



市政ニュース

- 市長室こぼれ話 3
- まちの話題 4~5

教育ニュース

- 市教委だより 6~7

暮らしニュース

特集 あれから1年

- 台風14号を振り返って 14~15
- 国際交流員 張玲のコーナー 26
- 9月の健康カレンダー 28

四万十市再発見

黒尊溪谷  
(西土佐黒尊)

口屋内大橋から美しい黒尊川を眺めながら宇和島方面に車で約30分行ったところにトドロ遊歩道があり、その遊歩道をぬけると知る人ぞ知る名所が広がっています。暑い夏には避暑地として、また、秋には紅葉を楽しむことができます。ここはまるで別世界。黒尊川から吹いてくる澄んだ空気を体いっぱい吸い込んでみてください。



人のうごき ( )内は、前月比

~8月1日現在~

総人口	37,848 (-22)
男	17,953 (-6)
女	19,895 (-16)
世帯数	16,101 (+5)

7月中のうごき

転入	88人
転出	92人
出生	16人
死亡	34人



四万十市で暮らしてみませんか

## 移住相談窓口を設置しました

今、全国で移住促進に取り組む自治体が増えています。それは、戦後のベビーブームに出生したいわゆる「団塊の世代」がこれから大量退職を迎え、自然豊かな田舎へ移住する人が多くいると予測されているからです。四万十市には団塊の世代のみならず、清流四万十川に憧れる若い世代を中心に移住についての問い合わせが多く寄せられています。

現在行っている市の移住対策や民間団体等の取り組みについて紹介します。



### 四万十市の取り組み

#### 移住に関する問い合わせは企画広報課へどうぞ

市では4月から移住に関する問い合わせ窓口を企画広報課に置きました。

皆さんのご親戚やお知り合いで、市内への移住（Uターン、Iターン）について検討したり、興味を持っている人がいましたら、企画広報課までお問い合わせください。

県でも移住対策として現在「南国土佐への移住促進事業」に取り組んでいます。移住に関し受け入れ・相談体制の充実や生活情報の収集、整理等を行うことのできる市町村を「協働パートナー市町村」と位置づけ、四万十市はこの協働パートナー市町村に登録しました。

市の移住関連のホームページ <http://www.city.shimanto.lg.jp/life/uji/index.html>



### 市関連団体や民間団体の取り組み

#### UI(友愛)ターンネットワーク会員を募集します

市内に移り住んできた人の会員組織で、交流会等を通して親睦を深めたり、移住に関する悩みについて相談に応じたり、情報交換を行っています。

UIターンネットワークでは、現在、新規会員を募集しています。会の目的に賛同していただける人であれば、移住者に限らず、どなたでも入会できます。(事務局は企画広報課内です)

#### 空き家情報をお寄せください

「四万十市への在住を支援する協議会」は、昨年9月に発足した民間の組織で、市内へ在住(住所を移転)する人を支援しています。空き家を紹介したり、移住が決定した人へのアフターフォローを行っています。今年8月末までに10家族26人が協議会の支援により移住が実現しています。移住者の選定にあたっては、移住後、受け入れた地区の皆さんにご迷惑をおかけしないよう、事務局や地区長との面談を何度も重ねた上で決定しています。

田舎暮らしを希望する人の多くは、家賃が月額1万5,000円から2万5,000円程度の家屋を希望していますが、空き家物件が圧倒的に不足している状況です。市内の空き家情報等がありましたらお知らせください。

四万十市への在住を支援する協議会のホームページ <http://www.40010.com/life/>

#### (社)高知県宅地建物取引業協会幡多支部

県内の宅地建物取引業者の約8割が加盟する公益法人です。幡多支部では市へのUターンやIターンを計画している人に、土地、建物等の紹介を行っていて、「住まい」の面から移住を支援しています。

(社)高知県宅地建物取引業協会のホームページ <http://www.kc-takken.or.jp/index.html>

■ 問い合わせ先 ■ (本庁)企画広報課企画調整係 ☎(34)1129

お店も、会社も、学校も、病院も！！ 調査基準日 平成18年10月1日



## 平成18年 事業所・企業統計調査

全国すべての事業所や企業が調査の対象です。

調査員が調査票を持って皆さんの事業所をお尋ねします。

どうぞご協力ください。

9月下旬から調査員がお伺いします。調査員は「調査員証」を必ず携行しています。

問い合わせ先 (本庁) 企画広報課 ☎(34)6128

(総合支所) 総務課 ☎(52)1111





# 市長室、こぼれ話

四万十市長 沢田五十六

No.8



やがて改良された国道441を通過してこのように県外客が続々と

北海道の夕張市の破産は全国の自治体を震撼させました。「いよいよ来るものが来たのか」という感じでした。最近行われたアンケートでも、少子高齢化や厳しい財政事情を背景に全国の市町村長の91%、県内では97%が自治体の存続に不安を感じている、と出ていました。四万十市ではどうでしょうか。実はこういう時代がやってくることを予感し、行財政の健全化や合併を進めてきました。その結果、皆様のご支援、ご理解があつて、四万十市は今の財政危機を克服し、生き

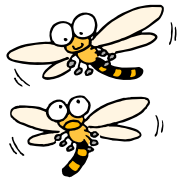
残つていく展望が開けてきました。以下、具体的に述べていきます。

まず、行財政の改革ですが、市の状況は現状のまま何も手を打たないで推移しますと、毎年7〜9億円の赤字が続いていきます。20億円の赤字が累積すると破産ですので、何も改革しないならば、あと3年でアウトというわけです。でも、おかげさまで平成17年度では約5億5000万円、平成18年度の当初予算では約4億円の赤字を減らすことができました。さらに来年度からの3年間で26億円の赤字を解消する予定です。こうした努力により四万十市は生き残れる展望が開けてきましたので、市民の間に要望の強い全小学校の給食を実施できるメドがたつてきました。今年度はやはり方の研究、来年度に設計、平成20年度で給食施設完成の予定です。財政赤字縮小のメドがたたないと、せっかく給食を始めても、廃止

や給食費の大幅引き上げとなることを私は懸念していたのです。

次は、合併の特典の活用による将来への布石です。まず、合併によつて、今後10年間で5億5000万円の経常収入が入ってくることにになりました。これによつて行財政の改革をスムーズに行うことができます。次は合併による特例債（有利な補助金・借金の元利償還の70%が国から支払われる）で80億円の建設投資が可能となりました。合併しなかつたらできなかった事業を実行に移すことができます。第一は古くなった市庁舎の建設です。第二に西土佐での道の駅事業、ほ場整備が可能になります。第三は災害のための防災行政無線の整備です。第四は木材からエネルギーをとつた、木材の高付加価値化のためのバイオマス事業です。そして第五はテレビのデジタル化や情報基盤整備のためのケーブルテレビの普及です。これらの事業は市全体の財政状況を見ながら実施を調整していきます。こ

うしたことは四万十市の将来のために投資が次々に行われていくということです。もう一つの大事な合併の特典があります。中村と西土佐を結ぶ国道441号の10年以内の整備ということ。3桁の国道は原則、国55%、県45%の負担によつて整備されますが、現状では県が破産状態ですので、早期整備をする力がありません。そこで国の直轄事業として取り上げてもらえるよう国に働きかけてきました。その結果、今年度から国の調査費がつけられたのです。この道が整備されれば、四万十市から松山へ2時間以内で行けることになります。さらに高速道路の延伸により高知までは1時間半、いよいよ四国の三角形、松山―高知―四万十市が射程距離に入ってきました。一條さん時代の経済社会の復興が近づいてくるのです。



## 平成18年 秋の全国交通安全運動

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として秋の全国交通安全運動が実施されます。

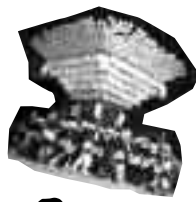


期 間 9月21日(木)～30日(土)  
運動の基本 高齢者を交通事故から守ろう  
重点目標

- 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に努めよう
- 2 シートベルトとチャイルドシートを正しく着用しよう  
—後部座席もシートベルトをしめよう—
- 3 飲酒運転を根絶しよう



《問い合わせ先》 (本庁)市民課市民係 ☎(34)1113 (総合支所)総務課情報防災係 ☎(52)1111



# しまんと 夏休みの

## 夏 本 番

土佐の中村

一條公さんは〜♪

第2回しまんと市民祭が開  
幕し、7月29日(土)は、な  
かむら踊りと提灯台パレ  
ードが披露されました。なか  
むら踊りには11チーム63  
0人、提灯台は9チーム7  
30人が参加しました。

青い空に入道雲が際立つ真  
夏の空の下、音楽に合わせ  
て体を弾ませる踊り子の姿  
に観客も暑さを忘れていま  
ました。踊りに続いて提灯台  
パレードが行われました。  
道幅いっぱい左右に練り  
歩き、交差点になると勢い  
よく回す迫力に観客からは  
拍手と歓声が上がっていま  
した。しまんとの暑い夏の  
幕開けです！



# 第2回 しまんと 市民祭

まわせまわせ！





# 四万十川水泳マラソン

## ～四万十川の鮎と一緒に泳いでみませんか～

7月30日(日)第13回四万十川水泳マラソン大会(四万十市体育協会主催)が行われ、31都道府県から集まった392人が四万十川を満喫しました。参加者は「流れが速かったので、泳ぐ間がなかった。あまりに気持ちがいいのでゴールせず、ずっと泳いでいたかった」と話していました。また、参加者のなかにはウナギを捕まえた人もいて、「本当に天然のウナギがいるんですね」と改めて豊かな自然を実感していました。



## 全日本女郎ぐも相撲大会～のこったのこった～

8月6日(日)全日本女郎ぐも相撲大会が一條神社境内で行われました。女郎ぐも相撲は、応仁の乱を避けてこの地に来た一條教房に仕えた侍女たちの遊びと伝えられています。大きさが十両・幕内に分かれたくもが、土俵にみたてた細い棒の上で戦います。自分の持ってきたくもの動きに、「がんばれ、がんばれ!」「糸を切って落とせ!」など力いっぱい応援する子どもたちの歓声が境内に響いていました。

## 夜空を焦がす炎～大文字の送り火～

8月9日(水)山の神を祭っている十代地山(間崎)で大文字の送り火が行われました。大文字の送り火は一條教房の息子の房家が教房と祖父の兼良の精霊を慰め、京都を懐かしんではじめたと伝えられていて、現在も地区住民の手によって受け継がれています。

当日は天候にも恵まれ、19時15分ごろに点火された火はゆっくりと大の字を描き、赤い炎が夜空に浮かび上がりました。そして、さまざまな願いや思いを胸に多くの人が見送りました。



“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き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

## 市役所の各課を紹介します。

### 総 合 支 所

- 総務係
- 情報防災係
- 税務係
- 地域振興係

### 総

### 務

### 課

西土佐地域の防災、交通安全、情報通信に関する仕事を担当しています。昨年の台風14号での反省をいかして、防災無線の点検や修理、放送についての取り組みを行っています。

#### 情報防災係

地域活性化に関することやバスの運行に関する仕事を担当しています。

特に今年は、奥屋内地区の携帯電話の鉄塔建設工事や道の駅の基本計画策定業務、地域審議会についての業務に取り組んでいます。

#### 地域振興係

#### 税務係

西土佐地域の固定資産税、市県民税、国保税を3人のスタッフで受け持っています。

#### 総務係

各課および他部局との連絡調整や区長会事務、支所の予算編成、執行調整に関すること、文書、郵便物等の收受や発送、編さん事務、財産管理に関する事務を担当しています。

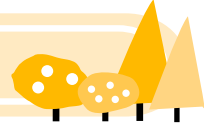
#### 総合支所

皆さん  
こんにちは!

