

2015

6月

No.122



にしとさ暮らし体験

(P10に関連記事)

第21回 四万十川 ウルト라마ラソン

四万十川の自然と清流を守る

10月18日(日)開催!



【スタート】 100kmの部 5時30分 市立蕨岡中学校前 【参加定員】 2,200人
60kmの部 10時00分 四万十町こいのぼり公園前 100kmの部:1,650人 60kmの部:550人

第21回大会を10月18日(日)に開催することが決定しました。ボランティアの皆さまのご理解とご協力により、21回目の大会を迎えることができることを感謝しています。

今回も、全国からランナーを迎えるため大会運営にご協力いただくボランティアスタッフを募集します。100kmもの長い道のりを走破するには、ボランティアのサポートが絶対に欠かせません。皆さんの力で、完走を目指すランナーを手助けしてください。ご協力をよろしくお願いいたします。

《ボランティア募集》

ボランティア期間・人員(予定)

10月16日(金)～18日(日) 1,200人(中村地域)、350人(西土佐地域)

年齢

- ・原則として中学生以上とさせていただきます。
- ・高校生以下の人は親権者の承諾が必要です。

支給物品(予定)

- ・スタッフジャンパー(昨年までと同様のため、お持ちの人はご遠慮ください)
- ・スタッフマニュアル

申込期日 6月30日(火)まで

申込方法 大会事務局まで電話、FAX、メールでお申し込みください。

その他

- ・事故への対応は、主催者側で加入する保険の範囲内で対応いたします。
- ・ボランティアの内容については事務局で決定します。
- ・場所や時間について希望があればお伝えください。なるべく考慮しますが、希望に添えない場合もあります。
- ・昨年ご協力いただいた人も再度申し込みをお願いします。
- ・10月初旬にボランティア説明会を中村地域、西土佐地域で行います。
- ・昨年から20回以上ボランティアで参加いただいた人を対象に、本人および推薦申請による表彰を行います。大会プログラムで紹介し、専用のボランティアジャンパーをお渡ししますので、該当する人は申請をお願いします。



【問い合わせ・申込先】 四万十川ウルトラマラソン実行委員会事務局

(中村地域)

〒787-0008 四万十市安並4231 市民スポーツセンター内

☎(34)0605 FAX(34)4894

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

(西土佐地域)

〒787-1603 四万十市西土佐用井1101-5 西土佐ふれあいホール内

☎(52)1110 FAX(52)1446

E-mail:n-culture@city.shimanto.lg.jp

なんと24%もお得!!

四万十市プレミアム付き商品券を利用しませんか

事前申込受付中! 締め切りは6月10日(消印有効)までです。

※商品券の購入には往復ハガキで事前申し込みが必要です。

詳細は広報四万十6月号と一緒に配布される折込チラシをご覧ください。

【問い合わせ先】 四万十市プレミアム付き商品券協議会事務局
(中村商工会議所内) ☎(34)4333

プレミアム付き商品券は、国や県の補助金等を活用して、市や商工団体が組織するプレミアム付き商品券協議会が発行します。

商品券の概要

- ◆ 1セット1,000円券12枚+400円券1枚 計12,400円分の商品券を10,000円で販売
- ◆ 商品券は市内の登録店舗で使用できます。
- ◆ 商品券の利用できる期間は7月1日～11月30日までです。
- ◆ 商品券は1人10セット(100,000円)まで購入可能です。
- ◆ 一部利用できない商品等があります。

★商品券取扱店舗も引き続き募集中です。

四万十市産材利用促進事業

■木造住宅への市の補助金は、最大100万円
市では、新たに建築される住宅のうち、一定量以上の市産材を使用し、所定の条件を満たした住宅に対して、市産材の購入にかかった費用の一部を施主に助成する制度を、本年度も4月より開始しています。ぜひご利用ください。

市産材使用量	補助金額の上限(1戸あたり)
1坪あたり0.4立方メートル以上の主要部材として用いられる市産材を使用すること。(注)	100万円

(注)主要部材とは、建築において重要な部分に用いられる木材のことをいい、主として土台、大引、梁、桁、火打、母屋、隅木、谷木、束、小屋束、棟木、通し柱、管柱、間柱、筋かい、垂木、差鴨居、根太のことをいう。

【補助対象要件(概要)】

1. 建築工事の着工前であること
 2. 市内に住所を有する人、または市内に住所を有することとなる人
 3. 市税を滞納していないこと
 4. 建築延べ面積50㎡以上であること
 5. 市内に本拠を置く建築業を営む者に依頼し、建築される住宅であること
- ※補助申請前に事前説明を行いますので、左記問い合わせ先までご連絡ください。

【問い合わせ先】

(本庁)農林課 ☎(34)1118
(総合支所)西土佐林業分室 ☎(52)1111

狩猟免許試験のご案内

市立中央公民館において狩猟免許試験および予備講習会が実施されます。シカやイノシシなどの被害にお困りの皆さまをはじめ、たくさんの方の受験をお待ちしております。

試験日時	7月4日10時(第一種銃猟・第二種銃猟)
予備講習会日時	7月5日10時(わな猟) 6月28日9時
場所	※予備講習会は高知県猟友会(☎088(823)1036)主催 試験および予備講習会場とも市立中央公民館

【受験料】

初心者 5200円、一部免除者 3900円

【申請書配布場所】

(県)庁鳥獣対策課、中村地区猟友会

【申請方法】

各試験実施日の10日前までに必着するよう持参または郵送
※詳細は、県庁鳥獣対策課のホームページに掲載。
<http://www.pref.kochi.jp/soshiki/121601/>

狩猟免許取得予備講習料補助

本年度、新しく狩猟免許を取得される人、猟銃の所持許可を取
得される人に対して、次のとおり取得のための経費支援を行
います。補助の対象者は市内在住の人で、市内において有害鳥獣の
捕獲に従事することを確約する書類の提出も要件となります。

■予備講習会費用への補助

一般社団法人高知県猟友会が実施する初心者講習会の受講料
(狩猟免許試験合格者7千円以内/人)

■射撃講習料への補助

猟銃所持許可申請に係る射撃講習の受講料
(猟銃所持許可取得者3万7千円以内/人)
※過去に射撃講習を受講していない人が対象です。

【問い合わせ先】

(県)鳥獣対策課 ☎088(823)9042
(市)農林課 ☎(34)1118

市民側溝清掃

ご協力ありがとうございました

5月17日(日)、中村地域の市街地で、市民側溝清掃が行われました。

この清掃は、悪臭防止・病害虫の発生抑制等を目的に、四万十市市民憲章推進協議会、四万十市、市民の皆さんが協働で、『環境美化活動の日』として実施しており、旧中村市時代から数えて47回目になります。

市民の皆さんによって側溝から上げられた土砂等は、翌日の月曜日に下記の市民憲章推進協議会会員および市職員等が回収しました。回収した土砂等の量はダンプ46台分になりました。

市民側溝清掃に協力していただいた皆さん、大変ありがとうございました。ご協力ありがとうございました。

今後も四万十市の環境美化活動にご協力をお願いします。



【協力団体】

《建設協会》福原建設(株)、刈谷建設(株)、(有)池田造園、豚座建設(株)、サイバラ建設(株)、下田重機(有)、後川建設(有)、(有)実業土木、東工業(株)、山崎工業(有)、大三建設(株)、明星建設(有) 《建築協会》(有)長者工務店、小島建築
《水道組合》(株)奥宮工業、(有)平野水道、(有)福永工業
J A高知はた農業協同組合、中村警察署、中村河川国道事務所、四万十森林管理署、中村市森林組合、公園管理公社、幡多福祉保健所、幡多土木事務所、四万十市議会

【問い合わせ先】 (市)環境生活課 ☎(34)6126

災害に備えて。

四万十市では、過去の南海地震において、揺れによる家屋の倒壊や火災等の被害で多くの死傷者を出す経験をしてきました。津波被害においても宝永地震の際には広範囲に津波の浸水があり、特に下田地区と初崎地区においては、「亡所」となったという記載を古文書に確認することができます。

これらのことから「安心・安全のまち」を実現するため、地震や津波、台風・高潮などの災害に強いまちづくりを目標に整備を行ってきましたので紹介します。

地震・津波対策編

一、沿岸部対策

沿岸部の対策として、四万十川下流域に位置し、津波浸水想定区域である下田・八東・東山地区において、住民の皆さんとのワークショップを行い、地域の実情に即した避難対策を推進してきました。主なものとしては、災害時の核となる防災拠点基地をはじめ、復旧・援助活動の中心施設となる活動拠点施設や、災害時の避難所となる防災コミュニティセンター、津波避難タワー（下田・八東地区合わせて6基）の整備、さらに既存指定避難所の機能向上のため、自家発電設備等の設置を行いました。



山路地区津波避難タワー



竹島地区津波避難路

三、中山間部対策

中山間部の対策として、がけ崩れや土石流等の土砂災害が発生した場合に集落が孤立する可能性がある地区において、物資等の輸送や、救急搬送を可能にするため、ヘリポートの整備を進めています。



ヘリポート活用訓練



西土佐大宮ヘリポート



下田水戸地区東津波避難タワー



古津賀地区耐震性貯水槽



中村地区備蓄倉庫

二、市街地対策
次に市街地の対策として、ライフラインの充実・強化を推進してきました。上水道、下水道、処理施設等の公共インフラの被災に備え、飲料水の確保や火災に対し速やかな消火活動を実現するため、耐震性貯水槽を整備し、加えて緊急時のトイレ対策としてマンホールトイレの整備を行いました。



下田地区防災活動拠点施設



八東地区深木防災コミュニティーセンター



防災訓練状況



備蓄食料



間崎地区防災行政無線



避難訓練状況



水防演習



造水機

四、全域での対策
その他、中村地区全域における情報伝達手段として、防災行政無線の整備を進めています。これにより全国瞬時警報システム（J-ALERT）を通じて、緊急地震速報や津波警報等の自動放送が可能となります。地震だけでなく、様々な災害に備えて、情報をいち早く正確に伝達し、共有することが防災対策上不可欠であり、災害発生時の被害軽減につながると考えています。
今後も、防災対策をより充実・強化していくため、これらのハード整備だけでなく、防災訓練、講演会等を行い市民の皆さんの防災意識の向上につながる取り組みを進めていきます。

風水害対策編

具同・楠島の内水対策について

昨年6月の集中豪雨によって具同・楠島地区では、床上浸水などの内水被害や国道の冠水が発生しました。それを受け具同・楠島地域の住民の皆さんが安心して暮らせるように、国(国土交通省)、県(河川課、幡多土木事務所)、市で内水被害への対策の協議を進めています。

その中で、現時点における対策をご紹介します。

①排水ポンプ車150m³/分の配備(国)

4月17日に国土交通省中村河川国道事務所に1分間に150m³の排水能力のあるポンプ車が新たに配備されました。これを含め国土交通省中村河川国道事務所の配置車両は5台となります。

・150m³/分水中ポンプ搭載車…
1台(新たに配備!)

・30m³/分軽量水中ポンプ搭載車…3台
・60m³/分軽量水中ポンプ搭載車…1台

現在、このポンプ車が内水排除作業を行う作業場及び水中ポンプの設置場所(釜場)の整備を進めています。



今回配備された150m³/分 水中ポンプ搭載車



昨年6月の集中豪雨による内水排除作業状況(国見)

風水害が起こったとき、自分自身でできること

梅雨や台風など大雨が多く発生する時期が近づいてきました。昨年、本市でも大雨による浸水被害や土砂災害が発生し、8月の台風11号では、市内全域に避難勧告が発令される事態となりました。年々、発生頻度や被害が拡大している風水害の被害を最小限にするためには、皆さんの備えが重要です。風水害に備えて、また風水害が発生した際に皆さんができることをご紹介します。

◇◇ 事前に備えよう ◇◇

- 非常持出袋や備蓄品の準備・確認をする
- 家の中の対策をする(浸水が心配される場合、家財道具や貴重品などを高い場所へ)
- 家の周囲の対策をする(雨戸や雨どいの確認、風雨で飛ばされるものがないか確認)
- 家族で避難場所・避難ルート・避難方法の確認をする

◇◇ 風水害が発生したら… ◇◇

- 気象情報に注意する(テレビやラジオ、携帯電話など常に情報を集めましょう)
- むやみに外出しない
- 避難情報に注意する(避難勧告などの市からの避難情報に注意しましょう)
- ※避難情報が発令されていなくても、ご自身で危険な状況と判断した場合は自主避難をしましょう。

◇◇ 避難するときは… ◇◇

- 非常持出袋(1日程度の水や食料含む)や貴重品といった最低限の持ち物で避難する
- 避難する際は、火の始末と戸締りを忘れずに。
- 屋外の状況により避難場所へ避難できない場合は、近くの安全な場所に避難する
- (自宅や近隣建物の2階以上の場所に避難することが安全な場合もあります)

②内水水位観測センサーの設置(国)

さらに国土交通省では、中筋川沿線の国道56号付近に内水の水位を観測できるセンサーを設置し、6月中にはリアルタイムな情報提供ができるよう作業を進めています。水位観測の位置は具同(国道56号相ノ沢橋 中村高等技術学校入口付近)・楠島(国道56号楠島橋付近)・国見(県道宗呂中村線 東中筋小学校前付近)の3カ所です。情報提供できるようになりましたら、広報でお知らせします。

③河川(相ノ沢川・楠島川ほか)に河川水位計を設置(県)

高知県の管理河川である、相ノ沢川(具同)・楠島川(楠島)・森沢川(森沢)のほか、計5カ所に水位計を設置しました。こちらも6月中にはリアルタイムな水位情報を提供できるよう作業を進めています。情報提供できるようになりましたら、広報でお知らせします。

④防災行政無線による情報伝達(市)

