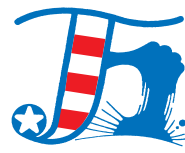




平成30年

広報 高松

ジョン万のふるさと佐清水



10

No.540

第12回 足摺きらり 10月6～7日開催

休日当直医

- 10/ 7(日) 松谷病院 天神町 ☎82-0001
- 10/ 8(祝) 渭南病院 越前町 ☎82-1151
- 10/14(日) 松谷病院 天神町 ☎82-0001
- 10/21(日) あしずり岬 天神町 ☎87-9100
診療所
- 10/28(日) 渭南病院 越前町 ☎82-1151

日曜営業ガソリンスタンド

- 10/ 7(日) たけだ石油(元町)
- 10/14(日) 江口石油(大岐) 福山石油(足摺)
- 10/21(日) 久松石油(越前町) 三浦石油(三崎)
- 10/28(日) カネ二石油(旭町)

市民の動き 平成30年8月31日現在

		前月比
総数	13768人	-20人
男	6518人	-11人
女	7250人	-9人
出生	3人	1人
死亡	17人	-3人
転入	22人	7人
転出	28人	8人
世帯数	7367世帯	-12世帯

～市役所お昼休みの 対応について～

事前に(出来れば前日までに)ご連絡いただければ正午から午後1時のお昼休みも対応しています。試行期間中です。ぜひ、ご利用下さい。
(市民課・税務課・収納推進課はお昼休みも通常業務を行っています)

「いのちの電話」相談電話

ひとりで悩まないで、こころの苦しみを、お話しください。
あなたがつらいとき、近くにいます。

高知いのちの電話協会
☎ 088-824-6300
ホームページ: <http://www.find-j.jp>

金婚式おめでとうございます

さる9月1日(土)、四万十市の新ロイヤルホテル四万十にて、高知新聞社・RKC高知放送等主催の「第61回金婚夫婦祝福式典」が開催されました。式典に参加したご夫婦は、お二人で歩んだ半世紀の道のりを振り返りながら、晴れやかに人生の節目をお祝いしました。



金婚式ご夫婦

(二十三組(敬称略))

下益野	爪白	下ノ段	清水ヶ丘	グリーンハイツ	緑ヶ丘	旭町	中央町	市場町	浦尻	”	”	中浜	”	松尾	以布利	”	”	”	”	下浦	布郷
早川	那須	弘田	田中	笹岡	問可	笹本	岩井	問可	松本	長崎	東谷	小川	上原	坂井	有田	時岡	横山	横山	中島	竹内	嶋崎
盛清・春子	隆雄・正子	好希・國惠	幸雄・律子	正利・恭子	秀隆・千代子	忠孝・方美	正一・奈留美	柁善・勝子	末廣・久美子	弘造・美津子	廣行・閨子	憲一・伊勢子	国弘・多香子	新市・美恵子	忠男・初美	猛・啓恵	浩一・節子	清志・幸美	進男・美恵子	茂芳・富久子	明松・笑美
																					征郎・菊美

土佐清水理容組合による 散髪ボランティアが45年を迎えました

今年も9月15日(土)の敬老祝賀会を前に、土佐清水理容組合所属の理容師8名による散髪が9月10日(月)に行われ、利用者様からは、「気持ちよくなった!」「さっぱりした!」との喜びの声が上がりました。理容組合による特老しおさいでの散髪ボランティアも今年で45年を迎え、特老しおさいの歴史とともに歩んできました。ご参加いただきました理容師のみなさまありがとうございました。これからもどうかよろしくお願ひします。

岡本 勝彦さん	永井喜代志さん
国久 哲巳さん	中田 和敬さん
黒原 一明さん	森田 隆さん
谷村早智子さん	濱瀨 昭人さん



災害時は
「かまど」に転用

清水中学校に防災ベンチ完成

「防災リーダー」と防災士・自主防災組織と共同製作

8月27日、中学校の「防災リーダー研修」の一環として、防災かまどベンチ(2基)の製作に取り組みました。

当日は、早朝から清水中学校の防災リーダーと防災士連絡協議会、自主防災会連絡協議会、教員等も含め30人が参加。台風20号接近前に、防災士連絡協議会の有志が基礎工事を行ってくれていたこともあって、中学生は、そのコンクリートの基礎にレンガを積み、ベンチになる木の座板作りなどの製作を始め、防災士からセメントの混ぜ方や左官のやり方等の手順を習いながら作業を行いました。

完成した防災かまどベンチは、普段はベンチとして使い、1基で大人4人ほどが座れ、災害時には座板を外すと2口のかまどが現れ、座板を鉄網に置き換えるとまきで煮炊きができるようになっています。

中学生に指導を行った防災士連絡協議会長の西川英治さんは、「初の試みとなった防災かまどベンチ作成を通じて、防災士・自主防災組織と中学生との交流を深めることができ本当によかった。これが必要になるような災害が起きないことを願うが、このベンチを通して防災への関心も高めてもらいたい。」と笑顔を見せていました。

今後、清水中学校では防災訓練を実施する際に、ライフラインの途絶を想定して、炊き出し等での利用を進めていく予定です。



「防災かまどベンチ」を地域で作ってみませんか？

市では、自主防災組織の活動に補助金を交付しています。

地域の避難場所に設置する「防災かまどベンチ」の資材費等も補助対象となります。

防災訓練に活用したり、万一の災害時に備えて、「防災かまどベンチ」を自主防災組織で作ってみませんか？

詳しくは危機管理課までお問い合わせください。 電話 87-9077

シニアソフトボール全国大会に！

市体育協会所属の土佐清水シニアソフトボールクラブ(会長 笹本忠孝・他18人)は、5月10日に開催された、こうちシニア交流ソフトボール大会で優勝、11月3日～6日開催の第31回全国健康福祉祭とやま大会のねりんピックとやま2018ソフトボール交流大会に高知県代表として出場することになりました。選手のみなさんの活躍を期待しています。



～会員募集～

シニアソフトは毎週水・土曜日の午後浦尻運動公園グラウンドで練習しています。58歳以上でご希望の方はお申込み下さい。

○お申込み先

787-0320 土佐清水市清水字笹原谷853-3(土佐清水市立市民体育館内)
土佐清水市体育協会事務局 TEL 0880-82-1087

第35回 土佐清水市産業祭

今年も冬の恒例「産業祭」を下記のとおり開催します。

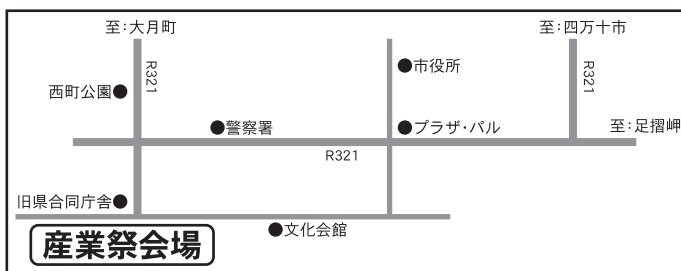
日時：12月1日(土)9:30～15:00

12月2日(日)9:00～15:00

場所：西町、旧県合同庁舎前広場(越漁港)

※出店を募集します！電話等でご連絡ください。必要書類を後日送付致します。締切：10月22日(月)

(過去3年間出店されている方には、個別に出店募集の通知をしています。全ての応募で出店者多数の場合は、実行委員会にて選考させていただきます。)



★お問い合わせ

土佐清水市産業祭実行委員会事務局
(市役所観光商工課内 TEL:82-1212)

台風・大雨などの災害に備えて

- ◆気象台が発表する警報・注意報など気象情報に留意するとともに、市から発令される避難勧告等に注意してください。
- ◆大雨による土砂災害・洪水・低い土地の浸水をはじめ、暴風、高波、高潮など、自分のいる場所ではどのような災害が起こりやすいのかを予め確認し、避難準備・高齢者等避難開始情報が発令されたら、明るいうちに安全な場所へ移動するなど、雨や風が強まる前に早め早めの安全確保をお願いします。なお、避難に際しては、食料等、必要なものは各自で持参してください
- ◆屋外での作業や不要な外出は控え、海岸や増水した河川・用水路など危険な場所には近づかないようお願いします。
- ◆台風の進み方によっては状況が変わってきますので、常に最新の情報を利用してください。

避難場所と避難所の違いについて

地震や津波、台風などの災害が襲ってきたときに、自分で自分の身を守るためには避難することが重要です。避難する場所は災害の種別やタイミングに応じて異なりますので、正しい知識を身につけ適切な避難行動をお願いします。

名 称	内 容	代表的な場所
避難場所 (一次避難場所)	避難場所とは、突発的に発生する津波などの危険から身を守るために一時的に避難する高台などのことです。 ※津波注意報・警報等の場合、必ずしもこの避難場所まで避難しなくてはならない、ということではありません。一刻も早く、近くの高台に避難することが重要です。	・市役所上 ・市民センター裏山(下浦、三崎浦) ・墓地(立石、下川口郷) ・天満宮(布、下益野)
避難所 (二次避難場所)	避難生活がある程度長引くと考えられる場合に避難者が生活するための施設(学校の体育館など)のことです。また、大雨や台風などの風水害により自宅が被害を受ける(恐れがある)など、避難が必要となった方が一時的に避難するための施設のことです。 ※風水害時の避難所は、避難が必要な方の人数や所在に応じて、開設する避難所が変わります。	【地震津波】 ・防災コミュニティセンター ・清水中 くらら保育園 ・中央公民館 【風水害】 ・3市民センター ・中央公民館

※市内にある避難所について、既に配布している「2018年保存版土佐清水市暮らしの便利帳」や市ホームページに記載されておりますので、ご確認ください。

緊急地震速報の訓練放送の実施について

国が実施するJ-ALERT(ジェイ・アラート)全国一斉試験放送に合わせて、土佐清水市でも緊急情報伝達訓練のための試験放送を行います。防災行政無線を使い、以下の内容の試験放送を実施します。

◎平成30年11月1日(木) 午前10時頃

放送内容

『こちらは、防災土佐清水市です。只今から訓練放送を行います。』

〔緊急地震速報チャイム音 + 緊急地震速報。〕×3回
〔大地震です。大地震です。これは訓練放送です。〕

こちらは、防災土佐清水市です。これで訓練放送を終わります。』

※訓練当日の地震・気象状況によっては、中止する場合があります。

※テレビ、ラジオ、携帯電話(緊急速報メール)では、訓練用の緊急地震速報は放送されません。

<問い合わせ先>

市役所危機管理課 87-9077

赤い羽根共同募金

今年も10月1日から赤い羽根共同募金運動が全国一斉に始まります。皆さまのご協力をよろしくお願い致します。

共同募金は、市内の様々な福祉活動に使われています。



☆お問い合わせ先☆
土佐清水市社会福祉センター内
土佐清水市
共同募金委員会
電話82-3500



下ノ加江まちあるき

今井専門員が清水の集落と地質・地形とのつながりを解説する“まちあるき”を行ないます。今回は下ノ加江地区です。

メジカ漁が盛んな下ノ加江漁港はどうしてできたのか？ 下ノ加江と大地の関係に迫る90分です。

日時：10月13日(土) 10:00～11:30

集合場所：下ノ加江の浜の駐車場
(旧下ノ加江中学校テニスコート横)



専門員と一緒にジオパークを作ろう！

毎月恒例の「せんもんいんといっしょ」。今回は、下川口地区にお邪魔します！

専門員の講演ではなく、時間の許す限り意見交換や質問に答えていく形式にしたいと思います。気楽にジオパークのことを語り合みましょう。

日時：10月29日(月) 18:30～20:00

場所：下川口家(旧下川口保育園)

せんもんいん小話 vol.1 「深海」

視野を広げるために、
視野を狭めて見てみよう。
あなたにとって
新しい何か
みつかるかもしれない。

近頃、深海生物がよくメディアに取り上げられる。巨大なダイオウイカやダイオウグソクムシを見て、興味を持たれた方もいることだろう。深海に行ってみたいと思つた方もいるかもしれない。しかし、深海はあまりに遠い。宇宙旅行が現実味を帯びつつある昨今、宇宙よりも遠い場所と言ってもよさそうだ。

では、自前の潜水艇を用意できない私たちが深海に行くことは叶わないのだろうか。水族館の水槽で所在なげにしている深海生物を眺めて満足するしかないのだろうか。いや、そんなことはない。実は誰でも深海旅行を楽しめる方法がある。それは地層を見ることだ。

