



HAPPY BIRTHDAY

# おめでとう はじめてのバースデー

2月に満1歳になる子どもたちを紹介します。



2.18 大川 日向くん 内子15  
食べることが大好き♡ なんでも  
もりもり食べて大きくなるぞ!



2.8 山家 千冬くん 上村  
僕はお笑い担当。みんなを笑顔に  
することが得意です!



2.6 茂木 秀真くん 内子9  
お散歩大好き、いたずら大好き♡  
早くおしゃべりしたいね!



2.27 岡 芳毅くん 中町  
ベビーカーでおじいちゃんとお散  
歩するのが大好きです♡



2.20 石田 悠乃ちゃん 大久喜  
ねえねとにいに大好き。早く一  
緒に走り回りたい!

「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。



55hiropon55さん  
石畳地区の冬の風物詩。



junjunna.oさん  
大好きな地元をフィルムで撮影。

FROM ME TO YOU

# みんなであつないでリレーエッセイ



## ウォーキング

中野 見秀さん(44)  
|| 和田 ||

皆さん、運動はしていますか。私は朝にウォーキングをしています。ウォーキングと聞いても、小学校に通う息子たちの集団登校の列に混ざって歩いています。運動不足と感じていたのでランニングなどもしましたが、情けないことに続きませんでした。誰かと一緒にやれば続くのではないかと思ひ、約5年前から子どもたちと一緒に歩くことにしました。

朝7時に集合し、学校までの2.5kmの道のりを下級生のペースで歩いていきます。私も小学生の頃は山道を歩いて通っていました。私の頃と比べるとランドセルも重く、タブレットなどの荷物もあり、小さな体で6年間通学する子どもたちには頭が下がる思いです。最近では通学中の事故や増えてきたイノシシの心配

もあるのです、見守りもできて一石二鳥です。

ウォーキングを始めてからは体調も良く、子どもたちと季節の移り変わりを感じながら歩くことができ、すがすがしい気持ちで一日を始めることができます。しかし困ったことに息子が6年生なので、あと数カ月で子どもたちと歩くことができなくなってしまう。本当に残念なことです。今は次にどんな運動を始めようか悩んでいるところです。ウォーキングが体に合っていると思うので、数年前から飼い始めた愛犬にお願いしてみようと思います。

▼次は、東随子さん || 内子13 || 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



松本 美代子さん  
=松尾=

### ●材料(4人分)

キャベツ1/6個/ニンジン1/6本/コーン大さじ3/①プレーンヨーグルト大さじ3、マヨネーズ大さじ1、レモン果汁大さじ1/3、塩ひとつまみ、黒こしょう少々

### ●作り方

- ①キャベツとニンジンは千切りし、耐熱ボウルに入れる。ふんわりとラップをして600Wの電子レンジで約3分加熱する。
- ②冷めたら絞って水気をとる。
- ③ボウルに②とコーン、①を加え、よく混ぜ合わせる。
- ④器に盛り付けて完成。



## 季節の一皿

SPECIAL DISH

「ヨーグルト風味の  
コールスロー」

## Q 広報クイズ

「広報うちこ」2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家族ぐるみで読書に親しむ「●○○○○」を始めてみませんか
- ②スマホで申告がおすす。 「○○●○○○○○○」は正しく、お早めに――
- ③お正月は凧博物館で運試し＆「●○○○○○○」。新春凧合戦リアルすごろく大会を開催しました
- ④私たちの町の相談パートナー。3人の新しい「○○○○○○●○○」委員さんを紹介します
- ⑤大瀬中学校で開かれた「○○●」の授業。生徒たちが赤ちゃんと保護者から、命の尊さを学びました

### 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：2月28日(消印有効) 当選者発表：「広報うちこ」4月号

### ● 12月号当選者の皆さん

答え「ぼうねんかい」 正解数30

- ・宮内 時夫さん (内子13)
- ・宇都宮美知子さん (内子14)
- ・平野 陽子さん (内子17)
- ・小嶋恵美子さん (内子19第2)
- ・前野美恵子さん (護国)
- ・久保 健作さん (富中)
- ・城本 龍吉さん (下重松)
- ・久保 敬輔さん (中通り)
- ・岩本 脩吾さん (兵庫県)
- ・利行 愛里さん (大分県)