降り始めからの雨量や時間降雨量、河川の水位状況等総合的に判断し、内水被害が起こりそうになった時には、早めの情報を防災行政無線等によりお知らせします。



今後の課題に向けて行政が
取り組んでいくこと
さらに災害に強いまちづくりを目指して

地震火災対策

木造住宅が密集する市街地で心配される地震による火災対策が急がれます。

住宅耐震化等の推進

60%しか進んでいない住宅の耐震化や家具転倒防止対策等を推進するため、3カ年をかけて市内全戸調査を実施します。

自主防災組織の活動促進

災害に備えて、各地区での避難訓練や消火訓練、学習会等の活動を進めます。また、防災リーダーとなる防災士の養成を進めます。

避難所の設備充実

災害後の避難所での生活を安心して送れるよう、水や電源の確保、必要備品等を整備するとともに、避難所運営の充実強化を図ります。

八束地区防災活動拠点基地整備

下田地区と同時に津波被害に対する八束地区の活動拠点基地の整備が急がれます。また、八束保育所の移転も同時に行います。

【問い合わせ先】(市)地震防災課 ☎(35)2044



毎月第1日曜日は「四万十市自主防災の日」

来月は7月5日(日)四万十市防災標語「訓練は みんなを守る 命づな」

全ては命を守るために。

自分の命は自分で守る。地域で手を繋ぎ、訓練には積極的に参加しよう

『総合計画』と『産業振興計画』策定のための地区懇談会(第3回最終回)

地区懇談会での主なご意見・ご質問を総合計画の基本目標に沿って、最後の報告をいたします。

【第4章 豊かな心と学びを育むまちづくり】

Q25 学校再編は、移住受入れ・子育て・地域活性化と矛盾するのではないのか。

A 学校再編は、再編の意義や複式校・小規模校の課題等について、子どもたちの教育環境の向上を図るために、保護者や地域と話し合いを進め、地域の意見をいただきながら協議を行います。なお、総合計画では、重点プロジェクトとして「元気な地域づくりプロジェクト」で、地域ごとの拠点と住民活動で地域福祉・地域産業の振興を図ることとしており、地域振興を含めた地域づくりを課題として、少子高齢化・過疎化の進行による集落機能の低下などへの対応や地域の活性化に積極的に取り組みます。

Q26 婚活事業の実施について。

A 平成23年度より『出会いのきつかけ応援事業』を実施しています。平成27年度からは、地域の民間活力を導入して、自由な発想による企画・運営のもと、より柔軟できめ細やかな取り組みが進められるよう事業展開することを目指します。

Q27 人づくりとして、生涯学習や社会教育の分野に力を入れる必要がある。

A 若者を対象とした講座の開設や、若者が興味を持てる事業に取り組み、若者が活動・交流できる場の提供に努めます。

Q28 文化センターは老朽化しており、駐車場も狭いなど問題があるため整備が必要である。

A 平成27年度から、文化センターを含め社会教育施設の整備を総合的に検討します。

【第5章 健やかで笑顔のある支えあいのまちづくり】

Q29 医療体制の充実はどのように進めるのか。

A 新公立病院改革ガイドラインにおいては「公立病院改革の究極の目的は、公・民の適切な役割分担の下、地域において必要な医療提供体制の確保を図り、その中で公立病院が安定した経営の下でへき地医療・不採算医療や高度・

先進医療等を提供する重要な役割を継続的に担っていくことができるようにすることにある。」とされており、幡多医療圏のなかで急性期医療を担う市民病院は、今後も幡多けんみん病院と連携し、病院機能の強化を図り地域の救急医療体制の確保に努めます。また、民間医療機関や介護施設等との連携により、急性期から回復期・療養期までの地域完結型の医療体制の構築に取り組みます。

Q30 住み慣れた地域で暮らすための在宅介護の充実や高齢者の見守りなどの対策は。

A 介護保険制度の在宅サービス（訪問介護・訪問看護など）を利用するとともに、介護者の負担を軽減するため、住宅改修の支援、短期入所や通所介護、あつたかふれあいセンターの活用、健康福祉委員会の推進などにより、住民がいつまでも住み慣れた地域で安心して、健康に暮らせる地域づくりに取り組みます。

【第6章 協働で築く地域力のあるまちづくり】

Q31 過疎地域対策、地域の活性化・再生について、どのように考えているのか。

A 総合計画では、Q25の回答とおり、重点プロジェクトで、地域の活性化に積極的に取り組みます。

また、平成27年度より、移住推進員を設置し、地域やNPO等と連携して、移住希望者が安心して移住・定住等ができるように、また、地域が安心して受入できるように、移住相談、空き家の確保・紹介、就業支援、職業紹介、地域の受入体制の整備、移住者と地域のマッチングなどの必要なささまざまなことを一元的に対応できる体制の構築を行い移住・定住を促進して、健全な地域コミュニティの保持と地域の活性化に努めます。

Q32 旧校舎の利活用はいかに進めるのか。

A 旧校舎等の利活用について、住民と協働し、利活用プランを検討しながら、それぞれの地域にあった活動拠点の創出を支援します。

【問い合わせ先】

(市)企画広報課 企画調整係 ☎(34)1129

「幡多広域特産品等 県外発信支援事業」の ご案内

幡多広域市町村圏事務組合では、幡多広域ふるさと市町村圏基金を活用して、圏域内の地場産品のPRおよび消費拡大を促進するため「幡多広域特産品等県外発信支援事業」により補助金を交付しています。

【補助対象者】

- ① 幡多広域内に本社または主たる事業所を有する中小企業法第2条第1項に規定する中小企業者
- ② その他組合長が認める団体

【補助対象経費】

イベント出店料、特産品等送料、チラシ代、宿泊費、交通費、高速道路使用料その他組合長が必要と認めるもの

【補助条件等】

- ・ 出展期間中、原則5千人以上の集客が見込めるイベント等
- ・ 広域観光パンフレット配布・PR
- ・ 市町村補助金・負担金を除き、県等の公的機関から補助金等の助成金がある場合は、事業に要した経費から当該助成金を差し引いた額を補助対象経費とする。

【補助限度額】

- 1 事業者1回限り
- ・ 近畿、中国、九州地方 5万円以内
- ・ 中部地方以北 10万円以内

【問い合わせ先】

幡多広域市町村圏事務組合 ☎(31)2600

平成27年国勢調査 調査員募集

平成27年10月1日現在で、全国一斉に国勢調査が実施されます。市では調査を円滑に実施するため、調査員として従事していただける方を募集しています。皆さまのご協力をお願いいたします。

国勢調査は、日本の人口や世帯の実態を明らかにするため、統計法に基づき5年ごとに実施される、最も基本的で重要な統計調査です。日本に住んでいるすべての人および世帯が対象となります。

9月上旬から調査員がうかがいますので、ご協力をお願いします。

●応募要件

- ・20歳以上の健康な方で、税務、警察、選挙に直接関係のない方
- ・暴力団等と関わりのない方
- ・調査で知り得た内容の秘密保護ができ、責任をもって調査ができる方

●応募人数 約210名

●報酬予定額(交通費などの諸経費含む)

- ・1 調査区(おおむね50世帯)担当の場合 3万円から5万円
- ・2 調査区(おおむね100世帯)担当の場合 5万円から8万円

●身分

※最終的な調査世帯数などにより異なります。

●任命期間

8月上旬～11月上旬(3カ月間程度)

●主な仕事の内容

- ・調査員事務説明会への出席(8月中旬)
- ・担当調査区内の地図と名簿の作成
- ・調査の依頼と調査票等の配布、回収

- ・調査票未提出世帯の訪問回収
- ・回収した調査票の整理と市への提出(10月下旬)
- 前回(平成22年国勢調査)との主な変更点

・インターネット回答方式が導入されます。インターネットでの回答が済んでいるとあらかじめ確認された世帯には、紙の調査票は配布しません。

・調査票を封入するかしないかは世帯が選択します。封をして提出された場合は、調査員は開封点検しません。また、調査票は郵送で提出することもでき、その場合は調査員を通さず市に届きます。

●応募方法

次のいずれかの方法により左記まで提出してください。

【持参・郵送・FAX・Eメール】

企画広報課、支所地域企画課で配布する申込用紙に必要事項を記入のうえ提出してください。申込用紙は市ホームページからもダウンロードできます。

【電子申請】

市ホームページからアクセスし、専用フォームに必要事項を入力して申請してください。 ※調査の際に携行が義務付けられている「調査員証」に貼付する顔写真を、申込用紙提出の際(電子申請)の場合は日程調整のうえ後日撮影させていただきますので、ご承知ください。(採用の可否にかかわらず撮影します。)

●応募期限 6月30日(火)

●採用の通知

採用の可否については、応募期限後に決定次第、ご通知いたします。

【問い合わせ・提出先】

- 中村地域：(本庁)企画広報課企画調整係 ☎(34)1129
- 西土佐地域：(総合支所)地域企画課地域振興係 ☎(52)1111



国勢調査 2015

市長日誌 4月15日～5月14日

4月15日	医師確保業務(徳島・岡山・京都)17日)
18日	高知大学地域協働学部開学記念式典(高知市津波避難タワー落成式(水戸地区))
19日	ぶしゅかん現地視察(手洗川地区)
20日	「あらうんど四万十」カールニカールン」カン又映画祭フィルムマーケット出展報告
21日	都市計画審議会
22日	四万十市老人クラブ連合会定期総会
24日	台北駐大阪経済文化弁事処 来庁
25日	日赤社資四万十市地区目標額設定会議
24日	四万十市人権擁護委員協議会総会
25日	四万十市消防団配属者功労表彰 表彰式
25日	県道大方大正線 安全祈願祭、開通式(四万十町)
27日	地震火災講演会
27日	四万十市中村地区民生委員児童委員協議会総会
28日	四万十市身体障害者連盟総会
29日	陸上自衛隊第14旅団創隊および駐屯地開設記念行事(香川県善通寺市)
30日	第12回全国ほんもの体験フォーラム in 高知実行委員会(高知市)
31日	辞令交付式(看護師)
1日	土佐一條家行列「藤祭り」
3日	「あらうんど四万十」カールニカールン」カン又映画祭フィルムマーケット出展壮行会
5日	総合教育会議
7日	高知県市町村道整備促進協議会役員会
8日	および通常総会(高知市)
11日	行政改革本部員会議
10日	職員採用試験(看護師)
8日	春の全国交通安全運動街頭指導、交通安全メッセージ伝達式
8日	文部科学省および国土交通省訪問(東京、12日)
13日	四万十市建築協会要望受
14日	四万十市地域公共交通活性化協議会第1回総会
14日	西土佐地区区長会
14日	国道439号整備促進期成同盟会総会(高知市)

第二次 四万十市人権施策行動計画 〜認めあい 支えあう 優しさあふれるまちづくり〜

◇計画の策定にあたって

市では、あらゆる人権課題の解決に向けて人権施策の総合的な推進を図るために、平成21年3月に『四万十市人権施策行動計画』（前期計画）を策定し、さまざまな取り組みを行ってきました。このたび、前期計画の計画期間が終了することに伴い、新たな人権課題にも対応した施策の見直しを行い『第二次四万十市人権施策行動計画』（本計画）を策定しました。

◇計画の概要

・基本理念

認めあい 支えあう 優しさあふれるまちづくり

・計画期間

平成27年度～平成32年度（6年間）

・基本的施策

- 1 人権意識高揚のための施策の推進
- 2 人権擁護と救済のための施策の推進
- 3 人権の視点に立った行政の推進

・分野別施策

- ①子どもの人権 ②女性の人権 ③高齢者の人権
 - ④同和問題 ⑤障害者の人権
 - ⑥HIV感染者等の人権 ⑦外国人の人権
 - ⑧インターネットによる人権侵害 ⑨災害と人権
 - ⑩犯罪被害者の人権 ⑪その他の人権問題
- ※①～⑦は前期計画から引き続き取り組む課題
⑧～⑩は社会情勢の変化等により顕在化された、新たに取り組む課題

◇計画の推進にあたって

本計画の推進にあたっては、進行政管理をより一層強化し、常に改善を図ります。また、部署間の連携を強化し、相互チェック機能や協働体制の構築を目指します。

☆本計画の詳細は、別途配布いたします「ダイジェスト版」をご覧ください。また、本計画については、図書館で閲覧できるほか、市ホームページにも掲載しています。

【問い合わせ】

(市)人権啓発課 ☎(35)1035

にしとさ暮らし体験2015

5月3日(日)から5月5日(火)までの2泊3日、西土佐地域の江川流域沿いにおいて「にしとさ暮らし体験」を開催しました。この体験は「都会では味わえない本場の田舎暮らしを体験する」をコンセプトに西土佐地域で開催したもので、関東や関西方面から20代～60代の幅広い層の参加者が集まりました。

参加者は、江川流域沿いの権谷せせらぎ交流館にて「こんにゃくづくり」や、中組絆の会で「ふわふわとうふづくり」を体験した後、羽釜を使った「飯づくり」やお茶摘みから始まったお茶づくり体験など行いました。

また民宿ではなく農家に泊まる民泊や、地域の方が腕によりをかけて作ってくれた田舎料理を囲んでのおしゃやくなどを通して、地域の方と交流を深めました。

アンケートには、「第二のふるさとができたみたい」「地域の人々の暖かさがとてもうれしかった」などの意見があり、どっぴりといなか暮らしを体験することができたようです。また「地元料理のレシピを習える機会を作ってほしい」「もっとさまざまな農業の体験がしたい」など意見もあり、もつと地域にある資源を活かした体験メニューを作ることの必要性を感じました。

今後も新たな体験を地域の皆さんと共に作りあげて受け入れを積極的に進めていきたいと思えます。

【問い合わせ先】

(総合支所)地域企画課 ☎(52)1111



田舎暮らしを体験する参加者

◎人権に関する市民意識調査の概要

- ・目的 市民の人権に対する意識やご意見を調査することで、今後の取り組みの資料とする
- ・対象 20歳以上の市民から2千人を無作為抽出
- ・期間 平成26年7月～8月
- ・方法 郵送により配布、回収
- ・回収 719人(回収率36%)

★調査項目および回答状況については、図書館で閲覧できるほか、市ホームページにも掲載しています。

人権ふれあい講座受講生募集!!

