

# 第69回 上島町ゆめしま海道駅伝大会



## CONTENTS

広報かみじま 2026年3月号 第258号

- 2 第69回 上島町ゆめしま海道駅伝大会
- 4 健康だより
- 6 島おこし協力隊活動日記 / ミニコラム
- 8 ALTコーナー / 観光協会だより
- 9 LETTERS FROM SCHOOL
- 10 上島の文芸
- 11 お知らせ

- 15 上島町議会 令和8年第1回臨時会
- 16 島々の話題
- 18 しまなみ農業だより / 消防だより
- 20 戸籍だより / 1歳のお誕生日おめでとう
- 21 行事カレンダー / 潮汐表
- 22 第37回 ゆめしま海道いきなマラソン / 潮湯だより





## タスキをつないだ選手たち

Aコース・Bコースともにせとうち交流館をスタート・ゴール地点とするコースで行われ、選手たちは路面を踏みしめながら、沿道からの声援を力にかえ、最後まで力を合わせて走り抜きました。





## ストレスのサイン、気づいていますか？

春は、卒業、入学、進級、就職など生活環境の変化が大きく、ストレスを受けやすい季節です。適度なストレスは、集中力ややる気を高めるなどのいい面がありますが、ストレスが大きい、長く続く、いくつも重なるなどすると、こころとからだの不調につながる場合があります。自分のこころとからだの状態を、ここ1ヶ月で振り返ってみましょう。

チェックしてみよう

### こころとからだのサイン



- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 肩こりや頭痛、腰痛、腹痛などの痛みが続く    | <input type="checkbox"/> 些細なことで、イライラしたり怒りっぽくなる |
| <input type="checkbox"/> 寝つきが悪く、いつもより夜中や朝方に目が覚める | <input type="checkbox"/> 持続力、集中力が低下する          |
| <input type="checkbox"/> 下痢や便秘が続く                | <input type="checkbox"/> お酒やたばこの量が増える          |
| <input type="checkbox"/> めまいや耳鳴りがする              | <input type="checkbox"/> 好きだった食べ物が食べたいと思わない    |
| <input type="checkbox"/> 不安や緊張で落ち着かない            | <input type="checkbox"/> なかなか疲れがとれない、倦怠感が続く    |
| <input type="checkbox"/> 何をするにもおっくうで興味がもてない      | <input type="checkbox"/> 人づきあいが面倒で、交流を避ける      |

上記のようなサインが多く当てはまる場合、こころとからだの疲れやストレスがたまっている状態が考えられます。自分のストレス状態に気づいたら、ストレスを解消、ためこまない等の早めの対処が大切です。

## こころとからだを健康に保つためにできること

### ① 毎日の生活リズムを崩さずに！

生活リズムの崩れは、自律神経の乱れにもつながります。生活リズムを一定に保つようにしましょう。

### ② 適度に体を動かそう！

手軽にでき、自分に合った運動などを見つけ、楽しむことは、気分転換になります。また、体を動かすことはストレスに対する抵抗力も高めてくれます。



### ③ 自分なりの自分を癒す行動や対処方法を見つけよう！

自分がリラックスできること、楽しい気持ちになれることなど、ストレス源から離れ、心身をリフレッシュさせる趣味娯楽、音楽などのリラクゼーションを生活の中に取り入れていきましょう。

### ④ 家族や友人とのつながりを持つ、維持しよう！

人と話すことで、気持ちの整理がつき、こころが楽になることがあります。また、無理に言葉として話さなくても誰かとつながることで、気持ちが和らぐこともあります。

### ⑤ ゆっくり休む時間を持つ！

睡眠、休養はこころとからだの緊張を緩め、気力・体力を取り戻してくれます。「休む」ことを大切にしましょう。

### ⑥ お酒に頼りすぎない！

お酒は、適量であればリフレッシュにつながりますが、頻度や量が多くなれば、睡眠や生活に悪影響を及ぼします。

**！周りの人ができること！**

○身近な人のいつもと違うサインをキャッチ

○まずは、さりげなく声をかけてみる

3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 ~ 15:00 弓削保健センター

健康相談★

10日(火) 9:30 ~ 10:30 せとうち交流館

### 生名地区

健康相談★

18日(水) 10:00 ~ 11:00 生名総合支所

まめちびクラブ★

17日(火) 10:00 ~ 11:30 生名保健センター

### 魚島地区

健康相談★

19日(木) 10:00 ~ 11:30 魚島地域交流センター

### 岩城地区

健康相談★

3日(火) 10:00 ~ 11:00 岩城総合支所2階

デイケア★

18日(水) 13:30 ~ 15:00 岩城保健センター

## モデル募集中

元気で活気あふれるまちづくりのために、体操モデルとしてご協力いただける団体・個人の方を、随時募集中です。

健康推進課 (☎74-0911) までお気軽にお問い合わせください。

## 元気アップ体操

### —すきま時間体操—

#### 校歌でつなぐ! 健康の架け橋②

CATVで放送中の「校歌でつなぐ!健康の架け橋~歌と体操と笑顔の時間~」はご覧いただいていますか。

地域の皆さんが体操モデルとなり、子どもたちも笑顔で挑戦してくれました。さらに、各校歌の最後には手足をバラバラに動かす「脳活ダンス」があります。間違えたり、できなくてもOK。ちょっとした混乱が脳の血流を促し、脳活になるからです。また、校歌に合わせて、全身をバランスよく動かすので、毎日続けることで、健康維持はもちろん、上島町のことをより好きになっていただけたと思います。

#### 《岩城小学校》

##### ♪ 海は朝なぎ瀬戸の海

- 手を肩に置き、肩回し



##### ♪ 澄んで流れる青い汐

- シャキーンのパーズ

##### ♪ 仲よく励むぼくたちの 楽しく学ぶわたしらの

- 足を前後にステップ  
前・後・前・後・前



##### ♪ 胸に光も

- 胸開き



##### ♪ 満ちてくる

- 天井押上げ背伸び

##### ♪ 岩城 岩城 岩城小

- リズムカルに手足を2回引く



※来月は「魚島小学校」の体操をご紹介します。

## 移住定住・空き家バンク



移住定住・空き家バンク担当の柿沼です。着任から3年間の任期がまもなく終了いたします。この間、

## これからもつながるように

東京・大阪での対面式移住フェアが本格的に再開され、延べ300組を超える皆さまにご相談いただきました。私が担当した方の中には、実際に上島町への移住につながった事例もあり、相談員として大きな喜びを感じております。一方、空き家バンクは年間30件ほどの登録があるものの、利用希望者数がそれを上回る状況が続いています。今後も移住定住総合窓口では物件登録の

