

四万十

1

No.105



市役所を訪れた枚方市民ツアーの皆さん

枚方市・四万十市友好都市提携40周年

11月24日から26日までの3日間、大阪府枚方市より友好都市を訪問する市民ツアーの御一行32名が本市を訪れました。

枚方市と四万十市(旧中村市)は、昭和49年4月に「友好都市提携」を行って以来、文化・産業・教育・スポーツなどあらゆる面で友好交流を深めてきました。

今年は「友好都市提携40周年」です。これまでの友好の歴史に彩りを添えられるような記念すべき年となるよう、そして、両市のさらなる飛躍、発展につながるような交流事業に取り組んでいきます。

(12ページ)

今月の主な内容

Contents

- ▶ 南海トラフ巨大地震に備える 2
- ▶ 年頭のごあいさつ 3
- ▶ 災害に備えて 防災活動の紹介等 4
- ▶ 四万十市産 ふしゅかんの振興 5
- ▶ 枚方市民 四万十市訪問ツアー 12
- ▶ 四万十市急患センター 15
- ▶ 四万十川リバーサイドフルウォーク 28

南海トラフ地震に備える～伝える編～

南海トラフ地震などの大規模災害に備え、四万十市では津波避難路、タワー整備などの「津波から命を守る対策」や住宅耐震、家具転倒防止の補助など「建物の倒壊から命を守る対策」が着々と進んでいるなか、さらなる防災基盤の強化を図ろうと現在、防災行政無線の整備に力を入れており、地震時にいち早い津波避難が必要な下田、八束地区から順番に取り組んでいます。

防災行政無線ってなに？

東日本大震災をはじめ、伊豆大島の大規模土砂災害でもあったように、避難を呼びかける情報伝達手段が非常に重要視されています。防災行政無線は災害が発生する恐れのあるときや発生したとき、避難の呼びかけ、災害の規模や状況について、迅速かつ正確な情報を皆さまに伝達するシステムです。

屋外に10m以上のポールを建て、スピーカーを設置します。この放送施設は「屋外拡声子局（子局）」といい、各地区の適地に配置します。

無線であるため、地震の揺れで線が切断されることはありません。また、各子局にはバッテリーを搭載しているため、停電したときにも一定時間の運用が可能となります。

四万十市では、この防災行政無線をはじめ、携帯電話への緊急速報メールや中山間に整備しているIP告知端末（光回線ネットワーク）など、さまざまな手段を用いた情報伝達の多重化に取り組んでいます。

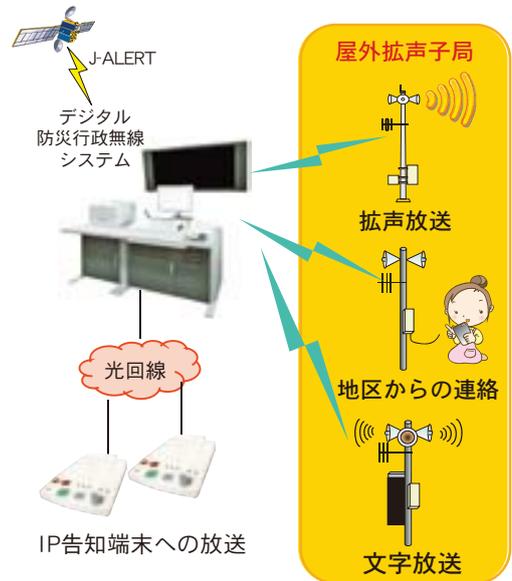
屋外に設置する放送局【屋外拡声子局】



トランペットスピーカー



ホーンアレイスピーカー



子局整備の範囲は？

25年度は下田、八束地区をはじめ東山、中村地区の一部に子局を設置しています。26年度は東山、中村地区の残り、具同、後川方面へ順次整備していく予定です。

ただし、IP告知端末を設置している地域については、現端末を活用した運用とし、子局については主要な集落に限定します。

また、西土佐地域は現在の防災行政無線を活用し中村地域の新しいシステムとつなぐ計画です。

整備の期間は？

デジタル化の移行に伴い、現在の消防無線サイレンが平成28年5月には使用できなくなりますが、防災行政無線は、この消防無線に替わるシステムとして整備するため、平成27年度末を完成目標としています。



子局設置の様子
(間崎：国道321号沿い)

整備の内容は？

地震発生後の津波に対し、いち早い避難が必要となる浸水想定区域については、できるだけ難聴エリアが生じないような整備を心掛けています。また、その他地域についても現状の伝達手段も活用し、中村地域全体で106局の子局設置を予定しています。

子局の設置場所は？

基本的には公共用地に配置するものですが、地区によっては私有地になる箇所もあります。その際には地権者と無償の借地契約（基礎部の1平方メートル程度）を交わすこととなりますので、ご協力をお願いします。

子局の設置箇所は、各スピーカーの伝達エリアを計算し、全体配置を検討しています。

よって1局分の位置が大きく変わってしまうと、他にも影響してしまうことから、極力位置変更がないよう地区にお願いをしています。

運用の開始は？

下田・八束地区については試験運転として平成26年度から、その他地区は平成28年度からの運用開始となります。

火事など緊急時の呼びかけは、現状どおりサイレン音になりますが、動作確認で行っている時報については、時間帯に合わせたメロディーを鳴らす予定です。

地域の皆さんへお願い

防災行政無線の整備は広範囲の事業となりますので、事業内容や事前調整は、工事の請負業者から区長さんを通じて周知させていただいています。区長さんや地権者の方には子局の設置箇所の立会や土地の調整など、ご迷惑をお掛けしますが、ご協力をお願いします。

【このページに関する問い合わせ先】
(市)地震防災課 ☎(35)2044



年頭のごあいさつ



市長 中平 正宏



新年明けましておめでとうございませう。市民の皆様はそれぞれ新しい夢と希望をもって新年を迎えられたことと思ひます。

昨年5月、市長に就任させていただき、約半年が経過しました。就任後、市民の皆様には温かいご支援とご協力をいただき、心よりお礼申し上げます。

昨年は本市にとって長年の悲願でありました中村小学校の新校舎等落成、四国横断自動車道「佐賀―四万十間」の概略ルート検討調査費の国の予算措置、「南海トラフ地震対策特別措置法」の成立、また、国内では、富士山の世界遺産登録、2020年東京オリンピック開催決定という明るい話題も数多くありました。

しかし、その一方では、暑さによる高齢者、子ども達への影響や伊豆大島の台風被害、世界に目を向けますと、フィリピンで高潮により数千人が亡くなった台風被害、エジプトでは100年ぶりに雪が降るなど、世界各地で異常気象による影響が出ています。

アベノミクス効果により首都圏では、景気回復が目に見えてまいりましたが、まだまだ、四国山脈を越え、私達の生活する幡多地方には実感として少ないように思ひます。そのため、産業の振興を図り、雇用の場を生み出すことが市政の最重要課題であり、各産業間の連携を重視し生産面だけでなく加工、流通、販売の実段階までを視野に入れた産業振興計画、そして、市が目指す将来像やその実現に向けたまちづくりの基本目標などを総合的、体系的にまとめた総合計画の策定に昨年より取り組んでいられるところ。この二つの計画は、将来の四万十市をも見据えた非常に重要なものになると考えております。

昨年8月12日国内観測史上最高の41℃を記録し、連日マスクミに取り上げられ大変有名になりました。そこで、この契機、盛り上がりを活かし、四万十市の魅力をさらに高めることができよう、「活力ある元気な四万十市」を目指し、今年も職員共々一丸となって取り組んでまいります。皆様の格別のご理解とご協力をよろしくお願ひいたします。結びに、今年一年が皆様にとりまして、健やかで幸多い一年となりますようご祈念申し上げます。



市議会議員長 白木 一嘉

新年明けましておめでとうございませう。市民の皆様におかれましては、心も新たに希望に満ちた初春をお迎えのことと慶び申し上げます。

昨年は、安倍第二次内閣による経済政策いわゆるアベノミクス効果により、円安や日経平均株価は上昇し、国内の景気は上向きになってきましたが、四月には消費税率が引き上げられますので、景気の腰折れが心配されます。

地方では、昨年からの景気対策を兼ねた地震対策関連の公共工事がおこなわれていますが、アベノミクス効果の波及はまだまだこれからと思ひられます。

本市においては、合併支援措置の段階的な縮小の期限が迫るなか、第二次行政改革などを行い、健全な財政運営を行なうこととしていますが、地方交付税や市税収入の伸びは見込めず、財源の確保と財政基盤の確立が急がれています。

このような状況の中、ますます市政に対する議会の監視機能と、民意を施策に反映させていくことの重要性が問われております。

三月には議会、議員の活動原則、情報公開、市民参加の推進など議会運営の基本的事項を明文化した「議会基本条例」を制定することとしており、活発な議会活動を行い政策提言に繋げたいと考えております。これからも市民の皆様と議会が協働してまちづくりを進めていくことができよう、さらなる努力をしてまいります。

また、南海トラフ巨大地震対策、市民病院の経営改善、道路整備の促進などの諸課題についても、執行部に提言を行うなど鋭意取り組んでまいります。

最後に、市民の皆様のご健勝をお祈り申し上げますとともに、本年も一層のご支援とご協力をお願ひし、新年のご挨拶とさせていただきます。

災害に備えて ～防災活動の紹介等～

目黒川流域防災訓練

12月1日(日)、西土佐の目黒川流域(7集落)の住民のご協力を得て、土砂災害を想定した避難訓練を実施しました。

今回の訓練は、昨年8月に幡多三市一町一村区長会連絡協議会から県知事へ要望した「山津波対策等」についての早急な対応を求める「件」を受け、国県の協力を得て実施に至ったものです。

訓練は、「目黒川流域内の津賀地区内で土砂崩壊が発生し、河道がふさがれた」との想定のもと、まず地域住民は各地区の避難所へ避難し、その後「川をせき止めた土砂による湛水のため、上流域が浸水等の危険性が、また下流域は決壊による土石流の危険性がある」として、各地区避難所から西土佐小学校体育館へ避難しました。

西土佐小学校では、国土交通省や高知県職員による講演があり、集まった約100名の参加者が熱心に聞き入っていました。

今回の訓練は師走を迎えた忙しい時期にも関わらず、目黒川流域の各自主防災会長をはじめとする西土佐地域の皆さんのご協力を得て実現しました。

防災や減災に対する取り組みは、平常時から必要です。市は今後も、各自主防災会と協議を踏まえながら意識啓発や活動支援を継続していきたいと思えます。



当日は机上訓練も実施しました

災害時要援護者の登録制度

市では、災害時に援護が必要な方の情報(氏名・家族構成・身体の具合など)を把握し、「災害時要援護者見守り台帳」に登録する取組みを行っています。普段は民生委員や区長さんなどが見守り活動に利用したり、災害が起きたときには、行政や消防団などが避難支援や安否確認などに活用します。

ご自身やご近所の方で次の要件に該当する方がいましたら、市役所までお申出ください。

■対象要件

- (1) 満75歳以上の単身もしくは満75歳以上の方のみでお住まいの方
 - (2) 要介護3～5の認定を受けている方
 - (3) 身体障害者手帳(1級・2級)をお持ちの方
 - (4) 療育手帳(A1・A2)をお持ちの方
 - (5) 精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの方
- ※このうち同居する家族等の支援が受けられず、日常の安否確認が必要な方や災害時の避難誘導等の支援が受けられない方が対象となります。

■登録方法

次の担当窓口へ直接申し込みをするか、民生委員を通じてお申し込みください。(登録の際には申請書が必要です。)

■受付窓口

- 中村地域
- (本庁)保健介護課長寿介護係 ☎(34)1165
- (本庁)福祉事務所社会福祉係 ☎(34)1120
- (本庁)地震防災課地震防災係 ☎(35)2044
- 西土佐地域
- (総合支所)保健課 ☎(52)1132
- (総合支所)地域企画課 ☎(52)1111

お近くに井戸はありませんか？

市では地震等の災害により水道が使えなくなつたとき、水道施設が復旧するまでの間の生活用水を確保する手段の一つとして、「災害時協力井戸」の登録を行なっています。

ご自身が所有している、またはご近所で利用可能な井戸があるという方、まずは左記連絡先まで情報をお寄せください。

■対象井戸

市内にある丸井戸またはポンプ井戸で、災害時の被災者に対し利用可能なもの。

■手続き他

- ・登録には申出書が必要です。
 - ・市で現地確認、水質検査を行います。
 - ・登録された井戸は、広く住民に周知します。
- 連絡先
(本庁)地震防災課 ☎(35)2044

