

遊び心を忘れず、 みんなが楽しく暮らせる地域を次世代に

のぼう

今年の4月に結成されました。 入野地区で、 地域の活性化を目指して活動する組織が

ながりを持って楽しくしたいという思いで始まった「入関係が希薄になりつつある組織や人とを結びつけ、つ 野のぼう会」。地域を元気にしようと活動している皆さ んに、その取り組みなどを紹介いただきました。

年4月に結成しました。 まえて、 なく、それぞれの組織も弱体ありますが横のつながりが 化しつつあるという現状も踏 館などのさまざまな組織が いう観点から「入野のぼう 現在 入野地区を盛り上げると (入野連携協議会)を今 入野地区には愛護班 各組織の代表が集ま 獅子舞保存会、

定例会の様子

詩「アメニモマケズ」の一節学校教師であった宮沢賢治の展に尽力した、作家であり農

から引用しました。

東北

東北・岩手県花巻の農村の発

「のぼう会」という名称は、

指したいという思いを込めて 西走した宮沢賢治の精神を目 います。 「でくのぼう」と呼び、 山村の活性化のために自らを 東奔

ず、 果を随時報告していきます。 ます。そして、活動予定、 あって明確な活動をしていき して、団体、 ることを前提とし、リサーチ あくまで直接的に行動 役場とも連携

結

し

います。 ベントの実施、 の整備などで「誰一人残さな リサイクル活動などを行って れに基づき、ラジオ体操会、 り活動計画を決めており、 実現に向けて活動していきま 〈野地域に限定せず広く参加 現在、 支えあい助けあう入野の身近なコミュニティの形 今後、さまざまなイ 月1回の定例会によ 各活動については 自主防災活動 そ

活動しています。 関わるすべての支援を目的に 地域の未来構築を軸にそれに生きがいを」を標榜し、入野 もたちに未来を、お年寄りに のぼう会の理念は、「子ど

しています。 化を行っていくことを使命と 心を忘れずに はなく、 また、利益報酬は一切受け その活動は単発的 ずに入野地域の活性長期を見越して遊び なも ので









さん与えられたのだと現在ののぼう会のほいいこととも言えないのですが、今の頑張りのですが、今の頑張りのですが、今の頑張りが未来へつながっているのはいいことです。 域を考える時間をたくれはこれからの入野地ないでしょう。でもそ 会は新たな一歩を踏みそんな中、入野のぼうに向かっていますが、 を次世代につなげていしく暮らせる入野地域忘れずに、みんなが楽は、あくまで遊び心を て、今年我々ができる出しました。正直言っ ことはそんなに多くは

くまこうげんが好きだから みんなで唄いました



くまこうげん」をアイニードユー

くまこうげん」 動画配信中です 「アイラブユー・アンド・アイニードユー

う目標があります。野の実現を目指そう」とい持ち、支えあい助けあう入のためにみんなが繋がりをのに、入野地域の未来構築 野のぼう会の

いう思いも乗せています。との都市部に出ている人々は、どの都市部に出ている人々な励までから故郷を想う人々を励までから故郷を想う人々を励まがます。この動画には、遠いどの都市部に出ている人々は、どの都市部に出ている人々は、 アップロードしています どの都市部に出ている人々は、の影響により、東京、大阪な今回は新型コロナウイルス すでにYouTubeに動 画 。 の を

I love you & I need you

YouTubeで配信







入野のぼう会

久万高原町在宅医療介護連携推進事業

町内事業所紹介 (29)

-ビスを提供している医療機関 町内のさまざまなサ インタビュ 一形式で紹介します

管理者より一

ループホール地に移転して す。 ぽかが設立され、 けるように日々精進 退院しても生活をする場 さまの協力や地域の方々のご理解 ムあさひを開設したのが始まりで 6かが設立され、平成22年に現在っていくためにNPO法人ぽっか |浮穴郡精神障がい者地 共同生活援助事業所あさひ 事長 より継続的に安定した運営を っています。 ムひまわりを開設しました。 平成12年4月にケアホ 理事・各関係機関の皆 て、 発足により、 これからも入居者の て笑顔で生活してい あさひ・グループ 2つの していきたい 建物でグ がな 家族会

> 要な援助を行ってい 生活を営むための ます

せるアパート」 いたりすることで、のお手伝いがあった ごしています。 をとるためにゆ 食を食べたり、 障がい お手伝いがあったり相談相手が 入居されている方は一 のある方が 昼間の仕事の疲れ っくり のような場所 安心して暮ら 「ほ しながら過 んの 緒に夕 で

訓練など地域活動に参加し、 との交流を行っています。 また、夏祭りや清掃活動、 地 避 難



管理者の山之元初枝さん(右から2番目)と 世話人の皆さん



グループホームあさひ

自宅で安心して 過ごせるようサポート

250-0230

理の支援、

日中活動支援など、

共

地域包括支援センタ

役場保健福祉課内

食事の

提供、

生活全般の相談

入浴や排せつ援助、

健 康管 どのようなことをしてい

ま



-プホームひまわり



支援員と一緒に食事準備をする利用者さん

どん な人が利用できます か

NPO法人 ぽっかぽか

活援助事業所あさひ

(21) 2218

上野尻甲764番地2

神障がい者の方、知的障が障がいをお持ちの方で、 知的障が 主に 41

お知らせなどはあります

あさひも開設しています。 利用いただける、 短期間の入所が必要な場合にご 短期入所事業所

方が利用できます。



お米のありがたみを感じて 父二峰小で贈呈式

贈呈がありました。 童へ、地元で作られたお米の千鶴さんから父二峰小学校児・9月25日、二名地区の久保

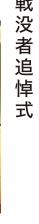


久保さん(左)からお米の贈呈を受ける父二峰小児童

| 久平和を願って | 町戦没者追悼ポ

10月7日、産業文化会館で知霊の冥福を祈りました。 新型コロナウイルス感染症対策のため参加人数は最小限にとどめつつ、約数は最小限にとどめつつ、約の大戦で亡くなられた方をの大戦で亡くなられた方を順で

いくことを誓いあいました。和の尊さを後世に語り伝えてじ悲劇を繰り返さないよう平ことのない悲しみを胸に、同ととのない悲しみを胸に、同戦後75年目を迎え、尽きる



献花をする参列者の皆さん

久万公園遊具が完成(10月27日からオープン

催されました。オープニングセレモニーが開般開放に先立ち、10月27日に、久万公園遊具完成による一

「子どもの遊ぶ場所が少な「子どもたちは目を輝かせ楽しいという町内外の方からの声がといって生に遊具を開放。小学校一年生に遊具を開放。子どもたちは目を輝かせ楽しいという町内外の方からの声ががかる。子どもたちは目を輝かせ楽しいという町内外の方がらの声ががかる。



テープカットの様子

A 通 信 網 を 利 用 し た救 助 の 手 順 を 確 認

L

P

で L 10 帯 Р が行っ 電話 W A 通 月 われ のつながらない場 信網を用い [ヶ滝 ました。 · た 救 周辺



スマートフォンからLPWA子機を通じて救助要請



令和3年度 久万こども園・町立幼稚園 入園のご案内

久万高原町には、幼稚園 9 施設・認定 こども園1施設があります。入園にはお 子さんの資格認定が必要で、入園申し込 み時に町がそれぞれの家庭の状況により 1号から3号に認定します。