総合支所長



# 市教委だより



## 竹炭作りに挑戦したよ！



6月29日(木)、利岡小学校5・6年生20人が、口屋内で「竹炭作り」にチャレンジしました。

当日までに学校の裏山で切っておいた竹を持って口屋内の四万十川近くにある「くろがね工房」に行きました。

竹の種類・竹炭の作り方や使い道について教えてもらいました。竹炭は、ご飯を炊く時や冷蔵庫に入れたら臭いがとれることや、粉にして土に混ぜると良い土になったり、古い油に入れると汚れを吸い取ってきれいな油になるといことがわかりました。

暑い日でしたがみんなで協力していい竹炭を作ることができました。作った竹炭は、夏休みのキャンプで使いました。自分たちが作った竹炭で焼いた川エビやトウモロコシは、いつもよりおいしかったです。

## 竹屋敷小学校で泊まったよ

蕨岡小学校では、休校中の竹屋敷小学校を利用してキャンプや合宿を行っています。

今年は、7月19日(水)と20日(木)に5年生14人がキャンプを行い、7月22日(土)と23日(日)に子ども会33人によるソフトボールとバレーボールの夏季合宿を行いました。地元の皆さんに協力をいただき、大変楽しい時間を過ごしました。

キャンプでの慣れない料理や、合宿の練習は大変でしたが、自然の中で子どもたちは、いきいきと目を輝かせながら楽しんでいました。

特に川遊びは楽しく、良い思い出をいっぱい作ることができました。



## 四万十川で筏下り



中村西中で今年も恒例の筏下りが行われました。

7月30日(日)に3年生(43人)と保護者、教職員が9つの筏に分かれ、地域の人たちに見守られながら無事に川を下ることができました。

初めて体験する筏下りでは、子どもも大人も雄大な四万十川の流れと川から見る自然の素晴らしさを満喫しました。子どもたちの笑顔の中に満足感や達成感が見られました。このことを、きっといつまでも忘れず、地域(人々)のこと、四万十川のことを誇りに思うことでしょう。

トラックの貸し出しや運搬にご協力をいただいた保護者の皆さん、筏の護衛に船を出していただいた地域の皆さん、心より感謝申し上げます。ありがとうございました。

## はじめまして、ケイト・アーノットです

7月31日(月)、学校教育課に新しいALT(外国語指導助手)※ が着任しました。

私の名前はケイト・アーノットです。ニュージーランドから来ました。  
ニュージーランドではクライスト・チャーチ大学に通って、話し方  
と言語についての療法を学びました。

海岸を歩いたり、読書をしたり、友人たちと過ごす時間が好きです。

日本では、書道を学びたいと思っています。

よろしくお願ひします。

※ALT・・・外国語教員等の助手とし職務にあたります。  
四万十市では、主に、小・中学校で外国語会話の  
補助などを行います。



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/  
トップページで【教育・文化】をクリックしてください。

## 図書館だより

## ★★★ 9月の主な新着図書 ★★★

## 一般書

あなたにもできる悪いこと 平安寿子  
アルツハイマー病のすべてがわかる本 新井 平伊  
うつくしく、やさしく、おろかなり 杉浦 日向子  
おなががすいたら ごはんたべるんだ イ・ギュギョン  
君はレオナルド・ダ・ヴィンチを  
知っているか 布施 英利  
原寸どうぶつ図鑑 小宮 輝之  
『功名が辻』に学ぶヨメの会計学 西澤 健次  
人工呼吸・心臓マッサージが  
できなくてもAEDを、使ってください 輿水 健治  
図解 孫にモテるための本 目からウロコの編集部  
デトックス・バイブル 大森 隆史  
伝承写真館 日本の食文化第10巻 四国 農文協  
南洋の島語り 坂東 眞砂子  
はなまるTheレシピ  
問い合わせ殺到! 絶賛39メニュー TBS  
ファインマンの手紙 リチャード・P・ファインマン

## 児童書/えほん

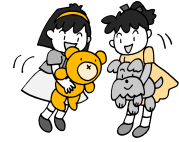
おとうさんのえほん 高島 純  
シノダ! チビ竜と魔法の実 富安 陽子  
しもんスタンプで かいてみよう エド・エンバリー  
ジュディ・モードは ごきげんななめ メーガン・マクドナルド  
調べ学習の基礎の基礎 赤木 かん子  
楽しいぞ! ひと昔前の暮らしかた 新田 穂高  
ちびっこ機関車パーシー レジナルド・ダルビー  
ニュースの現場で考える 池上 彰  
バカなおとなにならない脳 養老 孟司  
ピースランド 高島 純  
ファーガス・クレーンと空飛ぶ鉄の馬 ポール・スチュワート  
ブーフーウー 飯沢 匡  
ぼくって、ふしぎくん? 北村 小夜  
メディエーターゴースト、  
好きになっちゃった メグ・キャボット  
ルルとララのカップケーキ あんびる やすこ





★ 《園庭開放》

保育所名	月 日	時 間	備 考
元町保育所	9月20日 水	9:30~10:30	駐車場なし
具同保育所	9月20日 水	9:30~10:30	駐車場なし
古津賀東保育所	9月20日 水	9:30~11:00	駐車場なし
東山保育所	9月20日 水	10:00~11:00	



※雨天の場合は中止します。東山保育所以外は、駐車場がありませんので、車でのご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》

月 日	時 間	活 動 内 容	場 所
9月22日 金	9:30 ~11:30	お庭であそぼう!①	子育て支援センター
25日 月		お庭であそぼう!②	
26日 火		お庭であそぼう!③	
10月3日 火		体育あそび①	
5日 木		体育あそび②	
6日 金		体育あそび③	

★ 《その他の活動》

月 日	時 間	活 動 内 容	場 所
9月19日 火	10:00 ~11:30	おしゃべり広場 食事やおやつの話第2弾!! 栄養士さんと一緒に、子どもの食べやすい献立について考えてみましょう。	子育て支援センター
9月29日 金	9:30 ~11:30	お誕生会 9月に誕生日を迎えるお友だちをみんなでお祝いしようね。	具同体育センター
10月13日 金		みんなで運動会 “ぽっぽ”でしている踊りや親子ゲームで運動会ごっこを楽しもうね!	

★ 《親子ふれあい活動》

新たに参加を希望する人は、準備等の都合がありますので、あらかじめご連絡ください。

★ 《育児相談》

子育てについて思っていること、悩んでいること等気軽にご相談ください。電話相談だけでなく、直接来所しての相談にも応じます。

- ▶月曜日～金曜日 9時～17時
- ▶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”

中村四万十町 2 2 4 8 - 1

(もみじ保育所内)

☎(35)3748



ダイヤ改正

問い合わせ先

高知西南交通株式会社 ☎(34)1266

● 次の時刻が減便されます。

中村駅～甲ヶ峰～八束～下ノ加江～清水バスセンター～足摺岬 線

下り便	中村駅	清水BC	足摺岬	上り便	足摺岬	清水BC	中村駅
平日	7:00	8:05	8:49	平日	12:21	13:11	14:06
土曜	7:00	8:05	8:49	土曜	12:21	13:11	14:06
	11:15	12:16	13:00	日祝	12:21	13:11	14:06
	19:10	20:06	20:50				
日祝	11:15	12:16	13:00				
	19:10	20:06	20:50				

中村駅～具同～けんみん病院～宿毛駅 線

下り便	中村駅	けんみん	宿毛駅	上り便	宿毛駅	けんみん	中村駅
平日	10:40	11:10	11:36	平日	10:10	10:36	11:07
	15:00	15:30	15:56		14:31	14:57	15:28
	19:10	19:40	20:06		17:27	17:53	18:24
土曜	6:40	7:10	7:36	土曜	7:15	7:41	8:12
	10:40	11:10	11:36		9:31	9:57	10:28
	15:00	15:30	15:56		10:10	10:36	11:07
	17:36	18:06	18:32		14:31	14:57	15:28
日祝	19:10	19:40	20:06	日祝	17:27	17:53	18:24
	15:00	15:30	15:56		17:27	17:53	18:24
	17:36	18:06	18:32				



# 雇用創出に向けて

雇用情勢は、全国的には回復傾向にあります。が、四万十公共職業安定所管内では、0・4倍を切る低い水準で推移し、厳しい雇用情勢が続いています。

雇用機会の創出を図るため、中村地域では、平成17年10月28日に四万十市中村地域雇用促進協議会を設立し、国の委託を受け、地域で自発的に取り組む事業（地域提案型雇用創造促進事業【パッケージ事業】）に本年7月3日付で採用となり、現在事業実施に向け準備を進めています。（西土佐地域では平成16年度より実施しています）

協議会では、「四万十川の水面に輝く観光のまちづくり」をテーマに、観光客の増加を図ることにより、観光産業の発展を図り、雇用の創出をしていきたいと考えています。そのため、観光産業の更なる拡大のための中核となる人材と専門的能力の高い人材を本協議会で育成し創出していきます。

