

広報 きほく

2023. 9



～自然豊かな 心豊かな
暮らし豊かなまち きほく～

[No.225]

きほくのまち人探訪
中村美和さん

フォトコン「キホクのキオク」

ほくほく鬼北家族の絆
芝隆裕さんご家族

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
8/27	8/28	8/29	8/30	8/31	1	2
					P 近永・泉	
3	4	5	6	7	8	9
			英	犬	P 好藤・愛治・三島	古 泉
10	11	12	13	14	15	16
粗大ごみ回収			英	犬 P 日吉	P 近永・泉	
17	18 敬老の日	19	20	21	22	23 秋分の日
鬼北町職員採用試験(一次試験)			英 人	犬	P 好藤・愛治・三島	古 三島・日吉
24	25	26	27	28	29	30
			英	犬 P 日吉		

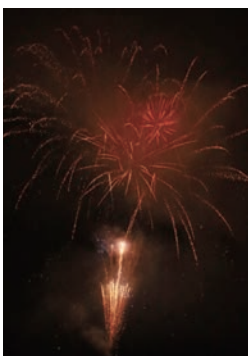
休日当番医

日	医院名・電話番号
3	加藤整形外科 ☎22-7111 旭川荘南愛媛病院 ☎45-1101 市立宇和島病院小児科 ☎25-1111
10	しませ医院 ☎27-1888 市立津島病院 ☎32-2011 市立宇和島病院小児科 ☎25-1111
17	ますだクリニック ☎23-6611 いわむらクリニック ☎52-3111 上田小児科 ☎25-0100
18	宇和島徳洲会病院外科 ☎22-2811 水谷医院 ☎52-0144 桑折小児科 ☎24-5633
23	市立宇和島病院外科 ☎25-1111 市立宇和島病院内科 ☎25-1111 市立宇和島病院小児科 ☎25-1111
24	JCHO宇和島病院外科 ☎22-5616 JCHO宇和島病院内科 ☎22-5616 市立宇和島病院小児科 ☎25-1111

健康診査・がん検診等

日	場所	受付時間	健診(※)	子宮がん	乳がん	腹部エコー	乳腺エコー
1	好藤公民館	8:00 ~ 11:00	—	—	—	○	—
3	鬼北総合公園体育館	8:30 ~ 11:00	○	○(頸) 9:00 ~ 11:00	○	—	○
7	愛治公民館	8:00 ~ 11:00	—	—	—	○	—
8	泉公民館	8:30 ~ 11:00	○	—	—	○	—
12	興野々生活改善センター	8:30 ~ 10:00	○	—	—	—	—
20	広見体育センター	8:30 ~ 11:00	—	—	—	○	—
21							
27	広見体育センター	8:30 ~ 11:00	○	—	—	○	—
28							
29							

※健康診査・肺 CR、胃・大腸・前立腺・肝炎



今月の表紙

4年ぶりに開催された、近永夏祭り花火大会の様子です。予土線駅前マルシェ in チカナガも同時開催され、多くの人で賑わいました。

人口と世帯数 7月31日現在

人口	9,365人	(-22)
男性	4,391人	(-14)
女性	4,974人	(-8)
世帯数	4,827世帯	(-12)

※()は前月比です。

CONTENTS_ 目次

- 002 | ぐらしのカレンダー
- 003 | 地域福祉
- 004 | 北宇和郡小学校水泳競技大会
- 005 | 等妙寺サポーター
- 006 | まちのお知らせ
- 012 | まちのアルバム
- 014 | Information
- 016 | コラムの広場
- 018 | 健康ほくほく通信・戸籍の窓
- 019 | Happy Birthday
- 020 | ほくほく鬼北家族の絆
健康づくり応援レシビ

つながりと支え合い 笑顔あふれるまち きほく

鬼北町地域福祉計画には「成年後見制度利用促進計画」を含んでいます。そこで、成年後見制度とはどのような制度か、ご紹介します。（記事担当：鬼北町地域包括支援センター・町民生活課福祉係）

ご存じですか？「成年後見制度」

成年後見制度って？

●成年後見制度は、判断能力が不十分な方々の権利や財産を守り、意思決定を支援する身近な仕組み。

①法定後見制度

②任意後見制度

の2つに分けられ、法律面・生活面で保護したり支援したりする制度です。

「成年後見人などはどういう人になる？」

本人の身上保護、財産管理を適切に行うことができる人を、家庭裁判所が選任します。ご本人の親族がなる場合もあれば、司法書士等の専門職や社会福祉協議会などの法人が選ばれる場合もあります。

◎民生委員は公的窓口へのつなぎ役、身近な相談相手です。

お気軽にご相談ください。

どんな人がどんな時に利用できる？

例えば…

●物忘れがひどくなったり預貯金の管理が難しくなってきた母のために。

●外出中に行方不明になることがあり施設入所を、と考える父のために。

●障害のある子の将来が心配。私たちの亡き後の子のために。

●父の生活費をまかなうために、父名義の株や不動産を売却したい。

●悪質商法にだまされているのでは？と心配になるほど通販グッズが家に中にあふれている親族がいる。

など

法定後見制度が利用できます。

ご本人の判断能力の程度に応じて、3つの類型に分かれ、それぞれ支援する人のことを「補助人」「保佐人」「成年後見人」といいます。

今は元気だけど？

●判断能力が衰えてきたときが心配。

●一人暮らしで身寄りがいない。将来が不安。

任意後見制度が利用できます。

その支援をする人のことを「任意後見人」といいます。

「後見人等の役割」

◎財産管理

ご本人のお金の管理、不動産の処分、悪質な契約の取り消しなど。

◎身上保護

健康管理、必要な福祉サービス等の契約、支援者との連携による方針決定など。

◎家庭裁判所への報告

ご本人の状況や後見活動について報告。

※医療行為への同意、身元保証人になることはできません。

宇和島地区権利擁護センター「ピット」

- 受付期間：月～金曜日（祝日・年末年始除く）
8時30分～17時15分
- 住所：〒798-0003
宇和島市住吉町1丁目6番16号
- 電話：0895-28-6033
- FAX：0895-24-7889
- Email：
fukushi.wel@uwajima-shakyo.or.jp

「出前講座」も行っています。

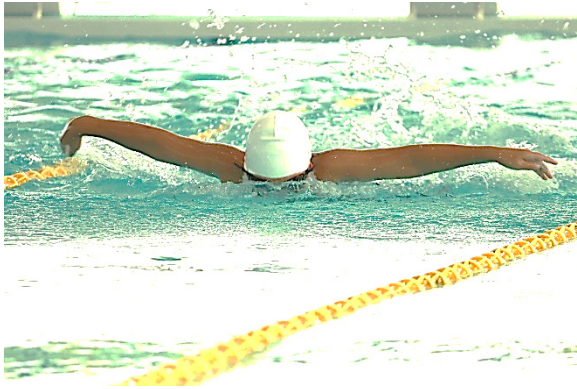
成年後見制度だけでなく、生活支援員が福祉に関する手続きのお手伝いをする「福祉サービス利用援助事業」や地域の方々を対象とした

「その拠点となるセンターの名前は「ピット」。住み慣れた地域で、自分らしく安心して暮らすことができるよう支援することを目的としています。

鬼北町は宇和島市・松野町・愛南町との共同で、成年後見制度の利用支援をはじめとする権利擁護支援事業を宇和島市社会福祉協議会へ委託しています。

まずはご相談ください！

『今、この瞬間 全力で!』



7月21日、鬼北町広見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。

家族または保護者と子どもたちの声援が響きわたる今大会は4年ぶりに観客を入れての大会となりました。選手たちはこれまでの練習の成果を發揮しようと、全力でゴールを目指していました。

