

四万十

平成22年

9

No.65

2010 September



第6回しまんと市民祭「なかむら踊り」(市役所正調踊り子チーム)

■ 今月の主な内容

- ▼ 四万十市職員採用資格試験案内 2
- ▼ 国勢調査が始まります 2
- ▼ 四万十市ふるさと応援団募集開始 4
- ▼ 幸徳秋水刑死百周年記念事業実行委員会 5
- ▼ 第6回しまんと市民祭 10
- ▼ 第6回 四万十市文化祭 22

Contents

恒例のしまんと市民祭。今年で旧中村市時代から通算55回目の開催となりました。

メインイベントである「なかむら踊り」は、今年も思い思いの趣向をこらした衣装や山車、独自にアレンジした曲や踊りで観客を楽しませてくれました。

その中で、「新々なかむら音頭」に合わせ、昔から引き継がれた伝統の踊りを披露する市役所正調踊り子チーム。我がふるさと「小京都中村」らしさを守り続けています。

四万十市職員採用資格試験案内

市では、平成23年度採用予定の職員採用資格試験を行います。

試験職種、採用予定人員および受験資格など

試験職種	採用予定人員	受験資格等
事務職Ⅰ	若干名	昭和56年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた人
事務職Ⅱ (身体障害者)	1名程度	昭和56年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた人で、次のすべての要件を満たす人 (1) 身体障害者福祉法第15条に定める身体障害者手帳の交付を受けている人 (2) 自力による通勤が可能で、介護人なしで通常業務遂行が可能な人 (3) 活字印刷文による出題及び口頭による試験(面接)に対応が可能な人
技術職(土木)	若干名	昭和56年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた人
保育士	5名程度	昭和56年4月2日以降に生まれた人で、保育士の資格を有する人 又は平成23年3月31日までに資格取得見込みの人
管理栄養士	1名程度	昭和56年4月2日以降に生まれた人で、管理栄養士の免許を有する人
看護師	1名程度	昭和51年4月2日以降に生まれた人で、看護師の免許を有する人 又は平成23年4月30日までに免許取得見込みの人
事務職Ⅲ(医療ソーシャルワーカー)	1名程度	昭和51年4月2日以降に生まれた人で、社会福祉士の資格を有する人

第一次試験 (1) 日時 10月17日(日) 午前8時40分集合(時間厳守)
(2) 会場 市立中村中学校(四万十市中村東町2丁目1-30)

受付期間 9月6日(月)~9月22日(水)まで(土、日、祝日を除く)

受験申込書 (1) 市役所の次のところに置いています。
①市役所本庁1階総合案内(土、日、祝日は庁舎北側守衛室) ②西土佐総合支所総務課(土、日、祝日は宿直室)
なお、郵送による請求の場合は、封筒の表に「受験申込用紙請求」と「受験希望職種名」とを朱書きし、宛先を明記した返信用封筒(A4サイズの角2封筒に120円切手貼付のこと)を同封して総務課人事係まで請求してください。
(2) 市公式ホームページからもダウンロードできます。

問い合わせ・請求先 (本庁)総務課 人事係 住所:四万十市中村大橋通4-10
☎(34)1803・(34)1111(内線 2322、2323、2324、2325)
◆Eメールでのお問い合わせについては、お答えできませんのでご注意ください。

国勢調査が始まります

日本国内にふだん住んでいるすべての人および世帯が対象です。国勢調査から得られる統計は、行政はもとより、民間企業や研究機関でも広く利用され、そのような利用を通じて国民生活に役立てられます。

調査のながれ

総務省―都道府県―市町村―指導員―調査員―世帯

調査票の配布

9月23日(木)ごろから皆さまのお宅を訪問し、調査員が調査票の配布と記入のお願いに伺います。

調査員は総務大臣が任命した非常勤の国家公務員で、世帯を訪問する際には「調査員証」と「腕章」を身につけています。

調査票の記入

調査票には10月1日現在の世帯の状況について記入してください。

記入項目は、男女の別、出生年月、就業状態、住居の種類などの計20項目です。

調査票の回収

10月1日(金)から調査員が調査票の回収に伺います。

調査票は、「調査票収納封筒」に入れ、封をして調査員に提出してください。調査員は封をしたまま市に提出します。

なお、ご希望があれば、その場で不明点などの確認も行います。不在にする場合などは、「郵送提出用封筒」にて直接、市に提出することも可能です。



調査票の確認

提出していただいた調査票は市で開封され、記入もれや記入誤りなどを確認します。

正確な統計を作成するため、記入もれなどがあつた場合は市からご連絡することがあります。

個人情報厳格に保護されます

国勢調査に従事する者には統計法による守秘義務が課せられています。

※国勢調査を装った「かたり調査」にご注意ください。不審に思われた場合には市までご連絡ください。

問い合わせ先

(本庁)企画広報課 ☎(34)1810
(総合支所)総務課 ☎(52)1111



盆踊り

市長 田中 全

今年のお盆は三日間、西土佐の盆踊りに参加してきました。大宮、本村、西ヶ方に地元小学校の校庭はどこも大勢の人数でした。

少子高齢化、過疎化が進む中、中山間地域は人口の減少が続いています。お盆の間だけは、帰省の人々や近隣からの若者など、ふだん見慣れない顔ぶれも集まり、にぎわっていました。子供さんや若者がこんなにいるのかと驚きました。もち投げ、くじ引き、太鼓の競演。手づくりの屋台や金魚すくい。数は多くありませんが、豪快な花火も打ち上げられました。

お盆に帰っていたのはご祖先様と同じ。盆踊りは、年に一度先祖の方々を迎え、地元と帰省者などが一緒に楽しむ行事です。校庭の真ん中にやぐらを組んで提灯をぶらさげ、太鼓をたたく。その周りを老若男女が浴衣姿で踊る。これぞ日本の伝統文化、日本の美です。

歌や踊りをはじめ行事のやり方は地

域でそれぞれ違います。大宮では「大宮音頭」や「地踊り」が披露されました。昼間には権谷に古くから伝わる施餓鬼供養（水まつり）をはじめて見ましたが、今年から太鼓のかつぎ手や鉦の鳴らし手が若返ったそうで、頼もしく思いました。

いま全国に広がった「よさこい」の原型も盆踊りです。鳥追いの「鳴子」や「夜さ来い」の意味には、あの世のご先祖様と一緒に豊作と子孫繁栄を願う願いが込められているということ。盆踊りは男女の出会いの場でもあったのです。もちろん当市の市民祭で踊る「なかむら踊り」も中村版の盆踊りです。また、「蔵岡口説き」も貴重な文化です。

西土佐の盆踊りの運営は、各戸からの「御花」や地元商店などのスポンサーから提供される景品などで運営され、企画から準備まですべて手作りであり、地域のまとまりの強さを感じました。

市内各地でお盆の間、中学、高校などの同窓会も多く開かれたようです。里帰りでは家族や親戚とともに幼なじみや学校時代の友人に会うのも楽しみみです。また帰ってくるからね。お盆が終わり、ご先祖様をはじめ、皆それぞれの生活の場に戻って行きましたが、ふるさとを思う気持ちはだれも同じです。

市ではこのほど「四万十市ふるさと応援団」を立ち上げました。ふるさとを大

切に思う方々に入団してもらい、四万十市をずっと応援してほしいという願いからです。

地元出身者でなくとも、いろんなご縁で四万十市を大好きな人はたくさんいます。ウルトラマラソンや水泳マラソンに毎回参加されている常連さんやサーフィン愛好者など。また、仕事で勤務をされた方など。皆さん、四万十市は本当にいいところで、ずっと住んでみたいと言ってくれます。

実際、当市に移住される方々も多くなつており、区長や民生委員を務められるなど、地域にとつてなくてはならない存在の方も増えています。

応援団は市外在住者から募集していきます。四万十市を大好きで応援をして下さる方ならだれでも歓迎です。入団金など一切の負担はありません。

団員になられたら、まず四万十市をいまままで以上に愛してほしい。広く周りに当市をPRしてほしい。そして当市にどんどん提言をしてほしい。

団員には広報などいろんな市の情報を提供します。ふるさと納税（応援寄附金）に協力してください。方には特産品を進呈します。

市民の皆さん、団員候補者はあなたのお身内や周りにもたくさんいるはず。ぜひ入団を呼びかけてください。

日誌 7月16日～8月15日

- 7月16日 幡多地区消防団連絡協議会
- 17日 旧満州江川崎開拓団、京都開拓団との交流会
- 20日 河口砂州対策説明会
- 21日 四万十川改修期成同盟会役員会 総会
- 22日 高知西南地域公共交通協議会総会
- 23日 竹屋敷ふるさと活性化夏祭り
- 24日 不破地区・角崎地区要望受
- 25日 J A青果物販売取引検討会
- 26日 県道川登中村線百笑工区開通記念式典
- 27日 田んぼの生き物調査講演会
- 28日 岡本淳氏叙勲祝賀会
- 29日 中村交響楽団&高知交響楽団合同演奏会
- 30日 国道五十六号バイパス建設促進期成同盟会総会（土佐市）
- 31日 反核ライダ―要請受
- 8月1日 大宮老人クラブ懇談会
- 2日 四国横断自動車道高知県建設促進期成会
- 3日 高知県国保連合会総会（高知市）
- 4日 市民大学開校
- 5日 市民祭
- 6日 幡多三市一町一村区長会県要望
- 7日 人権教育研究大会
- 8日 四国治水期成同盟連合会による
- 9日 国交省・国会要望活動5日（東京）
- 10日 四万十川水泳マラソン大会
- 11日 総会（土佐清水市）
- 12日 民部地区要望受
- 13日 幸徳秋水刑死百周年記念事業実行委員会
- 14日 市議会臨時会
- 15日 本村分館盆踊り
- 16日 西ヶ方分館盆踊り
- 17日 大宮まつり、権谷施餓鬼供養（水まつり）

四万十市ふるさと応援団

募集開始

市では、去る8月8日(日)に開催された四万十川水泳マラソン参加者へのPRを皮切りに、公式ホームページなどで「四万十市ふるさと応援団」の全国公募を開始しました。

応援団結成の目的は、本市の出身者や本市が大好きで、関心のある市外在住の方に団員登録を呼びかけ、本市の知名度向上や活性化に一役買っていたかどうかというものです。

また市からは「ふるさと」の情報発信や市内観光施設の優待などの特典も用意しています。

市民の皆さんには、趣旨をご理解していただくとともに、市外のご親戚やご友人への呼びかけなどご協力をお願いします。

■ 団員の特典

- ① 市からの各種情報提供
- ② 市内観光施設などの優待
- ③ ふるさと納税(5000円以上)をされた方には、四万十自慢の特産品セットを進呈

※詳しくは市のホームページで紹介しています。

■ 応援団員の役割

- ① 四万十市を愛していただく
- ② 全国への四万十市のPR
- ③ 四万十市に有用な情報提供
- ④ 四万十市政に対する提言

※それぞれのやり方で応援していただきます。



■ 団員登録、団員証の交付

四万十市のホームページにアクセスし、必要事項を直接入力していただくか、申込書に必要事項を記入し郵送または直接提出してください。申込書が必要な方は、申し込み先までご連絡いただければ郵送します。また、ホームページからもダウンロードできます。

団員登録は『無料』です。登録完了後、団員証をお送りします。

登録申込者からのメッセージを紹介します。

8月23日までに、36名の方から登録申込をいただきました。

☆修学旅行以来、大好きになり、四万十市に行く度に地元の方々に良くしてもらっています。私の第二のふるさとです。いつか移住することを夢見ます。(大阪府在住)

☆水泳マラソンに参加して四万十川が好きになりました。応援します!(神奈川県在住)

☆ゆったりとした奥深い四万十の自然に感動しました。一度住んでみたい町です。(兵庫県在住)

☆京都らしさを残しつつ四国を代表する町として、四国の西南地方の玄関口として、大きく羽ばたいて下さい。(愛知県在住)

私たちのふるさとは、「豊かな自然」「古い歴史と文化」「温かい人情」「楽しいイベント」など魅力満載です。



公家行列「藤祭り」(今年)



ウルトラマラソン(昨年)



水泳マラソン大会(昨年)

【問い合わせ・申し込み先】

(市)企画広報課 広報公聴係 ☎(34)1810 F A X (35)0007
Eメール kouhou@city.shimanto.lg.jp U R L http://www.city.shimanto.lg.jp/

友好都市サミット in 名護

8月1日に沖縄県名護市で開催された「友好都市サミット in 名護」に四万十市から参加してきました。

友好都市サミットは、大阪府枚方市を中心に友好都市締結を行っている四万十市、北海道別海町、名護市で構成し、2年に一度、各都市持ち回りで開催され、友好交流を行っています。

