広報

四万十

あたらしい朝がきた

ー名鹿だるま朝日ー

2016
1月
No.129

四万十市産業祭「“しまんとのチカラ”フェスタ」のご案内

3月6日（日）開催!!

この産業祭は、本市の各産業のチカラを結集し、市民が各産業に触れ、学び、楽しむことで本市の産業の地力（チカラ）を広く知ってもらうとともに、多様な地域資源を活かした地産地消・地産外商に官民が一体となって取り組む機運を高めることを目的としています。
皆さま、どうぞお誘い合わせのうえ産業祭にお越しください。
主な内容（産業別ブース）については、次のとおりです。

農業　JA及び篤農家による農産物・農畜産加工品の直売、市内産ブランド米の販売、農業研修や集落営農のPR、地酒の振舞い など

林業　四万十の山づくり・ヒノキ資源の豊かさを知るブース、木とふれあうワークショップ、特用林産物・木工製品等の販売 など

水産業　漁業者による水産物・水産加工品等の直売、スジアオノリ栽培実証の報告、ゴリ漁体験、しまんとAIづくり体験 など

商工業　地域商品・飲食物等の販売、「中村の塩たたき」実演販売、商店街ワンコインイベント・街なか博物館（働く車大集合） など

観光　四万十ロイロイ（まち歩き体験＝老舗巡り）、（仮称）四万十市コンシェルジュ検定試験、体験民泊PR・受入家庭募集 など

この他楽しいステージイベントなど多数ご用意しています！
＊内容については、変更となる場合があります。

《日時》　3月6日（日）10時～16時
《会場》　●市役所本庁舎駐車場
　　●天神橋・一条通商店街（サテライト会場）

【問い合わせ・申込先】
四万十市産業祭実行委員会事務局
（四万十市企画広報課）☎（34）1145

先に開催された「西土佐産業祭」。会場は大盛況！

四万十川リバーサイドフルウォーク2016 参加者募集

【市内在住者のための無料コースもあります】

今春も、恒例の四万十川リバーサイドフルウォークを4月2日（土）・4月3日（日）に開催いたします。
あなたも全国からの参加者と一緒に、四万十川沿いを歩きながら春を満喫しませんか。
4月2日（土）「ごりコース」「あかめコース」、4月3日（日）「あゆコース」に参加される市内在住の方は、無料で参加できます。ただし、参加賞はなく、完歩証のみとなります。

■開催日　4月2日（土）、3日（日）　雨天決行
■集合場所　四万十市安並　市民スポーツセンター
■コース・参加料

日　時	コース名	距離	当日受付	日　時	コース名	距離	当日受付
4月2日（土）9時出発	ごり	10km	○	4月3日（日）8時出発	あゆ	17km	○
	あかめ	16km			ふじ	19km	―
	くじら	29km			てながえび	23km	○
					かわせみ	30km	―

参加料　2,000円（高校生以下1,000円）
※参加料は、2日間参加しても同額です。

■昼　食　1食600円（要事前申込）
■申込期限　2月29日（月）

※パンフレットは市役所1階ロビーにもあります。遠方の人はご請求ください。

【問い合わせ・申込先】　四万十川リバーサイドフルウォーク実行委員会
（四万十市安並4231　市民スポーツセンター内）　☎（34）2071

「人が輝き、夢が生まれる 悠久と躍動のまち」を目指して

市長　中平　正宏

新年あけましておめでとうございます。

市民の皆様におかれましては、穏やかで清々しい新年をお迎えになられたことと存じます。

昨年は、市制施行・合併10周年という大きな節目を迎えました。記念行事としてＮＨＫのど自慢をはじめ年間を通して様々な事業を実施してきましたが、その集大成として来たる3月6日（日）、四万十市産業祭「“しまんとのチカラ”フェスタ2016」を開催します。本市の豊かな地域資源を活用した物産品の販売や各種イベントを計画しておりますのでぜひご来場いただき、盛り上げ楽しんでいただければと存じます。また、11周年目にあたる4月10日には江川崎に道の駅「よって西土佐」がオープンします。産業や情報発信の拠点施設として活用し、地域振興を図ってまいります。

2020年の東京オリンピックに向けて地方への波及効果が今後期待され、またインバウンド観光もさらに進んでいくものと考えます。市では、昨年策定した市の総合計画、産業振興計画そして、まち・ひと・しごと創生総合戦略に基づき、活力のある未来に向け職員一同一丸となり「人が輝き、夢が生まれる　悠久と躍動のまち」を目指して取り組んでまいりますので、引き続きのご支援、ご協力をお願い申し上げます。

本年が皆様にとって良き年となりますようご祈念申し上げ、年頭のご挨拶といたします。

開かれた議会・地域の更なる発展を目指して

市議会議長　宮本　幸輝

新年あけましておめでとうございます。

市民の皆様におかれましては、お健やかに新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

昨年は、市制施行・合併10周年という節目を迎えるとともに「総合計画」、「産業振興計画」、さらに「人口ビジョン」、「総合戦略」を策定するに至り、将来を見据え、輝かしい未来に向け新たな第一歩を踏み出した一年でもありました。

市議会におきましては、議会改革の一環として、フェイスブックやインターネット中継の導入などを実現するとともに、議員の政治倫理のより一層の向上と開かれた議会を目指し、「議会議員政治倫理条例」の本年3月制定に向け、現在取り組みを進めているところであります。

また、当幡多地域におきましては、廃棄物処理、観光、道路網や医療態勢の整備など、既に連携・協力し取り組んでいるところでありますが、本年は、四国横断自動車道の早期延伸に向けて幡多6市町村の議会主導にて国や県への要望活動を予定しているところであります。今後とも共通する諸課題につきましては、近隣市町村とも連携しながら地域の更なる発展を目指してまいります。

結びに、市民の皆様にとりまして、実り多い一年となりますことを心よりご祈念申し上げ、年頭のご挨拶といたします。

四万十市は移住支援に取り組んでいます。

高知県の中でも、四万十市は特に移住先として人気が高く「四万十市へ移住したい！」という問い合わせをたくさん頂いていますが、それに対して現在、空き家の数が足りていないという状況です。

移住者の増加による効果は人口減少・少子高齢化対策、地域の活性化や地域の美観にもつながります。

今後の継続的な移住支援のため、使用されていない空き家の情報を募集しています。賃貸・売却希望どちらでも構いません。ご協力をお願いします。

空き家に明かりを灯しませんか

人が住んで、管理してもらうと、住宅の維持に役立ちます。

一定期間住まないと、床が腐ったり、家が傷んできます。

空き家に明かりが灯ると、地域が明るくなります。

山間地や市街地から遠い地域でも大丈夫。

「畑を使う人」「若い人」「家族」などの条件をつける事もできます。

あなたの協力が必要です。

「うちは無理」と諦めずに、移住推進員までご相談ください。

移住者交流会が開催されました　～移住から定住へ～

12月3日（木）に中村本町の喫茶ノラレコードで、移住者交流会が開催されました。10名の募集に対して、子どもを含む13名の参加がありました。

参加者の方からは、四万十市について「人が優しい」「食べ物が美味しい」「星が綺麗」等住んで良かった、という声を聞くことができました。

困っていることは「幡多弁が分からない」「物価が高い」等という方が多くおられました。

今後も、移住者交流会を開催していく予定ですので、今回参加できなかった方も楽しみにお待ちください。

暮らすように旅する四万十市移住ツアー

移住家族の家にホームステイして、移住暮らしを体験できます。お知り合いで移住に興味がありそうな方がいらっしゃいましたら、お声掛けのほうよろしくお願いします。

2016 2/19～21 2泊3日

ツアー対象	ご家族連れ、カップル（移住先での子育てをお考えの方）
定員	5組15名程度（先着）
参加費	無料（集合場所までの往復交通費は自己負担）
集合場所	高知県四万十市役所
申し込み締切	2016年1月末日
申し込み方法	電話、メール、FAX、郵送

※ツアー内容は若干変更になる場合がございます。

お問い合わせ＆申し込み

四万十市 企画広報課 移住推進員
TEL 0880-34-8866　FAX 0880-35-0007
E-mail　iju@city.shimanto.lg.jp

新規空き家情報や、四万十市への移住に関する情報を随時更新しています！
四万十市　移住支援　検索

小森隊員（半家地区）のつぶやき

西土佐の素敵なものにたくさん出逢っています。念願のわら草履作り、稲刈り、鮎を網から外す作業のお手伝いなど色々経験させていただいています。半家天満宮秋祭りの花取り踊りも、師匠の熱心なご指導のおかげで楽しく踊ることができました。牛鬼も五鹿も私にとっては全てが新鮮で、皆さんにいつも親切にしていただいて、半家がもっと好きになりました。これから自分にできることをどんどん探していきます。長い目で応援のほう、よろしくお願いします。

西土佐地域の情報発信のため、Facebookを始めました！
よかったら見てみて下さい。
A day in Nishitosa 検索

地域おこし協力隊活動報告 ーひがしやま作りー

小森隊員と松岡隊員。いい笑顔しています。

芋のいい香りがします。

竹本隊員、もうひがしやま職人のようです。

西土佐産業祭でパチリ。

幡多地域の伝統のお菓子「ひがしやま」作りを継承するため、協力隊で「ひがしやま作り」に取り組みました。どうせなら芋を作るところから始めようと双海の畑をお借りして、芋を育てました。たくさん実ってうれしい反面、芋を掘るのに1日がかりで汗だくになりました。一部の芋は西土佐産業祭の出店材料に使用し、残った分で「ひがしやま」を作りました。今度は私たちから若い世代に「ひがしやま」作りを伝えていきたいです。

首都圏にお住まいのIターン、Uターン希望者にお知らせください！

地域おこし協力隊員 募集！

■募集人員　5名（地域振興3名、道の駅振興2名）

■応募資格
- 住民票が応募時に都市地域等（条件不利地域外の地域）にあり、任命後、本市の中山間地域に住民票を異動させ、そこで生活できる人
- 平成28年4月1日現在、年齢がおおむね20歳～45歳までの人
- 任期終了後も本市の中山間地域に定住する意思のある人
- 土、日および祝日の勤務、夜間の会合参加など、不規則な勤務に対応できる人など

■活動内容

地域振興
- 地域活性化に励む、集落および団体等への協力活動　ほか

道の駅振興
- 地場産品を利用した商品開発および加工販売　ほか

■応募手続
- 受付締切　1月31日（日）必着

※詳しい内容は市ホームページに掲載

【問い合わせ・申込先】（市）西土佐総合支所　地域企画課　☎（52）1111

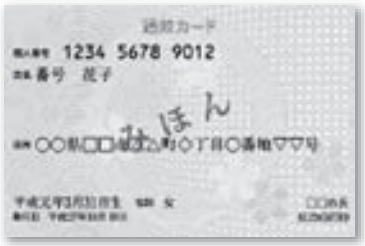
マイナンバーの利用が開始されます！

これまでもお知らせしてきましたが、マイナンバーについてもう一度おさらいしましょう。

マイナンバー

マイナンバーとは、社会保障、税、災害対策の分野で効率的に情報を管理し、複数の機関（例：国・県・市町村）が保有する個人の情報が同一人の情報であることを確認するために活用される12桁のナンバー（個人番号）です。

「通知カード」

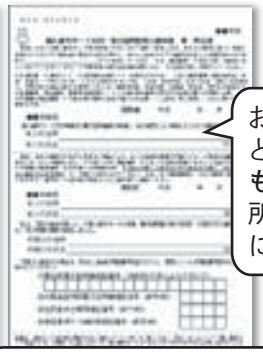


マイナンバーを通知するためのカードで、
券面に氏名、住所、生年月日、性別、マイナンバーが記載されています。
※なお、本人確認書類としては使用できません。

まだ「通知カード」を受取っていない方は、市役所にご連絡ください。

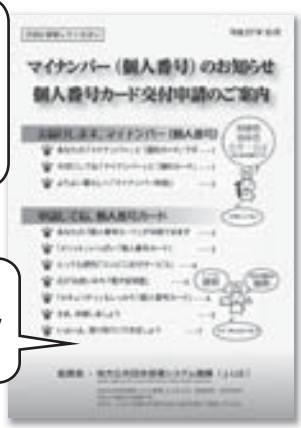
「個人番号カード」

個人番号カードとは、券面に氏名、住所、生年月日、性別、マイナンバーを記載し、本人の写真を表示したもので、
本人確認書類として使用することができます。
※個人番号カードの交付を受けるには、申請が必要です
＊個人番号カードができた方には**ハガキ**でお知らせします



お知らせのハガキと、その他の必要なものを持って、市役所にカードを受取に来てください。

＊最後のページです



＊ハガキの他に必要なもの
通知カードに同封されていたパンフレットの最後のページに書かれています。

マイナンバーの利用開始

マイナンバーの利用が平成28年1月1日より開始となり、**市民のみなさんも国や市の申請様式等でマイナンバーの記載が必要になります。**

その時、本人確認のために、個人番号カードをお持ちの方はそれのみで構いませんが、**通知カードのみであれば、運転免許証、パスポート等の提示が別途必要になります。**

マイナンバー詐欺にご注意を！！

・マイナンバーの通知や利用手続き等で、国や市の職員が家族構成、資産や年金・保険の状況等を聞くことはありません。
・不審な電話はすぐに切り、来訪の申し出があっても断ってください。不審なメールは無視しましょう。
・万が一金銭を要求されても決して支払わないようにしましょう。

【問い合わせ先】
マイナンバー総合フリーダイヤル　☎0120(95)0178
（本庁）市民課 市民係　☎(34)1113

災害に備えて ～防災活動の紹介等～

土砂災害避難訓練・学習会を開催!!