主な大会結果は次のとおりです。

		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	25m自由形	吉田 蓮	松東	17"2	松本琥太郎	三島	17"8	森田 一生	松西	18"0
	50m自由形	辻 楓雅	近永	35"2	武田 峻典	松西	38"9	松本健太郎	松東	39"4
	100m自由形	辻 楓雅	近永	1' 21"2	佐竹 結	近永	1' 29"4	武田 峻典	松西	1' 30"0
	50m平泳ぎ	中川 遥陽	近永	50"1	渡邊 陣	泉	53"9	山下 陽聖	松西	54"0
	100m平泳ぎ	中川 遥陽	近永	1' 47"0	古谷 瑠希	松西	1' 54"8	山下 陽聖	松西	1' 54"8
	50m背泳ぎ	森田 一生	松西	47"5	松本琥太郎	三島	50"2	山田虎之介	松西	55"8
	75m個人メドレー	毛利 一葵	松西	1' 17"2	佐竹 結	近永	1' 18"0	常行 律綺	日吉	1' 28"0
	25mバタフライ	五島 蓮真	三島	19"4	吉田 蓮	松東	21"8	武田 海	近永	22"2
	50mバタフライ	五島 蓮真	三島	49"9	宇都宮大和	近永	52"9	武田 海	近永	53"6
	150mメドレーリレー	辻 楓雅 中川 遥陽 宇都宮大和	近永	2' 17"0	山田虎之介 山下 陽聖 高山 賢人	松西	2' 39"0	常行 律綺 高橋 陽向 白鳥 涼介	日吉	2' 48"9
200mリレー	武田 峻典 森田 一生 毛利 一葵 高橋 颯介	松西	2' 53"2	佐竹 結 川奥 圭太 米田 颯太 武田 海	近永	2' 54"3	吉田 蓮 松本健太郎 日野 利玖 柳野 晃汰	松東	3' 02"8	
女 子	25m自由形	谷口 真子	泉	17"9	鶴井 愛生	愛治	18"0	兵頭こころ	愛治	18"1
	50m自由形	京屋こなつ	近永	37"9	谷口 真子	泉	39"6	平井 陽向	松西	40"2
	100m自由形	京屋こなつ	近永	1' 25"8	宮本 海璃	日吉	1' 39"1	芝 柑奈	松西	1' 42"1
	50m平泳ぎ	渡邊 花音	松西	59"4	山本 怜奈	好藤	59"9	二宮 綺音	近永	1' 00"4
	100m平泳ぎ	古谷 夏希	松西	2' 02"5	渡邊 花音	松西	2' 05"3	二宮 綺音	近永	2' 05"5
	50m背泳ぎ	兵頭こころ	愛治	48"3	芝 柑奈	松西	49"1	櫻田 真生	近永	52"7
	75m個人メドレー	櫻田 真生	近永	1' 22"1	伊原 沙羽	近永	1' 23"3	藤藪明日実	松西	1' 24"3
	25mバタフライ	東谷 星愛	近永	21"9	井上 彩穂	松西	22"9	佐々木実生	泉	23"4
	50mバタフライ	井上 彩穂	松西	48"5	東谷 星愛	近永	53"5	安部 心愛	松西	55"1
	150mメドレーリレー	芝 柑奈 渡邊 花音 井上 彩穂	松西	2' 27"7	塩川ひなた 二宮 綺音 京屋こなつ	近永	2' 38"4	中平 結衣 芝 悠里 塩崎あおい	三島	2' 42"9
200mリレー	松浦 心歩 鷹見 知果 兵頭こころ 鶴井 愛生	愛治	2' 58"1	平井 陽向 藤藪明日実 古谷 夏希 安部 心愛	松西	3' 04"4	堀江 乃愛 谷口 真子 佐々木彩香 佐々木実生	泉	3' 06"4	
混 合	150mメドレーリレー	櫻田 真生 伊原 沙羽 川平 樹	近永	2' 47"5	石野田妃代 中山 蒼汰 金澤 優妃	松西	3' 13"0			
	200mリレー	宇都宮慎治 藤原 一華 松下 千桜 辻 大雅	近永	3' 17"6	古谷 瑠希 平井那由多 谷口 結翔 宮崎 太陽	松西	3' 21"3	室 逢菜 大浜 颯月 清家 稜大 小美永こころ	三島	3' 37"4



参加メンバー
随時募集中!!

史跡等妙寺 サポーターミーティング

令和6年(2024)、いよいよ史跡公園・ガイダンス施設「奈良山等妙寺歴史交流館」がオープンします。史跡等妙寺サポーターは、史跡を守り、未来へつなげる小さな町の小さな活動。ぜひ気軽にご参加ください。

■第1回ミーティング 展示前のガイダンス施設を特別公開

【日時】2023年8月26日(土) 10:00～12:00

【場所】奈良山等妙寺歴史交流館(鬼北町大字中野川1093番地1) 集合・解散

サポーター限定で、特別に施設内部を公開します。またとない機会をお見逃しなく。

■第2回ミーティング 等妙寺旧境内ガイダンス動画の先行上映会

【日時】2023年9月16日(土) 10:00～12:00

【場所】鬼北町中央公民館(鬼北町大字近永800番地1) 集合・解散

サポーター限定で、等妙寺旧境内ガイダンス動画を先行上映します。

■第3回ミーティング 山本義孝先生と巡る関連地バスツアー

【日時】2023年10月21日(土) 9:30～16:00(予定)

【場所】鬼北町中央公民館(鬼北町大字近永800番地1) 集合・解散

町内や近隣市町の等妙寺旧境内に関連した地を巡ります。詳細は別途ご案内します。

■第4回ミーティング 史跡を歩いてモニタリング

【日時】2023年11月11日(土) 9:30～12:30(予定)

【場所】奈良山等妙寺歴史交流館(鬼北町大字中野川1093番地1) 集合・解散

現地を歩くと、史跡の新たな魅力や課題に気がきます。

■第5回ミーティング ガイダンス施設特別公開・現地モニタリング

【日時】2023年12月23日(土) 13:30～16:00(予定)

【場所】奈良山等妙寺歴史交流館(鬼北町大字中野川1093番地1) 集合・解散

サポーター限定で、ガイダンス施設を特別公開、現地も歩くモニタリングツアー。

■第6回ミーティング 史跡公園・ガイダンス施設オープン準備

【日時】2024年1月～3月 第6回以降の日程や内容は、ご相談します。

【場所】奈良山等妙寺歴史交流館(鬼北町大字中野川1093番地1) 集合・解散

サポーターのみなさんのアイデアで、利用者目線の史跡公園・ガイダンス施設へ。

【参加対象】鬼北町内及び近隣市町にお住まいで、サポーターとして継続的に活動いただける方。

【お申込み】教育課へ電話、ファックス、メールのいずれかでお申込みください。

TEL: 0895-45-1111 FAX: 0895-45-2061

E-mail: kyouiku@town.kihoku.ehime.jp

お知らせ
info

町の景観を保ちましょう！ 屋外広告物には“きまり”があります

問 建設課 都市計画・管理係 内線 2411

屋外広告物は、「目的地を示す」「商品情報を提供する」「商店や事務所を表す」など、便利な役割を持っています。しかし、無秩序な設置は、街の景観を損なったり、風に飛ばされて人がけがをするなどの恐れもあります。

