



HAPPY BIRTHDAY

おめでとう はじめてのバースデー

12月に満1歳になる子どもたちを紹介します。



12.6
五頭 日咲ちゃん 柿原
何でも興味津々で、何でもパクパク！ 早くお外で遊びたいなあ！



12.6
稲月 杏実ちゃん 駄場
元氣いっぱい大きな声が出ます！ 早くおしゃべりしたいです♡



12.2
松森 大真くん 内子18第1
三男見知りなし！ 最近ちよつとだけ歩けるようになりました♪



12.23
竹本 紗桜ちゃん 内子18第1
早く大好きなお姉ちゃんとお外でたくさん遊びたいなあ♡



12.14
寺尾 依都ちゃん 内子13
元氣いっぱい！ 笑顔いっぱい！ 早くお外を歩きたいな☆



12.13
中田 碧和くん 本町1
僕はお風呂が大好きです。毎日みんなを癒してあげるよ♡



12.1
亀岡 彩葉ちゃん 本町
歩くのが大好きです♡ いつもお姉ちゃんの後を追いかけてます！

FROM ME TO YOU



みんなでつないでリレーエッセイ

「ペットの幸せ」



篠浦 智恵さん(38)
内子21

私の飼っているチワワの「はすこ」は、もうすぐ16歳を迎えます。食えることが大好きな女の子です。はすことは動物看護師の仕事を始め、すぐに出会い、毎日一緒に過ごしてきました。常に全力で、常に元気で、大きな病気をすることもありませんでした。もしかして、このまま20年も、30年も生きてくれるんじゃないか？ と思っていましたが、今年の春頃から一気に老化が進みました。

をしたときには怒ったこともあるし、忙しいときには相手をしてあげられないこともあったのに……。それでも私のことを信頼してくれて、姿を見ると、私も最後までしっかりと付き合っていこうと強く思います。

犬は高齢になると夜鳴きが始まる子もいます。猫は生後半年で妊娠・出産ができます。犬、猫ごとの病気もあります。私は今の仕事を通じて、いろいろな動物に関する情報を少しでも多くの人に伝えて、不幸な動物が減ることを願っています。これからも動物たちはもちろん、関わっている人たちも幸せに過ごせるよう、日々勉強し、頑張っていきたいです。

▼次は、折本隼太さん内子4
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



井上 ゆかりさん
＝黒内坊＝

●材料(4人分)

豚こま肉 300g / 白菜 1/4個 / オイスターソース 大さじ2 / サラダ油 小さじ1 / 青ネギ 適量 / ④こしょう 少々、酒 大さじ2、塩 ひとつまみ、片栗粉 小さじ1

●作り方

- ①ボウルに豚肉を入れ、④を加えてよくからませ、下味をつける。
- ②白菜は1cm幅の細切りにする。
- ③フライパンにサラダ油を入れて中火で熱し、①を入れて火が通るまでしっかり炒める。
- ④オイスターソースと②を加え、サッと炒め合わせる。青ネギを散らして完成。



季節の一皿

SPECIAL DISH

白菜と豚肉の
オイスターソース炒め



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。



ukll77さん
石量地区にある美しい菊の庭。



megu.shimoさん
中川地区自慢の乳出の大イチョウ。

Q 広報クイズ

「広報うちこ」12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町の歴史と資料館をもっと身近に。内子「○○○○○○○○●」を初開催
- ②災害から身を守るための訓練「○○○○●○」えひめに参加しよう
- ③いつ加入しても将来にプラス。国民「●○○○」基金を知っていますか
- ④第17回内子町読書「○●○○○○○」入賞作品は図書情報館で見られます
- ⑤内子町などが舞台の童話『「●○○○」デブ猫ちゃん』の作者・早見和真さんが講演しました
- ⑥一流選手の技を間近で体験。小田小学校で「●○○○○○」体験事業

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：12月31日（消印有効）
当選者発表：「広報うちこ」2月号

● 10月号当選者の皆さん

答え「あきまつり」 正解数30

- ・折本 怜正さん（内子4）
- ・大野 富子さん（松尾）
- ・峯下 凜瑚さん（和田）
- ・小田 朝子さん（甲影山）
- ・白石 佐栄さん（川中1）
- ・中野多美子さん（上町）
- ・船田真由美さん（中町）
- ・山本 正子さん（上重松）
- ・松田 敏江さん（寺成）
- ・外木 雄さん（神奈川県）

