

広報

大万高原

ひと・里・森がふれあい ともに輝く 元気なまち

2026

3

No.260



今月の表紙
じょうずに
まめまき
できたかな？
(町内各幼稚園)



特集①
第12回くままちひなまつり P2

特集②
じょうずにまめまき できたよ!
～町内幼稚園節分写真集～ P4

連載
町内事業所紹介 ④③ P5

ぐるっとレポート P6

役場からのお知らせ P8

News & Information P14

ふるさと魅力発信 P20

くらしの情報 ほか P22

第十二回 くままち ひなまつり



春の恒例行事となった「くままちひなまつり」が2月22日（日）より開催されています。今回は準備からオープニングイベントまでの様子を写真でたっぷりとお届けします。

準備中



▲地域の方々、上高生、役場職員などのさまざまな人の手で準備が進みます。

オープニング
イベント



▲オープニングイベントを盛り上げた、久万山五神太鼓(上段)と纏り衆縁陣・縁舞(下段)。それぞれの太鼓と踊りで会場が一気に活気付きました。





オープニングイベントでは石丸実行委員長ほか関係者のあいさつの後、ひな人形供養の神事が執り行われました。その後久万山五神太鼓の演奏やよさこい踊りで盛り上がり、最後は菓子まき・餅まきで締めくくられました。

また来場者には、つきたてのお餅が振舞われ、真心がこもった味に皆さん舌鼓を打ちました。来場された方はキッチンカーでの食事も楽しみながら、商店街を彩るひな人形たちを觀賞していました。



▲杵と臼でついたお餅は格別の味。真心こめて作られたお餅は多くの来場者に振舞われました。

▲大好評の菓子まき・餅まきでは来場者の方々が宙を舞うお菓子やお餅を掴もうと懸命に手を伸ばしていました。



▲あたたかな日差しの中、一足早い春の訪れを感じながら思い思いにひな人形たちを鑑賞していました。



久万高原町観光協会
イベント・お知らせページへ

くままちひなまつりは4月5日(日)まで。期間中はさまざまなイベント・展示がありますので、ぜひ久万商店街まで足をお運びください。

※イベント等の詳細は久万高原町観光協会ホームページ等をご確認ください。

じょうずに まめまき できたよ!

～町内幼稚園節分写真集～

今回町内の各幼稚園からたくさんの写真をご提供いただきました。表紙に載せた写真のほか、いくつかをここでご紹介します。

※一部の写真には加工しているものがあります。



まめまき
おつかれさまでした!



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 ④3

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。



久万高原町保健センター

☎(21) 2700

久万高原町65番地1

―保健センターについて教えてください。
―

町民の皆さんが生涯を通じて安心して健やかに暮らせませすよう、ここと体の健康づくりを総合的に支援しています。保健センターには、保健師・管理栄養士・歯科衛生士の専門職と事務職の計10名が勤務しており、医療機関や福祉関係などと連携を図りながら、町の皆さんの健康に関するさまざまな相談をお受けしています。また、こころや体の健康に関する知識の普及や相談、地域における食育活動、健康教室や住民健診などを行っています。



保健師の皆さん

―最近、相談が増えている健康課題などはありますか。―

久万高原町は、高血圧や糖尿病の人が多いこと、医療費や介護に係る費用が多いことなどの課題があることから、健診結果から生活習慣の改善等が必要と思われる方には保健センターから連絡をさせていたいただいています。また、さまざまな不安や悩みを抱えている方もいらっしゃると思いますし、自分ではないけれど、家族や友人が心配だと相談を寄せてくださる方もいます。

―日々の業務で大切にしていることとは何ですか。―

こころは熱く、頭は冷静に。お一人お一人の健康課題に向き合い、今できることを一緒に考えます。また、みんなで楽しく健康増進ができるよう健康講座を工夫した



り、気軽に相談いただけるよう、町内に積極的に出かけています。

―今後、保健センターとして挑戦したいことはありますか。―

健康上の問題で日常生活が制限されない「健康寿命の延伸」を目指しています。町民の皆さんの食事や睡眠等の生活習慣の改善、病気の早期発見・治療の継続、こころの健康の維持、介護予防を後押しできる取組を行っていきたいです。

―地域の方々へメッセージをお願いします。―

第3期健康づくり・食育推進・自殺対策総合計画を策定しています。住民・関係機関が協力して「自分の健康は自分で守る」ことを自然に意識・実践いただけるよう取り組む計画です。計画の概要版を来年度配布します。ぜひご一読ください。



管理栄養士、歯科衛生士、事務職の皆さん



美川新春俳句大会が開催されました

1月18日(日)、美川農村環境改善センターにおいて「第65回美川新春俳句大会」が開催されました。

美川文化協会俳句部門の会員による選評が行われ、次のとおり受賞されました。

金賞 松岡 八重子
銀賞 伊藤 高雪
銀賞 佐々木 静子



美川新春俳句大会の様子

四国電力株式会社から防災・防犯関連物品(携帯トイレ等)を寄贈いただきました

四国電力(株)が年間を通して行っている社会貢献活動の一環として、同社愛媛支店から町に携帯トイレ7個、センサーライト1個、空気清浄機2台を寄贈いただきました。寄贈された防災・防犯関連物品は、災害時における避難所等で有効に活用させていただきます。



みかわ文化祭を開催

2月22日(日)、美川農村環境改善センターにおいて「みかわ文化祭」が開催されました。

美川文化協会に所属する会員の皆さんによる民謡、舞踊、フラダンス、吟詠、カラオケ、三味線、書道、俳句などが披露されました。

また、特別公演として、久万高原踊り子集団縁舞、仕七川小学校、美川小学校、美川中学校の皆さんにも参加していただきました。

日頃の活動の成果を発表する場となり、会員の方ももちろん来場者の方々にも賑やかで楽しい時間となりました。



みかわ文化祭の様子





みんなの学び舎

面河小おもいで集会

26年分のありがとう



多目的ホールでの集合写真。子どもたちを中心に会場に入りきらないほど多くの方が集まりました。

を残そうと、2月21日（土）に「みんなの学び舎 面河小おもいで集会 26年分のありがとう」が開催されました。

イベントタイトルは、在校生のアイデアをもとに作られました。平成12年に洪草小学校と面河第一小学校が統合してからの26年と、それ以前から続く面河の学校での「おもいで」を共有し、絆を深めたいという願いが込められています。当日はその思いが届いたかのように、約150名もの方が面河小学校に集まりました。

面河地区唯一の学校である「面河小学校」と「おもい幼稚園」は令和7年度末（今月末）をもって休校、そして1年後の令和8年度末に閉校となります。在籍児童がいる間に思い出

参観日としての読書講座の後に行われた「おもいで集会」では、子どもたちがスライドを使いながら面河小26年間の活動を紹介してくれました。学芸会や運動会、お花見給食、伝統として受け継がれてきた面河万歳や石鎚子ども

天狗太鼓、懐かしい旧校舎と地域の皆さんとの交流活動……。数々の思い出がよみがえり、目頭が熱くなりました。

集会の終盤には相原校長が挨拶し、歴代校長やPTA、在校生、面河小以前の学校の卒業生にも触れられました。それを受け、集会に参加していた初代校長や初代PTA会長、現PTA会長、卒業生からもメッセージが寄せられました。約四半世紀の歴史の中で、立場は違っても、学校への熱い思いは変わらないと感じられる時間となりました。

集会後の歓談タイムでは、懐かしい顔同士で思い出を語



スライド発表に続き、司会も務めた在校生の皆さん。



思い出ルームで、アルバムや文集を見ながら懐かしい時間を過ごしました。

り合ったり、昨年末から解放されている「思い出ルーム」で在学時を懐かしんだり、それぞれが小学校やかつての仲間たちに思いを馳せていました。

校長挨拶の最後に紹介された地域の方からは、次のようなメッセージがありました。「学校が無くなったとしても、心の中の面河小学校・おもい幼稚園は不滅です。」

地域から学校が無くなるのは大変さみしいことですが、心の中の母校を誇りに、これからの地域の歩みにつながっていくことを願っています。



久万高原町くらし 応援商品券を配布 します

長引く物価高騰への対策として、町民の皆さまの暮らしを支えるとともに地域経済の活性化を図るため、国の交付金を活用し、全町民を対象に一人当たり2万5千円分の「くらし応援商品券」を配布します。