西富山地区

避難訓練（避難ルートを再確認）

土砂災害の備え等、講演に聞き入る参加者

12月6日(日)西富山地区(竹屋敷、上古尾、下古尾)において、南海地震発生後の降雨により川をせき止める大規模な土砂災害が発生したとの想定により、避難訓練を行いました。訓練では、各地区への避難場所にいったん避難した後、指定避難所となっている旧竹屋敷小中学校体育館に再度避難しました。

訓練の中では、避難ルートの確認や避難時間の計測などを行った後、消防無線や市の防災行政無線を活用し、避難状況などの情報伝達訓練も行われました。

その後、同体育館では訓練参加者に対し国土交通省四国地方整備局山地砂防事務所長や高知県土木部、危機管理部の担当職員から土砂災害や南海地震への備え、住宅耐震化の推進について講演があり約50人が熱心に耳を傾けました。

東日本大震災など過去の災害では、訓練したことしか役に立たなかったとの教訓が伝わってきています。今後も、いろいろな形で訓練や学習会を実施し、きたる災害への備えを行っていきたいと考えていますので、その際は市民の皆さんの積極的な参加をお願いします。

木造住宅耐震相談会のお知らせ

お住まいの耐震診断や耐震工事等をお考えの方を対象に、市内の耐震診断士がお住まいの耐震対策(工事内容や費用等)についてご相談に応じます。市で設けている住宅耐震化補助事業についてもご説明しますので、お気軽にお越しください。

◆日　時　2月27日(土)9時～14時
◆場　所　市役所　本庁3階　304・305会議室
◆主　催　(一社)高知県建築士事務所協会
◆共　催　四万十市

※また、2月26日(金)～28日(日)の3日間、市役所1階ロビーにおいて、県内の高校・専門学校・大学・大学院生による建築デザイン作品の展示を行いますので、ぜひご覧ください。

防災行政無線の放送内容が聞き取れなかった場合は…
☎(34)7800
までお電話を！
放送内容を再度確認できます。

このページに関する問い合わせ先
(市)地震防災課
☎(35)2044

毎月第1日曜日は「四万十市自主防災の日」
来月は2月7日(日)　家具の転倒防止対策はお済みですか？

地図製品の供給等に関する災害協定を締結しました

この度、住宅地図等の専門業者である㈱ゼンリンと、災害時に利用することができる住宅地図等を無償貸与していただける協力協定を締結しました。

災害時には、災害発生場所や要救助者宅の特定等、最新の地図は欠かせないものです。今後は貸与いただいた地図を有効に活用し、災害時には迅速かつ適切な災害対応に努めていきたいと考えています。ありがとうございました。

【問い合わせ先】
(市)地震防災課　☎(35)2044

関東・東北豪雨を踏まえた防災情報の提供等に関する説明会・重要水防箇所の合同巡視が行われました

10月26日(月)、四万十市防災センターにおいて、国土交通省主催により、四万十市の水防担当者を対象に、出水時に国の河川管理者が提供する情報とその対応等についての説明会が開催されました。

また、説明会後には、洪水に対してリスクが高い区間(重要水防箇所)である具同堤防と井沢堤防を巡視し、過去の被災履歴や堤防の現状について情報を共有するとともに水防体制の強化を図りました。

水防担当者を対象とした説明会

重要水防箇所の合同巡視

重要水防箇所は、洪水時に危険が予想され重点的に巡視点検が必要な箇所で、洪水が一定の規模になると消防団の方々は危険な状態かどうか、堤防を点検します。

また、その洪水により堤防が壊されたり、洪水が堤防を越えてあふれ出たりしないように、消防団の方々が土のうを積むなどの水防活動をして、堤防を守っています。

国土交通省では毎年重要水防箇所を定めるとともに、出水期前に消防団等と合同巡視を行っています。

四万十川の重要水防箇所はコチラで　→　http://www.skr.mlit.go.jp/nakamura/ema44.html

【問い合わせ先】
国土交通省　四国地方整備局　中村河川国道事務所　工務第一課　☎(34)7304

平成27年12月市議会定例会

市長説明要旨

上（抜粋）

来年度の予算編成の考え方および９月定例会以降における主要課題への取り組みについて２回に分けて報告します。

平成28年度予算編成方針

国は、「経済財政運営と改革の基本方針２０１５」において、わが国の経済は良好な状況を達成しつつあるとしながらも、財政は長期にわたり赤字が継続しており、中長期的に持続する経済成長を実現するためには経済の好循環の拡大、潜在的な成長力強化、まち・ひと・しごと創生等に取り組むことが必要とするとともに、財政健全化を達成することは重要課題であるとしている。

このため、国は、地方の安定的な財政運営に必要となる一般財源の総額について、２０１８年度までにおいて２０１５年度地方財政計画の水準を下回らないよう実質的に同水準を確保するほか、まち・ひと・しごと創生関連事業費は地方創生の深化に向け、地方公共団体が自主性・主体性を最大限発揮した先駆性のある取組みに対して支援するとして、１千億円を超える規模の新型交付金の創設を予定している。

本市の人口は、少子高齢化により漸減し、現状のまま何も手を打たなければ２０６０年には１万６３００人程度になると推計しており、労働力人口の減少や、高齢化に伴う社会保障費の増加等が見込まれ、危機感を持った施策の取組みが求められている。

また、財政面では、普通交付税の合併算定替による財政支援の段階的な縮減が来年度から始まり、歳出においては、庁舎建設や南海トラフ地震対策に伴う公債費の増加等により、一層厳しい状況になっていく。

このような状況を踏まえ、今年３月には県と歩調を合わせた「四万十市産業振興計画」を策定し、総合的な産業振興・雇用の創出に取り組んでいる。あわせて、10月には「四万十市まち・ひと・しごと創生総合戦略」を策定し、人口減少に歯止めをかけ、将来にわたって活力ある、魅力あふれる地域社会の創生に取り組むこととした。

また、事業を実施するためには、財源を確保していく必要があるので、今年５月に策定した「第２次四万十市行政改革大綱」に基づく行財政運営の見直し、事務・事業の見直し等を推進するとともに、所管する事業を原点から再検証し、真に必要な住民サービスを見極め、合併支援措置に頼らない、健全な行財政基盤を確立しなければならない。

平成28年度の予算編成は、本市の総合計画に掲げる将来像である「人が輝き、夢が生まれる　悠久と躍動のまち　四万十市」を実現するため、次の４点を念頭に置き、限られた財源を効果的・効率的に活用するよう取り組む。

１点目は「総合計画に沿った施策の推進」。

「四万十市総合計画」に掲げる市の将来像の実現に向けて、次の６つの基本目標を意識した予算編成に取り組む。

(1)自然と共生した安心で快適なまちづくり
(2)にぎわいと住みやすさのあるまちづくり
(3)地域資源を活かした産業の力みなぎるまちづくり
(4)豊かな心と学びを育むまちづくり
(5)健やかで笑顔のある支えあいのまちづくり
(6)協働で築く地域力のあるまちづくり

２点目は「総合戦略の着実な推進」。

「四万十市まち・ひと・しごと創生総合戦略」のＫＰＩ（重要業績評価指標）達成のための施策・事業については優先的に実施すべきものとして位置づけるとともに、その中でも特に緊急性・重要性の高い関連施策・事業を厳選し、計画的に取り組む。

３点目は「施設等の維持補修・老朽化対策」。

道路や橋りょうなどを含む公共施設の老朽化が進行しており、利用状況や改修費用等の観点から統合・

廃止の視点を持ち、単に新設ではなく、良好に維持し、長寿命化を図るため、適切な維持管理に取り組む。

４点目は「持続可能な財政運営の確保」。

市税や普通交付税の減少により一般財源の大幅な減少が見込まれる状況にあり、より一層の歳入の確保を図り、歳出を抑制することで、持続可能な財政基盤を確立する必要がある。

そのため、「第２次行政改革大綱」に掲げる重点項目を意識し、行財政改革に積極的に取り組んでいく。

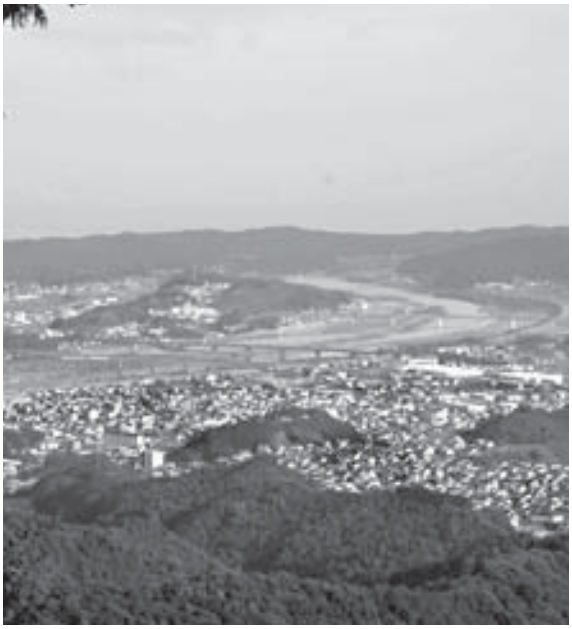
続いて、９月定例会以降における主要課題等への取組みについて。

四万十市まち・ひと・しごと創生人口ビジョン・総合戦略

これまで庁内外の関係者により議論を重ね、10月末に人口ビジョン並びに総合戦略を策定。

本市の人口は、予算編成方針の中でも触れたとおり、国立社会保障・人口問題研究所による推計を基本に、現状のまま何も手を打たなければ、２０６０年には1万６３００人程度にまで減少することが見込まれている。

このことから、戦略人口を位置付ける本市の人口ビジョンについては、今回、実施した市民意識調査結果から、結婚・出産・子育てに関する希望を叶えることで、２０１５年の合計特殊出生率の推計値1・56を２０３０年には1・84に、２０４０年には国と同様の２・07へ、さらには、２０５０年には高知県と同様の２・27まで段階的に改善、上昇させるとしている。加えて、現在、転出超過の傾向が緩和されている状況を踏まえ、産業の振興による雇用の場の創出と移住対策の強化を図ることで、２０２０年以降、社会移動を転入超過へ転換したうえで、２０６０年には２万５００人に止めることを目指すことにしている。



次に総合戦略については、昨年度策定した「四万十市総合計画」の重点プロジェクトの具体の施策・事業の検討と併せ、「四万十市産業振興計画」に位置付けた重点事業を基本に、特に人口減少の一番の要因となる出生数を増加させていくために、結婚・出産・子育て支援を盛り込み、対策を強化していくこととしている。

