

四万十

平成18年

1月

SHIMANTO. 2006 January No.9



市の花 フジ



市の木 ヤナギ



市の魚 アユ



市の鳥 カワセミ

■今月の写真

11月29日(火)市立文化センターで四万十市発足記念式典が行われました。式典では四万十市発足を祝うとともに、市民アンケートで選ばれた市章や市の木、花、鳥、魚が発表されました。また、中村小学校合唱部や中村中学校音楽部も式典を盛り上げてくれました。



四万十市 市章

市章は、四万十市の「四」をモチーフに四万十川の流れをイメージし、輪の中に息づく旧中村市と旧西土佐村の歴史を表現したものです。
(東京都江戸川区在住の伊藤哲也さんのデザインによる)

- P2 年頭のあいさつ
- P3~6 市長説明要旨
- P8~9 まちの話題
- P10~11 市職員の給与等の状況
- P17~19 しまんと情報掲示板
- P24 1月の健康カレンダー

人のうごき ()内は、前月比

~12月1日現在~

総人口	38,246	+2)
男	18,141	-4)
女	20,105	+6)
世帯数	16,126	+14)

11月中のうごき

転入	80人	出生	23人
転出	66人	死亡	35人

年頭のごあいさつ

新年明けましておめでとうございます。

市民の皆さまには、それぞれに期待や夢を持って、よいお正月を迎えられたことと思います。また旧年中は各方面でご活躍くださるとともに、市勢の発展にご理解、ご協力をいただき、ありがとうございます。

おかげさまで昨年は、第一の課題でした合併が成立し、4月10日には四十十市が誕生しました。これによりまして単独自立では達成することができなかった新庁舎の建設、防災無線の整備、道の駅や圃場整備（西土佐地域）、国道441号の早期完成などを推進することができるようになりました。今これらの事業の推進に向けて大車輪で働いています。

第二の課題は財政健全化の取り組みです。地方は長期的な景気の低迷と国の財政危機のしわ寄せによつて、大変な財政困難に陥っています。四十十市でも何も工夫しなければ毎年6～9億円の財源が足りなくなります。これは主な財政収入の6～8%にのぼる金額です。このために公共事業を抑え、組織・人員・給与を見直し、民間に委ねられる事業は民間に移していくように進めています。昨年は2億円の赤字削減を行いました。今後同程度の削減を行い、3～4年後には財政健全化にもつていきたいと思っています。そうした中で市民から要望の強い給食の拡充や農林業、観光業、スポーツ合宿の振興などを行っていきます。

一條さんのもとで栄えた四国西南の中核都市の復興をめざして努力していきましょう。

四十十市長 沢田 五十六

新年明けましておめでとうございます。

市民の皆さまには大変厳しい社会情勢の中ですが、それぞれ期待や希望に満ちた新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

昨春は、国の施策を推進する形で、市民の皆さまの深いご理解とご英断によりまして、新市「四十十市」が誕生いたしました。

今回の合併は、合併市町村の自治能力の向上と地方行政の構造改革を進める上でも、極めて重要な課題であり、地域の文化・産業・観光等の資源を有効に活用しながら、国の合併支援策による財源を活用して、21世紀の新しいまちづくりに取り組む絶好の機会でもあります。

しかしながら、近年のわが国は長期化する経済不況と、情報化・国際化の急速な進展、本格的な少子高齢化社会の到来、そして、国の推進する補助金改革・地方交付税改革・税源移譲改革という「三位一体改革」により、地方自治体とりまく諸情勢は一段と厳しくなる傾向であり、今後は、地方経済の低迷や県・市町村財政が逼迫の度を増す中、危機的な財政不況状況の中での財政運営を覚悟しなければならぬ状況でもあります。

市議会といたしましても、その権能を十分に発揮しながら、限られた財源の有効活用や新産業の創出、合併効果を最大限に生かした中山間地域との交流と連携強化を図り、市勢発展のために努力してまいりる所存であります。

最後になりましたが、市民の皆さまのご健勝とご繁栄をお祈りし、今年も市議会に對しまして、一層のご支援とご鞭撻をお願いいたします。年頭のご挨拶とさせていただきます。

四十十市議会議長 渡辺 稔

平成17年12月市議会定例会 市長説明要旨(抜粋)

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

平成18年度予算編成方針

最初は平成18年度の予算編成方針についてです。国の来年度の予算編成は、これまでの歳出改革路線を堅持・強化することとしたうえで、地方財政についても給与関係経費、投資的経費、一般行政経費などの歳出全般について徹底した見直しを行うとともに、地方の自助努力を促進し、地方交付税の総額を抑制するとしています。また、平成18年度が最終年度になる「三位一体の改革」については、国と地方の意見が対立している部分も多く不透明な状況ですが、今後まとめられる改革の内容いかんによっては地方への一方的なしわ寄せが行われることも懸念されます。

また県も来年度の財源不足が250億円を超えるという危機的な見通しにより、来年度の予算編成にあたっては、行政・財政の両面から早急にスリム化と質的向上を図ることとし、市町村に対しては、「自立」と「役割分担」を視点に、事業の移譲、さらなる負担や事業の削減、支援策の見直しを行うとしています。このように地方の行財政を取り巻く環境は極めて厳しく、一層の変革を迫られる中、平成17年4月、将来を展望し地方公共

です。その予算編成は、新市の将来像であります「かがやく笑顔、ゆたかな自然、やすらぎ溢れるまち四万十」を着実に実現していくための第一歩、新市の土壌づくりとなるものとして、次の5点の基本方針で取り組むこととしました。

まず1点目は「新市まちづくり元年」です。新市全体の均衡ある発展と新しいまちづくりへの挑戦として、新市建設計画を念頭に、新市の発展に欠かすことのできない事業、今なすべきことに集中した施策を厳選し、積極的に取り組みます。

2点目は「施策の選択と集中」です。限られた財源の中、施策を推進するにあたっては、重要度・緊急度・優先度を見定め、うえて、真に必要な事業への厳しい「選択と集中」を徹底します。その際、旧市村から引き継いだ施策であつても、全市民的視点のもと、目的・効果などを再検証し、施策の再構築を図ります。

3点目は「行財政改革の推進」です。現在進めています行政改革大綱と実施計画の策定と合わせながら、予算編成過程そのものを行財政改革の一つと捉え、改革への取り組みをさらに加速させるとともに、その成果を的確に予算へ反映します。

4点目は「ゼロベースからの予算編成」です。来年度の予算編成は、新市の土壌づくりとなるものです。本庁と総合支所、各課の横断的な協議と調整を十分に行いながら、新市としての政策や施策体系に基づく事務・事業をゼロベースから再構築し、

新市全体の一体性を確保するとともに、合併による効率性などの合併効果を的確に予算へ反映します。

5点目は「コスト意識の徹底」です。全職員一人ひとりが明確なコスト意識を堅持し、一般家庭や民間企業の経費節減に見習い、行政諸経費の徹底したコスト削減・合理化に取り組みます。その際、職員人件費を含めたトータルコストの把握と、行政の関与のあり方、責任領域の明確化を行い、ボランティアを活用するとともにコストの削減やサービス水準の維持・向上のために民間委託や民営化を進めます。

財政健全化

次は財政健全化についてです。

地方の景気低迷と国の地方財政へのさらなるしめつけが顕在化する中、新市の財政状況は極めて厳しい状況にあります。現状のまま何の取り組みも行わない場合の財政収支は、来年度が約6億5000万円、平成19年度が約5億7000万円、以後も退職者の増加が見込まれて、財政赤字額が膨らんでいくことが予測され合併支援措置を活用する一方で、財政健全化を着実に進めていかなければなりません。具体的には、行政改革と財政健全化は表裏一体のものとして捉え、「行政改革大綱」ならびに実施計画の中で、事務事業の見直し、組織・機構の見直し、定員管理および給与の適正化などの改革に伴う財政効果を数値化し、今後予測される財政赤字の解消を図っていきます。

その際改革の効果はすぐに現

れるものではないことから、現在お願いしています給与カットなどの臨時的な措置についても、併せて検討していかなければならないと考えています。

行政改革

次は行政改革です。これについては庁内組織の四万十市行政改革推進本部において検討した平成17年度から平成21年度までの5カ年間の行政改革大綱案を、外部委員による四万十市行政改革推進委員会に諮問をして現在その内容のご審議をいただいています。今後の予定としては年内に答申を受け、行政改革推進本部での検討・確認を経たうえで議会へ報告し、その後公表するという手順を考えています。

素案の内容としては特に民間活力の活用により簡素で効率的な行政運営を目指すという目標のもとに、①市民との協働に根ざした新市の建設、②効率的・計画的・継続的な行政運営を目指す行政改革、③自律的な財政運営を目指した改革という三つの基本方針を掲げ、これを基に①事務事業の見直し、②組織・機構の見直し、③定員管理および給与の適正化、④職員の能力開発、⑤行政の情報化と市民参画の仕組みの構築、⑥公共施設の設置と管理の見直しという六つの重点項目を設定して取り組みを図るといいます。

なお行政大綱の策定後は総務省の指導により集中改革プランの策定を本年度内に行いますが、このプランは全国規模で比較がなされる形で公表されることとなつていきます。

台風14号災害

次は9月の台風14号により発生した災害への対応についてです。まず最終的な被害状況は、人的被害として亡くなった方1名、負傷された方1名となつています。次に住家被害は全壊世帯3、半壊世帯35、一部破損世帯3、床上浸水世帯181、床下浸水世帯86で、罹災世帯数は308世帯、罹災者数795人となつています。また田畑の冠水面積が67・5ヘクタールのほか、各施設関係の被害額は公立文教施設7742万円、農林水産施設1億1409万円、公共土木施設3億5620万円、その他の施設6786万円、これに農産物と畜産関係の被害額7653万円を加えた総被害額は約6億9210万円となつています。これらの被害に対しては、引き続き災害復旧工事の施工に努めているところです。

なお、昭和38年以来となつた今回のような浸水被害への対応としては、第一に適切な情報を速やかに提供できる指針の作成が重要ですので、目下その判断材料となる雨量、河川水位の情報収集するため関係機関との協議を進めているところです。第二はこうして収集した情報を基に、市民へ適切に伝達するための手段として防災行政無線の整備を段階的に進めていくことを考えています。市民の皆さま方には日頃より風水害や地震・津波への理解を深めていただくとともに、ぜひ、自主防災組織の設立に向けて取り組みをお願いしたいと思っております。次は各分野における被災状況ならびにその後の対応についてです。

（学校教育関係）

まず学校教育関係の状況ですが、学校教育施設は特に大きな被害を受けました。最も被害が集中した川登地区では、川登小学校、大川筋中学校の校舎がそれぞれ床上150センチメートルほど浸水し、校舎、屋内体育館、プール、校庭は汚泥で覆いつくされ、1階部分に置いてあった教材や学校備品のほとんどが使用不能となつてしまいました。このことからやむなく川登小学校は3日間、大川筋中学校は1日の臨時休校措置をせざるを得ない状況となり、この間生徒を始め保護者の皆さまには心配とご迷惑をおかけしました。災害復旧にあたっては多くのボランティアの皆さまをはじめ、地元保護者や市内外の教職員の献身的なご支援、ご協力をいただき当初の見込みよりも早く学校を再開することができました。今回の学校教育施設の被災は、予想を超える急激な河川の増水によるものではありましたが、結果として多くの学校教材、備品類を水没させてしまったことについては、反省しなければならぬ点も多く、今回の被災を教訓として、今後、校舎浸水災害対応マニュアルを作成する等の善後策を検討していきたいと考えています。

