

広報 きほく 2019. 10



～自然豊かな 心豊かな

暮らし豊かなまち きほく～

【No.178】



きほくのまち人探訪
細岡新菜さん

特集

もったいない！「食品ロス」を減らそう！

Info

愛媛県総合防災訓練実施の案内

ほくほく鬼北家族の絆

松田慎太郎さんご家族

10月 October 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 犬…犬・ねこ取引日
 英…エイダとデビンとクリスデールの英会話教室

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
9/29	9/30	1	2	3	4	5
			英	犬	P 近永・泉	
6	7	8	9	10	11	12 でちこんか2019前夜祭 鬼のお太鼓コンテスト
			英	犬 P 日吉	P 好藤・愛治・三島	近永
13 でちこんか 2019	14 体育の日	15	16 3歳児健診	17	18	19 愛媛県総合防災訓練
			英	犬	人 P 近永・泉	
20 今、甦る… 武左衛門一揆の道	21	22 即位礼正殿の儀 が行われる日	23	24	25	26
			英	犬 P 日吉	P 好藤・愛治・三島	好藤・愛治
27	28	29	30	31 3～4カ月児健診	11/1	11/2
			英	犬		

休日当番医

日	医院名・電話番号	
6	友松外科・胃腸科 ☎22-0410 宇都宮内科胃腸科 ☎25-7228	上田小児科・外科 ☎25-0100 岩村外科胃腸科 ☎52-3111
13	河野整形外科クリニック ☎22-1822 松澤循環器科内科 ☎25-5858	やくしじこどもクリニック ☎24-1386 市立吉田病院 ☎52-0611
14	しませ医院 ☎27-1888 笹岡内科 ☎24-3886	こばやし小児科 ☎23-1150 旭川荘南愛媛病院 ☎45-1101
20	二宮整形外科 ☎25-8600 くきた内科クリニック ☎26-2260	こおり小児科 ☎24-5633 市立津島病院 ☎32-2011
22	小川クリニック ☎23-3599 沖内科クリニック ☎25-3335	上田小児科・外科 ☎25-0100 町立北宇和病院 ☎45-3400
27	上甲外科クリニック ☎25-5811 わたなべハートクリニック ☎25-1717	やくしじこどもクリニック ☎24-1386 鈴木整形外科・外科 ☎52-0104

健康診査・がん検診・超音波検診(腹部エコー)等

日	場所	受付時間	健診	腹部エコー	肺がん
2	日吉保健センター	9:00～11:00	—	—	○
		13:00～15:00	—	—	○
3	成川集会所	8:00～10:00	○	—	—
9	三島公民館	8:00～10:30	○	○	—
10	三島公民館	8:00～10:30	○	○	—
23	川上集会所	8:00～10:00	○	—	—



今月の表紙

9月13日の「十五夜」に合わせて、各保育所でお月見団子作りが行われました。丁寧に1つずつ作り、最後は皆で美味しく口に頬張っていました。

人口と世帯数 8月31日現在

人口 10,194人 (−26)
 男性 4,761人 (−5)
 女性 5,433人 (−21)
 世帯数 4,998世帯 (−16)

※()は前月比です。

CONTENTS_ 目次

- 002 | ぐらしのカレンダー
- 003 | 特集 もったいない! 「食品ロス」を減らそう!
- 006 | Info 愛媛県総合防災訓練実施の案内
- 007 | Info 年金生活者支援給付金制度が始まります!
- 008 | Info 補助券の申請手続はお済みですか?
- 009 | まちのニュース
- 012 | Information
- 014 | まちのアルバム
- 016 | コラムの広場
- 018 | きほくのまち人探訪・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ピ



特集

もったいない！ 「食品ロス」を減らそう！

「食品ロス」とは、売れ残りや期限を超えた食品、食べ残しなど、本来食べることができたはずなのに、捨てられてしまった食品のことです。

日本の食品ロスは年間「約646万トン(平成27年度推計)」。1人1日お茶碗1杯分(約139g)の食べ物を捨てている計算になります。これは、世界中で飢餓に苦しむ人々に向けた食糧援助量の約2倍に相当します。

製造時や販売時に発生する食品ロスも相当量ありますが、約半分は家庭から出されています。

食品ロスを減らすため、一人ひとりが「もったいない」の気持ちを持って、できることから始めてみませんか。

今日からできる！地球にもお財布にも優しい食品ロス削減

家庭から出る食品ロスの原因は、作り過ぎによる「食べ残し」、皮の剥き過ぎなど食べられる部分を捨ててしまう「過剰除去」、買い過ぎによる「鮮度落ち」です。このような食品ロスはちょっとした一工夫で削減できます。必要な量だけ購入して、食べることがポイントです。

買い物

買い物は必要に応じて！

必要な食品を、必要なときに、必要な量だけ購入しましょう。必要以上に買ってしまった場合は、冷凍保存も活用しましょう。



冷蔵庫チェックは必ず！

出掛ける前は必ず冷蔵庫の中身を確認しましょう。「ないと思っていたけど、買い置きしていた…」なんてことが防げます。



手前の商品から買う！

家庭での利用予定と照らし合わせながら、すぐに食べるものは賞味期限や消費期限が近いものを優先して買いましょう。



調理

残っている食材から調理

「いつか食べるだろう」食品は、食品ロス予備軍です。捨てることなく使いましょ。



無駄なく使って食べきる

野菜の皮など捨てがちの部分も使えば、栄養が取れ、生ごみを減らすことができます。



クリーンアップデーを！

定期的に冷蔵庫を整理する日を決め、すっきり気持ちの良い冷蔵庫を保ちましょ。



食品の期限表示を正しく理解しよう！

消費の期限表示は「賞味期限」と「消費期限」があります。いずれも開封していない状態で表示されている保存方法で保存した場合の期限が表示されています。

賞味期限：「おいしく食べることができる期限」。すぐに捨てずに、見た目や臭いで判断しましょ！

消費期限：「食べても安全な期限」。期限を過ぎたものは食べない方が安全です。

さんまるいちまる

「3010運動」と「宴会5カ条」で大量の食品ロスを削減!

3010 運動とは?

