

はじめての おたんじょうび

令和7年4月生まれ

令和8年4月号から、新シリーズ「はじめてのおたんじょうび」を開始します。

初めて誕生日を迎えるお祝いとして、誕生月に発行される「広報おおず」にお子さんの写真を掲載しませんか？

たくさんのご応募をお待ちしています！

【募集対象】

大洲市在住で「広報おおず」の発行月（4月号なら4月）に1歳の誕生日を迎えるお子さん

【募集内容】

「広報おおず」に掲載するお子さんの全身写真（写真データ）

【募集期間】

満1歳の誕生日の属する月の前々月20日まで（必着）

4月号に掲載する、令和7年4月生まれのお子さんを募集中です！

〈応募締め切り〉 2月20日(金)必着

【応募方法】

入力フォーム（えひめ電子申請システム）から応募してください。



入力フォーム

【掲載可能な写真】

▷お子さんの写真は切り抜いて掲載しますので、全身が写った写真を提出してください。

▷次のような写真の場合は、再提出をお願いする場合や掲載できない場合があります。



（例1）体の一部が隠れている



（例2）体の一部が切れている



詳細は市ホームページをご覧ください

【掲載までの流れ】

1. 入力フォームから必要事項を入力し、写真データを添付して応募
2. 応募多数の場合は抽選となります。抽選結果は掲載の有無をもって代えさせていただきます。

【問い合わせ先】

企画情報課広報広聴係
☎0893(24)1728



サンプル

肱川 鮎美ちゃん
(肱川町山鳥坂)

【春菊のパスタ】



材料（2人分）

スパゲッティ	150 g
春菊	1 束
にんにく	1 片
塩	小さじ1/2
こしょう	少々
アーモンド	8 粒
オリーブ油	適量
生ハム	2 枚

作り方

- ① 春菊は塩ゆでして水にとり、しぼって細かくみじん切りにする。
- ② アーモンドを砕き、にんにくはみじん切りにする。
- ③ フライパンに、オリーブ油とにんにくを入れて香りがでれば、①と砕いたアーモンドを加え、塩、こしょうで味を整える。
- ④ スパゲッティをゆで、熱いうちに③に加えてからめる。
- ⑤ 器に盛り、生ハムを添える。

春菊の栄養

春菊はβカロテン、ビタミンB2、ビタミンE、葉酸、カルシウム、カリウム、鉄などのミネラルのほか、食物繊維が豊富に含まれている栄養満点の緑黄色野菜です。抗酸化作用のあるビタミンによる風邪予防、カルシウムは骨粗しょう症予防、また鉄や葉酸は貧血予防に効果的です。日々の健康維持にかかわる栄養素がたっぷりと含まれています。



【レシピ提供：健康増進課】

CDO補佐官 鈴木邦和の

第36回

DXのすゝめ



今回は私たちの暮らしをより便利にする技術「VR（仮想現実）」と「AR（拡張現実）」をご紹介します。VRとは、ゴーグルなどを装着することで、まるでその場にいるかのような体験ができるデジタル空間です。一方、ARはスマートフォンなどを通して、現実の風景にデジタル情報を重ねて表示する技術です。こうした「見て、体験できる」技術は、すでにさまざまな現場で活躍しています。

アメリカのスーパーマーケットでは、新人スタッフがゴーグルを装着すると、仮想の店舗に入り込み、セール時の混雑対応や商品の陳列などを、失敗の心配なく何度でも練習できます。また、車の修理工場では、整備士が専用のメガネをかけると、部品の上に修理手順や図面が表示され、若手でもベテラン技術者のような複雑な作業ができるようになり、安全で正確な修理が可能になります。

このようにVR・ARは、経験が少なくてもプロの技をすぐに習得させ、私たちの暮らしを支えるサービスの「質」と「速さ」を向上させています。

文化財

如法寺
大洲市指定史跡および名勝
如法寺所有



如法寺は、富士山（標高319.8m）の中腹に位置する臨済宗妙心寺派の寺院です。もともとは室町時代に当地方の領主であった宇都宮氏によって創建されたもので、一時廃寺となっていました。近世に入り大洲藩2代藩主の加藤泰興が寛文9（1669）年に高僧の盤珪永琢を招いて再興したのが現在の如法寺です。

境内には仏殿（国指定重要文化財）、本堂、庫裏、地藏堂、鐘楼、山門などが建ち並ぶほか、本堂裏には江戸時代中期頃の作庭と考えられる池泉鑑賞式の庭園が残っています。

境内とその周囲一帯は、景勝地としての優れた景観も兼ね備えており、名刹に相応しい静寂で幽玄な雰囲気を残しています。

（昭和31年9月30日指定）