対象は令和8年4月1日（水）以降に久万高原町に住所を有する方で、4月下旬から順次、世帯主あてに「ゆうパック」で配送する予定にしています。

商品券は町内でポスターを掲示してある小売店や飲食店などで使用でき、取扱店は商品券に同封するチラシや町ホームページでも確認いただけます。

【問い合わせ先】

総務課 行革・政策係
☎（21）1111
（内線290・291）

学生のための国民年金納付猶予制度 「学生納付特例」の申請をしましょう！

学生納付特例制度は、学生の方の申請により、保険料の納付を猶予する制度です。

学生納付特例の申請が遅れると、申請日前に生じた不慮の事故や病気による障害について、障害基礎年金等を受け取ることができない場合がありますので、ご注意ください。

▼申請は毎年必要です！令和8年度申請受付は4月からです

■学生納付特例はご本人の所得のみで判定します。

■前年度に学生納付特例が承認された方で、引き続き学生納付特例を申請する場合は、4月上旬に年金事務所から送付されるハガキ様式の申請書に、必要事項をご記入のうえ、郵便ポストへ投函してください。

※ハガキを紛失している場合は、前年度と同様に窓口での手続きが必要です。

■申請に必要なもの（ハガキで申請される方は不要です）

- ・基礎年金番号通知書またはマイナンバーカード
- ・学生証（写し）または在学証明書（原本）
- ※スマートフォンやパソコンとマイナンバーカードで、マイナポータルを利用して電子申請もできます。詳しくは日本年金機構のホームページをご覧ください。

▼障害基礎年金や遺族基礎年金を受けることができます

学生納付特例期間中に障害や死亡といった不慮の事態が生じた場合は、障害の状態に応じて障害基礎年金や遺族基礎年金を受けることができます。

※障害や死亡といった事故が発生した月の2カ月前までの被保険者期間のうち保険料納付済期間（保険料免除

除、猶予期間を含む）が3分の2以上あること、もしくは事故が発生した月の2カ月前までの1年間に保険料の未納がないことが必要です。

	納付	学生納付特例	未納
障害基礎年金 遺族基礎年金 (受給資格)	○ 入ります	○ 入ります	× 入りません
老齢基礎年金	○ 入ります	○ 入ります	× 入りません
	○ 入ります	× 入りません	× 入りません

【問い合わせ先】

住民課 国保年金係
☎（21）1111
（内線126）
・松山東年金事務所
☎089（946）2146



国民健康保険に加入またはやめる場合などは…

14日以内に忘れず 届け出を行いましょ！

マイナンバーカードに健康保険証の利用登録をしている方も、異動の届け出は必要です。

国民健康保険(国保)の各種手続きの際は、マイナンバーが確認できるものと、本人確認ができるもの(マイナンバーカード、免許証など)、資格確認書等(資格情報のお知らせ)をお持ちください。

その他	届け出に必要なもの
住所・世帯主・氏名などが変わったとき	資格確認書等
世帯を分けたり、一緒にしたとき	資格確認書等
修学のため、他の市区町村に転出したとき※	資格確認書等 在学証明書
資格確認書等をなくしたり、汚れて使えなくなったとき	本人確認できるもの 使えなくなった資格確認書等

※修学のため他の市区町村に転出された方が、新しい年度の4月1日以降に引き続き学生の場合は、再度届け出が必要となります。

国保に加入するとき	届け出に必要なもの
転入してきたとき	他の市区町村の 転出証明書
職場の健康保険をやめたとき	職場の健康保険の 資格喪失証明書
子どもが生まれたとき	母子健康手帳
生活保護を受けなくなったとき	保護廃止決定通知書

※加入の届け出が遅れると、国保税がさかのぼって課税されることとなり、一時的に負担が増える場合があります。

国保をやめるとき	届け出に必要なもの
転出するとき	資格確認書等
職場の健康保険に加入したとき(職場の健康保険の被扶養者になったとき)	資格確認書等 職場の健康保険に加入したことがわかるもの
死亡したとき	資格確認書等 葬祭を行う方名義の 金融機関の通帳
生活保護を受けるようになったとき	資格確認書等 保護開始決定通知書

※届け出をしない間は、国保税が課税されたままになります。
※資格を喪失した日から国保の資格確認書等は使えません。国保の資格を使って診療などを受けた場合は、町が負担した医療費を請求させていただくことがあります。

国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入の皆さんへ

短期人間ドック受診費用のうち25,000円を助成します

【対象者および要件】

■国民健康保険に加入の方

- 久万高原町国民健康保険に継続して1年以上加入している方
- 受診日において、満40歳以上75歳未満の方
- 令和8年度に人間ドックおよび特定健診(住民健診など)を受診していない方
- 国保税を完納している世帯の方

■後期高齢者医療制度に加入の方

- 本町に継続して1年以上住所を有している方
- 受診日において、満75歳以上の方と65歳から74歳で一定の障がいがあると認定された方
- 令和8年度に人間ドックおよび健康診査(住民健診など)を受診していない方
- 後期高齢者医療保険料を完納している方

(注意事項)

短期人間ドックの検査項目には、特定健診・健康診査の検査項目も含まれているため、特定健診・健康診査と重複して受診することはできません。

※重複受診した場合は、ドック費用が全額自己負担となりますのでご注意ください。

【受診医療機関】

久万高原町立病院
(5月～翌年2月の毎週水曜日が検査日で事前予約が必要です)

【自己負担額】

5,000円(ドック費用30,000円のうち25,000円は助成されます)

【申込方法】

マイナ保険証または資格確認書を持って、久万高原町立病院または住民課国保年金係(各支所でも可)の窓口で申し込み手続きを行ってください。

【このページについてのお問い合わせ先】 住民課 国保年金係 ☎21-1111(内線126・127・133)



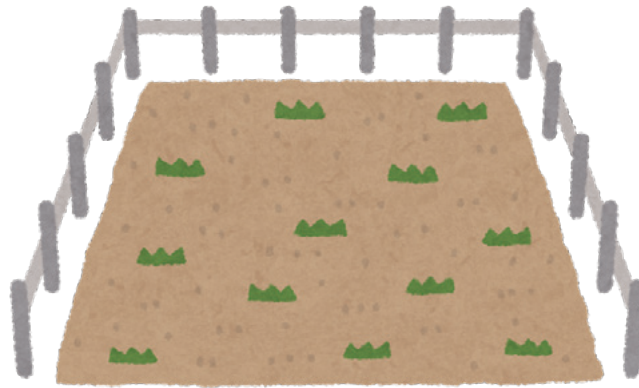
令和8年度の固定資産(土地・家屋)の 価格などを縦覧・閲覧できます

固定資産税の納税者は所有の土地・家屋の価格と、他の土地または家屋の価格を縦覧帳簿で確認していただくこと(縦覧)ができます。
また納税義務者は、本人の資産内容が分かる「課税台帳」を見ること(閲覧)ができます。

- ▼期間 4月1日(水)から4月30日(木)
午前8時30分から午後5時(土曜・日曜・祝日を除く)
- ▼場所 住民課 税務収納係、または各支所
- ▼持参品 本人確認ができるもの、認印

《土地・家屋に異動があったときは届け出をしてください》
●農地を宅地、駐車場、資材置場などに変更した場合
●家屋を取り壊した場合
●未登記家屋の名義を変更したい場合

※変更届の用紙は、税務収納係にあります。
※ただし、法務局へ地目変更届や家屋滅失届を提出した人は必要ありません。



【問い合わせ先】
住民課 税務収納係
☎(21) 1111
(内線124)

