

広報

八ヶ岳

2023

No.222

ひと・里・森がふれあいともに輝く元気なまち



令和5年
新年のご挨拶

P2

グラウンド・ゴルフをやってみよう P4

木のおもちゃで遊びたい P6

連載

町内事業所紹介⑦ P7

ぐるっとレポート P8

役場からのお知らせ P10

News & Information P15

ふるさと魅力発信 P20

くらしの情報、文芸ほか P26

今月の表紙

雪の落合集落 ~76センチの記録的大雪~
(露峰地区)

新年のごあいさつ

初春のお慶びを申し上げます。

令和5年の幕開けです。今年の干支は卯の年、「これまでの努力が花開き、実り始める縁起の良い年」になるといわれています。皆様におかれましては格別に飛躍の年になりますようお祈り申し上げます。

さて、年末には予想だにしない大雪に見舞われました。間断なく降る雪は76センチにも達し、集落の孤立・電線の断線・水道の断水等、未曾有の雪害となりましたが、皆様の協力・自衛隊の人力スコップ部隊の支援をいただき、なんとか乗り越えることができましたが、お亡くなりになられた方のご冥福をお祈り申し上げると共に、被害を受けられた方々にお見舞い申し上げます。

今回の大雪は温暖化による海水温度の上昇が原因といわれておりますが、線状降水帶による大雨での土砂災害・南海トラフ大地震等災害に対する備えの重要さを感じさせられました。改めて災害対策をしっかりと立ててまいります。

久万高原町長 河野 忠康



また、「コロナ前そんな昔は忘れたな」こんな川柳が詠まれるようになります。コロナ禍は身近な毎日の生活・経済活動に大きな影響を与え、閉塞感漂う社会となりました。落着きを見せ始めていましたが、ここにきて再び感染者が急増しています。町民の皆様にはどうか今一度、基本的な対策を思い起こし、感染回避に努めていただきますようお願い申し上げます。

世界情勢が不安定となり、原油価格や物価の高騰などたくさんのが課題が浮き彫りになっていますが、一方で追い風も感じています。

コロナ禍のなかで、久万高原の澄んだ空気を胸いっぱい吸ってみたいと思われたのでしようか、昨年もキャンプや散策にカルスト高原や面河渓谷へびっくりするくらいの大勢の皆様にお越しいただいております。

改めて地域の宝であります自然環境の有難さを実感しました。また、基幹産業の林業の持つ多面的な機能が評価をされています。特に昨今の地球規模での対応を迫られている

“カーボンニュートラル”については、温暖化の元凶といわれている二酸化炭素の吸収源としての役割に大きな期待が寄せられ、ENEOS(株)とのカーボンクレジットの契約をはじめ、日本を代表する多くの企業からも連携協定の申し込みもいただいており、我が町の可能性を感じる一年でした。

また、国も公共の建物への国産材の利用推進からさらに、一般的の建物への木材の利用を促す法律を制定しました。只今材価も従前よりも高値で推移をしており久万高原町産材のブランド化を不動のものとしてまいりたいと思います。

農林業の振興をはじめ、引き続き、移住促進・高齢者の皆様の足の確保・子育てにやさしいまちづくり・若者が住んでみたくなるまちづくりに努めてまいります。

私も年男。うさぎのようにピョンピヨンと跳ねながらも時々止まって周りを見回しながら皆様と一緒に誇れるふる里づくりに頑張ってまいります。本年もどうぞ宜しくお願ひ申し上げます。

グラウンド・ゴルフをやってみよう



ねんりんピックリハーサル大会始球式の様子

グラウンド・ゴルフってどんな競技？

勝ち!! まず初めにボールを置くゴムマット（スタートマットといいます）から1打目を始めます。旗のついているポスト（ホールポストといいます）にボールが入るまでの打数を数えて、打数が少ない方が

簡単。グラウンド・ゴルフのルールはとっても簡単。

令和5年は愛媛県で開催され、久万高原町では10月29日（日）～30日（月）にグラウンド・ゴルフの交流大会が開催されます。

60歳以上の高齢者を中心としてあらゆる世代の人たちが楽しみ、交流を深めることができます。

「ねんりんピック」の愛称で親しまれている「全国健康福祉祭」は、

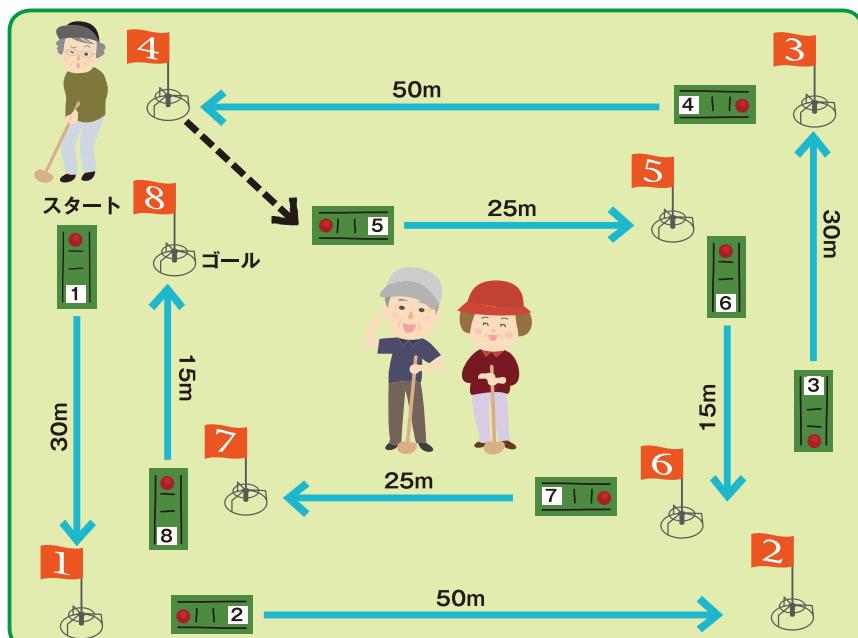
ホールインワンとなつて全ホールの合計打数が5マイナス3点となります。

いつも、どこでも逆転可能なのが魅力です！

もしも、一打で旗のついているポストに入つたら…

集計したスコアを成績として、一緒にプレーされた方と比べて勝敗を競います。

グラウンド・ゴルフの標準コース



スタートマット



クラブ



ボール



ホールポスト

▼エチケットも大事

一緒に回っているプレー

ヤーが打つ時にはおしゃべり

は控えましょう。

ボールや旗のついているボ
ストの近くや後ろに立つのも
マナー違反です。自分の作った地面の削れや
足跡は次の人迷惑にならな
いよう直していきましょう。

みんなが気持ちよくプレー
できるよう、エチケットは守
りましょう。

▼禁止されていること

プレー中はどんな練習もし
てはいけません。ほかの方の
迷惑となります。

道具はグラウンド・ゴルフ
協会が認定した「JGGA」
のマークがある道具しか利用
できません。

そのほかにもいろいろなエ
チケットやルールがあります
が、簡単な決め事ばかりです。
先輩のグラウンドゴルファー
に聞けばすぐに教えてもらえ
ます。



愛好会の活動の様子

久万高原グラウンド・ゴルフ 愛好会が発足しました

ねんりんピックグラウン
ド・ゴルフ交流大会では、地
元参加枠として町内から6名
の方が出場することになります。
この機会に、自分たちも
楽しみながら町内でグラウン
ド・ゴルフの機運を高めようと、このたび「久万高原グラ
ウンド・ゴルフ愛好会」が発

ねんりんピックグラウン
ド・ゴルフ交流大会では、地
元参加枠として町内から6名
の方が出場することになります。
この機会に、自分たちも
楽しみながら町内でグラウン
ド・ゴルフの機運を高めようと、このたび「久万高原グラ
ウンド・ゴルフ愛好会」が発

難しい技術はいりません。
子どもから高齢者まで、何人
からでもプレーすることができます。
まっすぐ打てばホールインワンが出て、特典がつ
いて優勝することができま
す。

グラウンド・ゴルフは、健
康寿命を延ばし心身の活力の
向上が期待できます。2時間
の練習で6000歩程度歩き
ますし、クラブを振ったりス
コア計算をするので、筋力や
認知機能の低下の予防に適し
ています。

足しました。玉井春鬼会長、
沼田洋一事務局長を中心に活
動の輪が広がっています。

グラウンド・ゴルフは、ル
ルが簡単で、場所と道具があ
れば老若男女を問わず、いつ
でもプレー可能です。

町内でも毎月第1・第3水
曜日の午前中、町ラグビー場
で愛好会の方々が元気にプ

グラウンド・ゴルフの魅力

愛媛県グラウンド・ゴルフ
協会事務局長 野中 修

グラウンド・ゴルフは、樂
しい運動とおいしい食事を樂
しい仲間とともに、いつまで
もいつまでもプレーできるス
ポーツです。



【問い合わせ先】

保健福祉課

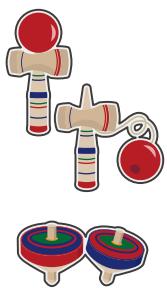
ねんりんピック準備室
(21) 1111
(内線329)

