

# 広報 しまんと

SHIMANTO

No.164

2018

# 12



## しまんとのチカラエスタ (第2回四万十市産業祭)



# 土佐の小京都中村550年祭



## 土佐の小京都中村550年祭実行委員会による清掃

10月22日、土佐の小京都中村550年祭実行委員会のメンバー50名が参加して、予定していた一條教房・一條房基・玉姫の墓に加え、奥御前神社でも、草引きや落ち葉集めなど、約1時間かけて清掃を行いました。



一條教房の墓



玉姫の墓



一條房基の墓

## ロックバランスing in 四万十 開催!!

ロックバランスing(ストーンバランスing)とは、古くから世界中で親しまれている自然石を積み上げるバランスアートで、近年SNS等の普及により注目を集めています。

日本のロックバランスing(石花)の第一人者である石花ちとく氏を講師にお招きし、子どもからお年寄りまで楽しめるワークショップを開催します。お誘いあわせのうえぜひご参加ください。

- 日 時 12月9日(日)9時~12時  
\*上記時間内でお時間の許す限りご参加ください。
- 場 所 四万十カヌーとキャンプの里「かわらっこ」(四万十市田出ノ川)
- 参加料 無料
- 主 催 土佐の小京都中村550年祭実行委員会

【問い合わせ先】土佐の小京都中村550年祭実行委員会事務局 (市)観光商工課  
☎(34)1783・(34)1126



### 一條家から始まる中村物語 ⑨

#### 一條氏の残したもの~不破八幡宮創建

不破八幡宮は一條教房が文明年間(1469~1486年)に京都の岩清水八幡宮を勧請(\*)して創建したもので、当時の土佐一條氏の文化を今に伝える唯一の建造物である。

現在の本殿は永禄元(1558)年~2(1559)年にかけて、京都の宮大工・北代右衛門により再建されたもので、都風の洗練された技術に加え、鯛の彫刻を施すなど細部に室町時代末期の土佐の地方色を見ることができ。平成27~29年度にかけて、屋根の葺き替えや彩色の復元が行われ、今なお建築当時の姿が保たれている。

その不破八幡宮で毎年9月に行われているのが「不破八幡宮大祭」である。一條教房が始めたと言われるこのお祭りは「神様の結婚式」とも呼ばれ、四万十川下流の間崎地区にある一宮神社の女神を迎えて行われる、全国でも珍しい結婚儀礼の神事である。

四万十川、中筋川、後川流域の集落それぞれが神事に関する品を用意したり、神輿にお供えをしたり、神輿を川舟で運ぶなどの役割が当てられており、川を軸として多くの人々が祭りにかかわっている。(以下次号)

\*神仏の分霊を他の場所に移して、祀ること。



■不破八幡宮本殿(国指定重要文化財)



■不破八幡宮大祭での神輿合わせの儀式  
(花嫁、花婿の神輿の担ぎ棒を三回突き合わせる儀式)

## あなたの意見を聞かせてください!

### 「四万十市地域公共交通網形成計画(素案)」パブリックコメント

市では、公共交通の果たすべき役割を明確にし、地域の維持・発展に貢献する持続可能な公共交通網を構築するためのマスタープラン(基本計画)となる「四万十市地域公共交通網形成計画」の策定を進めています。計画の素案を作成しましたので、皆さんの意見を募集します。

- 募集期間 12月12日(水)～平成31年1月7日(月)
- 計画案の閲覧場所 市役所本庁舎3階 企画広報課・西土佐総合支所1階 地域企画課・市公式ホームページ
- 意見の提出方法  
閲覧場所に備え付けの所定の用紙に必要事項を記入し(住所・氏名・電話番号・年齢・性別は必ずご記入ください。)、郵送、電子メール、ファクシミリまたは閲覧場所に直接提出してください。  
※用紙は市公式ホームページからダウンロードもできます。

【問い合わせ・提出先】(市)企画広報課 企画調整係  
〒787-8501 四万十市中村大橋通4丁目10番地  
☎(34)1129 FAX(35)0007 E-mail:mirai@city.shimanto.lg.jp

### 「四万十市文化複合施設基本計画(素案)」パブリックコメント

～ひとが集い、賑わいが生まれる文化施設を目指して～

「市立文化センター」、「市立中央公民館」、「市立働く婦人の家」を複合化して、新しい「文化複合施設」を整備するための「四万十市文化複合施設(仮称)基本計画(素案)」をまとめましたので、皆さんの意見を募集します。

- 募集期間 12月19日(水)～平成31年1月18日(金)
- 計画案の閲覧場所 中央公民館1階 企画広報課 文化複合施設整備推進室・市役所本庁舎3階 企画広報課・西土佐総合支所1階 地域企画課・市公式ホームページ
- 意見の提出方法  
閲覧場所に備え付けの用紙に必要事項を記入し、郵送、電子メール、ファクシミリまたは閲覧場所に直接提出してください。なお、氏名、住所、電話番号、年齢、性別が記載されていれば様式は自由です。  
※詳しくは、市公式ホームページ  
(<http://www.city.shimanto.lg.jp/gyosei/composite/index.html>)をご覧ください。

【問い合わせ・提出先】(市)企画広報課 文化複合施設整備推進室  
〒787-0012 四万十市右山五月町8番22号 市立中央公民館内  
☎(34)1501 FAX(34)1502 E-mail:bunkafukugou@city.shimanto.lg.jp

### パブリックコメント【共通事項】

- 意見を提出できる方  
市内に住所を有する者、市内に事務所等を有する個人・法人等、市内に通勤・通学する者
- 意見のとりまとめ・公表  
提出された意見に対する考え方および基本計画(素案)を修正したときは、その修正内容等を募集期間終了後に「計画案の閲覧場所」等で公表します。

### 『空き家活用』に向けてのアンケート調査

市では、将来的な空き家対策に向けて参考にするため、これまでの調査結果を基に、所有者に対して空き家の管理状況や今後の活用等に関する意向(アンケート)調査を実施します。

対象となる方には、12月中旬に調査票を郵送する予定です。調査票が届きましたらご回答いただきますよう、ご理解・ご協力をお願いします。

※この調査は、高知県居住支援協議会 空家対策部会に委託して実施します。

- 対象者 中村地区、具同地区、東山地区にある空き家の所有者等  
(所有者の相続関係人や空き家を管理している方も対象となります。)
- 回答方法 同封の返信用封筒にて調査票をご返送ください。

【問い合わせ先】(市)まちづくり課 計画係 ☎(34)8150 FAX(34)0381



～ひとが集い、賑わいが生まれる文化施設を目指して～

四万十市文化複合施設基本計画

## ワークショップかわら版

### 第3回「施設機能・事業計画を考える」

11月8日(金)、市役所本庁にて「第3回市民ワークショップ」を開催。28名が参加し、積極的な議論が行われました。最後となる今回は4つの班に分かれ、イベントや行事に使いやすいだけでなく、どのような機能があれば日常的に利用できるか、重点をどこに置くべきかなどについて、グループワークを行いました。

どの班からも「市民が気軽に集まれる場所」「交流の場所」といったキーワードが出され、カフェやキッズスペースの整備など、イベントがない時でも行きたくなる空間やサービスを求める意見が多くありました。また、「自然を生かした」「四万十らしさ」を求める意見のほか、ホールの客席数、施設全体についてバリアフリーへの配慮を求める声など、施設の使い勝手や設備についての意見が多く出されました。

また、最後に施設イメージをキャッチコピーにして各班から発表しました。



地元高校生が会を盛り上げるなど、終始楽しい雰囲気の中で行われました。

「四万十市文化複合施設(仮称)基本計画(案)」のパブリックコメントを実施します。

詳しくは、前頁をご覧ください。

出されたご意見のすべてを、市公式ホームページに掲載しています。ぜひご覧ください。

四万十市 市民ワークショップ

検索

## ～まちの未来を考える～

### 『文化複合施設整備』に関する児童・生徒たちの取り組み

#### ■中村高等学校1年生

10月30日、総合学習の「文化複合施設整備」に関する現地研修に、1年生23名が参加しました。

10月9日の出前授業に続いて2回目となる今回は、新施設を考えるうえで既存の施設を知ると、文化センター、中央公民館、働く婦人の家、JAの各施設を見学したものです。

生徒から施設職員に対し、各部屋の利用状況や駐車場の整備について等、さまざまな質問が出されました。

今後、生徒たちはこれまでの学習結果をまとめ校内での発表会を通じて、ほかの生徒たちと情報共有・意見交換を行う予定です。



#### ■中村南小学校6年生

10月31日、6年生30名を対象に「町の未来を考える」として、「文化複合施設整備」に関する出前授業を行いました。

市の担当者から、既存の施設を複合化して新しい施設を整備することや、整備のスケジュール等を説明すると、児童たちは熱心に聞き入っていました。



◎児童たちが考えた理想の施設像について、一部をご紹介します。

- ・子どもから高齢者まで気軽に楽しく来られる四万十ホール
- ・みんなが来て笑顔になれる四万十ホール
- ・清潔なトイレで大きい駐車場があり、募金ができて子どもが遊べる四万十ホール

【このページの問い合わせ先】

(市)企画広報課 文化複合施設整備推進室 ☎(34)1501 FAX(34)1502 E-mail:bunkafukugou@city.shimanto.lg.jp

# 「昼休み業務」、「水曜日の業務時間の延長」のお知らせ

現在、試行的に実施している窓口業務時間の延長について、利用者の多い部署で継続することとし、1月から本格実施に移行します。お仕事などで業務時間内に来庁できない方は、ぜひご利用ください。

- 移行日 平成31年1月4日(金)から
- 延長時間 ①平日の12時から13時まで  
②毎週水曜日(祝日・年末年始を除く。)の17時15分から19時まで

## ■各施設・部署の取扱業務

施設・部署名		時間等	①昼休み(12時～13時)	②水曜日(祝日・年末年始を除く。)の17時15分～19時
本庁舎 ☎(34)1111	1階	市民・人権課	・証明書発行(住民票、戸籍、印鑑登録証明等 ※ただし一部除外あり) ・国保・後期高齢者医療の各種申請受付等	・左記業務に加え、住所・戸籍に関する届出等
		税務課	・証明書発行(納税証明書、所得証明書、課税証明書、評価証明書等)	
		子育て支援課	・保育所への入所申請、各種手当(児童手当等)の受付等	
		会計課	・市税等の納付	
		健康推進課	・各種申請書(がん検診、特定健診等)受付	
		高齢者支援課	・介護保険の各種申請受付等	
	福祉事務所	・障害者各種減免等、障害者手帳の住所変更等、生活困窮相談等		
4階	収納対策課	・市税等の納付(納付相談)		
5階	上下水道課	・上下水道料金の納付(納付相談)		
中央公民館 ☎(34)7311	生涯学習課	・施設の使用許可申請受付、施設使用料の納付、各種申請受付等		
西土佐総合支所 ☎(52)1111	西土佐住民分室	・証明書発行(住民票、戸籍、印鑑登録証明、軽自動車の納税証明書、所得証明書、課税証明書等 ※ただし一部除外あり) ・国保・後期高齢者医療の各種申請受付等 ・市税等の納付		

## 注意

- ①上の表は市民の方の利用の多い業務について例示したものです。詳細な業務や専門性が高い業務については、事前に担当課へ電話連絡をお願いします。
- ②上の表に記載の業務であっても、担当者不在や、他機関との調整が必要な場合などは一時お預かりし、後日担当より連絡させていただく場合があります。(※業務の性質上、即日対応できない業務もあります。)

【問い合わせ先】(市)総務課 行政管理係 ☎(34)1804

## 年末年始の交通安全運動

年末年始は何かと気ぜわしい時季になり、忘年会や新年会で飲酒の機会が増え、帰省などで交通量も増加し、交通事故が多発する傾向にあります。一人ひとりが交通安全を心がけ、交通ルールの順守と交通マナーの向上に努めましょう。

重大な事故につながる飲酒運転は絶対にしないようにしましょう。

日没が早く、人も車もお互いに見えにくくなります。ドライバーは早めにライトを点灯し、歩行者や自転車は明るい服装や反射材の積極的な着用を心がけましょう。

### ■運動期間

年末 12月6日(木)～  
12月15日(土)までの10日間  
年始 平成31年1月8日(火)～  
1月17日(木)までの10日間

### ■重点目標

1. 子供と高齢者の交通事故防止
2. 飲酒・暴走運転の根絶
3. 自転車の安全利用の促進
4. 歩行者の保護

### 【問い合わせ先】

(本庁)環境生活課 市民生活係

☎(35)4147

(総合支所)地域企画課 地域振興係

☎(52)1111

## 11・3 四万十市みんなで防災訓練

市内17か所で訓練・学習会などを開催し、約2000人の方に参加していただきました。  
また、市が配布した黄色いタオルを使用した安否確認訓練には、  
約4700世帯に参加していただきました。



シェイクアウト訓練

地震発生直後の対応行動の「まず低く 頭をまもり 動かない」を市内一斉に実施



地区内安否確認訓練(市内全域)

