

広報 さほく 9

2025.

【No.249】



～自然豊かな 心豊かな
暮らし豊かなまち さほく～



PICK UP

北宇和郡小学校水泳記録会
第29回「四万十・源流広見川」川上り駅伝大会

地元愛・鬼北の絆

ガジュマルPIZZA 滝平光来さん

9月 September 鬼のまち ぐらしのカレンダー

人…人権・心配ごと・行政相談 古…古紙回収日
 P…ペットボトル回収日
 英…ジョンとクリスの英会話教室

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
8/31	1	2	3 英	4	5 P 近永・泉	6
7	8	9	10 英	11 P 日吉	12 P 好藤・愛治・三島	13 古 泉
14	15 敬老の日	16	17 英	18	19 人 P 近永・泉	20
21	22	23 秋分の日	24 英	25 P 日吉	26 P 好藤・愛治・三島	27 古 三島・日吉
28	29	30	10/1	10/2	10/3	10/4

休日当番医

日	医院名・電話番号
7	加藤整形外科 ☎22-7111 沖内科クリニック ☎25-3335 市立宇和島病院小児科 ☎25-1111
14	宇和島徳洲会病院外科 ☎22-2811 市立吉田病院 ☎52-0611 上田小児科 ☎25-0100
15	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
21	JCHO宇和島病院外科 ☎22-5616 旭川荘南愛媛病院 ☎45-1101 市立宇和島病院小児科 ☎25-1111
23	町立北宇和病院 ☎45-3400 町立北宇和病院 ☎45-3400 市立宇和島病院小児科 ☎25-1111
28	しませ医院 ☎27-1888 いしかわ内科・脳神経クリニック ☎28-6570 市立宇和島病院小児科 ☎25-1111

CONTENTS_ 目次

- 002 ぐらしのカレンダー
- 003 北宇和郡小学校水泳記録会
- 004 第29回「四万十・源流広見川」川上り駅伝大会
- 006 まちのニュース
- 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 地元愛・鬼北の絆
- 健康づくり応援レシピ

総合検診 ※健康診査・肺CR・胃・大腸・前立腺・肝炎・心筋ストレスマーカー

日	場所	受付時間	健診(※)	子宮頸がん	乳がん	骨	託児
8	泉公民館	8:30~10:30	○	—	—	—	—
9	興野々生活改善センター	8:30~10:00	○	—	—	—	—
21	鬼北総合公園体育館	8:30~11:30	○	○	○ マンモ エコー	○	○
30	広見体育センター	8:30~11:00	○	○	○ マンモ	○	—



今月の表紙

7月27日に開催されたせせらぎ魚つちんぐは、多くの来場者にお越しいただき、川の勉強やアマゴのつかみどりなど、自然に触れる賑やかなイベントとなりました。
 (詳細はP12を参照)

高血圧川柳・標語 今月の作品

心配南予 がいに 血圧高いんよ

く~ちゃん さん

作者コメント：宇和島も高血圧、心疾患が多いと聞いて

人口と世帯数 7月31日現在

人口 8,954人 (ー10)
 男性 4,190人 (ー4)
 女性 4,764人 (ー6)
 世帯数 4,751世帯 (ー8)

※() は前月比です。



『最高の 自分になるとき それは今』

7月19日、鬼北町広見B & G 海洋センターで「北宇和郡小学校水泳記録会」が行われ、鬼北町と松野町の小学生が練習の成果を最大限に発揮しました。

自己ベストを狙う児童や初めての記録会で緊張する児童など様々な表情が見受けられました。保護者、家族、児童たちの声援が響きわたり、熱気あふれる記録会となりました。

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	25 ^{メートル} 自由形	関本 克馬	松西	17"3	佐々木 健	泉	18"3	濱崎 紗輔	松東	18"5
	50 ^{メートル} 自由形	森田 一生	松西	34"9	古用 旭	愛治	37"6	杉本 綾世	三島	42"3
	100 ^{メートル} 自由形	渡邊 橙真	愛治	1' 37"1	水野 力斗	泉	1' 39"2	中平 大慥	三島	1' 39"6
	50 ^{メートル} 平泳ぎ	中川 陽月	近永	57"8	丸山 頭右	好藤	58"4	水野 力斗	泉	1' 00"9
	100 ^{メートル} 平泳ぎ	西川 楓真	松西	1' 55"9	武田 柚貴	近永	1' 55"9	増原 悠真	三島	2' 12"4
	50 ^{メートル} 背泳ぎ	森田 一生	松西	40"2	杉本 綾世	三島	49"9	金谷 勇汰	近永	54"4
	75 ^{メートル} 個人メドレー	武田 柚貴	近永	1' 12"8	西川 楓真	松西	1' 20"3	杉本 晴琉	三島	1' 20"9
	25 ^{メートル} バタフライ	高山 賢人	松西	16"2	三原 伊織	近永	18"8	佐々木 健	泉	21"0
	50 ^{メートル} バタフライ	高山 賢人	松西	37"8	三原 伊織	近永	45"5	中平 大慥	三島	49"6
	150 ^{メートル} メドレーリレー	武田 柚貴 中川 陽月 大村 蒼和	近永	2' 34"1	高田 穰太郎 西川 楓真 西原 颯真	松西	2' 35"4	杉本 綾世 増原 悠真 杉本 晴琉	三島	2' 36"7
女子	200 ^{メートル} リレー	関本 克馬 清水 統馬 高山 賢人 森田 一生	松西	2' 37"1	三原 伊織 萬家 朋也 西村 幸記 金谷 勇汰	近永	3' 06"0	丸山 頭右 赤松 怜 坂本 大倫 平野 博基	好藤	3' 29"3
	25 ^{メートル} 自由形	山岡 由芽	近永	17"4	尾崎 羽海	松西	18"7	新山 詩羽	三島	19"1
	50 ^{メートル} 自由形	渡辺 ゆこ	近永	34"3	松本 りん	三島	40"8	中村 翠	近永	42"6
	100 ^{メートル} 自由形	松本 りん	三島	1' 33"4	中村 翠	近永	1' 36"1	北村 彩音	近永	1' 42"7
	50 ^{メートル} 平泳ぎ	渡辺 ゆめ	近永	45"3	室 逢菜	三島	50"1	二宮 碧泉	近永	54"9
	100 ^{メートル} 平泳ぎ	渡辺 ゆめ	近永	1' 39"0	室 逢菜	三島	1' 52"9	二宮 碧泉	近永	1' 58"5
	50 ^{メートル} 背泳ぎ	中田 愛	近永	38"5	増原 望友	三島	45"1	北村 彩音	近永	51"4
	75 ^{メートル} 個人メドレー	中田 愛	近永	1' 04"5	増原 望友	三島	1' 13"6	芝 涼葉	愛治	1' 23"9
	25 ^{メートル} バタフライ	山岡 由芽	近永	19"1	佐々木 美花咲	泉	23"2	毛利 芽生	松西	24"1
	50 ^{メートル} バタフライ	渡辺 ゆこ	近永	40"3	古用 香奈実	三島	1' 03"5			
混合	150 ^{メートル} メドレーリレー	中田 愛 渡辺 ゆめ 山岡 由芽	近永	2' 04"4	増原 望友 室 逢菜 松本 りん	三島	2' 19"3	古谷 咲希 土居 あすか 梅崎 凜	松西	2' 50"7
	200 ^{メートル} リレー	中村 翠 北村 彩音 二宮 碧泉 渡辺 ゆこ	近永	2' 47"9	赤松 紬 市川 千菜 金谷 みひろ 猪野 木結菜	松東	3' 14"9	尾崎 羽海 長谷 こと 毛利 芽生 岡本 成未	松西	3' 22"7
合	150 ^{メートル} メドレーリレー	常行 一花 大平 力郎 宮本 楓佳	日吉	2' 52"9						
	200 ^{メートル} リレー	古用 旭 芝 涼葉 渡邊 橙真 渡部 優一	愛治	◎2' 56"0	水野 力斗 伊藤 茉胡 佐々木 美花咲 佐々木 健	泉	3' 00"6	清家 稜大 古用 香奈実 節安 楓花 中平 大慥	三島	3' 05"2

