広報
うまじ
第313号
令和2年6月1日発行
the most beautiful villages in japan
馬路村は
「日本で最も美しい村」
連合に加盟しています。

5月9日は「ごっくんの日」

一日早く５月８日にごっくんマンが馬路保育所に来てくれました。

「みんなぁ、ごっくんやりゆうかえ？」

目次

新しい風・力 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2･3
おらが村の学校便り㊺ ・・・・・・・・・・・・ 4･5
糖尿病と糖質のお話 ・・・・・・・・・・・・・・ 6
頑張る！元気なアナウンサー・保健師便り・・ 7
地域おこし協力隊 ・・・・・・・・・・・・・・・ 8
保育所コーナー・集落支援員の紹介 ・・・・ 9
中芸のゆずと森林鉄道日本遺産協議会・・・ 10
レイチェルコーナー ・・・・・・・・・・・・・・ 11
お知らせ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 12
行事予定表 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 13
村内あちらこちら・村のできごと ・・・・・ 14

新しい風・力

令和2年春、今年も馬路村にフレッシュな力が仲間入りしました。
学校では、9人の新着任教職員が村の未来を担う子どもたちのために尽力しています。
そして役場では3人の職員がそれぞれの現場で力を発揮しています。
職場や経験は違いますが、それぞれに熱い気持ちを持って村に吹き込んだ新しい風、その皆さんをご紹介します。

馬路小学校

小松（こまつ）　正子（せいこ）

馬路小学校への赴任は、講師の時に一度、教諭として二十数年前に一度、そして今回とで三度目になります。校舎から見える美しい景色など懐かしく感じています。

今年度は、たんぽぽ学級を担当させていただきます。新しく出会った馬路の子どもたちと、楽しく毎日の勉強や行事などいろいろなことに取り組んでいきたいと思っています。どうぞ、よろしくお願いします。

澤山（さわやま）　明日香（あすか）

今年度、馬路小・中学校に養護教諭として赴任してまいりました。愛知県出身で、高知県に住むことも馬路村に来ることも初めてです。

馬路村に来てまだ間もないですが、自然の豊かさや村のかたがたの温かさ、そして子どもたちの笑顔から日々力をもらっています。教員になって1年目ということもあり、至らない点もあるかと思いますが、馬路村の子どもたちが安全で元気に過ごせるように全力でサポートさせていただきます。よろしくお願いします。

上野（うえの）　友裕（ともひろ）

昨年度の2月に田野小学校から来ました、栄養講師の上野友裕と申します。

馬路村での勤務は初めてであり、教員としても2年目でまだまだ足りない所がたくさんあります。いろいろな事を、謙虚に日々取り組んでいきたいと思っています。

給食では、子どもたちを「食」の面からサポートし、安心・安全でおいしい給食の提供を引き続き行ってまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

馬路中学校

細川（ほそかわ）　千穂（ちほ）

4月から馬路中学校に赴任してきました細川です。馬路村での勤務は二度目になります。前回は村内の住宅に住んでいたので、村のあちこちの建物を見ては懐かしく感じるとともに、新しい建物を見ては新鮮さを感じました。

また、馬路村の子どもたちは優しく素直な子どもばかりで、共に過ごせることをとてもうれしく思います。至らない点もあるかと思いますがよろしくお願いします。

小栗（おぐり）　海（かい）

保健体育を担当しています小栗海と申します。専門種目は野球です。野球愛にあふれる馬路村の野球活動に携わることができ、とてもうれしく思います。

日々の学校生活や毎日の運動を通して、生徒のみなさんのこれからの学校生活と将来がより明るく、楽しくなるように精いっぱい頑張っていきたいと思いますのでよろしくお願いします。

古川（ふるかわ）　雄基（ゆうき）

室戸市立佐喜浜中学校から赴任してきました。古川雄基と申します。

馬路村に来て少したちましたが、自然が多く、食べ物もおいしく、元気あふれる子どもたちと、良いところだなあと感じながら日々を過ごしています。

教員になって3年目、まだまだ未熟なところがあり、ご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、精いっぱい努力し、精進して参ります。よろしくお願いします。