計画期間は２０１９年までの５か年とし、「地産外商により安定した雇用を創出する」、「新しい人の流れをつくる」、「若い世代の結婚・妊娠・出産・子育ての希望をかなえる」、「地域に合った小さな拠点をつくり、まちとの連携により市民のくらしを守る」の４つを基本目標に、19項目の目標数値と１０３項目のＫＰＩ（重要業績評価指標）を設定し、その実現のため１２５の具体的施策・事業を位置付けている。

今後、本戦略の効果的な推進のため、地方創生に係る新型交付金の制度内容に注視しながら、積極的な活用に努めていく。

また、本戦略を計画的に遂行していくためには、進行管理が重要かつ必須なので、庁内組織である「四万十市まち・ひと・しごと創生推進本部」と外部有識者組織の「四万十市まち・ひと・しごと創生会議」において、ＰＤＣＡサイクルにより、設定した数値目標とＫＰＩを基に、進捗状況の評価、検証、計画の修正・追加を毎年行いながら、より効果的で実効性のある総合戦略に磨き上げ、四万十市の創生を推進していく。

少子化対策（婚活事業）

今年度は、民間事業者の企画力や実行力を活用し、これまでのパーティー主体の内容から方向を変え、人材育成の視点を取り入れることを意識した3つの事業を実施して、男性47名、女性46名の計93名の方に参加いただいた。

一つ目は、「五感で感じる小京都」と題し、男女別々にコミュニケーションスキルの向上を図るための講義や不破八幡宮の神事体験を通して男女の交流を図

り、男性20名、女性17名で、マッチングの結果、4組のカップルが誕生した。

二つ目は、「アラフォー！名刺交換会」で、少し年齢層の高い男女をターゲットにし、名刺交換会を通して話すきっかけをつかみ親交を深めることを狙いとしたもので、男女とも18名の参加をいただいた。

三つ目は、「ミライはぐくみ婚」で、男塾、女塾として、人間力向上のための講座を4回実施したうえで、合同パーティーを行ったもので、男性9名、女性11名の方に参加いただいた。

今回は、人材育成の視点を取り入れたことから、学習面のウエイトが上がるにつれて、参加者の確保が難しくなる、あるいはマッチングを強調することへの拒否感も見受けられるなど、課題も見えてきた。

しかしながら、参加者へのアンケート調査では、3つの事業とも評価は非常に高く、また企画内容についてもご意見をいただいているので、これらを参考にしながら、今後ともより実りのある企画となるよう関係者とも検討していきたいと考えている。

道の駅

11月5日に「よって西土佐」が県下23番目となる道の駅として、国土交通省から登録を受けた。

このことは大変喜ばしいことであり、国道441号と381号の結節点に位置し、北の玄関口である西土佐地域の活性化に向け弾みがついたものと考えている。

この道の駅は、コンセプトを「四万十の天然、暮らしをゆっくりと感じられる場所」として、ヒト、モノの天然にこだわり、西土佐の日常の暮らしの豊かさにクローズアップし、近年主流になっている「地域の文化や人とのふれあいを求める交流型・個人型観光」の集客や地域住民が気軽に利用できるコミュニティ機能を有している。

今後は、地域の農林水産・商工・観光業のゲートウェイ機能を有するターミナル拠点施設として、地域振興及び産業力の向上を目指していく。

市長日誌 11月15日～12月14日

11月15日 京都高知県人会（京都市）
16日 枚方市役所、アロインス株式会社表敬訪問（大阪府）
17日 四国横断自動車道高知県建設促進期成会
国土交通省要望活動（東京都）
全国「道の駅」連絡総会交流会（和歌山県田辺市）
18日 四国治水期成同盟会連合会 国土交通省要望活動（東京都）
19日 四国治水期成同盟会連合会朝会
全国山村振興連盟通常総会、国保制度改善強化全国大会（東京都）
20日 高知県防災トップセミナー（高知市）
22日 西土佐産業祭
23日 一條大祭例大祭、ＪＡ高知はた中村まつり
25日 土佐くろしお鉄道中村・宿毛線運営協議会臨時総会
27日 四国電力伊方原発3号機再稼動に伴う学習会
28日 四万十市人権フェスティバル表彰式・啓発パレード
西土佐福祉会文化祭、めぐみ乳幼児保育園創立30周年記念祝賀会
30日 県道藪ケ市松野線改良促進期成同盟会 高知県土木部要望活動（高知市）
12月1日 四万十市戦没者並びに満州分村殉難者合同追悼式
3日 古津賀第2団地要望受
土佐くろしお鉄道株式会社取締役会、高知県国民健康保険団体連合会理事会（高知市）
4日 12月市議会定例会開会（～21日）
四万十市産業振興計画フォローアップ委員会
6日 片魚ふるさとまつり
7日 道の駅「よって西土佐」登録証伝達式および現地説明会
高知県予土線利用促進対策協議会臨時総会
モラロジー勉強会
8日 天神橋商店街振興組合要望受

臨時職員の登録者を募集しています

市では臨時職員の登録者を随時募集しています。

●募集職種について

随時募集している職種は「事務職」、「保育士」、「調理員」、「看護師」等です。
特に「保育士」、「調理員」、「看護師」は常時不足している状態です。

●募集条件について

募集者は下記の条件を満たす方です。なお、職種によっては資格や免許が必要です。

・満18歳以上（学生不可）　・通勤可能な方

●申込方法（登録方法）について

「四万十市臨時的任用職員登録申込書」に必要事項を記載し、顔写真を貼付のうえ、総務課人事係または総合支所地域企画課地域振興係まで提出（郵送可）してください。
※職種によっては、有資格者である証明書の写しも提出してください。
また、「四万十市臨時的任用職員登録申込書」は市ホームページからもダウンロードできますのでご利用ください。なお、次の要件を満たせば市販の履歴書を使用しても構いません。

・顔写真の貼付　・希望職種の記入　・有している資格の記入

●採用について

ご登録後、必要に応じて登録されている方から選考により採用します。

●注意事項

登録の有効期間は申請日より2年間です。
なお、登録は採用を確約するものではありませんのでご了承ください。

●賃金、職務内容について

賃金、職務内容は下記のとおり職種、資格および経験によって異なります。

（平成27年12月現在）

職種	賃金（日額）	職務内容	担当部署
事務補助	6,800円	各所属における事務補助	（市）総務課人事係 ☎（34）1803
保育士	7,400円	保育所における保育業務	（市）福祉事務所保育係 ☎（34）1780
調理員	6,800円	保育所における調理業務	
看護師	9,100円～11,100円 （経験年数による）	市民病院または西土佐診療所における看護業務	市民病院事務局 ☎（34）1119 西土佐診療所 ☎（34）6477

その他詳細については、お気軽にお問い合わせください。※詳細については市ホームページにも掲載しています。
【問い合わせ先】（市）総務課　人事係　☎（34）1803

広告入り公用封筒等の無償提供者の募集について

市では、公文書発送等に使用する封筒（公用封筒）および市内の各地区文書回覧用回覧板について、無償提供してくださる方を募集します。

募集の内容

（1）広告入り公用封筒
〔角形2号：（本庁用）1万6千枚、（支所用）4千枚、長形3号：（本庁用）4万5千枚、（支所用）5千枚〕
（2）広告入り各地区文書回覧用回覧板
（A4縦：2千冊）
※（1）～（2）のうちいずれかのみの応募も可とします。

募集期間

1月4日（月）～29日（金）

応募方法

四万十市広告入り公用封筒等無償提供者募集要項、四万十市広告掲載物品の無償提供に関する要領および四万十市広告掲載要領を参照のうえ、必要書類を左記まで持参または郵送（必着）にて提出してください。
※必要書類および要項等は、市ホームページの「四万十市からのお知らせ」からダウンロードできるほか、市役所本庁舎1階総合案内および西土佐総合支所で入手することができます。

【問い合わせ・提出先】
（市）総務課　行政管理係　☎（34）1804

市職員の給与等の状況

市職員の給与は、民間給与の動向や各界、各地域からの意見などを総合的に勘案した人事院勧告等に沿い、国家公務員や他の地方公共団体との均衡を図りながら、必要な条例議案を市議会に提案し、決定されます。
平成27年度四万十市の職員数・給与等の現状について市民の皆さんにお知らせいたします。

1. 部門別職員数の状況（平成２７年４月１日現在）

区分			職員数			備考
部門			平成26年	平成27年	比較	
普通会計部門	一般行政部門	議会	4	4	－	
		総務	79	78	△ 1	
		税務	24	24	－	
		民生	163	162	△ 1	
		衛生	30	29	△ 1	
		農水	27	26	△ 1	
		商工	11	11	－	
		土木	27	26	△ 1	
		計	365	360	△ 5	
	教育部門		48	45	△ 3	
	小計		413	405	△ 8	
公営企業等		病院	135	134	△ 1	※診療所含む。
		水道	12	12	－	
		下水道	3	3	－	
		その他	34	36	2	※国保会計等
		小計	184	185	1	
合計			597	590	△ 7	

（注） 上記の表は、定員管理調査のうち部門別職員数に計上された人数であり、平成26年は教育長を含んでいます。

2. 人件費の状況（普通会計決算）

（単位：千円）

区分	住民基本台帳人口（1月1日現在）	歳出額A	実質収支	人件費B	人件費率（B/A）
２６年度	35,401 人	22,065,809	339,618	3,442,788	15.6%

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

3. 職員給与費の状況（普通会計決算）

（単位：千円）

区分	職員数（A）	給与費				1人当たり給与費（B/A）
		給料	職員手当	期末勤勉手当	計（B）	
２６年度	412 人	1,522,874	291,173	540,723	2,354,770	5,715

（注）1. この表は職員（教育長除く）の給与費について示したもので、事業費支弁給与費も含みます。
2. 職員手当は退職手当を除く扶養手当、住居手当、通勤手当等です。

4. 職員の平均給料月額・平均給与月額および平均年齢の状況（平成２７年４月１日現在）

区分	一般行政職			技能労務職		
	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
市	311,174 円	387,411 円	41.6 歳	342,444 円	363,786 円	47.3 歳
高知県	325,895 円	388,916 円	44.3 歳	320,683 円	347,792 円	56.0 歳
国	334,283 円	408,996 円	43.5 歳	289,141 円	328,318 円	50.2 歳

（注）1.「平均給料月額」とは、平成27年４月１日現在における職種ごとの職員の基本給の平均です。
2.「平均給与月額」とは、給料月額と毎月支払われる扶養手当、住居手当、時間外勤務手当などのすべての諸手当の額を合計したものです。

5. 職員の初任給の状況（平成２７年４月１日現在）

区分		市	国
一般行政職（初級）	大学卒	169,800円	Ⅱ種　174,200円
	高校卒	143,700円	142,100円

6. 一般行政職の級別職員数の状況（平成２７年４月１日現在）

区分	1級	2級	3級	4級	5級	6級	合計
職務の級	主事等	主事等	主査等	係長等	補佐等	課長等	
２７年度	３０人（11.6%）	３８人（14.6%）	２５人（9.6%）	１０２人（39.2%）	３９人（15.0%）	２６人（10.0%）	２６０人（100.0%）

（注）1. 税務職、福祉職、医療職等を除いた級別職員数の状況です。
2.（ ）内はそれぞれの構成割合を示したものです。

7. 職員手当の状況（平成２７年４月１日現在）

区　分	市	国
期末および勤勉手当	期末手当　勤勉手当 ・6月期　1.2　月分　0.7月分 ・12月期　1.35　月分　0.7月分 計　2.55　月分　1.4月分 職制上の段階、職務の級等による加算措置 （5％～15％）	期末手当　勤勉手当 ・6月期　1.225　月分　0.75月分 ・12月期　1.375　月分　0.75月分 計　2.6　月分　1.5　月分 職制上の段階、職務の級等による加算措置 （役職加算5％～20％） （管理職加算10％～25％）
退職手当	（支給率）　自己都合　勧奨・定年 ・勤続20年　20.445月分　25.55625月分 ・勤続25年　29.145月分　34.5825　月分 ・勤続35年　41.325月分　49.59　月分 ・最高限度額　49.59　月分　49.59　月分 ・その他 定年前早期退職特例措置 （2％～20％加算）	（支給率）　自己都合　勧奨・定年 ・勤続20年　20.445月分　25.55625月分 ・勤続25年　29.145月分　34.5825　月分 ・勤続35年　41.325月分　49.59　月分 ・最高限度額　49.59　月分　49.59　月分 ・その他 定年前早期退職特例措置 （2％～45％加算）
	退職時特別昇給　無	退職時特別昇給　無

