



新しいお神輿でお祭りをやったよ!  
(P4に関連記事)

25  
TH

# 四万十川ウルトラマラソン

四万十川の自然と清流を守る

10月20日に開催した第25回四万十川ウルトラマラソンも無事に終わり、ランナーの皆さん、ボランティアの皆さん、本当にありがとうございました！

秋晴れの中、海外選手を含む2397名のランナーが出走し、見事に1783名のランナーが完走されました。

当日は、午後2時には26.3℃まで気温も上がり例年以上にリタイア者が多くなるなど、ランナーの方には過酷なレースとなりました。



今大会では、100kmの部女子でこれまでの大会記録を10分以上短縮して、初めて8時間の壁を突破した千葉県船橋市から参加の仲田光穂選手が初優勝を果たしました。仲田選手は、過去4年連続で入賞している実力者で、昨年2位でしたので、念願の初優勝となりました。



また、100kmの部男子では、23回大会優勝の川内鮮輝選手(東京都府中市)が見事なタイムで2回目の優勝を飾り、60kmの部男子では、青野勇紀選手(愛媛県今治市)が6年連続の優勝を果たしました。

60kmの部女子では、北村文恵選手(福岡県春日市)が初優勝を飾りました。ゲストランナーのM高史さんも見事に60kmを完走し、フィニッシュ地点で最後までランナーとハイタッチをして笑顔で迎えてくれました。



本当にお疲れさまでした。



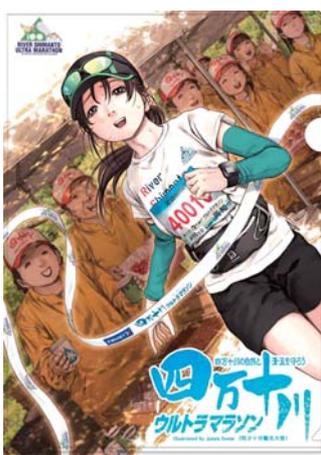
1800名を超えるボランティアの中には、中学生や高校生なども含まれ、今大会もフィニッシュ会場などで活躍してくれました。



大会前日に、新ロイヤルホテル四万十で開催された100km前夜祭では、25回大会を記念して25名に四万十市の物産品などをプレゼントしました。



25回記念事業として、クーポン券を配布しましたが、その他にも完走証を入れるクリアファイルを新しく作成し、表紙絵を、本市出身の漫画家で観光大使でもある井上淳哉さんに描いていただき、ランナーからも好評でした。



来年も、皆さんのご協力をよろしくお願いたします。

## あなたの意見を聞かせてください!

### 「四万十市健康増進計画(第3期)(案)」パブリックコメント

市では、「健やかで笑顔のある支えあいのまちづくり」を目指して、「四万十市健康増進計画(第3期)」の策定を進めています。皆さまのご意見を計画に反映させるため、パブリックコメントを実施します。

■募集期間 12月23日(月)～令和2年1月17日(金)

■意見を提出できる方 市内に住所を有する方、市内に通学・勤務する方、市内に事務所等を有する方

■計画案の閲覧場所 (本庁)健康推進課、(総合支所)保健課および市公式ホームページ

■意見の提出方法

所定の様式に、住所、氏名・名称、電話番号を記入のうえ、下記のいずれかの方法で提出してください。

①郵送または直接提出 (本庁)健康推進課(〒787-8501 四万十市中村大橋通4丁目10番地)  
(総合支所)保健課(〒787-1603 四万十市西土佐用井1110番地28)

②FAX: (34)0567

③E-mail: zousin@city.shimanto.lg.jp

■注意事項

- ①住所、氏名等の記入がない意見、電話や口頭での意見は受付できません。意見に対する個別の回答もいたしかねますので、あらかじめご了承ください。
- ②お寄せいただいた意見は、個人情報を除き、取りまとめたうえで市の考え方とあわせて公表します。
- ③意見は日本語でお願いします。

#### 個人情報の利用目的

意見に記載された氏名、住所、電話番号については公表せず、意見の内容に不明な点があった場合の連絡以外の用途では使用しません。

【問い合わせ先】(本庁)健康推進課 健康増進係 ☎(34)1115

### 『空き家対策』推進に向けてのアンケート調査

市では、将来的な空き家対策推進に向けて参考にするため、これまでの調査結果を基に、所有者に対して建物の利用・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。

外観目視調査等により利用頻度が低いと思われる建物を確認し、登記情報等を基に所有者の特定を行っていますが、「建物の所有者ではない」、「現在も利用している」など、実情と異なる場合があることをご了承ください。

対象者には、11月中旬に調査票を郵送していますので、ご回答いただきますよう、ご理解・ご協力をお願いします。

※個人情報やアンケートの回答は、適切に管理し目的以外に使用することはありません。

※この調査は、高知県居住支援協議会 空き家対策部会に委託して実施します。

■対象者 下田地区、後川地区(岩田、敷地のみ)にある空き家と思われる建物の所有者等

※この調査は、主に都市計画区域内(中村、東山、具同、下田、後川地区の一部)で実施しています。

昨年度は、中村、東山、具同地区の調査を完了しました。

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

高知県居住支援協議会 空き家対策部会 ☎088(822)0303 FAX088(822)0304

## コミュニティ助成事業で神輿が整備されました



宝くじの収益で運営されるコミュニティ助成事業を活用して、各地区で神輿が整備されました。

整備された神輿は各地区の秋祭りにてお披露目され、区内を練り歩くときには、沿道に多くの人が集まっていました。

また、お祭りには地域外からも見に来る人もいて、神輿を通じて人の輪が広がったようでした。

コミュニティ助成事業では、宝くじの社会貢献広報事業として地域活性化に取り組む地区の活動を支援しています。

10月13日 山路地区

山路地区の秋祭りには各集落の神輿が広場に集まりました。山路地区には伝統の「こっきりこ」という踊りがあり、地域の皆さんが披露し、にぎやかなお祭りでした。



11月3日 蕨岡内川自治会

蕨岡地域3地区合同で秋祭りが開催され、会場には地域内外から多くの人が集まっていました。お祭りでは地域の子どもたちによる「さわらい」(踊り)なども披露されました。



11月3日 大用区

お祭り会場では、子どもたちがたたく太鼓のリズムに合わせて地域伝統の太刀踊りなどが披露されました。神輿が地域を練り歩く際には、大人から子どもまで沿道に多くの人が見に来ていました。



【問い合わせ先】(市)企画広報課 企画調整係 ☎(34) 1129

## 麻生堰 選奨土木遺産認定

このたび、後川の農業用施設「麻生堰(あそうげき)」が、公益社団法人土木学会の「選奨土木遺産」に認定されました。この認定制度は、土木遺産の顕彰を通じて、歴史的土木構造物の保存に資することを目的として、平成12年に設立されたもので、今年度は、四国支部から推薦を受けた麻生堰を始め、全国で28件が認定を受けました。

麻生堰は、江戸時代前期に土佐藩家老の野中兼山(のなかけんざん)によってつくられた弓なりに湾曲した



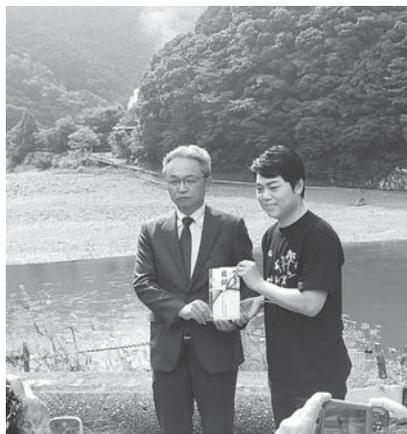
形状の曲線斜め堰で、修復を重ねながらも建設当時の姿のまま、現在も活用されている貴重な土木遺産であることが評価されたものです。

高知県では5例目となる今回の認定を踏まえ、今後は地域の貴重な資産としての文化的価値や安並水車の里を含めた観光資源として広く発信していくとともに、これまでと同様に後世に努め、優れた土木遺産として後世に残していきたいと考えています。



## 寄付のお礼

10月11日(金)、岩間沈下橋の復旧に役立ててほしいと、三山ひろしさまとそのファンの皆さまより金428,261円のご寄付をいただきました。皆さま方の温かいご厚志に、あらためて心よりお礼申し上げます。いただきました寄付金は、四万十川の生活道でもある岩間沈下橋の復旧に活用させていただきます。ありがとうございました。



## 2020年農林業センサスの実施について

農林水産省・高知県・四万十市では「2020年農林業センサス」を実施します。

この調査は、今後の農林業の政策に役立てるため、5年に1回実施される極めて大切な調査です。

令和2年1月ごろから皆さまの自宅や会社等に調査員がお伺いした際には、ご協力をお願いします。



「広報しまんと」  
スマートフォンで  
配信中!