区分	年齢	入園施設
区刀	비전구	
1号認定	3 歳以上	幼稚園・こども園
2 号認定	3	こども園
3 号認定	3 歳未満	しても国

※年齢は入園する暦年の3月末での満年齢

久万こども園

久万こども園は、平成30年4月1日か ら幼保連携型認定こども園に移行しまし た。就学前のお子さんに対して教育・保 育を一体的に提供します。

◆教育の部(1号認定)定員10名

3歳から小学校就学前までのお子さん の教育を行います。

利用定員を上回る申し込みがある場 合、久万こども園の入園基準により決定 します。

◆保育の部(2・3号認定)定員80名

保護者が仕事などにより家庭で保育で きない場合に、0歳から小学校就学前ま でのお子さんを保護者に代わって保育を します。

利用定員を上回る申し込みがある場 合、必要度の高い順に受け入れます。

◆利用者負担額(保育料)

お子さんの父母などの町民税を合算し て、利用者負担額(保育料)を決定します。

- ※令和元年10月から3歳~5歳の保育料 の無償化が始まりました。また、0歳~ 2歳のお子さんも町民税が非課税世帯 は無償化の対象となります。
- ◆受付期間

12月1日(火)~1月15日(金)まで (土・日・祝祭日(年末年始)を除く)

【申し込み・問い合わせ先】

- ・久万こども園 ☎21-0777(継続入園)
- ・保健福祉課 ☎21-1111(新規入園)

町立幼稚 袁

◆対象となるお子さん 町内に住民票があるお子さん (小学校区に準じます)

えた翌日以降となります。

- 満3歳児(平成30年4月2日~ 平成31年4月1日に生まれたお子さん) ※満3歳児入園は、満3歳の誕生日を迎
- · 3 歳入園児(平成29年4月2日~ 平成30年4月1日に生まれたお子さん)
- · 4 歳入園児(平成28年4月2日~ 平成29年4月1日に生まれたお子さん)
- 5歳入園児(平成27年4月2日~ 平成28年4月1日に生まれたお子さん)
- ◆諸費用について

入園料・保育料は無償です。諸費用 (給食費・PTA会費・絵本代・おやつ 代など)を徴収します。詳細について は、各園にお尋ねください。

教育日数 公立小中学校に準じます。 保育時間、通園方法、預かり保育など については各園にお尋ねください。

●手続きの方法

3歳入園児の対象となるお子さんがい るご家庭には各園より入園案内を送付し ます。入園を希望される保護者の方は入 園案内を参考にお申し込みください。

満3歳・4・5歳で入園希望のお子さ んについては、各園にお問い合わせくだ さい。

入園施設	連絡先	入園施設	連絡先			
明神幼稚園	21-0869	おもご幼稚園	58-2898			
久万幼稚園	21-0383	仕七川幼稚園	57-0803			
畑野川幼稚園	41-0503	美川幼稚園	56-0017			
直瀬幼稚園	31-0350	柳谷幼稚園	54-2150			
父二峰幼稚園	21-1632					
【その他の問い合わせ】教育委員会 21-0139						



建設課からのお知らせ

33号橘防災事業完成

橘中津 **グ事業**に ĬΪ て整備され、 トンネル を結 現道部との う ぶ町国中 11 て、 道33号の が 10 取開 1月 月30日に 通 25 日 に Ų 0 知 橘防 継 そ

による迂回となりて整備期間中は、伝完成しました。 り岩川: けしまし 区への対 なりまし の安全・安心な事業完成によるり不便をお掛 信 号

> 建設課 問 1 1 1 い合わせ先 内線211 公共土木班





昭 町 就 任 あ い

佐

て、町議会議員並びに、9月空 付けで副町 をいただきまし 云議員各位の 河野町長の 長に って、 就任 10のご同意 会にお のご推 11 にしま 11

る思 うすので、ご指導の程よろく務を全うする所存でござ い責 でありますが、全力の重さに身の引き締 よろし で

ガバメントクラウドファン ディングに挑戦中

久万高原町では、町が認めるプロジェク トで資金調達が必要な方々を支援するた め、ふるさと納税制度を活用した「ガバメ ントクラウドファンディング」を始めまし た。プロジェクト第1弾として、民間と行 政をつなぐ中間支援組織"ゆりラボ"が挑 戦しています。これからさまざまなプロ ジェクトに挑戦しますので、皆さまのご支 援をお待ちしております。詳しくはホーム ページをご覧ください。 HPは

【問い合わせ先】

総務課 秘書政策班 ☎21-1111 (内線102)



地方自治体がプロジェクト実行者として、インターネットを通じて世の中に呼びかけ、共感した 人から資金を募る仕組みです。「READYFORふるさと納税」を通して自治体に寄附をすると 寄付した人の所得税と住民税から寄付額に応じて一部が軽減(控除)されます。 また、寄付額に応じて、様々なお礼の品(返礼品)を受け取ることができます。

※町民の方は、お礼の品を受け取ることができません

犯協 榮さん を積極! 行われた 全国 をそれぞれ受賞され、 (となりました。 [に役場で表彰状の] 長年 づくりに 会連絡協議 渡邉 防 一の防犯活れました。 二上 動の 的に推進 光学銀章 浩二さん が わたり地 <u>畑野川</u> 貢 価さ 活動 献 会防 され を、 や児 れ ||菅生| 伝達 安全活 今 犯 が 安心のま 回 童 五 0 0 受見



受賞された渡邉さん(中央左)と八塚さん(中央右)

安心なまちづくりに貢献で表

雪がおおむね15%以上



町

道

な

どの

除

雪

作業お

よ

び

除雪を行う目安 道 の立木伐採などにご協力ください 車道 の 積

○除雪は、)夜間や降雪中は作業に危険 が伴うので除雪は行い ませ

または車道が急勾配で

道 道などの作業はすぐに対応道)から始めますので、町除雪は、幹線(国道・県 できない場合があります。 路幅員が狭い (3) (3) (3)

> ます。 防止剤 著な路線については、 除 雪車 地理的条件で凍結が顕『車両が入らない路線 (融雪剤)を配布 凍結

についての連絡は、それぞ)除雪および凍結防止剤配布 れの地域の自治会長についての連絡は、 効率的な除雪作業が行えま すようご協力をお願いしま らお願いします。 地域の自治会長さん か

ない事態となりました。

呂場などで破損事故が多発屋外の給湯器や散水栓、風 しています

グの挿し忘れにもご注意くだ しましょう。また、 作動しているか定期的に点検 様に対策を行ってください。 でない風呂場などでは屋外同 屋内であっても、断熱が十分 保温をしてください。また、 チューブ、毛布などを巻いて 凍結防止ヒーターや保温 凍結防止ヒーターが正常に 屋外の水道管や器具には、 電源プラ

