

# 広報しまんと

SHIMANTO

No.226  
2024

2

2024年が皆さまにとって良い年でありますように  
(下関の海岸から撮影した初日の出)





# 成人おめでとうがいます

新成人の皆さんに抱負や  
これからの目標をお聞きしました



～新成人の皆さんのこれからの人生が、幸多き日々でありますように～



# 第19回 四万十市成人式 20歳の節目を迎えて



1月3日、四万十市成人式が西土佐ふれあいホールと市立文化センターで行われ、西土佐地域21名、中村地域195名の参加がありました。

西土佐会場では、成人代表の宮崎晴菜花(みやざきはな)さんが「地域に残る者、外に出て行く者、それぞれですが、いただいたお祝いの言葉を胸に刻み、自身の行動に真摯に向き合い、より良い未来を築いていきたいと思えます。」と決意表明を行いました。式典後には西土佐連合青年団による記念ビデオ上映会等が行われ、にぎやかな門出のお祝いとなりました。

中村会場では、市長から「故郷とのつながり、故郷に抱く誇りと愛着を、自らの人生に活かしていただきたいと思えます」と激励のメッセージが贈られ、成人代表の福永千紀音(ふくながきよね)さんから「故郷四万十市への感謝の気持ちを忘れずに、それぞれが選んだ道を一步一步着実に進んで参ります」との抱負が述べられました。本年度は成長を見守ってきたご家族の方も参列し、式典後の会場は明るい声で包まれました。

成人式を迎えられた皆さんの、今後のご活躍をお祈りいたします。



## 区(自治会)の活動に参加しませんか？

～区(自治会)は住みよい地域づくりのための重要な組織です～

区は、私たちの生活に最も身近な地域組織であり、四万十市には165の区があります。

区では安心・安全で住みよい地域づくりのために幅広い活動を行っており、地域の方々の協力が欠かせません。特に災害時等の非常時には、地域のつながりが重要になります。日ごろから地域住民同士での親睦を図り、いざという時に助け合える関係づくりをしましょう。

ぜひ、区への参加をご検討ください。



### 区の活動

#### 安心・安全なまちづくり

防犯灯の設置や地震等の災害に備え地区の防災活動等を行っています。



#### 快適な地域づくり

ごみや資源物の収集、清掃活動等、地域内の環境づくりを行っています。



#### 健康福祉活動

健康福祉委員会では、介護予防や健康増進、支えあいの取り組みを行っています。



#### 情報の伝達

毎月1回、広報誌や回覧板を配付し、生活に必要な情報をお届けしています。

### 区長の活動

区それぞれの代表者として区長がいます。区長は区の活動の取りまとめや市への要望活動等を行っています。

また、市内の区長165名で構成された四万十市区長会では、各区の円滑な運営や区と行政との連携推進等のため、区への加入促進活動や県への要望活動、市議会との意見交換等さまざまな活動を行っています。



## 区(自治会)の活動を紹介します

### 防災活動

「自分たちの地域を自分たちで守る」ため、地域住民が協力して自主防災組織を結成しており、日ごろからさまざまな防災活動を行っています。

南海トラフ巨大地震等の大規模な災害が起こった時には、消防や警察等の公的機関だけで避難誘導等の防災活動を行うことは困難です。自主防災組織が自ら避難誘導や避難所の運営等の活動を行うことで、被害の防止や軽減が期待できます。



炊き出し訓練



救護訓練

### 美化活動

#### ごみステーションの管理



区ではごみステーションの管理を行っており、資源ごみの収集の日には分別用のかごを出すなど、地域住民の皆さんが利用しやすいようにしています。

#### 側溝清掃



一部の区では、毎年5月に側溝清掃を行っています。快適な環境づくりを目指すため、日々活動に取り組んでいます。



## 区(自治会)の活動における課題

区では、加入率の低下や担い手不足等によって活動の持続性が年々低下しており、防災活動や高齢者・子どもの見守り、空き家対策等、刻々と変化する地域社会のニーズへの対応が難しくなっています。そこで、四万十市区長会および市では、区をとりまく諸課題の解決に向けて取り組みを開始しました。

## 解決に向けた取り組み

### アンケートの実施

区をとりまく諸課題を把握するため、区長および市民の皆さんに対してアンケートを実施しました。

区長へのアンケートでは多様な意見がありましたが、共通して「担い手不足」という課題がありました。

市民へのアンケートでは30代以下の世代で区の活動や区長への認知度が低く、世代によって区に対する認識に違いがあることが分かりました。



市民アンケート  
結果



### 視察研修の実施

令和5年7月19日から20日までの2日間、区の活動における課題の解決策を検討するため、積極的な取り組みを行っている福岡県北九州市小倉南区で区長会の視察研修を行いました。

研修には17名の区長が参加し、「自治会活動」をテーマに、北九州市および小倉南区自治総連合会の代表者からさまざまな取り組み事例について説明を受けました。

### 四万十市における自治会への加入促進に関する協定の締結

令和5年10月12日、研修の内容を踏まえ、自治会への加入促進を目指して区長会および市、(公社)高知県宅地建物取引業協会、(公社)全日本不動産協会高知県本部との間で「四万十市における自治会への加入促進に関する協定」を締結しました。

この協定は市や不動産会社が転入者等に対して区長会が作成したリーフレットの配布等を行うものであり、区への加入促進に向けて取り組んでいきます。



市では今後も四万十市区長会と協力し、区の課題解決のため取り組みを行っていきます。ぜひ区へ加入し、活動にご協力ください。



## 区(自治会)に関するQ & A

Q:区ではどのような活動をしていますか。

A:地域の防災活動や美化活動、広報誌等の配付等を行っています。

Q:区費(会費)を払う必要はありますか。

A:はい。区費はお住まいの区のさまざまな活動にかかる経費に使用されます。区費の額や用途は、区ごとに異なりますので、お住まいの区にお問い合わせください。お問い合わせ先が分からない場合は下記までお気軽にご連絡ください。

Q:長期間住まない場合でも、区に加入する必要がありますか。

A:区ではごみステーションの管理や清掃活動等を行っていますので、たとえ短い期間の居住であっても、加入していただきたいと思えます。

Q:区には必ず加入しないといけませんか。

A:いいえ、強制ではありません。ただ、区では日ごろから皆さんの生活の安心・安全を支える活動を行っています。また、災害等の非常時には地域での助け合いが重要となります。ぜひ加入について、前向きにご検討ください。

Q:区に加入するにはどうしたらいいですか。

A:区への加入については、お住まいの区の区長へご相談ください。区長が分からない場合や区長への取り次ぎを希望する場合は、下記までお気軽にご連絡ください。

## 四万十市区長会会長より



四万十市区長会会長の宮村です。近年は少子高齢化、新型コロナウイルス感染拡大の影響等により、区での地域活動が制限されていることを強く感じています。

今後、区長会では市(行政)と連携し、区が直面する諸課題の解決につなげていきたいと考えています。皆さんでより良い四万十市にしていくために、積極的に区の活動に参加していきましょう。

### 特集記事問い合わせ先

市総務課 行政管理係 ☎(34) 1804  
☑ gyousei@city.shimanto.lg.jp



市公式ホームページ

四万十市 自治会

検索



## 移住支援事業のご案内

市では人口減少対策として移住促進に取り組んでおり、Uターン・Iターンされる方に対して支援金制度などを設けています。

要件に関する相談等も行えますので、Uターン・Iターンをお考えの方やそのご家族の方など、どなたでもご相談ください。

### 地方創生移住支援金(東京圏からの移住者が対象)

東京圏からUターン・Iターンされる方を対象に、移住支援金を交付します。

また、18歳未満の子供と一緒に移住する場合、加算があります。

※地域、仕事等に関する要件があります。

#### ◆補助金額

①単身の場合 60万円 ②2人以上の世帯の場合 100万円

③子育て世帯の場合 100万円+18歳未満の人数×100万円

#### ◆申請期間

転入後3か月～1年未満

地方創生  
移住支援金

### Uターン促進引越補助金

県外から本市にUターンされる方を対象に、引っ越しする際の費用を補助します。

事業者に依頼して行った荷物の運搬が対象となります。

#### ◆補助率

引っ越し費用の1/2以内(補助上限額 5万円)