日本の冬は寒く、暖房を利用する期間が長いので、電気が高くなりがちです。そこで今回は簡単にできる冬の省エネ対策を3つ紹介します。
① **エアコンの風は下向きに**
暖かい空気は上にいく性質

くらしのエコロジー

省エネ&節約しながら
冬を暖かく過ごすコツ

② **窓から熱が逃げるのを防ぐ**
寒い日は早めにカーテンを閉めるだけで、外からの冷気を和らげてくれます。部屋の暖かい空気が窓から逃げないよう、断熱シートを貼ったり、厚手のカーテンに交換したりするのもおすすめです。

【問い合わせ】
環境政策室
☎0893(44)6159



気泡緩衝材を窓に貼るのも断熱効果がある

③ **服装で体感温度を上げる**
靴下を履くと1度、カーディガンを羽織ると2度、体感温度が上がるといわれています。ほかにもひざ掛けやレッグウォーマーを活用するなど、自身の服装を見直してみましょう。

VOICE まちの声

内子町の写真を使いたい

□会社のホームページなどで、内子町の写真を使いたいのですが、提供してもらえるのでしょうか。（30代男性）
■内子町のホームページでは自由に使用できる写真を提供しています。写真は四季折々のまちの風景などです。

「ページID検索」に下記の番号を入力すると写真を見られるので、気に入った写真をダウンロードしてください。
ID128039
【問い合わせ】
総務課 広報・広聴係
☎0893(44)6151

世界初の棍棒飛ばし大会で2位入賞

内子インナーチルドレン

「第0回全日本棍棒飛ばし選手権大会」（全日本棍棒協会主催、東祥平会長）が10月7日、奈良県で開かれ、「内子インナーチルドレン」が2位に入賞しました。

競技は攻守交替制で、攻撃側が飛ばした棍棒を守備側が打ち返して、落下地点の得点で争います。同チーム代表の亀岡一彦さん＝石畳8＝は「妻が東会長と知り合いで誘われた。よく分からないけど、面白そうだから」とチームを結成しました。大会では初戦に敗退しますが、2試合目は最後の攻撃までに3点をリード。相手の得点を阻止すれば勝利という場面で、仲間が棍棒を見事にキャッチ。その選手にみんなが駆け寄って喜び合いました。亀岡さんは「あの1勝でみんな棍棒に魅了された」と笑います。

「競技のもう一つの魅力は、山に目がいくこと」と加える亀岡さん。自身が栗農家で、近くの山が荒れていくのを見続けてきました。「棍棒の材料は山にある。小さなきっかけでも、山の現状を知るいい機会。競技を広めることが山への興味につながれば」と、棍棒を片手に「現状を打破する」と意気込みます。



現在、町内外の10人のメンバーで活動中。「みそぎの里で練習などをしているので、体験しに来て」と呼び掛ける亀岡さん（前列）。棍棒飛ばしの様子はこちらの二次元バーコードをご覧ください▶



TOWN'S STAR

内子町の人☆キラリ

屋久島の魅力

先日、友人と屋久島へ行ってきました。「屋久杉さん」という古い巨木が有名なことしか知りませんでしたが、美しい景色に何度も感動し、たくさんの思い出ができました。この旅で私が感じた屋久島の魅力をお伝えします。

1つ目はさまざまな動植物が生息する森です。バナナやマンゴー、ハイビスカスなど、トリニダード・トバコにある植物も自生していて、何度も故郷を思い出しました。ニホンザルやシカの群れにも出合いました。サルは寝そべったり、じゃれあったりしてかわいかったです。

2つ目は豊かな水の景色です。島には迫力ある滝が数多くあり、驚きで思わず立ち止まりました。

写真は今まで日本で見た中で一番、感動した景色です。海では温泉に入る面白い体験をしました。潮が引いたときにだけ現れる珍しい温泉で、入れたのは真夜中の12時。温泉につかりながら見た満天の星空は息をのむほど絶景でした。

他にも安らぎを感じる神社を訪れたり、トビウオのから揚げを食べたり――。2日間の短い旅でしたが、心も体もゆっくりとリラックスした時間を過ごせました。島暮らしの良さを感じ、行く価値がありました。今回は時間が足らず、「屋久杉さん」を見ることが叶わなかったのも、次の機会に挑戦したいです。皆さんも機会があればぜひ、この雄大な島を訪れてみてください。



HELLO!!!

FROM AROUND THE WORLD

外国語指導助手

パトリシア・ルイス

Lewis Patricia