令和2年2月1日

## 2020年農林業センサス

次代につなぐ豊かな農林業のために、  
農林業の今を知るための統計調査にご協力ください。

【問い合わせ先】(市)企画広報課 広報統計係 ☎(34) 1810

## ふるさと納税返礼品「電子感謝券」の加盟店募集

市では、これまでふるさと納税により寄附をいただいた市外在住の皆さまに、感謝の気持ちを込めて市の特産物等を返礼品としてお送りしてきました。

この返礼品に「電子感謝券(電子ポイント)」が加わることとなりました。

「電子感謝券」は、市内の加盟店において、サービスの提供や商品の購入の際に使用できる電子ポイントです。

「電子感謝券」をきっかけに、多くの皆さまに四万十市を訪れていただき、さまざまな魅力を体験していただきたいと考えています。

つきましては、参加いただける加盟店を募集します。今まで、ふるさと納税の返礼品としてサービス提供が難しかった事業者の皆さまもご参加いただけます。興味のある事業者は、お気軽にお問い合わせください。



市では、ふるさと納税の返礼品を随時募集しています。魅力ある商品等と一緒に全国へアピールしませんか？

### 【問い合わせ先】

(市)企画広報課 産業振興室  
 ☎(34)1145  
 (一社)四万十市観光協会  
 ☎(34)8555

## 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(金)～

年始 12月15日(日)までの10日間

令和2年1月8日(水)～

1月17日(金)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

## 古津賀に住んでみませんか？ ～市有地の分譲受付中です～

古津賀一丁目～四丁目の市有地について、好評分譲中です。

ショッピングセンター、コンビニ、クリニック、保育所などの生活機能の充実と、緑あふれる豊かな自然に囲まれた、家族みんなが暮らしを楽しめるまちです。

ぜひ一度お立ち寄りください。



※この看板が目印です。

■申込方法 (市)まちづくり課窓口でお申し込みください。

※先着順で受け付けます。

※物件の場所や分譲価格などの詳しい情報は、市公式ホームページか広報しまんと10月号15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 FAX(34)0381

## 事故のない道づくりにご協力ください

庭に植えられた樹木、鉢植えの花。道行く人の目を楽しませ、人々の心を和ませてくれるものです。

最近は市内でもガーデニングを趣味にする人が多く、緑あふれる美しい街並みになってきています。

**しかし**

園芸植物もマナーを守らないと人に迷惑をかけたり、思わぬ事故のもとになります。

せっかくの美しい草花なので、マナーを守って楽しみたいものです。

### ●庭木の枝葉が道路上にはみ出していませんか？

庭木が車道や歩道にはみ出すと、車や歩行者が通るときに障害になります。

枝が目に入ったり、車を傷つけたり…。他にも、カーブミラーや標識が見づらくなることや、街灯を覆い隠して夜道が真っ暗になるという事例があります。

### ●植木鉢やプランターを側溝上に置いていませんか？

忘れがちですが、側溝は道路の一部です。植木鉢などを置いていると通行の妨げになります。

夜道で人がつまずいたり、車がぶつかって事故を起こすことがあります。



### ●他の人の立場で考えてみましょう

自分の立場で考えると、「これくらいなら…」「お隣さんもやってるし…」「この道は広いから大丈夫。」とつい思いがちです。

でも、いざ自分が街を歩いてみると、「邪魔だなあ…」「迷惑だ！」「こんな所に置かなきゃいいのに！」と思うことはありませんか？



**自分では大丈夫と想着いても、  
他の人は違う感じ方をしているかもしれません。**

### ご注意ください！！

路上に置かれた物が原因で何らかの事故が発生した場合、物を置いた者や所有者が事故の責任を問われることがあります。

※注) ここでいう道路とは一般的な公道を指します。

道路の種類によっては上記の内容に該当しない場合もあります。

【問い合わせ先】(市)まちづくり課 道路管理係 ☎(34)1116 FAX(34)0381

## ハザードマップを見よう (第13回)

9月から10月にかけての3つの台風(15号、19号、21号)は東日本の広範囲に甚大な被害をもたらしました。特に台風19号は死者90名以上、住宅被害80,000棟以上、河川の決壊が70河川・120カ所以上という未曾有の被害となっており、全容はまだ判明していない状況です。(11月13日現在)

前回の被害から復旧できないまま次々と台風が訪れたことも被害を大きくしました。ほんの少し条件が違えば本市で起こっていたかもしれません。

### あらためてハザードマップを確認しましょう

市が昨年5月に配布した「総合ハザードマップ」で、自宅が洪水・土砂災害の想定危険区域に入っていないか確認しましょう。

自宅が危険区域に入っている人は、特に事前避難が重要です。



QRコード

四万十市 ハザードマップ

検索

### 中筋地区で防災訓練が行われました！

10月15日(火)、中筋中学校で中筋地区の防災訓練が行われました。

この訓練は、中筋地区区長会、中筋小学校、中筋中学校、四万十看護学院が連携して行った初めての訓練で、地区住民など約200人が参加しました。看護学院の学生が講師となり、大規模災害時のように担架などの資機材が不足した場合を想定し、布と棒を使用したけが人の搬送方法やネクタイを包帯代わりに使用した応急手当の方法など、さまざまなテーマについて学べるブースを7つ設け、参加者は実際に体験しながら防災について学びました。

また、震度7の揺れを体験できる起震車の乗車体験や防災クイズ大会、小中学生と地域の皆さまが協力してカレーライスの炊き出し訓練も行いました。中筋地区区長会の多和会長は、「災害時には地域と学校の連携が必要不可欠であり、今回のような合同の訓練を今後も継続して開催していき、その連携をさらに深めていきたい」と話していました。



### 防災講演会を開催します！「沿岸被災地後方支援～縁が結ぶ復興への絆～」

講師に、元岩手県遠野市職員である菊池保夫(きくちやすお)氏を迎え、東日本大震災で被災地後方支援に従事した経験談や当時の被災状況等の講話を予定しています。1946年12月21日に昭和南海地震が発生してから、今年で73年となります。過去の教訓を元に今一度、地震について考えてみませんか。(※南海トラフ地震臨時情報についての講話も予定しています。)

■日時 12月21日(土)10時開演(9時30分開場) ■場所 市立中央公民館2階大ホール



防災行政無線の内容が聞き取れない場合は

☎34-7800

再度放送内容を確認できます。(自動音声)



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

## 四万十市競争入札参加資格審査申請の受付

令和2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。今回の申請受付は市内業者(市内に本店を有する者)のみです。

### ■受付期間

令和2年1月6日(月)～31日(金)  
※土・日・祝日は除く。

### ■申請方法

申請書類の持参または郵送  
※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。お問い合わせください。

### 【問い合わせ・提出先】

(市)財政課 管財契約係

☎(34)6120

〒787-8501

四万十市中村大橋通4丁目10番地

## 申告はお早めに!! 1月は償却資産の申告月です

### ■対象者

令和2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

### 《具体例》

商品陳列ケース、レジスター、看板、厨房機器、製造機械、土木建設機械、舗装路面、外構工事、太陽光発電、ビルハウス、漁船など

### ■提出期限

令和2年1月31日(金)まで

※申告の必要な人には12月中旬をめぐり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、税務課資産税係までご連絡ください。

### 《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、賦課期日の毎年1月1日に固定資産(土地、家屋、償

却資産)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)1112

## 中央公民館および働く婦人の家閉館式のお知らせ

### ■日時

12月22日(日)

12時30分～ 開場

13時～13時30分 式典

13時30分～15時30分

記念コンサート

(中村交響楽団・HWE・合唱団  
むぎ)

■会場 中央公民館2階 大ホール

■臨時駐車場

アピアさつき(公民館専用駐車場)、

四国銀行(ATM付近駐車禁止)

※できるだけ乗り合わせてお越し

ください。

■お問い合わせ先

(市)生涯学習課 公民館運営係

☎(34)7311

## 不妊治療費等の助成事業

市では、不妊に悩むご夫婦に対して保険適用となる不妊治療費および人工授精に要した費用を助成する事業を行っています。

詳しくは、左記までお問い合わせください。

### ■助成内容

・保険適用の不妊治療費について、夫婦1組1年度あたり医療機関で支払った自己負担金に対して5万円を上限として助成。助成を受けることができるのは、通算5年

・人工授精に要した費用について、夫婦1組1年度あたり5万円を上限として助成。助成を受けることができるのは、通算2年

■本年度の助成対象となる治療期間  
4月1日から令和2年1月31日までの治療分

### ■申請期限

令和2年2月28日(金)

### 【問い合わせ先】

健康推進課 地域保健係

☎(34)1823



# 令和2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16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、令和2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 **令和2年1月6日(月)～1月17日(金)**

5月以降入所 令和2年1月6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 ※本庁のみ水曜日は19時まで

※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。

※兄弟がすでに保育所に在籍し、継続して保育所に通う場合、保育所に継続申込と一緒に新規申込を行えます。

### ○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》

教育・保育給付認定区分(1号～3号認定)により、申込方法が異なります。

※教育・保育給付認定区分については、11ページ ◇教育・保育給付認定制度について をご覧ください。

#### ○1号認定

直接、施設への申込となります。

**12月2日(月)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。**

教育・保育給付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あわせて、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

市への申込となります。申込方法、期間は上記の《保育所・地域型保育事業の申込方法》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参照ください。

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)	
教育・保育給付 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(0歳児～5歳児) 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)/めいほうす(0歳児～2歳児)	

## ◇教育・保育給付認定制度について

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、認定の区分については、年齢や希望施設によって次のとおりとなります。

### ＜教育・保育給付認定の種類＞

教育・保育給付認定区分	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、市の基準を満たし認可する施設です。(事業所内保育施設等)

## 令和2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 ※2	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
藤岡保育所	藤岡甲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
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
めぐみ乳児保育園	具同田黒1丁目11番38号	(37)2121	48	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 もみじ保育所は令和3年3月で閉所になります。

## ＜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

## 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」のことです。新薬と同等の有効成分、効能・効果を持っています。

開発費を大幅に抑えることができ、そのため、平均的に新薬より低価格であり、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、本市では本年10月までに約3億4791万円の医療費削減効果があつたと見込まれます。