◎は大会新記録



三島の地で、熱い（暑い）戦いが開幕 第29回「四万十・源流広見川」川上り駅伝大会

炎天下の中開催した今大会は、一般の部14団体、女子の部5団体、鉄人の部12名、きほく鬼ZZの部10名の参加をいただきました。開会式では、昨年度大会の優勝チーム大平軍団 上田瑞貴選手のユニークな選手宣誓で開幕。兵頭町長の合図で豪快な水しぶきをあげながら川に飛び込む選手たち。『水のあるところしか走ってはいけない』選手にとって、普段より水量が多い今年の広見川は、想像以上に過酷なレースとなりました。浅瀬を探したり場所によっては泳いだりしながら、仲間の待つ中継地点を目指しました。

この大会で最も大切なことは、『転んでも泣かないこと』。全ての部門で一人も棄権することなく走り切ることができました。走り終えた瞬間、全体力を奪われたかのように座り込む選手たちには、達成感と悔しさ、喜びとリベンジを誓う表情が垣間見え、チームの力が発揮された素晴らしい大会となりました。

沿道や橋の上からいただいた温かい声援は、最後の力を振り絞る選手にとって大きな力となったことと思います。夏空の下、御声援いただきました皆様、本当にありがとうございました。



	1位		2位		3位	
	氏 名	記録	氏 名	記録	氏 名	記録
駅伝一般の部	サブタツch A	54分12秒	大平軍団	57分46秒	鬼北体協と ゆかいな仲間たちA	1時間04分52秒
駅伝女子の部	OTENBA♡	46分58秒	NPO オレンジクイーン	1時間16分42秒	ふまじめえひめ	1時間19分31秒
鉄人の部	芝 隆裕	23分25秒	平家 知典	24分03秒	那須 雅人	25分01秒

駅伝一般の部 区間賞								
区間	氏 名 (チーム名)	記録	区間	氏 名 (チーム名)	記録	区間	氏 名 (チーム名)	記録
1区	永居 歩起 (サブタツch A)	7分49秒	2区	藤岡健太郎 (サブタツch A)	4分20秒	3区	上田 瑞貴 (大平軍団)	6分58秒
4区	清家 凌 (大平軍団)	5分53秒	5区	山高 一矢 (サブタツch A)	7分26秒	6区	宮川 天聖 (サブタツch B)	7分09秒
7区	藤岡健太郎 (サブタツch A)	7分15秒	8区	永居 歩起 (サブタツch A)	6分32秒			

駅伝女子の部 区間賞								
区間	氏 名 (チーム名)	記録	区間	氏 名 (チーム名)	記録	区間	氏 名 (チーム名)	記録
4区	井上有美子 (OTENBA♡)	8分28秒	5区	森 三佳 (OTENBA♡)	9分01秒	6区	中村 美和 (OTENBA♡)	8分27秒
7区	古谷 紗弓 (OTENBA♡)	10分47秒	8区	西川 麻衣 (OTENBA♡)	10分15秒			

鬼ツズの部	1位		2位		3位	
	氏 名	記録	氏 名	記録	氏 名	記録
4年生	酒井 煌斗	2分29秒	木村 仁	3分01秒	兵頭 玲音	3分07秒
5年生	大平 力郎	2分11秒	芝 遼人	2分43秒		
6年生	山岡 由芽	1分38秒	中村 翠	1分44秒	清家 稜大	1分46秒



お知らせ Info

今年も仕出し料理の配送を行います 令和7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様へお知らせいたします。また、その際に配送の希望を確認する予定としています。

敬老対象者

71歳以上：3,389名
(昭和29年12月31日以前生まれの方)

表彰対象者

- 長寿者：4名
 - 百寿者（数え100歳）：15名
(大正15年（昭和元年）生まれの方)
 - 米寿者（数え88歳）：79名
(昭和13年生まれの方)
- ※いずれも令和7年7月1日現在

演芸等

宇和島ケーブルテレビ（U-CAT）で放送予定です。
放送日時等の詳細は後日回覧で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22日(水)	15時～17時まで
好藤地区	10月23日(木)	
泉地区	10月28日(火)	
日吉地区	10月29日(水)	
三島地区	11月7日(金)	
近永地区	11月11日(火)	
牛野川、水分、北川、成川、今在家、奈良中、奈良下		
近永地区	11月12日(水)	15時～17時まで
中野川、芝、永野市、新町、鬼北の里		
近永地区	11月13日(木)	15時～17時まで
本町、南町、栄町、旭町、年則、介護施設、病院		