レーしています。道具を持つ
ていなくてもOK。数に限り
はありませんが道具を借りてプレー
できます。まずは始めて
みませんか。

木のおもちゃで遊びたい！

林業のまち、久万高原町では、平成29年度のウッドスタート宣言から「木育」を取り組んでいます。本年度の久万林業まつりでは木のおもちゃを集めた木育キャラバンを初めて開催することができます。大勢の子どもたちとご家族の皆さんに楽しんでもらえました。木育キャラバンに先立ち、町内で木育を広めてもらう仲間づくりとして、上浮穴高校生やこども園、幼稚園のスタッフが木育インストラクター養成講座に参加し、この度36名の木育インストラクターが誕生しました。

これからもさらに木育を推進していくため、こども園と全幼稚園に木製玩具を整備し、園児たちが普段から木のおもちゃに触れられるようになります。



自宅で安心して
過ごせるようサポート
地域包括支援センター
☎ 50-0230
役場保健福祉課内

久万高原町在宅医療介護連携推進事業

町内事業所紹介 ⑦



町内のさまざまなサービスを提供している医療機関
や事業所を、インタビュー形式で紹介します



施設外観



レクリエーションの様子



重藤博文施設長(上段左端)と職員の皆さん

必要な居住費・食費の負担を軽減できる制度もありますので、詳しい料金説明が必要な際には、ショートステイ施設久万の里へお問い合わせください。

シヨートステイ施設久万の里
（21）1000 菅生3番耕地580番地24
施設長より一言。
シヨートステイ施設久万の里は、指定介護老人福祉施設久万の里に併設した、短期的に施設に入所し、介護、支援を受けることができる在宅サービスになります。定員は18名で、日常生活で必要な介護をしながら、他のご利用者と落ち着いた生活ができるようにお手伝いをさせていただいています。1泊2日から利用が可能ですが、利用のご希望がありましたら、遠慮なく担当の介護支援専門員にご相談ください。

どういった人が利用できますか？
要支援または要介護の認定を受けられ、かつ専門的な医療行為や、入院治療の必要のない方であればどなたでも利用できます。在宅介護は精神的、身体的にも負担が大きく、無理をして介護者が体調を崩してしまうことがあります。ご家族の負担軽減はもちろん、冠婚葬祭、旅行などの時、一人暮らしの方でも施設を利用して気分転換や不安の解消に利用していただけます。

利用されている方はどのように過ごされていますか？
朝6時起床、7時朝食、10時ティータイム、12時昼食、15時おやつ、17時夕食となっています。入浴については、大浴場・機械浴室など身体状況によってご利用いただけます。また、余暇の時間を利用してレクリエーションを行ったり、看護師による健康観察をして、体調の異常に早期に対応できるようにしています。

1日の料金はどの程度となりますか？

要支援、要介護度によって1日の基本料金が違い、要支援1の方で446円（1割負担）、要介護5の方で874円（1割負担）となっています。それに食費、居住費、加算費用が合わさり、1日約2800円（約3300円）になります。要件を満たすことで施設を利用するのに必要な居住費・食費の負担を軽減できる制度もありますので、詳しい料金説明が必要な際には、ショートステイ施設久万の里へお問い合わせください。



建設工事統計調査 国土交通大臣表彰感謝状の贈呈

建設工事統計調査の長年の功績が認められたとして、株式会社久保建設（二名）が国土交通大臣から表彰され、11月18日、県庁において、感謝状の伝達式が行われました。

同調査は、国土交通省が公共機関や民間工事の受注動態を調査・把握し、経済・社会施策の基礎資料などとするため実施しており、建設業の動向を分析するうえで非常に重要な調査です。

全国スポーツ推進委員研究協議会優良団体表彰受賞

11月17日、18日に滋賀県草津市にて行われた、第63回全国スポーツ推進委員研究協議会滋賀大会で、久万高原町スポーツ推進委員が優良団体表彰を受賞されました。

地域のスポーツ振興活動などが評価されたもので、愛媛県スポーツ推進委員連合に推薦され、授賞式には委員長の西田満文さんが出席されました。



委員長の西田満文さん



株式会社久保建設の久保陽生社長(前列右)と県関係者

精神保健福祉事業功労者厚生労働大臣表彰受賞

精神保健福祉事業に業績をあげその功績が特に顕著であるとして、久万高原町精神保健福祉ボランティアグループゆきんこが、厚生労働大臣表彰を受賞されました。平成10年にグループを結成し、「あつぶるハウス久万」通所者との交流や活動への参加、グループホームの運営協力などを積極的に行い、精神障害者の保健福祉の向上に寄与されました。

精神保健福祉に関する功労者県知事表彰受賞 上浮穴郡精神障害者家族会 日の出会 光田 民江さん

平成3年に日の出会に入会され、理事に就任後はグループホームや共同住居の立ち上げ、作業所「あつぶるハウス久万」の運営などにも携わり地域保健福祉活動に積極的に取り組んでこられました。

また、平成27年度からは会長として家族会運営に尽力され、行政主催の連絡会にも参加するなど地域に根差した継続的な精神保健福祉の向上に



受賞された光田民江さん



代表の渡部嘉津彦さん

また、NPO法人ぱつかぽかや町事業の支援を行い、連携を図りながら地域精神保健福祉活動に尽力されています。



ぐるっとレポート

公民館活動に尽力！優良公民館職員表彰受賞

多年にわたり公民館の運営、事業の推進に尽力し、公民館活動の中心として功績をあげられた7名の方に優良公民館職員表彰が授与されました。

表彰を受けられた方は次のとおりです。（敬称略）

【愛媛県教育委員会教育長・愛媛県公民館連合会長連名表彰（優良公民館職員）】

- ・落合分館前分館長 大野 公博
- ・若山分館前分館長 菅 明雄
- ・若山分館前主事 菅 義史
- ・落合分館前分館長 大野 公博
- ・若山分館前分館長 菅 明雄
- ・若山分館前主事 菅 義史
- ・落合分館前分館長 大野 公博
- ・若山分館前分館長 菅 明雄
- ・若山分館前主事 菅 義史

和田 有司
鈴木 久義
田野 典孝
健 健

【愛媛県公民館連合会長表彰（優良公民館職員）】

- ・明神分館主事 和田 有司
- ・相の峰分館長 鈴木 久義
- ・東川分館長 田野 典孝
- ・黒藤川分館前分館長 健 健



若山分館前主事 菅 義史さん



若山分館前分館長 菅 明雄さん



落合分館前分館長 大野公博さん

愛媛国際映画祭2022 in 久万高原町

11月26日に産業文化会館ホールで愛媛国際映画祭2022 in 久万高原町が開催されました。

本町で2回目の開催となつた今回は、2作品の上映に加え、「明るい冬の星を見つけよう」をテーマに、久万高原天体観測館重藤遼太朗学芸員による特別講義を行いました。町内外からあわせて約160名が来場し、本町ならではの映画祭を堪能しました。

第31回全国バドミントン選手権大会壮行会



前列左から大野駆琉さんと、渡部祐由葉さん



特別講義の様子

多年にわたり公民館の運営、事業の推進に尽力し、公民館活動の中心として功績をあげられた7名の方に優良公民館職員表彰が授与されました。

表彰を受けられた方は次のとおりです。（敬称略）

【愛媛県教育委員会教育長・愛媛県公民館連合会長連名表彰（優良公民館職員）】

- ・落合分館前分館長 大野 公博
- ・若山分館前分館長 菅 明雄
- ・若山分館前主事 菅 義史
- ・落合分館前分館長 大野 公博
- ・若山分館前分館長 菅 明雄
- ・若山分館前主事 菅 義史
- ・落合分館前分館長 大野 公博
- ・若山分館前分館長 菅 明雄
- ・若山分館前主事 菅 義史

