

shimanto collection

shimanto collection

No.211
2022

11



広報しまんと

SHIMANTO

みんなが主役のshimanto collection!
(第2回四万十市総合文化センターライブ)



四万十市産業祭

Industry Festival of Shimanto 2022

11月27日(日) 9:00-15:00

四万十市立安並運動公園

入場無料
雨天決行
(荒天中止)

循環バス
です!

産業別ブース出展

農・林・水産・商工・観光、
四万十市のいいもの・いい
こと、勢ぞろい!豊かな恵
みを是非味わって、知って
ください!

体験・PRコーナー

はたらく乗り物が大集
合! / メガSUP試乗体験
(温水プール) / ミニ列車
乗車体験 / バーベキュー
実演、試食 など

ステージイベント

一條太鼓 / せり体験 / 観光
大使委嘱式 / 園児による
ぶしゅかんサンバ♪ / ダンス
パフォーマンス / お菓子拾い
など

体育館・武道館内

健康事業 ※ヘルシーポイント
シールが貯まります / 婚活出会
いの相談 / お絵描きマイバッグ、米袋
バッグ作製 / 地球温暖化防止の
現状などのパネル展示 / 就労支援
事業所による販売(お菓子など) /
マイナンバー出張申請受付 / 高知県
空き家相談窓口 など

関連イベント

- ・テニスコート / 幡多地域小学生ソフトテニス交流大会
- ・スケートパーク / 第1回四万十スケートボードコンテスト(大会&体験)
- ・野球場[四万十スタジアム] / 少年野球(6年生)招待試合

先着200名 /

会場スタンプラリー

小学生以下対象

各会場(体育館・武道館・ス
ケートパーク)でスタンプを集
めると、地元農産物とお菓子
がもらえます!

ブースで商品を購入した方に
台紙をお渡しします。



第3回 しまんとの チカラ フェスタ

会場駐車場 / 安並運動広場
臨時駐車場 / 中村小学校グラウンド

循環バス / マイクロバス運行予定
(市役所 - 臨時駐車場 - 会場)

西土佐一会場間バス / 下記の時間で臨時運行します。ぜひご利用ください。

バス停	第1便	第2便
よって西土佐	8:00発	9:30発
〇屋内	8:20発	9:50発
安並運動公園	9:00着	10:30着

バス停	第1便	第2便
安並運動公園	14:00発	15:30発
〇屋内	14:40発	16:10発
よって西土佐	15:00着	16:30着

四万十市立安並運動公園・施設の利用制限 /

11月27日(日)は、産業祭の開催に伴い全施設を使用
します。前日26日(土)から、会場設営のため体育館
駐車場が使用できません。あらかじめご了承ください。

主催 / 四万十市産業祭実行委員会(事務局 四万十市企画広報課) TEL 34-1145 ※内容については、現時点の予定であり、変更となる場合があります



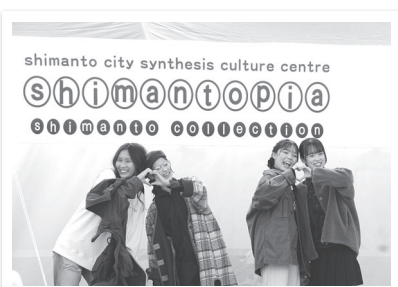
第2回四万十市総合文化センター プレイベントを開催しました

総合文化センター(愛称:しまんとぴあ)を多くの方に知っていただき、令和6年4月の開館に向け皆さんとともに盛り上げていけるよう、10月1日、「第2回四万十市総合文化センタープレイベント」を開催しました。

市民ワークショップでいただいたご意見を参考に、新たな試みとして行ったファッションショーでは、2歳から90歳まで総勢68名の一般の方々が出演し、大いに盛り

上がりました。地元の衣料品店や美容室、貸衣装専門店の方々にご協力いただき、出演者に合ったおしゃれなコーディネートをしてもらったり、普段着る機会が少ない着物やドレスなどを着せてもらったりと、衣装選びを含め、出演者もとても楽しまれていました。

また、開催の要望が多かった映画上映会では、施設建設現場隣接の五月公園を会場に、星空の下で「シング」最新作を鑑賞しました。その他にも、新施設を体感できるVR体験や11店舗に出店していただいた青空マルシェなど、多くの方にプレイベントを楽しんでいただきました。



準備段階から、高校生を含め多くのボランティアの方々に運営に携わっていただき、イベントを開催することができました。ありがとうございました。

市内の小学4年生～6年生を対象にした航空教室を行いました

四万十市の未来を担う子どもたちに将来の夢を描くきっかけを創り、未来の地域活性化につなげることを目的に、市とANAグループが企画して開催しました。

ANAグループの業務が動画で紹介された後、講師を務める現役のパイロットや客室乗務員、整備士ら5名が制服姿で登場!子どもたちは、普段見ることの少ない航空会社の仕事に目を輝かせながら参加していました。市とANAグループは、これからも子どもたちの明るい未来を応援します。



新型コロナウイルス感染症について

秋はさまざまなイベント等が多い時期です。行動制限が緩和され、人の往来も増えてきています。

オミクロン株「BA.5」は感染スピードが速く、潜伏期間が短い(3日程度)とされています。主症状は、「発熱・咳・のどの痛み・倦怠感」です。これらの症状がある方は、早めに検査協力医療機関へご相談ください。

冬場には季節性インフルエンザも流行します。新型コロナウイルス感染との同時流行も懸念されますので、人が多く集まる場所でのマスク着用、消毒、換気等の基本的感染防止対策を引き続きお願いします。



検査協力医療機関
について

<新型コロナウイルス感染症の後遺症について>

新型コロナウイルス感染症にかかった後、ほとんどの方は時間の経過とともに症状が改善します。しかし、感染力がなくなった後も、倦怠感や息切れ、咳、味覚・嗅覚障害、ブレインフォグ(集中力の低下等の認知機能障害の一種)などの症状が残る場合があります。

県内でも、後遺症専門外来(医師の紹介状が必要)を開設しています。症状や期間は人によってさまざまです。症状に悩む場合は、まずはかかりつけ医や診断された医療機関にご相談ください。

※コロナ後遺症とは…新型コロナウイルスにり患した人にみられ、少なくとも2か月以上持続し、また、他の疾患による症状として説明がつかないもの(WHO定義)



コロナ療養期間終了後も咳が続き、「我慢しなければ」と職場内等で肩身の狭い思いを感じることも、周囲の方から「コロナをうつされるでは」と傷つく対応をされる場合もあります。コロナ後遺症について、職場など身近な人に伝えて理解してもらうことが大切です。また、職場等では後遺症に悩む方への配慮をお願いします。

問い合わせ先 健康推進課 地域保健係 ☎(34) 1823 (34) 0567
 西土佐保健分室 ☎(52) 1132 (52) 1024

生活困窮者就職活動支援金の申請期間の延長について

新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金を受給中で、就職に向けて活動されている方に、就職活動費として月額3万円を支給する「生活困窮者就職活動支援金」の申請期間が、令和5年1月31日(火)まで延長となりました。

対象者には申請書類等をお送りしていますので、支給要件等をご確認いただき、該当する場合は申請をご検討いただきますようお願いいたします。

問い合わせ先 福祉事務所 生活福祉係 ☎(34) 1781 (34) 1880

住民税非課税世帯等に5万円が給付されます～価格高騰緊急支援給付金～

国の物価高騰対策として、下記のとおり給付金が支給されます。

給付対象	令和4年9月30日現在で四十十市に住民登録があり、世帯全員の令和4年度住民税が非課税の世帯(令和3年度・4年度の住民税非課税世帯給付(10万円給付)の対象世帯も対象となります。) ※世帯全員が住民税課税者の被扶養者となっている場合は対象外
給付額	1世帯当たり5万円
手続きの方法	11月下旬ごろ、市役所から対象者に「確認書」を送付しますので、必要事項を記入し、市役所へ返送してください。
給付金の支払	12月下旬または1月から順次指定口座にお振り込みします。

※上記の対象外の世帯であっても、以下の世帯は申請すれば給付が受けられる場合があります。詳細は、[市公式ホームページ](#)で確認するか、お問い合わせください。

- ・令和4年1月～12月の間に、予期しない理由で家計が急変した世帯
- ・DV等の理由で本市に避難しているが、本市に住民登録を行っていない世帯
- ・令和4年度住民税課税者の被扶養者であったが、扶養者の死亡や離婚により令和4年9月30日現在で扶養されていない世帯

問い合わせ先

☎ 福祉事務所 非課税世帯等給付金担当
☎ (34)9117 ✉ hikazei@city.shimanto.lg.jp
※11月から本庁1階に専用窓口を設置予定



