

# 10月は 秋祭り一色！ ～各地区で盛大に開催～

## CONTENTS 広報かみじま 2025年12月号 第255号

- |                          |                        |                         |
|--------------------------|------------------------|-------------------------|
| 2 各地区で秋祭り!!              | 12 ALT/観光協会だより         | 24 戸籍だより / 1歳のお誕生日おめでとう |
| 4 県内外から来ている留学生たちがお祭りで活躍! | 13 LETTERS FROM SCHOOL | 25 行事カレンダー・潮汐表          |
| 6 町内各地区と弓削高校・弓削中学校の運動会   | 14 上島の文芸 / かみじま郷土話     | 26 KAMIJIMA SNAP/ 潮湯だより |
| 8 健康だより                  | 15 お知らせ                |                         |
| 10 島おこし協力隊活動日記           | 22 しまなみ農業だより           |                         |
| 11 島おこし協力隊ミッション ミニコラム    | 23 消防だより               |                         |



魚島地区 秋祭り

10月4日(土)・5日(日)



久司浦地区 秋祭り

10月4日(土)・5日(日)



生名地区 秋祭り

10月4日(土)・5日(日)



佐島地区 秋祭り

10月11日(土)・12日(日)







岩城地区 秋祭り



10月11日(土)・12日(日)



下弓削地区 秋祭り

10月17日(金)・18日(土)・19日(日)



上弓削・沢津地区 秋祭り

10月18日(土)・19日(日)



引野・明神地区 秋祭り

10月26日(日)







10月に入って町内各地で行われた秋祭り。離島留学で県内外から上島町に来ている留学生の皆さんが、各地でお祭りに参加してくれましたので、参加した感想を聞いてみました。

### 【魚島さざなみ留学 さざなみ寮】

お神輿を担ぐときの掛け声「ちょうさじゃ!」と全員で大きな声を出せて楽しかった!! お神輿は重かったけど、みんなで力を合わせ担いで達成感がありました。地域の人達も見守ってくれて嬉しかったので、来年も参加したいです。亀居八幡神社で巫女装束をまとい、「いつもと違う大人の私」で嬉しかったです! 神様へのお供え物を奉納できたことは貴重な体験でした。魚島の伝統を肌で感じ、お祭りの一員として貢献できたことに満足感を得ました。



生名八幡神社（だんじり）



亀居八幡神社（巫女）



県外出身の私は、昨年に続き二度目の神輿に参加しました。だんじりの賑わいや神輿を担ぎ終えたあとの達成感が特に印象に残りました。地域全体が心をひとつに盛り上がる姿がとても素敵で、私も女神輿の担ぎ手として参加できたことがとても嬉しかったです。

岩城八幡神社秋祭り初参加ながら、とても楽しませていただきました！神輿を担ぐのも、地域のお祭りに参加するのも初めてのことで、一体感や盛り上がりのどれも新鮮で終始わくわくして楽しかったです。初参加でも女神輿や地域の方々が暖かく向かえ入れてくれたおかげで、心置きなく参加でき新しい人脈も広がりました。ぜひ来年も受験の合間を縫って参加したいです！

「神様の風を皆にお届けする」巫女を通して、その言葉の意味が分かった気がしました。お祭りに参加する人達の目には、笑顔と感謝が溢れていました。そんな機会に関われたことをとても光栄に思っています。これからも、この上島町の地に触れていきたいです。

生名島・佐島・下弓削・上弓削のお祭りに参加しました。どの島でも地域の方々が温かく迎えてくださり、初めて訪れた場所にも関わらず、めいっぱい楽しむことができました。また、私は中学の頃に魚島へ離島留学しており、そこでもお祭りに参加したことがあります。島ごとに雰囲気や伝統が少しずつ違い、それぞれに個性があって、とても面白いと感じました。

私は、今回初めてお祭りに参加させていただきました。一年生の時にはお祭りに対するイメージが湧かず、参加しませんでした。しかし、今回参加して神輿を担いだ経験は、そのイメージを180度変えてくれました。今回のお祭りは本当に忘れられない思い出となりました。皆さんに感謝、本当にありがとうございました。



岩城八幡神社（女みこし）



高濱八幡神社（夜殿 巫女）



弓削神社（曳だんじり）



弓削神社（本加輿丁）



弓削高校運動会 9月6日(土)



魚島大運動会 9月13日(土)



## 町内各地区と弓削高校・ 弓削中学校運動会

各島で元気いっぱい運動会が開催されました。各種競技では、笑顔や一生懸命な姿、親御さんと協力する競技など心温まる場面が多く見られました。

それぞれが思い描いた運動会。この運動会で得た経験は、今後の生活において役立つことでしょう。皆さんの頑張りに拍手!!

弓削中学校運動会 9月14日(日)





弓削秋季大運動会 9月21日(日)



いきな秋季大運動会 9月21日(日)



いわぎ秋季大運動会 10月26日(日)





# 高血圧予防は万病予防！なのに…

上島町は高血圧の人が愛媛県で一番多いんじやってよ



令和4年度 KD B 疾病管理一覧（高血圧症）より

## 高血圧はサイレントキラー

高血圧は、自覚症状がないままに進行し、命を脅かすことから「サイレントキラー（沈黙の殺し屋）」と呼ばれています。

高血圧が続くと、血管や心臓に負担がかかり、自覚症状がなくても血管が硬く厚く、もろくなる **動脈硬化** となり、さまざまな病気の引き金となります。

## 高血圧は循環器病発症の最大の危険因子

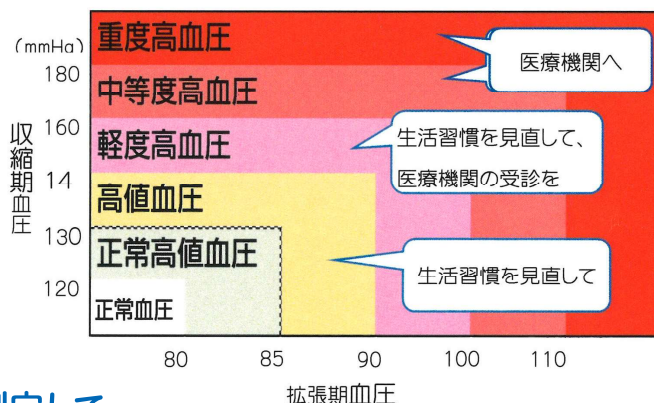
血管がたくさんある脳や腎臓、目の網膜や血液を送り出す心臓へも悪影響が生じ、認知症や脳卒中、心筋梗塞、腎臓病などに繋がります。



**メタボリックシンドロームと診断された方の多くが高血圧を併発しています。**

## ◎血圧の正常値は 120 / 80mmHg 未満です

血圧の高さから、血管の傷み具合や病気に発展する可能性がわかります。あなたの身体からのメッセージに耳を傾けてみましょう。



自覚症状がないからこそ、定期的に血圧を測定して

自分の血圧を「知る」ことが大切です

### ①自分で血圧測定

毎日決まった時間に血圧を測定する習慣をつけましょう。

### ②健康診断の受診

職場や町の健康診断を年1回は受診しましょう。

### ③健康相談を利用する

各地区で実施している健康相談を利用しましょう。

毎月各地区で  
「健康相談」実施中

詳しい日程は、健康相談・各種教室・健診ガイドをご参照ください。

高血圧は、日々の少しの心がけで予防ができます。健康な体で、かけがえのない家族や大切な人との時間を長く楽しむために、今こそ生活習慣を見直しましょう。



12月

## 健康相談・各種教室・健診ガイド

★印は、健康ポイント10P獲得できます

### 弓削地区

#### 弓削保健センタープレイルーム開放日

毎週金曜 9:00 ~ 12:00 弓削保健センター

#### 健康相談・健診結果説明会★

9日(火) 9:30 ~ 10:30 せとうち交流館

### 生名地区

#### 1歳6か月児・3歳児健診★

受付  
5日(金) 11:30 ~ 11:50 生名保健センター

#### 健康相談★

19日(金) 10:00 ~ 11:00 生名総合支所

#### まめちびクラブ★

16日(火) 10:00 ~ 11:30 生名保健センター

### 岩城地区

#### 健康相談★

12日(金) 10:00 ~ 11:00 岩城総合支所2階

#### デイケア★

17日(水) 13:30 ~ 15:00 岩城保健センター

### 魚島地区

#### 健康相談★

18日(木) 10:00 ~ 11:30 魚島保健福祉センター

## 元気アップ体操

### 一すきま時間体操一

最新の健康診断結果によると、上島町は肥満(BMI 25以上)および内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)の割合が県内で最も多い状況です。年末年始は食べ過ぎや運動不足になりやすく、気づいたらお腹回りが大きくなり体重が増えている…という方も多いはず。