実は日本の大地のかなりの部分は、深海の地層からできている。深い海にたまった砂や泥が地殻変動によって、私たちの足元までやってきてい

るのだ。土佐清水も例外ではない。深海は身近にあるのだ。さっそく旅行に出かけよう。



旅先は、白と黒の縞模様の地層がきれいに見えているところがいい。まずは地層に触れてみる。白い層と黒い層では手触りが違う。層の厚さや模様も色々だ。光の届かない深海だが、永遠に静寂の世界というわけではないようだ。

目を凝らして石を見てみる。ウネウネあるいはツブツブした模様が見えただろうか。きっとそれは生き物たちが食事や移動をした痕が化石となったもの、生痕化石だ。ダイオウイカに比べればやや地味だが、深海生物が確かにここで暮らしていた、動かぬ(動いていた)証拠だ。

〈文〉 今井 悟

編集後記 「詩と地学」

私は科学者のエッセイが好きでよく読んでいます。科学者の言葉は認識できる世界を広げ、奥行きを与えてくれます。するとこれまで見えなかったものが目に付くようになり、神秘的で美しく、不思議が満ち溢れる世界が現れま

す。そんな感覚を味わってほしくて、今回は身近な科学者である今井専門員にジオの小話を書いてもらいました。今井さんの話を聞いていると、化石や地層はただの物質ではなく、いきいきとした個性を持った生き物のように見えてきます。「めぐる大地と黒潮が生み出す不思議な物語」というのが土佐清水ジオパー

ク構想のテーマなのですが、不思議というのは不確かなもので、誰もが同じように不思議だとは思えないものです。不思議を不思議と感じるためには、認識の世界を少し広げて、見えないものを見ようとしなないといけない。そのきっかけになるようなことを伝えていくのもジオパークの役目じゃないかと思えます。(事務局員 作田)



土佐清水市立清水ヶ丘墓地公園利用者の募集

随時受付中

土佐清水市立清水ヶ丘墓地公園位置図

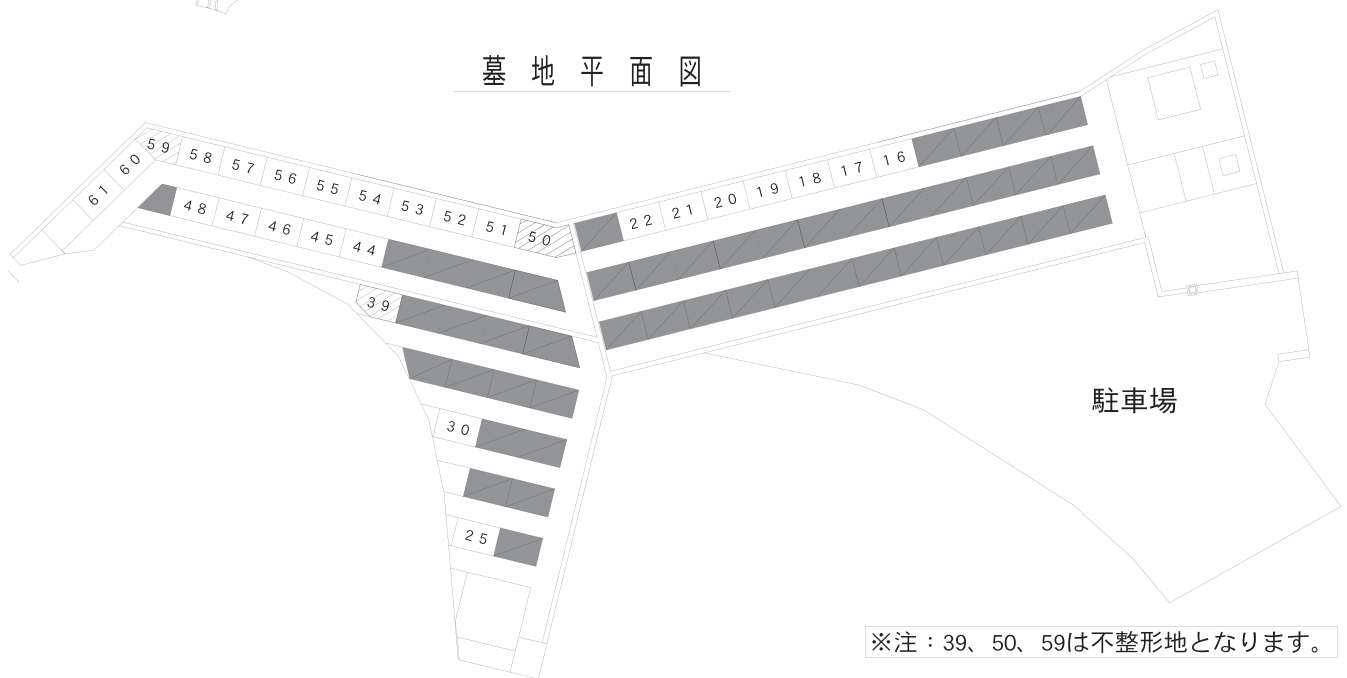


◆市では墓地の必要な方を募集しています◆

- ◆墓地場所 土佐清水市清水ヶ丘33番
- ◆墓地面積 364㎡ 61区画
- ◆募集墓地区画数 27区画
- ◆永代使用料

1区画(6㎡)	330,000円/区画
不整形地 39	208,000円/区画
50	400,000円/区画
59	204,000円/区画
- ◆申込方法 随時受付
 - ・先着順での受付とさせていただきますので、既に募集が終了している区画がある場合があります。
 - ・申込み・お問い合わせの際は下記の墓地平面図の番号よりご希望の番号をお選びください。
- ◆申込対象者 土佐清水市に本籍もしくは住所を有する者
または既に祖先の墳墓を有する者
※住所が市外の方は、市内在住の代理人を選定する必要があります。
- ◆ご不明な点は下記までご連絡ください。
お問い合わせ先 市役所まちづくり対策課
都市整備係 電話 82-1255

墓地平面図



※注：39、50、59は不整形地となります。

現地写真





うまれてきてくれてありがとう



下川口 福島 圭一さん 孫



はしもと とあ
竜串 橋本 燈和くん
平成30年7月27日生
親からのメッセージ
「お兄ちゃんと仲良く
優しい子になってね。」



たなか
下川口 田中 いんぐくん
平成30年6月1日生
親からのメッセージ
「元気いっぱい、
えい子に育ってね。」

たけまさ そら
グリーンハイツ 武政 碧空くん
平成30年7月3日生
親からのメッセージ
「あお空のような心の
大きな人になってね!」

ぶんの ゆいと
三崎浦 文野 結仁くん
平成30年6月12日生
親からのメッセージ
「ご縁に感謝し、笑顔で大きな輪を
結ぶ人になって下さい」



土佐清水ライオンズクラブ 出産家庭にバスタオルをプレゼント

土佐清水ライオンズクラブが奉仕目標として掲げている「土佐清水に生まれてくれてありがとう」の一環として、市内の平成30年度中に赤ちゃんが誕生したご家庭に配布する、バスタオル60枚を寄贈していただきました。

ライオンズクラブの中村正志会長らが市役所を訪れ、贈呈式が行われました。市でお預かりしたバスタオルは、健康推進課を通じて各ご家庭にお渡しします。



里親募集

～あなたを必要としている子どもたちがいます～

さまざまな事情によって家庭で生活できない子どもたちがいます。そのような子どもたちをみなさんの家庭に迎え入れ、愛情を持って養育していただく制度が「里親」です。人のつながりを感じることができる家庭の温かい雰囲気の中で、子どもの健やかな成長とともに見守っていただけませんか。

里親に関心のある方は、福祉事務所または幡多児童相談所までお問い合わせください。

【お問い合わせ】

◇市役所福祉事務所子育て支援係 ☎87-9011

◇高知県幡多児童相談所 ☎0880-37-3159

保育士 臨時職員を 募集しています！

保育士資格を有し保育関係の仕事に就きたいと考えている方は、臨時職員登録をお願いいたします。

○登録方法○

「臨時職員登録申込書」に必要事項を記載し、市役所福祉事務所または総務課人事係まで提出してください。申込書は福祉事務所、各市民センター、市役所ホームページにあります。

○募集要項○

勤務内容：園児の保育 資格等：保育士資格

賃金：(経験年数に応じて)7,500円～8,500円/日

<お問い合わせ> 市役所福祉事務所 子育て支援課
担当 中久保・津野 ☎87-9011

臨時職員(学校看護師)を 募集しています。

看護師資格を有し、小学校で看護用務に就く臨時職員を募集していますので、希望される方は、下記により臨時職員登録をお願いいたします。

<登録方法>

「臨時職員登録申込書」に必要事項を記載し、市役所学校教育課または総務課人事係まで提出してください。申込書は総務課、各市民センター、市のホームページにあります。

<募集要項>

勤務内容：児童の看護用務等 資格等：正看護師又は准看護師資格

賃金：9,600円/日

<お問い合わせ> 市役所学校教育課 学校教育係
担当：速川・弘田 電話：82-1116

平成31年度 土佐清水市奨学生募集

土佐清水市教育委員会では、下記のとおり平成31年度の奨学生を募集します。

※現在貸与を受けている方で、来春進学を予定し、進学先でも引き続き奨学資金の貸与を希望する方は、新規申込が必要です。

【貸与資格】

本市に住所を有する家庭の学生で、高等学校以上の学校に入学予定または在学し、学資の支弁が困難な者。

※申請は修業途中(2年生・3年生・4年生から)でもできます。

※選考により貸与できない場合があります。

【貸与する額】(いずれも無利子)

・高等学校又はこれと同程度の学校に在学する者

月額13,000円以内

・短大・専修学校又はこれと同程度の学校に在学する者

月額30,000円以内

・大学・大学院又はこれと同程度の学校に在学する者

月額40,000円以内

【申請方法等】

受付期間:平成30年11月1日(木)～30日(金) ※期間厳守

提出書類:奨学資金貸与申請書

(教育委員会学校教育課及び各市民センターで10月中旬より配布します)

選考基準:世帯の住民税課税総額がおおむね50万円以内

(申請時、所得・課税状況等の確認について同意をいただきます)

◎選考後、平成31年2月初旬に内定を通知します。

その後、4月22日までに在学証明書を提出していただき、5月初旬に決定を通知します。

◎貸与決定後、次の書類を提出していただきます。

①借受申込書兼支払確約書

(保護者1名を含む連帯保証人2名の署名・押印)

②銀行口座振込依頼書

返還に対する助成もあります

～土佐清水市人材育成奨学資金等助成金～

高知県立清水高等学校を平成28年度以降に卒業後直ちに大学等に進学し、その際上記土佐清水市奨学資金及び日本学生支援機構奨学金の貸与を受けた方で、卒業後直ちに土佐清水市に帰郷し就業するなど、一定の条件を満たす方には、返還した額に対する助成があります。

詳しくは、下記までお問い合わせください。

☆お申し込み・お問い合わせ☆

教育委員会 学校教育課 学校教育係 電話(82)1116

シルバー人材センターからのお知らせ

シルバー人材センターは、60歳以上の元気で働く意欲のある方が会員となり、豊かな経験と知識・優れた技術と技能を社会に提供します。

シルバー人材センターでは、こんな仕事をしています。

- 技術・技能 大工仕事、左官・ブロック工事、庭木剪定、襖・障子の張り替え、畳作成・表替えなど
- 事務・筆耕 一般事務、宛名書き、毛筆筆耕など
- 折衝・外交 チラシの配布、検針、調査員など
- 一般作業 屋内の清掃、家具の移動、草刈り・草引き、畑仕事、屋外の清掃、墓地清掃など
- サービス 家事援助サービス、福祉サービスなど
- 派遣 学校用務員、車の運転、各種工場作業員など

60歳以上の元気で働く意欲のある会員を募集中!

