

しまんと

SHIMANTO. 2005 November No.7

平成17年

11月



■今月の写真
中村駅まつり

開業35周年を迎えた中村駅において、9月28日に中村駅まつりが行われました。

昭和45年10月から私たちの足として走り続けてきた鉄道。現在、自家用車の普及や高速道路の延伸などにより利用者が減少し、存続の岐路に立たされています。

地域の大切な財産である鉄道をみんなの手で守り一緒に育てていきましょう。



- P2 四万十市民憲章を制定
- P3 市長室こぼれ話
- P4～5 第11回四万十川ウルトラマソン
- P6～7 まちの話題
- P14～20 しまんと情報掲示板
- P24 11月の健康カレンダー

人のうごき ()内は、前月比

～10月1日現在～

総人口	38,252	-19)
男	18,157	-10)
女	20,095	-9)
世帯数	16,099	+17)

9月中のうごき

転入	75人	出生	21人
転出	86人	死亡	29人

四万十市民憲章を制定

四万十市では『四万十市民憲章』を平成17年10月1日に制定しました。

■四万十市民憲章の概要

四万十市民憲章は、次の内容について定めています。

- ①清流保全 ②基本的人権の尊重 ③青少年健全育成
- ④思いやりのある郷土の育成 ⑤文化の伝承と育成

四万十市民憲章

日本一の清流四万十川の美しい自然と、先人の残した誇り 高き文化を継承する四万十市は、四国西南地域の拠点都市として栄えています。わたしたちは、四万十市民である誇りと責任を自覚し、より平和に、豊かで健康な市民生活を目指し、ここに市民憲章を定めます。

- 1 四万十川の美しい流れを守りましょう。
- 1 人間の尊さを知り、社会のきまりを守りましょう。
- 1 青少年に希望の持てる、豊かで、活力のあるまちをつくりましょう。
- 1 いたわりの心をひろげ、あたたかい郷土をつくりましょう。
- 1 教養を高め、かおりある文化のまちをつくりましょう。

平成17年10月1日制定



《市民憲章とは》

市民憲章とは、一人ひとりが地域社会の一員として、その果たすべき責任を自覚し日常生活の指針とするもので、自らが市民の理想とする住みよいまちづくりに向かって目標を定めるものです。

《制定までの経緯》

- ①中村市と西土佐村の合併に伴い、「四万十市」の市民憲章の制定に向けて、市民憲章推進協議会が原案を市へ提案しました。
- ②市では提案を基に「四万十市民憲章」を平成17年10月1日付けで制定しました。

《四万十市民憲章の推進》

四万十市民憲章を広く市民に普及、浸透させるため「四万十市民憲章推進協議会」は、①啓発活動 市民憲章の推進に寄与した者の表彰)②環境美化活動 河川清掃、側溝清掃の実施)③文化教養活動 市内の各種文化推進事業への協賛)④健康生活活動 交通安全運動の推進、献血の推進)等を行います。

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

四万十川市民一斉清掃に 参加しましょう

平成17年度 四万十川市民一斉清掃

市民一人ひとりの参加が身近な環境を守ることにつながります。

皆さんで協力し、四万十川の美しい流れを守りましょう。

日時 平成17年12月4日(日) 8時から
小雨決行 ※雨天の場合は中止

収集範囲
●四万十川 ●中筋川 ●後川
各地区集合場所につきましては、別途回覧によりお知らせします。

収集するゴミ
ビン・カン類、ビニール類、ペットボトル、紙類など

主催
四万十川総合保全機構
四万十市民憲章推進協議会
四万十の日実行委員会
国土交通省中村河川国道事務所
高知県中村土木事務所
四万十市

その他
ごみ袋・軍手・タオルは各集合場所配布します。

問い合わせ先
(本庁)地球環境課 四万十川保全係
(34) 1111 (内線263)
(34) 1170
(総合支所) 住民課
(52) 1111

市長室こぼれ話

四万十市長 沢田五十六

No.2



国や市の財政赤字減少にとり組む谷垣財務大臣と私

財政状況が厳しい中で市民の負担を増やさず、市民サービスを向上させる方策に日夜頭を悩ませています。今日はその一端を話してみたいと思います。

今、市町村の置かれている状況を見てみますと、①長びく景気低迷、②三位一体改革に名を借りた国の財政危機の地方へのしわ寄せ、③高齢化の進展、によって地方は大変な財政困難に陥っています。大都市を除く全国どここの地方でも同じ状況です。四万十市でも同じ状況です。①市税収入がピーク（平成11年度）に比べて4・8億円の減、②地方交付税収入が15・6億円の減と歳入が大幅に減る一方、③不況と高齢化の進展によって生活保護費などの扶助費の支出が2・4億円の増となり、これらの要因だけで22・8億円の赤字増加となっています。これは大変な額で市の主な自主財源であ

る市民税と地方交付税の23%にのぼります。

こうした事態を乗り越えるためには、①合併による財政上・制度上の特典の活用、②思い切った行財政の改革による財政健全化の推進、③歳入増加のため観光や買物客などの交流人口の増大、がどうしても必要です。その中で今日の話題は②の財政健全化ですが、ここで一つのポイントが公共施設の運営について、民間で運営できるものは民間にまかせる、ということですが、ただし、それによって市民サービスが向上し、少なくとも低下しない、運営経費も安くなるということが必要で、こういう文化センターの運営や市民病院の事務委託などで成果をあげてきました。今後考えられることを二、三例してみたいと思います。

まず保育所の民営化です。現在保護者の間には、①早朝保育、放課後保育、土曜の午後保育をやっている、②乳幼児保育（0・2歳保育）を充実してほしい、という声が多くあります。これに対して①朝8時10分の開

園と夕方6時までの居残り保育、②民営のひかり、めぐみ保育所による乳幼児保育や公営の1・5歳児からの保育を行っているますが、要望に対する完全な対応はできていません。この根本的な原因は公務員の賃金が民間と比べて高すぎるために柔軟な対応ができないということにあります。現に民間の保育所は要望に応えながら、ちゃんと経営をしていくわけですから、そういう対応ができると思う次第で積極的に活用したらと思う次第です。

次に、図書館や公民館など公共施設運営の民営化です。民営化すれば、図書館については利用時間の延長やサービスの向上など、公民館については文化団体による積極的、自主的な運営などについて民間の力による工夫の増大を図ることができ、その一方で、公務員を削減して財政赤字を減少することもできます。さらには先の話として、病院の看護、給食、検査、薬剤部門などを民営化することなども考えられます。土佐市ではこうしたことにより病院の赤字から抜け出しました。赤字の減少とは市民負担の減少のことです。真剣に考えなければなりません。

国勢調査

にご協力をいただき
ありがとうございました

10月1日を基準日として全国一斉に実施した国勢調査におきましては、ご協力をいただきありがとうございました。調査結果につきましては、議員定数や地方交付税の算定基礎として、また社会福祉や雇用政策、防災対策など各種行政資料として活用させていただきます。また、広報やホームページ等を通して結果（市の人口等）を順次公表します。



問い合わせ先

（本庁）企画広報課
（総合支所）総務課

☎（34）1116
☎（52）1111

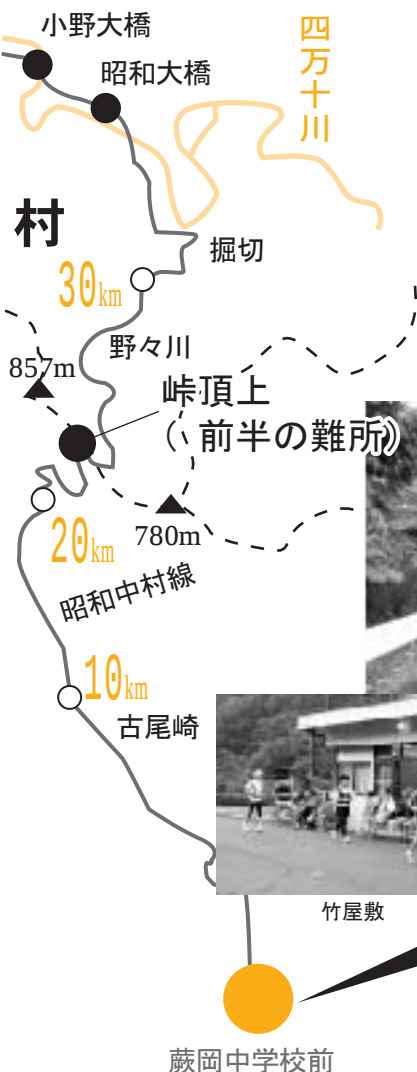
2005

国勢調査

10月16日(日)四万十川ウルトラマラソンが行われ1762人のランナーが自らの限界に挑みました。当日は前日までの荒天が嘘であったかのように青空が広がり、四万十川もより一層きらめきを増していました。

日が昇るにつれ気温もぐんぐんと上がって最高気温28.9度の夏日となり、昨年より5度ほども高くランナーにとっては絶好のコンディションではなかったようです。沿道では台風14号の被害を受けて今もなお後片付けに追われている人たちも応援にかけつけていました。「今日ばかりは家のことは忘れて応援をしよう」と思いやってきた。選手の皆さんにはがんばってほしい」と手を真っ赤にしながら精一杯の声援を送っていました。「体力の限界を感じたとき「がんばれ!」という声援をうけ笑顔を取り戻しもう少しがんばってみようと思えた」と話す選手もいました。四万十川ウルトラマラソンは選手と1800人のボランティア、沿道の応援スタッフがひとつになり、100キロの長途を戦いました。

ウェルカムパーティー
(中村天神橋)



堂ヶ森

100kmの部

スタート



100キロメートルの部は午前5時30分、まだ夜が明けきらぬ中、蕨岡中学校前をスタートしました。沿道からの「完走目指してがんばれ」という声援に「行ってきます」と笑顔で応え元気に手を振りながらスタートしていきました。

ゴール

県立中村中学高校
旧グラウンド

今年も自らの限界に挑む選手の姿からたくさんの勇気と感動をもらいました。選手のみなさん、お疲れさまでした。そしてボランティアのみなさんのおかげで今年も無事大会を終了することができました。本当にありがとうございました。