促進に向け、町内外への周知など積極的に進めてまいりますので、地域の皆さまには空き家情報の提供など、引き続きご協力をお願いいたします。



移住定住  
柿沼 祐一

## 鳥獣対策ジビエ振興

あたふたは、まだ続く?! 汗と涙の最終章。

軽いノリで書き始めた「あたふた日記」というタイトルがこれほどしっくりくる三年間になるとは思っていませんでした。

島おこし協力隊として上島町に着任してから、早いものであつという間の三年。この3月をもって任務を終えることとなりました。

振り返れば、山に入っては自然と向き合う『山ごもり巡業』の日々。滑って転んで段取りに追われ、たま

## あたふた日記⑨ ～最終章～

にシシに捲られ、気が付けば毎日が「あたふた」の連発! 失敗や遠回りも山ほどありましたが、その度に地域の皆さんに助けられ、背中を押していただきました。本当に感謝しかありません。あらためてこの三年間で強く感じたのは、地域の方々、行政、民間の「和の精神」の大切さです。

任期は一区切りとなりますが、今後はジビエを通じたアウトドア施設開拓に挑戦し、これからも上島町の島文化の発展と継承に努めてまい

ります。

やっぱり「あたふた」は、まだまだ続きそうですねあ〜! (笑)

「みなさま、三年間本当にありがとうございました。」 合掌



鳥獣対策ジビエ振興  
藤原 隆司

## サイクリング振興

3月は、上島町の魅力を発信するPR活動に取り組みます。

来町者の多い関西圏をターゲットに、大阪で2つのイベントに参加し、そのひとつである大阪府堺市のシマノ自転車博物館では、実際に上島町を訪れたサイクリストの方にご登壇いただき、写真や映像を見ながら、サイクリング環境や体験、グルメなどを紹介する予定です。

通常の出店とは異なりじっくりと紹介できるため、来町のきっかけづくりやゆめしま海道の認知度向上につながればと思います。

## 春のサイクリングシーズンの準備

さて、私はこの3月で協力隊を卒業します。イベントやワークショップなど、さまざまな取り組みを通して感じた上島町の魅力は、環境だけでなく、島時間を満喫できるアクティビティ、個性豊かでどこかあたたかく懐かしい町民の皆さんの存在だと感じます。今春、岩城島にて昨年4月に開業した宿に加え、カフェと自転車修理販売を併設してオープン予定です。皆さまにゆっくり寛いでいただけるような場所を目指していきますので、今後ともどうぞよろしくをお願いいたします!



▲店舗名は「Bike,Café and Inn 寄り道」です。



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

33



ゆめしま寮  
藤野 加緒美

「半年経ちました」

こんにちは。ゆめしま寮ハウスマスターの藤野です。

朝はビーナスベルト、夕方はマジックアワー、橋を渡る時はさえぎるものが何もなく、海に浮かぶ島々の景色を思う存分に味わいながら出勤し始めて半年が経ちました。あれ？まだ半年しか経ってない？ずっと前に「はじめまして」と言った気がします。

町にも仕事にも少しずつ慣れ始めた頃に行われた為か、1番印象に残っているのは上島町の伝統行事である秋祭りです。10月が近づくにつれ、寮の掲示板には「担ぎ手募集」のメッセージが添えられたお祭りのポスターが次々と貼られました。

寮生はそこに記載されているスケジュールを見て、「集合が5時30分だったー。起きれるかな?」「泣き相撲と餅まきがあるからそれに行つてから、だんじりを担当に行こう!」など計画を練っていました。(1年生は初めての大人神輿を担いで怪我をしないかしら?)

ら?肩を痛めないかしら?)なんてこちらの心配をよそに、お祭りから帰ってきた寮生たちはバン!と玄関の扉を開け、頬を紅潮させながら「楽しかったあ」と幸せホルモンのセロトニンを全身から大放出していました。

「このハッピを貸してくれた!」と玄関で記念撮影。「だんじり担ぐの重かったけど肩はそんなに痛くない。来年も絶対に行く」と座り込んで話し始める子もいました。

大人の本気の祭りを目の当たりにし、今まで経験したことのない一体感に包まれ、少しでも上島町(地域)の一員になれたような気がしたのかなと思いました。

真面目に楽しむ、素敵ですよ。島留学ならではの魅力です。それを1ヶ月間も満喫したのですから、大満足だったと思います。

おしゃしゃまで参加したい!という寮生の希望については、寮には門限があるの・・・それはまた、おいおい相談しましょう。



▲ 他校の寮生とのオンライン交流会



▲ 寮のクリスマス会 鍋パーティー

## 英会話教室

弓削 月 19:30 ~ 弓削地域交流センター  
 生名 月 11:00 ~ 3分団集会所  
 岩城 木 19:30 ~ 岩城総合支所庁舎

## 上島の好きな場所



皆さん、こんにちは! 生名のALTのピートです。今回は上島の島々を巡る旅に多くの時間を費やしてきました。上島には、自然や景色はもちろんのこと、古いものから新しいものまで、伝統的な素朴なものから現代的なものまで、さまざまな建物があり、本当に美しいです。

島々には、私が日本を愛する理由が詰まっています。中には、時を重ねて静かにたたずむ建物もいくつかあります。ツタや木々が美しく生い茂り、過去の物語を語り、好奇

心を掻き立てます。

イギリスでは、古城や教会、古びた倉庫などを除いて、このような建物はあまり多くありません。だからこそ、こうした個性的な木造建築は、この地域に神秘的な雰囲気と美しさを与え、島の静けさと人間と自然の関係を反映しているのだと思います。

