

広報しまんと

SHIMANTO

No.227
2024

3

入間ヤナギ林菜の花まつりを開催します

(P2に関連記事)



菜の花遊歩道を散策してみませんか。

期間中は、全長約2kmの遊歩道沿いに菜の花が咲き、黄色い絨毯を敷き詰めたような菜の花の森をゆっくりと散策できます。

また、今年は誰でも気軽に遊歩道の散策をしていただけるよう、途中に短縮遊歩道(まっきっき遊歩道)を整備しています。ぜひご利用ください。

入田ヤナギ林 菜の花まつり

2024年2月23日[金・祝] - 3月10日[日]

期間中の土・日・祝日には、地域物産展などの催しをご用意しています。

問い合わせ先 (一社)四万十市観光協会 ☎(35)4171



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)

為松公園 桜ライトアップ

2024年3月23日[土] - 4月7日[日]
18時~22時

ぼんぼり点灯による桜のライトアップを行います。
※道路幅が狭いため期間中の車両の乗り入れは、小姓町側から丸の内側への一方通行にご協力をお願いします。また、歩行者に十分注意して通行をお願いします。

問い合わせ先 市観光商工課 観光係 ☎(34)1783

四万十の日実行委員会事業

四万十の日実行委員会(官民32団体で構成)では、平成元年発足以来、清流保全・流域振興・環境教育・学習等に積極的に取り組んでいます。令和5年度に実施した4事業をご紹介します。

水辺の楽校 ～小学生の環境学習～

小学3～4年生を主な対象とした環境学習事業で、本年度は5月～10月にかけて9校で実施しました。学校の近くの川に行き、そこに住んでいる生物などを知ることで、川への親しみや、安全安心な川とのかかわり方を知ってもらうことを目的とした学習です。



親子川漁体験事業

7月29日、四万十川中央漁協の組合員の皆様のご協力のもと、入田の河川敷で市内小学生の親子80名が、投網やアユのつかみどり体験を行いました。参加者からは、「初めての貴重な体験ができた」「子どもがまたやりたい！」と喜んでいました。



河川環境水質浄化事業 ～「しまんとAI」～

小学3～4年生を対象に、しまんとAIの手作り体験学習を5校で実施しました。「しまんとAI」は、ヨーグルト、ドライイースト、納豆、砂糖、お湯で作る環境浄化微生物で、食べ物由来の菌から生まれる環境に優しい微生物により、家庭排水に含まれる化学洗剤の量を減らすことができます。子どもたちは、家にある材料で作れる「しまんとAI」に興味津々でした。



川漁師体験事業

8月20日、屋形舟さこやの皆様のご協力のもと、山路で市内小学生の親子21名が、川漁師の仕事を体験しました。体験では、しば漬け漁や投網、ろ漕ぎを行い、大きなボラやウナギ、川エビが捕れました。

参加者からは、「想像していたよりもたくさんの生き物が捕れてうれしかった」「川漁師さんの仕事は何をしているか知れてよかった」「子どもとすてきな思い出ができた」と喜んでいただきました。



～これらの事業には、四万十川清流保全基金が活用されています～

環境生活課事業



食べ物の分別ゲーム→

←手すきはがき作り



子どもエコ教室

環境や生命を大切に思う“こころ”の育みを目的に、保育所・小学校を訪問し、市職員が環境学習を行いました。保育所では食品ロスについての話や簡単な食べ物の分別ゲームなどを、小学校ではごみやリサイクルの話、紙のリサイクル体験として手すきはがき作りを行いました。

エコ教室をきっかけに、環境への意識が高まり、保育所や小学校、家庭でも環境の話題が出ているようです。

このページの問い合わせ先 市環境生活課 四万十川・環境係 ☎(34)6126

住民税非課税世帯7万円給付の手続きはお済みですか ～価格高騰緊急支援給付金のご案内～

価格高騰による影響が大きい住民税非課税世帯等に対し、給付金を支給します。

令和5年7月ごろに支給した給付金(3万円)を受け取った方については、前回支給した口座へ2月にお振り込みを行っています。令和5年6月2日以降に給付要件を満たした方は手続きが必要です。給付要件を満たす方には「確認書」を送付しています。

手続きが必要な方	令和5年6月2日以降の転入や世帯主の変更、申告等により以下の要件をすべて満たした方 ①令和5年12月1日現在で四万十市に住民登録がある ②世帯全員の令和5年度住民税が非課税である ※世帯全員が、住民税が課されている他の親族の扶養となっている場合は対象外
手続きの方法	市役所から対象者に「確認書」を送付済みです。必要事項を記入し市役所へ返送してください。
提出期限	令和6年3月15日(金)(必着)

※市からの郵便物(確認書)の確認漏れがないよう、特に高齢者のみの世帯等については、ご親族等が確認していただくなどの対応をお願いします。

住民税均等割のみ課税世帯への10万円給付、低所得者の子育て世帯(18歳以下の子)への5万円給付については、決まり次第お知らせします。

問い合わせ先 市福祉事務所内 非課税世帯等給付金担当(市役所1階に専用窓口を設置)
☎(34)9117 ☒hikazei@city.shimanto.lg.jp

市役所本庁舎内での販売の申請について

市役所本庁舎において、市職員の福利厚生面等から弁当等の販売を許可しています。販売を希望する方は、事前に申請が必要です。

販売できる方 市内の業者、団体等

販売対象物

弁当、総菜、パン、菓子、果実、野菜等の食品類
※加工していない果実、野菜等のみの販売は不可

使用を許可する時間

12時～13時(準備時間を除く。)

使用を許可する場所

本庁舎正面玄関ホール
(販売台は各自が準備)

必要書類

①庁舎等使用許可申請書、②希望曜日・場所調整書、③営業許可証の写し、④暴力団排除に関する誓約書及び照会承諾書

申請期間 2月26日(月)～3月11日(月)
17時15分必着

申請方法 持参・郵送

※申請書等は、総務課窓口で配布のほか、市公式ホームページからもダウンロードできます。
※希望曜日・場所が重なる場合は、調整等をするため、希望に添えない場合があります。
※市の都合により使用を中止していただく場合があります。

問い合わせ・申請先

市総務課 行政管理係 ☎(34)1804
〒787-8501
四万十市中村大橋通4丁目10

大谷翔平選手から野球グローブを寄贈いただきました

アメリカのメジャーリーグで活躍する大谷選手よりグローブを寄贈いただきました。小学校を代表して具同小学校で贈呈式を行い、いただいたグローブ3個と教育委員会からキャッチボール用のボールを贈呈しました。

このグローブで子どもたちに野球を楽しんでもらうとともに、夢と志を持って成長してくれることを期待しています。グローブと一緒にいただいた手紙の内容を市公式ホームページに掲載していますので、ご覧ください。



市公式
ホームページ



贈呈式



大谷選手から寄贈されたグローブ

区(自治会)加入登録フォームができました！

令和5年5月に実施した自治会に関するアンケート内で「区への加入方法が分からない」等の意見があったことを踏まえ、区(自治会)加入登録フォームを作成しました。

登録フォームに氏名・住所・電話番号等を入力し、希望する対応を選ぶと、選んだ内容に従って区の代表者に取り次ぎます。

まだ区に加入されていない方はぜひ、加入をご検討ください。

問い合わせ先

市 総務課 行政管理係 ☎(34) 1804



市公式
ホームページ
(区について)



区(自治会)
加入登録
フォーム

コミュニティ助成事業で消防団用ヘルメットを整備しました

(一財)自治総合センターから宝くじの助成金交付を受けて、消防団用ヘルメット99個を整備しました。

今回助成を受けて購入した消防団用ヘルメットは各地区の消防屯所に設置しました。これにより危険な場所で活動を行う消防団員の安全確保につながり、防災力の向上が期待できます。



