

おかげ
さまです
100周年
西土佐
道県
SHIMANTO RIVER
4月5日[日]
よっておきやく開催します！

No.253
2026

5

広報しまんと

SHIMANTO



道の駅よって西土佐 10周年だよっておきやく開催!

(P28に関連記事)

しまんと
SHIMANTO
四万十市

SHIMANTO CITY
20th
ANNIVERSARY
SHIMANTO RIVER

西土佐
道県
SHIMANTO RIVER

西土佐
道県
SHIMANTO RIVER

「市政懇談会～市長と語ろう～」を開催します！

市政運営方針の共有や、お住まいの地域での課題などをお聞きして可能な限り市政に反映することを目的に、市内全域で「市政懇談会～市長と語ろう～」を開催します。

市政懇談会では、市の目指すべき将来像や重点施策について明記された「第2期四万十市総合計画」の説明および意見交換を行います。

以下の日程で開催しますので、市民の皆さんの積極的なご参加をお待ちしています。

※市長、副市長、管理職(数名)が出席します。

日時	地区名	場所
5月16日(土)14時～16時	大川筋地区	川登生活改善センター
5月25日(月)19時～21時	東中筋地区	JA高知県中村西部事業所
6月1日(月)19時～21時	中筋地区	中筋中学校体育館
6月5日(金)19時～21時	後川地区	JA高知県中村北部事業所
7月6日(月)19時～21時	蕨岡地区	JA高知県中村東部事業所
7月8日(水)19時～21時	具同地区	老人憩いの家
7月13日(月)14時～16時	八束地区	間崎多目的集会所
7月17日(金)19時～21時	東山地区	古津賀ふれあい館
7月24日(金)19時～21時	下田地区	下田小学校体育館
7月27日(月)19時～21時	中村地区	市役所3階303～305会議室
8月5日(水)19時～21時	東富山地区	富山地区集会所
8月7日(金)19時～21時	西富山地区	西富山活性化センター
8月12日(水)19時～21時	口屋内・玖木・奥屋内上・奥屋内下地区	口屋内公民館
8月21日(金)19時～21時	江川崎・西ヶ方、用井地区	西土佐総合支所会議室
8月24日(月)19時～21時	長生・本村・中組・押谷・権谷・半家地区	中組集会所
8月28日(金)19時～21時	津野川・橘・岩間(茅生)・中半・藤ノ川地区	津野川集会所
8月31日(月)19時～21時	津賀・大宮・須崎・藪ヶ市・下家地・中家地地区	大宮生活改善センター

問い合わせ先 市 デジタル・広報課 広報広聴係 ☎(34)1810 FAX(35)0007

空き家相談会を開催します

四万十市では、

・移住者に提供する空き家の確保 ・所有者と不動産事業者とのマッチング

のための官民連携の推進 を目的に、空き家相談会を開催します。

市内に空き家をお持ちで今後の利活用に困っている方は、ぜひご相談ください。

■日時 5月14日(木)9時～11時、14時～16時 ※予約不要

■場所 四万十市役所本庁 1階ロビー

問い合わせ先

特定非営利活動法人 四万十市への移住を支援する会 ☎(35)2357

市 デジタル・広報課 シティプロモーション推進係 ☎(34)1145

市 防災まちづくり課 まちづくり係 ☎(34)8150



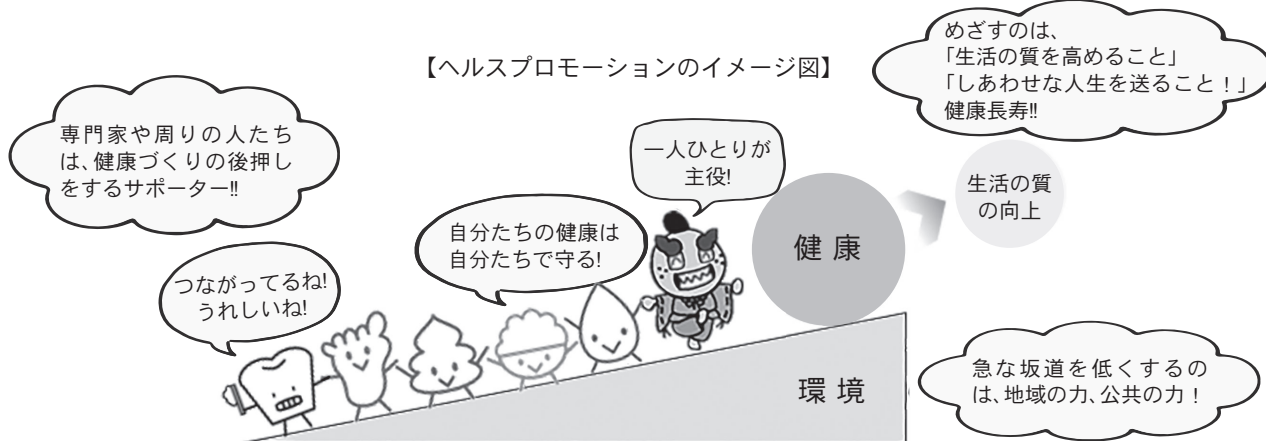
第4期四万十市健康増進計画を策定しました ～健康づくり、できることから始めてみませんか～

『笑顔未来へつなぐ健康なまち「しまんと」』を目指し、市民の皆さんが住み慣れた地域でいきいきと暮らし続けられるよう、「第4期四万十市健康増進計画」を策定しました。

この計画では、子どもから高齢者まで生涯を通じた健康づくりを進めることで、健康で自立して生活できる期間(健康寿命)をのばし、誰もが自分らしく暮らせるまちを目指します。

どの年代でも、忙しい方でも健康づくりが無理なく続けられる環境づくり、地域のつながりや活動、イベントなどを通して自然に健康になれる取り組みなどを地域の方と一緒に進めていきます。

ご自身やご家族、ご近所の皆さんと声かけあって、健康づくり活動を広げていきましょう。



問い合わせ先 市健康推進課 健康増進係 ☎(34) 1115

包括連携協定を締結しました

3月27日、市民の健全な食生活の実現および食の大切さへの理解促進を図ることを目的に、株式会社ドールと「包括連携協定」を締結しました。

この協定は、健康的な食生活の啓発活動や同社の「もったいないフルーツプロジェクト」を通じた教育分野でのSDGsの啓発などの取り組みなどを連携して進めていくもので、バナナやパイナップルをはじめとしたフルーツの生産・販売において、国内外で広く認知されている同社と連携した取り組みにより、本市のプロモーション効果の向上も期待されます。



経済センサス活動調査を実施します

総務省と経済産業省は、令和8年6月1日現在の全国すべての事業所および企業を対象とした「令和8年経済センサス-活動調査」を実施します。5月中旬ごろから、調査員がお伺いしますので、調査へのご理解・ご協力をお願いします。

ご回答いただいた内容は、統計法に定められている利用目的以外に使用することは絶対にありませんので、調査の意義・重要性をご理解いただき、正確な記入をお願いします。

※調査員は必ず調査員証や腕章を身に付けています。

問い合わせ先 市デジタル・広報課 広報広聴係

☎(34) 1810 FAX(35) 0007

経済センサス
活動調査

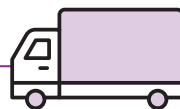
四万十市への移住をバックアップ！

四万十市に5年以上居住する意思のある移住者の方に、各種補助・支援制度を実施しています。
四万十市へ移住された方のほか、これから移住を考えている家族や知人がお近くにいる方は、制度についてぜひお伝えください。

UIJターンで定住される方の引越し費用を補助

四万十市にUIJターンされる方(定住する意思のある方)の引越し荷物の運搬に要する経費を補助します。

- ◆補助対象者 高知県外から転入して1年以内の方
- ◆補助率 引越し費用の1/2以内 ※千円未満を切り捨てた額
- ◆補助上限 10万円



市公式
ホームページ

奨学金返還金を補助

奨学金の貸与を受けて大学等に就学し、現に就労している方に補助金を支給します。

- ◆補助対象者 令和7年4月1日以降に四万十市に転入した35歳未満の方(申請年度末時点)
- ◆補助期間 最長通算60か月
- ◆補助上限 申請年度中に返還した奨学金の額 ※1年度あたり12万円以内