企業や個人、公共団体などからの仕事依頼もお待ちしています。

☆お気軽にご相談ください☆

お問い合わせ先

土佐清水市シルバー人材センター 汐見町11-23

TEL (0880) 82-5757 FAX (0880) 83-0390

平成31年度 採用 図書館・公民館職員採用試験

市民図書館と中央公民館の指定管理者である特定非営利活動法人図書館結の会は、職員採用試験を行います。

1.募集内容

募集する職	正規職員
採用予定者数	1名
勤務開始日	平成31年4月1日(月) ※3ヶ月間を試用期間とします。
受験資格	(1)昭和58年4月2日から平成13年4月1日までに生まれた人 (2)採用後、土佐清水市に居住できる人 (3)学歴・性別は問いません
勤務場所	土佐清水市立市民図書館または土佐清水市立中央公民館 ※採用後に決定
職務内容	(1)図書館業務:資料の収集・提供等図書館法第3条に関する業務 (2)公民館業務:講演会の開催等社会教育法第22条に関する業務

2.試験内容・日程等

試験種目	内 容	試験日
1次試験	一般教養試験 高校卒業程度の一般教養に関する試験	平成30年11月11日(日)
2次試験	小論文試験 800字以上1,200字以内	平成30年12月 8日(土) ※1次試験合格者のみ実施
	面接試験 個別面接による口述試験	
合格発表日	平成30年12月中旬予定	

3.募集要項の配布等

配布場所	市民図書館(1階カウンター)または同館ホームページからダウンロード http://www.tosashimizu-public-library.jp ※10月1日(月)から
受付期間	平成30年10月1日(月)～平成30年10月24日(水) ※配布・受付ともに平日:午前10時～午後7時・土日:午前10時～午後6時 ○8日(月・祝)は休館日です。ご注意ください。

くわしくは募集要項をご覧ください。

(お問い合わせ)特定非営利活動法人図書館結の会事務局

〒787-0306 土佐清水市幸町4-19

土佐清水市立市民図書館内 TEL 0880-82-4151

平成31年度 高知県立農業大学校一般募集(前期)

～目指せ農業のスペシャリスト～

◇一般募集(前期)の日程、出願方法は次のとおりです。

試験日	11月20日(火)
出願期間	10月31日(水)～11月9日(金)
募集定員	園芸学科45人 畜産学科5人
募集案内	高知県立農業大学校のホームページからダウンロード可
出願方法	願書に2,200円分の県収入証紙を添付持参、郵送(書留)
対 象	次のいずれかに該当する者 ①高等学校を卒業した者又は卒業見込みの者 ②高等学校卒業程度認定試験合格した者 ③知事が①②の者と同等以上の学力を有すると認めたる者
選考方法	筆記試験 必須科目「国語総合」漢文・古文を除く 選択科目「数学1・農業と環境」のうち1つ 面接試験
修業年限	2年
問い合わせ先	〒781-2128 吾川郡いの町波川234番地 高知県立農業大学校 TEL 088-892-3000 http://www.nogyo.tosa.pref.kochi.lg.jp

授業料は、年額118,800円で、校内および寮には、Wi-Fiを完備しています。

入試に関する詳しい内容については、農業大学校教務担当に電話でお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。

空き家探しています！

年々増えていく空き家、そのままにしていると傷みが早くなり、老朽化が進みます。
土佐清水への1・Uターンを希望している方々へ、お貸しいただけませんか？



貸したいけど荷物がある

こんな方法もあります！

- 残しておきたい荷物を一部屋に納めてその部屋以外を賃貸する。
- おおまかに整理しておき、入居者が決まったら片づける
- 家具は借りの方が使用可能など。

将来、子や孫が使用するかもしれない

契約期間を定めることができます。
要望に合わせて、賃貸条件を決めることができます。



空き家は
あるけれど…

修繕しないと住めない

ご安心ください！

借りの方が修繕費を負担する代わりに家賃を安くする
ケースがほとんどです。



市の担当者が直接
調査に参ります。

市の空き家バンクへ登録！

ご相談だけでも構いませんので、空き家情報をお持ちの方はぜひご連絡ください。

市役所企画財政課 地域づくり支援係 移住促進担当
TEL:82-1181 / E-mail:iju@city.tosashimizu.lg.jp

空き家情報更新しています

土佐清水市 最新空き家情報

検索



高知県行政書士会 コスモス高知 なんでも無料相談会

生活保護・成年後見・相続・遺言・離婚等日常生活に係る何でも相談に、高知県行政書士会と、行政書士で構成する一般社団法人コスモス成年後見サポートセンター高知県支部会員が無料で応えます。(ご予約不要)

とき 平成30年10月6日(土曜日)9時30分から13時30分まで

ところ 土佐清水市中央公民館2階 会議室
高知県土佐清水市天神町11番15号(82-0472)

主催 高知県行政書士会
一般社団法人 コスモス成年後見サポートセンター高知県支部

後援 土佐清水市社会福祉協議会

お問い合わせ

0880-37-1202 (担当 高知県行政書士会員 コスモス高知会員 曾根)

平成30年度 赤十字救急法基礎講習並びに 赤十字救急法救急員養成講習会の 受講者を募集します！

南海トラフ地震や万が一の事故やケガから命を守り、医師又は救急隊に引き継ぐまでの正しい知識と応急手当の実技を取得することを目的に、標題の講習会を開催します。ひとりでも多くの方に、救急法救急員の知識・技術を取得していただき、何かあったときに冷静に対応ができるよう、皆さまからの受講をお待ちしております。

日 時	内容
○1日目 平成31年1月19日(土) 13時～17時	計4日間
○2日目 平成31年1月20日(日) 9時～17時	
○3日目 平成31年2月 2日(土) 10時～17時	
○4日目 平成31年2月 3日(日) 9時～15時	

会 場 土佐清水市立中央公民館3階 多目的ホール
会 容 学科、実技(一次救命処置、きず・骨折の手当、搬送等)
※全日程を受講し、最終日の試験(学科・実技)に合格した方に、赤十字救急法救急員認定証(有効期間5年)を交付いたします。

※詳しい日程表につきましては、下記までお問い合わせください。

講 師 赤十字救急法指導員
受講資格 15歳以上の健康な男女
受 講 料 無料
定 員 40名

受講申し込み・お問い合わせ先

※受講希望の方には、開催要綱、日程表、受講申込書をお送りいたしますので、お問い合わせください。

土佐清水市社会福祉協議会
〒787-0323 土佐清水市寿町11番9号 社会福祉センター内
TEL:82-3500

市営駐車場利用者募集【随時募集中】

土佐清水市では、市営駐車場の利用者を募集しています。

元町	所在地	土佐清水市元町101番
元町	収容台数	13台(契約済4台)
	貸付額(月額)	5,000円
	所在地	土佐清水市緑ヶ丘380番18
緑ヶ丘 (旧市営住宅跡地)	収容台数	11台(契約済8台)
	貸付額(月額)	3,000円
	所在地	土佐清水市緑ヶ丘380番18
緑ヶ丘 (旧環境省跡地)	収容台数	9台(契約済2台)
	貸付額(月額)	3,000円
	所在地	土佐清水市緑ヶ丘380番18

※詳細はホームページをご覧ください。

<https://www.city.tosashimizu.kochi.jp/kurashi/section/soumu/9519.html>
お問い合わせ先 市役所 総務課 財産管理係 電話 82-1134(直通)

椿の種子 買取について

現在、当センターの「足摺椿油」は、大変好評で市内の方ももとより、県内外の方からも注文を多く頂いております。今年も10月4日(木)～11月29日(木)までの予定で椿の種子の買取をします。

買取曜日 毎週木曜日 買取時間 9時～11時
※買取金額は、1kg=650円(実の中の種子のみ)です。
※ご持参の際には、印鑑をお持ちください。

お問い合わせ先

土佐清水市シルバー人材センター 汐見町11-23
TEL(0880)82-5757 FAX(0880)83-0390



第42回 土佐清水市市民体育祭

秋はやっぱりスポーツ！今年も元気に頑張りましょう！

出場者募集中！！

※参加申込は、土佐清水市立市民体育館内 土佐清水市体育協会へ
TEL: 82-1087 FAX: 82-0354

主催：土佐清水市体育協会
共催：土佐清水市教育委員会
後援：高知新聞社・土佐清水市スポーツ推進委員・
特定非営利活動法人 スポーツクラブ スクラム

	種 目 名	開 催 日 時	会 場	申 込 期 日
大 会 日 程	空手	10月 7日(日) 13時～	市民体育館 アリーナ	
	硬式テニス	10月 7日(日) 9時～	総合公園 テニス場	
	バトミントン	10月 7日(日) 9時～	市民体育館 アリーナ	
	ゲートボール	10月12日(金) 8時30分～	竜串ゲートボール場	10月 5日(金)
	剣道	10月28日(日) 9時～	旧清水中学校 格技館	10月22日(月)
	グラウンド・ゴルフ	10月29日(月) 8時30分～	総合公園 多目的広場	10月22日(月)
	スカッシュバレー	11月18日(日) 9時～	旧清水中学校 体育館	11月11日(日)
	シニアソフトボール	11月25日(日) 9時～	総合公園 多目的広場	
	ペタンク	12月15日(土) 8時30分～	三崎浦ニコニコ公園	12月 7日(金)
	相撲	1月に開催予定	旧清水中学校 相撲場	

第23回 蜷湖まつり 今年は10月28日(日)に開催！

- ・10:00～14:00(小雨決行)
- ・会場：中筋川ダム(宿毛市平田町黒川)
- ・平田駅、または工業団地・梅ノ木公園・いこいの森の各臨時駐車場から無料シャトルバスで約5～10分

中筋川ダムの秋と言えば、「蜷湖まつり」。今年もやります！地元婦人会の手作り「うまいもの市」、防災・環境学習コーナー、堀内佳さんの歌のステージ、プラスバンドの演奏、よさこい踊り、書道パフォーマンス、子どもたちに人気のはたらく車など、楽しみがいっぱい！ご当地「ゆるキャラ」たちとの記念撮影もできます。



恒例のダム内部見学も実施！「蜷湖まつり」限定イルミネーションで幻想的に輝くダムの通路を歩いて外に出れば、ダイナミックなダムの姿が目の前に！迫力満点の洗浄放水(12:00、13:00、14:00)は必見です。
※10月下旬の高知新聞折り込み広告でもご確認ください。



【お問合せ】
蜷湖まつり実行委員会(中筋川ダム)
Tel. 0880(66)2501



第12回 足摺きらり開催 併せて、フォトコンテスト開催

10月6、7日(土、日)金剛福寺に竹灯籠を設置し、ジョン万次郎銅像がある園地に光のモニュメントを設置します。園地の光のモニュメントはイベント終了後も約1ヶ月間の常設点灯を予定しています。幻想的な雰囲気を楽しめる足摺きらりをぜひご覧ください。

今年もフォトコンテストを開催します。市役所HPをご覧ください。

入賞された方には、特産品などが贈られます。
(応募期間はH30.10.6～H30.11.10まで)

日 程：平成30年10月6～7日(土日)
※雨天の場合は予備日10月8日(月)も開催
オープニング：10月6日(土)16:00～
足摺岬小学校の児童による太鼓演奏
：10月7日(日)16:00～
ご当地アイドルS S D 38のパフォーマンス

点灯時間：日没～21:00頃
点灯期間：10月6日(土)～11月4日(日)
【お問合せ】足摺きらり実行委員会(観光商工課内)
TEL: 82 - 1212



「美術展覧会」のお知らせ

第58回 土佐清水市美術展覧会が下記の日程で開催されます。
開催期間 平成30年10月19日(金)～10月24日(水)
19日～23日 午前9時～午後5時
24日 午前9時～午後4時
開催場所 土佐清水市立市民文化会館
お問い合わせ 土佐清水市教育委員会生涯学習課
TEL 82-1257

■ 不動産合同公売会のお知らせ ■

幡多広域市町村圏事務組合租税債権管理機構は、地方税等の滞納により差し押さえた不動産を売却する不動産公売会を、高知県幡多県税事務所と合同で次のとおり開催します。

- ◆公売方法: 期日入札による会場公売
- ◆日時: 平成30年11月16日(金) 13:30受付開始 14:00入札開始
- ◆公売会場: 四万十市中村山手通19 高知県幡多総合庁舎 3階大会議室
※会場は駐車台数が限られています。あらかじめご了承ください。
- ◆公売物件: 土佐清水市税務課及び収納推進課窓口へ備え付けのチラシ又は租税債権管理機構ホームページの「公売情報」をご確認ください。
- ◆公売保証金: 各物件の公売保証金は現金に限らせていただき、受付時にお預かりします。物件を落札されなかった方には、公売会終了後にお返しします。
- ◆買受代金納付期限: 平成30年11月26日(月) 14:30まで
- ◆必要な持ち物: 身分を証明するもの(公の機関が発行した顔写真付きのもの: 免許証、パスポート等)、印鑑(認印可)、農業委員会等が交付する「買受適格証明書」(農地該当物件に入札する場合のみ)、委任状(代理人が入札手続きを行う方のみ)
※「買受適格証明書」は、申請受理から証明書交付まで時間がかかる場合があります。詳しくは、公売物件所在地の農業委員会にお問い合わせください。
- ※物件によっては、状況により公売が中止となる場合があります。
- ◆現地案内: 事前に物件の下見を希望する方はご連絡をお願いします。
[問い合わせ先]
- ◆幡多広域市町村圏事務組合 租税債権管理機構
TEL: 0880-34-1301
ホームページ: http://www.hata-e.co.jp/~hata_sozei/
- ◆高知県幡多県税事務所 納税担当
TEL: 0880-35-5972

平成30年度土佐清水市「市民後見人」養成講座開催 あなたも市民後見人として活動しませんか?

