

広報 しまんと

SHIMANTO

No.196
2021

8

文化複合施設整備事業 ～いよいよ建設工事が始まります！～

(P4-P5に関連記事)

こまつ さき 小松沙季さん 東京2020パラリンピック カヌー競技日本代表に選出！



本市出身の小松沙季さんが、5月にハンガリーで開催されたカヌーワールドカップ女子バーシングル200m(運動機能障害VL2)で5位となり、東京パラリンピックの日本代表に選出されました。

小松さんは、小学2年生からバレーボールを始め、中村ジュニアバレーボールクラブや市立中村中学校などで全国大会に出場、社会人Vリーグでも活躍されていましたが、2019年6月に両足が麻痺し立ち上がれなくなるという突然の病魔に襲われました。リハビリを続け、

県外のジムなどでトレーニングを積んでいた時にカヌー関係者から誘いがあり、カヌー競技を始められました。日々猛特訓を重ね、競技を始めて2か月、レースとしては2戦目にして、四万十市初のパラリンピック日本代表に選出されました。

小松さんの活躍に感銘を受けた匿名の市民から、「小松さんに渡してほしい」と市長あてに寄付金が届きました。寄付金は、中平市長から実家のお母さまに手紙と一緒にお渡ししました。



お母さまの栄子さん



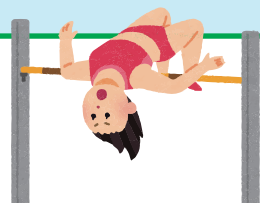
ふくしま りほ 福島里穂さん

カヌー競技世界ジュニア選手権出場決定！



県立中村高校西土佐分校3年生の福島里穂さんが、4月に石川県で開催されたスプリントジュニア海外派遣選手選考会において優勝し、9月3日からポルトガルで開催される2021カヌースプリント世界ジュニア選手権大会U18女子カナディアンシングル200mの日本代表に選出されました。

福島さんは、清水中3年の夏に分校を訪れ、カヌー部を見学したことで西土佐分校への進学を決意。入学後は男子部員と一緒に練習メニューをこなし、カヌー競技を始めて2年ほどで日本代表の座を射止めるほどの実力者であり、世界選手権での活躍が期待されます。



たけ やま れい な 武山玲奈さん

日本陸上競技選手権大会優勝！

本市出身の武山玲奈さんが、6月に大阪市で開催された、陸上競技の日本一を決める第105回日本陸上競技選手権大会において、女子走り高跳びで1m78cmの記録で優勝されました。

武山選手は、中村西中学校から県立大方高校、環太平洋大学(現体育学科4年)へと進学され、高校から始めた走り高跳びで成長著しい活躍を見せており、2019年の第74回茨城国体で準優勝、2021日本学生陸上競技個人選手権で優勝するなど、今後も活躍が期待される選手です。



武山さん(写真中央)

ワクチン接種を無料で受けられるのは 令和4年2月末までです

接種を希望する方は2月末までに2回接種が終わるよう計画的に接種をお願いします。
ワクチン接種の予約には接種券に記載された「券番号」が必要です。お手元にご準備の
うえ電話もしくはインターネットでご予約ください。

ワクチン接種予約が可能な方(7月19日現在)

- ・基礎疾患を有する方(満12歳以上)
- ・高齢者施設に従事する方
- ・40歳以上の住民
(西土佐診療所での接種は満12歳以上)



※上記以外の方については、受入体制等の準備が整い次第、随時受付を開始します。予約
受付を開始する際は、市公式ホームページや防災行政無線(LINE)等でお知らせします。
※西土佐診療所では、接種対象年齢を拡大し、満12歳以上の方の予約受付を行っています。
※西土佐診療所で接種を受ける方で服薬中の方は、必ずお薬手帳を持参してください。

体調不良等により、当日接種会場に行けない場合は、必ずキャンセルの手続きを行ってください。

問い合わせ先 市 健康推進課 ワクチン接種推進室 ☎(34)8585 ✉vaccine@city.shimanto.lg.jp

新型コロナウイルス ワクチンの接種

新型コロナウイルスの感染を防ぐために

「静かなマスク会食」をお願いします



新型コロナウイルス感染症は、症状がでていない潜伏期間に他の人に感染させてしまう可能性があります。他の人に感染させないためにも、「マスクの着用」「3つの密を避ける」「手洗い・消毒」などの基本的な感染症対策を徹底しましょう。

また、会食は少人数で長時間とならないようにしましょう。

新型コロナワクチンを接種しても、感染予防対策は引き続き行うようお願いします。

問い合わせ先

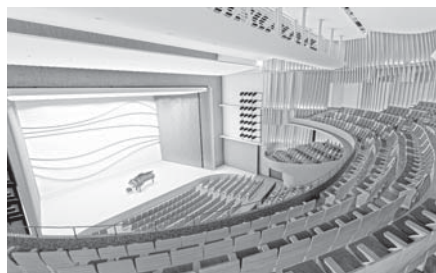
本庁 健康推進課 地域保健係 ☎(34) 1823 FAX (34) 0567
支所 保健課 保健係 ☎(52) 1132 FAX (52) 1024

令和6年4月開館をめざし

文化複合施設の建設工事が始まります！



(交流ロビーイメージ)



(大ホールイメージ)



(小ホールイメージ)

市では、文化複合施設の整備計画を進めており、皆さまから多くのご意見をいただきながら実施設計を策定し、建設工事にかかる一般競争入札および市議会定例会での議決を経て施工者を決定しました。8月中旬から文化複合施設の建設工事が本格的に始まります。工事に合わせ、周辺道路等も整備する計画となっています。

市民の皆さま、特に周辺の方々には、長期間にわたりご迷惑とご不便をおかけしますが、安全に十分配慮して工事を進めますので、ご理解・ご協力をお願いします。

工事の概要等は次のとおりです。工事の進捗状況は、随時お知らせします。

施工者	【建築主体工事】竹中工務店・サイバラ建設特定建設工事共同企業体 【電気設備工事】四電工・井上特定建設工事共同企業体 【機械設備工事】フソウ・中村住設特定建設工事共同企業体 【舞台設備工事】三精テクノロジーズ(株) 《協力》舞台照明:丸茂電機(株)、舞台音響:ヤマハサウンドシステム(株)		
工事 監理者	東畑建築事務所・鳥設計共同企業体 《協力》(株)シアターワークショップ、(株)永田音響設計 ほか		
工事期間	令和5年6月30日まで(予定)		
建築概要	建設地 右山五月町96番	敷地面積 7,316.88㎡	延床面積 6,966.09㎡
	構造 屋根:鉄骨造		基礎:鉄筋コンクリート造
	地上:鉄骨鉄筋コンクリート造・鉄骨造		地業:杭基礎
	(小ホール部分:鉄筋コンクリート造)		階数:地上4階建

今後のスケジュール(予定)

	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度
建設工事				開 館
外構工事				
周辺道路・公園整備				

実施設計で完成した模型やパース・イメージ動画を、市役所1階ロビーに展示していますので、お立ち寄りの際は、ぜひご覧ください。実施設計の概要や動画は、市公式ホームページでご覧になれます。

<https://www.city.shimanto.lg.jp/gyosei/composite/index.html>

《文化複合施設市民ワークショップ》参加者募集

文化複合施設を、市民の皆さまに親しみをもってもらえる、市民の皆さまとともに盛り上げていける施設にしたいと考えています。その第一歩として、市民参加による運営のあり方やプレイベント、開館記念事業について意見を出し合い、実際にプレイベントに参加していただく、市民ワークショップを開催します。

新しい施設を一緒につくっていきませんか？ぜひご参加ください。

●テーマ・日時・会場

第1回「どんなふうに参加したい？」

8月31日(火) 18時30分～20時30分
四万十市社会福祉センター大会議室
(右山五月町8番3号)

第2回「プレイベント、開館記念事業を考えてみよう！」

10月25日(月) 18時30分～20時30分
四万十市社会福祉センター大会議室
(右山五月町8番3号)

第3回「プレイベントに参加してみよう！」

令和4年1月ごろに開催予定(日時と会場は今後調整します。)



●対象

市内に居住または通勤・通学している原則中学生以上の方(未成年の方は保護者の承諾のうえご参加ください。) ※原則、3回とも参加を希望する方を対象とします。

●募集人数 40名程度

●参加料 無料

●申込方法 電話・メール・FAX

住所・氏名・年齢・性別・電話番号・所属団体(所属している場合)を明記のうえお申し込みください。
(電話受付は土・日・祝日を除く8時30分～17時15分)

●申込期限 8月24日(火)

問い合わせ・申込先

☎ 生涯学習課 文化複合施設整備推進室 ☎ (34) 1501 FAX (35) 4260
✉ bunkafukugou@city.shimanto.lg.jp

令和3年度四万十市職員採用資格試験案内(令和4年度採用)

試験職種	採用予定 人 員	受 験 資 格
事務職Ⅰ	7名程度	平成4年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた者
事務職Ⅱ (職務経験者)	3名程度	昭和57年4月2日以降に生まれた者で、令和3年8月28日現在で民間企業等での職務経験が5年以上ある者
保健師	1名程度	昭和57年4月2日以降に生まれた者で、保健師の免許を有する者または令和4年5月2日までに免許取得見込みの者
保育士	1名程度	平成4年4月2日以降に生まれた者で、保育士の資格を有する者または令和4年3月31日までに資格取得見込みの者
調理員	2名程度	昭和57年4月2日以降に生まれた者で、調理師の免許を有する者または令和4年3月31日までに免許取得見込みの者
薬剤師	1名程度	昭和52年4月2日以降に生まれた者で、薬剤師の免許を有する者または令和4年5月31日までに免許取得見込みの者
臨床検査技師	1名程度	昭和52年4月2日以降に生まれた者で、臨床検査技師の免許を有する者または令和4年5月2日までに免許取得見込みの者

●第一次試験

日時 8月29日(日)

午前8時40分集合(時間厳守)

会場 市立中村中学校

(中村東町2丁目1-30)

●受付期間

7月30日(金)～8月16日(月)

8時30分～17時15分

(土・日・祝日を除く。郵送による場合は8月

16日(月)17時15分必着)



●受験申込書・試験案内の配布

①市役所本庁1階総合案内

(土・日・祝日は、庁舎北側守衛室)

②西土佐総合支所地域企画課

(土・日・祝日は、宿直室)

③市公式ホームページからのダウンロード

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

④郵送による請求の場合は、封筒の表に「受験申込書請求」と「受験希望職種」を朱書き、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)を同封して総務課人事係まで請求してください。

※詳しくは、試験案内をご覧ください。

問い合わせ・申込先

〒787-8501 四万十市中村大橋通4丁目10番地

☎(34) 1803 または ☎(34) 1111(内線2322、2323) ✉ zinzi@city.shimanto.lg.jp

事業者の皆さまへ ～四万十市営業時間短縮要請対応雇用継続応援金～

市では、新型コロナウイルス感染症の再拡大により、県内の対応ステージが特別警戒へ引き上げられ、市内飲食店等へ営業時間短縮要請が発出されたことに伴い、事業活動に大きな影響を受けた事業者に対して、雇用の維持・継続と従業員のための支援を行います。

■対象要件 次の(1)～(7)すべてに該当すること

- (1)市内に運営する施設(店舗等)を有する事業者
- (2)営業時間短縮要請に協力した事業者(※1)および営業時間短縮に協力した事業者と直接取引等のある事業者(※2)
 - ※1…飲食店、旅館、ホテル、カラオケボックスなど
 - ※2…小売業・卸売業、運送代行、タクシー業(福祉・介護タクシーを除く。)
- (3)本年5月あるいは6月どちらか1か月の事業収入(売上)が、前年または前々年の同月と比較して20%以上減少していること
 - ※売上台帳の写しなど、申請書に記載した本年および前年または前々年の事業収入(売上)の額等が確認できる書類等が必要
 - ※令和元年5月以降に開業された方等については、別途算定方法があります。
- (4)令和3年5月24日までに開業していること
- (5)交付された応援金を、営業時間短縮要請期間中(5月26日～6月8日)に勤務が予定され支払われる見込みであった賃金等の支給または既に支払った営業時間短縮要請期間中の賃金等に活用すること
- (6)各業種における感染拡大予防ガイドラインが遵守されていること
- (7)営業時間短縮要請期間中の雇用調整助成金(5月26日～6月8日分)の支給を受けていないまたは受ける予定がないこと