#### ◆申請期限

転入後1年未満

Uターン促進  
引越補助金

問い合わせ・申請先 市企画広報課 企画調整係 ☎(34) 1129

## 西土佐地域で空き家相談会(予約制)を開催します

移住者に提供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困っている方はぜひご相談ください。

相談は事前予約制です。相談を希望する方は、2日前までに下記までご連絡ください。

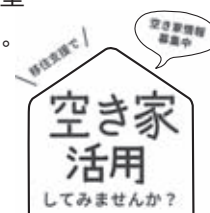
■日時 2月14日(水) 13時～16時 ■場所 西土佐総合支所1階会議室

※予約がない時間帯は、相談員が常駐していませんのでご注意ください。

#### 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



## 能登半島地震への義援金にかかる募金箱を設置しています

能登半島地震で被災された方々を支援するため、下記の市関係機関等の窓口に災害支援募金箱を設置しています。

いただいた募金は、被災者の支援や被災地の復旧・復興活動等に活用されます。皆さまの温かいご支援をお願いします。



### 設置場所

- 市役所本庁舎内(1階市民・人権課、2階市立図書館、3階総務課秘書係)
- 市立文化センター ○四万十川学遊館 ○市民病院 ○市民スポーツセンター
- 市立温水プール ○具同体育センター ○四万十カヌーとキャンプの里かわらっこ
- 西土佐総合支所 ○道の駅よって西土佐 ○四万十・川の駅カヌー館 ○ホテル星羅四万十

問い合わせ先 市地震防災課 ☎(35)2044 FAX(34)1148

## 中国四国農政局「ディスカバー農山漁村の宝」奨励賞 受賞おめでとうございます

西土佐地域の(株)大宮産業が、農山漁村のポテンシャルを引き出し、地域の活性化や所得向上に取り組んでいる事例に贈られる、中国四国農政局「ディスカバー農山漁村の宝」奨励賞を受賞されました。

住民同士が支え合える仕組みづくりを目指し小売店と給油所を運営しており、移動手段がなく買い物が困難な高齢者のために、月1回自宅と小売店間の無料送迎を実施している点や地域で作っている「大宮米」を学校給食用に買い入れることで地域住民の所得向上に貢献している点などが評価されました。

尾崎裕人社長と竹葉傳副社長は「大宮米のPRに力を入れ、人口減少に負けずこれからも頑張りたい」と話されていました。



## 四万十市の出来事を写真でお届けします! -SHIMANTO CITY PHOTOS-

### 市内小中学校でがん教育を行いました

市では、市内小中学校の子どもたちを対象にがん教育を実施しており、令和5年度は15校で実施しました。

子どもたちに、がんとはどのような病気なのかや定期的ながん検診を受けることの大切さを伝えることで、がんに関する正しい知識を身につけ、健康といのちの大切さについて考えてもらうきっかけになったと思います。また、子どもたちになんかについて知ってもらうことで、子どもたちから親世代へのアプローチによるがん検診の受診率向上にも期待しています。





## 第三者の行為によってケガ・病気をした皆さんへ 健康保険証を使って治療を受ける場合は届出が必要です！

交通事故など、加害者(第三者)の行為によって受けた被害者のケガや病気は、本来、治療費を加害者から全額支払ってもらい、治療することが原則です。

しかし、加害者がすぐに損害賠償をしてくれない場合などには、市に届出を行うことで、国民健康保険または後期高齢者医療保険を使って治療を受けることができます。その場合、一時的に国民健康保険または後期高齢者医療保険で治療費の立て替え払いを行い、あとから加害者に費用を請求することになります。

届出前に示談を済ませると、加害者に医療費を請求できなくなる場合があるため、必ず示談成立前に国保担当窓口へご相談ください。

### 届出が必要な場合

- ・交通事故等で被害を受けた
- ・他人から暴力をうけた
- ・他人の飼い犬にかまれた
- ・設備等の不具合によるケガ
- ・飲食店での食中毒
- 等

※自損事故の場合も、医療給付を受けるためには届出が必要です。

### 手続きに必要なもの

- ①被保険者証
  - ②判子
  - ③(交通事故の場合)交通事故証明書の原本または原本証明
- ※その他、第三者の行為の内容により必要な書類が異なります。

## 「お薬手帳」を持ちましょう

「お薬手帳」とは、処方された医薬品の名前や飲む量、回数、飲み方などを記録し、携帯するための手帳です。調剤薬局等で無料配布しています。

### お薬手帳を持つことのメリット

複数の医療機関で薬を処方されても処方履歴が確認できるため、重複投与を避け、飲み合わせの確認につながります。また、重複投与を解消することで、医療費の負担が少なくなる場合や調剤にかかる医療費が安くなる場合があります。

### お薬手帳を作ったら

2冊以上のお薬手帳を同時に使用することは避け、医療機関や薬局に行く際には必ず持参してください。旅行先での急病や災害時には、医療関係者に必要な情報を伝えるのに役立ちます。普段からお薬手帳を携帯しましょう。

### このページの問い合わせ先

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

## 令和5年度 税の標語優秀作品

- |                   |  |
|-------------------|--|
| ○全国間税会連合会入選       | 税のこと 学んで気づく 価値と幸(県立中村中学校 小松にこさん)                                       |
| ○四国税理士会<br>中村支部長賞 | 意味を知り 税を納め 助け合う(中村西中学校 西尾瑞樹さん)   |
| ○幡多間税会会長賞         | 納税は 今から未来へ 繋ぐバトン(幡多農業高等学校 中城綾珠さん)                                      |
| ○四万十市長賞           | 税金の しくみを学び よい未来(県立中村中学校 岡本葵さん)<br>納税で 豊かな社会の 架け橋に(中村中学校 永野悦さん)         |
| ○四万十市教育長賞         | その税を 正しく納めて 良い暮らし(県立中村中学校 本山更紗さん)<br>税金で 暮らしが豊かに なる未来(幡多農業高等学校 佐竹春菜さん) |

全国の間税会(※)では、租税教育の一環として中・高校生を対象に「税の標語」の募集を行っています。本年度、幡多地区を対象に幡多間税会が募集を行ったところ、四万十市内では8校から355点の応募をいただきました。

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

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

## 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。気象情報に注意し、水道管の点検をお願いします。

なお、万一来て備えて、自宅等に設置してあるメーターや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)

### ■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  (34)0381  
 産業建設課 管理土木係  (52)1114  (52)2124





# 令和6年度 (令和5年分) 市・県民税(国民健康保険税) 申告が始まります！

**税**の申告は、市・県民税だけでなく国民健康保険税や介護保険料等の算定基礎となります。所得がない方も申告がないと、国民健康保険税の軽減措置を受けられない場合があります、各種申請に必要な所得(課税)証明の交付もできません。期限までに適正な申告をお願いします。

## 申告期間

2月16日(金)～3月15日(金)

※土・日・祝日を除く。

※令和6年1月1日現在、市内に住所を有する方で、令和5年1月1日～12月31日の期間の申告内容が対象

## 郵送での申告にご協力ください

会場の混雑緩和をはかるため、可能な限り**郵送での申告**をお願いします。

(郵送先: 〒787-8501 四万十市中村大橋通4丁目10番地 四万十市税務課市民税係)

