

須ノ川公園まつりパークイルミネーション 開催のお知らせ！



11/8(土) 16:00～ お誘い合わせのうえ、ぜひご来場ください。

新聞 柏坂

かしわ
ぎか

発行 〒798-3701
愛媛県南宇和郡愛南町柏390番地
内海公民館
電話番号 0895-85-1021
ファックス番号 0895-85-0889
E-Mail uchiumi-k@town.ainan.ehime.jp

題字 小島光義

トレッキング・ザ・空海あいなん 参加受付中です！

トレッキング・ザ・空海あいなん
～徳しの里の四国の道を歩こう～

◆募集期間 当日まで受付
◆申込方法 愛南町ホームページ、電話、FAX
◆申込先 内海公民館 ☎ 85-1021 FAX 85-0889

雨天決行（雨天中止）
令和7年 11月15日（土）・16日（日）

15日 集合形式：午前8時30分～
集合場所：愛南町 御経文化センター
松尾峠 100m 11.00m
松尾峠へる道を歩こう

16日 集合形式：午前8時20分～
集合場所：愛南町 DE・あ・い・21
松尾峠へる道を歩こう

参加費 500円
参加費以下は送料
〇参加費以下は送料
〇参加費以下は送料

家藤正人句会ライブ
11月16日（日）午後2時30分～
愛南町 DE・あ・い・21
以上各入賞者には愛南町の
特産品をプレゼント！

無料
参加費 無料
〇参加費以下は送料
〇参加費以下は送料



11月 November

11月16日にはDE・あ・い・21にて「家藤正人句会ライブ」を開催します。上位入賞者には愛南町の特産品プレゼント！句会ライブは予約不要です。ぜひご参加ください。

■介護予防教室（健康づくり教室） 10月15日（水）

DE・あ・い・21で介護予防教室を実施しました。今回は保健福祉課の清家栄養士を講師に、栄養改善に関する講話を行いました。性別や体格による個人差はありますが、1回の食事におけるお米の目盛りの量の多さには、全員驚いた様子でした。

また、今回が教室の最終回となり、参加してみての感想や、普段怠り掛けるようになったことなどを発表し、3ヶ月間にわたり行われた介護予防教室を締めくくりました。



■漁止め祭 10月3日（金）

柏崎地区で「漁止め祭り」が行われました。神事後、たくさんの漁船が柏崎の湾内をパレードしました。今年は柏小1.2年生も参加しました。近い将来この伝統を受け継いでいってほしいものです。



■お灸体験教室（健康づくり教室）

10月21日（火）にDE・あ・い・21でお灸体験教室を開催しました。福浦鍼灸整骨院の寺阪嘉峰先生が講師を務め、基本的なツボを教わり、お灸を据えていきました。その後は、参加者の体の症状に合わせてお灸を据えるポイント等を教わりました。参加者からは、「体が楽になった。」や、「家でも自分でやってみたい。」という声が聞かれました。



みんなで収穫！柏コミュニティ農園のサツマイモ堀り

10月初旬、柏コミュニティ農園で柏小学校と柏保育所、町内2つの私立保育園によるさつまいも堀り体験が行われました。5月に植えた苗が大きく育ち、いよいよ収穫の時期を迎えました。今年は梅雨明けが早く高温が続いた影響で、例年より早い収穫となり、どのお芋も立派なサイズに育ちました。小学生、園児、先生方に加え、柏遊会、老人クラブ、朝市会、社協の皆さんが協力し、延べ約120人が参加。「うんとこしょ！どっこいしょ！」の掛け声にあわせて掘り出された大きなお芋に、子どもたちの歓声が響き渡りました。

収穫したさつまいもは、焼き芋や大学芋で味わうほか、小学校の災害備蓄や社協のフードパントリー、トレッキング・ザ・空海あいなんのお招待でも活用されます。遊休農地を再生した農園は雑草の多い環境で草取りが大変でしたが、子どもたちの笑顔はその苦労を忘れさせてくれる最高の贈り物でした。秋晴れの下、地域がひとつになって笑顔あふれる収穫の喜びを分かち合う、あたたかな一日となりました。



内海診療所からのお知らせ

**11月21日(金)は、
都合により「休診」します。**

※インフルエンザ予防接種は、11月
から開始します。

※コロナワクチン予防接種について
は、お問合せください。



内海診療所 TEL 85-0341

【スマホの困りごと相談】

※ご高齢の方や一人住まいの方で、スマートフォンの使い方などわからないことがある場合は、内海公民館(DE・あ・い・21)までご連絡ください。

簡単なことでしたら公民館職員が解決のお役に立てるかもしれません。

※スマートフォンの機種等によってはお力になれない場合もありますので、その点はご了承ください。

【内海公民館 TEL 0895-85-1021】

人口移動 (令和7年10月20日現在)

地域	世帯数	人口	先月比	
内海地域	667 戸	1354 人	-3 戸	-8 人
須ノ川	58 戸	128 人	-1 戸	-3 人
柏崎	52 戸	92 人	±0 戸	±0 人
柏	263 戸	493 人	-2 戸	-4 人

11月(霜月)の行事予定

※予定は変更になる場合があります。

【内海公民館 関連事業】

- 4(火)健康体操(須ノ川分館) 13:30～
 - 8(土)須ノ川公園まつりパークイルミネーション 16:00～
 - 15(土)DE・あ・い朝市 8:30～
 - 15(土)トレッキング・ザ・空海あいなん 8:30～
 - 16(日)トレッキング・ザ・空海あいなん 8:20～
 - 17(月)2校合同句会ライブ
(柏・家串小) 13:30～
 - 19(水)劇団風の子公演(柏・家串小児童)
 - 20(木)劇団風の子公演(平城小児童)
 - 21(木)フラワーアレンジメント教室 13:30～
 - 22(土)子ども俳句教室 9:30～
 - 26(水)愛南ほっとミティング(魚神山分館) 19:00～
- ◆お問合せ【内海公民館 ☎ 85-1021】

【家串公民館 関連事業】

- 8(土)須ノ川公園まつりパークイルミネーション 16:00～
 - 14(金)ピラティスクラブ 19:45～
 - 15(土)トレッキング・ザ・空海あいなん 8:30～
 - 16(日)トレッキング・ザ・空海あいなん 8:20～
 - 17(月)2校合同句会ライブ
(柏・家串小) 13:30～
 - 19(水)劇団風の子公演(柏・家串小児童)
 - 26(水)愛南ほっとミティング(魚神山分館) 19:00～
- ◆お問合せ【家串公民館 ☎ 85-1121】

【魚神山公民館 関連事業】

- 8(土)須ノ川公園まつりパークイルミネーション 16:00～
 - 15(土)トレッキング・ザ・空海あいなん 8:30～
 - 16(日)トレッキング・ザ・空海あいなん 8:20～
 - 17(月)2校合同句会ライブ
(柏・家串小) 13:30～
 - 19(水)劇団風の子公演(柏・家串小児童)
 - 26(水)愛南ほっとミティング(魚神山分館) 19:00～
- ◆お問合せ【家串公民館 ※兼務 ☎ 85-1121】



第248号 令和7年11月1日
発行 家串公民館
〒798-3705 南宇和郡愛南町家串907番地2
電話・FAX兼用 (0895)85-1121

家串小学校区合同運動会 10月5日(日)



天気が心配でしたが、当日は晴天となり無事運動会を開催することができました。
小学生から、地域の皆様暑い中走って、応援してと頑張っていました。
お疲れ様でした。

須ノ川公園まつりパークイルミネーション

日時：令和7年11月8日(土) 16:00～

※荒天の場合は花火のみ翌日順延

- 16:00～物産展(屋台・キッチンカー) ■19:00～お楽しみ抽選会
- 17:35～もちまき ■20:00～花火打上げ
- 18:00～イルミネーション点灯式

内海診療所からのお知らせ



11月21日(金)は、都合により『休診』します。

～平簪・家串・油袋の皆さまへ～

インフルエンザ予防接種について

- 11月13日(木)午後(※受付13:30まで)家串公民館にて
- 同 日 午後(※受付14:00まで)油袋漁民センターにてインフルエンザ予防接種を行います。
- ※そのため、13日(木)の家串出張診療は休診です。
- ※予約が必要です！必ずお電話等で申し込んでください。
- ※コロナワクチン予防接種については、お問い合わせください。

内海診療所 ☎ 85-0341

トレッキング・ザ・空海あいなん

トレッキング・ザ・空海あいなん

総しるの道 四国の道を歩こう

雨天決行 (雨天中止)

令和7年 11月15日(土)・16日(日)

15日 集合時間：午前8時30分～
集合場所：家串公民館 2階 公民館センター
16日 集合時間：午前8時30分～
集合場所：家串公民館 2階 公民館センター

参加費 無料

お申し込みは、家串公民館 2階 公民館センター まで

お問い合わせ：085-851-1121

主催：トレッキング・ザ・空海あいなん実行委員会・愛南町・愛南町教育委員会

協賛：(一社)内海観光サービス株式会社 (一社)平簪観光サービス株式会社 (一社)家串観光サービス株式会社 (一社)油袋観光サービス株式会社

お問い合わせ：085-851-1121 FAX:0851-0341 URL: https://www.treking-za.com

参加者
受付中
です！



11月の行事予定

◆内海公民館

4(火) 健康体操(須ノ川分館) 13:30～
15(土) DE・あ・い朝市 8:30～
21(木) フラワーアレンジメント教室 13:30～
22(土) 子ども俳句教室 9:30～