市公式
ホームページ

市内の接種会場で接種できるコロナワクチンについて

令和4年11月時点で、市内の接種会場で接種できるワクチンは次のとおりです。12歳以上の3回目以降の接種で、オミクロン株対応のワクチンが接種できるようになりました。現在も1回目接種から予約を受け付けていますので、表を参考にいただき、接種をご検討ください。

年齢 (接種日時点)	接種できるワクチン			
	1・2回目	3回目	4回目	5回目
生後6か月～4歳	乳幼児用ファイザー ※生後6か月～4歳の方は初回接種で3回接種します			
5歳～11歳	小児用ファイザー	小児用ファイザー(5か月)		
12歳～17歳	【従来ワクチン】ファイザー	【オミクロン株対応】ファイザー(5か月)		
18歳以上	【従来ワクチン】ファイザー ノババックス	【オミクロン株対応】ファイザー(5か月) モデルナ(5か月) 【従来ワクチン】ノババックス(6か月)	【オミクロン株対応】ファイザー(5か月) モデルナ(5か月)	

※オミクロン株対応ワクチンは①従来株+オミクロン株BA.1対応と②従来株+オミクロン株BA.4/5対応の2種類
※オミクロン株対応ワクチンの接種はどちらか1回のみとなります。(厚生労働省の10月3日時点の方針)

問い合わせ先 ☎ 健康推進課 ワクチン接種推進係 ☎ (34)8585 FAX (34)0567

マイナンバーカードが 健康保険証として利用できます！



健康保険証として利用すると、 どんないいことがあるの？

- 本人が同意すれば、初めての医療機関でも、特定健診や処方された薬の情報が医師等と共有できます。
- マイナポータルで、特定健診や処方された薬、医療費等の情報が閲覧できます。
- マイナポータルを通じた医療費通知情報の自動入力で、確定申告(医療費控除)が簡単にできます。
- 限度額適用認定証がなくても高額療養費制度の限度額を超える支払いが免除されます。
- 就職や引越し等をして、健康保険証としてずっと使えます。
(医療保険者が変わる場合は手続きが必要)

健康保険証利用の申込方法

マイナポータルやセブン銀行のATMで申し込めます。医療機関等の顔認証付きカードリーダーでも申し込めますが、時間短縮のため事前申込をお勧めします。

※健康保険証利用には、ICチップ内の「電子証明書」を使うため、マイナンバー(12桁の数字)は使用せず、診療情報がマイナンバーと紐づけられることもありません。

※乳幼児医療費やひとり親家庭医療費、重度心身障害者医療費を助成する受給者証等は、これまで通り提示が必要です。

マイナンバーカードの申請方法

- ①スマートフォンやパソコンでのオンライン申請 ②郵送申請
③ 市民・人権課 西土佐住民分室での窓口申請

※窓口申請には、通知カードや交付申請書、本人確認書類等が必要です。申請からマイナンバーカードの受け取りまでには、約1か月を要します。詳細は、市公式ホームページをご覧ください。

(市民・人権課 市民係 ☎(34) 1113)



市公式
ホームページ



マイナンバーカードに
対応していない医療機関
等では、引き続き健康保
険証の提示が必要です！
健康保険証は破棄しない
でください。

下のステッカーやポスターを掲示している医
療機関等で健康保険証として使用できます！



対応する医療機
関等は、厚生労働省
ホームページに随
時公開されます。



厚生労働省ホームページ

問い合わせ先 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

マイナポイント第2弾のカード申請期限が延長されました！

マイナポイントは、マイナンバーカードを使って申し込むことでもらえる、キャッシュレス決済サービスで利用可能なポイントです。マイナポイント第2弾の付与対象となるマイナンバーカードの申請期限が12月31日まで延長されました。(マイナポイントの申込期限は令和5年2月末まで)



マイナポイント第2弾の対象者	取得ポイント
①マイナンバーカードを取得した方で、マイナポイント第1弾のポイント付与を受けていない方	最大5,000円分
②マイナンバーカードを健康保険証として利用できるよう登録した方	7,500円分
③公金受取口座の登録を行った方	7,500円分

マイナポイントは、オンライン手続きや、市役所窓口に設置している専用端末での手続きなどで予約や申込ができます。



マイナポイント申込の流れはこちら

マイナポイント第2弾の問い合わせ先
マイナンバー総合フリーダイヤル
☎ 0120(95)0178



最新の情報はマイナポイント事業ホームページをご覧ください！

マイナポイント 🔍

ぶしゅかん産地化にむけた新規定植希望者募集！

市では、ぶしゅかんの産地化推進にむけた取り組みの一つとして、ぶしゅかんの新規定植を予定している方のうち、苗木代等の補助を希望する方を募集します。



■補助内容

- ・ぶしゅかんの新規定植苗木代(1/2以内、補助上限額500円以内/本)
※5a以上定植すること
- ・有害鳥獣防止の防護柵資材購入にかかる経費(1/2以内)

■主な補助要件

- (1)市内在住かつ市内に農地を持つ個人または3戸以上の農業者で組織する団体
- (2)市の推奨する栽培方式(一定の品質のぶしゅかんを生産するために適した資材などについて定めたマニュアル)で栽培すること
- (3)ぶしゅかんの産地化を目指し、熱意をもって取り組むこと など

※その他、申請者ごとに要件が異なる場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。

ほ場の現地確認をしたうえで補助対象者を決定します。希望する方は早めにお申し込みください。ほ場の状態や定植希望本数によっては、希望に添えない場合があります。

問い合わせ先 市農林水産課 農業振興係 ☎(34)1117

百歳高齢者表彰 おめでとうございます

毎年、9月15日の老人の日の記念行事として、年度中に百歳を迎える高齢者の方に、国からお祝い状と記念品が贈呈されています。

本年度、四万十市では30名の方が表彰を受けました。全員にお会いすることはできませんでしたが、市長が自宅を訪問し、長年にわたり社会の発展に寄与されてきたことに感謝の言葉を伝えました。



今井金代さん(左)

「災害時における動物救護に関する協定」を締結しました

9月27日、(公社)高知県獣医師会と「災害時における動物救護に関する協定」を締結しました。

平成23年3月に発生した東日本大震災などの大規模災害では、人に限らず多くの家庭動物も被害を受けます。そのような状況では、自治体等の支援体制や、放浪動物・負傷動物等の救護体制の整備が重要であり、関係団体との連携が必要不可欠です。

本協定は、四万十市で大規模な災害が発生した際、四万十市と(公社)高知県獣医師会のそれぞれが行う動物救護対策に関し、相互に協力し合うことで災害時における迅速な動物救護活動に威力を発揮することが期待されます。



空き家相談会を開催します

移住者が居住する空き家の確保を目的に、空き家相談会を開催します。市内に空き家をお持ちで、今後の活用について困っている方はぜひご相談ください。ささいな相談でも構いませんので、お気軽にお立ち寄りください。

■日時 11月29日(火)9時～11時、14時～16時 ■場所 市役所本庁1階ロビー

問い合わせ先

特定非営利活動法人 四万十市への移住を支援する会 ☎(35)2357

市企画広報課 企画調整係 ☎(34)1129



漏水調査を実施します

次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います。委託証明書を携帯した調査員が路上で調査しますが、場合によっては夜間調査や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
- 実施予定期間 11月1日(火)～令和5年3月20日(月)

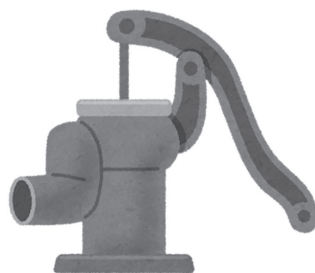
問い合わせ先 市上下水道課 水道係 ☎(34) 1149 FAX(34) 0381

①災害時協力井戸への登録にご協力をお願いします

地震等の災害が発生すると、水道が使用できなくなることが予想されます。そこで、水道施設が復旧するまでの生活用水(トイレ・洗濯等の日常生活に使用する水。飲料水は除く。)を確保する手段として、「災害時協力井戸」の登録を行っています。

これは、市内に井戸を所有し、災害時に周辺地域の住民に井戸水を提供いただける方に登録していただき、広く周知することで、災害時の生活用水の確保を図るものです。

井戸を所有している方で、災害時に井戸水の提供にご協力いただける方は、下記までご連絡をお願いします。また、地区や近所で利用可能な井戸がある等をご存じの場合も、情報をお寄せください。



②防災行政無線の難聴対策として 防災行政無線戸別受信機を無償貸与しています

戸別受信機とは？

市内の各地区に設置している防災行政無線スピーカーから流れる放送を、家の中でも聞くことができる受信機のこと

対象

- ①中村、東山、具同、八東、下田、蕨岡、後川、東中筋(江ノ村、西ノ谷除く。)にお住まいの世帯
- ②スマートフォン(LINE)による情報取得ができない世帯 ※LINEでも放送内容を配信しています。