■支給額

業種	算定方法
①飲食店等 小売業 卸売業	対象従業員数×5万円(上限50万円) ※対象従業員数…5月24日現在で雇用されており、5月26日～6月8日の14日間に8日以上勤務したまたは5月24日時点で8日間以上の勤務が予定されていた従業員の合計(市内の店舗等に勤務する者に限る。)
②運送代行・ タクシー業	対象車両台数×5万円(上限50万円) ※対象車両台数…事業の用に供し、市内に使用の本拠のある車両の台数

■申請期限

8月31日(火)まで ※当日消印有効

※申請書類は、観光商工課、産業建設課で配布のほか、市公式ホームページから印刷またはダウンロードできます。

<https://www.city.shimanto.lg.jp/info/05-128.html>

■申請方法

原則郵送 ※配布申請書類一式に返信用封筒を同封しています。

送付先 〒787-8501 四万十市中村大橋通4丁目10番地 四万十市観光商工課 雇用継続応援金担当 行

問い合わせ先

観光商工課 商工・雇用対策係 ☎(34) 1126 FAX(34) 2525
産業建設課 産業振興係 ☎(52) 1113 FAX(52) 2124



低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中で、低所得の子育て世帯に対し、その実情を踏まえた生活の支援を行う観点から、子育て世帯生活支援特別給付金を支給します。

■対象者

(1)ひとり親世帯分 次の①～③のいずれかに該当する方

①	令和3年4月分の児童扶養手当受給者 ※4月30日振込済	申請不要
②	公的年金等(遺族年金、障害年金、老齢年金、労災年金、遺族補償等)を受給していることにより、令和3年4月分の児童扶養手当の支給を受けていない方	申請必要
③	新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当を受給している方と同じ水準となっている方	申請必要

申請期間 受付中～令和4年2月28日(月)

(2)ひとり親以外の世帯分 次の①②のいずれかに該当する方

①	令和3年4月分の児童手当または特別児童扶養手当受給者で、令和3年度住民税(均等割)が非課税の方 ※7月30日振込予定	申請不要
②	令和3年3月31日時点で18歳未満の児童(障害児は20歳未満)の養育者であって、令和3年度住民税(均等割)が非課税または令和3年1月1日以降の収入が急変し住民税非課税相 当の収入となった、①に該当しない方 ※令和3年4月～令和4年2月末までに生まれた新生児および特別児童扶養手当の認定を受けた児童も対象	申請必要

申請期間 8月2日(月)～令和4年2月28日(月)

※令和4年3月分の児童手当または特別児童扶養手当の認定・額改定者は令和4年3月15日(火)まで

■給付額【(1)(2)共通】 児童1人につき5万円

★申請書等は、市公式ホームページからダウンロードできます。 <https://www.city.shimanto.lg.jp/covid.html>

問い合わせ・申請先

子育て支援課 支援係 ☎(34) 1801 ☎(34) 9003 西土佐福祉子ども分室 ☎(52) 1132 ☎(52) 1024

高知県による事業者
向け給付金制度

高知県営業時間短縮要請対応臨時給付金

5月24日に県により行われた飲食店等に対する営業時間短縮の協力要請に伴い、事業活動に大きな影響を受けている事業者に対し、給付金が支給されます。詳細は、県ホームページをご覧ください。

https://www.pref.kochi.jp/soshiki/150401/tansyuku_rinjikyufukin2.html

問い合わせ先

申請手続き相談窓口(コールセンター)
☎088(823)9875
9時～17時 ※土・日・祝日を含む。

新型コロナウイルス感染症対策雇用維持臨時支援給付金

県内に施設や店舗を有する事業者に対して、事業の継続と雇用の維持を図るため、固定費のうち人件費に着目した給付金が給付されます。詳細は、県ホームページをご覧ください。
https://www.pref.kochi.jp/soshiki/150401/koyoji_rinjikyufukin2

問い合わせ先

申請受付センター
☎088(821)7566
9時～17時 ※平日のみ

市長施政方針

―抜粋―(要旨)下

「市長3期目に向けた7つの重点計画」の続き

⑤産業振興計画の推進

産業振興計画につきましては、令和元年度に検証・見直しを行い、さらなる産業の振興と雇用の創出を図るため、令和6年度までを計画期間とするVer.2を策定しています。

これまでの取り組みにより、産業の動きは、市内総生産額や有効求人倍率などの経済指標において、おおむね上昇もしくは改善傾向にありましたが、新型コロナウイルス感染症の拡大により令和2年度から本市はもとより日本全体の産業に大きな影響を与えています。

現在もコロナ禍にあつて、状況も絶えず変化していますので、今後産業振興計画を効果的に推進するためには、「ウィズコロナ」といった社会構造の変化に対応し、本市の魅力を十分に発揮できるように地場産品のブランド化や地産地消・地産外商をさらに推進するとともに、「アフターコロナ」を見据え、幡多地域の海、山、川といった魅力的な地域資源を活か

した観光振興など、各産業分野で連携を強めながら産業振興を図っていきます。

また、新食肉センターの建設につきましては、事業スキームなどについて、よりよい手法を模索し、関係機関と協議・検討を重ね、前に進めていきます。

⑥拠点都市機能の充実

まちづくりの基本方針となる「都市計画マスタープラン」に定めた将来都市構造の実現に向け、昨年6月には、居住機能や都市機能の適正な立地と誘導、公共交通等の様々な施策との連携などを踏まえた「立地適正化計画」を策定しておりますが、これらの計画に基づき、引き続き、将来を見据えたまちづくりを進めます。

中心拠点として位置づけ、協議・検討を重ねてきました文化複合施設につきましましては、令和6年4月の開館を目指し、豊かな地域社会づくりの発展に寄与する文化・芸術の活動拠点として整備を進め、利便性の向上はもとより、文化・芸術や生涯学習を通じ、交流の場としてにぎわいの創出と波及を図っていきます。

また、旧土曜銀行跡地には、市とまちづくり会社の官民連携事業として整備した商業「コミュニティ施設Shimanto+Terraceはれのぼ」がオープンしており、にぎわいづくりの拠点として活用し、回遊性を高めるとともに、各種イベ

ントの開催やニーズの掘り起こし、商店街広報誌などによる情報発信など官民が協働で地域活性化への取り組みを進めます。そして、地域内外からさらなる需要を取り込み、消費の喚起とにぎわいの創出につなげることで、中心市街地の再生・活性化を図っていきます。

⑦令和時代を担う人材の育成

少子高齢化社会が進行し、今後においても、人口減少が続くことが見込まれており、市民が安心して住み続けられる持続可能な地域社会を実現していくためには、地域を支える人材の育成、確保が急務となっています。

人材育成は一朝一夕に実現できるものではありませんが、人づくりは、まちづくりの大切な土台となるもので、市を発展させていくうえで重要な要素の1つと考えます。

地方創生をにらみ、地域を支える産業振興の核となる人材の育成、また外国人と共生した人材不足に対応する取り組みなど推進することにより、「令和時代を担う人材の育成」に努めます。

また、コロナ禍において環境が変化し、デジタル化の推進が叫ばれるなか、時代の流れに対応し、デジタル化に対応した人材育成に取り組んでいくほか、女性、若者の活躍を促進し、地域を活性化

させることが強く求められている情勢において、官民協働で取り組み、女性の力、若者のパワーを活用することにより、誰もが活躍できる活力ある市の実現を図っていきます。

これら七つの政策を中心に、与えられた4年間に全力を注ぎ、市民の皆さんや市議会の皆さんのご理解とご協力を賜りつつ、市の将来像である「人が輝き、夢が生まれる 悠久と躍動のまち 四万十市」の実現に向け、職員と一丸となつて取り組んでいきます。

新型コロナウイルスワクチン接種

本市では、新型コロナウイルスによるクラスターの発生及び重症化を防ぐために、4月26日より市内の高齢者施設入所者や施設従事者のほか、市内の病院に入院されている方へのワクチン接種を先行したところです。また、5月1日からは健康推進課のワクチン接種推進係に補佐職を新たに追加し、ワクチン接種推進室としてワクチン接種体制の強化を図りました。

5月17日には、市内医療機関の協力を得まして、65歳以上の在宅高齢者に対する接種が開始されました。国から7月中には高齢者の2回接種を終えるよう指示があり、これを達成できるよう医療機関で行う個別接種に加えて、集団接種を

中村地域では市民病院で行い、西土佐地域では西土佐診療所で実施しています。

なお、高齢者における接種状況につきましては、6月10日現在で、1回目接種済みの方が5,883名で接種想定者数の53・4%、2回目接種済みの方が1,244名で接種想定者数の11・3%と、おむね計画どおり順調に推移しており、引き続き接種の推進に努めていきます。

今後は、65歳以上の高齢者に次いで、65歳未満の基礎疾患等を有する方を初めとして順次ワクチン接種が始まります。先日、国からワクチン接種を希望される方への接種を11月末までに終わるよう方針が示されたところですが、本市におきまして、市の行う集団接種の回数や時期について調整を図りながら11月末までの接種完了に向け、鋭意取り組んでいきます。

押印の見直しについて

新型コロナウイルス感染症への対応が求められるなか、内閣府に設置された規制改革推進会議において、テレワーク等の推進とデジタル時代に向けた規制・制度見直しの一環として、「書面規制、押印、対面規制の見直しについて」の考え方がとりまとめられ、地方公共団体に対し、見直しの取り組みを求める通知が出されています。

この通知を受けまして、感染症対策と

してだけではなく、市民サービスの向上と行政手続の簡素化に向けた取り組みとして、押印について見直しを行うこととし、行政手続における押印状況の把握や見直し方針の策定に取り組んできました。

これらの取り組みにより、今月から、市役所に提出する申請書等につきまして、法律等に押印が義務付けられているものの等の一部の書類を除いて、署名または記名により押印を省略できることとして、現在、1,100余りの手続きについて、見直しを行ったところです。

行政手続のオンライン化の整備には、もう少し時間を要しますので、電子申請等による書面規制、対面規制の見直しを含めた今後のデジタル化への事前準備としまして、また、市民の皆さんの負担軽減のため、随時見直しを行っていきます。

沈下橋の修繕

四万十川に架かる沈下橋で、対策を要する6橋のうち、通行止めとなっておりました岩間大橋と屋内大橋につきまして、メンテナンス事業が完了し、去る4月29日に開通したところです。

当日は、あいにくの雨でしたが、開通に際し、岩間・口屋内両地区の主催で落成記念式典が執り行われ、この日を待ち望んでいた地域の方々や関係者が集まり、開通を祝いました。

両橋の事業につきましては、各方面からご寄付など、市内外から多くのご支援をいただいております。皆さんのご厚意に對しまして、この場をお借りし深く感謝申し上げます。

沈下橋は、四万十川の景観・観光の拠点となる重要な施設であるとともに、周辺住民の皆さんにとって欠かせない、重要な生活道路でもあります。現在、事業中の橋につきましても、引き続き、機能回復に向け取り組みを進め、一日も早い通行規制解除に努めていきます。

文化複合施設の整備

本年度着工する文化複合施設の建設については、分離発注方式により、建築主体工事、電気設備工事、機械設備工事、舞台設備工事のそれぞれの工事について、現在、施工業者との契約に向け準備を進めているところです。

建設計画については、敷地面積が約7,300㎡、施設の延床面積が約6,900㎡で、外構を含め令和5年度完成、令和6年4月の開館を目指しています。

本工事は長期の工事となり、施設整備に合わせ、周辺道路や五月公園の改修も予定しております。工事期間中は、周辺住民の皆さんには何かとご迷惑、ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