日常生活のなかにあるさまざまな人権課題を解決するために、企業・団体、市民を対象に人権講座を計画的、系統的に実施します。

人権に関する身近な課題をテーマに、講演会形式で開催します。人権入門講座として一緒に学習しませんか。

日時	講師	内容
第1講座 6月21日(日) 13時30分～15時	講師：山本 衛 (四万十市人権啓発講師)	開講式 テーマ：子どもの人権 ～人が人らしく～
第2講座 6月28日(日) 13時30分～15時	講師：福島 幸子 (ワークライフバランス認定コンサルタント)	テーマ：男女共同参画社会 ～ワークライフバランスについて～ ※男女共同参画週間講演会として実施
第3講座 7月5日(日) 13時30分～15時	講師：西郷 典生 (幡西保護司会)	テーマ：更生保護 ～更生保護の取り組みについて～ ※社会を明るくする運動講演会として実施
第4講座 7月12日(日) 13時30分～15時	講師：未定	テーマ：同和問題 ～人権の尊重された社会に向けて～ ※部落差別をなくする強調旬間講演会として実施 閉校式

【場 所】市役所3階会議室

【募集人員】40人

【対象者】市民、企業・団体

【申込期限】6月16日(火)まで(土・日・休日は除きます。)

【受講料】無料

【参加賞】全4回に参加いただいた人には、終了証書と記念グッズをプレゼントします

【申込方法】電話で申し込みください。企業・団体などは別途申込書が必要です。

【問い合わせ・申込先】(市)人権啓発課 ☎(35)1035

平成27年度 市県民税について

個人の市県民税は、所得割と均等割とに区分され、所得割は所得の額に応じて負担するもので、均等割は所得、扶養人数に応じて課税されます。納期内の納付をお願いします。

税率	市	県
所得割	6%	4%
均等割	3,500円	2,000円

普通徴収 納期

第1期	平成27年6月30日
第2期	27年8月31日
第3期	27年11月2日
第4期	28年 2月1日

【問い合わせ先】

(本庁) 税務課

市民税係(課税について)

☎(34)1112

収納係(納税について)

☎(35)5552

(総合支所) 西土佐住民分室

☎(52)1111

国民健康保険税の課税基準が変わります

■課税限度額について

医療保険分 (基礎分)	現行の 限度額		改正後の 限度額	
	後期高齢者 支援金等分	介護保険分	合計	合計
51万円	16万円	14万円	81万円	85万円
52万円	17万円	16万円	85万円	85万円

■軽減基準について

2割軽減および5割軽減の判定基準が改正され、軽減対象となる世帯の範囲が拡大されます。軽減は前年の所得に応じて自動的に適用されるため、届け出等には必要ありませんが、未申告の世帯には適用されませんので、前年の所得について必ず申告を済ませておいてください。

詳しくは本庁税務課または西土佐住民分室までお問い合わせください。

【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)1111

四万十市制施行・合併10周年記念 第11回しまんと市民祭

ながむら踊り・しまんと提灯台パレード・納涼花火大会

期 日	時 間	催 し 物	雨天の場合
7月25日(土)	15:15 ~ 18:30	ながむら踊りパレード	翌週に延期
	19:00 ~ 21:30	しまんと提灯台パレード	中止
8月1日(土)	10:00~13:00	第64回全日本女郎ぐも相撲大会	翌日に順延
8月29日(土)	16:00~21:00	しまんと納涼花火大会ほか	〃

※時間等については、若干変更する場合があります。

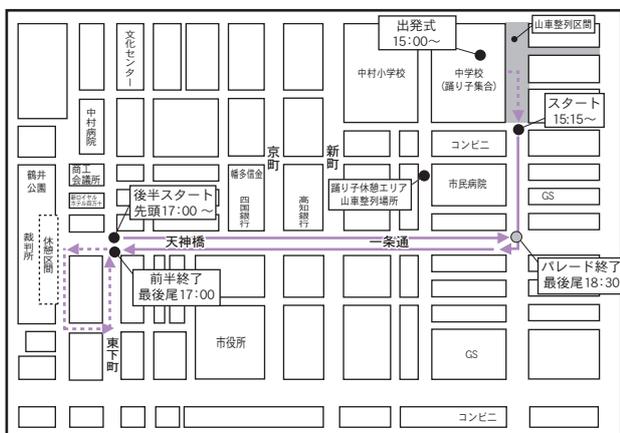
・協賛行事 (公財)四万十市体育協会 ☎(37)4558

7月26日(日)	7:20 ~ 13:00	第20回四万十川水泳マラソン大会	荒天中止
----------	--------------	------------------	------

●ながむら踊りコース

コース概要:

中村中〜一条通〜天神橋〜(休憩)〜天神橋〜一条通

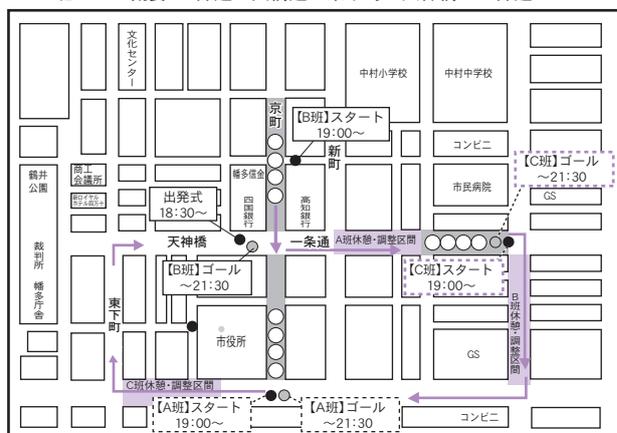


●しまんと提灯台パレードコース

A班コース概要:大橋通〜東下町〜天神橋〜一条通〜大橋通

B班コース概要:京町〜一条通〜大橋通〜東下町〜天神橋〜一条通

C班コース概要:一条通〜大橋通〜東下町〜天神橋〜一条通



イベント参加者募集中!

- 全日本女郎ぐも相撲大会(場所:一条神社境内)
中学生以下の参加者
- ストリートパフォーマンス
花火大会でパフォーマンスや郷土芸能を行える団体または個人
※募集締切:8月3日(月)

子供提灯台 担ぎ手募集!

7月25日(土)に開催する「しまんと提灯台パレード」にて、子供提灯台を担いでくれる元気な小学生を募集します!参加希望の方は下記までご連絡ください。

【問い合わせ先】しまんと市民祭実行委員会(市観光課内) ☎(34)1783

懐かしの市民祭の写真はありませんか?



今年のしまんと市民祭は、四万十市制施行・合併10周年記念事業として行います。そこで、「しまんと市民祭」と合併前の「ながむら市民祭」に関する写真を集め、祭りの歴史を振り返る「市民祭写真展(仮)」を予定しています。

「ながむら踊り」や「提灯台」をはじめ、市民祭にまつわる懐かしの写真をお持ちの方はぜひ情報をお寄せください。

(注)提供いただける方は7月3日(金)までに写真を市観光課へお届けください。提供いただいた写真は必ずお返ししますが、展示に使用する写真は選考させていただきますのでご了承ください。

【問い合わせ先】(市)観光課 ☎(34)1783

まちの話題

土佐一條公家行列「藤祭り」

5月3日(日)、一條教房公の中村入府を再現する第24回土佐一條公家行列「藤祭り」が開催されました。この日は出発前から小雨がぱらつくあいにくの天気となりましたが、公家などに扮した行列が、雅楽に合わせ町を練り歩きました。

今回は一條教房公役を中平市長、玉姫様を徳田真美さん(市職員)が務め、藤の花で彩られたみこしの上から振りまかれる玉姫様の笑顔に沿道の観客からは拍手と歓声が上がっていました。

天神橋アーケードのイベント会場では、西土佐半家地区に伝わる「牛鬼」が登場したほか、自転車の曲乗りなど楽しい催し物が終日行われ、行列の一行を見ようと集まった市民らを大いに楽しませました。その後、一行から豪華景品が当たる「富くじ」1500枚がまかれ、市民や観光客からは大きな歓声があがっていました。

西土佐中学校
枚方市で特産品販売

4月16日(木)、西土佐中学2年生29名が修学旅行で訪れた枚方市にて地元特産品を販売しました。この販売学習は友好都市である枚方市を会場に、7年前から行っており、販売する品物など生徒が選定・企画しています。

お客さんから西土佐について聞かれることも多く、西土佐の良さを再確認するとともに、枚方市の優しさに触れ、他の地域のすばらしさに気付き、よい機会となりました。働く経験をし、働くことの厳しさ、楽しさも体感できました。クラス全員で準備も含めてやりきったこと、当日も商品を売り切ったことなど大きな達成感を得ることができた1日となりました。

蕨岡小の児童が
稚アユ放流体験

4月28日(火)、児童の稚アユ放流体験が行われ、四万十川支流後川で蕨岡小学校の1・2年生9人が体験に参加しました。

この体験学習は、四万十川中央漁業協同組合の放流事業の一環で、子どもたちに地元の河川や魚に親しんでもらおうと、市と協力して毎年実施しています。

児童の皆さんは、中央漁協の組合員の方から稚アユについて説明を受けた後、バケツに入った10〜12センチ程度の稚アユを「元気に育ててね。」と声をかけながら一斉に放流しました。

放流に参加した男の子は「夏にまた大きくなったアユを見に来たい」と元気に答えてくれました。





1年に1度は健診を
～健康は自分で～

保健カレンダー

6



健診
教室・学習会
相談
献血

月日	時間	事業名	該当地区	場所	
11日(木)	9:30~11:30, 13:30~15:30	子宮がん検診	中筋・東中筋・後川・八束	文化センター	
	9:30~11:30, 13:30~15:30	乳がん(マンモグラフィ)検診	中筋・東中筋・後川・八束・具同		
12日(金)	9:30~11:30, 13:30~15:30	子宮がん検診	具同・大川筋地区	文化センター	
	9:30~11:30, 13:30~15:30	乳がん(マンモグラフィ)検診			
15日(月)	個別通知	胸部レントゲン(肺がん検診)	後川地区	後川地区(巡回)	
	9:00~11:00	定例健康相談		西土佐総合支所	
16日(火)	9:30~11:00, 13:15~14:30	乳幼児相談		健康管理センター	
	9:30~11:00	ママタッチ教室			
	13:15~14:30	離乳食相談			
	13:15~14:30	歯科相談			
17日(水)	12:50~13:30	乳児健診		健康管理センター	
18日(木)	11:00~14:30, 15:30~17:00	献血		四電中村支店, 四万十看護学院	
	9:30~11:30	ぴよっこクラブ(親子の集い)		西土佐保健センター	
19日(金)	9:00~12:30, 13:30~16:00	献血		サニーマート四万十店	
22日(月)	9:30~11:30, 13:30~15:30	子宮がん検診	東山・蕨岡地区	文化センター	
	9:30~11:30, 13:30~15:30	乳がん(マンモグラフィ)検診			
23日(火)	9:30~11:30, 13:30~15:30	子宮がん検診	下田・富山・中村地区	文化センター	
	9:30~11:30, 13:30~15:30	乳がん(マンモグラフィ)検診			
	9:30~10:30	ひまわり健診/前立腺がん検診			津野川集会所
	13:30~14:30	"			口屋内出張診療所
24日(水)	10:00~11:30	ママ&チルドレン		具同体育センター	
25日(木)	8:00~9:30	胃がん検診	下田地区	下田いやしの里	
	8:30~11:00, 13:30~15:00	特定健診(生活習慣病健診) 注			
26日(金)	12:50~13:30	1歳9カ月健診		健康管理センター	
28日(日)	13:30~	妊婦教室		健康管理センター	
30日(火)	13:30~	妊婦教室		健康管理センター	
7月	1日(水)	12:50~13:30		健康管理センター	
	2日(木)	8:00~9:30	胃がん検診	東山地区(安並・秋田・麻生・佐岡)	安並スポーツセンター
		8:30~11:00, 13:30~15:00	特定健診(生活習慣病健診) 注		
		9:30~11:30, 13:30~15:30	乳がん(マンモグラフィ)検診		
	3日(金)	12:50~13:30	3歳児健診		健康管理センター
	8日(水)	10:00~11:30	ママ&チルドレン		具同体育センター
		9:00~11:00	出張健康相談		JA高知はた西土佐支所
	9日(木)	8:00~9:30	胃がん検診	東山地区(古津賀)	古津賀ふれあい会館
		8:30~11:00, 13:30~15:00	特定健診(生活習慣病健診) 注		
9:30~11:30, 13:30~15:30		乳がん(マンモグラフィ)検診			

注) 特定健診(生活習慣病健診)、ひまわり健診は、40歳以上の国民健康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の人が対象です。

※6月10日(水)までの計画については、広報四万十5月号に掲載しています。

【問い合わせ先】(本庁)保健介護課☎(34)1115 (総合支所)保健課☎(52)1132

婚活イベントでの
独身者を支援する
ボランティア募集!!