第11回

四万十川の自然と清流を守ろう

四万十川ウルトラマラソン

60kmの部

スタート

こいのぼり公園



私たち高知市から来ています

ボランティアには第1回目から連続参加しているという川江さん(右端)

「早朝3時に家を出ました。ランナーにはランナーの気持ちが良く分かるのです」という自らもマラソンランナーの吉岡さん、久万さん、谷脇さん(左から)

四万十川ウルトラマラソンはこんな方たちに支えられています。来年もよろしくお願いします。

総合男子100キロメートルの部

宮地敏行さん初優勝



佐賀町から参加した宮地さんは今大会7回目の出場で初優勝を果たしました。ゴールをした瞬間ひざをつき、起き上がれない宮地さんを家族が抱きしめ、ともに優勝の喜びを分かち合っていました。

「優勝を意識した90キロぐらいからが苦しかった。最後は意識がもうろうとしてきて気力だけで走った。応援にきてくれた家族の前で優勝でき本当にうれしい」と話してくれました。子どもさんたちは「お父さん、よくやったね」「がんばったね、おめでとう」といつも以上にカッコいいお父さんを誇らしげに見上げていました。



半家沈下橋



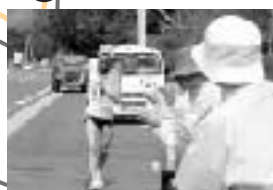
カヌー館



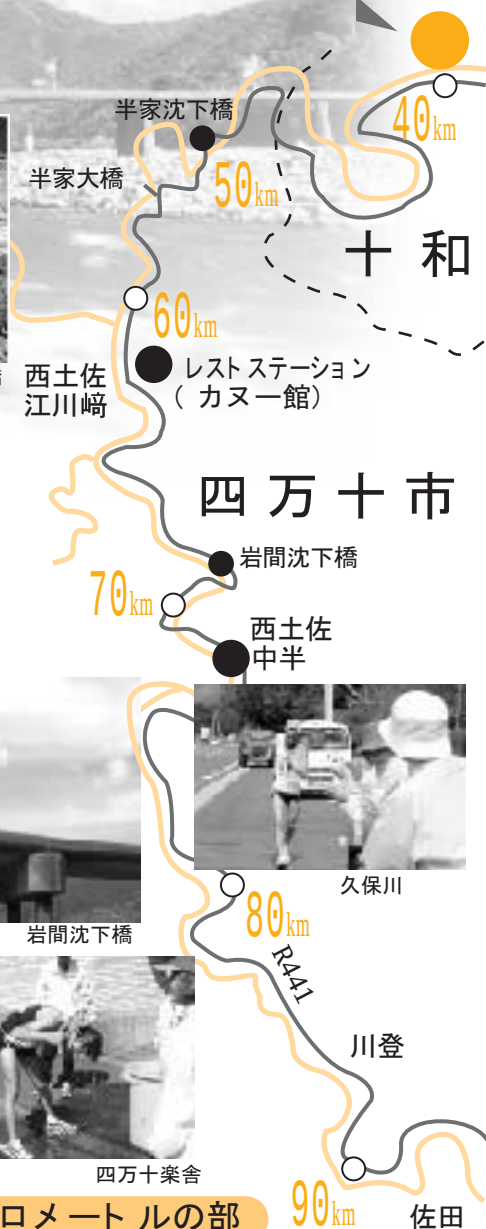
岩間沈下橋



四万十楽舎



久保川



100キロメートルの部

日本陸連登記登録男子

1位	宮地 敏行	佐賀町
2位	溝渕 学	兵庫県
3位	村戸 雄輝	広島県
4位	能城 秀雄	千葉県
5位	関 雅友	香川県
6位	寺川 栄一	岡山県
7位	工藤 圭司	神奈川県
8位	野村 純一	東京都

一般男子

1位	岡田 夏来	大阪府
2位	蔵本 康孝	大阪府
3位	井本 賢治	大阪府
4位	江藤 光	福岡県
5位	山下 浩	愛媛県
6位	永田 修章	東京都
7位	宮城 要	兵庫県
8位	時谷 政弘	大阪府

日本陸連登記登録女子

1位	谷田 佳世	高知市
2位	日浦 史	高知市
3位	金築 敬子	大阪府
4位	森本 園子	兵庫県
5位	角田 能子	島根県
6位	鶴山 清美	大阪府
7位	樋口 明日香	高知市
8位	佐藤 芳枝	愛媛県

一般女子

1位	名賀 公子	兵庫県
2位	浜田 美香	宿毛市
3位	奥村 佳寿美	長崎県
4位	住田 奈奈江	大阪府
5位	當山 幸子	沖縄県
6位	松尾 由香里	兵庫県
7位	池谷 茂子	静岡県
8位	浅野 由紀	大阪府

60キロメートルの部

男子

1位	今長 浩一	大阪府
2位	近藤 公成	福岡県
3位	田川 秋雄	長崎県
4位	鈴木 正則	愛媛県
5位	二宮 信一	愛媛県
6位	白崎 正人	香川県
7位	中山 修二	三重県
8位	細川 博義	土佐市

女子

1位	近藤 和子	福岡県
2位	中川 美実	京都府
3位	相原 佐智子	奈良県
4位	菱谷 早絵子	香川県
5位	荒牧 真紀子	福岡県
6位	菊井 祐子	奈良県
7位	小崎 富美	南国市
8位	友田 久仁子	岡山県

大会結果
敬称略)

ふれあいセンターだより

～黒尊 夏」体験～

8月30日(火)、四万十市内で公募した親子20人の参加で、黒尊溪谷で「夏」体験を行いました。このイベントは四万十川森林環境保全ふれあいセンターと幡多流域林業活性化センターが主催し、植樹体験と川遊び等の自然体験を通じて、子どもたちに森づくりの大切さを知ってもらい、ともに、夏休みの思い出づくりをしてもらおうとしたものです。

当日はあいにくの雨模様でしたが、屋外作業の間は雨が上がっていたので、予定どおり実施することができました。午前中には黒尊の自然再生推進モデル事業地内で、イロハモミジの植樹を行いました。

植樹は30分ほどで終わり、黒尊川の川辺に移動しました。午後には川遊びとネイチャーゲームを楽しみ、溪谷には子どもたちの歓声がこだましていました。



まちの話題

環境にやさしい暮らしを目指して ～四万十川エコライフフェアⅡ～

9月19日(月)から23日(金)まで四万十川流域で体験自動車走らせる実行委員会主催の四万十川エコライフフェアⅡが開催され、多くの市民でにぎわいました。

9月23日(金)会場となった四万十川河川敷には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の試乗会が四国で初めて行われエネルギーの大切さを体験しました。

夜には、中越武義橋原町長から、橋原町の取り組み「森・水・風・光を生かした環境の里づくり」と題し、豊かな自然資源を活用した先進的な新エネルギー導入への積極的な取り組みが報告されました。



製作費1～2億円もするという燃料電池自動車も登場

自分たちの手で守っていこう ～第6回川での福祉と教育の全国大会～



10月8日(土)から10日(月)まで川の価値を再認識し、これからの川の姿を福祉と教育の両面から考えてみようとする第6回川での福祉と教育の全国大会が開催されました。大会2日目には「高校生が考える明日の四万十川～これからの四万十川・私たちの未来～」と題した対談が行われ、自分たちが小さい頃いつも生活の一部になっていたあの川の存在を取り戻すにはどうしたらよいか、どうしたら美しい四万十川を守り伝えていくことができるかを真剣に話し合いました。

10月8日(土)、天神橋は、阿波踊り連の三味線・太鼓・笛・鐘の音で賑わいました。

これは、天神橋の活性化に役立てようと天神橋商店街の「おかみさん」たちが、本場徳島から阿波踊りを招いたものです。「踊る阿呆にみる阿呆、同じ阿呆なら踊らにや損々」とこの囃子詞は一度は耳にしたことあると思います。このことばどおり、集まった大勢の観客もそれぞれにリズムをとっているようでした。とりわけ、女性の踊り子は美しく、編み笠から覗く真っ赤な紅、しっとりとし光沢のあるピンクの蹴出しと、その中に影絵のように浮かぶ脚線は、あでやかで艶っぽいものでした。また、すうーっと上げた両手の指先の動きには凜としたきれのよさと上品さがあり観客は阿波踊りのとりこになりました。大勢の見物客からは惜しみない拍手が送られ「来年の市民祭にも来てほしいね」と言う声が聞かれ、わずか1時間ほどでしたが本物の阿波踊りにすっかり魅了されました。

阿波踊りがやってきた

～天神橋おかみさんまつり～



100歳バンザイ



左から村上安子さん、藤倉角野さん、藤倉幸子さん
酒井秋子さん、山本富子さん、酒井益広さん。
(池端チヅ子さん撮影)

9月22日(木)に、玖木老人クラブの友愛訪問で、今年100歳を迎えた藤倉角野さん宅を訪れました。

声をかけると、私たちの手を握って、大変喜んでくれました。しばらく昔話をしたのですが、藤倉さんが昔のことをよく覚えているのには驚きました。足腰はしっかりしているし、メガネも必要ありません。100歳とは思えないほどお元気です。お嫁さんの話によると、自分のことは自分でできるし、食事もしっかりとっている(お嫁さんの作る料理がおいしいからでしょう)そうです。

楽しい時間はあっという間に過ぎました。藤倉さんはもっと話をしたいようでしたが、お疲れになってもらいたくないので、おいとますことにしました。いつまでもお元気で過ごしてほしいと思います。(寄稿は玖木老人クラブ会長の池端チヅ子さんによる)

まだまだ元気

～シルバー芸能大会～



田辺三長子さん(左)と宮地久子さん(右)による舞踊「おしどり道中」

10月3日(月)に西土佐ふれあいホールで開かれた第5回西土佐シルバー芸能大会で、18組の参加者が、歌や踊りなどの自慢の芸を披露しました。年齢を感じさせない見事な芸の数々に、会場からは惜しみない拍手が贈られました。



これからもお元気で～市長訪問～

四万十市には今年度100歳以上になる方が18人います。その中で最高齢者と今年度満100歳を迎える方を10月17日(月)市長・助役が訪問しました。

最高齢者は福田寅雄さんで今年満108歳。市長の訪問を受け、うれしそうに涙を浮かべていました。福田さんは目と耳が悪く大好きだったという相撲も最近では見られなくなったそうですが、内臓が元気だとご自分で話されるだけあって今の楽しみは食べることだそうです。ご長寿の秘訣は、好き嫌いをせずなんでも食べることとストレスをためないこと、そしてお世話をしてくれる人みんなのおかげだそうです。