一方、ソフト面の取り組みとしては、

昨年度、管理運営実施計画を策定しましたので、本年度はこの計画を踏まえ、施設の使用料等を規定する施設設置条例の制定や、ブレ事業や開館記念事業の実施に向けての企画、運営体制構築に向けての準備作業等を進めていきます。

学校再編

中学校の再編につきましては、教育委員会において平成31年3月に策定した「四万十市立小・中学校再編計画(第2次)」に基づき、実施時期を定め各校区の保護者や地域の皆さんにご理解をいただきながら、スクールバス運行の調整や事前交流事業の実施など着実に準備が進められています。

そのような状況のなか、大用中学校区、下田中学校区のうち下田小学校区におきましては、保護者、地域との合意に至っておりませんが、下田小学校区では昨年11月に保護者を対象に行った令和4年4月の再編を問うたアンケートで、賛成が過半数を超えたところです。

この結果を受け、教育委員会では保護者会に対し、昨年度末までに最終的な意向の取りまとめをお願いしてきたところです。保護者からは様々な意見があるなか、保護者会として意見調整をされたようですが、集約することは難しく、最終的な判断を市長に委ねるとの結論に至ったとのことで、この結果について、

先月保護者会から報告を受けたところ
です。

保護者、地域の皆さんにおかれまして
は、これまでの度重なる説明会等への参
加や、数多くのご意見をいただきました
ことに改めて感謝申し上げます。

下田中学校の再編において、最終的な
判断を私に委ねられたわけですが、これ
までの経過、また今後の生徒数の見込み
等も勘案したうえで、最も重要な子ども
たちが学ぶ教育環境を考えた場合、私と
しましては、重い判断をしなければなり
ません。

このため、今議会終了後に地域に向
き、保護者の皆さんに対して、私の考え
を直接お伝えさせていただきます。

なお、学校再編や大学誘致における地
区説明会等で、地域の方々より、大学誘
致に伴う現校舎等の施設の運用面で、防
災機能の低下や学童保育の受け入れ先
について心配される声もいただいてお
りますことから、今後、大学誘致や防災
等、他の施策との関連についても地域の
皆さんとの話し合いの場を設けていき
たいと考えています。

大学誘致

本年3月26日に、学校法人京都育英館
と本市の医療の充実、看護の質の向上並
びに地域社会の発展、活性化に大きく寄
与することを目的として、(仮称)京都看

護大学四万十看護学部設置・運営に関す
る基本協定を締結しました。

(仮称)京都看護大学四万十看護学部
は、看護師養成だけでなく、リカレント
教育や地域・社会貢献活動を積極的に展
開し、地域の健康を支える拠点「ヘル
シーキャンパス」を目指しています。

また、法人とともに、設置構想の説明
や地域ニーズの把握のため、幡多地域の
医療機関や関係機関を訪問しながら意
見交換を行っており、高校2年生を対象
とした入学希望調査についても、高知県
教育委員会の協力もいただきながらス
タートすることができました。

医療機関等への採用意向調査につい
ては、7月を目途に開始する予定として
おり、準備を進めているところでです。
引き続き、法人との相互による連携協
力により令和5年4月の新学部設置に
向け文部科学省からの許認可が得られ
るよう、取り組みを進めていきます。

市民病院

市民病院は、4月より濱川新院長の元
での、新体制がスタートいたしました。

地方における人口減少は、幡多地域も
同様であり、市民病院も単独で生き残れ
る時代ではなく、これからは、他の医療
機関や介護施設等とも連携し、地域での
役割をしっかりと確立していく必要が
あると考えています。地域の医療を他の

医療機関と協力して支えていく、市民病
院がそのような位置付けの病院になれ
ば、医師についても、地域での循環のな
かで、市民病院で勤務してもらうという
展望が開けるのではないかと思います。

そのためには、高知大学医学部や幡多
けんみん病院との連携が重要であると
考えますが、このたび、高知大学出身の
濱川医師が新院長に就任していただい
たことで、これまで以上の関係を築き、
連携関係を強固なものにしていくこと
ができるのではないかと考えています。

早速、その連携強化の一環として、6
月7日から幡多けんみん病院の医師に
週1回、内科外来診療の応援にきていた
だいています。

また、現在週1回となっている高知大
学からの泌尿器科の診療応援ですが、7
月からもう1日追加していただけるとの
申出をいただき、来月からは週2日の外
来診療ができる見込みとなっています。

東京2020オリンピック・パラリン
ピックの開催に伴い、8月の祝日(山の日)
が変更されていますので、来庁の際は、開
庁日・開庁日にご注意ください。また、10
月11日(月)は、スポーツの日が7月に変更
されたため、通常どおり業務を行います。

8月8日(日) 山の日
8月9日(月) 振替休日(開庁)
8月11日(水) 平日(通常業務)
10月11日(月) 平日(通常業務)

寄付のお礼

市民の有志グループ「はた衛生
支援プロジェクト」さまより、新型
コロナウイルス感染症予防対策用
の防護服410枚のご寄付をいた
だきました。うち110枚は、市民
ボランティアの手作りによるもの
で、幡多農業高校の学生も型紙作
りに協力し、学生から医療・福祉従
事者に向けた感謝や応援メッセー
ジが添えられたものもありました。
防護服は、市内の福祉施設等で
の感染症対策に活用させていただきます。
ありがとうございます。



教育長と教育委員が決まりました

7月2日付けで教育長が、7月3日付けで1名の教育委員がそれぞれ任命されました。

教育長 久保 良高(くぼ よしたか)

6月末の市議会で同意を得て、7月2日に四万十市教育長に就任をいたしました。

中学校での教職経験、教育事務所での教育行政経験を生かし、四万十市の教育、文化、芸術、スポーツの充実と振興発展のために、持てる力を最大限に尽くして参りたいと思います。

市民の皆さまのご理解とご協力をよろしくお願いします。



教育委員 町田 義彦(まちだ よしひこ)

このたび、教育委員を務めさせていただくこととなりました。

教育委員会は、学校教育の充実をはじめ、生涯学習・生涯スポーツの推進など、より市民の皆さまの身近な行政サービス機関として、重要な役割を担っています。

これまでの市役所勤務経験を生かし、望ましい教育環境の整備・充実に、微力ではございますが、精いっぱい努めてまいります。

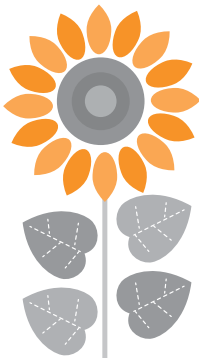
どうぞよろしくお願いいたします。



市長日誌

6月15日～7月14日

- | | |
|-------|-------------------------------------|
| 6月15日 | 高知県農業協同組合 幡多地区本館新築工事
起工式 |
| 24日 | (二社)幡多広域観光協議会 定時社員総会 |
| 25日 | 高知県山林協会 令和2年度第3回理事会(高知市) |
| 28日 | 四国治水期成同盟連合会による令和3年度第1
回要望(Web形式) |
| 30日 | シトラスリボン贈呈式 |
| 7月1日 | 下田中学校再編に関する保護者説明会 |
| 4日 | 第71回「社会を明るくする運動」出発式 |
| 4日 | 予土線観光列車(鬼列車)運行出発式(鬼北町、宇和島市) |
| 5日 | 四万十川風景づくり審議会 |
| 6日 | 高知県予土線利用促進対策協議会 総会(四万十町) |
| 9日 | 四万十市優良工事等表彰授与式 |
| 9日 | 高知県市町村道整備促進協議会 高知県土木部
要望(高知市) |
| 12日 | 高知県知事・市長意見交換会(高知市) |
| 12日 | 大学誘致に関する下田地区住民説明会 |
| 13日 | 高知県市町村道整備促進協議会 四国地方整備
局要望(高松市) |



9月1日(水)市内一斉シェイクアウト訓練プラス1

9月1日(水)に、県内で一斉にシェイクアウト訓練が行われます。それにあわせ、市では災害用伝言ダイヤル(171)の体験利用訓練を行います。市民の皆さまもぜひご参加ください。

◆四万十市シェイクアウト訓練(市民一斉地震対応訓練)

**9月1日(水)
午前10時訓練開始**

市役所からの訓練開始放送(防災行政無線、IP告知端末、緊急速報メール)を合図に、皆さんがその時にいるその場所で地震発生時の対応行動を行ってください。



**みんな一緒に
Shake out !**

地震発生時の対応行動 3STEP

- ①まず体勢を低くして地面に近づきましょう。
- ②固定された机やテーブルの下に入り、頭を守りましょう。頭を守るものがない場合は、腕や荷物を使って、頭を守りましょう。
- ③揺れが止むまで動かずじっとしていきましょう。

昨年度は約180の地区・団体から約10,300人が参加しました。

◆災害用伝言ダイヤル(171)の体験利用訓練[プラス1]

シェイクアウト訓練が終わったら、家族等と災害用伝言ダイヤル(171)および災害用伝言板(web171)の体験利用訓練を行い、相互の安否情報を確認してみましょう。



災害用伝言ダイヤル(171)
※NTT西日本ホームページ



災害用伝言板(web171)
※NTT西日本ホームページ

問い合わせ先 市 地震防災課 ☎(35)2044 FAX(34)1148

市道口屋内宇和島線の工事に伴う通行規制

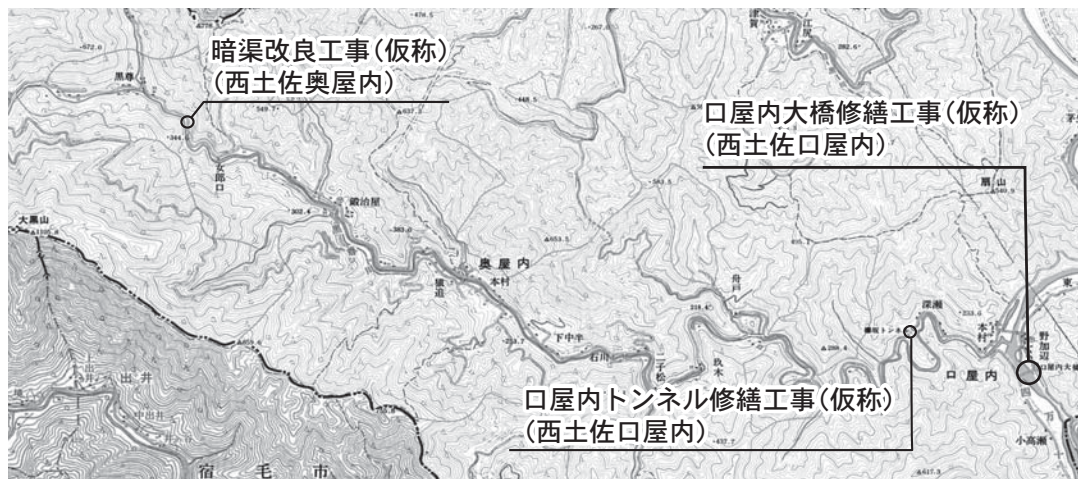
口屋内大橋の橋梁補修工事、口屋内トンネルの補修工事および奥屋内地区の暗渠改良工事に伴い、市道口屋内宇和島線のうち口屋内大橋～奥屋内地区について、次のとおり通行時間規制を行います。通行規制が重ならないよう努めますので、ご不便、ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

■通行規制場所 市道口屋内宇和島線のうち口屋内大橋～奥屋内地区(3か所)

■通行規制期間 8月下旬～令和4年3月中旬(予定)

※規制の詳細が決まり次第、地区放送や工事看板等でお知らせします。

※天候不順等により通行制限を行わない場合があります。



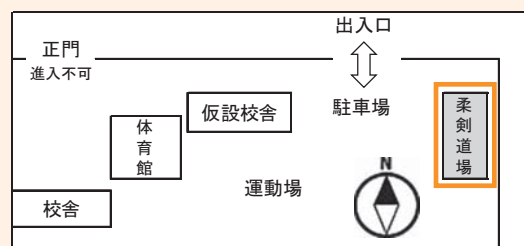
問い合わせ先 市 産業建設課 管理土木係 ☎(52)1114 FAX(52)2124