鬼北町内の屋外広告物も、愛媛県屋外広告物条例に基づく許可が必要です。また、表示などに関する工事を行う場合は、県に屋外広告業の登録をする必要があります。町内に屋外広告を設置する際は事前にご相談ください。

【屋外広告物とは】

- ・ 常時または一定期間継続して表示されるもの
- ・ 屋外で表示されるもの
- ・ 公衆に表示されるもの
- ・ 看板、立看板、張り紙及び張り札ならびに広告塔、広告板、建物そのほかの工作物などに掲出、または表示されたもの、ならびにこれらに類するもの



お知らせ
info

告知端末の新たなチャンネル放送開始について

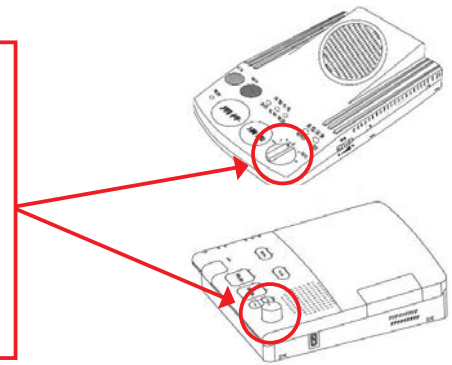
問 危機管理課 危機管理係 内線 2424

告知端末にて、エフナン（南海放送のFMラジオ）を次の方法で、聴くことができるようになります。なお、エフナン聴取中でも、地域コミュニティ放送や緊急放送が優先して流れます。

【放送開始日】 令和5年9月5日（火）13時頃

【操作方法】 告知端末右下の放送選択スイッチ（つまみ部分）を回して、4に合わせる。
なお、通常時は、OFFに合わせてください。

- 放送選択スイッチ（ロータリースイッチ）
- OFF → 通常時
 - チャンネル1 → 鬼北町定時放送の再放送チャンネル
 - チャンネル2 → 設定なし
 - チャンネル3 → FMがいやチャンネル
 - チャンネル4 → エフナンチャンネル（新）
 - チャンネル5 → 設定なし



お知らせ
info

令和5年度鬼北町戦没者追悼式の開催について

問 町民生活課 福祉係 内線 2119

鬼北町出身の戦没者に対し、追悼の誠を捧げ平和を祈念するため「鬼北町戦没者追悼式」を開催します。ご遺族の参列をお願いいたします。

【日時】 令和5年10月18日（水）午前10時30分開式

【会場】 広見体育センター（鬼北町役場隣）

募集
info

水道検針員を募集します

☎ 水道課 水道係 内線 2402

【従事内容】

水道メーター検針業務

(毎月1日～7日頃の期間に検針用携帯端末へ各世帯の水道メーター指針を入力する作業)

【募集人員】

2人(三島地区(古用・野地等) 1人、好藤地区 1人)

【応募資格】

町内在住かつ健康状態が良好な方(学生不可)

運転免許(検針を行う際、自動車またはバイク等が必要なため)

【委託期間】

委託契約書による(1年間※更新あり)

【賃金】

メーター検針1個につき75円

古用・野地地区 約11,250円(約150件) 好藤地区 約32,250円(約430件)



お知らせ
info

町内の空間放射線量測定結果について

☎ 環境保全課 環境衛生係 内線 2443

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、町内の特定箇所です定期測定を4カ月に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。

【空間放射線量測定結果】(測定日: 7月27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	0.06
旧好藤保育所	0.06
愛治公民館	0.07
三島公民館	0.06
小倉コミュニティセンター	0.08
鬼北町役場日吉支所	0.06
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。

お知らせ
info

鬼北伝統工芸 泉貨紙×宇和島名産 アコヤ真珠 地域おこし協力隊がコラボ商品を開発

鬼北町の地域おこし協力隊の栗野正臣さん、野口貴博さんと、(有)井上真珠店さんが協同して鬼北町の伝統工芸『鬼北泉貨紙』と『アコヤ真珠』のコラボ商品を開発しました。

昨年からはじめたこの企画は「なかなか触れる機会がなかった伝統工芸に興味をもってもらいたい。多くの方にアコヤ真珠を身近に感じてもらいたい。」という両者の思いから始まりました。

今後ワークショップ等も開催し、お互いに価値を見出しながら商品を開発していきたいと話していました。



お知らせ
info

今年も仕出し料理の配送を行います 令和5年度敬老行事について

問 保健介護課 介護保険係 内線 3119

今年度の敬老行事は昨年度と同じく「仕出し料理の配送」を行います。
詳しくは後日、あらためて対象者の皆さまへお知らせいたします。また、その際に料理の希望を確認する予定としています。

敬老対象者

70歳以上：3,607名
(昭和28年12月31日以前生まれの方)

表彰対象者

- 最高齢者：1名
 - 百寿者(数え100歳)：11名
(大正13年生まれの方)
 - 米寿者(数え88歳)：112名
(昭和11年生まれの方)
- ※いずれも令和5年7月1日現在

演芸等

宇和島ケーブルテレビ(U-CAT)にて収録のうえ、放送予定です。
放送日時等の詳細は後日お知らせいたします。

実施日程

地区名	期日	配送時間
愛治地区	10月24日(火)	15時～17時まで
泉地区	11月7日(火)	
好藤地区	11月8日(水)	
三島地区	11月9日(木)	
日吉地区	11月10日(金)	
近永地区	11月14日(火)	15時～17時まで
近永地区	11月15日(水)	
近永地区	11月16日(木)	

牛野川、水分、北川、成川、今在家、奈良中、奈良下
中野川、芝、永野市、新町、本町
南町、栄町、旭町、鬼北の里、年則、介護施設、病院
※配送時間の指定はいたしかねますので、ご了承ください。

お知らせ
info

愛媛県が独自に実施する給付金です 子育て世帯生活応援給付金事業の実施

問 愛媛県庁 男女参画・子育て支援課 企画グループ ☎ 089-912-2413

物価高騰の影響で経済的に厳しい状況に置かれている住民税均等割のみが課税されている子育て世帯(①)や、就労による十分な所得を得ることが難しい出産子育て世帯(②)へ生活応援給付金を支給します。この給付金を受け取るためには申請が必要になりますので、忘れずに申請をしてください。

ただし、物価高騰等の影響を受けているとして、市町から令和5年度非課税世帯等に支給される給付金を既に受け取っている世帯は対象にはなりません。

申請方法等、この給付金の詳細は、給付金ホームページをご覧ください。

- 【対象者】 ①住民税均等割のみ課税の子育て世帯
②R5.1.1～R6.3.31生まれの子どもがいる子育て世帯
- 【給付金額】 ①1世帯3万円
②上記期間に生まれた子ども1人当たり3万円



お知らせ
info

きほく生花展・お茶会開催について

問 教育課 文化スポーツ係 内線 4112

【日時】 10月7日(土)、8日(日) 9時から17時まで(最終日は15時まで)

【場所】 広見体育センター

【流派】 小原流・池坊・草月流

なお、お茶会については10月7日(土) 10時から15時までとなっております。

入場は無料です(お茶会のみ実費)。皆様、お誘いあわせの上、お気軽にお立ち寄りください。



第35回全国健康福祉祭えひめ大会

ねんりんピック愛顔のえひめ2023

ねんりんを重ねた愛顔伊予に咲く

(令和5年10月28日(土)~31日(火))

