

稲刈り体験 in 柏 にこにこ水田

8月29日(土)遊休農地を再生した「柏にこにこ水田」で、今年も稲刈りが行われました。地域の子もたち10名が梶屋敷集会所に集合し、お米の大切さや稲刈りの方法を学んだあと、水田へ移動。猛暑の中、鎌を使って一株一株丁寧に稲を刈り、稲木いっぱい稲を掛けました。昼食には流しそうめんやバーベキューが準備され、午後からはスイカ割りも行われました。子どもたちは、農作業を体験しながら、夏休み最後の休日を楽しみ過ごしました。

柏遊会では「農を通じた地域共生」活動の一つとして収穫したお米は、地域食堂をはじめ、フードパントリー等にも届けられ、地域の中で大切に活用されます。



新聞
柏坂
かしわ
さか

発行 798-3701
宮城県南郷字柏390番地
内海公民館
電話 0895-85-1021
ファックス 0895-85-0889
E-Mail uchisaki@town.saihara.mie.jp

写真 小島光義

バーベキュー交流会 in 須ノ川



8月29日(土)、須ノ川分館による毎年恒例のバーベキュー交流会が開催されました。今年も多くの方が参加し、子どもたちは屋外で花火も楽しみました。

この交流会は、平成元年に始まり、当初は須ノ川公園で開催され、野外

で映画鑑賞も楽しんだりしていたそうです。

コロナ過で一時的に休止することはありましたが、今も継続されている地域行事です。



10月

神無月

この草丈10cm程、4mm程の小さな花は、「ホシクサ」です。柏にこにこ水田で撮影しました。愛媛県の準絶滅危惧に指定されている植物です。

漁止め祭り in 柏崎

9月22日(火)、さわさわと涼やかな風が吹く早朝に柏崎の地域の方々20名程が集まり、岩神社・由良神社・竜王神社で漁止め祭りの神事が厳かに行われました。

享和三年(1803年)に網船が鯨の大群に襲われたことから、旧暦の8月12日に漁をしないと「漁止め祭り」が始まり、現在まで引続き行われています。

コロナ過以降、高齢化が進み担ぎ手不足によりお神輿の実施は見合わせていますが、神事の後には、地域の子もたちも参加し柏崎湾内を11艇の船が海上パレードを行いました。



秋風の柏小学校 グラウンドゴルフ交流会

9月15日(火)曇り空の中で柏小学校児童と内海地域高齢者との交流を目的にグラウンドゴルフ交流会が開催されました。児童は4年～6年の19名、高齢者は11名が参加しました。

最初は、距離感や力加減がつかめず強打だったり、軽打だったりと慣れない子どもたちでしたが、参加した高齢者の皆さんのアドバイスにより直ぐに慣れた

ようで「子供たちは凄いい。直ぐに上手くなるよ。」と参加者の方は感心していました。ホールインワンも何度か出て1時間30分程の交流会でしたが、皆さんの笑顔や歓声で空模様が青空に代わり爽やかな風も呼び込み、和やかな雰囲気気持ち良い交流会になりました。



内海地域 2校合同句会ライブ

9月10日(木)家串公民館で、俳人 家藤正人さんによる「内海地域 2校合同句会ライブ」が開催されました。柏小学校、家串小学校の児童と教諭約70人が参加し俳句作りで交流を深めました。お題は「スポーツ」特選7句は下記のとおりです。



- ・後半戦喉につまったソーダ水
 - ・炎天下バレーボールが顔あたる
 - ・もくずがに Tongue でとったなつのかわ
 - ・秋の空走った後のエアスプレー
 - ・あきのかそらじおたいそうてをななめ
 - ・ーりん車今はらくらくながれ星
- 今回の最優秀句は家串小学校 高魚君の



春惜しむスポーツ少年ズルをする

サッカーの試合で相手チームにズルをされた時の気持ちが句になったそうです。最優秀句に選ばれた高魚君には、夏井いつきさんサイン入りバッグが贈られました。

趣味の作品展

9月1日(火)から14日(月)まで、DE・あ・い・21 1階エントランスホールで家串公民館のチクチククラブによるパッチワーク作品の展示が行われました。



22点の作品を鑑賞された方は、細かな手仕事に関心していました。

また、15日(火)から28日(月)まで、家串、内海公民館で開催したハンメイド教室の壁掛け20点の展示も行われ、爽やかな風を運んでいました。



10月(神無月)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】

- 6日(火) 健康体操 13:30~
- 15日(木) フラワーアレンジメント教室 13:30~
- 17日(土) DE・あ・い・朝市 8:30~
- 17日(土) 子ども俳句教室 9:30~
- 11月1日(日) おは・なーし屋さんのお話し会 10:30~

◆お問い合わせ【内海公民館 ☎ 85-1021】

【家串公民館 関連事業】

- 9日(金) ピラティスクラブ 19:45~
- 30日(金) ピラティスクラブ 19:45~
- ◆お問い合わせ【家串公民館 ☎ 85-1121】

【3館合同事業】

- 31日(土) 須ノ川公園まつり
パークイルミネーション
場所: 須ノ川公園 16:00~
- ◆お問い合わせ【内海公民館 ☎ 85-1021】
【家串公民館 ☎ 85-1121】

「須ノ川公園まつりパークイルミネーション」お知らせ

観光人口の増加と交流促進を図り、町の地域創生と活性化につなげることを目的として下記のとおり開催します。皆さん、ぜひお越しください!

開催日 10月31日(土)

※荒天の場合は、花火のみ翌日順延

ープログラムー

- 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~花火打ち上げ

開催の趣旨にご賛同いただける方については、ご寄付のほどよろしくお願いいたします。

1. 寄付金額 一口 1,000円から
 2. 寄付受付場所 ①内海公民館(DE・あ・い・21)
②家串公民館
③魚神山老人福祉センター
 3. 寄付受付期間 令和8年10月30日(金)まで
- お問い合わせ うちうみまちづくり連合Yomoshi連内海
事務局 内海公民館(宮川、宮下) ☎85-1021
家串公民館(上原) ☎85-1121
魚神山公民館 ☎87-2100

内海診療所からのお知らせ

10月8日(木)、9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月から開始予定です。

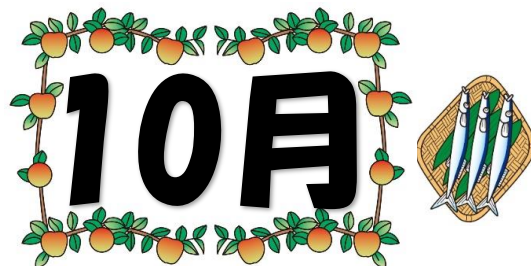
内海診療所 TEL 85-0341

人口移動 (令和8年9月18日現在)

地域	世帯数	人口	先月比		
内海地域	662	1,310	+1	戸	-1 人
須ノ川	56	123	0	戸	0 人
柏崎	49	89	0	戸	+1 人
柏	268	479	+1	戸	0 人

いえくし

かわら版



第259号 令和8年10月1日
発行 家串公民館
〒798-3705 愛南町家串907番地2
電話・FAX兼用(0895)85-1121

2校合同句会ライブ



9月10日に、家藤正人さんに家串公民館へ来ていただき、恒例の家串小・柏小児童対象の2校合同句会ライブを行いました。

普段から児童も俳句を勉強しており、周りを驚かせるような句もありました。

○ 特選句「七句」
テーマ『スポーツ』
・後半戦喉につまったソーダ水
・炎天下バレーボールが顔あたる
・もくずがにトンゲでとったなつのかわ
・秋の空走った後のエアスプレー
・あきのかそらじおたいそうてをななめ
・一りん車今はらくらくながれ星
・春惜しむスポーツ少年ズルをする