この事業は(一財)自治総合センターが、地域文化の振興、コミュニティ活動の支援などをはじめ、地域振興のための事業を通じて、宝くじの社会貢献のために行っているものです。

移住者交流会を開催します

市内へ移住された方同士や地域の方との交流を図るため、NPO法人四万十市への移住を支援する会では、移住者交流会を定期的を開催しています。

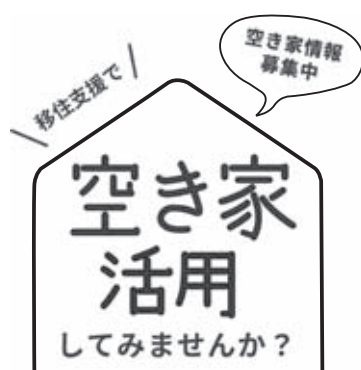
今回は移住された方を講師に招き、ピラティス体験を行いますのでぜひご参加ください。

※ピラティスとは呼吸と一緒に身体に負担の少ない運動を行うことで、身体のバランスを整え、姿勢改善やケガの予防を目的としたエクササイズです。ヨガマットもしくはバスタオルを持参してください。

- 日時 3月9日(土) 11時～13時30分
- 場所 古民家カフェ「大ちゃん家」(伊才原575)
- 参加費 500円(ランチ付) ■定員 10名程度(中学生以上対象)
- 申込方法 電話 ■申込期限 3月4日(月)

問い合わせ・申込先 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

空き家の提供にご協力ください



四万十市では『四万十市で暮らしたい』という移住希望者に提供できる空き家を探しています!

現在、空き家をお持ちの方、賃貸を考えられている方、また今後、空き家を持つことになる方。

ぜひ、空き家の提供にご協力ください。

- 建物内に荷物が残っていてもOK!
- 掃除をしていなくてもOK!
- 修繕が必要でもOK!

空き家相談会を開催します

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。

- 日時 3月21日(木) 9時～11時、13時～15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

企画広報課 企画調整係 ☎(34)1129





ペットとの同行避難 ～災害に備えて準備しましょう～

ペットとの「同行避難」とは、災害時に飼い主がペットを同行し、避難場所まで安全に避難することです。いざという時ペットを連れて安全に避難できるよう、事前に備えておきましょう。

健康チェック

ワクチン接種や寄生虫の駆除など、ペットの健康状態を把握しておきましょう

日ごろの準備

飼養場所(ケージなど)の防災対策や、フード、トイレシートなど避難セットを準備しましょう

避難所生活のための準備

最低限のしつけや、ケージに慣らす訓練、マイクロチップの装着等を行いましょ

情報収集

ペットの受け入れ対応可否を含め、事前にいざという時の避難場所を確認しましょう

被災後はペットを落ち着かせ、迷子にさせないように注意し、ペットとともに同行避難をしましょう。

四万十市では、基本的にどの指定避難所でもペットを受け入れますが、避難者数等の状況に応じて対応が変更となる場合があります。



環境省
ガイドライン

問い合わせ先 同行避難について  環境生活課 市民生活係 ☎(35)4147
指定避難所について  地震防災課 ☎(35)2044

住宅耐震相談会

耐震診断や耐震工事等をお考えの方を対象に、市内の耐震診断士が住宅の耐震対策(工事内容や費用等)について相談に応じます。市で設けている住宅耐震化補助事業についても説明しますので、お気軽にお越しください。

※補助事業については、昭和56年以前に着工された住宅が対象

日時 3月9日(土)9時～12時 **場所** 市役所本庁3階 防災対策室



建築デザイン作品展示

県内の高校・専門学校・大学・大学院生による建築デザイン作品の展示を行います。

展示期間 3月9日(土)、10日(日) **場所** 市役所本庁1階ロビー

問い合わせ先  地震防災課 ☎(35)2044  (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。)

四万十市福祉タクシー事業

心身障害児・者の福祉の増進を図ることを目的に、タクシー利用料金の一部を助成しています。

◆**対象者** 市内に住所を有し、身体障害者手帳または療育手帳の交付を受けており、①～⑤のいずれかに該当する方(施設入所者は除く。)

- ① 肢体不自由の障害を有し、障害の程度が1級または2級でかつ下肢障害を有する方
- ② 下肢障害を有し、その障害の程度が3級の方
- ③ 体幹機能障害を有し、その障害の程度が3級以上の方
- ④ 視覚障害を有し、その障害の程度が1級の方
- ⑤ 療育手帳の交付を受けており、その障害の程度がA1またはA2の方

◆**助成額** 1人につき年間13,200円(400円のチケット33枚)

問い合わせ・申請先 市福祉事務所 社会福祉係
☎(34) 1120 ☎(34) 1880 ✉fukusi@city.shimanto.lg.jp

四万十市LINE公式アカウントで情報をお届けしています

四万十市LINE公式アカウントでは、防災行政無線の放送内容配信のほか、行政情報やイベントのお知らせなど、市からのさまざまな情報を配信しています。

四万十市LINE公式アカウントを友だち登録してぜひご利用ください！

友だち登録は
こちらから

行政情報やイベント情報などを受け取るためには「**受信設定**」が必要です！

※防災行政無線の放送内容など、一部の情報は、受信設定の状況に関わらず友だち登録されている方全員に配信します。

受信設定の方法

① 四万十市LINE公式アカウントのトークルーム内にあるリッチメニューの「受信設定」を押します。

② 受信設定画面で受け取りたい情報を選択し、「確認」ボタンを押します。
※認証画面が表示された場合は、「許可する」を押すと受信設定画面に進むことができます。

③ 確認画面で選択内容を確認し、「登録」を押すと受信設定は完了です。



ここから設定を行います

受信設定

設定が完了しました。

こちらの画面が表示されたら、設定完了です。

※受信設定は、設定後も随時変更できます。

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

犬を飼っている皆さんへ 令和6年度の狂犬病予防注射の実施について

狂犬病予防法により、生後91日以上の犬は必ず登録し、4月から6月の間に予防注射を毎年1回受けることが義務づけられています。集合注射または動物病院にて必ず接種をお願いします。

令和6年度の狂犬病予防注射(集合注射)を次の日程で実施します。

地区	実施日
西土佐地域	4月10日(水)
具同・中村	4月23日(火)
東山・下田・後川・ 西土佐地域	4月25日(木)
大川筋・中筋・ 東中筋・八束	5月7日(火)
富山・蕨岡	5月9日(木)

詳しい時間と場所は、飼い主あてに通知(3月上旬ごろ予定)します。同封する問診票を、注射の際にご提出ください。

※飼い犬が未登録の場合や犬の死亡、飼い主の変更などがあつた場合は、下記までご連絡ください。
※登録済みの犬を他の市町村で飼う場合は、新住所の市町村にて犬の所在地変更等の手続きが必要です。

- 登録料・注射料(生後91日以上) ・登録料(1頭につき1回限り) 3,000円
・注射料(毎年1回) 3,300円

問い合わせ先 本庁 環境生活課 市民生活係 ☎(35)4147
支所 西土佐保健分室 ☎(52)1132



四万十川市民一斉清掃にご協力ください

4月10日の「四万十の日」にあわせて実施する四万十川市民一斉清掃は、四万十川流域5市町(梶原町、津野町、中土佐町、四万十町、四万十市)が協力して一斉に行う河川ボランティア清掃です。四万十川市民一斉清掃の参加に、ご協力をお願いします。



日時 4月14日(日)8時~9時【小雨決行、雨天中止】
※中止の決定は当日朝6時に行い、防災行政無線や市公式ホームページ、四万十市LINE公式アカウントで周知します。

