

1 成人おめでとう



No.178
2020

2



令和最初の成人式
(P19に関連記事)

LINEで防災情報を配信します

■四万十市の防災情報の伝達方法

防災行政無線	IP告知放送	緊急速報メール	市ホームページ	テレビ	アプリ
					
屋外スピーカーを使った放送 ※聞こえない場合は☎34-7800で聞き返し可能	一部地域*で整備しているケーブルテレビ回線を使った放送 *西土佐、大川筋、富山、中筋、東中筋(江ノ村、西ノ谷)	携帯電話会社を通じ、緊急地震速報や災害・避難情報などの緊急情報をメールで配信	各種防災情報をお知らせ	リモコンの「dボタン」から、避難情報・気象警報などを確認	「Yahoo!防災速報」や「LINE」で情報提供 ※スマートフォンのみ

LINEで防災行政無線放送を配信します！

2月1日から、「四万十市LINE公式アカウント」を開設しました！
主に、市が放送する防災行政無線放送を配信します。(地区放送や消防署からの放送は配信されません。)
情報を受け取るには、無料SNSアプリ「LINE(ライン)」での友だち登録が必要です。
皆さまの登録をお待ちしています！！

友だち追加方法

右のQRコードを読み込んでください。
※または「ID検索」で「@shimantocity」を検索し、「友だちに追加」ボタンを押してください。

友だち追加



Yahoo!防災速報もご活用ください！

市と災害協定を締結しているヤフー(株)が無料で配信している防災アプリです。
アプリを起動していない時でも市が防災情報を配信すると、スマートフォンの画面上で情報の配信を自動的に確認できます。
気象警報や緊急地震速報の発令時にもヤフー(株)から自動的に情報が配信されます。
防災情報の収集方法として有効ですので、ぜひ活用してください。



iPhone版



Android版

ヤフー防災速報

検索



緊急情報は『緊急速報メール』でも、携帯電話に通知されます

避難情報の発令や避難所の開設状況などは、これまでどおり『緊急速報メール』にて携帯電話(スマホ・ガラケー)に通知されますので引き続きご活用ください。

防災行政無線の内容が聞き取れなかったときは



☎0880-34-7800 で聞き返しができます。

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

東京2020オリンピック聖火リレールート決定！

今年開催される東京オリンピックの聖火リレーについて、本市の走行ルートが下記のとおり決定しました。右山から赤鉄橋西詰まで走行するルートに加え、特殊区間として佐田沈下橋を往復します。

聖火ランナーは、市での選考者のほか、県やスポンサー等による選考者が走る予定です。

当日は沿道でたくさんの声援をお願いします。

■県内の聖火リレー日程

4月20日(月) 高知市→いの町→土佐市→須崎市→梶原町→四万十町→**四万十市**→土佐清水市→宿毛市

4月21日(火) 南国市→安田町→香美市→田野町→香南市→北川村→安芸市→奈半利町→室戸市→東洋町→高知市

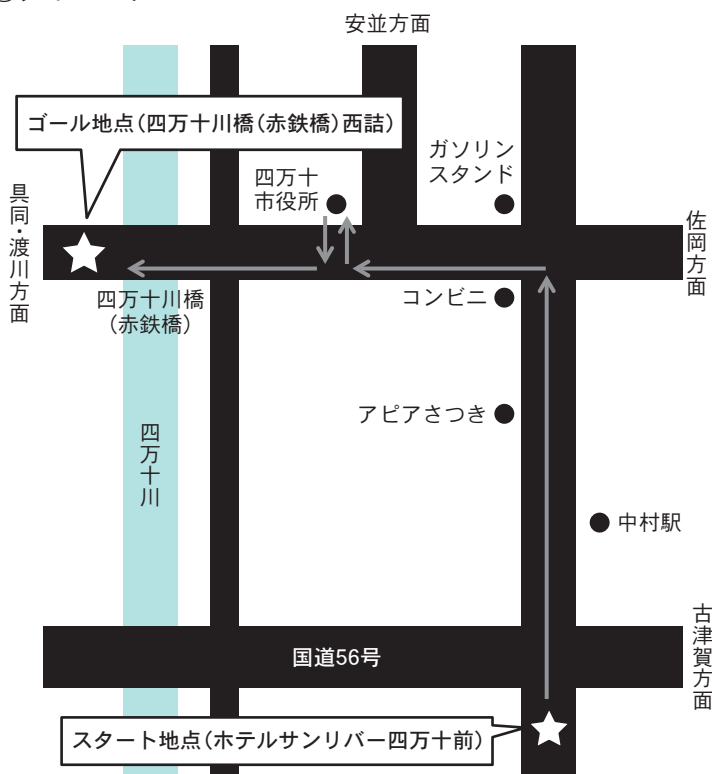
■本市で選考した聖火ランナー内定者

はまむら ゆうか
浜村 柚香さん(16歳)

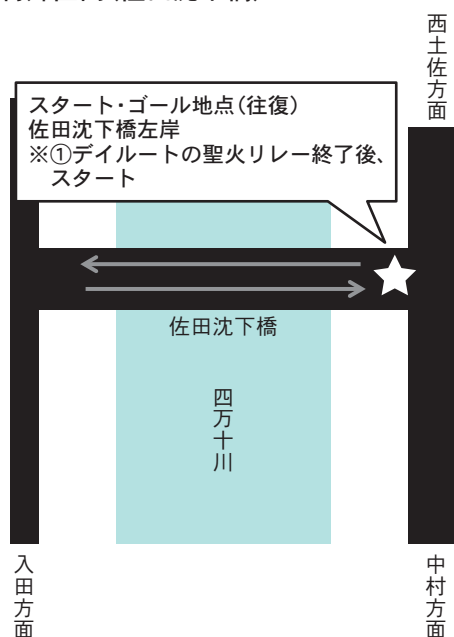
応募者33人の中から、市選考委員会を経て選考されました。

■東京2020聖火リレー四万十市ルート

①デイルート



②特殊区間(佐田沈下橋)



当日は、交通規制が行われるため、ご迷惑をおかけしますが、皆さまのご協力をお願いします。

■ボランティアスタッフ募集

聖火リレー当日の沿道他警備業務等に従事するボランティアスタッフを募集します。

業務日時 4月20日(月) 13時～17時(予定)

業務内容 聖火リレーに係る沿道他警備業務等(交通誘導・安全対策等)

募集人員 30名 ※募集人員に達したところで締め切り

申込方法 電話により下記までお申し込みください。



【問い合わせ・申込先】(市)生涯学習課 スポーツ振興係 ☎(34)2071

令和元年度四万十市職員採用資格試験案内(令和2年度採用)

試験職種	採用予定 人 員	受 験 資 格
薬剤師	1名程度	昭和50年4月2日以降に生まれた人で、薬剤師の免許を有する人または令和2年5月31日までに免許取得見込みの人

- 試験日および場所 **日 時** 2月23日(日)8時40分集合(時間厳守)
会 場 市民病院(中村東町1丁目1番27号)
- 受付期間 2月3日(月)～2月19日(水)8時30分～17時15分(土・日・祝日除く。郵送による場合は必着)

●受験申込書・試験案内の配布

- ①市民病院事務局(土・日・祝日は、病院受付)
- ②市役所本庁1階総合案内(土・日・祝日は、庁舎北側守衛室)
- ③西土佐総合支所地域企画課(土・日・祝日は、宿直室)
- ④市民病院公式ホームページ(<http://www3.city.shimanto.lg.jp/hospital/index.html>)からのダウンロード
- ⑤郵送による請求の場合は、封筒の表に「受験申込書請求」と「受験希望職種」を朱書き、あて先を明記した返信用封筒(A4サイズの角2封筒に120円切手貼付のこと)を同封して市民病院事務局まで請求してください。



問い合わせ・申込先 市民病院事務局 〒787-0023 四万十市中村東町1丁目1番27号 ☎(34) 1119
 *Eメールでのお問い合わせについてはお答えできませんのでご注意ください。

自動運転車両実証実験の実施

本市では、人口減少と急激な高齢化が進むなか、公共交通の利便性が低い地域への対応や中心市街地の回遊性の確保などの課題があります。

その課題解決としては、交通弱者に対する利便性の向上はもとより、まちなか周辺へ人の流れを作る仕組みづくりが必要です。

国土交通省では、地域における人・モノの流れを確保するシステムの一つとして、著しく技術が進展しつつある「自動運転車両」を活用した実証実験を全国で実施しており、このたび、本市において県内初となる実証実験を行うこととなりました。

現在、国・県・市・関係団体で構成する自動運転実証協議会(昨年11月27日設立)にて、運行路線や期間などを検討しています。

実施時期や区域等が決定しましたら、市公式ホームページ等でお知らせしますので、多くの皆さまに自動運転をご体験いただけますようお待ちしております。

■実施期間 2月下旬から3月上旬の予定(2週間程度の予定)

■場 所 中村地域内(市役所周辺の予定)



使用予定車両



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

下田地区に光ファイバー網を整備します

市では、本年度より四十十市情報通信基盤整備事業を実施し、下田地区において、光ファイバー網による情報通信基盤を整備します。

整備費用の一部を市と高知県が補助し、公募型プロポーザルにより選定した民間事業者が運営とサービス提供を行います。

昨年10月中旬より現地調査等を行っており、本年7月より順次サービスを開始し、9月末には地区全体で利用が可能となるよう整備を完了する予定です。

申し込み等については、改めてお知らせします。

■整備事業者

関西プロードバンド株式会社
兵庫県神戸市中央区中町通2-3-2
三共神戸ツインビル7階

【問い合わせ先】

(市)企画広報課 情報管理係
☎(34)6128
FAX(35)0007



プレミアム付商品券のお知らせ

プレミアム付商品券の購入期限間近！

お手元に購入引換券をお持ちの方は、購入期限の2月28日(金)までに商品券の購入をお願いします。

※商品券が使用できる期間は3月31日(火)まで

■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、藤岡郵便局、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

※営業時間は、月～金(祝日を除く)9時～17時(土佐中村郵便局のみ19時まで)

■購入時に必要なもの

①四十十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。

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。

■商品券が使用できる店舗

購入引換券と一緒に送付したチラシ(利用約款の裏面)をご覧ください。

【問い合わせ先】

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

密漁は犯罪です！

磯の水産動植物の採捕については、繁殖保護を図るため禁止期間等が定められています。違反した場合は、高知県漁業調整規則により罰せられます。違反して採捕した漁獲物(加工品を含む。)を所持・販売した場合にも、「6か月以下の懲役」もしくは「10万円以下の罰金」またはその両方が科せられます。

名称	禁止期間	体長等の制限
いせえび	5月1日～9月15日	殻長13cm以下
とこぶし・あなごう	9月1日～翌年3月31日	殻長3cm以下
あわび	9月1日～翌年3月31日	殻長9cm以下
さざえ	9月1日～翌年3月31日	
てんぐさ類	9月1日～翌年2月末日	
ふのり	10月1日～翌年2月末日	
あらめ	10月1日～翌年6月30日	

※禁止期間外であっても漁業協同組合員でなければ採捕できません。

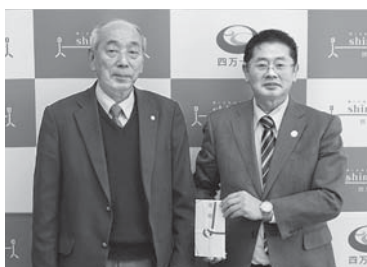
買い手がいなければ密漁者の不法行為の防止になります。密漁品と思われるものは購入せず、警察に通報してください。密漁現場を見かけた場合も、警察に通報するようご協力をお願いします。