令和8年度から「軽自動車税(種別割)納税証明書」の郵送を廃止します。

軽自動車継続検査(車検)での「納税証明書の掲示」が不要になりました。

令和5年1月より、軽自動車(軽三輪・四輪に限る)に係る軽自動車税(種別割)の車両ごとの納付状況を、軽自動車検査協会がオンラインのシステム「軽JNKS」により確認できるようになりました。

また、令和7年度4月より排気量250cc超の二輪車についても軽JNKSの対象となりました。そのため、これまでは軽自動車の車検(継続検査)の際に、軽自動車税(種別割)納税証明書を提出する必要がありました。納税証明書の掲示が原則不要となりました。

つきましては、令和8年度以降、納税証明書の郵送を廃止させていただきます。●軽自動車税(種別割)の納付方法によっては、納付情報が軽自動車納税システムに登録

録されるまでに日数を要する場合があります。電子的に確認ができない場合は、従来どおり、納税証明書の掲示が必要となりますので、車検をお急ぎの場合は早めの納付をお願いします。



【問い合わせ先】
住民課 税務収納係
☎(21) 1111
(内線122)



マイナンバーカード交付窓口

休日・夜間開設します

令和8年度もマイナンバーカードの受け取りや申請、更新などの手続きのため、第2木曜日の夜間（午後5時15分から午後7時）と第4日曜日（午前9時から正午）に交付窓口を開設します。

※メンテナンス作業やシステム停止等により日程を変更する場合があります。

平日の開庁時間内に役場へお越しただけない方はぜひご利用ください。

▼本庁対応窓口

住民課①番窓口

▼対応業務

- ・カードの受け取り
- ・申請用写真の無料撮影
- ・申請書記入補助
- ・電子証明書やカードの更新手続きなど
- ・窓口証明書の交付

◎平日のカード申請支援

役場本庁及び各支所では、

マイナンバーカードの申請サポートを行っています。また、来庁が困難な方を対象に出張サポートも行っています。お気軽にご相談ください。

休日・夜間窓口開設の際は住民票の写しや印鑑証明書、戸籍証明書の発行も行うよ。



【問い合わせ先】

住民課 住民生活係

☎(21) 11111

(内線130)

昔の写真 『久万町名所絵葉書』

パネル展を開催しています

町民館1階ロビーにおいて『久万町名所絵葉書』のパネル展を開催しています。

この絵葉書は、久万中心部の全景、総門橋、大寶寺境内、にぎわう旧道の商店街、笛ヶ滝公園などを写した10枚一組の白黒写真で、今から80年以上前の昭和12年から昭和16年に作成されたと思われる。

今回の展示では、細部まで観察できるように、写真をA3サイズに拡大しています。また、現在との比較ができる資料や簡単な解説も添付し、どの年代の方にも楽しんでいただけるようにしています。町民館での開催は4月10日（金）までです。ぜひご覧ください。

※期間中であっても、土日・祝日は町民館が閉館していただきますので、平日にお越しください。



絵葉書の一部(バス久万駅)

◎1月号に掲載した「久万高原町の昔の写真募集」について、写真提供に関する要件を次のように変更いたします。

- 1 写真は返却します。
 - 2 説明文は不要です。
- ※担当者が聞き取りを行います、まともめます。

久万高原町の歴史を記録にとどめるため、ご協力をお願いいたします。

【問い合わせ先】

教育委員会生涯学習係

☎(21) 0139



必ず行いましょう！ 狂犬病予防注射と新規登録

犬の飼い主は、毎年1回、狂犬病予防注射を受けさせる義務があります。

町内では、次の日程で実施しますので、ぜひこの機会をご利用ください。



4月14日(火)

美川地区：日野浦・大川・有枝・上黒岩・黒藤川
久万地区：中ノ村・二名・露峰・父野川

場 所	開始時間	場 所	開始時間
中ノ村集会所前	9:05	久主の下：高山建設前	13:05
有枝本村：八幡神社前	9:25	上本組：吉田務様方前	13:15
河口：有枝橋横ごみステーション前	9:30	田渡野瀬：荒瀬橋横	13:25
二箆集会所跡	10:05	梨の下：大川橋横	13:35
黒藤川小学校跡	10:30	大川集会所下広場	13:45
成河：渡部様方前	10:45	落合ふれあい館横	14:05
馬門：倉橋義照様方前	10:55	若宮集会所前	14:20
藤社集会所前	11:05	露峰公民館前	14:30
大谷集会所前	11:25	農協父二峰支所前	14:45
美川支所前	11:50	父野川地藏堂前	14:55
		大久保：高岡商店前	15:00
		永久：観音頭周辺	15:15
		二名郵便局前	15:30
		富重：バス停前	15:45
		終了	15:55

4月21日(火)

柳谷地区：全域
久万地区：役場

場 所	開始時間	場 所	開始時間
川前：バス停前	10:00	柳谷支所前	13:00
永野：バス停前	10:20	町道梅ノ木線起点	13:40
ししまる前広場	10:35	中田：羽澤建設倉庫前	13:50
名荷出口バス停前	10:50	中津公民館下	14:05
名荷下集会所前	11:05	林道明野線起点	14:15
名荷上：藤岡文男様方車庫前	11:15	役場本庁裏駐車場	15:05
古味：町営バス車庫前	11:35	終了	15:35



■1頭当たりの料金

・注射料金 **3,100円**

(内訳：注射料金2,550円、
済票交付手数料550円)

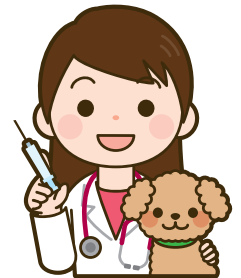
※お釣りのいらないようにご用意ください。

・登録料金 **3,000円**(新規登録の場合のみ)

【問い合わせ先】

住民課 衛生係

☎21-1111 (内線121)



4月15日(水)

久万地区：明神・入野・久万・上野尻・菅生
畑野川(嵯峨山を除く)・役場

場 所	開始時間	場 所	開始時間
上辻公会堂前	9:00	春日台集会所前	13:05
旭ヶ丘ごみステーション前	9:15	入野福祉館前	13:20
上野尻集会所前	9:30	仰西集会所前	13:45
野尻公民館前	9:45	農協明神支所前	13:55
宮ノ前：三嶋橋横ごみステーション前	10:00	三坂旧ドライブイン前	14:20
柳井：バス停前	10:20	六部堂：バス停前	14:30
ふるさと旅行村入口	10:30	横通：バス停前	14:40
明杖：バス停前	10:45	東明神青空市横	14:45
畑野川小学校前	10:55	明神公民館前	14:55
沼田建設事務所前	11:05	久万公民館前	15:15
川瀬駐在所前	11:15	役場本庁裏駐車場	15:35
東国土木車庫前	11:30	終了	16:05
菅生中組集会所前	11:50		



4月22日(水)

美川地区：仕出・七鳥・東川 面河地区：全域
久万地区：下畑野川(嵯峨山のみ)・直瀬・役場

場 所	開始時間	場 所	開始時間
竹谷集会所前	9:00	面河支所前	13:00
七鳥：田中守治様方前	9:15	洪草：農協面河支所前	13:10
七鳥：茶業センター下広場	9:40	土泥集会所前	13:20
仕出：梅木敏和様方前	10:00	笠方：妙バス停前	13:35
筒状：長岡勲様方前	10:20	直瀬住民センター前	14:15
東川集会所前	10:45	嵯峨山ごみステーション前	15:00
東古味：団上商店前	11:00	役場本庁裏駐車場	15:30
本組：城山公民館前	11:15	終了	16:00
面河第一小学校跡	11:25		
中組：菅保弘様方前	11:35		
若山公民館前	11:50		