結婚を希望する独身者が参加するイベントで、独身者の出合いを交際・結婚へとつなげるボランティア「カップルサポーター」を募集します。

「高知で恋しよ!!応援サイト」に掲載しました出合いのイベントでは26年度に250組を超えるカップルが誕生しています。このイベント等において独身者のサポートをするボランティア(カップルサポーター)を募集します。説明会および養成講座を開催しますので興味のある方はメール、FAX、電話でお申し込みください。

日時

6月23日(火)

13時30分~16時30分

18時~21時

場所 市立中央公民館

2F研修室I

申込締切 6月11日(木)

【問い合わせ・申込先】

高知家の出合い・結婚・子育て応援
コーナー(高知県少子対策課内)

☎088(821)8080

FAX088(821)8100

E-mail: kochike.ouen@pony.ocn.ne.jp





四万十市健康増進計画(第2期)シリーズ② 笑顔で伸ばそう健康寿命くみず・めし・うん・うんく

《四万十市健康の秘訣12か条》
第1条「三食きちんと食べよう」

平成26年度の健康増進計画アンケート調査より、「朝食を食べていますか」という質問に、3歳児、5歳児、小学校5年生、70歳代では「毎日食べる」が9割以上を占めていましたが、中学2年生では、83.4%と減少し、20歳代では58.8%と最も少なくなっていました。

朝食を八食べない理由

- 多数意見
20歳以上「時間がない」「食欲がない」「以前から食べる習慣がない」
小5生・中2生「食欲がない」「時間がない」
- 少数意見
「朝食が用意されていない」「ダイエットのため」

規則正しい食生活、バランスのとれた食事は肥満や生活習慣病の予防につながります。食事をしっかりとるようしましょう。

三食きちんととるためにはまず朝食から。脳は眠っている間にもエネルギーを使っています。朝の脳はエネルギー不足の状態なので朝ごはんをとることは、その不足したエネルギーを補うこととなります。そして、体温を上げ、脳を目覚めさせると同時に、動いたり勉強したりというコンディションを作ります。まず、朝食をしっかりと食べることが1日三食のリズムをつくる基礎となります。欠食することなくきちんと三食食べるように心がけましょう。

1日の生活リズムは朝ごはんから!!

次回は、健康の秘訣12か条の第2条「主食・主菜・副菜のそろった食事をとろう」です。四万十市健康増進計画の詳細は市ホームページにも掲載していますのでご確認ください。

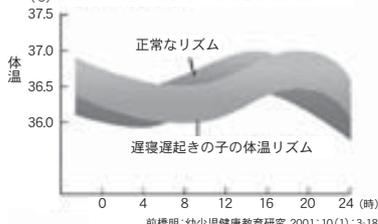
四万十市健康の秘訣12か条は、1条ずつ詳細を掲載していきます。

【問い合わせ先】

(本庁)保健介護課 保健衛生係 ☎(34)1115
(総合支所)保健課 保健係 ☎(52)1132



1日の体温リズム
(寝寝遅起きする子どもの体温リズムは、普通より数時間後ろへずれこんでいる)



前掲明：幼少児健康教育研究 2001:10(1):3-18



四万十市歯と口の健康づくり基本計画 く心身ともに健康で豊かな人生を送るための口づくり

市では、平成25年3月に制定された「四万十市歯と口の健康づくり推進条例」に基づき、「四万十市歯と口の健康づくり基本計画」を平成27年3月に策定しました。

この計画は、市民が健康な歯と口で生涯を通し心身ともに豊かに過ごせるよう左記の計画目標を設定しています。

計画の目標

1. 歯と口の自己管理(セルフケア)能力の向上
2. 関係機関の連携および支援体制の充実

- 四万十市の健康課題：各種健診(検診)やアンケート調査結果等より
- 妊娠時期の歯科健診受診者が少ない。○幼児期・学齢期のむし歯が多い。
- 学齢期で歯肉炎などがみられる。
- 成人期・高齢期において、歯科の定期健診受診者が少ない。…など



歯と口の健康づくりにおける「あるべきがた」を、次のライフステージ別にかけて設定しています。

★あるべきがた(目標)★

「妊娠期・胎児期」：健康な歯と口を育む

「乳幼児期」：食生活習慣を整えて乳歯をむし歯から守り、健康な歯と口を育てる

「学齢期」：乳歯から生えかわる永久歯をむし歯や歯周病から守る

「成人・壮・中年期」：自己管理と専門的な支援を取り入れながら、口の健康を保つ

「高齢期」：残った歯を大切に、口腔環境を整えて口腔機能を保つ

各ライフステージの詳細について
来月号より掲載していきます。

四万十市歯と口の健康づくり基本計画の詳細は市ホームページに掲載していますのでご確認ください。

【問い合わせ先】(市)保健介護課 保健衛生係 ☎(34)1115



東日本大震災で宮城県から避難している住民のみなさんへ 特定健康診査・ 後期高齢者健康診査のお知らせ

お身体の調子はいかがですか？
健診を受けて 御自分の身体の様子を確かめましょう！

宮城県の一部の市町村では、平成27年4月から、東日本大震災により他地域に避難している国民健康保険および後期高齢者医療制度に加入し、かつ次の対象地域から避難してきた人は、避難先でも「特定健診・後期高齢者健診」を受けることができます。

■対象地域

仙台市・石巻市・気仙沼市・岩沼市・東松島市・亘理町・山元町・女川町・南三陸町

■受診期間 平成28年3月31日まで

■検査内容

特定健診等の基本項目に沿った血圧測定、尿検査および血液検査など
※詳細な健診項目（心電図、眼底検査、貧血検査）は医師が必要と認められた時に行います。

※市町村で独自に追加している項目やがん検診等は除かれます。

■受診の流れ

- ①避難元の市町村に、特定健診等を受診したい旨を電話連絡等により連絡してください。
- ②避難元市町村から、「受診券」、「実施機関一覧表」、「昨年度の健診結果（昨年受けた方）」が送付されます。
- ③「実施機関一覧表」に掲載されている健診機関に予約を入れてください。
- ④「受診券」、「被保険者証」、「昨年度の健診結果」を持参して、健診機関で受診してください。（健診の自己負担額は「受診券」に記載されている金額となります）
- ⑤後日、健診機関から健診結果が送付されます。

■受診時に行うもの

- ①受診券（同封のもの）
- ②保険証
- ③昨年度の健診結果（同封のもの）

■受診上の注意

○受診の前日または当日の食事や服薬などについては、受診する健診機関に確認してください。

①～③を健診機関窓口で提示してください。
※健診の自己負担額は、受診券に記載されている金額になります。

【問い合わせ先】（本 庁）保健介護課 保健衛生係

（総合支所）保健課 保健係

☎（34）1115
☎（52）1132



平成7年4月2日から平成19年4月1日までに生まれた人へ 日本脳炎予防接種のお知らせ

日本脳炎の予防接種は、予防接種法令の改正により、従来の対象者に加えて、平成17年度から平成21年度にかけて日本脳炎予防接種の積極的勧奨の差し控えにより接種を受ける機会を逃した、平成7年4月2日から平成19年4月1日までの間に生まれた人も定期予防接種の対象者となっています。（接種期間は20歳の誕生日の前日までとなります。）

まだ接種が済んでいない場合は、なるべく早い時期に接種を受けてください。接種を希望される人で予防接種予診票をお持ちでない人は、左記問い合わせ先までご連絡ください。

日本脳炎ワクチン		接種間隔	
既に接種した回数	接種回数（全4回）	1期（3回）	2期（1回） （9歳以上の人）
1回も接種していない人	残り4回 （1期：3回 2期：1回）	1回目の接種後、6日以上（標準的には6日から28日）あけて2回目の接種をし、その後6カ月以上（標準的にはおおむね1年）あけて3回目の接種をします。	3回目の接種後6日以上あけて接種します。ただし、9歳以上の人に限ります。
1回接種を受けた人	残り3回 （1期：2回 2期：1回）	6日以上あけて、2回目と3回目を接種します。 （既に接種済みの1回目と今回の接種間隔は6日以上）	
2回接種を受けた人	残り2回 （1期：1回 2期：1回）	6日以上あけて、3回目の接種をします。 （既に接種済みの2回目と今回の接種間隔は6日以上）	
3回接種を受けた人	残り1回 （2期：1回）	—	

※1期が終了していない人は、まず、1期分から接種を受けてください。

本年度は、18歳になる人に個別通知を行っています。

平成19年4月2日以降に生まれた人へは、3歳になる時に通知しています。

接種料金 無料 実施場所 高知県内の受託医療機関

【問い合わせ先】（本 庁）保健介護課 保健衛生係

（総合支所）保健課 保健係

☎（34）1115
☎（52）1132

介護保険に関するお知らせ

四万十市高齢者福祉計画・第6期四万十市介護保険事業計画を策定しました。

基本理念 ～住みなれた地域で、すこやかに安心して暮らせる、まちの実現～

市では、団塊の世代が75歳に到達する平成37年を見据えた地域包括ケアシステムの実現のため、「四万十市高齢者福祉計画・第6期四万十市介護保険事業計画(平成27年度～平成29年度)」を策定しました。

この計画は、前計画の基本理念を継承し、高齢や介護が必要になっても、安心して日常生活を過ごすことができ、それぞれが自分らしく生きることができる社会を目指しています。

また、介護保険制度を持続可能な社会保障制度とするため、費用負担について次の改定が行われました。

●第1号被保険者(65歳以上)の保険料の金額が変わりました。

介護保険事業の円滑な運営を図るため、3年ごとに介護保険事業計画を策定し、サービス費用の見込量等に基づき、介護保険料を算定しています。

平成27年度からの第6期保険料については、要介護認定者の増加などにより、介護保険給付費の増加が見込まれるため、保険料が上がりました。

所得段階	保険料調整率	保険料		対象者
		(年額)	(月額)	
第1段階	0.45	29,600円	2,467円	生活保護被保護者、世帯全員が住民税非課税の老齢福祉年金受給者等および世帯全員が住民税非課税かつ本人年金収入等80万円以下等
第2段階	0.75	49,300円	4,112円	世帯全員が非課税かつ本人年金収入等80万円超120万円以下
第3段階	0.75	49,300円	4,112円	世帯全員が住民税非課税かつ本人年金収入120万超等
第4段階	0.9	59,200円	4,934円	本人が非課税(世帯内課税者あり)かつ本人年金収入等80万円以下
第5段階	1.0	65,800円	5,483円(基準額)	本人が非課税(世帯内課税者あり)かつ本人年金収入等80万円超
第6段階	1.2	78,900円	6,579円	住民税課税かつ基準所得金額120万円未満
第7段階	1.3	85,500円	7,127円	住民税課税かつ基準所得金額120万円以上190万円未満
第8段階	1.5	98,600円	8,224円	住民税課税かつ基準所得金額190万円以上290万円未満
第9段階	1.7	111,800円	9,321円	住民税課税かつ基準所得金額290万円以上

●一定以上の所得がある介護保険利用者の負担割合が変更されました。

①平成27年8月から、単身の場合で合計所得金額160万円以上(単身で年金収入のみの場合は280万円以上)の利用者は、利用者負担が1割から2割負担となります。

※月額上限がありますので、見直し対象の方全員が2割負担とはなりません。

7月上旬ごろ、要介護(支援)認定を受けている方全員に「介護保険負担割合証」を送付しますので、サービスを受けるときには、被保険者証と負担割合証を提示してください。

②平成27年8月から、65歳以上で課税所得が145万円以上の方がいる世帯で、65歳以上の収入合計が520万円(単身383万円)以上の世帯の月額負担上限額が37,200円から44,400円に変更されました。

6月下旬ごろ、対象と思われる世帯に申請書を送付しますので、提出をお願いします。

●低所得者の施設利用者の食事・居住費を補填する「補足給付」の要件に預貯金等を追加します。

①預貯金や有価証券等が単身1,000万円以上、夫婦では、2,000万円以上の場合は対象外となります。

②世帯分離した場合でも、配偶者が課税されている場合は対象外となります。

6月初旬ごろ、対象者に申請書および銀行等への預貯金等の照会についての同意書を送付しますので、貯金通帳等の写しを添付のうえ提出をお願いします。

【問い合わせ先】

(本庁)保健介護課 ☎(34) 1165 (総合支所) 保健課 ☎(35) 1132



重度心身障害児・者 医療費助成制度のお知らせ

重度心身障害児・者が医療を受けるとき、各医療保険の対象となる医療費の自己負担分を助成します。左記に該当する人は、福祉事務所へ申請してください。（6月中に申請し認定されれば、7月から助成を受けることができます。）

対象者（次の①～③いずれかの人）

- ① 身体障害者手帳 1級または2級の人
- ② 療育手帳 A1（最重度）またはA2（重度）の人
- ③ 身体障害者手帳3級または4級を所持し、かつ療育手帳B1（中度）の知的障害と認定された18歳未満の合併障害の人

ただし、65歳以上で、平成15年10月以降に新たに重度障害者（①・②）の認定を受けた人は、平成27年度市民税非課税世帯の人のみが対象となります。（課税世帯の人は対象となりません。）

※平成26年度市民税課税世帯のため助成対象外になっている人も、平成27年度の市民税が非課税世帯に該当する場合は助成対象となるため、6月中に申請をしてください。

※平成27年7月1日以降も有効な受給者証を持っている人は、6月中の申請は必要ありません。

例 ・平成15年9月30日までに受給者となった人

- ・65歳未満の人
- ・75歳の誕生日の前日まで有効な受給者証を持っている人 など

■申請に必要なもの 障害者手帳、健康保険証、印鑑

【問い合わせ・申請先】

（本 庁）福祉事務所 家庭福祉係 ☎（34）1801
 （総合支所）福祉事務所 西土佐福祉分室（保健課内） ☎（52）1132

障害児・者の手当について

在宅の障害児・者に対して、次のような手当が支給されます。新たに手当を受ける場合は申請が必要となります。支給に該当すると思われる場合は、下記までお問い合わせください。

手当の種類 (手当月額)	対象者	障害等の区分	備考
特別障害者手当 (26,620円)	常時特別な介護を必要とする在宅の20歳以上の人	<ul style="list-style-type: none"> ・1～2級程度の障害が2つ以上重複しているあるいは、1～2級程度の障害と3級程度の障害が2つ以上重複している人 ・重度の身体機能障害により、日常生活動作能力の評価が極めて重度と認められる人 ・内部障害により絶対安静の人 ・精神又は知的障害により日常生活能力の評価が極めて重度と認められる人 	3カ月を超えて入院している場合は支給対象外となります。
障害児福祉手当 (14,480円)	常時介護を必要とする在宅の20歳未満の児童	<ul style="list-style-type: none"> ・身体障害1級程度の障害がある人及び2級程度の障害がある一部の人 ・療育手帳A1またはA2の一部の人 ・精神の障害により上記と同程度以上と認められる人 	障害を事由とする年金を受給している場合は支給対象外となります。
特別児童扶養手当 1級(51,100円) 2級(34,030円)	20歳未満の児童を自宅で養育している保護者	<ul style="list-style-type: none"> ・身体障害1～3級程度の障害がある人または4級程度の障害がある一部の人 ・療育手帳A1～A2、またはB1の一部の人 ・精神の障害により上記と同程度以上と認められる人 	/
四万十市心身障害児扶養手当 (2,000円)		<ul style="list-style-type: none"> ・身体障害1～3級手帳の交付を受けている人 ・療育手帳A1～A2の人 ・特別児童扶養手当1級の認定を受けている人 	

