本
鶏ささ身	2本
青ネギ	適量
濃い口しょうゆ	大さじ1
酢	小さじ1
砂糖	小さじ1
トウバンジャン	
豆板醤	
	小さじ1/2

●作り方

- ①ナスは縦半分に切って水につけた後、ペーパーで水気を拭く。
- ②ラップに包んで600Wの電子レンジで約3分間加熱する。冷めたら手で縦に細く裂く。
- ③鶏ささ身はゆでた後、筋を取って手で細く裂く。
- ④ボウルに②、③とAを入れ、あえる。刻んだ青ネギをのせて完成



季節の一皿

SPECIAL DISH

「ナスと鶏ささ身の中国風あえ物」

Q 広報クイズ

「広報うちこ」9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今月の季節の一皿は、ナスと鶏ささ身の中国風「●○○○」
- ②気軽に文化講座「コミュニティ・●○○○in内子」を開催します
- ③みんなが見つけた内子のいいところ。「#○○○●」を付けて写真を投稿してみませんか
- ④ウォーキングやヨガなど、気軽に始める内子町保健センターの「○○●○○」づくり教室に参加しませんか
- ⑤3年ぶりに開かれた愛媛県「○○○●○」操法大会。内子町消防団から内子分団第4部が出場

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：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「かぶとむし」 正解数28

- ・谷尾八重子さん（内子20）
- ・大本龍之介さん（田中）
- ・中井ゆき子さん（北深）
- ・中谷 紀子さん（長田）
- ・宮本アサヨさん（大久保）
- ・角田津代美さん（上立山）
- ・藏本マズミさん（東沖）
- ・城本 幸子さん（中川西）
- ・清水美由紀さん（松山市）
- ・宇都宮多美さん（西予市）

スズメバチは防衛本能が非常に強く、活動が活発化する8月下旬～10月ごろは、人が巣に近づくだけで攻撃してくることがあります。スズメバチに刺されないよう、次のことに注意しましょう。

くらしのエコロジー

夏から秋にかけて
凶暴なスズメバチに注意

- 《刺されないために》
- ▽巣に近づかない
- ▽ハチが近づいても手で振り払わず、静かにその場所を離れる
- ▽山や森などへ出かけるときは黒い服は避ける。長袖や長ズボン、帽子を着用する
- ▽香りが強い香水や整髪料は刺激を与えるので、使用を控える
- 《巣を見つけたら》
- 道路や公園など、公共施設に巣があるのを見つけた場合は、環境政策室までご連絡ください。

民家や個人の敷地内にでき

【問い合わせ】
環境政策室
☎0893(44)6159

た巣の駆除は、町では受け付けていません。非常に危険なので、専門の業者（有料）に依頼してください。

《刺されてしまったら》

刺された傷口の周辺を圧迫し、毒液を絞り出してください。すぐに流水で洗い流し、氷などで冷やしましょう。

アナフィラキシーショックを起こす場合もあるので、できるだけ早く医療機関を受診してください。

VOICE まちの声

育児で困っている人の力になりたい

□育児で困る人の役に立ちたいです。何か手伝えることはないですか。（20代女性）

■内子町では、一時的に子どもを預かる「ベビーシッター事業」を行っています。資格や経験がなくても、子育てへの理解や熱意がある

人ならサポーターとして力になれます。サポーターの登録の際は面談を行います。希望する人は気軽にご相談ください。

【問い合わせ】

内子町子育て支援センター

☎0893(44)6355

みんなでつかんだ四国3位

小田中学校剣道部女子

小田中学校剣道部女子は8月3日、香川県で開かれた四国中学校総合体育大会に出場し、団体戦で3位に輝きました。予選リーグを勝ち進み、決勝トーナメント・準決勝では、香川県の強豪・龍雲中学と対戦。真っ向勝負で全力を出し切った敗戦となりました。

主将の武田海緒さんは「みんなで一緒に強くなろうと切磋琢磨してきた。男子も練習相手になってくれるなど、まさに全員でつかんだ3位。負けたけれど悔いはない」と胸を張ります。主将を受け継いだ中岡日彩実さんは「初めての四国大会は、先輩と一緒に戦えるうれしさ、最後になるかもという悲しさなど、いろいろな感情が込み上げる大会だった。一戦一戦をかみしめた」と振り返ります。

「信頼できる仲間たちと剣道に打ち込んだ日々は宝物」と言う武田さんに、「試合に出れない選手にもタスキを着けて『一緒に戦おう』と言う先輩の姿に感動した。先輩がつくってきたチームの良さを受け継ぎたい」と返す中岡さん。3位入賞という結果以上のものを得た剣道部の皆さんに拍手を送ります。



（前列左から）二宮かえでさん、武田海緒さん、中岡日彩実さん、成田紗稀さん（後列左から）顧問の脇美紗納さん、源田一花さん、中岡路果さん、黒田涼介さん

TOWN'S STAR

内子町の人☆キラリ

仲間と共に内子をサイクリング

内子町に来て間もない頃、町内で自転車観光を推進する地域おこし協力隊の大川民恵さんと夫のウィルさん（タミエ）と出会い、「内子サイクリング」に参加するようになりました。初めて挑戦した「桜ライド」では、ビジターセンターから石畳東のシダレザクラまでを参加者の皆さんと一緒にサイクリングしました。コースは勾配がきつく、長年の運動不足の体には大変でした。でも、E-BIKEのアシストとみんなの励ましに背中を押され、前へ進むことができました。サイクリングしながら見た桜と春の景色はとても美しかったです。

5月の「新緑ライド」では、しっかりと体の準備をして臨みまし。大洲城へ向けて、清らかな川

の流れや自然の眺めを楽しみながら、仲間と共に自転車を走らせました。6月には雨の中、小田地域の上川地区までサイクリングしました。途中、地元の道の駅や小田の歴史を感じる二宮邸にも立ち寄り、地域ならではの良さに触れられて、とても興味深かったです。

内子サイクリングは私に内子の美しい景色に触れる機会をくれます。そして、家族のような連帯感を与えてくれました。みんな優しく、私のまだ拙い日本語にも応じてくれて、日本語学習への意欲にもつながっています。次回のライドも、どんな景色や仲間と出会えるのだろうと楽しみにしています。皆さんも一緒に自転車で走りませんか。



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