



四万十



遅咲きのヒマワリ ありがとう 40010筆突破

天神橋商店街「ひまわり応援隊」や「遅咲きのヒマワリ四万十ロケ支援委員会(事務局:市観光課)」が今年1月から取り組んできた「ドラマ続編制作を要望する署名」が、おかげさまで目標の40010筆を超えました。

6月3日には、天神橋商店街で喜びの報告会が行われ、「遅咲きのヒマワリ ありがとう 40010筆突破」と書かれたボードが披露されました。

ご協力いただいた皆さん、本当にありがとうございました。

(3 ページ)

今月の主な内容

Contents

- ▷ 四万十市民大学 2
- ▷ 大宮集落活動センター開所 3
- ▷ 住宅耐震化に関する相談会 4
- ▷ 国・県・市事業連絡調整会議 5
- ▷ ふるさと応援寄附金 大幅に増加 5
- ▷ チャレンジショップ出店者募集 6
- ▷ 第9回 しまんと市民祭 29
- ▷ 街コン「美味しいもんnight in 四万十」 32

平成25年度 第32回

市民大学

第1講座



8/7(水)

きくち ゆきお
菊地 幸夫さん
弁護士

第2講座



8/24(土)

みつや ゆうこ
三屋 裕子さん
スポーツプロデューサー

第3講座



8/28(水)

むらかみ のぶお
村上 信夫さん
元NHKエグゼクティブ
アナウンサー

仕事も家庭も一生懸命！
～出会いの人生から学んだこと～

三屋裕子の健康寺子屋

ことばのビタミン

第4講座



9/4(水)

やなぎだ くにお
柳田 邦男さん
ノンフィクション作家

第5講座



9/11(水)

さたか まこと
佐高 信さん
評論家

大人の気づき、子どもの成長

幸徳秋水における忠誠と反逆

【会場】第1講座
西土佐ふれあいホール
第2～5講座
市立中央公民館2F大ホール

【時間】開 場 18:30
講演時間 19:00～20:30

◎連続受講券

一般.....1,500円
60歳以上の方・高校生
障害者手帳をお持ちの人.....1,000円

◎1日受講券

500円

●受講券販売場所

市立中央公民館、市立文化センター、市立図書館、(本庁)市民課
(総合支所)市民課分室、(教委)西土佐事務所

《託児サービス》3歳～小3(要予約:1週間前まで)
《送迎バス》西土佐⇄中村(要予約:1週間前まで)
《手話・要約筆記》回によりいずれかが行われます

－問い合わせ・申し込み先－

(市)教育委員会 生涯学習課
☎(34)7311



「楽しまんと!はた博」スタート!!

6月29、30日のプレイベントを皮切りに「楽しまんと!はた博」がスタート。7月から12月までの期間中、幡多6市町村の特色をいかしたイベントや幡多地域の自然を舞台とした体験型プログラム「はたの夏休み2013」、宝探しゲーム、記録に挑戦シリーズなど楽しいイベントが盛りだくさんです。

「楽しまんと!はた博」公式ガイドブック夏号も幡多地域内の観光施設、コンビニ等で配布中です。公式HPでも最新イベント情報やお得なクーポン情報など順次アップしていきますのでお見逃しなく!!

<http://hata-kochi.jp/>

【問い合わせ先】

幡多広域観光協議会

☎(31)0233



遅咲きのヒマワリ続編要望署名

40010筆突破

天神橋商店街の「ひまわり応援隊」や「遅咲きのヒマワリ」四万十ロケ支援委員会（事務局：市観光課）が今年1月から取り組んできた「ドラマ続編制作を要望する署名活動」には、市民の皆さんをはじめ、全国からたくさんのご協力をいただき、おかげさまで目標の40010筆を大幅に超える48331筆（6月17日現在）の署名を集めることができました。

また、署名とあわせて、ドラマに対する熱いメッセージもたくさんお寄せいただきました。

これを受け6月3日には、ドラマの舞台となった天神橋商店街で「ひまわり応援隊」や「支援委員会」の方々による喜びの報告会が行われ、アーケードの天井には「遅咲きのヒマワリ ありがとう 40010筆突破」と書かれたボードが披露されました。

皆さんの熱い思いの詰まったこの署名は、今後の要望活動に大切に活用させていただきます。本当にご協力ありがとうございました。

全国からのメッセージ

◇四万十の自然、街また、人たちの様子がよくわかり感銘を受けました。続編の製作を期待いたします。

◇四万十の事もいっぱい知れたし、特にオープニングが大好きでした。続編期待してます。

◇地域密着のドラマがとても面白かったです。地元の人々の気持ちが伝わってきました。

◇ドラマには高知の自然が良い具合に活かされており、最終話まで楽しく見ることができました。ほんとに嬉しかったです。ぜひ続編をお願いしたいです。



大宮集落活動センター「みやの里」開所

3集落で構成されている大宮地区では、昨年度から、将来の人口減少および高齢化に伴う地域課題を見据え、高知県が提唱する、地域連携協力等による新しい地域の支え合いの仕組みである集落活動センター設置に取り組んできました。

同センターを運営する大宮地域振興協議会を今年の1月に立ち上げ、取り組みの分野に応じた部会を作り協議を重ねてきました。そして、本年度に取り組む事業とスケジュールが決まり5月26日の開所となりました。また、大宮集落活動センターの名称は公募により「みやの里」と決まりました。

大宮小学校体育館では、開所式の記念講演として、明治大学小田切教授による地域づくりの講演会が開催され、地域内外から100人を超える参加がありました。

その後、活動拠点となる事務所（株大宮産業内）前で開かれた除幕式には尾崎知事も参加し、多くの住民が見守る中「みやの里」が開所しました。

今後この大宮地域では、集落活動センターみやの里で地域住民の力を合わせながら、特産品開発、野菜集出荷、葬祭事業、地域情報発信、交流などに取り組んで地域の自立を図っていきます。



住宅耐震化に関する

相談会のご案内

あなたの住まいは
地震に対して安全ですか？

東日本大震災では津波被害が大きく取りざたされましたが、津波の前には大きな揺れが長時間続き、耐震性の低い建物は倒壊します。阪神・淡路大震災で亡くなった人の95%以上が建物の倒壊の影響によるものです。大規模地震から家族の命を守るためにも、まずはお住まいの安全性を確かめてみてはいかがでしょうか？



住宅の改修工事をお考えの人、耐震性が気になるが費用面などで今一つ踏み出せないという人を後押しさせていただくため、相談会を行います。中村と西土佐の両地域で診断士が皆さんの相談を受けいたしますので、お気軽にお越しください。

■中村地域

日時：7月21日(日) 10時～15時

会場：市役所本庁舎 3階防災対策室

■西土佐地域

日時：7月28日(日) 10時～15時

会場：市役所西土佐総合支所 2階会議室

■主催 高知県建築士会中村支部

■その他

当日会場での耐震診断事業(木造住宅は無料)の申し込みも受け付けます。診断を考えている人は、①固定資産税土地・家屋課税明細書 ②印鑑(認印で可)をご用意いただくとスムーズに申し込みができます。また『ブロック塀安全対策』や『家具転倒防止』の相談も受け付けますのでお申し出ください。

【問い合わせ先】

(市)地震防災課 ☎(35)2044

家具の転倒防止対策は

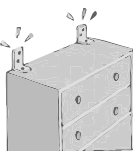
お済ですか？

大規模な地震が発生すると、固定されていない家具・家電が凶器と化します。阪神・淡路大震災では、建物の中でけがをした人の半数が家具の転倒や落下が原因だったという調査結果があります。南海トラフの巨大地震では強い揺れが3分以上続くともいわれ、揺れから身を守り、すぐに避難できるよう、建物の耐震化と併せて家具の転倒防止対策を行いましょう。

市では次の世帯について、家具転倒防止対策の支援を行っています。支援を希望される人は、お気軽にご相談ください。

■支援対象世帯

- ① 65歳以上の高齢者のみの世帯
- ② 身体障害者手帳の交付を受けた人がいる世帯
- ③ このほか、取り付け作業が困難であると市長が認めた世帯



■支援内容

申し込みに基づき市が委託する団体に家具等(タンス、食器棚、冷蔵庫など最大4台まで)の取り付け作業を依頼します。作業費は市が負担しますが、固定金具などの資材費は申込者の負担となりますのでご注意ください。

■募集世帯

30世帯(定員になり次第締め切り)

■受付期間

7月10日(水)～

■申し込み方法

印鑑を持参のうえ、(市)地震防災課までお越しください。

【問い合わせ先】

(市)地震防災課 ☎(35)2044

市長日誌 5月15日～6月10日

5月15日	登庁式 高知県幡多土木事務所長ほかへ就任あいさつ 高知県議会産業振興土木委員会出先機関調査(陳情) 国土交通省四国地方整備局中村河川国道事務所・中筋川総合開発工事事務所へ就任あいさつ 高知県庁(知事ほか)へ就任あいさつ(高知市) 国土交通省訪問(東京) 第24回四国西南サミット(宿毛市)
17日	国土交通省四国地方整備局中村河川国道事務所長協議 道路整備促進期成同盟会高知県地方協議会理事会・通常総会および道路整備促進高知県大会(高知市)
20日	高知県庁訪問(高知市)
21日	国土交通省 四国地方整備局訪問(高松市)
22日	全国治水砂防協会通常総会(東京都) 南海トラフ巨大地震対策特別措置法(仮)の早期制定要請(東京都)
23日	第2回西土佐地域区長会 西土佐地域自主防災会連絡協議会 臨時議会
24日	四万十市消防団員内助功労者表彰式・祝賀会 第2回関東東幡多四万十会・四万十市ふるさと応援団交流会(東京都)
25日	第25回四万十杯中学校招待野球大会開会式 西部漁業協同組合総会
26日	大宮集落活動センター(みやの里)開所式・祝賀会 四国西南地域道路整備促進協議会総会(愛媛県愛南町)
27日	国土交通省・高知県東京事務所訪問(東京都)
28日	横瀬川ダム建設促進期成同盟会総会 全国公設地方卸売市場協議会第42回通常総会
29日	医師確保業務(高知市・南国市)
31日	高知県防犯協会定時総会(高知市)
6月1日	高知ファイティングドッグス公式戦始球式 四万十市旅館組合意見交換会・総会
2日	土佐くろしお鉄道株式会社株主総会・取締役会(高知市)
3日	国土交通省訪問(東京都)
4日	国・県・市事業連絡調整会議
5日	民生委員推薦会
6日	中村地区地域安全協会総会
7日	主要地方道西土佐松野線改良促進期成同盟会総会
8日	平成25年度自衛隊四万十協力会議
9日	福祉チャリティーコンサートひまわり歌謡ショー
10日	国道441号道路整備促進期成同盟会総会

国・県・市事業連絡調整会議

6月5日、国土交通省四国地方整備局中村河川国道事務所、高知県幡多土木事務所、四万十市による「平成25年度国・県・市事業連絡調整会議」を行いました。

当日は、国土交通省から18人、県土木事務所から10人、市からは市長をはじめ関係各課から18人の総勢46人が参加。市長および中村河川国道事務所長による開会あいさつのあと、それぞれの事務所における事業概要説明を行いました。

国土交通省からは、四万十川の堤防整備（不破堤防、具同・入田堤防等）、四万十川自然再生事業（ツルの里づくり、アユの瀬づくり、魚のゆりかごづくり）、樋門耐震補強等の進捗状況、四国横断自動車道（佐賀、四万十間）などについて、県からは、国道441号や国道321号（山路）の整備状況、下田港改修事業などについて、市からは、平成25年度の財政状況について、現在の状況や展望などが報告され、事業ごとにおける連携の必要性について再確認しました。

その後の質疑応答では、「南海大地震における被害想定および堤防機能」「国道441号網代バイパスの状況」「四国横断自動車道（佐賀、四万十間）における今後の調査の見通し」などについて活発な議論が行われました。

今回の会議により、国・県・市が相互に情報共有を行い、協力して事業を進めていくことを共通の認識として確認し、今後定期的に同様の会議を開催していくこととなりました。四万十市においても、国や県の事業に対して、積極的な協力を行なっていきたいと思えます。

会議の様子：四万十市役所

地域おこし協力隊の紹介

市では昨年8月から、中山間地域の人材確保や活性化を図るため、本市への移住希望者で地域活性化に意欲のある人を募集し、地域おこし協力隊として委嘱しています。

協力隊の皆さんには、最長3年間、地域住民と協働で地域の課題解決や活性化に取り組んでもらうこととしており、現在、西土佐地域に3人を配置、そして今後は、中村地域にも2人を配置する予定です。

今回は、5月から西土佐地域で活動を開始した竹本圭吾さんを紹介します。

竹本圭吾（31）大阪府出身

5月より西土佐総合支所で地域おこし協力隊として勤務しております竹本圭吾です。生まれも育ちも大阪の生粋の関西人です。これから3年間、主に西土佐地域の地域活動やイベント等に参画していきます。一日も早く四万十市、西土佐地域の一員として、各地で皆さんとご一緒させていただける様に頑張ります。



ふるさと応援寄附金 大幅に増加 平成24年度 528件、771万円

四万十市ふるさと応援寄附金（ふるさと納税）には、全国の皆さまからたくさんのご寄附とともに応援メッセージが寄せられています。

平成24年度は、526人、1法人の皆さまから、延べ528件、総額7,710,000円のご寄附をいただき、平成23年度の135件、4,990,290円から大幅な増加となりました。温かいご支援に対して、厚くお礼申し上げます。

◆年度別推移

年度	件数	金額(円)
H20	6	280,000
H21	7	1,740,000
H22	44	2,639,000
H23	135	4,990,290
H24	528	7,710,000
計	720	17,359,290

◆寄附金の使途の指定内訳 ※H24年度寄附分

事業の種類(使途)	件数	金額(円)
環境と景観を守る事業	192	2,332,500
人(高齢者、子どもなど)を守り育む事業	89	807,000
産業を守り育む事業	32	386,000
イベントを守り育む事業	20	179,500
災害から守る事業	31	265,000
市長が必要と認める事業(市長にお任せ)	236	3,740,000
計	600	7,710,000

※事業の種類(使途)は、寄附のお申込みの際に寄附者の皆さまに指定していただいています。
※1回のご寄附で複数の事業の種類(使途)を指定される場合があるため、寄附件数と一致しません。

チャレンジショップ 出店者募集

天神橋商店街では、空き店舗を活用した「チャレンジショップ」の出店者を募集しています。

チャレンジショップは、初めてお店を持つと思われる人や、現在のお店の業態・業種の転換を考えている人に、まずは『半年間』天神橋商店街内でお試し営業していただくお店です。