※在宅の障害者に対する手当であるため施設に入所している場合は支給の対象外です。また扶養義務者等に一定額以上の所得がある場合も支給の対象外となります。

※認定に際しては診断書による判定が必要となります。

【問い合わせ先】（本 庁）福祉事務所 社会福祉係 ☎(34)8088
 （総合支所）福祉事務所 西土佐福祉分室（保健課内） ☎(52)1132

■児童手当の「現況届」について

6月は「現況届」の提出月になっています。

現在児童手当を受け取っている方は子どもの養育状況の確認のため、「現況届」の提出が必要ですので手続きをお願いします。
この届出がないと、6月以降の手当が受け取れなくなりますのでご注意ください。

※平成27年5月1日以降の転入、出生により認定請求(額改定認定請求を除く)をされている方は、「現況届」の手続きは必要ありません。

【受付期間】

6月1日(月)～30日(火)※土日は除く
8時30分～12時 13時～17時15分

【必要なもの】

- ・現況届
- ・認め印鑑
- ・請求者の健康保険証(会社員等の場合など)

※公務員は勤務先で手続きをしてください。

【問い合わせ・提出先】

- (本 庁)福祉事務所 家庭福祉係
☎(34)1801
- (総合支所)福祉事務所 西土佐福祉分室
☎(52)1132

■生活困窮者の支援制度が始まりました

自立相談支援事業として、働きたいが働けない、働いているが生活が成り立たない、住む所がないなど生活全般にわたるお困りごとの相談窓口が設置されました。

相談窓口では、専門の支援員が一人ひとりの状況に合わせた支援プランを相談者と一緒に作成し、他の専門機関と連携して、解決に向けた支援を行います。

なお、離職などにより住居を失った人などには、就職活動をするなどを条件に、一定期間、家賃相当額の住居確保給付金の支給があります。
まずはご相談ください。

【相談窓口】

- ◎NPO法人若者就労支援センター
つながるねっと
〒787-10050
四万十市渡川1丁目1番3号(大野内科2階)
☎(34)8100
Fax(34)8080
MAIL: tunagaru-net@birdocn.ne.jp
- 受付時間
月～金曜日 9時～17時
(水曜日は午後から休み)
- ◎(市)福祉事務所 社会福祉係
☎(34)1120
Fax(34)1880

■障害者相談員について

四万十市では、次の方々に障害者(身体・知的)相談員をお願いしております。

相談員の皆さんは、自らの経験を生かして、障害のある人やそのご家族からの相談に応じています。

相談は無料で、秘密は固く守られます。日常生活で困っていることや心配なことなど、左記の電話番号へご相談ください。

	氏名	住所	電話番号
身体障害者相談員	あさひ たかこ 朝日 孝子	間崎	(36)2935
	たなか のりお 田中 規雄	古津賀	(35)6566
	かみおか あつひろ 上岡 淳宏	不破	(34)2983
	おかもら りえこ 岡村 理栄子	西土佐大宮	(53)2322
知的障害者相談員	あつみ たけお 渥美 武男	不破	(35)3082

任期 平成28年3月31日まで

■心に不調を持った人と家族の会『虹の会』のご案内

こころの不調等により、日常生活に悩みを持つ人とそのご家族とが、話し合う会を開いています。

関係機関も交え、同じ悩みを持つ同士が集まり、協力や助言など、お互いを支え合いながら、社会復帰等のため、活動しています。

次のような症状に心当たりの方、虹の会に参加して、話してみませんか

ひきこもり、被害妄想、幻聴、幻覚、眠れない、疲れやすい、イライラ、集中力がない、人とのコミュニケーションがうまくできない等々

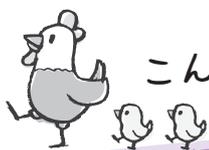
悩みを分かち合うことで、心が軽くなるのがたくさんあります。会員以外の方も参加できます。一人で抱え込まず、虹の会へ参加してみませんか？

《活動》

- 定例会・おしゃべり会(市立中央公民館)
・奇数月 第3日曜日13時30分
・偶数月 第3木曜日13時30分
- 病気・薬・接し方等の勉強会
- 関係機関への働きかけ
- お楽しみ会等のイベント

【問い合わせ先】

- 虹の会会長：宮地美津子
☎(35)5647
- 事務局：四万十市障害者支援センター
☎(34)3641



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)

七夕製作

お母さんと一緒にひこぼし様と、おりひめ様のついた七夕飾りを作るよ。願い事も考えて来てね!

時 ①グループ 6月24日(水)、②グループ 25日(木)、
③グループ 26日(金) 9:30~11:30

場 子育て支援センター

おもちゃを作って水遊び

ペットボトルでジヨーロを作るよ。できたらお母さんやお友だちとプールで水遊びを楽しもう♪

※ペットボトルを持って来てね。

時 ①グループ 7月6日(月)、②グループ 7日(火)、
③グループ 9日(木) 9:30~11:30

場 子育て支援センター

◆0歳児・妊婦対象(ぴよちゃんクラブ)

七夕製作

星の台紙に手型を押して飾りを作るよ。お母さん、願い事を考えて来てね!

時 ①グループ 6月22日(月)、②グループ 23日(火)
9:30~11:30

場 子育て支援センター

ぴよちゃんプール

初めての水遊び!ビニールプールでチャブチャブ♪①②グループ一緒に水遊びを楽しもう!

時 7月10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
東山保育所	6月18日 木	10:00~11:00	数台分有
東中筋保育所	6月15日 月	9:30~11:00	〃
八束保育所	6月19日 金	9:30~10:30	〃
もみじ保育所	7月10日 金	9:30~11:00	〃



その他の活動

◆救命救急講座

これから子どもたちの大好きな水遊びの季節です。でも、危険もいっぱい!そこで、四万十市の消防職員に救命救急講座をお願いしました。

AEDの使い方も教えてもらいましょう。

時 6月15日(月) 10:00~11:30

場 子育て支援センター

◆七夕まつり

みんなでにぎやかに、歌ったり踊ったり七夕まつりを楽しみましょう。

みんなの願い事、叶うといいね・・・?

時 「ぴよちゃんクラブ」7月2日(木) 9:30~11:30

「1、2、3歳児」 7月3日(金) 9:30~11:30

場 子育て支援センター

◎休所のお知らせ

6月18日(木)午前中は、ぴよっこクラブ(西土佐)参加のため休所します。

※初めて参加を希望される人は、準備などの都合がありますので、あらかじめご連絡ください。(活動内容によっては、ご遠慮をお願いする場合があります)

育児相談

相談日/月~金 9:30~11:30、13:30~16:30

子育てについて思っていること、悩んでいることなど、気軽に相談ください。電話相談だけでなく、直接来所しての相談にも応じます。

※活動のある日の午前中は、相談に応じられない場合があります。

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



高齢者の生活を支援しています

Part2

四万十市では、「高齢者が住み慣れた地域で、すこやかに、安心して暮らせるまち」を目指して、次のような在宅サービスを行っています。ご利用を希望される方は、保健介護課または保健課までお問い合わせください。

住宅改造支援事業

△対象者▽本市に住所を有する介護保険の(要支援1から要介護5まで)認定を受けた方で、世帯の主たる生計中心者の前年の所得税額が30万円未満の世帯の方。

△事業内容▽対象者が居住する住宅を、身体の状況に応じて安全かつ利便性に優れたものに改造する場合に補助金を交付します。(事前申請必要)

△補助基準額▽上限100万円に対し2/3以内の補助を行います。

※要介護認定を受けた方が、手すりの取り付け等の住宅改修を行った場合、20万円(自己負担1割)を上限に支給する制度もあります。(事前申請必要)

あんしんコール事業

△対象者▽本市に住所を有するおおむね65歳以上の独居高齢者および独居の身体障がい者等で、装置の必要性が認められる方。

△事業内容▽緊急通報装置を貸与し、緊急通報システムに接続することによって、24時間体制で急病や火災等の緊急時の安全を確保します。

△利用者負担▽市民税非課税世帯は無料。市民税課税世帯の方については、設置費の全額(1万2960円)を負担していただきます。

訪問理美容サービス事業

△対象者▽本市に居住する在宅の高齢者等で、介護保険の認定が要介護3以上の方または、身体障がいの程度が2級以上の方。

△事業内容▽理容所または美容所に行くことが困難な方の居宅に理容師・美容師が訪問して理美容サービスを行います。

△利用者負担▽理美容料金は利用者負担です。理美容師の訪問にかかる費用のみ年間3回まで無料となります。

【問い合わせ先】

(本 庁)保健介護課 高齢者福祉係・介護保険係

(総合支所)保健課 保健係 ☎(34)1165

☎(52)1132

第65回 社会を明るくする運動

7月は、「社会を明るくする運動」の強調月間です。この運動は、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない地域社会を築くためのものです。このため行動目標を①犯罪や非行のない安全安心な地域社会を築くための取組を進めよう②犯罪や非行をした人たちの立ち直りを支えよう③重点事項に「出所者等の事情を理解した上で雇用する企業の数を増やすこと」「帰るべき場所がないまま、刑務所から社会に戻る人の数を減らすこと」を掲げ、全国的に運動が展開されます。

◎実施委員会の主なメンバー
保護司会、人権擁護委員、四万十わかば更生保護女性会、区長会、身体障害者連盟、民生委員児童委員協議会、連合婦人会、中村警察署、社会福祉協議会、四万十市、四万十市教育委員会など

【強調月間 活動内容】

日時	内容	場所	
7月1日(水)	10:00~	中村地域出発式	市役所駐車場
	10:30~	啓発パレード	天神橋アーケード
	11:00~	街頭啓発	フジグラン四万十、サニーマート
7月2日(木)	8:40~	西土佐地域出発式	総合支所駐車場
7月5日(日)	講演会		市役所3階会議室
	講師:西郷典生(幡西保護司会) 演題:更生保護の取り組みについて		
7月7日(水)	8:30~	無縁墓地の清掃	黒潮町出口
7月25日(土)	研修会		中央公民館 1階大会議室
	講師:中村警察署少年補導職員 演題:非行防止について		
	19:40~	市内一斉健全育成パトロール	市内
その他	出前啓発事業(中村・西土佐 各1カ所)、広報巡回、啓発旗の設置、路線バスへの啓発マグネットの掲示 など		

【問い合わせ先】 (市)人権啓発課 ☎(35)1035

人権擁護委員制度を

ご存じですか

6月1日は人権擁護委員法が施行された日です

「人権」とは、「人が幸せに生活できるようにするために必要な権利」です。

人権擁護委員は、現在高知県内に180名が配置されており、地域住民の皆さんが、人権について関心を持ってもらえるような啓発活動を行ったり、法務局や市役所などの公施設、デパート等において、家庭や職場内における問題とセクハラ・DV・いじめ等の人権問題に関するあらゆる相談をお受けします。相談は、無料であり、秘密厳守となっておりますので、一人で悩まずお気軽に法務局または人権擁護委員にご相談ください。

6月1日の「人権擁護委員の日」に合わせて、県内各地域で「全国一斉特設人権相談所」を開設します。お問い合わせは、最寄りの人権擁護委員または法務局まで、お尋ねください。四万十市の人権擁護委員は、次の皆さんです。(平成27年4月1日現在)

氏名	氏名
岡林 武範	坂本名賀子

氏名	氏名
竹田 元久	遠近 準二
遠近 信子	近藤 清人
菊地 清人	伊与田良子
伊与田良子	遠近 哲代
遠近 哲代	南 哲志

【問い合わせ先】
高知地方法務局 人権擁護課
☎088(822)3503

平成27年度

人権ふれあい支援

事業のご案内

(公財)高知県人権啓発センターでは、高知県内のNPO、ボランティア団体および民間の団体等(PTA、町内会、老人クラブなど)地域で活動している団体や企業、事業所を含むが人権意識の向上を目的とした事業を行う場合、その経費の一部を支援しています。

対象となる事業、応募資格、支援金額、支援対象の期間、応募期間、支援の決定等の詳細については、当センターのホームページをご覧いただくか、左記までお問い合わせください。

なお、当センターの「人権ライブラリー」では、人権に関する図書、視聴覚教材(ビデオ、DVD等)の貸し出しも行っていきます。

【問い合わせ・応募先】
公益財団法人 高知県人権啓発センター
〒7800870
高知市本町4丁目1-37
☎088(821)4681
fax 088(821)4440
E-mail center@kochi-jinken.or.jp
ホームページ
<http://www.kochi-jinken.or.jp>

全国共通人権相談ダイヤル

みんなの人権

110番

法務省の人権擁護機関では、利用しやすいよう人権相談所の電話番号を全国統一の番号とし、人権問題に関する相談を受け付けています。

時間
平日 8時30分~17時15分
電話番号(ナビダイヤル)
☎0570(003)110

※PHS一部のIP電話からは御利用できない場合があります。

取扱内容
差別待遇、暴行・虐待、セクハラ・パワハラ、いじめ・体罰、名誉毀損・プライバシー侵害等
人権問題に関するあらゆる相談

(法務局職員または人権擁護委員が相談に応じます)
※相談は無料、秘密は厳守します。

【問い合わせ先】
高知地方法務局 人権擁護課
☎088(822)3503



ねんきんだより



平成27年度の 国民年金保険料の金額について

平成27年度の国民年金保険料額は、月額1万5900円です。

保険料の免除制度があります！

所得が少ないときや失業等により保険料を納めることができない場合には、本人の申請によって、保険料の納付が免除される制度があります。

①免除(全額免除・一部免除)申請

本人、配偶者、世帯主それぞれの前年所得が一定額以下の場合や、失業等の事由がある場合に、保険料が全額または一部免除となります。

②若年者納付猶予申請

30歳未満の方で、本人、配偶者それぞれの前年所得が一定額以下の場合に、納付が猶予されます。

③学生納付特例申請

学生の方で前年所得が一定額以下の場合に、納付が猶予されます。

※付加年金または国民年金基金に加入中の場合、免除等が承認されると脱退となります。

免除申請に必要なもの

年金手帳、印鑑、学生納付特例の場合は学生証の写しまたは在学証明書、失業等による申請の場合は離職票など。

申請書は、市役所本庁、西土佐総合支所、幡多年金事務所の各窓口にご用意しているほか、日本年金機構のホームページ(<http://www.nen-kin.go.jp/>)から印刷することもできます。

