

いつものごはんを考える

2023

9

VOL.227

PUBLIC RELATIONS

cover 西谷納涼盆踊り大会のS・S・L・T

# Toom

広報とうおん

うちの子育て (14ページ)

晃誠さん 麻友子さん

椀季ちゃん 欄希ちゃん(新村)

CREATOR'S FILE (16ページ)

松下 由希子さん(横河原)

輝け!! My TEAM (18ページ)

川上サッカー

元気のヒケツ (18ページ)

林 八代子さん(南方東)

キラリ東温この人なう (28ページ)

束村 めいさん(樋口)

小川 明莉さん(南方東)

束村 康晴さん(樋口)

特集

## スクールランチコンテスト 2023

私のアイデアを給食に





Interview



東温市学校給食センター  
かよこ 坂田 香代子 栄養教諭

市内で採れる米、もち麦、いちご、ブロッコリーはどれも美味しい東温市の特産物です。地元企業もいっぱいあり、連携して特産物を生かした給食を提供しています。

給食だよりの発行など普段食べている給食を通して子どもたちが食に興味や関心が向けるようにしていきたいです。

用いた給食用献立のアイデアを市内の小学生を対象に募る。「なぜ麦がよく給食に出るか考えるきっかけになります。市内には麦を扱う事業所もあるし、子どもたちは通学のときに金色に染まった麦を見て育っているの、いろいろなことを考えてもらいたいな。また、家族で料理を作る経験は大切です。食べることは生きることにつながるの、コンテストをしたら子どもたちにより実感してもらえらと思えました」

コンテストでは書類選考で選ばれた親子が実際に調理し、審査員が試食する。調理した献立は2学期以降の給食に採用される。献立は審査員も驚くほどアイデアが豊富。「麦は主食で主役になれます。一方で、たんぱく源ではないので、主菜として活用するためには料理の工夫が必要です。今年、最優秀を受賞した山口璃音さんの献立は、麦について調べ、麦の栄養や合わせる食材の栄養まで考えて、自分たちの体に生かされる調理方法を考え

新たに気付く給食



ていました。コンテストを始めて数年経ちますが、子どもたちがステップアップしているなと感じます。考えて作り、食べることは子どもたちの「食」に変化を与える。「考えた献立が給食に出て友達が美味しいと言ってくれると嬉しいようです。こうした経験は毎日なげなく食べる給食に関わる実感を持

つことができず。作って終わりではなく、自分や地域、食べる人を考えることに気付くきっかけになります。そういった意味でもコンテストは子どもたちの食育に大いに貢献していると感じます」と目を細めた。7月30日に開催されたコンテストで披露した6組の献立を次ページに紹介します。

特集

スクールランチコンテスト 2023

私のアイデアを給食に



自分で考える給食

学

校給食は、学校の教育活動の一つに位置付けられている。日本

の学校教育の指針「学習指導要領」では、食育について家庭や地域社会と連携を図ることが示されている。学校で行う食育は6つの観点「食事の重要性、心身の健康、食品を選択する能力、感謝の心、社会性、食文化」から進められる。「スクールランチコンテストは6つの観点のどれにも当てはまるものだと思っています」と話すのは6年前、東温市学校給食センターに着任した坂田香代子栄養教諭。「地産地消」を可視化し、地域に根ざした給食センターの運営を目指した活動の一つに、東温市の特産物を活用した「スクールランチコンテスト」を始めた。

スクールランチコンテスト（主催：東温市教育委員会）は2018年から毎年開催されている。特産品の活用と普及を目指し、もち麦、はだか麦、古代米（黒米や赤米）などを





南吉井小学校3年生 津屋凛さん

サムゲタン風  
もちむぎおかゆ

- ①水を沸かし、手羽元を茹でる
- ②もち麦を茹でる
- ③鶏ガラスープ、ごま油、塩、だし醤油を入れる
- ④炊く前の米と①、②を入れる
- ⑤卵を溶く
- ⑥卵を入れた後、豆苗を入れる



▶水1L、手羽元4本、もち麦1カップ、豆苗1束、鶏ガラスープの素大さじ2、ごま油大さじ2、塩小さじ1/2、だし醤油大さじ3、米大さじ3、卵1個

麦の茹で加減に気をつけました。簡単に作れて、優しい味なので食べやすくなっています。当日、サラダを追加して作りましたが、野菜はできるだけ捨てる量を少なくするように切っています。



川上小学校2年生 オルト杏カトリーンさん

ドイツ風チキンシチューグラシュ

- ①赤米と一緒にご飯を炊く②鶏肉を一口大に切る③にんにくをみじん切りにして、野菜をスライスする④オリーブオイルで鶏肉を炒め、砂糖とパプリカパウダーを振りかける
- ⑤にんにく、野菜、赤米を入れる
- ⑥コンソメスープの素と醤油を入れた後、酒を入れる⑦生クリームを入れる⑧炊いたご飯にかける



▶鶏胸肉、玉ねぎ、パプリカ(ピーマン)、にんにく、赤米(ご飯と一緒に炊く用、シチューに入れる用)、オリーブオイル、砂糖、コンソメスープの素、醤油、生クリーム、酒、パプリカパウダー

グラシュはドイツの伝統的な料理です。何度か作っていくうちに家庭でもよく食べるようになってきました。ピーマンが苦手な子どもでも食べやすいです。もち麦を入れた赤米が馴染むように工夫しました。



南吉井小学校3年生 佐伯優月乃さん

ミニトマトごはん

- ①米をとぎ、炊飯釜に入れる②3合分の水を入れる③もち麦を入れる④水を120ml入れる⑤玉ねぎ、人参、しめじ、とうもろこし、ベーコン、ミニトマト、コンソメスープの素、塩こしょうを全て入れ、軽く混ぜる⑥炊飯する⑦炊き上がった後混ぜる



▶白米3合、もち麦60g、玉ねぎ1/4個、人参1/3本、しめじ1/3株、とうもろこし1/3本、ベーコン4枚、ミニトマト10個、コンソメスープの素(キューブ)2個、塩こしょう少々

トマトは加熱すると生よりも多くリコピンを摂取することができます。炊飯器を開けたときに香りが広がり、色どりが綺麗なので作っても食べても嬉しい料理です。



北吉井小学校3年生 横井美緒さん

とろ〜り  
ぷちぷちオムレツ

- ①もち麦を茹でる②玉ねぎをみじん切りにする③玉ねぎをレンジで温める(600wで2分)④ボウルに卵、もち麦、チーズ、玉ねぎ、牛乳、鮭を混ぜる⑤フライパンにバターを塗って焼く⑥ケチャップをかける



▶卵1個、もち麦(茹でたもの)大さじ1、チーズ大さじ1、玉ねぎ大さじ1、牛乳大さじ1、鮭大さじ1(フレーク状のもの)、バター少々、ケチャップ少々

ちょうどいいプチプチ加減が出るようにもち麦の量を調整して工夫しました。何度も試作を重ねて、オムレツにしたときに家族みんなが美味しいとたくさん食べてくれたオムレツを献立にしました。

school lunch contest 2023

わたしがつくる給食



市内の小学生親子が協力して、60分間で調理。コンテストで調理した6組の献立は2学期以降の給食に登場。献立の材料で分量の記載があるものは2人前です。親子で考えた世界でひとつだけのオリジナル給食を召し上がれ。



南吉井小学校3年生 江崎充希さん

鮭のプチプチカップ焼き

- ①鮭に塩こしょう、酒をかける
- ②鮭は一口サイズに切る③ズッキーニは銀杏切り、トマトは半分にする④250mlの水を沸かし、はだか麦を入れて13分程度茹でる⑤弁当カップ(プラスチックやアルミのもの)に鮭を3切れほど入れ、③としめじ、レモン汁、オリーブオイルを少々入れる⑥茹でたはだか麦とマヨネーズを和え、⑤にかける⑦チーズを入れ、180度のオーブンで5分焼く



▶はだか麦 25g  
鮭 120g  
お好みの野菜(今回はズッキーニ1/3、トマト2個)  
しめじ約280g  
とろけるチーズ 280g  
レモン汁少々  
オリーブオイル少々  
塩こしょう少々、酒少々  
水 250ml、マヨネーズ 30g

鮭は骨がないように一つひとつ取り除きました。レモン汁が効いてさっぱりとした味わいを楽しめます。トマトやズッキーニは夏野菜ですが、季節の野菜を代わりに入れても美味しいです。



南吉井小学校5年生 山口璃音さん

もち麦のパワーオン(温)サラダ

- ①もち麦を水に浸し、15分茹でてざるに上げる②枝豆を塩茹でする③豚肉にごま油をまぶして下味をつけ、酒を入れて茹で、一口大に切る④人参、パプリカ、青ネギ、えのきを切る。生姜はすりおろす⑤フライパンでごま油を熱し青ネギと生姜を入れる⑥⑤に人参とえのきを入れ軽く炒めて①を入れ、調味料を入れる⑦③の茹で汁にコンソメスープの素を溶かし⑥に入れ、とろみがつくまで煮る⑧⑦にパプリカを入れ、醤油で味を整える⑨ボウルに②③⑧を入れる