宅や倉庫などでは、 水道管が破損することがあり また、 メーター 数日間留守にする住 ボックス内の 屋内でも

水道管の凍結防止にご協力ください

道水の供給に影響が生じかねにわたって低下するなど、水にわたって低下するなど、水の水位が数日間発しい寒波により破損事故が多生しています。過去には、厳 結に伴う断水や破損事 町 内では、

環境整備課 【問い合わせ先】 2 1 内線207) 1 1 1 1 水道



除雪・凍結防止剤についての連絡先

該当する路線を管轄する支所などへ連絡

役場本庁

面河支所

美川支所

柳谷支所

【土・日・祝日・夜間・年末年始】

役場本庁

採のご協力をお願い

します。 事前に伐

【問い合わせ先】

予想される場合は、

の通行に支障をきたすことが

いる道路沿いの立木で、

道路

【平日

管轄

久万地区

面河地区

美川地区

柳谷地区

管轄

全地区

管理建築班

内線155)

午前8時半~午後5時まで】

連絡先

連絡先

恐れがあります。

所有されて

枝により通行車両が損傷する

が道路上へ倒れたり、

伸びた

沿道の立木伐採などについて

暴風および積雪などで立木

21-1111

258-2111

256-0211

254-2121

21-1111

しょう。 止水栓を閉 めて漏水を防ぎま

ず故が発

定期的に確認を!

ができません。 生じた漏水にかかる水道料金 ないのにコマが回っていれば については、 漏水です。 しましょう。水道を使ってい ないか、 期的に漏水が発生 水道メーターを確認 凍結による破損で 減免をすること し 7

願いします。 雪を置かないようご協力をお 水調査の妨げとなりますの で、メーターボックスの上に 除雪をする際は、 検針 P

水道を使っていないのに コマが回っていませんか

書類の添付が必要です。

料を支払ったことを証明する



証明書は年末調整 ・確定申告まで大切に保管を

納めた 額が社会保険料 民年金保 控除 険料は の対象です!

会保険料控除としてその年の料を納めた場合と同様に、社 険や厚生年金などの社会保険国民年金保険料は、健康保 和2年1月~12月までに納め が軽減されます。 課税所得から控除され、 控除の対象となるのは、 税額

整や確定申告のときに、保険 わせて控除が受けられます。 払っている場合、その分も合 お子様など)の保険料を支 ではなく、ご家族(配偶者や 含まれます。 また、ご自身の保険料だけ 控除を受けるには、年末調

送られておりますので、 方には、11月上旬に日本年金日までの間に保険料を納めた 令和2年1月1日~9月30 国民

> 明 してください。 言または領収書などを添 0) 提出 の際には必ずこの 付証

間に、 月上旬に送られる予定です。 めた方の証明書は、 月1日~12月31 今年初めて保険料を納 翌年の2 日までの

11月30日は「年金の日」毎年11月は「ねんきん月間」、

年度分や追納された保険料も

た保険料の全額です。過去の

ご利用いただき、ご自身の年 見込額を試算してください。 ムページからお願いします。 の登録は、日本年金機構ホ 金記録の定期的な確認や年金 ともに、「ねんきんネット」を ねんきんネット」のご利用 の理解を深めていただくと この機会に、公的年金制度

【問い合わせ先】

住民課 $\begin{array}{c}
2\\1\\1\\1\\1\\1\end{array}$ 国保年金班

松山東年金事務所 内線135)

7

089 (946) 21

4 6

観察してわかること~ 昆虫の起源と進化~卵の中を

岳博物

館

夜

の講座のご案内

日 7 時~8時15

参加 場 10 Ŏ 円

媛大学理工学研究科助教) 師 福井眞生子先生

が必要になるほど。かれらは見分けるだけでも分厚い図鑑 獲得してきたのでしょうか? どのように進化し、 の姿は多様で、身近な種類を た生物と言われています。 上を占め、 虫類は全動物種の7割以 地上で最も繁栄し 多様性を そ

発生学が専門です。昆虫の卵講師の福井先生は昆虫比較 プごとに比較し、その進化を が成長していく過程をグルー ます。今回は昆虫の分類や進 考えるという研究をされて をしているかなどについ 原始的な昆虫はどんな姿

産業文化会館 月 11 H 研修室

面河山岳博物館 問 (58) 2130 い合わせ先



福井先生の研究対象のひとつ、 タカナワカ マアシムシ(上は背面、下は側面)

正

す」の委員名に誤りがあ 正します。 りました。お詫びして 農業委員さんを紹介し 広報10月号17%-「新 し ま 11

水元眞二

水本眞二

委員 委員





「医療費控除の明細

の

添付が必要です 療費控除を受けるには

の添付が必要となりました。には「医療費控除の明細書」 令和2年分からの 医療費控除を受ける場合 定申告

1 求められたときは提示・提 5年間保存し、税務署から 出は不要になりましたが、 医療保険者から交付を受 しなければなりません。 医療費領収書の提示・提

※医療費通知:健康保険組合 できます。 すると、 明細の記入を省略

けた医療費通知(※)を添付

などが発行する「医療費の

ください。 明細書」を作成の上、ご来場 務署にお越しになる場合 お知らせ」など 会場内の混雑を回避する 事前に「医療費控除の 医療費控除の申告で

細書は、 確定申告書等作成コー 国税庁ホームペー 医療費控除の

> することもできます。 を利用して送信」できるほ した申告書などは、「e-Tax ナー」で作成できます。 か、「印刷して税務署に郵送! 作成

> > 12月1日~7日は「愛媛県エイ12月1日は「世界エイズデー」

ズ予防週間」です

期間中、

県中予保健所では

て、

詳しくは国税

をご覧くださ 庁ホームページ



2089 (941) 9121

松山税務署

【問い合わせ先】

人権週間」 12月4日~10日は です 「第 72 回

ています。 権尊重思想の普及高揚を図 県人権擁護委員連合会では、 を啓発活動重点目標とし、 「『誰か』のこと じゃない。」 松山地方法務局および愛媛 つ

70 - 003 - 110を認め合う心を育てましょう。 ご相談ください。 め、相手の気持ちを考え、違い この機会に、人権意識を高 人権問題でお困りの方は、 なの人権110番 0 5

問い合わせ先

1089 (932) 0888

安・疑問などをお持ちの方 ぜひご利用ください。 エイズに関する悩みや不

【定期検査・相談】

をなくしましょう。

して、この機会にエイズの正

そ

しい知識を持ち、誤解や偏見

·受付日時 実施場所 午後1時~3時 は同日午後3時~4時半) 12月2日 (水) 県中予保健所 (結果通知

※無料・匿名でHIV・ れます。 毒・B型肝炎検査が受けら 梅

解体工事業

愛媛県知事(般-4) 12016号

〒791-1221 愛媛県上浮穴郡久万高原町露峰35-2

〒790-0043 愛媛県松山市保免西2-3-15 089-989-5001 FAX 089-989-5002

町132)

1階予診室(松山市北持

田

※前日までに電話での予約

設計 デザイン 新築・リフォーム工事 家屋解体工事 -式総合建築業

0892-21-1511

TEL

必要です。

します。お気軽にご相談くだ プライバシーや秘密は厳守

【問い合わせ先

県中予保健所 **2**089 (909) 8757 感染症対策係

正社員・パート募集

血液検査・相談を実施しま 定期検査の時間を延長し



職種:事務職・レストラン業務他 月給又は時給(850円~1,100円) 勤務場所:高原ゴルフ倶楽部

その他:福利厚生、休日等は要相談

高原ゴルフ倶楽部 **2**41-0331

広報広告



Eat キャンペーン G O Т

10 8 9

(945) 3220

愛媛事務局

ため、 お願いします。 水産物の消費拡大にご協 を販売。 乗せしたプレミアム付飲食券 ています。購入額の25%を上 かれている飲食店を応援する 新型コロナウイルス感染症 キャンペーンを展開し 飲食店を支え、 厳しい状況に 一力を

▼食事券販売期間 食事券利用期間 1月31日 (日) まで 令和3 令和3.