家庭の防災チェックリストと備蓄編①

新しい一年が始まりました。そこで再度、地震などの災害に備えてできることを確認し、家庭の防災力を強化しましょう。今月は備蓄(非常持出品)に関するチェックリストです。準備ができたら✓を付けましょう！

- 非常持出袋(リュック等) 運動靴 懐中電灯
- 携帯食・飲料水 衣類(上着・下着・雨具・軍手等)
- 携帯ラジオ 常用薬 貴重品
- 健康保険証のコピー ウエットティッシュ

★ポイント★

- ・非常持出品は避難時にこれだけは必要という物にとどめ、最低限の荷物にしましょう。
- ・玄関や寝室、車内等、すぐに持ち出せるよう、置き場所も考えましょう。

来月号は備蓄編②(家庭備蓄品)を掲載予定です。

四万十スイーツフェスタ2014

地元食材にこだわった市内のお菓子屋さんが一堂に会して、当日限定の特別なお菓子が食べられる四万十スイーツフェスタ2014を左記のとおり開催します。当日は、ピアノ演奏、抹茶のおもてなし、小学生の和菓子作り体験等も行いますので、皆さんのお越しをお待ちしております。

日時 2月2日(日) 午前の部(10時～12時)

午後の部(13時～15時)

場所 新口イナルホテル四万十 2階

定員 600人(午前の部300人、午後の部300人)

参加費

前売券6チケット 10000円

(前売券チケットは1月6日から左記の場所で販売となりません。数に限りがありますので、できるだけ前売り券をお買い求めください。※チケットは午前の部・午後の部に分れていきます。)

当日券6チケット 12000円

※1～2チケットで1個のオリジナルスイーツと交換できます。1ドリンクサービスで、2杯目以降は有料となります。

前売券販売箇所

新口イナルホテル四万十、中村商工会議所、参加菓子店舗(アマンド、上原菓子舗、お菓子の山彦、菓子工房C.S、菓子工房福寿、カマダ製菓、パティスリーフウ、パンのピノキオ、右城松風堂、LEPしまん)、お菓子処おおいし、藤田屋、藤家)

【問い合わせ先】

四万十スイーツフェスタ実行委員会

(事務局 中村商工会議所 山下) ☎(34)4333

四万十市産「ぶしゅかん」の振興

地元では魚料理などにお馴染みの「ぶしゅかん」、見た目はスタチやカボスと似ていますが他の柑橘類にはない香りや酸味が魅力で、全国的にも珍しい食材です。四万十市農工商等連携事業に取り組むチームぶしゅかんでは、この「ぶしゅかん」を使ったさまざまな特産品開発および販路拡大を進めています。

10月10日から11月6日まで東京都新宿歌舞伎町で開催された「大つけ麺博日本一決定戦2」では、有名ラーメン店「支那そばや」の佐野実氏が四万十市のぶしゅかんを食材として使用した「佐野実のガチンコつけ麺」が全国予選を勝ち抜き本選出場しました。「後味がさっぱりしていて美味しい」「酸味がいい」と食べたお客さんの評価も高かったようです。

期間中は20万人以上の来場があり、多くのメディアにも取り上げられるなど四万十市産ぶしゅかんを全国にアピールする絶好の機会となり、最終日11月6日には中平市長も会場を訪れマスコミキャラクターの「ぶしゅまる」とともにPRを行いました。

12月9日からは、四万十市産ぶしゅかんを調味油に使ったカップラーメン「塩らあ麺」が佐野実氏の商品監修のもと全国のコムビニやスーパーで発売開始となるなど、四万十市産ぶしゅかんの今後が楽しみです。

【問い合わせ先】 (市)農工商課 ☎(34)1126

市ではぶしゅかんの産地化を目指しております。ぶしゅかんの栽培については糖度を必要としないことから、現在耕作放棄地となっている場所でも栽培できる可能性があり、また他の香酸柑橘類と比較して消毒等の労力負担が少なくすむことから高齢になっても栽培を続けられるといった利点があります。来年度には東富山地区と大川筋地区において産地化に向けたモデル園を整備する予定です。

【問い合わせ先】

(市)農業課 農業振興係 ☎(34)1117



佐野実氏と中平市長



「佐野実のガチンコつけ麺」

平成25年12月市議会定例会 市長施政方針(上)

(抜粋)

来年度の予算編成の考え方および9月定例会以降における主要課題への取り組みについて2回に分けて報告します。

〔平成26年度予算編成方針〕

国は、「中期財政計画」において、「強い経済は国力の源泉であり、強い財政の再生なくして財政の再建はない」として、「大胆な金融政策」、「機動的な金融政策」、「民間投資を喚起する成長戦略」からなる「三本の矢」により早期にデフレを脱却し、強い経済を実現していくものとなりました。

平成26年度の国の予算編成の基本的な方針は、この計画に沿って、民需主導の経済成長と財政健全化目標の双方の達成を目指し、メリハリのついた予算とするため、施策の優先順位を洗い直し、無駄を徹底して排除しつつ、予算の中身を大胆に重点化するというものです。

また、地方財政については、「国の歳出の取組と基調を合わせつつ、地方の

一般財源の総額について平成25年度地方財政計画の水準を下回らないよう実質的に同水準を確保することとしています。

しかしながら、各種の経済指標によると、景気は穏やかに回復しつつあるとしているものの地方にまでは景気回復の波及は至っておらず、取り分け、大都市部から遠く離れた地域にあつては、その実感には程遠い状況にあります。

本市の財政状況は、歳入面では自主財源に乏しく市税収入の伸びも期待できないうえ、普通交付税の合併算定替という合併支援措置の段階的な縮小が目前に迫っております。また、歳出面においては、高齢化や景気動向による社会保障関係経費の増加など財政見通しは厳しい状況にあり、これらを見据えた行財政運営が必要です。

平成26年度の予算編成においては、市民の目線に立った確な二一ズの把握に努め、若者をはじめ市民一人ひとりが、住みたい・住み続けたいと思える「夢とビジョンのあるまちづくり」を目指します。

そのために、6月市議会定例会でも申し上げました5つの重点施策の柱を念頭に、施策の厳選化と重点化を図り、限られた財源を効果的、効率的に活用するよう取り組みます。

1点目は「産業の振興と雇用の創出」です。

景気回復の実感に程遠い本市におきまして、産業の振興を図り、雇用を生み出すことは喫緊の課題です。現在、産業振興計画の策定中ですが、国・県の経済成長施策なども有効に活用しながら、市の景気回復、そして産業の振興、雇用の創出に繋がる各種事業につきまして、計画の策定を待たずに積極的に推進します。



産業振興計画検討ワーキンググループ

るための大切な要素です。

高速道路網や国・県道といった幹線道路の整備促進に加え、それらに連結する市道の計画的整備に取り組みます。また、老朽化への対応や学童・高齢者の改修も進めます。

3点目は「地域防災力の向上」です。

近い将来起こり得るとされる南海トラフ巨大地震に備え、公共施設の耐震化、避難路・避難施設の整備、自主防災組織の設置などソフト・ハードの両面において取り組んでまいりましたが、それらに加え、今後は、地区の孤立が想定される中山間地域における震災・減災対策にも取り組みます。

また、近年の異常気象に伴う災害の発生を未然に防ぐため、事業箇所の把握と計画的な実施に努め、市全体の地域防災力の向上を図ります。

4点目は「子育て支援対策」です。

私は、若者が住み続けていくことができる地域をつくることこそが、究極の少子高齢化対策と考えております。

そのためには、福祉施策、保育・学校教育環境の充実はもとより、先ほど申し上げました産業振興による雇用の場の創出や交通インフラの整備なども必要です。

各種施策の実施に当たっては、子育て

2点目は「交通インフラの整備」です。特に道路整備は、市民の生活を支える重要な基盤であるだけでなく、産業振興や交流人口の拡大、災害・火事・救急など非常時における生命と財産を守

て支援の視点を持ち、若者が住みたい・住み続けたいと思える環境づくりに取り組みます。

5点目は「持続可能な財政運営」です。合併支援措置の一つである普通交付税の合併算定替の縮減・廃止により、一般財源が大幅に減少することになります。限りある財源の中で、それぞれの時代のニーズにあった行政サービスを提供していくためには、弾力性のある財政基盤とすることが必要です。

全ての施策・事業について再点検し、行政改革に積極的に取り組むなど、歳入の確保はもとより、歳出においても施策の厳選と一層のコストの縮減に取り組めます。また、市債については、交付税措置のある有利な起債の活用や借入額の抑制など、公債費負担の適正化を図ります。

【南海トラフ地震対策特別措置法成立】

幡多6市町村で組織する幡多広域南海地震対策連絡協議会を中心として早期制定を要請してきた「南海トラフ地震対策特別措置法」が先月22日に国会で可決・成立し、年内にも施行される見通しとなりました。

これにより地震防災対策事業の補助率の嵩上げが図られるなどの有利な制度見直しを図られることになり、整備

が加速化できるものと考えております。

今後は、この法律に基づき津波避難対策特別強化地域の指定を受けることになると思いますので、この法律を最大限活用できるように本市が現在進めている津波避難路や津波避難タワーなどの命を守るための施設整備、また、下田・八束の両地区で計画を進めている守った命を繋ぐための防災拠点基地や防災コミュニティセンターの整備計画など、沿岸部での重点施策を盛り込んだ「津波避難対策緊急事業計画」を作成していきたいと考えております。

また、特別措置法は成立したものの地震対策は沿岸部ばかりではないことから、高知県や幡多郡内の市町村とも津波対策のみならず、市街地や中山間地での地震対策などの意見交換を継続していく中で、特別措置法の更なる充実を国に対し要請していきたいと考えております。

【施設における防災訓練】

市民病院においては、平成22年度に立ち上げた院内救急災害対策委員会を中心に院内での災害対応訓練や院外で行われる研修会等に積極的に参加するなどして防災対策に取り組んでおり、今年度は、高知医療センターで行われた高知DMAT(ティーマット)研修、災害

医療図上訓練、高知空港での航空機事故対応訓練、また10月30日の幡多けんみん病院での災害対応訓練等に院内の医師、看護師、その他のコメディカルが参加しています。また、院内においては、9月26日に47名の職員が参加してトランシーバー、衛星携帯電話、発電機を使用した災害時資機材使用訓練を実施しました。今後もこのような活動を継続し、救護病院としての災害対応能力の向上を図ってまいります。



市民病院職員も参加した航空機事故対応訓練

西土佐診療所においては、11月9日に関係機関と地域住民や西土佐中学校、中村高等学校西土佐分校の生徒ら110名のボランティア等の参加のもとトリアージ訓練を実施しました。

これらの訓練を通して医療救護所としての活動性の実効を検証するとともに職員や住民の防災意識向上に繋げることができましたが、通信網の整備や医療資材不足等の課題、問題点も見えてきましたので、災害時に救護所としての充実した活動が行えるように、早急にソフト・ハード面の整備を進めていきたいと考えております。

また、11月29日には全国一斉の緊急地震速報に合わせ新庁舎となって2回目の庁舎総合防災訓練を実施しました。今回の訓練は、市役所本庁舎消防計画に基づき、消火、通報、避難などについて市役所自衛消防組織の班員や職員、来庁者など約150名が参加した大規模なものとなり、訓練後は四万十消防署の協力のもと、AEDの使用など心肺蘇生法の講習も行っております。

訓練では、大地震発生時における身の安全を守る行動をとった後、火災発生時における自衛消防組織の各班員の行動や消火設備の使用方法についてそれぞれが確認することができました。

庁舎防災訓練は、本庁舎消防計画において1年に1回は実施することとなっており、今後も継続的に実施することで、全職員の危機管理意識の高揚にも繋げていきたいと考えております。

【土砂災害避難訓練】

昨日、西土佐地域の目黒川流域7地区約700名を対象に土砂災害を想定した避難訓練を行いました。この訓練には、国土交通省中村河川国道事務所、四国山地砂防事務所を始め、高知県防災砂防課、高知県幡多土木事務所の協力をいただき、地震発生後の大雨に伴い、土石流や山腹崩壊による河道閉塞など土砂災害の危険性が高まったとの想定により行ったもので、市では中間地域を対象に行った初めての訓練となりました。