魚梁瀬小学校

佐々木（ささき）　寛明（ひろあき）

初めまして。室戸市立室戸小学校から赴任してまいりました。佐々木寛明と申します。可愛い2人の2年生を担当させていただいています。

海の学校から山の学校へと環境もガラリと変わり、気分一新し毎日充実した仕事に取り組ませていただいています。魚梁瀬に来て、まだ少しの時間しかたってないですが、児童・生徒のみんなや保護者・地域のかたがたに温かく迎えていただき、とても幸せを感じております。自分のできることで少しでも学校や村に貢献していければと思いますので、よろしくお願いします。

小南（こみなみ）　結香（ゆうか）

初めまして。新規採用で魚梁瀬小学校に学校事務として勤務しています、小南結香と申します。給食でごっくん馬路村が出たときは驚きましたが、私の大好物なのでとてもうれしかったです。自然豊かで、運転中に目の前で鹿が飛び出してきたのも初めての経験でした。

赴任したばかりで右も左も分からない若輩者ですが、精いっぱい尽力させていただきますので、どうぞよろしくお願いします。

魚梁瀬中学校

竹崎（たけざき）　学（まなぶ）

東洋町立甲浦中学校から赴任してきました。竹崎学と申します。早く学校に慣れて、子どもたちと一緒に成長していきたいと思います。

また、子どもや保護者の皆さまと、いろいろな行事を通して、魚梁瀬の素晴らしさを体験できることを楽しみにしています。どうぞよろしくお願いします。

役場

保健師

森澤（もりさわ）　由有加（ゆうか）

初めまして。この4月から中芸広域連合の保健福祉課に配属されました森澤由有加です。

主に、赤ちゃんからお年寄りまでさまざまな方たちの健康に関する業務を担当しています。

馬路村での生活も、中芸広域連合での仕事もまだまだ不慣れなところが多く、日々勉強の連続です。

初めて経験することもたくさんあり、ご迷惑をかけることも多いかもしれませんが、村民の皆さんのため、馬路村のため、一日でも早く仕事にも生活にも慣れることができるよう一生懸命頑張ります。よろしくお願いします。

保育士

中山（なかやま）　友香（ともか）

初めまして。4月から馬路保育所に配属となりました中山友香です。

馬路村での新しい生活も仕事も、まだまだ慣れないことが多く、たくさんのことを学びながら勉強の毎日です。

初めてのことばかりでご迷惑をおかけすることも多いかもしれませんが、一生懸命頑張ります。地域のかたがたもとても温かい人たちばかりで、馬路村に来て良かったなと感じます。今は大変な状況が続いていますが、イベントなどにも参加して村民のかたがたと関わり、つながっていけたらと思います。よろしくお願いします。

地域支援企画員

百田（ももた）　朱里（あかり）

初めまして。地域支援企画員として馬路村に配属となりました百田朱里です。

地域支援企画員は、あまりなじみがないかもしれませんが、地域活性化のお手伝いや、地域と県との情報連絡などを担当する県職員で、席は地方創生課にあります。

私自身は香南市出身ですが、結婚を機に北川村に引っ越して、現在北川村から通勤しています。馬路村には何度か遊びにきたこともあり、ユズはもちろん、木のぬくもりを感じる建物等があったり、森林鉄道に乗車できたり、ゆったりできる温泉や年間を通じて面白いイベントがあったりと魅力いっぱいの村という印象があります。しかし、まだまだ知らないことも多いので、勉強をしながら、馬路村を元気にするお手伝いをさせていただきます。これからよろしくお願いします。

✿お世話になりました✿

●馬路小・中学校
榎本　香織（横浜小）
谷山　綾子（川北小）
川竹　三千代（鏡野中）

●魚梁瀬小・中学校
前田　裕佑（旭東小）
畠中　崇良（野市小）
戸梶　吏絵（退職）

●役場
甫木　成子（退職）
諏訪　貴信（高知県）
大川　匠也（高知県）
※（　）内は着任先等

おらが村の学校便り⑥⑤

村内の小中学校は、新型コロナウイルス感染防止のために、4月21日から5月8日まで臨時休校になりました。まさに異常事態の新学期ですが、そのような状況にも負けず、のびのびと新しい学校生活を始めている1年生に、恒例のインタビューをしました。
（注：今年度は、魚梁瀬小学校には新入生がいませんでした。）