【問い合わせ先】

高南・幡東地区漁業秩序を守る会
(市)農林水産課 林業水産係
☎(34)1170

寄付のお礼

1月9日、市内で活動している吹奏楽団「ハイクラソナーウィンドアンサンブル」の皆さまから、児童福祉に役立ててほしいと、12月に行われた定期演奏会の収益金より現金7万円をご寄付いただきました。
子どもたちのための事業に活用させていただきます。どうもありがとうございました。





令和2年度 (平成31年分) 市・県民税(国民健康保険税) 申告が始まります！

税の申告は、市・県民税だけでなく国民健康保険税や介護保険料等の算定基礎となります。所得がなかった人でも申告がないと、国民健康保険税の『低所得者に対する軽減措置』の適用を受けることができない場合があります。また、国民年金保険料の免除申請、公営住宅、児童扶養手当、医療費助成、金融機関などへの各種申請等に必要所得(課税)証明の交付ができません。市・県民税の申告が必要な人は、期限までに適正な申告をお願いします。

申告期間

2月17日(月)～3月16日(月)
※土・日・祝日を除く。

※令和2年度分は、平成31年1月1日～12月31日の期間の申告内容が対象

※令和2年1月1日現在、四万十市に住所を有する人が対象

申告に必要なもの

■収入や経費のわかるもの

- ①給与・年金のある人：源泉徴収票
- ②営業・農業・不動産収入のある人：収支内訳書(自分で作成)、収入経費のわかるもの
- ③その他の収入のある人：収入経費のわかるもの

■印鑑

■所得税の還付を受ける人は口座番号のわかるもの

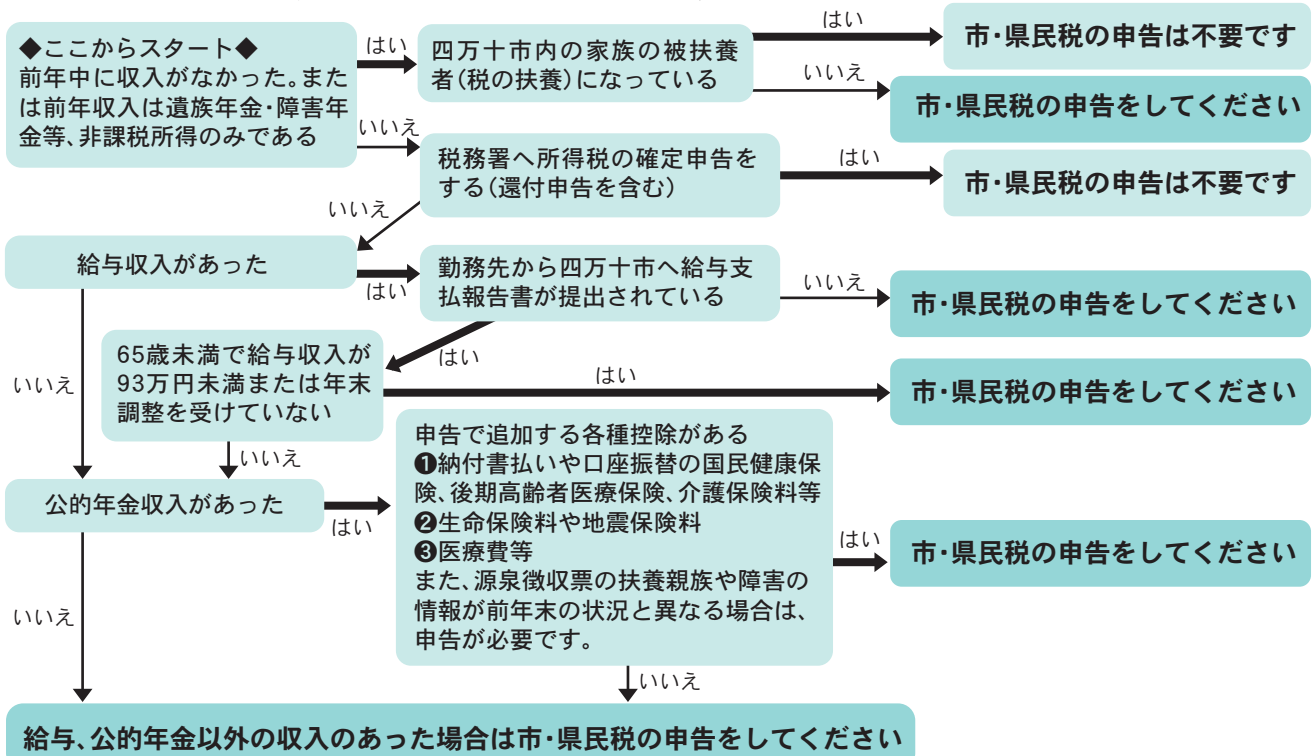
■本人確認書類(身分証明書)

マイナンバーカード(申告者ご本人のもの)、運転免許証(窓口に来る人のもの)など
例1「マイナンバーカード」
例2「マイナンバー通知カード」+「運転免許証、公的医療保険の被保険者証など」

■控除額のわかるもの

- ①医療費の領収書(自分で合計)、保険金など補てん金額のわかるもの、医療保険者からの医療費通知など
- ②国民健康保険税、国民年金、介護保険料などの支払証明書
- ③生命・地震保険料の掛金の控除証明書
- ④身体障害者手帳、療育手帳など

あなたは申告必要？フローチャートで診断！



※市・県民税の申告が必要か判断できない場合は、市民税係 ☎(34)1112までお問い合わせください。

税務署で確定申告が必要な主な例

- ・公的年金等の収入金額が400万円を超える人
- ・公的年金等の収入が400万円以下で、それ以外の所得が20万円を超える人
- ・複数の所得があり、所得税を納税する必要がある人

・給与所得者で年末調整を受けていない人
・1か所から給与を受けていて、それ以外の所得が20万円を超える人
⇒確定申告については、中村税務署 ☎(35)2135にお問い合わせください。

確定申告(国税の申告)が必要な場合は、申告期間中に限り、市職員による申告相談を受け付けていますが、申告の内容によっては、中村税務署でのご相談(申告)となります。

【問い合わせ先】(本庁)税務課 市民税係 ☎(34)1112 (総合支所)西土佐住民分室 ☎(52)1112

軽自動車税(種別割)は毎年4月1日現在の所有者に課税されます ～軽自動車・原動機付自転車等の廃車や名義変更の手続きは3月末までに～

軽自動車税(種別割)は月割課税がありませんので、4月2日以降に廃車や譲渡しても、その年度分の税金は全額、4月1日現在の所有者に納めていただくことになります。

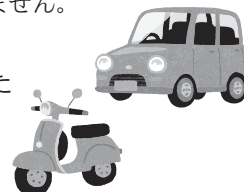
すでに車両を処分していても、廃車等の手続きをしないと軽自動車税(種別割)は課税されたままになります。

所有状況に変更があった場合は、速やかに手続きをお願いします。

※軽自動車税は「軽自動車税(種別割)」に名称が変わりましたが、手続きや税率に変更はありません。

■手続きの対象となる事例

- 市外からの転入、もしくは市外への転出
- 車両を譲り渡した、もしくは譲り受けた
- 車両を解体処分した
- 故障などの理由で車両を使用しないまま放置している
- 車両の盗難被害に遭った
- 車両、もしくはナンバープレートを紛失した
- 所有者が死亡した場合 など



車種	届出先	届出に必要なもの	
原動機付自転車 (125cc以下、 ミニカー)	(本庁)税務課 市民税係 ☎(34) 1112	登 録	・印鑑 ・車名 ・車台番号 ・排気量
		廃 車	・印鑑 ・ナンバープレート
小型特殊自動車 (農耕作業用、その他 フォークリフト等)	(総合支所)西土佐住民分室 ☎(52) 1112	名義変更	・新旧所有者の印鑑 ・ナンバー等の登録内容が分かるもの (例:標識交付証明書、自賠責保険証等)
		ナンバー変更	・印鑑 ・ナンバープレート
		車体変更	・印鑑 ・車名 ・車台番号 ・排気量

車種	届出先	届出に必要なもの	
軽自動車 (三輪・四輪)	軽自動車検査協会高知事務所 高知市長浜3106番地3 ☎050(3816)3125	廃 車	・印鑑 ・ナンバープレート ・検査証(届出済証) ・自賠責保険証
軽二輪 (125cc超250cc以下)	高知運輸支局 高知市大津乙1879番地1 ☎050(5540)2077	名義変更	・新旧所有者の印鑑 ・新所有者の住民票(1部3か月以内) ・検査証(届出済証) ・自賠責保険証
二輪小型自動車 (250cc超)		住所変更	・印鑑 ・住民票(1部3か月以内) ・検査証(届出済証) ・自賠責保険証

農耕作業用自動車の登録はお済みですか

トラクター、コンバイン等の農耕作業用自動車には、地方税法および市税条例の規定により軽自動車税が課税されます。まだ登録がお済みでない場合は登録手続きをお願いします。

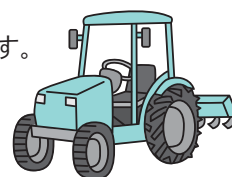
■対象

トラクター、コンバイン、田植機、農業用薬剤散布車等で、乗用装置を有する時速35km未満のもの。
(歩行型田植機等の乗用装置のないものは対象外)

田畑でのみ使用し、公道を走行しない場合も、所有していれば課税の対象となります。

■手続きに必要なもの

- 所有者の印鑑
- 車名(メーカー名)
- 型式
- 車台番号(型式や車台番号が分からなければ車名だけでもかまいません。)



【問い合わせ・届出先】(本庁)税務課 市民税係 ☎(34) 1112 (総合支所)西土佐住民分室 ☎(52) 1112

中村税務署の確定申告会場は2月17日(月)開設！

中村税務署では、次の期間中、所得税・消費税・贈与税の申告会場を設置します。

■開設期間 2月17日(月)～3月16日(月)(土・日・祝日を除く。)

■受付時間 8時30分から16時まで(相談は9時から) ■場所 中村税務署

※税務署から送付された「確定申告のお知らせはがき」または「氏名等が印字された申告用紙」をお持ちの人は、税務署または市町村で申告相談を受ける際に必ずご持参ください。

※申告書等を提出する際は、マイナンバーの記載と本人確認書類(例1:マイナンバーカード、例2:通知カードと運転免許証など)の提示または写しの添付が必要ですのでご注意ください。

※消費税の申告相談については、「課税取引額計算表」を必ず事前作成してください。「課税取引額計算表」が作成できていないと、消費税の申告書作成ができません。

【問い合わせ先】中村税務署 四万十市中村新町4-4 ☎(35)2135

パソコンやスマホで自宅から確定申告ができます！

「スマホ専用画面」利用対象範囲

- ・給与所得のみの人
- ・給与所得と公的年金等、その他の雑所得のある人
- ・給与所得と一時所得のある人
- ・給与所得と公的年金等、その他の雑所得と一時所得のある人
- ・公的年金等、その他の雑所得のみの人
- ・公的年金等、その他の雑所得と一時所得のある人
- ・一時所得のみの人



申告書の作成はこちらから！



完成イメージ図

【問い合わせ先】

四万十にぎわい商店株式会社

☎090-8697-0119(右城)

「まちの中心にあり、皆さまを明るく照らす施設になるように」、この場所、市民が明るく、楽しく、心が晴れやかになれば」との願いが込められたものです。皆さまが集まる、たくさんの笑顔がある、そんな場所を目指します。ご応募いただきました皆さま、ありがとうございます。

「まちの中心にあり、皆さまを明るく照らす施設になるように」、この場所、市民が明るく、楽しく、心が晴れやかになれば」との願いが込められたものです。皆さまが集まる、たくさんの笑顔がある、そんな場所を目指します。ご応募いただきました皆さま、ありがとうございます。