❗ スマートフォンは持っているが、扱えないという場合も対象

※貸与を希望する方は、下記までご連絡ください。(随時受付中)



市公式LINEの
友達登録はこちらから

①②の問い合わせ・連絡先 市地震防災課 ☎(35) 2044 FAX(34) 1148

防災行政無線が聞こえなかったときは☎34-7800(自動音声にて確認できます。)

令和5年度 保育施設の入所申込について

◇教育・保育給付認定制度について

保育施設等を利用する場合は、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っていただきます。

《教育・保育給付認定の種類》

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 満3歳未満の児童を原則20人未満で保育する施設で、市が認可した施設のこと(家庭的保育事業等)



【保育の必要性が認められる事由】 保護者が下記に該当し、日中保育ができないこと

- ・就労 ・妊娠、出産 ・保護者の疾病、障がい ・親族の介護、看護
- ・災害復旧 ・求職活動(起業準備を含む。) ・就学(職業訓練を含む。)

◇入所申込について

《保育所・地域型保育事業の申込方法》

所定の入所申込書に必要な書類を添えて、市へ申し込みを行ってください。

○入所要件 次の①②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、実際に生活していること ②保育の必要性があること

○申込期間 ※土・日・祝日、年末年始を除く。

4月入所 11月24日(木)～12月14日(水)

5月以降入所 11月24日(木)～随時 ※前月15日を締切として随時受け付けます。

○申込書受付(配布)場所・時間

本庁子育て支援課 保育係、支所西土佐保健分室

8時30分～17時15分(本庁のみ水曜日は19時まで)

※申込書は11月上旬から上記窓口で配布のほか、市公式ホームページからもダウンロードできます。

※現在、保育施設に入所している児童の手続きは、入所中の保育施設から連絡します。

※兄弟等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。

《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。

1号認定 直接、施設へ申込 ※市への手続きは不要です。

◇認定こども園なかむら園・中村幼稚園・・・ } 11月24日(木)から受付開始
◇認定こども園ひかりこども園…………… }

2号・3号認定 市へ申込

申込方法、申込期間は上記《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・中村幼稚園の詳細は、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/>

※保育施設等の詳細や入所申込書のダウンロードは、市公式ホームページをご覧ください。



問い合わせ先

本庁 子育て支援課 保育係
支所 西土佐保健分室

☎ (34) 1780 FAX (34) 9003
☎ (52) 1132 FAX (52) 1024



市公式ホームページ

就学援助制度(新入学準備金)のお知らせ

市では、子どもが市内の小中学校へ入学する保護者のうち、経済的な理由で入学準備にお困りの方に対して「新入学準備金」として援助する制度を設けています。援助を受ける場合は申請が必要です。

- 支給時期 令和5年3月
- 支給額 新小学校1年生 54,060円 新中学校1年生 60,000円
- 対象者 以下のすべてに該当する方

- (1)令和5年4月に市内の小・中学校に入学予定の子どもの保護者
- (2)令和5年2月1日時点で四万十市に住民登録している方
- (3)就学援助制度の「準要保護」要件に該当する子どもの保護者

※生活保護受給者は、福祉事務所から同様の費用が支給されるため、この制度の対象外です。

- 申請期間 12月1日(木)～令和5年1月31日(火)
- ※期間内に申請がない場合、新入学準備金の支給を受けることができません。
- 提出書類・提出先

対象者	提出書類	提出先
小学校入学予定者	新入学準備金認定申請書(就学時健康診断の案内と一緒に郵送)・添付書類(賃貸住宅契約書の写し等)	市学校教育課窓口
中学校入学予定者 (現小学6年生)	就学援助認定申請書(学校から配布)・添付書類(賃貸住宅契約書の写し等)	子どもが在学している小学校

※中学校入学予定者のうち、既に就学援助の認定を受けている保護者については、申請は必要ありません。



制度の詳細はこちら

問い合わせ先 市学校教育課 学校教育係 ☎(34)5445 ☎(34)4271

年金生活者支援給付金制度

年金生活者支援給付金とは、公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乘せして支給されるものです。

■対象者

- (1)老齢基礎年金受給者
次の要件をすべて満たすこと
- ①65歳以上である
- ②世帯員全員の市民税が非課税
- ③年金収入額とその他の所得額の合計が約88万円以下
- (2)障害基礎年金・遺族基礎年金受給者
前年の所得額が約47.2万円以下

■請求方法

- (1)新たに支給対象となる方
日本年金機構より送付される案内に同封されているはがき(年金生活者支援給付金請求書)に、必要事項を記入しご返送ください。
- (2)年金の受給を開始する方
年金の請求手続きとあわせて手続きを行ってください。

ねんきんだより

年金相談(要事前予約)

■日時

11月17日(木)10時～12時 13時～15時

■場所

西土佐総合支所

■持参物

本人・代理人の身分証明書運転免許証等、基礎年金番号通知書(年金手帳)・年金証書等

※代理人は委任状(基礎年金番号、相談内容・交付物の記載)が必要です。

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

■予約先

幡多年金事務所

問い合わせ先

幡多年金事務所

☎(34)1616

市市民・人権課 市民係

☎(34)1113

西土佐住民分室

☎(52)1112

11月は「ねんきん月間」、
11月30日(いいみらい)は
「年金の日」です

四万十川のために今できること

vol.9

今回は、四万十川を守るための行政や漁協の取り組みをご紹介します。

<四万十川漁業振興協議会について>

四万十市、四万十町、四万十川下流漁協、四万十川中央漁協、四万十川西部漁協、四万十川東部漁協、四万十川上流淡水漁協で構成される「四万十川漁業振興協議会」では、四万十川の内水面漁業の振興に取り組んでいます。子どもたちに四万十川やアユ等に興味をもってもらうため稚アユの放流体験やしゅくり漁体験等を実施したり、アユやアオサノリの調査研究を行っています。



<新たな取り組みも始めました！>

四万十川漁業振興協議会では、河川環境の改善と漁業資源の回復に向けて、昨年度から新たな調査・研究等に取り組んでいます。

その一環として、四万十川西部漁協では、河川管理者(高知県)の許可を得て、本年1月から西土佐地域の河原の一部で試験的に河床整備を行いました。今後は、河床整備の効果を検証し、これからの取り組みにつなげていく予定です。

～今後も美しい四万十川を守るために取り組んでいきます～

問い合わせ先 市農林水産課 林業水産係 ☎(34)1118 FAX(34)0478

市税等の納付・相談等は期限までに！

市税や料金、保育所給食費、学校給食費の収入確保は、市の財政が厳しい状況の中、安定的に行政サービスを行うためにとても大切なものです。滞納となるとそれらの財源が確保できず、事業の実施に支障をきたします。そのうえ、納期限内に納付している多くの方々との間に不公平が生じます。

納期限内に納付が確認されなかった場合は、督促状によりお知らせし、それでも納付のない場合は催告等を行い、なお納付のない場合は財産調査や滞納処分(差押、搜索等)等を行うことによって滞納の解消を図ることになります。