中村西中学校体育館の改修工事に伴う避難所の変更

中村西中学校体育館の改修工事に伴い、本年8月1日から体育館の使用ができないため、令和4年3月上旬ごろまでの期間、同校敷地内の柔剣道場を避難所として使用します。

問い合わせ先

市地震防災課 ☎(35)2044 FAX(34)1148



土砂災害特別警戒区域の指定状況

県では、がけ崩れなどの土砂災害から住民の生命を守るため、土砂災害防止法に基づき、土砂災害(特別)警戒区域の指定を進めています。土砂災害特別警戒区域に指定されると、新たな建物の建築や土地の開発等に規制がかけられます。

市内では、以下の地区で、計616箇所が新たに指定されました。(令和3年7月15日現在)

西土佐地区、古尾地区、竹屋敷地区、蕨岡地区(一部)

※詳細は、県ホームページをご確認ください。



指定状況



土砂災害危険度情報

問い合わせ先

県土木部 防災砂防課 ☎088(823)9845
市地震防災課 ☎(35)2044 FAX(34)1148

防災行政無線の難聴対策として ■防災行政無線戸別受信機を無償貸与します■

戸別受信機とは？

市内の各地区に設置している防災行政無線スピーカーから流れる放送を、家の中でも聞くことができる受信機のこと

対象

- ①中村、東山、具同、八束、下田、蕨岡、後川、東中筋(江ノ村、西ノ谷除く)にお住まいの世帯
- ②スマートフォン(LINE)による情報取得ができない世帯 ※LINEでも放送内容を配信しています。

❗ スマートフォンは持っているが、扱えないという場合も対象

貸与を希望する方は、下記までご連絡ください。
(昨年度の希望調査で、既に回答いただいている方は、連絡は不要です。)

問い合わせ先 市地震防災課 ☎(35)2044 FAX(34)1148

防災行政無線が聞こえなかったときは☎34-7800(自動音声にて確認できます。)

令和3年度介護保険料 ～第1号被保険者(65歳以上)の皆さんへ～

令和3年度介護保険料額決定通知書を8月中旬に発送します。

特別徴収(年金天引き)の方には、令和4年度介護保険料~~仮徴収~~額決定通知書も同封します。

■保険料の納付方法

①特別徴収

年金からの天引き(年額18万円以上の年金受給者は、原則特別徴収)

②普通徴収

納付書や口座振替による納付

※介護保険料の納付方法は、被保険者が選択することとはできません。

〈普通徴収の期別および納期限〉

期別	納期限
1期	令和3年8月31日
2期	9月30日
3期	11月 1日
4期	11月30日
5期	12月27日
6期	令和4年1月31日
7期	2月28日

■保険料の減免

①災害や病気または失業などで生活が著しく困窮するなどの事情により、保険料の納付が困難な時は、申請により保険料が減免されることがあります。

②新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の事業収入等(事業収入、不動産収入、山林収入、給与収入)に一定割合以上の減少が見込まれる場合、申請により国が定める基準に基づき減免を行います。

※令和3年度介護保険料額決定通知書が郵送されてから、減免申請の受付となります。窓口の混雑を防ぐため、郵送による申請にご協力ください。(郵送先：〒787-8501 四万十市中村大橋通4丁目10番地 四万十市高齢者支援課介護保険係)

※申請書等は、高齢者支援課および支所窓口に設置のほか、市公式ホームページからもダウンロードできます。

(<https://www.city.shimanto.lg.jp/covid.html>)

保険料の算定方法や減免要件等の詳細は、介護保険料額決定通知書と同封書類をご確認ください。

問い合わせ先

○保険料の内容等	本庁 高齢者支援課 介護保険係	☎(34) 1165	FAX(34) 0567
	支所 保健課 保健係	☎(52) 1132	FAX(52) 1024
○納付の相談	本庁 収納対策課 収納第1係	☎(35) 5552	FAX(35) 5554
	支所 西土佐住民分室	☎(52) 1112	FAX(52) 2124

アプリで農作業中の熱中症を予防しましょう！

農作業中の熱中症による死亡者数は近年増加傾向にあり、平成30年に43人、令和元年に29人もの尊い命が失われております。そこで、農林水産省が提供する農業者向け無料スマートフォンアプリ「MAFFアプリ」では、「熱中症警戒アラート」の通知を行っています。

？「熱中症警戒アラート」とは？

熱中症との相関が高い「暑さ指数」の値が33以上と予測された場合に地域ごとに注意情報を発表するものです。



熱中症は未然に防ぐことができます。アプリを活用しながら、安全に農作業を行いましょう。



MAFFアプリについて

問い合わせ先 市 農林水産課 農業振興係 ☎(34) 1117 FAX(34) 0478

児童扶養手当

児童扶養手当は、ひとり親家庭等の児童（18歳に達する日以後の最初の3月31日までの者または20歳未満の政令で定める程度の障害の状態にある者）が育成される家庭の生活の安定と自立の促進に寄与し、児童の健全育成を図ることを目的とした手当です。

■対象者

○ひとり親家庭で児童を監護している母または児童を監護し、かつ生計を同じくする父

○父母に代わり児童を養育している方
○児童の両親がいる家庭で父または母が政令で定める程度の障害の状態にある場合（対象者は障害の状態にない父または母）

■手当月額

所得状況により全部支給、一部支給、不支給があります。

	全部支給	一部支給
児童1人	43,160円	10,180円～ 43,150円
児童 2人目加算	10,190円	5,100円～ 10,180円
児童 3人目以降加算	6,110円	3,060円～ 6,100円

★8月は現況届の提出月です

未提出の場合、11月分からの手当が受給できなくなります。該当者には現況届を送付しますので、必ず提出をお願いします。

■受付期間

8月2日（月）～31日（火）
8時30分～17時15分
※土・日・祝日を除く。
※支所は12時～13時を除く。
※水曜日は本庁のみ19時まで受付

■注意事項

次に該当する方は、速やかに届出してください。
届け出が遅れた場合は、さかのぼって返還していただくことがあります。
①母または父が婚姻した場合（事実上の婚姻関係を含む。）
②公的年金受給者になった場合
③児童を監護する人が変わった場合
④児童が施設入所した場合 等

問い合わせ先

本庁 子育て支援課 支援係
☎（34）18001
FAX（34）90003
支所 西土佐福祉こども分室
☎（52）1132
FAX（52）1024

特別児童扶養手当所得状況届および特別障害者手当等現況届

現在、特別児童扶養手当を受給している方は所得状況届を、特別障害者手当等（特別障害者手当、障害児福祉手当、経過福祉手当）を受給している方は現況届を提出してください。

未提出の場合、8月分からの手当が受給できなくなります。該当者には通知書を送付しますので、必ず提出をお願いします。

■受付期間

・特別児童扶養手当
8月10日（火）～25日（水）
・特別障害者手当等
8月10日（火）～9月10日（金）
8時30分～17時15分
※土・日・祝日を除く。
※12時～13時を除く。

問い合わせ・提出先

本庁 福祉事務所 社会福祉係
☎（34）1120
FAX（34）1880
支所 西土佐福祉こども分室
☎（52）1132
FAX（52）1024

空き家を活用しませんか？

移住者用に提供できる空き家を探しています。空き家を活用することで、建物の維持管理にもつながります。

ご家族やお知り合いで空き家をお持ちの方がいましたら、積極的に周知をお願いします。

情報提供ご質問ご相談は、左記までお気軽にお電話ください。

■次のような条件でも構いません

- ・住居内に荷物が残っている
- ・掃除をしなければ貸せる状態ではない
- ・修繕が必要である
- ・「ペット不可」「集落活動への参加」など、希望の条件もお尋ねします

※改修にあたっては、市の移住支援住宅小規模改修事業費補助金や国の補助金を活用した移住支援住宅改修工事費補助金を活用できる場合があります。

問い合わせ先

特定非営利活動法人
四万十市への移住を支援する会
☎（35）2357
市 企画広報課 企画調整係
☎（34）1129
FAX（35）0007

ねんきんだより

すっかり忘れて納付期限を過ぎていた、忙しくて金融機関の窓口等で支払う時間がないという方は、便利な口座振替、クレジットカード納付をご利用ください。まとめて前払い（前納）すると保険料が割引されます。

口座振替の申込方法

■必要なもの

年金手帳または納付書、預（貯）金通帳、預（貯）金通帳の届出印

■申込先

金融機関、郵便局、幡多年金事務所

※すでに口座振替で前納をしている方は申込不要

※申し込みから口座振替が開始されるまで2か月程度かかります。

クレジットカード納付の申込方法

■必要なもの

年金手帳または納付書、クレジットカード

■申込先 幡多年金事務所

※すでにクレジットカードで前納をしている方は申込不要

※申し込みからクレジットカード納付が開始されるまで2か月程度かかります。

参考：令和3年度の振替方法別割引額

口座振替	振替方法	1回あたりの納付額	割引額	2年間の合計割引額
	2年前納	382,550円	15,850円	15,850円
	1年前納	195,140円	4,180円	8,360円
	6か月前納	98,530円	1,130円	4,520円
	当月末振替(早割)	16,560円	50円	1,200円

クレジットカード納付	振替方法	1回あたりの納付額	割引額	2年間の合計割引額
	2年前納	383,810円	14,590円	14,590円
	1年前納	195,780円	3,540円	7,080円
	6か月前納	98,850円	810円	3,240円

◎詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください。
<https://www.nenkin.go.jp/>

出張年金相談

必ず事前に予約のうえご利用ください。相談時には本人・代理人確認のための身分証明書（運転免許証等）や年金手帳・年金証書等をお持ちください。代理人は委任状（基礎年金番号、相談内容・交付物の記載）が必要です。※年金に関するデータの交付を希望する場合は、運転免許証など公的機関の発行した有効期限内の顔写真付身分証明書が必要です。※予約がない時間帯は出張相談を実施しない場合があります。

■日時

8月19日（木）

10時～12時、13時～15時

■場所 西土佐総合支所

※予約が埋まり次第締め切り

問い合わせ・予約受付先

幡多年金事務所

☎（34）1616

市税等の納付は口座振替が便利です

■口座振替で納付できる市税等

①市税

市県民税、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税

②保険料

後期高齢者医療保険料、介護保険料

③その他

保育料、保育所給食費、水道料金、住宅使用料、学校給食費、墓地管理手数料

■受付できる金融機関

四国銀行、高知銀行、愛媛銀行、伊予銀行、幡多信用金庫、高知信用金庫、四国労働金庫、高知県農業協同組合、宿毛商銀信用組合、ゆうちょ銀行

■必要なもの

通帳など口座番号のわかるもの、口座の届出印鑑

※申込用紙は各金融機関にあります。

※市税・保険料等、科目ごとに設定できます。

※手続きが完了してから振替が開始になるまでに、ある程度の日数が必要です。手続きの際に金融機関で確認してください。

問い合わせ先

本庁 収納対策課

☎（35）5552

FAX（35）5554

支所 西土佐住民分室

☎（52）1112

FAX（52）2124



幡多広域消費生活センター便り

令和2年度 消費生活相談概要

幡多広域消費生活センターへ寄せられた相談件数は、前年度より10件増の275件でした。

相談者の年代別構成を見ると、70歳以上の高齢者に続き、40歳代から60歳代までの相談件数も高水準で推移しています。販売購入形態では通信販売のトラブルが増加しています。

市町村別相談件数

	R元年度	R2年度	増減
四万十市	133	131	△2
宿毛市	53	53	0
土佐清水市	28	41	13
黒潮町	24	25	1
大月町	9	5	△4
三原村	7	7	0
その他	11	13	2
合計	265	275	10

相談者年代別(契約当事者)

	件数	構成(%)
20歳未満	6	2.2
20歳代	17	6.2
30歳代	20	7.3
40歳代	33	12.0
50歳代	49	17.8
60歳代	23	8.3
70歳以上	88	32.0
その他	39	14.2
合計	275	100.0