馬路小学校

ピッカピカのランドセルを背負った１年生

安養寺　桜音（りの）

小学校に入学してみたら、上級生もいてとても楽しいところでした。
わたしは入学してから算数と、特に一輪車を早く乗れるように、毎日練習してがんばっています。
大きくなったら、ピアノの先生になりたいです。

ピッカピカの１年生

馬路小中学校合同の入学式

改田　千秋（ちあき）

小学校に入学してみたら、思っていたよりも勉強をするところでした。
小学校に入ってがんばっていることは一輪車です。むずかしいですが、乗れるように練習をがんばります。
大きくなったら警察官になりたいです。

田中　栁奈（なな）

小学校は遊具がいっぱいで楽しいところです。特にうんていが大好きです。
なので、私はお宿題をがんばりたいです。早く終わらせて友だちと外でたくさん遊びたいからです。
大きくなったら保育士さんになって、小さい子のお世話をしたいです。

長野　まる

小学校に入学してみたら、楽しいところでした。自分で選んで絵本を借りるのが楽しいです。
小学校に入ってがんばっていることは一輪車です。漢字を覚えるのもがんばりたいです。
大きくなったらお医者さんになりたいです。

山﨑　葉季（はずき）

小学校は楽しくてみんなが優しいところです。
がんばっていることは、係の仕事です。衛生係はつめやハンカチのチェックをします。大切なことなのでがんばりたいです。
踊ることが大好きなので、大きくなったらダンサーになりたいです。

馬路中学校

担任の先生といっしょに１年生教室で

大野　愛結（あゆ）

中学校は、小学校と違い、全部時間で動いているので大変でした。
中学校でがんばりたいことは、部活動です。テストもがんばりたいです。
勉強が遅れないように、家でも予習や復習を自主的にしたいです。

清岡　萌夏（もえか）

中学校は、とても宿題が多くて大変かと思っていたけれど、意外と楽でした。
中学校に入ってがんばりたいことは、数学と社会科です。将来は、数学と社会科が得意になりたいので、宿題もがんばります。
部活では、卓球をがんばって取り組んでいきたいです。

濵渦　翔和（とわ）

中学校は、勉強がギュウギュウだと思っていたけれど、先輩たちが助けてくれて楽しいです。でも、小学校より忙しいです。
部活では卓球をがんばって活躍したいので、家でも練習をしっかりしたいです。
勉強でも、しっかり高い点数を取れるようにしたいです。

初夏の風物詩「タケノコ掘り」

林　莉菜子（りなこ）

中学校は、とても楽しいところでした。授業は、50分で少し長くなったけれど、休み時間にベランダで先輩たちと話をしたりするのは、とても楽しいです。
部活の卓球は、サーブで逆回転がかけられるようになりたいです。勉強も、テストでいい点数が取れるように、復習をしっかりしたいです。

魚梁瀬中学校

１年生の和奏さんと先輩たち

林　竜乃介（りゅうのすけ）

ぼくは、中学校の給食が多くて困りました。それに、給食を食べる時間が小学校とは全く違い驚きました。
卓球では、同級生に負けないようにがんばりたいです。
将来は、副業で子どもたちのサッカーの監督になりたいです。
少しでも中学校生活に慣れるようがんばりたいです。

井上　和奏（わかな）

中学校では、授業の始まりや休み時間などが小学校とは全く違うことや、教室移動もあり大変です。一人での授業は寂しいけれど、中学校生活は楽しいです。
勉強も部活もがんばりたいです。
いろんなことに挑戦したいです。

新型コロナウイルス感染防止のために、マスクを自作しました。

糖尿病と糖質のお話

～HbA１cをコントロールするには！～

糖尿病とは・・・

ヘモグロビンA1cって聞いたことがありますか？糖尿病の診断や血糖コントロールの指標として用いられているもので、過去１～２カ月間の普段の血糖値の平均を表すものです。

糖尿病は、一時的な血糖値の上昇ではなく、血糖値が持続的に高くなっていることを確認することによって診断されます。ヘモグロビンA1cでは6.5％以上を糖尿病型とし、同時に血糖値を測定して共に糖尿病型であることが確認されれば糖尿病と診断されます。