問い合わせ先

幡多年金事務所(中村東町2丁目4-10)

(本庁)市民課 市民係

☎(34)1616
☎(34)1113

(総合支所)西土佐住民分室

☎(52)1111

「納付・全額免除・一部免除・納付猶予」と「未納」の違い

	納付	全額免除	一部免除	若年者納付猶予 (学生納付特例)	未納
老齢・障害・遺族 基礎年金の受給 資格期間に...	含まれる	含まれる	含まれる (注2)	含まれる	含まれない
老齢基礎年金額 の計算に...	含まれる	含まれる (注1)	含まれる (注1,2)	含まれない	含まれない

(注1) 保険料を納めた場合と比べて、受け取る年金額が以下のとおりとなります(平成21年4月以降の免除期間)
 ・全額免除の場合...2分の1 ・4分の3免除の場合...8分の5
 ・半額免除の場合...4分の3 ・4分の1免除の場合...8分の7
 (注2) 一部免除については、減額された保険料を納めないと「未納」と同等の扱いとなります

図書館だより

平成27年

6
June

開館時間 9:00~18:00

新着おすすめ8+8

家族という病	下重 暁子	一般書
紙の動物園	ケン・リュウ	
山月庵茶会記	葉室 麟	
過ぎ去りし王国の城	宮部 みゆき	
高峰秀子の引き出し	斎藤 明美	
武道館	朝井 リョウ	
防災・減災につなげるハザードマップの活かし方	鈴木 康弘	
森は知っている	吉田 修一	

6月の新着図書(508冊)

明日をつくる十歳のきみへ	日野原 重明	児童書／えほん
おどる詩あそぶ詩きこえる詩	はせ みつこ	
鬼のおっぺけぼー	大島 妙子	
さんかんびにおめでとう!	つがね ちかこ	
チョコちゃん	椰月 美智子	
呪う本	緑川 聖司	
ぼくたちねこなの ゆかいな8ぴき	どい かや	
もりのホテル	ふくざわ ゆみこ	

★休館日の案内★

6月1日(月)定休	6月26日(金)館内整理日
8日(月)定休	7月29日(月)定休
15日(月)定休	7月30日(月)定休
22日(月)定休	7月31日(月)定休

★寄贈の御礼★

国際ソロプチミスト幡多様より今年も大活字本を寄贈いただきました。ありがとうございます。高齢の方に大層喜ばれています。どうぞご利用ください。

『幕末浪漫剣』 鳥羽 亮/著
 『必要のない人』 内館 牧子/著
 『鈍感力』 渡辺 淳一/著
 ほか

★夢の絵本 できたあ〜!★

「こどもの読書週間」4/23〜5/12の行事のひとつとして、4月26日(日)親子もそれぞれが好きな絵本の続きのおはなしを自分で作ってみました。力作のオリジナル絵本ができました。



(問) 市立図書館

☎(35)2923

市立墓地(城北霊園)永代使用の希望者募集

申込対象者	本市に住所または本籍を有する人。 (市外在住の人は、墓地使用に関する一切の事項を処理する市内在住の代理人の選定が必要です)
市立墓地の場所	中村丸の内2399-2ほか 未使用区画 2区画(区画番号:191,192)
募集区画数	※霊園入口に区画表示板を設置していますので、事前に現地をご確認のうえお申し込みください。
永代使用料 および 管理手数料	○永代使用料:45万円 ○管理手数料:3150円/年(27年度は月割) ※貸付時において永代使用料および管理手数料(5年分)を一括で納付していただきます。
使用期間	貸付日から永年とする。
申込受付期間	6月10日(水)〜30日(火)(土、日、祝日除く) ※郵送の場合は、30日消印有効
申込書	申込書は市民課・西土佐住民分室でお渡しします。 ※郵送による請求の場合は、あて先を明記した返信用封筒(82円切手貼付のこと)を同封して(本庁)市民課市民係まで請求してください。
申込方法等	○墓地使用申込書に必要事項を記載して申請してください。 ※郵送で申請される場合は、申込書に必要事項を記載のうえ左記申込先までお願いします。 ○申し込みは、1世帯につき1件とします。 ○申込者が多数の場合は抽選を行います。抽選は区画ごとで行います。
その他の条件	市立墓地の使用にあたっては、「四万十市立墓地の設置及び管理に関する条例」および「同施行規則」に定める一定の制限があります。
抽選予定日	7月14日(火)13時30分 場所:市役所3階 会議室303・304・305 ※抽選者は申込者および申込者に委任(要委任状)された人のみです。

【問い合わせ・申込先】

(本庁)市民課(霊園担当) ☎(34)1113
〒787-8501 四万十市中村大橋通4-10
(総合支所)西土佐住民分室 ☎(52)1111

市政

教育

くらし

情報掲示板

狂犬病予防注射はお済みですか

狂犬病の集団予防注射を追加実施します。

本年度の集合注射は下記日程で最後になります。4月、5月に飼い犬の予防注射を受けられなかった人は、必ず受けるようにしてください。問診票は4月末までに送付しています。お持ちの方はご持参をお願いします(お持ちでない場合は、問診票の記入や登録確認のために時間がかかる場合があります)。

◎集合注射料金は、3,100円です。

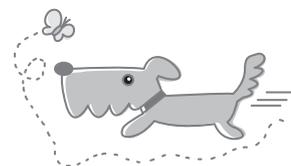
集合注射の会場に来られない場合は、動物病院で必ず予防注射を済ませてください。(注射料金は各病院にお問い合わせください)また、集合注射の際に新規登録もできます。登録していない犬については必ず登録をしてください。(登録料3,000円)

■中村地域 6月26日(金)

場 所	時 間
下田貴船神社前	9:00~9:05
古津賀1丁目4号公園前(ダイソー裏)	9:20~9:25
安並運動公園入口	9:40~9:45
蕨岡生活改善センター前	10:00~10:05
富山地区集会所前	10:20~10:25
利岡橋(後川中学校側)	10:50~10:55
大川筋診療所前	11:05~11:10
有岡(旧JA中筋出張所前)	11:25~11:30
国見(JA中村西部事業所前)	11:45~11:50
森沢集会所前	11:55~12:00
自由ヶ丘団地(東公園前)	13:00~13:05
具同田黒(市立まなびの館前)	13:15~13:20
入田(楠の木元)	13:25~13:30
下木戸集会所前	13:45~13:50
間崎集会所前	14:00~14:05
不破八幡宮前	14:25~14:30
四万十市役所駐車場(消防屯所前)	14:40~15:00

■西土佐地域 6月17日(水)

場 所	時 間
西土佐総合支所前	9:00~9:15
中組共同飼育所	9:30~9:40
大宮産業横	10:15~10:25
口屋内診療所前	11:20~11:25



野良犬や野良猫の相談が増えています。望まない子犬や子猫ができないように飼っているペットの不妊・去勢についてよく考えてみましょう。また、飼えないからといって犬猫を捨てることは法律で禁止されています。新しい飼い主を探すようにしましょう。飼い主の方はフンの後始末などをきちんとして適正に飼育するようにしてください。

※犬の登録を済ませている場合は、登録料は必要ありません。
※当日は、問診票を持ってきてください。(登録済の犬のみ)
※必ず指定した時間までにお集まりください。時間をすぎれば次の場所へ移動します。

【問い合わせ先】

(本庁)環境生活課 ☎(35)4147
(総合支所)保健課 ☎(52)1132

交通安全指導員だより

No.23

交通事故に気をつけよう!!

交通安全教室①

横断歩道の歩き方や自転車の乗り方など、皆さん真剣に学習してくれました。交通ルールを守って、事故にあわないようにみんなが気をつけましょう。



みぎをみて ひたりにみて
もついでとみぎをみて



具同小学校



東山小学校



利岡小学校

【担当課】
環境生活課市民生活係

☎(35)4147

交通安全協会より お知らせ

皆さんの会費が地域の交通安全に役立てられています。免許の更新手続き時に協会費のご協力をお願いしています。免許の有効期限5年の方：25000円
4年の方：20000円
3年の方：15000円
小学校新1年生のランドセルカバーを購入し配布させていたいただきました。ありがとうございました。

【問い合わせ先】

交通安全協会中村支部

(中村警察署内)

☎(34)0110



幡多広域消費生活センター便り

健康食品を勧める悪質な電話勧誘にご注意!!

健康に対する消費者の関心や不安につけこむ、悪質な勧誘が後を絶ちません。電話で、根拠のない効能を告げられたり、しつこく勧誘されたりして、高額な健康食品を購入させられる被害が発生しています。

トラブルに遭わないために注意すべきポイント

ポイント1 ▶ 突然の勧誘電話にご用心！長話は禁物

ポイント2 ▶ 遠慮は無用。断るときは、はっきりと。しつこい勧誘電話は切るのが一番です

要らないと断っているのに、しつこく勧誘することは法律で禁止されています。不要なときははっきりと断りましょう。それでも勧誘を続けるときは、思い切って電話を切りましょう。

ポイント3 ▶ 「試供品」に油断しないで！

悪質な業者は、試供品の購入をきっかけに、高額な商品売りつけようとたくらんでいます。

ポイント4 ▶ 健康食品であるにもかかわらず、医薬品的な「効能」をうたう勧誘にご注意！

ポイント5 ▶ 断り切れずに購入してしまったら・・・

届いた健康食品は開封しないようにしましょう。8日間以内なら、クーリング・オフ(契約解除)が可能です。消費生活センターへご相談ください。また、クーリング・オフ期間が過ぎていても、契約を解除できる場合がありますので、あきらめずに相談しましょう。

ポイント6 ▶ 家族や地域、友人とのつながりを生かし、お声掛けと心配りを！

健康に不安を感じるお年寄りが被害に遭うケースが増えています。日ごろから地域や友人との交流が大切です。

相談は無料、秘密厳守です。安心してご相談ください。

【問い合わせ先】幡多広域消費生活センター

月～金曜日 9:00～12:00/13:00～17:00 祝日・年末年始を除く ☎(34)6301 FAX(34)6295

新しい出会いに期待

国際交流員

デンシヨウキョウ
田小嬌

皆さん、こんにちは。平成27年度の国際交流員の田小嬌(デン ショウキョウ)と申します。中国の江蘇省から来ました。今年、23歳です。

私は2009年9月に中国の蘇州大学に入学し、日本語や日本文化との出会いが始まりました。三年生の時に、宮崎公立大学に一年留学しました。初めての海外生活でしたが、皆さまの温情で毎日が驚きの連続で、幸せでした。地元ホストファミリーの方々も一般の市民の方々も、本当の家族のように私に接してくださいました。宮崎で学んだことを生かして将来日中交流に携わることが、お世話になった皆さんへの何よりの恩返しだと思いました。

帰国後、自分の目で見えてきた日本人の思いやりや礼儀などの気質と、日本人から受けた温情を多くの人に伝えたいと思い、より一層学習と課外活動に励みました。一方、家族は、以前はマスメディアに影響され反日感情が強かったのですが、私の留学体験により日本に対する見方を改めてくれました。私が目指している日中友好への第一歩になったと実感した瞬間でした。

2013年6月に大学卒業後、私は、損保ジャパン中国社に入社し、営業担当の仕事をしていました。緊張感のある毎日でも非常に充実した1年10カ月を過ごすことができました。日系保険会社の関係で、お客さまもほとんど日系企業です。顧客訪問の中で、新しく中



国に来られた日本人の方に蘇州の衣食住の話をして、喜んでいただいた時は、自分自身もとてもうれしく思いました。しかし、学生時代から抱いていた夢は、もっとたくさんの人々に両国の文化を伝え、お互いに異文化を理解してもらうための助けになることです。

2015年4月に損保ジャパンを退職し、四万十市にやってきました。こちらで国際交流員として、自分の力で少しでも日中交流事業を推進していきたいと思えます。到着してからわずかな日数で既にこちらの独特な魅力を感じられました。これから、皆さんは普通だと思われている四万十市の各種魅力を、私の外国人としての目線で発見し、できるだけ多くの人々に伝えたいです。と同時に、中国文化や中国語などについて、皆さんに紹介していきたいです。

また、経験のない仕事です。皆さんにご迷惑をおかけするかとありますが、何卒よろしく願います。

国際交流員は生涯学習課主催の中国語講座の講師や、市内の学校、各種団体に出向いて、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。

【問い合わせ先】

(市)企画広報課
☎(34)1810

市政

教育

くらし

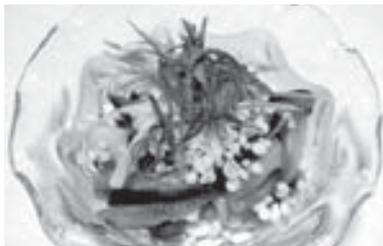
情報掲示板

心豊かに食す

～腎臓病・エネルギーアップ編～

蒸しなすの揚げ玉和え (所要時間: 15分)

慢性腎臓病の食事療法では、「たんぱく質制限」「塩分制限」「エネルギーアップ」がポイントです。腎臓は食事として摂取した、たんぱく質を体内で代謝・分解してできる老廃物や身体に必要以上に摂取された余分な水分や食塩を尿へ排せつしているため、たんぱく質や食塩をとりすぎると、腎臓に過剰な排せつという負担をかけてしまいます。腎臓に負担をかけないように、たんぱく源である肉・魚・卵・乳製品を制限すると、エネルギーが不足してしまいます。そこで家庭では、油料理を取り入れることで効率良くエネルギーアップが期待できます。揚げ物(天ぷらやフライ、素揚げ)や炒め物など、1日1回くらいはとるようにしましょう。ただし、肥満や脂質異常症などがある場合は、補足する必要がないこともあります。今回は、天かす・ごま油を使って暑い夏場に火を使わず、簡単にエネルギーアップできるレシピをご紹介します。副菜の一品としてお使いください。



栄養成分(1人分)	
エネルギー: 92kcal	脂質 : 4.7g
たんぱく質: 2.3g	食塩相当量: 0.6g

<材料>2人分

- ・米なす 1本(約250g)
- ・めんつゆ(ストレート) ... 大さじ2
- ・天かす 大さじ4
- ・ごま油 小さじ1
- ・みょうが 適量
- ・大葉 適量

作り方

- ①なすは食べやすい大きさに切り、水にさらしてアクを抜き、ラップで包んで600wのレンジで8分程加熱する。なすが柔らかくなったら冷水につける。(※やけどに注意してください)
 - ②ボウルにめんつゆ・ごま油を入れ、水気を切ったなすを入れて混ぜる。
 - ③器になす、天かす、細切りにしたみょうが・大葉を飾れば完成。
- ※天かすは、時間がたつと油っぽくなるので、食べる時に混ぜるとサクサク感があっておすすめです。

<カロリーアップのポイント>

- ・天かすやごま油を多めにすると、さらにエネルギーアップができます。
- ◎天かす 大さじ4 ⇒ 大さじ6(36kcal↑) ◎ごま油 小さじ1 ⇒ 大さじ1(74kcal↑)

計110kcalアップ

四万十市立市民病院 管理栄養士 乾優衣

情報掲示板

しまんと



防犯メモ



警察官をかたる、特殊詐欺の予兆電話多発! 不審な電話にご注意を!

