



今月特にお知らせしたいこと

- 個人住民税が変わります 2
- 外国語指導助手・国際交流員対談 6
- 住宅のバリアフリー改修に係る
固定資産税が減額されます 11
- 家庭ごみ減量推進員 14

- 📄 市政 2～
- 🎓 教育 9～
- 👤 暮らし 11～
- 📢 情報掲示板 20～

とっておきの
宝物!



初夏の風にゆらゆらと 一株のラベンダー

わが家の庭には色とりどりの花が咲いて目を楽しませてくれます。その中でも思い出深い青紫色のこのラベンダー。ご近所の女性が亡くなる1週間ほど前にそれまで大切に育てていたラベンダーを「おばちゃんなら大切に育ててくれると思うから」と妻に持って来てくれたものです。そんなに重体とは知らず「では、1株だけ」と分けてもらって以来大切に育てて今ではずいぶん大きくなりました。私たちは、かわいく咲いた花々からいろいろな思い出と元気をもらっています。

投稿者：池本寿男さん(一条通)

※宝物募集については26頁をご覧ください。

人のうごき ()内は、前月との差

～4月末現在～

4月中のうごき

総人口	37,473 (-26)	転入	319人
男	17,751 (-8)	転出	319人
女	19,722 (-18)	出生	15人
世帯数	16,119 (+62)	死亡	41人



個人住民税が変わります！

国から地方への税源移譲のため、平成19年度課税分から個人住民税の税率が改正されます。同様に所得税の税率も平成19年分から改正されます。この改正によりほとんどの人の個人住民税が増額になりますが、あくまでも、国税（所得税）を地方税（個人住民税）へ振り替えるための改正ですので、納税義務者からすれば、【所得税+個人住民税】の合計額は、基本的には変動しないよう配慮した改正内容になっています。

ただし、景気回復に伴う「定率減税の廃止」や「高齢者非課税廃止に伴う段階的措置」または個人の収入の増減など、別の要因により、実際の負担額は変動しますので、ご注意ください。

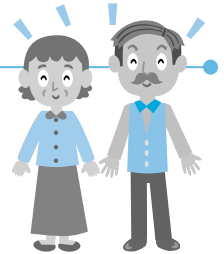
定率減税の廃止措置

平成11年度に導入された定率減税については、所得税、個人住民税ともに平成19年度より廃止となりますので、それに相当する税額は増えることになります。

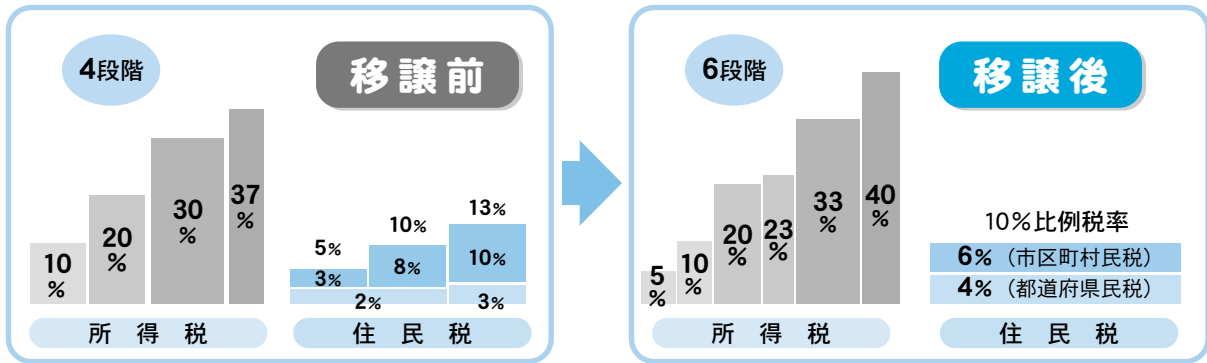
定率減税	住民税	平成18年度は住民税所得割額の7.5%相当額（最高2万円）が控除
	所得税	平成18年度は所得税額の10%相当額（最高12.5万円）が控除

高齢者非課税廃止に伴う段階的措置

平成18年度	本来の税額の1/3課税
平成19年度	本来の税額の2/3課税
平成20年度	本来の税額



個々の納税者の負担合計額は同じ



●夫婦+子ども2人の場合

給与収入	税源移譲前（単位：円）		
	所得税	住民税	合計
300万円	0	9,000	9,000
500万円	119,000	76,000	195,000
700万円	263,000	196,000	459,000
1,000万円	688,000	442,000	1,130,000

税源移譲後（単位：円）		
所得税	住民税	合計
0	9,000	9,000
59,500	135,500	195,000
165,500	293,500	459,000
590,500	539,500	1,130,000

負担
増減額
0円

※夫婦+子ども2人の場合、子どものうち1人が特定扶養親族に該当するものとしています。

※一定の社会保険料が控除されるものとして計算しています。

問い合わせ先

(本 庁) 税務課市民税係 ☎ (34) 1112
(総合支所) 総務課税務係 ☎ (52) 1111

市長室こぼれ話

四万十市長 沢田五十六

No.11



地域振興の努力の中で
ソフトボールの王者岡本監督(下田出身)と。

四万十市の現状と課題

小泉内閣の登場以来、地方は大変な苦境に陥っています。夕張市の倒産は他人事ではありません。ここ4、5年のうちに続々と市町村の倒産が出てくると思われるます。

四万十市はおかげさまでそうした事態を避けるめどがついてきました。行財政の合理化を着々と進め、合併の特典を活用してきたからです。合併によってまず、①今後10年間で自由にでき

る収入が26億5000万円増加しました。合併しなかった市町村はこれがゼロです。次に、②建設や建築投資で約80億円が有利な条件(借金の3割だけ元利償還すればよい)で使えます。これによって市庁舎の建設、全小学校の給食の実施、防災行政無線、地上デジタル化対応のケーブルテレビ、西土佐中央地区のほ場整理などが可能になります。また、③合併促進道路として国道441号の10年以内の改良などが可能になりました。

また、行財政の合理化を積極的に進め、平成17年度に4億5000万円、平成18年度4億円、平成19年度4億円の合計12億5000万円の財政赤字を削減しました。こうしたことにより給食にかかる経常経費を生み出すことができます。

経費削減努力、行政需要

の選別、合併特典の活用をして平成19年度の予算が出上来がりました。一般会計の総額で183億円、特別会計、企業会計を加えた市の予算総額で341億円の規模です。市は四万十市最大の事業主体になっていきます。今、合併していない市町村は合理化、合理化で予算は減少の一途をたどっています。一般会計予算で183億円という財政規模は、県下で高知市に次いで2位となりました。南国市が178億円、香南市が170億円、香美市が147億円、須崎市が117億円、土佐市は108億円です。あとの4市はいずれも100億円以下で、隣接の宿毛市が93億円、土佐清水市は86億円でした。かつてはそんなに大きく差がなかった宿毛清水の予算は今や四万十市の半分ぐらいに縮小していました。合併の効果はこんなにも大きかったです。

予算規模が大きくなって

る団塊の世代が大量退職の時を迎えていることです。この人たちの退職金だけで毎年約5億円必要になります。それらを払いながら、他方で三位一体改革の荒波を乗り越え、そして合併の特典を活用しつつ、ここ4、5年の深刻な時期をやりくりしていかねばなりません。これに対してここ3年ぐらいの行財政の合理化によって、大体これからの道筋が見えてきました。重要な新規事業を折り込みながら、財政の健全化を達成していきます。

ただ一つ大きな心配があります。医師の不足による市民病院の大幅な赤字の増大です。医師の研修制度の改変により、ここ1年地方から医師が都会へ大移動しました。かつて16名いた市民病院の常勤医師も半分以下の7名となりました。国の研修制度の改革と医師の確保に今、全力をあげていくところと願っています。皆さんのご理解をお願いいたします。

寄付のお礼

中村ゴルフクラブ(理事長 木俵 光一)から四万十川清流保全基金にと8万円の寄付をいただきました。四万十川の清流保全のために有効に活用させていただきます。

中村ゴルフクラブからは平成2年から毎年ご寄付をいただいています。

ありがとうございました。



永年の寄付に対し市から感謝状が贈られた

1 玖木一日橋めぐりで交流 4月15日(日)

黒尊川流域(玖木)に群生するつつじが見ごろとなった西土佐玖木で「玖木の日橋めぐり」つつじ祭が行われました。

玖木には大小20の橋があることから、地域資源としての橋を生かした交流事業を昨年度から実施しており、今回が三回目。

当日は、高知市などからの参加者25人と地元の「玖木地区がんばる住民グループ」が、つつじの見学、山菜採り、あめご釣り、板橋や沈下橋などの橋めぐりを通して、交流を深めました。



2 香山寺ふじまつり 4月21日(土)

香山寺市民の森で香山寺ふじまつりが行われ多くの人でにぎわいました。当日は琴の演奏や野点のほか、ビンゴゲームやミニゲームコーナーなどが行われ、訪れた人たちは各催しに足を止めながらゆっくりのんびり風に揺れる紫や白やピンクの花を楽しんでいました。



3 第9回竹屋敷あめごまつり 4月22日(日)

旧竹屋敷小中学校で第9回竹屋敷あめごまつりが開催されました。朝早くから市内外より多くのあめごファンが駆け付け、プロ級の腕前で大物を釣り上げる人あり、家族連れでのんびりと釣りを楽しむ人ありとさまざまでした。また、グラウンドでは竹屋敷で採れた農産物や加工品の販売が行われました。

昼前からはあいにくの雨となりましたが、ビニールシートが張られたステージ上では農夢民バンドライブが行われ、バンド演奏に合わせて手拍子をしたり、一緒にステージに上がって歌ったりする姿が見られました。また、土佐のおひねり一座公演では、会場全体が笑いに包まれていました。その他、子ども限定のあめごのつかみ取りや餅投げが行われ、にぎやかな祭りとなりました。



4 四万十川ラジコン水上機フェスティバル 4月29日(日) 4月30日(月)

鍋島の四万十川で四万十川ラジコン水上機フェスティバルが行われました。ラジコン飛行機の愛好家67人の参加により、115機のラジコン飛行機等が空を舞いました。見に来ていた子どもたちは自分のお気に入りのラジコンを見つけては「やった!がんばって飛べ!」と歓声をあげていました。

また、こども紙飛行機大会やヘリコプター遊覧飛行、パラグライダーからのキャンディープレゼントなど家族で楽しめる催しも盛りだくさんの大会でした。



5 それは500年の昔…… 5月3日(木)

一條教房公が中村に下向された様子を再現した土佐一條公家行列「藤祭り」が行われ、室町時代の優雅な行列は沿道の観客を魅了しました。

この日天神橋や一条通の商店街で行われた西土佐の穂太鼓や一條太鼓、ちんどんグループやマジックなどの路上パフォーマンスでは観て、参加して楽しみ、さらに物産販売では新鮮な野菜や果物、アツアツのてんぷらなど味わう楽しみもありました。

**6** 堂ヶ森祭り 5月5日(土)

5月5日(土)



堂ヶ森地蔵祭が開催されました。これは、山麓の西土佐藤ノ川、竹屋敷、大井川（四万十町十和）の住民が続けてきたお祭りです。当日は、120人以上の参加者があり、にぎやかに催されました。10時からの神事後、もち投げがあり、恒例の子ども相撲は20人以上のちびっ子力士の熱戦があり、好取り組みに観客は拍手喝采でした。女相撲での赤いふんどし姿の女力士たちの真剣勝負は見ごたえがありました。また、当日はロープ一本で木に登るツリーイングが、子どもたちに人気で次々に歓声が上がっていました。天気がよければ四万十川全流域が見渡せる展望は霧がかかり見えませんでした。何とか昼まで雨も降らず盛況の内に終わりました。

ゴールデンウィーク

7 奥屋内 天然色堂・山茶で手作り茶 5月6日(日)