宴会時などの食べ残しを減らす運動のこと

味わいタイム

- 乾杯後 **30分間**は料理を楽しみましょう。
- 料理はできたてを味わいましょう。

楽しみタイム

- 料理も忘れず、全員で親睦を深めましょう。

食べきりタイム

- 最後の**10分間**は再度料理を楽しみましょう。
- 幹事は「食べきり」を呼びかけましょう。
- 大皿料理の残りは小分けにして食べましょう。

— 宴会5カ条 —

①適量注文

食べきれぬ量を注文しましょう!

②声かけ

「おいしく食べきろう」の言葉でスタート

③味わいタイム

料理を味わう時間を作りましょう!

④分け合う

食べきれない料理は、皆で分け合ひましょう。

⑤残さず食べきり

食べきれない料理はお店の方に確認して持ち帰りましょう。

「食べ残しなし」を皆でチェック!

鬼北町「おいしい食べきり運動推進店」登録店舗を募集します!

鬼北町では、外食産業から廃棄される食品ロスの削減を推進するため、食べ残しを減らす取り組みを実践する飲食店、宿泊施設等を「おいしい食べきり運動推進店」として登録し、その取り組みをホームページ等で広く紹介することにより、食べきりの推進に向けた啓発活動を行います。

町内で飲食店等を経営されている方で、この登録制度の趣旨に賛同いただける方は、ぜひご登録ください。なお、登録された飲食店等については、ホームページ等で紹介し環境配慮店舗としてPRしていきます。

登録要件

次の5つの取り組み事項のうち、1つ以上を実践いただく店舗

- ① お客さんが食べ残しをしなかった場合の特典（割引や景品等）の提供
- ② ハーフサイズや小盛り、量が調整できる等のメニューの設定
- ③ 宴会等で食べ残しを減らすための呼びかけを実施
- ④ 食品廃棄物のリサイクルを実施
- ⑤ ①～④以外での独自の食べきりサービスの提供や工夫

取り組み内容

- 登録要件で選択した取り組みを積極的に実践し、食品廃棄物の発生抑制に努める。
- 町が実践するアンケート調査等に協力していただく。

登録方法

登録申請書に必要事項を記入し、環境保全課に提出する。

問 環境保全課 廃棄物対策係 内線 2441

食品ロスの削減のために
一緒に頑張りましょう!



10月19日(土)



観覧自由

鬼北町・松野町で「愛媛県総合防災訓練」が実施されます

愛媛県では、毎年、防災関係機関及び民間協力団体の連携に重点をおいた実践的な防災訓練が行われており、今年度は、鬼北町と松野町を会場に、複合災害を想定した訓練が実施されます。

【訓練概要】

①メイン会場（鬼北総合公園 9:30～12:00 予定）

- ・救出救護訓練（倒壊建物、土砂埋没、転落車両等）
- ・避難所運営訓練（一般避難所、福祉避難所、救護所）
- ・NPO・ボランティア等連携・協働訓練
- ・ライフライン復旧訓練、体験・展示コーナー（地震体験車、豪雨体験車など）等

☆見どころ☆
10:30～11:05
4機のヘリコプターが救助に駆けつけます！

☆見どころ☆
いろんな訓練が同時進行！
地震・豪雨の体験車も来るよ！

②サブ会場

- （松野町虹の森公園 9:50～11:30 予定）
- ・救出救護訓練（中州の孤立者等）
 - ・信号滅灯訓練

③サブ会場

- （日吉農村広場 9:35～10:20 予定）
- ・孤立地区対策訓練

《お知らせとお願い》

○ヘリコプターを使用した訓練

広見中学校グラウンド、松野町虹の森公園河川敷、日吉農村広場では、ヘリコプターが離発着します。離発着時には大きな音や振動が発生しますが、ご了承ください。



○シェイクアウト訓練

当日8:30に、町内全域に「Jアラートのサイレン」を鳴らしますので、その場で1分間、身を守る安全確保行動をとりましょう。

地震が発生したら、まずとるべき行動は3つ



○一般観覧（自由）・メイン会場へのアクセス

訓練は、どなたでも自由に観覧いただけます。

メイン会場（鬼北総合公園）への一般車両の乗り入れはできません。臨時駐車場（アルコール工場跡地）からシャトルバスを運行しますのでご利用ください。

※訓練の詳細等は、町ホームページでご確認ください。

10月1日
から

年金生活者支援給付金制度が始まります！

☎ 宇和島年金事務所 ☎ 22 - 5440
町民生活課 保険年金係 内線 2115・2116

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入や所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取りには、請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは、日本年金機構（年金事務所）が実施します。

【対象者】

■老齢基礎年金を受給している方

以下の要件をすべて満たしている必要があります。

- ☑ 65歳以上である。
- ☑ 世帯員全員の市町村民税が非課税となっている。
- ☑ 年金収入額とその他所得額の合計が約 88 万円以下である。

■障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方

以下の要件を満たしている必要があります。

- ☑ 前年の所得額が約 462 万円以下である。



【請求手続き方法】

■平成 31 年 4 月 1 日以前から年金を受給している方

対象となる方には、日本年金機構から請求手続きのご案内が、9月上旬から順次届いています。同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）を記入し、提出してください。

■平成 31 年 4 月 2 日以降に年金を受給しはじめた方

年金の請求手続きとあわせて、年金事務所または町民生活課で請求手続きをしてください。

**日本年金機構や厚生労働省を
装った不審な電話や案内にご
注意ください！**

日本年金機構や厚生労働省から、口座番号をお聞きしたり、手数料などの金銭を求めることは一切ありません。



よくある質問Q&A

Q1. 給付金は1回だけの支給ですか？

A. 支給要件を満たしている限り、継続して受け取ることができます。

Q2. 毎年手続きが必要ですか？

A. 引き続き支給要件を満たしている場合、翌年以降の手続きは原則不要です。

年金生活者支援給付金のご請求でお困りになったときには、お電話ください。

『給付金専用ダイヤル』

☎ 0570 - 05 - 4092 (ナビダイヤル)