農地利用最適化推進委員の再公募を行います

農地利用最適化推進委員は定数に達しませんでしたので、再公募を実施します。一次公募の結果につきましては、町のホームページでご確認ください。

▼要件

【農地利用最適化推進委員】
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

▼再公募数

【農地利用最適化推進委員】
3名（定員18名）

※地区割は左上参照

担当地区	定数	再募数
面河	2名	1名
柳谷	3名	2名

▼募集期間

3月17日(火)から4月13日(月)

▼推薦・応募の方法

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、又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。

【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)



年間60日以上農業に従事されている方へ 農業者年金に加入しませんか？

農業者年金は20歳以上60歳未満の国民年金第1号被保険者で、年間60日以上農業に従事している方はどなたでも加入できます(注1)。
配偶者や後継者など家族農業従事者の方も加入できます。

自分の年金原資を自分で積み立てる「積立方式」の年金です。長期に安全で効率的に運用し、加入者や受給者の数に影響されにくいいため、少子高齢化時代に強い年金です。
保険料の額が自由に決められます。

経営状況や老後設計に応じて月額2万円〜6万7千円の間にいつでも見直すことができます(注2)。
80歳までの保証がついた「終身年金」です。

・年金は生涯支給されます。
・仮に亡くなられた場合でも80歳までに受け取れるはずであった農業者老齢年金の現在価値に相当する額が一

時金として遺族の方に支給されます。

・支払った保険料の全額が社会保険料控除の対象となり、所得税・住民税の節税につながります。

・将来受け取る農業者年金は、公的年金控除の対象となります。

認定農業者など意欲ある担い手には、保険料の国庫補助が受けられます

認定農業者で青色申告をしているなどの要件を満たすと、国から月額最高1万円の国庫補助があります。

注1 60歳以上65歳未満の国民年金任意加入被保険者(保険料納付免除者を除く)も加入対象となります。
注2 35歳未満で一定の要件を満たす場合は、保険料の最低月額が1万円からとなります。

【問い合わせ先】

農業委員会事務局

☎(21) 1111
(内線311)

または町内のJAまで



人材募集

陸・海・空 自衛官を募集します

募集種目		受付期間
①一般曹候補生	18歳以上33歳未満 (32歳の者は採用予定月の末日時点で33歳に達しない者)	第1回 3月1日(日)～5月7日(木)
		第2回 7月1日(水)～9月2日(水)
		第3回 9月16日(水)～11月20日(金)※
②自衛官候補生		年間を通じて受付を行っています
③航空学生	18歳以上24歳未満で高卒(見込含)または高専3年次修了者(見込含)	7月1日(水)～8月28日(金)
⑤防衛大学校学生(推薦)	18歳以上21歳未満で高卒(見込含)または高専3年次修了者(見込含)かつ推薦者	9月5日(土)～9月8日(火)
⑥防衛大学校学生(選抜)	18歳以上21歳未満で高卒者(見込含)または高専3年次修了者(見込含)	7月1日(水)～10月15日(木)
⑦防衛大学校学生(一般)		
⑧防衛医科大学校学生(医学科)	18歳以上21歳未満で高卒(見込含)または高専3年次修了者(見込含)	7月1日(水)～10月8日(木)
⑨防衛医科大学校学生(看護科)		7月1日(水)～10月2日(金)
⑩高等工科大学校(推薦)	男子17歳未満の中卒者(見込含)かつ推薦者	10月1日(木)～11月27日(金)
⑪高等工科大学校(一般)	男子17歳未満の中卒者(見込含)	10月1日(木)～令和9年1月14日(木)

※①は第1回または第2回試験までで採用人数を満たした場合、第3回試験を実施しない場合があります。

【問い合わせ先】 自衛隊 愛媛地方協力本部 松山募集案内所 ☎089-947-3040
〒790-0001 松山市一番町1-14-1 (地所ビル2階)

愛媛県警察官(大学卒)採用募集

対象者	試験の種類	受験資格	試験案内配布開始日	受付期間	第一次試験日
大学卒	通常型	年齢17歳以上35歳未満の者で、大学卒業または令和9年3月末日までに大学卒業見込みの者	3月2日(月)	3月2日(月)	5月10日(日)
	基礎能力型※	年齢18歳以上36歳未満の者で、大学卒業または令和8年9月末日までに大学卒業見込みの者		3月30日(月)	4月17日(金) 4月30日(木)
【受験申込方法】 愛媛県職員採用情報サイトの「愛媛県採用試験受験等申込システム」から申込み					
【問い合わせ先】 久万高原町警察署 警務課 ☎21-0110					

※基礎能力型は、令和8年10月1日採用者を対象としています。



私は、あなたに一番近い「正義」になりたい。

愛媛県警察官(大学卒) 愛媛県警察職員(上級) 募集

【大学卒】愛媛県警察官

- 受付期間 2026年
3月2日(月)～3月30日(月)
- 第1次試験
通常型 **5月10日(日)**
基礎能力型(SCOA) **4月中旬～4月下旬**

- 警察官採用試験の受験年齢を、35歳未満(試験実施年度の4月1日時点)まで引き上げました。
(大学卒[基礎能力型(SCOA)]は試験実施年度の10月採用であるため、36歳未満とします。)
- 任命権者選考を廃止し、最終合格発表の時期を早期化しました。(警察官のみ)

【上級】愛媛県警察職員(通常型)

- 受付期間 2026年
4月21日(火)～5月14日(木)
- 第1次試験 **6月21日(日)**

Ehime Prefectural Police Recruit



愛媛県警察採用

詳細は公式採用サイトをご確認ください。

愛媛県警察採用サイト
<https://recruit.police.pref.ehime.jp>



お問い合わせ先

愛媛県警察本部警務課採用係 TEL 089-934-0110 <https://www.police.pref.ehime.jp>
愛媛県人事委員会事務局 TEL 089-912-2826 <https://recruit.pref.ehime.jp>



令和8年度 人権・行政・困りごと相談所開設のお知らせ

私たちの町の相談パートナーである人権擁護委員、および行政相談委員による相談所を次のとおり開設します。

暮らしの中での悩みや心配ごと、困りごとのある方はお気軽にご利用ください。

相談は無料で、相談内容の秘密は固く守られます。

【問い合わせ先】

役場本庁 ☎21-1111

〈人権擁護委員に関すること〉
住民課 住民生活係（内線130）
〈行政相談委員に関すること〉
総務課 総務行政係（内線163）

地区	開設場所	基準日	時間	相談員	日程					
					4月	5月	6月	7月	8月	9月
久万	久万町民館	偶数月の 20日	9:00 ~ 12:00	人権擁護委員 行政相談委員	4月	5月	6月	7月	8月	9月
					20日 (月)		22日 (月)		20日 (木)	
面河	面河住民センター	偶数月の 20日	9:00 ~ 12:00	人権擁護委員 行政相談委員	10月	11月	12月	1月	2月	3月
					20日 (火)		21日 (月)		22日 (月)	
美川	農村環境 改善センター	奇数月の 20日	9:00 ~ 12:00	人権擁護委員 行政相談委員	4月	5月	6月	7月	8月	9月
						20日 (水)		21日 (火)		24日 (木)
柳谷	ふるさと創造の館 こかげ	奇数月の 20日	9:00 ~ 12:00	人権擁護委員 行政相談委員	10月	11月	12月	1月	2月	3月
						20日 (金)		20日 (水)		23日 (火)