体重や内臓脂肪を減らすのは「運動だけ」では難しいと言われています。次の3点を同時に実践することが効果的です。

- ・消費カロリー以下に食事量を抑える
- ・筋力トレーニングで基礎代謝を上げる
- ・息が上がり、汗が出る程度の有酸素運動を週合計60分以上行う

これら続けることで、心筋梗塞・脳梗塞など重大疾患のリスクも低減できます。今日から生活習慣を見直し、健康な新年を迎えましょう。

#### スロースクワット

太極拳のように、深い呼吸でゆったりとなめらかに動き続けることで、有酸素運動の効果があります。

##### ① 姿勢を整える

足は肩幅に開き、つま先はやや外側へ。おへそに意識を向けて立つ。

##### ② 息を吸いながらしゃがむ(5秒)

背筋を伸ばしたまま、おなかを膨らますようにゆっくり鼻から息を吸いながら、5秒かけて腰を後方に引く



膝はつま先より前に出さない。膝が内側に入らないように。膝の角度は45°~90°が目安



##### ③ 息を吐きながら立ち上がる(5秒)

おなかを凹ますようにゆっくり口から息を吐きながら、膝を軽く曲げた位置まで5秒かけてもどる。



膝は伸ばしきらず、少し曲げた状態を保つ



##### ④ 繰り返す

②~③の動作を5~10回

1日2~3セット



## 魚島離島留学



魚島離島留学ハウスマスターの竹内です。今回は、魚島に伝わる伝統行事「てんてこ踊り」についてご紹介します。

9月14日に行われた魚島大運動

## てんてこ踊り

会で、プログラムのひとつとして約7年ぶりに「てんてこ踊り」が復活し、披露されました。

「てんてこ踊り」は本来、毎年8月15日に行われる行事で、南北朝時代の武将（篠塚伊賀守）が再起を期して行った調練の名残りだと伝えられています。踊りは東西に分かれて行われ、「ヤーコラサ、コラサ」という掛け声をかけながら、太鼓や鉦の囀りに合わせて中央へと練り進みます。中央に集まったところで

二手に分かれ、戦いのしぐさをするのが特徴です。

離島留学生をはじめ、地域の皆さま、そして島外から訪れた方々も一緒にになって踊り、魚島全体がひとつになった心温まる瞬間となりました。



ハウスマスター  
竹内 愛美和

## 公営塾



10月より島おこし協力隊「ゆめしま未来塾」の講師として着任しました、高木大地と申します。茨城県出身です。子どもの頃から海の近くで

## はじめまして！

暮らしたいという夢があり、このたび上島町でその夢が叶いました。引越してきたばかりで慣れないことも多いですが、美しい海と町の皆さんの温かさに毎日癒されています。ゆめしま未来塾では英会話講座などを担当し、弓削高校の生徒の勉強をサポートしています。皆さんの英語力や学ぶ意欲の高さに驚かされる毎日で、とてもやりがいを感じています。

今後は、これまでの社会人経験

も生かしながら、進路や就職といったキャリア面でもサポートしていければと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。



ゆめしま未来塾  
高木 大地

## サイクリング振興

島おこし協力隊としての活動も、残すところあと3か月となりました。今回は上島町のレンタサイクルに新しく仲間入りする自転車をご紹介します。

近年、上島町のレンタサイクルでは外国人利用者が大きく増えており、今年はすでに昨年度の約2.5～3倍に達しています。

一方で、海外の方は体格が大きい方が多く、日本の標準サイズの自転車ではサドル（座る部分）を一番高くしても合わない場合があります。

した。

こうした声を受けて、上島町ではインバウンド対応を強化し、サドルをより高く調整できる電動アシスト自転車を導入しました。

さらに今回は、新しい技術「回生充電式」のモデルを採用。こぐことでバッテリーを充電できる、環境にもやさしい最新型です。

町民のみなさんにも、ぜひこの新しい電動アシスト自転車を体験いただき、快適なサイクリングを楽しんでいただけたらと思います。

## 回生充電！？レンタサイクルに新しい車種登場



▲新しく導入するアシスト自転車



サイクリング振興  
豊田 遥



## 島おこし協力隊ミッション ミニコラム 31

### 「島で学ぶ、テクノロジーと平和のかたち」

さざなみ寮ハウスマスターの岩谷弘一、梶浦智恵美、竹内愛美和です。この秋、留学生たちが魚島にいながら、AIテクノロジーや平和問題について考える機会があったので、私たちも参加してみました。

9月25日、ソフトバンク株式会社の松本勇二郎さんをお招きし、2040年を想像した映像コンテンツを鑑賞しました。映像には自動運転車が街を走り、リアルタイム翻訳機能で多言語の会話が瞬時につながるシーンが登場。子どもたちは「すごい！」「と歓声を上げ、離島留学生の一人は、「翻訳機能が発展し、動物と話せたらどんなに楽しいだろう」と発言。そこでテクノロジーが生む新しい共感が生まれ、自然に話し合いも深まり、参加者全員が「未来は身近にある」という実感を共有できました。

10月11日、魚島地区地域ふれあい学習会で、イラン出身の恵

真実（エマミ）アスガルさんを招き、「イランってどんな国？」というテーマで平和について話し合いを行いました。最後に一人ひとりが「私にとつての平和とは」について発表した際、さざなみ留学生の一人が「対話できることが私にとつての平和です」と発表した瞬間、会場は温かい拍手と笑顔で包まれました。この瞬間、遠く離れた争いが「小さな会話」の積み重ねで緩和できる可能性がある

あることを改めて実感しました。

AI・テクノロジー・国際課題・グローバル課題は、離島留学生との日常の会話の中でも自然に溶け込んでいます。自動運転車や



リアルタイム翻訳は、世界とつながる便利なツールとなり、日常の対話が異文化理解と平和の土台を作ってくれます。離島でもこれらのテーマは割と身近であり、日々の暮らしの中でも私たちの生活に変化をもたらすことを実感しています。みなさんも同じような機会がありましたら、ぜひご参加ください。子どもたちの意見にハッとさせられるかもしれません。



ハウスマスター  
竹内 愛美和



ハウスマスター  
梶浦 智恵美



ハウスマスター  
岩谷 弘一



## Love is in the air !



皆さん、こんにちは！生名島のALTピートです。10月に2週間、妹の結婚式に出席するためにイギリスに戻りました。妹のリズと夫のエリンさんの結婚式は、私が今まで出席した中で最も美しい結婚式でした。西洋の結婚式では、花嫁の最も親しい友人や家族がブライズメイドを務めます。私は男性ですが、

私を選んでくれたんです！  
しかも、式典中は2匹の犬に結婚指輪を持たせていました。本当に可愛らしかったです！  
式の後には、豪華な3コースディナーとパーティーがあり、夜遅くまで踊ったり飲んだりして過ごし、私は午前3時まで起きていました！  
いつか皆さんも美しい西洋の結婚式を見る機会があればいいですね。日本の結婚式もとても美しいので、ぜひ出席してみたいです！

