新聞 柏坂 かしわざか
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-kiltown.ainan.ehime.jp
筆字 小島光義

今年も愛南町の恒例行事となっている「トレッキング・ザ・空海あいなん」の開催が近づいています。今年は、11月28日(土)、29日(日)です。
この「トレッキング・ザ・空海あいなん」は、今年で29回目を迎えますが、このイベントいつから、どのようにして始まったか、皆さんご存知ですか？



昔から柏にはへんろ道が有り、柏坂は、多くのおへんろさんが行き交い、地域の方々も利用する生活道となっていました。ところが、昭和10年に国道が開通すると、利用者は減少し、道は木や草が被い獣道へと変貌しました。

●昭和59年頃、柏を育てる会が発足。子どもからお年寄りまで、柏地域の皆さんが集まって、「柏をこれから、どんな村にしたいか」話し合いました。

●昭和60年頃、通れなくなっていた柏坂へんろ道を復活することとなり、中学生も含め約90人のボランティアが復旧作業を行いました。このとき、柳水大師堂の建て替えも行いました。

●昭和61、62年　道標を設置。

●平成4年　各所にベンチ・案内板・トイレ・野口雨情の句柱の設置。

●平成5年　環境庁自然保護局長感謝状受賞

●平成6年　柏を育てる会10周年記念でへんろ道ウォーク大会を柏地区住民で開催。

●平成10年　内海村50周年記念イベントとして「トレッキング・ザ・空海」を開催。夏井いつきさんの句会ライブも開催。これが始まりとなります。







平成6年のへんろ道ウォークの様子
（当時の公民館報から）



この花の名前は、「オニツルボ」、元越え海岸近くの町道で撮影しました。愛媛県では「絶滅危惧2種(VU)に該当する希少種です。



●町村合併後の平成18年に宿毛から愛南の道が加わり2日間の開催。名称も「トレッキング・ザ・空海あいなん」と変更されました。

●平成29年　柏小学校がお守りのお接待開始。







●令和2年、3年は、コロナウイルス感染症拡大防止のため中止。

●令和4年から再開。家串小学校もお守り作りやお接待に参加。

地域の想いから始まった「トレッキング・ザ・空海あいなん」に皆さんも参加してみませんか。
柏坂コースは11月29日（日）7時30分受付開始
参加料500円（高校生以下は無料）です。
句会ライブのみの参加は、参加料無料です。
詳しくは、愛南町のホームページをご覧になるか、内海公民館へお問い合わせください。
内海公民館　☎85-1021　Fax　85-0889

皆で芋ほり柏コミュニティ農園

10月22日(木)爽やかな風が吹く秋晴れの日に、柏コミュニティ農園で、柏小学校児童、柏保育所園児を始め地域の方々が集まり、和気あいあいと多世代交流を楽しみながら芋ほりが行われました。

柏コミュニティ農園は、耕作放棄地を再生し、柏川のヨセを堆肥とし、地域にやさしい農業を通して人と人をつなぐ場所となっています。

収穫したサツマイモは、柏保育所ではおやつに利用し、柏小学校では、災害備蓄に利用予定です。

柏遊会では、11月15日開催の地域食堂でサツマイモをふるまうそうです。





健康ウォーキング in Kashiwa

急な坂道柏坂へんろ道コースの参加は難しい。近くで手軽に歩きたいと思っている方に、柏の里の秋を感じるこんなコースはいかがです？



①金峯神社から出発。
②橋から小川のせせらぎを聞き。
③小さなススキ原を眺め
④遠く三ツ畑田島を眺め
⑤深山渓谷自然館で休憩
ここまで約30分程
⑥道沿いの野花に癒され
⑦高速道近くの大きなススキを眺め
①金峯神社到着

約２kmの１時間コースになります。

ウォーキングは、健康づくりに役立つ運動です。まずは気分転換に、自分のペースで秋の里道を歩いてみてはどうでしょうか？



内海診療所からのお知らせ

11月20日(金)は、都合により「休診」します。

ーインフルエンザ予防接種についてー

11月より、インフルエンザ予防接種を実施します。

自己負担額　高齢者(65歳以上)　1,500円
一般　(～64歳)　3,600円
子ども(～18歳)　無料

※内海診療所は13～18歳

※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

柏小学校お守り作り



10月22日(木)柏小学校３、４年生11名の児童と、愛媛大学生11名が、11月29日に開催されるトレッキング・ザ・空海あいなん参加者へのお守り作りを一緒に行いました。

皆さん、参加者の安全を祈りながら心を込めて、１つ１つ丁寧に作成していました。



子どもたちも作成方法を教える側となり、大学生との交流が楽しかったようです。お守りは、当日坂口で配布予定です。

お灸体験教室参加者募集!

お灸の効果を体験してみませんか？

1．日時　12月9日(水)午後7時～8時30分
2．場所　須ノ川公民館
3．申込締切　12月2日(水)
4．講師　福浦鍼灸整骨院
　　寺阪嘉峰先生
5．募集人数　10名(先着)
6．申込先　内海公民館
　　TEL　85-1021



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】
■ 1(日)　おは・なーし屋さんのお話し会10:30～
■10(火)　健康体操教室　13:30～
■19(木)　フラワーアレンジメント教室　13:30～
■21(土)　DE・あ・い・朝市　8:30～
■21(土)　子ども俳句教室　9:30～
◆お問い合わせ【内海公民館　☎　85-1021】

【3館合同事業】
■ 4(水)　グランドゴルフ大会
■24(月)　劇団風の子（柏小学校）
■25(火)　劇団風の子（城辺小学校）
■28(土)　トレッキング・ザ・空海あいなん
　宿毛・愛南の道コース　7:30～受付
■29(日)　トレッキング・ザ・空海あいなん
　柏坂へんろ道コース　7:30～受付
◆お問い合わせ【内海公民館　☎　85-1021】
【家串公民館　☎　85-1121】

人口移動　（令和8年１０月20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	+1	人
柏崎	49	89	0	戸	+1	人
柏	268	478	+1	戸	-1	人



11月

第２６０号　令和８年１１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

家串小学校区合同運動会

10月4日(日)