市から配布した黄色いタオルなどを使用した訓練



福祉避難所運営訓練(わかふじ寮)

障害の有無等によって、大規模災害時に一般の避難所での共同生活に支障がある方に滞在していただく福祉避難所の運営訓練



一時避難場所所設営訓練(水戸地区西避難タワー・下田地区内)

津波避難場所で一時的に滞在するために必要な簡易トイレ、簡易屋根の設置訓練



津波避難訓練(下田地区・八束地区)

下田地区では要配慮者の避難支援訓練



自衛隊車両、装備品等見学(竹島小)



海上保安庁航空機による情報収集・伝達訓練(市内上空)



医療救護所開設訓練  
大規模災害時に開設される医療救護所の開設訓練



防災大運動会(具同小学校)  
担架リレー・防災〇×クイズなど、防災に関する種目を実施



海上保安庁ヘリコプターによる要救助者搬送訓練(不破)



給水訓練(中村南小・後川中)  
応急給水タンクを組み立て、給水車から実際に給水作業



西土佐運動会でもシェイクアウト訓練



応急救助機関情報伝達訓練(市防災センター)



ペット同行避難訓練(中村南小)  
ペット同行避難者の避難スペースの確保訓練



防災ワークショップ(藤岡中)  
藤岡中学校生徒と地域の方々で地震発生時の行動について話し合いました。



防災講演会(東山小・竹島小)  
東日本大震災を経験された元石巻市立門脇小学校校長の鈴木洋子さんにご講演いただきました。



防災学習会(富山地区集会所)  
高知地方気象台の職員の方による土砂災害に関する学習会



炊き出し訓練  
(八東地区防災活動拠点・竹島小・大川筋中・後川中・東山小・中村南小、富山地区集会所)



避難所運営訓練(中村南小、後川中)  
避難スペースの確保、自家発電機の始動、避難者受付など



避難者用テント、災害用テント設営訓練  
(八東地区防災活動拠点)



高知県緊急消防援助隊受援応援訓練(不破)



自衛隊によって搬送された物資の受け入れ訓練  
(八東地区防災活動拠点・後川中・中村南小)  
自衛隊第50普通科連隊の皆さんにご協力いただきました。



応急手当講習会(四万十看護学院・大川筋中)  
四万十看護学院の生徒さんに、けが人の搬送や応急手当ての方法などを、わかりやすく、丁寧に説明していただきました。日本赤十字社の指導員の方には、身近なものでできる応急手当ての方法を教えてくださいました。



防災参観日(竹島小)



かまどベンチ製作(東中筋小)  
災害時にかまどとして使用可能なベンチが完成

今回の訓練の開催にあたりましては、防災関係機関、各種団体、自主防災組織の皆さんにご協力いただきまして、誠にありがとうございました。  
今後も皆さんで「防災」に取り組んでいきましょう。

## ハザードマップを見てみよう (第7回)

12月になりました。今年の出水期(川が増水することが多い期間)は終了したと言えるでしょう。

振り返ると、6月28日から7月9日まで続いた台風7号とそれに伴う前線による大雨は、後に西日本豪雨災害と呼ばれ、各地に甚大な被害をもたらし、大雨特別警報も発表されました。

7月28日には、東から西へ進路を取るこれまでに類を見ない「台風12号」に襲われました。しきりに報道された「寒冷渦」も記憶に新しいところです。

8月15日から3日間は前線による豪雨が続き、22日からは台風20号が襲来。


9月9日には前線に伴う大雨。増水した河川の水が引ききらないうちに12日から3日間、9日に降った以上大雨が続きました。そして、9月末の台風24号。この台風は、西から東へ進み、日本列島に近づくとつれて速度を上げ、あっという間に過ぎ去る、台風らしい台風でした。

### 積乱雲の発達


「大気の状態が不安定」な時(上空に冷たい空気、地上に温かい空気の層がある時)に発生します。

#### 積乱雲が近づくサイン


真っ黒い雲が近づいてくる



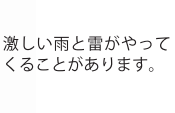
雷の音が聞こえてくる



急に冷たい風が吹いてくる

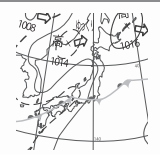


激しい雨と雷がやってくる場合があります。




### 前線の停滞

前線の停滞に起因する湿舌現象により、猛烈な集中豪雨(平成13年9月6日には高知県南西部で7時間で400mm)が発生することがあります。  
\*湿舌現象: 湿った空気が流れ込み大気の状態が不安定になること

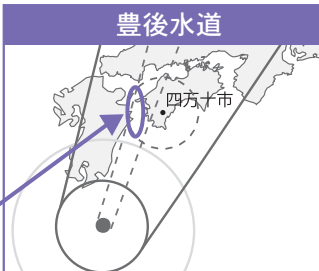


### 台風の接近

台風は反時計まわりに渦をまいているため、進行方向右側から温かく湿った空気が流れ込みます。四万十市の場合は、台風の中心が豊後水道を通るときなど大きな影響を受ける場合があります。



### 豊後水道



P23をご覧ください。積乱雲の発達と前線の停滞は今年の出水期にみられました。

重要なのは、今年は「台風の中心が豊後水道を通る」ことなく出水期が終了したということです。

台風24号は非常に強い勢力を保ったまま接近してきましたが、台風の進行方向左側に入ったこともあり、大惨事にはなりません。しかし、この台風24号の中心が豊後水道を通過していたらどうだったでしょう。非常に強い台風の中心に向かい、海上の温かく湿った空気がエネルギー(水蒸気)を供給し続けていたら、すさまじい暴風と大変な豪雨に見舞われていたかもしれません。

市は、今年の風水害について、前線の位置、台風の進路などがほんの少しずれていたら大変なことになっていたと考えています。

今年あった大雨のことを振り返ってみてください。自身の安全確保は？災害弱者への協力は？自助・共助はどうでしたか？市は、各関係機関と協力しながら、公助をより高いものへ、そして、自助・共助・公助の連携をさらに高めていきます。

市民のみなさん、共に手を取り、協力し、2019年も災害に強い四万十市を目指しましょう。

ハザードマップの見方や活用方法などに関する出前講座を行っています。これまでに13地区、3団体、4校で行いました。お問い合わせ、お申し込みをお待ちしています。

【問い合わせ先】(市)地震防災課 ☎(35)2044 E-mail:bousai@city.shimanto.lg.jp

【問い合わせ先】  
道の相談室(24時間対応)  
☎087(811)8460  
国土交通省 四国地方整備局  
道路部道路管理課  
☎087(851)8061(代表)



■四国の道路情報はこちらから  
「四国道路情報」で検索  
・パソコンから  
<https://www.skr.mlit.go.jp/road/info/index.html>  
・携帯電話、スマートフォンから

冬の道路の通行は、出発前の準備をしっかりと！  
四国の道路も、冬季は積雪や凍結によりスリップ事故や車の立ち往生が発生し、重大な事故・渋滞につながる場合があります。  
お出掛け前の情報収集と冬用タイヤやチェーンの準備をお願いします。



## 四万十市競争入札参加資格審査申請の受付

平成31年度市外業者は平成31・32年度に市が発注する建設工事・物品買入れなどの競争入札への参加希望者は、左記により申請してください。

### ■受付期間

平成31年1月4日(金)～31日(木)  
※土・日・祝日は除く。

### ■申請方法

申請書類の持参または郵送とする。ただし、期間内必着

### ■申請書類

(用紙のサイズは原本以外A4サイズとします。)

### ○競争入札参加資格審査申請書

### ○経営規模等評価結果通知書・総合評

定値通知書(直近のもの写し)

※建設工事のみ

### ○納税証明書

### ○暴力団排除に関する誓約書および

照会承諾書

### ○その他

※詳しくは市公式ホームページをご覧ください。

### 【問い合わせ・提出先】

(市)財政課 管財契約係

☎(34)6120

## 申告はお早めに!!

### 1月は償却資産の申告月です

### ■対象者

平成31年1月1日現在において、市内に所在する事業の用に供することができる償却資産を所有している個人および法人

### ■提出期限

平成31年1月31日(木)まで  
※申告の必要な方には12月中旬を

めどに申告書を送付しますが、届かない場合や新規の申告等で申告書が必要な場合は、ご連絡ください。

### 《お願い》

閉鎖・解散・移転等の場合もその旨を記載した償却資産申告書を提出してください。

### 土地、家屋の異動はありませんか

土地、家屋について次のような異動があったときは、お知らせください。

### ■土地の利用状況(宅地、田、畑、山林、

原野、雑種地等)に変更があった場合

### ■家屋の利用状況の変更や、新築、増

築、取り壊しなどがあった場合

※固定資産税は、毎年1月1日(賦課期日といえます。)に土地、家屋、

償却資産(これらを総称して固定資産といえます。)を所有している人に対し、その固定資産の価格をもとに算定されるものです。

### 【問い合わせ・提出先】

(本庁) 税務課 資産税係

☎(35)4428

(総合支所) 西土佐住民分室

☎(52)1111

## 国民健康保険からのお知らせ ジェネリック医薬品 をご存じですか

### ■ジェネリック医薬品とは

新薬(先発医薬品)の特許が切れた後に販売される「後発医薬品」のことで、新薬と同等の有効成分、効能・効果を持っています。

ジェネリック医薬品は、開発費を大幅に抑えることができるため、平均的に新薬より低価格となっており、切り替えることで薬代の負担が軽減されることがあります。

ただし、治療内容によって新薬での治療が必要な場合や、ジェネリック医薬品がない場合もあります。

### ■ジェネリック医薬品促進通知書の

送付

国民健康保険の全被保険者のうち、ジェネリック医薬品に切り替えられた場合に、薬代の自己負担額の軽減が見込まれる人に対して、平成23年3月からその差額を通知しています。その結果、本年10月までに約2億8152万円の医療費削減効果が

があったと見込まれます。

ジェネリック医薬品への切り替えは、被保険者の自己負担額の軽減だけでなく国保財政の改善につながります。

### ■ジェネリック医薬品を希望する場合は

受診している医療機関の主治医や薬剤師にご相談ください。「ジェネリック医薬品希望シール」をご利用いただくと便利です。医療費削減のため、ジェネリック医薬品の利用と普及にご協力をお願いいたします。

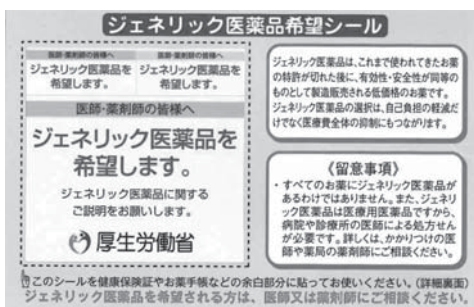
### 【問い合わせ先】

(本庁) 市民・人権課 国保係

☎(34)1114

(総合支所) 西土佐住民分室

☎(52)1111



このシールは保険証と一緒に送付しています。右記の窓口にもあります。

# STOP 滞納!! 期限を守り、 税・保険料等を納めましょう

市民の皆さんが納める市税等は、私たちが安心して健康に暮らすための、福祉や保険などの社会保障、ごみ処理、教育および道路整備などを行う重要な財源です。

大切な市税等を確実に納めていただきますようご協力をお願いします。

## ■決められた納期限内に納付しましょう

市税等の滞納は、市の財政運営の妨げと、適切に納付されている多くの方との公平性を欠くことになります。市では、納付期限(納期)内の納付を呼びかけるとともに、一時的に納付が困難な場合などには納付の相談に応じています。

また、うっかり納期を忘れて督促を受けたりしないため、口座振替制度をご利用ください。

## ■滞納処分の実施

納付できるのに納付しない滞納者には、法律に基づく財産調査をしたうえ、差押や搜索などの滞納処分を厳正に行っています。また、徴収の専門機関である租税債権管理機構へ徴収移管するなど、市税等の収納率の向上と負担の公平性の確保に努めています。

## ■滞納処分の流れ

納付期限内に市税等が納められない場合は、督促状・催告書等により自主納付をお願いしています。

しかし、再三の催告にも応じず納付相談等の連絡もない場合は、財産や収入等を調査し、滞納処分を行います。

### 納入通知書発送



### 督促・催告

納付期限までに完納されない場合、督促状を発送します。

督促後も納付がない場合は、納付の催告(催告書・差押予告通知書等の送付)を行います。



### 財産調査

官公庁・金融機関・勤務先・滞納者の財産を占有する第三者などに対して財産調査を行います。調査に本人の承諾は必要ありません。



### 搜索・差押

催告等に応じず、納税相談もない場合は、財産調査や搜索で見つけた滞納者の財産を差し押さえます。差押は地方税法で定められたもので、本人の意思に関わらず行う強制処分です。