今回はしまんと市民祭と日程が重複したことなどから市長、議長が参加できず、杉本副市長、上岡副議長が参加しました。

1日の午前中に友好都市サミットが開催され、稲嶺名護市長の歓迎あいさつに続いて意見交換、案件協議を行いました。この中で「友好の風 北から南からく住み続けたい魅力あふれるまちづくり」を共通テーマとして各都市の取り組み事例を発表しました。



四万十市からは幡多広域観光協議会の取り組みを地域活性化の事例として紹介するとともに、幡多地域の観光をPRしました。他の都市からは公立病院の問題、環境対策の問題などの事例が発表されました。

最後に、各都市が地理的・歴史文化的な個性を活かした交流を行い、魅力・活力をさらに高めていくために、今後も友好都市間交流を継続していくことを宣言し、閉会しました。

午後からは、会場を移動し、名護市制40周年記念式典・祝賀会に参加し、米軍キャンプという課題を抱えながらも、市民が積極的に活動し前進している名護市をお祝いし、予定した全行程を終えました。



幸徳秋水刑死百周年記念事業実行委員会開かれる

8月11日、標記第1回実行委員会(委員長・田中市長)が市議会委員会室において、市内各団体の出席のもと開かれました。

まず、会の目的を「四万十市の生んだ偉大な思想家である幸徳秋水の刑死百年を記念し、秋水が果たした歴史的役割を顕彰し、その名誉を回復すること」とした「委員会規定」を決めたあと、来年の刑死百年に向けて次のような各種事業を検討していくことを確認しました。

- ① 墓前祭(1月24日)、② 記念講演・シンポジウム(秋水サミット)、③ 特別展示(郷土資料館、図書館)、④ 市民啓発(広報など)、⑤ 墓地周辺整備、案内マップ作成、⑥ 記念誌発行、⑦ 劇団公演、⑧ その他会の目的に沿った事業

(よびかけ文―要約)

幸徳秋水は明治4年(1871年)、わが中村に生まれ、土佐の自由民権の風土の中で成長、早くから板垣退助や林有造、中江兆民に師事し、世界的視野での自由平等の思想を身につけました。明治37年(1904年)に始まった日露戦争は世界で最初の近代戦争でしたが、秋水は内村鑑三らとともに非戦論を唱えました。戦争に公然と反対する主張は、歴史上初めてのことでした。

日露戦争終結の5年後(1910年)大逆事件がおこりました。秋水は天皇暗殺を企てたとして大逆罪に課せられ、翌年1月24日処刑されましたが、事件は自由平等思想の普及を恐れた明治政府の弾圧による冤罪であったことはすでに歴史的に証明されています。

20世紀最後の年であった2000年、当時の中村市議会は秋水の名譽を回復し偉業を讃える「幸徳秋水を顕彰する決議」を全会一致で採択しました。秋水は自由平等、非戦平和の思想を体系化したさきがけであり、偉大な思想家ジャーナリストとして世界の歴史に名を刻んでいます。

非戦平和が世界の大きな潮流になっているいま、改めて郷土出身者である秋水の果たした歴史的役割について考えてみることは大変重要であり、意義があります。幸徳秋水刑死百周年記念事業に多くの皆様に参加されるよう呼びかけます。



(実行委員会構成団体)

- 四万十市
- 四万十市議会
- 四万十市教育委員会
- 中村商工会議所
- 四万十市観光協会
- 四万十市中村地域区長会
- 四万十市文化協会
- 四万十市商店街振興組合連合会
- 幸徳秋水を顕彰する会
- 四国西南歴史文化研究会中村支部
- 四万十川僻村塾
- 四万十市職員労働組合

(事務局)

四万十市生涯学習課(公民館)
☎(34)7311

「地域公共交通総合連携計画」について③

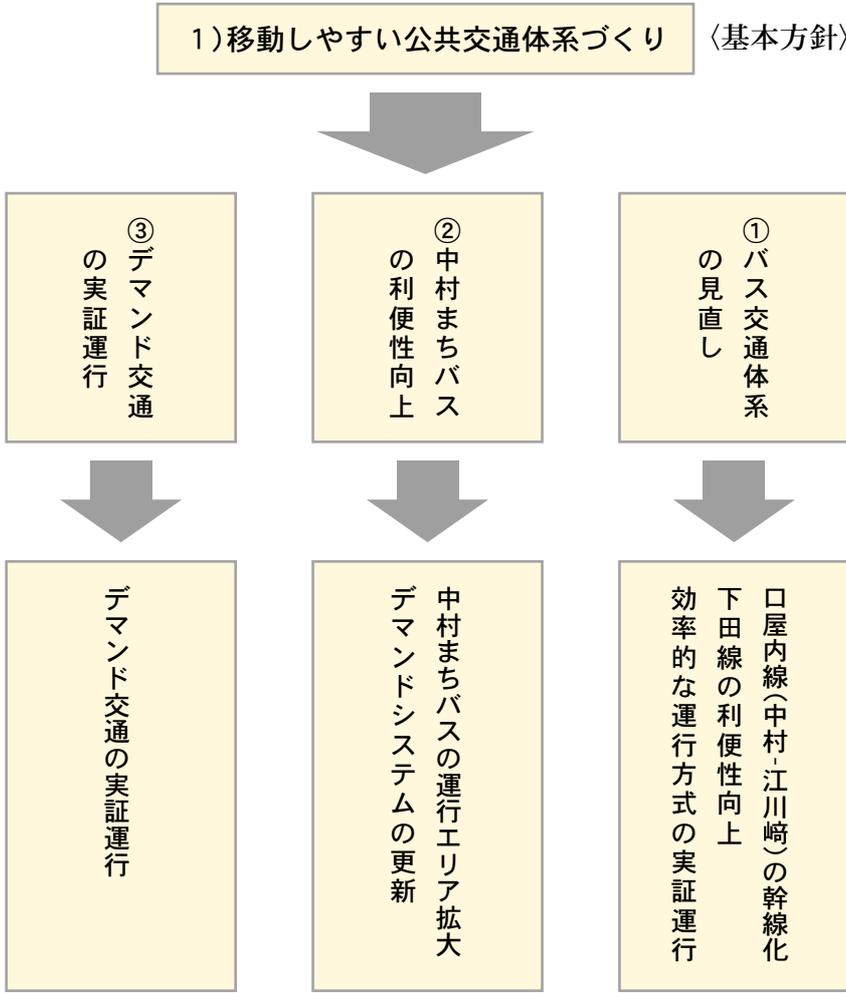
これまで地域公共交通について、アンケート結果の分析や「地域公共交通総合連携計画」についての概要や目標について紹介してきました。

今回からは、基本方針ごとの具体的な施策についてご紹介します。

今回は、広報6月号でも紹介した、4つの基本方針のうち、1つ目の基本方針「移動しやすい公共交通体系づくり」で掲げた具体的施策の主なものについてです。

〈項目〉

〈具体施策内容〉



○口屋内線(中村・江川崎)の幹線化

- ・現状・背景… 四万十川沿いを走るバス路線で、地域住民のみならず、観光等の来訪者も利用しているが、口屋内で乗り継ぎが必要。
- ・施策の内容… 旧市村の境界にある口屋内で二分されたバス路線を連続化し、幹線としての充実を図る。

○下田線の利便性向上

- ・現状・背景… 下田線は市内の運行路線の中で最も利用者が多いが、平野、双海方面は循環路線のみで運行本数が少なく、休日も運行されていない。
- ・施策の内容… いやしの里までの折返路線を平野、双海を経由する循環路線に変更する。

○中村まちバスシステム更新と運行エリア拡大

- ・現状・背景… 新たな市街地の形成などから運行エリアの拡大を要望する声が多く寄せられているが、現行システムでは、これら要望に対応できない。
- ・施策の内容… 運行エリアの変更等が容易にできる汎用性の高いシステムへ更新するとともに、新たな市街地の形成に合わせて運行エリアの拡大を図る。

○デマンド交通の実証運行

- ・現状・背景… 中山間地域では、高齢化が進行し、生活の足としての公共交通の必要性が高まり、目的地や時間帯など利用者のニーズも多様化しており、効率的な運行を行うには、定時定路線のバスのみでは対応が難しい。
- ・施策の内容… 高齢化が進行し、生活の足が必要不可欠な中山間地域について、デマンド交通の導入を検討し、実証運行を行う。

これら施策の実施にあたっては、地域の実情と市の財政状況などとのバランスを取り、優先順位を決めながら、実施していく予定です。

●問い合わせ先 ● (本庁)企画広報課 企画調整係 ☎(34)1129

農業後継者や新規就農をめざす人に…
平成23年度 四万十市西土佐農業公社研修生募集



公社全景

募集予定人員 研修生 若干名
 ※適格者がいない場合は採用を見合わせる場合があります

研修期間

平成23年4月1日～
 平成25年3月31日(2年間)

※研修後は農業後継者、新規就農者として自立できるよう、農地のあっせん、施設整備などへの補助申請や制度資金の活用などへの助言、農業経営の指導を行います。

研修内容

研修1年目は、農業公社実験農場を主に幅広い農業研修を行い、2年目は研修終了後に取り組み栽培品目に向けての市内外での集中研修を計画しています。

手当など

◇手当 月額12万円

◇休日 土曜、日曜、祝日

※交替で日直当番があります。

※冠婚葬祭などには、特別休暇があります。

応募資格

◇18歳以上(平成23年3月31日現在)おおむね35歳以下で、心身共に健康な人

◇市内に住所を有するか、住所を市内に移し将来においても市内に在住する人

◇農業公社の目的に沿い、農業振興に積極的に取り組む意欲のある人

◇研修終了後は、市内で就農する意欲のある人

申込受付期間 9月30日(木)まで(当日消印有効)

申込受付場所

財団法人 四万十市西土佐農業公社
 〒787-11601 四万十市西土佐江川崎3385

提出書類

申込書 (農業公社・四万十市役所農林課・西土佐地域各小組長まで)

履歴書 (市販の用紙に顔写真を添付)

面接日時

10月中旬(詳細は応募者に連絡します)

面接場所

四万十市西土佐農業公社研修室

※面接前に簡単な作文を書いていただきます。
 ※採用予定者については、本人に通知します。



新規作物 茎ブロッコリーの試験栽培

問い合わせ先

(財)四万十市西土佐農業公社
 ☎(52)2666 担当:中脇

有機農産物市場

調査事業モニター募集

市では現在有機農産物の流通などにかかる市場調査を実施しています。

その一環で、1ヶ月間有機農法により栽培された米や野菜を実際に利用していただきアンケートに答えていただけるモニターを募集します。

モニター期間

10月1日(金)～10月31日(日)「予定」

内容

週に1回程度有機農法により栽培された米や野菜を無償で提供し配達しますので、利用していただきアンケートに回答していただきます。

(ただし、野菜の品目は指定できません)

募集数 一般家庭:10戸

事業所:3事業所

※いずれも四万十市中村地域に限ります。
 応募多数の場合は抽選とさせていただきます。

募集期間 9月25日(金)まで

申込方法 電話で申し込みください。

○ **問い合わせ・申し込み先** ○

(本庁)農林課 農業振興係 ☎(34)1117

(生産者・卸小売業者・飲食業者・宿泊業者・製造業者等)

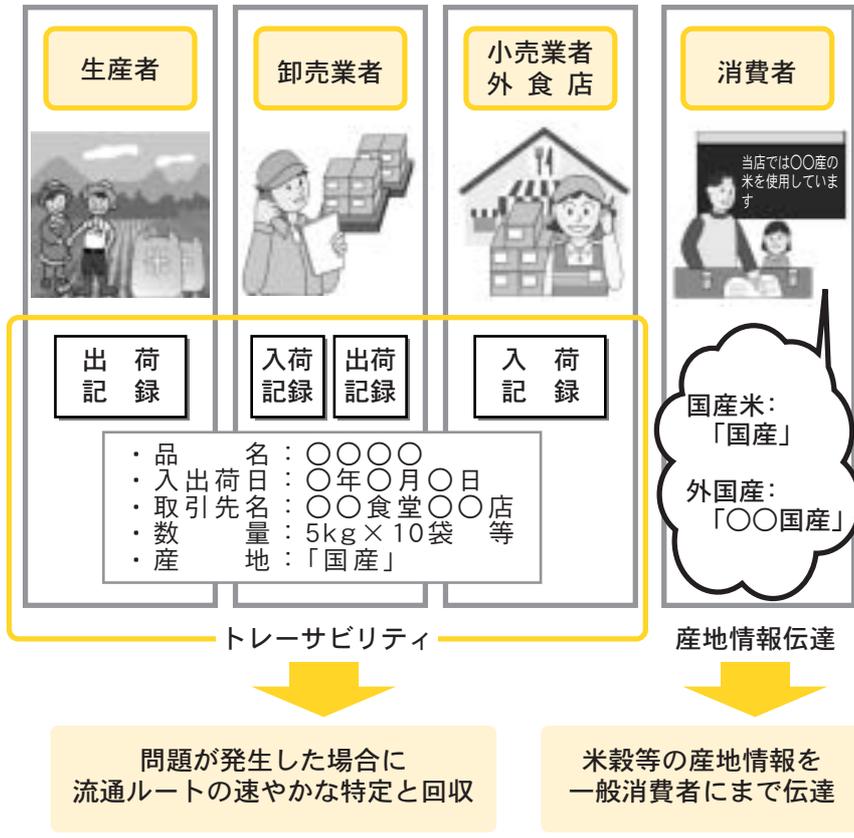
米・米加工品を取扱う

事業者の皆さまへ

米トレーサビリティ法(米穀等の取引に係る情報の記録及び産地情報の伝達に関する法律)が施行されます。

○平成22年10月1日から米・米加工品の取引や廃棄などを行った場合は、その記録を作成し、3年間保存しなければなりません。
対象となる品目は、米穀・米粉・米こうじ・米飯類・もち・だんご・米菓・清酒・単式蒸留しようちゅう・みりんです。

