広報しまんと
SHIMANTO

No.175
2019
11

鉄道の日1日駅長がんばりました!
（10月5日　第14回中村駅まつり）

©やなせたかし

2019年11月5日(火)からスタート！

住民票とマイナンバーカードに
旧姓(旧氏)が併記できます！

マイナンバーカードに
旧姓(旧氏)が併記されることで、
旧姓が各種証明に使えます！

住民票に旧姓を併記するための請求手続が必要になります。住民票に旧姓が併記されると、マイナンバーカードや公的個人認証サービスの署名用電子証明書にも旧姓が併記されます。

旧姓併記のための請求手続は２段階！

STEP1

旧姓が記載された
戸籍謄本等を用意しましょう

入手方法は２種類！
①本籍地の市区町村に請求
②郵送で取り寄せる

用意ができたら
提出しよう！

STEP2

用意した戸籍謄本等と一緒に
マイナンバーカード(通知カード)を持って、
現在お住まいの市区町村へ行こう！

？ 旧氏とは？

「旧氏(きゅううじ)」とは、その人の過去の戸籍上の氏のことです。氏はその人に係る戸籍、または除かれた戸籍に記載がされています。

旧姓は１人に１つだけつけられるよ！

詳しくはこちら 総務省 旧氏併記 検索

プレミアム付商品券のお知らせ

■住民税非課税者の申込期限間近！！

住民税非課税者は申請が必要です。対象となる可能性のある人には、8月上旬に四万十市プレミアム付商品券購入引換券交付申請書を郵送しています。希望者は申込期限：11月29日（金）までにお早めに申請してください。

※申請書を紛失した場合は、下記までご連絡ください。

■プレミアム付商品券の使用期間が10月より開始！

申請を行った住民税非課税者のうち、対象となった人および子育て世帯には、商品券購入引換券を9月30日に発送しています。

※子育て世帯のうち、令和元年8月1日から9月30日までに生まれた子どもの属する世帯は10月末までに発送します。

■商品券の購入場所

中村地域

土佐中村郵便局、中村八束郵便局、中村古津賀郵便局、下田郵便局、蕨岡郵便局、富山郵便局、中村下町郵便局、四万十トンボ郵便局、中村駅前郵便局、東中筋郵便局、後川郵便局、川登郵便局、有岡郵便局

西土佐地域

江川崎郵便局、大宮郵便局、口屋内郵便局

※上記の郵便局以外では購入できません。

※営業時間は、月～金（祝日を除く。）9：00～17：00（土佐中村郵便局のみ19：00まで）となっています。

■購入時に必要なもの

①四万十市プレミアム付商品券購入引換券

※購入引換券は再発行できません。購入が完了するまで大切に保管してください。

②身分証明書（免許証、健康保険証等）

※購入対象者や代理人等の本人確認を行いますので、必ず身分証明書（写し可）をご持参ください。

■商品券が使用できる店舗

市に登録した店舗のみ使用できます。詳しくは購入引換券と一緒に送付したチラシをご覧ください。

※登録店舗の受付は随時行い、店舗情報は市ホームページ等で随時更新しています。

市ホームページ「四万十市プレミアム付商品券」のバナーをご確認ください。

【問い合わせ先】（本　　庁）観光商工課　商工・雇用対策係　☎（34）1126
（総合支所）産業建設課　産業振興係　☎（52）1113

NET119緊急通報システム運用開始

11月9日から、NET119緊急通報システムの運用が開始されます。

これは、聴覚障害や音声・言語機能障害などにより会話に不安がある人のための通報システムで、スマートフォンやタブレット端末を使って画面タッチで119番通報ができます。

なお、通報システムに対応していない機種をご利用の場合、以前より運用されている携帯メール利用した緊急通報システム「メール119」もありますのでご相談ください。

■対象者

四万十市内に在住または通勤・通学しており、聴覚障害、音声・言語機能障害などにより119番通報に不安のある人

■利用料

無料（端末の購入や通報時の通信にかかる費用は本人負担）

■利用方法

システムの利用には事前登録が必要です。利用のご相談や内容の詳細については左記までお問い合わせください。

【問い合わせ先】
（市）福祉事務所　社会福祉係
☎（34）1120
FAX（34）1880
E-mail:fukusi@city.shimanto.lg.jp

高知県知事選挙のお知らせ

投票日は11月24日(日)です

投票のできる人

高知県知事選挙の選挙時登録の基準日は11月6日(水)となっていますので、令和元年8月6日(火)までに四万十市に転入届をして、引き続き四万十市に居住している人で、平成13(2001)年11月25日までに生まれた人。

なお、四万十市で3ヶ月以上居住し転出した人で、新住所地において選挙人名簿に登録されていない人は、旧住所地の四万十市で投票できます。

市内転居者の投票所

市内で住所が変わり、令和元年11月2日(土)以降に転居届をされた人は、前の住所の投票所での投票となります。

期日前(不在者)投票

1. 投票日に投票所へ行って投票できない人は、11月8日(金)から11月23日(土・祝)まで毎日午前8時30分から午後8時まで、**四万十市役所1階10会議室および四万十市西土佐総合支所1階小会議室で投票できます。**この場合、宣誓書に申し立てが真正であることを記載していただきます。
2. 不在者投票期間に市外に滞在している人は、滞在地の市町村選管で投票することができます。市選管から投票用紙を発送しますので、市選管に投票用紙等の請求をしてください。

郵便による在宅投票制度

身体障害者手帳または戦傷病者手帳の所持者、介護保険の被保険者証に要介護状態区分が要介護度5であると記載されている人で、**市選管より郵便等投票証明書を交付された人**は郵便による在宅投票ができます。また、障害の程度等によっては、代理記載人によって代理投票により投票することができます。

郵便投票のできる人は、投票日の4日前(11月20日(水))までに、郵便等投票証明書を同封し市選管に投票用紙等の交付申請をしてください。

代理投票

心身の故障その他の事由により、自ら候補者の氏名を書けない人も投票日に投票所に行けば、代理記載の補助者によって投票ができます。

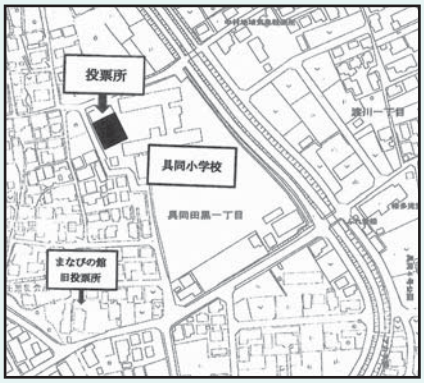
投票所入場券

1. 投票所入場券を発行しますので期日前投票所、当日の投票所に持参していただければ早く手続きができます。
2. 投票所入場券に宣誓書(期日前投票)を印刷しています。期日前投票をされる場合は、投票所入場券の宣誓書にご記入いただき、期日前投票所へお持ちください。投票手続きが早く済みます。
3. 11月24日(日)の選挙当日に投票所で投票する人は、宣誓書の記入は不要です。
4. **投票所入場券を紛失または届いていない場合でも、名簿に登録されている人であれば、投票所入場券がなくても投票できます。**

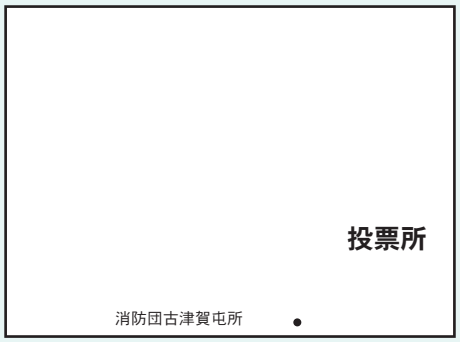
投票の際は、投票所入場券に記載されている「投票所」をご確認の上、お出かけください。

場所の問い合わせが多い投票所

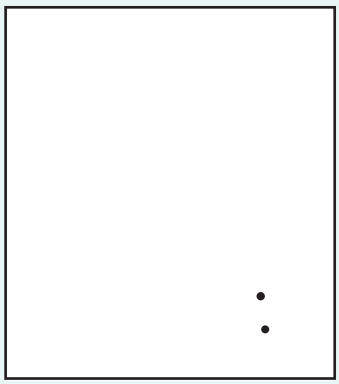
凡例　■投票所 ●投票所案内用立看板



第21投票所(具同小学校 体育館)



第8投票所(古津賀地区集会所)



第3投票所(不破地区集会所)

投票所および投票時間一覧表

投票開始は、午前7時から市内全投票所で

地区別	投票区	区域	投票所	投票時間
中村	第1	中村大橋通1・2・3・4・5・6・7丁目、中村百笑町、中村山手通、中村弥生町、中村四万十町、中村羽生小路、中村東下町、中村栄町、中村天神橋、中村一条通1丁目、カツラ山団地、中村岩崎町、夕陽の見える丘団地	四万十市役所	午後6時まで
	第2	右山、右山元町1・2・3丁目、駅前町、右山五月町、右山天神町、右山白藤園	四万十市立中央公民館	
	第3	不破、角崎、不破上町、緑ヶ丘団地	不破地区集会所	
	第4	中村京町1・2・3・4・5丁目、中村一条通2・3・4・5丁目 中村東町1・2・3丁目、中村新町1・2・3・4・5丁目、中村於東町	四万十市多目的デイケアセンター	
	第5	中村小姓町、中村上小姓町、中村丸の内、中村桜町、中村愛宕町、中村本町1・2・3・4・5丁目、丸の内ハイランド、大用寺	中村商工会議所	
東山	第6	安並、佐岡、秋田、麻生、安並団地、秋森、佐岡団地、佐岡南の風団地	四万十市立東山保育所	
	第7	沢、橋の内、古津賀第1団地、同第2団地、雅ヶ丘団地	古津賀第2団地集会所	
	第8	古津賀、古津賀1・2・3・4丁目	古津賀地区集会所	
下田	第9	井沢、井沢団地	下田地区井沢防災コミュニティセンター（井沢団地集会所）	
	第10	竹　島	竹島地区集会所	
	第11	双　海	下田地区双海防災コミュニティセンター（双海地区集会所）	
	第12	平　野	平野地区集会所	
	第13	鍋島、馬越	四万十川下流交流センター	
	第14	松ノ山、下田上、下田下、串江	下田地区集会所	
	第15	水戸東、水戸西	水戸公民館	
八束	第16	名　鹿	名鹿地区集会所	
	第17	間崎、津蔵渕、初崎	間崎多目的集会施設	
	第18	実崎、深木	実崎地区集会所	
	第19	坂本、山路上、山路下	山路多目的集会所	
具同	第20	入田上、入田下	入田下地区集会所（楠の木元）	
	第21	出来島、田黒、具同田黒1・2・3丁目、渡川1・2・3丁目、渡川、渡川病院、赤松町	四万十市立具同小学校（体育館）	
	第22	中組、西組、馬越、自由ヶ丘、相ノ沢団地	具同地区集会所	

地区別	投票区	区域	投票所	投票時間
東中筋	第23	森　沢	森沢集会所	午後6時まで
	第24	荒川、楠島、国見、間	四万十市立東中筋保育所	
	第25	江ノ村、西ノ谷	江ノ村地区集会所	
中筋	第26	上ノ土居、磯ノ川、生ノ川	磯ノ川地区集会所	
	第27	有岡、九樹、有岡団地	四万十市消防団中筋分団屯所（有岡消防屯所）	
	第28	横　瀬	横瀬地区集会所	
大川筋	第29	手洗川	手洗川地区集会所	
	第30	田出ノ川、高瀬、楠、川登	四万十市立公民館大川筋分館	
	第31	鵜ノ江	鵜ノ江地区集会所	
	第32	勝　間	四万十市立勝間小学校	
	第33	勝間川	勝間川地区集会所	
	第34	久保川	久保川地区集会所	
	第35	三　里	三里地区集会所	
後川	第36	佐　田	佐田地区集会所	
	第37	利岡、岩田、若藤（出合を除く）	四万十市立利岡保育所	
	第38	板ノ川、口鴨川、若藤分出合	板ノ川地区集会所	
	第39	中鴨川、奥鴨川	四万十市立公民館鴨川分館	
	第40	田野川乙、敷地	田野川乙集会所	
	第41	田野川甲	田野川甲構造改善センター	
蕨岡	第42	藤、上分、下分、内川	蕨岡生活改善センター	
	第43	伊才原	四万十市立公民館伊才原分館	