旧土豫銀行跡地 新施設名称決定！

昨年11月1日から12月6日の期間募集しました、旧土豫銀行跡地に誕生する新施設の名称には、全国から318件の応募があり、その中から三重県鈴鹿市の杉本さんの「Shimanto+Terrace」と四万十市の松村さんの「はれのば」を組み合わせ「Shimanto+Terrace はれのば(しまんとてらす はれのば)」に決定しました。

市長説明要旨

―抜粋―(下)

旧土豫銀行跡地の整備

この事業は、市とまちづくり会社が協同で整備を行う官民連携事業として、旧土豫銀行跡地に商業コミュニティ施設を整備するのですが、本年9月下旬から施設本体工事に取り掛かっており、先月には棟上げが完了するとともに、今月中旬から順次、外壁や内装工事にも入るなど来年3月の竣工、オープンに向け順調に整備が進んでいます。

また、この施設をより多くの皆様に知っていただき愛着を持っていただくため、まちづくり会社において施設名称を12月6日まで募集していますが、これまでに地域内外から多数のご応募をいただいているとお聞きしています。この取組により、中心市街地への注目度が高まり、市民があらためて「まちなか」に興味や関心を持つきっかけともなっています。

施設整備に並行しまして、商店街、関係団体等で組織する「四万十市中心商店街活性化協議会」においては、施設完成後に期待される集客効果を商店街や個店に波及させるため、様々な取組を検討

し、随時実施していくこととしています。

今後におきましても官民が協働で取組を進めることで、地域内外からさらなる需要を取り込み、市街地における消費の喚起とにぎわいの創出につなげ、地域経済の再生・活性化を図ってまいります。

四万十ひろばオートキャンプ場整備

四万十ひろばのオートキャンプ場整備につきましては、キャンプサイトの土木工事及び付随する施設として公衆トイレ・炊事棟の整備を進めており、両工事とも現在契約が終わり、事業着手に向けた準備に取り掛かっているところです。

実際の工事は12月中旬頃から始まる予定で、今後整備を行うカヌー館の照明等の改修や備品等の整備も合わせて3月末完成を目指しております。

完成後は、キャンプサイトでのスマートバーベキューの普及を進め、来年度から西土佐地域で実施予定の「しまんとリバーベキュープロジェクト」の取組により、わざわざ来て、体験していただける本格的なバーベキューシートの商品化を図りたいと考えています。

これらをお客様に提供することにより、西土佐地域の風景と素材を存分に楽

しんでいただき、普段はなかなか体感することのできない非日常をお届けしたいと考えています。

また、このことにより、四万十牛や西土佐産の農林水産物のより一層の活用を期待しています。

上水道・簡易水道の経営統合及び下水道・農業集落排水の地方公営企業法全部適用

水道事業を始めとする公営企業は、独立採算の原則に基づき、経済性を発揮しながら公共の福祉を増進するために運営しているところですが、人口減少やインフラ老朽化が課題となっており、将来にわたって持続可能な経営へと改善を図ることが求められております。

本市では、簡易水道事業において、水道事業との経営統合を行うため、平成21年1月に「四万十市簡易水道事業統合計画」を策定、平成27年1月から一部事務を委託し、平成31年度末までの水道事業との経営統合に向けて準備を進めてきております。また、下水道事業及び農業集落排水事業は、平成28年4月より一部事務を委託し、こちらも平成31年度末までの公営企業会計の適用に向け準備を進めております。

このことにより、既に地方公営企業法が全部適用されている水道事業に加え、

簡易水道事業も同法が全部適用されることとなります。

また、下水道事業及び農業集落排水事業においても、上下水道課内の組織形態や事務執行体制の統一化が図られ、効率的な事務執行ができると考えられることから、任意適用事業ではありますが国からの通知も考慮し、地方公営企業法を全部適用することにしております。

地方公営企業法の適用により、貸借対照表や損益計算書等の財務諸表の作成等を通じて経営・資産等の的確な把握等が可能となり、「経営の見える化」が図られ、経営見通しに基づく経営基盤の強化が可能となります。

今後は、令和2年4月1日の適用期日に向け、予算編成や必要な企業管理規程の整備を進めてまいります。

人・農地プランの実質化の取組

「人・農地プラン」とは、農業者が話し合いに基づき、地域農業における中心経営体、地域における農業の将来の在り方などを明確化するというもので、平成24年より各地域で話し合いが開始され、本市では、中村地域においては11地域、西土佐地域においては2地域の合計13地域でそれぞれプランを作成しています。

近年、農業分野においても高齢化や地域の担い手不足、耕作放棄地の増加など

で5年後、10年後の展望が描けない地域が増えてきており、大きな課題となっています。

これらの課題解決に向け、各地域において作成した「人・農地プラン」を真に地域の話し合いに基づく実効性のあるものにするのが求められてきています。

そのため、農地利用に関するアンケート調査(営農意向調査)の実施や、農業委員及び農地利用最適化推進委員らが地域の話し合いに参加し、地図を用いて農地の現況の把握を行うこと、また、中心経営体への農地の集約化に関する将来方針を作成することが必要となつていきます。

よって、今後は、人と農地の問題を解決するための有効な未来設計図となるよう、各地域の「人・農地プラン」の実質化に向け、関係機関と連携しこれらの取組を進めてまいります。

農業用ため池の整備

平成30年7月豪雨において、多くの農業用ため池の決壊により人的被害が生じたことを踏まえ、昨年末に「防災・減災、国土強靱化のための3か年緊急対策」が閣議決定され、本年7月1日には、農業用ため池の適正な管理及び決壊の未然防止を目的とした「農業用ため池の管理及び保全に関する法律」が施行されました。

本市でも平成26年8月豪雨による広島市の土砂災害を契機に、農業用ため池26池のうち、堤体を有する16池について現地点検による危険度判定調査を実施し、崩壊の危険性が極めて高い状態にある6池について、「防災重点ため池」として位置付け、平成27年度より施設の老朽化対策、耐震化対策工事を実施しているところ です。

今回の法施行に伴い、事業採択要件が緩和されるとともに地方財政に対する支援制度が拡充されることとなり、防災に特化した重要インフラ等の機能維持対策の加速化が図れるものと期待しているところ です。

このような中、県におきましても、事業推進を図るべく地元調整や事業計画の見直しを行うなど、国との協議、調整を進めていただいており、当初の整備計画から西土佐地域の「カワサキ谷池」を除外し、ため池用途廃止に伴う工事を実施するとともに、田野川地区の「山の神池」の整備計画を前倒しして、令和2年度事業化に向け取り組みこととなりました。

今後は、国、県と歩調を合わせ、本年度中に事業化に必要な手続きを進め、災害の未然防止に向け、早期事業化に努めてまいります。

麻生堰の選奨土木遺産認定

このたび、後川の農業用施設「麻生堰(あそうぜき)」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、これまでと同様保存に努め、優れた土木遺産として後世に残していきたいと考えております。

日本体育大学とのスポーツ等連携事業

日本体育大学との「体育・スポーツ振興に関する連携事業」に係る協定を7月

16日に締結しており、まず2月9日に日本エアロビクスインストラクターの第1人者である三矢 八千代(みつややちよ)先生をお招きし、市民スポーツセンターにおいて、中高年者を中心としたフィットネス教室(健康体操等)を予定しています。

次に2月26日からは、約60名の柔道部員が参加する合宿が、3月1日まで市立武道館で開催されます。合宿は、一般の観覧も自由とし、ジュニアを中心とした柔道教室も計画されており、大学柔道界でもトップクラスの実力をもつ同大学柔道部の練習を間近に見ることができそうです。

また、柔道部の合宿に帯同される、筋力トレーニングなどの研究をされている准教授の方に、学生や指導者、保護者向けの講演会を計画しているところ です。

今年度の連携事業はこれら3本の事業を中心に行い、市民の健康増進やスポーツに対する関心などを一層高めて行こうと考えています。

スポーツ合宿の誘致

毎年、多くの大学野球等のチームに本市を訪れていただいています。現在、今年度合宿を予定している大学等は、12月下旬には香川高専硬式野球部のほか、2月中旬からは、3年連続で専修大学硬

式野球部、3月上旬からは京都先端科学
大学準硬式野球部と滋賀大学硬式野球
部が合宿を行う予定となっています。

その他にも数チームと四十万スタジ
アムでの合宿について調整をしている
ところです。

これらのスポーツ合宿の誘致実現に
あたっては、本市にゆかりのある方々の
ご尽力が大きいものと考えていますの
で、今後も繋がりを大切にし、スポーツ
合宿を通じて本市のスポーツの振興や
地域経済の活性化にも繋げていきたい
と考えています。

市民病院の医師確保

まず、就任についてですが、この10月
より、鈴木 光哉(すずき みつや)医師
に内科の常勤医師として就任してい
ただいております。

鈴木医師は、これまで秋田県の病院に
勤務されており、中山間地域やへき地
での総合診療の経験も豊富で、患者に寄
り添った診療が期待されるとともに、医
師の負担軽減や診療体制の充実にも繋
がるものと考えております。

次に退職についてご報告します。内科
の医師が大学院での医療の研究のため
来年1月末で1名退職予定となってお
ります。

これにより、常勤医師は内科4名、外
科1名、整形外科2名、脳神経外科2名

の9名となりますが、安定的で持続的な
地域医療を提供していくため、今後も医
師の確保に積極的に努めてまいります。

メガソーラーの許可

メガソーラーの許可については、近年
の異常気象を考えたとき、パネルの流出
の懸念がどうしても拭えません。

また、県の四十万条例では、発電開
始時には完全にパネル等が遮蔽される
ことが必要ですが、申請にある遮蔽計画
では、完全に遮蔽されるのかとの懸念も
拭いきれません。

以上のような観点から、今回の申請に
ついては不許可としたところです。



市長日誌 12月15日～1月14日

12月21日	第51回読売中村ロードレース
	四十万市防災講演会「3・11東日本大震災から学ぶ縁が結ぶ復興への絆」
22日	中央公民館及び働く婦人の家閉館式
24日	西土佐地区区長会
25日	幡多中央消防組合・幡多中央環境施設組合組合議会
26日	医師確保業務(徳島市)
27日	仕事納めの式(本庁、消防)
28日	土佐くろしお鉄道年末餅つき・振る舞い餅イベント
	高知市制一三〇周年記念高知市新庁舎落成式典及び祝賀会(高知市)
30日	年末特別警戒巡視(中村地域)
1月1日	年末特別警戒巡視(西土佐地域)
2日	年賀郵便元旦配達出発式
3日	新春はしりぞめ
5日	成人式(西土佐、中村)
6日	幡多公設地方卸売市場初市式典
9日	消防出初式
12日	仕事始めの式(本庁、支所)
14日	中村商工会議所 新年互礼会
	ハイクラソーナ・ウィンド・アンサンブル 寄付贈呈式
	中村青年会議所 新年賀詞交歓会
	ソウルドアウト株式会社デジタルオペレーションセンター 四十万開所式



高知県“社会を明るくする運動”作文コンテスト入賞

毎年7月に実施している“社会を明るくする運動”の取り組みで、子どもたちから「犯罪や非行のない地域づくり」や「犯罪や非行をした人の立ち直り」について考えたり、感じたことなどを題材とした作文を募集したところ、県内で小学生の部745点、中学生の部615点、うち市内からは小学生の部50点、中学生の部31点の応募がありました。

県下で12点が入選し、市内からは次の2名が“社会を明るくする運動”高知県推進委員会から表彰されました。入賞おめでとうございます。

小学生の部 優秀賞 中村小学校5年 今川 真奈さん

中学生の部 佳作 中村西中学校2年 森 ^{あめり}天麗さん

教育委員が決まりました

12月28日付けで、新しく1名の教育委員が就任されました。

教育委員 川村 美佐里

このたび、教育委員を務めさせていただくこととなりました、川村です。

これまで、PTAを通じて学校教育にかかわり活動してまいりました。現場で感じたことは、保護者をはじめ、教育機関や地域の方々と連携し、地域社会が一体となった子どもの育成が重要だということです。