皆さんはこれらの建物についてどう思いますか? 上島の好きな場所があれば私に教えてください。



生名地区担当  
 ピア ピーター ジョセフ スタッフオード

上島町観光協会では、2/3(火)に「第12回 島の暮らしと旅フォトコン イン かみじま」の審査会を行いました。

今回の応募総数は64点。島の暮らしと旅というテーマに沿った作品が全国各地から寄せられ、厳選なる審査の結果、7つの作品が賞に選ばれました。

グランプリには、吉川 航太(ヨシカワコウタ)さん(愛媛県西条市)の「桜と岩城橋」、そのほか入賞4作品、ひめぎん賞、JAおちいまばり賞がそれぞれ選ばれました。作品については、瀬戸内かみじまトリップ(上島町観光WEBサイト)に掲載しておりますので、ぜひご覧になってください。

受賞作品発表 ▶



審査会風景



グランプリ受賞作品

次号、広報かみじま4月号の紙面でも全作品を特集掲載する予定です。また、町内各所および町外近郊にて巡回展を予定しておりますので、ぜひ大きくプリントされた受賞作品を生でもご鑑賞ください。

## 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/>


## タスキをつなぎ

タスキをつなぎ

走り切った弓削高生

1月18日に「第69回上島町ゆめしま海道駅伝大会」が行われ、弓削高校から生徒5チーム、教員1チームが参加しました。高校・高専の部での優勝を目指し、体育の授業や放課後に運動部を中心にトレーニングを重ねてきました。Bコースでは惜しくも優勝は逃しましたが、高校・高専の部で第3位に入賞しました。Aコースでは、オープン参加の部で2チームが優勝・準優勝するなど快走を見せてくれました。



当日は、出場しなかった生徒も会場に足を運び、仲間に声援を送る姿が見られました。また、全力

でタスキをつなぎ、チームメイト同士が健闘をたたえ合う姿からは、弓削高校の一体感が感じられ、走り終えた生徒の表情には達成感と充実感があふれていました。仲間と協力してひとつの目標に向かって走り切った全員に拍手を送りたいと思います。寒期中、沿道から温かい御声援を送っていただいた多くの町民の皆さま、ありがとうございました。



## 生活習慣病予防教室

1月23日、講師の方々をお招きし、3年生を対象に「生活習慣病予防教室」を実施しました。テーマは「菓立つ君たちへ 今伝えたいこと」。これからの生活を支える

「食」の大切さについて、栄養素の役割や、塩分の摂りすぎが高血圧や心疾患につながる可能性などを教えていただきました。栄養バランスを考える際には、主食・主菜・副菜をそろえることが重要であることを理解しました。また、「塩分チェックシート」を用いて自分の食生活を振り返り、減塩のための工夫についても学びました。これから始まる一人暮らしを想像しながら、自分の健康を自分で守る意識を高めるとともに、家族や身近な人へ健康の輪を広げてほしいというメッセージを受け取りました。講師の先生方、ありがとうございました。



## 弓削商船高等専門学校

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


学生の挑戦が成果に！各種コンテストで活躍

## 留学生日本語スピーチコンテストで入賞！

令和7年12月21日(日)、松山市南海放送本町会館にて、県内在住の留学生を対象とした『第22回留学生日本語スピーチコンテストin愛媛』が開催されました。アントニさんは「情けは人のため？」をテーマに優秀賞(2位)と南海放送リスナー賞のふたつの賞を、ディウさんは「聞いてないよ！」というテーマに南海放送リスナー賞を、キルティさんも佳作に選ばれました。



写真は左から、トングさん(カンボジア)、アントニさん(インドネシア)、ディウさん(タイ)、バトボルトさん(モンゴル)、キルティさん(マレーシア)



スピーチコンテストの様様は  
南海放送  
YouTubeチャンネル  
にて配信されています！

## キャンパスベンチャーグランプリ四国で優秀賞を受賞！

令和7年12月10日(水)、香川県高松市で、学生の発想豊かなアイデアやビジネスプランを競う『キャンパスベンチャーグランプリ四国』が開催され、情報工学科2年生の濱田捷聖(はまだしょうせい)さん他4名らに

よる『KiWi -Keep Info With Integrity-』が優秀賞を受賞しました。

今回受賞したアイデアは、スマートフォンの暗号化技術を活用して、役所や医療機関など、これまで手続きに時間がかかっていた場面でも、スマホ1台で簡単に手続きできる仕組みを実現するものです。



(写真 左から石橋治樹さん、濱田捷聖さん)

双葉俳壇一一九六回句集【岩城】

剪り惜しむ水仙眺め鉄置く

田中 華丘

海渡る逞しきかな雪中花

深水 健司

水仙のすつくと伸びる通学路

森崎 阿里

初暦挨拶終えてひとめくり

幸本 郁夫

初暦こころ育む詩のあり

山元 征子

家系図に曾孫加わり初暦

美濃部 妃苗

床の間に水仙一種凜として

森本 伸子

かわいらしミニ水仙の群生す

松永 田鶴子

参道に幸せ満ちて水仙花

古林 幹枝

手の温み硬貨に分ち初詣

田名後 篁雨

上島町奨学金貸付制度のお知らせ

高等学校・高等専門学校・大学(短期大学含む)に経済的な理由で進学が難しい人に、学資の一部を無利子で貸し付ける制度です。※貸し付けには、所得・学業成績による審査があります。

■奨学金を借りるための資格

- ①上島町に居住している者の子弟または被扶養者であること
- ②学業成績が良好で進学意欲が旺盛であること
- ③心身ともに堅実であること
- ④経済的理由で進学が困難であること

■貸付の額

- 高等学校・高専生…月額3万円
- 大学生……………月額5万円

■申請期間 3月1日～4月10日

- 申請書類等 ①奨学金貸付申請書(保証人2名)、②学校長の意見書、③学業成績証明書(最終2年間)、④医師の健康診断書、⑤在学証明書(入学後)、⑥住民票の写し(家族全員)、⑦令和7年度(令和6年分)の所得証明書

