広報 とさしみず

ジョン万のふるさと土佐清水

平成26年 12 No.494

―第８回 足摺きらり開催―

休日当直医

12/7(日)	松谷病院	天神町 ☎82-0001
12/14(日)	渭南病院	越前町 ☎82-1151
12/21(日)	あしずり岬診療所	天神町 ☎87-9100
12/23(祝)	松谷病院	天神町 ☎82-0001
12/28(日)	渭南病院	越前町 ☎82-1151

日曜営業ガソリンスタンド

12/7(日)	江口石油(大岐)
	福山石油(足摺)
12/14(日)	久松石油(越前町)
	日新石油(三崎)
12/21(日)	カネニ石油(旭町) 三浦石油(三崎)
12/28(日)	自由営業日

市民の動き 平成26年10月31日現在

		前月比
総数	15,194	−24
男	7,135	−6
女	8,059	−18
出生	7	2
死亡	31	7
転入	21	−12
転出	21	−2
世帯数	7,754	−11

「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

「土佐清水市制施行60周年記念式典」「第5回土佐清水ジョン万祭り」開催

～客船にっぽん丸も寄港～

姉妹都市友好協会廣田会長

泥谷市長

宜保豊見城市長

昭和29年8月1日、下ノ加江町、清水町、三崎町、下川口町の4町合併により誕生した土佐清水市が、本年8月1日で市制施行60周年を迎え、10月25日、第5回土佐清水ジョン万祭りとあわせ、記念式典やイベント・交流レセプションが開催されました。

養老あしずり港で行われた記念式典は、本市（下川口）出身の黒田月水さんの土佐琵琶演奏で始まり、国会議員をはじめ、県・市関係者および関係団体の代表者や姉妹都市であるアメリカフェアヘーブンや沖縄県豊見城市などから約200名が参加し、60年の歴史を祝うとともに、「ふるさとで育ったことを誇りに思う」土佐清水を築くために、ジョン万スピリット発揮し、全力を挙げて取り組んでいくことを新たに誓いました。

また、市民表彰として、市政発展に貢献した個人5名、1団体の表彰もあわせて行われました。

同時開催された、第5回土佐清水ジョン万祭りは、本市の偉大な先人中濱万次郎の業績を広く伝えるとともに、万次郎の縁で姉妹都市交流を続けているフェアヘーブン、沖縄県豊見城市との絆をさらに深め、その文化や歴史を紹介していくことを目的として、平成18年から2年に1度開催しています。

あしずり港岸壁会場では、清水保育園・浦尻保育園・旭保育園年長児による太鼓演奏で幕開けし、ジョン万次郎カルタ取り大会やハロウィン仮装コンテスト、清水高校書道部の書道パフォーマンス、清水中学校音楽部の演奏などが行われ、終日多くの家族連れでにぎわいました。

岸壁には、客船にっぽん丸も寄港し、出港時には、チームいなんによるよさこい踊りの演舞や足摺太鼓の披露など祭りに花を添えました。

また、フェアヘーブンから訪れていた一行は、27日には万次郎の出身地である中浜小学校を訪問し、アメリカ式の授業を行うなど、交流を深めました。

高知県日米協会青木会長

中濱家五代目子孫 中濱京さん

ホイットフィールド万次郎
友好協会 ルーニー会長夫妻

黒田月水さん演奏

甲藤実行委員長

アレン・グリンバーグ総領事

チャールズ・マーフィー議員
セレクトマン

平成26年度　土佐清水市民表彰

平成２６年度「土佐清水市民表彰」が市制施行６０周年記念式典において行われました。

本市の教育文化・産業・保健衛生など各般にわたって、その振興に寄与し功績が顕著な５名１団体の方々に、泥谷市長から表彰状と記念品を贈呈しました。

皆さまには心からお祝いを申し上げますとともに、今後一層のご活躍、ご健勝をお祈りいたします。

功労表彰

川久保　安伸さん　（足摺岬）
尾﨑　昭吉さん　（宗呂丙）
次田　靖生さん　（旭　町）

善行表彰

原　　起子さん　（元　町）
四国電力株式会社中村支店
清水お客様センター　（旭　町）

特別表彰

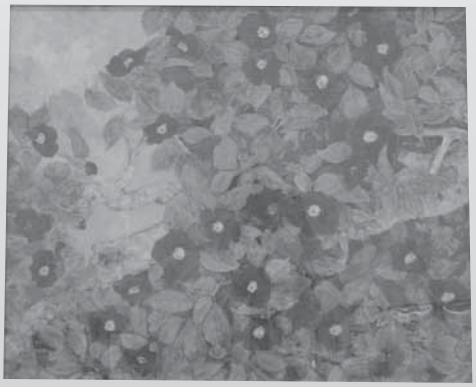
森澤　紳勝さん　（東京都：松尾出身）

第54回 土佐清水市美術展覧会受賞作品

【特選市長賞】

【書道】 山﨑星苑

【彫塑・工芸】 下元かおる



【日本画】 倉松富三

【洋画】 渡邊英幸

【写真】 山田隆子

「家庭の日ポスター部門 第二十回記念大賞」受賞

11月2日（日）に開催された、平成26年度「子ども・若者育成支援強調月間」高知県大会において「家庭の日ポスター部門」で第20回記念大賞（第1位）に足摺岬小学校4年生の川久保 和さんが受賞されました。

また、優良賞に同校4年生の長﨑雅季くん・1年生の山下大翔くん、奨励賞に5年生の松下倫仁くんが受賞されました。

昨年に引き続き、足摺岬小学校の児童が数多く表彰され、地域ぐるみでの青少年健全育成の活動が高く評価されています。本当におめでとうございます。

川久保 和さんのコメント

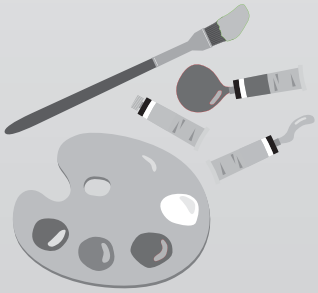
弟が生まれた喜びと、家族が増えたうれしさをポスターに表してみました。家族みんなで仲良くしたいです。

第54回 土佐清水市美術展覧会受賞者名簿

	題　名	賞　別	氏　名
洋画の部	時の間	特選市長賞	渡邊　英幸
	初夏の奥入瀬	特選議長賞	永澤　貞子
	裸木と石蕗	特選教育長賞	安岡　鋭子
	鬼百合の咲く里	褒状(商工会議所会頭賞)	弘田　真喜
	夜の幻想	褒状	岡本　英香
	我の居場所	褒状	山﨑日出味
	神々の里	褒状	山岡　昭
	見残し	褒状	沖本　浩
	風景追憶	褒状	安岡　優鶴
	越前古壷	褒状	山﨑　拓夫
	影	褒状	智　秋
	Reptilian Ice cream	新人賞	西原　未夢
日本画の部	足摺つばき	特選市長賞	倉松　富三
	母の膝掛け	褒状(商工会議所会頭賞)	仮谷　薫
	ひととき	褒状	倉松　由紀
	アンスリウム	褒状	亀谷　安子
	花	新人賞	網野　公美
書道の部	挑む	特選市長賞	山﨑　星苑
	風舞	特選議長賞	黒井　宣子
	春はあけぼの(枕草子)	褒状(商工会議所会頭賞)	網野眞由美
	日溜りの中	褒状	小川　由佳
	夢	新人賞	田中美智子
	秋桜	新人賞	酒井　恒代
	初夏	新人賞	江口十三美

	題　名	賞　別	氏　名
写真の部	一心同体	特選市長賞	山田　隆子
	棚田夕景	特選議長賞	上田　章夫
	雪明り	褒状(商工会議所会頭賞)	寺岡　洋子
	河口の恵み	褒状	田部美知子
	フェイス	褒状	川添　浩介
	花は花よ花が咲く	新人賞	澤近　陽子
工芸の部	釉彩花器(夜景)	特選市長賞	下元かおる
	自釉流し掛け花器	特選議長賞	竹村　章
	猫家族	褒状(商工会議所会頭賞)	北代　可也
	三色花入	褒状	小川　佳子
	炭化焼締花生	褒状	大西　幹子
	たいようがいっぱい	新人賞	地域活動支援センター たいよう

	題　名	部　名	氏　名
無鑑査証	第５４回展より	日本画の部	倉松　富三
		写真の部	上田　章夫
		彫塑・工芸の部	下元かおる



第53回 市民祭あしずりまつり 絵画コンクール

市内の小学生を対象に「あしずりまつり」の思い出を絵に残してもらうことを目的に、今年も「あしずりまつり絵画コンクール」をプラザパルにて開催し、10 月18 日に表彰式をおこないました。

応募総数133 点の中から清水小学校　沖　希乃香　さんが特選に、他10 名の方が入賞しました。

受賞された皆様には、表彰状とメダル、文具券が、また大阪海遊館からジンベエザメのぬいぐるみが贈られました。

受賞者名簿

特選	清水小学校	沖　希乃香			
入選	下川口小学校	遠近さくら	清水小学校	岡田　泰尚	
	三崎小学校	早川　愛莉	幡陽小学校	岡林明日美	
	下川口小学校	鈴川佳乃子	三崎小学校	宮村健太朗	
	下ノ加江小学校	藤澤　然一	清水小学校	東　葵葉	
	三崎小学校	弘瀬　舞	幡陽小学校	竹村　ゆな	

うまれてきてくれて ありがとう

松尾 宮崎（みやざき） 夏空（そら）くん
平成26年8月21日生

下益野 波越（なみこし） 芽咲（めいさ）ちゃん
平成26年9月9日生

津呂 金平（かねひら） 侑史朗（ゆうしろう）くん
平成26年9月25日生

下ノ段 窪内（くぼうち） 瑛音（えいと）くん
平成26年9月26日生

栄町
北代幸彦さん 久美子さん 孫

四万十市在住
池田倫祥さん亜美さんの子
池田（いけだ） 倫久（りく）くん
平成26年9月23日生

上野 宮村（みやむら） 和王（かずき）くん
平成26年10月4日生

宗呂上 近藤（こんどう） 心待（こまち）ちゃん
平成26年10月17日生

グリーン ハイツ 大野（おおの） 愛梨（あいり）ちゃん
平成26年10月20日生

新しいALTの先生が来ました

はじめまして！アメリカのフロリダ州から新しく来たＡＬＴのパトリック・ブラウンです。１０月３０日に土佐清水に着き、小学校中学校で英語を教えることになりました。土佐清水は、フロリダと同じく、南のほうにあるということで天候が似ていますし、皆さんが海とのつながりを大事にしていると感じました。ここにいる時間を楽しんで、魚をいっぱい食べて元気をもらって、皆の英語の勉強を手伝うことを楽しみにしています。よろしくお願いします。

－パトリック・ブラウン

Hello! Greetings, everyone! I am Patrick Brown, your newest ALT, here from Florida, USA. I arrived in Tosashimizu on Thursday, October 30th and am set to begin teaching English at the elementary and junior high school levels. Tosashimizu seems to have weather similar to Florida's, as well as a closeness to the sea that I can tell everyone here treasures. I look forward to enjoying my time here, eating plenty of fish, and helping everyone progress in their English studies.