市公式
ホームページ

移住者の家賃を補助

四万十市外からの移住者を対象に、アパートなど本人名義で賃貸借契約を締結した物件の家賃を補助します。

- ◆補助対象者 四万十市外から転入して1年以内の方
- ◆補助期間 補助を開始した月から12か月
- ◆補助率 家賃(勤務先等から支給される住居手当等を差し引いた額)の2分の1以内
- ◆補助上限 1か月あたり1万円
※2人以上の世帯については1万円を加算

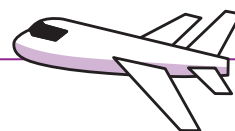


市公式
ホームページ

東京圏からの移住に支援金を支給

東京圏(東京23区の在住者・通勤者)から四万十市に移住して働く方に対して支援金を支給します。
※令和7年度より就業要件(農林水産業、家業、市内企業へ就業する者など)を拡充しました。

- ◆補助対象者 東京圏(東京23区の在住者・通勤者)から四万十市に移住して働く方
※その他に要件があります。
- ◆支援金額 ①単身の移住者 60万円
②2人以上の世帯の移住者 100万円
※①②両方とも、帯同する18歳未満の方1人につき100万円を加算



市公式
ホームページ

移住支援に提供いただける空き家の改修費用を補助します

①耐震リフォーム補助

◆補助金額 上限270万円

※上限を超える分は自己負担。市防災まちづくり課の耐震化補助事業との併用可能

◆補助率 10/10以内 ◆募集件数 3件

◆要件 ・昭和56年5月31日以前に建築された空き家は耐震化が必須
・補助事業完了後10年間はその住宅を移住者以外へ貸し出すことはできません

②小規模改修補助

◆補助金額 上限50万円

※上限を超える分は自己負担

※住宅の主要部分または2部屋以上の改修でない場合は上限25万円

◆補助率 10/10以内 ◆募集件数 15件

◆要件 ・補助事業完了後5年間は改修した住宅を移住者以外に貸し出すことはできません

①②共通

▶補助対象者 移住者用の住宅として提供いただける空き家の所有者(集合住宅は対象外)

▶申込期限 5月29日(金)

▶申込方法 電話で申込受付を行い、後日、申込物件の事前確認を行います。

問い合わせ・申込先 市デジタル・広報課 シティプロモーション推進係 ☎(34) 1145

マイナンバーカードオンライン窓口を開設しました

市役所本庁舎にマイナンバーカードオンライン窓口を開設しました。オンライン窓口では、パソコンモニターを通してオペレーターがマイナンバーカードに関する申請等の手続きをサポートします。ぜひご利用ください。

■開設日時 平日8時30分～17時15分まで(水曜日は19時まで)

※土・日・祝日・年末年始を除く。

■開設場所 市役所本庁舎1階市民・人権課

※利用の際に窓口へお声掛けください。

■オンライン窓口のできること

・マイナンバーカード交付申請(新規申請および10年更新)

※電子証明書の更新手続き(5年更新)は行えません。ただし、カード作成時点で18歳未満の方については、オンライン窓口で手続きが可能です。

・マイナンバーカードと健康保険証の関連付け

・マイナンバーカードの公金受取口座登録

■持参するもの

交付申請 (新規申請および10年更新)	・身分証明書(マイナンバーカード、運転免許証、資格確認書等) ・個人番号カード交付申請書 ※お持ちの方のみ (個人番号カード交付申請書兼電子証明書発行/更新申請書)
健康保険証の関連付け	・マイナンバーカード ※4桁の暗証番号が必要
公金受取口座の登録	・マイナンバーカード ※4桁の暗証番号が必要 ・本人名義の預金通帳



問い合わせ先 市市民・人権課 市民係 ☎(34) 1113 FAX(34) 3302

介護予防調査(基本チェックリスト)にご協力ください

介護予防の推進のために「四万十市基本チェックリスト」と称してアンケート調査を実施します。

回答結果を分析し、「生活機能の低下」がみられた方については、市から結果を通知するほか、市の委託を受けた四万十市社会福祉協議会の職員が個別に訪問し、具体的な聞き取りにより適切な介護予防事業・サービスの案内等を行います。

集計結果は地域の介護予防の取り組みのために活用しますので、調査へのご協力をよろしくお願いいたします。

※介護サービスを利用するための調査ではありません。

■対象者 令和8年度中に、75歳、78歳、80歳になる方(要介護認定を受けた方を除く。)

【対象生年月日】 昭和26年4月1日生～昭和27年3月31日生

昭和23年4月1日生～昭和24年3月31日生

昭和21年4月1日生～昭和22年3月31日生

■調査内容 日常生活の様子や身体機能の状態、栄養状態、外出頻度等25項目

■調査方法 郵送、アンケートフォーム

■調査票発送日 5月15日(金) ■提出期限 6月15日(月)

問い合わせ・提出先 市 高齢者支援課 高齢者福祉係 ☎(34)8066 📠(34)0567

四万十市犯罪被害者等支援条例を施行しました

犯罪被害者等の権利利益の保護や受けた被害の早期回復および被害の軽減のため、四万十市犯罪被害者等支援条例を施行し、あわせて犯罪被害にあわれた方のサポートのための見舞金を創設しました。

■見舞金の対象となる犯罪

日本国内で行われた、人の生命または身体を害する罪に当たる行為

■見舞金の共通要件

犯罪被害を受けた時に四万十市民であった方(遺族見舞金は犯罪被害が発生した時に四万十市民であった遺族の方)

■見舞金の種類・対象となる方

・遺族見舞金【30万円】

犯罪被害者の遺族 ※その他要件有

・重傷病見舞金【10万円】

負傷または疾病であって、療養に要する期間が1か月以上、かつ、通算3日以上入院を要すると医師に診断された方(当該疾病が精神疾患である場合にあっては、療養に要する期間が1か月以上、かつ、通算3日以上労務に服することができない程度であると医師に診断された方)

・性犯罪被害見舞金【10万円】

性犯罪の被害を受けた方

■犯罪被害に関する電話相談 こうち被害者支援センター ☎088(854)7867

問い合わせ・相談先 市 環境生活課 市民生活係 ☎(35)4147



新緑がまぶしい季節となりました。早くも夏を予感させる陽気の日もあり、四季の移ろいの早さを実感しております。

さて、早いもので5月をもって市長就任から1年が経ちます。手探りながらも、日々学びを重ねた1年でした。日々の決裁や会議、国・県への要望活動、そして地域の行事など、できる限り足を運び、精いっぱい努めてまいりました。

先月の3月議会では、私にとって初めてとなる当初予算が成立しました。編成にあたりあらためて痛感したのは、本市の「厳しい財政状況」です。しかし、財源不足を理由に施策を止めるだけでは、まちの未来は描けません。既存の事務事業を見直しながら、四万十市の経済を活性化させるための新たな取り組みも進めてまいります。

3月議会では、物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金の活用について、議員の皆さまから「より丁寧な説明を」とのご意見をいただきました。この場をお借りして、あらためて今回の給付についてご説明申し上げます。

今回の交付金は、国から国民一人あたり一律の額が配分されるものではありません。近隣自治体では一人2万円を給付する事例もございますが、本市の場合、全市民に同額を給付するには、事務費を除いても約6億2千万円が必要となります。しかしながら、国から示された本市の交付限度額は約5億円であり、今回の交付金で同等の現金給付を行うことはできないというのが現実でした。

