

広報

# おまず

2020

# 4

No.183



大洲北中学校屋内運動場



長浜中学校屋内運動場

**ピカピカの1年生**

# NEXT きらめき<sup>★</sup>

## 愛媛県立大洲農業高等学校 生産科学科 作物班

### 第10回全国農業高校お米甲子園 特別優秀賞



大洲農業高等学校生産科学科の作物班は、昨年12月1日(日)、千葉県木更津市で開催された「第10回全国農業高校お米甲子園」に出場しました。全国から応募のあった約200点の中から、玄米の数値分析などで評価される1次審査を通過した15校で競われ、特別優秀賞を受賞しました。

作物班の代表を務める2年生の山中友希さんは「お米を作るうえで、水の管理には苦労しました。落水(田んぼの水を抜くこと)のタイミングを探るため、慎重に稲の様子を観察しました。将来は、学校で学んだことを生かして、大洲でおいしいお米を作りたいです」と話しました。

また、副代表を務める2年生の寺岡優香さんは「家で稲刈りなどを手伝ったこともありですが、最初から最後まで稲作に関わったのは初めてでした。2年生から稲作に取り組み、成育調査などを行いました。今回は、特別優秀賞でしたが、次回は過去の先輩たちも届かなかった『最高金賞』を目指し、仲間とともにおいしいお米を作りたいです」と語りました。

#### 4月の納税など 納期限は4月30日(木)です。

税 別	4月	5月	6月	7月
市 県 民 税			1期	
固 定 資 産 税	1期			2期
軽 自 動 車 税		1期		
国民健康保険税				1期

市税などの納付は、便利で安心な「口座振替」を。納期限内であればコンビニでも納付することができます。

#### 現在の<sup>大洲</sup>

	人の動き(先月比)	交通事故(昨年同期)
人 口	42,603人 (- 52)	件 数 9件( 6件)
男	20,358人 (- 19)	死 者 0人( 0人)
女	22,245人 (- 33)	負 傷 者 12人( 7人)
世帯数	19,827世帯(- 8)	

(2020年2月末現在)

#### CONTENTS 目次

- 2 ページ NEXTきらめき・今月の表紙
- 3 ページ 大洲市新型コロナウイルス感染症対策本部からのお知らせ
- 4 ページ～ (特集) 最高の瞬間 悲願のゴールテープ
- 9 ページ～ おおずニュース
- 11 ページ～ おしらせピックアップ
- 22 ページ シリーズ
- 23 ページ 情報ひろば
- 24 ページ～ 集まれ0級若モン・図書館
- 26 ページ～ 保健センター・各種相談ガイド
- 28 ページ がんばるひと (NPO法人 歩)

#### 今月の表紙



大洲北中学校、長浜中学校の改築工事が完了し、新しい屋内運動場などが完成しました。真新しい施設は、4月に入学する新入生のようにピカピカに輝いていました。

詳細は、11ページに掲載しています。

# 大洲市新型コロナウイルス 感染症対策本部からのお知らせ

※令和2年3月8日現在の情報です。

## 新型コロナウイルスを防ぐには

### 【新型コロナウイルス感染症とは】

発熱やのどの痛み、咳が長引くこと（1週間前後）が多く、強いだるさ（倦怠感）を訴える人が多いことが特徴です。感染から発症までの潜伏期間は1日から12.5日（多くは5日から6日）といわれています。