認知症や知的障害、精神障害があり判断能力が十分でない方が住み慣れた地域で安心して生活を継続していくために、地域住民が「市民後見人」として本人に代わって福祉サービスの契約や財産管理などを行う制度です。

「市民後見人」として活動を行う上で必要となる知識や技術について学ぶ養成講座を行いますので、多くの皆さんの受講をお待ちしております。

講座回数	日程	時間	主な内容
第1講	11月29日(木)	9:30~16:00	オリエンテーション・成年後見制度の基礎と概論・対人援助の基礎
第2講	12月4日(火)	9:00~16:00	対象者理解「高齢者」及び高齢者施策・介護保険について・市民後見人概論
第3講	12月5日(水)	9:00~16:00	成年後見の実務・市民後見人活動の実際と実践報告
第4講	12月13日(木)	9:30~16:00	家庭裁判所の役割・対象者理解「障害者」
第5講	12月16日(日)	10:00~15:30	権利擁護「虐待予防」について・市民後見人による実践活動
第6講	12月19日(水)	9:00~15:30	リスク管理・個人情報の保護について・民法の基礎理解・本人を支える制度活用
第7講	1月9日(水)	9:30~16:30	障害者福祉施策について・犯罪予防と消費者保護・後見活動の実践・修了式

- *各講師は、市役所、社協及び司法書士、医師、教授等の専門職が行います。
- ◆会場 土佐清水市社会福祉センター 3階 大会議室
- ◆対象者 ①市内に住所を有する者
②市民後見人に関心があり社会貢献への意欲と熱意がある者
③全ての課程を受講できる見込みがある者
- ◆受講料 無料 (テキスト・資料はこちらで用意します)
- ◆内容 詳細は土佐清水市社会福祉協議会のホームページに掲載しています。
- ◆申込締切 平成30年11月2日(金)
- ◆受付・お問合せ
〒787-0323 土佐清水市寿町 11-9 土佐清水市社会福祉センター内
社会福祉法人土佐清水市社会福祉協議会
TEL0880-82-3500 FAX0880-82-4047

幡多福祉保健所よりお知らせ

動物の遺棄・虐待は犯罪です

「動物の愛護及び管理に関する法律」より

愛護動物を捨てたり、傷つけたりすると法律で罰せられます。終生、愛情と責任をもって飼養しましょう。

- 動物虐待・遺棄: 100万円以下の罰金
- 動物殺傷 : 2年以下の懲役または、200万円以下の罰金

猫への無責任なエサやりによる迷惑を考えていますか?

まちの中には、猫が好きなのもいれば苦手なのもいます。「かわいそうだから」とエサをやる人もいれば、敷地に糞尿をされて、迷惑に思う人もいます。

下記を参考にして、周囲に配慮した理解の得られるエサやりの方法を考えましょう。また、適切なエサやりは、お腹をすかせた猫がゴミを荒らす等の被害を未然に防ぐことができます。

エサを与えるときは・・・

- 迷惑のかからない場所を選びます。
- 必ず容器に入れ、決まった時間に与えます。
- エサは置いたままにせず、食べ終わるまで待って、きれいに片付けます。
- 糞尿で困っている場所を、積極的に清掃します。

不妊・去勢手術を受けさせましょう

猫は、一回の出産で3~6匹の子猫を産み、1年に2~3回の出産が可能です。

高知県では、県内(高知市除く)に生息するメス猫の不妊手術の一部(飼い猫6千円、飼い主のいない猫1万円)を負担しています。手術前の申請が必要ですので、詳細については幡多福祉保健所(0880-34-5119)まで、お問い合わせください。

※申請数が上限を超えた場合、負担金が交付されないことがあります。

問い合わせ先

幡多福祉保健所 〒787-0028 高知県四万十市中村山手通19
電話番号 0880-34-5119

犬を飼われている方へ

犬を散歩に連れて行くときは、ビニール袋などを持って行き、フンは必ず持ち帰り適正に処理をするようお願いします。

市役所 環境課 (82-1214)

幡多山もりフェス2018

- 日時 平成30年10月28日(日) 10:00~15:00
*雨天決行、荒天中止

- 場所 四万十市不破地先(四万十川左岸河川敷)

- 主催 幡多地区森林組合協議会

- 内容

6回目のテーマは、『学べる 遊べる 山もりフェス』
山や木と触れ合いながら、学んで、遊んでもらいたい!という想いから始まった、幡多山もりフェス。

今回も勿論楽しいワークショップ、おいしいもの、楽しさ・学びをたくさん用意して待っています。

- 問い合わせ先

幡多山もりフェス実行委員会 事務局(宿毛市森林組合内)
0880-63-3151



「足摺・竜串ざまあな黒潮便」申込受付中

土佐清水市の黒潮の恵みで作られる旬の旨いものは絶品、この冬ご自宅用、ご贈答にぜひご賞味下さい

冬便12月お届け(内容)

- ・黒潮鍋セット(鯛ブツ切り1kg、長太郎貝5枚、魚のツミレ260g)
- ・芋もち(500g)
- ・だしが良くでる宗田節割れおかき(1袋/50g)
- ・姫かつお飯(1袋/2~3人前)
- ・季節の野菜(根菜各種)
- ・宗田だしぼん酢(360ml)
- ・ポンカン(5個)
- ・味噌っカス娘ラッキョウ(1袋/100g)

冬便 申込締切 平成30年11月30日(金) 12月お届け
1セット7,500円

※ お届け日は、お届け先に事前確認しお届けします。
※「土佐清水市ふるさと元気寄附金(ふるさと納税)」でもお取扱いしておりますので、ぜひご利用ください。(ただし、土佐清水市に住民登録がある方については、ご寄附いただいても返礼品の対象外となります。あらかじめご了承ください。)

詳細はホームページをご覧ください

ざまあな黒潮便



お問合せ・お申込は(一社)土佐清水市観光協会
TEL (0880) 82-3155 FAX (0880) 82-3156



土佐清水市公認キャラクター 「宗田ぶっしー君」が、ゆるキャラ達の祭典 ★「ゆるキャラ®グランプリ2018」へ★ 今年もエントリーしています！ 目指せ1位！

「ゆるキャラ®グランプリ2018」の投票は開始されており、投票期間は11月9日(金)18時までとなっております。携帯、スマートフォン、パソコンなどで、アカウント登録をいただき1アカウントにつき、1日1回投票ができます。毎日投票をお願いします！

【昨年度までの結果及び目標】

- 2015年 1,727体中 546位 3,849票 92日間
- 2016年 1,421体中 640位 2,093票 95日間
- 2017年 681体中(ご当地キャラ) 287位 1,782票102日間
- 2018年 506体(ご当地キャラ)目標5,000票以上101日間

土佐清水市、そして本市特産品である宗田節を全国にPRできる良い機会となりますので、皆さまの清き一票をよろしくお願いいたします！！

詳細は、「ゆるキャラ®グランプリ2018」のホームページをご覧ください。

投票期間11月9日(金)18時まで



※投票は無料ですが、通信回線契約状況により別途通信料がかかる場合があります。



高知県 立地企業 合同企業説明会

【開催日】

宿毛市:10月19日(金) } 13:00~16:00(12:30~受付開始)
四万十市:10月20日(土)

【会場】

宿毛市:宿毛市立中央公民館(宿毛市中央2丁目7-14)
四万十市:四万十市立中央公民館(四万十市右山五月町8-22)

【内容】

企業によるプレゼン、個別ブースでの企業説明、ハローワークの相談コーナーもあります。

面接会ではなく、説明会ですので、求職中の方をはじめ、立地企業に興味がある方、ちょっと話だけ聞いてみたい方など、どなたでも参加できます。お気軽にお越しください。

※ハローワークの相談コーナーは10月20日の四万十市会場には設置していません。

【料金】 入場無料

【その他】

事前予約不要、履歴書不要、服装自由、入退場自由、無料駐車場有

【問い合わせ先】

高知県庁 企業立地課 電話 088-823-9693

みなさんの地域活動を応援します コミュニティ助成事業

平成30年度一般財団法人自治総合センターの宝くじの助成を受けて、市野瀬地区で地域の集会やイベント等のコミュニティ活動の活性化を図ることを目的に、机・椅子・卓球台・カラオケセット・マッサージチェア等の備品を整備しました。

今後も、地域住民の連帯感の向上及び地域コミュニティ活動の活性化を図っていきます。



SHIKOKU サイハテ TROPICAL

としまぎれと音の祭典
飲食・物販出店多数

at PLACE
海のギャラリー
野外芝生広場
電車 土佐清水 高知

BOOM TARE BOOM

DJ
Doc.Koyamantad 松山
Daisuke Kamihara 清水
さちミア 四万十
Rainbow man 清水
dAMAZING 三原
チョモランマ 清水

2nd DJ booth
Shingo Woodoo Nakaseko
シロイヌ Mars チャーミー
SNG RINGOPAN SSK
...and more

Guest LIVE
SOUL CRAP II
Taiki Kads Miida
FROM TOKYO

BOOMDIGI
FROM KUMAMOTO

LIVE
Soulcrap 東京
(Taiki & Kads Miida)

BOOMDIGI 熊本

入場料
¥1,000-
高校生以下無料
sunday holiday

10/7
OPEN START 12:00~21:00

吉川 & 青山 DUO 高知
Salario Minimo 四万十
下心ズ 清水
BunBun the MC 清水

平成30年度第68回高知県芸術祭助成事業 KOCHI ART PROJECT2018

森川・海 かがやく未来へ 水の旅
第38回 全国豊かな海づくり大会~高知家大会~
平成30年
10月27日(土)
28日(日)開催!!

「明治150年記念 第38回全国豊かな海づくり大会~高知家大会~」の開催

「明治150年記念 第38回全国豊かな海づくり大会~高知家大会~」が10月27日(土)と10月28日(日)に開催されます。

本大会は10月28日に式典行事を高知市文化プラザがるぼーと、海上歓迎・放流行事を宇佐しおかせ公園で行います。

また、県民の皆さまが参加できる「豊かな海づくりフェスタin こうち~第9回土佐のおさかなまつり~」を10月27日、28日に高知市中央公園で開催します。これは、毎年行っている「土佐のおさかなまつり」と合同開催し、県内の水産加工物等の販売や主に海や川に関連したステージ上での催しを行います。特にステージ上での催しは、多くのゲストをお呼びしておりますので是非お越しください。

「豊かな海づくりフェスタinこうち~第9回土佐のおさかなまつり~」ステージ内容

- 10月27日(土)
 - ・高知海洋高校のツナガールによるクロマグロの解体ショー
 - ・阿部夏丸さんと奥山英治さんによる仁淀川生物の紹介
 - ・桂浜水族館による水族館生物の紹介
 - ・SSD38土佐清水サバダンサーズによるライブ 等
- 10月28日(日)
 - ・大型ビジョンによる式典行事及び海上歓迎・放流行事の放映
 - ・さかなクンのトークライブ
 - ・福島県の「Wonderなみえ」によるよさこい踊り 等

詳しくは、第38回全国豊かな海づくり大会高知県実行委員会事務局(088-821-4690)(高知県水産政策課豊かな海づくり大会推進室内)までお問い合わせください。

めじかの里土佐清水 秋の大感謝祭 & 宗田節製造体験イベント開催！！

日時：平成30年10月21日（日） 10:00～

場所：道の駅「めじかの里土佐清水」 土佐清水市三崎671-1

道の駅「めじかの里土佐清水」では、下記の日程により秋の大感謝祭を開催します。

今回は、地元の新鮮な農産物や魚介類、飲食物などの販売に合わせ、「全国モーターボート競走施行者協議会」からの拠出金を活用して、地域の自然環境の保全と伝統産業のつながりをテーマとし、市の特産品である「宗田節」の模擬製造体験（小中学生親子を対象）等のイベントも同時開催します。

当日は、宗田節製造工程のパネル展示、地元生産者が丹精込めて育てた野菜や新鮮な魚介類、宗田節などを使った美味しい飲食物の販売、また多数のイベントをご用意していますので、皆様のご来場をお待ちしております。

10:00 ～ 開始

オープニングイベント：清水中学校音楽部による演奏
郷土芸能（バラ抜き節、上野地区太刀踊り）
新鮮野菜・魚介類・飲食物の販売（終日）
そば打ち実演・販売
お菓子投げ（小学生以下対象）
流しそうめん
宗田節削り体験