そのため、限られた財源の中で、生活者支援として「5千円の現金給付」と「水道料金3か月減免」を組み合わせ実施することといたしました。今回水道料金の減免を組み合わせさせた背景には、「生活者支援」とあわせて、地域経済を支える「事業者支援」も行いたいという思いがありました。人口減少に加え、物価高騰の影響を受ける中、市民の皆さまの雇用の場であり、憩いの場でもある地元の事業所や飲食店も厳しい状況が続いています。飲食店や宿泊施設などは観光資源にもなっており、これらが失われることは、本市のさらなる衰退と経済縮小を加速させかねません。十分でないことは重々承知していますが、市として地域経済を支えるお店の事業継続の一助となればとの思いです。

このほか、学校給食費の減免や、医療・介護・福祉施設への支援など、幅広い分野に予算を配分いたしました。限られた財源の中で本市の未来を守るための選択であると、市民の皆さまのご理解を賜れば幸いです。

1月の臨時議会で現金給付分を先行して提案したのは、少しでも早く直接的な支援をお届けするためでしたが、結果として支援の全体像が十分に伝わらず、市民の皆さまにご心配をおかけしたことを深くおわび申し上げますとともに、今後は丁寧な情報発信に努めてまいります。

4月1日から新年度がスタートしました。情報発信の強化、関係人口の拡大に取り組み、四万十市の未来を切り拓くべく、本年度も全力で取り組んでまいります。

市長日誌 3月15日～4月14日

- | | |
|-------|--|
| 3月15日 | こうちこどもファンド活動発表会視察
(高知市) |
| 17日 | しまんと海藻エコインノベーション共創フォーラム～世界最先端の海藻養殖技術でイノベーションを起す研究者による最新研究報告～
(株)大塚商会企業版ふるさと納税防災資器材の寄贈に対する感謝状 贈呈式(黒潮町) |
| 19日 | |
| 20日 | 下田保育所 休所式典 |
| 21日 | 藤岡保育所 休所式典 |
| 24日 | 幡多中央消防組合・環境施設組合議会定例会 |
| 25日 | 四万十市市史編さん推進委員会 |
| 26日 | 四万十市防災会議及び四万十市水防協議会 |
| 27日 | (一社)幡多広域観光協議会社員総会 |
| 29日 | 中村市森林組合 通常総代会 |
| 30日 | (株)ドールとの連携協定締結式
西土佐村森林組合 総代会 |
| 4月1日 | 「流域治水を核とした復興を起点とする持続社会」地域共創拠点との連携協定締結式
(中土佐町) |
| 4日 | 宗教法人蛇王神社 認証記念碑除幕式 |
| 5日 | 大月町観光開き式典 |
| 6日 | 道の駅「よつて西土佐」開業10周年記念イベント |
| 7日 | 春の全国交通安全運動に伴う交通安全メッセージ伝達式 |
| 12日 | (株)ADDIN連携協定締結式
宿毛市観光びらき |

市内事業者等のエネルギー費用の支援をします



エネルギー価格の高騰により影響を受けた市内の事業者に対し、経営の安定化を図ることを目的にエネルギー費用の支援をします。

■対象事業者

市内で事業所または店舗を運営する第2次、第3次事業を営む中小企業者(個人時事業主を含む)

■対象期間

令和8年3月31日時点で完了している直近の会計年度(個人の場合は令和7年1月1日～令和7年12月31日)

■対象経費

電気料金、ガス料金、燃料費

■支援額

1万円～10万円
(対象経費により決定)

■申請期間

5月11日(月)～10月30日(金)

問い合わせ・申請先

＜中村地域＞

中村商工会議所 ☎(34)4333

＜西土佐地域＞

四万十市西土佐商工会 ☎(52)1276

水稻生産者向けに農業用機械の導入・更新費用を支援します



物価高騰対策のため、農業用機械の導入や更新にかかる費用の一部を支援します。

■対象者 ※令和11年作付けで①②を満たす方

①水稻作付面積

10ha以上自作(中村、具同)

5ha以上自作(下田、東山、蕨岡、八束、中筋)

3ha以上自作(上記以外の地区)

②令和7年作付けを基準とする水稻面積の拡大

1ha以上(中村、具同)

0.5ha以上(下田、東山、蕨岡、八束、中筋)

0.3ha以上(上記以外の地区)

■補助対象経費 水稻を生産する上で必要となる農業用機械等

■補助率 補助対象経費の1/2以内

■補助上限額 750万円

■申請期間 5月20日(水)～6月10日(水)

※契約前にご申請ください。契約後に申請した場合は補助金を交付できません。

※予算の執行状況により、期間内に受付を終了する可能性があります。

■申請方法 窓口

問い合わせ・申請先

農林水産課 農業振興係 ☎(34)1117

産業建設課 産業振興係 ☎(52)1113

事業所のLED照明導入費用を支援します



物価高騰対策のため、市内事業者が実施するLED照明の導入に要する費用の一部を支援します。

■対象者 市内に事業所を有する方・法人

※各種申請書類のほか、個人事業者の方は開業届または確定申告書の写し、法人は登記事項証明書の提出が必要となります。

■補助対象事業等

事業所に設置されたLED照明以外の既存照明器具をLED照明に更新すること

■補助対象経費

補助対象のLED照明の購入および設置工事に要する経費

(消費税及び地方消費税額、既存照明器具の処分に要する費用は補助対象外)

■補助率 1/3以内

■補助額

補助下限額:3万3千円 補助上限額:50万円

※国基準(トップランナー基準)を満たすLED照明への更新が対象となります。

※LED照明の設置請負工事業者は市内に事業所等を有する法人または個人事業主に限ります。

■申請期間 5月1日(金)～12月28日(月)

※予算上限に達し次第、受付を終了します。

※令和9年1月29日(金)までに工事および費用の支払いが完了し、実績報告書を提出できることが要件となります。

問い合わせ・申請先

観光商工課 商工・雇用対策係 ☎(34)1126

産業建設課 産業振興係 ☎(52)1113

就任のごあいさつ

副市長 たけだ やすひと 武田安仁



このたび、3月の市議会におきまして、議会のご同意をいただき4月1日付けで副市長を拝命いたしました。大変光栄であるとともに、このような大役を仰せつかり、その責務の重さを痛感しています。

もとより微力ではございますが、これまで四万十市職員として培ってきた経験を活かし、山下市長の補佐役として、「総合計画に掲げる本市の将来像」の実現に向け、職員、市議会の皆さまのご協力をいただきながら、誠心誠意取り組む所存でございます。

市民の皆さまのご指導ご協力を賜りますようお願い申し上げ、就任のごあいさつとさせていただきます。

無料Wi-Fiを整備しました

市民の皆さまの利便性向上のため、市役所本庁1階ロビーにどなたでも無料で利用できるWi-Fi環境を整備しました。市役所での待ち時間の際等にお役立てください。

- 接続情報 庁内接続可能エリアに掲示
- 利用可能時間 8時30分～18時
- 利用手順 初回接続時にメールアドレスの登録が必要です。
※最後に利用してから3か月間経過すると、再度登録が必要になります。

問い合わせ先 市 デジタル・広報課 デジタル化推進係 ☎(34)6128

令和8年度より口座振替済通知書を廃止いたします

市税等を口座振替により納付された方に対し、毎年1月に「口座振替済通知書」を送付しておりましたが、経費削減および省資源化の観点から、令和8年度より廃止させていただきますのでご了承ください。口座振替の結果につきましては、預貯金通帳等によりご確認をお願いします。

■廃止の対象となる市税等

市県民税(普通徴収)、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料

「口座振替済通知書」は、確定申告に添付する必要のある書類ではありません。

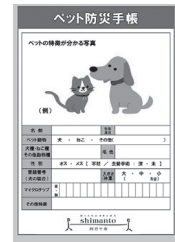
なお、固定資産税・国民健康保険税、後期高齢者医療保険料・介護保険料を必要経費(社会保険控除)として申告する場合は、毎年送付している納税通知書または納入通知書が利用できます。

問い合わせ先 市 税務課 収納対策室 ☎(35)5552
市 住民分室 ☎(52)1112

ペット防災手帳を作成しました!