（福祉関係）

次は福祉関係です。被災者の復旧作業を支援するため社会福祉協議会が江川崎地区では4日間、川登地区では3日間、水害ボランティアセンターを立ち上げたり、雨の中にもかかわらず近隣市町村の社会福祉協議会、民生児童委員などの関係機関をはじめ、市内の各種団体、市民の方々の協力をお願いいただき、家の財の搬出、片付け、撤去などの作業を行った結果、早期に復興することができました。また被災者に対する支援としては、亡くなられたご遺族の方々に弔慰金を、浸水世帯には弁当などの食料品352品、飲料水96本を、床上浸水以上の世帯で要望のあった方には日赤および県の生活用品救済物資933個と掛布団または敷布団325枚を支給しました。また、災害救助法の適用により住家が全壊もしくは大規模半壊の被害をうけた世帯に対しては、被災者生活再建支援制度による支援金を支給するほか、住家が床上浸水以上の被害に遭われ住家の補修や家具、電化製品など家財の買い替えに必要な資金需用に対しては、災害援護資金の貸し付けを行うなどの支援を行っています。保育所については川登保育所が床上130センチメートルほど浸水し、園舎や園庭は汚泥で覆われ、児童用の布団をはじめほとんどの備品が使用不能となつてしまい、やむなく9月6日を臨時休園としました。翌日から利岡保育所での保育を行いましたが、この間、園児をはじめ保護者の皆さまにはご迷惑をおかけいたしました。災害復旧にあたっては、多くのボランティアの皆さまをはじめ、保護者や地域の方々の協力をいただき9月27日には再開することができました。

（災害ごみ対策）

次は災害ごみ対策です。収集は分別を行わない混合収集とし、建設協会や市民ボランティア、市のごみ収集委託業者等の協力により、幡多中央環境センターおよび幡多クリーンセンター構内の一時仮置き場に運搬後、順次適正な処分を行い、11月22日もって処理は終了しました。収集量は溶融炉において処分したものが約800トン、冷蔵庫やテレビといった家電リサイクル品が約900台、業務用冷蔵庫が約90台で、その他ドラム缶やタイヤといったいわゆる処理困難物や流木も大量に排出されており、これら災害ごみの処理に要した費用は、幡多クリーンセンターの経費を含め約1300万円となつています。

中心市街地活性化

次は中心市街地の活性化です。栄町商店街のにぎわいづくりのため平成14年度から、まちづくり四十万十が取り組んできた「祇園風街並整備事業」が完成し、街全体が落ち着いた雰囲気になりました。また、「くつろげる道としての再整備事業」は、昨年度完成した東下町に続き今年中には天神橋1区の工事が発注され、来年3月には石畳風の路面と和風の街路灯が完成する予定です。また、県が事業主体の京町通から大橋通4丁目の国道439号線の路面整備は今年度来年度には全区間が完了する予定です。このように中心市街地の路面整備は、県、市、TMOの連携により進んできています。また今年度は新たにソフト事業に対する補助制度も創設し、街のにぎわいを取り戻すための事業を支援することになっています。

西土佐産業祭

次は西土佐産業祭についてです。11月20日に開催した合併後の西土佐産業祭は、好天にも恵まれ中村地域を含む多くの来場者でにぎわいました。西土佐中学校体育館をメイン会場に農林水産物の品評・展示即売会をはじめ児童生徒書画展、地産地消料理のコンクールなどが開催されたほか、各種団体によるミニパビリオン、地域内外からの各種出店やバザー、4日クラブによる餅つきや農業機械の展示即売会等が盛大に行われました。また、グラウンドでは中村高校、北宇和高校、西土佐・大月合同チームによる招待野球が開催され、息詰まる熱戦に会場も大いに盛り上がりました。この産業祭は、2年に1回開催される西土佐地域最大のイベントの一つです。今後も地域住民の交流親睦の場として、また農林水産業の振興や中村地域との結びつきを深めるイベントとして発展させていきたいと考えています。

四十万十川ウルトラマラソン

次は四十万十川ウルトラマラソンです。10月16日に開催した今年の大会は、天候にも恵まれ無事成功裏に終了することができ

ました。これもこの大会を支えていただいたボランティアの方々や関係機関のご支援、ご協力のおかげであり心から感謝申し上げます。

出産費資金貸付制度

次は国民健康保険の「出産費資金貸付制度」の創設についてです。国民健康保険の加入者が出産した場合、出産育児一時金として30万円が支給されますが、この一時金は出産した後に支給されるため妊娠時の検診費用や出産費用については、そのほとんどが自己資金で賄われているのが現状です。今回こうした状況を改善し、少子化対策の一環とするため、出産に必要な資金を無利子で貸し付ける「出産費資金貸付制度」を創設することとしました。この制度を利用すると、限度額はあるものの出産前に必要な資金が借りられ、返済は出産後に支給される出産育児一時金を充てることができ、経済的負担の軽減に繋がるものと考えています。

介護保険

次は介護保険についてです。平成18年4月から「新予防給付」が創設され、予防重視型システムへの転換が図られますが、そのシステムの中心を担うのが地域包括支援センターです。この支援センターは、地域住民の保健医療の向上および福祉の増進を包括的に支援することを目的に、地域において①介護予防事業のマネジメント、②高齢者や家族に対する総合的な相談・支援、③被保険者に対する権利

擁護事業、④ケアマネジャーへの支援の四つの事業を一体的に実施する拠点施設です。本市においても国の制度改正に伴い、包括的支援事業の実効性を確保するため、平成18年4月に体制を整えた地域包括支援センターを設置し、今後の介護給付費の抑制を図っていきたいと考えています。

アスベスト対策

飛散性のアスベスト含有吹付け材の使用状況ですが、市の全施設を対象に調査を行った結果、17施設について使用の疑いがあったことから、検査機関に委託して調査しました。その結果、16施設についてはアスベストを使用していませんでしたが、市民病院1階のボイラー室とポンプ室、2階の空調機械室に白石綿の使用が確認されました。これらの箇所は病院の運営上閉鎖できないこと、経年劣化に伴い今後対策が必要となること、施設利用者や隣接住民・職員の不安を解消する必要があることから除去工事を行うこととしました。またすべての給食施設における調理機器についても調査を行い、一部にアスベストを使用しているものがありましたので、飛散や剥離のおそれのないものを除き買い換えを行っています。

保育所統廃合の取り組み

次は保育所の統廃合についてです。保育所を取り巻く環境は、女性の社会進出による子育て支援の必要増大や少子化による児童数の減少等が顕在化する中、多くの保育所で施設の老朽化による建て替えや大規模改修、あ

るいは耐震補修への対応が必要となつています。このような状況の中で新たな保育ニーズに対応できる施設の規模や効率的な運営形態について再検討を行って、保育所規模適正化計画を昨年度策定し、これに基づき取り組みを行っています。

道路網の整備

次は道路網の整備についてです。まず高速道路の進捗状況ですが、新直轄方式で整備が進められている須崎新荘・窪川間は、引き続き用地取得と整備工事が行われています。また昨年末に自動車専用道路として都市計画決定された窪川・佐賀間（17キロ）

の内、片坂バイパスについては、今年度より事業着手され測量に取りかかっています。

中村宿毛道路では浅村、坂本、不破で引き続き未買収地の用地交渉が行われる一方、平成19年度に中村インターまで、平成21年度に宿毛インターまでの完成を目標に整備が進められています。

次に国道56号の整備ですが、渡川大橋の4車線化は来年度の供用開始を目指して整備中で、右山から古津賀（田ノ浦分岐）までの4車線化も平成19年度の供用開始に向けて整備工事が進められています。また、古津賀第一団地付近については、平成21年度の供用を目標に用地買収等について地元関係者と交渉が続けられています。

その他の国道では441号の網代工区で橋取り付け橋が平成19年3月の完成に向けて工事が進み、上久保川工区、川登工区についても引き続き整備が行われています。また、381号では半家バイパスの整備も平成19年度供用開始に向けて工事が進捗し、439号の杓子峠のバイパス工事では、長大トンネル取り付け部の整備が引き続き行われています。

河川・港湾・海岸の整備

次は河川・港湾・海岸の整備についてです。まず河川改修ですが引き続き田野川地区の築堤および護岸工事が行われています。また県が実施している田野川の改修事業は平成17年8月に完成し、現在旧河川の廃川手続を行っています。また、佐岡橋から後川橋間の中村堤防の補強工事と市道堤防廻り線の整

備工事は、今年度末の完成を目標に整備を行っています。

次に台風14号で被災し砂洲が流失した下田港の航路ですが、暫定で幅20メートル、水深4.5メートルの仮復旧工事が10月末に完成しました。本復旧については平成17年12月12日から行われる第4次災害実地査定に申請予定となっています。

また、下田港改修事業についても東側防波堤（Ⅱ）の整備が行われており、高潮対策事業についても沖合いに突堤の整備が進んでいます。

防災対策・災害復旧

次は西土佐地域における防災対策と災害復旧についてです。まず県が事業主体の口屋内土居の前地区での急傾斜地崩壊対策事業はすでに発注済みで、年内完成の予定で工事が進められています。また、市が実施している、がけ崩れ住家防災対策事業についても、危険度の高い箇所から予算範囲内で随時実施しています。このほか平成16年の台風で土石流等の発生により甚大な災害を被った箇所については、防災上緊急を要することから県が事業主体となり「災害関連緊急治山事業」ならびに「災害関連緊急砂防事業」などにより進めています。被災にあつた全箇所が年度内に復旧する予定です。また昨年度発生した公共土木施設災害、農地・農業用施設災害復旧事業については、市が事業主体の公共土木災害が131件、7億4060万円、農地・林道災害等が188件、2億9600万円余りで、現在まで9割方が完了したところです。

一方、県の公共土木施設災害復旧工事については、件数が131件、事業費が10億円弱ですが、これらについても年度内にすべての箇所を復旧する予定です。

水道の整備

次は水道の整備についてです。まずは上水道事業の進捗状況ですが久山配水池管理道新設事業については、順調に工事が進み平成17年内には完成の見込みです。また古津賀区画整理事業、未普及個所の整備や鉛給水管対策等の整備についても計画どおり進んでいます。

次に簡易水道事業ですが、中村地域では八束地区を対象とした四十万統合簡易水道事業が本年度の事業完了に向けて整備が進んでいるほか、中筋・東中筋地区を対象とした西部統合簡易水道事業や敷地・田野川地区を対象とした田野川無水源簡易水道事業についても、それぞれ順調に工事が進捗しています。西土佐地域については江川・半家地区の統合簡易水道事業が本年度の事業完了に向けて急ピッチで配管工事や電気設備工事が進められ、来年度の事業完了を目指す津野川・橋統合簡易水道事業につきましても計画どおり進んでいます。

