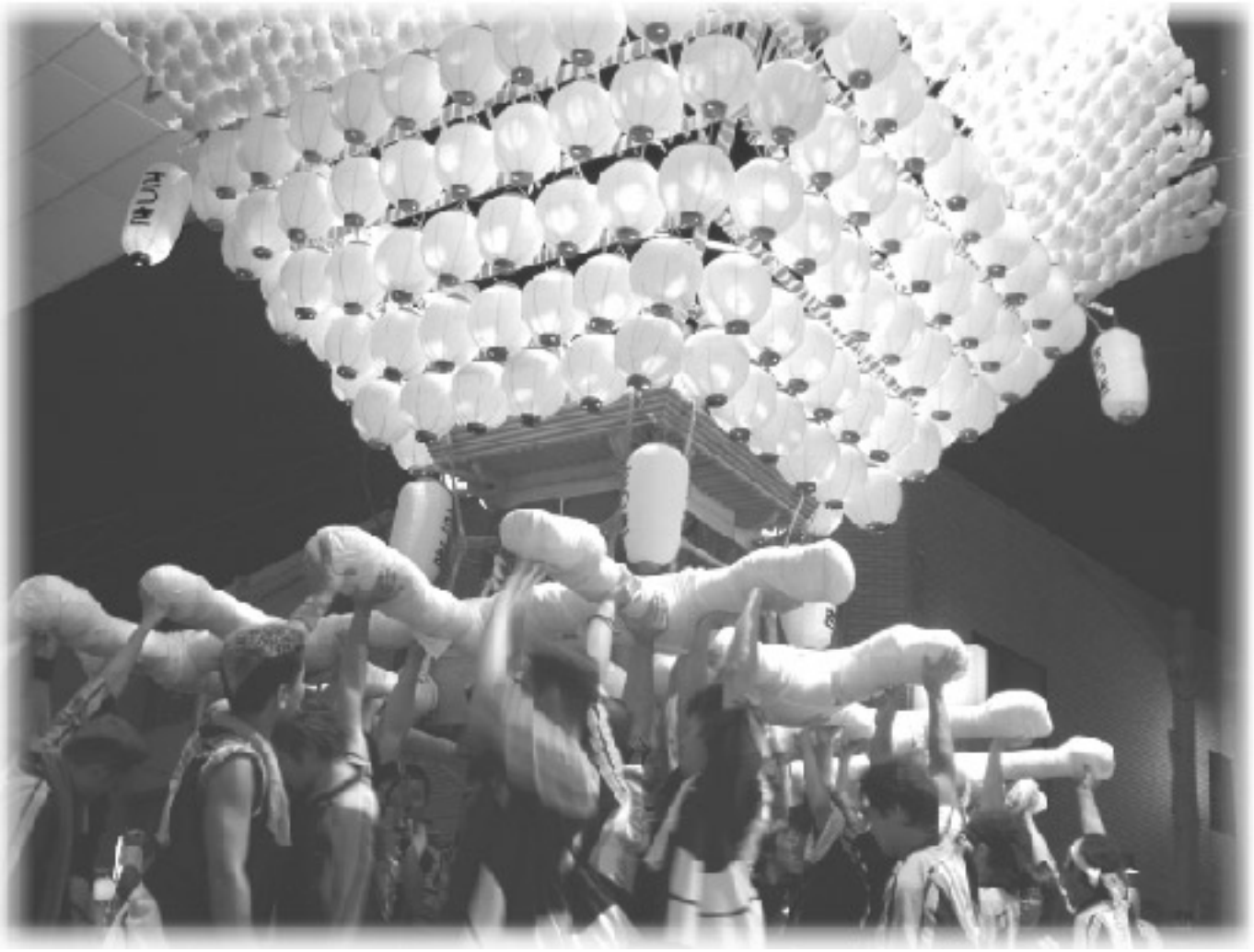
広報しまんと

四万十

SHIMANTO. 2005 September No.5

平成17年 9月



500年の伝統をもつ提灯台

■今月の写真
第１回しまんと市民祭（詳細は4ページ）

西土佐半家の牛鬼

P2	国勢調査が始まります
P4〜5	まちの話題
P6	市教委だより
P8	ねんきんだより
P10〜17	しまんと情報掲示板
P22	アスベスト問題の相談窓口
P24	9月の健康カレンダー

発 行/四万十市　編 集/企画広報課　〒787-8501 高知県四万十市中村大橋通4-10　TEL：34-1111（代表）　広聴FAX：0120-459787
http：//www.city.shimanto.lg.jp/　ケータイ http://www.city.shimanto.lg.jp/i/　E-mail：kouhou@city.shimanto.lg.jp

国勢調査が始まります。

ご協力よろしくおねがいします。

「もう少し道路が整備されたら」、「もう少し高齢者対策ができたら」･･･私たちの暮らしの中で、「もう少し○○があればいいな」と思うことってありますよね。国勢調査は住みやすいまちづくりのための大切なデータになります。

調査票の配　付

■９月２３日(金)ごろから調査員が調査票の配布と記入のお願いにお伺いします。

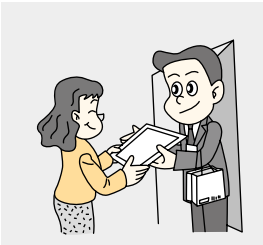
・国勢調査は日本に住んでいるすべての人が対象となります。
・調査員は国家公務員であり、調査員証を携帯しています。

調査票の記　入

■調査票には、１０月１日現在の世帯の状況について記入してください。

・記入項目は男女の別、出生の年月、就業状態、通勤・通学地、住居の種類など１７項目です。
・調査員をはじめとする調査関係者には守秘義務があり、調査の内容の秘密は保護されます。

調査票の回　収



■１０月１日(土)から調査員が調査票の回収にお伺いします。

・記入漏れがないか確認させていただくことがあります。

ご協力よろしくお願いします。

国勢調査四万十市実施本部長
（中平正宏助役）

問い合わせ先

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

寄　付　の　お　礼

財団法人　四万十市体育協会　会長　原田勝美　様より第１２回四万十川水泳マラソン大会参加料の一部５０，０００円のご寄付をいただきました。
『四万十川清流保全基金』へ積み立て、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。

市長室こぼれ話 No.1

四万十市長 沢田五十六

しまんと市民祭
「踊りパレード」にて

6月末には、助役として前西土佐村長の中平正宏さん、収入役は長年名収入役としてその役割を果たしてきた浜田朗さんが承認され、さらに7月1日には教育長として信望の厚い宮地昭一郎さんが選ばれて、新四万十市の四役体制が整いました。今後新市の歩みをしっかりとしたものにし、将来の展望を切り開いていくべく努力していきますのでよろしくお願いします。

さて、道路網の整備は、四万十市の基盤確立、農林業や産業の振興、南海地震対策、緊急時の医療輸送などになくてはならない主要課題の一つです。これによって南予まで広がる四国西南の中心都市として、観光や農業の振興、買い物客の増大など広域経済の発展を図ることが可能となります。あと10年以内にそういった姿が実現するように、今着々と準備を進めているところです。途中、平成21年と25年ごろが交通網整備の大きな節目となります

この動きは四方向から四万十市に向けて進行します。一つは高速高知道から、二つは高速松山道から、三つは中村、宿毛道路から、四つは国道441号からです。国道441号については合併促進道路として、10年以内に中村と西土佐が30分で結ばれるように運動中です。全国で数多くの要望個所がある中、国土交通省もこの道路について予算増額に乗り気になってきつつありますし、県の方も財政の厳しい中、対応を考えつつあります。

そして平成21年には①高知道で須崎―中土佐間、②松山道で宇和―三間間が開通する一方、③高規格道で古津賀―宿毛間と④宇和島―津島間も開通する予定です。これにより四万十市と高知、松山が2時間で結ばれる時代が到来するのです。三間は四万十川に一番近いインターチェンジで広見の道の駅の近くから真っすぐに行くことができるからです。また、中村―宿毛間と宇和島―津島間がつながることにより、南予とも宿毛経由で近くなりますので四国の三角形＝松山、高知、四万十が現実化してきます。

さらに平成25年ごろには①高知道が窪川まで延びる一方、中村、宿毛道路の財源が窪川―佐賀のバイパスにつぎこまれてその一部が完成する、②松山道では三間―宇和島がつながって、三間―宇和島―津島が直通になります。また、このころには国道441号の改良もだいぶ進んでおりますので、四万十市から松山、高知までの所要時間は1時間半ぐらいに短縮されているのではないでしょうか。さらに津島から宿毛方面への高規格道も延伸されていると思われ、四万十市と南予の時間距離はさらに短くなっていきます。昔、一條さんの時代には高知県と南予が共に支配下にあり栄えていました。それと同じように、あと8年後の平成25年ごろには、四国西南の地に一條公経済が復興するのではないでしょうか。それに値するだけの環境の保全がますます大事になってもきます。

小京都まちなみ推進会議（仮称）の委員募集!!