イギリス旅行の後、幸運にも

弓削 月 19:30 ~ 弓削地域交流センター  
生名 月 10:30 ~ 生名3分団集会所  
岩城 木 19:30 ~ 岩城総合支所庁舎

## 英会話教室

妹とその夫が日本へのハネムーンに同行させてくれました！

広島、宮島、上島（佐島の汐見ハウスで素敵なディナーと一緒に楽しみました）、尾道、福山などを訪れました。その後、私たちは別れ、妹と夫は岡山から東京へのハネムーンを続けました。日本での滞在を楽しんで、また来たいと強く思っていると聞いて、とても嬉しく思いました。



生名・魚島地区担当  
ピーター ジョセフ スタッフオード

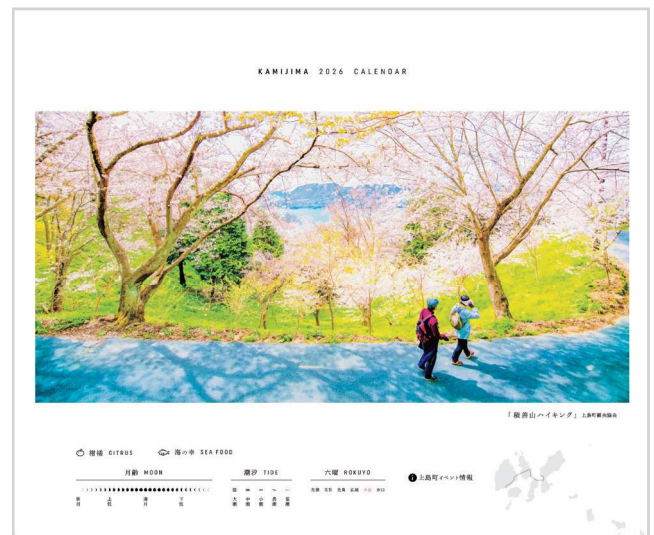
## 上島町観光協会制作

## かみじまカレンダー2026

上島町観光協会では、毎年ご好評をいただいております「かみじまカレンダー」2026年度版を制作しました。完成後、順次協賛いただいた町内事業者や会員にお配りしておりますが、町民の皆さまにも12月号の広報に折込み全戸配布する予定です。

それ以外は一般販売となり、観光協会事務局窓口およびインターネットでご購入いただけます（1冊500円〈税抜〉、送料別）。当協会が主催するフォトコンテスト受賞作品や四季折々の上島町の美しい風景でビジュアルを構成し、島暮らしには欠かせない潮汐、月齢、二十四節気と、人気の上島町の海の幸・柑橘カレンダーも巻末に掲載しております。

上島町を訪れた方、訪れたいと思っている方、また離れて暮らすご家族・ご友人などへのささやかな贈り物として、「かみじまカレンダー2026」をご活用いただければ幸いです。



## 上島町観光協会

KAMIJIMA TOURISM ASSOCIATION

☎ 0897-72-9277







## 弓削高等学校

<https://ehm-yuge-h.esnet.ed.jp/>


## 二年生、沖縄へ修学旅行！

## 2年生修学旅行！沖縄へ！

10月7日(火)から10日(金)まで、2年生が沖縄での修学旅行を実施しました。首里城では琉球王国の歴史を学び、平和祈念公園では命の尊さを実感しました。



自主研修ではそれぞれが興味を持つ分野を探究し、道の駅かでは基地を臨みながら学びを深めることができました。マリンスポーツやジャングリアでは全力で楽しめ、美ら海水族館や沖縄ワール

ドでは沖縄の魅力を存分に味わいました。



## NHK「ひめポン！」で紹介！

10月21日(火)、起業部(株式会社弓削 Koco.)の取組が、NHKの夕方の番組「ひめポン！」で放送されました。



高校生が株主となり、実際に会社を経営するという新たな挑戦について、詳しく紹介していただきました。



地域と真剣に向き合い、仲間と協力しながら未来を切り開こうとする生徒たちの姿をみていただきました。番組を通して、生徒たちの情熱や地域への思いが多くの方々に伝わったことと思います。今後の活躍にもご期待ください。



## 弓削商船高等専門学校

<https://www.yuge.ac.jp/>

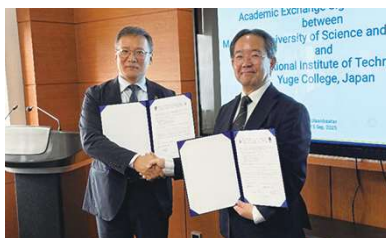

## モンゴル科学技術大学と研究・教育交流協定を締結——国際連携を一層強化——

## モンゴル最大級の高等教育機関と協定締結

9月15日(月)、モンゴル・ウランバートルにおいて、国立モンゴル科学技術大学(MUST)と研究・教育交流協定を締結しました。MUSTは、学生約14,368人、教員826人を擁するモンゴル最大級の高等教育機関であり、同国で最も権威ある大学のひとつとされています。

今回の協定により、MUSTおよび傘下の関連機関との間で、教職員・学生の相互交流や共同研究が可能となります。締結式には内田校長および国際交流推進室長のガンバット教員が出席し、終始和やかな雰囲気の中で執り行われました。

なお、本協定に先立ち、本校学生2名がMUSTで国際交流インターンシップに参加し、さらに10月下旬にはMUSTから本校へ学生4名がインターンシップを実施しました。



左：ナムナン・トゥムルブレフ氏(MUST 学長)  
右：内田誠校長

## 中四国地区の高専所属の留学生が弓削島合宿を実施

10月11日から13日までの3日間、中国・四国地区の国立高等専門学校に在籍するアジ

ア・アフリカを中心とする13の国・地域の28名の留学生が、本校を拠点として「弓削島合宿(留学生交流研修)」を昨年に引き続き実施しました。

本研修では、離島というロケーションを活用して、ヨット研修、ビーチクリーン、スポーツ交流、平和学習などを通じ、異なる文化的背景を持つ学生が相互理解と協働の精神を深めました。これらの取組を含め、本校では国際交流教育の推進に一層力を注いでいきます。





**ふぐ中毒を防ぎましょう!!!**

～ 12月 はふぐ中毒防止月間です～

ふぐ中毒による事件のほとんどが、家庭における素人調理が原因です。以下のことを守って、ふぐを安心しておいしく食べましょう!

●ふぐを自ら調理することは非常に危険です!

●最悪の場合、死亡するおそれがあるので絶対に素人調理をしないでください!

●釣ったふぐの調理は、「ふぐ取扱者」の資格のある方に依頼してください!

●問い合わせ

今治保健所生活衛生課 ☎ 0898- 23- 2500

☎ 0898- 23- 2531

## 双葉俳壇 一九三回句集【岩城】

真つ先に新米供<sup>さな</sup>う仏前に

秋の風日<sup>ひあし</sup>脚みじかく袖<sup>そで</sup>ながく

新米の出来に満足ほくそ笑む

新米や古里<sup>ふるさと</sup>の香よ友の香よ

家系図の枝先途切れ秋の風

美濃部妃苗

山元 征子

幸本 郁夫

深水 健司

田中 華丘

秋風や美<sup>は</sup>しき調べをはこびくる

新米のその一粒の光かな

栗落ちる闇の深きや山の宿

田名後篁雨

古林 幹枝

森本 伸子

## かみじま郷土話 34

## 上島町文化財講座が開催されました。



令和7年11月1日(土)、生名小学校体育館において、令和7年度上島町文化財講座が開催されました。今年度は上島町文化祭と同時開催し、昔の祭りの写真や、町内各地区のはっぴの展示も行いました。講師には、西条市の綾延神社で宮司を務める森正康先生(松山東雲短期大学名誉教授)をお招きし、「民俗文化から見た上島諸島一祭り・行事調査の成果」と題してご講演いただきました。