公共下水道

次は公共下水道です。まず汚水整備ですが、供用開始区域の拡大に対応するため中央下水道管理センターに水処理施設と汚泥処理施設の増設工事を行なっています。本体の土木工事についてはおおむね完成しましたので、これからは機械、電気等の

設備工事を行います。また市街地の汚水管整備については、平成15年事業認可を取得した不破上町地区において、既設管の実態調査が終わり、既設管の公共有水道への取り込みを実施していきます。

一方、雨水整備は百笑排水ポンプ場において関連工事が順調に進み、これから本格的に倉谷川樋門に向けて放流渠等の整備を実施していきます。

中村中学校改築事業

次は中村中学校校舎改築事業の進捗状況です。「中村中学校校舎改築工事請負契約議案」が議決されましたので、清水・サイバラ・山沖特定建設工事共同企業体に校舎の本体工事を発注し、9月下旬から新校舎の建築に着手しています。工事は順調に進捗し、現在基礎杭の打設がほぼ終了し間もなく躯体工事に取掛かる予定です。施工に伴う騒音等によつて、生徒たちには少なからず不自由をかけていますが、学校教職員の細やかな生徒指導によつて、これまでどおりの落ち着いた状況のなかで学校生活が送られています。なお、先行して着手していた「柔道場新築工事」については、10月末に完成し、授業や部活動に利用しているところです。

土佐くろしお鉄道

次は土佐くろしお鉄道です。復旧工事の完了に伴い、11月1日より宿毛駅からの運行が再開され、約8カ月ぶりに中村・宿毛線が本来の姿となりました。また10月末日に開催された運営協議会臨時総会では、これまで

協議を進めてきた「土佐くろしお鉄道再生計画」が報告され、今後の鉄道運営には会社の経営努力はもちろんのこと、行政や地域の支えが必要であることを再確認したところです。そのようなか、9月末に中村駅35周年を記念した「中村駅まつり」が開催されたのを皮切りに、宿毛市ではダンスイベントや支援コサート、宿毛駅再開記念イベントなど、沿線住民が中心となった鉄道支援の動きが芽生えてきました。運営協議会でも11月6日に鉄道モニターツアーを開催し、参加者43名が高知駅から鉄道を利用して本市に来ていただき、さまざまな会社でも営業課を復活し、民間への営業訪問や新たな企画切符の販売を行うなど、積極的な利用促進の取り組みを始めています。

指定管理者制度

次は指定管理者制度の導入・実施です。平成15年の地方自治法の改正によつて「公の施設」の管理運営に指定管理者制度が導入され、平成18年9月からは全面移行されることになっています。本市の取り組みとしては、すでに平成17年4月から「玉姫さくら会館」を本制度により運営していますが、その他の施設は平成18年4月より指定管理者制度を導入することとしています。移行する施設数は全体で106施設となっていますが、これらを選定内容ごとに分けると、まず公募によつて選定するのが「四十万いやしの里」1件です。次に随意選定するもののうち、外郭団体等を指定するものが四

つ。これらは施設の設置目的、利用状況、管理運営状況、これまでの管理受託をしてきた団体の設立経緯等を踏まえ、公募による選定が困難なものとして判断したものです。次に、同じく随意選定するもののうち地域密着型として指定するものが、各地にあります老人憩いの家や集会所等33施設となっています。これらは、地域住民が専ら使用していることや、地域住民で構成する団体がこれまで管理運営を受託してきた施設といったことを考慮したものです。

新市発足記念式典

次は新市記念式典です。四十万市発足記念式典については、去る11月29日に文化センターに開催者多数のご出席をいただき、挙行することができました。ご出席いただきました皆さまには改めてお礼を申し上げます。式典では、四十万市のシンボルとして選定した市章をはじめ、市の木として「ヤナギ」、市の鳥として「カワセミ」、市の花として「フジ」、そして市の魚として「アユ」を公表したところです。これらは、今後いろいろな機会に使用していくとともに、市民の間でも積極的に活用されるようPRにも努めていきたいと考えています。

西土佐地区地域審議会

次は西土佐地区地域審議会についてです。地域審議会が合併で行政区域が拡大することから、住民と行政の距離が大きくなり、住民の意見が新市の施策に反映されにくくなるという不安を払

度です。本市においても合併協議をふまえ、西土佐地域の意見等を集約する重要な機関として地域審議会を設置しています。

審議会には、民間組織の代表や学識経験者など15名の委員で構成され、住民の視点からみた西土佐地域の課題や活性化にむけた方策等について議論するとともに、四十万市の発展のため、各方面にわたって提言していくことを任務としています。先般、第2回の審議会が開催され、西土佐地域の振興および活性化について協議が行われました。その結果、特に配慮すべき事項として15項目の意見が審議会から提出されました。その内容については十分に精査し、今後の施策に反映していきたいと考えています。

庁舎建設

最後に新庁舎建設ですが、専門業者に委託して取り組んでいる敷地拡張予定部分の用地測量と物件補償調査については、地権者や関係の方々のご協力をいただき順調に進んでいます。

また、4月に設置した庁内検討委員会は、これまでに5回の委員会を開催するとともに先進地視察等を行い、基本指針の作成に向けた協議を重ねてきましたが、過日、これまでの研究成果を盛り込んだ「新庁舎建設に係る基本指針検討結果報告書」が取りまとめられたところ

です。今後はこの基本指針に示された方針が現在策定中の基本構想や基本計画等の中に、より具体的に盛り込めるよう取り組みを進め、できるだけ早い時期に新庁舎の全体像を明らかにしていきたいと考えています。



環境にやさしい土づくりのために

～たい肥散布機の展示・デモ開催～

畜産たい肥散布機の展示・デモと題して、11月29日(火)楠島において、市内外の生産農家、畜産農家、農業関係機関などから約20人が集い、市と環境にやさしい農業のための研究会(土づくり推進部会)による、たい肥散布機の展示および散布作業の実演が行われました。(たい肥散布機は研究会の導入している処理能力1,000kg・600kgとメーカーの協力による処理能力120kgの3台)



現場に居合わせた生産農家からは、さっそく自分のほ場に置き換えて考え、「これなら便利」「受託はどこまで来てくれるのか」などの声も聞かれました。

谷崎順一会長は、「畜産たい肥の有効性については、認知はされてきているものの、水稲などでは、まだ十分な量が使われていない。畜産たい肥をはじめ有機性資源を利用した資源循環型農業(いわゆる有機農業)の普及により、農産物に付加価値をつけられる栽培を推進・普及させよう」と参加者に呼びかけました。

畜産たい肥の利活用から始まる資源循環型農業の確立を目指しています！

環境にやさしい農業のための研究会では、生産農家はもとより家庭菜園においても、畜産たい肥を有効に活用していただけるよう4戸の畜産農家による研究を繰り返し、良質なたい肥の生産に努めています。
～生きた土づくりは、健康な野菜・米など豊かな食をつくり、その食を通してひとは元気になれる～
化学肥料に頼らない健全な土づくりをぜひ実践してみてください。



安田牧場

☎(35)2584
(牛糞たい肥)

吉本鶏卵

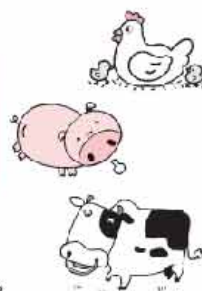
☎(37)4824
(鶏糞たい肥)

岡村牧場

☎(37)0836
(牛糞たい肥)

アグリコープ

☎(37)1458
(豚糞たい肥)



※ 電話予約により、ほ場まで運搬します。(2トン車)

※ 直接たい肥を取りに来られる場合の積み込み方法や価格については事前にお問い合わせください。

たい肥散布作業受託します！



導入機械：作業能力1,000kg(条件の良いほ場で活用)

：作業能力600kg(ハウスや狭隘な農地で活用)

○条件の良いほ場での10a当りの散布作業時間は約20分

【作業料金】基本料金4,000円/10a+筆加算1,000円/1筆

*機械搬入が困難な農地、また農地間の距離など条件によっては話し合いにより割増料金をいただくか、作業をお引き受けできない場合があります。

土づくり推進部会

たい肥散布作業委託申し込み先

土づくり推進部会事務局

のむと
農夢民ファミリー

☎(34)1324

問い合わせ先：環境にやさしい農業のための研究会事務局：(本庁)農林水産課 ☎(34)1117

菜の花の種をまきました

まちの話題



11月19日(土)、中村南小学校の児童や地域の人が不破のサイクリングロードに菜の花の種をまきました。これは、豊かな地域づくりを地域の人々と行政が一緒になって行うという主旨で行われました。

毎年、不破のサイクリングロードには黄色の菜の花が一面に咲き、四万十の春を彩ってくれています。春には、今回まいた種も花を咲かせ、いっそう鮮やかに春を演出してくれることでしょう。

11月20日(日)、西土佐中学校を会場に、西土佐産業祭を開催しました。この産業祭は旧西土佐村で2年ごとに開かれていたもので、今回は合併後初の開催でした。

当日は好天に恵まれ、会場は野菜の展示・販売、農機具や木工品等の展示、高校招待野球などの催し物でにぎわっていました。西土佐地域内外から訪れた多くの人は、晩秋の1日を満喫していました。



西土佐産業祭

品評会入賞者

(最優秀賞のみ掲載、敬称略)

- 米穀の部 (高知県農協中央会長賞)
今城忠子 (西土佐江川)
- 大根の部 (高知はた農協組合長賞)
久保京子 (西土佐須崎)
- カブの部 (高知はた農協組合長賞)
竹崎明子 (西土佐用井)
- 白菜の部 (高知はた農協組合長賞)
横山末喜 (西土佐橘)
- その他野菜の部 (高知はた農協組合長賞)
岡村 寿 (西土佐津野川)
- クリの部 (高知県園芸連会長賞)
竹崎裕美 (西土佐用井)
- 椎茸の部 (高知県特用林産協会会長賞)
松浦 伸 (西土佐藪ヶ市)
- 手工芸品の部 (西土佐商工会会長賞)
竹葉輝美 (西土佐大宮)
- 加工食品の部 (幡多農業振興センター所長賞)
新玉岩子 (西土佐口屋内)

まちを美しく～中心市街地クリーン作戦～



11月20日(日)、中心市街地の活性化とまち全体の魅力を高めることを目的に、約200人のボランティアが参加して中心市街地クリーン作戦が行われました。

一見きれいにみえる道路も、側溝や草の生えているところなど人の目が届かない場所にごみがたくさん捨てられていて、この日は2トントラック1台分ものごみが集まりました。

偶然通りかかった人の中にも、この様子を見て一緒になってごみを拾ってくれていました。このように、活動を行うことでまちが美しくなるのはもちろんですが、なにげなくしてしまうごみのポイ捨てに対する市民の意識が変わり、「ごみのない清潔なまち」になればうれしいことです。

北幡地区の青年が一同に ～第82回北幡地区青年大会～

11月26日(土)、27日(日)の2日間、十和村で北幡地区青年大会が行われました。この大会は、北幡3町村(旧西土佐村、大正町、十和村)の青年が一同に会して弁論とスポーツによって親睦を深めるものです。

