

## 須ノ川公園まつりパークイルミネーション 11/8(土)



イルミネーションと花火の幻想的なコラボレーション



今年は球体を池に浮かべ、新たにピラミッドも登場！



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



December

須ノ川公園まつりパークイルミネーションを開催しました。当日は約1,200名が来場し、イルミネーションの点灯式やお楽しみ抽選会、打ち上げ花火などを楽しめました。イルミネーションは令和8年2月2日早朝まで点灯します。ぜひご覧ください。

## トレッキング・ザ・空海あいなん～癒しの里 四国の道を歩こう～

11/15(土)

松尾坂コース

199名

2日とも晴天に恵まれた今年のトレッキング・ザ・空海あいなん。2日間で350名を超える参加者が風情あるへんろ道を堪能しました。また、柏・家串小学校児童をはじめとする約200名ほどのボランティアスタッフの方が各所でお接待を行い、参加者からは「お接待が最高でした。」「みなさんのやさしさが素晴らしいです。」という声が聞かれました。ご協力いただきありがとうございました。

16日(日)には、俳人 家藤正人さんによる句会ライブも開催しました。トレッキング・ザ・空海あいなんに関する写真を見ながら投句を行い、参加者の投票により下記の句が最優秀句に選ばれました。

家串小学校  
お守り・飴のお接待柏小学校  
みかんのお接待

ふゆ かぜ むね す いま ふく  
冬 の 風 胸 に 吸 い こ む 今 が 膨 ら む

## 地域のぬくもり広がる「地域食堂」と「柏まごころ米」で笑顔満開

11月9日（日）、柏地域において地域食堂を開催しました。当日は小雨の中にもががわらず、子どもから高齢者まで約100名の参加があり、三世代が笑顔で交流する温かな場となりました。また、途中には台湾からのお遍路の方も立ち寄られ、地域住民によるお接待を通じて国際的な交流のひとときが生まれました。

終了後には、80歳以上の高齢者世帯を訪問し、にこにこ水田で収穫した新米「柏まごころ米」をお届けしました。米価高騰が続く中、少しでも地域の暮らしを支えることを目的としています。渡す側も受け取る側も笑顔に包まれ、地域のつながりを改めて感じる一日となりました。



●まごころ米配布



●地域食堂



### 第2回 柏お接待マルシェ開催のお知らせ

柏遊会では、12月7日（日）午前10時から午後2時まで、DE・あ・い・21で「第2回 柏お接待マルシェ」を開催します。今回のテーマは「やきいもまつり」です。柏コミュニティ農園で育った甘くておいしいさつまいもを使ったり、4種類の焼き芋食べ比べや、南宇和高校のスイーツ探求グループによる手づくりスイーツの販売を行います。そのほか、さつまいも詰め放題、芋釣りゲーム、もちまき、特産品が当たる抽選会など、楽しい企画が盛りだくさんです。ご家族やお友だちと、ぜひお越しください。皆さまのご来場を心よりお待ちしています。

**【日時】12月7日（日）10:00～14:00**

**【場所】DE・あ・い・21 【主催】柏遊会**

### 内海診療所からのお知らせ

※年末年始は、12月27日（土）～

1月4日（日）までが休診となります。お薬の必要な方は、早めに受診してください。

※インフルエンザ・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 TEL 85-0341

人口移動（令和7年11月20日現在）

地域	世帯数	人口	先月比	
内海地域	669戸	1354人	+2戸	±0人
須ノ川	58戸	129人	±0戸	+1人
柏崎	52戸	91人	±0戸	-1人
柏	266戸	495人	+3戸	+2人

### 12月（師走）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】

- 2(火)健康体操 13:30～
- 7(日)親子お話広場 10:30～
- 12(金)グラウンド・ゴルフ交流会 13:00～
- 17(水)防災学習会 18:30～
- 18(木)フラワーアレンジメント教室 13:30～
- 20(土)DE・あ・い朝市 8:30～
- 20(土)子ども俳句教室 9:30～
- 26(金)フラワーアレンジメント教室 13:30～

◆お問合せ【内海公民館 ☎ 85-1021】

#### 【家串公民館 関連事業】

- 12(金)ピラティスクラブ 19:45～

◆お問合せ【家串公民館 ☎ 85-1121】



第249号 令和7年12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

## 須ノ川公園まつりパークリミネーション



11月8日に須ノ川公園まつりパークリミネーションを開催しました。  
イルミネーション点灯はまだまだ続きます。公園に行ってイルミネーションを楽しんでください。



## トレッキング・ザ・空海あいなん



11月15日



11月16日



11月15日・16日の2日間トレッキング・ザ・

空海あいなんを開催しました。

2日間とも晴天で歩いていると少し暖かくなつていきました。

歩いている途中に、各所でお接待があり、  
休憩を入れながら歩いていました。

皆様お疲れ様でした。

## 第2回 柏お接待マルシェ開催のお知らせ

柏遊会では、12月7日（日）午前10時から午後2時まで、DE・あ・い21で「第2回 柏お接待マルシェ」を開催します。今回のテーマは「やきいもまつり」です。

柏コミュニティ農園で育った甘くておいしいさつまいもを使った、4種類の焼き芋食べ比べや、南宇和高校のスイーツ探求グループによる手づくりスイーツの販売を行います。そのほか、さつまいも詰め放題、芋釣りゲーム、もちまき、特産品が当たる抽選会など、楽しい企画が盛りだくさんです。ご家族やお友だちと、ぜひお越しください。

皆さまのご来場を心よりお待ちしています。

【日時】12月7日（日）10:00～14:00

【場所】DE・あ・い21

【主催】柏遊会



## 内海診療所からのお知らせ

※年末年始は、12月27日(土)～1月4日(日)までが休診となります。  
お薬が必要な方は、早めに受診してください。  
※インフルエンザ・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

家串公民館区人口 (令和7年11月20日現在)

地区	世帯数	男	女	人口計	前月比
油袋	47	62	50	112	±0戸 (+1人)
家串	78	75	89	164	-1戸 (-1人)
平瀬	83	84	77	161	±0戸 (±0人)
合計	208	221	216	437	±0戸 (±0人)

【内海地域】669世帯、1,354人 (+2戸 ±0人)

【愛南町】(11月1日現在) 9,719世帯、18,156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。

## 12月の行事予定

### ◆内海公民館

- 2(火)健康体操 13:30～  
7(日)親子お話広場 10:30～  
12(金)グラウンド・ゴルフ交流会 13:00～  
17(水)防災学習会 18:30～  
18(木)フラワー・アレンジメント教室 13:30～  
20(土) DE・あ・い朝市 8:30～  
20(土) 子ども俳句教室 9:30～  
26(金)フラワー・アレンジメント教室 13:30～