-Patrick Brown

土佐清水市 在宅医療連携体制 整備事業活動報告

毎月定例で「介護力の底上げ」を目的に合同介護研修会を開催しています。

10月の松谷病院・介護セミナーは講師の理学療法士から、「机の上の介護技術」と題して「介護の専門性や介護の価値とは何か」についてお話頂きました。参加者からは「価値観は人それぞれでその方の生活を見ないことにはその方の生活も介護も解からない。もっと利用者に関わろうと思った」、「命を輝かせる介護」として「笑顔の見られる介護」を行いたいなどの感想が聞かれました。

今後も、この合同介護研修会で学んだことが地域の医療介護の現場で実践されるよう継続していきます。

在宅医療連携体制整備事業とは
地域の皆さまが可能な限り住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることが出来るよう、医療と介護の多職種が協働・連携して包括的かつ継続的な在宅医療の提供を目指す事業

地域おこし協力隊　にんにんする ～地域おこし協力隊活動日誌～

地域おこし協力隊　三崎地区振興担当　濱谷（はまや）です。
道の駅めじかの里で店員をやっている「メガネのノッポ」と言えば、知ってもらっている方もいるかもしれません。７月から、土佐清水での生活を始めると同時に再スタートした道の駅、まるで、運命の導き（笑）の様に、道の駅業務を中心とした活動生活を始めました。最近は、生産者さんたちのご協力で、品数も増えてきました。本当にありがたいことです。品が増えるとそれだけで雰囲気が明るくなります。

道の駅に関わり始めてから、色んな方から、色々なご意見を頂戴します。今すぐできること、できないことがあったりと、なかなかにうまく進まないことも出てきていますが、何は無くともすぐできること、それが、道の駅の店員が明るく元気なことと思っています。先日、観光で訪れた県外のお客さんに、「色んな道の駅で、ここが一番元気いいわ。」と、おっしゃっていただきました。まだまだ、お店としては改善する点が多々ありますが、まずは「働く人間」で、道の駅の印象を、ひいては清水の印象を明るいものにしていこうと思います。『道の駅はその地域の元気のバロメーター』の思いから、お客さんや生産者さんへ、明るく元気に声かけを心掛けています。

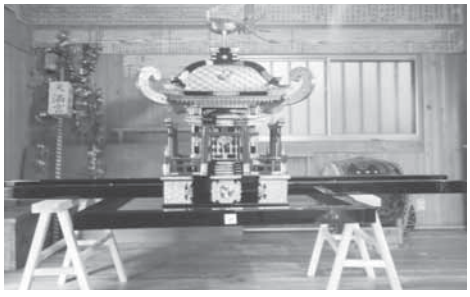
１０月２６日に道の駅のイベントと連動して、地域おこし協力隊主催によるフリーマーケットを開催いたしました。三崎周辺に留まらず、清水のあちこちから出店していただきました。第一回のため、いろいろと反省点はあったものの、協力隊と地域の方々との触れ合いはもちろんのこと、出店者とお客さん、出店者同士の触れ合いの場を提供させていただくことができました。このフリーマーケットは回を重ね、どんどん関わる人を増やしていきたいと考えております。お家の中で捨てるに忍びなく、使うこともなく眠っている品物ありませんか？どんどん出店者をお待ちしております！！

問い合わせ
地域おこし協力隊　TEL：0880-82-1181

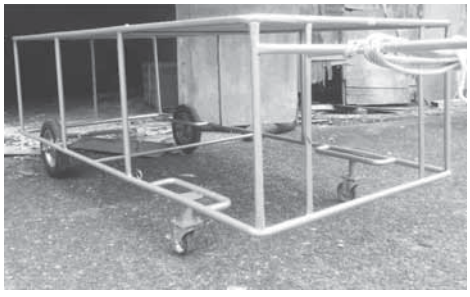
みなさんの地域活動を支援します　コミュニティ助成事業

平成２６年度財団法人自治総合センターの宝くじの助成を受けて、市場町と浦尻地区で伝統行事や文化の継承・世代間のコミュニティ活動の活性化を図るための備品を整備しました。

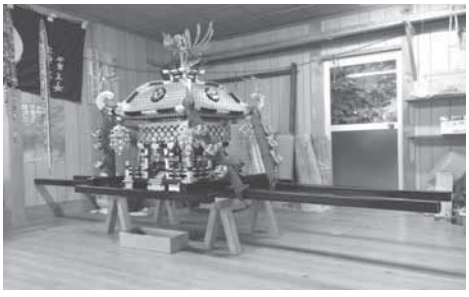
今後も、地域住民の連帯感の向上及び地域コミュニティ活動の活性化を図っていきます。



市場町　子ども用神輿



市場町　神輿台車



浦尻　神輿

下ノ加江地区で菜の花プロジェクト！

～農業委員会遊休農地解消活動～

平成二三年度から三崎地区で取り組んできた、農業委員会の遊休農地解消への取り組み。

今年度は下ノ加江地区で「菜の花畑」づくりを行うこととなりました。

第一弾として、一〇月二八日には草刈りを実施。農業委員・事務局員総勢九人が、下ノ加江の国道沿いの遊休農地に集結。一面セイタカアワダチソウで覆われた一〇筆合計二三九一平方メートルを一気に刈り取りました。

これから、ナバナ苗の植え付けを行い、三月には一面の菜の花畑となる予定です。

菜の花畑整備の様子は随時お知らせいたします。

ご期待下さい。

清水のびんびをいっぱい食べてや！

～子育て支援センターで魚食普及活動～

新鮮でおいしい魚を食べることができるさかなのまち土佐清水でも、魚の捌き方や調理方法を知らなかったり、手間がかかるなどの理由で、子育て世帯からは敬遠されがちとなっています。

味覚が発達する乳幼児に清水のおいしい魚をもっと食べてもらうためには、保護者に魚の調理方法を覚えてもらうことが先決と、一一月一三日子育て支援センター・どんぐりっこで同センター利用親子を対象とした魚食普及活動を実施しました。

この活動は、市と土佐清水市青年団が共同開催したもの。

この日どんぐりっこに集まった親子は一六組。講師役の土佐清水漁業指導所職員から、めじかの三枚おろしを習ったあと、ゆで節づくりにも挑戦。この日はさらにサバの炊き込みご飯も準備。

できあがったゆで節と炊き込みご飯は全員で試食。家庭ではあまり食べないゆで節のおいしさにお代わりをする子どもも。

調理を習った母親達は、「これからは、家庭でもっと魚料理をつくりたい」と魚料理への自信がついた様子でした。

えぶりでいキッチンがリニューアルオープン

～合同会社・しみずみらいが運営開始～

土佐清水市の中心商店街のにぎわい施設えぶりでいキッチンが、一一月四日、リニューアルオープンしました。

えぶりでいキッチンは平成一四年五月オープン以来、市内の農水畜産物やその加工品の直販所として親しまれ売上も順調に伸びていましたが、近年は他の直販所との競合や出品者の高齢化による商品の減少などが課題となっていました。

これらの課題を克服し、これまで以上に出品者を含む全ての利用者のニーズに責任を持って応えていこうと、一〇月一日「しみずみらい合同会社」を設立し運営を行うこととなりました。

今回のリニューアルにより、野菜や総菜など種類別の商品配置を見直したほか、以前から要望があった調味料などの販売も始め、より利用しやすい施設となっています。

今後もみなさまのご利用をお待ちしています。

山本泰司・美加さんご夫妻が全国優良経営体表彰を受賞

～全国農業担い手サミットINひょうご～

一一月一三日、兵庫県神戸市で開催された全国農業担い手サミットで、本市下ノ加江地区で農業を営む山本泰司・美加さんご夫妻が全国優良経営体表彰の全国担い手育成総合支援協議会長賞を受賞しました。

全国農業担い手サミットは、全国の意欲ある農業者が一堂に会し、農業経営の現況や課題についての認識を深めるとともに、相互研鑽と交流を行うことを目的に、毎年各県持ち回りで開催されています。

今回の受賞はご夫妻の農業経営に対する理念・哲学が認められたもので、土佐清水市の農業者では初受賞の栄誉。

おめでとうございます。

「地域のがんばる商店」紹介Vol2

みやむらスーパーストアー(三崎浦)

みやむらスーパーストアーは、地域の方が住み慣れた場所で買い物に困らず暮らすことができるようにと、5年前から三崎地区とグリーンハイツ・緑ヶ丘へ移動販売を行っています。

移動販売時に時計の電池替えや電球の取り付けなど、困っていることのお手伝いや地域の見守り活動もされています。

また、今年9月には「地域が盛り上がることをしたい」とカラオケ大会を開催し、いなんのよさこいチームも招待。「よさこい踊りを初めて見れてよかった」と地域の人に喜ばれるイベントになりました。

宮村圭佑さん・まどかさんご夫妻は「自分たちは地域の人に支えてもらい育ってきた。これからも地元の人が困らんようにスーパーを続けていきたい」と話してくれました。

めざせ! ジオパークだより その⑥

～土佐清水の宝紹介～

日本初の海中公園に指定された竜串地区には、多くの奇岩の連なる「竜串・見残し海岸」や、中四国唯一の海中展望塔「足摺海底館」、黒潮を泳ぐ魚類など約200種を飼育展示する「足摺海洋館」、約3千種の貝を展示し、シャコ貝をモチーフにデザインされた「海のギャラリー」などがあります。

また、本市西部には、地層の単斜構造が観察できる「松崎・落窪海岸」や、益野川の上流にあり伝承民話が残る「お藤が渕」、景勝地「叶崎」などがあります。

今回は「ジオパーク・地域の宝探し」で多くの方から支持された見どころ、「竜串・見残し海岸」を詳しく紹介します！

竜串・見残し海岸（たつくし　みのこ）

また、竜串湾には、日本最大を誇るシコロサンゴの群体をはじめ、多くの熱帯魚が生息し、ダイビングやグラスボートで観ることができます。

この地域の貴重な自然環境を保全するため、オニヒトデの駆除や海底に溜まった泥の除去など様々な自然再生の取り組みが行われています。

竜串・見残し海岸は、自然が織り成すたくさんの奇岩が不思議な造形を見せており、日本の地質100選に選ばれている景勝地です。

砂岩が風化や浸蝕により丸みを帯び、節理が発達して竹の節に見えることから名付けられた「大竹小竹」や「屏風岩」、「蜂の巣城」、「人魚御殿」など様々な奇岩があります。

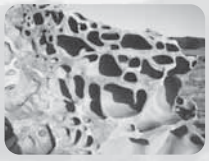
見残し海岸は、この地を訪れた弘法大師が、あまりの難所のために見残したので「見残し」の名が付いたといわれています。

ジオパーク専門員の ワンポイント解説

竜串・見残し海岸は約2,000万年前から1,500万年前に堆積した砂岩と泥岩の地層から成っています。

砂岩表面の多数の穴はタフォニと呼ばれ、砂岩が地表に出てきた後、海水がかかり、蒸発するときに崩れてできたものと考えられています。

また、この周辺はノジュール(砂岩の中の茶色く丸い物体)や、名前の付いていない生痕化石(生物が生活した跡の化石)など、未だ解明されていない謎がたくさんあります。


タフォニ

ノジュール

生痕化石

ジオNews 爪白に海底遺跡?!