10 枚) 食事券 5000円分:500 3 月 31 日 4 0 0 0 0 円 水 まで 面

食事券購入場所

県内のフジ、 柳谷郵便局・面河郵便局・美川郵便局・久万郵便局・ セブンスター

終了。 入は5セットまで。 などで販売、 一人当たり一 なくなり次第

回

(n)

県内の飲食店(事前に食事券利用飲食店

登録

G 問い合わせ先 O された店舗で利用可 To Eat キャンペ

1

1089 (912) 2241

県薬務衛生課

問い合わせ先

2089 (912) 2395

www.goto-eat ehime.com/



(媛の飲食店を応

まじめし」キャンペ

ペーンを実施中。 ジェクトでは、抽選で県産品 などが当たる2つのキャン タートした「まじめし」 (日) まで) ロナ禍の中でも頑張る県 食店を応援するためにス 12月20日 プロ

①お店にある二次元バー ②インスタグラムを使ったグ プレゼントくじ ルメ写真の投稿キャンペー ドを読み取って参加できる コー

式ホームページ を応援しませんか?詳しくは まじめし」公 この機会に、 愛媛の飲食店

をご覧くださ

問い合わせ先

県まじめ課(広報広聴課

釣ったふぐの素人調理はや12月は「ふぐ中毒防止月間」

ふぐを自ら調理すること 非常に危険です!

いでください。 庭での素人調理は絶対にしな ください。 ふぐを人にあげるのもやめて な知識と技術が必要です。 ふぐの鑑別や処理には 釣った 高

・最悪の場合、 れがあります! 死亡するおそ

状を起こし、 ある部分を食べてしまうと、 は分解されません。この毒の と呼ばれ、 しびれやおう吐などの中毒症 亡します。 ふぐ毒はテトロドト 加熱などの調理で 最悪の場合は死 キシン

うにしてください。 理をしたふぐをもらわな のある方にお願いしましょ >ふぐの調理は「ふぐ取扱者」 釣ったふぐの調理は、資格 資格のある方に依頼を! また、資格がない人が処 11

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。

野 佐伯 幸子 様 日野浦 村松 入 秀康 様 久 万 栗原嘉代子 様 西 石丸金太郎 様 谷 組 山之内新太郎 様 中

(10月1日~10月31日 受付分)



広報広告



※通 ※本事業は(一社) **1**089 (912) 県健康増進課 【問い合わせ先】 会に委託しています。 話料金がかかります。) 愛媛助産師 2 4 0 5

▼日時 毎週土曜ご利用ください。 守)。ひとりで抱え込まないます(相談内容や秘密は厳助産師が電話での相談に応じ さまざまな心配事につい不妊など、妊娠にまつ ルを開設 愛媛県休日不妊相談ダ - 5時(年末年始を除く。- 5時(年末年始を除く。- 1 年 - 1 男女問わず、 しています どなたでも



第40回上浮穴郡小学校陸上運動記録会(10月8日/県総合運動公園陸上競技場)

1 0 8

時

相談専用ダイヤル ☎ 令和3年3月まで実施

0

(4359)

町内全小学校が参加し、この日のために練習を積み重ね、自己記録更新を目指して力を競い合いま した。

【男子の部】

100 J 00 HPJ														
種目		1位	記録		2位		記録		3 位		記録			
60m走	畑野川	山岡 漣音	9秒35	久 万	石丸	竜毅	9秒52	久万	5 安宅	羽琉	9秒71			
100m走	久 万	水谷 孝之	※14秒78	面河	高山	志旺	15秒99	久万	ī 杉原芽	电史郎	16秒17			
60mハードル走	美川	吉田 優希	※10秒19	久 万	水谷	孝之	10秒81	畑野川	山岡	漣音	11秒34			
走り高跳び	久 万	西岡 櫂	1m10	久 万	河口	悠真	1m05							
走り幅跳び	美川	吉田 優希	※ 3m75	明神	大野	愛斗	3m42	明神	り 久田	歩	3m24			
ソフトボール投げ	久 万	名智 柊人	45m13	畑野川	山岡	優磨	36m79	久万	ī 石丸	宗弦	32m35			
		石丸 竜毅			段ノ	上暁登								
400111	, _–			, <u> </u>	杉原英史郎	1公02秒02	古 湖	大野	夏輝	1人1つもり70				
400mリレー	久 万 	安宅 羽琉	1分02秒02	直瀬	大野	陽真	1分13秒78							
		水谷 孝之			大野	蒼空								

【女子の部】

種目		1位	記録		2位		記録			3位		記録
60m走	父二峰	岡田さりな	※ 9秒36	畑野川	山岡	花音	※ 9秒48	直	瀬	大野	里湖	10秒08
100m走	父二峰	岡田さりな	※ 15秒48	畑野川	中川祐	希奈	※ 15秒55	久	万	倉橋勢	 医乃莉	※ 15秒80
60mハードル走	明神	渡部 心	※ 11秒21	畑野川	山岡	花音	11秒49	久	万	倉橋勢	 医乃莉	11秒51
走り高跳び	畑野川	中川祐希奈	※ 1m32	面河	小野	凜子	1m10	久	万	池田	恋乙	1m05
走り幅跳び	柳谷	小池 遥日	3m28	面河	中川	碧	3m14	久	万	梶川	亜由	3m09
ソフトボール投げ	久 万	田村優花	35m37	父二峰	川本	瑠花	25m44	父=	_峰	川本	梓巴	21m61
		中川 華帆			近藤	和佳						
400mリレー	久 万	田村優花	1分09秒64	直瀬	大野	里湖	1分11秒12					
40011197		清水 桜	173091904		近藤	明佳	1/11/11/2/12					
		倉橋奏乃莉			大野	結唯						

県小学校陸上運動記録会出場者

※は県標準記録を上回った記録



第16回東温市・上浮穴郡中学校新人体育大会(10月6日)

東温市・上浮穴郡中学校新人体育大会が町内と東温市の各会場において開催されました。 各選手は、日頃の練習の成果を十分に発揮し熱戦を繰り広げました。

	種目	順位	入 賞 者
	男子団体	2位	久万中学校
	男子シングルス	3位	宮内 陽向(久万中) 県
	カナシングルス	3 位	大野 志昊(久万中) 県
バ	男子ダブルス	3 位	片山 里琥(久万中) 安藤 弘将(久万中)
ド	女子団体	2位	久万中学校
ミン	4755.807	優勝	宮内 ナナ(久万中) 県
ر ا	女子シングルス	2位	大野 陽菜(久万中) 県
ン	女子ダブルス	優勝	山内 嘉乃 (久万中) 亀井歩乃花 (久万中)
		2 位	成川 結愛(久万中)
		3 位	山宮 芹奈(久万中) 県 片山 沙希(久万中)