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もつながります。

### ■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カード」を利用いただくとう便利です。

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)1112



このカード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。

使っていない

# 空き家

を探しています。

四万十市移住支援にご協力ください。

山里も人気です！

海の近く大人気！

集落活性化！

老朽化ストップ！

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

# 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ょうかい

## 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り組みを平成26年度より行っています。保護者・地域の皆さまにも広くご案内します。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：令和2年1月17日(金) 14:00～16:55

■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	15:00	15:10	15:55	16:05	16:50	16:55
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	中村小	中筋小	藤岡小	大用小	竹島小	中村西中	八束中	大川筋中	東中筋中
実践交流② 15:10～15:55	具同小	西土佐小	利岡小	川登小	東中筋小	中筋中	藤岡中	下田中	大用中
実践交流③ 16:05～16:50	中村南小	八束小	下田小	東山小	中村中	西土佐中	後川中		

\*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 : 中村小・具同小・中村南小・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 : 中筋小・西土佐小・中筋中・西土佐中  
保幼小中連携
- 授業と家庭学習のサイクル化・保幼小中連携 : 八束小・八束中
- キャリア教育・土曜授業活用 : 藤岡小・利岡小・藤岡中・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・下田中・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・東中筋中

それぞれ  
の学校の  
見取り  
組みの  
様子を  
見て  
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

## 資源物(紙類)分別のお願い

### ■紙類の種類

- ① 雑がみ(②～⑥以外の紙)
- ② 紙パック(中がアルミやビニール加工になっているものは除く。)
- ③ 本・雑誌(製本またはホチキス止めされているもの)
- ④ 新聞(折込チラシ可)
- ⑤ ダンボール(断面が層になっているもの)
- ⑥ シュレッダー紙(裁断後はビニール袋に入れる。)

### ■資源物の出し方

- ①～④は種類別に縛るか、紙袋に入れて分別して出してください。
  - ⑤・⑥はそのまま集積所へ出す。
- シュレッダー紙を入れるビニール袋は市の指定袋以外のものでOK!

※紙類は雨の日には出さないようにしましょう！濡れてしまったものはリサイクルできなくなります。

※①～⑥の種類ごとに分別して出しましょう！分別していないとリサイクルできません。分別できていないものは、収集業者や幡多クリーンセンターが手作業で再度分別をしています。大変な手間と時間がかかりますので、分別の徹底にご協力をお願いします。

### 【問い合わせ先】

(市)環境生活課 四万十川環境係  
☎(34)6126



# 幡多広域消費生活センター便り

## 「お試し」「1回だけ」のつもりが定期購入に

### 【事例①】

娘がスマホで、期間限定10円のダイエットサプリを注文した。商品が届き、注文書を見ると定期購入になっていた。娘は定期購入契約であることを知らなかった。(40歳代 女性)

### 【事例②】

夫が初回500円の広告につられ、健康食品をお試しのつもりで頼んだ。2回目が届き業者へ電話をする  
と最低4回継続の定期コースを申し込んでいた。4回商品を受け取り、解約の電話をするがつながら  
ない。(60歳代 女性)

### 【ひとこと助言】

- ・ホームページ等の広告を見て、健康食品等を低価格で購入できると思って申し込んだが、実際には数か月間の定期購入が条件となっていたという相談が寄せられています。
- ・定期購入の契約条件によっては途中での解約ができなかったり、解約しようと事業者に連絡しても電話がつながらなかったりする場合も多くあります。
- ・商品を注文する前に、特に最終確認画面で定期購入が条件になっていないか、中途解約や返品はできるのかなどの契約内容をしっかりと確認することが大切です。
- ・困ったときは、お早めにお住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください。  
(消費者ホットライン「188」)

※幡多広域消費生活センターでは、出前講座(無料)による啓発活動を実施しています。  
お気軽にお申し込みください。

困ったときは、消費生活センターへご相談ください。



## 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 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 総務係 ☎(34)1711 (総合支所)産業建設課 管理土木係 ☎(52)1114

## 市民のひろば

### 三ツ又ぎんなん祭り 開催!

10月27日、ぎんなんの収穫を祝う、今年で23回目となる『三ツ又ぎんなん祭り』を開催しました。

今年の祭りは、約80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。午後からは、ぎんなん飛ばし大会、ぎんなんのつかみ取り、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



気合入れ、遠くに飛ばそう  
ぎんなん飛ばし!



仲良くみんなで  
アメゴ釣り!



三ツ又の自然を満喫  
集落探索!



バシャバシャと走って楽しく  
アメゴつかみ!

は四万十市の東端に位置しており、かつては100人が暮らしておりましたが、現在は14世帯33人に減少して高齢化も進んでいます。

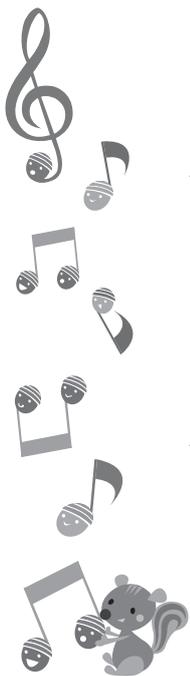
1989年に2000本を植え、ぎんなんの栽培を開始しました。成木になり、収穫が安定し始めた95年に祭りはじめ、大雨などで開催を取りやめた2回を除き、毎年開いています。

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、古里を離れた人や地区外の人に集まってもらえる年に一度の機会です。で、頑張っ続けていきたいと思えます。

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 土佐の小京都中村550年祭実行委員会
- 16日 第42回全国土地改良大会 岐阜大会(岐阜市、17日)
- 18日 第13回協働の森フォーラム(高知市)
- 20日 第25回四万十川ウルトラマラソン開会式、表彰式
- 21日 幡多広域市町村圏事務組合議会 定例会
- 23日 第8回全国道の駅連絡会総会・シンポジウム(宇多津(宇多津町))
- 24日 2019年度郵政事業有識者懇談会(高知市)
- 25日 全国治水期成同盟会連合会 秋季理事会(東京都)
- 28日 高知県市町村道整備促進協議会 要望活動、安心・安全な道づくりを求める全国大会ほか(東京都、29日)
- 31日 建通新聞高知支局 取材対応
- まち・ひと・しごと創生総合戦略推進本部会議
- 11月1日 令和元年度高知県戦没者追悼式(高知市)
- 3日 第15回四万十市民総合体育祭総合開会式
- 5日 第30回農民運動会
- 7日 四国横断自動車道高知県建設促進期成会 要望活動(東京都)
- 8日 四万十国有林野等所在市町村長有志協議会(黒潮町)
- 9日 四万十市総合計画第1回審議会
- 9日 高南・幡東地区漁業秩序を守る会
- 9日 黒尊むらまつり
- 10日 幡多中央地区消防連合会総合訓練(黒潮町)
- 11日 農業農村整備の集い、第57回学校法人日本体育大学体育研究発表演奏会ほか(東京都、横浜市、14日)



## 「あんしんFメール」の登録をお願いします

高知県警察では、携帯電話のメール機能を活用した「あんしんFメール」で、アドレスを登録した方に不審者情報、行方不明者情報、事件発生情報や地域安全情報を発信しています。



### 登録方法

- ①メール作成画面でアドレス「kochi110@fits-s.com」を直接入力、または、下記のQRコードを読み取り、表示されたアドレスを使用し、メールを作成します。
- ②件名欄に「中村署」と入力します。
- ③本文欄に「18、(登録する方の)携帯電話の機種名」を入力しメールを送信します。
- ④送信後、登録完了通知メールが届きます。

### メール作成画面(例)

- ① To kochi110@fits-s.com
- ② 件名 中村署
- ③ 本文 18、携帯電話の機種名



### 【問い合わせ先】

中村警察署 ☎(34)0110



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

早いもので、今年も残すところあとひと月となりました。  
慌ただしい年の瀬を迎え、外出や現金を持ち歩く機会が多くなる季節です。  
この時期には、窃盗やその他の犯罪が増える傾向にあります。  
忙しい時こそ、しっかり防犯を心がけて、気持ちの良い年末年始を迎えましょう。

### 未成年者が利用したオンラインゲームの課金で高額請求されないために

- 周囲の大人は、ゲームの料金体系や決済方法を理解し、日ごろから子どもとゲームの利用ルールについてよく話し合ひましょう。
- クレジットカードやキャリア決済のパスワード等の管理には十分注意しましょう。

【問い合わせ先】中村地区地域安全協会(中村警察署内) ☎(34)0110

警察相談電話 #9110

しまんと  
情報掲示板



防犯  
メモ

## 統計調査員(登録者)募集

募集

市では、国が実施する各種統計調査に従事していただく統計調査員(登録者)を募集します。

### ▼募集条件

- ・20歳以上で、四万十市内在住または四万十市内での活動が可能な方
- ・統計調査に関し理解があり調査期間中は積極的に協力できる方
- ・調査中に知り得た情報や秘密の保護ができ、責任を持って調査ができる方

・税務、警察に関する業務、選挙などに直接関係していない方

### ▼申込方法

事前に電話連絡のうえ、印鑑、本人確認書類(運転免許証、健康保険証など)を持って、(市)企画広報課までお越しください。

調査期間中(約2か月間)は、国または高知県から任命された非常勤公務員として従事し、調査内容に応じて報酬(約2〜5万円)をお支払いします。

なお、登録は調査活動への従事を確約するものではありません。

### 【問い合わせ先】

(市)企画広報課 広報統計係

☎(34)1810

FAX(35)0007

E-mail:kouhou@city.shimanto.lg.jp

## 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	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 高等工科大学生徒	受付期間 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