10月28～29日、高知大学と海洋研究開発機構の合同研究グループが、684年の白鳳地震で土佐湾に沈んだとされる「黒田郡(くろだごおり)」を探すため、爪白地区の弁天島近辺を調査しました。

発見された29本の石柱のうち4本を引き揚げ、分析中です。調査結果が期待されます！

<お知らせ> 市民図書館　企画コーナー

ジオパーク～大地の恵みとその魅力～

市民図書館１階の企画コーナーでは、日本ジオパーク委員長の尾池和夫氏や高知大学の吉倉紳一教授の著書など、ジオパークに関係する書籍が特集されています。ぜひご覧ください。

（企画展示 12月28日まで）

☆ お問い合わせ先 ☆
市役所産業振興課 ジオパーク推進係
電話 82-1212

「くらしの悩みごと相談所」のご案内

１２月９日(火)は，高知よさこい咲都合同庁舎で「くらしの悩みごと相談所」が開催されます。同会場において，人権擁護委員が，地域住民の皆様の様々な悩みごとの相談をお受けいたします。お気軽にお越し下さい。
※事前予約は不要です。

１日　時	平成２６年１２月９日(火) 午前１０時から正午まで 午後１時から午後４時まで
２会　場	高知よさこい咲都合同庁舎９Ｆ会議室 (高知市栄田町２丁目２－１０)
３相談担当者	弁護士資格を有する人権擁護委員 司法書士資格を有する人権擁護委員
４相談内容	くらしの法律相談

差別待遇，暴行・虐待，いじめ，ＤＶ等，家庭及び近隣関係等における法律・人権問題に関するあらゆる相談
＊相談は無料で，相談内容の秘密は厳守します。
＊記事に関するお問い合わせは
高知地方法務局人権擁護課
(℡０８８－８２２－３５０３)まで

「四国一斉12時間電話相談」のご案内

高知地方法務局と高知県人権擁護委員連合会では，次のとおり１２時間電話相談を実施します。

１	実施期間	平成２６年１２月４日(木)
２	時　間	午前９時から午後９時まで
３	開設場所	高知地方法務局人権擁護課
４	電話番号	０１２０－４５９－７３７ (しこく なやみなし)
５	取扱内容	差別待遇，暴行・虐待，いじめ，ＤＶ等，家庭及び近隣関係等における人権問題に関するあらゆる相談
６	その他	相談は無料，秘密は厳守します

12月4日から10日までは人権週間です

「世界人権宣言」は，基本的人権及び自由を尊重し確保するために，世界の全ての人々と全ての国々とが達成すべき共通の基準として，昭和２３年(１９４８年)１２月１０日の第３回国際連合総会において採択されました。

国際連合は，世界人権宣言の採択を記念して，採択日の１２月１０日を「人権デー(Human　Rights　Day)」と定め，加盟国に対し，人権擁護活動を推進するための各種行事を実施するよう要請しています。

法務省及び全国人権擁護委員連合会は，関係機関等の協力を得て，「人権デー」を最終日とする１週間(１２月４日から１０日まで)を「人権週間」と定め，世界人権宣言の意義を訴えるとともに人権尊重思想の普及高揚に努めております。

高知地方法務局においても，今年度の人権週間行事のひとつとして，県内の主要箇所で「特設人権相談所」を開設し，DV，セクハラ，ストーカーなどの女性に関する人権問題や，児童虐待，いじめ，体罰など子どもに関する人権問題，高齢者や障害者に対する差別や虐待，その他くらしの悩みごと等，人権に関する御相談をお受けします。相談は無料で，秘密は厳守します。

お気軽に，最寄りの「相談窓口」を御利用ください。
※お問い合わせは，最寄りの法務局又は市町村の担当窓口又は人権擁護委員まで。

高知地方法務局　四万十支局
電話０８８０－３４－１６００

人権擁護委員はあなたの身近な相談パートナーです

人権擁護委員を御存知ですか。地域の住民の皆さんの人権が侵されないように絶えず見守り，もし，人権が侵されたときには法務局と連携して，救済のための適切な措置を採るとともに，人権尊重思想を御理解いただくための活動を行うことを使命としています。

家庭，学校，職場，地域社会などでの困りごとや悩みごとは，お気軽に人権擁護委員に御相談ください。相談料は無料で，相談内容の秘密は厳守します。

亀井　松美	大　浜		弘畑眞百合	下川口	
川口　次男	下ノ加江		宮﨑　昭好	爪　白	
手島千代子	戎　町		吉永由加利	厚生町	
浜田　勝良	養　老				

第15回　土佐清水市じんけんフェスティバル

じんけんフェスティバルは、誰もが気軽に参加し、様々な人権問題の解決と人権を尊重する明るい社会をめざして、次のとおり開催します。

日時：12月２０日(土)　午前９時３０分～　　場所：市民文化会館

◎講演会(講師：バイマーヤンジンさん)チベット出身の声楽家
演題：「家族のきずな、幸せのかたち」
日本でただ一人のチベット人歌手として、チベットの音楽、文化、習慣を紹介するため、活動をしています。
今回は歌(アカペラ)を交えた講演となっています。
◎さんごはうす共同作業所のみなさんによる発表、足摺岬保育園児の発表・中学生による人権作文の発表も行います。
※みなさん、お誘い合わせのうえ、お越しください。

お問い合わせ：土佐清水市じんけん課　℡　82-1124　(直通)

住民票の写し等に係る本人通知制度を始めます

❊ ―平成27年１月５日　受付開始― ❊

※本人通知制度とは

「事前に登録した方」の住民票や戸籍の附票の写し、戸籍謄抄本を第三者に交付したときに、その事実を通知する制度です。

不正請求を抑止し、不正取得による個人の権利の侵害の防止を図ることを目的としています。

※登録できる方

●土佐清水市の住民基本台帳(除票を含む)に記載されている方
●土佐清水市の戸籍(除籍を含む)に記録(記載)されている方

※登録申請に必要なもの

●本人確認のできる書類(運転免許証･住民基本台帳カード･旅券･健康保険証など)
●印鑑(みとめ印でも可)
○代理人による申請や、郵送での申請を希望する方は、別途必要書類等がありますので、事前にお問い合わせください。
○未成年の方の申請で、親権者(法定代理人)が代理申請される場合は、委任状は必要ありません。
○法定代理人(親権者など)が代理申請する場合は、戸籍謄本など法定代理人の資格を証明する書類(土佐清水市に本籍があり、資格の確認ができる場合は不要です。)

※登録の有効期間

登録日から３年間　(引き続き登録を受けようとする方は、登録が満了する日の１か月前から、再登録の申し込みができます。)
○登録された方が死亡、失踪宣告を受けた、住民票が職権消除された場合は、登録は途中で廃止されます。

※登録の変更､廃止

事前登録した方が、氏名、住所、本籍(筆頭者)、連絡先など登録内容に変更が生じた場合や、事前登録を廃止したい場合は、変更･廃止届書にて届出を行ってください。

※本人通知の対象となる証明書

●住民票の写し、住民票記載事項証明書(本籍入り)　●戸籍の附票の写し　●戸籍、戸籍記載事項証明書
○上記の証明書はそれぞれ除票･除籍を含みます。

※本人通知の請求対象者となる「代理人」や「第三者」

●本人等からの委任状を持参した代理人
●本人等以外の第三者（個人又は法人）
個人や法人が自己の権利の行使または義務の履行のため正当な理由があり請求する場合
●第三者(八士業(特定事務受任者))
弁護士、司法書士、土地家屋調査士、税理士、社会保険労務士、弁理士、海事代理士、行政書士が職務上の理由により請求する場合
○本人等とは･･･
●住民票の場合は、「本人」や「本人と同一世帯の方」
●戸籍の場合は、「本人」や「本人と同じ戸籍に記載されている方又は直系の方」

※次の請求の場合は、通知の対象となりません

●住民票の場合は、本人と同一世帯の方からの請求
●戸籍の場合は、本人と同一戸籍に記載されている方又は直系の方(父母、祖父母、子、孫など)からの請求
●国又は地方公共団体からの公用請求
●住民基本台帳施行令第１５条の２又は、戸籍法第１０条の２第４項･５項による請求(弁護士等からの請求で裁判や紛争に関わるもの)
●その他市長が特別な申出又は請求と認めた場合

※通知の内容

「土佐清水市住民票の写し等交付通知書」に記載されている内容は、
証明書の交付年月日、種別及び通数、交付請求者の種別(本人等の代理人または本人等以外の者の別)です。
○交付請求した第三者の氏名、住所は通知しません。

※情報の開示請求

証明書を交付した内容については、本人が請求書の開示請求をすることができます。ただし、開示請求が認められた場合においても「土佐清水市個人情報保護条例」の規定により、個人の請求については原則開示できませんので、あらかじめご了承ください。

詳しいお問い合わせは　市民課住民年金係　℡　0880-82-1107(直通)

住民基本台帳(住民票)の閲覧状況について

平成18年11月1日の住民基本台帳法の改正で閲覧制度が変わり、土佐清水市では年に1回閲覧状況を公表することにしております。

平成25年11月1日から平成26年10月31日までの閲覧状況は下記の通りです。

番号	(1)申請者氏名	(2)利用目的	(3)閲覧年月日	(4)閲覧対象の住民の範囲
①	株式会社ビデオリサーチ代表取締役社長　秋山　創一	日本たばこ産業株式会社が実施する2014年「全国たばこ喫煙者率調査」の対象者抽出のため	平成26年1月5日	以布利地域に在住する大正13年5月1日～平成6年4月30日生まれの男女
②	自衛隊高知地方協力本部四万十地域事務所長　片岡　孝男	自衛官募集業務	平成26年1月29日	市内に在住する平成8年4月2日～平成9年4月1日生まれの男女
③	株式会社インテージリサーチ代表取締役社長　井上　孝志	家庭からの二酸化炭素排出量の推計に係る実態調査全国試験調査対象者抽出のため	平成26年7月30日	旭町、元町、天神町、幸町、越前町地域に在住する昭和元年4月2日～平成6年4月1日生まれの男女
④	社団法人中央調査社会長　中澤　豊	「がん対策に関する世論調査」の実施のための対象者抽出のため	平成26年10月30日	幸町、寿町、天神町地域に在住する満20歳以上(平成6年10月末までの生まれ)日本人の男女

国民年金保険料を納めましょう!!