市では、小京都まちなみ推進会議の委員を次のとおり募集しています。
小京都のまちなみづくりに興味のある方、ぜひ応募してください。

【任　　期】　２年間
【募集人員】　3～4人
【対　　象】　満18歳以上
（男女問わない、四万十市在住）
【申込方法】　電話またはファックスで9月30日までにお申し込みください。
【申し込み・問い合わせ先】
（本庁）都市整備課　TEL(34)１７８２
FAX(34)０６７８

核組織の役割（案）

- 小京都らしいデザインおよびまちなみづくりに関わる取り組みの表彰にふさわしい物件、団体等の審査・推薦（表彰は市長が行う）
- まちなみ修景に関わるデザインの相談対応
- 市民および各種団体におけるまちなみづくりの取り組みに対する相談対応
- まちなみづくりに関する各種取り組みの調整　等

第１回しまんと市民祭

まちの話題

特集！

7月30日（土）第1回しまんと市民祭が開幕されました。この祭りは旧中村市の市民祭を新たにしまんと市民祭としてスタートさせたものです。

中村中学校校庭での出発式の後、四万十鼓笛隊バンドを先頭に踊り子隊13チーム約800人はそれぞれに工夫を凝らした踊りで一条通、天神橋を踊り歩きました。また、西土佐半家地区からは「牛鬼」も登場し、お祭りムードを一層盛り上げていました。

踊りに続き、500年以上の伝統をもつ「提灯台」は、町内会や企業、青年会議所などが赤や白の趣向を凝らしたもので、そろいの法被姿の若者に担がれ商店街や目抜き通りを二手に分かれて練り歩きました。交差点では重さ２トンほどもある提灯台をぐるぐると回転させ、見物客たちは暑さも忘れ豪快なパフォーマンスに拍手を送っていました。

なかむら踊り

提灯台

牛鬼

♪それ、いち、に、さん♪
～夏季巡回ラジオ体操 みんなの体操会～

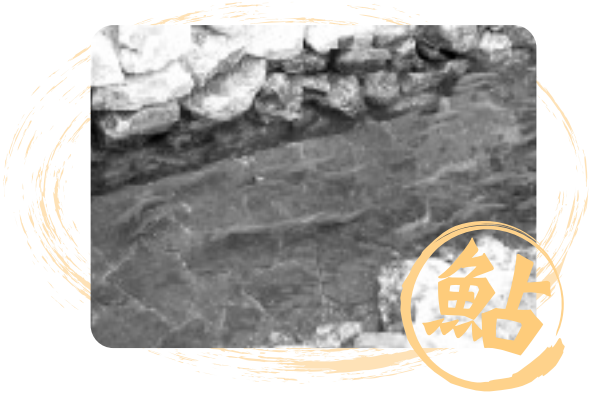
7月25日（月）NHKラジオでお馴染みの夏季巡回ラジオ体操が、安並運動公園で行われました。ラジオ体操は1928年（昭和3年）に当時の逓信省（ていしんしょう）（現在の日本郵政公社）簡易保険局が制定したのが始まりということです。

保育園児から高齢者まで多くの参加者が朝日を背に、ピアノの伴奏に合わせて大きな声で「ラジオ体操のうた」を歌い、ラジオ体操第１、第2ではみんな思いっきり体を伸ばしました。この様子は、NHKラジオを通じて全国に中継放送され、終了後には指導者講習会も開催されました。

日頃の健康づくりに、手軽で程よい運動量のあるラジオ体操を取り入れてみませんか。

清流を泳ぐ～四万十川水泳マラソン～

７月31日（日）「第12回四万十川水泳マラソン」が四万十川下流域を舞台に開催されました。全国から約350人のスイマーが集まり、3.5キロと5キロに分かれて午前10時に一斉にスタートしました。昨年の水泳マラソンは台風のため中止となるなど天候に左右されるこの大会。今回は少雨で四万十川の水量が減るという状況に参加者は悩まされたようです。浅瀬では泳ぐとおなかが川底に当たるので、歩いたりはってみたりといろいろ工夫してゴールを目指しました。ゴールの赤鉄橋では多くのボランティアが選手を迎え、完泳して疲れた参加者に、惜しみない拍手を送っていました。



鮎の泳ぐまち
～せせらぎ水路に鮎を放流しました～

８月３日（水）中村桜町のせせらぎ水路にアユが放流されました。これは、市民や観光客にアユの泳ぐ姿を見てもらいたいと行われたもので、放流された300匹のアユは四万十川中央漁業協同組合より提供されたものです。街の水路でアユの泳ぐ姿が見られるということは全国でも少なく、みなさんもぜひ見に来てください。

＊アユは人間の体温に非常に弱いので、絶対に触らないでください。

のこったのこった！
～第５５回全日本女郎ぐも相撲大会～

8月7日（日）恒例の第55回全日本女郎ぐも相撲大会が一條神社境内で開かれました。

女郎ぐも相撲は、一條公に仕えた女官が広めた遊びとされています。クモは体長別に十両、幕内に分けられ戦います。その戦いは30～40センチほどの細い棒の上です。子どもたちは、クモの動きや「やぐら落とし」「がっぷり」などそれぞれの技に大興奮の様子でした。

“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・頑張っている人などとって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

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/

市教委だより

教職員と教育委員の懇談会を実施しました

8月1日から18日にかけて、市内小・中学校の教職員と教育委員との懇談会を開きました。

例年、四万十市の教育における諸課題を明確にし「質の高い教育」の実現を目指すために、学校ごとや中学校区ごとに教職員と教育委員・事務局職員が自由な意見交換を行っています。

懇談会では、まず宮地教育長から「子どもたちの『生きる力』を育成するために、ともに考え・ともに支えあう教育を創造していこう」という趣旨の挨拶を述べ、学校からは本年度の重点的に取り組む内容や子どもたちの様子についての説明があり、その後、質疑応答、提言事項などについて意見交換・協議を行いました。

各学校の具体的な学力向上への取り組みや、地域の方々の協力を得て行っている体験学習、校区の保育所・小学校・中学校が連携を深め系統性のある教育活動を勧めていることなど、さまざまなテーマで懇談が展開されました。

平成１８年度使用中学校教科用図書が採択されました

来年度から中学校で使用される教科書が採択されました。下表の教科書が平成２１年度まで使用される予定となっています。

種　目	発　行　者	図　書　名
国　語	東京書籍株式会社	新編　新しい国語
国　語　書写	東京書籍株式会社	新編　新しい書写
社　会(地理的分野)	教育出版株式会社	中学社会 地理 地域に学ぶ
社　会(歴史的分野)	教育出版株式会社	中学社会 歴史 未来をみつめて
社　会(公民的分野)	大阪書籍株式会社	中学社会 公民的分野
社　会　地図	株式会社帝国書院	新編 中学校社会科地図 初訂版
数　学	大阪書籍株式会社	中学数学
理　科(第一分野)	大日本図書株式会社	新版 中学校理科　１分野
理　科(第二分野)	大日本図書株式会社	新版 中学校理科　２分野
音　楽(一般)	株式会社教育芸術社	中学生の音楽
音　楽(器楽)	株式会社教育芸術社	中学生の器楽
美　術	日本文教出版株式会社	美　術
保健体育	株式会社学習研究社	新・中学保健体育
技術・家庭(技術分野)	開隆堂出版株式会社	技術・家庭　技術分野
技術・家庭(家庭分野)	開隆堂出版株式会社	技術・家庭　家庭分野
外国語　英語	教育出版株式会社	ONE WORLD English Course

※実物は、中村教科書センター（市立中央公民館１階）に常時展示しています。

寄付のお礼

子どもの教育に役立てて欲しいと、旧西土佐村教育長の清水忠孝様から20万円の寄付をいただきました。ご厚志に添い、奨学資金貸付基金に積み立てさせていただきます。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　TEL（３４）５４４５　FAX(３４)４２７１
E-mail : school@city.shimanto.lg.jp
西土佐事務所　TEL（５２）１１１０　FAX(５２)１４４６
E-mail : n-school@city.shimanto.lg.jp
四万十市公式ホームページ　ＵＲＬ：http://www.city.shimanto.lg.jp/

シリーズ環境 VOL.4

混ぜればごみ、分ければ資源／ごみの減量・リサイクルにご協力を

経済発展や新たな技術の開発、新素材の出現は私たちの生活を便利にし、また豊かにしてきました。

この豊かさは、大量生産・大量消費・大量廃棄という社会経済システムに支えられたものであり、ごみの排出量も増加の一途をたどっています。このことは、四万十市においてもあてはまることです。ごみの増加は、自然環境や生活環境への悪化をもたらすとともに資源の枯渇や地球温暖化などの地球規模での環境問題へと拡大しており、このような経済システムから環境への負荷が少ない資源循環型社会への転換が強く求められています。

私たちが生活する中でどうしてもごみは出ます。

ごみの排出を少しでも抑制するためのひと工夫を紹介します。

【ごみ減量化のひと工夫】

1　生ごみ編
- ○完全に水を切り、普通ごみとして出す。
- ○生ごみ処理機（電動式・コンポスト）を利用して、堆肥として使用する。

2　資源ごみ編
- ○缶（アルミ・スチール）は、洗ってから資源として出す。
- ○ビン（無色・茶・その他）は、洗ってからそれぞれの色に分別して資源として出す。
- ○ペットボトルは、洗ってから資源として出す。
- ○紙類は、紙パック、新聞・チラシ、雑誌、段ボール、包装紙・紙袋・菓子箱の５種類に分別してひもなどで縛って資源として出す。

3　普通ごみ編
- ○食品トレーは、買い物をした量販店の回収ボックスに出す。
- ○洗剤や調味料は、詰め替え用の商品を選び、ごみの減量化を図る。
- ○タオルや肌着などの繊維類は、ふきんや雑巾などに再利用する。
- ○衣服や贈答品などの不用品は、必要としている知り合いなどに譲る。
- ○オムツは、なるべく布オムツを使用する。

4　粗大ごみ編
- ○家具や自転車などが破損したり、故障した場合は、修理して長く使う。

5　その他
- ○マイバック持参で買い物をする。
- ○過剰包装はことわる。
- ○必要なものしか買わない。

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

★★★９月の主な新着図書★★★

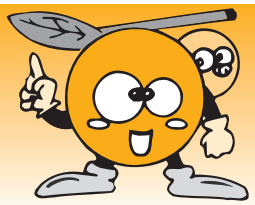
一　般　書

旭山動物園物語	古舘　謙二
数え方の辞典	飯田　朝子
高樹のぶ子BOOK	高樹　のぶ子
国産はじめて物語　第２巻	レトロ商品研究所
シェフ川平のかんたん「真空調理」	川平　秀一
情夫	藤堂　志津子
世界の路地裏１００	ピエ・ブックス
曹操残夢	陳　舜臣
小さな白い車	ダン・ローズ
峠越え	山本　一力
中村玉緒　わたしはあきらめない	NHK
ナンバーワン	オリバー・カーン
尿失禁は　自分で治せる	安東　春樹
柳園の壷	ロバート・ファン・ヒューリック
恋愛の毛沢東	渡辺　淳一