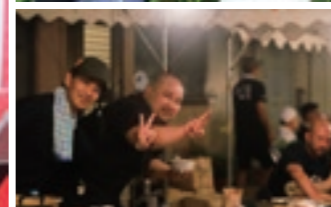
▶もち麦 50g、豚ロース肉 200g、人参1/4本(いちょう切り)、赤パプリカ1/2個(1cm角)、黄パプリカ1/2個(1cm角)、枝豆15さや、えのき少量(1cm幅)、青ネギ1本(小口切り)、生姜少量(すりおろす)、コンソメスープの素1/2個、醤油小さじ1、豚肉を茹でるときに使う酒50cc、豚肉の下味用のごま油少量▶調味料:ごま油大さじ1、酒小さじ2、みりん小さじ2、梅干し(たたく)1/2個、魚の削り節(粉末)小さじ1





### 旧友たちの熱き戦い ふるさと盆野球大会

8月12日、13日に川内中学校でふるさと盆野球大会が開催されました。毎年行われる軟式野球の大会は戦前から開催されているそうです。市内中学校の野球部や高校の野球部出身者などでチームを組み、今年は9チームのエントリーがあり、中学生から70代まで多世代にわたる人たちが参加しました。夏の日差しが照りつける中、汗を流しながら楽しみました。



### 子どもたちの夏休みのおたのしみ 町西地区で七夕まつり

町西地区の公民館で七夕まつりが4年ぶりに開催されました。地域の婦人会や子ども会の皆さんが、アイスやそうめんを振る舞ったり、子どもたちが楽しめる射的やスーパーボールすくいなどが用意され、どれも子どもたちが何度も楽しめるよう工夫されていました。

当日は、消防団の消防車両なども見ることができ、子どもたちの笑顔が輝きました。



### 東温高校陸上部競歩競技 現役生と卒業生の活躍光る

東温高校の陸上部の皆さんやOBの皆さんが7月15日にニンジニアスタジアムに集まりました。この日は愛媛県陸上選手権大会が行われており、競歩競技で活躍したOBの2人と、現役で競技をする2人が久しぶりに顔を合わせ、楽しいひとときを味わいました。東温高校OBの小林琉奈さんは「学年や学校に関係なく仲良くなれる競歩競技のよさをこれからも大切にしたい」と話しました。

### 今年はステージが復活 夏の風物詩「横河原夜市」

7月22日に横河原駅前で行われた横河原夜市が開催されました。今年は以前から夜市の恒例だったステージが復活。坊っちゃん劇場で上演中の「KANO」の出演者によるコンサートや大学生などのダンス発表、小学生のラムネ早飲み

大会などが行われました。横河原駅周辺は、フードトラックの出店や射的など子どもたちが遊べる場も多くあり、たくさんの方が賑わいました。フィナーレにはもちまきが行われ、訪れた人は楽しい夏のひとときを過ごしました。







**世界が注目する「プラガールズ」が講演  
地域女性リーダー育成講座開催**

愛媛大学附属高校理科部に所属する村上陽向さんと近藤百々花さん（横灘団地）の講演会が開催されました。研究事例発表では、プラスチックごみの現状を調査した結果と今後の対策について提言、展望が示されました。プラガールズの皆さんは企業と連携して研究発表をする広報活動をしています。参加者は「自分たちにできることを探そうという気持ちになりました」と話しました。

**夏の始まりにさまざまなお店が出店  
ほっちょ市開催**

さくらの湯観光物産センターで、ほっちょ市が開催されました。参加者はワークショップで手作り体験を楽しんだり、照りつける日差しの中、涼を求め、かき氷やアイスを美味しく食べました。東温石けんの実演販売を行った、東温高校生は、「商品の良さを説明し、販売する楽しさを知れて良かったです。9月の産業まつりも出店するので頑張ります」と意気込みました。



**大きなそうめん流しに大興奮  
西谷小学校で自然体験教室**

西谷小学校で自然体験教室が開催され、多くの児童や保護者、地域の皆さんが集まりました。今年は、自然体験教室の醍醐味「大そうめん流し」が復活。朝早くから、保護者や地域の皆さんがそうめんを茹でたり、そうめん流しの竹を作りました。そうめん流しの竹は過去最長の31m。子どもたちは七夕の短冊作りや竹で箸を作り、そうめん流しを心ゆくまで堪能しました。



**舞台芸術でまちに貢献  
神敏将さんが市長を表敬訪問**

4月1日から坊っちゃん劇場で公演が始まった「KANO～1931 甲子園まで2000キロ～」で、主演を務めた神敏将さんが市長を表敬訪問しました。

神さんは、「東温市は舞台芸術が盛んなまちです。よさを生かして今後もまちの発展のために貢献したいです」と話しました。

「KANO～1931 甲子園まで2000キロ～」は令和6年3月まで上演予定です。

**子どもたちの健全育成のために  
市町少年補導委員研修大会を開催**

7月22日、市町少年補導委員ブロック別（中予地区）研修東温市大会（主催：東温市・東温市教育委員会）が中央公民館で開催されました。参加した補導委員は、補導員の質の向上や地域・各種団体との連携、効果的な補導について、グループで意見を出し合いました。参加者からは、「多様な考え方が聞けて楽しかったです。今後の補導活動に活かしたいです」と充実した表情を見せました。



**地区内外から多くの人が集まる  
西岡納涼盆踊り大会開催**

西岡地区の盆踊り大会が数年ぶりに西岡公園で行われました。中心に立つ檜を囲んで、計8曲踊りました。盆踊りは西岡地区のみならず、他の地区からも踊り手が参加し、最後には2重の円になって踊る盛り上がりを見せました。

参加した人は「当日の飛び入り参加ですが、皆さんの真似をして踊りました。気軽に参加できるので嬉しいです」と話しました。

**未来の道前道後地域の農業を見据えて  
道前道後用水農業水利事業所が開所**

8月1日、道前道後用水農業水利事業所で看板掲示式、中央公民館で開所式が行われました。

事業所は、老朽化の進む農業水利施設の改修や耐震化整備を行い、農業用水の安定的な供給を目指します。道前道後用水地区国営かんがい排水事業推進協議会会長を担う加藤市長は、「水利施設を次世代へ継承していけるよう、推進協議会一丸で全力を尽くしたいと思います」と決意を表明しました。





### 東温スピードジュニアに密着 市内小学生タグラグビーに熱中



小学生のタグラグビーチーム「東温スピードジュニア」は毎週木曜日と土曜日にツインドーム重信と川内中学校で練習をしています。

取材日はチームのOBの中学生の皆さんも共に練習に参加。試合形式の練習では、子どもたちは熱心なあまり、思わず涙する場面も。

2年前には県大会で優勝したこともあるチームの挑戦はこれからも続きます。

### 小学生バレーポラーによる熱い戦い アトムカップを開催

8月5日ツインドームにて、東温市体育施設指定管理者「芙蓉メンテナンス」が市内で活動する「東温MAX」と共催して「2023アトムカップチャリティバレーボール大会」を開催しました。

県内外の小学生12チームが参加し、アリーナは35°Cを超える酷暑となりましたが、選手たちは暑さに負けず、はつらつとプレーを楽しんでいました。



### 地域の水や生き物に親しみを 下林で魚つかみ取り

下林地区で、魚のつかみ取りイベントが行われました。まずは、下林地区まで流れる水の流れを学び、生き物クイズに挑戦。苦戦しながらも親子らで一生懸命に考えながら取り組みました。そして、集会所前に作られたプールに魚が放たれ、約30人の子どもたちが素手や網で魚を追いかけてきました。地域の人々で味わう焼き魚の味に笑顔があふれ、夏の思い出の1ページとなりました。



### また一緒に遊ぼうね！ なめがわサマーキャンプ

8月2日と3日にかけて、なめがわ清流の森で「なめがわサマーキャンプ」(主催：生涯学習課)が開催されました。多くの小学生が参加し、川遊びやスイカ割り、夕方にはカレー作りを楽しみました。参加した小学生は「火の調整や野菜の皮むきは大変だったけど、協力して作ったカレーは最高に美味しかったです。家でも作りたいです」と笑顔を見せていました。



### 西谷のみんなが集う夜 西谷納涼盆踊り大会

8月15日、西谷納涼盆踊り大会が西谷小学校で開催されました。4年ぶりの開催となった盆踊り大会。西谷幼稚園や小学校の皆さんはもちろん、卒業生なども多く訪れ、たくさんの人で賑わいました。櫓の上で大きな太鼓が鳴り響くと多くの人が集まり踊り出しました。子どもたちが気軽に参加できる曲や振り付けの踊りもあり、大人から子どもまで多くの人を楽しみました。

### 地域の防災力をアップ 河之内で合同消火・救護訓練実施

8月12日、第7回惣河内神社・金毘羅寺・老人クラブ・自主防災会合同消火・救護訓練が行われました。参加者は、消火通報や救急車要請の訓練をしたり、消火訓練を体験しました。