収集物 河川周辺のごみ(ビン・カン類、ビニール類、ペットボトル、紙類等)
※家庭ごみの持ち込みはお断りします。

集合場所

中村地域

①久保川休憩所(久保川トンネル上流側)②勝間(鵜ノ江)沈下橋(左岸側)③高瀬沈下橋(右岸側)④佐田沈下橋(左岸側)⑤佐田休憩所⑥渡川緑地(赤鉄橋具同側)⑦四万十川お祭り広場(赤鉄橋中村側)⑧四万十大橋(鍋島ボート競技場跡地)⑨佐岡橋(後川右岸中村側)⑩山路橋(左岸側)

西土佐地域

①道の駅「よって西土佐」下の駐車場②岩間茶屋(駐車場)③口屋内南津地区保健福祉サテライト前

その他 動きやすく、汚れてもよい服装でご参加ください。軍手、ごみ袋は各集合場所で配布します。

主催 四万十市、四万十の日実行委員会、四万十市民憲章推進協議会



問い合わせ先 本庁 環境生活課 四万十川・環境係 ☎(34)6126
支所 地域企画課 ☎(52)1111

入学・就職・転勤等による引っ越しで住所を異動する方は、 窓口での「正確な住所の届出」が必要です！

住所の異動届(転出届・転入届・転居届等)は、国民健康保険および国民年金の資格の確認や、選挙人名簿への登録などにつながる大切な手続きです。

※正当な理由なく住民票の異動の届出をしない場合、5万円以下の過料に処されることがあります。

住民票の異動届(転出届・転入届・転居届等)の手続き方法

①他の市区町村に転出・転入する場合

引っ越し前の市区町村 転出前に転出届を提出し「転出証明書」を受け取る



引っ越し先の市区町村 転入日から14日以内に「転出証明書」を添えて転入届を提出

②四万十市内で転居する場合 市役所窓口で転居日以降の14日以内に転居届を提出

《マイナポータルからオンラインで転出届を提出できます》

このサービスは、引っ越しをするご本人がマイナンバーカードをお持ちで、国内での引っ越しの場合に利用でき、転出にあたっての市役所窓口への来庁が原則不要となります。

※転入手続きについてはオンライン化されていないため、マイナポータルを通じて転出の届出をした後は、転入先の市区町村窓口で転入届等の手続きが必要です。

問い合わせ先 本庁 市民・人権課 市民係 ☎(34) 1113 FAX(34) 3302
支所 西土佐住民分室 ☎(52) 1112 FAX(52) 2124

住民票の写し等のコンビニ交付サービスをご利用ください

四万十市内に住民登録があり、マイナンバーカードを持っている方は、全国のコンビニエンスストア等に設置されているマルチコピー機(キオスク端末)で住民票の写し等が取得できます。

入学・就職等、手続きで証明書が必要な場合はぜひご利用ください。

取得できる証明書 住民票の写し、印鑑登録証明書 利用料金 350円

利用可能時間 6時30分から23時まで

※土・日・祝日も利用可能。ただし、システムメンテナンス日を除く。

持参物 利用者証明用電子証明書(数字4桁の暗証番号)が搭載されたマイナンバーカード



利用者証明用電子証明書の暗証番号を忘れたときは、暗証番号の再設定が必要です。また、3回続けて暗証番号を間違えるとロックがかかります。再設定やロックの解除は、本人がマイナンバーカードと本人確認書類を持って市民・人権課へお越しください。

【受付：市役所開庁日の8時30分～17時15分(12時～13時を除く。)]



←取得方法等の詳細は、こちらからご確認ください。

問い合わせ先 本庁 市民・人権課 市民係 ☎(34) 1113 FAX(34) 3302

下水道 みえないところで ファインプレー

令和5年度下水道推進標語

公共下水道・農業集落排水へ接続のお願い

公共下水道・農業集落排水が利用できる地域の皆さんは、家庭などからの汚水を公共下水道・農業集落排水に流していただけるよう、ご理解とご協力をお願いします。

また、中央下水道管理センター(下水処理場)では小学校等からの見学を受け入れています。詳しくは下記までお問い合わせください。

問い合わせ先 市 上下水道課 下水道係 ☎(34)6129 FAX(34)0381

農地の形状変更や移転、転用等は事前に手続きが必要です

以下のような農地の形状変更や所有権の移転・貸借、宅地や駐車場等への転用は、農業委員会による許可が必要であるため、事前に手続きを行ってください。これらの申請締切日と審議を行う農業委員会総会開催日は下表のとおりです。

埋め立て等を行い引き続き農地として利用【農地の形状変更】

- ・今まで田として使っていた農地を埋め立て、畑や果樹園に変更する場合
- ・土地が低く水はけが悪い農地について、土を盛り耕作条件をよくする場合

所有者の変更や貸し借り【所有権の移転・貸借】

- ・売買、贈与等により所有者を変更する場合
- ・農地の交換や貸し借りをする場合

農地以外として転用【農地転用】

- ・住宅などの建設用地、資材置き場や駐車場、太陽光発電施設等に転用する場合

総会開催日(傍聴可)	開催場所	申請締切日
令和6年4月5日(金)	本庁	3月21日(木)
5月10日(金)	本庁	4月22日(月)
6月7日(金)	支所	5月20日(月)
7月10日(水)	本庁	6月20日(木)
8月9日(金)	本庁	7月22日(月)
9月6日(金)	支所	8月20日(火)
10月10日(木)	本庁	9月20日(金)
11月8日(金)	本庁	10月21日(月)
12月6日(金)	支所	11月20日(水)
令和7年1月10日(金)	本庁	12月16日(月)
2月7日(金)	本庁	1月20日(月)
3月7日(金)	支所	2月20日(木)

※日程等は変更になる場合があるため、事前にお問い合わせください。

※詳細は、市公式ホームページをご覧ください。



市公式
ホームページ

問い合わせ先

市 農林水産課 農地管理係
(農業委員会事務局)

☎(34)1521

支所 西土佐事業分室 ☎(52)1113

中村税務署からのお知らせ

申告と納付は期限内に！～早めに申告と納税をお済ませください～

所得税および復興特別所得税・贈与税の申告・納税は、3月15日(金)まで
個人事業者の消費税および地方消費税の申告・納税は、4月1日(月)まで
中村税務署内に、申告会場を3月15日(金)まで設置しています。(土・日・祝日を除く。)

申告会場への入場には入場整理券
が必要です。会場で当日配布のほか、
LINEから事前発行もできます。

国税庁公式
LINEアカウント



入場整理券(当日発行分)
発行状況確認(国税庁HP)

振替納税をご利用ください！

金融機関や税務署の窓口に向かなくても納付できます。
(口座振替日は約1か月後)
※振替依頼書は、スマホやパソコンからオンラインで提出できます。
(一部金融機関を除く。)



振替依頼書の
オンライン提出
(国税庁HP)

問い合わせ先 確定申告電話相談センター ☎0570(00)5901
e-Tax・作成コーナーヘルプデスク ☎0570(01)5901



e-Tax
確定申告書
作成コーナー

市長日誌

1月15日～2月14日

- 1月16日 ツルと生態系の保全・利活用の先進地視察ほか(鹿児島県)
- 17日
- 18日 台北駐大阪経済文化弁事処 表敬訪問(大阪府)
- 23日 中村地区区長会総会
- 24日 四万十市消防団退職団員市長表彰式
- 26日 幸徳秋水刑死113年記念墓前祭
- 26日 幡多地区婦人大会・四万十市婦人大会
- 27日 第5回相ノ沢川総合内水対策協議会
- 27日 第10回小京都四万十ジュニア駅伝
- 28日 NHKのど自慢大会
- 29日 幡多地域アクションプランフォローアップ会議
- 30日 四国横断自動車道高知県建設促進期成会、四国8の字ネットワーク整備促進四国東南部連盟 要望ほか(東京都)
- 31日 四万十市議会臨時議会
- 2月1日 特別交付税要望活動ほか(東京都2日)
- 4日 日本体育大学スポーツ等連携事業 三矢八千代リズム
フィットネス教室
- 土佐中村一條太鼓 第30回定期演奏会
- 8日 第3回 四万十川かわまちづくり協議会
- 9日 四万十市高齢者福祉計画・介護保険事業計画運営協議会
- 10日 中村商工会議所女性会・西土佐商工会女性部との意見交換会
- 10日 第24回四万十ライオンズクラブ英語弁論大会
- 第7回樋口真吉顕彰会 総会
- 14日 第5回四万十川流域生態系ネットワーク推進協議会