そして、生活様式や社会問題が多様化する現代において、私たちに求められていることも多様化しています。子どもも大人も学び続けること、意欲を持ち続けるための社会の仕組みもまた、さまざまな力を結集して取り組んでいかななくてはならないと考えます。

この自然豊かで人情あふれる四万十市の教育行政全般をつかさどる教育委員会の一員として、微力ではございますが、誠心誠意務めてまいりたいと存じます。



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、万一来てて、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

法務大臣表彰受賞おめでとうございます



柿谷貞夫さん（左） 田辺元美さん（右）

令和元年10月7日、天皇皇后両陛下御臨席のもと、東京国際フォーラムで更生保護制度施行70周年記念全国大会が開催されました。その席において、幡東保護区保護司会から田辺元美さん（西土佐江川）と柿谷貞夫さん（岩田）の2名が、罪を犯した人々の立ち直りと犯罪予防の活動に20年近く尽力された功績により「法務大臣表彰」を受賞されました。

11月20日に、高知市で開催された顕彰式において、賞状が伝達されました。

お二人からは、「このような身に余る表彰をいただきありがとうございます。これも、家族はもとより多くの関係機関、関係者の支えがあったからこそと深く感謝にたえません。これを支えに、さらに自己研鑽を積みながら、罪や非行を犯した人たちとしっかりと向き合い、その立ち直りに寄り添っていきたいです。」と力強いお言葉をいただきました。

今後のさらなるご活躍を期待します。

令和元年度 税の標語優秀作品

- | | |
|---------------|------------------------------------|
| ○中村税務署長賞 | 消費税 社会にかかわる 第一歩(県立中村中学校2年 森岡希望さん) |
| ○四万十市長賞 | 考えよう 税の役割 大切さ(幡多農業高校3年 中平万奈水さん) |
| | 育てよう 自分の町を 税金で(中村西中学校3年 安森稔王さん) |
| ○四万十市教育長賞 | 税金で 守る暮らしと 自分の未来(中村中学校2年 山口朱花さん) |
| | 税金と 共につくろう 明るい社会(下田中学校3年 岡原紫苑さん) |
| ○四国税理士会中村支部長賞 | 税金の 正しい知識 身に付けて(幡多農業高校3年 伊藤蒼里さん) |
| | 税金の 役割を知ろう みんなでね(幡多農業高校1年 兼松ななみさん) |
| | 知っておこう 納める税の 大切さ(中村中学校3年 豊永桜子さん) |
| | 税金を 正しく使い 良い社会(県立中村中学校3年 岡田健伸さん) |

全国の間税会(※)では、租税教育の一環として中・高校生を対象に「税の標語」の募集を行っています。本年度、幡多地区を対象に幡多間税会が募集を行ったところ、四万十市内では、10校から809件の応募をいただきました。

応募作品は「税」に関して真摯に考えられたものであり、中・高校生の税務行政に対する意識の高さを再確認させていただきました。

※間税会…税務知識の普及や税務行政への協力等を目的に間接税(消費税・印紙税等)の納税者で組織する団体です。基本的には、税務署の管轄ごとに組織されています。

中村南小学校で『プログラミング教育研究発表会』を開催

小学校では、来年度より新しい学習指導要領の全面实施に伴い「プログラミング教育」が始まります。中村南小学校では、県教育委員会の指定校として研究を進めており、12月11日にその成果の研究発表会が開催されました。当日は、1年生の算数、3年生と5年生の理科の授業と取り組み発表および講演があり、市内外から約100名の教職員の参加がありました。

1年生の算数「ひきざん」



ひきざんの手順をことばで表現することで、順序立てて考える力を養う授業

5年生の理科「電磁石の性質」



電流の大きさや電流を流す時間を制御したプログラムをもとに、自分が考えた速さで車を動かし、論理的思考力を養う授業

3年生の理科「豆電球にあかりをつけよう」



信号機を点灯させる間隔と時間を制御したプログラムをもとに、自分が考えた信号機の点滅を実現するための論理的思考力を養う授業

【参加者の感想】

- ・子どもたちの授業に臨む姿勢が印象に残った。目の前の課題を解決しようと試行錯誤している姿に学びの深さを感じた。
- ・問題の解決には必要な手順が不可欠だと、子どもたちが授業を通して学んでいる姿があった。

■なぜ小学校でプログラミング教育が始まるの？

今日、コンピュータは生活のさまざまな場面で活用され、生活を便利で豊かなものにしています。これからの社会を生きていく子どもたちにとって、コンピュータを理解し上手に活用していく力を身に付けることは、将来どのような職業に就くとしても、大変重要なことです。

そのため、学習指導要領の改訂に伴い、小・中・高等学校を通じてプログラミング教育の充実が求められ、来年度より小学校でプログラミング教育が始まります。

■プログラミング教育って何？

小学校のプログラミング教育は、各教科等において、子どもたちに「自分が考えた処理をコンピュータに指示する」という体験をさせることで、「身近な生活でコンピュータが活用されていることや、問題の解決には必要な手順があることに気付くことができる」ようにすることや、そのような体験を通して、コンピュータに自分の考えた処理を行わせるために必要なプログラミング的思考（論理的思考力）を育てることをねらいとしています。

ご質問・ご意見をお寄せください

(市)教育委員会 ☎(34) 1136 FAX(34) 4271 E-mail: school@city.shimanto.lg.jp
西土佐教育分室 ☎(52) 1110 FAX(52) 1446 E-mail: n-school@city.shimanto.lg.jp

ねんきんだより

産前産後期間の国民年金保険料が免除されます！

出産予定日または出産日が属する月の前月から4か月間の国民年金保険料が免除されます。多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3か月前から6か月間の国民年金保険料が免除されます。

※出産とは、妊娠85日(4か月)以上の出産をいいます。(死産、流産、早産した人を含む。)

■対象者

「国民年金第1号被保険者」で出産日が平成31年2月1日以降の人

■届出時期

出産予定日の6か月前から届出可

■届出先

(本庁)市民・人権課 市民係
(総合支所)西土佐住民分室

口座振替による前納の申し込みは2月末日までに！

すっかり納付を忘れていた、忙しくて窓口等で支払う時間がないという人は、便利な口座振替をご利用ください。まとめて前払い(前納)すると保険料が割引されます。

口座振替の申し込みは…

年金手帳または納付書、預(貯)金通帳、届出印を持って、金融機関や郵便局、幡多年金事務所でお申し込みください。

なお、2年前納、1年前納および6か月前納(4月～9月分)は、4月末日の引き落としとなります。

※口座振替前納をしている人は、あらかじめ申し込みは不要です。
※申し込みから口座振替が開始されるまで2か月程度かかります。

前納割引制度(口座振替前納)

■口座振替の振替方法は、

- (1) 2年前納(4月～翌々年3月分)
- (2) 1年前納(4月～翌年3月分)
- (3) 6か月前納(4月～9月分、10月～翌年3月分)
- (4) 当月末振替(早割)

※本来の納付期限よりも1か月早く口座より振替する方法

- (5) 翌月末振替

※保険料の割引なし
の5種類から選んで申し込みできます。

その他、現金(納付書)・クレジットカード納付による前納があります。納付書でのまとめ払いによる割引はいつでも申し込みできます。

※まとめて前払い(前納)すると、割引が適用されるのでお得です。

■令和2年度の保険料額は、2月～3月に告示される予定です。

◎詳しくは日本年金機構ホームページを
http://www.nenkin.go.jp/

参考：令和元年度の振替方法別割引額

振替方法	1回あたりの 納付額	割引額	2年分の合計 割引額	振替日
2年前納	379,640円	15,760円	15,760円	5月7日
1年前納	192,790円	4,130円	8,260円	5月7日
6か月前納	97,340円	1,120円	4,480円	5月7日 10月31日
当月末振替(早割)	16,360円	50円	1,200円	毎月月末
翌月末振替(割引はありません)	16,410円	なし	なし	翌月末

※振替日が休日の場合は翌営業日に振替

★出張年金相談のお知らせ

必ず事前に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。代理人の場合は委任状(基礎年金番号、相談内容・交付物の記載)が必要です。

※年金に関するデータの交付を希望する場合は、運転免許証などの公的機関が発行した有効期限内の顔写真身分証明書が必要です。

※予約がない時間帯は出張相談を実施しない場合があります。

■日時

2月20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

【問い合わせ先】

幡多年金事務所

(中村東町2丁目4-10)

☎(34)1616

(本庁)市民・人権課

☎(34)1113

(総合支所)西土佐住民分室

☎(52)1112



おわびと訂正

広報1月号19ページに掲載しました「四万十市民生委員・児童委員、主任児童委員名簿」のうち、民生委員・児童委員の名簿に誤りがありましたので、おわびして訂正します。

具同地区自由ヶ丘団地の民生委員・児童委員

誤 白井 敏勝

正 濱田 浩一

幡多広域消費生活センター便り

無料・お試しのつもりだったけど…表示の確認が重要！！

化粧品や健康食品を「初回のみ無料」や「お試し」といった広告を見て申し込んだところ、実は定期購入の契約になっていたという相談が増えています。

【県内事例】

- ①SNSの広告を見て送料のみ負担する化粧品を注文した。外国から商品が届き、同封の文章を確認すると、14日以内にキャンセルしなければ毎月1万2千円の商品が届く定期購入になると書かれていた。解約の電話をしたが、相手が英語なのでキャンセルできたかわからない。(60代 女性)
- ②ネット通販で「初回のみ500円」の健康食品を注文したら、定期購入が条件だった。規定の期間まで購入し解約の電話をしたが、電話がつかない。ホームページには「解約は電話のみで受け付ける」と記載があるが、何度かけてもつかないののでFAXで解約したい旨を送ったところ「解約は電話でのみ受け付ける」と書かれた書面が届いた。(40代 女性)

【アドバイス】

- ・ネット通販が身近になり、最近SNSの広告を見て申し込む人も増えていますが、中には詐欺的なサイトもあるので、注意が必要です。
- ・宣伝文句に惑わされず、購入条件や利用規約、ショッピングガイドなどを十分確認することが大切です。不安な点があれば申し込まないようにしましょう。
- ・申し込む前に、販売しているショップ名やURLなどをインターネットで検索し、他の購入者の感想なども参考にしましょう。
- ・日本語で書かれているため、海外業者のサイトだと気づかない場合もあります。
- ・不審に思った場合は消費生活センターに相談ください。(消費者ホットライン「188」)



幡多広域消費生活センター

＜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

※文化複合施設の建設に伴い、幡多広域消費生活センターは3月16日(月)よりアピアさつき事務所横(屋上駐車場西側)へ移転します。住所は下記のとおりです。電話番号については、決まり次第お知らせします。

【新住所】 四万十市右山五月町8番13号(アピアさつき 屋上駐車場西側)

【問い合わせ先】 幡多広域市町村圏事務組合 ☎(31)2600

道の駅「よつて西土佐」
サービス部門で
全国1位！

全国で発行部数50万部を超える「フリーペーパー道の駅」の、創刊10周年を記念して行われた読者アンケートにおいて、日本全国1160箇所ある道の駅から道の駅「よつて西土佐」がサービス部門で全国1位に輝きました！

このアンケートは、「総合」「景色」「施設」「お土産」など8部門において道の駅ナンバワンを決めるもので、「スタッフの感じが良い」「人当たりが良い」などの評価が集まった道の駅「よつて西土佐」が、サービス部門で選出されました。