ヘモグロビンA1cの目標は、血糖正常化を目指す際の目標を6.0％未満、網膜症や腎症などの合併症の予防のための目標を7.0％未満、低血糖などの副作用、その他の理由で治療強化が困難な際の目標を8.0％未満としています。治療目標は年齢、罹病（りびょう）期間、臓器障害、低血糖の危険性、サポート体制などを考慮して個別に設定することが大切です。ご自分の適正値をかかりつけ医に確認してみましょう。

適正な糖質摂取をするとうれしい効果が！

- ◇**糖尿病**を改善し、**合併症**予防！
- ◇**肥満**を解消！
- ◇あらゆる**生活習慣病**や**不調**を予防・改善！
- ◇**がん**を予防できる！
- ◇**美肌・美髪**になる！

5つのポイント

① カロリー制限ではなく、糖質を控える
② 脂質・タンパク質をしっかり摂る
③ アルコールは蒸留酒や糖質ゼロのものを選ぶ
④ 油は体にいいものを見極める
⑤ 市販食品やアルコールも正しく選んでストレスフリー

食品別糖質量ハンドブックなどで、食品に含まれる糖質量を確認してみましょう！肉や魚、大豆製品では糖質が少なく、工夫次第で食事を楽しむことができます。

「ロカボ」で検索

ロカボでは、極端な糖質抜きではなく、おいしく楽しく適正糖質を取ることを推奨しています。

糖尿病の改善を目指している人は、糖質摂取量の目安は１日30～60ｇですが、無理せず続けたい、外食も多いという方は、１食で摂取する糖質量を20～40ｇ、１日で70～130ｇから始めてみてはどうでしょうか！

今の一般的な日本人の食生活では、１日に300ｇくらいの糖質を摂取しています。例えば、おにぎり２個と野菜ジュースだけで約100ｇの糖質を摂取したことになります。

このようなマークをコンビニの商品などで見たことがありませんか？これは商品に含まれている糖質量を表示しているものです。いくつかの商品を組み合わせて、１回の食事の糖質量を計算してみてください。どういった食品が糖質が多いかという目安にもなりますね！また、ご自分がどれくらい糖質を摂取しているか把握してみてはどうでしょうか。

頑張る！元気なアナウンサー

この春、午後3時のラジオ体操の村内放送アナウンスが変わったのにお気づきの方も多いと思います。

放送を聞いてくれている村民の方に元気をお届けしようと、村長のアイデアで生まれた村の小学生アナウンサー。馬路小学校2年生の上治愛璃ちゃんと1年生の安養寺桜音ちゃんの二人が、しっかり練習して放送の録音を吹き込んでくれました。

上治 愛璃（かみじ あいり）ちゃん（左）、安養寺 桜音（あんようじ りの）ちゃん（右）

「感想は？」と聞くと、「緊張した」と愛璃ちゃん。
「愛璃ちゃんと一緒だったから、大丈夫だった」と桜音ちゃん。
大人でも緊張する村内放送ですが、二人で頑張りました。

保健師便り

新型コロナウイルスの感染拡大に伴う臨時休業や休校、外出自粛によって日常生活が乱れ、ストレスがたまったり、メリハリのない生活が続くことで、仕事や学校の再開に対する意欲や気力が湧きにくい方も少なくないと思います。

異例の状況が続く中で、疲れやストレスがたまってしまうことは仕方ないことだとは思いますが、こんな時こそ、食事や睡眠をきちんととり、心とからだの管理を怠らないように頑張っていきましょう。

＝新型コロナウイルス感染症流行によるストレスへの対処法＝

怖がりすぎないで

「3密」を避け、手洗い・咳エチケットなど、ひとりひとりの行動で感染拡大防止ができます。ウイルス感染の悪い情報ばかりに気を取られると、不安や恐れに振り回されてしまうことがあります。

信頼できる情報源から得た正しい予防法を実行しましょう。

アルコールに頼りすぎないで

外出自粛のため、家庭での飲酒の機会が増えた話を聞きます。ストレス発散で飲んでいるつもりでも、不安な気持ちを落ち着かせるためにアルコールに頼ってしまっていることはないでしょうか？

親しい人と話しましょう

信頼している人と話すと、気持ちが楽になります。直接会えなくても、友達や家族に連絡を取り、人とのつながり・社会とのつながりを大切にしましょう。

「コロナに負けない」生活のために

新型コロナウイルスとの付き合いは長期にわたるかもしれません。

まだまだこれから先も、私たちの生活に影響を及ぼす可能性があります。どうやって今の時期を乗り越えるのか、工夫していけたことは何かも考えながら、「コロナに負けない」私たちの生活を過ごしてみませんか？