市民のひろば

四万十旗争奪小学生野球大会 ご声援ありがとうございました

1月6日、7日の2日間、四万十スタジアム他3会場で、地元四万十ボーイズを始め総勢16チームによる『第5回四万十旗争奪小学生野球大会』が開催されました。

開会式では元氣よく球児たちの入場行進が行われ、今年から行われる『くじら杯』の開催地である黒潮町長による始球式や歓迎セレモニーにより、盛大に大会が開幕しました。

小学生とは思えないほど熱い戦いが繰り広げられ、決勝戦は京都府の京都宇治オールスターズと京都右京選抜スーパースターズによる対決で、京都宇治オールスターズが一進一退の攻防を制し、大会4連覇を成し遂げました。

多くの方々の温かいご声援やご支援のもと、大会が無事に開催できたことを心より感謝いたします。

高知県小学生野球連盟 幡多支部 支部長 有友大



岩間四万十茶屋の駐車場を整備していただきました

岩間四万十茶屋は設立して11年が経ち、集客人数も増え安定した経営ができてきましたが、駐車場整備が整っておらず、安全性が確保できていませんでした。

このたび、竹村綜合建設(株)さまと小出建設(有)さまから、地域貢献活動の一環として駐車場の舗装の施工を行っていただきました。

観光客や地域の利用者の皆さんから「駐車しやすくなりありがたい」「安全に停めることができてうれしい」と感謝の言葉を多く聞きます。今後も、駐車場の管理および環境整備に徹していきたいと思えます。

竹村綜合建設(株)さま、小出建設(有)さまありがとうございました。

岩間四万十茶屋運営委員会(岩間地区)



令和6年度国税専門官採用試験

(国税専門A区分(法文系)/国税専門B区分(理工・デジタル系))

▶受験資格

- (1)平成6年4月2日～平成15年4月1日生まれの者
- (2)平成15年4月2日以降生まれの者で次に掲げる者

- ①大学(短大を除く。)を卒業した者および令和7年3月までに大学卒業見込みの者
- ②人事院が①に掲げる者と同等の資格があると認める者

▶申込受付期間

インターネット申込

2月22日(木)9時～3月25日(月)[受信有効]

▶第1次試験日 5月26日(日)

※詳しくは国税庁ホームページをご覧ください。

問い合わせ先

高松国税局総務部
人事第二課試験研修係
☎087(831)3111



国税庁ホームページ

国税専門官

検索

しまんと 情報掲示板

5年度の市税の
納め忘れはありませんか。
今一度お確かめください。

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

市企画広報課 広報統計係
☎(34)1810 FAX(35)0007

市公式
ホームページ

Mrs of the Year 2024 KOCHI エントリー者募集中

▶開催日 9月8日(日)

▶会場 高知県立美術館

▶募集対象

- ①Brilliant部門(20～42歳の女性)
- ②Precious部門(43歳～60歳の女性)
- ③Eternal部門(61歳以上の女性)
- ④Gorgeous部門(25歳以上の婚姻歴のない女性)

▶申込方法 エントリーフォーム

※詳しくはホームページをご覧ください。

問い合わせ先

ミセスオブザイヤー四国事務局 町田
☎050-5242-0679



ミセスオブザイヤー
四国事務局ホームページ

しまんとシニアパソコン教室

「ニーズにあわせて楽しく仲間作り」をテーマに掲げた教室です。一度見学にきませんか？4月2日(火)10時から新年度開講説明会を開催します。興味のある方はぜひご参加ください。

▶講座内容・開講日

- 基礎教室(初心者対象)
第1・2・3・4火曜日 10時～12時
- ワード・エクセル中級講座
第1・3火曜日 13時～15時
- 活用教室
第2・4火曜日 13時～15時
CD・DVDの作成やスマホの活用等
- 個人教室(要予約)
内容・時間は相談により決定

▶場所 アピアさつき2階 会議室

▶対象 市内在住または勤務する方(年齢不問)

▶定員 各クラス先着20名程度

※教室維持費等で月2,000円～4,000円を負担していただきます。

問い合わせ・申込先

しまんとシニアパソコン愛好会

☎090-1175-2284(中野)

✉gen3chan@gmail.com

四万十シルバー教室閉級式 作品展・舞台発表会

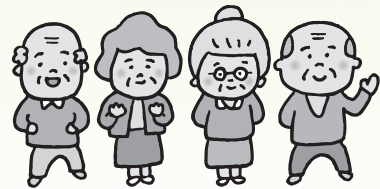
四万十シルバー教室は、50歳以上の方の生きがいづくりと社会参加・ボランティア活動の技術習得を目指し、8講座で学習に励んできました。

1年間の学習成果を発表しますので、お誘い合わせのうえお気軽にお越しください。(入場無料)

舞台発表会	作品展
<p>日時 3月18日(月)</p> <p>13:00～ 閉級式行事 13:30～ ステージ発表 ステージ発表(各講座15～25分間)</p> <p>●詩吟 ●民謡 ●楽しい踊り ●太極舞</p> <p>会場 市立文化センター大ホール</p> <p>※駐車台数に限りがありますので、近隣の方は徒歩でお越しいただくなど、ご協力をお願いします。</p>	<p>期間 3月1日(金)～3日(日)</p> <p>会場 ①フジグラン四万十店 催事場 *生け花 *書道 *家庭園芸 ②アピアさつき1階 *水彩画</p> <p>※展示時間は、各会場の営業時間内</p>

問い合わせ先

☎生涯学習課 公民館運営係 ☎(34)7311 FAX(35)4260



天神橋アーケード 「描き残したい昭和」展示

第17回自費出版文化賞受賞者である新見 睦氏が描いた記憶画文集「描き残したい昭和」や、懐かしい昭和グッズを天神橋アーケード内で展示しています。

昭和世代には懐かしく、平成・令和世代の方には新鮮な昭和の暮らしをぜひご覧ください！

- ▶展示期間 7月31日(水)まで
- ▶展示場所 天神橋アーケード中央掲示板・支柱・天神橋チャレンジショップ隣ショーウィンドー
- ▶企画 天神橋商店街振興組合

問い合わせ先

天神橋商店街振興組合事務局
☎(31)0280 13時～17時



高知城歴史博物館催し

開館7周年 城博の日

2日間は入館無料！

さまざまな記念行事を開催しますので、ぜひご来場ください。

- ▶開催日時 3月2日(土)9時～18時、3日(日)8時～18時
- ▶記念行事
 - ・オーボエ奏者崎本絵里菜氏の特別演奏会
 - ・本川神楽と津野山神楽の実演会
 - ・中高生や大学生のステージ
 - ・文化財の修復技術体験
 - ・歴史資料の取扱い体験
 - ・子ども向け博物館探検

そのほか講座や学芸員による展示解説、山内家墓所特別公開、記念品のプレゼントもあります。

※プレゼントは各日先着700名

問い合わせ先

高知城歴史博物館
☎088(871)1600 FAX088(871)1619

4月29日(月・祝)開館 しまんとぴあ開館イベント情報



しまんとぴあ開館記念公演「山崎 まさよしスペシャルライブ」

■日時 5月4日(土・祝) 17時開演(16時30分開場)

