

つなぐ

ふるさと宇和島／南予

秋号
2020 No.12

ご自由にお取りください



特集 海と海と海のまち 西 海

連載

鉄女 やましたあやこ&
鉄道カメラマン つぼうちまさみ

予土線特集

#鯛たべよう おうちde食べよう インタビュー 俳人 夏井いつき

C o n t e n t s

- 01 エッセイ「コロナ元年雑感」 宇神 雪斎
- 02 インタビュー 俳人 夏井いつき「たまたま俳句だった、ということです。」
- 04 特集 海と海と海のまち 西海
 - 06 海と共に生きる 橋岡 濟隆
 - 07 日本の美しい村農林水産大臣賞受賞 石垣の里
 - 08 気取らない笑顔のオモテナシ 民宿大下
 - 09 人生一度は海の中へ 西海観光船
 - 10 鮮度がいのち 武久海産 プレゼントあり
 - 11 西海と宇和島の縁 宇和島歴史資料館
- 12 2018 ミシュランプレート選定店 ビストロ シェフミー
- 13 撮り歩きなんよ「漁火と天の川」 写真家 北濱 一男
- 14 鐵女 やましたあやこ& 鉄道カメラマン つぼうちまさみ **予土線特集やりよります 2**
- 19 うわしん若手経営塾OB NEW 若だんな・女将① (株) アクティブモア 代表取締役 久徳 壮一郎
- 21 ツナグ昭和館 神社石段で観る紙芝居 一回想の西海町一 田部 司
- 22 南予の祭り歳時記「正木の花とり踊り」 愛媛県歴史文化博物館 専門学芸員 大本 敬久
- 23 新型コロナウイルス感染症とマスクの効果 沖内科クリニック 副院長 沖 良隆
- 24 新型コロナウイルスの感染拡大から学ぶこと！その2 広島修道大学 教授 藤井 文子
- 25 「年金」簡単ポイントチェック
- 26 おすすめの本 プレゼントあり



旧西海町、鹿島方面の夕景（撮影／北濱一男）



予土線のアイドル！しまんトロッコ号（撮影／坪内政美）



表紙／「Girl 7」
作／ありま三なこ

プロフィール

1987年生まれ、愛媛県宇和島市出身。
子供の頃から絵を描くことが好きで、大学の卒業制作でしかけ絵本を作り、それから絵本に興味を持つ。2016年第8回 be 絵本大賞受賞、絵本作家デビューを果たす。
現在は個展やイベントへの出品等で活動中。

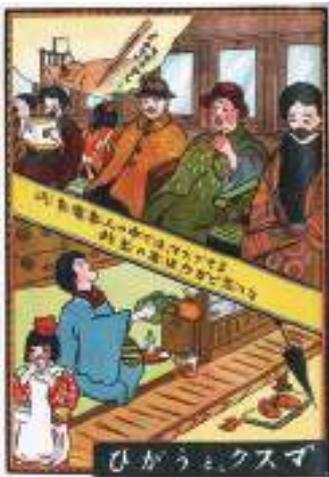
つなぐ秋号 No.12
〒798-0041 宇和島市本町追手 2-8-21
0895-23-7000
年4回発行（季刊誌）
配布先／宇和島信用金庫各支店ほか
発行／宇和島信用金庫
本誌掲載内容の無断転載を禁じます。

ヒロインが病死する小説に、武者小路実篤の『愛と死』がある。逆立ちと宙返りの得意な夏子が、婚約中の幸せの絶頂で、あつけなく死ぬ。電車の中で読んでみて号泣しさうになり、血が滲むほど唇を噛んで堪へたといふ人がゐる。涙なくしては読めない小説である。

夏子の死因はスペイン風邪である。現在の新型コロナウイルスの先祖にあたる。テレビのない時代だから、「汽車電車の中ではマスクせよ 外出の後にはウガヒ忘るな」と書かれたポスターが貼り出された。百年前も現在も、予防法はマスクとうがいはある。

何年も前から、夏場以外はマスクを着用してきた。「風邪ですか」とか「花粉症ですか」と訊かれるので、「変装です」と答へる。五十歳を過ぎて近眼になり、眼鏡をかけるやうになった。近年、老眼が進んでちやうどよくなつたが、度のないパソコン用の眼鏡をかけてゐる。これも変装のためだ。頭が薄くなつてきてからは、帽子もかぶる。

帽子・眼鏡・マスクで完全武装してゐるが、なぜかよく声をかけられる。かうなると、時代劇の悪い老中や旗本がかぶつてゐる覆面頭巾を使用するしかないが、



コロナ元年雑感

宇神 雪齋

それでは逆に目立つてしまふ。

私はなぜ変装にこだはるのか？ 顔を見られたくないからである。なぜ顔を見られたくないかは、あへて書くまでもないだらう。

コロナに話を戻す。今年はいとーヴエンの生誕二百五十年の記念の年であるが、コロナ禍によつてすっかり冷え込んでしまった。宇和島は山家清兵衛公没後四百年で、市民一体となつて山家公の遺徳を顕彰すべきところ、自粛によつて不発に終はつた。七年後が没後二百年のバートーヴェンは、まだましであるが山家公は百年後である。私もあなたも生きてゐない。

今年はいとーヴエンの没後五十年でもある。映画「三島由紀夫VS東大全闘」の公開が、おりしもコロナ第一波と重なつた。さらに、ナレーターをつとめる東出昌大のゲス不倫騒動でもケチがついた。

高校生の頃、「いつか芥川賞選考委員の三島さんに小説を読んでもらうのだ」と考へてゐた。昭和四十五年十一月二十五日、市ヶ谷での三島さんの割腹自決（三島事件）によつて夢は潰れたが、その後にも三島作品を読み、評伝・評論など多数の三島関連の本も読んだ。私は音楽評論

もやつてゐるので、三島由紀夫と音楽の

関係について音楽誌に書いたり、「三島由紀夫と音楽」と題して白百合女子大学で講演もした。十年以上も前のことである。それらの原稿に加筆して、本を出さうとしたが、実現しなかつた。

没後五十年の今年が最後のチャンスと考へ、ここ一年余り、苦心惨憺・四苦八苦・七転八倒して原稿を大幅に書き直した。その結果、めでたく出版が決まつた。本のタイトルは『三島由紀夫VS音楽』である。ものかきにとつて本が出ることは無上の喜びだ。したがつて、コロナ元年は私にとつてさほど厭な年ではない。

宇神 雪齋 うがみせっさい

作家・音楽評論家。小説は『水のゆくえ』（角川書店）『ヴァルハラ城の悪魔』（講談社）など。近年は『宇和島藩』『伊予吉田藩』『幕末の女医楠本イネ』『宇和島伊達家の女性たち』（現代書館）などの歴史書がある。本名 / 神應幸男



たまたま俳句だった、ということです。

俳人 << NATSUI ITSUKI 夏井 いつき

今や俳句と言えば「夏井いつき」と言っても過言ではない。「プレバト!!」(毎日放送制作・TBS系列全国ネットのバラエティ番組)での梅沢富美男との掛け合いは、この番組の一番の見どころだ。また、約30年前から俳句の裾野を広げ、俳句のある人生を楽しんでもらおうと、俳句の種まき活動を行っている。

今回、そんな全国区で活躍されている夏井いつきさんのインタビューが実現した。

南宇和郡旧内海村出身の夏井さんは、地元の中学校を卒業して宇和島東高等学校へ進学した。当時、内海村から宇和島の高校へ進学すれば下宿するのが当たり前だったが、ちょうど家が新築され、待望の自分の部屋ができたのに下宿なんてイヤだと思ひ、内海村初のバス通高校生になった。宇和島行きのバスは早朝に出るため、いつも弁当は二つ。一つは授業が始まるまでに食べる朝食用で、そのため周りからは「早弁の子」と呼ばれていて、どちらかと言えば一匹狼の女子高生だったという。

もとより都会で生活したい、という志向はほとんどなく、大学を出たら愛媛で生活したいと考えていたのだが、「数学はさっぱり、物理は念仏」といった状況だったので国立大学は諦めて京都女子大学へと進んだ。

大学では、中学時代に打ち込んだバレーボール部に所属し、汗まみれ

の学生生活を送った。卒業後は編集者にもなろうと思っていたが、とりあえず教員免許くらいは取っておこうと故郷の家串中学校に赴くが、ここでの濃密な3週間で一気に教師になりたいという思いに火が付いた。以降、「生涯これほど勉強したことはない」というほど勉強強し難関の教員採用試験に見事合格する。

松山の中学校で教員としての第一歩を踏み出すことになるのだが、この年、最愛の父を亡くす。それまで、ぼんやりとしていた故郷(愛南町)への想いが一気に大きくなっていったのは間違いない。そして、2年の松山勤務の後は、御荘中学校へ転勤することになる。そして6年後、転職が訪れる。天職とまで思っていた教師を辞めた。生きるために、もがき苦しみ挿んだのが俳句だった。もしも、身長が木村沙織ほどあったなら、バレーボールの世界に身を投じていたかも知れないと笑う。

その後、1997年に、俳句集団「いつき組」を結成し、組長に就任し、以降一貫して俳句の種をまく活動を続け、俳人夏井いつきの名は徐々に全国に知られるようになっていった。2004年の市町村合併により内海村という名前が消滅するという時、『俳句と写真でつづる内海村』(うみいづ)の制作依頼を受けた。取材のため1年間かけて村内を歩き回ったことは、自分の故郷を身体で感じ取るいい機会となり、子どもとして暮ら

した内海村と教員として過ごした御荘町辺りの思い出が愛南町という括りで、自分中でひとつひとつになっていると感じたという。

以前から多くの俳句番組に出演されている夏井さんだが、大ブレイク中の「プレバト!!」について聞くと、「主宰する句会でも下手な句は『下手』と言っているのと同じように言っていたら、それがウケた感じですかね。俳句に興味がある人が観る他の俳句番組に対して『プレバト!!』は、浜ちゃんが出てくるからチャンネルを合わせる。すると、何か、おぼちゃんやギャーギャーやってくる、何だろう? と観てみると俳句だった。というように全くアプローチが違うので、俳句を知ってもらおうという意味では、『プレバト!!』の影響は、とっても大きかったと思います。そして、もうひとつは、ジャニーズの若い男の子たちが真剣に俳句に向き合っている姿が十代の若い人たちに、物凄くいいメッセージになっていると思います」という。