※配送時間の指定は致しかねますのでご了承ください。

お知らせ Info

障害児福祉手当・特別障害者手当について

問 町民生活課 福祉係 内線2118

【障害児福祉手当】

重度の障がい児に対し、日常において常時の介護を必要とする状態にある在宅の20歳未満の方に支給される手当です。

◆支給月額 16,100円 ※所得制限あり

◆支給時期

原則として年4回（2月、5月、8月、11月）

【特別障害者手当】

精神又は身体に著しく重度の障がいを有し、日常生活において常時特別の介護を必要とする状態にある在宅の20歳以上の方に支給される手当です。

◆支給月額 29,590円 ※所得制限あり

◆支給時期

原則として年4回（2月、5月、8月、11月）

◆所得制限について

受給者本人又は扶養義務者等の所得が一定の額以上であるとき、手当は支給されません。

◆支給手続き

手当を受けようとする方は必要書類を添えて申請し、審査後、認定を受ける必要があります。

◆現在手当を受けている方の届出

身分関係や住所の変更、支給要件に該当しなくなったなど変動があった場合は、届出が必要です。

※詳細については鬼北町ホームページをご参照ください。

お知らせ
Info

令和7年度7月の鬼北町入札結果

問 総務財政課 管財係 内線2209

入札日	工事名	場所	工事概要	落札業者 落札額（税抜）	主管課
7/23	(R7) 美基盤1号 林道二子松線改良工事	上鍵山	施工延長L = 126.33 コンクリート路面工A = 357㎡	日吉綜合建設株式会社 7,248,000円	農林課
7/23	(R7) 美基盤2号 林道久保川線改良工事	大宿	施工延長L = 187.41m アスファルト舗装工A = 925㎡	合名会社松浦土建 8,500,000円	農林課
7/23	(R7) 美基盤3号 林道延川線改良工事	川上	施工延長L = 70.6m 擁壁工L = 53.0m	株式会社南予建設 16,535,000円	農林課
7/23	(R7) 美基盤4号 林道延川線開設工事	川上	施工延長L = 22.8m 呑口工N = 1基 吐口工N = 1基 砂利舗装工A = 94.2㎡	株式会社南予建設 10,853,000円	農林課
7/23	(R7) 国補工1号 林道東津野城川線高研橋橋梁補修工事	日向谷	ひび割れ補修工L = 0.45m 断面修復工N = 1基 表面含浸工A = 192㎡ 塗替塗装工A = 169㎡ 支承補修工N = 4基	日吉綜合建設株式会社 24,498,000円	農林課
7/23	(R7) 国補工2号 林道藤川線足谷橋橋梁補修工事	父野川中	ひび割れ補修工L = 10m 断面修復工N = 1基 支承補修工A = 0.95㎡ 洗掘対策工1式	株式会社イリテック 8,930,000円	農林課
7/23	泉小学校遊具整備工事	岩屋	遊具設置（ジャングルジム）	有限会社鬼城建設 1,980,000円	教育課
7/23	鬼北総合公園多目的広場夜間照明改修工事	永野市	夜間照明のLED化工事	兵頭電気株式会社 24,700,000円	教育課
7/23	(R7) 国補工1号 町道宮成線たらい谷橋橋梁補修工事	父野川中	断面補修工N = 1式 スターラップ補修工N = 1式 耐摩耗対策工A = 7.7㎡ 橋面防水工A = 35㎡	愛媛建設株式会社 19,000,000円	建設課
7/23	(R7) 公営住宅奈良・小串団地解体工事	奈良	奈良団地6戸・小串団地3戸の解体撤去	愛媛建設株式会社 7,130,000円	建設課

お知らせ
Info

町内の空間放射線量測定結果について

問 環境保全課 環境衛生係 内線2441

鬼北町では、町民の皆様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28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	0.07
小倉コミュニティセンター	0.10
鬼北町役場日吉支所	0.07
父野川下農村広場	0.10

※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

行政相談月間と行政相談所開設のお知らせ

問 総務財政課 行政係 内線7802

総務省では、行政相談制度について、国民の方の認知度向上を図る機会を増やし、その利用を促進することなどを目的とし、9月及び10月の2か月間を「行政相談月間」と定め、全国的に各種行事を行っております。

当町でも総務大臣から委嘱された行政相談委員が、次のとおり行政相談所を開設いたします。なお、毎月開所していますのでお気軽にご利用ください。※相談は無料で、秘密は厳守します。



日 時	令和7年9月19日(金) 10時～15時 令和7年10月20日(月) 10時～15時
場 所	広見：総合福祉センターひまわり 日吉：日吉中央集会所
相談例	道路、河川、社会福祉（生活保護など）、 生活衛生（廃棄物など）、窓口サービスなどに関する相談

お知らせ Info

マイナンバーカード電子証明書の コンビニ交付サービスに関するアンケートへのご協力について

問 町民生活課 戸籍住民係 内線2112

令和7年3月から運用を開始いたしました、マイナンバーカード電子証明書の「コンビニ交付サービス」に関するアンケートを実施しています。皆様からいただいたご意見を基に、今後のサービス向上につなげて参ります。アンケートは町ホームページに公開していますので、ご協力いただける方は、URLを参照いただくか、二次元コードを読み取って回答をお願いいたします。

URL：https://x.gd/bkDRU



アンケートのご協力をお願いします。

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

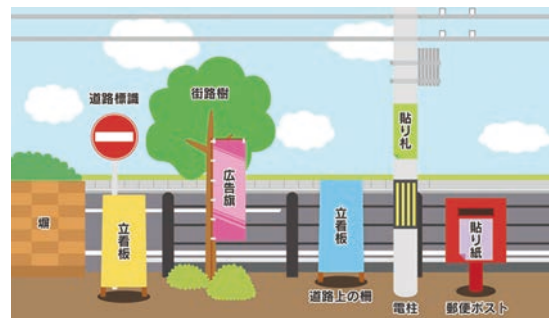
問 建設課 都市計画・管理係 内線2411

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】

- ・ 常時又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、張り紙及び張り札並びに広告塔、
広告板、建物そのほかの工作物などに掲出又は
表示されたもの及びこれらに類するもの



募 集 Info

初心者の方からベテランの方まで大歓迎！

第21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。皆様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9日(木)～12日(日)

毎日9時～17時

※12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(教育課及び各地
区公民館にあります。)により

9月12日(金) 17時まで

※期限厳守・FAX可

【作品搬入】 10月7日(火)

8時30分～17時

10月8日(水)

午前中(展示時、持参可)

【作品展示】 10月8日(水) 14時～

出品者の方は、展示にご協力くだ
さい。

【作品搬出】 10月12日(日) 15時～

出品者全員で後片付け。

※作品は出品者又は代理人が受け取ること。

(当日受取ができない場合は、事前に文化協
会事務局に連絡のこと・本人から頼まれた作
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。

◆出展数は小さな工芸品・絵手紙を除き1人1
部門3点までとする。

◆作品本体及び箱・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。

〈 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。

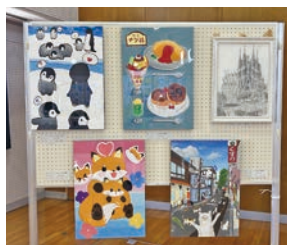
〈 写 真 〉 四つ切り以上額仕上げにすること。

〈 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。

・掛ける作品は展示しやすいよう、額
装などにひもをつけておくこと。

・作品の大きさは最大120cm×100cmと
する。



お知らせ Info

地域おこし協力隊の仲間が増えました！

8月1日から新たに地域おこし協力隊の仲間が増えました。高校魅力化をミッションに、鬼北町公営塾(お鬼楽塾)を中心に活動いただきます。



地域おこし協力隊 大野 絢乃
◎ミッション◎
高校魅力化 公営塾(お鬼楽塾)