■償還方法 貸付期間満了後、6ヶ月据置き、10年以内に年賦または月賦により償還

●問い合わせ

上島町教育委員会 学校教育課 ☎ 77-2207

せとうち交流館だより

《メディア室・展示室のご案内》

○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 新着DVD 3日間

☆一般書☆	タイトル	著者	タイトル	著者
	月白	宇佐美 まこと	分水 隠蔽捜査 11	今野 敏
	果つる底なき	池井戸 潤	医者が教えるサウナの教科書	加藤 容崇
	普天を我が手に 第三部	奥田 英朗	この世の花	佐々木 裕一
	睡蓮	白石 一文	よき時を思う	宮本 輝
	山ぎは少し明かりて	辻堂 ゆめ	晴れの日の木馬たち	原田 マハ
	最後の一色 下	和田 竜	ルーカスのいうとおり	阿津川 辰海
	離婚弁護士 松岡紬	新川 帆立	巡る桜 上絵師 律の似面絵帖	知野 みさき
	はなの味ごよみ 夢見酒	高田 在子	コンビニ兄弟	町田 そのこ
	科学的に証明された すごく習慣 大百科	堀田 秀吾	めじろ鳴く	佐伯 泰英
☆児童書☆	タイトル	著者	タイトル	著者
	つかめ! 理科ダマン4 「人体のふしぎ」を探れ! 編	シン・テフン/作	のらねこノラ	すげ いずみ/作・絵
	かいけつゾロリ ニセゾロリあらわる!!	原 ゆたか/作・絵	おっととっと	柿木原 政広/作
	はたらくるるまたちとごみしゅうしゅうしゃ	シェリー・ダスキー・リンカー	カタッポ	大原 悦子/文

- 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。

●問い合わせ せとうち交流館 ☎ 77-2252 ☎ 77-2292

引越しの際は住所の異動手続きを忘れずに

住所の異動届は、国民健康保険、国民年金、選挙人名簿への登録などにつながる大切な手続きです。

そのため、身分証明書となる「マイナンバーカード（個人番号カード）」の住所は、最新のものにする必要があります。入学、就職、転勤などで住所を異動される方は住民票の異動の届出をお願いいたします。

◆ 他市区町村に転出・転入

① 引越し前の市区町村へ「転出届」を提出し「転出証明書」を受け取る※1

② 転入した日から14日以内に、引越し先の市区町村へ「転入届」を添えて「転入届」を提出

※1 引越す際に手続が必要な転入届は、マイナンバーを通じてオンラインによる提出が可能です。このサービスを利用するに当たり窓口への来庁が原則不要となります。電子証明書が有効なマイナンバーカードをお持ちの方で、日本国内での引越しをする方がご利用いただけます。※ マイナンバーを通じて転出届の提出をした後は、別途、転入先市区町村の窓口で転入届等の手続が必要です。

◆ 同一の市区町村内で転居

転居した日から14日以内に、お

住まいの市区町村へ「転居届」を提出

● 届出窓口・問い合わせ

弓削 住 民 課 ☎777-2503  
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

「上島町物価高対応子育て応援手当」および「上島町子育て世帯生活応援給付金」のお知らせ

令和7年11月21日に閣議決定された「強い経済」を実現する総合経済対策の一環として、物価高の影響を強く受けている子育て世帯に対し、「上島町物価高対応子育て応援手当」を支給します。また、本町では町独自の施策として「上島町子育て世帯生活応援給付金」を支給します。※国の「物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金」を活用しています。

【対象児童】

① 令和7年9月分の児童手当支給対象児童（令和7年9月に出生した児童については10月分）

② 令和7年10月1日から令和8年3月31日までに出生した児童

【支給対象者】

① 令和7年9月分の児童手当の支給対象児童の児童手当受給者（※令和7年9月に出生した児童に

ついては10月分）

② 令和7年10月1日から令和8年3月31日までに出生した児童の児童手当受給者

③ 令和7年10月1日から令和8年3月31日に離婚（離婚調停中等も含む）により児童手当の受給者となつた者

【支給額】

・上島町物価高対応子育て応援手当「対象児童1人につき2万円（1回限り）」

・上島町子育て世帯生活応援給付金「対象児童1人につき2万円（1回限り）」

【申請方法】

令和8年2月下旬頃より対象者の方へ案内を郵送していますので、ご確認ください。詳しくは、町ホームページでご確認ください。

● 問い合わせ

弓削 住 民 課 ☎777-2503

「上島町ひとり親世帯臨時特別給付金」のお知らせ

国の「物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金」を活用し、町独自の施策として「ひとり親世帯臨時特別給付金」を支給します。

【対象となる方】

令和8年3月支給分の児童扶養手当の支給を受けている方

【支給額】

監護児童1人につき2万円

【申請方法】

申請は不要で、令和8年3月支給時の児童扶養手当を受給している口座に振り込みます。令和8年2月下旬頃より対象者の方へ案内を郵送しますのでご確認ください。詳しくは、町ホームページでご確認ください。

● 問い合わせ

弓削 住 民 課 ☎777-2503

労災職業病無料健康相談会

仕事の原因で体を悪くされた方の無料相談会を開催します。お仕事を辞めたい、職場が閉鎖されている場合でも相談できます。（個人情報厳守します）

● 日時 3月31日（日）13時～15時

● 場所 せとうち交流館体験交流室

● その他 お持ちであれば当日ご持参ください

・年金記録や雇用保険の記録など職歴が分かるもの

・会社での健康診断記録

・じん肺・アスベスト（石綿）健康管理手帳など

● 問い合わせ

全日本建設交連一般労働組合

愛媛県本部

☎089-976-5550



## 「SDGs って何？ 私たちと未来をつなぐ 17 の目標」 vol.12

### 【SDGs のゴールにつながるアクション こんなことから始めてみませんか？】

#### SDGs ってなに？

SDGs（持続可能な開発目標）は、2030年までに達成を目指す世界共通の17の目標です。貧困や教育、環境保全、平和な社会づくりなど、私たちの暮らしに直結する課題が含まれています。つまりSDGsは、私たち人類の無限の可能性です。

#### 私たちにできること

SDGsは「遠い世界の話」ではありません。問題を放っておくと、将来の世代（今の子どもたち）がもっと大きな困難に直面してしまうかもしれません。私たちの日常の小さな行動の一つひとつは、未来を変える大きな原動力になります。