運転免許証を自主返納された高齢者の皆さん 補助券の申請手続はお済みですか？

問 企画振興課 地域活力創出係 内線 2214

補助券の交付対象者

運転免許証の自主返納時および補助券の申請時に鬼北町に住民登録されている満 65 歳以上の方



■平成 31 年 4 月 1 日以降に運転免許証を自主返納した方

補助券は交付した日の属する年度から 3 年間交付が受けられます。

■平成 26 年 4 月 1 日～平成 31 年 3 月 31 日の間に運転免許証を自主返納した方

補助券は平成 31 年度のみでの交付です。

補助券について

■対象者 1 人につき、「タクシー補助券」または「給油補助券」を交付します。

■申請時にどちらの補助券にするか選択できます。

※ただし、どちらの補助券も鬼北町と協定を結んだ事業所でのみ使用可能

【タクシー補助券】

500 円券 × 50 枚を 1 セットにしたつづり

【給油補助券】

1,000 円券 × 25 枚を 1 セットにしたつづり

運転免許証の自主返納がお済みの方、一度役場にお越しいただき、申請手続をしてみませんか？



申請方法

対象となる方は、企画振興課または日吉支所で申請手続を行ってください。

書類を審査後、後日補助券を交付します。

【申請に必要なもの】

■申請書（企画振興課または日吉支所で記入）

■印鑑

■本人確認できる書類（マイナンバーカード、または個人番号通知カード、保険証など）

■運転免許証を自主返納したことが分かるもの

◎申請による運転免許の取り消し通知書

※自主返納時に交付されたもの

◎四隅に穴をあけた旧免許証の写し

※裏面に取消日が記入されたもの

申請時に登録証に添付する写真を撮影します。必ず対象となる方（本人）がお越しください。
何かご不明な点がございましたら、企画振興課までご連絡ください。

お知らせ
info

10月12日(土)・13日(日)は大いに楽しんでください!
鬼北町最大のイベント「でちこんか2019」開催!

☎ 教育課 文化スポーツ係 内線 4113

■鬼のお太鼓コンテスト
■炎の祭典・邦楽ライブinきほく(前夜祭)

日時 10月12日(土)

◎鬼のお太鼓コンテスト: 12時30分~

◎邦楽ライブinきほく(前夜祭): 18時~

場所 鬼北総合公園体育館特設ステージ

内容

県内外から10の和太鼓集団が集い、入賞を目指して日頃の腕前を競い合う「鬼のお太鼓コンテスト」を開催。

夜は、鬼北町の太鼓集団「魁」、東京都の「天邪鬼」の迫力ある和太鼓演奏のほか、松山市出身の津軽三味線奏者「堀尾泰磨さん」と、尺八奏者「大萩康喜さん」の音色をお楽しみください。

また、「世界一日本の歌が上手い外国人」を決定する番組で有名になった「ニコラス・エドワーズさん」のライブパフォーマンス!

さらに、「鬼のお太鼓コンテスト」上位入賞団体もその腕前を披露します。

■でちこんか2019

日時 10月13日(日) 9時~

場所 鬼北町役場裏奈良川河川敷

内容

特設ステージでは、歌やダンスパフォーマンスなど、さまざまなステージを熱演。今年のご当地アイドル・ひめキュンフルーツ缶と、吉之助さんのミニライブ。そして、「仮面ライダービルド」の主題歌を歌う「Beverlyさん」がスペシャルライブを行います。さらに、会場内の特設リングでは「愛媛プロレス」が熱い戦いを繰り広げます。

また、大好評の「びっくり市」では、町内外から集まった100を超える店舗が自慢の一品とともに軒を連ねます。

そして、こちらも大人気の「ジャンボきじ鍋」の無料提供に、「鮎・あまごのつかみ取り」など、イベント盛りだくさん。

満足度 120%間違いなしです!

第10回フォトコンテストのお知らせ
応募要領

■作品数は1人5点まで(単写真のみ)

■サイズは四切(サービス四切・四PW可)

締切日 10月29日(火) 必着

素人さんも大歓迎!ぜひ応募ください。



▲太鼓集団「魁」。迫力満点の演奏をお楽しみあれ!



▲11時から2,500食限定できじ鍋を無料配布します。ぜひご堪能あれ!

お知らせ
info

第10回鬼北の医療と介護の
未来を考える講演会の開催

☎ 保健介護課 町立病院係 内線 3112

日時 11月23日(土)
13時30分~15時10分
※受付は13時~

場所 鬼北町立北宇和病院2階大会議室

講師 北宇和病院院長・吉田幸生先生

テーマ 災害医療を考える~オール愛媛で取り組む大規模災害への備え~

入場料 無料

地域の皆さんの多数のご参加をお待ちしています。お気軽にお越しください。

募集
info

今、甦る…
武左衛門一揆の道開催

☎ 日吉公民館 ☎ 44-2211

江戸時代、藩政の改革を訴えて農民が決起した武左衛門一揆。その指導者・武左衛門とその同志たちが通った道をたどり、当時の農民たちの熱い思いを感じてみませんか。

日時 10月20日(日)

集合 6時30分に武左衛門広場に集合

行程 日吉(下鍵山)~宇和島市吉田町

参加料 大人1,000円

子ども(中学生以下)500円

応募締切 10月11日(金)まで(※事前申込)

紹介
Topics

鉄分たっぷり！鉄道三昧の時間を過ごしませんか？

予土線全線開通 45周年記念イベントを開催します！

問 企画振興課 地域活力創出係 内線 2212

今年でJ R予土線が全線開通 45周年を迎えることを記念して、下記のイベントを開催します。この機会にぜひご参加ください。

①予土線フォーラム ～やっぱり予土線すごいぜ～

鉄道タレントとしても活躍している、吉川正洋さん（ダーリンハニー）をお迎えして、楽しい予土線トークを繰り広げます。

日時 11月3日（日・祝）
13時～15時（12時30分開場）

場所 宇和島市学習交流センター
パフィオうわじまホール

定員 300名

参加申し込み方法

参加を希望される方の住所、氏名、連絡先をメールまたはFAXでお知らせください。

申し込み先

Y O D O S E N サポーター事務局
（南予地方局地域政策課）

TEL 0895 - 28 - 6143

FAX 0895 - 25 - 3724

Mail nan-seisaku@pref.ehime.lg.jp



②記念列車「三重連」を運行します！

通常の乗車券でどなたでも乗車することができます。一部乗降駅では、もちまきやお楽しみ抽選会などの催しもあります。

運行日 11月4日（月・振休）

【よどせん3兄弟 幸せのもちまき号】

- 鉄道ホビートレイン
- 海洋堂ホビートレイン
- しまんトロッコ

臨時列車運行ダイヤ（予定）

駅名	到着時刻	出発時刻
宇和島駅	—	10:00
北宇和島駅	10:03	10:15
松丸駅	10:57	11:16
吉野生駅	11:21	11:24
江川崎駅	11:43	11:50
土佐大正駅	12:37	12:56
窪川駅	13:18	—