※土・日の場合は月曜日、祝日の場合は翌日とする。

令和8年度 法律相談所開設のお知らせ

社会福祉協議会では、法律相談所を次のとおり開設します。

相談は無料で、個人の秘密は固く守られますのでお気軽にご利用ください。

法律相談は事前の予約が必要です。

【予約・問い合わせ先】

社協本所(美川) ☎56-0750

❖社協だよりでも開催予定日を随時お知らせしています

地区	開設場所	基準日	時間	相談員	日程					
					4月	5月	6月	7月	8月	9月
久万	産業文化会館	奇数月の 6日	10:00 ~ 15:00	弁護士 1人	4月	5月	6月	7月	8月	9月
						7日 (木)		6日 (月)		7日 (月)
美川	社協本所	毎月 5日	10:00 ~ 12:00	司法書士 1人	10月	11月	12月	1月	2月	3月
						6日 (金)		6日 (水)		8日 (月)
美川	社協本所	毎月 5日	10:00 ~ 12:00	司法書士 1人	4月	5月	6月	7月	8月	9月
					6日 (月)	7日 (木)	5日 (金)	6日 (月)	5日 (水)	7日 (月)
美川	社協本所	毎月 5日	10:00 ~ 12:00	司法書士 1人	10月	11月	12月	1月	2月	3月
					5日 (月)	5日 (木)	7日 (月)	5日 (火)	5日 (金)	5日 (金)



困ったことがあれば相談に乗るよ！
ぜひ活用してね。

蛍光灯は2027年までに製造終了！

電球が切れた時は
長寿命で省エネな
LED器具・LED電球へ取り替えましょう！

株式会社 アイシーランド土居 TEL: 21-0167(代)
久万高原町久万166番地

広報広告



相談

税務署での面接による 相談の予約方法の変更

現在の入場整理券方式（LINEでのオンライン事前予約及び当日受付）は3月27日（金）で終了し、3月30日（月）から、所得税、贈与税、個人事業主の消費税及び地方消費税に関する税務署での面接相談は、事前予約制（LINEでのオンライン及び電話による予約）に戻ります。3月17日（火）より、予約の受付を開始しますので、上記の税目に関する面接相談を希望される方は、事前にオンライン（LINE）での申込み又は電話で相談日時などを予約してください。

なお、3月31日（火）が個人事業主の消費税及び地方消費税の申告期限となりますので、所得税や贈与税の相談を希望される方は、4月1日（水）以降を予約してください。

※オンライン（LINE）での事前予約は、令和8年9月30日（水）までを予定しております。

【問い合わせ先】

松山税務署

☎089（941）9121

自動音声案内により案内しますので「2」を選択（プッシュ又はダイヤル）してください。



国税庁公式 LINE
アカウントはこちらから

※国税庁ホームページより引用
<https://www.nta.go.jp/line/>



お知らせ

3月は自殺対策強化月間で、
すゝあなたの心は元気ですか？

3月は、生活環境が大きく変動することが多い時期ということもあり、年間月別自殺者が多くなる傾向にあります。生きるのが辛いと感じたとき、遠慮なくご相談ください。

▼相談窓口

☎089（917）5012
こころのダイヤル

【問い合わせ先】

県心と体の健康センター
☎089（911）3880

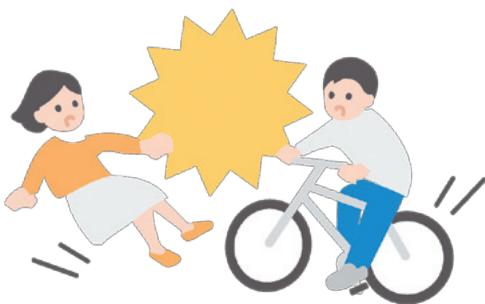


4月6日（月）から15日（水）までは春の全国交通安全運動期間です

愛媛県スローガン

「合言葉 止まる待つ見る 守ろうよ」

4月6日（月）から15日（水）までの10日間、春の全国交通安全運動が行われます。交通ルールを遵守し、安全運転を心掛けましょう。また、自転車乗用中のヘルメット着用についても努力義務となります。大切な命を守るため、自転車を利用する際には、ヘルメットを着用しましょう。





募集

「全日本中学生水の作文
コンクール 愛媛大会」
作文募集

県では、中学生（令和8年度に在学中の生徒）から「水」に関する作文を募集しています。優秀作品には知事賞を贈呈。この機会に「水」について考えてみませんか。

詳しくは、県ホームページをご覧ください。

▼応募日時 5月8日（金）まで

【問い合わせ先】

県河川課
☎089（912）2680



令和9年歌合始のお題 および詠進要領

お題は「旅」と定められました。歌に詠む場合は「旅」の文字が詠み込まれていればよく、「旅路」など熟語にしても差し支えありません。

注意事項など疑問がある方は、宮内庁ホームページをご確認ください。

▼詠進期限 9月30日（水）
※当日消印有効

▼要領

- ・ 詠進歌は一人一首とし、未発表のもの
- ・ 書式は半紙を横長に用い、右半分にお題と短歌、左半分に郵便番号、住所、電話番号、氏名（本名・ふりがな付き）、生年月日、性別および職業を縦書きで書く
- ・ 記載事項は全て毛筆で自書

▼郵送方法

宛先を「〒100-8111 宮内庁」とし、封筒に「詠進歌」と書き添えて送付

木材市場市況

2月25日 1302回市【久万広域森林組合】

長さ	末口径	スギ		ヒノキ	
		高値	曲	高値	曲
3.00	12-13	12,200		14,900	
	14	14,800	13,340	14,800	14,100
	16	14,500	13,500	19,000	17,390
	18-22	14,500	13,000	21,000	19,200
	24上	14,500	13,000	21,500	19,400
	30上	15,100	14,400	24,000	22,000
4.00	12-13	16,000		19,650	
	14-16	14,000	13,050	18,800	18,188
	18-22	15,000	13,000	21,500	19,500
	24-28	16,690	14,600	23,000	21,000
	30上	15,500	14,599	23,000	21,000
6.00	18-20	24,000	21,000	23,000	出材なし
	24上	21,110	18,000	出材なし	出材なし
選木		スギ	ヒノキ	マツ	
3.00	24上	20,000	31,999		12,500
4.00	24上	19,500	40,999		15,000
4.00	30上	22,200	45,990		15,000
市況	スギの3m34以上の価格持ち直し値上がり。一般材、選木共に48以上の大径材は時期も良くなり値上がり。6m18~20が價格的に良。ヒノキは全体に降下気味。柱の價格値下がり。選木はスギヒノキ共に売れ行き良く價格上昇。マツは出材が少なく高騰。出材よろしくお祈いします。				

適格請求書発行事業者様は、登録番号を出材前にお知らせください。伐採証明の提出が必要となりました。ご協力をお願いします。

【問い合わせ先】
宮内庁ホームページ
HP <https://www.kunaicho.go.jp/>



職業	氏名	生年月日	電話番号 ふりがな	住所 〒 山折り Y	お題「旅」
----	----	------	--------------	---------------	-------

書式図（横長）



第38回 トライアスロン中島大会参加者募集

▼日時 8月23日(日)

10時30分から

▼会場 姫ヶ浜(長師)ほか

▼申込期間

1 4月1日(水)から4月30日(木)までに専用フォームから申し込み(詳細は松山市ホームページを確認)。
2 郵送・ファクス等

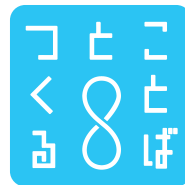
内 容	参加対象	定員	参加料金
個人の部 競技内容3種目(※1)を1人が続けて行う	H20年12月31日以前生まれの方 (R 8年12月末日に満18歳以上の方)(※2)	350人(※3)	県トライアスロン協会会員:1万9千円 それ以外:2万円(※4)
リレーの部 競技内容3種目(※1)を3人でリレーする(男女混合可)	個人の部の対象のほか、高等学校、中等教育学校後期課程の生徒(※2)	15組(※3)	一律1組3万9千円(※4)
前夜祭	選手、選手の家族など	無し	大人(中学生以上):3千円 小学生:1千円

※1 スイム1.5km、バイク40km、ラン10km
 ※2 事前に健康診断を受けるなど、各自の責任において参加してください。
 ※3 先着順
 ※4 レクリエーション傷害保険代を含む



【問い合わせ・申込先】
 トライアスロン中島大会実行委員会(中島支所内)
 ☎089(997)1840
 ☎089(997)1585
 〒791-1450 中島大浦1626 トライアスロン中島大会実行委員会(中島支所内)
 ✉trinakajima@city.matsuyama.chime.jp

ことつく なんしよん?