和田 有司
鈴木 久義
田野 典孝
健 健

【愛媛県公民館連合会長表彰（優良公民館職員）】

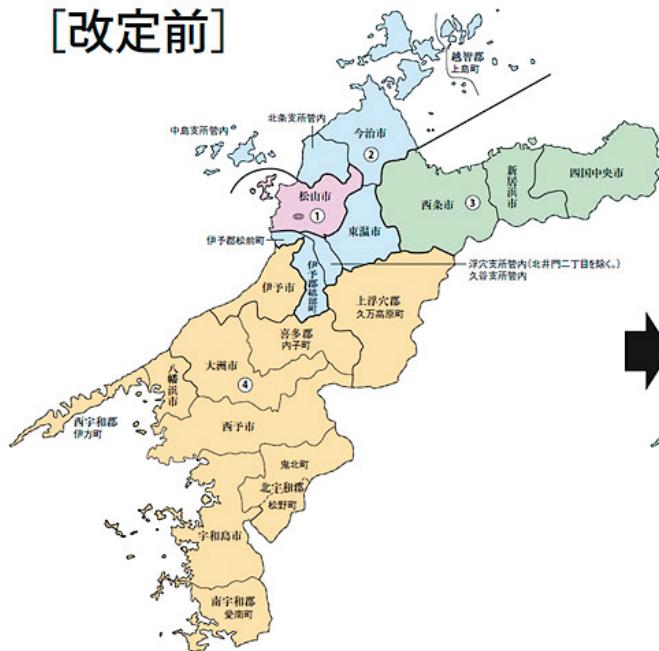
- ・明神分館主事 和田 有司
- ・相の峰分館長 鈴木 久義
- ・東川分館長 田野 典孝
- ・黒藤川分館前分館長 健 健

12月14日、町役場において、畠野川小学校6年生の渡部祐由葉さん・明神小学校5年生の大野駆琉さんが、12月23日から石川県で開催された第31回全国バドミントン選手権大会の愛媛県代表選手に選手たが出され参加するにあたり、両選手の活躍を祈って壮行会が開催され、河野町長、小野教育長、高橋議長より激励の言葉を贈りました。

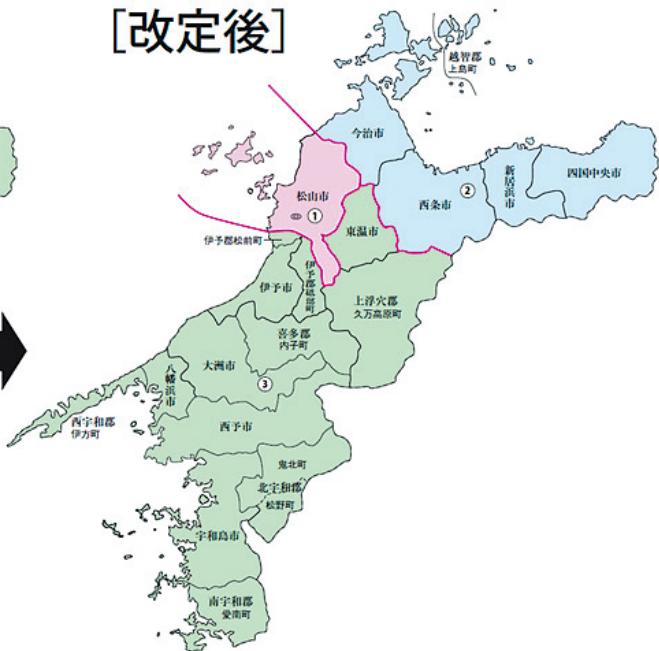


衆議院議員選挙の小選挙区が改定されました。
次の衆議院議員総選挙からは、新しい選挙区で選挙が行われます。

[改定前]



[改定後]



旧選挙区	第1区	第2区	第3区	第4区			
松山市 本庁管内 桑原支所管内 道後支所管内 味生支所管内 生石支所管内 垣生支所管内 三津浜支所管内 久枝支所管内 潮見支所管内 和氣支所管内 堀江支所管内	余土支所管内 興居島支所管内 久米支所管内 湯山支所管内 伊台支所管内 五明支所管内 小野支所管内 浮穴支所管内 (北井門2丁目に 属する区域に限る。) 石井支所管内	松山市 第1区に 属しない区域	今治市 越智郡	東温市 伊予郡	新居浜市 西条市 四国中央市	宇和島市 八幡浜市 大洲市 伊予市 西予市 上浮穴郡 喜多郡 西宇和郡	北宇和郡 南宇和郡
松山市	今治市 越智郡	新居浜市 西条市 四国中央市	東温市 伊予郡	宇和島市 八幡浜市 大洲市 伊予市 西予市 上浮穴郡 喜多郡 西宇和郡	北宇和郡 南宇和郡		
新選挙区	第1区	第2区	第3区				

問い合わせ先：選挙管理委員会 ☎ 21-1111



役場からのお知らせ

令和4年分の住民税、所得税および復興特別所得税の申告について

住民税等申告について

令和4年分の所得に対する
住民税、所得税および復興特
別所得税の申告期間は2月16
日（木）～3月15日（水）ま
でです。住民課では、役場本
庁・各支所・各地区の公民
館・集会所などで申告相談を
行います。各地区の日程につ
いては、各戸配布にてお知ら
せします。

松山税務署からのお知らせ

松山税務署では同時期に確
定申告会場を開設して申告相
談を行います。税務署の閉庁
日（土・日・祝日など）は、
19日と26日に限り、日曜日で
も受け付けを行います。
新型コロナウイルス感染症
の感染リスク軽減のため、申
告会場へ入場するための「入
場整理券」を発行します。整

相談および申告書の受け付け
は行っておりませんが、2月
19日と26日に限り、日曜日で
も受け付けを行います。

・松山税務署
■ 089（941）9121
・国税庁ホームページ
<http://www.nta.go.jp>

理券は、①当日会場での配
布、②LINEアプリで事前
発行の2通りがあります。窓
口での混雑を避けるため、で
きるだけLINEアプリによ
る事前発行をご利用ください。
贈与税の申告が必要な方に
ついては、松山税務署での申
告受付となります。

各会場に来場の際はマスク
を着用し、入場の際の検温お
よび手指消毒の実施にご協力
をお願いします。37・5度以
上の発熱が認められる場合な
どは、入場をお断りさせてい
ただきます。

【問い合わせ先】
・住民課 税務収納管理班
■ (21) 1111
(内線121)

国税庁LINE公式
アカウント

農業委員・農地利用最適化推進委員の 推薦・募集を行います

▼要件
【農業委員】
農業に関する識見を有し、
2月16日（木）

▼募集期間 1月20日（金）
～2月16日（木）

【農業委員】
農業委員会の所掌事務（農地
の売買や貸借の許認可、農地
転用の意見決定、耕作放棄地
の発生防止・解消など）を適
切に行うことができる者

▼推薦・応募の方法

担当区域で、担い手への農
地の利用集積、耕作放棄地の
発生防止・解消などに熱意と
識見を有する者

適任と思われる方を本人の
同意を得て3名以上か団体代
表者名で推薦、または自らの
応募により、募集期間内に久
万高原町農業委員会まで所定
の書類を請求のうえ、提出し
てください。

なお、男女共同参画社会の
実現に向けて女性の積極的な
推薦・応募をお願いします。

【農地利用最適化推進委員】
農地の利用集積、耕作放棄地の
発生防止・解消などに熱意と
識見を有する者

▼推薦・応募の方法

担当区域で、担い手への農
地の利用集積、耕作放棄地の
発生防止・解消などに熱意と
識見を有する者

久万高原町農業委員会事務局
(久万高原町役場内)
■ (21) 1111
(内線311)