	種 目	順位	入賞者	
		順位	八貝日	
卓球	は男子シングルス	優勝	高山隆介(美川中)(息
	女子団体	優勝	久万中学校 (見
ソフト		2位	亀井 杏幸(久万中) 岡 春伽(久万中)	息
トテニス	女子ダブルス	3 位	山地美菜萌(久万中) 和田れいな(久万中)	阛
ス	ζ	3 位	藤原 悠名(久万中) 崎山 真尋(久万中)	息
剣追	鱼男子団体	3位	菅 知成(久万中)(阛
柔	女子個人 Akg級	推薦	石丸 海月(久万中) (息
柔道	女子個人 Bkg級	推薦	都築 愛(久万中)(息

県 県大会出場

木 材 市 場 市 況 10月26日 1148回市【久万広域森林組合】

		ス	ギ	٤,	ノキ
長さ	末口径	高値	曲	高値	曲
	13	10,080	10,080	12,130	12,130
	14	11,500	8,660	15,670	13,820
3.00	16	12,500	11,400	19,339	17,500
3.00	18-22	12,000	11,000	15,500	14,000
	24上	12,500	11,500	16,020	14,810
	30上	11,490	10,690	17,000	15,500
	13	10,400	10,400	11,500	11,500
	14-16	11,000	9,000	19,599	17,819
4.00	18-22	13,010	12,010	16,000	14,500
	24-28	14,200	12,910	17,000	15,500
	30上	13,000	12,390	17,500	15,700
6.00	18-20	出材なし	15,300	28,890	26,350
0.00	24上	15,100	14,000	18,500	出材なし
選	木	スギ	ヒノキ	マ	ツ
3.00	24上	15,700	25,310		9,000
4.00	24上	14,690	29,110		11,500
4.00	30上	15,200	28,800		13,000
杉4 18上~36までの一般材が高値、4 5 1 5 1 6 1 6 1 5 1 6 1 6 1 6 1 6 1 6 1					

「愛媛FC vs 京都サンガFC」

今年もニンジニアスタジアム(とべ動物園横)で 松山市、伊予市、東温市、久万高原町、松前町、 砥部町によるマッチエリアを開催します。

今年の対戦相手は、京都サンガFC!2020シーズン最後の日曜日に開催するホームゲームです! みんなで愛媛FCを応援しよう!

【日時】12月6日(日)午後1時キックオフ!

【チケット】マッチエリア特別価格

■ B 自由席 一般 1,000円(通常前売り 2,100円) 小中高生 無料(通常前売り 700円)

【販売場所】

・役場総務課 秘書政策班 ☎21-1111

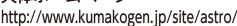


左記QRコードより、チケット 購入ページへと移動できます。 (JリーグIDの登録・取得が必要) 詳しくは愛媛FC公式ホーム ページをご確認ください。 (https://ehimefc.com/)



ふたご座流星群を楽しもう!

天体観測館 ☎41-0110 天体ホームページ





■今年もふたご座流星群の撮影に挑戦します。3年間も天気が悪く撮影できていませんので今年こそはという思いです。 宙ガールの観測会の参加者全員が明るい 流星を撮影し喜んでもらえると嬉しいで



学芸員のつぶやき

たすら空を30秒露出で連射撮影しま 流星は流れる位置が分かりません。

て13日夜から14日未明に、の極大になります。した。

極大になります。

したがっ

かけ

流星は12月14日午前が

出

現

天体ショーです。

冬に最もオススメ

多くの この

星が

現れる現

象

月の

注目は

です。

ふたご座を中心

時間当たり約60 て多く現れます。

個

の予想

その数は1

のペルセウス座流星

辞 を上 で、

天候が悪い

場合は

今年は月明かりが全くな

2020年で最も流星 グループで、 なります。 夜を楽しんでくださ 親子や家族 恋人同士で の多

植

間で捉えた流星はなんと 流星を捉える計画です。 まざまな方向に構え、 参加者が持参したカメラをさ 年取り組んでいます。 ト「宙(そら)ガール 流星を見ることができます ふたご座流星 です。 いですね。 毎年天候が悪くここ3 のテーマの一つとして 今年こそは晴 群 はイ 多く 15 名 の の観測 n 0 し 7 か \mathcal{O} 毎

晩秋の植物観察のポイント

面河山岳博物館 ☎58-2130 山岳ホームページ



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

博物館スタッフのつぶやき

■ツルシキミはミカン科。果物のミカン と同じ仲間なのに、毒があるなんて不思



葉と実には

が

あ る

0)

思ってい 実は10月頃から色づかが似ていますが別で るんです。それは と真っ赤になってとっても綺 シキミです。 ワンは、 河渓でよく目立つ ならではの観察ポイントがあ に根元が地 仏前に供えるシキミと名 も終わりだなぁ 月頃から色づき なんといってもツルらく目立つ実ナンバー るあなた。 色と丸っこい 面を這うの ツル植り この 物の 種 ~…そう です。 が特徴 よう ! 時 面



るのか!」とび ると「この花はこんな実がな いっぱいです。 時期以外も、 には健気さを感じます。 食べられ ることがほとんど。 ツルシキミは個体数 その植物をより一層身近と、新しい発見があった 杯存在を主張するよう 日陰で赤い実をつけた姿 ません。 が

感じることができますよ。 季節を通して観察を続 見かけても素通りされ 植物は不思議が っくりするこ 調査をして ですが 花の 11



理想郷ジャワ 水木伸一

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

■本展は大正から戦前の愛媛ゆかりの洋 画家に焦点を当てた展覧会です。大正生 まれの方も続々とお見えになっており、 当時の貴重なお話を伺えるので有り難い です。

帰国 動いているんだ。この絶好トの名彫刻が、生きて河中帰国後、「ギリシャやエジ デルは永久に無料で



▲展示室風景

▲水木伸-《ジャワの女性裸婦》 1935年、個人蔵

られるような感覚がありまだけでなく、体感をも揺さぶなジャワ女性たち。水木の描なジャワ女性たち。水木の描厚で体温さえ感じさせるよう す。 ぜひ会場でご確認くださ (引用は 熱帯ジャワの気風、 すべて水木伸

る、イノシシやアナグマ、

でも発見され

7

水木伸一は1935年、43 水木伸一は1935年、43 は要子を日本に残し、約半 下は妻子を日本に残し、約半 下は妻子を日本に残し、約半 本は妻子を日本に残し、約半 ならばジャワでの暮らしを享受 しました。

木は妻子を日本に残し、約半行ならばジャワに限る。」水仏跡の石仏が山のようにある仏跡の石仏が山のようにあるは果物が安く食べられる国、い果物が安く食べられる国、がの果場がいつでもす。「自然の裸婦がいつでも

ネズミを食べる?!