■場所 しまんとぴあ しまんとホール

■アーティスト 山崎 まさよし

■入場料(全席指定) 6,500円(当日7,000円)

※小学生以上の方はチケットが必要です。

※未就学児童の入場は、保護者の座席の範囲内で周りの方のご迷惑にならないことを前提とさせていただきます。

■前売券発売日

先行販売期間

3月6日(水) 10時～14日(木) 17時15分

※四万十市に住所のある方限定(1人4枚まで)

※先行販売期間は購入者の住所確認を行いますので、
本人確認書類(免許証等)をご持参ください。

※先行販売は生涯学習課窓口でのみ行います。

一般販売 3月15日(金) 10時～

■チケット販売所

生涯学習課窓口(本庁6階)、しまんとぴあホームページ、チケットぴあ、
ローソンチケット、e+(イープラス)

※生涯学習課は2月26日から本庁6階に移転しています。



山崎 まさよし
スペシャル
ライブ

作品を展示しませんか？ しまんとぴあ美術展作品募集

しまんとぴあ開館記念「しまんとぴあ美術展」で展示する作品を募集します。
出品規格等の詳細は市公式ホームページをご覧ください。

■募集作品 絵画・書道・写真・工芸

■作品テーマ しまんと

■作品出品料 無料

■出品資格 小学生以上の方



しまんとぴあ
美術展

搬入	4月14日(日)、15日(月) 10時～16時
設置作業	4月27日(土)、28日(日) 10時～16時
展示期間	4月29日(月・祝)、30日(火)
搬出	5月1日(水) 10時～19時
	5月2日(木) 10時～13時

※作品の陳列・配置については搬入後、市が決定します。

搬入・設置・搬出はすべて出品
者自身で行っていただきます。
作品の展示方法を覚える機会
にしてみませんか。

問い合わせ・チケット販売先

生涯学習課 文化複合施設整備推進室
四万十市中村大橋通4丁目10 ☎(34) 1501
8時30分～17時15分 ※土・日・祝日を除く。



しまんとぴあ
ホームページ



第35回

四万十の日制定記念春季市民スポーツ大会

主催：(公財)四万十市スポーツ協会

後援：四万十市・四万十市教育委員会

日程	種目	場所等
4/6(土)	クロスカントリー(ランナース)	四万十川桜づつみ公園
4/7(日)	居合道 野球 水泳 ゲートボール ペタンク	市立武道館 四万十スタジアム(予備日4/14) 市立温水プール 河川敷ゲートボール場 安並運動公園 運動広場
4/11(木)	グラウンド・ゴルフ	安並運動公園 運動広場(予備日4/12)
4/14(日)	バドミントン シニアソフト 9人制女子バレーボール 太極拳 登山(中村山の会)	市民スポーツセンター アリーナ 安並運動公園 運動広場 具同体育センター 四万十川 お祭り広場 行先：須崎市蟠蛇 ^{ぼんだがもり} 森769m(歩行時間約2時間) 具同体育センター8時出発
4/20(土)	早朝ゴルフ ソフトテニス(小学生)	河川敷ゴルフ場(中村ゴルフクラブ) 早朝6時～ 西南大規模公園テニスコート(黒潮町)(予備日4/21)
4/21(日)	卓球 弓道 ソフトテニス(一般) ママさんバレーボール	市民スポーツセンター アリーナ 安並運動公園 弓道場 安並運動公園 テニスコート 具同体育センター
4/28(日)	スカッシュバレーボール 実年ソフトボール ミックスバレーボール 登山(シ・マムタの会)	市民スポーツセンター アリーナ 安並運動公園 運動広場 具同体育センター 行先：愛媛県滑床～雪輪の滝散策(歩行時間約2時間) 市民スポーツセンター8時出発
4/29(月・祝)	剣道	市立武道館
5/12(日)	壮年ソフトボール	安並運動公園 運動広場
6/2(日)	相撲	市立武道館
5/10～7/20	早起きソフトボール	安並運動公園 運動広場

※日程等は変更・中止になる場合があります。

総合開会式：4月7日(日)8時30分 市立武道館

問い合わせ先 (公財)四万十市スポーツ協会事務局 ☎(37)4572・☎(37)4558

市立温水プール休館のお知らせ

設備補修と衛生管理のため、次の期間休館とします。

▶休館期間 3月15日(金)～21日(木)

※温水プールでは、夕方からでもゆったり自分のペースで泳いだり、水中歩行ができます。

健康増進、心身のリフレッシュにぜひご利用ください。

問い合わせ先 市立温水プール ☎(34)8112

水曜プールエクササイズ教室

定期的な運動をいっしょにしませんか？

- ▶日時 4月～令和7年3月末 毎週水曜日
12時15分～13時15分
- ▶場所 市立温水プール
- ▶定員 40名
- ▶講師 山崎 由香(インストラクター)
- ▶会費 月額2,500円
- ※別途保険料およびプール入場料必要
- ※回数券・会員券利用可
- ▶申込方法 所定の申込用紙の提出
- ▶申込期間 3月1日(金)～22日(金)

問い合わせ・申込先

市立温水プール ☎(34)8112
9時～20時30分(定休日:火曜日)

春休み早朝子ども水泳教室

- ▶日程 3月23日(土)～31日(日)8時～9時
受付7時30分～8時
※3月26日(火)は休み
- ▶場所 市立温水プール
- ▶対象 小学生(令和5年度小学1年生～6年生)
- ▶定員 20名
- ▶受講料 4,400円(8日間)
- ▶入館料 220円/1回あたり
- ※回数券・会員券利用可
- ▶申込方法 所定の申込用紙、受講料の提出
- ▶申込期間 3月1日(金)～18日(月)
- ※欠席の場合、受講料の払い戻しは行いません。
※参加者が少ない場合、中止となることがあります。

問い合わせ・申込先

市立温水プール ☎(34)8112
9時～20時30分(定休日:火曜日)



火曜スイミング教室

- ▶期間 令和6年度 毎週火曜日
- ▶場所 市立温水プール
- ▶会費 月額2,000円
- ※別途保険料およびプール入場料が必要
- ※回数券、会員券利用可
- ▶子ども教室(定員45名)
 - 対象 小学1年生～6年生
 - 時間 18時～19時
- ▶一般教室(定員30名)
 - 対象 中学1年生以上
 - 時間 19時～20時
- ▶申込期間 3月1日(金)～18日(月)
- ▶申込方法 所定の申込用紙の提出
- ※申込多数の場合は抽選
- ▶抽選日 3月24日(日)10時～12時
 - 会場 市立武道館玄関

問い合わせ・申込先

市立温水プール ☎(34)8112
9時～20時30分(定休日:火曜日)

初心者卓球教室

- ▶期間 4月～令和7年3月末
- 火曜クラス 19時～21時 4月9日開講
- 木曜クラス 10時～12時 4月4日開講
- ▶会場 市民スポーツセンター卓球場・アリーナ
- ▶会費 月額1,500円
- ▶使用料(1回あたり)
小中学生60円・高校生80円・大人180円
- ※別途保険料が必要
- ▶定員 各クラス25名
- ▶申込期間 3月4日(月)～21日(木)
- ▶申込方法 窓口・電話
- ※運動のできる服装、室内シューズ、タオルをご用意ください。
- ※ラケットが無い方には貸し出します。
- ※申込期間終了後、書面にてご連絡します。

問い合わせ・申込先

(公財) 四十万十市スポーツ協会
(市民スポーツセンター内)
☎(34)2071
8時30分～17時(土曜日は12時まで)