担当地区	定数
明神	2名
入野	1名
久万	2名
菅生	2名
野尻	2名
畠野川	2名
直瀬	2名
父二峰	2名
面河	2名
美川	4名
柳谷	3名

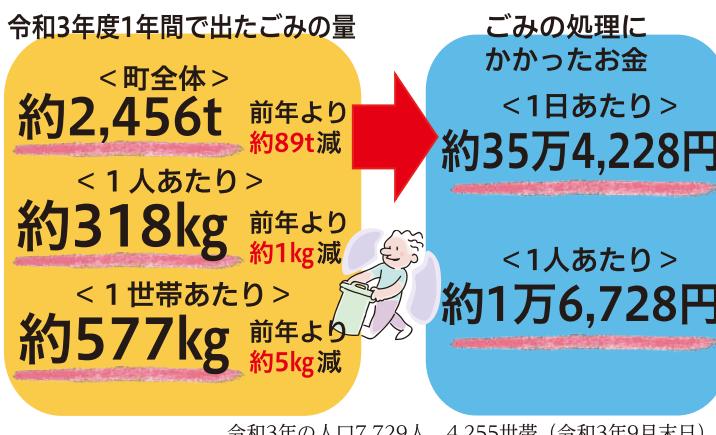
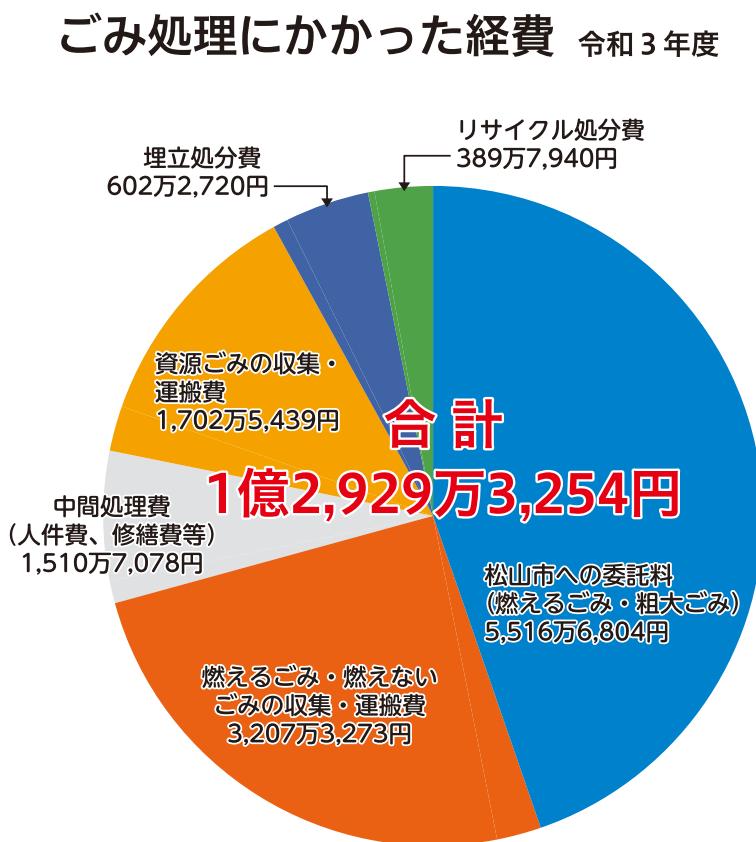
【農業委員】 14名
※公募時の地区割りは不問
【農地利用最適化推進委員】
18名（地区割りは左表参照）

【問い合わせ先】
久万高原町農業委員会事務局
(久万高原町役場内)
■ (21) 1111
(内線311)



令和3年度の ごみ処理の状況について お知らせします

ごみ処理に関して、町民の皆さんには「ごみの分別の徹底、ごみ出しマナーの遵守などでお世話になつております。今後もごみの減量、分別の徹底などにご協力をいただくため、令和3年度のごみ処理の状況についてお知らせします。



ごみ処理の経費について

ごみの処理には、ごみを集め る費用や集めたごみを処分する費用などがかかります。令和3 年度にかかった費用は、約1億 2,929万円でした。

ごみ処理には多額の費用がかかりますが、ごみ処理にかかる費用のうち約70%以上は、燃えるごみなどを処分するためにかかった費用です。

燃えるごみなどは、資源として再利用されないため、処分をするためにお金を支払う必要があります。一方、資源ごみは汚れが少なければ再利用が可能なため、缶や紙類など業者に買ってもらうことができるものもあります。

資源ごみを燃えるごみ・燃えないごみとして捨てるのは簡単ですが、一人一人が分別を実践していくことで、ごみの減量やごみ処理費用削減につながります。また、限りある資源を有効に使うためにも、ご協力をお願いします。

なお、ごみの分別により資源ごみ袋が足りない場合は、無料で配布をしていますので役場までは各支所にお越しください。

ごみ処理量について

令和3年度に環境衛生センターで処理したごみの量は2456t（前年度比約89t減）でした。（13ページの表参照）



役場からのお知らせ

- ①排出抑制：ごみとして出るものの量を減らす
- （具体的な取り組み例）
食品ロス（食べられないまま捨てられる食品）を減らす
生ごみの水切りを行う

町ではさらにごみ処理量削減のため「排出抑制」と「リサイクル率の向上」の2点に重点を置き、施策を進めていきます。

今後の方針

排出抑制について
燃えるごみのうち、生ごみについて水切りが不十分なものや、家庭から出される燃えるごみの中に資源ごみが多く含まれている傾向があります。燃えるごみの中には資源ごみが多くの場合で決まります。そのため水切りが不十分な生ごみや、雑紙などが燃えるごみに多く含まれています。

過剰包装を避ける
使い捨て製品を使用しない買い物はマイバッグを持参

項目	年度 H29 (2017)	H30 (2018)	R1 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	前年からの増減
燃えるごみ	1,810	1,828	1,831	1,764	1,703	△ 61
燃えないごみ	103	107	98	98	91	△ 7
資源ごみ	525	505	491	511	502	△ 9
かん	28	25	26	27	21	△ 6
びん	54	43	30	47	43	△ 4
ペットボトル	20	11	20	15	15	0
金属類	2	2	2	3	3	0
古着・古布類	15	17	16	19	13	△ 6
蛍光灯	2	1	1	1	1	0
乾電池	2	1	1	1	1	0
廃食用油	1	1	1	1	1	0
プラスチック類	27	28	29	32	34	2
小型家電	31	35	32	38	63	25
紙類	343	341	333	327	307	△ 20
新聞	91	76	72	59	57	△ 2
雑誌	97	91	73	83	68	△ 15
雑紙	23	45	59	51	48	△ 3
段ボール	113	108	107	115	116	1
シュレッダー	17	19	21	18	17	△ 1
紙パック	2	2	1	1	1	0
粗大ごみ	95	144	157	172	160	△ 12
総処理量	2,533	2,584	2,577	2,545	2,456	△ 89

まれていると、その分多くの費用がかかりますが、水切りや資源ごみの分別がきちんとできていれば、費用を抑えることができます。

- ②リサイクル率の向上：再資源化を行い、燃えるごみ・燃えないごみの量を減らす**
～具体的な取り組み例～
資源ごみは洗って分別する習慣をつける
無料の資源ごみ袋を活用する

リサイクル率の向上に向けて
ペットボトルや缶・びんなどは使い切ったその日のうちに汚れを落としてください。汚れを落とさないまま数日間放置してしまうと、汚れを落とすのに多量の水が必要になつたり、汚れが落ちずに燃えます。資源ごみはきちんと分別を複数回確認しています。

収集運搬時や処分作業時の、リチウムイオン電池などが原因による火災事故が全国的に発生しており、町環境衛生センターにおいても、缶やびんの資源ごみに刃物などが入っているのを複数回確認しています。異物の混入は重大な事故につながる恐れがあり大変危険ですので、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

配布しています。

環境整備課からのお願い

燃えるごみ・燃えないごみの分別をきちんと行ってください！

資源ごみ袋の中身は1種類のみ！異物を混入しないでください！

小型家電は、該当する品目以外は燃えないごみか、粗大ごみとして出してください。

【問い合わせ先】

環境整備課 環境衛生班
☎(21)1111(内線155)



元気歯つらつコンクール表彰伝達式

愛媛県中予保健所主催の「元気歯つらつコンクール」に1名の方が優秀賞、6名の方が入賞を受賞されました。このコンクールの推薦条件は80歳以上でしっかりと噛める自分の歯が20本以上ある元気な方です。推薦にあたっては毎年上浮穴郡歯科医師会のご協力をいただいています。

12月13日に久万高原町役場にて行われた表彰伝達式には、5名の方が出席されました。お口の健康を保つことは、全身の健康へもつながります。

参加された方の中には20年以上も前から継続して定期的に歯科医院を受診され、メンテナンスを受けておられました。また、多くの歯が残っていることで何でも美味しく食べられるし、しっかり踏ん張ることができると話されていました。



高岡 光保さん



和泉 愛子さん



高岡 明彦さん



新崎 五子さん



杉本 喜代孝さん

町には犬のウン尿の放置により迷惑をしている方々から、苦情相談が寄せられます。飼い犬の散歩の際には、必ずウン回収袋や尿の洗い流し用にペットボトルに入れた水など持参し、放置することのないようにしましょう。一部の心無い飼い主のために、迷惑をしている方がいらっしゃいます。また、責任をもつてウン尿の後始末をしている飼い主が誤解を受ける原因にもなったり、ご近所トラブルにもつながります。ウン尿の後始末は飼い主の責任です。放置しないようにお願いします。

町ではウンの始末の啓発用看板の配布を行っております。希望される方は環境整備課までお問い合わせください。



【問い合わせ先】
環境整備課 環境衛生班
**（21）1111
 （内線155）**

飼い犬のウン尿の後始末をしましょう



【問い合わせ先】
 愛媛労働局 賃金室
 〒790-8905 松山市若草町4-3
 電話 089(917)5250
 または、最寄りの労働基準監督署
 〒790-8905 松山労働基準監督署
 電話 089(935)5205

右記の特定最低賃金には、適用除外の労働者と、①から③の業種には適用除外の業種が定められており、これらに該当する場合は、愛媛県最低賃金（1時間853円）が適用されます。