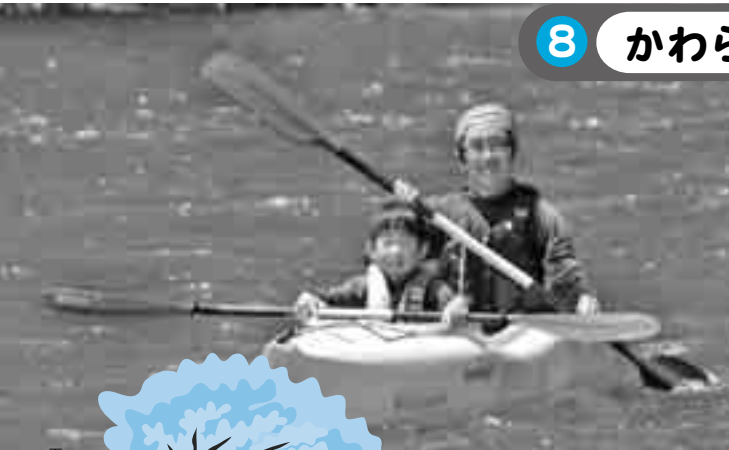
じいちゃん、ばあちゃんたちと一緒にお茶を作ってみかねと、奥屋内では自生している山茶でお茶作り体験を計画しました。連休を利用して来たという北海道からの参加者や昨年に続いての高知市からの参加者など18人は、山の斜面の茶葉を摘み、大きなカマドで煎って、もんでお茶を仕上げました。また、昼食には心のこもったチラシずしや、炊き込みご飯、山菜の天ぷらなどが用意されていて参加者は「心もお腹もとて満足な一日」だったと話していました。

**8** かわらっこ村祭り 5月13日(日)

5月13日(日)

かわらっこ村祭りの一番人気「どろんこビートスカッシュ」には、シニア部門5チーム、一般部門4チームが出場し泥んこになりながらも賞金を目指して熱く戦いました。

また、四万十川の流れと5月のさわやかな風を感じながらのカヌー川下りでは、お母さんのパドルさばきが心地よかつたのかすっかり寝入ってしまった子どももいました。



外国語指導助手・国際交流員対談

四万十市では、外国語教育の充実と諸外国との相互理解の増進を図ることを目的に、外国語指導助手と国際交流員を招致しています。普段彼らは、市内小中学校を中心に活動していますので、直接話を聞く機会が少ないと思います。そこで、外国人から見た四万十市の感想や文化の違いなどを語ってもらいました。



広報マン（以下） 国際交流員・外国語指導助手として日本に来たきっかけを教えてください。

陶 大学を卒業して2年間日本語と関係のない仕事をしていました。職場で国際交流員の話をもろって、参加できれば日本語をいかせると一番のチャンスと思い応募しました。
クリー 仙台市に外国語指導助手として来ている友人から勧められたことがきっかけでいろいろ調べているうちに日本に行きたいと思い応募しました。

菊地 両親が日本人でアメリカでも日本文化をとっても大切にしているので、実際日本に来て日本文化の勉強や日本舞踊等経験したかったので大学を卒業してすぐ応募しました。

実際どんな仕事をしていますか。

クリー カナダのゲームを交えながら小中学校で英語を教えています。時々カナダの文化の紹介もします。カナダで小学校の教師だったので小学生が大好き。小学校での授業は大変なこともあるけれどとても楽しい。
菊地 保育所や小中学校でアメリカの文化や単語・歌をゲームしながら教えます。
陶（これからですが）園児や小学生に対しては中国のゲームや伝統的なものを紹介したいです。

四万十市での生活で印象に残っていることはありますか。

クリー 四万十川ウルトラマラソンに参加した時のことが一番印象に残っています。

西土佐地域を走っている時「外人さんがんばって！がんばって！」とたくさん声援をもらいました。それから川登小学校の児童たちから「クリー先生、がんばって！がんばって！」という声援をもらった時には涙がでた。足が痛くてリタイアも考えたけれど児童からの声援を受けてがんばれました。

菊地 私は夏にムカデがでたことですね。（笑）アメリカにもムカデもいるけれど小さいのしかいないんです。西土佐で暮らしていると大きなムカデやクモができて夜眠れなかったことが今でも印象に残っています。

ムカデがでてこないおまじないを教えてください。 墨をすってその墨汁で小さな紙に「百足」と書いて逆さにして柱にはると効果があるらしいですよ。

菊地 タバコの吸いカスを家の周りに置くというの聞いていました。そうですか。がんばってやってみます。

日本に来てよかったなと思ったことはどんなことでしょうか。

クリー これまで24校に行きました。幼稚園に行つたことがあるが、とても元気でなんでも教えて教えてと言ってくれてとても楽しかった。
菊地 私も子どもと触れ合えたことです。学校に行つて初めて知つたことがあるんです。それは子どもが自分で学校の掃除をするということ。アメリカではしないので、ああ、（日本人は）学校を大切にするんだなと感じました。

陶 私は中国で5年間日本語を勉強しまし

クリー クローチャイルド
出身 カナダ カナダでは小学校教諭、平成16年8月から外国語指導助手として市教育委員会所属。
趣味 スポーツ
四万十川ウルトラマラソンに2回出場（60キロメートル・100キロメートルの部）いずれも完走というスポーツマン。



た。実際日本の文化・日本人・日本の雰囲気を感じられることがうれしい。これからいろいろなことを経験したい。

菊地 西土佐にいるから流しそうめんとか伝統的なことも経験できる。都会に行つていたらできなかったこともできる。コンビニもないけど私はやっぱり西土佐がいい。お金も貯まるしね。（笑）

これからやりたいことはありますか。

クリー 毎日サーフィンに行く！カナダに帰ると近くに海がないのでなかなかできなくなるから。それから、あと2カ月で日本の思い出をたくさん写真に残したい。

菊地 私はまだあと1年あるので子どもたちにもっとアメリカの文化を教えたい。大人と園児向けの英会話教室をしているけど、


菊地メアリー

出身 アメリカ 平成17年8月から外国語指導助手として市教育委員会所属。
趣味 旅行・日本舞踊
両親が日本人の日系アメリカ人。日本文化に以前から興味を持っていたという彼女は穂太鼓にも挑戦中。



英語だけでなく文化も紹介していきたい。イベントとかもやってみたい。

陶 私は子どもが好きです。小さな子どもたちともたくさん触れ合いたい。中学生には中国の歴史と中国の現状を伝えていきたい。

 これまでの生活の中で感じた文化の違いを教えてください。

クリー 日本の文化とカナダの文化は全然違います。そして日本の文化はとてもおもしろい。一番おもしろいと思ったのは先輩・後輩の関係。カナダには全くないものだから2年前来日した時はびっくりした。もうすぐ帰国することになるので、今まで経験したことすべてをカナダに戻って伝えたい。

菊地 私も先輩・後輩関係に驚きました。アメリカに住んでいる時は私は日本人だと感じていたが日本になるとやはり自分はアメリカ人なんだなと感じました。両親が日本人なので日本文化はわかっていただけ、仕事の関係では違うところがあると感じました。


陶 日本人にはあいまいさを感じます。中国人は言いたいことをはっきり言います。それからご飯の上に梅干しをのせるのにはなかなか慣れないです。(笑)

クリー 梅干はおいしいですね。ウルトラマラソンに出たとき初めて食べました。

陶 交通ルールも全然違いますね。エスカレーターの乗り方が関東と関西で違うのにも驚きました。

菊地 そうですね。私は自分が運転をするので時々危ない車にも出会いますが、日本の交通マナーはいいですよ。

クリー そうですね。でも日本の道路はとても狭いし、車も小さいね。

 四万十市で暮らしはどうでしたか。

クリー 四万十市はとても田舎ですね。そして暮らしている人はとてもやさしい。私は毎日走っているのですが、いつも「外人さんがんばってがんばって」と声をかけてくれます。本当にやさしい。


陶 そうですね。私も感じます。日本人は心やさしいしとても丁寧に話をしてくれる。私の友人のお母さんが日本に来るのに不安に思う事は日本人に会うこと。なぜなら、みんな丁寧に辞儀をしてあいさつしてくれるから。同じようにあいさつをしていると腰が痛くなる。(笑)

菊地 私がここでの生活で感じたことは四万十川がとてもきれいなところ。西土佐は山ばかりで狭いけどとてもきれいな。鹿もいるし蛇もいるし自然がたくさんありますね。

陶 私は、いやしの里と砂浜がとても好きです。海の水は青くて日差しも強くてあたたかく感じました。

クリー この四万十市で子どもたちと3年間仕事ができ、その間、成長が見られるのが楽しかったけれど、もう会えなくなるのが寂しい。

菊地 本当、成長を見れるのは楽しい。西土佐は全部の学校をまわるから兄弟も全部分かっていて、子どもと触れ合えるのが楽しい。そしてその分別れもつらい。卒業の時には別れが寂しくて泣かないと決めていたけれどやはり泣いてしまった。子どもたちと一緒にみんなで泣いてはすかしかった。(笑) ほんとにいい子ばかりです。

 四万十市はあなたにとってどんな存在ですか。

クリー 四万十市に来て大親友ができた。その大親友がいる四万十市は第2のふるさです。日本に来る機会があれば四万十市にきつと来ます。

菊地 たくさんの出会いがあった大切な場所。帰国しても自分が教えた子の成長した姿を見に来たい。

陶 環境がよくてとても生活しやすい所です。退職後、お金を貯めて移住したい。

クリーさんは今年7月末で帰国することとなり、8月からは新しい外国語指導助手2人を迎えまた新たに活動を始めることになりました。

また、四万十市は現在中国安

徽省亳州市と友好交流を行っています、今年、旧中村市が平成9年に友好都市提携を行ってから10年目を迎えました。この節目の年に亳州市からの訪問団も招聘する予定です。

平成19年度は中国安徽省亳州市から国際交流員を招致しました。国際交流員は生涯学習課主催の中国語講座の講師や市内の学校・各種団体に出向いて市民の異文化理解のための講演や交流活動を行っています。中国について興味があり、中国について学習したい団体は国際交流員を派遣することができます。詳しくはご連絡ください。

問い合わせ先
(本庁)企画広報課
☎(34) 6128



陶 剣秋 (とう けんしゅう)

出身 中国 中国では安徽省亳州市職員。平成19年4月から国際交流員として市企画広報課所属。

趣味 スキー・スケート

いろいろなことに挑戦してみたいという彼女は、現在水泳に通っている。これからの活躍が楽しみな好奇心旺盛な女性。



安心して暮らすことのできる

まちづくりのために

4月24日(火)四万十市民生委員児童委員協議会連合会と高知新聞四万十市取扱販売所と市が地域見守り活動に関する協定書の調印を行いました。

これは、4月6日に高知県と県民生委員児童委員協議会連合会と高知新聞販売所高知新聞社が締結した「高知県における地域の見守り活動に関する協定書」の規定する個別協定として締結を行ったものです。

このことにより、新聞が何日も取り込まれずそのままになっているとか、いつもあいさつを交わしている人の姿が見えないなど、地域のささいな異変も新聞配達員から販売所を通じ民生委員・児童委員に連絡がはいることとなります。必要な支援をいち早く行うことで、地域の安心・安全な生活につながっていきます。



「道路整備の中期計画」作成に向けてのアンケートにご協力を！

今後の道路整備の姿を示す中期計画（おおむね10年間）を作成するため四万十市では国土交通省と協力して、道路政策についてアンケートを実施します。アンケート用紙は本庁受付・別館1階ロビー・総合支所1階窓口にあります。また、国土交通省ホームページ（<http://www.douro-keikaku.jp/>）からも利用できます。

●問い合わせ先●（本庁）建設課 ☎(34)1116



各課紹介 vol.10 こんにちは 総合支所 住民課 です。

◆生活環境係です
市営住宅の入居、浄化槽の設置補助、墓地の設置、四万十川保全、し尿処理、ゴミ収集、水道事業などを担当しています。



市民の皆さまが訪れやすい職場づくりを合言葉に皆で力を合わせてがんばっています。お気軽に声をかけてください。

通路



◆昼休みの窓口業務

月水金の隔日で

- 戸籍謄抄本の交付
 - 住民票・戸籍附票の写しの交付
 - 印鑑証明の交付
- を実施しています。



◆住民国保係です
住民票、戸籍、印鑑証明等の交付、国保、老人医療、国民年金など担当しています。

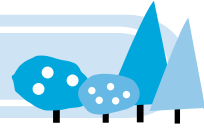
市民室



カウンター

玄関





水辺の楽校

5月10日(木)市内佐田において、(社)「トンボと自然を考える会」の皆さんを先生に迎え「水辺の楽校」が開催され、沈下橋と周辺の河原は、具同小学校4年生82人の元気な声に包まれました。

午前中は少し肌寒い天気となりましたが、自然を題材に四万十川の特徴や役割についての学習を行い、子どもたちは、目を輝かせながら、石の標本作り、水辺の生物観察、竹炭作り、植物観察に夢中になりました。