全国各地の道の駅ファンから名誉あるサービス1位に選ばれたことは、駅長をはじめ、関係者の皆さまが日々築き上げた心を込めた接客に対する賜物です。皆さまもぜひ当駅のサービスを体感しにお立ち寄りください。



市民のひろば



大人には負けないぞ！丸太切り競争



あいがもレースは大盛り上がり



多くの人が片魚に足を運んでくれました

12月8日、「第29回片魚ふるさとまつり」を開催しました。まつりは、心に響く「土佐中村一条太鼓」の演奏、「ブルメリア幡多」の美しいフラダンスショーで始まり、技術が必要な「丸太切り競争」や、一着を当てる「あいがもレース」、「リリースづくり」などの催しで、里山には歓声がこだまし、会場は大いに盛り上がりました。

物産コーナーには、うどんや手作りコンニャク、串焼き、田舎ずしなどを並べ、地元で採れ

山里に笑顔いっぱい！
片魚ふるさとまつり

た農産物も販売しました。最後は「もち投げ」で、大盛況のうちに終わることができました。

恒例になった「片魚ふるさとまつり」に、多くの皆さまが山あいの小さな地区に毎年お越しください、高齢化と人口減少になった地区に活力をいただき、皆さまと交流ができて地区にとっても有意義な一日になっています。

これからも、皆さまにまつりの開催を楽しみに待っていたら、一年でも長く続けていけるようにみんなで頑張っていきたいと思います。

片魚地区区長 東 正世

「2700系新型特急列車」運行中！

土佐くろしお鉄道中村・宿毛線において、昨年9月から、高松・高知～中村・宿毛間をJR四国の新型特急車両が運行しています。各座席にAC電源コンセントを設置しているほか、モバイルパソコンに対応するため、テーブルも大型化しています。車内では「JR四国無料公衆無線LANサービス」による無料Wi-Fiも利用できます。

また、客室内には車いすスペースがあり、各列車に設置の車いす対応多機能トイレには、おむつ交換台とベビーキープも備えています。今まで以上に快適な車内となっていますので、旅行などにぜひご利用ください。

■運行便(毎日運行)

上り

あしずり6号

中村11:11発⇒高知13:02着

しまんと10号

宿毛19:16発⇒中村19:34発⇒高知21:15着⇒高松23:26着

下り

しまんと1号

高松6:04発⇒高知8:20発⇒中村10:04着

あしずり9号

高知16:49発⇒中村18:46着⇒宿毛19:04着

※車両点検等により、新型以外での運行となる場合があります。



【問い合わせ先】土佐くろしお鉄道株式会社 総務課 ☎(35)5240(平日9時～17時)



令和2年 消防出初式

1月5日、西土佐地区運動場をメイン会場に、新春恒例の四万十市消防出初式が、消防団員をはじめ、消防署員、女性防火クラブ、西土佐少年消防クラブなどの関係機関から約300名が参加し、開催されました。

市長らが見守る中、ポンプ車など27台の消防車両がパレードを行った後、メイン会場では優良消防団員の表彰や、西土佐方面隊伝統の梯子操法も盛大に披露されました。本市出身の濱田新知事も出席され、地域防災の要である消防団への激励のお言葉をいただきました。茅生大橋下の河川敷では、全17分団による一斉放水が行われ、大迫力の中、出初式を締めくくりました。

「皆さま、本年も火の用心にご協力ください！」



若者の投票率アップに向けた取り組み
～出前授業を行いました～

12月13日(金)に中筋中学校で、実際の選挙で使用する記載台や投票箱などを使用しての生徒会役員選挙と出前授業を実施しました。

まず、選挙の仕組みや投票に関する決まりごとについて学ぶ授業を行い、生徒たちは積極的に自分の考えを発表していました。その後行った役員選挙では、事前に学んだルールをしっかりと守り貴重な一票を投票箱に投じていました。授業を受けた生徒からは、選挙の重要性が分かったので将来は投票に行こうと思う、といった意見が聞かれ、市としても、一人でも多くの人に選挙に足を運んでもらえるよう、今後も引き続き学校と連携して、啓発に努めていきます。

第51回読売中村ロードレース

12月21日(土)に、恒例の読売中村ロードレースを開催しました。この大会は、仲間づくりと住民の体力向上および健康管理を目的に、昭和44年から行っています。

今年も、幡多郡内をはじめ、県内外から349名の申し込みがあり、271人のランナーが、3km、5km、10kmのコースで健脚を競いました。

開会式では、2年連続で全国中学校駅伝大会に出場した市立中村中学校陸上部主将の有光勇太選手に選手宣誓をしていただきました。



【入賞者(敬称略)】

種目	1位	2位	3位
小学男子の部(3km)	谷脇 慈久 11:13	野村 駿乃介 11:33	松本 空 11:47
小学女子の部(3km)	嵐 花 11:35	北本 美玲 12:22	美濃部 涼香 12:32
中学男子1年の部(3km)	西内 祐仁 10:06	岡崎 健太 10:13	和田 武大 10:32
中学女子1年の部(3km)	久保 真梨夏 10:55	畠中 杏 11:18	茨木 陽向 11:48
中学男子2・3年の部(3km)	濱口 純平 9:20	長崎 海弥 9:21	有光 勇太 9:25
中学女子2・3年の部(3km)	白木 ひなの 10:32	嵐 杏心 10:46	吉松 真穂 10:49
壮年の部(5km)	有光 浩 16:50	泉 智史 17:51	
高校女子・一般女子の部(5km)	福田 サラ 18:44	遠藤 花純 24:48	田中 まなみ 25:57
高校男子の部(10km)	篠川 史隆 31:46	久保 明央人 33:03	林 優利 34:00
一般男子の部(10km)	田中 智也 32:50	伊勢脇 厚哉 33:33	岡部 雄一 34:21



第15回 四万十市成人式 はばたけ 新成人298人

1月3日、四万十市成人式が四万十市立文化センターと西土佐ふれあいホールで行われ、本年度成人を迎えた352人のうち298人が出席し、大人の自覚を胸に新たな一歩を踏み出しました。

中村会場では、市長から新成人に「皆さんを取り巻く社会や環境は日々目覚ましく変化しますが、変化の中にあっても変わらない自分自身の価値軸を整え、チャレンジを忘れない大人になっていただきたい。」と激励のメッセージが贈られ、新成人代表の高岡真由（たかおかまゆ）さんからは「まだまだ未熟な私達ですが、これからも各自が選んだ道を一歩一歩着実に進んで参りますので、どうかこれからも暖かい目でご指導ご助言いただきますようお願いいたします。」との抱負が述べられました。

スライドショーで中学生の頃の写真や当時の担任の先生からのメッセージが流れると、会場は笑い声や歓声に包まれました。

西土佐会場では、新成人代表で稲田承士（いなだれんじ）さんが「成人として一社会人になるこれからは責任ある行動と、この西土佐の地で学んだ、人を思いやる優しい心を持って、社会に貢献できる人間になれるよう精進していきます。」と決意表明。恒例となった2分の1成人式も行われ、西土佐小学校4年生からお祝いメッセージが贈られたほか、式典後にはもち投げも行われ、にぎやかな門出のお祝いとなりました。

今後の皆さんのご活躍をお祈りします。



今月は

国民健康保険税 8期分
下水道事業者受益者負担金 4期分
の納付月です

絶対許さない 特殊詐欺

若者や高齢者を狙った悪質商法・詐欺被害が次々と発生しています。それらの被害を防ぐためには、身近にいる家族や地域のみなさんの見守りが必要です。身に覚えのない請求は詐欺かもしれません。無視しましょう。連絡はしないでください。もし連絡をしてしまい支払いを指示されたら、支払う前に警察等に相談してください。

また、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ことが予想されますので、十分注意してください。

公的機関を名乗っていても安易に信用しないようにしてください。

【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(携帯電話からも可)

しまんと
情報掲示板

防犯
メモ



四万十市会計年度任用職員の登録者募集

会計年度任用職員とは、法改正により、これまでの臨時・非常勤職員に代わり新たに制度化された職であり、基本的に一会計年度内(4月から翌年の3月まで)を任期として任用される非常勤の公務員です。会計年度任用職員として働いていただける人の登録を募集します。

- ▶**任用期間** 令和2年4月1日～令和3年3月31日のうち任用が必要な期間
- ▶**任用形態** フルタイム…週38時間45分(8時30から17時15分まで週5日勤務)
パートタイム…週38時間45分未満(主に1日あたり7時間・週5日勤務)
※職種によって勤務時間帯が変更となる場合があります

▶募集する主な職種

職 名	勤務先	職 名	勤務先
一般事務補助	市役所本庁・ 西土佐総合支所等	薬局事務補助(パート)	市民病院
要介護認定調査員	市役所本庁	洗濯業務(パート)	
就労支援員		理学療法士	
介護支援専門員 (ケアマネジャー)	市役所本庁・ 西土佐総合支所	管理栄養士	
保健師・助産師・看護師 (保健活動)	市役所本庁	薬剤師	西土佐診療所
育児支援専門員		介護福祉士	
産前産後支援専門員		受付医事(パート含む。)	
児童虐待防止対策コーディネーター		調理員(パート含む。)	市民病院・ 西土佐診療所
家庭相談員		看護助手	
レセプト点検専門員		看護助手(パート)	
補導センター相談員		看護師(パート含む。)	西土佐診療所
特別教育支援員		准看護師(パート含む。)	
児童生徒支援員	市内小・中学校	医師事務作業補助	西土佐診療所
学校用務員		医師事務作業補助(パート)	市民病院
図書館支援員		人権啓発センター相談員	人権啓発センター
校務支援員		児童厚生員	市立児童館
部活動指導員	市内中学校	資料整理奉仕員	市立郷土博物館
食肉センター作業員	市営食肉センター	不登校児指導員	市が指定する場所
調理員(パート含む。)	市内保育所	スクールソーシャルワーカー	
保育士(パート含む。)		教育研究所所長	
看護師		教育研究所事務	
(医療的ケア児支援業務)		人権教育推進員	
医局事務補助(パート)	市民病院	社会教育指導員	
		集落支援員	
		本庁・支所便配達員	

- ▶**申込方法** 以下の書類を郵送、または持参してください。
 - ・市が指定する申込書(本庁1階総合案内および西土佐総合支所地域企画課に配置しています。また、市公式ホームページからもダウンロード可能です。)
 - ・必要な資格等を確認できる免許等の写し
- ▶**受付期間** 2月3日(月)～2月28日(金)
- ▶**そ の 他**
 - ・会計年度任用職員は正規職員への登用制度ではありません。また、登録については、任用を必ず約束するものではありませんので、ご了承ください。
 - ・詳細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)総務課 人事係 〒787-8501 四万十市中村大橋通4丁目10 ☎(34) 1803

令和2年度 河川愛護モニター募集

住民の皆さまと連携しながら、河川愛護思想の普及啓発および河川の適正な維持管理に協力してもらうことを目的に、河川愛護モニターを募集します。

▶応募資格

満20歳以上で、河川愛護に関心を持ち活動範囲の近隣(おおむね5km以内)に居住する人

▶募集人員

活動範囲ごとに1名(応募者多数の場合選考)