◆お問合せ【内海公民館 ☎ 85-1021】

### ◆家串公民館

12(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

◆お問合せ【家串公民館 ※兼務 ☎ 85-1121】

※公民館の年末年始の休館について

12月27日(土)～1月4日(日)の間が休館となります。ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願ひいたします。



第249号 令和7年12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

## 須ノ川公園まつりパークリミネーション



11月8日に須ノ川公園まつりパークリミネーションを開催しました。  
イルミネーション点灯は、まだまだ続けます。公園に行ってイルミネーションを楽しんでください。

## トレッキング・ザ・空海あいなん



11月15日



11月16日



11月15日・16日の2日間トレッキング・ザ・

空海あいなんを開催しました。

2日間とも晴天で歩いていると少し暖かくなつ  
ていきました。

歩いている途中に、各所でお接待があり、  
休憩を入れながら歩いていました。

皆様お疲れ様でした。

## 第2回 柏お接待マルシェ開催のお知らせ

柏遊会では、12月7日（日）午前10時から午後2時まで、DE・あ・い21で「第2回 柏お接待マルシェ」を開催します。今回のテーマは「やきいもまつり」です。

柏コミュニティ農園で育った甘くておいしいさつまいもを使った、4種類の焼き芋食べ比べや、南宇和高校のスイーツ探求グループによる手づくりスイーツの販売を行います。そのほか、さつまいも詰め放題、芋釣りゲーム、もちまき、特産品が当たる抽選会など、楽しい企画が盛りだくさんです。ご家族やお友だちと、ぜひお越しください。

皆さまのご来場を心よりお待ちしています。

【日時】12月7日（日）10:00～14:00

【場所】DE・あ・い21

【主催】柏遊会



## 内海診療所からのお知らせ

※年末年始は、12月27日(土)～1月4日(日)までが休診となります。  
お薬の必要な方は、早めに受診してください。  
※インフルエンザ・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  
☎ 85-0341

魚神山公民館区人口 (令和7年11月20日現在)

地区	世帯数	男	女	人口計	前月比
網代	32	29	38	67	±0戸 (-2人)
魚神山	53	67	68	135	±0戸 (±0人)
合計	85	96	106	204	±0戸 (-2人)
【内海地域】669世帯、1,354人 (+2戸 ±0人)					
【愛南町】(11月1日現在) 9,719世帯、18,156人					

◎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

## 12月の行事予定

### ◆内海公民館

- 2(火) 健康体操 13:30～  
7(日) 親子お話広場 10:30～  
12(金) グラウンド・ゴルフ交流会 13:00～  
17(水) 防災学習会 18:30～  
18(木) フラワー・アレンジメント教室 13:30～  
20(土) DE・あ・い朝市 8:30～  
20(土) 子ども俳句教室 9:30～  
26(金) フラワー・アレンジメント教室 13:30～

◆お問合せ【内海公民館 ☎ 85-1021】

### ◆家串公民館

- 12(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

◆お問合せ【家串公民館 ※兼務 ☎ 85-1121】

※公民館の年末年始の休館について

12月27日(土)～1月4日(日)の間が休館となります。ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願ひいたします。



# 菊川公民館だより

令和7年12月号

No.208

## 第2回菊川公民館運営審議会



10月24日（金）、6名の運営審議会委員の皆さんと事務局（館主・館長・主事）の3名が出席して、公民館ホールで第2回菊川公民館運営審議会を開催しました。

今年度の事業実績（経過）報告の後に、来年度の公民館事業計画（案）についての説明を行いました。委員の皆様の貴重なご意見は、館主・館長と話し合いながら来年度予算に反映して、今後の公民館運営をより活性化させるための原動力にしていきたいと思います。よろしくお願いします。

## お魚さばき教室

11月18日（火）に、山田商店の山田大輔さんを講師に迎えて、公民館の調理室で「お魚さばき教室」を開催しました。まず包丁の研ぎ方から始まり、三枚おろしなどの基本的な動作を説明していただいた後、参加者の皆さんに好きな魚をさばいてもらいました。

昨年は秋から天候不順が続いている状態が思わしくなく、事業を実施できるだけの魚が用意できませんでしたが、今年は無事に開催することができました。



# 町長と話そう 愛南ほっとミーティング

11月13日（木）、午後7時から公民館ホールで「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。この事業は令和7年度から令和9年度まで、3年をかけて町内20ヶ所の公民館で開催し、中村町長が地域の皆様のご意見を直接お聴きしていくという取組です。この日は26人が参加して、日頃から感じていることなど、様々なご意見をいただきました。



四季の花✿運動

## 老人クラブ一日研修

11月12日（水）、菊川老人クラブ（代表者：石川良子さん）の皆さんと一緒に、内子町の内子フレッシュパークから見学してきました。行きも帰りも、マイクロバスの中で皆さん元気いっぱい、「また来年もみんなで、どこか行こうね。」と話していました。



### 【編集後記】

今年度の「愛南ほっとミーティング」は11月26日（水）の魚神山公民館で終了しましたが、「愛南ほっとミーティング」の補完事業である「町長と話そう 移動町長室」が12月に開催されます。内容は中村町長が各支所へ出向き、住民の皆様の話を聴きするのですが、町長との面会には役場総務課への電話予約が必要です。（I）

※入稿日までに集まった俳句を紹介しています。

故郷やええ塩梅の日向ぼこ  
会ひに行く口実にして郷の柿  
願い事おみくじ吉と菊日和  
石蕗の花揺るる風頬撫づる  
おかげりと笑顔と一緒に燭をつけ  
廃校の窓に映った雪景色  
朝靄に稜線の先ふかみどり  
小春日和やぐるぐるごろり猫の会

中川一喜 宇野天弓 福田清美 留美子  
河野清美 岡田留美 靖樹  
河野清美 岡田留美 靖樹  
福田清美 靖樹

## 菊川俳句会



十一月二十五日（火）  
於 菊川公民館

◎新聞・雑誌・段ボール・廃乾電池の収集日は、12月3日（水）です。



菊川公民館区人口（令和7年11月1日現在）		
男	181人	（前月比-3）
女	180人	（前月比-1）
合計	361人	（前月比-4）
世帯数	197戸	（前月比-2）