10:15 ～ 宗田節模擬製造体験（小中学生親子対象）

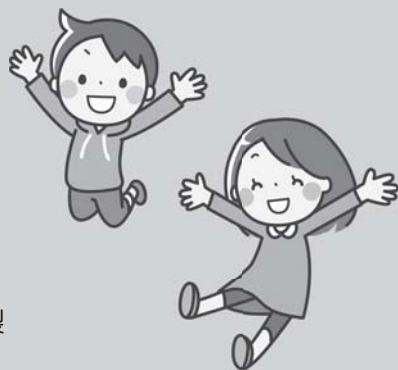
作業工程：メジカ釣り体験 → 大鍋でのメジカ煮熟 → 簡易燻製機作製
→ セイロ取り（骨抜き） → 焙乾（燻製）

宗田節製造工程パネル展示

※宗田節製造体験参加者（親子）を募集していますので、参加ご希望の方は下記までご連絡下さい。

15:00 終了

（注：雨天の場合も含め、イベント内容が変更・中止になる可能性があります。）



お問い合わせ先 道の駅「めじかの里土佐清水」 TEL:0880-83-1103・市役所農林水産課 水産係 TEL:0880-82-1114

事業主の皆さまへ

「働き方」が変わります！

2019年4月1日から働き方改革関連法が順次施行されます。

【主な改正点】

①時間外労働の上限規制が導入されます

（施行：2019年4月1日～ ※中小企業は2020年4月1日～）

②年次有給休暇の確実な取得が必要です

（施行：2019年4月1日～）

③正規雇用労働者と非正規雇用労働者間の不合理な待遇差が禁止されます

（施行：2020年4月1日～ ※中小企業は2021年4月1日～）

■働き方改革関連法の詳細は、厚生労働省ホームページ「働き方改革の実現に向けて」をご覧ください。「働き方改革 厚生労働省」で検索してください。

■問合せ先

高知労働局雇用環境・均等室（電話 088-885-6041）

地域おこし協力隊だより

こんにちは。地域おこし協力隊の鈴木です。

今回は、下川口地区で平成29年8月に設立されました「集楽活動センター下川口家」について紹介します。



◎どのような経緯で設立されましたか

約2年間かけて地域の皆さんが座談会を重ね、視察や直販市、集落総会での説明などを実施しながら作成した規約・委員・役員・事業計画が設立委員会で承認されて設立しました。

◎目的と会員について教えてください

- 下川口地区を夢があり次世代につながる輝く地区にすることを目的としています。
- 下川口地区の全住民と、下川口家の目的に賛同する人が会員です。

◎どんな組織で活動しているのですか

- 下川口家には、以下の4部会があります。
- 【ワークわく部会】仕事をつくる・お金をかせぐ
 - 【環境・防災部会】環境・災害から身をまもる
 - 【遊遊部会】きずなをつくる・伝統をまもる
 - 【楽楽部会】生活を楽にする・皆で支え合う

平成30(2018)年度 土佐清水市人権教育推進講座 あなたのとなりの「ひゅーまんらいつ(人権)」

第一回講座

日 時:10月24日(水) 13:30~15:30
場 所:中央公民館3階多目的ホール
内 容:テーマ 同和問題
講 師:高知県人権啓発センター 池本正明 さん
演 題:「だれもが幸せにくらせるために」

第30回

三崎ふれあいじんけん祭の開催について

『出会い・ふれあいにより人権尊重の輪を広げ、自ら差別のない社会の実現をともにめざそう。』をテーマとして「第30回三崎ふれあいじんけん祭」を開催します。

今年はヒューマンバンド「光と熱」の宮崎 保氏をお招きして、部落問題を中心とした人権について歌と語りにより熱い想いを伝えていただきます。

また、三崎小PTAや地元女性部などによる売店もありますので、是非、ご参加ください。

●日 時:平成30年10月28日(日) 午前9時30分～

●場 所:三崎小学校体育館

(問い合わせ先)

第30回三崎ふれあいじんけん祭実行委員会事務局(竜申福祉センター内)

電話:85-0100

第10回

大岐じんけんふれあい収穫祭の開催について

人への優しさ、思いやりの心を深めることで人権意識の向上を図ることを目的に、「大岐じんけんふれあい収穫祭」を開催します。

幡陽小学校児童による鼓笛隊・じんけん作文・じんけん標語の発表、さらにはじんけんコンサート、その他屋外テントでは新鮮な野菜の販売等行いますので、たくさんのご来場をお待ちしております。

●日 時:平成30年11月4日(日) 午前10時30分～

●場 所:大岐区長場前広場及び大岐福祉センター

(問い合わせ先) 大岐地区人権教育推進協議会

電話:82-8844

心の健康相談のお知らせ

ひとりで悩んでいませんか?

人とのつきあいがどうもうまくいかない。

いろんなことを考えてしまっ、よく眠れない。

なにをするのもいやになり、家にとじこもっている日々が続いている…

など、心にゆとりが無くなって悩んだりしていませんか?

そんな時、お気軽にご相談ください。保健師等による電話相談・面接相談を随時お受けしています。

保健所では、相談される内容によっては精神科嘱託医の相談も受けることができます。

相談窓口

■市役所健康推進課保健指導係(保健師) ☎82-1121

■幡多福祉保健所 健康障害課精神保健福祉担当

☎0880-34-5124 または ☎0880-35-5979

行政相談週間(10月15日(月)~21日(日))

～困ったら一人で悩まず行政相談!～

国の仕事や手続き、サービスについて、困っていることがありましたら、総務省の行政相談をご利用ください。

総務省では、多くの皆さんに行政相談を利用していただけるよう毎年10月に「行政相談週間」を設け、各種の行事を行っています。

土佐清水市においても、次のとおり、「巡回行政・人権相談」(無料・秘密厳守)を開催します。なお、行政相談委員のほか、人権擁護委員や司法書士も参加しますので、お気軽にご相談ください。

●日 時:10月18日(木)13時~16時

●場 所:三崎市民センター

●相談員:行政相談委員、人権擁護委員、司法書士、
高知行政監視行政相談センター

医療保険・年金

道 路

相談窓口



医療保険や年金のこと
について教えて欲しい



国道の危険箇所を
改修してほしい



手続きや申請をどこに
したらよいか教えてほしい

◆お問い合わせ先

高知行政監視行政相談センター TEL:088-824-4100

ハロウィンジャンボ5億円

(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ5千万円

(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。



クーちゃん

各1枚 300円

10月1日(日)2種類同時発売!

発売期間 10/1(月)~10/23(火)

公益財団法人高知県市町村振興協会

児童家庭相談窓口電話

市役所福祉事務所子育て支援係 87-9011

(毎週月~金 8時30分~17時15分祝日除く)

児童虐待通告等の緊急連絡先(上記以外の時間帯)

080-8633-4177(携帯)

火事は全てを奪います

ご自宅に「住宅用火災警報器」を
設置していますか?点検は?



●全ての住宅に「住宅用火災警報器」を設置する必要があります。

●「住宅用火災警報器」にホコリなどが付くと火災を感知しにくくなります。半年に1回は掃除機等でホコリを取り、定期的に作動点検を行いましょう。

お問い合わせ 土佐清水市消防本部 ☎82-8119

じんけんコーナー

今回は各福祉センターが発行しているセンターだより9月号に掲載されたものです。いまだに存在する、就職差別や結婚差別。人が集団で暮らして行く上では古来から、自然と上下関係が形成されることは避けようがないのは事実である。差別の形態は時代とともに変化し、その対応に苦慮しているのが現状である。

じんけん課

社会にはあらゆる「差別」が存在している。

その中でも、「出身地が被差別部落か、そうでないか」たったこれだけのことでその後の人生が大きく左右されること、例えば就職差別や結婚差別等、ほか大小さまざまな不利益な扱いを受けることは、この世の中に存在するあらゆる不条理な事柄のなかで、私にとっては最も理解しがたい事柄のひとつであると考えている。

物事を合理的に判断し、行動していくことが求められている今の時代に、いまだに非合理的な因習や考え方、偏見にとらわれたままの行動・言動が昨今のマスコミ報道や、インターネット上で目にする機会があまりにも多い。

歴史の中で、人々が「ムラ」を作って集団で生活するようになって以来、そこには「格差」は当たり前のように存在してきた。もともと人間とは(本能的に)“そういう生き物”なのではないかと私は思う。だからこそ、私たちは学習し続け、啓発し続けて行かねばならない必要がある。

部落問題の解消は行政の責務とされており、解消にむけて対策を打たねばならないのは当然であるが、何よりも私たちがこの問題をどれだけ「身近な問題」としてとらえることができるかにかかっていると思う。そのために、前述のように“啓発し続けていくこと”、“学習し続けていくこと”はもちろんのこと、「自分には関係のないこと」と、とらえるのではなく、21世紀に入ってもこのような社会問題をいまだに引きずっていることを“恥ずかしい”とみんなが思うことが、問題解決への一歩ではないかと感じている。

年金相談のお知らせ

1 日本年金機構幡多年金事務所による出張年金相談(※要予約)

【10月の年金相談】日時:10月 9日(火)10時~15時(昼休みを除く)

【11月の年金相談】日時:11月13日(火)10時~15時(昼休みを除く)

※年金相談は毎月第2火曜日です。

○場所:土佐清水市役所 ○受付:市民課 住民年金係

☆予約申込は、市役所 市民課 住民年金係【82-1107】へ

お待たせ時間を短縮するために、事前予約受付にしています。※当日の窓口受付はできません。

【年金相談に必要なもの】

- ① 年金手帳や年金証書
- ② 定期便の相談であれば送られてきた書類一式
- ③ 認印
- ④ 代理の場合は委任状(家族であっても必要です)が当日必要となりますので、必ず住民年金係にお問い合わせの上、事前にご準備ください。また、代理人の本人確認できるもの(免許証など)が必要です。

2 幡多年金事務所(四万十市)での年金相談(※要予約) 【幡多年金事務所 住所:四万十市中村東町2-4-10】

☆予約申込は、

●前日まで ねんきんダイヤル 【0570-05-4890】

●当日 幡多年金事務所 0880-34-1616 音声案内 1⇒2

☆予約相談希望日の1か月前から当日まで受付しています。

ご予約の際は、基礎年金番号がわかる年金手帳や年金証書をご準備ください。

予約相談の実施時間帯は、

●月曜日 8:30~18:00

●火~金曜日 8:30~16:00

●第2土曜日 9:30~15:00

「渭南病院」職員急募!

外来看護師・介護職員・受付パート職員

お問い合わせ先:看護部長室 看護部長 竹林 ☎82-1151



医療法人 聖真会

渭南 いなん 病院

土佐清水市越前町6番1号

☎ 82-1151

国民年金 ～繰上げ受給・繰下げ受給～ ご存じですか？

老齢基礎年金には、65歳になる前からもらいたい人のために『繰上げ』、65歳からの支給を遅らせて額を増やしたいと思う人のための『繰下げ』の制度があります。

☑受取り開始年齢を繰上げ・繰下げた場合の年金額

	年 齢	受給率	受給額(円、年額)
繰 上 げ	60歳	70.0%	545,510
	61歳	76.0%	592,268
	62歳	82.0%	639,026
	63歳	88.0%	685,784
	64歳	94.0%	732,542
	65歳	100.0%	779,300
繰 下 げ	66歳	108.4%	844,761
	67歳	116.8%	910,222
	68歳	125.2%	975,683
	69歳	133.6%	1,041,144
	70歳	142.0%	1,106,606

※受給額は平成30年度をベース
 ※減少率=(月数)×0.5%、
 増額率=(月数)×0.7%
 ■年金受給率は生涯同じです。
 ■取消、変更はできません。

↑ 繰上げの注意点

- ・請求日の属する月以前の分を、さかのぼって受け取ることはできません(請求日の属する月の翌月分から受け取れます)。
- ・寡婦年金、事後重症などによる障害基礎年金が受けられなくなります。
- ・65歳に達した日の属する月まで遺族年金を併給できません。
- ・国民年金に任意加入できなくなります。
- ・保険料免除期間への追納や、後納制度の利用ができなくなります。

↓ 繰下げの注意点

- ・老齢基礎年金の受給権が65歳に達した日において発生する場合、少なくとも66歳に達した日までの間、繰下げ申出を待機いただく必要があります。
- ・繰下げ申出の待機ができるのは、原則として70歳に達した日の属する月まで、または障害年金や遺族年金の受給権が発生するまでの間です。
- ・繰下げ待機期間中に、70歳に達した日の属する月を超えた場合、または障害年金や遺族年金の受給権が発生した場合には、その時点で受給率が固定されます。この場合、繰下げ申出の手続きが遅れても年金額は増えません。
- ・振替加算は繰下げ申出による増額の対象となりません。また、繰下げ待機期間中は振替加算を受けることはできません。
- ・繰下げ待機期間中は、繰下げ申出を行うか、65歳からの本来の老齢基礎年金をさかのぼって請求するか、いつでも選択することができます。
- ・繰下げ待機期間中の方がお亡くなりになった場合、未支給年金の受給権者である遺族が繰下げ申出することはできません。この場合、65歳からの本来の老齢基礎年金をさかのぼって請求いただくことになります。
 (65歳に達した日=65歳誕生日の前日 66歳に達した日=66歳誕生日の前日 70歳に達した日=70歳誕生日の前日)