○平成23年7月1日から一般消費者に対しての米の産地伝達も必要になります。



問題が発生した場合に
流通ルートの上やかな特定と回収

米穀等の産地情報を
一般消費者にまで伝達

問い合わせ先 中国四国農政局高知農政事務所 食糧部計画課 ☎088(875)2153
米トレーサビリティ法についての情報は、下記のホームページをご覧ください。
http://www.maff.go.jp/j/soushoku/keikaku/kome_toresa/index.html

四万十川なべく四万十川天然づくし

四万十川ならではの季節料理に舌鼓を打ちま
せんか。

四万十川で獲れる天然物の鮎、ウナギ、ツガニ、川エビ、そして地元の入田地域の人々が作るぜいたく芋煮炊を用意し、地元や観光客の人々と交流しながら秋の四万十料理を堪能します。当日は火振り漁を見学しながらの食事となる予定です。

また、両日とも午後から入田地域の人々と一緒に「川なべ作り体験」を行います。どちらも、ぜひご参加ください。

日時 10月9日(土)・10日(日)

受付時間 川なべ 16時〜20時
*好きな時間にお越しください。
13時〜15時
*川なべ作り体験は、両日とも

定員 川なべ 1日100人
川なべ作り体験 1日100人

会場(受付場所) 入田舟母乗り場下河原
(天候により会場が変更となる場合があります)

参加費 川なべ 中学生以上:3000円
小学生:1000円
未就学児:無料

(飲み物代は含みません。当日はビール・お酒・お茶・ジュースなどの飲食販売コーナーがあります)

川なべ作り体験 1000円

*当日受付場所にてお支払いください

臨時循環バス

④ 入田会場	③ 中村プリンスホテル前	② 新ロイヤルホテル四万十前	① 物産館サンリバー四万十
12:49	12:39	12:37	12:30
15:49	15:39	15:37	15:30
16:23	16:13	16:11	16:04
16:57	16:47	16:45	16:38
17:31	17:21	17:19	17:12
18:05	17:55	17:53	17:46
18:39	18:29	18:27	18:20

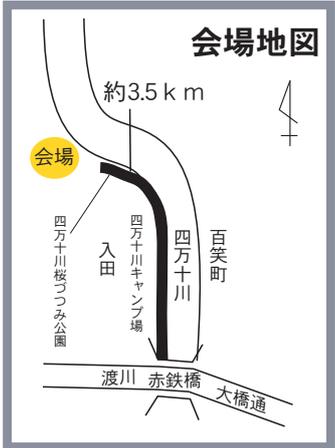
*運行の関係上、若干時間のズレが生じる場合があります。(約35分間隔で一周します)

*お帰りのバスについては、参加者の希望により随時発車いたします。

*①↓②↓③↓④の順番で巡回いたします。

申込方法 電話もしくは市ホームページの応募フォームから申し込みください。

申込期限 10月1日(金) 17時15分



● 問い合わせ・申し込み先
四万十市観光振興連絡会議 事務局
(市) 商工観光課 観光係
☎ (34) 1783
FAX (34) 2525

第16回

四万十川ウルトラマラソン

ボランティア申し込みのお礼

四万十川ウルトラマラソンのボランティアについて、多数の申し込みをいただき誠にありがとうございます。ありがとうございました。

今後は業務分担を行い、ハンドブックなどを作成したうえで、約2000人のランナーを暖かく迎えらるるよう準備を進めたいと考えていますので、どうかよろしくお願ひします。

なお、ボランティア説明会を、左記の日程にて開催します。全体会の後に各班別の説明会を行ないますので、必ず出席していただきますようお願いいたします。

① 中村事務局へ申し込みいただいた人

日時 10月5日(火) 18時30分
場所 市立中央公民館
2F 大ホール ほか

② 西土佐事務局へ申し込みいただいた人

日時 10月上旬予定 19時30分
場所 西土佐ふれあいホール

※ボランティアの皆さんには別途ご案内します。

大会当日のお願い

大会コースとなっている道路には道幅の狭いところが多くあります。当日はランナーの安全確保はもとより、大会が円滑に運営できるよう、コース内への自動車の乗り入れはできるだけ自粛していただきますようお願いいたします。

● 問い合わせ先 ●

四万十川ウルトラマラソン実行委員会事務局

☎(34)0605・FAX(34)4894

四万十川ウルトラマラソン実行委員会西土佐事務局

☎(52)1110・FAX(52)1446

四万十川ウルトラマラソンわくわく見学

四万十川ウルトラマラソン大会前日、コース上およびコース上付近の観光地・ビュースポットをバスで巡ります。

楽しい観光ガイドに加え、大会経験者が体験談とコースのポイントでアドバイスを行います。選手、応援の人、マラソンに興味のある人、その他どなたでも大歓迎！ぜひご参加ください。

日時 10月16日(土) 7時20分～14時30分

*雨天決行

申込方法

電話もしくは市ホームページの応募フォームから

<http://www.city.shimanto.lg.jp/event/wakuwaku10/index.html>

申込期限 10月8日(金) 17時15分

定員 先着70人

参加費

実費2000円(昼食・保険・事務費)
*参加費は当日払いです

立ち寄り場所

堂ヶ森登り口・峠頂上、

こいのぼり公園

(60kmの部スタート会場)、

道の駅「四万十とあわ」、

半家沈下橋、

カヌー館、

しゃえんじり(昼食予定地)、

鶉ノ江四万十川ビュースポット、

中村中学高等学校(ゴール会場)

バス乗車(参加可能)地点

左の表の所から乗車参加できます。

バス乗車(参加可能)地点	停車時間
中村駅	7:20～7:30
新ロイヤルホテル	7:32～7:45
四万十市民スポーツセンター	7:50～8:00
こいのぼり公園	10:00～10:05

その他

終了後、乗車地点(こいのぼり公園)までお送りします。

問い合わせ・申し込み先

四万十市観光振興連絡会議 事務局

(市) 商工観光課 観光係

☎(34)1783

FAX(34)2525



第6回

7/31 (日)

なかむら踊り

今年も参加した10チームが各々違った、個性的なパフォーマンスで街をパレードしました。
 それはまさに「十人十色」の様相で観る者を飽きさせません。
 当日は気温が高く、日差しも強い一日でしたが、どのチームもそれをものともせず、エネルギー溢るな踊りを披露しました。

賞 四国電力グループ
 長 中村小学校PTA
 審査員特別賞 カズダンススクール&
 敢闘賞 よさこい連花鳥風月
 ひかり乳幼児保育園O.B



最初から最高潮!!
クライマックス

しまと 市民祭



第6回 **しまんと市民祭****ま** **ち** **の** **話** **題****しまんと市民祭 前夜祭**

恒例のしまんと市民祭の前夜祭が7月30日の午後7時より、天神橋商店街アーケード内で開催されました。

アーケード内では市民祭当日に先がけて提灯台が展示され、飲食コーナーや子どもあそびコーナーも用意され、大勢の人でにぎわいました。ステージでは、一條太鼓の迫力ある演奏に始まり、B.Lダンススタジオの子どもたちによるダンスと、ひかり乳幼児保育園O・Bの人たちによる踊りが披露され、その見事なパフォーマンスに拍手が沸き起りました。ビンゴ大会では、これまた大勢の子どもたちが集まり、数字が読み上げられるたびに一喜一憂する声があがりました。

最後には複数の子どもたちが同時にビンゴとなり、じゃんけんで賞品の獲得者を決めるといふ一幕もありました。



7/30 金

第60回 全日本女郎ぐも相撲大会

一條神社境内で全日本女郎ぐも相撲大会が開催されました。

今年で60回目となるこの大会は、家族で楽しめる夏休みの定番イベントとなっており、クモの体長によって分けられる「幕内の部」と「十両の部」、そして観光客の方でも気軽に参加できる「観光の部」に分かれ、トーナメント方式で行われます。当日は、3つの部に合計51人の参加がありました。

土俵は高さ約60cm、長さ約50cmの棒の上です。相手を落としたり(やぐらおとし)、噛んだり(がつぶり)、糸で巻き込んだり(まきこみ)すると勝ちです。

一瞬で勝負が決まってしまうもの、一進一退の攻防が続くもの、また、どちらも戦意がなく行司さんを困らせるものなど取組みは様々でしたが、子どもたちは自分のクモに集中しながら対戦の行方を見守っていました。

約1時間の熱戦の末、それぞれの部の入賞者が決定し、市観光協会の藤近会長からカップと副賞が贈られました。

負けた子どもたちは、「来年こそ入賞するで」「来年は餌のやり方を工夫せんといかん」などと、早くも来年に向けた抱負をいっしょに応援してくれた家族に語っていました。



「子ども」も「大人」もわが家の戦士に集中

8/1 日

協賛行事**第17回 四万十川水泳マラソン大会**

8月8日(日)、第17回四万十川水泳マラソン大会が開催され、全国から440人あまりの人々が参加しました。

この大会はしまんと市民祭の協賛行事として、「四万十川の鮎と一緒に泳いでみませんか?」をキャッチフレーズに、日本最後の清流「四万十川」を泳ぎ下りながら、大自然と触れ合い、自然保護の大切さを考え、さらに健康な人づくりと市勢の活性化を図ることを目的としています。

佐田沈下橋から赤鉄橋までの5kmコースと、入田から赤鉄橋までの3.5kmコースの二つに分かれて同時にスタートしてタイムを競います。

5kmコースのスタート地点の佐田沈下橋では、選手が移動する間に、雷まじりの強い横殴りの雨に見舞われましたが、幸いにもスタート直前に止み、晴れ間も見える天気となりました。

今年も川の水量も豊富でコンディションもよく、流れのスピードも手伝ってか、例年を上回るペースでゴールする人が続出しました。

来年も多くの方々のご参加をお待ちしております!



8/8 日

子供たちのための

ミステリーツアー

7/24^土

7月24日(土)小学生と保護者対象の行き先秘密のミステリーツアーが初めて行われ、小学生19人と保護者5人が参加しました。

出発の朝、集合した参加者の小学生は行き先に興味津々です。

中村駅を出発した一行は、平田駅で下車し最初の目的地中筋川ダムを目指し、気温が30度を超す中、1・2年生は1.5km、3年生以上は4kmのウォーキングを行いました。到着したダムの中は、気温17度で参加者からは、「涼しい」「気持ちいい」との声が上がっていました。また、職員からダムの説明を受けたあとの質疑では、子供たちから活発な質問が出ていました。昼食後、次の目的地の横瀬川ダム工事現場にはバスで移動し、現場の説明を受け、めったに見ることのできない工事現場に全員感動していました。

そして、子供たちが一番楽しみにしていた水泳では、水をかけあったり、子供同士おっかけっこをしたり、楽しい夏休みの思い出となりました。



シュノーケリング教室 および救助訓練

7/25^日

7月25日(日)赤鉄橋上流の四万十川左岸「小畑」で、シュノーケリング教室および救助訓練が行われました。

「四万十川流域住民ネットワーク」が主催し、昨年まではシュノーケリング教室だけの開催でしたが、今年から「渡川水系水難事故等防止連絡会」の後援により、中村警察署による発射銃を使用した救助訓練や四万十消防署によるAEDの講習、参加者全員によるスローバックによる救助訓練などが行われました。

小学生高学年はシュノーケリングでの宝探しや安全な流れ方、着衣水泳などを行い川で遊ぶ楽しさを体験しながら、水難事故から身を守る方法を体験しました。



建労ボランティア

7/25^日

7月25日(日)、県建設労働組合中村支部の組合員約20人が市内の小学校と保育所を訪れ、ボランティアでさまざまな修繕を行ってくれました。

この活動は7年前からで、今回訪れたのは大用小学校と東中筋保育所です。

校庭の老朽化したアスレチックの建て替えや収納棚ラック作り、室内修繕などに皆さん汗だくになりながらも連携良くテキパキと作業をこなしていました。

後日訪れた大用小学校では新しくなったアスレチックで子供たちが大はしゃぎで遊んでいました。



完成したアスレチックと大用小の子供たち

八束スポーツ少年団 野球大会で優勝!