運動会当日の天候が曇っていましたが、学校区の方々も多く参加してくださいました。雨が途中から少しづつ強くなり最終種目の内海音頭は中止となり残念でしたが、白熱した運動会を開催することができました。皆様お疲れ様でした。





家串小学校壁画プロジェクト



家串小学校グラウンドの横にある擁壁に、家串小学校児童・教員、地元の有志、卒業生等で、擁壁に書いてあった絵を復元しました。









内海診療所からのお知らせ



～平磯・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１２日（木）午後（※受付13：30まで）
場所：家串公民館
○１１月１２日（木）午後（※受付14：00まで）
場所：油袋漁民センター

○自己負担額　高齢者（６５歳以上）１，５００円
　　一　般（　～６４歳）３，６００円

※１２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

家串公民館よりお知らせ

いつも地域の方には、大変お世話になっております。
１１月１２日（木）から１９日（木）までの予定で、公民館主事が不在となります。
住民票や印鑑証明などが必要な場合は、お手数ですがＤＥ・あ・い・21内海支所又は本庁で交付手続きを行うようお願いいたします。
公民館に御用がある場合は、ＤＥ・あ・い・21内の内海公民館にご連絡ください。
ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いいたします。

内海公民館　☎　８５－１０２１

１１月の行事予定

◆内海公民館

1日（日）おは・なーし屋さんのおはなし会　10:30～
10日（火）健康体操　13:30～
19日（木）フラワーアレンジメント教室　13:30～
21日（土）DE・あ・い・朝市　8:30～
21日（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

◆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】

◆3館合同

内海公民館・家串公民館・魚神山公民館

4日（水）グラウンド・ゴルフ交流会　9:00～
　内海運動公園（雨天時6日（金））
24日（火）劇団風の子（柏小学校）
25日（水）劇団風の子（城辺小学校）

トレッキング・ザ・空海あいなん

○28日（土）宿毛・愛南の道コース（3種）
○29日（日）柏坂へんろ道コース
　家藤正人句会ライブ

※当日受付可能です。
※句会ライブのみの参加も可能です。



家串公民館区人口（令和8年10月20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）
平磯	83	158	±0戸　（±0人）
合計	205	424	±0戸　（＋1人）
【内海地域】662世帯、1，310人（±0戸、±0人）			
【愛南町】（10月1日現在）9，621世帯　17，713人			

内海診療所からのお知らせ

１１月２０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。

内海診療所　☎８５-０３４１

◎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。



11月

第２６０号　令和８年１１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

家串小学校区合同運動会　10月4日(日)



運動会当日の天候が曇っていましたが、学校区の方々も多く参加してくださいました。雨が途中から少しづつ強くなり最終種目の内海音頭は中止となり残念でしたが、白熱した運動会を開催することができました。皆様お疲れ様でした。
















家串小学校壁画プロジェクト



家串小学校グラウンドの横にある擁壁に、家串小学校児童・教員、地元の有志、卒業生等で、擁壁に書いてあった絵を復元しました。







内海診療所からのお知らせ



～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

〇11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。

〇自己負担額　高齢者（６５歳以上）１，５００円

一　般（　～６４歳）３，６００円

※網代で送迎が必要な方は、１１月９日（月）・１６日（月）にご予約をお願いします。

※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

家串公民館よりお知らせ

いつも地域の方には、大変お世話になっております。

１１月１２日（木）から１９日（木）までの予定で、家串公民館主事が不在となります。

家串公民館に御用がある場合は、ＤＥ・あ・い・21内の内海公民館にご連絡してください。

ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いいたします。

内海公民館　☎　８５－１０２１



１１月の行事予定

◆内海公民館

1日（日）おは・なーし屋さんのおはなし会　10:30～
10日（火）健康体操　13:30～
19日（木）フラワーアレンジメント教室　13:30～
21日（土）DE・あ・い・朝市　8:30～
21日（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

◆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】

◆3館合同

内海公民館・家串公民館・魚神山公民館

4日（水）グラウンド・ゴルフ交流会　9:00～
内海運動公園（雨天時6日（金））
24日（火）劇団風の子（柏小学校）
25日（水）劇団風の子（城辺小学校）

トレッキング・ザ・空海あいなん

〇28日（土）宿毛・愛南の道コース（3種）
〇29日（日）柏坂へんろ道コース
家藤正人句会ライブ

※当日受付可能です。
※句会ライブのみの参加も可能です。





内海診療所からのお知らせ

１１月２０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。

内海診療所

☎８５-０３４１

魚神山公民館区人口（令和8年10月20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	133	±0戸　（±0人）
合計	84	197	±0戸　（±0人）

【内海地域】662世帯、1，310人（±0戸、±0人）
【愛南町】（10月1日現在）9，621世帯　17，713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11月号　No.219

第41回菊川ふるさとまつり

10月11日（日）、公民館に菊川自治会の皆さん、菊川老人クラブの皆さん、菊川婦人会の皆さん、菊川消防団と青年部の皆さん、おいでな～し菊川の皆さん、ヨハネファクトリーの皆さんが集まり、「第41回菊川ふるさとまつり」を開催しました。午前10時から駐車場でバザー（屋台）の部が始まり、焼きそば、ドーナツ、お寿司、おでん、お菓子等を販売しました。午後１時からは演芸の部に移行し、ホールでゲーム、歌、踊り等を楽しんでいただき、お楽しみ抽選会の後に餅まきを行って締めくくりました。多大なご協力、ありがとうございました！


焼きそば販売（自治会）



おでん販売（消防団・青年部）



じゃんけんゲーム



歌や踊り（玉手箱）


お楽しみ抽選会


餅まきで締めくくり！

菊川地区敬老会

９月19日（土）、公民館ホールで「令和8年度菊川地区敬老会」を開催しました。「菊川ふるさとまつり」と同じく、実に６年ぶりの開催となります。高齢者と役員等を含めて、約35人が参加しました。久しぶりに顔を合わせて喜び、カラオケで熱唱する元気な姿が見られました。自治会の皆さんも、行事を復活させるのは大変だったと思います。お疲れ様でした。