【月額店舗使用料1万円以内】
【宣伝活動費用負担0円】とお手軽に新規開業できるよう、天神橋商店街がサポートします。
また、現在店舗内のC区画が空いており、すぐに出店が可能ですので、興味のある人は左記連絡先までご連絡ください。

**チャレンジショップ
説明会随時開催中！
(事前にご予約ください)**

【問い合わせ先】

四万十市中村天神橋54

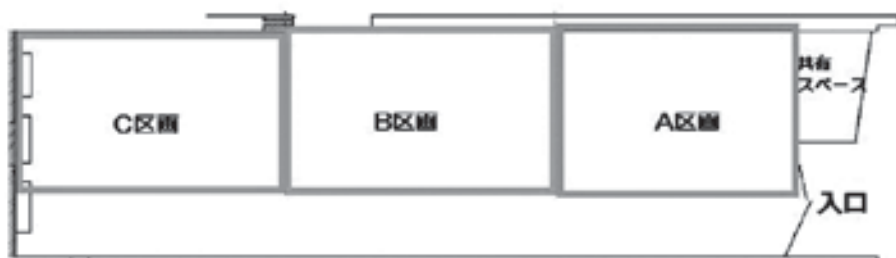
チャレンジショップTJB事務局

(担当 田中・深瀬)

☎(35)2019

営業時間 10時～19時

(定休日 水曜日)



起業支援型地域 雇用創造事業 (第2次募集)

市では雇用情勢が厳しい状況にある中、地域における新たな雇用機会の創出を図るために「高知県緊急雇用創出臨時特例基金事業費補助金」を活用し、民間の自由な発想や企画を活かした事業の提案を募集(第2次)します。

詳細はホームページの「四万十市からのお知らせ」欄に掲載する添付ファイル内の起業支援型募集要項ほかを参照ください。

また、この事業に係る説明会を左記のとおり開催しますので、出席を希望する企業等の方はホームページの添付ファイル内の説明会申込書を提出してください。

本事業の活用を希望される企業等はホームページを確認のうえ準備をお願いします。

説明会

日時 7月11日(木)13時30分～
場所 市役所3階303会議室

【問い合わせ先】

(市)商工課 商工・雇用対策係

☎(34)1126

FAX(34)1148

「家族でマイバッグ宣言」 に参加しませんか

買い物をする時にマイバッグを持参してレジ袋を断ることは、ごみの削減、地球温暖化の原因となる二酸化炭素の削減につながります。

「家族でマイバッグ宣言」に参加し、買い物のたびにレジ袋を受け取る生活を見直して、環境にやさしい取り組みをしてみませんか。

対象者 四万十市民(先着40家族まで)

内容 ※家族でチームを作って申し込んでください。

家族でレジ袋削減のためにマイバッグでの買い物に取り組み、取組期間中の買い物状況を報告してもらいます。

☆レジ袋辞退率が80%以上のチームを表彰させていただきます。(図書カードをプレゼント)

取組期間 7月26日(金)～8月15日(木)の3週間

参加方法 申込書を左記まで提出してください。郵送またはFAXでもかまいません。

※申込書は市ホームページからダウンロードするか、(市)環境生活課まで取りに来てください。

申込締切 7月12日(金)必着

宣言式 日時 7月26日(金)14時～15時
場所 市立中央公民館 1階 大会議室

※環境についての基礎学習を行った後、取組方法の説明をします。

【問い合わせ・申込先】

(市)環境生活課

☎(34)6126



平成24年度 決算概要

	歳入	歳出	形式収支
一 般 会 計	204億8,739万円	202億2,231万円	2億6,508万円(*1)
特 別 会 計(14会計)	歳入	歳出	形式収支
国民健康保険会計事業勘定	43億4,649万円	42億7,811万円	6,838万円(*2)
国民健康保険診療施設勘定	2億8,313万円	4億1,924万円	△1億3,611万円(*3)
奥屋内へき地出張診療所会計	608万円	608万円	0
後期高齢者医療会計	4億8,055万円	4億7,817万円	238万円(*4)
下水道事業会計	7億9,078万円	7億9,071万円	7万円(*5)
と畜場会計	2億7,040万円	2億7,040万円	0
幡多公設地方卸売市場事業会計	1,847万円	1,847万円	0
住宅新築資金等貸付事業会計	148万円	148万円	0
鉄道経営助成基金会計	3億2,186万円	3億2,186万円	0
農業集落排水事業会計	4,828万円	4,828万円	0
幡多中央介護認定審査会会計	680万円	680万円	0
介護保険会計保険事業勘定	33億9,671万円	33億9,671万円	0
簡易水道事業会計	4億6,275万円	4億4,474万円	1,801万円(*6)
園芸作物価格安定事業会計	1,243万円	1,243万円	0
企 業 会 計(2会計)	収益	費用	形式収支
水道事業会計	4億3,629万円	3億6,263万円	7,366万円(*7)
病院事業会計	21億 221万円	21億3,734万円	△3,513万円(*8)

- (※1) 25年度への繰越財源1億1,815万円を差し引いた実質収支は1億4,693万円となり、この全額を減債基金に積み立てた。
 (※2) 全額を国保財政調整基金に積み立てた。
 (※3) 25年度予算からの繰上充用により措置した。
 (※4) 全額を25年度へ繰り越した。
 (※5) (※6) 全額が25年度へ繰り越した事業の財源。
 (※7) 資本的収支は△1億7,329万円(収入1億6,691万円－支出3億4,020万円)となり、不足額は当年度分消費税資本的収支調整額、減債積立金、当年度損益勘定留保資金および繰越利益剰余金で補てんした。
 (※8) 累積で13億497万円の未処理欠損金となり、全額翌年度への繰り越しとした。また、資本的収支は、△9,064万円(収入8,000万円－支出1億7,064万円)となり、不足額は当年度分消費税資本的収支調整額および当年度分損益勘定留保資金で補てんし、なお不足する額は一時借入金で措置した。

【問い合わせ先】(市)財政課 財政係 ☎(34) 1819

平成24年度 情報公開制度および個人情報保護制度の運用状況

市では、公正で開かれた市政の実現を図ることを目的とした情報公開制度と、市民の個人情報の保護を目的とした個人情報保護制度を運用しています。

情報公開制度運用状況

- 行政情報の公開請求の状況(平成24年4月1日～平成25年3月31日に受理した請求)
 請求件数: 18件(公開決定: 14件、一部公開決定: 3件、非公開決定: 1件、不受理: 0件)
 ※請求対象文書等は、市ホームページ[行政情報]に掲載しています。
<http://www.city.shimanto.lg.jp/life/information/soumu/unyoujyoukyou.html>
- 決定に対する不服申し立て… 1 件

個人情報保護制度運用状況

- 個人情報取扱業務の登録状況…登録件数: 249件(平成25年3月31日現在)
 ※個人情報を取り扱う業務を新たに開始するときには、取り扱う個人情報の内容、保存方法等を登録簿に登載することが条例で定められています。
- 保有個人情報の開示請求… 1 件
- 保有個人情報の開示請求の特例の状況(簡易開示の種類および件数)… なし
- 保有個人情報の訂正請求または適正処理の申し出… なし
- 保有個人情報の開示請求または訂正請求手続における不服申し立て… なし
- 個人情報の取り扱いに関する苦情または相談… なし

【問い合わせ先】(本庁)総務課 行政管理係 ☎(34) 1804

平成25年6月市議会定例会

市長施政方針

(抜粋)

私は、このたび市民の皆さまのご信任をいただき、新たに市長に就任させていただくことになりました。市民の皆さまのご支援に対し深く感謝申し上げますとともに、市民の皆さまから寄せられた期待の大きさと職責の重さを改めて痛感しているところでございます。

私は、平成10年4月の旧西土佐村議会議員を皮切りに村議会議員、村長を経て、旧中村市との合併で誕生しました四十市の副市長に就任、平成21年6月に退任するまで行政に携わってまいりましたが、その間、一貫して持ち続けてまいりましたのが、「市民にとっての成果を常に考えた住民目線の行政を心がける」という思いでございました。

また、副市長退任後の4年余りの間、家業の農業と向き合い、四十市を取り巻く現状を私なりに見てまいりましたが、少子高齢化や産業振興、若者の雇用確保をはじめ、交通インフラの整備、南海トラフ巨大地震対策、子育て支援、市民病院の経営改善などの課題を肌で感じ、現状を打開したいという

強い思いを改めて感じているところでございます。

このため、市政運営にあたりましては、常に住民の目線に立ち、国・県と緊密に連携し、山積する課題に対する施策を確実に推進していくことで、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「夢とビジョンの持てるまちづくり」を目指してまいります。

そのために、特に次の五つを重点施策の柱といたしまして市政運営にまい進してまいります。

『産業の振興・雇用の創出』

まず、産業の振興を図り、雇用を生み出すことが重要です。水稻経営の安定や農業集落の維持・発展のため、集落営農活動の強化を図り、地域農業の担い手として安定した経営体の育成に努めるとともに、持続的な経営活動が可能となるよう法人化へと組織強化を進めてまいります。また、農商工連携による栗・柚子・ぶしゅかんなどの商品も地産外商の取り組みで販売実績を伸ばしており、今後とも、商品開発と栽培促進の両面から支援を進めながら、産業間相互の所得向上など地域経済の活性化と雇用の拡大に結びつけてまいります。

一方で、鳥獣被害が深刻な状況にあ

るため、現状の捕獲報償金の上乗せにより、捕獲活動を加速させるとともに、「害獣を益獣」という発想の転換を図り、ジビエ料理や商品としての開発のほか、イベントを活用した地域活性化に取り組んでまいります。こういった既存産業の振興に加え、異業種間の連携を強化・加速させることで、地域経済の健全な発展と市民生活の向上につなげる取り組みを進めます。このための戦略構想となる産業振興計画の策定に今年度から着手し、官民一体となつて取り組む具体的な方策を検討してまいります。

『交通インフラの整備』

交通インフラは、広域観光や域内交流を促進し、地域浮揚の力ぎを握る重要なインフラとなる一方で、東日本大震災では、改めて国土の脆弱性ぜいじやくを浮き彫りにするとともに、幹線道路のネットワーク化による多重性・代替性の確保が必要であること、さらに避難場所や災害時の活動拠点として道路が有する副次的機能を最大限活用することなど、災害に強い国土づくりを進める上で道路が担う役割の重要性について多くの教訓を我々に与えてくれました。

当地域においても、南海トラフ巨大地震発生時の緊急輸送道路となる「四国8の字ネットワーク」のミッシング

リンクの早期解消が急務となる中、既にご承知のとおり、国土交通省四国地方整備局は、5月16日に本年度の管内事業計画を発表し、四国横断自動車道の内、佐賀く四十十間について概略ルートを検討調査を進める予算措置を行ったところです。

このことは、本市にとりまして長年の悲願であり、今後は一日も早く事業化されるように、今まで以上に強力な要望活動を行ってまいりたいと考えております。

一方で、補助幹線道路のネットワークを形成する縦軸となる国道441号や国道439号には未改良の区間があり、早期整備は喫緊の課題となっております。これらの道路の整備は、南海トラフ巨大地震における、救急活動や救援物資輸送などの「命の道」の効果を最大限に発揮するとともに、発災後の「くしの歯作戦」の展開が可能となることや、産業・経済活動、広域観光や域内交流の促進による観光振興など、地域浮揚にもつながってくる大きなポテンシャルを秘めた道路でもあります。今後も早期整備に向けて国・県など関係行政機関などに、精力的な要望活動を展開していきたいと考えております。

いずれにしましても、南海地震など大規模災害への備えのため、災害に強い広域ネットワークの形成や、高速道

路から生活道路まで、地域住民の「命の道」となる道路整備について、計画的かつ着実に事業推進を図り、四国横断自動車道を最大限に活用した道路網の整備や、街づくりを進めていきたいと考えております。

そのため、道路事業に精通した国の職員を副市長として招聘^{しょうほん}すべく調整しているところです。

『地震津波対策』

昨年12月に公表された南海トラフ巨大地震による震度分布・津波浸水予測に基づく被害想定が5月15日、高知県より公表されました。この想定によると、本市においても、最悪の場合900人の被害が想定されておりますが、地震発生10分後には避難を開始することや、住宅耐震化率および津波避難路や避難タワーなどの避難空間整備を100%にすることで、犠牲者を10人程度にまで軽減することができると想定されております。

このため、本市でもこれらの想定に対し、まず最初に襲ってくる「揺れ」から命を守る対策として住宅や公共施設の耐震化事業を強化・推進していくことはもちろん、沿岸部の津波避難対策や市街地の液状化対策、さらには山間部での土砂災害対策など可能な限りのソフト・ハード対策を全市的に進めて

いきたいと考えております。

また、これらの対策を講じていくためには、国と地方が一体となつて防災対策の加速化と抜本的強化を進めることが急務でありますので、市長就任早々に、幡多広域南海地震対策連絡協議会の会長として内閣府と県選出の国會議員に対し、南海トラフ巨大地震対策特別措置法の早期制定を要請してまいりました。

この特別措置法が制定されれば、財政上の優遇措置や規制緩和を受けることが可能となり、より充実した防災対策にスピード感を持つて取り組めるものと考えております。

今後も引き続き地方の切実な声を届けるとともに国・県と連携した中で、地震・津波対策の一層の強化を図り、地域防災力の向上に向け全力で取り組んでまいりたいと考えております。

『子育て支援対策』

先日、厚生労働省が発表しました合計特殊出生率は、僅かではあります但しポイントが上昇し、平成8年以来16年ぶりに出生率が1・4を超えたとの明るいニュースがありました。依然として晩婚化の影響から少子化に歯止めがかからない状況にあります。

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そが、究極

の少子高齢化対策と考えております。

現在、子どもや子育てをめぐる環境は厳しく、出産や子育てに不安を抱える若者は少なくありません。そのため、雇用の確保にあわせて、保育の質の向上や量的拡大、教育の充実などが求められており、これらのニーズに応え、安心して子どもを産み育てていく環境づくりに努めてまいります。

保育所では、本年度から入所年齢を1歳半から1歳に引き下げ、待機児童の解消に努めているところですが、さらに居残り保育の時間延長や土曜日午後の延長保育の拡充について、検討してまいります。

小中学校においては、中学校の給食実施や中学校卒業までの医療費無料化、放課後子どもプラン推進事業の充実など、次代を担う子どもたちが安全に健やかに育つていけるよう良質な保育環境を整備し、子育て世代の若者を支援してまいります。