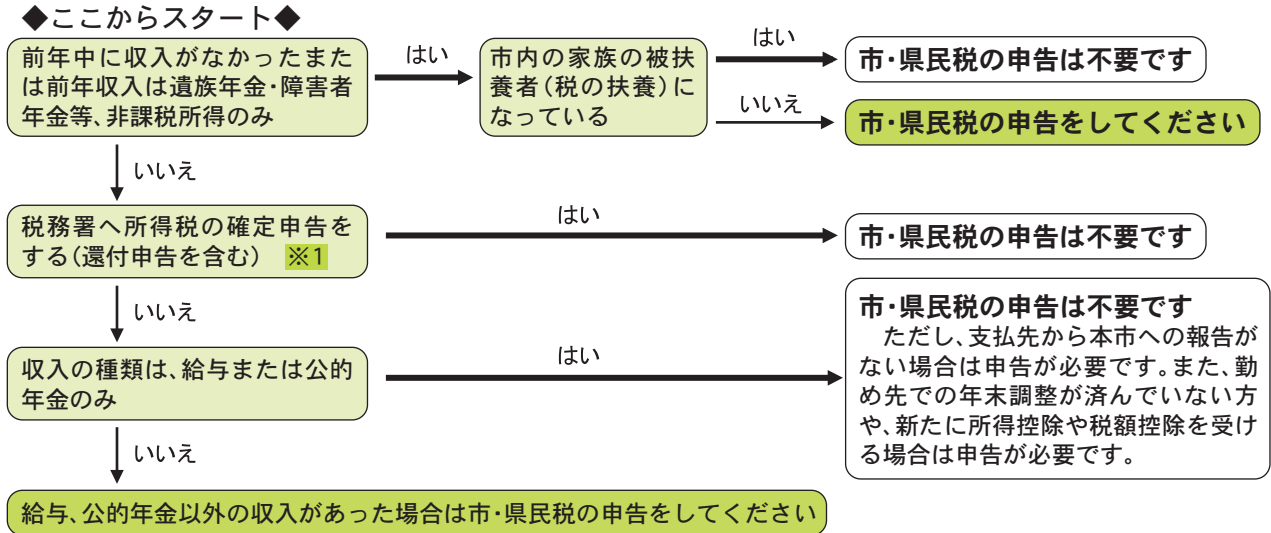
## 申告に必要なもの

- |   |   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>■収入や経費のわかるもの<br/>源泉徴収票、収支内訳書等</li> <li>■所得税の還付を受ける方は口座番号のわかるもの</li> <li>■身分証明書<br/>マイナンバーカード、運転免許証等</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■控除額のわかるもの</li> <li>①医療費明細書</li> <li>②国民健康保険税、国民年金、介護保険料等の支払明細書</li> <li>③生命・地震保険料の掛金の控除証明書</li> <li>④身体障害者手帳、療育手帳等</li> </ul> |
|---|---|

※医療費明細書や収支内訳書等、申告の資料となるものは、事前に作成してください。  
 ※事業所得がある方は帳簿の作成が義務付けられています。ご注意ください。  
 ※市・県民税で年少扶養の適用を受ける場合、確定申告書第二表に必ず氏名等を記載してください。  
 (年末調整済の方も含む。)

## あなたは申告必要？フローチャートで診断！

一般的な事例です



### ※1 税務署で確定申告が必要な主な例

- ・公的年金等の収入金額が400万円以上の方
  - ・1か所から給与を受けている方または、公的年金等の収入が400万円以下で、その他の所得が20万円を超える方
  - ・複数の所得があり、所得税を納税する必要がある方
  - ・給与所得者で年末調整を受けていない方
  - ・青色申告者
  - ・住宅ローン控除を受ける方
  - ・譲渡所得、株式譲渡(※2)がある方
- ⇒確定申告については、**中村税務署 ☎(35)2135**にお問い合わせください。

※2 令和5年度まで上場株式等にかかる所得の一部について所得税と市・県民税とで異なる課税方式を選択できましたが、令和6年度より選択できなくなりました。

問い合わせ・提出先 **税務課** 市民税係 ☎(34)1112 **西土佐住民分室** ☎(52)1112

## 中村税務署からのお知らせ ～確定申告会場は2月16日(金)開設！～

**開設期間** 2月16日(金)～3月15日(金)(土・日・祝日を除く。)

※会場では、ご自身のスマートフォンを使用した申告を推奨しています。

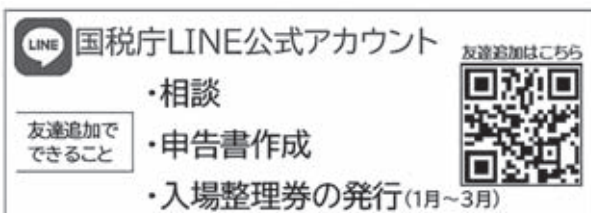
**会場** 中村税務署 **受付時間** 8時30分～16時(相談は9時から)

**必要書類** ①確定申告のお知らせはがき ②申告書作成に必要な書類(源泉徴収票等)  
③本人確認書類(マイナンバーカード等)



※当日整理券の配布状況により、受付を早めに締め切る場合や後日の来場となる場合があります。

※贈与税や譲渡所得について申告相談を希望する場合、3月4日(月)以降にお越しく下さい。



**問い合わせ先** 中村税務署 ☎(35)2135

### 確定申告書の作成は便利なe-Taxで！

e-Taxを利用すると、自宅からインターネットで24時間いつでも確定申告が行えます。生命保険料控除証明書等の添付書類の省略もでき、大変便利です。ぜひe-Taxをご利用ください。

#### e-Taxを利用するために必要なもの

##### ●マイナンバーカード(電子証明書)

※利用者証明用電子証明書(数字4桁)および署名用電子証明書(英数字6文字以上16文字以下)のパスワードが必要です。

##### ●マイナンバーカードに対応したICカードリーダーまたはスマートフォン

※対象のICカードリーダーまたはスマートフォンは、「公共認証サービスポータルサイト」でご確認ください。

マイナンバーカードをお持ちでない方はID(利用者識別番号)・パスワード(暗証番号)方式でe-Tax申告できます。

ID・パスワードの発行は税務署で行いますので、ご希望の方は顔写真付きの本人確認書類をお持ちのうえ、お越しく下さい。

※ID・パスワード方式は暫定的な対応です。お早めにマイナンバーカードの取得をお願いします。

**問い合わせ先** e-Tax・作成コーナーヘルプデスク  
確定申告電話相談センター

☎0570(01)5901  
☎0570(00)5901



e-Tax  
確定申告書  
作成コーナー

## 四万十川清流保全基金への寄付をいただきました

12月20日、高知県農業協同組合さまより、「しまんと農法米」の売上げの一部を四万十川清流保全基金に寄付していただきました。

寄付式には高知県農業協同組合関係者のほか、しまんと農法米生産者の皆さんにも参加いただき、終了後はしまんと農法米の試食や意見交換を行いました。

「しまんと農法米」の取り組みは、100年後も四万十川が清流であることを願った40010日プロジェクトに位置付けられており、環境学習や森林保全などに活用する四万十川清流保全基金へ毎年寄付をいただいています。





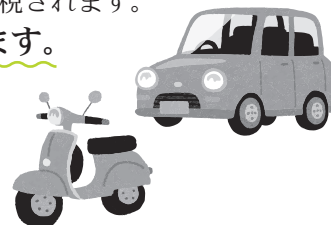
# 軽自動車税(種別割)は毎年4月1日現在の所有者に課税されます ～軽自動車・原動機付自転車等の廃車や名義変更の手続きは3月末までに～