少子高齢化や市町村合併などによって、全国的に青年団活動の形態も変化を余儀なくされていますが、北幡地区の青年たちのがんばりによって、今回で82回を数える歴史ある大会は守られ、今後も引き続き行われることになっています。



弁論の部

結果 (総合結果以外は西土佐分のみ掲載)

総合優勝	西土佐	弁論の部	相撲の部	体育の部
2位	十和	個人 竹葉洋輔 1位	個人 松浦 伸 2位	バドミントン 2位、3位
3位	大正	山中康世 3位	団体 3位	ソフトボール 2位
		団体 1位		バレーボール 2位
				フットサル 1位

災害に備える～災害時救援物資提供に関する協定式～



11月9日(水)、四国コカ・コーラボトリング株式会社の地域貢献型自動販売機を市役所本庁別館前に設置しました。この自動販売機の機内在庫製品が、市内で震度5弱以上の地震または同等以上の災害が発生した場合や発生するおそれがある場合に、市の対策本部の要請により無償提供されるもので、12月1日(木)には協定が交わされました。同社は今後も地域貢献型自動販売機の増設について検討されているということです。また、その販売手数料として販売金額の15パーセントは市に納入され、防災対策に活用されることになっています。

第3回環境にやさしい農業推進交流大会

11月26日(土)、下田のオートキャンプ場とまろっとで、第3回環境にやさしい農業推進交流大会が行われました。これは、市と環境にやさしい農業のための研究会が、環境にやさしい農業を生産者と消費者が一緒になって考えてもらおうと企画したものです。市長の開会挨拶に続き市内生産者による無農薬栽培の取り組み事例としてアイガモを使った米の栽培の発表や鹿児島大学名誉教授の萬田正治さんによる「環境共生型農業とふるさと再生プラン」と題した講演が行われました。また、昼食では食の提案として大根菜飯やアイガモとサトイモの煮物、山菜料理など安心して食べられる食材で作った料理をおいしく味わいました。

新鮮な野菜とアイガモ農法で作った米のおみやげ付きでした。



五穀米のおむすびやイモ飯等の主菜と煮物や炒め物などの副菜そして紫イモの羊羹などのデザートとメニューも多く、その主な食材は同研究会会員が生産した「四万十こだわり農産物」でした。



自らがアイガモ農法を実践している萬田教授の話には、とても説得力がありました。

約160人が参加しました。

“まちの話題”では四万十市でのイベントやボランティア活動、また伝統行事やいろいろな名人・がんばっている人などとおぎの話題を紹介します。このコーナーにふさわしい情報をご提供ください。

(本庁)企画広報課 TEL(34)6128 FAX(35)0007
(総合支所)総務課 TEL(52)1111 FAX(52)2124

四万十市公式ホームページにてご覧いただけます。

ホームページアドレス

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

市職員の給与等の状況

市職員の給与は、民間給与の動向や各界、各地域からの意見などを総合的に勘案した人事院勧告に沿い、国家公務員や他の地方公共団体との均衡を図りながら、必要な条例議案を市議会に提案し、決定しています。

平成17年度四万十市の職員数・給与等の現状について市民の皆さんにお知らせします。

(1) 部門別職員数の状況 (平成17年4月10日現在)

区 分 部 門		職員数 17年度	左 記 内 訳		備 考
			旧中村市	旧西土佐村	
一般行政 (福祉関係を除く)	議 会	5	5	0	
	総 務	84	67	17	
	税 務	29	27	2	
	労 働	2	2	0	
	農 水	35	22	13	
	商 工	7	7	0	
	土 木	35	29	6	
	小 計	197	159	38	
福祉関係	民 生	178	160	18	
	衛 生	36	29	7	
	小 計	214	189	25	
一般行政計		411	348	63	
教育行政	教 育	70	55	15	
	小 計	70	55	15	
普通会計 計		481	403	78	
公営企業等	病 院	157	138	19	奥屋内へき地出張診療所除く
	水 道	15	13	2	
	下 水 道	7	7	0	
	そ の 他	35	31	4	
	小 計	214	189	25	
総 合 計		695	592	103	

(2) 人件費の状況 (普通会計決算)

(単位:千円)

区 分	住民基本台帳人口 (17年3月31日現在)	歳出額A	実質収支	人件費B	人件費率 (B/A)
16年度 旧中村市	34,371人	14,885,750	△315,575	3,773,395	25.3%
16年度 旧西土佐村	3,745人	3,488,381	△7,903	662,721	19.0%

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

(3) 職員給与費の状況 (普通会計予算)

(単位:千円)

区 分	職員数 A	給 与 費				1人当たり 給与費 (B/A)
		給 料	職員手当	期末手当	計 B	
17年度	481人	1,871,325	407,128	796,644	3,075,097	6,393

(注) 1 この表は職員の給与費について示したものです。

2 職員手当は退職手当を除く扶養手当、住居手当、通勤手当等です。

(4) 職員の平均給料月額・平均給与月額および平均年齢の状況 (平成17年4月10日現在)

区 分	一 般 職			技 能 労 務 職		
	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
市	328,828円	377,739円	43.5歳	330,538円	357,666円	45.7歳
国	329,728円	—	40.3歳	285,008円	—	48.1歳

(注) 市給料月額は、5%の減額後の額です。(国は、平成17年4月1日現在)

(5) 職員の初任給の状況 (平成17年4月10日現在)

区 分		市		国	
		初 任 給	採用2年経過日給料額	初 任 給	採用2年経過日給料額
一般行政職	大学卒	152,190円	168,530円	170,700円	184,400円
	高校卒	131,860円	141,075円	138,800円	148,500円

(注) 市初任給等の月額は、5%の減額後の額です。

(6) 一般行政職の級別職員数の状況 (平成17年4月10日現在)

区 分	1 級	2 級	3 級	4 級	5 級	6 級	7 級	8 級	合 計
職務の級	主事等	主事等	主事等	係長等	係長等	補佐等	補佐等	課長等	
17年度	4人 (1.4%)	9人 (3.2%)	34人 (12.0%)	19人 (6.7%)	34人 (12.0%)	68人 (24.0%)	84人 (29.7%)	31人 (11.0%)	283人 (100.0%)

(注) 1 税務職、福祉職、医療職等を除いた級別職員の状況です。

2 () 内はそれぞれの構成割合を示したものです。

(7) 職員手当の状況(平成17年4月10日現在)

区 分	市	国	
期末および 勤 勉 手 当	期末手当 勤勉手当 ・ 6月期 1.40 月分 0.70 月分 ・ 12月期 1.60 月分 0.70 月分 計 3.00 月分 1.40 月分 職制上の段階、職務の 級等による加算措置 有	同 じ	
退 職 手 当	自己都合 勸奨 定年 ・ 勤続20年 21.00 月分 27.30 月分 ・ 勤続25年 33.75 月分 42.12 月分 ・ 勤続35年 47.50 月分 59.28 月分 ・ 勤続40年 47.50 月分 59.28 月分 ・ その他 定年前早期退職特例措置 2%～20%加算)	同 じ	
	退職時特別昇給 平成17年7月廃止	退職時特別昇給 無し	
区 分	内 容	国の制度との異同	国と異なる内容
扶 養 手 当	配偶者 月額 13,500円 配偶者以外の2人まで 月額 6,000円 その他1人につき 月額 5,000円	同 じ	
住 居 手 当	(借家等) ・ 月額家賃が23,000円以下のときは、12,000円を控除した額 ・ 月額家賃が23,000円を超えるとときは、月額家賃55,000円を限度とし、限度支給額は27,000円 (持家) ・ 新築または購入住宅後5年間 月額2,500円	同 じ	
通 勤 手 当	(交通機関使用) ・ 1ヵ月あたり運賃等相当額55,000円を限度として支給 (自動車等の用具使用) ・ 使用距離が2k m～3k m未満 月額 3,400円 ・ 使用距離が1k m増すごとに 月額 1,100円加算 ・ 最高 月額 45,000円	異 なる	自動車等の用具使用者について細分化している。

(8) 特別職の報酬等の状況(平成17年7月1日現在) (9) 給与等抑制措置

区 分	月 額	期末手当
給 市 長	793,800円	6月期 1.60 月分
助 役	661,500円	12月期 1.70 月分
収 入 役	591,300円	計 3.30 月分
報 議 長	399,950円	
副 議 長	340,100円	6月期 1.60 月分
委員長 旧中村)	325,850円	12月期 1.70 月分
委員長 旧西土佐)	250,100円	計 3.30 月分
議 員 旧中村)	316,350円	
議 員 旧西土佐)	240,600円	

(注) 1 市長等は、10%の減額後の額です。
 2 合併時に中村市議会議員であったものは、5%の減額後の額です。

- 1) 市長等特別職の給料月額10%カット(当面)
- 2) 議員(旧中村)の月額報酬5%カット(当面)
- 3) 全職員対象に給料月額5%カット(当面)
- 4) 管理職手当の一律3%カット(当面)
- 5) 特殊勤務手当の凍結(当面)
- 6) 退職時特別昇給(1号)廃止(平成17年7月1日)
- 7) 55歳昇給停止
- 8) 時間外勤務手当削減等

(10) 定員管理の推移(各年度4月1日)

(単位:人)

区 分	12年度	13年度	14年度	15年度	16年度	17年度	H17-H12
旧中村市	629	623	627	614	608	592	△37
旧西土佐村	119	118	115	106	106	104	△15

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

なお、詳しい内容は、四万十市公式ホームページ等でご覧いただけます。



閲覧方法等

四万十市公式ホームページ
 本庁総務課・総合支所総務課



問い合わせ先

(本 庁)総務課人事係 (34)1111 内線234
 (35)2044 直通

市教委だより

中央区小中学校音楽祭が開催されました

四万十市（中村地域）と三原村で合同開催されている中央区小中学校音楽祭が、市立文化センターで開催されました。

11月17日（木）に小学生、18日（金）には中学生が参加して、これまで各学校で練習してきた合唱や合奏などを発表しました。この音楽祭は毎年行われており、児童・生徒にとっても恒例行事になっていると思いますが、本年度についても練習の成果が十分発揮された素晴らしい音楽祭となりました。

西土佐地域では、「音楽の集い」を、平成18年2月24日（金）に西土佐ふれあいホールで開催する予定です。



こども教育サポート賞 受賞

こどもサポート賞は、（財）高知県文教協会が、こどもの健全育成や教育活動に顕著な貢献のあった個人やボランティア団体等を表彰するもので、今年創設された制度です。

このたび、本市の「郷土の歴史や文化を考える会」（蕨岡地区）と池本博さん（竹島地区）がこの賞を受賞しました。「郷土の歴史や文化を考える会」は、蕨岡の遺跡・史跡・伝承文化などを学年ごとの冊子にまとめて教材化を図るとともに、フィールドワーク的体験学習を取り入れた「史跡めぐり授業」を行っています。池本博さんは、竹島小学校のゲストティーチャーとして、生産から流通までの過程を特産の「竹島梨」の栽培を通して子どもたちに伝え、教室や果樹園で生きた授業を展開されています。これら体験学習活動を通して、地域の子どもの郷土理解や郷土愛、深い知恵や豊かな心、好ましい人間関係を育むために多大な貢献をいただいています。

