

大野ヶ原で見つけたよ！せいよのいいところ・素敵なおとこ

中川小・宇和町小学校児童交流事業 「大野ヶ原を大探索せよ！」



6月21日(土)四国カルスト大野ヶ原を中川・宇和町小学校児童17名で探索しました。ブナの原生林で生き物を探したり、ポニー牧場でうさぎやポニーと触れ合ったりと西予の誇る大自然を満喫しました。昼食には地元のお店「森の魚」さんのお弁当を食べ、同じく地元店の「もみの木」さんのアイスクリームに舌鼓。住んではいても、実はよく知らない地元西予のいいところ・素敵なおとこを発見できる素晴らしい1日となりました。
※思い出の写真をセンターのロビーに掲載中です。ぜひ見に来てね！

「蜜蝋に学ぶ？ふれる？」ワークショップ♪ 蜜蝋でハンドクリーム・キャンドルを作ろう！



蜜蝋を使ってハンドクリーム
やキャンドルを作るワーク
ショップを開催しました。



講師をしてくれたのは、八幡浜で家族経営されている松岡養蜂場のお二人。クイズやお話でワークショップを楽しく盛り上げてくれました。

1部2部ともに多くの方に参加していただきました。ありがとうございました。



来たれ！宇和っ子！ うわっこ夜市開催

8月24日(日)
16:00～20:00

宇和児童館(うわっこ)

今年も児童館で夜市を開催！
今年は日曜&1時間早く始めます
食べ物は今年もチケット制です♪
(前売り券は児童館と宇和センター
で8月6日(水)から販売します)
宇和中生徒が大活躍!!
焼きそば・フランクフルト・かき氷・ジュースなどなど

完売御礼！ 夏の主役は俺たちだ！
フランクフルト・焼きとうもろこし



7月9日に開催された中心街夜市に今年も出店。センター&協議会の夏にはなじみのフランクフルトと新顔の焼きとうもろこしを販売。約400人前が無事に完売。ありがとうございました。

夏の便りを宇和に届ける 宇和地区納涼祭

8月11日(月)山の日
17:00～20:30

宇和文化会館裏大駐車場

宇和地区夏の風物詩が来た！
詳細は同時にお配りしている
宇和地区納涼祭のチラシを
ご確認ください。
また、併せてお楽しみ抽選会の
抽選券もお配りしているので
当日会場にお持ち込みください。

気持ちでは“優勝”してきました。 壮婦合同レクバレー大会



宇和町内の壮年会婦人会合同で開催されたレクバレー大会。惜しくも入賞は逃しましたが、精いっぱい挑みました。



大人気！さわやか健康大学 ヨガ体験月間を今年も♪

内容

初挑戦・初心者や体力に自信のない方でも楽しんで参加いただけるように、休憩を十分に取つつ、ヨガやストレッチに親しんでいただけます。

持参物

動きやすい服装・タオル・水分補給のための飲み物・お持ちであればヨガマット

申し込み

各回の実施日1週間前までに電話またはQRコードにて申し込みください。
※申し込み時には①参加する日程②お名前③生年月日④性別⑤連絡先⑥ヨガマットの有無をお伝えください。

ひざ・腰痛&肩こり改善のための
簡単なヨガ&ストレッチ教室
～初心者大歓迎！簡単な運動で健康に～

参加費
無料

講師 松崎 仁思さん
フィットネスクラブ ヴィスター 代表

日程 ① **7/4** (木) ② **7/11** (木) ③ **7/18** (木)
④ **7/25** (木) 10:00～11:30
(集合9:50)
※各回 30名程度
※先着順

申し込み 電話連絡かQRで！
☎0894-62-0058
9:00-17:00(平日)
字和地域づくり活動センター
担当：玉ノ里・宇都宮



字和地域づくり
活動センター
4階 大ホール
※事前申込み必須

宇和中生徒にセンターのお仕事を体験してもらいました。



6月30日から7月4日までの5日間、宇和中学校の2年生が職場体験に来てくれました。宇和地区内の各センターをまわり、様々なお仕事を体験。田之筋センターでは地域発のポッドキャストの収録に臨んだり、宇和センターではグリーンカーテン用の柵を作ったりしました。将来へとつながる体験が少しでもできていたらと願うばかりです。



～職場体験に来た宇和中学校生徒のコメント～

職場体験の5日間では、地域の方々の温かさに触れながら、観光列車のお出迎えや夏祭りの準備、ポッドキャストの収録などを体験させていただきました。外での活動や資料の準備などを通して、それぞれの地域の中心になる活動センターの仕事の幅広さを学ぶことができました。センターの皆さんが明るく優しく接していただいたおかげで、毎日楽しく過ごすことができました。貴重な経験をさせていただき本当にありがとうございました。

みんなの料理講座

甘さ満点！
みんなで作るスイーツパーティー



第二回みんなの料理講座では、パティスリーかしはなの井上さんを講師にお迎えし、抹茶のロールケーキ、シュークリーム、クレープ作りに挑戦しました。

井上さんの楽しいトークと丁寧な指導で、参加者の皆さん全員が笑顔で取り組むことができました。ご自宅でもぜひ作ってみてください。

次回講座は7月22日(火)です！ お楽しみに！



ここから始める終活セミナー ～エンディングノートを書いてみよう～

さわやか健康大学 第4回

日程：令和7年8月20日(水)

13:30～15:00

場所：宇和地域づくり活動センター
4階大ホール

講師：(一社)終活サポート協会
竹中 誠実さん

参加費：無料

持ち物：特になし

対象：60歳以上の方だけでなく、終活に興味のある方はだれでもOK♪
当日の飛び入り参加也大歓迎！



想いを整理し、自らを見直すきっかけ作り。まずはその第一歩。エンディングノートを書いてみませんか。ご家族での参加やお友だちと誘い合わせてぜひご参加ください。