軽自動車税(種別割)は、4月1日現在の所有者にその年度分の税金を全額納めていただきます。すでに車両を処分していても、廃車等の手続きをしないと軽自動車税(種別割)が課税されます。

所有状況に変更があった場合は、速やかに手続きをお願いします。

## ■手続きの対象となる事例

- 市外からの転入、市外への転出
- 車両を譲り渡した、譲り受けた
- 車両を解体処分した
- 故障等で車両を使用しないまま放置している
- 車両の盗難被害に遭った
- 車両やナンバープレートの紛失
- 所有者の死亡 など



車種	届出先	届出に必要なもの	
特定小型原動機付自転車 原動機付自転車 (125cc以下、ミニカー) 小型特殊自動車 (農耕作業用自動車、 フォークリフト等)	本庁 税務課 市民税係 ☎(34) 1112 支所 西土佐住民分室 ☎(52) 1112	登録	・車名 ・車台番号 ・排気量 (車体規格、最高速度のわかるもの)
		廃車	・ナンバープレート
		名義変更	・ナンバー等の登録内容が分かるもの (標識交付証明書、自賠責保険証 等)
		ナンバー変更	・ナンバープレート
		車体変更	・車名 ・車台番号 ・排気量 (車体規格、最高速度のわかるもの)
軽自動車 (三輪・四輪)	軽自動車検査協会 高知事務所 ☎050(3816)3125	廃車	・ナンバープレート ・検査証(届出済証) ・自賠責保険証
軽二輪 (125cc超250cc以下)	高知運輸支局 ☎050(5540)2077	名義変更	・新所有者の住民票1部(3か月以内) ・検査証(届出済証) ・自賠責保険証
二輪小型自動車 (250cc超)		住所変更	・住民票1部(3か月以内) ・検査証(届出済証) ・自賠責保険証

## 車両の登録漏れにご注意ください！

以下の車両も軽自動車税の課税対象です。新規に取得した方や、未登録の車両を所有している方は登録手続きをお願いします。

### ●農耕作業用自動車

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

### ●事業所構内や田畑でのみ使用している車両

※公道を走行しない場合も課税対象



## 問い合わせ・届出先

本庁 税務課 市民税係 ☎(34) 1112 FAX(34) 8180  
支所 西土佐住民分室 ☎(52) 1112 FAX(52) 2124

# 幡多広域消費生活センター便り

断っているのにしつこい勧誘電話は法律違反です！

## 【事例①】

毎日のように健康食品の勧誘電話があり、購入を承諾してしまった。届いたサプリを飲んだが効果もなく金額も約11万円と高額。支払いも厳しく、解約したい。(80歳代)

## 【事例②】

電気料金のプランの勧誘があり、現在の契約業者や家族構成を聞かれた。それには答えず断っているのに、何度も電話がある。電話が来ないようにしてほしい。(80歳代)

## 【アドバイス】

- ・はっきり断っているのに、事業者が再度勧誘の電話をすることは、特定商取引法で禁止されています。しつこい事業者には、法律違反であることを伝え、きっぱり断りましょう。
- ・断る際は、事業者名、連絡先等を聞いた上で「いりません」「興味ありません」「取引するつもりはありません」などと、はっきりした言葉で意思を伝えましょう。
- ・迷惑電話対策機能が付いた電話や留守電機能を活用して、知らない人からの電話にはすぐに出ないことも、しつこい勧誘電話対策として有効です。
- ・断り切れず購入しても、クーリングオフ等ができる場合があります。困ったときは、すぐに消費生活センター(消費者ホットライン「188(いやや)」)にご相談ください。

※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。

## 幡多広域消費生活センター

(相談受付)月曜日～金曜日(祝日、年末年始を除く。)9:00～12:00/13:00～17:00  
〒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)

☎(34)8805 FAX(34)8809 消費者ホットライン ☎188

✉syouhi@hata-kouiki.jp

## 市長日誌

12月15日～1月14日

- |        |                                |
|--------|--------------------------------|
| 12月16日 | 第55回読売中村ロードレース                 |
|        | 四万十川こども演劇祭2023フェスティバル公演『世界の音楽』 |
| 20日    | しまんと農法米 四万十川清流保全基金寄付式          |
| 21日    | 西土佐地区区長会                       |
| 22日    | 四万十黒潮旅館組合要望 受                  |
|        | 幡多中央消防組合・幡多中央環境施設組合 議会定例会      |
| 25日    | 具同保育所移転改築事業建設工事起工式             |
|        | 四万十市新食肉センター整備推進協議会 意見交換会       |
| 26日    | 幡多地域のデジタル化推進 意見交換会             |
| 28日    | 仕事納めの式(本庁、消防)                  |
|        | 年末特別警戒巡視(中村地域)                 |
| 29日    | 年末特別警戒巡視(西土佐地域)                |
| 1月3日   | 第19回四万十市成人式(西土佐、中村)            |
| 4日     | 仕事始めの式(本庁、支所)                  |
| 5日     | 幡多公設地方卸売市場初市式典                 |
|        | 中村商工会議所 新年互礼会                  |
| 6日     | 第5回四万十旗争奪小学生野球大会 開会式           |
| 7日     | 四万十市消防団出初式                     |
| 9日     | 幡多公設地方卸売市場管理組合要望 受             |
| 12日    | 高知県市長会臨時市長会議(高知市)              |



# ねんきんだより

産前産後期間の国民年金保険料が免除されます！

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

※出産とは、妊娠85日以上の出産をいいます。(死産、流産、早産を含む。)

■対象者 国民年金第1号被保険者

■届出時期 出産予定日の6か月前から届出可能

■届出先  
 市市民・人権課 市民係  
 西土佐住民分室

便利な口座振替がおすすめです！

便利な口座振替をご利用ください。まとめて前払い(前納)すると保険料が割引されます。

## ■口座振替の申込方法

基礎年金番号通知書(年金手帳)または納付書、通帳、通帳の届出印を持って、金融機関や郵便局、幡多年金事務所でお申し込みください。

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

※すでに口座振替で前納をしている方は、申し込み不要です。

※申し込みから口座振替が開始されるまで2か月程度かかります。

## 国民年金前納割引制度(口座振替前納)

### ■口座振替の振替方法(5種類)

①2年前納(4月～翌々年3月分)

②1年前納(4月～翌年3月分)

③6か月前納(4月～9月分、10月～翌年3月分)

④当月末振替(早割)

※本来の納付期限より1か月早く口座より振替する方法

⑤翌月末振替(割引なし)

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

◎詳細は日本年金機構ホームページをご覧ください。  
<https://www.nenkin.go.jp/>

## 年金相談(要事前予約)

### ■日時

2月15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

効期限内の顔写真付身分証明書(運転免許証等)が必要です。

■予約先 幡多年金事務所

※予約が埋まり次第締め切り

## 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

## 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。

市環境生活課 県幡多福祉保健所

## 還付金詐欺に遭わないように気をつけましょう

還付金詐欺の手口が増えています。

『医療費の戻りがあります』などと言われてもATMには決して行かないでください。市役所の職員が電話越しにATMの操作を指示することはありません。

お金を受け取ることができるという名目で携帯電話とキャッシュカードを持ってATMへ行くように誘導してくる場合は、詐欺を疑いましょう。お金の話が出たら電話を切り、第三者へ相談しましょう。

皆さんの大事な財産をとられないよう、日ごろから気をつけましょう。

問い合わせ先 中村地区地域安全協会(中村警察署内) ☎(34)0110  
 警察相談電話 #9110(携帯電話からも可)