【キハ32 夢の三重連 4825 D】

- キハ32形一般車
- 海洋堂ホビートレイン
- 鉄道ホビートレイン

臨時列車運行ダイヤ

窪川駅 15:01 発～宇和島駅 17:24 着

※乗降駅は予土線各駅

お知らせ
info

日頃の練習の成果を発表 きほく芸能まつり開催

問 教育課 文化スポーツ係 内線 4112

日時 10月26日（土）12時30分～
※入場無料

場所 広見体育センター

出演団体

鬼北文楽保存会、鬼北愛謡会、清吟堂吟友会、太鼓集団魁、日吉・コールナチュレル、コールグリーン、ぱらり童謡の会、ほほえみカラオケグループ、慶祥会、輪の会日吉支部、鬼北スポーツダンスサークル

今年はダンスチーム広蓮によるダンス、北宇和高校吹奏楽部による演奏もあります。

お知らせ
info

和の美しさに癒されながら… 鬼北生花展・お茶会開催

問 教育課 文化スポーツ係 内線 4112

日時 10月5日（土）、6日（日）
9時～17時 ※最終日は16時まで
※入場無料

場所 広見体育センター

流派

小原流、池坊、草月流、嵯峨御流

お茶会については、6日（日）10時～15時までとなっています。お気軽にお立ち寄りください。



お知らせ
info

10月は「環境にやさしい買い物キャンペーン月間」です！

問 環境保全課 環境衛生係 内線 2442

皆さん1人ひとりのちょっとした行動が社会を変えます！

環境にやさしい買い物を始めませんか？

- レジ袋を断り、マイバック（買い物袋）を使いましょう。
- 必要なものを必要なだけ買いましょう。
- 「地元産」「旬」の物を選びましょう。
- 包装はできるだけ少ない物を選びましょう。
- 容器が再使用できる物を選びましょう。
- 長く使える物を選びましょう。



お知らせ
info

10月7日～13日は行政相談週間 行政相談所を開設します

問 総務財政課 行政係 内線 2206

10月7日（月）から13日（日）までは「行政相談週間」です。

鬼北町では、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します。相談は無料で、秘密は固く守られます。お気軽にご相談ください。

日時

10月18日（金） 9時～15時

※ひまわりは10時から

場所

【広見地区】 総合福祉センターひまわり

【日吉地区】 日吉保健センター

行政相談委員

【広見地区】 芝田 治子

【日吉地区】 芝 典子

相談内容

道路、河川、社会福祉、生活衛生、窓口サービスに関する相談等

お知らせ
info

令和元年度8月の鬼北町工事入札結果

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
6	鬼北町農林業者トレーニングセンター消火設備改修工事	下鍵山	既存消火設備をパッケージ型消火設備に改修	兵頭電気(株) 1,504,000	教育課
6	鬼北町中央公民館消火設備改修工事	近永	既存消火設備をパッケージ型消火設備および移動式粉末消火設備に改修	兵頭電気(株) 3,676,000	教育課
23	鬼北町立小学校遊具整備工事	内深田 奈良 下鍵山	移行吊輪2基・ジャングルジム・滑り台2基の設置	(有)アサノ設備 大洲支店 3,730,000	教育課
23	下鍵山公園遊具整備工事	下鍵山	下鍵山公園の遊具を整備	(有)アサノ設備 大洲支店 6,800,000	日吉支所
23	30災国補第3471号板釣川河川災害復旧工事	父野川下	施工延長 L=25m、石積工 A=101㎡	(有)日吉建材運輸 5,870,000	建設課
23	30災国補第3478号長谷川河川災害復旧工事	上鍵山	施工延長 L=10.5m、石積工 A=32㎡	日吉綜合建設(株) 1,830,000	建設課
23	30災国補第3518号西本村川河川災害復旧工事	下鍵山	施工延長 L=33m、石積工 A=118㎡	日吉綜合建設(株) 8,100,000	建設課

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

10月27日(日)

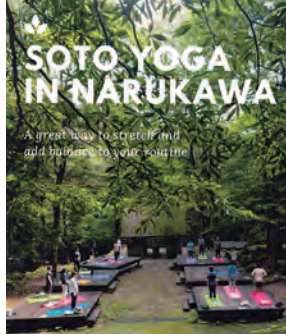
9時～16時30分

なお、閉庁日のため、マイナンバーに関する手続きのみの対応となります。

問い合わせ

町民生活課 戸籍住民係
内線2111～2113

**成川溪谷の自然に囲まれ
ながらヨガを楽しもう!**



日時

10月6日(日) 9時30分～

場所

成川溪谷

参加料

1,500円

※高月温泉入浴券付き

講師

トータルセラピスト
門多えみ子さん

申し込み・問い合わせ

地域おこし協力隊

内線2216

**えひめ結婚支援センター
「愛結び」会場開設**

日時

10月20日(土)※予約が必要

13時～16時(受付は15時まで)

場所

中央公民館 2階研修室

問い合わせ

企画振興課

地域活力創出係

内線2213

▼えひめ結婚支援センター
南予事務所

☎0893-5716705

**野良猫(地域猫)対策支
援事業の開始について**

愛媛県では、年々数は減っているものの、未だ年間2,000弱の猫が殺処分されており、そのほとんどは野良猫が生んだ猫だと思われています。獣医師会では、野良猫の避妊手術を無料でを行い、野良猫予備軍を減らすことにより、消される尊い命を一つでも減らせることができばとの願いから、今年度も「野良猫対策支援事業」を実施します。