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.245

〒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

発行:平城公民館

平城公民館区（17地区）

世帯数：2,220世帯

人口：4,350人

令和7年11月1日現在

## きずな深めて地域決戦！

## 10月26日 ミニバーボール大会



前日からの雨でグラウンドの状態が悪く、残念ながら今年度のグラウンドゴルフ大会は中止となりました。一方、ミニバーボール大会には7地区（8チーム）から約86人が参加し、選手と応援が一体となって大いに盛り上がらいました。試合結果は、優勝：栄町A、準優勝：馬場、3位：深泥となりました。ご参加、ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。楽しかったです♪来年もよろしくお願ひいたします(\*^\*)



## 訓練で身につく行動

## 10月27日 消火・避難・通報訓練



オカリナ・クローバーの会員8人は、消防署への通報や避難誘導などの役割を分担し、訓練に取り組みました。水消火器を使った実習では、参加者は落ち着いて操作することができました。消防署員からは、「出火場所の近くで消火器を使うのは危険なので、少し離れて構えること。フライパンを直接ではなく、炎の上あたりを狙うと効果的です。」と教わり、学びの多い訓練となりました。

## 子ども茶会で大活躍



一般客へお抹茶を運ぶ小学生

11月9日 愛南町文化祭「お茶会」



こども茶道教室でお稽古する小中学生7人は、町文化祭のお茶会で一般客約100人に、和菓子や抹茶を運んでおもてなしをしました。中学生と大人は一緒に裏方で抹茶を点て、役割分担しながら協力し、明るく楽しく活動できました。

## 11月7日 第2回平城公民館運営審議会



令和8年度の生涯学習事業は、内容や回数を見直し、参加者の満足度を下げる工夫をして実施することが承認されました。その結果、地域づくり出前講座と料理教室は廃止となり、おやこ食育教室は菊川公民館が引き継いで実施することとなりました。

## 10月29日 町長と話そう愛南ほっとミーティング



令和7年度から3年間、町内20ヶ所の公民館を中村町長が巡り、地域の皆様から直接ご意見を伺う機会が設けられました。平城公民館は駐車場が狭いため、今回は御荘文化センターで開催し、43人が参加しました。参加者のうち9人の方から貴重なご意見をいただきました。

## 12月 行事予定

- |        |                      |        |
|--------|----------------------|--------|
| 2日(火)  | 姿勢改善ピラティス            | 19:00～ |
| 10日(水) | ハーモニカ教室              | 13:30～ |
| 10日(水) | 英会話教室                | 19:30～ |
| 12日(金) | 御荘中スバルタスロンお接待（中浦～船越） |        |
| 13日(土) | こども茶道教室(文化センター)      | 10:00～ |

※講師等の都合で中止または延期となる場合は、関係者にお知らせします。

14日(日)	ハーバリウム教室	10:00～
16日(火)	ヨガ教室	18:30～
16日(火)	ヨガ教室	19:40～
17日(水)	発表会打合せ会	13:30～
17日(水)	通報・避難訓練	14:20頃～
23日(火)	姿勢改善ピラティス	19:00～
27日(土)	こども生花教室	10:00～

**編集後記** 寒さが急に厳しくなりましたが、お元気にお過ごしでしょうか。先日行った消防訓練は、参加者から実際の消火活動の話を聞き、慌てず落ち着いて行動する大切さを学びました。また、11月は文化祭や「トレッキングザ空海あいなん」など、公民館も行事に協力しました。大きな行事では、地域の協力と参加者の楽しそうな姿が微笑ましく嬉しく思います。寒さが増す季節、風邪予防してお過ごしください。…小川

## 新聞・雑誌・ダンボール・廃乾電池の収集日

**12/2(火)** 御荘中学校前

**12/3(水)** 平山・長洲・長崎・貝塚・

八幡野集会所・御荘文化センター



**12/4(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

# 長月秋祭り

11月3日(月)に秋祭り&コスモスマつりが開催されました。午前8時頃、下田家倉庫で出発式を行い、四つ太鼓と子供神輿が長月地区全域を回りました。昼過ぎには、御旅所がある長月公民館前駐車場に帰ってお練りを行いました。



# 長月公民館だより

## 12月号

mahoroba

No.238

R7.12.1発行



### 令和7年度 長月コスモスマつり



午後1時半からは、長月コスモスマつりが行われ、小松総合区長の挨拶の後、長月轟太鼓の演奏や餅つき体験、新米や野菜の販売が行われ、最後は、餅まきで賑わいました。



## 花いっぱい運動（老人クラブ）

11月14日（金）に長月老人クラブの18名の皆さんが県道花壇の花植えを行い、スノーポールと



ビオラを植えました。現在は、つぼみですが、これから開花し美しい花を咲かせ

地域の皆さん的心を癒してくれると思います。老人クラブの皆さんお疲れ様でした。（^\_^♪



長月老人クラブの皆さん



## ふれあいサロン

11月19日（水）にふれあいサロンが行われました。国保一本松病院の副院長芝田貴裕医師に「生活習慣病を考える、高血圧を知る、予防する」と題して講話を



頂きました。皆さんとても熱心に聞いており、終了後は、質問等行いました。



副院長 芝田貴裕 医師



### 高血圧は？

- ・140/90mmHg以上です。（高血圧）
- ・120/80～130/85mmHgが正常血圧です。

### 塩分の取りすぎは？

- ・塩分を取りすぎると血液の塩分濃度が上がり、その濃度を薄めようと血管内に水を取り込んで血液量が増え、血圧が高くなります。

### 血圧を下げるためには？

- ・食塩制限7.5g／日未満に心掛ける。
- ・野菜・果物を積極的に取る。
- ・運動療法：有酸素運動を毎日30分以上行う。

### ※12月のふれあいサロン

日時：12月17日（水）午後1時30分～  
場所：長月公民館調理室

## 新聞・雑誌・ダンボール・廃乾電池の収集日

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。

## 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

〒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。

長月公民館区内の人口(11月1日現在)						
地区	世帯数	男	女	人口計	前月比	
	(戸)	(人)	(人)	(人)	(戸)	(人)
第1	116	109	130	239	(±0)	(+3)
第2	53	52	55	107	(±0)	(±0)
第3	52	52	57	109	(±0)	(-1)
第4	50	39	40	79	(±0)	(±0)
合計	271	252	282	534	(±0)	(+2)

# 赤水12月子 公民館だより



## 第11回 赤水公民館区町民体育祭

11月2日（日）旧赤水小学校体育館にて  
「第11回赤水公民館区町民体育祭」が開催されました。  
今年は109名の参加があり、昨年同様、ラジオ体操を含む  
10種目の競技と、「お楽しみ抽選会」を楽しみました。