「四万十川にたくさんの種類の石があるのにびっくりした。じゃもん岩を磨くと宝石のようになった。」

「先生に教えてもらい、エビやヤリタナゴを網で捕り楽しかった。また川に来たい。」

「沈下橋の近くには、いろいろな植物があり、先生に名前を習い、自然がまた好きになった。」

などの感想が寄せられ、四万十川の素晴らしさや恵まれた環境を体感することができたようです。

いつまでもこのような学習ができるように、市民みんなで川を汚さないように気をつけていきたいものです。



郷土史の学習に…



5月8日(火)、西南四国歴史文化研究会中村支部より、郷土史学習の教材作成の参考にと、市立小中学校全校に著書の寄贈を受けました。

『土佐の「小京都」中村 - その歴史・町並み復元と史跡 -』と題された本書は、土佐一條時代を中心に、先史時代から近・現代までの中村地域の歴史の概要、長宗我部地検帳をもとにした一條時代の中村の町並みの復元、史跡・歴史的人物の紹介といった内容で構成されていて、刊行にあたっては、「市民の方々に、自分たちの生活の場である地域とその歴史に、より興味や親近感を抱いてもらえたら」との願いがこもっているとお聞きしています。

郷土の歴史を身近に感じることで、子どもたちがより深く歴史に興味を持ってくれることを期待しています。

この図書についての
問い合わせ先

西南四国歴史文化研究会中村支部 岡村
☎(35)3327

ご質問・ご意見をお寄せください

(市)教育委員会 学校教育課
西土佐事務所
四万十市公式ホームページ

TEL (34)5445 FAX (34)4271
E-mail : school@city.shimanto.lg.jp
TEL (52)1110 FAX (52)1446
E-mail : n-school@city.shimanto.lg.jp
URL : http://www.city.shimanto.lg.jp/



親子ふれあい活動 1・2・3歳児対象

もみじで遊ぼう ①②③

もみじ保育所のお友だちと砂場で一緒に遊ぶよ。仲良くままごと遊びなど楽しもうね。

時 ①6月19日(火)、②21日(木)、③22日(金) 9:30~11:30
場 子育て支援センター分室(もみじ保育所内)

七夕製作 ①②③

短冊に願い事を書いたり、簡単な飾りを作って笹に飾るよ。

時 ①6月26日(火)、②28日(木)、③29日(金) 9:30~11:30
場 子育て支援センター

作ったおもちゃで水遊び ①②③

ペットボトルでお船や魚を作ってみよう! プールで遊ぶと楽しいよ♪

時 ①7月10日(火)、②12日(木)、③13日(金) 9:30~11:30
場 子育て支援センター

※おもちゃ作りに使うペットボトル(500mlくらい)は各自持って来てください。

園庭開放

保育所名	月	日	時 間	備 考
愛 育 園	6月16日	土	9:30~10:30	駐車場(中村中)
もみじ保育所	6月20日	水	10:00~11:00	駐車場なし
東山保育所	6月20日	水	10:00~11:00	
具同保育所	6月20日	水	9:30~10:30	
竹島保育所	6月20日	水	9:30~10:30	
古津賀保育所	6月22日	金	9:30~10:30	駐車場なし
あおぎ保育所	7月 6日	金	9:30~10:30	駐車場なし
古津賀東保育所	7月10日	火	9:30~10:30	駐車場なし
八束保育所	7月11日	水	9:30~10:30	

※雨天の場合は中止します。愛育園、東山・具同・竹島・八束保育所以外は駐車場がありませんので、車での来所はご遠慮ください。

その他の活動

びよちゃんクラブ ①②

短冊に願い事を書いたり、簡単な飾りを作って笹に飾るよ。

時 ①7月2日(月)、②3日(火) 9:30~11:30
場 子育て支援センター

お誕生会

6月生まれのお友だちの誕生日をみんなで祝いましょう!

時 6月25日(月) 9:30~11:30
場 子育て支援センター

七夕まつり

願い事がかなうようにみんなで(びよちゃんも)七夕まつりをしましょう。歌やペープサートもお楽しみに。

時 7月6日(金) 9:30~11:30
場 子育て支援センター

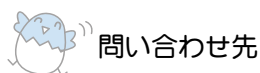


※新たに参加を希望する人は、準備などの都合がありますので、あらかじめご連絡ください。①など番号のついていない活動は、各日程ごとにグループに分かれます。

育児相談 相談日/月~金曜日 9:00~17:00

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。電話相談だけでなく、直接来所しての相談にも応じます。

第3火曜日は、家庭児童相談員による育児相談を行っています。



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(旧元町保育所) ☎(35)3748



図書館だより

6月の新着図書

一般書

ABCDJ	ポブ・グリーン
明智左馬助の恋	加藤 廣
おびどめ 2	貴道 裕子
きみのためのバラ	池澤 夏樹
キューバでアミーゴ!	たかの てるこ
現代に生きる幸徳秋水	幸徳秋水を顕彰する会
紅嵐記(上・下)	藤 水名子
毒草師	高田 崇史
野口真紀さんの おうちおすし	野口 真紀
風信子の家	篠田 真由美
二人で一人の明治天皇	松重 楊江

児童書/えほん

14歳の君へ	池田 晶子
アンジェリーナ おねえさんになる	ヘレン・クレイグ
勝海舟と明治維新	板倉 聖宣
このはな だれの?	内山 晟
スターライト ぱーふえくと!	火浦 功
世界の遺児100人の夢	あしなが育英会
タヌキ御殿の大そうどう	富安 陽子
生麦生米生卵	長谷川 義史
のら犬物語	戸川 幸夫
秘密のチャットルーム	ジーン・ユア
フルーツ王国	ほりた みわ

寄贈のお礼

国際ソロプチミスト幡多(会長 本田静子)から、大活字本を毎年寄贈いただいています。今年も寄贈いただきました。ありがたく利用させていただきます。視力の弱い人にも好評で、来年にはこの作家をぜひとリクエストする人もいます。今年、食卓のつばやき(池波正太郎)、思い出トランプ(向田邦子)、事件(大岡昇平)ほか一新しく入っています。ご利用ください。

住宅のバリアフリー改修に係る 固定資産税の減額措置が創設されました

平成19年1月1日に存在している住宅に限定して、平成19年4月1日から平成22年3月31日までの間に改修工事をした住宅が対象となります。

改修工事が行われた年の翌年の1月1日を賦課期日とする年度の家屋に係る固定資産税額の3分の1を減額（100㎡相当分までが限度）することとなります。

区分所有に係る資産も対象となります。（賃貸住宅は対象外ですが、貸主本人が住むものは対象となります）

(1) 要件

次のいずれかの人が居住する既存の住宅です。

- ア 65歳以上の人
- イ 要介護認定または要支援認定を受けている人
- ウ 障害のある人

次の工事で、補助金等を除く自己資金が30万円以上のものです。

- ア 廊下の拡幅
- イ 階段の勾配の緩和
- ウ 浴室の改良
- エ 便所の改良
- オ 手すりの取付け
- カ 床の段差の解消
- キ 引き戸への切替え
- ク 床表面の滑り止め化



(2) 確認の手続き

改修後3カ月以内に関係書類を添付して市に申告をしてください。

市は、その工事内容等を書類で確認し、必要に応じて現地調査を行います。

(3) 減額対象の判断

減額の対象となるか否かは、申告のあった日で行います。

提出先および問い合わせ先 (本 庁) 税務課資産税係 ☎(35)4428
(総合支所) 総務課税務係 ☎(52)1111

社会を明るくする運動

7月は、「社会を明るくする運動」強調月間です。

この運動は、統一標語として「ふれあいと 対話が築く 明るい社会」を掲げ、「犯罪や非行を防止し、罪を犯した人や非行をした少年の更生を支え、人々が支え合って生きていく明るい地域づくりに参画する」ことを重点目標に取り組みを行う全国的な運動です。

期 間 7月1日(日)~31日(火)

実施委員会の主なメンバー

区長会・保護司会・四万十わかば会・身体障害者連盟・民生児童委員協議会・警察署・社会福祉協議会・家庭児童相談室・四万十市・四万十市教育委員会など

ご協力をお願いします



中 村 地 域		西 土 佐 地 域	
月 日	内 容	月 日	内 容
7月1日(日)	● 出発式 場所：四万十市役所 本庁玄関 ● 街頭啓発 フジグラン四万十 サニーマーケット 天神橋アーケード	7月2日(月)	● 出発式 場所：西土佐総合支所 ● 市内巡回広報
7月10日(火)	● 無縁墓地の清掃	7月12日(木)	● 市内巡回広報
7月28日(土)	● 市内一斉健全育成パトロール	7月19日(木)	● 市内巡回広報

❖ 問い合わせ先 ❖ (本庁) 人権啓発課 ☎(35)1035
(市) 教育委員会西土佐事務所 ☎(52)2312

犬の飼い主の皆さんへ

犬の放し飼いに迷惑している人が増えています

最近、「犬を放している」などの声を耳にします。あなたの飼い犬はマナーを守って飼育されていますか。もう一度見直してください。

犬はつないで飼いましょう

あなたの犬は常につないでいますか。「自分の犬は放しても大丈夫」と思っている、飼い主のもとから離れた犬は小さい子どもや他の犬に飛びかかるなど、飼い主の予想外の行動をとることがあります。飼い主一人ひとりのきちんとした行動が、地域全体のマナー向上につながります。



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

☎(52) 1132

狂犬病予防注射と犬の登録を追加実施します

4月から5月の間に狂犬病の予防注射を受けられなかった人は、必ず受けるようにしてください。

料金は

登録 3,000円

注射 3,000円 です。



※犬の登録は一生に一度ですので、すでに登録している犬については、登録料は必要ありません。

※当日は、問診票を持って来るようお願いします。

(登録済の犬のみ)

※必ず指定した時間までにお集まりください。時間を過ぎれば次の場所に移動します。

■ 6月22日(金)

場 所	時 間
古津賀第2団地集会所	9:00～9:05
古津賀集会所	9:15～9:20
下田消防屯所前	9:40～9:45
安並尾崎集会所	10:10～10:15
蕨岡生活改善センター	10:25～10:30
富山地区集会所	10:45～10:50
田野川(井の上橋元)	11:15～11:20
利岡小学校前	11:30～11:35
大川筋診療所前	11:45～11:50
手洗川(佐竹悦久宅前)	11:55～12:00
有岡(旧JA中筋出張所)	13:10～13:15
楠島(JA中村西部出張所)	13:35～13:40
森沢(榎橋元)	13:55～14:00

■ 6月29日(金)

● 中村地域

場 所	時 間
入田(楠の木元)	9:00～9:05
田黒(まなびの館)	9:15～9:25
自由ヶ丘団地(東公園)	9:40～9:50
下木戸集会所	10:10～10:15
間崎集会所	10:25～10:30
不破八幡宮前	10:55～11:00
市役所本庁裏庭	11:30～11:50

● 西土佐地域

場 所	時 間
玖木公民館	9:15～9:20
津野川小学校	9:50～9:55
藪ヶ市谷脇商店前	10:10～10:15
旧下家地小学校前	10:25～10:30
本村小学校下	10:50～10:55
権谷せせらぎ交流館	11:05～11:10
西土佐総合支所前	11:25～11:30

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 ☎(52) 1132

人権擁護委員制度をご存じですか

6月1日は人権擁護委員法が施行された日です。

人権とは、人が幸せに生活するために必要な権利です。

人権擁護委員は、住民の皆さんが人権の侵害を受けることのないよう、絶えず見守り、もし、人権が侵害されたときには、その相談相手となり、高知地方法務局と連携して事実関係の調査を行うなど、人権を侵された人の人権救済を図ることを使命としています。

また、住民の皆さんが、お互いの人権を尊重する心を育み、差別のない明るい社会を築くためのさまざまな人権啓発活動も行っています。さらに、家庭や職場、地域社会などで、同和問題・セクハラ・DV・いじめ・児童虐待等、人権に関する困りごとや心配ごとがありましたら、お気軽に法務局または人権擁護委員にご相談ください。

無料・秘密厳守で相談に応じます。

なお、現在高知県内では185人の人権擁護委員が各地域で活動しています。

■ 四万十市の人権擁護委員(4月1日現在・敬称略)

氏名	性別	住所地
竹田 均	男	右山五月町
谷本 邦宏	男	蕨岡甲
小野川 和世	女	右山
植田 あゆ子	女	渡川
岩瀬 幸吉	男	下田
佐田 政美	女	中村百笑町
遠近 哲代	女	森沢
林 良二	男	中村一条通
中平 嘉子	女	西土佐用井
井上 治	男	西土佐大宮
度長 靖	男	西土佐岩間

◆ 問い合わせ先 ◆ 高知地方法務局四万十支局 ☎(34)1600

7月1日から 西土佐バスの運賃が変わります

平成19年度 主な改定ポイント

- ① 距離に応じた運賃になります。
- ② 70歳以上が有料となります。

7月1日から運賃と無料乗車対象者を改定します。

今回の改定は合併協議の中で、合併後5年以内(平成21年度まで)に、地方路線バスについて調整するとなっており今回はその第1段階の改定です。

また、平成21年度には再度料金の改定を行います。皆さまのご理解とご協力をお願いします。

● 料金 ●



	現行	改定後
奥屋内(郵便局前) →	300円	780円
□ 屋内 →	300円	400円
藤ノ川 →	300円	280円
大宮(深田) →	300円	440円
下家地 →	300円	270円
JR江川崎駅 →	100円	110円
江川(市野々) →	300円	290円

無料・半額乗車対象者

❖ 無料乗車対象者

- ◎ 西土佐診療所および西土佐地域内出張診療所で受診する時に利用する場合
- ◎ 西土佐地域内小学校児童、中学校生徒が通学・部活・学校関係行事等で利用する場合
- ◎ 中村高校西土佐分校生徒が西土佐地域内の通学・部活・学校関係行事等で利用する場合
- ◎ 1歳未満の乳児

❖ 半額乗車対象者

- ◎ 身体障害者手帳の交付を受けている人。また、その介護でバスに同乗する人。
- ◎ 療育手帳の交付を受けている人。また、その介護でバスに同乗する人。



問い合わせ先 (総合支所) 総務課地域振興係 ☎(52)1111

ごみ減量大作戦!