◆お問合せ【内海公民館 ☎ 85-1021】

◆家串公民館

14(金) ピラティスクラブ 19:45～

◆お問合せ【家串公民館 ☎ 85-1121】

◆魚神山公民館

26日(水)ほっとミーティング 魚神山分館 19:00～

◆お問合せ【家串公民館 ※兼務 ☎ 85-1121】

◆3館合同

8日(土)須ノ川公園まつりパークイルミネーション 16:00～

15日(土)トレッキング・ザ・空海あいなん 8:30～
16日(日)トレッキング・ザ・空海あいなん 8:20～
17日(月)2校合同句会ライブ(柏・家串小) 13:30～
19日(水)劇団風の子公演(柏・家串小児童)
20日(木)劇団風の子公演(平城小児童)

家串公民館区人口 (令和7年10月20日現在)					
地区	世帯数	男	女	人口計	前月比
油袋	47	61	50	111	±0戸 (±0人)
家串	79	76	89	165	±0戸 (±0人)
平簪	83	84	77	161	±0戸 (±0人)
合計	209	221	216	437	±0戸 (±0人)
【内海地域】667世帯、1,354人 (－3戸 －8人)					
【愛南町】(10月1日現在) 9,732世帯、18,201人					

◎予定は変更される場合がありますので、公民館へお問い合わせください。
主事が外出している場合がありますので、事前に電話連絡等をお願いします。



11月



第248号 令和7年11月1日
発行 魚神山公民館

電話・FAX兼用 (0895) 87-2100 〒798-3707 南宇和郡愛南町魚神山229番地

家串小学校区合同運動会 10月5日(日)



天気が心配でしたが、当日は晴天となり無事運動会を開催することができました。
小学生から、地域の皆様暑い中走って、応援してと頑張っていました。
お疲れ様でした。

須ノ川公園まつりパークイルミネーション

日時：令和7年11月8日（土）16：00～

※荒天の場合は花火のみ翌日順延

- 16：00～物産展（屋台・キッチンカー）
- 17：35～もちまき
- 18：00～イルミネーション点灯式
- 19：00～お楽しみ抽選会
- 20：00～花火打上げ



内海診療所からのお知らせ



11月21日(金)は、都合により『休診』します。

～魚神山・網代の皆さまへ～

インフルエンザ予防接種について

11月より、毎週月曜日の魚神山出張診療時に、インフルエンザ予防接種を実施します。希望される方は事前にスタッフにお知らせください。

- ※予約が必要です！必ずお電話等で申し込んでください。
- ※コロナワクチン予防接種については、お問い合わせください。

内海診療所 ☎ 85-0341

トレッキング・ザ・空海あいなん

トレッキング・ザ・空海あいなん

冬の森に響く足音、自然の恵みを感じながら、心身ともにリフレッシュできるトレッキングイベントです。

参加費 500円

申込期間 11月15日(土)～16日(日)

集合場所 網代公民館 15時

集合場所 魚神山公民館 16時

申込先 網代公民館 090-85-11-21

魚神山公民館 090-85-11-21

申込先 網代公民館 090-85-11-21

魚神山公民館 090-85-11-21

トレッキング・ザ・空海あいなん

冬の森に響く足音、自然の恵みを感じながら、心身ともにリフレッシュできるトレッキングイベントです。

参加費 500円

申込期間 11月15日(土)～16日(日)

集合場所 網代公民館 15時

集合場所 魚神山公民館 16時

申込先 網代公民館 090-85-11-21

魚神山公民館 090-85-11-21

申込先 網代公民館 090-85-11-21

魚神山公民館 090-85-11-21

参加者
受付中
です！



魚神山公民館区人口 (令和7年10月20日現在)

地 区	世帯数	男	女	人口計	前月比
網 代	32	29	40	69	±0戸 (±0人)
魚神山	53	67	68	135	±0戸 (±0人)
合 計	85	96	108	204	±0戸 (±0人)

【内海地域】667世帯、1,354人 (－3戸 －8人)
【愛南町】(10月1日現在) 9,732世帯、18,201人

11月の行事予定

◆内海公民館

- 4(火) 健康体操(須ノ川分館) 13:30～
- 15(土) DE・あい朝市 8:30～
- 21(木) フラワーアレンジメント教室 13:30～
- 22(土) 子ども俳句教室 9:30～

◆お問合せ【内海公民館 ☎ 85-1021】

◆家串公民館

- 14(金) ピラティスクラブ 19:45～

◆お問合せ【家串公民館 ☎ 85-1121】

◆魚神山公民館

- 26日(水)ほっとミーティング 魚神山分館 19:00～

◆お問合せ【家串公民館 ※兼務☎ 85-1121】

◆3館合同

- 8日(土)須ノ川公園まつりパークイルミネーション 16:00～
- 15日(土)トレッキング・ザ・空海あいなん 8:30～
- 16日(日)トレッキング・ザ・空海あいなん 8:20～
- 17日(月)2校合同句会ライブ(柏・家串小) 13:30～
- 19日(水)劇団風の子公演(柏・家串小児童)
- 20日(木)劇団風の子公演(平城小児童)

◎魚神山公民館勤務 毎週 月曜日と木曜日 午前10時00分～午後3時00分



菊川公民館だより

令和7年11月号

No.207

ドローン体験教室

9月28日（日）に、菊川地区の中田非斗志さんと清家輝彦さんを講師に迎えて、旧菊川小学校体育館で「ドローン体験教室」を開催しました。平城小学校の児童5人と保護者1人が参加して、合間に中田さんと清家さんが所有している大型のドローンによる操縦の腕前も披露していただきながら、約1時間半の操縦体験を楽しみました。最初は思うように動かせなかった児童もすぐに慣れて、ハの字に飛ばしたりすることもできるようになっていました。



講師の中田非斗志さん



講師の清家輝彦さん



健康体操

9月30日（火）、公民館ホールで健康体操（講師：原田宣行さん）を開催し、7人の皆さんが椅子を使った軽めのストレッチ運動を1時間ほど実践しました。講師の原田さんには前年度の「ウォーキング講座」でもお世話になりましたが、タオルの抵抗を使った運動も加わっていて、参加者の皆さんも「すいぶん首や肩が楽になった。」と効果を感じた様子でした。



講師の原田宣行さん



町長と話そう 愛南ほっとミーティング

中村町長が愛南町の皆様の声を直接お聴きする意見交換会を開催します。町の取り組みや今後のまちづくりに関することなど、「住んでよかった」「住んでみたい」と思える愛南町にするために、皆様が日頃から感じていることや考えていることをお聴かせください。町内に在住・在勤・在学している方ならどなたでもご参加いただけます。

日時：11月13日(木)
19時～20時30分

会場：菊川公民館
1階 ホール

皆様とお話できることを
楽しみにしています！
ぜひ、ご参加ください。



四季の花☆運動

婦人会料理教室

10月15日(水)に、菊川婦人会(代表者：井関裕子さん)の皆さんが今年度3回目となる(年4回)料理教室を行いました。10人の会員が参加し、講師の井関裕子さんの指導のもと、いも炊きを作りました。



【編集後記】

10月も終わりが近づき、やっと冷房を使わなくて済むようになりましたが、朝晩は暖房を使いたくなるような冷え込みで、秋が通り過ぎた感じです。

先月と今月号で告知しましたが、11月13日(木)に「愛南ほっとミーティング」が菊川公民館で開催されます。町長と直接意見交換ができる機会ですので、皆様のご参加をお待ちしています。(I)

菊川俳句会



於 菊川公民館
十月二十八日(火)

※入稿日までに集まった俳句を紹介しています。

出港の 汽笛寂し や島祭り	隧道まで 花の葬列 彼岸花	かじかむ 手早朝 出勤力 ギを開け	秋彼岸 小道に 沿って 墓参り	昼の月 旋回 ダンス のエク スタシー	白秋忌 古都の 片隅 抹茶カ フェ	雲映す その川 泳ぐ鰯 雲	すつぽ んの滑 りと顔 を出す 秋ぞ
中川 一喜	宇野 天弓	河野 孝	河野 清美	福田 りさ	安岡 留美子	和田 靖樹	浅野 勇一郎

◎新聞・雑誌・段ボール・廃乾電池の収集日は、11月5日(水)です。



菊川公民館区人口(令和7年10月1日現在)

男	184人	(前月比±0)
女	181人	(前月比-1)
合計	365人	(前月比-1)
世帯数	199戸	(前月比-1)

発行元：菊川公民館

〒798-4101

愛南町御荘菊川1159-1

TEL・FAX 74-0334





平城公民館だより

No.244

発行：平城公民館

〒798-4110 愛南町御荘平城2123-1

電話番号 0895-72-1011 (FAX 72-0155)

休館：毎週金曜日、祝祭日、年末年始

平城公民館区（17地区）

世帯数：2,215世帯

人口：4,354人

令和7年10月1日現在

心をこめて描く秋・正月

10月11日 ハンドメイド教室 「絵手紙体験」



絵手紙体験は、上級者と初心者が一緒に学びます。講師から「下書きの線は丁寧に、色付けは勢いよく」「白い部分を残す」「色は2～3色まで」「相手に贈る言葉が大事」といったコツを教わり、参加者22人は作品づくりに取り組みました。