時間854円	時間963円	時間947円	時間985円
⑤各種商品小売業最低賃金（1時間977円）	③電子部品・機械器具製造業最低賃金（1時間977円）	④船舶製造・修理業、舶用機関製造業最低賃金（1時間947円）	①バイス・電子回路、電気機械器具製造業最低賃金（1時間947円）

特定最低賃金改正

愛媛労働局では、特定最低金を改正し、令和4年12月25日から施行しました。施行後の最低賃金額は次のとおりです。



説明会は事前予約制ですので、事前にお問い合わせ先まで申し込みをお願いします。

松山税務署からのお知らせ 消費税インボイス制度等説明会について

説明会の名称	開催日時	開催場所	定員
インボイス制度説明会 (登録申請相談会)	1月23日(月) 14:00～14:50	松山税務署 松山市若草町4-3	30名
インボイス制度説明会 (消費税の仕組みから知りたい方向け)	1月23日(月) 16:00～16:50	松山税務署 松山市若草町4-3	30名
インボイス制度説明会 (登録申請相談会)	2月20日(月) 14:00～14:50	松山税務署 松山市若草町4-3	30名
インボイス制度説明会 (消費税の仕組みから知りたい方向け)	2月20日(月) 16:00～16:50	松山税務署 松山市若草町4-3	30名
インボイス制度説明会 (登録申請相談会)	3月22日(水) 9:00～9:50	松山税務署 松山市若草町4-3	30名
インボイス制度説明会 (消費税の仕組みから知りたい方向け)	3月22日(水) 11:00～11:50	松山税務署 松山市若草町4-3	30名
インボイス制度説明会 (登録申請相談会)	3月22日(水) 14:00～14:50	松山税務署 松山市若草町4-3	30名
インボイス制度説明会 (消費税の仕組みから知りたい方向け)	3月22日(水) 16:00～16:50	松山税務署 松山市若草町4-3	30名

お問い合わせ先
松山税務署 法人課税第一部 電話089-941-9121(代表) (内線312、313、314)
代表電話にお問い合わせい ただく際は、自動音声案内 に沿って「2」を選択して ください。

登録申請相談会については、説明会終了後、登録申請を希望される方を対象に申請手続きのサポートを行います。(詳細は、お問い合わせ先へ)

うちの子「結婚」しないのかしら?
独身のお子様の結婚相談承ります



お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。
まずはお気軽に仲人にご相談下さい
089-997-7411
結婚相談所ムスペル

創業明治八年
KIKUNO GROUP

セメント・生コン・コンクリート製品
地盤改良材・運送・自動車整備
キクノ 石鎚生コン 共立運輸 共立自動車



【1部】	優勝	中川 華帆
【2部】	準優勝	岡田 秀三
	優勝	後藤 森孫
	優勝	田丸 克巳
	優勝	梶川 春菜

Sports

スポーツ大会 結果

▼第36回B&G財団会長杯卓球大会(12月11日／久万中学校体育館)&G海洋センター体育館)結果は次のとおりです。

男子1部ダブルス	優勝	石丸七翔・沼田一樹(Team池メン)
男子2部ダブルス	準優勝	渡部佑也(久万アトムズ)・伊藤孝平(久万アトムズ)
混合ダブルス	優勝	高山 佳・高山伊玖(上浮穴高)
	準優勝	山之内憲行・長谷玄太(Team池メン)
女子1部ダブルス	優勝	葉 渡部佑也・渡部佑由(久万アトムズ)
	準優勝	宮内ナナ(久万中)・山本俊佑(上浮穴高)
女子2部ダブルス	優勝	桜 渡部佑由葉・大川未未(久万アトムズ)
	準優勝	玉置花琴・秋山花林(Team池メン)
女子2部ダブルス	優勝	伊藤沙奈・玉置桃月(久万中)

新型コロナウイルス感染症対策を行ったうえで、多くのバドミントン愛好者の皆さんが競技を楽しみました。



熱戦の様子

男子2部シングルス	準優勝	大西歩実・中川碧(美川中)
男子1部シングルス	優勝	渡部佑也(久万アトムズ)
男子3部シングルス	準優勝	吉田優希(美川中)
男子2部ダブルス	優勝	山岡煌雅(久万中)
男子3部ダブルス	準優勝	吉田優希(美川中)
男子2部シングルス	優勝	長谷玄太(Team池メン)


ACCESS HERE



BETTER

GOOD

I'll do my best

(株)久保建設 は常に **BEST** を追及します。




※屋敷林等、お庭の手入れ承ります。お問い合わせはTEL0892-21-8200 大西まで



募集

今年度も県営住宅補欠入居者を募集します

▼申込受付期間 2月1日

(水)～10日(金)午前8時半～午後5時(ただし、土・日は除く)

▼受付場所 県中予地方局7階ロビー(松山市北持田町132番地)

※申し込みの際は認印をご持参ください。

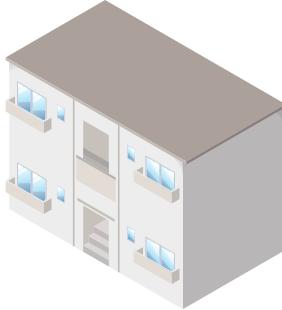
▼抽選日 3月6日(月)

【問い合わせ先】

・県営住宅管理グループ

■089(998)6671
・県中予地方局 建築指導課

■089(909)8778



婚活をサポートする「ボランティア推進員」を募集します

出会い系イベント参加者の愛

のキュー・ピッド役、イベントの運営やカップルのフォローなど、愛媛の婚活を盛り上げていただける方を募集します。

次とおり説明会を開催しますので、ご興味のある方はぜひご応募ください。(完全予約制・事前申し込みが必要)

▼日時

①2月15日(水)午後2時

②2月17日(金)午後5時

③2月18日(土)午後5時

8時の間で1時間程度

8時の間で1時間程度

8時の間で1時間程度

【問い合わせ先】

えひめ結婚支援センター
089(998)6770



栄養と愛情たっぷりの給食を一緒につくりましょう!

久万学校給食センター【給

食調理員】の会計年度任用職員を追加募集しています。詳

しい内容を知りたい、聞いてみたい、不安なことなどありましたら、お気軽にお電話ください。

▼職種

・フルタイム職員
(平日の8時から16時半)

・パートタイム職員
(希望のお時間で応相談)

▼給料

月給140,900円～、

パートタイム時給865円～

▼募集人員 各1名

▼勤務地 久万学校給食センタ



【申込・問い合わせ先】
久万高原町教育委員会
（21）0139

シェイアール四国バス 久万高原線 1日フリー PAS

好評発売中!!

スマホチケットはコチラ



やまなみ&
バス車内で!

1,200円

ネット決済で
スマホチケット

1,150円

5回分セットの
スマホチケット

5,500円
1枚あたり1,100円

バスで松山まで気楽にお買い物♪

久万高原	6:30	8:30	10:30	12:30	15:20	17:00	18:40
朝生田町東	7:19	9:19	11:19	13:19	16:09	17:49	19:29
大街道	7:31	9:31	11:31	13:31	16:21	18:01	19:41
JR松山駅	7:40	9:40	11:40	13:40	16:30	18:10	19:50
JR松山駅	6:50	8:30	10:30	12:50	15:30	17:00	—
大街道	6:58	8:38	10:38	12:58	15:38	17:08	—
朝生田町東	7:08	8:48	10:48	13:08	15:48	17:18	—
久万高原	8:00	9:40	11:40	14:00	16:40	18:10	—

上記は毎日運行便のみの時刻表です。土日祝限定便、平日限定便に関してはシェイアール四国バス松山支店までお問い合わせください。(089-943-5015)



公共職業訓練生を募集します

再就職を希望される方を対象に、新たな技能・技術および専門知識を身につけるため、当センターを会場に職業訓練を実施しており、令和5年度4月期生を募集中です。

- ▼募集科名 「機械CAD／NC科」「溶接ものづくり科」「電気設備技術科」「住宅・福祉リフォーム科」
- ▼訓練期間 6ヶ月（令和5年4月5日～）
- ▼募集期間 1月26日（木）～2月27日（月）
- ▼受講対象者 雇用保険受給資格者などの求職者の方で、ハローワークの受講指示・推薦を受けられる方
- ▼受講料 無料（教科書、作業服などの自己負担あり）
- 【問い合わせ先】
ポリテクセンター愛媛
(松山市西垣生町2184)
(訓練課)
089(972)0329

愛媛県司法書士会では相続に関する無料相談を実施します！

毎年2月の1ヶ月間を「相続登記はお済みですか」月間と定め、無料相談を実施します。相続登記や遺言、遺産分割協議など相続に関する相談に、司法書士が適切なアドバイスを行います。

