

広報 しまんと

SHIMANTO

No.188

2020

12

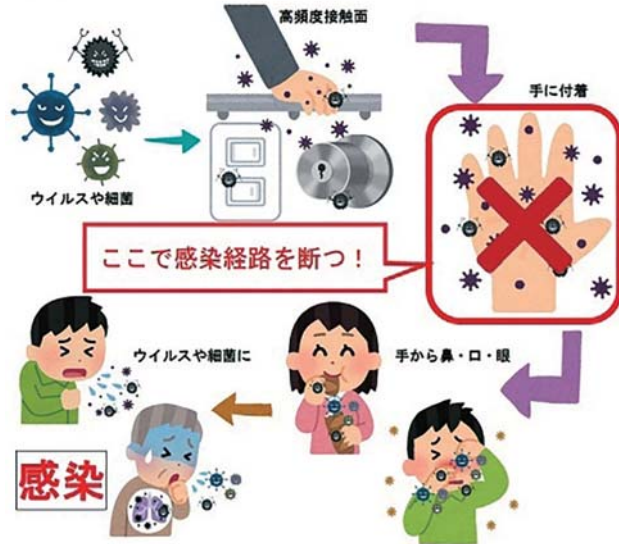


はれのは音楽祭
～Shimanto+Terrace はれのは～

新型コロナウイルス感染症に感染しないために

新型コロナウイルスに感染しないために日ごろから疲れをためず十分な睡眠と栄養を取って免疫力を高めましょう。予防行動として、「3密の回避」「手洗い」「マスクの着用を含む咳エチケット」をお願いします。定期的な換気と消毒も有効です。

新型コロナウイルス感染症は、図のように感染していきます。



家庭用洗剤の情報



塩素系漂白剤の情報

正しい手の洗い方



手洗いの前に

・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう

■誹謗や中傷をしないでください

陽性と判定された方やその家族のショックは計り知れません。さらに心ない誹謗中傷が向けられることとなれば、本人をはじめ、家族にとって大きな心の傷となります。

こうした行動は、人々の不安をあいり感染が疑われる症状が出て受診をためらい、結果的に感染が拡大するという負の連鎖につながります。

新型コロナウイルス感染症は、誰にでも感染リスクがあります。市民の皆さまにおかれましては、誹謗中傷など人権侵害につながらないように冷静な行動をお願いします。

問い合わせ先 市 健康推進課 地域保健係 ☎(34) 1823 FAX (34) 0567

ひとり親世帯臨時特別給付金 申請受付中

新型コロナウイルス感染症の影響を受けたひとり親世帯に対する臨時特別給付金の申請を受け付け中です。まだ申請を行っていない方は、期限内に申請をお願いします。(6月分の児童扶養手当受給者には、基本給付を8月25日に支給済み)

■申請期限 令和3年2月26日(金)まで

基本給付、追加給付の対象者等の詳細は、下記までお問い合わせください。

問い合わせ・申請先 本市 子育て支援課 支援係 ☎(34) 1801 FAX (34) 9003
支所 西土佐福祉こども分室 ☎(52) 1132 FAX (52) 1024
<http://www.city.shimanto.lg.jp/info/05-110.html>

あなたの意見を聞かせてください！ パブリックコメントの実施

市で策定を進めている各種計画について、皆さまのご意見を反映させるため、下記のとおりパブリックコメントを実施します。

■意見を提出できる方

市内に住所を有する方、市内に事務所または事業所を有する方、市内に勤務・通学する方

■意見の提出方法

閲覧場所に備え付けの用紙または市公式ホームページから様式をダウンロードし、必要事項を記入のうえ、提出先に郵送、ファクシミリ、電子メールまたは直接提出してください。

■意見提出の留意事項

- ・氏名、住所等の記入がない意見や電話など口頭による意見は受付できません。
- ・意見に対する個別回答はいたしかねますので、あらかじめご了承ください。
- ・提出していただく意見は日本語に限ります。
- ・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、市の考え方と合わせて公表します。

個人情報の利用目的

意見に記載された個人情報については、意見の内容を確認する場合にのみ利用します。また、意見などの概要を公表する際は、個人情報は公開しません。

「四万十市文化複合施設(仮称)管理運営実施計画(素案)」

市では、「文化センター」、「中央公民館」、「働く婦人の家」の3施設を複合化した文化複合施設の整備を進めており、新施設開館後の事業計画、施設の利用・運営・管理計画などをまとめた「四万十市文化複合施設(仮称)管理運営実施計画」の策定を進めています。

■募集期間 12月18日(金)～令和3年1月18日(月)

■計画案の閲覧場所  企画広報課、 地域企画課、生涯学習課(古津賀4丁目41)、
市公式ホームページ(<http://www.city.shimanto.lg.jp/gyosei/composite/index.html>)

問い合わせ・提出先  企画広報課 文化複合施設整備推進室
〒787-8501 四万十市中村大橋通4丁目10番地
☎(34) 1501 ☎(35)0007 ✉ bunkafukugou@city.shimanto.lg.jp

「四万十市高齢者福祉計画・第8期四万十市介護保険事業計画(案)」

市では、医療や介護が必要な状態になっても、住み慣れた地域の中で自分らしく安心して日常生活が過ごせるよう、自助、互助、共助、公助を基本とした地域社会の実現を目指し、「四万十市高齢者福祉計画・第8期四万十市介護保険事業計画」の策定を進めています。

■募集期間 12月25日(金)～令和3年1月14日(木) ※募集期間は変更となる場合があります。

■計画案の閲覧場所  高齢者支援課、 保健課、市公式ホームページ
(<http://www.city.shimanto.lg.jp/gyosei/public/doc/system-05.html>)

問い合わせ・提出先  高齢者支援課 介護保険係
〒787-8501 四万十市中村大橋通4丁目10番地
☎(34) 1165 ☎(34) 0567 ✉ kaigo@city.shimanto.lg.jp
 保健課 保健係
〒787-1603 四万十市西土佐用井1110番地28
☎(52) 1132 ☎(52) 1024

《四万十市文化複合施設管理運営実施計画 市民ワークショップ》 フロントスタッフ講座参加者募集

市では、文化複合施設の整備計画を進めており、将来の施設運営にあたっては、市民の皆さんに愛着をもっていただけるよう、皆さんとともに盛り上げていける施設にしたいと考えています。

その第一歩として、本年度、イベントでのフロントスタッフの役割や心構え、楽しさを学ぶフロントスタッフ講座を開催します。星乃もと子氏（(有)シアターマネージメントプラン代表）を講師にお招きし、2回の講座で座学と実践練習を行います。

施設を利用して発表会などを開催されている方、これから施設を利用したいと考えている初めての方も大歓迎です。ぜひご参加ください。

■日時

第1回「フロントスタッフを知る」 12月19日（土）9時～12時

第2回「フロントスタッフを体験」 12月20日（日）9時～12時

■会場 市立文化センター

■対象

市内に居住または通勤・通学している原則中学生以上の方
（未成年の方は保護者の承諾が必要です。）

※原則、2回とも参加できる方を対象とします。1回だけの参加でもかまいませんが、参加者多数の場合、2回とも参加できる方を優先して選考します。

■募集人数 30名程度

■参加料 無料

■応募方法 電話、FAX、メール

※住所・氏名・年齢・電話番号・所属している団体があればその名称を明記してお申し込みください。

※電話受付は8時30分～17時15分（土・日を除く。）

■応募期限 12月14日（月）

問い合わせ・申込先

☎ 企画広報課 文化複合施設整備推進室

☎ (34) 1501 ☎ (35) 0007 ✉ bunkafukugou@city.shimanto.lg.jp

地域おこし協力隊が着任しました！ ～農業振興担当～

こんにちは。このたび、11月1日より西土佐地域の農業振興担当の地域おこし協力隊員に着任いたしました岡本康夫と申します。

幡多農業高校出身で農業にはずっと興味があり、四万十市の募集要項を見て、思い切って挑戦してみようと思い応募しました。

西土佐地域の基幹作物の振興と、情報発信のための動画投稿などの活動をしたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

■前住所 高知県高知市

■趣味 読書

■好きな食べ物 トマト、りんご



コミュニティ助成事業を活用し整備されました



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、各地区で神輿やテント、法被などのコミュニティ活動備品が整備されました。