区　分	内　容	国の制度との異同
扶養手当	扶養親族である配偶者　月額13,000円 配偶者以外の扶養親族１人につき　月額　6,500円 配偶者のない職員の扶養親族の１人目　月額11,000円 満16歳の年度始めから満22歳の年度末までの子1人につき（加算）　月額　5,000円	同　じ
住居手当	借家（月額12,000円を超える家賃を支払っている職員） ・家賃23,000円以下　家賃－12,000円 ・家賃23,000円超55,000円未満　（家賃－23,000円）×1/2＋11,000円 ・家賃55,000円以上　27,000円	同　じ
通勤手当	① 交通機関使用 ・1カ月当り運賃等相当額55,000円を限度として支給 ② 自動車等の用具使用 ・使用距離が 2km～ 5km未満　月額 3,300円 ・使用距離が5km～35km未満　1km増す毎に700円加算 ・使用距離が35km～45km未満 1km増す毎に800円加算 ・最高限度額（45km以上）　月額 33,100円	①　同　じ ②　異なる 自動車等の用具使用距離区分について細分化している。

8. 特別職の報酬等の状況（平成２７年４月１日現在）

区　分		月　額	期末手当
給　料	市　長	８２０，０００円	６月期　１．３７５　月分
	副市長	６８３，０００円	１２月期　１．５７５　月分
	教育長	６１１，０００円	計　２．９５　月分
報　酬	議　長	３９０，０００円	６月期　１．３７５　月分
	副議長	３２７，０００円	１２月期　１．５７５　月分
	委員長	３１２，０００円	計　２．９５　月分
	議　員	３０２，０００円	

9. 職員の福祉について

職員の共済制度は、病気・負傷などについて適切な給付を行う相互救済を目的とするもので、高知県市町村職員共済組合が制度を運用し、保険給付などを行っています。

その他に宿泊施設などの利用助成事業および職員の慶弔などにかかる給付事業などを行う高知県市町村職員互助会に加入しています。

(1)健康診断および予防接種の実施

区　分	受診者数
定期健康診断	２１９人
ガン検診・人間ドック	４３９人
インフルエンザ予防接種	２１７人

(2)高知県市町村職員互助会について

会員数	会員掛金額	市の負担金額
６０２人	１２,６４８千円	１２,６５２千円

主な事業内容
（医療費など給付金、各種祝金、弔慰金、人間ドック・施設の利用・厚生事業への助成）

10. 職員数の推移（各年度４月１日）

（単位：人）

22年度	23年度	24年度	25年度	26年度	27年度	5年前との比較	
						増減数	増減率(%)
６０１	６０６	５９７	５９６	５９７	５９０	△１１	△１．８

（参考）　（単位：人）

17年度（市村合併時）	17年度との比較	
	増減数	増減率(%)
６９６	△１０６	△１５．２

（注）各年における定員管理調査において報告した職員数

市職員の給与等の状況は、地方公務員法および市条例に基づき、「四万十市の人事行政運営等の状況」で公表しています。
なお、詳しい内容は、四万十市公式ホームページ等でご覧になれます。

■閲覧方法等　四万十市公式ホームページ、市役所本庁総務課
【問い合わせ先】　総務課人事係　(34) 1803（直通）

トンボ自然公園からお届けします！

トンボ王国ニュース【vol.5】

問 観光課 観光係
TEL（34）1783

ーお正月イベントのお知らせー

イベント1　お年玉プレゼント！

トンボは、前へ前へ飛び後ろに下がらない勇猛果敢な姿から、縁起のいい「勝ち虫」といわれ、かつての戦国武将たちは鎧や兜などのモチーフに好んで使ったといわれています。また、その素早く飛びまわり蚊を捕食する様子は「羽子板で羽根をつく様子」に連想され、「羽根つき」は、蚊にさされないための「健康へのまじない」だったという説もあります。

そこで、「受験生の合格」と「健康」を祈願し、トンボビーズをお年玉プレゼントします。お正月は学遊館へ来て、縁起のいいトンボビーズを手に入れましょう！

期間：1月1日(金)～3日(日)
対象：学遊館入館料、グッズ購入など千円以上ご利用で、トンボビーズストラップ・ブローチのいずれか1個をプレゼント(限定300個)

イベント2　「つくってあそぼ！」トンボ紙ひこうき大会

トンボ王国大人気グッズ「紙のおもちゃシリーズ」の中から、自分で切って折って紙飛行機をつくり、「紙飛行機大会」を行います。上位入賞者には景品を用意しています。

日時：1月3日(日)13時30分集合
場所：四万十川学遊館
対象：小学生以下の有料入館者(材料費は無料)

四万十川学遊館リニューアル情報　その5

さかな館に、四万十川の生物紹介コーナーがお目見えしました。

四万十川の動植物約50種の生態を写真パネルで紹介しています。

クイズも交えた楽しい内容となっていますのでぜひご覧ください。

来て・見て・みつけて！　1月のトンボと植物たち

寒い冬を越すトンボ　～ホソミイトトンボ越冬型～

とてもスマートで水色が綺麗なトンボです。冬の間、日当たりがいい山際の崖などで、垂れ下がった木の根などに身を寄せじっとしていますが、暖かな日中には活動しています。

公園内では、高森山登山口周辺が観察ポイントの一つです。

ちいさなちいさな春さがし～キツネノボタン～

真冬でも、少し暖かい日が続くと春の花が咲いています。キツネノボタンが目立ちますが、ホトケノザやキランソウなども咲いていることがあります。暖房の効いた部屋を飛び出し一足早い「春探し」はいかがでしょうか？

菜の花展覧会　作品募集!!

1千万本の菜の花が見頃を迎える3月、四万十川の河川敷で行われる「入田ヤナギ林菜の花まつり」にあなたの作品を飾りませんか。

募集作品
花をテーマにした絵であること。水彩画、油彩画等、形式は問いません。用紙は画用紙4つ切以下とします。展示後は作品を返却しますが、野外展示のため、汚れ・破損等については責任を負いませんのでご了承ください。

応募資格　住所・年齢を問いません。

応募方法
3月1日(火)までに、左記まで持参または郵送してください。

展示場所　入田ヤナギ林菜の花まつり会場

展示期間
3月12日(土)・13日(日)・19日(土)・20日(日)・21日(月)の10時～16時
※野外展示のため雨天の場合は展示を行いません。

出展料
無料。郵送による応募の場合の郵送料のみご負担ください。

【問い合わせ・応募先】
(市)観光課　☎(34)1783
四万十市中村大橋通4－10

友好・交流都市物産展 ～友好都市 枚方市にて～

11月19～20日の2日間、大阪府枚方市で「友好・交流都市物産展」が開かれました。本市では、豊富な地域資源を活かした総合的な産業振興を進めるため、官民・各産業間の連携のもと、商品開発や販路拡大に取り組んでおり、地産外商を進める1つとして市関係者や事業者が特産品を持ち込み参加しています。

この物産展は、本市のほか北海道別海町や沖縄県名護市など、枚方市の7つの友好都市・市民交流都市が集まって開催されるもので、訪れる枚方市民のほか、参加市町村へも本市や特産品をアピールするよい機会となりました。

また買い物客の中には、四万十市への旅行の思い出を語ってくれる方もおり、毎年この物産展を楽しみにしてくれている方の多さを実感しました。

市制施行・合併10周年記念事業 西土佐産業祭

第6回西土佐産業祭が11月22日(日)、西土佐中学校で開催され、約2500人の来場がありました。今回は市制施行・合併10周年記念事業の一環として「よって西土佐」をテーマに開催し、農林水産物、工芸品、特産品などの展示・即売が行われました。

また、今回の新たな取り組みとして会場内で同時開催された「うまいもの商店街」では、地域の「うまいもの」の販売が行われ、多くの来場者で賑わいました。イベント会場では、西土佐みのり太鼓の演奏をはじめ、西土佐中学校音楽部、太鼓の演奏、西土佐分校ボランティア隊によるダンスパフォーマンスや幡多ちんどんクラブによるパフォーマンスが披露され、来場者から盛んな拍手が送られました。

一時降雨のあったものの、終始天候の良い中で地域内外に西土佐の産業をアピールすることができ、賑わいのある楽しい1日となりました。

西土佐の中高生、宮川大助・花子と同じ舞台に！「よしもとお笑いライブ in 四万十西土佐」

11月28日(土)、市教育委員会主催の「よしもとお笑いライブin四万十西土佐」が西土佐ふれあいホールで開催され、観客559人が見守る中、西土佐分校のボランティアサークル「ラポール」と西土佐中学校野球部が見事に大御所芸人の前座を務めました。

ラポールはこれまでにも西土佐地域内の各イベントで踊る機会はありましたが、これほどの大人数の前で踊るのは初めて。しかし、物怖じもせず、元気なダンスを堂々と見せてくれました。

西土佐中学校野球部は、「青春ステージ」と題した総勢14人のコントを見事に演じ、会場には大笑いの花火が何度も上がりました。

宮川大助さん・花子さん他、若手芸人3組も、会場を笑いでいっぱいに満たしてくれ、観客の皆さんも楽しんでいただけたことと思います。

当日は、当初の予定席数を大きく越える超満員の来場がありました。

これは、前売り券販売を西土佐老人クラブをはじめとする19の団体および店舗にご協力いただいたおかげです。

本当にありがとうございました。

西土佐分校　Rapport(ラポール)のダンス

市教委だより

～読書活動推進標語　最優秀作品～
「本読んで　夢が広がる　四万十の子」

蕨岡小学校　6年
中岡　竜平

市では、読書を通じ、児童生徒の感性を育み、読解力、想像力、表現力、探究力など学力の基礎的な力を付けることで学力の向上を図るとともに、情報を活用できる能力を高め、次世代を担う人材育成のため、読書活動の推進に取り組んでいます。その取り組みの一つとして、読書活動推進標語の募集を行い、小学校84点、中学校32点の合計116点の応募がありました。審査の結果、蕨岡小学校6年生の中岡竜平さんの作品が最優秀賞に選ばれ、優秀賞とともに11月16日に表彰式が行われました。最優秀作品については懸垂幕に使用し、市役所に掲示するほか、今後の読書活動の推進のため活用していきます。

優秀賞

「ほんよんで　げんきいっぱい　ゆめいっぱい」
中村南小学校　1年　山本　駆

「本読むと　しらないせかいが　みえてくる」
中筋小学校　2年　大家　心優

「大好きな　本をえらんで　さあ読もう」
東中筋小学校　3年　伊賀　心大郎

「読書はね　心そだてる　まほうだよ」
中村小学校　4年　西原　万琴

「世界中　本といっしょに　旅に出る」
川登小学校　5年　伊藤　悠輝

「読書して　広がっていく　夢世界」
下田中学校　1年　宮崎　桂衣

「さあ読もう　私もあなたも　主人公」
大用中学校　2年　伊勢脇　美琴

「四万十の　校舎に広がる　読書の輪」
下田中学校　3年　石川　未遊

図書館だより

平成28年 1 January

開館時間　9:00～18:00

新着おすすめ8+8

一般書

大川契り
がんのPET検査がわかる本
決戦！本能寺
ザ・ブラックカンパニー
人魚の眠る家
毎日からだを調える中華スープ
マリを知るための58章
ラオスにいったい何があるというんですか?
西條　奈加
安田　聖栄
伊藤　潤
江上　剛
東野　圭吾
パン ウェイ
竹沢　尚一郎
村上　春樹