小学1年生は「言葉が思いつかない」と悩み、一方、3年生は「楽しい」「おばあちゃんに年賀状を出したい」と話しながら、のびのび描きました。また、大阪万博で購入したミヤクミヤクのぬいぐるみを持参した子どもからは、万博の思い出話も聞けました。

参加者は、持ち寄った季節の野菜や果物などを題材に、個性豊かな絵手紙を完成させ、和やかで楽しい時間を過ごしました。絵手紙作品は、愛南町文化祭で展示します。ぜひご覧ください。

講師の山中慶子さん



呼吸で動く姿勢美人

10月21日 姿勢改善ピラティス教室

講師の吉良恭子さん



姿勢改善ピラティスは、体幹を意識して、呼吸で筋肉や骨格の動きを整え、バランスのとれた美しい姿勢を目指すレッスンです。参加者からは「足がつった」「肩がマットにつかない」と笑い声も交えながら、みんなで楽しく美しい姿勢づくりに励んでいます。無理なく続けられ、心も体もスッキリします。毎回とても好評です。ぜひ参加してみませんか。

申込みは、電話(0895-72-1011)または、LINE公式アカウント(@056rugvu)に友だち追加して、メッセージを送ってください。

文化祭お知らせ



令和6年11月に撮影した写真

愛南町文化祭「こども生花展示」

11月8日(土)・11月9日(日)9時～17時
観覧無料 御荘文化センター1階 大研修室

こども生花教室でお稽古する小中学生の作品を展示しています。ぜひご観覧ください。

愛南町文化祭「お茶会」

11月9日(日)10時～14時(なくなり次第終了)
1回350円 御荘文化センター1階 展示室

こども茶道教室でお稽古する小中学生が、美味しい抹茶と和菓子を運びます。ぜひご来場ください。

ヨガ教室お知らせ



健康づくり「ヨガ」教室 2回開催

12月16日(火) 18:30～19:15 / 19:40～20:25

平城公民館(交流室) 定員(先着)20名ずつ
参加料:1人1回300円(初回のみ無料)

レッスン内容は同じです。どちらか都合の良い時間を選べます。1クラス20名を超えた場合、空いているクラスへ変更をお願いします。同日2回開催により、40名受入れ可能です。この機会にぜひ体験してみませんか?申込みは、電話(0895-72-1011)またはLINE公式アカウント(@056rugvu)をご利用ください。



行事予定

※講師等の都合で中止または延期する場合、関係者にはお知らせします。

1日(土) こども茶道教室 10:00～
4日(火) ピラティス教室 19:00～
5日(水) ハーモニカ教室(文化センター)
7日(金) こども生花教室 16:00～
7日(金) 公民館運営審議会 18:30～
9日(日) 文化祭「お茶会」 10:00～

12日(水) 英会話教室 初級19:30～/中級20:00～
18日(火) ヨガ教室 19:00～
25日(火) 出前講座「お灸」 19:00～

※11月のこども茶道教室、ハーモニカ教室、こども生花教室は、文化協会会員の活動となり、御荘文化センターで行います。

編集後記

日中也涼しくなり、公民館の冷房を使わず窓を開けて活動する団体も見られるようになりました。動きやすい季節になりましたが、皆さんは何を楽しんで過ごされていますか。私は昨年始めたホームベーカリーのパン作りを一旦やめ、南高生が考えた「20分体操」を時々取り入れています。秋から冬は体調の変化を感じやすい時期です。うがい・手洗いを忘れず、元気にお過ごしください。…小川

新聞・雑誌・ダンボール・廃乾電池の収集日

11/4(火) 御荘中学校前

11/5(水) 平山・長洲・長崎・貝塚・

八幡野集会所・御荘文化センター

11/6(木) 寺新町・和口第2・節崎・馬瀬・深泥集会所・和口町営住宅駐車場・馬場消防詰所横





ふれあいサロン



10月15日(水)に長月ふれあいサロンが行われました。頭の体操で間違い探しに挑戦、次に体の体操で椅子に座って「ごぼう体操」を行いました。その後は、コーヒーを飲みながら雑談で花を咲かせていました。地域の皆さん特に男性の方も大歓迎ですので、是非参加してください。希望者は、長月公民館まで連絡してください。



※ 11月のふれあいサロン

日時：11月19日(水) 午後1時30分～

場所：長月公民館調理室 (午後2時～)

内容：国保一本松病院 芝田 貴裕 医師の講話



旧長月保育所清掃

10月5日(日)の長月地区一斉清掃の後に旧長月保育所を「長月轟会」の皆さんが草刈りや室内清掃等を行いました。(代表者 坪崎正行さん)



轟会の皆さん



草刈りの様子

長月公民館だより

11月号

mahoroba

No.237

R7. 11. 1発行

夢の森教室

10月26日(日)に長月夢の森教室が行われました。まずは「柿採り」を体験、高い所の柿は、高枝バサミを使って採り、手の届く低い柿は、剪定バサミを使って採りました。採った柿は3時のおやつに食べました。その後は、夢の森で邪魔な木や竹を切るなど撤去作業をしました。



のこぎりを使って竹切りをする様子



柿採りの様子



花いっぱい運動



実施日：11月13日(木)

時間：13時00分～

場所：長月第1・山本さん宅前花壇
(長月老人クラブの皆さんお願いします。)

※なお、長月地区の方で参加出来る方は、
ご協力をお願いします。

クリーン運動にご協力を!!

実施日：12月7日(日)

時間：午前9時～11時頃まで

集合場所：旧長月小学校体育館前駐車場

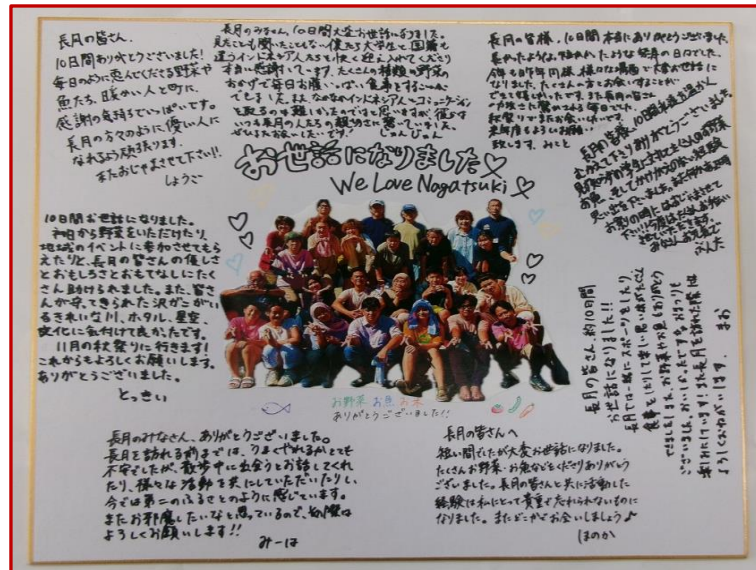
参加者：体育館及び調理室使用団体等
各種団体(2～3名程度)

内容：体育館及び調理室の清掃等

※ご理解、ご協力をお願いします。

SUIJI (スイジ) サービスラーニングプログラム事業 愛媛大学の学生&インドネシアの学生の奮闘記2(長月地区)

3年計画の2年目となるSUIJI事業が8月22日(金)から31日(日)まで長月公民館を拠点として愛媛大学の学生とインドネシア(8名)の学生、15名が長月を中心に町内で様々な活動を行い地域の方々と交流を深めました。長月夢の森教室では、子供達と一緒に竹とんぼ作りを行い、サロンのスタッフの方々には唐揚げなどの調理を習いその後、交流会を行いました。そのほか地域の方や子供達保護者を招待して流しそうめんを行いました。また、奉仕活動で旧長月小学校のグラウンドの清掃をしてもらいました。学生達は、地域の方々からたくさんの野菜など頂いて感謝していました。引率の島上教授より、来年は、本事業最後の年となりますので「より一層長月地区の皆さんのお役に立よう頑張りますのでよろしくお願いします。」との事でした。



流しそうめんの様子



グラウンドの清掃



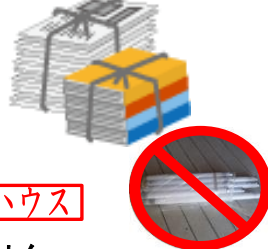
新聞・雑誌・ダンボール・乾電池の収集日

11月の収集予定日: 11月4日(火)長月公民館

12月の収集予定日: 12月2日(火)長月公民館



ストックハウス



※ 蛍光灯の回収はできません。
但し、7月1日より役場本庁・各支所で回収できますので、窓口の職員に声をかけてください。
※ 新聞や雑誌等以外の物は、回収しませんので持ち込みしないでください。

長月駅伝大会 参加者募集

日時: 令和7年12月14日(日)
午前10時~

コース: 長月地区全域(5区間)

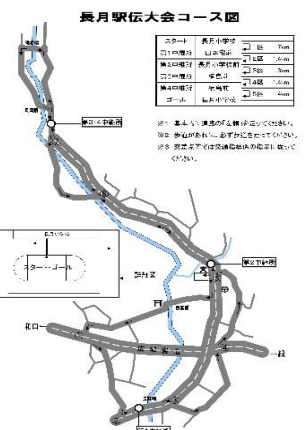
参加者: 1チーム 5名

表彰: 優勝
準優勝
第3位

※ 多くの方々の参加を!!
※ 地域の皆さん応援を!!