鬼北町実行委員会より

☎ ねんりんピック推進室 ねんりんピック推進係 内線 3600

ねんりんピック愛顔のえひめ2023ペタंक交流大会の開催まで残り3ヶ月を切りました。大会では多くの方々に協力をしていただいています。今回は救護所係と交通指導係に従事していただく皆さんをご紹介します。

【救護所係】

日程	医師氏名	看護師氏名		所属機関
10月29日(日)	大野 建支	坂本 佳子	長澤 弘美	大野内科医院
10月30日(月)	大野 建支	坂本 佳子	森 三枝	大野内科医院

救護所は、急な病気やケガ等が発生する場合を想定して医師及び看護師を配置することになっています。今回は宇和島医師会に派遣を要請したところ、町内の大野内科医院の方々に務めていただくことになりました。

【交通指導係】

日程	氏名		所属団体
10月28日(土)	山下 武	山本 悟	町交通安全指導員
10月29日(日)	橋本 四郎	山本 悟	町交通安全指導員
10月30日(月)	橋本 四郎	片岡 美憲	町交通安全指導員



交通指導係は、会場となる鬼北総合公園への入り口となる国道320号からの進入路付近に町交通安全指導員の方々に交通指導や会場案内に当たっていただくことになりました。

◎参加チームが決まりました！

北は北海道から南は沖縄県まで総数64チームが頂点を目指し、熱戦を繰り広げます。愛媛県代表には鬼北町のチームも出場します。応援よろしくお願ひいたします。また、来月からも関連する情報を発信していきますので、是非ご覧ください。

お知らせ

info

奈良川河川敷 いもたき開催について

☎ 成川溪谷休養センター ☎ 0895-45-2639

【日 時】 9月2日(土)、8日(金)、16日(土)、22日(金)、30日(土)
18時30分から20時30分まで

【場 所】 鬼北町役場裏奈良川河川敷 ※雨天の場合は広見体育センター

【メニュー】 Aセット: さといも、鶏肉、卵、こんにゃく、あげ、ちくわ ※おにぎり、フルーツ
Bセット: さといも、鶏肉、卵、こんにゃく、あげ、ちくわ ※川ガニ、おにぎり、フルーツ
※太鼓集団「魁」のスペシャルステージあります！

【その他】 Aセット: 2,500円/人 Bセット: 3,000円/人 ご予約は5名以上から(3日前まで)
飲み物は各自持参(食材の持込不可・ごみは各自で処分してください。)



紹介
Topics

Let's enjoy learning English together!
新しいALT(外国語指導助手)が仲間入りしました!

退任したニコルに代わり、新たにアンがALTとして着任し、8月4日に新任式が行われました。国際弁護士を目指しており、日本を含めたアジア地域で経験を積みたい、日本語を勉強したいことから、ALTとして鬼北町に着任しました。



ウェストン アン エリザベス
Weston Anne Elizabeth

通称 アン
出身地 アメリカ合衆国テキサス州
趣味 料理・TVゲーム・創作ダンス

お知らせ
Topics

たくさんの思い出と国際化の進展に感謝
ALT(外国語指導助手)のニコルが退任

7月18日、外国語指導助手のヒロイ ニコルメイバクリの退任式が行われました。

ニコルは令和4年7月から、小中学校の授業などで、子どもたちに英語の楽しさを伝えるなど国際化の進展に尽力されました。

式では、感謝状と花束の贈呈があり、子どもたちにたくさんの思い出を残してくれたニコルに対し、感謝の気持ちを伝えるとともに、新たな門出を祝いました。

日本で看護師になれるよう、新天地でも頑張ります!




お知らせ
info

～あなたの参画が大きな地域力に～
地域エンパワーメントカレッジ

☎ 愛媛県男女共同参画センター ☎ 089-926-1633

地域の活性化と地域力の強化に繋がる持続可能な地域参画及び活躍推進を図るため、地域エンパワーメントカレッジを開催します。参加をご希望の方はQRコードから9月7日(木)までにお申し込みください。

【開催日】9月14日(木)、20日(水) 【開催場所】近永公民館 2階 講堂

日時	テーマ	講師
9月14日 (木) 13:30～ 15:30	地域の未来を考える	
	～男女共同参画と人口減少の視点から～	愛媛県男女共同参画センター 仙波純子
	～人から人へつながる、鬼北町のまちづくり～	鬼北町移住コーディネーター 早川優子
9月20日 (水) 13:30～ 15:30	人生100年時代をよりよく生きる	
	～健康づくりは、地域参画への第一歩!～	松山市エアロビクス協会 会長 ナチュリラ・フィット 代表 井門恵理子
	～みんなでわいわいトーク!～	お申込みフォーム はこちら 

募集
info

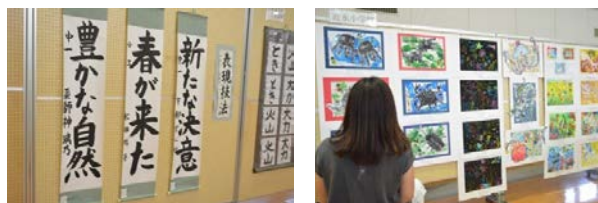
初心者の方からベテランの方まで大歓迎！ 第19回きほく作品展出品案内について

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」を開催いたします。皆さんの日頃の作品を発表するよい機会です。お気軽にご出品いただきますようご案内いたします。

- 【期間】** 10月12日(木)～15日(日)
毎日9時～17時
※15日(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】** 教育委員会 文化協会事務局
- 【申込期限】** 所定の申込用紙(教育課および各地区公民館にあります。)により
9月15日(金) 17時まで
※期限厳守・FAX可
- 【作品搬入】** 10月10日(火)
8時30分～17時
10月11日(水)
午前中(展示時、持参可)
- 【作品展示】** 10月11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15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1人1部門3点までとする。
- 【絵】** 50号以内で必ず額装のこと。
- 【書】** 仮軸装・軸装・額装すること。
- 【写真】** 四つ切り以上額仕上げにすること。
- 【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。



お知らせ
info

「鬼北町暮らしの便利帳」に掲載する広告を募集します

☎ 株式会社 サイネックス ☎ 0897-47-5002

鬼北町では、町役場における各種手続きサービス、生活に役立つ地域情報を掲載した「鬼北町暮らしの便利帳」を、(株)サイネックスとの官民協働事業により作成し、令和6年1月に発行を予定しています。

この冊子は、地域事業者などにご協力いただいた広告収入により制作し、町民の皆さんに配布するものです。広告募集に関して、(株)サイネックスの職員が企業や事業所などに訪問いたしますので、事業主の皆さんにおかれましては、趣旨をご理解いただき、広告掲載による参画をいただきますよう、よろしく願いいたします。