学習発表会においでください



具同地区「わたり会」合同発表会

2学期は、小・中学校ともに日頃の学習の成果を発表する機会がたくさんあり、保護者や地域の皆さんも学校へ足を運んでいただいたと思います。

11月8日（火）には、具同地区の開かれた学校づくり推進委員会「わたり会」の合同発表会が開催されました。保育所・小学校・中学校の子どもたちの合唱・合奏や弁論発表に加え、婦人会の方々による舞踊も披露され、盛大に行われました。

このように、開かれた学校づくりの一環として、保育所や地域の方々と合同で学習発表会を開催するところも多くなっています。各学校では、子どもたちをみんなで共に育てていこうという取り組みがすすめられています。1年間を総括する3学期にも、ぜひ学校へ出かけて子どもたちの成長をご覧ください。

寄付のお礼

四万十市ライオンズクラブ 中山洋二会長様より台風14号により被災した保育所と小中学校5校に本やパソコンなど200万円相当の義援品をいただきました。これは、四国内のライオンズメンバーからの募金により被災した学校から要望のあったものを寄贈いただいたものです。

また、竹島小学校の教育活動に多大な貢献をいただいております。平成17年度子ども教育サポート賞を受賞された池本博さんから、これからの子どもの活動に役立ててほしいと、竹島小学校へ10万円相当の図書を寄贈いただきました。ありがとうございました。



ご質問・ご意見をお寄せください
問い合わせ先

（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/>
トップページで【教育・文化】をクリックしてください。

四万十市地域子育て支援センター

ぽっぽ

★ 園庭開放

保育所名	開 放	日 時	備 考
もみじ 保育所	1月18日	水	9:30～11:00 駐車場なし
古津賀東保育所	1月20日	金	
元 町 保育所	1月17日	火	
古津賀 保育所	1月20日	金	9:30～10:30 中村小学校中庭 駐車場なし
愛 育 園	1月21日	土	
具 同 保育所	1月25日	水	
東 山 保育所	1月26日	木	

※雨天の場合は中止します。もみじ保育所、元町保育所、愛育園、東山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。



★1・2・3歳児対象 親子ふれあい活動」予定

月 日	時 間	活 動 内 容	場 所
1月18日 水	9:30 ～11:30	三方づくり①	子育て支援センター
19日 木		三方づくり②	
20日 金		三方づくり③	
2月7日 火		元気にあそぼう①	
8日 水		元気にあそぼう②	
9日 木		元気にあそぼう③	

★ その他の活動予定

月 日	時 間	活 動 内 容	場 所
1月23日 月	9:30 ～11:30	ぴよちゃんクラブ①	子育て支援センター
25日 水		ぴよちゃんクラブ②	
27日 金		お誕生会	
2月2日 木		節分	

《 親子ふれあい活動》

◎新たに参加を希望される方は、準備等の都合がありますので、あらかじめ子育て支援センター"ぽっぽ"までご連絡ください。



《 育児相談》

◎子育てについて思っていること、悩んでいることなどお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。

- ❖月曜日～金曜日 9:00～17:00
- ❖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。

《 休所のお知らせ》

◎1月24日(火)は、保育所職員研修会のため休所させていただきます。

● 問い合わせ先 ●

四万十市地域子育て支援センター
“ ぽっぽ ”

中村四万十町2248-1

(もみじ 保育所内)

☎ 35)3748





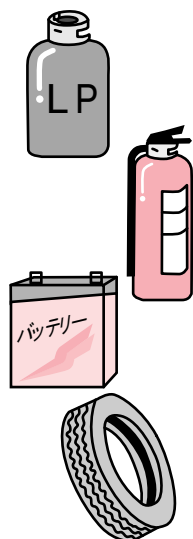
シリーズ 環境

VOL.6

市が収集しないごみ

処理困難物

「ガスボンベ」「消火器」「バッテリー」「タイヤ」「オートバイ」「コンバイン、トラクターなどの農機具」などの処理は、購入店や下表の業者に相談してください。



処理困難物	料 金	処理業および処理店	連絡先	住 所
ガスボンベ	小型は無料	高陽産業(株) 中村LPG充填所	(34)4148	古津賀2558
消 火 器	1本 1,500円	山陽防災設備 勝 瀬 防 災	(36)2618 (37)0181	津蔵淵358 有岡1099-3
バッテリー	少量は無料	一菱電装商会	(37)1515	具同相の沢 5222-1
タ イ ヤ	1本 300円	ミスタータイヤマン中村店 (尾崎タイヤサービス)	(34)5390	古津賀925
オートバイ	相談のうえ 持ち込み1台 1,000円から	大英環境機構(有)	(37)5666	江ノ村2192-1
農 機 具 コンバイン トラクター	相談のうえ 持ち込み1台 無料から	大英環境機構(有)	(37)5666	江ノ村2192-1

家電リサイクル対象品目

対象となるのは、「テレビ」「エアコン(室外機含む)」「洗濯機」「冷蔵庫」「冷凍庫」の4品目5種類です。リサイクルには、次の方法があります。

1 小売店に依頼する方法

下表のリサイクル料金および各小売店が設定した収集・運搬料金が必要です。リサイクル料金はメーカーによって異なりますが、大手7メーカー(松下電器、東芝グループ、日立製作所、三菱電機、三洋電機、シャープ、ソニー)の料金は次のとおりです。

テレビ	エアコン	洗濯機	冷蔵・冷凍庫
2,835円	3,675円	2,520円	4,830円

2 郵便局振込方式

小売店に依頼せず、直接指定引取場所に持ち込む場合には、リサイクル料金(+振込手数料)を郵便局で振り込み、製品にリサイクル券を貼って指定引取場所まで持ち込んでください。

指定引取場所

A グループ	松下電器、東芝グループ、日本ビクター、ダイキン工業、L G 電子ジャパン、コロナ、日本サムスンなど
引 取 場 所	県西部廃品回収事業協同組合(国寅商店) (34)1731 (古津賀3045、雅ヶ丘団地の近く)
B グループ	日立製作所、三菱電機、三洋電機、シャープ、ソニー、アイワ、船井電機など 指定法人ルート(NEC、その他)
引 取 場 所	日本通運(株)ペリカン便中村営業所 (37)4502 (具同7221-3、具同工業団地奥詰)

・テレビ



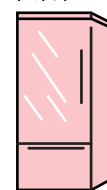
・エアコン
(室外機含む)



・洗濯機



・冷蔵庫および
冷凍庫



家庭用パソコンリサイクル対象機器

平成15年9月までに購入したパソコンは、処分するときに「リサイクル料金」(3,000円～7,000円程度で、メーカーによって異なります)を負担する必要があります。

平成15年10月以降に購入したパソコンは、購入時の料金に、リサイクル料金が上乗せされていますので、処分するときにリサイクル料金を負担する必要はありません。

(「PCRリサイクルマーク」が表示されています)

リサイクルは、メーカーの受付窓口へ申し込んでください。

パソコンリサイクル関係の情報は、社団法人電子情報技術産業協会(JEITA)のホームページ(<http://www.pc3r.jp>)に掲載されています。



デスクトップパソコン ノートパソコン



CRTディスプレイ 液晶ディスプレイ

ボクも、ちゃんとリサイクルしてね。



一時的多量ごみ

引っ越しなどによりできる多量ごみは、幅多クリーンセンター(☎(31)2600 上ノ土居)などへ自己搬入するか、引っ越し荷物運送業者などに処理をお願いしてください。

産業廃棄物

事業活動に伴い生じたごみのうち、燃えがら・汚泥・廃プラスチック類・建築廃材など

事業系一般廃棄物

電気店・各種修理工場・飲食店・事務所などの事業活動に伴い生じたごみ

※これらのごみ処理は法令により、自ら処理するか、廃棄物処理業者に委託するなどして処理することになっています。



問い合わせ先

◎(本 庁)地球環境課 ☎(34)1170

◎(総合支所)住 民 課 ☎(52)1111

図書館だより

★★★ 1月の主な新着図書 ★★★

一 般 書

鮎釣りをやってみよう	伊藤 稔
池上彰のお父さんが読んで聞かせる楽しいおはなし	池上 彰
いまを生きるちから	五木 寛之
NHKあしたをつかめ	NHK「あしたをつかめ」制作班
平成若者仕事図鑑	
おうちでパーティ!	「赤ちゃん和妈妈」編集部
獣たちの庭園	ジェフリー・ディーヴァー
剣客春秋 恋敵	鳥羽 亮
広州・マカオ・広東省	荻野 純一
ジェームス・ディーン	ジョージ・ペリィ
実例!英単語速習術	晴山 陽一
駿女	佐々木 譲
スーパ・オペラ	阿川 佐和子
20分でできる晩ごはん	NHK
母への詫び状	藤原 咲子
人を10分ひきつける話す力	斉藤 孝

児童書/えほん

瓜子姫っこ	飯野 和好
エルマーとカバ	デビッド・マッキー
おぼけのたんじょうパーティ	ジャック・デュケノワ
おひめさまふたごになる	まだらめ 三保
崖の国物語 6	ポール・スチュワート
飼育と観察	小学館
ストラヴァガンザ 星の都	メアリ・ホフマン
ソフィーのねがい	ディック・キング=スミス
日本の恐竜	ヒサ クニヒコ
ねずみくんとかくれんぼ	上野 紀子
ふしぎはっけん百科 秋冬編	川端 建治
ぶたぬきくんおまわりさんになっちゃった	森田 みちよ
まほうのおしろでベビーシッター!!	藤 真知子
読みがたり高知のむかし話	土佐教育研究会国語部
ライオンボーイ 3	ジズー・コーダー

ねんきんだより



年金受給者の皆さまへ

「平成17年分公的年金等の源泉徴収票」が送付されます

国民年金・厚生年金保険および共済組合などから支給される老齢または退職を支給事由とする年金は、所得税法上「雑所得」として取り扱われ、課税の対象となります。

社会保険業務センターでは、毎年1月下旬に、所得税が年金から源泉徴収されたか否かにかかわらず、老齢年金の受給者全員に「公的年金等の源泉徴収票」を送付することになっています。

この「源泉徴収票」には、平成17年中に支払われた年金の総額、年金から天引きされた介護保険料の金額、源泉徴収税額および控除内容などが記載されています。

確定申告の際には、この「源泉徴収票」が必要ですので、大切に保管してください。

万が一紛失した場合は、高知社会保険事務局幡多事務所までご連絡ください。

なお、障害年金や遺族年金は、課税の対象となっていないため「源泉徴収票」は発行されません。

20歳になったら国民年金

成人式を迎えられるみなさん、おめでとうございます。

20歳になると「国民年金」に加入しなければいけないことをご存じですか。

「国民年金」は、老後はもちろん病気やケガなどで収入がとだえても、誰もが安心した生活を送れるように社会全体で支えあう制度です。

20歳になると、まず年金手帳が送られてきます。その年金手帳に記載された基礎年金番号は、年金を受給するときはもちろん、会社に就職するときなど一生使いますので、大切に保管してください。

「国民年金」は、学生の皆さんにも保険料の納付が義務付けられていますが、「学生納付特例制度」をご利用いただくと、在学期間中の保険料を社会人になってから納めることができます。