問合せ先 長月公民館

☎ 72-1659



開館・休館のお知らせ

開館日 月曜日 ~ 金曜日
公民館主事勤務 8:30~17:15
休館日 月曜日および祝日

長月公民館区内の人口(10月1日現在)						
地区	世帯数 (戸)	男 (人)	女 (人)	人口計 (人)	前月比 (戸)	前月比 (人)
第1	115	107	129	236	(±0)	(±0)
第2	53	52	55	107	(±0)	(±0)
第3	53	53	57	110	(±0)	(+2)
第4	50	39	40	79	(±0)	(±0)
合計	271	251	281	532	(±0)	(+2)

〒798-4105

長月公民館 南宇和郡愛南町御荘長月913番地

通常電話 72-1659

ひかり電話 572-1659

FAX(兼用) 72-1659

※ 外出している場合がありますので、
ご用の場合は事前に公民館までお電話ください。



赤水 11月号

公民館だより



☆「第2回グラウンドゴルフ交流会」開催☆

10月1日（水）に旧赤水小学校グラウンドにて第2回グラウンドゴルフ交流会が開催されました。16名の参加者の内、ホールインワン達成者が10名もでて、スポーツの秋にふさわしい交流会となりました。

朝晩と肌寒くなりましたので、コロナやインフルエンザなどの病気にかからず、これからも元気にグラウンドゴルフを楽しんでください。



参加者の1位～5位の入賞者には豪華景品が贈呈されました。

おめでとうございます。

- | | | | |
|----|----|----|----|
| 1位 | 中田 | 律子 | さん |
| 2位 | 中田 | 福子 | さん |
| 3位 | 中田 | 松子 | さん |
| 4位 | 中田 | 利子 | さん |
| 5位 | 山木 | 優巳 | さん |



1位 2位 3位 4位 5位

☆第1回ピンポン交流会開催☆

10月10日（金）赤水公民館にて第1回ピンポン交流会が開催されました。総勢11名の参加者が卓球を通しての交流を楽しみました。



【11月】赤水公民館の事業予定について（お知らせ）

・11月2日（日）赤水公民館区町民体育祭

【対象】 地区住民
【場所】 赤水体育館
【時間】 9：00開始



・11月9日（日）自主防災会防災訓練（夜間訓練）

【対象】 地域住民
【場所】 各地区
【時間】 18：00開始



・11月26日（水）花いっぱい運動（防城成川）

【対象】 防城成川老人クラブ
【場所】 成川バス停横の花壇
【時間】 13：30開始



・11月28日（金）花いっぱい運動（赤水・高畑）

【対象】 赤水/高畑老人クラブ
【場所】 一本桜花壇/高畑・猿越バス停前の花壇
【時間】 赤水13：00/高畑13：30開始

・11月下旬 町民体育祭反省会

【対象】 地区代表者
【場所】 赤水公民館
【時間】 未定



・11月下旬 第2回赤水公民館運営審議会

【対象】 運営審議委員
【対象】 赤水公民館
【時間】 未定



※変更内容や詳細等は後日ご連絡いたします。

11月のしおかぜの会について（お知らせ）

日時：11月28日（金） 10：00

場所：赤水公民館



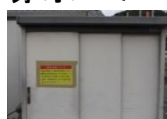
「花の寄せ植え」の予定です。

※変更内容や詳細等は後日
ご連絡いたします。



新聞・雑誌・ダンボール収集日（11、12月）

・赤水コミュニティーセンター（赤水公民館）



ストックハウス



令和7年
11月4日（火）
12月2日（火）

※ 蛍光灯の回収はできません。

持ち込み厳禁！！

販売店での回収または、
本庁・各支所での回収をお願いします。



月曜日から木曜日が小山公民館主事補助が勤務し、水曜日から金曜日が埜下主事が勤務いたします。火曜日は引き続き完全休館日となります。休館日以外は住民票等の窓口業務を行っておりますのでお気軽にご来館ください。



公民館電話番号

赤水公民館

575-0096 または 75-0096

火曜日は、完全休館日です。

中浦公民館

575-0334 または 75-0334

（月・火・木、埜下主事は中浦に勤務しています。）

外出している場合がありますので、
ご用の場合は事前に公民館までお電話ください。



中浦公民館だより

No.234



11月号

令和 7 年 10 月 31 日 発行

秋祭りを開催します

— 奥ノ谷・中ノ谷・高手・灘前地区 —

11月3日(月曜日)
神 事 8:30~
練 り 9:00~
終了予定 12:00

日程終了後(12:00頃)

「お菓子まき」

場所: 中浦ヘリポート横駐車場
(旧中浦小学校)



積極的なご参加・ご協力をお願いします。

「いきいき健康体操」のお知らせ

— 中浦老人クラブ —

・11月の「いきいき健康体操」開催予定日

11月24日(第4月曜日)

午後1時30分~午後3時まで

中浦公民館 和室で開催予定です。



どなたでも参加することができますので、ご近所の方をお誘いあわせの上、ぜひご参加ください。

(毎月第2、第4月曜日に実施しておりますが、今月は第4月曜日のみの実施です。)

☆令和7年度 第1回ヘルシー教室のお知らせ☆

第1回のヘルシー教室を下記の日程で開催します。

今回は愛南はつらつ体操を実施します。興味のある方はぜひご出席ください。

1: 日 時 第1回 11月10日(月) 13:30~15:00

テーマ「自宅でも続けられる体操を実践してみよう」

講話「フレイル予防で健康長寿」

・介護予防のための体操・食事・社会参加について

2: 場 所 中浦漁村振興センター

3: 対 象 者 中浦地区住民(誰でも参加できます。)

4: 参 加 料 無料



※ 11月10日(月曜日)は中浦老人クラブ「いきいき健康体操」の実施日ですが、その時間を利用して「ヘルシー教室」を実施します。いきいき健康体操、ヘルシー教室合同での開催となります。どなたでも参加できますので、ご近所お誘いあわせの上、ぜひご参加ください。

中浦健康サンデー'25の開催について

下記の日程で中浦健康サンデーを開催します。ぜひご参加ください。

1. 日 時 12月21日(日) 10:00~受付開始

2. 場 所 受付兼スタート : 旧中浦小学校(高手)グラウンド
ゴール兼昼食会場: 中浦公民館

3. 参加料 無料

4. 参加申込 地区回覧の参加申込書にて申込下さい。

5. 準備物 タオル・飲み物

6. コース 旧小学校~左右水堀切~中浦公民館の約6km

※ウォーキングの後は、昼食を食べてお楽しみ抽選会を行います。





3階ホール空調について

3階ホール利用時に空調を使用される方は、**使用手順・注意事項**をご確認の上、ご使用ください。

I 空調③のスイッチを入れる。

1時間程度 1台のみ運転

II 空調①のスイッチを入れる。

30分程度 2台運転

III 空調②④のスイッチを入れる。



中浦公民館区の人口

(R7. 10. 1日現在)

	世帯数	男	女	合計
尻 貝	67 (+1)	51 (+1)	70 (+1)	121 (+2)
奥の谷	113 (±0)	103 (±0)	79 (−1)	182 (−1)
中の谷	39 (±0)	30 (±0)	34 (±0)	64 (±0)
高 手	55 (±0)	50 (±0)	57 (±0)	107 (±0)
灘 前	25 (±0)	20 (±0)	16 (±0)	36 (±0)
左右水	12 (±0)	14 (±0)	10 (±0)	24 (±0)
猿 鳴	12 (±0)	12 (±0)	9 (±0)	21 (±0)
合 計	323 (+1)	280 (+1)	275 (±0)	555 (+1)

「よりあい喫茶」を開催しました

10月20日(月)に『よりあい喫茶』を開催しました。

「はつらつ口腔体操」のあと、参加者みんなでおいしい弁当を食べ、その後、「人生会議」・「エンディングノート」の説明や、野菜の摂取量を機械で測定したり、チーム対抗の野菜に関するクイズなどをい、今後のことを考えるきっかけづくりにもなり、また、楽しく過ごすことができました。

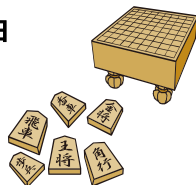
次回は12月1日(月)にクリスマス会を予定していますので、ごぞってご参加ください。



中浦地区 将棋定例会

・11月の将棋定例会開催予定日

11月11日(第2火曜日)、
午後6時～午後9時まで
中浦公民館 和室で開催予定です。
ぜひご参加ください。



物作り交流会の開催について

プラモデルや紙細工、ジグソーパズルなどめいめい自分の作りたい物に真剣に取り組んでいます。工作が趣味の方、趣味にしたい方は顔を出してみたいかがでしょうか？ 作品の一部は公民館3階にも展示しています。ぜひご覧になって下さい。

・11月の物作り交流会開催予定日

1. 日 時 11月23日(日) 9:00～12:00
(毎月1回、第3日曜日に開催していますが、今回は第4日曜日の開催です。)
2. 場 所 中浦公民館 研修室
3. 参加料 無料
4. 準備物 作りたいもの(プラモデルや紙細工など)の材料など、工具(ニッパーなど)
5. 備 考 工具などは公民館で準備しますが数に限りがあります。
工作物は各自で用意してください。