具体的な取り組みについては、事業メニューの詳細が出来次第、随時お知らせしていきます。なお、9月に予定している事業は次のとおりです。ぜひご参加ください。

## 「おもてなし（接客）講座」の開催

### 座学とロールプレイング

9月19日（火）

1 おもてなしの心

2 マナーの基本

3 立ち居振舞い

4 電話応対

5 美化の心

6 敬語

※おもてなしについて3日間で学び、実践するプログラムとなっていますが、必要な科目のみの受講も可能です。

※おもてなしについて3日間で学び、実践するプログラムとなっていますが、必要な科目のみの受講も可能です。

※おもてなしについて3日間で学び、実践するプログラムとなっていますが、必要な科目のみの受講も可能です。

※おもてなしについて3日間で学び、実践するプログラムとなっていますが、必要な科目のみの受講も可能です。

※おもてなしについて3日間で学び、実践するプログラムとなっていますが、必要な科目のみの受講も可能です。

※おもてなしについて3日間で学び、実践するプログラムとなっていますが、必要な科目のみの受講も可能です。

※おもてなしについて3日間で学び、実践するプログラムとなっていますが、必要な科目のみの受講も可能です。

※おもてなしについて3日間で学び、実践するプログラムとなっていますが、必要な科目のみの受講も可能です。

※おもてなしについて3日間で学び、実践するプログラムとなっていますが、必要な科目のみの受講も可能です。

※おもてなしについて3日間で学び、実践するプログラムとなっていますが、必要な科目のみの受講も可能です。

※おもてなしについて3日間で学び、実践するプログラムとなっていますが、必要な科目のみの受講も可能です。

※おもてなしについて3日間で学び、実践するプログラムとなっていますが、必要な科目のみの受講も可能です。

※おもてなしについて3日間で学び、実践するプログラムとなっていますが、必要な科目のみの受講も可能です。

※おもてなしについて3日間で学び、実践するプログラムとなっていますが、必要な科目のみの受講も可能です。

## 「ホームヘルパー3級 養成講座」の開催

9月30日（土）

10月2日（月）

4日（水）

6日（金）

8日（日）

10日（火）

12日（木）

17日（火）

19日（木）

22日（日）

現場実習

ヘルパーステーションえびす

デイサービスセンターえびす

※右記の講習50時間を全て受講することによって「ホームヘルパー3級」の資格取得となります（試験は不要です）。

※右記の講習50時間を全て受講することによって「ホームヘルパー3級」の資格取得となります（試験は不要です）。

※右記の講習50時間を全て受講することによって「ホームヘルパー3級」の資格取得となります（試験は不要です）。

※右記の講習50時間を全て受講することによって「ホームヘルパー3級」の資格取得となります（試験は不要です）。

※右記の講習50時間を全て受講することによって「ホームヘルパー3級」の資格取得となります（試験は不要です）。

※右記の講習50時間を全て受講することによって「ホームヘルパー3級」の資格取得となります（試験は不要です）。

※右記の講習50時間を全て受講することによって「ホームヘルパー3級」の資格取得となります（試験は不要です）。

※右記の講習50時間を全て受講することによって「ホームヘルパー3級」の資格取得となります（試験は不要です）。

※右記の講習50時間を全て受講することによって「ホームヘルパー3級」の資格取得となります（試験は不要です）。

※右記の講習50時間を全て受講することによって「ホームヘルパー3級」の資格取得となります（試験は不要です）。

※右記の講習50時間を全て受講することによって「ホームヘルパー3級」の資格取得となります（試験は不要です）。

※右記の講習50時間を全て受講することによって「ホームヘルパー3級」の資格取得となります（試験は不要です）。

※右記の講習50時間を全て受講することによって「ホームヘルパー3級」の資格取得となります（試験は不要です）。

※右記の講習50時間を全て受講することによって「ホームヘルパー3級」の資格取得となります（試験は不要です）。

四万十市中村地域雇用促進協議会（担当：上田090(7786)5330）  
TEL・FAX(34)4054  
(本庁)商工観光課 TEL(34)1783 FAX(34)2525

申し込み・問い合わせ先

10月1日にダイヤ改正（時刻変更・減便）を予定しています。  
今回の減便で皆さんにご不便をお掛けしますが、これからも西南交通バスをよろしく願います。

- 改正内容…路線の減便・時刻変更
- 対象路線 中村駅～甲ヶ峰～八束～下ノ加江～清水バスセンター～足摺岬線  
中村駅～具同～けんみん病院～宿毛駅線

右記の減便以外の時間帯につきましても、多少時刻変更となることがありますので、詳細についてはお問い合わせください。（正式な時刻は9月上旬に決定します）

今回の改正により、足摺～中村～宿毛間で一部の区間料金が値上がりとなります。ご了承ください。（値上がり幅 100円～300円）

## 西南交通バスの



## 西南交通バスの



# 江川崎郵便局、口屋内郵便局の郵便物等の 配達、集荷、貯金・保険の集金等が 9月11日(月)から変わります

## ■ 配達・集荷および集金等取扱事務

地区名	藤ノ川、橋、津野川、津賀、薮ケ市、須崎、大宮、下家地、中家地、西ケ方、江川崎、用井、長生、半家、江川	黒尊、奥屋内、玖木、口屋内、中半、茅生、岩間
受持局	江川崎郵便局	口屋内郵便局



変更後の受持局	江川崎郵便局 ☎(5 2) 1 0 4 6
---------	-----------------------

## ■ 口屋内郵便局の取扱時間

取扱い	事務別	現 行	改 正
窓 口	郵 便	(平日) 9:00~17:00	変更ありません
	(ゆうゆう窓口)	(平日) 8:00~ 9:00 17:00~18:00 (土曜) 9:00~17:00 (休日) 9:00~15:00	※ゆうゆう窓口のお取り扱い はなくなります。
	貯金、保険	(平日) 9:00~16:00	変更ありません
A T M		(平日) 8:45~18:00 (土曜) 9:00~14:00 (休日) お取り扱いしません	変更ありません

## ■ 江川崎郵便局の取扱時間

・取扱時間は変更ありません。

## ■ 郵便番号

・郵便番号の変更はありません。

## ■ 不在の書留・小包等

- ・昼間に配達できなかった郵便物は、翌日以降再度配達にお伺いします。
- ・江川崎郵便局へ配達希望日・時間帯をご連絡いただければ、その希望日・時間帯に配達します。
- ・事前にご連絡いただければ、江川崎郵便局や口屋内郵便局窓口でも受け取ることができます。



## ■ 積立貯金および簡易保険の払い込み

- ・口屋内郵便局から集金にお伺いしている場合は、江川崎郵便局からお伺いします。
- ・口屋内郵便局の窓口で払い込みいただいている場合は引き続き口屋内郵便局の窓口でお取り扱いします。(希望により江川崎郵便局での払い込みに変更することもできます)

## ■ 年金・恩給の支払い

口屋内郵便局でお支払いしている場合は、今までどおり口屋内郵便局でお支払いします。(希望により、江川崎郵便局でのお支払いに変更することもできます)

問い合わせ先 江川崎郵便局 ☎(5 2) 1 0 4 6  
口屋内郵便局 ☎(5 4) 1 4 5 0

受持郵便局の変更は、次の基本方針で行っています

- ◎郵便局窓口は引き続き残し、郵便局ネットワークはこれまでどおり維持します。
- ◎郵便・郵便貯金・簡易生命保険の外務サービスは、これまで同様に提供します。

# 第2回四万十市文化祭のご案内 (9月～10月前半)

四万十市文化祭を開催します。お誘い合わせのうえ、ご来場ください。

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

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

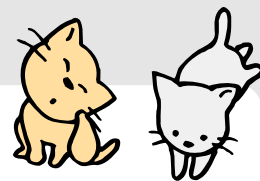
行 事 名	開 催 日	会 場
デッサンクラブ陶芸展	9月27日(水)～30日(土)	中央公民館 展示ホール
郷土歴史講座	9月30日(土)	中央公民館 大会議室
諸流秋のいけばな展	9月30日(土)～10月1日(日)	中央公民館 大ホール
三味線発表会	10月1日(日)	文化センター 大ホール
第37回中村俳句大会	10月1日(日)	社会福祉センター 大会議室
平成18年度川柳中村大会	10月1日(日)	JA高知はた 農協会館大ホール
第18回四万十レディースフォト写真展	10月1日(日)～5日(木)	中央公民館 展示ホール
リピート山中コンサート 地球のうた	10月3日(火)	文化センター 大ホール
第14回中村シルバーフォト写真展	10月6日(金)～10日(火)	中央公民館 展示ホール
合同吟詠発表会	10月7日(土)	文化センター 大ホール
吟剣詩舞道大会	10月9日(月)	文化センター 大ホール
草木染サークルあかねの会	10月13日(金)～15日(日)	中央公民館 大会議室
第5回幡多昔むかし祭り	10月14日(土)	東中筋中学校 体育館
YAMAHA ELECTONE STAGE 2006 ジョイフルライブin四万十	10月15日(日)	文化センター 大ホール

10月中旬以降の行事は、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働く婦人の家 ☎(34)6299

## ネコに対する苦情が増えています

ネコを飼っている人、地域の皆さんへお願いです。  
次のことを守って人に迷惑をかけないようにしましょう！



### <ネコを飼っている人へ> 飼育にあたってのマナーです

- ①ネコ用の清潔なトイレを作ること → トイレが汚いと他でしやすくなります。
- ②首輪をすること → 責任を明らかにしましょう。飼い主の責務です。
- ③不妊手術のお勧め → オスのおしっこかけや外へ飛び出すなどの行動が少なくなります。
- ④エサをきちんと与えること → 外に別の飼い主を作っていませんか？
- ⑤苦情が発生したときは責任を負い、 → あなたのネコが地域の一員として認められるように普段から気を誠意を持って対応すること 配りましょう。

ネコは屋内で飼うことのできる動物です。トラブルを避けるためにも屋内飼育をお勧めします。

### <地域の皆さんへ> のらネコにエサを与えないでください

のらネコへエサを与えることは、確実にのらネコの数を増加させます。エサを与えるなら、責任を持って飼ってください。ネコにとっても、地域にとっても幸せなことです。マナー向上には、地域の皆さんの厳しい目がたいへん重要です。

みんなが気持ちよく暮らせる町にするために、地域全体でマナー違反を許さない雰囲気を作っていきましょう。

\* ネコの侵入が好ましくない場所には、市販の忌避剤を利用する方法などもあります。

問い合わせ先：幡多福祉保健所 ☎(34)5119 (本庁)保健介護課 ☎(34)1115



# ごみ減量大作戦！

シリーズ 環境  
VOL.12

「もったいない」を合言葉にごみの減量を ～家庭ごみ減量モデル地区事業～

四万十市のごみの排出量は年々増加し、昨年度のごみ排出量は約15,850トンで、ごみ処理経費は約7億円に上り市の財政を圧迫しています。

しかも、リサイクル率は5.2%（県下平均20%）と低く、資源がごみとして捨てられています。

アルミ缶や新聞・雑誌・段ボールなどの資源ごみは、有価物（金銭上値打ちのあるもの）として売ることができます。

売ればお金になる資源ごみを、有料（大袋50円/枚）の指定袋に入れて、しかも経費をかけて処分（19円/kg）していることは、本当に「もったいない」ことではないでしょうか。

そこで、ごみ減量モデル地区事業の第1号として、下田下地区（岡島喜三区長）の14世帯にご協力いただき、ごみの減量・資源化の実験的取り組みをスタートしました。

モデル地区の皆さんに取り組んでいただくことは、

- ◎「混ぜればごみ、分ければ資源」を意識した、ごみの徹底した分別を行う。
- ◎家庭用生ごみ処理機を使用して、生ごみの減量を行う。また、生ごみを資源として見直し、乾燥した生ごみを堆肥化する努力をする。
- ◎普通ごみで出している紙類をシュレッダー（紙を裁断する機械）を使用して、紙類全てを資源化する。
- ◎ごみの減量化などの取り組みを「面倒くさい」（消極的）から「楽しみ」（積極的）に変えるための工夫や提案を行う。

以上、住民と行政が協力してより良い減量化の手立てを探ります。

この事業で出された意見・提案やデータを参考に、ごみ減量化の効果を検証し、効果があると思われる取り組みについては事業化します。

## 地区住民の 意気込み

「努力して20～30%のごみの減量を目指します。  
できることを実践してごみの少ない環境をつかっていきたい」



下田下地区の打ち合わせ会（勉強会）の様子



## こんなごみはどうやって出すの？

市民の皆さんからのごみの出し方について、よくある質問をご紹介します。

**Q1** 布団は普通ごみとして出せるのですか。

**A** 布団やカーペット、ホース等のような物で、一番長い部分が50cm以上の大きな物や長い物はごみ処理施設の投入口に入らず、そのまま出してしまうと詰まってごみ処理をすることができなくなります。そのため、布団等をそのまま出す場合は、ばらけないようにひもで縛り、粗大ごみとして指定証票（粗大ごみ用のシール）をはって出してください。また、普通ごみとして出したい場合は、一番長い部分を50cm未満に切ってから市の指定袋に入れて出してください。