また、これらの取り組みにあわせて、若者の出会いの場を設定し、結婚するための機会を多く設けることについても努めてまいります。

『行財政運営』

先に申し上げました産業振興等の数々の施策を展開する中でどうしても無視できないのが行政改革の推進で

す。

今後普通交付税の合併算定替の特例の終期も迫ってきており、国の地域主権改革一括法による市町村等への権限移譲によって、地方公共団体の社会的役割は急激に変化していることから、限りある財源の中で、本市独自の重点事業を展開する中、各種行政サービスの充実が求められています。

これら状況に対応する視点としましては、執行体制である組織や機構、事務事業等の見直しのほか、その側面として官と民との役割分担について根本的に検討し、民間活力を積極的に活用し、官民共同の行政施策の充実を図ることが、効率的な行政サービスの提供と適正な行政基盤を構築するうえでも必要不可欠ではないかと考えております。

市民生活に直結します経済の活性化や社会保障の充実のためには、強い経済をつくり、財政基盤を固めることが重要です。このため、持続可能な財政運営に向け、行財政改革にも力を注いでまいりたいと考えております。

以上のような所信と五つの施策を中心に市政運営にあたらせていただき、具体的な政策の実現に全力を尽くしてまいりますので、何とぞお力添えのほどよろしくお願いいたします。

第23回参議院議員通常選挙のお知らせ 投票日は7月21日(日)です

◎投票のできる人

1. 今回の参議院議員通常選挙の選挙時登録の基準日は7月3日となっていますので、平成25年4月3日までに四十万十市に転入届をして、引き続き四十万十市に居住している人。

2. 平成5年7月22日までが誕生日の人。

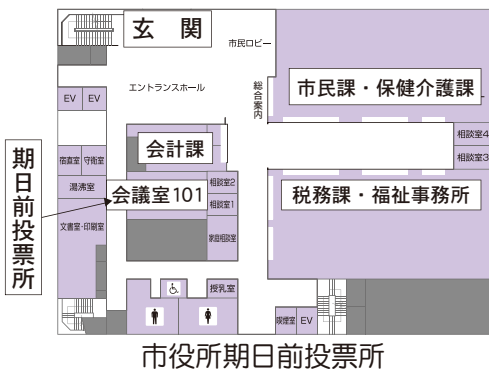
◎市内転居者の投票所

市内で住所を変わり、平成25年6月29日以降に転居届をされた人は、前の住所の投票所へ行ってください。

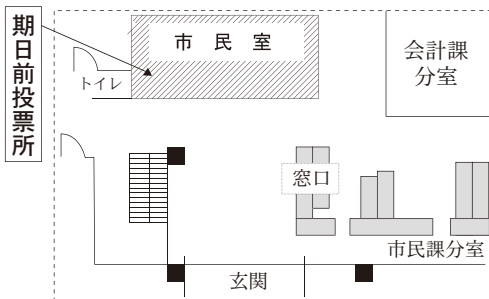
◎期日前(不在者)投票

1. 投票日に投票所へ行って投票できない人は7月5日から7月20日まで毎日午前8時30分から午後8時まで、四十万十市庁舎1階会議室101および四十万十市西土佐総合支所1階(左図参照)で投票できます。この場合、宣誓書に申立てが真正であることを記載していただきます。

*期日前投票とは…投票当日の投票所のよ



市役所期日前投票所



西土佐総合支所期日前投票所

場所の問い合わせが多い投票所



第3投票所 (不破地区集会所)



第8投票所 (古津賀地区集会所)



第21投票所 (市立まなびの館)

凡例 ■投票所 ●投票所案内用立看板

うに投票用紙をそのまま投票箱に投函できる投票です。ご利用ください。

2. 不在者投票期間に市外に滞在して市外の市町村選管で投票しなければならぬ場合、市選管に対して早めに投票用紙等の請求はできますが、市選管が投票用紙等を発送する日は7月2日からです。

◎郵便による在宅投票制度

身体障害者手帳または戦傷病者手帳の所持者、介護保険の被保険者証に要介護状態区分が要介護度5であると記載されている人で、市選挙管理委員会より郵便投票証明書を交付された人は郵便による在宅投票ができます。また、身体障害者手帳に上肢または視覚の障害の程度が1級であると記載されている人、肝臓の障害の程度が1級から3級までであると記載されている人、戦傷病者手帳に上肢または視覚の障害の程度が特別項症から第2項症までであると記載されている人、肝臓の障害の程度が特別項症から第3項症までである

◎代理投票

と記載されている人については、あらかじめ市選管に届け出た代理記載人によって代理投票により投票することができます。郵便投票のできる人は、投票日の4日前(7月17日)までに、郵便投票証明書を同封し市選管に投票用紙等の交付申請をしてください。

◎入場券

投票所入場券を発行しますので期日前投票所、当日の投票所に持参してください。入場券を紛失または届いていない場合でも、名簿に登録されている人であれば、入場券がなくても投票できます。

◎投票用紙の色分け

参議院高知県選出議員選挙	薄い黄色の用紙に
参議院比例代表選出議員選挙	黒色のインクで印刷したもの
参議院比例代表選出議員選挙	赤色のインクで印刷したもの

投票所および投票時間一覧表

投票開始は、午前7時から市内全投票所で

地区別	投票区	区 域	投 票 所	投票時間
中 村	第 1	中村大橋通1・2・3・4・5・6・7丁目、中村百笑町、中村山手通、中村弥生町、中村四万十町、中村羽生小路、中村東下町、中村栄町、中村天神橋、中村一条通1丁目、カツラ山団地、中村岩崎町、夕陽の見える丘団地	四万十市役所	午後6時まで
	第 2	右山、右山元町1・2・3丁目、駅前町、右山五月町、右山天神町、右山白藤園	市立中央公民館	
	第 3	不破、角崎、不破上町、緑ヶ丘団地	不破地区集会所	
	第 4	中村京町1・2・3・4・5丁目、中村一条通2・3・4・5丁目 中村東町1・2・3丁目、中村新町1・2・3・4・5丁目、中村於東町	四万十市多目的 デイケアセンター	
	第 5	中村小姓町、中村上小姓町、中村丸の内、中村桜町、中村愛宕町、 中村本町1・2・3・4・5丁目、丸の内ハイランド、大用寺	市立文化センター	
東 山	第 6	安並、佐岡、秋田、麻生、安並団地、秋森、佐岡団地、佐岡南の風団地	市立東山保育所	
	第 7	沢、橋の内、古津賀第1団地、同第2団地、雅ヶ丘団地	古津賀第2団地集会所	
	第 8	古津賀、古津賀1丁目～4丁目	古津賀地区集会所	
下 田	第 9	井沢、井沢団地	井沢団地集会所	
	第10	竹 島	竹島地区集会所	
	第11	双 海	双海地区集会所	
	第12	平 野	平野地区集会所	
	第13	鍋島、馬越	四万十川下流交流センター	
	第14	松ノ山、下田上、下田下、串江	下田地区集会所	
	第15	水戸東、水戸西	水戸公民館	
八 束	第16	名 鹿	名鹿地区集会所	
	第17	間崎、津蔵淵、初崎	間崎多目的集会施設	
	第18	実崎、深木	実崎地区集会所	
	第19	坂本、山路上、山路下	山路上多目的集会所	
具 同	第20	入田上、入田下	入田地区集会所	
	第21	出来島、田黒、具同田黒1・2・3丁目、渡川1・2・3丁目、渡川、渡川病院、赤松町	市立まなびの館	
	第22	中組、西組、馬越、自由ヶ丘、相ノ沢団地	具同地区集会所	

地区別	投票区	区 域	投 票 所	投票時間
東 中 筋	第23	森 沢	森沢集会所	午後6時まで
	第24	荒川、楠島、 国見、間	市立東中筋保育所	
	第25	江ノ村、西ノ谷	江ノ村地区集会所	
中 筋	第26	上ノ土居、磯ノ川、 生ノ川	磯ノ川地区集会所	
	第27	有岡、九樹、 有岡団地	有岡消防屯所	
	第28	横 瀬	横瀬地区集会所	
	第29	手洗川	手洗川地区集会所	
大 川 筋	第30	田出ノ川、高瀬、 楠、川登	市立公民館大川筋分館	
	第31	鶴ノ江	鶴ノ江地区集会所	
	第32	勝 間	市立勝間小学校	
	第33	勝間川	勝間川地区集会所	
	第34	久保川	久保川地区集会所	
	第35	三 里	三里地区集会所	
	第36	佐 田	佐田地区集会所	
後 川	第37	利岡、岩田、 若藤(出合を除く)	市立利岡保育所	
	第38	板ノ川、口鴨川、 若藤分出合	板ノ川地区集会所	
	第39	中鴨川、奥鴨川	市立公民館鴨川分館	
	第40	田野川乙、敷地	田野川乙集会所	
	第41	田野川甲	田野川甲構造改善センター	
藤 岡	第42	藤、上分、 下分、内川	藤岡生活改善センター	
	第43	伊才原	市立公民館伊才原分館	

地区別	投票区	区 域	投 票 所	投票時間
富 山	第44	下古尾	西富山活性化センター	午後5時まで
	第45	竹屋敷	竹屋敷公会堂	
	第46	上古尾	上古尾地区集会所	
	第47	大西ノ川	大西ノ川地区集会所	
	第48	大用、小西ノ川	富山地区集会所	
	第49	住次郎	住次郎地区集会所	
	第50	片魚	市立片魚小学校	
	第51	常六、大屋敷	市立常六小学校	
西 土 佐	第52	三ッ又	三ッ又地区集会所	
	第53	黒尊	黒尊森林事務所休憩所	
	第54	奥屋内上	奥屋内上公会堂	
	第55	奥屋内下	奥屋内下集会所	
	第56	玖木	市立公民館玖木分館	
	第57	口屋内	口屋内公民館	
	第58	中 半	中半集会所	
	第59	岩間、茅生	岩間農林産物集出荷所	
	第60	藤ノ川	藤ノ川農林漁家活動促進施設	
	第61	橘	橘集会所	
	第62	津野川	津野川集会所	
	第63	津賀	津賀集会所	
	第64	藪ヶ市、須崎	須崎集会所	
	第65	大宮下	大宮下集会所	
	第66	大宮中	大宮生活改善センター	
	第67	大宮上	大宮上集会所	
	第68	下家地、中家地	下家地集会所	
	第69	方の川、西ケ方	市立西ケ方小学校	
	第70	下 方	下方集会所	
	第71	宮地、奈路、館	四万十市西土佐総合支所	
	第72	用井	用井集会所	
	第73	長 生	長生集会所	
	第74	奥半家	半家集会所	
	第75	中半家、本村半家、 本村	市立本村小学校	
	第76	中組	江川流域交流センター	
	第77	押谷、権谷	権谷せせらぎ交流館	

◆不明な点は四万十市選挙管理委員会事務局および
西土佐総合支所地域企画課へおたずねください。
(本庁)選挙管理委員会事務局 ☎(34) 1784(直)
(総合支所)地域企画課 ☎(52) 1111(代)

ま ち の 話 題

かわらっこ村祭り

5月26日(日)に四万十カヌーとキャンプの里かわらっこで「かわらっこ村祭り」が開催され、大勢の家族連れで賑わいました。

当日はかわらっこ市自慢の鮎飯・いなな寿司などの販売が行われ、シシ汁・ツガニ汁が無料で振る舞われました。かわらっこ村祭り限定としてワンコイン(500円)でカヌーが1時間乗り放題の「ワンコインカヌー体験」も催され、小学生やカヌー初心者などがかわらっこスタッフの指導を受け、四万十川でのカヌー体験を楽しみました。

また、小学生以下の児童を対象とした宝探しや草木染め体験も行われ、会場は大いに盛り上がりま



四万十デイスクドッグカップ

5月25日(土)、26日(日)、赤鉄橋下の特設フィールドで、フリスビードッグ競技会「第8回四万十デイスクドッグカップ2013」が開催されました。

この競技会は、10月に米国で開催される世界選手権の西日本予選を兼ねており、群馬県から鹿児島県までの延べ56チームが、手に汗握る熱戦を繰り広げました。

競技は、人と犬が音楽に合わせて演技する「フリースタイル」と人が1分半の間に投げたディスクを犬がキャッチする「トス&フェチ」の競技ポイントを合計して順位を競う「オープンフリースタイル」、キャッチの技術レベルのみを競う「スーパードロップトス&フェチ」が行われ、会場は華麗な技の数々に沸きました。

そのほか、だれでも参加できる無料のディスクゲーム「ディスクターゲット」も行われ、親子づれなどが参加しました。

「フリースタイル」決勝ラウンド終了後には、昨年の世界チャンピヨンの二見貴士さんとルシータのチームが華麗な技を披露し、観客を魅了しました。



見事なジャンピングキャッチ

純米吟醸とみやま

酒米の田植え始まる

「純米吟醸とみやま」の

原料米を栽培する、とみやま酒米生産部は5月29日(水)、大用地区の田んぼで酒米「吟の夢」の田植え式を行いました。



今年は、例年参加している地元大用小学校の5、6年生に加え、初めて大用中学校の生徒も参加し、田のぬかるみに足を取られ泥まみれになりながらも笑顔で苗を植えていました。そのほか、中国からの国際交流員劉博(リウ・ボク)さんや、生産者、オーナー、JA高知はた、農業振興センターなど、関係機関も含め約60人が汗を流して手植えを行いました。

今年の酒米は、富山地区の農家7戸が約1・6haで作付をし、9月には収穫となりそうです。「純米吟醸とみやま」は、12月には800口限定でオーナーの手に届けられます。

市教委だより

“四万十川子ども演劇祭2013”

わくわく!ときどき!たのしかったよ!