森先生は、愛媛県教育委員会が実施した「愛媛県の祭り・行事調査」の委員長を務められたほか、上島町教育委員会が実施した「弓削島荘総合調査」で民俗分野の調査を担当されました。本講座はそれらの調査成果を中心に、県内では上島町(高浜八幡神社や佐島の八幡神社など)のみで実施されている夜殿祭・宮座式についてお話されました。

講演終了後は、若い世代はどのように祭りに関わっていくべきかなど、聴講者による質問が行われ、森先生は「自分が祭りの担い手のいち中心であるという気持ちを持つ事が大切。祭りは賑やかな部分以外にも、準備等を含めてしんどい部分もあり、若い人でなければできないこともある。年

を取ると難しくなることもある。祭りのしんどい部分を含めたさまざまな経験を今の高齢者とともに若者に担ってもらうことが大事」と回答されました。



生涯学習課  
曾根 大地



## 年末年始の役場窓口・バスの運行・ごみ収集について

### 1. 役場窓口

閉庁日 令和7年12月27日(土)～令和8年1月4日(日)

令和7年12月26日(金)・・・17時15分まで

令和8年 1月 5日(月)・・・ 8時30分から

### 2. せとうち交流館

休館日 令和7年12月31日(水)～令和8年1月2日(金)

令和7年12月30日(火)・・・17時15分まで

令和8年 1月 3日(土)・・・ 8時30分から

●せとうち交流館 観光戦略課 ☎ 77-2252

### 3. 潮湯

休館日 令和7年12月31日(水)～令和8年1月1日(木)

令和7年12月30日(火)まで 通常営業

令和8年 1月 2日(金)から 通常営業

●上島町海水温浴施設 潮湯 ☎ 74-0808

### 4. バスの運行

町有バス 運休日 令和7年12月31日(水)  
～令和8年1月2日(金)

#### ①町有バス

令和7年12月30日(火)まで 通常運行

令和8年 1月 3日(土)から 通常運行

#### ②チョイソコゆめしま(デマンド交通)

令和7年12月26日(金)まで 通常運行

令和8年 1月 5日(月)から 通常運行

チョイソコゆめしま 運休日 令和7年12月27日(土)  
～令和8年1月4日(日)

●公営事業課 公共交通係 ☎ 77-4545

### 5. ごみ収集

休業日 令和7年12月31日(水)～令和8年1月4日(日)

年末最後の収集日 令和7年12月30日(火)

年始最初の収集日 令和8年 1月 5日(月)

※休業日には「ごみステーション」へごみを出さない  
てください。

※年末最後・年始最初の収集日は対象となる地区  
のみです。

粗大ごみ・一時多量ごみの直接搬入の受付

年 末 12月30日(火)・・・16時50分まで

年 始 1月 5日(月)・・・13時30分から

※魚島地区の受付は7時～10時までです。

●弓削総合支所 住民課 環境衛生係 ☎ 77-2503

## 第77回人権週間のお知らせ



12月4日(木)から12月10日(水)までは、  
「第77回人権週間」です。

松山地方法務局および愛媛県人権擁護委員連合  
会では、「『誰か』のことじゃない。」を啓発活  
動重点目標とし、人権尊重思想の普及高揚を図っ  
ています。

この機会に、人権意識を高め、相手の気持ちを  
考え、違いを認め合う心を育てましょう。

人権問題でお困りの方は、みんなの人権110番  
(☎0570-003-110)までご相談ください。

#### ●問い合わせ

松山地方法務局 ☎089-932-0888

弓削 住民課☎77-2503 生名町民生活課☎76-3000

岩城町民生活課☎75-2500 魚島町民生活課☎78-0011



## 国民年金からのお知らせ

### 国民年金保険料は全額が社会保険料の対象です！

国民年金保険料は所得税法及び地方税法上、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除されます。

控除の対象となるのは、令和7年中（令和7年1月1日から令和7年12月31日）に納めた保険料の全額です（令和7年中に納められたものであれば、過去の年度分の保険料や追納された保険料も控除の対象となります）。

令和7年中に納付した国民年金保険料について、社会保険料控除を受けるためには、年末調整や確定申告の際に、保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要です。

このため、日本年金機構から、下記のスケジュールで「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が対象の方に送付されます。お手元に届きましたら、大切に保管し、年末調整や確定申告の際に使用してください。

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」は、e-Taxで利用できる電子データの送付も行っています。マイナポータルから「ねんきんネット」にログインし、電子送付希望の登録を行うと、マイナポータルの「お知らせ」で電子データを受け取ることができます。（電子送付希望の登録を行うと、登録後は書面の郵送が停止されます）。

|   | 対象者                                                   | 送付時期 |                        |
|---|-------------------------------------------------------|------|------------------------|
| ① | 令和7年1月1日から令和7年9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方                | 電子送付 | 令和7年10月中旬から下旬にかけて順次    |
|   |                                                       | 郵 送  | 令和7年10月下旬から11月上旬にかけて順次 |
| ② | 令和7年10月1日から令和7年12月31日までの間に国民年金保険料を納付された方（①の対象者は除きます。） | 電子送付 | 令和8年1月下旬から順次           |
|   |                                                       | 郵 送  | 令和8年2月上旬               |

なお、ご家族（配偶者やお子様等）の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合は、ご自身の国民年金保険料に加え、その保険料についても控除が受けられます。

#### ● 問い合わせ

今治年金事務所 ☎0898-32-6141

弓削 住民課 ☎77-2503

岩城 町民生活課 ☎75-2500

生名 町民生活課 ☎76-3000

魚島 町民生活課 ☎78-0011





## 「SDGs って何？ 私たちと未来をつなぐ 17 の目標」 vol.9

今回は、「目標 13：気候変動に具体的な対策を」と「目標 14：海の豊かさを守ろう」に焦点を当てて解説します。

### 【目標 13：気候変動に具体的な対策を】

目標 13 は「気候変動に対し緊急かつ効果的な対策を取る」ことを掲げており、温室効果ガスの削減や気候変動への具体的な対策が求められています。地球温暖化による気候変動は、私たちの生活や自然環境に大きな影響を与えています。台風や豪雨の深刻化、海面上昇など、地域社会にも深刻な課題をもたらしています。

上島町では、「上島町電気自動車購入費補助金」を交付しています。電気自動車は走行中に二酸化炭素を排出しないため、温室効果ガス削減に貢献しています。この取り組みは、気候変動への具体的な対策として SDGs の目標 13 に貢献しています。

また、防災訓練は気候変動に伴う気象（豪雨・台風など）のリスクを想定し訓練することで、被害を減少させることができます。防災アプリを使った気象情報の共有も、リアルタイムで気象警報を提供し、災害リスクを低減する手助けをしています。



### 【目標 14：海の豊かさを守ろう】

目標 14 は「海の生態系を保全し、持続可能な利用を実現する」ことを目指しています。上島町にとって、海は食料・観光・文化・経済の根幹であり、健全な海環境の維持は地域の将来に直結します。

海岸清掃活動を通じて海洋ごみの削減に取り組んだり、プラスチックごみの削減を進めることで海洋環境の保全に貢献することができます。

一人ひとりが海を守る意識を持つことが、未来の海の豊かさにつながります。



気候変動への対策と海洋環境の保全は、私たちの暮らしと未来に深く関わっています。小さな行動が大きな変化につながることを意識し、持続可能な社会の実現に向けて、できることから始めてみましょう。

### ■ 問い合わせ

企画情報課 ☎ 77-2500



## 令和8年度 上島町立保育所 継続手続きおよび入所申込みのご案内

### 《保育所入所基準》

児童と同居の保護者が昼間家庭で保育ができない次のいずれかの場合

- ①労働 保護者が家庭外または家庭内で児童と離れて仕事をしている
- ②妊娠・出産 保護者が妊娠中か、または出産後間もない
- ③疾病・障害等 保護者が疾病にかかるか、もしくは負傷している、または身体あるいは精神に障がいがある
- ④病人の看護等 家庭に長期にわたる病人・心身に障がいのある人がいるため、保護者がいつもその看護にあたっている
- ⑤家庭の災害 火災・風水害・地震等の災害復旧を行っている
- ⑥求職活動 保護者が継続的に求職活動をしている
- ⑦就学 保護者が就学している
- ⑧社会的擁護 児童虐待または配偶者からの暴力等を受けている
- ⑨育児休業 育児休業をする際に、すでに入所している児童があり、心身の発達上、引き続き利用する必要がある場合