東谷小学校少年消防クラブ6年生の浅野穂貴さん(写真右2番目)は「ホースや水消火器を使う訓練が印象に残りました。いざというときに活かしたいです」と話しました。







## 私の知らないところで 重信中学校2年生 阿多 聡子

毎日のように、私の知らないところで悲惨な事件が起こっています。未成年者が事件の加害者となるものも少なくありません。しかし、テレビに映る事件の数々は、画面の向こうの出来事で、私には関係の無い、遠い世界のことのように思えます。そんなニュースでいつも気になる言葉があります。加害者の知人たちが口をそろえて言う、「あの人は優しい人だっただ。そんなことをする人には思えなかった」という言葉です。インタビュを聞く度に、「優しい人」なら事件など起こさないのではないかと悲惨な事件と正反対の「優しい」という加害者の人物像に、私はいつも違和感を覚えていました。そんなときに、ある本と出会いました。祖母が読んでいた「ケーキの切れない非行少年たち」という本です。この本は、非行に走る少年たちが抱えている共通の問題を明らかにし、彼らの社会性を育むためにはどうするかを書かれています。その中に次のようなことが書かれています。「気が弱く流されやすくて何でも悪友の言うことを聞いてしまう、ある意味、やさし

い子」ほど、流されて非行に走る傾向がありました」と。周りから見ると、何でも受け止めてくれる優しい人は、本当は流されやすく、非行に走りやすいのだそうです。それを読んだとき、私の周りにはいる友達の顔が次々に浮かんできました。私のワガママをいつも笑顔で認めてくれる人、少し無茶なお願いで「いいよ」と笑って引き受けてくれる人……。今、私の周りにはいる友達は、優しい人ばかりです。そう思うと、「非行」や「犯罪」という言葉が決して他人事ではないのではないかと思ってきました。事件は今起こっていないだけで、私の近くでも起こってしまいう可能性があるのではないでしょうか。では、起こらないようにするために私たちにはどんなことができるでしょうか。私は原因の一つとして、自分の本当の気持ちを表現できていないのではないかと考えました。私たちは今、思春期と呼ばれる成長過程にあります。反抗期だという友達もいます。家族や友達、先生など周りにいる人に対して素直になれず、強い自分を装ってしまったり、嫌なことや困ったことがあっても平気

なふりをしたりしてしまいがちです。そうすると、ストレスが溜まり、イライラや不安からなんとなく抜け出そうとして、悪い行いで手を染めてしまうのではないのでしょうか。心が不安定な今だからこそ、自分の思いを素直に表現し、受け止め合える関係づくりが大切だと考えます。私は歌やダンス、演劇など、自分で何かを表現することが好きです。所属している演劇部では、自分以外の誰かを演じるときに、台本に書かれている動きやセリフから、こういう性格なのではないか、今こんな気持ちなのではないかと、見えにくい相手を想像しながら役作りをします。なにより嬉しなのは、舞台の上で自分が考えた人物を演じたときに、周りの人に「よかったよ」「とても素敵だった」と認めてもらえることです。自分の思いが相手に伝わり、受け止め、認めてもらえることはとても心が満たされることにはありません。私たちの周りには様々な人がいます。そして人の数だけ考え方や価値観も多様にあります。私が知らないところで、辛い思いをしている人や、苦しんでいる人もいます。そ

は、社会は変わっていかないとはいけません。私自身がだめなことではだめだと言える勇気を持ちたいです。そのために、ルールがあるという意味やルールを守らなかつたら起こりうる危険性を私自身ももっと考えたいと思います。

ルールについて一人一人が守るべき理由を考えることが、今必要なのではないでしょうか。私は犯罪や非行をなくしたいと思っていますが、全てなくすことは無理かもしれませんが、人はみんな「ちよつとくらいなら大丈夫」と考えてしまいうからです。実際私も、横断歩道で自転車乗りながら、「このまま行ってもいいかな」と考えてしまいうこともあります。しかし、ルールの意味を理解することによって、考え方が変わるかもしれません。私はこれからルールが守られる社会にするために、ルールを守ることの意味を考えていきたいと思います。そして、それを行動で示せる人になりたいです。お互いの幸せにつながることを伝えていきたいと思います。

んな人に、「大変だったね」「苦しかったね」と寄り添い、受け止める関係づくりをしていくために、私は相手の立場に立つて物事を考えることを大切にしたいです。「あの人は優しい」「この人は真面目だ」といった先入観や思い込みで人を判断せず、もつと様々な視点で物事を捉えていきたいと思います。もう一つは、社会の出来事に興味・関心を持つことです。私のように、テレビや新聞で報道されることが身近に感じられない人は多くいます。「自分の知らないところで起きていることだ」「自分には関係ない」ではなく、同じ社会に生きる人として、自分の身近に起きたらどうするべきか、私たちの地域に問題はないかと考えていかなければならないと思います。自分にできることは小さなことかもしれませんが。しかし、私はこれから、周りにいてくれる人たちのために、私が生きる社会の明るい未来のために、自分でできることを探し、積極的に行っていきたいと思います。一人一人の想いがつながり、私の知らないところでも、小さな笑顔の花が咲くように……。



スイッチとうおん特別版

## 中学生の言葉

7月25日、第7回「社会を明るくする運動」東温市大会が4年ぶりに行われました。社会を明るくする運動は犯罪や非行の防止、更生について理解を深め、犯罪や非行のない安全で安心な明るい地域社会を築くための全国的な運動です。大会で披露された川内・重信中学校の代表生徒の意見発表を紹介します。

### ルールを守るといふこと 川内中学校2年生 合田 咲愛

ルールというのは誰もが守るべき規則です。しかし、これまでルールを守れていないなどと思う場面を何度か見たことがあります。

私は自転車で通学していましたが、登下校中、自転車の並走を見たことがあります。学校でもしてはいけないと言われているし、歩いている人の妨害にもなると思うので、明らかにすべき行為ではないと思います。実際、友達と話しながら帰りたいという気持ちがあるからなくはないですが、周りの人に迷惑をかけるかもしれないし、大きな事故につながる危険性のある行為だと考えられます。また、横断歩道を渡る時に、自転車から降りずに進んでいるところも見たことがあります。自転車から降りて渡るのには面倒で、急いでいるとついついやってしまいうのかもありません。しかし、急に自動車が増えて、突っ込まれてしまいう可能性もあります。ちよつとした気の緩みで大きな事故が起こってしまう点がすごく怖いと思います。自転車は身近な乗り物ですが、ルー

ルを守らないと、いつか悲しい思いをすることがあるかもしれません。また、自転車に乗っている大人もよく見かけます。前方に気がつかずぶつかりそうになり、ヒヤッとしたことも何度もあります。行為自体が大変危険ですが、そんな場面を見た子どもたちが真似するかもしれないということも考えられます。

これまでルールを守るといふことを述べてきましたが、止めようと思つたら止めることもできたのに、私は止めることができませんでした。自分がルールを守っていないわけではなく、他人が守っていないだけだから関係ないという考え方をしてしまつていたからです。しかし、「自分のことではないから」という考え方で



ルを守らないと、いつか悲しい思いをすることがあるかもしれません。また、自転車に乗っている大人もよく見かけます。前方に気がつかずぶつかりそうになり、ヒヤッとしたことも何度もあります。行為自体が大変危険ですが、そんな場面を見た子どもたちが真似するかもしれないということも考えられます。

これは、社会は変わっていかないとはいけません。私自身がだめなことではだめだと言える勇気を持ちたいです。そのために、ルールがあるという意味やルールを守らなかつたら起こりうる危険性を私自身ももっと考えたいと思います。

ルールについて一人一人が守るべき理由を考えることが、今必要なのではないでしょうか。私は犯罪や非行をなくしたいと思っていますが、全てなくすことは無理かもしれませんが、人はみんな「ちよつとくらいなら大丈夫」と考えてしまいうからです。実際私も、横断歩道で自転車乗りながら、「このまま行ってもいいかな」と考えてしまいうこともあります。しかし、ルールの意味を理解することによって、考え方が変わるかもしれません。私はこれからルールが守られる社会にするために、ルールを守ることの意味を考えていきたいと思います。そして、それを行動で示せる人になりたいです。お互いの幸せにつながることを伝えていきたいと思います。



こども館イベント *Event of children's center*

こども館利用時間…9時30分～18時（4月～9月）  
 よしいのこども館は中学生以上20時まで。  
 ※イベントは変更や中止になる場合があります。



今月のスマイル

いわがらこども館 ☎960-5003 / 横河原 1368 番地1 / 休館：毎週火曜、祝日、年末年始

イベント	開催日	時間	定員	対象	申込
「小学生クラブ」	キッズ☆フリーダンス	10月14日⑤	14時～	15人（抽選）	小学生 9/24⑥～10/7⑤
「こあらクラブ」	おとあそび	9月8日⑤	10時30分～	20人程度（先着）	乳幼児と保護者 随時
	ハロウィン	10月13日⑤	10時30分～	20人程度（先着）	乳幼児と保護者 9/27⑥～
けん玉&昔あそび		9月24日⑥	14時～	自由参加	来館者全般 不要
ベビーマッサージ教室		9月25日⑥	10時30分～	12組程度（先着）	首が座った頃～1歳程度 9/4⑥～
エンジョイタイム		9月29日⑤	16時～	自由参加	小学生 不要
ドッジボール教室		9月30日⑤	14時～	自由参加	小学生 不要
HAHA タイム「樹脂粘土 de パン作り」		10月23日⑥	10時30分～	10人（先着）	18歳までの子の保護者 10/4⑥～