グラウンドゴルフ交流会

柏小學校で、4年生以上の児童と、内海地域のグラウンドゴルフをされている魚神山・柏崎・柏の方々との交流会を3館合同事業として開催しました。昨年も開催しており、児童も上達していました。由良同好会から、4名参加していただきました。



赤ちゃん絵本読み聞かせ



9月15日(火)に、家串公民館で赤ちゃん読み聞かせが開催されました。

今回は3名参加でした。

※次回開催：10月23日(金)



10月の行事予

◆内海公民館

6日(火)健康体操 13:30~
15日(木)フラワーアレンジメント教室 13:30~
17日(土)DE・あ・い朝市 8:30~
17日(土)子ども俳句教室 9:30~
11月1日(日)おは・なーし屋さんのお話し会 10:30~

◆お問合せ【内海公民館 ☎85-1021】

◆家串公民館

4日(日)家串小学校地区合同運動会
※予備日11日(日)12日(月) 8:30~
9日(金)・30日(金)ピラティスクラブ 19:45~

◆お問合せ

【家串公民館 ☎85-1121】

◆3館合同事業

31日(土)須ノ川公園まつり パークイルミネーション
場所:須ノ川公園 16:00~

「須ノ川公園まつりパークイルミネーション」

開催

観光人口の増加と交流促進を図り、町の地域創生と活性化につなげることを目的として下記のとおり開催します。皆さん、ぜひお越しください！

開催日 10月31日(土)！

※荒天の場合は、花火のみ翌日打ち上げ

ープログラムー

■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~花火打ち上げ

「須ノ川公園まつりパークイルミネーション」

開催における寄付のお願い

開催の趣旨にご賛同いただける方については、ご寄付のほどよろしくお願いいたします。

1. 寄付金額 ー口 1,000円から

2. 寄付受付場所 ①内海公民館(DE・あ・い・21)

②家串公民館

③魚神山老人福祉センター

3. 寄付受付期間 令和8年10月30日(金)まで

お問い合わせ うちうみまちづくり連合Yomoshi連内海

事務局 内海公民館(宮川、宮下) ☎85-1021

家串公民館(上原) ☎85-1121

魚神山公民館 ☎87-2100



内海診療所からのお知らせ

10月8日(木)・9日(金)は都合により「休診」します。

ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

※インフルエンザ予防接種は、11月から開始予定です。

内海診療所 ☎85-0341



家串公民館区人口(令和8年9月18日現在)

地区	世帯数	人口	前月比
油袋	46	109	±0戸 (±0人)
家串	76	157	±0戸 (±0人)
平簗	83	157	±0戸 (-1人)
合計	205	423	±0戸 (-1人)

【内海地域】662世帯、1,310人(+1戸、-1人)

【愛南町】(9月1日現在) 9,623世帯 17,730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。

魚神山

館報

10月



第259号 令和8年10月1日
発行 魚神山公民館

〒798-3707 南宇和郡愛南町魚神山229番地

電話・FAX兼用(0895)87-2100

2校合同句会ライブ

9月10日に、家藤正人さんに家串公民館へ来ていただき、恒例の家串小・柏小児童対象の2校合同句会ライブを行いました。

普段から児童も俳句を勉強しており、周りを驚かせるような句もありました。

○ 特選句「七句」
テーマ『スポーツ』

- ・後半戦喉につまったソーダ水
- ・炎天下バレーボールが顔あたる
- ・もくずがにトンダでとったなつのかわ
- ・秋の空走った後のエアスプレー
- ・あきのかそらじおたいそうてをななめ
- ・一りん車今はらくらくながれ星
- ・春惜しむスポーツ少年ズルをする



グラウンドゴルフ交流会

柏小學校で、4年生以上の児童と、内海地域のグラウンドゴルフをされている魚神山・柏崎・柏の方々との交流会を3館合同事業として開催しました。昨年も開催しており、児童も上達していました。由良同好会から、4名参加していただきました。



赤ちゃん絵本読み聞かせ



9月15日（火）に、家串公民館で赤ちゃん読み聞かせが開催されました。

今回は3名参加でした。

※次回開催：10月23日（金）



10月の行事予定

◆内海公民館

6日（火）健康体操 13:30～
15日（木）フラワーアレンジメント教室 13:30～
17日（土）DE・あ・い朝市 8:30～
17日（土）子ども俳句教室 9:30～
11月1日（日）おは・な・し屋さんのお話し会 10:30～

◆お問合せ【内海公民館 ☎85-1021】

◆家串公民館

4日（日）家串小学校地区合同運動会
※予備日11日（日）12日（月） 8:30～
9日（金）・30日（金）ピラティスクラブ 19:45～

◆お問合せ

【家串公民館 ☎85-1121】

◆3館合同事業

31日（土）須ノ川公園まつり パークイルミネーション
場所：須ノ川公園 16:00～



「須ノ川公園まつり

パークイルミネーション」開催

観光人口の増加と交流促進を図り、町の地域創生と活性化につなげることを目的として下記のとおり開催します。皆さん、ぜひお越しください！

開催日 10月31日（土）！

※荒天の場合は、花火のみ翌日打ち上げプログラムー

■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～花火打ち上げ

「須ノ川公園まつりパークイルミネーション」

開催における寄付のお願い

開催の趣旨にご賛同いただける方については、ご寄付のほどよろしくお願いいたします。

1. 寄付金額 一口 1,000円から

2. 寄付受付場所 ①内海公民館（DE・あ・い・21）

②家串公民館

③魚神山老人福祉センター

3. 寄付受付期間 令和8年10月30日（金）まで

お問い合わせ うちうみまちづくり連合Yomoshi連内海

事務局 内海公民館（宮川、宮下） ☎85-1021

家串公民館（上原） ☎85-1121

魚神山公民館 ☎87-2100



内海診療所からのお知らせ

10月8日（木）・9日（金）

は都合により「休診」します。

ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

※インフルエンザ予防接種は、11月から開始予定です。

内海診療所 ☎85-0341



魚神山公民館区人口（令和8年9月19日現在）

地区	世帯数	人口	前月比
網代	31	64	±0戸（±0人）
魚神山	53	132	±0戸（－1人）
合計	84	196	±0戸（－1人）

【内海地域】662世帯、1,310人（+1戸、－1人）

【愛南町】（9月1日現在）9,623世帯 17,730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。

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8年10月号

No.218

ドローン体験教室

9月13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。この事業も今年で4年目になりますが、何回か参加してくれている児童は、さすがに操縦も安定した腕前になっていました。



講師の中田非斗志さん



講師の清家輝彦さん



婦人会料理教室

9月13日（日）に、菊川婦人会（代表者：桐林美子さん）の皆さんが今年度2回目（年4回）の料理教室を行い、講師の桐林美子さんの指導のもと、山菜おこわを作りました。出来上がった料理をホールに運んでから、「菊川ふるさとまつり」に出店するメニューの内容や一日研修旅行の日程などについて話し合いました。



講師の桐林美子さん



避難・消火訓練(自主訓練)

9月10日(木)に、今年度1回目の避難・消火訓練を実施しました。菊川老人クラブ(代表者:大黒富与さん)の皆さん6名が訓練に参加して、利用者を建物から避難させる訓練、消防署に通報する訓練、消火器を使って目標物を消火する訓練(水消火器による模擬体験)を行いました。今回は自主訓練でしたが、次回は消防署に派遣依頼して訓練を行う予定です。



通報訓練の様子



消火訓練の様子

四季の花☆運動

菊川ふるさとまつり 開催間近です!!