Eat Mouse

久万高原町教育委員会(上黒岩考古館) **21-0139**



学芸員のつぶやき

■久万高原に来てから、いわゆるジビエ 系の肉を食べる機会が増えましたが、実 はネズミは食べたことがありません。

がネズミです。
なかどうか不明なものの一ながでは見つかるけれど、食いますなど。そうした中で、関 ミがあ か?」と聞かれます。中国や「ネズミも食べていたんです 展 上黒岩遺跡考古館の 宗をし アジアやペルーなどでは りますが、 している中にネズは跡考古館の動物骨 来館者から 一食、、てつべ遺タい



▲上黒岩遺跡考古館のネズミ

は

い引っ掛かります。・さまざまな動物が

「で、2百介され、手塚治虫ズミ食は、サバイバルの書籍 に食用のネズミなのです。ネ 園にいるナモノ 『火の鳥』などでも食用ネズ のできないネズミの毛皮は、 のできないネズミの毛皮は、 方取物語『火鼠の皮衣』や、 宮沢賢治の『氷河鼠の毛皮』 でも知られるとおり、コート として利用されます。 上黒岩遺跡のネズミがどの ように利用されたのか、今の ように利用されたのか、今の

で一斉放送を 防災行政無線 アウト訓練 シェイク 午前9時に その場で ますの

実施します。 組みを中心に 「自助」の取り を趣旨に

「頭を守り」

身を守る行動

「動かない」

備蓄品や資機材の を支援する事業もありま お考えの自主防災組織 ありましたら、 災害時に備えるため、 で、 お気軽にご相談 町で購入 購入を が

教育委員会

生涯学習班

2 1

【問い合わせ先

「姿勢を低く」

みんなで防災

MAKOUGE

町総合防災訓練

は、 0)

月

29 日

入人万高原 新型コロ

査をなくすための身元調査害や差別行為である身元調みの一つに、重大な人権侵

7

ナウイルス感染防止のため、

集まらない家庭でできる訓

用

総務課 危機管理室 **2**21-1111 (内線145・146・147)

各家庭で訓練に参加し、

災害に備えましょう

計 止対策として、 持出し袋をいつでも持ち出し しょう。 行動するかなどを考えてみ 場所で地震が発生したらどう りません。普段から、 できる場所に準備しましょう。 た食べ物などは交換し、 しましょう。 非常持出し袋の点検 非常持出し袋の中身を点 新型コロナウイルス感染防 アルコール消毒液なども 震はいつ発生するか分か 賞味期限 マスクや体温 今いる はが切れ 非常

意しましょう。 配布している防災避難場所の確認

所はない. こか、 認しましょう。 は危険ではない 布している防災 避難所までの経路 か、 回りで危険な場 避難所はど など マッ

ます。 お断り運 動が実施され

調査 品が最優秀に選ばれ、た万中学校の大西紬さん デザインを募集し、 昨年度、町内の中 布される予定です。 テッカーとして各家庭 |お断り運動 0) 中学生

します 断り運動にご協力をお 貼りいただき、身元調査おテッカーを見える場所にお各ご家庭でも、このス

差別をなくする強調月間

11月11日(水)~12月10日(木) スローガン 『誰か』のこと じゃない。 (法務省啓発活動重点目標)

今年度の小学校区別人権教育推進大会は、新型コロナウイルス 感染症対策により、公開保育・公開授業、人権参観日、人権のつ どいなどの内容で校区別に独自に実施します。

●12月5日に予定していた人権啓発フェスティバルは中止します。



7

います。 尊重する条例」を制定

この実現に向けた取り

重大な人権侵に向けた取り組

差別をなくし基本的人権を て、「久万高原町あらゆる

令和2年度ステッカー

をとってくださ

差別解消に向け 「身元調 査 お断り運動ステッカー」

権が尊重される町を目指し本町は、すべての人の人

を貼りましょう



電気ストーブ火災に気を付けましょう

これからの季節、電気ストーブを使用する機会が増えます。電気ストーブは、見た目は直火(炎)がなく安全そうに思えますが、石油ストーブのように高熱を発することに変わりはありません。使用に際しては、燃えやすいものを近くに置かないなど、注意が必要です。

~火災事例~

- ①居室内の電気ストーブがロボット掃除機に押されて移動したため、置いてあったソファーに接触し出火した。
- ②電気ストーブをつけたまま外出し、壁に立て掛けて乾かしていた マットレスが倒れて出火した。
- ③脱衣場で、電気ストーブをつけたままにしていたところ、洗濯機 の上に置いていたタオルが電気ストーブに落下し出火した。



- ・外出、寝る前には必ず電源を切る
- ・燃えやすい物は近くに置かない
- ・ストーブの上に洗濯物を干さない
- ・電源プラグやコードが傷んでいたら使用しない
- ・誤ってスイッチが入らないように、使わないと きは電源プラグをコンセントから抜く



一般社団法人 日本火災報知機工業会 〒110-0016 東京都台東区台東 4-17-1 借業ビル(新台東)

住宅用火災警報 器の点検・維持 管理はできてい ますか?

日頃からメンテナンス・ 点検を実施しましょう 119 まぐに参上 -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

【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 http://www.kumakogen. jp/site/syobohonbu/

10月末現在の状況					
火災	4件				
救急	464件				
救助	34件				

火寿 命や、 安宅 がや を感 がは場合に め発電古起知りし用 池切 めい非生 こする 7 合は 常に うとき し な 汚 も、 にも、定期な に危険です いときに効果 に危険です る れ 消報 くが間報 が 器 電 な付に器 あ 署ま し期効でにに子 ま的果す感よ部 が ŋ 鳴 他 知 でご 0 を 知り品 り な す。誤や分期 X 0

久万高原町 『地域おこし協力隊』 Ø

のこと

協 力 隊 通

vol.42

活動している吉田です。 久万農業公園アグリピ ア で

れからですが、いまだまだこ年が経ちました。まだまだこ ことを一 内容および今後やってみたい 、ます。 部ご紹介したいと思



新たに9名の方が野菜づくり ①クラインガルテン 活動を行い、 を栽培し、 ています。 利用者さん募集のPR 空区画で野菜や 販売してい 今年は町外から 私自身も十 ます。 ハーブ

これからもどうぞよろしく

と野草茶などのセミナー交流ターの資格を取得し、皆さん 野草に関するインストラク 会ができればと考えてい ついて勉強中で、任期中に 物のこと、 特に有用 植



涼な気候の久万高原町で栽培バーブは、ハーブの一種で冷フルーツを作っています。ル 渡部なし園さんの梨でドライ ②作り方を教 うにまずは町内に広めたいと **甘論見中…。** オススメです!クロモジのよ しやすいので、 会に参加するため、 めているところです。 ーブのジャムやトマトと 今は松山市の り、 家庭菜園にも -チゴと

協力隊として着任 10 た2名を紹介します 月から地域お



隊員

酒井

はるな春菜 (コミュニティナース)