8月7日から9日にかけて愛媛県今治市で第22回しまなみ学童軟式野球大会が開催され、高知県代表で出場した八束スポーツ少年団が激戦を勝ち抜き、見事優勝に輝きました。

8月16日(月)、メンバーが市役所を訪問し、田中市長に優勝の報告をしました。

このように立派な成績を修められたのは、他ならぬ皆さんの日々の練習の積み重ねと、周りのコーチや先生、地域の人々の支えがあつてのことでしょう。本当におめでとうございます。これからもがんばってください。

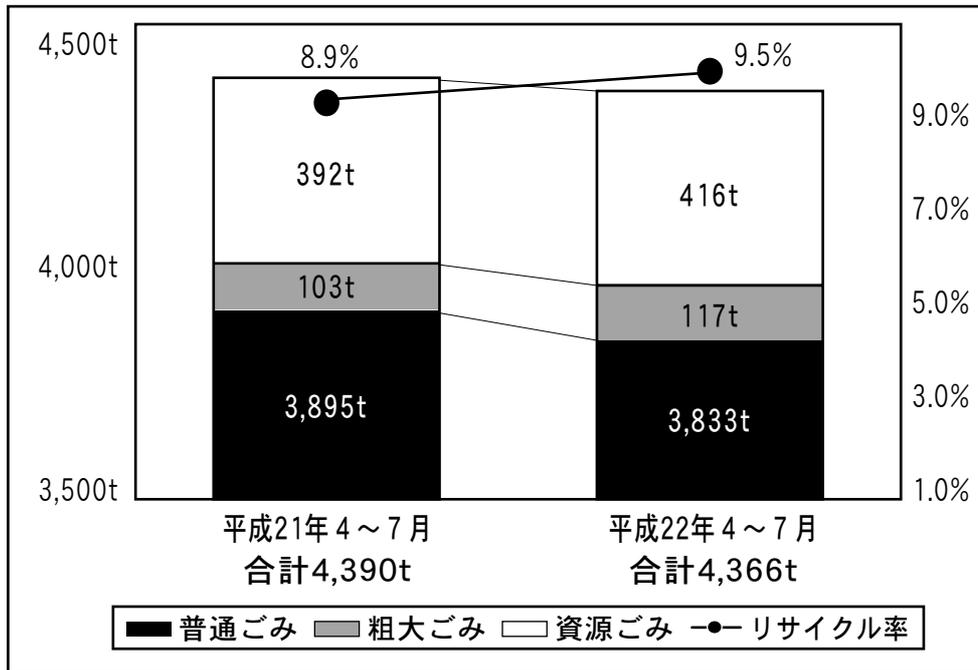


ごみ減量化・資源化が進んでいます！



市民のみなさんのご協力の結果、普通ごみが減り、資源ごみが増えています。
リサイクル率は前年度同時期と比べ、0.6%伸びました。
今後もごみの減量・分別・資源化をお願いします。

四万十市のごみ量(前年度対比)



ごみ減量化のポイント

※ものを買うときにまず、必要かどうかを考え、購入するときはできるだけ環境にやさしいものを選びましょう。



洗剤や化粧品などは、中身の詰め替えができるものを選ぶ。



壊れたときは修理してできるだけ長く使用する。



自分の買い物袋をもっていく。

募集人員 1人
待遇 報酬20000円/日(週2～3日の勤務)
 ※その他の勤務条件については、お問い合わせください。
雇用期間 平成23年4月1日から平成24年3月31日まで(以後、更新有り)
受付期間 11月30日(火)まで(土・日、祝日を除く)
問い合わせ先 および応募受付
 幡多広域市町村圏事務組合(上ノ土居1544)
☎ (31)2600
 *Eメールでの問い合わせについては、お答えできませんのでご注意ください。

区分	必要経過年数
(1) 大学(機械工学)卒	[3]
(2) 大学卒	5 [3]
(3) 短大・高専(機械工学)卒	[4]
(4) 短大・高専卒	6 [4]
(5) 高校(機械工学)卒	[5]
(6) 高校卒	7 [5]
(7) 中学卒	12 [10]
(8) 一級海技士(機関)、 特級ボイラー技士、 熱管理士または、 技術士(機械部門に限る) の2次試験に合格した者	[3]

*必要経過年数は卒業後のボイラー、蒸気タービン、ガスタービン又は、燃料電池設備(最高使用の圧力が98キロパスカル以上のもの)の工事、維持又は、運用に係った年数で、[]の年数は、必要年数のうち発電用の設備に係った年数です。

応募資格
 1種または2種ボイラー・タービン主任技術者としての資格を有する者。または、次の必要経過年数以上を有する者。

幡多クリーンセンターボイラー・タービン主任技術者(非常勤)募集

男のマイバッグ宣言!!

地球環境のことを考えてレジ袋はもらいません!!



8月9日(月)、「男のマイバッグ宣言式」を行いました。これは、「普段買い物に行かないから関係ない」とマイバッグから遠ざかっている男性にも、マイバッグを積極的に使ってもらい地球温暖化防止について考えていただく取り組みです。

今年は26チーム130人が参加し、宣言式には出席した13チームが「地球温暖化防止のためにもレジ袋を受け取らずマイバッグでの買い物に努めます」などの目標を宣言しました。

8月10日からの4週間、常にマイバッグを携帯し、必要でないレジ袋を断ります。



男のマイバッグ宣言参加団体(順不同)

東町1丁目区	ムク(古津賀2丁目区)	具同田黒3区
右山南区	あじさいチーム(渡川1区)	渡川2区
中村商工会議所	株式会社 電温 中村営業所	高知新聞幡多支社
財団法人 四万十市体育協会	四万十ロータリークラブ	四万十市老人クラブ連合会
多機能事業所「アオ」	あゆみ共同作業所	四万十・ごり工房
中村南小学校	中村小学校	東山小学校
具同小学校(2チーム)	中村西中学校	幡多農業高等学校
国土交通省四国地方整備局中村河川国道事務所		四万十市役所(3チーム)

クレヨンで作る マイバッグ教室



小学生にも買い物にはマイバッグを使ってもらおうと、「クレヨンで作るマイバッグ教室」を8月4日、5日の2日間開催し、90人の親子が参加しました。

バッグには、大好きなキャラクターやメッセージなどを書き、世界で一つだけのマイバッグが出来ました。同時に行った環境学習では、地球温暖化をテーマに、温暖化を防止するためのくらし方について勉強し、実際にごみを分別しながら資源ごみの出し方について学習しました。



毎月第3週目は「レジ袋削減推進週間」です

地球温暖化の原因といわれている二酸化炭素を少しでも削減するために、四万十市レジ袋削減推進会議では、毎月第3週目を「レジ袋削減推進週間」とし、スーパーの店頭でマイバッグ推進チラシを配布しています。

地球温暖化防止には、一人ひとりが出来ることから始めることが大切です。私たちの生活の中のもの「もつたない」についてみんなで考えてみましょう。



レジ袋削減の効果

- ①原料である石油資源の節約
- ②二酸化炭素の削減
- ③ごみの減量

※2007年に石油鉱業連盟は、世界の石油が枯渇するまであと「68年」と発表しています。レジ袋を製造するとき、廃棄処理するとき「二酸化炭素は発生します。」
※十分な水切りをしていない生ごみをレジ袋に入れて捨てていませんか？
生ごみの70%以上は水分です。生ごみはしっかりと水切りしてから出してください。

問い合わせ先

(市)地球環境課 ☎(34)6126

下水道相談

毎年9月10日は下水道の日です

下水道の普及促進を図るため、広く住民の理解と関心を深めることを目的として、下水道に関する質問やご相談をお受けしますのでお気軽においでください。

日時 9月10日(金) 10時～16時
場所 天神橋商店街事務所
(天神橋アーケード内)

公共下水道・農業集落排水への接続をお願いします

公共下水道・農業集落排水は、住みよい街づくりを進め、皆さんの生活環境を清潔で安全、快適なものにするとともに、自然環境を守るためになくはならない重要な施設ですが、せっかくの施設も皆さんに利用していただければ、その効果を発揮することができます。公共下水道・農業集落排水が利用できる地域の皆さんは、一日でも早く、家庭などからの汚水を公共下水道・農業集落排水に流していただけるよう接続にご理解とご協力をお願いします。



平成22年度 下水道排水設備工事 責任技術者試験

下水道本管へ、各家庭などの汚水を流すための工事「排水設備工事」の設計、施工の責任者となる「責任技術者」の試験が、次のとおり行われます。
排水設備工事の指定工事店には、責任技術者を1人以上雇用した業者でないとなれません。

下水道排水設備工事責任技術者試験

日程 10月24日(日)
会場 高知会館
(高知市本町5-6-42)
申込受付期間
9月2日(木)～9月22日(水)
受験料 10000円
(受験講習料含む)

主催は日本下水道協会高知県支部ですが、お問い合わせ、受験申込書配布および受験申し込みは、左記にて受け付けます。また、希望者には10月3日(日)に試験と同会場場で受験講習も行います。

※平成23年度以降の責任技術者試験の実施については未定です。

【問い合わせ・受付先】

(本庁)都市整備課 下水道係
☎(34)6129

立墓地(城北霊園)永代使用の希望者募集

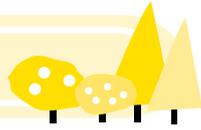
申込対象者	本市に住所または本籍を有する人。 〔市外在住者は、墓地使用に関する一切の事項を処理する市内に在の代理人の選定が必要です〕
市立墓地の場所	中村丸の内2399-2外
募集区画数	○4区画 未使用区画—3区画(区画番号:219、377、401) 使用区画—1区画(区画番号:263) ※霊園入り口に区画表示板を設置していますので、事前に現地をご確認のうえお申し込みください。
永代使用料および管理手数料	○永代使用料:.....450000円 ○管理手数料:.....31500円/年(22年度は月割) ※貸付時において永代使用料および管理手数料(5年分)を一括で納付していただきます。
使用期間	平成22年度貸付日から永年とする。
申込受付期間	9月10日(金)～9月27日(月)
申込方法	○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。 ○申し込みは、原則として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。 ○抽選は区画ごとで行います。 ○申込書は市民課または総合支所住民課にてお渡しします。
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およ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	10月5日(火)午前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(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 (内線2141)
(総合支所)住民課 ☎(52)11111



市教委だより



市政

教育

暮らし

情報掲示板

蕨岡小学校

給食センターに行ってきました

6月18日、1・2年生がスクールミールミールなかわらみなみへ見学に行ってきました。

その日は蕨岡小学校のリクエストメニューの日で、子供たちは見学できるし、ハンバーグはうれしいし、朝からワクワクしていました。

1500食もの給食を作っているセンターの大きさや、なべや機械で作業しているところを興味深く見つめていました。

【お礼の手紙より】

今日は見学させてくれてありがとうございました。私が見学するのを楽しみにしていました。でっかい鍋があったので、びっくりしました。あと、ハンバーグを作っているのを見たら、おなかがすきました。それに、給食の車で違うのがあったので、びっくりしました。給食センターで食べた給食は、頑張っていると思つて食べました。給食はおいしかったです。これからも、頑張ってください。

親子で給食



そのほか7月13日に給食参観日を計画し、お母さんお父さんたちと楽しい会食をしました。1・2年生15人+保護者10人+担任2人の27人といつもより大人数でした。メニューは、ご飯、魚のカレー、ニエル、魅のおすまし、パンプキンサラダ、オレンジ、牛乳でした。給食は「大変おいしい」と保護者にも好評だったようです。



地産地消について勉強中

中村中学校

放課後子ども教室

本校では、生徒の学習習慣定着に向けて

けた取り組みのひとつとして、本年度から、放課後子ども教室(名称「中村中学校『まなびや』子ども教室」)をスタートさせました。

この事業の特色は地域住民による運営です。したがって、子どもたちの学習習慣定着に向けた取り組みと合わせて、地域住民との交流を通じて、子どもたちが地域社会の中で心豊かで健やかにはぐくまれる環境づくりの推進もめざしています。

現在5人の地域の人々が放課後や夏休みの補習などで、子どもたちと一緒に学習に取り組んでくれています。今後も地域とともに教育活動を推進していきたいと考えています。

ここは〇〇やない？



着に向けて、



なかなかできちようね～

729 (注)

津野川小学校

夏休み親子工作教室

恒例となった『夏休み親子工作教室』が今年も宿毛工業高校と、ふる里美化推進団「あじろ」の皆さんの協力により行われました。

西土佐地域内の子ども19人と保護者12人が参加し、宿毛工業建築科の皆さんに指導してもらいながら、木を使った工作をしたり、オリジナルマイバツクなどを作りました。

今年の工作は、西土佐の自然の中で利用ができるようにと、川エビとウナギを捕る仕掛けを作りました。ノコギリや金づちを手にお父さんお母さんや高校生のお兄さんに助けってもらいながら、みんな上手に完成させることができました。