▶任期

令和2年4月1日から令和3年3月31日まで

▶手当

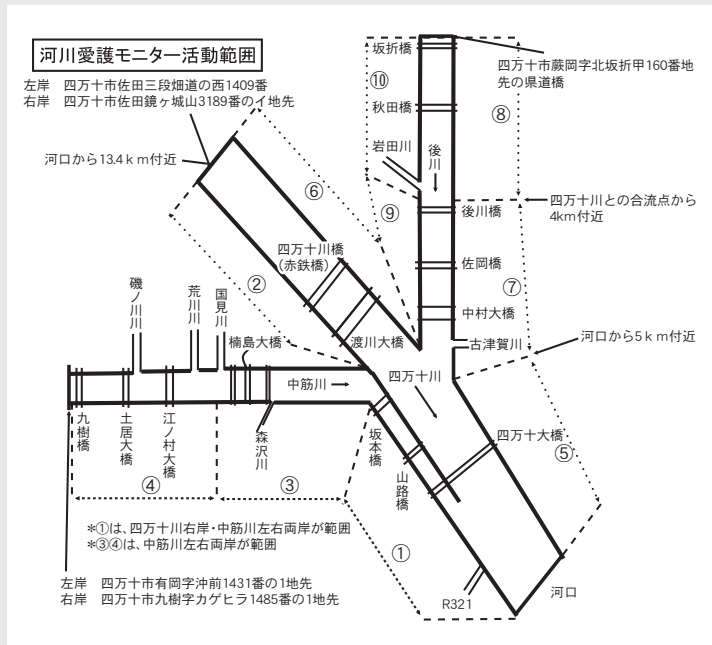
月額2800円(交通通信費含む。)

▶応募方法

官製はがき、ファックスまたはEメールに必要事項を記入の上、3月4日(水)までに送付してください。

▶必要事項

- ・活動範囲(①から⑩の数字で記入。希望区間が複数ある場合は、第3希望まで記載)
- ・氏名(ふりがな)、生年月日、性別、住所、電話番号、職業
- ・応募理由や河川に対する思い(100字程度にまとめて記述)



【問い合わせ・申込先】

〒787-0015 四万十市右山2033-14 国土交通省中村河川国道事務所 河川管理課 氏原

☎(34)7309 FAX(34)2674 E-mail:skr-nakama52@mlit.go.jp

無料剪定講習会

シルバー人材センターでは、受講希望者に会員になっていただき、講習で身につけた技術を生かして就業につなげていくため、無料剪定講習会を行います。

▼参加条件

- ①60歳以上で四万十市にお住まいの人
- ②受講前に四万十市シルバー人材センターに入会すること

▼持ち物

剪定道具一式(剪定バサミ、刈り込みバサミ、芽きりバサミ、ヘルメット等)はご自身のお持ちの範囲で結構です。

▼日時

2月19日(水)、20日(木)
9時〜16時ごろ
※1日だけの受講も可能

▼場所

天神児童公園(通称タコ公園)
四万十市右山天神町

▼定員

先着順で15名程度

▼申込方法

左記までご連絡ください。

【問い合わせ先】

(一社)四万十市シルバー人材センター
中村本所(社会福祉センター内)
☎(35)31117
西土佐支所(総合福祉センター内)
☎(31)61113



教室・講座

子育てひろば「とことんこのゆび」とくまれ」

☆特別企画「子どものお口の不思議 歯科衛生士さんについて」
子どものお口の発達や心を育てる離乳食について、地域で活動している歯科衛生士さんにお話しいただきます。終了後、希望者の相談を受け付けます。

▼日時

2月16日(日) 11時10分〜11時30分

▼参加料

無料

ふさよばあばの音楽遊び

▼日時 2月16日(日) 10時30分〜11時

ママ先生うきちゃんの産後ケア

▼日時 2月20日(木) 10時30分〜11時30分

みやもつち先生の運動あそび

▼日時 2月22日(土) 10時〜11時30分

「とことん」はアピアさつきの1階で、9時〜20時まで開いています。1月に引越しを行い、リニューアルしました！ぜひ遊びに来てください。

【問い合わせ先】

カドルファミリ 代表 伊與田紗希
☎090-9249-9878
E-mail:cuddlefamily2018@gmail.com

☆参加予定の人は
こちら↓を
チェック！



四万十市聴覚障害者理解促進セミナー

目の前で聴覚障害の人が困っていたら、どんなことができるでしょうか。聴覚障害者を取り巻く環境への理解を深めるとともに、手話通訳者派遣制度等について学ぶセミナーです。

▼日時 3月19日(木)10時～12時

▼場所 四万十市役所3階 会議室

▼対象

四万十市に居住または勤務する人

▼申込方法

3月17日(火)までに、電話またはFAXで①氏名②住所または勤務先

③連絡先をお知らせください。

【問い合わせ・申込先】

(市)福祉事務所社会福祉係

☎(34)1120

FAX(34)1880

催し

いちじよこさん門前町春祭り

〜一条通商店街を体験しよう〜

一条通商店街による春祭りを実施します。『いちじよこさん門前町 春祭り〜一条通商店街を体験しよう〜』と題し、子どもたちを対象に商店のものとづくり体験、昭和の遊びなどを予定しているほか、音楽や屋台も楽しめます。

ぜひ、一条通商店街を体験しに遊びに来てください。

▼日時 3月8日(日)11時～15時
※雨天決行、荒天の場合中止の可能性あり

▼場所

高知県信用保証協会幡多支所前

(中村一条通3丁目)

▼駐車場 J.T跡地(中村東町1-23)

【問い合わせ先】

一条通商店街振興組合

☎(34)6060

(月・水・金 9時～12時)

四万十リバー雪合戦参加チーム募集

菜の花まつり会場において、大人も子どもも楽しめるスポーツ雪合戦を開催します。参加賞や上位チームには景品もあります。ぜひご参加ください。

▼日時 3月8日(日)9時～16時

▼場所

四万十川河川敷キャンプ場

(菜の花まつり会場)

▼定員

先着10チーム(小学生4チーム・中学生以上一般6チーム)

※1チーム選手7名 監督1名

▼参加費

中学生以上一般 1チーム2000円

※小学生チームは無料

▼申込期限 2月14日(金)17時

【問い合わせ・申込先】

中村商工会議所青年部

地域活性化委員会

☎(34)4333

「人のこころのつかみ方講座」参加者募集

異性への接し方をメインに、コミュニケーション術を学ぶ講座を実施します。相手を理解する、自分を知ることが新しい出会いにつながります！

▼日時 2月16日(日)10時～

▼場所 四万十市役所3階 会議室

▼内容

①10時～12時

人の心のつかみ方

②13時～15時

ワンランク上のコミュニケーション

※①②いずれかのみ参加も可能

▼講師

コーチ社労士事務所

代表 池澤まゆみ氏

▼対象 20歳以上の独身男女

▼定員 20名

▼参加費 無料

▼申込期限 2月10日(月)

▼申込方法

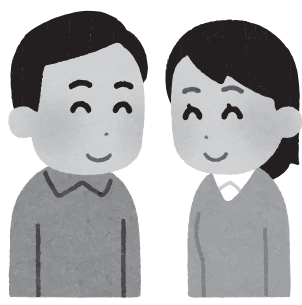
電話または高知で

恋しよ応援サイト↓

【問い合わせ・申込先】

すまいるサポート

☎09094551264(高橋)



NHKラジオ番組「上方演芸会」臨時無料送迎バス運行

2月22日(土)に開催する「上方演芸会」公開収録では、市立武道館から会場まで臨時無料送迎バスを運行します。

「上方演芸会」公開収録の詳細は、広報1月号21ページまたは市公式ホームページ「上方演芸会観覧者募集」中のバナーをご覧ください。

▼申込期間 2月7日(金)～19日(水)

▼申込方法 電話による事前予約制

※定員になり次第受付を終了します。

▼定員 40名

▼出発時刻

往路

市立武道館(14時20分発)

復路

西土佐ふれあいホール(18時10分発)

【問い合わせ・予約先】

西土佐ふれあいホール

☎(52)2312

8時30分～17時15分(土・日・祝日除く。)



第31回 四万十川リバーサイドフルウォーク2020

参加者募集

四万十川河畔を2日間歩く四万十川リバーサイドフルウォークを開催します。
ぜひ、全国からの参加者と一緒に、春の四万十川を楽しんでください。

日時	コース名	距離
4月4日(土) 9時出発	ごり※	10km
	あかめ※	16km
	くじら	29km
4月5日(日) 8時出発	あゆ※	17km
	てながえび	23km
	かわせみ	30km

4/5(日)23km・30kmはスタート地点までバス移動

- ▶日 程 4月4日(土)・5日(日)雨天決行
- ▶集合場所 市民スポーツセンター(安並)
- ▶参加料 一般:2000円 高校生以下:1000円
1日参加でも2日参加でも同額
※印のコースは、市内在住の人のみ無料
- ▶昼 食 1食600円(事前申込が必要です。)
- ▶申込期限 2月28日(金) インターネット申込は2月29日(土)

ボランティアスタッフ募集

全国からおいでいただく参加者とふれあい、大会を支えていただくスタッフを募集します。

- ▶日 程 4月4日(土)・5日(日)※どちらか1日だけの参加も可能です。
- ▶対象者 高校生以上の人 ただし、18歳未満の人は保護者の承諾書が必要です。
- ▶募集人数 先着40名 ▶募集期限 2月28日(金)17時15分まで
- ▶業務内容 参加者の受付等運営補助 ▶集合場所 市民スポーツセンター(安並)
- ▶説明会 3月下旬に開催予定 ▶支給物品 弁当(業務時間等により支給されない場合があります。)
- ▶服 装 スタッフジャンパー着用(持っていない人には貸し出しを行います。)
- ▶申込方法 下記まで電話でお申し込みください。

【問い合わせ・申込先】

四万十川リバーサイドフルウォーク実行委員会(市民スポーツセンター内)

☎(34)2071

・パンフレットは、市公式ホームページからダウンロードできるほか、市役所1階ロビーにもあります。遠方の人には郵送しますのでご請求ください。



市公式HP



インターネット
申込

日本体育大学連携事業 柔道教室

日本体育大学男子柔道部の合宿に合わせ、柔道部指導者および男子部員による柔道教室を開催します。大学日本トップクラスの実力の柔道部から柔道の楽しさ、技術を学びませんか。

スポーツ

- ▼日時 3月1日(日)13時～15時
- ▼会場 市立武道館
- ▼対象者 小学生以上(経験の有無問わず)
- ▼定員 先着100名
- ▼参加費 無料
- ▼募集期間 2月10日(月)～2月21日(金)
- ▼申込方法 8時30分～17時15分(土、日、祝日を除く)市民スポーツセンターに直接または電話で申込
- ▼その他 ※保護者または本人の申込に限る。

- ▼申込方法 市民スポーツセンターに直接または電話で申込
- ▼その他 ※保護者または本人の申込に限る。
- ▼柔道着、タオル、着替え、飲み物等を持参ください。教室中の事故等については、主催者でかける傷害保険の範囲内で対応します。

柔道部の合宿は自由に見学できます

- ▼合宿中の練習時間(予定)
- ・2月26日 16時30分～18時30分
- ・2月27日 16時30分～18時30分
- ・2月28日 16時30分～18時30分
- ・3月1日 9時～11時
- ※柔道部合宿の応援のため、食料品(お米など)を提供いただける人は問い合わせ先までご連絡ください。

【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
- (市)観光商工課 観光係
- ☎(34)1783

四万十市障害者グラウンドゴルフ大会

障害のある人を対象としたグラウンドゴルフ大会を開催します。健康づくりと親睦を目的とした大会で、障害の種別等は問いません。初心者でも簡単にできるスポーツですので、お気軽にお申し込みください。

- ▼日時 2月18日(火)13時30分～16時
- ※雨天の場合は、翌19日に開催
- ▼場所 安並運動公園(運動広場)
- ※運動ができる服装でお越しください。
- ▼申込期限 2月14日(金)
- ※当日の飛び入り参加も歓迎します。
- ※団体でも個人でも参加できます。
- ※用具は主催者で準備します。

【問い合わせ・申込先】

- 四万十市身体障害者連盟事務局
- 四万十市社会福祉協議会(本所)
- ☎(35)3011
- FAX(35)5241
- (西土佐支所)
- ☎(31)6111
- FAX(31)6112