～平成19年度の家庭ごみ減量推進員をご紹介します。(敬称略)～

【活動内容】

- 担当地区のごみステーションで、搬入されるごみの適正な分別方法、搬入方法、マナー等を指導すること。
- 資源化するごみの再生利用に係る啓発や、具体的な活動を推進すること。
- 担当地区における不法投棄に関し、その状況等を市長に報告すること。

中村

地区	氏名	地区	氏名
中村大橋通1	寺尾 静代 川村 栄徳 植村 峰子	中村本町3	是澤 守義 西山 永年 岩森 昭
中村大橋通2	岡村 征勝 小野 哲男 平田 一	中村本町4.5	細木 水域 川上 梨沙 武田 三都
中村大橋通3	松岡 明雄 南 昭生 安田 昭市	"	佐竹 和
中村大橋通4	川村 淳子 坂本美恵子	中村京町上	安並 博 武田 豊吉 浜田 誠一
中村大橋通5	比山 初恵 山崎 清子 矢野 勝三	中村京町中	武内 英子 西内 久 安光 政一
中村大橋通6	今城 憲一	中村京町下	高橋 幸二 清水 武彦 木戸 吉通
中村百笑町	岡本 俊光 佐竹 武治 安田 善一	中村桜町	堀尾 稲美 小谷 圭子
中村山手通	谷本 哲志 西東 勉 山本 哲	中村新町	福田 利枝 大石 幸美 堀川 武夫
中村弥生町	藤近 良次 岡山 齊一 青木 浩	中村栄町	沖 実子 佐田 祥代 柿内あつ子
中村東下町	山沖 淑子 友永 文子 谷本サユリ	中村丸の内	田所 昭生 荒地 平 垣内 六久
中村上小姓町	宮川 正澄 山崎 寿子 土居 好子	右山北区	土居 猛浩
中村小姓町	植田 良臣 湯岑 周二	右山中区	猿田 正隆
中村愛宕町	伊与田良一 谷屋 修 中山 房生	右山南区	那須 正勝 宮崎 幸久
中村一条通1	乾 正一 江口 久夫	角崎	江口 るり 川崎 一広 藤本 勝幸
中村一条通2～5	大石 忠生 森 吉生 片岡 健吉	不破	上岡 洋 浅尾 修一 矢野川禎男
中村東町1	永野 檢 尾崎 平 池本 稔	不破上町	大西 隆 小野 勲 羽田野 聖
中村東町2	下谷 住雄 毛利 敏雄	中村岩崎町	田辺賢一郎 久保田千鶴子
中村東町3	川瀨 道夫 岸本 清明	カツラ山団地	松下 延市
中村天神橋	秋森八重子 向田 秀雄 森本 幹久	緑ヶ丘団地	井上 靖好 弘田百合子 篠田 正晴
中村本町1.2	川崎 恵 宗崎 廣士 宗崎 清美		

下田

地区	氏名	地区	氏名
井沢団地	和田 金代 大城 欣也 田城 茂代	松ノ山	宮地美代子 沖 鳴子
"	松岡 芽 門田 純一 都築 幸美	下田上	岡添 英典 中西 幸恵 岡崎 良子
"	下村 正明 酒井 猛 和田 光代	"	中平 節代
井 沢	伊豆 良子	串 江	坂本 照子 岡本真由美 岡田 政志
竹 島	西内 幸好 西内 峯雄 宮村 和充	水戸東	鎌田 笑子
鍋 島	山崎 榮 小川 洋子 小川 聖子	水戸西	茶畑 圭助
馬 越	山本 洋子 宮地富士子	双 海	永野 正之 永野富士美 西尾 嘉美
平 野	山本 晴子 山本美由紀 茶畑 久子		

東山

地区	氏名	地区	氏名
古津賀	野並 光徳 田中 孝和 戸田 勝男	安 並	宮崎 勲 小島 幸夫 尾崎 征洋
古津賀第1団地	大串 友美 渡辺 等子 藤岡 定雄	安並団地	小川 愛子 東 恵美子 梶原 孝彦
古津賀第2団地	前田 耕作 久米田明良 森本 宏	秋 田	岡上 邦一 安田 幸人 安田 銀三
佐 岡	岡本 和人 福本 靖 山岡恵美子	雅ヶ丘団地	小橋 博 青木 太
佐岡南の風団地	堀 ゆり 片山ゆりか		

具同

地区	氏名	地区	氏名
入田上	渡辺 定生 小山 賢一 安光 敬生	中 組	川上 呂委 中沢 弘江
入田下	矢部由喜子 森 淑子 浜田 昇	西 組	浅能 信秀
田黒1	横山 和子 橋田 美和	中山団地	山崎 勲 高見 匡 原田 貞良
田黒2	森 貞美	赤松団地	三好 光信 池岡千鶴子 永野 千恵
田黒3	小谷 加代	あいのさわ団地	岡田 雅子 井上 恵子 鍋島 通晃
渡川1	弘田二三代 小笠原和子 三吉美佐子	自由ヶ丘団地	岩本 勲 岡村 稲城 芝崎 克子
渡川2	岩貞 厚子 門田 和美 高岡 操	自由ヶ丘東	松浦喜美子 久保 守右
渡川3	和田 英子 渡邊富美恵 伊勢脇一右		

東中筋

地区	氏名	地区	氏名
江ノ村	大原 一喜 長尾 学 浜田 春喜	楠 島	安田 末広 上岡 誠雄 平井 貴子
森 沢	遠近 利明 大橋 知 倉松 幸雄	国 見	平地 敬一 下村 敏子 松岡 憲生
一本松	岡山 憲 副田 悦生	西ノ谷	岡本 秋吉 中山 勲
荒 川	竹本 昌弘 岡田 正之		

後川

地区	氏名	地区	氏名
利岡	川崎 好一 杉本 忠義	田野川甲	森岡 京子 松本 幸代 杉本 啓子
若藤	垣内 順馬 橋本 忠 武井 順子	田野川乙	門舛 正一 刃本 健
板ノ川	野村 昌男 谷脇 貢	敷地	武内 善美 山崎 登夫 田頭文吾郎
口鴨川	伊与田 瑞穂 宮本 信夫	岩田	福留 恭 桐島 孝充 田辺 紗
奥鴨川	池田 力 加持 徳廣 今倉 渉		

八束

地区	氏名	地区	氏名
坂本	吉武 澄夫 宮崎 隆 藤本 博猪	間崎	刈谷 有輝 鍋島 幸喜 千谷 和子
山路上	小野 新作 山崎 安三	津蔵淵	植木 潤吉 麻田 博稔 谷川 享史
山路上下	鎌田 典子 鎌田由美子 山本 幸枝	初崎	木村 武司
実崎	乾 素直 今城 裕 永田 準	名鹿	宮崎 信一 安岡 博司
深木	土居 玲子 町田 兼美 田中 詳二		

蕨岡

地区	氏名	地区	氏名
藤内川	池地 保 田能 保彦 松田 重義	上分	福本 修一 川村 賢吉 山崎 義彦
伊才原	松田 孝晴 西村 典久 谷岡 正一	下分	福本 育男 福本 守 高崎 末廣
	豊永 末子 豊永 寿美 前田 幸廣	〃	宮地 淳

中筋

地区	氏名	地区	氏名
有岡	野口耕一郎 近澤 定晴 杉本 勝行	磯ノ川	渡辺 続 土居 和美
民部	森田 茂 藤原 達博 野口 美紀	生ノ川	高岡勢猪子 高岡 茂
九樹	浜田 正史 飯田 金好	有岡団地	多和 博嗣 村上ユキミ 勝瀬 泰範
上ノ土居	立石 亀喜 鳥谷 薫 岡田 秀明		

大川筋

地区	氏名	地区	氏名
久保川	竹村 正 岡村 久代 西岡 清子	田出ノ川	宗崎 史典 近藤 一弘
勝間	植田 幸代 石岡 創 近藤 熊男	高瀬	岡崎 武吉
勝間川	渡辺 知幸 西尾 妙子	手洗川	佐竹 光信 岡村 求 鍋島 俊一
鶴ノ江	江口 悦夫 山崎 妙子 渡部賀津夫	川登	森吉 健 伊与田之夫

富山

地区	氏名	地区	氏名
三ツ又	林 一 白石 みどり 白石 立子	小西ノ川	谷田 年弘 中川 清 上屋 宮子
常六	谷 まつ子 田辺 幸 敷地 清根	大西ノ川	沖屋 房子 渡辺 香
大屋敷	敷地 菊子 酒井 京一	上古尾	村松富美子 安光 嘉澄 佐竹千代子
片魚	遠山 包子 東 明美 東 正世	下古尾	今城美恵子 北岡江理子 今城 留美
住次郎	白柿 藤男 伊勢脇ヨシ子 伊勢脇弘子	竹屋敷	樋永 良水 川村 春美 山脇 英見
大用	沖 仁 戸田 康男 西村 善子		

今年のごみリサイクル元年です。限りある資源を有効に活用し、ごみの減量化に努めリサイクルを推進しましょう。

●●●● 生ごみ処理機・紙用シュレッダー機購入補助事業 ●●●●

5月17日(木)現在

4月23日から受付を開始した生ごみ処理機・紙用シュレッダー機購入補助事業は、多数の申請をいただきました。まだ予定補助基数に余裕がありますが先着順ですのお早めにご応募ください。なお、予定基数に達し次第受付を終了します。

	中村地域	西土佐地域	合計
生ごみ処理機	56台	32台	88台
紙用シュレッダー	16台	3台	19台

それぞれ100台の補助を予定しています。

購入は、申請後補助金交付決定通知が届いてからとなります。

●●●● 家庭ごみ減量チャレンジ事業 ●●●●

4月23日から受付を開始し、12地区からの問い合わせがありました。現在、古津賀第2団地を事業対象地区と認定し、事業開始に向けて作業を進めています。この事業は、地区でごみの減量・リサイクルに取り組んでいただくことにより、リサイクルできるごみを売却し、地区の収益とするとともに、地区の振興を図ることも目的としています。



古津賀第2団地を事業対象地区として認定した

皆さんの地区でもぜひ取り組んでみませんか。

3Rでごみ減量!! RRR

- ① ごみをできるだけ減らす (リデュース)
- ② 物をできるだけ繰り返し使う (リユース)
- ③ ごみを資源として再び利用する (リサイクル)