皆さまのご理解とご協力(納期限内の納付)をお願いします。

■困ったときは相談を

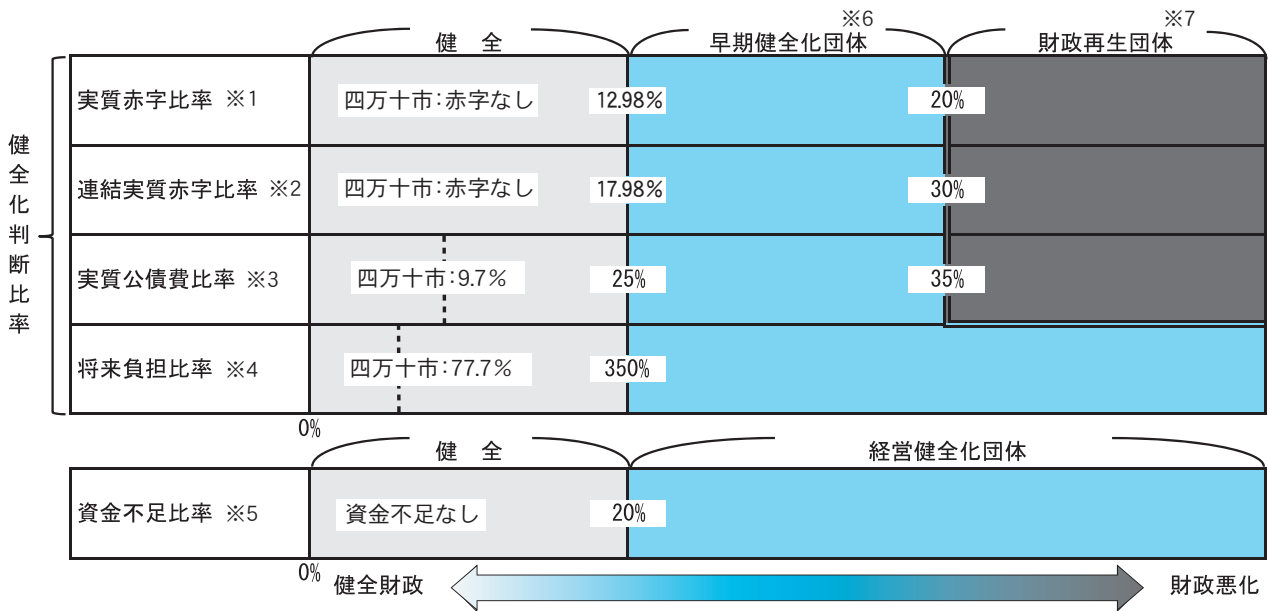
さまざまな事情で納期限内の納付が難しい方は、早めに下記までご相談ください。

問い合わせ先 市税務課 収納対策室 ☎(35)5552 支所 西土佐住民分室 ☎(52)1112

財政健全化判断比率・資金不足比率の状況（令和3年度決算）

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

令和3年度決算に基づく各指標は、いずれも基準を下回っています。詳細は、ホームページに掲載しています。



■用語の解説

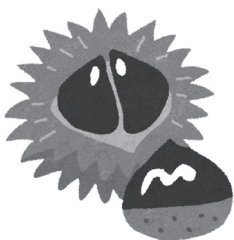
- ※1 実質赤字比率：一般会計等の実質赤字額が標準財政規模〔市が自由に使用できる財源（市税や交付税など）の額〕に占める割合。
- ※2 連結実質赤字比率：すべての会計を対象とした実質赤字額が標準財政規模に占める割合。
- ※3 実質公債費比率：一般会計等が負担する実質的な公債費が標準財政規模に占める割合。
- ※4 将来負担比率：一般会計等が将来負担すべき実質的な負債の標準財政規模に対する比率。
- ※5 資金不足比率：公営企業会計の資金不足額が事業規模に占める割合。
- ※6 早期健全化団体：財政状況は悪化しているものの、自助努力により、財政健全化が可能な段階。財政健全化計画を定めて財政の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

問い合わせ先 市 財政課 財政係 ☎(34) 1819

市長日誌

9月15日～10月14日

- 9月15日 市内百歳表彰表敬訪問（15、26、29日）
- 18日 第34回龍馬Monday旭川（旭川市）
- 25日 四万十川国際音楽祭2022 中村交響楽団演奏会 in 西土佐
- 27日 災害時における動物救護に関する協定調印式
- 10月2日 土佐中村一條太鼓創立30周年特別講演和太鼓フェスティバル「打弾祭」
- 5日 第21回四国地方治水大会（徳島市）
- 6日 インフラメンテナンス市区町村長会議
- 7日 四国ブロック会議総会、中筋川流域村総合整備推進協議会、四国地方整備局要望（高松市）
- 7日 第142回高知県市長会議（室戸市）
- 11日 国道439号整備促進期成同盟会
- 13日 県土木部要望、高知県防災砂防協会理事会及び通常総会（高知市）
- 14日 四万十川流域市町村観光振興連絡会解散総会及び四万十川総合保全機構再編総会（四万十町）
- 14日 三里地区要望 受



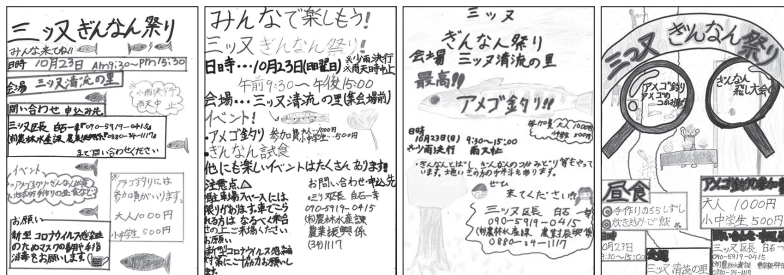
四万十市戦没者並びに満州分村殉難者合同追悼式

令和4年度四万十市戦没者並びに満州分村殉難者合同追悼式を次のとおり執り行います。ご遺族の皆さまにおかれましては、お繰り合わせのうえ参列いただきますようご案内申し上げます。

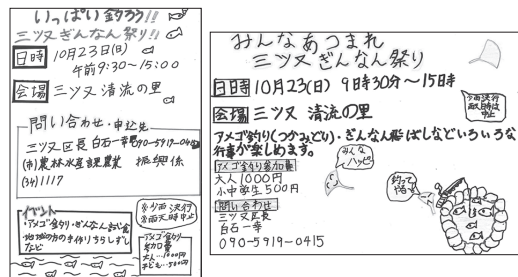
- 日時 12月2日(金) 10時～11時30分(予定) 受付:9時～9時50分
- 場所 市立文化センター
- 参列者留意事項
 - ・供花等供物は、辞退します。
 - ・服装は平服でお願いします。
 - ・マスクの着用等、新型コロナウイルス感染予防にご協力をお願いします。
 - ・状況により延期または中止となる場合があります。

問い合わせ先 福社事務所 社会福祉係 ☎(34) 1120 西土佐保健分室 ☎(52) 1132

市民のひろば



大用小学校の子どもたちが一生涯生命作成してくれた手作りのポスターの一部をご紹介します



三ツ又ぎんなん祭り 今年も中止となりました

10月23日に開催を予定していた第26回三ツ又ぎんなん祭りは、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、昨年に引き続き今年度も中止になりました。

皆さまに楽しんでいただいている三ツ又地区の大きなお祭りですので、残念でなりません。来年の三ツ又ぎんなん祭りでは、皆さまにお会いできるのを楽しみにしております！

三ツ又地区区長 白石 一幸

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

情報掲示板

広報しまんとに関するアンケートへのご協力をお願いします

よりよい広報誌づくりのため、皆さまのご意見をお聞かせください。市公式ホームページのアンケートフォームから回答をお願いします。本庁舎1階ロビーおよび西土佐総合支所にもアンケート用紙と回収箱を設置しています。

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

市公式ホームページ

令和4年度高知大学出前公開講座

第1回 知っておくべきスマホやSNSの世界とその仕組み(開講式含)

日時 12月7日(水) 19時～20時45分 講師 理工学部教授 三好 康夫

第2回 土佐方言と幡多方言

日時 12月16日(金) 19時～20時30分

講師 教育学部教授 岩城 裕之

第3回 子どもの個性・特性を理解する(閉講式含)

日時 12月21日(水) 19時～20時45分

講師 教職大学院教授 是永 かな子

第1回～第3回共通

- ▶場所 市立文化センター大会議室 ▶受講料 無料 ▶定員 先着30名
▶申込方法 窓口・電話 ▶申込期間 11月7日(月)～12月2日(金)



問い合わせ・申込先 市生涯学習課 公民館運営係 ☎(34)7311 ※12時～13時、土・日・祝日を除く。

YouTubeで好きな時間に見られるオンライン版もあります！

興味のある方は、申し込みのうえぜひ視聴してください。

◆申込・視聴期間 令和5年3月31日(金)まで

◆動画視聴までの流れ

申込フォームへアクセス ⇒ 必要事項を入力し送信 ⇒ メールで届くURLから視聴

◆動画コンテンツ一覧【約60分/本】



申込フォーム



テーマ	講師
地域の宝“土佐あかうし”を護る	農林海洋科学部 松川 和嗣
ひらがなの文字読みが早く得意になる指導MIM(ミム)	教職大学院 松本 秀彦
現代社会における健康保持への考え方	教育学部 宮本 隆信
巨大災害の教訓(災害から身を守り生き抜くヒント)	理工学部 原 忠
よさこいは、なぜ全国に広がったのか	次世代地域創造センター 川竹 大輔
魚の感染症と闘う！	農林海洋科学部 今城 雅之
子どもの個性・特性を理解する	教職大学院 是永 かな子
「持続可能な〇〇」とは その背景 世界の潮流を概観する	地域協働学部 松本 明
高知県の方言と日本の歴史	人文社会科学部 北崎 勇帆

問い合わせ先 高知大学 次世代地域創造センター ☎088(844)8454



男女共同参画推進講座～産前産後のパパママ応援講座～

妊娠・出産・産後の精神的・身体的変化や、イライラ、モヤモヤ、産後クライシス等、子育てについて、さまざまな角度からパートナーや家族と一緒に考えてみませんか？

- ▶日時 11月26日(土) 10時～11時30分 ▶場所 市役所3階 防災対策室
▶講師 山崎 生希 ▶定員 20名 ▶対象 市内に在住または勤務する方
▶受講料 無料 ▶持参物 筆記用具 ▶申込方法 電話 ▶申込期間 11月1日(火)～
※新型コロナウイルス感染症の状況等により、中止または延期となる場合があります。

