

広報

きほく

2015. 9

【No.129】

～森がすくすく、川がいきいき、人が元気～



きほく人奮闘記
芝隆裕さん

PICK UP

第19回四万十・源流広見川上り駅伝大会

ほくほく東北家族の絆
津野一彦さんご家族

CONTENTS_目次

002 | 暮らしのカレンダー

PICK UP
003 | 第19回四万十・源流広見川上り駅伝大会
飛び散る水しぶき 繋がる絆
そして…ゴールの先の達成感

まちなews
006 | 平成27年度鬼北町工事入札結果／町内の空間放射
線量測定結果／人権擁護委員に川平定計氏 ほか

HOT NEWS
010 | 北宇和郡小学校水泳競技大会

Info.
011 | 平成27年国勢調査のお知らせ

KIHOBU'S TOPICS
012 | 花れんコンサート／第54回交通安全県民大会／交
流事業「ドミノ倒しに挑戦」／鬼灯まつり ほか

旬会
014 | ひよし川柳会／愛媛若葉ひろみ旬会
鬼北の足跡を辿る(等妙寺編)
中世の等妙寺の姿②
愛顔つなくえひめ国体 みきゃん通信

Information
016 | 動物愛護週間のお知らせ／インターネットでの
旅行申し込みはよく確認を／防衛高等学校等学生
募集／全国一斉！法務局休日相談所の開設につ
いて／県広報紙「愛顔のえひめ」がアプリで読
める！／県立図書館図書の遠隔地返却サービス
をご利用下さい ほか

きほく人奮闘記
018 | 芝隆裕さん
戸籍の窓 -出生・結婚・お悔み・人口-

Happy Birthday
019 | 9月生まれの元鬼っず

ほくほく鬼北家族の絆
020 | 津野一彦さん・香織さん・海樫くん・奏人くん
健康づくり応援レシピ
魚のカリカリチーズ焼き



今月の表紙

8月2日に開催された「第19回四万十・源流広見川上り駅伝大会」。いつもは穏やかな清流・広見川を舞台に、選手たちの熱い戦いが繰り広げられました。
※P 03-05に掲載。

暮らしのカレンダー

9月1日(火)～9月30日(水)

1	火	健康診査・がん検診・胸部C R 検診等／川口集会所／7:30～10:00
2	水	休
3	木	愛治地区敬老会 ■9:00～ ■場所:愛治小学校屋内運動場
4	金	近永・泉
5	土	
6	日	休 善家外科脳神経外科 ☎22-1484 休 笹岡内科 ☎24-3886 休 やくしじこどもクリニック ☎24-1386 休 富山医院 ☎45-0360
7	月	
8	火	三島地区敬老会 ■9:00～ ■場所:三島小学校屋内運動場
9	水	日吉地区敬老会 ■10:30～ ■場所:日吉中学校屋内運動場
10	木	好藤地区敬老会 ■13:30～ ■場所:好藤小学校屋内運動場 休 日吉
11	金	近永地区敬老会 ■13:30～ ■場所:広見体育センター 休 好藤・愛治・三島
12	土	古泉
13	日	■粗大ごみ回収／環境保全課／8時30分～12時 休 加藤整形外科 ☎22-7111 休 わたなべハートクリニック ☎25-1717 休 こおり小児科 ☎24-5633 休 篠原医院 ☎45-3370
14	月	泉地区敬老会 ■13:30～ ■場所:泉小学校屋内運動場
15	火	
16	水	健康診査・がん検診・胸部C R 検診等／広見体育センター／7:30～10:30 超音波検診(腹部エコー)／広見体育センター／8:00～11:00
17	木	健康診査・がん検診・胸部C R 検診等／広見体育センター／7:30～10:30 超音波検診(腹部エコー)／広見体育センター／8:00～11:00
18	金	人 広見 10時～ 日吉 9時～ 休 近永・泉 健康診査・がん検診・胸部C R 検診等／広見体育センター／7:30～10:30 超音波検診(腹部エコー)／広見体育センター／8:00～11:00
19	土	
20	日	休 二宮整形外科 ☎25-8600 休 沖循環器科内科 ☎25-3335 休 上田小児科・外科 ☎25-0100 休 旭川荘南愛媛病院 ☎45-1101
21	月	休 小川クリニック ☎23-3599 休 きた内科クリニック ☎26-2260 敬老の日 休 こばやし小児科 ☎23-1150 休 市立津島病院 ☎32-2011
22	火	休 上甲外科クリニック ☎25-5811 休 木村内科医院 ☎24-0030 国民の休日 休 山下小児科 ☎23-0055 休 町立北宇和病院 ☎45-1221
23	水	休 植木整形外科 ☎22-0022 休 松浦内科医院 ☎23-1122 秋分の日 休 やくしじこどもクリニック ☎24-1386 休 市立吉田病院 ☎52-0611
24	木	休 日吉 健康診査・がん検診・胸部C R 検診等／川上集会所／7:30～10:30 超音波検診(腹部エコー)／広見体育センター／8:00～11:00
25	金	休 好藤・愛治・三島 健康診査・がん検診・胸部C R 検診等／成川集会所／7:30～10:00 超音波検診(腹部エコー)／広見体育センター／8:00～11:00
26	土	古三島・日吉
27	日	鬼北町球技スポーツ少年秋季大会 ■8:30～ ■場所:鬼北総合公園グラウンド ■役場 生涯教育課 内線:4111 休 福島胃腸科外科 ☎24-5588 休 清家消化器内科クリニック ☎22-2266 休 こおり小児科 ☎24-5633 休 大野内科医院 ☎45-0141
28	月	健康診査・がん検診・胸部C R 検診等／興野々集会所／7:30～10:00
29	火	健康診査・がん検診・胸部C R 検診等／泉公民館／7:30～10:00 超音波検診(腹部エコー)／泉公民館／7:30～10:00
30	水	国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者保険料 3期の納付期限日

休…休日当番医 人…人権・心配ごと・行政相談 古…古紙回収日

休…ペットボトル回収日(当日午前8時30分までに回収場所へ)

休…犬・ねこ引取り(受付8時30分～10時) 英…アンディの英会話教室

飛び散る水しぶき 繋がる絆 そして… ゴールの先の達成感



鬼北町の夏の一大イベント「第19回四万十・源流広見川上り駅伝大会」は8月2日、広見川を舞台に開催され、町内外から270人超の選手たちが集結しました。

今年は一一般の部28チーム、女子の部8チーム、鉄人の部10人が参加した本大会。「川上り」の名前のとおり、上流に設けられたゴールを目指して、選手たちは必死の形相で川の流れの中を駆け抜けました。

本大会は例年より水量が

多かつたため、思うように足を進めることができない選手たち。少しでも浅いところを探したり、時には泳いだりしながらそれぞれが趣向を凝らしたレース展開を繰り広げました。

この大会で大切なことは、転んでも転んでも何度でも立ち上がり、最後まで走り抜く不屈の精神。それでも、過酷なコースに時にめげそうになる選手を励ましたのは、沿道や橋の上からの温かい声援と、辿りついた先にある仲間たちの満面の笑顔でした。