昼食のバーベキューの後、工作が終わった人からマイバツク作りを行いました。昨年と同様に、(市)地球環境課の皆さんが準備してくれたクレヨンと宿毛工業のお姉さんたちが準備してくれたパソコンでプリントした絵を組み合わせて、素敵なオリジナルのマイバツクを作りました。子どもたちは、自分の作品の出来栄に満足でしたが、それよりも高校生の皆さんや親子と一緒に作業をしたということにとっても嬉しそ



工作、楽しかった～

81 (注)



がんばってます 市民病院 です

☎(34)2126

● 未来のドクター 高知大学医学部の学生が実習に訪れました！



幡多医療道場

8月19日から21日まで「県へき地医療夏期実習」(県へき地医療協議会主催)が、また23日から25日まで「幡多地域医療道場」(高知大学医学部主催)が市民病院で開催されました。

いずれの研修も、学生の皆さんが、地域医療の現場を体験することで、医師としての将来像をイメージし、更なる意欲の向上につなげることが目的です。

当院におけるプログラムに参加していただいた学生の皆さんには、手術や外来診療を実際に体験していただき、学校での勉強とは違う地域住民と密着した医療の現場を学ぶことができたのではないかと思います。

「幡多地域医療道場」では23日に講演会が行われ、幡多地域における市民病院の役割について田中市長が講演をし、公立病院における現状と市民病院がこれから果たすべき役割について、未来の地域医療を担う学生をはじめ、同行された大学や県庁スタッフの方々に訴えかけました。

今回参加された学生の皆さんからは「実際の診療を見て、人と人との距離をととても近くに感じた。自分も将来このように患者さんと信頼関係が築けるようになればと目標になった。」などと感想をいただきました。ぜひ将来、市民病院の医師として赴任していただけることを願っています。



へき地医療実習

妊婦さん&育児相談会

妊婦さんと育児に関する相談会を左記の日程で開催します。相談は無料です。お気軽にお立ち寄りください。

日時

9月19日(日) 13時～16時

場所

市民病院 健康管理センター

相談内容

子どもの発育、発達、離乳食などに関すること
子どもとその親および妊婦の歯の健康に関すること など

ベビーマッサージ

先着15人

親子のふれあい体操

0歳～2歳までの親子を対象(15～20組)

子どもさんと触れ合いながらお母さんの腰痛、肩こりをほぐす体操をします。

*軽く動ける服装、タオル、飲料水をご持参ください

主催

高知県看護協会 高知県歯科医師会

※先着100人にお土産を用意しています

問い合わせ先

高知県看護協会 ☎ 0888(844)0678
高知県歯科医師会 ☎ 0888(824)3400



子ども手当認定請求 手続きはお済みですか

4月から子ども手当制度が始まりました。子ども一人につき月額13000円の手当が支給されます。ただし、子ども手当を受給するためには認定請求が必要です。請求手続きがまだ済んでいない方は、**9月30日(木)**までに提出をお願いします。
(公務員は勤務先で手続きをしてください。)

認定請求手続きの必要な世帯

- ①平成22年度において中学2・3年生(平成7年4月2日〜平成9年4月1日生まれ)の子どもがいる世帯
- ②所得制限などにより、平成21年度において児童手当の支給を受けていない世帯

※①、②に該当する方は、9月30日(木)までに手続きをすると、4月分にさかのぼって支給されます。(すでに認定請求書を提出済の場合は、手続きの必要はありません。)

○問い合わせ先○

(本 庁) 福祉事務所 家庭福祉係
☎ (34) 1801
(総合支所) 福祉事務所分室 (保健課内)
☎ (52) 1132

地デジ受信チューナー無償給付などの支援事業

総務省では、経済的な理由などで地上アナログ放送から地上デジタル放送に移行することが難しい世帯に対し、簡易なチューナー(1台)の無償給付などの支援を実施しています。

支援の対象

次のうちNHK放送受信料が全額免除となっている世帯

- ①生活保護などの公的扶助を受けている世帯
- ②障害者がいる世帯で、かつ世帯全員が市町村民税非課税の措置を受けている世帯
- ③社会福祉施設に入居し、自らテレビを持ち込んでいる世帯

支援の内容

地上デジタル放送を受信するための「簡易なチューナー(1台)」の無償給付、訪問設置を行います。アンテナ改修などが必要な場合には無償で改修などを行います。また、共同受信施設やケーブルテレビを利用されている場合には、その改修経費のうち支援対象世帯が負担する額の給付を行います。

支援の申込書受付期間

平成22年12月28日まで(消印有効)

天候不順などの理由で支援が遅れることがあります。支援を希望される人は受付期限にかかわらず早めに申し込みください。平成23年度の支援については現在未定です。

注意

支援は現物給付です。ご自身で購入したチューナー、アンテナなどの費用を清算することはできません。

○ 市への問い合わせ先 ○

支援対象の①に該当する世帯 (本庁) 福祉事務所 生活保護係 ☎ (34) 1781
支援対象の②、③に該当する世帯 (本庁) 福祉事務所 社会福祉係 ☎ (34) 1120

いよいよ9月末からスタート、保健指導「さよならメタボ講座」

四万十市では、特定健診の結果、「メタボリックシンドローム（または予備群）」に該当となった人を対象に「さよならメタボ講座」を開催します。皆さんのメタボ解消を目指した取り組みを、保健師または栄養士が6ヶ月間サポートします。専門家を招いての講話など盛りだくさんの内容で皆さんの頑張りを応援します。

20年度の「健康生活応援講座」に参加したMさんを紹介합니다。

Mさんは、参加当時72歳の男性です。病院を受診した際、内臓脂肪を減らすように指導され、講座に参加しました。趣味のゴルフを8歳まで楽しみたいという目標を持って熱心に減量に取り組み、見事に講座で**体重は4.3kg、腹囲は8.5cmも減らすことができました。**

その成果は、次年度の特定健診の結果にはつきりと現れていました。

健診結果の変化

受診年度	20年	21年
体重	67kg	61kg
BMI	27	24.6
腹囲	94.5cm	84cm
血圧	138/89 mmHg	125/77 mmHg
HDLコレステロール	35mg/dl	39mg/dl
中性脂肪	210mg/dl	173mg/dl
LDLコレステロール	104mg/dl	87mg/dl
HbA1c	5.4%	5.0%

…メタボ解消後、検査値がこんなによくなりました！

これ以上減らす必要もないので、この体重を維持したい。減量中は甘いものも我慢していたが、今はたまには食べている。この調子なら、85歳までゴルフができるかも。

Mさんのコメント



健康はなくして初めてその価値に気付くものです。Mさんのように将来も存分に趣味を楽しむために、いきいきと毎日を過ごすために、できることから取り組みましょう。対象となる人には案内文書が届きます。生活改善のチャンスです！ぜひ、ご参加ください。

「さよならメタボ講座」についての問い合わせは保健介護課保健衛生係 ☎(34) 1115 まで

「シニアすこやか温水トレーニング」参加者募集

この講座は、膝や腰への負担が少ない水中運動で筋力を鍛え身体柔軟性を向上させると共に楽しく温水プールでトレーニングすることにより、要介護状態になることを予防することが目的です。

実施期間／定員

毎週月曜日コース(10月〜翌年2月)／30人

毎週金曜日コース(10月〜翌年2月)／30人

時間 12時15分〜13時15分

場所 市立温水プール

対象者 65歳以上の四万十市民で、介護保険の要介護認定を受けていない人

運動内容 水中ストレッチ、水中ウォーキング、アクアビクスなど

講師 (財)四万十市体育協会所属の水泳指導者(指導主任1人・指導助手1人)

参加料 無料

申込方法 (財)四万十市体育協会事務局

☎(34)2071へ電話で申し込み

受付期間 9月10日(金)〜9月27日(月)

その他 申込者が定員を上回る場合は、この講座を受講したことのない人を優先

申し込みます。

※実施期間終了後、半年に1回体力測定及び健康チェックを行います。

☎(34)1165

(本庁)保健介護課 長寿介護係 ☎(34)1165



1年に1度は検診を
～健康は自分で～

保健カレンダー

9

□ 中村地域

■ 西土佐地域

月日	事業名	該当地区	時間	場所
9月22日(水)	特定健診(生活習慣病健診) 注	大川筋	9:30~10:30 13:30~14:30	かわらっこ
	ママ&チルドレン		10:00~11:30	具同体育センター
	健康の集い(学習会セット)		13:30~	大宮上集会所
9月24日(金)	胃がん検診	中筋	8:00~10:00	中筋小学校
	3歳児健診		12:50~13:30	健康管理センター
9月27日(月)	胸部レントゲン(肺がん検診)	中村	個別通知	中村街地区
	ひまわり健診報告会		9:30~10:00	中半体育館
	ひまわり健診報告会		10:30~11:00	岩間集会所
9月28日(火)	特定健診(生活習慣病健診) 注1	富山	9:30~10:00	片魚ふれあいの里
	特定健診(生活習慣病健診) 注1	富山	13:00~14:00	旧常六小学校
	ひまわり健診報告会		9:00~9:30	用井集会所
	ひまわり健診報告会		10:00~10:30	長生集会所
	ひまわり健診報告会		13:30~14:00	奈路集会所
	ひまわり健診報告会		14:30~15:00	宮地集会所
9月29日(水)	特定健診(生活習慣病健診) 注1	富山	9:30~10:30	富山地区集会所
	特定健診(生活習慣病健診) 注1	蕨岡	14:00~15:00	蕨岡生活改善センター
	胃がん検診		7:30~8:30	大宮出張診療所
9月30日(木)	特定健診(生活習慣病健診) 注1	蕨岡・富山	9:30~10:30 13:30~14:30	蕨岡生活改善センター
	胃がん検診		7:30~8:30	奥屋内へき地出張診療所
10月4日(月)	胃がん検診	下田	8:00~10:30	竹島集会所
	ポリオ 注2		14:00~14:40	健康管理センター
10月5日(火)	ポリオ 注2		14:00~14:40	健康管理センター
	ポリオ 注2		14:00~14:40	健康管理センター
10月6日(水)	献血		13:00~16:30	西土佐地区公民館
	ポリオ 注2		14:00~14:40	健康管理センター
10月7日(木)	ポリオ 注2		14:00~14:40	健康管理センター
	胃がん検診	下田	8:00~10:30	下田地区集会所
10月8日(金)	ポリオ 注2		14:00~14:40	健康管理センター
	乳幼児(赤ちゃん)相談		9:30~11:00 13:00~14:30	健康管理センター
10月12日(火)	ママタッチ教室		9:30~11:00	健康管理センター
	離乳食相談		13:00~14:30	健康管理センター
	健康の集い		13:30~	津賀集会所
	ママ&チルドレン		10:00~11:30	具同体育センター
10月13日(水)	献血		13:00~16:30	JA高知はた本所
	妊婦教室		13:30~15:30	健康管理センター
	胃がん検診		7:30~8:30	本村小学校
	健康の集い		13:30~	玖木公民館
	ポリオ集団予防接種		受付 15:00~	保健センター(西土佐)
10月14日(木)	献血		9:00~11:30	幡多土木事務所
	献血		13:00~17:00	サニーマート四万十店
	胃がん検診		7:30~8:30	藤ノ川出荷所
10月15日(金)	献血		9:00~12:30	四国電力(株)中村支店
	1歳9ヵ月児健診		12:50~13:30	健康管理センター
	胃がん検診		7:30~8:30	中半 四万十楽舎
	健康の集い(食事会セット)		11:00~	下家地集会所

注1) 特定健診(生活習慣病健診)は、40歳以上の国保加入者で受診券を送付している人及び40歳以上の協会けんぽ等加入の被扶養者で市に事前に予約済みの人が対象です。

注2) ポリオ対象者(個人通知します)

1回目…平成22年2月15日~平成22年7月8日生まれの人

2回目・未済者…平成15年4月6日~平成22年2月14日生まれの人

※9月18日までの計画については、広報四万十8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

第6回 四万十市文化祭（9月～10月）

行事名	開催日	時間	会場
山内恵介のりのり支援隊 チャリティーコンサート	9月10日(金)	開演14:00/18:00 2回公演	文化センター ホール
太極拳ふれあいフェア	9月12日(日)	開場13:30 開演14:00	中央公民館 大ホール
デッサンクラブ陶芸展	9月22日(水)～26日(日)	9:00～16:00	中央公民館 展示ホール
郷土歴史講座「長宗我部と土佐一條」	9月25日(土)	13:00～17:00	中央公民館 大会議室
中村シルバーフォト写真展	10月 1日(金)～ 6日(水)	9:00～16:00	中央公民館 展示ホール
中川賢一公開ピアノ講座	10月 2日(土)	開場10:00 開演10:30	中央公民館 大ホール
これでえいがかい!? 第11回上映会 「南極料理人」	10月 2日(土)・3日(日)	14:30/19:00・10:00/14:00	中央公民館 大ホール
合同吟詠発表会	10月 2日(土)	開場12:30 開演13:30	文化センター ホール
三味線 すみれ会 発表会	10月 3日(日)	開場17:00 開演18:00	文化センター ホール
草木染めサークルあかねの会展示会	10月 9日(土)～11日(月)	9:00～16:00	中央公民館 展示ホール
諸流秋のいけばな展	10月 9日(土)・10日(日)	9:00～17:00	中央公民館 大ホール
えびす10周年元気祭り	10月 9日(土)・10日(日)	開場11:00 開演12:00	文化センター ホール
第41回 中村俳句大会	10月10日(日)	9:00～17:00	社会福祉センター 大会議室
平成22年度 川柳中村大会 柳誌500号記念大会	10月10日(日)	9:00～16:00	JA高知はた農協会館 大ホール