### 換価

現金は即時換価し、売却を必要とする差押財産は公売により換価して滞納市税等に充てます。

## ■納付が困難な場合はご相談ください

病気、失業、事業の廃止や著しい損失など、納付が困難な場合は、放置せず収納対策課・西土佐住民分室にご相談ください。滞納期間が長期化すると納付が難しくなりますので、なるべく早期にご相談ください。

【問い合わせ先】(本庁) 収納対策課 ☎(35)5552 (総合支所) 西土佐住民分室 ☎(52)1111

# 四万十の日実行委員会事業



清流くん

参加した皆さんの感想文・絵日記の展示会を、市役所1階ロビーにて12月1日(土)～24日(月)まで行います。ぜひ見に来てくださいね！

## ■水辺の楽校(小学生の環境学習)

水辺の楽校は、四万十の日実行委員会が毎年行っている環境学習事業の1つです。

今年度は、6月～10月にかけて市内小学校2・3・4年生を対象として、全9回(12校)にわたり実施しました。今年も、できるだけ各校区に近い川辺にて、きれいな河川でしか生きられないヤゴを含めた水生生物を探し、また、トンボ自然公園では四万十川の魚やトンボについての推理ゲームを行いました。

すべての生き物に役割があることや、自然を守る大切さについて気付いてもらう良い機会になりました。

※この事業の一部には、四万十川清流保全基金が活用されています。



トンボのヤゴはいるかな(森沢川)



生き物探し(津蔵淵川)



ムカシトンボのヤゴ



シコクトゲオトンボ採ったよ!(白皇川)



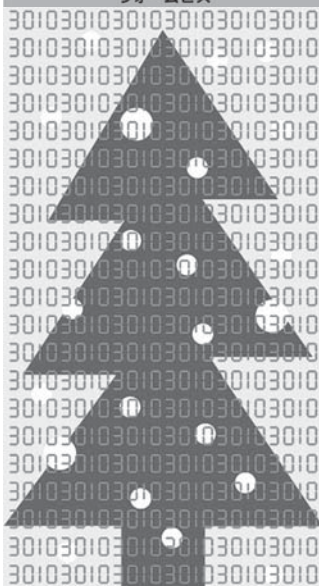
何が入っているかな(岩田川)



推理ゲーム(学遊館)

## WARM BIZ

ウォームビズ



今日の忘年会からスタート!

3010運動

## 今年の冬は鍋でウォームシェア



WARM SHARE

あったかい鍋が恋しくなるこの季節、宴会の場でもつつい鍋料理をチョイスする幹事さんが多いのではないのでしょうか？実は、あたたかい鍋料理を皆で囲むことも、ウォームビズの取り組み「ウォームシェア」になります。また、鍋料理を食べる際には、食べ残しがないようにしましょう！

さんまるいちまる  
3010運動

宴会時の食べ残しを減らすためのキャンペーン(食品ロスの削減)

[乾杯後30分間]

席を立たずに料理を楽しむ。

[お開き10分前]

自分の席に戻って再度料理を楽しむ。

NEW!!



マイバッグが  
うれしいな。

レジ袋をやめたら、  
川も未来もよくなる。

四万十市環境生活課

## マイバッグ運動

市内小売店・コンビニに、マイバッグ運動意識啓発のため、上記ステッカーを配布しました！

ぜひ、見つけてくださいね！

※マイバッグの利用が清流保全活動につながっています。

【このページに関する問い合わせ先】

(市)環境生活課 四万十川・環境係 ☎(34)6126 FAX(34)7466 E-mail: simanto@city.shimanto.lg.jp

# ファミリーサポートセンターが 始まります!!

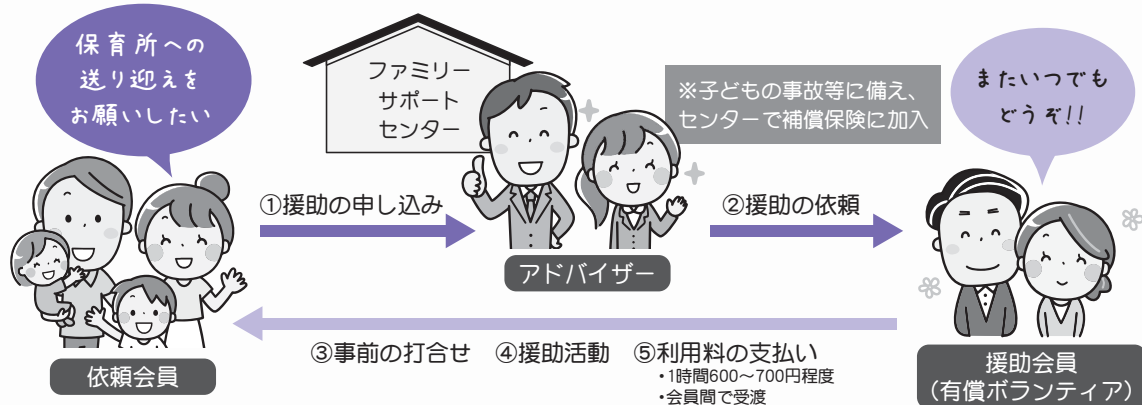
地域の子育て みんなで応援 助け合い

ファミリーサポートセンターとは、子育て中の家庭を支援するため「手助けしてほしい方」と「お手伝いできる方」が会員となってお互いに助け合う会員制の有償ボランティア組織です。

県内では高知市や佐川町など8市町で取り組みが行われています。

本市でも、平成31年春の事業開始に向け、お手伝いをしてくださる援助会員を募集します。

## ファミリーサポートセンターの仕組み



センターではアドバイザーが事前の打ち合わせを行い、依頼会員と援助会員のマッチングをします。

### こんな時に利用できます！

- ・保育所、幼稚園、習い事の送迎
- ・放課後や放課後児童クラブの後の預かり
- ・冠婚葬祭、授業参観、通院等の間の預かり
- ・子育てから離れてリフレッシュの間の預かり
- ※援助会員の自宅のほか、依頼会員と合意のうえ、公共施設等で預かることができます。

○利用時間：午前7時から午後9時の  
必要に応じた時間

○利用料金：1時間600円～700円

- ※依頼会員は援助会員へ利用料を支払います。
- ※援助会員は有償ボランティアとなり、税法上の雑所得となります。

### 依頼会員の登録

- 四万十市にお住まいの方
- 生後6か月から小学校6年生までの子どもを持つ方
- ※利用希望の方はアドバイザーとの面接を行います。日頃の様子やアレルギーなどのヒアリングをします。

### 援助会員の登録

- 四万十市にお住まいの20歳以上の方
- 心身ともに健康でご自宅等で預かりが可能な方
- 2日間の講習会を受講できる方(必須)
- ※詳細は次ページ
- 依頼会員、援助会員の両方を兼ねることもできます。

### 補償保険制度

万一の事故に備え、ファミリーサポートセンター補償保険に加入します。  
お子さんだけでなく、活動中の援助会員も対象になりますので安心して活動できます。

## 援助会員講習会受講者の募集!!

ファミリーサポートセンター事業で援助会員(子どもの預かりを行う人)になるための講習会を下記の日程で実施します。

地域の子育ての支援をしたい方、ボランティア活動に興味のある方の参加をお待ちしています。今すぐには援助会員になれないという方も大歓迎です。

講義はすべて「子育てに関する基礎的な事項」です。家庭での育児にも役立つ知識を専門家がわかりやすく教えてくれます。ぜひ、子育て中のお父さんお母さんも育児スキルアップにご参加ください!

- 日程 1回目:平成31年1月19日(土)、20日(日)  
2回目:平成31年3月2日(土)、3日(日)  
※2日間続けて受講できない場合はご相談ください。
- 時間 全日とも9時30分～16時(2日間計12時間)
- 場所 市役所3階会議室
- 参加料 無料
- 託児あり(事前連絡が必要)
- 申込 お電話にて下記までお申し込みください。
- 締切 1回目 平成31年1月12日(土)  
2回目 平成31年2月23日(土)

### 【講習会メニュー】

演 題	講 師
・心の発達とその問題	児童心理司
・保育の心と子どもの遊び	保育士
・子どもの栄養と食生活	管理栄養士
・子どもの発達と病気	小児科医
・小児看護の基礎知識	保健師
・小児に対する救急救命	救急救命士

※演題および講師は変更になる可能性があります。

※依頼会員(子どもを預けたい方)の募集は平成31年4月以降に行います。



“ファミサポ”は、地域の助け合いの力で育児中の保護者の皆さんを助けるすてきな事業ですが、援助会員になっていただく方がいてはじめて成り立つ事業です。子どもの笑顔のあふれる【あったか子育てのまち四万十】の実現のために、どうかご協力をお願いします。

【問い合わせ・申込先】(市)子育て支援課 企画係 ☎(34)9007

## 予土線の団体利用に運賃を助成します

高知県予土線利用促進対策協議会では、予土線の利用促進と地域のマイレール意識の向上を目的として、予土線の利用に対し、助成金を交付します。



### ■対象団体

四万十市または四万十町に居住、就学、就業する者5名以上で構成する団体

### ■対象路線と助成金額

・JR予土線

対象経費の5割の金額(100円未満切り捨て)

・JR予土線に接続する路線(土佐くろしお鉄道、JR土讃線、JR予讃線)

JR予土線を乗り継ぎ等で利用される場合に限り、2000円を上限として対象経費の5割の金額(100円未満切り捨て)

### ■実施期間

平成31年3月31日まで

※ただし、協議会の助成金対象予算が無くなり次第終了します。

詳しくは、市公式ホームページ、四万十市からのお知らせ11月1日掲載の「予土線団体利用運賃助成金について」をご確認ください。

### 【問い合わせ・申請先】

高知県予土線利用促進対策協議会 事務局

(市)西土佐総合支所 地域企画課

☎(52)1111

# 平成31年度 保育所等の入所案内

## ◇入所申込について

### 《保育所・地域型保育事業・家庭的保育事業の申込方法》

市への申込となります。

所定の入所申込書に必要書類を添えてご提出ください。

**※入所申込書は12月17日(月)より配付を開始します。**

※現在、保育所等に入所していて、平成31年度も継続して入所を希望する児童の手続きについては、現在入所中の保育所等から連絡します。

### ○申込期間

4月入所 **平成31年1月7日(月)～1月18日(金)**

5月以降入所 平成31年1月7日(月)～随時

※5月以降の入所については前月15日を締切として随時受付を行います。

### ○申込書受付(配付)場所および時間

平日 (本庁)子育て支援課 保育係 (総合支所)西土佐福祉こども分室(保健課内)…8時30分～17時15分  
(各保育所)※提出書類の確認のため、できるだけ市役所にご提出ください。…開所時間内

土曜日 市役所閉庁のため保育所のみで受付…開所時間内

※入所受付期間を過ぎても随時受付は行いますが、申込状況により入所できない場合があります。

### ○入所要件

入所できる児童は、次の2つの要件の両方に該当する児童です。

① 四万十市に住民登録(予定を含む。)をし、実際に生活をしている児童

② 保護者が下記に該当し、日中保育することができない場合(該当＝保育の必要性あり。)

・就労(パートタイム、自営業、居宅内労働等を含む。) ・妊娠、出産 ・保護者の疾病、障害

・長期入院している親族の介護、看護 ・災害復旧 ・求職活動(起業準備を含む。)

・就学(職業訓練校等における職業訓練を含む。) ・虐待やDVのおそれがあること

・育児休業(当該児童を除く。)



### 《認定こども園の申込方法》

支給認定区分(1号～3号認定)により、申込方法が異なります。

※支給認定区分については、左ページ **◇支給認定制度について** をご覧ください。

#### ○1号認定

直接、施設への申し込みとなります。

**12月1日(土)より受付を開始しますので、直接、認定こども園なかむら園・中村幼稚園に申し込みください。**

支給認定は市で行いますが、1号認定については施設への入所申込に併せて、施設を通じての申請となりますので、市での手続きは不要です。

#### ○2号・3号認定

市への申し込みとなります。申込方法、期間は上記の保育所の場合と同じです。

認定こども園 なかむら園・中村幼稚園について詳しくは下記ホームページをご覧ください。

中村幼稚園ホームページ <http://www.nakamurayouchien.com/>

### ○申込手続きの流れ

申込児童	保育の必要性なし	保育の必要性あり	
	満3歳以上	満3歳以上	満3歳未満
申込先	施設 (認定こども園)	四万十市 (子育て支援課保育係・支所保健課)	
支給認定区分	1号認定	2号認定	3号認定
利用施設	認定こども園 なかむら園・中村幼稚園 (満3歳～5歳児)	認定こども園 なかむら園・中村幼稚園(1歳児～5歳児) 公立保育所(1歳児～5歳児)※川崎保育所は満9か月から 民間保育所 めぐみ乳児保育園/ひかり乳幼児保育園/リトル・フレンド(0歳児～2歳児) 地域型保育事業 キッズハウスどんぐり(0歳児～2歳児) 家庭的保育事業 めいはうす(0歳児～2歳児)	