児童書/えほん

いぬうえくんのおきゃくさま	きたやま　ようこ
犬とかかわる仕事がしたい！	辻　秀雄
宇宙の大常識	縣　秀彦
おまわりさんのスモールさん	ロイス・レンスキー
かいじゅうぼうやも一年生	すえよし　あきこ
恐竜ティラノサウルス大図解	黒川　みつひろ
こちょばこ　こちょばこ	村上　康成
こりすのはつなめ	浜田　廣介
齋藤孝の音読破　第4巻	齋藤　孝
セシルの魔法の友だち	ポール・ギャリコ
ダイオキシンの夏	近藤　眞理
ナターシャ	手島　悠介
根津あかね	いわむら　かずお
ヒーラーズ・キープ　上下	ヴィクトリア・ハンリー
ふしぎな笛ふき猫	北村　薫

ねんきんだより



国民年金保険料の納付は「口座振替」がお得です

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安心です。また、今年の４月から口座振替の「早割制度」が始まり、お得にもなりました。

○当月末振替にすると毎月４０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４０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ヵ月分（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)金通帳のお届け印を持って、金融機関や郵便局またはお近くの社会保険事務所までお申し込みください。
＊６ヵ月前納（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月中に社会保険事務所で登録をする必要がありますので、希望される方はお早めにお申し込みください。

国民年金保険額《平成１７年度》

現金納付の場合		口座振替の場合	
毎月納付	１３，５８０円（割引なし）	毎月納付	１３，５４０円（４０円割引）
６ヵ月納付	８０，８２０円（６６０円割引）	６ヵ月前納	８０，５５０円（９３０円割引）

⇒

※当月末振替にした場合

国民年金保険料免除等の申請手続きが簡略化されます

全額免除または若年者納付猶予制度を申請するときに、翌年度以降も引き続き全額免除または納付猶予を希望する旨を申し出ておくと、翌年度以降の申請手続きが不要になります。

ただし、つぎの方はこれまでどおり翌年度も申請手続きが必要となりますのでご注意ください。

・失業や天災等の理由で特例的に承認を受けた方
・審査の結果が不承認となった方
・半額免除または学生納付特例制度の承認を受けた方

休日・時間外の年金相談のお知らせ（９月）

○第２月曜日は午後７時まで
９月１２日（月）は、高知社会保険事務局幡多事務所において、年金相談の受付時間を午後７時まで延長します。
○第２土曜日は年金相談日
９月１０日（土）は、高知社会保険事務局幡多事務所において、午前９時３０分から午後４時まで年金相談を行います。
○９月１３日（火）は、西土佐総合支所において、午前１０時３０分～１２時、午後1時～３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ますので、どうぞお気軽にご利用ください。～

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　国保年金係　☎（５２）１１１１
高知社会保険事務局幡多事務所　☎（３４）１６１６

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	10月12日 水 9:30～11:00	
古津賀東保育所	日 火	駐車場なし
東山保育所	9月20日 木 9:30～	
具同保育所	9月22日 火	

※雨天の場合は中止します。もみじ保育所、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	活動内容	時間	場所
9月20日 火	小物作り①	牛乳パックがステキな小物入れに変身するよ。お楽しみに！	9:30～11:30 子育て支援センター
22日 木	小物作り②		
27日 火	小物作り③		
10月4日 火	体育あそび①	ブーブーカーに乗ったり、玉入れをしたり、お母さんと一緒に楽しもうね。	
6日 木	体育あそび②		
7日 金	体育あそび③		

その他の活動予定

月日	活動内容	時間	場所
9月21日 水	おしゃべりひろば 食事やおやつについてお話しましょう。(こどもの食べやすい献立など)	10:00～11:30	子育て支援センター
30日 金	お誕生会 9月に誕生日を迎える友だちをみんなでお祝いしようね。	9:30～11:30	
10月14日 金	みんなでうんどうかい “ぽっぽ”で覚えた踊りや親子ゲームでうんどうかいごっこを楽しもうね！	9:30～11:30	具同体育センター

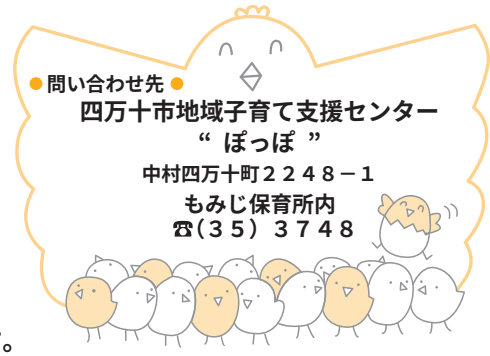
《親子ふれあい活動》

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　午前9時から午後5時まで
- 第3火曜日は、家庭児童相談員による育児相談を行なっています。



あなたの調査票には日本の大切な未来がつまっています。

2005

国勢調査

平成17年10月1日(土)

9月下旬から国勢調査員がおうかがいいたします。

10月1日は国勢調査。

子どもから高齢者まで
みんなが住みよいまちづくりのために
皆さんの状況を
調査票に記入してください。

国勢調査でわかる　日本の姿

国勢調査からは、人口や世帯に関してさまざまな結果が得られます。
それを過去の結果とあわせて見ることで我が国の人口の推移などを知ることができます。

例えば、2000年国勢調査では、子どもの割合が減り、高齢者の割合が増えるという人口の「少子・高齢化」が一層進んできていること、単独世帯や夫婦のみの世帯が増えていること、働く女性の割合が上昇していることなど、さまざまなことが明らかになりました。
一人一人の調査票で、日本全体の姿がわかってきます。

問い合わせ先

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

総務省統計局　高知県

しまんと情報掲示板

9月の防災メモ

高波に注意！

昨年の台風23号では、県内で高波による犠牲者が出ました。これを教訓とし、高波による被害に遭わないようにしたいものです。

高波・高潮が起こる原因は、台風の中心気圧が低いため、その部分の空気が海面を吸い上げるように作用する結果海面が上昇し、(気圧が1ヘクトパスカル低くなると、海面は約1センチ上昇します)そのうえに台風による強風が沖から海岸に向かって吹くと、海水が海岸に吹き寄せられ、さらに海面が上昇することによりますが、時として防波堤を越えるような高波となることがあります。

また「一発大波」といって、100波に1波は1・6倍、1000波に1波は2倍近い波が発生するという統計もあり、たいしたことはないと安心していると、思わぬときに突然大きな波が打ち寄せるので大変危険です。

9月頃は1年の中で最も平均潮位が高くなる時期です。波浪注意報・警報の発令中は、防波堤や波打ち際等危険な場所には近づかない、波の見物や水泳等危険な行動はしないということに心がけましょう。

お知らせ

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(水)10時

▼会場　本庁舎北側
職員会館2階大会議室

▼公売台数
市役所掲示板および正面玄関に公告しています。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)

▼持参品　印鑑、身分証明書(免許証等)および現金(代理の方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

長寿祝金

四万十市では、永きにわたり社会に貢献されました方々に感謝するとともに、その長寿を祝福し、長寿祝金をお贈りします。

▼対象者
9月1日現在において、本市に住所を有する満88歳、満90歳、満99歳、満100歳および満108歳の方。
※旧中村市に住所を有する方には、9月中旬以降にお贈りします。
※旧西土佐村に住所を有する方には、区長さんを通じてお知らせします。

問(本　庁)
保健介護課　長寿介護係
☎(34)1165
(総合支所)
在宅介護支援センター
☎(52)1000

四万十川ウルトラマラソン

第11回四万十川ウルトラマラソンのボランティアにつきましては、多数の申し込みをいただきありがとうございました。

今後は業務分担やハンドブック等を作成し、約1800名のランナーを暖かく迎えられるように準備を進めたいと考えています。

つきましては、ボランティア説明会を、次の日程で開催しますのでご出席をお願します。なお、各班別の説明会は全体会の後に行います。

■中村事務局へ申し込みをいただいた方
▼日時　10月4日(火)、5日(水)両日とも18時30分～
▼場所　四万十市立中央公民館2F大ホール
※いずれか都合の良い日に出席してください。

■西土佐事務所へ申し込みをいただいた方および依頼された方
▼日時　10月4日(火)19時30分～
▼場所　西土佐ふれあいホール

大会当日のお願い

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。10月16日の大会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します。

連四万十川ウルトラマラソン
実行委員会事務局
(市民スポーツセンター内)
TEL(34)0605
FAX(34)4894
西土佐事務局
(西土佐ふれあいホール内)
TEL(52)2312
FAX(52)1446

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19年産から麦と大豆に対する国の助成制度が変わります

現在、麦や大豆など品目別に講じられている経営安定対策を見直し、対象を『担い手』に限定した「新たな経営安定対策」が平成19年産から導入されます。

『担い手』にならなければ、現在、麦や大豆の生産者手取り額の6～7割を占めている助成金（麦作経営安定資金、大豆交付金など）が受けられなくなります。

詳しくはお問い合わせください。

問（本庁）農林水産課
農業振興係
☎（34）1117

公設市場が開設30周年を迎えました！

幡多公設地方卸売市場では、8月に開設30周年を迎え、10月22日（土）には、多彩な記念行事を予定しています。

※詳しい内容は、広報しまんと10月号でお知らせします。

問 市場開設30周年記念事業
実行委員会事務局
（四万十市公設市場内）
☎（34）3270

【特設人権相談所（無料）

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。

▼場所
橘集会所、津野川集会所

▼日時 10月12日（水）
9時～12時

問 高知地方法務局四万十支局
☎（34）1600

「都市再生街区基本調査」に伴う測量等実施

国土交通省が実施する「都市再生街区基本調査」の一環として、国土地理院・独立行政法人都市再生機構が、測量等を実施することになりました。

▼期間 平成17年10月～
平成18年3月（予定）

▼対象地域
四万十市の人口集中地区（四万十市街・右山地区・具同地区）

※人口集中地区とは人口密度が4000人／㎢以上であり、隣接して5000人以上を有する地区が存在する地区のことです。

▼作業内容
測量作業（基準点設置および街区の角等を測量し、鋲を設置します）

▼問い合わせ時間
9時30分～17時
（12時～13時を除く）

※土日祝は休業です。

問 ◎調査全般について
都市再生機構 西日本支社
都市再生企画部
担当 石倉、高寺
☎06（6969）9585
◎測量作業に関して
国土地理院
四国地方測量部 測量課
担当 高野、清藤
☎087（861）9013