■相談事例

- ・商品購入の電話勧誘があった。内容を詳しく把握しないまま契約してしまった。
 - ・注文した覚えのない商品についてのメールが届き、心当たりがなく困惑している。
 - ・健康食品を「お試しのつもり」で注文したところ、定期購入契約になっていた。
 - ・ブランド品の掃除機を注文したところ、スカーフやマスクが送られてきた。
 - ・「誰でも簡単に稼げる」とうたった情報商材や副業の広告を見て登録料や契約金を支払ったが、代金請求がエスカレートし、その後連絡が付かなくなった。
 - ・出会い系サイトへ登録したところ、次々と代金請求され多額のお金を支払った。
- ※インターネットの普及により簡単に商品の購入や契約が可能になり、規約や条件を熟読せず契約する傾向があります。規約等の熟読や事前に情報を入手することでトラブルを防ぎましょう。

幡多広域消費生活センターでは、出前講座(無料)による啓発活動を実施しています。

幡多広域消費生活センター

<相談受付>月曜日～金曜日(祝日、年末年始を除く。):9:00～12:00 / 13:00～17:00

☎(34)8805 FAX(34)8809

〒787-0012 四万十市右山五月町8番13号(アピアさつき 2階駐車場西側)

ペットは最後まで 責任をもって飼いましょう

動物を飼うことは、動物の命を預かることです。社会や近隣に迷惑を及ぼさないようにする責任があります。人と動物が共に生きていける社会の実現には、飼い主のモラルとマナーが必要です。



問
い
合
わ
せ
先
市環境生活課 市民生活係
☎(35)4147
FAX(34)7466

本年度の狂犬病予防集合注射が行えなかった飼い主の方は、動物病院にて接種をお願いします。

※狂犬病予防法により、生後91日以上
の犬は必ず登録し、その犬に狂犬病
予防注射を毎年1回受けさせること
が義務づけられています。

- ・犬を飼う 窓口で手続きが
- ・飼い主の変更 必要です。
- ・犬が死亡した場合はご連絡ください。
- ・飼い犬を連れて転出する場合は、転出先の市町村へ四万十市発行の鑑札を持参し犬の登録変更手続きをお願いします。(四万十市への連絡等は不要)

狂犬病予防注射等

～市民の生活を支える百笑水源(水道施設)～ 国土交通省と連携して老朽化・耐震化対策を進めています

昭和43年に第4次拡張事業認可を受け、現在取水を行っている四万十市上水道百笑水源は、久山配水池を拠点に中村・東山・下田・後川地区の一部の約1万1千人(市人口の約35%)へ給水を行っている基幹となる生活インフラです。一方、この取水施設と水管橋は完成から50年以上が経過し、南海トラフ地震等により通水不能となることが懸念されており、老朽化・耐震化が喫緊の課題となっています。

老朽化・耐震化にあたっては、四万十川の堤外地側にあるため、現行の取水地を有効活用しつつ、洪水時の流下阻害や法面洗堀が起きないように、技術的な対策を講じる必要があります。現在、流下阻害や法面洗堀等への影響を最小限にするために堤防乗り越し管(導水管を堤防に這わせる)を採用しつつ、現行の取水地を有効活用するための仮設工事等の計画検討を、上下水道課の皆さんと一緒に進めています。

今後、国土交通省によって四万十川左岸百笑地区で進められている堤防強化対策事業と連携しながら、百笑水源の老朽化・耐震化を進めてまいります。



ゼロカーボンについて知ろう②

近年は、記録的な猛暑や大規模な気象現象が毎年のように発生しています。このような「気候変動」は、世界中でも大きな問題となっており、次のような事象が懸念されています。

◆異常高温の増加

年々、夏季の平均気温や最高気温が上昇傾向にあり、熱中症のリスクが高まっています。

◆台風等の強大化、頻度の増加

高温により台風が強大化し、洪水や高潮などの被害が多くなる恐れがあります。

これらは、温室効果ガスが引き起こす地球温暖化が原因です。「ゼロカーボン」は、再生可能エネルギー・自然エネルギーの利用や自然環境を保護し、森林等からの二酸化炭素の吸収量を増加させることで、温室効果ガスの排出を減らす試みとして誕生しました。

問い合わせ先 市環境生活課 四万十川・環境係 ☎(34)6126 FAX(34)7466

安並運動公園内テニスコート改修工事に伴う利用の中止について

安並運動公園のテニスコートは、昭和52年に完成して以降、多くの方に利用していただいています。老朽化が著しいため、本年度、人工芝のコートに改修することになりました。

つきましては、改修工事のため、令和4年3月末までテニスコートの利用ができなくなります。利用者の皆さまにはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

問い合わせ先 市生涯学習課 スポーツ振興係 ☎(34)2071 FAX(34)4894

しまんと 情報掲示板



防犯
メモ

子どもを守ろう！～標語『イカのおすし』を知っていますか？

○『イカのおすし』とは、子どもの安全を守るための防犯標語です。

- 『イカ』 行かない～知らない人について行かない！～
『の』 乗らない～知らない人の車に乗らない！～
『お』 大声でさけぶ～「助けて！」と大きな声を出す！～
『す』 すぐ逃げる～怖かったら大人のいる方にすぐ逃げる！～
『し』 知らせる～どんな人が何をしたのか家の人に知らせる！～

子どもたちが親しみやすく、覚えやすい表現が使われており、防犯意識の向上につながっています。家庭や学校でも『イカのおすし』運動を広げ、子どもが安全に暮らせるまづくりを目指しましょう。

問い合わせ先 中村地区地域安全協会(中村警察署内) ☎(34)0110
警察相談電話 #9110

今月は

市県民税 2期分
国民健康保険税 2期分

の納付月です

募集

第63回四万十市美術展作品募集

たくさんのお品をお待ちしています。

開催期間

11月19日(金)～23日(火・祝)

9時～17時(最終日のみ16時まで)

場所

田野川小学校体育館

部門および審査員

①洋画・田島 榮

②日本画・市川 雅彦

③書道・和泉 蒼牛

④写真・島本 正人

⑤工芸・西郷 出

⑥グラフィックデザイン・手島 健司

搬入日時 10月30日(土)、31日(日) 9時～17時

搬出日時 11月23日(火・祝) 16時～17時30分、
24日(水) 9時～13時

※要項等は、市生涯学習課、市役所総合案内で配布のほか、市公式ホームページからもダウンロードできます。

問い合わせ先

市生涯学習課 公民館運営係
☎(34)7311



令和4年度 県立農業 大学校入校生募集

対象

一般募集

①高等学校を卒業した者(見込み含む)
②高等学校卒業程度認定試験に合格した者 など

社会人募集

一般募集の要件に加え、6か月以上の就業経験等を有する者で、卒業後に県内で就農を希望する者

定員 園芸学科45名・畜産学科5名
試験日 11月26日(金)
前期 令和4年3月2日(水)
後期 11月1日(月)～16日(火)
前期 令和4年1月25日(火)～
後期 2月15日(火)

出願期間

11月1日(月)～16日(火)
令和4年1月25日(火)～
2月15日(火)

申込方法

郵送・持参
※高知県収入証紙2千2百円分の貼り付けが必要

オープンキャンパス

8月1日(日)、10月3日(日)開催

問い合わせ・申込先

県立農業大学校
〒780-2128
吾川郡いの町波川234
☎088(892)3000

詳しくは
こちら↓



チャレンジショップTJB 出店者募集

天神橋商店街振興組合が運営する「チャレンジショップTJB」では、半年間から最長1年間、月額1万円以内の低コストでお試し出店ができます。初期のリスク負担を軽減できるこの期間に、商店街で長年経営に携わるメンバーのアドバイス等も参考にしながら、お客さま作りや商品構成、店のコンセプトを明確にすることで独立開業に大きく近づきます。

お気軽にお問い合わせください。

対象者

・卒業後、中心商店街に新規開業する意欲のある方

・業種、業態の転換を検討中の方
※設備の都合で飲食業は対象外

問い合わせ先

チャレンジショップTJB事務局
☎(35)2019(担当:岡村)
10時～18時30分(定休日:水・日)
※問い合わせ受付は18時まで



●詳しくはホームページをご覧ください。

●最新情報はInstagramでも発信しています！
四万十市天神橋商店街Instagram

@tenjinbashi40010

教室・講座

男女共同参画推進講座(受講料無料)

①初心者向け英会話講座

日常で使える英会話の初心者向け講座です。

▼日時 8月31日～9月28日 毎週火曜日
全5回 19時～21時

▼場所 市役所3階303会議室

▼定員 先着10名(初心者優先)

▼用意する物

筆記用具、ノート、あれば中学生向け英和辞典または和英辞典

▼申込期間 8月10日(火)～

②パドマ・ヨーガ療法講座

やさしい動きで無理せず自分のペースででき、初心者にもおすすめです。

▼日時 9月8日～10月13日 毎週水曜日
全6回 19時～20時30分

▼場所 市立温水プール 2階会議室

▼定員 先着8名 ▼講師 野村厚子

▼用意する物

飲み物、バスタオル2枚、ヨガマットまたは敷物用バスタオル1枚

▼申込期間 8月18日(水)～

▼対象 市内に居住または勤務する方

▼申込方法 窓口・電話

※講師の都合や新型コロナウイルス感染症の状況により日程変更や延期、中止となる場合があります。

問い合わせ・申込先

市生涯学習課 人権教育係

☎(34)6299 8時30分～17時15分
※12時～13時、土・日・祝日を除く。

令和3年度高知大学出前公開講座 in 四万十市

第1回 体験しよう！オンライン講座

▼日時 9月10日(金)19時～20時45分(開講式含)

▼講師 地域協働学部講師 俣野 秀典

▼定員 先着20名

第2回 メンタルトレーニングの基礎

～勝負の前に知っておくこと～

▼日時 9月17日(金)19時～20時30分

▼講師 教育学部教授 矢野 宏光

▼定員 先着30名

第3回 新出の長宗我部元親書状

▼日時 9月30日(木)19時～20時45分(開講式含)

▼講師 人文社会科学部教授 津野 倫明

▼定員 先着30名

第1回～第3回共通

▼場所 市立文化センター1階 大会議室

▼受講料 無料

▼申込方法 窓口・電話

▼申込期間 8月10日(火)～各講座の前日

▼申込先 市生涯学習課 公民館運営係

動画コンテンツ(YouTube)もあります！

YouTubeで好きな時間に視聴できる講座です。教育、自然、文化、歴史、健康など豊富な10のテーマがあります。興味のある方は、申し込みのうえぜひ視聴してください。

◆申込・視聴期間

8月10日(火)～令和4年3月31日(木)

※1回の申し込みですべての動画を視聴できます。

◆動画視聴までの流れ

①申込フォームへアクセス



申込フォーム
(QRコード)

②申し込みフォームに必要事項を入力し、送信
③メールで届いたURLにアクセスし、視聴

◆動画コンテンツ一覧【約60分/本】

テーマ	講師
①地域振興とインターネット ～日本全国・世界とつながる高知～	教育学部 佐竹 泰和
②心身の衰えに潜むフレイル	教育学部 幸 篤武
③日本の土地利用の変遷と生物多様性、その保全	理工学部 比嘉 基紀
④子どものほめ方・叱り方ー子育てに応用できる心理学ー	教育学部 玉瀬 友美
⑤「おくのほそ道」とは何か？	大学教育創造センター 塩崎 俊彦
⑥人は生涯にわたって発達する ～健康にいきいきと歳をとるコツとは～	教育学部 矢野 宏光
⑦大規模災害と方言	教育学部 岩城 裕之
⑧本能寺の変と長宗我部元親	人文社会科学部 津野 倫明
⑨数学教育研究からみる子育て： 知的に自立する子どもを育てるために	教育学部 服部 裕一郎
⑩天敵も自産自消で～地域の昆虫を活かした高知の農業～	農林海洋科学部 鈴木 紀之