■ 問い合わせ先 ■

(本庁)地球環境課 (総合支所)住民課
 ☎(34)6126 ☎(52)1111



1年に1度は検診を
～健康は自分で～

保健カレンダー

6

中村地域
 西土佐地域

月日	事業名	時間	場所
6月6日(水)	乳児健診	12:50～13:30	健康管理センター
	献血	13:00～16:30	黒潮医療専門学校
6月7日(木)	献血	9:00～11:30	J A高知はた本所
	健康の集い(伝達料理とセット)	13:30～17:00	サニーマート四万十店
6月8日(金)	献血	11:00～	奥屋内上
	1歳9カ月児健診	9:00～12:30	高知県幡多総合庁舎
	健康管理センター	12:50～13:30	健康管理センター
6月11日(月)	健康の集い	13:30～	津野川
	ひまわり健診	15:00～	玖木公民館
6月11日(月)	胸部レントゲン	個別通知	富山全地区
6月11日(月)	胸部レントゲン	個別通知	後川全地区
6月12日(火)	ひまわり健診	9:30～	本村小学校体育館
6月12日(火)	ひまわり健診	13:30～	西ヶ方小学校体育館
6月13日(水)	飼えなくなった犬の引き取り	9:50	保健センター
6月14日(木)	健康相談	13:30～15:00	健康管理センター
	ひまわり健診	9:30～	下家地小学校体育館
6月14日(木)	地区学習会「いざという時の応急処置」	13:30～	須崎小学校体育館
	地区学習会「いざという時の応急処置」	19:30～	津野川
6月15日(金)	ひまわり健診	9:30～・13:30～	大宮小学校体育館
	地区学習会「効率の良い食事の摂り方」	19:30～	奈路
6月18日(月)	定例健康相談	9:00～11:00	総合庁舎農業経営者事務所
6月20日(水)	乳児健診	12:50～13:30	健康管理センター
	地区学習会「脳血管の病気」	19:30～	岩間
6月22日(金)	3歳児健診	12:50～13:30	健康管理センター
6月26日(火)	ひまわり健診	9:30～・13:30～	津野川小学校体育館
6月28日(木)	乳幼児(赤ちゃん)相談	9:00～11:00	健康管理センター
	ママタッチ教室	13:00～14:30	
	離乳食相談	9:00～11:00	
	離乳食相談	13:00～14:30	
6月29日(金)	ひまわり健診	9:30～	藤ノ川集会所
	ひまわり健診	13:30～	中半体育館
6月29日(金)	ひまわり健診	9:30～	奥屋内小学校体育館
	狂犬病予防接種	13:30～	奥屋内下集会所
7月2日(月)	狂犬病予防接種	午前中	西土佐地域全域
	定例健康相談	9:00～11:00	総合庁舎農業経営者事務所
7月2日(月)	ひまわり健診報告会	13:30～14:30	権谷
	ひまわり健診報告会	15:00～15:30	押谷
	ひまわり健診報告会	9:00～10:00	奈路
7月3日(火)	ひまわり健診報告会	11:00～12:00	宮地
	ひまわり健診報告会	13:30～14:30	用井
	ひまわり健診報告会	15:00～16:00	長生
	ひまわり健診報告会	13:30～14:30	半家
7月4日(水)	出張健康相談	9:00～11:00	JA西土佐支所
7月5日(木)	健康の集い(健診報告会・ゴム体操とセット)	13:30～	玖木
7月6日(金)	健康の集い	13:30～	津賀
	地区学習会「大腸がんについて」(健康の集いとセット)	10:00～	西ヶ方
7月9日(月)	ひまわり健診報告会	9:30～10:00	本村
	ひまわり健診報告会	10:30～11:00	中組
	ひまわり健診報告会	13:30～14:00	西ヶ方
	ひまわり健診報告会	14:30～15:00	方の川・下方
7月10日(火)	ひまわり健診	9:30～	口屋内出張診療所
7月11日(水)	飼えなくなった犬の引き取り	9:50	保健センター
	ひまわり健診報告会	9:30～10:30	下家地・中家地
7月11日(水)	ひまわり健診報告会	13:00～14:00	藪ヶ市
	ひまわり健診報告会	14:30～15:30	須崎
7月12日(木)	健康相談	13:30～15:00	健康管理センター
7月13日(金)	1歳9カ月児健診	12:50～13:30	健康管理センター
	ひまわり健診報告会	13:30～14:00	大宮下
7月13日(金)	ひまわり健診報告会	14:30～15:30	大宮中

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

健診で自分のからだを再点検!

最近よく耳にする「メタボリックシンドローム」とは、内臓脂肪が蓄積した状態であり、高脂血症・糖尿病・高血圧などさまざまな生活習慣病を引き寄せ、また、正常な人に比べ動脈硬化、心筋梗塞など重篤な病気を招く危険性が高いことが分かっています。

肥満判定には、左の表がよく用いられます。

BMIの値と肥満度

BMI値	肥満度
18.5未満	やせ
18.5-25未満	普通
25-30未満	肥満1度
30-35未満	肥満2度
35-40未満	肥満3度
40以上	肥満4度

【BMIの計算式】

BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

肥満からみた地域の状況

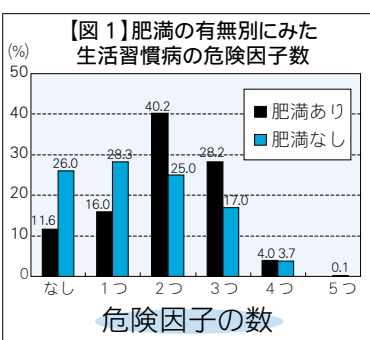
平成18年度、基本健診結果について肥満を中心に見ています。今回は、西土佐地域の結果をまとめました。西土佐地域の健診受診者(保健協会実施分のみ)は727人。

BMIの値で25未満を「肥満なし」群・25以上を「肥満あり」群としています。「肥満あり」群は、157人と全受診者の5分の1を占めています。

生活習慣病に関する検査項目の「血糖」「中性脂肪」「LDL脂質」「血圧」「尿酸」の五つをとりあげ、各検査項目の正常値から

はずれている場合を危険因子一つとして数えています。肥満の有・無により、一人がもつ危険因子の個数の違いをみています。

【図1】



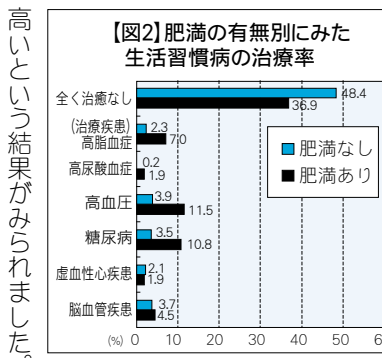
「肥満あり」群で危険因子を二つ以上もつ人が約7割

「肥満なし」群では、危険因子なし・または一つで約半数が占められているのに対し、危険因子が二つ以上では「肥満あり」群が約7割と高い割合を示し、逆転している状況がみられます。

生活習慣病の温床となる肥満

次の【図2】は、肥満の有・無によつて病気を治療している人の割合がどう違うかをみています。

「高脂血症」「高尿酸血症」「高血圧」「糖尿病」をみると、「肥満あり」群は、「肥満なし」群の2〜3倍治療している割合が



自分のからだを知って防ごう生活習慣病!

中村地域では4月から基本健診を実施しています。西土佐地域は5月下旬から夏場に集中して健診・結果報告会を実施します。

症状がないまま、気づかないままに進行する生活習慣病。一般的に40〜50歳代からエネルギーを消費する「代謝」という機能が低下し、内臓脂肪が蓄積されやすい体へと変化することがいわれています。

基本健診を受診し、自分の体を知る機会として活用してください。病気の芽を早めに摘み取るような生活について考えていくことが、これからの健康づくりにもつながってきます。

● 問い合わせ先 ●

(総合支所)保健課

☎(52) 11332

心豊かに食する

— 管理栄養士からのメッセージ —

木々の緑が色濃くなりました。この季節は春から夏への通り道。いろいろな場所に産直品コーナーが設けられ、店先に並ぶ野菜の顔ぶれで季節の移ろいを感じます。

BSE問題後の肉の個体識別番号表示から始まって、農作物にも産地や生産者の表示が細かくされるようになったことにお気づきですか。どこでどのように作られたものかを知り食品を選ぶこと、それが安全な食卓への近道かもしれません。

タコアスパラごはん ● 所要時間50分(下準備5分+炊飯45分)



- <材料4人分>
- 精白米 2カップ
 - だし汁(鰹節) 1.5カップ
 - ゆでだこ 100g
 - グリーンアスパラ 5本
 - 酒 大さじ1
 - しょうゆ 大さじ2
 - みりん 大さじ1

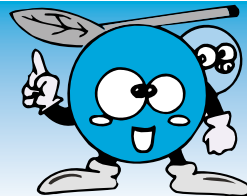
栄養成分 (1人分)
エネルギー: 337kcal
たんぱく質: 11.9g
脂質: 1.0g

🌀 作り方 🌀

- グリーンアスパラは1〜2センチに切り、軽く塩ゆでしておきます。ゆでだこは食べやすい大きさに切ります。
- 米を洗って炊飯器にセットし、だし汁を1.5カップ入れます。(炊飯器の水量目盛りより少なめが目安です)
- ゆでだこと調味料を加えて、通常通り炊飯します。
- 炊き上がったらグリーンアスパラを加え、さっとかき混ぜて15分程度蒸らします。
※ 生だこを使う時はだし汁ではなく水でもおいしくできます。

市福祉事務所 管理栄養士 橋田典子

ねんきんだより



異動があった場合の届け出はお忘れなく！

国民年金の加入者は、職業などにより3種類に分かれています。ライフスタイルが変わると国民年金の種別も変わる場合がありますので、その際には届け出忘れのないようご注意ください。

- ・学生や、会社などに勤めていない人が20歳になった
- ・会社を退職して自営業をはじめた
- ・会社を退職して無職になった
- ・配偶者が退職して扶養からはずれた
- ・離婚して扶養からはずれた
- ・収入が130万円を超えて扶養からはずれた

第1号被保険者

(自営業・農林漁業・学生・フリーター・無職の人など)
本庁市民課国保年金係または総合支所住民課住民国保係へ届け出をしてください。

※届け出の際には、年金手帳、退職の日(扶養からはずれた日)がわかる書類、印鑑(本人の場合は不要)が必要です。

- ・会社などに就職して、職場の年金制度に加入した

第2号被保険者

(職場の厚生年金や共済組合に加入している人)
会社(事業主)または共済組合などから届け出をします。

- ・結婚して、配偶者(第2号)に扶養されることになった
- ・会社を退職して、配偶者(第2号)に扶養されることになった
- ・配偶者が就職し(第1号→第2号)、扶養されることになった
- ・収入が減り、配偶者(第2号)に扶養されることになった
- ・配偶者が転職して別の会社に就職した、または配偶者の加入制度が変わった(厚生年金→共済組合など)

第3号被保険者

(第2号被保険者に扶養されている配偶者)
配偶者の勤める会社(事業主)や共済組合などから届け出をします。

ねんきん定期便の一部(35歳通知)前倒しについて

現役世代、特に若い世代の皆さんに年金制度に対する理解を深めていただくため、年金加入履歴等を通知する「ねんきん定期便」を平成20年4月から実施することとしていますが、平成19年3月から一部(35歳通知)を前倒しで実施することになりました。

対象者

平成19年4月以降に35歳(これまで保険料を納めていなかった場合でも、60歳までの間に継続して納めることにより、老齢基礎年金受給に必要な25年の期間を確保できる年齢)に到達する、国民年金または厚生年金保険の被保険者期間がある人が対象となります。

ただし、国外に居住している人、国家公務員共済組合もしくは地方公務員共済組合の組合員または私立学校教職員共済制度の加入者であった期間のみを有する人についてはお送りしません。

通知内容

誕生月の前々月時点における、年金加入履歴および国民年金保険料の納付月数、厚生年金保険の加入月数等を通知します。

送付時期

35歳に到達する誕生月の前月末に、社会保険業務センターから本人あてにお送りします。

※お問い合わせは「ねんきんダイヤル」0570-05-1165または高知社会保険事務局幡多事務所へお願いします。

休日・時間外の年金相談のお知らせ

- 6月9日(土)は、高知社会保険事務局幡多事務所、9時30分から16時まで年金相談を行います。
- 6月11日(月)は、高知社会保険事務局幡多事務所、年金相談の受付時間を19時まで延長します。



問い合わせ先

高知社会保険事務局幡多事務所
☎(34)1616

(本庁)市民課国保年金係
☎(34)1114

(総合支所)住民課住民国保係
☎(52)1111



公家に扮した駅員登場！

5月1日(火)、中村駅改札では、公家に扮した駅員が乗客をお迎えしました。これは、5月3日に開催された「土佐一條公家行列「藤祭り」」の事前PRで、ゴールデンウィークの帰省客らは驚いた様子で、一緒に写真を撮る人もいました。



©やなせたかし 土佐くろしお鉄道(株)

ごめん・なはり線が5周年を迎えます。

土佐くろしお鉄道「ごめん・なはり線」は今年で5周年を迎えます。これを記念し、後免町・安芸・唐浜の三駅では7月1日(日)、記念イベントを行います。この機会に「ごめん・なはり線」を利用して行ってみませんか。