新聞・雑誌・ダンボール収集日(11月・12月)

- ・尻貝集会所
- ・漁村振興センター
- ・左右水集会所
- ・猿鳴集会所

令和7年

11月4日(火)

12月2日(火)

※ 蛍光管の回収はできません。

持ち込み厳禁！！

販売店での回収または、
本庁・各支所での回収をお願いします。



お知らせ

赤水公民館と兼務のため中浦公民館に勤務するのは毎週月曜日・火曜日・木曜日になります。毎週水曜日は休館日です。また、金曜日は、他の公民館主事により開館していますので、住民票等の窓口業務は、行っています。



中浦公民館だより 11月号

〒798-4125

中浦公民館 南宇和郡愛南町中浦830

通常電話 75-0334

ひかり電話 575-0334

FAX 75-0310

発行日 令和 7年10月31日 発行



館報

城の辺

城辺公民館だより



発行 城辺公民館

〒798-4131 愛媛県南宇和郡愛南町城辺甲1943番地

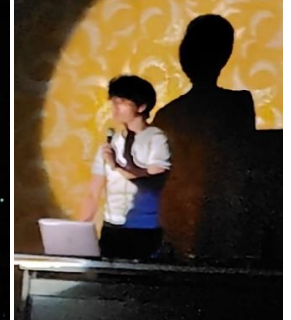
TEL 0895-72-0065 FAX 0895-72-0031 E-mail johen-k@town.ainan.ehime.jp

休館日 火曜日・祝日・年末年始(12/29～1/3)

10月に自然写真家松本紀生さんをお呼びして『アラスカフォトライプ』を開催しました。

今回は城辺中学校生徒と一般の方々を対象として2回実施しました。迫力の映像と松本さんの体験

自然写真家 松本紀生氏の アラスカフォトライプ



城辺中学校で片付けを手伝ってくれた先生・生徒さんたちと一緒にオオカミの遠吠えの真似!

談に会場からは歓声や笑いがかぼれていました。

17日(金)の城辺中学校での公演では、アラスカでの体験に加えて、自身が写真家を志した経緯を語られて、中学生へ「どんな夢を持って、どんな生き方がしたいか、(このライプを)そんなことを考える時間にしてもらえたらいい」と伝えました。

18日(土)の御荘文化センターでは、公演終了後にサイン会があり、来場者の方々の質問に答えたり、和気あいあいとした時間を過ごしました。

※『アラスカフォトライプ』は現在『アラスカ・ライプシアター』に名称を変更しています。

11月11日(火) 愛南ほっとミーティング

中村町長が愛南町の皆様の声を直接お聴きする意見交換会を開催します。町の取組や今後のまちづくりに関することなど、『住んでよかった。住んでみたい。』愛南町にするために、皆様が日頃から感じていること、考えていることを聞かせてください。

皆様とお話できることを
楽しみにしています!
ぜひ、ご参加ください。



図書コーナーのお知らせ

『松本紀生さん特集』

城辺公民館図書コーナーに松本紀生さんの著書コーナーを設置します。写真集だけでなく、御自身が執筆された撮影紀行『極北のひかり』も入荷。秋の夜長に、アラスカへ想いを馳せてみてはいかがでしょうか。

時間…午後7時～8時30分
会場…城辺公民館 2階多目的ホール

町内に在住・在勤・在学している方ならどなたでもご参加いただけます。

※駐車場には限りがあります。できるだけ乗り合わせてお越しください。

11 月 November 城辺地域公民館事業カレンダー

日	曜	館	事業	場所
5	水	城辺	パソコン教室② 19:00～21:00	城辺公民館 2 F 研修室
9	日	深浦	にこにこサークルのど自慢大会	深浦なかよし館
		僧都	僧都・山出地区交流スポーツ大会	旧僧都小学校体育館、グラウンド
10	月	城辺	陶芸教室⑬ 昼13:30～ / 夜18:30～	城辺公民館 1 F ふれあい学習室 / 創作室
11	火	城辺	愛南ほっとミーティング 19:00～20:30	城辺公民館 2 F 多目的ホール
12	水	城辺	行政相談 13:00～15:00	城辺公民館 2 F 研修室
			パソコン教室③ 19:00～21:00	城辺公民館 2 F 研修室
13	木	城辺	陶芸教室⑭ 昼13:30～ / 夜18:30～	城辺公民館 1 F ふれあい学習室 / 創作室
14	金	僧都	僧都・山出ふれあいサロン一日研修旅行	吉海バラ公園ほか
15	土	緑	緑地区レクバレー大会	緑小学校体育館
19	水	城辺	国際交流講座 初心者C19:00～/経験者C19:55	城辺公民館 2 F 多目的ホール
			パソコン教室④ 19:00～21:00	城辺公民館 2 F 研修室
20	木	深浦	スマホ教室	深浦公民館 2 階ホール
		東海	スマホ教室	東海公民館 2 階大ホール
21	金	城辺	人権相談 13:00～16:00	城辺公民館 2 F 研修室
		深浦	幼稚園児と老人クラブの交流会	愛南幼稚園
26	水	城辺	健康づくり教室⑧ 13:30～14:30	城辺公民館 3 F 和室
			パソコン教室⑤ 19:00～21:00	城辺公民館 2 F 研修室
27	木	東海	スマホ教室	東海公民館 2 階大ホール
		深浦	スマホ教室	深浦公民館 2 階ホール

11 月 November 城辺公民館 休館日

火曜日	祝日
4日・11日・18日・25日	3日(月)文化の日 / 23日(日)勤労感謝の日 / 24日(月)振替休日

* 上記以外にも臨時に休館することがあります。

11 月 November 城辺公民館区 新聞・雑誌・段ボール・廃電池の収集日

日	曜	集積場所
20	木	矢の町集会所・城の辺学習館・松本集会所・蓮乗寺集会所
25	火	太場集会所・豊田集会所・長野集会所・中の谷、鼻共同住宅横・三島団地・愛南町役場

※ 持ち込みは、収集日の前日まで。蛍光管の持ち込みはできません。

10 月 1日現在 城辺地域世帯数・人口

館区	世帯数	人口	前月比	
			世帯数	人口
僧都	125	221	0	0
緑	334	645	0	1
城辺	1,869	3,477	△ 1	△ 3
みしま荘	51	51	0	0
南楽荘	72	72	1	1
深浦	263	477	1	2
東海	250	454	0	1
久良	341	571	1	3
計	3,305	5,968	2	5

校区別人権・同和教育懇談会のお知らせ

開催日 令和7年11月28日(金)
公開授業 13:20～14:10
講演会 14:25～15:45
場 所 城辺中学校各教室および体育館
講 師 高知市役所 さわだ らいむ 沢田 来夢 氏
対象者 どなたでもご参加いただけます。
連絡先 人権啓発室 72-1530



緑・僧都 公民館だより



発刊 緑公民館
僧都公民館

緑公民館 TEL / FAX 0895-70-1501 E-mail midori-k@town.ainan.ehime.jp
僧都公民館 TEL / FAX 0895-70-1502 E-mail Souzu-k@town.ainan.ehime.jp

言語聴覚士の實藤先生による



口腔ケアや食べ物についてのお話会

10月22日(水)

緑公民館2階にて、地域の高齢者の方々をお招きし、地域包括支援センター主催による、健康に関するお話会を開きました。

今回は言語聴覚士の實藤先生に来ていただき、歯磨きのコツや歯ブラシの選び方、普段の食事についてのアドバイスなど、普段の生活を更に良くしていける大切な知識を学びました。

終始アットホームな空気の中、質疑応答に多くの時間も割いていただき、参加者の日常生活の疑問を解消できる、有意義な時間となりました。

11月 緑公民館 休館日

月曜日	祝日
3日、10日、17日、24日	3日(文化の日)、24日(振替休日)

*上記以外にも臨時に休館することがあります。

11月 緑公民館区 新聞・雑誌・段ボール・廃電池の収集日

日	曜	集積場所	持ち込みは、収集日の前日まで。 蛍光灯の持ち込みはできません。
25	火	緑基幹集落センター	

11月 緑・僧都地域公民館事業カレンダー

日	曜	館	事業	場所
9	日	僧都	僧都・山出地区交流スポーツ大会	旧僧都小学校体育館、グラウンド
15	土	緑	緑地区レクバレー大会	緑公民館

僧 都 川 ク リ ー ン 大 作 戦



10月5日（日）

午前8時から、僧都川沿いのごみ拾い、僧都川クリーン大作戦を行いました。

両地区各6班に別れて地区内の川沿い、道路のごみ拾いを1時間程度かけて行い、それぞれの集積場所で不燃、可燃の分別、協力業者である滝野産業さんに収集してもらいました。

参加者、協力業者の皆さん、お疲れさまでした。

事前会の時にも話されていましたが、長年継続して行っている関係で、ゴミも少なくなり、通行者のモラルの向上につながり、捨てる人も少なくなっているようです。

“継続は力なり”これからも地域の環境美化、自然保護のために続けられる限り実施していきましょう。



僧都・山出ふれあいサロン

10月9日（木）

保健福祉課の保健師、栄養士による「フレイルの予防のために毎日バランスよく10品目の食品を食べましょう等」のお話がありました。その後、社会福祉協議会による地域サロンの調査、城辺駐在所の楠瀬さんによる防犯、詐欺、交通安全等のお話と盛りだくさんの内容となりました。