もしも何かが辛いと感じたら、けっして自分だけで抱え込んで我慢したりせず、専門家を頼って、心とからだの健康のために支援が受けられるところについて相談しておきましょう。

地域おこし協力隊

うまじ

隊員　飯田　明里

こんにちは、地域おこし協力隊の飯田です。

おかげさまで、この４月で地域おこし協力隊としての任期が残り１年となりました。振り返ってみると１年目は村を知り、２年目は村を伝える期間でした。

３年目の活動予定ですが、この冬に自生している日本茜を発見したので、許可をとって種を採取させていただきました。今年は種から育てて、布地を染めてみようと思っています。昨年の10月の広報にてＳＥＯのお話を書きましたが、馬路村の魅力を発信する上で、違う方向から、今までとは違う人たちへのアプローチを、と考えています。

さて、この記事を書いているのは新型コロナウイルス感染症で自粛ムード真っただ中のＧＷ。この記事が世に出回る頃には終息していたらいいなと淡い期待を抱きながら筆を執りました。

私はもともと家で過ごすのが好きなので、ＳＴＡＹＨＯＭＥと言われても、正直なところそこまで日常が変化したようには感じません。

しかし、買い出しに行った際、レジ周辺に透明のフィルムでバリケードが作ってあるのを見て、今は非常事態なんだなと再認識しました。フィルムは透明だし、トラロープみたいに警戒色でもないのに、あんなに怖いデザインは初めて見ました（残念ながらおばけにはまだ会ったことがないので、透明で怖いと感じたのはこれが初めてです）。

なかなかできることが少ない今、こんな時でも生活を支えてくれている大勢の人たちに、いつも以上にありがとうを伝えようと思います。

桜は咲いたし、もうすぐせみが鳴く夏がやってきます。

協力隊の任期が終わっても私の人生は終わりません。

いつもとは違う年度初めになりましたが、物事を長い目で見て活動していきたいと思います。

やなせ

隊員　竹内　将太

「はじめまして。今年の４月から魚梁瀬地区の地域おこし協力隊に入りました竹内将太と申します。出身は広島県です」

このような堅苦しい文章が広報うまじに載ってから１年がたちました。相変わらず堅い文章ですがどうかお許しください。

皆さん体調のほうはいかがでしょうか？私は年末から食事管理を徹底して痩せることに成功しました（72㎏→61㎏、比較写真をなぜか添付）。痩せたことで体調を崩すことが減ったと思います。体の管理はとても大事であると改めて知ることができました。余談ですが、家族が痩せた私を見た時の感想は「気持ち悪い」でした。悲しい。

私の自慢話（？）はさておき、令和元年度の活動を振り返ってみようと思います。主にはキャンプ場の運営をしていました。開けている期間は受付等を、閉鎖期間は整備を主にしていました。個人としてはイベントに参加してバルーンアートの配布をしました。

今後は引き続きキャンプ場の運営をしつつ、情報発信やイベントの企画等、他のこともしていこうと思います。

１年目でわからないことだらけでしたが、まわりの人に支えてもらったおかげで１年間やっていけたと思います。改めて馬路村の人たちの温かさに感謝申し上げます。そしてこれからもよろしくお願いいたします。

最後になりますが、馬路村のますますの発展とこの文章を読んでいただいた皆さまのご多幸をお祈りしまして、万歳三唱いたします。バンザイ！バンザイ！バンザイ！

応援隊の連絡先
馬路村開発センター内　TEL：0887-42-2001　FAX：0887-42-2007
E-mail：o-yanase@mc.pikara.ne.jp
☆ Facebook「魚梁瀬ふるさと応援隊」　で検索してください ☆