また同線では、昨年、「ボンネットバス」を利用したツアーを開催中です。本年も盛りだくさんのツアーを用意していますので、県東部へお出かけの際はぜひご利用ください。

★ごめん・なはり線5周年記念イベント

開催駅	時間	イベント内容
後免町駅	10:00～15:00	餅投げ、ありがとうハガキ・写真コンクール表彰式、ありがとう煎餅の実演販売他
安芸駅	9:00～16:00	餅投げ、郷土芸能披露、列車見学+ミニ試乗会、キャラクターショー、地場産品販売他
唐浜駅	12:00～17:00	烈士太鼓、やまなみ太鼓、マジックショー、明日香オンステージ、地場産品販売他

問い合わせ先

- 後免町駅…南国市ごめん・なはり線開業5周年記念事業実行委員会 (南国市商工水産課内 ☎088(880)6560)
 - 安芸駅…ごめん・なはり線5周年記念イベント実行委員会 (安芸市企画調整課内 ☎0887(35)1012)
 - 唐浜駅…ふるさと発見実行委員会 (安田町総務課内 ☎0887(38)6711)
- ※イベント内容・時間等は変更となる場合があります。あらかじめご了承ください。

★ボンネットバスを利用した今後のツアー予定

開催日	ツアー名	料金	
		大人(中学生以上)	小学生
10/6(土)	おもしろい!美術造型工場見学と山北みかん狩り	5,600円	4,500円
11/3(土)	ごっくん馬路村の「ゆずはじまる祭」	4,300円	3,600円
12/9(日)	もぎたてを味わう東洋町特産ポンカン狩り	5,700円	4,400円

※料金はすべて高知駅発着料金です。

問い合わせ先 土佐くろしお鉄道 安芸駅 ☎0887(34)8800

★土佐くろしお鉄道+JRの知って得するお得な切符のご案内です。

会員割引切符 (年会費・ご利用条件のある切符です)

■ヤングウィークエンドカード(対象年齢:13歳以上29歳以下(12歳の中学生を含む))

◎遠くへ通う学生さん・単身赴任・就職間もない社会人の皆さんに大変便利です。(特急・普通列車乗車可)

年会費	これだけお得です	利用条件
新規 1,000円 更新 400円	土佐くろしお鉄道・JR四国の運賃・特急料金を40%割引します。 ●中村～高知往復特急自由席 往復で 3,220円 お得 通常8,040円→4,820円	金曜17時以降、土・日・祝日61キロ以上の往復で利用できます。

※61キロの往復とは、上りは宿毛・中村から土佐久礼駅以東、下りは高知駅から窪川駅以西の駅間往復です。

■四国エンジョイクラブ(対象年齢:男性60歳以上・女性55歳以上)

◎高知方面に催し物などを見に行く時やビジネス利用に大変便利です。(特急・普通列車乗車可)

年会費	これだけお得です	利用条件
1,500円	土佐くろしお鉄道・JR四国の運賃・特急料金を30%割引します。 ●中村～高知往復特急自由席 往復で 2,420円 お得 通常8,040円→5,620円	71キロ以上の往復で、往復とも51キロ以上特急券を同時に購入する場合があります。

※71キロの往復とは、上りは宿毛・中村から須崎駅以東、下りは高知駅から窪川駅以西の駅間往復です。

■ジパング倶楽部(対象年齢:男性65歳以上・女性60歳以上)

◎岡山・高松・本州方面によく行く皆さんに大変便利です。

年会費	これだけお得です	利用条件
個人会員 3,670円 夫婦会員 6,120円	☆JR全線運賃・料金を20%～30%割引します。	JR線201キロ以上の利用で割引になります。(JR四国ジパング倶楽部への申し込みが必要で、申し込みから10日間程かかります)

問い合わせ先 土佐くろしお鉄道株式会社 中村駅 ☎(35)4961

■くろしおSキップ 特急列車自由席を利用できる往復タイプと4枚つづりのお得な回数券です。往復タイプ(4日間有効):中村～高知・後免間7,000円



精神科医による心の健康相談

日時 6月19日(火) (締切日6月14日(木))
 26日(火) (締切日6月21日(木))
 7月17日(火) (締切日7月12日(木))
 13時30分～15時 (出張の場合14時～15時30分)
 場所 幡多福祉保健所 (幡多総合庁舎内：中村山手通19)
 相談医 精神科嘱託医
 その他 申込多数の場合は、次回になることもあります。
 ご了承ください。



※保健師・相談員による相談は、随時受け付けています。

☎幡多福祉保健所障害課
 ☎(34)5124
 ☎(35)5979

相談



借りに関する無料法律相談

相談時間 1人30分以内
 申込期限 7月6日(金)まで
 相談の対応者 弁護士 弁護士
 募集人員 先着4人
 場所 幡多総合庁舎(中村山手通19)
 日時 7月11日(水) 13時～15時

貸金業者から借入れのある人を対象に、無料の法律相談を行います。

☎高知県経営支援課
 ☎088(823)9905

特設人権相談所

日時 7月9日(月) 10時～15時
 場所 JA高知はた中村東部出張所 (藤岡)
 日時 7月10日(火) 9時～12時
 場所 津野川集会所

人権擁護委員が、金銭・相続・借地・借家・結婚・離婚・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。

☎高知地方法務局四万十支局
 ☎(34)1600

相談

ダム・取水堰の放流について

津賀ダム(古味野々ダム)および佐賀取水堰(家地川えん堤)では、これらの出水に備え、ダム・取水堰管理設備の整備・点検を行い、事故未然防止に万全を期しております。

ダム・取水堰から放流する場合は、下流の皆さんの安全を守るため、警報車およびサイレンでお知らせしますので、放送などを聞いた時は、**〇家族(特に子ども)で川の方へ行っている人はいないか**

〇河原に干し物などおいていないか

〇舟は安全な場所につないでいるか

など、今一度確認を行って、水による事故や災害の防止に十分ご注意ください。

また、沈下橋を通行する時は、特に安全を確認してから通行してください。

◎津賀ダム・佐賀えん堤放流量、昭和測水所水位の情報
 ☎(0120)275430

◎津賀ダム(株)津賀ダム管理事務所
 ☎0880(27)5314
 ◎四国電力(株)佐賀取水堰管理事務所
 ☎0880(22)0069

お知らせ

防災メモ

災害が起きたときに何より大切になるのがライフラインです

大規模な地震が起きると電気が止まることがあります。電気が止まると家庭内の電化製品はすべて使えなくなります。テレビ、ラジオ、パソコン等から情報を受けられなくなり、照明も消えます。

地震が起きたときに注意すること

- 〇スイッチを切ってプラグを抜く
- 〇避難するときはブレーカーを「切」に
- 〇切れた電線には絶対にさわらない

普段から備えておくもの

- 〇懐中電灯(家族の数だけそろえる)
- 〇ロウソク、マッチ(ライターなども)
- 〇携帯用ラジオ



今月は
市県民税
1期分
の納付月です



第50回金婚夫婦祝福式典

高知新聞社・RKC高知放送・高知新聞社福祉事業団の主催による「第50回金婚夫婦祝福式典」が行われます。一組でも多くのご夫婦に参加していただきますようご案内します。

資格

昭和32年1月1日から同年12月31日までに婚姻届けをしている高知県在住の夫婦（それ以前の届け出でも初めて申し込む人は可）。

※事情により婚姻届け出が遅れた人はご相談ください。

高知新聞社 ☎088(825)4328

申し込み先

〒780-8666

(株)高知新聞企業 事業部「金婚式」係

〒787-8501 6月29日(金)(必着)

中村大橋通410 本庁保健介護課長寿介護係

〒787-1603 6月27日(水)(必着)

西土佐用井111028 総合支所保健課

6月26日(火)(必着)

必要書類

- ・ 夫婦の戸籍抄本（婚姻届の年月日・生年月日の記入のあるもの、謄本でも可）
- ・ 便せんに夫婦の郵便番号、住所（ふりがな）、氏名（ふりがな）、年齢、職業、電話番号、結婚記念日を明記してください。

※応募いただいた個人情報については、高知新聞紙面での氏名・市名の紹介、運営上の管理およびご本人への連絡の用途に限り利用させていただきます。

式典日時

9月1日(土) 14時開始

※参加希望組数に応じて式典を10時開始と14時開始の2回に分けて実施することがあります。なお、8月中旬ごろ高知新聞社より八ガキでの案内があります。

会場 新口イヤルホテル四万十

計量器の定期検査を行います

「取引」や「証明」に使われる計量器は、2年に1回の定期検査が必要です。本年は検査の年で、次の日程で実施されます。

検査日	受付時間	場所
7月9日(月)	13:30~14:15	J A 高知はた旧富山出張所(大用)
	15:00~15:45	" 中村東部出張所(藤岡)
7月10日(火)	9:30~10:20	" 中村西部出張所(楠島)
	11:00~11:50	" 旧中筋出張所(有岡)
7月11日(水)	13:30~14:30	四万十カヌーとキャンプの里かわらっこ(田出ノ川)
	9:30~11:30	ホームセンターマルニ四万十店駐車場(具同)
	13:00~14:00	J A 高知はた中村支所やさい集出荷所(佐岡)
7月12日(木)	14:30~15:30	下田地区集会所
	9:00~12:00	市立文化センター
7月13日(金)	13:00~15:30	"
	9:00~11:00	"
7月18日(水)	9:00~10:00	口屋内集出荷施設前
	11:00~11:45	津野川小学校
	13:00~16:00	総合支所
7月19日(木)	10:30~11:00	(株)大宮産業

問(本庁) 商工観光課 ☎(34)1783
問(総合支所) 産業建設課 ☎(52)1111

6月は児童手当「現況届」の月です

児童手当の受給者は、毎年6月に「現況届」を提出しなければなりません。この届は、毎年6月1日における状況を記載し、児童手当を引き続き受ける要件があるかどうかを確認するためのものです。

この届の提出がないと、6月分以降の手当が受けられなくなりますのでご注意ください。

提出期間

6月4日(月)~29日(金) 8時30分~17時30分

必要なもの

- ① 厚生年金加入者は健康保険被保険者証または「年金加入証明書」
- ② 印鑑
- ③ 年金手帳
- ④ 平成19年1月1日現在の住所が四万十市にない人は前住所地の市町村長が発行する平成19年度児童手当用所得証明書

※公務員は勤務先で手続きしてください。



問(本庁) 福祉事務所社会福祉係 ☎(34)1120
問(総合支所) 福祉事務所分室(保健課内) ☎(52)1132(保健センター)

四万十いやしの里 「いやしの湯・レストラン山川海」 臨時休業します

四万十いやしの湯の機械設備ならびに、レストラン山川海の機器メンテナンスのため、次の日程で臨時休業します。

四万十いやしの湯
6月25日(月) 11時

レストラン山川海
6月25日(月) 11時
6月27日(水) 15時
6月27日(水) 17時

問 四万十いやしの里 ☎(31)5111

平成19年度 青少年健全育成四万十市民会議総会

この会議は、広く市民の総意を結集し、次代を担う青少年の健全な育成を図ることを目的に開催します。

15時頃からは市内小中学生による意見発表を予定しています。

参加は自由ですので、多くの方のご来場をお待ちしています。

日時 6月16日(土)
受付 13時20分
開会 13時30分

場所 市立中央公民館
2階大ホール

問 青少年健全育成四万十市民会議事務局 (市)教育委員会生涯学習課 ☎(34)7311

重度心身障害児・者医療費助成制度

重度心身障害児・者医療費助成制度は、重度心身障害児・者が医療を受けるとき、国民健康保険等で対象となる医療費の自己負担分を助成するものです。

対象者は、身体障害者手帳1級から2級、療育手帳A1からA2を持っている人、身体障害者手帳3級または4級を持ち、かつ療育手帳B1をお持ちの18歳未満の人、および特別児童扶養手当の1級対象障害児と認定されている人です。ただし、65歳以上で、平成15年10月以後、新たに重度障害者の認定を受けた人は対象となりません。(市民税非課税世帯を除く)

現在世帯に平成18年度市民税課税者がいるため支給対象外になっている人で、平成19年度は非課税世帯の人は、6月中旬に申請手続きを行ってください。

障害者手帳・健康保険証・老人医療受給者証・印鑑

- 問(本庁)福祉事務所社会福祉係 ☎(34)1120
- 問(総合支所)福祉事務所分室(保健課内) ☎(52)1132

前納報奨金を廃止します

昨年の広報四万十11月号でもお知らせしましたが、平成19年度から固定資産税・市県民税(普通徴収)の前納報奨金制度を廃止します。

前納報奨金制度の廃止にご理解いただくとともに、今後とも市税の納付にご協力いただきますようお願いいたします。なお、前納報奨金は廃止しますが、従来どおり税を一括で納付することはできます。