また、学生以外の20歳台の方には、本人および配偶者の前年の所得が一定額以下の場合に、保険料の納付が猶予される「若年者納付猶予制度」があります。

保険料の納付が困難な場合は国保年金係までご相談ください。

休日・時間外年金相談のお知らせ

○年金相談の受付時間延長

1月10日(火)は、高知社会保険事務局幡多事務所で、年金相談の受付時間を19時まで延長します。

○第2土曜日は年金相談日

1月14日(土)は、高知社会保険事務局幡多事務所で、9時30分から16時まで年金相談を行います。

問い合わせ先

(本 庁) 市民課 国保年金係 ☎(34)1114
(総合支所) 住民課 国保年金係 ☎(52)1111
高知社会保険事務局幡多事務所 ☎(34)1616

情報掲示板

しまんと

1月の防災メモ

身を守るための予防策

地震の際の負傷原因で一番多いのが、家具の転倒やガラスの飛散によるものです。

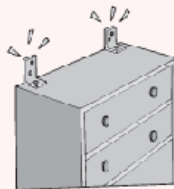
まず次のようなことに普段から気をつけておくことが大切です。

①家具の配置に気を配るとともに収納方法を見直す。

仮に転倒しても、逃げ道をふさがないような配置を心掛ける。

収納については重いものを下に置くことで、落下によるけがを防止するとともに

家具自体の安定性を増すことになり、転倒しにくくなります。



②寝室のガラス戸には厚手のカーテンを取り付ける。

就寝中に地震があり、暗い中で室内に割れたガラスが散乱するとたいへん危険です。厚手のカーテンはそれを防いでくれます。

お知らせ

平成18年度

四万十市農業委員会委員

選挙人名簿の登録申請

四万十市農業委員会委員選挙人名簿は、毎年1月1日現在で資格を有する方の申請に基づいて作成されます。また、この選挙人名簿に載っていないと投票もリコーの請求もできなくなります。

平成17年度選挙人名簿の登録者については、個人宛に申請書等をお送りします。また、新たに申請をする方については、「申請書の偏付場所」にある申請書をご利用ください。

▼該当者

四万十市農業委員会の区域内に住所を有する次に該当する方

(1) 年齢20歳以上の方

(2) 10アール(1反)以上の農地を耕作している方およびその同居の親族または配偶者で年間おおむね60日以上耕作に従事している方

▼申請書の提出期限

1月10日(火)までに市農業委員会へ提出してください。

▼申請書の備付場所

(市)農業委員会・選挙管理委員会

・(総合支所)総務課

高知はた農業協同組合(中村支所、西土佐支所、中村東部出張所、中村西部出張所、中村南部出張所、中村北部出張所、大宮出張所)

問 (市)選挙管理委員会事務局

☎(34)1784(直通)

補装具および日常生活用具の

利用者負担が変わります

身体障害者が補装具および日常生活用具の給付等を受けようとする場合、1月1日から、自己負担額が一部変わります。

世帯階層 区分	補装具(交付・修理)・ 日常生活用具(給付)	加算基準額
市 民 税 非課税世帯	0円→1,100円	0円→220円
市 民 税 課税世帯	変更なし	

問 (市)福祉事務所社会福祉係

☎(34)1120

(市)福祉事務所分室

(保健福祉課)

☎(52)1132

精神科医師による
「心の健康相談」

日 程	申し込み締切日
1月17日(火)	1月12日(木)
1月24日(火)	1月19日(木)

時 間 13:30～15:00

場 所 幡多福祉保健所(中村山手通19)

相談医：精神科嘱託医

申し込み多数の場合は、次回になることもありますのでご了承ください。

※保健師・相談員による相談は、随時受け付けています。

問 幡多福祉保健所障害課

☎(34)5124

☎(35)5979



大切なお知らせとお願い

1985年から1992年製のナショナルFF式石油温風機および石油フラットラジエントヒーターは事故に至る危険性があります。

当該対象製品を未点検のまま使用すると、一酸化炭素を含む排気ガスが室内に漏れ出し、場合によっては死亡事故に至るおそれがあります。

ご使用のFF式石油温風器および石油フラットラジエントヒーターの品番をご確認し、未点検の方は使用を中止し、次のフリーダイヤルまたは購入販売店までご連絡ください。(対象製品には背面に給排気筒があります)

対象機種の一覧

製品名	FF式石油温風機	FF式石油温風機	石油フラットラジエントヒーター
品 番	OK-2525 OK-3536	OK-302B	OK-R500F
	OK-2526 OK-3537	OK-303B	OK-R501F
	OK-2535 OK-4020	OK-402B	OK-V501F
	OK-2536 OK-4030	OK-403B	OK-U501AF
	OK-3525 OK-2526HA		OK-R800C
	OK-3526 OK-3527HA		OK-R800AC
	OK-3527 OK-4020HA		
	OK-3535		
製造年月	1985年10月～1991年4月	1991年4月～1992年1月	1989年8月～1991年4月

問 松下電器お客様専用フリーダイヤル (0120)872773(24時間対応)

問は問い合わせ先 申は申し込み先 受は受け付け先 連は連絡先

平成17年国勢調査

四万十市の

世帯
人口

15,359世帯
37,917人

平成17年10月1日全国一斉に行われた国勢調査は、市民の皆さまのご協力により、無事終了することができました。今後、国において結果が詳しく分析され、年齢別・就業別人口等が集計されます。調査結果は国・県はもとより、本市のこれからの行政施策を考えていく基礎資料としてさまざまな分野で生かされます。

平成17年国勢調査要計表の集計

2005 国勢調査	平成17年国勢調査				平成12年国勢調査 (四万十市欄の数値は旧中村市と旧西土佐村の値を合算しています)			
	世帯数	人 口			世帯数	人 口		
		総 数	男	女		総 数	男	女
四万十市	15,359	37,917	17,855	20,062	14,995	38,784	18,379	20,405
旧 中 村 市	14,059	34,346	16,160	18,186	13,652	34,968	16,549	18,419
旧西土佐村	1,300	3,571	1,695	1,876	1,343	3,816	1,830	1,986

*うえの数値は総務省が公表する要計表による人口集計と異なる場合があります。

問(本 庁)企画広報課 ☎(34)6128
(総合支所)総 務 課 ☎(52)1111

特設行政相談所

1月20日(金)9時から12時まで、市立市民病院で特設行政相談所が開設されます。

この相談所は、市民病院を利用する入院・通院患者の皆さんに行政相談を気軽に利用してもらえよう、病院内において開設するものです。相談員は、総務省高知行政評価事務所職員と行政相談委員です。料金は無料で秘密は厳守されます。病院の利用者以外の方も利用できますので、くらしの中の行政に関する困りごとについて、お気軽にご相談ください。

▼会場 市民病院1階 医療相談所

※会場は、四万十市社会福祉センターから変更になりましたのでご注意ください。

問 総務省高知行政評価事務所 行政相談課

☎088(824)4100

特設人権相談所(無料)

《西土佐地域》

▼場所 大宮生活改善センター 中半集会所

▼日時 2月10日(金)10時〜12時
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。

問 高知地方支務局四万十支局

☎(34)1600

募集

家庭料理講座参加者

男女共同参画社会推進事業の一環として、女性だけでなく男性も家庭で料理作りができるよう簡単な料理実習講座を開催します。男性も家庭料理作りの第一歩としてみませんか。

日時 1月29日(日) 10時〜13時

場所 市立中央公民館調理室

定員 男性10人 女性10人

対象 市内で居住または勤務している成人の方

講師 竹森 美佐子さん (食と生活研究所)

料理 中華・酢物他

受講料 1000円 (材料代実費)

持参するもの 三角巾、エプロン、タオル

申込受付 1月16日(月)から受け付けます。

電話での申し込みも可能です。(土・日は除く)

電話・窓口とも9時から17時15分まで。ただし、定員になり次第締め切らせていただきます。

問(市)教育委員会生涯学習課 働く婦人の家

☎(34)6299

健康づくり講座 ボディートークで心と体をほぐそう!

「心と体はつながっている」とよくいわれますが、心が緊張している時は、体に必ずサインを出しているようです。ある特定の部位が凝っていたり、息が十分吐けなかったり、いきなり心をほぐすのは難しいですが、体をほぐしていくうちに、心もいつしか軽くなり、さらに、相手をほぐしてあげることによって自分自身もほぐれていきます。ボディートークの三要素 手のぬくもり、暖かい息、はるむ命

日時 1月23日(月) 3月13日(月)

19時〜20時30分

毎週月曜日 8回

場所 市立働く婦人の家(和室)

講師 高橋 郁子さん (ボディートーク協会公認リーダー)

山下美知子さん (ボディートーク協会公認リーダー)

受講料 無料

募集人員 20人

対象 市内に居住または勤務している女性(20代〜60代)

申し込み方法 1月12日(木)から受け付けます。

電話での申し込みも可能です。(土・日は除く)

電話・窓口とも9時から17時15分まで。ただし、定員になり次第締め切らせていただきます。

問(市)教育委員会生涯学習課 働く婦人の家

☎(34)6299

問 は問い合わせ先 申 は申し込み先 受 は受け付け先 連 は連絡先



ご案内

県立大方高等学校
通信制で学んでみませんか

通信制課程は、自学自習が基本です。

通信制は、毎日学校に通学するのではなく、自宅で自学自習が基本となります。

通信制では、次のような学習方法で高校の卒業資格が取れます。

◆ 自宅でレポート作成・添削指導

◆ 日曜日に学校で面接指導

◆ 前期・後期の最後にまとめのテスト実施

◆ 決められた回数のスクリーンングを受け、締め切りまでにレポートを提出し、テストに合格すれば単位認定

このような方法で、必修科目を含めて、74単位以上修得できれば高校の卒業資格が得られます。3年間で卒業することもできます。

▼ 納入金

受講料 1単位320円×単位数分)および諸経費等が必要

▼ 入学選抜

入学定員 100人

◆ 入学資格

中学校を卒業した人、またはそれと同等の学力のある人

◆ 出願期間 3月2日(木)

◆ 面接日 3月26日(日)

◆ 入学式 4月9日(日)

◆ 入学式 4月9日(日)
わからないことがあれば、お気軽にお問い合わせください。

◆ 大方高校通信制

濱田・小野川

TEL 088-43-1079
FAX 088-43-1379

科学技術相談

高知大学とともにより一層の発展をしませんか

高知大学は、地域の活性化に向けて「科学・技術相談 各種相談」を行っています。相談のある方は国際・地域連携センターにお問い合わせください。

▼ 科学・技術相談

地域・企業・自治体・学校等での科学・技術に関する未解決の問題や課題に対して高知大学教授が助言します。高知大学が持つ知識、情報、あるいは研究成果を活用することが出来ます。