式典後のカラオケ

四季の花✿運動

ふるさとまつり展示の部

菊川俳句会の皆さんが作成した俳句と、菊川地域の子どもたちが作成した人権ポスター・人権標語・人権書道をホールに展示しました。





菊川俳句会

於　菊川公民館
十月二十七日（火）

戸車の秋思を影の秋思さえ　浅野勇一郎
カンカンと２サイクルや秋高し　和田靖樹
物価高ため息深く冬に入る　安岡留美子
秋の日の終わりカレーを出汁でわる　福田りさ
亡き母の遺影の笑顔花畑　河野清美
縁台にほのかに薫る青みかん　河野孝
新しき本棚満たし秋気澄む　宇野天弓
ストレッチやり過ぎ病んで暮れの秋　中川一喜

※入稿日までに集まった俳句を紹介しています。

【編集後記】
平成31年度（令和元年度）以来の開催となった「菊川ふるさとまつり」ですが、昨年度はインフルエンザの流行を受け、開催直前に中止となった経緯があったため、少し日程を早めています。例年よりも駆け足気味の開催になりましたが、各種団体や関係者の皆さんのご助力により無事に終わることができました。ありがとうございました。（I）

◎新聞・雑誌・段ボール・廃乾電池の収集日は、11月５日（木）です。

菊川公民館区人口（令和８年10月１日現在）

男	１７７人	（前月比－１）
女	１７６人	（前月比±０）
合計	３５３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



2026年（令和8年）11月号



平城公民館だより

No.256

平城公民館区（17地区）
世帯数： 2,204世帯
人　口： 4,255人
令和８年10月１日現在

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

手に汗握る大熱戦！



9月27日 ミニバレーボール大会

御荘B&G海洋センター体育館でミニバレーボール大会を開催し、8地区7チームが参加しました。21点先取の1セットマッチで全21試合を行い、デュースとなる試合が5試合、2点差の試合が6試合あるなど白熱した戦いが繰り広げられました。全チーム残り1試合の段階で、4チームが優勝の可能性を残す大混戦の中、深泥チームが優勝に輝き、準優勝は本町・寺新町チーム、3位は栄町チームとなりました。おめでとうございます。ご参加、ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。



優勝　深泥チーム



準優勝　本町・寺新町チーム



グラウンドゴルフ大会は、
12月６日（日）午後１時30分～
に延期となりました。

※天候不良・グラウンド不良の場合は中止します。
中止する場合は、当日11時に決定し、代表者へ連絡します。



ハンドメイド教室「絵手紙体験」


講師の山中慶子さん





10月10日に開催した絵手紙体験では、初心者と経験者が一緒に参加し、講師の山中慶子さんから「下書きの線は丁寧に、色付けは素早く勢いよく」、「色彩は2～3色まで」といったコツを教わり、作品づくりに取り組みました。
小学1年生は言葉選びに苦労しながらも、「楽しかった」と5枚の作品を完成させ、家族で参加した3歳と5歳の兄妹は、保護者や大人と一緒にキャラクターや食べ物の絵を描きあげ、「おうちに飾りたい」と笑顔で話しました。
参加者19名は、持ち寄った季節の野菜や果物、花などを題材に、個性豊かな絵手紙を完成させ、楽しい時間を過ごしました。
「さくら会」の皆さんの絵手紙作品は、10月24・25日に行われた、愛南町文化祭でも展示されました。





11月 行事予定

10日(火) お灸体験教室 19:00～
11日(水) ハーモニカ教室 13:30～
11日(水) 英会話教室
初級 19:30～/中級以上 20:00～
14日(土) 伝統文化こども茶道教室 10:00～
17日(火) 花いっぱい運動（商店街） 10:00～
※雨天の場合は、18日（水）に延期。
17日(火) ヨガ教室 18:30～／19:30～
21日(土) 伝統文化こども茶道教室 10:00～
21日(土) 伝統文化こども生花教室 13:30～
24日(火) 姿勢改善ピラティス 19:00～

※12月の健康づくり教室
1日(火) 姿勢改善ピラティス 19:00～
○11月1日(日)から申込受付開始
※電話応対及びLINEの返信は平日のみです。

※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。

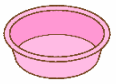
プラスチックごみを分別回収しています

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管回収ボックスも、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



11/4(水) 御荘中学校前
11/5(木) 平山・長洲・長崎・貝塚・八幡野集会所・御荘文化センター
11/10(火) 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。

長月公民館だより

11 月号
mahoroba
No.249
R8．11．1発行

ふれあいサロン





１０月２１日（水）に長月ふれあいサロンが行われました。保健福祉課の長田保健師を講師に迎え、「健康寿命を延ばすために」と言うことで良い睡眠についての講話があり、参加者の皆さんは熱心に聞いていました。その都度、色々な質問をして、いかに睡眠が大切かと言うことを実感しました。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。地域の皆さんも是非参加してみませんか？希望者は、長月公民館まで連絡してください。　☎（72-1659）

※ １１月のふれあいサロン
日時：１１月１８日（水）午後１時３０分～
講師：長田保健師（内容は未定）
場所：長月公民館調理室



旧長月保育所清掃



10月4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）


長月轟会の皆さん


草刈りの様子

長月夢の森教室







９月２７日（日）、１０月２５日（日）に長月夢の森教室が行われました。吉村国王から長椅子作りの説明があり、子供達は、それぞれ長い木材に印をつけてノコギリを使って長椅子のパーツ作りを行いました。ノコギリを上手に使って切る子供もいましたが、なかなか切れず四苦八苦する子供もいました。
次回で組み立てして、完成する予定です。


長椅子作りの説明をする吉村国王

花いっぱい運動



実施日：１１月１２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。

愛南ほっとミーティング



１０月６日（火）の午後７時から長月公民館（旧長月小学校体育館）で約３０名の方が参加し、町長と話そう「愛南ほっとミーティング」が行われました。初めに中村町長より、町の取組や今後のまちづくりに関することなどの説明があり、その後、意見交換が行われました。参加した方々からは、現在進行中の自動車道や敬老記念品、介護予防教室などについて質問がありました。内容等については、後日、町のホームページにて掲載しますので、ご覧ください。