### 高知県公立学校教員採用候補者選考審査現職教員等特別選考(後期)

▼募集校種・職種・採用予定数

・小学校教諭 10名程度

・小・中学校養護教諭 5名程度

▼受審資格

昭和40年4月2日以降に生まれた人で、小学校教諭または養護教諭の普通免許状を有し、次の①または②のいずれかと、③に該当する人

※職務歴には、任期の付された教員としての職務歴および地方公務員法第22条による常勤または非常勤の講師としての職務歴は含まない。

①現に国・公立学校の教諭等であって、受審する職種の職務歴が通算3年以上ある人

②過去に国・公立学校の教諭等であつた人で、受審する職種の職務歴が、通算5年以上ある人

※ただし、出願時に県内の国・公立学校臨時教員(常勤講師または非常勤講師(週8時間以上))として配置されている者については、受審する職種の職務歴を通算3年以上とする。

③本年度実施の高知県公立学校教員採用候補者選考審査現職教員等特別選考を受審していない人

※詳細は、(県)教育委員会事務局 教職員・福利課ホームページに掲載  
<http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/310601/>

▼採用日 令和2年4月1日

▼受付期間

12月6日(金)まで(土・日を除く。)

▼審査方法

面接審査(口頭試問を含む。)および提出書類による審査

▼審査の日時・場所等

・高知会場(高知市内)

令和2年1月5日(日)

・大阪会場(大阪市内)

令和2年1月11日(土)

・東京会場(東京都内)

令和2年1月12日(日)

※不明な点は左記までお問い合わせください。

【問い合わせ先・申込先】

(県)教育委員会事務局

教職員・福利課

☎088(821)4903



### 令和2年度高知県公立学校臨時教員募集

高知県教育委員会では、公立小・中

校、県立学校の欠員等の補充教員として勤務する常勤講師および高等学校の教科・科目の授業だけ勤務する非常勤講師を募集しています。

▼雇用期間

常勤講師 欠員・産休・育休・病休等の補充の期間(最長約1年間)

非常勤講師 最長約1年間、週当たり数時間から十数時間まで

▼資格

採用時において有効な教員免許状(臨時免許状を含む)を有する者

▼志願書・募集要項の配布場所

(県)教育委員会事務局、(市)教育委員会事務局、西部教育事務所ほか

(県)教育委員会事務局 教職員・福利課ホームページ  
(<http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/310601/>)からダウンロードも可能

▼応募方法

募集要項の「応募の手続」に従って、必要書類を提出してください。

▼提出期間

令和2年4月当初の採用を希望する場合は、令和2年1月31日(金)までに提出のこと。年度途中の採用についてはそれ以降も受け付けます。

【問い合わせ・提出先】

(県)教育委員会事務局

教職員・福利課

☎088(821)4903

## 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。10代から90代の幅広い世代、約9万人の学生が、さまざまな目的で学んでいます。

テレビで授業を行っているだけでなく、その授業をインターネットで好きなときに受講できます。

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。卒業すれば学士を取得できます。

放送授業1科目の授業料は11,000円。(入学金は別)半年ごとに学ぶ科目分だけの授業料を払うシステムです。半年だけ在学することも可能です。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ただけますので、お気軽にご請求ください。

### ▼出願期間

第1回 2月29日(土)まで  
第2回 3月17日(火)まで

### ▼問い合わせ先

放送大学高知学習センター  
☎088(843)4864

## 第15回四万十市スポーツ賞 推薦募集

(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、日ごろ活躍し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(市民スポーツセンター)、西土佐ふれあいホールおよび具同体育センターにて配布

### ▼締切日

令和2年1月31日(金)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31年2月1日から令和2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31年2月1日から令和2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

令和2年3月8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(市民スポーツセンター内)  
☎(34)2071

## 教室・講座

### 子育てひろば「とことこ」 【このゆびとくまれ】

☆子どもフェスティバル inアピアさつき☆

クリスマスイベントを実施します！

子ども縁日、屋台、寝相アート、おかし

投げ等、おたのしみがたくさん♪

四万十市初のハイハイレースも開催

します！ハイハイできる未歩行のお子

さんが対象です。

(先着25名・要事前予約)

▼日時 12月22日(日)10時～15時

▼場所 アピアさつき1階

▼予約 担当：岩瀬までご連絡ください。

☎090-84707445

▼みやもつち先生の運動あそび

▼日時 12月14日(土)10時～11時30分

▼対象 3歳～小学1年生程度

▼参加料 500円

▼講師 宮本忠男、泉谷貴彦

▼ふさよばあばの音楽遊び

▼日時 12月15日(日)10時30分～11時

▼対象 0歳～

▼参加料 無料

▼講師 江口房世

▼ママ先生うきちゃんの産後ケア

▼日時 12月19日(木)10時30分～11時30分

▼対象 産後2か月～1年程度のお母さん

▼参加料 500円

▼講師 山崎うき

ママ先生うきちゃんのキッズバランスボール

▼日時 12月28日(土)10時～11時

▼対象 4歳～小学2年生程度

▼参加料 500円

▼講師 山崎うき

「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。

どなたでもご利用できますが、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

☆詳細はこちら  
↓をチェック！



高知県内のすべてがそろう  
"電子書籍"ポータルサイト「コウチイーブックス」

四万十市の  
広報も  
掲載中!

**Kochi ebooks**

高知イーブックス 検索

## ①働く婦人の家講座

### アクセサリ講座

ピアス、ストラップなどを作ってみませんか♪

#### ▼日時

令和2年1月20日～2月10日  
(毎週月曜日全4回) 19時～20時30分

#### ▼場所

西土佐総合支所2階 小会議室

#### ▼定員

10人

#### ▼受講料

無料

#### ▼対象

四万十市に居住または勤務する女性

#### ▼講師

芝藤 由佳理

#### ▼用意する物

材料費(1個につき100～300円程度を当日持参)

#### ▼受付期間

12月16日(月)～

## ②男女共同参画推進講座

### スペイン語教室

この機会にスペイン語に触れてみませんか?

#### ▼日時

令和2年1月22日(水)、29日(水)  
(全2回) 19時～20時30分

#### ▼場所

西土佐総合支所2階 小会議室

#### ▼定員

10人程度

#### ▼受講料

無料

#### ▼対象

四万十市に居住または勤務する人

#### ▼講師

中垣 喜博

#### ▼用意する物

筆記用具、ノート

▼受付期間 令和2年1月7日(火)～

### ①②の申込方法

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・祝日を除く。)

※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。

### 【①②の問い合わせ・申込先】

働く婦人の家 ☎(34)6299



## 幸徳秋水研究会

#### ▼日時

毎月第2日曜日13時30分～

#### ▼場所

12月 市立中央公民館小会議室II  
1、2月 市立文化センター小会議室

#### ▼当面のテーマ

12月8日 秋水著「兆民先生」3  
1月12日 秋水著「兆民先生」4  
2月9日 秋水著「兆民先生」5

### 【問い合わせ先】

幸徳秋水を顕彰する会 尾崎清

☎090-9458-7833

## 催し

### 道の駅フェア

#### 冬の感謝祭!

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。

当日は、この日しか味わえない各テナント特製の身も心も温まる限定メニューを企画しており、毎年恒例となっている杵つき餅の実演販売や先着100名への「シクラメンの花」のプレゼントも行います。

また、当日は北海道旭川市直送の美味しい毛ガニや鮭、イクラなどの販売も行います。年末にちよつとぜいたくな一品を味わってみてはいかがでしょうか。

2019年を締めくくると道の駅「よって西土佐」の最終イベントに、年末に帰省するご家族やご友人などお誘い合わせてぜひお越しください!

#### ▼開催日 12月30日(月)

#### ▼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

## 第29回片魚ふるさと祭り

美しい自然あふれる山里「片魚」で周囲の景色とともに地元のお祭りをゆつくりと楽しみませんか?

#### ▼日時

12月8日(日) 10時～14時

※小雨決行、大雨の場合は中止

▼場所 片魚中学校グラウンド

#### ▼内容

- ・一條太鼓の演奏でお祭りスタート!
- ・ブルメリア幡多によるフラダンス
- ・アイガモレース、丸太切り競争(景品ゲットのチャンスあります。)
- ・串焼き、うどん、軽食いろいろ
- ・最後はみんなでもち投げ大会!
- ・地元の美味しいお米や野菜をお土産にお持ち帰りください。

※イベント内容には変更が生じる場合がございます。

#### ▼無料送迎バスのご案内

事前予約が必要です。(先着25名) 行き 市役所前 9時発  
片魚中学校 9時45分着

帰り 片魚中学校 14時10分発  
市役所前 14時55分着

#### ▼留意事項

・天候等により開催状況が不明の場合は、当日午前7時以降にお問い合わせください。

・駐車スペースには限りがあります。車でお越しの際はなるべく乗り合わせてご来場ください。

### 【問い合わせ・申込先】

片魚区長 東 正世

☎090-7788-8175

(市)農林水産課 農業振興係

☎(34)1117



## 【人権週間事業「人権絵画標語展」ご案内】

令和元年度の「四万十市人権絵画・標語展」を下記の期間開催します。

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。

### 【四万十市小学生・中学生 人権絵画・標語展】

- ▶場所 市立中央公民館 1階展示ホール
- ▶期間 12月16日(月)12時～12月27日(金)15時  
※12月17日～26日は9時～17時まで展示
- ▶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