訓練では、住民による避難方法や経路の確認、避難勧告発令に伴う情報伝達方法の確認などを行うとともに、訓練後には西土佐地域はもとより市内全域の自主防災組織に参加を呼びかけ、土砂災害に関する説明会や学習会も開催し、近年各地で大きな被害をもたらしている土砂災害に備えるための有意義な訓練になったものと考えております。今回は、土砂災害の発生と河道閉塞を想定した訓練ということで目黒川流域での実施となりましたが、今後はこの訓練で得られた反省点や課題を踏まえ、地震・津波対策と併せて中山間の各地域でも訓練を行っていきたいと考えております。



土砂災害に関する講演会

【防災標語募集】

四万十市自主防災会連合会で募集をいたしました防災標語の選考会が過日行われ、小学校の部、中学校の部、一般の部あわせて143点の応募作品の中から、連合会役員によりそれぞれ優秀賞1点を選考しました。

その中から、藤岡小学校4年の影山雄一郎君の作品「訓練は 助かるための道しるべ」を最優秀賞として決定しました。

受賞者に対しては、来年2月に開催を予定している自主防災会連合会でのイベントで表彰を行うとともに、受賞作品については、今後の防災事業での活用や市庁舎への懸垂幕の掲示等により防災意識の高揚を図っていききたいと考えております。

【中筋保育所耐震化事業】

昭和56年5月31日以前に旧耐震基準で建築した5保育所を平成23年度、24年度において耐震診断を実施しました。この結果、本年8月に耐震判断値を満たしていないと四国耐震診断評定委員会の診断結果を受けた中筋保育所について、施設の耐震性能確保のため耐震補強工事を実施します。

本年度より事業に着手するため、今期定例会に設計業務に係る予算を提案してまいります。工事は屋根を全て撤去する必要がありますので、天候、保育業務・行事等を考慮し、来年度中の完成を目指し実施する予定です。

工事期間中の数か月は、中筋保育所での保育業務は不可能となり、他園での合同保育を実施する必要があると見込まれています。関係者の皆さんを始め、周辺住民の方に何かとご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

市長日誌 11月15日～12月14日

- 11月17日 西土佐産業祭 菊花展表彰式
- 18日 土佐西南大規模公園整備促進要望(高知市)
- 19日 市戦没者ならびに満州分村殉難者合同追悼式
- 安並地区要望受
- 古津賀第2団地要望受
- バブアニューギニア大使表敬訪問
- 20日 高知県市長会 知事・市長意見交換会(高知市)
- 21日 全国山村振興連盟通常総会(東京)
- 日本下水道協会臨時総会・下水道事業促進全国大会(同)
- 22日 中村地区安全運転管理者協議会からの交通安全対策製品受領式
- JA高知はた中村まつり農産物品評会
- 市職員採用2次試験(24日)
- 一條神社例大祭
- 23日 枚方市民四万十市訪問ツアー表敬訪問下水道事業に関する意見交換会(高松市)
- 25日 医師確保業務(高知市)
- 26日 高知県相撲連盟六十周年を祝う会(同)
- 27日 土佐くろしお鉄道取締役会(同)
- 28日 伝統食列車第22号夕食交流会
- 29日 市本庁舎総合防災訓練
- 日本共産党四万十市議団要望受
- 農業委員会定例会
- 30日 小組合長会
- 人権フェスティバル
- 楽しまんとウオーキング
- 農民運動会
- 12月1日 目黒川流域土砂災害避難訓練及び土砂災害に関する学習会
- 12月市議会定例会(19日)
- 四万十川改修期成同盟会要望
- 株式会社ANA総合研究所代表取締役との意見交換会
- 2日 西土佐地域区長会
- 民生委員・児童委員委嘱状交付式
- 下田えびす祭り
- 幡多中央地区消防連合会総合訓練(黒潮町)
- 3日 中村地区暴力追放推進協議会「全国暴力追放功労団体表彰」受賞祝賀会
- 7日 純米吟醸とみやま新酒試飲会
- 8日
- 10日

四万十市商業協同組合がミニカーのレンタル開始!



四万十市商業協同組合(アピアさつき内)が中国で初めて、公道を走ることのミニカーレンタル事業を11月28日より開始しました。

ミニカーは全長約2メートル、幅1.1メートル、排気量約50ccで普通免許があれば誰でも運転することが出来ます。

11月28日に行われた式典では、県・市などの関係者約20人が出席しました。また、土佐おもてなし勤王党の中岡慎太郎氏、岡田以蔵氏らがミニカーに試乗し、市役所や観光協会を経由し、あいさつに回っていました。

今後、四万十市へ訪れた観光客の新しい移動手段として、浸透することを期待しています。ぜひ、皆さまも機会があれば乗車ください。

【問い合わせ先】

アピアカート

(四万十市右山五月町8-13アピアさつき内)

☎(34)7111

平成26年度四万十市競争入札参加資格審査申請の受付

平成26年度に四万十市が発注する建設工事・物品買入れなどの競争入札への参加希望者は申請してください。

※今回の申請受付は市内業者(市内に本店を有する者)のみです。

受付期間

1月6日(月)～31日(金)

※土、日および祝日は除く

申請方法

左記提出先に持参してください。

申請書類

※用紙のサイズは原本以外A4サイズとします。

○競争入札参加資格審査申請書

○経営規模等評価結果通知書・総合評定値通知書(直近のもの写真)

※建設工事のみ

○納税証明書

○暴力団排除に関する誓約書および照会承諾書

○その他

詳しくは四万十市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

【問い合わせ・提出先】

(市)財政課 管財契約係

☎(34)6120

民生委員・児童委員委嘱状伝達式

12月5日(木)、市立中央公民館において、民生委員・児童委員の一次改選に伴う委嘱状の伝達式が行われました。

民生委員・児童委員は、民生委員法及び児童福祉法の定めにより、厚生労働大臣からの委嘱を受け、地域福祉の向上のためにさまざまな活動を行います。

当日は、中平市長から委嘱状が手渡され、激励の言葉が贈られました。また、武田社会福祉協議会会長からもあいさつを頂きました。

委嘱を受けた皆さんは今後3年間、地域住民の身近な相談役として活躍されます。



戦没者遺族相談員について

戦没者遺族相談員が任命されましたので、お知らせします。

相談員は、戦傷病者および戦没者の御遺族の福祉の増進を図るために設けられた制度で、厚生労働大臣から任命された左記の方が相談業務に当たっています。

■戦没者遺族相談員

伊與田 仁美(四万十市具同)

※任期 平成25年10月1日～

平成27年9月30日

【問い合わせ先】

(市)福祉事務所 社会福祉係

☎(34)1120

(県)地域福祉部 地域福祉政策課

☎088(823)9662



市職員の給与等の状況

市職員の給与は、民間給与の動向や各界、各地域からの意見などを総合的に勘案した人事院勧告等に沿い、国家公務員や他の地方公共団体との均衡を図りながら、必要な条例議案を市議会に提案し、決定されます。平成25年度四万十市の職員数・給与等の現状について市民の皆さんにお知らせいたします。

1. 部門別職員数の状況(平成25年4月1日現在)

区 分		職 員 数			備 考
部	門	24年度	25年度	比 較	
普通会計部門	一般行政部門	議 会	4	4	—
		総 務	78	79	1
		税 務	28	27	△ 1
		民 生	163	165	2
		衛 生	31	31	—
		農 水	28	27	△ 1
		商 工	9	9	—
		土 木	27	26	△ 1
	計	368	368	—	
		教育部門	54	51	△ 3
	小 計	422	419	△ 3	
公営企業等	病 院	127	131	4	※診療所含む。
	水 道	11	11	—	
	下水道	5	4	△ 1	
	その他	32	31	△ 1	※国保会計等
	小 計	175	177	2	
合 計		597	596	△ 1	

(注) 職員数は一般職に属する職員数(教育長含む)です。

2. 人件費の状況(普通会計決算)

(単位:千円)

区 分	住民基本台帳人口 (3月31日現在)	歳出額A	実質収支	人件費B	人件費率 (B/A)
24年度	35,665人	20,505,960	146,083	3,672,270	17.9%

(注) 人件費とは一般職・特別職に支給された給与、報酬、退職手当並びに共済組合負担金等のことです。

3. 職員給与費の状況(普通会計決算)

(単位:千円)

区 分	職員数 (A)	給 与 費				1人当たり 給与費 (B/A)
		給 料	職員手当	期末勤勉手当	計(B)	
24年度	418人	1,628,088	259,961	570,726	2,458,775	5,882

(注)1. この表は職員(教育長除く)の給与費について示したもので、事業費支弁給与費も含まれます。

2. 職員手当は退職手当を除く扶養手当、住居手当、通勤手当等です。

4. 職員の平均給料月額・平均給与月額及び平均年齢の状況(平成25年4月1日現在)

区分	一 般 行 政 職			技 能 労 務 職		
	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
市	316,611円	380,321円	42.1歳	342,482円	365,336円	46.9歳
高知県	330,578円	390,281円	43.4歳	324,582円	351,571円	55.2歳
国	307,220円 (332,446)	376,257円 (405,463)	43.1歳	272,119円 (286,850)	309,534円 (325,400)	49.9歳

(注)1. 国の()内は給与減額前の額です。

2. 市も平成25年8月より国の給与減額に準じた減額を実施しています。(課長～主査等△5.9%、主査等△2.43%)

5. 職員の初任給の状況(平成25年4月1日現在)

区分	市	国
一般行政職	大学卒 161,900円	Ⅱ種 172,200円
(初級)	高校卒 140,400円	140,100円

6. 一般行政職の級別職員数の状況(平成25年4月1日現在)

区分	1級	2級	3級	4級	5級	6級	合 計
職務の級	主事等	主事等	主査等	係長等	補佐等	課長等	
25年度	43人 (16.6%)	19人 (7.3%)	31人 (12.0%)	97人 (37.4%)	39人 (15.1%)	30人 (11.6%)	259人 (100.0%)

(注)1. 税務職、福祉職、医療職等を除いた級別職員数の状況です。

2. ()内はそれぞれの構成割合を示したものです。

7. 職員手当の状況(平成25年4月1日現在)

区分	市	国
期末および 勤勉手当	期末手当 勤勉手当 ・6月期 1.2 月分 0.65月分 ・12月期 1.35 月分 0.65月分 計 2.55 月分 1.3 月分 職制上の段階、職務の級等による加算措置 (5%~15%)	期末手当 勤勉手当 ・6月期 1.225 月分 0.675月分 ・12月期 1.375 月分 0.675月分 計 2.6 月分 1.35 月分 職制上の段階、職務の級等による加算措置 (役職加算5%~20%) (管理職加算10%~25%)
退職手当	(支給率) 自己都合 勸奨・定年 ・勤続20年 23.03月分 28.7875月分 ・勤続25年 32.83月分 38.955 月分 ・勤続35年 46.55月分 55.86 月分 ・最高限度額 55.86月分 55.86 月分 ・その他 定年前早期退職特例措置 (2%~20%加算) 退職時特別昇給 無	(支給率) 自己都合 勸奨・定年 ・勤続20年 23.03月分 28.7875月分 ・勤続25年 32.83月分 38.955 月分 ・勤続35年 46.55月分 55.86 月分 ・最高限度額 55.86月分 55.86 月分 ・その他 定年前早期退職特例措置 (2%~20%加算) 退職時特別昇給 無
区分	内 容	国の制度との異同
扶養手当	扶養親族である配偶者 月額13,000円 配偶者以外の扶養親族1人につき 月額 6,500円 配偶者のない職員の扶養親族の1人目 月額11,000円 満16歳の年度始めから満22歳の年度末までの子1人につき(加算) 月額 5,000円	同 じ
住居手当	借家(月額12,000円を超える家賃を支払っている職員) ・家賃23,000円以下 家賃-12,000円 ・家賃23,000円超55,000円未満 (家賃-23,000円)×1/2+11,000円 ・家賃55,000円以上 27,000円	同 じ
通勤手当	① 交通機関使用 ・1ヶ月当り運賃等相当額55,000円を限度として支給 ② 自動車等の用具使用 ・使用距離が2km~5km未満 月額 3,300円 ・使用距離が5km~35km未満 1km増す毎に700円加算 ・使用距離が35km~45km未満 1km増す毎に800円加算 ・最高限度額 (45km以上) 月額 33,100円	① 同 じ ② 異なる 自動車等の用具 使用距離区分に ついて細分化し ている。