地区別	投票区	区域	投票所	投票時間
富山	第44	下古尾	西富山活性化センター	午後5時まで
	第45	竹屋敷	竹屋敷公会堂	
	第46	上古尾	上古尾地区集会所	
	第47	大西ノ川	大西ノ川地区集会所	
	第48	大用、小西ノ川	富山地区集会所	
	第49	住次郎	住次郎地区集会所	
	第50	片魚	四万十市立片魚小学校	
	第51	常六、大屋敷	常六集会所	
	第52	三ツ又	三ツ又地区集会所	
西土佐	第53	黒尊、奥屋内上	奥屋内上公会堂	
	第54	奥屋内下	奥屋内下集会所	
	第55	玖木	四万十市立公民館玖木分館	
	第56	口屋内	口屋内公民館	
	第57	中半	中半集会所	
	第58	岩間、茅生	岩間農林産物集出荷所	
	第59	藤ノ川	藤ノ川農林漁家活動促進施設	
	第60	橘	橘集会所	
	第61	津野川	津野川集会所	
	第62	津賀	津賀集会所	
	第63	薮ケ市、須崎	須崎集会施設	
	第64	大宮下	大宮下集会所	
	第65	大宮中	大宮生活改善センター	
	第66	大宮上	大宮上集会施設	
	第67	下家地、中家地	下家地集会施設	
	第68	方の川、西ケ方	四万十市立西ケ方小学校	
	第69	下方	下方集会所	
	第70	宮地、奈路、館	四万十市西土佐総合支所	
	第71	用井	用井集会施設	
	第72	長生	長生集会所	
	第73	奥半家	半家集会所	
	第74	中半家、本村半家、本村	四万十市立本村小学校	
	第75	中組	江川流域交流センター	
	第76	押谷、権谷	権谷せせらぎ交流館	

◆不明な点は四万十市選挙管理委員会事務局へおたずねください。

（本庁）選挙管理委員会事務局　☎(34)1784（直）
（総合支所）西土佐住民分室　☎(52)1112（直）

選挙情報を四万十市公式ホームページに掲載していますのでご利用ください。
http://www.city.shimanto.lg.jp/gyosei/senkyo/main.html

狩猟免許試験のご案内

シカやイノシシなどの被害にお困りの皆さまをはじめ、たくさんの人の受験をお待ちしています。

■**試験日時**
12月7日（土）10時（わな猟）
12月8日（日）10時
（第一種銃猟・第二種銃猟）
■**場所**　JA高知県幡多地区本部会館
■**受験料**
初心者　5200円
一部免除者　3900円
■**申請書配布場所**
（県）鳥獣対策課、中村地区猟友会
■**申請方法**
各試験実施日の10日前までに持参または郵送で必着

予備講習会

■**日時**　12月1日（日）9時
※高知県猟友会主催
☎088(856)6641
■**場所**　JA高知県幡多地区本部会館
■**受講料**　10,000円

狩猟免許取得予備講習料を補助します

■**対象者**
本年度、新しく狩猟免許を取得される人（狩猟免許試験合格者）、猟銃の所持許可を取得される人で、市内在住の人（市内において有害鳥獣の捕獲に従事することを確約する書類の提出が必要）
■**補助内容**
（一社）高知県猟友会が実施する初心者講習会の受講料
（狩猟免許受講料　10,000円以内／人、診断書料　2000円以内／人）

射撃教習受講料への補助もあります

猟銃所持許可申請に係る射撃教習の受講料（猟銃所持許可取得者　37,000円以内／人）
※過去に射撃教習を受講していない人が対象です。

詳しい内容は、（県）鳥獣対策課のホームページに掲載しています。
http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/070201/

【問い合わせ・申請先】
（県）鳥獣対策課
☎088(823)9042
（市）農林水産課　林業水産係
☎(34)1118
（総合支所）西土佐事業分室
☎(52)1113

森林資源再生支援（再造林等）事業費の補助について

市では、森林資源再生（再造林等）を支援するため、表のとおり、補助金を交付しています。詳細については、左記までお問い合わせください。

■**補助要件等**

補助対象経費等	①人工林伐採後の再造林に要する経費 ②シカ防護ネットの設置に要する経費 ③下刈りに要する経費 ※高知県の造林事業の採択がされたものに限る。
実施主体（補助対象者）	森林組合、生産森林組合、森林所有者、森林整備法人など
補助額（率）	概ね事業費の10％以内 ※ただし、シカ防護ネットについては「人工林伐採後の再造林」と同時に実施するものに限る。

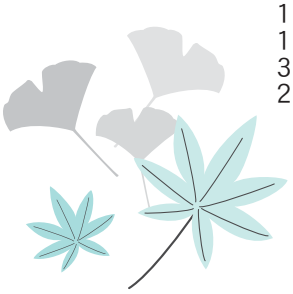
【問い合わせ先】
（本庁）農林水産課　林業水産係
☎(34)1118
（総合支所）西土佐事業分室
☎(52)1113

四万十市戦没者並びに満州分村殉難者合同追悼式のご案内

令和元年度四万十市戦没者並びに満州分村殉難者合同追悼式を次のとおり執り行います。ご遺族の皆さまにはお繰り合わせのうえ参列いただきますようご案内申し上げます。

■**日時**　11月26日（火）
10時～（1時間30分の予定）
■**場所**　市立文化センター
■**参列者留意事項**
・受付は9時から9時50分までにお願いします。
・供花等供物は、辞退します。
・服装は平服でお願いします。

【問い合わせ先】
中村地域
（本庁）福祉事務所　社会福祉係
☎(34)1120
西土佐地域
（総合支所）西土佐福祉こども分室
（保健課内）
☎(52)1132



横瀬川ダム

内水被害の軽減と上水道の安定的な供給の確保を行います

～ダムの本格運用に向け、試験湛水を開始～

横瀬川ダム湛水式が行われました

平成28年6月から進めてきました「横瀬川ダム建設工事」も終盤を迎え、10月1日から試験湛水を開始し、地元選出国会議員、国土交通省、高知県、市並びに地元関係者など約120名の出席により湛水式が行われました。

合図のもと代表者が閉塞ゲート降下を行い、湛水が開始されると大きな拍手が起こるなか、中平市長の発声で万歳三唱、地元小中学生や関係者でくす玉開披・風船飛ばしを行い湛水開始を祝うとともに、1日も早く運用が開始されるよう祈願しました。

ダム湛水式

ゲート降下状況

試験湛水とは…

建設したダムに水を貯め、ダム本体並びに貯水池周辺等の安全性を確認するための作業です。
横瀬川ダムでは、令和2年3月をめどに試験湛水を行います。
この試験湛水で安全性を確認し、初めて「横瀬川ダム」は完成となります。
（試験湛水中は、下流の河川環境の保全に必要な水量を供給します。）

完成するダムが、治水効果を発揮するとともに地域の皆さまに親しまれる施設となるように願われます。

【問い合わせ先】
（市）まちづくり課　道路管理係　☎(34)1116　FAX(34)0381　E-mail：douro@city.shimanto.lg.jp

双眼鏡寄贈のお礼

このたび、福岡県八女市の方より四万十市天文観測施設に役立ててほしいとニコンWX7×50IF（双眼鏡）一式の寄贈を受けました。

ニコンWX7×50IFは高度な光学性能を備えたレンズで、圧倒的な広視界と視野最周辺まで美しく見えます。

今後は、天文台における観望会や星空の街のイベント等に活用させていただきます。

ありがとうございました。

防災行政無線の内容が聞き取れない場合は

☎34-7800

へ電話すると、再度放送内容を確認することができます。（自動音声）

STOP 滞納!! 市税等の滞納整理に取り組んでいます

市税等を滞納したまま放置している場合は、財産（給与、預貯金、生命保険、家電製品、貴金属など）を差し押さえます。また、保育所給食費や学校給食費の滞納を放置している場合は、法的措置を行うことがあります。

■市税等の収入の確保に全力を挙げています

市税等（個人住民税・法人住民税・固定資産税・軽自動車税・国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料・保育料）や保育所給食費・学校給食費の収入確保は、市の財政が大変厳しい状況の中、安定的に行政サービスを行うためにとても大切なものです。

滞納となると、財源が確保できず事業の実施に支障をきたすだけでなく、納期限内に納付している皆さまとの間に不公平が生じないよう厳正な対応が必要となり、財産の差押等の滞納処分を実施することとなります。滞納整理には多額の費用がかかり、結果的には市民全体の不利益になります。

市民の皆さまのご理解とご協力（納期限内の納付）をよろしくお願いします。

■徴収実績（平成30年度）

区分	年度区分	調定額（円）	収入済額（円）	徴収率（%）	
				29年度	30年度
市　税	30年度	3,625,925,705	3,604,519,017	99.3	99.4
	過年度	85,936,393	31,197,222	26.2	36.3
	計	3,711,862,098	3,635,716,239	97.1	97.9
国民健康保険税	30年度	615,009,900	593,280,090	96.1	96.5
	過年度	71,101,253	30,869,339	35.3	43.4
	計	686,111,153	624,149,429	89.1	91.0
後期高齢者医療保険料	30年度	351,177,300	349,174,148	99.5	99.4
	過年度	3,615,561	2,251,049	63.2	62.3
	計	354,792,861	351,425,197	99.2	99.1
介護保険料	30年度	785,640,200	779,406,867	99.0	99.2
	過年度	17,822,082	8,310,786	40.2	46.6
	計	803,462,282	787,717,653	97.2	98.0
保育料	30年度	236,374,900	234,694,300	99.3	99.3
	過年度	3,984,495	3,238,283	61.6	81.3
	計	240,359,395	237,932,583	98.3	99.0
学校給食費	30年度	147,686,950	147,036,020	99.7	99.6
	過年度	5,966,991	1,041,025	22.7	17.4
	計	153,653,941	148,077,045	95.8	96.4

※調定額…収入すべき金額

■滞納整理の基本的な取り組み

納期内に納付されなかった場合は、督促状によりお知らせします。

それでも納付のない場合は、催告等を行い、なお納付のない場合は、財産調査を行い滞納処分(差押、捜索等)あるいは、法的措置(裁判所の関与)を行います。

■市税等の滞納処分状況（平成30年度）

区分	差押						捜索
	給与	年金	生命保険	預貯金	その他	合計	
件数	21	9	31	305	4	370	2

※租税債権管理機構による滞納処分は含んでいません。
※捜索とは、滞納者の自宅や事務所等において財産等を探し出し差し押さえることです。

■困ったときはご相談を

病気、失業、事業の廃止や著しい損失など、一時的に納付が困難な場合は納期内にご相談ください。生活状況等を聞きとりしたうえで納付相談に応じます。連絡がない場合は個別の状況把握ができないため滞納整理を行うこととなります。

市では今後も市税等の収納率の向上に取り組み、負担の公平性の確保に努めます。

【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)1112

四万十市人権フェスティバル

市では、人権週間参加事業として次の内容で人権フェスティバルを実施します。ご家族ご近所お誘い合わせのうえ、ご来場ください。

街頭パレード

■開催日時　12月7日(土)
10時～11時30分

■出発セレモニー
市立中央公民館　大ホール
※雨天決行
「人権絵画・標語作品展」入選作の表彰も行います。

■パレード方法
啓発隊の横断幕を先頭に、中村南小鼓笛隊、パレード参加者の順に街頭パレードを行い、同時に、人権啓発グッズを市民に配布し人権意識の高揚を図る。

■コース
市立中央公民館 ⇓中村駅(休憩)
⇓市立中央公民館
※雨天の場合:市立中央公民館大ホールで行います。
※終了時間には変更があります。

四万十市小学生・中学生「人権絵画・標語作品展」

■期間　12月16日(月)～27日(金)

■時間　9時～17時
※初日は12時から、最終日は15時まで

■会場　市立中央公民館1階
展示ホール
※入場無料

【問い合わせ先】
(市)市民・人権課 人権啓発センター
☎(34)5751

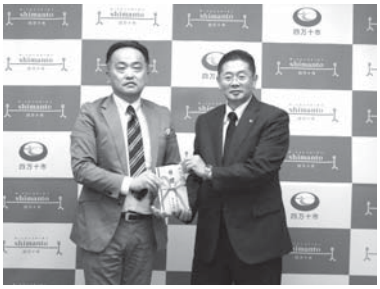
LED防犯街路灯寄贈のお礼

10月2日(水)、市役所本庁において、四国電力株式会社高知支店営業部中村営業所の住本所長、中平市長が出席し、LED防犯街路灯の目録の贈呈式が行われました。

これは、四国電力株式会社が「令和元年度よんでんグループふれあい月間(10月1日～10月31日)」の社会貢献活動の一環として行っているもので、本年度は中村地域に4灯、西土佐地域に5灯のLED防犯街路灯を寄贈していただくことになりました。

地域住民の通行の安全確保、防犯対策に利用させていただきます。

ありがとうございました。



就学援助制度【新入学準備金】のお知らせ

市では、経済的な理由により、お子さんを就学させるのにお困りの保護者に対し、学用品費や学校給食費などの経費を援助しています。

援助費のうち新小学・中学1年生の入学時に必要な学用品費の援助については、**新入学準備金として、入学前の3月に支給します。**

■支給額(1人あたり)
新小学1年生:50,600円
新中学1年生:57,400円

■支給月
令和2年3月

■支給対象者
令和2年4月に小学校に入学するお子さん(新小学1年生)の保護者で次の要件をすべて満たす人
①令和2年2月1日現在、四万十市に居住する人
②受付期間内**(12月2日から令和2年1月31日)**に申請書を提出した人
③就学援助制度の認定基準で準要保護の基準(※)に該当する人