また、「プレバト!!」出演のおかげで、三省堂より2021年度に出版される中学三年生の国語の教科書「現代の国語3」の「夏井いつきの赤ペン俳句教室」のコラムコーナー内で、添削の例として藤本敏史さん(JIWARAN)と村上健志さん(フルーツポンチ)の俳句が掲載される。「一生懸命やっていたら、思いもよらないところで、色々な事の蓋が開い

ていくんだなって思っています」30年前から「日本中の人に俳句を届けたい。俳句を使って『日本語って素敵だよ』という思いをもって頂きたい」と、俳句の種をまく活動を続けてきたが、2014年に夏井&カンパニーという家族会社を立ち上げたことから、その思いは、ますます確固なものになってきたという。そして、このコロナ渦で、句会ライブや講演が中止や延期になるなか、予てよりやりたかったユーチューブ配信を始めた。「夏井いつき俳句チャンネル」と題された動画を木曜日と日曜日の週2回配信している。

まさに裸一貫で俳句の世界に殴り込みをかけ、俳句の新たな可能性に挑み続けておられる夏井さんだが、今のスタイルを確立するまでのご苦労は如何ばかりかと想像する。しかし、今では、そうした地道な積み重ねが実を結び、いっそう彼女を輝かせているように思う。



松山市道後にある「伊月庵」の前にて

プロフィール／1957（昭和32）年生れ。南宇和郡内海村（現在の愛南町内海）出身。松山市在住。俳句集団「いつき組」組長、藍生俳句会会員。第8回俳壇賞受賞。俳句甲子園の創設にも携わる。松山市公式俳句サイト「俳句ポスト365」等選者。2015年より初代俳都松山大使。句集『伊月集 龍』、『おうち de 俳句』『夏井いつきの俳句ことはじめ』等著書多数。

 **YouTube** 夏井いつき俳句チャンネル（ぜひチャンネル登録を）



夏井いつき 書籍紹介



TV「プレバト!!!」で大人気！夏井先生の俳句とエッセイ、写真がコラボ！オールカラー！俳句は、ありのままに過ごすよき日々を、さらに素晴らしい「肯」日に変えていく！

書籍名 夏井いつきの日々は「肯」日
発行日 2020/5/13 価格 1,760 円



季語を使って毎日俳句を作ってみましょう!! そして、自分の句をハガキで投げましょう!!

夏井いつき先生の季語手帖2020年版です。365日の季語とその季語を使った俳句を学ぶことができ、実作もできる一冊です。

書籍名 2020年版 夏井いつきの365日季語手帖
発行日 2019/12/28 価格 1,650 円
発行所 株式会社レゾンクリエイト



「俳句にむいている人って、語彙や教養がある人でしょ?」「立派な短冊に筆で書くんですね?」そんなイメージは実は大きな誤解! なかなか聞けない素朴な疑問に夏井先生がズバリお答え! 「NHK 俳句」司会の岸本葉子さんとの対談や素人5人による吟行・句会体験記など、盛りだくさんの内容で俳句の楽しさをお届けします。

書籍名 夏井いつきの俳句ことはじめ
発行日 2019/1/17 価格 1,430 円
発行所 ナツメ社



ふたりの掛け合い問答で「穴埋め式岸本ドリル」を明快解説!

これからはじめる人も駆け出し俳人も

- 1回やれば俳句が書ける!
- 2回やれば俳句がわかる!
- 3回やれば俳句が変わる!

穴埋めドリルで発想力を磨こう!

書籍名 「型」で学ぶはじめての俳句ドリル (岸本尚毅先生との共著)
発行日 2018/9/1 価格 1,650 円
発行所 祥伝社



《著者より》
「俳句って、何から始めればいいのかわからない……」というあなたは、この日めくりを手にとってみましょう。「鳥を見てみよう」「朝ご飯は何を食べましたか」など日替わりのお題と、366の季語をご紹介します。毎日めくるうちに、あなたの日常は俳句でいっぱいになることでしょう。

書籍名 まいにち作ろう! 夏井いつきのいちばんやさしい俳句日めくり
発行日 2018/8/29 価格 1,320 円
発行所 PHP 研究所



どこにいても、いつだって俳句はつくれる! なにげな日常の中に「俳句のタネ」を見つけるワザと、誰でも簡単に俳句が作れる秘策をやさしく教えます。

書籍名 夏井いつきのおうちde俳句
発行日 2018/11/8 価格 1,848 円
発行所 朝日出版社



海と海と海のまち

西海

愛媛県の最南部、愛南町にある旧西海町には
鹿島の海、石垣の里、高茂岬そして、地域を支える水産業がある
そう、西海のすべては海のみだ。

(写真は高茂岬に群生する野路菊。撮影 / 岡原俊機)

※現在「西海」という地名は存在しませんが、特集の中では便宜上、旧西海町を「西海」と表現しています。

参考資料 / 西海町史 西海町勢要覧 2002 広報西海・公民館だよりダイジェスト版
協力 / 橋岡齊隆 岡原俊機 外泊地区 愛南町教育委員会生涯学習課
宇和島市教育委員会文化・スポーツ課ほか

海と共に生きる 西海について



昨年開催された第8回 愛南町いやしの郷トライアスロン大会（スイム）の様子（写真提供 / 愛南町 教育委員会 生涯学習課）

西海について元役場職員で船越地区の区長もされていた橋岡濟隆さんにお話を伺った。

西海は海に囲まれた風光明媚な場所です。宇和島藩の狩猟地だった鹿島を中心に、1969（昭和44）年に男性的な海岸線を有する町内一周道路が完成しました。1972（昭和47）年には、足摺宇和海国立公園に昇格し、町をあげて観光産業振興に力をいれていました。

当時、夏季限定ですが、宇和島から鹿島行きの定期船が運行（道路の整備が進み1983年運行終了）されるなど、ピーク時には年間15万人ほどの観光客が訪れていたものです（繁忙期になると私たち役場職員が駐車場整理に駆り出されていて、停めきれない車が道路沿いに2キロメートルほど連なるほどでした）。

現在、西海最大のイベントは今年で9回目を数える「いやしの里愛南町トライアスロン大会（今年は新型コロナウイルスの影響で中止）」で、第1回から公益社団法人日本トライアスロン連合の公認レースになっていて、全国から大勢の選手や関係者が集まる愛南町の一大イベントになっています。例年6月の第2土曜日に開催され、参加者は年々増えており、地域をあげての声援に選手たちは感激しているようです。

また、かつて西海町の花火は尺玉が売り物で海岸からあまり離れない台船で打ち上げていましたので、間近で観られるのと強烈な音が評判で多くの人で賑わっていました。町村合併後しばらく途絶えていましたが、私が区長をお引き受けさせていただいた時、船越地区の住民から花火復活の声があがり、関係地区の協力を得て寄付金を募り、打ち上げの運びとなりました。規模は縮小していますが、盆踊りと花火は夏の恒例行事になっています。

私は、人情味があり、あっさりした気質の西海が大好きです。そして、小さいながらも見どころ満載（33kmの町内一周サイクリング、*スノーケリング、スキューバダイビング、シーウォーカーなど）です。ぜひ一度お越しになってみて下さい。



はしおか なりたか
橋岡 濟隆



西海は宇和島から車で約1時間

*一般的に用いられている日本語表記のシュノーケリングは、英語とドイツ語を混同

「日本の美しい村」農林水産大臣賞受賞 石垣の里



(写真上) 通路が整備された現在の石垣の里
(撮影/北濱一男)
(写真下) 昭和30年代(1955~65年頃)の外泊地区の様子。集落の奥に段ばたも見える (写真提供/外泊地区)



西海の外泊地区には急傾斜がつつしりと石垣に守られた家々が立ち並んでいる。軒に達するほどの積み上げられた石垣の迫力と美しさに圧倒される。この景観は、1994(平成6)年に日本の美しい村コンテストで「農林水産大臣賞」を受賞。あわせて愛媛県の「文化の里」にも指定され全国に知られるようになった。

人々がこの地に移り住み集落を形成したのは幕末頃からで、中泊部落に分家の機運が高まり、隣り浦の外泊に定着していった。しかし、外泊は、中泊より更に夏の台風と冬の季節風にさらされる地形のため中泊部落の石垣をまねて、より強固な石垣を築いたと思われる。

今後、この美しい景観をいかに保存していくかが大きな課題だ。

気取らない笑顔のオモテナシ 民宿 大下



(写真上) 地元で獲れた新鮮な魚介類を使った豪華な船盛 (写真は6人前) は民宿大下の人気商品
 (写真左) 二代目吉田雅之さんと妻の由紀子さん。この笑顔で精一杯のおもてなしをする
 (写真中) 島しょ部ならではの細い路地にある玄関
 (写真右) 数十年間、お客さんが残していった色紙は民宿大下の宝だ。



民宿大下には、美味しい魚料理を求めてマイカーや時には観光バスを仕立てて、北は北海道から南は沖縄まで全国からお客さんがやってくる。

数年前に先代から接客を引き継いだ雅之さんだが、当初、これと言った話もせず、ただ黙々と料理を出すだけだった。

しかし、ある時「このままでは、もう一度うちに来ようとは思ってもらえんなあ、笑顔でお客さんと話をしよう」と思いたち、以降、積極的に笑顔で接するようになった。時には冗談を交えながら、料理のリクエストの対応にとどまらず、釣りの仕掛けや西海での過ごし方など、お客さんからの質問や要望には出来る限り応えるようにしている。その甲斐あって多くのお客さんが何度も訪れてくれるようになった。

とは言え、将来への危機感を感じてないわけではない。最近では西浦（鹿島渡り）から外泊のエリア）でダイビング、渡船や漁師、民宿などを生業にする40〜50代の働き盛り数人が集まって、

酒を酌み交わしながら地域の将来について語り合おうと言うが、夜遅くまで話は尽きることはない。

クエ鍋
シーズン到来
10月～4月

民宿大下では天然のクエ鍋が味わえます。

くままで話は尽きることはない。

人生一度は海の中へ 西海観光船



※シーウォーカーは夏季限定



(写真上) 透明度が高い時の鹿島の海は、まるでお花畑のよう
(写真左) シーウォーカーで海底散歩
(写真中) 海底が見える船ガイヤナと鹿島
(写真右) 鹿島の魅力に憑りつかれ、西海に移住した高橋翔さんと妻の香さん (写真提供/高橋翔)

「ダイビングはちょっと」という人にはシーウォーカーで気軽に海中散歩ができ、それも難しい人には、観光船で海の中を眺めることもできる。まさにニーズにあったマルチなマリッジジャーを楽しめるのが西海だ。