8. 特別職の報酬等の状況(平成25年4月1日現在)

区分	月 額	期末手当
給 料	市 長	8 2 0 , 0 0 0 円
	副 市 長	6 8 3 , 0 0 0 円
	教 育 長	6 1 1 , 0 0 0 円
報 酬	議 長	3 9 0 , 0 0 0 円
	副 議 長	3 2 7 , 0 0 0 円
	委 員 長	3 1 2 , 0 0 0 円
	議 員	3 0 2 , 0 0 0 円
		6 月期 1.375 月分 12月期 1.525 月分 計 2.9 月分

9. 職員の福祉について

職員の共済制度は、病気・負傷などについて適切な給付を行う相互救済を目的とするもので、高知縣市町村職員共済組合が制度を運用し、保険給付などを行なっています。

その他に宿泊施設などの利用助成事業および職員の慶弔などにかかる給付事業などを行う高知縣市町村職員互助会に加入しています。

(1)健康診断および 予防接種の実施

区 分	受診者数
定期健康診断	1 9 7 人
ガン検診・人間ドック	4 4 7 人
インフルエンザ予防接種	2 1 5 人

(2)高知縣市町村職員互助会について

	会員数	会員掛金額	市の負担金額
主な事業内容 (医療費など給付金、各種祝金、弔慰金、人間ドック・施設の利用・厚生事業への助成)	5 9 9 人	1 3,0 9 3 千円	1 3,0 9 6 千円

10. 職員数の推移(各年度4月1日)

(単位:人)

17年度	18年度	19年度	20年度	21年度	22年度	23年度	24年度	25年度	対前年度増減
6 9 6	6 7 0	6 3 7	6 1 2	6 0 6	6 0 1	6 0 6	5 9 7	5 9 6	△1(対17年度△100)

市職員の給与などの状況は、地方公務員法および市条例に基づき、「四万十市の人事行政運営等の状況」で公表しています。

なお、詳しい内容は、四万十市公式ホームページなどでご覧になれます。



■閲覧方法等 四万十市公式ホームページ、市役所本庁総務課

【問い合わせ先】(市)総務課 人事係 ☎(34)1111(代表/内線2322、2323) ☎(34)1803(直通)

まちの話題

四万十いちじょこさんマルシェ
& 一條大祭はしご酒

11月23日(土)の一條大祭に併せ、染しまんと！はた博四万十市オフィシャルイベント「四万十いちじょこさんマルシェ&一條大祭はしご酒」を開催しました。

「四万十いちじょこさんマルシェ」では地場産品を活用した物販のほか、地元で採れた新鮮な野菜や、四万十市内の菓子店舗自慢のスイーツなどを出品しました。ステージでは、ジャグリングやマジシャンなどの大道芸人やアイドルユニットA・D・P、Reveなどがパフォーマンスを行い、多くの皆さんに楽しんでいただき、約2500人の参加者で賑わいました。

また、夜からは「一條大祭はしご酒」を開催しました。このイベントは5店舗回ることができるチケットを持ち、協賛飲食店を「はしご酒」しながら巡るイベントです。お店ではドリンク一杯と自慢の品が提供され、参加者はちどり足になりながらも楽しく舌鼓を打ったようです。

今回は居酒屋17店舗、スナック19店舗に協力していただきました。参加者からは「普段行けなかった店に行くことができた」「また参加したい」という声が聞こえてきました。また、5軒回った人はハズレなしの抽選会で商品券や、四万十市ならではの景品をゲットすることができたようです。

四万十の夜は一條大祭の開催も相まって、一層にぎやかとなりました。



片魚ふるさとまつり

12月1日(日)、第23回片魚ふるさとまつりが開催され、会場の旧片魚中学校は、市内外から訪れたたくさんの方で賑わいました。

物産コーナーは手づくりコンニャクやいなぎ米、軽食コーナーでは、五目うどんや串焼などが販売され、参加者は片魚の自然いっぱいの味に舌鼓を打ちました。

祭りの合間には、幡多ちんどんクラブによる楽しい踊りや一條太鼓によるパフォーマンス、地区のお米が景品のじゃんけん大会など数々のイベントが催されました。

なんといつても、このお祭りの代名詞は「あいがもレース」と「丸太切り競争」。あいがもレースでは1着、2着を当てた人に、地元で取れたお米等の片魚地区ならではの景品がプレゼントされることもあり、子どもだけでなく大人もたくさん参加・観戦していました。

祭りの締めくくりに「もちなげ大会」は、参加者も地元住民も一緒にになって餅を拾いながら大騒ぎ。大盛況のうちに幕を閉じました。



枚方市民四万十市訪問ツアー

11月24日から26日にかけて、友好都市である大阪府枚方市より友好都市訪問ツアーとして32人が本市を訪れ、一條神社や沈下橋などを観光し、四万十でのひと時を過ごしました。

このツアーは枚方市の友好都市を巡っているもので、本市への訪問は平成22年以来3年ぶりとなります。

ツアーには、枚方市と旧中村市が友好提携した昭和49年当時の枚方市長山村富造氏や、提携時にご尽力された元枚方青年会議所役員の方も参加しており、25日に市役所を表敬訪問した際には、長谷川元中村市長、中平市長らと提携当時の話で盛り上がりました。

25日の晩には、本市の枚方市・四万十市友好都市推進協議会会員らとの交流会もあり、参加者がハーモニカの演奏を披露するなどしたほか、四万十市特産品が当たる抽選会、記念写真撮影なども行われ、賑やかで楽しい交流の場となりました。



市教委だより

特認校制度について

四万十市では、通学区域に基づいて、児童の就学する学校を定めています。そうしたなか、小規模の学校において、その学校の環境（自然環境・社会環境・文化・特色ある教育活動など）のもとでの教育を希望する児童・保護者に対し、四万十市教育委員会が指定した小学校に、校区外からの入学や転校を認める特認校制度を設けています。

特認校としては、川登小学校と大用小学校の2小学校を指定しています。特認校制度についてのお問い合わせや、特認校制度に基づく、川登小学校または大用小学校への就学の希望がありましたら、教育委員会にご連絡ください。



川登小学校

大用小学校

小規模校への就学制度です

高知県教育研究所 秋季連絡協議会

12月5日、6日の2日間、本市において「高知県教育研究所秋季連絡協議会」が開催されました。

この会は、高知県内にある19の公立教育研究所が年に1度、一堂に会し、「力のある学校づくりを目指した教職員の実践的指導力の向上」を目的に行われています。本市での開催は13年ぶりで、2日間でのべ136人の教育研究所関係者が集まりました。

初日は中村小学校で、県教育課程拠点校事業の中間発表を兼ね、研究発表会が行われました。

中村小学校では、子どもたちの「大好き」「知りたい」「伝えたい」を大切にした『単元を貫く言語活動を位置付けた国語科の授業づくり』に取り組んでいます。

自分が選んだ本を読み、心に響くところを友達に伝える。自分が



中村小学校での公開事業

好きだと思うところを紹介する。といった活動を位置付け、教科書のお話で考え方や読み方についての学習を深めていました。

友達と真剣に話し合い、積極的に意見を述べる子どもたちの姿に、参加した方々からは「中村小の子どもたちの、授業にのぞむ生き生きとした姿が素晴らしい」「今後の研究所の活動に活かしたい」等の声をたくさんいただきました。

また、文部科学省教科調査官 水戸部修治先生の講演が行われ、「中村小のような取組が全国的に広まってきており、成果があがってきている」とのお話がありました。

2日目は中央公民館にて、各市町村の教育研究所の取組について協議が行われました。

四万十市教育研究所の「学力向上の取組」「不登校児童生徒への支援」についての報告のあと、本市の抱える学力の課題や、子どもたち



研究発表会に花を添えた中小児童による合唱

の抱える諸問題等について協議を深めました。今後も教育上の諸問題や、子どもたちの支援に関わる研究や取組を進めていきます。

教育研究所って どんなんところ!?

四万十市教育研究所では、市内の教育に関する調査研究を進めています。また、学校の先生方の研修・研究の支援や、学校・家庭・地域の連携をはかり、教育の振興と充実を目指す取組をおこなっています。

併設の教育支援センター（ふれあい学級）では、不登校児童・生徒支援、子育ての悩み、教育に関する悩み等について、相談に応じています。

スクールアドバイザーや、スクールソーシャルワーカーなどが、お子さんの自立支援の手助けや保護者の相談にのる活動をおこなっています。

教育に関するご質問やご相談など、お気軽にご連絡ください。

【問い合わせ先】

教育研究所

☎(35)6536

教育支援センター

☎(34)6556

ご質問・ご意見をお寄せください

(市)教育委員会
西土佐事務所

☎(34)1136
☎(52)1110

FAX(34)4271
FAX(52)1446

E-mail: school@city.shimanto.lg.jp
E-mail: n-school@city.shimanto.lg.jp



1年に1度は健診を
～健康は自分で～

保健カレンダー

1



健診
教室・学習会
相談
献血

月日	時間	事業名	該当地区	場所
15日(水)	12:50～13:30	乳児健診		健康管理センター
	10:00～	健康の集い		玖木公民館
17日(金)	13:30～	地区学習会		大宮上集会所
20日(月)	個別通知	大腸がん検診容器配付		津賀～大宮～下家地方面
	9:00～11:00	定例健康相談		西土佐分署横
	10:00～	出張料理教室		中家地集会所
21日(火)	13:30～	健康の集い		奥屋内下集会所
	個別通知	大腸がん検診容器配付		中家地～奈路～津野川方面
22日(水)	11:00～	健康の集い(食事会セット)		下家地集会所
	9:30～11:30	ぴよっこクラブ(親子の集い)		西土佐保健センター
23日(木)	9:30～11:00	乳幼児相談、ママタッチ		健康管理センター
	個別通知	大腸がん検診容器回収		津賀～大宮～下家地方面
24日(金)	受付 13:30～	乳児、1歳6カ月児、3歳児健診		西土佐保健センター
	個別通知	大腸がん検診容器回収		中家地～奈路～津野川方面
25日(土)	10:00～	出張料理教室		用井集会所
	9:20～12:30(受付8:45～)	西土佐健康のつどい		西土佐保健センター
27日(月)	個別通知	大腸がん検診容器配付		江川～用井～藤ノ川方面
	10:00～	出張料理教室		奈路集会所
28日(火)	個別通知	大腸がん検診容器配付		奥屋内～岩間方面
	19:00～	地区学習会		奥屋内上集会所
29日(水)	12:50～13:30	乳児健診		健康管理センター
	10:00～	出張料理教室		口屋内公民館
30日(木)	個別通知	大腸がん検診容器回収		江川～用井～藤ノ川方面
31日(金)	12:50～13:30	1歳9カ月児健診		健康管理センター
	個別通知	大腸がん検診容器回収		奥屋内～岩間方面
	13:30～	健康の集い		大宮中生活改善センター
2月	3日(月)	9:00～11:00	定例健康相談	西土佐分署横
	5日(水)	13:30～15:30	妊婦教室	健康管理センター
	7日(金)	12:50～13:30	3歳児健診	
10:00～		出張料理教室		権谷せせらぎ交流館

※1月10日(金)までの計画については、広報四万十12月号に掲載しています。

【問い合わせ先】(本庁)保健介護課 ☎(34)1115 (総合支所)保健課 ☎(52)1132

四万十市認知症の人と家族の会 「たんぼぼの会」

認知症介護についての悩みや不安を一人で抱え込んではいませんか。

「たんぼぼの会」は参加者で思いや悩みを共有し、支え合うための座談会です。

他の人にはなかなかわかってもらえないことも、同じ体験をしてきた人どうしなら分かりあえ、介護で疲れたところが少しでも楽になるかもしれません。初めての人の参加もおまちしています。

●とき……1月28日(火)