11月 僧都公民館 休館日

火曜日	祝日
4日、11日、18日、25日	3日（文化の日）、24日（振替休日）

11月 僧都公民館区 新聞・雑誌・段ボール・廃電池の収集日

日 曜	集積場所	持ち込みは、収集日の前日まで。 蛍光管の持ち込みはできません。
25 火	僧都ふれあい交流館・山出集会所	

10 月 1 日現在 城辺地域世帯数・人口

館区	世帯数	人口	前月比	
			世帯数	人口
僧都	125	221	0	0
緑	334	645	0	1
城辺	1,869	3,477	△1	△3
みしま荘	51	51	0	0
南楽荘	72	72	1	1
深浦	263	477	1	2
東海	250	454	0	1
久良	341	571	1	3
計	3,305	5,968	2	5

人権啓発室からのお知らせ（ご案内）

「城辺中学校 校区别人権・同和教育懇談会」について

開催日 令和7年11月28日（金）

公開授業 13：20～14：10

講演会 14：25～15：45

場 所 城辺中学校各教室および体育館

講 師 高知市役所 沢田(さわだ) 来夢(らいむ)氏

対象者 どなたでもご参加いただけます

連絡先 人権啓発室 72-1530

○多くの方のご参加をお待ちしています！



〒798-4344 愛媛県南宇和郡愛南町岩水114番地
 発行 東海公民館 TEL 0895-70-1504 FAX 0895-70-1504 E-mail tokai-k@town.ainan.ehime.jp
 休館日 第1、3、5日曜日・第2、4月曜日・祝日・年末年始(12/29～1/3)

東海地区ふれあいスポーツ大会



10月19日(日)に旧東海小学校体育館で「東海地区ふれあいスポーツ大会ボッチャの部」を開催しました。夏の厳しい暑さが去り、少しずつ涼しくなってきた会場では地域内外の小中学生から高齢者まで35人(16チーム)が参加し、ボッチャを通じて世代間の交流を深めました。大会では家族や友人のチームに分かれて予選リーグや決勝トーナメントで対戦し、終始和やかで笑顔あふれる時間を楽しんでいました。そして、「マロン」の吉村 純子さんと光井 千恵さんが、抜群の戦略とチームワークを発揮して優勝しました。

また、特別養護老人ホーム自在園からも入所者の皆さんが会場を訪れ、ボッチャを体験しながら地域住民の皆さんと交流していました。



岩水地区夜間避難訓練



10月12日(日)に南海トラフ巨大地震を想定した「岩水地区夜間避難訓練」が午後7時から行われました。津波が発生したことを想定し、それぞれの自宅から一時避難場所までの避難訓練を行った後、場所を公民館に移して地域住民からの感想や要望を地区役員が取りまとめ、今後の防災活動について協議しました。(照明施設の整備等)



東海婦人学級



東海婦人学級では、今年も「フラワーアレンジメント教室」で使用するプリザーブドフラワーの加工作業を行っています。今年の「フラワーアレンジメント教室」は12月16日(火)に開催予定で、キャンドルの素材を使った「アロマサシェ」を制作します。



11月 霜月 November 城辺地域公民館事業カレンダー

日	曜	館	事業	場所
5	水	城辺	パソコン教室② 19:00～21:00	城辺公民館 2 F 研修室
6	木	東海	高齢者健康教室	東海公民館 1 階集会室
9	日	僧都	僧都・山出地区交流スポーツ大会	旧僧都小学校体育館、グラウンド
10	月	城辺	陶芸教室⑬ 昼13:30～ / 夜18:30～	城辺公民館 1 F ふれあい学習室 / 創作室
11	火	東海	東海婦人学級	旧東海保育所園庭
		城辺	愛南はっとミーティング 19:00～20:30	城辺公民館 2 F 多目的ホール
12	水	城辺	パソコン教室③ 19:00～21:00	城辺公民館 2 F 研修室
		東海	高齢者健康教室	東海公民館中玉分館
13	木	城辺	陶芸教室⑭ 昼13:30～ / 夜18:30～	城辺公民館 1 F ふれあい学習室 / 創作室
14	金	僧都	僧都・山出ふれあいサロンー日研修旅行	吉海バラ公園ほか
15	土	緑	緑地区レクパレー大会	緑小学校体育館
16	日	深浦	深浦地域防災訓練	深浦地域(旧深浦小学校体育館ほか)
		久良	天嶺鼻健康ウォーク2025	久良地域
19	水	城辺	国際交流講座 初心者C19:00～/経験者C19:55	城辺公民館 2 F 多目的ホール
		城辺	パソコン教室④ 19:00～21:00	城辺公民館 2 F 研修室
20	木	深浦	深浦婦人学級料理教室	深浦公民館調理室
		深浦	スマホ教室	深浦公民館 2 階ホール
		東海	スマホ教室	東海公民館 2 階大ホール
21	金	深浦	幼稚園児と老人クラブの交流会	愛南幼稚園
26	水	城辺	健康づくり教室⑧ 13:30～14:30	城辺公民館 3 F 和室
		城辺	パソコン教室⑤ 19:00～21:00	
27	木	東海	スマホ教室	東海公民館 2 階大ホール
		深浦	スマホ教室	深浦公民館 2 階ホール

11月 霜月 November 東海公民館・中玉分館休館日

東 海	第1・3・5 日曜日		第2・4 月曜日		祝 日	3日(文化の日) 23日(勤労感謝の日) 24日(振替休日)
	2日・16日・30日		10日・24日			
中 玉	土曜日	日曜日		月曜日		
	1日・8日・15日・22日・29日	2日・9日・16日・23日・30日		3日・10日・17日・24日		

*上記以外にも臨時に休館することがあります。

11月 霜月 November 東海公民館区 新聞・雑誌・段ボール・廃電池の収集日

日	曜	集積場所	
12	水	満倉集会所	 収集日の前日までに持ち込んでください。 蛍光灯の持ち込みはできません。
20	木	東海公民館・敦盛集会所	
27	木	中玉バス停跡・脇本集会所	

10月 神無月 October 1日現在 城辺地域世帯数・人口

館区	世帯数	人口	前月比	
			世帯数	人口
僧都	125	221	0	0
緑	334	645	0	1
城辺	1,869	3,477	△ 1	△ 3
みしま荘	51	51	0	0
南楽荘	72	72	1	1
深浦	263	477	1	2
東海	250	454	0	1
久良	341	571	1	3
計	3,305	5,968	2	5

公民館からのお知らせ

城辺中学校からお知らせです。

11月28日(金)に校区別人権・同和教育懇談会を下記のとおり開催しますのでお気軽にご参加ください。

開催日 令和7年11月28日(金)
公開授業 13:20～14:10
講演会 14:25～15:45
場所 城辺中学校各教室および体育館
講師 高知市役所 沢田 来夢(らいむ) 氏
対象者 どなたでもご参加いただけます。

館報

ひさよし 久良公民館だより



〒798-4353 愛媛県南宇和郡愛南町久良2095番地
発行 久良公民館 でんわ/FAX 70-1505 メール hisayoshi-k@town.ainan.ehime.jp

11/16(日)天嶺鼻健康ウォーク2025 参加者募集中



日 時 11月16日(日曜日)
受付8:00~ 開会8:50~

集合場所 久良公民館

申込先 : 久良公民館

電話/FAX 70-1505

参加賞や空くじなしの抽選会もあります。
詳細は、配布されているチラシをご覧ください

10/5(日)実施 「久良地区避難訓練」

一時避難場所、玄関先、集合場所までの避難訓練を実施しました。一時避難場所では、防災倉庫の中身の確認等もされていました。次回は、12月上旬に夜間避難訓練を予定しています。懐中電灯等のあかりの点検をお願いします。



10/17(金)町長と話そう 愛南ほっとミーティング開催

久良公民館にて、町長との意見交換会を開催しました。当日は、30名あまりの方々にご参加と多くのご意見をいただきありがとうございました。内容等は、後日町のホームページ等で公開予定です。

11月 November 城辺地域公民館事業カレンダー

日	曜	館	事業	場所
6	木	東海	高齢者健康教室	東海公民館1階集会室
9	日	深浦	にこにこサークルのど自慢大会	深浦なかよし館
9	日	僧都	僧都・山出地区交流スポーツ大会	旧僧都小学校体育館、グラウンド
11	火	東海	東海婦人学級	旧東海保育所園庭
11	火	城辺	愛南ほっとミーティング 19:00～20:30	城辺公民館 2F多目的ホール
12	水	東海	高齢者健康教室	東海公民館中玉分館
14	金	僧都	僧都・山出ふれあいサロン一日研修旅行	吉海バラ公園ほか
15	土	緑	緑地区レクバレー大会	緑小学校体育館
16	日	深浦	深浦地域防災訓練	深浦地域(旧深浦小学校体育館ほか)
20	木	深浦	深浦婦人学級料理教室	深浦公民館調理室
20・27	木	深浦	スマホ教室	深浦公民館2階ホール
20・27	木	東海	スマホ教室	東海公民館2階大ホール
21	金	深浦	幼稚園児と老人クラブの交流会	愛南幼稚園