知っていますか 労働基準法 守られていますか 法定労働条件

労働基準法は労働時間や有給休暇、解雇の手続きなど労働の最低の基準（法定労働条件）を定めた法律です。職場の法定労働条件は守られていますか。お問い合わせご相談は随時受け付けますのでお気軽にご連絡ください。

問 高知労働局監督課
☎088（885）6022
高知労働局総合労働相談コーナー
フリーダイヤル
☎（0120）783722

磯の水産動植物の採捕について

磯の水産動植物の採捕については、繁殖保護を図るため禁止期間や体長などの制限、漁具・漁法の制限が定められています。

これに違反して採捕した人は、高知県漁業調整規則違反になります。また違反して採捕した漁獲物やその製品を所持・販売した場合にも同規則により、懲役や罰金などの罰則が適用されますので注意してください。

また、たとえ採捕期間内であっても、漁業権魚種となっているイセエビ、トコブシなどについては、一般の人は採捕できません。

問（本庁）農林水産課水産振興係
☎（34）1118

名称	禁止期間	体長制限等
イセエビ	5月1日～9月15日	体長 13センチ以下
アワビ		殻長 9センチ以下
トコブシ・アナゴウ	9月1日～翌3月31日	殻長 3センチ以下
サザエ		
テングサ類	9月1日～翌2月末日	
フノリ	10月1日～翌2月末日	
アラメ	10月1日～翌6月30日	

違反広告物の一斉除去

9月10日は「屋外広告の日」です。また9月1日から10日にかけては、屋外広告美化旬間です。9月7日(水)(当日が荒天の場合は9月14日(水))の午前中には、美化行事として、県や関係機関により違反広告物の一斉除去作業が行われます。

除去の対象は、違法に掲出されているはり紙、はり札および立て看板等で、道路に置かれている立て看板や電柱に張られたはり紙等は除去され、1カ月間県中村土木事務所で保管された後、廃棄されます。

屋外広告物は、まちの景観を大きく左右します。無断で張られたはり紙や管理されず放置された立て看板などは、せっかくの景観を台無しにしています。屋外広告物は土木事務所の許可を受けたうえで掲出し、良好な状態で管理するようにしましょう。

問 中村土木事務所
維持管理課維持管理第一班
☎(34)5222

無料労働相談

―職場のトラブルでお悩みの方へ―

解雇や賃金の引き下げ、いじめやセクシュアルハラスメントなど職場でのトラブルの相談をお受けします。

また、高知労働局と県労働委員会では、あっせんなども行っています。

ご相談は無料です。お気軽に相談窓口をご利用ください。

問 高知労働局
総合労働相談コーナー
フリーダイヤル
☎(0120)783722
☎088(885)6027
中村総合労働相談コーナー
☎(35)3148
高知県労働委員会
☎088(821)4645
高知県雇用労働政策課
フリーダイヤル
☎(0120)610222

ご存じですか 公証制度

～いつでも どこでも 信用される 公正証書～

10月1日から7日までは「公証週間」です。

公証制度は、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する際、法的に特別の証拠力が認められている文書(公正証書)を作成することにより、後日のトラブル防止と取引や財産の安全の確保を図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。

公正証書には、次のような利点があります。

●公正証書は国の機関に準ずる公証人が作成する文書ですので、裁判その他の面で極めて強い証拠力が認められています。

●公正証書の内容についての秘密は厳守され、原本は公証役場の書庫に厳重に保管されますから、紛失および改ざんの心配はありません。

●金銭の支払契約で強制執行の条項を設けている場合には、その公正証書で相手の財産に対して強制執行をすることができます。つまり、相手が支払いの約束に違反した場合には、訴訟を起こすことなく相手方の動産・不動産・給料など各種の財産を差し押さえ、債権を取り立てることができます。また、配当要求をすることもできます。

●遺言公正証書には自筆遺言証書と違い、遺言者の死亡後、家庭裁判所の検認を受けることなく直ちに不動産登記など、記載の内容を実現する効力があります。これにより、遺産分割に際して各相続人間の骨肉の争いを未然に防ぐことができます。

問 高知地方法務局
☎088(822)3331

事業主の皆さまへ

次世代育成支援対策推進法に基づく 一般事業主行動計画を策定しましょう！

次代の社会を担う子どもが健やかに生まれ、育成される環境の為に、国、地方公共団体、事業主それぞれの果たすべき役割等を定めた「次世代育成支援対策推進法」が平成17年4月から施行されています。この法律では、国や地方公共団体による取り組みとともに、事業主にも労働者が仕事と子育てを両立させることができるような雇用環境整備の為の行動計画策定・実施していただくことにしています。

一般事業主行動計画の策定義務について

①301人以上の労働者を雇用する事業主は、行動計画を策定し、「行動計画策定届」を都道府県労働局に提出しなければなりません。

②300人以下の労働者を雇用する事業主は、行動計画を策定し、「行動計画策定届」を都道府県労働局に提出するよう努めることになっています。

事業主が次世代育成支援対策に取り組むことのメリット

＊仕事と子育ての両立を図る為に必要な雇用環境の整備が行われている企業等の労働者は、モラール(目標を達成しようとする意欲や態度)が上昇するので、それによって生産性の向上が期待されます。

＊育児などを理由に退職する労働者が減ることにより、優秀な人材の定着が期待されます。

認定制度について

一定の用件を満たす場合に、申請を行うことにより労働局長の認定を受けることができます。認定を受けた事業種は、表示(マーク)を広告、商品、求人広告につけることができ、次世代育成支援対策に取り組んでいることが周知され、企業等のイメージアップやそれに伴う生産性の向上などが期待されます。

問 高知労働局雇用均等室
TEL088(885)6041　FAX088(885)6042

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

募集

成人式実行委員

四万十市・四万十市教育委員会では、四万十市（旧中村市）成人式の開催に向けて企画運営に参画してくださる新成人の実行委員を募集します。

●募集対象
旧中村市在住で本年度成人式を迎える方
（昭和60年4月2日～昭和61年4月1日生）

●内容
実行委員として、式典等の企画運営に参画していただきます。
（詳細については次まで問い合わせください）

●受付締切　9月16日（金）

●募集人数　若干名

問受（市）教育委員会生涯学習課働く婦人の家
☎（34）6299

県営住宅中村団地 入居者

県営住宅中村団地の入居者を募集します。

●所在地　中村丸の内1707番地5（104号）（304号）

●構造　中層耐火構造3階建（昭和61年度建設）

●募集戸数　2戸

●間取り　6畳×3、ダイニングキッチン、浴室、トイレ、物置

●入居資格
住宅に困窮しており、入居者および同居親族の過去1年間の所得額の合計から同居および扶養親族の控除額を差し引き、残った金額を12で除した額（月額）が20万円以下（ただし、障害者のいる世帯および入居者全員が50歳以上または18歳未満である世帯については、26万8千円以下）であること。単身入居は認められません。

●家賃　月額　16800円～37000円
※入居される世帯の所得額により家賃が異なります。

●その他
入居希望者が複数の場合は抽選となります。

●募集案内および申込書
（本庁）財政課管財契約係にあります。

●受付期間
9月20日（火）～29日（木）
★申込書は9月1日より配布します。

問受（本庁）財政課管財契約係
☎（34）6120

ご案内

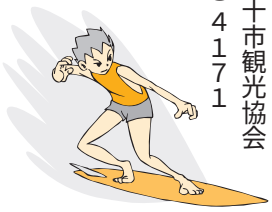
第1回四万十市長杯サーフィンコンテスト

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次の日程で開催します。
皆さんぜひ見物にお越しください。

●日時
9月17日（土）7時～18時
18日（日）7時～16時

●場所　平野サーフビーチ

問四万十市長杯サーフィンコンテスト実行委員会事務局（社）四万十市観光協会
☎（35）4171



第1回四万十市老人クラブ連合会中村地区老人芸能大会

芸能およびレクリエーションを通じて高齢者相互の親睦を深め、自らの健康の増進と豊かな老後生活の助長など、充実した生きがいある生活を高めることを目的に開催します。
皆さんお誘い合わせのうえぜひご来場ください。
なお、出演を希望される方は、各地区の老人クラブ会長に10月4日までにご連絡ください。

●日時　10月18日（火）12時30分～

●場所　市立中央公民館2階　大ホール

●主催　四万十市老人クラブ連合会中村地区

問（本庁）保健介護課長寿介護係
☎（34）1165

県立高知若草養護学校 体験入学「ふれあいの日」

肢体不自由養護学校を体験してみませんか。

●日時
高等部
9月28日（水）9時から受付
小・中学部
10月20日（木）9時から受付

●場所　県立高知若草養護学校（本校）

●対象
からだの不自由な子どもさん、保護者、関係者等

連高知若草養護学校
☎0888（894）5335
※学校見学は、随時受け付けています。ご都合のよい日をお知らせください。

ストレッチ&ヨガ

健康的に心と体をリフレッシュしませんか？
初めての方でも安心して行っていただける健康づくり講座です。

●日時　全6回
9月21日・28日
10月6日・13日・20日・27日
19時～20時

●定員　50人

●場所
四万十市立中央公民館大ホール

●受講料　無料

●用意するもの
運動できる服装、タオル、サンダル、水（水筒等）

▼対象
市内に居住または勤務している方（中学生以下は、保護者同伴とします）

▼インストラクター
横山夏子（市社会教育指導員）

▼申し込み方法
9月12日（月）9時～
（電話での申し込みも可。土・日・祝日は除く）
窓口・電話いずれも9時～17時（ご本人に限ります）
ただし、定員になり次第締め切らせていただきます。