例えば・・・

#### ① 環境を守るために

- ・散歩中にゴミを拾う
- ・節電・節水を心がける
- ・地域の緑化活動に参加する

#### ② 人と人をつなぐために

- ・地域イベントや防災訓練に参加する
- ・困っている人に声をかける

#### ③ 町の未来を支えるために

- ・上島町産のものを選んで買う
- ・子どもや若者の活動を応援する
- ・町の課題に関心を持ち、アンケートやワークショップに参加する

これらの行動は、どれも特別なことではなく、皆さんの普段の暮らしの中にある身近なものばかりで、「誰でも」「今日から」「お金をかけず」にできることがたくさんあります。

今年度12回に渡り、SDGsについてお伝えしてきましたが、この記事を読んでいただき「自分には何ができるかな？」と考えてみてください。小さな行動でも積み重ねれば、町の未来を守る大きな力になります。

今日から一緒に始めてみませんか？

### SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



#### ■ 問い合わせ

企画情報課 ☎ 77-2500



# 年金だより

## 令和8年度国民年金保険料について

令和8年度 国民年金保険料 納付額一覧表		1カ月分	6カ月分	1年分
		保険料額	保険料額	保険料額
毎月納付	・現金納付 ・クレジットカード納付 ・口座振替(翌月末振替)	17,920円	107,520円	215,040円
	・口座振替(当月末振替)	17,860円 (割引額: 60円)	107,160円 (割引額: 360円)	214,320円 (割引額: 720円)
6カ月前納	・現金納付 ・クレジットカード納付		106,650円 (割引額: 870円)	213,300円 (割引額: 1,740円)
	・口座振替		106,300円 (割引額: 1,220円)	212,600円 (割引額: 2,440円)
1年前納	・現金納付 ・クレジットカード納付			211,220円 (割引額: 3,820円)
	・口座振替			210,530円 (割引額: 4,510円)
2年前納	・現金納付 ・クレジットカード納付	418,510円 (割引額: 16,010円)		
	・口座振替	417,150円 (割引額: 17,370円)		

- ※ 現金納付で2年前納を希望される場合は、3月末までに年金事務所に申し出が必要です。
- ※ 現金納付での2年前納事前受付申出書、口座振替納付申出書、クレジットカード納付申出書は、日本年金機構のホームページよりダウンロードできます。ダウンロードが困難な方は、今治年金事務所までお問い合わせください。

口座振替、クレジットカード納付は登録に時間を要するため、事前の申し込みが必要です。年度の途中から前納することもできます。(年度末および翌年度末まで)

国民年金のご相談・お手続きについては、下記までお問い合わせください。

### ●問い合わせ先

今治年金事務所 国民年金課 ☎0898-32-7353

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

## ● 3月は自殺対策強化月間です

あなたの心は元気ですか？

3月は、生活環境が大きく変動することが多い時期ということもあり、年間月別自殺者が多くなる傾向にあります。生きるのが辛いと感じたとき、遠慮なくご相談ください。

### 【相談窓口】

こころのダイヤル

☎ 089-917-5012



### ■ 問い合わせ先

県心と体の健康センター ☎ 089-911-3880

愛媛県

Ehime  
Prefectural  
Government



## ● 「全日本中学生水の作文コンクール愛媛大会」 作文募集

県では、中学生（令和8年度に在学中の生徒）から「水」に関する作文を募集しています。優秀作品には知事賞を贈呈。この機会に「水」について考えてみませんか。

詳しくは、県ホームページをご覧ください。

【募集期間】～5月8日（金）まで

### ■ 問い合わせ先

県河川課 ☎ 089-912-2680



愛媛県

Ehime  
Prefectural  
Government



## 個人事業者の方の消費税および地方消費税の確定申告について

令和7年分の個人事業者の方の消費税および地方消費税の確定申告は、令和8年3月31日（火）が申告・納付の期限となっています。

### 【令和7年分において申告が必要な個人事業者の方】

- ① インボイス発行事業者の登録を受けている事業者  
（注）インボイス発行事業者である課税期間は、基準期間の課税売上高に関わらず、課税事業者となりますので、消費税および地方消費税の申告が必要です。
- ② 令和5年分の課税売上高が**1,000万円を超える事業者**
- ③ 令和5年分の課税売上高が1,000万円以下の事業者で、**令和6年12月末までに「消費税課税事業者選択届出書」を提出している事業者**
- ④ ②、③に該当しない場合で、令和6年1月1日から令和6年6月30日までの期間（特定期間）の課税売上高が1,000万円を超える事業者

なお、特定期間における1,000万円の判定は、課税期間の初日において非居住者である個人事業者の場合を除き、課税売上高に代えて、給与等支払額の合計額によることもできます。

（注）事業の用に供していた建物や機械などの譲渡収入も、課税売上高に含まれます。

### 【申告に当たっての留意点】

- 上記【令和7年分において申告が必要な個人事業者の方】に当てはまる方は、令和7年分（課税期間）の課税売上高が1,000万円以下であっても、令和7年分の消費税および地方消費税の申告・納付が必要です。
- 令和5年分の課税売上高が5,000万円以下で、令和6年12月末（免税事業者が令和7年中にインボイス発行事業者の登録を受けた場合や令和6年分の消費税および地方消費税の確定申告において2割特例を適用した場合には、令和7年12月末）までに「消費税簡易課税制度選択届出書」を提出している課税事業者の方は、「消費税及び地方消費税の確定申告書（簡易課税用）」を提出してください。

● 問い合わせ先 今治税務署 ☎0898-32-6100（代表）

上島町議会  
令和8年第1回臨時会

本臨時会は1月29日(木)に開会し、専決処分、条例改正1件、令和7年度上島町一般会計補正予算(第5号)、町有財産の無償貸付について、指定管理者の指定期間の変更についての議案が審議されました。

専決処分

■令和7年度上島町一般会計補正予算(第4号)  
衆議院議員総選挙及び最高裁判所裁判官国民審査の執行に伴い、予算を補正する必要が生じたが、議会を招集する時間的余裕がなかったため専決処分したものを。

—承認—

条例改正

■インランド・シー・リゾートフェスパ条例の一部を改正する条例  
インランド・シー・リゾートフェスパについて、指定管理者の管理の期間の特例に関する規定を整備する必要が生じたものを。