1月の新着図書302冊

児童書／えほん

いちばんのなかよしさん
いろとりどり
かようびのドレス
完全独学！無敵の英語勉強法
19歳の小学生
ぬいぐるみのミュー
ぼくが弟にしたこと
ロックなハート
エリック・カール
マーカス・フィスター
ジュリア・デーノス
横山　雅彦
久郷　ポンナレット
いもと　ようこ
岩瀬　成子
ひこ・田中

★休館日の案内★

1月1日～3日年始の休み
4日(月)定休日
11日(月)定休日
18日(月)定休日
25日(月)定休日
29日(金)館内整理日
2月1日(月)定休日

★雑誌をおゆずりします★

保存期間の過ぎた雑誌・英字新聞を、無料でお譲りします。(英字新聞は本館のみ)
雑誌は一人5冊、英字新聞は5部まで。持ち帰り用の袋は各自でご用意ください。
日時　1月29日(金)　13時30分～17時
(翌日は館内整理により休館日です)
場所　市立図書館　本館・西土佐分館入口
※希望する雑誌等の予約や、取り置きはできません。

問 市立図書館　☎(35)2923

いじめは絶対許さない！
「いじめストップ四万十子どもサミット」開催

11月28日(土)、ＪＡ高知はた農協会館で、「いじめストップ四万十子どもサミット」が開かれました。

このサミットは、市立小中学校25校の児童生徒会代表が集い、いじめをなくすために、子どもたち自らが考え、自らが宣言を行い、自らの手で行動をおこすための取組で、11名の児童生徒で組織された実行委員会が中心となり初めて企画されました。

当日は、約50名の児童生徒の他、学校関係者や保護者ら総勢約１５０名が参加。開会行事では、実行委員長の上田健介さん(中村中学校三年)が『誰かが行動をおこさなければ何も変わらない。今日は真剣に話し合い、四万十市の小中学生が一丸となり、いじめをなくしていきましょう。』とあいさつしました。

最初に行われたグループ討議では、「いじめストップ」に向けた各学校の取組発表を通して、『こんな取組をぜひ自分の学校でもやってみたい』、『いじめを防止するためには、こんな視点が大切なんだ』など活発な意見交換が行われ、子どもたちは、新たにたくさんのことを学ぶことができました。

講演会では、講師の金綱知征先生(甲子園大学准教授)から、「いじめを正当化しない」「いじめに加わらない勇気をもつ」など、いじめをなくすために今できることについてのお話があり、「今日集まった皆さんの手で同じ思いをもつ仲間を増やしてほしい」と締めくくられました。

最後に、実行委員から「いじめストップ四万十子どもサミット宣言」が提案され、『相手の立場に立って、思いやりの心で人とふれ合います。』など三つの宣言文が読み上げられると、会場からの大きな拍手で採択されました。

企画・準備から当日の運営までを担った11名の実行委員をはじめ、参加した子どもたちが、「いじめストップ」という一つの目的に向かって真剣に議論している姿は、大きな感動を与えてくれました。

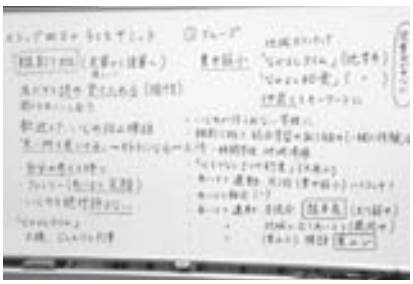
このサミットで議論した内容や取組をそれぞれの学校の全校集会や学級会などの場で伝えていただくことで、いじめストップに向け、自ら行動をおこす子どもたちの輪が広がっていくことを期待しています。

11名の実行委員(感謝状贈呈)

グループ討議

実行委員長あいさつ

サミット宣言(案)発表


討議内容(各グループ発表)

【サミット実行委員】

東山小学校	六年	坂東愛華
蕨岡小学校	六年	福留直輝
〃	五年	中谷夕天
具同小学校	六年	泉谷悠太
蕨岡中学校	三年	中屋春希
中村中学校	三年	上田健介
〃	三年	津野新菜
後川中学校	二年	中川幸暉
〃	二年	渡邊稀音
中村西中学校	三年	黒田夏花
〃	三年	尾崎聖来

『いじめストップ四万十子どもサミット宣言』

私たちは、いじめを絶対許さない心を持ち、みんなで力を合わせ、いじめをなくしていくために、次のことを宣言します。

一　相手の立場に立って、思いやりの心で人とふれ合います。
一　困ったとき、一人で抱え込まず、まわりの人に相談します。
一　仲間はずれやいじめに素早く気づき、勇気をもって止めます。

ご質問・ご意見をお寄せください
(市)教育委員会　☎(34)1136　FAX(34)4271　E-mail：school@city.shimanto.lg.jp
西土佐教育分室　☎(52)1110　FAX(52)1446　E-mail：n-school@city.shimanto.lg.jp

1年に1度は健診を
～健康は自分で～

保健カレンダー 1

健診　教室・学習会　相談　献血

月日		時間		事業名	場所
1月	12日(火)	9:30～11:00	?	乳幼児相談、ママタッチ	健康管理センター
	13日(水)	10:00～11:30	📖	マム＆チルドレン	具同体育センター
		9:00～11:00	?	出張健康相談	JA高知はた西土佐支所
	18日(月)	9:00～11:00	?	定例健康相談	西土佐総合支所
	21日(木)	受付 13:30～	健診	乳児、1歳6カ月児、3歳児健診	西土佐保健センター
	26日(火)	7:30～9:30	健診	胃がん検診(未受診者対象)	四万十市立武道館(安並)
		9:30～11:30、13:30～15:30	健診	子宮頸がん検診(未受診者対象)	
		9:00～11:30、13:30～16:00	健診	乳がん検診(未受診者対象)(注)	
	27日(水)	12:50～13:30	健診	乳児健診	健康管理センター
		10:00～11:30	📖	マム＆チルドレン	具同体育センター
	28日(木)	9:30～11:30	📖	ぴよっこクラブ(親子の集い)	西土佐保健センター
	29日(金)	12:50～13:30	健診	1歳9カ月児健診	健康管理センター
	30日(土)	受付 8:45～	?	西土佐健康のつどい	西土佐保健センター
2月	1日(月)	9:00～11:00	?	定例健康相談	西土佐総合支所
	3日(水)	12:50～13:30	健診	乳児健診	健康管理センター
	5日(金)	12:50～13:30	健診	3歳児健診	健康管理センター

注)乳がん(マンモグラフィ)検診は人数制限があるため、当日の飛び込み受診はできない場合がありますので、ご注意ください。
※1月10日(日)までの計画については、広報四万十12月号に掲載しています。

【問い合わせ先】(本庁)保健介護課　☎(34)1115　(総合支所)保健課　☎(52)1132

郵送による大腸がん検診のお知らせ
～本年度の大腸がん検診は、お済みですか？～

大腸がん検診は、便に潜む血液の有無を調べる検査です。その検査をより受けやすくするために、便採取後に郵送で提出していただく方法による検診を高知県が試行的に実施します。本年度、まだ大腸がん検診を受けられていない人はぜひこの機会に申し込みください。

【対象となる人】
市内に住所を有する40歳以上で、平成27年度(平成27年4月1日～)に大腸がん検診を受診していない人

【自己負担額】300円

【申込期間】1月6日(水)～2月15日(月)

【申込方法】
左記申込先の市役所窓口にて受け付けます。
申込受付時間　8時30分～17時(土・日・祝日を除く)

健康維新の志士
けん　しんたろう君

【検診の流れ】
①市保健介護課または保健課の窓口までお越しください。
②料金300円のお支払い後に、大腸がん検診容器、提出用封筒、検診方法を記載した用紙等をお渡しします。
③便を採取後、容器に入れて提出用封筒にて総合保健協会宛に郵送してください。
④検診結果に異常があった場合のみ、市から連絡します。
(異常が認められない場合、連絡はありません)

【問い合わせ・申込先】
(本庁)保健介護課　保健衛生係　☎(34)1115
(総合支所)保健課　☎(52)1132

四万十市健康増進計画（第2期）笑顔で伸ばそう健康寿命　シリーズ⑨
～お酒は適量に、週2日は休肝日を持とう！～

《四万十市健康の秘訣（ひけつ）12か条》
第8条「お酒は適量に、週2日は休肝日を持とう！」

適量の飲酒は、ストレス解消や疲労回復などに役立ちますが、適量を超えた飲酒は、肝機能障害やアルコール依存症などにつながります。週2日は休肝日を持ち、寝酒は避け、適量を上手に楽しみましょう。

適量飲酒とは、1日1合程度（1日平均純アルコールにして約20g程度）といわれています。

適正飲酒の10ヶ条

1　談笑し 楽しく飲むのが基本です
2　食べながら 適量範囲でゆっくりと
3　強い酒 薄めて飲むのがオススメです
4　つくろうよ 週に二日は休肝日
5　やめようよ きりなく長い飲み続け
6　許さない 他人（ひと）への無理強い・イッキ飲み
7　アルコール 薬と一緒は危険です
8　飲まないで 妊娠中と授乳期は
9　飲酒後の運動・入浴 要注意
10　肝臓など 定期検査を忘れずに

出典：社団法人アルコール健康医学協会

次回は、健康の秘訣12か条の第9条「受動喫煙を防ごう」です。

四万十市健康増進計画の詳細は市ホームページに掲載しています。

【問い合わせ先】
（市）保健介護課 保健衛生係
☎（34）1115

健康福祉委員会だより vol.7
～災害時に備えていきます～

【津賀地区健康福祉委員会】
人口カルテ：31世帯80人（男性37人・女性43人）
65歳以上31人・高齢化率39％
（平成27年10月1日現在　市人口統計月報）

11月19日、津賀地区健康福祉委員会の料理教室におじゃましました。

この日のテーマは『災害時の食の確保』ということで、大地震が発生して3日たったが、電気が復旧せず、水道も止まっているという設定です。そのため、調理中は電気を消し、水もポリタンクに準備した40リットルしか使用できない中、限られた食材を使っての料理教室となりました。

電気が使用できないため、ご飯は羽釜で炊き、おかずはカセットコンロでの調理です。皆さん、羽釜を使うのは何十年ぶりのことで覚えていないと困っていましたが、だんだん昔のことを思い出し、とても手際良く炊き上げました。

また、栄養士から洗い物を減らすために、食材を混ぜ合わせる時にボールの代わりにビニール袋を使ったり、皿に食器用ラップやビニール袋をかけてから盛り付ける等のアドバイスを受け、「ビニール袋とラップは大量に準備せんといかんね。」と実感しながら料理していました。

おかず6品とご飯が完成すると、男性たちも駆け付け、昼食を兼ねた試食会です。そして、食後は津賀地区の災害時の問題点等について話し合いました。この料理教室を通して、防災への意識がさらに高まったと思いました。

【問い合わせ先】
（本　庁）保健介護課　高齢者福祉係　☎（34）1165
（総合支所）保健課　保健係　☎（52）1132

「気づこう！防ごう！高齢者虐待」

シリーズ⑥　介護負担を減らすためにできること～福祉サービスを活用する～

前回お伝えしたとおり、高齢者介護に伴う介護負担により介護者が身体的にも精神的にも追いつめられ、虐待に至ってしまうことがあります。今回は、介護者の介護負担を少しでも軽減するために、四万十市で活用できる主な福祉サービスや制度等についてご紹介します。

例えばこんな時	活用できる福祉サービス等
介護の手助けが欲しい 余暇の時間が欲しい	【介護保険制度】ヘルパーによる入浴介助や、家族が病気や不在時等に高齢者が短期間宿泊できるショートステイ、歩行器の貸与など、多様なサービスがあります。
親が認知症で金銭管理ができず困っている	【成年後見制度】家庭裁判所が認めた「成年後見人」が、認知症など判断能力の不十分な方に代わって契約や財産管理を行い、生活を支える制度です。
認知症の症状のことについて相談したい	【認知症疾患医療センター】四万十市では「渡川病院」が指定を受け、相談を受けています。ケースによっては地域包括支援センターとも連携し、対応にあたります。