—お問い合わせ— 市役所 市民課 住民年金係 【82-1107】 幡多年金事務所 【0880-34-1616 音声案内 1⇒2】

インフルエンザ定期予防接種費用の一部を負担します

今年度も高齢者の方を対象に、公費負担による予防接種を実施します。

インフルエンザ流行前に予防接種を受けることが予防の基本ですので、この機会に予防接種を受けましょう。

【対 象 者】 土佐清水市に住民登録している次の①または②のいずれかに該当する方

①満65歳以上の方

②満60歳以上65歳未満で、心臓、じん臓または呼吸器の機能に自己の身の日常生活が極度に制限される程度の障害を有する方及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方(身体障害者手帳1級に該当する方)

【実 施 期 間】 平成30年10月1日(月)～平成30年12月31日(月) (ただし、医療機関の休診日は除く)

【接 種 方 法】 県内の実施医療機関で接種日時等を確認し、健康保険証を持参のうえ予防接種を受けてください。

※本人の接種を希望する意思が確認できない場合は、受けることができません。

【自己負担金】 1,100円(生活保護受給者の方は、自己負担金が免除になりますので、接種時に免除証明書を持参してください)

【接 種 回 数】 実施期間中1回のみ(ただし、医療機関の休診日は除く)

●64歳以下の方は、従来どおり、医療機関において任意接種で受けられます。

《インフルエンザ予防接種は高齢者の発病防止や特に重症化防止に有効です》

お問い合わせ 市役所健康推進課 保健推進係 ☎82-1121

後期高齢者歯科健診、始まります

高知県後期高齢者医療制度に加入されている方は、平成30年10月1日より歯科健診が始まります。

前年度75歳年齢到達者(昭和17年4月1日～昭和18年3月31日生まれの方)と前年度後期高齢者医療の歯科健診受診者には、受診券を事前送付いたします。それ以外の方は、健診期間中に申し込みしていただいた方のみ受診券を送付しますので、詳しくはお問合せください。

○対象者

- ・高知県後期高齢者医療制度に加入されている方
- ※施設等に入所・長期入院されている方は除きます

○健診期間

- ・平成30年10月1日～平成31年2月28日

○持ち物

- ・保険証 ・受診券 ・問診票 ・お薬手帳 ・入れ歯(お持ちの方のみ)

○健診項目

- ・歯の状態 ・噛む力 ・飲み込む力 ・舌や唇の状態
- ・かみ合わせの状態 など

○受診できる場所

- ・受診券に同封されている一覧をご覧ください。

○費用

- ・無料(ただし、別途治療される場合の治療費は自己負担)

○その他

- ・受診予定の歯科医院には、ご自身で予約をしてください。
- ・受診券を利用できるのは1回のみです。複数の受診券を取得し利用された場合は、費用を請求させていただきますので、ご了承ください。

お問合せ先 健康推進課 保健推進係 電話:82-1121
市民課 国保係 電話:82-1108

介護予防講演会のお知らせ

住み慣れた地域でいつまでもいきいきと元気に暮らすためには、病気を予防するだけでなく、健康づくりに取り組み、心身の老化を予防することが必要です。

そして、地域の中で自分らしく生きがいをもって活動することが大変重要となります。

今回、講師に高知赤十字病院 作業療法士の西本剛久氏ならびに、高知大学医学部脳神経外科医局長 福井直樹氏を迎えて、それぞれ認知症予防と脳梗塞についてをテーマに講演を行います。

たくさんの方のみなさんの参加をお待ちしております。

実施日	時間	開催場所	講師	演題
平成30年 10月23日(火)	午後1時 ～2時30分	旧布保育園 (土佐清水市 布1942番地)	高知赤十字病院 作業療法士 西本 剛久氏	認知症予防のために! ～脳カグッと アップ教室～
平成30年 11月9日(金)	午後2時 ～3時30分	下川口 市民センター	高知大学医学部 脳神経外科医局長 福井 直樹氏	脳梗塞の 早期発見、 治療と予防

◎主催 土佐清水市

～入場無料～

お問い合わせ先 市役所健康推進課社会長寿係 TEL 82-1120

国保・後期高齢者医療の被保険者の皆様へ

「お薬情報のお知らせ」をお届けします。

2つ以上の病院などの医療機関からお薬が出ていると、同じ効果のお薬があったり、飲み合わせが悪いなどの問題が起こることがあります。

そこで、同じ時期に2つ以上の医療機関にかかっている、多くの種類のお薬が出ている方には、「お薬情報のお知らせ」をお届けします。「お知らせ」が届いた方は、いつも行っている薬局や医療機関に「お知らせ」を持って行ってご相談ください。

また、日頃から「お薬手帳」や「かかりつけ連携手帳」を利用して、適正な服薬を心がけましょう。

なお、後期高齢者医療の被保険者で対象となる方には、8月から順次、発送しています。国保の被保険者で対象となる方には、10月から送付を開始します。

【お問い合わせ先】市役所市民課国保係 ☎ 82-1108

自死遺族のためのグリーフ講演会&ミニコンサート

高知県では、年間100名を超える方が自死されており、深い悲しみを抱えるご遺族は少なくありません。県では、平成20年から自死遺族の集いである、「分かち合いの会(ひだまりの会)」を開催しています。

今回は、その取組のひとつとして、自死遺族の「グリーフケア」をテーマに自死遺族支援に関する講演会とミニコンサートを開催します。

日時 平成30年10月13日(土)

内容 13時30分 受付開始

14時00分 講演「大切な人を自死で亡くした体験から伝えたいこと」
岐阜県自死遺族の会 千の風の会 木下 宏明氏

15時15分 ミニコンサート(中村交響楽団)

16時00分 終了

場所 黒潮町役場3階 大会議室(幡多郡黒潮町入野5893)

参加費 無料

定員 50名

申込み 当日参加も受け付けますが、できるだけ10月10日(水)

までに、電話でお申込みください

高知県立精神保健福祉センター

TEL:(088)821-4966

主催 高知県立精神保健福祉センター

共催 幡多福祉保健所・黒潮町

糖尿病予防教室

足摺“糖”羨望の会のご案内



糖尿病予防教室を下記の日程で開催いたします。糖尿病の人は、糖尿病でない人とくらべて約2倍歯周病になりやすく、近年では、歯周病の治療をすることで血糖値が改善することもわかってきています。糖尿病と歯周病の関係について学んでみませんか?

◎開催日 10月26日(金)

◎場所 市役所 2階 第1会議室

◎受付時間 13時30分～13時40分

◎内容 13時40分～14時20分

身体・血圧測定、歯の健康について
※その後、足摺病院に各自移動していただき採血を実施します。

◎検査料 400円(市役所にて集めさせていただきます)

◎対象者 75歳未満の方で、糖尿病予備軍・糖尿病と指摘を受けた方や、糖尿病に関心のある方

◎事前に申し込みの連絡が必要です。ご注意ください。

教室の申し込み・問い合わせ先 市役所健康推進課保健指導係 TEL82-1121



がん検診 受けてますか？！

今月のテーマ…
大腸がん検診



日本人の2人に1人が「がん」になり、3人に1人が「がん」で亡くなっています。そして日本で亡くなる方の死因で1番多いのは「がん」です。

また、「大腸がん」は、近年急増しており、毎年5万人近い方が命を落としています。特に女性の部位別死因の第1位、男性では肺がん・胃がんに続き第3位となっています。

症状が出てからでは遅い！！

大腸がんは、早期発見が大事です。しかし、初期段階では自覚症状がなく、症状が出てからでは遅いことがほとんどです。

まずは手軽な「便潜血検査」を受けましょう！！

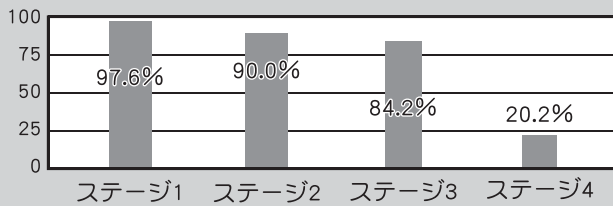
そして、便潜血検査で「陽性」と判定された場合、大腸がんの可能性もあります。そのまま放置せずに、早めに精密検査を受けましょう！

発症や再発の予防は可能です！

運動や食事などの生活習慣を見直すことで、大腸がんになるリスクを減らすことが可能です。また、定期的に検診を受けることで、もし大腸がんが見つかったとしても、早期に治療することで進行を抑え、再発を防ぐことができます。



ステージごとの5年生存率



早期発見ができれば・・・

内視鏡的切除や手術などで100%近く完治できることが分かっています。

【検査内容】便潜血検査（検便）

- 採便容器を受け取り、2日分の便を自分で取って提出するだけの簡単な検査です。
- 大腸内の出血の有無を調べます。



40歳以上

年に1回

定期的に検診を受けて、早期発見・早期治療につなげましょう！！ 土佐清水市では、大腸がん検診を実施しています。

今年度は10月15日(月)から市役所健康推進課⑨番窓口、及び各地区で容器の配布を開始します。

詳しい日程・配布場所等は健診日程を確認していただくか、下記までお問い合わせください。

検診種類	検診方法	検査項目	料金	対象年齢（H31.3.31時点）
大腸がん検診	集団検診	便潜血検査2日法（検便検査）	300円	40歳以上



元気なときに検診を受けましょう！！

～お申し込み・お問合せ先～ 市役所 健康推進課 保健推進係 電話 82-1121

土佐清水市在宅医療・介護連携推進事業の報告・予定

土佐清水市在宅医療多職種連携協議会では、研修会として平成30年8月3日(金)に近森病院 事務 神原亮氏をお招きし、「当事者から見る住みやすい地域～安定した生活～」と題してご講演いただきました。

自身の精神疾患を発症した時の状況や状態、現在の生活に至るまで、現在の安定した状態になるためには、「障がいを受け入れ自分を好きになり、障がいと上手に付き合うことや、薬のコントロールも大切。また、就労の際には自分の取扱説明書を作成し、特定のサインが出たら声掛けしてもらおうようにしています」等の内容で、参加者からは「当事者の気持ちを知り、職場での接し方のヒントを得る機会となりました。」等の感想が聞かれました。

今月の予定は下記のとおりです。関係機関の皆様のご参加をお待ちしております。

	日時・場所	内容	対象
合同会議	10月19日(金) 18:00～19:00 渭南病院8階 いなんホール	「多職種カフェ」を開催いたします。 おいしいコーヒーを飲みながら、土佐清水市の未来についてざっくばらんに話してみませんか？	多職種連携協議会メンバー及び、区長・民生委員児童委員の皆様

在宅医療・介護連携推進事業

医療と介護の両方を必要とする状態の高齢者が、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、在宅医療と介護を一体的に提供するために、医療と介護の多職種の連携を推進する事業です。

お問合せ：土佐清水市在宅医療多職種連携協議会 ☎82-2277



各種がん検診・特定健診等健診

日程	検診(健診)内容	受付時間	会場	対象地区
10月13日(土)	(特定)	8:30~10:00 13:30~14:00	旧清水中学校体育館 (浦尻)	半島地区
	(胃がん)	8:00~10:00		
	(乳がん)	受診票に記載された 時間にお越しください		
10月15日(月)	(大腸がん)	9:00~9:10	大津公民館	下川口地区
		9:30~9:50	貝ノ川浦区長場	
		10:10~10:30	貝ノ川郷集会所	
		11:00~11:20	宗呂上区長場	
		11:40~12:00	宗呂下区長場	
		13:30~14:00	下川口市民センター	
10月20日(土)	(特定)	8:30~10:00	中央公民館 (市役所敷地内)	市街地地区
	(胃がん)	8:00~10:00		
	(乳がん)	受診票に記載された 時間にお越しください		
	(特定)	13:30~14:30		
10月23日(火)	(大腸がん)	9:00~9:20	竜串ふれあいセンター	三崎地区
		9:40~10:00	爪白区長場	
		10:20~10:40	平ノ段区長場	
		11:00~11:30	三崎市民センター	
		13:00~13:20	上野区長場	
		13:40~14:00	斧積区長場	
10月29日(月)	(大腸がん)	10:00~10:20	浜益野公会堂	三崎地区等
		10:40~11:00	下益野区長場	
		11:20~11:40	松崎福祉センター	
		13:30~13:50	養老区長場	
		14:10~14:40	加久見公会堂	
		15:00~15:20	大岐福祉センター	
11月3日(土)	(胃がん)	8:00~10:00	中央公民館 (市役所敷地内)	市街地地区
	(子宮頸がん)	9:30~11:30		
	(乳がん)	13:00~15:30		
	(乳がん)	受診票に記載された 時間にお越しください		
11月5日(月)	(大腸がん)	9:00~9:20	以布利漁民センター	下ノ加江地区等
		9:40~10:00	久百々集会所	
		10:20~10:40	市野々集会所	
		11:10~11:40	下ノ加江市民センター	
		13:10~13:30	小方老人憩いの家	
		14:00~14:30	布老人憩いの家	
11月10日(土)	(子宮頸がん)	9:30~11:30	下ノ加江小学校体育館	下ノ加江地区
	(乳がん)	13:00~15:30		
	(乳がん)	受診票に記載された 時間にお越しください		