13時30分～15時30分

●ところ……市民病院 健康管理センター

★家族の人だけでも、認知症の人とご一緒でもかまいません。

★四万十市地域包括支援センターの職員も参加します。

★薬剤師さんの参加もあります。お薬のことの相談もできますよ。

【問い合わせ先】

「たんぼぼの会」事務局 松岡時規子

☎(34)4528

四万十市地域包括支援センター

☎(34)0170



平成26年2月オープン！ 夜間初期急病対応（内科） 『四万十市急患センター』

市では、平日の夜間急患に対する初期診療（応急治療）を行うために『四万十市急患センター』を幡多医師会の協力のもと2月から開設診療します。

●施設の名称等

夜間初期急病対応（内科）

『四万十市急患センター』（中村東町1丁目1-27）

※旧中医学研究所付属診療所（四万十市立市民病院西棟）

●診療内容

診療開始 2月3日（月）

診療科目 内科（小学生以上）

診療時間 月曜から金曜日（祝日は除く）
18時～21時

●どのような時受診したらいい？

腹痛や発熱などの症状がみられ、「救急車を呼ぶほどではないけど・・・。」といった場合、まず受診してください。

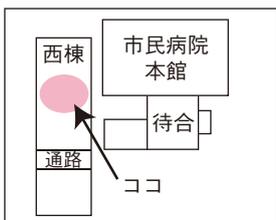
医師の診療の結果、軽症であればセンターで対処し、入院が必要な場合等は、救急病院（幡多けんみん病院等）を紹介します。

●診察する先生は？

幡多医師会の医師が交代で診療します。

【問い合わせ先】

（市）保健介護課 保健衛生係
☎（34）11115



いいことたくさん！特定健診

脳卒中に心筋梗塞！ 冬の高血压にご用心！

本年度の特定健診の結果はいかがでしたか？今回は、健診の結果でも該当率の高い高血压についてお知らせします。高血压のある人にとって、冬は特に注意が必要な季節です。家で簡単に行える予防法を知り、脳卒中や心筋梗塞などの病気を予防しましょう。

○血压とは？

血压とは、血管の中を血液が通るときに血管にかかる圧力のことです。よく「上が130で下が70くらい」と表現されますが、心臓が縮まり、血液を送り出した時にかかる血压を収縮期血压（上）、心臓が広がり、血液を取り込んだときにかかる血压を拡張期血压（下）といいます。

○高血压はどうしてだめなの？

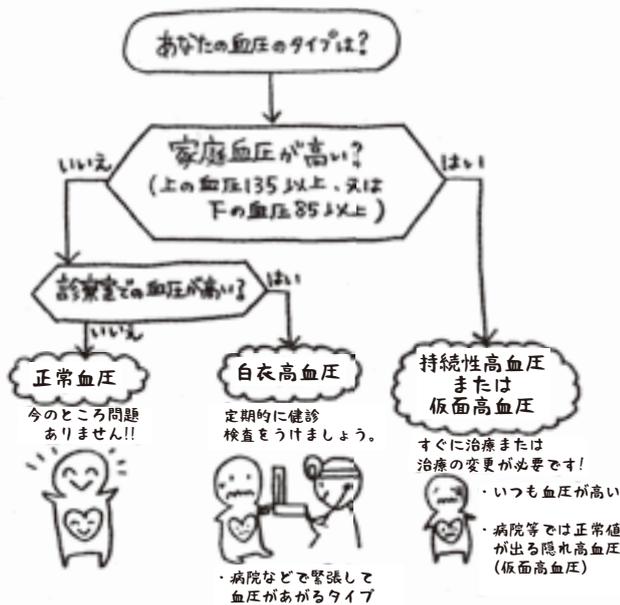
高血压になるということは、血管にかかる圧力が常に高いということです。健康な血管は弾力がありますが、長い間高い圧力がかかった血管は硬く厚く、また脆くなつていきます。そのような状態になると、脳の血管が破れたり詰まったりする脳卒中や、心臓の血管が詰まる心筋梗塞などが起こる危険性が非常に高まります。

○予防方法は？

・特に冬場、気をつけること
暖かい場所から寒い場所に出ると、血压は急上昇します。夜間トイレにたつ時には上着を一枚はおろし、お風呂に入る時には脱衣所をヒーターなどで暖めておくなどの工夫をしましょう。

・家庭血压を測ってみよう

病院や健診で一時的に血压が高くなる「白衣高血压」や逆に病院などでは正常でも、家では高い仮面高血压などもあります。家庭血压を測り、自分の普段の血压を知ることが大切です！



○やっぱり特定健診に行こう

血压を正常に保つためには、総合的に自分の健康状態を把握し、基本的な生活習慣を確立することが必要不可欠です。そのためにも健診を受け、自分の健康状態を把握しましょう。

【問い合わせ先】（市）保健介護課 保健衛生係

☎（34）1823



がんばってます 市民病院 です

☎(34)2126

第3回健康フェア開催

11月23日(土)、「市民病院健康フェア」を開催しました。

このフェアは、市民の皆さんに市民病院をよく知っていただき、また健康への関心を高めていただくことを目的として開催しているもので、今回で3回目となります。

当日は、病院食の試食や栄養相談、肺年齢測定など多数のコナーを設けたほか、また催しとしてフラダンスショーなども行われ、多くの人でにぎわいました。

(詳しくは、市民病院広報「せせらぎ冬号」にも掲載していますので、そちらもご覧ください)



市民病院で

クリスマスコンサート!!

12月8日(日)、中村交響楽団によるクリスマスコンサートが行われ、入院患者やご家族、病院スタッフら約60人が約1時間の演奏を楽しみました。

演奏曲はクリスマスソングのほか、人気ドラマのオープニングテーマなど流行のものから四季折々の童謡まで皆が知っている曲ばかりで、演奏に合わせての合唱もあり、楽しい時間を過ごすことができました。

中村交響楽団の皆さまもありがとうございました。



不妊治療費等助成について

四十市では、子どもがいないご夫婦に対して保険適用となる不妊治療費および人工授精に要した費用を助成する事業を行っています。

平成25年度の申請期限は、平成26年3月31日までとなっています。

事業内容

○保険の適用となる不妊治療費について、夫婦1組1年度あたり医療機関で支払った自己負担金に対して3万円を上限として助成する事業です。助成を受けることができるのは、通算5年です。

○人工授精に要した費用について、夫婦1組1年度あたり3万円を上限として助成する事業です。助成を受けることができるのは、通算2年です。

助成要件

・法律上の夫婦でどちらか一方が市内に居住していること
・前年の所得が夫婦合計で730万円未満であること

・医療機関で治療を受けていること
申請対象期間(25年度の治療等について)

平成25年4月1日から平成26年3月31日までの治療

※申請に必要な書類等詳しいことは、左記までお問い合わせください。

【問い合わせ先】

(本 庁) 福祉事務所 家庭福祉係

☎(34)1801

(総合支所) 福祉事務所 西土佐分室(保健課内)

☎(52)1132

自分らしく暮らすために知っておきたい『成年後見制度』

皆さん、「成年後見制度」という制度をご存じでしょうか？

今回、多くの人にこの制度について知っていただくために、講演会を開催します。講談師の神田織音さんの成年後見講談と、専門家による制度説明で、成年後見制度について分かりやすくご説明します。お誘い合わせのうえ、ぜひご来場ください。

日時 1月19日(日) 受付 12時30分 開演 13時

場所 市立中央公民館

講演 平成25年度高知県成年後見制度講演会「自分らしく暮らすために知っておきたい 成年後見制度」

第1部 講談師 神田織音さんによる成年後見講談 13時10分～

第2部 司法書士による制度の解説 14時20分～

主催 高知県社会福祉協議会 生活支援課

◎成年後見制度とは◎

成年後見制度は、認知症や知的障害・精神障害などにより判断能力が不十分な人に代わって金銭管理や契約行為を行う人を、家庭裁判所が選任する制度です。

認知症の母と同居している兄が、どうも勝手に母のお金を使いすぎてしまっているみたい…



こんな悩み
ありませんか？



一人暮らしの姉だが、物忘れが多くなり、訪問販売で必要のない高額な商品を買ってしまう…

⇒講演会で「成年後見制度」について一緒に学びましょう！

【問い合わせ先】 高知県社会福祉協議会 生活支援課 ☎088(844)4600

平成26年1月から

記帳・帳簿等の保存制度の対象者が拡大されます

平成26年1月から個人で事業（農業を含む）や不動産貸付等を行う**全ての方**について、記帳と帳簿等の保存が必要になります。

詳しくは **国税庁** で **検索**

*「個人で事業を行っている方の帳簿の記載・記録の保存について」をご覧ください。

図書館だより

開館時間 9:00～18:00

平成26年
1
January

★**雑誌をお譲りします**★
保存期間の過ぎた雑誌・英字新聞を、市民の皆さまに無料でお譲りします。
雑誌は一人5冊、英字新聞は5部までになります。
持ち帰り用の袋は各自でご用意ください。
日時 1月31日(金) 13時30分～17時まで
(当日は館内整理により休館日となっています。)

市立図書館 ☎(35)2923

★**休館日の案内**★
1月1～3日 年始の休み
6日(月) 定休
13日(月) 定休
20日(月) 定休
27日(日) 休
28日(月) 定休
29日(火) 定休
30日(水) 定休
31日(木) 館内整理日

赤ヘル1975
海藻ハンドブック
櫛挽道守
最新よくわかる心臓病
花森安治伝
火男
雪に咲く
老人漂流社会

重松 清
横浜 康継
木内 昇
天野 篤
津野 海太郎
吉来 駿作
村木 嵐
NHKスペシャル取材班

一般書

1月の新着図書(357冊)

いのちをいただく
おひさまやのめざましどけい
これっていじめ？
伝説の双子ソフィー&ジョシュ
ピコのそうじとうばん
まだだよまだだよ
よるのとしょかん
わたしたちのてんごくバス

魚戸おさむとゆかいななまたち
茂市 久美子
タナカ ヒロシ
マイケル・スコット
阿部 夏丸
市居 みか
カズノ・コハラ
ポップ・グレアム

児童書／えほん

ねんきんだより



新成人のみなさんへ

国民年金の手続きをお忘れなく！

日本に住んでいる20歳以上60歳未満のすべての人は、国民年金に加入し、保険料を納めることになっていきます。

国民年金は、年を取ったときや、病気やケガで障害が残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、年金を受け取ることができる制度です。ただし、加入の届出や保険料の納め忘れがあると年金が受けられないこともありますので、20歳になったら忘れずに国民年金の加入手続きをしましょう。(20歳の時点で厚生年金・共済組合等に加入されている人や、その配偶者として扶養されている人は、加入手続きは不要です。)

※保険料の納付が困難なときは、保険料を免除する制度のほか、納付が猶予される制度があります。

「学生納付特例制度」

学生の方は、一般的に所得が少ないため、ご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

「若年者納付猶予制度」

学生でない30歳未満の方で、ご本人および配偶者の所得が一定以下の場合に、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

「追納制度」

学生納付特例や若年者納付猶予の期間の保険料は、10年以内であれば、あとから保険料を納めること(追納)ができます。

年金手帳は大切に保管しましょう。

国民年金や厚生年金に加入すると基礎年金番号が記載された年金手帳が交付され、加入記録や納付状況などがこの番号で管理されます。年金手帳は、年金に関する手続きの際に必要となりますので、大切に保管してください。

【問い合わせ先】

日本年金機構幡多年金事務所

☎(34)1616

(本 庁)市民課市民係

☎(34)1113

(総合支所)市民課西土佐市民国保分室

☎(52)1111

【参考】納付・学生納付特例・若年者納付猶予・未納の違い

	納 付	学生納付特例	若年者納付猶予	未 納
老齢基礎年金を受けるための期間に算入されるか？	○	○	○	×
老齢基礎年金の年金額に算入されるか？	○	×	×	×
障害基礎年金・遺族基礎年金を受けるための期間に算入されるか？	○	○	○	×

心豊かに食する 健康づくり編

風邪予防!!ほうれん草とキノコのクリームパスタ (所要時間:約20分)

皆さん、風邪やインフルエンザにはかかっていませんか？これらに負けない体づくりのためにもバランスの良い食事は欠かせません。食材の中でも、キノコに含まれる食物繊維の一種であるβ-グルカンには免疫力を高める効果があります。今回は免疫力を上げる食材を組み合わせた料理を紹介します。



材料(2人分)

乾燥パスタ	150g
舞茸	40g
しめじ	40g
ほうれん草	60g
ベーコン	20g
コンソメ	1個半~2個
クリームチーズ	30g
豆乳	200cc
塩	少々
粗びきこしょう	少々