10月から真浦地区が新聞・雑誌・段ボール・廃電池の収集倉庫を「久良漁協横」に設置しました。



11月 November 久良公民館休館日

第1・5日曜日	第2・4月曜日	国民の祝日・休日	臨時休館日
2日・30日	10日・24日	3日(月)・23(日)	17日(月)

11月 November 久良公民館区 新聞・雑誌・段ボール・廃電池の収集日

日	曜	集積場所	収集日の前日までに持ち込んでください。蛍光管の持ち込みはできません。
27	木	久良ふるさとセンター・久良漁協横・小屋の浦集会所・日土バス停前	

10月1日現在 城辺地域公民館区世帯数・人口

館区	世帯数	人口	前月比	
			世帯数	人口
僧都	125	221	0	0
緑	1,869	645	0	1
城辺	1,870	3,477	△1	△3
みしま荘	51	51	0	0
南楽荘	72	72	1	1
深浦	263	477	1	2
東海	250	454	0	1
久良	341	571	1	3
計	3,305	5,968	2	5

公民館からのお知らせ

新入庫図書のお知らせ

東野 圭吾
「マスカレードシリーズ」 2冊
石原兄弟
「石原家の兄弟」
ジェーン・スー
「介護未満の父に起きたこと」
絵本
「あんぱんまん」
「やなせたかし物語」
「パンどろぼうとスイーツおうじ」

館報

ふかうら 深浦公民館だより



発行 深浦公民館

〒798-4341 愛媛県南宇和郡愛南町深浦260番地

TEL 0895-70-1503 FAX 0895-70-1503 E-mail fukaura-k@town.ainan.ehime.jp

休館日 第1、第3、第5日曜日、第2、第4火曜日・祝日・年末年始(12/29～1/3)

にこにこサークルの取組から

今月もにこにこサークルのみなさんが大活躍です。

10月12日(日)に避難訓練ワークショップが開催されましたが、事前の「炊き込みご飯作成訓練」として参加者の皆さんに「鯛めし」を振舞いました。翌13日(月)には、独居老人の方々にお弁当を作って配達し、長寿を祈念しました。連日の朝早くからの活動お疲れ様でした。地域の皆様の幸せを願う活動に本当に頭が下がります。



婦人学級口コモ健康体操

今回の婦人学級は、「身体をほぐす体操をしよう」をテーマにヨガポールを使って足の先から首のまわりまでの全身運動を楽しみました。

学級生の皆さんから「気持ちよくなった。」「身体が楽になった。」との声が聞かれました。

皆さんが、笑顔で会話が弾むひと時を過ごす機会になれば良いと思う婦人学級の開催日です。



にこにこサークルからのお知らせ

- 【日 時】 令和7年11月9日(日)
11時30分～
【場 所】 深浦なかよし館
【内 容】 好きな歌を唄いのど自慢大会

深浦地域婦人会

クラフトテープのかご作り

- 【日 時】 毎週水曜日
9:00～15:30
【場 所】 なかよし館



11月 霜月 November 城辺地域公民館事業カレンダー

日	曜	館	事業	場所
5	水	城辺	パソコン教室② 19:00～21:00	城辺公民館 2 F 研修室
6	木	東海	高齢者健康教室	東海公民館 1 階集会室
9	日	深浦	にこにこサークルのど自慢大会	深浦なかよし館
9	日	僧都	僧都・山出地区交流スポーツ大会	旧僧都小学校体育館、グラウンド
10	月	城辺	陶芸教室⑬ 昼13:30～ / 夜18:30～	城辺公民館 1 F ふれあい学習室 / 創作室
11	火	東海	東海婦人学級	旧東海保育所園庭
11	火	城辺	愛南ほっとミーティング 19:00～20:30	城辺公民館 2 F 多目的ホール
12	水	城辺	行政相談 13:00～15:00	城辺公民館 2 F 研修室
12	水	城辺	パソコン教室③ 19:00～21:00	城辺公民館 2 F 研修室
12	水	東海	高齢者健康教室	東海公民館中玉分館
13	木	城辺	陶芸教室⑭ 昼13:30～ / 夜18:30～	城辺公民館 1 F ふれあい学習室 / 創作室
14	金	僧都	僧都・山出ふれあいサロンー日研修旅行	吉海バラ公園ほか
15	土	緑	緑地区レクバレー大会	緑小学校体育館
16	日	深浦	深浦地域防災訓練	深浦地域(旧深浦小学校体育館ほか)
16	日	久良	天嶺鼻健康ウォーク2025	久良地域
19	水	城辺	国際交流講座 初心者C19:00～/経験者C19:55～	城辺公民館 2 F 多目的ホール
19	水	城辺	パソコン教室④ 19:00～21:00	城辺公民館 2 F 研修室
20	木	深浦	深浦婦人学級料理教室	深浦公民館調理室
20	木	深浦	スマホ教室	深浦公民館 2 階ホール
20	木	東海	スマホ教室	東海公民館 2 階大ホール
21	金	城辺	人権相談 13:00～16:00	城辺公民館 2 F 研修室
21	金	深浦	幼稚園児と老人クラブの交流会	愛南幼稚園
26	水	城辺	健康づくり教室⑧ 13:30～14:30	城辺公民館 3 F 和室
26	水	城辺	パソコン教室⑤ 19:00～21:00	
27	木	東海	スマホ教室	東海公民館 2 階大ホール
27	木	深浦	スマホ教室	深浦公民館 2 階ホール

11月 霜月 November 深浦公民館 休館日

第1・3・5 日曜日	第2・4 火曜日	祝 日	3 日(月)文化の日 2 3 日(日)勤労感謝の日 2 4 日(月)振替休日
2 日・1 6 日・3 0 日	1 1 日・2 5 日		

11月 霜月 November 深浦公民館区 新聞・雑誌・段ボール・廃電池の収集日

日	曜	集積場所	
27	木	古月集会所・鰯越集会所・旧深浦漁協冷蔵庫前・深浦公民館	収集日の前日までに持ち込んでください。 蛍光管の持ち込みはできません。

10月 神無月 October 1日 現在 城辺地域世帯数・人口

館区	世帯数	人口	前月比	
			世帯数	人口
僧都	125	221	0	0
緑	334	645	0	1
城辺	1,869	3,477	△ 1	△ 3
みしま荘	51	51	0	0
南楽荘	72	72	1	1
深浦	263	477	1	2
東海	250	454	0	1
久良	341	571	1	3
計	3,305	5,968	2	5

公民館からのお知らせ

城辺中学校よりお知らせです。校
区別人権・同和教育懇談会を28日
(金) 午後、13:20～公開授業、1
4:25～講演会を行います。講師は
高知より沢田来夢氏を招いて開催
です。どなたでも参加できますので
お気軽にご参加ください。。

一本松地区公民館だより

回覧

令和
7年 **11月**

今月の題字

小石 會 一本松小4年 富永 聖空 さん

発行所
南宇和郡愛南町一本松3520
一本松公民館

コミュニティ教室② ～腸活～ 9月24日(水)



【今日の献立】

- ・白飯
- ・なめこと絹ごし豆腐の麻婆豆腐
- ・コールスローサラダ
- ・しめじとさつまいもの豆乳
- ・キウイ 味噌スープ

第2回目のコミュニティ教室は、腸活教室～腸内環境は十人十色～

腸内にはたくさんの細菌が集まっています。その数なんと約1000種、約100兆個。多種多様な細菌が集まっている様子がお花畑に見えることから「腸内フローラ」(フローラ＝お花畑)と呼ばれます。健康への第1歩は腸内環境を整えることです。腸と脳、心との関連も指摘され睡眠やストレスに関わることが注目されています。

腸内フローラを整えるには・・・**善玉菌を増やすものを積極的にとりましょう!** 発酵食品の納豆、チーズ、ヨーグルト他、その善玉菌のエサになるもの、食物繊維の多い:ごぼう、きのこ類、おくら、海藻、オリゴ糖など善玉菌は1日しか腸内に留まらないので、毎日心がけて継続することで効果が期待できます。

地域ふれあい事業～押し花教室～ 9月25日(木) 一小4年生



更生保護女性会の会員の皆さんが1年を通して、庭や地域に咲く草花を、色鮮やかに押し花に加工し、子供達とコースターやしおり作りを行いました。手渡す人を思いながら置き方や色合いを工夫し作り上げた作品は、どれも愛情のこもった出来上がりでした。最後には全員の工夫点や感想を発表し、会員の皆さんと楽しく時間を過ごすことができました。



生き生き体操教室開催のお知らせ!