# 赤水地区防災訓練実施



11月9日（日）に赤水地区にて自主防災会防災訓練が開催されました。夜間訓練に85名、その後の反省会に50名の参加があり、赤水地区の皆さんの防災に対する意識の高さを感じられました。



## 【12月】赤水公民館の事業予定について（お知らせ）

- |            |             |            |            |
|------------|-------------|------------|------------|
| ・12月8日（月）  | アイススケート教室   | ・12月12日（金） | 第2回ピンポン交流会 |
| 【対象】       | 小学生         | 【対象】       | 一般         |
| 【場所】       | 伊予鉄スポーツセンター | 【場所】       | 赤水公民館ホール   |
| 【時間】       | 8：30中浦出発予定  | 【時間】       | 13：30開始    |
| ・12月25日（木） | ハガキの書き方教室   |            |            |
| 【対象】       | 平城小学校児童     |            |            |
| 【場所】       | 平城小学校       |            |            |
| 【時間】       | 14：45開始     |            |            |

※変更内容や詳細等は後日ご連絡いたします。



## 赤水老人クラブについて（お知らせ）

日時：12月10日（水）13:30

場所：赤水公民館

### 「クリスマス会」の予定です。

※変更内容や詳細等は後日ご連絡いたします。



## 12月のしおかぜの会について（お知らせ）

日時：12月17日（水）13:30

場所：赤水公民館

### 「クリスマス会」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（12月）

・赤水コミュニティーセンター（赤水公民館）



令和7年  
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。



月曜日と木曜日が小山公民館主事補助が勤務し、水曜日と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.235



## 12月号

令和7年11月28日 発行

### ☆令和7年度 第2回ヘルシー教室のお知らせ☆

第2回のヘルシー教室を下記の日程で開催します。

今回は調理実習を実施します。興味のある方はぜひご出席ください。

1:日 時 第2回 12月10日(水) 9:30~12:30

テーマ 「腸活ごはん」

講 話 「腸内環境について」

調理実習

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

※ 材料の準備の都合がありますので、参加される方は12月4日(木曜日)までに、  
中浦公民館(TEL 75-0334)までご連絡下さい。



### 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。事前申し込みをされていなくても当日受付も  
できますので、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. 準備物 タオル・飲み物等

5. 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。



### 第1回ヘルシー教室を開催しました

11月10日(月)に『第1回ヘルシー教室』  
を開催しました。

今回は健康体操を実施しました。

老人クラブの「いきいき健康体操」の日  
程に合わせて実施し、「自宅でも続けられ  
る体操を実践してみよう」というテーマで、  
介護予防のための体操・食事・社会参加に  
についての講話の後、体操を実践しました。



### 愛媛県公民館研究大会に行ってきました

10月23日(木)に『愛媛県公民館研究大会』  
(松山市)に行ってきました。

この大会は年1回開催されるもので、県内  
のいろいろな公民館が活動事例の発表を行い、  
その後の公民館活動の活性化を目的とするも  
のです。

僭越ながら、今回  
「心豊かな人づくり  
をめざして」と題して、  
中浦公民館及び  
「中浦会」の活動内  
容を発表させていた  
だきました。





### 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. 11. 1日現在)

世帯数	男	女	合計
尻貝 67 (±0)	51 (±0)	70 (±0)	121 (±0)
奥の谷 113 (±0)	103 (±0)	79 (±0)	182 (±0)
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)	19 (-1)	16 (±0)	35 (-1)
左右水 12 (±0)	14 (±0)	10 (±0)	24 (±0)
猿 鳴 12 (±0)	12 (±0)	9 (±0)	21 (±0)
合 計 323 (±0)	279 (-1)	275 (±0)	554 (-1)

### 「いきいき健康体操」のお知らせ

— 中浦老人クラブ —

- ・12月の「いきいき健康体操」開催予定日  
12月8日(第2月曜日)、12月22日(第2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。



### 中浦地区 将棋定例会

- ・12月の将棋定例会開催予定日  
12月9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。



### 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。



### 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てはいかがでしょうか？ 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。

#### ・12月の物作り交流会開催予定日

- 日 時 12月7日(日) 9:00～12:00  
(毎月1回、第3日曜日に開催しています、  
今回は第1日曜日の開催です。)
- 場 所 中浦公民館 研修室
- 参 加 料 無料
- 準 备 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）
- 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(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  
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。



### 中浦公民館だより 12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11月28日 発行



館報

## 城の辺

城辺公民館だより



〒798-4131 愛媛県南宇和郡愛南町城辺甲1943番地

発刊 城辺公民館 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)

11月10日(月)に豊田茶堂花壇で、豊田を元気にする会の皆さんによる花いっぱい運動が実施され、ビオラやナデシコなど計650本が植えられました。

豊田茶堂は11月15日(土)のトレッキン  
グ・ザ・空海の休憩所となつてお  
り、参加者は、豊田を元気  
にする会の方々の手作り一口おはぎに舌  
鼓を打ちつつ、植えられたばかりの小さ  
な秋の彩に、ほつと息づいていました。

## 花いっぱい運動



## 陶芸教室日帰り研修 in徳島



10月26日(日)に陶芸教室の日帰り研修を実施しました。場所は徳島県鳴門市大麻町の大谷焼陶業協会に所属する窯元を訪ねました。大谷焼は徳島県の伝統的な工芸品です。参加者のさんは、国登録有形文化財である登窯や水琴窟をまわり、工房見学や絵付け体験など、様々な形で伝統工芸に触れ、今後の作品づくりへの刺激を受けたようでした。



絵付け体験



11月11(火)、城辺公民館2階多目的ホールで、町長と町民の皆様との意見交換会を開催しました。会場にはおよそ40名の方が参加され、貴重な意見をたくさんいただきました。内容は、後日、ホームページにて公開予定です。

## 愛南ほっとミーティング

町長と話そう



12月 December 城辺地域公民館事業カレンダー

日	曜	館	事業	場所
2	火	東海	東海婦人学級	旧東海保育所
3	水	城辺	パソコン教室⑥ 19:00~21:00	城辺公民館 2階 研修室
4	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
8	月	城辺	陶芸教室⑮13:30~15:30/18.0~20:30	城辺公民館 1階 ふれあい学習室・創作室
10	水		パソコン教室⑦ 19:00~21:00	城辺公民館 2階 研修室
11	木	深浦	婦人学級フラワーアレンジメント教室	深浦公民館 青年室
		城辺	陶芸教室⑯13:30~15:30/18.0~20:30	城辺公民館 1階 ふれあい学習室・創作室
14	日	深浦	年末のにこにこサークル	深浦なかよし館
16	火	東海	フラワーアレンジメント教室	東海公民館 2階 大ホール
17	水	城辺	国際交流講座⑥ 19:00~19:45/19:55~20:40	城辺公民館 2階 多目的ホール
			パソコン教室⑧ 19:00~21:00	城辺公民館 2階 研修室
18	木	久良	久良健康づくり教室	久良公民館
20	土	深浦	深浦冬のふれあい餅つき大会	深浦なかよし館周辺
24	水	城辺	パソコン教室⑨ 19:00~21:00	城辺公民館 2階 研修室
			健康づくり教室⑨ 13:30~14:30	城辺公民館 3階 和室
25	木	緑	しめ縄づくり教室	緑公民館 2F
		城辺	しめ縄づくり教室	城辺小学校
26	金	深浦	年末のにこにこサークル	深浦なかよし館
		久良	久良女性教室	久良公民館