平成30年度市長賞  
原 響輝さん



平成30年度市長賞  
橋本 葵さん

## 令和2年 四万十市消防出初式

▼日時 令和2年1月5日(日)9時～

▼場所 西土佐地区運動場  
※荒天時は市立西土佐中学校校体育館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(西土佐宮地地区駐車場～奈路地区集会所前～西土佐地区運動場)  
・団員の表彰・車両点検(西土佐地区運動場)  
・消防団員による梯子操法(10時50分頃)  
・全車両による一斉放水(11時50分頃)  
※一斉放水は式典等の進行状況で多少前後します。

【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

## 2020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まもお誘い合わせのうえ、ご参加ください！  
お楽しみ抽選会もあります。

▼日時 令和2年1月2日(木)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 日本たばこ産業中村営業所跡地

※駐車場図のとおり

▼コース 約1200m ※変更になる場合があります。

▼参加方法 どなたでも無料で参加できます。当日、会場です。受付  
※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に対応します。

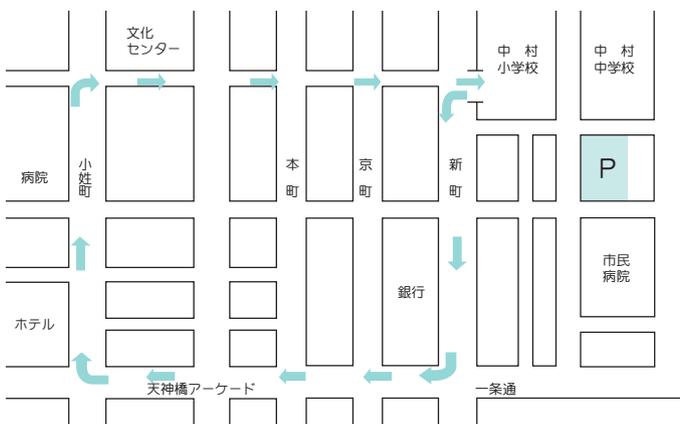
※参加賞があります。

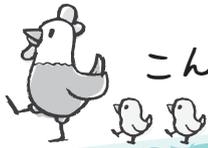
▼主催 (市)教育委員会、(市)スポーツ推進委員会、(公財)

四万十市スポーツ協会  
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)2071

### コース → 駐車場図 P





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)

#### 凧を飛ばそう

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(金) 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9日(木) 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。詳しくはお問い合わせください。

#### 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10日	火	数台有
	1月10日	金	
★東山保育所	12月11日	水	〃
★下田保育所	12月17日	火	〃
★利岡保育所	12月18日	水	〃
藤岡保育所	12月19日	木	〃
	1月10日	金	

※★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。



## その他の活動

### ◆子育て講座(妊婦・0・1・2・3歳児対象)

元小児科医師・澤田敬先生を招いて、子育てのお話をさせていただきます。子育ての不安や悩みにも、お答えしていただけますよ。気軽にご参加ください!

※自由参加です。初めての人もお気軽にどうぞ!

時 12月12日(木) 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過ごしましょう! サンタさん、プレゼント持ってきてくれるかな? 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人に限らせていただきます。

時 [ぴよちゃんクラブ] 12月23日(月) 9:30~11:30

[1・2・3歳児](ぽっぽ) 12月24日(火) 9:30~11:30

場 子育て支援センター

## 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



## ~市民病院だより~ vol.17 医療ソーシャルワーカーってなあに?



### 【問い合わせ先】

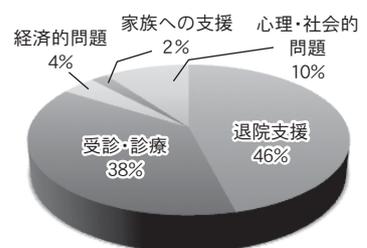
市民病院 ☎(34)2126

医療ソーシャルワーカーは、病院の中で福祉的立場に立って患者さまやご家族の生活課題の解決に向け一緒になって解決の糸口を探っています。

#### こんなことをしています!

- ・入院中の患者さまが自宅での生活環境に不安を感じている場合は、リハビリスタッフとともに自宅にうかがい、過ごしやすい環境づくりを提案したりさらなるリハビリメニューを追加したりします。
- ・治療費が理由で必要な治療が受けられない場合は、必要な治療が受けられるようその権利を擁護するよう関係機関と協働しています。

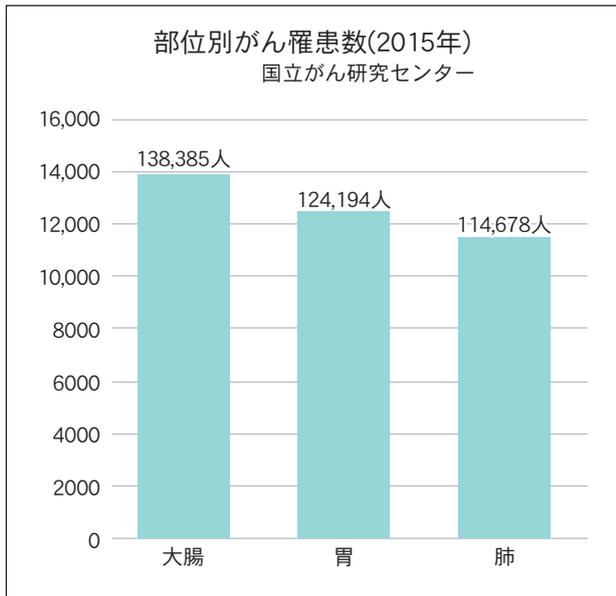
### 令和元年10月 相談支援内容



～大腸がんについて～

健康維新の志士  
けんしん太郎くん

食生活の欧米化により大腸がんにかかる人は年々増加傾向にあります。40歳代から増加し始め、高齢になるほど高くなり、女性より男性の方がやや多い傾向にあります。大腸がんはがんの中で罹患数(がんになった人の数)が第1位と最も多く、亡くなる人の数も、第2位と多くなっています。



■大腸がんの発生は生活習慣が関係している

**リスク要因** 赤身肉(牛・豚など)や加工食品(ベーコン・ハムなど)の摂取、飲酒、喫煙、体脂肪の過多、腹部の肥満

※禁煙、適度な飲酒、バランスの良い食事、運動、食物繊維の摂取が予防に効果的！

■こんな症状が出たら要注意！

早期の段階では特に自覚症状はなく、進行すると症状が出てくるが多くなります。

**症状** 血便、下血(赤黒い便が出る、便に血液が付着する)、おなかが張る、便秘と下痢を繰り返す、便が細い、便が残る感じがする

※「痔」だと思い込み、がんの発見が遅れることもあるため油断は禁物！



■早期発見が大事！

早期発見・早期治療により9割以上が完治できるといわれています。無症状の時期にがんを発見するためには、定期的に検診を受けることが重要です。

大腸がん検診について

市では、40歳以上の皆さまを対象に大腸がん検診(便潜血検査)を実施しています。2日分の便を取り、提出していただく簡単な検査で、微量の目には見えない大腸内の出血の有無を調べることができます。費用は300円(40歳未満の人は1600円)です。

早期発見・早期治療のため1年に1回、大腸がん検診を受診しましょう。また、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。

※1月から郵送による大腸がん検診(便を取ったあとに郵送で提出する検診)も開始しますので、まだ検診を受けていない人はぜひ受診ください。詳しくは1月号でお知らせします。

【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

# 食の案内人 健康づくり編

『ベジ・ファースト』という言葉をご存知ですか？

食事をするとき、ベジ(vegetable野菜)を先に(first最初に)食べるというものです。野菜類に多く含まれる食物繊維のはたらきにより、血糖値の急激な上昇を抑えてくれる効果があります。食事をすると、レプチンというホルモンが脳の満腹中枢にはたらきかけ、食欲を抑制します。

しかし、このホルモンは食事を始めてからすぐにはたらき始めるのではなく20分ほどたたないと はたらき始めません。早食い＝太ると言われるのはこのためです。食べ過ぎを防ぐために、よく噛んでゆっくりと時間をかけて食事をすることを心掛けましょう。

今回はクリスマスカラーの彩り鮮やかなサラダをご紹介します。ドレッシングにぶしゅかんを使いましたが、ゆずやレモン、バルサミコ酢にしたり、また、オリーブオイルをごま油に変えてみたり…オリジナルの材料や配合で楽しんでみてください。ドレッシングを先に作り、シーフードをマリネにしておくとう味が染み込んでよりおいしいですよ！

## シーフードのクリスマスサラダ～ぶしゅかんだレッシング～ (所要時間:約15分)

### ■材料

#### 【サラダ 2人分】

- シーフードミックス ……60g
- 茹でタコ ……60g
- ブロッコリー ……60g
- パプリカ(黄) ……1/4個(約20g)
- 水菜(サラダ用がオススメ) ……1/2束(約20g)
- ミニトマト ……4個

#### 【ドレッシング 2人分】

- 酢 ……大さじ1
- ぶしゅかん ……小さじ1(絞り汁)
- 砂糖 ……小さじ1
- 塩 ……小さじ1/2
- こしょう ……少々
- オリーブオイル ……大さじ1
- 粉パセリ(バジルなどでもよい) ……適量