さくらこども館 ☎966-6169 / 南方 285 番地1 / 休館：毎週火曜、祝日、年末年始

イベント	開催日	時間	定員	対象	申込
「小学生クラブ」	さくらDEピッツァ	9月3日⑥	14時～	12人（抽選）	小学生 随時
	キッズ☆フリーダンス	10月15日⑥	14時～	12人（抽選）	小学生 9/24⑥～10/7⑤
「ばんだクラブ」	みんなでつくろう♪	9月22日⑤	10時30分～	18人（先着）	乳幼児と保護者 9/8⑤～
	運動あそび	10月6日⑤	10時30分～	18人（先着）	乳幼児と保護者 9/20⑥～
家族で防災力UP in さくら		9月7日⑥	9時30分～	25人（当日先着）	乳幼児と保護者 不要
こうさく広場特別版	木工小物入れ作り カンナ削り・丸太切り体験	9月10日⑥	14時～	15人程度（先着）	小学生 随時
さくらDE ママコミュ		9月25日⑥	10時30分～	10人程度（先着）	18歳までの子の保護者 9/4⑥～

よしいのこども館 ☎955-2026 / 田窪 1071 番地 10 / 休館：毎週火曜、祝日、年末年始

イベント	開催日	時間	定員	対象	申込
「友遊タイム」	モザイクコースター カンナ削り・丸太切り体験	9月24日⑥	14時～	20人（抽選）	小学生 ～9/14⑥
	多肉プレート	10月7日⑤	14時～	15人（抽選）	小学生 9/9⑤～28⑥
「育ジョイタイム」	栄養のはなし&クッキング	9月21日⑥	10時30分～	15組（先着）	乳幼児と保護者 9/1⑤～
よしいのあそび組	「リズムジャンプ」	9月10日⑥	10時～	20人（先着）	3～5歳児 随時
防災イベント	「さわってみよう!防災グッズ」	9月16日⑤	14時～	自由参加	来館者全般 不要
消防総合訓練		9月28日⑥	10時30分～	自由参加	来館者全般 不要
伊予東温 VYS レクリエーション		9月30日⑤	14時～	自由参加	来館者全般 不要

母子保健事業 ☎健康推進課 ☎964-4407 / 会場：総合保健福祉センター

教室・健診	対象	開催日	受付時間
乳幼児相談	乳幼児	9月20日⑥	9時～要予約
7か月児教室	令和5年2月生	9月20日⑥	12時30分～
1歳6か月児健診	令和4年1、2月生	9月6日⑥	個別案内
2歳児教室	令和3年5、6月生	9月26日⑥	個別案内
楽しい歯みがき教室	令和2年8～11月生	9月21日⑥	個別案内
パパママ教室	妊婦とその家族	9月25日⑥	9時30分～

ファミサポ広場 ☎990-1130

開催日	時間	会場
9月8日⑤	9時30分～	総合保健福祉センター あおぞらルーム

ファミリーサポートセンターとうおんでは、協力会員を募集しています。詳しくはスタッフまで。

イベントスナップ *Event Snapshot*



いわがらこども館で重信中学校の茶道部の皆さんに茶道を学びました。



双葉保育所の夏祭りは年長さんが店番。活気の良い声が響きました。



よしいのこども館のウォーターバトルで全身水浸しになるまで遊びました。

うちの子育て *Enjoy parenting Voices*

晃誠さん 麻友子さん  
 栞季ちゃん 欄希ちゃん家族  
 こうせい・まゆこ・さくらこ・ゆい（新村）

2人とも外に出ることが好きで、季節の花を見たり、道行く車やバイクに挨拶することに夢中です。子どもが2人になり、よりパワフルになって困ってしまうこともありますが、お姉ちゃんの自覚が出てきたさくらちゃんとお姉ちゃんを追いかけ急成長する欄

希ちゃんの姿を見ると嬉しくなります。最近、欄希ちゃんが徐々に歩けるようになってきたので、みんなで手を繋いで散歩するのが楽しみです。私たちに1番の笑顔を見せてくれる娘2人と過ごす時間をこれからも大切にしたいです。



子育てカレンダー

●地域子育て支援センター ☎990-1227 / 開館8時30分～17時15分 / 土日祝休館  
 ●社会福祉協議会 ☎955-5535 / 開館8時30分～17時15分 / 土日祝休館

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
9月					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18 敬老の日	19	20	21	22	23 秋分の日
24	25	26	27	28	29	30

すくすく 中 公：5-19⑩10時 福祉館：12-26⑩10時	おはなし 11時 いわがら：第1-3⑥ さくら：第2-4⑥ よしいの：第1⑥	びよびよ 9時30分 5⑥ 双葉保育所 6⑥ 北吉井幼稚園 13⑥ 西谷幼稚園 15⑥ 野田集会所 20⑥ 南吉井保育所 22⑥ 中央公民館 26⑥ 町西公民館	学年別広場 あおぞら 9時 4⑥ R4年度生 7⑥ R3年度生 22⑥ R2年度生	ふたごサークル あおぞら 9時
あおぞら あおぞらルーム：⑩9時 さくら：⑩9時30分	親子体操 11時 いわがら：第2-4⑥ 第2以外⑥ さくら：第1-3⑥ 第4以外⑥ よしいの：毎週⑥、⑦		園開放 9時30分 5⑥ 重信幼稚園 6⑥ 北吉井幼稚園 8⑥ 川上幼稚園 13⑥ 西谷幼稚園 21⑥ 東谷幼稚園	ばばママサークル あおぞら 9時
赤ちゃん広場 あおぞら 9時				親子遊び 中央公民館 10時

※保育所幼稚園で開催する「びよびよ」と親子遊びの広場は事前予約が必要です。



## 読書のススメ *Letter from Library*

今月は特集でインタビューした坂田香代子先生のオススメ本です



### 古くて新しい奇跡の言葉 「いただきます」

作 / 木村まさ子

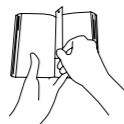
作者は木村拓哉さんの母。子育てしているときに、家族で料理を作って食べることを大切にできた作者の経験から生まれた本。知識や栄養学を学んでいない人でも読みやすい本です。

## 9月のおはなし会

図書館2階では、幼児対象のおはなし会を毎月3～4回開催しています。

- ① 9月14日(木)11時～(対象0～3歳)
- ② 9月28日(木)11時～(対象0～3歳)
- ③ 9月9日(土)、23日(土)11時～(対象なし)

◇場所…図書館本館2階



●図書館ではリサイクル本を定期的に提供しています。本館、分館に設置していますのでご利用ください。

## 9月のかぼちゃん号 (移動図書館)

巡回地区	日
幸楽・南方・則之内・河之内・町西	11、25㊥
希望の館・樋口・横河原	12、26㊥
志津川・八反地・西岡・田窪・牛淵	13、27㊥
上樋・播磨台・野田・新村・北野田	14、28㊥
上村・下林・上林・ガリラヤ荘	8、22㊥
北方・松瀬川・南方	2、16㊥
北方東・横河原・田窪団地・上林・下林・南野田・堀池	3、17㊥
則之内甲・河之内・滑川・土谷・松瀬川	9、23㊥
ウェルケア重信・南方・吉久・井内・則之内乙	10、24㊥
川上小学校・川上幼稚園	4㊥
西谷小学校・西谷幼稚園・上林小学校	5、19㊥
拜志小学校・東谷小学校・東谷幼稚園	6、20㊥
南吉井小学校・重信幼稚園	7、21㊥
北吉井小学校・北吉井幼稚園	15㊥

## Regional development 地域づくり通信

地域おこし協力隊の活動をご紹介します

### 協力隊の任期が迫り思うこと

斉藤かおるです。早いもので今年度「地域おこし協力隊」を卒業します。私の任務は「アートを通じて東温市を活性化させる」という特殊なものでした。始めは、いろいろなことに挑戦したいと躍起になっていましたが、そこには気付きもしないさまざまな問題があり、足踏みをしました。思い描いたことの3分の2も果たせなかったように感じます。しかし、皆様のお陰で実現



したものもあります。「とうおん舞台芸術アカデミー」では自身の講座を3つ受け持つことができ、今後も続けていく予定ですので、引き続きどうぞよろしくお願ひします。

## 散歩に出かけよう *Let's Go for a walk!*



8月中旬、市内の避暑地スポット上林森林公園の「風穴」には多くの人が訪れていました。上林森林公園の風穴近くに一步足を踏み入れると、涼しい冷気を感じます。「自然の

クーラー」と呼ばれる風穴には年間を通して一定の風が流れ吹いています。訪れた人は写真を撮るなどして、ゆったりとした時間を過ごしていました。

## CREATOR'S FILE #25

### 松下 由希子さん (34)

まつした・ゆきこ (横河原)

Merry Care Shop 代表

「『かわいい』でテープを選ぶのが当たり前になってほしい」と願いを込められた松下さんの作る医療用テープ「メリーケアテープ」。「医療的ケア児の家庭は、ケアの担い手が親になることが多い。医療で感じる苦痛を和らげたいと自身でテープ加工する人もいます。楽しみな一方、束の間の休憩時間を削ってしま