広告掲載についての申し込み・問い合わせは、(株)サイネックス(☎ 0897-47-5002)へお願いいたします。



平成30年8月発行分

夏の大自然を満喫

◎せせらぎ魚っちんぐ



7月16日、節安ふれあいの森で「せせらぎ魚っちんぐ」が行われました。

このイベントは、地元有志団体の日吉一希を起こす会が主催し、溪流釣り大会やアマゴのつかみどり、川の生物観察、すいか割りなどが行われました。

とったアマゴをその場で塩焼きして食べたり、鬼北町青年団が焼きそばやホットドッグを販売するなど、多くの参加者で賑わいました。

8月31日までそうめん流しを行っていますので、ぜひ足を運んでみてください。

「心あたたまる地域社会をめざして つなげよう次世代へ」

◎南予地域婦人教育研修会



7月7日、広見体育センターで「南予地域婦人会教育研修会」が開催され、南予の婦人会員115名が参加しました。

「等妙寺の歴史と鬼ヶ城の伝統」と題した講演会では、国指定文化財である等妙寺の歴史や魅力、鬼北町の町名となっている鬼の起源や逸話について、教育委員会幡上課長補佐から講演いただきました。

情報交換会では「婦人会の活動や魅力を伝えながら、いかにして次世代に引き継ぐか」をテーマに意見交換を行いました。若者に向けてSNSでの発信など、広報活動のアイデアもあり、多数の打開策が話し合われました。

地域の課題をみんなで解決しよう

◎農業委員会任命式・総会・研修会



7月20日、中央公民館で「第1回鬼北町農業委員会総会」が開催されました。

総会に先立ち行われた、農業委員の任命式では、新たに14名の委員が任命され、会長に谷口雄記さん、会長職務代理者に兵頭知幸さんが就任しました。会長は、「昔は〇〇を作りたいから土地の売買が行われたが、今では後継者がいないから売買をする人が多い。地域社会・農業界のリーダーとして、地域での問題をみんなで解決していきましょう。」とあいさつしました。その後行われた総会では、各条件を審議し、承認を行いました。

愛顔あふれる愛媛づくり

◎知事とみんなの愛顔でトーク



7月18日、中村知事が地域に出かけ、地域住民と気軽に意見交換を行い、可能なものから県政に反映させていくことを目的とした「知事とみんなの愛顔でトーク」が松野町役場で開催されました。

鬼北町から参加した那須史憲さん（日向谷）は知事に、森林の維持整備等の問題点や後継者不足等の課題など、現場で挙がっている声を直接お伝えしました。「現場の声があまり届いていない状態で施策が進んでいるのが現状」と話す知事の真剣な眼差しに、話を聞いてもらえてよかったと話していました。

カヌーにサップ、夏の思い出に

◎好藤小学校「竹の子学級」



7月25日、好藤公民館行事として行われている竹の子学級に好藤小学校の6年生5名が参加し、鬼北総合公園に隣接している市越池でカヌー教室が行われました。

カヌー、サップはまっすぐ進むのが難しく、当初は苦戦していましたが、コツを掴むとスイスイ乗りこなすことができていました。その後、橋からターザンロープをくくり、池に飛び込みました。「あまり経験しないことができて楽しい」と話す児童にとって、夏休みのいい思い出になったのではないのでしょうか。

近永を知ろう！

◎鬼北町にぎわい塾



7月21日、コワーキングスペース warmth で、北宇和高校生を中心に『第1回にぎわい塾』が開講されました。

今回は高校の探求学習で班ごとに活動しているプラン発表や、グループワークを行いました。プランでの不安点や疑問点、うまくいったところなどを伝え、参加していた大人の方にアドバイスをしてもらいました。

あまり大人と関わる機会が少ない中でも、自分の意見を伝えたり話を聞いたり、有意義な時間になったのではないのでしょうか。

“いざ”というときの心構え

◎鬼北町防災訓練



7月30日、鬼北町防災訓練が愛治地区及び愛治小学校体育館で行われました。令和3年度から毎年公民館区ごとに防災訓練を実施しています。

実際に災害が起こったことを想定し、その場で身を守るための安全確保行動を行い、自主防災組織等の皆さんによって、住民が自宅玄関先などに掲げた安全確認タオルによる安否確認を行いました。

また、避難所の受付訓練や災害用トイレ・段ボールベッドの設営などを実際に体験しながら災害時の役割を確認していました。

近永の町に賑わいを

◎近永夏祭り・予土線駅前マルシェ in チカナガ



7月25日、近永駅周辺では夏祭りと駅前マルシェが同時開催されました。

夏祭りでは、鬼北町商工会の青年部がお化け屋敷やビアガーデンなどを催すなど、4年ぶりの開催に多くの方が足を運びました。

駅前マルシェでは、北宇和高校吹奏楽部・ダンスチーム広蓮がオープニングを飾りました。駅前ではキッチンカー7台、露店9張、店舗3店が出店し、イベントを盛り上げました。

お知らせ

マイナンバーカード
休日臨時交付窓口開設

日時
9月24日(日)
9時～12時(午前中のみ)

場所
本庁1階 町民生活課

※交付通知書(はがき)に記載された書類が必要です。
※マイナンバーは平日のみ対応。

※マイナンバーの申込期限は9月末です。それ以前に終了する決済サービスもあります。

問い合わせ
町民生活課戸籍住民係
内線2171、2113

えひめ結婚支援センター
「愛結び」会場開設

日時

9月24日(日)
※事前予約が必要

13時～16時(受付は15時まで)

場所
近永公民館 1階会議室

問い合わせ

企画振興課
内線2217
えひめ結婚支援センター
南子事務所
☎0893-57-6705

シニア向けWEB予約観光
タクシー期間限定運行

愛媛県初のねりんピック開催に合わせて、県内シニアを対象に、WEB予約でお得にご利用いただける観光タクシーを運行します。

対象者
県内在住の60歳以上の方

実施期間
10月5日(木)～10月16日(月)

運行区間

ご希望の乗降車地
⇄
県指定観光地

予約期間

9月5日(火)～
乗車希望日の
前日まで

問い合わせ

愛媛県ねりんピック推進課
☎089-961-1529



愛媛県結核予防週間

9月24日～30日は「愛媛県結核予防週間」です。

結核を予防するためには、健康的な生活により免疫力を高めることが効果的です。

また、結核の早期発見は、ご自身の症状悪化だけでなく、周囲への感染を防止できます。痰が絡む咳、微熱、身体のだるさなど、風邪に似た症状が2週間以上続く場合は、医療機関を受診してください。症状がなくても、毎年定期的な健診を受けましょう。

問い合わせ

宇和島保健所
感染症対策係
☎0895-22-5211

集団食中毒防止月間

9月は依然気温が高く、夏の暑さで体力を消耗し抵抗力が弱まっていることや、行楽により弁当やテイクアウトを利用する機会が増加することから、食中毒の発生リスクが高まるため、「集団食中毒防止月間」となっています。
手洗い、十分な休息、食品の適切な温度管理、調理品の早めの喫食等を心掛け、食中毒にならないよう注意しましょう。

問い合わせ

宇和島保健所
生活衛生課
☎0895-28-6108

甲種防火管理
新規講習の開催

受講対象

- 防火管理者が必要な事業所等で、資格者が不在の場合
- 異動等で資格者が不在となる可能性があり、あらかじめ資格者を確保する場合
- 防火管理者の資格を取得したい方

日時

10月5日(木)9時～17時
6日(金)9時～12時

場所

宇和島地区広域事務組合
消防本部4階大会議室

詳細

宇和島地区広域事務組合のホームページをご覧ください。

問い合わせ

☎0895-22-7501

愛媛の救急医療を守る
県民運動

近年、休日や夜間、救急病院に軽症の患者さんが集中し、医師の負担が増えているほか、安易な救急車の呼び出しで出勤回数が増加し、重症な患者さんの搬送に困るケースも増加しています。