**Q2** 古い傘を捨てたいのですが、市のごみ袋に入りません。

**A** 傘は、数本にまとめて（人力で運べる程度）ひもで縛り、粗大ごみとして指定証票（粗大ごみ用のシール）をはって出すか、折り曲げるなどして市指定のごみ袋に入れて普通ごみとして出すようにしてください。その場合、折った傘の骨等で、ごみ収集の作業員がけがをしないよう、充分気を付けて出してください。

## ■ 問い合わせ先 ■

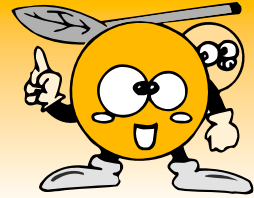
（本庁）地球環境課 （総合支所）住民課  
☎（34）6126 ☎（52）1111

## 3Rでごみ減量！！

- 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）



# ねんきんだより



## 国民年金保険料の納付は「口座振替」が断然お得です

口座振替にすると、指定した預金口座から自動的に保険料が引き落とされますので、納め忘れがなく便利です。また、昨年4月から口座振替の「早割制度」が始まり、よりお得になりました。

### ● 当月末振替にすると毎月50円割引

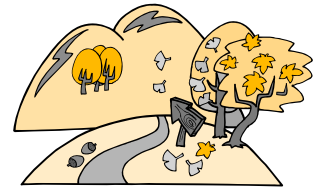
通常の口座振替の振替日は翌月末ですが、これを当月末にすると月々の保険料が50円割引になります（早割制度）。

\* 早割制度のお申し込みをされた場合、初回の引き落としは原則2カ月分（前月分・当月分）となります。また、その際の保険料の割引は当月分からとなりますのでご注意ください。

《例》9月中に申し込み（登録）→9月分・10月分を10月末日に振替（割引は10月分から）

### ● 口座振替で前納するとさらにお得

口座振替で前納すると、納付書（現金）で前納するよりも割引額が高く、さらにお得になります。



### ● お申し込みは

年金手帳または納付書・預（貯）金通帳・預（貯）金通帳の届け出印を持って、金融機関や郵便局、または高知社会保険事務局幡多事務所までお申し込みください。

\* 6カ月前納（10月分～翌年3月分）は、10月末日の引き落としとなります。

そのため、9月中に高知社会保険事務局幡多事務所登録をする必要がありますので、希望者はお早めにお申し込みください。なお1年前納は4月末日引き落としですので、金融機関の窓口は2月中に、高知社会保険事務局幡多事務所の窓口では3月中旬までに手続きしてください。

## 平成18年度 国民年金保険料額

### 現金納付の場合

毎月納付	13,860円（割引なし）
6ヶ月前納	82,480円（680円割引）
1年前納	163,370円（2,950円割引）

### 口座振替の場合

毎月納付	13,810円（50円割引）※
6ヶ月前納	82,220円（940円割引）
1年前納	162,830円（3,490円割引）

※ 当月末振替にした場合

## 休日・時間外の年金相談のお知らせ

- 9月9日（土）は、高知社会保険事務局幡多事務所にて9時30分から16時まで年金相談を行います。
- 9月11日（月）は、高知社会保険事務局幡多事務所にて年金相談の受付時間を19時まで延長します。
- 9月21日（木）は、総合支所で10時から12時、13時から15時まで年金相談を行います。

◆ 通常より混雑も少ないと思われるので、どうぞお気軽にご利用ください◆

◎ 国民年金保険料は翌月末が納付期限です。期限内に納めるようにしましょう。

◎ 国民年金保険料の支払いは、便利でお得な口座振替をご利用ください。



### 問い合わせ先

（本庁）市民課国保年金係  
☎（34）1114

（総合支所）住民課住民国保係  
☎（52）1111

高知社会保険事務局幡多事務所  
☎（34）1616

■ 読み聞かせ どなたでも参加いただけます。毎週土曜日14時～14時30分、市立図書館。読み聞かせボランティアも



# 一時避難場所・施設一覧

(中村地域) ○…建物 ◎…広場等 ●…両方

地区	避難場所		対応災害				地区	避難場所		対応災害			
	建物	広場等	地震	大火	洪水	津波		建物	広場等	地震	大火	洪水	津波
中村	中村高等学校新校庭		◎	◎	◎		下田	井沢公園		◎		◎	
	中村小学校		◎	◎				竹島小学校		●	●		
	中村中学校		◎	◎				岩城目四所神社下(学校跡)				◎	◎
	文化センター		◎	◎	◎			下田小学校		◎	◎		
	中村南小学校		◎	◎	◎	◎		下田中学校		◎	◎	◎	◎
	中央公民館		◎	◎				有隣公園				◎	◎
	八反原公園		◎	◎				県立土佐西南大規模公園(下田地区)		◎	◎	◎	◎
	仲瀬公園		◎	◎				県立土佐西南大規模公園(平野地区)		◎	◎	◎	◎
	五月公園		◎	◎				大川筋中学校		◎	◎		
	天神公園		◎	◎				鶴の江集会所				◎	
東山	岡の下公園		◎	◎			大川筋	手洗川集会所		◎	◎		
	旧西南病院(橋の木福祉会)		◎	◎				久保川集会所		◎	◎		
	渡川第二緑地		◎					(旧)勝間小学校		◎	◎		
	安並運動公園		◎	◎				具同小学校		◎	◎		
	東山小学校		◎	◎	◎			中村西中学校		◎	◎	◎	
	幡多農業高等学校		◎	◎	◎			自由ヶ丘公園		◎	◎	◎	
	中村養護学校		◎	◎	◎			自由ヶ丘第2公園		◎	◎	◎	
	藤岡小学校		◎	◎	◎			渡川緑地		◎	◎		
	藤岡中学校		◎	◎	◎			東中筋小学校		◎	◎	◎	
	藤岡保育所		◎	◎	◎			東中筋中学校		◎	◎	◎	
藤岡	土佐中村ふるさとホーム構内				◎		江ノ村集会所		◎	◎			
	大用中学校		◎	◎			森沢集会所		◎	◎			
	(旧)片魚中学校		◎	◎			中筋小学校		◎	◎	◎		
	(旧)片魚小学校		◎	◎			中筋中学校		◎	◎	◎		
	(旧)第六小学校		◎	◎			中筋保育所		◎	◎			
	(旧)竹屋敷小中学校		◎	◎			横瀬集会所		◎	◎			
	田野川小学校		◎	◎			有岡老人憩いの家				◎		
	田野川甲構造改善センター		◎	◎			八束小学校		◎	◎	◎		
	利岡小学校		◎	◎			八束中学校		◎	◎	◎		
	後川中学校		◎	◎			名鹿集会所		◎		◎		
富山	公民館鴨川分館		◎	◎			間崎集会所		◎	◎			
			◎	◎			山路集会所		◎	◎			
			◎	◎									
			◎	◎									
			◎	◎									
			◎	◎									
			◎	◎									
			◎	◎									
			◎	◎									
			◎	◎									

※上記以外の地区集会所、保育所等の公共施設についても、被災の状況によっては一時避難施設として指定することがあります。

## (西土佐地域)

地区	避難場所		地区	避難場所	
	建物	広場等		建物	広場等
黒尊	貯木場事務所	貯木場ほか	大宮上	地区集会所	児童公園ほか
奥屋内上	奥屋内小学校、小学校体育館	奥屋内小学校運動場ほか	下家地	下家地小学校、小学校体育館、地区集会所	下家地小学校運動場ほか
奥屋内下	地区集会所	神社境内ほか	中家地	地区集会所	集会所前広場ほか
玖木	玖木公民館	公民館運動場ほか	方の川	地区集会所	集荷所前広場ほか
口屋内	口屋内小学校、地区公民館、南津地区保健福祉サテライト、小学校体育館	口屋内小学校運動場ほか	西ヶ方	西ヶ方複合集会所、西ヶ方小学校、小学校体育館	西ヶ方小学校運動場ほか
中半	四万十楽舎、小学校体育館、地区集会所	旧中半小学校運動場ほか	館	森林組合	貯木場、駅前広場ほか
			岩間	地区集会所	藤ノ川線、国道三叉路ほか
藤ノ川	藤ノ川小学校、小学校体育館、地区集会所	藤ノ川小学校運動場ほか	奈路	西土佐地区公民館、生活改善センター	市営駐車場ほか
橘	地区集会所	神社境内ほか	用井	西土佐中学校、地区集会所、共同作業所、中学校体育館	西土佐地区運動場ほか
津野川	津野川小学校、中村高校西土佐分校、小学校、分校体育館	津野川小・分校運動場ほか	長生	地区集会所	市道広場ほか
津賀	地区集会所	児童公園ほか	半家	地区集会所	神社境内、駅前駐車場ほか
藪ヶ市	地区集会所	児童公園ほか	本村	地区集会所、本村小学校、小学校体育館	本村小学校運動場ほか
須崎	須崎小学校、小学校体育館、地区集会所	須崎小学校運動場ほか	中組	地区集会所	市道広場ほか
大宮下	地区集会所	ゲートボール場ほか	押谷	地区集会所	市道広場ほか
大宮中	大宮小学校、小学校体育館、生活改善センター	大宮小学校運動場ほか	権谷	権谷小学校、小学校体育館	権谷小学校運動場ほか

6日の夜、雨音で目を覚ますと、物凄い風雨と家がきしむような音に不安な夜を過ごした。次の日、水は引いていましたが台風が残っていました。



西土佐中学校3年 中平真生さん(左) 濱田渚さん(右)

### 自分たちができることをしたかった

とをみて驚いた。自分の家は幸い被害はなかったけど、被害を受けた家には、中まで泥が入り込み、床が見えなくなっていた。まさかここまで水がくるとは思ってもいなかった。私たちが、被害を受けた家の泥を外にだして、食器を洗ったり、使えなくなった食材を片付けたりした。大変だったけど、手伝わずにはいられなかった。



見る間に濁流にのみ込まれていった (昨年9月6日 20時30分頃 総合支所前)

昨年、本市を襲った台風14号は、9月4日から7日にかけて長時間大雨をもたらした。被害が拡大した。四万十川は昭和38年以来的の水位を記録し、西土佐地域では、広見川との合流地点となる江川崎で氾濫。江川崎から口屋内の沿線でも多くの家が床上浸水の被害を受け、中村地域では、大川筋・後川地区でも多くの家屋が浸水被害を受け、不破・角崎・八束でも被害を受けました。市では、現在、地域防災計画を策定し、取り組みを進めています。今後は、上流水位から下流域への影響予測を住民に情報伝達する体制を検討し、防災行政無線の整備を進めていきます。

## 災害に強い地域づくりのために



# 大川筋防災連絡会発足

大きな被害を受けた大川筋地区。自然と暮らす住民には、これまでの経験から、水位がここまでくると危険という基準を一人ひとりが持つていたといえます。しかし、昨年の台風は、住民のこれまでの経験を超える豪雨に襲われ、大きな被害を受けました。河川の状況を調べて、区長間での情報交換は行っていたのですが、地区民への情報伝達がうまくできなかったそうです。この反省をもとに、同地区区長会では、それまで川登と手洗川にしかなかった自主防災会を残り8集落でも設立し、迅速に情報伝達を行う防災連絡会を6月に結成しました。同連絡会会長の森吉さんは「大川筋地域には堤防も排水ポンプもないので、迅速かつ正確な情報伝達手段を整備して命を落とすことなく、できるだけ被害を少なくするようにしていきたい。行政に頼るのではなく、自助・共助の精神で活動していく」と話していました。