—原案可決—

補正予算

■令和7年度上島町一般会計補正予算(第5号)  
—原案可決—

会計名	一般会計
補正額	1億6,200万円
総額	77億7,600万円
主な内容	○物価高対応子育て応援手当支給事業 1,190万円 ○子育て世帯生活応援給付金事業 1,034万円 ○農林水産業者物価高騰対策支援事業 2,700万円 ○生活応援商品券事業 1億0,821万円

その他

■町有財産の無償貸付について  
岩城診療所の開設に伴い、建物、土地を無償で貸し付けるためこの案を提出する。

貸付期間 契約締結から10年

貸付相手方 社会医療法人 心海会

理事長 次田 展之 —原案可決—

■インランド・シー・リゾートフェスパの指定期間の変更について  
指定管理者 株式会社エムアンドエムサービス

指定期間

(変更前) 令和8年4月1日から

令和13年3月31日まで

(変更後) 令和8年2月15日から

令和13年3月31日まで

—原案可決—

「お仕事フェスタ 2026 in Ehime」のご案内

◆日時

3月11日(水) 13:30~17:00  
(受付開始13:00~)

◆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 松山市湊町7丁目5番地

◆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。

◆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)

◆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



わくわくワーク  
愛媛県HPへ

## 租税教室を開催

弓削小・岩城小・生名小・魚島小中・弓削中・岩城中

7月10日（木）岩城小学校、弓削小学校をかわきりに、7月15日（火）生名小学校、1月13日（火）弓削中学校、1月15日（木）魚島小中学校、1月16日（金）岩城中学校において租税教室が開催されました。この租税教室は、税金の大切さを勉強することを目的に、小学校6年生・中学校3年生を対象に行われる授業で、町の住民課・町民生活課職員が講師を務めました。税金の種類や役割を学び、授業を受けた児童・生徒は、税金を納付することの重要性を学びました。



▲岩城中学校での租税教室の様子

1/13  
(火)

## 第76回全国植樹祭えひめ2026における木製地球儀の引渡し式

上島町役場弓削総合支所において、令和8年5月17日に愛媛県で開催される全国植樹祭の機運を高めるため、木製地球儀の引渡し式が行われました。この木製地球儀は、21世紀最初の全国植樹祭が開催された第52回山梨県大会の際に植樹祭のシンボルとして作成され、令和7年度に埼玉県で開催された全国植樹祭において、愛媛県に引き継がれました。その後、県内全市町で木製地球儀巡回展示が行われ、上島町では1月13日から21日までの約1週間の展示を無事終え、次の市町へ引き継がれました。



1/27  
(火)

## おさかな料理教室

～魚の調理方法を学ぼう～

弓削中学校において、1年生を対象とした「おさかな料理教室」が開催されました。この料理教室は、生徒たちが魚食に関心を持ち、自らが料理できるようになることを目標に実施されたものです。

愛媛県漁協弓削支所女性部の講師2名から鯛とアジのさばき方や調理方法を説明しながら実演してもらい、生徒たちはアドバイスを受けながら真剣に料理に取り組んでいました。メニューは、鯛めし、アジフライ（タルタルソース添え）、弓削海苔サラダ塩レモンだれ、みそ汁です。付け合わせに弓削海苔を使ったサラダを調理し、地元産の海苔の食感や香りの良さを味わいました。





1/10(土) 生名とんど(生名グラウンド)

## 新春に願いをこめて

各地区で とんどや弓祈禱



1/11(日) 八幡神社弓祈禱(佐島)



1/11(日) 下弓削とんど(松原)



1/12(月・祝) 岩城とんど(西部)



1/15(木) 魚島とんど(井ノ浦)



1/17(土) 上弓削とんど・高浜八幡神社弓祈禱(上弓削)



2/4  
(水)

### 大人への第一歩

弓削中学校、岩城中学校、魚島中学校

弓削中学校・魚島中学校では「少年の日を祝う会」、岩城中学校では「三千本桜に誓う立志の会」が開催されました。

当日は、保護者や関係者が見守る中、満14歳になった2年生が決意も新たに大人への第一歩を踏み出しました。

弓削中学校



決意の言葉



誓いの言葉



2/5 土ひねり体験

岩城中学校



誓いの言葉



記念の詩



土ひねり体験

魚島中学校



決意の言葉



記念の詩



餅つき



農業は自然環境への依存度が高い産業といわれ、果樹類は気候の適応性が低い作物です。このことは、水稲は日本全国で栽培されていますが、果樹栽培は北のリンゴ、南のカンキツのように気候により栽培地が偏っていることからわかります。今回は、カンキツ栽培における気象変動（温暖化）の影響について解説します。

### 1 カンキツ栽培と気象

温州みかんの栽培適温は年平均15℃～18℃といわれ、北限は南関東沿岸（千葉県あたり）から西日本沿岸（瀬戸内・太平洋）に産地が形成され、上島町は瀬戸内海沿岸の適地に含まれます。

植物の生育に関わる環境要因は、気温、降水、日射、土壌などがありますが、果樹の生育には気

温の影響が最も大きいといわれています。1年生作物の水稲や野菜は、付け時期を変えて適温期間に栽培期間をずらすことができますが、果樹類は気温の変化に対応した作期（生育）の人的な調整ができません。

### 2 最近の気温変化の傾向

広島県生口島の1980年から45年間の年平均気温（気象庁アメダス値）の変化を図1に示しました。ざっくり見て45年間で平均気温は2℃程度上昇しています。このまま上昇し続けると50年後には温州みかんの栽培に適さない気温になるのではないかと心配されます。



図1 年平均気温の推移 (広島県生口島気象庁観測値)

温暖化と言われて久しいですが、記録からも確実に気温は上昇しています。特に、ここ数年は夏の気温上昇が著しくカンキツ類にとっても人にとっても厳しい夏になっていきます。広島県生口島の過去45年間の年最高気温と最低気温を図2に示しました。最高気温（上グラフ）は25年前までは35℃を越える年は稀（まれ）でしたが、最近10年は当たり前になり人の体温を越える36℃以上を記録する年も珍しくありません。一方、最低気温は最高気温に比べ上昇傾向が緩やかです。25年以前は数年おきにマイナス5℃を越える低温によりレモン等に寒害が発生していましたが、近年は一時的に極温がマイナス4℃程度まで下がりますが、寒害の発生は少なく、冬に氷が張ることもめった見ないなど暖冬年が多くなっています。