## ◇支給認定制度について

保育所等を利用する際に、市から保育の必要性について認定を受けることが必要です。認定申請は、入所申込と同時にさせていただくこととなりますが、認定の区分は、年齢や希望施設によって次のとおりとなります。

### 《支給認定の種類》

支給認定区分	対 象	利用できる施設・事業
1号認定	保育を必要としない満3歳以上の児童	幼稚園、認定こども園(教育部分)
2号認定	保育を必要とする満3歳以上の児童	保育所、認定こども園(保育部分)
3号認定	保育を必要とする満3歳未満の児童	保育所、認定こども園(保育部分) (地域型保育事業)※1



※1 地域型保育事業とは、満3歳未満の児童を保育する施設で、市の基準を満たした認可施設です。(事業所内保育施設等)

## 平成31年度実施予定保育所等

保育所	所在地	電話番号	定員	受入年齢
愛育園	中村東町3丁目1番27号	(35)2514	110	2歳
もみじ保育所	中村四万十町28番地	(35)3734	90	2歳
あおぎ保育所	右山元町2丁目3番1-31号	(35)3582	170	1歳
下田保育所	下田2260番地1	(33)0133	50	1歳
竹島保育所	竹島3318番地	(33)0746	45	1歳
古津賀保育所	古津賀1丁目120番地	(35)4886	100	1歳
東山保育所	安並1726番地	(35)6472	80	2歳
蕨岡保育所	蕨岡甲6797番地	(32)1031	45	1歳
大用保育所	大用860番地6	(39)2413	20	1歳
利岡保育所	利岡22番地1	(35)6664	30	1歳※2
具同保育所	具同田黒1丁目11番46号	(37)3826	210	2歳
八束保育所	間崎1498番地3	(36)2401	40	1歳
東中筋保育所	楠島945番地6	(37)1133	65	1歳
中筋保育所	有岡2210番地	(37)0085	50	2歳
川崎保育所	西土佐用井1110番地3	(52)1277	70	9か月※3
めぐみ乳児保育園	具同田黒1丁目11番38号	(37)2121	45	4か月～2歳児
ひかり乳幼児保育園	古津賀942番地	(35)6605	50	3か月～2歳児
リトル・フレンド	中村大橋通7丁目3番9号	(34)0366	36	2か月～2歳児
認定こども園	所在地	電話番号	定員	受入年齢
なかむら園・中村幼稚園	不破2079番地	(34)7511	194	1歳
事業所内保育施設	所在地	電話番号	定員	受入年齢
キッズハウスどんぐり	入田3561番地	(37)1170	15地域枠(4)	2か月～2歳児
家庭的保育施設	所在地	電話番号	定員	受入年齢
めいはうす	右山五月町6番5号	(34)2944	5	2か月～2歳児

※2 利岡保育所は、受入年齢が「1歳」からになります。

※3 川崎保育所は、今年度移転予定となっており、受入年齢が「満9か月」からになります。

## ＜入所年齢について＞

	施設	入所可能条件
1	受入年齢が「2歳」からの保育所	毎月1日時点で満2歳に達している児童がその月から入所できます。
2	受入年齢が「1歳」からの保育所	4月1日時点で満1歳に達している児童が入所できます。 ※年度途中で満1歳に達しても入所できません。
3	川崎保育所	毎月1日時点で満9か月に達している児童がその月から入所できます。
4	めぐみ乳児保育園	毎月1日時点で満4か月に達している児童がその月から入所できます。
5	ひかり乳幼児保育園	毎月1日時点で満3か月に達している児童がその月から入所できます。
6	リトル・フレンド キッズハウスどんぐり めいはうす	毎月1日時点で満2か月に達している児童がその月から入所できます。
7	認定こども園 なかむら園・中村幼稚園	(保育部分)4月1日時点で満1歳に達している児童が入所できます。 ※年度途中で満1歳に達しても入所できません。 (教育部分)毎月1日時点で満3歳に達している児童がその月から入所できます。

※実施予定保育所および入所年齢等については、12月1日現在であり、変更となる場合があります。

【問い合わせ先】(本庁)子育て支援課 保育係 ☎(34)1780  
(総合支所)西土佐福祉こども分室(保健課内) ☎(52)1132

# 幡多広域消費生活センター便り

## 「佐川急便をかたるショートメッセージサービス(SMS)」に注意!

佐川急便のショートメッセージサービス(以下、メッセージ)から不審なサイトに誘導されるなどの事例が、全国的に急増しています。県内でも、7月末ごろから同様の相談が寄せられており、今後、増加する可能性がありますので注意が必要です。

### 【事例①】

佐川急便からの不在連絡のメッセージに添付されたURLから、ホームページに接続して「再配達依頼」を選択した。携帯電話番号を入力したら認証IDを求められ、ちょうど別のメッセージが届いた認証IDを入力したら、「キャリア決済された」というメッセージが届いた。内容を見ると、スマートフォンメーカーからデジタルコンテンツを購入したことになっていた。どうすればいいのかわかりたい。(相談者 女性)

### 【事例②】

深夜、佐川急便の名前で不在連絡のメッセージが届いた。指定箇所をタップしたら、佐川急便のロゴがついたサイトに接続した。今後、何か請求されるのではないかと心配だ。(相談者 60代 男性)

### 【アドバイス】

- 1 佐川急便の名前でメッセージが届いても、開かずに削除してください。  
(現在、佐川急便ではメッセージによる案内は行っていません。)  
※メッセージ内のURLをタップして偽サイトが表示されると、画面のどこをタップしても不審なアプリがダウンロードされるという情報があります。
- 2 「キャリア決済された」場合は、早急に携帯電話会社およびクレジット会社に連絡してください。決済を取り消しできる場合があります。
- 3 荷物が届くかもしれない場合は、電話帳などで電話番号を調べて営業所に確認しましょう。
- 4 心配なときは、3けたの番号188(いやや)にダイヤルすれば、近くの消費生活センターなどの消費生活相談窓口につながりますので、ご相談ください。

※幡多広域消費生活センターでは、無料の出前講座による啓発活動を行っています。お気軽にお申し込みください。

## 幡多広域消費生活センター

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

☎(34)6301 FAX(34)6295

〒787-0012 四万十市右山五月町8番32号 四万十市立働く婦人の家1階

## 寒波による水道管の凍結・破裂にご注意を!

寒波の影響で気温が下がると、水道管が凍結して水が出なくなったり、破裂したりすることがありますので、気象情報に注意し、水道管の点検をお願いします。

なお、万一に備えて、自宅等に設置してあるメータ・止水栓の位置を確認しましょう。



### ■特に凍りやすい箇所

- ・屋外でむき出しになっているところ  
(給湯器、温水器)
- ・風あたりの強いところ
- ・北向きで日当たりの悪いところ など

### ■凍結、破裂が起きた時には

- ・凍結した場合は『水道管』にタオルなどを巻き、ぬるま湯をかける(熱湯は不可)。
- ・破裂した場合は『止水栓』を閉め、市指定水道業者に連絡し修理する。(自宅等敷地内は自己負担です。)

### ■凍結を防ぐためには

- ・水道管に市販の保温チューブや布切れを巻きつける。
- ・蛇口から糸状に水を出しておく。

※道路や公園などで漏水を発見した場合は下記までご連絡ください。

【問い合わせ先】(本庁)上下水道課 水道係 ☎(34)1149 (総合支所)産業建設課 管理土木係 ☎(52)1111



# 市民のひろば

## 三ツ又ぎんなん祭り 開催!

10月28日、ぎんなんの収穫を祝う、今年で22回目の『三ツ又ぎんなん祭り』を開催しました。今年の祭りは約1000人が参加し、ぎんなんの試食から始まり、アメゴ釣り、三ツ又探索では『シイタケのほだ場』、『ぎんなんの森』、お宮にある『樹齢約700年の大杉』の見学を行いました。午後は、ぎんなん飛ばし大会、アメゴのつかみ取りを行いました。

私たちが暮らす三ツ又地区



ぎんなん飛ばし大会  
気合を入れてフッ!



アメゴ釣り  
大物を狙ってみんな真剣!



三ツ又を知ろう!  
みんなで探索



寒くても元気にバシャバシャ  
アメゴのつかみ取り

は四万十市の東端に位置しており、かつては1000人が暮らしていましたが、現在は14世帯33人に減少して高齢化も進んでいます。1989年に2000本を植え、ぎんなんの栽培を開始しました。成木になり、収穫が安定し始めた95年に祭りははじめ、大雨などで開催を取りやめた2回を除き、毎年開いています。小さな地区で祭りを開くのは楽なことではありませんが、古里を離れた人も地区外の人も集まってもらえる年に一度の機会ですので、頑張つて続けたいと思います。

三ツ又地区区長 白石 一幸

## 市長日誌 10月15日～11月14日

- 10月15日 第145回四国市長会議(新居浜市)
- 17日 第1回四万十市産業振興計画フォローアップ委員会
- 18日 国保連合会理事会、企業版ふるさと納税関係企業訪問ほか(高知市、19日)
- 21日 第24回四万十川ウルトラマラソン開会式、表彰式
- 22日 第1回四万十市まち・ひと・しごと総合戦略推進本部会議
- 23日 四国横断自動車道の整備促進を考える勉強会
- 24日 四国横断自動車道高知県建設促進期成会 要望活動(高松市)
- 26日 国道441号道路整備促進期成同盟会 要望活動(高知市)
- 27日 四万十市産業祭 第2回実行委員会
- 28日 建通新聞高知支局取材対応
- 29日 第13回四万十市福祉ふれあい合同運動会
- 30日 明治150年記念第38回全国豊かな海づくり大会一高知家大会一式典行事(高知市)
- 31日 第3回四万十市地域公共交通活性化協議会
- 11月1日 幡多広域市町村圏事務組合議会 定例会
- 3日 農林水産省訪問、四国治水期成同盟連合会 要望活動(東京都、31日)
- 5日 高知県戦没者追悼式、れんけいこうち広域都市圏推進会議ほか(高知市、2日)
- 7日 地震津波防災訓練 四万十市みんなで防災訓練
- 11日 市役所 防災訓練
- 12日 内閣府訪問、高知県市町村道整備促進協議会 要望活動ほか
- 13日 第70回記念関東高知県人大懇親会(東京都、9日)
- 15日 第39回西土佐地域社会福祉大会
- 15日 全国森林レクリエーション協会四国支部 運営会議
- 15日 治水事業促進全国大会、農業農村整備の集いほか(東京都、15日)

## 第7回西土佐運動会

11月3日(土)、晴天のもと、西土佐地区運動場において「第7回西土佐運動会」が開催されました。2年に1度開催されるこの運動会は、西土佐村時代の昭和33年から行われています。12の分館が夜間の練習などを経て、地域の威信をかけて競技します。今回は、中村地域から(一社)中村青年会議所が地域間交流の一環として参加してくれました。西土佐地域外からも大勢の方が訪れ、競技や応援に熱気あふれる一日となりました。

### ★輪回し

自転車のリムを運転棒一本で操りリレー



竹1本で操ります。

### ★めざせ！ホールインワン

5m先のゲートを目指します。



入るかな。

### ★縄ない

縄(わら)をあんできリレー



よいしょ、よいしょ。

### ★竹馬の友

竹馬でリレー



昔取った・・・

### ★名水ごっくん、大切に

一升瓶2本を満水に。  
最後の1杯で盛り上がります。



あと1本

### ★仮装大会

5分館が参戦。優勝は、川崎分館でした



川崎分館「ザ☆ベストテン にしとさ」

### ★おー縄跳び

自分の分館テント前で跳びます。  
テントからもかけ声がかかります。



いま何回？

### ★国産材時代到来

杉丸太の早切りリレー。力だけでは・・・



もう少し、がんばれ！



### ★分館対抗リレー

運動会最後の種目で一番の盛り上がりを見せます。



(男)アンカー対決



(女)第三コーナーでの激走

### ★表彰式

優勝おめでとうございます！



大宮分館

# しまんと 市教委だより



## しまんと し いっこういちやくきょういくけんきゅう しまんと じっせんこうりゅうはっぴようかい 四万十市一校一役教育研究『オール 四万十』実践交流発表会

例年開催しています「四万十市一校一役教育研究『オール 四万十』実践交流発表会」を、本年度も下記の内容で開催します。市内25校すべての小中学校が、校長先生のリーダーシップのもと、授業の工夫や課題の改善に向けた取組を平成26年度より行っています。保護者・地域の方々にもご案内します。一部の参加でもかまいませんので、どうぞお気軽にお越しください。

■期日：平成31年1月11日（金） 14:00～16:50

■場所：市立中村中学校（四万十市中村東町2-1-30）

※駐車場 中村中学校校庭、中村小学校校庭、日本たばこ産業（株）中村営業所跡地

### ■日程

13:30	14:00	14:15	14:50	15:00	15:10	15:55	16:05	16:50
受付	開会放送	実践交流①	移動	実践交流②	移動	実践交流③	閉会放送	