保育所コーナー
☆その子らしくのびていく☆

魚梁瀬保育所

新年度が始まりました！今年度は地域の方のご協力を頂きながら、ワクワク・ドキドキ！
やなせならではの自然体験をたくさん楽しんでいきたいと思います。

園外での山菜取り☀

フキやわらび・ぜんまい・いたどり…
今年はたけのこ掘りも体験したよ！
収穫した後は、下準備も自分たちで
やってみました ✨

交通安全教室（4/17）

おまわりさんに道路の渡り方を
やさしくおしえてもらいました！

桜の下でお弁当を広げて
お花見ランチ ✿

お腹がいっぱいになったらみんなで
ゴロゴロ下から見る景色もきれい
だったよ

魚梁瀬地区
新しい集落支援員の紹介

高橋（たかはし）　周子（しゅうこ）

4月1日から集落支援員として働いています。

新しい事務所もでき、賑やかに楽しく仕事をしています。集落活動センターが、皆さんの憩いの場になればいいなと思っています。気軽に遊びに来てくださいね。

中芸のゆずと森林鉄道日本遺産協議会

～中芸地域の日本遺産魅力発信便り vol.34・35～

日本遺産
第３号認定
登録番号 51

バンダ島隧道（安田町）

堀ヶ生橋（北川村）

小島橋（北川村）

『馬路村のゆずロード』

中芸地域が『森林鉄道から日本一のゆずロード』で日本遺産に認定されて３年が経過した。その間、日本遺産協議会は行政と民間での活性化を図るべく会議等を開催してきているが、地域に浸透していないように思われる。

ゆずを生産している中芸３町村の中で、馬路村にはこれまで自信をもって『ゆずロード』といえる場所や道がなかった。そこで考えたのは「どこにあれば一番ふさわしいか？」だった。その答えになるのは、村に入って一番に見えてくる『朝日出』だった。ここは田畑が急峻で、かやの生い茂る放棄地になりかけていた。「この段畑を磨き上げたら、県道から見える景観は、日本一の『ゆずロード』になるのではないだろうか？」 今後更に、岸かけの草刈りや管理などの苦労も伴う。「しかし、その労苦は訪れる人の心を打つのではないか？」

日本遺産認定の半年後、農協は地権者との話をつけて村にこの計画を提案した。役場が農道開設。農協は農地の取得とゆず植え付けから後の管理を行うことで話は進んだ。農道の設計は難航したが、石積み工法で『味』のある農道ができた。農道完成後、不要な雑木や杉を伐採し、かやの生い茂っていた畑には、ゆずの成木を移植、遠い昔からあったような段畑ゆずが村の玄関となった。県道１２号線から見えるこの景観は、これからもゆずで生きる馬路村の覚悟と自信の『ゆずロード』である。

（馬路村農業協同組合代表理事組合長：東谷望史）

（現）ゆずロード：完成した作業道とゆず畑

（旧）ゆずロード：田畑や生い茂っていた雑木

成木の植付け

「第２７回全国ハーブサミット in 中芸＆中芸ハーブフェスティバル 2020」が令和２年 10 月 31 日（土）～ 11 月３日（火・祝）まで開催されます。今回の開催に向けてのホームページが３月開設されました！
「ゆずとりんてつ」のホームページからＮＥＷＳあるいはバナーをクリック。

問い合わせ先：中芸のゆずと森林鉄道日本遺産協議会事務局
（中芸広域体育館内） Tel：0887-30-1865
Mail：yuzurintetsu@mk.pikara.ne.jp
HP ：http://yuzuroad.jp/「ゆずとりんてつ」で検索

レイチェルコーナー

国際交流員：レイチェル・ページ

My Time in Umaji

皆さん、こんにちは！今回で私の記事は最後になります。悲しいですが8月に帰国します。この2年間、あっという間でしたが、とても大切な経験ができました。これまで私は一度も四国に来たことがなかったので、どんな生活になるか全然想像ができませんでした。

国際交流員の仕事のおかげで、日本語の敬語を電話で使えました。駐日大使たちの通訳ができました。ミュージカルに友達と出演できました。NHK WORLDラジオで馬路村について話せました。そしてもちろん馬路村の子どもたちと親しみ学校で遊んだりできました。馬路村にいる時間はかけがえのない時間でした。

私は、馬路村に来る前にも二度日本に住んだことがありました（熊本市と埼玉県の草加市）が、駅のないところに住むのは初めてで、車も（マニュアルではなく）オートマチックで、慣れるまで結構時間がかかりました！