#### ●問い合わせ

弓削 住民課 ☎77-2503 生名町民生活課 ☎76-3000  
岩城町民生活課 ☎75-2500 魚島町民生活課 ☎78-0011

令和8年度の保育所の継続手続きおよび入所申込みの受けを次のとおり行います。令和8年4月1日から保育所の継続および入所を希望される方は、所定の申請書に必要事項を記入のうえ、下記要領で手続きしてください。

#### 《申込期間》

12月1日(月)～15日(月) 8:30～17:15 ※土日祝日除く。

《対象年齢》 6ヶ月～就学前

《申込場所》 上島町役場各総合支所 住民課、町民生活課もしくは保育所

#### 《必要書類》

①教育・保育給付認定申請書兼入所(園)申込書

※個人番号(マイナンバー)の記入が必要です。

②家庭において児童を保育することができないことを証明する書類(雇用証明書、就労状況確認書等)

※保育必要量：標準時間(1ヶ月就労時間120時間以上)に認定された場合は、どちらか選択できますが、短時間(1ヶ月就労時間64時間以上120時間未満)に認定された場合は、短時間しか選択できません。

③印鑑

※継続の方は書類を保育所から配布します。

※新規の方は、①②の用紙を各総合支所住民課、町民生活課で受取り、お申込みください。

※令和7年1月1日に住所が上島町にない方は、マイナンバーで住民税を確認することができます。(未申告の場合は確認できない場合があります。)マイナンバーを提出されない場合は、前住所地の令和7年度所得課税証明書(保護者分)が必要です。

○住民税が未申告の場合、保育料の算定ができませんので、必ず申告をお願いします。

### ● 第76回 全国植樹祭 えひめ2026 参加者募集中

令和8年5月17日(日)に愛媛県総合運動公園で開催する「第76回全国植樹祭えひめ2026」の一般参加者を募集しています。ぜひお申し込みください！

なお、応募の詳細等は公式ホームページをご確認ください。

【申込期限】12月12日(金)17時  
(応募多数の場合抽選)

#### ■問い合わせ 第76回全国植樹祭

愛媛県実行委員会事務局

☎089-961-1599

愛媛県

Ehime  
Prefectural  
Government



### ● 県エイズ予防週間

愛媛県エイズ予防週間は

12月1日～12月7日今年のテーマは、

「U=U 検出されない=性感染しない」です。

県内各保健所では、無料・匿名によるHIV検査を実施している他、期間中、パネル展示等を行います。詳しくはHPをご覧ください。

#### ■問い合わせ 県健康増進課

☎089-912-2402

愛媛県

Ehime  
Prefectural  
Government





# 令和8年 二十歳を祝う会のお知らせ



次のとおり、令和8年上島町二十歳を祝う会を開催します。新たに二十歳となられる皆さまはぜひご出席くださいますようお願いいたします。

- ◆ **日時** 令和8年1月3日(土) 10:30～

◆ **場所** せとうち交流館

◆ **内容** 式典、記念撮影、懇談会など

◆ **対象者** 平成17年4月2日生まれから  
平成18年4月1日生まれの人
- 該当されている方には、個人(保護者)宛に案内状を送付しています。万が一届いていない方がいらっしゃいましたら、至急ご連絡ください。また、現在、町外へ転出されている方も参加できますので、お心当たりの方はご連絡をお願いいたします。

## 各地区名簿掲載

**弓削** 青木 颯大 青島 椿 尾崎 陽 柏原 亜衣 北舛 粹生 坂上由梨那 澤田 奈穂  
田中 未都 地本 陽菜 徳岡 桜 中川 友花 中西 那愛 能地 未来 東谷 京佳  
益田 侑佳 山尾 倫代 小笹山開星 佐藤麟太郎 森永 直樹

**生名** 池田 優衣 池本 有沙 岡本 千佳 濱田 涼雅 村上 碧

**岩城** 大本うらら 亀井 裕希 島本 日桜 白石 タ斗 新川 祐樹 浪本 美咲 西本 菜々  
深水 珠寛 松浦 楓香 松浦 優詩 村上 貴則 山本 樹

※各地区の対象者のお名前は、許可をいただいた方のみ掲載しています。

◆ **問い合わせ** 上島町教育委員会 生涯学習課 ☎ 77-2128

# せとうち交流館だより

◀メディア室・展示室のご案内▶

〇てまり(てまりグループ)

**新着図書** ※入荷次第貸出となりますので、ご了承ください。

●**ご利用案内** 開館時間 8:30～17:15

| 種類  | 貸出限度               | 貸出期間              |
|-----|--------------------|-------------------|
| 図書  | 1人5冊まで(うち新着本 2冊)   | 3週間               |
| DVD | 1人3本まで(うち新着DVD 1本) | 1週間<br>新着 DVD 3日間 |

| ☆一般書☆         | タイトル    | 著者    | タイトル                    | 著者     |
|---------------|---------|-------|-------------------------|--------|
| 鋼鉄の城塞         | ヤマトブジンズ | 伊東 潤  | エピクロスの処方箋               | 夏川 草介  |
| 森羅記 一 狼煙の塵    |         | 北方 謙三 | さらば! 店長がバカすぎて           | 早見 和真  |
| 白鷺立つ          |         | 住田 祐  | イン・ザ・メガチャーチ             | 朝井 リョウ |
| 災疫の季節         |         | 中山 七里 | あやかしたち                  | 畠中 恵   |
| 絶縁病棟          |         | 垣谷 美雨 | 右近純情 真田武士心得(一)          | 井原 忠政  |
| 普天を我が手に 第二部   |         | 奥田 英朗 | 最後の外科医                  | 中山 祐次郎 |
| 罪と罪           |         | 堂場 瞬一 | ババヤガの夜                  | 王谷 晶   |
| おまえレベルの話はしてない |         | 芦沢 央  | おいしく食べよう一笑涯! 笑えるおくちの筋トレ | 清水 愛子  |

| ☆児童書☆                 | タイトル | 著者         | タイトル               | 著者          |
|-----------------------|------|------------|--------------------|-------------|
| 漫画 お金の冒険 黄金のライオンと5つの力 |      | 両@リベ大学長    | せいのサウナ ぽかぽかや       | たにむら のりあき/作 |
| ぎょうれつのできるサンドイッチやさん    |      | ふくざわ ゆみこ/作 | いろんなきもち かなしいってなあに? | 浜名 真以/監     |

- 愛媛県立図書館の図書を借りることができます。受付までお問合せください。
- 図書のリクエストを受け付けています。
- 年末年始休館: 12月31日～1月2日

●**問い合わせ** せとうち交流館  
上島町弓削下弓削 1037-2  
☎ 77-2252 ☎ 77-2292



### 愛媛県立新居浜産業技術専門学校 令和8年度後期入校生募集開始

- 科 名 メカトロニクス科（機械加工・メンテナンス・電気技術者）、自動車整備科（二級整備士）、メタル技術科（溶接技術者）
- 訓練期間 令和8年4月～（2年間）
- 後期募集期間 令和8年1月15日～2月24日（選考料2,200円）
- 選考種類 一般選考・社会人選考（若干名）
- 後期試験日 令和8年3月3日（火曜日）
- 授業料 月額9,900円
- その他 寮あり（男性用）、平日見学可能
- 問い合わせ 愛媛県立新居浜産業技術専門学校  
新居浜市大生院1233-2 ☎0897-43-4123