突然起こりうる災害に備え、市民とペットがともに安全に避難でき、暮らせるよう、日ごろからの心構えや準備物等の参考、また災害が発生した時の対応等をまとめた手帳を作成しました。

ご家族で話し合い、非常持ち出し袋等に入れていつでも持ち出せるようにしてご活用ください。



ペット防災手帳の配布場所

市環境生活課、西土佐保健分室、
狂犬病予防集合同注射接種会場、幡多郡内の動物病院
※市公式ホームページよりダウンロードすることもできます。



市公式
ホームページ

問い合わせ先 市環境生活課 市民生活係 ☎(35)4147

敬老行事の対象者名簿への掲載を希望しない方はご連絡ください

市では、本年度も各地区で行われる敬老行事に対して補助を行います。

敬老行事の主催者である区長等が、各地区の補助金の算定対象者(満75歳以上の方)を把握するために、市から名簿の貸し出しを行います。

名簿は敬老行事に限定して貸し出すものですが、区長等への個人情報の提供を希望しない方は、名簿から除外しますのでご連絡ください。

※昨年度以前に連絡のあった方は令和8年度も除外しますので、連絡は必要ありません。

- 名簿に含まれる個人情報 住所・氏名
- 申出方法 窓口、電話、FAX
- 申出期限 6月30日(火)

問い合わせ・申出先 市高齢者支援課 高齢者福祉係 ☎(34)8066 FAX(34)0567
西土佐保健分室 保健係 ☎(52)1132 FAX(52)1024

5月11日から市役所の電話に通話録音機能を導入します

行政サービスの品質向上および職員に対する不当な圧力の排除を目的として、5月11日より、市役所本庁舎でのすべての発着信について通話録音機能を導入します。

市役所本庁舎へ電話をかけると、通話録音を知らせるアナウンスが流れ、アナウンスが終わり次第通話が可能となります。また、市役所から発信した電話についても、アナウンスは流れませんが通話録音を行いますので、ご了承ください。

ご理解とご協力をよろしくお願いします。

問い合わせ先 市総務課 行政管理係 ☎(34)1804

市民側溝清掃への参加をお願いします

市では、悪臭防止や害虫の発生抑制のため、官民一体となり市民側溝清掃を実施しています。地域の環境美化のため、皆さんの参加をお願いします。

【実施日】 5月10日(日)小雨決行

※雨天の場合5月17日(日)に延期。

17日が雨天の場合は中止。

※雨天延期・中止の判断は実施日前日の午前中に防災行政無線でお知らせします。

○草や木(家庭の植木やせん定木)は収集できません。
ただし、側溝内の草は収集しますので、必ず土砂との分別をお願いします。
○土砂は道路端へ上げてください。

【令和8年度実施地区】

令和8年度の対象地区は、中村・下田・東中筋・中筋地区です。

※具同・東山地区は令和9年度に実施するため、令和8年度は実施対象外となります。

中 村	旧中村町内全域(不破・角崎を除く。)、緑ヶ丘団地、カツラ山団地(四万十ニュータウンを含む。)、丸の内ハイランド
下 田	井沢団地、松ノ山、下田、串江、水戸
東中筋	楠島団地
中 筋	有岡団地、民部の里

無理に側溝蓋を上げて清掃するのではなく、できる範囲での側溝清掃をお願いします。重い蓋を上げる際は、けがをしないよう十分注意して作業を行ってください。

問い合わせ先 市環境生活課 市民生活係 ☎(35)4147

田舎暮らし体験(民泊)の受入家庭を募集しています

田舎暮らし体験とは、受入家庭の家に泊まり、寝食を共にして、地域ならではの生活や自然を体験するものです。四万十市体験型観光受入研究会では、交流人口の拡大や地場産業の振興、地域の活力増進を目的として、修学旅行生を対象とした田舎暮らし体験(民泊)の受け入れを行っており、ご対応いただけるご家庭を募集しています。

都会や海外の学生を受け入れ、生活を共にすることは、皆さまにとっても貴重な体験になります。興味を持たれた方はお問い合わせください。

田舎暮らし体験の受け入れを行いました

3月1日～3日の期間で、東京都私立学校から144名の受け入れを行いました。

沈下橋をはじめとした四万十川散策のほか、受入家庭での農業体験など、普段の学校生活では体感することのできない四万十の自然を楽しみ、すてきな思い出になったようでした。



問い合わせ先 四万十市体験型観光受入研究会(事務局)市観光商工課 ☎(34)1783

軽自動車税の納期限は6月1日です！

軽自動車税は、毎年4月1日現在の所有者に課税されます。4月2日以降に廃車・名義変更をしても、4月1日現在の所有者に全額納めていただきます。

納税通知書は5月初旬に発送します。領収書部分(納付者控)の納税証明書は、車検の際に必要な場合があります。大切に保管してください。

障害者に対する減免

障害のある方1名に対して1台(普通自動車を含む。)のみ減免を行います。前年度に減免を受けた方も、障害者手帳や車両等に変更があった場合は再度申請が必要です。

◆対象

原則、障害者本人が所有(名義登録)する軽自動車等

※精神障害、知的障害、18歳未満の身体障害の方は、生計を一にする方が所有する軽自動車等も対象。

障害の区分や車両の使用状況等によっては、減免の対象とならない場合があります。

◆申請期間 5月25日(月)まで

◆申請に必要な物

身体障害者手帳等、納税通知書、自動車検査証、運転する方の運転免許証、納税義務者の本人確認書類(マイナンバーカード等)

※代理人が申請する場合は、委任状、代理人の本人確認書類(運転免許証等)も必要

問い合わせ・申請先 本庁 税務課 市民税係 ☎(34) 1112 FAX(34) 8180
支所 西土佐住民分室 ☎(52) 1112

県からのお知らせ(自動車税)

自動車税(種別割)の納期限は6月1日(月)です。銀行、郵便局、農協などお近くの金融機関やコンビニエンスストア、県税事務所窓口で納付でき、PayPay、eL-QRなどでの納付が可能です。詳細は、納税通知書の裏面をご覧ください。

また、身体障害者等の減免手続き期限も6月1日(月)までとなっています。

問い合わせ先 高知県幡多県税事務所 ☎(35) 5974

5月初旬に固定資産税の納税通知書を発送します

固定資産税は1月1日時点の土地、家屋、償却資産の所有者に対して課税される税金です。課税内容に疑問がある場合はお問い合わせください。

令和8年度固定資産税の納期

納期	第1期	6月1日まで
	第2期	7月31日まで
	第3期	9月30日まで
	第4期	12月25日まで



固定資産税の概要はこちら

問い合わせ先

本庁 税務課 資産税係 ☎(35) 4428

支所 西土佐住民分室 ☎(52) 1112

しまんと情報掲示板

今月は

固定資産税 1期分

軽自動車税 の納付月です

広報しまんとに関するアンケートへのご協力をお願いします

よりよい広報誌づくりのため、皆さまのご意見をお聞かせください。

市公式ホームページのアンケートフォームから回答をお願いします。本庁舎1階ロビーおよび西土佐総合支所にもアンケート用紙と回収箱を設置しています。

問い合わせ先

本庁 デジタル・広報課 広報広聴係

☎(34) 1810 FAX(35) 0007



市公式
ホーム
ページ

防衛省令和8年度自衛官募集案内

2等陸海空士

- ▶受付期限 5月20日(水)
- ▶試験日 Web試験
5月23(土)～25日(月)
口述試験・身体検査
5月31日(日)

一般曹候補生

- ▶受付期限 5月7日(木)
- ▶試験日 一次試験(Web試験)
5月16日(土)～18日(月)

共通

- ▶受験資格
令和9年4月1日時点で18歳以上33歳未満の方
- ▶初任給(月額)
高卒239,500円、大卒257,200円

問い合わせ先

自衛隊四万十地域事務所
☎(35) 3096



ホームページ

四万十市成人式(中村地域) 実行委員会新成人委員募集

第22回四万十市成人式(中村地域)の企画・運営を行う実行委員会の新成人委員を募集します。実行委員会では、イベント企画や記念品の選定などを月に1回程度話し合います。成人式を自分たちで作り上げて、一生に一度の思い出に残るものにししましょう。