「また来年会いましょう」と、市長は福田さんの手をしっかり握りました。

これからもお元気で、また来年すてきな笑顔を見せてください。



左から福田寅雄さん(108歳 中村東町)、樋口スエノさん(100歳 中村東町)



武内三千恵さん(100歳)
(西土佐藤ノ川)

台風14号による災害についての 区長との意見交換会

中村地域区長会

10月3日(月)中村地域区

長会の理事会が四万十市立図書館で行われ、市内の台風14号による被災者の方々への支援方法等について協議を行いました。

会の冒頭では、市執行部

による市内の各方面における被災状況等についての報告と、多くの方々が被害を受けました川登地区の森吉氏より同地区の被災状況についての説明がありました。

会の協議により、今回被災された方々に対する災害見舞金の呼びかけを、同区

長会として各地区住民の方々に行い、集まった見舞金は、市内の被災された方々に災害見舞金として公平に配分する四万十市災害対策

本部の災害見舞金受付口座に振り込むことになりました。

現在も、この呼びかけに賛同していただいた多くの方々よりたくさんのお見舞金

西土佐地域区長会

10月6日(木)西土佐総合

支所で台風14号被災地区の区長との意見交換会を開きました。

出席した区長からは、四

万十川本流だけではなく、愛媛県側の水位を把握する

システムが必要「防災無線放送による情報提供が昨年に比べて少なく、自主避難

を呼びかけるタイミングが遅かった」「行政と地域との情報網が機能しなかった」

被災したのに市職員が来

ない地域があった」などの指摘を受けました。この他

にも、高齢化集落の抱える不安や西土佐地域における

区長の役割についてなど、多岐にわたる意見がだされ

ました。

市では、今回の教訓を活かして、災害対策マニュアルの徹底を図ることにして



※中村地域、西土佐地域それぞれに「区長」制度は存在しますが、その内容は大きく異なっています。中村地域の区長は任意団体の長として、西土佐地域の区長は、市の非常勤職員として位置付けられています。合併初年度である今年度は、合併以前の区長制度をそれぞれ継続していますが、今後区長制度の調整について協議することになっています。

地域の声を市政に、地域審議会へ

10月3日(月)高知県内

まず。

で初めてとなる第1回西土佐地区地域審議会が、西土佐総合支所で開催されました。地域審議会とは、合併による行政区域拡大にともなう住民の不安を解消するために、合併特例法に基づいて設置するものです。四万十市の地域審議会は、合併協議会(平成16年度開催)において西土佐地区に設置することが承認されてい

ます。まず市長が「地域審議会の意見を四万十市全体の発展のために役立てたい」とあいさつし、続いて助役が「四万十市の財政状況は苦しいが、本来に必要なのは事業は行う。地域振興は住民の知恵にかかっているので、遠慮なく意見を述べてほしい」と述べました。

委員からは「合併前の地区説明会では『形だけのものだ』と批判を受けたが、そうならないよう努力する。それは自分たちのがんばり次第である」「提言を行うためには予算編成までに徹底した話をしなければならぬ」「財政が苦しいことは承知しているのに住民にとって本当に必要な事業を十分に精査したい」などの精力的な意見が出されました。地域審議会の委員は、左記のとおりです。(敬称略)



会 長	田村 鶴喜 (学識経験者)
副会長	宮地 昭 (西土佐観光協会)
委 員	稲戸 孝良 (西土佐地区区長会)
	柴 俊喜 (高知はた農業協同組合西土佐支所)
	中脇 碩哉 (西土佐村森林組合)
	松浦 栄 (四万十川西部漁業協同組合)
	田辺 元美 (西土佐商工会)
	中川 美智代 (女性団体関係)
	岡山 静功 (福祉関係)
	阿部 統洋 (教育関係)
	田辺 次男 (学識経験者)
	石川 真 ()
	遠地 美千代 ()
	山崎 一二三 ()
	稲田 美和 ()

第26回 西土佐地区社会福祉大会

西土佐地区社会福祉大会を開催しますのでぜひご来場ください。



昨年の福祉大会

日時 11月13日(日)

8時 受付

9時 開会式

9時40分 意見発表および福祉活動校発表

中村高校西土佐分校、西土佐中学校、川崎保育所、須崎小学校、大宮小学校

11時 講演 講師 青山英康さん

(県立高知女子大学学長)

12時30分 大会宣言

12時35分 閉会

13時30分～15時30分 アトラクション

会場 西土佐ふれあいホール

問い合わせ先

西土佐社会福祉協議会

(31)6111

合併後初めての産業祭が開催されます。ご家族ご近所お誘い合わせのうえ、ぜひお越しください。

日時 11月20日(日) 9時～15時

●展示部門(農林水産物・農林業機械・工芸品など)

●即売部門(農林水産物・加工食品・日用品など)

●相談部門(健康・農林業)

●その他(スピードくじ・招待野球など)

●会場 西土佐中学校(西土佐用井)

●問い合わせ先 (総合支所)産業課産業振興係 (52)1111



前回 平成15年)の西土佐村産業祭

西土佐産業祭

第1回 四万十市文化祭(11月後半～12月)

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

主催行事

行事名	開催日	会場
第47回四万十市美術展	11月18日～24日	中央公民館

参加団体行事

行事名	開催日	会場
平成17年度中央区小中学校音楽祭	11月17日～18日	文化センター 大ホール
第14回四万十川短歌全国大会	11月19日	幡多信用金庫 本店大会議室
第30回中村中学校吹奏楽部プラスコンサート	11月19日	文化センター 大ホール
第1回一條大祭大衆芸能祭	11月23日	文化センター 大ホール
一條大祭歌謡フェスティバル	11月25日	文化センター 大ホール
第21回帽子と花の展覧会	11月26日～29日	中央公民館 展示ホール
第25回アーティストハウス宵架館グループ展	11月26日～29日	中央公民館 大ホール
チャリティー舞踊会	11月27日	文化センター 大ホール
第31回清水千代子バレエ研究所発表会	12月4日	文化センター 大ホール
秋の合同茶会	12月4日	中央公民館 和室 大会議室
第29回クラブ写真展	12月3日～11日	中央公民館 展示ホール
社交ダンス発表会	12月10日	中央公民館 大会議室
「こんばんは」上映会	12月10日	中央公民館 大ホール
第1回四万十市文化祭参加県下合同歌会	12月11日	中央公民館 大会議室
第36回高知コンサートグループ幡多支部定期演奏会	12月18日	ヨンデンプラザ中村 多目的ホール
ヤングピアニストコンサート 2005 四国西南地区大会	12月18日	文化センター 大ホール
フェスティバル KHK	12月25日	文化センター 大ホール

問い合わせ先 (市)教育委員会生涯学習課 (34)7311



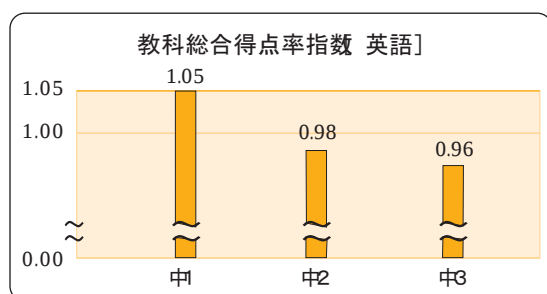
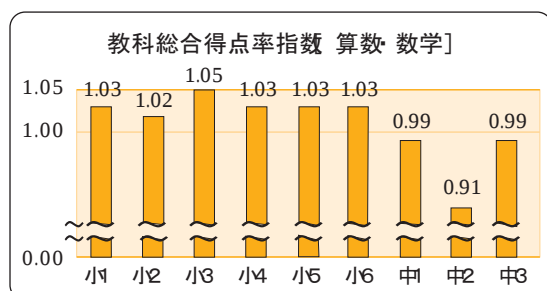
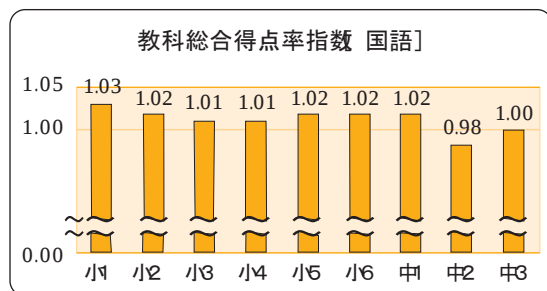
市教委だより



四万十市学力定着状況集計結果

四万十市では、全小・中学校でC R T ※₁を活用して、児童・生徒の学力定着状況を把握し、授業評価システム ※₂との相乗効果によって授業改善を図る取り組みを推進しています。

ここでは、平成16年度の学習内容について実施したC R T の集計結果の概要をお知らせします。



このグラフは、CRTの集計結果を、全国得点率を1とした得点率指数で示したものです。(グラフ中の学年は平成16年度のもので)

このテストでは1.00以上が全国よりも「高い」、0.94未満が「低い」状況とされていますが、中2の数学以外はほとんどの学年・教科で全国よりも「高い」状況になっています。平成15年度と比較しても、他学年よりもやや到達度が低かった小3・4年の国語や小6の算数についても向上しています。中2の数学については、1次関数や1次方程式などの数量関係、数学的な考え方が要求される応用問題などに弱さが見られます。

各学校では、学校全体の傾向や1人ひとりの定着状況を分析して、授業の工夫・改善や個別指導にいかしており、きめ細かな指導のために役立てられています。

また、学力の定着・向上には「豊かな心」を育むことも大切なことであり、道徳の授業や学習発表会、縦割り班活動、交流活動などを通じて、仲間づくりやコミュニケーション能力の育成に取り組んでいます。2学期は、各種行事もたくさんあり、児童・生徒がそれらの体験を通してどんどん伸びていく時期です。

学校・家庭・地域の方々みんなで子どもたちを支えていくことで、確かな学力と豊かな心が育まれていきます。“地域の宝”の成長をみんなで見守っていきましょう。

※₁ C R T (標準学力検査)