▼場所 県内の各司法書士事務所（事前の予約が必要）
▼日時 2月の1ヶ月間

▼相談料 無料

- ・登記名義人が亡くなつた
・先々代のままなのですが…。
・相続人の中に行方不明の人
がいて、遺産分割協議ができない…。
など、お気軽にご相談ください。

【問い合わせ先】

愛媛県司法書士会（松山市南江戸1丁目4番14号）
089(941)8065



こんにちは、
ゆりラボです！



ゆりラボ ☎27-4086

【営業時間】午前9時～午後5時

【HP】<https://www.yuri-labo.com>

【休館日】土曜日・日曜日・祝日・年末年始

しいさまざまな素晴らしいプランばかり！見事採択となつたプランについては、後日ふるさとチョイスのサイトにて公開の予定なので、ぜひお楽しみに。もちろん、町民のみさんも返礼品はありませんが、ふるさと納税として応援いただけますので、ご支援よろしくお願いします！

残念ながらご希望に添えなかつた方々については、町の起業支援補助金や、ゆりラボでの起業に向けたご相談も受け付けておりますので、ぜひお気軽にお問い合わせください。



審査会会場の様子

この審査会には、なんと9組の方々にエントリーいただき、その中から最終選考に選ばれた4組の皆さんによるプレゼンテーションを行っていただきました。町の資源を活用した商品開発やアクティビティ事業など、久万高原町らしさと、その中から最終選考に選ばれた4組の皆さんによるプレゼンテーションを行っていただきました。町の資源を活用した商品開発やアクティビティ事業など、久万高原町らしさ



ミュージアム・トーク in 久万高原町 (オンライン版)

久万美・天体観測館・山岳博物館の学芸員がコラボするZOOMを使ったオンライントークイベントです。専門分野を分かりやすく、そして楽しく紹介します。今回は久万美術館のコレクション展「早生と老熟」にちなんで、「年齢」や「成長」などをテーマにします！

【日 時】 2月19日（日）
14:00～15:00



【参加費】 無料

【話し手／タイトル】

- ①本田李璃子（町立久万美術館）
作家の年齢別にみる早生と老熟②—老熟
- ②藤田康英（久万高原天体観測館）
星の死とコンピューターの誕生

【申込方法】 電話・FAXにて



右下のQRコードから
申込フォームが
利用できます



【問い合わせ先】

町立久万美術館

☎ : 21-2881 FAX : 21-1954

木材市場市況

12月19日 1216回市【久万広域森林組合】

		ス ギ		ヒノキ	
長さ	末口径	高値	曲	高値	曲
3.00	12-13	12,650	12,650	13,490	13,490
	14	15,110	10,580	15,800	13,800
	16	17,500	16,000	18,000	16,000
	18-22	18,000	16,000	18,000	16,000
	24上	18,500	16,500	21,299	19,299
	30上	14,550	13,720	19,000	18,000
4.00	12-13	13,500	13,500	16,600	16,600
	14-16	18,660	17,290	20,510	18,000
	18-22	18,150	16,890	20,000	18,000
	24-28	18,390	17,000	21,500	19,500
	30上	15,410	14,392	22,000	20,500
6.00	18-20	24,000	23,000	32,000	30,000
	24上	18,190	17,390	22,000	出材なし
選 木		スギ	ヒノキ	マ ツ	
3.00	24上	19,992	18,900		12,500
4.00	24上	19,400	41,999		16,500
4.00	30上	16,982	50,000		16,500
市況	杉・桧ともに全般に横ばい状態。杉・桧ともに6cmは16～20までが良。24上からは4cm造材をお願いします。枝打ち材（選木）は良。松の価格が高騰。4cm造材で18上からの出材をお願いします。 本年も引き続き、出材よろしくお願いします。				

第2・第4・第5土曜日は定休日です。

【松山市】松山城真冬の大合戦2023 ～松山城の現代と過去～

松山城や二之丸史跡庭園、松山城周辺などで「松山城真冬の大合戦2023～松山城の現代と過去～」を開催します。

【内 容】

■謎解き宝探しイベント

日程 = 1月15日(日)～3月19日(日)

■お城下デジタルスタンプラリー

日程 = 1月29日(日)～3月19日(日)

■歴史ツアーリ

日時 = 2月18日(土) 13時30分～

※2月3日までに要事前申し込み

■海ごみ再利用ワークショップ

日時 = 2月4日(土)・5日(日)

10時30分～16時

※各イベントの詳細はホームページを確認

【問い合わせ先】

南海放送イベントプロモーション部

☎ 089(915)0909

ホームページ

松山市観光・国際交流課

☎ 089(948)6557

FAX 089(943)9001



横断歩道止まろうキャンペーン *ちょっとでも*

大人も手を上げよう運動

道路を横断する時は、車に対し

- ◆ 手を上げる(ちょっとでも)
- ◆ 手のひらを見せる

などのジェスチャーで、横断する意思表示を行って、車が止まったことを確認してから、横断を始めましょう。

「子供のお手本になる行動を」
その横断は子供に見せられますか？

愛媛県警察

【横断歩道停止率調査結果】

R4.5調査	停止率
手上げ無し	43.9%
手上げ有り	↑ 72.0%



ZTF彗星接近中群

天体観測館 ☎ 41-0110

天体ホームページ

<http://www.kumakogen.jp/site/astro/>

学芸員のつぶやき

■スマートフォンのアプリに彗星の位置がわかるものがあります。そのアプリと星座早見盤を使えば簡単に場所がわかります。ぜひ活用してみてください。

ZTF彗星は2月1日の一
今年の1月下旬から2月上旬にかけて注目されている彗星がやってきます。その彗星の名前はZTF彗星(C/2022E3)。2022年3月に発見されました。1月12日に太陽に最も近づいた後、2月1日に地球に最も接近します。明るさは約4.5等と予想されているため、肉眼でも見える可能性があります。しかし双眼鏡を使う方が見やすいため準備しておけば安心です。



▲日ごとのZTF彗星の位置（赤丸：ZTF彗星）

番明るくなる頃は北極星の近くにあるため1日中沈みません。しかし月齢10ほどの明るい月があるため、撮影をするには月が沈んだ深夜以降がおすすめです。北極星を目印に撮影を行うと尾のある彗星が写るでしょう。肉眼や双眼鏡で見る場合は月明かりの少ない1月末の方が見やすいで

くにあります。撮影を行うと尾のある彗星が写るでしょう。肉眼や双眼鏡で見る場合は月明かりの少ない1月末の方が見やすいで

このZTF彗星は一度太陽に近づくと帰つてこないためこの機会を逃すともう見ることはできません。寒さ対策を完璧にして、双眼鏡を片手に北極星の近くを眺めてみましょう。

(重藤)

新年を迎え、年末年始はタツでミカンを食べて過ごした人も多いのでは?そんなミカン、皮に小さな黒いゴマ粒のようなものが付いていませんか?実はその正体、なんとヤノネカイガラムシといふ昆虫なのです。全然見えませんが、カメムシの親戚筋にあたります。少しついているくらいであれば味や品質に影響はないのでご安心を。しかし、ミカンが衰弱するため、害虫として扱われています。ゴマ粒のように見えます。



▲ヤノネカイガラムシ

見た目や寄生する植物もさまざま。植物の汁を吸うため、ほとんどは害虫ですが、中には食用として人の役に立つ種類もあります。食用と言っても、直接食べるのはなく、赤色の着色料の原料として利用されます。イチゴ味のお菓子やかまぼこのピンク色の部分がその代表例。原材料名にコチニール色素と書かれていたら、カイガラムシ由来の色素です。

公園の木や街路樹などについていることも多く、かなり身近な存在。植物に見慣れないゴミのようなものがついていたら、カイガラムシかもしれません。

(安田)

カイガラムシのはなし

面河山岳博物館 ☎ 58-2130

山岳ホームページ

<http://www.kumakogen.jp/site/omogo-sangaku/>

学芸員のつぶやき

■カイガラムシの成虫は蝶のような物質で覆われているので、農薬が効きにくいです。育てている果樹や観葉植物に寄生していたら、少ないうちに歯ブラシやヘラなどで取り除きましょう。

見た目や寄生する植物もさまざま。植物の汁を吸うため、ほとんどは害虫ですが、中には食用として人の役に立つ種類もあります。食用と言っても、直接食べるのはなく、赤色の着色料の原料として利用されます。イチゴ味のお菓子やかまぼこのピンク色の部分がその代表例。原材料名にコチニール色素と書かれていたら、カイガラムシ由来の

見た目や寄生する植物もさまざま。植物の汁を吸うため、ほとんどは害虫ですが、中には食用として人の役に立つ種類もあります。最近は果物の出荷時の検査も厳しいためか、あまり見かけなくなりました。