12月 December 城辺公民館 休館日

火曜日	祝日
2日・9日・16日・23日・30日	29日(月)年末休館 / 30日(火)年末休館 / 31日(水)年末休館

\* 上記以外にも臨時に休館することがあります。

## 12月 December 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
18	木	矢の町集会所・城の辺学習館・松本集会所・蓮乗寺集会所
23	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。

※ 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。

## 11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	122	218	△ 3	△ 3
緑	333	643	△ 1	△ 2
城辺	1,870	3,471	1	△ 6
みしま荘	52	52	1	1
南楽荘	71	71	△ 1	△ 1
深浦	262	476	△ 1	△ 1
東海	249	452	△ 1	△ 2
久良	339	570	△ 2	△ 1
計	3,298	5,953	△ 7	△ 15

## 図書コーナー 新刊情報

● 雑学

● 「好き」を言語化する技術

自分の「好き」を伝えるためのノウハウが込められた一冊。言葉にできれば推し活はもつと楽しい!

● 絵本

『きみのことがだいすき』

小さくてふわふわの生きものがすむ森の中。そこはとてもやさしい世界でした。

『みえないしごと』

ねえ、しつてる? 信号の中にはね…。のぞいてびつく

り! きょうも町にはいろんなばかりがあふれています。



# 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@townainan.ehime.jp  
僧都公民館 TEL / FAX 0895-70-1502 E-mail souzu-k@townainan.ehime.jp

## 緑地区レクバレー ボール大会



白熱のシーソーゲーム

11月16日（日）

緑小学校体育館にて、令和7年度緑地区バレー ボール大会を開催しました。

左谷、下緑、当時・中緑、岡、樺床、大道・梶郷の計6チームに分かれ、総当たり戦を行いました。

チームワークの良さを見せたチーム、去年よりパワーアップを見せたチーム等色々ありましたが、どのゲームも、随所に見どころのある好試合でした。

接戦を制し、優勝を果たしたのは下緑チームで、準優勝は岡チームとなりました。

### 12月 緑公民館 休館日

月曜日	年末年始
1日、8日、15日、22日、29日	12月28日（土）～1月4日（日）

\*上記以外にも臨時に休館することがあります。

### 12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。
23	月	緑基幹集落センター	蛍光管の持ち込みはできません。

### 12月 緑・僧都地域公民館事業カレンダー

日	曜	館	事業	場所
7	日	僧都	県道花壇花植え	僧都・山出
11	木	僧都	僧都・山出ふれあいサロン	僧都ふれあい交流館
25	木	緑	しめ縄づくり教室	緑公民館2F



## 僧都の伊勢踊り

伊勢踊りの起源は古く、約700年前の「弘安の役」の後であろうと言われております。

僧都の伊勢踊りは昭和57年に城辺町指定無形民俗文化財になっており、現在は愛南町指定文化財に指定されています。



### 11月9日（日）

僧都・山出地区交流スポーツ大会を開催しました。当日はレクバレーとグラウンドゴルフを予定していましたが、雨天のためグラウンドゴルフにかわりボッチャを楽しみました。



### 12月 僧都公民館 休館日

火曜日	年末年始
2日、9日、16日、23日、30日	12月28日（土）～1月4日（日）

### 12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。
23	月	僧都ふれあい交流館・山出集会所	蛍光管の持ち込みはできません。

### 11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	122	218	△3	△3
緑	333	643	△1	△2
城辺	1,870	3,471	1	△6
みしま荘	52	52	1	1
南楽荘	71	71	△1	△1
深浦	262	476	△1	△1
東海	249	452	△1	△2
久良	339	570	△2	△1
計	3,298	5,953	△7	△15



館報

# 東海

東海公民館だより



〒798-4344 愛媛県南宇和郡愛南町岩水114番地

発刊 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26日(日)に旧東海小学校グラウンドで「東海地区ふれあいスポーツ大会グラウンドゴルフの部」を開催しました。秋とは思えないほど汗ばむ晴天となった会場では、地域内外から合計14人の初心者から経験者の方が参加して交流を深めました。大会は終始和やかで笑顔あふれる雰囲気で行われ、抜群の距離感と正確なショットを決めた「中川 操さん」が接戦を制して優勝しました。

また、本大会を開催するに当たって、日頃から体育館やグラウンドの管理を行っている東海クラブや地域の皆様の活動に感謝申し上げます。



## 高齢者健康教室

## 東海公民館の様子

今年度の「高齢者健康教室」を11月6日(木)に東海公民館2階大ホールで、11月12日(水)に中玉分館で開催しました。講師には保健福祉課の言語聴覚士と地域包括支援センターの保健師を招いて「～知っておきたい 口から食べることの大切さ～」をテーマに講話と体操を行いました。講話では町の高齢者の状況や介護予防での食事や口腔機能の大切さ、身体活動などについて学習した後、「機能的ケア」の運動や食べ物に関するクイズを楽しみながら行いました。参加者は笑顔いっぱい取り組んでいました。

## 中玉分館の様子



**12月 師走 December 城辺地域公民館事業カレンダー**

日	曜	館	事 業	場 所
2	火	東海	東海婦人学級	旧東海保育所
3	水	城辺	パソコン教室⑥ 19:00~21:00	城辺公民館 2階 研修室
4	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
8	月	城辺	陶芸教室⑯13:30~15:30/18:00~20:30	城辺公民館 1階 ふれあい学習室・創作室
10	水	城辺	パソコン教室⑦ 19:00~21:00	城辺公民館 2階 研修室
11	木	深浦	婦人学級フラワーアレンジメント教室	深浦公民館 青年室
		城辺	陶芸教室⑯13:30~15:30/18:00~20:30	城辺公民館 1階 ふれあい学習室・創作室
16	火	東海	フラワーアレンジメント教室	東海公民館 2階 大ホール
17	水	城辺	国際交流講座⑥ 19:00~19:45/19:55~20:40	城辺公民館 2階 多目的ホール
			パソコン教室⑧ 19:00~21:00	城辺公民館 2階 研修室
18	木	久良	久良健康づくり教室	久良公民館
24	水	城辺	パソコン教室⑨ 19:00~21:00	城辺公民館 2階 研修室
			健康づくり教室⑨ 13:30~14:30	城辺公民館 3階 和室
25	木	緑	しめ縄づくり教室	緑公民館 2F
		城辺	しめ縄づくり教室	城辺小学校
26	金	久良	久良女性教室	久良公民館