【大会結果】

● 駅伝一般の部

- ① かあんまあくん 53分18秒
- ② アメンボ軍団 58分21秒
- ③ 宇和島陸協 58分25秒



かあんまあくん

● 駅伝女子の部

- ① つぶぞロイDEかあんまあくんA 41分25秒
- ② 内子レディース 41分40秒
- ③ つぶぞロイDEかあんまあくんB 52分21秒



つぶぞロイDEかあんまあくんA

● 鉄人の部

- ① 大平泰弘 18分41秒
- ② 芝隆裕 21分10秒
- ③ 大川原和人 24分29秒



大平泰弘さん(左)・芝隆裕さん(右)

● 戸祇の子の部

- ▼ 4年生の部
- ① 松浦大翔 ② 五島獅音 ③ 山崎優
- ▼ 5年生の部
- ① 高平帆高 ② 土居悠希 ③ 高瀬まとい
- ▼ 6年生の部
- ① 清家祥太 ② 五島愛斗 ③ 水谷奏太

● 駅伝一般区間賞

- ① 兵頭和一(かあんまあくん) 7分14秒
- ② 中川源輝(宇和島陸協) 4分40秒
- ③ 藤岡一幸(内子走らん会) 7分12秒
- ④ 井上直人(かあんまあくん) 4分52秒
- ⑤ 渡辺輝彦(かあんまあくん) 9分10秒
- ⑥ 薬師寺裕市(アメンボ軍団) 3分52秒
- ⑦ 中村健一(宇和島陸協) 6分40秒
- ⑦ 清家寛樹(ポストマンズ) 6分40秒
- ⑧ 中川源輝(宇和島陸協) 5分50秒

● 駅伝女子区間賞

- ④ 井上有美子(つぶぞロイDEかあんまあくんA) 7分03秒
- ⑤ 五島美知子(つぶぞロイDEかあんまあくんA) 10分19秒
- ⑥ 曾我敬子(内子レディース) 5分01秒
- ⑦ 石尾真由美(内子レディース) 8分27秒
- ⑧ 西川麻衣(つぶぞロイDEかあんまあくんA) 8分34秒

全身全霊で広見川に挑む

「なんで川上りなんかするん?」「そこに川があるから!」
全力で走って、転んで、泣いて、笑って
一生懸命だからこそ、その姿が人を感動させる



つらい...
苦しい...
でも、諦めない



今、戦いが始まる



1_スタート位置を決める運命の抽選 2_ついにスタート。軽快に飛ばす第1区走者 3_厳しい川の流れ。選手の体力は限界に近づく 4_バランスを崩して転びそうになりながらも必死に食い下がる 5_レースの過酷さに思わず表情が歪む 6_水量が多い場所は泳いで応戦。機転を利かすこともレースの鍵 7_戸祇の子の部では三島小学校の児童たちが大人顔負けの熱戦を展開 8_たすき代わりのヘルメット。仲間の想いがつまったそれをゴールまでしっかりと受け継いでいく 9_「お疲れ」「後は任せた」仲間から仲間へ繋ぐ絆のリレー 10_仲間の走りをじっと見守る。ゴールまであと少し 11_橋の上からは多くの人が選手の勇姿を見守った 12_仲間と喜びを分かち合う選手たち 13_1人で走り抜く鉄人の部。ついにゴールまでほっと一息 14_念願の初優勝に思わず溢れた涙 15_走り終えた後はやり切った満足の笑顔 16_嬉しさ爆発。ゴールに向かってダイブ



三島っ子
大奮闘

深まる絆
仲間がいるから
頑張れる



頑張れ!



涙…笑顔…
緊張が
ゆるむ瞬間



Information

平成27年度鬼北町工事入札結果

平成27年度7月の入札結果は次のとおりです。

問 役場 企画財政課 管財係 内線2236

入札結果一覧表

入札日	工事名	場所	工事概要	落札業者	主管課
				落札額(税抜)	
9	鬼北町立日吉中学校テニスコート修繕工事	下鍵山	テニスコートアスファルト補修、人工芝張替	(有)日吉建材運輸 8,300,000	生涯教育課
9	(27)防安全 町道牛打線舗装補修工事	大宿	施工延長L=265.0m 舗装工A=1,110㎡	宇和島道路舗装㈱ 4,500,000	建設課
24	浄化槽設置工事No.27011	上川	浄化槽1基	(有)セイケ電設 748,000	環境保全課
24	(27)町道法師庵線道路改良工事	大宿	施工延長L=146.0m 擁壁工V=58㎡	(名)松浦土建 15,530,000	建設課
24	林道久保川線開設工事	大宿	施工延長L=179.4m 幅員W=3.0m(4.0m)	(名)松浦土建 26,190,000	産業課
24	(27)防安全 町道下大野本線龍王橋橋梁補修工事	下大野	断面修復工、ひび割れ充填工、表面含浸工	愛媛建設㈱ 4,500,000	建設課

Information

町内の空間放射線量測定結果

鬼北町では、町民の皆さんが身近な放射線量を把握することができるよう、町内の特定箇所にて定期測定を隔月に1度、実施しています。

7月の測定結果は以下のとおりです。

問 役場 環境保全課 環境衛生係 内線2131

【空間放射線量測定結果】(測定日：7月15日)

測定場所	測定結果 (毎時マイクロシーベルト)
鬼北町役場	0.07
好藤保育所	0.10
愛治公民館	0.07
三島公民館	0.08
小倉コミュニティセンター	0.10
鬼北町役場日吉支所	0.08
父野川下農村広場	0.11

※測定機器…NaI(ヨウ化ナトリウム)シンチレーション式サーベイメータ(主にガンマ線の測定器)

※マイクロシーベルト…人体が放射線を受けた時、その影響の度合いを表す目安となる放射線量の単位

※測定値には、気象条件、測定器等により差が出ますので、参考数値となります。

いずれも国の基準【毎時0.23マイクロシーベルト】を下回っており、通常レベルの範囲内で問題のない数値です。

Information

人権擁護委員に川平定計氏

7月1日付けで、法務大臣から川平定計氏=父野川=が人権擁護委員に委嘱されました。

人権擁護委員は、人権擁護委員法に基づき委嘱された、あなたの町の相談パートナーです。

暮らしの中での悩みや心配事、困り事のある方は、ぜひお近くの人権擁護委員にご相談ください。

相談は無料で、相談内容の秘密は固く守られます。相談ご希望の方は、お近くの法務局また

は下記までお問い合わせください。

問 役場 町民課 戸籍住民係 内線2113



◀川平定計氏

Information

第11回きほく作品展出品案内

鬼北町文化祭行事の一環として、「でちこんか」に合わせて「きほく作品展」を開催します。

みなさんの日頃の作品を発表するよい機会です。初心者の方からベテランの方までお気軽に出品いただきますようご案内します。

※申込書は教育委員会および各地区公民館に備え付けています。

期 間：10月8日(木)～11日(日)
毎日9時～17時
※ただし、最終日11日は15時まで

会 場：広見体育センター(役場横)