長月公民館（旧長月小学校体育館）

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（長月地区）



３年計画の最後の年となるＳＵＩＪＩ事業が８月２１日（金）から３０日（日）まで長月公民館を拠点として行われました。愛媛大学の学生とインドネシア（５名）の学生、１２名が長月を中心に町内で色々な活動を行い、地域の方々と交流を深めました。長月夢の森教室では、子供達と一緒にハンモック作りを行い、サロンのスタッフの方々とは春巻き作りなどの調理をしてその後、交流会を行い、交流を深めました。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草引きなどを行いました。学生達は、地域の方々からたくさんの野菜など頂いて大変感謝していました。引率の島上教授より「少しでも長月地区の皆さんのお役に立てて良かった。」との事でした。







そうめん流し＆グラウンド清掃

新聞・雑誌・ダンボール・廃乾電池の収集日

11月の収集予定日：11月4日（水）長月公民館
12月の収集予定日：12月1日（火）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（駐車場内の農協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。

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

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。

赤水 11月号 公民館だより

令和 ８ 年 １０月３０日 発行

☆第1回☆「赤水・中浦グラウンドゴルフ交流大会」開催

９月２８日（月）、旧中浦中学校グラウンドにて、「第１回赤水・中浦グラウンドゴルフ交流大会」が開催されました。初めての交流大会ではありましたが、赤水から１１名、中浦から６名、計１７名の参加者が、コミュニケーションを楽しみながらプレーしました。















3位 ２位 5位 1位 4位



１位	岩崎	忠	さん（中浦）
２位	中田	松子	さん（赤水）
３位	福岡	久美子	さん（赤水）
４位	木村	幸子	さん（中浦）
５位	大戸	ツヤ子	さん（中浦）

1位から5位の入賞者の方、おめでとうございます。

【11・12月】赤水公民館の予定について（お知らせ）

・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



・12月 7日(月)　スポーツ体験教室
【対象】　小学生
【場所】　エミフル松前



・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





・12月中旬　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



・11月11日(水)　花いっぱい運動
【対象】　各老人クラブ
【場所】　防城成川8：30～
赤水　13：00～
高畑　13：30～
※雨天時は11月13日（金）の同じ時間に延期

・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

※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25日(水) 13:00
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）





令和8年
11月4日（水）
12月1日（火）

ストックハウス

・防城成川防災倉庫横





令和8年
11月10日（火）
12月 3日（木）

ストックハウス





※ 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.246





１１月号

令和８年１０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。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　　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．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４８回中浦漁民祭りの開催について☆

下記の日程で第４８回中浦漁民祭りを開催します。
歌や踊りなど演芸会の出演者を募集しています。
詳しくは各戸配布のチラシをご覧ください。



開催日時・場所

◆演芸会　　令和９年１月２４日（日曜日）午後１時から
【中浦公民館　３階ホール】

◇将棋大会　令和９年２月中旬（日曜日）　午後１時から（予定）
【中浦公民館　３階ホール】

グラウンドゴルフ交流大会を開催しました。

９月２８日（月曜日）旧中浦小学校グラウンドで、第１回となりますグラウンドゴルフ交流大会を開催しました。

以前は中浦地区体育祭という形で、ソフトボール・ミニバレーボールなどさかんに行われていましたが、参加者の減少・コロナウイルスの蔓延などの影響でしばらくの間行われておりませんでした。

今回、中浦地区・赤水地区のグラウンドゴルフ交流大会という形で開催することができました。

中浦地区６名、赤水地区１１名、計１７名の参加者が親睦を深めながらプレーしました。





赤水地区



中浦地区







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

（R8．10．1日現在）

	世帯数		男		女		合計	
尻　貝	67	（±0）	50	（±0）	67	（±0）	117	（±0）
奥の谷	107	（−1）	95	（−1）	78	（＋1）	173	（±0）
中の谷	36	（−1）	26	（±0）	33	（−1）	59	（−1）
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	314	（−2）	261	（−1）	270	（±0）	531	（−1）

「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9日（第2月曜日）、11月23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

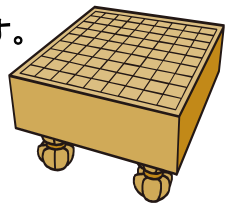
― 尻貝老人クラブ ―

・11月の「尻貝健康体操」開催予定日
11月26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

・11月の将棋定例会開催予定日
11月10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。ぜひご覧になってください。

・11月の物作り交流会開催予定日

1．日　時　１１月２９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５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　　令和8年
・漁村振興センター　　11月4日（水）
・左右水集会所　　12月1日（火）
・猿鳴集会所　　12月1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　8年10月30日　発行

2026年(令和8年) 11月号 第91号

館報 # 城の辺 城辺公民館だより



発刊 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)

陶芸教室ギャラリー





まだじめじめと蒸し暑い日が続いていますが、ふと秋らしさを感じる日も少しずつ増えてきました。

秋と言えば芸術の秋。ということで、本号では城辺公民館で開催している陶芸教室で制作された作品の一部を紹介します。

現在、陶芸教室では23名の方が受講しており、初めての方から長年続けている方まで、みんな熱心に制作に励んでいます。

10月18日(日)には、高知県安芸市の内原野陶芸館で日帰り視察研修を行い、職人さんのお話しや、工房での制作体験をとおして、受講生の方々はもの作りへの意欲を刺激されたようでした。

城辺公民館では、陶芸教室だけでなく、パソコン教室やけんこう学級など複数の事業を開催しており、芸術・学び・運動など、いろいろな秋が体験できます。

皆さんはどんな秋を予定されていますか？ 寒さで体調など崩されないよう、元気にお過ごしください。









エレベーター更新工事のお知らせ

城辺公民館では11月4日(水)より、エレベーターのリニューアル工事を行います。

工事期間中はエレベーターの利用ができなくなります。

城辺公民館をご利用の皆様には、大変ご不便をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いいたします。



工事期間(予定)
・11月4日(水)～12月4日(金)