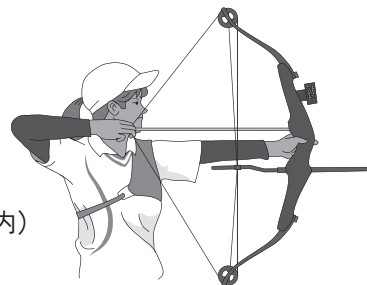
初心者アーチェリー教室

アーチェリーは誰でも同じ条件で競技ができるスポーツであり、幅広い年代で楽しめます。

- ▶日時 3月30日(土)①9時30分～12時 ②13時30分～16時
3月31日(日)③9時30分～12時 ④13時30分～16時

※①～④からお選びください。複数回参加も可能です。

- ▶対象 小学3年生以上 ※中学生以下は保護者同伴、障害のある方は介助者同伴
▶会場 安並運動公園 雨天練習場 ▶参加費 各回1,000円(施設使用料・保険料含)
▶定員 各回10名
▶講師 中川 直人(高知県パラアーチェリー協会代表)
工藤 麻衣子(日本身体障害者アーチェリー連盟事務局長)
▶申込方法 窓口、電話 ▶申込期間 3月5日(火)～15日(金)



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(土曜日は12時まで)

新型コロナワクチン接種に関するお知らせ

《 新型コロナワクチン無料接種の終了について 》

新型コロナワクチンの無料接種は令和6年3月末で終了します。

令和5年度の接種が完了していない方で、接種を希望する方はお早めに予約をお願いします。

接種予約は下記問い合わせ先または新型コロナワクチン接種予約サイトで行うことができます。



市公式
ホームページ



新型コロナワクチン
接種予約サイト

《 令和6年4月1日以降の新型コロナワクチン接種について 》

現行のインフルエンザワクチンと同様、高齢者などを対象とした定期接種となります。

- 対象者 (1)65歳以上の方
(2)60歳以上65歳未満で基礎疾患を有する方

■接種時期 秋冬に1回

■費用 一部自己負担あり(金額は未定)

※対象者以外の方は任意接種(全額自己負担)となります。

《 新型コロナワクチン予防接種証明書の発行について 》

予防接種証明書の発行は、令和5年度分をもって終了となります。

また、接種証明書アプリおよびコンビニエンスストアでの発行も3月末までで終了となりますので、4月以降に令和5年度分の証明書が必要な方は、健康推進課または西土佐保健分室までお越しください。

問い合わせ先 ☎健康推進課 ワクチン接種推進室 ☎(34)8585



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] 申込要 [料] 参加費要

月日	時間	対象	イベント名	場所	備考
3月1日(金)	10:00~11:30	● ●	ひなまつり	ほっぼ	
	10:00~12:00	● ● ●	お雛まつり会	ぴよっこ	
3月2日(土)	17:00~19:00		みんなで食べよう!夜ごはん	とことこ	[申込]
3月4日(月)	9:30~11:30		ピアサポーター相談	ほっぼ	
	10:00~11:30	● ● ●	育児相談(助産師さん来所)	ぴよっこ	
3月5日(火)	10:00~11:00		体型改善!バランスボール	とことこ	[申込] [料]
	10:00~11:30	● ●	誕生会	ほっぼ	
3月6日(水)	10:00~11:30		ママ&チルドレン	具同体育センター	
	10:00~11:30	● ●	誕生会	ほっぼ	
3月8日(金)	10:00~11:00	● ● ●	歯科衛生士さんの話	ほっぼ	
3月11日(月)	11:00~12:00		ベビーマッサージミニ教室	とことこ	[申込] [料]
3月12日(火)	10:00~11:00		体型改善!バランスボール	とことこ	[申込] [料]
	10:00~10:20	● ● ●	絵本の読み聞かせ	ぴよっこ	
	10:00~14:00		リラックス整体(託児付き)	とことこ	[申込] [料]
3月13日(水)	10:00~11:30	● ●	巣立ち式	ほっぼ	
	10:00~14:00		リラックス整体(託児付き)	とことこ	[申込] [料]
	10:00~11:30	● ●	巣立ち式	ほっぼ	
3月17日(日)	10:00~11:00		リベンジ!親子でバランスボール	河川敷(中村側)	[申込]
3月18日(月)	11:00~12:00		ベビーマッサージミニ教室	とことこ	[申込] [料]
3月21日(木)	9:30~16:00		理学療法士の骨盤チェック	とことこ	[申込] [料]
3月25日(月)	11:00~13:00		ベビーマッサージランチ付き教室	とことこ	[申込] [料]

「しまんと子育てアプリ おやこっこ」をご利用ください!

妊婦さんから子育て中の保護者まで利用できる「子育てアプリ おやこっこ」をリリースしています。ぜひダウンロードしてご利用ください。

<アプリの主な機能>

- 妊娠中~子育ての記録の保存
- 予防接種スケジュールの自動作成
- 子育てに関するイベント情報等の配信 など



市公式
ホームページ

問い合わせ先 [市]健康推進課 子育て世代包括支援センターベビはぐ ☎(34)8015

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。

このページの問い合わせ先 [市]子育て支援課 企画係 ☎(34)9007

小中学校の入学式

令和6年度の四万十市立小中学校の入学式は**4月8日(月)**です！



開始時間	小学校	中学校
10:00	下田小、竹島小、大用小、東中筋小、中筋小、西土佐小	
10:30	東山小、中村小、藤岡小、利岡小、具同小、八束小、中村南小	
13:30		中村中
14:00		中村西中、西土佐中

※入学通知書が届いていない方は、下記までご連絡ください。

特認校制度

特色のある環境(自然環境・社会環境・文化・特色ある教育活動等)のもとでの教育を希望する児童・保護者に対し、校区外からの入学や転校を認める制度です。
市では大用小学校を指定しています。就学希望やお問い合わせは学校教育課までご連絡ください。

就学援助制度

就学援助制度とは

要保護および準要保護児童生徒の保護者に対して、児童生徒の学用品費などの就学上必要な経費の一部を援助する制度です。(他の経費には使用することができません。)



申請方法

児童生徒の在籍する学校を通じて、認定申請書を提出してください。(申請書は学校にあります。)
※令和5年度に就学援助および新入学準備金の認定を受けている方でも、令和6年度に就学援助を受けたい方は申請が必要です。

対象

原則市内に住所を有し、小中学校(県立中村中学校を含む。)に在籍する児童生徒の保護者で、教育委員会が次の理由により認定した方

- ・児童扶養手当を受給している方
- ・市民税非課税世帯の方
- ・生活が苦しく諸学費に困っている方
- ・病気や災害などの特別な理由により、収入が著しく減少し、諸学費に困っている方

※生活保護受給者は、修学旅行費と医療費(学校病：う歯、結膜炎、中耳炎、慢性副鼻腔炎、寄生虫病等)について援助します。

認定

申請に基づき、家族全員の所得や児童扶養手当受給状況の照会などを同意のうえで調査し、学校を通じて通知します。

支払時期

原則学期末ごとの3回払い
※項目によって異なる場合があります。

○援助の内容(令和5年度援助額参考)

援助の項目	小学校	中学校
学用品費	年額 11,630円	年額 22,730円
通学用品費(1年生除く。)	年額 2,270円	年額 2,270円
修学旅行費	年額 22,690円(上限額)	年額 60,910円(上限額)
学校給食費	年間 約55,000円	年間 約60,500円

※この他に校外活動費、医療費(学校病限定)、新入学児童生徒学用品費などの援助があります。(新入学児童生徒学用品費は、令和6年2月2日から4月30日までに転入等した方が支給対象)

このページの問い合わせ先

市教育委員会 学校教育課
西土佐教育分室

☎(34) 5445 FAX(34) 4271
☎(52) 1110 FAX(52) 1446

今日から実践できる！認知症の予防と改善～市民講座「認知症」

認知症になっても、周囲の理解と支えがあれば、住み慣れた地域で暮らしていくことは可能です。認知症の予防や適切なケア、自身が認知症になった時の備えについて学んでみませんか。