国民年金保険料の納め忘れはありませんか。

平成26年度の国民年金保険料額は、1ヶ月15,250円です。

納めた国民年金保険料は「社会保険料控除」として全額控除の対象となり、税金の負担が軽減されます。まだ納付がお済みでない方は、至急お近くの金融機関またはコンビニエンスストア等で納付してください。

保険料についてご不明な点がありましたら、お近くの年金事務所にお尋ねください。

国保加入者が交通事故にあったとき･･･

交通事故やケンカなど、第三者の行為による負傷で、国民健康保険で治療を受けたときには「第三者行為による傷病届」の提出をお願いします。

必要なもの　〇被保険者証　〇印鑑
〇事故証明書(人身)･･･後日でも可

「第三者行為による傷病届」

自動車事故等の第三者行為によりケガをしたとき、国民健康保険を使って治療を受けることができますが、本来、この治療費は加害者が負担するべきものです。そこで、国民健康保険は加害者に対して費用を請求します。このときに、必要な書類で、世帯主には届出が義務づけられています。

※示談は慎重にしましょう。

示談をする場合は、事前に連絡をお願いします。

お問い合わせ　市民課国保係　☎82-1108

国民年金保険料の納付が困難なときは!!

国民年金には、経済的な理由などで保険料を納めることが困難な場合、申請をして承認されると、保険料の納付が免除される申請免除制度があります。

申請免除制度には、保険料の全額が免除される全額免除と、保険料の一部を納付し、残りの保険料が免除される一部納付があります。一部納付には、4分の1納付、半額納付、4分の3納付の3種類があります。

本人･配偶者･世帯主の前年の所得が一定額以下の場合に、全額免除または一部納付が承認されます。

また、退職(失業)を理由とした特例免除制度もあります。特例免除は、申請する年度または前年度において退職(失業)の事実がある場合に対象となり、失業された方の所得を除外して免除の審査を行います。

納付が困難だからといってそのままにせず、必ず市役所やお近くの年金事務所の国民年金窓口で手続きを行ってください。

お問合せ先　幡多年金事務所　☎0880-34-1616
市民課住民年金係　☎0880-82-1107

選管コーナー

農業委員会委員選挙人名簿登載の申請

◆1月1日から1月10日まで◆

農業委員会委員の選挙人名簿は、「農業委員会等に関する法律」の規定により、本人の申請に基づいて農業委員会が審査し、市選挙管理委員会が調整することになっています。

この制度は、申請がなければ名簿に登載されませんので、必ず本人が期限内に申請書を提出してください。

申請用紙は、選挙管理委員会、農業委員会、各市民センター、区長場等にあります。

◎選挙人資格要件

平成２７年１月１日現在、本市に住所を有し、平成７年４月１日以前に生まれ、次の要件を備えた者。

①１０アール（１反）以上の農地（田・畑・果樹園等）につき耕作の業務を営む個人経営者及び農業生産法人。

②前号の経営者と同居の親族又はその配偶者で１年に６０日以上耕作に従事する者。

③農業生産法人の組合員、社員又は株主で１年に６０日以上耕作に従事する者。

◎名簿調整現在日・申請の現在日

平成２７年１月１日

◎申請期間

平成２７年１月１日から１月１０日まで

◎申請書提出先

農業委員会（産業振興課農業係内）へ提出してください。

農業委員会で審査後、選挙管理委員会へ送られます。

◎名簿調整期限

平成２７年２月２０日

◎縦覧期間

平成２７年２月２３日から３月９日まで（１５日間）

申請に基づいて調整した選挙人名簿をこの縦覧期間中に選挙管理委員会において縦覧できます。

ご自身が選挙人名簿に登載されているかどうかをこの期間内に確かめてください。

なお、選挙人名簿登載の決定に関して異議のある方は、この期間内に異議の申立てをすることができます。

◎名簿確定日

平成２７年３月３１日

☆お問い合わせ☆

農業委員会　☎（８２）１１１４

選挙管理委員会☎（８２）１２９０

～事業用償却資産を所有している皆さんへ～

申告書の提出は2月2日までに

償却資産とは、会社や個人で工場や商店などを経営しておられる方が、その事業のために用いることができる機械・器具・備品等の有形固定資産をいいます。

市内でこのような事業用資産をお持ちの方は、毎年１月１日現在の資産所有状況（資産の種類・取得価格・取得時期・耐用年数など）を２月２日までに地方税法383条に基づき市役所税務課に申告していただくことになっています。

※個人が設置した太陽光発電設備についても10キロワット以上で売電目的の場合は、固定資産税（償却資産）の課税対象となりますので申告をお願いします。

新規に事業を始められた方、または今まで申告されたことのない方、毎年申告されていて異動がない場合でも申告してくださいますようお願いいたします。申告書は、市役所税務課、各市民センターに備えてあります。

なお、詳細については下記までお問い合わせください。

◆償却資産の例

種類		償却資産の例
構築物	建築物	門・堀・橋・貯水池・独立煙突・広告塔・その他土地に定着した土木施設などで家屋と区分されるもの
	建築附属設備	ネオンサイン・スポットライト・発電機など
機械及び装置		金属加工機械・印刷機械・食品加工製造機械・冷暖房用機器、その他物品の製造加工などに使用する機械・装置
船舶		漁船・貨物船・油槽船・客船・ボート・はしけなど
航空機		飛行機・ヘリコプター・グライダーなど
車両および運搬具		構内運搬車・特殊自動車（自動車税および軽自動車税の対象は除く）など
工具・器具および備品		机・いす・音響機器・医療機器・ガス機器・OA機器・各種自動販売機・金庫・電化製品など

◆申告を必要としないもの

◎鉱業権、漁業権、特許権その他の無形減価償却資産。

◎法人税法または所得税法において、使用可能期間が１年未満または取得価格が10万円未満のもので、一時に損金に算入するもの。

◎法人税法または所得税法において、当該法人等の有する減価償却資産（取得価格が20万円未満）を一括して3年間で損金に算入するもの。

◎自動車税や軽自動車税の対象となるもの。（ナンバープレートを取り付けているもの）

【お問い合わせ先】　市役所税務課固定資産税係　　☎82-1129

～家屋を滅失（取り壊された）皆さんへ～

建物（家屋）の滅失や用途変更の届け出をお願いします。

固定資産税（家屋）は、毎年１月１日現在の状況に基づいて課税されます。新築、増築、老朽化のため所有している家屋の全部または一部を取り壊した場合、床面積の大小にかかわらず必ず「建物（家屋）滅失届」を提出してください。ただし、法務局で滅失登記をされた場合は届け出は不要です。

この届け出を提出したことにより、次年度から対象家屋は課税されなくなりますが、届け出がない場合は引き続き課税される恐れがあります。

また、住家の場合は、その敷地の宅地に特例措置が講じられ土地の固定資産税が軽減されており、住家でなくなった場合は特例措置の見直しが必要となりますので家屋の滅失や、居宅から店舗・倉庫等へ、また逆に店舗や倉庫を改築し居宅となるなど用途の変更があった場合も届け出てください。

届け出をされた後、現地を確認に伺いますので、「建物（家屋）滅失届」の提出を忘れずにお願いします。届出書は市役所税務課、各市民センターに備えてあります。

※本市の「老朽住宅撤去に対する補助事業」で滅失になった住家も対象となります。

なお、詳細については下記までお問い合わせください。

【お問い合わせ先】　市役所税務課固定資産税係　　☎82-1129

平成26年工業統計調査を実施します

工業統計調査は我が国の工業の実態を明らかにすることを目的とした統計法に基づく報告義務がある重要な統計です。

調査結果は中小企業施策や地域振興などの基礎資料として利活用されます。

調査時点は平成26年12月31日です。調査票へのご回答をお願い致します。

年末年始のごみ収集日程

１２月３１日(水)から１月４日(日)までの年末年始５日間は、全てのゴミ収集は休みとなります。

各家庭で衛生的に保管してください。

ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。

※なお、お休みの期間中に走っているゴミ収集車は、業者と契約を結んだ事業所のみを対象として収集しているものです。

年末年始の幡多クリーンセンターへの ゴミ持ち込み について

年末	12月29日(月)	平常どおり営業	9:00～12:00 13:00～16:30
	12月30日(火)	変則時間営業	9:00～12:00 13:00～16:00
年末 年始	12月31日(水) ～1月 4日(日)	休業	
年始	1月 5日(月)	平常どおり営業	9:00～12:00 13:00～16:30

☆お問い合わせ先☆

幡多クリーンセンター　☎0880-31-2600

(四万十市上ノ土居 1544 番地)

市役所環境課　☎82-1214

年末のし尿の汲み取り申し込みは、お早めに

土佐清水市衛生センター(し尿処理場)では、年間を通じて一日の処理量が３１キロリットルと決まっており、収集業者が一日に収集できる量(センターに搬入できる量)が限られてきます。

汲み取りの申し込みが集中して、各ご家庭で便槽の余裕が無くなる等不便な思いをしないためにも、また衛生センターが計画的な安定処理を行えるよう、収集業者への申し込みは余裕を持って早めにお願いします。

【年末のし尿の汲み取り】

○１２月２９日(月)まで汲み取りを行いますが、汲み取りの予約申し込みは１２月１０日(水)までに、収集業者に直接お願いします。

小松衛生　82-1751

竜串衛生開発　85-0713

○収集日が指定されている地域は、従来通りです

市役所環境課　８２－１２１４

平成２５年度土佐清水市水道事業業務状況の報告

地方公営企業法第40条の2第1項の規定により、平成25年度土佐清水市水道事業の業務の状況を公表します。

土佐清水市長

１．平成２５年度土佐清水市水道事業貸借対照表(財政状況)

平成２６年３月３１日現在　　単位：円

資産		負債及び資本	
固定資産	3,451,363,764	固定負債	6,119,753
		流動負債	66,058,559
		自己資本金	521,258,418
流動資産	568,997,770	借入資本金	1,192,474,846
		資本剰余金	1,732,178,375
		利益剰余金	502,271,583
資産合計	4,020,361,534	負債資本合計	4,020,361,534

２．平成２５年度土佐清水市水道事業損益計算書(経営成績)

消費税ぬき・単位：円

資産		費用	
営業収益	254,050,588	営業費用	209,524,677
営業外収益	27,166,952	営業外費用	31,333,597
特別収益	0	特別損失	119,178
収益計	281,217,540	費用計	240,977,452

市役所水道課　電話(８２)１１１７　(直通)

平成２６年度土佐清水市水道事業業務状況の報告

地方公営企業法第40条の2第1項の規定により、平成26年度土佐清水市水道事業の業務の状況を公表します。

土佐清水市長

１．平成２６年度土佐清水市水道事業貸借対照表(財政状況)

平成２６年９月３０日現在　　単位：円

資産		負債及び資本	
固定資産	3,518,264,364	固定負債	5,382,650
		流動負債	3,874,183
		自己資本金	521,258,418
流動資産	599,054,983	借入資本金	1,236,674,846
		資本剰余金	1,780,180,375
		利益剰余金	569,948,875
資産合計	4,117,319,347	負債資本合計	4,117,319,347

２．平成２６年度土佐清水市水道事業損益計算書(経営成績)

消費税ぬき・単位：円

資産		費用	
営業収益	139,010,912	営業費用	54,633,885
営業外収益	598,962	営業外費用	15,046,709
特別収益	0	特別損失	2,251,988
収益計	139,609,874	費用計	71,932,582

話題の新機種大好評販売中！

機種変更も新規契約もとってもお得！

新料金プラン　カケホ＋デジラ

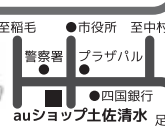
ケータイ料金の見直しは当店まで

☆お気軽にご相談ください☆

auショップ土佐清水

TEL:0800-7002652 営業時間:10時～19時

年中無休 駐車場は当店西側



高齢者向け優良賃貸住宅

サンコート汐見

市内汐見町2-16

入居者募集中!!