鬼北町に越してきてまだ数日ですが、すでに温かい
出会いに溢れていてワクワクが止まりません。

高校生だけでなくたくさんの方との繋がりを作って
いきたいと思います。よろしくお願いします！

表彰 Topics

愛媛県1位 鬼北ジュニアが大活躍！

6月に開幕した「南海放送旗争奪 第39回愛媛県ジュニア男子ソフトボール大会」において、武田英喜監督率いる鬼北ジュニアが9年ぶりの優勝を果たしました。予選トーナメントでは相手に得点を許さない攻守で順調に駒を進めます。決勝トーナメントでは、得点を許すものの、堅い守備と強気な攻撃で、決勝戦進出を決めます。決勝では、先の全国予選準々決勝で敗退しリベンジを誓った垣生スポーツ少年団と対戦。キャプテンの古用旭さんのホームランを皮切りに、ピッチャー丸山顕右さんのインコーナーを攻めた鋭い投球とショートを守る水野力斗さんの相手を圧倒する守備で12-1のコールド勝ちとなり、優勝旗を手に入れました。

大会を振り返り3名は「キャッチャーのリードを信じて投球をした。守備でエラーをしてしまったけど気持ちを切り替えてバッティングに集中した。なんといってもベンチの応援が試合の展開を良くしていた」と話します。武田監督からは「今年度からピッチャーからの距離が、中学生女子と同じ12.192mとなり、慣れるまでに少し時間がかかった。しかし、全体練習後に保護者と居残り練習をしている姿を見て感心していた。練習の成果が出て、全国出場の目標も達成できてうれしい。」と安堵の表情が伺えるとともに、次の大会への熱意が感じられました。



▼水野力斗さん



▲古用旭さん

▼丸山顕右さん



表彰 Topics

北宇和高校馬術部 堂々の全国3位！

7月26日に静岡県にある御殿場市馬術スポーツセンターで『第59回 全国高等学校馬術競技大会』が開催され、北宇和高校馬術部の清水莉媛さん（2年生）・松本咲舞さん（3年生）・浅野恭士朗さん（3年生）・根本咲葉さん（3年生）が出場しました。

浅野さんは“このメンバーなら優勝が狙える”とチームのコンディションやメンバーの心強い存在に大会への意気込みを話していました。大会では、減点0という素晴らしい記録を打ち出し、これまでの成績の中でも最高の3位という結果を残すことができました。

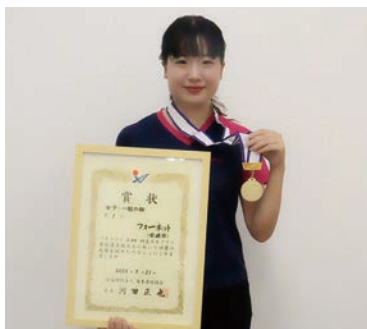
同月30日大会結果を報告するために兵頭町長を訪問し、選手たちは「昨年より良い成績を残すことを目標に練習してきた。多くの方々に直前まで応援やサポートをしてもらって残せた結果だと実感した。また結果を残すことで、北宇和高校又は鬼北町を知ってもらうきっかけになった。今の馬術部の環境は全国的にみてもすごくいいとは決して言えないが、結果を残せたことで鬼北町の皆さんや今後北宇和高校に入学する生徒に希望を持ってもらえたら嬉しい。近くで選手の戦いを見て感動した。笑顔で終わることができてよかった。」と大会を振り返りました。

また、9月末から行われる国体に出場する清水さんと松本さんは「初出場だけど入賞目指して頑張りたい。今大会で自身の不足している部分が明確になった。大会までにクリアにしてより良い乗りをしたい。」と次の大会に向けて新たな目標を掲げていました。



表彰 Topics

全国優勝！ 昨年のリベンジ果たす



7月18日～21日に栃木県にある日環アリーナ栃木で『バタフライ第44回全日本クラブ卓球選手権大会』が開催され、愛媛県代表で松山市にある卓球チーム フォーネットに所属する鬼北町出身の家高しのさんが出場し、団体戦で全国優勝を果たしました。

家高さんは小学校5年生から大学4年生の12年間、卓球をしており、就職を機に一度離れていましたが、昨年10月から指導者として卓球に携わり、今年3月に選手として復帰しました。指導者講習で所属チームの方と出会い、毎週金曜日から日曜日に松山での練習を経て、今大会に臨みました。

「大会に出場するチームメンバーは、全員学生時代に全国出場した経験があり、満身創痍での出場だった」と話す家高さんは、全5試合に出場しました。団体戦に4名で出場していたため、接戦になると体力的にもしんどい場面もありましたが、どのチームよりもチーム練習の時間を確保して練習したという自信と、リードしていても1本を追いかける先輩の姿が家高さんを奮い立たせ、今回の結果につながったと振り返ります。

準決勝で対戦した兵庫県代表との試合は、後半に持ち込むとより勝利が厳しくなることが予想されましたが、デュースになる接戦を見事制し、決勝戦進出を決めました。決勝戦は昨年大会準決勝で敗退した大阪代表との因縁の決戦となりました。1ポイントを取られてしまいましたが、3-1と勝ち越し全国優勝を果たしました。

家高さんは「今後も卓球を続け、来年開催の同大会は2連覇できるように頑張りたい」と話していました。



お知らせ Info

掲載店募集中！あなたのお店を発信しませんか？

問 企画振興課 地域活力創出係 内線2213



2024年に鬼北町の情報発信を行うプロジェクトチーム「鬼北のいいねを見つけ隊」を立ち上げ、公式Instagram『ホクホクきほく』をスタートしました。フォロワー1万人を目指し、鬼北町のホクホクとした魅力・情報を発信しています！

公式Instagram



Follow me!

こんなこと、思ったことはありませんか？

- SNSってよく分からない…
- 投稿するヒマがない💧
- もっといろんな人にお店を知ってほしい



ご協力いただくのはこの3つ！

- ①お店のことを教えてください。
- ②お店や商品などの撮影をさせてください。
- ③投稿前に内容をご確認いただきます。

そんなときは私たちにおまかせ！

- 掲載に係る費用は無料！
- 作業は15分～30分くらい！
- 写真もこちらで撮影します！



よろしくお願いします



鬼北町をデザインしよう

◎日吉中学校イメージアッププロジェクト



7月8日、日吉中学校全校生徒11名を対象に、デザインについて学ぶイメージアッププロジェクトが行われました。毎年日吉中学校では1人1研究を行っており、日吉地区についての充実した学びがありますが、これまでと違った手法で鬼北町を表現する授業に生徒たちは試行錯誤しながら積極的に参加していました。鬼北町をデザインする時間では、生徒と先生が一緒に考えそれぞれの思いや工夫点を発表し、全部で21点の作品が出来上がりました。

この事業は1年を通して行われ、年度末の最終授業では日吉地域の魅力が詰まった冊子を完成させる予定です。

中学生が母校で小学生に学習支援

◎広見中学校Uターン学習



7月8日、広見中学校2年生が母校の小学生の学習を支援する、Uターン学習が行われました。授業では、足し算・引き算のカードを使って問題を出したり、音読のサポート、顕微鏡を使って水中の生きものを観察したりするなど、小学生に伝わるように言葉を選びながら、学習支援を行いました。