警察官をかたって、県内の65歳以上のお宅に「詐欺事件の犯人を捕まえている」などを聞き出し、個人情報を聞き出し、現金をだまし取ろうとする特殊詐欺の予兆電話が相次いでかかってきています。

また「〇〇建設が建設予定の老人ホームの入居権がある」「権利を譲ってほしい」とうそを言って、現金をだまし取ろうとする予兆電話も連続してかかっています。

「自分だけは大丈夫」と過信せず、日々防犯を心がけましょう。

次のような電話には十分注意してください!

- 65歳以上の方が優先的に入居できる
- 老人ホームの入居権を東北の被災者に譲ってほしい
- 大手建設会社が建設予定の老人ホームの入居権があるので、その権利を譲ってほしい

対策

不審な電話があった場合は、一人で判断せず、家族や警察などに相談してください。

【問い合わせ先】
中村地区地域安全協会
(中村警察署内)
☎(34)0110



今月は
市民税 1期分
の納付月です

募集

住宅名ほか

古津賀第2団地共同住宅
(B・4号室・4階)

所在地 四万十市古津賀3760番地
構造 中層耐火構造4階建

間取り

6畳・4.5畳・3畳・DK・WC・浴室・物置
建築年 昭和49年度

家賃

8600円から
※入居世帯の所得額により
異なります

入居資格

- 現に同居している親族、または同居しようとしている親族があること。単身の場合は、昭和31年4月1日以前に出生の方等
- 住宅に困窮していること
- 所得に制限があります
- ※詳細についてはお問い合わせください

募集案内配布および申込先

(市)財政課
※募集案内は6月1日(月)から配布します

その他

申込者が複数場合は抽選となります
受付期間 6月1日(月)～15日(月)
入居予定 7月下旬

問 (市)財政課 管財契約係
☎(34)6120

教室・講座

初心者ソフトテニス教室

ラケットを握ったこともない人もラケットは持っているけれど眠らせたままの人も、この機会にソフトテニスを始めてみませんか。

対象者 市内に居住または勤務する人
期間 6月16日(火)～7月16日(木) 計10回
毎週 火・木曜日
※雨天の場合は順延

会場 安並運動公園内 テニスコート
時間 19時～21時

定員 30人(申し込み多数の場合は抽選)
ただしこれまで参加したことのない人優先

参加料 1500円(保険料を含む)

指導 中村ソフトテニスクラブ

受付期間 6月1日(月)～15日(月)9時～17時
申込方法 電話でお申し込みください。

主管 (公財)四万十市体育協会
※ラケットをお持ちでない人には貸し出しします。(無料)

スポーツ傷害保険以外の補償はありません。

問 (公財)四万十市体育協会(市民スポーツセンター内)
☎(34)2071

募集

市民ハイキング夏の陣

四国霊場(歴史)と高規格道路(未来)の体験
楽しく歩いて梅雨空をぶっ飛ばせ!

開催日 6月21日(日)
行程 四万十市～四万十町～四万十市

日程(予定)

8時30分	集合 西土佐ふれあいホール(西土佐地域)
9時30分	集合 安並スポーツセンター(中村地域)
10時	※バスで黒潮町へ
10時20分	研修(大方バイパス)
11時20分	旧窪川町内ウォーキング
12時	昼食
12時45分	バス乗車
13時	トンネル見学(佐賀ー窪川間)
15時40分	解散 安並スポーツセンター(中村地域)
16時40分	解散 西土佐ふれあいホール(西土佐地域)

参加料

500円(内訳 保険料・印刷代・切手代)
希望者は弁当(500円)の注文を別途受け付けします。

定員

40人(先着順)

申込期間 6月1日(月)～6月16日(火)
8時30分～17時15分(土・日除く)

その他

- ・歩く準備を十分に行なって参加してください。
- ・飲みもの、雨具、タオル等は各自で持参ください。
- ・小雨決行。荒天中止。判断は当日7時に行います。
- ・ケガ、事故については、主催者側で加入する傷害保険の範囲内での対応となります。

問 (市)生涯学習課 社会体育振興係
☎(34)2071

計量器の定期検査

計量法により、「取引」や「証明」に使われる計量器(はかり)は、その事業所の所在地を管轄する都道府県知事が行う定期検査を受けることが義務付けられています。本年は2年に1度の定期検査の年となっており、下記の日程で実施されます。

検査日	受付時間	場 所
7月6日(月)	13:00~14:00	JA高知はた東部出張所
	15:00~16:30	ホームセンターマルニ四万十店駐車場
7月7日(火)	9:30~11:00	下田地区集会所
	13:00~15:30	J A 高知はた中村支所やさい集出荷場
7月8日(水)	9:00~12:00	四万十市役所駐車場
	13:00~16:00	//
7月9日(木)	9:00~12:00	//
7月15日(水)	9:00~10:00	口屋内集出荷施設前
	11:00~12:00	四万十市西土佐総合支所
	13:00~16:00	//
7月16日(木)	9:30~11:00	J A 高知はた中村支所旧中筋出張所

問 (本 庁)商 工 課 ☎(34) 1126
(総合支所)産業建設課 ☎(52) 1111

第58回 金婚夫婦祝福式典

高知新聞社・RKC高知放送・高知新聞
社会福祉事業団の主催による金婚夫婦祝
福式典が行われます。

■資格

1965(昭和40)年1月1日から同年
12月31日までに婚姻届を出された高知県
在住のご夫婦(それ以前の届け出でも初め
て申し込む方は可)。

※事情により婚姻届け出が遅れた方は
高知新聞社☎088(825)4328
までご相談ください。

■申込先

(株)高知新聞企業事業企画部「金婚式係」
〒780-8666(住所不要)

6月22日(月)必着

・四万十市役所保健介護課 高齢者福祉係
〒787-8501

四万十市中村大橋通4-10

6月18日(木)必着

・西土佐総合支所保健課

〒787-1603

四万十市西土佐用井1-110-28

6月16日(火)必着

■必要書類

・便せんにご夫婦の郵便番号、住所(ふりが
な)、氏名(ふりがな)、生年月日、年齢、職業
電話番号(携帯電話含む)、結婚記念日、氏名
等の新聞掲載可否を明記してください。

☆前回まで必要書類であった戸籍抄本は、
今回から必要ありません。

■式典日時 9月1日(火)14時開始

■式典会場 新口イナルホテル四万十

※参加者への通知は、8月中旬ごろ高知新
聞社よりはがきでご案内があります。

B型肝炎訴訟説明会

集団予防接種の際の注射器の回し打ちに
よるB型肝炎ウイルス感染被害について、国
から和解金支払いなどの救済を受けるため
の手続きに関する説明会を左記のとおり開
催します。

日 時 6月13日(土)13時~
場 所 市立文化センター
参加費 無料

※事前の参加予約は不要です。



問 全国B型肝炎訴訟広島弁護士団
☎082(823)6589

四万十市母親大会

四万十市母親大会実行委員会では「第59
回四万十市母親大会」を以下の内容で開催
いたします。子育て中の人、孫の世話をし
ている人、男女どなたにも楽しく聞いていた
だけの内容となっています。ぜひ、ご参加く
ださい。

小さい子どもさんを預かるための部屋と
スタッフを準備しますので、お気軽に受付
で申し出てください。

日 時 6月13日(土) 14時~16時
場 所 社会福祉センター 2階
演 題 『生きる力をはぐくむ子育て』
Ⅱ 最近の相談から感じることⅡ

講 師 大崎博澄

主 催 四万十市母親大会実行委員会
後 援 四万十市教育委員会 ほか

問 四万十市母親大会実行委員会 事務局長 谷恵子
☎080(1996)5526

市立児童館 夏季キャンプ

児童館では、健全な遊びをとおして、児童の健康を増進し、心を豊かにすることを目的にいろいろな活動をしています。今年も、夏休みの野外活動の一つとして、生涯学習課と合同で、一泊二日のキャンプを行います。

目的

① 親元から離れた場所での生活を送ること、自立心や、社会性を養う。

② 集団生活を送ること、ルールの大切さを学び、仲間意識を高める。

期 日 7月23日(木)～24日(金)

※気象や河川の状況等により中止する場合があります。

場 所 旧竹屋敷小中学校

交 通 公用マイクロボス2台(30分程度)

対 象 市内在住の小学3年生～中学3年生

定員

35人程度

※申込者が多数の場合、抽選を行います。

参加費 無料

申込方法

6月2日(火)から、市立中央公民館と市立児童館に申込用紙を配置します。必要事項を記入のうえ保護者の捺印をして、申込期間内に提出してください。

※個人またはグループ(1組(4人以内))での申し込みができます。

申込期間 6月9日(火)～20日(土)

■7月3日ごろに参加決定通知書と、キャンプのしおりを郵送します。なお、参加決定者は、7月11日(土)10時から市立児童館遊戯室で、打ち合わせを行う予定です。

問 市立児童館(火～土曜日の10時～17時に受付) ☎(34)2232
市立中央公民館(月～金曜日の8時30分～17時15分に受付) ☎(34)0130

働く婦人の家講座

講座名	項目	日程【注】	定員	場所	講師	時間	申込期間	用意するもの
フラダンス		6月24日～8月26日 毎週水曜日(全10回)	15人	働く婦人の家 1F 軽運動室	小永博子	19時30分～21時	6月8日(月)～	運動のできる服装、運動靴(上履き)、タオル、飲み物(水・お茶等)
骨盤体操		6月30日～9月1日 毎週火曜日(全10回)	18人	働く婦人の家 1F 軽運動室	シミズダンス スタジオ	19時～20時	6月15日(月)～	運動のできる服装、タオル、運動靴(上履き)、水(水筒等)
椅子・ヨーガ療法		7月18日～8月1日 毎週土曜日(全3回)	20人	働く婦人の家 1F 軽運動室	野村厚子	19時～20時	6月22日(月)～	飲物、運動できる服装、座布団2枚(椅子に掛けて使います)、素足が気になる方は足元マット

【注】講師の都合により日程が変更になることがあります。

【対 象】市内に居住または勤務する女性 【受講料】いずれの講座も無料

【申込方法】本人に限り窓口・電話で受付(9時～12時、13時～17時15分 / 土・日・祝日を除く) ※定員になり次第締め切り

問 働く婦人の家 ☎(34)6299

第26回 幡多ふれあい医療公開講座

参加費 無料、どなたでも参加できます

※講師の都合で開催日時が変更になる場合があります。

「幡多地域を襲った南海地震の事前防災」
高知大学総合研究センター
防災部門特任教授 岡村 眞

「大きな災害と医療」
幡多けんみん病院 麻酔科部長
片岡 由紀子

日 時 6月21日(日)13時30分～(開場13時)

場 所 宿毛市立宿毛文教センター

問 幡多けんみん病院(経営事業課) ☎0880(66)2222
(市)保健介護課 ☎(34)1115

全国一斉「子どもの人権110番」強化週間

児童・生徒の皆さんが安心して相談できるよう、フリーダイヤルになっています。学校や家庭、友達関係の悩みごとなど、何でも相談してください。

実施期間 6月22日(月)から28日(日)までの7日間

受付時間 8時30分～19時(土・日は10時～17時)

開設場所 高知地方事務局 人権擁護課

電話番号 0120(007)110

※フリーダイヤル

※IP電話からは接続できません。

取扱内容
いじめ、体罰、児童虐待等の子どもをめぐる人権問題

※相談は無料、秘密は厳守します。

問 高知地方事務局人権擁護課 ☎088(822)3503

定期相談所

	日時	場所	相談内容	問い合わせ先
行政相談所	6月19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 ☎(37)2560 平石真理子 ☎(35)4250	(本庁)総務課 ☎(34)1804
無料農業経営相談 (偶数月第4木曜日開催)	6月25日(木)	JA高知(はた本所3階)	農業に関する借入相談、経営全般に関するお悩みなどの相談(要事前予約)	農林水産事業 ☎088(825)1091