令和2年4月に中学校に入学するお子さん(新中学1年生)の保護者で次の要件をすべて満たす人
①令和2年2月1日現在、四万十市に居住する人
②令和2年2月1日現在、就学援助制度の認定基準(※)で準要保護の認定を受けている人

■申請書について
・新小学1年生については、10月上旬に送付した就学時健康診断の案内通知に申請書を同封しています。(西土佐地域の人は就学時健康診断の際に配布しています。)紛失した場合は、左記までご連絡ください。

(注)新中学1年生(現小学6年生)の保護者で、既に平成31年度(令和元年度)の就学援助の準要保護認定を受けている人については、新たに申請する必要はありません。認定を受けていない人で、新入学準備金の支給を希望する人は、在籍小学校を通じて令和2年1月31日(金)までに申請書を提出してください。

※就学援助制度の準要保護の基準については、左記までお問い合わせください。

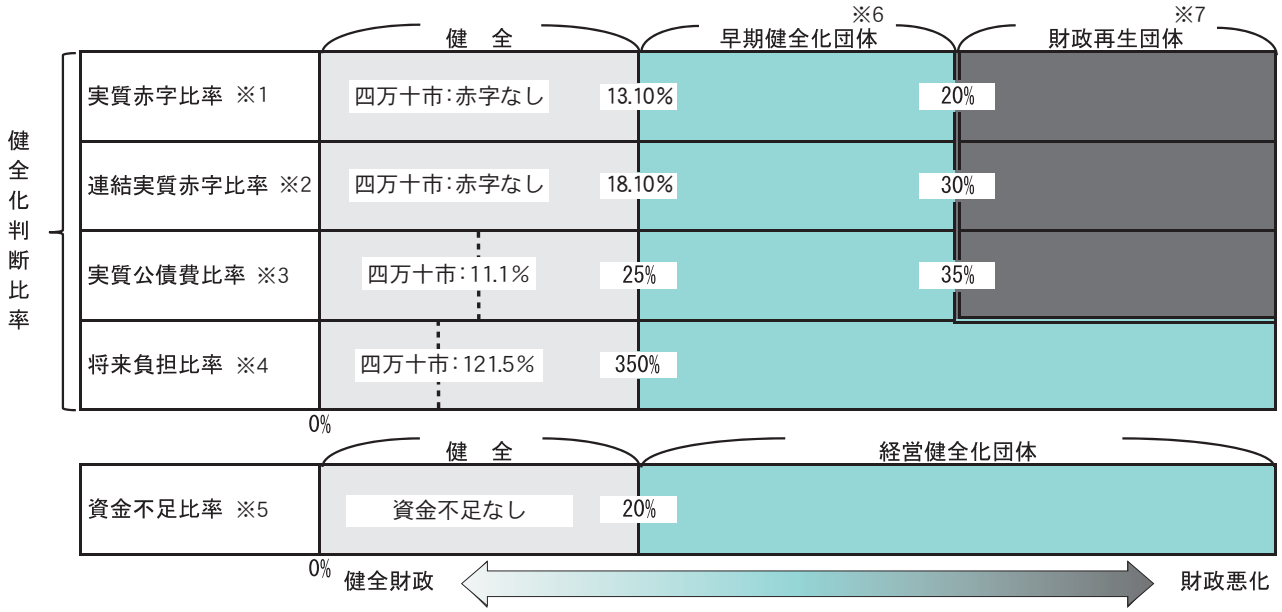
【問い合わせ先】
(市)学校教育課　学校教育係
☎(34)5445

財政健全化判断比率・資金不足比率の状況（平成30年度決算）

「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」に基づき、「健全化判断比率」および「資金不足比率」を公表します。これは、地方自治体の財政状況を知るための指標で、一定の基準を超えた団体は、財政健全化計画をつくることなどが義務付けられます。

平成30年度決算に基づく各指標は、いずれも基準を下回っています。

なお、ホームページに詳細を掲示しています。



■用語の解説

※1 実質赤字比率：一般会計等の実質赤字額が標準財政規模〔市が自由に使用できる財源（市税や交付税など）の額〕に占める割合をいいます。
※2 連結実質赤字比率：すべての会計を対象とした実質赤字額が標準財政規模に占める割合をいいます。
※3 実質公債費比率：一般会計等が負担する実質的な公債費が標準財政規模に占める割合をいいます。
※4 将来負担比率：一般会計等が将来負担すべき実質的な負債の標準財政規模に対する比率をいいます。
※5 資金不足比率：公営企業会計の資金不足額が事業規模に占める割合をいいます。
※6 早期健全化団体：財政状況は悪化しているものの、自助努力により、財政健全化が可能な段階。
財政健全化計画を定めて財政の健全化に向け取り組むことになります。
※7 財政再生団体：財政状況がかなり深刻で、直ちに国の関与の下、財政の再生を確実に実行しなければならない段階。
財政再生計画を定めて財政の再生に取り組むことになります。

【問い合わせ先】（市）財政課　財政係　☎(34) 1819

ねんきんだより

年金相談のお知らせ

左記の日程で日本年金機構による出張年金相談を行います。必ず事前にご予約のうえご利用ください。

相談時にはご本人・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。

また、代理人は委任状（基礎年金番号、相談内容・交付物の記載）が必要になります。詳しくはお問い合わせください。

※当日、年金に関するデータの交付を希望する場合は、身分証明書として運転免許証、パスポート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となります。

※予約がない時間帯には出張相談を実施しない場合があります。

■日時　11月21日（木）10時～12時、13時～15時
■場所　西土佐総合支所
■予約受付　幡多年金事務所
■受付期間　予約が埋まり次第締め切ります。

11（いい）月30（みらい）日は「年金の日」です!!

【問い合わせ先】
幡多年金事務所（中村東町2丁目4-10）
☎（34）1616

市民のひろば

枚方市とスポーツで交歓「第26回枚方市・四万十市交歓スポーツ大会」

昭和49年4月に大阪府枚方市と四万十市が友好都市提携を結び、翌年3月にスポーツを通じてお互いに協力し、理解を深めながら両市の友好親善に努めることを目的に、「第1回枚方市・中村市交歓スポーツ大会」(軟式野球大会)が枚方市で開催され、現在は3年ごとに両市で交互に開催しています。

26回目となる今大会は、軟式野球、バレーボール、シニア・一般ソフトボール、卓球、弓道の5競技6種目総勢77名の枚方市選手団を迎え、9月28日(土)・29日(日)に開催されました。

枚方市選手団は28日の早朝に枚方市を出発。開会式直後に降雨となり、室内3競技と、ユニフォームの汚れもお構いなしで軟式野球(降雨3回終了)は試合を敢行しました。バレーボールは時間を忘れるほど白熱し、卓球は両市混成チームで親睦を深め、弓道は雨に袴の裾を濡らしながら腕を競い合い、試合が翌日に順延となったソフトボール選手の皆さんは中村城跡の郷土博物館を観光し、四万十市の歴史にも触れていただきました。

その後、両市合わせて174名の参加で始まった歓迎レセプションでは、和気あいあいと再会を喜ぶ方や、初めての四万十に緊張気味の方も次第に解け合い和やかな時間が過ぎました。

29日のソフトボールは、前日の雨が嘘のような快晴となり、早朝から2時間という限られた時間の中で熱戦を繰り広げました。

前日に試合を終えた選手団は、トンボ自然公園を観光し、勝間沈下橋で雄大な四万十川を満喫した後、西土佐にて昼食、四万十の味をお土産に3年後の交流を約束して、枚方市へと帰路につきました。

今後も、幅広く多くの競技を交えながら交流を続けて行きたいと思います。

(公財)四万十市スポーツ協会
会長　土森 正典

市長日誌　9月15日～10月14日

9月15日　奥屋内分館敬老会
16日　具同地区合同敬老祝賀会
17日　市内百歳表彰者　お祝い訪問(17、30日)
20日　秋の交通安全運動に伴う交通安全メッセージ伝達式
21日　玖木地区敬老会
24日　ソウルドアウト㈱進出協定式及び記者会見(高知市)
25日　中村地区要望　受
27日　自転車を活用したまちづくりを推進する全国市区町村長の会四国ブロック会議(香南市)
29日　四万十南予横断2リバービューライド2019
川﨑分館敬老会
四万十川国際音楽祭2019 中村交響楽団演奏会 in 西土佐
30日　四万十市消防団退職団員市長表彰式
10月1日　横瀬川ダム湛水式(宿毛市)
2日　「よんでんグループふれあい月間」行事　街路灯目録贈呈式
令和元年度　タウンポリス西土佐総会
3日　横瀬川ダム建設推進御礼、四万十川改修要望(3日：東京都、4日：高松市)
7日　第136回高知県市長会議(土佐市)
8日　四国横断自動車道高知県建設促進期成会　四国地方整備局要望活動(高松市)
9日　国道439号整備促進期成同盟会　高知県土木部要望活動(高知市)
10日　21世紀活力ある道づくりを目指す四国連合協議会意見交換会及び要望活動(東京都)
11日　第147回四国市長会議(坂出市)
13日　第17回四国一般ソフトボール大会

列車に乗って

とさくろサイクリング

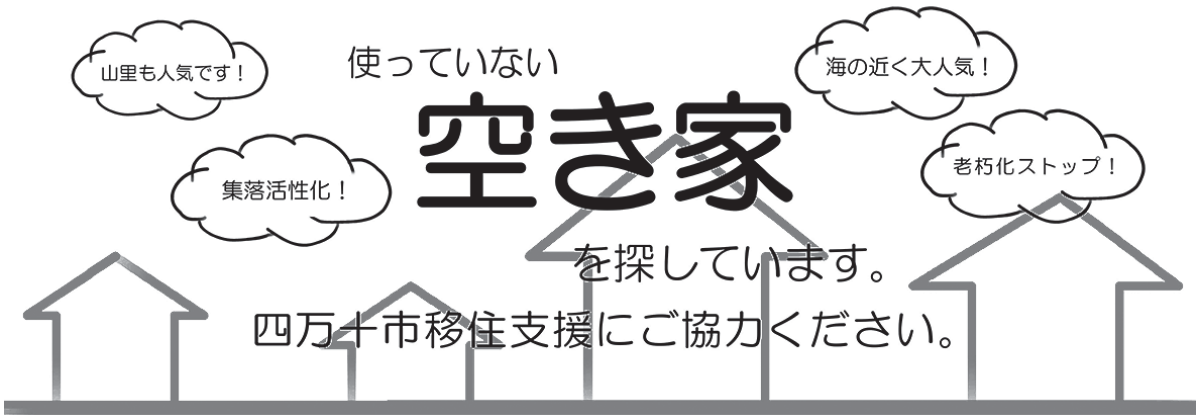
土佐くろしお鉄道　中村・宿毛線　自転車混乗試験　実施中

高知県西南部の幡多地域および四万十川流域で気軽にサイクリングをお楽しみいただけるよう、土佐くろしお鉄道中村・宿毛線の一部の普通列車に自転車をそのまま持ち込める混乗試験を実施しています。

■ 実施期間	9月16日（月）～11月30日（土）
■ 実施区間	土佐くろしお鉄道中村・宿毛線（窪川～中村～宿毛）
■ 実施乗降駅	各線各駅
■ 運行対象列車	上り9本、下り8本（一部途中駅まで）
■ 積込台数	5台まで（持ち込み自転車の種類制限有り）
■ 利用料金	1台につき100円

※事前申込制、利用日前日17時までにお申し込みください。

【問い合わせ・事前申込先】土佐くろしお鉄道　中村駅　☎(35)4961



四万十市は移住先として人気が高く、「四万十市へ移住したい！」というお問い合わせをたくさんいただいています。しかし、現在、物件の数が足りていない状況です。移住者が空き家に入居することは、地域の活性化だけでなく、物件の維持・管理にもつながります。今後の継続的な移住支援のため、ご協力をお願いします。

以下のような条件でも構いません！

○建物内に荷物が残っている。○掃除をしなければ貸せる状態でない。
○修繕が必要だが、そのままにしている。○貸せない部屋（倉庫など）がある。
○「ペット不可」「集落活動への参加」「田畑の管理」など、ご希望の条件もお尋ねします。
※家賃は月額5,000円～上限30,000円まで（空き家の状態・立地等による。）
※移住希望者をホームページで募集しますが、すぐに入居者が決まるとは限りません。

空き家の情報提供・ご質問・ご相談は、移住推進員までお気軽にお電話ください。
【問い合わせ先】（市）企画広報課　移住推進員　☎(34)8866

第3回四万十イングリッシュ・フェスティバル開催

8月31日（土）に、第3回四万十イングリッシュ・フェスティバルを開催しました。市内の全中学校から29組60名の中学生が参加し、スピーチや暗唱、劇、プレゼン、自己紹介等、それぞれが工夫し、たくさんの観衆の前でパフォーマンスを行いました。運営にはALT（外国語指導助手）が参加し、発表前のウォーミングアップや英語での司会進行、新任ALTは審査を行いました。