11 月　November 城辺地域公民館事業カレンダー

日	曜	館	事業	場所
4	水	城辺	パソコン教室 19:00～21:00	城辺公民館２階　研修室
5	木	東海	高齢者健康教室	東海公民館　集会室
8	日	僧都	僧都山出地区交流スポーツ大会	旧僧都小学校屋内運動場及びグラウンド
9	月	城辺	陶芸教室 13:30～15:30 / 18:30～20:30	城辺公民館１階　ふれあい学習室 / 創作室
11	水	城辺	パソコン教室 19:00～21:00	城辺公民館２階　研修室
12	木	城辺	陶芸教室 13:30～15:30 / 18:30～20:30	城辺公民館１階　ふれあい学習室 / 創作室
17	火	深浦	老人クラブと幼稚園児との交流会	愛南幼稚園
18	水	城辺	パソコン教室 19:00～21:00	城辺公民館２階　研修室
		深浦	婦人学級料理講習会10:00～	深浦公民館　調理室
19	木	東海	高齢者健康教室	中玉分館
			スマホ教室	東海公民館
20	金	城辺	城の辺けんこう学級 14:00～16:00	城辺公民館１階　ふれあい学習室・駐車場
		深浦	にこにこサークルと砥部町サロン交流会	深浦公民館２階　ホール
22	日	久良	天嶮鼻健康ウォーク2026	久良公民館
25	水	城辺	パソコン教室 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
26	木	東海	スマホ教室	東海公民館

11 月　November　城辺公民館 **休館日**

火曜日	祝日
3日・10日・17日・24日	3日(火)文化の日 / 23日(月)勤労感謝の日

＊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
19	木	矢の町集会所・城の辺学習館・松本集会所・蓮乗寺集会所
24	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	120	213	0	△ 1
緑	327	628	0	△ 1
城辺	1,882	3,440	3	5
みしま荘	51	51	0	0
南楽荘	76	77	2	2
深浦	258	463	0	0
東海	244	426	0	△ 2
久良	327	541	0	0
計	3,285	5,839	5	3

図書コーナー新入荷情報

〈小説〉

・川代紗生

『月がきれいな夜に、誰かに思い出してほしかった』

・朝倉かすみ

『けんぐわい』 ※第175回直木賞受賞作

・小砂川チト

『ゾンビ回収婦』※第175回芥川賞受賞作

〈コミック〉

・つるまいかだ『メダリスト　５巻』

2026年(令和8年)11月号



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

令和８年度 緑小学校・緑地区秋季運動会







10月3日（土）

緑小学校グラウンドにて、令和８年度緑小学校・緑地区秋季運動会が開催されました。

毎年恒例の緑競輪選手権や借り物競争のほか、玉入れや綱引きなど、今年は運動会定番の種目が追加され、大いに盛り上がる運動会となりました。

緑自主防災会 男女共同参画関連セミナー





10月４日（日）

緑小学校多目的室にて、緑自主防災会主催の男女共同参画関連セミナーが開催されました。

能登半島地震や熊本地震の際に避難所で発生した問題や課題を女性の視点を交えながら振り返り、避難所設営のためのシミュレーションを行いました。

11月　緑公民館　休館日

月曜日	祝日
2日・9日・16日・23日・30日	3日(火)文化の日 / 23日(月)勤労感謝の日

＊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。 蛍光管の持ち込みはできません。
24	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
8	日	僧都	僧都山出地区交流スポーツ大会	旧僧都小学校屋内運動場及びグラウンド
12	木	僧都	僧都山出ふれあいサロン（研修旅行）	松山方面
19	木	緑	みどりサロン　バス研修（自然観察）	面河渓谷ほか

僧都・山出ふれあいサロン











10月８日（木）

僧都・山出ふれあいサロンが開かれました。

ボッチャをみんなで楽しんだあと、ぼた餅を食べながら来月の研修旅行の場所や日程等について話し合いを行いました。

11月 僧都公民館 休館日

火曜日	祝日
3日・10日・17日・24日	3日(火)文化の日 / 23日(月)勤労感謝の日

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	
24	火	僧都ふれあい交流館・山出集会所	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。

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	120	213	0	△ 1
緑	327	628	0	△ 1
城辺	1,882	3,440	3	5
みしま荘	51	51	0	0
南楽荘	76	77	2	2
深浦	258	463	0	0
東海	244	426	0	△ 2
久良	327	541	0	0
計	3,285	5,839	5	3



2026年（令和８年）11月号 第 41号

館報

東海 東海公民館だより



発刊 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）





東海地区ふれあいスポーツ大会 ボッチャの部





「東海地区ふれあいスポーツ大会ボッチャの部」を旧東海小学校体育館で10月4日(日)に開催しました。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20人(10チーム)が参加し、ボッチャを通じて交流を深めました。大会では２人ずつ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、「イケオジ」チームの森口 初彦さんと吉村 公一さんが、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。

ボッチャで交流

10月7日(水)には、東海公民館ホールで、東海公民館健康体操教室の８人と愛南町身体障害者協議会の５人の皆さんにより、3人／チームでボッチャの対戦して楽しく交流をしました。



地域食堂から手作りドーナツをお届け！



地域食堂の取り組みとして、ボランティアの皆さんが9月17日(木)に東海公民館の調理室で心を込めて特製ドーナツを手作りし、城辺小学校の児童へプレゼントしました。ふんわりと揚がったドーナツ266個は、調理当日に城辺小学校へ届けられ、子どもたちからは、「これまで食べたドーナツの中で一番おいしかった！」「ドーナツをいただいたことで、みんなから応援されているという気持ちになりました。これからもっと頑張りたいです。」という感想が後日先生を通じてボランティアの皆さんに届きました。