介護保険サービスや成年後見制度の利用には手続きが必要です。また、ご相談の内容によっては上記以外にも利用できる制度や、認知症介護に携わるご家族が想いを語りあう「認知症家族の会」等、公的機関以外の支援もあります。詳しくは地域包括支援センターまでご相談ください。次回は認知症介護に関する四万十市の取り組みについてご紹介します。

介護のことで相談したい…虐待かもしれない…と思ったら

地域包括支援センターへご相談ください。相談は無料、秘密厳守で対応します。

中村地域　☎(34)0170〔夜間、土日、休日の連絡先 ☎(34)0170〕

西土佐地域　☎(52)1000〔夜間、土日、休日の連絡先 ☎(52)1111〕

四万十市認知症の人と家族の会「たんぽぽの会」

「たんぽぽの会」は、参加者で認知症介護についての思いや悩みを共有し、支え合うための座談会です。他の人にはなかなか分かってもらえないことも、同じ体験をしてきた人どうしなら分かりあえ、介護で疲れたこころが少しでも楽になるかもしれません。初めての人の参加もお待ちしています。

日時　1月26日(火)13時30分～15時30分

場所　健康管理センター(市民病院敷地内)

★家族の方だけでも、認知症の方とご一緒でもかまいません。

★四万十市地域包括支援センターの職員も参加します。

【問い合わせ先】

「たんぽぽの会」事務局(松岡)　☎☎(34)4528

四万十市地域包括支援センター　☎(34)0170

ふれあいカフェ「たんぽぽ」もはじめました

認知症の人とその家族や地域の皆さんが、日々の介護のことや自分自身のことなどを語り合い、気持ちが「ほっと」温かくなるような交流の場として月一回開催します。ゆったりとしたカフェの雰囲気の中でお茶を楽しみながら、いろいろな話をしてみませんか。

認知症のご本人、介護されているご家族、認知症や介護に関心のある人など、喫茶店に寄るような感覚でお気軽にお越しください。

日　時　1月16日(土)10時～15時

場　所　共同作業所ほっとハート(中村東町1丁目5-22)

参加費　200円(飲み物、お菓子)

【問い合わせ先】

共同作業所ほっとハート(谷)　☎☎(34)2373

「たんぽぽの会」事務局(松岡)　☎(34)4528

ねんきんだより

～新成人の皆さんへ～ 20歳になったら国民年金!!

国民年金は、年をとったときやいざというときの生活を、現役世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。

具体的には、若いときに公的年金に加入し保険料を納め続けることで、年をとったときや、病気やケガで障害が残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、年金を受け取ることができる制度です。

国民年金のポイント

◎将来の大きな支えになります

国民年金は20歳から60歳までの人が加入し、保険料を納める制度です。

国が責任をもって運営するため、安定していますし、年金の給付は生涯にわたって保障されます。

◎老後のためだけのものではありません

国民年金には、年をとったときの老齢年金のほか**障害年金**や**遺族年金**もあります。障害年金は、病気や事故で障害が残ったときに受け取れます。また遺族年金は、加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族（「子のある配偶者」や「子」）が受け取れます。

ご存じですか？「学生納付特例制度」と「若年者納付猶予制度」

★「学生納付特例制度」

学生の方は一般的に所得が少ないため、ご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

対象となる学生は、学校教育法に規定する大学（大学院）、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校および各種学校（修業年限1年以上である過程）、一部の海外大学の日本分校に在学する方です。

★「若年者納付猶予制度」

学生でない30歳未満の方で、ご本人および配偶者の所得が一定額以下の場合に、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

国民年金のご相談・手続き等については年金事務所または市役所までお問い合わせください。

《問い合わせ先》
幡多年金事務所（中村東町2丁目4－10）
☎（34）1616
（本　庁）市民課市民係
☎（34）1113
（総合支所）西土佐住民分室
☎（52）1111

戦没者遺族相談員について

戦没者遺族相談員が任命されましたので、お知らせします。

相談員は、戦没者ご遺族の福祉増進を図るために設けられた制度で、厚生労働大臣から任命された次の方が相談業務に当たっています。

■戦没者遺族相談員
伊與田　仁美（四万十市具同）
※任期
平成27年10月1日～
平成29年9月30日

【問い合わせ先】
（市）福祉事務所 社会福祉係
☎（34）1120
（県）地域福祉部 地域福祉政策課
☎ 088（823）9662

寄付のお礼

11月28日（土）に、市立文化センターで開催されたチャリティ合同舞踊会の収益金を四万十市の社会福祉のために役立てて欲しいとのことで、慶祥流祥芳会（慶祥芳之さま）、若柳流小鳩会（若柳吉鶴司さま）から、10万円のご寄付をいただきました。

いただいた寄付金については、四万十市社会福祉基金へ積立し、社会福祉事業のために使用させていただきます。ありがとうございました。

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)

節分製作

紙コップでお豆入れを作るよ。できたらみんなで「鬼は～外～！」豆まきの練習もしようね。

時 ①グループ1月19日(火)、②グループ20日(水)
③グループ21日(木)

場 子育て支援センター

※新たに参加を希望される人は、準備などの都合がありますので、あらかじめご連絡ください。(活動内容によっては、ご遠慮をお願いする場合もあります)①など番号が付いている活動は、日程ごとにグループに分かれます。

園庭開放 ※雨天の場合は中止します。

保育所名	月日		時間	駐車場
具同保育所	2月8日	月	9:30～10:30	数台有
もみじ保育所	2月10日	水	9:30～11:00	〃
古津賀保育所	2月9日	火	10:00～11:00	〃
東山保育所	1月21日	木	10:00～11:00	〃
八束保育所	1月18日	月	9:30～10:30	〃
愛育園	1月21日	木	9:30～10:30	なし
	2月12日	金		

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。

※活動のある日の午前中は、相談に応じられない場合があります。

その他の活動

◆お誕生会

12・1月生まれのお誕生日をみんなでお祝いしようね。ぽっぽさんは、誕生会後ティータイムもあります。参加される人は、子どもさんの飲み物と、お茶代50円・手作りおやつ材料代100円、合わせて150円をご持参ください。おつりのいらないようにお願いします。

時 [ぴよちゃんクラブ]1月28日(木) 9:30～11:30
[1・2・3歳児](ぽっぽ)1月29日(金) 9:30～11:30

場 子育て支援センター

◆豆まき

今年1年元気に過ごせるように、みんなで豆まきをするよ。お母さんと力を合わせて鬼をやっつけよう！

時 [ぴよちゃんクラブ]2月2日(火) 9:30～11:30
[1・2・3歳児](ぽっぽ)3日(水) 9:30～11:30

場 子育て支援センター

◆救命救急講座(妊婦・0・1・2・3歳児対象)

火災の多い季節です・・・今回は、火災予防などの話も含めて、消防士さんにお話をしていただきます。また、AEDの使い方も教えてもらいましょう。

時 2月8日(月) 10:00～11:00

場 子育て支援センター

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

心豊かに食する 介護食編パートⅡ

飲み込みやすくするために、あんをからめたり、トロミをつけることによって飲み込みやすくなることはよく知られていますが、そのほかにもさまざまな方法があります。今回は油脂類を使用することで軟らかい食感に仕上げる方法をご紹介します。

ふんわり卵焼き

<材料>

- 卵 …… 2コ
- マヨネーズ… 大さじ1
- みりん …… 小さじ1
- しょうゆ …… 小さじ1
- 水 …… 大さじ2
- サラダ油 …… 少々

作り方

①ボウルに卵とマヨネーズを入れてよく混ぜ、調味料を加えてさらに混ぜる
②フライパンに油を敷き、①をお玉約1杯程度入れて薄焼きにし、巻いていく

＊卵と混ぜた時、マヨネーズが少々だまになっていても、熱を通すと溶けるので大丈夫！
＊マヨネーズハーフでもやわらかくなります。

栄養成分 全量(2～3人分)
エネルギー :112kcal
たんぱく質 :12.5ｇ
コレステロール:423㎎
食塩相当量 :1.1ｇ

★油脂でまとめる
油やマヨネーズなどの油脂を食材に混ぜることで飲み込みやすくなります。

西土佐診療所 管理栄養士 篠田 知佐

四万十市人権フェスティバル

11月28日(土)、ＪＡ高知はた農協会館で、「四万十市人権フェスティバル」が開催されました。

この事業は12月４日～10日の人権週間の記念行事として毎年開催されているもので、この日は出発式・人権絵画標語展表彰式・街頭パレードが行われました。

人権絵画標語展の表彰式では、市内の小中学校から応募のあった絵画３９６点、標語１６２５点の作品から選ばれた優秀作品の受賞者への表彰が行われました。(受賞者名は31ページに掲載)

街頭パレードでは、中村南小学校の鼓笛隊の皆さんの元気な演奏にあわせ、横断幕を先頭に参加者約１５０人が、沿道の方々に風船や人権啓発グッズを配りながら、農協会館から中村駅をパレードしました。

今後は、１月12日から22日まで、中央公民館で、応募のあった絵画全作品と、標語の優秀作品が展示されますので、ぜひご覧ください。

【問い合わせ先】(市)人権啓発課　☎(35)1035

人権教育推進講座受講生募集!!

日常生活のなかにあるさまざまな人権課題を解決するために、企業・団体、市民を対象に人権教育推進講座を計画的、系統的に実施します。

人権の尊重された地域・職場づくりに向けて、一緒に学習しませんか。

日　時	講　師	内　容
第1講座 1月20日(水) 13時30分～15時30分	高知県人権啓発センター　研修講師	開講式 身近な人権課題～同和問題 講義、班別学習
第2講座 1月27日(水) 13時30分～15時30分	西部教育事務所 社会教育指導主事	身近な人権課題～インターネットと人権 講義、班別学習
第3講座 2月3日(水) 13時30分～15時30分	高知県人権啓発センター　研修講師	身近な人権課題～災害と人権 講義、班別学習
第4講座 2月10日(水) 13時30分～15時30分	高知県人権啓発センター　研修講師	身近な人権課題～人権尊重の社会づくり 講義、班別学習 閉講式

場　　所　四万十市役所　3階会議室
募集人員　40人
対 象 者　市民、企業・団体
申込期限　1月15日(金)まで(土・日・祝日除く)
受 講 料　無料
申込方法　電話で申し込みください。企業・団体などは、別途申込書が必要です。

【問い合わせ・申込先】(市)人権啓発課　☎(35)1035

犬や猫などペットを正しく飼いましょう

●ペットの適切な飼育について

犬や猫などの愛護動物の不適切な飼育について、多くの方が迷惑しており苦情や相談がよせられています。

例
・住宅敷地や駐車場等にフンや尿をされる
・フンや尿の悪臭がある
・花壇、家庭菜園等を荒らされる
・自家用車等を傷つけられる　・放し飼いをしている
・飼い犬のフンの始末をしない　・野良犬がいる
・野良猫が増えている　・夜間に鳴き続け眠れない