部 門：絵画・工芸・手芸・陶芸・書道・写真・文芸作品・盆栽・その他

申 込 先：鬼北町教育委員会生涯教育課内
文化協会事務局

申 込 期 限：所定の申込用紙により
9月25日(金) 17時まで
※期限厳守・FAX可

作 品 搬 入：10月6日(火) 8時30分～17時
10月7日(水) 午前中
または展示時、持参

作 品 展 示：10月7日(水) 14時～
※出展者の方は、展示にご協力ください。

作 品 搬 出：10月11日(日) 15時～
※出展者全員で後片付け

※作品は出展者または代理人が受け取ること。
(当日受け取りができない場合は、事前に文化協会役員または事務局に連絡のこと。頼まれた作品以外持ち帰らないこと)

出 展 規 定

- ◆過去のきほく作品(美術)展に未発表のものに限る。
- ◆出展数：小さな工芸品・絵手紙を除き一人一部門2点までとする。
 - ・絵…50号以内で必ず額装のこと
 - ・書…展示しやすいように仮軸装・軸装・額装
 - ・写真…四つ切り以上額仕上げ
 - ・文芸…短歌、俳句、川柳、詩等は掛けられるよう、ひもをつけること
 - ・その他…展示しやすいように仕上げられているものとする

※掛ける作品には展示しやすいよう、額装などにひもをつけておくこと

そ の 他：作品本体および箱・包装物には、部門名・作品名・作者名を必ず記入しておくこと

※詳しいことは下記までお問い合わせください。

問 役場 生涯教育課 文化スポーツ係
内線4114

Information

秋の夜長に「いもたき」はいかがですか

「いもたき」は奈良川の河川敷で行われる鬼北の秋の風物詩。さといも、鶏肉、こんにやくなどたっぷりの具が入ったいもたきに、鬼北産の川ガニを使ったメニューもあります。川のせせらぎを聞きながら、山川の幸に舌鼓を打つ秋の夜長はいかがですか。

問 役場 産業課 商工観光係 内線2213



日 程 9月中の金・土曜日 18：30～20：30
※事前予約が必要です。

場 所 鬼北町役場裏 奈良川河川敷

メニュー(5名から予約受付)

【Aセット 2,000円/1人(税込)】

(なついも・かしわ・たまご・こんにやく・あげ)
+おにぎり+フルーツ

【Bセット 2,500円/1人(税込)】

(なついも・かしわ・たまご・こんにやく・あげ)
+川ガニ+おにぎり+フルーツ

※飲み物は各自でご用意ください。

※持ち込んだ飲み物の空き瓶、空き缶等の片付けは、持込み者の責任でお願いします。

【太鼓集団「魁」スペシャルステージ開催】

9月4日(金)・12日(土)・19日(土)・26日(土)

Topics

憧れの選手、プロの技を間近で体感



5月31日、松山市のニンジニアスタジアムで、愛媛FCの試合が行われ、マッチタウンとして当町の近永スポーツ少年団サッカー部「鬼北TIGRINHO」の子どもたちがエスコートキッズを務めました。

鬼北町のマッチタウンの日には勝率が7割を超え、この日も勝利をつかんだ愛媛FC。「鬼北TIGRINHO」の子どもたちは、勝利の女神としても大活躍したようでした。

Information

国民年金保険料「10年の後納制度」は9月30日まで

過去10年間に納め忘れた国民年金保険料を納付することで、将来の年金額を増やすことができる「10年の後納制度」は、平成27年9月30日をもって終了します。

後納制度を利用するには、申し込みが必要です。詳しくは「国民年金保険料専用ダイヤル」または宇和島年金事務所までお問い合わせください。

問い合わせ

国民年金保険料専用ダイヤル

☎0570-011-050

宇和島年金事務所 国民年金課

☎0895-22-5344

役場 町民課 保険年金係 内線2114

Topics

手づくりピザと豊かな自然、美味しい夏の思い出

7月26日、成川溪谷休養センター駐車場下で、「成川溪谷ピザまつり」が行われ、家族連れなど多くの人で賑わいました。

訪れた人たちは、まず受け取ったピザ生地にオリジナルのトッピングを施すと、いざピザ窯へ。5分ほどでピザ窯からは美味しそうな香りが漂い始め、焼き上がりを待つ来場者たちの期待感はますます募っていました。

いよいよお待ちかねの焼き上がりの時間。豊かな自然に囲まれて食べる自分が作ったピザ、その味は格別とばかりに、訪れた人たちは口いっぱいピザを頬張りながら、満面の笑みを浮かべていました。

1_友達と協力してトッピングに挑戦
2_「おいしそう」トッピングは完成間近
3_美味しそうに焼き上がったオリジナルピザ
4_出来立てのピザを「フーフーぱくり」。思わず笑顔に
5_「おいしいね」手作りピザの美味しさに食べる手が止まらない。あっという間に完食
6_自分好みのサイズにカット。意外と皆さんこの作業に悪戦苦闘



Topics

町産材の利用に貢献 鬼北町役場本庁舎別館が受賞



7月31日、東京都の木材会館で「木材利用優良施設表彰式」が行われ、鬼北町役場本庁舎別館が木材利用推進中央協議会会長賞を受賞しました。

これは、木材利用の推進を図るため、木材利用推進中央協議会が実施しているもの。庁舎別館は、町産材のヒノキをふんだんに使っており、さらに大工の特殊な技術を必要とする丸太の利用や、設計を務めたレーモンド設計事務所を象徴する技巧である天井部のレーモンドトラスなど、さまざまな趣向が凝らされた建物であることから、今回その独自性などが評価されての受賞となりました。

Topics

大地震発生！そのとき、あなたならどうしますか。



7月12日、町内全域を対象とした「鬼北町防災訓練」が行われました。

朝8時、大地震発生を知らせるサイレンとともに一斉に避難を始める住民たち。一時避難場所に着いた住民たちは声を掛け合いながら、お互いの無事を確認していました。

その後、それぞれの自主防災組織等で独自の訓練を実施。炊出し訓練や防災マップの作成などを行い、住民一人一人が、地域で協力することの重要性、そして災害のために日頃から備えておくことの必要性を再認識しました。

また、災害対策本部設置訓練や鬼北町消防団女性消防隊による応急手当法講習会なども行われ、参加した人たちは「いざというときにどう対応すればいいのか」これまで以上に知識を深めていました。

災害はいつ起こるか分かりません。地域を、家族を、そして自分自身を守るため、日頃から備えておくことが大切です。



- 1 地域住民で意見を出し合い防災マップを作成
- 2 炊出し訓練でカレーを調理。他にはおにぎりや非常食のレトルト食品を調理したところも
- 3 女性消防隊による応急手当法講習会。女性ならではの身近にあるものを使った方法に感心の声上がる
- 4 女性消防隊の指示のもと毛布を担架代わりにケガ人を運ぶ
- 5 災害対策本部設置訓練。「こんなときどう対応するのか」細かな点まで確認
- 6 鬼北町消防団の夏季訓練を各分団ごとに同日開催。AEDの使い方などを学んだ