### ー輸血が必要な患者さんを救うため 皆さまの助け合いをお願いします！ー

輸血などに使われる血液製剤は献血で提供された血液からつくられます。献血は命を救う身近なボランティア!!この機会に是非、献血にご協力をお願いします。

#### ●献血バスが来ます!

上島町においては下記の日程で献血バスによる献血を実施します。多数の皆様のご協力をお願いいたします!  
※待ち時間短縮のため、前日までに事前予約をお願いいたします。（予約無しでも献血できます。）

日 時 12月10日（水）14:00～15:30  
場 所 弓削総合支所

●予約・問い合わせ  
愛媛県赤十字血液センター ☎089-973-0755

### 「お仕事フェスタ 2025 in Ehime」 ご案内

- 1.日 時 12月11日（木）13:30～17:00  
（受付開始13:00～）
- 2.場 所 松山市総合コミュニティセンター  
企画展示ホール1F
- 3.内 容  
参加企業（25社予定）が参加する合同企業説明会  
参加企業は決定次第、「わくわくワーク愛媛ホームページ」に掲載いたします。
- 4.対 象 愛媛県内の企業への就職を希望する、以下の県外・県内在住者  
(1) 概ね35歳未満の若年求職者(大学生、高校生、専門学校生を含む)  
(2) 上記(1)の保護者（見学を可能とする）
- 5.その他 参加無料・予約不要・服装自由・履歴書不要

#### ●問い合わせ

若年者地域連携事業事務局（愛媛労働局委託事業）

<受託企業>

株式会社 東京リーガルマインド  
松山支社 ☎070-1746-5333  
✉ehime-jakunen@lec-jp.com



## 最低賃金改正のお知らせ

- 県内すべての労働者に適用される「愛媛県最低賃金」が改正されました。
- これにより、12月1日以降分の賃金は、1時間1,033円以上とする必要があります。
- 業務改善助成金、キャリアアップ助成金等の各種支援制度の活用をご検討ください。

#### ◆愛媛労働局ホームページ



#### ◆問い合わせ先

愛媛労働局 賃金室 ☎089-935-5205  
今治労働基準監督署 ☎0898-32-4560

#### 愛媛県最低賃金

時間額 **1,033円**

適用開始日 R07.12.1



## 今治税務署からのお知らせ

### ～確定申告はスマホとマイナポータル連携でもっと便利に!～

#### 【確定申告書は、e-Taxで便利に作成できます】

国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、画面の案内に沿って金額等を入力するだけで、申告書や青色申告決算書・収支内訳書の作成・e-Taxによる送信ができます。



※1 e-Taxのご利用には、マイナンバーカード及び以下の2つのパスワードが必要です。

- ① 利用者証明用電子証明書のパスワード(数字4桁)
- ② 署名用電子証明書のパスワード(英数字6～16文字)

なお、マイナンバーカードおよび電子証明書には、それぞれに**有効期限**があります。

#### ・マイナンバーカードの有効期限

- ① カード発行時に18歳以上の場合：カード発行から10回目の誕生日まで
- ② カード発行時に18歳未満の場合：カード発行から5回目の誕生日まで

#### ・電子証明書の有効期限

年齢に関わらず、電子証明書の発行から5回目の誕生日まで

※2 マイナンバーカードを取得されていない方は、お早めにマイナンバーカードの取得をお願いします。



◀確定申告書等作成コーナーはこちら!



◀パスワードを忘れた場合やロックされた場合はこちら!

#### 【確定申告分の納付は振替納税をぜひご利用ください】

確定申告に係る納税は、「振替納税」が大変便利です。振替納税は、「預貯金口座振替依頼書兼納付書送付依頼書」を納期限までに提出していただくだけで、ご指定の預貯金口座から振替日に自動的に納税が行われます。納税のために金融機関又は税務署に出向く必要もなく、預貯金残高を確認しておくだけで納付手を済ませることができる、大変便利で確実な納付方法ですので、ぜひご利用ください。

振替納税に関する情報は、国税庁ホームページをご覧ください。

#### 【非常勤職員の募集について】

令和8年2月、3月の非常勤職員を募集しています。

●問い合わせ 今治税務署 総務課 ☎0898-32-6100 (代)





機械油乳剤（マシン油乳剤）は、果樹類や庭木類のカイガラムシやハダニの越冬虫の防除として昔から使われてきました。本剤は、油膜で害虫類を窒息させて殺虫する作用から主に収穫後の冬季（休眠期）に散布することが推奨されています。今回は、機械油乳剤の効果的な使い方と使用上の注意について解説します。

### (1) 機械油乳剤の特徴

機械油乳剤には、油分が95%の製品を精製マシン、97～98%の製品を高度精製マシンと呼ばれ、機械油乳剤95、トモノール、アタックオイル、ハーベストオイルなど製剤メーカーにより商品名が異なります。機械油乳剤は、昆虫の気門という呼吸器官を油膜で塞いで殺虫効果を発揮することから散布むらが無いよう丁寧に散布することが重要です。

(2) 機械油乳剤によるかんきつ防除  
機械油乳剤は12月～3月（厳寒期除く）と6月（夏季）に散布ができますが、薬害発生の観点から散布時期が限定され、春から夏の防除にはアタックオイルなどの高度精製マシンの散布を推奨しています。散布時期や対象害虫により倍数が異なるので注意してください（表1参照）。

表1 機械油乳剤の適用表（抜粋）

| 薬剤名               | 対象作物     | 対象病虫害                                 | 散布時期   | 倍数        |
|-------------------|----------|---------------------------------------|--------|-----------|
| 機械油乳剤95%          | かんきつ     | ヤノネカイガラムシ、その他カイガラムシ類、サビダニ、ハダニ類及びその越冬卵 | 冬期     | 30～45倍    |
|                   |          |                                       | 夏期     | 100倍～200倍 |
|                   | 落葉果樹     |                                       | 発芽前    | 16～24倍    |
| 機械油乳剤97%（アタックオイル） | かんきつ     | カイガラムシ類、ハダニ類                          | 12月～3月 | 60倍～80倍   |
|                   |          | ミカンハダニ                                | 4月～10月 | 100倍～400倍 |
|                   | かき、もも、くり | カイガラムシ類、ハダニ類                          | 発芽前    | 50倍       |

機械油乳剤は物理的な働きにより殺虫するため、一般の化学合成農薬

のように神経毒の殺虫剤に比べ薬剤抵抗性が発達しないので安定した殺虫効果が期待できます。ミカンハダニ（写真1）やカイガラムシ類の越冬虫と夏期のミカンハダニの発生始期（6月）に機械油乳剤を適期に散布することでかんきつ害虫の発生を低く抑えられると考えます。

### (3) 機械油乳剤の使用上の注意

油分で葉や枝の表面を被覆するため、樹体への影響が見られます。散布後の葉には油浸が見られ、しばらくすると消失しますが、樹体への負担があるので冬季（12月～3月）の2回散布は絶対に行わないようにしてください。また、樹勢が極端に低下した樹への冬期散布は落葉を助長するので散布は控えてください。冬季散布は散布直後に寒波を受けると落葉などの影響が大きくなるので1月中旬～2月中旬頃の厳寒期の散布は控えてください。散布は、油分の伸びがよくなるので天気の良い暖かい日に散布してください。最近では越冬品種（2月～3月収穫）やレモンの実を春まで成らせる場合がありますが、果実がなっている場合、使用基準では散布前日数の制限はありませんが、成分が機械油ということから収穫後に散布してください。3月までに機械油乳剤が散布できなかつ

た場合は、発芽後の4月中旬～下旬に高度精製マシンの150倍を散布することでミカンハダニの冬季防除と同水準の効果が期待できます。また、カイガラムシの発生期では同時期散布の機械油乳剤にアプロード水和剤を混用するとカイガラムシの防除が可能となります。

### (4) さびにこ

機械油乳剤は薬剤抵抗性が発達しないという利点と虫体に確実にかかれば効果が安定していることからミカンハダニやカイガラムシの防除剤として上手に使用していただきたい農薬です。最近、かんきつ品種が多様化して冬季の散布時期が難しくなっています。害虫防除の基本薬剤として越冬虫や越冬卵の防除に有効に活用していただきたいと思いま