う。そんな人に寄り添いたかった」。デザインの種類は豊富でどれもカラフルでポップ。テープはかわいいだけではない。医療用テープに加工された肌に優しい素材の一方、布にも粘着力が優れており、大きさは数種類から選ぶことができ。かわいさと機能性を兼ね備えたテープは家庭のみならず、病院でも扱われる。「テープにデザインの選択肢があることを知ってもらい、1人でも多くの人に届いてほしい」



## Museum of History and Folklore 歴史民俗資料館だより

開館9時～17時15分 / ☎964-0701  
休館日4㊥、11㊥、17㊥、19㊥、25㊥、30㊥

### 上福寺クスノキ

市の天然記念物「上福寺クスノキ(昭和49年1月23日指定)」は松瀬川地区の上福寺境内にある樹木で、本堂へ続く石段を上って右手、石垣の端にそびえ立つ。目通りは5.5m、高さは29mで、石垣下の道から仰ぎ見れば、伸びやかな枝張りや樹勢の旺盛さがより一層分かる。地域に伝わる話では、昔、クスノキが松山城再建の用材候補に挙げられたとき、慌てた里人



が石垣を築いて根元を埋め、小さく見せることによって伐採の難を逃れたといわれている。

### 催しもの・展示

#### 郷土史講座

◇日時：9月24日(土)13時30分～15時  
◇場所：川内公民館第1会議室  
◇演題：「東温市の将来を環境から考える」講師：愛媛大学名誉教授 江崎次夫先生  
◇料金：無料  
◇定員：なし

#### 企画展示「働く道具」

農作業や山仕事、生活の様々な場面で、作業のために使われ

#### ロビー展示「癒す道具」

かつて東温市域の家庭で使われていた医療や治療にかかわる資料を集めました。置き薬や吸入器など、当時活躍した「癒し」の道具をぜひご覧ください。

◇期間：9月29日(金)まで  
◇場所：歴史民俗資料館ロビー



## Toon baby studio

初めてのお誕生日を広報でお祝いしませんか？

- ▶次号対象…2022年10月生
- ▶締切…9月8日(金)▶必要事項…①行政区(お住まいの地区) ②お子さんの氏名 ③生年月日 ④メッセージ(30字程度) ⑤写真を送ってください
- ▶宛先…soumka@city.toon.ehime.jp
- ※件名「満1歳掲載依頼」
- InstagramのDMも可。



**中川 和樹くん**  
なかがわ・かずき(田窪団地)  
9月1日生まれ  
元気いっぱいカズ君。  
優しい子に育ってね！



**佐々 祥基くん**  
ささ・よしき(志津川南)  
9月3日生まれ  
いつも癒しをありがとう  
…大好き。



**神崎 琥太くん**  
かみざき・こうた(横河原)  
9月5日生まれ  
食べるの大スキ！  
いっぱい食べて  
大きく育ってね！



**近藤 奨真くん**  
こんどう・しょうま(牛淵)  
9月5日生まれ  
よく食べて  
よく寝る奨真くん。  
元気に大きくなってね！！



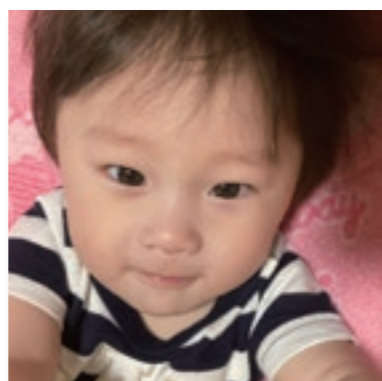
**八木 咲優未ちゃん**  
やぎ・さゆみ(牛淵)  
9月12日生まれ  
かわいい笑顔で  
みんなを癒してくれて  
ありがとう♡



**井手 琉翔くん**  
いで・るいと(田窪団地)  
9月22日生まれ  
毎日元気いっぱいのるい君！  
これからもスクスク  
育ってね♪



**川原 啓くん**  
かわはら・けい(南方東)  
9月22日生まれ  
よく食べよく笑って、  
お姉ちゃんと遊ぶのが大好きだね。  
これからも仲良くね♪



**上杉 大凱くん**  
うえすぎ・たいが(志津川)  
9月23日生まれ  
活発でよく食べる末っ子くん。  
これからも姉さん達と  
楽しく過ごそうね。

## Healthy my life! vol.57 元気のヒケツ

林 八代子さん(75)  
はやし・やよこ(南方東)

できることには何でも挑戦したいという思いから、少人数でも気軽に楽しめる卓球とバドミントンを始めた。「卓球は最初2人で始めたが、もっと楽しみたいとの思いから友人を勧誘し、今では10人を超えるクラブとなっています」。

バドミントンは、「あやめ」というチーム名を付け、代表者として定期的に活動している。友人は、「林さんがお世話してくれるから活動できています。荷物も一番に持ってきてくれる。とても責任感が強い人です」と頼もしそうに話す。毎日何かの活動に顔を出している。「年齢の近い人とは付き合いがあるが、年齢の違う人とも知り合うことができる。体を動かしながらさまざまな友人と話すことが一番。これからも体をメンテナンスしながら活動を続けたい」



## 輝け!! My TEAM

You can make it! vol.59

### 川上サッカー

顧問：花山 力一先生  
部員数：30人 主将：川上 好誠



川上サッカースポーツ少年団は、県内で初めてフットサルを取り入れた結成40年を迎える歴史のあるチーム。フットサルはサッカーに比べ、小さいコートを使って少ない人数でプレーできる。「自ら考え、気づき、判断し、行動する」ことを大切に、「やって楽しい、見て楽しい魅力あるサッカー」を目指し、日々技術の向上に励んでいる。

練習は卒団した中学生や大人も多く参加し、活気に満ち溢れる。団員だけでなく子どもたちを支える人たちの絆が強い。主将の川上さんは「後ろからつなぎ、チーム一丸でゴールを目指すのがチームのスタイル。中予リーグで1位を取ることが目標」と目を輝かせた。



陸海空自衛官募集。詳しくはお問い合わせを。☎松山募集案内所☎947-3040

催し・イベント

3市3町めぐり愛イベント with東温

◇日時：10月21日⑤14時～16時30分◇対象：20歳～45歳位の独身男性・女性で松山圏域3市3町に在住又は在勤の人◇募集人数：男女各10人(抽選)◇申込：10月2日④(要会員登録)◇えひめ結婚支援センター☎998・6770

保育のお仕事出張相談会

◇日時：9月9日⑤10時～15時◇場所：フジグラン重信◇対象：保育士有資格者・保育の仕事に興味のある人◇内容：就職や仕事の悩み相談、保育士資格取得方法◇料金：無料

読み聞かせボランティア養成講座

効果的な読み方を学びます。◇日時：10月7日⑤、14日⑤、21日⑤、28日⑤10時～12時◇場所：図書館◇対象：ボランティアを始めたい人、読み聞かせを学びたい人◇定員：15人(先着)◇費用：無料◇募集期間：9月1日④～19日④

第1回いきいき健康講座

◇日時：9月28日④13時30分～15時◇場所：総合保健福祉センター◇講演：「生活習慣病を予防しよう！」講師：四国がんセンター呼吸器内科医長原田大二郎先生、内視鏡科医長長谷部昌先生◇対象：市内在住者◇料金：無料◇申込：9月7日④から担当課へ電話

◇9月の納税：9月は国民健康保険税第4期の納期です。納期限は10月2日④です。期限内に納付をお願いします。

第2回人権セミナー

◇日時：9月15日④13時30分～15時30分◇場所：川内公民館◇内容：講演「少子化社会を生き抜く地域づくり」◇ジェンダーバイアスに気付き考えを「講師：えひめ女性財団理事長 越智やよい先生◇費用：無料◇申込：不要

四国がんセンター祭り開催

4年ぶりに四国がんセンター祭りを開催します。各種イベントを予定していますので、ぜひご来場ください。◇日時：9月23日⑤12時～15時◇場所：四国がんセンター本館2階外来フロア◇料金：無料

教室・講座・相談

第1回こころの健康講座

◇日時：9月7日④13時30分～15時◇場所：中央公民館3階会議室◇講演：「お酒と上手

第2回いきいき健康講座

◇日時：10月13日④13時30分～15時◇場所：総合保健福祉センター◇講演：「いつまでも自分の足で歩くために」講師：一般社団法人積善会 愛媛十全医療学院附属病院 院長 鶴岡裕昭先生◇対象：市内在住者◇料金：無料◇申込：9月22日④から担当課へ電話

支援・助成

自宅で介護をするご家族を支援します

◇対象者：在宅で寝たきりの状態又は重度の認知症の症状が6

【がん検診未受診者】集団検診の予約を開始

今年度がん検診を受診していない人が対象です。◇日時：12月9日⑤8時30分～11時◇場所：総合保健福祉センター◇健診項目：胃がん・肺がん・大腸がん、子宮頸がん・乳がん◇申込：電話又は専用サイト◇申込期間：9月19日④～11月14日④

【歯周疾患検診】健康な歯を手に入れよう

健康な歯を保つには歯みがきと定期的な検診が大切です。対象者には受診票をお送りしています。指定医療機関を予約のうえ受診してください。◇対象者：令和6年3月末日で20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳になる人◇持参物：検診受診票、健康保険証◇検診料：無料◇受診期限：令和6年