### ■実践交流（教室別発表校一覧）

	A	B	C	D	E	F	G	H	I
実践交流① 14:15～15:00	東中筋小	中村南小	東中筋中	竹島小	東山小	下田小	大用小	川登小	大用中
実践交流② 15:10～15:55	大川筋中	蕨岡小	利岡小	蕨岡中	後川中	八束小	西土佐小	八束中	西土佐中
実践交流③ 16:05～16:50	中筋小	中筋中	中村小	具同小	下田中	中村中	中村西中		

\* 児童生徒は参加しません。教職員が参加します。

- 新学習指導要領の趣旨を踏まえた授業改善（「主体的・対話的で深い学びを目指して」）：中村小・具同小・下田中・中村中・中村西中
- 新学習指導要領の趣旨を踏まえた授業改善（保幼小中連携）：中筋小・中筋中
- 授業と家庭学習のサイクル化（保幼小中連携）：八束小・西土佐小・八束中・西土佐中
- キャリア教育・土曜授業活用：蕨岡小・利岡小・蕨岡中・後川中
- ふるさと教育・総合的な学習の時間：下田小・大用小・川登小・大用中・大川筋中
- 外国語活動：東山小
- 防災教育：竹島小
- 「特別の教科 道徳」：東中筋小・中村南小・東中筋中

それぞれの学校の  
取組の様子を  
見に来てくださ  
い



【問い合わせ先】(市)教育委員会事務局 学校教育課 ☎(34)5445

## 四万十市の出来事を写真でお届けします! -SHIMANTO CITY PHOTOS-



法務大臣表彰受賞報告が行われました

11月6日（火）、四万十人権擁護委員協議会所属の遠近哲代さんが市役所を訪れ、中平市長に法務大臣表彰受賞の報告をされました。

遠近さんは、平成19年に人権擁護委員に委嘱されてから、11年以上にわたる熱心な人権擁護活動が認められ、法務大臣表彰を受賞されました。

とりわけ、高齢者と接する中で、各種人権相談・川柳を通じて積極的に啓発活動に取り組んでいただいております。地域における啓発効果も大きく、その功績は多大です。

遠近さんは、「委員の仕事を知ってもらえることができうれしい。表彰を機に多くの人権擁護委員を知ってもらえるきっかけになれば」と喜びを語りました。

## 優勝おめでとう



高新中学校駅伝  
市立中村中学校圧勝V

11月11日(日)、第69回高新中学駅伝競走大会で、市立中村中学校男子が22年ぶり4度目の優勝に輝き、全国への切符を手に入れました。

昨年2位だった悔しさを糧に1年間練習に励んできた彼らは、タイムを2分44秒も縮める成長を見せてくれました。区間賞を4つ獲得し、2位の香我美中学校と1分33秒差で圧勝しました。

全国中学校駅伝大会(12月16日(日)滋賀県)での活躍が期待されます。



総合タイム(18km	1区間3km)	57分24秒
1区	江口 誠悟	9分16秒(区間1位)
2区	山岡 秀	9分32秒(区間2位)
3区	今村 光汰	9分50秒(区間3位)
4区	坂井 祐太	9分44秒(区間1位)
5区	有光 勇太	9分46秒(区間1位)
6区	岸本 遼太郎	9分16秒(区間1位・区間新)

今月は  
固定資産税 4期分  
国民健康保険税 6期分  
の納付月です

早いもので、今年も残りわずかとなりました。県内では、依然として特殊詐欺被害が発生しています。中村警察署管内では次のような事例がありました。

- ・消防職員を名乗り家族構成を聞きだされる。
- ・『荷物を送るので20万円送れ』等と一方的に心当たりのないことを言われる。
- ・ボランティア団体を名乗る者から『海外で泥水を飲んでる人たちを救うために協力してほしい』と言われ、浄水器を購入するための名義を貸したら、浄水器会社を名乗る者から『名義貸しは犯罪になる。穏便に解決するためには500万円が必要』とお金を要求される。

こういった電話がかかってくる、相手にせず無視しましょう。

これから年度末にかけて、税金や医療費などの還付金詐欺が多発する可能性もあるので、一人で判断せず、家族や警察などに相談してください。

【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

防犯  
メロ

しまんと  
情報掲示板



## 第14回四万十市スポーツ賞 推薦募集

募集

(市)教育委員会では、市民のスポーツに対する関心を高め、「市民皆スポーツ」の実現を図るため、「四万十市スポーツ賞」を制定し、顕著な功績をあげた個人、団体を表彰しています。  
つきましては、日頃ご活躍されている方や団体の推薦をお願いします。

### ▼候補者の推薦書

(市)生涯学習課(市立中央公民館)、西土佐ふれあいホール、市民スポーツセンターおよび具同体育センターにて配布

### ▼締切日 平成31年1月31日(木)17時15分必着

### ▼推薦数 複数名、複数団体の推薦可

### ▼候補者の推薦基準(概要)

【優秀賞】本市に住所を有し、平成30年2月1日から平成31年1月31日までの間に各種の競技会において優秀な成績を残した個人または団体

### 【功労賞】

本市に住所を有し、長年にわたり優秀な選手を育成した個人および本市のスポーツ普及、発展に貢献し、その功績が顕著な個人または団体

### 【特別賞】

本市出身者等で平成30年2月1日から平成31年1月31日までの間に国際的規模の大会において優秀な功績を残した個人または団体

### ▼選考方法

推薦された個人、団体を選考委員会で選考し受賞者を決定

### ▼表彰式 賞状と副賞を授与

日時 平成31年3月3日(日)10時

### ▼会場 市立武道館(安並)

### 【問い合わせ・申込先】

(市)生涯学習課 スポーツ振興係  
四万十市右山五月町8-22  
☎(34)2062

## 市立墓地(城北霊園)永代使用の希望者募集について

申込対象者	○本市に住所または本籍を有する人 ※既に市立墓地の使用許可を受けている世帯に属する方は対象となりません。 (市外在住の方は、墓地使用に関する一切の事項を処理する市内在住の代理人の選定が必要です。)
市立墓地の場所	○四万十市中村丸の内2399-2他
募集区画数	○2区画 使用区画 : 1区画(区画番号:335) 未使用区画 : 1区画(区画番号:240) ※霊園入口に区画表示板を設置していますので、事前に現地をご確認のうえお申し込みください。
永代使用料および管理手数料	○永代使用料…450,000円 ○管理手数料…3,150円/年(30年度は月割) ※貸付時に永代使用料および管理手数料を一括で納付していただきます。
使用期間	貸付日から永年とする。
申込受付期間	12月17日(月)から12月28日(金)まで(土、日、祝日を除く。) ※郵送の場合は、28日消印有効
申込書	申込書は市民・人権課または西土佐住民分室でお渡しします。 ※郵送による請求の場合は、あて先を明記した返信用封筒(82円切手貼付のこと)を同封して(本庁)市民・人権課市民係まで請求してください。
申込方法等	○墓地使用申込書に必要事項を記載して申請してください。 ※郵送も受け付けます。 ○申込は、1世帯につき1件とします。 ○区画を指定することはできません。 ○申込者が多数の場合は抽選を行います。
その他の条件	市立墓地の使用にあたっては、「四万十市立墓地の設置および管理に関する条例」および「同施行規則」に定める一定の制限があります。
抽選予定日	平成31年1月16日(水)13時30分～ 場所:市役所3階 会議室303・304・305 ※抽選者は申込者および申込者に委任(要委任状)された方のみです。
問い合わせ先	本庁:市民・人権課市民係(霊園担当) ☎(34)1113 〒787-8501 四万十市中村大橋通4-10 総合支所:西土佐住民分室 ☎(52)1111

## 就職への第一歩! 訓練生募集

就職をお考えの方のための職業訓練コースです。訓練期間中から修了後にわたって、ハローワークと各訓練施設が積極的に就職支援を行います。

- ▼訓練コース名  
介護職員初任者研修科  
実施機関名(訓練実施施設名)  
株M・Sアカデミー  
あらたケアカレッジ  
(四万十市中村大橋通6丁目3-7)
- ▼定員 15人
- ▼訓練期間 3か月
- ▼入所日  
平成31年1月24日(木)  
平成31年4月23日(火)
- ▼募集期間  
11月30日(金)～12月20日(木)  
※定員に満たない場合、募集期間の

募集

教室・講座

催し

スポーツ

健康・福祉

その他・相談

延長あり

説明会 随時開催

▼選考日 平成31年1月8日(火)

▼選考結果発送(通知)日 平成31年1月11日(金)

▼受講料 ※テキスト代等は別途必要

▼申込先 ハローワーク四万十

(四万十市右山五月町3-12)

☎(34)1155

※この訓練のほか、年間を通じて訓練

や説明会等を開催します。詳しくは

左記までお問い合わせください。

【問い合わせ先】

(独)高齢・障害・求職者雇用支援機構

高知支部 求職者支援課

ポリテクセンター高知

(高知市棧橋通4丁目15-68)

☎088(833)1324

FAX088(831)3008

## 放送大学入学生募集

放送大学は、4月入学生を募集しています。  
心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、約300の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。

全国に学習センターが設置されており、サークル活動などの学生の交流も行われています。

資料を無料で差し上げています。お気軽にご請求ください。

▼出願期間

第1回 2月28日(木)まで

第2回 3月17日(日)まで

【問い合わせ先】

放送大学高知学習センター

☎088(843)4864

## 道の駅フェア 冬の感謝祭!

催し

道の駅「よって西土佐」では、日ごろのご愛顧に感謝を込めて、年末恒例の「冬の感謝祭」を開催します。

食堂では料理長特製の「ビーフシチュー」赤ワイン煮込み、鮎市場では「天然あゆだし年越しそば」、ストロベリーSANKANYAでは「栗入りぜんざい」など、この日しか味わえない身も心も温まる限定商品・限定メニューを企画しています。

また、当日は北海道旭川市直送の美味しい毛ガニ、鮭やイクラなどの販売も行います。店頭では、毎年恒例の杵つき餅の実演販売も行いますので、つきたての美味しいお餅を味わってみてはいかがでしょうか。

当日ご来場の先着100名様には「シクラメンの花」をプレゼント!

年末に帰省するご家族やご友人とお誘い合わせて、道の駅「よって西土佐」へお越しください。

▼開催日 12月30日(日)

▼場所 道の駅「よって西土佐」

【問い合わせ先】

道の駅「よって西土佐」

☎(52)1398



## 移住者交流会「宴」

毎年恒例の、居酒屋での移住者交流会を開催します。市民の皆さんと移住者の皆さんの交流の場です。ぜひご参加ください。

- ▼日時 12月13日(木)18時～
- ▼場所 ますだや(中村大橋通4丁目)
- ▼参加費 4500円
- ▼募集人数 20名(先着順)

### 【問い合わせ・申込先】

NPO法人 四万十市への移住を支援する会  
☎(35)23357  
E-mail: jiu@chic.ocn.ne.jp

## 第1回 「まちあそび人生ゲーム」

四万十市商店街振興組合連合会女性部(四万十玉姫の会)が、市内中心商店街を舞台に、リアル人生ゲーム「第1回 四万十市まちあそび人生ゲーム」をタイムスリップしてきた玉姫さま」を開催します。

参加費は無料で、上位チームには豪華景品をご用意します。お気軽にご参加ください。

- ▼日時 12月22日(土)10時30分～15時
- (ゲーム所要時間約90分)

### ▼場所

四万十市中心商店街(一条通・京町・大橋通・天神橋・東下町)

### ▼受付場所

天神橋アーケード内 旧土豫銀行跡前

### ▼受付時間・定員

- ①10時30分～
  - ②11時30分～
  - ③12時30分～
  - ④13時30分～
- ※定員(各回先着100チームになり次第、受付は終了します。)

### ▼参加条件

- 1チーム2名以上
- ※小学生以下保護者同伴

### 【問い合わせ・参加予約先】

まちづくり四万十株  
☎・FAX(35)4887  
E-mail: machidukuri40010@pure.ocn.ne.jp

### 当日の運営ボランティア募集

2名1組のボランティアを、午前(10時～13時)16組、午後(12時30分～15時30分)16組募集します。  
ボランティアにお申し込みいただくと、ゲームにも優先予約で参加できます。

### 【問い合わせ・申込先】

四万十玉姫の会 担当:木戸  
☎(35)20012



## 第14回 四万十市文化祭のご案内 (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。

行事名	開催日時	会場
第38回 アーティストハウス宵架館グループ展	11月27日(火)～12月2日(日) 開場9:00	中央公民館 大ホール
第13回 写団「りゅう」クラブ写真展	11月27日(火)～12月2日(日) 開場9:00	中央公民館 展示ホール
第8回 ゆうゆうパソコン作品展	11月29日(木)～12月5日(水) 開場9:00	中央公民館 小会議室 I
坂東流 花つみ會 第七回 おさらい會	12月2日(日) 開場12:00 開演12:30	よんでんプラザ中村 多目的ホール
第42回 清水千代子バレエ研究所発表會	12月2日(日) 開場12:30 開演13:00	文化センター 大ホール
第2回 幡多・和の音楽まつり	12月2日(日) 開場15:30 開演16:00	東中筋小学校 体育館
ハイクラソーナ ウインド アンサンブル 第5回定期演奏會	12月9日(日) 開場13:30 開演14:00	中央公民館 大ホール
チャリティー舞踊公演	12月9日(日) 開場11:00 開演12:00	文化センター 大ホール
エレクトーンステージ2018 発表會	12月15日(土) 開場12:30 開演13:00	文化センター 大ホール
第42回 写団「四万十」写真展	12月17日(月)～12月23日(日) 開場9:00	中央公民館 展示ホール