市では、7名のALTの配置のほか、中学生の英語検定料1/2補助、中学2年生対象のGTEC（スコア型英語4技能検定）の実施、中学1年生への英和・和英辞書無償提供等、将来グローバルに活躍できるよう、英語力向上を目指して市全体で取り組んでいます。

発表では、日ごろ学習している英語授業の成果が随所に発揮され、英語を使って堂々と発表したり、楽しそうに表現したりする中学生の生き生きとした姿が見られました。

大会結果

☆最優秀賞	門田 愛琉・井口 楓彩（東中筋中学校3年）
☆優秀賞	小田 真綾・大塚 花（東中筋中学校1年）
	宮本 瑛太・山下 諒久・南雲 虎士郎（中村中学校2年）
	伊藤 愛菜・笹内 霞（中筋中学校3年）
☆特別賞	梶元 悠生・岡原 旬（下田中学校1年）
	上村 朔太郎・坂本 楓太（西土佐中学校2年）
	益岡 緑里・伊勢脇 凰雅・伊勢脇 将生（大用中学校3年）

当日、ご来場いただいた教育関係者、保護者、地域の皆さまに、心よりお礼を申し上げます。

四万十市教育文化展・児童詩展のお知らせ

今年も、一條大祭にあわせて小中学校の教育文化展・児童詩展が開催されます。

教育文化展は、健全な青少年文化の創造、育成をめざしており、各学校の審査を経て出品された書、画および立体の三部門の作品が展示されます。

児童詩展は、家庭や遊びなどの中で、生活感動が表現された作品が展示されます。

期間中は、児童生徒のすばらしい作品が市内全小中学校より出品され、体育館いっぱいに展示されますので、ぜひ多くの方のご観覧をお願いします。

■日時 11月22日（金）～24日（日）
9時～17時（24日は15時まで）

■会場 市立中村中学校体育館

■主催 四万十市教育文化展実行委員会

【問い合わせ先】
四万十市教育文化実行委員会事務局（東中筋中学校内）
☎（37）2817

※幡多地区教育文化展は、中村小学校体育館での開催となります。

しまんと情報掲示板

今月は
下水道事業受益者負担金　3期分
国民健康保険税　5期分
の納付月です

募集

配食サービス事業のボランティアを募集しています！

四万十市社会福祉協議会では、毎週水曜日1人暮らしの中村地域の高齢者等を対象に、安否確認を目的に配食サービス事業を行っています。

この事業は、ボランティアのご協力によって支えられていますが、不足しているのが現状です。弁当の調理や配達と見守りを行うボランティアにご協力をお願いします。

▼場所
四万十市多目的デイケアセンター「一条の里」

▼時間（目安）
調理　8時30分～10時30分ごろ（1ヶ月に1回～2ヶ月に1回）
配達　10時30分～12時ごろ（1ヶ月に1回～2ヶ月に1回）

【問い合わせ先】
四万十市多目的デイケアセンター「一条の里」（中村東町2丁目4-13）
☎（34）3636（担当　中山）

防衛省　自衛官等募集案内

募集種目	受付期間および試験会場	試験期日	受験資格
自衛官候補生	試験日前日まで受け付けます。 試験会場：高知駐屯地	11月16日(土)および 12月15日(日)	18歳以上33歳未満の者 (詳しくはお問い合わせください。)
陸上自衛隊 高等工科学校生徒	11月1日(金)～ 令和2年1月6日(月)まで 試験会場 1次試験：四万十市防災センター 2次試験：1次試験合格通知でお知らせします。	1次試験 令和2年1月18日(土) 2次試験 令和2年1月31日(金)～ 2月3日(月)　うち1日	15歳以上17歳未満の男子 (詳しくはお問い合わせください。)

【問い合わせ先】自衛隊四万十地域事務所　☎(35)3096

シニアのためのパソコン教室受講者募集

この教室は、シニア世代が定期的に外出することで、社会参加と同年代交流により健康でイキイキと過ごしながら、パソコン学習を通じ新たな楽しみも見つけることを目標としています。

中央公民館閉館により、開講場所を変更しました。

▼参加募集教室・定員

毎週火曜日
会場　市立文化センター
①10時～12時30分　20名
※初心者中心の教室です。
②13時30分～16時　10名
生涯学習教室

毎週水曜日
会場　四国労働金庫中村支店2階
③10時～12時30分　10名

毎週木・金・土曜日
会場　当会安並サロンにて集中講座
生涯学習教室少人数開講
④10時～12時30分
⑤13時30分～16時

▼対象
どなたでも参加可能
※②、③は文字入力ができる人のみを対象としています。

▼受講費
月額3000円(諸費用込みの会費)

▼申込期限
12月28日(土)まで
※開講は令和2年1月7日以降順次

【問い合わせ・申込先】
NPO法人四万十市シニアネットワーク(担当　川山)(安並5374)
☎090-4978-2452

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人は対象となりません。 (市外在住者は、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	○5区画(すべて未使用区画)：区画番号：188、218、260、276、337 ※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…3150円／年(令和元年度は月割) ※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	11月11日(月)から11月21日(木)まで(土、日、祝日除く。) ※郵送の場合は、21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配布します。 ※郵送による請求の場合は、あて先を明記した返信用封筒(84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。(郵送可) ○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、区画ごとに当選者を決定します。(決定は1世帯につき1区画) ※辞退者が出る場合もありますので、次点以降の交渉順位も決定します。
その他の条件	市立墓地の使用にあたっては、市が規定する条例および規則に定める一定の制限があります。
抽選予定日	11月29日(金)13時30分～　場所：市立中央公民館1階　大会議室 ※抽選者は申込者および申込者に委任(要委任状)された人のみです。
問い合わせ 申込先	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)1112

令和2年3月オープン
旧土豫銀行跡地　新施設名称募集！

天神橋商店街内旧土豫銀行跡地に、新たなにぎわいの拠点としてカフェ・飲食テナント・公共スペースのある一体型施設が誕生します。

この施設がまちのシンボルになることを目指し、みんなが集まる、たくさんの笑顔がある、そんな場所の名称を市民の皆さまから広く募集します。

施設コンセプト

みんなの楽しい「今」が、素敵な「明日」へ繋がっていく！そんな〇〇〇〇（施設名）の誕生です。
ここに集まり、ここで時間を過ごしたい。明日もここで会いたくなる。
そんな気分になれる場所。そんな気分の晴れる場所。
時の流れが心地よい。ひとりでも。みんなでも。

キャッチコピー

笑顔がある。出会いがある。逢いたい人がいる。

■応募方法

応募用紙に名称（ふりがな）、名称の説明（理由や意味など）、郵便番号、住所、氏名（ふりがな）、性別、年齢、電話番号、職業（学生は学校名、学年）を明記し、次のいずれかの方法でご応募ください。

①郵送・FAX・インターネット　四万十にぎわい商店株式会社まで

②応募箱　四万十市役所1階ロビー、
天神橋アーケードチャレンジショップTJB前、
中村商工会議所に設置
（応募用紙も応募箱設置場所に備え付けています。）

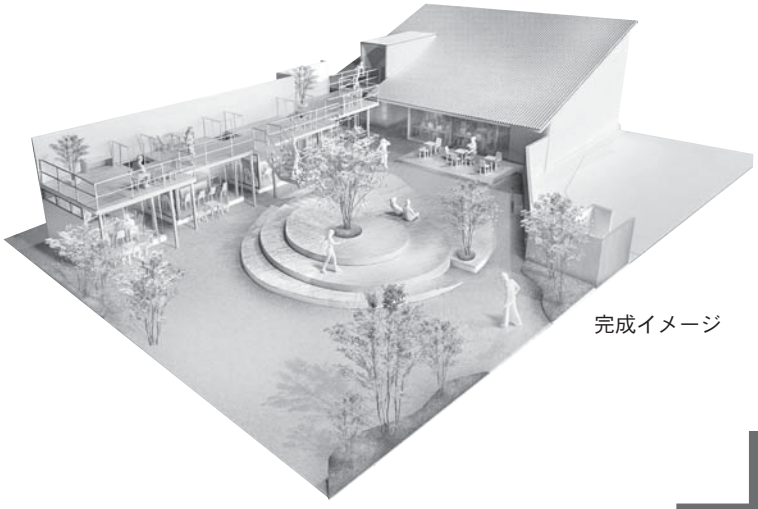
インターネットでの応募はこちら
（11月1日からアクセス可）

※応募用紙1枚につき名称1点の応募とし、応募点数は、1人3点までとします。
※新施設名称は、応募者自身が創作した未発表のもので、他の著作物などを使用したり真似をしていないものに限ります。

■募集期間　11月1日（金）～ 12月6日（金）
■副賞　採用者に四万十市商店街振興組合連合会商品券3万円を贈呈
■選考方法　四万十にぎわい商店株式会社、商店街関係者で選考
■結果発表　発表時期　12月中旬（予定）
採用者には郵送でお知らせするほか、市ホームページなどで結果を発表します。

【応募・問い合わせ先】

四万十にぎわい商店株式会社
〒787-0027
四万十市中村天神橋56
☎090-8697-0119（右城）
FAX（35）4751
E-mail：sucre@kzc.biglobe.ne.jp


完成イメージ

古津賀に住んでみませんか？～市有地を分譲します～

広報10月号15ページでもお知らせしました、古津賀一丁目～四丁目の市有地について、次の日程で分譲を行います。希望者は、(市)まちづくり課までお問い合わせください。

この市有地は、土地区画整理事業により造成された宅地で、近隣には大型スーパーや保育所・公園もあり、閑静な住宅街に位置しています。

▼**受付開始日時**
11月13日(水)8時30分から

▼**売払方法**
(市)まちづくり課窓口で受け付けした人から先着順

※物件の場所や分譲価格などの詳細は、広報10月号15ページまたは市公式ホームページをご確認ください。
http://www.city.shimanto.lg.jp/life/menu/jyutaku/kotsuka.html

【問い合わせ先】
(市)まちづくり課　計画係
☎(34)8150

教室・講座

令和元年度幡多ブロック精神障害に関する研修会

▼**日時**
12月4日(水)13時30分～16時

▼**場所**　市立中央公民館2階大ホール

▼**演題**　映画上映会、グループワーク

▼**解説者**
県立精神保健福祉センター
所長　山﨑 正雄

▼**内容**
今から100年前、精神疾患の人々が置かれていた現状を改善するために奔走した呉秀三のドキュメンタリー映画「夜明け前」を見て、安心して暮らせるってどういうことか一緒に考えてみませんか？

▼**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・申込先】
高知県幡多福祉保健所　健康障害課
☎(34)5124

生涯学習セミナー「生きがいのある人生に」

このセミナーは、私たちの心のあり方(心づかい・考え方)に焦点を当て、心豊かな人生、楽しい家庭、明るい職場、住みよい社会をつくるための日々の心づかいと行いのあり方を、参加者の皆さまとともに考えるものです。今、あなたには人生の目標が見えていますか？

▼**日時**
12月4日(水)～5日(木)
19時～21時15分(受付18時30分)

▼**場所**
市立中央公民館1階　大会議室

▼**講師**
公益財団法人モラロジー研究所
生涯学習講師
上田 光男(徳島県)
大澤 厚子(愛媛県)

▼**参加料**
1500円(高校生以下無料)

▼**主催**
公益財団法人　モラロジー研究所

▼**後援**
文部科学省　高知県教育委員会
四万十市　四万十市教育委員会

【問い合わせ・申込先】
窪川モラロジー事務所
しまんとニューモラルサークル　福留
☎(32)1698または
☎090-6881-8403

子育てひろば「とことこ」【このゆび　と～まれ】

☆**フリーマーケットやります！**☆
ベビー・キッズ用品や生活用品などの掘り出し物があるかもしれません。ぜひお越しください。

▼**日時**　11月3日(日・祝)10時～14時

▼**場所**
アピアさつき1階　中平鮮魚店前

☆**スワッグづくり教室**☆
花や葉を束ねた壁掛け用の飾り「スワッグ」は、簡単に作れて、お部屋をおしゃれに彩ってくれるグッズです。ぜひ親子で作ってみませんか？

▼**日時**　11月30日(土)10時～11時

▼**場所**
アピアさつき1階　イベントスペース

▼**講師**　今倉 由起子

▼**対象**　保育園児～大人

▼**定員**　20名

▼**参加費**　1000円(材料代)
大人のみでの参加も大歓迎です！

無料託児サービス有(定員有)

みやもっち先生の運動あそび

▼**日時**
11月9日(土)、23日(土)
10時～11時30分

ママ先生うきちゃんのキッズバランスボール

▼**日時**　11月16日(土)10時～11時

ふさよばぁばの音楽遊び

▼**日時**　11月17日(日)10時30分～11時

ママ先生うきちゃんの産後ケア

▼**日時**
11月22日(金)10時30分～11時30分

「とことこ」はアピアさつきの1階で、9時～20時まで開いています。どなたでも利用できますが、必ず大人同伴で利用してください。

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

☆参加予定の人はこちら
↓をチェック！

働く婦人の家講座

①顔ヨガ（初心者優先）

一日たった3分で顔も心も若返る、楽しい顔ヨガを体験してください。

▼**日時**　11月20日～12月4日（毎週水曜日全3回）19時～20時30分
▼**場所**　働く婦人の家2階　講習室A
▼**定員**　18名　※初めての人優先
▼**講師**　岡 由記（高津文美子式フェイシャルヨガインストラクター）
▼**用意する物**　鏡、スマホ等（顔の撮影に使用）、ハンカチ、飲み物、筆記用具
▼**受付期間**　11月5日（火）～