片魚地区と山路地区は、今年は残念ながら祭りが中止になりましたが、この日は新しく整備された備品を見るため、多くの住民が集まりました。

また、具同地区では11月14日にお披露目イベントが開催され、整備された備品を通じて人の輪が広がったようでした。

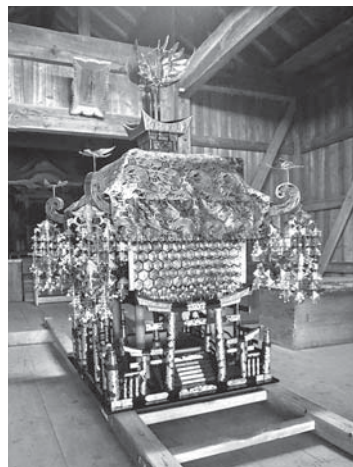
コミュニティ助成事業では、地区が地域活性化に取り組む活動について支援をしています。

■片魚地区

イベント用備品の整備
(テント、太鼓など)



■山路地区 神輿の改修



■具同地区区長会

法被、提灯台地方車の
装飾品の整備



問い合わせ先 市 企画広報課 企画調整係 ☎ (34) 1129 FAX (35) 0007

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、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。

■実施期間

年末 12月7日(月)～

年始 12月16日(水)までの10日間

令和3年1月8日(金)～

1月17日(日)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・妨害運転の根絶
- 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

市 環境生活課 市民生活係

☎ (35) 4147

FAX (34) 7466

防災学習・防災訓練が実施されました

◆10月17日 後川地区(利岡小学校・後川中学校)

当日は、利岡小学校、後川中学校の関係者や後川地区の住民など、約90名が参加しました。

防災学習では、いつ起こるか分からない大規模災害への備えとして防災リュックについてや、けがをした時に実践できる三角きんや毛布などの身近なものを使った応急処置の方法について学びました。

続いて、学校による生徒の引き渡し訓練や、地震防災課による感染症対策を踏まえた避難所運営に関する説明がそれぞれ行われました。



防災リュック学習会の様子



身近なものを使った応急処置の様子

◆10月23日 中筋地区(中筋小学校・中筋中学校)

当日は、中筋小学校、中筋中学校の関係者や中筋地区の住民など、約80名が参加しました。

訓練は、中筋中学校の生徒がリーダーとなり、避難所の開設と運営の訓練をそれぞれ行いました。(感染症対策を踏まえた避難所受付手順の確認や、給水車からの給水訓練等)

また、トイレ対策として、携帯トイレを体育館のトイレの便座にかぶせて使用する実践訓練も行いました。



避難所開設の様子



給水車からの給水訓練の様子

両地区とも、訓練の受付時には検温や受付名簿への氏名記載等、感染症対策を行ったうえで訓練が実施されました。このような防災訓練を行うことで、南海トラフ地震が発生した時の防災や避難所のあり方について学ぶことができました。

◆災害時のトイレについて

大規模災害の発生時には、断水や配管の損傷などの理由により、トイレが使用できなくなる恐れがあります。生きるうえで、食べること、飲むこと、「排せつすること」は必要不可欠です。長時間トイレを我慢すると、体調を崩し、災害関連死につながる可能性もあります。

市では、市の指定避難所などに携帯トイレを備蓄していますが、ご家庭でも、携帯トイレの備蓄を進めていきましょう。



イメージ図

四万十市競争入札参加 資格審査申請の受付

令和3年度(市外業者は令和3・4年度)に市が発注する建設工事・物品買入れなどの競争入札への参加希望者は、左記により申請してください。

■受付期間

令和3年1月4日(月)～2月1日(月)
※土・日・祝日を除く。

■申請方法

ウェブ申請(現在システム構築中)
※書面申請も持参または郵送で受け付けますが、期間内必着とします。

■申請書類

- ①競争入札参加資格審査申請書
 - ②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)の写し
※建設工事のみ
 - ③納税証明書
 - ④暴力団排除に関する誓約書及び
照会承諾書
 - ⑤その他
- ※詳細は、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
〒787-8501
四万十市中村大橋通4丁目10番地
☎(34)6120
FAX(34)6767

漏水調査実施中

左記の給水区域において、安全で安定した水道水の供給を行うため、水道管の漏水調査を行っています。
漏水調査は、委託証明書を携帯した調査員が路上で調査しますが、場合によっては宅内量水器まで確認することがあります。
ご理解とご協力をお願いします。

■実施地区

中村、東山、下田、具同地区の全域、
東中筋地区の一部

■実施期間

令和3年3月10日(水)まで

問い合わせ先

市 上下水道課 水道係
☎(34)1149
FAX(34)0381

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)



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3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、ビニールハウス、漁船など

■提出期限 令和3年2月1日(月)

※申告が必要な方には12月中旬をめどに申告書を送付します。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。

※「新型コロナウイルス感染症等に係る中小事業者等の事業用家屋及び償却資産に対する固定資産税の課税標準の特例措置に関する申告書」を提出する方も提出期限までに提出が必要です。詳細は市公式ホームページをご覧ください。

<http://www.city.shimanto.lg.jp/info/05-111.html>

土地、家屋の異動はありませんか～次のような異動があったときはお知らせください～

①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

②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、賦課期日である毎年1月1日に固定資産(土地、家屋、償却資産)を所有している方に対し、その固定資産の価格をもとに算定されます。

問い合わせ・提出先

市 税務課 資産税係
支所 西土佐住民分室

☎(35)4428

FAX(34)8180

☎(52)1112

FAX(52)2124

令和3年度 保育施設の入所案内

◇入所申込について

《保育所・地域型保育事業の申込方法》

市への申し込みとなります。所定の入所申込書に必要書類を添えて提出してください。

※入所申込書は12月1日(火)から^{〔市〕}子育て支援課保育係、^{〔区〕}西土佐福祉こども分室にて配布を開始します。
(市公式ホームページからもダウンロード可能)

※現在、保育施設に入所しており、令和3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、現在入所中の保育施設から連絡します。

○申込期間

4月入所 12月21日(月)～ 令和3年1月15日(金)

5月以降入所 令和3年1月4日(月)～随時 ※前月15日を締切として随時受付します。

※土・日・祝日および年末年始(12月29日～1月3日まで)は除く。

○申込書受付(配布)場所および時間

^{〔市〕}子育て支援課 保育係、^{〔区〕}西土佐福祉こども分室 受付時間8時30分～17時15分

※本庁のみ水曜日は19時まで

※申込期間を過ぎても随時受付しますが、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 次の2つの要件の両方に該当する児童

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、9ページ ◇教育・保育認定制度をご覧ください。

○1号認定(直接、施設へ申込) ※市への手続きは不要

◇認定こども園なかむら園・中村幼稚園・・・11月10日(火)より受付開始

◇認定こども園ひかりこども園・・・・・・・12月1日(火)より受付開始

○2号・3号認定(市へ申込)

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》と同じ



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

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 (^{〔市〕} 子育て支援課保育係・ ^{〔区〕} 西土佐福祉こども分室)	
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 ひかりこども園 (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)/ひかりこども園(0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/リトル・フレンド(0歳児～2歳児) 地域型保育事業 めいはうす(0歳児～2歳児)	

◇教育・保育給付認定制度

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、保育所等の入所申し込みと同時に行います。

＜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。(家庭的保育施設等)

☆令和3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
あおぎ保育所	右山元町2丁目3番1-31号	(35) 3582	185	9か月
下田保育所	下田2260番地1	(33) 0133	50	1歳
竹島保育所	竹島3318番地	(33) 0746	45	1歳
古津賀保育所	古津賀1丁目120番地	(35) 4886	100	1歳
東山保育所	安並1726番地	(35) 6472	80	2歳
蕨岡保育所	蕨岡甲6797番地	(32) 1031	45	1歳
大用保育所	大用860番地6	(39) 2413	20	1歳
利岡保育所	利岡22番地1	(35) 6664	30	1歳
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
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	205	1歳
ひかりこども園	中村東町1丁目23番地	(35) 6605	165	3か月
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

※各保育施設の入所定員は令和2年12月1日現在のものであり、変更となる場合があります。

＜入所年齢＞

	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可能
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可能 ※年度途中で満1歳に達しても入所できません。
3	あおぎ保育所、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可能
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可能
5	リトル・フレンド、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可能
6	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可能 ※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可能
7	認定こども園 ひかりこども園	(保育部分) 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可能 (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可能