- 日時 10月11日(日) 午前10時～
- 場所 菊川公民館
- 駐車場 旧菊川小グラウンド
- ※雨天時は公民館の駐車場
- 内容 出店コーナー、展示コーナー、
演芸会、お楽しみ抽選会など

詳細はチラシを
ご覧ください。



【編集後記】

裏面で告知していますが、いよいよ「菊川ふるさとまつり」も間近に迫ってきました。今年は次々に台風が発生し、それに伴う各地の災害が報道されていますが、無事に開催できることを願います。今月は久しぶりに開催された敬老会の式典など、紙面スペースの都合で掲載できなかった行事がありますので、来月号で紹介したいと思います。(I)

菊川俳句会



於 菊川公民館
九月二十九日(火)

※入稿日までに集まった俳句を紹介しています。

月の裏がわどッペルゲンガーの右がわ	浅野勇一郎
葉月尽子等の笑顔の昨日今日	和田靖樹
彼岸花孤独と自由紙一重	安岡留美子
野分あと龍の腹めく雲走る	福田清り
秋の朝コーヒーの湯気心地よい	河野清美
絵日記に里の思い出すいか割り	宇野天孝
ひとり見る満月障子から良夜	中川喜
竹の春パパが帰ってかくれんぼ	

◎新聞・雑誌・段ボール・廃乾電池の収集日は、10月6日(火)です。



菊川公民館区人口(令和8年9月1日現在)			
男	178人	(前月比+1)	
女	176人	(前月比-2)	
合計	354人	(前月比-1)	
世帯数	193戸	(前月比±0)	

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.255

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 (FAX72-0155)

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：2,203世帯

人口：4,257人

令和8年9月1日現在

平城公民館 伝統文化こども体験事業

伝統文化の継承と体験を目的とした「平城公民館 伝統文化こども体験事業」として、茶道を体験する「親子deお茶会」と生花を体験する「親子de生花体験」を9月12日（土）に開催しました。

親子deお茶会

親子deお茶会には、12名の親子が参加しました。講師の竹平照子さんから茶道についての心構えや、座り方・作法を説明した後に、こども茶道教室に参加している小学生が実際にお茶を点てて保護者に振る舞いました。保護者の方は、子供の普段の稽古の成果を感じたことでしょうか。茶道を初めて体験したという小学1年生の3名も、お茶を点てたり飲んでみて「お茶は少し苦かったけどおいしかった。」「お茶もお菓子もおいしかった。」と話しました。これをきっかけに茶道に興味を持ってもらえると嬉しいです。



親子de生花体験

親子de生花体験には、9名の親子が参加しました。はじめに講師の清家初美さんから基本となる生け方を教わりました。この日の花材はガーベラやスターチス、スプレーマムなど6種類。ガーベラを主枝に、客枝には自分の好きな花を選び、たてるかたちに生けていきました。同じ花材を使用しても、出来上がりは十人十色。バランス良く生けられた作品は、家に華やかな彩りを添えたことでしょうか。



平城貝塚再発見講座

9月5日(土)に開催した平城貝塚再発見講座では、14名が参加し、猪の牙でペンダント・キーホルダー作りを行いました。愛南町文化財活用サポーターの吉田貴子さんから、牙を削るコツなどのレクチャーを受け、好きな模様に削っていました。「削るのが難しかった。」と感想があったように、硬い牙を削るには力が必要で、少し苦勞した参加者も。それでも完成させたペンダントとキーホルダーは世界にひとつしかない完全オリジナル。最後には、貫頭衣を着て全員で写真撮影をしました。



文化祭のお知らせ

愛南町文化祭「こども生花展示」

10月24日(土)・25日(日)9時～16時
観覧無料 御荘文化センター
1階 エントランスホール

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」

10月25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運びます。ぜひご来場ください。

10月行事予定

6日(火) 姿勢改善ピラティス	19:00～
7日(水) ハーモニカ教室	19:00～
10日(土) 絵手紙体験	13:30～
14日(水) 英会話教室	
初級 19:30～/中級以上	20:00～
17日(土) 伝統文化こども茶道教室	10:00～
23日(金) 伝統文化こども生花教室	15:00～
27日(火) お灸体験教室	19:00～

※11月の健康づくり教室

17日(火) ヨガ教室	18:30～/19:30～
○10月10日(土)から申込受付開始	
24日(火) 姿勢改善ピラティス	19:00～
○10月1日(木)から申込受付開始	

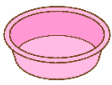
※7日のハーモニカ教室、17日の茶道教室および23日の生花教室は、御荘文化センターで行います。
※講師等の都合により中止または延期する場合、関係者の方へは直接連絡します。

プラスチックごみを分別回収しています

家庭から出る次のプラスチックごみを町内5ヶ所に設置のプラスチック回収倉庫で分別回収しています。(御荘地域は、御荘支所駐車場内の農協ATM横にあります。)



- ①容器包装プラスチック(食品トレー・卵パックなど)
- ②製品プラスチック(100%プラ素材のものに限る)

洗って汚れを落とし乾燥させたものを、 
①と②を分けて倉庫内に入れてください。

また、本庁及び各支所に設置していた蛍光灯回収ボックスも、プラスチック回収倉庫内に移設しています。

新聞・雑誌・ダンボール・廃乾電池の収集日

10/1(木) 御荘中学校前

10/6(火) 平山・長洲・長崎・貝塚・

八幡野集会所・御荘文化センター

10/7(水) 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



事業への参加は、平城公民館LINE公式アカウントからも申込み出来ます。

各事業の募集や案内チラシ等も配信していますので、二次元コードからぜひご登録ください。



長月秋祭り&長月コスモスまつり11月3日(火)同日開催!

長月秋祭り



昨年の秋祭りの様子

日時: 令和8年11月3日(火) 午前8時出発予定
内容: 下田家倉庫 発~長月地区全域~体育館前駐車場 着
※ 詳細は長月秋祭りのお知らせ(配布)を参照

長月コスモスまつり

日時: 令和8年11月3日(火) 午後1時30分~
場所: 長月公民館(旧小学校体育館)前駐車場
及び長月公民館調理室前
内容: 長月轟太鼓・長月マーケット・餅つき体験
餅まき(14:50分頃)
※ 開始時間及び内容等を変更する場合があります。



昨年の餅つきの様子

長月公民館だより

コスモスまつりに向けてコスモスの種まき実施

8月26日(水)に11月3日(火)の秋祭りと同日開催の長月コスモスまつり(午後)に向けてコスモスの種まきが行われました。長月環境保全推進会の役員の皆さんの指導のもと子供達や保護者と合宿中の愛媛大学の学生達が汗だくになりながら「きれいに咲いてほしい。」と願って一生懸命コスモスの種まきを行いました。参加した皆さん、暑い中お疲れ様でした。

高橋副代表の挨拶



コスモスの種まき

10月号

mahoroba

No.248

R8.10.1発行



ふれあいサロン&愛媛大学生(インドネシアの学生5名)との交流会

8月28日(金)にサロンスタッフと愛媛大学生12名(うちインドネシアの学生5名)との交流会が行われました。学生達は、春巻きなどの作り方を教わりながら楽しそうに調理をしていました。色々な話をして盛り上がり、和気あいあい楽しい時間を過ごしました。インドネシアの学生達も「美味しい、美味しい。」と嬉しそうに食べていました。(^^♪
食事の後、スタッフの皆さんの指導で御荘音頭などを踊り大変喜んでいま