美味しく味わってもらうだけでなく、地域の大人が子どもたちの健やかな成長を見守り、応援している想いを届ける良い機会となりました。

11月 霜月 Nov 城辺地域公民館事業カレンダー

日	曜	館	事　業	場　所
4	水	城辺	パソコン教室 19:00～21:00	城辺公民館２階　研修室
5	木	東海	高齢者健康教室	東海公民館　集会室
8	日	僧都	僧都山出地区交流スポーツ大会	旧僧都小学校屋内運動場及びグラウンド
9	月	城辺	陶芸教室 13:30～15:30 / 18:30～20:30	城辺公民館１階　ふれあい学習室 / 創作室
11	水	城辺	パソコン教室 19:00～21:00	城辺公民館２階　研修室
12	木	城辺	陶芸教室 13:30～15:30 / 18:30～20:30	城辺公民館１階　ふれあい学習室 / 創作室
17	火	深浦	老人クラブと幼稚園児との交流会	愛南幼稚園
18	水	城辺	パソコン教室 19:00～21:00	城辺公民館２階　研修室
		深浦	婦人学級料理講習会10:00～	深浦公民館　調理室
19	木	東海	高齢者健康教室	中玉分館
		東海	スマホ教室	東海公民館
20	金	城辺	城の辺けんこう学級 14:00～16:00	城辺公民館１階　ふれあい学習室・駐車場
		深浦	にこにこサークルと砥部町サロン交流会	深浦公民館２階　ホール
22	日	久良	天嶮鼻健康ウォーク2026	久良公民館
25	水	城辺	パソコン教室 19:00～21:00	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
26	木	東海	スマホ教室	東海公民館

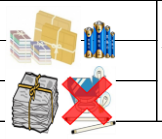
11月 霜月 Nov 東海公民館・中玉分館休館日

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）
	1日・15日・29日		9日・23日		
中玉	土曜日	日曜日	月曜日		
	7日・14日・21日・28日	1日・8日・15日・22日・29日	2日・9日・16日・23日・30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 Nov 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	木	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。
19	木	東海公民館・敦盛集会所	
26	木	中玉バス停跡・脇本集会所	



10月 神無月 Oct　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	213	0	△ 1
緑	327	628	0	△ 1
城辺	1,882	3,440	3	5
みしま荘	51	51	0	0
南楽荘	76	77	2	2
深浦	258	463	0	0
東海	244	426	0	△ 2
久良	327	541	0	0
計	3,285	5,839	5	3

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」で使用するブ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、次のとおり開催する予定です。

フラワーアレンジメント教室
開催日：12月1日（火）午前10時00分～
場所　：東海公民館
内容　：ブリザーブドフラワー

2026年（令和8年）１１月号　第36号

館報

ひさよし 久良公民館だより



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

天嶮鼻健康ウォーク2026参加者募集中



日　　時　１１月２２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
詳細は、配布されているチラシを
ご覧ください



１０/４実施　久良地区避難訓練

地震が発生したら高い場所へすぐ避難！











地区全体で旧久良小体育館への避難訓練と指定避難場所である校舎の現状や備蓄物資の確認を約100名の参加者で行いました。その後は、自主防災会及び町防災アドバイザーによる講話と町消防団女性部による災害時のトイレに関する学習会をおこない防災に関する知識を深めることができました。次回の訓練は、3月上旬の「夜間避難訓練」の予定です。

11月　November 城辺地域公民館事業カレンダー

日	曜	館	事業	場所
5	木	東海	高齢者健康教室	東海公民館　集会室
8	日	僧都	僧都山出地区交流スポーツ大会	旧僧都小学校屋内運動場及びグラウンド
17	火	深浦	老人クラブと幼稚園児との交流会	愛南幼稚園
18	水	深浦	婦人学級料理講習会10:00～	深浦公民館　調理室
19	木	東海	高齢者健康教室	中玉分館
19	木	東海	スマホ教室	東海公民館　26日も開催
20	金	深浦	にこにこサークルと砥部町サロン交流会	深浦公民館2階　ホール





介護予防教室

9/30「運動機能向上についての講話」

10/14「栄養改善についての講話」

スモールジム愛南店の中尾さんと町管理栄養士の清家さんを講師に迎えて両講座を開催しました。健康的な食生活を送る上での大事なポイントは、①1日3食しっかり食べる。②毎食たんぱく質を食べる。③運動・口腔ケア・社会参加を続ける。とのこと。スモールジム愛南店の中尾さんの講座は、12/24にも予定しています。

11月November　久良公民館休館日

第1・3・5日曜日	第2月曜日	祝日等	臨時休館日
1日・15日・29日	9日	3日（火）・23日（月）	14日（土）

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	
26	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	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	213	0	△ 1
緑	327	628	0	△ 1
城辺	1,882	3,440	3	5
みしま荘	51	51	0	0
南楽荘	76	77	2	2
深浦	258	463	0	0
東海	244	426	0	△ 2
久良	327	541	0	0
計	3,285	5,839	5	3

公民館からのお知らせ

公民館学習グループ「墨の会」作品展示会　開催のお知らせ

日時　11月6日（金）15時～17時
　　11月7日（土）8時30分～12時
場所　久良公民館　会議室



2026年（令和８年）11月号 第 41号

館報

ふかうら 深浦公民館だより



発刊 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）

防災夜間避難訓練の実施



東浜・中組・奥前・にこにこサークル有志のみなさんによる夜間避難訓練が、国民の休日の９月22日(火)午後６時からなかよし館を中心に実施されました。東本中組区長(愛南町自主防災連絡会副会長)による講話で始まり、シルバーウイークの中日でもあったため中・高生の参加もあり、計46名が参加して高台までの避難訓練、防災備蓄品の利用体験を行いました。また、防災対策課から２名の職員が駆けつけ、助言も受けました。

この訓練で体力が落ちていると感じた方は、運動をして少しでも体力の維持・増強に励んで、もしもの時に備えましょう。

老人クラブ役員会終了後の活動



10月６日(火)に開かれた老人クラブの役員会終了後に、深浦駐在の村上さんから「生活道路の交通安全」と題してドライバーへの注意喚起に関するお話がありました。また、その後にルールを確認しながらモルックの練習を行い、お互いの交流を深めました。