事業の対象となる猫

生後6カ月以上のメスの野良猫

受付期間

10月1日(火)～10月31日(木)

※予定枠に到達時点で終了
申込窓口

役場 環境保全課

問い合わせ

公益社団法人

愛媛県獣医師会

☎089-948-5367

**2020年版「えひめ県
民手帳」好評発売!**

10月上旬から県内の書店

コンビニで購入できます。

▼入れ替え可能な表紙4種類

■みきゃんとタラクみきゃんのシールと、オリジナルみ

きゃん福笑いシール付き

問い合わせ

愛媛県統計協会

☎089-912-2271

**「まじめえひめ」プロジェクト
県民インタビュー動画公開**

県民性である「まじめ」に着目し、愛媛県で展開中の「まじめえひめ」プロジェクトの認知拡大、イメージ定着のため、県民の方々へのインタビュー形式の動画を公開しました。毎週金曜日に追加配信していきます。

公開日

令和2年3月31日(火)まで

問い合わせ

愛媛県まじめ課(プロモーション戦略室)

☎089-912-2280

未来への約束を「公正証書」が守ります!

10月1日から7日は「公正証書」です

公正証書では次の事務を行っています。

▼公正証書遺言・任意後見・離婚・債務弁済等の作成

▼私署証書・会社の定款に対する認証

▼私署証書に対する確定日付の付与等

10月6日(日)は公正証書開庁し、無料で相談を受け付けています。

問い合わせ

宇和島公正証書

☎0895-2512292

**四国電力から広域停電時の
停電区域などの確認方法について**

台風・地震などの災害により、広い範囲が停電した場合など、四国電力への電話が大変つながりにくくなる場合があります。

停電情報については、「停電情報専用ダイヤル」または「四国電力ホームページ」でも確認することができますので、ご利用ください。

停電情報専用ダイヤル

☎0120-4591272

「人権・行政・心配ごと相談」

日時 10月18日(金) 9時～15時

※ひまわりは10時から

場所 ◆鬼北町総合福祉センターひまわり

◆日吉保健センター

閩人権…町民生活課戸籍住民係 内線2113

行政…総務財政課行政係 内線2206

心配…社会福祉協議会 ☎45-3709

自動車事故
被害者援護制度について

【育成資金貸付制度】
対象者

自動車事故により保護者が死亡または重度後遺障がい者となられた方の0歳から卒業までのお子さん

返済期間

中学卒業後20年以内

※大学等進学の場合猶予あり

【介護料支給制度】
対象者

自動車事故が原因で、脳・脊髄・胸腹部臓器を損傷し、

重度の後遺障がいを持ったため、常時または随時の介護が必要なる状態にある方

問い合わせ

自動車事故対策機構ナス

バ愛媛支所

☎089-960-0102

10月は個別労働関係紛争 処理制度周知月間です

突然の解雇、賃金未払い、パワハラ、納得できない労働条件、適切な職務命令に従わない従業員など、労働者と事業主との労働関係トラブルの無料労働相談を実施します。

夜間電話相談

10月10日(木)・17日(木)
20時まで

労働委員専門相談

10月25日(金) ※事前予約

問い合わせ

愛媛県労働委員会事務局
☎089-912-2996

林業退職金共済制度林退 共の退職金請求について

林退共は昭和57年に発足した林業界で働く方のための退職金制度です。

以前、林業の仕事に従事されたことがあり、その当時、林退共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まだ受け取っていない可能性があります。

最寄りの支部または本部へ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

募集等

令和2年度入校選考(前期募集)のご案内

募集科目

高等学校卒業者を対象とした2年間課程

▼メカトロニクス科

▼自動車整備科

▼メタル技術科

入校日

令和2年4月10日(金)

願書受付締切日

10月18日(金)必着

選考試験日

10月25日(金)9時30分～

問い合わせ

県立新居浜産業技術専門学校
☎0897-434123

サイパン交流40周年記念 事業無料ご招待

内容

ホームステイ・クリスマス体験・文化交流・地域見学・野外活動等

研修国

サイパン

日程

12月27日(金)～1月2日(木)

対象者

小学校3年生～高校3年生

応募方法

電話またはホームページより資料請求の上、ハガキにてご応募ください。定員を超え

る場合は、厳正な抽選を行い、招待状の発送をもって発表にかえさせていただきます。

締切日

10月18日(金)

問い合わせ

公益財団法人
国際青少年研修協会
☎03-6417-9721

相談

無料法律相談会

10月1日から7日は「法の日週間」です

日時

10月2日(水)※予約不要

①10時～12時

②13時～15時

受付時間

①9時30分～11時30分

②13時～14時30分

場所

松山地方裁判所宇和島支部

庁舎内

相談内容

金銭関係、不動産関係、家庭関係の悩み事等、何でもお気軽にご相談ください。

問い合わせ

松山地方裁判所宇和島支部
☎0895-22-0091

催し

こみきゃん誕生1周年記念イベントを開催します

愛媛県イメージアップキャラクター「こみきゃん」の誕生1周年をお祝いするイベントを開催します。

日時

10月20日(日)

場所

えひめこどもの城

問い合わせ

愛媛県広報広聴課広報係
☎089-912-2241

パネルディスカッション 裁判員経験者と考える

日時

10月6日(日)
13時～16時30分

場所

愛媛大学南加記念ホール

内容

〔第1部〕

▼裁判員制度の説明

▼裁判員裁判の松山における運用状況、制度の課題等

▼量刑の考え方について

〔第2部〕

▼裁判員経験者を交えたパネルリスト(大学教授、裁判官、検察官、弁護士)による意見交換

問い合わせ

愛媛大学法文学部
事務課総務チーム
☎089-927-9203

2019年10月1日、消費税・地方消費税の税率は10%へ。

※10%のうち2.2%は地方消費税です。

ポイント1 税率上げは社会保障制度を次世代に引き継ぎ、みんなが安心できる社会にするために必要です。

みんなが安心できる社会にするためには、安定した財源を確保し、社会保障制度を、次世代に引き継ぐとともに、全世代型へ転換していく必要があります。そのためには10%への税率の引上げが必要です。