《平成30年度の検診・健診の年齢》
平成31年3月31日時点における満年齢

- 【特定(後期高齢者)健診】
対象者: 40歳以上
受診料金: 無料
- 【大腸がん検診】
対象者: 40歳以上
受診料金: 300円
※採便容器をもらい自分で便を取って提出する簡単な検査です。
2日分の便を調べ、大腸内の出血の有無を調べます。
※検診当日は容器の配布と問診票の回収を行います。自宅で2日間採便をし、別途回収日に提出していただきます。
(回収場所と時間は配布時に説明します。)
※10月15(月)から健康推進課⑨番窓口でも容器配布します。
- 【胃がん検診】
対象者: 40歳以上
受診料金: 1,000円
※胃を全部抽出した方は受診できません。
※日常生活の中で飲食物でムセたり、誤嚥(飲み込んだ飲食物が誤って肺や気管支に入ること)される方は、バリウムの誤嚥事故を防止するために医療機関での受診をお勧めします。
- 【乳がん(マンモグラフィ)検診】
対象者: 40歳以上・偶数年齢
受診料金: 800円
※検診1時間あたりに定員があるため予約制となっています。受診を希望される方は早めにご連絡ください。
※ベースメーカーを着用している方や豊胸術を実施している方ならびに水頭症シャント術後の方は受診できません。
- 【子宮頸がん検診】
受診料金: 800円
対象者: 20歳以上・偶数年齢
- 【受診結果について】
※「がん検診」の結果は、1か月をめぐりに「要精密検査」の結果であった方のみ
に通知しています。
※「特定健診等健診」の結果は、約1か月後に受診者全員に送付します。

- 【市が実施するがん検診を受診できない方】
- ・職場等で同様のがん検診を受診する機会のある方
 - ・各種検診の対象年齢以外の方
 - ・土佐清水市に住民票を置いていない方

大腸がん検診が始まります！大腸がんにかかる方は40歳代から増えています！
自宅便を取って提出するだけのカンタンな検査ですので、大腸がん検診を受けてよ！



～申し込み・お問合せ先～ 市役所健康推進課 保健推進係 電話 82-1121

【がん検診(個別検診)について】

●個別検診では、指定の医療機関(病院)で市の発行する受診券を使用して、都合の良い日程で受診して頂けます。

※直接病院に行っても受診できません。必ず下記まで申し込みしてください。

種類	対象(平成30年3月31日時点)	受診料金	検査項目	受診間隔
乳がん検診	40歳以上の偶数年齢の女性	1,000円	マンモグラフィ(乳房エックス線検査)	2年に1回
子宮頸がん検診	20歳以上の偶数年齢の女性	1,000円	視診+内診+子宮頸部の細胞診検査	
胃がん検診	50歳以上の偶数年齢の男女	3,300円	胃内視鏡検査	

個別検診の流れ



※直接病院に行っても受診できません。必ず下記まで申し込みしてください。

【申し込み・お問い合わせ先】市役所 健康推進課 保健推進係 電話 82-1121

～特定健診・後期高齢者健診～

【健診内容】 問診・身体計測・診察・血液検査・尿検査・血圧測定など

【特定健診【対象者】 40～74歳の国民健康保険加入者】 【後期高齢者健診【対象者】 後期高齢者医療加入者(生活習慣病で通院中の方は除く)】



都合に合わせて受診できる「個別健診(医療機関での受診)」も是非ご利用ください！

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
渭南病院	82-1151	足摺病院	82-1275	かずクリニック	83-0020
松谷病院	82-0001	あしずり岬診療所	87-9100		

～申し込み・お問合せ先～ 市役所 健康推進課 保健推進係 電話 82-1121

保育園にあそびにきませんか



10月の予定

園庭開放

(時間: 9:30~11:30)

実施日	園名
10月3日(水)	足摺岬保育園
10月5日(金)	きらら清水保育園
10月10日(水)	下ノ加江保育園
10月15日(月)	下川口保育園
10月19日(金)	三崎保育園

子育て支援センター 「どんぐりっこ」

(時間: 9:00~11:30)

実施日	内容
10月2日(火)	おひさまニコニコサークル
10月4日(木)	茶道教室 酒井史さん
10月11日(木)	護身術講座 中村警察署
10月12日(金)	ぴよぴよクラブ 卒乳について筒井助産師
10月18日(木)	誕生会 エプロンシアター
10月22日(月)	避難訓練(地震)
10月23日(火)	ぴよぴよクラブ 育児相談
10月25日(木)	遠足 足摺海底館
10月31日(水)	カフェタイム

※ぴよぴよクラブは0歳児・妊婦さん対象

※月の「おやこ広場 ほほえみ」は月曜日～金曜日
午前9時から11時30分 午後1時から3時30分

子育て支援センター

「どんぐりっこ下ノ加江」

(時間: 9:30~11:30)

実施日	内容
10月24日(水)	ピラティス 神原麻耶さん

おでかけ広場

(時間: 10:00~11:30)

実施日	場所
10月16日(火)	足摺岬老人里の家
10月30日(火)	三崎浦区長場

☆お問い合わせ☆

子育て支援センターどんぐりっこ

開館日: 月曜日から金曜日 休館日: 土日祝日

午前9時から午後0時 午後1時から午後4時まで
清水ヶ丘31番1号 きらら清水保育園内 ☎83-0033

育児相談

健康推進課 保健指導係 ☎82-1121

10月の日程は、下記の通りです。

(時間: 10:00~11:00)

実施日	場所
10月10日(水)	下ノ加江保育園
10月19日(金)	三崎保育園
10月23日(火)	子育て支援センターどんぐりっこ(ぴよぴよクラブ)

※母子手帳とバスタオルをご持参ください。

困っていること、心配な事などなんでも相談して下さい。

はり・きゅう・あんま・マッサージ 指圧等 補助券を利用しませんか?

【利用期間】発行日～平成31年3月31日まで

年間
8,000円
(1,000円×8枚)分
の補助券です!

市の指定施術所で、施術1回につき1枚(1,000円分)使用できる補助券を申請しませんか?【対象者】の①～③のいずれかに該当する方で、補助券が必要な方はぜひ申請をしてください。(土佐清水市の住民の方に限り)

対象者

- ①満70歳以上の方
- ②身体障害者手帳3級以上を有する満65歳以上の方
- ③脳疾患(脳血管障害・脳出血・脳梗塞・脳性麻痺・脳炎・脳挫傷後遺症・脳腫瘍・くも膜下出血など)により身体障害者手帳3級以上を有する満20歳以上の方

利用者本人が市役所健康推進課または各市民センターで申請してください。代理申請の場合は利用者及び代理人の公的証明書(保険証や免許証など)及び印鑑が必要です。

【対象者】の②・③の方は、身体障害者手帳をお持ちください。

【補助券が使える市の指定施術所】

名称	住所	電話番号
愛香マッサージ	以布利58	090-6886-2485
長崎鍼指圧院	中浜660	82-9762
古岡鍼灸接骨院	栄町4-12	82-3030
鹿島山鍼灸接骨院	浜町7-26	82-0049
小石山治療院	越前町5-8	82-2831
吉田鍼灸院	天神町9-9	82-3639
指圧はり山崎	元町12-2	82-2273
二神一美	貝ノ川566	090-4979-3896
岡昇指圧治療センター	下益野450-2	85-0670

お問い合わせ先: 市役所健康推進課 保健推進係 ☎82-1121

知ってる? 歯周病検診



定期的な歯の健康チェックで
※健康寿命をのばしましょう!

歯の病気といえば、むし歯・歯周病だけと思われがちですが、近年、歯周病が口腔内のみならず、体の健康にも悪い影響を及ぼすことが明らかになってきました。そのひとつが「糖尿病」です。

予防のひとつに、歯の健康も含まれます。

※【健康寿命】…健康上の問題がない状態で、日常生活を送れる期間

土佐清水市では、40・50・60・70歳の方を対象に歯周病検診を実施しています!

【平成30年度対象者】対象者には4月に受診票を発送しています。

40歳	昭和53年4月1日～昭和54年3月31日生
50歳	昭和43年4月1日～昭和44年3月31日生
60歳	昭和33年4月1日～昭和34年3月31日生
70歳	昭和23年4月1日～昭和24年3月31日生

以下の医療機関(歯科)にて無料で受診できます。

治療を要する場合、別途費用がかかります。

- 富田歯科
- 幸歯科医院
- 楠井歯科
- 大西歯科医院
- 植垣歯科
- 安岡歯科診療所



受診票を紛失された場合、再発行できます。

下記までお問い合わせください。

市役所 健康推進課 保健推進係 ☎82-1121

健康は元気な血液と

しなやかな血管から

パンダマークが目印です☆

わたしがお手伝いします。
お気軽にご相談下さい。

日本中医薬研究会会員店
かわなみ薬局 薬剤師 川並久美

土佐清水市越前町4-7

日・祝日 営業時間/9:00~19:00 ☎0880-82-4375

あたらしく入った本の紹介

- | | |
|----------------------|--------------|
| IoTライセンス | NHKスペシャル取材班 |
| 斎藤一人 俺の人生 | 斎藤 一人 |
| 充実茶掛の禅語辞典 | 有馬 頼底 |
| 幕末維新の古文書 | 岩下 哲典 |
| ノモレ | 国文 拓 |
| ◆ きらいになれない害虫図鑑 | 有吉 立 |
| ◆ bonとponふたりの暮らし | bonpon |
| ◆ 定年ごはん | 山田 玲子 |
| ◆ 寄せ植えギャザリング・メソッド | 青木 英郎 |
| ◆ ときめきチョコレートアート | 佐藤 真理 |
| ◆ 大家さんと僕 | 矢部 太郎 |
| ◆ わかる!できる!新・おやこ手話じてん | 全国早期支援研究協議会 |
| ◆ 下町口ケツト 3 | 池井戸 潤 |
| ◆ 骨を叩く | 宇佐美 まこと |
| ◆ 任侠浴場 | 今野 敏 |
| ◆ 彼女は頭が悪いから | 姫野 カオルコ |
| ◆ 十三階の神(メシア) | 吉川 英梨 |
| ◆ 椿落つ | 佐伯 泰英 |
| ◆ プロジェクト:シャーロック | 大森 望 |
| ◆ かわるに、かあらん | 東京ウォーカー編集部 |
| ◆ リンカーンとさまよえる靈魂たち | ジョージ・ソUNDERズ |

- ◆ 10代に語る平成史
学校に行きたくない君へ
わたしが少女型ロボットだったころ
泥
わけあって絶滅しました。
ドラえもん科学ワールド電気の不思議
おしりたんでい みはらしそうのかいじけん
こうえんのおばけずかん
行ったり来たり大通り
みえるとかみえないとか
他多数
- ◆ 児童・中高生図書
- ◆ 後藤 謙次
全国不登校新聞社
石川 宏千花
ルイス・サッカー
丸山 貴史
藤子・F・不二雄
トロール
斉藤 洋
五味 太郎
ヨシタケ シンスケ
- ◆ 市民図書館の蔵書はホームページからも検索・予約できます。
アドレス <http://www.tosashimizu-public-library.jp>

しらべて挑戦! 読書クイズ

小学生までのみなさん、クイズに挑戦してみませんか?
参加賞あり! 全問正解者には景品もあります。(景品は先着順です)
【対象】読書週間中、本を借りてくれた小学生以下の方

物語をテーマにした野点

秋の一日、気軽にお茶をいただきながら、テーマになっている物語の謎解きをしてみませんか?

子どもから大人までご参加いただけます。
【日時】11月4日(日) 第1回:午後2時～3時 第2回:午後3時～4時
【会場】市民図書館裏庭 ※雨天の場合は視聴覚室
【募集人数】各回10名(合計20名)※要申込
【対象】どなたでも 【参加費】250円(お茶菓子代)

シニア版ビブリオバトル 参加者大募集!