交流会の様子



サロンスタッフと愛大生達



した。また、インドネシアの女子学生達が「着物(浴衣)を着てみたい。」と言うことで浴衣を試着しました。インドネシアの学生達には、貴重な体験が出来たと思います。



ふれあいサロン



9月16日(水)にふれあいサロンが行われました。野田恵子さんを講師に迎え「ヨガ教室」を行い、身も心もリラックスしました。この日は地域おこし協力隊の柳さんが参加し、サロンの皆さんと交流を深めました。



地域の皆さんも参加しませんか。スタッフの皆さんも高齢化が進み、大変苦勞しています。参加の方は公民館まで連絡を！



ヨガの指導の様子

※10月のふれあいサロン

日時：10月21日(水)午後1時30分～

内容：町保健師による講話

講師：長田保健師 他(予定)

場所：長月公民館調理室



町長と話そう 愛南ほっとミーティング開催

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。

申込不要

日時：10月6日(火)19:00～20:30

場所：長月公民館(小学校体育館)

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。



新聞・雑誌・ダンボール・廃乾電池の収集日

10月の収集予定日：10月1日(木)長月公民館

11月の収集予定日：11月4日(水)長月公民館



ストックハウス

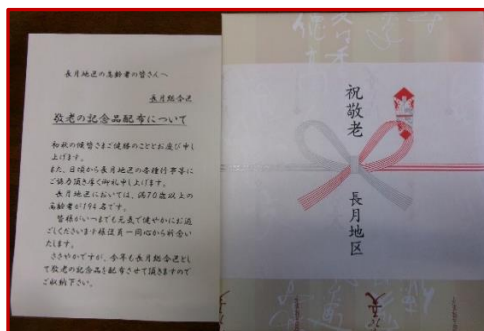


※新聞や雑誌等以外の物は、回収しませんので、持ち込みしないでください。

※蛍光灯及びプラスチックごみは御荘支所(駐車場の農協ATM横)プラスチック回収倉庫で回収していますので、直接搬入してください。

「敬老の日」記念品配布(長月総合区)

9月21日の「敬老の日」に満70歳以上の高齢者の方々に記念品が贈られます。今年の高齢者は194名です。『皆生きてください。』



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(9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	116	107	128	235	(±0)	(±0)
第2	52	52	54	106	(±0)	(±0)
第3	50	49	56	105	(±0)	(-1)
第4	49	39	38	77	(±0)	(±0)
合計	267	247	276	523	(±0)	(-1)

赤水 10月号

公民館だより



敬老祝賀会



9月20日（日）、赤水公民館ホールにて、9月22日（火）には防城成川集会所にて、「敬老祝賀会」が開催されました。多くの参加者の方が、美味しい食事とカラオケを楽しんでいました。

☆「赤水公民館」☆



☆「防城成川集会所」☆



【10・11月】赤水公民館の予定について（お知らせ）

・10月 4日(日) 地区一斉清掃（予定）
【対象】 赤水地区
【場所】 赤水地区



・11月 3日(火) 赤水公民館区町民体育祭
【対象】 地区住民
【場所】 旧赤水小学校体育館



・10月16日(金) 第2回ピンポン交流会
【対象】 一般
【場所】 赤水公民館



・11月 8日(日) 自主防災会防災訓練
【対象】 地区住民
【場所】 各地区



・10月18日(日) 地区総会（予定）
【対象】 赤水地区
【場所】 赤水公民館



・11月中旬 花いっぱい運動
【対象】 各老人クラブ
【場所】 赤水・高畑・猿越・防城成川



・10月27日(火) 赤水老人クラブ一日研修
【対象】 赤水老人クラブ
【場所】 黒潮町 であいの里 壱川



・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
【場所】 赤水公民館



・11月下旬 町民体育祭反省会
【対象】 地区代表
【場所】 赤水公民館

・11月下旬 第2回グラウンドゴルフ交流会
【対象】 老人クラブ
【場所】 旧赤水小学校グラウンド



※変更内容や詳細等は後日ご連絡いたします。

10月のしおかせの会について（お知らせ）

日時:10月23日(金) 13:30 場所:赤水公民館

「ヨガ教室」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(10、11月)

・赤水コミュニティーセンター(赤水公民館)

・防城成川防災倉庫横



ストックハウス



令和8年
10月1日(木)
11月4日(水)



ストックハウス



令和8年
10月 7日(水)
11月10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.245



10月号

令和 8 年 9 月 30 日 発行

中浦健康サンデー'26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 11月22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ください。
5. 準備物 タオル・飲み物等
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。



☆令和8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 10月14日(水) 10:00~13:30
テーマ 「減塩について」
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10月8日(木曜日)までに、
中浦公民館 (TEL 75-0334)までご連絡下さい。



尻貝老人会の活動を紹介します。

9月24日(木曜日)尻貝集会所で、「尻貝老人会」の活動が行われましたので、紹介させていただきます。

愛南警察署による「特殊詐欺防止に関する劇」の後、食事会、カラオケ交流会が行われ、皆さん楽しいひと時を過ごされたようです。

尻貝地区は今年度、健康体操、カラオケ、老人会と活発な活動が行われています。





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

(R8. 9. 1日現在)

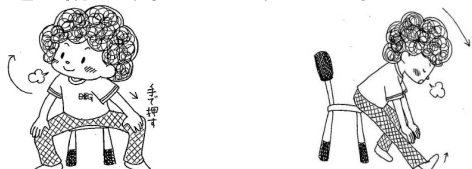
	世帯数	男	女	合計
尻 貝	67 (±0)	50 (±0)	67 (±0)	117 (±0)
奥の谷	108 (±1)	96 (±1)	77 (±0)	173 (±1)
中の谷	37 (±0)	26 (±0)	34 (±0)	60 (±0)
高 手	53 (±0)	46 (±0)	56 (±0)	102 (±0)
灘 前	27 (±0)	19 (±0)	17 (±0)	36 (±0)
左右水	12 (±0)	14 (±0)	10 (±0)	24 (±0)
猿 鳴	12 (±0)	11 (±0)	9 (±0)	20 (±0)
合 計	316 (±1)	262 (±1)	270 (±0)	532 (±1)

「いきいき健康体操」のお知らせ

— 中浦老人クラブ —

・10月の「いきいき健康体操」開催予定日
10月12日(第2月曜日)、10月26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。



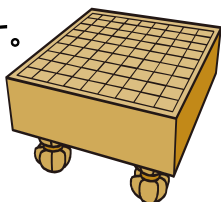
「尻貝健康体操」のお知らせ

— 尻貝老人クラブ —

・10月の「尻貝健康体操」開催予定日
10月22日(第4木曜日)
午後1時30分～午後3時まで
尻貝集会所で開催予定です。
実施日は毎月第4木曜日の予定です。

中浦地区 将棋定例会

・10月の将棋定例会開催予定日
10月13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。ぜひご覧になってください。

・10月の物作り交流会開催予定日

1. 日 時 10月25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(10月・11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8年

10月1日(木)

11月4日(水)

※ 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 10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 8年9月30日 発行





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)

新規事業スタート! 「動いて、学んで、楽しんで」

令和8年度城の辺けんこう学級

第1回「自宅でできるストレッチ・トレーニング講座」(講師: スモールジム愛南店 中尾聡志氏)