**12月 師走 December 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	12月28日から 1月4日まで (年末年始)
	7日・21日	8日・22日	8日・22日	月曜日		
中 玉	土曜日	日曜日	6日・13日・20日・27日	7日・14日・21日・28日	1日・8日・15日・22日・29日	

\*上記以外にも臨時に休館することがあります。

**12月 師走 December 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		
10	水	満倉集会所		収集日の前日までに持ち込んでください。
18	木	東海公民館・敦盛集会所		蛍光管の持ち込みはできません。
25	木	中玉バス停跡・脇本集会所		

**11月 霜月 November 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	122	218	△ 3	△ 3
緑	333	643	△ 1	△ 2
城辺	1,870	3,471	1	△ 6
みしま荘	52	52	1	1
南楽荘	71	71	△ 1	△ 1
深浦	262	476	△ 1	△ 1
東海	249	452	△ 1	△ 2
久良	339	570	△ 2	△ 1
計	3,298	5,953	△ 7	△ 15

**公民館からのお知らせ**

東海公民館からお知らせです。

12月16日(火)に開催予定の「フラワーアレンジメント教室」では東海婦人学級の皆さんのが育てたバラなどをブリザーブドフラワーに加工し、素材として使う「アロマサシェ」を制作します。募集定員まで余裕がありますので、参加したい方は12月5日(金)までに公民館までご連絡ください。  
 開催日時 12月16日(火)  
 午前10時~  
 連絡先 ☎70-1504



※イメージ図

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

発刊 久良公民館 でんわ/FAX 70-1505 メール hisayoshi-k@town.ainan.ehime.jp



11/16  
天嶋鼻健康  
ウォーク2025

穏やかな晴天の下、2歳から90歳までの160名の参加者が4コースにわかつて、各自のペースでウォーキングを楽しみました。「天嶋鼻コース」では、宇和島海上保安部のご協力により天嶋鼻灯台が一般公開され、多くの参加者が灯台の上からの絶景の7景色を楽しみました。又、ゴール後には、多くの団体からの提供によるお楽しみ抽選会を実施しました。

チ

## 「生涯現役！筋力アップ教室」 参加者募集

【内 容】筋肉を維持・強化するための運動

【講 師】(株)myrevo95 スモールジム愛南店 店長  
中尾 聰志 先生

【日 程】12月18日(木) 14:30～15:30

【場 所】久良ふるさとセンター(久良公民館)

※当日は運動のできる服装でお越しください。

【申 込 先】役場 保健福祉課 ☎ 73-7400  
又は、久良公民館 ☎ 70-1505

申し込み締め切り：12月11日(木)

主催：久良いきいき健康づくり協議会 後援：久良女性あゆみ会



～久良自主防災会よりお知らせ～

12月上旬に予定していました「地区夜間避難訓練」  
は、避難路夜間ソーラー照明工事工期延長のため、  
延期します。日時決まりしだいお知らせいたします。

12月 December 城辺地域公民館事業カレンダー

日	曜	館	事業	場所
2	火	東海	東海婦人学級	旧東海保育所
4	木	深浦・東海	スマート教室	深浦公民館・東海公民館
11	木	深浦	婦人学級フラワーアレンジメント教室	深浦公民館 青年室
16	火	東海	フラワーアレンジメント教室	東海公民館2階 大ホール
20	土	深浦	深浦冬のふれあい餅つき大会	深浦なかよし館周辺
25	木	緑・城辺	しめ縄づくり教室	緑公民館・城辺小学校

久良女性教室 「生け花教室」 参加者募集



【日 時】 12月26日(金)午後6時30分～

【場 所】 久良公民館 1階 会議室

【参加費】 材料費(1,500円程度)

【講習内容】 お正月用の生け花づくり

【講 師】 新恵 主子 先生

【申込期日】 12月10日(水)までに公民館まで☎70-1505

主 催 久良公民館 後 援 久良女性あゆみ会

12月 December 久良公民館休館日

第1・3日曜日	第2・4月曜日	年末年始休館日
7日・21日	8日・22日	12/27(土)～1/4(日)

12月 December 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。
25	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	

11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	122	218	△ 3	△ 3
緑	333	648	△ 1	△ 2
城辺	1,870	3,471	1	△ 6
みしま荘	52	52	1	1
南楽荘	71	71	△ 1	△ 1
深浦	262	476	△ 1	△ 1
東海	249	452	△ 1	△ 2
久良	339	570	△ 2	△ 1
計	3,298	5,953	△ 7	△ 15

公民館からのお知らせ

10/25釣り体験教室を実施しました。竿等のご協力いただいた方々ありがとうございました。



館報

# ふかうら深浦公民館だより



〒798-4341 愛媛県南宇和郡愛南町深浦260番地

発刊 深浦公民館

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曜日、第2、第4火曜日・祝日・年末年始(12/29~1/3)

## 深浦地域防災訓練



11月16日(日)古月・舩越・深浦の三地区自主防災会が主体となって内閣府、町防災対策課の指導により防災訓練が行われました。

午前9時から各家でのシェイクアウト訓練→一時避難所への移動→旧深浦小体育館への移動→体育館内での運営訓練へと進みました。前回の公民館だよりも紹介した炊き込みご飯作成訓練の成果も発揮され参加者のみなさんに「鯛めし」とみそ汁が振舞われました。地元「ハマスイ」の社長が訓練終了後にインドネシア人の従業員のみなさんにこの訓練の意図を説明している姿が印象的でした。「訓練」は頭でやり方を考えるよりも「実際に動く」ことが大切です。その後の問題点を解消する方法を考えていきましょう。



## 婦人学級料理講習会



11月の婦人学級は、「脂質異常症予防食」として20日(木)に料理講習会を実施しました。大豆と豚肉のピリ辛炒め、切り昆布と切り干し大根のはりはり漬け、野菜スープの三品を作りました。