主催:四万十市文化祭執行委員会 共催:四万十市 四万十市教育委員会

【問い合わせ先】(市)生涯学習課 ☎(34)7311

## 四万十市小学生・中学生 人権絵画・標語展

平成30年度の人権週間事業「人権絵画・標語展」を下記のとおり行います。ぜひ、お誘いあってご来場いただき、児童生徒の力作をご覧ください。

- ▶場所 市立中央公民館 1階大会議室
- ▶期間 12月20日(木)～平成31年1月4日(金)(12月29日～平成31年1月3日は除く。)  
※日程が変更になりました。
- ▶内容 絵画の部…応募いただいた全作品を展示  
標語の部…優秀作品を掲示  
※全応募作品を掲載した「標語集」を無料配布



募  
集

教室・講座

催  
し

### 幸徳秋水研究会

幸徳秋水研究会は、1996年に結成し、毎月例会を開いています。どなたでも自由に無料で参加できます。皆さんのご参加をお待ちしています。

- ▼日時 毎月第2日曜日 13時30分～
- ▼場所 市立中央公民館 小会議室II
- ▼当面のテーマ  
12月9日 上林暁と秋水  
1月13日 陽水と秋水  
2月10日 秋水「基督教抹殺論」

#### 【問い合わせ先】

幸徳秋水を顕彰する会 尾崎清  
☎090-9458-7833

### 平成31年 四万十市消防出初式

- ▼日時 平成31年1月6日(日)9時～
- ▼場所 安並運動公園運動広場  
※荒天時は安並市民スポーツセンターにおいて式典のみ行います。(9時30分～)

- ▼内容 市内車両パレード(右山天神町、市民病院前、安並市民運動場※主に国道439号線を通ります。)  
団員の表彰・車両点検(安並運動公園運動広場)  
全車両による一斉放水(安並水車付近)(午前11時頃)  
※一斉放水は式典等の進行状況で多少前後します。

ス  
ポ  
ー  
ツ

健康・福祉

その他・相談

#### 【問い合わせ先】

四万十消防署 ☎(34)5881  
西土佐分署 ☎(52)1143



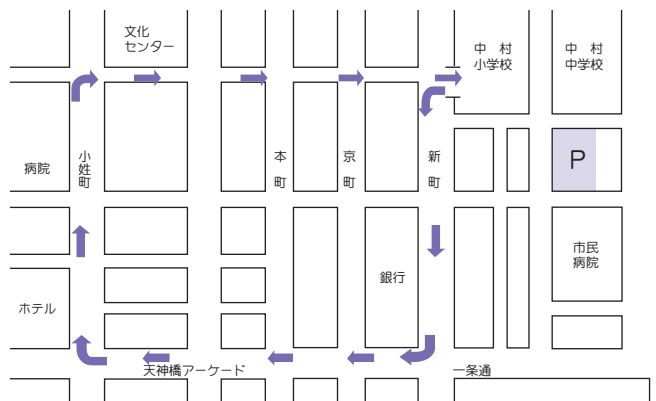
### スポーツ

### 2019年スポーツ始め 新春はしりぞめ

新しい年の初めに、ランニングで気持ちよく汗を流してみませんか？走るのが大好きなあなたはもちろん、ご家族やご親戚、お友達やご近所のみなさんもお誘い合わせのうえ、ご参加ください！

- ▼日時 平成31年1月2日(水)10時
- ※参加受付は9時30分から中村小学校校庭で行います。
- ※小雨決行。中止の場合は当日8時に、中村小学校校門に掲示します。
- ▼駐車場 日本たばこ産業(株)中村営業所跡地
- ※駐車場図のとおり
- ▼コース 約1200m ※コース図のとおり

#### コース → 駐車場図 P



#### ▼参加方法

どなたでも無料で参加できます。当日、会場でも受付します。  
※大会中の事故については、主催者がかける傷害保険の範囲内で対応します。  
※参加賞、お楽しみ抽選会もあります。

#### ▼主催

(市)教育委員会、(市)スポーツ推進委員会、(公財)四万十市体育協会

#### ▼協賛

四万十市民憲章推進協議会

#### 【問い合わせ先】

(市)生涯学習課 スポーツ振興係  
☎(34)20062



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	
+	7日(金)	7:00～9:00	+	大腸がん検診(容器提出)	蕨岡・富山・大川筋・後川地区	地区巡回
	10日(月)	13:15～14:30	?	育児相談・離乳食相談・歯科相談		子育て支援センター“ぽっぽ”
	11日(火)	9:30～11:55	+	大腸がん検診(容器配付)	黒尊～口屋内～岩間方面	地区巡回
	12日(水)	9:00～11:00	?	出張健康相談		J A 高知はた西土佐支所
		10:00～11:30	本	ママ&チルドレン		子育て支援センター“ぽっぽ”
		12:50～13:30	+	3歳児健診		健康管理センター
	13日(木)	9:00～9:30	+	特定健診結果説明会	久保川	久保川集会所
		9:50～10:20			勝間・勝間川	勝間小学校
		10:40～11:10			鶴ノ江	鶴ノ江集会所
		11:30～12:00			田出ノ川	田出ノ川集会所
13:30～14:00		高瀬			高瀬集会所	
14:20～14:50		手洗川			手洗川集会所	
14日(金)	～8:00	+	大腸がん検診(容器提出)	黒尊～口屋内～岩間方面	地区巡回	
	9:30～10:30	本	特定健診結果説明会	川登	川登生活改善センター	
	10:50～11:20			三里	三里集会所	
16日(日)	8:30～11:00, 13:30～15:30	+	特定健診(注)・前立腺がん検診	全地域	健康管理センター	
18日(火)	9:30～11:00	?	乳幼児相談・ママタッチ教室		健康管理センター	
	9:30～11:00	本	びよっこクラブ(親子の集い)		保健センター	
19日(水)	12:50～13:30	+	7か月児・10か月児健診		健康管理センター	
	11:30～16:30				サニーマート四万十店	
20日(木)	9:00～12:00	滴	献血		高知県幡多総合庁舎	
	14:00～15:45				健康管理センター	
	9:00～10:00	本	特定健診結果説明会	大用・大西の川・小西の川・住次郎	富山地区集会所	
	10:15～10:45			片魚	片魚ふれあいの里	
	11:00～11:30			大屋敷	大屋敷地区集会所	
11:45～12:15	常六			常六地区集会所		
12:40～13:00		三ツ又	三ツ又清流の里			
21日(金)	12:50～13:30	+	1歳9か月児健診		健康管理センター	
1月	7日(月)	9:00～11:00	?	定例健康相談	西土佐総合支所	
	9日(水)	9:00～11:00	?	出張健康相談	J A 高知はた西土佐支所	
		10:00～11:30	本	ママ&チルドレン	具同体育センター	
	12:50～13:30	+	3か月児・7か月児健診		健康管理センター	

(注) 特定健診、ひまわり健診は30歳以上の国民健康保険に加入している人、後期高齢者医療保険に加入している人で受診券を送付している人および、40歳以上の協会けんぽ等に加入している被扶養者で受診券を取得している人が対象です。

※12月6日までの計画については、広報しまんと11月号に掲載しています。

【問い合わせ先】(本庁)健康推進課 ☎(34)1115・(34)1823 (総合支所)保健課 ☎(52)1132



【問い合わせ先】  
(市)生涯学習課 スポーツ振興係  
☎(34)2062

▼申込方法等  
12月7日(金)までに左記までお問い合わせください。

▼各コース・種目  
(安並運動公園)蕨岡方面折り返し  
10 km 高校男子・一般男子  
5 km 壮年・高校女子・一般女子  
3 km 小学生・中学生

▼日時  
12月23日(日・祝)※雨天決行  
9時 開会式  
9時55分 スタート

第50回読売中村ロードレース  
県内外のランナーを迎え、第50回読売中村ロードレースを開催します。市民の皆さんの温かいご声援をお願いします。  
なお、当日はレースのスムーズな運営のため、一部交通規制を行いますのでご協力をお願いします。



## 〔連載〕けんこうだより①9

### あなたの心は健康ですか？ ～ ストレスチェックを行ってみましょう ～

こころの元気がなくなると、体の調子も悪くなります。「人間関係がうまくいかない…」「勉強や仕事がつらい…」などと思い悩むことで、食欲がなくなったり、眠れなくなったりしていませんか？  
こころと体のSOSに目を向けてみましょう。

次の質問に関してあなたが日常感じているものにチェックをつけてください。

- |                                                               |                                                                 |
|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 頭がすっきりしていない(頭が重い)                    | <input type="checkbox"/> 何かするとすぐ疲れる(以前と比べると疲れやすくなった)            |
| <input type="checkbox"/> 目が疲れる(以前と比べると疲れる事が多い)                | <input type="checkbox"/> 朝、気持ちよく起きられないことがある(前日の疲れが残っているような気がする) |
| <input type="checkbox"/> ときどき鼻づまりする事がある                       | <input type="checkbox"/> 仕事に対してやる気がでない(集中力もなくなってきた)             |
| <input type="checkbox"/> めまいを感じる時がある(以前は全くなかった)               | <input type="checkbox"/> 寝つきが悪い(なかなか眠れない)                       |
| <input type="checkbox"/> ときどき立ちくらみしそうになる(一瞬、くらくらとする)          | <input type="checkbox"/> 夢をみることが多い(以前はそうでもなかった)                 |
| <input type="checkbox"/> 耳鳴りがする事がある(以前はなかった)                  | <input type="checkbox"/> 夜中の1時、2時ごろ目がさめてしまう(そのあと寝付けない事が多い)      |
| <input type="checkbox"/> しばしば口内炎ができる(以前と比べて口内炎ができやすくなった)      | <input type="checkbox"/> 急に息苦しくなる事がある(空気が足りないような感じがする)          |
| <input type="checkbox"/> のどが痛くなる事が多い(のどがひりひりする事がある)           | <input type="checkbox"/> ときどき動悸をうつ事がある(以前はなかった)                 |
| <input type="checkbox"/> 舌が白くなっている事が多い(以前は正常だった)              | <input type="checkbox"/> 胸が痛くなる事がある(胸がぎゅっと締め付けられるような感じがする)      |
| <input type="checkbox"/> 今まで好きだったものをそう食べたいと思わなくなった(食の好みが変わった) | <input type="checkbox"/> よく風邪をひく(しかも治りにくい)                      |
| <input type="checkbox"/> 食物が胃にもたれるような気がする(なんとなく胃の具合がおかしい)     | <input type="checkbox"/> ちょっとしたことでも腹が立つ(いらいらすることが多い)            |
| <input type="checkbox"/> おなかのがったり、痛んだりする(下痢と便秘を交互に繰り返したりする)   | <input type="checkbox"/> 手足が冷たいことが多い(以前はあまりなかった)                |
| <input type="checkbox"/> 肩がこる(頭も重い)                           | <input type="checkbox"/> 手のひらやわきの下に汗をかくことが多い(汗をかきやすくなった)        |
| <input type="checkbox"/> 背中や腰が痛くなる事がある(以前はあまりなかった)            | <input type="checkbox"/> 人と会うのがおっくうになっている(以前はそうでもなかった)          |
| <input type="checkbox"/> なかなか疲れがとれない(以前と比べると疲れやすくなった)         |                                                                 |
| <input type="checkbox"/> このごろ体重が減った(食欲がなくなる場合もある)             |                                                                 |

(桂戴作,1980)

☑チェックのついた数によって、あなたのストレス度が分かります

0～5個：特に問題なし

6～10個：軽度ストレス状態です。意識的に休養や気分転換を行いストレスの緩和を図りましょう。

11～20個：中等度ストレス状態です。職場の上司や家族、友人に相談するなどして環境の改善を図る必要があります。

21～30個：重度ストレス状態です。医療機関の受診をお勧めします。

苦しい時は一人で悩まず相談しましょう

こころの病気にかけるとマイナス思考に陥りやすくなり、正常な判断をする事が難しくなります。放置しておくと、自ら命を絶つような深刻な事態を招く事があります。

強いストレスを感じる時やこころの病気が疑われる時は、家族や友人など信頼できる人に相談しましょう。電話で相談できる窓口もあります。一人で悩まず勇気出して相談する事が大切です。

あなたの周りに悩んでいる人はいませんか？

こころの病気は自分ではなかなか気付くことができません。そのため、「自分だけは大丈夫」「ちょっと疲れているだけ」などという思い込みから対応が遅れ、症状を悪化させてしまうケースもあります。

あなたの周りに「最近元気がない」「体調不良や不眠を訴える」などの気になる様子の人が見えたら、まずはさりげなく声をかけてみましょう。あなたの行動が、かけがえのない命を守ります。

【問い合わせ・相談窓口】

・心の健康相談(高知県立精神保健福祉センター) ☎088(821) 4966

・幡多福祉保健所健康障害課 ☎(34) 5124

・四万十市役所(本庁)健康推進課 地域保健係 ☎(34)1823

(総合支所)保健課 保健係 ☎(52)1132 (本庁)福祉事務所 社会福祉係 ☎(34)1120



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)

#### たこを飛ばそう

お母さんと一緒にビニール凧を作ってみよう! できたらお庭で飛ばそうね。上手に飛ばせるかな?