2月29日④ 健康推進課☎964・4407

骨粗鬆症検診で普段の生活を整えよう

骨密度を調べて運動や食生活を直し、骨量の減少を防ぎましょう。対象者には5月末に受診票をお送りしています。指定医療機関を予約のうえ受診してください。◇対象者：令和6年3月末日で40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳になる女性◇持参物：検診受診票、検診料1,000円、健康保険証◇受診期限：令和6年2月29日④

さくら講座 「歴史収蔵庫見学」

◇日時：10月19日④9時30分～11時◇場所：歴史民俗資料館収蔵庫(川内公民館集合でバス移動)◇対象：市内在住者◇定員：20人(抽選)◇申込期間：9月21日④～10月2日④

エネルギーと環境の講演会

◇日時：10月7日⑤13時30分

◇申請方法：原則手続き不要。申請が必要な人は支給案内(送付済)に同封する申請書や届出書の提出が必要◇申込期限：10月31日④

【若年出産世帯】育児用品等購入費用を補助

出産時に夫婦ともに29歳以下の世帯に育児用品等の購入に掛かった費用を補助します。申請は1回限りです。◇対象：4月1日以降に出生した子どもがいる夫婦ともに29歳以下の世帯◇補助額：出生1人につき20万円を限度に支給◇対象品：育児用品、時短家電、省エネ家電◇申込期間：出生後1年以内で定められた期

【子育て世帯】生活応援給付金を支給

保護者の疾病その他の理由で家庭で子どもさんを養育することが一時的に困難になった場合に児童養護施設等で一定期間(連続7日以内)子どもさんを預けることができます。利用希望者は事前に担当窓口までお問い合わせください。◇保育幼稚園課子育て相談窓口☎964・4450

【子育て世帯】生活応援給付金を支給

保護者の疾病その他の理由で家庭で子どもさんを養育することが一時的に困難になった場合に児童養護施設等で一定期間(連続7日以内)子どもさんを預けることができます。利用希望者は事前に担当窓口までお問い合わせください。◇保育幼稚園課子育て相談窓口☎964・4450

愛媛プロスポーツ 9月

愛媛FC 会場：ニンジニアスタジアム 9⑤19時～ VS アスルクラロ沼津 23⑤18時～ VS 鹿児島ユナイテッドFC

愛媛FCレディース 会場：県総合運動公園球技場 17⑤13時～ VS 静岡SSUポニータ 23⑤12時～ VS オルカ鴨川FC

FC今治 会場：今治里山スタジアム 2⑤19時～ VS ギラヴァンツ北九州 16⑤19時～ VS AC長野パルセイロ 23⑤19時～ VS ヴァンラーレ八戸

愛媛マンドリンパイレーツ 会場：坊っちゃんスタジアム 9⑤18時～ VS 香川オーブガイナース 10⑤18時～ VS

第16回 東温市商工会 産業まつり開催

商工会の会員事業所が食品や雑貨販売等を行います。大道芸やミニ動物園などイベントも開催します。飲食スペースあり。◇日時：9月17日④10時～15時(雨天決行・荒天中止) ◇場所：レスパシティ駐車場

花いっぱい運動：◇日時：9月30日⑤9時～◇場所：中央公民館 中央公民館☎964・1500

健康推進課☎964・4407



活応援給付金を支給します。  
◇対象：①又は②に該当①住民税均等割のみ課税の子育て世帯②1月1日～令和6年3月31日生まれの子どもがいる世帯◇給付額：①1世帯あたり3万円②上記期間に生まれた子ども1人あたり3万円  
●県男女参画・子育て支援課☎9122413

**年金生活者支援給付金が受け取れます**

公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準額以下の年金受給者に、年金に上乗せして給付金が支給されます。

◇対象者：該当者には日本年金機構から簡易請求書が送付されますので提出をお願いします◇注意事項：既に受給中で、引き続き支給要件を満たす場合、手続きは原則不要です  
●市民課☎9644471／松山東年金事務所☎9462146

**募集・申請**

**今から始めるげんき貯筋 介護予防運動教室参加募集**

効果的な運動方法を学び、筋力維持に取り組みましょう。

告を行っている農業者（法人含む）で保険期間開始前に加入申請を行う。類似制度は一方のみ◇補助率：掛捨て保険料等の2分の1以内（上限20万円）  
●愛媛県農業共済組合松山支所☎9414623

**とうおんパントリー**

寄付された食品を無料配布します。参加者はエコバッグをご持参ください。事前申込不要で、なくなり次第終了します。  
◇日時：9月21日⑩10時～（配布順は当日抽選）◇場所：総合保健福祉センター2階◇対象：市内在住者  
●社会福祉協議会☎9555535

**【シニア向け】WEB予約の観光タクシーを運行**

県内シニアを対象にWEB予約で利用できる観光タクシーを期間限定で運行します。  
◇実施期間：10月5日④～16日  
◇対象：県内在住の60歳以上の人◇運行区間：希望の乗降車地と県指定観光地◇予約期間：9月5日④～乗車希望日の前日  
●県ねんりんピック推進課☎9611529

車送迎はありません。  
◇日程：11月中旬～令和6年3月中旬で以下のコースから選択。①④⑨時～11時②④⑩14時～16時③⑧⑬14時～16時◇場所：①川内健康センター③中央公民館◇対象：65歳以上の市内在住者◇定員：①②コース各30人、③コースは40人◇料金：無料（別途保険料）◇申込期限：10月6日④  
●社会福祉協議会☎9555535

**文化祭展示一般作品募集**

文化祭に展示する絵画、彫刻書道作品、写真などの作品を募集します。会場は中央公民館のみです。  
◇日時：11月3日④～5日⑩13時～◇場所：中央公民館◇申込：申込用紙（市HPで入手可）を中央公民館又は川内公民館に提出◇募集期限：10月11日④  
●生涯学習課☎9641500

**お知らせ**

**ねんりんピック開催期間中の総合公園利用制限について**

10月に「ねんりんピック愛顔

のえひめ2023東温市ゲートボール交流大会」が開催されます。開催期間中は総合公園全エリア及び全施設、駐車場の利用はできません。ご理解、ご協力をお願いします。  
◇期間：10月29日⑧～30日⑩  
●長寿介護課☎9644408

**住宅・土地統計調査にご協力ください**

10月1日現在で、令和5年住宅・土地統計調査が実施されます。調査結果は都市計画の策定などに活用されます。無作為に選ばれた市内1,700世帯が調査対象です。選ばれた世帯には、9月下旬から調査員が訪問し、調査票を配布します。また、9月中旬～10月上旬に調査員が調査対象区の全建物の外観等の調査を行います。ご協力をお願いします。  
●総務課☎9644400

**えひめのインターンシップ オンラインツアー**

2日間で異業種2社を回るオンラインインターンシップです。  
◇日時：①9月6日④・7日④／②11日④・12日④／③19日④・20日④／④28日④・29日④  
のうちのいずれかを受講◇対象：

**温水プールで水中ウォーク 運動指導教室の参加者募集**

温水プールを利用した水中ウォーキングや音楽に合わせて身体を動かします。  
◇日程：10月5日④から原則毎週④実施◇時間：10時30分～12時30分（プールは11時30分から。それ以外の時間は施設内運動器具を自由に使用可）◇場所：フィットタ重信店◇対象：65歳以上の市内在住者◇参加費：400円／回◇定員：35人（抽選）◇申込：9月15日④までに担当課窓口で申込  
●長寿介護課☎9644408

**【マイナポイント】 申込期限は9月30日**

2月末までにマイナンバーカードを申請した人を対象にマイナポイント事業を実施中です。パソコンやスマートフォンなどをお持ちでない人のために申込支援窓口を市役所1階に設置しています。  
◇持参物：①マイナンバーカード②利用者証明用電子証明書  
の数字4桁の暗証番号③希望

**屋外広告物を表示する時は許可が必要です**

9月1日から10日は屋外広告物適正化旬間です。屋外広告物を表示・設置する場合は、県屋外広告物条例に基づき許可が必要です。禁止地域や禁止物件、許可申請不要の広告物（規制の適用が除外される広告物）、広告物の許可基準がありますので事前にご確認ください。  
●企画政策課☎9644473

**1日でも長く 健康寿命を伸ばしましょう**  
9月は健康増進普及月間で

2月末までにマイナンバーカードを申請した人を対象にマイナポイント事業を実施中です。パソコンやスマートフォンなどをお持ちでない人のために申込支援窓口を市役所1階に設置しています。  
◇持参物：①マイナンバーカード②利用者証明用電子証明書の数字4桁の暗証番号③希望

**水道メーターの無料交換 委託業者が訪問します**

8年ごとに水道メーターを交換しています。「水道メーター取替のお知らせ」を事前に配布し、上下水道課の委託業者が無料で交換作業をします。市が発行する身分証明書を携帯していますので、不審な場合はご確認ください。

交換中は水が使えません。交換後は空気・濁り水等が蛇口から出ることがありますので、使い始めに少し水を流してからご使用ください。ご不在の場合でも交換させていただく場合がありますので、ご了承ください。  
●上下水道課☎964-4416