ポイント2 引上げ分は、すべての世代を対象とする社会保障のために使われます。

引上げ分は、消費税・地方消費税ともに、子ども・子育て、医療・介護、年金など、子育て世代・現役世代を含む全世代を対象とする社会保障の充実と安定のために使われます。

ポイント3 家計と景気、両方の視点から対策を実施します。

飲食料品(お酒・外食を除く)と新聞(定期購読契約、週2回以上発行)に係る税率を8%に据え置きます(軽減税率制度)。このほか、家計や景気への影響を緩和するための各種対策を実施します。

知っていますか、地方消費税

一般に「消費税」と言うのは、消費税(国税)と地方消費税(地方税)を合計したものです。地方消費税収は、地方自治体の貴重な財源として、住民の皆様身近な行政に生かされています。

政府広報 消費税

ふる里・鬼北町を誇りに友と迎える20歳

◎令和元年度鬼北町日吉地区成人式

「令和元年度鬼北町日吉地区成人式」は8月14日、日吉住民センターで開催され、今年成人を迎える13人のうち、11人が出席しました。

県内でも珍しく夏に行われる日吉地区の成人式。兵頭誠亀町長の激励のあと、新成人一人ひとりに記念品が手渡されました。謝辞では、新成人を代表して若山翔さんが、「謙虚な気持ちとチャレンジ精神をもって、若者らしくさまざまなことに挑戦していきたい」と、決意の言葉を述べました。

式典終了後は、懐かしい友人たちとの再会を楽しみ、それぞれの近況を報告し合っていました。



大自然に広がるピザのいい香り

◎成川溪谷ピザ祭り



「成川溪谷ピザ祭り」は8月18日、成川溪谷休養センター下の駐車場で開催されました。

鬼北町産の夏野菜を使ったトマトソースのピザと、特産品のきじ肉を使用した柚子味噌ベースの2種類のピザが味わえるこのイベント。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。すると、5分ほどでピザ窯から美味しそうな香りが漂い始めました。

ピザが焼き上がると自分好みのサイズにカット。広大な自然に囲まれて食べるピザ、来場者たちは「格別」と言わんばかりに、口いっぱいピザを頬張っていました。

◎六地藏奉納相撲大会



無病息災を願い
体と体をぶつけ合う

「六地藏奉納相撲大会」は8月24日、武左衛門広場で行われました。

下鍵山地域を災いから守るとされている六地藏に対する感謝と供養を示すと言われている本大会。会場では、子どもたちが可愛らしくもたくましい取り組みを繰り広げていました。

◎各地区納涼大会



老若男女全員で
夏を彩る優雅な舞

8月11日から16日までの間、町内各地区で納涼大会が開催されました。

地元の人たちや帰省していた人たちの賑やかな声が響き渡る各会場。地区ごとに異なるさまざまな音楽に合わせて、参加した人たちは日本の夏の風物詩である盆踊りを楽しんでいました。

◎鬼灯まつり



「鬼」の文字がつく
魅惑の果実

鬼北町発掘隊(隊長・上甲民治)が主催する「鬼灯まつり」は9月1日、道の駅森の三角ぼうしで開催されました。

会場では「鬼灯」を使ったかき氷などを販売。その甘酸っぱくて唯一無二の「鬼灯」の美味しさをPRしていました。

◎鬼北町放課後児童クラブ「ウン知育教室」



「腸」って大事
健康一番!

夏休み期間中の4日に渡り、鬼北町放課後児童クラブで、ヤクルト販売株式会社による出前授業「ウン知育教室」が行われました。

講座では、健康の要である「腸」の大切さや、歯磨きの大切さなどを、講話や体操を通して子どもたちに伝えていました。

◎鬼北町最高齢者訪問



5つの時代を生き抜いて
こられた清家さん

9月5日、鬼北町の最高齢者である清家豊子さん=興野々=を、兵頭誠亀町長が訪問しました。

この日、清家さんに兵頭町長から激励の言葉とともに、表彰状と記念品が手渡されました。今年で108歳を迎えられた清家さん。令和の時代もずっとお元気で過ごされることを願っています。

◎夜神楽・キャンドルナイトイベント



「素敵な夜になるように」
願いを込めて...

9月28日に開催される「鬼の里の夜神楽」と「ひよし星降るキャンドルナイト」のイベントとして、9月3日、日吉小学校児童、愛媛大学生、富母里神楽保存会が協働し、「燈籠」と「キャンドル」作りが行われました。慣れない作業に悪戦苦闘しながらも、カラフルなキャンドルや燈籠が作られていました。

5・7・5に乗せて



愛媛若葉ひろみ句会

南瓜切る抜き差しならぬ出刃包丁

伊藤 京

青柚子の数たしかめつ夕散歩

小西 あや

年毎の輪が小さくなる盆踊り

高田 弘子

木となりて空き家を覆う夏蓬

藤田 光子

疵持たぬ樹木はあらず蝉しぐれ

浜田 千鶴

師との句會長きに別れ天の川

福本 恵子

ふるさとの風をまといて踊りけり

高橋 妙

産土の神起したる蝉しぐれ

松岡 寛孝

愛治俳句会

水澄みて底に波紋が映りたり

氏本佐喜恵

芋炊きの大鍋を出す帰省子に

金子 和子

地下足袋に荒縄巻けり蓮根堀

渡邊三代子

夏惜しむ海面に石滑らせて

木原 幸江

牛送る道万本の曼珠沙華

土居原佳子

天高し煙一筋昇りゆく

古谷 久代

夕焼けやたましひぬけて遊ぶ子ら

末廣 典子

鬼王丸のほのぼの日記

10月号の「鬼王丸のほのぼの日記」は、都合によりお休みいたします。誠に申し訳ございません。来月号をぜひお楽しみください。

チャリティーバザーにご協力ください!