このままでは、住民の皆様にも適切な医療を提供できなくなる恐れがあり、そうならないために『愛媛の救急医療を守る県民運動(愛救県民運動)』を実施しています。

これは医療機関や救急車の適切な利用を、皆さん一人ひとりに心がけていただく取組みですので、ご協力をお願いします。

普段からの心がけ

- ①日頃から『かかりつけ医』を持ちましょう。
- ②健康診断や検診等により、病気の予防や早期発見に努めましょう。
- ③家庭で薬を常備しましょう。

受診にあたっての心がけ

①なるべく医療機関の通常の診療時間内に受診しましょう。

②救急車で搬送されても、軽症の場合は、通常の受付順となる場合があることに留意しましょう。

③休日や夜間で比較的軽症状の方は、休日当番医を利用しましょう。

症状は軽いけれど…

休日や夜間に、どの病院に行けばよいか分からない場合には、えひめ医療情報ネット(インターネット)を参考にされるか、えひめ救急電話相談(#7119)をご利用ください。

お子さんの急な病気やけがの場合は、小児救急医療電話相談(#8000)をご利用ください。



愛work Challenge!

「えひめのインターンシップちょいかじりオンライン「ンツァー」

2日間で異業種2社を回るルアー形式のオンラインインターンシップです。「金融×製造業」「IT×運輸」「メーカー×小売」など様々な組み合わせがあります。

ジョブカフェ愛workのキャリアコンサルタントがナビゲートしてみんなで参加するから安心です。愛媛の仕事理解が幅広くできます。

日時
8月31日(木)～9月29日(金)のうち10日間

※1つの日程を2日間とし、5つの日程で実施
※1日目13時～16時30分、2日目13時～17時

対象者
学生
(令和7年～9年卒業予定者)

申込み
事前申し込み必要

https://www.ai-work.jp/challenge/onlinetours/
問い合わせ
ジョブカフェ愛work
☎089-913-8686
(https://www.ai-work.jp/)

募集

各種自衛官募集

【一般曹候補生】

受付期間
9月5日(火)まで

受験資格
18歳～32歳までの方

試験日及び試験地
9月15日(金)松山駐屯地

9月16日(土)宇和島市役所

9月17日(日)松山駐屯地

【自衛官候補生】

受付期間
年間通じて募集中

受験資格
18歳～32歳までの方

試験等
受付時にお知らせします。

【航空学生(自衛隊パイロット)】

受付期間
9月7日(木)まで

受験資格
(海上) 高卒(見込含)で22歳までの方

(航空) 高卒(見込含)で20歳までの方

試験日及び試験地
9月18日(月)
青少年センター

問い合わせ
自衛隊宇和島地域事務所
(宇和島地方合同庁舎1階)

☎0895-231-5431

防衛大学校・防衛医科大

学校学生募集

【防衛大学校一般】

10月18日(水)まで

応募資格
高卒(見込含) 21歳未満の方

試験日及び試験地
10月28日(土)
宇和島市役所

【防衛医科大(医学科・看護学科)学生】

受付期間
(医科) 10月11日(水)まで
(看護科) 10月4日(水)まで

応募資格
高卒(見込含) 21歳未満の方

試験日
(医科) 10月21日(土)
(看護科) 10月14日(土)

※防衛大学校学生採用試験には、推薦及び総合選抜コース(受付×切9月8日(金))もあります。

問い合わせ
自衛隊宇和島地域事務所
(宇和島地方合同庁舎1階)

☎0895-231-5431

新居浜産業技術専門学校

入校生募集

コース
・機械・保全・電気技術者
・2級自動車整備士
・溶接・金属加工技術者

受付期間
9月25日(月)～10月20日(金)

試験日
10月27日(金)

問い合わせ
☎0897-431-4123

防衛大学校・防衛医科大

学校学生募集

【防衛大学校一般】

相談

みんなの健康相談のご案内

学校、職場、家庭や人間関係などについて、一人で悩みを抱えていませんか?臨床心理士による相談を無料で行っていきます。まずはご相談ください。

日時
9月25日(月)
13時30分～16時
(3名程度まで)

対象者
鬼北町に居住地を有する者

場所
広見保健センター

※秘密は厳守します。安心してご利用ください。

予約制のため、希望される方は9月19日(火)までに問い合わせください。

問い合わせ
保健介護課 保健係
内線3112～3116、4441

人権相談受付中

松山地方方法務局宇和島支局

においては、差別、虐待、いじめ、ハラスメントなど、様々な人権問題について担当の法務局職員や人権擁護委員が相談をお受けしています。

相談は無料です。相談内容については秘密は厳守します。

受付時間

平日8時30分～17時15分まで。

月・水・金曜日は人権擁護委員が相談をお受けしています。

場所
松山地方方法務局宇和島支局

問い合わせ
みんなの人権110番
(全国共通人権相談ダイヤル)
☎0570-003-110

ハロウィンジャンボ5億円
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ5千万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

各1枚 300円

9月20日(水)2種類同時発売!

発売期間 9/20(水)～10/20(金)

公益財団法人愛媛県市町振興協会

「人権・行政・心配ごと相談」

日時 9月20日(水) 10時～15時

場所 ◆鬼北町総合福祉センターひまわり
◆日吉中央集会所

問 人権…町民生活課戸籍住民係 内線2111
行政…総務財政課行政係 内線7802
心配…社会福祉協議会 ☎45-3709

平日8時30分～17時15分まで。

月・水・金曜日は人権擁護委員が相談をお受けしています。

場所
松山地方方法務局宇和島支局

問い合わせ
みんなの人権110番
(全国共通人権相談ダイヤル)
☎0570-003-110



竹の子川柳会

ねるまえにとんとんするようれしいな

小学校一年生

じ分がねむりと思えばできないよ

小学校二年生

むりな事それより「できる」ふやそうよ

小学校四年生

雨ふってかさからしづくばたばたと

小学校五年生

大雨はまるでしづくのパーティーだ

小学校五年生

どんどんと知ることふえる五年生

小学校五年生

りよこうでねげんばくドーム知りました

小学校六年生

お料理で包丁トントンいちよう切り

小学校六年生

外に出て今年の暑さ知る部活

小学校一年生

知ったこと頭から抜け水の泡

中学校二年生

無理なんて自分のただの思い込み

中学校二年生

とんとんと作業が進み絶好調

高校二年生

無理をせずたまには休むのも大事

高校三年生

ひよし川柳会

梅雨川面恋人探し飛ぶ螢

水野すみこ

仲間と笑う明日へのパワー倍にする

木村 貞子

春はいい山菜おかず切れ目無し

川添 忠昭

ユニホーム毎日洗った日も有った

兵頭 好子

男の洗濯タオル歪んだまま乾く

若宮 賢敬

思い遣り受けて洗練今思う

熊本 忠真

妻の病気の時に練習皿洗い

大崎 五葉

食洗機主婦の味がまたふえる

山本 節

半夏生今宵我が家も蛸料理

宮川 柳酔

夏野菜新鮮が売り道の駅

中城 英雄

夏休み浜風うけて大地踏み

宇都宮 忍

寒がりも夏には冬が好きという

菅原 由紀

鬼北の足跡をたどる【第3回】



褐釉龍文壺を復元する

先般、筆者らは京都市にある名刹、真如堂（真正極楽寺）を訪れていました。史跡ガイダンス施設に展示する、褐釉龍文壺復元レプリカ製作にあたり、参考資料の調査を行なうためです。