問申（市）教育委員会生涯学習課働く婦人の家
☎（34）6299

勤労者の健康づくりに 第10回 四万十川健康ウォーク

勤労者の健康づくりを目的に第10回四万十川健康ウォークを次のとおり開催します。お誘い合せのうえご参加ください。

●日時　10月23日(日)
＊小雨決行
(受付は8時30分～)
9時～12時15分
※雨天順延の場合は10月30日(日)

●場所　四万十川
(赤鉄橋具同側から山路折り返し)

●コース　10キロコース
6キロコース

●参加費　無料

●募集人員　800人(先着順)

●参加賞　タオル他
(飲み物あります)

●完歩賞　完歩証

●申込期限　9月22日(木)
※当日消印有効。ただし定員になり次第締め切らせていただきます。

申し込み用紙は、次の場所に置いています。
○高知社会保険事務局幡多事務所
○サンリバー四万十
○四万十市民スポーツセンター
○具同体育センター
○四万十市役所(庁内案内前)

問 高知社会保険事務局　庶務課
幡多事務所
☎(34)1616

子宮頸がん検診

子宮がんとは

子宮は、女性の体の中にある臓器で、ニワトリの卵くらいの大きさで膀胱と直腸の間にあります。

子宮がんには、子宮の入り口近くにできる「頸がん」と奥にできる「体がん」があります。子宮頸がんの初期症状としては、不正出血、おりものなどがありますが、無症状の場合もあります。その発生に関係するものとして、ヒトパピローマウイルス(HPV)というウイルスの感染が考えられており、多産、若年時の性行為、多数の相手との性行為等が関係するといわれています。

一方、子宮体がんは閉経後の人に多く、比較的早くから大部分の人に不正出血などの症状が見られます。子宮体がんは不正性器出血での発見が約9割で、その時点で病院を受診すれば早期発見が可能です。

子宮頸がん検診とは

子宮頸がんには検診が非常に有効で、早期発見により進行がんを防ぎ死亡を減らす効果が証明されています。

検診では、子宮頸部細胞診という検査を行います。子宮の分泌物を採取してそこに含まれるがん細胞の有無を調べます。

市では20歳以上の女性を対象に子宮頸がん検診を行っています。(事前の申し込みが必要です)

●検診は2年に1回(今年の旧中村市地区の対象者は、平成17年4月1日～翌年3月31日までに誕生日がきて偶数年齢になる人です。また、旧西土佐村地区の検診は隔年実施で本年度は既に終了しています)

●検診費用　600円

◆子宮がんは中高年の人だけでなく、若年層の人にも多くなっています。定期検診を受けるようにしましょう。

問 (本庁)保健介護課保健衛生係
☎(34)1115
(総合支所)保健福祉課
☎(52)1132

四国アイランドリーグ公式戦

みんなで応援しよう！

話題の四国アイランドリーグが、四万十スタジアムにやってきます。
ぜひ、スタジアムまで足を運んで、熱いプレーに声援を送りましょう！

●場　所　四万十スタジアム(四万十市安並)
●期　日　平成17年9月24日(土)※雨天中止
14:00 プレイボール
●入場料　高校生以上1,000円　小中学生500円
未就学児は無料

※チケットは当日スタジアムで購入できます。
事前にチケットが必要な方は問い合わせください。

問 (市)観光振興連絡会議事務局
(本庁)商工観光課　☎(34)1783

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

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
きもの着付け	9月26日～11月10日 毎週月・木曜日 （全12回）	19時～21時	12人	働く婦人の家 2F　和室	無　料	きもの一式 初日は、浴衣
太　極　拳	9月24日～11月26日 毎週土曜日 （全10回）	19時～21時	18人	働く婦人の家 1F　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している女性
【講　　師】　きもの着付け…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15日（木）～電話での申し込みも可能です。（土・日・祝日は除きます）
窓口・電話いずれも9時～17時（ご本人に限ります）
ただし、定員になり次第になり次第締め切らせていただきます。
【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。
【問い合わせ・申し込み先】　（市）教育委員会生涯学習課　働く婦人の家　　☎（３４）６２９９

四万十川・エコライフフェアⅡの開催

四万十川の流域４市町村（窪川町・大正町・十和村・四万十市）の住民と行政が協働で、クリーンで、エネルギー効率が高く次世代低公害車と期待されている燃料電池自動車（環境省より借用）を９月11日（日）～23日（金）の間流域（窪川町～四万十市）を走らせ、流域住民といっしょにエネルギーの大切さを体験するイベント「四万十川・エコライフフェアⅡ」を開催します。

四万十市では、次の日程でイベントを開催します。皆さんの参加をお待ちしています。

西土佐会場

平成17年９月20日（火）
●西土佐総合福祉センター
16:30～21:00　①燃料電池自動車体験乗車会
②環境パネル展示
③環境機器展示
18:00～21:00　講演会「木質バイオマスの利用技術」
「地球温暖化」
問 四万十市西土佐総合支所
総務課　☎（52）1111

中村会場

平成17年９月23日（金）
●四万十川河川敷「お祭り広場」
10:00～17:00　①燃料電池自動車体験乗車会
②環境パネル展示
③環境機器展示
④地域産物販売

●中村プリンスホテル（四万十市中村弥生町4-1）
17:00～21:00　講演会「椿原町の取組み」
パネルディスカッション
「四万十川の環境保全と
エネルギーの取組み」

※中村会場では、ボランティアを募集していますので、希望者は下記までお問い合わせください。

問 中村くらしを見直す会（四万十市中村東町）
川村　☎（35）3889
E-mail：ecolife@4001.com・kurashi@4001.com

第1回 四万十市文化祭（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23日～26日	中央公民館　展示ホール
諸流秋のいけばな展	10月1日～2日	中央公民館　大ホール
三味線すみれ会発表会	10月2日	文化センター　大ホール
第17回四万十レディースフォト写真展	10月1日～5日	中央公民館　展示ホール
第36回中村俳句大会	10月2日	社会福祉センター 大会議室
平成17年度川柳中村大会	10月2日	JA高知はた　農協会館 大ホール
草木染サークルあかねの会作品展	10月7日～9日	中央公民館　大会議室
第13回中村シルバーフォト写真展	10月7日～11日	中央公民館　展示ホール
第4回幡多昔むかし祭り	10月8日	東中筋中学校　体育館
合同吟詠発表会	10月8日	文化センター　大ホール
剣城流中村剣舞愛好会剣詩舞道大会	10月9日	文化センター　大ホール
波多美術協会展	10月13日～18	中央公民館　展示ホール

10月中旬以降の行事は、広報しまんと10月号でご案内します。
問（市）教育委員会　生涯学習課　☎(34)7311

交流施設の完成
コミュニティ助成事業

財団法人自治総合センターが実施するコミュニティ助成事業を利用して、西土佐地区の3カ所に施設が完成しました。新たな地域の交流の場としての利用が期待できます。

西土佐津野川
「寺山公園憩いの家」整備（1,400,000円）

西土佐下家地
「憩いの家」整備（1,200,000円）

西土佐口屋内
「かたらいの家」整備（2,500,000円）

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

四万十川の風を感じながら、あめんぼう気分！ ボート教室

高知国体ボート競技の感動を再び!!　初心者でもＯＫ!!
興味のある方はぜひ参加しよう!!

- 主　　催　高知県ボート協会
- 主　　管　四万十川レガッタ実行委員会
- 日　　時　１０月１日(土)　9:３０～１２:００
  小雨決行（川の状況により中止とする場合もあります。前日の正午に決定）
- 集合場所　四万十市鍋島　四万十大橋下流河川敷（現地集合・解散）
- 対　　象　小学４年生以上（泳ぐことができる方）
- 募集人数　先着30人
- 参 加 料　無料
- 申込期間　９月1日(木)～22日(木)　9:00～17:00
  （ただし、12:00～13:00、土・日・祝日を除く）
- 申込方法　所定の申し込み書と親族の承諾書が必要です
- そ の 他　当日は、水に濡れても良い服装で来てください。
  主催者側でスポーツ安全保険に加入しますが、それ以外の補償はありません。

問 (市)教育委員会社会体育課☎（３４）２０７１

第６回　川での福祉と教育の全国大会
～四万十川で日本の未来を見つけよう～

川の価値観を再確認し、今後の川の姿を見つけ出そうというのが趣旨です。
市民の皆さまと一緒に考えたいと思います。多数のご参加をお願します。

日　程

10月8日(土)

18:00　　開会行事　新ロイヤルホテル四万十

10月9日(日)

中央公民館
9:00～10:20　高校生が考える川での福祉と教育
10:30～12:00　対談　リバーセラピー
～川のちから　川の癒し～
橋本大二郎知事と山村レイコ四万十大使
12:00～13:00　昼食　四万十川の健康を食べる＆健康を考える
13:00～14:30　講演　四万十川の現状と流域共同管理
15:00～17:00　「みて」みよう四万十川を！

10月10日(月)

中央公民館
9:00～9:50　四万十川自然再生の方向性
10:00～12:15　パネルディスカッション
12:20～　閉会式

問 第6回川での福祉と教育の全国大会実行委員会事務局
ＴＥＬ(34)6000　ＦＡＸ(34)1967
E-mail：dumbo2@crux.ocn.ne.jp

日直指定水道業者

●水道料金は口座振替で●

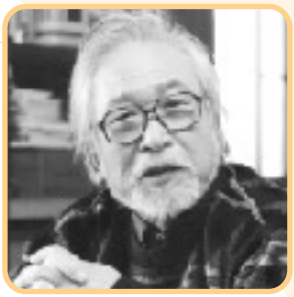
月	日	曜	業者名	電話
9	10	土	㈲石井建設	(33)0404
	11	日	㈲山下建設	(33)0653
	17	土	豚座建設㈱	(34)6031
	18	日	㈲平野水道	(35)2316
	19	月	㈱四電工中村営業所	(34)1331
	23	金	溝渕設備	(34)3734
	24	土	森下住宅器機	(34)4855
	25	日	土居水道工事店	(32)1095
10	1	土	中村水道工事センター	(35)4323
	2	日	㈱中村住設	(34)3621
	8	土	㈲大杉設備工業	(34)2324
	9	日	㈲福永工業	(35)5996
	10	月	㈲カキタニ設備	(33)0660