ことばとつくる ☎090-6287-8100

【活動時間】

保健室:火・水 午前10時30分~午後0時30分
木 午後1時30分~午後3時30分

ことつくのば:火 午後5時~午後7時

【活動場所】 まちなか交流館

ことつくのば活動報告会

2月11日(水・祝)に、令和7年度「ことつくのば」活動報告会(第4期)を開催しました。大変ありがたいことに、町内外から60名近い方々がご参加くださいました。前日まで必死で準備をしてたどり着いた本番当日。とても緊張しながらも、会場はとても温かい雰囲気になりました。

前半は、きらくま、福田晴真くん(森林環境科3年生)、くまもるず(農業クラブ)それぞれのがぎゅぎゅっと思いが濃縮した活動報告を聞くこと

ができました。後半は、「ことつくまつり」と称し、きらくまメンバーがこれまで探究してきたテーマをプレゼンするポスターセッションを行いました。高校生の熱い思いに、つつい反応してしまふ大人たち。温かくも熱気のある会場になりました。そして、最後はきらくま2期生が制作した学校PR動画「あなたは上高でどんな物語を紡ぎますか?」を上映。優しい涙が流れました。

来年度も「ことつくのば」は、上高生たちの想いを受け止め続ける場として続いていきます。そして、その想いを皆さんにもぜひ覗きにきていただけたらと思います。





MAPS彗星に期待を込めて

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

■昨年にも消滅しなければ明るく見える彗星がありました。残念ながら消滅してしまいましたが、今回は残ってくれることを期待せずにはられません。



年度末・始めの忙しい時期ですが、今明るくなる可能性のある彗星がやってきています。

それはマップ彗星(C/2020 A2)という彗星でチリのアタカマ砂漠にある望遠鏡を使って今年の1月13日に発見されました。サングレーザーという太陽の近くを通過する種類の彗星で、4月3日に太陽に一番近づき、太陽表面から約20万kmというかなり近いところを通過します。なんとその距離は地球から月までの距離

(約38万km)よりも近いです。明るさはマイナス4等級ほどで金星かそれ以上の明るさになると予想されています。ただ問題なのは太陽に近すぎるという点です。彗星は汚れた雪玉のようなもので、太陽に近づきすぎると太陽の熱で溶けて消滅してしまいう可能性が高いです。もし消滅しなければ、3月末から4月上旬の太陽が沈んですぐ西の低空に明るい尾のある彗星が見えるでしょう。過去に何度も同じような彗星が消滅したことがあるので過度の期待は禁物です。見られたらラッキー…というくらい淡い期待を抱いておきましょう。(重藤)



▲宇宙望遠鏡で撮影されたマップ彗星 (©NASA/ESA/CSA JWST MIRI)

意外と難しい? カエルの卵の観察

面河山岳博物館 ☎58-2130

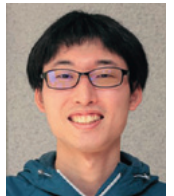
山岳ホームページ

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



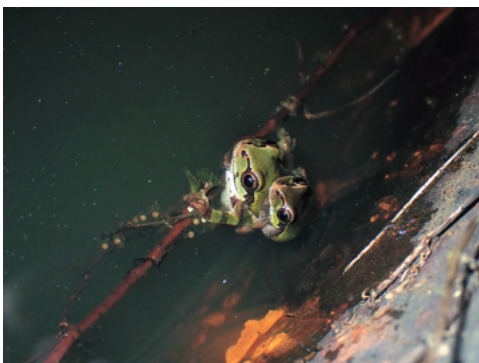
学芸員のつぶやき

■以前町内の田んぼでトノサマガエルの卵を見つけたときには、大量のアカハライモリによって食べられている最中でした…。今年こそはきれいな状態の卵を撮影したいです。



まだまだ寒さが残る季節ですが、一部のカエルたちはもう活動を始めます。特にヤマアカガエルやヒキガエルはこの時期が、年に一度の繁殖期。産卵が終わる3月から4月頃には、「春眠」に入ります。カエルは種によって、1年に一度だけ繁殖するものと、複数回にわたって繁殖するものがあります。つまり、この時期を逃すと、ヒキガエルなどの卵の観察は、来年まで持ち越しになってしまうのです。一方、田んぼで身近に見ら

れるアマガエルやツチガエルの場合は、年に何度か産卵します。では、卵を見つけやすいかという実はそうでもありません。アマガエルの場合、産卵の翌日には孵化する上にサイズも小さいので、見つけ出すのが意外と難しいのです。また、大きなトノサマガエルやツチガエルの場合でも、卵が底に沈んで泥をかぶっていることが多いので、観察するのは一苦労です。カエルと違って、あまり注目される機会のない卵やオタマジャクシですが、それぞれ個性的な見た目をしているので、ぜひ注目してみてください。(安田)



▲アマガエル (白い粒が卵です)



久万美コレクション展 WALK 歩くこと③

久万美術館 ☎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

■3月22日は無料開放デーを実施します。皆さまお誘いあわせの上、ご来館ください。

歩行と芸術家の関係について考える今回のコレクション展。四国にはお遍路文化があるように、時に祈りの気持ちは歩行に託されます。一方、独りで自由に歩きまわれることは、何にも阻まれない自由の象徴であるともいえません。

が反射する蒲原平野を描いています。作家は、この地の「生きる希望にふるい立つ」姿に励まされたと述べています。亡くなるまでの約10年間、哲三は病と闘いながら制作を行いました。夫の死後、妻・豊子は「描くことと、生きることは一つになつていた」と記しています。身を消耗しながらも、描くことで病気への不安に抗っていたのです。1953年12月、哲三は吹雪く路上に倒れます。翌年3月、入院のため車で病院へと向かいます。かつては自身の足で歩き、絵の中に描いた風景を横目に、作家は何を思ったのでしょうか。(品川)



▲佐藤哲三《みぞれ》1952年、当館蔵

2025年度を振り返って

久万高原町教育委員会 (美川支所)

☎56-0211



学芸員のつぶやき

■2026年度は上黒岩岩陰遺跡発見65周年、国史跡指定55周年です。上黒岩第2岩陰遺跡の研究も進んでいます。

無事に2025年度が終わります。約半世紀続いてきた考古館をメインとした記事を1年間続けてきました。本年度は、考古館開館日の無料開放デーを設けて、WS(ワークショップ)などを実施しました。また、国指定重要文化財である旧山中家住宅で、縄文時代をテーマとした絵を飾る「一棟丸ごと絵灯籠」を、地域行事おこもりにあわせて実施しました。作成した作品は



▲旧山中家住宅一棟丸ごと絵灯籠



▲考古館無料開放デー

みかわ納涼祭り、林業まつり、美川文化祭などでも展示しました。展示に伴う貸出も行い、各地の研究者から新たな研究成果も届けられています。それらについてもまた皆様にご紹介できればと思います。

(遠部)



あんぜんあんしん 消防だより



【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/>

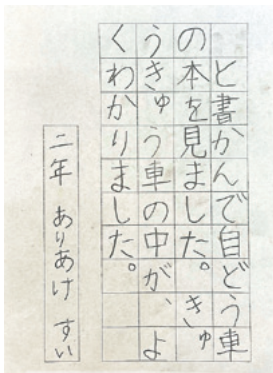
2月末現在の状況	
火災	1件
救急	74件
救助	0件

火災予防にご協力ください

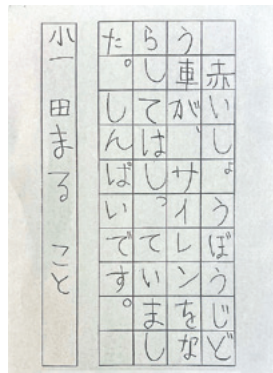
防火ポスター・防火習字・硬筆コンクール
優秀作品の紹介【習字・硬筆の部】

春の全国火災予防運動を前に、「第48回防火ポスター・防火習字・硬筆コンクール」が行われました。町内の小・中学校から433点の応募があり、厳正な審査の結果、優秀賞16点、入選32点、佳作87点の作品が選ばれました。
なお、今月号では、『防火習字・硬筆の部』の優秀作品をご紹介します。子どもたちの防火の願いが込められた「力作」をご覧ください。