しかし、一方で自然相手だけに海の透明度が悪かったり、時化ることもある。だからこそ丁寧な情報発信が欠かせないという。

今後は、今ある施設を中心に様々な業種との連携をしながら西海のマリッジジャーを全国に発信していきたいという。

高橋さんは「水中で呼吸できる素晴らしさを多くの人に伝えたい」と唱えるが、簡単な事ではない。それに上手く対応できるのが鹿島周辺だという。

「ダイビングはちょっと」という人にはシーウォーカーで気軽に海中散歩ができ、それも難しい人には、観光船で海の中を眺めることもできる。まさにニーズにあったマルチなマリッジジャーを楽しめるのが西海だ。



鮮度がいのち 武久海産



魚種によって串の刺し方が微妙に変わるが、熟練の技で手際よく作業が進む



スタッフ全員で集合写真



社長自ら、魚の状態を見極めながら塩加減を調整していく



西口弘社長と奥さんの実子さん

「武久海産の特選商品」 を抽選で30名様にプレゼント

（応募方法）

ハガキか FAX で、住所、氏名、年齢、性別、ご連絡先、つなぐの感想文を添えて下記までお送りください。

〒798-0041 宇和島市本町追手 2-8-21
宇和島信用金庫 業務推進部
つなぐ秋号武久海産 読者プレゼント係
FAX.0895-25-8632
（応募締め切り）
令和2年12月15日必着

「鮮度が命」。先々代の社長から引き継ぐ武久海産のモットーで、製品づくりはもちろん、良い魚を手に入れるための努力は惜しまない。

武久海産の製品は、鮮度はもとより、漬け込みにフラインパブルを使用し、社長自ら魚体と会話しながら微妙な塩加減を施し、その後、冷風乾燥される。こうして造られた丸干しを食べてみると、身は柔らかく、優しい塩味と魚本来の旨味が特徴だ。

ただ一方で、漁獲量が少なくなってきた昨今、良い魚をコンスタントに入手するのが難しくなってきたと西口社長は嘆く。

西海と宇和島の縁 宇和島歴史資料館



宇和島市住吉町にある宇和島市立歴史資料館 (写真提供/宇和島市教育委員会 文化・スポーツ課)



解体される旧西海町役場 (西海町勢要覧 2002 より)

現在、宇和島市住吉町にある宇和島市立歴史資料館は、かつて旧西海町役場として使われていた。
元々この建物は、明治17(1884)年9月、宇和島市広小路に宇和島警察署と

事者攻撃的にされ、時の署長はこの無謀な計画を推進したとの理由で、おとがめをうけたり散々油をしばられた、と宇和島の明治大正史に記録されています。(中略) イギリスの最盛期に当たるビクト

して建てられたものだ。平成2年3月の「広報西海」には、「役場庁舎引退105歳」と題した以下のような記事が掲載されている。
「宇和島出身の漢詩人中野逍遙※1が『監獄署、警察署、両署堂々トシテ 南北ニヨル 丹楹白壁日華ニ輝ク 市民諷リテ問フ 何ノ治ムル所ト』歌っているほど当時としては、相当立派なものようでした。その反面、県会の野党議員から金の使いすぎだといつて理事者攻撃的にされ、時の署長はこの無謀な計画を推進したとの理由で、おとがめをうけたり散々油をしばられた、と宇和島の明治大正史に記録されています。(中略) イギリスの最盛期に当たるビクト

リア時代(19世紀)の様式を取り入れています。明治17年頃と言え、西欧との文明交流の日も浅く、中央に徐々に洋風の建物が建ち始めた時代であって、その頃、四国の片田舎にこの様な建物が建つたという事は驚くべきことでした。設計者は今もお不明のままです」とある。
この宇和島警察署が昭和27(1952)年、建て替えのため売りに出されることになり、役場建て替えを計画していた旧西海町が買い受け役場庁舎として再建された。

旧庁舎で仕事をされていたと言う、役場OBの橋岡さんによると「歩くときギシギシと音がして、もちろんエアコンなんかは無いので、夏は天井扇風機、冬は火鉢でした」と懐かしむ。
そして、平成4年(1992)3月、宇和島に里帰りをし、住吉町の榊崎砲台跡そばに復元され、「宇和島市立歴史資料館」として活用されている。宇和島市のホームページによると、
「建築様式は『擬洋風建築』に分類され、わが国の建築工匠達が明治初期に西欧建築の技術を習得した事実を今に伝えています。復元の際に行われた調査の結果によると、小屋組みの合掌には、隅合掌※2や蕪束※3といった工法(下右写真)が見られる等、高い水準の建築技術が確認されました。これは建物の格調高い外観とも

に、建築史上においても注目し値するものです。西日本における擬洋風建築物は少なく、当時の宇和島の先駆性を物語る歴史的価値の高い建物であるといえます」と紹介されており、平成8年(1996)12月3日には登録有形文化財にも登録されている。
宇和島市立歴史資料館屋根裏のトラス組 (写真提供/宇和島市教育委員会 文化・スポーツ課)



現役時代の旧西海町役場 (写真提供/岡原俊機)



宇和島市立歴史資料館屋根裏のトラス組 (写真提供/宇和島市教育委員会 文化・スポーツ課)

※1) 1867(慶応3)年 宇和島生まれ 1899(明治2)年に第一高等中学校本科一部(現在の東京大学教養学部)に入る同級生に夏目漱石や正岡子規がいる。1894(明治17)年死去(享年28歳)。1895(明治28)年に『逍遙遺稿』が発行。逍遙の漢詩は自身の恋を題材にした点特徴で、制約の多い漢詩に恋愛感情を自由奔放に歌いこむ詩風は、島崎藤村、吉井勇らにも影響を与えた。 ※2) 朱塗りの柱

ミシュランガイド 2018
広島版・愛媛版
ミシュランプレート選定店

ビストロ シェフミー



「米沢豚のロースソテー」1,700円（手前）「サーモンマリネ」980円（奥）

MICHELIN



店舗入口



ゆったりと配置されたテーブルと小さなカウンター



ワインも多数用意されている

南宇和郡愛南町城辺甲2220-2

TEL.0895-73-1906

●営業時間 / 11:30 ~ 14:00 (LO) 17:30 ~ 21:00 (LO) ※夜は予約制

●定休日 / 火曜日



店主 谷口 靖宜さん

東京のお店で修行し、故郷の愛南町に帰って昨年10周年を迎えました。自然豊かな愛南町で地元の食材を活かし、また、地元では馴染みのない食材を取り寄せ、一から手作りの料理を真面目に提供しています。これからもお客様に愛され、喜んでいただける「料理」「お店づくり」をしていきたいと思っています。

撮り歩きなんよ

北濱一男が撮りためた南予の風景



(撮影 8月12日)



(撮影 8月13日)

漁火と天の川

由良半島の須ノ川側の付け根から篠山まで小岩道という大規模林道があります。

愛南町と宇和島市にまたがる尾根伝いの林道を車で走ると時には鹿やうさぎなどの野生動物に遭遇する道です。風力発電の風車も立ち並んでいて愛南町側からも津島町畑地側からも風車を見ることができます。

小岩道を5 kmほど走ると駐車場があり、そこからさらに2 kmほど車を走らせると風車のそばに展望所があります。そこからは、宇和海から遠く九州や長く横たわった佐田岬半島、そして右に目をやると鬼ヶ城や三本杭を眺めることができ、夜は運が良ければ漁火や天の川など星空を見ることができます。



北濱 一男 写真家

1945年生まれ 宇和島市在住 学生時代からカメラをはじめるが、本格的な写真歴は約20年。現在は、奈良県明日香の写真家 上山 好庸氏に師事し毎月奈良へ通う。撮り歩きなんよ (ブログ) <http://uwatu.blog135.fc2.com/>



予土線特集やりよります。



秋の気配を感じる奈良川を渡るキハ32形レールバス 近永ー出目間 (撮影 / 坪内政美)



山下 文子 やました あやこ
宇和島出身、鬼北育ち。
予土線沿線は、県をまたぐも「ザ・
生活圈」。鉄道を始め、乗り物は何
でも大好き。座右の銘は「その角
を曲がれば、旅」
(※永六輔氏のうけうり)。
「四万十の鉄道 予土線」のホーム
ページでコラムを担当。

協力：高知県予土線利用促進対策協議会

 <http://yodosen-green.com/>

 <https://twitter.com/yodosen>

 <https://www.facebook.com/yodosen/>



坪内 政美 つぼうち まさみ
スーツ姿で撮影するという奇妙なこ
だわりをもつ鉄道カメラマン・ロケ
コーディネータ。各種鉄道雑誌など
を執筆する傍ら、テレビ・ラジオに
も多数出演。町おこし列車「どつぼ
列車」を主宰し、駅スタンプを製作
・寄贈する活動を行っている。高知
県予土線利用促進対策協議会アドバ
イザー。

ブログ：「坪内政美公式ブログII」

【主な活動・執筆など】

鉄道全路線シリーズ(朝日新聞出版)旅と鉄道・鉄道キング(山と溪谷社)サライ・ビーバル・本の窓(小学館)琴電殺人事件(西村京太郎・新潮社) JTB 時刻表・ノジュール・青春 18 きっぷの旅・観光列車でいこう・るるぶシリーズ 主に四国関連・瀬戸内海離島 UTB パブリッシング) 四国旅マガジン GajA(SPC 出版)ネコ駅長ぼす PHOTO BOOK(エイ出版)鉄道珍百景(天夢人)ほか、ラジオまどんな「どつぼの鉄道見聞録」(NHK 松山放送局・17:05～月一度程度出演)多数。

宇和島から窪川
予土線



鉄女 やましたあやこの

嗚呼、予土線らぶそでいー「いとしのファンキーばあちゃん」

(2019.10.8 掲載分)

<http://yodosen-green.com/> ※その他のエピソードもHP掲載中



予土線を語るとき、高校時代の通学の思い出がアレヨコレヨとよみがえってくるのだが、朝の通学時は何かとにぎやかなことが多く、「三浦の第1回にも書いたように」駅から学校にたどり着くまでギヤーワーワーしていた。その中でも、うちのばあちゃんは、ひときわにぎやかな存在だった。ばあちゃん家は、宇和島駅からおよそ400メートルのところ、じいちゃんと一緒に理美容品の品物を販売する商店を経営していた。じいちゃんとばあちゃんは、40代から始めた商売を80歳を越えるまで続けていて、じいちゃんもばあちゃんもとにかく元気でハツラツとしていた。じいちゃんは、主に車での配達をしていたが、ばあちゃんも負けじと原付バイクで小回りのきく配達をこなしていた。