●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

第24回市民大学から

8月19日（金）に今年度の市民大学の最初の講座が開かれました。その講演について抜粋し掲載します。

「ニワトリはハダシだ、映画は出会いだ」



映画監督
森崎（もりさき）　東（あずま）

僕は映画監督という仕事をしているのですが、それはヨーイ、スタートという掛け声で、俳優たちが僕の言うように動き出すというのが愉快でたまらないからです。ただ、僕は、なんで、ここで怒るのか、なんで、ここで転ぶのか、といったことを俳優に説明はしません。俳優が内部的に咀嚼（そしゃく）して自分で考えてやった演技でないと気に食わないからです。最近の若い俳優には、テレビそっくりの演技をするのが多い。へたかうまいかというとうまいのだろうけど、他人とそっくり演技をする。OKだかNGだか考えてしまうことがあります。僕個人としては、他人とそっくりの演技はNG。僕は取り返しのつかなさのでる演技が好きだし、恥を忘れた域にまで自分で飛ぶ、その瞬間の人間の緊張は美しいと思います。「ニワトリはハダシだ」という映画のことで、一番聞かれるのはその題名についてです。なんでこんなタイトルにしたのか？「ニワトリはハダシ」というのは、わかりきったことをいうことの例えと辞書にのっていますが、似たような表現は30ぐらいあるようです。この言葉は、僕が京都の撮影所に行き始めた頃の仲良しで大道具の手伝いをしていたチューヤンという人が良く使っていた言葉です。彼は、「ニワトリはハダシだ、走らんか」といった感じでよく使っていた。このバカなセリフをみんなで考えてみたかったのです。

知的障害児を主人公にした映画のプランはずいぶん前から持っていましたが、どうしても踏み込めずにいました。僕は喜劇作家ですから、人が隠していること、隠したがっていることを笑いにしていいのかと悩んでいました。そんな時、大阪の八尾の重度の自閉症の子どもをもつお母さんのホームページをみて救われました。そこには、「うちの子はネジが狂っていておかしいのです。障害のことを隠そうとは思いません。この子はこんなに面白いのですよとみんなに見せて回りたい」と書かれていました。70を過ぎてから僕は人の言葉を信じられなくなっているのですが、やっと信じられる言葉を聞いた気がしました。この言葉に出会えて、やっとこの映画に取り組むことができました。

映画を作る作業は、いろいろな出会いをもたらしてくれます。この映画を作る過程で出会えた福祉施設で働く方々には感銘を受けました。障害児をどういう風に描けばいいのか、自分でイメージできずに悩んだのですが、それを救ってくれたのが現場の人の話を聞くことでした。肉がちぎれるほど噛みつかれることがあるそうです。そんなときには子どもが一層興奮してしまうから痛がったり、手を引いてはいけない。ゆっくりと手を相手に押し付けるといいといいます。そうすると噛むのをやめる。その後もそのことを問い詰めたり、叱ったりしてはいけない。何事もなかったようにふるまうのがいい。ありのままの子どもを受け入れる。そうするとハッとするような素敵な笑顔に出会えるといいます。ニワトリはハダシだ、あたりまえのことをあたりまえに思うことで、気が楽になることもずいぶんあるように思います。

（19日の講演から）

10月１日から住民異動届には、本人確認書類が必要となります。

住民基本台帳事務要領が改正され、住民異動（転入・転出・転居・世帯変更等）の届け出の際に本人確認を行うことになりました。

今回の改正は、第三者による本人になりすました虚偽の届け出が全国的に多発しているため、そういったなりすましによる虚偽の届け出を未然に防止すること、併せて住民基本台帳の正確な記録を確保することを目的とするものです。

四万十市でも、10月１日から住民異動（転入・転出・転居・世帯変更等）の届け出の際には、届け出をする方の運転免許証や健康保険証など、**本人確認書類**の提示が必要になりますので、ご理解とご協力をお願いします。（※郵送により転出届をされる場合は、**本人確認書類**のコピー等が必要ですので同封してください）

なお、原則として届け出ができるのは本人もしくは世帯主となります。代理人が届け出をされる場合は、委任状が必要となります。

※本人確認書類

▼運転免許証・旅券（パスポート）・住民基本台帳カードなど官公署発行の顔写真が貼付された証明書

▼その他本人確認を行うに適当と認める書類（複数提示が必要な場合があります）

地方公共団体が交付する療育手帳、敬老手帳、生活保護受給者証、健康保険証、各種年金証書等

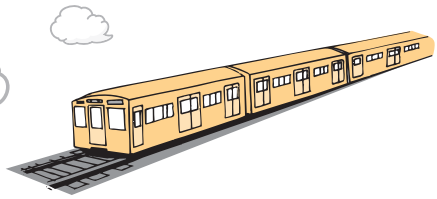
問い合わせ先

（本　庁）市民課市民係　☎（34）1113

（総合支所）住民課　☎（52）1111

中村駅開業３５周年記念「イベント貸切列車」

中村駅は昭和４５年１０月に開業し、今年で３５周年を迎えることになりました。
そこで、皆様により多く利用いただこうと「イベント貸切列車」を運行しますので、利用を希望される方は、次までお問い合わせください。
土佐くろしお鉄道の経営は大変厳しい状況が続いています。車窓や展示写真を見るなど、楽しいひと時を過ごしながら、鉄道が地域になくてはならない公共交通であると確認いただけたら幸いです。



- 運行期間　平成１８年３月末まで（予定）
- 運行区間　中村駅⇔窪川駅
- 車両貸切料金　59,500円（定員３５人）
- 申し込み　運行希望日の２０日前までにご連絡ください。

問い合わせ先　土佐くろしお鉄道中村駅旅行センター　☎（３５）０８８８

土佐くろしお鉄道「イベント貸切列車」展示写真等を募集します

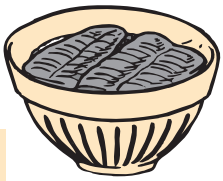
幡多地域の風物詩やできごとなどの写真や記事を募集します。
●締め切り　９月30日まで●
提供いただいた方の中から抽選で３人の方に
「くろしおSきっぷ（中村⇔高知・御免間　自由席往復券）」をプレゼントします。
問い合わせ先　土佐くろしお鉄道中村駅旅行センター　☎（３５）０８８８

おてがる医食同源 Vol.4

■朝晩と昼間の気温差が大きく、体調を崩しやすい時期です。
湿気も減って涼しく心地よい風が吹き始め、だいぶ過ごしやすくなってきました。でも夏の疲れがまだ体に残っている時期。水分の取り過ぎで食欲減退や抜け毛、女性にとっては、夏の強い日差しでいたんだお肌が気になる頃です。外側からのケアだけでなく、ビタミンＡ・Ｃ類を含んだ食材をたっぷり取って、内側からのケアも心がけましょう。

■気をつけたい症状
疲れ、肌のシミ、風邪

★ 今月の薬膳メニュー ★
ひつまぶし



【効　能】	うなぎ	夏バテ解消・風邪予防・眼の粘膜を強化・体力増強	雑穀ご飯	疲労回復・美肌・集中力
	青ねぎ	不眠症・神経衰弱・便秘	きゅうり	暑気あたり・体熱を冷ます・美肌・口渇・腎臓病
	みょうが	冷え性・生理痛・痔		

【材　料（２人分）】

うなぎ（白焼き）		１尾
（A）	水	大さじ１
	酒	大さじ１
	しょうゆ	小さじ２
	さとう	小さじ２
雑穀ご飯		２人分
（薬味）	青ねぎ	１／２本
	きゅうり（好みで）（塩もみをする）	１／２本
	みょうが（好みで）	１本

【作り方】
① うなぎは（A）と一緒にフライパンで軟らかく蒸し煮する。
② 丼に１／２人分の雑穀ご飯をいれ①のタレをかけ、その上にうなぎの１／２を乗せる。
③ ②の上に残りのご飯を加え、上にうなぎを乗せる。

【食べ方】
はじめはまずそのまま鰻重のように食べて、次に好みの薬味を加えて食べ、最後はお茶漬けでさっぱりと食べる。３種類の食べ方を楽しむ。
（お茶漬けは番茶・ほうじ茶・昆布茶でも良いし、①のタレにお湯を入れて薄めた清汁でもよい。）
（中村薬膳料理研究会指導者　竹森美佐子先生のレシピ参考）

※問い合わせ先　中村薬膳料理研究会　（本庁）商工観光課　☎（３４）１７８３

こんにちは、グリです

国際交流員　古麗妮尕尔・艾海提（グリニガル・エハイト）

・アラファート君・

皆さん、アラファートと言う名前に聞き覚えありませんか。そうです、あのパレスチナ解放機構（PLO）の議長の名前ですが、その名前と同じなのが私の中国に置いてきた息子です。「あら、子どもがいるのにここまで来て、偉いと言うか、不思議と言うか、やはり日本人には考えられないこと」と思ったことでしょう。四万十市に来てからよく言われます。言われるたびに、本当に悪いことをしてしまったのかと思い、すごく不安を感じてしまいます。中国人のお母さんたちは「心が冷たい！」または「強すぎる！」と思われたかも知れません。

今日は母親と子どもについて自分の雑感を書かせていただきます。

私は日本に来て1年ぐらい生活してみるのが長年の夢でした。日本語を勉強し、日本のものなら何でも興味を持ち、何にでも好意を持っていました。また、私の今の仕事（新疆大学日本語教師）でも日本で生活し、日本語を上達させ、日本をよりよく理解することが必要とされています。ですから、国際交流員として四万十市に来るチャンスが来た時、少しも迷いませんでした。夫、両親、夫の両親が私を応援してくれました。私が国にいる時、育児はほとんど私だけがしていましたが、今、5人で頑張っています。私が帰国するまで、息子にはどうしても元気でいてほしいものです。

例えば、日本のお母さんが私の立場だったら、どうするでしょうか。やはり子どもと離れるのがつらいからといってあきらめるのでしょうか。日本の夫たちは、妻が外国に勉強に行くとしたら反対するのでしょうか。