## しまんと情報掲示板

防犯メモ

今月は

国民健康保険税

8期分

下水道事業者受益者負担金

4期分

の納付月です

## 四万十市スポーツ推進委員募集

- ▶募集人員 若干名
  - ▶任期 令和6年4月1日～令和8年3月31日
  - ▶主な業務内容  
各種スポーツ・レクリエーション教室の企画立案や運営、各種イベントの運営補助(四万十川ウルトラマラソン、読売中村ロードレース、新春はしりぞめ等)
  - ▶身分 四万十市非常勤特別職員
- ※出務日数に応じた日額報酬および規定に基づく旅費を支給します。
- ▶提出書類 履歴書1部
  - ▶選考方法 書類審査、面接等
  - ▶募集期限 2月9日(金)17時15分必着

### 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 8時30分～17時15分  
※12時～13時、土・日を除く。

## 海上保安官になりませんか？

海上保安庁は海上の警察や消防など、さまざまな役割を担っています。

- ①海上保安官採用試験  
大卒程度・令和7年4月採用
  - ▶申込期間 2月22日(木)～3月25日(月)
  - ▶1次試験 5月26日(日)
  - ②海上保安学校学生採用試験(特別)  
高卒程度・令和6年10月採用
  - ▶申込期間 2月22日(木)～3月11日(月)
  - ▶1次試験 5月12日(日)
- ※①②について詳しくは海上保安庁のホームページをご覧ください。

### 問い合わせ・申込先

高知海上保安部管理課 ☎088(832)7113



海上保安官採用ページ



海上保安官紹介動画

## 令和5年度四万十市手話講座 ～手話を知ろう・やってみよう～

聴覚障害者が日常生活で困っていることや聴覚障害者と接するとき気をつけることなど、講師自身の体験談を交えた講義や簡単な会話形式の手話を学びます。

- ▶日時 2月27日(火)14時～15時30分
- ▶場所 市役所本庁 3階会議室
- ▶対象 市内在住の方・市内の事業所等に勤務する方等
- ▶定員 15名程度
- ▶申込方法 電話・FAX・メール
- ▶申込期限 2月20日(火)

※申込時に、①氏名②住所または勤務先③連絡先についてお知らせください。  
※メールでのお申し込みの際は、題名を「手話講座申込み」としてください。受付の返信メールが届かない方は、お手数ですが電話またはFAXでご連絡をお願いします。



### 問い合わせ・申込先

☎福祉事務所 社会福祉係 ☎(34)1120 ☎(34)1880 ✉fukusi@city.shimanto.lg.jp

中村手話サークル「わかあゆ」では、手話の学習・勉強会や交流、小学校での手話指導などを行っています。どなたでも自由に参加できますので、ぜひお越しください。

- ▶日時 毎週木曜日19時30分～21時
- ▶場所 四万十市社会福祉センター

問い合わせ先 四万十市社会福祉センター ☎(35)3011 ☎(35)5241



## とまろっと30周年記念イベント 「Tomarotto 光と星空のマルシェ」

オートキャンプ場とまろっとイベント広場の噴水に、光のウォータースクリーンアートが出現！冬の夜を彩る幻想的な世界が広がります。

昼間は飲食店やキッチンカー、ワークショップなどのマルシェを開催。光とマルシェを楽しめる特別な2日間をお楽しみください。

- ▶日時 2月3日(土)、4日(日)  
マルシェ：14時～21時  
スクリーンアート：17時30分～20時  
※荒天の場合2月10日(土)、11日(日・祝)に延期
- ▶会場  
オートキャンプ場とまろっとイベント広場
- ▶入場料 無料
- ▶主催 (公財)四万十市公園管理公社

### 問い合わせ先

オートキャンプ場とまろっと

☎(33)0101

FAX (33)0202



SHIMANTO.TOMAROTTO

## 書道&ダンスパフォーマンス in アピアさつき

令和5年分確定申告期間にあわせて、県立中村高等学校による、税をテーマとした「書道&ダンスパフォーマンス」を開催します。皆さんお誘いあわせのうえ、お越しくください。

- ▶日時 2月17日(土) 14時～15時
- ▶会場 アピアさつき(右山五月町8-13)
- ▶入場料 無料

### 問い合わせ先

中村税務署 総務課

☎(35)2135

※自動音声案内に従い「2」を選択



## 土佐中村一條太鼓 定期演奏会

- ▶日時 2月4日(日)開場13時 開演13時30分
- ▶場所 市立文化センター
- ▶入場料 整理券500円(中学生以下無料)  
※当日現金払いでも入場可能
- ▶駐車場  
市立文化センター、第2駐車場、中村小学校  
※周辺施設への駐車はご遠慮ください。

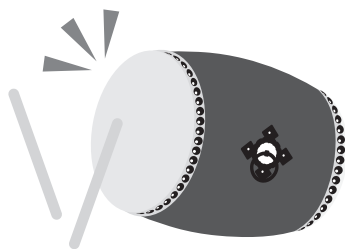
土佐中村一條太鼓では、小学生以上のメンバーを募集しており、毎週火曜日の19時～21時に見学・体験ができます。

一緒に太鼓をたたいてみませんか？

### 問い合わせ先

土佐中村一條太鼓(池本)

☎090-4508-2826



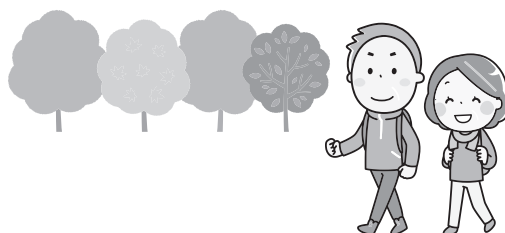
## 市民ハイキング ～桑田山雪割桜花見と久礼双名島散策～

- ▶日時 2月23日(金・祝)受付8時～  
8時20分出発～16時40分解散  
※雨天中止
- ▶集合場所 市民スポーツセンター
- ▶行き先 桑田山雪割桜、久礼双名島、南灯台周辺
- ▶参加料 500円(保険料ほか)
- ※昼食(弁当)は各自準備
- ▶定員 先着30名(小学生以下は保護者同伴)
- ※介助なしで4.4km程度歩ける方対象
- ▶募集期間 2月5日(月)～9日(金)
- ▶申込方法 電話 ※代理申込は家族のみ可

### 問い合わせ・申込先

☑生涯学習課 スポーツ振興係 ☎(34)2071

8時30分～17時15分 ※12時～13時を除く。



## 3世代交流 グラウンド・ゴルフ大会

世代を超えて交流を深め、みんなで楽しく、健康にグラウンド・ゴルフを楽しむ大会です。

申し込み不要で道具が無くても参加できます。皆さんも参加してみませんか？

- ▶日時 2月25日(日)10時～12時  
受付9時～9時30分 ※雨天中止
- ▶場所 西土佐地区運動場(西土佐中学校隣)
- ▶対象 小学生以上(初心者大歓迎)
- ▶種別 フリーの部3ラウンド
- ▶参加費 無料(参加賞あり)

### 問い合わせ先

(公財)四万十市スポーツ協会事務局

☎(37)4572

FAX(34)9900



## 体育施設の年間使用予約受付

令和6年度の大会等で使用を希望する団体の使用予約を受け付けます。

希望調書は市民スポーツセンター、具同体育センターで配布のほか、四万十市スポーツ協会ホームページからもダウンロードできます。

- ▶施設名 安並運動公園内体育施設・具同体育センター
- ▶予約期間 令和6年4月1日～令和7年3月31日
- ▶受付期間 2月13日(火)17時まで
- ▶調整会議 2月19日(月)19時