②クリスマスリース作製

オリジナルの手作りリースを作って飾ってみませんか？
※同じ内容の講座を2回開催しますので、どちらか一方の申込となります。

▼**日時**　12月2日（月）、5日（木）19時～21時
▼**場所**　働く婦人の家2階　図書室
▼**定員**　両日とも10名
▼**講師**　朝比奈 霞
▼**用意する物**　材料代1点1000円程度ご用意ください。
※持っていれば花ばさみ、飾りたい花等
▼**受付期間**　11月18日（月）～

③詩吟講座（初心者優先）

一緒に詩吟を楽しみましょう♪

▼**日時**　12月3日（火）、17日（火）（全2回）19時～20時30分
▼**場所**　西土佐総合支所1階　小会議室
▼**定員**　10名　※初めての人優先
▼**講師**　五味 麗八
▼**用意する物**　筆記用具
▼**受付期間**　11月19日（火）～

①②③共通

▼**対象**　四万十市に居住または勤務する女性
▼**受講料**　無料
▼**申込方法**　本人に限り窓口・電話で受付
※受付時間は9時～17時15分（12時～13時、土・日を除く。）
※定員になり次第締め切ります。
※講師の都合により日程が変更になる場合があります。

【問い合わせ・申込先】
働く婦人の家　☎（34）6299

ファミサポ援助会員講習会

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次の日程で実施します。

地域の子育ての支援をしたい人、ボランティア活動に興味がある人の参加をお待ちしています。

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スキルアップにご参加ください！

▼**日時**　12月7日（土）、8日（日）9時～16時
※2日間で受講できない講義がある場合は、9日～13日の間に補講が可能です。
▼**場所**　四万十市役所3階　会議室
▼**参加料**　無料
▼**託児**　あり（事前連絡が必要）
▼**申込方法**　電話または応募フォーム

【問い合わせ・申込先】
しまんとファミリーサポートセンター
☎（34）8310

→応募フォーム

催し

四万十市郷土博物館しろっと企画展「さらたび 青さのりの天ぷら編」

今回の郷土博物館の展示は、おなじみの一皿の料理に焦点を当てます。

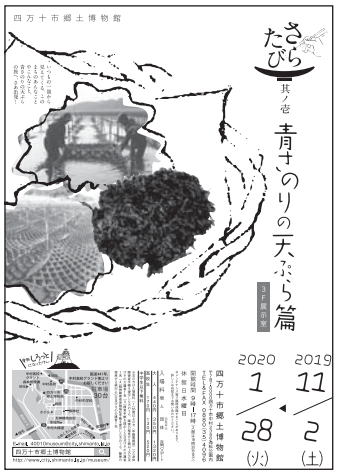
食材が作られる自然環境、技術、歴史、生み出される風景、調理方法など、伝統的な一皿からは地域の姿が見えてきます。

地域の一皿をめぐる企画展『さらたび』第1弾は、青さのりの天ぷらをクローズアップします。青さのりの知らざれる生態や生産方法、生産地となる干潟の環境やその歴史などを取り上げます。

また、2階展示室も展示資料を一新し、下田出身の絵師島村小湾の掛け軸などが展示されますので、皆さまのご来館をお待ちしています。

▼**開館時間**　9時～17時（入館は16時30分まで）
※水曜日は休館日です。臨時休館する場合がありますので、左記までお問い合わせください。
▼**入場料**
大人（個人）440円
（団体）350円
高校生（個人）170円
（団体）130円
中学生以下・65歳以上無料
※その他無料対象者あり

【問い合わせ】
四万十市郷土博物館
☎（35）4096
http://www.city.shimanto.lg.jp/museum/
（市）生涯学習課
☎（34）7311



黒尊むらまつり

今年収穫したおいしいものと、きれいな紅葉で秋の黒尊をお楽しみください！

▼**日時**　11月9日(土)10時～15時
▼**場所**　黒尊親水公園
▼**内容**
・神殿橋紅葉狩りバスツアー（無料）
所要時間約50分
運行時間は当日案内
・体験コーナー（マイ箸作り、クリスマスリース作り）
・黒尊むら市
黒尊川流域の地元食材や味自慢の料理、加工品などを用意します。
▼**無料送迎バスのご案内**
（※事前申し込みが必要です。）
行き　市役所前　9時発
黒尊親水公園　10時20分着
帰り　黒尊親水公園　15時発
市役所前　16時20分着
※道路の混雑が予想されます。車でお越しの場合は、できるだけ乗り合わせてご来場ください。

【問い合わせ・申込先】
農家レストランしゃえんじり
☎(54)1477(水曜日定休日)

令和元年度はたのあったかふれあいセンター合同作品展

年齢や障害の有無にかかわらず、誰もが気軽に集える場所として、幡多管内には13ヶ所のあったかふれあいセンターがあります。
それぞれのセンターを利用している皆さまが、趣味や生きがいづくりの活動の中で制作した作品を展示します。
ぜひ、ご来場ください。

▼**開催期間**
12月5日(木)～12月7日(土)
9時～17時
※5日は13時開始、7日は12時終了
▼**会場**
市立中央公民館1階　展示ホール
※入場無料
▼**展示品**
編み物・クラフト・パッチワーク・折り紙・俳句・川柳・ちぎり絵など
▼**主催**
はたのあったかふれあいセンター合同作品展実行委員会
高知県幡多福祉保健所

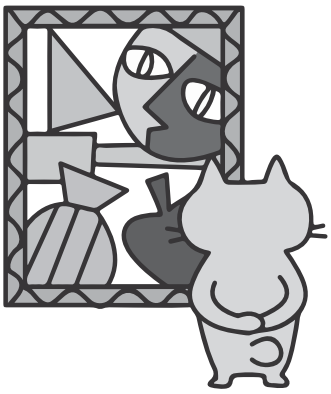
【問い合わせ先】
高知県幡多福祉保健所　地域支援室
☎(35)5973

第61回四万十市美術展

秋も深まり、いよいよ芸術の秋「四万十市美術展」の季節になりました。
今年も力作ぞろいの作品が、きっと皆さんの目を楽しませてくれると思います。
ぜひゆっくりとご鑑賞ください。

▼**開催期間**
11月18日(月)～24日(日)
9時～17時(最終日のみ16時まで)
▼**場所**　市立中央公民館
▼**部門**
洋画、日本画、書道、写真、工芸、グラフィックデザイン
▼**入場整理費**
一般　100円
高校生以下　無料
※チケットの半券かパンフレット提示で期間中は何度でも入場可

【問い合わせ先】
(市)生涯学習課　☎(34)7311



秋水と為松公園史跡めぐり

参加費は無料で、どなたでも参加できます。直接集合場所へお越しください。

▼**日時**　11月10日(日)13時～15時
▼**集合場所**　市立文化センター前
▼**コース(徒歩)**
文化センター⇓木戸明顕彰碑⇓三の丸⇓高浜年尾歌碑⇓樋口真吉顕彰碑⇓南海地震記念碑⇓兼松林檎郎顕彰碑⇓土塁⇓郷土博物館⇓幸徳秋水絶筆碑⇓為松城本丸⇓上林暁句碑⇓堀切⇓藤倉忠吉顕彰碑

【主催・問い合わせ先】
幸徳秋水を顕彰する会　田中 全
☎090-6827-9129

第41回具同地区民大運動会

今年で41回目となる、具同地区民大運動会を開催します。
具同地区内の方だけでなく具同に縁があればどなたでも参加できます。競技参加者には参加賞もあります。
各地区別対抗戦となっていますので、不明な点は、具同地区の各区長または左記までお問い合わせください。

▼**日時**
11月3日(日・祝)9時から
雨天の場合4日(月)に順延
▼**場所**　具同小学校　校庭

【問い合わせ先】
具同地区民大運動会実行委員会　芝岡
☎090-8669-0717

第15回 四万十市文化祭のご案内（11月後半～12月）

四万十市文化祭を開催します。お誘い合わせのうえ、ご来場ください。

行事名	開催日時	会　場	入場料
講演　第28回 四万十川短歌全国大会	11月16日（土） 開演13:00	幡多信用金庫　本店 大会議室	無料
音楽　第3回幡多音楽まつり	11月24日（日） 開場14:30　開演15:00	文化センター　大ホール	一般500円 高校生以下無料
展示　ＰＣサロンゆうゆう 第9回作品展	11月28日（木）～12月4日（水） 開場9:00	中央公民館　展示ホール	無料
舞台　チャリティ舞踊会	12月1日（日） 開場11:00　開演12:00	文化センター　大ホール	一般1000円 高校生以下500円
展示　第43回 写団「四万十」写真展	12月8日（日）～14日（土） 開場9:00	中央公民館　展示ホール	無料
舞台　太極拳ふれあいフェア	12月8日（日） 開場13:30　開演14:00	中央公民館　大ホール	無料
音楽　ハイクラソーナ・ウィンド・アンサンブル 第6回定期演奏会	12月8日（日） 開場13:30　開演14:00	文化センター　大ホール	一般500円 中学生以下無料
展示　第39回 アーティストハウス 宵架館グループ展	12月10日（火）～15日（日） 開場9:00	中央公民館　大ホール	無料
文芸　第7号発行記念 文芸はた交流会	12月14日（土） 開場13:30	中央公民館3階 研修室Ⅲ	無料
音楽　エレクトーンステージ2019 発表会	12月15日（日） 開場12:30　開演13:00	文化センター　大ホール	無料

※中央公民館での展示部門は、最終日は16:00まで

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

出会いの相談窓口 in 西土佐産業祭

第８回西土佐産業祭において、出会いや結婚に関する相談窓口を開設します。本人はもちろん、お子さまや兄弟など家族による相談でもかまいません。

少人数お引き合わせやイベント、お見合い型など、それぞれに合った活動方法をご紹介します。四万十市婚活サポーターと高知県婚活サポーターが相談に対応します。

秘密は厳守しますので、お気軽にお越しください。

▼日時　12月1日（日）10時～15時
▼場所　西土佐中学校　産業祭会場
▼紹介内容
少人数での引き合わせ、県マッチングサイト、イベント情報提供など
※予約は不要です。

祭当日は、ステージイベントや展示物、四万十うまいもの商店街、ものづくり体験など、さまざまな企画が盛りだくさんです。

大人も子どもも楽しめる内容となっていますので、ぜひ、12月1日（日）は、西土佐産業祭にお越しください！

※駐車場に限りがありますので乗り合わせもしくは無料送迎バス（西土佐地域）をご利用ください。

【出会いの相談窓口に関する問い合わせ先】
（本庁）子育て支援課　企画係
☎（34）9007
【西土佐産業祭に関する問い合わせ先】
（総合支所）産業建設課　産業振興係
☎（52）1113

一條大祭　11月22日（金）～11月24日（日）開催！

今年も一條大祭の季節になりました。期間中、下記の日程でさまざまな行事が開催されます。一條神社では毎年、御神火灯籠の展示があり、灯籠の絵は市内小学生に描いてもらっており、今年は装い新たに3日間展示を行います。24日の午前中は、境内にて先着順にお茶の振る舞いがあります。

ぜひこの機会にお越しください。

日程

行事名	場所	時間
11月16日（土）		
一條大祭少年野球　小学生の部	安並運動公園 運動広場、具同小学校	8:30～
一條大祭少年野球　中学生の部	四万十スタジアム、県立中村中学校・高等学校グラウンド	8:30～
11月17日（日）		
一條大祭少年野球　小学生の部	安並運動公園 運動広場	9:00～
一條大祭少年野球　中学生の部	四万十スタジアム	9:00～
11月22日（金）		
御神火奉納提灯行列・宵宮祭	市内巡行　～　一條神社	17:30～
11月22日（金）～24日（日）		
御神火灯籠3日間展示	一條神社階段・境内	
第72回幡多地区教育文化展	中村小学校体育館	9:00～17:00
四万十市教育文化展	中村中学校体育館	9:00～17:00
11月23日（土・祝）		
JA高知県幡多地区中村祭	JA高知県中村支所	9:00～16:00
第40回一條大祭奉納少年剣道練成大会	宿毛市立総合運動公園体育館	9:00～
第35回一條大祭弓道大会	安並弓道場	9:30～
第15回一條大祭大衆芸能大会	天神橋商店街周辺	10:00～
奉納神楽（幡多神楽）	一條神社神楽殿	13:00～
奉納神楽（津野山神楽）	一條神社神楽殿	15:30～
稚児行列	祇園神社　～　一條神社	14:30～
日本舞踊　藤間流　勘之右の会	一條神社神楽殿	19:00～
11月24日（日）		
琴演奏（生田流箏曲菊由楽会）	一條神社神楽殿	14:00～（予定）