ごみの安全な収集作業と、リサイクルの推進のため、分別方法の再確認をお願いします。

**①電池は機器から外す**  
小型充電式電池は、電子タバコやスマートフォンなど、身の回りにあるさまざまな機器に使用されています。これら



もう一度、見直そう  
正しいごみの分別方法

**②家電4品目はリサイクルへ**  
エアコン・テレビ・冷蔵庫・洗濯機は、リサイクルが法律で義務付けられています。処分する場合は、購入した店舗に引き取りを依頼しましょう



電極にテープを貼り、絶縁させる。乾電池やボタン電池も同じ分別方法

が燃えるごみに混入すると、収集・処理作業中に発火や爆発する恐れがあります。電池は取り外し、透明な袋に入れてまとめた後、燃えないごみ袋に入れて出してください。



穴を開けるときは安全に十分注意する

【問い合わせ】  
環境政策室  
☎0893(44)6159

う。できない場合は環境政策室までご相談ください。

**③スプレー缶はガス抜きする**  
カセットボンベやスプレー缶は、ガスが中に残ったまま捨てると、火災の原因になります。必ず屋外で、中身を出し切った穴を開け、燃えないごみ袋に入れて出してください。

## VOICE まちの声

大雪で農業用ハウスが壊れ、困っている

□12月の大雪で農業用ビニールハウスが被害を受けました。建て替えが必要になったのですが、利用できる補助金はありますか。(40代男性)

■大雪で被害を受けた農業用施設の建て替えや修繕

費に対して、補助金があります。受給するには被害状況の分かる写真などが必要です。まずは農村支援センターにご相談ください。

【問い合わせ】  
農村支援センター  
☎0893(44)2199

## 内子から世界へ、ラム酒造りに挑戦

亀岡 晶子さん(51) = 岡第2 =

凍てつくような寒さの中、古い酒蔵で一人、作業をする亀岡晶子さん。造っているのは日本酒ではなく、ラム酒。約2年間挑戦を続けて、この冬やっと完成しました。亀岡さんは「実家は300年続く酒蔵だったので、その技術とこの酒蔵を活用しようと一念発起した」と振り返ります。

ラム酒はサトウキビの糖蜜を発酵させた後、蒸留器でアルコール分を抽出します。発酵には日本酒用の酵母を使っていて、この手法は世界初。亀岡さんの日本酒造りの経験が生かされており、「自分らしさであり、この酒の特徴」と胸を張ります。

販売は海外から始めるそうで、「内子のラム酒を世界の人に『おいしい』と言ってもらえるのが夢」とにっこり。手作業で量産が難しいけれど、いずれは町内でも販売する予定です。「まろやかで甘みがあり、上品な味わいに仕上がった。日本ではまだなじみのないラム酒だけど、興味を持ってもらえるとうれしい」と出来たてのラム酒を手にとり、喜びをにじませました。



上\_ 亀岡さんの後ろにあるのが蒸留器 左\_ 銘柄は「碧原」。4種類のラム酒造りに挑戦中

TOWN'S STAR

## 内子町の人☆キラリ

## 私の心のよりどころ

私は内子町にも教会があると知り、毎週日曜日に礼拝に行くようになりました。知り合いも少ない、言語も違う異国の地で生活していると、時々寂しくなるときがありますが、ここに来ると親しみや安らぎを感じられます。

礼拝は牧師の祈りの言葉と讃美歌で始まります。その後、聖書を読んで、また讃美歌を歌います。来ているのは、内子や近郊に住む人たちです。年配の女性はいつも笑顔であいさつをしてくれ、私の最近の出来事について話を聞いてくれます。仲のいい友人もできました。宇和島から来ている彼女は英語が上手で、いろいろな話をするうちに打ち解け、今ではご主人も交えてハイキングに出かける

ほど仲良しになりました。まだ通い始めて数カ月ですが、ここで出会った人たちは私にとって家族のような存在になりました。皆さんと過ごす時間が大好きです。

最近では、教会の予定表が英語で書かれるようになったり、英語の勉強を始める人たちがいたり。よく理解できるようになったし、何より皆さんの気持ちがとてもうれしかった。もっとコミュニケーションをとれるようになりたいと、日本語の勉強にも力が入ります。人は人と交流する中で、互いに成長していくのだと実感しています。今より日本語を話せるようになって、いつも優しく、笑顔で励ましてくれる皆さんの思いに応えたいです。



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*