※実施予定保育所および入所年齢等は令和2年12月1日現在のものであり、変更となる場合があります。

問い合わせ先

本所 子育て支援課 保育係 ☎(34) 1780 FAX(34) 9003 支所 西土佐福祉こども分室 ☎(52) 1132 FAX(52) 1024

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。

平均的に新薬より低価格であるため、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、治療内容により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

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た場合に薬代の自己負担額の軽減が見込まれる方に対して、平成23年3月から差額を通知しています。その結果、市では本年10月までに約4億1721万円の医療費削減効果があったと見込まれます。

ジェネリック医薬品への切り替えは、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の場合

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」を利用すると便利です。

医療費削減のため、ジェネリック医薬品の利用と普及にご協力をお願いします。



このカードは保険証と一緒に送付しています。
左記の窓口にもあります。

問い合わせ先

市 市民・人権課 国保係
☎ (34) 1114
FAX (34) 0567
西土佐住民分室
☎ (52) 1112
FAX (52) 2124

家庭ごみの出し方について

①大きな発泡スチロール

(1辺が50cm以上2m以内のもの)
50cm未満に小さくして普通ごみとして出すようにしてください。

②古着・古布

靴下は、古着・古布として回収できなくなりましたので、普通ごみとして

出してください。衣類以外の綿の入ったもの(ぬいぐるみやキルトの敷布団カバーなど)は古着・古布として回収できませんのでご注意ください。

古着・古布を出す際は、汚れないように半透明または乳白色の中が見えるポリ袋に入れ、タンスにしまえるきれいな状態のものを出してください。

これからも、市のごみ減量に関してご理解と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
FAX (34) 7466

防犯カメラ(子ども見守りカメラ)を設置しました

高知県街頭防犯カメラ等設置支援事業費補助金を活用し、安全・安心に子どもを通学、遊ばせることのできる環境づくりや犯罪等の抑止・防止を目的に設置しました。

迷惑行為や犯罪等の抑止(未然防止)はもとより、近隣住民等の安心感の向上、事態が起こった時の事実確認および早期解決などの効果が期待できます。

■設置場所(1か所)

古津賀1丁目29(古津賀5号公園内)

問い合わせ先

市 環境生活課 市民生活係
☎ (35) 4147
FAX (34) 7466



安並運動公園内が 全面禁煙となります 令和3年1月1日より

安並運動公園では、施設ことに指定喫煙所を設置していましたが、健康増進法改正の趣旨に基づき、受動喫煙による健康影響が大きい子ども等に特に配慮するため、運動公園内を全面禁煙とすることとしました。

市民の皆さまのご理解とご協力をお願いします。

問い合わせ先

市 生涯学習課 スポーツ振興係
☎ (34) 2071
FAX (34) 4894

幡多広域消費生活センター便り

カニの電話勧誘、トラブルに注意！

この季節、カニなどの魚介類の購入を勧誘する電話が増えます。電話勧誘で商品を購入する場合、実物を自分の目で確認できないため、トラブルになることがあります。

【県内事例】

- ①県内の業者から「ズワイガニの水揚げ量が全国一になったから半額で提供できる」と電話があった。初めは値段を言わなかったが、話しているうちに「ズワイガニ2kg4万円が、2万円になる。さらに1万5千円に値下げする。」と言われ契約した。弟に相談してインターネットで業者の電話番号を調べると、詐欺業者との情報があったので解約したい。(60歳代 女性)
- ②電話で勧誘され、カニを注文。宅配便で商品が届き、その場で代金を支払った。しかし、中身を確認すると注文したものとサイズが異なっていたので、業者に連絡し返金を希望すると承諾された。商品は宅配業者に渡し返品したが、期日になっても返金されない。業者に連絡するが、留守番電話になってつながらない。(60歳代 女性)

【アドバイス】

- ・勧誘されても、必要がない場合はきっぱり断りましょう。
- ・勧誘によって断りきれずに承諾した場合は、法的書面を受け取った日を含めて8日以内はクーリング・オフができます。
- ・断ったにも関わらず商品が届いた場合は、受け取り拒否をしましょう。
- ・困ったときは消費生活センターにご相談ください。(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。

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)8805 FAX(34)8809

〒787-0012 四万十市右山五月町8番13号(アピアさつき 2階駐車場西側)

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



上下水道課 総務係

☎(34)1711

FAX(34)0381



産業建設課 管理土木係

☎(52)1114

FAX(52)2124

「～市長と語ろう～ 市政懇談会」を開催

市では、市民の皆さまへ、市政の現状や、今後優先的に取り組むべき施策や目標の報告を行うとともに、地域の課題や市政に対するご意見などをお聞きし、可能な限り市政に反映することを目的に市内全域で市政懇談会を開催しました。

市民の皆さまからは、道路整備、防災に関する要望が多く聞かれ、また地域の高齢化や人口減少についての不安や取り組みについての提案など多くのご意見をいただいたところです。

今後も地域に密着し、早急に取り組むべき課題など精査し、解決に向けて取り組んでまいります。



◆懇談会での主な内容

道路整備

- ・国道441号の早急な整備
- ・市道整備（落石除去、路面舗装など）
- ・橋梁（沈下橋含む。）の整備

防災関係

- ・避難所の整備（情報収集のためテレビ設置、トイレの洋式化など）
- ・ヘリポートの設置
- ・避難路整備
- ・防火水槽設置、消防道の整備
- ・コロナ禍での避難対応

高齢化・人口減少、地域振興等

- ・5年、10年後の人口見通しや地域の存続
- ・限界集落となる地域での農林業振興
- ・高齢者、独居老人への対応
- ・光回線、Wi-Fi等の設備の充実 など

◆開催状況等

地区名	開催日時	人数	地区名	開催日時	人数
八束	8月 4日(火)	10	大川筋	8月20日(木)	6
中筋	8月 5日(水)	6	江川崎(方の川・下方(宮ノ前より西))・西ヶ方	8月22日(土)	9
口屋内・玖木・奥屋内	8月 7日(金)	7	中村	8月23日(日)	15
江川崎(宮地・奈路・館・下方(伊豆ヶ谷より東))・長生・用井	8月 8日(土)	7	下田	8月24日(月)	13
下家地・中家地	8月 9日(日)	5	西富山	8月26日(水)	10
大宮・須崎・薮ヶ市	8月 9日(日)	10	具同	8月29日(土)	9
本村・中組・押谷・権谷・半家	8月10日(月)	4	東山	9月29日(火)	13
蕨岡	8月12日(水)	12	東中筋	9月30日(水)	11
東富山	8月17日(月)	7	藤ノ川	10月 1日(木)	8
後川	8月19日(水)	11	津野川・橋・岩間・津賀・中半	10月 5日(月)	13

問い合わせ先 市 企画広報課 広報統計係 ☎(34) 1810 FAX(35) 0007

市民のひろば

第30回片魚ふるさと祭りは中止としました

毎年12月に開催している片魚ふるさと祭りは、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため今年は中止することとしました。

例年大盛り上がり「あいがもレース」や「もち投げ」などの催しを、今年も行う予定だったが、だけに残念でなりません。

片魚ふるさと祭りには毎年多くの皆さまに来ていただき、皆さまとの交流の中で活力をいただき、地区にとっても有意義な一日となっています。

来年の片魚ふるさと祭りでは、皆さまにお会いできるのを楽しみにしております！

片魚地区区長 東正世





県民座談会
「濱田が参りました」開催

10月30日、市立武道館で県民座談会「濱田が参りました」が開催されました。

この座談会は、濱田高知県知事が県内市町村をめぐり、住民との対話を通じて各地域の強みや課題を把握して、県政の取り組みに活かすことを目的としています。

当日は、産業、福祉、教育、防災、中山間の各分野の代表者が、日ごろの活動内容や今後の課題について発表すると、県知事が熱心に耳を傾け、感想を述べるとともに各分野の代表者に質問する場面も見られました。

また、傍聴者と県知事の質疑応答もあり、積極的な意見交換が行われた2時間となりました。



はれのば音楽祭 開催

10月30日から11月1日までの3日間、4月にオープンしたShimanto+Terraceはれのばにて、半年遅れのオープニングイベントの一つである「はれのば音楽祭」が開催されました。