みんな



げんき

城辺公民館では、令和8年7月から「城の辺けんこう学級」を開催しています。

「けんこう」を漢字で書くと、心身が健やかであるという意味の「健康」、気力がみなぎっている状態を示す「軒昂」などがあります。近年では、健康と幸福をあわせた「健幸」という造語も使われているようです。

「城の辺けんこう学級」は、このような「けんこう」を目指して、「運動」に加え「学び」や「レクリエーション」などの体験学習を複合的に行う講座です。

今年度が初の開講ながら受講生として23名の方が参加してください、9月18日(金)に第3回まで終了。どの回も受講生の皆さんは、元気に体を動かして汗を流し、講師の話に真剣に耳を傾けていました。



第2回(後半の部)「防犯講座」
(講師: 愛南警察署員)



第2回(前半の部)「体操教室」
(講師: 御荘B&G海洋センター職員)

10 月 October 城辺地域公民館事業カレンダー

日	曜	館	事業	場所
3	土	緑	緑地区秋季運動会	緑小学校グラウンド
4	日	東海	ふれあいスポーツ大会ポッチャの部	旧東海小学校体育館
6	火	深浦	老人クラブ役員会	深浦公民館 青年室
13	火	城辺	陶芸教室 13:30～15:30 / 18:30～20:30	城辺公民館 1 階創作室 / ふれあい学習室
14	水	城辺	パソコン教室(中級コース) 19:00～21:00	城辺公民館 2 階 研修室
		久良	介護予防教室③	久良公民館
15	木	城辺	陶芸教室 13:30～15:30 / 18:30～20:30	城辺公民館 1 階 創作室 / ふれあい学習室
		深浦	婦人学級口コミ健康体操 11:00～12:00	深浦公民館 集会室
16	金	城辺	城の辺けんこう学級 14:00～15:50	城辺公民館 2 階 多目的ホール
18	日	城辺	陶芸教室日帰り視察研修	
		東海	ふれあいスポーツ大会グラウンドゴルフの部	旧東海小学校グラウンド
20	火	深浦	老人クラブ日帰り交流研修	四万十方面
21	水	城辺	パソコン教室(中級コース) 19:00～21:00	城辺公民館 2 階 研修室
22	木	久良	久良いきいき健康づくり教室	久良公民館
24	土	久良	釣り体験教室	久良公民館
25	日	緑	レクバレーボール大会	緑小学校
28	水	城辺	パソコン教室(中級コース) 19:00～21:00	城辺公民館 2 階 研修室
			健康づくり教室 13:30～14:30	城辺公民館 3 階 和室

10 月 October 城辺公民館 休館日

火曜日	祝日
6日・13日・20日・27日	12日(月)スポーツの日

* 上記以外にも臨時に休館することがあります。

10 月 October 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	火	矢の町集会所・城の辺学習館・松本集会所・蓮乗寺集会所
22	木	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。蛍光灯の持ち込みはできません。

9 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	120	214	△ 1	△ 1
緑	327	629	△ 3	△ 7
城辺	1,879	3,435	△ 2	△ 5
みしま荘	51	51	1	1
南楽荘	74	75	0	0
深浦	258	463	△ 1	△ 1
東海	244	428	△ 1	△ 2
久良	327	541	△ 1	△ 3
計	3,280	5,836	△ 8	△ 18

図書コーナーのお知らせ

＜新入荷＞

・小説

『夏帆 The Tale of KAH0』(村上 春樹)
『成瀬は都を駆け抜ける』(宮島 未奈)
『高宮麻綾の引継書』(城戸川 りょう)

・コミック

『ヒトナー』(屋宜 知宏)

＜特集 ～本屋大賞特集～＞

2004年から2026年までの受賞作品をピックアップ。
アップ。



緑・僧都 公民館だより



発行 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

緑八朔宮相撲大会



令和8年9月12日(土)

緑ふれあい広場相撲場で、緑八朔宮相撲大会が開催されました。

今年度は団体戦等を無くし、宮相撲だけにして、3番勝ち、5番勝ち及び、飛び付き5番勝ちの3つの形式で行われました。

規模の縮小や日程の変更、更には天候など、色々と心配な部分はありませんでしたが、随所に見どころのある取組に、会場は大いに盛りあがりました。

10月 緑公民館 休館日

月曜日	祝日
5日・12日・19日・26日	12日(月)スポーツの日

*上記以外にも臨時に休館することがあります。

10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。 蛍光管の持ち込みはできません。
22	木	緑基幹集落センター	

10月 緑・僧都地域公民館事業カレンダー

日	曜	館	事業	場所
3	土	緑	緑地区秋季運動会	緑小学校グラウンド
4	日	僧都	僧都川クリーン大作戦	僧都川周辺

バルーン工作教室



8月19日(水)

バルーン工作教室を僧都公民館多目的ホールで開催しました。

完成した瞬間の子供たちの楽しそうな笑顔が非常に印象的でした。



僧都公民館 消防訓練



9月10日(木)

僧都・山出ふれあいサロンの皆さんと一緒に、「1階調理室より火災が発生した」という想定に基づき消防訓練を実施しました。

消火器も使用し、使用方法や使用時の留意点などを確認しました。

10月 僧都公民館 休館日

火曜日	祝日
6日・13日・20日・27日	12日(月)スポーツの日

10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。
22	木	僧都ふれあい交流館・山出集会所	

9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	120	214	△ 1	△ 1
緑	327	629	△ 3	△ 7
城辺	1,879	3,435	△ 2	△ 5
みしま荘	51	51	1	1
南楽荘	74	75	0	0
深浦	258	463	△ 1	△ 1
東海	244	428	△ 1	△ 2
久良	327	541	△ 1	△ 3
計	3,280	5,836	△ 8	△ 18





発行 東海公民館

〒798-4344 愛媛県南宇和郡愛南町岩水114番地

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)

デジタルアート教室・ボッチャ体験



「デジタルアート教室」を8月5日(水)に東海公民館大ホールで開催しました。この事業は、児童が安全で安心な場所(公民館)で、多様な体験学習を通じて、心豊かで創造的に生きる力が育まれることを目的として行っているものです。教室ではiPadを使って個性豊かなデザインを想像しながらアートとして仕上げていきました。「今回で3回目ですが、これまで線がうまくかけなかったけど、今回は上手に描くことができました。」等、多くの参加者が上手に描けるようになりましたといった感想を述べていました。また、「デジタルアート教室」の前には「ボッチャ体験」も行い、チーム同士での対戦を全員が楽しんでいました。

東海婦人学級 ハイカラ料理教室



土鍋でお米を炊く

真鯛を塩で包む

鯛切り身をのせ蒸らす

塩に絵付け

土鍋鯛めし完成!

塩釜の完成!