買い物が週に一度のまとめ買いだったり、シネマに行きたいときには車で2時間運転したりなど、馬路村での生活はいろいろ大変なこともありました。その代わりに、静かな生活、美しい山、きれいな清流などがあり、便利さと引き換えに自然を手に入れるというのは、いい交換じゃないかと思っています。以前、日本に戻る際の私のお楽しみの１つはイギリス以上の便利さでした。イギリスには日本のようなコンビニはなく、大きいショッピングセンターもあまりないため、日本はやっぱり便利だと思いました。しかし、日本の中では比較的便利ではない馬路村に暮らすことで、かなり節約ができ、いっぱい貯金ができてうれしかったです。

運転免許を持っていない夫のイーサンも一緒に来るのは心配でしたが、村内で仕事ができて本当に感動しました。二人で一緒にこの時間を楽しめたのはとても幸せでした。

私の一番大切な思い出は、生まれも育ちも東京の友達が馬路村まで遊びに来てくれたことです。みんな高知県に来るのは初めてで、たくさん観光をしたいと言ってくれたおかげで、まだ行くチャンスがなかったところに行けました。初めての桂浜、初めてのアイスクリン、初めてのよさこい祭りも一緒に楽しめました。足を延ばして徳島県のかずら橋にも行けました。東京の友達はみんな日本人なのに、外国人の私が大好きな高知県を紹介でき、時々土佐弁も訳してあげました！

イギリスでは、今もまだ新型コロナウィルスの影響が強いですから、帰国したら家族と一緒に暮らして、できれば就職するつもりです。未来はどうなるか今は全くわかりませんが、私は馬路村での経験を生かして、国際チャリティに努めたいと思っています。イーサンは会社（できたらゲーム会社）で翻訳の仕事を目指しています。しかし、私は何より、またかわいい姪たちに会いたいですし、またおいしいイギリス料理を食べたいです！

これからまた新しい冒険に出て、どんな仕事をするかわかりませんが、馬路村での日々を一生忘れずにいたいと思います。皆さん、この2年間大変ありがとうございました。

京都にて

桂浜にて

お 知 ら せ

健康福祉課からのお知らせ

レジ袋有料化!!令和2年7月1日スタート

現在、プラスチックは軽くて丈夫なため幅広い場面で活用されています。しかし、その一方で廃棄物・資源制約、海洋プラスチックごみ問題、地球温暖化などのマイナスの面もあります。

そのような状況を踏まえ、7月1日から、全国でプラスチック製買い物袋（いわゆるレジ袋）の有料化がスタートとなります。プラスチックの過剰な使用の抑制のため、買い物袋（エコバッグ）の持ち歩きや家庭ごみの削減等を行い、私たちのライフスタイルを見直すきっかけとしていきましょう！