問い合わせ・申込先 市生涯学習課 人権教育係 ☎(34)6299 ※12時～13時、土・日・祝日を除く。

一條大祭 11月22日(火)～11月24日(木)

本年の一條大祭は、昨年同様規模を縮小し、下記の日程で行事を開催します。高幡街商組合の方による露店は、コロナ対策を行い出店する予定です。公共交通を利用し、コロナ対策を行ったうえでお願いします。

日程 ※状況により日程の変更や中止となる場合があります。

月日	行事名	場所	時間
11月22日(火)	御神火奉納提灯行列・宵宮祭	市内巡行～一條神社	17時～
11月23日(水・祝)	奉納神楽(幡多神楽)	一條神社神楽殿	13時～
	奉納神楽(津野山神楽)	一條神社神楽殿	15時30分～
	稚児行列	祇園神社～一條神社	14時30分～
11月22日(火)～24日(木)	御神火灯籠3日間展示	一條神社階段・境内	

問い合わせ先 一條大祭奉賛会事務局(四万十市観光協会) ☎(35)4171

四万十市人権フェスティバル(入場無料)

開催日 11月23日(水・祝) **会場** 市立文化センター

①市内小中学生「人権絵画・標語作品展」

時間 12時～16時 **場所** 1階大会議室

②市内小中学生「人権絵画・標語展入賞作品表彰式」

市長賞・副市長賞・教育長賞・審査員特別賞の表彰を行います

時間 13時15分～13時55分 **場所** 2階大ホール

③人権講演会+漫談 中山まさともさん(要事前申込)

時間 14時～15時30分 **場所** 2階大ホール

演題 笑って前向きに！素敵な大人の背中を見せましょう

申込方法 電話・FAX

※検温、手指消毒、マスクの着用にご協力ください。
※体温が37.5度以上と確認された場合は、入場できません。
※新型コロナウイルスの状況により、中止となる場合があります。

中山まさともさんプロフィール

漫才師、講演家。オフィス星野トロン高知校代表。ひとり話芸を武器に全国各地にて、小中学校での教育講演会や、市区町村民大学、老人クラブ連合会など、さまざまな年齢幅をカバーしながら、漫談・講演活動中！

問い合わせ・申込先

市立人権啓発センター

☎・FAX(34)5751



市公式ホームページ

四万十市教育文化展・児童詩展

教育文化展は、健全な青少年文化の創造、育成をめざしており、書、画および立体の三部門の作品が展示されます。児童詩展は、家庭や遊びなどの中で、生活感動が表現された作品が展示されます。ぜひご観覧ください。

▶日時 11月23日(水・祝)9時～17時、24日(木)9時～15時

▶会場 市立中村中学校体育館

※幡多地区教育文化展(11月23日・24日開催)は中村小学校体育館

※来場時はマスクの着用等、新型コロナウイルス感染予防対策にご協力をお願いします。

新型コロナウイルスの感染状況により中止となる場合があります。

▶駐車場 中村小学校校庭

▶主催 四万十市教育文化展実行委員会



問い合わせ先 四万十市教育文化展実行委員会事務局(東中筋小学校内) ☎(37)4100

第64回四万十市美術展

▶開催期間

11月23日(水・祝)～27日(日)
9時～17時(最終日のみ16時まで)

▶会場 田野川小学校体育館

▶部門

洋画・日本画・書道・写真・工芸・グラフィックデザイン

▶入場料 一般100円

※高校生以下および障害者手帳所持者とその介護者1名は無料

※チケットの半券の提示で期間中は何度でも入場可
※マスクの着用、社会的距離の確保、手指消毒、検温の実施等にご協力をお願いします。

問い合わせ先

☎生涯学習課 公民館運営係
☎(34)7311 ☎FAX(35)4260



出会いサポート相談会in産業祭

市では、結婚を希望する独身の男女を対象に、出会いの機会の提供や相談等のサポートを無料で行っています。

四万十市産業祭(11月27日(日)開催)で、武道館にて登録相談会を行いますので、お気軽にお越しください。ご家族からの相談も可能です。

問い合わせ先

☎子育て支援課 企画係 ☎(34)9007
婚活サポーターも随時募集中です!

産業祭当日は、新ロイヤルホテル四万十で、県の引き合わせプログラム「高知で恋しよ!!マッチング」西部地区スペシャル登録会も開催されます。詳細や申込等は、こうち出会いサポートセンターにお問い合わせください。

問い合わせ先

こうち出会いサポートセンター
☎088(821)8081
日・月は10時～17時、
火～木は13時～20時
※祝日を除く。



ホームページ

蛭湖まつり2022

▶日時 11月12日(土)10時～15時

▶会場 中筋川ダム(宿毛市平田町黒川)

※イベントの受付は渡川ダム統合管理事務所前

▶内容(入場・イベント参加無料)

中筋川ダム冒険クイズラリー

クイズを解きながら、ダム内部を冒険しよう!
10時～、13時～(各10分前から受付)

※各先着20名(要事前申込)

申込方法 電話・メール

※参加人数(大人・子ども)、代表者の氏名・電話番号、希望時間をご連絡ください。



現場で働くドローンを体験!

10時～15時(当日受付・先着順)※人数制限なし

ペーパークラフトで横瀬川ダムをつくろう

おいしいもの市

洗浄放水 11時、14時

噴水 10時、12時、14時



問い合わせ・申込先

ダム活元気ネットワーク事務局
(渡川ダム統合管理事務所管理課)

☎0880(66)2501 ☎skr-f7950@mlit.go.jp

①幸徳秋水研究会

▶日時 ※11月は休止

毎月第2日曜日13時30分～15時30分

▶場所

☐12月 社会福祉センター小会議室

☐1月・2月 市立文化センター小会議室

▶当面のテーマ

12月11日・1月8日・2月12日

「三酔人経綸問答 中江兆民著」輪読

②幸徳秋水史跡めぐりと講演会

▶日時 11月13日(日)

13時30分集合 正福寺境内(中村山手通)

秋水墓、坂本清馬墓、非戦の碑

14時30分 市立図書館「秋水資料室」

展示の解説等

15時 市役所3階305会議室

ミニ講演、質疑応答、意見交換

問い合わせ先 幸徳秋水を顕彰する会

①☎080-5682-7303(広井)

②☎090-6827-9129(田中)

第18回 四万十市文化祭のご案内 (11月後半～12月前半)

行事名	開催日時	会場	入場料
講演 第29回四万十川短歌全国大会	11月19日(土) 開場13:00 終了16:00	幡多信用金庫本店	無料
展示 諸流秋のいけばな展	11月19日(土)～20日(日) 開演9:30 終了17:00	四万十市 社会福祉センター	一般200円
展示 四万十漫画倶楽部 秋の漫画フェスタ2022	12月3日(土)～5日(月) 開場9:00 終了17:00	田野川小学校 体育館	無料
展示 第42回アーティストハウス 宵架館グループ展			
文芸 「文芸はた」展示即売会			
展示 デッサンクラブ作品展			
展示 中村写友会写真展			
展示 PCサロンゆうゆう 第12回サークル展			
音楽 第8回ハイクラソーナウィンド アンサンブル定期演奏会	12月4日(日) 開場13:30 開演14:00	市立文化センター	一般800円 高校生以下500円 小学生以下無料
音楽 南十字星2022秋冬発表演奏会	12月4日(日) 開場13:00 開演14:00	ふじむら石材敷地内 (右山1920-2)	無料
展示 令和4年度第45回写団「四万十」 クラブ展	12月8日(木)～15日(木) 9:00～16:00	アピアさつき	
舞台 創立50周年第44回清水千代子 バレエ研究所発表会	12月11日(日) 開場12:30 開演13:00	市立文化センター	一般500円

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 📠(35)4260

郷土歴史講座(四万十市文化祭参加) ～熊本県令安岡良亮と幡多の群像～

明治維新後の激動期、「難治県」の県令に抜擢された安岡良亮の手腕とその実績、および安岡を支えた桑原戒平、仁尾惟茂、沖本忠三郎などの幡多人脈についてお話しします。

講師 熊本大学永青文庫研究センター准教授 高知県史近世部会委員 今村 直樹

日時 11月19日(土) 13時30分～15時30分

会場 市立文化センター大会議室

問い合わせ先 予土歴史文化研究会 中村支部 ☎(35)3339(澤田) ☎090-5716-9821(岡本)

③卓球特別講習会

初心者卓球講習会

ラケットを握ったことがない初心者の方を対象に、卓球の基礎の基礎から指導します。

- ▶日時 12月3日(土)
9時30分～12時、13時30分～16時
- ▶対象 小学生以上(指導者も可)

卓球三昧実戦講習会

試合ですぐに役立つ連打や回転サーブなど、より実践的な内容の講習を行います。

- ▶日時 12月4日(日)
9時30分～12時、13時30分～16時
- ▶対象 卓球愛好者(中級者対象、指導者も可)