ナー この町に戻ってきました。い、中・高校時代を過ごした こしにも尽力していきます。 いづくりに励みながら、 もっと地域住民に寄り添える 早期発見が遅れ、希望する治 勤務していましたが、 院の消化器内科・外科病棟で以前は松山市内の急性期病 ような看護師になりたいと思 療ができない患者さんも多く、 10 酒井春菜です スとして活 月 りに励みながら、町お1の方々の健康と生きが から、 に活動していたコミュニティ 病気の 1 ま

> 井香と申します。 |谷地域 まし

した。 地域おこし協力隊に募集しまのお役に立てればとの思いで のお役に立てればとの思いで 決意。移住するなら何か地域 ておりました。 である旧柳谷村に帰省した は関東に移り約30年間過ごし 松山市出身で、 昨年母の実家 高校卒業後 ま で域 を

らはじめ、できることを探地域の知識を深めるところ り育つ』 7 いこうと考えています。 域の知識を深めるところか西谷地域の方々との交流や よく育つものは、 ゆ つ < L

た移住生活を過ごしていきた という言葉があります。 いと考えています。 どうぞ温かく見守りいただ 楽しく明るくゆったりし

かおり 隊員 (西谷地域)



久万高原町の 『地域おこし協力隊』 のこと

協 力

隊

通

活動の総括を行いました。 る退任前に、3年間にわたる 隊員の3名が、任期終了によ 文化会館で行われました。 力隊員よる活動報告会が産業9月25日に、地域おこし協 笠居隊員、上田隊員、 吉村

隊員



をしていました。 ある吉村隊員は、 ごでテニススクールのコーチる吉村隊員は、任期中に町 自身もテニスプレ 退任後は、 1 ヤ

> 創ない。 レイヤーを誕生させたい、 いう展望を語りました。 また、 のテニスアカデミーを 久万高原町から有名プ 任期 中に結婚

告も。久万高 家族を得た吉 目標と新たな 原町で明確な が文化的に からの活躍に 村隊員。これ なったとの報

すっかり生活

らいい とになりました。 画立案に加えて久万高原町観さまざまな観光イベントの企 りたいことを見つけていき、 から少し 光協会の法人化にも携わるこ 索の状態からスター 着任し のか分からな ずつやれること、 ١٥ ζJ そこ Þ

した。 代かる がとうございました! りへの貢献」であると語りま 笠居隊員は、 引き継ぐためのまちづく 「地域経済の循環と次世 笠居隊員、3年間 観光協会の あり 目

由^ゅ 実[»] 隊員

Iです。



.内容の活動に3年間従事し見華やかながら非常に難し笠居隊員は、観光という、

上え 田だ



勤務し高校ホームページの 上 田隊員は、 上浮穴高校に 更

高原 活性化につながるのではと語目することが地域の魅力化、 できたことだと思います。 隊員だからこそ気づくことが 高校生と触れ合ってきた上田 思われるような町に。 りました。子どもたちに久万 地 していました。 生徒の進路相談などの対応も 信業務に携わってきたことを 新やSNSを利 域の子どもたちにも 上田隊員は発表の 久万高原町「が」が町「で」いい、 ふるさと創生課 その他授業の 最後に、 3年間 ではな いいと っと注 や、

協力隊プ ロフィー

由実 隊員

月10任 拖 1日着任—令和2年9 観光協会 平成 29 车

▼上田 洸 隊員 年11月1日着任―〈 年11月1日着任―〈 上浮穴高校

令和2年

平成 29

10月31日退任 年11月1日着任─△ 任地:教育委員会 教育委員会 令和2年 平成 29



参場午日 加加所後時 申費 とあ が 町時 12 鏡影 (1 L) 立半月で結うま 図 12 見晶薬す 0 図 0 3 日 てが品か 当円館時 で 2 百 き水である 視半土ま لح よ 見 かう 室

晶ができるところを マロ

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/

※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。

	月	火	水	木	金	土
		手芸すずらん	やまびこ (直瀬)	3	やまびこ (美川)	おはなし会
6	7	8	やまびこ (明神・父二峰)	10	やまびこ (面河)	わくわく 科学教室
	14	手芸すずらん	やまびこ (畑野川)	17	やまびこ (美川・柳谷)	おはなし会
20	21	ささゆり読書会		24	25	26
27	28	29	30	31		

…休館日(定休・月末整理日)

年末年始休館のお知らせ

令和2年12月28日(月)から 令和3年1月4日(月)まで

上記の年末年始休館には、月曜日の定休館日も含 んでいます。

休館中の図書の返却につきましては、玄関左横の 返却ポストをご利用ください。

ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いします。

おすすめ

一般書 小説

『イノセンス』

小林由香/著 **KADOKAWA**

中学時代、不良に絡まれた 星吾は、彼を助けようとして 刺された青年を見捨てて逃げ てしまう。青年は死亡し、星 吾は世間から集中砲火を浴び た。大学入学後、星吾の周囲 で不審な出来事が…。



一般書

小説

『えにし屋春秋』

あさのあつこ/著 角川春樹事務所

児童書

新刊案内

浅草の油屋、利根屋の娘・ お玉と、本所随一の大店の主 人の見合いの前日、お玉は置 手紙を残していなくなってし まう。利根屋の命運を賭け て、奉公人・おまいが身代わ りとなるが…。



『セラピードッグのハナとわたし』

児童書 よみもの

堀直子/作 佐竹美保/絵 文研出版

ばあちゃんが居る老人ホーム いなさびしい目をした犬「見





『アルフィー

ゆくえふめいになったカメ』

ティラ・ヒーダー/作 石津ちひろ/訳 絵本塾出版

6歳の誕生日にニアは、カ

メのアルフィーと出会った。ニアはアルフィーが大好き だけど、あまりにもおとなしいから、ついそこにいるこ とさえ忘れてしまう。そして、7歳の誕生日の朝、アル フィーは姿を消して…。



みんなで一緒に健康づくり

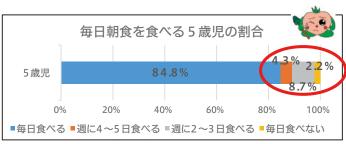
久万保健センター

TEL:21-2700 FAX:21-0934

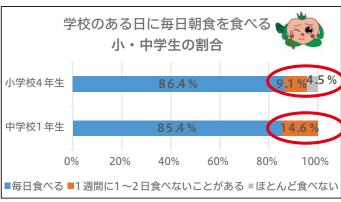
朝食、食べていますか?