写真1 ミカンハダニ 成・幼虫と卵



## 幼年消防クラブ 防火パレード



全国秋季火災予防運動（11/9～11/15）の一環として、上島町内各保育所の幼年消防クラブ員による防火パレードを行いました。

パレードでは、保育所の園児が拍子木を鳴らしながら、消防職員、消防団員と一緒に大きな声で「火の用心！！」と地域の皆さまに火災予防を呼びかけました。これからの季節は空気が乾燥し、枯れ草が増え、暖房器具の使用が増える時季を迎えるため、火の取り扱いには十分気を付けましょう。



### ● ヒートショックにご注意ください

ヒートショックとは、家の中の急激な温度差により血圧が大きく変動することで、失神や心筋梗塞、脳梗塞などを引き起こし、身体へ悪影響を及ぼすことです。暖かい居間から寒い浴室への移動、お湯から出るときなど、温度差が大きくなりやすいため、ヒートショックには注意が必要です。

#### 【ヒートショックになりやすい人】

- 65 歳以上（特に 75 歳以上）
- 以下の病歴がある
  - ・ 狭心症、心筋梗塞、脳出血、脳梗塞
- 以下の持病がある
  - ・ 不整脈、高血圧、糖尿病

#### ○ 以下の習慣がある

- ・ 飲酒直後に入浴
- ・ 薬を飲んだ直後に入浴
- ・ 熱い風呂に好んで入浴
- ・ 食後すぐに入浴

#### 【ヒートショックの予防】

- 入浴についての注意点
  - ・ 入浴前と入浴後に水分を補給する
  - ・ 部屋間の温度差をなくす
  - ・ お風呂の温度を 41℃ 以下にする

#### 令和7年10月出動件数（令和7年10月31日現在）

| 地区 | 弓削 | 生名 | 岩城 | 魚島 | その他 | 合計 | R7累計 |
|----|----|----|----|----|-----|----|------|
| 火災 | 0  | 0  | 0  | 0  | 0   | 0  | 1    |
| 救急 | 14 | 6  | 8  | 0  | 0   | 28 | 336  |

【上島町消防署】

☎ 77-4118

【上島町消防本部消防防災課】

☎ 77-3166

共に守ろう、大切な人とふるさとを  
消防団員絶賛募集中！



## 1歳のお誕生日おめでとう

さいとう て お  
齋藤 照鳳くん(弓削)

12月5日生まれ

## MESSAGE

笑顔いっぱい!すくすく元気に育ってね😊

トーマス利哉 &amp; 奈津季

はやし とうり  
林 燈里くん(岩城)

12月13日生まれ

## MESSAGE

お兄ちゃんと仲良く、元気に成長してね!

諒 &amp; 紋巳

## 令和7年1月生まれの赤ちゃん写真募集

■ 締切 12月5日(金)

■ 投稿方法 各総合支所への投稿またはメール

(kikaku-joho@town.kamijima.ehime.jp)

★ 赤ちゃんの顔写真1枚

★ ①住所 ②名前 ③性別

④生年月日 ⑤保護者名

⑥電話番号 ⑦メッセージ



## 人口の動き

令和7年10月31日現在

※( )は前月比です。

| 区分 | 男             | 女             | 合計             | 世帯数           |
|----|---------------|---------------|----------------|---------------|
| 弓削 | 1,401<br>(▲7) | 1,325<br>(▲2) | 2,726<br>(▲9)  | 1,734<br>(▲3) |
| 生名 | 631<br>(2)    | 688<br>(▲3)   | 1,319<br>(▲1)  | 799<br>(▲2)   |
| 岩城 | 1,025<br>(0)  | 758<br>(▲4)   | 1,783<br>(▲4)  | 1,077<br>(▲2) |
| 魚島 | 69<br>(0)     | 58<br>(0)     | 127<br>(0)     | 93<br>(0)     |
| 合計 | 3,126<br>(▲5) | 2,829<br>(▲9) | 5,955<br>(▲14) | 3,703<br>(▲7) |

## 【人口の増減】

転入等 12人 転出等 15人 出生 2人 死亡 13人

## 戸籍だより

※戸籍だよりは、上島町各総合支所窓口へ届け出に  
来られた方で、掲載の了解をいただいた方のみを掲  
載しています。掲載をご希望の方は、上島町各総合  
支所住民課または町民生活課へご連絡ください。

■弓削総合支所 住民課 ☎0897-77-2503

■生名総合支所 町民生活課 ☎0897-76-3000

■岩城総合支所 町民生活課 ☎0897-75-2500

■魚島総合支所 町民生活課 ☎0897-78-0011

## 出生

おめでとうございます

かん ももは  
菅 桃羽

貫太・楓 (生名)

おおもと れみ  
大本 怜実

直人・望 (弓削)

## 死亡

ご冥福をお祈りいたします

むらかみ みつこ  
村上美津子

10月 1日 83歳 (生名)

きだ ひでゆき  
貴田 英之

10月 1日 54歳 (弓削)

うらやす たまえ  
浦安 玉枝

10月16日 91歳 (岩城)

おおたに じつこ  
大谷 實子

10月19日 91歳 (魚島)

はまだ よしこ  
濱田ヨシ子

10月19日 90歳 (岩城)

いけもと みえ  
池本 美枝

10月23日 63歳 (生名)

まつうら しゅういち  
松浦 修一

10月23日 76歳 (岩城)

たさか はちろう  
田坂 八郎

10月26日 98歳 (弓削)

みたきよのり  
三田喜代孝

10月30日 87歳 (弓削)