このばあちゃん、まずは見た目にぎやかなのだ。私から見てもファンキーな出で立ちだった。頭は茶髪のくるくるパーマ、派手な柄の洋服をしれっと着こなしている。「年をとったら明るい色の服を着んといかん」というモットーで、宇和島の某アパート（※しんばし）でよくハイカラな服を買っていた。昭和一桁生まれにしては大柄な方で、背もわたし（153センチ）より頭一つ分高い。（もっと言えば、ばあちゃんのお



古のズボン、わたしには長すぎる。背骨もまっすぐ、いつもシャキッとしているし、これで原付バイクにまたがるのだから、ヘルメットをかぶっていたら70に近い、ばあちゃんが乗っているとは思えない。

ある朝、わたしは、いつものように近永駅から宇和島駅に予土線で通学していたときのこと。今もそうだが、予土線通学のほとんどの高校生は、宇和島駅から高校まで自転車を使っている。そのため、駅から少し離れた場所に自転車置き場がある。ここまで、駅からは予土線通学の学生がぞろぞろと歩いて行くのだ。と、そこへ！バリバリとエンジン音を鳴らして近づいて来る原付バイクが一台・・・。「おい、あやこー、はしー」と叫んでいる。わたしは、ギョツとして目をやると、うちのばあちゃんである。自転車のそばにバイクを乗り付け、ヘルメットを外し、いざクルクル茶髪パーマのお

「あやこ、きょうの弁当の箸や。お母さんが入れるの忘れとる言うて電話があったけん、ばあちゃんが持ってきてやったぞ」ところである。しかも、そこらへんに聞こえるような大きな声で。

その娘である、わが母は、ばあちゃんと違っておっとりとした性格で、毎朝お弁当を作ってくれていたのだが、よく箸を入れ忘れていた。この日、母は箸のことに気付いて、列車の到着時間に合わせて、わたしに渡してほしいと列車が着く前に先回りして、ばあちゃんに頼んだのだろう。しかし、目立つぜ、ばあちゃん。そこにいた3両編成の予土線に乗ってきた田舎のおぼこい高校生の視線は、ばあちゃんに集まった。

そして、箸だけ、わたしに手渡すと、ばあちゃんはヘルメットをかぶり直し、「はりきって学校いってこいよ」と、にっこり笑ってエンジンを吹かして颯爽と去って行った。わたしが、その日無事に箸で弁当を食べることができたのは、ひとえに、ばあちゃんが駆けつけてくれたおかげだが、こんなことは一度や二度ではなかったから、ばあちゃんは、すっかり同級生たちの知るところとなっていた。

その、ばあちゃんも今年、89歳。原付バイクは、とうに卒業したものの、勢いだけは健在である。訪ねていくと、いっただって近所のおばちゃんたちと大きな



今年90歳になったファンキーばあちゃんと。(撮影/坪内政美)

声で世間話に花を咲かせているわ、買い物に連れて行くと、「どこにあったのそんな服?」と言いたくなるような派手な服は買うわ、未だに、わたしが食べたいと言えば、卵4個を使って甘い卵焼きを作ってくれるわ、その生き様はファンキーなままだ。若いときから、よく笑っていたから顔は、しわくちゃのばあちゃんだけど、死ぬまで「ファンキーばあちゃん」でいてほしいと思う。わたしと、ばあちゃんは、ときおり、いっしょに温泉に出かけたりしているが、その道中では予土線通学のにぎやかな朝の一コマを時々思い出して、二人でよく笑っている。



伊予宮野下駅 ドイナカだけど、けっこう町の駅

駅データー

■所在地 宇和島市三間町宮野下 ■開業日 1914(大正3)年10月18日 ■旅客ホーム数 2面2線・無人駅

三間地区の中心部にある駅。学校やスーパーを始め、飲食店、信用金庫、市役所の支所もあり、人びとの暮らしがギュッと詰め込まれた商店街は駅から徒歩圏内。長くカーブした特徴的なホームには、上りと下りの列車が行き違いのため並ぶこともあり、1番ホームは窪川方面行き、跨線橋を渡って2番ホームは宇和島方面行きとなるので



予土線でも数少ない行き違い施設をもつため、上り下りが並ぶことも

乗り間違いのないように。窪川方面へ列車が発券すると、まもなく「土居中(どいなか)」踏切を通過する。のどかな田んぼの中にすーっとレールが延びている光景はまさに「ど田舎」そのもの。夏には風が走る青田、秋には黄金に輝く稲穂。いよいよ日本の美しい田園風景が車窓に広がる。



その名前から、わざわざ踏切を見にやって来る観光客も!



今や貴重となった木造の駅舎が健在!

予土線三駅語り

2

宮野下駅と二名駅と大内駅

文華亭

宇和島市三間町宮野下 400 TEL.0895-58-3598
営業時間 / 10:00 ~ 14:00 17:00 ~ 20:00
定休日 / 月曜日

伊予宮野下駅から歩いて2分。中華料理の定番、チャーハンや酢豚、唐揚げもたっぷりのボリュームで、地元の人に長年愛されている安定の味。日替わりのサービスランチは狙い目。



点。

宇和島市三間町宮野下 844 TEL.0895-58-2503
営業時間 / 18:00 ~ 22:00
定休日 / 日曜日

伊予宮野下駅から歩いて4分。鮮度と味にこだわった魚料理や肉料理は絶品。イス席も座敷もあり、広々とした空間で家族連れや常連さんなど幅広い客層でにぎわっている。



文：山下 文字



写真：坪内 政美

ふた な 二名駅 「二つの土地」が転じて駅名に

駅データ

■所在地 宇和島市三間町中野中 ■開業日 1914(大正3)年10月18日 ■旅客ホーム数 1面1線・無人駅

線路が県道と併走していることから、車での乗り入れがしやすい駅。かつては地名にちなんで「中野駅」と呼ばれていたとか。ホーム越しに低い山の稜線見え、線路沿いにはここもまたひたすら田んぼが続く。

駅周辺は、田植えの季節が絶好の撮影シーズンで、田んぼに水が張られると列車が水面に反射して、いわゆる水鏡の美しい鉄道写真が撮影できるのだ。一両のワンマン列車が、田んぼの中をキキキ、ゴトゴト音を立てて近づいてくる。そう、この駅に降り立てば、そこそこ撮影スポットが目白押しなのだ。また、夜の真っ暗闇を駆け抜ける列車の明かりは、とても幻想的だ。



4月中頃から付近の田んぼに水を張ることから、水鏡と列車を撮影することができる

安岡蒲鉾本社・工場

宇和島市三間町中野中 293 TEL.0895-58-7771

営業時間 / 9:00 ~ 17:00 ※見学可

定休日 / 日曜日

創業昭和27年の老舗で、新鮮な「ほたるじゃこ(別名:はらんぼ)」など宇和海で獲れた小魚を昔ながらの石臼で練り上げ、揚げたじゃこ天は絶品。おすすめは、工場見学。普段は見られない加工工程を惜しげもなく大公開、予約しておけばじゃこ天づくりも体験できる。宇和島の子もたちにとっては、「社会科見学」イコール「じゃこ天工場」といっても過言ではないほど、長年地元根付いているソウルフードなのだ。



おお うち 大内駅 雑誌の表紙にもなった駅

駅データ

■所在地 宇和島市三間町古藤田 ■開業日 1914(大正3)年10月18日 ■旅客ホーム数 1面1線 無人駅

こちらにも田んぼの中にちよこんとたたずむ駅。近くに小学校があり、時間帯によっては子どもたちのにぎやかな声が聞こえることも。駅のすぐそばにある二名郵便局では予土線乗車記念として「予土線3兄弟」の車両をかたどったポストカードや予土線の記念切手を購入するのもおすすめ。さらにJR四国と四国郵政の事業連携により「なんちゃって新幹線」こと鉄道ホビートレインの車内には、本物のポストが設置されていて、実際に手紙やハガキを投函することができる。このポストから投函すると、ちよっとうれしい特別な消印が押されることになっていて、予土線の旅の思い出になることまちがいない!

因みに、2019年に「旅と鉄道」という旅雑誌の表紙にもなったホームは絶好の撮影ポイント!



ゆうに4両分はある長いホームはかつて長編成の列車が走っていた名残

二名郵便局

宇和島市三間町大内 75-1 TEL.0895-58-3200

営業時間 / 9:00 ~ 17:00 定休日 / 土・日曜日祝日

小さな郵便局ながら親切な局員さんが常駐している。メールやSNSもいいが送る相手を思いながら手紙やハガキを出すのは、旅先でも日常でもなんだかウキウキしてくる。駅スタンプと同じくらい集めたいのが郵便局の記念消印。「風景印」とも言われ、局ごとに違う地域色豊かなデザインが魅力的なのだ。



YODOSEN サポーター募集中!!

YODOSENサポーターは、JR予土線をこよなく愛し、未永く存続することを願う気持ちを持った方々を対象とする予土線応援団です。どなたでも申込可能です。あなたもYODOSENサポーターになりませんか？

YODOSENサポーターとは・・・

- 乗ってください 予土線の積極的な利用
- 来てください よどせん関連イベントへの参加
- 広めてください 予土線の魅力の普及啓発

YODOSENサポーター特典

申し込みいただいた方全員にもれなく

- YODOSENサポーターオリジナル会員証
- YODOSENサポーターオリジナルピンバッジ

会費1,000円以上の方は、いずれか1つをお選びいただけます

- 予土線オリジナル手ぬぐい … のどかな風景を走る予土線をデザインしました
- グリーンさんトートバッグ … グリーンさんのマークがポイントのA4サイズ
- JR予土線ツアー2割引きチケット（先着） … 詳しくはパンフレットをご覧ください



YODOSENサポーター事務局
愛媛県宇和島市天神町 7-1
[愛媛県南予地方局 地域政策課内]
TEL.0895-28-6143 FAX.0895-25-3724
MAIL nan-seisaku@pref.ehime.lg.jp

愛媛県予土線利用促進対策協議会
愛媛県宇和島市曙町 1
[宇和島市 企画情報課内]
TEL.0895-49-7003 FAX.0895-20-1905
URL <https://www.city.uwajima.ehime.jp>

申込方法

YODOSENサポーター事務局（愛媛県南予地方局地域政策課内）にメールで住所、氏名、電話番号をお知らせください。会員払込用の専用パンフレットを郵送します。専用パンフレットに付属する、ゆうちょ銀行払込取扱票に必要事項を記入し、ゆうちょ銀行（別途手数料が必要です）で会費をお振込みください。

E-mail: nan-seisaku@pref.ehime.lg.jp



手ぬぐい

yodosen_supporters

JR四国・日本郵便四国支社・四国電力 連携企画

ひと結び予土線

スタンプ ラリー2020

予土線の列車や沿線の郵便局、えん堤に遊びに行ったらスタンプを集めたら、素敵な賞品がゲットできるかも!