※申込時の禁止事項に違反があった場合は、URLが削除され、本人だけでなく市民の皆さまが視聴できなくなります。

問い合わせ先

四万十市での開講講座について

市生涯学習課 公民館運営係

☎(34)7311

※12時～13時、土・日・祝日を除く。

動画コンテンツについて

高知大学 次世代地域創造センター

☎088(844)8454

催し

市民ハイキング参加者募集

- ▼日時 ※雨天中止
9月12日(日)受付7時40分
8時出発、17時ごろ解散(バス2台)
- ▼集合場所 市民スポーツセンター
- ※西土佐地域から参加の方は、西土佐総合支所を8時に出発し、道の駅あぐり窪川で合流、帰路は道の駅よつて西土佐で解散となります。
- ▼行き先
天狗高原→姫鶴平ウォーキング約4.5km
- ▼参加費 500円(保険料ほか)
- ※昼食(弁当)・飲み物は各自準備
- ▼定員 先着25名
- ※介助なしで5km程度歩ける方対象
- ※小学生以下は保護者同伴
- ▼募集期間 8月23日(月)～27日(金)
- ▼申込方法
電話(代理申込は家族のみ可)
- ▼新型コロナウイルス感染対策等
・飲食時を除き、常時マスクを着用し、当日受付時に、健康チェックシートの提出を行っていただきます。
・検温で37.5度を超える場合は、参加をお断りします。
・ケガ、事故については、傷害保険の範囲内で対応します。

問い合わせ・申込先

市生涯学習課 スポーツ振興係
☎(34)2071
8時30分～17時15分

シ・マムタの会市民登山

星ふるヴィレッジTENGU(旧天狗荘)周辺の登山、セラピーロードの散策等、秋の気配漂う天狗高原を楽しみましょう。

- ▼日時 8月22日(日)
- ※8時に市民スポーツセンターを出発
- ▼行き先 高岡郡津野町(天狗高原)
- ▼定員 先着15名
- ▼参加費 無料
- ▼申込方法 電話
- ▼申込期限 8月16日(月)17時
- ▼服装
長袖・長スボン・靴(登山靴・運動靴・スニーカー等)
- ▼準備物
マスク・帽子・雨がっぱ・手袋・杖(スティック)・飲料水・弁当・おやつ等
- ※ケガや事故は、主催者で加入する傷害保険の範囲内で対応します。
- ※健康チェックシートへの記入や検温を実施します。
- ※天候や新型コロナウイルス感染状況等により中止する場合は、前日までにシ・マムタの会よりご連絡します。

問い合わせ・申込先

(公財)四万十市スポーツ協会
具同体育センター内
☎(37)4572
☎(37)4558

四万十川国際音楽祭
トリオ・アコード(ピアノ三重奏)

▼日時 9月2日(木)19時開演

(18時15分開場)

▼会場 市立文化センター

▼出演者

白井圭(ヴァイオリン・NHK交響楽団ゲスト・コンサートマスター)
門脇大樹(チェロ・神奈川フィルハーモニー管弦楽団首席奏者)
津田裕也(ピアノ・東京藝大准教授)

▼曲目

ベートーヴェン:ピアノ三重奏曲第7番変ロ長調「大公」
武満徹:ピトゥイーン・タイズ
メンデルスゾーン:ピアノ三重奏曲第1番二短調(ほか)

▼チケット(未就学児入場不可)

一般 2千円(当日2千500円)
高校生以下 500円

▼チケット販売所

市生涯学習課・サニーマート四万十店、ローソンチケット(レコード・62571)

▼主催 県立美術館ほか

問い合わせ先

四万十川国際音楽祭実行委員会
(市生涯学習課内)
☎(34)7311

第17回四万十市文化祭
ふれあい茶会(ひまわり子供茶道教室)

▼日時 8月22日(日)9時30分～15時
▼場所 四万十市社会福祉センター
大会議室、小会議室、研修室I・II
▼入場料 300円

第27回四万十川ウルトラマラソン開催中止のお知らせ

広報7月号22ページでお知らせしました、第27回四万十川ウルトラマラソン(10月17日(日))については、新型コロナウイルス感染症の変異株の影響や全国の感染状況などから、ランナーやボランティアの皆さまが安心・安全に参加できる大会の開催が困難であると判断し、中止を決定しました。

ボランティアの申し込みをいただいた方もおられましたが、この決定にご理解をいただき、来年の大会でのボランティアにご支援・ご協力をお願いいたします。

問い合わせ先 市生涯学習課 スポーツ振興係 ☎(34)2071 FAX(34)4894

問い合わせ先
市生涯学習課 社会教育振興係
☎(34)7312

1 ボート教室参加者募集

アメンボのように水上をボートで走ってみませんか？

▼日時

8月29日(日)9時～11時 小雨決行
※川の状態により中止する場合があります。
※前日の正午に決定します。

▼場所(現地集合・解散)

鍋島 四万十橋下流河川敷

▼対象 小学4年生以上の泳げる方

※未成年者は保護者の承諾書が必要

▼定員 先着20名(参加費無料)

▼申込期限 8月20日(金)

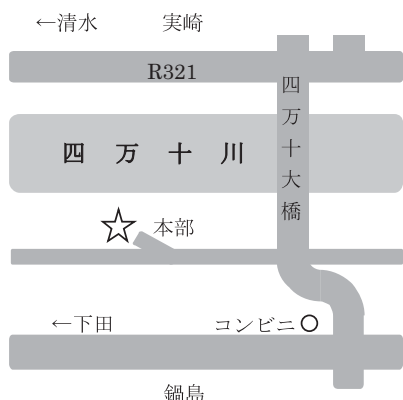
▼申込方法 電話

※電話受付後、送付される申込書および健康チェックシートを当日提出してください。

※濡れても良い服装でお越しください。
※マスク着用等新型コロナウイルス感染症対策にご協力ください。

※ケガ、事故については、傷害保険の範囲内で対応します。

▼主催 四万十川レガッタ実行委員会
▼主管 高知県ボート協会



2 体力・運動能力調査 新体力テスト実施

簡単なテストで体力年齢を知ることが出来ます。今後の健康維持、向上のため、お気軽に参加してください。

▼日時

9月8日(水)

※①13時30分～14時30分②19時～20時

※①②のいずれかの日程を選択

▼場所 市民スポーツセンター

▼対象 市内に居住する20歳～64歳の男女

(令和3年4月1日現在)

▼種目

握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび・立ち幅とび

▼準備物

体育館シューズ、運動のできる服装

▼参加費 無料(保険は主催者で加入)

▼申込期限 8月31日(火)

▼申込方法 電話・メール

※氏名、年齢、性別、住所、連絡先、希望の日程についてご連絡ください。

※指定する時以外はマスクを着用し、当日受付時に、健康チェックシート

の提出を行っていただきます。

※検温で37.5度を超える場合は、参加をお断りします。

1 2の問い合わせ・申込先

市生涯学習課 スポーツ振興係

☎(34)2071

8時30分～17時15分

※土・日・祝日を除く。

✉ sport@city.shimanto.lg.jp

市立温水プールの 休館について

設備補修と衛生管理のため、次の期間休館とします。

▼休館期間

9月20日(月・祝)～26日(日)

【夏季(8月末まで)のプール利用について】
新型コロナウイルス感染拡大防止のため、混雑時は人数制限を行う場合があります。ご理解とご協力をお願いします。

問い合わせ先

市立温水プール ☎(34)8112

四国アイランドリーグ Pius公式戦(7回制)

高知ファイティングドッグス VS

愛媛マンダリンパイレーツ

▼開催日 8月15日(日)14時試合開始

▼場所 四万十スタジアム

▼入場料 無料(四万十市後援試合)

※コロナ対策を十分にに行い開催します。

観覧希望の方は、入場制限ありの有観客試合であることを了承のうえご

来場ください。今後の感染状況によっ

ては、無観客試合または中止となる場

合があります。

※安全確保のため、試合終了(17時)ころ

までスケートパークの利用を中止し

ます。

問い合わせ先
高知ファイティングドッグス球団事務所
☎088(802)8725
(公財)四万十市スポーツ協会
☎(37)4572



県民スポーツフェスティバル2021

生涯スポーツの振興を図るため、県民スポーツフェスティバルが開催されます。四万十市からも、毎年多くの方が参加しています。

詳細は、お問い合わせいただくか、県ホームページをご覧ください。

問い合わせ先

県文化生活スポーツ部 スポーツ課

☎088(821)4712

市生涯学習課 スポーツ振興係

☎(34)2071

(公財)四万十市スポーツ協会

☎(37)4572



県ホームページ

市立学校体育施設(中村地域) 下半期利用申込受付

市教育委員会では、市内小中学校体育施設の夜間開放を行っています。中村地域の下半期の利用申込を受け付けます。希望する団体は、左記によりお申し込みください。

新規に利用を希望する団体は、感染症防止対策の説明を受ける必要があるため、お問い合わせください。

▼開放施設

体育館・武道場・運動場

※開放できる学校、曜日、時間帯はお問い合わせください。

▼利用期間

10月1日～令和4年3月31日

※上半期に利用している団体も申し込みが必要

▼募集期間

8月2日(月)～13日(金)

※申請書は市民スポーツセンターで配布のほか、市公式ホームページからもダウンロードできます。

問い合わせ・申込先

市生涯学習課 スポーツ振興係

市民スポーツセンター内

☎(34)2071
8時30分～17時15分
※土・日・祝日を除く。

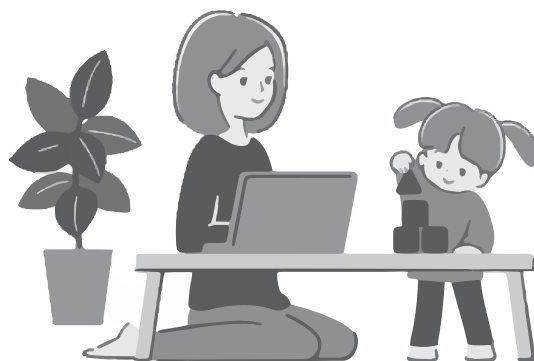


四万十市子育て応援Facebookを開設しています！

子どもや子育てに関するイベントの情報、子育ての豆知識、子どもと一緒に読みたい絵本の紹介、子どもとお出掛けできる遊び場情報などを発信しています。

子育て中の方もそうでない方も、ぜひチェックしていただき、気に入った記事には「いいね！」をお願いします。

子育て応援Facebookは
こちらをクリック→



問い合わせ先 市 子育て支援課 企画係 ☎(34)9007 ✉ kosodate@city.shimanto.lg.jp

精神保健福祉相談

精神障害者または精神障害の疑いのある方やそのご家族に対し、精神科医師による相談を開催します。

▼日時 8月20日(金)9時15分～11時15分
▼場所 幡多総合庁舎等
▼受付期限 8月6日(金)

問い合わせ・予約先

幡多福祉保健所 健康障害課 ☎(34)5124

～病院・診療所だより～

市民病院・西土佐診療所では、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、入院患者さまとの面会を原則禁止し、来院・来所時のマスクの着用と手指消毒をお願いしています。

発熱や風邪症状のある方は、医療機関を受診する前に必ず電話でご連絡をお願いします。ご不便をおかけしますが、引き続きご理解とご協力をお願いします。

■新型コロナウイルス感染症検査協力医療機関に関する情報
(県ホームページ)

https://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/130401/cov19_kensakyouryoku.html

問い合わせ先

市民病院 ☎(34)2126 西土佐診療所 ☎(52)1011

こんにちは 四万十市地域子育て支援センター“ぽっぽ”です！



親子ふれあい活動

◆1・2・3歳児対象(ぽっぽ)

保育所で遊ぼう(藤岡保育所)

保育所のお友達と一緒に砂場やすべり台で遊ぼうね♪

※雨天でも室内で遊びます。

時 9月9日(木) 9:30～11:00



その他の活動

◆ぽっぽの広場(妊婦・0・1・2・3歳児対象)

バランスボール講習会

産後の骨盤矯正や、心のもやもや・イライラを解消しよう。
子どもたちも一緒にするよ。8月17日(火)までに予約して
ください。(先着20組)

時 8月23日(月) 9:30～11:30

防災講座

最近、洪水等の被害が増えています。防災についてのお話を
聞いてみませんか？ぜひ誘い合って参加してください。

時 9月10日(金) 10:00～11:00

◆お誕生会

8月・9月生まれのお友だちの誕生日をお祝いしようね。

時 [ぴよちゃんクラブ] 9月6日(月) 9:30～11:30

[1・2・3歳児](ぽっぽ) 9月7日(火) 9:30～11:30

問い合わせ先

四万十市地域子育て支援センター
“ぽっぽ”