子どもたちが学習の内容をどれだけ理解しているか、学んだことがどれだけ身についているかを測り、学習内容の定着に役立てるテスト

※₂ 授業評価システム

児童・生徒の側からも授業の内容を評価し、それをもとに授業をより分かりやすく改善していくシステム

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) 5455 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【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
愛 育 園	11月19日	土 9:30～10:30	中村小学校中庭
も み じ 保 育 所	11月14日	月 9:30～11:00	
	12月7日	水 9:30～11:00	
あ お ぎ 保 育 所	11月22日	火 9:30～10:30	
	12月2日	金 9:30～10:30	
古 津 賀 保 育 所	11月22日	火	駐車場なし
古 津 賀 東 保 育 所	11月21日	月 9:30～11:00	駐車場なし
東 山 保 育 所	11月24日	木 9:30～10:30	
具 同 保 育 所	11月22日	火	駐車場なし

※雨天の場合は中止します。
愛育園、もみじ保育所、あおぎ保育所、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」予定

月 日	活 動 内 容	時 間	場 所
11月15日 火	作って遊ぼう①	9:30 ～11:30	子育て 支援センター
17日 木	作って遊ぼう②		
18日 金	作って遊ぼう③		
21日 月	親子ふれあいDAY(折り紙編)		
24日 木	親子ふれあいDAY(食編)		
25日 金	親子ふれあいDAY(小物編)		
12月1日 木	クリスマス製作①		
2日 金	クリスマス製作②		
6日 火	クリスマス製作③		

※『親子ふれあいDAY』は、グループの枠を超えた活動です。参加を希望する方は、希望日を子育て支援センターまでご連絡ください。

★その他の活動予定

月 日	活 動 内 容	時 間	場 所
11月16日 水	びよちゃんクラブ①・②	9:30 ～11:30	子育て 支援センター
29日 火	お誕生会		
12月9日 金	お誕生会		

《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 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。

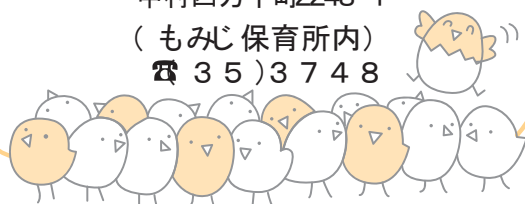
●問い合わせ先●

四万十市地域子育て支援センター
“ぽっぽ”

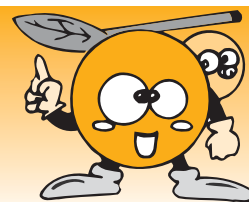
中村四万十町2248-1

(もみじ保育所内)

☎ 35)3748



ねんきんだより



扶養親族等申告書は必ず期限までに提出しましょう

老齢年金は、所得税法により雑所得として所得税がかかるため、支払者である社会保険庁は、年金を支払う際に所得税を源泉徴収することになっています。

所得税には各種控除がありますが、控除を受けるためには、「扶養親族等申告書」の提出が必要です。

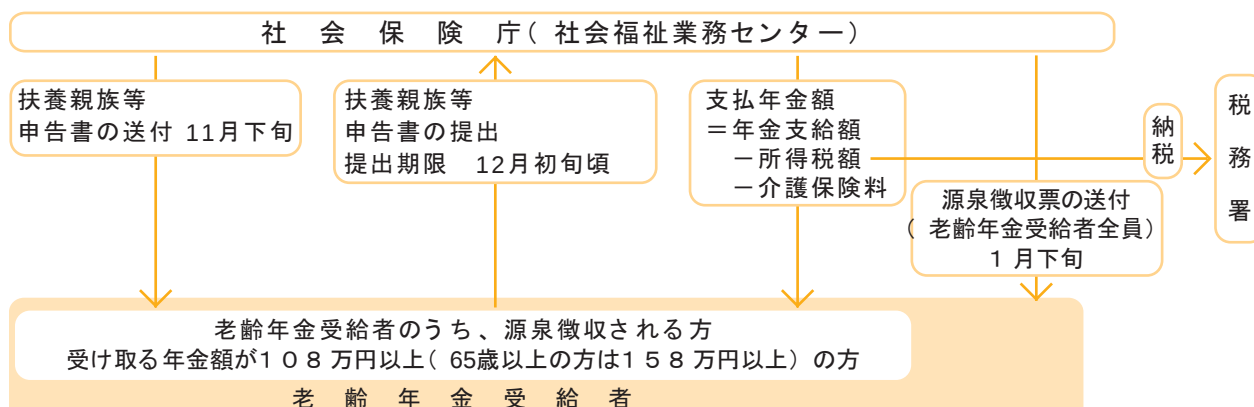
社会保険庁は、所得税の各種控除を行うため、毎年11月中旬に課税対象者（65歳未満で年金額が108万円以上の方、65歳以上で年金額が158万円以上の方）に、扶養親族等申告書を送付しています。

扶養親族等申告書を提出しないと、各種控除が受けられず所得税の源泉徴収税額が多くなりますので、同封する手引きをよく読み正しく記入のうえ、必ず提出期限までに提出してください。

※前年の申告内容から変更がない方についても提出が必要です。

※障害年金・遺族年金には税金がかからないため、障害年金・遺族年金受給者には扶養親族等申告書は送付されません。

* 年金にかかる税金のしくみ *



「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されます

所得税法の一部改正により、平成17年分の所得の申告から、国民年金保険料を社会保険料控除として申告する際に、1年間に納付した国民年金保険料額を証明する書類を添付すること等が義務付けられました。

このため、平成17年1月から9月までの間に納付された国民年金保険料額と、年内に納付が見込まれる場合の納付見込額を記載した「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」を11月上旬に送付します。

年末調整または確定申告の際には、この証明書や領収証書が必要となりますので、申告を行うまで大切に保管してください。

なお、平成17年10月から12月までの間に、本年初めて国民年金保険料を納付された方につきましては、この証明書の発送は平成18年2月上旬の予定となりますので、ご了承ください。

この証明書に関するお問い合わせは、証明書表面に記載されたお問い合わせ先へお願いします。

証明書および領収証書を紛失された場合は、高知社会保険事務局幡多事務所までご相談ください。

11月6日(日)から12日(土)までは「年金週間」です

○年金相談の受付時間延長

11月7日(月)から11日(金)までの5日間と、14日(月)は、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。

○休日の年金相談

11月6日(日)と12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。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

図書館だより

★★★11月の主な新着図書★★★

一般書

アマゾン・ドット・コムの光と影 横田 増生
 椅子づくり 百年物語 宮本 茂紀
 現代ボタンを知るための60章 平山 修一
 詩歌の待ち伏せ 続 北村 薫
 ジェネレーションY 日本経済新聞社
 四万十川の四季 高橋 毅
 写真ものがたり 昭和の暮らし 第4巻 須藤 功
 図解雑学 経済指標 植月 貢
 図解 マインド・マップ ノート術 SSブレインストラテジーセンター
 図説 アジア文字入門 東京外語大学
 ツキコの月 伊集院 静
 土 恋 津村 節子
 白魔の湖 響堂 新
 はじめての方にもよくわかるバラづくり270種(財)日本ばら会
 るるぶカナダ '05-'06 JTB

児童書/えほん

ありがとう、フォルカーせんせい パトリシア・ポラック
 おとうふ百ちょう あぶらげ百まい 三田村 信行
 かわいい わたしのぼうや ジェーン・ダイヤー
 きょうしつは おばけがいっぱい さとう まきこ
 けんけんとびのけんちゃん 大島 妙子
 ジェニー エンジェル アン・スパッドヴィラス
 シャンプー王子ときたないことば 名木田 恵子
 18番目の大ピンチ B. バイアーズ
 10ぴきのかえるの おくりもの 仲川 道子
 「好きです。」コクるかコくらないか、それが問題だ! 齋藤 孝
 ゼルダのママはすごい魔女 ミッシェル・ヴァン・ゼブラン
 ぼくは ゆうしゃだぞ さとう まきこ
 三河のエジソン 今関 信子
 夢はワールドカップ ティム・ヴァイナー

読書の季節です。

10月27日から11月9日まで読書週間です。

おてがる

医

食

同

源

Vol. 6

■ 空気が乾燥してきて、乾燥に弱い呼吸器が傷つきます。

乾燥した空気で鼻や咽喉の粘膜が傷つき、風邪などに感染しやすくなっています。手洗いとうがい、部屋の湿度にも注意して予防しましょう。また皮膚の乾燥が気になる方も多い季節。漢方では肺と皮膚には密接な関係があるとされています。皮膚と合わせて、肺を潤す食材もとるようにしましょう。

■ 気をつけたい症状

風邪、乾燥肌

★ 今月の薬膳メニュー ★

きん しん さい
金針菜と きくらげの いため煮

ほうれん草の20倍もの鉄分を含んでいる金針菜は、ユリ科のホンカンゾウ、ヤブカンゾウなどの花のつぼみを干したものです。貧血気味の人はもちろん、鉄分不足になりがちなダイエット中の人にも、おすすめの食材です。きのこ類は、血中の脂肪を減らして血液をサラサラにする効果があるほか、毒素を体外に出して代謝を高めます。

【効能】	金針菜	情緒不安定、貧血、微熱感	山くらげ	高血圧、動脈硬化予防
	きくらげ	滋養強壮、美肌	くこの実	老化防止、目の疲れ

【材料(2人分)】

金針菜 50g
 山くらげ 40g
 きくらげ 10g
 ごま油 小さじ1/2
 だし汁 1/2 ~ 1カップ
 A
 (梅肉 小さじ1 しょうゆ 大さじ15~2)
 くこの実 少々

【作り方】

① 金針菜、山くらげ、きくらげは水につけてもどす。
 ② 鍋に熱湯を沸かし、金針菜、山くらげを入れてゆで、湯をきって食べやすく切る。
 ③ きくらげは細切りにする。
 ④ フライパンにごま油を熱し、②、③をいため、だし汁を加えて煮立て、Aを加えて、汁けがなくなるまで煮る。
 ⑤ 仕上げにくこの実を上に乗らす。
 (主婦の友生活シリーズ「干坂式食事法」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

情報掲示板

しまんと

11月の防災メモ

火の元に注意！

朝晩はめっきり涼しくなり、これからは暖房器具を使う機会が多くなると思います。住宅火災の原因は、ほとんどがつかい間違いという不注意によるものです。日頃から次のようなことに気をつけて、火災を起こさないようにしたいものです。