また道の駅でこの台紙をご提示いただくと素敵な特典が受けられます!(各1回限り)

＜注意事項＞

スタンプラリー実施期間 2020年7月4日～11月29日

- ・「ひと結び予土線スタンプラリー2020」スタンプ台帳は、お一人様1枚をお願いします。
- ・スタンプ押印は、各指定の押印欄をお願いします。それ以外に押印したものは全て無効です。
- ・応募ハガキにご記入いただいた個人情報は、スタンプラリー企画以外の目的には使用いたしません。

応募締切:2020年12月4日(金)



詳しくは
http://www.jr-shikoku.co.jp/yonden_stamp/
を check!

「ひと結び予土線 スタンプラリー2020」 の楽しみ方



STEP 1
宇和島駅、窪川駅、対象郵便局で、スタンプ台帳をGET!



STEP 2
予土線3兄弟の車内と予土線沿線の対象郵便局のうちいずれか2郵便局、佐賀取水堰(家地川えん堤)へ行きスタンプを集めます。

※しまんトロッコは車内改札時に車掌が押印します。
※郵便局での押印は63円以上の切手の購入が必要です。



STEP 3
予土線3兄弟と予土線沿線の2つの郵便局と佐賀取水堰(家地川えん堤)のスタンプもGETしたら、宇和島駅もしくは、窪川駅の駅員に台帳を提示してください。証明印を押印して、応募ハガキをお渡しします!必要情報と、アンケートに回答して駅員に渡してください。

※お家に帰ってゆっくり記入したい方は、後日郵送でもOK!
ただし切手代はおお客様負担になります。

スタンプラリーに関する
お問い合わせ先

JR四国電話案内センター ☎ 0570-00-4592

(8:00~20:00 年中無休・通話料がかかります。) ※お客様がお使いの電話回線の種類により、ご利用いただけない場合があります。



わがまちの医療・介護の橋渡し



足湯コーナー

士、作業療法士、言語聴覚士など医療専門職が直接在宅に訪問し医療処置やリハビリを行い、できる限り長い期間住み慣れた自宅で過ごすお手伝いをさせていただく仕事です。「わがまちの医療・介護の橋渡し」という想いの元に、地域の医療や介護を必要とする方々のために南予地域で日々奮闘しております。

また、平成30年2月には鬼北町に「サービス付き高齢者向け住宅愛ほっと」、

弊社は、平成23年4月25日に「愛ほっと訪問看護ステーション」を開設しました。訪問看護という仕事は、在宅で過ごす医療の必要な方に対して、医師の指示のもとに看護師や理学療法

「愛ほっとデイサービスきほく」を開設し、同年3月に「愛ほっとリハビリステーションうわじま」を開設しました。弊社の強みである看護やリハビリを活かした施設運営とサービスを提供することで、自宅に住むことが困難になつた方々にも、より安心して過ごしていただけるよう取り組んでおります。

そして、令和2年10月より、新規事業として「愛ほっと療育ステーション」を開設します。愛ほっと療育ステーションでは発達遅れが気になる方の中で、発達に沿つたりリハビリテーションや特別支援教育を必要とするお子様（小学校1年生〜高校3年生）を対象に、感覚統合療法や一人一人に合わせた学習支援など、ご希望に沿つた療育を放課後等デイサービスにて行います。

私たちの住む南予圏域において、少子化に加え若者の都会への流出が高齢化を加速させています。そのような中で、医療・介護・教育をどのように支えていくのが重要な課題の



サービス付き高齢者向け住宅愛ほっと

一つになってくると思われます。そういった課題解決に向かって私たちの会社がどのような特徴を活かし、何ができるのかということは今一度考えて行動していきます。

来年には会社設立10周年となりますので、今まで以上に地域のために活躍していけるよう、社員一同頑張りま

株式会社 アクティブモア

- 愛ほっと 訪問看護ステーション・リハビリステーション うわじま
宇和島市新町1丁目1-14 TEL.0895-28-6566 FAX.0895-28-6567
- 愛ほっと 訪問看護ステーション 愛なん
南宇和郡愛南町城辺甲178番地1 TEL.0895-73-7277 FAX.0895-73-7278
- 愛ほっと デイサービスきほく・サービス付き高齢者向け住宅
北宇和郡鬼北町大字中野川528番地 TEL.0895-49-1600 FAX.0895-49-1601

愛ほっと  <http://ai-hot.jp/information/>



うわしん「南予活性化若手経営塾」とは、宇和島信用金庫において1年間、南予地域の産業活性化をはかるために創業者や2代目、3代目の若手経営者を育成し、企業経営体質の健全化・成長のためのセミナー・個別指導・異業種交流等をおこなっていて、地域内の中小企業の経営レベルを向上させる目的で開講されています。

池田 慈ピアノリサイタル

- 日 時 12/20 (日) 開場：13:30 開演：14:00
- 会 場 パフィオうわじま 1F ホール
- 入場料 1,000 円 (自主事業につき特別低料金)
※コロナ感染拡大防止のため、座席数限定



ペアチケット
読者プレゼント
抽選で3組

ハガキまたは FAX で「池田 慈ピアノリサイタルチケット希望」とご記入の上、住所、連絡先、氏名、年齢、性別を明記して「宇和島信用金庫業務推進部つなく読者プレゼント係」までお送りください。

締め切り：11月20日
送付先：〒798-0041
宇和島市本町追手 2-8-21
FAX：0895-25-8632

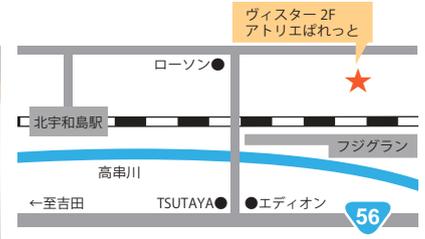
※万が一新型コロナウイルス対応により中止の場合はご容赦ください。
チケット販売：パフィオうわじま 1階受付 (10/1より発売)
お問合せ：パフィオうわじま Tel. 0895-49-5922

藤田 守『犬展』

- 会 期 11月22日(日)
23日(月・祝)
10:00 ~ 17:00
(月曜日は17:00まで)



- 会 場 ギャラリーぱれっと
宇和島市伊吹町
字イカリ石甲 1083-1 2F



アトリエぱれっと
<https://art-palette.wixsite.com/mysite>

おしらせ

一令和2年度宇和島市立伊達博物館秋期特別展—

やんべせいべえ 山家清兵衛没後400年 伊達と和霊様—忠直剛毅の軌跡—

- 会 期 10/10 (土) ~ 11/8 (日)
- 会 場 宇和島市立伊達博物館
- 休館日 毎週月曜日 (月曜日が祝祭日の時は月曜日開館、翌火曜日休館)

今年の特別展の主役は、「山家清兵衛」!! 本展は、山家清兵衛の軌跡を資料とともにたどっていく構成となっています。和霊神社をはじめ、清兵衛夫人の伝承が残る妙楽寺 (松野町) や大阪城天守閣などよりお借りした資料も展示いたしますので、ぜひご来館ください。



山家清兵衛肖像画 伊達村候の藏筆 (和霊神社蔵)

お問合せ / 宇和島市立伊達博物館
宇和島市御殿町 9-14 Tel.0895-22-7776

伊達博物館
<https://www.city.uwajima.ehime.jp/site/datehaku-top/>

エッセイスト梅太郎 版画と文章のコラボレーション

- 会 期：~ 11月16日(月)まで
AM9:00 ~ PM5:00 (入館はPM4:30迄)
- 休館日：火曜日 (祝休日の場合はその直後の平日)

エッセイストとして温かい味わい深い文章で人気を集めた梅太郎。本展では画文集の版画と文章や関連のある随筆を組み合わせた展示をすることで梅太郎の魅力を鑑賞ください。



庭園のしいの実 (1977年) ※版木も展示

お問合せ / 畦地梅太郎記念美術館・井関邦三郎記念館
宇和島市三間町務田 180-1 「道の駅みま」内
Tel / Fax. 0895-58-1133

畦地梅太郎記念美術館
<https://www.city.uwajima.ehime.jp/site/azechi-iseki-museum/>

ありま三なこ 個展

ファンタサイズ

2020.10.6 tue - 10.11 sun 11:00 - 18:00 最終日は17:00まで

フジグラン北宇和島店 かがやき広場

イベントや購入者特典なども! 詳細は作家 SNS でチェック
※新型コロナウイルスの状況によっては、延期になる場合があります



紙芝居の観覧席【愛南町内泊 昭和30(1955)年頃】 撮影：宮野 要氏

神社の石段が、海辺の子どもたちの紙芝居の観覧席になっている。左端の鳥居は昭和62(1987)年に新築され、鳥居前の部分はコンクリートで塗り固められたので現在とは雰囲気は異なっている。前の方の男の子はクルクル坊主頭が多く女の子はほとんどがおかつぱ、後ろに上半身裸の少年も。左手前には、姉さんかぶり、むしろカゴを肩に掛け手には大根を持った母親らしい農婦人が見守っている。

この30年代前半の子どもたちの世界の断片を活写した一葉は、写真家・宮野要氏の作品。ほかに紙芝居屋の自転車の台車前でおじさんがシャボン玉を大きくふくらませて、子どもたちを呼び集めるところを捉えた見事なショットも。神社は「内泊若宮神社」だが、中浦、船越など各地に同系の若宮神社があり、どこでも石段下で紙芝居が行なわれ、石段ごとに子どもたちが座つて山なりに盛り上がりつついたそう。外泊から業者が自転車の荷台に道具を積んで旧西海町内の集落を巡回していたという。

戦後の街頭紙芝居ブームは昭和20年代から30年代前半までで、30年代後半に入ると、テレビの普及などにより紙芝居は地方の映画館同様しだいに廃れていった。毎日のように紙芝居や貸本屋、駄菓子屋に通い、海川や野山を駆けまわっていたあのころの子どもたちは、いまのスマホ・ゲームで遊ぶ子どもたちより、ずっと豊かな創造性にあふれていたように思う。