共通

- ▶場所 市民スポーツセンターアリーナ
 - ▶参加費 一日参加1000円・半日参加500円
 - ▶定員 各20名(半日のみの参加も可能)
 - ▶講師 中山典夫(幡多卓球協会)
 - ▶申込方法 窓口・電話
 - ▶申込期間 11月4日(金)～23日(水・祝)
- ※運動のできる軽装、室内シューズをご用意ください。ラケットがない方には貸し出します。



④スポーツ吹矢教室

ゲーム感覚で楽しめ、小学生から高齢者まで幅広く参加できます。

- ▶日時 12月4日(日)・11日(日)・18日(日)
10時～12時(全3回)
 - ▶会場 市民スポーツセンター2階 武道場
 - ▶参加費 500円 ▶定員 10名
 - ▶講師 佐田 昭一郎
(高知スポーツウェルネス吹矢黒潮)
 - ▶申込方法 窓口・電話
 - ▶申込期間 11月7日(月)～25日(金)
- ※運動のできる軽装、室内シューズをご用意ください。用具は用意します。

③④の問い合わせ・申込先

(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 8時30分～17時

①第54回読売中村ロードレース

- ▶日時 12月17日(土)※雨天決行
10時スタート(種目ごと)
 - ▶各コース・種目
安並運動公園ロータリー～蕨岡方面折り返し
～安並運動公園ロータリー
10km 高校男子・一般男子
5km 壮年・高校女子・一般女子
3km 小学5・6年生男女・中学生男女
- ※51回大会と同じコースになりました。
- ▶申込方法 窓口・郵送
- ※申込書等は、下記窓口で配布のほか市公式ホームページからもダウンロードできます。
- ▶申込期限 11月25日(金)17時必着
- ※当日は一部交通規制を行います。警察官等の指示に従うようご協力をお願いします。
- ※健康状況確認表を提出していただきます。



②第4回四万十市カーリンコン大会

カーリンコンは、円盤型の木製ディスクを投げて目標までの距離を競うカーリングのようなチーム対抗のスポーツです。ルール講習も行いますので、初めての方も楽しめます。

- ▶日時 12月11日(日)9時～12時
- ※受付8時～8時50分、ルール講習8時30分～
- ▶会場 市民スポーツセンター アリーナ
 - ▶対象者 全年齢(小学生以下のみの参加は保護者同伴)
 - ▶定員 先着18組(3人1組)※初心者歓迎
 - ▶参加料 無料
 - ▶申込期間 10月31日(月)～11月25日(金)
 - ▶申込方法 窓口・電話
 - ▶持ち物 体育館シューズ・飲み物
- ※競技はマスク着用で行います。

①②の問い合わせ・申込先

☎生涯学習課 スポーツ振興係
〒787-0008 四万十市安並4231
市民スポーツセンター内
☎(34)2071
8時30分～17時15分(土・日・祝日を除く。)

こんにちは 四万十市地域子育て支援センター“ぽっぽ”です!

親子ふれあい活動

◆1・2・3歳児対象(ぽっぽ)

ぽっぽで遊ぼう

時 11月8日(火) 9:30~11:30

クリスマスの飾りを作ろう

時 11月29日(火) 9:30~11:30

◆0歳児・妊婦対象(ぴよちゃんクラブ)

ぽっぽで遊ぼう

時 11月24日(木) 9:30~11:30

クリスマスの飾りを作ろう ※どちらかで参加

時 12月1日(木) 午前 9:30~11:30
午後 14:00~15:30

園庭開放 ※雨天の場合は中止します。

保育所名	月日	保育所名	月日
★竹島保育所	11/7、11/14 11/21	★東中筋保育所	11/14、11/21 11/28
★大用保育所	11/7、11/14 11/21	★下田保育所	11/8、11/15 11/22
★中筋保育所	11/8、11/15 11/22	★蕨岡保育所	11/18
★利岡保育所	11/16	★愛育園	12/1
★古津賀保育所	11/16	東山保育所	11/9
★八束保育所	11/10	あおぎ保育所	11/11
		時間(共通)	9:30~10:30

※★印のついている保育所は、天候に関係なく園内も可。
(詳細は各保育所にお問い合わせください。)

その他の活動

◆ぽっぽの広場(妊婦・0・1・2・3歳児対象)

小児科医の話

アトピー性皮膚炎とスキンケアについてのお話です。

時 11月15日(火) 10:00~11:30

◆お誕生会

10月・11月生まれのお友だちの誕生日をお祝いしようね!

時 [ぴよちゃんクラブ]11月17日(木) 9:30~11:30

[1・2・3歳児]ぽっぽ)11月18日(金) 9:30~11:30

◆離乳食講習会(初期)

参加を希望する方は、11月4日(金)までにご連絡ください。
登録していない方も参加できます。

時 11月11日(金) 9:30~11:30

◆ウキちゃんのお悩み聞きます!

産前産後の身体のお悩みや心の悩みなど何でも聞きます!

時 11月16日(水) 14:00~16:00

※新たに参加を希望する方は、事前にご連絡ください。

育児相談(来所・電話・オンライン)

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。オンライン相談を希望する方は、まずは電話で予約をお願いします。

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



ぽっぽについて



一時預かりについて

地域の子育てをサポート

四万十
ファミサポ

しまんとファミリーサポートセンター

預かり専用部屋『enjoy』のご紹介

ファミサポでは、コロナ禍でも気軽に利用できるよう、預かり専用部屋『enjoy』での預かりを行っています。利用者からは大変好評です。



~利用者の声~

安全で良い環境と思います。日当たりも良く、目が行き届く部屋の広さ。マンション一室に、生活に必要なものや子どものためのものがいろいろそろえてあって良いです。



月に一度、『enjoy』でまかせてさん(援助会員)がお子さまを預かってくれます。(日程等はホームページやSNSで)

利用には会員登録が必要です。詳細は、下記までお問い合わせください。

問い合わせ先

しまんとファミリーサポートセンター

☎(34)8310 9時~18時(水、日、祝日、年末年始除く。)

✉ famisapo40010@rainbow.plala.or.jp



ホームページやSNSはこちらから

はたっこまつり

毎回好評の子ども縁日や観覧無料のジャグリングショー、バンド演奏、高校生のダンスパフォーマンスも♪ハンドメイドマルシェやワークショップもあります！

子どもたちが楽しむのはもちろん、子育て世代の交流の場としても！ぜひお越しください。

- ▶日時 11月13日(日)11時～15時 ※雨天決行
 - ▶場所 古津賀3号公園
- ※駐車場は、サニータウンの駐車場をご利用ください。

問い合わせ先

NPO法人スマイルはたっこ
☎080-4033-5753(担当:久保)



イベント情報は
Instagramで



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 11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 ママ&チルドレン(担当:西岡)
☎080-3166-5232

子育てひろば「とことこ」

「とことこ」は、子育て中のママたちが運営する、屋内型の公園です。土・日・祝日の開放を再開しました！ぜひご利用ください。



- ▶対象年齢 0歳～
 - ▶開所時間 9時～19時
 - ▶場所 アピアさつき1階
- ※必ず保護者同伴でお越しください。

問い合わせ先

カドルファミリー(伊與田) ☎090-9249-9878

定期的に歯科健診を受けましょう

生活環境の変化や仕事・家事などの忙しさから、口腔内のケアを怠りがちになっていませんか？歯を失う原因第1位の歯周病は、突然発症するのではなく徐々に進行していきます。

日々の丁寧な歯磨きだけでなく、定期的な歯科受診による継続的なメンテナンスが大切です。自分では大丈夫と思っても、歯や歯ぐきの状態をプロにチェックしてもらいましょう！

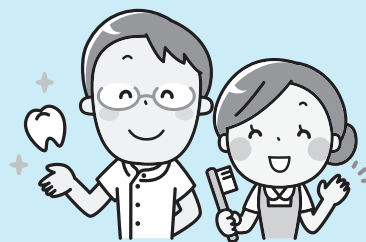
市では、定期的な歯科受診のきっかけとするため、次の年齢の方を対象に成人歯科健診を行っています。

対象者 令和5年3月末日で、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳に達する方
※対象者には自己負担額500円で受けられる受診票を送付しています。

有効期限 令和5年3月31日(金)

自己負担額 500円(健診費用3,670円のうち3,170円を市が助成)