8月2日に開催された防災連絡会では、情報連絡網や台風14号の際の河川水位情報の今後の活用方法などについて話し合いました。

# あれから1年

特集 平成17年の台風14号を振り返って

## 9月1日は防災の日

災害応急活動は、災害発生時の初期活動が最も重要です。しかし、広域的に災害が発生した場合、行政のみの活動には限界があり、住民一人ひとりの協力が必要となります。まずは自分の身を守り、家族の安全を守ること、そして地域で助けあうことが大切です。市内には今年4月1日現在で、39の自主防災組織があります。このうち、15組織はこの台風以降に組織されたものです。また、今年度は31の自主防災組織が設置される予定です。地域の防災力強化のため、自主防災組織の設立に向けて協力をお願いします。

### 豪雨が近づいたら

- 雨に関する情報を収集する
- 停電・断水などに備え、懐中電灯・飲料水等を準備しておく
- 避難場所を確認する



いざという時に備え、避難場所・避難場所への経路を日ごろから確認しておきましょう。また、家族みんなで話し合っておくことが大切です。 ※被害の状況によっては避難場所を変更することがあります。



# 介護保険だより

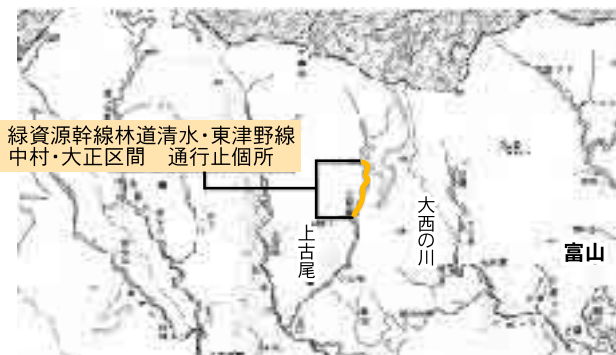
四万十市では在宅福祉事業を実施しています。  
サービスの利用希望者はお問い合わせください。

事業名	対象者	事業概要
高齢者日常生活 援護サービス事業	要介護認定 非該当者	65歳以上で介護保険法の要介護認定の該当とはならないが、地理的条件や家族の状況等により居宅での生活が容易でないと認められる人に対して、ホームヘルパーを派遣し、家事等に関する援護を行う。 ※利用者負担：200円/時間
高齢者はつらつ デイサービス事業	要介護認定 非該当者	75歳以上の高齢者または65歳以上の独居高齢者が、四万十市多目的デイ・ケアセンター「一条の里」へ送迎バスによる通所の方法で集まり、健康チェックおよび健康相談、趣味の創作活動、機能訓練および簡単な運動等を行う。 ※利用者負担：600円
はつらつ宅老事業	要介護認定 非該当者	身の自立がおおむねできているため、要介護認定の該当とはならないが、日常生活に大きな支障のない程度の認知症を有するおおむね65歳以上の在宅の高齢者または障害者が「つどいの場えびす」に通所の方法で集まり、レクリエーションおよび創作活動等を行う。 ※利用者負担：600円
生きがいデイ サービス事業	要介護認定 非該当者	介護保険の適用を受けない在宅の高齢者等が通所の方法でデイサービスセンターに集い、機能訓練等を行う。 ※利用者負担：600円
住宅改造支援事業	要介護認定者 要支援1・2 要介護1～5	介護保険の要支援から要介護の認定を受けた人および重度身体障害者が居住する住宅を、身体状況に応じて安全かつ利便性に優れたものに改造する場合に補助金を交付する。
訪問理美容 サービス事業	要介護3以上	在宅の高齢者等で、介護保険の認定が要介護3以上および身体障害の程度が2級以上で、理容所または美容所に行く事が困難な人の居宅に理容師・美容師が訪問して理美容サービスを行う。 ※市は理美容師の訪問費用を負担（通常の理美容料金は利用者負担）
在宅介護手当	要介護3以上	要介護3以上の認定を受けた人を家庭において常時介護している人に対し、経済的負担の軽減と精神的援助を図るため、在宅介護手当を支給します（別途、支給要件がありますのでお問い合わせください）。 ※手当：月額7,000円
家族介護用品の 支給	要介護4以上	要介護4以上の認定を受けた人を家庭において常時介護している人に対し、経済的負担の軽減と精神的援助を図るため、家族介護用品を支給します（別途、支給要件がありますのでお問い合わせください）。 ※クーポン券：月額6,000円

**問い合わせ先** (本庁) 保健介護課 ☎(34)1165 (総合支所) 保健課 ☎(52)1132

## 緑資源幹線林道の通行止め

四万十市古尾崎から大正町轟崎間における緑資源幹線林道清水・東津野線（通称大規模林道）中村・大正区間上古尾工区の開設工事に伴い、平成18年8月24日(木)から平成19年3月20日(火)まで全面通行止めの規制を行っていますのでご協力をお願いします。



【問い合わせ先】

緑資源機構高知地方建設部 ☎088(823)6131

私の鍼灸日記⑦

夏の痛いぐらいいの日差しと張り裂けそうな声で鳴くセミしぐれが、毎日の出勤時に迎えてくれます。夕方には、雲が夕焼けにピンク色に淡く染まり、そこにヒグラシの音が優しく包んでくれます。背中を押され、夕方はお帰りと手招きをされていくような気分になる季節です。そんな季節に、さまざまな患者さんがやってきました。

難病の早期治療

鍼灸師 山崎 道広

あるとき、知人に「鍼で、突発性難聴とか治るの?」と問われたことが、今回の始まりでした。

聞いてみると、つい最近知人の知り合いのKさんが突発性難聴になったとのこと。突発性難聴とは、難聴・耳鳴りなどの症状が原因不明で急に起こる難病で、時間が経つほど治りにくくなる病気です。なので、一刻も早くということになり、すぐに診療ということになりました。

「もう治らんとはいわれませんでした。」

Kさんが無気力な顔つきで診察室に入ってきて訴えました。発症後、すぐに、大きな病院へ行き、入院を勧められたそうですが、家庭の事情もあり、やむなく通院で点滴・服薬治療をしたようです。しかし、つい先日、1週間経つても効果が見込みはないと宣告されました。宣告されたショックと、これからこの病気にずっと付き合っていくかなくてはならないという気持ちで、無気力な顔つきになっていたのでしよう。

詳しく尋ねてみると、発症の3日前から風邪を引いて、ひどい空咳と咽喉の痛み・口渇があったそうです。そのときから左耳には水が入っているような閉塞感があったそうです。そして、朝起きたら耳鳴りひどかったの、大きな病院へ行ったら突発性難聴と診断されたそうです。いまも閉塞感・

耳鳴りはあり、左耳はほとんど聞こえないとのこと。音叉を使って、耳の検査をしてみると、確かに左耳の聴力は大きく低下していることがわかります。舌を見ると、舌の先っぽは真っ赤になっています。舌の先は上半身・舌の奥は下半身を現します。まだ今も風邪の症状(咳や咽喉の痛み、口渇)が少し残っており、舌の先が真っ赤なので、風邪の熱が抜けきっていないことが分かります。どうやら、突発性難聴の原因は、風邪のようです。風邪は万病のもととよく言ったもので、こじらせると人によっては脳梗塞や顔面麻痺、難聴やめまいなどを引き起こすことが多々あります。

なので、合谷穴と商陽穴、そして陰陵泉穴(3つ合わせて深部に残った風邪を取り除きます)を処方し、治療を終わりました。

1週間後、診察に来たときには、顔からはだいぶ元気がうかがえます。舌を見ると真っ赤だった先っぽがきれいなピンク色に治っていました。本人いわく、若干耳の聞こえが良くなり、咳などの風邪の症状も治っているとのこと。風邪はだいたい取り除けたので、治療は尺沢穴(風邪によって傷ついた肺を治します)と、風池穴(残った耳の症状を取り除きます)に切り替えました。また、その1週間後の診察では、耳の閉塞感も消失して、体も元気に動けるとのことです。また、耳の検査をしてみると、初診時と違い、耳の聞こえは左右同じくらい聞けるようになったとのこと。さらに1週間後では、すっかり耳は聞こえるようになり、耳鳴りもなくなり、日常生活に戻れるようになったと笑顔で話してくれたので、無事に卒業となりました。きつと、あきらめないうちが笑顔をとり戻せたのでしよう。次は、どのような患者さんが来院するのでしょうか。

1週間後、診察に来たときには、顔からはだいぶ元気がうかがえます。舌を見ると真っ赤だった先っぽがきれいなピンク色に治っていました。本人いわく、若干耳の聞こえが良くなり、咳などの風邪の症状も治っているとのこと。風邪はだいたい取り除けたので、治療は尺沢穴(風邪によって傷ついた肺を治します)と、風池穴(残った耳の症状を取り除きます)に切り替えました。また、その1週間後の診察では、耳の閉塞感も消失して、体も元気に動けるとのことです。また、耳の検査をしてみると、初診時と違い、耳の聞こえは左右同じくらい聞けるようになったとのこと。さらに1週間後では、すっかり耳は聞こえるようになり、耳鳴りもなくなり、日常生活に戻れるようになったと笑顔で話してくれたので、無事に卒業となりました。きつと、あきらめないうちが笑顔をとり戻せたのでしよう。次は、どのような患者さんが来院するのでしょうか。



救急病院		四万十市民病院 ☎(34)2126			
救急当番医					
月日	内科	電話番号	外科	電話番号	
9	10 大野内科	(37) 5281	山下整形外科	(34) 0511	
	17 四万十市民病院	(34) 2126	四万十市民病院	(34) 2126	
	18 吉井病院	(34) 5005	吉井病院	(34) 5005	
	23 竹本病院	(35) 4151	さくらクリニック	(35) 2555	
	24 要医院	(34) 1365	正木整形外科	(34) 5252	
10	1 四万十市民病院	(34) 2126	四万十市民病院	(34) 2126	
	8 松本病院	(35) 3054	山下整形外科	(34) 0511	
	9 幡多病院	(34) 6211	幡多病院	(34) 6211	

市ホームページに  
広告をのせませんか

\* 市公式ホームページに掲載する  
バナー広告(有料)を募集しています。  
掲載に関する詳細はホームページをご覧ください。

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

shimanto city

問い合わせ先 (本庁) 企画広報課  
☎(34)6128

※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 自分にあった養生法を知りたい人、病気の予防や健康に関する質問などご相談ください。 9月21日(木)

市政

教育

くらし

情報掲示板



## 楽しかった列車の旅

8月1日から31日までの夏休み期間中、小学生による普通列車の無料体験乗車が行われました。この企画は鉄道をより身近なものに感じてもらい、列車の快適さをもっと知ってもらうために3年前から実施しています。パスポートを手にとどこまで乗っていくのかな。日焼けしたこどもたちの夏休みの思い出づくりになったことと思います。