栄養成分(1人分)

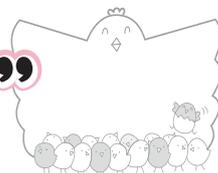
エネルギー	:446kcal
たんぱく質	:18.5g
脂質	:13.1g
食物繊維	:5.5g
食塩相当量	:1.5g

- ①ほうれん草は下ゆでをし、3cm長さに切る。
 ②舞茸、しめじは食べやすい大きさにほぐす。ベーコンは1cm幅に切る。
 ③フライパンに水600ccと塩をひとつまみ入れて沸かし、沸騰したら乾燥パスタを入れる。袋に記載されているゆで時間の2分前になったら、舞茸、しめじ、ベーコン、コンソメ、クリームチーズを加えて味をなじませ、ほうれん草と豆乳を加えて温まれば完成。お皿に盛り粗びきこしょうを振る。
 *乾燥パスタはゆで時間5分間のものを使用しました。これ以上ゆで時間が必要なものは追加時間1分に対して水を50cc増やしてください。材料を入れる際に水分が残っていれば大丈夫です。

作り方

保健介護課 管理栄養士 吉本こずえ

こんにちは 四万十市地域子育て支援センター“ぽっぽ”



親子ふれあい活動

◆1・2・3歳児対象(ぽっぽ)

節分製作

牛乳パックを使って、お豆入れを作るよ。鬼の顔、上手に描いてね。

時 ①1月27日(月)、②28日(火)、③29日(水) 9:30~11:30

場 子育て支援センター

ぽっぽでおやつ作り

ぽっぽのホールで、お母さんと一緒に“ピザ風おやき”を作るよ♪本年度最後のおやつ作りです。

時 2月13日(木)、14日(金) 9:30~11:30

場 子育て支援センター

※参加を希望される人は、2月6日(木)までに子育て支援センターまでご連絡ください。先着10組ずつとさせていただきます。親子でエプロン、三角巾、場合によってはマスク、材料代100円を持参してください。また、飲み物は各自ご用意ください。

※この活動は、登録している人に限らせていただきます。

豆まき

1年間元気に過ごせるように、みんなで豆まきをするよ。お母さんと力を合わせて鬼をやっつけよう!

時 2月3日(月) 9:30~11:30

場 子育て支援センター

◆0歳児・妊婦対象(ぴよちゃんクラブ)

節分製作・豆まき

シールをペタペタ貼って、お豆入れを作ろうね♪その後、みんなで豆まきをするよ。上手にお豆、投げられるかな?

時 1月31日(金) 9:30~11:30

場 子育て支援センター

※新たに参加を希望される人は、準備などの都合がありますので、あらかじめご連絡ください。(活動内容によっては、ご遠慮をお願いする場合があります)①など番号が付いている活動は、日程ごとにグループに分かれます。

その他の活動

◆おしゃべり広場(妊婦・0・1・2・3歳児対象)

澤田敬先生の子育てについての講話を聞いた後、みんなでいろいろなおしゃべりを楽しみましょう。子育ての悩みについても答えてくれますよ。赤ちゃんの身長・体重も計れます。

初めての方もお気軽にどうぞお越しください。

時 1月21日(火) 10:00~11:30

2月6日(木) 10:00~11:30

場 子育て支援センター

園庭開放 ※雨天の場合は中止します。

保育所名	月日	時間	駐車場
具同保育所	2月14日(金)	9:30~10:30	数台分有
もみじ保育所	1月17日(金)	9:30~11:00	〃
古津賀保育所	2月12日(水)	10:00~11:00	〃
東中筋保育所	1月22日(水)	9:30~11:00	〃
	2月6日(木)		
下田保育所	2月15日(土)	9:30~11:00	〃
八束保育所	1月22日(水)	9:30~10:30	〃
	2月4日(火)		
愛育園	2月13日(木)	9:30~10:30	なし

育児相談 相談日/月~金曜日 9:30~11:30
13:30~16:30

子育てについて思っていること、悩んでいること等気軽にご相談ください。電話相談だけでなく、直接来所しての相談にも応じます。
※活動のある日の午前中は、相談に応じられない場合があります。



問い合わせ先

四万十市地域子育て支援センター“ぽっぽ”
右山元町1丁目2-10 ☎(35)3748

交通事故被害者の家庭をサポート

独立行政法人自動車事故対策機構では、育成資金の貸付や、介護料の支給を行っています。

(育成資金の貸付)

自動車事故により保護者が亡くられたり、重い後遺障害残すこととなった家庭(生活困窮家庭)の児童を対象に、中学校卒業まで、無利子で育成資金をお貸ししています。

■金額 一時金15万5千円、入学支度金4万4千円、月額2万円

(介護料の支給)

自動車事故により重度の後遺障害が残り、介護が必要な人に支給をしています。

■金額 月額3万円~13万円(重度後遺障害の程度による。)

(友の会入会)

支給に該当された世帯には交流会等にご招待いたします。

■体験旅行、コンテスト(書道・絵画・写真ほか)、交流会(クリスマス会など)

【問い合わせ先】

独立行政法人自動車事故対策機構 高知市南ノ丸町5-17高知県トラック会館内 ☎088(831)1817



市立墓地（城北霊園）永代使用の希望者募集

申込対象者	本市に住所または本籍を有する人。 〔市外在住の方は、墓地使用に関する一切の事項を処理する市内在住の代理人の選定が必要です。〕
市立墓地の場所	中村丸の内2399-2ほか
募集区画数	未使用区画 1区画(区画番号:364) ※霊園入口に区画表示板を設置していますので、事前に現地をご確認のうえお申し込みください。
永代使用料 および 管理手数料	○永代使用料……45万円 ○管理手数料……3150円/年(25年度は月割) ※貸付時において永代使用料および管理手数料(5年分)を一括で納付していただきます。
使用期間	貸付日から永年とする。
申込受付期間	1月6日(月)～24日(金)まで(土、日、祝日を除く) ※郵送の場合は、24日消印有効
申込書	(本庁)市民課(総合支所)市民課西土佐市民国保分室でお渡しします。 ※郵送による請求の場合は、宛先を明記した返信用封筒(80円切手貼付のこと)を同封して(本庁)市民課市民係まで請求してください。
申込方法等	○墓地使用申込書に必要事項を記載して申請してください。 ※郵送で申請される場合は、申込書に必要事項を記載のうえ、左記の申込先までお願いします。 ○申し込みは、1世帯につき1件とします。 ○申込者が多数の場合は抽選を行います。
その他の条件	市立墓地の使用にあたっては、「四万十市立墓地の設置及び管理に関する条例」および「同施行規則」に定める一定の制限があります。
抽選予定日	2月14日(金)10時 場所 市役所3階 会議室303 304 ※抽選者は申込者および申込者に委任(要委任状)された人のみです。

【問い合わせ・申し込み先】

(本庁)市民課市民係(霊園担当) ☎(34)11113
〒787-8501 四万十市中村大橋通4-10
(総合支所)市民課西土佐市民国保分室 ☎(52)11111

墓地等をつくるには市長の許可が必要です!!

「墓地、埋葬等に関する法律」による墓地等(墓地、納骨堂または火葬場の経営・変更・廃止の許可)については、平成24年4月から市へ権限委譲されています。

これにより、現在、四万十市内において墓地等を経営・変更・廃止しようとする者は、四万十市長の許可が必要となっています。

※墓地は、個人が自己所有地に設置する場合であっても、勝手につくってはけません。新しく墓地をつくる場合には、市長の許可が必要です。

また、個人や石材店および不動産会社などが墓地を造成し、分譲することは禁止されています。新たに墓地の購入を検討する際は、その墓地が保健所長もしくは市長の許可を受けた墓地であるかどうかをご確認ください。

【墓地等の設置場所の基準】

①周辺の美観を損ねることがなく、その付近の住民の飲料水を汚染するおそれがないことその他公衆衛生上支障がないと認められること。

②災害危険区域、地すべり防止区域、急傾斜地崩壊危険区域として指定された土地を含まないこと。

③公園、学校、病院その他公共施設または人家敷地からの距離
墓地：おおむね100メートル以上離れた場所
納骨堂：(境内地外、社会福祉施設の敷地外)おおむね50メートル

以上離れた場所

火葬場：おおむね200メートル以上離れた場所

④鉄道、自動車専用道路、国道または主要な県道等からおおむね20メートル以上、主要な河川または海からおおむね30メートル以上離れた場所

*当該墓地等の区域およびその周辺地域の状況により、墓地等の設置が公衆衛生その他公共の福祉に反しないと認められるときは右記基準によらない場合もあります。

【問い合わせ先】

(本庁)市民課市民係 ☎(34)11113
(総合支所)市民課西土佐市民国保分室 ☎(52)11111

動物を飼っている 皆さまへお願い

●ペットの飼育について

最近、飼い主不明の犬や猫についての相談が増えています。ペットを飼うときは自分の思いだけでなく、近所から理解を得られるよう、適切に飼うようお願いいたします。また、エサの与えすぎや運動不足とならないよう、体調を見ながら飼ってあげてください。

●ペットが捨てられることについて

犬や猫が捨てられているという相談もあります。飼っているペットを捨てることは法律で禁止されています。新たにペットを飼う際にはどういったことが必要となるのかをよく考え、終生飼育をお願いします。そして、望まない命が生まれてしまわないように不妊・去勢手術を受けさせることも大切です。

●ペットを連れて移動する時には

年末年始は帰省などで人の流れが多くなります。その際に犬や猫などペットと一緒に移動することがありますが、他人に迷惑をかけないように、マナーを守って飼育してください。

また、車で移動の休憩中などにペットが迷子になることがない様、リードやケージを活用してください。また、ペットには必ず迷子札を付け、飼い主の住所や連絡先が分かるようにしておきましょう。

【問い合わせ先】

(県) 幡多福祉保健所 ☎(34)5119
(市) 環境生活課 ☎(35)4147

寒波による水道管の凍結・破裂 にご注意を！

寒波の影響で気温が下がると、水道管が凍結して水が出なくなったり、破裂したりすることがありますので、気象情報に注意し水道管の点検をお願いします。なお、万一に備えて、自宅等に設置してあるメータ・止水栓の位置を確認しましょう。

●特に凍りやすい箇所

- ・屋外でむき出しになっているところ(給湯器、温水器)
- ・風あたりの強いところ
- ・北向きで日当たりの悪いところ など

●凍結を防ぐためには

- ・水道管に市販の保温チューブや布切れを巻きつける
- ・蛇口から糸状に水を出しておく

●凍結、破裂が起きた時には

- ・凍結した場合は『水道管』にタオルなどを巻き、ぬるま湯をかける(熱湯は不可)
 - ・破裂した場合は『止水栓』を閉め、市指定水道業者に連絡し修理する(自宅等敷地内は自己負担です)
- ※道路や公園などで漏水を発見した場合は左記までご連絡ください。

【問い合わせ先】

(本 庁) 水道課 ☎(34)1711
(総合支所) 産業建設課 ☎(52)1111

寄付のお礼

11月17日(日)、市立文化センターで開催されたチャリティ合同舞踊会の収益金を四万十市の社会福祉のために役立てて欲しいとのことで、若柳流小鳩会(若柳吉鶴司さま)、慶祥流祥芳会(慶祥芳之さま)から、15万円のご寄付いただきました。チャリティ合同舞踊会からは今回で通算20回目の寄付となります。

いただいた寄付金は、四万十市社会福祉基金へ積み立てし、社会福祉事業のために使用させていただきます。ありがとうございます。

四万十市右山に居住され、昨年9月に亡くなられた故宇野貞子様から、四万十市奨学資金貸付事業に利用してほしいと64万4200円のご寄付をいただきました。

このご寄付は、宇野様の遺言により、遺言執行人を通じて届けられたものです。

ご寄付の趣旨に沿い四万十市奨学資金貸付基金へ積み立てし、使用させていただきます。ありがとうございます。

11月22日(金)、市役所3階応接室において、中村地区安全運転管理者協議会 田辺佳雄会長から中平市長にカーブミラー等の目録が贈呈されました。

当協議会は、日頃より地域の交通安全に寄与するため、さまざまな活動を展開している団体ですが、生活道路事故抑止対策のさらなる推進を目的とし、カーブミラー等4基の寄付を頂きました。

寄付していただいたカーブミラー等は、地域住民の安全を守り、安心安全に暮らせるまちづくりのため、大切に利用させていただきます。ありがとうございます。

土佐くろしお鉄道NEWS

土佐くろしお鉄道・高知西南交通バスサポートーズクラブ

『のりのり支援隊』主催 年始めイルミネーション・カラオケ列車 参加者募集!!