子どもたちに、普段なかなか鑑賞する機会のない、生の舞台を届けようと始まった演劇祭。今回で12回目を迎えました。(隔年開催)

今年は、東山小ほか3校の子どもたちが、劇団風の子「ウーフ」(5月28日〜30日)を、中村小ほか8校の子どもたちが、劇団コロ「いえででんしゃ」(5月30日〜31日)を観劇しました。

森で暮らすくまの子ウーフが、ドキドキワクワクしながらたくさん不思議や疑問を大切な仲間たちと発見していく。そんな姿に子どもたちも自分を重ね合わせることができたのではないのでしょうか?たくさん不思議に自分らしい答えを見つけていってほしい、そんなメッセージが届いたでしょうか。役者の動き、歌声、楽器の音、どれもこれも子どもたちを惹きつけ、楽しませてくれました。

家出した子どももしか乗れない電車「いえででんしゃ」。お母さんと「ムジツノツミ」でケンカしてさくら子は飛び乗った。不思議な旅のなかで出会った人々。さくら子が電車を降りると言った時に、ほっとした子どもたちもたくさんいたようです。ヘンテコな車掌さんに大笑いしながらも、演出の細かなところにも気づいて、子どもたちでした。私も乗ってみたい、続きが観たいと感想文に書いてくれた子どもたちも多くいました。

約1時間の舞台ですが、子どもたちはびっくりするくらい良い反応を見せてくれます。心に響く良い時間を共有できている子どもたちの姿に、とても嬉しくなりました。



「ウーフ」東中筋中学校での公演

大用中学校
大川筋中学校

カヌー遠足

5月24日(金)

5月24日(金)、大用中学校と大川筋中学校は合同でカヌー遠足を行いました。

この遠足は、お昼のバーベキューを両中学校の生徒の合同班で行うなど、全体を通して普段は別々の学校に通う生徒たちが交流を深めることができる内容になっています。

カヌー体験では、一人乗りのカヤックにそれぞれが乗り、思い思いにカヌーを楽しみ、その後は川下りに使用するラフトボートをバトン代わりにした学校対抗リレーを行いました。リレーには教職員も一緒に参加し、とても盛り上がりしました。

そのほかにも、

学校間でのプレゼンテーション交換を行うなど、全員が大いに楽しんだ遠足となりました。



ラフトボートでのリレー

市内小中学校

算数・数学
授業力向上
事業

5月31日(金)

四万十市の学校教育には解決を図らなければならない多くの課題がありますが、学力問題は喫緊の課題です。その解決策の一つとして、今年度より算数・数学授業力向上事業を立ち上げました。校区の小中学校で、算数・数学の学習指導のあり方を共有し、教員の指導力を高めるために、年間2回の公開授業研究を予定しています。5月31日(金)には、具同小学校・中村西中学校・中村小学校・中村中学校において、それぞれ算数・数学の公開授業を行いました。当日は、東京学芸大学の藤井齊亮教授と西村圭一准教授(しやうへい)を招聘し、4校それぞれの授業を参観後、具体的な指導・助言をしていただき、実り多い会となりました。

具同小学校



中村西中学校



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

7



健診

教室・学習会

相談

献血

動物関係

月日	事業名	該当地区	時間	場所
8日(月)	特定健診(生活習慣病健診) 注	蕨岡・西富山	9:00～10:30, 13:30～14:30	J A高知はた中村東部出張所
9日(火)	健康の集い		13:30～	本村集会所
	子宮がん検診	中筋・東中筋・後川・八束地区	9:30～11:30, 13:30～15:30	文化センター
10日(水)	出張健康相談		9:00～11:00	J A高知はた西土佐支所
	健康の集い		10:00～	玖木公民館
	ママ&チルドレン		10:00～11:30	具同体育センター
	乳児健診		12:50～13:30	健康管理センター
11日(木)	ひまわり健診報告会		9:00～9:30	中半体育館
	ひまわり健診報告会		10:00～10:30	岩間集会所
	ひまわり健診報告会		13:30～14:00	藤ノ川集会所
12日(金)	ひまわり健診報告会		9:30～10:00	奥屋内上集会所
	ひまわり健診報告会		10:30～11:00	奥屋内下集会所
	ひまわり健診報告会		13:30～14:00	南津地区保健福祉サテライト
	ひまわり健診報告会		15:00～15:30	玖木公民館
	特定健診(生活習慣病健診) 注	中村地区	9:30～11:00, 13:30～15:00	中央公民館
16日(火)	ひまわり健診		9:30～11:30, 13:30～14:30	津野川小学校体育館
17日(水)	ひまわり健診		9:30～10:30	須崎小学校体育館
	ひまわり健診		13:30～14:30	大宮小学校体育館
	ひまわり健診		9:30～10:30	西土佐保健センター
19日(金)	胸部レントゲン(肺がん)検診		9:30～10:30	西土佐保健センター
	ひまわり健診		13:30～14:30	西土佐保健センター
22日(月)	健康の集い		9:00～11:00	中家地集会所
	乳幼児(赤ちゃん)相談		9:30～11:00	健康管理センター
	ママタッチ教室		9:30～11:00	健康管理センター
23日(火)	特定健診(生活習慣病健診) 注	中村地区	9:30～11:00, 13:30～15:00	文化センター
	ぴよっこクラブ(親子の集い)		9:30～11:30	西土佐保健センター
	健康の集い(食事会セット)		11:00～	下家地集会所
	出張男の料理教室		18:00～	大宮生活改善センター
24日(水)	地区学習会		10:00～	藤ノ川集会所
	ママ&チルドレン		10:00～11:30	具同体育センター
	乳児健診		12:50～13:30	健康管理センター
25日(木)	乳児、1歳6ヶ月児、3歳児健診		13:30～	西土佐保健センター
26日(金)	1歳9か月児健診		12:50～13:30	健康管理センター
30日(火)	特定健診(生活習慣病健診) 注	中村地区	9:30～11:00, 13:30～15:00	中央公民館
31日(水)	特定健診(生活習慣病健診) 注	中村地区	9:30～11:00, 13:30～15:00	中央公民館
	出張料理教室		10:00～	岩間川集会所
1日(木)	出張料理教室		10:00～	奥屋内上集会所
2日(金)	3歳児健診		12:50～13:30	健康管理センター
	出張料理教室		10:00～	藤ノ川集会所
5日(月)	定例健康相談		19:30～	長生集会所
	特定健診(生活習慣病健診) 注	中村地区	9:30～11:00, 13:30～15:00	文化センター
6日(火)	特定健診(生活習慣病健診) 注	中村地区	9:30～11:00, 13:30～15:00	文化センター
7日(水)	献血		12:30～17:00	四国電力榑中村支店
	子宮がん検診		9:30～10:30	津野川小学校
8日(木)	子宮がん検診		11:30～12:00	須崎集会所
	子宮がん検診		13:30～14:30	大宮出張診療所
	献血		9:00～11:30, 12:30～17:00	フジグラン四万十
9日(金)	子宮がん検診		9:30～10:30	口屋内出張診療所
	子宮がん検診		10:30～11:00	奥屋内へき地出張診療所
	献血		9:00～12:30	市役所本庁

注) 特定健診(生活習慣病健診)は、40歳以上の国民健康保険に加入してる人で、受診券を送付している人 および、40歳以上の協会けんぽ等に加入している被扶養者の人で、市に予約済みの人が対象です。

また、本年度も肝炎ウィルス検査を行います。過去に検査していない人が対象ですので希望する人は、問診時に申し込んでください。

※7月6日(土)までの計画については、広報四万十6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

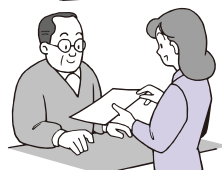
平成25年度 国民健康保険税を決定しました

～平成25年度国民健康保険税納税通知書は **7月10日(水)**に発送します～

国民健康保険制度は、万が一の病気やケガのとき、安心して医療を受けられるための助け合いの制度です。加入者皆さんの納める国保税によって支えられています。

平成25年度の納期限は以下のとおりです。
納期内に忘れずに納めましょう。

税務課



普通徴収								特別徴収
第1期	第2期	第3期	第4期	第5期	第6期	第7期	第8期	年金支給月
7月31日	9月2日	9月30日	10月31日	12月2日	12月25日	1月31日	2月28日	

●**国保の加入・脱退について**
職場の健康保険をやめたにもかかわらず、国保加入の届出をしないと国保資格を得た年月までさかのぼって国保税を納めることになります。また、新しく健康保険ができた場合も、国保脱退の届出をしないと、国保資格を喪失している、国保資格を喪失していないままとなり、国保税の計算が正しく行えません。転入・転出や他の健康保険への加入・脱退等、国保資格に異動のあったときは、必ず14日以内に届出をしてください。

●**国保税の軽減制度**
国保税には、世帯主および国保加入者等の前年中の所得により、均等割額と平等割額について7割軽減・5割軽減・2割軽減の軽減措置があります。軽減を受けるためには所得の申告が必要です。必ず申告してください。

●**納税相談について**
失業や病気または災害など特別な事情により、国保税の納付が困難な場合は、分割納付や減免の制度があります。減免は、納期限7日前までの申請が必要です。早めに納税相談においでください。

【問い合わせ先】
〔課税について〕
(本庁)税務課 市民税係 ☎(34) 11112
(総合支所)税務係 ☎(52) 11111
〔納税について〕
(本庁)税務課 収納係 ☎(35) 55552
(総合支所)税務係 ☎(52) 11111
〔資格について〕
(本庁)市民課 国保係 ☎(34) 11114
(総合支所)市民課 ☎(52) 11111
西土佐市民国保分室 ☎(52) 11111

「子宮頸がん・乳がん」無料検診

下記の人、がん検診推進事業(無料検診)の対象者となっており、市が実施する子宮頸がん検診・乳がん検診を無料で受けられます。対象者には6月に「がん検診無料クーポン券」と「検診手帳」をお送りしていますので検診希望の人はお申し込みください。(クーポン券有効期限は平成26年1月31日まで)

子宮頸がん検診対象者	乳がん検診対象者
平成4年4月2日～平成5年4月1日生の女性	昭和47年4月2日～昭和48年4月1日生の女性
昭和62年4月2日～昭和63年4月1日生の女性	昭和42年4月2日～昭和43年4月1日生の女性
昭和57年4月2日～昭和58年4月1日生の女性	昭和37年4月2日～昭和38年4月1日生の女性
昭和52年4月2日～昭和53年4月1日生の女性	昭和32年4月2日～昭和33年4月1日生の女性
昭和47年4月2日～昭和48年4月1日生の女性	昭和27年4月2日～昭和28年4月1日生の女性

※「がん検診無料クーポン券」は市の集団検診のほか下記医療機関等でも使用可能です。

子宮頸がん検診受診可能医療機関等(幡多郡内)

菊地産婦人科医院 ☎(34) 3351
山本産婦人科小児科 ☎(37) 5566

高知県立幡多けんみん病院 ☎0880(66) 2222
高知県総合保健協会幡多健診センター ☎0880(66) 2800

乳がん検診受診可能医療機関等(幡多郡内)

高知県総合保健協会幡多健診センター ☎0880(66) 2800

【問い合わせ先】(本庁)保健介護課 保健衛生係 ☎(34) 1115
(総合支所)保健課 保健係 ☎(52) 1123

後期高齢者医療保険料について

決定通知書は7月12日(金)発送予定です

☆保険料の計算方法

保険料は一律に負担していただく「均等割額」と、所得に応じて負担していただく「所得割額」を合計して被保険者個人ごとに算出します。

$$\begin{array}{rcl} \text{年間保険料} & = & \text{均等割額} + \text{所得割額} \\ & & 5万1793円 + (\text{総所得金額等} - 33万円) \times 10.35\% \end{array}$$

○総所得金額等とは総所得金額(公的年金等控除などを差し引いた額)と山林所得、土地建物の譲渡所得等の分離課税所得の合計です。

○所得の低い人や被用者保険の被扶養者であった人に対する軽減措置は、引き続き実施されます。

○一人当たりの保険料の上限は55万円です。

☆保険料の納付

【特別徴収】年金天引き

原則として、年額18万円以上の年金受給者は年金から天引きされます。ただし、介護保険料と合わせた保険料額が、年金額の1/2を超える場合は普通徴収となります。

【普通徴収】

特別徴収の対象とならない人は、納付書または口座振替により市へ納付していただきます。

◎納付方法を「年金天引き」から「口座振替」に変更することもできます。口座振替に変更する場合は、事前に申請手続きが必要です。手続きの時期により、年金天引きを中止する時期が異なります。

☆保険料の減免

災害や病気または失業等で生活が著しく困窮するなどの事情により、保険料の納付が困難なときは、申請により保険料が減免されることがあります。納期限7日前までに申請書の提出が必要です。

●保険証の更新

後期高齢者医療制度に加入している人が医療機関の窓口で負担する割合(1割または3割)については、毎年前年中の所得により、再判定を行います。

現在使われている保険証の有効期限は、7月31日です。8月1日から使える新しい保険証は、7月下旬に郵送します。

●問い合わせ先

(本 庁)市民課 国保係

☎(34) 11114

(総合支所)市民課 西土佐市民国保分室

☎(52) 11111

《介護保険負担限度額認定証について》 ～介護保険施設入所時の食事代と居住費の減額制度～

介護保険制度では、施設サービスや短期入所サービスを利用する際、施設サービス費の1割に加え、食費、居住費、日常生活費が自己負担となっています。

低所得の方の施設利用が困難とならないように、下表のとおり1日あたりの食費、居住費の負担限度額が定められています。この負担限度額の認定には申請が必要です。

区分	食費	居住費				
		多床室 (相部屋)	従来型個室		ユニット型 準個室	ユニット型 個室
			①特養等	②老健・療養等		
第1段階	・世帯全員が市民税非課税で高齢福祉年金受給者 ・生活保護受給者等	0円	320円	490円	490円	820円
第2段階	世帯全員が市民税非課税で合計所得金額及び課税年金収入額が80万円以下の方	320円	420円	490円	490円	820円
第3段階	世帯全員が市民税非課税で第2段階以外の方	320円	820円	1,310円	1,310円	1,310円
第4段階	上記の区分に該当していない方	施設との契約				

①は特別養護老人ホームの場合、②は老人保健施設、介護療養型医療施設の場合。

■申請受付 7月1日(月)～

■有効期間 申請月の初日～平成26年6月30日(開始日は申請月の初日までさかのぼります)

■申請に必要なもの 介護保険被保険者証、被保険者の印鑑

※6月時点で介護保険施設に入所している人は、施設で取りまとめて申請している場合がありますので、手続きが済んでいる場合は再度申請する必要はありません。

(施設より案内がなかった場合または手続きがまだの場合は申請してください)

【問い合わせ・申請先】(本庁)保健介護課 長寿介護係 ☎(34) 1165

(総合支所)保健課 保健係 ☎(52) 1132

～窓口負担と入院時の食事代の減額制度について～

【70歳未満の人】

○住民税非課税世帯の人は窓口負担と入院時の食事代、住民税課税世帯の人は窓口負担のみ減額を受けられます。

	区 分	1ヶ月の自己負担限度額 〔 〕内は4回目以降	一般病床に入院 時の食事代	減額の適用に必要な 認定証の種類
A	上位所得者	150,000円 + (総医療費 - 500,000円) × 1% 〔 83,400円 〕	1食 260円 (減額なし)	限度額適用認定証
B	一 般 (住民税課税世帯)	80,100円 + (総医療費 - 267,000円) × 1% 〔 44,400円 〕	1食 260円 (減額なし)	
C	住民税非課税世帯 (世帯全員が非課税)	35,400円 〔 24,600円 〕	1食 210円	限度額適用認定証 および 標準負担額減額認定証
			1食 160円 ※1	

※1 過去1年間の入院日数が90日を超え、長期認定を受けた場合

【70歳以上の人】(後期高齢者医療加入者含む)