「練習の成果を発揮するときが来た！」 ゴールの瞬間まで力強く泳ぎ抜く姿に感動



7月18日、B&G海洋センターで「北宇和郡小学校水泳競技大会」が行われ、町内小学生および松野町の小学生らが熱戦を繰り広げました。少し緊張した面持ちでスタートラインに並んだ選手たち。仲間や保護者からの声援を背に、一斉にスタートを切った選手たちは、激しい水しぶきを上げながら、ゴール目指して懸命な泳ぎを披露しました。主な大会結果は次のとおり。

(◎=大会新記録)

		1位			2位			3位		
		氏名	校名	記録	氏名	校名	記録	氏名	校名	記録
男子	25 <small>リ</small> 自由形	井上 空	近永	'15"0	清家 祥太	三島	'16"1	西川 春翔	泉	'17"0
	50 <small>リ</small> 自由形	井上 空	近永	'32"4	渡辺 生季	泉	'33"6	井関 稀琉	愛治	'34"5
	100 <small>リ</small> 自由形	近藤 浄士	近永	1'13"9	井関 稀琉	愛治	1'14"7	岡村 颯晟	近永	1'22"5
	50 <small>リ</small> 平泳ぎ	岡野 裕斗	近永	◎'41"6	竹村 将永	近永	'43"2	清家 祥太	三島	'49"5
	100 <small>リ</small> 平泳ぎ	竹村 将永	近永	1'31"2	岡野 裕斗	近永	1'31"6	三好 侑一	近永	1'42"2
	50 <small>リ</small> 背泳ぎ	薬師寺帝希	近永	'40"7	坂井 樹生	近永	'42"4	高山 大和	近永	'44"8
	75 <small>リ</small> 個人メドレー	渡辺 生季	泉	1'03"2	三好 侑一	近永	1'08"2	坂井 樹生	近永	1'09"8
	25 <small>リ</small> バタフライ	中村 健人	松東	'18"8	大平 楓斗	近永	'19"6	清水 陽	愛治	'20"5
	50 <small>リ</small> バタフライ	近藤 浄士	近永	'38"5	善家 天真	近永	'43"8	中村 健人	松東	'45"0
女子	150 <small>リ</small> メドレーリレー	薬師寺帝希 竹村 将永 岡野 裕斗	近永	2'04"1	松本 拓実 松本 恵冴 中山 航	松西	2'16"9	森野 諄 清家 祥太 水谷 奏太	三島	2'23"3
	200 <small>リ</small> リレー	井上 空 岡村 颯晟 三好 侑一 近藤 浄士	近永	2'22"3	金子 風雅 兵頭 威伏 西川 春翔 渡辺 生季	泉	2'29"3	井関 稀琉 清水 陽 長坂 有真 植木 翔也	愛治	2'43"1
	25 <small>リ</small> 自由形	稲澤さくら	近永	'16"4	善福 彩奈	泉	'17"9	善家 美衣	好藤	'18"0
女子	50 <small>リ</small> 自由形	堀江 美祐	泉	'35"9	兵頭ひかる	愛治	'37"0	高田 七海	泉	'37"4
	100 <small>リ</small> 自由形	戎 真花	松西	◎1'13"2	稲澤さくら	近永	1'21"2	兵頭ひかる	愛治	1'22"2
	50 <small>リ</small> 平泳ぎ	岡田奈々帆	愛治	'47"2	高田 千聡	近永	'48"8	入江 美月	近永	'51"5
	100 <small>リ</small> 平泳ぎ	下田 天海	近永	1'36"4	岡田奈々帆	愛治	1'43"8	入江 美月	近永	1'47"5
	50 <small>リ</small> 背泳ぎ	下田 天海	近永	'37"6	高田 愛鈴	近永	'41"5	高橋ひなの	松西	'44"6
	75 <small>リ</small> 個人メドレー	高田 愛鈴	近永	1'08"9	高橋ひなの	松西	1'11"7	善福 彩奈	泉	1'12"7
	25 <small>リ</small> バタフライ	東 歩希	松東	'19"0	堀江 美祐	泉	'19"2	尾崎 風花	松西	'20"2
	50 <small>リ</small> バタフライ	戎 真花	松西	'37"6	東 歩希	松東	'42"4	新恵 聖菜	近永	'49"0
	150 <small>リ</small> メドレーリレー	藤井 日向 高田 千聡 都能 花梨	近永	2'15"6	井關未彩季 善家 陽菜 善家 美衣	好藤	2'27"1	森野 璃 松浦 愛 亀岡 千乃	三島	2'29"7
200 <small>リ</small> リレー	稲澤さくら 高田 愛鈴 村尾 陽央 下田 天海	近永	2'27"1	戎 真花 尾崎 風花 西田 美彩 高橋ひなの	松西	2'34"2	竹本 彩恵 堀江 美祐 善福 彩奈 高田 七海	泉	2'37"3	

スマート国勢調査！ 平成27年国勢調査を実施します



国勢調査
2015



- 国勢調査は、平成27年10月1日現在、日本に住んでいるすべての人および世帯が対象です。
 - 平成27年国勢調査は、少子高齢化社会における日本の未来を描く上で欠くことのできないデータを得るために実施いたします。調査結果は、さまざまな法令にその利用が定められているほか、社会福祉、雇用政策、生活環境の整備、防災対策など、私たちの暮らしのために役立てられます。
 - 今回の調査では、先にインターネットでの回答を受け付け、インターネットで回答されなかった世帯には紙の調査票を配布して調査を行います。紙の調査票は、調査員に直接提出いただくか、郵送でも提出いただけます。
 - 9月10日から、調査員がインターネット回答のための書類をお配りしますので、インターネットでの回答をお願いします。
- 調査員をはじめとする国勢調査に従事する者には、統計法によって、個人情報を守るための厳格な守秘義務が課せられており、調査票の記入内容は厳重に守られます。
- 国勢調査は、統計法によって、調査票に記入して提出する義務(報告義務)が定められています。

国勢調査については、「国勢調査2015キャンペーンサイト」をご覧ください。

<http://kokusei2015.stat.go.jp/>

国勢調査2015

検索

総務省・都道府県・市区町村

交通事故のないまちづくりを…

◎第54回交通安全県民大会

表彰状を授与される受賞者



「第54回交通安全県民大会」は7月15日、松山市のひめぎんホールで開催され、鬼北町から7人の方々が表彰されました。受賞した方々は次の通りです。

(敬称略)

愛媛県警察本部長・愛媛県交通安全協会連名表彰

〔交通功労者〕兵頭弘(大宿)

〔優良運転者〕松浦スミ子(清延)

〔優良運転者〕芝嘉也(下大野)

〔優良運転者〕井上脩(上大野)

四国管区警察局長・四国交通安全協会連名表彰

〔優良運転者〕河添稔(成藤)

警察庁長官・全日本交通安全協会連名表彰

〔優良運転者〕森岡純雄(出目)