- 問(本庁)税務課収納係 ☎(35)5552
- 問(総合支所)総務課税務係 ☎(52)1111

初心者弓道教室

高知県弓道連盟幡多支部では、初心者弓道教室を行います。ぜひお気軽にご参加ください。

期 間 7月5日(木)～8月23日(木)
毎週 月・木 19時～21時
期間は参加人数により変更になる場合があります。

場 所 安並運動公園弓道場(藤柳館)

対 象 者 一般(学生は除く)

募 集 人 数 30人
参 加 料 1500円(保険料含)
※7月5日の開講式に集めます。

申 込 期 間 6月8日(金)～22日(金)
9時～17時
(ただし、土・日・祝日は除く)

申 込 方 法 電話でお申し込みください。

そ の 他 参加申込者少数の場合は教室を中止することがあります。運動のできる軽装でお越しください。

- 問(中)高知県弓道連盟幡多支部 間崎 ☎(33)1213
- 問(中)安並スポーツセンター内(財)四万十市体育協会 ☎(34)2071

訪問介護養成研修会(2級)

中村高等学校西土佐分校では、これからの高齢化社会に備え、必要な知識と技術を有するホームヘルパーの養成を図ると共に、特色ある学校づくりの一環として、長期休暇中に高校生と市民が机を並べて資格取得を目指すものです。

受講期間

8月 1日～(50時間)

12月25日～(26時間)※

※3級取得者は免除

平成20年3月24日～(18時間)

平成20年8月4日～(36時間)

場 所

中村高等学校西土佐分校

特別養護老人ホーム かわせみ

対 象 者 四万十市民

募 集 人 数 10人

受 講 料 無料

(テキスト代として6800円必要です)

※詳しい日程はお問い合わせください。



- 問(中)中村高等学校西土佐分校 ☎(52)1186

「入野の浜」での自然観察会

私たちの住む幡多地域にはまだまだ多様な自然が残っています。その一つ、黒潮町入野の浜には鎮守の森があって、古くて大きいシイノキやクスノキが残っており、また、ピロードテンツキやゲンバイヒルガオのような珍しい植物も見ることができます。幡多地域の自然を守るさまざまな活動を行っている「幡多緑と水の会」のメンバーと一緒に、身近にある自然を再確認しませんか。

日 時 6月17日(日) 10時～12時

集 合 場 所 ふるさと総合センター(黒潮町大方入野) 駐車場

参 加 料 無料(緑の募金にご協力ください)

申 込 締 切 日 6月10日(日)

そ の 他 自然観察だけでなく、付近のゴミ拾いも行いますので、ゴミ袋をご用意ください。



- 問(中)幡多緑と水の会 藤井 ☎(55)2357

初心者テニス教室 参加者募集 (硬式テニス)

ラケットを握ったことのない人も、ラケットはあるけれどずっと眠らせたままの人も、この機会にテニスをはじめてみませんか。楽しくからだを動かして、日頃の運動不足を解消しましょう。市民の皆さんの多数のご参加をお待ちしています。

期 間 7月17日(火)～8月17日(金)

毎週 火・金 計10回

*雨天の場合は延期します。

18時30分～20時30分

場 所 安並運動公園内 テニスコート

対 象 者 四万十市内に居住もしくは勤務する人

募集人数 30人

参加料

※申込多数の場合は、抽選になります。ただし、これまでの教室に参加したことのない人を優先します。

1500円(使用料・保険料を含みます。これらは初回時に納めていただきます)

講 師 四万十テニスクラブ

申 込 期 間 6月11日(月)～25日(月)

9時～17時

(ただし、土・日は除く)

申 込 方 法 電話でお申し込みください。

そ の 他 ラケットの貸し出しもします。主管団体でスポーツ傷害保険に加入しますが、それ以外の補償はありません。

電話でお申し込みください。ラケットの貸し出しもします。主管団体でスポーツ傷害保険に加入しますが、それ以外の補償はありません。

問 安並スポーツセンター内
(財)四万十市体育協会
☎(34)2071

四万十市の偉人

第10回 四万十市文化財めぐり

今回は四万十市が生んだ偉人の足跡をめぐる。

一條氏の下向以来、四万十市からは幡多の政治や文化を支える多くの文化人が輩出されていますが、今回はとくに幕末の偉人、遠近鶴鳴・樋口真吉の2人に焦点をあて、四万十市に残る幕末の史跡を見学します。

日 時 6月24日(日)
9時～12時

雨天決行

集 合 場 所 市立中央公民館
(9時に開講します)

見 学 場 所 市立郷土資料館等

申 込 期 間 6月11日(月)
～18日(月)

定 員 先着30人

※ファックスおよびEメールでも受け付けます。住所・氏名・年齢・連絡先を明記の上、お申し込みください。年齢制限はありませんが、小学3年生以下は保護者の同伴をお願いします。

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

初心者ナイターソフトテニス教室 (軟式テニス)

皆さんお気軽にご参加ください。

期 間 7月9日(月)～8月9日(木)

毎週 月・木 計10回

*雨天の場合は延期します。

18時30分～20時30分

場 所 安並運動公園内 テニスコート

対 象 者 四万十市内に居住もしくは勤務する人

募集人数 30人

※申込多数の場合は、抽選になります。ただし、これまでの教室に参加したことのない人を優先します。

1500円(使用料・保険料を含みます。これらは初回時に納めていただきます)

講 師 中村ソフトテニスクラブ

申 込 期 間 6月11日(月)～25日(月)

9時～17時

(ただし、土・日は除く)

申 込 方 法 電話でお申し込みください。

そ の 他 ラケットの貸し出しもします。主管団体でスポーツ傷害保険に加入しますが、それ以外の補償はありません。

電話でお申し込みください。ラケットの貸し出しもします。主管団体でスポーツ傷害保険に加入しますが、それ以外の補償はありません。

問 安並スポーツセンター内
(財)四万十市体育協会
☎(34)2071

平成19年度四万十川子ども演劇祭

多くの皆さんにご観賞していただきますようご案内します。

日 程	場 所	公 演 時 間
6月18日(月)	下田小学校体育館	13時55分～15時15分
6月19日(火)	文化センター	13時40分～15時
6月20日(水)	東山小学校体育館	10時40分～12時
6月21日(木)	中筋小学校体育館	13時30分～14時50分

作 品 「たからをこめてかえさんしょ」

幻想的なストーリーの中で、珍しい民族楽器を使うシーンもあり、楽しめる内容になっています。

劇 団 劇団風の子中四国

観劇料 一般 700円(2歳以下無料)

※前売りはありません。

当日受付にてお支払いください。

問 (市)教育委員会生涯学習課
☎(34)7311



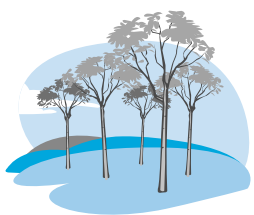
第3回しまんと市民祭 ～まつり囃子しまんと～

水環境フェア2007 in四万十

この夏、「四万十川で地球環境の未来を見つけよう！」をテーマに、水環境フェア2007 in四万十を開催します。フェアでは、水環境に関する活動を行っている団体が全国から集まり、水環境の実態を報告します。また、開催地四万十の女性や若者たちによる水環境に関わるディスカッションなどを予定しています。「今、そして「これから」の四万十川を共に考えませんか。

その他、前夜祭として佐田沈下橋でのローソクの点灯、最終日にはカヌー体験や四万十川周辺視察など、子どもから大人までみんなが主役になれる催事を企画中です。ぜひ、ご参加ください。

日時 8月5日(日)～7日(火)
場所 新ロイヤルホテル四万十、佐田沈下橋他



問 国土交通省四国地方整備局
中村河川国道事務所河川管理課
☎(34)7301

期日	時間(予定)	行事	場所	雨天の場合
7月27日(金)	19:00～21:00	前夜祭	天神橋	実施
7月28日(土)	15:00～19:00	なかむら踊り	中村中～一条通～天神橋～東下町(休憩)天神橋～一条通	翌週に延期
	18:40～21:30	提灯台パレード	京町～一条通～大橋通～東下町～天神橋	中止
8月5日(日)	受付9:00～10:00 10:00～13:00	全日本女郎ぐも相撲大会	一條神社境内	翌日に順延
8月25日(土)	16:00～19:30	ストリートパフォーマンス	四万十川河川敷(お祭り広場)	翌日に順延
	17:30～18:00	鮎つかみどり		
	19:30～20:00	クジ付き協賛券抽選会		
	20:00～21:00	しまんと納涼花火大会		

イベント参加者募集中！！

しまんと市民祭実行委員会では、各種イベントへの参加者を募集しています。踊り・提灯台パレード参加団体には補助制度もありますので、ご質問等ありましたら事務局までご連絡ください。

- なかむら踊り・提灯台パレード
参加団体、個人(踊り子・提灯台担ぎ手)
※団体募集締切日：6月29日(金)
- 全日本女郎ぐも相撲大会
小学生以下の参加者
※8月5日(日)
当日受付：9時～10時
- ストリートパフォーマンス
屋外でパフォーマンスを行える
団体または個人
※募集締切日：7月27日(金)



問 しまんと市民祭実行委員会事務局
(本庁) 商工観光課
☎(34)1783

夏季キャンプ

市立児童館では、健全な遊びを通して児童の健康を増進し、心を豊かにすることを目的にいろいろな活動を行っています。今年も、夏休みの野外活動の一つとして、生涯学習課と合同で、1泊2日のキャンプを行います。

目的 集団生活の中で連帯感や仲間意識を育てる。

場期 7月26日(木)～27日(金)
対象者 旧竹屋敷小学校(古尾崎) 四万十市に居住する小学校3年生から中学校3年生まで

募集人員 先着35人
受付期間 6月23日(土)～30日(土) 10時～17時
(日・月は休館)

申込方法 6月15日(金)から児童館および市立中央公民館に申込用紙を配置します。必要事項(保護者の認印が必要)を記入し、受付窓口である児童館に提出してください。

※指定の窓口以外での受け付けはできませんのでご注意ください。
※申込書の提出は、代理でも構いません。その際、本人の認印をお忘れなく。

その他 マイクロバスで30分ほどかかります。

参加決定者には、7月上旬に決定通知書とキャンプのしおりを送ります。
※天候や河川の状況により、中止になる場合があります。

問 市立児童館 ☎(34)2232
火曜日～土曜日 10時～17時
(日・月は休館)

あゆみ福祉会・みちくさクラブ四万十から —ボランティア募集—

あゆみ福祉会と保護者で構成するみちくさクラブでは、障害のある子どもたちが、夏休み期間中に自宅にこもることなく、充実した生活をおくることのできる居場所をつくり、仲間たちとの交流や発達の促進を図るための支援活動をボランティアの皆さんと一緒に実施しています。

今年も実施する予定ですが、スタッフが大変不足しています。

高校生、専門学校生、大学生等の皆さん！ スタッフとして一緒に障害のある子どもたちとの交流、支援活動を行ってみませんか。

ボランティアとしての参加希望者はご連絡ください。

☎ 社会福祉法人 あゆみ福祉会
「あゆみ共同作業所」
☎ (37) 4725

放送大学で 学んでみませんか

放送大学はテレビなどの放送により授業を行う通信制の大学です。生きるとは学ぶこと、学ぶのは楽しみ。生きるとは知ること、知ることによる喜び(本学学歌より)。

放送大学は皆さんの「知りたい、学びたい」を応援します。

●視聴方法

- ・CSデジタル放送スカイパーフェクトTV!による視聴
- ・ケーブルテレビによる視聴
(高知ケーブルテレビ・よさこいケーブルネット・四万十CATV)
- ・学習センターのCD・ビデオテープ等による視聴

●ただいま10月入学生募集中！ 募集期間

6月15日(金)～8月15日(水)

詳しい資料を無料でお送りします。お気軽にお問い合わせください。体験入学も歓迎します！

☎ 放送大学高知学習センター
☎ 088(843)4864
(月・祝日休み)
<http://www.u-air.ac.jp>

フォトコンテスト作品募集

JR予土線の利用促進啓発を目的にフォトコンテストを行います。

テーマ 予土線と沿線に関わりのあるもの
(風情や人)

撮影範囲 予土線沿線(高知県側)

応募写真

カラー、モノクロとも四切(ワイド四切可)

の単写真のみとします。出品点数の制限なし。

応募資格

不問(年齢、職業、プロアマを問いません)

応募締切日 平成20年1月31日(木)

(当日消印有効)

審査員 高知新聞社写真部長

賞 最優秀1点、優秀2点、入賞20点
(副賞として地元産品など)。



☎ 高知県予土線利用促進対策協議会事務局
(総合支所) 総務課
☎ (52) 1111

第13回 四万十川ウルトラマラソン 10月14日(日)開催!