問 国立大学法人高知大学

国際・地域連携センター

088(844)8555

公的年金等の確定申告説明会

年金を受給されている方を対象に確定申告書の記載や作成方法の説明会を開催します。

申告期間中は税務署や市の税務課窓口は混雑が予想されます。この機会をぜひご利用ください。

■ 日 時 2月8日(水)・9日(木)
9時～11時、13時～16時

■ 場 所 市立文化センター 1階大会議室

次の書類等をお持ちください

- ◆ 確定申告書用紙(郵送されていない方は、当日交付します)
- ◆ 公的年金等の源泉徴収票、公的年金以外の収入のある方はその所得の計算に必要なもの(給与所得の源泉徴収票など)
- ◆ 国民健康保険税の支払額のわかる書類、国民年金・国民年金基金の控除証明書
- ◆ 生命保険料、損害保険料の支払証明書
- ◆ 医療費控除の申告が必要な方は、平成17年中に支払った医療費の領収書
- ◆ 印鑑、筆記具、計算用具、還付金振込口座の通帳など

なお、「所得税の確定申告の手引き」や昨年の申告書控などを参考に、ご自分で申告書の作成ができる方は、郵送により提出していただいても結構です。

また、国税庁ホームページを利用して、確定申告書の作成ができます。年金所得者以外の方も、ぜひご利用ください。

国税庁ホームページ <http://www.nta.go.jp>

日直指定水道業者

● 水道料金は口座振替で ●

月	日	曜	業者名	電 話
1	7	土	中村水道工事センター	(35)4323
	8	日	(株)中村住設	(34)3621
	9	月	(有)大杉設備工業	(34)2324
	14	土	(有)福永工業	(35)5996
	15	日	(有)カキタニ設備	(33)0660
	21	土	岡崎プロパン(株)	(35)3458
	22	日	(有)夕部設備	(37)3383
	28	土	西南管工	(36)2554
	29	日	(株)奥宮工業	(37)5151
2	4	土	(有)大同設備	(35)4879
	5	日	(有)石井建設	(33)0404

● 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

問 中村税務署個人課税部門 (35)2135

(本 庁)税務課市民税係 (35)1115(直通)

(総合支所)総務課税務係 (52)1111

● 明けましておめでとうございます ●

こんにちは、グリです

国際交流員 **古リニガル** **古リ妮** **艾** **海** **提**

明けましておめでとうございます。新しい1年が四十市の皆さんにとつていい年でありますよう祈念します。私も、新しい年を迎え、元気でそして実り多い交流をしていきたいと思っています。

正月は日本で一番大きい行事で、盛大に行われるということは前から聞いていました。日本の正月の様子を見るのは楽しみの一つでしたが、一時帰国しますで、日本のお正月を楽しめないことは残念です。

さて、中国、新疆ではお正月はどういう風に過ごすでしょう。

以前の国際交流員も紹介したとおり、中国のお正月は旧暦で祝います。中国でも正月を家族と過ごすための帰省は国民の大きな移動となり、交通の大渋滞を引き起こします。でも1年に1回の家族全員そろって楽しく過ごす時間なので、みんなそれに耐えながら帰郷します。そして、正月の爆竹は中国ならではのものです。新疆は漢民族、ウイグル族などのいろいろな民族が居住している



市内中学校を訪問

ところなので、祭りや行事が民族によって違います。

新疆での正月に漢民族は、家族そろって餃子を食べたり、爆竹を鳴らしたりしてとてもにぎわいます。漢民族以外のトルコ系少数民族は、このお正月には何も特別なことをしませんが、

国全体が一週間の休みに入りますので、この間ゆっくり休むことができます。正月に漢民族の友達の家を訪ねたりする少数民族もいます。

トルコ系少数民族は正月を祝いませんが、正月に匹敵する祭りは年に二回あります。それはイスラム教に関係のある

とコルバン祭（犠牲祭）です。ロザ祭（断食明けの祭り）の断食は、断食する1カ月の間、日の出から日没まで一切の飲食物を口にしないということです。でも私は今まで1日も断食をしたことがありません。断食を楽しみ私のような人が

新疆の都会部に多少いると思います。ロザ祭から70日たつてからくるコルバン祭は、羊などを殺し、血を流して、神様に感謝の気持ちを表す祭りです。

ロザ祭は、同じ職場、同じ学校でもトルコ系少数民族は1日休みますが、漢民族は休みません。また、コルバン祭の休みは3日間で、漢民族は1日休みです。私は漢民族の学生に教えていたので、ロザ祭の日とコルバン祭の2日、3日目には私の都合で休むか、学生の都合で授業をするかが問題になった事がありました。

この二つの祭りに少数民族の友達や仲のいい同僚の家を訪ねたりする漢民族も多いです。お互いの祭りを祝いながら、たくさんのお祭りを祝うことが出来るのは中国の新疆だけのことでしょうか。違う文化を持つている民族が一緒に暮らしていることのおかげで、新疆の人々の休日にも多くなります。もちろん祭りごとにも職場から出る手当ても、民族間合わないものなので、民族がもっと多くいて、祭りがもっとあつてほしいなこともないわけではいいです。皆さん、読んでうらやましく思いましたか。

台風14号災害 義援金のお礼

9月上旬に襲来した台風14号は、記録的な豪雨により、市内各地で住家等の浸水被害など甚大な被害をもたらしました。

被災した方々に対して、市内外の方々から暖かい励ましや心のこもった義援金・義援品、また被災地で復旧にあたられたボランティア等多大なご支援をいただきました。皆さまのご厚情に対しまして深くお礼を申し上げます。

義援金につきましては、12月12日現在で区長会の募金活動によるもの等を含めまして、180件、総額80万5150円の浄財をお寄せいただきました。

市では災害見舞金配分委員会で被災者への配分金額等を決定し、県からの義援金を含めて、被災された方々に見舞金としてお届けしています。

ご配慮いただきました郵便局や金融機関に対しまして厚くお礼を申し上げます。

四十市長

隠された病

鍼灸師 山崎 道広

中医学研究所コーナー

Vol. 9

私の鍼灸日記5

緑の山の中に、赤い花が咲くように紅葉が目立つようになってきました。一年間のなかで紅葉をみることができるのはほんの一瞬ですが、なんともいえない雰囲気を醸し出しています。夏にはあんなににぎやかだった草むらの虫もじつと息を潜め、静かになってきました。まるでこの赤い木々に見惚れて、声を出すことさえ忘れているように感じます。そんな季節に、こんな患者さんがやってきました。

◇隠された病

待合いをのぞくと、中年のご夫婦が座っていました。予約表では患者さんは旦那さんのYさんのようです。診察室に呼ぶと、サングラスをしているので、ちよつと怖そうに見えましたが、奥さんと声を合わせていいました。

「先生、左の肩こりが治らん！」聞くと随分と前から悩んでいたそうです。整形外科にいき、肩に注射や、湿布をしても全然よくならないそうです。第一印象ではYさんは肩こりを訴えています。夫婦で来院するぐらいなので、よっぽどひどいのかと思います。上着を脱いで、肩のほうを診せて

もらうと、その予想は的中してしまいました。肩の周囲の皮膚はすべて、焦げたせんべいのように硬く、灰色に変色しています。どうやら、湿布にかぶれても痛みがあるため、何度も湿布を繰り返していたようです。頸部のほうを診ると、首の後ろに深いひび割れが入っています。これは、頸椎のほうに疾患が隠れているときに出現の症状です。

「実は、首から左腕のほうまで痛みがあるんや。」

そこで、顔を上向きにさせて、頸椎からの神経痛かどうか確かめる検査をすると、見事に神経痛が現れました。また、左肩の上に挙げさせると左肩にも痛みがありました。どうやら、本人は肩こりと思っていたようですが、これは頸椎からの神経痛と五十肩が組み合わさった症状のようです。肩の痛みのほかに、不眠・けん怠感・便秘などを訴えています。

舌を診ると、白い苔がベツタリついています。これは、便が出なくなり、余計な水分や食べ物が体内にたまったときにでる所見です。老廃物が体にあるためにそれらの症状を引き起こしているのです。神経痛・五十肩を治すためには、全身の血流を回復させるために、まず便を出させなくてはなりません。

（「陰陵泉穴と天枢穴（便と一緒に老廃物を出させます）」と大陵穴（肩背部の血流を良くします）」を処方しました。また、かぶれた部位には皮膚をきれいに戻す鍼と頸椎のひび割れた部位に治療しました。

2日後に来院したときには、表情は一転して、怖そうな感じは一切ありませんでした。便も出るようになり、かぶれた皮膚もポロポロむけてきれいな皮膚が下にのぞいています。神経痛は減少し、舌の苔もだいぶ薄くなっています。今回の処方も前回と一緒にしました。

その5日後に診察すると、かぶれた皮膚はなくなっただいぶきれいになっていました。神経痛の検査をしても痛みはなく、湿布するに及ばないようです。Yさんも満足げに笑っています。痛みもなくなったので、不眠も解消されてきたようです。ただ、五十肩がまだ少し残っています。頸椎からの神経痛はだいぶ治りましたので、今日から肩のリハビリも併せて治療することにしました。

まだリハビリを始めたばかりですが、舌の苔も減っているの、血流が改善されて良くなっているでしょう。Yさんには頸椎からの神経痛と五十肩と一緒に笑顔も隠されていきました。今ではその笑顔が溢れてきたことはとても嬉しいことです。次はどんな隠された病気の患者さんが来院するでしょうか。

養生のススメ3 今月のテーマ ～花粉性～

早い人は、1月から花粉症の症状が出始める人もいます。中医学からみると、体に余分な水気をため込んでいる人が多いようです。水分の取り過ぎや冷たいものの生もの甘いものなどは控えて、春に備えましょう。詳しくは養生相談でどうぞ。



救急病院			市 民 病 院		
救急当番医 （ 8: 00～18: 00）					
月	日	内 科	電話番号	外 科	電話番号
1	8	森 下 病 院	（ 3 4 ） 2 0 3 0	正木整形外科	（ 3 4 ） 5 2 5 2
	9	木 俵 病 院	（ 3 4 ） 1 2 1 1	木 俵 病 院	（ 3 4 ） 1 2 1 1
	15	四万十市民病院	（ 3 4 ） 2 1 2 6	四万十市民病院	（ 3 4 ） 2 1 2 6
	22	幡 多 病 院	（ 3 4 ） 6 2 1 1	幡 多 病 院	（ 3 4 ） 6 2 1 1
	29	大 野 内 科	（ 3 7 ） 5 2 8 1	黒原クリニック	（ 3 4 ） 6 6 2 2
2	5	四万十市民病院	（ 3 4 ） 2 1 2 6	四万十市民病院	（ 3 4 ） 2 1 2 6

※急患の方はご利用ください。都合により変更もあります。

養生健康相談

日時 1月19日(木)
14:00～17:00
場所 健康管理センター
担当 篠原明徳医師
(市立中医学研究所)

※事前(市)健康管理センターまで
お申し込みください。
(34)2156

楽しみながら学べる中医学の勉強会・再び

中医学をもっと多くのひとに知ってもらいたい。健康づくりに役立ててもらいたい。そんな思いから始めた“楽しみながら学べる中医学の勉強会”。

前回大好評につき参加できなかった皆さま、申し訳ありませんでした。そこで再び同じ内容で勉強会を開催することになりました。中医学のおもしろさ満載の勉強会、全3回でお楽しみのおみやげ付きです。ぜひご参加ください。

日 程 月1回・全3回コース

1月～3月／第3木曜日／19:00～21:00

※参加費は無料です。

場 所 下田・中医学研究所 セミナー室(定員30人、要予約)