※四万十市教育文化展の最終日は15時まで、少年野球大会予備日は11月23日（土）

【問い合わせ先】（一社）四万十市観光協会（一條大祭奉賛会事務所）　☎（34）1555

成人式のご案内

市では、平成11年4月2日から平成12年4月1日までに生まれた人を対象に、新成人を祝福する「第15回四万十市成人式」を開催します。

※本年度は、開催時間が早まっていますのでご注意ください。

西土佐地域

▼日時　令和2年1月3日（金）
受付　9時30分～9時50分
開式　10時

▼会場　西土佐ふれあいホール

※西土佐中学校卒業生と西土佐地域に住民登録がある人には、本人またはご家族に案内状を送付します。

中村地域

▼日時　令和2年1月3日（金）
受付　13時20分～13時50分
開式　14時

▼会場　市立文化センター

※中村地域に住民登録がある人には、12月上旬までに案内状を送付します。

※学生などで市外に住民登録をしていて四万十市の成人式に出席を希望する人は、12月3日（火）までにお申し込みください。

【問い合わせ・申込先】
西土佐地域
（総合支所）西土佐教育分室
☎（52）1110
中村地域
（市）生涯学習課　社会教育振興係
☎（34）7311

はたっこ祭り

子育てを頑張っているママ＆パパと、地域で子育てを応援する活動を行っている支援者の交流の場として、楽しいお祭りを開催します。

子どもたちが大喜びの「ビンゴ大会」や「お菓子投げ」のほか、ママたちがお茶しながら子育ての情報交換などを行う「ママ茶会」など、多くのイベントを予定しています。

ぜひ遊びに来てください！

▼**日時**　11月16日(土)11時～15時
▼**場所**　古津賀3号公園（サニーマート四万十店の裏）
【問い合わせ】NPOスマイルはたっこ　西尾
☎090-9779-1544

第63回四万十市母親大会

左記の日程で、全体会および夜間中学のドキュメンタリー映画「こんばんは」のDVD上映を行います。ぜひご参加ください。

▼**日時**
12月1日(日)
・全体会　10時～10時30分
・「こんばんは」上映時間
①10時30分～12時2分
②13時～14時32分
③15時～16時32分
▼**場所**　市立中央公民館1階　大会議室
▼**上映協力券**
大人　500円　19歳以下　無料
▼**後援**　四万十市教育委員会、NPO法人ほっとハート　ほか
【問い合わせ先】四万十市母親大会実行委員会事務局
☎080-1996-5526(谷)

スポーツ

第51回読売中村ロードレース

県内外のランナーを迎え、第51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を図るため、一部交通規制を行いますので警察官、交通指導員、警備員の指示に従うようご協力をお願いします。

▼**日時**
12月21日(土)※雨天決行
9時　開会式
9時55分　スタート
▼**各コース・種目**
（安並運動公園～蕨岡方面折り返し～安並運動公園）
10km　高校男子・一般男子
5km　壮年・高校女子・一般女子
3km　小学生・中学生
▼**申込方法等**
12月6日(金)までに左記までお問い合わせください。
【問い合わせ先】(市)生涯学習課　スポーツ振興係
☎(34)2062
http://www.city.shimanto.lg.jp/top.html
「四万十市からのお知らせ」をご覧ください。

健康・福祉

第9回市民病院健康フェア開催

健康に自信のある人、少し心配のある人、どなたでもお気軽にお越しください。

健康パスポートのポイント提供もあります。お楽しみに！

▼**日時**
11月23日(土・祝)10時～12時
▼**場所**　市民病院1階　ロビー
▼**主なプログラム(予定)**
健康チェックコーナー「血圧・血糖値測定など」、ピラティス教室、試食コーナー「入院治療食の試食」、消防車両の展示(乗車体験)、心肺蘇生とAED体験　など
【問い合わせ先】市民病院事務局　☎(34)2126

第15回 糖尿病にならないためのセミナー開催

今回のセミナーでは、料理教室を開催します。血糖値やエネルギーなどに気を付けながら、制限のある方でもおいしくいただける料理をご紹介します。

糖尿病の方やそのご家族、糖尿病に興味のある方や健康に不安のある方など、どなたでもお気軽にご参加ください。

▼**日時**
12月7日(土)10時～12時30分
（受付9時30分～）
▼**場所**　市立中央公民館1階　調理室
▼**定員**　15名程度(※先着順)
▼**持参物**
エプロン、三角巾、手拭きタオル
▼**参加費**　500円(材料費として)
▼**申込期間**
11月11日(月)～11月22日(金)
9時～17時(土・日を除く。)
▼**申込方法**　電話
【問い合わせ・申込先】
市民病院　管理栄養士　山脇
☎(34)2126(代表)

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）

ぽっぽでおやつ作り

お母さんと一緒に、ぽっぽで採れたお芋を使って「さつま芋のクッキー」を作るよ。できたらみんなで食べようね。参加希望者は、11月12日（火）までに子育て支援センターまで連絡ください。

時 11月14日（木）9:30～11:30
場 子育て支援センター

クリスマスの飾りを作ろう

お母さんと一緒にクリスマスの飾りを作るよ。かわいい飾りができたら、お家にも飾ろうね。

時 ①グループ11月28日（木）、②グループ29日（金）9:30～11:30
場 子育て支援センター

お父さんと遊ぼう（お父さんと子どもの活動です。）

いつもはお仕事が忙しいお父さんと、簡単なおもちゃを作って遊ぼうね。メインはお父さんですが、お母さんも一緒に来てもOKです。お母さんたちは、お父さんと子どもたちが遊んでいる間ティータイムを楽しんでみませんか…

※参加するお母さんはおやつと、お茶代100円を持参してください。

時 12月8日（日）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

手遊びや、ふれあい遊びをしながら親子でゆったり遊びましょう！

時 11月11日（月）9:30～11:30
場 子育て支援センター

クリスマスの飾りを作ろう

お母さんと一緒にクリスマスの飾りを作るよ。かわいい飾りができたら、お家にも飾ろうね。（グループ分けはしてないのでどちらかで参加してね。）

時 12月3日（火）、4日（水）9:30～11:30
場 子育て支援センター

その他の活動

◆お誕生会

10月・11月生まれのお友だちのお誕生日をみんなでお祝いしようね。

時 [ぴよちゃんクラブ]　11月20日（水）9:30～11:30
　[1・2・3歳児]（ぽっぽ）　11月21日（木）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	11月11日	月	9:30～10:30	数台有
愛育園	11月13日	水	9:30～10:30	〃
	12月6日	金		
下田保育所	11月13日	水	9:30～10:30	〃
八束保育所	11月13日	水	9:30～10:30	〃
竹島保育所	★11月13日	水	9:30～10:30	〃
	12月3日	火		
東山保育所	11月13日	水	9:30～10:30	〃
東中筋保育所	11月14日	木	10:00～11:00	〃
	★12月6日	金		
利岡保育所	11月20日	水	9:30～10:30	〃
蕨岡保育所	★11月25日	月	9:30～11:00	〃
具同保育所	12月3日	火	9:30～10:30	〃
もみじ保育所	★12月4日	水	9:30～10:30	〃
大用保育所	★12月5日	木	9:30～10:30	〃

※★表示の日は、天候にかかわらず園内を見学させてもらったり、いろいろ話を聞くことができます。
※具同保育所は、トンボ公園に駐車してください。

※新たに参加を希望される人は、準備の都合などがありますので、あらかじめご連絡ください。（活動内容によっては、ご遠慮いただく場合もあります。）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

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。

※活動のある日の午前中は、相談に応じられない場合があります。

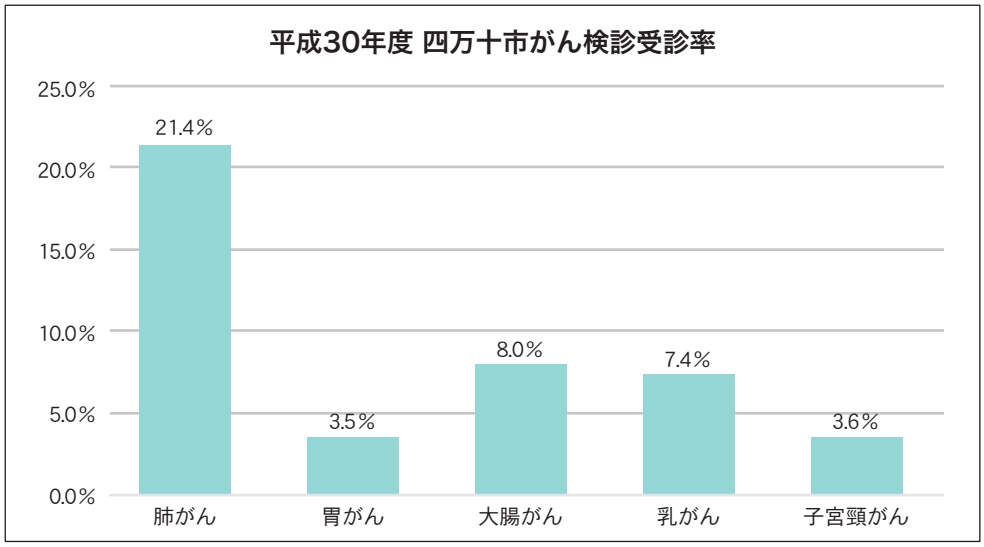
問い合わせ先
四万十市地域子育て支援センター“ぽっぽ”
右山元町1丁目2-10　☎（35）3748

〔連載〕けんこうだより㉚

～がん検診を受診しましょう～

日本では、がんは死亡原因の第1位となっており、がんが原因で亡くなる人の数は増え続けています。生涯のうち約2人に1人ががんと診断されると言われていますが、早期に発見すれば治ることが多く、予防できるがんもあることが分かっています。

しかし、国民のがんに関する意識は先進国の中でも乏しく、がん検診受診率も低い状況にあります。



※市が実施する集団検診の受診率（乳がん・子宮頸がんについては無料クーポン券による受診者を含む。）
表の受診率＝受診者数/平成31年3月31日現在の対象年齢人口

健康維新の志士
けん しん太郎くん

■特に乳がん検診・子宮頸がん検診の受診率が低い！

日本のがん検診受診率は、都道府県格差はあるもののそれほど高くないのが現状です。特に、乳がん検診・子宮頸がん検診については、欧米諸国では7～8割と高い受診率であるのに対し、日本の受診率は4割程度となっています。

■早期に発見すれば治る可能性が高い！

がんは、早期に発見し適切な治療につながれば、ほぼ完治できるといわれています。早期のがんは、ほとんどの場合自覚症状がありません。早期発見・早期治療のためにも年に1回（乳がん・子宮頸がんは2年に1回）がん検診を受診しましょう。

検診結果で要精密検査の判定があった場合は自己判断せず、必ず医療機関を受診しましょう。

【問い合わせ先】

（本庁）健康推進課　健康増進係　☎(34)1115　　（総合支所）保健課　保健係　☎(52)1132

従業員や家族をがんから守る優良事業所認定事業

～参加事業所を募集しています～

高知県では、県民の4人に1人が、がんで死亡し、死亡原因の1位となっています。

しかし、がんは早期に発見し、治療ができれば治る可能性が格段に高まります。

そこで、事業主などから従業員の皆さんに、がん検診の受診を呼び掛けていただく事業所を募集しています。

この事業に参加していただくと、がん検診の啓発資材を提供させていただくとともに、胃・肺・大腸・乳・子宮頸がん検診のうち、受診率が2検診以上で80％を超えた事業所を、県のホームページ等で公表します。

参加要件や参加申込方法等は、左記までお問い合わせください。

【問い合わせ・申込先】

（県）健康対策課　がん・企画担当
☎088(823)9674
ホームページ
http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/130401/