検診内容 口腔内診査、歯周病検査、歯周病唾液検査



問い合わせ先

☎健康推進課 地域保健係 ☎(34) 1823

☎西土佐保健分室 ☎(52) 1132





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
8日(火)	9:40～15:00	大腸がん検診(容器配布)	蕨岡・富山・大川筋・後川地区	地区巡回
	9:00～		津賀～大宮～中家地方面	地区巡回
9日(水)	個別通知	3か月児・7か月児健診		文化センター
11日(金)	7:00～9:00	大腸がん検診(容器回収)	蕨岡・富山・大川筋・後川地区	地区巡回
	8:00まで		津賀～大宮～中家地方面	地区巡回
15日(火)	個別通知	1歳9か月児健診		文化センター
	9:00～	大腸がん検診(容器配布)	方の川～奈路～藤ノ川方面	地区巡回
16日(水)	個別通知	7か月児・10か月児健診		文化センター
18日(金)	8:00まで	大腸がん検診(容器回収)	方の川～奈路～藤ノ川方面	地区巡回
11月 19日(土)	9:20～、13:20～	乳がん検診	拾い①	市立武道館
22日(火)	9:00～11:10	大腸がん検診(容器配布)	中村・八束地区	地区巡回
25日(金)	7:00～9:00	大腸がん検診(容器回収)	中村・八束地区	地区巡回
	個別通知	3歳児健診		防災センター
28日(月)	個別通知	ママタッチ教室・助産師相談・乳幼児相談		子育て支援センターぽっぽ
29日(火)	9:00～11:30	大腸がん検診(容器配布)	中村地区	地区巡回
	9:00～		江川～長生～津野川方面	地区巡回
30日(水)	8:30～10:30	特定健診・前立腺がん検診	富山地区	富山地区集会所
	13:00～14:00			常六小学校
	8:00～9:30	胃がん(バリウム)検診		富山地区集会所
12月 2日(金)	7:00～9:00	大腸がん検診(容器回収)	中村地区	地区巡回
	8:00まで		江川～長生～津野川方面	地区巡回
3日(土)	8:30～11:00、13:30～15:00	特定健診・前立腺がん検診	拾い②	本庁3階
	8:00～10:00	胃がん(バリウム)検診	拾い①	本庁1階
4日(日)	9:20～	子宮頸がん検診	拾い	市立武道館
6日(火)	9:00～	大腸がん検診(容器配布)	奥屋内～口屋内～岩間方面	地区巡回
7日(水)	個別通知	3か月児・7か月児健診		文化センター

※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。
※11月6日までの計画については、広報10月号P26に掲載しています。

問い合わせ先

健康推進課 ☎(34) 1115・☎(34) 1823 西土佐保健分室 ☎(52) 1132



健診結果の説明会
についてはこちら

たいじょうほうしん

带状疱疹(おびちょう)の症状がでたら早めの受診を!

水ぼうそうにかかったことがある方は、ウイルスが体内に潜伏しており、加齢や疲労、ストレスなどによる免疫力の低下が誘因となってウイルスが再活性化すると、带状疱疹を発症しやすくなります。(80歳までに約3人に1人が発症すると言われています。)

治療が遅れたり、治療しなかった場合は、発熱や頭痛をはじめ全身的な症状が現れることがあり、痛みが長期間続く带状疱疹後神経痛は、頻度の高い合併症といわれています。

带状疱疹になると、体の片側に神経痛のような痛みを感じたあと、痛みのある部位に発疹が現れます。このような症状がでた場合は、早めに医師にご相談ください。

発症予防のため、日ごろから体力を維持するような生活を心がけましょう。



問い合わせ先 健康推進課 地域保健係 ☎(34) 1823

第6回けんみんいきいき講座「健康生活を維持するために」

糖尿病の治療を支える医療スタッフがご説明します。

- ▶日時 11月8日(火)11時～11時40分 ▶会場 幡多けんみん病院 3階大会議室
- ▶講師 看護師 和田望、管理栄養士 片岡航兵、理学療法士 上岡直登
- ▶参加費 無料(健康パスポート対象) ※事前申込不要

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)

※新型コロナウイルスの感染状況等により中止する場合は、ホームページでお知らせします。

①「在宅での暮らしを支える」講演会

住み慣れた地域で安心して暮らすことについて、学びきっかけにしてみませんか？

- ▶日時 12月10日(土)13時20分～15時50分(受付13時～)
- ▶会場 市役所3階303～305会議室 ▶参加費 無料
- ▶定員 先着40名
- ▶講演内容

・退院を支援する医療現場の取り組み

講師 幡多けんみん病院 緩和ケア認定看護師 大家 千晶氏

・あなたは人生の最期をどこで、誰と、生きたいと思っていますか～いつでも話ができる関係づくり～

講師 訪問看護ステーションすくも 訪問看護認定看護師 宮崎 ゆかり氏

- ▶申込方法 電話・FAX ※住所、氏名、連絡先についてご連絡ください。
- ▶申込期限 12月1日(木)

※新型コロナウイルス感染拡大状況により、開催方法の変更や中止となる場合があります。



②フレイルサポーター養成講座

「フレイル予防活動」は、健康長寿の取り組みの一つとして全国でも広がってきています。

現在の自身の身体の状態を知り、将来に向けた元気な身体づくりに活かせる知識や技術を楽しく学びましょう！

- ▶日時 **1日目** 12月14日(水)9時～15時40分
2日目 12月15日(木)9時～15時30分
- ▶会場 四万十市社会福祉センター 大会議室
- ▶対象者 両日参加可能で、フレイル予防に興味・関心のある方
- ▶内容 **1日目** 講義・実技・フレイルチェック体験

2日目 地域での実践・2日間の振り返り ※地域での実践は、バスの送迎があります。

- ▶講師 高知リハビリテーション学院 作業療法学科 金久 雅史氏 ▶定員 先着20名
- ▶申込方法 電話・FAX ※氏名、住所、連絡先を連絡 ▶申込期限 12月7日(水)



①②の問い合わせ・申込先 ☎高年齢者支援課 介護保険係 ☎(34)1165 FAX(34)0567

認知症の人と家族の会 「たんぽぽの会」in西土佐

今回は、西土佐地域での交流会です。「あったかふれあいセンターいちいの郷サテライト」に参加して交流します！

- ▶日時 11月30日(水) 13時～14時30分
- ▶会場 西土佐総合福祉センター
(西土佐用井1110-31)

※家族の方だけでも、認知症の方と一緒に参加でもかまいません。

※市役所本庁からバスを運行します。乗車希望の方は11月22日(火)までに、下記までご連絡ください。

10時30分 市役所本庁(正面玄関前)出発
16時ごろ 市役所本庁到着

※希望の方にはお弁当(550円)を準備します。

問い合わせ先

「たんぽぽの会」事務局 松岡時規子
☎(34)4528
四万十市地域包括支援センター
☎(34)0170 ✉sien@city.shimanto.lg.jp

就職支援相談会

「仕事が決まらない」「仕事が続かない」「対人関係がうまくいかない」「子どもの将来が心配」など、就職のことでお悩みの若者(15～49歳)とその保護者のための相談会を行います。

- ▶日時 11月22日(火) 13時～17時
 - ▶会場 市役所本庁3階303会議室
- ※相談会は予約制です。

問い合わせ・申込先

はた若者サポートステーション

☎(34)9100 FAX(34)8080

✉ tunagaru-net@bird.ocn.ne.jp



高知県の情報
ポータルサイト



国税庁からのお知らせ 年末調整等のパンフレットの送付について

例年、年末調整の時期に、源泉徴収義務者の皆さまに「年末調整のしかた」「源泉徴収税額表」「給与所得の源泉徴収票等の法定調書の作成と提出の手引」を送付していましたが、今後はこれらのパンフレットに代えて、改正事項(昨年からの変更点)や国税庁ホームページなどを案内したリーフレットを送付します。

皆さまのご理解とご協力をお願いします。

年末調整等に関するパンフレットは、国税庁ホームページの「年末調整がよくわかるページ(令和4年分)」に掲載しています。

問い合わせ先 中村税務署 ☎(35)2135



国税庁ホームページ

Sマーク<標準営業約款制度> をご存じですか？

Sマークは、厚生労働大臣の認めたルールに従って、安心・安全・清潔のサービスを提供しているお店をお知らせするものです。

高知県では、理容・美容・クリーニングの3業種で、この制度を導入しています。

毎年11月を「標準営業約款普及登録推進月間」として、消費者の皆さまにSマークを知っていただき、事業者の皆さまには登録を呼びかけています。お近くの店先を探してみませんか。



問い合わせ先

(公財)高知県生活衛生営業指導センター

☎088(855)5100

図書館だより

令和4年
11
November

開館時間 (本館) 9:00~19:00
(分館) 10:00~18:00

新着おすすめ8+8

海辺で写す天然石
きのこのレシピ帖
仕掛島
しろがねの葉
探偵と家族
天然生活の家仕事ごよみ
土偶を読む図鑑
リバー

柴山 元彦
松島 由恵
東川 篤哉
千早 茜
森 晶麿
扶桑社
竹倉 史人
奥田 英朗

一般書

新着図書(310冊)