※①、②、グループ一緒に活動です。

時 1月10日(木) 9:30~11:30

場 子育て支援センター

### ◆0歳児・妊婦対象(ぴよちゃんクラブ)

#### ぽっぽで遊ぼう

お正月後の、久しぶりの顔合わせ。ぽっぽでゆっくり過ごしましょう! お母さんたちもお正月の話などしておしゃべりを楽しみませんか?

時 1月11日(金) 9:30~11:30

場 子育て支援センター

●初めて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があります。)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。詳しくはお問い合わせください。

## 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

### ◆ぽっぽの広場(絵本講座)妊婦・0・1・2・3歳児対象

絵本の良さについていろいろお話してくれます。どんな絵本が良いのかな? など、悩んでいるお母さん達、ぜひ聞きに来てください!

時 12月14日(金) 10:00~11:30

場 子育て支援センター

### ◆クリスマスお楽しみ会

歌ったり踊ったり、みんなで楽しくクリスマスをお過ごししょう! サンタさん、プレゼント持って来てくれるかな? お楽しみに♪

※この活動は、プレゼントなどの用意があるため登録している方に限らせていただきます。

時 [ぴよちゃんクラブ]12月20日(木) 9:30~11:30

[1・2・3歳児](ぽっぽ)12月21日(金) 9:30~11:30

場 子育て支援センター

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
あおぎ保育所	12月11日	火	9:30~10:30 数台有
	1月11日	金	
★下田保育所	12月13日	木	9:30~10:30 "
★東山保育所	12月13日	木	9:30~10:30 "
川崎保育所	12月14日	金	9:30~11:00 "
蕨岡保育所	12月18日	火	9:30~11:00 "
	1月11日	金	
愛育園	1月10日	木	9:30~10:30 "

◎今年度より園庭開放日のうち、一日のみ園内見学日を設けます。(★印の表示)園内を見学させてもらい、いろいろ話を聞くことができます。

## 問い合わせ先

四万十市地域子育て支援センター“ぽっぽ”

右山元町1丁目2-10 ☎(35)3748



## ~市民病院だより~ vol.6 四万十市みんなで防災訓練へ参加しました

### ○平成30年10月外来・入院延患者数

外来延患者数	4,187人
内科	2,126人
外科	160人
整形外科	569人
脳神経外科	342人
泌尿器科	459人
透析	531人
入院延患者数	1,847人

11月3日(土)の四万十市みんなで防災訓練において、第6回高知県緊急防災消防援助隊受援・応援合同訓練が実施され、当院のDMAT(災害派遣医療チーム)も参加しました。この訓練では、高知県緊急消防援助隊と幡多地域管内のDMAT、海上保安庁も参加して部隊運用訓練、多数傷病者対応訓練を行いました。



【問い合わせ先】市民病院 ☎(34)2126

## 歯科口腔検診はお済みですか？ 30・40・50・60・70歳の方へ

歯周病は症状がなくて進行します。高齢になっても元気で食べられる歯と口の健康を維持するためには、日々のセルフケアと定期健診が重要です。市では歯科の定期健診のきっかけとなるよう、歯周疾患等の検診（歯科口腔事業）を行っています。大丈夫と思っても、検診でチェックしてもらいましょう。

- ▼対象者  
平成31年3月31日時点で30歳、40歳、50歳、60歳、70歳に達する方のうち、過去1年間に歯科医院を受診していない方。  
※対象者には個別に通知しています。
- ▼検診期間  
12月31日まで
- ▼自己負担  
500円  
(検診費用5000円のうち4500円を市が助成)
- ▼検診内容  
口腔内診査、歯周病検査、歯周病唾液検査  
※受診券をすでにお持ちの方は、歯科医院に予約してから受診してください。

【問い合わせ先】  
(本庁)健康推進課 地域保健係  
☎(34)1823  
(総合支所)保健課 保健係  
☎(52)1132

## ヘルスメイト料理教室 高校生のための食生活講座

四十市食生活改善推進協議会では、高校生に向けて「食生活講座」を開催します。高校を卒業して家から巣立つ若者たちにとって、食事を考えることは自活の第一歩。「健康」を維持するために必要なポイントを学びながら、バランスのとれたメニューを実際に作ってみましょう。ぜひ、ご参加ください。

- ▼日時  
12月22日(土)  
10時30分～12時30分
  - ▼会場  
市立中央公民館調理実習室
  - ▼対象  
四十市内に居住する高校生
  - ▼定員  
16名程度
  - ▼調理内容(予定)  
トマト親子丼・具だくさんピリ辛味噌汁・野菜の即席漬・お楽しみスイーツ
  - ▼参加費  
無料
  - ▼もってくるもの  
エプロン・三角巾
  - ▼申込方法  
電話またはファックスにてお申し込みください。
  - ▼申込期限  
12月17日(月)まで
  - ▼氏名・住所・連絡先・学校名・学年
- 【問い合わせ・申込先】  
(市)健康推進課 健康増進係内  
食生活改善推進協議会事務局  
☎(34)1115  
FAX(34)0567

## 聴覚障害者理解促進研修

もし目の前で聴覚障害者の方が困っていたら、どのようなことができるでしょうか。四十市内に居住または勤務している方を対象に、平成30年度四十市聴覚障害者理解促進研修を開催します。今回は、簡単な手話の習得を目指すとともに、聴覚障害者への理解を深め、実践的な対応ができるよう学びます。

	日程	内容
第1回	1月11日(金)	聴覚障害についての理解
第2回	1月25日(金)	生活に使う手話①
第3回	2月1日(金)	生活に使う手話②
第4回	2月15日(金)	防災について考えてみよう
第5回	3月1日(金)	まとめ

■時間 13時30分～15時30分  
■会場 市立文化センター  
■申込 12月21日(金)までに電話でお申し込みください。  
■参加費 無料

【問い合わせ・申込先】  
(市)福祉事務所 社会福祉係  
☎(34)1120

## 平成30年度幡多ブロック 精神障害に関する研修会

もし目の前で聴覚障害者の方が困っていたら、どのようなことができるでしょうか。四十市内に居住または勤務している方を対象に、平成30年度四十市聴覚障害者理解促進研修を開催します。今回は、簡単な手話の習得を目指すとともに、聴覚障害者への理解を深め、実践的な対応ができるよう学びます。

- ▼日時  
12月18日(火)  
13時30分～15時30分
- ▼場所  
ヨンデンプラザ中村多目的ホール  
(四十市中村大橋通6丁目9-21)
- ▼講師  
高知大学 藤田 博一先生
- ▼内容  
・精神障害の疾患についての基礎知識(予定)
- ・家族としてできる支援について
- ・地域を巻き込んだ支援について
- ▼参加費  
無料
- ▼主催  
高知県西南地域精神障害者家族会連合会

【問い合わせ先】  
事務局 幡多福祉保健所健康障害課  
☎(34)5124  
FAX(35)5980

## 市立温水プール休館のお知らせ

ボイラー改修工事のため、次の期間、温水プールを休館とします。利用者の皆様には、大変ご不便をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

▼期間  
平成31年1月4日(金)～  
2月28日(木)(予定)

【問い合わせ先】  
市民スポーツセンター  
☎(34)2071

# 一からはじめる健康玉手箱 vol.7

## ～番外編 大宮下地区健康福祉委員会の取り組み～

今月の健康玉手箱は番外編として、地区健康福祉委員会での介護予防の取り組みをご紹介します。  
主に毎週火曜日に集まって活動している大宮下地区では、DVDを見ながらのテレビ体操やストレッチ体操に取り組んでいます。また、時々、カラオケを使った取り組みもされており、取材させていただいた日も和やかな雰囲気の中で、楽しみながら活動されていました。

あれ？介護予防でカラオケ？と思われるかもしれませんが、歌を歌う時には、普段話す時よりも大きく吸って吐く力や多くの肺活量が必要になるため、血管の動きも活発になり血流が促進されます。また、懐かしい歌を選ぶことで昔のことを思い出す回想効果、歌詞を覚えて歌うことで記憶力を鍛えるなど、脳の活性化にもつながります。そのほかにも、感情をこめて気持ち良く歌うことで、リラクゼーション効果や脳内ホルモンの分泌の活発化が期待できます。

介護予防に無理なく楽しく取り組みたい、いつもとちょっと違うことをしたい、そんな時は、カラオケをメニューの1つに取り入れてみてはいかがでしょうか。



### 【問い合わせ先】

(本庁) 高齢者支援課 高齢者福祉係 ☎(34) 8066  
(総合支所) 保健課 保健係 ☎(52) 1132

## 食の案内人

### 健康づくり編

会食の機会が多くなりがちな年末年始は、胃腸も疲れがちです。食欲不振・胃もたれ・便秘などの症状を感じたら、腸の働きを整えるお食事で、お腹をリセットしましょう。

- ポイント1 脂肪をひかえる
- ポイント2 目覚めにコップ1杯の水を飲む
- ポイント3 乳酸菌が豊富な発酵食品や、果物・海藻・野菜に多く含まれる食物繊維をしっかりとって、腸内環境を整える

たとえばこんな朝ごはんはいかがでしょうか



1食分の栄養価  
エネルギー 588Kcal  
たんぱく質 22.3g  
食物繊維 6.8g

※使われている発酵食品：納豆・キムチ・味噌・ヨーグルト

#### ●キムチ納豆

納豆 40g  
キムチ刻み 大さじ1  
だししょうゆ 少々

#### ●ヨーグルト

紫芋(ふかし) 15g  
キウイフルーツ 1/4個  
プレーンヨーグルト 100g  
はちみつ 小さじ1

#### ●海藻たっぷり味噌汁

たまねぎ 1/6個 とろろ昆布 1g  
わかめ 1g だし汁 130g  
油揚げ 10g 味噌 10g

<材料>1人分

#### ●らっきょう入りニラたま炒め

ニラ 20g  
卵 1/2個  
らっきょう 5粒  
塩・こしょう 少々  
がらスープのもと 少々  
ごま油 小さじ1/2

<作り方>

- ①ニラは3～4cmに切り、らっきょうは大きいものは縦半分に切る。
- ②ニラを軽くいためて塩・こしょうをし、一旦取り出す。
- ③油を熱し、割りほぐしてがらスープのもとを加えた卵を手早く焼き、ニラ、らっきょうを加えて更に炒める。

#### ●ごはん 150g

四万十市健康推進課 健康増進係 橋田典子

## 12月実施の統計調査

調査名	該当地区
労働力調査	有岡、磯ノ川
個人企業経済調査	中村一条通、大橋通、新町、天神橋、山手通、東下町、本町、栄町、於東町

### 【問い合わせ先】

(県)総務部 統計分析課  
☎088(823)9344

## 定期相談所

	日時	場所	相談内容	問い合わせ先
行政相談所	12月20日(木) 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 平石眞理子	(市)総務課 ☎(34) 1804
無料農業経営相談 (偶数月第4木曜日 開催)	12月27日(木)	JA高知はた本所 3階	農業に関する借入相談、経営全般に関 するお悩みなどの相談(要事前予約)	日本政策金融公庫 高知支店 農業水産事業 ☎088(825) 1091

## 国際交流員コラム

四万十市国際交流員  
田小嬌(中国)  
2015年4月9日



奈良にて

### 中国の「ダブル11」

11月になると気温が下がり、季節は冬に移り変わっていきます。街中のあちこちでイルミネーションが点灯し始めました。クリスマス風の雰囲気を感じながら、「二年もう終わっちゃうんだ」という寂しさもあります。

一方、中国では、11月中最も盛り上がる日は11日です。

11月11日は、若者の間で「独身の日」と呼ばれています。中国語で「独身者」のことを「光棍」と言い、「棍」は「棒」の意味です。「棒」の形に似た「1」が4つ並んでいることから、「独身の日」という呼び方になったようです。また、数字「11」が2つ並んでいるため、「ダブル11」とも呼ばれています。

2009年から、「ダブル11」をビジネスチャンスと捉えた中国ネット通販大手のアリババが、その日限定の割引セールを行い始めました。それ以来、毎年「ダブル11」の日の売上高は一年で最も大き