あおぎ保育所にて

中国は共働きが多く、子どもが生まれたので、仕事を辞めるという発想はありません（よっぽど大金持ちの場合はあるかもしれませんが）。職場では女性と男性がほとんど平等に扱われます。仕事の面でも女性は男性と同じ能力が要求されます。女性職員の出張、研修、転勤も当たり前のことです。私が日本に行くことになった時、日本人のようにびっくりする人はいませんでした。かえってうらやましく思われたほどでした。これは多分、新疆から外国に行くのはそんなに簡単なことではないからでしょう。中国でも女性、特に子どもがいる場合、他所に転勤、研修に行くことになると家庭と仕事の両立が難しくなりますが、これは関係者（夫、両親）の応援で克服できます。日本の場合はどうなのか、はっきり分かりませんが、中国と事情は違うようです。日本女性の母性愛が強いのか、日本の男性が亭主関白なのか、社会の理解と応援が足りないのか、それとも価値観の違いか、日本では、母親が長期間子どもと離れて暮らすことはありえないようです。

この間日本のある本で「親の犠牲なしに、いい子は育てられない」という文を見ました。日本の場合、育児をとても重要視しているから、日本のお母さんたちは自分の夢とかを犠牲にして育児に頑張るのではないかとも思いました。こう考えたら日本のお母さんは「偉い」、「強い」と思い、自分のわがままさを反省してしまいます。

中国にいる時は育児と家事だけして、仕事のことで悩む必要がない日本の奥様たちをうらやましく思った私でしたが、日本に来てから、その気持ちが少し変わりました。日本でも、今、女性の価値観に変化が起きて、社会での地位を高めようとする人が増えてきているようです。もし、日本の場合も、これらの問題で変化ができ、女性の家庭と仕事の両立への理解が深まり、育児の応援があれば、日本の少子化問題に少しでも役に立つのではないかと思ったりします。日本の皆さんはどう思うでしょうか。

訪問販売による悪質リフォームへの対応について

こんな訪問を受けたことはありませんか？

現在、悪質な住宅リフォーム業者による被害が大きな社会問題となっています。

四万十市でも住宅リフォーム工事に関するトラブルが増加しており、その大半は訪問販売によるもので、高齢者が多くトラブルに巻き込まれています。

業者は、訪問してきた日にすぐに契約を結ばせようと「今なら安くできる」「今日だけ特別」などと言って、すぐに契約を結ばせようとしますが、住宅工事は高額なうえ簡単にやり直しができません。家族と十分に検討する時間をとりましょう。不安をあおるような業者の説明に惑わされず、本当に工事が必要かどうかを信頼のおける専門家等に見てもらったうえで決めましょう。

訪問販売で契約した場合には、契約書面を受け取った日から8日以内であれば無条件で契約解除ができるクーリング・オフ制度があります。工事開始後や終了後でも、クーリング・オフ期間内であれば解約できますので、あきらめずに書面で通知しましょう。

詳しくは、お問い合わせください。

問い合わせ先

（本庁）商工観光課　☎（34）1783
（総合支所）住民課　☎（52）1111
高知県消費者生活センター　☎088（824）0999

中医学研究所コーナー

Vol. 5

澄んだ青い空に白い入道雲が目立ってきたら夏の季節の到来を感じさせます。夏の雲は、水平線から溢れるように重なり、大きくなっていきます。そこにセミたちの大合唱が雲の膨らみを楽しむがごとく、鳴り響いています。そんな季節の中、さまざまな患者さんが来院しました。

軽視した産後

よく晴れた初夏の頃でした。その日は、東京の母校から2人の学生がはるばる中村まで研修にやってきていました。現場経験の少ない彼らと患者さんの診察・治療内容について話し合っていたとき、

「すいませ～ん、すいませ～ん！」

大きな声がしたので、廊下を見ると、男性に担がれて、1人では歩けないほど痛がっている女性Tさんがいました。どうしたのかと聞いてみると、1週間ほど前から左の腰から足先まで痛みがあり、夜も寝れないといいます。一緒にいた学生たちはまだ現場に出たことがなかったせいか、女性の痛がる仕草に圧倒され、顔がこわばっています。

数十分後、診察室に呼ぶことができました。Tさんは痛む左足に苦もんの表情が広がっています。どうやら診察室でも座っていることもできないようです。すぐにベットに寝てもらいましたが、問診どころではない様子です。数日前に近くの整形外科を受診したそうですが、レントゲンでは異常がなかったため湿布を処方されたとのことです。しかし、痛みはますますひどくなるばかりで来院したそうです。さっそく、腰の方を診ると冷や汗でぐっしょりです。左腰は硬くなっています。お腹を見ると、下っ腹にまだ新しい手術のあとがあります。

「2カ月前に3人目を帝王切開で出産したばかりなんです。」

よく話を聞くと、産後から仕事をしたり、よく動いていたそうです。脈を診るとか弱く細い脈です。舌は血色がなく、白っぽくなっています。これらの症状は体の弱りを反映したものです。胎児はお母さんの血から栄養を受け取り、成長していきます。つまり、お母さんは出産の際に、血も元気も大きく失うのです。それなのに、産後に動いたせいでうまく体が休めず、今回の痛みが出てきたのでしょう。本来、体が弱いのに、病気だけが強いということは非常にやっかいです。

まず、元気を補わないといけません。弱っている体に、強い針をしたりするとかえって逆効果になります。治療は気海(元気を補います)と三陰交(血を補います)のツボを処方しました。治療して数分後には脈が太くなってきました。元気をうまく補えた証拠です。しかし、20分後には左足の痛みがまたうずきだし、Tさんは痛みをこらえて冷や汗でいっぱいです。思っていたよりも病が深く、強かったのです。左腰の硬さは血がよどんで病気の強さを現していたのです。そこで、左腰に1本の鍼をすると真っ黒い血が少し出てきました。

3日後、なんとか一人で歩けるものの、まだ左足全部が痛むそうです。脈は前回より太くなり、舌も赤みがさしています。どうやら良い方向に向かっているようです。その証拠に、前回は痛くて横になれなかったのが、今日はゆっくり寝れています。左腰の硬さもほとんどなくなっていました。今回も同じ治療をして、元気を補いました。

1週間後、腰に少し痛みが残るだけで、夜のうずきもなくなり、歩き回れるようになり、次の診察時には痛みは消えて、日常生活にも戻れたと嬉しそうに語ってくれました。また、食欲も出て、元気になったといっています。痛みも消えて、食欲も出れば、もう大丈夫です。産後はしっかり休みなさいと念を押して、今日をもって卒業しました。

しかし、3週間後にTさんが再度来院しました。足腰の痛みは治っていますが、今度は生理痛がひどいようです。脈を診るとまた、か細くなっています。私が苦笑いをすると、Tさんも苦笑いをしています。やはり、仕事に復帰したようです。どうやら、産後の大切さを足腰の痛みと一緒に忘れてしまったようです。さて、今度の生理痛もやっかいそうです。次はどんな理由で病気になった患者さんが来るのでしょうか。

鍼灸師　山崎　道広

診療日のお知らせ

★行事などにより変更される場合がありますので、診療予約の際は各受付までご確認ください。急患の方も診療しますので、ご連絡ください。

附属診療所 市民病院隣接 ☎(34)3558

	午前	午後	
月曜日	9:00－13:00	14:00－17:00	(月2回)
木曜日	9:00－13:00	休診	

中医クリニック 下田(いやしの里内) ☎(31)5200

	午前	午後	
火曜日	10:00－13:00	14:00－18:00	(夕方診療)
水曜日	9:00－13:00	14:00－17:00	
金曜日	9:00－13:00	14:00－17:00	
土曜日	9:00－13:00	14:00－17:00	(第2、第4)

鍼灸

付属鍼灸院 市民病院隣接 ☎(34)4798

	午前	午後
月曜日	9:00－13:00	休診
火曜日	9:00－13:00	14:00－17:00
水曜日	9:00－13:00	休診
木曜日	9:00－13:00	14:00－17:00

中医クリニック 下田(いやしの里内) ☎(31)5211

	午前	午後
月曜日	休診	14:00－17:00
水曜日	休診	14:00－17:00
金曜日	9:00－13:00	14:00－17:00

アスベスト問題の相談窓口

アスベスト（石綿）とは、天然に産出される繊維状の物質で、薬品や熱に強いという性質から、建築物では屋根材や内外装材、石綿セメント円筒などに広く利用されてきました。しかし、工場などでアスベストを扱っていた人たちがこの粉じんを吸入することによって、石綿肺や中皮腫などの健康障害が長い年月を経て発生する場合があることが分かっています。

また、昭和55年まで認められていた吹き付けアスベストが、経年変化などの劣化により飛散しやすい状況になっている場合があること、建物そのものの解体時期をむかえ、吹き付けや建材中のアスベストが作業時に大気中に飛散する恐れがあることなども問題となっています。

このように、アスベストによる健康被害が全国的に問題となっていることから、皆さまの不安に対応するための相談窓口を設置しました。

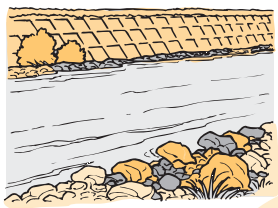
内　容	問い合わせ先	
健康について	幡多福祉保健所	☎(35)5979
	高知県健康増進課	☎088(823)9675
労働環境に伴う健康相談	高知労働局安全衛生課	☎088(885)6023（健康診断、健康障害予防対策、労働安全衛生関係）
	高知労働局労災補償課	☎088(885)6025（労災補償関係）
	中村労働基準監督署	☎(35)3148
アスベストを含有した建築材料の取り扱いについて	高知県住宅企画課	☎088(823)9856（住宅の場合）
	高知県建築指導課	☎088(823)9891（住宅以外の場合）
アスベストの処理・廃棄について	高知県廃棄物対策課	☎088(823)9688
アスベストを使用した建物の解体・改修について	幡多福祉保健所	☎(35)5979
	高知県環境保全課	☎088(823)9686
その他アスベストに関する内容について	幡多福祉保健所	☎(35)5979
	高知県環境保全課	☎088(823)9686
四万十市の総合窓口	四万十市地球環境課	☎(34)6126・(34)1170