柔らかい歌声、人々の胸を打つ

◎花れんコンサート

児童と一緒に歌を楽しむ花れんさん



7月10日、泉小学校で宇和島市出身のシンガーソングライター「花れん」さんによる「いやしの泉へーおかえりー花れんコンサート」が開催されました。音楽を通して、子どもたちに豊かな感性を育んでほしいと企画された本コンサート。その温かく優しい歌声が、歌に込められた思いを参加した人たちの心に届け、その場にいた全員がその穏やかな世界観に満たされていました。

また、花れんさんは優しく語りかけたり、知っている曲と一緒に歌ったりと、終始コミュニケーションを図り、児童との交流を深めました。

「どんな味？」食用鬼灯に関心高まる

◎鬼灯まつり

「食用鬼灯」に興味津々の来場者



「食用鬼灯」は7月25日、道の駅森の三角ぼうしで行われました。

これは、「鬼灯」に「鬼」という文字がつくことに着目して、「鬼北町の特産品」と鬼北町発掘隊の田中明美さんが取り組んでいるもの。田中さんは以前より食用鬼灯の栽培をしており、今回より多くの人にその存在、そしてその味を知ってもらおうと食用鬼灯の無料試食会を行いました。

訪れた人たちは、「鬼灯を食べる」ということに最初は驚くものの、一口味わうとその何とも言えない独特の味に、ますます関心を深めているようでした。

「慎重に慎重に…」どきどきの交流会

◎交流事業「ドミノ倒しに挑戦」

慎重な手つきでドミノを並べる児童



7月20日、松野町の吉野生住民センターで鬼北町と松野町の交流事業「ドミノ倒しに挑戦」が行われました。

今年で2回目となる本交流会には、鬼北町から好藤・三島・泉・日吉の各小学校の児童たち、松野町からは松野東小学校の児童たち、合わせて64人が参加。お互いに協力しながら縦約20cm、横約15cmの巨大ドミノを完成させました。

作業中、何度も倒しては直すことを繰り返しながら、完成までの地道な作業を通して交流を深めた児童たち。「1人でも友達をつくること」この日決めた目標は、参加した全員が達成できたようでした。

暑さに負けず、日々自己鍛錬

◎城西国際大学野球部合宿

日差し照りつける中、猛練習



毎年恒例となった千葉県の城西国際大学観光学部野球部の合宿は、8月2日～6日までの5日間、鬼北総合公園グラウンドでの練習をメインに行われました。今年も、来年度の入部を目指す高校生を対象としたセレクションから始まった本合宿。期間中、グラウンドからはお互いに声を掛け合い、気合を入れ合う選手たちの力強い声が響いていました。暑い日差しが照りつける厳しい環境の中、練習に取り組み選手たちは、懸命に白球を追いかけ、技術の向上に力を注ぎました。

愛媛の美味が集結！食べ比べに夢中

◎エヒメシ！まつり2015

鬼北の熟成キジも大人気



7月26日、道の駅日吉夢産地で「エヒメシ！まつり2015 in 日吉夢産地」が行われました。会場には、愛媛県内のみならず県外からもとっておきのグルメが集結。選りすぐりのご当地グルメが一堂に会する貴重な機会とあって、イベント開始直後にはほとんどの店舗で行列ができるほど、多くの来場者で賑わいました。訪れた人たちは、お目当てのグルメを買い求めたり、友人や家族で食べ比べをしたりしながら、それぞれの地域が生み出した「味」を思う存分堪能していました。

前へ前へ、目指すは自己ベスト

◎第36回B & Gスポーツ大会愛媛県大会

力強いストロークで水をかき分ける



「第36回B & Gスポーツ大会愛媛県大会水泳部門大会」は8月4日、鬼北町広見B & G海洋センターで開催され、県内の海洋センター・海洋クラブから6チームが参加しました。スタート前、緊張感漂う引き締まった表情で、精神を集中させる選手たち。合図とともに一斉にスタートした選手たちは、自己記録の更新を目指し、持っている力の全てを発揮するかのよう全力で泳ぎ切りました。懸命な選手の姿に、チームメイトや観客からは温かい声援が送られ、選手たちのやる気を後押ししていました。

「へえ～」「すごい」飛び交う学びの声

◎鬼北町放課後児童クラブ・出前エネルギー教室

ストラップにビーズを通す真剣な目



8月4日、鬼北町放課後児童クラブで四国電力の職員による「出前エネルギー教室」が行われました。今年7月28日から合計3回実施されたこの出前教室。この日は、紫外線や放射線などのエネルギーをテーマにした授業が行われ、DVDやプリントを使ってその特徴などについて勉強しました。勉強の後、紫外線に当てると色が変わるストラップづくり挑戦。完成後、さっそく外に出て紫外線に当てた子どもたちは、その色の変化に大喜びし、友達と見せ合いながら何度もストラップを太陽に向けてかざしていました。

ひよし川柳会

戦死した身内の痛手乞う平和

熊本 忠真

頑健な爺は卒寿で野良仕事

川添 忠昭

健診の結果不安で切る封書

男武志津江

焼酎でせめぎ合ってる麦と芋

宮川 柳酔

麦めしと味噌で育ってまだ元気

渡辺 光男

小麦色にわたし鍛える野良が待つ

渡辺 照子

たっぷりの明治遺産の灯がともる

若宮 賢敬

ほどほどにそれが一番難しい

水野すみこ

健やかに育てと祈る母心

松本たつこ

遺産無視全部使えと子等が言う

山本 雅之

もめるほど遺産はないが借もない

栗木 一郎

万感の思い寿ぐ祝い酒

宇津本アヤ子

ゆるやかな春の音符に気を許す

米子 達雄

衆落に子供二人の夏休み

大川 眺春

遠き日の気まづき別れ灯蛾舞ふ

毛利 敦

開け放し風の遊び場夏座敷

小西 あや

高張りの灯に浮く雨の茅の輪かな

梶原 一美

高令化空家目立ちて草茂る

松岡 寛孝

聞き捨てし夫の緑言胡瓜もみ

井谷 けい

子子やまるで字のごと生きてをり

福本 恵子

かなかなを汐時にしていとま乞ひ

伊藤 京

いまここに生きて歩みぬかたつむり

浜田 千鶴

退職の靴から下駄へ夏来る

長田 徳子

百姓の血筋もうすれ青田風

高田 弘子

蟬の声集めて木々の鳴くごとし

藤田 光子

愛媛若葉ひろみ句会

鬼北の足跡を辿る…【等妙寺編 第3回】

中世の等妙寺の姿②

今回は、中世等妙寺の「境内」についてももう少し具体的に考えたいと思います。お寺の領域は必ず「四至」といって土地の境界が定められています。こうした境界には「四至勝示」といって標識となる杭を立てたり、そこに神様を祀ったりします。また、水は不浄を洗い清める力があるとされるため、川を境界とすることが多いことも仏教思想に由来します。こうした境界を定めることを「結界」といいますが、結界にはさまざまな作法（決まりごと）があります。どういった思想に基づいて建てられたのかを知ること、そのお寺が何を教義として大切にしていたかなどを知る手がかりになります。