▶募集対象

第22回四万十市成人式参加対象者
(平成18年4月2日から平成19年4月1日生)

▶募集人数 若干名

▶申込期限 6月30日(火)

▶申込方法 申込フォーム、電話

問い合わせ先

☎生涯学習課 社会教育振興係
☎(34) 7311



市公式
ホームページ

ご家庭の古文書を読んでみませんか？ ～市史編さん「古文書講座」参加者募集～

「家に古い文書があるけれど、何が書いてあるかわからない…」そんな経験はありませんか？今回の講座では、ご家庭や地域に残る「くずし字」の古文書をご自身で少しずつ読み解けるようになることを目指します。市史編さん事業で実際に扱っている資料なども交えながら、文字の基礎から丁寧に解説します。歴史の生きた記録に直接触れ、身近な歴史を再発見してみませんか？

- ▶日時(全5回) ①5月16日(土)②6月6日(土)
③7月4日(土)④8月1日(土)⑤9月5日(土)
13時～15時 ※6月6日のみ14時～16時
- ▶場所 市立武道館会議室
- ▶対象者 市内在住または市内に勤務する方
- ▶定員 15名
- ▶講師 渡部淳(高知城歴史博物館)
- ▶申込期間 5月1日(金)～
- ▶申込方法 電話

問い合わせ・申込先

☎生涯学習課 市史編さん室
☎(34) 7312 ☎(35) 4260



中国出身の国際交流員が 中国農村についての講座を開催します

中国出身の国際交流員が、自身の故郷・江西省の農村での、祖父母世代・父母世代・自分世代の三世代の人生模様を全3回で紹介します。

第1回は、激動の時代を生き抜いた「祖父母世代」の暮らしやエピソードなどをわかりやすく紹介します。

気楽に中国文化や歴史に触れてみませんか？ぜひご参加ください。

- ▶日時 5月30日(土) 10時～11時30分
- ▶会場 市役所3階防災対策室
- ▶定員 先着24名 ▶参加費 無料
- ▶申込期間 5月18日(月)～22日(金)
- ▶申込方法 電話、申込フォーム

問い合わせ・申込先

☎デジタル・広報課 広報広聴係
☎(34) 1810



申込フォーム

四万十シルバー教室講座生募集

- ▶開講期間 6月～令和9年2月(全9回) ▶対象者 市内在住の50歳以上の方
▶開催講座(複数講座受講可)

講座名	講師名	学習日等
家庭園芸	木山 徹	第3月曜日13時30分～15時30分 しまんとびあ 定員30名 ※実技の用具は各自が用意
水彩画	野村 ナナミ	第2月曜日13時30分～15時30分 しまんとびあ 定員30名 ※用具は各自が用意
詩吟	山口 禮子	第2水曜日13時30分～15時30分 市立武道館 定員15名
生け花	中屋 仙紫	第2火曜日9時30分～11時30分 しまんとびあ 定員26名 ※花代実費が必要
書道	柿葉 梢風	第3水曜日13時30分～15時30分 市立武道館 定員40名 ※用具は各自が用意
民謡	福田 清子	第2木曜日9時30分～11時30分 しまんとびあ 定員40名 ※ダンスシューズは各自で用意
太極舞 (タイチーダンス)	柿葉 祐菜	第3月曜日9時30分～11時30分 しまんとびあ 定員30名

※申込多数の場合は初めての方を優先し、抽選により決定します。抽選に外れた方には5月22日(金)までにご連絡します。
※申込人数が少ない場合は開講できない場合があります。
※講座日が変更になる場合があります。

- ▶申込方法 窓口・電話 ▶申込期間 5月11日(月)～20日(水)
※一人3講座まで(定員に余裕があればその他講座も受講可能)

問い合わせ・申込先 市生涯学習課 社会教育振興係 ☎(34)7311

かわらっこ村まつり2026

- ▶日時 5月24日(日)10時～15時 ※少雨決行
▶場所 四万十カヌーとキャンプの里かわらっこ
(田出ノ川24)
▶内容(予定)
メガサップレース、カヌー・サップ体験、草木染体験、ドローン体験、親子木工体験、モルック体験、ミニ石積体験、間六口さん爆笑ステージ、幡多無人、チームを作って「釘早打ち競争」、キャンピングカー展示、バルーンアート、お菓子拾い(中学生以下対象)、地域の食コーナー 等

メガサップレース ※事前申込必要

最大7人乗りの大型サップ(スタンドアップパドルボード)6名1組でチームを組み、勝間沈下橋からかわらっこまでの約3キロを下り、順位を競うレースです。

問い合わせ・申込先

かわらっこ事務局
☎(31)8400



かわらっこ
ホームページ

幸徳秋水研究会

秋水の時代の文学

- ▶日時 5月10日(日)13時30分～15時
▶場所 しまんとびあ ミーティングルーム4

戦争遺跡 — 土佐清水市の旧海軍「震洋」特攻基地 について

- ▶日時 6月14日(日)13時30分～15時
▶場所 しまんとびあ ミーティングルーム4

問い合わせ先

幸徳秋水を顕彰する会(田中)
☎090-6827-9129

スポーツ吹矢教室

スポーツ吹矢は、5～10m離れた円形の的に息を使って矢を放ち、得点を競うスポーツです。年齢を問わず楽しめますので、ぜひご参加ください。

- ▶日時 5月31日(日)、6月7日(日)、14日(日)
10時～12時 全3回
- ▶会場 市民スポーツセンター 武道場
- ▶対象 小学生以上
- ▶定員 先着10名
- ▶参加料 1,000円
- ▶指導 日本スポーツウェルネス吹矢協会
公認指導員 和田 浩一氏
- ▶持ち物 室内シューズ
- ▶申込期間 5月1日(金)～20日(水)
- ▶申込方法 電話、窓口

問い合わせ・申込先

(公財)四万十市スポーツ協会
市民スポーツセンター内
☎(34)2071

モルック大会

モルックは、棒状の木製を投げて12本のピンを倒し、設定された点数に近づけるスポーツです。ルール講習も行いますので、初心者の方もぜひご参加ください。

- ▶日時 5月30日(土)9時～12時
受付8時～8時50分(ルール講習8時30分～)
- ▶会場 安並運動公園(武道館側)
- ▶対象者 全年齢
※小学生以下のみの場合は保護者同伴
- ▶チーム人 1チーム2～4名
- ▶参加料 無料
- ▶持ち物 飲み物
- ▶申込期間 5月7日(木)～22日(金)
- ▶申込方法 電話、申込フォーム

問い合わせ・申込先

市生涯学習課 スポーツ振興係
☎(34)0750



申込フォーム

市民病院ニュース かけはし

不安や困りごとは地域連携室へご相談ください

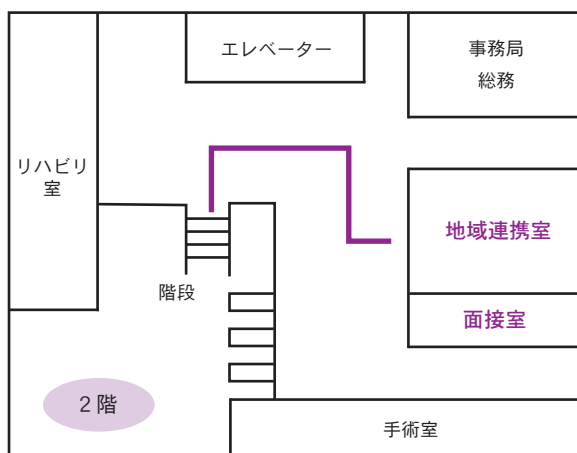
当院には、相談窓口として2階に地域連携室を設置しており、現在は、看護師(室長)1名と、医療ソーシャルワーカー2名が所属し、さまざまにご相談を受け付けています。