8月28日(金)に東海婦人学級「ハイカラ料理教室」を行いました。関根麻里さんと地域おこし協力隊の西村健さんを講師に迎え「愛南町の食材を生かしたメニュー」をテーマに、鯛めし、真鯛の塩釜焼き等を講師の指導を受けながらテキパキと調理していきました。調理後には、出来上がったボリュームある料理を味わいながら楽しく談笑していました。



10月 神無月 Oct 城辺地域公民館事業カレンダー

日	曜	館	事 業	場 所
3	土	緑	緑地区秋季運動会	緑小学校グラウンド
4	日	久良	久良地域避難訓練	久良地域
		東海	ふれあいスポーツ大会ポッチャの部	旧東海小学校体育館
		深浦	にこにこサークル 11:30～	深浦なかよし館
		僧都	僧都川クリーン大作戦	僧都川周辺
6	火	深浦	老人クラブ役員会	深浦公民館 青年室
13	火	城辺	陶芸教室 13:30～15:30 / 18:30～20:30	城辺公民館 1階 創作室 / ふれあい学習室
14	水	城辺	パソコン教室(中級コース)	城辺公民館 2階 研修室
		久良	介護予防教室③	久良公民館
15	木	城辺	陶芸教室 13:30～15:30 / 18:30～20:30	城辺公民館 1階 創作室 / ふれあい学習室
		深浦	婦人学級ロコモ健康体操 11:00～12:00	深浦公民館 集会室
16	金	城辺	城の辺けんこう学級 14:00～15:50	城辺公民館 2階 多目的ホール
18	日	城辺	陶芸教室日帰り視察研修	
		東海	ふれあいスポーツ大会グラウンドゴルフの部	旧東海小学校グラウンド
20	火	深浦	老人クラブ日帰り交流研修	四万十方面
21	水	城辺	パソコン教室(中級コース)	城辺公民館 2階 研修室
22	木	久良	久良いきいき健康づくり教室	久良公民館
24	土	久良	釣り体験教室	久良公民館
25	日	緑	レクパレーボール大会	緑小学校
28	水	城辺	パソコン教室(中級コース)	城辺公民館 2階 研修室
		城辺	健康づくり教室 13:30～14:30	城辺公民館 3階 和室

10月 神無月 Oct 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日（スポーツの日）
	4日・18日		12日・26日			
中 玉	土曜日	日曜日		月曜日		
	3日・10日・17日・24日・31日	4日・11日・18日・25日		5日・12日・19日・26日		

*上記以外にも臨時に休館することがあります。

10月 神無月 Oct 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	
13	火	満倉集会所	 収集日の前日までに持ち込んでください。 蛍光管の持ち込みはできません。
20	火	東海公民館・敦盛集会所	
27	火	中玉バス停跡・脇本集会所	

9月 長月 Sep 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	120	214	△ 1	△ 1
緑	327	629	△ 3	△ 7
城辺	1,879	3,435	△ 2	△ 5
みしま荘	51	51	1	1
南楽荘	74	75	0	0
深浦	258	463	△ 1	△ 1
東海	244	428	△ 1	△ 2
久良	327	541	△ 1	△ 3
計	3,280	5,836	△ 8	△ 18

公民館からのお知らせ

今後予定している公民館事業をお知らせします。

東海地区ふれあいスポーツ大会
ポッチャ 開催日：10月4日（日）
場 所：旧東海小学校体育館
グラウンドゴルフ 開催日：10月18日（日）
場 所：旧東海小学校グラウンド

高齢者健康教室
東海公民館 開催日：11月5日（木）午後1時30分～
中玉分館 開催日：11月19日（木）午前10時30分～

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

8/28 第22回夕涼みペタンク大会



今年度は、園児から高齢者の多世代で構成された8チームの参加で、優勝は、「中3女子」でした。以下入賞チーム
2位「久良老人クラブ」 3位「郵便局」

優勝 中3女子



8/25
久良小グラウンド
整備及び
草刈り作業

ペタンク大会や10月の避難訓練に向けて、区長会、地区有志、消防団の協力により、きれいなグラウンドに整備できました。

「生涯現役！筋力アップ教室」

第1回 10月22日(木)

「ウォーキングのポイント」

講師 スモールジム愛南店 中尾先生

時間 14:30~15:30

場所 久良公民館

※当日は運動のできる上履きや服装でお越しください。

※タオル・飲み物をご持参ください。

今年は、
2回実施します。
次回は、12/24



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

事前申込締切10/15(木) 役場保健福祉課73-7400又は久良公民館70-1505

10月 October 城辺地域公民館事業カレンダー

日	曜	館	事業	場所
3	土	緑	緑地区秋季運動会	緑小学校グラウンド
4	日	東海	ふれあいスポーツ大会ポッチャの部	旧東海小学校体育館
15	木	深浦	婦人学級口コモ健康体操 11:00～12:00	深浦公民館 集会室
18	日	城辺	陶芸教室日帰り視察研修	
18	日	東海	ふれあいスポーツ大会グラウンドゴルフの部	旧東海小学校グラウンド
20	火	深浦	老人クラブ日帰り交流研修	四万十方面
25	日	緑	レクバレーボール大会	緑小学校



オーラルフレイル
(口の虚弱)を予防するには？

- ・ しっかりかむ
- ・ かみごたえのある物を
- ・ 早食いしない
(飲み物で流し込まない)
- ・ 食事時間は30分

8/21
介護予防教室
(久良高齢者教室)
「口腔機能の
向上について」
自在園
言語聴覚士
實藤先生

「かむ」(上下の歯を合わせて食べ物を切ったり砕いたりする状態)ことのメリット
 ①胃腸の働きを促進。②虫歯、歯周病、口臭を予防。③肥満を予防。
 ④脳の動きを活発にする。⑤全身の体力の向上。⑥味覚が発達する。
 ⑦発音がはっきりする。⑧がんを予防する。

10月October 久良公民館休館日

第1・3日曜日	第4月曜日	祝日等
4日・18日	26日	12日(月)

10月October 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	
27	火	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	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。

9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	120	214	△1	△1
緑	327	629	△3	△7
城辺	1,879	3,435	△2	△5
みしま荘	51	51	1	1
南楽荘	74	75	0	0
深浦	258	463	△1	△1
東海	244	428	△1	△2
久良	327	541	△1	△3
計	3,280	5,836	△8	△18

公民館からのお知らせ

上記「介護予防教室」まとめ

毎食後の歯磨き
 義歯(入れ歯)の手入れしっかり
 舌の汚れもきれいに
 定期的な歯科検診
 ↓
 「口腔ケアのメリット」
 ・お口のトラブル予防
 ・誤嚥性肺炎や感染症の予防
 ・味覚改善による食欲増進
 ・コミュニケーションの改善
 ・認知症を予防する。

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)

愛南 ほっとミーティングを開催



お盆が明けた8月25日(火)午後7時から深浦公民館2階ホールで、中村町長が来館して「愛南ほっとミーティング」が開催されました。この事業は、町内の21館ある全公民館を3年かけて町長が、住民の意見を生で聞くために訪問して意見交換を行うというものです。本年度、城辺地域では、緑公民館と深浦公民館で開催されました。

住民との意見交換では、8人の方から町の子育て支援の状況や高齢者の交通手段の悩み、住宅の裏山の管理など生活に関係する様々な質問があり、町長がそれぞれの質問に対して丁寧に返答を繰り返しました。



にこにこサークルからのお知らせ

【日時】 令和8年10月4日(日) 11:30~14:30 (予定)