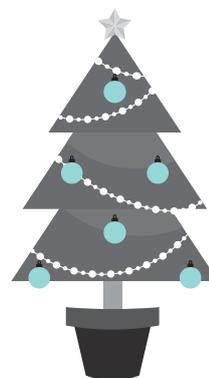


#### 【栄養成分 1人あたり】

エネルギー	147kcal	食物繊維	2.0g
たんぱく質	13.8g	食塩相当量	1.8g
脂質	6.4g		

### ■作り方

- ①ドレッシングを先に作っておく。ボウルに酢、ぶしゅかんの絞り汁、砂糖、塩、こしょうを入れよく混ぜ溶かす。その中に少しずつオリーブオイルを加え混ぜ合わせていき、粉パセリを加える。
- ②茹でタコは一口大に切る。シーフードミックスはさっと茹でて、タコと一緒にドレッシングでマリネにしておく。
- ③ブロッコリーは小房に分け、茹でる。パプリカは細切りに、水菜は洗って3cm程度の長さに切り、水気を切っておく。ミニトマトは半分に切る。
- ④器に野菜を盛り付け、その上に②のマリネをドレッシングごとかけてできあがり！



四万十市立市民病院 管理栄養士 山脇蓉子



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	
健診・検診 教室・学習会 相談 献血	10日(火)	9:30～11:45	☒ 大腸がん検診(容器配付)	黒尊・奥屋内上・奥屋内下・口屋内・玖木・中半・岩間	地区巡回	
		9:50～11:30	📖 妊婦教室		子育て支援センター“ぼっぼ”	
	11日(水)	10:00～11:30	📖 マム&チルドレン		子育て支援センター“ぼっぼ”	
		12:50～13:30	☒ 3か月児・7か月児健診		健康管理センター	
	12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	かわらっこ	
		13:30～14:00		高瀬	高瀬集会所	
		14:20～14:50		手洗川	手洗川集会所	
		9:00～11:00		🗒️ 出張健康相談		JA高知県西土佐支所
	12月	13日(金)	～8:00	☒ 大腸がん検診(容器提出)	黒尊・奥屋内上・奥屋内下・口屋内・玖木・中半・岩間	地区巡回
			9:30～10:30	📖 特定健診結果説明会	川登	生活改善センター
		11:00～11:30	三里		三里集会所	
	15日(日)	8:30～11:00, 13:30～15:00	☒ 特定健診(注1)・前立腺がん検診	全地区(拾い③)(注2)	健康管理センター	
		8:00～10:00	☒ 胃がん(バリウム)検診	全地区(拾い)(注2)	旧急患センター	
	16日(月)	13:15～14:30	🗒️ ママタッチ教室・離乳食相談・歯科相談		子育て支援センター“ぼっぼ”	
	18日(水)	12:50～13:30	☒ 3歳児健診		健康管理センター	
19日(木)	9:00～12:00	📖 献血		高知県幡多総合庁舎		
	14:00～15:45			健康管理センター		
	9:30～11:00		🗒️ 乳幼児相談		健康管理センター	
24日(火)	9:30～11:00	📖 ぴよっこクラブ(クリスマス会)		子育て支援センターにしとさ		
25日(水)	12:50～13:30	☒ 7か月児・10か月児健診		健康管理センター		

(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。

※12月6日までの計画については、広報11月号P24、P25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

## 幡多地域の医療機関における面会制限

幡多地域の医療機関では、毎年冬場になると県が発表する感染症流行状況に応じて面会制限を行っています。

面会制限を行う理由は、入院中の患者さまの生命を守るためです。入院患者さまは体調を崩していたり、治療のために抵抗力が落ちていたりします。このような病状の患者さまにインフルエンザやノロウイルスなどによる感染性胃腸炎がうつると、急激に体調が悪くなり、新聞報道でも取り上げられるように命にかかわる事態に陥ることもあります。

地域住民の皆さまにおかれましては、面会制限の趣旨をご理解いただき、各医療機関で面会制限の表示がある場合は、ご協力をお願いします。

### 【問い合わせ先】

県立幡多けんみん病院 感染管理室  
☎0880(66)2222

(見本です)

## 面会制限のお願い

地域でインフルエンザが流行しています。  
院内の患者さんに影響が出ないように、

当面、

**不要・不急の面会はお避けください。**

SAMPLE

# 気

## づこう！防ごう！高齢者虐待

～第4回 介護負担を減らすためにできること ①「認知症」を知ろう～

認知症はさまざまな症状が出現するため、知識が不十分だと認知症による言動を理解できず、介護者が精神的に追い込まれ虐待につながってしまうことがあります。介護者と周囲の援助者が認知症について正しく知ること、認知症のさまざまな症状に落ち着いて対処することが可能となり、介護にかかる負担も軽減されます。

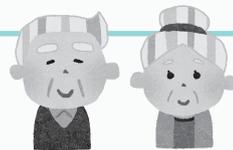
### 認知症ってなに？

認知症は、脳が委縮したり血管が詰まったりすることで脳の知的機能が低下して、日常生活に支障をきたす状態のことをいいます。



うまく状況を理解できないために、人によっては落ち着かず眠れなくなったり、イライラしたり徘徊したりする人もいます。

### 対応のポイント



#### ①まずは受診から

認知症は、原因となる病気を治すことによって改善することもあります。まずは主治医に相談しましょう。

#### ②「本人は何も分からないから」は間違い

認知症の人は、現状を理解できない不安やストレスと闘っています。周りから見れば不可解な言動や行動も、そうした本人の不安の表れと言えます。

#### ③3つの「ない」を大切に

認知症の人と接する時には、「驚かせない」「急がせない」「プライドを傷つけない」ことに配慮しましょう。できるだけ本人のペースに合わせる心の余裕が必要です。

認知症の介護は一人で背負わず、いろいろなサービスや制度を利用して、自分のための「ゆとり」をもつことも大切です。

認知症や介護のことで相談したい…虐待かもしれない…と思ったら

**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)



### 「皮膚ガントリアージ」in 幡多

皮膚科専門医が皮膚の「できもの」をガンかどうか瞬時に診断します。皮膚ガンの疑いがあれば医療機関への紹介状も作成します。

2017年、2018年は高知市で開催し、573名が受診しました。そのうち52名を医療機関へ紹介し、24名が皮膚ガンと診断確定され治療を受けました。今回は、初めて幡多地区で開催します。この機会にぜひ、お気軽に受診ください。

#### ▼日時

12月15日(日) 10時～12時受付

#### ▼場所

アピアさつき 1階

#### ▼特設ブース(中平鮮魚店前)

#### ▼参加費 無料

#### 【問い合わせ先】

高知大学皮膚科学講座  
☎088(880)2363



募集

教室・講座

催し

スポーツ

健康・福祉

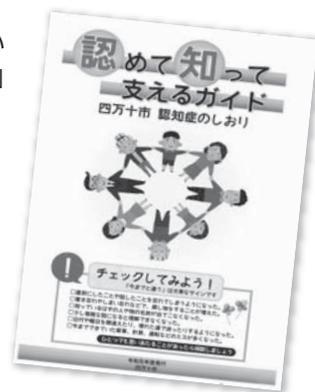
その他・相談

## 一からはじめる健康玉手箱 vol.17 ～「認めて知って支えるガイド」のご紹介～

自分が認知症ではないか心配している、認知症の家族の介護に悩んでいる、近所に心配な人がいる…。そんなときは「認めて知って支えるガイド」をご活用ください。

「認めて知って支えるガイド」は四万十市の認知症のしおりです

- 認知症の症状の変化と知っておきたい情報
- 一人で抱え込まないために
- いつまでも元気であるために心がけたいこと
- 困ったときの相談先が記載されています。



「認めて知って支えるガイド」を活用することで、自分や家族、近所の人が認知症になった場合に、どこでどのようなサービスを受けることができるのか具体的なイメージを持つことができます。また、自分だったらどういったサービスを受けたいか、自分の親だったらどういった生活を送らせてあげたいかなど、事前に考えることができます。

「認めて知って支えるガイド」は、(本庁)高齢者支援課および(総合支所)保健センターで配布しています。お気軽にお尋ねください。

### 【問い合わせ先】

四万十市地域包括支援センター (中村地域) ☎(34)0170 (西土佐地域) ☎(52)1000

## 第53回幡多ふれあい医療公開講座

▼日時  
12月8日(日) 13時30分～15時30分  
(13時開場)

▼場所  
三原村農業構造改善センター

▼講義内容

①「おくすりの管理についてお伝えしたいこと」

高知県薬剤師会幡多支部  
すみれ薬局 豊島 征吾

②「困った！膝が痛くなってきた！  
くびさの治療についてお話しします」

幡多けんみん病院  
整形外科医長 橋元 球一

▼参加費 無料

▼問い合わせ先

県立幡多けんみん病院

☎0880(66)2222(代表)

(市)健康推進課 健康増進係

☎(34)11115

### その他・相談

経営者の皆さまへ  
会社やお店を引き継ぐ方は  
決まっていますか？

事業承継は、後継者の育成も含めると5年から10年かかると言われています。早期かつ計画的な取り組みが必要です。しかし、取り組みを先送りしたため後継者を確保できず、事業は存続できなくなる関係なく、やむなく廃業となる

ケースが多くあります。具体的には、事業承継の準備を進めていくためには、各分野の専門家に相談しながら、ひとつひとつ解決していくことが必要です。取引金融機関や商工会・商工会議所、顧問税理士にご相談ください。