外来・入院にかかわらず、患者さんの不安や困りごとについて、同じ方向を向いて連携をし、一緒に解決ができるように支援を行っていますので、入院や病院の受診などについて、どんなことでもぜひご相談ください。

■相談受付時間 平日8時30分～17時15分

- 相談例 ・退院後の生活が不安 ・在宅医療や介護のことについて詳しく知りたい
- ・治療費の支払いが心配 ・医療行為が必要な方のレスパイト入院について

問い合わせ先 市民病院 地域連携室 ☎(34)2126





子育て応援ひろば



子育て応援ひろば
ホームページ



イベントについての問い合わせ・申込先は子育て応援ひろばホームページをご確認ください。

● 妊娠中 ● 乳児 ● 未就学児 ● 小学生以上 □ 申込要 ● 参加費要

月日	時間	対象	イベント名	場所	備考
5月1日(金)	11:00~11:20	● ● ●	ぴよっこタイム	ぴよっこ	
5月8日(金)	9:30~11:30		ピアサポーター相談	ほっほ	
	11:00~11:20	● ● ●	ぴよっこタイム	ぴよっこ	
5月11日(月)	9:30~11:30		ピアサポーター相談	ほっほ	
	個別通知		3歳児健診	旧東中筋中学校	
5月12日(火)	個別通知		3か月児・7か月児・10か月児健診	旧東中筋中学校	
5月13日(水)	個別通知		1歳9か月児健診	旧東中筋中学校	
5月14日(木)	10:00~11:00	● ● ●	親子ヨガ	ほっほ	
	10:00~11:30	●	妊婦教室	ほっほ	□
5月15日(金)	11:00~11:20	● ● ●	ぴよっこタイム	ぴよっこ	
5月18日(月)	14:00~15:30		産後ケア相談	ほっほ	□
5月20日(水)	10:00~10:10	● ● ●	絵本の読み聞かせ	ぴよっこ	
	10:30~11:30	● ● ●	ピヨピヨアート(足形製作)	ぴよっこ	
5月21日(木)	9:30~11:30		ピアサポーター相談	ほっほ	
5月22日(金)	10:00~11:00	● ● ●	ほっほの広場(子育て講座)	ほっほ	
	11:00~11:20	● ● ●	ぴよっこタイム	ぴよっこ	
5月24日(日)	15:00~17:30		うしろがわkids子ども食堂	岩田132-1	□ ●
5月25日(月)	13:30~14:30	● ● ●	乳幼児相談	ほっほ	
5月26日(火)	9:30~11:30		ピアサポーター相談	ほっほ	
5月28日(木)	10:00~11:30	● ●	作って遊ぼう	ほっほ	
5月29日(金)	10:00~11:00	● ● ●	バランスボール講座	ぴよっこ	□
	10:00~11:30	● ●	ほっほで遊ぼう	ほっほ	

保育所休所式典が行われました

令和7年度末をもって蕨岡保育所、下田保育所、大用保育所が休所となることを受け、3月下旬に各保育所において保護者や地域の方を中心に休所式典が行われました。

式当日は、多くの方が参加される中、園児の歌や踊り、スライドショーの上映、関係する方々の出し物など保育所ごとに趣向を凝らした式典が催されました。

式典の最後は、園庭でもち投げを行い、多くの方が笑顔で保育所の休所を見届けることができました。



蕨岡保育所



下田保育所



大用保育所

問い合わせ先 □ 子育て支援課 保育係 ☎(34) 1780

このページの問い合わせ先 □ 子育て支援課 こども企画係 ☎(34) 9007

ひとり親家庭医療費助成制度のお知らせ

ひとり親家庭医療費助成制度とは、18歳まで(※18歳になった日以後の最初の3月31日まで)の子どもがいるひとり親家庭や、両親のいない子どもなどの医療費のうち、保険診療分の一部負担金(高額療養費・付加給付額は除く。)を市が助成する制度です。対象は所得税が非課税の世帯(※)で、申請した翌月から助成します。

※本制度では、一部の扶養控除の上乗せを適用して判定をおこなうため、現行の税制度で所得税が課税されている世帯でも対象となる場合があります。

5月はひとり親家庭医療費受給資格の更新月です

該当者は次の要領で手続きを行ってください。

■申請期間 5月7日(木)~29日(金) ※土・日を除く。

■持参する物

①保険情報が分かるもの

(マイナ保険証(保険証利用登録をしたマイナンバーカード)、資格確認書 他)

②印鑑 ③マイナンバーカード等

問い合わせ先 子育て支援課 支援係 ☎(34) 1801 FAX(34) 9003
西土佐保健分室 ☎(52) 1132 FAX(52) 1024



地域の子育てを支える 「ファミサポ援助会員」になりませんか？



ファミサポは、短時間のお預かり、保育所や習いごとなどへの送迎等、子育てでお困りの「依頼会員」の方に、地域の方が「援助会員」として手助けを行う有償ボランティア制度です。

今回開催する講習会は、援助会員を目指す方や子育てに関する知識を増やしたい方にご参加いただけます。興味がある方は電話またはメール、公式LINEにてお申し込みください。

■内容 「子どものケア・事故防止と安全対策」「子どもの発達と病気」

「子どもの栄養と食生活」「児童虐待と社会的養護」 など

■日程 5月30日(土)午前、6月6日(土)午後、6月12日(金)午後、
6月26日(金)午前

※日程の詳細は決定次第公式ホームページやInstagramでお知らせします。

■定員 15名程度

■託児 お申し込み時にご相談ください。

■申込期限 各日程の10日前までをお願いします。

■申込方法 お電話、メール、LINE



問い合わせ先

しまんとファミリーサポートセンター

☎(34) 8310 9時~20時(日・月・祝日はお休み)

✉ famisapo@smile-hataikko.jp



LINE



しまんと健康ひろば

1年に1度は健診を～健康は自分で～

保健カレンダー 5月

月日(曜)	時間	事業名	該当地区	場所	
5月	11日(月)	個別通知	胸部レントゲン(結核・肺がん検診)	八束地区	地区巡回
	15日(金)	個別通知	胸部レントゲン(結核・肺がん検診)	大川筋・蕨岡地区	地区巡回
	18日(月)	個別通知	胸部レントゲン(結核・肺がん検診)	東山地区	地区巡回
	21日(木)	9:30~11:00	ひまわり健診・前立腺がん検診・	大宮下・大宮中・大宮上	大宮小学校体育館
		13:30~14:30	大腸がん検診	藪ヶ市・須崎	須崎小学校体育館
	25日(月)	個別通知	胸部レントゲン(結核・肺がん検診)	西土佐地域の一部	地区巡回
	28日(木)	8:30~11:00	特定健診・前立腺がん検診・	東中筋地区	東中筋中学校体育館
		13:30~15:00	大腸がん検診	中筋地区	中筋中学校体育館
8:30~10:00		胃がん(バリウム)検診	東中筋・中筋地区	東中筋中学校体育館	
29日(金)	個別通知	胸部レントゲン(結核・肺がん検診)	富山地区	地区巡回	
6月	1日(月)	個別通知	胸部レントゲン(結核・肺がん検診)	西土佐地域の一部	地区巡回
	2日(火)	8:30~11:00, 13:30~15:00	特定健診・前立腺がん検診・大腸がん検診	具同地区	具同体育センター
		8:30~10:00	胃がん(バリウム)検診		
	3日(水)	9:00~11:00, 13:30~15:00	特定健診・前立腺がん検診・大腸がん検診	具同地区	具同体育センター
	4日(木)	9:30~10:30	ひまわり健診・前立腺がん検診・	押谷・権谷	旧権谷小学校体育館
		13:30~14:30	大腸がん検診	半家・本村・中組	本村小学校体育館
8日(月)	個別通知	胸部レントゲン(結核・肺がん検診)	西土佐地域の一部	地区巡回	