幡多地域で活躍する楽団や県内出身のアーティストなど、さまざまな出演者が歌やダンス、演奏、大道芸などを披露し、会場は大いに盛り上がりしました。会場では明るい曲に手拍子をしたり、ゆったりとした曲に聴き入ったり、通りがかった方も足を止めるなど、大人も子どもも楽しめるひと時となりました。

市長日誌

10月15日～11月14日

- 10月15日 四万十市まち・ひと・しごと創生推進本部会議
- 16日 高知県のアユ資源に関する知事懇談会(高知市)
- 19日 蕨岡中学校及び大川筋中学校休校に伴う四万十川ウルトラマラソン感謝状贈呈式
- 20日 幡多広域市町村圏事務組合議会定例会
- 20日 四万十市水道料金審議会
- 21日 全国治水砂防協会四国地区支部長会議 講演会(高知市)
- 22日 令和2年度全国景観会議
- 22日 幡多6市町村長Web会議
- 23日 第19回四国地方治水大会(高知市)
- 27日 第1回産業振興計画フォローアップ委員会
- 28日 四万十市建設協会との意見交換会
- 30日 県民座談会「濱田が参りました」in四万十市
- 11月1日 令和2年度高知県戦没者追悼式(高知市)
- 2日 横瀬川ダム湖名称選定委員会
- 6日 主要地方道西土佐松野線改良促進期成同盟会及び県道数ヶ市松野線改良促進期成同盟会 要望活動(高知市)
- 6日 土佐西南大規模公園建設促進同盟会 要望活動(高知市)
- 7日 四万十元気祭
- 9日 令和2年度高知市町村道整備促進協議会 要望活動(東京都)
- 10日 令和2年度道全協 安心安全の道づくりを求める全国大会(東京都)
- 11日 高知県道路利用者会議との合同提言(東京都)
- 12日 四国横断自動車道高知県建設促進期成会ほか 要望活動(東京都)
- 12日 第9回新たなまちづくりを考える研究会(東京都)
- 13日 全国治水期成同盟会連合会 全国治水事業促進全国大会(東京都)
- 13日 自衛隊募集相談員委嘱式



防犯
メモ

SNSなどでの犯罪被害防止

SNSやオンラインゲームなどで知り合った相手に気軽に自分の個人情報を教えることや、会うようなことは絶対にしないでください。会うと年齢も性別も全くの別人で、誘拐事件や性犯罪の被害にあったというケースが急増しています。呼び出されても絶対について行かないでください。

被害者は低年齢化しており、女子児童に限らず男子児童もいます。SNSやゲームを犯罪に使う人がいますので注意しましょう。

●保護者の皆さまへ

大切な子どもたちがネット犯罪に巻き込まれないために、子どもがネットをどのように使っているのかを確かめましょう。危険な使い方をしている時は、やめさせてください。

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

今月は

固定資産税 4期分
国民健康保険税 6期分

の納付月です

募集

第16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」を推進するため、顕著な功績をあげた個人、団体を「四万十市スポーツ賞」として表彰しています。

つきましては、推薦基準を満たす個人または団体の推薦を募集します。

▼推薦書の配布方法

生涯学習課(市民スポーツセンター)、西土佐教育分室、具同体育センターで配布。市公式ホームページからダウンロードもできます。

▼募集期限

令和3年2月1日(月)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】

市内在住もしくは本市出身者で、令和2年2月1日から令和3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】

市内在住もしくは本市出身者で、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

【特別栄誉賞】

市内在住もしくは本市出身者で、

令和2年2月1日から令和3年1月31日の間に国際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および、本市出身で全国大会において優勝した個人もしくは優勝した団体に所属していた個人

▼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3年3月7日(日)10時

会場 市立武道館(安並)

問い合わせ・申込先

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

FAX(34)4894

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。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、学生はその授業をインターネットで好きなときに受講することもできます。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科目から学べます。

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。半年だけ学習することも可能です。全国に学習センターやサテライトスペースが設置されており、サークル活動などの学生の交流も行われています。

無料で資料を差し上げていますので、お気軽にご請求ください。

▼出願期間

第1回 令和3年2月28日(日)まで

第2回 令和3年3月16日(火)まで

▼授業料

1科目1万1千円(入学金は別)

問い合わせ・資料請求先

放送大学高知学習センター

☎088(843)4864



令和3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・中学校、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・科目の授業のみ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・福利課のホームページ
（<http://www.pref.kochi.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3年4月当初の採用を希望する場合は、令和3年1月29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 人事企画担当

☎ 088（821）4903
〒780-0850
高知市丸ノ内1-7-52



教室・講座

しめ飾りづくり教室

お正月に玄関に飾るしめ飾りを自分で作り、気持ちも新たに新年を迎えませんか。（シルバー教室の家庭園芸講座の皆さんにご協力いただきます。）

▼日時

12月28日（月）13時30分～15時30分

場所 市立文化センター大会議室

対象者 小学4年生以上

定員 先着15名

参加費 無料

※稲わらやまつぼつくり等準備します。

※飾りつけに使用したいものがあればお持ちください。

申込方法 電話

申込受付 12月7日（月）～

問い合わせ・申込先

生涯学習課 公民館運営係

☎（34）7311

8時30分～17時15分

※12時～13時、土・日を除く。

幸徳秋水研究会

▼日時 毎月第2日曜日13時30分～

▼場所 市立文化センター小会議室

▼当面のテーマ

12月13日 幸徳富治

1月10日 秋水非戦論の時代

2月14日 秋水の生家

問い合わせ先

幸徳秋水を顕彰する会 広井健二

☎ 080-5682-7303

催し

SHIMANTOイルミネーション2020

四万十川ライトアップイベントを次のとおり開催します。イルミネーションに彩られた幻想的な世界をお楽しみください。

▼開催期間

12月23日（水）～26日（土）18時～21時

▼会場

四万十川河川敷お祭り広場

※入場料無料、小雨決行

※天候の状況により、開催時間の短縮または中止とする場合があります。

飾りつけボランティア募集

イルミネーションやライトアップの飾りつけなどを手伝っていただくボランティアを募集します。ご協力いただける方は、ぜひご連絡ください。

▼作業日 12月22日（火）9時～

▼募集期間 12月1日（火）～11日（金）

▼募集人数 若干名

▼申込先

四万十市観光振興連絡会議（事務局 観光商工課）

問い合わせ先

四万十市観光振興連絡会議（事務局 観光商工課）

☎（34）1783

FAX（34）2525

（社）四万十市観光協会

☎（35）4171



令和3年 四万十市消防出初式

▼日時 1月10日(日)9時～
▼場所 安並運動公園運動広場

※荒天時は市立中村小学校体育館において式典のみを行います。(9時30分～)

▼内容

・市内車両パレード
(JA高知県幡多地区本部職員駐
車場、市民病院前、安並運動公園
運動広場)

・団員の表彰・車両点検

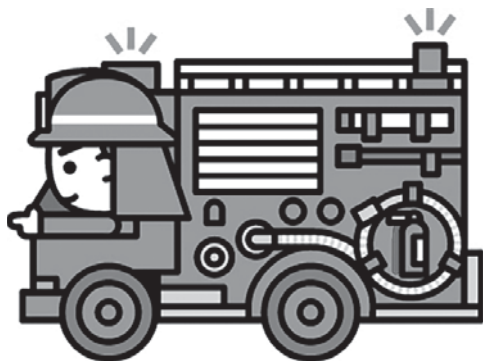
(安並運動公園運動広場)

・全車両による一斉放水(11時ごろ)

※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



出合いのきっかけ事業 魅力アップ講座 出て恋!男塾

印象アップアドバイザーによるマナーやコミュニケーション力を磨く男性講座や、セレクトショップアドバイザーによる着こなし術など、異性との出合いを好印象に変える自分と変わる自分。ぜひご参加ください。

▼日時 令和3年1月17日(日)13時～

▼会場 市内(参加決定後お知らせ)

▼対象者 20歳以上の独身男性

▼定員

10名程度(応募者多数の場合は抽選)