【場所】 深浦 なかよし館

【内容】 『いもたき』を食べてモルック大会に参加しよう。

【10月のお弁当配布日は、3日(土)です。】



10月 神無月 Oct 城辺地域公民館事業カレンダー

日	曜	館	事業	場所
3	土	緑	緑地区秋季運動会	緑小学校グラウンド
4	日	久良	久良地域避難訓練	久良地域
		東海	ふれあいスポーツ大会ポッチャの部	旧東海小学校体育館
		深浦	にこにこサークル 11:30～	深浦なかよし館
		僧都	僧都川クリーン大作戦	僧都川周辺
6	火	深浦	老人クラブ役員会	深浦公民館 青年室
13	火	城辺	陶芸教室 13:30～15:30 / 18:30～20:30	城辺公民館 1階創作室 / ふれあい学習室
14	水	城辺	パソコン教室(中級コース)	城辺公民館 2階 研修室
		久良	介護予防教室③	久良公民館
15	木	城辺	陶芸教室 13:30～15:30 / 18:30～20:30	城辺公民館 1階 創作室 / ふれあい学習室
		深浦	婦人学級ロコモ健康体操 11:00～12:00	深浦公民館 集会室
16	金	城辺	城の辺けんこう学級 14:00～15:50	城辺公民館 2階 多目的ホール
18	日	城辺	陶芸教室日帰り視察研修	
		東海	ふれあいスポーツ大会グラウンドゴルフの部	旧東海小学校グラウンド
20	火	深浦	老人クラブ日帰り交流研修	四万十方面
21	水	城辺	パソコン教室(中級コース)	城辺公民館 2階 研修室
22	木	久良	久良いきいき健康づくり教室	久良公民館
24	土	久良	釣り体験教室	久良公民館
25	日	緑	レクバレーボール大会	緑小学校
28	水	城辺	パソコン教室(中級コース)	城辺公民館 2階 研修室
		城辺	健康づくり教室 13:30～14:30	城辺公民館 3階 和室

10月 神無月 Oct 深浦公民館 休館日

第1・3・5 日曜日	第2・4 火曜日	祝 日	12日（スポーツの日）
4日・18日	13日・27日		

10月 神無月 Oct 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	火	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。

9月 長月 Sep 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	120	214	△ 1	△ 1
緑	327	629	△ 3	△ 7
城辺	1,879	3,435	△ 2	△ 5
みしま荘	51	51	1	1
南楽荘	74	75	0	0
深浦	258	463	△ 1	△ 1
東海	244	428	△ 1	△ 2
久良	327	541	△ 1	△ 3
計	3,280	5,836	△ 8	△ 18

公民館からのお知らせ

朝晩めっきり気温も下がり、過ごしやすい気候になってまいりました。
でも、油断は禁物です。まだまだ昼間は残暑がきびしい日が続いています。
水分補給を十分に取りるように心掛けましょう。また、ちょっと涼しいくらいの朝方などは、一枚服を羽織るようにして体調管理に心掛けましょう。

一本松地域公民館だより

回覧

令和
8年 **10月**
October

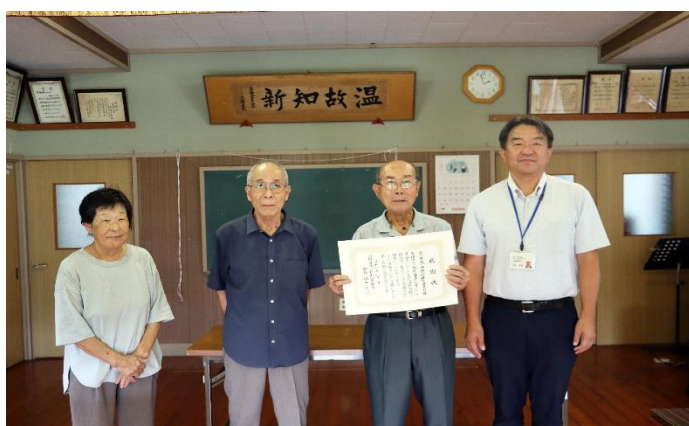
真夏のような猛暑にはならないものの、秋の深まりは例年より遅くなるようです。体調管理に気を付けましょう！！



発行所
南宇和郡愛南町一本松3520
一本松公民館



花と夢咲く県境の町推進委員会～満倉老人クラブ～



9月2日(水)満倉集会所において、大洲河川国道事務所道路管理課長より四国道路ふれあい協議会長表彰(感謝状)の伝達式が行われました。これは、南予地区1団体に贈られるもので、日頃より国道56号線満倉国道花壇の管理を行っている満倉老人クラブに授与されました。満倉老人クラブの森岡会長は「今後もしっかり管理できるよう頑張っていきたい」とおっしゃっていました。



正木フラワーアレンジ教室～9月8日(火)



第2回目はグルーガンを使用した壁飾りを作成しました。花、植物、ブドウ等の配置を考えながら、また小鳥や音符の飾りをどう付けるか個人個人いろいろな作品になりました。



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、10月**21**日(水)は、ヨガ：野田 恵子 先生です。

参加者募集中!

「10年つづく備え」

愛南町福浦地区自主防災会が、およそ10年にわたり取り組んできた地域の防災活動の様子や被災地視察を通して、学んできた防災についてお話しします。自分達の地域、我がこととして考えてみませんか。

日 時： 令和8年10月11日(日)
午後1時30分～

場 所： 一本松山村開発センター

内 容：「福浦から学ぶ自主防災」

講 師： 福浦自主防災会

- ・松田 恵子 さん
- ・菅原 リエ さん
- ・大西 慶 さん



【お問い合わせ・申し込み先】
一本松公民館 84-1252



お灸体験教室

お灸は、身体を温めて血流をアップ、冷えを改善。身体の免疫を高め、自律神経を整えるなどの効果があるとされています。少し肌寒い秋の夜長に「お灸」で「温活」はいかがですか。初心者、経験者も大歓迎です。現在何か気になることはありませんか？参加をお待ちしています。

日時： 令和8年11月12日(木)
13:30～

場所： 一本松山村開発センター

講師： 福浦鍼灸接骨院
院長 寺阪 嘉峰 先生

※募集人数：10名程度

【申し込み先・問い合わせ】
一本松公民館 84-1252
申し込み期限：11月6日(金)

※これからのコミュニティ教室の日程予定

次回の公民館だよりで内容はお知らせします。

11月26日(木)ミュージックケア

12月10日(木)工作教室(お正月飾り)

【公民館活動報告】



生き生き体操教室

一本松山村開発センターにおいて、9/16(水)小雨降る、蒸し暑い日でしたが、11名の参加者で健康体操を行いました。TVを見ながら椅子に腰かけて無理なくできる運動を1時間行くと、肩や背中廻りが軽くなってスッキリしますよ。当日でも参加お待ちしております。



上大道書道教室

9/17(木)上大道書道教室がおこなわれました。今回は愛大医学部5回生の学生さんによる講話とインターシップの高校生の参加もあり、学生さんは、久しぶりのお習字に楽しんでいただけたでしょうか。



秋の行事食

【いもたき】



【材料】4人分～

里芋	300g	濃口醤油	大さじ2
板こんにゃく	1枚	みりん	大さじ2
鶏もも肉	1枚	酒	大さじ1
干し椎茸中	3枚	砂糖	大さじ2
油揚げ小	2枚	塩	小さじ1/4
ごぼう	30cm	水	4～5カップ

椎茸の戻し汁 1カップ

粉末だしの素 大さじ1

(又は、昆布、鰹節でだしをとる。適宜)

【作り方】

①皮を剥いた里芋を大きめに切る。椎茸は戻して四つ切り、板こんにゃくは一口大にスプーンで削ぐようにきる。鶏もも肉はそぎ切で一口大に切る。ごぼうは大きめの笹切りにする。油揚げも一口大に切る。

②材料を油で炒め椎茸の戻し汁、水、だしの素を加え沸騰させる。中火にし、灰汁を取りながら10分ほど煮る。調味料も加え、里芋にスツと串がはいるようになったらできあがり。