体育施設の年間使用予約受付

大会等で施設の使用を希望する団体の使用予約を受け付けています。

▼施設名 安並運動公園内体育施設・具同体育センター

▼予約期間

令和2年4月1日～翌年3月31日

▼受付期間 2月10日(月)17時まで

※希望調書は市民スポーツセンター、具同体育センターで配布のほか、市HPからもダウンロードできます。

▼調整会議(市立武道館会議室)

2月17日(月)19時

※各団体必ず1名は出席すること

【問い合わせ・提出先】

指定管理者(公財)四万十市スポーツ協会 市民スポーツセンター内

☎(34)2071

令和2年度 市立学校体育施設上半期利用申込受付

地域におけるスポーツ活動の普及を目的とした市内小中学校体育施設(中村地域)の夜間開放の上半期の利用申込を受け付けます。申請書は市民スポーツセンターで配布しています。

▼開放施設 体育館・武道場・運動場

※詳細はお問い合わせください。

▼利用期間 4月1日～9月30日

▼募集期間 2月3日(月)～21日(金)

【問い合わせ・申込先】

(市)生涯学習課 スポーツ振興係

☎(34)2071



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)

もみじで遊ぼう

もみじ保育所に遊びに行くよ。保育所の様子も見せてもらいましょう。生活の流れや持ち物など参考になるといいですね。

※感染病が蔓延している場合は中止になることもあります。

時 2月26日(水) 9:30～11:00

場 子育て支援センター分室(もみじ保育所内)



その他の活動

◆おしゃべり喫茶(妊婦・0・1・2・3歳児対象)

お母さんたちのちょっと一息、ブレイクタイム! みんなでお茶を飲みながらおしゃべりを楽しみませんか? おやつは持って来てね! おかあさんの飲み物は用意します。今回はぴよちゃん・ぽっぽさん一緒です。参加する人は飲み物代100円持参してください。

時 2月13日(木) 9:30～11:30

場 子育て支援センター

◆親子ヨガ(妊婦・0・1・2・3歳児対象)

子どもと一緒にヨガを楽しみませんか? 子育てに疲れた身体をヨガでほぐしてリフレッシュしましょう♪

時 2月20日(木) 9:30～10:45

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。

◆ぽっぽの広場(妊婦・0歳児対象)

初めての離乳食はいろいろと不安なものです…今回は初期の離乳食の作り方を栄養士さんに教えてもらいましょう! 試食もできますよ。参加を希望する人は、2月21日(金)までに支援センターまでご連絡ください。

時 2月25日(火) 9:30～11:30

場 子育て支援センター

◆ひなまつり

桃の節句をみんなでお祝いしましょう♪ どんなお楽しみがあるかな…?

時 [ぴよちゃんクラブ] 3月2日(月) 9:30～11:30

[1・2・3歳児](ぽっぽ) 3月3日(火) 9:30～11:30

場 子育て支援センター

◆ぽっぽの広場(妊婦・0・1・2・3歳児対象)

産後の骨盤矯正や、身体だけでなく心のもやもや・イライラをバランスボールで解消しよう。子どもたちも一緒にするよ。先着20組です。3月3日(火)までに予約してね。

時 3月6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
具同保育所	3月2日(月)	9:30～10:30	数台有
★あおぞ保育所	3月4日(水)	9:30～10:30	〃
★古津賀保育所	3月4日(水)	9:30～10:30	〃
★愛育園	3月6日(金)	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。

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③③

～乳がんについて～

健康維新の志士
けん しん太郎くん

乳がんは、日本人には少ないとされてきましたが、欧米型の食生活に変わってきたことや、ライフスタイルの変化によるホルモンバランスの乱れなどにより患者数が年々増えています。

乳がんは30歳ごろから増え始め、1番多く見られるのは、40歳代から50歳代です。日本人女性がかかるがんの中で最も多く、死亡原因の上位に位置します。

早期の乳がんは自覚症状がほとんどありません。40歳になったら定期的に検診を受け、しこりや異変に気づいたら、すぐに専門の医療機関(外科の乳腺外来)を受診しましょう。

■検診方法

乳がんの死亡率を減少させることが科学的に認められている検診は、「乳房X線検査(マンモグラフィ)単独法」です。乳房を片方ずつプラスチックの板で挟んで、数十秒圧迫して撮影します。小さいしこりや石灰化を見つける検査です。

■対象者 40歳以上の市内在住の女性

■受診間隔 2年に1回

■精密検査 検診で「異常有り」と連絡を受けた人は必ず精密検査を受けてください。

■自己診断(セルフチェック)

乳がんは自分で観察したり触れたりすることで発見できる可能性が高いがんです。定期的に乳がん検診を受けながら、自分でも普段から乳房の状態をチェックしてください。

次の症状があれば要注意!!

- ①乳房にくぼみやひきつれがある、乳頭のへこみ、ただれ、湿疹、つまんで血の様な分泌液が出る、など(鏡に映し、両腕を上げたり下げたり上半身を左右に捻ったりして、左右の乳房を見比べながら確認)
- ②乳房全体や腋の下までを入念に指の腹で触って、クリッと触れるものや腫れがある、など



【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

第54回 幡多ふれあい医療公開講座

身近な健康をテーマにした講座です。

▼日時 3月1日(日) 13時30分～15時30分

▼場所 土佐清水市立中央公民館

▼講座内容

①高齢者の腰痛

幡多けんみん病院 整形外科医長 田所 伸朗

②脂質異常症と動脈硬化Q&A

幡多けんみん病院 内科部長 山中 伸悟

▼参加費 無料(健康パスポート対象)

【問い合わせ先】

県立幡多けんみん病院 経営事業課

☎0880(66)2222(代表)

(市)健康推進課 健康増進係

☎(34) 1115

「けんみんいきいき講座」 「糖尿病って知っていますか？」

▼日時 2月18日(火) 11時30分～12時

▼場所

幡多けんみん病院 3階大会議室

▼テーマ

健康を保つ運動ってどんなの？

▼講師

内科医師 野島、理学療法士 今橋

▼参加費 無料(健康パスポート対象)

【問い合わせ先】

県立幡多けんみん病院 内科外来

☎0880(66)2222(代表)



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	2月	12日(水)	10:00～11:30	📖	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
		13日(木)	9:00～11:00	❓	出張健康相談		JA高知県西土佐支所
		16日(日)	9:50～12:00	📖	妊婦教室		子育て支援センター“ぽっぽ”
		17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“ぽっぽ”
		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
		20日(木)	9:50～11:30	📖	妊婦教室		子育て支援センター“ぽっぽ”
		21日(金)	9:30～11:00	📖	ぴよっこクラブ(絵本の読み聞かせ等)		子育て支援センターにしとさ
		26日(水)	10:00～11:30	📖	ママ＆チルドレン		具同体育センター
			12:50～13:30	🏥	3歳児健診		健康管理センター
3月	2日(月)	9:00～11:00	❓	定例健康相談		西土佐総合支所玄関ホール	
	4日(水)	12:50～13:30	🏥	3か月児・7か月児健診		健康管理センター	
	9日(月)	13:15～14:30	📖	ママタッチ教室		子育て支援センター“ぽっぽ”	

※2月7日までの計画については、広報1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

～市民病院だより～ vol.18 インフルエンザ・胃腸炎の流行期です

○令和元年12月外来・入院延患者数

外来延患者数	4,055人
内科	2,127人
外科	154人
整形外科	509人
脳神経外科	291人
泌尿器科	406人
透析	568人
入院延患者数	1,638人

インフルエンザや胃腸炎の流行期は、当院での感染拡大を防ぐため、外来患者さまや面会の方は、来院時のマスクの着用と手指のアルコール消毒を行うようお願いしています。

また、この時期は内科外来の受診者が多くなり、診察までの待ち時間が長くなることがありますので、ご了承ください。

幡多地域や院内でのインフルエンザ等の発生状況に合わせて、入院患者さまへの感染防止のため面会をお断りすることもあります。その場合は院内掲示をしますので、ご理解とご協力をよろしくお願いします。

【問い合わせ先】市民病院 ☎(34) 2126

■インフルエンザが流行したら、以下の点に注意！

- ・人込み、繁華街などへの外出を控える
- ・十分な休養とバランスの良い食事
- ・外出時にマスクを着用・帰宅時のうがい、手洗い
- ・室内を適度な湿度に保つ
- ・咳などの症状のあるときはマスクを着用



おわびと訂正

広報1月号23ページに掲載しました「第12回幡多講演会 知って得するタバコの話」のうち、講師の氏名のふりがなに誤りがありましたので、おわびして訂正します。

講師

【誤】佐藤 功(さとう たかし) 【正】佐藤 功(さとう かたし)

高知県いい歯の表彰受賞

おめでとう
ございます



熟年者の部

県では歯科医師会協力のもと、80歳以上で自分の歯でしっかり噛むことができ、健康な歯が20本以上残っている人を表彰しています。本市では4名が優良賞を受賞されました。

・岡田 雅子さん(81歳)具同 ・鎌田 健吉さん(82歳)安並 ・森 登志子さん(94歳)右山
・間崎 義治さん(87歳)下田 その中の3名をご紹介します。

岡田 雅子さん(81歳)具同



年に1回は歯科医院でお口のチェックとケアを受けています。趣味はフラダンスと民謡。フラダンスは14年目のベテランで、発表会でお披露目することもあるそうです。民謡は始めて2年目。歌うのはもちろんですが、仲間とのおしゃべりが1番楽しいそうです。笑顔からのぞく美しい歯が魅力的な岡田さんでした。

鎌田 健吉さん(82歳)安並



昔は愛煙家・大酒家でしたが、74歳のとき健康のためにやめたそうで、今では好き嫌いなく食べ、甘いものを控えるなど、健康志向の鎌田さん。15年続けているグラウンドゴルフは、郡の大会で優勝するほどの腕前。温泉が大好きで、自宅でも専用風呂で温泉水を沸かし、くつろいでいるそうです。

森 登志子さん(94歳)右山



毎日娘さんと一緒にストレッチやラジオ体操、ウォーキング、壁を使った腕立て伏せを行っているそうです。かかりつけ歯科医に習った「あいうべ体操」も毎日60回行っており、努力家の森さん。日ごろの成果もあり、病気ひとつしていないそうです。背筋もまっすぐで若々しい森さんを見習いたいですね。

※写真のない人は、広報掲載を辞退されました。

親と子の部

県では平成30年度の3歳児健診で、むし歯が0本だったお子さんとその保護者を表彰しています。本市では1組の親子が優良賞を受賞されました。

松木 愛さん りんたろう 厘汰郎くん(4歳)不破

☆お母さんより



半年に1回子どもと一緒に歯科医院で健診を受けています。子どもの歯ブラシは毛先がすぐに広がるので、月に2本のペースで取り換えています。いろんな歯ブラシを用意して、子どもに楽しく選んでもらっています。お兄ちゃんが自主的に歯を磨くのを、2歳の妹(柑奈ちゃん)も真似してくれるので嬉しいです。

☆厘汰郎くんより

新しい歯ブラシは磨きやすいよ。歯を磨いたら、お母さんに「できたよ」って教えるよ。歯医者さんも優しい。フッ素を塗ってくれるよ。

【問い合わせ先】(市)健康推進課 地域保健係 ☎(34) 1823

一からはじめる健康玉手箱 vol.19 ～健康福祉委員会～

市内各地区で組織されている健康福祉委員会では、筋力体操・卓球・グラウンドゴルフ・わなげといった身体全体を使う活動や、ビンゴ・パズル・カラオケ・季節に合わせた創作活動といった頭を使う活動が、地区の状況に応じて行われています。