ペットの適切な飼育は、動物の愛護および管理に関する法律で定められています。飼い主の思いだけではなく、近所から理解を得られるよう、適切に飼うようにお願いします。

○最後まで責任をもって飼いましょう

家族の一員として、動物の種類に応じた飼い方をして健康・安全に気を配り、最後まで責任をもって飼いましょう。飼えなくなった時は新しい飼い主を探しましょう。

※ご相談は幡多福祉保健所または中村小動物管理センターへ。

○人に危害を加えたり、近隣に迷惑をかけることのないようにしましょう

人に危害を加えたり、鳴き声などで近隣に迷惑をかけることのないように動物の種類に応じてしつけや訓練をしましょう。

ふん尿や毛などで近隣の生活環境を悪化させないようにしましょう。

犬の散歩は必ずリードを付けましょう。

○犬や猫の繁殖制限に努めましょう

繁殖を希望しない場合は、獣医師と相談して不妊去勢手術をするなどの繁殖の制限をしましょう。

※メス猫の不妊手術には補助金制度があります。

詳しくは幡多福祉保健所へ。

●愛護動物を虐待したり捨てる(遺棄する)ことは犯罪です

○愛護動物をみだりに殺したり傷つけた者
…2年以下の懲役または200万円以下の罰金

○愛護動物に対し、みだりにえさや水を与えずに衰弱させるなど虐待を行った者
…100万円以下の罰金

○愛護動物を捨てた(遺棄した)者
…100万円以下の罰金

【問い合わせ先】
(県)幡多福祉保健所　☎(34)5119
中村小動物管理センター　☎(34)6252
(市)環境生活課　☎(35)4147

《交通安全協会だより》

第54回交通安全高知県民大会が、11月19日に高知市文化プラザかるぽーとで開催されました。

交通安全協会会員において、優良運転者等表彰の候補者・団体を推薦させていただき、中村支部からも多数の方が受賞されました。

◎四国管区表彰　4人
◎緑十字銅章表彰　8人
◎県連名表彰　10人
◎県連名表彰　優良学校　市立八束中学校

中でも、八束中学校については、日頃から、生徒1人1人が自転車や歩行の交通マナーに気を付け、学校設立時から交通指導とあいさつ運動に力を入れている学校です。表彰された方々おめでとうございます。

【問い合わせ先】
高知県交通安全協会中村支部
☎(34)0110

教室・講座

男女共同参画推進講座

やさしい動きで、無理せず自分のペースでできるので、
初心者の方にもおすすめのヨーガです。

項目／講座名	期日	時間	定員	場所	受講料	用意するもの
パドマ・ヨーガ療法	1月19日～2月23日（毎週火曜日）（全6回）	19時～20時30分	12人	働く婦人の家 2F 和室	無料	飲物、バスタオル2枚、ヨガマット又は敷物用バスタオル1枚

【対　象】市内に居住または勤務する女性
【講　師】野村　厚子
【申込み方法】本人に限り窓口・電話で受付
1月5日（火）～　定員になり次第締め切り（8月に受講された方は、申込みできません）
9時～17時15分（12時～13時、土・日・祝日を除く）

問申 働く婦人の家 ☎(34)6299

募集

メモリアルウエディング　船上結婚式

4月10日の「四万十の日」に、全国の希望者から選ばれた3組のカップルが、春の四万十川に浮かぶ屋形船で結婚式を行います。挙式をお考えの方は、ぜひお申し込みください。

日　時　4月10日（日）
場　所　佐田沈下橋付近～三里沈下橋付近
内　容
○新郎様のタキシード
○新婦様のウエディングドレス
○屋形船上での人前結婚式（約2時間）を4月10日（四万十の日）に限り、1組あたり4万10円にて挙式します。
申込締切　2月29日（月）
主　催　四万十D&H（ドリーム　アンド　ホープ）
後　援　中村商工会議所
（一社）四万十市観光協会
有限会社　KHK　ほか

ぞっこん四万十

問 四万十D&H（花嫁衣裳おぐら内）　☎(34)2259
〒787-0025　四万十市中村一条通3丁目

催し

第5回 小京都四万十ジュニア駅伝大会

本市の中心市街地である天神橋を発着点とする駅伝大会を通して、児童の健全育成と元気ある街づくりに貢献します。
なお、当日はレースのスムーズな運営を図るため、一部交通規制が行われますので、警察官、交通安全指導員等の指示に従うようご協力をお願いします。

日　時　1月23日（土）
受　付　11時～11時30分　市役所駐車場（車庫前）
開会式　12時30分　天神橋商店街アーケード内
スタート　女子　13時30分
男子　14時45分
閉会式　15時45分　天神橋商店街アーケード内
コース　天神橋商店街発着周回コース

問 小京都四万十ジュニア駅伝大会実行委員会（川西修）
☎(35)0166

情報掲示板 しまんと

健康メモ

やっていますか？手洗い・うがい・咳エチケット

冬は風邪やインフルエンザなどの感染症が多くなる季節です。予防対策のポイントは3つ‼

○「手洗い」は、石けんを手にとり、しっかり泡立て、忘れがちな指の間や爪の間、手首までしっかり洗いましょう。
○「うがい」は、水を口に含み、始めはブクブクうがい、最後にのどの奥でガラガラうがいをしましょう。
○「咳エチケット」は、咳やくしゃみが出る時には、鼻と口の両方をしっかりと覆うマスクを着用します。咳やくしゃみなどの際はティッシュなどで口と鼻を押さえ、他の人から離れましょう。

人ごみの中、家に帰ったとき、食事の前など、ポイントを押さえて、「手洗い・うがい・咳エチケット」を習慣にしましょう。

【問い合わせ先】
（市）保健介護課
保健衛生係
☎(34)1115

今月は
市県民税　4期分
国民健康保険税　7期分
の納付月です

教室・講座

男女共同参画社会推進事業 男性の料理教室

男性だけで楽しく料理をしませんか。お料理初挑戦という方も大歓迎！
少人数ですすめていきますので、お気軽にお申し込みください。

日　時　①1月23日 ②2月20日 ③3月19日
土曜日（全3回）　10時30分～13時
場　所　働く婦人の家　2F調理室
講　師　山﨑　ミヨコ
対象者　市内に居住または勤務する男性
（3回全て参加していただけるようお願いします）
定　員　男性8人（定員になり次第締め切り）
材料費　2千円（初回にご用意ください）
用意するもの　エプロン、筆記用具
内　容　①「こうや豆腐の卵とじ・ぶりのかす汁・ごはん」
②「パエリア・野菜サラダ・スープ」
③「ビーフシチュー・ガーリックトースト・季節の果物」
申込方法　1月5日（火）～本人に限り窓口・電話で受付
9時～17時15分（12時～13時、土・日・祝日を除く）

※講師の都合により日程等変更になることがありますのでご了承ください。

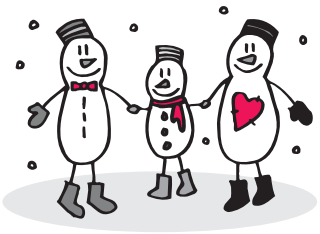
問 申 働く婦人の家 ☎(34)6299

教室・講座

野口芳弘先生「子育て講演会」～やさしく、たくましい子どもに育てる～

子育て中のお父さんお母さん、お孫さんの教育のことで何か気になるおじいちゃんおばあちゃん、家族の絆を結ぶにはどうすればいいのだろうかと悩んだり迷ったりしておられる方など、年代を問わずお聞きいただける内容です。分かりやすくて痛快な野口先生のお話に魅せられて、心がほわっと温まること請け合いです。
お誘いあわせのうえ、ご参加くださいますようご案内いたします。

日　時　1月30日（土）14時～16時
場　所　市立中央公民館　1階大会議室
講　師　野口芳弘
（公財）モラロジー研究所教育者講師
日本教育技術学会名誉会長
植草学園大学名誉教授
参加費　500円（消費税含む）
主　催　四万十教師塾「サンドの会」
しまんとニューモラルサークル
後　援　四万十市　四万十市教育員会
（公財）日本教育公務員弘済会高知支部

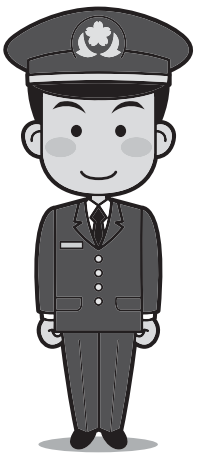


問 申 サンドの会（中山）　☎(36)2877
しまんとニューモラルサークル（福留）　☎(32)1698

お知らせ

自衛官等採用試験（予備自衛官補）

【予備自衛官補一般・技能】
【身分】非常勤の特別職国家公務員
【受験資格】
（一般）18歳以上34歳未満
（技能）18歳以上53～55歳未満
（資格内容により異なります）
※技能公募につきましては、各種資格が必要となります。
下記連絡先までお問い合わせください。
【試験】
（一般）筆記試験（国語、数学、理科、社会、英語および作文）、口述試験、適性検査、身体検査
（技能）筆記試験（小論文）、口述試験、適性検査および身体検査
【試験日】
4月15日（金）～19日（火）の内指定する1日
【受付期間】
1月8日（金）～4月8日（金）
【待遇等】
日額7900円
（教育訓練参加日数分支給）
自宅から訓練実施駐屯地までの交通費を支給します。



問 防衛省 自衛隊高知地方協力本部四万十地域事務所 ☎(35)3096

定期相談所

	日　時	場　所	相談内容	問い合わせ先
行政相談所	1月20日(水) 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 ☎(37)2560 平石眞理子 ☎(35)4250	(本庁)総務課 ☎(37)1804 (総合支所)地域企画課 ☎(52)1111
	2月4日(木) 9時～12時	本村多目的集会所	《相談委員》中平　貞行 ☎(52)1632	
特設人権相談所	2月5日(金) 10時～12時 13時～15時	田黒集会所	金銭・相続・借地借家・結婚・離婚・セクハラ・ＤＶ・いじめ・児童虐待など人権に関する問題(無料・秘密厳守)	高知地方法務局 四万十支局 ☎(34)1600 FAX(34)1601
弁護士資格のある人権擁護委員による特設人権相談所 ※要事前予約(電話、FAX)	1月27日(水) 13時～15時	高知地方法務局 四万十支局 (右山五月町3番12号 中村地方合同庁舎内)	金銭・相続・借地借家・結婚・離婚・セクハラ・ＤＶ・いじめ・児童虐待など人権に関する問題 (無料、事前予約制・1人30分以内)	高知地方法務局 四万十支局 ☎(34)1600 FAX(34)1601

催し

第4回 木村基杯 四万十市水泳大会

木村基さんは、中村桜町に生まれ、高校時代から百メートル平泳ぎで世界新記録を樹立、以後数々の大会で優勝し、現在も「目標を持ってやれば頂点に立てる。希望を捨てるな」を合言葉に活躍されており、この志をたたえ、青少年育成を目的に、大会を開催します。

開催日　2月7日(日)
試合開始　午前8時から開場
場　所　市立温水プール
参加料　500円
主　催　(公財)四万十市体育協会
主　管　藤泳会

問 申 (公財)四万十市体育協会　☎(34)4572
市民スポーツセンター　☎(34)2071

催し

幸徳秋水刑死105周年墓前祭 記念講演会＆交流会

非戦の系譜
大逆事件　土佐の先覚者たち

日　時　1月24日(日)　14時～17時
場　所　市立文化センター　1階会議室
演題・講師
「自由党闘士　奥宮健之」
管野須賀子を顕彰し名誉回復を求める会
奥宮直樹
「神戸平民倶楽部　小松丑治　岡林寅松」
大谷大学大学院　上山慧
入場無料

＊墓前祭は同日12時30分から正福寺(裁判所裏)で行います。

主　催　幸徳秋水を顕彰する会
後　援　四万十市教育委員会

問 幸徳秋水を顕彰する会事務局
☎(36)2778

教室・講座

シニア世代の為のパソコン教室

この教室はパソコンに触ったことも無い初心者から、現在パソコンを楽しんでいる方まで幅広く参加していただけます。初心者の方には電源の入れ方や文字を打つことから始めます。
また、年齢に関係なく参加できますので一年間ゆっくり学んでください。

期　間　平成28年4月から平成29年3月までの1年間
コース・日時等(定員は各コース20人)
□**基礎教室**…初心者も受講可
毎週火曜日　10時～12時30分
□**生涯学習教室**…初心者は受講不可
毎週火曜日　13時30分～16時
□**応用教室**…初心者は受講不可
毎週水曜日　10時～12時30分
□**基礎復習教室**…少しは使える方は受講可
毎週土曜日　10時～12時30分
□**初心者教室**…初心者用講座
毎週土曜日　13時30分～16時
場　所　市立中央公民館1F　情報学習室
対象者　おおむね50歳以上でパソコンに興味があり生活の道具として使いたい、新しい楽しみを見つけたいという学習意欲のある方
募集期間　1月5日(火)～3月19日(土)
※定員になり次第締め切り
受講料　受講料は無料ですが月4回10時間学習の為の教材・資料作成料及び教室運営費として月額3千円が必要です。