主催 四万十市 四万十市教育委員会 四万十市文化祭執行委員会

後援 高知新聞社 読売新聞高知支局 毎日新聞高知支局 朝日新聞高知総局 NHK高知放送局 RKC高知放送

KUTVテレビ高知 KSSさんさんテレビ エフエム高知

10月後半以降の行事は、広報四万十10月号でご案内します **問い合わせ先** (市)教育委員会 生涯学習課 ☎(34)7311

第52回 四万十市美術展

多くの皆さんの出品と観賞をお待ち
しています。

開催日時

11月19日(金)～25日(木)
9時～17時(25日のみ16時まで)

会場

市立中央公民館

入場整理費

一般100円
高校生以下無料

部門

洋画、日本画、書道、写真、工芸、
グラフィックデザイン

搬入日時

11月6日(土)、7日(日)
9時～17時

搬入場所

市立中央公民館

開催・募集要項および出品票は公民館窓口で配布します。また、市ホームページからもダウンロードできます
(<http://www.city.shimanto.lg.jp/kyouiku/art/exhibition.html>)

問い合わせ先

市立中央公民館
☎(34)7311

秋の「緑の募金」へご協力を!

9月1日から10月31日は、秋の「緑の募金週間」です。

地球温暖化の影響がいろいろな方面で問題となっていますが、二酸化炭素を固定する森・緑・木への期待は高まる一方です。この秋、「緑の募金」でふせごう地球温暖化2010秋をスローガンに、全国一斉に募金活動を展開していきます。

皆さんから寄せられた寄付金は、公益社団法人高知県森と緑の会を通じ、県内の森林の整備、緑化の推進、子どもたちの木や森とふれあう機会の提供、公募による森林ボランティアや市町村の緑化活動への助成など、皆さんの身近なところで活用されています。

緑の募金への寄付は、本庁農林課、または支所産業建設課で受け付けていますので、ご協力よろしく
お願いします。



問い合わせ・受付先

(本庁)農林課
☎(34)1118
(総合支所)産業建設課
☎(52)1111



親子ふれあい活動 1・2・3歳児対象

体育あそび ①②③

お母さんと一緒に かけっこをしたり、ブーブーカーにも乗るヨ。
みんなでうんどうかいごっこを楽しもう♪

時 ① 9月29日(水)、30日(木)、
10月1日(金)、9:30~11:30

場 子育て支援センター



その他の活動

ぴよちゃんクラブ ①② (体育あそび)

ブーブーカーに乗せてもらって レッツゴー！お母さんと一緒にたのしく遊ぼう♪

時 ①10月6日(水)、②7日(木) 9:30~11:30

場 子育て支援センター

(お庭で遊ぼう・おやつ試食会)

秋のお庭でみんなで遊ぼう。栄養士さんが作ってくれる おやつ(中期~完了期)の試食もあるよ！(準備の都合がありますので、参加希望の人は9月16日(木)までにお知らせください。20組までとさせていただきます。)

時 ①②9月22日(水) 9:30~11:30

場 子育て支援センター

園庭開放 ※雨天の場合は中止です。

保育所名	月 日	時 間	駐車場
もみじ保育所	9月21日 火	10:00~11:00	なし
下田 保育所	10月13日 水	10:00~11:00	数台分有
竹島 保育所	10月 6日 水	9:30~10:30	〃
東中筋保育所	10月12日 火	9:30~10:30	〃

初めて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。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。

子育て相談 電話相談・来所相談

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ご相談ください。

毎週月~金曜日9:00~12:00、13:00~17:00

☆ 家庭児童相談員による育児相談
毎月第3火曜日9:30~11:30

お誕生会

9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ね。

時 [1、2、3歳児] 9月27日(月)9:30~11:30

[ぴよちゃんクラブ] 9月28日(火)9:30~11:30

場 子育て支援センター



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 (旧元町保育所) ☎(35)3748

心豊かに食する

~管理栄養士からのメッセージ~



材料(4人分)

- おから.....100g
- キャベツ.....200g
- にんじん.....100g
- ねぎ.....20g
- *生地
- 小麦粉.....200g
- 溶き卵.....4コ分
- 長芋.....大きじ4
- 水.....カップ1
- 豚薄切肉.....180g
- 紅しょうが・揚げ玉.....各少々
- 削り節・青のり.....各適量
- サラダ油.....少々
- ソース、マヨネーズはお好みで

栄養成分 (1人分)
エネルギー : 345kcal
たんぱく質 : 18.9g
脂 質 : 8.4g

おからのお好み焼き ●所要時間30分

■今回はお好み焼きの生地におからを入れます。キャベツ以外の野菜も入れて軽い食感で食べやすくなります。

- ①キャベツはせん切りにし、にんじんは皮をむいて細いせん切りにする。
- ②ボウルに生地の小麦粉、溶き卵、すりおろした長芋を入れてよく混ぜ、水で少しずつのばす。
- ③②におからと①と紅しょうがと揚げ玉を入れて混ぜる。
- ④ホットプレートまたはフッ素樹脂加工のフライパンにサラダ油を少々ひき、③を丸く流し入れて上に豚肉をのせる。時々フライ返しでひっくり返しながらかんがり焼く。
- ⑤生地に火が通ったらソースをぬり、削り節、青のりをふりかける。
- ⑥お好みでマヨネーズをのせる。

*生地は小麦粉の量で固さを加減してもいいと思います。広島風っぽくサラサラした生地にした場合は小麦粉の量を少なめにし、関西風っぽくしたい場合は多めに入れてみてください。

「卵(う)の花」とも呼ばれるおからは、豆腐を作る過程でできるもので、豆乳の絞りカスです。

豆腐には食物繊維が豊富で便秘予防になります。

特別な味や香り、クセがないので、他の食品といろいろ組み合わせることができます。冷凍保存できるので、小分けにして冷凍庫で約1ヶ月間は保存できます。

(西土佐診療所 管理栄養士 篠田知佐)

無料農業経営相談

相談

日本政策金融公庫高知支店農林水産事業の担当者が、農業に関する借入相談、経営全般に関するお悩みなどの相談を無料でを行います。

日時 9月29日(水)
場所 JA高知はた本所 3階

*相談は事前にフリーコールで予約してください。

当公庫フリーコール
☎(0120)911927

行政相談所

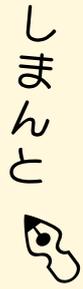
相談

国や県、市の仕事に対する住民の皆さんからの苦情や要望をお聞きし、その解決や実現を図るため、行政相談委員による行政相談を行っています。

《中村地域》
日時 9月21日(火) 13時～16時
場所 社会福祉センター
《西土佐地域》
日時 10月8日(金) 9時～12時
場所 藤ノ川集会所

(本 庁)総務課 ☎(34)1804
(総合支所)総務課 ☎(52)1111

情報掲示板



防犯メモ

2010年APECにご理解とご協力を!

テロを防ぐために

- 今年11月に神奈川県横浜市でAPEC閣僚会議および首脳会議が開催されるほか、6月から11月にかけて全国各地で関連閣僚会議が開催されています。
- 警察では、テロ等違法行為の未然防止のため、全国各地で多数の警察官による警戒や検問などを実施します。皆さんの普段の生活の中で、不審な人や車、荷物を発見した場合はすぐに110番するか、近くの警察署、駐在所などにお知らせください。

APECとは

- 「アジア太平洋経済協力」のことで、アジア太平洋地域における経済の持続可能な発展を図るため、平成元年に発足した非公式フォーラムです。

☎ 中村警察署 ☎(34)0110

今月は

固定資産税 3期分
国民健康保険税 3期分
下水道事業受益者負担金 2期分
の納付月です

全国一斉司法書士無料相談

相談

主 催	相談内容	場 所	日 時	場 所	日 時
高知県司法書士会	不動産登記、商業・法人登記、供託、裁判所提出書類の作成、簡裁訴訟代理関係業務 など	高知はたJA会館 4階 第3会議室	10月7日(木) 10時～15時	西土佐総合支所内 小会議室	10月6日(水) 10時～15時

☎ 田中事務所 ☎(34)1193

行政書士 無料相談

相談

遺言、相続、その他暮らしと官公署に
関わる手続きについて無料相談会を開催します。

主 催 高知県行政書士会幡多支部
場 所 市立中央公民館 1階 大会議室
日 時 10月2日(土) 9時30分～14時

事務局担当 河野
☎ 090-3461-0535

特設人権相談所

相談

人権擁護委員が、金銭・相続・借地借家・結婚・離婚・セクハラ・DV・いじめ・児童虐待・交通事故・裁判費用など人権に関する問題を無料・秘密厳守で相談に応じます。

場 所	日 時	場 所	日 時	場 所	日 時
社会福祉センター	10月20日(水) 13時～16時	藤ノ川集会所	10月8日(金) 9時～12時	板ノ川集会所	10月4日(月) 10時～12時、13時～15時

☎ 高知地方法務局四万十支局 ☎(34)1600

日曜・遺言等公証法律相談

高知地方法務局所属公証人が、遺言、相続、金銭・不動産の貸借、離婚に伴う養育料・慰謝料・財産分与、高齢者等の財産管理などについての相談を無料・秘密厳守で行います。

日時 9月12日(日) 9時～17時
場所 中村公証役場(中村大橋通6337)

※平日に電話で予約してください。

ご存じですか 公証制度

10月1日(金)～7日(木)は「公証週間」です。「公証制度」とは、皆さんが重要な契約を交わしたり、遺言をされたりする際、法務大臣の任命する「公証人」に依頼して、法的に特別の証拠力が認められている文書(公正証書)を作成することにより、後日のトラブル防止と取引や財産の安全の確保を図る制度です。

■中村公証役場の無料公証相談

遺言、任意後見契約、離婚の際の養育料などの契約、賃貸借契約、売買契約などについての公正証書の作成などに関する相談(要予約)。

日時 10月2日(土)
10時～12時、13時～16時

■日本公証人連合会の電話相談

期間 10月1日(金)～10月7日(木)
※土・日含む

受付時間 9時30分～12時、13時～16時30分
☎ 03(3502)8239

問 中村公証役場 ☎ (34) 1728

法務局くらしの相談所 四万十支局

高知地方法務局職員による土地・建物や会社の登記手続き、相続や遺言などに関する困りごと相談のほか、「法の日週間」および「公証週間」にちなんで、公証人によるさまざまな契約や遺言などの公正証書に関する相談、また、「土地家屋調査士制度60周年」「表示登記制度50周年」の記念事業の一環として、高知県土地家屋調査士会の会員が参加して、土地の境界のトラブルなどの相談にも応じますので、お気軽にお越しください。

日時 10月3日(日)
10時～15時(予約不要)

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)
相談内容

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



問 高知地方法務局総務課 ☎ 088(822)3331

平成22年 秋の交通安全運動

一人ひとりが交通安全に対する意識を高め、交通ルールを守り、交通マナーの向上に努めるとともに、安全で安心な人やさしい交通環境の改善に向けた取り組みを推進することにより、交通事故を防止することを目的に実施します。

実施期間 9月21日(火)～9月30日(木)

運動の基本 「高齢者の交通事故防止」

重点目標

- 1 夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止
- 2 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- 3 飲酒運転の根絶

秋の交通安全教室

日時 9月29日(水) 18時～20時30分
場所 四万十自動車学校
内容 間六口さんのお話 18時～19時
交通安全についての話
(中村警察署交通課長)

屋外コースでの交通指導
20時～20時30分

問 交通安全協会中村支部分会長 安岡昭
☎ 090-8973-8921

問 (本 庁)市民課 市民係 ☎ (34) 1113
(総合支所)住民課 生活環境係 ☎ (52) 1111

新体力テスト

お知らせ

簡単な6つの種目によって体力年齢を知ることができます。今後の健康維持・向上のため、体力に自信のある人もそうでない人もぜひ挑戦してみてください。

※この調査は、同じ内容で毎年実施していますので、続けて参加することで体力の変化を知ることができます。

日 時 10月27日(水)