新型コロナウイルスは、飛沫感染と接触感染によりうつるといわれています。

### 【日常生活で気を付けること】

#### ▽手洗い

外出からの帰宅時や調理の前後、食事前などにこまめにせっけんで手を洗いましょう。



#### ▽咳エチケット

咳などの症状がある人は、咳やくしゃみを手で押さえると、その手で触ったものにウイルスが付着し、ドアノブなどを介して他の人に病気をうつす可能性があります。

マスクを着用する、ティッシュやハンカチまたは袖で口・鼻を覆う方法があります。

#### ▽バランスの良い食事・十分な睡眠

▽高齢者や基礎疾患のある人は重症化しやすい可能性が考えられるため、できるだけ人混みの多い場所を避けましょう。

### 【感染拡大を防ぐために】

換気が悪く、人が密に集まって過ごすような空間に集団で集まることを避けてください。

発熱などの風邪の症状が見られるときは、学校や会社を休み、外出を控えてください。

### 【心の健康にも気をつける】

このような危機に際して、不安やストレス、恐怖、怒りを感じるのは普通のことです。信頼できる人と話すことが役立ちます。

自宅で過ごさないといけないときは、健康的な生活スタイル（食事や睡眠、適度な運動）を維持し、メールや電話などで家族や友人と社会的につながるようにしましょう。

※新型コロナウイルス感染症についての情報は、随時、国や県から発信されていて、市公式ホームページでもお知らせしています。

※根拠のない情報に惑わされず、正確な情報に基づいて、冷静に落ち着いて行動しましょう。

## 新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口

県では、新型コロナウイルス感染症が疑われる人を適切に医療に結び付けるため、「帰国者・接触者相談センター」を設置しています。

相談センターでは、右記の新型コロナウイルス感染症の疑い例に該当する人からの電話相談を受け、医療機関への受診調整を行います。

### 【帰国者・接触者相談センター連絡先】

☎089 (909) 3483

受付時間：土日祝日含め24時間対応

次の症状がある人は、相談センターにご相談を

▽風邪の症状や37.5度以上の発熱が4日以上続いている（解熱剤を飲み続けなければならない場合を含みます）

▽強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある  
※高齢者、基礎疾患などのある人は重症化しやすいため、上の症状が2日程度続く場合にご相談ください。

※妊婦については、念のため、重症化しやすい人と同様に、早めにご相談ください。

### 一般相談窓口

「帰国者・接触者相談センター」は、感染の疑いがある人を「帰国者・接触者外来」につなぐための窓口ですので、一般的な相談は、下記までお問い合わせください。

【新型コロナウイルスに関する一般相談窓口】 ☎089 (909) 3468 受付時間：土日祝日含め24時間対応

【問い合わせ先】 大洲市保健センター ☎23-0310

(特集)

# 最高の瞬間 悲願のゴールテープ

～宇都宮<sup>えり</sup>選手・第39回全日本実業団対抗女子駅伝大会 優勝～



大洲市出身の宇都宮恵理さん（日本郵政グループ）は、昨年11月に仙台市で開催された第39回全日本実業団対抗女子駅伝大会（クイーンズ駅伝）において6区のアンカーとして出場し、チームの3年ぶり2度目の優勝に大きく貢献しました。

令和元年度大洲市きらめき大賞を受賞した宇都宮選手に、優勝テープを切った時のエピソードや生まれ育った大洲市での思い出などを聞きました。（聞き手：二宮市長）

## 宇都宮 恵理 さん

平成5年6月17日、大洲市生まれ。平野小学校、平野中学校、八幡浜高等学校を経て大東文化大学へ進学。大学卒業後、日本郵政(株)に就職。現在、日本郵政グループ女子陸上部で活躍中。



提供：日本郵政(株)

### 3年ぶり女王の座を奪還

二宮市長（以下、青色の背景）

クイーンズ駅伝の優勝、おめでとうございます。

宇都宮さん（以下、橙色の背景）

ありがとうございます。

優勝テープを切ったときの気持ちは。

ただただ、ほっとした感じでした。前回の大会では、私自身、納得のいく走りができず、チームの順位が振るわなかったため、ここで自分が先頭を譲るわけにはいかないという気持ちでした。チームみんなで頑張った

結果、このような形で残せたので、本当に最高の瞬間を味わえたなという感じでした。

大学や実業団では、なかなかメンバーに入るのも大変だと思いますが、駅伝のメンバーは、当日決定されるのですか。

自分の希望する区間は監督やスタッフに伝えますが、最終的には監督がそれぞれの選手の状態を見て、前日にメンバー発表が行われます。

メンバー発表があったときの思いは。

私は、ずっとアンカーを希望していたので、やっと走れると



クイーンズ駅伝、ゴールの瞬間  
提供：日本郵政(株)

いう気持ちで、身の引き締まる思いがしました。

アンカーを希望され、その使命を受けて、ゴールテープを切ることができたのですね。当日は、トップで襷（たすき）を引き継いでのスタートでしたが。

不安と緊張で、ほとんど覚えていないのですが、この1番という順位を無事に競技場に届けるということだけを頭に、後続のことは考えず、必死に前だけを向いて走りました。

その重圧に勝つての優勝だったのですね。

### 走る喜びを感じたきっかけ

大洲市平野町に生まれて、幼少期を平野で過ごされました。当時はどのような運動や遊びをしていましたか。

みんなで鬼ごっこをしたり、大洲市健康マラソン大会に親と一緒に出場したり、スポーツ少年団でミニバスケットボールをしたり、いろいろなスポーツを楽しんでいました。

走る喜びを感じ始めたきっかけは、大洲市健康マラソン大会



を走られた時とか。

そうですね。小学生のときは、入賞すれば好きなものを買ってもらえるというご褒美狙いで出場していました。すると、意外と速く走れると感じるようになり、それからは少しずつ走るのが好きになりました。