問い合わせ先　(本　　庁)地球環境課 ☎(34)6126・(34)1170
(総合支所)住　民　課 ☎(52)1111

「フンを持ち帰ろう」 第8回

愛犬のフン害防止運動

四万十川および後川の河川敷は、住民にとって憩いの場であり、格好の散策スポットです。
ところが、両河川の堤防や河川敷には飼い主による犬のフンの放置が多く、苦情が絶えません。
そこで、今年も犬の飼い主にマナーの向上を呼びかけるため、



平成17年9月をフン害防止推進月間とし、啓発活動を実施します。

内容：河川敷でのフン拾い、啓発資材の配布、看板の設置、広報車による巡回ほか

**ボクの飼い主は、散歩に行くときには
必ず、フンの後始末をする道具を持っているよ。
犬は、自分で後始末をすることができないから
飼い主がきちんとフンを拾って帰ろうね。**

中村地区区長会・具同地区区長会・高知県獣医師会幡多支部・中村ロータリークラブ・(社)四万十市観光協会・中村商工会議所・四万十市議会議員有志・国土交通省・四万十市・高知県幡多福祉保健所

問い合わせ先：(本庁) 保健介護課　保健衛生係　　☎(34)1115
高知県幡多福祉保健所　食品・衛生課　☎(34)5119

お誕生おめでとう

（平成17・7・6～平成17・8・5届分）

住所	赤ちゃん	保護者
中村大橋通	植村 雄真	雄樹
中村東町	倉松 乃依	正樹
右山元町	今岡 花	正
駅前町	武田 茉乃亜	誠
古津賀	秋森 凛	英彦
古津賀	小松 奈那	孝教
古津賀	松田 華音	淳
安並	喜多村 優香	博之
佐岡	谷本 子波	直仁
入田	麻田 小夏	耕平
具同	岩松 琳華	香奈
具同	谷 晟駕	隆博
具同	水田 小夏	勝也
具同	宮﨑 緋奈子	浩臣
森沢	花岡 希海	勇輝
初崎	加用 智哉	誠治
下田	宮崎 八真斗	治茂
蕨岡	平口 碧月	友二
西土佐須崎	上原 淳聖	好文
西土佐下家地	田邊 琴音	秀樹

ご冥福をお祈りします

（平成17・7・6～平成17・8・5届分）

住所	氏名	享年
中村小姓町	徳本 文	73
中村京町	篠川 隆行	68
右山元町	田中 瑞穂	89
右山元町	光内 哲	76
古津賀	大田 和夫	77
古津賀	佐竹 永生	87
古津賀	野並 重實	87
古津賀	森中 茂	56
安並	尾﨑 千代野	87
佐岡	宮地 清廣	72
安並	佐々木 英雄	65
森沢	熊谷 二三子	92
間崎	刈谷 鉄恵	97
津蔵渕	上田 登譽	77
竹島	山﨑 陸治	88
藤	田能 民子	67
田野川	杉本 達	68
若藤	野中 浪子	94
手洗川	北原 和	76
西土佐奥屋内	弘井 勝見	83
西土佐大宮	矢間 茂	90
西土佐西ケ方	山﨑 伊太郎	81
西土佐用井	安藤 久壽	80

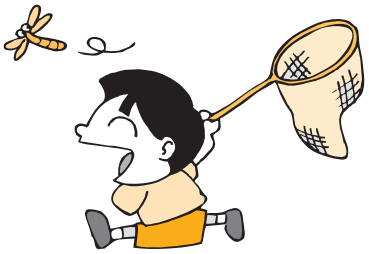
四万十市の人口・世帯

～8月1日現在～

総人口	38,267人
男	18,180人
女	20,087人
世帯数	16,072世帯

7月中人の動き

転入	81人	出生	29人
転出	92人	死亡	36人



「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

★人権さまざま★ 5

外科医で作家の篠田達明さんという人の書かれた『徳川将軍家十五代のカルテ』（新潮新書）という本を読みました。

初代家康にはじまって、慶喜で終わる十五人の将軍の、ひとりひとりの生い立ちや性格、持病などに加え、どんな亡くなり方をしたのかなどが、興味の尽きない文章で書かれています。

中でも驚いたのは、九代家重と十三代家定は、そろって重度の身体障害者だったと知らされたことでした。「それでも幕府は二人を排除せず、ともに将軍の座につけたのは画期的であった」と表現されています。

将軍の後継者をめぐる、どろどろした争いは、今でもテレビや映画でドラマ化されますが、かなりの障害者を将軍に選んだということに著者自身も、「将軍の息子という特殊な条件下にあったとはいえ、障害者を差別することなくうけいれたのは日本史上特筆すべき出来事であった」と書かれた一節もありました。

現代の私たちが考えているような障害者問題とは、まったく違う意味で将軍は選ばれたのかも知れません。しかしながら、今の時代でさえきびしい差別の中にいる障害者のことを思うと、徳川幕府の偉大な一面を知らされた気もいたしました。

話は変わりますが、現代は、高齢者社会とよばれています。その高齢者社会には、さまざまなすぐれた面がみられます。一つにはあたりまえのことながら人々の寿命が延びたこと。二つめは、人生五十年といわれた頃には思いも及ばなかった長い老後を、まったく新しいやり方や考え方で生きていくことができること。他に、もう一つ、「障害者との共生」という利点もあると思います。

ながく生きるということは、全員が障害者を身近に体験する社会でもあります。無関係の存在でしかなかった障害を、自分のこととして認識できることになるわけです。人生の終わり近くなって改めて知る人間のすばらしさではないでしょうか。

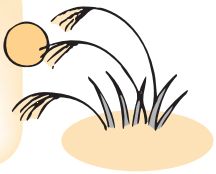
いまの私たちは、徳川の将軍さえ味わったことのない新しい世界を生きています。障害を嘆き差別するのではなく、「自分の事」として、全身で分かり合える社会作りを目指したいものと考えさせられた次第です。

四万十市人権啓発講師
山本 衛

Sep 9月の 健康カレンダー CALENDAR

＊西土佐地区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）保健福祉課 ☎(52)1132



◎一般健康相談

月　日	時　間	場　所
9月13日(火)	14:00～14:30	三里集会所
〃	10:00～10:30	名鹿集会所
〃	13:30～14:00	山路上集会所
14日(水)	13:30～14:00	磯ノ川集会所
15日(木)	10:00～10:30	古津賀第１団地集会所
21日(水)	9:30～10:00	安並尾崎集会所
22日(木)	14:00～14:30	佐田集会所
〃	13:30～14:00	楠島集会所
27日(火)	13:30～14:00	横瀬集会所
〃	9:30～10:00	竹島集会所
10月5日(水)	14:00～14:30	久保川集会所
〃	10:00～10:30	古津賀第2団地集会所
6日(木)	9:30～10:00	九樹集会所
〃	9:30～10:00	平野集会所

◎乳幼児（赤ちゃん）相談

月　日	時　間	場　所
9月13日(火)	10:30～11:00	大川筋診療所
15日(木)	10:30～11:00	古津賀第１団地集会所
22日(木)	9:30～11:00	健康管理センター
10月5日(水)	10:30～11:00	大川筋診療所
〃	10:30～11:00	古津賀第2団地集会所

◎乳児健診

月　日	受付時間	場　所
9月28日(水)	12:50～13:30	健康管理センター
10月5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
9月8日(木)	12:50～13:30	健康管理センター

※対象者･･･平成15年12月生まれの方
（個人通知します）

月　日	受付時間	場　所
10月6日(木)	12:50～13:30	健康管理センター

※対象者･･･平成16年１月生まれの方
（個人通知します）

◎3歳児健診

月　日	受付時間	場　所
9月16日(金)	12:50～13:30	健康管理センター

※対象者･･･平成14年１月生まれの方
（個人通知します）

R100 古紙再生率100%再生紙を使用しています。
PRINTED WITH SOY INK 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。

◎ママタッチ教室

月　日	時　間	場　所
9月22日(木)	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。特に持参ものはありません。

◎妊婦教室

月　日	時　間	場　所
9月21日(水)	13:30～15:30	健康管理センター
25日(日)		
29日(木)		

※妊婦（夫）およびその家族。事前に（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

◎精神科医による「心の健康相談」

日　程	申し込み締切日	時　間	場　所
9月20日(火)	9月15日(木)	13:30～15:00	幡多福祉保健所　中村山手通19
9月27日(火)	9月21日(水)		

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 申 幡多福祉保健所障害課　☎（３４）５１２４　☎（３５）５９７９

◎養生健康相談

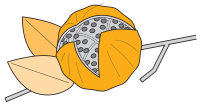
月　日	時　間	場　所
9月15日(木)	14:00～17:00	健康管理センター

※中医学研究所の医師が相談に応じます。お気軽にお越しください。事前に（市）健康管理センターまでお申し込みください。☎(34)2156

◎1歳6カ月児・3歳児健診（西土佐地区）

月　日	受付時間	場　所
9月15日(木)	13:30～14:00	西土佐保健センター

※対象者には個人通知します。



～健康は自分で～　１年に１度は検診を

救急病院　市民病院

救急当番医　（午前8時～午後6時）

月	日	内科	電話番号	外科	電話番号
9	11	竹本病院	(35)4151	正木整形外科	(34)5252
	18	四万十市民病院	(34)2126	四万十市民病院	(34)2126
	19	要医院	(34)1365	佐々木整形外科	(34)7177
	23	木俵病院	(34)1211	木俵病院	(34)1211
	25	幡多病院	(34)6211	幡多病院	(34)6211
10	2	松本病院	(35)3054	四万十市民病院	(34)2126
	9	中村クリニック	(34)5100	黒原クリニック	(34)6622
	10	森下病院	(34)2030	小原外科	(35)0108

※急患の方はご利用ください。都合により変更もあります。

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　し こ く ななはちなな
0120－459787

広聴メール
四万十市公式ホームページ上に設けています
http://www.city.shimanto.lg.jp/