- ・家族みんなで、ときどき火事の話をして、火の用心の気を引き締めるようにする
- ・炊事の火から離れるときは、必ず火を消すようにする
- ・電熱器具 特にヘアードライヤーは必ずコンセントから切る
- ・寝たばこは絶対にしない
- ・ストーブは火をつけたまま給油しない

また、残念ながら近年は放火の疑いによる火災の発生が増える傾向にあります。

予防のため、家のまわりには燃えやすいものを置かないように心がけましょう。



お知らせ

浄化槽について

ご存じですか

四十十市においても浄化槽を設置している家庭が年々増加していますが、浄化槽の管理が不十分な浄化槽もあります。

浄化槽のことをもと知っていただき適正な管理で使用してください。

1 保守・清掃は大丈夫ですか

浄化槽は生き物です。

家庭の台所・風呂等からの生活排水とし尿を微生物で処理し水質を良くして排水します。

浄化槽はいろいろな処理タイプがありますので、保守には専門的な知識が必要です。

2 家庭からの排水は大丈夫ですか

(1) 微生物処理ですので多量の洗剤や漂白剤、風呂のカビ取り剤、トイレの洗浄剤などを流すと処理に影響が出ますので適正量を使用してください。

(2) 硫酸化合物の含まれている入浴剤の使用は避けてください。

(3) し尿だけを処理する単独浄化槽では糖尿病・高血圧症等の薬を常用している方がいる場合は、尿から薬の成分が排出され機能的に影響するといわれています。

が、生活排水も一緒に処理する浄化槽は流入水量が多いので、薄められて影響はほとんどありません。

浄化槽内の微生物の働きが弱まると機能が低下を引き起こすことがあります。



浄化槽内の微生物の働きが弱まると機能が低下を引き起こすことがあります。

3 法定検査は大丈夫ですか？

浄化槽法では浄化槽設置後、ある程度期間をおいてする検査（7条検査）とそれ以降は毎年1回（1条検査）高知県の指定した検査機関で検査することが定められています。

高知県の指定機関は（財）高知県環境検査センターです。

（高知市介良乙815-1

088-860-2400）

浄化槽保守点検業者に保守点検を受けていても、検査機関による検査を受けなくてはなりません。

（本庁）地球環境課 四十十川保全係（34）1111（内線263）

都市計画の変更に伴う市民説明会

中村都市計画 中村公共下水道の区域変更について市民説明会を開催します。

日時 11月25日（金）

19時から

場所 図書館4階

視聴覚ホール

変更する都市計画の種類

中村公共下水道

（丸の内ハイランドの追加等）

（本庁）都市整備課計画係

（34）1782

四十十いやしの里

臨時休業

いつも四十十いやしの里をご利用いただきましてありがとうございます。

11月30日（水）に機械メンテナンスの為、臨時休業いたします。

四十十いやしの里

（31）5111

労災保険制度、労災補償に関する相談窓口

労災保険情報センターでは、厚生労働省の委託を受けて労災保険制度全般のご相談をお受けしています。相談は無料で秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

問 労災保険情報センター

フリーダイヤル 高知事務所

（0120）198977

標準営業約款制度

「Sマーク」を

「ご存じですか

標準営業約款制度は、法律で定められた消費者擁護に資するための制度です。

厚生労働大臣認可の約款に従って営業することを登録した、「理容店」、「美容店」、「クリーニング店」では、店頭でSマークを掲げています。登録店は、技術・衛生・安全を約束する信頼できるお店です。

問 高知県生活衛生営業指導センター

088-872-4124



厚生労働大臣認可

精神科医師による「心の健康相談」

日程	申し込み締切日
11月15日（火）	11月10日（木）
11月22日（火）	11月17日（木）

時間 13時30分～15時
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。

※保健所・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





市営住宅入居者

市営用井第1共同住宅の入居者を募集します。

●所在地 西土佐用井1116番地1(303号)

●構造 耐火構造3階建(昭和56年度建設)

●募集戸数 1戸

●間取り 6畳×2、4.5畳×1、台所

●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、26万8000円以下)であること。単身の場合、50歳以上であること。

●家賃 月額 1万3600円
2万2500円

※入居す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、総合支所住民課生活環境係にあります。

●受付期間 11月7日(月)～15日(火)

※申込書は11月1日より配布します。

●(問) 本庁(財政課管財契約係) (34)6120
(総合支所)住民課生活環境係 (52)1111

四十十いやしの里 指定管理者

市では、四十十いやしの里の指定管理者を募集します。

応募に関する事、指定管理者が行う業務内容など、詳しくは「四十十いやしの里指定管理者募集要項」を参照しご応募ください。

●募集要項配付場所

(本庁)商工観光課

●申込募集締切日 11月14日(月)

(本庁)商工観光課

TEL 34)1783
FAX 34)2525



平成18年度 有機のがっこう 「土佐自然塾」

無農薬有機農業に関心があり高知県内での新規就農を希望する方、または環境保全型農業を実践しようとする方を募集します。

●募集資格

平成18年4月1日に18歳以上で、冒頭の要件を満たし、農業の実習を行う体力を有する方

●研修期間 平成18年4月から1年間

●募集人員 10人程度

●応募方法

1) 次の書類を土佐自然塾まで郵送または直接お持ちください。

・研修志願書

・健康診断書(提出前30日以内に作成されたもの)

※用紙はホームページからダウンロードするか、電話・ファックスで請求してください。

2) 締切日 12月3日(土) 必着

●その他

選考は面接および書類審査により行います。面接日は研修志願書到着後個別に連絡します。可否の結果は12月12日(月)に郵送で行います。

研修授業料は年額60万円です(生活費等は含まれていません)。

原則一括払いで、途中退学の場合には返還しません。

TEL 7813401
高知県土佐郡土佐町土居630番地

有機のがっこう「土佐自然塾」

TEL 0888)82(1700
FAX 0888)82(1701
URL <http://www.tosa-tuki.com>

たのしい水泳教室

温水プール休館日を利用して水泳教室を開催します。

1) 一般対象の水泳教室

健康のために水泳を始めてみたい方
正しい泳ぎ方を覚えたい方
初級者・中級者のための水泳教室です。
月に1度、記録会も開催の予定です。
市民の皆さんの多数の参加をお待ちしています。

日 時 毎週火曜日 19時～21時
参加基準 四十十市に居住または勤務する方で18歳以上の方

定 員 A 初級者コース 楽しく泳げるようになりたい方
B 中級者コース 上手に泳げるようになりたい方

各コース20人程度 定員40人程度
受付期間 11月9日(水)より受け付けます。
ただし、定員になり次第締め切ります。

開催期間 平成17年11月15日(火)
～平成18年3月28日(火)

2) 青少年のための水泳教室

いつでも、随時参加できます。お気軽にお申し込みください。

日 時 毎週火曜日 17時～19時
参加基準 原則として、四十十市の小学生・中学生・高校生

開催期間 平成17年10月4日(火)
～平成18年3月28日(火)

主 催 藤泳会 後 援 四十十市体育協会
会 場 安並 市立温水プール
参加料 温水プール入場料実費・スポーツ安全保険料実費
その他 スポーツ安全保険に加入していただきます。
それ以外の補償はありません。