平野中学校では、陸上専門の部活動はなかったと思います。何部に入ったのですか。

バレーボール部に入部しました。顧問は、体育の中岡靖典先生でした。中岡先生は、冬の駅伝大会に向け、夏の間は、走りの練習を見てくださったので、楽しみながら走ることができました。

平野中学校はまとまりが良く、陸上を頑張っていて、市の駅伝大会では何度も優勝しています。中岡先生に出会って、より走りに打ち込むようになったのですね。

走ることが好きだと気付かせてくれたのは、中岡先生のお陰です。

### 本格的に陸上に取り組む決意

走るのが一段と好きになったのが中学生の頃なら、高校の進学先も悩んだのでは。

進路は少し悩みました。両親は、大洲高校が良いのではないかと話していました。私は、陸上部として活動をしていたわけではなかったのです。

八幡浜高校への進学は、自分で希望したのですか。

母と相談した際に、「自分の好きな道に進みなさい」と私の気持ちを後押ししてくれました。そこで、八幡浜高校への進学を決意しました。

八幡浜高校を選んだ理由は。

陸上部のレベルが、県内でトップだったことがあります。ま

た、陸上部顧問の倉田茂先生に中学3年生のときに走りを見ていただいて、ぜひ来てほしいと声をかけてもらい、挑戦してみようと思いい八幡浜高校を選びました。

倉田先生は、愛媛県をはじめ、四国でもトップクラスの陸上の指導者ですから、才能を見出していたのでしょね。

### 八幡浜高校での陸上生活

高校3年生のとき、全国高等学校駅伝競走大会に出場し、都大路を走られました。県大会直前にキャプテンに指名された

聞きました。キャプテンを任された時の気持ちは。

その時は、県大会の1カ月前にキャプテンが交代となり、私が指名されました。初めは、何をすればいいのか分かりませんでした。チームのみんなが私を支えてくれました。そこで團結できた感じがして、都大路につながったと思うので、自分ひとりの力ではなかったなとも今でも思っています。

その年は、済美高校も強かったですよね。

済美高校が全国へ行くと言われていました。しかし、私たち

の方が強いということ、みんなに言い聞かせて頑張っていました。

キャプテンとして仲間を鼓舞していたのですね。八幡浜高校で倉田先生のもと、厳しい練習を乗り越えてきたと思いますが、印象に残っている言葉はありますか。

倉田先生が話していた「継続は力なり」という言葉が印象に残っています。小さいことでもコツコツと続けることで、大きな成果になって形となって現れるから、すぐに投げ出しちゃいけないよと教わりました。私の中に今でも残っている言葉です。



平野中学校時代の宇都宮選手  
提供：母、育子さん



## 大学・実業団の進路選択

大東文化大学を進学先に選んだ理由は。

大東文化大学は、自分から志願して進学しました。高校3年生の時点では、体育教師になりたいと思っていたので、体育教員の免許がとれる大学が希望でした。また、中途半端な陸上生活をしていたので、全国を目指している大東文化大学を選びました。

大学卒業後、日本郵政に就職した理由は。

実は、他の実業団から声をかけていただいていた。しかし、本当にチームカラーは自分に合うのかと考えた際に、ちょっと違うなと違和感を覚えまして。大学の監督に相談したところ、日本郵政を勧めていただきました。そこで、日本郵政グループ女子陸上部の監督にお願いして、入れていただきました。

日本郵政グループのチームカラーが自分に合っていると思っただけですね。



クイーンズ駅伝で6区を走る宇都宮選手  
提供：日本郵政(株)

## 幾度のケガを乗り越えて

ケガが多く、苦労されたと言いました。

ケガに悩まされることは多かった。いちばん多かったのは、大学時代から実業団1、2年目でした。走ってはケガ、走ってはケガが続き、結果が出なかった状態でした。母には「もう辞めたい」と伝えたこともありましたが、「辞めた方がいいのでは」ということを一言も言いませんでした。諦めずに頑張れることができたのは母のお陰です。