「令和2年度子育て世帯への臨時特別給付金」のご案内

国の「新型コロナウイルス感染症緊急経済対策」において、児童手当を受給する世帯に対し、「子育て世帯への臨時特別給付金」が支給されることとなりました。

この給付金を受け取る公務員の方については、令和２年３月３１日時点で住民票のある市区町村への申請が必要となります。

■支給対象者：令和２年４月分の児童手当の受給者

■対 象 児 童：支給対象者の令和２年４月分の児童手当の対象となる児童

■支　給　額：対象児童１人につき１０,０００円

■申 請 期 間：多くの市区町村の受付期間は６月から９月までです。

〈問い合わせ先〉

健康福祉課　　子育て世帯への臨時特別給付金係　TEL（8）44−2112

オープンキャンパスのお知らせ

○高知職業能力開発短期大学校では、学校の雰囲気や魅力を感じていただくため、高校生等を対象にオープンキャンパスを開催いたします（保護者の方も大歓迎です）。

○詳しくは本校ホームページをご覧ください。

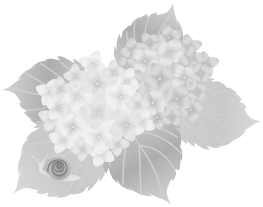
〈問い合わせ先〉

高知職業能力開発短期大学校（KPC）　学務援助課

〒781-5232 高知県香南市野市町西野1595-1　TEL 0887-56-4100

http://www3.jeed.or.jp/kochi/college/

6月・7月 むらの行事予定



6月		
1	月	校外美化活動（魚梁瀬小・中学校）
2	火	有害物収集
3	水	乳児健診（安田町結いの丘ドーム）午後
4	木	
5	金	
6	土	
7	日	
8	月	
9	火	乳がん・子宮がん検診(馬路村コミュニティセンター 9:00~11:00 魚梁瀬多目的施設 14:30~15:30) リサイクル収集
10	水	1歳6カ月児健診（安田町結いの丘ドーム）午後
11	木	
12	金	古紙収集（魚梁瀬） 狂犬病予防注射
13	土	
14	日	
15	月	
16	火	
17	水	
18	木	
19	金	
20	土	
21	日	
22	月	
23	火	リサイクル収集
24	水	3歳児健診（安田町結いの丘ドーム）午後
25	木	保育参観日(馬路保育所)
26	金	校外学習〈歴史民俗資料館〉（魚梁瀬小学校） 古紙収集（馬路）
27	土	
28	日	
29	月	
30	火	

7月		
1	水	
2	木	
3	金	
4	土	
5	日	
6	月	
7	火	高知県立移動図書館(魚梁瀬多目的施設)11：00～ 有害物収集
8	水	乳児健診（田野町保健センター）午後
9	木	
10	金	古紙収集（魚梁瀬）
11	土	
12	日	
13	月	校内水泳大会（馬路小学校）
14	火	高知県立移動図書館(馬路地区図書室)10：40～11：30 リサイクル収集
15	水	
16	木	
17	金	校内水泳大会（魚梁瀬小学校）
18	土	
19	日	
20	月	終業式（魚梁瀬小・中学校）
21	火	
22	水	
23	木	海の日
24	金	古紙収集（馬路） スポーツの日
25	土	
26	日	
27	月	
28	火	リサイクル収集
29	水	1歳6カ月児，3歳児健診（田野町保健センター）午後
30	木	胃がん(バリウム)検診(馬路診療所 受付8：30～10：00)
31	金	宿泊保育（馬路保育所） 終業式（馬路小学校・馬路中学校）

人口月中異動	増加				減少				月末現在人口合計
	出生	転入	職権	計	死亡	転出	職権	計	
4月	1	8	0	9	1	11	0	12	846
5月	0	5	0	5	1	2	0	3	848

馬　路　695人、339世帯
魚梁瀬　153人、90世帯
（外国人含む）

馬路村特別村民 11,688人
（5月31日現在）

村内あちらこちら

4月6日　入園式（馬路保育所）

4月20日　イタドリ採り（魚梁瀬中学校）

5月11日　交通安全教室（魚梁瀬小学校）

5月20日　認知症サポーター講座・手話教室（馬路小学校）

5月27日　小中合同プール掃除（馬路小学校・馬路中学校）

村のできごと

4月

6日　馬路・魚梁瀬保育所入園式
7日　村内小・中学校始業式、入学式、新任式
13日　タケノコ掘り（馬路中学校）
17日　交通安全教室（魚梁瀬保育所）
20日　イタドリ採り（魚梁瀬中学校）

5月

11日　交通安全教室（馬路小学校・魚梁瀬小学校）
13日　タケノコ掘り（魚梁瀬中学校）
14日　校内レクリエーション大会（魚梁瀬小学校）
15日　新入生歓迎レクリエーション大会（魚梁瀬中学校）
20日　認知症サポーター講座・手話教室（馬路小学校）
22日　稲作体験（馬路小学校）
25日　人権参観日（馬路小学校・馬路中学校）
27日　小中合同プール掃除（馬路小学校・馬路中学校）
28日　小中合同プール掃除（魚梁瀬小学校・魚梁瀬中学校）

編集後記

新型コロナウイルス感染症の影響で、例年であれば紙面を飾っていた多くの行事が中止や延期となりました。

いつになれば以前のような状態に戻るのか、そもそも戻れるのかもわからない不安が続く中、全国各地で考え方の違いにより人々が対立する報道もありました。

疑心暗鬼に陥り人と闘うのではなく、ウイルスと闘うようにしたいものです。

（片）

編集発行▶馬路村教育委員会
住所　〒781-6201　高知県安芸郡馬路村大字馬路443
TEL　0887−44−2216　FAX 0887−42−1010
E-mail　umaji-v@kochinet.ed.jp
印　刷▶株式会社　高知新聞総合印刷