話は変わるが、昭和40年代後半この地域が魅力的に描かれた映画『旅の重さ』が最近にわかに人気を集めている。外泊の若宮天満神社や「石垣の里」をはじめ、船越や内泊、深浦漁港など旧西海町で撮影があり、ヒロインを演じた高橋洋子らスタツフは「とらやホテル」に同年8月末から9日間滞在した(山下常田さんへ「とらや社長 73歳」談)。

周辺は足摺宇和海海中公園として脚光を浴び、多くの観光客が押しかけたのも映画が公開されたころ。団塊の世代にとって人生に影響を受けた「ベスト青春映画」の「聖地めぐり」ということで、当館(タナベ昭和館)を訪れたあと、西海町方面へ向かうファンがここ数年増えている。なかでも、今夏3度目の来宇をされたOさんの旅はほんとうに熱い。

6年前に来館された時は7月頃、ロケ地や宿泊情報を教えたが、9月頃になってまた再訪された。なんでもテントを使いキャンプ場などで寝泊まりしながら、主人公の歩いた道をひたすらたどっていたとか。ところで、数年前行政からみでつくられた「宇和島舞台」を謳った映画は、わが町宇和島の魅力度を創出したのだろうか。残念ながら、今のところ当館への問い合わせはない。



【現在の様子】



田部 司 たなべ つかさ

プロフィール 昭和25(1950)年生まれ 宇和島市在住 日本眼鏡技術者協会会員
シネマニア宇和島・タナベ昭和館主宰

文/田部 司

- ※1) 西海町(にしうみちょう) 愛媛県南予地方にあった町名。平成16(2004)年南宇和郡全体の合併(西海町、御荘町、城辺町、一本松町、内海村)で単独自治体としての西海町は消滅。現在の町名は愛南町。
- ※2) 宮野 要氏 明治44(1911)年~平成3(1991)年 八幡浜市生まれ。戦後、宇和島澱粉(株)の会社役員のかたわら、写真愛好家グループ「南研クラブ」に所属。宇和島市や南宇和郡周辺の海辺に生きる人たちの生活や哀感をテーマに数多くの秀作を発表。
- ※3) 旅の重さ(松竹 昭和47(1972)年) 斎藤耕一監督 秋吉久美子、高橋悦史ら共演 原作・素九鬼子(もと くきこ 本名 内藤恵美子 1937~2020)は西条市生まれ。西条高校を1年で中退後、3年間四国内を放浪した体験が作品に反映されている。今年(令和2年)4月5日、茨城県で死去(83歳)。
- ※4) 石垣の里 外泊地区は、隣の中泊(なかどまり)地区で分家の機運が高まり、隣浦であった外泊を開墾し移住した。石垣を高く積み上げた独特の景観から「石垣の里」として有名に。宮野作品の貢献も大きい。
- ※5) 昭和館 タナベメガネ店袋町店2階(宇和島市中央町)に7年前に開設。宇和島に関する映像や歴史資料を展示したミニギャラリー。
- ※6) Oさん かぎりなく放浪と映画を愛する男性 茨城県在住 『旅の重さ』よりスウェーデン映画『太陽のかけら』(原題『王への道』1965年 日本公開)の方がもっと凄いやと。この映画が日本では再上映もビデオ化もされていないと知ると、同国の国立フィルムアーカイブに交渉し現地で一人だけの上映会を実現したほどの徹底した映画マニア。

修験道由来の郷土芸能—— 正木の花とり踊り (愛南町正木)



愛南町正木権現堂にて奉納される花とり踊り

撮影/北濱一男

大本敬久

愛媛県歴史文化博物館 専門学芸員



おおもと たかひさ

1971年、八幡浜市生まれ
専門は民俗学・日本文化論
著書に『民俗の知恵』（創風社出版）等

南予地方には太刀や鎌を採物として
持つて踊る郷土芸能「花取踊り」が各
地で継承されている。西予市野村町岡
成、同市城川町下相、宇和島市三間町
曾根、鬼北町節安、愛南町増田、同町
正木等である。類する芸能は中予、東
予地方には全く見られず、高知県一帯
に広がっており、南予と高知の文化風
土の共通性を示す地域遺産といえる。

今紹介する愛南町正木の「花とり
踊り」は、毎年旧暦一〇月一八日に、
正木権現堂、歓喜光寺、旧庄屋藤岡家
三ヶ所で奉納される。同じく花取踊り
を伝承する増田と同じ愛南町内にある
が、上演時期や扮装等、異なるところ
も多く、正木、増田の両踊りの関係性
は不明である。

正木地区は霊山篠山から流れる篠川
沿いにあり、仏教、神道、修験道、様
々な信仰伝承が残っている。花とり踊
りも篠山修験道に関する芸能として伝
承されてきたことは間違いないだろう。
『一本松町史』には、花賀という悪者に
村を荒らされた人々が、花とり踊りの
戦術を使って討ち取った。その後、篠
山に十一面観音菩薩を祀って花とり踊
りで花賀の霊を慰めたのが起源である
と記し、「花賀踊り」が転じて「花とり

踊り」と呼ぶようになったとあるが、
これを実証する史料は確認ができない。
花とり踊りの開始が歴史的には江戸時
代まで遡るのは確かだが、戦国時代ま
で遡るのは今後の検討課題といえる。
しかし、各地の花取踊りの起源伝承は
戦国時代の騒乱に関する話が多い。太
刀は外から襲ってきた兵を表し、鎌は
抵抗した地元の農民を表すという伝承
も各地に残る。しかも中世小歌風の歌
唱を伴っており、獅子舞や鹿踊り等の
神社祭礼に伴う芸能よりも一時代古い
形態を残すものと言われている。その
点が注目され、増田、正木の花取踊り
は愛媛県の無形民俗文化財に指定を受
け、平成二八年度には文化庁によって
現況調査が実施されて報告書も刊行さ
れている。

新型コロナウイルス感染症とマスクの効果



沖内科クリニック
副院長 沖 良隆

新型コロナウイルス感染症が広まった後、ソーシャルディスタンスとマスク着用が定着してきました。マスクの効果は、感染した人の咳やくしゃみによる周囲の汚染を減少させることです。一方ウイルスを含んだ飛沫の吸入をマスクで100%防ぐことはできないため、防御としては限界があります。マスクは感染しないためではなく、感染さないためにするものです。そのため、症状のない人がマスクをつけるメリットはないとされてきました。

実は無症状の人がマスクでインフルエンザを防ぐことを証明した研究はありません。そのためWHOは当初、健康な人がマスクを着用しても新型コロナウイルス感染症を予防できる根拠がない、としていました。しかし6月に指針を変更し、感染が広がっている地域の公共の場でのマスク着用を推奨すると発表しました。これはインフルエンザと新型コロナウイルスの違いが分かってきたからです。インフルエンザは発症した後に、感染性のあるウイルスの放出が多くなります。そのため理論的には、発症後のマスク着

※1) WHO: 世界保健機関

用で感染拡大を抑えることができます。しかし新型コロナウイルスは、症状がない発症の2日前に感染性のピークがあることが分かってきました。本人が感染に気が付かない無症状の状態でも感染力があるのです。そのため感染拡大を抑えるためには、症状の有無に関わらず集団でマスクを着用する必要があります。欧米より日本での感染が少なかったのも、マスク着用の習慣があったためだと思われる。

その後、マスク着用の効果も分かってきました。CDCの報告によると、ミズーリ州のヘアサロンに勤務する2人の理容師が新型コロナウイルスに感染、その後二日間で139人の客の髪をカットしました。しかし理容師と客全員がマスクを着用していたため、その後の追跡調査では一人の感染も確認できませんでした。報告は「着用が適切と思われる状況下では、マスクを確実に正しく着用することが、発症前あるいは無症状の感染者および症状のある感染者からの感染拡大を最小限に抑える上で重要な手段になる」と、述

※2) CDC: アメリカ疾病予防管理センター

べています。

ただ、乳幼児の場合には事情が異なります。日本小児科医会は、「2歳未満のマスクは不要で、むしろ危険である」との声明を出しています。これはマスクによる窒息や熱中症のリスクがあるためです。またマスクにより、唇や頬の色、表情などが確認できず体調の変化に気づくのが遅れる可能性もあります。新型コロナウイルスによる子どもの重症例や集団感染例はほとんどなく、乳幼児においてはマスクをつけるメリットよりも、危険性の方が高くなります。WHOも「5歳以下は通常の状況ではマスクを着けるべきではない」との勧告を出しました。

まだまだ新型コロナウイルス感染の終焉の兆しは見えません。我々は「感染しない、感染させない」努力を積み重ねて、ウイルスと共存して暮らす生活を受け入れる必要があるのです。



新型コロナウイルスの感染拡大から学ぶこと！その2



広島修道大学
健康科学部 健康栄養学科
教授 藤井 文子
宇和島市出身
きものを楽しむ会々長

新型コロナウイルスの蔓延でマスクが不足して大慌てしました。マスクの生産を外国に頼っていたためです。そのほかにも海外からの物品が輸入されなくなってきたことが多数ありました。食料においてもこのような危険性が存在しています。今回も穀物を中心に15か国で輸出規制が行われました。私たちの食卓に深刻な問題はなかったものの、今後海外からの食料の輸入が継続的に順調であると考えないほうが良いのではないのでしょうか。

ここで食料自給率について調べてみました。食料自給率とは国内で消費する食料のうち国内で生産されている割合を示す指標です。専門的に言うと、「品目別自給率」「総合食料自給率」の2種類があります。私たちが一般的に言うところの食料自給率は「総合食料自給率」であり、その中にはさらに2つに区分されています。熱量をベースに計算した「カロリーベース」と金額をベースに計算した「生産額ベース」です。

カロリーベースに関して、農林水産省のホームページにあるグラフをご覧ください。赤線で示されている折れ線グラフは大きく下がっています。昭和40年には73%だったのですが、平成30年には37%になっています。

昭和40年は東京オリンピックの翌年で私は小学生でした。お米が主食で野菜や豆類やイ

モ類、主菜は魚や豆腐をよく食べていた記憶があります。移動販売の魚屋さんがりやカーに魚を積んで売りに来ていました。ハムやチーズを初めて食べたのもこのころだったように思います。「ハンバーグ」と呼んでいた食べ物は今とは違ったソーセージ様の加工品でした。