8月・3月を除く、毎月第3水曜日 午後1時30分から、健康体操:原田 宣行先生
ヨガ:野田 恵子先生が毎月交互に教室を行います。誰でも参加できます。当日参加OKです。

次回、11月**19**日(水)は、体操:原田宣行 先生です。



一本松コミュニティ教室 ④
 楽しめる音楽療法

ミュージックケア

音楽のもつリラックス効果やコミュニケーションを引き出す効果を利用することで、心身の障害の改善や生活の質の向上を目指していく療法です。

聞きなれた音楽で心身に心地よい刺激を！

日 時：令和7年11月25日（火）
 13時30分～

場 所：一本松山村開発センター

募集人数：15名程度

講師：ミュージックケアー 西本 節子 先生

申し込み期限：11月19日（水）

参加料：無料 用意するもの：タオル・お茶



◇申し込み先◇
 一本松公民館 まで
 電話 84-1252

参加者募集！

一本松コミュニティ教室 ⑤



手作り教室

～お正月飾りを作ろう～



去年の作品です

お正月飾りは、新年に家に来る歳神様をお迎えするための目印やおもてなしの飾りです。お正月飾りには門松、しめ縄、鏡餅などの種類がありそれぞれに意味があります。今回は、自分でモダンなお正月飾りを作って新年を迎えてみませんか。

申し込み受付開始

11月17日（月）～

※11月17日以降でないと受付できません

日時：令和7年12月11日（木）

13:30～

場所：一本松山村開発センター

講師：サフラン 佐久保 明美先生

参加料：無料

募集人数：15名

持ってくるもの：持ち帰り袋、はさみ

【問い合わせ・申し込み先】

一本松公民館 84-1252

愛南町 環境衛生課より お知らせ

役場本庁・各支所に蛍光灯を持ち込みできます！

7月1日から蛍光灯の回収場所を役場本庁・各支所に設置しましたので、是非ご利用ください。

なお、従来どおり環境衛生センターへの直接持ち込みもできます。

- ・回収場所：役場本庁及び各支所（窓口の職員にお声がけください。）
- ・回収日：月～金曜日（祝日を除く。） 8:30～17:00

【注意事項】

- 蛍光灯には有害物質である水銀が含まれており、割れていないものについては不燃ごみで出すことができます！
- 白熱電球やグローランプ、LED電球、**割れた蛍光灯**は不燃ごみです。割れたものは**新聞紙や布に包み、「危険」と書いて決められた日に各ごみステーションへ出してください。**
- 家庭ごみとは違い、事業所や工場から出た蛍光灯は産業廃棄物として処分することが義務付けられています。

蛍光灯は水銀、ガラス、蛍光粉末、金属など、構成部品ごとに分別し、それぞれを再利用することができます。是非、蛍光灯を持ち込みしていただき、水銀含有物の適正処理とごみの減量化にご協力をよろしくお願いします。



今年の流行はいつもより1カ月早い？「インフルエンザ」に注意！！



例年は冬に流行するインフルエンザですが、今年は季節外れの流行が続いています。咳エチケットや外出後の手洗いを徹底しよう！！



人口動態

西海地域全体

世帯数 898

人口 1507人

男 707人

女 800人

*10月1日現在

公民館だより

11月号

-2025年-

発行元

愛南町船越

西海公民館

☎ 82-0069

にしうみ

船越小学校区運動会



9月28日(日)船越小学校区運動会が開催されました。今年のスローガン「船っ子の全力・笑顔 6人そろえば最強」のもと、参加者の皆さんは笑顔で競技に臨んでいました。天気は雨が降ったり止んだりと不安定でしたが、プログラムの変更を乗り越え、無事終了しました。参加者の皆さん、お疲れさまでした。



起震車体験



10月2日(木)西海町民会館前駐車場で起震車体験が実施されました。最近は大きな地震は発生していませんが、いざという時に備え、この体験を活かしていただければと思います。

健康体操教室 ヨガ編

毎週水曜日の午後1時30分から開催している健康体操教室では、下記の通り、ヨガインストラクターの野田恵子さんをお招きして、「ヨガ教室」を開催します。

開催日時 : 12月3日(水)午後1時30分～
 準備物 : タオル、水分
 募集人数 : 20名(先着順)
 申込先 : 西海公民館 Tel 82-0069
 申込期限 : 11月21日(金)午後5時



ふれあい集会



10月28日(火)船越集会所で、船越小学校の児童と地域の方々が楽しく交流する「ふれあい集会」が開催されました。小学生の歌や、全員でポッチャを楽しんだり、肩たたきで交流を深めました。今後も楽しい交流の機会が増えるといいですね。



【西海・西浦管内人口推移 R7,10,1 現在】

地区	世帯数 (戸)	男 (人)	女 (人)	人口 (人)	前月比 (戸)	前月比 (人)
越田	20	16	16	32	0	(±0)
弓立	21	17	19	36	0	(±0)
小浦	12	7	15	22	0	(±0)
檜月	18	11	14	25	0	(±0)
船越	168	138	157	295	0	(±0)
久家	61	50	47	97	0	(±0)
下久家	34	25	29	54	0	(±0)
外泊	31	25	28	53	0	(±0)
中泊	83	60	69	129	1	(±0)
内泊	52	37	38	75	0	(±0)
計	500	386	432	818	1	(±0)
西海地域	898	707	800	1,507	3	(+1)

西海公民館新刊情報

書名	著者名
新店長がバカすぎて	早見和真
さらば店長がバカすぎて	早見和真



福浦公民館だより



10月5日(日)福浦小学校のグラウンドで福浦小学校・地域合同運動会が開催されました。児童数は9名ですが、保育園児や中高生、地域の皆さんも参加し、盛大な運動会となりました。天気にも恵まれ運動会日和となり、参加者全員のパフォーマンスが絶好調で、各種目とも非常に盛り上がりしました。また、前日のテント設営や万国旗の飾りつけなど、準備にご協力いただいた皆様、運動会本番で係員として活躍してくださった皆様、本当にお疲れ様でした。来年もどうぞよろしくお願いします。

福浦小学校・地域合同運動会

9人でゴールをめさせ風の子パワー



中・高生の皆さんは、競技への積極的な参加はもちろん、パン食い競争などのゲームの準備係も率先してこなしてくれました。その姿からは、地域への溢れんばかりの愛と、母校・福浦小学校への深い愛情を感じることができました。この運動会を通じて、みんなの温かい思いが伝わり、地域の絆を強く感じました。これからも地域での活躍を期待しています。



風の子太鼓 演奏の伝承



運動会後には、風の子太鼓の演奏が行われ、小学生と卒業生の競演もあり、素晴らしい文化の伝承を感じることができました。その演奏に、地域の誇りと伝統がしっかりと受け継がれていることを実感しました。

また、お楽しみ抽選会では、当たりの番号が読み上げられるたびに歓声が上がり、大いに盛り上がりしました。参加者全員の笑顔あふれる、楽しいひとときでした。

愛南マラニック 各地区でのボランティア応援

9月27日(土)愛南マラニック～食と海と太陽と～が開催され、多くのランナーが美しい景色と地元の食を楽しみながら、西海半島を駆け抜けました。福浦公民館と武者泊はエイドステーションとして、たくさんの応援やボランティアの皆さんが大会を盛り上げてくださいました。参加された皆さん、お疲れさまでした。



ランナーに提供されたスープ
東雲短期大学
食物栄養学科

防災交流学習

「防災コーナー」テント立て体験



10月10日(金)福浦小学校で東温市の西谷小学校との防災交流学習が開催されました。まず、お互いの学校で行っている防災の取り組みを発表した後、福浦の避難路の紹介や防災倉庫など、現地を実際に歩いて学びました。休み時間には、みんなで仲良く遊ぶことができ交流が深まる素晴らしい防災学習会となりました。



10月27日(月)福浦公民館上の公園で、福浦小学校の児童がテント立て体験を行いました。3人1組になり、子どもたちだけでテントを設営することができました。その後、火起こし体験も実施し、避難所での生活を少し体験することができたと思います。
★テントは、屋内の避難所でもプライバシーを保護するために役立ちます。



町長と話そう 愛南ほっとミーティング



10月23日(木)19:00から福浦福浦公民館で～町長と話そう～「愛南ほっとミーティング」が開催されました。まず、中村町長から総合計画に基づく主要な施策の説明があり、その後、住民との意見交換会が行われました。意見交換会では、公園の整備、タクシー券の要望、県道の拡幅や立木の伐採など、住民の皆さんから積極的な意見が出されました。この意見が、今後の福浦湾の活性化につながることを期待しています。



11月 公民館の予定

3	月	福浦秋祭り		
5	水	武者泊カラオケ交流会	13:30	～
6	木	山ゆり会(カラオケ)	13:30	～
7	金	ごんげんクラブ(カラオケ)	13:00	～
10	月	公民館カラオケ教室	13:30	～
13	木	健康体操教室	13:30	
17	月	公民館カラオケ教室	13:30	～
19	水	ふれあいサロン クリスマスリース作り	11:00	～
19	水	武者泊カラオケ交流会	13:30	～
20	木	山ゆり会(カラオケ)	13:30	～
21	金	ごんげんクラブ(カラオケ)	13:00	～
21	金	フラワーボランティア (柿崎)		
未定		樽見花のさんぽ隊		
未定		福浦花を植え隊		
26	水	親子料理教室	13:00	～
27	木	音楽体操教室	13:30	～
未定		椅子ヨガ教室(福浦・武者泊)		
未定		第2回西海地域公民館運営審議会		
未定		避難訓練(福浦・武者泊)		

《お知らせ》

国保一本松病院 福浦出張診療所

休診日は、ありません。



人口移動

(令和7年10月1日現在)
西海地域: 1,507人(+1)

地区	世帯数 (戸)	男 (人)	女 (人)	人口 (人)	前月比 (戸)	前月比 (人)
樽見	26	25	30	55	±0	(±0)
大成川	23	20	21	41	±0	(±0)
小成川	29	21	34	55	±0	(±0)
福浦	264	212	236	448	-2	(-1)
麦ヶ浦	18	12	15	27	±0	(±0)
武者泊	38	31	32	63	±0	(±0)
計	398	321	368	689	-2	(-1)