第13回大会を10月14日(日)に開催することが決定しました。全国からウルトラランナーを迎えるために大会運営にご協力いただけるボランティアスタッフを募集します。

市民の皆さまの暖かいご協力をお願いします。

スタート 市立藤岡中学校前

100kmの部 5時30分

60kmの部 10時

四万十町こいのぼり公園

参加定員

1800人(予定)

100kmの部 1500人

60kmの部 300人

ボランティア募集

ボランティア期間: 人員(予定)

10月12日(金)～14日(日)

中村地域 延べ1300人

西土佐地域 延べ350人

年齢

原則として中学生以上とさせていただきます。

高校生以下は親権者の承認が必要です。

支給物品(予定)

・スタッフジャンパー(昨年までと同様のため、お持ちの人はご遠慮ください)

・スタッフマニュアル

申込締切日 7月3日(火)

申込方法 電話かファックスでお申し込みください。

その他

・事故への対応は、主催者側で掛ける

保険の範囲内で対応します。

・ボランティアの内容については事務局で決定します。

・昨年ご協力いただいた人も再度申し込みが必要です。

☎ 四万十川ウルトラマラソン実行委員会事務局
(中村地域) (市) 教育委員会社会体育課
☎ (34) 0605 FAX (34) 4894
(西土佐地域) (市) 教育委員会西土佐事務所
☎ (52) 1110 FAX (52) 1446



ボランティアによる 無料パソコン講習会

市民のコーナー

- 日時 6月23日(土)
24日(日)
13時～17時
- 場所 四万十市社会福祉センター 2階研修室Ⅱ
- 定員 25人
※申込多数の場合は抽選となります。
- 受講料 無料(ただし、テキスト・教材・機器使用料として2000円実費が必要です)
- 申込締切日 6月19日(火)
- 講習内容 暑中見舞い作成および印刷
- 受講条件
- ・ワードで簡単な文字入力ができる人
 - ・2日間出席できる人
 - ・パソコンを各自持ち込みできる人



問 四万十市シルバー人材センター
☎(35)3117

第2回四万十ワッハッハ 大笑い大会出場者募集

募集



天神橋商店街振興組合では、今年も夜市で第2回四万十ワッハッハ大笑い大会を開催します。皆さんも出場してみませんか。多くの皆さんの応募をお待ちしています。

日時 7月21日(土) 19時30分～

※3人一組の出場者募集

優勝チーム5万円・準優勝2万円・3位1万円・4位5000円の商品券進呈。

申込締切日 6月30日(土)

問 天神橋商店街振興組合事務局
☎(31)0280
13時～17時(日曜は休み)

第3回 四万十市文化祭参加団体募集

募集

市では、10月から11月を中心に市立文化センター、市立中央公民館を主会場として文化祭を開催します。今年もより充実した文化祭となるよう、参加団体を募集します。

募集部門

- 舞台・展示・映画・文芸・講演・茶道・郷土芸能

申請締切日 7月31日(火)

申請方法

参加申請書は、市立中央公民館内生涯学習課に置いてあります。必要事項を記入の上、生涯学習課に提出してください。

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

問 (市)教育委員会生涯学習課
☎(34)7311

日直指定水道業者

●水道料金は口座振替で●

6月 9(土)	(有)夕部設備	☎(37)3383
10(日)	西南管工	☎(36)2554
16(土)	(株)奥宮工業	☎(37)5151
17(日)	(有)大同設備	☎(35)4879
23(土)	(有)石井建設	☎(33)0404
24(日)	(有)山下建設	☎(33)0653
30(土)	豚座建設(株)	☎(34)6031
7月 1(日)	(有)平野水道	☎(35)2316
7(土)	(株)四電工中村営業所	☎(34)1331
8(日)	溝渕設備	☎(34)3734

問 水道に関する問い合わせは
(本 庁)水道課 ☎(34)1711
(総合支所)住民課 ☎(52)1111

あなたのおきのお宝を紹介してください

募集

市発行の広報四万十では、あなたのおきのお宝をエピソードとともに紹介します。

お孫さんやお気に入りの風景・ペット・自慢のガーデニングなど、あなたが宝物だと思っているものを写真に撮って送ってください。

住所・氏名・電話番号・150字程度のエピソードを添えて送ってね



問 (本庁)企画広報課広報統計係
☎(34)6128



(平成19・4・6〜平成19・5・5届分)

住所 赤ちゃん 保護者

中村京町	佐竹 真心	将太郎
中村於東町	小西 風也	宏美
右 山 横原	某日疏	日出志
右 山 川原	美咲	泰人
不 破 森田	碧	康文
古津賀	吉田 滯	隆
古津賀	岡村 陽希	雄二
具 同 西尾	春樹	裕樹
具 同 田黒	植木 優翔	基充
具 同 田黒	大塚 遥人	敦史
具 同 田黒	間崎 真綾	泰史
具 同 田黒	永田 健太	晃
具 同 田黒	中川 拓海	正樹
楠 島 宗光	飛鳥	耕平
国 見 西井	栗	淳
坂 本 藤本	紗玖良	貴洋
西土佐江川崎	守谷 娃子	広子
西土佐江川崎	藤村 心彩	政志



(平成19・4・6〜平成19・5・5届分)

住所 氏 名 享年

中村弥生町	宮地 弘一	69
中村羽生小路	塩崎 ヤスエ	78
中村東下町	杉村 恵子	81
中村小姓町	岩松 君枝	68
中村上小姓町	宮下 隆	69
右山元町	安田 茂治	76
中 村 渡邊	茂子	77
古津賀	下村 重近	67
入 田 岡田	良子	74
入 田 澤良木	富喜恵	82
具 同 藤本	悦子	65
具 同 水野	幸亀	38
森 沢 三吉	益美	96
江 ノ 村 鳥谷	角二	78
有 岡 弘田	花子	87
生 ノ 川 土居	春子	92
実 崎 田中	正男	94
下 田 今村	一三	89
蕨 岡 西山	ヒサヲ	107
手洗川	北原 谷恵	97

小西ノ川	佐竹 茂則	90
竹 屋 敷	川添 桃枝	83
西土佐須崎	多場 フサエ	81
西土佐大宮	長田 一	84
西土佐江川崎	尾崎 好男	81

「みなさんの声を/聴かせて/ください」

「開かれた市政」を推進するために、市民の皆さん一人ひとりが持っている市政に対する意見、提言や要望、苦情などをお聴かせください。

フリーダイヤル 0120-459787

四万十市公式ホームページ上に設置しています

http://www.city.shimanto.lg.jp/



「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きます。

掲載を希望される場合は、(本庁)市民課 電話(34)11113 まで必ずご連絡ください。

人が人らしく

★人権さまざま★ 26

ひとところさかんに報道されていたいじめの問題は、もうすっかり片づいたでしょうか。今もまだ苦しんでいる人がいるのはありませんか。

いじめをひとことといえ、人をみじめな気持ちにさせることです。そのやり方は、大きく分けて三つの種類があります。

①暴力をつかったいじめ、
②ことばをつかったいじめ、
③仲間はずれにするいじめ、

いじめるといふのは、いろいろなことに「いいがかり」をつけることです。いじめっ子はいつもムカつく材料をウの目タカのみでさがしています。たとえば、
*気が弱そうな子、*自分よりも小さくて、弱くて年下の子、
*転校生・新入生でおどおどした子、*運動が苦手な子、*チームにも入れてもらえそうにない子、
*成長変化が著しい子やオクテの子、*持ち物が派手またはその反対、*両親が世間から注目されている、...などです。

どこかに「みんなとちがう」ことをなんとか見つけたら、自分は「みんなと同じ」「強い」と思っていた人が「みんなとちがう」「弱い」ものをさがして攻撃をしかけてくるのです。

いじめられているほうは毎日のように「おまえのせいだ」と言われつつづけているわけだから、自分が悪いからこんなことになる、と思いきや、いじめられているほうは、こんなふうになんか思っているから、自分には力があるから、と思いきや、おもしろくてやめられないのです。

まずはこのような「思いこみ」が、事をおこしているのだというところに、早く気づいてほしいと思います。

いじめられている人もいじめている人もどちらもこのままではもうたくさんだと思つたら、じっくり話を聞いて助けをくれる味方がいます。だれに話を聞いてもらつたら一番いいか。それは「自分自身」です。自分は自分をどう思っているのか、自分に聞いてみる必要があるのです。そのためには、自分を信頼して、心から自分に訴えてみることはじめてみなくてはなりません。(次号へつづく)

四万十市人権啓発講師 山本 衛



7月の休日・夜間(21時まで)当直医

休日・夜間

	内 科			外 科		
	医療機関名	電 話	備 考	医療機関名	電 話	備 考
7月1日(日)	市 民 病 院	(34)2126	17時30分まで	市 民 病 院	(34)2126	22時まで
7月2日(月)	幡 多 病 院	(34)6211		幡 多 病 院	(34)6211	
7月3日(火)	中 村 病 院	(34)3177		市 民 病 院	(34)2126	22時まで
7月4日(水)	幡 多 病 院	(34)6211		幡 多 病 院	(34)6211	
7月5日(木)	市 民 病 院	(34)2126	22時まで	吉 井 病 院	(34)5005	
7月6日(金)	幡 多 病 院	(34)6211		幡 多 病 院	(34)6211	
7月7日(土)	さ た け 小 児 科	(37)2255	18時まで	市 民 病 院	(34)2126	22時まで
7月8日(日)	吉 井 病 院	(34)5005	17時30分まで	吉 井 病 院	(34)5005	17時30分まで
	市 民 病 院	(34)2126	17時30分から22時まで			
7月9日(月)	幡 多 病 院	(34)6211		幡 多 病 院	(34)6211	
7月10日(火)	竹 本 病 院	(35)4151		市 民 病 院	(34)2126	22時まで
7月11日(水)	幡 多 病 院	(34)6211		幡 多 病 院	(34)6211	
7月12日(木)	木 俵 病 院	(34)1211		木 俵 病 院	(34)1211	
7月13日(金)	幡 多 病 院	(34)6211		幡 多 病 院	(34)6211	
7月14日(土)	市 民 病 院	(34)2126	22時まで	山 下 整 形 外 科	(34)0511	18時まで
7月15日(日)	市 民 病 院	(34)2126	22時まで	市 民 病 院	(34)2126	17時30分まで
7月16日(月)	さくらクリニック	(35)2555	17時30分まで	さくらクリニック	(35)2555	17時30分まで
	市 民 病 院	(34)2126	17時30分から22時まで			
7月17日(火)	森 下 病 院	(34)2030		市 民 病 院	(34)2126	22時まで
7月18日(水)	幡 多 病 院	(34)6211		幡 多 病 院	(34)6211	
7月19日(木)	市 民 病 院	(34)2126	22時まで	吉 井 病 院	(34)5005	
7月20日(金)	幡 多 病 院	(34)6211		幡 多 病 院	(34)6211	
7月21日(土)	中村クリニック	(34)5100	18時まで	市 民 病 院	(34)2126	22時まで
7月22日(日)	松 本 病 院	(35)3054	17時まで	正 木 整 形 外 科	(35)3054	17時30分まで
	市 民 病 院	(34)2126	17時から22時まで			
7月23日(月)	幡 多 病 院	(34)6211		幡 多 病 院	(34)6211	
7月24日(火)	竹 本 病 院	(35)4151		市 民 病 院	(34)2126	22時まで
7月25日(水)	幡 多 病 院	(34)6211		幡 多 病 院	(34)6211	
7月26日(木)	木 俵 病 院	(34)1211		木 俵 病 院	(34)1211	
7月27日(金)	幡 多 病 院	(34)6211		幡 多 病 院	(34)6211	
7月28日(土)	さくらクリニック	(35)2555	18時まで	さくらクリニック	(35)2555	18時まで
7月29日(日)	中村クリニック	(34)5100	17時まで	中村クリニック	(34)5100	18時まで
				市 民 病 院	(34)2126	18時から22時まで
7月30日(月)	幡 多 病 院	(34)6211		幡 多 病 院	(34)6211	
7月31日(火)	中 村 病 院	(34)3177		市 民 病 院	(34)2126	22時まで

◎健康カレンダーは16ページに掲載しています。

有料広告

有料広告スペース

有料広告を掲載しています。掲載については企画広報課 ☎(34)6128までお問い合わせください。



古紙再生率100%再生紙を使用しています。この冊子は環境にやさしい大豆油インキを使用しています。