## 中村駅駐車場の利用についてご協力ください

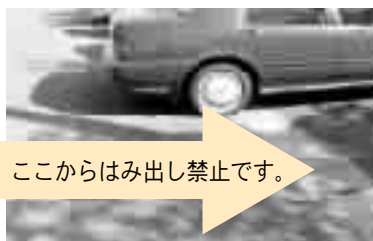
駅裏駐車場（跨線橋南側）の例



このように駐車してください。



中村駅には駅構内(23台)と駅裏(48台)に2カ所の駐車場があります。駅構内駐車場は駐車時間30分までの送迎や切符の購入など、比較的短時間の利用者専用です。もう一つの駅裏駐車場は出張等で列車に乗車する場合など、比較的長時間の利用ができます。また、駅裏駐車場は跨線橋を境として南側が横付け、北側が縦付けの駐車となっていますのでご協力をお願いします。両駐車場とも駐車台数に限りがあり、ご不便をお掛けしますがよろしくをお願いします。



ここからはみ出し禁止です。

側溝からはみ出し、歩行者が大変危険です。

### 中村駅構内・駅前広場での鉄道利用促進イベント情報

中村駅まつり 9月28日(木) 17時~21時  
物産展・夜店・カラオケオーディション・花火・餅投げほか

ミニコンサート 9月30日(土) 13時~17時  
物産展・バンド演奏ほか

※天候などにより変更になる場合があります。



サンコちゃん



サニーくん

©やなせたかし  
土佐くろしお鉄道(株)

### 問い合わせ先

土佐くろしお鉄道株式会社 中村駅 ☎(35)4961

土佐くろしお鉄道中村・宿毛線運営協議会 事務局 ☎(34)1129

## 寄付のお礼

財団法人四万十市体育協会(会長 原田勝美)様より、四万十川清流保全基金にと5万円のご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。

ありがとうございました。



# 南海地震 その時あなたは：

2

高知県が実施した「地震対策基礎調査」「津波防災アセスメント調査」と政府地震調査研究推進本部が公表した「南海トラフの地震の長期評価」を基にした地震と津波の想定は次のとおりとなっています。

## 地震の想定

(南海トラフの地震の長期評価による)

### 地震の規模

マグニチュード8・4

(ただし、東南海地震と同時発生した場合はマグニチュード8・6前後)

### 発生の間隔

過去の南海地震は100年から150年の周期で繰り返して発生しており、昭和南海地震(1946年12月21日)から標準的な発生間隔は90・1年ということから次の地震は2036年ごろ発生する確率が高いと想定されます。

発生位置の目安  
四国沖から紀伊半島沖の南海トラフ



想定南海地震震源域

## 建物の被害

(数値：第2次高知県津波防災アセスメント調査)

昭和56年の建築基準法改正前に建築された木造住宅については、倒壊の危険性が懸念されていて、揺れによる建物の全半壊が約4800棟、死傷者は約650人に上ると想定されています。また、火災は一度発生すると被害を大きくすることが懸念されます。

## 津波の想定

(第2次高知県地震対策基礎調査、津波防災アセスメント補完調査)

### 津波の高さ

5・51メートル(最高)

### 津波到達時間

8〜25分

※高知県が想定した津波想定モデルによる到達予想時間です。海岸で人が流される被害がでる浸水深さ50センチメートルの水位上昇に要する最短時間は8・3分と示されています。

## 震度予測

(第2次高知県津波防災アセスメント調査)

中村地域：震度6強〜6弱  
西土佐地域：震度6弱〜5強

最終防潮ライン施設等が機能するとした場合



最終防潮ライン施設等が無いとした場合



浸水被害の詳細やその他の各種資料は次のところで閲覧いただけます。

○中村地域  
市立図書館 図書室  
市立中央公民館 1階ロビー  
防災センター 1階フロア

○西土佐地域  
西土佐ふれあいホール 1階ロビー  
西土佐総合支所 1階市民室  
市立西土佐地区公民館 1階図書室  
西土佐診療所 1階待合室

## 浸水被害想定域

広報四万十10月号からは、昭和の南海地震体験談を掲載します。

■貸切イベント列車運行中 仲間同士の飲み会や結婚式の2次会などにどうぞ。(運行区間・料金(1両貸切・定員35人))

## 無料調停相談会

相談

中村地区調停協会の調停委員が、  
金銭・夫婦関係・親子関係・相続な  
ど、民事・家事に関する問題を無料・  
秘密厳守で相談に応じます。

日時 10月19日(木)  
9時30分～12時

場所 市立中央公民館  
1階大会議室

☎高知地方裁判所中村支部  
☎(35)3007

## 特設人権相談所(無料)

相談

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。

日時 10月10日(火)  
9時～12時

場所 津野川集会所

☎高知地方方法務局四万十支局  
☎(34)1600



しまんと

## 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。

日時 10月7日(土)  
10時～16時

場所 市立中央公民館  
1階大会議室

☎高知県行政書士会幡多支部  
☎(31)0077

## 下水道相談

相談

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  
相談をお受けします。お気軽にお越  
しくください。

日時 10月6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)

☎(本庁)都市整備課下水道室  
☎(34)6129(直通)  
☎(34)1111(内線223)

## ご存じですか 公証制度

相談

10月1日から7日までは公証週間です。  
公証制度とは、一言でいうと、皆さんが不  
動産の売買・金銭の貸し借りなどの重要な契  
約を交わしたり遺言をする際、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(公証証書)を作成  
することで、後日のトラブル防止と取引や財  
産の安全の確保を図ろうとする制度です。公  
証役場は、法務大臣に任命された公証人がそ  
の権限に基づいて公正証書を作成する所です。  
公証週間に合わせ、公正証書の作成  
等に関する無料公証相談(電話相談も  
行っています)を行います。

日時 10月1日(日)～7日(土)  
10時～12時、13時～16時

場所 高知合同公証役場  
(高知市本町1-1-3  
朝日生命高知本町ビル3階)

☎高知合同公証役場  
☎088(823)8601

## 9月の防災メモ

### 非常持ち出し品と 備蓄品は違います!

#### 非常持ち出し品 避難する時に持ち出すもの

- メガネ、補聴器、入れ歯、服用中の薬
- ヘルメット・防災頭巾、運動靴
- 懐中電灯、携帯ラジオ、予備の電池
- 現金(小銭が重宝)、貴重品

すぐに持ち出せるように準備することが大事です。



#### 備蓄品

避難生活に備えて家に蓄えておくもの

- 飲料水(1人1日3リットル分)
- 食料
- 粉ミルク、紙オムツなどそれぞれの家庭の事情から必要なもの最低3日分の蓄えが必要です。特に水が大事です。

資料：南海地震にそなえちよき

### 今月は



国民健康保険税	2期分
下水道事業受益者負担金	2期分
固定資産税	3期分

の納付月です

# 第12回四万十川ウルトラマラソン10月15日(日)に開催します

ボランティアの皆さん、  
よろしくお願ひします

四万十川ウルトラマラソンのボランティアに、多数の申し込みをいただきありがとうございます。今後は業務分担を行い、ハンドブック等を作成したうえで、約1800人のランナーを暖かく迎えらるるよう準備を進めていきます。

なお、ボランティア説明会については、全体会の後に各班別の説明会を行いますので、必ず出席いただきますようお願いいたします。

■中村事務局へ申し込みをいただいた人  
日時 10月3日(火)、4日(水)  
18時30分

場所 市立中央公民館2階 大ホール

※いずれか都合の良い日に出席してください。  
■西土佐事務局へ申し込みをいただいた人  
および依頼された人

日時 10月4日(水) 19時30分

場所 西土佐ふれあいホール

大会当日のお願い

大会コースとなっている道路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 四万十川ウルトラマラソン実行委員会事務局 ☎(34)0605  
問 四万十川ウルトラマラソン実行委員会事務局 西土佐事務局 ☎(52)2312

## 子犬の譲渡会

日時 9月27日(水) 10時~12時  
場所 高知県中村小動物管理センター(古津賀3096-34)  
子犬を譲りたい人の受付 10:00~10:20  
子犬を飼いたい人の受付 10:20~10:35  
譲渡犬の決定 10:35~10:50  
(希望者が重複する場合は抽選)  
飼い始め講習会 10:50~11:50  
譲渡犬の譲り渡し 11:50~12:00



- 子犬を譲りたい人  
離乳がすんだ生後2~3カ月の健康な子犬が対象となります。事前に、必ず連絡をしてください。なお、当日は印鑑を持ち、子犬を会場まで連れて来てください。
- 子犬を飼いたい人  
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。なお、子犬の譲渡が決まった場合は、講習会を受けていただきます。当日は、必ず、印鑑と子犬を入れる箱を持って来てください。

問 幡多福祉保健所 食品・衛生課 ☎(34)5119

※譲渡できる子犬がない場合は、中止となることがあります。

## 彼岸花(マンジュシャゲ)を寄付してください

中村佐岡橋近くに新しい花壇ができました。この花壇に彼岸花を植えて、昭和、平成の合併であり使われなくなった「下田」・「富山」・「蔵園」・「中筋」・「津大」などの名前をつけて育てていきます。  
寄付いただける彼岸花は本庁建設課または1階受付までお願いします。花壇の世話は新婦人の会中村支部代表山岡幸子さんが行います。

問(本庁)建設課 ☎(34)1116

## 平成18年度浄化槽設置整備事業費を補助します

四万十市では、河川の汚れを防ぐため、台所や風呂等の生活排水をし尿と併せて処理する浄化槽を設置する場合、設置工事費の一部を補助しています。

受付 随時行います。  
※申込件数が予算に達した時点で締め切りとなります。  
補助申請手続きは工事着工前に必要です。  
平成19年3月20日までに工事が完了することが条件となります。

対象者  
●住宅を新築し浄化槽を設置する人  
●改築し汲み取りもしくは単独浄化槽から浄化槽に付け替える人

対象区域  
公共下水道認可区域および農業集落排水事業実施区域を除く四万十市全域

その他  
手続きや条件、補助金額等の詳細についてはお問い合わせください。

問(本庁)地球環境課四万十川保全係 TEL(34)1170 FAX(34)7466

問(総合支所)住民課生活環境係 TEL(52)1111 FAX(52)2124

## じん臓機能障害者に通院費を補助します

透析療法者のうち、自宅から病院までの距離が片道20キロメートルを超え、定期的通院によって透析療法を受けている人に、1カ月4000円を4月と10月に前6カ月分支給する制度です。ご相談ください。

必要なもの  
印鑑、身体障害者手帳

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



## 在宅ワークのためのパソコン講座 テープおこしに挑戦してみませんか

障害や高齢、介護、育児などの事情により働くことをあきらめている人を対象に、パソコンを活用すれば在宅でも仕事ができることをご紹介します。

パソコン初心者（全く触れたことのない人も大歓迎です）を対象に、電源を入れることから始めて、在宅ワークで人気の「テープおこし」をパソコンの実技講習を通じてマスターいただけるよう講座を行います。

日時 9月25日(月) }  
27日(水) } 9時30分  
10月2日(月) }  
4日(水) } 11時30分  
10日(火)  
11日(水)

場所 市立中央公民館1階  
情報学習室

(車イス等でも入室可)

対象者 四万十市に居住する障害  
や高齢・介護・育児などの  
事情で在宅、未就労の人

定員 10人(先着順)

募集期間 9月11日(月)～20日(水)

受講料 無料

その他 カセットテープを再生で  
きる機器が必要です(用  
意できない人はご相談く  
ださい)。

問 企業組合ユニフィカ

☎(35)5463

問 高知県地域支援企画員

【(本庁)企画広報課内】濱口

☎(34)1129

☎090(9556)7255

## 平成18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等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りません。また、平成19年度以降の責任技術者試験の実施については未定です。