列車の中にカラオケ設備を持ち込んで、列車に揺られながらカラオケを楽しむイルミネーション・カラオケ列車を左記のとおり運行します。普段とは一味違ったカラオケ、一味違った列車の旅をお楽しみください。参加を希望する人は左記の申込先まで電話・FAXで申し込みください。

日時 1月25日(土) 18時12分発

集合場所 中村駅待合室 ※18時までにお集まりください。

日程詳細 中村駅↓宿毛駅(40分停車)↓中村駅

18時12分発↓18時45分着 19時25分発↓19時56分着

※宿毛駅での下車はできませんのでご注意ください。

参加費 無料 ※飲食物は用意しておりませんので、持ち込みをお願いします。

申込締切 1月20日(月)

主催 土佐くろしお鉄道・高知西南交通バスサポートーズクラブ『のりのり支援隊』

【問い合わせ・申込先】

サポートーズクラブ事務局 ☎(35)4962 FAX(34)2299

(土・日・祝日は土佐くろしお鉄道中村駅 ☎(35)4961)

※トンネルの多い宿毛ー窪川間では夜間だけでなく昼間でもお楽しみいただけるイルミネーション列車を1月下旬まで運行しています。運行時間等は、お問い合わせください。

今年もあります『すべらない砂』!!

土佐くろしお鉄道では、受験のための交通手段として窓口で切符を購入された受験生を対象に、オリジナルの『すべらない砂』の無料配布を行っています。

受験のお守りとして、身につけてみてはいかがでしょうか。

配布期間 1月末まで ※準備した砂が無くなり次第終了します。

配布場所 土佐くろしお鉄道株式会社 中村駅、宿毛駅、安芸駅、奈半利駅の駅窓口

※窓口にて受験のために切符を購入することを申し出てください。

『すべらない砂』とは：列車の車輪とレールは鉄でできているため、急な上り坂では車輪が空転して動けなくなることがあります。このような時に、すべり止めのために車輪とレールの間に撒く砂のことです。

※併せて、中村駅売店において販売しております。販売価格 1個300円

【問い合わせ先】土佐くろしお鉄道㈱ 営業課 ☎(35)4961



交通安全指導員だより

No.7

年始の交通安全

今年も一人ひとりが交通ルール・マナーを守り、交通事故のない一年にしましょう。

■スリップに注意

急な冷え込みによる路面凍結などで追突事故やスリップ事故が多発する時期です。あらかじめスタッドレスタイヤ(冬用タイヤ)を装着するなど安全に備えておきましょう。

雪道や凍結路は、急発進・急ブレーキ・急ハンドルなど「急」のつく運転操作は行わないことが基本です。時間に余裕をもって出発し、スピードを控えて慎重な運転を心がけましょう。歩行者や自転車に乗る方もくれぐれも転倒に注意しましょう。

○こんな場所は要注意!

- ・橋の上や道路の日陰部分
- ・カーブや交差点の手前
- ・トンネルの出入口



■反射材の活用

夕方や夜間に暗い色の服装で歩いたり自転車に乗っているとドライバーから見落とされ、大きな事故につながるおそれがあります。明るい服装や反射材を身につけて自分の存在を知らせましょう。



反射材着用でしっかり存在をアピール!



反射材の着用を呼びかけています

【担当課】

(市)環境生活課 市民生活係

☎(35)4147

「四万十を訪れたツルたち」写真パネル展

場所 市立中央公民館 1階
日時 1月15日(水)～20日(月)
9時～18時

野生生物環境研究センター所長の澤田佳長氏がツルの渡来調査を始めてから40年になります。これを記念し「四万十を訪れたツルたち」と称して、写真パネル展を開催します。これまで四万十市に渡来した澤田佳長氏提供のツルの写真や、四万十つるの里づくりの会の取組活動を紹介いたします。

また、今季初めてツルの越冬用に国土交通省が整備した湿地にマナヅル2羽が渡来しました。越冬可能な環境づくり等の活動に対し、地域の方々のご理解をいただきました。ありがとうございますので、ぜひご鑑賞ください。



問 四万十つるの里づくりの会 事務局(中村商工会議所)
☎(34)4333

平成26年度(一般入試) 県立中村高等技術学校 訓練生募集

募集訓練科	応募資格	訓練期間	定員
木造建築科	中学校卒業以上(平成26年3月卒業見込みの人を含む)で、平成26年4月1日現在29歳以下の人	2年	10人
左官・タイル施工科	中学校卒業以上(平成26年3月卒業見込みの人を含む)で、平成26年4月1日現在35歳以下の人	2年	10人

願書受付期間 2月3日(月)～20日(木)

試験日 2月28日(金)

試験科目 適性試験、面接

合格発表 3月7日(金)

※遠隔地者には寮(男性)もあります。詳しくは下記までお問い合わせください。

問 県立中村高等技術学校(具同5179)
☎(37)2723
HP <http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/151305/>

四国一斉! 法務局休日相談

日時 1月26日(日) 10時～15時
場所 高知地方法務局四万十支局
(右山五月町3-12
中村地方合同庁舎内)

相談内容

登記・戸籍・供託・人権擁護に関する相談、土地の境界に関する相談、公正証書に関する相談

相談員

法務局職員、公証人、司法書士、土地家屋調査士

※秘密厳守

問 高知地方法務局四万十支局
☎(34)1600

催し

情報掲示板



防災メモ

～新しく、
そして良いものを～

いま整備している防災行政無線は、皆さんに防災情報をいち早く伝達し安全な避難を助けるシステムです。東日本大震災でもその効果を発揮し、緊急情報伝達により多く命を守りました。

しかし、このシステムは通常時、「放送が聴こえない」、「干渉で情報が聞き取れない」、「音が大きすぎて迷惑」など、たくさんの課題もあります。

四万十市では、この課題を少しでも解消するため、一部の地域に次世代スピーカーを設置して、その効果を発揮できるように努めています。

この次世代スピーカーは「ホーンアレイスピーカー」といい、従来型と比べ約3倍の音達距離(約1km)が望めます。また、距離による衰減が少ないため、近い場所や遠い場所でも一定の音量を確保できるのも特徴です。(P2写真)

地形に左右されるため設置個数は少ないですが、従来型との組み合わせにより、災害に強い～伝える伝わる～の強化を図っていきます。

【問い合わせ先】

(市)地震防災課 ☎(35)2044

相談



今月は

市県民税 4期分

国民健康保険税 7期分の納付月です

日 時

1月29日(水) 9時30分から

譲渡会場

中村小動物管理センター

(四万十市古津賀306914)

☎(34)6252

開催内容 受付時間等

- ・子犬を譲りたい人受付 9時30分～10時
- ・子犬を飼いたい人受付 10時～10時10分
- ・抽選・譲渡犬決定 10時10分～10時20分
- ・愛犬の飼い始め講習会 10時20分～11時
- ・子犬の譲り渡し 11時

子犬を譲りたい人

- ・事前に幡多福祉保健所まで連絡してください。
- ・譲渡する子犬は、原則として生後2～3カ月の健康な子犬(離乳済み)です。
- ・当日は必ず印鑑を持参し子犬を連れてきてください。

子犬を飼いたい人

- ・必ず印鑑と子犬を入れる箱を持ってきてください。
- ・子犬の譲渡が決まった人は愛犬の飼育前講習を受けていただきます。
- ・本人への譲渡となりますので代理の人へはお譲りできません。
- ・原則として一家族一頭の譲渡とし、希望者が多数の場合は抽選となります。

問 (県)幡多福祉保健所 衛生環境課
☎(34)5119

男女共同参画推進事業 健康づくり講座 ボディートーク (Body-Talk)

「体」と「おしゃべり」をして、いち早く違和感をキャッチし、さまざまに体を揺すってほぐすと、だんだんと心もほぐれてくる。これが、ボディートークです。いつでも、どこでも、誰とでも、一人でもできるものですが、今回は、「一人ほぐし」を中心にいきます。体をほぐし、心もほぐして、すこやかな毎日を過ごすためにぜひご参加ください。

日 時 1月20日(月)～3月10日(月)

毎週月曜日 全8回

19時～20時30分

場 所 働く婦人の家 2階 和室

対象者 市内に居住または勤務している女性

定 員 15人(定員になり次第締め切り)

受講料 無料

講 師 高橋 郁子(ボディートーク協会)

申込み方法 1月6日(月)～

本人に限り窓口・電話で受付

9時～17時15分(12時～13時

土・日・祝日を除く)

※講師の都合により日程が変更になることがありますのでご了承ください。



問 申 働く婦人の家
☎(34)6299

就活のプレゼンを高める “好感度アップマナー・面接マナーセミナー”

会社訪問や面接に欠かせない「良い印象を与える好感度アップと面接マナー」のスキルを習得します。採用担当者や面接官が注目する面接の基本的マナー、好感度をもたれる話し方、聞き方、言葉遣い、笑顔づくり等を、実践的トレーニングで身につけます。

日 時 2月8日(土) 13時～17時

場 所 社会福祉センター2階

対象者

原則として39歳までの若年求職者および学生(高校生以上)

※その他希望する人はご相談ください。

参加費 無料

定 員 15人

申込み

下記まで電話・Eメール・FAXで申し込みください。

※面接に臨む服装でご参加ください。

※筆記用具をご持参ください。



問 申 ジョブカフェこうち・幡多サテライト(アピアさつき1階)(運営日:月・水・金・土、11時～19時)
☎(34)6860 FAX(34)6866 E-mail:jcc-hata@opal.ocn.ne.jp

四万十市雇用創造促進協議会 1月開催講座

募集種目	日時	場所	内容	講師	募集期間	定員
◆高付加価値農産物生産計画・技術力向上研修	1月15日(水) 14:00~17:00	実地研修 鍋島圃場 (集合:あぐりっこ 研修センター)	・春の定植にむけての土づくり ◎天候、圃場の状況により内容が変更になる場合があります。 ◎農作業ができる服装でお越しください。	山下一穂(有機のがっこう「土佐自然塾」塾長)	1月14日(火)まで	30人
	1月16日(木) 9:00~12:00	座学 あぐりっこ研修センター	・春の定植にむけての土づくりについて			
◆加工技術力向上研修	1月21日(火) 14:30~16:30	新ロイヤルホテル 3F 蓬菜殿	・四万十らしいピクルスと猪・鹿を使ったパテ	ドミニク・コルビ(ドミニク・コルビ・プロダクション株式会社代表取締役)	1月20日(月)まで	20人
◆販売・企画力向上セミナー	1月23日(木) 13:00~17:00	四万十市西土佐 商工会 2F会議室	・ソーシャルメディア収益化、完成ワークショップ(セキュリティチェックや投稿パターン、カメラ技などの基礎を学びます)	宮松利博(株式会社ISSUN代表取締役)	1月22日(水)まで	20人

問 四万十市雇用創造促進協議会 ☎(34)9570 FAX(34)9571
ホームページ <http://www.shimanto-koyo.com/>

ご不明な点がございましたら、左記までお問い合わせの上お申し込みください。応募者多数の場合は先着順になります。

定期相談所

	日時	場所	相談内容	問い合わせ先
行政相談所	1月20日(月) 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》正木 卓夫 ☎(37)2560 平石眞理子 ☎(35)4250	(本 庁)総務課 ☎(34)1804 (総合支所)地域企画課 ☎(52)1111
	2月7日(金) 9時~12時	本村多目的集会所	《相談委員》中平 貞行 ☎(52)1632	
特設人権相談所	2月7日(金) 9時~12時 13時~15時	間崎集会所	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)	高知地方事務局四万十支局 ☎(34)1600 FAX(34)1601
	2月7日(金) 9時~12時	本村多目的集会所		

防衛省 平成26年度予備自衛官補募集

予備自衛官補制度とは、主として自衛隊未経験者を予備自衛官補として公募・採用し、所定の教育訓練を経た後、予備自衛官として任用する制度です。
予備自衛官は普段社会人として仕事をしながら、年間5日間(連続5日間の訓練が基本)の訓練を受け、必要があると認める場合には招集命令により出頭し、自衛官となり活動します。