また、子どもたちとのラジオ体操をはじめ、近隣の保育所・小中学校と毎年交流会を実施するなど、世代間交流に積極的に取り組んだり、毎週の活動が資源ゴミの回収や買い物等の小さなことを助け合う関係づくりにつながっている地区もあります。介護予防から地区づくりまで、地域ぐるみでの活動にぜひご参加ください。

【問い合わせ先】

(市)高齢者支援課 高齢者福祉係

☎(34)8066 FAX(34)0567

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



田野川甲地区(いきいき百歳体操)



カツラ山地区(生け花)

気づこう！防ごう！高齢者虐待

～最終回 認知症高齢者とその家族を支えるための取り組み～

認知症介護による高齢者虐待を予防するためには、介護者の心に余裕があること、周囲の人も認知症を正しく理解すること、認知症の専門的なケアを学び症状を少しでも緩和することが重要です。これらの予防策に関連した、認知症介護を支援するための取り組みをご紹介します。

介護者が想いを語ろう 認知症家族の会 「たんぽぽの会」	認知症を取り巻く介護の悩みや想いを話し、共有する場です。介護を終えた人、介護中の人など、参加者はさまざま。2か月に1回座談会を行うとともに、ゆったりとした雰囲気の中で語り、地域の人も交流できる場として「ふれあいカフェたんぽぽ」の活動も行っています。
認知症を正しく理解する 「認知症サポーター」養成講座	認知症の正しい知識を身に付けた地域の応援者「認知症サポーター」を養成する取り組みです。認知症についての研修を受けた「キャラバン・メイト」が主体となって、小・中学校、企業、地域の集会所等で、認知症の基礎知識や予防のための生活習慣などについて講話を行っています。
認知症ケアを身に付ける 認知症重度化 予防実践塾	認知症ケアの基礎を学び、講師からの助言を受け家庭や職場で認知症ケアを実践、その実践結果に対して再度助言を受けることを繰り返す、「実践型」の学習会です。全4回で、施設等の専門職だけでなく家族介護者も参加し、認知症の症状改善に取り組めます。

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)



図書館だより

令和2年

2
February

開館時間 (本館) 9:00～19:00
(分館) 10:00～18:00

新着おすすめ8+8

医者が教える小林式お風呂健康法
オカシナ記念病院
風間教場
清く貧しく美しく
捨てる贅沢
それでも病院で死にますか
涙をなくした君に
8050問題

小林 弘幸
久坂部 羊
長岡 弘樹
石田 衣良
ドミニク・ローホー
尾崎 容子
藤野 恵美
黒川 祥子

一般書

新着図書(263冊)

あなたがおおくなるひまで
きれいずきのマグスおばさん
食虫植物のわな
ちび竜
日本を変えた地味スゴ歴史人物伝
ねこなんていなきやよかった
みけねえちゃんというてみなモフモフさいこう!
ロビンソン

ナオコ・ストゥーブ
イーディス・サッチャー・ハード
木谷 美咲
あべ 弘士
伊藤 純郎
ささめや ゆき
村上 しいこ
ピーター・シス

児童書／えほん

★休館日の案内★ 2月28日(金) 館内整理日

★一般行事★

○第3回歴史講座 考古学教室 『親子で勾玉を作る』

・日時 2月22日(土) 10時～(開場9時30分)

・場所 市立図書館 多目的ホール

・対象 親子(小学生)

・参加費 無料

・定員 親子15組(大人1人につき子ども2人まで)

・申込 事前申込制(図書館カウンターか電話にて)

※勾玉は子どもさんの人数分のみです。親子で協力して作りましょう。

※変更の可能性ありますので、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 3(35)2923

★休館のお知らせ★

蔵書点検のため、本館は3月2日(月)から6日(金)まで、分館は2月27日(木)、28日(金)に休館します。

利用者の皆さまにはご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

休館中の本・雑誌の返却については、本館は返却ポスト(北玄関夜間出入口左側)をご利用ください。DVD等の視聴覚資料と紙芝居は、破損の恐れがあるため返却ポストを利用できません。開館日に直接カウンターにお返しください。

ガソリンを携行缶で購入する皆さまへ

令和元年7月に発生した京都府京都市伏見区の爆発火災を受け、消防法(危険物の規制に関する規則)が改正され、令和2年2月1日から、ガソリンスタンド等においてガソリンを携行缶で購入する人に対して、本人確認(運転免許証の提示等)、使用目的の確認を行うとともに、販売記録を作成することが義務付けられました。

皆さまのご理解とご協力をお願いします。

【問い合わせ先】

四万十消防署 予防第二係(危険物担当)

☎(34)5881



2月は「北方領土返還運動全国強調月間」です

令和から 新たな一歩 返還へ
2月7日は「北方領土の日」



北方領土
イメージキャラクター
エリカちゃん

北方領土返還要求運動高知県民会議

〒780-0870 高知市本町1-6-24 高知商工会議所内 TEL:088(875)1170

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 3月25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

空き家相談会開催

四万十市への移住を支援する会では、市と連携して移住支援に取り組んでいます。

市内で、移住者に対して賃貸可能な空き家を所有している人を対象に移住支援用住宅についての登録方法や空き家の改修等に対する補助金についての相談会を開催します。

午前は予約制、午後は予約不要です。で、お気軽にお立ち寄りください。

▼日時 2月19日(水) 9時～12時(予約制)
13時～16時(予約不要)

▼場所 中村天神橋32番地
四万十市への移住を支援する会事務所

【問い合わせ・予約先】

特定非営利活動法人 四万十市への移住を支援する会 担当 熊谷
☎(35)2357



おわびと訂正

広報1月号30ページに掲載しました「人権絵画標語展入賞者紹介」について、掲載内容に誤りがありましたので、おわびして訂正します。

人権標語 小学生の部
副市長賞 中山華鈴さん
東山小6年
東中筋小4年

人権標語 中学生の部
審査員特別賞 林瑠愛さん
ふりがな はやし るあ
ふりがな はやし るい



「広報しまんと」
スマートフォンで
配信中!



定期相談所

	日 時	場 所	相談内容	問い合わせ先
行政相談所	2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 真理子	(市)総務課 ☎(34)1804
特設人権相談所	2月12日(水) 10時～12時 13時～15時	田黒集会所	金銭・相続・借地借家・結婚・離婚・セクハラ・DV・いじめ・児童虐待など人権に関する問題(無料・秘密厳守)	高知地方法務局 四万十支局 ☎(34)1600 FAX(34)1601

令和元年度四万十市「人権絵画標語展」入賞作品紹介

今月より令和元年度に開催した「人権絵画標語展」の入賞作品を毎月紹介します。

【絵画の部】

・市長賞
たなか
田中 ときさん
(東山小学校1年)
「てつぼうれんしゅう
みんなでね」



【標語の部】

・市長賞
たなべ ゆま
田邊 柚摩さん
(中村南小学校6年)

車いす
思いやりで
助け合う

A stylized illustration of a baby with grey skin and a blue bow in their hair, sitting in a light blue stroller. The baby is holding a small blue star-shaped object. The stroller has two large black wheels with white spokes.

住所
赤ちゃん
保護者

A simple line drawing of a baby with a joyful expression, running towards the left. The baby has short hair, rosy cheeks, and is wearing a onesie. Three curved lines above the head indicate motion or happiness.

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。

住所氏名(享年満年齢)

田 野 川 乙 刃 本	伊 才 原 福 田	藏 岡 乙 吉 岡	藏 岡 甲 景 平	平 野 山 本	双 海 沖 儀	下 田 植 木	下 田 澤 田	鍋 島 山 本	間 崎 山 口	有 岡 下 坂	九 樹 大 原	九 樹 杉 本	横 瀬 松 本	森 沢 正 木	具 同 新 谷	具 同 藤 本	古 津 賀 濱 田	古 津 賀 安 光	不 破 三 谷	右 山 五 月 町	右 山 元 町
定 子	義 信	貞 子	米 尾	千 代 子	儀	小 糸	俊 晴	富 子	雅 温	佐 登 志	富 二 子	庄 司	都 代 子	義 彦	良 行	貞 男	司 郎	益 男	富 土 枝	達 彦	桃 枝
98	87	94	89	100	90	70	56	92	67	88	89	94	78	91	87	64	76	95	93	60	91

岩田井森	佐田佐田	川登伊與田	住次郎伊勢脇	大用佐竹	西土佐江川柴
93	86	93	83	88	79
祐惠	章	喜久惠	富光	操	要員

173

今年も記念に何かいい本に巡りあえないかと、ぼんやり※あ
も読んでほしいものと思いまし
た。

『優等生の「ほく」が通い始めたのは、人種も貧富もごちゃやまぜのイカした中学校。ただでさえ思春期つてやつなのに、毎日が事件の連続だ。人種差別丸出しの美少年、ジェンダーに悩むサッカー小僧。時にはギスギスしたり、何が正しいのか、生正しければ何でもいいのか。生

保育士・ライターでコラムニスト。1965年福岡市生まれ、音楽好きで渡英し、ロンドンの日系企業に数年間勤務したのち保育士資格を取得。「最低保育所」で働きながら文を書き、数多くの著書にドキュメント賞も受賞しているとのこと。

一家は息子が中学生になって、選んだ学校が今までのエリート校区ではなく、一般的に「荒れている地域」に居住し、白人の夫と共に男の子を育てながら、親も子も夫婦も成長していく姿が、楽しいエピソードのようになっています。

ともなつて語られていました。さっそく市内の書店に駆けつけ運よく売れ残りの一冊を求めました。ともかくおもしろい。数々のエピソードは、神の声の

これからもこの色は変わっていくだろう。子どもというやつは変わり続けるに違いない、本の最終行を著者は、そのように締めくくっています。

山本衛

四万十市人権啓発講師

ような多くの格言にあふれ、半
日かけ一気に読了しました。

現役子育ての方々にぜひと

※あさイチ…テレビ番組

※あさイチ…テレビ番組

山本衛



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。

2月 2日(日)	市民病院	☎(34)2126
9日(日)	中村病院	☎(34)3177
11日(火)	幡多病院	☎(34)6211
16日(日)	市民病院	☎(34)2126
23日(日)	竹本病院	☎(35)4151
24日(月)	大野内科	☎(37)5281
3月 1日(日)	市民病院	☎(34)2126
8日(日)	さくらクリニック	☎(35)2555

人のうごき ~12月末日現在~ ()内は、前月との差

総人口	33,680人 (△10)	転入	51人
男	15,960人 ()	転出	39人
女	17,720人 (△11)	出生	17人
世帯数	16,630世帯 (△5)	死亡	39人

2月実施の統計調査

調査名	該当地区
①労働力調査	中村大橋通、具同馬越
②毎月勤労統計調査(二種)	楠島、国見、荒川
③経済センサス-基礎調査	西土佐地域全域
④2020年農林業センサス	市内全域

【☎①・②】(県)総務部統計分析課 ☎088(823)9344

【☎③・④】(市)企画広報課 広報統計係 ☎0880(34)1810

日直指定水道業者



●水道料金は口座振替で●

2月 1日(土)	有福永工業	☎(35)5996
2日(日)	有カキタニ設備	☎(33)0660
8日(土)	岡崎プロパン(株)	☎(35)3458
9日(日)	有夕部設備	☎(37)3383
11日(火)	株奥宮工業	☎(37)5151
15日(土)	有大同設備	☎(35)4879
16日(日)	有山下建設	☎(33)0653
22日(土)	豚座建設(株)	☎(34)6031
23日(日)	有平野水道	☎(35)2316
24日(月)	森下住宅器機	☎(34)4855
29日(土)	土居水道工事店	☎(32)1095
3月 1日(日)	中村水道工事センター	☎(35)4323
7日(土)	株中村住設	☎(34)3621
8日(日)	有大杉設備工業	☎(34)2324

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」3月号は
2月26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