健康維新の志士
けん しん太郎くん

1年に1度は健診を
～健康は自分で～

保健カレンダー

健診・検診　教室・学習会　相談　献血

	月日	時間		事業名	該当地区	場所
11月	7日(木)	9:00～9:30	健診	子宮頸がん検診		本村半家集会所
		10:30～11:00				津野川小学校
		13:00～13:30				須崎集会所
		14:30～15:00				大宮出張診療所
		9:00～9:30	健診	特定健診結果説明会	奥鴨川	公民館鴨川分館
		9:45～10:15			口鴨川	口鴨川集落センター
		10:30～11:00			板ノ川	板ノ川集会所
		11:10～12:00			若藤	若藤地区集会所
		13:00～13:30			利岡	利岡集会所
		13:45～14:45			岩田	岩田集会所
		15:00～15:40			佐田	佐田地区集会所
	8日(金)	7:00～9:00	健診	大腸がん検診(容器提出)	中村地区の一部・八束地区	地区巡回
		9:30～10:00	健診	特定健診結果説明会	田野川甲	田野川甲集会所
		10:20～10:50			田野川乙	田野川乙集会所
		11:10～11:40			敷地	敷地集会所
	9日(土)	9:00～11:00、13:30～15:30	健診	特定健診(注1)・前立腺がん検診	全地区(拾い①)(注2)	健康管理センター
		8:50～11:00、13:20～15:30	健診	乳がん検診	拾い①(注2)	旧急患センター(市民病院敷地内)
	11日(月)	9:00～11:00	相談	定例健康相談		西土佐総合支所玄関ホール
	12日(火)	8:30～10:30	健診	特定健診(注1)・前立腺がん検診	住次郎・大用・大西ノ川・小西ノ川	大用中学校体育館
		13:00～14:00			三ツ又・常六・大屋敷・片魚	常六小学校
		8:00～9:30	健診	胃がん(バリウム)検診	富山地区(西富山地区は除く)	大用中学校体育館
		9:00～11:50	健診	大腸がん検診(容器配付)	津賀・藪ヶ市・須崎・大宮下・大宮中・大宮上・下家地・中	地区巡回
	13日(水)	10:00～11:30	教室	マム＆チルドレン		具同体育センター
		12:50～13:30	健診	3か月児・7か月児健診		健康管理センター
	14日(木)	9:00～11:00	相談	出張健康相談		JA高知県西土佐支所
	15日(金)	9:30～11:00	相談	乳幼児相談		健康管理センター
		～8:00	健診	大腸がん検診(容器提出)	津賀・藪ヶ市・須崎・大宮下・大宮中・大宮上・下家地・中	地区巡回
	18日(月)	13:15～14:30	教室	ママタッチ教室		子育て支援センター“ぽっぽ”
	19日(火)	9:00～11:40	健診	大腸がん検診(容器配付)	方の川・西ヶ方・下方・宮地・館・奈路・用井・藤ノ川	地区巡回
		9:00～11:30			中村地区の一部	
	20日(水)	12:50～13:30	健診	3歳児健診		健康管理センター
	21日(木)	8:30～11:00	健診	特定健診(注1)・前立腺がん検診	大川筋地区	大川筋中学校体育館
		8:00～9:30	健診	胃がん(バリウム)検診		川登生活改善センター
	22日(金)	～8:00	健診	大腸がん検診(容器提出)	方の川・西ヶ方・下方・宮地・館・奈路・用井・藤ノ川	地区巡回
		7:00～9:00			中村地区の一部	
	27日(水)	10:00～11:30	教室	マム＆チルドレン		具同体育センター
		12:50～13:30	健診	7か月児・10か月児健診		健康管理センター
	28日(木)	9:00～12:00	健診	特定健診結果説明会	具同(自由が丘・相の沢団地・田黒・田黒1丁目)	四万十市役所101
12月	1日(日)	8:30～11:00、13:30～15:00	健診	特定健診(注1)・前立腺がん検診	全地区(拾い②)(注2)	健康管理センター
	2日(月)	9:00～11:00	相談	定例健康相談		西土佐総合支所玄関ホール
	3日(火)	9:30～15:00	健診	大腸がん検診(容器配付)	蕨岡・富山・大川筋・後川地区	地区巡回
		9:00～11:50			権谷・押谷・中組・本村・半・長生・橘・津野川	
		9:00～10:00	健診	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
		10:30～11:00			片魚	片魚ふれあいの里
		11:30～12:00			大屋敷	大屋敷地区集会所

	月日	時間		事業名	該当地区	場所
12月	3日(火)	13:00～13:30		特定健診結果説明会	常六	常六地区集会所
		14:00～14:30			三ツ又	三ツ又清流の里
	4日(水)	12:50～13:30		1歳9か月児健診		健康管理センター
	6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
		～8:00			権谷・押谷・中組・本村・半家・長生・橘・津野川	

(注1)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。
(注2)各地区で実施した健診(検診)時に、未受診だった人を対象に実施します。
※11月6日までの計画については、広報10月号P24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

気づこう！防ごう！高齢者虐待

～第3回　こんな様子に心当たりはありませんか？～

高齢者虐待は、深刻な状態に至るまでに何らかのサインを周囲に発しています。周囲が早い段階でそのサインに気づき、相談や声かけなど、高齢者・介護者が「一人で抱え込まない」関わりをしていくことが大切です。

また、「高齢者虐待防止法」では、**虐待を受けたと思われる高齢者を発見した場合、速やかに市役所や警察等、虐待対応機関に通報することが義務付けられています。**「緊急性があるかどうか分からない」「虐待の証拠がない」という状況でも、高齢者虐待と「思われる」場合には地域包括支援センターにご相談ください。

次のサインを参考に、「気づき」の視野を広げましょう！

気づきのポイント	考えられる状況
◆体に不自然な傷やアザがあり、その理由について、説明がしどろもどろでつじつまが合わない。	身体的虐待の可能性があります。高齢者は介護者をかばってアザの理由や事実を話さないこともあります。
◆声かけをしても表情が乏しい。あきらめ、投げやりな態度、過度なおびえがみられる。	なんらかの理由で高齢者が心理的に追い込まれ、不安定になっている可能性があります。家庭での暴言や暴力が原因になっていることもあります。
◆身体からかなりの異臭がしている、衣服が汚れたままになっている。	本人が清潔を保てない状態になっていたり、介護者が世話の放棄・放任をしていることが予測されます。
◆介護している様子が乱暴に見える。 ◆家の中から家族の怒鳴り声や、高齢者の悲鳴が聞こえる。	介護がうまくいかないことに大声が出たり、乱暴な扱いをしてしまったりすることがあります。これらは毎日のことになると常態化してしまい、介護者が気づかないうちにエスカレートしてしまうこともあります。
◆高齢者に面会させようとしない。福祉・保健・介護関係の担当者を避ける。	高齢者に対して無関心で世話・介護を放棄していたり、高齢者の重篤な状態を隠そうとしていることも予測されます。

※サインはあくまでも虐待の疑い、可能性を示すものです。サインだけでは虐待の有無は断定できません。

四万十市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、土日祝日の連絡先　☎(34)0170)
西土佐地域　☎(52)1000(夜間、土日祝日の連絡先　☎(52)1111)

～市民病院だより～ vol.16　鈴木光哉医師が着任しました

10月7日より、市民病院内科に勤務させていただくこととなりました、鈴木光哉と申します。平成9年に大学を卒業後、出身は東京都ですが、へき地診療が希望だったので、長崎県五島列島➡三重県南部地域➡兵庫県北部地域➡秋田県八郎潟地域と、いわゆるへき地を中心に勤務してまいりました。

このたび、四国は初めてですが、全体の医師数では恵まれていると言われる高知県が、実は、医師の局在が顕著で、幡多地域は医師不足がかなり深刻だとお聞きしたためまいりました。診療分野的には、ここ10年余りは、いわゆる内科系総合診療を標榜して、診察をさせていただいております。前任の病院が、高齢化率1位の秋田県を意識して、『秋田県で一番、高齢者にやさしい病院』を目指しておりましたが、市民病院も、高齢化率2位の高知県を意識して、『高知県で一番、高齢者にやさしい病院』を目指さなければいけない時代になってきているのかなと思います。

また、内科系疾患で、当院で受け入れ可能と思われる救急については、できうる限り、対応していけたらと考えております。土佐弁が理解できず、何度も何度も、お聞き直しすることがあるかもしれませんが、そのときは誠に申し訳ありません。今後とも、どうぞよろしくお願い申し上げます。

【問い合わせ先】市民病院　☎(34)2126

医師診療担当日

令和元年10月7日より

		月		火		水		木		金	
内科	午前	初診 予約外	鈴木光哉	初診 予約外	小川貴司	初診 予約外	岡﨑弘泰 (第1・3・5週) 鈴木光哉 (第2・4週)	初診 予約外	濱川公祐	初診 予約外	小川貴司
		予約	小川貴司	予約	樋口佑次	予約	樋口佑次	予約	樋口佑次	予約	※竹田修司 岡﨑弘泰 (不定期)
				予約	※鷲山憲冶	予約	濱川公祐	予約	小川貴司	予約	濱川公祐
	午後	予約	濱川公祐	予約	※鷲山憲冶	予約	鈴木光哉	予約	小川貴司	予約	岡﨑弘泰
		予約	樋口佑次			予約	小川貴司			予約	樋口佑次
		初診 予約	岡﨑弘泰 (漢方外来)	予約	※国立高知 (第2・4週)	予約	岡﨑弘泰	予約	濱川公祐	予約	※竹田修司 (不定期)
脳神経外科	午前	伴昌幸		川田祥子		伴昌幸		川田祥子		伴昌幸	
	午後	川田祥子		伴昌幸		川田祥子		伴昌幸		川田祥子	
外科	午前	宇都宮俊介		(検査)		宇都宮俊介		(検査)		宇都宮俊介	
整形外科	午前	河内通		坪屋英志		河内通		坪屋英志		河内通	
泌尿器科	午前	※中尾昌宏		※中尾昌宏		※中尾昌宏		※中尾昌宏		※中尾昌宏	

※印のある医師は非常勤医師です。
・国立高知病院医師が交替で診察します。　・竹田修司医師の勤務は不定期となっております。

●受付時間　初診・予約外の方　午前8時～11時まで
※受付時間を過ぎて受診される場合は、必ずお電話でお問い合わせください。
予約の方　午前8時～
※漢方外来は月曜日の午後のみです。診療を希望される方は事前の電話予約が必要です。

●診療時間　午前8時30分～午後5時15分
(急患の場合はこの限りではありませんので、まずはお電話ください。)

●休診日　土・日・祝日および年末年始

介護予防サポーター養成講座

介護予防活動をサポートする人を養成し、地域の介護予防の基盤となる地区健康福祉委員会をはじめとして、多様な介護予防の活動を充実させていくための方法を学ぶ機会です。
楽しく身体を動かしながらできますので、ぜひご参加ください。

■日時および会場
①中村会場：11月27日（水）市立中央公民館2階　大ホール
②西土佐会場：11月28日（木）西土佐保健センター　研修室
両日とも13時30分～15時50分（受付13時～）
※両日とも同じ講座内容ですので、どちらか一方にご参加ください。

■対象者
介護予防、健康推進事業（地区健康福祉委員会）の代表者および介護予防責任者、
今後の担い手として考えている人、地域の介護予防の活動に興味・関心のある人
など

■研修内容
・高齢者の筋力の変化と体操の効果（講義）
・簡単なレクリエーションや体操（実技）
※動きやすい服装と水分、タオルをご持参ください。

■講師
①中村会場：11月27日　（講義）あったかふれあいセンター“愛ハピネス”理学療法士　國久綾乃
（実技）四万十市スポーツ推進委員　岡崎裕
②西土佐会場：11月28日　（講義）国保西土佐診療所　理学療法士　片山尚明
（実技）四万十市スポーツ推進委員　岡崎裕

■参加料　無料
■申込方法　住所、氏名、電話番号、受講日について、電話またはFAXにてお知らせください。
■申込締切　11月22日（金）
■申込先　四万十市社会福祉協議会　担当 小谷・朝比奈
☎（35）3011　FAX（35）5241

【問い合わせ先】
（市）高齢者支援課　介護保険係
☎（34）1165　FAX（34）0567　E-mail：kaigo@city.shimanto.lg.jp

平成30年度四万十市「人権絵画標語展」入賞作品紹介

【絵画の部】
・審査員特別賞
中川（なかがわ）　舞（まい）さん
（後川中学校2年）
「笑顔の花」

【標語の部】・審査員特別賞
陸野（むつの）　ほのかさん（中村小学校6年）
気づきたい　周りにいる子の　さびしさに

高倉（たかくら）　彩（あや）さん（中村西中学校2年）
広げよう　人と人との　つながりを

※所属校・学年は受賞当時のものです。

一からはじめる健康玉手箱　vol.16
～大橋通1丁目区の取り組み～

今回の健康玉手箱は、地区で行われている介護予防活動をご紹介します。

現在、市内の多くの地区で、健康福祉委員会を中心とした介護予防の取り組みが行われています。その中の1つ、大橋通1丁目地区健康福祉委員会では、週替わりでさまざまな内容に取り組んでいます。

ラジオ体操をはじめとした体を動かすプログラムだけでなく、歌唱や大人のぬり絵といった脳トレも実施しています。大人のぬり絵は、回数を重ねながら協力して大きな1つの絵を完成させ、第15回四万十市文化祭でも一週間展示されました。

また、中村地域では集会所のない地区が多いですが、大橋通1丁目地区では参加者の協力もあり、以前旅館だった施設のロビーという、地区にある資源を有効活用した活動が展開されています。身近な場所で楽しく取り組む介護予防活動に今後も注目です。