### 3 温暖化とカンキツ栽培への影響

カンキツ栽培での温暖化の影響は、栽培が難しくなるような顕著な症状ではないですが、夏の高温の影響による日焼け果の増加、隔年結果（着果の表年と裏年）の増減の拡大、着色遅れ、糖度の低下なども気温の影響が大きいと思わ

れます。また、カンキツ害虫のカイガラムシ類は気温変化で生育するため、気温の上昇で成長速度が速まり農薬の散布適期が防除暦とずれ、年間に2回しか卵を産まないう種が3回目を産卵することも考えられます。南方系の害虫（例えばミカンコミバエ、ミカンキジラミ（果実の移動制限となる侵入警戒害虫等））の分布域の北上も心配されます。落葉果樹類（ウメ、モモ）では暖冬により花芽ができず花が咲かないといった事例も発生しています。

カンキツ類では、まだ深刻な影響は出ていませんが、上島町で温州みかんが栽培しにくくなる時代が訪れるかもしれません。

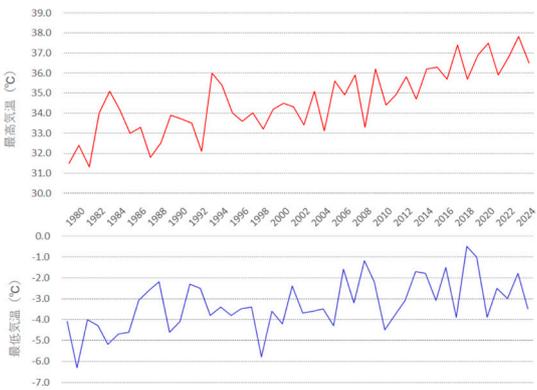


図2 年最高気温と年最低気温の推移 (広島県生口島気象庁観測値)

【令和7年度全国統一防火標語】

「急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし」

## 幼年消防クラブ退団式・防火豆まき



上島町内の各保育所において、幼年消防クラブ退団式を行いました。

退団式では、卒園する年長さんに消防本部から感謝状を授与し、「今後も防火・防災の心を忘れないでください」とお願いしました。その後、園児全員で防火豆まきを行い、火遊びをする悪い鬼を退治しました。最後に、心を入れ替えた鬼と記念撮影をして幼年消防クラブ退団式を終了しました。



### 弓削小学校3年生消防署見学！

- 1 放水体験 2 救急車見学
- 3 水の入ったホースの重さを体験 4 放水体験

1月15日、弓削小学校3年生が社会科見学のため消防署を訪れました。

救急車や消防車を見学し、火事の際に着ていく防火服の装着体験や、消防ホースを伸ばしたり水の入ったホースを持ったりし、最後は放水体験を行いました。見学や体験をしている時の子供たちのワクワクした表情が印象的でした。



### 令和8年1月出動件数 (令和8年1月31日現在)

地区	弓削	生名	岩城	魚島	その他	合計	R8累計
火災	0	0	0	0	0	0	0
救急	18	9	5	1	0	33	33

【上島町消防署】 ☎ 77-4118

【上島町消防本部消防防災課】 ☎ 77-3166

上島町を守る誇りとなる！消防団員**絶賛**募集中！

### 救急車の適正利用についてお願い

【体調不良時は早期医療機関受診をお願いします】

体調に異変を感じたとき、「もう少し様子を見よう」と我慢してしまう方も少なくありません。しかし、朝から体調不良を我慢し続けることで症状が悪化し、診療時間を過ぎてから救急車を呼ばざるを得なくなるケースがあります。

体調がすぐれないと感じた場合は、無理をせず早めに**医療機関の診療時間内受診**をすることが大切です。

ご自身の健康を守り、救急車の適正利用により地域の医療を支えるため、ご理解とご協力をお願いします。

H A P P Y B I R T H D A Y  
1歳のお誕生日おめでとう



ますごき みお  
益崎 澪ちゃん(弓削)  
3月26日生まれ

MESSAGE

これからも元気にすくすく大きくなってね！ 智成&奈菜美

令和7年4月生まれの赤ちゃん写真募集

■締切 3月4日(水)

■投稿方法 次を各総合支所へ投稿またはメール  
✉ 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



寄 付

敬称略/1月31日までの受付

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。

【一般寄付】

宮本 浩二 金一封 海光園のために

【ふるさと納税(上島町宛)】

田房 正宏 金一封 弓削商船高等専門学校の支援  
玉置 優 12,000円 上島町ゆめしま奨学金  
浦田 哲哉 金一封 「生業が元気なまちづくり」に関する事業  
吉柳 賢一 24,000円 「子供が元気なまちづくり」に関する事業  
久保 浩志 金一封 弓削高校魅力化プロジェクトの支援

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

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いられた方で、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

死亡

ご冥福をお祈りいたします

くじら 鯨	ひろこ 博子	12月30日	90歳	(弓 削)
ふくもと 福本	みつひろ 充広	12月31日	63歳	(岩 城)
おおもと 大本	さちこ 幸子	1月 1日	80歳	(生 名)
まえだ 前田	ようこ 洋子	1月 4日	86歳	(岩 城)
みやき 宮木	たえこ 妙子	1月 9日	87歳	(弓 削)
ますもと 益本	きよたか 清隆	1月19日	77歳	(弓 削)
もりもと 森本	ひろゆき 広幸	1月25日	66歳	(弓 削)

人口の動き

令和8年1月31日現在  
※( )は前月比です。

区分	男	女	合計	世帯数
弓 削	1,394 (▲5)	1,310 (▲5)	2,704 (▲10)	1,716 (▲8)
生 名	631 (7)	685 (0)	1,316 (7)	796 (7)
岩 城	1,011 (▲2)	760 (2)	1,771 (0)	1,065 (0)
魚 島	70 (1)	59 (1)	129 (2)	94 (1)
合計	3,106 (1)	2,814 (▲2)	5,920 (▲1)	3,671 (0)