褐釉龍文壺は龍の文様が大胆に貼り付けられた逸品で、中国南部産といわれています。等妙寺旧境内を表徴する珍しい遺物ですが、出土しているのは一個体分の破片。一見ただけではよくわからないというのが大方の感想でしょう。

今回調査を実施した真如堂資料は、室町幕府第八代將軍足利義政寄進油壺と伝わるほぼ完全形の褐釉壺です。まず、等妙寺資料よりひと回り以上大きく驚嘆しました。一方で、全体的な壺の形状は似通っており、復元レプリカ造形の上で非常に参考になると確信。色合いは両者異なる印象で、復元レプリカでは等妙寺資料を忠実に再現し、彩色する方向となりました。

現在、専門業者と打ち合わせを重ねながら製作中です。完成までの道のりは山あり谷ありますが、公開までお楽しみに。



▲京都真如堂での調査風景



▲復元レプリカの検討品

きほくのまち人探訪

「感謝の気持ちを忘れずに、二足の草鞋^{わらし}で奮闘中」



なかむら みわ
中村 美和さん

中村さんは「人生一度きり！やりたいことやらんでどうする！」と言う旦那さんと美容師の先輩の後押しで、自宅の敷地で美容室を始めました。現在は、週に3日営業しており、休業日は高田商店に勤めているそうです。

高田商店の社長に中村さんの将来の計画や思いを伝えたところ、ぜひ応援しますと了承いただき、現在は高田商店のスタッフであり『美容室miwa』のスタイリストとして二足の草鞋で活躍しています。

開業に向けての準備を進める中で、不安や戸惑いもあったそうです。そんな時に、同じ境遇に立つ方に出会い、前向き

に考え、同じように頑張っている人を応援し、自分も頑張ろう！と決め、「美容室やろうかな。」から「やりたいな。」に変わったそうです。美容室は旦那さんが大工さんと建設したそうで、「たくさんの場面で旦那さんに助けられています。」と終始感謝を口にしていました。

「カットが好き」と話す中村さんはお任せ注文大歓迎だそうで、「お客様の髪質等も含め個性をなくさないよう精いっぱい頑張りたい」と話し、今後は着物の着付けもできるようになりたいと、意気込んでいました。



ALTの鬼の里Diary ~John編~

アイルランドと四国

Two islands , One Heart !



アイルランドと四国は、地球の反対側にありますが、いくつかとてもよく似た点があります。この2つの小さな島はどちらも人口が少なく、アイルランドが約600万人、四国が約400万人です。また、両方とも主に田園風景が広がっており、伝統的な独自の文化を持つ4つの地方があります。アイルランドはレンスター、アルスター、ミンスター、コナハトに分かれ、四国は香川県、徳島県、愛媛県、高知県に分かれ、それぞれが独自の文化を持っています。

両島はまた、苦難の歴史を共有しています。アイルランドは、19世紀から20世紀に大規模な移民を経験し、四国は、17世紀に徳川幕府によって封建化された後、経済的に苦しみました。しかし、両方の島は、これらの困難を乗

り越えて、豊かな文化と伝統を築いてきました。どちらの場所にも偉大な文豪がいて、サッカーやラグビーなどのスポーツが盛んに行われ、多くの人に親しまれています。

アイルランドと四国は、お互いに学ぶことがたくさんあります。アイルランドは、四国が観光産業を成長させるためのモデルを提供することができます。また、四国は、アイルランドが農業や漁業などの伝統的な産業を復活させるためのモデルを提供することができます。

両島の人々がお互いのことをもう少し知り、共通点がどれだけあるかに気づいてもらえることを心から願っています。

「千里の道も一歩から」

地域おこし協力隊活動日記

「コラボ商品が完成しました！！」

地域おこし協力隊4年目

あわの まさおみ
栗野 正臣

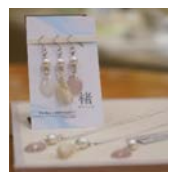


今年は全国各地で夏祭りが通常開催されるようになったようです。7月には鬼北町でも「予土線駅前マルシェ in チカナガ」が催され、近永駅周辺は大変賑わっていました。人混みはあまり得意ではないのですが、夏祭りの陽気な雰囲気感触、元気を貰えた気がします。

泉貨紙の活動に関しては、7月に北宇和高校の学生さんと一緒にマルシェに出店しました。高校生たちは和紙の小袋づくりや、シーリングスタンプ(蝋を溶かして作るスタンプ)のワークショップを開き、多くのお客さんが体

験にいられていました。

商材開発の方では、宇和島市の真珠販売店と協力し、開発を進めていた「和紙+真珠」のアクセサリーが完成し、販売開始となりました。構想から1年程かかってしまいましたが、粘り強くやりとりをしていただいた関係者の皆様には本当に感謝しております。品物は現在宇和島市の井上真珠店様の店頭で販売していただいておりますので、よければ覗いてみて下さい。



健康ほくほく通信

保健介護課 保健係 内線 3112 ~ 3116

No.41 令和4年度実施ナトカリ比検査結果のお知らせ

鬼北町は愛媛県内で最も高血圧の方が多く、全国で見ても高血圧の方が多
い町であることは少しずつ知っていただいているのではないのでしょうか。

鬼北町で高血圧が多い背景の一つとして南予特有の甘辛い味付けにより普
段の食事から塩分を多くとり過ぎているのではないかと昨年度から健康診断
において、ナトカリ比検査を実施しはじめました。

<ナトカリ比検査とは？>

尿の中に含まれるナトリウム（塩分）とカリウム（野菜や果物に
多く含まれる）のバランスをみる検査です。この数値が低いと塩
分摂取量が少なく、野菜等を多く摂っていることが分かります。
逆にこの数値が高いと、食事の中の塩分が多いあるいは野菜等が不
足していることが分かります。



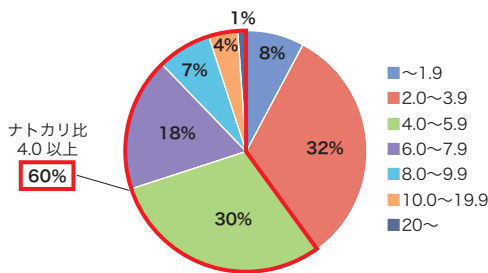
理想とされる数値は2.0未満で、4.0以上の場合は食生活の
見直しが必要と言われています。また、ナトカリ比が高い食
事をしている人ほど高血圧者の割合が高いことがわかってき
ました。

<ナトカリ比検査結果>

昨年度鬼北町では、1,674人の方へナトカリ比検査を実施しました。その
うち理想とされる数値である2.0未満の方は全体の約8%でした。食生活の
見直しを勧める4.0を一つの基準とした場合、3.9以下が40%、4.0以上が
60%と、ナトカリ比4.0以上の方が多数派であるという結果となりました。
このことから鬼北町では町全体として塩分の摂取量が多く、野菜等の摂取量
が少ないことが考えられます。

ナトカリ比検査は今年度も実施しています。昨年度数値が3.9以下であ
った方は引き続き減塩を、4.0
よりも高かった方はぜひ減
塩に取り組んで今年度の健
診に臨んでみてはいかがでしょうか。