にこにこサークルからのお知らせ

【日　時】 令和８年１１月２０日（金）　１１：３０～１４：００（予定）
【場　所】 深浦公民館　２階ホール　　【内　容】砥部町サロンとの交流

11月 霜月 Nov 城辺地域公民館事業カレンダー

日	曜	館	事業	場所
4	水	城辺	パソコン教室 19:00～21:00	城辺公民館２階　研修室
5	木	東海	高齢者健康教室	東海公民館　集会室
8	日	僧都	僧都山出地区交流スポーツ大会	旧僧都小学校屋内運動場及びグラウンド
9	月	城辺	陶芸教室 13:30～15:30 / 18:30～20:30	城辺公民館１階　ふれあい学習室 / 創作室
11	水	城辺	パソコン教室 19:00～21:00	城辺公民館２階　研修室
12	木	城辺	陶芸教室 13:30～15:30 / 18:30～20:30	城辺公民館１階　ふれあい学習室 / 創作室
17	火	深浦	老人クラブと幼稚園児との交流会	愛南幼稚園
18	水	城辺	パソコン教室 19:00～21:00	城辺公民館２階　研修室
		深浦	婦人学級料理講習会10:00～	深浦公民館　調理室
19	木	東海	高齢者健康教室	中玉分館
		東海	スマホ教室	東海公民館
20	金	城辺	城の辺けんこう学級 14:00～16:00	城辺公民館１階　ふれあい学習室・駐車場
		深浦	にこにこサークルと砥部町サロン交流会	深浦公民館２階　ホール
22	日	久良	天嶮鼻健康ウォーク2026	久良公民館
25	水	城辺	パソコン教室 19:00～21:00	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
26	木	東海	スマホ教室	東海公民館

11月 霜月 Nov 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（文化の日）** **23日（勤労感謝の日）**
１日・１５日・２９日	**１０日・２４日**		

11月 霜月 Nov 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	
26	**木**	**古月集会所・鯆越集会所・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 Oct　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	213	0	△ 1
緑	327	628	0	△ 1
城辺	1,882	3,440	3	5
みしま荘	51	51	0	0
南楽荘	76	77	2	2
深浦	258	463	0	0
東海	244	426	0	△ 2
久良	327	541	0	0
計	3,285	5,839	5	3

公民館からのお知らせ

落ち葉が散り、日ましに寒くなって、そろそろ温かいものが恋しい季節になってまいりました。日中の日が当たる時間も少しずつ短く感じる今日このごろですが、秋の地域行事もいろいろと計画されています。できるだけ家の外に出て、多くのみなさんとの交流を楽しみましょう。

一本松地域公民館だより

回覧

令和8年11月

寒さに備え、心も身体もゆっくり温めましょう。



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①　～腸活～　9月25日（金）













【今日の献立】
・白飯
・海老つくね蒸し
・美腸活白和え
・春雨のすまし汁
・アサイーボウル

第1回目のコミュニティ教室は昨年に引き続き、**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！**腸の強い味方！**　〇発酵食品の納豆、ヨーグルト、みそなどは悪玉菌の増殖を抑えて善玉菌を活性化させます。〇水溶性食物繊維の押麦、ごぼう、きのこ類、おくら、海藻などは水分を引き込んで、便を軟らかくする善玉菌のエサとなり、腸を整えます。〇オリゴ糖やバナナ、きなこ、玉ねぎなどはお腹の調子を整え、乳酸菌のエサとなって、善玉菌を増やします。〇EPA・DHAが含まれる青魚、えごま油やくるみなどもオススメです。善玉菌は1日しか腸内に留まらないので、毎日心がけて継続して摂取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～　10月7日（水）　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。一人で8枚の作品を作り上げている児童や押し花のレイアウトを工夫し草花の色や形の向き、重なり方などを熱心に調整しながら納得いく作品づくりに夢中になっていました。
今回、作り上げたしおりやコースターを誰に贈るのでしょうか。



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18日（水）は、ヨガ：野田恵子 先生です。

参加者募集！

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8年11月 26 日（木）
１３時３０分～

場　所：一本松山村開発センター

講師：ﾐｭｰｼﾞｯｸｹｱﾜｰｶｰ　西本　節子 先生

申し込み期限：１１月２０日（金）

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

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～



見本の作品です

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。
今回は、玄関や洋室のインテリアにも馴染むデザインの飾りを作ります。
ぜひ、ご参加下さい。

申し込み受付開始
11月19日(木)～
※11月19日以降でないと受付できません。

日時：令和8年12月10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

持ってくるもの：持ち帰り袋、はさみ

【問い合わせ】
一本松公民館　84－1252

コミュニティ教室②～福浦から学ぶ自主防災～　10月11日（日）









第2回目のコミュニティ教室は、「福浦から学ぶ自主防災」ということで、福浦地区自主防災グループ、通称「福浦ギャルズ」の3名の方を講師に迎えました。結成10年、福浦地区の様々な場所での防災学習会を毎月続けられています。東日本大震災（2011年3月11日にM9.0の巨大地震で、津波や原発事故を引き起こし、甚大な被害をもたらした。）の被災地研修に参加し「自分達の地域は自分達で守る」「大切な人・ふるさとを守る」活動が始まりました。 一本松は、福浦地区と比べると多くは内陸の穏やかな傾斜地や平坦地が広がり、海からの影響は程よく受けつつも、台風や暴風雨の影響は海岸部よりやや軽減される地域です。 津波はこなくても、地震による家屋倒壊、土砂災害、建物浸水、道路の寸断、孤立・・・。

様々な問題がグループでの話し合いの中では出てきていました。災害はいつ発生するか分かりません。自然災害の発生を防ぐことはできませんが、一人ひとりが防災意識を高め、備えをすることで被害を最小限にすることはできるかもしれません。「自分の命は自分で守る」ためにも普段だからこそ身の回りに起こりそうな災害リスクを正しい知識で理解し、備えておきましょう。

図書室より　新刊入りました。

ファイヤー・ドーム 上・下／
辻村深月

湾／宮本 輝

深淵のテレパス／上條一輝

盾と矛／方丈貴恵

ギャルにひかれて寺マルシェ／
宮島未奈



人口動態
西海地域全体
世帯数　875
人　口　1456 人
男　694 人
女　762 人
＊10 月 1 日現在

公民館だより にしうみ

11 月号
-2026 年-

発行元
愛南町船越
西海公民館
☎ 82-0069

ヨガ教室（西海公民館事業）






10 月 20 日（火）、西海公民館のヨガ教室を町民会館 3 階ホールで開催しました。参加者は野田先生から一人ひとり指導を受け、足を伸ばしたり腰をひねったりする運動で体を整えました。参加者からは、「普段なかなか伸ばさないところも、自分に無理のない程度に伸ばせて気持ちよかったです」との感想が寄せられました。皆さん、お疲れさまでした。