▼参加料 無料

▼募集期限

令和3年1月8日(金)17時15分まで

※土・日、年末年始は除く。

▼申込方法

ホームページ、郵送、電話、メール

※応募受付後、参加者には詳細をお知らせします。

問い合わせ・申込先

市子育て支援課 企画係

〒787-8501

四万十市中村大橋通4丁目10番地

☎(34)9007

✉ kosodate@city.shimanto.lg.jp

http://www.city.shimanto.lg.jp/event/d-men/index.html



第16回 四万十市文化祭のご案内(12月)

四万十市文化祭を開催します。お誘い合わせのうえ、ご来場ください。

行事名	開催日時	会場	入場料
展示 第43回クラブ写真展	12月9日(水)～15日(火) 開場9:00 最終日17:00終了	アピアさつき 1階	無料
舞台 エレクトーンステージ 2020発表会	12月13日(日) 開場12:30 開演13:00	文化センター 大ホール	無料

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 社会教育振興係 ☎(34)7312 FAX(35)4260

スポーツ

第3回 四万十旗争奪 小学生野球大会

四国高知の西南、四万十川が流れる大自然の中で、野球の大好きな子どもたちが集い、野球を通じて交流を深めます。

新型コロナウイルス感染防止対策を行ったうえで開催しますので、皆さまぜひ応援にお越しくください。

▼大会日程

令和3年1月9日(土)、10日(日)

開会式 9日9時～(予定)

※予備日11日(月・祝)

▼会場

四万十スタジアム、大方球場ほか

▼参加チーム数(予定)

16チーム 約5百名

※関西地方や中国地方、九州地方などからも参加予定です。

▼主催 全日本小学生野球交流協会

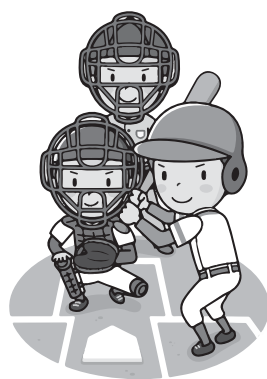
▼主管 高知県小学生野球連盟

問い合わせ先

高知県小学生野球連盟

幡多支部長 有友大

☎090-8972-8848





「広報しまんと」
スマートフォンで
配信中!



ママ&チルドレン

広い体育館で遊んだり、お母さん
どうしてお友だちをつくったり
しませんか?

- ▶日 時 12月9日(水)
10時~11時30分
- ▶場 所 具同体育センター
- ▶参加費 無料

問い合わせ先
子育て応援団ほっとポケット
代表 宮本ルミ
☎090-2892-6607

健康・福祉

問い合わせ先
市生涯学習課 スポーツ振興係
☎(34)2071

新型コロナウイルス感染症の拡大防
止のため、本年度の新春はしりぞめは
中止としました。

新春はしりぞめの中止



【連載】けんこうだより④5

もう特定健診は受けましたか?

「脳卒中」や「心臓病」で突然倒れた!

いえいえ、突然ではありません。気付かないだけで体はサインを出しています。



心臓病や高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病は自覚症状がほとんどありません。知らないうちに進行し、重症化してから「もっと早いうちに…」と悔やまれることが少なくありません。体から出されているサインを確認できるのが健診です。1年に1回の健診を健康づくりのきっかけにしましょう。

- ▶対象者 四万十市国民健康保険の加入者(40歳~74歳)
※年度途中に加入された方は申し込みが必要です。
※国民健康保険に加入している30代の方、75歳以上の方にも基本健康診査を実施しています。

- ▶受診方法 次の2通り ※1年に1回の受診

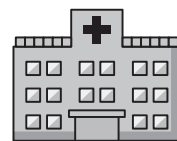
①集団健診で受診(市内の各会場で実施)

対象者には個別に通知しています。
本年度地区の集団健診を受けられなかった方も、まだ間に合います!
受けられなかった方のために案内を送付しています。



②医療機関で受診(県内の特定健診指定医療機関で受診可能)

生活習慣病で治療中の方も、主治医とご相談の上、受診してください。
※事前に申し込みが必要です。30代の方は集団健診のみとなります。



▶受診に必要なもの

- ①特定健診受診券 ②問診票 ③国民健康保険証

※受診券・問診票は各地区の集団健診の日程にあわせて送付しています。
お手元がない方は、お問い合わせください。



健康維新の志士
けん しん太郎 くん

▶基本的な検査項目

- ①身体計測(身長・体重・BMI・腹囲) ②検尿(尿糖・尿蛋白) ③血圧測定 ④診察
⑤血液検査(HDL-C・LDL-C・中性脂肪・AST・ALT・γ-GT・HbA1c・クレアチニン・尿酸)

問い合わせ先 市健康推進課 健康増進係 ☎(34)1115 市保健課 ☎(52)1132



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)

風を飛ばそう

お母さんと一緒にビニール風を作ってみよう! できたらお庭で飛ばそうね。

時 1月8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 開放時間	月日	保育所名 開放時間	月日
東中筋保育所 10:00~11:00	12/7、★12/14 12/21、1/4	もみじ保育所 9:30~10:30	12/10、12/17
蕨岡保育所 9:30~11:00	12/7	大用保育所 9:30~10:30	★12/14 12/21、12/28
具同保育所 9:30~10:30	12/8	竹島保育所 9:30~10:30	12/14、12/21 12/28、1/4
下田保育所 9:30~10:30	12/8、12/15 12/22	古津賀保育所 9:30~10:30	★12/16
中筋保育所 9:30~10:30	★12/8 12/15	利岡保育所 9:30~10:30	★12/16
東山保育所 9:30~10:30	12/9	※具同保育所は、トンボ公園に駐車してください。	

◎★表示の日は、園内の見学ができ、保育所の先生よりいろいろ話を聞くことができます。(雨天の場合も可)



その他の活動

◆ぽっぽの広場

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答えていただけます。ぜひご参加ください。

時 12月17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、プレゼントを持って来てくれるかな? お楽しみに♪

※この活動は、登録している方に限定します。

※ぴよちゃんクラブは、誕生月で2回に分けて行います。

時 [ぴよちゃんクラブ]

4~9月生まれ 12月22日(火) 9:30~11:30

10~3月生まれ 12月23日(水) 9:30~11:30

[1・2・3歳児](ぽっぽ)

12月24日(木) 9:30~11:30

場 子育て支援センター

初めて参加を希望す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



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。

子育てひろば「うーんうーん」

からだダンス・ピュア

12月13日(日) 10時~11時

ママ先生うきちゃんの産前産後ケア

12月17日(木) 10時~11時

ふっしーの工作教室

12月20日(日) 10時~12時

えいごであそぼ!

12月27日(日) 10時~11時

miniクリスマスフェスティバル

12月20日(日) 10時~12時

新型コロナウイルス対策として、当面の間、先着順の予約制とします。申し込みは、LINE公式アカウントからのみ可能です。

問い合わせ先

カドルファミリー代表 伊與田紗希

☎090-9249-9878

✉cuddlefamily2018@gmail.com

LINE公式
アカウントは
こちら↓



詳しくは
Instagram↓
をチェック!





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
12月	10日(木)	9:50～11:30 妊婦教室		子育て支援センターぽっぽ
		9:30～11:00 特定健診結果説明会(11/12実施分)	富山地区	富山地区集会所
	11日(金)	個別通知 3歳児健診		社会福祉センター
		8:00まで 大腸がん検診(容器提出)	奥屋内～口屋内～岩間方面	
	15日(火)	個別通知 1歳9か月児健診		社会福祉センター
	17日(木)	9:00～12:00		高知県幡多総合庁舎
		14:00～15:45 献血		健康管理センター (市民病院敷地内)
		9:30～11:00 特定健診結果説明会(11/19実施分)	大川筋地区	川登生活改善センター
	18日(金)	9:30～11:00 乳幼児相談		防災センター
	19日(土)	8:00～10:00 胃がん(バリウム)検診	拾い②	防災センター
		8:30～11:00, 13:30～15:00 特定健診・前立腺がん検診	拾い③	
	21日(月)	13:15～14:30 育児相談(ママタッチ教室・離乳食相談等)		子育て支援センターぽっぽ
1月	23日(水)	個別通知 7か月児・10か月児健診		防災センター
	25日(金)	9:00～11:00 特定健診結果説明会(12/5実施分)	拾い②	市役所1階101会議室
	6日(水)	個別通知 3か月児・7か月児健診		社会福祉センター
	7日(木)	11:30～16:30 献血		フジグラン四万十
	8日(金)	9:00～12:00 献血		JA高知県中村支所
		14:00～15:45 献血		四国電力(株)中村支社
		9:30～11:00 乳幼児相談		社会福祉センター