~できることからはじめてみましょう~

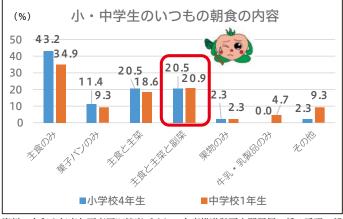
久万高原町の子どもたちの朝食摂取の現状



資料:令和元年度5歳児(年中児)健診アンケート調査



資料:令和2年度久万高原町健康づくり・食育推進計画中間評価に係る睡眠・朝 食に関する調査



資料: 令和2年度久万高原町健康づくり・食育推進計画中間評価に係る睡眠・朝 食に関する調査

朝食は、脳と体の目覚まし時計です。体にエネルギーを補給し、体温を上昇させることで元気な1日を過ごすための準備が整います。バランスのよい朝食を食べることで、勉強や仕事がしっかりできます。

久万高原町の子どもの朝食摂取の現状を見てみると(グラフ参照)、5歳児・小学校4年生・中学校1年生とも朝食を毎日食べていない子どもが15%程度います。朝食を食べない小・中学生の理由としては、で食べる時間がない」が最も多い状況です。また、小・中学生のいつもの朝食の内容としては、理想的な朝食である「主食でもとしては、がそろっている朝食を食べてもるといる子どもは少なくなっています。子どもたちみんなに毎日バランスの良い朝食を食べてもらいたいですね。

1日中元気に活動できるよう家族みんなで「早寝・早起き・朝ごはん」を実践しましょう。

朝時間がない、食欲がない、 どうすればいいの?・・・



- ★前の日の夕食を遅い時間に食べないよう に、またとり過ぎないようにしましょう。
- ★夕食の支度をするときに、つぎの日の朝食 の下準備をしておきましょう。
- ★朝食を食べる習慣がない方は、すぐに食べられるもの(牛乳・乳製品、果物、納豆や卵など)からチャレンジして、少しずつ料理を増やして、主食・主菜・副菜のバランスを整えていきましょう。

【朝食レシピ ピザトースト】

材料(2人分)

食パン(6枚切り)2枚トマトケチャップ大さじ1ハム2枚ピーマン1個ホールコーン大さじ1とろけるチーズ2枚

<1人分の栄養価>

エネルギー 275kcal 塩分 2.0g

D 1/ 1-2 :

作り方

- ① ハム・ピーマンを千切りにする。(玉ねぎ・人参・トマトなど何でもOK)
- ② 食パンにケチャップをぬる。
- ③ ②の食パンにハム・ピーマン・ホールコーンをのせ、とろける チーズをのせる。
- ④ オーブントースターに入れ、チーズが溶けるまでこんがり焼く。

12月くらしのカレンダー



医休日当番医

- 1 火
- 2 水
- 3 木
- 4 金
- 5 土 ◆おはなし会/14時~/町立図書館
- ◆自主企画展「青春のうごめき 大正・ 戦前 愛媛の洋画家」最終日/久万美 術館
 - 医久万高原町立病院 TEL21-1120 Fax21-1121
- 7 月 ◆司法書士法律相談/10時~正午/社協本所
- 8 火
- 9 水
- 10 木 ◆消費生活相談 / 10時~17時 / 役場本
- 11 金
- ◆わくわく科学教室/13時半~15時半 /町立図書館
- 12 土 ◆ヨガとベジタブルリース作り体験 (要予約)/9時半~/(問)農業公園 41-0040
- ◆宙ガールの観測会/19時~22時/天 13 日 体観測館
 - 図みかわクリニック TeL56-0908 FAx50-1650
- 14 月
- 15 火 ◆久万美コレクション展 II 「芸術家のも う一つの顔」 / 久万美術館

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。

- 16 水
- 17 木
- 18 金
- 19 土 食育の日
 - ◆おはなし会/14時~/町立図書館
- ◆アート茶話・小西昭夫「俳人生活につ 20 日 いて」/14時~/久万美術館
 - 図吉村医院 Tel 54-2050 Fax 54-2065
- 21 月 ◆心配ごと相談/9時~正午/産業文化 会館・面河住民センター
- 22 火
- 23 水
- 24 木 ◆消費生活相談/10時~17時/役場本 庁
- 25 金 ◆町内幼稚園、小・中学校終業式
- 26 土 環境美化の日
- 27 日 医西本医院 Tel 21-1135 Fax 21-1136
- 28 月
- 29 火 医久万高原町立病院 TEL21-1120 Fax21-1121
- 30 水 図うつのみや内科 TeL21-3353 Fax21-3352
- 31 木 図直瀬クリニック Tel31-0011 Fax31-0011

※掲載している行事は、都合で変更する場合があります。

12月の町税等の納付

四座振替 12月25日金 納期限 12月25日金 納期限内に納めましょう

■お知らせ

現在、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、各種行事が中止・ 延期されています。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。

いろり句会

友逝きて何するでなく秋深む 土居 静香

石垣の寸土に鶏頭赤赤と 上岡ツヤ子

過ぎし日の今盛り咲く百日紅

蝦蟇蛙雷鳴りて姿出し

登

色どりの秋を楽しむ日本食 藤代 恭弘

スク 村田 勝コロナ禍に奥歯かみしめ夏マ

大川俳句

仰ぎ見る厠の窓の寝待月 高雪

五十回忌曾祖父自慢の馬の市

朝一番パジャマのままに秋桜 佐々木静子

草の花句会

古希祝う両手で盃仰ぐ月 秋岡 健悟

星 渡部 美鶴バイバイは覚えたてなり秋の

梨さげてホームの母を訪ねけ ŋ 渡部茂由子

久万短歌会

白寿にて逝く日近しと思ふ 日々百十七歳に励まされをり 大田

> ははじけて天高く澄む 久万高原秋も深まり収穫期栗 平岡新太郎

頑張る子らへ拍手で応援 コロナ禍に縮小しての運動会 ミツヱ

> 詰め持ちて祝ひてくるる誕生日甥夫婦が花かごと折り 高橋セツコ

む 里に思ひを馳せて夕焼け見つ ヒグラシの響きに誘はれ久万 幸子

ふ 窪田百合子 窪田石合子 荒れ畑に色とりどりに咲くコ

じに込められしやさしさ強さ師の歌集「春蘭」みそひとも を感じ入る日々



カット 上沖 教一

伝わってきました。ぜひ一度気にしたい」という気持ちが人たちの「みんなで地域を元など、裏方で携わった多くの

トが出演者を盛り上げる様子

久万地区 上ノ二自治会(35戸)

おます。 居老人世帯、 (世帯、空き家も増えて)転入はあるものの、独

ずつお祭りのお世話をして る愛宕山のお祭りは、昔、上中でも、毎年8月に行ってい所清掃などがあります。その 回 建て地域で祀っている地区特めるため、地区の山中に祠を 野尻地区で続いた大火をおさ の行事です。 の避難訓 |内で2班に分かれ、 当自治会が当番となり、 5年間 で2

国旗張り、旗降ろしに加え、クリーンデーや地方祭の年間行事は多くありません

で構成する上野尻 馬頭・大谷・上

ブー・



自治会の皆さん

ます。 ています。 の後に子ども相撲も行 また、 お祭りでは、

つ お

ながら自治



愛宕山お祭りの神事

(10月末現在)

男性

女性

は別にメイキングバージが制作した動画には、本▼今回紹介した入野のぼ 録、カメラマンやアシスタンり、入野軽音部による楽曲収動画に出演した方はもとよ もあります。 介した入野のぼう会 本編と ジョ

合計	-32/	
世帯(10.	月末現在)	前月比
1	4,352戸(19戸)	−18F
※注 外国人の7	うを含めています。() は外国人	数

3,763人(12人) 4,190人(20人)

人のうごき(10月)

,,,,,,	_ (.0/3/		
出生	死亡	転入	転出
5人	15人	10人	24人

前月比

- 10人

22人