申込方法 電話またはFAX等でお申し込みください。

(問) 四十十市体育協会 TEL/FAX (37)4558
濱田龍男(藤泳会会長) (34)2590

西土佐農業公社研修生

農業公社では、農業研修生2年間（の募集を行います）。

●募集人員 2人

（適格者のいない場合には採用しません）

●申込受付締切日

11月30日（水）当日消印有効

●必要書類

・申込書（農業公社、本庁農林水産課、総合支所）産業課にあります）

・履歴書（市販の用紙を利用し、顔写真を添付したもの）

●面接

日程 12月中旬

（対象者に通知します）

場所 四十万市西土佐農業公社研修室

※面接前には簡単な作文を書いてもらいます。

●応募資格

・平成18年3月31日現在で満18歳以上おおむね35歳以下で、心身ともに健康な方

・四十万市に住所を有するか研修開始までに住所を移すことができる、研修終了後市内で就農する意欲のある方

・農業公社の目的に沿い、農業振興に積極的に取り組む意欲のある方

●研修期間

平成18年4月1日

～平成20年3月31日（2年間）

●衣食住

全員が生徒宿舎で生活し、宿舎費は無料。

●自衛隊生徒

自衛隊生徒とは、自衛隊の最新装備品を操作または整備する技術者を養成するコースです。

入隊と同時に指定された高等学校の通信制課程に入学し、生徒教育3年間終了時には高校卒業資格を取得できます。

また、4年終了時点で、全員3曹に昇任します。

待遇等（平成17年4月1日現在）

●手当 期末・勤勉手当は年2回（6月・12月）支給、年間4・4カ月分

●食・食・住

全員が生徒宿舎で生活し、宿舎費は無料。

研修内容

1年目は主に農業公社実験農場で幅広い研修を行い、2年目は研修終了後に栽培する作物を中心とした集中研修を行います。

研修終了生には、農地のあつせん、補助金申請や制度資金活用に関する助言など、農業者として自立するための指導を引き続いて行います。

●手当等

・手当 月額12万円

・休日 土曜日、日曜日、祝日（交代で日直あり）

・冠婚葬祭等には特別休暇あり

（四十万市西土佐農業公社）

（西土佐江川崎3385番地）

（52）2666

●食事・一部の被服類・寝具については、支給または貸与。

●休暇 年次休暇（24日／年）

●退職・年金等

退職手当・共済組合年金（勤続年数は生徒入隊時から計算）があります。

●教育課程

1年 3士 152300円

2年 2士 159600円

3年 1士 174200円

4年 士長 181900円

部隊勤務 3曹 189700円

●受付期間

平成17年11月1日（火）～平成18年1月10日（火）

●応募資格

日本国籍を有し、平成18年4月1日現在15歳以上17歳未満の方で中学校卒業生（見込みを含む）

●第1次試験

平成18年1月14日（土）

●試験会場

窪川町内（細部未定）

●試験科目

国語、社会、数学、理科、英語、択一式、作文（500字程度）

●合格発表 1次試験発表

平成18年1月23日（月）

●高校受験の腕試しとして、チャレンジしてみたいかですか。

●自衛隊高知地方連絡部

四十万募集事務所

（35）3096



ご案内

四十万市

戦没者追悼式

中村地域の戦没者追悼式を行いますので、ご遺族の皆さまにはお繰り合わせのうえ参列いただきますようご案内します。

●日時 11月11日（金）10時～

（1時間10分の予定）

●場所 市立文化センター

●参列者留意事項

・受付は9時から9時40分までお願いいたします。

・供花等供物は、ご辞退します。

・服装は平服でお願いします。

・西土佐地域の戦没者追悼式は平成18年3月に実施する予定です。

●中村地域

（本庁）福祉事務所社会福祉係

（総合支所）保健福祉課

保健福祉係

（52）1132

●西土佐地域

（34）1120

●西土佐地域

（34）7311

●日時 平成18年1月3日（火）

受付10時～

開式10時30分～

●会場 西土佐ふれあいホール

●対象者

西土佐中学校卒業生と西土佐地区に住民登録をされている方です。

●家族または本人に案内状を送ります。

●市教育委員会西土佐事務所

社会教育係

（52）2312

成人式

四十万市では新成人を祝福する「平成17年度 第1回四十万市成人式」を開催します。

●中村地域

●日時 平成18年1月8日（日）

受付12時30分～

開式13時～

●会場 市立文化センター

大ホール

●対象者

昭和60年4月2日～昭和61年4月1日に生まれた方。

中村地域に住民登録している方には、12月下旬までに案内状をお送りします。

なお、該当者が学生等で市外に在住している、成人式を受けたい方は12月9日（金）までにご連絡ください。

●市教育委員会生涯学習課

（働く婦人の家内）

（34）6299

●西土佐地域

（34）7311

●日時 平成18年1月3日（火）

受付10時～

開式10時30分～

●会場 西土佐ふれあいホール

●対象者

西土佐中学校卒業生と西土佐地区に住民登録をされている方です。

●家族または本人に案内状を送ります。

●市教育委員会西土佐事務所

社会教育係

（52）2312



平成17年度健康づくり講座のご案内
ストレッチ&ヨガ

健康づくりのために、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る内容となっています。

みなさん、ふるってご参加ください。

日時 11月30日(水) 12月7日(水) 14日(水)・21日(水) 19時～20時

定員 55人

場所 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

(四万十市社会教育指導員)

申し込み方法 11月16日(水)から

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 本人に限ります

ただし、定員になり次第締め切ります

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。

(市)教育委員会生涯学習課 働く婦人の家

(34)6299

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	備考
クリスマスケーキづくり		12月11日(日)	10時～13時	12人	働く婦人の家	無 料	エプロン、ふきん、筆記用具	材料代実費(1300円程度)

- 【対 象】 市内に居住または勤務している女性
 【講 師】 講師 谷崎 佐千代さん
 【申し込み方法】 11月22日(火)～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 本人に限ります
 ただし、定員になり次第締め切ります。
 【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。

(市)教育委員会生涯学習課
働く婦人の家
(34)6299

病院内特設行政相談所の開設

ご相談ください。年金・医療保険、社会福祉などの困りごと

日 時	12月2日(金)
場 所	高知県立幡多けんみん病院 (宿毛市山奈町芳奈3-2)
参加予定機関	高知県立幡多けんみん病院 高知社会保険事務局幡多事務所 宿毛市 高知行政評価事務所 行政相談委員

総務省高知行政評価事務所および高知行政相談委員協議会では、関係行政機関の協力を得て、特設行政相談所を幡多けんみん病院において開設(無料・秘密厳守)します。
 この相談所は、入院・通院患者の皆さんに気軽に行政相談を利用してもらえるよう、病院に出向いて開設するものです。
 この相談所では、入院・通院患者の皆さんの関心が高い「医療費」「年金」「社会福祉」などの困りごとについて、関係行政機関が相談を受け付けます。
 また、病院の利用者以外の方も利用できますので、お気軽にご相談ください。

☎ 総務省高知行政評価事務所行政相談課 088(824)4100

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
11月12日 土	(株)四電工中村営業所	(34)1331
13日 日	溝 渕 設 備	(34)3734
19日 土	森下住宅器機	(34)4855
20日 日	土居水道工事店	(32)1095
23日 水	中村水道工事センター	(35)4323
26日 土	(株)中村住設	(34)3621
27日 日	(有)大杉設備工業	(34)2324
12月3日 土	(有)福永工業	(35)5996
4日 日	(有)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

2005年度 四万十市中村地区教育文化展

毎年、一条大祭に合わせて開催してる中村地域の教育文化展を開催します。

この文化展は、健全な青少年文化の創造、育成を目的とし開催するもので、学校の審査を経て出品される書、画および立体の三部門の作品が展示されますので、ぜひたくさんの方のご観覧をお願いします。

✿ 日 時 ✿

11月23日(水) 9時～17時
 11月24日(木) 9時～15時

✿ 場 所 ✿

中村中学校体育館



昨年の文化展の様子

主催 四万十市中村地区教育文化展実行委員会
 (大川筋中学校内)

☎ 四万十市中村地区教育文化展実行委員会事務局 (38)2025

特設人権相談所

高知地方法務局では、今年度の人権週間行事のひとつとして特設人権相談所を開設し、DV・セクハラ・ストーカーなどの女性に関する人権問題や、児童虐待・いじめ・体罰など子どもに関する問題、高齢者や障害者に関する問題、その他嫌がらせ等、人権に関するご相談をお受けします。相談は無料で、秘密は厳守します。

場所 四万十市社会福祉センター (右山五月町8-3) **場所** 西土佐ふれあいホール (西土佐用井1110-1)
日時 12月4日(日)10時～15時 **日時** 12月5日(月)9時～12時

問 高知地方法務局四万十支局
Tel (34) 1600 Fax (34) 1601

四万十市人権フェスティバル

四万十市では、人権週間参加事業として12月3日(土)から12月11日(日)まで人権フェスティバルを実施します。

ご家族ご近所お誘い合わせのうえ、ご来場ください。

児童鼓笛隊街頭パレード

鼓笛演奏 市立中村南小学校児童

プラカード等掲示 市立中村中学校

中村小学校 他

開催日時 12月3日(土)

10時～11時30分

出発セレモニー 中村駅前 土佐くろしお鉄道

雨天の場合 中止(8時に決定します。

人権啓発課に確認してください)

啓発資料配布 標語入り風船

標語入りポケットティッシュ

コース

(発) 中村駅前

JA高知はた本所(休憩)

フジ(株)中村店

(着) ヨンデンプラザ中村

四万十市児童生徒人権絵画標語作品展

期間 12月3日(土)～11日(日)

時間 10時～16時

会場 ヨンデンプラザ中村ギャラリー

(中村大橋通6-9-21 (0120) 410863)

こども映画祭

人権アニメ(ビデオ)

しっばいしっばいもいっかい、アミーゴ友だち、他

上映日時 12月3日(土) ①13時30分～15時

12月4日(日) ①10時30分～12時

②13時30分～15時

会場 ヨンデンプラザ中村ホール

(中村大橋通6-9-21 (0120) 410863)

問 (本庁) 人権啓発課
(34) 1111 (内線181、182)

「世界人権宣言」は、基本的人権および自由を遵守し確保するために、世界のすべての人々とすべての国々が達成すべき共通の目標として、1948年昭和23年(12月10日)の第3回国際連合総会において採択されました。

とし、世界中で人権に関するイベントが行われます。法務省および全国人権擁護委員連合会は、従来から、関係機関等の協力を得て、「人権デー」を最終日とする1週間(12月4日から10日まで)を「人権週間」と定め、世界人権宣言の意義を訴え、ともに人権尊重思想の普及高揚に努めております。

12月4日から10日までは人権週間です

人権擁護委員はあなたの身近な相談パートナーです。

人権擁護委員をご存じですか。地域の住民の皆さんの人権が侵されないように絶えず見守り、もし、人権が侵されたときには法務局と連携して救済のための適切な措置を取るとともに、人権尊重思想をご理解いただくための活動をすることを使命としています。

家庭、学校、職場、地域社会などでの困りごとや悩みごとは、お気軽に人権擁護委員にご相談ください。費用は無料で、相談内容の秘密は厳守します。

あなたの街の人権擁護委員(敬称略)

四万十市右山五月町	竹田 均
" 右山	小野川 和世
" 渡川1丁目	植田 あゆ子
" 下田	岩瀬 幸吉
" 蕨岡甲	谷本 邦宏
" 中村本町3丁目	青山 高一
" 楠島	藤原 昭夫
" 中村百笑町	佐田 政美
" 西土佐用井	中平 嘉子
" 西土佐大宮	井上 治
" 西土佐岩間	竹本 光伸

問 高知地方法務局人権擁護課 088 822)3503

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

10月
1日から


乳幼児医療費助成制度が変わりました

平成17年10月1日から、これまでの「入院 就学前の3月末日まで自己負担額の全額助成」通院 3歳の誕生月の末日まで自己負担額の全額助成に加え、一部の世帯の方は、3歳以上就学前の通院で、自己負担額の全額または1割が助成となります。

また、入院時の食事代は助成対象外となります。

＜手続きの方法＞

0歳～就学前のお子さんが助成対象者です。まだ受給者証の交付を受けていない方は、お子さんの健康保険証と印鑑をお持ちのうえ申請してください。

＜すでに医療費を窓口で負担した場合＞

県外診療等を含め、医療機関窓口で自己負担金を支払った場合は、申請により助成金額が返金されます。領収書とお子さんの健康保険証・受給者証・印鑑および児童手当受給者の振込口座のわかるもの（郵便局不可）をお持ちのうえ、市役所に申請してください。※ただし、医療を受けた月の翌月から起算して2年以内の提出のものに限ります。