日時 12月3日(日)  
13時30分～15時30分

場所 高知県教育会館「高知城ホール」  
(高知市丸の内2丁目1-10)

受付期間 9月11日(月)～10月6日(金)

受験料 1万円(受験講習料含む)

主催 日本下水道協会高知県支部

その他  
お問い合わせ、受験申込書配布(9月1日～)および受験申し込みは、市で行います。また、希望者には11月5日(日)に試験と同会場で受験講習も行います。

問 (本庁)都市整備課下水道室  
☎(34)6129

## 電話加入権の公売

市税の滞納整理を進めるため、電話加入権の公売を行います。買受希望者は時間厳守でお集まりください。

日時 9月21日(木) 10時

場所 本庁舎北側  
職員会館2階 大会議室

公売台数  
9月7日(木)から市役所掲示板で公告します。ただし、滞納市税が納付された場合等は、その加入権の公売を中止するため、公告時の台数より少ない場合があります。

公売方法 入札により実施  
(国税徴収法第94条他)

必要なもの  
印鑑、身分証明書(免許証等)、現金  
(代理人は委任状が必要です。委任状は税務課にも用意しています)

その他  
入札会場には10時を過ぎると入場できません。

問 (本庁)税務課収納係  
☎(35)5552

## 食生活改善推進員(ヘルスマイト)料理講習会参加者募集

事業名	日時	対象者	参加料	受付期間	予定メニュー
食物せんい たっぷり 料理教室	9月21日(木) 9時～12時	四万十市に 居住する 20才以上の人	無料	9月13日(水) ～19日(火)	・枝豆ごはん ・チキンソテー ・ピーマンのたまご炒め ・ふきよせ ・豆腐白玉団子の盛り合わせ
男性のための 料理教室	10月17日(火) 9時～12時	四万十市に 居住する 30歳以上の男性 (料理経験の少ない人)	315円 (テキスト代) 「男性料理 教室20の レシピ」	9月13日(水) ～29日(金)	・チャーハン ・ぶりの照り焼き ・きゅうりとわかめの酢の物 ・わかめスープ ・きなこ餅

場所 市立中央公民館1階 調理室

定員 20人(定員になり次第締め切りとさせていただきます)

講師 食生活改善推進員(ヘルスマイト)

持ってくる物 エプロン・三角巾

主催 食生活改善推進協議会

問 四万十市食生活改善推進協議会事務局  
(本庁)保健介護課  
☎(34)1115



## 働く婦人の家講座

講座名	項目	期 日	時 間	定員	場 所	受講料	用意するもの
着物着付け		9月25日(月)～11月9日(木) 毎週月・木曜日 (全13回)	19時～21時	12人	働く婦人の家2階 和室	無料	着物一式 初日は浴衣
太極拳		9月30日(土)～12月2日(土) 毎週土曜日 (全10回)	19時～21時	18人	働く婦人の家1階 軽運動室	無料	運動できる服装、 タオル、運動靴(上履き)、 水(水筒等)

対 象 市内に居住または勤務する女性

講 師 着物着付け…間崎ますみさん 太極拳…四万十市太極拳協会

申し込み方法

9月12日(火)～電話での申し込みも可能です(土・日は除きます)。

窓口・電話いずれも9時～17時15分(ご本人に限ります)。

ただし、定員になり次第締め切りとさせていただきます。

その他

詳しくは、働く婦人の家までお問い合わせください。

なお、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(市)教育委員会生涯学習課働く婦人の家 ☎(34)6299

第2回四万十市長杯  
サーフィンコンテスト

全国のサーフィン愛好家によるサーフィンコンテストを開催します。ぜひ見物にお越しください。

日 時 9月16日(土)、17日(日)  
7時～16時

場 所 平野サーフビーチ

※当日の状況により予定を変更する場合があります。

問 四万十市観光協会内 四万十市長杯サーフィンコンテスト実行委員会事務局 ☎(35)4171

## 四万十市文化財めぐり 第4回四万十市の絵画をめぐる

今回は市内に残る「四万十市の絵画」をまとめて見学してみようと計画しています。市内には神社に奉納した絵馬や、下田出身の画家、島村小湾の風景画など多くの絵画が文化財として保護されています。普段は見ることができない絵画もありますので、ぜひこの機会に鑑賞してみませんか。

日 時 9月24日(日)  
9時～12時(雨天決行)

集合場所 市立中央公民館  
(9時に出発します)

申し込み期間 9月11日(月)～19日(火)

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、小学校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)6299  
FAX(35)4260  
E-mail culture@city.shimanto.lg.jp

世代を越えて仲良しづくり  
一緒にスポーツを楽しみましょう

体育協会ではスポーツに親しむ環境づくりとスポーツ人口の拡大に努めています。

いろいろなスポーツに興味を持ち、参加してみたい人に市内で活動しているチーム・サークルの情報提供や案内をしています。お気軽にご連絡ください。



問(財)四万十市体育協会  
☎(37)4558  
☎(34)2071

## 地産地消～野菜をいっぱい食べよう～料理教室

地産地消とは、地域で生産した食材をその地域で消費しよう、という取り組みです。地元でとれた新鮮な食材を使い、子どもや野菜が苦手な人もおいしく食べられるような調理法を紹介します。ぜひご参加ください。

日 時 9月9日(土) 13時～16時

場 所 四万十市保健センター 調理室  
(西土佐用井111028)

募集人員 30人

講 師 高知県食育推進員  
(加工品生産者・調理師・栄養士)

対象者 小学3年生以上(ただし小学3・4年生は保護者と一緒に参加してください)

参加料 300円

募集締切日 9月7日(木)

持ってくるもの エプロン 三角巾 タオル

作る料理 夏野菜のドライカレー  
米ナスのチーズ焼  
トマト寒天など

問(総合支所)産業課 ☎(52)1111



# 雇用促進住宅(サン・コーラス)入居者募集します

募集

## 雇用促進住宅とは

公共職業安定所の紹介等により就職する人、配置転換または出向等により転勤する人で、住宅の確保が必要と公共職業安定所長が認めれば利用できます。

## 入居資格

- ・ 単身もしくは家族を伴って入居する人  
※3DK住宅は、同居者を伴わないと入居できない場合があります。
- ・ 年収（賞とおよび利所得等で継続的な収入を含む）の12分の1の額が、家賃および共益費の合計額の3倍以上ある人
- ・ 確実な連帯保証人がいる人

## 住宅の概況

住宅名	所在地	間取り	入居時家賃(移転就職者以外)	共益費
佐岡	佐岡1047-2	2DK	2万300円(2万4,400円)	2,750円
		3DK	2万5,300円(3万400円)	2,750円
楠島	楠島945-3	3DK	2万9,700円(3万5,600円)	2,750円

※空室状況は、ホームページ (URL:<http://www.e-d-a.or.jp>) でも、ご覧になれます。(注:空室状況は日々変動しますので、詳細は各管理事務所にお問い合わせください)  
※入居申し込みに関するパンフレットは、雇用促進住宅の管理事務所、(財)雇用振興協会四国支所、公共職業安定所、独立行政法人雇用・能力開発機構各都道府県センターに備え付けています。

☎(申)各住宅管理事務所 佐岡 ☎(34)6602 楠島 ☎(37)6366  
☎(申)(財)雇用振興協会四国支所 ☎087(823)1031

※土、日、祝日は取り扱っておりません

## 自分たちの成人式を企画してみませんか

四万十市・四万十市教育委員会は、四万十市(中村地域)成人式典の企画運営に参加できる新成人の実行委員を募集します。  
対象者 四万十市(中村地域)に居住する本年度成人式を迎える人(昭和61年4月2日から昭和62年4月1日までに生まれた人)  
業務内容 新しく成人になる人が社会人になった意義を考え、感じるように、自らの手で自分たちの成人式を企画運営します。  
受付期限 9月19日(火)  
募集人数 若干名

☎(市)教育委員会生涯学習課 働く婦人の家 ☎(34)6299

## 平成19年度職業訓練生(推薦)

～就職に有利な技能を身に付けよう～

	応募資格	訓練期間	募集定員
鉄骨建築科	高校卒業者(平成19年3月卒業見込み含)で40歳未満	1年	20人
木造建築科	中学校卒業者(平成19年3月卒業見込み含)で30歳未満	2年	10人
左官タイル施工科	中学校卒業者(平成19年3月卒業見込み含)で35歳未満	2年	10人

募集受付 9月4日(月)～10月27日(金)

(一般入試受け付けは平成19年1月5日から)

応募書類 入校願書・推薦書・調査書・健康確認書

試験日 11月1日(水) 面接その他 入校予定日 平成19年4月10日

☎ 高知県立中村高等技術学校 ☎(37)2723  
<http://www.pref.kochi.jp/~koyou/school/>

## 市立墓地(城北霊園)永代使用の希望者募集します

募集

申し込み対象者

四万十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在住の代理人の選定が必要です)

募集区画数

未使用区画 3区画  
(区画番号 100、220、381)

※城北霊園入口に区画表示板を設置していますので、事前に現地をご確認のうえお申し込みください。

永代使用料および管理手数料

永代使用料 45万円(一括納付のこと)

管理手数料 3150円/年

※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18年度貸付日から永年とする。

申込受付期間

9月8日(金)～21日(木)

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件とさせていただきます。

申込者が多数の場合は抽選を行います。

申込書は市民課または総合支所住民課でお渡しします。

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及び管理に関する条例」および「同施行規則」に定める一定の制限があります。

抽選予定日 9月29日(金) 10時

場所 本庁3階 議員協議会室

☎(申)(本庁)市民課 ☎(34)1113

☎(申)(総合支所)住民課 ☎(52)1111



# 平成18年度四万十市職員採用資格試験を実施します

**実施要領** 四万十市では、平成19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等

試験職種	採用予定人員	受験資格等
事務職Ⅰ	若干名	昭和52年4月2日から平成元年4月1日までに生まれた人
事務職Ⅱ (身体障害者)	1人程度	昭和52年4月2日から平成元年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る人 (3) 活字印刷文による出題および口頭による試験(面接)に対応が可能なる人
看護師	若干名	昭和52年4月2日から昭和62年4月1日までに生まれた人で、看護師免許を有する人または平成19年6月30日までに免許取得見込みの人
臨床検査技師	1人程度	昭和52年4月2日から昭和61年4月1日までに生まれた人で、臨床検査技師免許を有する人または平成19年6月30日までに免許取得見込みの人
調理員	若干名	昭和52年4月2日から平成元年4月1日までに生まれた人で、調理師免許を有する人または平成19年3月31日までに免許取得見込みの人

**第一次試験** (1) 日時 10月29日(日) 8時40分集合(時間厳守)  
(2) 会場 市立中村中学校(中村東町2丁目1-30)

**受付期間** 9月11日(月)~29日(金)まで(土、日、祝日を除く)



**受験申込書は市役所の次のところに置いています。(土、日、祝日でも受け取り可能です)**

- 本庁1階案内
- 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」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)を同封して本庁総務課人事係まで請求してください。

**問い合わせ先** (本庁) 総務課人事係  
住所 四万十市中村大橋通4丁目10番地  
☎(35)2044・☎(34)1111(内線231、234、235)  
◆ただし、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。