中学生からは「伝える難しさを感じたけど、一緒に授業ができて楽しかった。先生の大変さがわかった。」と感想を述べていました。小学生も普段とは違った感覚で楽しく授業を受けることができたのではないのでしょうか。

夏休みの思い出の1ページに

◎せせらぎ魚っちゃんぐ



7月27日、節安ふれあいの森で「せせらぎ魚っちゃんぐ」が開催されました。日吉一希を起こす会が主体となって開催されたイベントは、多くの家族連れで賑わいました。

鬼北の町部と比べると過ごしやすい気温で、アマゴのつかみどりをする子どもたちは少し寒そうに震えながらも、溪流に放流されたアマゴを必死に探していました。川のお勉強会やアマゴのつかみどりに参加した子どもたちにとって、夏休みの良き思い出になったのではないのでしょうか。

将来の道しるべを探して

◎くるまざ♡ミーティング



7月15日、日吉中学校と広見中学校の3年生が鬼北町内で働く青年9名と「くるまざ♡ミーティング」を行いました。この事業は、生徒たちが町内で働く若者から、生まれてからこれまでの経験や考え方の変化を聞き、今後の進路選択や夢を考えるきっかけになることを目的に始まりました。

若者の中には鬼北町出身でない人もおり「鬼北町を選んだきっかけ」や「出身地域と鬼北町の違い」を生徒に伝えることで、生徒にとって、地域の良さを改めて実感することができた、有意義な時間となりました。

今年も大盛況！

◎予土線駅前マルシェ inチカナガ



7月27日、予土線駅前マルシェ inチカナガが開催されました。昨年に引き続き、近永夏祭りも同時開催され、多くの方々と賑わいました。

駅前マルシェでは、ダンスチーム広蓮がガイヤカーニバルで入場し、オープニングを飾りました。また、チアリーディングや北宇和高校吹奏楽部がかわいい踊りと力強い演奏でイベントを盛り上げました。駅前ではキッチンカー8台、露店8張、店舗3店がイベントを盛り上げました。

今回は12月頃を予定しています。

避暑地で猛暑を乗り切る

◎成川溪谷グリーンマーケット



7月27日、成川溪谷キャンプ場でグリーンマーケットが開催されました。今月の開催は出店者が最多となり、訪れるお客さまも多くいました。アクセサリや陶芸品、小物やスイーツ、コーヒーなど出店者さんの思いが込められた商品が多数並んでいました。

また、町部より少し涼しく感じられる成川溪谷の川の流れや小鳥のさえずりを聴きながらのんびりとした時間を過ごすことができます。次回は8月31日です。皆さんお誘い合わせの上、是非足を運んでみてください。

観光資源を体験

◎鬼北町女性団体連絡協議会 1 日研修



8月4日、鬼北町女性団体連絡協議会が、町の観光資源を知ろうと、ネイチャーホテル・ナルカワを訪問し、1日研修を行いました。

午前には四季を感じられる自然と調和したコテージ、貸切風呂を見学しました。午後には、きじなどの鬼北町の特産品が使用されたフランス料理の試食会や施設と鬼北町との繋がりについての講話があり、参加した会員からは、「部屋や食事がこんなにもリニューアルしてることを知らなかった。きじのフランス料理はとても美味しかった。」と感想が寄せられました。

“まちの魅力”を再発見

◎近永駅周辺賑わい創出プロジェクト



7月30日、近永公民館2回で「チカナガ夢シンポ」が開催され、4名のパネラーが登壇し、『なぜ鬼北町で仕事をするのか』『高校・予土線・鬼北町を存続させるには』『楽しい活動を続けたい』『ここにあっていいな』を実現する力』をテーマに、鬼北町への思いや可能性をお話いただきました。

参加した35名の地域の方からは「鬼北の特徴を再確認することができた。出身でない方の思いも私たちと同じ思いを持っていることが分かった。」といった感想が寄せられました。これからも続く近永駅周辺にぎわい創出プロジェクトは、地域の皆さんのお声を聞きながら進めていきます。

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28日(日)
9時～12時
13時～16時30分

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。

※電子証明書更新、券面記載事項変更等も可能です。

問い合わせ

町民生活課 戸籍住民係
内線2112

マイナンバーカード

申請サポート

職員がご自宅等へ伺い申請をお手伝いしますので、役場へ出向く必要がありません。必要書類が揃えば、カードは本人限定受取郵便等(転送不可)でお受け取りいただけます。

日時

平日9時30分～11時30分
13時30分～16時

対象者

鬼北町民かつ2カ月以内に転出予定がない方
※1週間前までにご予約ください。

問い合わせ

町民生活課 戸籍住民係
内線2112

えひめ結婚支援センター

「愛結び」会場開設

日時

9月28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

南予事務所

☎089315716705

甲種防火管理

新規講習の開催

防火管理者が必要な事業所

・飲食店・物品販売店舗・宿泊施設・病院・保育園・幼稚園・その他これらに類する施設で、収容人員が30人以上のもの
・高齢者グループホーム等の社会福祉施設で、収容人員が10人以上のもの
・前記以外の事業所等で収容人員が50人以上のもの

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

申込受付期間

9月12日(金)まで

日時

10月14日(火)9時30分～17時
15日(水)9時30分～14時

場所

宇和島市役所
2階大ホール

受講料等

受講料無料(テキスト代4,100円は受講者負担)

問い合わせ

宇和島地区広域事務組合
消防本部

☎089512217501

宇和島海上保安部から

海難防止運動のお知らせ

9月1日(月)から9月10日(水)までの10日間は不十分な見張り、居眠り運転などを原因とする船舶の事故を防ぐための海難防止運動が行われます。船を操船される方は、船舶の事故を防ぐため、次のことに注意してください。
・居眠り運転防止策の徹底と常時適切な見張りの励行
・国際VHF (ch16) の常時聴守(他局からの呼び出しがわかるようボリュウムをあげておきましょう)
・自動操舵装置と船舶航海当直警報装置の適正使用
・無理のない運航計画と配船配乗計画の策定
以上のことに注意し、安全な運航をお願いします。

問い合わせ

宇和島海上保安部交通課
☎089512211933

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。今でも日本では年間約100万人が結核と診断されています。早期発見のため、定期的に健診などを利用し、胸部レントゲン検査を受けるようにし

ましよう。

また、咳や微熱等のかぜに似た症状が2週間以上続く場合は病院を受診しましょう。

呼吸器感染症予防には手洗いや咳エチケットなどの基本的な感染対策が有効です。

呼吸器感染症が流行する秋冬にむけて今一度感染対策を見直してみてください。

問い合わせ

宇和島保健所 健康増進課
☎089512215211

集団食中毒防止月間

9月は、気温も高く、体力を消耗し、抵抗力が弱まることに加え、敬老会や運動会等の行事により集団で飲食する機会が多いなど、食中毒の発生のリスクが高まることから、「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などを心掛け、食中毒にならないよう注意しましょう。