右山元町1丁目2-10 ☎(35)3748

園庭開放 ※雨天の場合は中止します。

保育所名 開放時間	月日	保育所名 開放時間	月日
★下田保育所 9:30～10:30	8/10、8/17 8/24、9/7	★大用保育所 9:30～10:30	8/10、8/23 9/6
★竹島保育所 9:30～10:30	8/16、8/23 9/6	あおぎ保育所 9:30～10:30	9/2
★東中筋保育所 10:00～11:00	8/16、8/23 9/6	東山保育所 9:30～10:30	9/8
★中筋保育所 9:30～10:30	8/10、8/17 8/24	愛育園 9:30～10:30	9/2

※★印のついている保育所は、天候に関係なく園内でも可
(詳細は各保育所にお問い合わせください。)

※初めて参加を希望する方は、事前にご連絡ください。活
動内容によっては、ご遠慮いただく場合があります。

※活動日以外はフリーデー(自由に遊べる日)なので、い
つでも遊びに来てください。来所の際はマスクの着用、
入室前の検温、アルコール消毒などにご協力をお願い
します。

午前 9:30～11:30 午後 13:30～16:30



育児相談

相談日/月～金 9:30～11:30、13:30～16:30

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。

※活動のある時間帯は、相談に応じられない場合があり
ます。



利用支援制度をご存じですか？

しまんとファミサポには、利用料金の半額が助成される制度があります。
利用助成を受けるには、市への申請が必要です。お気軽にご相談ください。
詳細は、 子育て支援課または下記までお問い合わせください。

対象者

- ◎ひとり親家庭
- ◎生活保護世帯
- ◎市民税非課税世帯
- ◎ダブルケア世帯
- ◎多胎児世帯(本年度から対象)



問い合わせ先

しまんとファミリーサポートセンター

☎(34)8310 9時～18時(水、日、祝日、年末年始除く。)

✉ famisapo40010@rainbow.plala.or.jp



HPもあります☆



1年に1度は健診を
～健康は自分で～

保健カレンダー



+	月日	時間	事業名	該当地区	場所
+	10日(火)	9:00～11:00	特定健診結果説明会(7/13,7/14実施分)	中村地区①②	市役所303・304会議室
	12日(木)	9:50～11:30	妊婦教室		子育て支援センターぽっぽ
	18日(水)	個別通知	7か月児・10か月児健診		文化センター
	20日(金)	11:30～16:30	献血		市役所本庁
	21日(土)	9:00～12:30, 13:45～15:45	献血		フジグラン四万十
	24日(火)	個別通知	1歳9か月児健診		防災センター
	27日(金)	個別通知	3歳児健診		文化センター
	30日(月)	13:15～14:30	ママタッチ教室・離乳食・歯科相談		子育て支援センターぽっぽ
	31日(火)	8:30～11:00, 13:30～15:00	特定健診・前立腺がん検診	中村地区③	市立武道館
	1日(水)	8:30～11:00, 13:30～15:00	特定健診・前立腺がん検診	中村地区④	市立武道館
+	6日(月)	9:00～9:30	ひまわり健診報告会	奈路	奈路集会所
		11:00～11:30		宮地	宮地集会所
		13:30～14:00		長生	長生集会所
		14:30～15:00		用井	用井集会所
	7日(火)	8:00～10:00	胃がん(バリウム)検診	蕨岡・西富山地区	蕨岡中学校体育館
		8:30～11:00	特定健診・前立腺がん検診		
	8日(水)	個別通知	3か月児・7か月児健診		文化センター

※特定健診、ひまわり健診は30歳以上の国民健康保険加入者、後期高齢者医療保険加入者で受診券を送付している方および、40歳以上の協会けんぽ等加入者の被扶養者で受診券を取得している方が対象です。

※新型コロナウイルス感染症の状況によって変更となる場合は、市公式ホームページ等で周知します。

※8月6日までの計画については、広報7月号P23に掲載しています。

問い合わせ先 健康推進課 ☎(34)1115・☎(34)1823 保健課 ☎(52)1132

ママ&チルドレン

広い体育館で遊んだり、お母さんどうしでお友だちをつくったりしませんか？

- ▶日時 8月25日(水)10時～11時30分
- ▶場所 具同体育センター
- ▶参加費 無料

問い合わせ先

市 子育て支援課 企画係
☎(34)9007

問い合わせは
公式LINEから↓



イベント情報は
Instagramで↓



問い合わせ先
カドルファミリー代表 伊與田紗希
☎090-9249-9878

▼対象年齢 0歳～
▼開所時間 9時～19時
▼場所 アピアさつき1階



「とことこ」は、子育て中のママたちが運営する屋内型の公園です。おもちゃ・授乳スペース・飲食スペースがあります。小学生の利用も可能ですが、必ず保護者同伴でお願いします。

子育てひろば「とことこ」



スケジュールは
Instagramで↓



問い合わせ先
子育て支援団体Mum+ing
代表 小林留美
☎080-2978-1923

▼対象年齢 就学前の子どもを養育中のお母さん(産後2か月～)
▼実施時間 30分間(完全予約制)
※10時～15時の中から選択
▼料金 1千円(材料費・保険料)
▼場所 子育てひろば「とことこ」
※変更になる場合があるので、Instagramで確認してください。
▼予約方法 LINE@455aajrm

子育て中のママに、心身の癒しの時間を提供します。施術内容は、オイルマッサージもしくは整体から選ぶことができます。(医療行為ではありません。)

ママのリラックスマッサージ

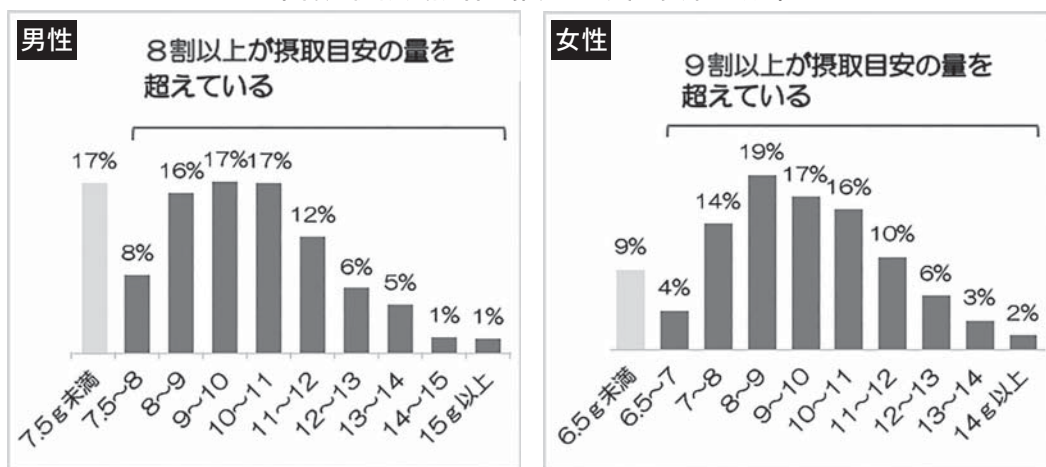
塩分をとりすぎていませんか？

令和2年度の集団健診(特定健診)にて40～74歳の国保加入者を対象に、尿検査で1日の推定塩分摂取量を測定した結果、四万十市の特定健診受診者の塩分摂取量は、1日の望ましい食塩摂取量の目安を上回っていました。塩分のとりすぎは高血圧につながり、心臓病や脳卒中等の病気を引き起こす要因となります。日ごろから減塩を心がけ、病気のリスクを減らすことが大切です。

四万十市特定健診受診者の
推定1日食塩摂取量
男性平均摂取量:9.6g
女性平均摂取量:9.3g

1日の望ましい食塩摂取量の目安
成人男性:7.5g未満 成人女性:6.5g未満
※高血圧および慢性腎臓病の場合は6g未満
出典:「日本人の食事摂取基準(2020年版)」

四万十市特定健診受診者の推定1日食塩摂取量分布グラフ



塩分を減らすコツ

- ・みそ汁やスープは、野菜をたくさん入れて汁の量を減らす
 - ・ごま、ねぎやしょうがなどの香味野菜を使い、調味料を減らす
 - ・食卓に調味料を置かない
 - ・チャーハンや丼ものなど味のついたご飯は食べる回数や食べる量を減らす
 - ・麺類のスープは残す
 - ・漬物は小さく切って食べる量を減らす
 - ・総菜やカップ麺、レトルト食品などの加工食品には野菜を加えて食べる
 - ・お酒はご飯のおかずだけで楽しむ
 - ・いも、野菜、海藻類、果物を積極的にとる
- ※肥満気味の場合は果物のとりすぎに注意

問い合わせ先 市 健康推進課 健康増進係 ☎(34) 1115

子宮頸がん(ヒトパピローマウイルス感染症)予防接種

子宮頸がん予防ワクチン接種は、法律に基づく定期接種として実施されていますが、厚生労働省からの通知を受け、副反応の発生頻度について適切な情報提供ができるまでは、積極的な接種勧奨が差し控えられています。

接種すること自体を妨げるものではありませんので、接種を検討する方は、厚生労働省のホームページに掲載されているリーフレットをご確認ください。接種を希望する場合は予診票を郵送しますので、左記までご連絡ください。

▼令和3年度の対象者
平成17年4月2日～平成22年4月1日までに生まれた方

▼接種回数 3回

※ワクチンは2種類あり、同じワクチンを通常6か月かけて3回接種

▼接種料金
接種対象者年齢の方は無料

問い合わせ先

市 健康推進課 地域保健係
☎(34) 1823

厚生労働省
ホームページ↓



その他・相談

漂流物の所有者に関する情報をお寄せください

市では、水難救護法に基づき、拾得した漂流物(カヤック)を保管しています。この漂流物に関する情報をお持ちの方は、問い合わせ先までご連絡をお願いします。

▼船の概要

物件 カヤック (FUJITA CANOE製)

全長 約3.7m 幅 約0.7m

色 赤 ※船体に「悠遊」の表記あり

▼発見場所

西土佐半家 四万十川右岸
(JA西土佐給油所沖)

拾得日 令和3年5月3日

所有者への引渡期限
令和4年1月13日



問い合わせ先

市 総務課 行政管理係
☎ (34) 1804
FAX (34) 5123

「子どもの人権110番」 全国一斉強化週間

高知地方方法務局と高知県人権擁護委員連合会では、子どもの人権問題解消に向け、電話相談の強化週間を実施します。相談は無料で、秘密は厳守します。学校や家庭、友達関係の悩みごとなど何でもご相談ください。

▼実施期間

8月27日(金)～9月2日(木)

▼受付時間 8時30分～19時

※土・日は10時～17時

▼電話番号(フリーダイヤル)

0120(007)110

※IP電話からは接続不可

問い合わせ先

高知地方方法務局 人権擁護課
☎ 088(822)3503

農業の悩みを無料で相談できます

農業経営には、経営継承や雇用労務、事業計画、栽培技術、6次産業化、法人化等のさまざまな課題があります。

高知県農業経営相談センターは、農業版のよろず支援拠点として、農家の皆さまが自助努力している課題への取り組みに対して、専門的見地から診断や助言を行っている経営相談所です。

相談があれば経営診断を行い、経営支援計画(相談カルテ)を作成し、支援チームを編成します。必要に応じて、税理士や経営コンサルタント等の専門家を派遣して、経営の改善・強化に取り組みるよう支援しています。

規模拡大に向けた集積や補助事業の相談なども受け付けています。相談は無料ですので、気軽にお問い合わせください。

問い合わせ・相談先

高知県農業経営相談センター
(一社)高知県農業会議内
☎ 088(824)8555

就職支援相談会

「仕事が決まらない」「仕事が続かない」「対人関係がうまくいかない」「子どもの将来が心配」など、就職のことでお悩みの若者(15～49歳)とその保護者のための相談会を行います。



▼日時 8月25日(水) 13時～17時
▼会場 市役所本庁5階 501会議室
※相談会は予約制です。

問い合わせ・申込先

はた若者サポートステーション
☎ (34) 9100
FAX (34) 8080
✉ tunagaru-net@bird.ocn.ne.jp

土佐くろしお鉄道 新しいきっぷを販売!