**農業者の皆さん 収入保険に加入しましょう**

収入保険は、自然災害や価格低下、農業者の経営努力では避けられない収入減少の一部を補償します。説明会（9月27日④13時30分～15時・中央公民館第1研修室）あり。  
◇対象：以下の全ての要件を満たす者①市内在住者又は市内に主たる事務所を有する者②収入保険制度の保険契約を締結（4月1日～令和6年3月1日に保険期間開始）③市税等の滞納がない◇要件：青色申

**初心者歓迎 各種スマホ講座** ●生涯学習課☎964-1500

講座名	スマホ教室	スマホ活用講座
日程	9月12日④	9月7日④、21日④
場所	川内公民館	①中央公民館②川内公民館
時間	14時～16時	①13時～14時、14時30分～15時30分 ②10時～11時
内容	Google マップ講座	スマホ、アプリの質疑応答 文字入力、LINE、QRコードについて学習
定員	15人程度(抽選)	10人程度(抽選)
申込期限	各回1週間前の正午まで	

**参加者募集 筋力アップ教室**

◇日程…下表のとおり  
◇時間…10時～11時30分  
◇場所…農林業者トレーニングセンター  
◇対象者…市内在住者（昨年度の受講生は対象外）  
◇定員…30人(先着)  
◇費用…1,300円(保険料込)  
◇申込期限…9月4日④まで  
◇申込方法…担当課へ電話連絡  
●健康推進課☎964-4407

月日	内容・講師
9/19 ④	TOONサーキットトレーニングの紹介、体力測定 講師：川上武則先生
9/26 ④	バランスボールを使って筋トレと柔軟体操 講師：井門恵理子先生
10/6 ④	
10/17 ④	ウォーキングとスロージョギング 講師：井門恵理子先生
10/27 ④	
11/7 ④	ウォーキングとスロージョギング 講師：井門恵理子先生
11/16 ④	ノルディックウォーキングを体験しよう 講師：西野吉幸先生
11/28 ④	
12/5 ④	体力測定 講話「運動の効果をもてみよう！～自分にあった運動は見つかった？体力はどのくらいあがったかな～」 講師：川上武則先生
12/12 ④	

**ダンス！DANCE！だんす！3 和風バレエへの挑戦 ～白鳥が津軽三味線に出逢う時～**

世界的バレリーナ針山愛美氏が津軽三味線とコラボレーションした公演を開催。針山氏のクラス別ワークショップも実施。  
◇場所…東温アートヴィレッジセンターリハーサルホール NEST &シアター NEST ◇企画・構成…忠の仁●東温アートヴィレッジセンター☎990-7210

WS 等内容	9/2 ④	9/3 ④	1日料金（2日連続料金）
初級クラス	10:30～12:00	10:30～12:00	2,000円（3,500円）
上級クラス	12:15～13:45	12:15～13:45	3,000円（5,500円）
バレエ公演	18:00～19:00	16:00～17:00	一般3,300円／高校生以下3,000円／上級受講者2,800円／初級受講者2,500円





## 燃料価格等高騰の影響を受ける 農業者を支援します

☎農林振興課 ☎ 964-4409



燃料価格等の高騰の影響を受ける農業者に農業経営における動力光熱費負担軽減のための応援給付金を支給し、営農継続を支援します。

### 対象者

- ①市内在住の個人又は市内に本店を置く法人
- ②令和4年分の農業収入について所得税（住民税）又は法人税の確定申告書を提出している
- ③令和4年分の農産物販売金額が50万円以上である
- ④令和5年度以降も営農を継続する意思がある
- ⑤市税等を滞納していない
- ⑥暴力団員等でない

### 申請書類

- ①申請書（市HPで入手可）
- ②令和4年分（法人の場合は直近の事業年度分）確定申告書の添付書類（青色申告決算書（農業所得用）・収支内訳書（農業所得用）・決算書等）
- ③振込通帳の見開き1ページの写し（金融機関名、支店名、預貯金種別、口座番号、口座名義人のわかるもの）
- ④定款の写し（法人）

### 応援給付金額

【令和4年分の動力光熱費※－（令和4年分の動力光熱費÷1.3）】×1/2 ※令和4年分確定申告書添付書類記載額  
▶1,000円未満切り捨て ▶上限6万円/経営体 ▶同様の目的で国・県・市から他の補助金交付を受けている場合（県施設園芸燃油高騰対策緊急支援事業費補助金等）は、補助金額を差し引きます

### 申請方法

12月28日☎までに窓口又は郵送（必着）

### 新型コロナウイルス

## 秋のワクチン接種を開始

### 9月20日から始まります

秋開始のワクチン接種を実施します。対象者には順次接種券を送ります。送付文をよく読んで、接種希望者は、事前予約のうえ、接種をお願いします。  
◇対象者…前回の接種から3カ月以上経過した人  
◇場所…右の医療機関で個別接種  
◇接種費用…無料

☎東温市新型コロナウイルスワクチン接種対策室 ☎ 907-6116

◇接種期間…9月20日☎～令和6年3月31日☎  
◇予約…WEB予約又はコールセンター（☎0570-00-1154）  
◇注意事項…9月からのワクチン接種は8月以降にお送りしたオレンジ色の予診票を使用してください。白や緑の予診票は使用できませんのでご注意ください。

### 市内医療機関（17か所）

池川内科・神経内科、石川小児科、いづみ内科循環器クリニック、いのうえ小児科、愛媛十全医療学院附属病院、さとう耳鼻咽喉科クリニック、重信クリニック、たけもと整形外科クリニック、辻整形外科クリニック、辻井循環器科内科、中野クリニック、西野内科クリニック、西本整形外科、ハートレディースクリニック、藤本内科クリニック、八木耳鼻咽喉科・皮膚科医院、山本内科胃腸科

新しい農業委員、農地利用最適化推進委員が決まりました。農業委員は農地売買や農政施策への意見などを行います。農地利用最適化推進委員は現場活動を中心に担い手へ農地利用集積化などを行います。任期は令和8年7月19日までです。よろしく願います。

◆農業委員19人  
会長 渡部 光右衛門（松瀬川）  
会長職務代理者 高橋 良（下林下）  
委員（地区順）  
藤田 恒心（山之内樋口・横河原）  
野村 康夫（志津川・西岡）  
池川 和裕（見奈良・田窪）  
大西 賢（牛淵）  
東村 房子（南野田・北野田野田）  
森 良貴（上林）  
松下 慶三（下林上）  
高須賀 弘信（上村）  
名越 正浩（南方）  
菅野 均（南方・吉久）  
石谷 浩一（北方東）  
角田 敏郎（北方西）  
武智 洋一（則之内）  
池川 良嗣（則之内）  
永井 公一（井内）  
坂本 憲俊（河之内・滑川・明河）

菅野 博彦（中立委員）  
◆農地利用最適化推進委員22人  
委員（地区順）  
和田 省三（山之内）  
恒岡 光行（樋口・横河原）  
宮内 秀志（津川・西岡）  
武智 孝志（見奈良・田窪）  
露口 真人（牛淵）  
高見 景三（南野田・北野田野田）  
杉木 和重（上林）  
八木 久夫（下林上）  
大森 政明（下林下）  
池本 敏幸（上村）  
渡部 東吾（南方）  
石丸 治彦（南方・吉久）  
二神 隆昌（北方東）  
渡部 隆（北方西）  
中岡 悟（則之内）  
渡部 明仁（則之内）  
山本 哲（井内）  
渡部 宏治（松瀬川）

酒井 源雄（松瀬川）  
浅野 和雄（河之内）  
三河 夏夫（河之内）  
井上 和弘（滑川・明河）  
☎農業委員会 ☎ 964-4410

公共交通機関を利用する場合、旧川内商工会跡地の駐車場をパーク＆ライドで利用できます。パーク＆ライドとは、駐車場にマイカーを停めて電車やバスに乗り換えることです。環境に優しく、渋滞緩和のために積極的に利用していきましょう。  
◇場所…バス停「川上下の町」そば専用駐車場（南方）、横河原駅  
◇駐車場数…7台  
◇利用時間…6時～23時  
☎都市整備課 ☎ 964-4412

車を停めてバスで遠出！  
パーク＆ライド拡大中

### 第38回 どてかぼちゃカーニバル



今年は地元農産物加工品の販売やもちまき、かぼちゃタワーや重量当てなどのイベントを開催。  
◇日時…9月10日⑩10時～14時（雨天決行）  
◇場所…レスパシティ駐車場  
◇備考…どてかぼちゃの出品も募集中。詳しくはHPまで。  
☎東温市青年農業者協議会事務局 ☎ 964-4409

## 校区外就学のための学校見学会を開催します

指定の小学校よりも小規模校へ就学したい場合、上林小学校・東谷小学校・西谷小学校への就学を選択できる校区外就学制度が利用できます。以下の日程で学校見学会を開催します。 ☎学校教育課 ☎ 964-4420

### ◇日程

- 上林小学校：10月12日☎9時～
- 東谷小学校：10月4日☎8時40分～
- 西谷小学校：10月13日☎9時～

### ◇対象児童…次の要件を全て満たす児童

- ①市内在住で就学中又は就学予定の学校が上林・東谷・西谷小学校以外
- ②少なくとも1年以上は校区外就学を継続できる
- ③保護者の送迎で通学ができる

◇申込…9月5日☎～22日☎までに申込書（市HP又は窓口で入手可）を担当課へ提出



上林小学校：生活科授業



東谷小学校：田植体験授業



西谷小学校：自然体験教室

小規模校には  
ミリヨクが  
いっぱい！



■9月の脳トレ大学(オープン教室)

Table with 2 columns: 日, 場所・時間 (①10:00～②13:30～). Rows include dates 4, 5, 7, 11, 12, 14, 19, 21, 25, 26, 28 with various locations like 横瀬団地集会所, 北方東公民館, etc.