四万十川国際音楽祭2015 中村交響楽団第83回定期演奏会

催し	日時	会場
プログラム ロザムンデ序曲 シューベルト おもちゃの交響曲 リモーツアルト ほか	7月5日(日) 14時開演(13時30分開場)	市立文化センター
チケット		
(前売)一般	1,000円	
(当日)	1,200円	
高校生以下	300円	

問 四万十川国際音楽祭実行委員会
(市立中央公民館内)☎(34)7311

しゅすいげき ダム・取水堰の放流にご注意

今年も出水期に入り、集中豪雨や台風が発生するシーズンとなりました。津賀ダム(古味野々ダム)および佐賀取水堰(家地川えん堤)では、これらの出水に備え、設備の点検・整備を行い、事故未然防止に万全を期しています。ダム・取水堰から放流する場合には、下流の皆さんの安全を守るため、警報車および防災無線(西土佐地域)でお知らせしていますので、放送などを聞いた時には、

- 家族特に子どもで川の方へ行っている人はいないか
- 河原に干し物などおいていないか
- 舟は安全な場所につないでいるかなど、今一度確認を行って水による事故や災害の防止に十分留意ください。

また、沈下橋の通行については、特に安全を確認するようお願いいたします。

津賀ダム放流量 佐賀えん堤放流量、昭和測水所水位等の情報は左記の電話番号で放送しています。

フリーダイヤル
0120(27)5430

問 四国電力株式会社 津賀ダム管理事務所 ☎0880(27)5314
佐賀取水堰管理事務所 ☎0880(22)0069

お知らせ

宿毛駅および土佐佐賀駅 空きスペース活用者の募集

現在、土佐くろしお鉄道の宿毛駅および土佐佐賀駅の構内空きスペースを活用していただける方を募集しています。詳しくはお問い合わせください。

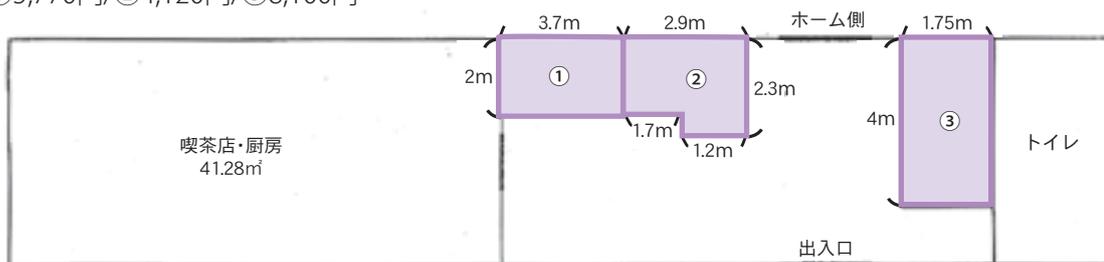
【宿毛駅】

面積:67.55㎡
使用料:月額40,000円



【土佐佐賀駅】

面積:①7.4㎡/②6.16㎡/③7㎡
使用料:月額①5,770円/②4,120円/③8,100円



※賃料について、ご相談に乗ります!現場見学など、お気軽にご連絡ください。

問 土佐くろしお鉄道 営業課 ☎(35)4962
(平日8時30分~17時30分)

募集



(平成27・5・5届出分まで)

住所 赤ちゃん 保護者

中村京町	松岡	波乃	直人
中村丸の内	清遠	栗里	紗衣
古津賀	徳廣	芽衣香	晃
古津賀	堀	凪翔	翔太
古津賀	涌井	光	流
古津賀	山本	恵士	卓也
佐岡	山本	玲奈	哲也
具同	田野	成都	宏樹
具同	佐藤	樹希亜	和洋
具同	藤本	季音	淳
具同田黒	岡田	直輝	拓也
具同田黒	岡林	京吾	純司
赤松町	山沖	桜奈	星
双海	野中	笑舞	雅人
蕨岡	甲有友	光希	政之
佐田	池岡	未織	誠



(平成27・5・5届出分まで)

住所 氏名 享年

中村天神橋	南	英子	91
中村小姓町	北代	俊二	58
中村京町	浦田	良一	90
中村新町	山本	スエミ	77
右山五月町	山沖	秀人	62
不破	夕部	衛美	88
中村丸の内	景平	昌弥	86
入田	中川	恵美子	85
具同	西山	高俊	73
楠島	芝岡	友巳	95
江ノ村	岡本	寅美	84
間崎	西尾	近江	94
鍋島	町田	五郎	85
井沢	黒田	武吉	82
蕨岡	甲谷崎	高一	45
西土佐口屋内	永野	富代	102
西土佐江川崎	武田	恵美子	68
西土佐江川	安藤	喜久水	82

「お誕生おめでとう」、「ご冥福をお祈りします」のコーナーへの掲載については、家族の方に確認したうえで掲載することとしています。掲載を希望される場合は、(本庁)市民課 ☎(34)1113 まで必ずご連絡ください。

シルバー人材センター パソコン愛好会 パソコン教室

パソコンでオリジナルの暑中見舞い・うちわを作ってみませんか。興味のある方はお気軽にご参加ください。

日時 7月6日、13日、20日、27日(4回) 10時〜12時
 場所 市立中央公民館情報学習室
 対象者 年齢不問
 定員 10人(申込順)
 講習料 無料(別途、教室費・教材費等として3千円必要)
 募集期間 6月1日(月)〜定員に達するまで
 受付時間 10時〜17時
 主催 (一社)四万十市シルバー人材センターパソコン愛好会

【問い合わせ先】
 四万十市シルバー人材センター(担当:常徳)
 ☎090(1172)7058

韓国語講座!

6月より毎週水曜日開催しています。
 【初級コース】
 第2・第4水曜日18時〜19時
 第1・第3水曜日18時〜19時
 【中級コース】
 第1・第3水曜日18時〜19時
 募集期間 随時受付
 開催場所 りぼん口ベスト
 費用 1講座 500円
 持ち物 筆記用具
 主催 高知県四万十地域国際交流促進協議会

【問い合わせ先】
 りぼん口ベスト
 ☎0120(067)006

人が人らしく

★人権さまざま★ 122

- ⑪ ハラスメントを続けます。
- ⑫ スモーク・ハラスメント (スモハラ) 喫煙による被害。現代では、社会的にも家庭内でもタバコは迷惑な行為です。
- ⑬ セカンド・ハラスメント 問題が解決した後でふたたび繰り返すこと。閉鎖的環境に多いといわれます。
- ⑭ セクシャル・ハラスメント (セクハラ) 性的嫌がらせのことで、ハラスメントが一般化した元熾しの行為です。意図的と無意識とがあります。
- ⑮ ゼクシャル・ハラスメント (ゼクハラ) 家族間で起こり易く、未婚者に結婚を迫り見合いの強要などがあります。
- ⑯ ソーシャルメディア・ハラスメント(ソーシャルハラ) 職場関係の嫌がらせをインターネット等で行うこと。パワハラに似た不当な行為です。
- ⑰ テクスチャル・ハラスメント 女性差別的延長で女性作家などを中傷、低評価して不当な扱いをすることです。
- ⑱ テクノロジー・ハラスメント (テクハラ) 専門分野(主にIT系)に長けた者が知識の乏しい者を不当に扱う総称です。専門用語を使って相手を煙に巻くことなどを指します。
- ⑳ ドクター・ハラスメント (ドクハラ) 医療従事者が、患者に対して善悪の有無に関わらず相手に不快にさせたり患者が意見を言えない状態にさせ、ストレスをおこしたりします。
- ㉑ パーソナル・ハラスメント (パーハラ) 容姿やクセ、生活スタイルに口出しすること。
- ㉒ パワー・ハラスメント (パワハラ) 職場の立場や権力を笠に、部下を苛めること。
- ㉓ ブラッドタイプ・ハラスメント(ブラハラ) 血液型などで人格判断をして、人種差別にも繋がることもある。多くの国ではナンセンスとされています。
- ㉔ ペイシエント・ハラスメント (ペイハラ) ドクハラ inverse 患者が暴言や暴力を行うこと。
- ㉕ ペット・ハラスメント 飼い主がペットを虐待すること。
- ㉖ マタニティ・ハラスメント (マタハラ) 妊娠や出産を控えた者に不当な扱いをすること。労基法違反になりやすい。
- ㉗ マリッジ・ハラスメント (マリハラ) 未婚者に本人の意志に反して結婚を迫る発言をすること。お見合いの強要など、男性女性に関係なく行われたりします。

一次号完結の予定
 四万十市人権啓発講師 山本衛

よさこい 踊り子募集!!

☆主な参加行事☆
高知よさこい本祭
四万十市民祭・宿毛市民祭
土佐さがのもどりガツオ祭
はたフェス・四万十よさこい
幡多地域の各種イベント

幡多舞人は「幡多を元気にしたい!!幡多からよさこいを!!」という思いを持ち、よさこいを愛するメンバーで結成したチームです。

よさこい本祭だけでなく、幡多地域の様々なお祭りやイベントに参加しています!

練習場所は、主に黒潮町です。興味のある方は、ぜひ連絡ください。

■募集対象 小学生以上



募 集

【問い合わせ先】 幡多舞人(はたぶじん) 代表 西村 和子
☎ 080(6392)5508 平日・休日共に AM9:00 ~
Mail/hatabujin@gmail.com

四万十川花紀行 「安並水車の里紫陽花まつり」

アジサイの花の見頃を迎えた安並水車の里で「紫陽花まつり」を開催します。田園風景を彩るアジサイと水車をお楽しみください。

【開催日】 6月6日(土) 10時~15時

※雨天決行

【場 所】 安並水車の里

【催し物】 手作り水車の実演、野点(のだて)、地域物産等の販売、子どもコーナーなど

△臨時駐車場▽

後川左岸の堤防上駐車場(市街地より後川橋過後すぐ左折)

※入り口係員の指示に従ってください。

△交通規制▽

水車の里への進入道路(市道)は車両通行禁止予定。

※農作業用車両等は除く。

【問い合わせ先】

四万十市観光振興
連絡会議
(一社)四万十市
観光協会
☎(35)4171



アジサイの剪定作業 ボランティア募集

翌年もきれいな花を咲かせるために剪定作業を行います。

【日 時】7月4日(土) 7時~11時

小雨決行

【集合場所】安並水車の里

(トイレ付近)

【用意するもの】

剪定ばさみ、軍手、アジサイを持って帰る袋等は各自で用意ください。

【申し込み】

6月30日(火)までに電話でお申し込みください。

技術指導は四万十市公園管理公社が行います。事故についてはボランティア保険で対応します。

熱中症予防の飲み物、帽子など各自で用意ください。

※剪定したアジサイはお持ち帰りいただけます。

※水車の里を彩るアジサイは定期的な植替えを行っています。きれいな種類や珍しい種類のアジサイの挿し穂を譲っていただける人はご連絡ください。

【問い合わせ・申込先】

(市)観光課 ☎(34)1783

人権週間事業「人権絵画標語展」入賞作品介绍

【絵画の部】

・副市長賞

やまもと ちはる
山本 智春 さん
(藤岡小学校6年)

「つながろう」



【標語の部】

・副市長賞

えど りほ
江戸 里帆 さん
(東中筋中学校2年)

悲しみは
言葉一つで
変えられる

※所属校・学年は受賞当時のものです。



当直医

※当番については変更になる場合がありますので、各医療機関へ事前に電話でお問い合わせください。

5月31日(日)	小原外科胃腸科	☎(35)0108
6月7日(日)	市民病院	☎(34)2126
14日(日)	山下整形外科	☎(34)0511
21日(日)	市民病院	☎(34)2126
28日(日)	森下病院	☎(34)2030

四万十市急患センター(月～金)

午後6時～午後9時(受付:午後8時45分まで)

内科(小学生以上) ☎(34)2399(診療時間内)

※保険証、受給者証等を忘れずにお持ちください。
(市民病院とは別の医療機関になります)

人のうごき ～ 4月末日現在～ ()内は、前月との差

総人口	35,067人 (3)	転入	280人
男	16,593人 (-2)	転出	252人
女	18,474人 (5)	出生	17人
世帯数	16,442世帯(41)	死亡	42人

6月実施の統計調査

調査名	該当地区
家計調査	丸の内、桜町、本町、京町、東町3丁目
労働力調査	古津賀
商業動態統計調査	具同、西土佐大宮、右山五月町

【問い合わせ先】 (県)総務部 統計課 ☎088(823)9344

日直指定水道業者

●水道料金は口座振替で●

5月30日(土)	溝渕設備	☎090(6882)1395
31日(日)	森下住宅器機	☎(34)4855
6月6日(土)	土居水道工事店	☎(32)1095
7日(日)	中村水道工事センター	☎(35)4323
13日(土)	榊中村住設	☎(34)3621
14日(日)	㈱大杉設備工業	☎(34)2324
20日(土)	㈱福永工業	☎(35)5996
21日(日)	㈱力キタニ設備	☎(33)0660
27日(土)	岡崎プロパン㈱	☎(35)3458
28日(日)	㈱夕部設備	☎(37)3383

水道の使用を開始・中止するときは…

引っ越しなどで水道の使用を開始、中止または使用者の名義を変更するときは、事前に下記までご連絡をお願いします。

【問い合わせ・連絡先】 (本 庁) 上下水道課 ☎(34)1711
(総合支所) 産業建設課 ☎(52)1111

編集後記

今年で24回目となる公家行列を取材しました(P13)。当日はスタート前から雨がばらばらと降り始め、コースも少し短縮。きらびやかな衣装姿の行列が、雨空の市街地を練り歩きました。

天神橋アーケードのイベント会場では、西土佐半家地区に伝わる牛鬼が登場。思わず泣き出す子どもも。その大きさ、迫力にみな圧倒されていました。

景品としてテレビや自転車などが用意された「富くじ」も、大盛況。ゴールデンウイークを盛り上げる1日となりました。

行列に参加の皆さんお疲れ様でした。



有料広告

有料広告掲載スペース

「広報四万十」7月号は6月24日(水)発送予定です