問 申 非営利活動市民団体 四万十市シニアネットワーク・パソコン教室
☎(37)2301　携帯090(4978)2452

お誕生おめでとう

（平成27・12・5届出分まで）

住所	赤ちゃん	保護者
中村大橋通	凪（なぎ）	杏奈
中村新町	優伸（ゆうしん）	一成
中村於東町	英士（えいと）	直也
中村丸の内	大倫（ひろみち）	直哉
右山	律（りつ）	泰
不破中脇	愛歌（あいか）	弘樹
古津賀東	恋海（れみ）	清志
古津賀佐々木	南旺（なお）	伸介
古津賀村上	紬葵（つむぎ）	和大
安並近藤	莉杏（りあ）	巴菜
具同谷	咲和（さわ）	春典
具同上野	絢翔（あやと）	智広
具同野坂	優輝（ゆうき）	公生
具同高屋	郁人（ゆうと）	翔嗣
具同上岡	櫻子（さくらこ）	誠
渡川小坂	透琉（とおる）	彰宏
渡川今井	亮太郎（りょうたろう）	治夫
渡川野村	吉（はじめ）	存
渡川山﨑	悠仁（ゆうと）	大弘
荒川中平	丈太郎（じょうたろう）	浩輔
下田楠永	うみ	健之
西土佐江川徳廣	侑亮（ゆうすけ）	小矢香

ご冥福をお祈りします

（平成27・12・5届出分まで）

住所	氏名	享年（満年齢）
中村百笑町	長﨑 晴通	82
中村丸の内	岡村 敬介	70
中村一条通	大原 ヒロヱ	96
中村東町	藏内 美代子	84
中村新町	山﨑 政信	92
右山元町	平井 公夫	77
右山元町	岡村 久惠	96
右山五月町	澤田 須美	86
中	村渡邊 績	86
佐	岡刈谷 浪子	101
秋	田岡上 邦一	78
安並	竹内 樸	93
安並	山川 博賢	70
具同	竹葉 末廣	68
渡	川吉野 嘉明	79
赤	松町武藤 花王	92
生	ノ川上岡 剛	93
山	路田村 清子	96
実	崎上岡 昌躬	82
竹	島片山 貴美子	69
蕨	岡乙西村 豊治	85
奥	鴨川朝比奈 玓巳	82
田	野川甲斐藤 惠美子	68
田	野川甲田邊 千惠子	86
岩	田谷口 至	66
佐	川田岡 美春	91
片	魚松本 冨美惠	91
大	用高橋 徳美	91
西土佐江川﨑	橋本 勇男	83
西土佐江川	柴 ナツヱ	94
西土佐江川	田邉 以末子	89

「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、家族の方に確認したうえで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。

相続登記はお済ですか月間
無料法律相談会

高知県司法書士会では、2月の1カ月間を「相続登記はお済ですか月間」と定め、次のとおり無料法律相談会を実施します。相続登記をはじめとして、遺言、遺産分割協議など相続に関する相談に応じ、適切なアドバイスを行います。

日　時　2月5日（金）10時～15時
場　所　フジグラン四万十2階　フードコート横イベント広場
※予約不要
【問い合わせ先】高知県司法書士会　☎088（825）3143

人が人らしく
★人権さまざま★ 129

先月「人権条約」について述べましたが、今回は「宣言文」を考えてみます。宣言も周囲に向かっての決意表明ですから、程度が低いとか守らなくてもいいというものでは断じてありません。

わが国初の人権宣言といえば一九二二年（大正11）の水平社宣言と言われています。三月三日、京都の岡崎公会堂で、全国の被差別の人々の団体、「全国水平社」を結成しました。奈良県出身の西光万吉が起草した水平社宣言が駒井喜作によって読み上げられ採択されました。その冒頭の文章を掲載します。

―全国に散在する吾が特殊部落民よ団結せよ。長い間虐められて来た兄弟よ、過去半世紀間に種々なる方法と、多くの人々によってなされた吾らの為の運動が、何等の有り難い効果を齎らさなかった事実は、夫等のすべてが吾々によって又他の人々によって毎に人間を冒涜されてゐた罰であったのだ。

そしてこれ等の人間を勦るかの如き運動は、かえって多くの兄弟を堕落させた事を想へば此際吾等の中より人間を尊敬する事によって自ら解放せんとする者の集団運動を起こせるは、寧ろ必然である。……

格調高い名文は「人の世に熱あれ、人間に光りあれ」で終わるのですが、宣言が発表されると国内はもちろん、米、露、英、仏……等世界各国がトップニュースで取り扱ったと言います。

もちろんアジアで初の人権宣言でもありました。世界人権宣言のような、法的な権利や手続きという形式はとってはいませんが、この宣言が今も私達を惹き付けてやまないのは、これが、人間の尊厳を求め、また、人間が尊敬される者であるからこそ差別が不当であるという、人権の最も根本的な原則を、法律の文章ではなく、被差別の立場にある人々の怒りや希望を、熱い情熱で表現しているからではないでしょうか。文中「勦る」という語がありますが、水平社宣言では「いたわり」を拒否しています。同情や憐れみでなく、全ての人が平等に権利を認め合い、自分自身が権利の主体者であると自覚することも意味する言葉だといいます。今に通ずる人権の本質を、的確で鋭い言葉で表現している当時の先人達に改めて敬意を抱いています。

四万十市人権啓発講師
山本衛

市民のひろば

報告

わたり会合同発表会

私たち、わたり会具同地区開かれた学校づくり推進委員会：地域・家庭・学校で組織は、子どもたちの健全育成のために連携・協力しさまざまな活動をしています。

その一環として11月10日(火)には、具同保育所・具同小学校・中村西中学校の子どもたちによる「わたり会合同発表会」を開催しました。具同小学校体育館で行われた発表会は、今年で16回目となります。

園児による歌と遊戯、小学校5・6年生による合唱と合奏、中学生の合唱と学習発表、吹奏楽部の演奏などがあり、具同地区の子どもたちの頑張りと成長を地域全体で喜ぶ芸術の秋にふさわしい催しとなりました。

今後もこうした活動を通して地域全体で、子どもたちを見守っていきたいと考えています。

投稿　わたり会会長

お知らせ

第4回四万十・足摺無限大チャレンジライド開催決定！

3/6

高知西南部の景観や文化が丸ごと楽しめるサイクリングイベント「四万十・足摺無限大チャレンジライド」が今年も3月6日(日)に開催されます！

足摺岬からスタートし、太平洋と最後の清流四万十川の雄大な景観と一体化できる「ロングコース」をはじめ、足摺岬から柏島を往復する「ショートコース」、幡多を一周する「ミドルコース」と、充実の内容になっています。

当日はエイドステーションや、エスコート役による伴走など四万十・足摺地域のみんなが「おもてなし」させていただきます。

自然を愛する自転車乗りの皆さまのご参加をお待ちしております。参加申し込みは下記問い合わせ先よりお願いします。

【問い合わせ先】株式会社相愛　☎088(846)6703
HP　http://www.shimantomugendai.jp/

【人権週間事業「人権絵画標語展」入賞者紹介】

平成27年度「人権絵画標語展」の入賞者をお知らせします。

『人権絵画』

【低学年の部】

市　長　賞：藤本（ふじもと）　迦音（かのん）さん(中村南小2年)
副市長賞：伊勢脇（いせわき）　豊槙（とうま）くん(東山小2年)
教育長賞：佐田（さだ）　奨太（しょうた）くん(東山小4年)
審査員特別賞：有澤（ありさわ）　昊太（こうた）くん(東山小1年)
審査員特別賞：友（とも）　沙織（さおり）さん(中村小2年)

【高学年の部】

市　長　賞：山﨑（やまさき）　友稀（ゆき）さん(八束中2年)
副市長賞：山下（やました）　晴貴（はるき）くん(下田中2年)
教育長賞：加用（かよう）　慧（けい）さん(八束中3年)
審査員特別賞：西内（にしうち）　希海（のぞみ）さん(下田中3年)

『人権標語』

【小学生の部】

市　長　賞：豊永（とよなが）　大空（そら）くん(東山小6年)
副市長賞：弘岡（ひろおか）　峻弥（しゅんや）くん(中村小2年)
教育長賞：上野（うえの）　潮音（しおん）さん(下田小3年)
審査員特別賞：西尾（にしお）　佳夏（かな）さん(竹島小1年)
審査員特別賞：山本（やまもと）　麻央（まひろ）さん(八束小4年)

【中学生の部】

市　長　賞：下村（しもむら）　真平（しんぺい）くん(東中筋中2年)
副市長賞：渡辺（わたなべ）　万紘（まひろ）さん(中村西中2年)
教育長賞：有友（ありとも）　碧（あおい）さん(中村中3年)
審査員特別賞：川添（かわぞえ）　郡（ぐん）くん(蕨岡中2年)
審査員特別賞：中脇（なかわき）　成哉（せいや）くん(中筋中3年)

☆入賞作品は、広報2月号より毎月1作品ずつ紹介していきます。お楽しみに。

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。

12月27日(日)	さたけ小児科	☎(37)2255
31日(木)	正木整形外科	☎(34)5252
1月 1日(金)	市民病院	☎(34)2126
2日(土)	木俵病院	☎(34)1211
3日(日)	佐々木整形外科	☎(34)7177
10日(日)	吉井病院	☎(34)5005
11日(月)	大野内科	☎(37)5281
17日(日)	市民病院	☎(34)2126
24日(日)	山下整形外科	☎(34)0511
31日(日)	竹本病院	☎(35)4151

四万十市急患センター(月～金)(12月31日～1月3日除く)
午後6時～午後9時(受付:午後8時45分まで)
内科(小学生以上) **☎(34)2399(診療時間内)**
※保険証、受給者証等を忘れずにお持ちください。
(市民病院とは別の医療機関になります)

日直指定水道業者

●水道料金は口座振替で●

12月26日(土)	㈱中村住設	☎(34)3621
27日(日)	㈲大杉設備工業	☎(34)2324
29日(火)	㈲福永工業	☎(35)5996
30日(水)	㈲カキタニ設備	☎(33)0660
31日(木)	岡崎プロパン㈱	☎(35)3458
1月1日(金)	㈲夕部設備	☎ 37)3383
2日(土)	西南管工	☎(36)2554
3日(日)	㈱奥宮工業	☎(37)5151
9日(土)	㈲大同設備	☎(35)4879
10日(日)	㈲山下建設	☎(33)0653
11日(月)	豚座建設㈱	☎(34)6031
16日(土)	㈲平野水道	☎(35)2316
17日(日)	溝渕設備	☎090(6882)1395
23日(土)	森下住宅器機	☎(34)4855
24日(日)	土居水道工事店	☎(32)1095
30日(土)	中村水道工事センター	☎(35)4323
31日(日)	㈱中村住設	☎(34)3621

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】(本　　庁)上下水道課　☎(34)1711
(総合支所)産業建設課　☎(52)1111

人のうごき ～11月末日現在～

( )内は、前月との差

総人口	34,998人	(9)	転入	79人
男	16,553人	(11)	転出	45人
女	18,445人	(−2)	出生	28人
世帯数	16,471世帯	(7)	死亡	53人

1月実施の統計調査

調　査　名	該当地区
家計調査	右山五月町、右山天神町、中村大橋通6丁目、中村一条通3丁目、中村一条通4丁目
商業動態統計調査	具同

【問い合わせ先】(県)総務部 統計課　☎088(823)9344

編集後記

公式フェイスブックの取材のため、趣味で多肉植物をたくさん育てているNさんのガレージを訪れました。そのガレージの中には、数えきれない多肉植物があり、全てが生き生きしていることに感動がとまりませんでした。Nさんのマメな手入れはもちろん、植物に対する深い愛情が、植物たちをそうさせているのだと感じました。(真)

有料広告

有料広告掲載スペース

「広報四万十」2月号は1月27日(水)発送予定です

■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丁目10番地
TEL.34-1111(代表)　広聴FAX.0120-459787
URL http://www.city.shimanto.lg.jp/
E-mail kouhou@city.shimanto.lg.jp

リサイクル適性Ⓐ
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。