◇対象者…市内在住の65歳以上の人
◇参加料…200円 ※要事前連絡
㊤長寿介護課介護給付係 ☎964-4408

■9月の休日当番医

Table with 3 columns: 日, 医療機関名, 電話. Rows include 3, 10, 17, 18, 23, 24 with locations like 中川病院, 愛媛医療センター, etc.

診察時間9時～17時。休憩時間は各機関に問い合わせを。
子どもの急病は愛媛県子ども医療電話相談へ ☎ #8000

■行政相談(無料)

Table with 3 columns: 日, 時間, 場所. Rows include 6, 28 with locations like 福祉館, 東温市役所.

㊤総務課 ☎964-4400

■特設人権相談(無料)

Table with 3 columns: 日, 時間, 場所. Row includes 21 with location 川内公民館.

㊤社会福祉課 ☎964-4406

■9月の献血バス運行

Table with 3 columns: 日, 時間, 場所. Rows include 16, 19 with locations like フジグラン重信, 東温市役所.

㊤県赤十字血液センター ☎973-0700

■無料法律相談など(※は要予約)

Table with 4 columns: 相談名, 日, 時間, 場所. Rows include 心配ごと相談, 弁護士相談, etc.

㊤社会福祉協議会 ☎955-5535

■秋の全国交通安全運動を実施

9月21日～30日は秋の全国交通安全運動が実施されます。期間中、えひめこどもの城で親子交通安全ふれあいフェアを開催します。交通安全クイズや白バイ、パトカーとの記念撮影ができ、スタンプラリーを回ると子ども免許証がゲットできます。ご家族そろってお越しください。
◇日時…9月23日㊤10時～/13時～

◇場所…えひめこどもの城 あいあい児童館 ㊤松山南交通安全協会 ☎958-6558

■東温交流カフェ きらきら

Table with 3 columns: 日, 時間, 場所. Row includes 16 with location 総合保健福祉センター.

㊤地域包括支援センター ☎955-0150

■認知症の人の家族の集い

Table with 3 columns: 日, 時間, 場所. Row includes 16 with location 総合保健福祉センター.

㊤地域包括支援センター ☎955-0150

■こころの健康相談

9月10日～16日は自殺予防週間です。悩みを持っている人、困っている人はひとりで抱え込まず、ご相談ください。

Table with 3 columns: 日, 時間, 場所. Row includes 11 with location 総合保健福祉センター, 川内健康センター, 家庭訪問.

◇相談…メンタルサポート K'sHOUSE 代表 熊本 園子 先生◇定員…2人(1人1時間・要予約)

㊤健康推進課 ☎964-4407

■病態別栄養相談

Table with 3 columns: 日, 時間, 場所. Row includes 22 with location 総合保健福祉センター, 川内健康センター.

1人1時間・要予約

㊤健康推進課 ☎964-4407

■マイナンバーカード申請用写真の無料撮影

◇実施日…平日及び休日交付日◇場所…東温市役所本庁1階市民課、川内支所(平日のみ)◇持ち物…運転免許証などの本人確認書類 ㊤市民課 ☎964-4404

■マイナンバーカード休日交付

マイナンバーカード関係事務のみ。電子証明書有効期限の更新手続きは可。

◇実施予定日…9月10日㊤、10月1日㊤◇開庁時間…9時～16時30分◇場所…東温市役所 ㊤市民課 ☎964-4404

■自筆証書遺言書保管制度ミニ講座

遺言は相続をめぐる紛争を防止する有用な手段です。法務局職員が自筆証書遺言書補充制度を分かりやすく説明します。◇日時…9月25日㊤、11月14日㊤、11月27日㊤、12月18日㊤10時～11時/14時～15時◇場所…松山地方法務局6階専用会議室◇定員…各回10人(先着・要申込)◇参加費…無料 ㊤松山地方法務局供託課 ☎932-0888

■迷ったときは救急電話相談 # 7119

7月1日からえひめ救急電話相談の運用が始まりました。救急車を呼ぶべきか自分で病院に行くべきか迷ったときにご利用ください。◇相談番号… ☎ #7119 又は 089-909-9935(365日・24時間対応) ㊤県消防防災安全課 ☎912-2316

■アイヌの方のための相談窓口

日常生活の困りごとや差別など相談ください。(相談無料・匿名可・秘密厳守) ◇開設日時…㊤～㊤(祝日を除く)9時～17時◇相談番号… ☎ 0120-771-208 ㊤(公財)人権教育啓発推進センター ☎03-5777-1802

■LGBTQ 電話相談・面接相談

◇電話相談… ☎ 070-4286-0409 ◇開設日時…毎月第2㊤、第4㊤18時～21時30分 ㊤県人権啓発センター ☎941-8037

■相続登記申請の義務化

令和6年4月1日から相続登記申請が義務化されます。相続で不動産を取得した相続人は所有権の取得を知った日から3年以内に登記申請が必要です。令和6年3月31日以前に死亡した人の相続にも適用されます。簡易に申告ができる「相続人申告登記」も新設します。㊤松山地方法務局低部出張所 ☎962-2140



▲奥松瀬川地区に咲くひまわり

■9月のごみカレンダー

祝日・振替休日の燃やすごみ収集は平常どおり実施

Table with 7 columns: 重信地区, 燃やすごみ, 紙類, ペットボトル/プラ/その他燃やさないごみ, 粗大ごみ, 缶・びん金属ガラス類, 蛍光灯鏡, 乾電池体温計. Rows include locations like 樋口, 上村, 横河原, etc.

Table with 7 columns: 川内地区, 燃やすごみ, 紙類, ペットボトル/プラ, 粗大ごみ/その他燃やさないごみ, びん/ガラス類/蛍光灯/鏡/体温計, 空き缶金属類乾電池. Rows include locations like 東谷・西谷・土谷滑川・奥松瀬川, etc.

燃やすごみ、紙類は午前6時～8時の間に出してください。それ以外は重信地区は各地区で決められた時間に、川内地区は午前6時～8時の間に出してください。ごみ分別は市HPのごみ分別はわかり帳又は市公式LINEのごみ分別検索機能をご確認ください。

ださい。※場所により収集日が異なります。分からない人は近所の人にお尋ねください。 ㊤環境保全課 ☎964-4415 ◇リサイクルセンター受入時間…9時～14時30分(㊤㊤は休) ※粗大ごみは受入れなし ㊤リサイクルセンター ☎966-4989

暮らしの相談窓口(市外局番 089)

Table with 2 columns: 高齢者に関する総合相談, 愛媛県自殺SOSダイヤル, etc. with phone numbers.



## 特集

スクールランチコンテスト2023  
私のアイデアを給食にー

小川 明莉さん(南方東)

Akari Ogawa

束村 康晴さん(樋口)

Kousei Tsukamura

束村 めいさん(樋口)

Mei Tsukamura

## キラリ東温この人なう No.105

地域で輝く人にインタビュー

「糸東会重信支部」に所属する束村めいさん、小川明莉さん、束村康晴さんの3人が8月に東京武道館で開催された全日本少年少女空手道選手権大会に出場した。指導する伊藤忠徳先生は、「3人はとにかく真面目。いろいろな技をすぐに覚えられるよさがある」と称賛する。スケールが大きく、オールマイティにこなせるめいさんは、「練習してきた裏返し蹴りを綺麗にきめることができた。間合いの取り方を学び、来年は2回戦突破を目指す」と語気を強める。練習熱心でこの1年大きく成長した明莉さんは、「1回戦で負けたけれど、四股立ちを練習してぐらつかないようにしたい。来年も絶対に全日本選手権に出る」と飛躍を誓った。本番に強く、堂々とした振る舞いを見せる康晴さんは、「力がしっかり出せた。得意な技は『平安五段』。来年は決勝までいく」と強い意志を示した。

練習から礼儀正しく、洗練された動きを見せる3人。全国大会の経験から、課題をもって練習に取り組む3人のこれからに注目したい。

## 編集後記

スクールランチコンテストで選ばれた献立は美味しいうえ、簡単にアレンジが利くものも多いです。ぜひご家庭でも作ってみてください。 (和田)

今年の夏は、イベントや大会等がコロナ前に戻ってきました。活発に活動する人を取材することで元気をもらえました。

(相澤)

炎天下の取材が多い月でしたが、子どもたちがほっちょ市を楽しんだり、滑川のキャンプ場で活発に活動する様子に元気をもらえました。残暑が厳しいですが、もうひと頑張りしたいです。(戒能)

## 目次 Contents

02\_特集 スクールランチコンテスト2023ー私のアイデアを給食にー/06\_スイッチとうおん/12\_スイッチとうおん特別版 中学生の言葉/14\_子育てガイド/16\_ふれあい広場/20\_情報BOX/26\_暮らしと健康のカレンダー/28\_キラリ東温この人なう