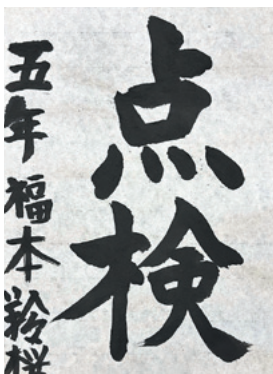
— 優秀賞 —



久万小学校 2年
有明 翠



美川小学校 1年
田丸 湖都



明神小学校 5年
福本 羚桜



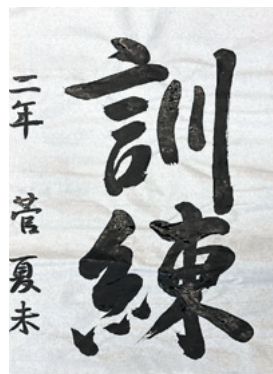
父二峰小学校 4年
宮崎 太陽



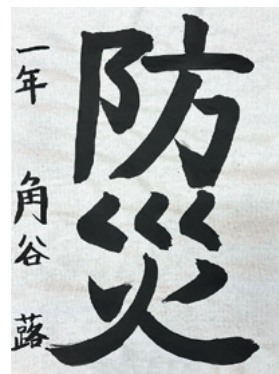
父二峰小学校 3年
佐藤 楓



久万中学校 3年
近藤 和佳



久万中学校 2年
菅 夏未



久万中学校 1年
角谷 蒔



仕七川小学校 6年
山崎 唯楓

※来月号はポスターの部の掲載を予定しています。



みんなで防災

総務課 危機管理室
☎21-1111(内線162)

役場職員対象 「応急手当講習会」 を開催!

1月に、全職員を対象とした「応急手当講習会」を開催しました。

本講習会は、来庁された方や職員が目の前で倒れた場合などに、そこにいる職員がすぐに対応できる体制構築を目的として実施しています。また、能登半島地震を教訓に、大災害時には多くのケガ人が発生する恐れがあることから、ケガ人に対する応急手当の方法や搬送方法など講習を受講することで、職員同士が同じ知識・技術を習得し、職員同士のコミュニケーションにもつながり、さらには住民サービス向上のためにも必要不可欠なものです。講習は、消防職員を講師に

招き、2時間の実技講習を受けました。昨年は、普通救命講習Iを受講し、心肺蘇生法・AEDの取り扱いを学び、今回は、外傷処置の止血法・固定法、身近なものを活用した搬送法について学びました。早期の処置の重要性や、ケガ人への声掛け、救急車の誘導や女性への配慮など、最新の知識や技術指導を受けました。講習最後には想定訓練を行い、充実した講習会となりました。

本研修を毎年行うことで、職員のスキルアップと、来庁者や地域のみなさんの安心・安全につながっていきます。



講習会の様子



想定訓練
(固定法)

人権・同和教育⑱ お知らせコーナー

校区人権教育推進大会より (その2)

校区人権教育推進大会の、今後の推進大会の方法やテーマについても、アンケートを行っています。

推進大会の方法としては「講演会方式」の希望が約4割でしたが、「ビデオ・映画鑑賞」「人権コンサート」「参加型学習」もそれぞれ2割程度の希望がありました。来年度、会の持ち方にも変化を持たせ、さまざまな方に参加していただけるように工夫したいと思います。

推進大会のテーマとしては「インターネットによる人権侵害」についてを希望される方が2割(複数回答可能)と最も多くなっていました。また、「高齢者」や「障がいのある人」についても1割の方が希望されていました。これらのテーマは、より生活に身近な問題として学んでみたいと

感じられているのだと思います。また、「ハラスメント」や「災害に起因する差別や偏見」「性的マイノリティ」など、自身の人権課題として感じられていることが多様であるという点も確認することができました。



久万小学校区
城本徳重さんによる
人権コンサート

来年度、すべての意見を取り入れてということにはなりません。しかし、さまざまな学びの内容を展開できるように工夫していきたいと思っています。人が、より幸せに生きていけるよう、より豊かに過ごせるよう、身近な人権課題を見逃ごさないよう取り組んでいきます。

【問い合わせ先】

教育委員会 生涯学習係
☎(21) 0139
(内線333)



みんなと一緒に

健康づくり



毎月19日は食育の日

保健センター

TEL21-2700 FAX21-0934

尿ナトカリ比を 高血圧予防に 役立てよう



尿ナトカリ比って何だろう？

食塩の主成分である**ナトリウム**と野菜や果物に多く含まれる**カリウム**の「割合・バランス」のことを**ナトカリ比**といいます。減塩・野菜の摂取等ナトカリ比が下がりやすい食生活は、高血圧や循環器疾患の予防につながります。

血圧を上げる働き

ナトリウム

尿ナトカリ比 =

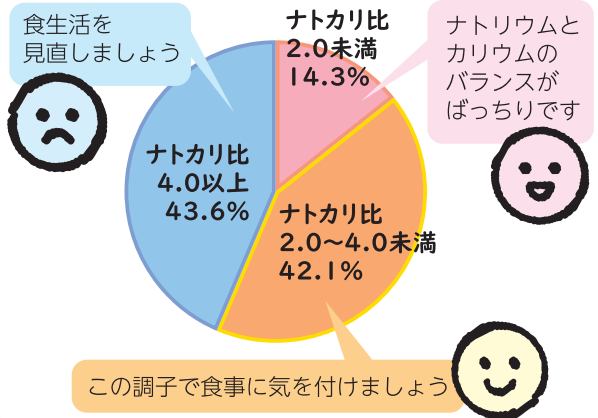
カリウム

ナトリウムを尿中に排泄する働き



令和7年度のナトカリ比結果

令和7年度集団健診で測定した方は町全体で963人でした。ナトカリ比が低い方が循環器疾患や高血圧になりにくく、ナトカリ比が4.0以上だと食生活に注意が必要です。



高血圧や循環器疾患を予防するために

塩分を控えることとカリウムの摂取を意識することで、高血圧予防になります。日頃の生活の中でできることから実践してみましょう。

塩分を控える方法

- お汁や漬物を1日1回までにする
- 食品の塩分表示を確認する
- かけ醤油ではなくつけ醤油にする
- 味をみてから調味料をつける
- 薬味や香辛料を効かせる
- 味噌汁等の汁物は具沢山にする
- 減塩の商品を使う
- ラーメンやうどんの汁は飲まない
- だしを活用する

カリウムが多い食材

野菜

果物

大豆製品

乾燥海藻類





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/https://www.kumakogen.jp/site/tosyo/

2026
4月の予定

※掲載している行事などは、都合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。

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	移動図書館 (直瀬)	移動図書館 (明神・父二峰)	移動図書館 (美川)	移動図書館 (面河)	おはなし会
19	20	21	移動図書館 (畑野川)	移動図書館 (美川・柳谷)	24	25
26	27	ささゆり読書会	29	30		

…休館日(定休・月末整理日)

「読書記録帳」サービスをご利用ください

当館へ利用者登録をされている方に読書記録帳を発行しています。記録帳には、貸出中の資料をご自身で記帳することができます。ご希望の方はカウンターへお申し出ください。

発行料金は、1冊目は無料、2冊目以降は、19歳以上の方は1冊につき200円です。



おすすめ 新刊案内

一般書 小説

『あなたの命綱』

久坂部羊 / 著
朝日新聞出版

ノンフィクション作家の颯子は「がん患者の命綱」を執筆するため、がんの最新治療の取材を始め…。がんで治るか死ぬかの二択ではなく、第三の道は？ 医師作家が問いかける医療長編。