土佐くろまるときっぷ

土佐くろしお鉄道全線が3日間乗り降り自由なフリーきっぷ。県東西の観光に便利です。

▼販売期間

令和4年3月29日(火)まで

▼販売箇所

中村駅、宿毛駅、車掌等

▼販売価格

おとな2千円、こども1千円
※後免く窪川間の乗車券(JR券)とセツトでのみ販売

土佐くろ夏休みキッズパス

小学生を対象に、土佐くろしお鉄道全線が8月31日まで何度でも利用できるフリーパスです。夏休みの思い出づくりにご利用ください。

▼販売期間

8月31日(火)まで

▼販売箇所

中村駅、宿毛駅、窪川駅等

▼販売価格

500円(小学生対象)

問い合わせ先

土佐くろしお鉄道(株)中村駅
☎ (35) 4961

図書館だより

開館時間 (本館) 9:00~19:00
(分館) 10:00~18:00

令和3年

8
August

一般書

新着おすすめ8+8

インタビュー・ウィズ・ザ・プリズナー
絵本翻訳教室へようこそ
俺達の日常にはバッセンが足りない
還らざる聖域
ひとりを愉しむ食事
方向音痴って、なおるんですか?
星の王子さまの天文ノート
まりも日記

皆川 博子
灰島 かり
三羽 省吾
樋口 明雄
有元 葉子
吉玉 サキ
縣 秀彦
真梨 幸子

新着図書(343冊)

朝ごはんは、お日さまの光!
あんなにあんなに
いろいろかえる
うみべのくまちゃん
さよならのたからばこ
てんこうせいはおはなしやさん
としょかんのきょうりゅう
日本サンショウウオ探検記

マイケル・ホランド
ヨシタケ シンスケ
きくち ちき
デイヴィッド・ウォーカー
長崎 夏海
北川 チハル
鈴木 まもる
関 慎太郎

児童書／えほん

★休館日の案内★
8月27日(金) 館内整理日

★大人のための名作映画上映会★

○「マチネの終わりに」

・日時 8月7日(土) 13時30分(開場13時)

・場所 市役所3階会議室

・参加費 無料

※5月22日に上映を予定していた作品です。

※詳しくは図書館カウンターまたは電話でお問い合わせください。

★図書館資料を大切に★

資料の切り取り、書き込み等が多く困っています。

図書館の資料は公共のものです。次に読む人のことを考えて利用してください。借りている資料の切り取り、書き込み等を見つけた場合はカウンターまでお声かけください。皆さまが気持ちよく図書館を利用できるよう、ご協力をお願いします。

問い合わせ先 市立図書館 ☎(35)2923

定期相談所

	日時	場所	相談内容	問い合わせ先
行政相談所	8月20日(金) 13時~16時	社会福祉センター	国や県、市の仕事に対する苦情や要望 《相談委員》正木 卓夫 平石 真理子	☎総務課 ☎(34)1804

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、相談時にはマスクの着用をお願いします。
※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、中止となる場合があります。

【令和2年度四万十市「人権絵画標語展」入賞作品紹介】

☆審査員特別賞☆

【絵画の部】



おかうえ ゆきと
岡上 倅斗さん
(東山小学校1年)
「バーベキュー」

【標語の部】 小学生の部

はら ひびき
原 響輝さん(東中筋小学校3年)

どうしたの
なにかあったの
だいじょうぶ

※所属校・学年は受賞当時のものです。

募集

教室・講座

催し

スポーツ

健康・福祉

その他・相談

お誕生 おめでとう



(令和3・7・5届出分まで)

住所

赤ちゃん

保護者

中村大橋通	井上	愛菜	雄介
安並	岡上	美月	優斗
古津賀	松本	紬希	宇央
古津賀	池本	七瀬	充広
古津賀	藤田	敦也	雄也
具同	宮崎	ゆめせ	勝也
具同	寺田	陽稀	幸輔
渡川	引田	桔礼	大嘉
渡川	所谷	一彩	拓弥
渡川	黒田	若菜	康平
具同田黒	宗石	唯誠	有平
具同田黒	黒田	琉之	裕昭
楠島	浜崎	悠生	一途
山路	吉井	奈美	信彦
竹島	田中	芹奈	伴治
平野	上岡	以知	三郎太



ご冥福を お祈りします



(令和3・7・5届出分まで)

住所

氏名

享年
満年齢

中村大橋通	中澤	康子	92
中村大橋通	田中	力	74
中村岩崎町	東	勝也	41
中村丸の内	上浦	敬子	89
安並	山下	トシミ	98
古津賀	前田	豊一	57
具同	小松	勇	87
渡川	澤田	勝子	76
具同田黒	田辺	芳穂	83
赤松町	田中	耕蔵	67
森沢	遠近	操	69
井沢	山本	カネミ	91
奥鴨川	大崎	覺已	95
岩田	関本	千鶴尾	104
若藤	山下	照子	76
手洗川	福永	須美子	81
大屋敷	酒井	和子	87
西土佐大宮	岡山	實	89



婚活相談窓口を開設しています

ご家族、ご友人からの相談も可能です。
事前にご予約のうえ、ご相談ください。

■毎週水曜日17時～19時(祝日除く。)
※事前予約制

窓口 子育て支援課 企画係 ☎(34)9007



「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、家族の方が希望された場合に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・人権課 ☎(34)1113
まで必ずご連絡ください。

人権コラム 〜知っているようで〜



平安時代、源信という僧侶がいた。日本人の地獄のイメージを作った『往生要集』の作者としても有名である。早くに父を亡くした彼は母親に育てられ利発な子どもに育った。

ある日、源信が川で遊んでいると一人の僧侶が川の水で弁当箱を洗っていた。親切心から源信は「あっちにもつときれいな水があるよ。」と僧侶に言った。僧侶は源信に教えさとした。「仏の教えは浄穢不二といつて、きれいなもの、汚いもの、という区別はないのだ。これに対し源信は、「じゃあ何故あなたは洗っているの。」と言った。僧侶はぐうの音もでなかった。仏教を知識として身につけていても、自分自身の行動は果たしてどうであったか。

源信は九才で比叡山にはいり、天才の名をほしいままにした。わずか十五才で村上天皇に仏教学の講義をし、褒美として宮中から豪華な品々が与えられた。源信はそれを故郷の母親に送った。するとすぐに荷物は送り返されてきた。「人々を救う僧侶となつてほしい」と送り出したのに、自慢する僧侶になつていたとは、母は悲しい。」という内容の手紙が添えられていた。幼い頃出会ったあの僧侶と同じように「知っているようで」実は道をふみはずしていなかっただか。母の言葉に促され、源信は人々の救いとなる本を書くため、隠遁生活に入った。

知っているようで、実は本質から目をそらしているのが「差別」の問題である。理屈で差別は悪いこととわかってはいても、「きれいごと」と「本音が一緒にならない自分」がいる。

自分の心の中に照らし合わせて「差別」を考えていくと、このことに無関係ではなかった自分にきつと気づくはずだ。そして、それは決してむずかしい話ではない。

四万十市人権教育・啓発講師 光内真也

四万十市表彰候補者募集

市制発足以来5回目となる四万十市表彰の表彰候補者を次のとおり募集します。

■表彰の種類および選考基準等

種類	対象	選考基準
市民表彰	個人	①市民から深い親近感を持たれている方 ②個人、家庭人、社会人として市民から人間的尊敬と感謝の念を持たれている方 ③人生の起伏を強い意志と努力によって克服してきた方
功労表彰	個人 団体	本市の政治、産業、経済の振興または文化の向上に著しい貢献をされた方もしくは団体
善行表彰	個人 団体	①本市の公益事業に尽力し、または公務を助力しその成績顕著な方もしくは団体 ②一般市民の模範となるような善行をした方もしくは団体

※推薦いただいた表彰候補者から、市民各層から構成する『表彰対象者選考委員会』で選考し、受賞者を決定します。合併前の旧市村および合併後の表彰条例の規定により、同様の表彰を既に受けた個人・団体は対象となりません。

■推薦方法 所定の推薦書等の書類に必要事項を記載のうえ持参または郵送により提出

※書類は本庁1階総合案内、3階総務課秘書係、支所窓口に備え付けています。また、市公式ホームページの四万十市からのお知らせ「第5回四万十市表彰候補者募集」からもダウンロードできます。

■提出期限 9月30日(木) ■表彰式 令和4年2月5日(土)

問い合わせ・提出先

市 総務課 秘書係 ☎(35)3661 〒787-8501 四万十市中村大橋通4丁目10番地

みんなで広げようシトラスリボンの輪

～県立幡多農業高等学校より、シトラスリボンを贈呈していただきました～



「シトラスリボンプロジェクト」とは、愛媛県で始まったコロナ差別防止のプロジェクトです。リボンで表現する3つの輪は、地域と家庭と職場(学校)を表しています。

幡多農業高等学校では、校内で感染者が確認されたことを受け、誰がコロナになっても「ただいま!」「おかえり!」と言い合える環境を作りたいという願いを込めて、このプロジェクトを始めたそうです。

感染しても、いつもどおり「ただいま!」「おかえり!」と言い合えるまちなら、コロナを疑う症状があっても、安心して医療機関を受診し、検査を受けることができ、ひいては感染拡大を防ぐことができます。この取り組みを学校にとどめず、地域

に広げたいという思いから、贈呈していただいたものです。

市もこの取り組みに賛同し、市役所の窓口や市民病院の職員が身に着け、誰が感染しても「ただいま!」「おかえり!」と言い合えるまちにしていきたいと思います。





当直医



※当番については変更になる場合がありますので、各医療機関へ事前に電話でお問い合わせください。

8月 1日(日)	市民病院	☎(34)2126
8日(日)	木俵病院	☎(34)1211
9日(月)	吉井病院	☎(34)5005
15日(日)	市民病院	☎(34)2126
22日(日)	中村クリニック	☎(34)5100
29日(日)	さくらクリニック	☎(35)2555
9月 5日(日)	市民病院	☎(34)2126
12日(日)	正木整形外科	☎(34)5252

人のうごき ~6月末日現在~ ()内は、前月との差

総人口	33,042人	(△7)	転入	58人
男	15,624人	(1)	転出	53人
女	17,418人	(△8)	出生	17人
世帯数	16,676世帯	(21)	死亡	29人

8月実施の統計調査

調査名	該当地区
労働力調査	渡川、下田、赤松町
毎月勤労統計調査(特別)	中村

問い合わせ先 総務部統計分析課 ☎088(823)9344

有料広告
掲載スペース

日直指定水道業者



●水道料金は口座振替で●

7月31日(土)	㈲大杉設備工業	☎(34)2324
8月 1日(日)	㈲福永工業	☎(35)5996
7日(土)	㈲力キタニ設備	☎(33)0660
8日(日)	㈲夕部設備	☎(34)8651
9日(月)	㈱奥宮工業	☎(37)5151
14日(土)	㈲大同設備	☎(35)4879
15日(日)	㈲山下建設	☎(33)0653
21日(土)	豚座建設㈱	☎(34)6031
22日(日)	㈲平野水道	☎(35)2316
28日(土)	㈱森下住宅設備	☎(34)4855
29日(日)	土居水道工事店	☎(32)1095
9月 4日(土)	中村水道工事センター	☎(35)4323
5日(日)	㈱中村住設	☎(34)3621
11日(土)	㈲大杉設備工業	☎(34)2324
12日(日)	㈲福永工業	☎(35)5996

水道の使用を開始・中止するときは…

引っ越しなどで水道の使用を開始、中止または使用者の名義を変更するときは、事前に下記までご連絡をお願いします。

問い合わせ・連絡先 上下水道課 ☎(34)1711
産業建設課 ☎(52)1114

「広報しまんと」9月号は
8月25日(水)発送予定です



有料広告
掲載スペース