いです。しかも、その記録は毎年更新されています。2018年の「ダブル11」24時間のネット通販売上高は2135億元(約3.6兆円)でした。100億元を突破するまで、わずか2分5秒しかかかりませんでした。(2017年の24時間の売上高は1680億元でした。100億元を突破するまで3分1秒かかりました。)

人気商品はすぐに売り切れになる可能性があるので、午前0時前に選り抜いた商品をカートに入れ、0時になると先を争って注文を確定し、支払いを済ませます。午前0時から1時までの注文数が一日で最も多く、今年その1時間の売上高は673億元にも達しました。(2017年1時間の売上高は555億元でした。)

中国のほか、世界75ヶ国・地域の約19万種のブランドが中国の「ダブル11」に参戦しています。外国から出店した店舗の流通総額を国別で見ると、日本がトップを走っています。

「ダブル11」ネット通販割引が実施され、今年10年目になりました。中国人の消費理念が変わってきたことも分かりました。調べによると、電気製品の売れ筋商品は「冷蔵庫、テレビ、洗濯機」から「掃除ロボット、空気清浄機、掃除機」に変わりました。また、高品質のヘルスケア製品や書籍等の売上高も急増しています。多くの人が「安いから買う」という理念を卒業し、より高い生活品質を求めるようになりました。

中国の「ダブル11」は一年中で最も賑やかで忙しいショッピングデーではありませんし、遅くまで起きている人が最も多い

日でもあると思います。

### 「ダブル11」によく使われる流行語

#### ① 剁手(duō shǒu)

解釈:「剁」は「刃物を振り下ろしてたたき切る」の意味で、「剁手」は「手を切り落とす」。

ネット通販でお金の使い過ぎに後悔し、自分の手を切り落としたいぐらいの買い物をする事です。

#### ② 吃土(chī tǔ)

解釈:「吃」は「食べる」の意味で、「吃土」は「土を食べる」。

ネット通販で買い物をしすぎて来月ご飯を食べるお金がなくなり、土を食べるしかないぐらいの金欠状況の事です。自嘲するのによく使います。



(写真<http://tech.sina.com.cn/cs/2018-11-12/doc-ihnstwwq8495271.shtml>)



# 年末年始の市役所関係業務



## 一般業務

年末:12月28日(金)17時15分まで  
年始:1月4日(金)8時30分から  
(戸籍関係届出書などの夜間・休日窓口での受付は行っていません。)

## 図書館 ☎(35)2923

年末:12月28日(金)19時まで(分館は18時まで)  
年始:1月4日(金)9時から(分館は10時から)

## 郷土資料館 ☎(35)4096

年末:12月30日(日)17時まで  
年始:1月2日(水)8時30分から

## 市民病院 ☎(34)2126(代)

年末:12月28日(金)まで  
年始:1月4日(金)から

## 中医学研究所附属鍼灸院 ☎(34)4798

年末:12月29日(土)まで  
年始:1月3日(木)から

## 診療所・各出張診療所

### ●西土佐診療所 ☎(52)1011

年末:12月28日(金)まで  
年始:1月4日(金)から

### ●大宮出張診療所

年末:12月25日(火)まで  
年始:1月8日(火)から

### ●口屋内出張診療所

年末:12月17日(月)まで  
年始:1月7日(月)から

### ●奥屋内へき地出張診療所

年末:12月27日(木)まで  
年始:1月10日(木)から

## 体育施設

### ●安並運動公園内各施設 ☎(34)2071

### ●具同体育センター ☎(37)4558

年末:12月28日(金)まで

年始:1月4日(金)から

## 家庭ごみ収集(普通ごみ)

### ●中村、具同地区

年末:12月27日(木)まで

年始:1月7日(月)から

### ●東山、下田、東中筋、中筋、蕨岡、八束、後川、大川筋、富山地区

年末:12月28日(金)まで

年始:1月4日(金)から

### ●西土佐地域

年末:12月28日(金)まで

年始:1月4日(金)から

## 幡多クリーンセンター ☎(31)2600(溶融炉:上ノ土居)

年末:12月29日(土)16時まで

年始:1月4日(金)9時から

## し尿処理

### ●衛生センター中村 ☎(36)2464

年末:12月28日(金)まで

年始:1月4日(金)から

### ●クリーンセンター西土佐 ☎(31)9700

年末:12月28日(金)まで

年始:1月4日(金)から

## 火葬場

### 幡多中央斎場 ☎(43)0077

年末:12月31日(月)17時15分まで

年始:1月2日(水)8時30分から

詳細については、それぞれ各施設、担当課までお問い合わせください。

問い合わせ先 (本庁) ☎(34)1111(代) (総合支所) ☎(52)1111(代)

# 図書館だより

開館時間 (本館) 9:00~19:00  
(分館) 10:00~18:00

平成30年  
12  
December

## ★休館日の案内★

12月21日(金) 館内整理日

## ★図書館の障がい者サービスを知ろう★

世界人権デーに合わせて12月8日(土)にバリアフリーイベントを行います。

○バリアフリー映画上映会「東野圭吾「下町シリーズ」笑」

時間 13時30分(開場13時) 場所 市役所3階会議室

○バリアフリー機器展示体験会、出張相談会

時間 13時~17時 場所 市立図書館入口

## ★年末年始のお知らせ★

12月29日(土)から1月3日(木)まで休館とさせていただきます。

休館中の本の返却については、返却ポスト(庁舎北側夜間出入口の向かって左側にあります)をご利用ください。

なお、DVD・ビデオ・紙芝居は、破損の恐れがあるため返却ポストはご利用いただけません。1月4日(木)以降に図書館カウンターへお返しください。

お休みが続きます。ご注意ください。

市立図書館 ☎(35)2923

## 新着おすすめ8+8

雨上がりの川  
宇宙・天文で働く  
男たちの船出  
建設現場  
恋の櫛  
世界の美しいへビ  
日本のカッコいい公務員図鑑  
秘密結社

森沢 明夫  
本田 隆行  
伊東 潤  
坂口 恭平  
藤原 緋沙子  
海老沼 剛  
秋山 謙一郎  
ジャン・ピエール・イスブ

一般書

## 新着図書(298冊)

明日のランチはきみと  
イニエスタ  
ぎりぎりの本屋さん  
クリスマスのおかいもの  
日本のロボット  
ぼくたちのプレゼントはどこ?  
まんまるねんね  
メガネくんとハダシくん

サラ・ウィークス  
マッツ・オールドフィールド  
まはら 三桃  
ルー・ピーコック  
奥村 悠  
リチャード・スキャリー  
黒井 健  
二見 正直

児童書／えほん

# お誕生 おめでとう



(平成30・11・5届出分まで)

住所 赤ちゃん 保護者

中村京町	吉村	一楓	雛乃
中村京町	野々下	穂	修一
中村岩崎町	福島	織	大輔
具	同	田中	知昌
有	岡	勝瀬	梗介
実	崎	筒井	心陽
津	蔵	刈谷	如菜
竹	島	西岡	莉穂
大屋敷	山本	唯莉乃	慶司

# ご冥福を お祈りします



(平成30・10・5届出分まで)

住所 氏名 享年

駅前町 林 利三 79

(平成30・11・5届出分まで)

住所 氏名 享年

中	村	福岡	淳一	89
中	村	東町	池本	勝
安	並	溝	紋子	88
古	津	賀	南	和美
具	同	宮崎	澄夫	83
渡	川	植田	亀井	97
赤	松	小川	耕一	56
九	樹	松岡	正子	90
坂	本	吉武	高	81
井	沢	宮村	五郎	94
鍋	島	小川	聖子	76
双	海	西尾	義則	81
伊	原	佐竹	好美	87
利	岡	地	平	93
佐	藤	井上	和	68
若	田	俊光		83
久	保	野村	百子	89

## 四万十いやしの里 休館のお知らせ

四万十いやしの里では、「四万十いやしの湯」およびレストラン「山川海」の機械設備点検等のため、次の期間、休館します。

▶期間 12月11日(火)10時~12月13日(木)15時

【問い合わせ先】四万十いやしの里 ☎(31)5111

「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・人権課 ☎(34)1113まで必ずご連絡ください。

西土佐川崎	稲田	輝子	91
西土佐大宮	矢間	信秋	94
西土佐江川崎	室津	久尾	92
西土佐用井	永山	玉恵	92
大	用	高橋	96
竹	屋敷	美並	90
常	六	田邊	87
		力	
		絹枝	
		高重	

## 平成30年(2018年)は、 世界人権宣言70周年の節目の年です

世界人権宣言は、基本的人権尊重の原則を定めたものであり、それ自体が法的拘束力を持つものではありませんが、初めて人権保障の目標や基準を国際的にうたった画期的なものです。  
20世紀には、世界を巻き込んだ大戦が二度も起こり、特に第二次世界大戦においては、特定の人種の迫害、大量虐殺など、人権侵害、人権抑圧が横行しました。この経験から、人権問題は国際社会全体にかかわる問題であり、人権の保障が世界平和の基礎であるという考え方が主流になってきました。

■人権デー・人権週間  
人権デー 12月10日  
(世界人権宣言が採択された日)  
人権週間 12月4日~10日  
国際連合は、昭和23年(1948年)12月10日に第3回総会で世界人権宣言が採択されたのを記念し、昭和25年(1950年)12月4日~10日を「人権デー(Human Rights Day)」と定め、加盟国などに人権思想の啓発のための行事を実施するよう呼びかけています。

我が国では、世界人権宣言が採択された翌年の昭和24年から毎年12月10日を最終日とする一週間を「人権週間」と定め、全国的に啓発活動を展開し、広く国民に人権尊重思想の普及を高揚を呼びかけています。

この宣言は、すべての人々が持っている市民的、政治的、経済的、社会的、文化的分野にわたる多くの権利を内容とし、前文と30の条文からなっており、世界各国の憲法や法律に取り入れられるとともに、さまざまな国際会議の決議にも用いられ、世界各国に強い影響を及ぼしています。

さらに、世界人権宣言で規定された権利に法的な拘束力を持たせるため、「経済的、社会的及び文化的権利に関する国際規約(A規約)」と「市民的及び政治的権利に





## 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 2日(日)	市民病院	☎(34)2126
9日(日)	森下病院	☎(34)2030
16日(日)	市民病院	☎(34)2126
23日(日)	吉井病院	☎(34)5005
24日(月)	さたけ小児科	☎(37)2255
30日(日)	佐々木整形外科	☎(34)7177
31日(月)	幡多病院	☎(34)6211
1月 1日(火)	中村病院	☎(34)3177
2日(水)	中村クリニック	☎(34)5100
3日(木)	さくらクリニック	☎(35)2555
6日(日)	市民病院	☎(34)2126
13日(日)	小原外科胃腸科	☎(35)0108
14日(月)	大野内科	☎(37)5281

### 幡多地区年末年始 休日救急歯科診療当番医療機関

☞ 診療時間 9:00~12:00 ☜

12月30日(日)	西町歯科医院	宿毛市西町2-20-15 ☎0880(65)0001
12月31日(月)	安岡歯科診療所	土佐清水市下ノ加江216 ☎0880(84)0002
1月 1日(火)	前田歯科矯正歯科	宿毛市萩原1-31 ☎0880(63)3803
1月 2日(水)	山本歯科診療所	四万十市中村山手通31 ☎(35)2656
1月 3日(木)	京町歯科診療所	四万十市中村大橋通3-24-1 ☎(34)2258

「広報しまんと」1月号は  
12月26日(水)発送予定です



# 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●

12月 1日(土)	㈱大同設備	☎(35)4879
2日(日)	㈱山下建設	☎(33)0653
8日(土)	豚座建設㈱	☎(34)6031
9日(日)	㈱平野水道	☎(35)2316
15日(土)	森下住宅器機	☎(34)4855
16日(日)	土居水道工事店	☎(32)1095
22日(土)	中村水道工事センター	☎(35)4323
23日(日)	㈱中村住設	☎(34)3621
24日(月)	㈱大杉設備工業	☎(34)2324
29日(土)	㈱福永工業	☎(35)5996
30日(日)	㈱カキタニ設備	☎(33)0660
31日(月)	岡崎プロパン㈱	☎(35)3458
1月 1日(火)	㈱夕部設備	☎(37)3383
2日(水)	㈱奥宮工業	☎(37)5151
3日(木)	㈱大同設備	☎(35)4879
5日(土)	㈱山下建設	☎(33)0653
6日(日)	豚座建設㈱	☎(34)6031
12日(土)	㈱平野水道	☎(35)2316
13日(日)	森下住宅器機	☎(34)4855
14日(月)	土居水道工事店	☎(32)1095

### 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 ~10月末日現在~ ( )内は、前月との差

総人口	34,066人 (△28)	転入	52人
男	16,139人 (△9)	転出	60人
女	17,927人 (△19)	出生	18人
世帯数	16,592世帯 (△5)	死亡	38人

# 有料広告 掲載スペース