カイガラムシは種数が多く、見た目や寄生する植物もさまざま。植物の汁を吸うため、ほとんどは害虫ですが、中には食用として人の役に立つ種類もあります。最近は果物の出荷時の検査も厳しいためか、あまり見かけなくなりました。



愛媛出版文化賞・奨励賞受賞

久万美術館 電21-2881

久万美ホームページ

<http://www.kumakogen.jp/site/muse/>



学芸員のつぶやき

■溪さんの魅力がたっぷり詰まったカタログを、美術館でぜひお手に取ってみてください！

ようにユニークな仕様であることから、東京や京都にまで販路を広げたカタログでもあります。佐藤溪は、生涯に足取りをつかめない時期があり、謎に包まれた画家。それに伴い、「なぜ?」「どうして?」と疑問が付きまとう画家です。解明されていないからこそ、心に引っかかりをもたらせます。美術館は「考える場」。今後もこのカタログが溪さんと向き合う、一助になればと思っています。(中島)

このたび、2022年度自主企画展「SATO Kei : a Wonder 怪物 佐藤溪」のカタログが愛媛出版文化賞・奨励賞を受賞しました。

このカタログは、洋画家兼詩人の佐藤溪の顔に注目して、単なる図版集ではなく、詩画集にしたこだわりがあります。また研究論文を読みながら、図版をご確認いただけます。また研究論文を読みながら、図版をご確認いただけます。詩画集と論文(テキスト)集は分冊に、さらにそれをタトウ(カバー)で包む仕様となっています。この



▲2022年度自主企画展
「SATO Kei : a Wonder 怪物 佐藤溪」 カタログ

四国中央市へ資料貸出 Circulation

久万高原町教育委員会(上黒岩考古館)

電21-0139



学芸員のつぶやき

■冬季閉館にあたり、大掃除をしましたが、丸一日かかってしまいました。



▲梱包作業の様子



▲石偶

これがわかります。今年は石偶などを中心に紹介します。
(遠部)

上黒岩遺跡考古館は12月から閉館になりますが、石偶をはじめとする資料は12月17日から2月17日まで四国中央市の歴史考古博物館で展示されます。そのための貸し出し業を行いました。業を12月2日に行いました。四国中央市での展示は「まじない道具いのりの空間」というテーマになります。その中で、愛媛県内の祭祀に連する遺物ということで、上黒岩岩陰遺跡の石偶を中心とする資料が登場します。改めて愛媛を代表する遺跡である



119番で
すぐに参上

—火災・救急・救助—

久万高原町消防

マスコットキャラクター

“スーパーダッシュくん”

消防だより

あんせんあんしん

～1月26日は文化財防火デー～

当消防本部でも、毎年1月下旬に消防団や地域住民などと連携・協力し、文化財防火訓練を実施しています。

その後、文化財保護思想の一層の強化徹底を図るために普及啓発事業が行われるようになり、その一環として、昭和30年に、法隆寺金堂の焼損した日である1月26日を「文化財防火デー」と定め、全国的に文化財防火運動を展開し、国民の文化財愛護意識の高揚に繋げています。

昭和24年1月26日、世界最古の木造建築物である法隆寺金堂の火災により、壁画が焼損し、これをきっかけに文化財保護法が制定されました。



(令和4年度 旧山中住宅火災防御訓練)

〈消防水利の除雪にご協力ください!〉

当消防本部では消防水利の除雪作業を適宜行っていますが、大雪の場合には作業に遅れが生じることがあります。有事の際に消防活動が迅速に行えるよう、積雪時には以下のことにご協力ください。

① ご自宅や勤務先付近の消防水利の除雪

消防隊が使用する「消火栓」や「防火水槽」などの消防水利が積雪によって埋まり、消火活動に遅れが生じてしまいます。ご自宅や勤務先の除雪をする際、付近の消防水利の除雪にご協力ください。また、除雪により移動した雪で消防水利が埋もれないようにご配慮ください。

② 「消火栓」や「防火水槽」の付近には駐車しない

消防水利の付近は駐車禁止となっています。違法な駐車は、一刻を争う消防活動の障害となりますので、住民の皆さまのご協力とご理解をお願いします。



雪に埋もれた消火栓



消火栓（地下式）

【問い合わせ先】

消防本部・消防署

☎21-2411

消防署美川支署

☎56-0303

ホームページ

<https://www.kumakogen.jp/site/syobohonbu/>

12月末現在の状況

火災	10件
救急	590件
救助	58件





12月1日（木）「道の駅さんさん」および「道の駅みかわ」において、地震を想定した防災訓練を実施しました。道の駅さんは、令和3年6月に全国で39カ所指定された「防災道の駅」のひとつに選定され、令和4年5月には、防災道の駅「防災リレー in 久万高原」が開催されました。今後は、国道利用者はもとより、地域の防災拠点としての活用が期待されています。

訓練では、発災時に身を守る行動や、お客様の避難誘導、火災が発生したという想定で地元消防団が道の駅にあつた。防火水槽から取水し放水訓練を実施しました。



みんなで防災
総務課 危機管理室
☎21-1111(内線162)

防災道の駅で 避難訓練 を実施しました

またマンホールトイレの組立・設置訓練や、火災が発生したときの対応として屋内消火栓を使用した初期消火訓練、お客様に何かあつた時にすぐ応急手当ができるよう心肺蘇生法・AED訓練を実施しました。

「防災道の駅」に選定されてから、職員一人ひとりの防災意識が変わり、地域の防災・減災の「要」として今後の活躍が期待されます。



久万保健センター

TEL21-2700

みんなで一緒に食育



久万高原町
健康づくり・食育推進計画

食事は
栄養バランスよく
作ろう、食べよう
時短・簡単
レシピ集より

※このレシピは、久万高原町健康づくり・食育推進計画推進の取り組みとして、久万高原町食育担当者が作成しています。

レシピ 作成者
久万学校給食センター
栄養教諭
坪内 由紀



今月のレシピ

フライパン一つで簡単

れんこんと糸こんにゃくのさっと炒め



<材料(4人分)>

れんこん	150g (1節)
糸こんにゃく	1/2袋 (あく抜き不要)
ごま油	小さじ2
酒	大さじ1
A みりん	小さじ2
砂糖	小さじ1/2
めんつゆ	小さじ2

<作り方>

- ① れんこんは薄切りにする。
- ② 糸こんにゃくはざく切りにする。
- ③ フライパンを熱して、ごま油を入れ、①を炒める。
- ④ ③のれんこんの色が透き通ったら、②を加えてさらに炒めて、Aの調味料を加え、5分程度煮て仕上げる。

<1人分の栄養価> エネルギー: 61kcal / 塩分: 0.1g



<食材の豆知識> れんこん

れんこんには、ビタミンCが多く、美肌効果があり、ストレスや病気に対する抵抗力も高めてくれます。また食物繊維も豊富で、便秘の予防・解消に効果があります。



みんなで一緒に
健康づくり
毎月19日は食育の日
久万保健センター
TEL:21-2700 FAX:21-0934

年に1度の健診で
自分の健康を確認！



住民健診のご案内

令和5年度の集団健診の申し込みが、令和5年2月頃より始まります。

送付する申込書による受け付けのほか、気軽に申し込みができるようにネットでの予約も受け付けます。

若い方、病院受診をされている方もぜひ申し込みをしてください。

また、令和4年度の集団健診は全日程終了しましたが、国保・後期の対象者は、**医療機関等での個別健診を無料で受診**することができます。該当の方には、受診券を送付していますのでご確認ください。



健診をすすめる理由

生活習慣病のうち、**脳卒中や心臓病などの命に関わる病気は、血管の老化（動脈硬化）が原因**です。自覚症状もなく、気が付かないうちに**進行**するため、健診により健康状態を確認することが大切です。

【血管の老化（動脈硬化）の危険因子】

●高血圧

動脈硬化を進め、心臓病、脳卒中や腎臓病の原因になる。

●高血糖

増えすぎた糖が血管を傷め、失明や透析の原因になる。

●肥満

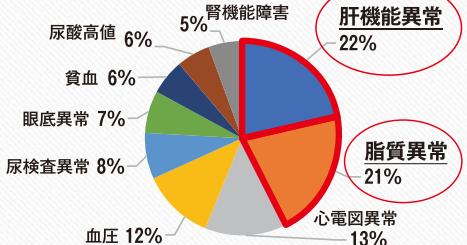
内臓脂肪がたまると動脈硬化が急速に進行し、心臓病や脳卒中になる確率が高くなる。

●脂質異常症

ドロドロの血液が血管を傷つけたり、詰まらせ、動脈硬化を進ませる。

今年度、住民健診受診者のうち
約6人に1人に病院受診が必要な
検査項目が見つかりました。

精密検査項目別集計



★保健センター活動紹介

保健センターでは、健診結果を踏まえて、特定保健指導対象者、血圧や血糖値が高めの方等に家庭訪問をし、現在の健康状態にあったアドバイス（栄養指導、保健指導等）を行っています。