「等妙寺縁起」には、等妙寺を建てるときに「山ヲ分ケテ四種ノ仏土トナス」といった結果作法に依っていることが記されています。「四種仏土」というのは、仏教の天台教学に基づく「四土結界」を示し、聖域と俗界とを分ける考え方です。簡単にいえば、下から世俗の世界、聖俗入り混じる世界、聖域・菩薩の世界、最上位が仏の世界というものです。また、「縁起」には、俗界から下、中、上の橋を通じて仏地である本堂に至る、と記されます。これらを

現地に照らし合わせると、下の橋は奈良川に架かる「等妙寺橋」で、中の橋は、橋はありませんが、今の等妙寺（かつての靈光庵）のあたりと考えられる。上の橋は、旧境内の中心部に「福寿院跡」というところがあります。その上に橋の基礎を石積みで造った遺構（写真）があります。それより上には、かつての本堂跡や修行のための坊院跡が立ち並んでおり、そこから郭公岳や鬼が城連山などの山岳へと繋がっています。

つまり、仏の境地に至るための場所として、そのものを仏地・聖域と見立てて伽藍中心部を築いたことがわかります。当時として最高の技術で、日本一の規模を誇る石積み伽藍を築くことも仏の境地に近づくための「修行」だったのかもしれない。



「上の橋」とみられる橋状遺構(南から)



えがお 愛顔つなぐえひめ国体 みきゃん通信

問 鬼北町国体推進室 内線4203・4204

No.5

鬼北町で実施する「民泊」では、少年女子バレーボールチームの選手(高校生)、監督、コーチ等が一般家庭に宿泊します。

宿泊する人数は、チームによって異なりますが、1チームあたり約17人(選手12人、監督1人、コーチ1人、補助選手3人)を想定しています。国体の少年女子バレーボール競技には、地区予選を勝ち抜いた24チームが出場しますので、町全体では約400人が民泊することになります。

● 宿泊する日数は、大会前の公式練習、そして、
● トーナメント方式で行われる試合の勝敗の関係で
● 一定ではありません。最短の場合は1泊2日(大
● 会前日に来町→大会1日目で敗退し帰宅)、最長
● の場合は7泊8日(大会3日前に来町→決勝戦の
● 翌日に帰宅)です。



【少年女子バレーボール競技日程】

9/30	10/1	10/2	10/3	10/4	10/5	10/6	10/7	10/8	10/9	10/10
総合開会式				公式練習		試合1日目	試合2日目	試合3日目	試合4日目	総合閉会式
			最短(1泊2日)		←→					
最長(7泊8日)		←→								

民泊の思い出

今回は、山口国体のホッケー競技に出場し、民泊を経験した女子高校生の感想をご紹介します。

私は、今回民泊を経験して、とても良かったと思っています。旅館やホテルなどもサービスがしっかりしていますが、民泊には、独自の温かさというものがありません。試合前で落ち着かない私たちに、楽しく話をしてくださいましたし、家を出発する時には「行ってらっしゃい」という声や、帰ってくると「おかえりなさい」と出迎えてくれる家族のような存在が、とても嬉しく私たちに落ち着かせてくれました。

試合にも応援に来てくださって、いつも以上にやる気が湧いてきました。勝つともう一度民泊の家に帰りたという気持ちが、みんなの気持ちを1つにしていた部分もありました。試合後に「よく頑張ったね」などと声をかけられると、緊張が解けました。数日しか一緒に過ごすことはできませんでしたが、私の中ではもう一人の両親のような気持ちです。いつもの自分でいられる民泊をこれからも続けてほしいと思います。



えがお 愛顔つなぐえひめ国体鬼北町実行委員会からのお知らせ

新たに6つの民泊協力会が誕生！(平成27年8月12日現在)

先月の広報で紹介した「O-YADO(おおやど)民泊協力会」(大宿/愛治地区)、「鬼北の里民泊協力会」(鬼北の里/近永地区)に続いて、「岩谷民泊協力会」(岩谷/泉地区)、「新町民泊協力会」(新町/近永地区)、「中野川民泊協力会」(中野川/近永地区)、「小西野々民泊協力会」(小西野々/泉地区)、「奈良中組民泊協力会」(奈良中/近永地区)、「小倉民泊協力会」(小倉/泉地区)が設立されました。各地区の皆さん、ご協力よろしくお願いたします。

町からのお知らせ

動物愛護週間のお知らせ

ペットのいる生活は私たちを楽しませ、心を豊かにしてくれます。その一方で、ペットをめぐって周囲とのトラブルや飼い主の事情でペットが飼えなくなるケースも少なくありません。人とペットが共生するためには飼い主のモラルとマナーが重要です。広く動物の愛護と適正な飼養についての理解と関心を深めていただくため、動物愛護管理法により9月20日から26日を動物愛護週間と定めています。

この機会に、飼い主の責任をもう一度考えてみましょう。

※飼育できなくなった動物を遺棄することは犯罪です。事情により飼育できなくなった動物がいる場合は、環境保全課までご相談ください。

役場 環境保全課
廃棄物対策係
内線 2132・2133

「リトミックを楽しもう」
参加者募集のお知らせ

日程 10月18日(日) 14時～15時
会場

ひまわり(社会福祉協議会)

対象者 1歳～3歳児とその保護者
募集人数 10組程度
講師 高須賀千秋先生

締切 9月20日(日)
申し込み・問い合わせ

近永乳児院
☎45-00054

インターネットでの旅行
申し込みはよく確認を

事例

インターネットで格安航空券を検索し、旅行会社のサイトから大人二人分を申し込み、6万円を振り込んだ。航空券は出発の3日前に届く約束だったが、旅行前日になっても届かず、旅行者に何度も電話をしていくが誰も出ない。しかたなく、直接航空会社に確認したところ、「予約はあるが業者からの入金がないため発券できない」と言われた。(70歳代・男性)

ひとこと助言

・旅行予約サイトでの予約は手軽で便利ですが、何かあった際に連絡が取れない等のトラブルも起きています。
・対面での説明がないため、諸条件や規約等は自分で確認する必要があります。利用する際は、旅行業登録の有無、受付・問い合わせ体制、旅行の契約条件をよく確認しましょう。

・旅行業の登録業者であれば、倒産などで契約した内容が実行されない場合、保証金制度により支払ったお金が戻って来る場合もあります。

・困ったときは、消費生活センター等にご相談ください。

問い合わせ

消費者ホットライン
☎(局番なし)188
☎0570-064-370

募集等

防衛大学校等学生募集

【防衛大学校学生一般(前期)】

応募資格

高卒(見込色)21歳未満の方
第1次試験日および試験地

11月7日(土)・8日(日)

宇和島市役所

【防衛医科大学校(医学科・看護学科)学生】

看護学科(学生)

応募資格

高卒(見込色)21歳未満の方
第1次試験日および試験地

①看護学科

10月17日(土) 松山大学

②医学科

10月31日(土)・11月1日(日)

松山大学

受付締切 ともに9月30日(水)