主食用の米は品目別自給率が100%の食品ですが、近年は主食もごはんからパンや麺の占める割合が多くなってきました。私たちの選べる食品の幅が広がって種々のものを選びやすくなることは嬉しいのですが、パンや麺の材料となる小麦は外国産が多いので自給率は低下します。そして、今回の新型コロナウイルスの影響で小麦の輸出を制限する国もありました。輸入製品に頼っている私たちの熱量は確保されない、つまり「飢える」時がやってくるかもしれないのです。現時点では平和な世の中ですが、いつ何が起きてもおおしくないことは皆さんも感じているのではないのでしょうか。災害、戦争、疫病、地球温暖化による作物の不作によって作物の生産高は低下します。そして農業・漁業従事者の減少も大きな問題です。一方、世界の人口は増加していますので食料は不足していくでしょう。

食料自給率が下がったのは私たち日本人の食生活の変化が影響していますので、ごはん

を見直すいい機会であると、とらえてみましょう。朝食をパンからご飯にするだけでも自給率はアップします。

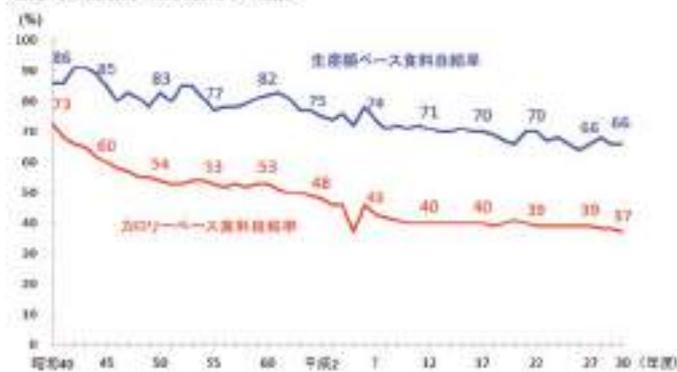
副食も肉が増加してきました。肉に関してはもう一つの自給率も考える必要があります。肉を育てるための飼料の自給率「飼料自給率」です。トウモロコシなどが飼料となるのですが日本は飼料の自給率も低迷しています。牛肉の食料自給率は36%ですが、飼料自給率を加味すると10%にダウンします。(2018年度概算値) 豚肉、鶏肉においても同様です。鶏卵は食料自給率が96%ですが、価格も安価で物価の優等生ですが飼料自給率を考慮すると12%にダウンします。海外からの飼料が入りできなくなったら目玉焼きも高価な料理になる可能性が高いのです。何とか飼料用農作物を国内で生産できる体制を作れないものか、もどかしいものですね。

一昨年の西日本豪雨災害で愛媛県では多くの柑橘農家が被害を受けました。その時の苦労や不安、保証や再開への資金等を考えた場合、サラリーマンよりもリスクが高いと思うのは私だけでしょうか。農業・漁業従事者が増加する対策が必要ですね。

私の知人には自給自足に近い生活をしている人がいます。田んぼで米を、畑で野菜や果物を作り、近場の海で魚を釣って食事を準備

しています。震災や豪雨に直面し、私たちは脆弱な地盤の上で生活していることを思い知りました。食べ物を自身で収穫することの重要性を改めて知りました。コロナ禍のなかでこの知人のような生活を実行していくのも生きる力になりそうです。パンや麺より米を食べる、海外の食品より国内産の食材を選択する。小さな行動が自給率アップにつながるかもしれません。

昭和40年度以降の食料自給率の推移



農林水産省 HP より

年金 pension

「年金」簡単ポイントチェック

～人生100年時代へ～

「老後資金2000万円不足問題」が物議を醸しましたが、セカンドライフの資産形成の参考に、土台となる【年金】について確認してみましょう。



【公的年金】 公的年金は大きく分けて3つ

老齢年金

老後の補償

障害年金

現役世代から補償
(病気や怪我で受給要件に該当した場合)

遺族年金

残された家族（遺族）への補償

●「老齢年金」あなたはどのタイプ？

	自営業の方等 (農業の方・ 20歳以上学生を含む)	お勤めされている方		お勤めされている方の妻等 (20歳以上60歳未満の 被扶養配偶者)
		(会社員)	(公務員)	
公的年金(老齢)	国民年金(老齢基礎)	厚生年金	退職等年金給付(職域)	国民年金(老齢基礎)
公的年金以外		基金・確定給付企業年金 企業型確定拠出年金 等		
任意で加入できるもの	国民年金基金		個人型確定拠出年金 iDeCo	
			個人年金保険等	

※「公的年金以外」…お勤め先が加入しているか、していたかによって異なります。

※「国民年金基金」…農業者年金被保険者の方・国民年金保険料免除されている方は加入できません。

●資格はあるの？ いつから？ いくらもらえるの？ 増やせるの？ まずは『年金定期便』で現在の状況の確認を！

- ・A4サイズ封書：35歳・45歳・59歳に届きます。
(履歴・納付状況・概算見込額等記載)
 - ・ハガキ式：上記節目以外の誕生月に届きます。
(直近1年の納付状況・概算見込額等記載)
- ご不明な点は、お気軽にお近くのうわしん営業店へお問い合わせください。



次回、【公的年金(老齢)】について

おすすめの本

猫を棄てる 父親について語るとき 村上春樹 / 著 文芸春秋 ¥1,200 (税別)

今年4月から7月にかけて村上春樹の新刊が3冊も出版された。
 「一人称単数」(6年ぶりの短編小説集) 「村上T」(雑誌ポパイ連載の人気エッセイ)
 「猫を棄てる」(初めて自らのルーツ…主に父にまつわること…を綴ったエッセイ)

長い間絶縁に近い状態だった父親と2008年、90歳で亡くなる少し前に和解したことで、彼の軍歴や従軍記録を調べ、その体験を自分が受け継いでいく決心をした。そしてその事実を名もなき歴史のかけらとして物語にしたそうだ。

村上文学のひとつのルーツがここにあり、ファンにとっては大きな意味をもつ作品になるだろう。

私は3月に生後3ヶ月の子猫の里親になった。ん？ 猫を棄てる？ と手にした1冊。

協力：岩崎書店 宇和島市錦町4-16 TEL.0895-22-0528



ツポにはまる!! 鉄道珍百景 坪内政美 / 著 天夢人 ¥1,600 (税別)

最初に警告です。この本をご覧になりますと、ドツポにはまりますよ!

この本を書いた坪内政美(通称どつぽ)は、四国・香川に生を受けたが本籍は愛媛。筋金入りの鉄道好きで、小学5年生から写真を撮り始め、そのころから画用紙で作った自作の鉄道本を「えいぎょう」といって友人や先生に見せて回り、愛用のママチャリに乗り「しゅざい」といって写真撮影をし、授業中は「へんしゅう」と称して鉄道仲間と鉄道同人誌をつくる始末。机の中には、香川県中の交通時刻表が常備され、「坪内交通案内所」まで開設していた、少々変わった子どもでした。現在は鉄道カメラマンという仕事をしていて、いつでもどこでもスーツ着用。そして今月走行距離が88万キロを突破した1997式国産セダンを愛車に全国を走り回る生活をしている。この本は、そんな珍な鉄道風景を珍な鉄道カメラマンが御紹介する「案内本」です。旅行誌のように、あえて長い説明文、詳しい場所へのアクセス、データ、地図の記載を紙面から取っ払いました。ぜひ迷いながらお探ください。見つけた時の驚愕や感動はひとしおですから。

予土線特集の鉄道カメラマン坪内政美さんの新刊です。



異色の三島論 三島由紀夫VS音楽 宇神幸男 / 著 現代書館 ¥1,800 (税別)

三島由紀夫は、ワーグナー、ヴェルディ、R・シュトラウス、ドビュッシー、ビートルズ、美空ひばり、美輪明宏、村田英雄…… 生涯にわたって実にさまざまな音楽を聴いています。音楽との関係を通じて、その劇的な生涯の真実に迫る…… 音楽評論家でもある宇神幸男さんの渾身の新著です。

抽選で
10名様に
読者プレゼント
12/15
締め切り

ご希望の方は、ハガキまたはFAXで「三島由紀夫VS音楽 本希望」とご記入の上、住所、連絡先、氏名、年齢、性別そして本誌の感想を添えて「宇和島信用金庫業務推進部つなぐ読者プレゼント係」までお送りください。

送付先：〒798-0041 宇和島市本町追手2-8-21 FAX：0895-25-8632



没後50年記念講演会「三島由紀夫 一その生涯の謎」

講師：宇神幸男(作家・音楽評論家)

会場：パフィオうわじま1階多目的室

日時：令和2年11月28日(土)

開場13時 開演14時 終演16時

内容：自衛隊東部方面総監本部での衝撃的な割腹自決にいたる45年の生涯！ 初恋、同性愛伝説、文学者を超えた活動、多彩な交遊、宇和島との意外な関係……。三島由紀夫の魅力を語ります。

お問合せ：パフィオうわじま TEL.0895-49-5922

※コロナ拡大防止のため30名様限定



お気楽 俳句

コロナ禍の今年。第23回松山俳句甲子園は投句のみの審査となり、東京・開成高校が優勝。弁が立つことと定評ある強豪ですが、ディベートが無くては強かつた！実行委員会の奮闘でリモートにより表彰式が行われました。高校生俳人たちは松山に集えなくても気持ちの区切りが付けられたことでしょう。(小野更紗)