○住民税非課税世帯の人は、窓口負担と入院時の食事代の減額を受けられます。

○住民税課税世帯の人は、入院時の食事代の減額は受けられませんが、手続きなしで窓口負担は減額されます。

	区 分	一般病床に入院 時の食事代	療養病床に入院時の食事代および居住費 ※3
A	住民税課税世帯	1食 260円 (減額なし)	入院時生活療養Ⅰを算定する 保険医療機関に入院の場合 (食事代) 1食 460円 (居住費) 1日 320円 入院時生活療養Ⅱを算定する 保険医療機関に入院の場合 (食事代) 1食 420円 (居住費) 1日 320円
B	住民税非課税世帯(区分Ⅱ)	1食 210円 1食 160円 ※1	(食事代) 1食 210円 (居住費) 1日 320円
C	住民税非課税 世帯(区分Ⅰ) ※2	下記以外 1食 100円	(食事代) 1食 130円 (居住費) 1日 320円
			(食事代) 1食 100円 (居住費) 1日 0円

※2 単身世帯で年金収入80万円以下の世帯等

※3 入院医療の必要性の高い人は、一般病床に入院時の取り扱いとなる場合があります

◆認定証の交付を受け、医療機関の窓口で提示しないと減額の適用は受けられません。

◆7月31日までの認定証の交付を受けている人の手続きについて

(国保加入者)8月1日以降も引き続き減額の適用を受けるためには、再度申請が必要です。

(後期高齢者医療加入者)申請は不要です。8月1日以降も引き続き減額の対象となる人には、7月下旬に認定証を送付します。

◆手続きの方法など 申請受付:7月8日(月)～

申請に必要なもの	その他注意点
○保険証・印鑑・交付済の認定証(更新の人) ○90日を超える入院期間のわかる領収書や証明書 など(該当している人のみ)	平成24年中の所得を申告していない人は、申請する前に(本庁・総合支所)税務課などで申告をする必要があります。

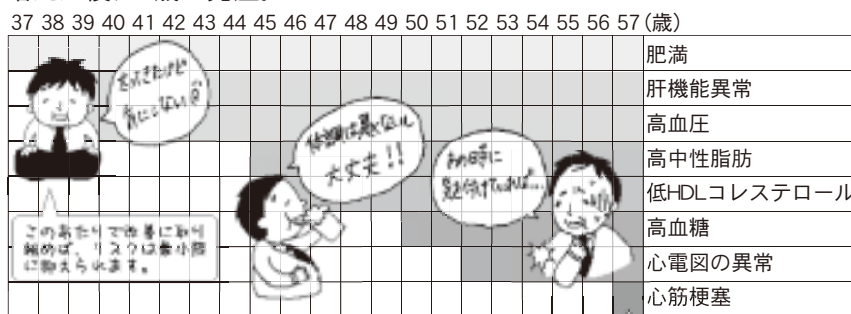
【受付窓口・問い合わせ先】 (本 庁)市民課 国保係 ☎(34)1114
(総合支所)市民課 西土佐市民国保分室 ☎(52)1111

糖尿病や高血圧などの生活習慣病は、自覚症状の無いまま進行し、日本人の死因の約6割、医療費全体の約3割を占めています。

特定健診は、自覚症状のある病気になる前の小さな前触れを知ることのできる大切な健診です。
「今は健康だから受けなくても大丈夫」ではなく「今健康だからこそ受けておく」事が大切です。

【例】四万十一郎さん57歳/心筋梗塞

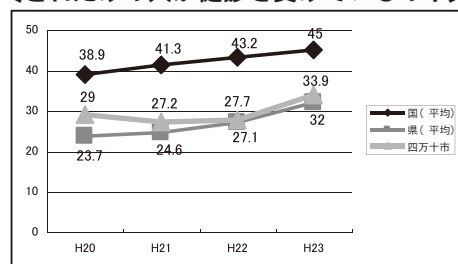
37歳から肥満と判定される。40歳で異常値が出始め、45歳から段階的に増えた後、57歳で発症。



生活習慣病は自覚症状が出にくいので、一郎さんのように症状が出たときにはすでに重症ということも少なくありません。早期発見・早期改善が予防の決め手となります。

ここまではじめて自覚症状が出る

【どれだけの人が健診を受けているの？】



四万十市の受診率は、県平均より上で推移していますが、国の平均値と比較すると、大きく下回っています。

【地区で健診を受けている人はどれくらい居るんだろう？】

- 受診率上位地区
- 1 富山(39.35%)
- 2 東中筋(38.83%)
- 3 大川筋(37.64%)

平成24年度 地区別の受診率(集団健診別)

西土佐	中筋	東中筋	東山	下田	中村	八束	富山	大川筋	藤岡	具同	後川
36.28%	31.60%	38.83%	30.38%	32.05%	29.85%	27.67%	39.35%	37.64%	28.61%	31.43%	33.95%

特定健診は生活習慣病の早期発見・早期治療に非常に有効です。この機会を積極的に利用し、自分の生活習慣の課題をみつけ、ライフスタイルの見直しをしてみましょう！

【問い合わせ先】(市)保健介護課 保健衛生係 ☎(34)1823

特定健康診査・後期高齢者健診のお知らせ

東日本大震災で四万十市に避難している住民の皆さんへ

岩手・福島県の一部の市町村では、平成25年度4月から、東日本大震災により他地域に避難している国民健康保険および後期高齢者医療制度に加入している人は、避難先でも「特定健診・後期高齢者健診」を受けることができます。

●岩手県

特定健診・後期高齢者健診の対象者

盛岡市、宮古市、大船渡市、遠野市、一関市、陸前高田市、釜石市、二戸市、八幡平市、紫波町、矢巾町、住田町、大槌町、山田町、田野畑村、普代村、洋野町、野田村

●福島県

特定健診対象者

福島市、白河市、須賀川市、喜多方市、相馬市、二本松市、南相馬市、伊達市、桑折町、国見町、川俣町、大玉村、鏡石町、天栄町、天栄村、西会津町、石川町、広野町、楢葉町、大熊町、双葉町、新地町

後期高齢者対象者

白河市、須賀川市、喜多方市、相馬市、二本松市、南相馬市、伊達市、桑折町、国見町、川俣町、大玉村、鏡石町、天栄村、北塩原町、西会津町、猪苗代町、三島町、金山町、中島町、棚倉町、石川町、浅川町、古殿町、三春町、広野町、楢葉町、大熊町、双葉町、葛尾町、新地町

●受診期間

平成26年3月31日まで

●検査内容

特定健診等の基本項目に沿った血圧測定、尿検査および血液検査など
※詳細な健診項目(心電図、眼底検査、貧血検査)は医師が必要と認めた時

※市町村で独自に追加している項目やがん検診等は除かれます。

●受診の流れ

- 1 避難元市町村に、特定健診等を受診したい旨を電話連絡等により連絡してください。
- 2 避難元市町村から、受診票等の書類が送付されます。
- 3 送付された書類に掲載されている健診実施機関に予約を入れてください。
- 4 「受診券」、「被保険者証」、「昨年度の健診結果」を持参して、健診機関で受診してください。(健診の自己負担額は「受診券」に記載されている金額となります)
- 5 後日、健診機関から健診結果が送付されます。

●受診時に持って行くもの

- 1 受診券(同封のもの)
- 2 保険証
- 3 昨年度の健診結果(同封のもの)

①②③を健診実施機関窓口提示してください。

※健診の自己負担額は、受診券に記載されている金額になります。

●受診上の注意

○受診の前日または当日の食事や服薬などについて、受診する健診機関に確認してください。

【問い合わせ先】

(本庁)保健介護課 保健衛生係
☎(34)1115
(総合支所)保健課 保健係
☎(52)11123

認知症重度化予防実践塾のご案内

この実践塾では、介護者と介護専門職員と一緒に認知症ケアについて学び実践することで、家族の介護負担の軽減と同時に、認知症の人が住み慣れた環境の中で自分らしい生活を送り続けられるようになることを目指します。4回の実践塾を通して講義や個別の助言を受けながら、実際の介護場面で実践していく中で、認知症ケアの知識と技術を習得していきます。

この実践塾は認知症の人にとってだけではなく介護者にとってもより良いケアを学べる機会ですので、認知症の人の介護に関わる皆さん、ぜひ参加ください。

先に高知市で取り組まれた実践塾では、「物を取られたという訴えがなくなった」、「意欲が出てきて外出先で声をかけてもらうことが楽しくなった」等の変化がみられたと報告が上げられています

【受講対象者】

次の①②両方の条件を満たす人
①認知症の人(市内在住)を介護している人

または専門職員(ケアマネジャー、介護保険サービス事業所等)
②全4回の実践塾に参加が可能な人

【定員】20人

【講師】

●金田 弘子氏…医療法人社団もりもと 森本外科・脳神経外科医院副院長・師長

●石黒 秀喜氏…財団法人長寿社会開発センター常務理事(第2回のみ)

【開催予定】

	日程	内容
第1回	平成25年 9月7日(土) 10:00～16:00	認知症と高齢者の心と身体 基本的ケアについて
第2回	10月12日(土) 10:00～16:00	認知症の行動の意味を人生歴 から理解する
第3回	11月16日(土) 10:00～16:00	認知症の理解と周辺症状
第4回	12月21日(土) 10:00～16:00	重度化を予防するケア(まとめ) これまでの事例の振り返り
実践発表会	平成26年 2月23日(日)	講話と実践塾の実践発表

【問い合わせ先】

(市)地域包括支援センター
☎(34)0170

四万十市認知症の人と家族の会「たんぽぽの会」

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。「たんぽぽの会」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分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。

■日 時 7月25日(木) 13時30分～15時30分

■場 所 市民病院 健康管理センター

- ・家族の人だけでも、認知症の人と一緒にでもかまいません。
- ・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】

「たんぽぽの会」事務局:松岡時規子 ☎(34)4528
(市)地域包括支援センター ☎(34)0170

雇用創造促進協議会

契約職員募集

四万十市雇用創造促進協議会では、平成27年3月(予定)まで、商品開発等をテーマにした実践型地域雇用創造事業を実施しています。

今回、欠員補充のため、商品開発や特産品づくりなどを実践していく契約職員を左記のとおり募集します。

■募集期間

7月19日(金)17時までに必着のこと。
履歴書を郵送またはご持参ください。

■募集人員

1名

・実践支援員
商品開発や特産品づくり等をリーダーと協力して実施する業務

■契約期間

平成25年8月1日～平成27年3月31日(予定)

■待遇

(勤務時間)8時30分～17時15分(繁忙期は残業あり)
(休日)土・日・祝日等(繁忙期は勤務あり)
(賃金)実践支援員 月額18万円
(各種保険等)健康保険、厚生年金、雇用保険、労災保険、通勤手当、残業手当

■選考方法

1次選考 履歴書により選考します。
2次選考 1次選考合格者に連絡の上、個別面接により決定します。

【問い合わせ・履歴書等提出先】

四万十市中村天神橋29
四万十市雇用創造促進協議会
☎(34)9570



ねんきんだより



平成25年7月分からの申請免除等の受付が始まります！

申請免除制度とは…

経済的な理由などで保険料を納めることが困難な場合、申請をして承認されると、保険料の納付が免除される制度です。申請免除制度には、保険料の全額が免除される「全額免除」と、保険料の一部を納付することにより残りの保険料が免除となる「一部納付（一部免除）」制度があります。

- 一部納付（一部免除）保険料（月額）
 - 4分の1納付…3760円
 - 2分の1納付…7520円
 - 4分の3納付…11280円

★免除の対象となる所得のめやす（平成25年度）
《審査は、本人・配偶者・世帯主の前年の所得で行います》

世帯構成	全額免除	一部免除		
		3/4免除	半額免除	1/4免除
4人世帯 (夫婦・子2人)	162万円	230万円	282万円	335万円
2人世帯 (夫婦のみ)	92万円	142万円	195万円	247万円
単身世帯	57万円	93万円	141万円	189万円

※「4人世帯」、「2人世帯」のご夫婦は、夫か妻のどちらかのみ所得がある世帯の場合、「4人世帯」のお子さんは16歳未満の場合のめやすです。

※所得とは、収入から必要経費を差し引いた額です。給与所得の場合は、給与収入から給与所得控除を差し引いた金額、源泉徴収票でいうところの給与所得控除後の金額になります。

※税制改定において16歳未満の扶養親族の扶養控除および16歳以上19歳未満の特定扶養親族控除が廃止されていますが、国民年金制度においては「国民年金保険料の免除基準」「障害基礎年金等の所得制限」について影響が出ないよう16歳未満の扶養親族および16歳以上19歳未満の扶養親族についてこれまでと同じように基準額に計上することになっています。

	税制改正	免除基準
16歳未満	●扶養控除廃止 0円	●扶養控除 38万円
16歳から23歳未満	●16歳から19歳未満(特定廃止) 63万円⇒38万円 ●19歳から23歳未満 63万円のまま	●特定扶養控除 63万円

若年者納付猶予制度とは…

本人・配偶者・世帯主の前年の所得が一定額以下の場合に、全額免除または一部納付（一部免除）が承認されます。また、退職（失業）を理由とした特例免除制度もあります。特例免除は、申請する年度または前年度において退職（失業）の事実がある場合に対象となり、失業された方の所得を除外して免除の申請を行います。

30歳未満の人で、本人および配偶者の前年の所得が一定額以下の場合に、申請

することによって、保険料の納付が猶予され、保険料の後払いができる制度です。

●申請免除・若年者納付猶予の申請および承認期間

7月から翌年6月

※申請日にかかわらず、7月から翌年6月までの期間を対象として審査しますが、できる限り7月に申請するようお願いいたします。

不慮の事故や病気が発生してから申請を行っても、障害や遺族といった年金の受給資格要件に算入されませんので、ご注意ください。

●申請手続きに必要なもの

- ①年金手帳または基礎年金番号のわかるもの（納付書など）
- ②認め印（本人が署名する場合は不要）
- ③失業などを理由とするときは、雇用保険受給資格者証、雇用保険被保険者離職票などの写し

●承認を受けた期間は…

全額免除・一部納付（一部免除）や納付猶予の承認を受けた期間は、未納期間とは違い年金の受給資格期間に算入されません。ただし、一部納付（一部免除）は、決められた保険料を納付しないと未納になります。

また、老齢基礎年金の金額を計算する際には、下図のとおり減額または反映されないことになっていますのでご注意ください。

申請手続きは、下記申請先で受け付けています。

	年金額
保険料納付	全額
4分の3納付	7/8(5/6)
2分の1納付	6/8(2/3)
4分の1納付	5/8(1/2)
全額免除	1/2(1/3)
若年者納付猶予	年金額には反映されません。
未納	年金額には反映されません。受給資格にも算入されません。