高齢者以外の方の入居も可能です。

高齢者の方に補助金制度あります。

詳しくは☆お問い合わせ☆

笹工務店(笹本) ☎82－0410

平成27年4月から認定こども園・保育所で保育を希望(入園)される お子さんの支給認定申請及び保育所入所申し込みのお知らせ

保育が必要なお子さんの支給認定申請と新年度保育所入所に係る申し込み受付を開始しました。

★申請・申込期間　　平成２６年１１月５日(水)～平成２６年１２月１２日(金)まで

★申請窓口　　土佐清水市福祉事務所子育て支援係

★保育を利用できるお子さん(次のいずれかの事由に該当すること)

①１月に48時間以上労働することを常態とすること
②妊娠、出産
③保護者の疾病、障害
④同居又は長期入院等している親族の介護・看護
⑤災害復旧
⑥求職活動
⑦就学
⑧虐待やＤＶのおそれがあること
⑨育児休業取得時に、既に保育を利用している子どもがいて継続利用が必要であること
⑩その他、上記に類する状態として市長が認める場合

★申請書兼入所申込書に添付する書類

・保育を必要とする事由を説明できる書類
　上記①の事由に該当する場合　就労証明書又は就労状況申告書
　上記②　母子手帳の写し
　上記③～⑩に該当する場合　各申立書
・①及び③～⑩の事由に該当する場合の書類については福祉事務所でお渡しします。
・平成２６年１月１日現在で土佐清水市に住所がない場合は、市町村民税の税額がわかるもの

★面接調査(保育所を希望される方)

初めて入所されるお子さんには、面接を予定しております。(対象者には面接日時を連絡します。)

≪乳児保育・一時保育を下記の保育所で実施しています≫

乳児保育	生後３ヶ月から入所できます	下ノ加江・(仮称)新清水・三崎保育園
一時保育	満１歳からお預かりします。 ※一時的にご家庭での保育が困難となる場合や、保護者の育児負担軽減のため、保育所でお子さんをお預かりする保育	下ノ加江・(仮称)新清水保育園
延長保育	保育短時間(8時間)認定を受けたお子さんでその時間を超えて保育が必要となった場合は、各保育所の開園時間内で保育を行います。(別途利用料が発生します)	全保育園

★市外の保育所への入所について

通勤等の理由で市外の保育所への入所を希望される場合は、四万十市、宿毛市、大月町の保育所であれば入所させることができます。

☆現在、認定こども園、保育所へ通園しているお子さんについては、施設を通して支給認定申請書を提出してください。

お問合せ:土佐清水市福祉事務所子育て支援係　　TEL:87-9011

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

サービス付高齢者向け住宅
「ゆうわ渭南」入居者募集中
体験入居(１日５，４００円)も受け付けています。
(お問い合わせ先:月～金 ☎82-3175 担当:濱田、福留)

保育士 臨時職員募集

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。

〇登録方法〇

「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下さい。申込書は市役所受付、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。

〇募集要項〇

勤務内容：園児の保育　資格等：保育士資格

※幼稚園教諭免許のみの方は該当となりません。

賃金：7,100円／日

〈お問い合わせ〉　市役所福祉事務所　子育て支援係

担当　弘田・津野　　☎８７-９０１１

平成26年度 土佐清水市戦没者追悼式

１１月１０日、土佐清水市戦没者追悼式を２８０人の遺族・来賓が参列する中開催しました。

式では、参列した遺族を代表し土佐清水市遺族連合会会長の中平　泰栄さんが追悼の辞を述べたあと、遺族が献花を行い、戦没者の冥福と恒久平和を祈念しました。

平成27年度（一般入試）県立中村高等技術学校　訓練生募集!!

プロを極める！

募集訓練科名	応募資格	訓練期間	募集定員
木造建築科	中学校卒業者以上で（H27.3卒業見込み含む）H27.4.1現在29歳以下	２年	１０名
左官・タイル施　工　科	中学校卒業者以上で（H27.3卒業見込み含む）H27.4.1現在35歳以下	２年	１０名

願書受付期間：平成27年2月2日（月）～2月19（木）

試験日　：平成27年2月27日（金）

試験科目：適性試験・面接

合格発表：平成27年3月6日（金）

※遠隔地者には寮（男性）もあります。

詳しくは下記までお問い合わせ下さい。

〒787-0019　四万十市具同5179

高知県立中村高等技術学校

TEL:0880－37－2723

http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/151305/

臨時福祉給付金と子育て世帯臨時特例給付金の申請受付期間をふたたび延長しました。

給付金の申請期間を、年末までふたたび延長しました。

申請がまだの方は、期間内に申請されますようお願いします。

申請書をなくされた方は、本庁窓口で再発行しますので遠慮なく申し出てください。

（対象と思われる方には、7月中旬頃に申請書を送付しております。）

受付期間	平成26年7月14日（月）から**12月26日（金）** （土日祝日を除く）
受付場所・時間	福祉事務所窓口 市民センター（下ノ加江・三崎・下川口） いずれも、受付は8時30分から17時15分まで （※郵送での受付も可能）
必要書類	**「臨時福祉給付金」** **1.青色の申請書（押印のうえ電話番号を記載のこと）** **2.希望する振込口座の通帳（名義人のカナ、口座番号、金融機関名が記載されたページ）** **3.本人確認ができるもの（運転免許証や保険証など）** **「子育て世帯臨時特例給付金」** **1.薄茶色の申請書（押印のうえ、電話番号を記載のこと）** **児童手当振込口座への振込を希望する場合は、添付書類は必要ありません。** **他口座を希望する場合は、本人確認書類と通帳写しを添付してください。**

お問い合せ先

土佐清水市福祉事務所福祉児童係　0880-82-1118

臨時福祉給付金等担当窓口　0880-87-9222

厚生労働省「専用ダイヤル」　0570-037-192

市営住宅入居者募集

団地名（所在地）	建設	構造（募集階）	間取り等	月額家賃	戸数
・東谷団地（布1060番地3）	S50	鉄骨造2階建	4DK（4.5, 6, 6, 6, DK）	13,200円 ～	1戸
・東谷第2団地（布1050番地）	S56	鉄筋コンクリート造2階建	3DK（4.5, 6, 6, DK）	13,400円 ～	1戸
・東谷第3団地（布1113番地6）	S59	鉄筋コンクリート造2階建	3DK（6, 6, 6, DK）	14,100円 ～	1戸
・曙第2団地（浦尻6番17号）	S47	木造2階建	3K（4.5, 4.5, 6, K）	7,700円 ～	1戸
・汐見町第3団地（汐見町8番13号）	S58	準耐火構造2階建	2DK（6, 6, DK）	14,800円 ～	1戸
・竜串第2団地（竜串15番18号）	S49	簡易耐火構造2階建	4DK（4.5, 6, 6, 6, DK）	13,200円 ～	1戸
・竜串第3団地（竜串25番9号、竜串25番10号）	S53	鉄筋コンクリート造2階建	4DK（4.5, 6, 6, 6, DK）	16,000円 ～	2戸
・竜串第4団地（竜串26番24号）	S57	鉄筋コンクリート造2階建	3DK（4.5, 6, 6, DK）	13,800円 ～	1戸
・下川口第2団地（下川口205番地1）	H18	木造2階建	3DK（6, 6, 6, DK）	17,300円 ～	1戸
・田ノ内団地（三崎546番地3号4）	H10	木造2階建	3LDK（6, 6, 7.5, LDK）	30,000円 ～	1戸

☆申込み方法
《申込書配布期間》　平成26年12月1日（月）～平成26年12月19日（金）
《申込書配布場所》　まちづくり対策課、各市民センター、各福祉センター
《申込の受付期間》　平成26年12月8日（月）～平成26年12月19日（金）
持参する場合：土曜日、日曜日を除く　８：３０～１２：００、　１３：００～１７：１５
郵送する場合：上記受付期間に必着
《申込書提出先》　まちづくり対策課まちづくり係（市営住宅担当）
《入居資格》　①住宅に困っている方　②市税等を滞納していない方
③条例で定められた収入基準である方
④入居者又は同居者が「暴力団員による不当な行為の防止等に関する法律第2条第6号」に規定する暴力団員でないこと
⑤市内に居住し独立の生計を営み、かつ入居者と同等以上の収入を有する保証人が２名いること（特別な事情等により市外在住でも可）
※　市営住宅の住宅使用料は、公営住宅法に基づき入居者の収入等によって算定するため、毎年変動します。
※　田ノ内団地の収入基準はその他の団地と違います。

お問い合わせ先　まちづくり対策課まちづくり係　☎０８８０－８２－１１５７（直通）

市民文化会館 自主事業

市民文化会館開館30周年スペシャル企画第4弾

熊井善之＆上杉清仁クリスマスコンサート

■月　日：平成２６年１２月２３日（火・祝）
■開　演：午後６時３０分（※開場：午後６時）
■入場料：一般前売１，５００円（※当日２，０００円）
高校生以下前売１，０００円（※当日１，５００円）
■主　催：土佐清水市立市民文化会館
■共　催：土佐清水市教育委員会
■場　所：土佐清水市立市民文化会館くろしおホール
■前売券販売所：市民文化会館・土佐清水商工会議所・サニーマート清水店・プラザパル・サニーマート四万十店・サングリーンクリハラ（宿毛市）

☆土佐清水市出身のピアニスト熊井善之さんと同じく本市出身でカウンターテナーの上杉清仁さん２人が共演する初のコラボレーションコンサートです。
素敵なピアノと歌声を聴きに、ぜひお越しください。
※事業についてのお問い合わせは
市民文化会館【８２－３３００】