## 寄付

次の方に寄付をいただきました。紙上より厚く  
お礼申し上げます。敬称略/10月31日までの受付

## 【一般寄付(上島町宛)】

村上 文孝 金一封 海光園のために

石田 好子 金一封 海光園のために

## 【ふるさと納税(上島町宛)】

徳田 斉周 38,000円 弓削商船高等専門学校の支援

近藤 広規 金一封 「人が元気なまちづくり」に関する事業

※一般寄附、ふるさと納税を行っていただいた方のう  
ち、氏名等の広報誌への掲載については、希望された  
方のみ掲載しています。

## 上島町 12 月行事カレンダー・潮汐表

| 日        | 予 定                                                                                                                                      | 潮 | 高 潮   |     |       |     | 低 潮   |     |       |     |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-------|-----|-------|-----|-------|-----|-------|-----|
|          |                                                                                                                                          |   | 時刻    | 潮位  | 時刻    | 潮位  | 時刻    | 潮位  | 時刻    | 潮位  |
| 1 日 (月)  | 潮湯休館日                                                                                                                                    | 若 | 7:53  | 296 | 20:00 | 304 | 1:35  | 91  | 13:59 | 112 |
| 2 日 (火)  | スポレク体育館休館日                                                                                                                               | 中 | 8:52  | 325 | 20:48 | 311 | 2:27  | 61  | 15:01 | 105 |
| 3 日 (水)  | 潮湯水中歩行講座 (10:30 ~ 11:15)                                                                                                                 | 中 | 9:44  | 352 | 21:33 | 317 | 3:14  | 32  | 15:56 | 99  |
| 4 日 (木)  | 人権相談 (せとうち交流館 10:00 ~ 12:00) (生名3分団<br>集会所 10:00 ~ 12:00) (岩城コミュニティセンター 9:30<br>~ 11:30) (魚島開発総合センター 10:00 ~ 12:00)                      | 中 | 10:33 | 373 | 22:17 | 321 | 3:59  | 7   | 16:45 | 96  |
| 5 日 (金)  |                                                                                                                                          | 大 | 11:20 | 387 | 22:59 | 321 | 4:43  | ▲11 | 17:32 | 96  |
| 6 日 (土)  |                                                                                                                                          | 大 | 12:07 | 391 | 23:43 | 318 | 5:27  | ▲21 | 18:18 | 99  |
| 7 日 (日)  |                                                                                                                                          | 大 | 12:53 | 386 | —     | —   | 6:11  | ▲21 | 19:04 | 104 |
| 8 日 (月)  | 潮湯休館日                                                                                                                                    | 大 | 0:27  | 311 | 13:40 | 375 | 6:57  | ▲11 | 19:51 | 111 |
| 9 日 (火)  | スポレク体育館休館日<br>行政相談 (岩城コミュニティセンター 10:00 ~ 12:00)                                                                                          | 中 | 1:14  | 299 | 14:28 | 358 | 7:43  | 7   | 20:40 | 117 |
| 10 日 (水) | 潮湯水中歩行講座 (10:30 ~ 11:15)<br>行政相談 (せとうち交流館 10:00 ~ 12:00)                                                                                 | 中 | 2:06  | 285 | 15:19 | 338 | 8:32  | 32  | 21:33 | 122 |
| 11 日 (木) |                                                                                                                                          | 中 | 3:05  | 270 | 16:13 | 318 | 9:26  | 62  | 22:32 | 123 |
| 12 日 (金) |                                                                                                                                          | 小 | 4:16  | 258 | 17:09 | 300 | 10:27 | 91  | 23:36 | 119 |
| 13 日 (土) |                                                                                                                                          | 小 | 5:36  | 253 | 18:07 | 286 | 11:37 | 117 | —     | —   |
| 14 日 (日) |                                                                                                                                          | 長 | 6:56  | 259 | 19:03 | 276 | 0:41  | 109 | 12:54 | 134 |
| 15 日 (月) | 潮湯休館日                                                                                                                                    | 若 | 8:07  | 271 | 19:53 | 270 | 1:41  | 95  | 14:09 | 142 |
| 16 日 (火) | スポレク体育館休館日                                                                                                                               | 中 | 9:06  | 287 | 20:38 | 267 | 2:32  | 80  | 15:12 | 145 |
| 17 日 (水) | 潮湯水中歩行講座 (10:30 ~ 11:15)                                                                                                                 | 中 | 9:54  | 302 | 21:17 | 266 | 3:16  | 65  | 16:03 | 144 |
| 18 日 (木) |                                                                                                                                          | 中 | 10:36 | 314 | 21:53 | 267 | 3:54  | 52  | 16:45 | 143 |
| 19 日 (金) | 潮湯姿勢改善水中運動 (10:30 ~ 11:15)                                                                                                               | 大 | 11:12 | 324 | 22:27 | 269 | 4:29  | 41  | 17:22 | 141 |
| 20 日 (土) |                                                                                                                                          | 大 | 11:46 | 332 | 23:01 | 272 | 5:01  | 32  | 17:55 | 139 |
| 21 日 (日) |                                                                                                                                          | 大 | 12:18 | 337 | 23:36 | 275 | 5:34  | 25  | 18:28 | 135 |
| 22 日 (月) | 潮湯休館日                                                                                                                                    | 大 | 12:51 | 339 | —     | —   | 6:07  | 22  | 19:00 | 131 |
| 23 日 (火) | スポレク体育館休館日                                                                                                                               | 中 | 0:13  | 277 | 13:26 | 339 | 6:43  | 22  | 19:35 | 126 |
| 24 日 (水) | 潮湯水中歩行講座 (10:30 ~ 11:15)                                                                                                                 | 中 | 0:53  | 279 | 14:03 | 334 | 7:21  | 28  | 20:13 | 120 |
| 25 日 (木) |                                                                                                                                          | 中 | 1:39  | 278 | 14:42 | 327 | 8:03  | 39  | 22:55 | 113 |
| 26 日 (金) | 役場仕事納め (1 月 5 日仕事始め)                                                                                                                     | 小 | 2:30  | 274 | 15:26 | 317 | 8:50  | 56  | 21:42 | 106 |
| 27 日 (土) |                                                                                                                                          | 小 | 3:31  | 271 | 16:16 | 305 | 9:43  | 77  | 22:36 | 97  |
| 28 日 (日) |                                                                                                                                          | 小 | 4:43  | 269 | 17:11 | 293 | 10:46 | 99  | 23:37 | 85  |
| 29 日 (月) | 潮湯休館日                                                                                                                                    | 長 | 6:02  | 275 | 18:11 | 285 | 12:00 | 117 | —     | —   |
| 30 日 (火) | ゴミステーション: 全地区 年末最後の収集日<br>※収集日が対象となる地区のみゴミ収集いたします<br>直接搬入最終日: 粗大ゴミ・一時多量ゴミ (13:30 ~ 16:50 まで)<br>※魚島地区の直接搬入時間は 7 時から 10 時まで<br>スポレク体育館休館日 | 若 | 7:21  | 290 | 19:13 | 281 | 0:42  | 69  | 13:21 | 127 |
| 31 日 (水) | 潮湯年末年始休館日 (1月1日まで) ※ 1/2 から営業開始                                                                                                          | 中 | 8:31  | 311 | 20:11 | 282 | 1:46  | 48  | 14:38 | 128 |

今月の税金の納期限

納期限までに必ず納めましょう

25(木)

26(金)

○ 固定資産税 第3期分

○ 国民健康保険税 第6期分

○ 後期高齢者医療保険料 第6期分





# チャリと旅。

かみじま まるごと体感フェス



10月25日(土)、「チャリと旅。かみじままるごと体感フェス」と題し、いきなスポレク公園多目的広場周辺において自転車を中心にとしたイベントが開催されました。

この日、自転車を主軸とした、島の旅をより楽しくするアイテムを紹介するため、自転車×アウトドアの展示販売を実施。釣りや自転車雑貨など県外出店者によるブースが集まりました。

試乗体験では、上島町の絶景を味わえる4.1kmのコースを走行。さらに、ヨガや電動キックボード体験、釣りを組み合わせたライド&フィッシュツアールも満員となり、町内外から多くの参加者で賑わいました。

天候は朝に一時雨が降り、一瞬不安もありましたが、その後は快晴となり、絶好の自転車日和に。サイクルラック7基は満車となり、マルシェの食事も昼過ぎには完売。子どもや町民も試乗に参加し、幅広い世代の皆さんが笑顔になっていました。風が強くヨットセーリングは中止となりましたが、海辺のヨガは予定どおり実施され、岩城橋を望む上島町ならではの体験を楽しみました。

今回のイベントのメインとなった、「チャリチャレ! みんなの自転車祭り」では、自転車リレーや借り物競走、400mレースなど個性豊かな種目で熱戦が繰り広げられ、会場は笑いと声援に包まれました。

特に、自転車リレーでは町民チームとサイクリストチームが白熱の勝負を展開し、優勝チームが小学生チームへ賞品を譲るなど、心温まる場面も見られました。町民と来島サイクリストと一緒に盛り上がる、上島町らしい一日となりました。

## しおのゆ 潮湯だより 12月号

潮湯は、海水の特性(浮力・抵抗・成分等)を利用した全身浴・部分浴・体操・歩行等の運動浴施設が行える海水温浴施設です。定期的に健康講座を開催しています。潮湯に興味はあるけど、どんな風に体を動かせば良いかわからないという方にもおすすめです! 海水の浮力で膝や腰の痛みを少なく、軽やかに運動してみませんか。ぜひ、ご参加ください!

### 水中歩行講座

10:30~11:15

3日(水) 10日(水) 17日(水) 24日(水) 19日(金)

インストラクター 西村すみれ 吉田成真

### 姿勢改善水中運動

10:30~11:15

姿勢の崩れは肩こりや腰痛・冷え性などの原因にもつながります。水の特性を活かして運動し、正しく美しい姿勢を目指しましょう♪

海水温浴施設 潮湯

☎74-0808 営業時間 10:00~19:00

※当施設をご利用の際は、水着・水泳帽を着用してください。