※市立武道館会議室にて開催しますので、各団体から必ず1名は出席してください。

### 問い合わせ・提出先

(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



## 令和6年度上半期市立学校施設(中村地域)利用申込受付

中村地域の上半期の利用申込を受け付けますので、希望団体は、下記のとおりお申し込みください。令和6年度からスポーツ目的に加え、文化・芸術等の生涯学習活動全般で、体育施設および校舎が利用可能となります。

※西土佐地域については、利用団体に西土佐教育分室より年度末にご連絡します。

- ▶開放施設 体育館・武道場・運動場・校舎 ※対象校の中止や変更を行う場合があります。
- ▶利用期間 4月1日～9月30日
- ▶募集期間 2月5日(月)～16日(金)
- ▶申込方法 窓口・郵送・メール・FAX

※申請書は、生涯学習課で配布のほか、市公式ホームページからもダウンロードできます。

※利用希望が重複した場合は調整を行います。

### 問い合わせ・申込先

＜スポーツ目的での利用＞

☎生涯学習課 スポーツ振興係(市民スポーツセンター内)

〒787-0008 四万十市安並4231 ☎(34)2071 FAX(34)4894

✉sport@city.shimanto.lg.jp

＜文化・芸術目的での利用＞

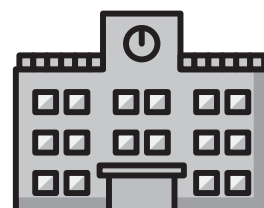
☎生涯学習課 社会教育振興係

〒787-0010 四万十市古津賀4丁目41番地 ☎(34)7312 FAX(35)4260

✉culture@city.shimanto.lg.jp



市公式  
ホームページ





## 新型コロナワクチン無料接種期限が近づいています

生後6か月以上の方を対象とした新型コロナワクチンの無料接種は、令和6年3月31日まで可能です。接種を検討されている方はお早めに予約をお願いします。

### 問い合わせ・予約先

市健康推進課 ワクチン接種推進室 ☎(34)8585 FAX(34)0567



市公式ホームページ



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	場所	
+ 健診・検診 教室・学習会 ? 相談	9日(金)	個別通知	+	3歳児健診	文化センター	
	14日(水)	個別通知	+	3か月児・7か月児健診	文化センター	
	2月	18日(日)	9:50～12:00	+	妊婦教室	子育て支援センターぽっぽ
		22日(木)	9:50～11:30			
		26日(月)	13:15～14:30	?	ママタッチ教室・助産師相談・歯科相談・離乳食相談	子育て支援センターぽっぽ
		27日(火)	個別通知	+	1歳9か月児健診	文化センター
		28日(水)	個別通知	+	7か月児・10か月児健診	文化センター

※2月8日までの計画については、広報1月号P23に掲載しています。

問い合わせ先 市健康推進課 ☎(34)1115・☎(34)1823 西土佐保健分室 ☎(52)1132

## 『糖尿病』について

糖尿病とは、血液中に食事でもり過ぎた糖があふれている状態をいい、発症すると腎機能障害や神経障害、網膜症、歯周病などのさまざまな合併症を引き起こします。

また、糖尿病の合併症の一つである歯周病は、糖尿病を悪化させる可能性があり、糖尿病と歯周病、両方を治療することが大切です。

2月下旬、市役所ロビーにて糖尿病に関する展示を行います。ぜひご覧ください。

年代	異常なし	経過観察	要精密検査	治療中	要医療
30歳代	66.3%	31.4%	2.3%	0%	0%
40歳代	56.6%	41.3%	1.6%	0.5%	0%
50歳代	45.3%	45.7%	3.3%	4.5%	1.2%
60歳代	27.5%	59.5%	2.4%	10.4%	0.2%
70歳代	24.1%	60.8%	3.1%	11.8%	0.3%
80歳代	25.7%	61.6%	4.5%	7.8%	0.4%

令和4年度 四万十市特定健診の結果(年齢別糖尿病判定)

年齢とともに発症割合が高くなります。  
・50歳代以上は「異常なし」が50%以下  
・治療中の方の割合は、60歳代は50歳代の倍以上

問い合わせ先 市健康推進課 健康増進係 ☎(34)1115 FAX(34)0567

# 令和5年度「高知県いい歯の表彰」 受賞おめでとうございます！

## ◆熟年の部◆

県では、80歳以上で噛むことのできる自分の歯が20本以上残っている方を表彰しており、表彰者50名のうち四万十市では6名の方が受賞されました。

### 高知県知事賞

岩本 正治さん(86歳)



この度は、高知県いい歯の表彰で高知県知事賞をいただきありがとうございます。一番良い賞と聞き、この上なくうれしいです。

若いころから固い食べ物が大好きでよく食べています。甘い食べ物も大好きですが、歯みがきを1日2回は必ずしています。お口の健康とアルコールを飲まないこと、たばこを吸わないことが私の元気の秘訣です。

これからも好きなことを続けて、好きな食べ物を食べられるよう、歯と口を大切にしていきます。

**優良賞** ・松下 桂子さん(83歳) ・佐竹 建亮さん(81歳) ・猿田 日東美さん(80歳)  
・山邊 美鶴さん(87歳) ・森 良枝さん(86歳)

## ◆親と子の部◆

県では、3歳児健診で歯と口に異常がなく、健康である親子を表彰しています。県内の受診者4,426名のうち親子19組が最終選出され、四万十市では1組の親子が受賞されました。

**参加賞** 宮下 奈穂さん・佳汰くん(3歳)

## 『子育て応援団体』の登録者を募集します

市では子どもや子育て世代を対象に、各種イベントの開催や支援を行っている団体やサークルを、「子育て応援団体」として登録しています。「子育て応援団体」として登録した団体やサークルには支援を行いますので、ぜひお申し込みください。

### ▶対象団体 ※①②の条件をすべて満たす団体・サークル

①市を拠点に年間通して子育て支援活動を行っている団体・サークル

②構成員の半数以上が四万十市民である団体・サークル

※営利目的や宗教および政治活動目的、暴力団等の反社会的活動統制下の団体・サークルは対象外

### ▶子育て応援団体への支援内容

・市公式ホームページ「子育て応援ひろば」内での紹介およびイベント等の告知

・活動促進補助金の交付(予算の状況に応じて各団体への上限額が変動します。)

### ▶申込書類 登録申請書、団体情報書

※下記窓口での配布のほか、市公式ホームページからもダウンロード可能

▶申込方法 窓口、郵送、メール ▶申込期限 2月29日(木)