❖1月19日(木) 第1回 中医学ってどんなもの？

はたしてどんな診察をするのか？ほんとに効くのか？・・・そんな疑問に対して、実際の症例を紹介しながら解説していきます。また実際に漢方薬を味わってもらいます。診療施設や生薬資料室の見学もあります。

❖2月16日(木) 第2回 自分の体質を知ろう！

暑がりの人もいれば、冷え性の人もいるように、体質は人それぞれに違うもの。健康法の第1歩は、まず自分の体質を知ることから。簡単な体質チェック表から自分の体質を判断し、それぞれの体質に合った養生法を学びます。

❖3月16日(木) 第3回 身近な漢方一薬膳の考え方

なぜ、豆腐にしょうがを添えるのか？赤飯の意外な効用とは？・・・実は身近なところで実践されている薬膳の考え方を紹介します。毎日食べるものだからこそ気になる食材の効能や性質。これを知ると明日からの献立も変わる？

問い合わせ先 市立中医学研究所 ☎(31)5202(内線50)

おてがる

医 食 同 源

Vol. 8

■ 今月は、一年の中で最も寒く、空気が乾燥する季節です。

体全体が冷えてくると、代謝機能が落ちて抵抗力も弱くなり、風邪を引きやすくなったり、腸の働きが鈍くなったりします。特に冷えが原因で起こる便秘には、体を冷やす下剤を使うのは逆効果です。腸の働きを活発にする運動をしたり、体を温める食材や食物繊維をとって対処しましょう。

■ 気をつけたい症状

風邪、便秘、冷え性

★ 今月の薬膳メニュー ★ けんちん汁風



【効 能】	干しいたけ 骨粗鬆症、便秘、高血圧、糖尿病、動脈硬化	里 芋 消化促進、頭痛、咳止め、沈静作用
	白 菜 健胃、便秘解消、虚弱体質、渴きを治す	に ん じん 疲れ目、美肌、がん予防
	ご ぼ う 便秘、脳出血、歯痛、利尿	大 根 頭痛、せき、風邪
	こんにゃく 高血圧、のぼせ、高脂血症、便秘、ダイエット	ゆ ず の 皮 利尿作用、美肌、咳、冷え性、食欲不振
	だし 昆 布 便秘、高血圧、貧血、むくみ	

【材 料(4人分)】

干しいたけ	4 個
昆 布	10 cm
里 芋	2 個
白 菜	300 g
ごぼう	100 g
大 根	80 g
にんじん	1/3 本
こんにゃく	1/2 枚
ゆずの皮の干切り	少々
み そ	大さじ2
塩	適量

【作り方】

- ① 鍋に干しいたけ、昆布、水8カップを入れ、30分ほどおく。
- ② 里芋は皮をむき、半月切りにする。白菜は2cm角に切る。ごぼうはささがきに、大根、にんじんは短冊切りに、こんにゃくは塩をふってもみ、下ゆでをして手でちぎる。
- ③ ①に②を入れて煮立て、里芋がやわらかくなるまで煮る。干しいたけ、昆布を鍋から取り出し、それぞれ食べやすい大きさに切って鍋に戻す。
- ④ みそをといて加え、器に盛ってゆずの皮をのせる。

(主婦の友生活シリーズ「千坂式食事法」参考)

問い合わせ先 中村薬膳料理研究会(本庁) 商工観光課 (34)1783

お誕生
おめでとう

住所

赤ちゃん

保護者

(平成17:11:6～平成17:12:5届分)

ご冥福を
お祈りします

住所

氏名

享年

(平成17:11:6～平成17:12:5届分)

岩田高野真優	蔵岡山本貴史	赤松町三浦望夢	具同田黒吉本幸平	具同田黒安田碧都	具同横田妃華	具同文野聡太	古津賀東来夢	古津賀橋本匠未	古津賀林風太	古津賀田辺日向	古津賀木村小春	右山天神町浅井玲香	中村於東町豊島成竜	中村一条通伊藤空	大	中村天神橋國吉謙太郎	中村丸の内辻光哉	右山元町山本勝美	駅前町渡辺史子	古津賀新開謙三	具同小島宏水	具同北澤和足	渡川柿内進	具同黒小松靖	具同黒正木君香	山路小野和也	山下田冲健吉	下田本山守枝	蔵岡景平隆	蔵岡鴨居兔女	蔵岡福本亀次	勝岡永野熊野	大用佐竹重利	西土佐玖木藤倉角野
博明	潤	敏明	康孝	賢治	英和	賢一	一志	伸二	竜哉	豊	清二	浩二	征吾	大	大	謙太郎	光哉	勝美	史子	謙三	宏水	和足	進	靖	君香	和也	健吉	守枝	隆	兔女	亀次	熊野	重利	角野
100	80	91	87	90	88	88	81	27	62	49	92	77	61	83	62	91	75	83																

みなさんの声を聴かせてください

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、提言や苦情、要望などを聴くために設置しています。

「開かれた市政」を推進していくうえでの目標は、市民の皆さんへの行政サービスの向上にあります。そのために市民の皆さんのご意見、ご要望をお聴かせください。

広聴ファックス

フリーダイヤル しこく ななはちなな 四万十市公式ホームページ上に設けています
0120-459787 <http://www.city.shimanto.lg.jp/>

広聴メール



「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)1113までご連絡ください。

人が人らしく

★人権さまざま★ 9

私たちは、大自然の恩恵をふんだんに受かって日々を暮らしています。清流四万十を目の当たりにできるありがたさは、何ものにも替えがたい幸せです。しかしながら、この水が、24時間、市民全員の、幸せに繋がっているでしょうか。自然保護は極めて大切ですが、自然は自然のままでは害悪をももたらせてしまいます。この夏流域の方々の中には、大災害に遭われた人も多く、お見舞いの申し上げようもないほどです。

深まる過疎に荒れ果てた山林、それに加えて、意図的に川を汚してしまふ不屈きな人間の存在など、暴れる川に一層の拍車をかけていることはなかったでしょうか。水を守り、川を守り、海を守るためには、行政のみならず、一人一人の心も必要です。目の前にさえなければいいという考えの人たちが、山を伐り飛ばし、ウレタンを、空き缶を、放流する。四万十はただの排水路となつて下流へと突っ走る。四万十川河畔の海岸は空き地が見当たらないほどのゴミの山です。一九〇キロにわたって集められたゴミを処理する下流の住民も同じ市民なのです。

そんな四万十の水ばかりでなく、地球規模で水の汚染が進んでいると言われていきます。地球は水の惑星とも呼ばれますが、飲み物として使える水はごく僅かしかありません。九七・五％が海水、残り二・五％が淡水です。が、そのうち、南極と北極の水が大半を占めているので、実際に使えるのは全ての水の〇・〇一％にすぎないそうです。そんな貴重な宝の水が、二〇五〇年には七〇億人もの人々が、深刻な水不足に陥る可能性がある、と国連の報告は指摘しています。そうすると、水は一部の金持ちのものとなり、既に多国籍企業は水の独占に乗り出して商売にしようと考えているようです。そんなものに我らの四万十を売り渡してはなりません。

川を守り、水を守るとは、一人一人が、見えない人の存在まで想像して、自分の行動を考えることではないでしょうか。上流から下流まで一人残らず、わが川の水は「世界の水」と心に刻みつけて、生きたいものだと思います。

四万十市人権啓発講師 山本 衛

Jan 1月の健康カレンダー

1年に1度は検診を～健康は自分で～

*西土佐地域の検診等のお知らせは
西土佐保健センター新聞をご覧ください。

(本 庁) 保健介護課
(34)1115
問い合わせ先
(総合支所) 保健福祉課
(52)1132



◎一般健康相談

月 日	時 間	場 所
1月13日(金)	13:30～14:00	生ノ川集会所
16日(月)	10:00～10:30	古津賀第1団地集会所
"	13:30～14:00	楠島集会所
18日(水)	9:30～10:00	磯ノ川集会所
19日(木)	13:30～14:00	三ツ又集会所
"	9:30～10:00	上ノ土居公会堂
"	9:30～10:00	安並尾崎集会所
24日(火)	13:30～14:00	山路上集会所
31日(火)	14:00～14:30	佐田集会所
"	13:30～14:00	横瀬集会所
2月3日(金)	10:00～10:30	古津賀第2団地集会所
6日(月)	9:30～10:00	平野集会所
7日(火)	14:00～14:30	久保川集会所
"	9:30～10:00	九樹集会所
8日(水)	9:30～10:00	双海集会所

◎乳幼児(赤ちゃん)相談

月 日	時 間	場 所
1月13日(金)	9:30～11:00	健康管理センター
16日(月)	9:30～11:00	自由ヶ丘老人憩の家
"	10:30～11:00	古津賀第1団地集会所
2月2日(木)	9:30～11:00	自由ヶ丘老人憩の家
3日(金)	10:30～11:00	古津賀第2団地集会所
7日(火)	10:30～11:00	大川筋診療所

◎乳児健診

月 日	受付時間	場 所
1月11日(水)	12:50～13:30	健康管理センター
25日(水)		

※対象者には個人通知します。

◎1歳9カ月児健診

月 日	受付時間	場 所
1月26日(木)	12:50～13:30	健康管理センター

※対象者…平成16年4月生まれの方
(個人通知します)

月 日	受付時間	場 所
2月9日(木)	12:50～13:30	健康管理センター

※対象者…平成16年5月生まれの方
(個人通知します)

◎離乳食相談

月 日	時 間	場 所
2月2日(木)	9:30～11:00	自由ヶ丘老人憩の家

※乳幼児(赤ちゃん)相談と一緒に、
栄養士が相談に応じます。直接会場にお
越しください。
特に持参するものではありません。

◎ママタッチ教室

月 日	時 間	場 所
1月13日(金)	9:30～11:00	健康管理センター

※保育士と保健師による赤ちゃんの、タッチ
ケア教室です。乳幼児(赤ちゃん)相談の場
所で行っています。特に持参するものはあ
りません。

◎3歳児健診

月 日	受付時間	場 所
1月20日(金)	12:50～13:30	健康管理センター

※対象者…平成14年5月生まれの方
(個人通知します)

◎妊婦教室

月 日	時 間	場 所
2月1日(水)		
5日(日)	13:30～15:30	健康管理センター
8日(水)		

※妊婦(夫)およびその家族。事前(本庁)保健
衛生係までお申し込みください。 ☎ 34)1115
資料代……500円

◎麻しんと風しんの予防接種を受けましたか

(平成18年4月1日から麻しんと風しんの予防接種法が変わります)

風しんだけ受けていない → できるだけ早く、風しんの予防接種を受けてください
麻しんだけ受けていない → できるだけ早く、麻しんの予防接種を受けてください
どちらも受けていない → できるだけ早く、最初に麻しんの予防接種を受けてください
(その後風しんの予防接種を受けてください)

1歳から7歳半までのお子さんと麻しんと風しんの予防接種予診票をお持ちの方はできる
だけ早く受諾医療機関で受けるようにしてください。

有料広告を掲載しています。掲載を希望する方は企画広報課 (34)6128までご連絡ください。

有料広告スペース