※特定健診、ひまわり健診は30歳以上の国民健康保険加入者、後期高齢者医療保険加入者で受診券を送付している人、40歳以上の協会けんぽ等加入者の被扶養者で受診券を取得している人が対象です。

※新型コロナウイルス感染症の状況によって変更となる場合は、市公式ホームページ等で周知します。

※12月8日までの計画については、広報11月号P22に掲載しています。

※12月19日の特定健診、前立腺がん・胃がん検診は、健康管理センターから場所が変更になりました。

問い合わせ先 健康推進課 ☎(34)1115・☎(34)1823 保健課 ☎(52)1132

～病院・診療所だより～

市民病院・西土佐診療所では、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、入院患者さまとの面会を原則禁止としています。また、インフルエンザの流行期となりましたので、発熱や風邪症状のある方は、医療機関を受診する前に電話でご連絡をお願いします。ご不便をおかけしますが、引き続きご理解とご協力をお願いします。

※新型コロナウイルス感染症検査協力医療機関については、医療機関により対応が異なります。県ホームページ(https://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/130401/cov19_kensakyouryoku.html)をご確認ください。

問い合わせ先 市民病院 ☎(34)2126 西土佐診療所 ☎(52)1011



しまんとファミサポでは、サポートしていただく「まかせてさん(援助会員)」を募集しています。援助会員になるには、講習を受ける必要があります。「保育とあそび」「子どもの病気」など、子育てに役立つ知識も学べるので子育て中の保護者の皆さんもぜひ受講してください！

気になる方、興味のある方はお気軽にお問い合わせください。

■次回の開催予定

①基礎講習会 令和3年1月23日(土)、24日(日) ②実務講習会 令和3年2月13日(土)、14日(日)

問い合わせ先

しまんとファミリーサポートセンター
右山元町1丁目2-4(児童館内)

☎(34)8310 9時～18時(水、日、祝日、年末年始除く。)



HPもあります☆

手話を知ろう

6

とある病院でのこと…



聞こえないということ

聴覚障害者は、見た目では判断がつかないので、後ろや遠く離れたところから声を掛けられても気づくことができません。

例えば、危険な場面でクラクションを鳴らしても、聞こえないので気づけず、後ろから話しかけられても、気づかずにそのまま歩いて行ってしまふこともあります。

ため息や足音などに音があることも分からず、自分の声や自分が立てている音(咳払いなど)も聞こえないので、周りの人に嫌な思いをさせてしまうこともあります。

聴覚障害者は、耳が遠いだけだと思われがちですが、手話通訳を必要とする方は、耳のそばでどんなに大きな声を出しても聞こえないことがほとんどです。

問い合わせ先

高知県聴覚障害者協会

☎088(822)2794 FAX 088(875)5307

✉ kochi-deaf-haken@md.pikara.ne.jp

幡多福祉保健所

☎・FAX (34)9633

✉ kochi-deaf.seibu@eos.ocn.ne.jp

漫画：県立中村高等学校 漫画研究部

一からはじめる健康玉手箱 vol.27 ～つながりが健康をつくる～

今回は、10月14日に開催されたフレイル予防講演会について報告します。

“フレイル”は広報しまんと10月号の健康玉手箱vol.25でもご紹介したとおり、健康な状態と介護が必要な状態の中間にあたる状態で、健康寿命とあわせて話題となることが多いテーマです。当日は、東京大学高齢社会総合研究機構の神谷哲朗氏より「人生100歳時代到来！住民が主役のフレイル予防～つながりが健康をつくる～」と題した講演を行っていただきました。

講演では、「社会参加の機会が少なくなる」「独りで食事することが増える」といったことからフレイルは始まりやすいため、人とのつながりや地域・社会とのつながりをいかに保つかが重要であるというお話や、地域のサロンにおいて住民どうしてフレイルチェックを行い、フレイル予防のサポートを行うことで「住民どうしみんなで、気づき、自分事化^{じぶんごとか}」していく取り組みの紹介がありました。

フレイルは、適切に予防に取り組むことで健康な状態を取り戻せる状態でもあります。団塊の世代が75歳を迎える今後、ますます注目です。



問い合わせ先

市 高齢者支援課 高齢者福祉係

☎ (34) 8066 FAX (34) 0567 ✉ kourei@city.shimanto.lg.jp

第56回幡多ふれあい医療 公開講座

幡多けんみん病院と幡多地域の市町村では、幡多地域の住民の方が元気で過ごせるように、医療公開講座を開催しています。どなたでも参加できますので、ぜひご来場ください。

▼日時

12月13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
(幡多郡三原村宮ノ川1130)

▼講座内容

① 心不全ってどんな病気？
高知大学医学部

老年病・循環器内科講師 久保亨

② 人生の最終段階を自分らしく過ごすために、自分や家族が今からできること
高知大学医学部附属病院

がん治療センター
がん看護専門看護師 弘末美佐

▼参加費 無料

※健康パスポート対象講座

※最新の情報は幡多けんみん病院のホームページをご覧ください。

問い合わせ先

県立幡多けんみん病院 経営事業課
☎ 0880(6)2222(代表)

<https://www.pref.kochi.jp/hata/>

市 健康推進課 健康増進係
☎ (34) 1115

四万十市健康づくりポイント事業2020 申込期限が迫っています!!

健康づくりにチャレンジ中の皆さん、申込期限は **12月18日(金)** です。

チャレンジカードに5週間の取り組みを記録し、下記窓口にご持参ください。希望する特典を選び、申込書を提出して、はじめて抽選対象となります。

チャレンジカードをお持ちの方は、期限までに、ぜひお申し込みください。

問い合わせ・申込先

市 健康推進課

健康増進係

☎ (34) 1115

FAX (34) 0567

市 保健課

保健係

☎ (52) 1132

FAX (52) 1024

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」「借金等で生活が苦しい」「住む場所がない」など、仕事や生活でお困りの方の支援を行っています。事務所に行きにくい方のために出張相談会を実施します。相談会は予約制です。ご予約をお願いします。年齢は問いません。

▼日時 12月23日(水) 13時～17時
▼会場 市役所本庁3階 303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
(34)8080

✉ tunagaru-net@bird.ocn.ne.jp



くらしといのち何でも相談会

日々の生活で困っていることや悩みはありませんか？
専門家(司法書士や社会福祉士等)が、秘密厳守で無料で相談に応じます。小さなことでも、お気軽にご相談ください。

▼日時 12月13日(日) 13時～15時
▼場所 アピアさつき
▼主催 高知医療生活協同組合
▼後援 四万十市、四万十市社会福祉協議会

問い合わせ先

☎08056675310(清水)

高知県よろず支援拠点 出張相談会(要事前予約)

- 開催日時 令和3年1月7日(木) 13時～16時
※四万十市役所での開催はこちらが最終日となります。
- 開催場所 四万十市役所 3階会議室
- 問い合わせ・申込先
高知県よろず支援拠点
☎088(846)0175
✉ yorozu@joho-kochi.or.jp

詳細は広報
9月号P4に掲載

猫の苦情が増えています

無責任なエサやりは、飼い主のいない猫の数を増加させるだけでなく、フン尿等で周辺住民の迷惑になることがあります。エサやりをする場合は、責任をもって繁殖制限(不妊・去勢手術)やフン尿等の始末をしてください。



☎ 環境生活課、高知県幡多福祉保健所



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18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	☎ 総務課 (34) 1804

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、相談時にはマスクの着用をお願いします。

12月実施の統計調査

調査名	該当地区
労働力調査	右山天神町

問い合わせ先

☎ 総務部統計分析課 ☎088(823)9343

国際交流員コラム

四万十市国際交流員

蔣 潔程
シヨウ ケツテイ



皆さん、こんにちは。新しい国際交流員の蔣 潔程(シヨウ ケツテイ)です。2015年に来日し、広島大学で1年間の交換留学後、広島大学に入り社会学について学び、今年の春に修士課程を修了しました。修士論文では、高齢中国帰国者の居場所づくりについて研究してきました。