ビブリオバトルとは全国に広がっている知的書評合戦です。
今年は発表者の年齢制限が下がりました。ぜひご参加ください!
【日時】10月28日(日)午前10時30分～正午
【会場】市民図書館 2階視聴覚室
【ルール】

1. 発表者が自分のおすすめの本を持って集まる
 2. 順番に一人5分間で本を紹介する
 3. それぞれの発表後、参加者全員でその発表に関するディスカッションを2～3分行う
 4. すべての発表終了後「どの本が一番読みたくなったか」を基準とした投票を参加者全員で行う
 5. 最多票を集めたものを『チャンプ本』とする
- 【参加条件】※要申込
・平成30年10月1日時点で60歳以上の方
・本のジャンルは問いません
・観戦者は中学生以上の方ならどなたでも参加できます
【募集人数】発表者5名 観戦者30名(発表者=本を紹介する人/観戦者=投票する人)
【申込締切】10月21日(日)
発表者・観戦者全員に参加賞あり。チャンプ本紹介者には豪華賞品も!
イベント参加のお申し込み・お問い合わせは市民図書館82-4151

<10月の移動図書館巡回予定>

10月10日(水)	足摺岬保育園 12:30～13:10	足摺岬区長場 13:40～14:00	松尾区長場 14:20～14:40	大浜区長場 15:00～15:20	中浜区長場 15:30～15:50
10月11日(木)	きらら清水保育園 9:40～10:00	窪津区長場 10:20～10:40	津呂区長場 10:50～11:10	幡陽小学校 12:40～13:10	しみず幼稚園 13:40～14:00
10月12日(金)	養老区長場 9:20～ 9:40	下川口小学校 10:15～10:35	下川口保育園 10:45～11:05	三崎保育園 11:25～11:45	三崎浦区長場 11:50～12:10
	三崎小学校 13:00～13:30	斧積防災センター 14:10～14:30	上野区長場 14:40～15:00		
10月16日(火)	布福祉センター 10:10～10:30	下ノ加江市民センター 10:50～11:10	下ノ加江保育園 11:20～11:40	下ノ加江小学校 12:50～13:20	久百々(消防屯所前) 13:35～13:55
	大岐福祉センター 14:05～14:25				
10月18日(木)	竜串福祉センター 10:00～10:20	大津公民館 10:50～11:10	貝ノ川浦(旧政本商店付近) 11:20～11:40	下川口浦区長場 11:50～12:10	清水中学校 13:00～13:25

【巡回時間変更のお知らせ】
◎雨天により日程が変わることがあります。
◎場所がわからない時はお問い合わせください。
市民図書館 (電話 82-4151)

第72回読書週間「ホッと一息 本と一息」

読書週間期間 10月27日(土)～11月9日(金)まで
期間中さまざまな催しを行っています。



【第37回土佐清水市読書感想文コンクール入選作品展】

読書週間期間中、土佐清水市内の小学校、中学校、高校の児童・生徒の入選作品を館内に展示します。
子どもたちの力作をご覧ください。

図書館の企画展示

【1階展示】

- 高知県がんと向き合う月間 9月29日(土)～10月25日(木)
- 映画の原作本 9月29日(土)～10月25日(木)
- ベストリーダー 10月27日(土)～11月29日(木)
- お茶と和菓子 10月27日(土)～11月29日(木)
- みんなで守る図書館の本 10月27日(土)～11月29日(木)
- ビブリオバトル・バトルの本紹介 10月28日(日)～11月9日(金)

【2階展示】

- ドキドキハロウィン 9月29日(土)～10月31日(水)
- 読書感想文で読まれた本 10月27日(土)～11月29日(木)

本音で語ろう! 本の語り場

好きな本について語り合う本と人との交流の場です。
お気軽にご参加ください。
【日時】10月27日(土)午後1時30分～3時
【会場】市民図書館 2階視聴覚室
【募集人数】10名ほど ※要申込 【対象】中学生以上
※できるだけ図書館の本でおすすめしたい本を1～5冊までお持ちください。(他館からの取り寄せもできます)飲み物持ち込み可。
お申し込み・お問い合わせは82-4151まで

寄贈のお礼

8月に、JP労組(日本郵政グループ労働組合)土佐西支部様より、1万4千円相当の児童書等、9冊をご寄付いただきました。ご支援いただき、心より厚く御礼申し上げます。

除籍図書の配布を行います

10月1日(月)～10月25日(木)
除籍図書をお持ち帰りいただけます。
なくなり次第終了といたします。
※おひとり様15冊まで

基礎から学ぶ! 朗読入門(連続講座)

【第1回】11月18日(日)
【第2回】12月2日(日)
【時間】午後1時30分～3時30分
【講師】松田光代(まつだみつよ)さん
(高知朗読奉仕者友の会会長/高知県立文学館カルチャーサポーター)
【定員】15名(中学生以上)※要申込
【申込締切】11月17日(土)
お申し込み・お問い合わせは市民図書館82-4151まで

県立移動図書館車が来ます

10月10日(水)
時間:午後3時30分～4時30分
場所:旧中央公民館駐車場(市民図書館隣)
清水にない本がいっぱい!
選んだ本は、市民図書館のカードで借りることができます。

10月4日(木)
人権啓発映画上映会
「彼らが本気で編むときは、」

●開演 ①午後1時30分〜午後3時37分
②午後6時30分〜午後8時37分

●入場料 無料
●主催 土佐清水市じんけん課

10月19日(金)〜24日(水)

●第58回 土佐清水市美術展覧会
●展示 午前9時〜午後5時
(※最終日は午後4時まで)

●入場料 無料
●主催 土佐清水市・高知新聞社

10月28日(日)

●第51回 土佐清水市社会福祉大会
●開演 午後1時
●入場料 無料
●主催 土佐清水市社会福祉協議会

11月3日(土)・4日(日)

●第36回 土佐清水市文化祭
●開演 正午(開場:午前11時30分)
●入場料 500円(※展示の部は無料)
●展示の部 午前9時〜午後5時
(※4日は午後4時まで)
●芸能の部 4日(日)
●主催 土佐清水市文化協会
●共催 土佐清水市教育委員会

文芸

俳句

のびのびと平成かざるひまわりや

松 尾のぎく
移ろう月夢も変わりし十三夜
竜 串 浜平由美子

せみしぐれいつの間にかと秋なれし
上 野 野村 綾子

霊峰の山清くして瀑布落つ
下ノ加江 小磯 千恵

リハビリや白寿の伯父の編むレース
大 岐 近藤奈保子

血糖値夏やせせずは妻のうで
宗 呂下 奥村 雄一

晩夏光母の墓石は金色に
小 江 町 形岡 幸子

はげの作山肌染めし紅もよう
静 岡 市 北代 和美

風鈴が真昼ささやき汗消える
下ノ加江 大久保正徳

冠水路側溝施設延伸を
下ノ加江 泉利厚の壽

夏嵐無難にとっこい雨戸たつ
布 三木 咲美

穏やかに二百十日や鳶の舞ふ
松 崎 宮村 作世

日々通ふ病院門の酔芙蓉
布 岡部 啓子

長き夜の捨てては拾ふ句作かな
下ノ加江 宮崎宇佐美

臥牛山と教え給ふや遠ひぐらし
越 前 町 畠崎 桃代

ボラよ跳ベコンクリートの海狭し
栄 町 ま と

秋の暮れ消える影追い急ぐ道
貝ノ川 徳久 直樹

※文芸作品は、俳句・短歌・川柳に限りません。
お一人様、一作品の掲載とさせていただきます。
なお、作品投稿の際は、校正等の連絡が必要になる為、必ず住所・氏名・電話番号の記載をお願い致します。
締切日は毎月7日です。

短歌

音高き花火はにがて空爆を
思ひ出すからサヘルが言ひぬ

足摺岬 山下 昭文
歌を読む歌は時代を語りゆく
五七五のリズムを読みみて

しおさい 池田儀代子
広報をまつ清水を知りたい
やはり清水はよいところや

横 浜 市 安岡 利子
山々に紅葉目立つ頃となり
今年の夏の暑さ忘れる

津 呂 岡田 高重
打ち上げ花火夜空一面に
輪を広げ花盛り

天神町 高野 原
誠実の笑楽ころの夫婦船
感情あつき幸の波越え

本 町 浦岡 鶴子
陽炎も台風と去り畦道に
彼岸花出今日の佳き日

以布利 畠中 類子
海山の味覚楽しみ馬も肥え
いばる人天は必ず落とします

下川口 井上 美妃
適切な冷房をするむずかしさ
元 町 だれ・やすけ

川柳

海山の味覚楽しみ馬も肥え

竜 串 浜平 健
いばる人天は必ず落とします

下川口 井上 美妃
適切な冷房をするむずかしさ

元 町 だれ・やすけ

日	月	火	水	木	金	土
10月 カレンダー	上段:市役所 中段:文化会館 下段:図書館					
1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13
	休館(祝日)			人権啓発映画上映会「彼らが本気で編むときは、」		
14	15	16	17	18	19	20
				巡回行政・人権相談13:00~(三崎市民センター)	第58回 土佐清水市美術展覧会	第58回 土佐清水市美術展覧会
21	22	23	24	25	26	27
第58回 土佐清水市美術展覧会	第58回 土佐清水市美術展覧会	第58回 土佐清水市美術展覧会	第58回 土佐清水市美術展覧会			
28	29	30	31	11/1	11/2	11/3
土佐清水市社会福祉大会 おはなし会 11:00~					休館(図書整理日)	読書週間~11/9 本の語り場13:30~
11/4	11/5	11/6	11/7	10月の「スタインウェイピアノ」一般無料開放日 日時:10月17日(水) 午前9時~午後5時 ※利用希望者は文化会館までお問い合わせください。		
第36回 土佐清水市文化祭 おはなし会11:00~ピアノバトル10:30~						第36回 土佐清水市文化祭

ジョン万次郎没後120周年記念

第7回 土佐清水 ジョン万祭り

～万次郎、海と交流～

11月3日 **時間** 10:00～
場所 あしずり港岸壁

★オープニングイベント★清水中学校音楽部による演奏



スケジュール

- 9:00～ 漁船タクシー・レンタサイクル(終日)
- 10:00～ 米国姉妹都市文化紹介(キルト展示など)
清水高校生 短期留学報告(終日)
清水のうまいもん市(終日)
- 10:30～ 清水高校茶道部による接待(終日)
- 10:30～ ジョン万カルタ取り大会(日本語かるた)
- 10:45～ ジョン万カルタ取り大会(英語かるた)
★優勝者 米国ジョン万祭りにご招待
- 11:00～ よさこいチームいなん演舞
- 11:30～ ゴールドラッシュ(午前の部)大人
- 13:00～ ゴールドラッシュ(午後の部)子ども
- 13:30～ 清水高校 書道部パフォーマンス
- 14:00～ 「ジョン万が見た海へ」歌披露
- 14:15～ ハロウィン仮装コンテスト

※雨天の場合、場所は土佐清水市立清水小学校体育館へ変更、イベント内容に一部変更となる場合があります。

★18:00～ 交流レセプション

場所 総合結婚式場みんぼう(栄町)

参加費 5,000円

※参加希望者は事前に事務局までお申し込みください。



★12:00～

式典・市民表彰 ジョン万群像前広場

★14:00～

「ジョン万が見た海へ」歌披露

ジョン万次郎直系5代目中濱京氏が作詞された曲をCHIHARUさん(日本語)&Matildaさん(英語)の二人にご披露いただきます!!

★16:30～

**ハロウィン
仮装パレード**

天神町ポミエ前広場



★10:30～ 沖縄ジョン万次郎会と提供

サーターアングギー無料配布 先着200名

ジョン万サミット in 土佐清水

11月4日(日) 9:00～

場所 中央公民館(土佐清水市役所横)

入場 無料

土佐ジョン万会主催

お問い合わせ 土佐ジョン万会事務局(担当:川村)
高知市塚ノ原37 TEL:088-843-6007

【お問い合わせ・交流レセプション申し込み】 ジョン万祭り実行委員会事務局(土佐清水市役所企画財政課内)
TEL:0880-82-1113 FAX:0880-82-2882 E-mail:hisyo@city.tosashimizu.lg.jp

発行

平成30年9月30日発行 No.540
土佐清水市役所総務課

〒787-0392 高知県土佐清水市天神町11-2 TEL:0880-82-1134 FAX:0880-82-2882
HP:https://www.city.tosashimizu.kochi.jp/ E-mail:kouhou@city.tosashimizu.lg.jp