年金受給資格期間に算入されます

なお、10年以内（平成25年4月分は平成35年4月まで）であれば、あとから保険料を納めること（追納）ができますので、年金額を満額に近づけるためにも、余裕ができたときに追納することをおすすめします。ただし、承認を受けた期間の翌年度から起算して、3年度目以降に保険料を追納する場合は、当時の保険料に加算額が付きまします。

※（ ）内は平成21年3月分までの割合です。



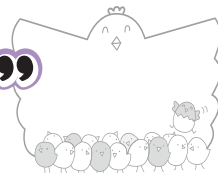
【問い合わせ・申請先】

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)西土佐市民国保分室
☎(52)1111

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

みんなでプール

①②③グループみんな一緒にプール遊び。アヒルさんになったり手作りのシャワーでお友達と水遊びを楽しもう♪お水が散っても大丈夫かな？

時①②③8月7日(水) 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)

ぴよちゃんプール

お母さんと一緒に水あそび。プールにお魚を浮かべて遊ぼう！

時①②8月6日(火) 9:30～11:30

場子育て支援センター



もみじへおでかけ (フリーデー)

もみじ保育所内にある“ぽっぽ”の分室におでかけして、保育所のお友だちや、遊具であそびませんか？

フリーデーですので、ぴよちゃんもぽっぽさんも自由にあいください。初めての人も、お気軽にどうぞ。

なお、支援センターについては、午後のみの開所となります。午前中は使用できませんのでご了承ください。

時7月17日(水) 9:30～11:30

場子育て支援センター分室(もみじ保育所内)



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、みんなで色々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。

初めての人もお気軽にどうぞお越しください。

時7月18日(木) 10:00～11:30

8月1日(木) 10:00～11:30

場子育て支援センター

お誕生会

6月・7月生まれのお友だちのお誕生日をみんなで祝いましょう。ぽっぽさんは、誕生会後ティータイムもあります。参加される人は、子どもさんの飲み物と、お茶代50円・手作りおやつ材料代100円、合わせて150円をご持参ください。おつりのいらないようにお願いします。おやつは、持参していただいてもかまいません。

時[ぴよちゃんクラブ] 7月25日(木) 9:30～11:30

[1・2・3歳児](ぽっぽ) 7月26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。

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
愛育園	7月17日(水)	9:30～10:30	なし
もみじ保育所	7月17日(水)	10:00～11:00	数台分有
具同保育所	7月17日(水)	9:30～10:30	数台分有
	8月12日(月)		
古津賀保育所	8月14日(水)	10:00～11:00	数台分有
八束保育所	7月25日(木)	9:30～10:30	数台分有
	8月6日(火)		
東中筋保育所	7月16日(火)	9:30～11:00	数台分有
下田保育所	7月16日(火)	9:30～11:00	数台分有

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、悩んでいることなど気軽に相談ください。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

心豊かに食する

健康づくり編

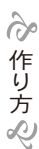
～管理栄養士からのメッセージ～

これからの季節に大活躍するそうめんに、コチュジャンやキムチを加えて韓国風にしてみました。夏は、食欲がなく麺類に偏りがちですが、野菜やたんぱく質を組み合わせることで、夏バテや疲労回復にも役立ちます。

今回は、きゅうりやえびを使いましたが、かいわれ大根やトマト、青ねぎをたっぷり使ってもおいしいですよ。ぜひ作ってみてください。



栄養成分(1人分)
エネルギー: 327kcal
たんぱく質: 14.7g
脂質: 8.5g
ビタミンB1: 0.33mg
食塩相当量: 3.8g



- ①ボールにAの調味料を全て入れてかき混ぜる。
- ②トッピング作り
●豚肉、えび(殻をむいて)はゆでる。
●きゅうりは斜め薄切りにし、細長く切る。
- ③お湯を沸かし、袋に記載された時間どおりそうめんともやしをゆでる。
- ④ゆで上がった後、そうめんを流水で

キムチやコチュジャンに含まれる辛味成分カプサイシンには、毛細血管の血流の流れを良くし、身体をぽかぽかにしてくれるはたらきがあります。また、胃酸の分泌を高めて食欲を増進するはたらきもあるので、夏バテや食欲不振の人にオススメです。

そうめんの中にもやしを入れて食感

ピリ辛ビビン麺 (所要時間: 約20分)

<材料> (3人分)

そうめん	3束	A
もやし	100g	コチュジャン…大さじ2
豚肉	60g	酢…大さじ2
キムチ	60g	めんつゆ…大さじ2
きゅうり	2/3本	ごま油…大さじ1と1/2
えび	6匹	レモン汁…小さじ1

冷やし、水気をよく切る。
※注)ここですっきりと水気を切らないと、仕上がりが水っぽくなります！

⑤そうめんを①のボールに入れ、よく混ぜ合わせ、お皿に盛り、トッピングの豚肉、えび、きゅうり、キムチを盛り付ければ完成です。

をプラスし、ボリュームアップになるよう仕上げました。カロリーが気になる人はもやしの分量を増やすと、よりボリュームアップできます。

食欲が出ない時は、いつもの料理にコチュジャンや豆板醤など、辛味成分を足して作ってみてはいかがでしょうか？

市民病院 管理栄養士 乾優衣

薪木を 無料配布します

せんぎ
薪定木等堆肥化場に持ち込まれた剪定木のうち、チップ化できないものを風呂の薪などに利用してもらうため、市民の皆さんへ無料で配布します。薪木を希望する人は、**四万十市公園管理公社 ☎(37)0608 に連絡**のうえ、配布場所までお越しください。薪木の在庫がなくなり次第配布を終了します。

■配布場所

四万十市薪定木等堆肥化場
(古津賀駅から県道出口・古津賀線を約1.2km先右側、入り口看板有り)

■注意事項

●市内に在住している人で、配布場所まで取りに来ていただける人に配布しますが、営利目的にされる場合は対象外です。



●積み込みはご本人でお願いします。
●薪木の積み込み、運搬によるケガや事故などについては、当方では一切の責任を負いかねますので、あらかじめご了承ください。

【問い合わせ先】

(市) 環境生活課
☎(34)6126

「しまんとA-1」^{アイ} 家庭排水から四万十川をきれいに

しまんとA-1とは？

愛媛県で開発された「えひめA-1」のことで、家庭にある食材で簡単に作ることができ、微生物の力で生ごみの消臭や排水溝のヌメリ取りなど、家庭で役立つ効果のある環境浄化微生物です。



しまんとA-1の材料は？

納豆、ヨーグルト、ドライイースト、砂糖と水を混ぜ合わせ培養させて作ります。すべての材料が食べ物なので、安心・安全。しかも、家庭で簡単に作ることができます。

しまんとA-1の働き5つのパワー

- ①消臭パワー
乳酸菌がアンモニアを中和し消臭。
- ②酵素パワー
発酵時にできる酵素で、でん粉や油分を分解。
- ③アミノ酸パワー
酵母菌と納豆菌がアミノ酸を作り、微生物や植物の栄養になる。
- ④抗酸化パワー
発酵時にできた抗酸化作用を持つ物質が、腐敗を抑制。
- ⑤微生物パワー
納豆菌、乳酸菌、酵母菌が土着微生物に食べられることで、食物連鎖が活発になり水質浄化を進める。

しまんとA-1の使い方

- 洗剤として皿洗いに
- 洗濯洗剤をこくわずかにし、原液を60ml加えて洗濯

- 消臭剤としてスプレー
- ほかにも様々な使い方があります

なぜしまんとA-1なのか？

汚れを落とすだけでなく化学洗剤でもできません。ですが、その化学洗剤は使用後にどうなっているのか考えたことはありませんか。そうです。家庭から排水溝を通り河川へ、そして海へと流れでて自然環境を汚染しています。

このように現在、自然破壊の一つの原因となっている生活排水ですが、しまんとA-1には水を浄化する微生物の栄養となり、食物連鎖を促進させることで水質を浄化する働きがあります。多くの人が、長期間、生活の中でしまんとA-1を使いつづけ、排水溝から河川にしまんとA-1が流れ出ることで、身近な自然環境の保全につながって行くのです。

しまんとA-1説明会開催のお知らせ

えひめA-1(しまんとA-1)の開発者である曾我部義明氏の説明会を左記の日程で開催します。ぜひご参加ください。

日時 7月7日(日)
13時30分～

場所 市立中央公民館
2階大ホール



演題 「台所はエコへの入り口」

※入場無料

説明会場にてしまんとA-1販売予定

【問い合わせ先】

(市) 観光課 四万十川対策係
☎(34)1170

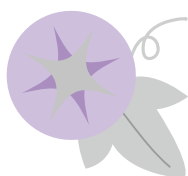
ディスポーザの 使用について

市では、市内の下水道供用区域における単体ディスポーザの使用自粛を呼びかけています。市の下水道処理システムでは、単体ディスポーザを使用してゴミを下水へ流すと、下水道管のつまりや悪臭の原因となり、放流先の河川などの水質を悪化させることにつながります。

ディスポーザは単体ではなく、廃水処理槽のついたシステム(※ディスポーザで破碎した生ゴミ排水を下水道に流す前に、処理槽で固形物を分離させ、水質を浄化、改善させることができる一定の条件を満たしたシステム)が必要ですので、排水設備工事の設計段階において検討する場合は、左記までご相談をお願いします。

【問い合わせ先】

(市) 都市整備課
下水道係
☎(34)6129



交通安全指導員だより No.1

今回より交通事故防止活動の一環として、交通安全指導員の目線から、現在までに得た経験や知識を、日頃の活動状況とあわせ、「交通安全指導員だより」としてお伝えしていきます。この記事が皆さんの目や脳裏に止まり「交通ルールやマナーを守ろう」という意識が少しでも芽生えていただければ幸いに思います。

初回：交通安全指導員とは？

■指導員の歴史

交通事故が多発し、社会問題となり始めた昭和40年代初期に、街頭指導を行うボランティアの人たちがあらわれました。その後、年々激しさを増す交通情勢の中、昭和44年にそれまで何の裏づけもなかったこれらの人たちを各市町村長が交通安全指導員として委嘱し、その任務を明確化しました。

また、昭和46年には、県内における交通死亡事故はピークに達し（死者数198人の最高を記録）、各種対策が検討された中で、指導員の果たす役割が極めて大きなものと判断され、知事委嘱が発令されました。

以後、県内各地で関係機関と連携して街頭指導や安全教育等の活動を行っており、地域の交通安全の一端を担っています。

県内では、現在約3000人が従事しており、四十市では15人（中村地域11人、西土佐地域4人）が従事しています。職種も年代も様々ですが、中には勤続40年を迎える指導員もいます。全員が交通事故を一件でも減らしたいという熱い思いで取り組んでいます。

■指導員の任務

取締りをするのではなく、交通の危険から住民を守るために、地域の指導者として安全教育や指導等を行い、安全で安心して暮らすことのできる社会の実現を目指すことです。

■ひとこと

交通安全は、皆さんの協力があつてはじめて達成されます。活動中においては、至る所で事故に直結する違反行為を見かけます。事故が起きてからでは遅いので、日頃から一人ひとりが安全に心がけましょう。

みんな

交通安全ルールやマナーを守ろうね



【問い合わせ先】

環境生活課 市民生活係
☎(35)4147

市立図書館新刊紹介

樋口眞吉日記 下巻

「近世土佐の群像のシリーズ」の第7巻にあたる。その上で樋口眞吉日記の下巻として刊行されたものです。

上巻では、眞吉青年時代の中で主に剣術修行と砲術に記述がかなり割かれていましたが、今回は尊王攘夷のこと、戊辰戦争の話などが、書かれています。後半の日記を、前半の解説に相当する部分が面白い。

日記ではありますが、「坂竜飛騰」の部分が後年書き改められたものか、他人の手が入っているのか、依然としてはっきりしないことのもどかしさもあります。

また、坂本龍馬が暗殺された折りの記述についても、非常に淡々とした抑制した記述になっています。

後年、人の目に触れるという意識の下に書かれたものかもしれません。



平成25年
7
July

開館時間 9:00~18:00

図書館だより

一般書

主婦の友社
茂山 千作
辻村 深月
幸田 真音
西田 亮介
サカタタネ「緑のカーテン」普及チーム
楊 逸
瀬戸内 寂聴

7月の新着図書(379冊)

児童書／えほん

親の家を片づける
狂言兄弟
島はぼくらと
天佑なり 上下
ネット選挙
花も実もあるよくばり！緑のカーテン
流転の魔女
若き日に薔薇を摘め

アサギをよぶ声
おとうさん もういっかい1
しあわせなら名探偵
たなばたさま きららきらら
チャームインと魔法の家
はいチーズ
もしも宇宙でくらしたら
妖怪食堂

★休館日の案内★

7月1日(月)	7月8日(月)	7月15日(月)	7月22日(月)	7月29日(金)
定休	定休	定休	定休	館内整理日
8月5日(月)	8月12日(月)	8月19日(月)	8月26日(金)	
定休	定休	定休	定休	

★新しく購入する雑誌を紹介します★

毎年利用状況やリクエストを検討し、購入する雑誌を決めています。本年度から次の10誌を所蔵することになりました。

ちやぐりん(児童誌) Movo(芸能誌)
カメラ日和(写真誌) ランドネ(アウトドア情報誌)
日経WOMAN(女性総合誌) VERA(女性総合誌)
クイーン・ジャポン(総合情報誌)
日経ビジネス(経営・ビジネス誌)
旅の手帖(国内旅行誌) ほっこり(タウン誌)
雑誌は一人5冊まで、1週間貸出できます。

★著者寄贈御礼★

四十市出身の漫画家 井上淳哉さんより、累計200万部を突破したコミック『BROOM』11巻を寄贈いただきました。あらがとうございました。

市立図書館 ☎(35)2923

「四万十市人権問題啓発研修会・地区別人権教室支援事業」のお知らせと「四万十市人権教育・啓発講師」の紹介

市では地域や企業等で、人権学習会をするときの講師紹介や謝金の助成を行っています。

人権課題は、今日においても生命、身体の安全にかかわる事象や社会的身分、門地、人種、信条、障害などによる不当な差別や人権侵害があります。市民一人ひとりがお互い身近な人権課題を正しく理解し解決して、心明るく幸せな家庭生活と地域社会が築かれ、「人と人が支え合う地域」が実現されるように、あなたの地区や企業でも人権学習会をしませんか。

◆趣旨

皆さんに人権の課題（子ども・女性・高齢者・同和問題・障害者・HIV感染者・ハンセン病患者・外国人など）について学習していただき、「人と人が支え合う地域」の実現を目指すものです。