① 13時30分～15時

② 18時30分～20時

(どちらか一方に参加)

場 所 市民スポーツセンター

アリーナ(安並)

対 象 市内に居住している20歳～64歳の人(平成22年4月1日現在)

募集人数 男女各23人

申込期間 9月1日(水)～10月9日(金)

8時30分～17時15分

(土・日・祝日を除く)

申込方法 電話

種 目

- ・握力
- ・上体おこし
- ・長座体前屈
- ・反復横とび
- ・立ち幅とび
- ・急歩

問 申 (市)教育委員会 社会体育課 ☎(34)2071

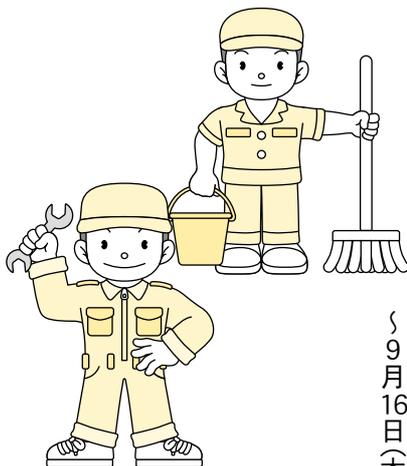
市立温水プール休館期間

お知らせ

設備補修と衛生管理のために一斉清掃を行いますので、この間を休館いたします。

休館期間 9月10日(金) 16時30分

～9月16日(木)



問 (財)四万十市体育協会(市民スポーツセンター内) ☎(34)2071

ハタ・ヨーガ教室

教室・講座

呼吸、瞑想、そして体を動かすハタ・ヨーガの初級者レッスンをを行います。スポーツの一層の上達や予防医学、体と心の内面からの美、生活の向上に。日常離れている心と体を統一し、人としての基礎を整え、本来生まれ持っている自己治癒力と幸福感を高めてゆきます。

期 間 9月28日(火)～毎週火曜日8回

時 間 10時～11時

会 場 市民スポーツセンター 武道場

参 加 料 2000円(保険料込み)

定 員 15人

対 象 年齢性別を問いません

受 付 期 間 9月24日(金)17時まで

講 師 RYOKO☆Yoga(岡村良子)

問 申 (財)四万十市体育協会(市民スポーツセンター内) ☎(34)2071

働く婦人の家講座

教室・講座

講座名	日 時	時 間	場 所	講 師	用意するもの	定員	申込期間
太極拳	9月25日～11月27日 毎週土曜日(全10回)	19時～21時	働く婦人の家 1F軽運動室	四万十市 太極拳協会	運動できる服装、タオル、運動靴 (上履き)、水(水筒など)	18人	9月13日(月)～
ヒーリング・ヨガ	9月29日(水)、10月6日(水) 10月13日(水)、10月19日(火) 10月27日(水) (全5回)	19時～ 20時30分	働く婦人の家 2F和室	野村厚子	飲み物、バスタオル、タオル (ヨガマットを持っている人は持参してください)	12人	9月15日(水)～
きもの着付け	10月4日～11月22日 毎週月・木曜日(全14回)	19時～21時	働く婦人の家 2F和室	間崎益美	きもの一式 (初日は浴衣)	13人	9月17日(金)～
エアロビクス	10月19日～11月16日 毎週火曜日(全5回)	19時～20時	働く婦人の家 1F軽運動室	シミズダンス スタジオ	運動できる服装、タオル、 運動靴(上履き)、 水(水筒など)	18人	9月28日(火)～

対 象 市内に居住または勤務する女性 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/土・日、祝日は除く) *定員になり次第締め切り
※ 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)人権啓発課 ☎(34)6299

四万十市文化財めぐり

第26回

～下田が生んだ幡多の絵師～

島村小湾

かつて神社に奉納される絵馬はとて
も大きなものでした。

幡多の多くの神社に納められた絵馬
を描いたのは、下田に生まれた絵師、
島村小湾です。今回の文化財めぐりは
幡多の絵師、島村小湾を中心に江戸時
代に活躍した彼の作品やその時代を考
えてみたいと思います。普段は公開さ
れていない芝居絵や大きな絵馬を見る
チャンスです。お誘い合わせのうえご
参加ください。

日 時 9月26日(日) 9時～12時

※雨天決行

集合場所 市立中央公民館1階
大会議室(9時開講)

見学場所 下田貴船神社 郷土資料館

申し込み 9月13日(月)～9月21日(火)

定員 先着25人

※年齢制限はありませんが、小学校3年
生以下は保護者の同伴をお願いします。

問 (市)生涯学習課 社会教育振興係 ☎(34)7311 FAX(35)4260
E-mail: culture@city.shimanto.lg.jp

※ FAXおよびメールで申し込みをする人は、
住所・氏名・年齢・連絡先を明記してください。

市政

教育

くらし

情報掲示板

四万十川国際音楽祭2010 アンサンブル・ノマド コンサート

芸術の秋の一夜に、現代音楽のコンサ
ートはいかがですか。
国内外から非常に高い評価を受けてい
るアンサンブル・ノマドの初めての地方
公演です。
ぜひ、お誘いあわせお楽しみください。

日 時 10月1日(金) 19時開演

会 場 市立文化センター 大ホール

チケット
(前売り) 一 般 1000円
高校生以下 500円
(当日) 各200円増

○チケット販売所
市立中央公民館・市内楽器店・
市内量販店 ほか

問 四万十川国際音楽祭実行委員会(市立中央公民館内)
☎(34)7311

第6回 四万十市老人クラブ連合会芸能大会

芸能およびレクリエーションを通じて
高齢者相互の親睦を深め、自らの健康増
進と豊かな老後生活の助長など、充実し
た生きがいある生活を高めることを目的
に開催いたします。

皆さんお誘い合わせのうえご来場くだ
さい。

なお出演を希望される人は、各地区老
人クラブ会長に9月15日(水)までにご連
絡ください。

日 時 10月4日(月) 12時30分～16時30分

主 場 所 市立中央公民館

主 催 四万十市老人クラブ連合会

問 (市)社会福祉協議会(本所) ☎(35)3011
(支所) ☎(31)6111

平成22年度 第3回子犬の譲渡会

お知らせ

日 時 9月29日(水) 9時30分～

会 場 高知県中村小動物管理センター
(古津賀3096-34) ☎(34)6252

受付時間

- ・子犬を譲りたい人 9時30分～10時
- ・子犬を飼いたい人 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

- ・事前に高知県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ヶ月の健康な子犬(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やリード
を持ってきてください。
- ・子犬の譲渡が決まった人は講習を受
けていただきます。
- ・原則として本人への譲渡となります
ので、代理はご遠慮ください。



問 高知県幡多福祉保健所 衛生環境課 ☎(34)5119

ジョブカフェこうち・幡多サテライト 就活応援セミナー

面接マナーの基本、好感度アップのポイントを実践的に学びます。就活中の人はもちろん、これから就活を始める人必見のセミナーです。

日時 9月11日(土) 13時～17時
場所 社会福祉センター2階
対象 高校生以上から40歳までの
若年求職者および学生

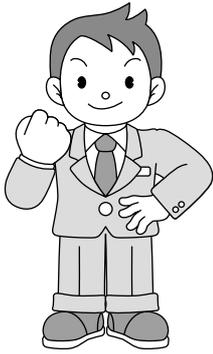
参加料 無料

募集人数 15人

内容

- ・好感度アップマナー
 - ・自分らしい自己表現法を身につける
 - ・なりたい自分をプロデュースする
 - ・コミュニケーションカンアップの会話術
 - ・正しい言葉遣いを身につけよう
 - ・面接マナーの基本
 - ・電話のかけ方基本パターン
 - ・面接に必要な基本的マナー
 - ・面接での入退室の基本パターン
- 講師 竹村麻美

※面接に臨む服装でご参加ください。



ジョブカフェこうち・幡多サテライト(アピアさつき1階)

☎ (34) 6860(火・木・土 11時～19時) FAX(34) 6866

E-mail: jcc-hata@opal.ocn.ne.jp

講演会「人と地域の未来につながる食育」

食の楽しさ、大切さ、地産地消の推進、食を通して健康の増進と家族の絆を深めるなど、食育にはさまざまな考えが含まれています。みなさんの食育への理解を深め、実践していただくきっかけとなる講演会を企画しました。

日時 9月24日(金)

14時～(2時間程度)

場所 市立文化センター1階大会議室

講師 中田典子

(小浜市企画部食のまちづくり課)

政策専門員(食育)

入場料 無料

定員 100人

内容

小浜市は、全国に先がけて平成13年に「食のまちづくり条例」を制定し、食育を積極的に推進しています。食育を推進した結果、学校給食の残食が減少、欠席が減少し成績が向上したエピソードや、高齢者が子どもの食育を支え、そのことが生きがいになっていることや、行政、生産者、学校が一体となって地域力が向上している事例でお話します。

※講演に加えて、地元の皆さんによるミニパネル討論も予定しています。

☎ まちづくり四万十株式会社 ☎ (35) 4887

平成22年度 第2回 中村養護学校 公開授業ウィーク

県立中村養護学校は小学部、中学部、高等部、訪問学級のある特別支援学校(知的障害)です。児童生徒たちは社会自立に向けて、日々いろいろな学習に取り組んでいます。

子どもたちのことや学校のこと、授業について地域の皆さんに知っていた、だきたいと考え、学校は常に公開していますが、特に左記の期間を公開授業ウィークとしています。

日時 10月12日(火)～10月15日(金)

火・木曜日 8時50分～15時30分

(小学部は14時35分まで)

水・金曜日 8時50分～14時35分



どなたでも参観できます。
興味・関心のある方、
ぜひお気軽に
おいってください



☎ 県立中村養護学校(古津賀3091)
☎ (34) 1511 FAX(34) 1625 (担当 田野・大崎)

四万十市雇用創造促進協議会 9月開催講座

募集

募集種目	日程	会場	内容	講師
耕作放棄地解消研修	9月15日(水)	鍋島休耕地	「土の作り方 実地研修」	山下一穂 (山下農園)
観光産業発展講座	9月22日(水)	市立文化センター	商品開発実践セミナー	石田健 (地域支援アドバイザー)
林業作業研修	9月27日(月) ～29日(水)	九樹地区市有林	四万十式作業道の敷設方法 (急こう配の法線と 作業道の設置方法)	田邊由喜男

※協議会チラシについては高知新聞折り込みのほか、市役所(本庁・総合支所)・公民館・中村商工会議所・ハローワーク・ジョブカフェこうち・サンリバー四万十などにも設置しております。
10月以降の講座についても、決まり次第広報誌などでお知らせします。

④ 四万十市雇用創造促進協議会 ☎(34)0232
ホームページ <http://shimanto-koyo.com>

航空自衛隊土佐清水分屯基地開庁15周年記念行事

催し

日時 10月10日(日) 9時30分～14時30分
※雨天決行
場所 航空自衛隊土佐清水分屯基地
(土佐清水市下益野20782)
内容
・陸上、航空自衛隊装備品の展示
・戦闘機飛行展示
・救難機および救難ヘリコプター訓練展示
・カレーライス炊き出し
(先着順、なくなり次第終了)
・餅まき など
※天候不良などの理由により内容を
変更する場合があります。
※駐車場を用意していますが、満車に
なった場合はご容赦ください。

④ 航空自衛隊土佐清水通信隊 ☎0880(85)0266

第12回 四万十川僻村塾

教室・講座

四万十川僻村塾は、知識・文化人、先達のお話を肩ひじ張らずに聞き、共に語り合う会です。参加に条件はなく、予約も不要です。お誘い合わせのうえご参加ください。
演題 経営情報システムとは
講師 坂本泰祥
(高知工科大学マネジメント学部準教授)
日時 9月18日(土) 18時～19時30分
場所 市立中央公民館 3階
会費 500円
懇親会費 2000円(希望者のみ)
四万十川僻村塾ブログ
<http://pub.ne.jp/iyuku/>

④ 四万十川僻村塾 ☎080-4038-8823(馬場)
E-mail: baba@babanetken.com

防衛省 平成22年度各種学生等募集

募集

募集種目	受付期間	1次試験期日	受験資格	試験会場
防衛大学校学生	9月6日 ～10月1日	11月6・7日(土・日)	高卒(見込含む)	高知市
防衛医科大学校学生		10月30・31日(土・日)	平成23年4月1日現在21歳未満	
看護学生 (看護師養成)		10月23日(土)	高卒(見込含む) 平成23年4月1日現在24歳未満	

④ ④ 自衛隊四万十地域事務所 ☎(35)3096

四万十川の四季フォトコンテスト

募集

四万十楽舎では、四万十川流域の豊かな自然の姿などを題材とした写真作品を募集します。応募締め切りは10月31日(日)必着です。詳しい応募要領などについては四万十楽舎ホームページをご覧ください。