①液体石けんですっきり手を洗いましょう。

②弁当は、食べ切り、持ち帰りをしないようにしましょう。

③弁当は、常温で長時間放置しないようにしましょう。

問い合わせ

宇和島保健所
生活衛生課
☎089512816108

農林水産研究所農林水産参観デー

試験研究の発表や施設、ほ場の公開、その他さまざまなイベントを開催。入場無料、どなたでも参観可能。多数のご来場をお待ちしております。

日時

10月1日(水)8時30分～16時
2日(木)8時30分～12時

場所

農林水産研究所
(松山市上灘波)

果樹研究センター
(松山市下伊台町)

問い合わせ

農林水産研究所
☎089199312020

果樹研究センター
☎089197712100

林業退職金共済制度のご案内

林業退職金共済制度は昭和57年に発足した林業界で働く方のために国が作った退職金制度です。事業主の方々が、従事者の働いた日数に応じて掛金となる共済証紙を共済手帳に貼り、その従事者が林業界をやめたときに林業退職金共済から退職金を支払うという、林業界全体の退職金制度です。

制度の特徴

・掛金は、税法上について、法人では損金、個人企業では必要経費となります。

・掛金の一部を国が免除します。

・雇用事業主が変わっても退職金は企業間を通算して計算されます。

・退職金は企業間を通算して計算されます。

・退職金は企業間を通算して計算されます。

・退職金は企業間を通算して計算されます。

・退職金は企業間を通算して計算されます。

・退職金は企業間を通算して計算されます。

・退職金は企業間を通算して計算されます。

・退職金は企業間を通算して計算されます。

・退職金は企業間を通算して計算されます。

・退職金は企業間を通算して計算されます。

・退職金は企業間を通算して計算されます。

・退職金は企業間を通算して計算されます。

・退職金は企業間を通算して計算されます。

事業主の皆様へ

・共済証紙は労働日数に応じ
て適正に貼付してください。
・共済手帳を所持している従事
者が林業界を引退するときは
、忘れずに退職金を請求す
るよう指導してください。

労働者の皆様へ

・事業所が変わるときは共済
手帳を忘れずに受取りま
しょう。
・林業界を引退するときは、
忘れずに退職金を請求しま
しょう。

・以前、林業の仕事をした
、林業退職金共済制度に加入
していた方で、退職金請求
手続きをしたお心当たりの
ない方は、退職金を受け取っ
ていない可能性があります。
お問い合わせください。

問い合わせ

独立行政法人勤労者退職
金共済機構 林業退職金
共済事業本部
☎03-6731-2889

募集

応急手当普及員講習会の 受講者募集について

突然の事故や病気で倒れた
人の命を救うためには、その
場に居合わせた人の迅速な応
急手当が不可欠です。応急手
当普及員は所属する自主防災
組織や職場で応急手当の知識
と技術を教え、救命の輪を広
げる重要な役割を担います。

内容

心肺蘇生法、AEDの使用
方法、気道異物除去、止血法
など応急手当に関する知識・

技術及び指導方法

日時

11月9日(日)、15日(土)、16日
(日)の3日間
8時30分～17時30分

場所

宇和島地区広域事務組合
消防本部

対象

鬼北町、宇和島市、松野町
に在住若しくは在勤で、所属
する自主防災組織又は事業所
にて応急手当普及員として積
極的に活動する意欲のある方

定員

5名～10名

受講料

無料(テキストは各自用意)

申込方法

問い合わせ先までご連絡く
ださい。

申込締切

10月31日(金)

その他

当日は動きやすい服装で、
昼食は各自で用意ください。
応急手当普及員として認定
された方には認定証が交付さ
れます。

応急手当指導者標準テキス
トガイドライン2020対
応・東京法令出版をご準備く
ださい。

問い合わせ

宇和島消防署救急係
☎0895-2216417

愛媛県立新居浜産業技術 専門学校令和8年度入校生 募集開始

メカトロニクス科(機械・
保全・電気技術者)、自動車
整備科(二級整備士)、メタ

ル技術科(溶接技術者)

訓練期間

令和8年4月～(2年間)

前期募集期間

9月22日～10月17日

(選考料2,200円)

前期試験日

10月24日(金)

授業料

月額9,900円

問い合わせ

愛媛県立新居浜産業技術
専門学校

☎0897-434123



宇和島美容学校 入学生 徒募集

令和8年4月の入学生(昼 間課程・通信課程)を募集し ます。詳しくはお問い合わせ ください。見学も随時受け付 けます。

日時

11月15日(土)10時～
令和8年2月16日(月)
令和8年3月23日(月)

場所

宇和島美容学校

(宇和島市新町1丁目5-3)

対象

中学卒業(令和7年度卒業
予定含む)以上 年齢不問

申込期限

各試験日の1週間前までに
願書を提出

問い合わせ

宇和島美容学校
☎0895-2212108

えひめ愛顔のジュニア スリート11期生募集開始

オリンピックをはじめとす
る世界の舞台で活躍を目指す

スポーツが大好きな小学4年 生から中学2年生を募集しま す。

募集期間

9月1日(月)～10月3日(金)

問い合わせ

愛媛県競技スポーツ課
ジュニアスポーツグループ
☎089-960-8850
<https://www.ehime-jr.jp/>

作品募集

パラアートえひめ2025

応募資格

愛媛県内に居住地等を有
する障がいのある方

応募内容

・平面作品(絵画・書)
・立体作品(陶芸・その他)

応募期間

9月16日(火)～10月15日(水)

必着

問い合わせ

社会福祉法人 愛媛県社
会福祉事業団 愛媛県障
がい者アートサポートセン
ター
☎089-924-2170

相談

こころ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
を抱えていますか?臨床心
理士による相談を無料で行っ
ています。まずはご相談くだ
さい。

日時

9月22日(月)
13時30分～16時30分
(3名程度まで)

対象者

鬼北町在住の方

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15日(月)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3113

ひとり親家庭ワンストッ プ相談窓口開設

対象

ひとり親家庭等(離婚前の
家庭含む)

問い合わせ

愛媛県子育て支援課
☎089-91212411
[https://wechat.bebotio/
chat/0a6371b9](https://wechat.bebotio/chat/0a6371b9)