### 事業承継の相談窓口

高知県事業引継ぎ支援センター

☎088(802)60002

E-mail:kochi-center@theia.ocn.ne.jp

### 【記事に関する問い合わせ先】

(県)商工政策課 事業推進担当

☎088(823)9692

E-mail:151401@ken.pref.kochi.jp

## 犬の飼い方の ルールやマナーを守りましょう

公共の場所(道路・河川敷等)や個人の庭・畑等にフンを放置され迷惑している人が増えています。犬を散歩させる時はマナーを守り、フンを放置せず必ず持ち帰りましょう。

実現には、飼い主のモラルとマナーが必要です。  
環境生活課

## マイクロバスの適切な利用をお願いします

### ■運転手付きマイクロバスの手配は、国土交通大臣の許可を受けたバス会社を利用しましょう！

運転手付きの「白ナンバー」のマイクロバスは、いわゆる「白バス」と呼ばれる道路運送法に違反するサービスです。利用するのはやめましょう。

道路運送法の許可を受けたバス会社(貸切バス事業者)の正規のマイクロバスには「緑ナンバー」が付いています。

正規の貸切バス事業者には「運送引受書」や「領収証」などの関係書類の交付が義務づけられています。口答による契約は、法律に違反するサービスです。

### ■レンタカーのマイクロバスには運転手は付いていません！

レンタカー会社からは、車を借りることしかできません。レンタカーを借りた場合には、車を借り受けた利用者自身が運転しなければなりません。

※車を借り受けた利用者自身が、自らの意思で他の人に運転を依頼することはできますが、この場合、実際に運転する人の氏名等をあらかじめレンタカー会社へ申告しておく必要があります。

レンタカーと運転手が一体的に提供されるサービスも、いわゆる「白バス」と呼ばれる法律に違反するサービスです。利用するのはやめましょう。

また、運転を依頼した人などに、レンタカーの手配をしてもらうことはできません。

### ■違法な「白バス」を利用して事故に遭った場合、保険の適用がないことがあります！

違法な「白バス」を利用して、万が一、事故に遭って負傷した場合、適切な損害賠償がなされず、治療費などの損害額を利用者自身が全額負担しなければならないケースもあります。

【問い合わせ先】国土交通省 四国運輸局 高知運輸支局 輸送・監査部門 ☎088(866)7311



## 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(金) 13時~16時	社会福祉センター	国や県、市の仕事に対する苦情や要望 《相談委員》正木 卓夫 平石 真理子	(市)総務課 ☎(34)1804

## 12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	後川、大川筋、富山、蕨岡
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

## 国際交流員コラム

四万十市国際交流員

左 サ カリツ  
佳立(中国)

2019年4月17日



横浜にて

### 中国のネットショッピング

中国では、アリペイやウィチャットペイなどの電子決済の普及と、キャッシュレス社会の発展に伴い、ネットショッピングは生活に必要不可欠なものとなりました。欲しいものはすべてネット上で購入可能で、生鮮食品や衣服、電化製品といった商品から、無駄な買い物まで、ネット通販とスピーディーな物流社会の対応により、ありとあらゆるものをいつでもどこでも楽々ショッピングできるようにになりました。

中国のネットショッピングといえば、一つ大きなイベントがあります。ご存知でしょうか？皆さんきっとニュースで見たことがあるでしょう。そうです、11月11日は「独身の日」で、今や中国全土がネットショッピングでお祭り騒ぎの日です！

どうして中国では11月11日は「独身の日」と言われているのでしょうか？実は、中国で「光棍(クワンクワン)」(つるつるの棒)という言葉は独身の意味があり、その「棍(棒)」の形に似た「1」が4つ並ぶ11月11日が、若者の間で「独身の日」と呼ばれています。

そして、なぜこの日がネットショッピングのお祭り騒ぎの日となったのでしょうか？

真つ先にこの日をビジネスチャンスととらえたネット通販大手のアリババが、独身の人の祭日を祝うために、2009年にネットショッピングの割引セールを行い、一日の売上高が過去最高を記録しました。それ以来、11月11日は毎年中国のネットストアが大々的なキャンペーンを繰り広げ、今は世界最大のショッピングデーになりました。先日、私も自分のニーズに合わせてオーダーしましたが、結局買いたげると言えるかもしれせん(苦笑)。

中国BtoCの大手ネット通販・ECサイトといえば、代表的なのは大手企業アリババ傘下の「淘宝(タオバオ)」と「天猫(ティエンマオ)」が知られています。毎年、アリババグループの独身の日の取引額は世界を驚かせ、各国のメディアにより相次いで報道されています。

今年の11月11日の取引額は、過去最

高だった昨年の2135億元(日本円で約3兆3千億円)を大きく上回り、2684億元(日本円で約4兆2千億円)と、4兆円の大台を突破しました。

年々規模が拡大する独身の日のセールは海外企業も無視できない存在となり、海外から商品を購入する越境通販の取引額も別ランキングでは、日本が4年連続首位でした。

一方、ネットショッピングのデメリットもよく指摘されています。ネットショッピングでは、実際に商品を手にとって確認できず、売られている類似品にだまされる可能性があります。

それに対して、実店舗の方も「独身の日」に割引セールを行い、ものによってはネットより安い場合もあり、お客さんに安心して買ってもらうよう工夫をしています。



## 就職に関する悩みをお聞きします

「仕事が決まらない」「仕事が続かない」「対人関係がうまくいかない」「子どもの将来が心配」など、就職のことでお悩みの若者(15〜39歳)とその保護者の支援を行っています。

### ▼日時

毎月第1・第3金曜日 11時〜15時

※12月・1月は第2・第3金曜日開催

### ▼会場

ハローワーク四万十 地下1階会議室

※事前予約制

### 【問い合わせ・申込先】

はた若者サポートステーション  
☎(34)9100

川とともに生きるまち

shimanto

四万十市

四万十市 シティプロモーション

検索

## 催しのお知らせ

### 第33回全日本トンボフォトコンテスト結果発表展示会

今回で33回目となる、全国公募のトンボ生態写真展。12月からは、11月23日の審査会で選ばれた金賞1点、銀賞2点、銅賞5点を含む入賞作品58点の中から、11月中にご来館した皆さまの人気投票で決定したトンボ王国特別賞3席を加えた結果発表展示会となります。全国最高レベルと評される、トンボの決定的瞬間をとらえた力作の数々をぜひご堪能ください。

■展示期間 12月1日(日)～令和2年2月2日(日)

■場所 四万十川学遊館あきつのお多目的ホール(とんぼ館口ビー)

■入場 無料(ただし四万十川学遊館の入館料が必要)



### 金運ナマズ今冬もお目見え

その体色から「弁天ナマズ」もしくは「金運ナマズ」として人気の、イワトコナマズ黄変個体の特別展示を行います。

イワトコナマズは琵琶湖北部と余呉湖に生息する固有種で、琵琶湖の竹生島には諸芸、財宝をもたらす女神「弁財天」が祀られています。そのことから、イワトコナマズ黄変個体は、神の使いの縁起物「弁天ナマズ」と呼ばれています。

また、黄色の体色を黄金に見立て「金運ナマズ」とも呼ばれます。

展示する個体は全長50cm程の成魚で、下あご付近に灰色部分が少し残るものの、体色はほぼ全身黄色の立派な「金運ナマズ」です。

皆さまの「ナマズ詣で」を心よりお待ちしております。

■展示期間 12月28日(土)～令和2年1月13日(月)

■場所 四万十川学遊館あきつのお(さかな館コミュニティ広場)

■入場 無料(ただし四万十川学遊館の入館料が必要)



### クリスマスプレゼント・ミニ

クリスマス・ツリーに飾られている「くじ袋」1個を選び、封入されているカードの内容でお菓子とトンボグッズ詰め合わせセットをプレゼント!

■期間 12月22日(日)～25日(水)

■対象 小学生以下の四万十川学遊館あきつのお有料入館者

\*このほか、メダカすくい(小学生以下の入館者1回無料2尾まで持ち帰り可能)、トンボ王国クイズ冬編(来館者無料の3択10問クイズ。全問正解者20名にオリジナルトンボグッズ詰め合わせ贈呈。多数の場合は抽選)、四万十川の蛇紋石磨き&ビーズトンボアクセサリー作り(実費500円が必要)などのサービスも行っています。

(公社)トンボと自然を考える会 ☎(37)4110 受付時間 9時～17時  
【月曜休館】祝祭日の場合はその翌日 春休み、GW、夏休み、冬休みは無休  
トンボ王国ホームページ <http://www.gakuyukan.com>



トンボ自然公園からお届けします!