中国湖南省永州市の出身です。中国の南にある歴史を持つ、山や川が多い小さい町です。辛い物がよく食べられ、住民たちは散歩が大好きです。

私は異国の人々と交流したく、大学の専攻で日本語学科を選びました。交換留学の1年間、学校だけではなく、アルバイト先でも親切な人々と出会って、日本のことが大好きになりました。日本食の中で、唐揚げと刺身が好物です。お酒は弱いですが、梅酒をちよこちよこ飲みます。日本は自然が豊かなので、山登りやキャンプなども楽しんでいます。

異文化交流が好きで、ボランティア

として中国のチベット族の子どもたちに中国語を教えたり、インドやタイでインターンシップをしたりしました。国際交流員になりたい理由の一つも異文化交流したかったからです。

この仕事を通して、今まで受けた恩恵を社会に還元したいです。大きなことはできないかもしれませんが、担当している仕事をまじめに行い、積極的に地域活動に参加していきたいです。

四万十市は景色がきれいで、人々が優しく、お魚もおいしいところです。

四万十市のこと、ぜひ色々教えてください。そして、四万十市の魅力を十分知り、味わい、私自身がほかの人々に伝えられるようになります。

また、中国に関する質問などがあれば、気楽に聞いてください。質問はなんでも大丈夫です。ぜひ、お話をしましょう。友達を増やしていきたいです。何卒よろしくお願い致します。

国際交流員は生涯学習課主催の中国語講座や市内の学校、保育所、各種団体に出席して、市民の異文化理解のための講演や交流活動などを行っています。

中国について興味があり、学習したい団体には、国際交流員を派遣することが出来ます。

問い合わせ先

市企画広報課 広報統計係

☎(34)1810

✉kouhou@city.shimanto.lg.jp

図書館だより

開館時間 (本館) 9:00~19:00
(分館) 10:00~18:00

令和2年
12
December

一般書

新着おすすめ8+8

外反母趾、巻き爪、たこ・うおの目を自力で治す
家族だから愛したんじゃなくて、愛したのが家族だった
首イラズ
相剋
どんな怒りも6秒でなくなる
動物警察24時
吹上奇譚 第3話
ふわふわカステラの本

高山 かおる
岸田 奈美
岡田 秀文
笹本 稜平
安藤 俊介
新堂 冬樹
吉本 ばなな
中川 たま

新着図書(549冊)

あの湖のあの家におきたこと
あばれネコ
けんりは子どものハッピーパスポート
こまったこまったサンタクロース
小学生からのなんでも法律相談 2巻
へんくつさんのお茶会
みどりバアバ
夜の妖精フローリー

トーマス・ハーディング
キューライス
砂川 真澄
エロール・ル・カイン
小島 洋祐ほか
楠 章子
ねじめ 正一
ロー・エイミー・シュリッツ

児童書／えほん

★休館日の案内★

12月25日(金) 館内整理日

★年末年始のお知らせ★

12月29日(火)から1月3日(日)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(月)以降に図書館カウンターへお返しください。

★バリアフリー映画上演会★

○上映作品長いお別れ

日時 12月6日(日)13時30分(開場13時)
場所 市役所3階会議室 ・対象 高校生以上
参加費 無料 ・定員 20席程度 ・申込 不要

※詳しくは図書館カウンターまたは電話でお問い合わせください。

問い合わせ先 市立図書館 ☎(35)2923

募集

教室・講座

催し

スポーツ

健康・福祉

その他・相談

写真展「日本の野生動物」

トンボと自然を考える会会員の岡村政伸さんが全国各地で撮影した哺乳類・鳥類・トンボなど野生動物約50種の生態写真(A3プリント)64枚を展示します。

■展示期間

12月5日(土)～令和3年2月28日(日)予定

■場所

四万十川学遊館あきつのお多目的ホール(とんぼ館ロビー)

■入場

無料(ただし「四万十川学遊館あきつのお」の入館料が必要)



エゾナキウサギ

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番号でお菓子とトンボ王国グッズの詰め合わせセットをプレゼントします。

■期間 12月23日(水)～25日(金)

■対象 小学生以下の「四万十川学遊館あきつのお」の入館者



ニホンリス

お守りビーズトンボ・ブローチなどが当たる三角くじ

■期間 令和3年1月1日(金・祝)～3日(日)

■対象 「四万十川学遊館あきつのお」の入館者

スイレン抜き作業ボランティアの募集

トンボ自然公園では、トンボ類の保護増殖とともに、スイレンやハナショウブなど美しい花を咲かせる植物の育成にも力を入れています。毎年、夏の間にスイレンの葉がトンボ池の水面を覆い尽くし、水面が空気に触れなくなってしまう。

そのままにするとヤゴやメダカなどの水生動物が酸素不足になるだけでなく、つぼみにも光が届かず花の数も少なくなるため、ボランティアの皆さんにご協力いただき、冬季にスイレンを抜く作業を行っています。



■作業期間 12月1日(火)～令和3年2月28日(日)(休館日を除く。) ※雨天、荒天の場合は中止
※予定エリアの作業が早く終了した場合は期間が短縮されます。

■参加方法 作業希望日の前日までに下記までご連絡ください。(一度に20名まで受け入れ可能)

■その他 クワ、ウェーダー、ゴム手袋は準備します。動きやすい服装でお越しください。

抜き取ったスイレンは持ち帰り自由です。

(公社)トンボと自然を考える会 ☎(37)4110 FAX(37)4113 ✉tombo@gakuyukan.com
受付時間 9時～17時【月曜休館】祝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！
トンボ王国ニュース

【vol.35】

TEL 問
(34) 観光商工課 観光係
1783



年末年始の市役所関係業務



一般業務

年末：12月28日（月）17時15分まで

年始：1月4日（月）8時30分から

※戸籍関係届出書等の受付は、夜間・休日窓口で行います。

図書館 ☎(35)2923

年末：12月28日（月）19時まで（分館は18時まで）

年始：1月4日（月）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28日（月）は臨時休館します。

市民病院 ☎(34)2126（代）

年末：12月28日（月）まで

年始：1月4日（月）から

中医学研究所附属鍼灸院 ☎(34)4798

年末：12月31日（木）まで

年始：1月4日（月）から

診療所・各出張診療所

●西土佐診療所 ☎(52)1011

年末：12月28日（月）まで

年始：1月4日（月）から

●大宮出張診療所

年末：12月22日（火）まで

年始：1月5日（火）から

●口屋内出張診療所

年末：12月16日（水）まで

年始：1月6日（水）から

●奥屋内へき地出張診療所

年末：12月23日（水）まで

年始：1月13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（月）まで

年始：1月4日（月）から

家庭ごみ収集（普通ごみ）

●中村、具同地区

年末：12月28日（月）まで

年始：1月4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29日（火）まで

年始：1月5日（火）から

●西土佐地域

年末：12月28日（月）まで

年始：1月4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（水）16時まで

年始：1月4日（月）9時から

し尿処理

●衛生センター中村 ☎(36)2464

年末：12月28日（月）まで

年始：1月4日（月）から

●クリーンセンター西土佐 ☎(31)9700

年末：12月28日（月）まで

年始：1月4日（月）から

火葬場

幡多中央斎場 ☎(43)0077

年末：12月31日（木）17時15分まで

年始：1月2日（土）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 ☎(34)1111（代） ☎(52)1111（代）

【令和元年度四万十市「人権絵画標語展」入賞作品紹介】

【標語の部】

・審査員特別賞

やまさき みゆう

山崎 心結さん

（八束小学校2年）

いじわるに
ゆうきをもって
たたかおう

【標語の部】

・審査員特別賞

はやし るい

林 瑠愛さん

（中村西中学校1年）

温かい
心を持って
支えてね

※所属校・学年は受賞当時のものです。

お誕生 おめでとう



(令和2・11・5届出分まで)

住所 赤ちゃん 保護者

ご冥福を お祈りします



(令和2・11・5届出分まで)