【問い合わせ先】
（市）高齢者支援課　高齢者福祉係
☎(34)8066　FAX(34)0567
Email　kourei@city.shimanto.lg.jp

その他・相談

生活の困りごと相談会

「仕事が決まらない」「働いているが生活が成り立たない」「家族や親せきの将来が心配」など、仕事や生活でお困りの人の支援を行っています。

事務所に行きにくい人のために出張相談会を実施します。

相談会は予約制ですので、ご予約をお願いします。年齢は問いません。

▼日時　11月27日(水)13時～17時
▼会場　市役所本庁3階　305会議室

【問い合わせ・申込先】
NPO法人若者就労支援センターつながるねっと
☎(34)8100

林業退職金共済制度の退職金請求について

林業退職金共済制度(林退共)は、昭和57年に発足した林業界で働く人のための退職金制度です。

林業の仕事に従事したことがあり、その当時、林退共制度に加入していた人で、退職金請求手続きをした心当たりのない人は、退職金をまだ受け取っていない可能性があります。

最寄りの支部または本部へお問い合わせください。詳細は、ホームページでもご案内しています。

【問い合わせ先】
独立行政法人勤労者退職金共済機構
林業退職金共済事業本部
東京都豊島区東池袋1-24-1
ニッセイ池袋ビル
☎03(6731)2889
FAX　03(6731)2890
http://www.rintaikyo.taisyokukin.go.jp/

『Sマーク　標準営業約款制度』をご存じですか？

高知県では、理容・美容・クリーニングの3業種でこの制度を導入し、厚生労働大臣の認めたルールに従って、お客さまに安心・安全・清潔のサービスを提供しているお店をお知らせしています。

毎年11月を「標準営業約款普及登録推進月間」として、消費者の皆さまにSマークを知っていただき、営業者の皆さまには登録を呼びかけています。

お近くの店先を探してみませんか。

【問い合わせ先】
（公財）高知県生活衛生営業指導センター
☎088(855)5100

知っていますか？建退共制度

建設業退職金共済（建退共）制度は、中小企業退職金共済法に基づき建設現場労働者の福祉の増進と、建設業を営む中小企業の振興を目的として設立された退職金制度です。

この制度は、事業主の皆さまが労働者の働いた日数に応じて掛金となる共済証紙を共済手帳に貼り、その労働者が建設業界で働くことをやめたときに建退共から退職金を支払うという、業界全体での退職金制度です。

■加入できる事業者　建設業を営む事業者
■対象となる労働者　建設業の現場で働く人
■掛金　日額310円

制度の特徴

・国の制度なので安全、確実、申込手続が簡単です。
・経営事項審査で加点評価の対象となります。
・掛金の一部が国で助成されます。
・掛金は事業主負担となりますが、法人は損金、個人では必要経費として扱われ、税法上全額非課税となります。
・事業主が変わっても退職金は企業間を通算して計算されます。

建退共制度の特例措置のお知らせ

建退共では、地震等により災害救助法が適用された皆さまに対し、各種手続の特例措置を実施しています。

建退共から事業主の皆さまへのお願い

・共済証紙は、労働者の就労日数に応じて適正に貼り付けしてください。
・「建設業退職金共済手帳」を所持している労働者が、建設業界を引退するときは、忘れずに退職金を請求するように指導してください。

建退共のホームページに、Q＆Aなど建退共制度の知りたい情報が掲載されています。ぜひ「建退共」で検索してご覧ください。

【問い合わせ先】
建退共高知県支部　高知市本町4-2-15　高知県建設会館内　☎088(822)6181　FAX　088(823)5662

11月は児童虐待防止推進月間です

児童虐待は社会全体で解決すべき問題です。

こんなときにはすぐ児童相談所全国共通３けたダイヤル１８９番へお電話ください。

・虐待を受けたと思われる子どもがいたら
・ご自身が出産や子育てに悩んだら
・子育てに悩む親がいたら

連絡は匿名でも可能です。連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。

【相談・連絡先】
（県）幡多児童相談所
☎１８９（いちはやく）または
☎（３７）３１５９
（市）福祉事務所　家庭児童相談室
☎（３５）５２５５

マチイロ

「広報しまんと」
スマートフォンで
配信中!

認知症介護にかかわる家族の会「たんぽぽの会」交流会

「たんぽぽの会」は、認知症介護についての思いや悩みを共有し、支えあうための「集いの場」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
11月26日(火)13時30分～15時30分

▼場所
市立健康管理センター
(市民病院1階)

※ご家族だけでも、認知症の人とご一緒の参加でもかまいません。

【問い合わせ先】
「たんぽぽの会」事務局　松岡時規子
☎(34)4528
四万十市地域包括支援センター
☎(34)0170

最低賃金改正のお知らせ

10月5日から高知県最低賃金は1時間790円です。

【問い合わせ先】
高知労働局　賃金室
☎088(885)6024
または各労働基準監督署へ

定期相談所

	日　時	場　所	相談内容	問い合わせ先
行政相談所	11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 平石　眞理子	(本庁)総務課 ☎(34)1804 (総合支所)地域企画課 ☎(52)1111
	12月4日(水) 9時～12時	西土佐 ふれあいホール	《相談委員》中平　晋祐	
特設人権相談所	12月4日(水) 9時～12時	西土佐 ふれあいホール	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
	12月11日(水) 10時～12時 13時～15時	JA高知県 中村南部出張所		

図書館だより

★休館日の案内★
11月29日(金)　館内整理日

★返し忘れている本はありませんか★
返却日を過ぎても、返却されない資料があります。延滞は、次に利用される人に迷惑がかかりますので、返却期限は必ずお守りください。
図書館の資料は、市民の皆さまの大切な財産です。気持ちよく図書館をご利用いただくために、ご協力をお願いします。
※引越予定の人は、今一度確認をお願いいたします。

★英語で楽しむおはなし会★
・日時　11月16日(土)10時30分～11時30分(10時15分開場)
・場所　図書館内多目的室
・対象　3歳くらい～中学生(未就学児は保護者同伴)
・参加費　無料　・申込　不要　・定員　30人程度
外国語指導助手が英語でお話してくれます。

※詳しくは図書館カウンター、お電話でお問い合わせください。
問 市立図書館　☎(35)2923

令和元年 11 November

開館時間　(本館) 9:00～19:00
(分館) 10:00～18:00

新着おすすめ8+8

明日の僕に風が吹く	乾　ルカ
アンジュと頭獅王	吉田　修一
動かないゼロトレ	石村　友見
賢い冷蔵庫	瀬尾　幸子
かっこいい福祉	村木　厚子
旅の作法、人生の極意	山本　一力
頂上捜査	安東　能明
不審者	伊岡　瞬

一般書

新着図書(320冊)

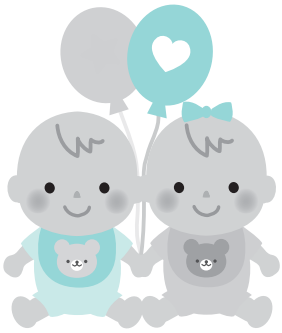
親子で楽しむかんたんプラモデル	廣田　恵介
おやさいしろくま	柴田　ケイコ
10分で読める名作　1年生	岡　信子ほか
とんでいったふうせんは	ダナ・ウルエコッテ
ねことねこ	町田　尚子
もうひとつの曲がり角	岩瀬　成子
「もしも」のときに役に立つ防災クッキング1	今泉　マユ子
ゆめみるどうぶつたち	イザベル・シムレール

児童書／えほん

お誕生おめでとう

（令和1・10・5届出分まで）

住所	赤ちゃん	保護者
中村大橋通	長岡 泰士（たいし）	有徳
中村大橋通	千谷 綾（りん）	和生
中村弥生町	金納 穂佳（ほのか）	聡志
右山	正岡 雅都（みやと）	研二
右山	熊崎 斗輪（とわ）	大樹
駅前町	佐竹 礼（れい）	孝一郎
中村丸の内	今西 紗良（さら）	諒太
佐岡	塩中 琴葉（ことは）	寿芳
古津賀	戸田 塁（るい）	裕介
古津賀	藤田 理子（りこ）	雄也
具同	矢野 日茉梨（ひまり）	裕大
具同	江口 悠斗（ゆうと）	貴之
具同	菊田 季生（きなり）	智広
具同田黒	池内 千浬（せんり）	元希
有岡	田口 佳奈（かな）	智啓



ご冥福をお祈りします

（令和1・10・5届出分まで）

住所	氏名	享年（満年齢）
中村山手通	古田 當子	96
中村本町	山﨑 皓三	75
中村京町	横山 佳代子	69
右山五月町	宮﨑 宏	74
右山	森岡 清子	94
古津賀	前田 泰雄	68
具同	矢野川 幸子	87
具同	石﨑 雅男	84
具同	藤田 和三郎	91
具同田黒	伊藤 孝基	88
具同田黒	小谷 勢津子	90
具同田黒	北川 清寿	66
山路	細木 賢藏	56
竹島	西内 晟	83
下田	柿谷 有道	88
下田	笹村 善一郎	69
双海	尾﨑 静	92
古尾	北岡 守	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。

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。

■毎週水曜日17時～19時（祝日除く。）

【窓口】
（市）子育て支援課　企画係
☎（34）9007

人が人らしく ★人権さまざま★ 170

私は二番目の姉が大好きでした。小学校に入れば毎日一緒に通学できると楽しみにしていましたが、姉は卒業し、隣町の高等科（現中学）に入学。入れ違いになったことが残念でなりませんでした。姉たちは庭続きの祖母の隠居所に泊まるのでそこに行って、高等科の話を聞くのも楽しみでした。ある日クラスメートの男の子の可愛い（今のイケメンの）かなしい話を聞かされました。（誰にも言うたらいかんぞ）と念押しして、その子がライという病気になり親兄妹から引きさかれ瀬戸内の離れ小島に連れて行かれたことを聞かされました。ある日突然に、屈強な大人たちが学校に現れ、叫びながら逃げ惑うその子を捕まえていったというのです。

何とも辛い話でした。その後何日も私はその子の身の上を案じ、悲しみが放れませんでした。誰にも言えず「ライ」の恐ろしさに身震いもしていました。

中学に入って病気になった私は図書室によく行きました。そこで北条民雄というライ患者の小説家を知り、作品をむさぼり読みました。幼かったときを思い出し、何度目かのビクビクも深く味わいました。今の医学から考えるとホントウに重大な過ちのまま何年も苦しんだことになります。

後年教員となり、社会教育を十数年担当しました。主な課題は『同和問題』の解消でした。

九州の大学教授だった林力さんを何度か講師に迎えました。講演後の雑談で父親がハンセン病で療養中との話を聞かされ、恐ろしいライがホントウは風邪よりも軽い病気であることも教えられました。幼い頃から一人で苦しんだことは何だったのか、目を見開かされました。

２００５年、熊本地裁の歴史に残る判決で国もライへの偏見を猛反省させられ謝罪もしました。そして十数年、患者の家族への補償もせよの判決も下され、国も即刻受け入れました。その全国家族会の原告団長が林力先生でした。90歳を越えたというＴＶ画面の、すっかり白髪となった林さんに涙が止まりませんでした。私の生涯にわたってウソの情報に振り回された無念さは悔やんでも悔やみ切れません。姉は亡くなりましたが、晩年、あの少年が今も元気で、全国的に活躍されていると教えてくれました。わが事のように安堵し喜んでいます。

四万十市人権啓発講師　山本衛

広報しまんと11 2019 No.175
■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。

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。

10月27日(日)	さたけ小児科	☎(37)2255
11月 3日(日)	市民病院	☎(34)2126
4日(月)	幡多病院	☎(34)6211
10日(日)	小原外科胃腸科	☎(35)0108
17日(日)	市民病院	☎(34)2126
23日(土)	中村病院	☎(34)3177
24日(日)	大野内科	☎(37)5281
12月 1日(日)	市民病院	☎(34)2126
8日(日)	中村クリニック	☎(34)5100

人のうごき ～9月末日現在～

（ ）内は、前月との差

総人口	33,690人	(△8)	転入	48人
男	15,961人	(△13)	転出	43人
女	17,729人	(5)	出生	23人
世帯数	16,610世帯	(13)	死亡	36人

11月実施の統計調査

調査名	該当地区
経済センサス－基礎調査	右山、中村（東町1～3丁目、大橋通7丁目を除く。）
2019年全国家計構造調査	上ノ土居、江ノ村(一部)、右山(一部)、右山天神町(一部)、有岡(一部)

【問い合わせ先】(市)企画広報課広報統計係 ☎(34)1810

日直指定水道業者

●水道料金は口座振替で●

10月26日(土)	森下住宅器機	☎(34)4855
27日(日)	㈲平野水道	☎(35)2316
11月 2日(土)	豚座建設㈱	☎(34)6031
3日(日)	土居水道工事店	☎(32)1095
4日(月)	中村水道工事センター	☎(35)4323
9日(土)	㈱中村住設	☎(34)3621
10日(日)	㈲大杉設備工業	☎(34)2324
16日(土)	㈲福永工業	☎(35)5996
17日(日)	㈲カキタニ設備	☎(33)0660
23日(土)	岡崎プロパン㈱	☎(35)3458
24日(日)	㈲夕部設備	☎(37)3383
30日(土)	㈱奥宮工業	☎(37)5151
12月 1日(日)	㈲大同設備	☎(35)4879
7日(土)	㈲山下建設	☎(33)0653
8日(日)	豚座建設㈱	☎(34)6031

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)1114

「広報しまんと」12月号は11月27日(水)発送予定です

有料広告
掲載スペース

有料広告
掲載スペース