＜転出する時は＞

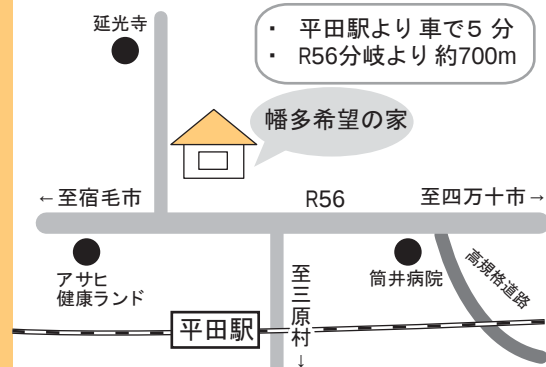
新住所地で児童手当受給者（または主たる生計維持者）の課税・所得証明書が必要になる場合があります。転出の際にはご注意ください。※転出の際は、受給者証・福祉医療費請求書を必ずお返しください。

＜新制度による乳幼児医療費受給者証交付区分およびその内容＞

区 分	市町村民税非課税世帯	市町村民税課税世帯でかつ 児童手当受給世帯 （一定の所得要件を満たす世帯）	市町村民税課税世帯 （一定の所得要件外の世帯）
3歳以上の幼児	入院・通院とも 自己負担部分(3割)を全額助成	・入院は自己負担部分(3割)を 全額助成 ・通院は3割の内1割を助成	入院のみ自己負担部分 (3割)を全額助成 ※通院は助成対象外
1歳以上 3歳未満の幼児	入院・通院とも自己負担部分(2割)を全額助成		
乳児(0歳児)	入院・通院とも自己負担部分(2割)を全額助成		

※今回の改正による追加助成は上表の 部分です。
※世帯員に未申告者がいる場合は、必ず申告してください。公費負担番号が変更になる場合があります。

【本 庁】市民課国保年金係
(34)1114
【総合支所】保健福祉課保健福祉係
(52)1132



診療室の場所
重症心身障害児施設
（宿毛市平田町中山867）
（高知県歯科医師会歯科
保健センター）
幡多分室

幡多地域に
障害のある人のための
歯科診療室ができました
お口の健康管理や歯の治療
をしたいけれど、障害がある
と一般の歯科医院にはちよつ
と行くことが難しい。でも高
知市まで行くのは遠くて大
変。そんな多くの声から、障
害のある人を専門に歯科治療
を行う診療室が、宿毛市にで
きました。

高知県歯科医師会歯科保健センター

高知市比島町4-5-20

088(824)7862

受付時間：月曜日から金曜日

午前9時～午後5時

高知県歯科医師会歯科
保健センターに電話で
予約をしてください。

予約方法

10時30分
12時30分（予約制）

診療時間

診 療 日
11月13日(日)
12月4日(日)
1月22日(日)
2月5日(日)
3月26日(日)

診療日

平成17年度診療日
(月1回/日曜日)



子どもたちの安全を確保するため スクールガード・リーダー」が配置されました

市内や周辺市町村では、昨年末から子どもたちが声かけ事件や痴漢の行為の被害に遭うといったことが多く発生しており、子どもたちの安全確保が大変心配される状況となっています。

これまで、保護者や地域の皆さんのご協力を得ながらさまざまな対応を行っているところですが、この度、国が実施している「地域ぐるみの学校安全体制整備推進事業」の適用を受けて、市内に3人の「地域学校安全指導員 スクールガード・リーダー」が配置されました。任期は平成17年9月20日から平成18年3月24日までです。

3人のスクールガード・リーダーは、それぞれ防

犯に関する専門的知識を有する方々で、10月6日に県教育長から委嘱を受け、すでに地域の子どもの安全を守るための活動を開始しています。

週3～4回程度、主に小中学生の登下校時間帯を中心とした巡回や学校の警備、他学校や地域の安全に関わる事項について従事していただくことになっています。

活動中はスクールガード・リーダーと分かる服装（シルバーのジャンパーに、青色の帽子、腕章、名札）を着用していますので、子どもたちを地域全体で見守り、安全で安心できる学校づくりへの取り組みについて、ご理解とご協力をお願いします。



左から 林さん、野並さん、川田さん

スクールガード・リーダー 氏名 敬称略)	担当地区	区域内学校
林 政博	中村地区	中村小学校、東山小学校 中村南小学校、中村中学校
野並 寛	具同地区	具同小学校、中村西中学校
川田 賢助	中筋地区	中筋小学校、中筋中学校

子犬の譲渡会

開催時間 9:10～11:10

開催場所 中村小動物管理センター（四万十市古津賀3096-34）

内 容

子犬を譲りたい方の受付 9:10～9:30

子犬を飼いたい方の受付 9:30～9:50

子犬を譲りたい方…事前に必ず下記まで連絡し、当日は印鑑を持って来てください。また、子犬は、当日の朝、連れて来てください。

子犬を飼いたい方…当日は、必ず印鑑と子犬を入れる箱を持ってきてください。

譲渡の決定 9:50～10:00

（希望者が重複する場合は抽選）

飼いはじめ講習会 10:00～11:00

子犬の譲り渡し 11:00～11:10



私は、佐竹ハル。
今年5月の譲渡会で、優しい飼主さんができたよ。
皆さんも、可愛い子犬を会場まで探しに来てね。

問 高知県幡多福祉保健所 食品・衛生課
（34）5119
高知県中村小動物管理センター
（34）6252

四万十川こども演劇祭フェスティバル



人形劇「14 ひきのかぼちゃ」

日時：12月3日（土）

午後2時開演（1時30分開場）

場所：四万十市立中央公民館2階大ホール

人形劇団ポポロ

問（市）教育委員会生涯学習課 （34）7311

いわむらかずおさん作の人気絵本が人形劇になりました。絵本から抜け出てきたような人形たちが、みんなを待っています。今年の演劇祭の最後を飾る作品を、ご家族でご覧ください。

入場料
2000円
（4才以上）

3歳以下のお子さんは保護者と一緒にごらんください

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

日本と私

昨年までの中国からの国際交流員は国際交流や日中友好交流についての個人の考えなどを書いてきたようですが、私は今回「日本と私」について書いてみたいと思います。多分面白い話が出てくると思います。皆さんに読んでくださると笑っていただければ嬉しいです。この国際交流員は変な人ですねと思うかもしれませんが、どうか読んでみてください。

日本語を勉強したきっかけはいろいろあります。日本語を勉強し始めてすぐ日本語が好きになりました。ア、イ、ウ、エ、オを習い始めると同時に中国語がまったくできない日本人の先生が会話の授業にきました。何も聞き取れない日本語はとてもきれいに聞こえました。



また続いて勉強していくと日本語とウイグル語（私の母語）はとても似ていました。（ウイグル語に漢字はありませんが日本語と文法的に似ています。ウイグル語はアルタイ語族に属します。言語学領域では日本語のアルタイ語族との親近性を主張するそうです）

二年生になって茶道の授業もありました。もちろん純日本式の茶室で習いました。和服姿で茶道を教える綺麗な先生を見てこれが日本の「美」と感動してしまいました。茶道を始めてから、日本の伝統的文化について少しずつ勉強しました。それから日本の物なら何でも興味を持つようになり、日本独特の伝統文化がとても魅力的に感じられました。

私の長年の夢でした。その夢が去年の11月に叶いました。JICA（国際協力機構）の「中国青年要請プロジェクト」で初来日し、3週間のとても貴重な日本研修ができました。日本語を勉強し始めてから「日本は島国ですから、天気の変化が激しく、天気の変化に敏感な日本人は挨拶の言葉によく天気に関する言葉を使う」と教わったので、日本は天気のいい日が少ないかと自分勝手に思い込んでいました。3週間の毎日がいいお天気だったことは一番印象的でした。中国と比べれば物価があまりにも高いこと以外、気にいらなかった。一つもありませんでした。そんな日本です。大事な息子を置いてまで国際交流員として日本にやってきました。

日本に来て国際交流員としての任務やまた生活していくうちに日本についての知識の浅さ、勉強不足を痛感しました。日本についてもっと知りたくなりました。そして、これからは日本の言語、文化、文学、歴史などについてもっと勉強していきたいと思っています。どうか、四万十の皆さんご声援お願いします。

こんにちは、グリです

国際交流員 古麗妮尕尔 艾海提

平成18年度「園児募集」

平成17年11月15日（火）～平成18年1月20日（金）

* なお、上記募集期間以外でも、随時入園手続きができます

- 21世紀への人づくりは幼稚園教育から、幼稚園教育は学校教育、すなわち公教育のはじまりです。3歳から入園できます。
- 文部科学省の教育要領に基づき、幼児(3歳、4歳、5歳)の「生きる力」や人格形成の基礎を培う教育を責任もって行います。
- 特別授業として年長児(5歳)に健康な体づくりのための体育と外国語(英語)を取り入れ、言葉や異文化など、私学の特色ある教育で保護者のニーズに応えます。
- 母親の仕事の実情や地域の実態にそった子育て支援策として、希望者には「預かり保育」＝時間外保育を行います。春、夏、冬の「長期休み期間中」にも行います。

また、毎月の第1、第3、第5 土曜日（ただし、祝日は除く）の午前中も「自由登園」の形で開園します。

- その他 納入金等詳細についてはお問い合わせください。
※教育相談や見学、体験入園は無料です。いつでもお気軽にご利用ください。

学校法人 中村幼稚園

不破2079番地 TEL(34)7511 FAX(34)7510



中医学研究所コーナー

Vol. 7

秋の七草に見方を変える

「萩の花 尾花 葛花 なでしこ 花をみなへし また 藤袴 朝顔が花」

山上憶良（万葉集 巻八）

秋の七草といえば、ハギ、ススキ、クズ、ナデシコ、オミナエシ、フジバカマ、キキョウ（アサガオとはキキョウの古名なのだそうです）。秋の野の美しい情景を歌ったものです。

昔の人は、こういうふうな季節を楽しんでいたのだなあと感じます。いまでは秋の野に、（ススキ、クズは別として）この秋の七草すべてを見ることが難しくなっています。

このあいだ国道から少し入った畑の横で、野生のキキョウを見ることができました。野生のキキョウというのは、とても珍しいのだそうです。草むらにぽつと五つにわれた青い花がとても美しく見えてしまいました。

中医学の治療に使われる薬のほとんどが植物です。そして意外に身近にある植物も多く、この秋の七草の中にも漢方薬として使われ

る植物が含まれています。

クズの根は、葛根といわれ、かの有名なカゼの処方である葛根湯にも入っており、カゼや肩こり、胃腸虚弱などに使われます。また花は、葛花といわれる「二日酔いの薬」です。ナデシコは、瞿麦といつて膀胱炎などに使われます。