市公式  
ホームページ

問い合わせ・申込先 市 子育て支援課 企画係 ☎(34)9007 ✉kosodate@city.shimanto.lg.jp

〒787-8501 四万十市中村大橋通4丁目10





# 子育て応援ひろば

子育て応援ひろば  
ホームページ



イベントについての問い合わせ・申込先は子育て応援ひろばホームページをご確認ください。

● 妊娠中 ● 乳児 ● 未就学児 ● 小学生以上  申込要  参加費要

月日	時間	対象	イベント名	場所	備考
2月1日(木)	10:00~11:30	● ●	豆まき	ほっぼ	
2月2日(金)	10:00~11:30	● ●	豆まき	ほっぼ	
	10:00~12:00	● ● ●	節分遊び	ぴよっこ	
2月6日(火)	10:00~11:00		体型改善! バランスボール	とことこ	<input type="checkbox"/> 申込 <input type="checkbox"/> 参加費要
	14:00~16:00		ピアサポーター相談	ほっぼ	
2月7日(水)	9:30~11:30	● ●	手形足形をとろう	ほっぼ	
	10:00~11:30		ママ&チルドレン+ママ茶会	トンボ公園	
2月9日(金)	9:30~11:00		離乳食講習会(初期)	ほっぼ	<input type="checkbox"/> 申込 <input type="checkbox"/> 参加費要
2月19日(月)	9:30~16:00		理学療法士の骨盤チェック	とことこ	<input type="checkbox"/> 申込 <input type="checkbox"/> 参加費要
2月20日(火)	10:00~11:00		体型改善! バランスボール	とことこ	<input type="checkbox"/> 申込 <input type="checkbox"/> 参加費要
	14:00~16:00		ピアサポーター相談	ほっぼ	
2月21日(水)	10:00~10:20	● ● ●	絵本の読み聞かせ	ぴよっこ	
2月22日(木)	10:00~11:30	● ● ●	親子ヨガ	ほっぼ	
2月27日(火)	9:30~11:30		ピアサポーター相談	ほっぼ	
	10:30~12:30		ランチタイム付きママの交流会	アピアさつき	<input type="checkbox"/> 申込 <input type="checkbox"/> 参加費要
2月28日(水)	10:00~14:00		リラックス整体(託児付き)	とことこ	<input type="checkbox"/> 申込 <input type="checkbox"/> 参加費要
2月29日(木)	10:00~11:30	● ●	ひなまつり	ほっぼ	
	10:00~14:00		リラックス整体(託児付き)	とことこ	<input type="checkbox"/> 申込 <input type="checkbox"/> 参加費要
3月1日(金)	10:00~11:30	● ●	ひなまつり	ほっぼ	



## ワークショップ「絵手紙を描こう」& 説明会



ファミサポの活動を知っていただくため、親子でも参加できるワークショップと説明会を開催します。自分や大切な人に絵手紙を描いてみませんか。ぜひお越しください。

■日時 3月9日(土) 10:00~12:00 ■場所 四万十市役所3階303・304会議室  
■講師 ほっぼ畑(水野 小百合さん) ■申込方法 電話・メール ■申込期限 3月4日(月)

問い合わせ・申込先 しまんとファミリーサポートセンター  
☎(34)8310 ✉famisapo40010@rainbow.plala.or.jp  
9:00~18:00 ※土・日・祝日を除く。



ホームページや  
SNSはこちらから

しまんと子育て応援サイトでは、四万十市の子育てに関する情報(子育て応援団体の詳細・手当・子どもの預かり場所・子育てSNSほか)を掲載しています。

## 産前産後期間の国民健康保険税が免除されます

### 対象となる方

出産予定日(または出産日)が令和5年11月1日以降の方

※妊娠85日以上で死産、流産または人工妊娠中絶された方も対象

### 免除される期間

◆単胎妊娠の方 出産予定月(または出産月)の前月から4か月間

◆多胎妊娠の方 出産予定月(または出産月)の3か月前から6か月間

	3か月前	2か月前	1か月前	出産(予定)月	1か月後	2か月後	3か月後
単胎妊娠			免除	免除	免除	免除	
多胎妊娠	免除	免除	免除	免除	免除	免除	

### 免除される国民健康保険税

免除期間相当分の出産(予定)被保険者にかかる所得割額および均等割額





※令和6年1月以降分の国民健康保険税が対象

### 受付期間

出産予定日の6か月前から手続きができ、出産後の手続きも可能

### 手続きに必要なもの

- (1) 世帯主および対象妊産婦のマイナンバーが確認できるもの
- (2) 母子手帳(多胎妊娠の場合は人数分ご持参ください)

問い合わせ・届出先  税務課 市民税係 ☎(34) 1112  (34) 8180  
 西土佐住民分室 ☎(52) 1112  (52) 2124



市公式ホームページ

## 低所得の子育て世帯に対する 子育て世帯生活支援特別給付金の申請はお済みですか？





低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親世帯分)(ひとり親世帯以外分)の申請期間が間もなく終了します。

対象となる方で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。

### ■申請期限 2月29日(木)

※令和6年3月分の児童手当または特別児童扶養手当の認定・額改定者は3月15日(金)まで

※詳細は市公式ホームページをご覧ください。

問い合わせ・申請先  子育て支援課 支援係 ☎(34) 1801  (34) 9003  
 西土佐保健分室 ☎(52) 1132  (52) 1024



市公式ホームページ

## 在宅での暮らしを支える講演会

医療や介護が必要となっても本人や家族等の思いに寄り添えるよう、医療や介護の関係者が連携しながら在宅での生活を支えています。

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** 2月25日(日)10時～12時(受付9時30分～)

**会場** 四万十市役所3階303～305会議室

**講演テーマ** 「住み慣れた地域で安心して暮らすために」

**講師** かなめ循環器内科在宅クリニック 院長 かなめ のりよし 要 致嘉

**参加費** 無料

**定員** 先着40名

**申込方法** 電話・FAX・メール・窓口

※住所、氏名、連絡先をご連絡ください。

**申込期限** 2月9日(金)



### 問い合わせ・申込先

市 高齢者支援課 介護保険係 ☎(34)1165 FAX(34)0567 ✉kaigo@city.shimanto.lg.jp

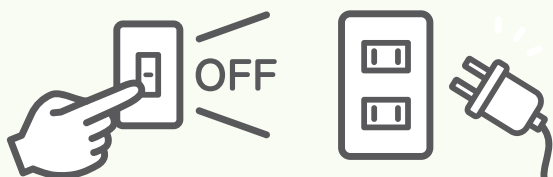


### みんなで取り組む 温暖化対策

2月は省エネルギー月間です。節電を進める3つの方法をご紹介します。

家庭だけではなく、職場などでも省エネにご協力ください。

- ①減らす(省エネモードで使用する、使用しない電気製品のプラグを抜く等)
- ②ずらす(電気使用量が多い時間帯を避ける、電気製品の同時使用を避ける等)
- ③切り替える(省エネ型製品へ買い替える等)



## 全国一斉『遺言・相続』無料相談会

高知県司法書士会では2月を「相続登記はお済みですか月間」として、無料相談会を開催します。

令和6年4月1日にスタートする相続登記の申請義務化に向けて、遺言や遺産分割協議、相続登記手続全般についてお気軽にご相談ください。

▶日時 2月17日(土)10時～16時

▶会場 四万十市役所 3階会議室

### 問い合わせ先

高知県司法書士会 ☎088(825)3143



**Kochi**  
ebooks

高知県の情報  
ポータルサイト





# 図書館だより

令和6年

2  
February

開館時間 (本館) 9:00~19:00  
(分館) 10:00~18:00

## 新着おすすめ8+8

互換性の王子	雫井 脩介
四重奏	逸木 裕
弱者の日本史	小和田 哲男
新キッシュ	渡辺 麻紀
父がしたこと	青山 文平
トコトンやさしい接着の本	原賀 康介
余白の迷路	赤川 次郎
ルポ無縁遺骨	森下 香枝

### 新着図書(306冊)

あたしデイズ	いとう みく
犬ぞう	最勝寺 朋子
エマとテラとモーツェルト	ほそい さつき
ごちそうごよみ	谷山 彩子
真田幸村	山田 圭子
紫式部	北神 諒
ゆうぐれ	平岡 瞳
リパとみつばちの庭	福井 さとこ

一般書

児童書／えほん

## ★休館日の案内★ 2月23日(金・祝) 館内整理日

## ★大人のための名作映画上映会★

『おいしい給食』

・日時 2月10日(土)13時30分~(開場13時15分)  
・場所 市役所3階防災対策室 ・対象 高校生以上  
・参加費 無料 ・定員 25席程度 ・申込 不要