※5月10日までの計画については、広報4月号P24に掲載しています。

各種がん検診・健康診査の受診を希望する方へ

市が実施する各種がん検診・健康診査の受診には事前申込が必要です。「四万十市けんしん予約サイト」または☎健康推進課、☎西土佐保健分室でお申し込みください。

問い合わせ・申込先

☎健康推進課 ☎(34) 1115

☎西土佐保健分室 ☎(52) 1132



各種がん検診



特定健診



四万十市けんしん予約サイト

不正大麻・けし撲滅運動を実施します

高知県では、令和8年4月15日から7月31日まで不正大麻・けし撲滅運動を実施します。けしの中には、法律で栽培が禁止されているものがあります。

栽培してはいけないけしの主な特徴

- ・葉、茎、つぼみにほとんど毛が無い
- ・葉が茎から直接生え、その付け根は葉を巻き込んでいる

ご相談は最寄りの福祉保健所または☎薬務衛生課までお問い合わせください。

☎問い合わせ先 幡多福祉保健所 衛生環境課 ☎(35)5982

☎薬務衛生課 ☎088(823)9682



5月31日は世界禁煙デー、5月31日～6月6日は禁煙週間です

たばこは、脳卒中、心臓病、肺の病気、歯周病、がんなどさまざま病気の原因になります。また、家族や周囲の人への健康にも悪い影響を及ぼします。

市の調査では、四万十市の喫煙者は17.9%、特に20～40代男性の喫煙率が高いことが分かっています。一方で、受動喫煙を防ぐことを意識している人は63.2%と増加しており、分煙の意識が広まっていることも分かりました。

自分のからだと家族や大切な人を守るために、この機会に、禁煙を始めてみませんか。

禁煙を続けるポイント

- ①家族や友人に禁煙を宣言する
- ②吸いたくなったら、ガムをかむ、お茶や水を飲む、深呼吸をする、外を歩くなど、気分を切り替える。
- ③禁煙外来の利用も効果的です



市公式
ホームページ

問い合わせ先 市健康推進課 健康増進係 ☎(34)1115

5月17日は「世界高血圧デー」です！

高血圧は、自覚症状が少ないまま進むことがあり、放置すると脳卒中や心臓病などの大きな病気につながるおそれがあります。早期発見には、家庭で血圧を測って記録することが大切です。ぜひ家庭での血圧測定を毎日の習慣にして、高血圧の早期発見につなげましょう！

家庭での血圧測定のポイント

- ・朝と夜に測定しましょう
朝→起床後1時間以内、朝食前、薬を飲む前
夜→寝る前
- ・測る前は、トイレを済ませ、イスに座って1～2分ほど安静にしましょう。
- ・腕帯は心臓と同じ高さにして測りましょう。
- ・週に5日以上を目安に記録し、受診の際にかかりつけ医に見せましょう。

高血圧の目安

診察室で測る血圧：上の血圧(収縮期)140mmHg以上、下の血圧(拡張期)90mmHg以上
家庭で測る血圧：上の血圧(収縮期)135mmHg以上、下の血圧(拡張期)85mmHg以上

毎日の血圧のチェックを
健康づくりに役立てましょう！



市では家庭での血圧管理を応援するため、血圧手帳の配布や血圧計の貸し出し、また、**本庁・支所**に自由で使用できる血圧計の設置などを行っています。ぜひご利用ください。

問い合わせ先 **本庁**健康推進課 健康増進係 ☎(34)1115

支所西土佐保健分室 保健係 ☎(52)1132

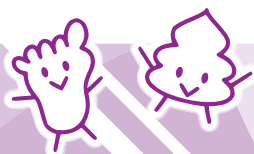
ほねしる教室を開催します

みんなで楽しく骨粗鬆症について勉強し、運動する教室です。ぜひご参加ください。

- ▶日時 5月9日(土)13時30分～15時30分 ▶場所 しまんとぴあ りぐるホール
- ▶講師 吉井クリニック 吉井 一郎院長(日本骨粗鬆症学会認定医)
※模擬骨粗鬆症検診も行います。
- ▶参加費 無料 ▶申込方法 電話、メール ※氏名、住所、連絡先をお知らせください。

問い合わせ・申込先 幡多ふるさとの会(事務局 吉井クリニック) ☎(34)5005

✉hata.furusato@gmail.com



銃砲刀剣類登録審査会

銃砲刀剣類所持等取締法に基づき、美術品もしくは骨董品として価値のある火なわ式銃砲などの古式銃砲、または美術品として価値のある刀剣類を登録するための審査会を実施します。

※詳細な手続きや会場等についてはお問い合わせください。

- ▶日時 毎月第2火曜日13時30分～16時(受付15時30分まで) ※8月のみ12日(水)実施
 - ▶場所 県庁本庁舎または西庁舎内会議室(高知市丸ノ内)
 - ▶審査時に必要なもの
 - ・審査を受けようとする銃砲刀剣類
 - ・警察署で交付を受けた発見届出済証
 - ・登録申請手数料(1件6,300円)
- ※登録申請手数料は登録できなくても必要

問い合わせ先 高知県歴史文化財課 銃砲刀剣類担当 ☎ 088(823)9088 FAX 088(823)9063

6月1日は「人権擁護委員の日」

現在、県内に約170名の人権擁護委員が配置されており、人権啓発活動や人権問題に関する相談を受けています。無料・秘密厳守で対応しますので、一人で悩まずお気軽にご相談ください。人権擁護委員の日にあわせ、「全国一斉特設人権相談所」を開設します。

全国共通人権相談ダイヤル

みんなの人権110番

法務局では、全国统一電話番号による人権相談を受け付けています。

☎0570(003)110(ナビダイヤル)

8時30分～17時15分(平日)

※一部のIP電話からは利用できない場合があります。

くらしの悩みごと相談所

弁護士資格を有する人権擁護委員による無料相談所を開設します。(要事前申込)

▶開設日時 6月3日(水)10時～16時
※12時～13時を除く。

▶場所 高知よさこい咲都合同庁舎8階
(高知市栄田町2-2-10)

▶申込期限 6月1日(月)12時

高知地方法務局四万十支局でも、平日に相談を受け付けています。
(毎週火・木曜日は人権擁護委員も対応) ☎(34)1600

問い合わせ・申込先 高知地方法務局 人権擁護課 ☎088(822)3503

定期相談所

	日時	場所	相談内容	問い合わせ先
行政相談所	5月20日(水) 13時～16時	社会福祉センター	国や県、市の仕事に対する苦情や要望 《相談委員》小松 一幸 平石 真理子	本庁 総務課 ☎(35)1804 支所 地域企画課 ☎(52)1111
	6月1日(月) 9時～12時	西土佐ふれあいホール	《相談委員》中平 晋祐	
特設人権相談所	6月1日(月) 9時～12時	西土佐ふれあいホール	金銭・相続・借地借家・結婚・離婚・セクハラ・DV・いじめ・児童虐待など 人権に関する問題(無料・秘密厳守)	高知地方法務局 四万十支局 ☎(34)1600 FAX(34)1601
	6月3日(水) 13時～16時	中筋老人憩の家		

図書館だより

令和8年

5
May

開館時間 (本館) 9:00~19:00
(分館) 10:00~18:00

新着おすすめ8+8

浅草観音裏小路	坂井 希久子
英語を話せる人が頭のなかでしていること	光藤 京子
がん専門医妻の進行がんと向き合う	寺下 聡 他
ギアをあげて、風を鳴らして	平石 さなぎ
言問ラプソディ	小野寺 史宜
友だち以上恋人未満の人工知能	川原 繁人
涯しない影に	赤川 次郎
捕食	清水 将裕

一般書

新着図書(365冊)

怪盗レッド 29	秋木 真
自他の境界線を育てる	鴻巣 麻里香
資本主義を半分捨てる	青木 真兵
せんせいはかいじゅうなの?	塚本 やすし
そうっとそうっと	田中 友佳子
はるみ〜つけた!	さいとう あかり
秘密のフリンドル・ファイル	アンドリュー・クレメンツ
プリンセス・スノウとはるのおくりもの	北岸 由美

児童書／えほん

★休館日の案内★

5月29日(金) 館内整理日

★バリアフリー映画上映会★

『PLAN75』

・日時 5月16日(土) 13時30分(開場13時15分)