今年はサンタも大募集！

サンタクロースが夢をのせてやってくる！

土佐清水市 青年団の出張サンタ

土佐清水市青年団が毎年行っている出張サンタ、ご存じですか！？
このイベントは毎年クリスマスに私たちがサンタクロースに扮しお宅へ訪問。直前にお預かりしたプレゼントで、お子さんをビックリさせちゃおう！という夢いっぱいのイベントです。さらに今回は同時にサンタクロースも大募集！！一緒にサンタクロースになって子供に夢を配りませんか？どんどん応募してきて下さい♪

訪　問　日：12月24日（水）
応募締切：12月16日必着（先着20名）
申込方法：官製はがきに①～⑨を記入の上、下記住所までお申し込み下さい。
郵　送　先：〒787-0306
土佐清水市幸町4-13
中央公民館内
土佐清水市青年団事務局宛

依頼される方の
①住所
②氏名
③電話番号
プレゼントを贈られるお子さんの
④住所　⑦依頼者との関係
⑤氏名　⑧希望時間帯
⑥電話番号　⑨簡単な地図

ハガキ裏

※都合上、12月16日必着でお願い致します。
12月20日までに確認の連絡をさせて頂きます。
お問い合わせ先：土佐清水市青年団
弘田　朗　TEL:080-4032-3918

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

第４８回足摺ロードレース

～　新春、走ろう！　～

新春１月１８日(日)、恒例の足摺ロードレースを開催します。
市民文化会館前をスタートし、１１部門とオープン競技「潮風健康ジョギング」の参加者が土佐清水の街を疾走します。
「潮風健康ジョギング」は、走行距離は１㎞で小学生以上なら誰でも参加できます。初心者大歓迎です。
各部門ともに多数の参加をお待ちしております。レース当日は、沿道からのたくさんのご声援もよろしくお願いします。
詳しい問合せ・申込は、土佐清水市立市民体育館内土佐清水市体育協会　足摺ロードレース事務局まで。
　ＴＥＬ：82-1087　ＦＡＸ：82-0354　Ｅ－ｍａｉｌ：info@scrum-2004.net

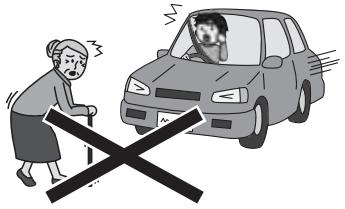
開催日時　平成２７年１月１８日（日）　８時２０分開会式　土佐清水市立市民文化会館　雨天決行
　<受付>午前７時３０分～８時１０分　<閉会式>１２時１０分予定
種　　目　○男子小学校３・４年の部（１．５ｋｍ）　○男子小学校５・６年の部（１．５ｋｍ）
　○男子中学校１年の部（３ｋｍ）　○男子中学校２・３年の部（３ｋｍ）
　○男子高校・一般の部（１０ｋｍ）　○男子壮年の部（５ｋｍ）
　○女子小学校３・４年の部（１．５ｋｍ）　○女子小学校５・６年の部（１．５ｋｍ）
　○女子中学校の部（３ｋｍ）　○女子高校・一般の部（５ｋｍ）　○女子壮年の部（５ｋｍ）
　○オープン競技「潮風健康ジョギング」　☆小学生以上なら誰でも参加可（１ｋｍ：記録計測なし）

種　目	距離	スタート・ゴール地点 市民文化会館前	スタート 時　間	備　考
潮風健康ジョギング	１ｋｍ	浜町 問可自動車付近 （折返し）	８時５０分	オープン競技
小学校３・４年の部	１．５ｋｍ	西町 旧レーダー事務所前 （折返し）	９時３０分	
中学校の部（男子１年、２・３年、中学女子）	３ｋｍ	加久見 コーナン前 （折返し）	９時５０分	
男女壮年の部　女子高校・一般の部	５ｋｍ	養老信号約200m手前 （折返し）	１０時１５分	
男子高校・一般の部	１０ｋｍ	松崎 落窪橋(手前) （折返し）	１０時５０分	
小学校５・６年の部	１．５ｋｍ	西町 旧レーダー事務所前 （折返し）	１１時００分	

参 加 料　○小・中・高生　２００円　○一般　１，０００円　○潮風ｼﾞｮｷﾞﾝｸﾞ　２００円（傷害保険料込み）
　※申し込みと同時に下記の方法で参加料を納入して下さい。（申し込み後の参加費の返還は行いません）
　①現金持参　②現金書留
　③口座振込み　高知銀行 清水支店 普通預金 ０３８３７２７ 土佐清水市体育協会 会長 横山 浩一
　入金確認後、正式な申し込みとなります。

死亡事故が多発しています！

死者数　（　）は高齢者
土佐清水市　２人（２人）
四万十市　４人（３人）
黒潮町　２人（１人）
※10月31日現在



　中村署管内では死亡事故が多発しており、昨年の倍の８人の方が亡くなっています。うち６人は高齢者となっており、自宅周辺で事故に遭われた方が大変多いです。
　いつもの道、いつもの場所だからと油断することなく、家の外に出たら車の動きに十分注意し、道路を横断するときは、必ず一旦止まって車が来ないことを確かめましょう。また、駐車場での事故も多発しています。車が急にバックしてくることがあるので、車の後ろは通らないようにしましょう。
　運転者も歩行者もお互いに気づかい、交通事故を防ぎましょう。またご家族、ご近所の皆さん、ぜひ身近な高齢者の方へ声かけをお願いします。

　年末年始は外出や飲酒の機会も増え事故も多くなります。笑顔で新年を迎えるためにも、一人ひとりが気持ちを引き締め、交通安全に心がけましょう。
☆年末年始の交通安全運動　12月10日(水)～1月9日(金)

県民スポーツフェスティバル2014に市民が参加

　高知県内で現在実施されている「県民スポーツフェスティバル２０１４」に土佐清水市体育協会から会員等が参加しましたのでご報告します。結果等は表のとおり。

種目	開催日	参加人数	競技結果
陸上競技	9月15日(月)	１人	壮年男子７０歳以上 ６０ｍ　１位 １００ｍ　２位
ゲートボール	１０月5日(日)	６人	総合６位
ｽｶｯｼｭﾊﾞﾚｰ		３人	準々決勝敗退
テニス		１２人	男子:１位ﾄｰﾅﾒﾝﾄ　３位 女子:３位ﾄｰﾅﾒﾝﾄ　２位
ｸﾞﾗｳﾝﾄﾞ･ｺﾞﾙﾌ		２１人	入賞なし
ラージ ボール卓球	１０月１２日(日)	４人	男子ローシニア３部　４位 女子一般一部　２位 女子ローシニア１・２部　４位 女子リーシニア４部　４位

　中でも「陸上競技　壮年の部」では、網野　進氏が70歳以上60mで第1位となり、記録は9秒48でした。おめでとうございます。

「第2回土佐清水市中高生弁論大会」を開催します！

【日時】２０１４年12月18日(木)
13時30分～16時20分
【場所】土佐清水市立市民文化会館(寿町11-1)・大ホール

青少年の健全育成を目的とし，①中学生・高校生それぞれの発達段階に応じた表現力・思考力の鍛錬，②中学生と高校生の連携交流による自主的運営，③他者との関わりの中で自分を見つめ将来の展望を持つ，以上三点をねらいとして実施します。

当日は，清水中学校６名と清水高校６名の計12名の代表弁士による弁論を予定しています。未来を築く中学生と高校生の爽やかな主張を皆さんお誘い合わせのうえ，ご傾聴いただきますようご案内申し上げます。

第２回市民講座

「認知症は早い発見、早い治療、上手なケアが重要!!」

開催日時：平成２６年１２月２１日(日)
午後２：００～３：３０　参加無料
会　　場：四万十市立中央公民館大ホール
講　　師：島根大学医学部精神医学講座・教授　堀口　淳
問い合わせ：医療法人祥星会　聖ヶ丘病院
総務課　有田
住所　宿毛市押ノ川１１９６
電話　０８８０(６３)２１４６

ご芳志ありがとうございました

11月10日、長年土佐清水市の医療発展のため尽力を賜りました故 溝渕南海郎先生のご親族から、市政発展のため役立ててほしいと「１００万円」のご寄付をいただきました。先生の遺志に添うよう大切に使わせていただきます。

ありがとうございました。

楽しく、分かりやすく、ためになる！９０分もアッという間の元気講演！

こころ元気配達人"元気講師・鎌田敏さん(先生)の日本の元気と活力のために「一隅を照らす」べく熱弁をふるう元気な講演会！

幸せ、生き甲斐、健康、笑顔、夢、積極的な人生などなど･･･すべては「こころ元気」から始まります。「こころ元気」に今日から、ここから！です

●講演演題
「地域の絆、みんなの笑顔！～心の健康にとって大切なこと～」

●講師こころ元気研究所　所長　鎌田敏先生
(産業カウンセラー、日本メンタルヘルス協会基礎カウンセラー等)

対象者　幡多圏域内の住民

実施日時　平成２６年１２月１６日(火)１８時３０分開始、２０時終了予定。
会　　場　四万十市社会福祉センター２階　大会議室
(高知県四万十市右山五月町８－３)
定　　員　１００名(定員に達しましたら、締め切りとさせていただきます。)
参加申し込み方法等
(申し込み先)　幡多福祉保健所　担当：大野、宗崎

電話にて受付	(TEL：0880－34－5124　直通番号)
メールにて受付	kiyoshi_oono@ken4.pref.kochi.ne.jp または、 yuka_souzaki@ken2.pref.kochi.lg.jp のいずれかへ。

締め切り　平成２６年１２月１５日(月)

保育園にあそびにきませんか

12月の予定

園庭開放

（時間：９：３０～１１：３０）

実施日	園名
12月 2日（火）	下川口保育園
12月 3日（水）	下ノ加江保育園
12月 5日（金）	浦尻保育園
12月12日（金）	清水保育園
12月16日（火）	旭保育園
12月17日（水）	足摺岬保育園
12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
12月 1日（月）	避難訓練（地震）
12月 4日（木）	リースを作ろう
12月 5日（火）	ほっとタイム
12月 9日（火）	ぴよぴよクラブ リースを作ろう
12月10日（水）	おひさまニコニコサークル
12月11日（木）	指編みをしよう
12月16日（火）	ぴよぴよクラブ 育児相談
12月18日（木）	誕生会 こぐま座さんの人形劇
12月25日（木）	クリスマス会

※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
12月10日（水）	リースを作ろう
12月17日（水）	自由遊び
12月24日（水）	指編みをしよう

おでかけ広場

（時間：１０：００～１１：３０）

実施日	内容
12月 8日（月）	窪津区長場
12月15日（月）	下川口浦区長場

☆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１２時　午後１時から午後４時まで
浜町６－２２　清水保育園内　☎８３－００３３

育児相談

健康推進課　保健指導係　☎82－1121

12月の日程は、下記の通りです。

（時間：10:00～11:00）

実施日	場所
12月 3日（水）	下ノ加江保育園
12月19日（金）	三崎保育園
12月16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。

第1回 ～むし歯とフッ素～

からだの健康は お口から!