鬼北町女性団体連絡協議会では「でちこんか2019」において、チャリティーバザーを開催します。

今年のバザーの売り上げは、鬼北町災害支援金として、被災された方々の支援に役立てたいと検討しています。

ご協力いただける方は、10月8日(火)までに役場、支所、公民館、または各女性団体長までご持参ください。

なお、衣類等は、新品またはクリーニング済みの物に限ります。

☎女性団体連絡協議会事務局 内線2212

消費生活だより



「温水器の無料点検に来たはずが、屋根の修理が目的だった！」

最近、町内に「太陽熱温水器を無料で点検します」と電話がかかっています。先日、「太陽熱温水器の点検だと思ってOKしたら、瓦にすき間があると言われ、強引に屋根の修理工事を契約させられてしまった」という相談がありました。

特定商取引法では、訪問販売をするときは、その勧誘に先立って相手方に対し、氏名や勧誘目的等をはっきりと告げなければならないと定められています。でも、それでは言下に「いりません!」と断られてしまうため、「太陽熱温水器を無料で点検します」とうまい話で関心を引き、屋根に上るきっかけを作ろうとします。

上記の業者は今年3月末に四国経済産業局から行政

処分を受けたにも関わらず、また同じような手口で屋根の修理工事を勧誘していることが分かりました。しかも、「キャンセルは絶対できない」とクーリング・オフ妨害までしていたのです。今回は無事クーリング・オフできましたが、このような悪質業者と関わると、契約をやめるにも骨が折れます。

皆さんはくれぐれも「無料」に騙されないようご注意ください。困ったときは役場消費生活相談窓口まで!



消費者庁イラスト集より

エイダ&デビン&クリスデールの鬼の里Diary



Devin's Story

「Why did I come to Japan article」

子どもの頃、私はさまざまなアニメを見て育ちました。「日本語を学びたい」と思ったきっかけも、日本のアニメでした。私の祖父母は英語に加え、スペイン語を話すことができたので、私にスペイン語を習ってほしかったみたいですが、私はどうしても日本語の勉強がしたくてたまりませんでした。

アメリカの大学では英語、写真、そして日本の文化や言語について学びました。在学中、私はいつか日本に行ってみたくずっと思っていました。その夢は2016年にやっと実現！京都府にある立命館大学への留学が決まったのです。立命館大学では、5週間という短い期間ではありましたが、本場日本で日本について学ぶことができて、とても楽しかったです。たくさんの友人もできて、

さまざまな観光地に連れて行ってもらいました。夢のようなあつという間の5週間でした。忘れられない思い出です。それ以来、私は「また日本に行きたい」と思うようになりました。

卒業後、私は英語の先生になりたいという夢があったので、今回鬼北町でALTとして働けることが本当に嬉しいです。今回、日本の子どもたちに英語を教える機会と、私に日本語を学ぶ機会を与えてくださり、心から感謝しています。私はまだまだ日本語を上手に話すことができませんが、自分の努力次第で今より上手く話せるようになると思います。せっかく日本に来たので、一生懸命勉強し、早く鬼北町の皆さんと日本語で話せるように頑張りたいです。温かく見守ってください。



**鬼北町外国語指導助手
通称：デビン**

アメリカ合衆国ニューメキシコ州出身
※毎週水曜日、エイダ、クリスデールとともに英会話教室を開講しています。

地域おこし協力隊のゆうゆう自適日記



皆さん、こんにちは！
日増しに涼しくなり、過ごしやすくなってきました。
大好きな夏がもう恋しいです。



地域おこし協力隊2年目
はやかわ ゆうこ
早川 優子

8月18日、東京有楽町交通会館グリーンルームにて、愛媛県単独イベント「愛あるえひめ暮らしフェア」に鬼北町担当として参加してきました。

全体でなんと！78組107人の皆さんにご来場いただきました。愛媛県に興味を持ち移住を考えている方々が増えているとは聞いてはいましたが、鬼北町ブースでも過去最高の方々とお話できました。

また、私が移住してから撮り続けている鬼北町の素敵な景色の写真を見て、「行ってみたい」と足を止めてくださったお客さまがいました。まずは、大好きな鬼北町をもっと知ってもらい、「鬼北ファン」を増やしたいです。



▲「愛あるえひめ暮らしフェア」の各ブースの様子

きほくのまち人探訪



ほそおか にいな
細岡 新菜 さん

9月7日から13日までの1週間、インターンシップ(就業体験)として、日吉農林公社で経験を積んだ細岡新菜さん(神戸市出身)は、兵庫県立大学の3年生。大学の講義やゼミで森林環境などについて学び、林業に興味を持った細岡さんは、実際に「現場」を見るため、林業人材派遣センターで見つけた日吉農林公社にやってきました。

毎日8時から17時までの間、公社の職員とともに現場に立ち、木の伐採や伐採した木の運搬などを手伝ったという細岡さん。「もっと重労働だ

と書いていたけど、機械が人間の手のように動くから驚いた。女性でもできそう」とにっこり。また、「マイナスイオンを浴び、鳥や虫の声に癒されながら作業するから、全く辛くない。あっという間に17時を迎える」と、林業の魅力を話していました。

初めて訪れた愛媛県鬼北町。「皆さん本当に優しい。見ず知らずの私に対しても、すれ違いざまに挨拶してくれてとても嬉しかった」と微笑む細岡さん。「家族のように温かく、自然も人柄も魅力的な町」と、鬼北町の印象を振り返っていました。

卒業後、林業に携わる仕事がしたいと考えている細岡さん。「このインターンシップを通して得た知識や経験を活かし、今後も林業に取り組みたい」と、「林業女子」として山に飛び込む日を心待ちにしている姿がそこにありました。



▲職員の指導を受け木を伐採する細岡さん

北宇和病院
だより

北宇和訪問
看護ステーション

鬼北町は県内でも高齢化率5位、65歳以上の人口が44.14%を占めている地域です。訪問看護の目的は、対象者が在宅で主体性を持って必要な資源を活用し、生活の質を高めるために訪問看護師等が健康の保持、増進、回復を図り、もしくは疾病や障がいによる影響を最小限にとどめることです。また、安らかな終末を過ごす支援をすることです。分かりやすく言えば、病院から退院しても切れ目なく訪問看護が引継ぎ、再入院を防ぎ、住み慣れた自宅で長く療養ができるように支援することです。