・場所 市役所3階防災対策室

・参加費 無料

・定員 25名程度

・申込 不要

※詳しくは窓口または電話でお問い合わせください。ホームページでも最新情報を確認できます。

★相互貸借サービスを利用しませんか?★

当館に所蔵のない本を他の図書館から取り寄せることができます。その場合は返却ポストには入れず、カウンターのスタッフにお渡しください。(当館で借りた本を直接オーテ

ピアに返却することはありません。)

なお、市内在住・在学・在勤で延滞資料のない方が対象となります。

直接オーテピアから借りた本を当館にて返却することも

できます。その場合は返却ポストには入れず、カウンターの

スタッフにお渡しください。(当館で借りた本を直接オーテ

ピアに返却することはありません。)

問い合わせ先 市立図書館 ☎(35)2923

募集

教室・講座

催し

スポーツ

健康・福祉

その他・相談

しまんとぴあだより

令和8年
5月

しまんとぴあボランティア講座 イベント制作基礎講座

日時 ①6月6日(土) 10時~11時30分、13時~15時

②7月4日(土) 13時~15時

場所 しまんと ミーティングルーム2

内容

- ①「なぜやるのか?」を言語化する企画術
「失敗しないための制作・運営のリアル」
- ②「想いを「カタチ」に。心でつくる、イベントの始め方」

講師

- ①(株)ケイミックスパブリックビジネス文化事業
企画室副室長 菱川 浩二氏
- ②新来島高知重工ホール(県民文化ホール)
副館長 濱口 友章氏

定員 先着20名 ※要事前申込

参加費 無料

ダネル弦楽四重奏団

日時 6月17日(水) 18時30分開演

場所 しまんとぴあ しまんとホール

料金【全席指定・税込】

一般 3,500円

友の会プレミアム3,150円

高校生以下2,000円

※未就学児入場不可



©Marco Borggreve

5月30日(土)「大人も子どもも楽しめる普段着のコンサート」のチケット好評発売中!



しまんとぴあ
ホームページ

問い合わせ先 しまんとぴあ ☎(34) 1133

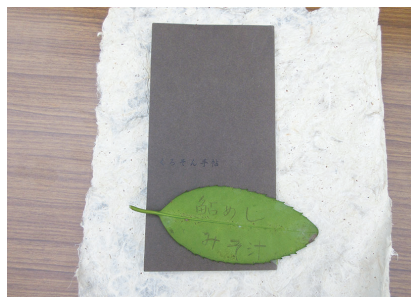
くろそん手帖手描き散歩ツアーが開催されました

肌寒い3月黒尊川流域で「くろそん手帖手描きさんぽツアー」が開催され、集落支援員としてお手伝いをしました。今回は市内外より中学生から80代までさまざまな方の参加があり、自生するミツマタを使った和紙づくりと、自分で発見した地域の魅力を描き込む「くろそん手帖」を活用したオリジナルマップの作成に挑戦しました。

イベントは約1時間かけてミツマタを木で叩いて繊維を柔らかくする作業から始まり、黒尊川流域に木で叩く心地よいリズムカルな音が響きました。その後、型枠に繊維を水に溶かしたものを流し、水気を切ると手作り和紙が完成しました。その後の昼食では、黒尊川で獲れた鮎がたくさん入った鮎飯などをふるまい、参加者の皆さんに楽しんでいただきました。

イベントを通じて参加者からは、「紙漉きを体験できる場所はあるけれど、紙が木の皮を叩いてできるなんて知らなかった。」「昔の人は木の枝から紙を作ろうなんてどうして考えたのかな」と、驚きと発見の声をいただきました。これからも地域にある知恵や文化、自然環境を流域の方も一緒に楽しみながら次世代に繋いでいけたらと思います。

集落支援員(黒尊川流域担当) 須山 美樹



四万十市の出来事を写真でお届けします! -SHIMANTO CITY PHOTOS-

道の駅よって西土佐10周年記念イベント実施!

4月5日、道の駅よって西土佐オープン10周年を記念したイベントが実施され、地域内外より多くの方にご来場いただきました。

当日は、西土佐のみり太鼓の演奏から始まり、山間米の新酒ふるまいや景品をかけたじゃんけん大会、幡多舞人による演舞、ガンリキ佐橋大輔氏によるものまねライブ、う〜み氏によるライブ、地元洋菓子店によるケーキのふるまいなど、多くの催しが行われ、会場は大盛況となりました。

また、催し以外に地元グルメや他県の道の駅の出店もあり、来場者に多彩な食を楽しんでいただくことができました。

ご来場いただいた多くの方々には、道の駅よって西土佐の魅力に触れ、楽しんでいただくとともに、イベントを満喫していただきました。今後も道の駅よって西土佐では、地域ならではのイベント等を進めて行く予定です。





当直医



※当番については変更になる場合がありますので、各医療機関へ事前に電話でお問い合わせください。

4月26日(日)	木俵病院	☎(34)1211
29日(水)	小原外科胃腸科	☎(35)0108
5月3日(日)	市民病院	☎(34)2126
4日(月)	佐々木整形外科	☎(34)7177
5日(火)	幡多クリニック	☎(34)6211
6日(水)	大野内科	☎(37)5281
10日(日)	竹本病院	☎(35)4151
17日(日)	市民病院	☎(34)2126
24日(日)	木俵病院	☎(34)1211
31日(日)	中村病院	☎(34)3177
6月7日(日)	市民病院	☎(34)2126
14日(日)	吉井クリニック	☎(34)5005

人のうごき ~ 3月末日現在~ ()内は、前月との差

総人口	30,629人 (△192)	転入	230人
男	14,518人 (△97)	転出	395人
女	16,111人 (△95)	出生	12人
世帯数	16,229世帯 (△40)	死亡	39人

5月実施の統計調査

調査名	該当地区
①令和8年経済センサス活動状況調査	市内全域
②労働力調査	中村大橋通4丁目 中村丸の内(丸ノ内ハイランド) 四万十市西土佐江川

問① 市 デジタル・広報課 広聴広聴係 ☎(34)1810
問② 県 統計分析課 ☎088(823)9344

有料広告 掲載スペース

広報しまんと(令和9年4月号まで)の有料広告掲載については、(有)せいぶ印刷工房までご連絡ください。☎(37)2000

日直指定水道業者



●水道料金は口座振替で●

4月25日(土)	㈲平野水道	☎(35)2316
26日(日)	㈱森下住宅設備	☎(34)4855
29日(水)	㈱中村住設	☎(34)3621
5月2日(土)	㈲大杉設備工業	☎(34)2324
3日(日)	㈲福永工業	☎(35)5996
4日(月)	㈲夕部設備	☎(34)8651
5日(火)	㈱奥宮工業	☎(37)5151
6日(水)	㈲大同設備	☎(35)4879
9日(土)	㈲山下建設	☎(33)0653
10日(日)	豚座建設㈱	☎(34)6031
16日(土)	㈲平野水道	☎(35)2316
17日(日)	㈱森下住宅設備	☎(34)4855
23日(土)	㈱中村住設	☎(34)3621
24日(日)	㈲大杉設備工業	☎(34)2324
30日(土)	㈲福永工業	☎(35)5996
31日(日)	㈲夕部設備	☎(34)8651
6月6日(土)	㈱奥宮工業	☎(37)5151
7日(日)	㈲大同設備	☎(35)4879
13日(土)	㈲山下建設	☎(33)0653
14日(日)	豚座建設㈱	☎(34)6031

水道の使用を開始・中止するときは…

引っ越しなどで水道の使用を開始、中止または使用者の名義を変更するときは、事前に下記までご連絡をお願いします。

問い合わせ・連絡先 上下水道課 ☎(34)1711
産業建設課 ☎(52)1114

「広報しまんと」6月号は
5月27日(水)発送予定です



高知県の情報
ポータルサイト



「広報しまんと」
スマートフォンで配信中!