松野虹の森公園へ行ってきました。（親子体験教室）







10 月 16 日（金）、船越保育園の親子で、松野町の虹の森公園へ出かけました。行きのバスの中では、似顔絵大会やクイズ大会を楽しみ、大いに盛り上がりました。水族館ではさまざまな魚を見学し、午後はガラス工房でグラスにシールを貼り、サンドブラスト加工を体験しました。世界に一つだけの記念のグラスが美しく仕上がり、親子で楽しい時間を過ごすことができました。

ヨガ教室　（西浦公民館事業）



西浦公民館（中泊集会所）ホールで、「ヨガ教室」を開催します。講師は、ヨガインストラクターの野田恵子さんです。興味のある方は、ぜひご参加ください。

開催日時 ： 12月 14 日（月）午後1時30分～
準備物　 ： タオル、水分、ヨガマット（貸出あり）
募集人数 ： 15名（先着順）
申込先　 ： 西海公民館　TEL　82-0069
申込期限 ： 11月 30 日（月）午後5時



【野田　恵子先生】

西海公民館新刊情報

書　　名	著 者 名
永遠の記憶	東野 圭吾
きずもの	西 加奈子
希望の子	一穂 ミチ



「スマホ教室」開催

12 月 7 日（月）午後 2 時から、西海町民会館 2 階中会議室で、愛媛 CATV 愛南局のご協力による「スマホ教室」を開催します。

スマートフォンの基本操作や使い方に不安のある方を対象とした教室です。参加費は無料で、準備物も必要ありません。どなたでもご参加いただけます。

申込先　西海公民館　電話　82-0069

１１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 ～
9	月	芋掘り体験（船越小学校）	10:00 ～
13	金	はつらつ介護予防教室（西海）	14:30 ～
27	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 R8,10,1 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	21	16	15	31	0	(±0)
弓立	20	16	18	34	-1	(-1)
小浦	12	6	15	21	0	(±0)
樫月	18	12	13	25	0	(±0)
船越	168	135	151	286	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	(±0)
中泊	81	63	64	127	1	(+1)
内泊	49	36	33	69	-2	(-2)
計	489	381	409	790	-2	(-3)

令和8年11月号(No.217)



福ふくふう風



令和8年11月1日発行

福浦小学校・地域合同運動会



10月４日(日)福浦小学校のグランドで福浦小学校・地域合同運動会が開催されました。児童数は11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。
当日の天気はくもり空で、ときおり小雨が降るあいにくの天候でしたが、なんとか最後まで競技を行うことができました。

参加者全員が力いっぱい競技に取り組み、各種目とも大いに盛り上がりました。また、前日のテント設営や万国旗の飾りつけ、当日の準備や後片付けにご協力いただいた皆さん、運動会当日に係員としてご尽力いただいた皆さん、本当にお疲れさまでした。









中・高生の皆さんは、競技への積極的な参加しただけでなく、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思いが伝わってきました。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。















運動会後には、風の子太鼓の演奏が行われました。教職員ＯＢや卒業生も演奏に加わり、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。

敬老祝賀会　武者泊地区



10月7日(水)武者泊地区で毎年恒例の敬老祝賀会が開催されました。本来は９月に実施する予定でしたが、例年の厳しい暑さを考慮し、今年は翌月に延期して開催されました。

当日は、参加者が日頃鍛えた歌声を披露し、カラオケで大いに盛り上がりました。また、途中からは即興の踊りも披露され、会場は笑いに包まれるなど終始和やかな雰囲気となりました。

ドローン操縦に挑戦！



10月16日(金)福浦小学校体育館でドローン教室が開催されました。児童８人が参加し、中田非斗志先生の指導のもと、ドローンの仕組みや基本操作、ルールについて学びました。児童たちは実際にドローンを操縦し、離着陸や飛行のコツを体験しました。

体験終了後、参加した児童からは「今日は上手にドローンを操縦できて楽しかった」「今日は思うようにできなかったけれど、次回はもっと上手く飛ばせるように頑張りたい」といった感想が聞かれました。また、「ドローンがほしい」という声もあり、ドローンへの関心の高まりがうかがえました。これに対し、中田先生は「クリスマスやお正月に、おうちの人にお願いしてみたらどうかな」と笑顔で話していました。

参加した児童たちにとって、ドローンの魅力に触れながら楽しく学ぶ貴重な機会となりました。

11月　公民館の予定

3	火	福浦秋祭り		
4	水	武者泊カラオケ交流会	13:30	～
5	木	山ゆり会(カラオケ)	13:30	～
9	月	公民館カラオケ教室	13:30	～
11	水	健康体操教室	13:30	～
12	木	華道教室	13:30	～
13	金	ごんげんクラブ(カラオケ)	13:00	～
15	日	愛媛県知事選挙	7:00	～
16	月	椅子ヨガ教室(武者泊)	13:30	～
17	火	フラワーボランティア（柿崎）	8:30	～
18	水	武者泊カラオケ交流会	13:30	～
19	木	ふれあいサロン	12:00	～
		山ゆり会(カラオケ)	13:30	～
20	金	椅子ヨガ教室(福浦)	13:30	～
24	火	福浦花を植え隊	8:30	～
25	水	音楽体操教室	13:30	～
27	金	ごんげんクラブ(カラオケ)	13:00	～
30	月	親子料理教室	13:00	～

≪お知らせ≫
国保一本松病院　福浦出張診療所

・１１月３日(火)は休診日となります。

人口移動

（令和8年10月1日現在）
西海地域：1,456人（-5）

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	27	52	±0	(±0)
大成川	22	19	20	39	±0	(±0)
小成川	29	21	33	54	±0	(±0)
福浦	256	206	228	434	±0	(-2)
麦ヶ浦	16	10	15	25	±0	(±0)
武者泊	37	32	30	62	±0	(±0)
計	386	313	353	666	±0	(-2)