北宇和訪問看護ステーションは平成18年に開設されました。現在は看護師3名、理学療法士1名、作業療法士1名の5名体制で鬼北町、松野町、旧三間町を中心に活動しています。飽和状態でお断りしていたリハビリは、専門技術師が2名体制になってから順調に利用者も増えています。今後も利用者が安心して在宅生活を送れるよう、地域から信頼されるステーションを目指していきます。

六地藏奉納相撲での一コマ。可愛らしい取り組みに、会場は思わず優しい笑顔に包まれました。



今月の一枚

編集後記
▼「食品ロス」削減のために、自分たちが今すぐ実践することがたくさんあったので、実践しようと思えます。(悠)

お詫びと訂正

広報きほく9月号に誤りがありました。お詫びの上、訂正します。

P14 せせらぎ魚っちゃんぐの開催日

(誤) 8月4日

(正) 8月11日

Happy Birthday

げんき
10月生まれの元鬼っず ー元気な鬼北っ子ー



かわぞえ
川添
あやの
礼乃ちゃん
1歳 永野市

楽しい毎日をありがとう。これからも礼乃ちゃん
の笑顔でみんなを幸せにしてね。



かなや
金谷
るい
琉生くん
1歳 近永

お誕生日おめでとう☺️家族みんなが、琉生に
メロメロだよ♡たくさん食べて、大きくな
〜れ♪



さくらい
櫻井
らん
蘭ちゃん
1歳 出目

らんちゃん。1歳のお誕生日おめでとう!!
いっぱい食べて遊んで、大きくなってね!



かわぞえ
川添
みつぎ
美月ちゃん
3歳 永野市

ハッピーバースデー美月♡歌うことが大好き♪
おままごと大好き!これからも元気に
すくすく大きくなってね!



まつら
松浦
ゆずき
柚希くん
3歳 近永

家の中でも外でもサッカーが大好きで、将来が
楽しみです!妹も可愛がってくれて、
これからも仲良くね♡



ふくいり
福入
かの
香乃ちゃん
2歳 近永

お姉ちゃんよりも強いパワフルかのちゃん!
これからも家族みんなをいっぱい笑わせて
ね☺️

ほくほく鬼北 家族の絆

人から人につなぐ絆リレー

No.102

家族が増え、楽しみがまた一つ

松田 慎太郎さん 陽代さん

春男さん 恵子さん
陽葵ちゃん 侑也くん 匠真くん



奈良の松田さん家族。ほのぼのとした雰囲気

に包まれた仲良し家族です。結婚9年目を迎えた慎太郎さんと陽代さん。8月に次男の匠真くんが誕生し、ますます賑やかになりました。「2人目と6歳差があるので、また一から子育てできるところが楽しみ」と、慎太郎さんと陽代さんは胸を弾ませます。また、しつかり者の長女の陽葵ちゃんと、天真爛漫な長男の侑也くんにとっても、弟の匠真くんはアイドル的存在。陽代さんは、「頼もしいお姉ちゃん、お兄ちゃんに囲まれて、これまでとは違った子育てができそう」と、笑みを浮かべていました。

慎太郎さん家族にとって、2軒隣に住む慎太郎さんの両親の存在はとても偉大なもの。「いないことが考えられない」と話すほど、感謝の思いでいっぱいです。また、日曜大工が趣味の春男さん。可愛い孫たちのために、慎太郎さん宅の庭にブランコを作るほどの腕前です。陽葵ちゃんや侑也くんもまた、そんな優しいおじいちゃん、おばあちゃんが大好きです。

休日は陽葵ちゃんと侑也くんが習っているサッカーの試合の応援に行くことが多いという松田さん一家。「子どもたちがもう少し大きくなったら、家族皆で旅行がしたい」と、子どもたちの成長とともにいくつもの思い出が刻まれていくことでしょう。今回は慎太郎さんの叔父さんである井伊満徳さんご家族です。

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日吉支部一

簡単バランスレシピ～主菜編 『ポークソテーのキウイソースかけ』

栄養バランスの良い食事の目安として、「主食・主菜・副菜をそろえる」という考え方があります。「主菜」とは肉・魚・卵・大豆製品などを使ったおかずのことで、主にたんぱく質が多くとれ、筋肉や骨等の体を作ります。また、免疫の源として大切なので、高齢になってもたんぱく質の必要量はほとんど変わりません。毎食適量ずつしっかり食べて虚弱にならない体づくりを心掛けてください。

魚料理と肉料理を交互にしたり、ヘルシーな豆腐料理を時々とり入れるなどして、いろいろな料理を楽しみながら健康アップになると良いですね。目安量は下記をご覧ください。

【1日に必要な肉・魚等の目安】これを全て食べると1日分の目安！しっかり食べましょう！

- 鮭…1切れ(70g) ● 豚ロース肉…50g ● 卵…1個(50g)
- 納豆…1パック(50g) ● 牛乳コップ…1杯

材料(4人分)

豚ロース(薄切り、脂身なし)…50g×4切れ、塩・こしょう…各少々、サラダ油…小さじ1、キウイ…小1個(60g)、オリーブオイル…大さじ1、塩…小さじ1/6、キャベツ…160g、パプリカ(赤)…20g、ペビーリーフ…60g、ミニトマト…12個(60g)

1人当たりの栄養量

エネルギー：166kcal たんぱく質：10.0g 脂質：11.2g
炭水化物：6.1g 食塩相当量：0.6g

作り方

- ① 豚肉は塩・こしょうをする。キャベツとパプリカは千切りにし合わせておく。
- ② キウイは皮をむき、すりおろしてオリーブオイルと塩を混ぜる。
- ③ フライパンにサラダ油を熱し、豚肉を色よく焼く。
- ④ ペビーリーフとミニトマト、①のキャベツとパプリカをのせた皿に③の豚肉を盛り付け、②のキウイソースをかける。

塩・こしょう味の豚肉に甘酸っぱいキウイソースがよく合います。手軽でオシャレなメニューです。