なお、防衛大学校学生採用試験には、推薦および総合選抜コース(受付締切9

月9日(水)もあります。

問い合わせ

自衛隊宇和島地域事務所
☎0895-2315431

相談等

全国一斉！法務局休日相談所の開設について

相談内容

土地・建物・会社等に関する登記、戸籍、供託および人権問題などに関するあらゆる相談や土地の境界に関する相談、遺言および公正証書に関する相談 ※無料・秘密厳守

日時

10月4日(日) 10時～15時

場所

松山地方法務局

宇和島支局

相談担当者

法務局職員、公証人、司法書士、土地家屋調査士、

人権擁護員

その他

相談は事前予約なしでも可能ですが、当日は混み合うことも予想されますので、事前予約をお勧めします。予約を希望される方は、9月14日(月)午前9時から受け付けます。

問い合わせ・予約先

松山地方法務局

宇和島支局 総務係

☎0895-2210770

お知らせ

県広報紙「愛顔のえひめ」
がアプリで読める！

県では、(株)ホープと連携し、アプリ「i広報紙」で広報紙の電子書籍提供サービスを行っています。

次のQRコードからアプリをダウンロードし、お住まいの地域等設定を行っていただく、「愛顔のえひめ」の最新号が配信されます。ぜひご利用ください。



※アプリ内に表示される広告と、愛媛県は関係ありません。

問い合わせ

愛媛県 広報広聴課

☎089-912-2241

※「i広報紙」の利用やシステムについては、(株)ホープ(☎092-716-1404)にお問い合わせください。

県立図書館の遠隔地返却
サービスをご利用ください

遠隔地に居住する方が、県立図書館に来館して個人で借りた図書を、お近くの

市町の図書館等の窓口に戻却することが出来る便利なサービスです。詳しくは県立図書館ホームページをご覧いただくか、直接、県立図書館へお問い合わせください。

問い合わせ

県立図書館
☎089-941-1441

http://www.chimelibrary.jp/contents/riyo/enkakuti.html

9月9日は救急の日

9月6日～12日は救急医療週間

救急出場件数は年々増加傾向にあり、年間の救急件数の過半数が軽症者です。救急車を次のような理由で呼ぶケースが非常に多くなっています。

- ①救急車で病院に行つたほうが優先的に診てもらえる。
- ②無料で便利だから。
- ③交通手段がない。

皆さんの大切な人が急に心臓発作を起こしたり、大事故に遭つたときに右記の理由で救急車が出払つていく場面を想像してみてください。救急車はケガや病気で緊急に病院へ搬送しなければならぬ傷病者のためのもので、適切な利用を心がけましょう！

問い合わせ

鬼北消防署 救急係
☎4512461

えひめ南予博覧会実行委員会からのお知らせ

えひめ南予博覧会自主企画プログラム募集を開始しました！

えひめ南予博覧会実行委員会では、「自主企画プログラム」を募集します。（※プログラムには継続性や幅広い集客など一定の要件を満たすことが求められます）

同博覧会のイベントとして認定を受けると、専門家によるアドバイスや同博覧会の広報・誘客活動との連携のメリットがあるほか、新規や拡充のある取組みについては、上限50万円の定額助成金（助成申請が別途必要）の制度があります。

■えひめ南予博覧会とは…

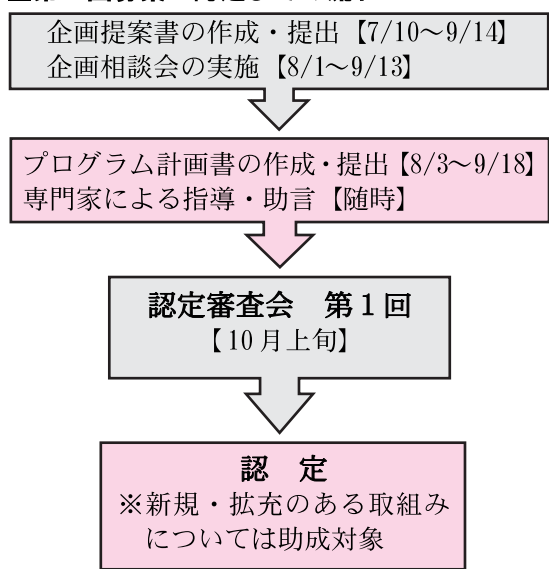
平成28年(2016年)春～秋にかけて、南予9市町ほかを開催エリアとして、多様な「食・食文化」を軸に、サイクリング、町歩き、グリーンツーリズム等の「南予の本物の魅力」、地域に根差した「真の豊かさ」を発信し、南予のブランド化を図り、交流人口と実需の拡大等につなげていくため、さまざまなイベント等を実施いたします。

■自主企画プログラムとは…

南予9市町の住民グループやNPO、企業、団体等が実施する地域の魅力ある資源を活用した観光・体験プログラム。

問 えひめ南予博覧会実行委員会本部事務局
☎0895-22-5211(代表) FAX0895-22-2512

■第1回募集 認定までの流れ



※第2回募集は10月中旬～12月下旬(予定)

政治家の寄附は禁止、有権者が求めることも禁止されています

みんなで徹底しよう
三ない運動

贈らない!

求めない! 受け取らない!

これらのものも、政治家の寄附禁止の対象となります。

秘書等が代理で出席する場合の結婚祝

地域の運動会・スポーツ大会への飲食物等の差入

お祭りへの寄附・差入

町内会の集会・旅行等の催物への寸志・飲食物の差入

落成式・開店祝等の花輪

病気見舞

お歳暮・お年賀

入学祝・卒業祝

葬儀の花輪・供花

秘書等が代理で出席する場合の葬儀の香典

総務省 なるほど! 選挙「寄附の禁止」

(公財) 明るい選挙推進協会

総務省 寄附の禁止

検索

明るい選挙推進協会 三ない運動

検索

きほく人奮闘記



芝 隆裕 しば たかひろ

これまでに「四万十・源流広見川上り駅伝大会」に7回出場し、6連覇という快挙を成し遂げてきた芝隆裕さん。広見川上り駅伝大会に出場したきっかけは「おもしろそうだったから」という単純なもの。しかし、そこには勝利に対する誰にも負けない強い思いがありました。

「結果重視。絶対に手は抜かない」そうきっぱりと言い切る芝さん。そんな風を考えるようになったのは、芝さんが大会に初出場した7年前、闘病の末亡くなった友達の影響からでした。「友達が最期まで病気と闘う姿から諦めない心を学んだ」と話す芝さん。過酷な川上りのレースで折れそうになる心を、いつもその友達の存在が支えてくれました。友達の墓前で交わした「絶対に勝つ」という約束。だからこそ「負けるわけにはいかない」のだと芝さんは話します。大会の時期になると決まって思い出す、懸命に病気と闘う友人の姿、そして、その姿に勝利への決意を新たにしている芝さん。8年経った今でも、その思いに変わりはありません。