フジバカマは、佩蘭といつて夏かぜや口臭に使われます。オミナエシは、その独特のにおいから敗醬草といわれ、虫垂炎や皮膚化膿症などに使われます。キキョウの根は、のどの炎症や痛みを抑えるのに使われます。

と、あまり風流ではありませんが、このように秋の七草にさえ、漢方薬が見えてきます。職業病でしょうか。けれどもこのような植物を通して、だんだんと周りの自然環境のことにも目がいくようになってきました。そしてそれは、年々変化してきているということも知りました。あたりまえのようにあつた豊かで美しいものが、貴重となつて、そして消えつつある。これをどうやって残していくかが今一番大事なことになるかな、と秋の七草から考える今日このごろです。

薬剤師 栢岡珠美

養生のススメ 1 ～夜泣き・母乳分泌不足～

今月の養生相談のテーマは、お母さんの悩みのタネ「夜泣きと母乳分泌不足」です。

まず、夜泣きはどうしておこなうのでしょうか。

生物学的にいくと、赤ちゃんの体内時計のズレからくるといわれています。これを中医学では、からだの気の流れで考えます。昼間は、気はからだの表面をめぐっていて、これによってひとは活動的になります。夜になると、気はからだの中に入っていくので、眠くなつてきます。だからさまざまな原因で気の流れが悪くなると、睡眠のリズムも狂ってきます。

これは大人でも同じことですが、赤ちゃんはよりデリケートです。生活リズム、光や音、あるいはお母さんの感情にさえ反応して、気の流れはみだれてしまいがちです。そこで、この気の流れを整えてあげるのが中医学の養生です。

次に、母乳の不足ですが、これは大きく二つのタイプに分けられます。母乳の生成が不足しているタイプと、母乳の出力が悪いタイプです。産後の女性の体はとも消耗していますので、十分な休養と栄養が必要です。この消耗が十分に回復されない、母乳の生成が不足してしまいます。また育児ストレスや運動不足などで気や血の流れが悪くなると、母乳の出力が悪くなりがちです。このタイプはマツサージなどがよく効きます。

「こればかりはどうしようもない」とあきらめてしまふ前に、この養生相談を利用してみてはどうでしょうか。

テーマ以外のご相談もOKです。ご自分にあつた養生法を知りたい方、病気の予防や健康に関する質問など、お気軽にお越しください。



養生健康相談

日時 11月24日（木）
14時～17時
場所 健康管理センター
担当 篠原明徳医師
（四万十市立中医学研究所）

※事前には（市）健康管理センターまでお申し込みください。
（34）2156

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
11	13	竹 本 病 院	（35）4151	佐々木整形外科	（34）7177
	20	四万十市民病院	（34）2126	四万十市民病院	（34）2126
	23	木 俵 病 院	（34）1211	木 俵 病 院	（34）1211
	27	幡 多 病 院	（34）6211	幡 多 病 院	（34）6211
12	4	四万十市民病院	（34）2126	四万十市民病院	（34）2126

※急患の方はご利用ください。都合により変更もあります。

住所	赤ちゃん	保護者
中村四万十町 新谷	真衣菜	安輝
中村丸の内 橋本	沙椰	正弘
中村東町 稲田	寿佐	一也
中村東町 岡村	彩華	貴文
中村新町 小八木	結衣	康正
古津賀 東	希世翔	翔介
古津賀 松岡	優乃介	正人
佐岡 岡上	暖	幸世
具岡 門脇	愛華	伸一
具岡 野村	清香	晃稚
具岡 堀川	士源	貴弘
渡川 渡辺	莉心	健心
坂本 渡辺	ライラ	裕樹
鍋島 池本	哲也	育生
下田 山崎	優奈	開巳
双海 沖	汐音	卓弥
岩田 弘田	早絵	佳之
若藤 松田	星花	多文
西土佐敷ケ市 松浦	菜々子	伸



(平成17・9・6～平成17・10・5届分)

住所	氏名	享年
中村天神橋 井上	保治	89
中村小姓町 宮地	周	99
中村小姓町 溝渕	平男	80
中村本町 岡村	道寛	88
中村本町 布	鶴見	86
中村東町 吉田	喜春	56
中村東町 桑原	嘉吉	84
駅前町 松本	昇	72
古津賀 宮下	満	73
古津賀 吉本	二郎	89
佐岡 兵等	淳	77
具岡 伊賀	政雄	80
具岡 松田	忠彦	90
奥鴨川 中川	道恵	73
小西ノ川 武内	ウマノ	92
西土佐藤ノ川 竹葉	一市	75
西土佐大宮 中脇	チヨミ	87
西土佐中家地 中脇	義章	75
西土佐敷ケ市 中平	義章	79



旧中村市「旧西土佐村」の表記について

広報11月号より次のとおり表記することになりましたのでお知らせします。

旧中村市→中村地域
旧西土佐村→西土佐地域

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。

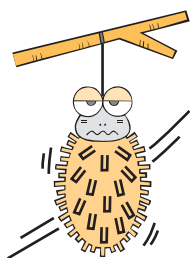
「開かれた市政」を推進していくうえでの目標は、市民の皆さんへの行政サービスの向上にあります。そのために市民の皆さんのご意見、ご要望をお聴かせください。

広聴ファックス

フリーダイヤル 0120-459787

広聴メール

四十万市公式ホームページ上に設けています
<http://www.city.shimanto.lg.jp/>



「お誕生おめでとう」、「ご冥福をお祈りします」のコーナーへの掲載については、ご家族の希望を聞いて掲載することとしています。

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★ 7

スーパーの生鮮食料品売り場を覗くたびにいつもたまげています。これだけの量をわれわれ市民の胃袋が毎日消費しているのだから。でも統計によると、食品の約三割が残飯となつて捨てられているのが、わが日本だといひます。

日本中が腹ペこで過ごしていた時代はついにこの間のことでした。サツマイモだけが主食だった頃、鶏の鳴き方までが違っていたという伝説が土佐清水市に残っています。「ケサモイモ」とわが家のニワトリが鳴くと「ミナソレヨ」と隣家の鶏が応えて鳴いたそうです。衣料品もそうでした。継ぎ接ぎだらけで、元の布が分からない服装はあたりまえ。工夫に工夫を重ねて使っていました。資源に乏しいゆえもあつたでしょうが、それだけではなく、「もったいないの心」が伝えられてもいたのです。

江戸時代の「貸しふんどしの話」として友禅職人の岩原俊という方が、おもしろい話を文藝春秋刊行本に載せています。

あの二年に一度の参勤交代に従った若い家来達は、馴れない江戸で下着の洗濯がままならず、

貸しふんどし屋の厄介になつたそうです。今風に言えばアンダーウェアのレンタルです。木綿のふんどしも使い回しで

くたびれると、別の業者に渡り、藍染めにして、東北の農家に売られました。六尺のふんどし四本で一着の新調の野良着となり生地が分からなくなるまで大切に着られました。やがて、ぼろを買取取る業者によって、再び江戸に届けられ、水に漬け、臼で搗くと藍の微粒子だけが繊維から離れて臼の底に沈殿し、固まって藍棒というものになるそうです。これを墨にしてこするとブルー系統の絵の具になり、安藤広重も、葛飾北斎も、この藍棒で世界に冠たる浮世絵を描いたのです。搗かれたぼろは極上の紙の原料として製紙業者に買い取られ、漉き返されて浅草紙に変わり、大名家のちり紙や庶民の落とし紙になって、サイクルを終えたといひます。

このもったいないの精神は今日本人でなく、アフリカ出身のノーベル平和賞受賞者の一女性から世界に発信されています。

四十万市人権啓発講師

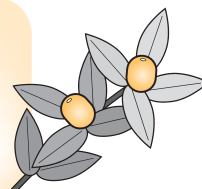
山本 衛

Nov 11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
11月11日 金	13:30～14:00	三ツ又集会所
14日 月	9:30～10:00	磯ノ川集会所
"	13:30～14:00	生の川集会所
21日 月	13:30～14:00	横瀬集会所
22日 火	9:30～10:00	安並尾崎集会所
"	13:30～14:00	山路上集会所
25日 金	14:00～14:30	佐田集会所
28日 月	13:30～14:00	楠島集会所
12月5日 月	9:30～10:00	九樹集会所
"	10:00～10:30	古津賀第2団地集会所
6日 火	13:30～14:00	大屋敷集会所
7日 水	10:00～10:30	勝間川農産物加工所
8日 木	13:30～14:00	常六集会所

◎離乳食相談

月 日	時 間	場 所
12月2日 金	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。

◎1歳9カ月児健診

月 日	受付時間	場 所
11月17日 木	12:50～13:30	健康管理センター

※対象者・・・平成16年2月生まれの方(個人通知します)

月 日	受付時間	場 所
12月8日 木	12:50～13:30	健康管理センター

※対象者・・・平成16年3月生まれの方(個人通知します)

◎ポリオ(生ワクチン)投与

月 日	時 間	場 所
11月7日 月	14:00～14:40	健康管理センター
8日 火		
9日 水		
10日 木		
11日 金		

(対象者には個人通知しています)
※対象者
はじめての方・・・平成17年1月29日～平成17年8月11日生まれの方
未済者……………平成10年5月8日～平成17年1月28日生まれの方

◎乳児健診

月 日	受付時間	場 所
11月30日 水	12:50～13:30	健康管理センター
12月7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
11月21日 月	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。特に持参するものではありません。

◎乳幼児(赤ちゃん)相談

月 日	時 間	場 所
11月15日 火	9:30～11:00	自由ヶ丘老人憩の家
21日 月	9:30～11:00	健康管理センター
12月2日 金	9:30～11:00	自由ヶ丘老人憩の家
5日 月	10:30～11:00	古津賀第2団地集会所

◎3歳児健診

月 日	受付時間	場 所
11月18日 金	12:50～13:30	健康管理センター

※対象者・・・平成14年3月生まれの方(個人通知します)

市では財政健全化のため、広報四十に有料広告を掲載することになりました。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。



養生健康相談・救急当番医は中医学研究所コーナーの下(今月号では22ページ)に、精神科医による心の健康相談は「しまんと掲示板」のお知らせコーナーに掲載しています。

有料広告スペース