◆支援の内容

- ① 四万十市人権教育・啓発登録講師の紹介をします
- ② 四万十市講師等謝金の取り扱いによって、講師謝金を助成します
- ③ 人権啓発用ビデオ等の貸し出し

◆学習会の内容

講演会、人権コンサート（弾き語り）、お話やビデオ鑑賞など人権に係る学習です。

◆人権問題啓発研修会

対象者：企業・各種団体
主催：「企業等」または「企業等・四万十市」

◆地区別人権教室

対象地区：市内全地区
主催：「開催地区」または「開催地区・四万十市」
開催時間：9時～20時30分（原則）
当該地区民・住民の協力のもとに集会所等にて実施するものです。

※申請方法や実施期間など詳細な事につきましては、左記までお問い合わせください。

【問い合わせ先】人権啓発課 ☎(35)1035

人権教育・啓発講師					
山本 衛	人権全般	松井 浩之	スクールカウンセラーから見た人権全般	岡崎 久	人権全般
森本 悦夫	子ども 同和問題（弾き語り）	稲田 充宏	人権全般	劉 博	外国人

四万十市人権教育研究大会

市民の皆さんの基本的人権を守るために真の連帯を深め、その手法・内容について学びあい、共通の認識のもと課題解決に向けた活動を行いましょう。多数の皆さんの参加をお待ちしています。

■日時 7月31日（水） 9:30～16:40 ※駐車場：市立中村中学校校庭（お車にはできるだけ乗り合わせてご参加ください）

時 間	9:00～9:20	9:20～9:50	9:50～11:40	11:40～13:00	13:00～16:40
内 容	受 付	開会行事	講 演	昼食・移動	分科会・閉会
会 場	市立文化センター				市立文化センター 市立中村中学校

■参加費 無料

■研究テーマ ○差別の現実から深く学び、生活を高め、未来を保障する教育を確立しよう。

○人権課題の解決に向けて取り組む教育を全市民とともに創造しよう。

■講 演 学びでつながる学習集団づくり

土田 光子さん〔大阪教育大学教職教育研究センター研究協力員〕

分 科 会	第1分科会	第2分科会	第3分科会	第4分科会	第5分科会
テ ー マ	人権確立をめざす教育の創造	学校と地域における子どもの自主的活動	進路・学力保障	人権確立をめざす地域の教育力と文化創造	生活課題と学習・啓発活動
発 表 者（校）	東山小学校・下田小学校・藤岡小学校・利岡小学校・中村中学校・中村西中学校 大川筋中学校・大用中学校・東山保育所・父親サークル「ラ・パッパ」				

【問い合わせ先】（市）人権啓発課 ☎(35)1035

働く婦人の家講座

講座名	日 程	時 間	定 員	場 所	講 師	用意するもの	申込期間
パドマ・ヨーガ療法	7月30日 8月6日、20日、27日 9月3日 (いずれも火曜日、全5回)	19時～20時30分	12人	働く婦人の家 2階 和室	野村 厚子	飲物、バスタオル ※ヨガマットをお持ちの人はご持参ください	7月8日(月)～
パッチワーク	8月22日～9月26日 毎週木曜日 (全6回)	19時～21時	12人	働く婦人の家 2階 図書室	柿内 由美子	裁縫道具・紙切りハサミ・鉛筆・ものさし ※サンドペーパー付のアイロン台をお持ちの人はご持参ください 〔作品：アブリケのバック〕 材料費：3,000円程度	7月16日(火)～

【注】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。

対 象 市内に居住または勤務している女性

受講料 いずれも無料

申込方法 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）※定員になり次第締め切り

【問い合わせ・申込先】働く婦人の家 ☎(34)6299

市営住宅入居者募集

募集

住宅名 古津賀第2団地共同住宅
所在地 四万十市古津賀3760番地1
募集戸数 1戸
構造 中層耐火構造4階建
間取り 6畳×2.4.5畳・DK・WC・浴室・物置
建築年 昭和49年度
家賃 8600円から
※入居世帯の所得額により異なります

入居資格
 ○単身の場合は、昭和31年4月1日以前に出生の人
 ○住宅に困窮していること
 ○所得に制限があります
 ※詳細については、お問い合わせください

募集案内
 (本庁)財政課
 ※募集案内は7月1日(月)から配布します
 その他 希望者が複数の場合は抽選となります
受付期間 7月1日(月)～24日(水)
入居予定 8月下旬

問 申 (本庁)財政課管財契約係
 ☎(34)6120

しまんと
 情報掲示板



防災メモ



大雨・台風に対する備え

大雨や台風が多く発生する時期になりました。雨が続きときや、短時間で大量の雨が降ったときは外出を控え、テレビやラジオ等が伝える気象情報や注意報・警報に注意しましょう。雨量の情報や河川の水位情報は、気象庁や県のホームページで随時発信していますので、一度チェックしてみてください。

○気象庁
<http://www.jma.go.jp/jma/index.html>
 ○こうち防災情報
<http://kouhou.bousai.pref.kochi.jp/>

災害が発生しそうな地域には避難勧告等により避難を促しますが、大雨や台風のときは屋外放送が聞き取れない場合が想定されますので、危険が及びそうなときには自主的に安全なところへ避難してください。いざというときに速やかに行動できるよう、避難場所の位置や避難所までの道筋を確認しておきましょう。



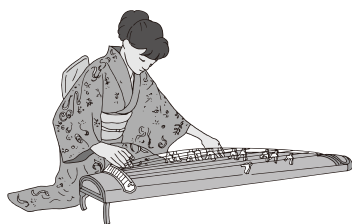
今月は
国民健康保険税 1期分
下水道事業受益者負担金 1期分
固定資産税 2期分
 の納付月です

夏休みこども教室 ～楽しく！きがるに！お箏を弾きましょう！～

教室・講座

お箏で「さくらさくら」を弾いてみませんか？初めてでも大丈夫。楽しくやさしく指導します。

日時 7月29日～8月26日までの毎週月曜日(全5回)
 13時30分～15時30分
場所 市立中央公民館 2階 和室
講師 山崎 澄美子
対象 小学4年生～中学3年生
定員 10人(応募多数の場合は抽選)
受講料 無料(お箏は主催者で準備)
申込期間 7月19日(金)まで
申込方法 電話で申し込んでください



問 申 (市)教育委員会 生涯学習課
 ☎(34)7311

交通遺児育英会 奨学金制度

交通遺児育英会では、保護者が道路上の交通事故が原因で亡くなられたり、重度の後遺障害のために、経済的に修学が困難となった子どもたちが高等学校、大学などに通う支援として奨学金を無利子で貸与しています。
 詳しくは下記まで問い合わせください。

公益財団法人交通遺児育英会
 フリーダイヤル(0120)521286
 (月～金曜日の9時～17時30分に受付)

「婚活サポーター養成講座」 参加者募集

募集

県では、結婚に関心のある独身者をボランティアで後押ししていただく「婚活サポーター」を登録し、現在県内で81人のサポーターに活動していただいております。本年度も新たなサポーターを養成するため、「婚活サポーター養成講座」を開催します。
 ※参加費無料

【幡多会場】
日時 7月21日(日)13時30分～16時30分
場所 市立中央公民館
【申込締切】 7月16日(火)

(県)地域福祉部 少子対策課
 問 申 ☎088(823)9717
 E-mail: 060501@ken.pref.kochi.lg.jp

夏休み早朝子供水泳教室

日程

【第1講習】7月24日(水)～27日(土)
 【第2講習】7月31日(水)～8月3日(土)
 【第3講習】8月5日(月)～8日(木)

時間 8時～9時

場所 市立温水プール(安並4231)

対象 小学生

定員 各講習40人(希望の講習から受講可)

受講料 1講習(4日間) 2千円

2講習(8日間) 3千5百円

3講習(12日間) 5千円

入館料 150円

(1回当り冷水期)

小人料金市内・市外共)

※回数券・会員券も利用できます。

保険料 スポーツ傷害保険加入掛金

800円

※未加入者のみ対象

(保険期間受講日～平成26年3月31日まで)

受付

7月8日(月)より所定の申込書に記入の上、受講料・保険料を添えて、下記までお申し込みください。(電話での受付はいたしません。)

※受付時間は、10時～16時です。(土曜日のみ正午まで)

※講習開始日の前々日まで受付いたします。

※講習欠席の場合、受講料等の払戻は致しません。

※参加者が少ない場合は中止する場合があります。

(公財)四万十市体育協会事務局(市民スポーツセンター内)
 ☎(34)2071

問 申

親子水難事故防止教室～水辺での事故や津波に備えて～

川遊びの楽しさを知ってもらうとともに、川のこわさを理解してもらい、水難事故にあった場合の対処法を学ぶ、小学生を対象とした教室です。また、保護者には、水難事故に直面したときの救助、救出方法を学んでもらうことができます。

日時 7月28日(日)10時～12時

※悪天候の場合は8月25日(日)に順延

場所 中村百笑町小畑地先

内容 身を守る(小学3～6年生参加)

①シュノーケリング

②安全な流され方

③着衣水泳

④宝さがし

⑤飛込台

●救助・救出訓練

①AEDによる救助法(大人参加)

②スローバッグによる救助(大人と小学生参加)

③発射銃およびロープによる救出(デモ披露)

●河川環境学習(水生生物調査)

●カヌー体験(希望者)

参加料

無料(保険は主催者で加入します)

募集人数 小学3～6年生 20人程度

(できるだけ保護者と一緒に参加してください)

募集締切 7月12日(金)

※定員になり次第締め切り

主催 渡川(四万十川)水系水難事故等

防止連絡会

大人 20人程度

防止連絡会

(市)教育委員会 社会体育課
 ☎(34)2071

問 申

四万十市雇用創造促進協議会 7月開催講座

募集種目	日時	場所	内容	講師	募集期間
◆高付加価値農産物生産計画・技術力向上研修	7月9日(火) 14:00～17:00	座学 あぐりっこ研修センター	●圃場に植えた野菜の成長過程について	山下一穂(有機のがっこう「土佐自然塾」塾長)	7月8日(月)まで
	7月10日(水) 9:00～12:00	実地研修 銅島圃場(集合:あぐりっこ研修センター)	●ナスの一芽切り返し、スイートコーンの除虫など		
◆加工技術力向上研修	7月19日(金) 14:00～15:30	市立文化センター1階中会議室	●営業許可と衛生管理の基本	岩本裕子(幡多福祉保健所)	7月18日(木)まで
	7月23日(火) 14:00～16:30	市立中央公民館1階調理実習室	●鹿肉だからおいしい! お家で簡単に作れる鹿肉料理 ※調理実習形式なので、エプロンをご持参ください。	西村直子(ゆとりすとパークおおとよマネージャー)	7月22日(月)まで
	7月24日(水) 13:30～16:30	市立中央公民館3階研修室II	●食品分析をもっと身近にー地場産品の強みを見出すツールとしてー	樋口慶郎(高知大学国際・地域連携センター 土佐フードビジネスクリエーター人材創出特任教授)	7月23日(火)まで

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/>

問

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。

市民の健康育成、幼児の健全発育、子どものスポーツ嫌い克服、自転車の安全運転学習を目的としてさわやか親子健康教室を開催します。

対象 市内在住の年齢3～6歳児とその保護者

※保護者とは、父、母および祖父母等とします。

内容 ①「家族も一緒に…」

わいわい「ダンス教室」

②微風に乗って…

りんりん「自転車安全教室」

③行き先内緒の…

てくてく「ミステリーハイキング」

④列車に乗ってサイクリング…

「ミステリー冒険遠足」

⑤楽しく走ろう…

らんらん「フリスビー教室」

※左記の日程で①～⑤を組み合わせて7回実施します。

定員 10組(保護者併せて20人)

参加料 ミステリーの汽代(ミステリー2回で1組千円程度)

主催者で負担します

日時 9月8日、23日、10月13日、27日、11月10日、17日、12月8日

申込期間 7月31日(水)まで

(受付8時30分～17時15分)

(申込者多数の場合は、途中で受け付けを締め切る場合があります)

主催 四万十市スポーツ推進委員会

(市)教育委員会社会体育課
☎(34)2071

問 申

四万十川花絵巻 ～睡蓮の宴～

トンボ自然公園の睡蓮の花が、5月から10月にかけて見頃です。毎朝、約3000輪の花が咲きほこります。(トンボ自然公園の温帯スイレンは午前中だけに開花します。)

睡蓮の見頃に合わせ、四万十川花絵巻「睡蓮の宴」を開催します。皆さまお誘い合わせのうえ、ご来場ください。

日時 7月20日(土)8時30分～13時

※雨天決行(荒天中止)

催し所 トンボ自然公園内(具同)

8時30分～13時

○「具同婦人会」による物品販売

(「ちらし寿し」、カキ氷、ポテトなど)

○「はたもぐら」による物品販売

(W黒糖わらびもち、地元野菜など)

○トンボと花ガイド

適宜参加希望により行います。

○睡蓮写真パネル展示

9時30分～

○推理ゲーム「私はだれでしょう?」

5段階のヒント・カードの中から「あきついいお」に展示されている生物1種を、レベル1から順にさがし当てるゲームです。(景品あり)

先着20組【参加費無料】※入館料は必要です。

10時30分～

○睡蓮の花びら枚数当てクイズ

睡蓮の花びら枚数をピタリ当てた人に、トンボ王国ならではの景品をプレゼント【参加費無料】

※入場料は必要です

(1回目)11時～(2回目)11時30分～

○トンボカードさがし(宝さがし)

トンボカードをさがして景品と交換

小学生以下対象【参加費無料】※雨天の場合は館内で行いますので、入館料が必要となります。

12時～

○マジックショー&ジャグリング(予定)

【観覧無料】※入館料は必要です。

入館料 睡蓮の宴当日は、入館料が半額! (一度入場されると、入退場自由です。)

大人…420円 中・高生…210円

小人…160円(4歳以上)



(社)四万十市観光協会 ☎(35)4171
<ゲームについて> 四万十川学遊館 ☎(37)4110

問

トンボ公園だより

○森の風と仏たちⅥ～森下嘉晴絵画展

無尽にひろがる原生の森。その中で生き続けている巨樹・古木のなかの仏の世界を見てみませんか。

作品内容：アカガシの巨木と仏像の油絵

80号3枚、10号3枚、ほか10号

サイズを中心に約20点

期間 7月20日(土)～8月31日(土)

場所 四万十川学遊館多目的ホール

入場 無料(ただし、「四万十川学遊館」入館料が必要)

○親子トンボ捕り大会

採集難度レベル1～10にランク分けされたトンボを、ランク各1種ずつを捕獲するゲーム感覚のトンボ捕り大会です。上位入賞チームには、ビーズトンボ額などの景品があります。