「人権・行政・心配ごと相談」

日時 9月19日(金) 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



竹の子川柳会

あちちちちどうろではだしあつい夏

小学校二年生

川りゆうのしめ切り近いぎりぎりだ

小学校三年生

間違いを認めて私すすんでく

小学校六年生

雨の音まるで自然の子守唄

中学校一年生

雨の音ピチピチピチと良い音だ

中学校一年生

雨たちは音色ひびかせ歌ってる

中学校一年生

暑い夏スイカを食べて元気出た

中学校二年生

ギリギリで動くこのクセなおしたい

中学校二年生

疲れには熱いスープがとっておき

中学校三年生

雨の道そんな日もあるケセラセラ

高校一年生

なんだこれ今年の夏は暑すぎる

高校一年生

ひよし川柳会

子を褒めて伸ばせと母の生き字引き

若宮 賢敬

無事手術終えて安堵の息を飲み

兵頭チヨカ

無理して書いて全日展のいい知らせ

菅原 由紀

下手な文字それでも手紙喜こばれ

水野すみこ

この猛暑うなぎのぼりの光熱費

山本 節

無理しない余裕運転事故防止

川添 忠昭

体も脳も賞味期限が切れました

大崎 五葉

縁起かついでうなぎ家族で舌鼓

木村 貞子

膝と腰無理はするなど痛みだす

中城 英雄

井谷家歴史資料を読み解く

第一回「日吉村誌」の発見

それは確かに存在するが、どこにも見当たらない。数年前に鬼北町役場の日吉支所で見かけたという証言から捜索は始まりました。

支所の棚や地下倉庫、図書館、武左衛門一揆記念館、歴史民俗資料館の金庫や収蔵庫まで幾日も捜しましたが、いっこうに見つかりません。その存在を知っている人、ましてや実物を見た人の声はわずか。耕した畑に落とされたクサビを捜すような気分でした。

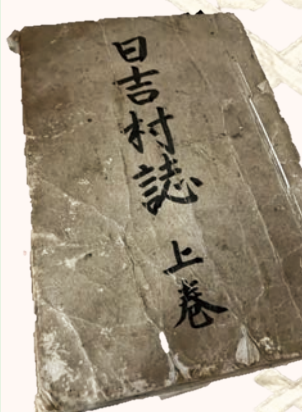
ありとあらゆる棚の扉を開け続けて諦めかけたころ、ついに公民館の厳重なハンドルのついた金庫でそれを見つけました。古い「日吉村誌」です。

刊行物としての日吉村誌の最新版は平成五年ですが、こちらはおそらく大正四、五年ごろに完成したと思われる。明治期の村の歴史が、井谷正命（まさみち）の直筆で、当時の日吉村役場専用の原稿用紙にぎっしりと詰まっています。

井谷正命は旧日吉村の初代村長で、南予の道づくりや町づくりに注力し、私立実業学校を設立して自ら教鞭をとり、教育を通じた人づくりに生涯を捧げました。

また、その長男の正吉（まさよし）は、大正十一年に明星ヶ丘で四国初のメーデー（労働者の祭典）を行い、農民・労働者のための社会運動を進め、戦後に衆議院議員として国民の平和と※仕合せな生活を目指して活動に勤しみました。遺された井谷家の歴史資料を読み解いていくことで、未来を創造する過程をこのコラムで展開していきたいです。

※しあわせ 人と人が仕え合い、喜びを見出していくという意味が込められている。個人の幸せでなく、人とのかわりを重視した古い漢字表記で、正吉が多用していた。



ALTの鬼の里Diary

～ John 編～

A Sporting Summer in Ireland



夏にアイルランドに帰省しました。私の故郷であるアイルランドのドニゴール県のチームがゲーリックフットボールの最高峰の大会であるゲーリックフットボール選手権大会の決勝に出場するという話を聞き、とても興奮しています。ドニゴール県はアイルランドの北西に位置し、人口は約16万人で、面積は愛媛県の南予地方と同じくらいの広さです。こんなに小さな町から、これほど素晴らしい成果を挙げられたことはとても素晴らしく誇りに思います。

ゲーリックフットボールは、アイルランド発祥の伝統的なスポーツで、サッカーとラグビー、バスケットボールの要素を組み合わせたようなダイナミックな競技です。1チーム15人で構成され、サッカーボールより若干小さいボールを手や足で扱いながら、相手ゴールに得点を狙います。アイルランド全土で人気があり、毎年9月の第3日曜日に行われる「オール・アイルランド選手権」は国内最大のスポーツイベントの一つです。

100年以上の歴史の中で、私の地域が決勝に進出するのは今回で3回目です。ゲーリックフットボールはアマチュアスポーツで、選手たちは皆、学校や病院など様々な会社などで仕事をしています。この試合の観戦にスタジアムには8万人以上の観客が集まります。選手たちには優勝を目指して頑張ってもらいたいです。

鬼北町の皆さんにも大会の様子や結果を報告しますので楽しみにしてください。

Up Donegal !

地域おこし協力隊活動日記



もし姿を見かけたら、
ぜひお声をかけてください！

地域おこし協力隊
井谷 明子



胴体の骨組みは木材と竹、
お頭の髭は馬のしっぽです。

宇和島の牛鬼祭りに日吉一希を起す会で参加しました！

邪気などを払い清める長い歴史のあるお祭りが、時代を経ても人々の結集した想いや力で続いていることに心打たれました。

どの地域にも固有の祈りが込められた習わしや文化が息づいています。

鬼北町内をまわって、日々の営みの中から、後世に残していきたいことや地域資源を見つけ、利活用の道を探りたいです。

明星ヶ丘にある茅葺屋根の草庵では、対話を大切にしたお茶会や楽しいイベントを企画します。

そして、保存活用が計画されている井谷家住宅※の完成に向け、里山を含む一帯の文化施設や町並みが地域の課題に取り組める拠点となるように多くの人と協働していきたいです。

※日吉村初代村長で道路整備による町づくりや教育に力を入れた井谷正命と其の長男で農民・社会運動に専念した井谷正吉の生家。

健康ほくほく通信

図 保健介護課 保健係 内線3111. 3113~3116

No.65 食中毒予防について

毎年9月から10月にかけては行楽、敬老会など、集団で飲食する機会が多い上、夏場の酷暑で体力を消耗していることなどから、集団食中毒の発生が多い月となっています。このようなことから毎年9月を「集団食中毒防止月間」と定め、食中毒防止を推進しています。

食中毒は日常に潜んでいます。暑さのピークが去り、つい油断しそうになりますが、3つのポイントに気を配り、食中毒を未然に防ぎましょう！

食中毒予防の3原則は、「つけない、増やさない、やっつける」！

ポイント1【菌をつけない！】清潔にする。

手洗い・消毒をしっかりと行いましょう。魚は真水で十分に洗いましょう。

ポイント2【菌を増やさない！】迅速消費・低温保存

調理した食品は放置せず、早く食べましょう。

生鮮食品や調理後の食品は10℃以下、刺身などは4℃以下、冷凍は-15℃以下で保存します。

調理後、時間が経過しすぎた食品は思い切って捨てることも大切です。

ポイント3【菌をやっつける！】しっかりと加熱する。

加熱して食べる食品は、中心部まで十分に火を通しましょう。



北宇和病院 だより

アナフィラキシーショックについて

アナフィラキシーショックとは、アレルギー（アレルギーの原因物質）が体内に入った際に、体が異物と認識して免疫反応を起こし、全身に急激な症状が現れる状態です。主な症状は皮膚のかゆみや発疹、呼吸困難、喘息発作、血圧低下、意識障害などで重篤な場合は数分以内に死に至ることもあります。