応募資格(年齢の計算期日 平成26年7月1日)

- ・一般公募:日本国籍を有し18歳以上、34歳未満の人(資格等は必要なし)
- ・技能公募:日本国籍を有し18歳以上で、保有する技能・資格に応じた53歳~55歳未満(保有する技能・資格等細部等級については下記問い合わせ先まで)

予備自衛官補から予備自衛官への任用

一般公募は3年以内に50日間、技能公募は2年以内に10日間の教育訓練終了後の翌日に陸上予備自衛官として任用されます。

手当

- ・教育訓練招集手当(日額) 予備自衛官補:7900円(予備自衛官:8100円)
- ・教育訓練招集旅費:教育訓練出頭のための往復旅費が支給されます。
- ・予備自衛官手当(予備自衛官として任用期間中支給) 月額4000円

受付期間 1月8日(水)~4月2日(水)

試験期日 4月11日(金)~15日(火)の内いずれか1日を指定されます。

試験会場 後日お知らせします。

問 自衛隊四万十地域事務所 ☎(35)3096



(平成25・12・5届出分まで)

住所 赤ちゃん 保護者

中村丸の内	一谷	暁仁	祥瑞
中村丸の内	矢野	篤樹	秀樹
右山元町	中川	優里愛	優一
右山元町	森	宇汰	紀己彦
右山元町	東	柊李	拓輔
駅前町	寺岡	結依	優
右山五月町	森本	琉夏	雄一
古津賀	横山	喜一	貴博
古津賀	崎村	梨奈	和範
具同	矢野	乙羽	大輔
具同	三吉	花奈	規文
渡川	山口	大翔	悦生
渡川	尾崎	虹架	幸司
具同田黒	西内	心優	史光
竹島	川添	里衣紗	幸
蕨岡	甲澤田	椰	造
西土佐江川崎	武内	六花	政志
西土佐用井	中平	莞太	貴志



(平成25・12・5届出分まで)

住所 氏名 享年

中村大橋通	植村	和意	73
中村山手通	大原	政美	91
中村栄町	澤田	寛	87
中村丸の内	中屋	信一	74
中村京町	岡崎	恵子	67
中村京町	佐竹	茂平	89
右山元町	岡崎	平藏	69
中山	田中	擴	72
右山	濱岡	美幸	84
右山	中山	義幸	74
古津賀	川村	清子	87
古津賀	島津	愛子	82
古津賀	加藤	幸恵	86
入田	濱田	美留恵	99
入田	今井	愛子	88
具同	今城	虎喜	93
荒川	岡本	良子	88
有岡	弘田	京子	77
横瀬	亀井	満	92
山路	山崎	忠彦	86

実崎	乾	邦憲	85
間崎	刈谷	スミエ	83
間崎	刈谷	定	86
初崎	嶋村	正明	85
鍋島	池本	満男	81
鍋島	山本	正	88
下田	細川	久子	96
下田	沖	正也	75
下田	福留	建吉	72
平野	山本	絹尾	78
板ノ川	池	鶴喜	83
敷地	片山	初代	91
片魚	敷地	弘喜	82
住次郎	坂本	輝邦	80
西土佐藤ノ川	稲田	茂喜	84
西土佐橋	松浦	喜代子	87
西土佐橋	横山	延茂	72
西土佐西ヶ方	大村	ハナエ	90
西土佐用井	稲井	ヨシエ	101
西土佐用井	伊與木	キク	92
西土佐江川	沖	房子	85
西土佐江川	永山	義孝	84

「お誕生おめでとう」、「ご冥福をお祈りします」のコーナーについては、親族等の希望により掲載していません。

(本庁) 市民課
☎(34) 1113
まで必ずご連絡ください。

人が人らしく

★人権さまざま★ 105

なんにでも手を出したがる物好きな私ですが今は自分のルーツを書き遺そうとしています。何故かといえば、今の子ども達が、自分の祖先様のことを知らなすぎるのではないかと感じる人が多いからです。

両親の名前は分かって当然ですが、もう一つ上の世代のことになると、全く意に介していません。4人いる祖父の名前を正確には理解していないようです。それゆえ、そのもう一つ上の、曾祖父父母になるとまるで外国人みたいな存在です。まだ元気で、近所に住んでいる人なのに知らないといひます。まことにさびしいかぎりです。

私は家庭教育の第一歩として曾祖父父母の名前を知らせること、その上に、その人達の職業や趣味、業績などが分かっているなら、今のうちに伝えてやって下さいと頼み込んでいます。それは簡単ではないという親もおりますが、私の家で考えれば、孫たちにとって曾祖父父母とは、外ならぬ私の両親になります。その人のことならまだまだ忘れずには無く、いつでも一つや二つの思い出話は憶えています。爺や婆はそうした話を聞かせることで、孫たちは四世代の歴史を知ることができるのです。

父は大工、母は小さな菜園畑で野菜を作り商いをして小遣いを工面しました。戦争があり、貧乏で子沢山の家でした。僅かそれだけのことで、でもメモにしておけば立派な歴史教科書になり、名前を書きただけで他所には無い家系図が出来上がりです。そのまま百年、千年と経てば、平安時代の貴族の家にも負けない系図として貴重な資料になるはずで、私の連れ合いの両親を含めると、曾祖父父母は合計4人となり、もう一方の相手方を合わせると総勢8人を孫は知ることになります。また人間としても、その程度のことには知ることが常識でもあります。

私は最近、今から約3百年前に宿毛から移って来てこのダバを開墾した山本の最初の人のことを調べました。その人は女房に先立たれ40年間を鰥夫で暮らしたようです。それが此処・双海での私の先祖です。

国の歴史を暗記する教育も、もちろん重要ですが、一家に必ず存在する曾祖父父母のことを孫たちに伝えることも爺婆の大切な役割と考えています。

四万十市人権啓発講師 山本衛

四万十市シルバー人材センターからのお知らせ

シルバー人材センターは、60歳以上の元気で働く意欲のある人が会員となり、事業などを自主的に運営している団体です。

シルバー人材センターでは、こんな仕事をしています。

- 屋内外の一般作業 除草、草刈、伐採、家の掃除、お墓の掃除、農作業、土木作業、展示会等搬入出作業など
- 技能を必要とする仕事 大工仕事、左官仕事、剪定、ふすま・障子・網戸の張替など
- サービス分野 家事援助サービスなど
- 事務分野 毛筆筆耕、宛名書き、毛筆賞状書など

60歳以上の元気で働く意欲ある会員を募集中！

企業や個人、公共団体などからの仕事依頼もお待ちしています。お気軽にセンターへご相談ください。

【問い合わせ先】

(一社)四万十市シルバー人材センター

中村本所(四万十市社会福祉センター内) ☎(35)3117

西土佐支所(四万十市総合福祉センター内) ☎(31)6113

シルバー人材センター パソコン愛好会 パソコン教室

日時 平成26年4月～平成27年3月

・初級 毎週月曜日(月4回)

午前部10時～12時 午後部13時30分～15時30分 夜間部18時30分～20時30分

・中級 毎週木曜日(月4回)

午前部10時～12時 午後部13時30分～15時30分 夜間部18時30分～20時30分

場所 市立中央公民館 情報学習室

対象者 市内に居住または勤務する人(年齢不問)

定員 初級20人 中級10人 (いずれも申込順)

講習料 無料(別途教材費が必要)

募集期間 1月13日(火)～2月28日(金)

受付時間 9時30分～16時(土、日、祝日を除く)

主催 (一社)四万十市シルバー人材センター パソコン愛好会

【問い合わせ先】(一社)四万十市シルバー人材センター ☎(35)3117



市政

教育

くらし

情報掲示板

トンボ王国 1月のイベント情報

○第10回学遊館クラブ「おやつ広場作り①」

内容：昨年、園内のある丘に作ったちよつとした広っぱ。今年も木を切り、草を刈って拡張、公園を眺望できる場所にします。

日時：1月19日(日)10時～12時

場所：トンボ自然公園

対象：四万十川学遊館年間パス

ポート所持者(学遊館クラブ希望者)

※前日までに予約をお願いします。



○冬の特別展「トンボ・ベビー展」

内容：四万十川流域で見られるトンボの幼虫(ヤゴ)約50種を展示。

期間：1月13日(月・祝)まで

場所：四万十川学遊館

対象：有料入館者



○新春！運試しスピードくじ

内容：トンボ王国オリジナルグッズが当たるくじ引きを、お正月3日間に行います。さあ、今年の運勢は？

期間：1月1日～3日

場所：四万十川学遊館

対象：有料入館者(先着300人)



【問い合わせ先】

(公社)トンボと自然を考える会
☎(37)4110



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。

12月29日(日)	山下整形外科	☎(34)0511
31日(火)	市民病院	☎(34)2126
1月1日(水)	吉井病院	☎(34)5005
2日(木)	竹本病院	☎(35)4151
3日(金)	さたけ小児科	☎(37)2255
5日(日)	木俵病院	☎(34)1211
12日(日)	中村病院	☎(34)3177
13日(月)	中村クリニック	☎(34)5100
19日(日)	市民病院	☎(34)2126
26日(日)	さくらクリニック	☎(35)2555
2月2日(日)	市民病院	☎(34)2126

人のうごき ~11月末日現在~ ()内は、前月との差

総人口	35,664人 (-27)	転入	57人
男	16,863人 (-20)	転出	51人
女	18,801人 (-7)	出生	20人
世帯数	16,464世帯(-21)	死亡	53人

編集後記
 めであけましておめでとうございます。昨年も編集作業が忙しく、追々年末の準備がすすんでいきました。今年も広報の充実を図りたいと思います。引き続きご協力をお願いします。

日直指定水道業者

●水道料金は口座振替で●

1月5日(日)	(有)カキタニ設備	☎(33)0660
1月11日(土)	岡崎プロパン(株)	☎(35)3458
1月12日(日)	(有)夕部設備	☎(37)3383
1月13日(月)	西南管工	☎(36)2554
1月18日(土)	(株)奥宮工業	☎(37)5151
1月19日(日)	(有)大同設備	☎(35)4879
1月25日(土)	(有)山下建設	☎(33)0653
1月26日(日)	豚座建設(株)	☎(34)6031
2月1日(土)	(有)平野水道	☎(35)2316
2月2日(日)	溝渕設備	☎(34)3734

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】
(本庁)水道課 ☎(34)1711
(総合支所)産業建設課 ☎(52)1111

1月実施の統計調査 【問い合わせ先】 (県)総務部 統計課 ☎088(823)9344

調査名	該当地区
家計調査	於東町、新町、一条通、渡川、具同田黒、丸の内
労働力調査	安並(準備調査中)

第25回四万十川リバーサイドフルウォーク SHIMANTO RIVERSIDE FULLWALK 2014

2014.4.5(土)・4.6(日) 雨天決行

四万十市民スポーツセンター [受付・スタート・ゴール]

参加者募集



■コース・参加料

日時	コース名	距離	市民無料参加	当日受付	ルート			
4月5日(土) 9時出発	新ごり	10km	可	不可	スポーツセンター	(バス移動)	四万十大橋	スポーツセンター
	あかめ	16km	可	可		→	四万十大橋	
	くじら	29km	可				くじらの見える丘	
4月6日(日) 8時出発	あゆ	17km	可	不可	スポーツセンター	(バス移動)	佐田沈下橋	→
	ふじ	19km	可	不可		→	高瀬沈下橋	
	てながえび	23km	可	可			三里沈下橋	
	かわせみ	30km	可	不可			(バス移動)	

■参加料 2,000円(高校生以下1,000円)

※1日参加、2日参加とも同額。
※市民無料コースへの参加は、市内在住の人に限りです。
また、参加賞の贈呈はなく、完歩証のみとなります。

■昼食代 600円

※事前申込のみ。市民無料コースへの参加者も申し込みできます。

■申込期限 2月28日(金)

【問い合わせ・申込先】

(市)教育委員会 社会体育課 四万十川リバーサイドフルウォーク係
(四万十市安並4231 市民スポーツセンター内) ☎(34)2071

※パンフレットは市役所1階ロビーにもあります。遠方の方はご請求ください。



四万十川を一緒に歩きましょう

「広報四万十」2月号は1月29日(水)発送予定です