日時 7月28日(日) 9時～12時

場所 トンボ自然公園

定員 小学生1人を含む親子等3人を1チームとして20組

参加費 1チーム千円(保険料含む)

○正しいトンボ捕りのための観察会

7月28日の親子トンボ捕り大会で上位入賞されたい人におすすめのトンボ観察会です。

日時 7月27日(土) 15時～16時30分

参加費 無料

○プリ体験会

内容 松田勲先生の指導による「プリ(大形のトンボ捕り道具)」作りと実技指導

日時 7月27日(土) 17時～19時

場所 四万十川学遊館

☎(37)4110

問 四万十川学遊館

☎(37)4110

平成25年7月号

定期相談所

	日 時	場 所	相談内容	問い合わせ先
行政相談所	7月19日(金) 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 平石真理子 ☎(35)4250	(本庁)総務課 ☎(34)1804 (総合支所)地域企画課 ☎(52)1111
	8月8日(木) 9時～12時	藤ノ川集会所	《相談委員》中平 貞行 ☎(52)1632	
特設人権相談所	8月2日(金) 10時～12時 13時～15時	JA高知はた 中村東部出張所	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)	高知地方方法務局 四万十支局 ☎(34)1600
	8月8日(木) 9時～12時	藤ノ川集会所		
弁護士資格のある 人権擁護委員による 特設人権相談所 ※要事前予約 (電話、FAX)	7月10日(水) 13時～15時	高知地方方法務局 四万十支局 (右山五月町3番12号 中村地方合同庁舎2階)	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、事前予約制・1人30分以内)	高知地方方法務局 四万十支局 ☎(34)1600 FAX(34)1601

海上保安庁「巡視船とさ」体験航海

募 集

土佐清水海上保安署では、「海の日」記念行事として巡視船とさ(所属 高知海上保安部 総トン数1364トン、全長93・47メートル)による体験航海を実施します。足摺半島を巡る約2時間の航海で、海上保安庁巡視船の業務の一端を、ぜひ体験ください。

日 時

7月21日(日) 10時出港 12時入港
(入港時間について、若干時間が前後する場合があります)

コース

あしずり港く足摺岬沖の往復
乗船および下船場所
土佐清水市養老 あしずり港岸壁(海の駅付近)

募集人数

400人程度

応募方法

当日受付(8時30分～9時50分)
事前の申し込みは必要ありません。

乗船受付

当日は、午前8時30分から、あしずり港岸壁で乗船受付を開始します。

乗船を希望される人の氏名、住所、年齢および代表者連絡先電話番号を記入のうえ、お申し込みください。

(受付は先着順とし、定員に達し次第、締め切り)

注意事項

小学生以下は保護者同伴をお願いします。
天候不良および緊急事案対応により、体験航海を急ぎ中止する場合があります。



土佐清水海上保安署
☎0880(82)0464

防衛省 平成25年度各種自衛官採用試験および説明会

募 集

募集種目	受付期間	1次試験期日	受験資格等	試験会場
自衛官候補生 (男・女) (任期制自衛官)	男子:受付中	9月16日(学科・適性) 9月19日・22日・26日の内1日(身検・口述)	採用予定月の1日現在 18歳以上27歳未満 ※任期満了時に特例退職手当があります。	四万十市防災センター
	女子:8月1日から 9月6日	9月24日(火)		高知駐屯地
一般曹候補生 (非任期制自衛官)	8月1日から 9月6日	男女共通(一次試験) 9月16日(月)	26年4月1日現在 18歳以上27歳未満	四万十市防災センター
航空学生 (パイロット養成)	8月1日から 9月6日	男女共通(一次試験) 9月21日(土)	26年4月1日現在 高卒以上21歳未満	太平洋学園
防衛医科大学校 看護学科学生	9月5日から 9月30日	男女共通(一次試験) 10月19日(土)	26年4月1日現在 高卒以上21歳未満	高知学芸進学 アカデミー
その他:防衛大学校学生(前期)及び防衛医科大学校学生(26年4月1日現在高卒以上21歳未満) 受付(9月5日から9月30日)				

説明会のご案内

日時:7月21日(日)13時30分～15時

場所:四万十市中村大橋通6-3-7とらやビル3階 自衛隊四万十地域事務所
(auショップ前、1階 小池クリニック様が入っているビル3階になります)

なお、日時・場所が変更になる場合がありますので、参加される人は事前に連絡をお願いします。(当日参加できない人には、希望される日時を調整し、個別に説明いたします)

自衛隊四万十地域事務所 ☎0880(35)3096



(平成25・6・5届出分まで)

住所 赤ちゃん 保護者



(平成25・6・5届出分まで)

住所 氏名 享年

西土佐江川崎	大用	鵜ノ江	利岡	下田	具同田黒	具同田黒	渡川	渡川	渡川	具同	具同	具同	具同	具同	入田	入田	入田	古津賀	古津賀	古津賀	不破	右山天神町
中脇	田野	福田	石橋	久保	岡本	宮川	葛本	上田	松本	山中	谷口	西尾	林	杉本	石川	濱田	谷崎	浦尻	山沖	亀谷	中平	
想之介	聖直	自然	愛海	麻生里	直也	ひまり	流煌	結月	姫依	結馬	蘭	優寿	光太郎	龍之介	老柳	碧唯	由依	風太	すみれ	優空	常利	悦嗣
伸哉	宏樹	裕宣	大	典之	大輔	智行	日出男	裕也	裕太	彩霞	雄司	暢宏	健治	崇臣	詠祐	健二	悟	大介	弘平	慎吾	文裕	優
久保川	若藤	敷地	田野川	口鴨	下田	名鹿	津蔵	深木	深木	実崎	森沢	具同	古津賀	佐岡	右山天神町	右山元町	右山元町	中村一条通	中村一条通	中村羽生小路	中村大橋通	中村大橋通
岡村	亀田	山崎	森下	都築	柿谷	池上	植木	大崎	宮崎	宮崎	亀岡	松尾	西尾	秋森	岡本	遠近	宮上	上岡	加持	下村	西内	松田
芳子	茂	保子	富夫	孝雄	民恵	辰子	傳	誓司	喜和子	尚利	亀美子	ハツエ	章	チトセ	鈴子	浪恵	延明	美和	静子	雅之	政司	小鶴
96	88	78	81	80	83	97	88	60	87	75	86	62	84	96	92	89	82	67	86	49	80	98

法人土地・建物基本調査のお知らせ

本年7月～9月、「平成25年法人土地・建物基本調査」が実施されます。結果は土地関連政策等の基礎資料等として幅広く活用されます。皆さまのご理解・ご回答をお願い致します。(インターネットによる回答も可能です)

① 国土交通省 平成25年法人土地・建物基本調査 事務局
(コールセンター: ☎0570-077553)
[7月1日から9月13日までの平日9:30～17:30]

川登	手洗	西土佐藤ノ川	西土佐江川崎	西土佐用井
夕部	北原	森	岡崎	中平
千鶴恵	知	俊治	由	寅男
88	78	72	89	86

人が人らしく

★人権さまざま★ 99

民主主義を掲げる社会では、さまざまな取り決めがなされています。たとえば多数決ということも大事な一つといえます。昔なら集団の中の長老が王様が物事を決める責任を負っていたものと思いますが、みんなの意見を多数の賛成者によって決めるというやり方を始めたのは、あのギリシャの都市国家アテネの市民たちであったと歴史の勉強で教わりました。

私も「民主的にきめよう」というときは、多数決を採用することを原則としてきました。ところがこのやり方は、しばしば新しい争いのもとにもなり、新たな不満も生まれることにもなりかねません。負け組の少数派は「多数の横暴」だと主張し、やり直しを要求してきたりします。また、正義が不正義かと問われると、多数が必ずしも正義ではない場合もあって、問題も生まれたりします。ただ、今のところ「多数決」以外にいい方法が見つからないので、決まった以上は、少々不満があっても、それに従うことが、民主主義の大前提であり、大切であることは、いう必要もないことであろうと考えます。

アテネでもそうだったという例がのこっております。その生涯を通じて不正を行わ

なかったといわれている哲学者にソクラテスという人がいます。彼は最後まで正義を貫いて、民主主義を守り抜き、今に至るまで世界の第一人者とたたえられています。そのため死刑の判決を受けて死んだといわれています。

アテネの裁判官五〇一人に、彼は無罪を主張して闘いますが結果は死刑。この判決も本気ではなく、(当時の慣習通り)彼は「わいろ」を使って獄を出て、国外に逃亡でもしてやるものと考えていたし、偉そうなことばかり主張する目の上のたんこぶを嘲ういい機会だとも予想したらしいのです。

しかしながらソクラテスは、たとえ悪法でも、多数で決まった以上その法を守るのが市民の正義だと考え、毒殺の刑を甘んじて受け、今も名の残る超一流の哲学者となったのです。

それだけ大切な多数決なのですが、こと「人権」に限っては、多数決では決められないことを忘れてはなりません。たった一人しかいない人間の存在も無視してはならない、それが人権を守りぬくということなのです。

四万十市人権啓発講師 山本衛

「古津賀を良くする会」活動報告

古津賀を良くする会では、古津賀地域相互の親睦と協調の精神に基づき、住みよい郷土発展に寄与することを目的に、植樹や年2回の草刈り・剪定作業などを行っています。

「古津賀を良くする会」

古津賀、古津賀第一団地、第二団地、雅ヶ丘団地住民で構成。(平成2年4月に設立)

【投稿者】

古津賀を良くする会 会長 岡本五郎



「みんなで乗ろう 土佐くろしお鉄道」の精神で古津賀駅にさつきを植樹し、毎年剪定を行っています。

「野鳥写真展2013」 in 四万十

日本野鳥の会・高知支部主催の写真展です。会員10人の作品が20枚展示されます。滝から飛び出るカワガラスやアオバズクの親子、青い鳥・赤い鳥などの野鳥写真があります。ぜひご覧ください。

日時 7月6日(土)～20日(土)
時間 9時～17時
会場 市立中央公民館 1階展示場
入場 無料
後援 (市)教育委員会



アカショウビン

【問い合わせ先】

日本野鳥の会・高知支部
木村宏 ☎090・5711・5029

今城初美さん(92歳)の素晴らしい詩との出会い

竹屋敷に『こややくうりば』という喫茶店があります。朝に昼に、また仕事の合間や暇つぶしに集まり、皆さんがようだいをこいている憩いの場です。

そこでふと目に触れたのが、今城初美さんの詩でした。自然に心の中に溶け込むような安らぎを覚え、優しさと飾りつきのない深い感情のようなものを感じました。

初美さんは店のすぐ裏に住んでおり、数々の詩の原点は初美さんが70歳の頃、杓子峠に行った折、まだ薄暗さの残る山に朝霧が架かり、その神秘さに感動して詩を詠んでみたのが始まりだったそうです。

たくさんさんの詩の中から記憶に残っているものと、『こややくうりば』に貼っていた作品をご紹介します。

・朝霧に 浮き立つ山の美しさ

神秘の自然に 心洗わる

・日焼け顔 こもれ日もれる 晩秋の道

・老いて尚 四季の移ろい楽しみて

卒寿の坂を 心さわやか



今城初美さん

【投稿者】『こややくうりば』愛好会



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。

6月30日(日)	正木整形外科	☎(34)5252
7月7日(日)	市民病院	☎(34)2126
14日(日)	森下病院	☎(34)2030
15日(月)	佐々木整形外科	☎(34)7177
21日(日)	市民病院	☎(34)2126
28日(日)	幡多病院	☎(34)6211
8月4日(日)	市民病院	☎(34)2126

人のうごき ～5月末日現在～ ()内は、前月との差

総人口	35,697人(3)	転入	89人
男	16,898人(8)	転出	67人
女	18,799人(- 5)	出生	24人
世帯数	16,465戸(21)	死亡	43人

7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、天神橋、本町
労働力調査	三ツ又、楠島
毎月勤労統計調査(特別)	楠島、不破(7月下旬より実施)
商業動態統計調査	古津賀、東下町、井沢、国見

日直指定水道業者



●水道料金は口座振替で●

6月29日(土)	(有)大杉設備工業	☎(34)2324
30日(日)	(有)福永工業	☎(35)5996
7月6日(土)	(有)力キタニ設備	☎(33)0660
7日(日)	岡崎プロパン(株)	☎(35)3458
13日(土)	(有)夕部設備	☎(37)3383
14日(日)	西南管工	☎(36)2554
15日(月)	株奥宮工業	☎(37)5151
20日(土)	(有)大同設備	☎(35)4879
21日(日)	(有)山下建設	☎(33)0653
27日(土)	豚座建設(株)	☎(34)6031
28日(日)	(有)平野水道	☎(35)2316
8月3日(土)	溝渕設備	☎(34)3734
4日(日)	森下住宅器機	☎(34)4855

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

編集後記

でパとしで権てでのデず、驚ビ人スジョドジャわ
した。界いて表でもり、近それきネとピンッれた
た。オレいる彰も、突、年、も、ま、犬、の、の、た
マ、ン、の、台、2、世、は、日、の、の、の、カ、デ、
ン、の、の、独、し、は、世、ッ、の、の、の、イ、下、
ス、の、こ、占、続、手、き、界、ク、の、は、に、コン、え、高、ス、ク、行

(正大)

(第2回)街コン

「美味いもんnight in 四万十」参加者募集

市では、少子化対策のひとつとして、独身男女に出会いのきっかけを提供するために今年も街コン「美味いもんnight in 四万十」を開催します。

パートナー探しはもちろんのこと、気の合う新たな友達やすてきな飲食店との出会いを求めてみませんか？

ぜひ、多くの人の申し込みをお待ちしています。

日時:8月25日(日) 17時～21時

場所:四万十市街地6店舗(常連・ボンゴリアン・

曼陀羅屋・カテコテ・輩・鳥見貴)

集合場所:四万十市役所 1階ロビー

募集人数:男性・女性とも各50人

参加費(1人):男性 5,000円 女性 3,000円

対象者:20歳～49歳(平成25年4月1日現在)の独身男女

※先着順

(申込者多数の場合は、市内在住者を優先します)

申込期間:7月10日(水)～8月5日(月) 消印有効

申込方法:郵送(ハガキ、チラシの申込書)またはメール

※必ず同性2人1組で申込をしてください

※郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、年齢、

性別、電話番号(自宅・携帯電話など昼間に連絡がとれるもの)を明記してください。

●参加者へは、後日詳細について文書でご案内します。

【問い合わせ・申込先】

〒787-8501 四万十市中村大橋通4-10

(市)福祉事務所 家庭福祉係「美味いもんnight in 四万十」事務局

☎(34)1801 E-mail:kateifukusi@city.shimanto.lg.jp



「広報四万十」8月号は7月31日(水)発送予定です