講話① 「高齢期の身体の変化と認知症！」 ～認知症は予防できる！改善できる！～

講師：金田 弘子氏（鳥取県 森本外科・脳神経外科医院 副院長）



講話② 「認知症とともに生きる共生社会を目指して！」

講師：石黒 秀喜氏（(公社)認知症の人と家族の会東京都世話人/
老い支度クリエーター）

日時 3月9日（土）9時30分～12時（受付9時～） **参加費** 無料

会場 【中村会場】市立武道館

【西土佐会場（オンライン聴講）】西土佐総合支所2階大会議室

申込方法 電話・FAX ※氏名、電話番号、会場名をご連絡ください。

申込期限 3月6日（水）

※この講座は「高知家健康パスポート」の対象事業です。

問い合わせ・申込先 四万十市地域包括支援センター ☎(34)0170 FAX(34)0567



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 書 教室・学習会 滴 献血	3月 8日（金）	個別通知	3歳児健診	文化センター
	12日（火）	個別通知	1歳9か月児健診	文化センター
	13日（水）	個別通知	3か月児・7か月児健診	文化センター
	18日（月）	13:15～14:30	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
	22日（金）	9:00～12:00、 13:15～15:45	献血	四万十市役所 本庁
	27日（水）	個別通知	7か月児・10か月児健診	文化センター

※3月7日までの計画については、広報2月号P20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

認知症の人と家族の会 「たんぽぽの会」交流会

「たんぽぽの会」は、認知症介護についての思いや悩みを共有し、支えあうための「集いの場」です。初めての方の参加もお待ちしています。

▶日時 3月26日(火)13時30分～15時30分

▶場所

四万十市社会福祉センター 2階研修室

*家族の方だけでも、認知症の方と一緒にの参加でもかまいません。

*会場の駐車場に限りがあります。アピアさつき2階、3階の公民館専用駐車場をご利用ください。

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

交通事故被害者の家庭をサポート

重度後遺障害者介護料支給制度

▶対象者

自動車事故が原因で、脳・脊髄または胸腹部臓器を損傷し、重度の後遺障害を持ったため常時または随時介護が必要な状態にある方

※介護保険、労災保険の介護(補償)給付等との併給不可

交通遺児等生活資金貸付制度

▶対象者

自動車事故により保護者が死亡または重度後遺障害者となった、0歳から中学卒業までの子ども

▶貸付金額 一時金 15万5千円

毎月 1万円または2万円

入学支度金 4万4千円

▶返済期間 中学卒業後20年以内

※詳細は、下記までお問い合わせください。

問い合わせ先

(独)自動車事故対策機構 高知支所

☎088(831)1817

最低賃金のお知らせ

高知労働局では、県内すべての労働者に適用される「高知県最低賃金」を令和5年10月8日より改正しています。

この決定により、労働者に支払う賃金は1時間897円以上としなければなりません。

問い合わせ先

高知労働局 賃金室 ☎088(885)6024



みんなで取り組む 温暖化対策

3月は引っ越しの多くなる時期です。引っ越しの際のごみを減らすことができるよう、家庭だけでなく、職場などでも工夫にご協力ください。

- ①不用品(家具家電など)は廃棄するのではなく、リサイクル品として業者へ依頼するかフリマに出品する
- ②荷物は、まとめて荷造りし包装資材を少なくする
- ③食品などは使い切る



高知県の情報
ポータルサイト



「広報しまんと」
スマートフォンで配信中!



国際交流員コラム

四万十市国際交流員 蔣

シヨウ

潔程

ケツテイ



子どもを待っている人々



広場ダンス

故郷の新しい一面

昨年11月、4年ぶりに帰国したところ、故郷ではさまざまな変化がありました。

1つ目は教育面での変化です。私が小学生のころは自分で学校に通っていましたが、今は親が子どもを送迎することが一般的になっています。朝と夕方になると、学校の外には送迎のために多くの人や車が集まり、とても混雑していました。混雑を解消するため、学校は保護者に交通誘導の当番を割り当てているそうです。また、私が中学生のころは夕方5時に学校が終わっていましたが、今は中学3年生になると夜9時まで学校で勉強しているというのを知り、驚きました。さらに、高校生になると少しでも長く勉強時間を確保するため、お弁当を学校まで届けてもらい、校門の外で立ったまま食べているそうです。食べ終わるとすぐ教室に戻って勉強すると聞き、既に高校を卒業していてよかったですと心の底から思いました。

2つ目は、夜のにぎわいです。もともと故郷では夕食後の散歩が人気で、街は明るく、多くの人がパ



スーパーの果物売り場



父の手料理

ジャマ姿で散歩しており、また、広場や公園など、あらゆる場所でたくさんさんのグループが広場ダンスをして夜を楽しんでいます。広場ダンスは、それぞれ音楽とダンスの種類が違って面白いです。現在ではそれに加えて、中国で流行中のライブ配信で、広場ダンスの様子を配信している人をたくさん見かけました。広場ダンスだけではなく、外で歌を歌いながらライブ配信をしている人もいます。ネットで人気の歌手の周りには、たくさんファンが集まっています。

中国の教育面は私の学生時代よりさらに大変になっていきますが、生活面は楽しい変化ばかりです。夜でもにぎやかで、散歩するだけで元気がもらえます。果物も手ごろな価格で入手できたので、帰国中はさまざまな種類の果物を毎日食べました。外食も値段が安くておいしかったです。そして、最高だったのはやはり父の手料理です。久しぶりに味わえて、本当に満足しました。食べられなかった4年分を取り戻すように頑張って食べました。

皆さんも中国を訪れる機会があれば、ぜひ果物と食べ物を試してみてください！学校の周りたくさんの人を見かけても、驚かないでくださいね。

スポーツ // 文化活動 // ボランティア

団体活動のための補償制度

小さな掛金 大きな補償

スポーツ安全保険

スポーツ活動、文化活動、ボランティア活動、地域活動、レクリエーション活動などを行う4名以上のアマチュアのクラブ・サークル・グループが加入できます。



保険の詳細内容、資料の請求は、ホームページをご覧ください。

インターネットでかんたん加入
<https://www.sportsanzen.org>

開館時間 (本館) 9:00~19:00
(分館) 10:00~18:00

新着おすすめ8+8

血液のがんがわかる本
50歳からの読書案内
そのまま使えるアイズブレイクのアイデア帳
ニュー・サバービア
母子月
Blue
まぼろしを織る
雪山登山

伊豆津 宏二
中央公論新社
ワークショップ探検部
波木 銅
麻宮 好
川野 芽生
ほしお さなえ
野村 仁

一般書

新着図書(258冊)

あめいぬ
海辺の村のパン屋
かえましてん
かこさとし童話集 5
好きな歌が見つかる!百人一首ずかん
図書館のぬいぐるみかします 1
はじめての着衣泳教室
ゆきがどっさりつもったよ

おくはら ゆめ
ポーラ・ホワイト
べかたろう
かこさとし
谷 知子
シンシア・ロード
岩崎 恭子
サラ・ジャコビー

児童書／えほん

★休館日の案内★

3月4日(月)~8日(金) 本館蔵書点検
3月29日(金) 館内整理日

★休館のお知らせ★

蔵書点検のため、本館は3月4日(月)から8日(金)まで休館します。休館中の本・雑誌の返却は、北玄関(夜間出入口)左側の返却ポストをご利用ください。なお、DVD等の視聴覚資料と紙芝居、他の図書館から借りた本は破損の恐れがあるため、開館日に直接カウンターにお持ちください。