講師の山本栄養士さんからは、「特別なものを作ろうとはせずに普段から食べられるものを作っていく。」と思うことが大切というお話がありました。



## スマホ教室



11月20日(木)13時からスマホ教室を開催しました。

この教室は三週連続で木曜日に実施することにしている教室で第1回の開催です。講師の方が2名おられ、マンツーマン指導形式での指導であり、特に今回は動画の撮影の仕方についての講習が好評のようでした。



## にこにこサークルからのお知らせ

**【日 時】** 令和7年12月26日(金)  
11時30分~  
**【場 所】** 深浦なかよし館  
**【内 容】** お正月飾りを作ろう

## 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



**12月 師走 December 城辺地域公民館事業カレンダー**

日	曜	館	事業	場所
2	火	東海	東海婦人学級	旧東海保育所
2	火	深浦	老人クラブ役員会13:00~	深浦公民館 青年室
2	火	深浦	第2回深浦公民館運営審議会18:00~	深浦公民館 青年室
3	水	城辺	パソコン教室⑥ 19:00~21:00	城辺公民館2階 研修室
4	木	深浦	スマホ教室	深浦公民館2階 ホール
4	木	東海	スマホ教室	東海公民館2階 大ホール
8	月	城辺	陶芸教室⑮13:30~15:30/18:00~20:30	城辺公民館1階 ふれあい学習室・創作室
10	水	城辺	パソコン教室⑦ 19:00~21:00	城辺公民館2階 研修室
11	木	深浦	婦人学級フラワーアレンジメント教室	深浦公民館 青年室
11	木	城辺	陶芸教室⑯13:30~15:30/18:00~20:30	城辺公民館1階 ふれあい学習室・創作室
16	火	東海	フラワーアレンジメント教室	東海公民館2階 大ホール
17	水	城辺	国際交流講座⑥ 19:00~19:45/19:55~20:40	城辺公民館2階 多目的ホール
17	水	城辺	パソコン教室⑧ 19:00~21:00	城辺公民館2階 研修室
18	木	久良	久良健康づくり教室	久良公民館
20	土	深浦	深浦冬のふれあい餅つき大会	深浦なかよし館周辺
24	水	城辺	パソコン教室⑨ 19:00~21:00	城辺公民館2階 研修室
24	水	城辺	健康づくり教室⑨ 13:30~14:30	城辺公民館3階 和室
25	木	緑	しめ縄づくり教室	緑公民館2F
25	木	城辺	しめ縄づくり教室	城辺小学校
26	金	深浦	年末にこにこサークル	深浦なかよし館
26	金	久良	久良女性教室	久良公民館
※今回のにこにこサークルは、内容を考えてお正月前に実施する予定に変更しています。				

**12月 師走 December 深浦公民館 休館日**

第1・3・5 日曜日	第2・4 火曜日	祝 日
7日・21日	9日・23日	

**12月 師走 December 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	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。
25	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	

**11月 霜月 November 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	122	218	△3	△3
緑	333	643	△1	△2
城辺	1,870	3,471	1	△6
みしま荘	52	52	1	1
南楽荘	71	71	△1	△1
深浦	262	476	△1	△1
東海	249	452	△1	△2
久良	339	570	△2	△1
計	3,298	5,953	△7	△15

**公民館からのお知らせ**

今年もあとひと月ほどになってしまいました。師走に入って朝晩の冷え込みがきびしくなってきたこのごろですが、年忘れの地域活性化行事、深浦ふれあい会餅つき大会が20日土曜日に開催されます。どなたでも参加できますのでお気軽にご参加ください。。

# 一本松地域公民館だより

回覧

令和  
7年



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 ~防災~ 10月28日(火)

今回のコミュニティ教室は、昨年度より行っています「防災・減災」について、時間経過や同規模の災害が起こっていないことを理由にどうしても意識が薄れていく防災について、意識を維持していくために年一度開催しています。

今回の内容は、「南海トラフ地震被害想定の変更点、家庭の防災力向上のための補助金について、一本松地域のどこにどのくらいの備蓄品があるか」を愛南町防災対策課職員の講話と「備蓄食品の試食」を公民館職員、「災害時のごみの出し方」を環境衛生課職員により行いました。愛南町の防災・補助金制度も変わってきますので、こういう機会に参加してバージョンアップし家庭の防災力を強化していきましょう。これから寒くなっていますので、半年に一度の避難袋の入れ替えをお忘れなく！



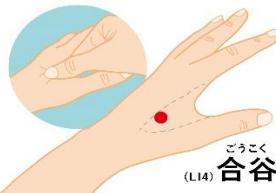
## コミュニティ教室③ ~お灸~ 11月12日(水)



毎年人気の「お灸教室」です。今回は福浦鍼灸接骨院 院長 寺阪 嘉峰先生をお迎えしました。お灸は温熱刺激で血行が促進され身体が温かくなり、免疫作用がアップします。リンパの流れが改善されるので、むくみの解消や冷えの改善にもつながります。不調の改善のほか、癒し効果もあるお灸を、生活に取り入れてみませんか。

※もぐさには、シネオールというアロマ成分が皮膚の表面から内部に浸透していき、リラックス効果が期待できます。気持ちを落ち着かせたいときにお灸をすると、香りと温かさで緊張がほどけて心が穏やかになります。

万能のツボと  
呼ばれ 肩こ  
り・歯痛・花  
粉症や風邪の  
ひき始めにも  
有効とされています。



## 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、12月17日(水)は、ヨガ：野田恵子 先生です。



# トレッキング・ザ・空海あいなん～11月15日(土) 一本松

今年28回目のトレッキング・ザ・空海、稀にみる晴天、風もなく絶好のウォーキング日和となりました。一本松支部では小山集会所での蒸し芋、大学芋、山村開発センターでの豚汁、上大道休憩所ではみかん、丸干しの接待が行われ参加者の皆さんも一時の休憩を楽しめたことでしょう。

ボランティア、スタッフの皆さんも前日、当日も朝早くからの準備にお疲れ様でした。参加者への心温まる言葉掛けやおもてなしを今年もありがとうございました。手作りの温かいお接待にお腹も心も満たされたことでしょう



## 回覧

### 生け花教室(お正月用)開催

お正月の生け花教室「迎春アレンジメント」です。

そのまま玄関やリビングに飾れる、お正月用の生け花教室を開催致します。先着25名です。お早目にお申込みください。

日 時 令和7年12月25日(木) 13:30～

場 所 一本松山村開発センター

持参物 花切ばさみ、持ち帰り用袋

花材個人負担金 1人 1,000円

申込先 一本松公民館 84-1252

申込方法 電話により直接お申込みください。



申込開始日: 12月9日(火)から受付いたします。

# にじうみ

## ~芋堀り~



11月4日(火)6月に船越小学校の児童が植えたさつま芋の収穫を行いました。まず、地域の方に教わりながら高学年の児童がツルを刈り取り、その後、みんなわくわくしながら土を掘って芋を取り出していました。大きいものから極小のものまで、たくさんのさつま芋を収穫できました。児童たちは収穫したお芋を「天ぷら」や「大學いも」にして美味しいいただいたそうです。