住所 氏名 享年

右山	右山元町	駅前町	駅前町	不破	不破	安並	古津賀	古津賀	古津賀	具同	具同	渡川	渡川	渡川	渡川	楠島	江ノ村	双海	藤岡乙	岩田	西土佐江川崎	西土佐江川崎
宗石	小松	山本	大原	杉本	佐竹	遠山	岩本	三崎	池	丸	芝崎	布	三谷	川	川	於茂田	宮本	坂口	西村	橋本	松下	横山
望愛	希望	有輝恵	叶愛	のあ	陽音	紗菜	千昌	七花	陽多	芽依	晴南	悠亜	雅	風雄	律希	陵央	明香里	花乃音	光真	頼人	紗奈	弾
真幸	和	貴史	美里	良太	直樹	順也	幸大	翔	晋平	茂希	綾	由知	輝	圭司	安浩	大輔	旅人	憲治	光平	孝洋	暢之	元紀

手洗川	田出ノ川	田野川	田野川	藤岡	下田	下田	下田	上ノ土居	上ノ土居	横瀬	江ノ村	具同	古津賀	古津賀	角崎	不破	右山五月町	右山元町	中村本町	中村上小姓町	中村大橋通
北原	市川	森下	並木	山本	柿谷	沖	細木	布	布	岡田	山田	森	川上	間崎	岡本	岡本	森	上岡	岡村	福田	宮地
和代	庫乃	哲夫	満子	愼保	シゲコ	敏子	修	邦夫	祀子	須美子	節雄	岩保	安登	徹明	和男	吉男	健一	清	京	俊明	正
90	98	93	88	88	79	94	71	91	84	93	74	79	91	90	70	84	86	85	90	92	91

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。
事前にご予約のうえ、ご相談ください。

■毎週水曜日17時～19時(祝日除く。)
※事前予約制

窓口 子育て支援課 企画係 ☎(34)9007



「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。

西土佐江川崎 宮崎 照幸
西土佐半家 永山 一夫
79 84

四万十川 ウルト라마ラソン

四万十川の自然と清流を守る

感謝状を贈呈しました

四万十川ウルト라마ラソンの開催に際しては、市内中学校ではランナーとの交流を目的に、ランナーへのメッセージと絵を描いた石の準備や、コースの清掃、給水所でのボランティアなどで大会運営にご協力いただいています。

100Kmの開会式会場であり、スタート給水所で朝早くからボランティアとして大会を支えてくれた藤岡中学校と、87Km付近のコース沿いに学校があり、コース沿いの清掃や給水所でのボランティアなどで大会を支えてくれた大川筋中学校は、令和3年3月末をもって休校になります。

そこで、これまでの両校のご協力・ご支援に対して大会会長より感謝状を贈呈し、歴代の学校関係者をねぎらいました。

本年度の大会は残念ながら中止となりましたが、来年度以降の大会でも引き続き市民の皆さまをはじめ、多くの方にボランティアとしてご協力いただきますようお願い申し上げます。



リピーターバッジ、みんな知っちゃう？

市では、国内外に四万十市のイメージを広めるためにシティプロモーションを発信しており、その取り組みのひとつとして「リピーターバッジ」を作成しています。

市内数か所の飲食店、宿泊施設で「いい飲みっぷり、いい食べっぷり、いい笑顔！」の県外のお客さまに、「アンタええね！四万十市にまたきたや」と店主が渡す限定のものです。バッジをしている人を見かけたら、「四万十市にまたきてくれたリピーター」として声をかけてください。みんなで四万十市ファンを作っていきましょう！

沈下橋を
イメージした
四万十ヒノキの
バッジ



問い合わせ先 市 観光商工課 観光係 ☎(34) 1783 ✉ kanko@city.shimanto.lg.jp

食の案内人

健康づくり編

新型コロナウイルスのみならず、さまざまな感染症などに対して身体の免疫力を高めることは非常に重要です。身体の免疫力が低下すると、体内で細菌やウイルスが繁殖しやすくなるため、感染症やアレルギー等の症状を引き起こしやすくなります。

免疫力の低下を引き起こす要因の一つとして、不規則な生活習慣があります。栄養バランスのとれた食事はもちろん、腸内環境を整えることも大切です。腸内環境が整うと、栄養をしっかりと消化・吸収する土台をつくり、健康維持と疾病予防につながります。

キムチは乳酸菌の作用により生まれた発酵食品です。乳酸菌と一緒に食物繊維の多い食品を摂ると、その食品が乳酸菌の栄養源となり、腸内環境の改善効果がさらに高まることが期待できます。今回は、寒い時期に身体が温まるレシピをご紹介します。食物繊維たっぷりのきのこをたくさん入れて作っててください。豚バラ肉は、モモ薄切り肉やこま切れ肉に変更すると、エネルギー量や脂質量を抑えることができます。

白菜キムチのチゲ風スープ(所要時間約20分)

【材料 2人分】

白菜キムチ ……150g
豚バラ肉 ……150g
絹ごし豆腐 ……1/4丁
油揚げ ……1/2枚
ニラ ……1/4束
えのき ……1/2株
ごま油 ……大さじ1
味噌 ……大さじ1/2

コチュジャン ……小さじ1
砂糖 ……小さじ1/2
★ しょうゆ(濃) ……小さじ1
おろしにんにく ……1/3片

【1人分栄養価】

エネルギー 351kcal
たんぱく質 19.8g
脂質 23.9g



■作り方

- ①豚バラ肉、ニラ、えのきは3～4cm長さに、油揚げは5mm幅に切る。豚バラ肉は★で下味をつけておく。
- ②鍋にごま油を熱し、下味をつけた豚肉を炒める。色が変わったら白菜キムチを加えて炒め、水450cc(分量外)を入れる。えのきを加え、沸騰したら弱火にして5分程度煮る。手で豆腐をほぐして加え、最後にニラと味噌を加えひと煮立ちしたらでき上がり！

四万十市立市民病院 管理栄養士 山脇蓉子



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。

11月29日(日)	佐々木整形外科	☎ (34) 7177
12月6日(日)	市民病院	☎ (34) 2126
13日(日)	竹本病院	☎ (35) 4151
20日(日)	市民病院	☎ (34) 2126
27日(日)	小原外科胃腸科	☎ (35) 0108
31日(木)	さたけ小児科	☎ (37) 2255
1月1日(金)	大野内科	☎ (37) 5281
2日(土)	吉井病院	☎ (34) 5005
3日(日)	市民病院	☎ (34) 2126
10日(日)	小原外科胃腸科	☎ (35) 0108
11日(月)	中村病院	☎ (34) 3177

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(水)	池本歯科医院	四万十市右山五月町10-14 ☎0880(35)6188
12月31日(木)	岡村歯科医院	四万十市古津賀1-146 ☎0880(35)2088
1月1日(金)	大西歯科医院	土佐清水市寿町1-6-1 ☎0880(82)0531
1月2日(土)	岡村歯科医院	四万十市西土佐江川崎2420-1 ☎0880(52)1063
1月3日(日)	カタクラ歯科	宿毛市片島15-21 ☎0880(65)5125

※急に变更される場合がありますので、高知県歯科医師会のホームページについてもご確認ください。

「広報しまんと」1月号は
12月23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28日(土)	(有)平野水道	☎ (35) 2316
29日(日)	㈱森下住宅設備	☎ (34) 4855
12月5日(土)	土居水道工事店	☎ (32) 1095
6日(日)	中村水道工事センター	☎ (35) 4323
12日(土)	㈱中村住設	☎ (34) 3621
13日(日)	(有)大杉設備工業	☎ (34) 2324
19日(土)	(有)福永工業	☎ (35) 5996
20日(日)	(有)力キタニ設備	☎ (33) 0660
26日(土)	(有)夕部設備	☎ (37) 3383
27日(日)	㈱奥宮工業	☎ (37) 5151
29日(火)	(有)大同設備	☎ (35) 4879
30日(水)	(有)山下建設	☎ (33) 0653
31日(木)	豚座建設㈱	☎ (34) 6031
1月1日(金)	(有)平野水道	☎ (35) 2316
2日(土)	㈱森下住宅設備	☎ (34) 4855
3日(日)	土居水道工事店	☎ (32) 1095
9日(土)	中村水道工事センター	☎ (35) 4323
10日(日)	㈱中村住設	☎ (34) 3621
11日(月)	(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 上下水道課 ☎(34)1711
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	33,375人 (△35)	転入	54人
男	15,785人 (△23)	転出	75人
女	17,590人 (△12)	出生	22人
世帯数	16,694世帯 (0)	死亡	36人

有料広告 掲載スペース