当たり前のようにある「歯」は、食べものを噛むだけでなく、発音を助ける、表情を豊かにする、歯をくいしばることで力を出す、バランスをとるなどといった健康的な生活をするうえで欠かせないものばかりです。歯が悪くなると噛めなくなるだけでなく、からだの健康にも影響を及ぼします。この機会に、「お口の健康」を見直してみませんか？

どうして　むし歯になるの？

食べ物を食べると歯の表面に汚れがつきます。お口の中に細菌が多くいると細菌が汚れを取り込んで「酸」をつくります。この「酸」が、歯の表面を溶かしてしまいます。
これが、むし歯のはじまりです。

フッ素洗口で　むし歯を減らそう！

高知県は12歳児（中1）の一人平均むし歯数が全国ワースト6、さらに土佐清水市は幡多地域の中で最もむし歯が多いこと（一人平均3.69本　H24年度）から、現在、下川口保育園・足摺岬保育園・三崎保育園・下ノ加江保育園・下川口小学校・中浜小学校・足摺岬小学校でフッ素洗口を実施しています。また、下ノ加江小学校は12月から、幡陽小学校は来年1月からの実施を予定しています。

フッ素は、むし歯菌のはたらきを弱め、酸に溶けにくい強い歯にしてくれる力があります。

さらに、穴のあく前の初期のむし歯も修復してくれます。

保育園・学校で集団で卒園・卒業までフッ素洗口を行うことにより、継続的に洗口できるのでむし歯予防対策として大きな効果があります。

30年以上前からフッ素洗口を実施している新潟県は、13年連続で「日本一むし歯が少ない県」になっています。また、保育園・幼稚園から中学校まで継続している群では、実施していない群よりむし歯が平均8本少ないという結果が出ています。（新潟県の地域調査における成人後のむし歯予防効果より）

このフッ化物利用によるむし歯予防については、すでに多くの研究者や研究機関が長年にわたってあらゆる面から確認を行い、安全かつ有効であるとの結論がでています。

毎日のはみがき・おやつの食べ方にも注意しましょう。

（健康推進課　保健指導係）☎ 82-1121　内線232・338

幡多地区年末年始休日救急歯科診療

当番医療機関

日時	当番医	住所	TEL
平成26年 12月30日（火）	佐々山歯科医院	幡多郡大月町弘見2066-5	0880-73-0773
12月31日（水）	竹松歯科	宿毛市中央1-6-35	0880-63-0227
平成27年 1月1日（木）	幸歯科医院	土佐清水市栄町2番14号	0880-82-4181
1月2日（金）	さつき新谷歯科	四万十市右山五月14-16	0880-34-6881
1月3日（土）	にいや歯科	四万十市具同2241-5	0880-37-4182

※診察時間：午前９：００～１２：００

大腸がん郵送検診のお知らせ

大腸がん検診は、専用の検査キットによる自己採便で実施することのできる手軽な検診であり、かつ早期発見による治癒率も高いがんです。

そこで、気温が低い冬季に限って、検査キットの郵送検診を行うこととなりましたのでお知らせします。

この検診は、２日間の便を採便容器に採って（便潜血検査）、『ご自宅』から郵送で受診できる検査です。

※便潜血検査…大腸にがんやポリープがあると、そこから出血して便に血液が混じることがあります。便の中の血液を調べます。

【対象者】　平成26年度大腸がん検診未受診者（40歳以上の方）
【受診料】　３００円（クーポン対象者は無料）
【受診方法】　❶市役所で申込手続き、受診料支払い
❷後日、採便キットが送られてきます
❸便を採り、受診票を入れて返送します
❹結果が送られて来ます（約3～4週間後）
…精密検査が必要な方のみ
【申込期間】　１２月１日（月）～１９日（金）
《お問合わせ先》　健康推進課　保健推進係　８２－１１２１

☆献血バスがやってきます☆

400mL献血にご協力をお願いします

医療現場では「400mL献血」の血液を必要としています。

その理由は、人間一人ひとりの血液は、たとえ血液型が同じでも微妙に違っているためです。

一人の患者さんに複数の献血者からの血液を輸血すると、副作用の発生する可能性が高くなります。

「400mL献血」は、200mL献血に比べて献血量が多いことから、少ない献血者からの輸血を可能にし、患者さんの安全性を向上させる献血方法と言えます。

このことから、献血のお申し込みをしていただく方の健康状態について慎重に確認した上で「400mL献血」のご協力をお願いしています。

「400mL献血」	年齢	体重	年間献血回数
男性	17歳～69歳	50kg以上	3回以内
女性	18歳～69歳	50kg以上	2回以内

※なお、65歳以上の献血については、献血される方の健康を考え、60歳～64歳の間に献血のご経験がある方に限らせていただきます。

～お近くの献血会場へお越しください！～

今年度から従来の年３回から年４回の献血実施に変更となっております。

実施日	実施場所	実施時間
12/3(水)	サニーマート清水店	13:30～16:30
12/4(木)	中央公民館	9:00～12:30 13:30～15:00

【お問い合わせ】健康推進課　保健推進係　☎82-1121

年に一度はがん検診を受けましょう!

全国でも、高知県でも死因の第一位は「がん」です。

日本人の2人に1人が「がん」にかかり、3人に1人が「がん」で亡くなっています。

12月は、今年度市で実施する最後のがん検診を行います。

まだ受けていない方は、自分のために、大切な人のためにぜひ受診してください。

～胃がん検診【今年度最後の検診です】～

実施日		実施場所	受付時間	料金
12月10日	水	社会福祉センター	8:00～10:00	1,000 円 (受診者全員)

【胃がん検診対象者】
40歳以上で、今年度市が行う胃がん検診を未受診の方。
※胃を全部摘出した方。
※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。

～マンモグラフィ（乳がん）検診【今年度最後の検診です】～

実施日		実施場所	受付時間	料金
12月12日	金	社会福祉センター	受診票に 記載された時間に お越しください	800 円 (受診者全員)

【マンモグラフィ（乳がん）検診対象者】
40歳以上偶数年齢で、今年度市が行うマンモグラフィ検診を未受診の方。
※ペースメーカーを装着している方や豊胸術を実施している方は受診できません。

注）マンモグラフィ検診は1時間で検診できる定員が決まっていますので、事前に申込みが必要です。
まだ受診していない方は、健康推進課保健推進係（82-1121）までお早めにご連絡ください。

【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
【平成26年度の検診・健診の年齢】
平成27年3月31日時点における満年齢
【受診結果について】
・受診結果は、１ヶ月をめどに異常が見つかった方のみに通知しています。

胸部レントゲン検診　40歳以上
（肺がん検診・結核健診を同時実施します）

今年度最後の胸部レントゲン検診を下記の日程で実施します。
まだ、受診されていない方は、ぜひ受診してください。

実施日	実施場所	受付時間	料金
12月5日（金）	足摺岬市営駐車場	9:30～　9:50	40歳～64歳 300円 65歳以上 無料
	社会福祉センター	10:40～11:10	
	三崎市民センター	13:30～13:50	
	下川口市民センター	14:20～ 14:40	
	下ノ加江市民センター	15:20～15:40	

「がん検診広域実施事業」お知らせ

健康維新の志士
けん しんたろう君

今年度のがん検診を受診していない方を対象に、下記日程でがん検診を実施します。

今回の検診は、住所地以外の会場でも受診ができますので、お勤め先に近い会場など、ご都合に合わせて受診会場を決めてお申込みください。

事前の申し込みが必要ですのでご注意ください。

【実施日・会場・検診の種類】

受付時間　9：00～10：30（予定）

日　程	市町村	実施場所	肺がん	胃がん	大腸がん	乳がん	子宮頸がん
平成27年 2月3日(火)	四万十市	安並武道館	○	○	○	○	○
平成27年 2月15日(日)	大月町	農村環境 改善センター	○	○	○	○	○
平成27年 2月26日(木)	宿毛市	高知県総合保健協会 幡多健診センター	○	○	○	○	○

【その他の会場について】

幡多郡内の会場を紹介していますが、その他高知市など高知県内の会場で実施しますので、詳細は下記「高知県総合保健協会」までお問合せ下さい。

【対象となる方】※平成27年3月31日時点における満年齢

以下の年齢の方のうち、今年度（平成26年4月1日～）がん検診を受診していない方

肺がん検診・胃がん検診・大腸がん検診：40歳以上男女
乳がん検診：40歳以上偶数年齢女性
子宮頸がん検診：20歳以上偶数年齢女性

【自己負担額】

肺がん検診：300円　　胃がん検診：1,000円
大腸がん検診：300円　乳がん検診：800円
子宮頸がん検診：600円

【申込方法・お問合せ先】

申込開始日：平成26年12月8日(月)

申込締切日：各検診日の3週間前といたします
また、各会場の定員に達した場合は受付を終了いたしますのでご了承ください。

申込・お問合せ電話番号：088-832-9691
（高知県総合保健協会 計画調整課）

申込受付時間：平日の8：30から17：00まで

※通常の市町村検診と申込先が異なりますのでご注意ください。

『こころの健康フォーラム2014』を開催します。

幡多ネットワーク会議では、医療・保健・福祉が連携して障害があるなしにかかわらず、みんなが安心して暮らせる地域づくりをめざして連絡会や研修会を開催しています。
今年度は、下記の内容で実施します。

日　時　平成26年12月10日(水)　受付午前9時30分から
場　所　四万十市立中央公民館2階大ホール　四万十市右山五月町8-22
講　演　『笑いとこころの健康　～笑顔は全てを良くする万能薬～』
講　師　高知笑いヨガクラブ代表　味元（みもと）　哉憲（さちのり）氏

講演のほか、楽しい催し物（マジック、踊り、大正琴、ミニコンサート等）や展示コーナー、作業所の出店もあります。皆さんも「笑いヨガ」を体験してみませんか？多くの参加をお待ちしています。

主　催　幡多ネットワーク会議（幡多地域の医療・保健・福祉の充実のための連絡会）フォーラム実行委員会
【お問い合わせ先】　幡多福祉保健所　健康障害課　☎0880-34-5124

1年に1度は受けよう！特定健診・後期高齢者健診

Q 特定健診・後期高齢者健診とは？

生活習慣病のもとである、肥満・高血糖、高血圧を早期に発見し、病気を予防するための健診です！

Q 具体的にはどんな検査するの？

問診・身体計測・診察・血液検査・尿検査・血圧測定などがあります。

よくある問い合わせ

病院で定期的に検査をしているから… →

特定健診では、総合的な生活習慣病のリスクを知ることができます。
また、検査をしている病院で特定健診の利用が可能であれば、そこで受診することができます。

仕事で忙しいし、今は健康だから… →

自分では健康と感じていても、自覚症状がない場合もあります。
健診は1日中かかるものではありませんので、一生のうちのほんの少しの時間を使って、将来のためにも、今から健診を受けてください。