## 平成18年度幡多中央消防組合職員採用資格試験

**実施要領** 幡多中央消防組合では、平成19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等

試験職種	採用予定人員	受験資格等
消防職	若干名	昭和54年4月2日~平成元年4月1日までに生まれた人 採用後は、幡多中央消防組合管内に居住し通勤可能な人

**第一次試験** (1) 日時 10月29日(日) 8時40分集合(時間厳守)  
(2) 会場 市立中村中学校(中村東町2丁目1-30)

**受付期間** 9月11日(月)~29日(金)まで(土、日、祝日を除く)



**受験申込書は次のところに置いています。**

幡多中央消防組合消防本部・四万十消防署・黒潮消防署・四万十消防署西土佐分署  
四万十市役所(本庁・西土佐総合支所)・黒潮町役場(大方総合支所・佐賀総合支所)  
なお、郵送による請求方法は上の市職員採用の場合と同じですが、郵送先は幡多中央消防組合消防本部までお願いします。

**問い合わせ先** 幡多中央消防組合消防本部総務課総務係  
住所 四万十市右山750-1番地  
☎(34)5881  
◆ただし、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。

# 中国料理の紹介

## サシミ

日本人は、「食べる」ことをとても大事にしていると思います。私の感じた日本料理の特徴の一つは、新鮮な食材を料理に生かすということです。その中で、代表的な料理はサシミだと思います。私は、日本にきたばかりの時、サシミが全然食べられませんでした。中国人にとっては、生の魚を食べることはちよつと不思議に思いました。しかし、最近、私は高知の新鮮なカツオのサシミが好きになりました。「サシミ」には、しょうゆにワサビという薬味を付けて食べます。少しピリツと辛いです。が新鮮で柔らかい感じでした。基本的に、日本料理は新鮮な食材を使い、あっさりした味付けとっています。これは日本人が太らず、長生きできる元でしょう。

## 中国の料理

日本料理と比べたら、中国料理はどんな特徴があるでしょうか。簡単に中国料理を紹介しましょう。

中国は、長い歴史と広大な国土を持つため、料理もバラエティに富んでいます。中国の四大料理とは、北京、四川、上海、広東を指しますが、東西南北の地方による味の特徴を表す次のような表現があります。

南方の料理は、豊富な食材の持ち味を生かした淡白な味

付けです。北方では、厳しい寒さ乗り越えるため濃いめの塩味となり、東では特産の酢を用います。西方の四川地方では、香辛料を巧みに用いた辛い料理が特徴です。

## 北京料理

北京を中心とした黄河流域に発達し、宮廷料理の流れをくみます。「爆(強火で炒める)、焼(焼く)、炸(油で揚げる)」といった調理法を得意とし、



しまんと市民祭なかむら踊りに参加しました

鳥や豚などの肉類を良く使います。一番有名な料理は「北京ダック」です。

## 四川料理

長江上流の四川盆地を中心とする内陸地方は「天府之国」と呼ばれ、山や川の幸から漢方の薬材まで豊富にとれる地です。香辛料をふんだんに使い、しびれる辛さの「麻」、強い辛みの「辣」に特徴があります。その中で、「麻婆豆腐」は名物です。

## 上海料理

長江の中流から下流にかけて

ては、農産物、水産物が共に豊富で「魚米之郷」と呼ばれます。地元でとれる魚やエビ、カニを用い、しょうゆや砂糖を多く使うことが特徴で、味はこつてりとしていきます。秋から冬にかけての「上海蟹」は特に名高いです。

## 広東料理

「食在广州(食は広州にあり)」と言われるだけあって、料理は見た目も味付けも手が込んでいます。新鮮な魚介類から野生動物まで食材も豊富です。調理法では「炒(炒める)、焼、烤(鉄板の上で焼く)」を得意とし、味は「鮮(おいしい)、嫩(柔らかい)、爽(さっぱりする)」を特徴とします。それで、広東料理のスープはとて有名で、いろいろな漢方薬を入れて栄養が豊かなので、健康になります。

中国料理は地方によって、それぞれ違う特色を持っています。興味があれば、中国へ行ってみて本場の中国料理を食べてみませんか。

## 張玲の活動 (7月14日~8月11日)

- 7月18日 蕨岡中学校カヌー体験授業に参加
- 29日 しまんと市民祭なかむら踊り参加
- 8月2日 妊婦教室での研修
- 7月17日・24日・31日、8月7日 中国語講座講師

## 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
9	9	土	㈱カキタニ設備	(33)0660
	10	日	岡崎プロパン(株)	(35)3458
	16	土	㈱夕部設備	(37)3383
	17	日	西南管工	(36)2554
	18	月	㈱奥宮工業	(37)5151
	23	土	㈱大同設備	(35)4879
	24	日	㈱石井建設	(33)0404
10	30	土	㈱山下建設	(33)0653
	1	日	豚座建設(株)	(34)6031
	7	土	㈱平野水道	(35)2316
	8	日	㈱四電工中村営業所	(34)1331
	9	月	溝渕設備	(34)3734

●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

## 水道使用者の皆さんへ

日頃より水道事業にご理解ご協力をいただきありがとうございます。これまで、水道料金のお支払いについては、地区ごとに集金人を決めて、集金にお伺いしていましたが、平成19年4月からは、集金人による水道料金の徴収を廃止することにしました。

### 水道料金のお支払いは2通り

#### ①口座振替

(口座引落)

#### ②納付書払い

(お客様ご自身が指定金融機関か水道課の窓口で支払ってください)

### 便利な口座振替をご利用ください

口座振替の申し込みは、市内の四国銀行、高知銀行、愛媛銀行、幡多信用金庫、高知はた農業協同組合、高知信用金庫、四国労働金庫、郵便局および水道課の窓口にて用紙を備えています。

取り引きのある金融機関で、通帳・通帳の届け出印をお持ちの上、お申し込みください。

※口座振替の手続きが完了しますと、検針した月の翌月の20日(金融機関が休みのときは翌営業日)に引き落としとなります。ご理解、ご協力をお願いします。

■問い合わせ先■ (本 庁)水道課 ☎(34)1711  
(総合支所)住民課 ☎(52)1111



西土佐奥屋内	片魚	竹島	楠島	楠島	具同	古津賀	駅前町	駅前町	右山	右山	中村新町	中村一条通	中村丸の内
堀遠山	畑山	山崎	松岡	林	山下	岡崎	山本	宮谷	川口	森原	涼佑	土居	
楓汰	桂	修汰	正羅	亮祐	航輝	夏輝	瑠夏	幸那	琉音	奈穂	茂樹	優那	
正幸	真司	誠	光広	正大	真也	俊之	順一	秋則	和幸	悦夫	武志	秀幸	

住所 赤ちゃん 保護者  
 (平成18・7・6〜平成18・8・5届分)



お誕生  
おめでとう

西土佐半家	西土佐西ヶ方	西土佐中半	藤岡甲	藤岡甲	双海	下田	鍋島	竹島	井沢	有岡	具同	入田	安並	中村一条通	中村百笑町	中村大橋通	中村大橋通
川上	尾崎	澤谷	室井	佐竹	永野	大西	池本	江口	加用	橋田	小野	岡本	山本	濱田	安田	山崎	桑原
増美	熊雄	生十四	芳正	通起	雪恵	松枝	公恵	たかし	榎恵	寅治	ゆかり	百々枝	茂寿	彌生	稔子	美代子	正道
90	80	89	78	89	78	91	86	58	100	90	40	83	77	95	77	67	87

住所 氏名 享年  
 (平成18・7・6〜平成18・8・5届分)



ご冥福を  
お祈りします

**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 0120-459787 しこくななはちなな 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/

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まで必ずご連絡ください。

人が人らしく

★人権さまさま★ 17

去る八月一日、恒例の中村地区人権教育研究大会が開催され、四五〇名余の市民が中央公民館に集まりました。午前中は、三重県人権研究所の松村智広さんのお話、午後は分科会で、私は「就学前」部会に参加しました。この日私は、心が揺すぶられつつ放していましたが、中でも「ことば」についていろいろと考えさせられたことでした。

講師のユーモア溢れる話術。決して軽い内容ではない筈なのにそれを笑いで訴えていく巧みさにまず敬服しました。

次には、手話通訳の方達のご苦勞に目がいききました。開会から昼食までの丸々三時間を、僅か二人だけで、休むことなく指先の会話が続けられていきます。私は手話を全く知りません。でも、その大変さは想像できます。話し手の一言半句も聞き逃すことなく、目で聞いている方達に、指先の舌で伝える大切な役割です。縁の下の力持ちとは、まさにこの事、と実感いたしました。

午後の会は、市内でも大きな保育所から、「子供の気になる事柄」の報告から始まりました。①名前を呼ばれても返事をしない、②話を聞いているかどうか分からない、③自分をうまく相手に伝えることができないなど、育ちきれていない子らの現状が報告され、その解決のために、「ありがとう」を、職員一丸となって教えているという内容でした。

研究協議では、この問題がメインとなり、どの園でも似た傾向があることも知らされました。乳幼児は、母親を中心にした大人達から言葉を教えられて、成長していきます。たくさんのお話を持っているかどうかは、親の姿勢次第です。ありがとうがいつも言える子供は、誰よりも多くその言葉を、口移しで教えられたからに他なりません。

保育の先生方もそのことに着目されて、それを、大切な人権の問題として提起されたのでした。「ありがとう」は多くの挨拶語の中でも、最も美しい日本語だとNHKの調査報告書にもあります。私たちが、人間を大切に育てる教育の真髓だと考えている「人権の教育」とは、難しい理屈でも何でもなく、ありがとうが言える事から始まるのだ、と改めて確認できた、すばらしい一日となりました。

四万十市人権啓発講師  
山本 衛



Sep  
9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。

問い合わせ先  
(本 庁) 保健介護課  
☎(34)1115  
(総合支所) 保 健 課  
☎(52)1132

## ● 健康相談

月 日	時 間	場 所
9月28日(木)	13:30~15:00	健康管理センター

※保健師による健康相談です。血圧測定を行い、生活習慣病のこと、健康に関することなど相談に応じます。

## ● 乳幼児(赤ちゃん)相談

月 日	時 間	場 所
9月20日(水)	9:30~11:00	健康管理センター

## ● 乳児健診

月 日	受付時間	場 所
9月13日(水)		
27日(水)	12:50~13:30	健康管理センター
10月4日(水)		

※対象者には個人通知します。

## ● ママタッチ教室

月 日	時 間	場 所
9月20日(水)	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。

## ● 3歳児健診

月 日	受付時間	場 所
9月22日(金)	12:50~13:30	健康管理センター

※対象者…平成15年1月生まれの人(個人通知します)

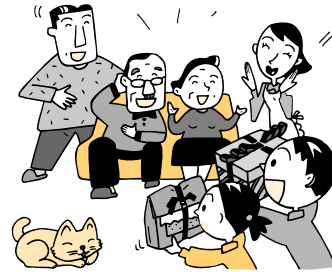
## ● 胸部レントゲン検診

月 日	地 区 名
9月11日(月)	大川筋地区(川登、三里) 後川地区(口、中鴨川、板ノ川、利岡、佐田)
12日(火)	蕨岡全地区
15日(金) 26日(火)	中村街地区

※対象者・・・65歳以上

該当者には受診票を郵送します。ボタン・金具等のない、胸をしめつけない服装で受けましょう。退職等で受診票が必要な人は(本庁)保健衛生係までご連絡ください。

☎(34)1115



有料広告

# 有料広告スペース