アナフィラキシーショックの原因となるアレルギーは、食物、薬物、昆虫などさまざまです。食物では、ピーナッツ、甲殻類、卵、牛乳、そば粉など、薬物では、抗生物質や解熱鎮痛剤などが知られています。昆虫では、蜂刺傷がよく知られています。

アナフィラキシーショックは対応に急を要するため応急処置としてアレルギー反応を抑える薬（商品名：エピペン）を自分で注射することができます。

当院では血液検査によるアレルギー検査や必要に応じて抗アレルギー剤やエピペンの処方を行っております。喘息や蕁麻疹などアレルギーの既往のある方はお気軽に当院内科にご相談ください。

戸籍の窓

お誕生おめでとうございます

江村 彪世 近永
保護者 文宏

加形 勇太 近永

ご結婚おめでとうございます

渡辺 えりか 近永

お悔やみ申し上げます

土居 千鶴子 100 国遠

武田 長子 94 北川

清家 喜美子 97 下大野

伊達 嘉胤 83 近永

坂本 清隆 77 内深田

毛利 八重子 93 近永

東 マス子 90 小倉

編集後記

▼今月号は大会で入賞した団体を多く紹介しています。鬼北町で頑張る選手が県外の大会に出場し、結果の報告を受けるのがすごく嬉しいです。私も学生時代に運動部に所属していたので、試合に勝つ喜びや負ける悔しさを味わってきました。このチームなら優勝も狙える“笑顔で終われたよかった”と話す選手の自信と達成感に満ち溢れた姿は、地域に活力をもたらしていると感じます。引き続き喜びのニュースを広報に取り上げて発信したいと思っています。（咲）

今月の1枚



8月1日から実証実験がスタートしたLUIP。町中で見かけた方もいるのではないのでしょうか。16歳以上が利用対象となっており、アフリをダウンロードしてご利用できます。コウキングスペース（Koyu Space）に11月末まで設置していますので、ヘルメットを着用し、交通ルールを守って安全に使用しましょう。

Happy Birthday

9月生まれの元鬼^{げんき}っず —元気な鬼北っ子—



川添^{かわぞえ}

結来^{ゆら}ちゃん

2歳 興野々

はいー！ゆらだよ！
たべるの大好き♡2歳の目標はお
父ちゃんとでもねれるようになる
こと！がんばるぞー！



河本^{かわもと}

心響^{こころね}ちゃん

1歳 奈良

誕生日おめでとう！
じっとしてない(父)母に振り回さ
れながら、スクスク成長中！
こころね、強くあれ！



坂本^{さかもと}

大和^{やまと}くん

3歳 内深田

ウルトラマンが大好きなやまとくん
★
ねえねと一緒に、たくさん食べて
たくさん遊んで、大きくなってね😊



清家^{せいけ}

大詩^{たいし}くん

3歳 奈良

お調子者かいじゅう大詩くん、
あーという間に3歳やね！これ
からも元気モリモリ頑張るぞ😊
オー！



田中^{たなか}

湊翔^{みなと}くん

3歳 永野市

誕生日おめでとう！
ママ、ママ星人でひつつき虫だけ
ど、これからも元気に大きくなっ
てね♡



鶴田^{つるた}

夕依^{ゆうい}くん

2歳 奈良

誕生日おめでとう！
君のジョリジョリ頭にみんな癒さ
れています😊癒しと笑いをあり
がとう♪

鬼北町公式SNS運用中！

鬼北町では、ホクホクした魅力や町内情報を早く皆さんに
お届けするためInstagramとFacebookを運用しています。
ぜひフォローをお願いします。



Instagram



Facebook

地元愛・鬼北の絆



今回取材を引き受けていただいたのは、好藤地区出身のガジュマルPIZZA代表 滝平光来さんです。滝平さんはお知り合いのご縁で2016年から松山市に店舗とキッチンカーを構え、ピザを中心とした鉄板焼きを始めました。名前の由来は「たくさんの幸せ」。沖縄が好きだという滝平さんは、沖縄でガジュマルの木と出会い、最初は小さいけれど強くて何十年後には大きく力強い木になると聞いて、ご自身のお店もそうなりたいという思いで、店名を決めたそうです。

また、自宅の敷地でキッチンカー営業をするために家を購入し、店舗とキッチンカーの二刀流で営業をしていました。しかし、新型コロナウイルス感染症が猛威を振るい、店舗での営業が難しくなり、本格的にキッチンカーでの営業を始めました。コロナ前は遠くは和歌山県までキッチンカーを走らせ出展していましたが、コロナ後は四国圏内での出展となりました。現在、3台のキッチンカーが1カ月で24カ所ほどのイベントに出展しているため、毎週どこかでガジュマルPIZZAに出会うことができます。

おすすめの『マルゲリータ』は当初、店頭提供サイズの40cmで提供していましたが、1人でも食べることができ、他店舗の出店も楽しめるよう薄生地20cmサイズに改良しました。お客様からは「おいしいからまた買いに来ました。」と大人気。イベントがスタートするとあっという間に行列になります。また、令和5年度から始まった予土線駅前マルシェinチカナガにも参加いただき、鬼北町を盛り上げてくださっています。

将来は、町とコラボをし、他市町で出展する際に鬼北町を知ってもらえるきっかけづくりをしてみたいと話します。また、キッチンカーの他に松山に店舗を構えるBar Gordonや中華料理屋 一番星のオーナーとして満足できる空間と料理の提供をしていきたいと話していました。

食生活改善推進協議会 健康づくり応援レシピ 地産地消で一品

—食生活改善推進協議会 日吉支部—

『しいたけシューマイ』



ビタミンD、食物繊維をはじめエリタデニンなど特有の栄養素が豊富と言われているしいたけ。しいたけの持つ栄養素を効果的に摂取したいです。今回のメニューは具をのせて皮をかぶせるだけ。戻した干しいたけでつくってもおいしいです。

1人分当たりの栄養量

エネルギー：190kcal タンパク質：12.2g 脂質：9.3g
炭水化物：14.9g 食塩相当量：1.1g

材料（4人分）

生シイタケ12枚、豚ひき肉180g、青ねぎ1本分、しょうが汁小さじ1、卵白1/2個分、片栗粉適量、シューマイの皮12枚、グリーンピース（冷凍）12粒、練りからし・しょうゆ各適量
A（酒大さじ1、しょうゆ小さじ2、砂糖小さじ1、片栗粉大さじ1、塩こしょう・ごま油各少々）

作り方

- ①ひき肉・青ねぎ・しょうが汁、卵白、片栗粉、Aを混ぜ合わせてよく練る。
- ②生しいたけは軸を切り落とし、裏側に片栗粉をつけて①を詰め、中央にグリーンピースをのせ、シューマイの皮をかぶせて蒸し器で8～10分蒸す。
- ③器に盛り付け、練りからし・しょうゆを添える。

△献立例△

- ・しいたけシューマイ
- ・おからの炒り煮
- ・茄子の腸活塩麹サラダ
- ・とろろ昆布と梅のお吸物
- ・豆腐白玉のみたらし



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