【人口の増減】

転入等 29人 転出等 20人 出生 1人 死亡 11人

# 行事カレンダー

## 上島町3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(日)	弓削高等学校卒業式 上島町消防出初式 弓削港荷揚場(ヘリポート) 10:10～(雨天:せとうち交流館)	中	10:06	336	21:53	293	3:28	21	16:21	93
2日(月)	潮湯休館日	中	10:49	350	22:41	317	4:20	3	17:00	68
3日(火)	スポレク体育館休館日	大	11:25	357	23:24	335	5:05	▲7	17:36	48
4日(水)	行政相談(生名 3分団集会所 10:00～11:30) 潮湯水中歩行講座(10:30～11:15)	大	11:59	356	—	—	5:45	▲7	18:09	35
5日(木)		大	0:03	343	12:29	347	6:21	4	18:40	28
6日(金)		大	0:41	342	12:58	333	6:56	23	19:11	29
7日(土)		中	1:17	332	13:24	314	7:28	50	19:40	36
8日(日)	第37回 ゆめしま海道いきなマラソン	中	1:53	315	13:48	294	7:59	81	20:09	48
9日(月)	潮湯休館日	中	2:30	293	14:11	272	8:29	113	20:39	63
10日(火)	スポレク体育館休館日	小	3:12	269	14:32	250	9:01	144	21:13	81
11日(水)	潮湯水中歩行講座(10:30～11:15)	小	4:08	246	14:53	229	9:41	173	21:59	99
12日(木)		小	5:44	232	15:22	208	11:08	195	23:19	114
13日(金)	弓削商船高等専門学校卒業式・修了式	長	7:48	239	18:11	194	15:03	186	—	—
14日(土)		若	8:54	259	20:06	210	1:22	112	15:33	163
15日(日)		中	9:31	280	21:05	238	2:40	93	15:55	138
16日(月)	潮湯休館日	中	10:01	300	21:47	270	3:29	70	16:18	111
17日(火)	スポレク体育館休館日 中学校卒業式	中	10:29	318	22:25	301	4:09	48	16:42	83
18日(水)	潮湯水中歩行講座(10:30～11:15)	大	10:58	333	23:02	330	4:45	30	17:09	56
19日(木)		大	11:27	343	23:39	352	5:20	18	17:37	31
20日(金)	春分の日	大	11:57	347	—	—	5:55	16	18:08	12
21日(土)		大	0:17	365	12:28	344	6:31	22	18:42	0
22日(日)		中	0:57	368	13:01	334	7:09	39	19:18	▲3
23日(月)	潮湯休館日	中	1:40	359	13:36	318	7:49	63	19:58	4
24日(火)	スポレク体育館休館日 小学校卒業式	中	2:28	341	14:15	296	8:34	93	20:44	20
25日(水)	潮湯水中歩行講座(10:30～11:15)	小	3:27	317	15:03	270	9:29	125	21:41	42
26日(木)		小	4:43	295	16:13	245	10:46	150	22:58	63
27日(金)	潮湯姿勢改善水中講座(10:30～11:15) 保育所卒園式	小	6:19	286	17:57	235	12:37	156	—	—
28日(土)		長	7:47	296	19:37	248	0:37	70	14:13	136
29日(日)		若	8:51	313	20:49	277	2:07	59	15:12	107
30日(月)	潮湯休館日	中	9:39	328	21:43	306	3:13	42	15:56	78
31日(火)	上島町海水温浴施設 潮湯閉館(営業終了)	中	10:19	338	22:28	331	4:03	29	16:33	52

**今月の税金の納期限**  
納期限までに必ず納めましょう

**3/31(火)**

○後期高齢者医療保険料 第9期分



# Ikina marathon

ゆめしま海道いきなマラソン

## 第37回ゆめしま海道いきなマラソン 3/8 (日)

開催にともなう沿道応援のお願い



# Ikina marathon

### 【ゲストランナー】



千葉 真子 さん  
(女子陸上(長距離・マラソン)元選手)  
3km出場

上島町早春の風物詩「ゆめしま海道いきなマラソン」を3月8日(日)開催いたします。ハーフマラソンは弓削大橋・生名橋・岩城橋を渡り、全国各地から1,182名のランナーが「ゆめしま海道」を駆け抜けますので、沿道での応援をお願いします。

道路交通等、皆さまには大変ご不便をおかけしますが、よりよい大会になるようご協力をお願いします。なお、通過時刻やイベントの詳細は、広報3月号に折込みましたチラシをご覧ください。

当日は、大変多くのお客様が来町されるため、立石港・長崎栈橋付近では道路混雑の恐れがあります。外出予定のある方は、余裕をもってお出かけをお願いします。なお、因島・生口島への車両ルートは上弓削港⇄家老渡港、小漕港⇄洲江港もありますので、そちらもご利用ください。

### 【ランナー走行時の徐行運転のお願い】

・ランナーは車道左側を走行します。走行中の徐行運転にご協力をお願いいたします。

〈お問い合わせ〉 ゆめしま海道いきなマラソン実行委員会

☎77-2128

## しおのゆ 潮湯だより 3月(最終号)

日頃、ご利用いただきました皆さまには大変お世話になりました。今月で潮湯は閉館いたしますが、最後まで潮湯をご利用いただけますようお願いいたします。

**水中歩行講座**  
10:30~11:15

今月のテーマ **ダンスでトレーニング!**

4日(水) 11日(水) 18日(水) 25日(水)

**姿勢改善水中運動**  
10:30~11:15

27日(金)

インストラクター 西村すみれ 吉田成真

### 潮湯閉館のお知らせ



令和8年3月31日をもって閉館いたします。長年のご利用ありがとうございました。

潮湯回数券が自宅にある方は、来年度4月から返金事務を行いますので下記問い合わせ先までご連絡ください。

残り期間はあとわずかとなりますが、皆さまのご利用を職員一同心よりお待ちしております。

上島町海水浴施設 潮湯スタッフ一同

潮湯回数券返金事務 問い合わせ先

潮湯 ☎74-0808 (3月31日(火)まで)

生名総合支所 健康推進課 ☎76-3000 (4月より)

海水浴施設 潮湯 ☎74-0808 営業時間 10:00~19:00

2026年3月号 No. 258  
発行 / 上島町 編集 / 企画情報課 広報係  
TEL0897-77-3952 FAX0897-77-3953  
〒794-2506  
愛媛県越智郡上島町弓削下弓削 23-1