おすしがふくをかいにきた
火星は…
くろ
そうなのよ
はりねずみのルーチカ 11
パンしろくま
星屑すぴりっと
理系の職場 3

田中 達也
スザンヌ・スレード
きくち ちき
高島 純
かんの ゆうこ
柴田 ケイコ
林 けんじろう
こどもくらぶ

児童書／えほん

★休館日の案内★

11月25日(金) 館内整理日

★ティーンズ行事★

『羊毛フェルトでこころとマスコット作り』
日時 11月12日(土) 13時30分~15時30分
場所 市立図書館多目的ホール
対象 中学生~高校生
参加費 無料
申込 事前申込制

★児童行事★

『英語で楽しむおはなし会』
日時 11月20日(日)
①幼児向け(2~5歳) 10時30分~10時50分
②小中学生向け 11時~11時40分
場所 市役所3階防災対策室
対象 ①2歳~5歳の親子(保護者同伴) ②小中学生
参加費 無料
定員 各25名
申込 事前申込制

問い合わせ先 市立図書館 ☎(35)2923

定期相談所

	日時	場所	相談内容	問い合わせ先
行政相談所	11月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
特設人権相談所	12月5日(月) 9時~12時	西土佐 ふれあいホール	金銭・相続・借地借家・結婚・離婚・セクハラ・DV・いじめ・児童虐待など人権に関する問題(無料・秘密厳守)	高知地方法務局 四万十支局 ☎(34)1600 FAX(34)1601
	12月7日(水) 13時~16時	中筋老人憩の家		

※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。
※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、中止となる場合があります。

全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間

DV、セクシュアル・ハラスメント、ストーカー、離婚問題、暮らしの悩みごとなど女性をめぐる人権問題について何でもご相談ください。相談は無料で、秘密は厳守します。

- ▶実施期間 11月18日(金)~24日(木)
- ▶受付時間 8時30分~19時 ※土・日・祝日は10時~17時
- ▶開設場所 高知地方法務局人権擁護課 ※土・日・祝日は高松法務局人権擁護部
- ▶電話番号 0570(070)810 ※全国共通。一部のIP電話からは接続できない場合があります。

問い合わせ先 高知地方法務局人権擁護課 ☎088(822)3503

募集

教室・講座

催し

スポーツ

健康・福祉

その他・相談

お誕生 おめでとう



(令和4・10・5届出分まで)

住所 赤ちゃん 保護者

中村大橋通	山地	梨仁	龍聖
中村一条通	中山	太賀	健太
右山天神町	上原	朔哉	孝行
中村岩崎町	柏原	碧	孝基
安並	西村	月花	夏輝
古津賀	千谷	藍花	優生
古津賀	吉井	碧杜	仁一
古津賀	宮川	葉伊	翔太
古津賀	松本	乃彩	郁未
具同	細川	彩羽	佳江
具同	西岡	笑詩	凌
具同田黒	宗石	芽衣紗	真幸
森沢	寺尾	秋季世	巧
津蔵	刈谷	日菜	弾

「お誕生おめでとう」、「ご冥福をお祈りします」のコーナーへの掲載については、家族の方が希望された場合に掲載することとしています。

掲載を希望される場合は、(本庁)市民・人権課 ☎(34)1113まで必ずご連絡ください。

ご冥福を お祈りします



(令和4・10・5届出分まで)

住所 氏名 享年

中村天神橋	福山	幸運	85
中村小姓町	山崎	富子	89
中村桜町	徳弘	由枝	86
中村東町	宮崎	定子	92
中村東町	柴田	行光	68
中村新町	木村	幸子	101
右山五月町	竹本	一敏	83
右山天神町	松田	博志	85
不破	兵等	春喜	94
古津賀	朝比奈	三郎	79
古津賀	曾我部	正彦	86
渡川	水野	眸	74
具同田黒	伊藤	陽子	89
有岡	佐田	和子	92
有岡	小笠原	茂利	97
実崎	田中	志津尾	94
津蔵	橋本	祐明	65
竹島	川添	一幸	86
下田	森	久世	101
下田	江口	要	102
下田	江口	佐知子	71
藤岡	岡本	未美	93



「広報しまんと」スマートフォンで配信中!



大屋敷	酒井	八千代	84
西土佐岩間	小出	鶴鹿	90
西土佐藤ノ川	沖	忠久	65
西土佐津賀	田邊	多津子	94
西土佐大宮	井上	吉富	86
西土佐用井	佐竹	常美	96
西土佐江川	宮崎	俊子	91
藤岡乙	西村	民子	84

ツルも安心して過ごせる四万十市を目指して

四万十川や中筋川の周辺には、毎年10月下旬から3月上旬にツル(ナベツル、マナツル)が飛来します。ツルが安心して過ごせるよう、ツルを観察する際は「四万十ツルの観察マナー」を守ってください。



＜四万十ツルの観察マナー＞

- ①観察は200m以上離れ、双眼鏡等を使う(10月下旬～11月中旬は特に警戒心が強いため、大人数の場合は300m以上)
- ②大きな音や人工の光を出さない
- ③車で通行中にツルが近くにいたら、止まらずゆっくり通り過ぎる
- ④犬の散歩はリードをつけて、ツルに近づかない
- ⑤通行の妨げにならないようにする ⑥私有地や農地に無断で立ち入らない



四万十ツルの観察マナー(PDF)

問い合わせ先 四万十川流域生態系ネットワーク推進協議会事務局(中村河川国道事務所)

☎(34)7306 ✉skr-nakama45@mlit.go.jp

熱戦!

男子U23ソフトボールアジアカップ & 男子ソフトボールアジアカップ

9月1日から6日までの6日間、安並運動公園で男子U23ソフトボールアジアカップおよび男子ソフトボールアジアカップ(TOP)が開催されました。

この大会は、10月にアルゼンチンで開催される男子U23ワールドカップ、11月にニュージーランドで開催される男子ワールドカップの予選大会にも位置付けられており、U23は日本を含む3か国、TOPは日本を含む7つの国と地域が参加しました。全17試合が行われ、アジアの覇者とワールドカップ出場権を目指して熱戦が繰り広げられました。

激闘の結果、男子U23アジアカップは日本が4戦全勝で優勝、男子アジアカップも日本が優勝し7連覇を飾りました。

U23・TOPそれぞれの優勝・準優勝のチームは、ワールドカップの出場権を手に入れました。



第1回男子 U23ソフトボール

大会結果	
優勝	日本
準優勝	シンガポール
3位	インド



第11回男子ソフトボール

大会結果					
優勝	日本	4位	インド	7位	チャイニーズ・タイペイ
準優勝	フィリピン	5位	タイ		
3位	シンガポール	6位	香港		



台風11号の影響による開始時間の遅れや試合の一時中断などもありましたが、選手や観客の方にもグラウンド整備をお手伝いいただくなど、多くの方にご協力いただき、全日程を無事に終えることができました。

市内小中学校の子どもたちには、出場チームへの歓迎メッセージを書いていただき、選手の宿泊施設や大会会場にポスターとして掲示しました。子どもたちが作った歓迎メッセージの一部をご紹介します。





当直医



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

10月30日(日)	中村クリニック	☎(34)5100
11月3日(木)	正木整形外科	☎(34)5252
6日(日)	市民病院	☎(34)2126
13日(日)	温クリニック四万十	☎(34)8280
20日(日)	市民病院	☎(34)2126
23日(水)	森下病院	☎(34)2030
27日(日)	幡多クリニック	☎(34)6211
12月4日(日)	市民病院	☎(34)2126
11日(日)	竹本病院	☎(35)4151

人のうごき ~9月末日現在~ ()内は、前月との差

総人口	32,552人 (△33)	転入	53人
男	15,401人 (△16)	転出	62人
女	17,151人 (△17)	出生	14人
世帯数	16,626世帯 (△13)	死亡	38人



日直指定水道業者



●水道料金は口座振替で●

10月29日(土)	豚座建設㈱	☎(34)6031
30日(日)	土居水道工事店	☎(32)1095
11月3日(木)	中村水道工事センター	☎(35)4323
5日(土)	㈱中村住設	☎(34)3621
6日(日)	㈱大杉設備工業	☎(34)2324
12日(土)	㈱福永工業	☎(35)5996
13日(日)	㈱力キタニ設備	☎(33)0660
19日(土)	㈱夕部設備	☎(34)8651
20日(日)	㈱奥宮工業	☎(37)5151
23日(水)	㈱大同設備	☎(35)4879
26日(土)	㈱山下建設	☎(33)0653
27日(日)	豚座建設㈱	☎(34)6031
12月3日(土)	㈱平野水道	☎(35)2316
4日(日)	㈱森下住宅設備	☎(34)4855
10日(土)	土居水道工事店	☎(32)1095
11日(日)	中村水道工事センター	☎(35)4323

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

「広報しまんと」12月号は
11月24日(木)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