★子ども映画会★

○上映作品映画すみっくべらし 青い月夜のまぼろし
日時 3月17日(日)10時30分~(開場10時15分)

場所 市役所3階防災対策室
対象 3歳以上(未就学児は要保護者同伴)
参加費 無料・定員 30席程度・申込 不要

※詳しくは図書館カウンターまたは電話でお問い合わせください。ホームページでも、最新の情報を確認できます。

問い合わせ先 市立図書館 ☎(35)2923

★返し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、次に利用される人に迷惑がかかりますので、返却期限は必ずお守りください。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。※引越予定の方は、今一度確認をお願いします。

定期相談所

	日時	場所	相談内容	問い合わせ先
行政相談所	3月19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
特設人権相談所	4月3日(水) 13時~16時	あったかふれあいセンター 愛・ハピネス	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
	4月5日(金) 9時~12時	大宮生活改善センター		

生活の困りごと相談会

「仕事が決まらない」「働いているが、生活が成り立たない」「家族や親せきの将来が心配」「借金や医療費で生活が苦しい」「住む場所がない」など、仕事や生活でお困りの方の支援をします。事務所には行きにくい方のために、市役所での出張相談会を実施しています。

▶実施日時 3月19日(火)13時~17時 ▶場所 市役所5階501会議室
※相談は予約制です。

問い合わせ先 NPO法人若者就労支援センター つながるねっと ☎(34)8100

お誕生 おめでとう



(令和6・2・5届出分まで)

住所 赤ちゃん 保護者

竹島橋本	具同田黒平賀	具同文野	具同佐藤	具同酒井	古津賀上岡	安並清水	中村丸の内小田原	右山元町出張	中村一条通永野
湊世	日和	心絃	柗來	詠瑚	苺奈	咲太郎	暖空	誠	律
孝洋	智尋	ひかる	修	雄仁	誠希	健亮	旬佑	順也	友裕



「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)11133まで必ずご連絡ください。

ご冥福を お祈りします



(令和6・2・5届出分まで)

住所 氏名 年齢

実崎宮崎	実崎田中	有岡岩神	有岡金澤	渡川藤本	具同谷本	古津賀宮下	古津賀東	秋田祖父江	安並下坂	不破上町横山	中村岩崎町山本	中村森下	角崎佐田	不破上岡	不破岡本	中村新町横山	中村愛宕町中山	中村桜町大野	中村桜町井垣	中村丸の内中尾	中村大橋通谷川
淳	淑	和恵	愛子	榮	安平	尚身	正毅	幸男	フチヲ	友子	正博	里子	廣子	美知子	威	ツヤ	國子	伊豆穂	靖明	多津子	美紗子
72	78	93	99	95	97	93	79	76	94	94	72	78	86	74	83	96	90	99	88	90	92

西土佐江川	西土佐用井	西土佐敷市	西土佐藤ノ川	西土佐藤ノ川	西土佐藤ノ川	西土佐藤ノ川	西土佐中半	西土佐奥屋丙	竹屋敷	住次郎	手洗川	勝間川	久保川	佐田	佐田	敷地	口鴨川	伊才原	藤岡甲	藤岡	平野	下田	津藏	深木
竹内	岡山	中平	稲田	今城	森	宇都宮	山本	上屋	森本	福永	川原	北原	井上	池岡	尾崎	伊與田	伊與田	豊永	福谷	田能	茶畑	川田	刈谷	沖
美佐子	純王	緑	信雄	宗久	梅子	ミノル	ツタエ	玉子	加治尾	久子	寛	スエキ	久美	誠	節衣	瑞穂	末子	堅典	絹代	隆一	道行	好文	恵子	
91	104	90	84	81	95	98	100	87	90	88	94	94	88	48	58	88	80	75	87	81	96	74	91	



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26日(月)より、生涯学習課のすべての係が市役所本庁舎6階へ移転します。また、スポーツ振興係の電話番号およびFAX番号が下表のとおり変更となりますので、ご注意ください。

皆さまのご理解とご協力をお願いします。

変更前	変更後
☎(34)2071 FAX(34)4894	☎(34)0750 FAX(35)4260

※その他の係の電話番号およびFAX番号に変更はありません。

※変更前のスポーツ振興係の電話番号およびFAX番号は今後、市民スポーツセンター(安並)の番号となります。

問い合わせ先 市生涯学習課 公民館運営係 ☎(34)7311

食の案内人

健康づくり編

「減塩」とはよく耳にする言葉ですね。減塩しても満足できる料理のコツとして、香味野菜・香辛料・酸味・うま味を活用する方法があります。これらを使うことで風味がアップし、少ない塩分でもおいしく食べることができます。今回は、白ねぎと新しょうがを使用したレシピを紹介します。

- 香味野菜…ねぎ・しそ・にんにく・しょうが・みょうが・山椒・みつば・パセリ・ハーブなど
 ○香辛料…わさび・からし・七味・マスタード・カレー粉・こしょう等
 ○酸味…酢・ゆず・レモン等 ○うま味…昆布・かつお節等

白身魚の香味蒸し焼き

【材料 2人分】

- 白身魚……………2切(140g)
 塩……………1g
 白ねぎ……………10cm程度
 新しょうが…1かけ
 にんじん……………20g
 酒……………大さじ1
 ごま油……………小さじ1



【栄養成分(1人分)】

エネルギー: 179kcal
 たんぱく質: 15.6g
 脂質: 9.6g
 食塩相当量: 0.6g

【作り方】

- 魚の両面に塩を振って、下味をつける。
※今回は鱈を使用。鯛やさわらなどの魚もオススメです。
- 白ねぎは斜め細切り、新しょうがとにんじんは千切りにする。(お好みで量を調節)
- オープンシートまたはアルミホイルの上に魚を並べ、②の野菜をのせる。
- ③に酒を振り入れ、汁がこぼれないように閉じ、魚焼きグリルまたはオーブントースターで約15分蒸し焼きにする。
- 火が通ったら最後にごま油をかけてでき上がり。

四万十市立市民病院 管理栄養士 沖優衣

婚活イベント「フォト婚～カメラで射止めろ～」



カメラやスマホを使っでの撮影を楽しみながら、新しい出会いを見つけませんか。

開催日時 3月17日(日) 13時～16時

対象 写真を撮るのが好きな独身男女 **定員** 男女各10名程度 **参加費** 無料

申込方法 応募フォーム、窓口、FAX、メール **申込期限** 3月7日(木)

問い合わせ・申込先 子育て支援課 企画係

☎(34)9007 ☎(34)9003 ✉kosodate@city.shimanto.lg.jp



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。

2月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
17日(日)	市民病院	☎(34)2126
20日(水)	中村クリニック	☎(34)5100
24日(日)	吉井クリニック	☎(34)5005
31日(日)	さくらクリニック	☎(35)2555
4月7日(日)	市民病院	☎(34)2126
14日(日)	木俵病院	☎(34)1211

人のうごき ~1月末日現在~ ()内は、前月との差

総人口	31,897人 (△44)	転入	44人
男	15,153人 (△15)	転出	41人
女	16,744人 (△29)	出生	11人
世帯数	16,492世帯 (△26)	死亡	58人



日直指定水道業者



●水道料金は口座振替で●

2月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
16日(土)	㈲夕部設備	☎(34)8651
17日(日)	株奥宮工業	☎(37)5151
20日(水)	㈲大同設備	☎(35)4879
23日(土)	㈲山下建設	☎(33)0653
24日(日)	豚座建設株	☎(34)6031
30日(土)	㈲平野水道	☎(35)2316
31日(日)	株森下住宅設備	☎(34)4855
4月6日(土)	中村水道工事センター	☎(35)4323
7日(日)	株中村住設	☎(34)3621
13日(土)	㈲大杉設備工業	☎(34)2324
14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」4月号は 3月27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