また、希望者には、血圧計を貸し出しています。お気軽にご相談ください。





木の香り漂う優しい空間 小さな町の図書館だより

久万高原町立図書館

【開館時間】午前9時30分～午後6時
TEL: 50-0415 FAX: 50-0416
ホームページ/<http://www.kumakogen.jp/site/tosyo/>

2023 2月の予定						
日	月	火	水	木	金	土
			移動図書館 (直瀬)	親子読書講座 (直瀬幼・小)	移動図書館 (美川)	おはなし会
5	6	7	移動図書館 (父二峰・明神)	9	移動図書館 (面河)	11
12	13	14	移動図書館 (畠野川)	16	移動図書館 (美川・柳谷)	18
19	20	21	手芸すずらん	22	23	24
26	27	28	ささゆり読書会			25

…休館日(定休・月末整理日)

※掲載している行事などは、新型コロナウイルスの流行状況などにより変更する場合があります。詳しくはお問い合わせください。

読書会、はじめませんか？

気の合う人たちと同じ本を読み、月に一度「読書会」を開いて感想を話し合い、意見などを交換します。おしゃべりも交えてみんなと楽しいひとときを過ごしながら、読書の幅も広がります。

ぜひこの機会に、読書グループをつくって、読書を楽しんでみませんか？グループの人数は何人でもかまいません。お誘い合わせのうえ、図書館へお申し込みください。

返却期限を守りましょう！

本の貸出期間は2週間です。(団体カードや移動図書館『やまびこ号』での貸出期間は1か月間)

返却期限を過ぎている本は早く返しましょう。

図書館が閉まっているときは、玄関左横のブックポストへ返却してください。

図書館の本はみんなのものです。ルールとマナーを守って大切にしましょう。

おすすめ

一般書 小説

きょうかい
『教誨』

柚月裕子／著
小学館

遠縁の死刑囚・響子の身柄引受人に指名された香純と母は、刑の執行後、遺骨を受け取った。香純は、「約束は守ったよ、褒めて」という響子の最期の言葉の真意を探り始め…。



児童書 よみもの

『それで、いい！』

儀みゆき／作
はたこうしろう／絵
ポプラ社

見学会に向けてすごい絵を描こうと意気込んでいたのに、だんだん描くことが苦しくなってしまったきつね。そんなとき、うさぎに「きつねちゃんの絵、大好き」といわれて…。そのままのあなたでいいと伝える物語。



新刊案内

一般書 小説

『おもみいたします』

あさのあつこ／著
徳間書店

申し込めば半年待ち。評判のお梅の揉み治療だが、一刻の猶予もない患者が現れた！お梅が頭風に苦しむお清を揉みはじめると、お清の身体に潜む「淀み」を感じて…。



児童書 絵本

『にじいろのさかなとおはなしさん』

マーカス・フィスター／作
谷川俊太郎／訳
講談社

おひるねを楽しんでいたにじうおのところに、かっこいい背びれのウンベルトがあらわれました。「きみにだいじなしさせがあるんだ」というので、おどろいて話を聞いてみると…。「にじいろのさかな」とおはなしさん」シリーズ第9弾。



2月くらしのカレンダー



休日当番医

1 水 ◆移動図書館車巡回／直瀬

2 木

3 金 ◆移動図書館車巡回／美川

4 土 ◆おはなし会／14時～／町立図書館

5 日 医西本医院 TEL21-1135 FAX21-1136

6 月 ◆司法書士法律相談／10時～正午／社協本所

7 火

8 水 ◆移動図書館車巡回／父二峰・明神

9 木 ◆消費生活相談／8時半～14時／役場本庁

10 金 ◆移動図書館車巡回／面河

11 土 ◆いちご狩り開始（～5月31日まで）
要予約：41-0040 久万農業公園アグリピア
医久万高原町立病院 TEL21-1120 FAX21-1121

12 日 ◆マイナンバーカード窓口日曜開庁／9時～13時／役場本庁
医みかわクリニック TEL56-0908 FAX50-1650

13 月

14 火

15 水 ◆移動図書館車巡回／畠野川

国民が、祝い、感謝し、または記念する日を定め、国民の祝日としています。祝日には国旗を掲揚しましょう。

2月の町税等の納付

口座振替 2月27日(月)
納期限 2月28日(火)
納期限内に納めましょう

■お知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、くらしのカレンダーに掲載されている行事も状況によっては変更される可能性がありますので、詳細は主催者などにお問い合わせください。

※掲載している行事は、都合で変更する場合があります。

久万山文芸

大川俳句会

ろうそく眺む外は雪室里孤立

伊藤 高雪

重機械納め一礼年の暮

神谷 博

ストーブの一等席に猫が居り

佐々木静子

草の花句会

散り紅葉仁淀ブルーの川面へ
と

秋岡 健悟

いろり句会
最後かも知れぬ墓参の舟出かな
な

土居 静香

久万短歌会

紅葉の面河渓へと七人でみご
とな景観におしゃべり楽しむ

菅 ミツエ

過ぎて行く月日は旅路十二月

村田 勝

平穏の温もり残し冬日没る

松田 都

ミニトマト孫の帰り荷そつと
入れ 中岡 登
もみじ葉を拾いて孫の髪に挿
し 住野 里子
落葉はくそばをモンシロチョ
ウ飛びすぐ落つる見守りつつ
もわが身重ねむ 水谷 宏子



カット 伊東 一朗

天高く陽春のごと大根葉にテ
フテフ集まり舞踊会かも
平岡新太郎

今までに入り日の太陽山の端
に残像重なりゆらゆら揺れる
窪田百合子

まごころ銀行からお礼

久万高原町社会福祉協議会

次の方々からご寄附をいただきました。
お礼申し上げます。

上畠野川	和田 靖様	下畠野川	織川 猛様
上野尻	大野 正志様	砥部町	堀尾都志雄様
直瀬	長曾我部博様	高知県	太田 敏敬様
久万	久万山草会 代表 丸山 淳様		

(12月1日～12月28日 受付分)

藤袴なるほどこれかデイの友にアサギマダラの写真もたのむ

小田 絹子

落葉はくそばをモンシロチョウ飛びすぐ落つる見守りつつもわが身重ねむ 水谷 宏子

久万高原町の新しい風 柔軟なアイデアで地域おこし

協力隊通信

vol.68

こんにちは。地域おこし協力隊の担当窓口、ふるやと創生課のジョーンズです。

コロナ禍により、地方への移住を検討される方が増えてきている中、今年度は愛媛県や松山市が主催する対面移住フェアに3年ぶりに参加するところとなりました。



移住フェアの様子

地域おこし協力隊の募集は、1月13日に終了しました) 相談の中で問い合わせが多かったのが、移住先での仕事です。就職、農業に続いて多かったのが、林業、起業そして地域おこし協力隊です。

広報(令和4年)11月号の当ページにおいて、国内の地域おこし協力隊員数について述べましたが、総務省としては令和8年度に隊員数を1万人に増やすという目標を掲げています。各地の地域おこし協力隊の受入れを強化する動きもあり、広い範囲で認知されるようになりました。

移住して新しい場所で生活する中で、どうせならこれまでの経験を活かし、地域に貢献できる仕事に就きたい、あるいは、新しいことを学び生業を見つけたい、と思う方が多くいる中で、この地域おこし協力隊制度は、それらの気持ちを具現化できるきっかけになるのではないか。 来る3月に3年間の任期期間を終え退任する、生島隊員

と江ノ上隊員もいろいろと試行錯誤してきました。林業まつりでも話題になつた、久万高原ラガーに使用されたホップは生島隊員のチャレンジの一つです。町内でホップを栽培することができるとわかつた今、継続して同じクオリティでつくられるか、また、それをどのようにこの町に貢献させることができか、生島隊員の追求は止まりません。



ホップ収穫中
直木隊員と生島隊員(右)

【問い合わせ先】
ふるやと創生課 移住促進班
☎(21) 11111 (内線3215)
けて準備中です。江ノ上隊員の活動は広報3月号で改めて紹介する予定です。今年も協力隊の活動情報を発信していくと思いますので、どうぞよろしくお願ひします。



江ノ上隊員

人口 (12月末現在)		前月比
男性	3,560人(17人)	-13人
女性	3,860人(9人)	-20人
合計	7,420人(26人)	-33人
世帯 (12月末現在)		前月比
戸	4,127戸(16戸)	-12戸

※注 外国人の方を含めています。() は外国人数

人のうごき (12月)

出生	死亡	転入	転出
1人	22人	9人	21人