☆第23回「俳句甲子園」

個人最優秀賞

太陽に近き嘴^{くちばし}蚯蚓^{みみず}を垂れ

東京・海城高等学校B 田村龍太郎

個人優秀賞

兼題「蚯蚓^{みみず}」夏の季語

曲がるだけ曲がりて蚯蚓干からびぬ

愛知・名古屋高等学校 三宅航暉

土砂降りは蚯蚓を踏んでよりのこと

東京・開成高等学校A 重田 渉

いつぼんの肉ゆたかなる蚯蚓かな

東京・開成高等学校A 佐々木拓実

大蚯蚓大縄跳びの「はいっ」の声

宮崎・宮崎西高等学校 谷 知機

兼題「朝」の一字を入れた句

犬呼んで朝がはじまる夏休

神奈川・津久井高等学校 一条勇人

朝風に挑む鴉^{からす}の子の震へ

岡山・岡山朝日高等学校 金子遼耶

朝刊の文字つややかに原爆忌

熊本・熊本信愛女学院高等学校 安永早春香

朝つばめ私は有限かつ無限

三重・高田高等学校 市川侑奈

兼題「緑蔭」夏の季語

無言を以て緑蔭をわかちあふ

愛媛・松山東高等学校 伊藤恵一

緑蔭や絵の具付きたる友の頬

山口・徳山高等学校 尾上純玲

兼題「冷奴」夏の季語

口笛が消えゆく孤島冷奴

愛媛・今治西高等学校伯方分校 塩見将門

寝る父と半分残る冷奴

秋田・秋田北高等学校 外館翔海

箸が冷奴通つて皿の音

東京・海城高等学校A 江島朋之

俳句番組 & 投句先

ごく一部を紹介します

番組のサイト等で兼題や投句先を確認してください

● 南海放送ラジオ「夏井いつきの一句一遊」

月曜～金曜 午前 10:00～10:10

(メール投句先) ku@nbc.co.jp

(郵送先) 〒790-8510 南海放送ラジオ

「夏井いつきの一句一遊」係へ

*「朧庵 落書き俳句ノート」に番組の聞き書きがされています。

<http://575.aritani-mahoro.com/cgi-bin/rakugaki/petit.cgi>

● NHK「ギュッと！四国」 土曜午前 7:30～

<https://www.nhk.or.jp/matsuyama/post/haikuform.html>

● NHK松山「ひめポン！」「俳句でポン！」コーナー

総合第1月曜 午後6:30頃～

<https://www.nhk.or.jp/matsuyama/himepon/form/haiku.html>

● 「NHK俳句」「俳句さく咲く！」 Eテレ日曜午前 6:35～

最終週は初心者向けの「俳句さく咲く！」

<https://www.nhk.jp/p/ts/6Q6J1ZGX37/>

● 愛媛新聞社「集まれ俳句キッズ」(小・中学生対象)

(郵送先) 〒790-8511 愛媛新聞社生活文化部

「ジュニアえひめ新聞」係へ

(メール投句先) smilepinto@ehime-np.co.jp

● 「俳都松山 俳句ポスト365」※ウェブ版

<http://haikutown.jp/post/>

ほかにも新聞、雑誌、各地で開催される俳句大会など、さまざまな俳句の場があります。



絵：律川エレキ 1966年宇和島市生まれ 奈良市在住
2000年頃より俳句新聞や俳句マガジン等に挿絵を描く。
映像作家



作品名：『ハーモニイ（奏）』（油彩）
作者：金谷 裕美（大人クラス）

バイク乗りでピアノの先生、金谷さん。
聞こえてくる絵の中の音楽。
どんなリズム？どんなメロディー？
ピンクの舞台、カラフル楽器が躍り出す。



作品名：『花火』（水彩・クレパス）
作者：清家 爽晶（子供クラス）

コロナであがらなかった花火。
さらちゃんがドン！と打ちあげた。
夜空に輝く光の色、色、色。
絵に描いて残した夏の思い出。



作品名：『お城山』（水彩・クレパス）
作者：稲垣 成（子供クラス）

宇和島城をグッと引きしめる、
赤い太陽と黒い門のコントラスト。
石垣の圧倒的なスケール。
じょう君には藤堂高虎もまいった。

■アトリエ堀端絵画教室（べにばら画廊）

宇和島市本町追手 2-8-6 TEL. 0895-22-1104 <https://benibara.webhop.info/> コメント：吉田 淳治



作品名：「開運七福神」
作者：毛利弘子

人に癒しと喜びを与える絵手紙を
制作する毛利さん。
七福神の特徴や文字の配列なども
工夫しながら制作できました。



作品名：「生命」
作者：小林典子

モチーフや心のこもった言葉を事
前に準備し制作されています。
日々の感謝を詰め込んだ作品です。



作品名：「秋茄子」
作者：古谷久代

いつも俳句をもとに絵手紙制作し
ています。今回は扇面に初挑戦。
採れたて野菜の傷にも注目しなが
ら新鮮さが良く描けています。

■アトリエぱれっと 書 Sho Salon <https://art-palette.wixsite.com/>

宇和島市伊吹町字イカリ石甲 1083-1 2F TEL.090-4332-1222 shosalon15@yahoo.co.jp コメント：山下ちとせ



宇和島市 HP → 「新型コロナウイルス感染症関連情報」 → 「事業者支援」 → 「みんなでうわじま応援ページ」 → 「食べて応援」 → 「宇和島鯛膳集」（その他多数のレシピが紹介されています）

鯛の漬け丼

切って漬けて盛るだけ！



【材料（2人分）】

- ▶ 鯛の刺身…100g程度
- ▶ おろしわさび…好み
- ▶ しょうゆ…大さじ2
- ▶ 大葉（細切り）…4枚
- ▶ 酒…大さじ1
- ▶ 青ねぎ…適量
- ▶ みりん…大さじ1
- ▶ 刻み海苔…適量
- ▶ 卵…1個
- ▶ いらごま…大さじ1

- ① 鯛の刺身を削ぎ切りにする
- ② しょうゆ、酒、みりんを合わせたものに15分程度漬けておき、卵、わさびを加えて溶く
- ③ ご飯にごまをふり、大葉のをせ、その上に①と②を盛りつけ、青ねぎと刻み海苔を散らす

協力／愛媛県魚政課

宇和海パエリア

【材料（4人分）】

- ▶ 鯛、いか、えび、あさり…各100g程度
- ▶ みかんジュース…蒸し汁とあわせて480cc
- ▶ 米…2カップ
- ▶ 酒…50cc
- ▶ 玉ねぎ…100g
- ▶ 塩、こしょう…各少々
- ▶ 青ねぎ…適量
- ▶ 顆粒コンソメ…小さじ1/2
- ▶ みかん…1個

- ① 米は洗ってざるにあげておく
- ② いか、えび、鯛を1口大にし、玉ねぎをみじん切りにする
- ③ フライパンで①と塩、こしょう、コンソメを入れて炒める
- ④ あせりと酒も加え、ふたをして蒸し煮する
- ⑤ ④の蒸し汁とみかんジュースで480ccのスープを作る
- ⑥ 土鍋に米と④を入れて炊く（沸騰したら弱火で15分程度）
- ⑦ 炊き上がったご飯の上に魚介類と輪切りにしたみかんのせて10分蒸らし、青ねぎを散らす

宇和島の鯛とみかんで



協力／宇和島市食生活改善推進協議会

かんたん鯛グラタン

【材料（4人分）】

- ▶ 鯛の切り身…90g
- ▶ シチューの素…3人前
- ▶ 塩こしょう…少々
- ▶ ミックスチーズ…40～60g
- ▶ さつまいも…1個

- ① 鯛は1口サイズに切り、塩こしょうをしてフライパンで焼く
- ② さつまいもは皮をむき、1口サイズに切って水に浸してアクを取り、茹でる
- ③ 別の鍋で、②とシチューの素でシチューを作る
- ④ ココット型に①と③を入れ、ミックスチーズを上のにのせて180℃のオーブンで5分程度焼く

残り物のシチューから作れます



協力／宇和島市食生活改善推進協議会

鯛のカルパッチョ和風ソース

たった5分、食卓に華を



【材料（2人分）】

- ▶ 鯛の刺身…100g
- ▶ 青ねぎ…適量
- ▶ しょうが…20g
- ▶ 塩昆布…10g
- ▶ 砂糖…小さじ1
- ▶ しょうゆ…大さじ1/2
- ▶ 酢…大さじ2
- ▶ サラダ油…大さじ2

- ① 鯛の刺身を器に並べる
- ② Aを混ぜ合わせ、①に適量かけて青ねぎを散らす

協力／愛媛県魚政課



しんきんゼロネットサービスをご存知ですか？

信用金庫のキャッシュカードは一定の時間内であれば全国の信用金庫 ATM・C D の手数料が無料です。

信用金庫のキャッシュカードなら 全国のしんきんATMで ゼロネットサービスタイム

平日 8:45 ~ 18:00 の入出金
土曜日 9:00 ~ 14:00 出金
の利用手数料が **無料** です！

※上記以外の時間帯および日曜・祝休日に ATM を利用される場合には
所定の手数料が必要です

※本サービスの対象とならない「しんきん ATM」が一部ございます



**うわしんカードで四国内の信用金庫でのご利用なら
時間外、休日、祝日問わず無料です！**

宇和島信用金庫営業店 (ATM)

- 本店営業部 宇和島市本町追手 2-8-21
- 恵美須町支店 宇和島市恵美須町 2-5-10
- 新橋支店 宇和島市丸之内 5-3-1
- 城南支店 宇和島市佐伯町 1-3-7
- 来支店 宇和島市夏目町 2-4-16
- 泉町支店 宇和島市泉町 2-2-11
- 吉田支店 宇和島市吉田町東小路甲 158
- 三間支店 宇和島市三間町宮野下 636
- 南宇和支店 南宇和郡愛南町城辺甲 2222-1
- 卯之町支店 西予市宇和町卯之町 2-426

店外キャッシュコーナー

- 宇和島市役所 CD コーナー
- 市立宇和島病院 CD コーナー
- フジグラン北宇和島店 CD コーナー
- 双葉産業 CD コーナー
- 県立南宇和病院 CD コーナー
- 新橋支店 ATM 出張所
- エーマックス南宇和店 CD コーナー
- エースワン宇和島店 CD コーナー
- フジ宇和店 CD コーナー
- 木村チェーン宇和店 CD コーナー

「つなぐ」は、こちらでどうぞ。

- 宇和島市役所ロビー ●津島支所 ●吉田支所 ●三間支所 ●市立中央図書館 ●吉田図書館 ●中央図書館津島分館
- 生涯学習センター ●パフィオうわじま ●宇和島市立病院ロビー ●市立伊達博物館 ●宇和島市立歴史資料館
- きさいや広場(観光物産協会) ●道の駅みま ●畦地梅太郎記念美術館 ●宇和島商工会議所 ●盛運汽船
- ハイウェイレストラン宇和島 ●和日輔 ●南楽園 ●かどや(駅前本店・弁天町店・味奈味) ●岩崎書店 ●はまゆう薬局
- パール薬局 ●ひまわり薬局 ●小野商店(津島) ●木屋旅館 ●あすも(津島) ●べにばら画廊 ●アトリエばれっと
- 香川・愛媛せとうち旬彩館(東京) ●宇和島信用金庫各支店

※宇和島市の「宇和島クラブ」に協賛業者として登録しています。

「つなぐ」の発行は、新春号(1月)、春号(4月)、夏号(7月)、秋号(10月)です(※予告なく変更になる場合もございます)

うわしん



<https://www.shinkin.co.jp/uwajima/>