四万十楽舎(〒787-1323 四万十市西土佐中半408-1)
④ ホームページ <http://www.netwave.or.jp/~gakusya/>
☎(54)1230 FAX(31)9788 E-mail: shimantogskusya@gmail.com

報告

第27回全日本小学生ソフトテニス選手権大会参加成績

8月5日から8日にかけて、「第27回全日本小学生ソフトテニス選手権大会」が、北海道旭川市で行われ、全国各地から選抜された、男子384人、女子384人の合計768人の選手が参加して開催されました。

高知県代表として、中村ジュニアソフトテニスクラブ所属の小学生8人を含む16人(男女各8人)が出場しました。

厳しい暑さの中のゲームでしたが、個人戦・団体戦ともに、日頃の練習の成果を十分に発揮して、白熱したゲームが展開されましたが、今一步のところで、力および惜敗しました。

出場した子どもたちは県代表選手として、素晴らしい活躍をし、良い結果をだしてくれました。

高知県団体女子メンバー



報告者：中村ジュニア事務局 森本 哲

【大会成績】

☆個人女子 3位(ベスト4)入賞 笠井菜々子(中村J・追手前小)・佐竹生和(中村J・大用小)

☆個人女子 5位(ベスト8)入賞 梶原萌乃(中村J・中村小)・大塚香菜(中村J・東山小)

☆団体女子 9位(ベスト16)入賞 高知県チーム

【団体女子メンバー】 笠井菜々子(中村J・追手前小)・佐竹生和(中村J・大用小)

梶原萌乃(中村J・中村小)・大塚香菜(中村J・東山小)

西尾彩(東中筋J・中筋小)・山本華鈴(東中筋J・松田川小)

井上未来(中村J・中村南小)・佐竹民和(中村J・大用小)

報告

地域の夏休み子どもやきもの教室

古津賀第二団地では、夏休み中の子どもたちに楽しい文化教室を、子育ての一助にも地域の現役(今は退職)教員4人を中心に取り組んで30年近くになるでしょうか。絵画、勉強会、星の観察、草木染め、文庫の貸出し(週1回)など、その都度色々やってきました。なかでも好評なのは、やきもの教室で今年も地域のふれあい世代間交流をメインにして、おじいちゃん、おばあちゃんにも呼びかけ昼夜延43人の参加がありました。他の日にはちぎり絵、新聞エコバッグ、牛乳パック等の布貼り小箱作りにも挑戦しました。地域のボランティアさんが増えて助かっています。



報告者：世話人代表 森本順子

中村幼稚園 9月の園開放日

中村幼稚園では、園のことを広く地域の皆さんに知ってもらうため、また、子育て支援の観点から、以下の日時に園を開放します。全力走や手話交流会を行いますので、どなたでもご自由に参観してください。

日時 9月24日(金) 9時～12時

内容 全力走(9時30分～)

手話交流会(11時～)

※園開放については10月以降も予定しておりますので、詳細をご希望の方は左記までお問い合わせください。

(その時点で日程・内容などについて、決まっている範囲でお知らせします)

☎ 中村幼稚園 ☎ (34) 7511 FAX(34) 7510



お誕生 おめでとう

(平成22・7・6〜8・5届分)

住所 赤ちゃん 保護者

西土佐江川崎	岩田	岩田	藤岡	有岡	磯ノ川	赤松町	渡川	具同	古津賀	古津賀	古津賀	佐岡	不破	右山五月町	中村東町	中村小姓町	中村東下町	中村大橋通	中村大橋通	中村大橋通
新改	澤田	関本	佐竹	勝瀬	土居	芝崎	上岡	二宮	山下	中澤	武田	濱田	山崎	中川	祖父江	立石	木村	岩合	池川	岡田
光琉	真緒	栞和	隆太	優	七美	悠河	紫帆	咲波	真ノ輔	麻織	初彩	遥伽	由梨	由奈	萌生	なな	ふう花	美来	莉央	公之助
崇	由紀	公春	竜也	将彦	喜美浩	薫	正志	康公	俊之	拓実	聡平	龍之介	直哉	泰輔	知之	雅也	真紀	佳孝	和也	公洋



ご冥福を お祈りします

(平成22・7・6〜8・5届分)

住所 氏名 享年

手洗川	鶴ノ江	久保川	藤岡	平野	平野	名鹿	横瀬	有岡	国見	江ノ村	江ノ村	具同	具同	具同	古津賀	右山五月町	駅前町	駅前町	右山	中村新町	中村東町	中村一条通	中村天神橋
佐竹	宮本	大宮	小野	山本	山本	川瀨	島田	中脇	下村	酒井	浜田	廣井	伊与田	濱田	東	秋森	池本	岩合	岩崎	渡邊	大上	福原	野元
輝代	雅祥	志郎	貞子	坦	勇吉	富美恵	昌明	静代	梅義	三代恵	峯子	傳	玉喜	修	杉子	多恵子	悟	淑子	奈美枝	國光	末治	静枝	右一郎
82	86	90	85	79	85	96	85	79	86	91	79	88	57	83	87	68	74	90	89	86	66	98	60

家屋全棟調査 進捗状況

(8月初旬現在)

調査進捗率： $\frac{\text{調査済家屋課税台帳件数 } 8,411}{\text{全家屋課税台帳件数 } 23,513} \times 100 = 35.8\%$

- 現在調査中の地区・・・中村、下田、後川、中筋
- ◆具同、東山、八東、東中筋、藤岡は全地区未調査です。
大川筋、富山、西土佐については全地区の調査が終了しました。
ご協力ありがとうございました。

●問い合わせ先 ● (本 庁) 税務課 資産税係 ☎(35)4428
(総合支所) 総務課 税務係 ☎(52)1111

「お誕生おめでとう」、「ご冥福をお祈りします」のコーナーへの掲載については、「ご家族の希望を聞いて掲載することとしています。掲載を希望される場合は、(本庁)市民課 ☎(34)11113 まで必ずご連絡ください。

西土佐橋	横山	高史
西土佐津野川	竹村	長壽
西土佐江川崎	岡	重利
		68 84 49

人が人らしく

★人権さまざま★ 65

戦争の時代を体験し解ったことは、戦争は「正義」という美名を掲げ、人間を麻痺させてしまう怖ろしさをもっているということです。ほとんどの人間が判断を狂わせられ、我こそは最高の善を遂行しているのだと思いつまされてしまうのです。

第二次世界大戦前夜、日独伊「三国同盟」が締結されたとき、私は小学生でした。学校でほめ讃えるヒットラーやムッソリーニなどの英雄譚に胸を高鳴らせたものでした。負けてみれば、何のことはない、彼らは戦争犯罪の張本人だったのです。多感な成長期に叩き込まれた正義感に裏切られた私達世代のトラウマは、今も消えずに、歳と共に増大しています。そのせいか、正義と云うことは聞いていただけで、眉唾だろうと疑ってみる習慣が身についてしまいました。

世界の敵といまだによばれるドイツのヒットラーの罪悪の一端を述べてみたいと思います。若い頃の彼は美術を志す青年でした。しかし彼の作品はあまりパツとしなかつたようです。政治家に転身後、唱えたスローガンは「文化を清潔にしよ」というものでした。

20世紀のヨーロッパを毒しているものが三点ある。第一は共産主義思想、次はユダヤ人三つめが前衛アートだと力説しました。現代感覚からすれば、何故毒なのか理解できません。

民族浄化の名のもとにユダヤ人の皆殺し政策を実行しました。ホロコーストと表現される悪魔の所業です。アウシュビッツに今も遺る地獄の跡には、誰もが鳥肌のたつ思いがします。新しく台頭した美術家やその作品を徹底的に弾圧しました。シャガールやクレーという名だたる画家の作品を競売に掛け、一枚一円で売り飛ばし、他は、焼き尽くすという行為に走りました。そんなことが、正義の名目で実行されたのです。

翻って現在でも、世界では、神の名を唱えながら、たつた一つしかない自分の命さえも犠牲にする、自爆テロのニュースがあとをたちませぬ。死ねば全てが終わりです。人類はいつまでも、そんなことを、繰り返すつもりなのでしょか。

※トラウマ：心的外傷

四万十市人権啓発講師 山本 衛



人のうごき ~7月末日現在~ ()内は、前月との差

総人口	36,384	(- 22)	転入	64人
男	17,181	(- 16)	転出	69人
女	19,203	(- 6)	出生	23人
世帯数	16,263	(- 6)	死亡	40人



当直医



9月 5日(日)	市民病院	☎(3 4) 2 1 2 6
12日(日)	森下病院	☎(3 4) 2 0 3 0
19日(日)	市民病院	☎(3 4) 2 1 2 6
20日(月)	正木整形外科	☎(3 4) 5 2 5 2
23日(木)	佐々木整形外科	☎(3 4) 7 1 7 7
26日(日)	こいけクリニック	☎(3 5) 5 1 1 2
10月 3日(日)	市民病院	☎(3 4) 2 1 2 6
10日(日)	さたけ小児科	☎(3 7) 2 2 5 5
11日(月)	幡多病院	☎(3 4) 6 2 1 1

日直指定水道業者



●水道料金は口座振替で●

9月 4日(土)	(有) 福永工業	☎(35) 5996
5日(日)	(有) カキタニ設備	☎(33) 0660
11日(土)	岡崎プロパン(株)	☎(35) 3458
12日(日)	(有) 夕部設備	☎(37) 3383
18日(土)	西南管工	☎(36) 2554
19日(日)	(株) 奥宮工業	☎(37) 5151
20日(月)	(有) 大同設備	☎(35) 4879
23日(木)	(有) 石井建設	☎(33) 0404
25日(土)	(有) 山下建設	☎(33) 0653
26日(日)	豚座建設(株)	☎(34) 6031
10月 2日(土)	(有) 平野水道	☎(35) 2316
3日(日)	(株) 四電工中村営業所	☎(34) 1331
9日(土)	溝渕設備	☎(34) 3734
10日(日)	森下住宅器機	☎(34) 4855
11日(月)	土居水道工事店	☎(32) 1095

水道に関する問い合わせは
 (本 庁) 水道課 ☎(3 4) 1 7 1 1
 (総合支所) 住民課 ☎(5 2) 1 1 1 1

9月

今月の統計調査

調査員は顔写真つきの調査員証を携帯しています。
 調査員が訪問した際にはご確認ください。

- 家計調査(県主管)
古津賀、右山元町、右山天神町…実施中
- 毎月勤労統計調査(Ⅱ種)(県主管)
中村大橋通・中村東下町周辺、具同周辺…実施中
- 家計消費状況調査(国主管)…実施中

問 (県)総務部 統計課 ☎088(823)9343

後編 編集

■「地球環境のことを考えてレジ袋はもらいません！」90人の親子がクレヨンでマイバッグづくり(8/4〜5)。130人が男のマイバッグ宣言(8/9)。近頃、なんとなくスーパーのレジに注目しています。我がふるさとの魅力がまた一つ増えそうです。(Y.T)

■四万十川水泳マラソンに参加された皆さん、お疲れ様でした。スタート前に大雨が降った時はどうなることかと思いましたが、レース中はきれいに晴れてほっとしました。取材させていただいて、ゴールされた選手の方々の達成感あふれる表情が印象に残りました。機会があれば、自分も参加してみたいと思います。(善也)

図書館だより

平成22年 9 September

一般書

五龍世界(ウーロンワールド)	壁井 ユカコ
炎天の雪 上下	諸田 玲子
革命伝説 大逆事件 1、2	神崎 清
上手に「痛い」が言える本	田中 祐次
白い道	吉村 昭
先生のおさがお	南木 佳士
プロが教える農業のすべてがわかる本	八木 宏典
部屋が見違えるコーディネートの基本	成美堂出版編集部

8月の新着図書(262冊)

児童書／えほん

あおいくも	トミー・ウンゲラー
おばけおわらいグランプリ	むらい かよ
かまきりのカマーくんと	
いなごのオヤツちゃん	田島 征三
ちいさなタグポートポッポ	セバスチャン・ブラウン
どうしてアフリカ? どうして図書館?	さくま ゆみこ
ぼくのおふる	鈴木 のりたけ
まじょねこピピゆめのまじょねこ学校	中島 和子
盲導犬サーブ	手島 悠介

★休館日の案内★

- 9月6日(月) 定休日・13日(月) 定休日
- 20日(月) 定休日・23日(木) 秋分の日
- 27日(月) 定休日・30日(木) 館内整理日
- 10月4日(月) 定休日

★寄贈御礼★

「国際ソロプチミスト幡多」様から今年も大きな活字の本を寄贈いただきました。
 高齢者、眼の弱い人に喜ばれています。
 ・ 他人同士
 ・ てのひらの闇
 ・ 中央構造帯
 阿刀田 高
 藤原 伊織
 内田 康夫
 など、8タイトル計17冊です。
 ご趣旨に沿ったかたちで、活用させていただきます。
 問 市立図書館 ☎(3 5) 2 9 2 3