トンボ王国ニユース

【vol.34】

TEL 問 観光商工課 観光係  
(34)1783

# 年末年始の市役所関係業務



## 一般業務

年末:12月27日(金)17時15分まで  
 年始:1月6日(月)8時30分から  
 ※戸籍関係届出書などの受付は、夜間休日窓口で行います。

## 図書館 ☎(35)2923

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

## 郷土博物館 ☎(35)4096

年末年始は休まず開館(水曜日は定休日)  
 ※12月26日(木)、27日(金)は臨時休館します。  
 ※1月1日(水)は祝日のため開館します。

## 市民病院 ☎(34)2126(代)

年末:12月27日(金)まで  
 年始:1月6日(月)から

## 中医学研究所附属鍼灸院 ☎(34)4798

年末:12月30日(月)まで  
 年始:1月3日(金)から

## 診療所・各出張診療所

### ●西土佐診療所 ☎(52)1011

年末:12月27日(金)まで  
 年始:1月6日(月)から

### ●大宮出張診療所

年末:12月24日(火)まで  
 年始:1月7日(火)から

### ●口屋内出張診療所

年末:12月18日(水)まで  
 年始:1月15日(水)から

### ●奥屋内へき地出張診療所

年末:12月25日(水)まで  
 年始:1月8日(水)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(土)まで  
 年始:1月4日(土)から

## 家庭ごみ収集(普通ごみ)

### ●中村、具同地区

年末:12月30日(月)まで  
 年始:1月6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27日(金)まで  
 年始:1月4日(土)から

### ●西土佐地域

年末:12月30日(月)まで  
 年始:1月6日(月)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30日(月)16時まで  
 年始:1月6日(月)9時から

## し尿処理

### ●衛生センター中村 ☎(36)2464

年末:12月27日(金)まで  
 年始:1月6日(月)から

### ●クリーンセンター西土佐 ☎(31)9700

年末:12月27日(金)まで  
 年始:1月6日(月)から

## 火葬場

### 幡多中央斎場 ☎(43)0077

年末:12月31日(火)17時15分まで  
 年始:1月2日(木)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

令和元年  
**12**  
 December

## ★休館日の案内★

12月27日(金) 館内整理日

## ★年末年始のお知らせ★

12月29日(日)から1月3日(金)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左側)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(土)以降に図書

館カウンターへお返しください。  
 お休みが続きますので、ご注意ください。

## ★大人のための名作映画上映会★

○上映作品「アポロ13」

- ・日時 12月14日(土)13時30分(開場13時)
- ・場所 市役所3階会議室
- ・参加費 無料
- ・申込 不要
- ・主催 市立図書館
- ・定員 40席程度
- ・対象 高校生以上

※詳しくは図書館カウンターまたはお電話でお問い合わせください。

問 市立図書館 ☎(35)2923

## 新着おすすめ8+8

いもうと  
 心とカラダの正しい休ませ方  
 5人の先生が教える一生幸せなエコハウスのつくりかた  
 死ぬまでに行きたい世界の絶景 ガイド編  
 純、文学  
 背中の蜘蛛  
 分断の時代  
 ゆゆのつづき

赤川 次郎  
 日経WOMAN編集部  
 松尾 和也ほか  
 詩歩  
 北野 武  
 誉田 哲也  
 岡部 直明  
 高樓 方子

## 一般書

## 新着図書(351冊)

安倍晴明  
 うつして切るだけ季節と行事のきりがみ4ふゆ  
 おおゆき  
 かべのすきま  
 きみひろくん  
 しあわせなハリネズミ  
 図書館のふしぎな時間  
 まちがいまちにようこそ

後藤 ひろみ  
 いしかわ まりこ  
 加藤 休三  
 澤野 秋文  
 いとう みく  
 藤野 恵美  
 たしろ ちさと  
 及川 賢治

## 児童書／えほん

# お誕生 おめでとう



(令和1・11・5届出分まで)

住所 赤ちゃん 保護者

中村大橋通	古味	虹輝	岳
右山天神町	水田	結	創
古津賀	戎井	陽大	智一
古津賀	池上	華愛	雄介
入田	久保	結愛	直之
具同	大崎	風弥	淳介
渡川	安光	奈乃	真吾
平野	谷口	園	大介



「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。

# ご冥福を お祈りします



(令和1・11・5届出分まで)

住所 氏名 享年

中村大橋通	永野	三男	93
中村桜町	中屋	徳美	81
中村愛宕町	安光	久美子	88
中村本町	福永	三千代	80
中村本町	武田	武助	90
中村本町	弘田	靖	83
中村一条通	木村	護	74
中村東町	山崎	宏	99
中村東町	江口	金美	80
中村新町	福永	就子	99
右山	景平	清満	59
不破	濱岡	太	45
中村丸の内	岡崎	哲男	77
佐岡	谷本	祐子	86
入田	上田	千里	91
具同	河野	富雄	73
具同	藤田	トシコ	85
渡川	佐田	頼夫	86
渡川	川淵	正直	72
楠島	上岡	五男	78
上ノ土居	布	静恵	102
有岡	梶岡	節子	76

## 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



間崎	植木	千代恵	101
津藏	田中	朝美	85
竹島	江口	峯樹	104
下田	柿谷	森代	96
藏岡	有友	信弘	66
大用	森	秀子	97
西土佐奥屋内	濱田	泰介	78
西土佐西ヶ方	萩森	正三	70
西土佐江川崎	松浦	美千子	69
西土佐用井	竹崎	ヒサ子	84
西土佐江川	河野	正明	84
西土佐江川	武内	久志	68

## 人が人らしく

### ★人権さまざま★

171

日本列島は大海原のど真ん中に浮かぶ島国。360度さえずるもののない場所に在ります。古事記をよむと、「初めて地上に現れた神様が杖をもってできたの宇宙をかき混ぜその先から落ちるしずくが島になった」と書かれています。見渡す限り無防備な状況におかれた小さなちいさな陸地です。

さまざまな特徴をもっていることはご承知でしょうが、防備なしに暮らせることは不可能です。軍部旺盛の時代には大陸や他人の国を防波堤にしようとたくらんだばっかりに敗戦でなにもかも失いました。

いま最重要課題は防災です。なかでも地球の「温暖化」へのころくばりです。海水温がわずか1度上昇しただけで地球は一変します。地球をこれ以上暑くしてはならないのです。化石燃料を使わないこと、二酸化炭素を出さないことです。

でも、それを全部止めてしまふとわが国は生き残れないとの意見もあって大きな努力目標でもあります。一説には地球が暑くなったのは地球自体の自然の変動で、人間ではどうしようもないという学者もいて、それがホントウか私には分かりません。そんな列島でのんびり議論している暇もないくらい台風が

押し寄せます。今年だけでも20回、そのたびごとに地獄の苦しみを味わい19号台風被害の全貌は今もつかめておりません。千曲川、阿武隈川など詩歌にもうたわれた風光明媚な地域が、堤防をズタズタにされ水浸しになりました。過去の河川対策を疑いたくなるほどです。堤防は必要不可欠のもので最後まで地域を守り抜くを使命としています。

しかし点検を怠ってはならない存在でもあります。やり方にまちがいはなかったのでしょうか。

ふわふわ漂うクラゲのような日本列島。せめて百年間安心の行政をお願いしたいものです。テレビ画面に一喜一憂するだけで無力な老人私でも、みるたびにいても立っても居られない気持ちです。国は激甚災害にあてるそうですが死者たちはもどきません。どんな事態になっても自分自身で考えること。危険を感じたら一刻も早く逃げだすこと。常日頃からまさかのことを念頭に地域社会を作っておかねばなりません。

四万十も暴れ川、土佐沖は震源地。災害の来るを覚悟し市民総力で立ち向かいます。四万十市人権啓発講師 山本衛

募集

教室・講座

催し

スポーツ

健康・福祉

その他・相談



## 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 1日(日)	市民病院	☎(34)2126
8日(日)	中村クリニック	☎(34)5100
15日(日)	市民病院	☎(34)2126
22日(日)	吉井病院	☎(34)5005
29日(日)	さくらクリニック	☎(35)2555
31日(火)	木俣病院	☎(34)1211
1月 1日(水)	佐々木整形外科	☎(34)7177
2日(木)	竹本病院	☎(35)4151
3日(金)	正木整形外科	☎(34)5252
5日(日)	市民病院	☎(34)2126
12日(日)	小原外科胃腸科	☎(35)0108
13日(月)	森下病院	☎(34)2030

## 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(月)	山本歯科医院	四万十市具同田黒2丁目16番5号 ☎0880(37)1368
12月31日(火)	川村歯科	四万十市具同田黒3丁目7番5号 ☎0880(31)2501
1月 1日(水)	朝日歯科	四万十市中村於東町26番地 ☎0880(34)1108
1月 2日(木)	吉田歯科	宿毛市中央7丁目8番13号 ☎0880(63)2666
1月 3日(金)	植垣歯科	土佐清水市天神町13番1号 ☎0880(82)1881

「広報しまんと」1月号は  
12月25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●

11月30日(土)	㈱奥宮工業	☎(37)5151
12月 1日(日)	(有)大同設備	☎(35)4879
7日(土)	(有)山下建設	☎(33)0653
8日(日)	豚座建設㈱	☎(34)6031
14日(土)	(有)平野水道	☎(35)2316
15日(日)	森下住宅器機	☎(34)4855
21日(土)	土居水道工事店	☎(32)1095
22日(日)	中村水道工事センター	☎(35)4323
28日(土)	㈱中村住設	☎(34)3621
29日(日)	(有)大杉設備工業	☎(34)2324
30日(月)	(有)福永工業	☎(35)5996
31日(火)	(有)カキタ二設備	☎(33)0660
1月 1日(水)	岡崎プロパン㈱	☎(35)3458
2日(木)	(有)夕部設備	☎(37)3383
3日(金)	㈱奥宮工業	☎(37)5151
4日(土)	(有)大同設備	☎(35)4879
5日(日)	(有)山下建設	☎(33)0653
11日(土)	豚座建設㈱	☎(34)6031
12日(日)	(有)平野水道	☎(35)2316
13日(月)	森下住宅器機	☎(34)4855

### 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

### 人のうごき ~10月末日現在~ ( )内は、前月との差

総人口	33,708人 ( 18 )	転入	84人
男	15,975人 ( 14 )	転出	47人
女	17,733人 ( 4 )	出生	13人
世帯数	16,641世帯( 31 )	死亡	32人

# 有料広告 掲載スペース