ケガを克服して成果を挙げたのです。人一倍喜びも大きかったです。

## 日本郵政での陸上生活

現在の生活やトレーニング状況を教えてください。

普段の生活は、週4日は勤務先にて、午前9時30分から正午まで、他の社員と一緒に仕事をしています。朝と午後は、陸上の練習に取り組んでいます。

朝の練習は、その勤務時間より早い時間ということですか。

朝は、午前5時30分くらいから8時まで朝練をしています。

朝練の内容は。

走ったり、補強トレーニングをしたりしています。

午後の練習も、走りを中心にですか。

午後も、勤務地から帰ってきて、午後3時30分から6時くらいまで練習しています。

1日にどれくらい走るのですか。

だいたい35から40キロメートル前後は走っています。週5日は走って、残りの2日は休む日

になっています。

それだけ走ると、身体の負担も大きいでしょう。食生活も、チームでケアしているのですか。

朝食、夕食は、チームの管理栄養士が、メニューを考えてくださっている。みんなで食堂に集まって食べています。昼食は、自室にキッチンがあるので、自分で考えて料理をするように心がけています。

トップ選手は、日常のケアが大切ということですね。

## 陸上生活を振り返って

今までの陸上生活の中で、駅伝やマラソン、トラック競技など印象に残っている大会はありますか。

忘れられないのは、平成29年度に出場した「第36回全国都道府県対抗女子駅伝競走大会」です。私は、1区を走り、区間7位で2区の選手に襷をつなぐことができました。実は、愛媛県として、そこまでの上位で襷をつないだことが近年なく、このような形で地元貢献すること

ができたことがとてもうれしかったです。そして、まだまだ頑張って、地元のみなさんに喜んでいただきたいと感じた大会になりました。

愛媛県がもつと上位に入れるよう頑張っておきたいと思っています。

今までで一番うれしかった瞬間は。

やはり昨年のクイーンズ駅伝の優勝、ゴールテープを切った瞬間です。陸上を始めて、一番うれしかったです。

悔しかった思い出はありますか。

大学時代には、一番大きな駅伝大会が仙台市で毎年開催され



ていました。その際、6番手までが大会で走ることができません。私は4年間7番手で、大学4年生のときは、さすがに走れるだろうと思つていのですが、最終の練習で、調子を落とすまい、大会で走ることができなくなったのが、一番悔しかった瞬間です。

### これからの挑戦

今後の目標は。

今、長い距離に挑戦したいと思つているので、フルマラソンをどれくらいかタイムで走れるのかを一度試してみたいです。

フルマラソンは、まだ挑戦したことはないのですか。

大学4年生の時に、一度だけありますが、本格的なマラソントレーニングをせず、準備不足のまま走ってしまいました。今度は、しっかり監督のメニューをこなして、出場したいと思つています。

マラソンは、いろいろな駆け引きがあつて大変だと思つています。国際マラソンなどに出場し、上位を目指して頑張つてくださいます。

### 愛媛県の長距離ランナーに向けて

大洲市や八幡浜高校の後輩に向けて、メッセージをお願いします。

愛媛県を盛り上げるために、この大洲市からさまざまな分野で活躍している子が増えているのは耳にしています。とても頼もしく感じますし、これからも愛媛県のスポーツ界に大洲市の名前がでてくるのかと思うと、すごくわくわくしています。みんなで切磋琢磨して、愛媛県を盛り上げてほしいと思つています。

最後に、大洲市が、ふるさとが、こんな町であつてほしいと思つることがあれば、教えてください。

水害が起きて、一時、少し暗い大洲市になつてしまつていたと思つています。しかし、今、久しぶりに大洲の地に戻つてきて、見渡してみると、明るい大洲のまちに戻つてきていると感じました。これからもさらに、明るくて元気な笑顔あふれる大洲市であつてほしいと思つています。貴重なご意見、ありがとうございます。

ございます。宇都宮選手のような全国で活躍するランナーが、これからも大洲市から誕生するよう、我々も頑張ります。今日は、お忙しいところ、本当にありがとうございます。これからも頑張つてください。

ありがとうございました。



宇都宮選手が所属する、日本郵政グループ女子陸上部のチーム理念には、「スポーツ活動を通じた、地域・社会への貢献」があります。宇都宮選手の懸命に走る姿は、私たち大洲市民に感動と勇気を与えました。

これからも、全国の舞台で活躍する宇都宮選手の応援を、よろしく願ひします。