一般書 小説

『春かずら』

澤田瞳子 / 著
幻冬舎

父が殺され、以来12年間、仇討ちのために諸国を巡る清史郎。しかし、仇の手掛かりは見つからない。病死した母の弔いのため故郷に戻った清史郎は、ある少年を助けるが…。



児童書 よみもの

『銀のゾウと不思議な友だち』

藤重ヒカル / 作
こより / 絵 金の星社

教室で銀の折り紙のゾウを見つけたかりん。それを折ったサラと仲良くなるが、その日の帰り道、2人は交通事故にあってしまう。病院で意識を取り戻したが、サラが眠り続けていることを知り…。優しさがあふれるファンタジー。



児童書 絵本

『まわるおすし屋さん』

藤重ヒカル / 作
福音館書店

山のお祭りで、人間たちに人気の「まわるお寿司屋さん」を開くことになったサルたち。でも、どういってお店なのかわかりません。サルたちは知恵を絞る…。サルたちは「まわるお寿司屋さん」を開くことができるのでしょうか。



久万山文芸

大川嶺句会

紅白の南天光る庭の端

神谷 博

一升^{ます}枘豆撒きだけのものとなる

佐々木静子

寒の朝読^{あさよみ}経に震える大伽藍^{だいがらん}

古岡 法鐵



新樹会

山茶花や色鮮やかに散り急ぐ

篠崎喜代子

そこ冷えや寝る前必ずリハビ
リを

松岡八重子

選手達信念もちてメダリスト

藤代 美鈴

春日和工事現場の人夫^{ひと}笑顔

沖中 康子



草の花句会

晴れ渡る天馬駆け出す初御空

秋岡 健悟

八重梅や娘二人は臨月期

渡部 美鶴

先を行く小さき足跡雪の上

渡部茂由子



カット 浮田 博

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。

菅 生	大野 良子 様	渋谷 草	面河ふるさとまつり 実行委員会
上野尻	成川 仁司 様	日野浦	窪田 庸子 様
上畑野川	名智 和男 様	東 川	瀧下テイ子 様
東明神	露口 宏 様	中 津	鈴木 博 様

(2月1日～2月28日 受付分)



4月くらしのカレンダー



☎ 休日当番医

1 水	16 木 ◆移動図書館車の巡回／美川
2 木	17 金 ◆移動図書館車の巡回／面河
3 金	18 土 ◆おはなし会／14時～／町立図書館
4 土 ◆くまびジュニアプログラム／14時～15時／久万美術館	19 日 ☎直瀬クリニック Tel31-0011 Fax31-0011 ◆コレクション展「WALKS 歩くこと」最終日／久万美術館
5 日 ☎うつのみや内科 Tel21-3353 Fax21-3352 ◆第12回くままちひなまつり最終日／久万町商店街	20 月 ◆人権・行政・困りごと相談所／9時～正午／久万町民館・面河住民センター
6 月 ◆司法書士法律相談所／10時～正午／社協本所	21 火 ◆紅葉の会（断酒のつどい）／10時半～正午／保健センター
7 火	22 水 ◆移動図書館車の巡回／畑野川
8 水	◆消費生活相談／9時～16時／役場本庁 ◆乳児・1歳6か月児・2歳児・3歳児健診／12時半～15時／保健センター ◆移動図書館車の巡回／美川小・柳谷
9 木 ◆マイナンバーカード窓口夜間開庁／17時15分～19時／役場本庁 ◆消費生活相談／9時40分～15時／役場面河支所	23 木
10 金 ◆町内幼稚園入園式	24 金
11 土 ◆山草園を歩こう！春の植物観察会／10時～12時／久万美術館	25 土 ◆環境美化の日
12 日 ☎久万高原町立病院 Tel21-1120 Fax21-1121 ◆学芸員トーク／14時半～15時／久万美術館	26 日 ☎久万高原町立病院 Tel21-1120 Fax21-1121 ◆マイナンバーカード窓口休日開庁／9時～正午／役場本庁 ◆2026年度久万美メッセ／9月3日まで／久万美術館
13 月 ◆こころの相談室／9時半～12時半（要予約）／保健センター	27 月
14 火 ◆移動図書館車の巡回／直瀬	28 火
15 水 ◆移動図書館車の巡回／明神・父二峰	29 水 ☎みかわクリニック Tel56-0908 Fax50-1650 昭和の日
	30 木

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。

※掲載している行事は、都合で変更する場合があります。

4月の町税等の納付

口座振替 4月27日(月)
納期限 4月30日(木)
納期限内に納めましょう

【お知らせ】 廃棄物をみだりに投棄することは法律により禁止されています。違反すると不法投棄の原因者は投棄した廃棄物の撤去を要求されるとともに、5年以下の拘禁刑、1千万円以下の罰金が科せられます。不法投棄されているのを見つけたときは、住民課 衛生係または久万高原警察署にご連絡ください。皆様のご協力をお願いします。

【問い合わせ先】住民課 衛生係 ☎21-1111

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.106

地域おこし協力隊の山崎です。私は昨年4月の着任とともに久万高原町へ移住しました。つまり、来月で早くも1年が経過するということ。今月は、私が久万高原町へ移住した最初の年に起こったことをつらつらと記していこうと思います。

●4月・愛媛なのに寒い
私は北海道からの移住だったため、愛媛はさぞ暖かいのだろうと思っていました。ですが、引越し初日から幻想であつたことを思い知らされます。寒い。寒すぎる。特に室内の寒さは、断熱が前提の北海道の住宅とはわけが違います。そんな気温差もあつてか、4月にもかかわらずインフルエンザにかかってしまいました。

●6月・馴染んだ…のか？

私の協力隊での主な仕事は「情報発信」です。町内のあちこちを取材し、SNS「くまこうげんプラネット」で発信しています。取材を通して、町内でも顔見知りの方が増えてきました。買い物

のときに声をかけてもらうこともあります。馴染んできたようで、嬉しかったです。

●8月・知人を呼び込む
夏には、私の大学時代の友人や、協力隊の研修などで知り合った全国の知人が、久万高原町へ訪れてくれました。毎週面河溪へーということもあつたような…。身近な人も久万高原町の素敵なところを紹介できました。

●10月・移住フェア参加
移住後、半年が経つた頃、移住フェアに参加しました。移住検討者に久万高原町での暮らしのをお伝えするといふ重大なお仕事です。良いことばかりではなく、冬は雪が必要なことなど、しっかりとお伝えします。移住は人生の大きな選択でもあるので、

なるべく悔いのないようにしてもらいたいですね。

●1月・え！愛媛で雪!?!
噂では聞いていましたが、本当に降るのですね、雪。移住フェアで「雪が降ります」と言っておきながら、久万高原町で本格的な雪を経験するのは初めてのことに。凍ってツルツルになった道路を慎重に歩くときには、本当に愛媛県にいるのか、疑いたくなってしまう。

●2月・最初の年を振り返る
今まさに、今年の協力隊の活動の成果をまとめているのですが、ここまでスムーズに馴染みながら活動ができたのは、皆さまにご理解いただき、支えていただいたからにほかなりません。ぜひ、協力隊や周囲の移住者の方にも、温かく接していただけましたら嬉しいですね。

【問い合わせ先】

まちづくり戦略課
移住・定住促進係
☎ (21) 1111
(内線187)

【久万高原町公式LINE】
・各種イベント情報の配信
・必要な情報のプッシュ通知
・子育て相談・健康相談
・ごみの分別回答
・公共交通の情報 など
スマートフォンへの登録は左記二次元コードから。



人口（2月末現在）		前月比
男性	3,224人(18人)	-1人
女性	3,441人(19人)	-8人
合計	6,665人(37人)	-9人
世帯（2月末現在）		前月比
🏠	3,857戸(27戸)	-3戸

※注 外国人の方を含めています。() は外国人数

人のうごき（2月）

出生	死亡	転入	転出
2人	16人	11人	16人