※ 具材や使用している調味料でも味は変わります。家庭の味を見つけましょう。

人口動態

西海地域全体

世帯数 877

人口 1461人

男 695人

女 766人

* 9月1日現在

公民館だより

10月号

-2026年-

発行元

愛南町船越

西海公民館

☎ 82-0069

にじみ

船越小学校区運動会



9月27日（日）、船越小学校体育館で「船越小学校区運動会」が開催されました。今年のスローガンは、5年生の中野優奈さんが考えた「あきらめるな!! 5人の力を一つに!」でした。当日は雨が予想されたため、体育館での開催となりました。会場には、保護者や来賓、地域の方など、約100名が集まりました。

船越小学校の児童、船越保育園の園児、地域の方が参加し、14種目を行いました。「玉入れ」「パン食い競走」「西海音頭」「リレー」などでは、地域の方にも参加していただき、会場は大いに盛り上がりました。最後には集合写真を撮影しました。新聞に掲載される日を、皆さん楽しみに待ちましょう。参加された皆さん、お疲れさまでした。

愛南マラニック



9月26日（土）、「愛南マラニック～食と海と太陽と～2026」が、御荘から高茂岬を巡るコースで開催されました。西海公民館エイドでは、愛南食育改善推進協議会の皆さんが調理した「冷や汁」や、氷で冷やした飲み物を約450名に提供しました。冷や汁には、参加者から「おいしかった～」との声を多数いただきました。また、飲み物の提供には、「松山大学愛南マダイ応援隊」の学生の皆さんにもご協力いただきました。参加者の皆さん、関係者の皆さん、お疲れさまでした。

お知らせ

新刊

図書室に、受賞作 2 冊を含む 5 冊の図書を
購入しました。『ゾンビ
回収婦』は第 175 回芥
川賞、『けんぐわい』は
第 175 回直木賞の受賞
作です。



書 名	著者名	出版社
夏帆	村上春樹	新潮社
ゾンビ回収婦	小砂川チト	講談社
けんぐわい	朝倉かすみ	光文社
その犬をください	逢坂冬馬	角川書店
なんにもしない。	マツダミヒロ	すばる社

令和 8 年度 船舶職員養成訓練 (4～5級海技士研修)



9 月 24 日 (木) から、西海町民会館で「令和 8
年度船舶職員養成講習」を開講しています。今年
度は、航海科 14 名、機関科 6 名の計 20 名 (昨年
度の倍) の受講者が、11 月末の国家試験に向け
て勉強に励んでいます。体調を万全に整え、全員
合格を目指して頑張ってください。

なお、講習期間中の「卓球教室」は、日曜日に
変更します。

10 月 20 日 (火) 午後 1 時 30 分から、西海町
民会館 3 階大ホールで「ヨガ教室」を開催しま
す。参加を希望される方は、西海公民館 (電話：
82-0069) までご連絡ください。定員は先着 20 名
です。(西浦公民館では 11 月開催予定)



10 月西海・西浦公民館の予定

毎週	日	卓球教室(西海)	14:00 ~
毎週	水	健康体操教室(西海)	13:30 ~
毎週	木	バドミントン教室(旧西浦小体育館)	19:30 ~
1	木	パソコン教室(前期最終回)	19:00 ~
9	金	はつらつ介護予防教室(西海)	14:30 ~
20	火	ヨガ教室(西海)	13:30 ~
23	金	はつらつ介護予防教室(西海)	14:30 ~

【西海・西浦管内人口推移 R8.9.1 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	21	16	15	31	0	0
弓立	21	16	19	35	0	-1
小浦	12	6	15	21	0	0
樫月	18	12	13	25	1	1
船越	168	135	152	287	0	1
久家	58	47	45	92	0	0
下久家	32	24	27	51	0	0
外泊	30	26	28	54	0	2
中泊	80	62	64	126	0	1
内泊	51	36	35	71	-1	-1
計	491	380	413	793	0	3



旧樽見小に響く民謡の夕べ

8月29日(土)、旧西海町立樽見小学校跡において愛南なんかやるけん実行委員会による「夏の夕べに民謡とオリオンビールで」が開催されました。会場では愛媛民謡同好会や沖縄民謡の団体が出演しましたほか、地域に伝わる祭りの唄や子どもたちの民謡も披露されました。出演者の歌声に会場からは温かい拍手が送られました。

屋台にはジビエのソーセージや串焼き、じゃこ天の販売や丸干しいわしなど、地元の海産物の炙り販売が並びました。飲み物はオリオンビールをはじめ、お茶、オレンジジュース、カルピス、リンゴジュースなどが用意され、かき氷もいちご、もも、愛南ゴールド、ヨーグルト、ブドウ味などさまざまな味が販売され、子どもから大人まで好評で夏の味覚を楽しみました。夕暮れが深まるにつれ涼しい風が流れ、民謡の音色と屋台の賑わいが広がり夏の終わりを感ずる夕べとなりました。



「西海音頭」講習会 ～福浦小学校～



はあ～色も鮮やか五色のサンゴ～!

9月8日(火)、福浦小学校の多目的教室で、運動会種目「西海音頭」の講習会を行いました。当日は福浦輪の会のメンバーをはじめ地域の皆さんにも参加していただき、笑顔と活気にあふれた、にぎやかな講習会となりました。

地区の皆さんも、10月4日(日)の運動会では、子どもたちと一緒に「西海音頭」を踊りましょう。

町長ほっとミーティング



8月18日(火)午後7時から西浦公民館で「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。

意見交換では旧西海中学校の活用、西海地域における観光事業の方向性、釣り人のマナー、トライアスロン大会のルートに関する要望など、さまざまな意見が寄せられました。町民の皆さんが日頃感じていることを直接町長に伝えることができ、地域の未来について考える有意義な時間となりました。

校区別人権・同和教育懇談会



9月11日(金)、福浦小学校で、校区別人権・同和教育懇談会が開催されました。講師には高知市から沢田来夢さんをお迎えし、「部落差別ってなんだろう?」をテーマにお話いただきました。参加した保護者、児童、地域の皆さんが、身近な問題として人権について深く考える機会となり、差別のない社会を目指す意識を高める1日となりました。



愛南マラニック～食と海と太陽と～2026



9月26日(土)、愛南マラニック～食と海と太陽と～2026が開催され、500人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。福浦公民館では、東雲短期大学食物栄養科の先生と学生が作った「鯛だしのガスパチョ」やアイスソーダー、清涼飲料水などがランナーに提供され、大好評でした。ランナーからは「あいなん最高～」「来年も来ます」などの声もありました。沿道やエイドステーションでは多くの応援者やボランティア団体の皆さまが大会を盛り上げてくださいました。参加された皆さま、お疲れさまでした。



～地域みなさんへ～

10月4日(日)は、福浦小学校・地域合同運動会です。頑張る子どもたちを応援して、みんなで地域と学校を盛り上げて行きましょう!



公民館の予定

1	木	山ゆり会	13:30	～
4	日	福浦小・地域合同運動会	8:30	～
5	月	公民館カラオケ教室	13:30	～
7	水	武者泊敬老会・カラオケ	13:30	～
9	金	ごんげんクラブ	13:00	～
14	水	健康体操教室	13:30	～
15	木	山ゆり会	13:30	～
16	金	ふれあいサロン	12:00	～
17	土	ドローン教室	13:45	～
19	月	公民館カラオケ教室	13:30	～
21	水	武者泊カラオケ	13:30	～
23	金	ごんげんクラブ	13:00	～
28	土	音楽体操教室	13:30	～
30	金	華道教室	13:30	～