また健診のお申し込みを
お忘れの方がおられましたら、随時受付しております
ので保健介護課までご連絡
ください。



北宇和病院
だより



マダニ咬症に注意を

マダニは草むらに生息する小さな節足
動物で吸血性です。マダニに刺されると
マダニは皮膚に噛みつき血を吸います。
このときマダニは病原体を人体に感染さ
せることがあり、愛媛県でも春から秋に
かけ発症例が報告されています。

マダニによる感染症には日本紅斑熱、
ライム病、重症熱性血小板減少症候群な
どがあります。いずれもマダニに刺され
てから数日～二週間程度で発熱、筋肉痛、
リンパ節腫脹などの症状が現れます。治
療が遅れると重症化することがあり、死
亡例も報告されています。

マダニ咬症を予防するにはマダニに刺
されないように注意することが重要で
す。草むらや藪などに行くときは長袖の
服や長ズボンを着用し虫除けスプレーを
使用するようにしましょう。また、マダ
ニに刺された場合は無理にとろうとせず
医療機関を受診してください。

編集後記

▼蝉の声が響きわたる季節にな
りました。朝の目覚ましがい
らないほど、元気に鳴く声は夏の
寝苦しさを感じつつも、少しパ
ワーをもらえる気がしていま
す。

▼7月は雨があまり降らなかつ
たので、野菜がなかなか成長し
ないなどの声を聞きました。天
候等に左右されながら収穫され
た夏野菜はとても立派なもので
す。ぜひ新鮮な野菜を求めて道
の駅に行ってみてください。(咲)

今月の1枚



7月25日に開催された予
線駅前マルシェにコワーキ
ングスペースwaterも参
加しました。管理人とご縁があ
り、あくびカレーさんにもご
参加いただきました。カレー
に使用されていたミニトマ
トは、鬼北町産のもので、前
日に生産者さんのご厚意で
提供いただきました。当日は
多くの方に来場いただき、
とても賑やかなwaterとな
りました。

Happy Birthday

げんき
9月生まれの元鬼っず —元気な鬼北っ子—



西田
乙翔くん
3歳 永野市

おとちゃん3歳おめでとう!いつもニコニコ可愛いおとちゃん♡家族みんなおとちゃんがだーいすき!生まれてきてくれてありがとう♡



清家
大詩くん
1歳 永野市

わが家のお殿様たいしくん!!あなたの笑顔も寝顔も泣き顔も全部大好き!世界一♡1歳おめでとう♡



坂本
大和くん
1歳内 深田

やまと君1歳のお誕生日おめでとう!おねえちゃんたちと一緒に仲良く遊んで、たくさん食べて大きくなってね♡



大浜
さなちゃん
2歳 延川


お誕生日おめでとう!毎日家族皆を笑顔にしてくれてありがとう♡これからの成長がとても楽しみです!!

Happy Birthday
げんき
8月生まれの元鬼っず



河野
燈ちゃん
2歳 国遠

2歳♡おめでとう♡笑顔いっぱい、わが家のアイドル!!兄ちゃん達と仲良く元気に大きくなってね♡



山吹
勇仁くん
3歳 永野市

いさ君、3歳のお誕生日おめでとう!いつでも元気いっぱい!!いろいろなことに挑戦して大きくなってね♡



鶴井
叶愛ちゃん
3歳 生田

かんちゃん♡もう3歳になったんだね♡可愛い末っ子ちゃん♡おめでとう!



富永
樹くん
3歳 奈良

果物が大好き、体を動かすことも大好きな樹♡いつも元気いっぱいな樹が大好きだよ♡

【募集中】第2回鬼北町フォトコンテスト「キホクのキオク」



▲タイトル「夕暮れ散歩道」
撮影者: AWC



▲タイトル「夏色の鬼北」
撮影者: kzhnkw_snap

まだまだフォトコンテスト開催中です!この機会に鬼北町を散策してみませんか?スマートフォンで撮影した写真でも大歓迎なのでお気軽にご応募ください。



応募詳細

ほくほく鬼北 家族の絆

人から人につなぐ絆リレー

No.147



尊重し合うことが家族円満の秘訣

芝

隆裕さん
たかひろ

花さん
はな

直美さん
なおみ

虎南くん
こなん

近永にお住まいの芝さんご家族。思いつきでその日にUSJに出かけてしまっただけで、一度も夫婦げんかをされたことがないと言います。2人の円満の秘訣は、「思いやり・信頼・尊重し合うこと」と話してくださいました。

今年中学生になった虎南くんは、サッカーに対する意識が変わったようで、部活の後に自宅で自主練習をするなど、今まで以上に熱心に取り組んでいます。学校ではムードメーカー的存在で、友達との輪の中心で楽しく学校生活を送っているそうです。

長女の花さんは幼い頃に外国人に興味を持ち、英語を熱心に勉強するようになり、現在では英語検定準2級を取得しています。今年度の全国商業高等学校英語スピーチコンテストで愛媛県2位に輝きました。将来は英語を活かした仕事に就きたいと話しているそうです。

そんな2人は、反抗期もなく自宅ではほとんどリビングで過ごしており、それぞれが違ったことをしているけれど、同じ空間で家族の時間を大切にしていて、料理が得意な直美さんが作るものはないでも美味しいと照れながら話す隆裕さんの座右の銘は「初志貫徹」。継続することが少し苦手だった学生時代にこのままではだめだと思い、自分を鼓舞する意味で20年以上変わらず座右の銘にしているそうです。

取材中、常に笑顔でお互いに「どう思う？こう言ってたよね。」と話しながら、受け答えする姿が印象的でした。「計画性がないのよ。思いつきだから。」と言いつつも、それを嫌がらず楽しむことができるのは、芝さんご家族の仲の良さだと終始思う取材でした。

食生活改善推進協議会 健康づくり応援レシピ

—食生活改善推進協議会 近永支部—

減塩応援レシピ

『里芋のピリ辛揚げ煮』



里芋を揚げて油の風味で香ばしくコクを出し、唐辛子の辛味でアクセントを加えた減塩煮物。ご飯のお供にも、お酒のおつまみにも。冷めても美味しいのでお弁当のおかずにもぴったりです！

1人当たりの栄養量

エネルギー：214kcal タンパク質：7.6g 脂質：13.3g
炭水化物：18.4g 食塩相当量：0.9g

【材料】2人分

里芋(皮付き)200g、豚ひき肉 30g、生姜みじん切り 5g、片栗粉大さじ1、赤唐辛子小口切り 1/2 本分、ごま油大さじ 1/2、(A)水 80cc、濃口醤油小さじ2、みりん小さじ1、砂糖小さじ1、揚げ油適量、万能ねぎ適量

【作り方】

- ①里芋は皮をはぎ大きいものは半分に切る。塩(分量外)をまぶしてぬめりを取り流水でよく洗って水気をきる。レンジ600Wで約2分加熱する。
- ②里芋の水気をふき、片栗粉をまぶす(ビニール袋を使うとよい)。約170℃の油で竹串が刺さるまで揚げて油を切っておく。
- ③別の鍋にごま油を入れて熱し、豚ひき肉と生姜を入れ炒め、肉の色が変われば赤唐辛子、(A)を入れ煮立てる。
- ④③に揚げたての②を入れ2分ほど煮からめ軽くとろみがついたら火を止め、そのまま冷ましなませる。器に盛り付け、ねぎの小口切りをちらす。

鬼北町食生活改善推進協議会 会員募集中！

☎保健介護課 保健係 内線 3114