【対象者】

①**特定健診**：４０歳以上の土佐清水市国民健康保険加入者
（国保以外の方は、加入先の健康保険者にお問い合わせください）

②**後期高齢者健診**：●後期高齢者医療加入者で入院中、施設入所等でない方
●高血圧症・糖尿病・脂質異常等で治療中・服薬中でない方

受診の仕方

《個別健診》

医療機関名	電話番号
渭南病院	８２-１１５１
松谷病院	８２-０００１
足摺病院	８２-１２７５
松谷内科	８２-１３７７
あしずり岬診療所	８７-９１００
かずクリニック	８３-００２０

※市内のみ掲載しております

《人間ドック》

同時受診が可能な医療機関がありますので、受診する前に電話などでご確認ください。

受診券の有効期限は１２月末まで！

【受診料】　無料
【持参するもの】　受診券・問診票・被保険者証
【お問い合わせ先】　健康推進課　保健推進係　（82-1121）

協会けんぽ加入の被扶養者の皆さまへ

協会けんぽに加入している被扶養者の方も、市が実施する集団健診（特定健診）を受診することができます。受診するには、協会けんぽが発行している「受診券」が必要となります。受診券は、四月初旬に発送しています。

なお、健診の予約申込は事前に健康推進課までご連絡ください。

【受診券のお問い合わせ先】　全国健康保険協会高知支部
電話：０８８－８２０－６０１０

児童家庭相談窓口電話

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）

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て、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
■土佐清水市　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

文化会館からのお知らせ

☎82−3300

◆貸　館

■12月2日(火)
第47回 土佐清水市社会福祉大会
●開　演　午後1時(※開場：午前11時30分)
●入場料　無　料
●主　催　土佐清水市社会福祉協議会

■12月14日(日)
しみず幼稚園学芸発表会
●開　演　午前9時30分(※開場：午前9時)
●主　催　認定こども園学校法人しみず幼稚園

■12月18日(木)
平成26年度・第2回土佐清水市中高生弁論大会
●開　演　午後1時30分
●主　催　土佐清水市教育委員会

■12月20日(土)
第15回 土佐清水市じんけんフェスティバル
●開　演　午前9時30分(※開場：午前9時)
●入場料　無　料
●主　催　土佐清水市じんけんフェスティバル実行委員会・土佐清水市・土佐清水市教育委員会

■12月23日(火)
市民文化会館 開館30周年スペシャル企画第4弾
熊井善之＆上杉清仁クリスマスコンサート
●開　演　午後6時30分(※開場：午後6時)
●入場料　一般前売1，500円(※当日2，000円)
高校生以下前売1，000円
(※当日1，500円)
●主　催　土佐清水市立市民文化会館
●共　催　土佐清水市教育委員会

図書館

◎開館時間（来年4月まで）
平日・土日とも　午前10時～午後6時まで
お問い合わせ　市民図書館（電話82-4151）

あたらしく入った本の紹介

◆一般図書◆

Googleサービス完全(コンプリート)大事典	リンクアップ
プライドが高くて迷惑な人	片田　珠美
全国ビジネスホテルガイド	実業之日本社
「男の娘(こ)」たち	川村　直
大腸専門病院松島病院のお腹すっきり快調レシピ	松島病院大腸肛門病センター
出生前診断とわたしたち	玉井　真理子
シングルモルト＆ウィスキー事典	北村　聡
くらしの豆知識　2015年版	国民生活センター
野菜を食べるスープ	飛田　和緒
農家が教える桐島畑の絶品野菜づくり 2	桐島　正一
絵手紙Q&A	花城　祐子
シルバー川柳 4	全国有料老人ホーム協会
フォルトゥナの瞳	百田　尚樹
さようなら、オレンジ	岩城　けい
沖縄から愛をこめて	西村　京太郎
昨日のまこと、今日のうそ	宇江佐　真理
警視庁FC	今野　敏
阿蘭陀西鶴	朝井　まかて
ポー怪奇幻想集	E.A.ポー

◆児童・中高生図書◆

願いがかなう！「夢ノート」のすすめ	中山　庸子
戦後日本史の考え方・学び方	成田　龍一
まんがと図解でわかる裁判の本　1～6	山田　勝彦
かこさとしあそびずかん　あきのまき	かこ　さとし
空へ	いとう　みく
サマセット四姉妹の大冒険	レズリー・M.M.ブルーム
きみの町で	重松　清
風船教室	吉野　万理子
イチゴがいっぱい	竹内　もと代
ミリー・モリー・マンデーとともだち	ジョイス・L.ブリスリー
マドレーヌとパリのふるいやしき	ジョン・ベーメルマンス・マルシアーノ
だって…	下谷　二助
ももんちゃんぴょ～ん	とよた　かずひこ

他多数

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

休館のお知らせ

12月26日(金)　図書整理日
12月29日(月)～1/5(月)　年末年始
休館中でも入口にあるブックポストに返却することができます。
(VHSやDVDは破損の恐れがありますので、開館時にご返却ください)
2015年は1月6日(火)午前10時から開館します。

＜12月の移動図書館巡回予定＞

(各地域の主なステーションのみを掲載しています)

12月10日（水）	
足摺岬区長場	13：20～13：40
松尾区長場	14：00～14：20
大浜区長場	14：50～15：10
中浜区長場	15：20～15：40
12月11日（木）	
窪津区長場	9：30～ 9：50
津呂区長場	10：50～11：10
12月12日（金）	
養老区長場	9：20～ 9：40
三崎浦区長場	11：40～12：00
上野区長場	14：20～14：40
下益野区長場	14：50～15：10
12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
久百々（消防屯所前）	13：40～14：00
大岐福祉センター	14：10～14：30
12月18日（木）	
大津公民館	10：45～11：05
貝ノ川浦（政本商店付近）	11：15～11：35
宗呂下（公衆電話の広場）	11：50～12：10

◎天候により日程が変更になる場合があります。
◎場所がわからない時はお問い合わせください。

本の展示　12月4日～10日は人権週間です。

日本のマイノリティ　～在日コリアンとヘイトスピーチ～
12月1日(月)～14日(日)

★☆手づくりクリスマス☆★
12月1日(月)～25日(木)

幸せをたくさんよびこもう 2015年迎え ―年末年始に役立つ本―
12月1日(月)～12月28日(日)

ジオパーク ～大地の恵みとその魅力～
12月28日(日)まで

お礼

広報７月号でお知らせしました福島の子どもたちに絵本を贈る「野馬追文庫活動」にご協力頂きありがとうございました。市民の皆様からお寄せいただいた56冊の絵本を10月27日にNPO法人高知こどもの図書館へお届けしました。紙面をお借りしてお礼申し上げます。

文芸

俳句

年の瀬や喜怒哀楽を想い出し　竜　串　浜平由美子
夢に見る孫の笑顔もみじ映え　足摺岬のぎく
青い空秋風清か野には笑み　汐見町　北代　和美
木犀や触れずに過ぎし庭静か　浦　尻　上原　宣子
秋灯下指に馴染みし琴の爪　平ノ段　小南　綾子
秋空にラケット弾く球の音　布　岡部　啓子
敬老会給食鮨の旨しかな　松　崎　宮村　作世
コスモスや花瓶埋めて開きけり　下ノ加江　宮崎宇佐美
リヤカーの稚児の晴れ着や秋日和　加久見新町　岡本　尚
あしずりの野路菊咲くや夫婦遍路　栄　町　岡本　英香
山間に移動スーパーときめき日　上　野　野村　綾子
木ノ葉散る老いて名残りの年の暮れ　大　浜　奥村　満治
コスモスに光る石あり水の中　下ノ加江　大久保正徳
老二人早き夕飼やくりごはん　三　崎　おはりばこ
立冬の陽に入る球をナイスキャッチ　足摺岬　山下　昭文

短歌

妹の死の不思議さを思いつつ
日が経つにつれ悲しみ募る　平ノ段　平林　治子
食卓にやさしい風が吹いてます
吾子嫁幼夫とわたくし　四万十町　上原　庸子
ざわめいて感謝祭は人の波
投げ餅二つ貰いてたのし　加久見新町　二神　若榮
人間と掛けて何んと説くグーと
説くその心は欲の固り　上　野　黒岩　公子
油絵と短歌考えカラオケに
時を大切人生暦　本　町　浦岡　輝子
外人の足摺参り颯爽と
うしろ姿に良き年祈る　グリーンハイツ　宮崎　幸夫
ステンカラーコートの襟を立てたり折ったり
気分はちょっとジーン・セバーグ　大　浜　ガブリエル
電柱にささやくような鳥の声
こころはずみて私鳥年　天神町　山門　昭子

川柳

数えつつうつろうつろの除夜の鐘　竜　串　浜平　健
お芝居と団扇でその座棒にふる　元　町　だれ・弥助
人生は二人でいると幸せよ　下　川　口　井上　美妃
人の世はいついつまでも明日がある　下ノ加江　村　一　人
彼との別れ自暴自棄をも吹き飛ばす　グリーンハイツ　すずらん

※文芸作品は、俳句・短歌・川柳に限ります。
お一人様一作品の掲載とさせて頂きます。毎月15日〆切

12月カレンダー

上段：市役所
中段：文化会館
下段：図書館

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 第47回土佐清水市社会福祉大会	3	4	5	6
7	8	9 年金相談 市民課 10:00～	10	11 行政相談 第3会議室 10:00～	12	13
14 しみず幼稚園学芸発表会 おはなし会11:00～	15	16	17 乳幼児対象の読み聞かせ10:30～	18 第2回土佐清水市中高生弁論大会	19	20 第15回土佐清水市じんけんフェスティバル
21	22	23 熊井善之&上杉清仁クリスマスコンサート 休館（祝日）	24	25	26 休館（図書整理日）	27
28 おはなし会11:00～	29 休館（年末年始）	30 休館（年末年始）	31 休館（年末年始）	**12月の「スタインウェイピアノ」 一般無料開放日** 日時：12月16日（火） 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。		

土佐清水市制施行60周年記念式典
第5回土佐清水ジョン万祭り

盛大に開催!!

写真で１部ご紹介します。

ハロウィン仮装パレード

園児による太鼓演奏

清水中学校吹奏楽部演奏

清水高校書道部パフォーマンス

キルト展示

清水高校生短期留学報告

清水高校
茶道部による
おもてなし

かるた取り大会

ハロウィン仮装コンテスト

あしずり太鼓演奏

発行 平成26年11月30日発行 No.494
土佐清水市企画財政課
〒787-0392 高知県土佐清水市天神町11−2 TEL：0880−82−1113 FAX：0880−82−2882
HP：http//www.city.tosashimizu.kochi.jp/ E-mail：kikaku@city.tosashimizu.kochi.jp