## ★返して忘れていた本はありませんか★

返却日を過ぎても、返却されない資料があります。延滞は、次に利用される方に迷惑がかかりますので、返却期限は必ず守ってください。図書館の資料は市民の皆さまの大切な財産です。気持ちよく図書館をご利用いただくために、ご協力をお願いします。

※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。ホームページでも最新情報を確認できます。

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

## 定期相談所

行政相談所	日時	場所	相談内容	問い合わせ先
行政相談所	2月20日(火) 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 ☎地域企画課 (52) 1111
	2月1日(木) 9時~12時	本村多目的集会所	《相談委員》中平 晋祐	

## 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。

※相談会は予約制です。

▶日時 2月20日(火)13時~17時 ▶会場 市役所5階501会議室

### 問い合わせ・予約先

はた若者サポートステーション ☎(34)9100 ☎(34)8080 ✉tunagaru-net@bird.ocn.ne.jp

# お誕生 おめでとう



(令和6・1・5届出分まで)

住所 赤ちゃん 保護者

中村新町	宮崎	珠唯	彬
駅前町	田村	悠柊	侑司
不破	前田	憩唯	健汰
不破	津野	翔	知史
中村岩崎町	伊賀原	葉玖	敬
古津賀	室津	壮亮	友章
古津賀	芝	悠里	圭介
古津賀	伊賀原	壮佑	雅文
具同田黒	小笠原	琉生	洋司
楠島	遠山	智捷	和気
竹島	那須	律加	裕樹
蕨岡乙	宮地	ほしの	洸太

# ご冥福を お祈りします



(令和6・1・5届出分まで)

住所 氏名 年齢

中村大橋通	山本	三郎	77
中村大橋通	谷本	日和子	85
中村羽生小路	植村	利夫	92
中村上小姓町	平野	増美	94
中村東町	梶原	峯子	87
右山	小花	房子	99
右山	竹内	ツキ子	71
古津賀	今倉	徹	89
古津賀	松岡	佐栄子	63
安並	岡山	嘉子	93
入田	平田	耕輔	86
入田	新倉	明良	81
具同	森	拓	88
具同	丹澤	陸	88
渡川	大塚	眞一	88
渡川	鎌田	弘子	79
渡川	西田	慶子	82
具同田黒	濱田	恵子	83
赤松町	佐竹	直美	88
楠島	松岡	卓介	87
楠島	上原	敏子	87
江ノ村	松岡	稔	83

## 生涯学習課移転のお知らせ

生涯学習課は、これまで市民スポーツセンター(安並)と古津賀の2か所に分かれて業務を行っていましたが、2月下旬ごろに市役所本庁舎6階に移転する予定です。

移転日等の詳細は、改めてお知らせさせていただきます。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 ☎(34)7311

有岡	透	97
有岡	佐田	86
横岡	山	99
横岡	中脇	84
坂本	藤本	84
坂本	伊佐美	99
竹島	千貫	79
竹島	惠子	84
下田	堀川	56
下田	守	80
伊才	次郎	80
伊才	福田	91
手洗川	倉本	85
手洗川	サダエ	91
三里	中平	91
三里	康哲	85
大用	佐竹	91
大用	安夫	94
西土佐大宮	高田	94

## 人権コラム 大人のふり



私は長いこと大人のふりをしてきた。もう「ふり」をしなくてもいいのに、まだしている。そのうちに、この「ふり」こそが大人じゃないかと感じ始める。

心は子どものころとたいして変わらないのに分別のない人に大人のふりして怒ったりもする。しかし仏の教えでは分別が無いのが悟りの世界と知る。物事を「分けて」「別に」しない悟りの世界。「善」があるから「悪」がある。「楽があるから「苦」がある。物事の一面だけ見ていると、ついそのことを忘れてしまう。

しかし仏教界の中にも実は分別がある。仏教のキーワードの一つ、「一切平等」。

それを大前提にしながら救われるのは「いいことをした」人に限ろうとする。それが日本の倫理社会を支えてきたと言えなくもないが、行為に善し悪しをつけ、それを救いの条件にするなら少なくとも「一切平等」ではない。教えの解釈の違いはやがて差別と呼ばれるものとなっていく。本来、分けて隔てない、平等であるべきものが差別を生んでいるのだ。それは釈迦の教えそのものでなく、それを解釈する人間の問題である。

だから私は今からも大人のふりをして無分別な人生を歩もうと思う。

四万十市人権教育・啓発講師 光内真也

## 四万十川花紀行 入田ヤナギ林菜の花まつり

春の暖かい日差しの中、四万十川沿いに1,000万本の菜の花が咲き誇ります。

菜の花が見晴らせる場所に、シートや椅子を持ち込んでゆっくり楽しめるエリアも設定するほか、地域の皆さんとともに、さまざまな催し物を計画しています。春のお出かけにいかがでしょうか？

**開催期間** 2月23日(金・祝)～3月10日(日)

※最新情報は、観光協会ホームページで随時お知らせします。市公式ホームページでも2月以降菜の花の開花情報を随時お知らせしていきます。



**問い合わせ先** 市観光商工課 観光係 ☎(34) 1783



四万十市観光協会  
ホームページ



市公式  
ホームページ  
(菜の花開花情報)

## 郷土博物館企画展 『四万十風景ことはじめ 江川崎』

郷土博物館では、市内の各地域に焦点を当てる企画展示「四万十風景ことはじめ」を開催しています。

今回は西土佐江川崎地区に焦点を当て、歴史や文化、暮らしを紹介します。かつて江川崎で営まれていた旅館の資料を中心に展示しますので、ぜひお越しください。

▶開催期間 2月3日(土)～5月14日(火)

▶場所 郷土博物館 3階展示室

▶開館時間 9時～17時(入館は16時30分まで)

※水曜は休館日(臨時休館する場合があります。)

※詳細は下記までお問い合わせください。

**問い合わせ先**

四万十市郷土博物館 ☎・FAX(35) 4096



市公式  
ホームページ







## 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。

1月28日(日)	佐々木整形外科	☎(34)7177
2月4日(日)	市民病院	☎(34)2126
11日(日)	木俣病院	☎(34)1211
12日(月)	幡多クリニック	☎(34)6211
18日(日)	市民病院	☎(34)2126
23日(金)	大野内科	☎(37)5281
25日(日)	中村病院	☎(34)3177
3月3日(日)	市民病院	☎(34)2126
10日(日)	竹本病院	☎(35)4151

### 人のうごき ~12月末日現在~ ( )内は、前月との差

総人口	31,941人 (△29)	転入	50人
男	15,168人 (△18)	転出	51人
女	16,773人 (△11)	出生	14人
世帯数	16,518世帯 (△7)	死亡	42人



## 日直指定水道業者



●水道料金は口座振替で●

1月27日(土)	株森下住宅設備	☎(34)4855
28日(日)	中村水道工事センター	☎(35)4323
2月3日(土)	株中村住設	☎(34)3621
4日(日)	㈲大杉設備工業	☎(34)2324
10日(土)	㈲福永工業	☎(35)5996
11日(日)	㈲夕部設備	☎(34)8651
12日(月)	株奥宮工業	☎(37)5151
17日(土)	㈲大同設備	☎(35)4879
18日(日)	㈲山下建設	☎(33)0653
23日(金)	豚座建設株	☎(34)6031
24日(土)	㈲平野水道	☎(35)2316
25日(日)	株森下住宅設備	☎(34)4855
3月2日(土)	中村水道工事センター	☎(35)4323
3日(日)	株中村住設	☎(34)3621
9日(土)	㈲大杉設備工業	☎(34)2324
10日(日)	㈲福永工業	☎(35)5996

### 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」3月号は  
2月21日(水)発送予定です



# 有料広告 掲載スペース

# 有料広告 掲載スペース