## 新入学児童通学用カバン贈呈式



### 人権・同和教育懇談会



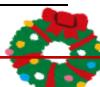
11月22日(土) 船越小学校で校区別人権・同和教育懇談会が開催されました。授業参観後、1階のくろしお広場で長野産婦人科(宇和島市)の坂本助産師が

「いのちをみつめて」と題して講演を行いました。受精の仕組みなどについて、児童にも分かりやすく説明していました。会場には、坂本さんに出産のお手伝いしてもらった方もおり、モニターに映し出された出産後の写真を見て「懐かしかった」と話していました。

### ～お知らせ～

令和8年1月14日(水)からパソコン教室(後期)を開催します。毎週水曜の夜7時からです。興味のある方はぜひご参加ください。前期を受講していないなくても構いません。

**問合せ：西海公民館 82-0069**



11月17日(月)船越集会所で令和8年度に小学校へ入学する船越保育園の園児4人に、モンベル社の通学用カバン「わんパック®」が土居子育て支援課長から贈呈されました。園児たちは、小学校に進学するにあたり「水泳頑張ります」や「風の子太鼓を頑張ります」と、抱負を語っていました。



### 【西海・西浦管内人口推移 R7.11.1 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)
桜月	18	11	14	25	0	(±0)
船越	162	138	155	293	-6	(-2)
久家	61	50	47	97	0	(±0)
下久家	34	25	29	54	0	(±0)
外泊	30	25	27	52	-1	(-1)
中泊	83	60	69	129	0	(±0)
内泊	51	36	38	74	-1	(-1)
計	492	385	429	814	-8	(-4)
西海地域	896	703	797	1,500	-2	(-7)



### 【編集後記】

11月に入り、謎の高熱を出し久しぶりに寝込んでしまいました。右の写真は、外泊区長から提供していただいたものです。去年は神事の後に取材したため、今年から神輿を出したのかと思いましたが、実は去年も出していたとのことです。





# 福 ふくふう風



令和7年12月1日発行



## 花いっぱい運動



11月に花いっぱい運動で花植えが行われました。参加者は慣れた手つきで手際よく作業を行いました。樽見花のさんぽ隊は、今年度で活動休止ということでしたが、皆さんで楽しく植えることができました。各地域の花植えボランティアの皆さん、本当にお疲れさまでした。今から寒くなってきますが、散歩をする皆さんや登下校する子どもたちも、花を見ることで気持ちが暖かくなると思います。これから水やりや草引きなどの管理も大変かと思いますが、頑張ってください。

また、今後ご協力いただける方がいらっしゃいましたら、ぜひご参加ください。

11月20日(木)樽見花のさんぽ隊



11月21日(金)福浦フラワーボランティア



11月25日(火)福浦花を植え隊



11月3日(月)愛南町内各地で秋祭りが行われました。「うれしーよー めでーたーのーヨー」「ヨイ、ヨイ」と祭り唄も聞くことができ、故郷の祭りを感じることができました。福浦の若衆からは、「来年は、太鼓台も出したいねー。」と頼もしい声も聴くことができ、地域の復活も考えられる良いお祭りとなったようです。

## 各地区秋祭り

♪ 嬉しーよー めでーたーのー ♪

# ふれあいサロン クリスマスリース作り



11月19日(水)のふれあいサロンでは、クリスマスのリース作りが行われました。

お世話役の方々は、ドングリや松ぼっくりを拾いに行ったりと準備が大変でしたが、会員の皆さんのが一生懸命にリースを作り、かわいらしい作品が次々と仕上がりました。クリスマスの室内に彩を添え、素敵なリースができました。

📸 最後にみんな揃ってハイチーズ、カシャ！



## 防災コーナー

11月10日(月)福浦公民館で、福浦小学校の児童が事前復興学習会を行いました。以前から福浦地区に足を運んでくださっている東京大学の皆さんをお招きし、防災や復興について改めて学ぶことができました。



## 発災3日後実動訓練の 参加について(お願い)

災害発生から3日後の避難場所等での状況について、みんなで考えてみませんか。  
次のとおり開催いたしますので、ぜひご参加ください。



日 時 令和7年12月14日(日)  
午後1時  
場 所 福浦小学校体育館  
内 容 発災から3日後の避難所での行動  
トイレ事情の学習など

12月14日は、福浦小学校の学習発表会です。  
学習発表会に参加された皆さんには、体育館でお弁当(手弁当)を食べながら交流を深めませんか。  
その後、発災3日後の実動訓練を行います。

= 福浦地区自主防災会 =

## 《お知らせ》国保一本松病院 福浦出張診療所

12月27日から1月4日は年末年始のため  
一本松病院は休診させていただきます。



## 人口移動 (令和7年11月5日現在) 西海地域: 1,500人 (-7)

地区	世帯数 (戸)	男 (人)	女 (人)	人口 (人)	前月比	
					(戸)	(人)
樽見	26	25	30	55	±0	(±0)
大成川	23	19	21	40	±0	(+1)
小成川	29	21	34	55	±0	(±0)
福浦	264	211	237	448	±0	(±0)
麦ヶ浦	17	11	15	26	-1	(+1)
武者泊	38	31	31	62	±0	(-1)
計	397	318	368	686	-1	(+1)



## 公民館の予定

3	水	武者泊カラオケ交流会	13:30	~
4	木	山ゆり会(カラオケ)	13:30	~
8	月	公民館カラオケ教室	13:30	~
10	水	健康体操教室	13:30	~
12	金	ごんげんクラブ(カラオケ)	13:00	~
13	土	ふれあいサロン	12:00	~
14	日	福浦小学校学習発表会	8:30	~
		発災3日後実動訓練 (福浦小学校体育館)	13:00	~
17	水	武者泊カラオケ交流会	13:30	~
18	木	山ゆり会(カラオケ)	15:00	~
19	金	餅つき(福浦小学校)		
20	土	輪の会定例会	9:00	~
22	月	公民館カラオケ教室	13:30	~
25	木	お正月しめ飾りづくり教室	13:30	~
26	金	ごんげんクラブ(カラオケ)	13:00	~

※音楽体操教室はお休みします