初出場から守ってきた優勝の座を、今年の大会で惜しくも逃してしまった芝さん。「悔しい」と話す一方で、「あれだけ差がついたら反対にすっきりした」と見せる潔い一面。そして、「鉄人の部か駅伝の部かは分からないが来年も出たい」と話し、「どちらにしても必ず優勝します」とリベンジに向けて、その熱い意気込みを語っていました。

◆ 休館日 月曜日

◆ 入館料 無料

◆ 場所 近永南町バス停前

◆ 開館時間

10時～13時 14時～18時

☎ 089514510813

問 鬼北町商工会

(大洲市)

押花絵展
菊地 寿美

9月15日(火)～10月4日(日)

(近永)

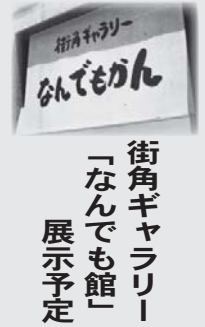
近永カメラ 加賀城嗣子

英語キャンプ 生活風景

昭和の写真展

あの日 あの頃

8月25日(火)～9月13日(日)



人口と 7/31現在

世帯数 ()内は前月比

人口	11,025人	(- 3)
男性	5,185人	(- 1)
女性	5,840人	(- 2)
世帯数	5,075世帯	(± 0)

※外国人住民は含んでおりません。



▼「鬼王丸再降臨!」先日、実寸大の鬼王丸が印刷された垂れ幕が完成しました。歩いて移動できない本物の鬼王丸に代わって、各地のイベント会場にはこちらの鬼王丸が出向くことになるそうです。見かけた方はぜひ記念撮影をしてみてください(菜)

編集後記

▼昨年は、川の増水のため中止となった「川上り駅伝大会」。今年は打って変わって水量が多く、しかも晴天。選手たちにとっては少々過酷なレースとなったのではないのでしょうか。

Happy Birthday

げんき
9月生まれの元鬼っず
—元気な鬼北っ子—



あへまっ
精松

めいちゃん
2歳 永野市

めいちゃんお誕生日おめでとう♡
お外が大好き！
たくさん食べていっぱい遊んで大きくなってね😊



すぎもと はる
杉本 晴琉くん
2歳 小松

お誕生日おめでとう！
やんちゃもするけど、とっても
優しいお兄ちゃん！
たくさんお喋りしようね！



ここえ りく
小越 理来くん
3歳 小松

元気いっぱいのりく☆お誕生日
おめでとう♡
兄弟仲良く、いつもニコニコ笑
顔で、大きくなってね😊



いりやま
入山
こと
琴ちゃん
1歳 吉波

琴ちゃん、1歳の誕生日おめでとう。
たくさん食べて、たくさん寝て、たく
さん笑って大きくなってね。これから
も可愛い笑顔をたくさん見せてね。



どい こうだい
土居 晃大くん
2歳 近永

いつもニコニコ笑顔の晃大くん!!
2歳おめでとう!!これからも、
すくすく元気に成長してね!!
パパ、ママより



たにぐち まこ
谷口 真子ちゃん
3歳 上川

真子、3歳のお誕生日おめでとう！
これからも笑顔の素敵な女の子で
いてね。



たけだ
武田
あこ
愛心ちゃん
1歳 北川

誕生日おめでとう♡ニコニコ笑
顔に毎日癒されてるよ😊
大好きなご飯たくさん食べて大
きくなってね♡大好き♡



やまおか
山岡

ななみ
七実ちゃん
1歳 出自

七実、1歳の誕生日おめでとう!!
これからの成長が楽しみです。
お兄ちゃんと、ずっと仲良しで
いてね!!



ますもと
増元

そう
颯くん
2歳 近永

颯くん2歳おめでとう♡
12月には、お兄ちゃんになります。
新しい家族とも仲よくしてね♡
颯くん大~好き♡



ほりえ
堀江

のあ
乃愛ちゃん
3歳 出自

のあちゃん、お誕生日おめでとう!!
これからもニコニコ笑顔で、み
んなを癒してね♡

4人一緒に幸せの象徴

津野の

かずひこ
一彦さん
香織さん
かいせい
海惺くん
かなと
奏人くん



近永の津野さん家族。2人の兄弟を中心に笑顔が絶えない賑やかな家族です。

生まれてからずっと鬼北町で育った一彦さん。一度は町外へ出たものの、「子どもたちには田舎でのびのび育ってほしい」と3年前、再び鬼北町へ帰郷しました。

現在、土日や昼夜関係なく働いている一彦さん。その仕事の関係で、なかなか一緒に過ごせる時間がない津野さん家族ですが、休みの日にはアウトドアや買い物など、「とにかく家族一緒に出掛けるようにしている」と言います。最近の定番は、夏ならではの「プール」。お父さん大好きな長男の海惺くんと次男の奏人くんは、お父さんと一緒に遊べるこの時間を、とても楽しみにしているそう。

また、香織さんが自動車免許を持っていないこともあり、普段の買い物でも家族4人で行くことが多い津野さん家族は、周りの友人からも「仲良し家族」と評判。一彦さんは「一緒に過ごせる時間は貴重な時間。大切にしていきたい」と話していました。「家族思いで優しい」一彦さんと「いつも笑顔の明るい」香織さんが築き上げてきた家族。家族が一緒にいることの楽しさ、そして一緒にいられることの幸せを、全員が日々噛みしめている家族です。

今回は、一彦さんの弟である津野和哉さんご家族です。

食生活改善推進協議会 健康づくり応援レシピ 一食生活改善推進協議会好藤支部一

これならできる！食生活改善のヒント“減塩”『魚のカリカリチーズ焼き』

年に一度は健診を受けていますか。健診結果がすべて異常なしという人はそうはいませんが、改善したいなと思う人はまず食事から見直してみましょう。

血圧が気になる方は、まずは塩分を減らしましょう。

減塩のポイントは①だしをしっかりとる②香味野菜や香辛料を味のポイントに使う③焦げ目の香ばしさやごま油等の風味やコクを活かす④1品だけ(好物の料理)しっかり味付けして、献立にメリハリをつける。また、食べる時にも⑤汁物は汁を残す⑥かけ醤油を控え小皿にとってつけるなど、食べ方を変えるだけでも減塩になります。他にもカリウムや食物繊維を含む野菜や海藻類、果物をとるようにし、毎日の食事をちょっと改善しましょう。



材料(4人分)

白身魚…4切れ(280g)、料理酒…大さじ1
A=パン粉…大さじ4、粉チーズ・にんにく(みじん切り)・パセリ(みじん切り)・アーモンド(みじん切り)…各大さじ1、オリーブ油…大さじ3

【付け合せ】ピーマンソテー・粉ふき芋

作り方

- ①白身魚は料理酒をふりかけておく。
- ②天板に①の魚を並べ、その上にAをかけ、210℃のオーブンで約15分焼く。
- ③ピーマンソテーと粉ふき芋を添える。

Points

パン粉、アーモンドでカリカリした食感・香ばしさも加わりおいしさアップ！

1人当たりの栄養量

エネルギー：269Kcal たんぱく質：17.9g 塩分相当量：0.5g