



平成25年

広報 高知

ジョン万のふるさと佐清水



10

No.480



今月の主な内容

金婚式おめでとうございます	2P
健全化判断比率等を公表します	4P
清医会だより	8P
生まれてきてくれてありがとう	12P
各課からのお知らせ	15P
10月の健診・検診日程	18P
保育園にあそびにきませんか	19P
文化会館・図書館からのお知らせ	20P
文芸・カレンダー	21P



第26回全国健康福祉祭こうち大会

ねんりんピックよさこい高知2013

平成25年10月26日[土]～29日[火]

●●●●● 長寿の輪 龍馬の里で ゆめ交流 ●●●●●



いよいよ開幕

本市で開催されるゲートボール競技に清水高校1・2年生130名も大会ボランティアとして参加します。

9月11日、清水高校にて競技ルール・大会運営に関する説明会が開催されました。本番に向け準備万端です！

休日当直医

10/ 6(日)	松谷病院 天神町	☎82-0001
10/13(日)	渭南病院 越前町	☎82-1151
10/14(月)	松谷病院 天神町	☎82-0001
(体育の日)		
10/20(日)	渭南病院 越前町	☎82-1151
10/27(日)	渭南病院 越前町	☎82-1151

日曜営業ガソリンスタンド

10/ 6(日)	カネニ石油(旭町)・三浦石油(三崎)
10/13(日)	仙石油(下ノ加江) たけだ石油(元町)
10/20(日)	江口石油(大岐)・福山石油(足摺) 日新石油(三崎)
10/27(日)	久松石油(越前町)・三浦石油(三崎)

市民の動き 平成25年8月31日現在

		前月比
総数	15,672	-34
男	7,339	-19
女	8,333	-15
出生	4	-2
死亡	23	-2
世帯数	7,885	-20

金婚式おめでとーございます

第56回 金婚夫婦祝福式典

主催 / 高知新聞社・RKC高知放送・高知新聞社会福祉事業団



さる9月1日、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56回金婚夫婦祝福式典」が開催されました。
 式典では、出席市町村を代表して泥谷市長が祝辞を述べ、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(敬称略)

横	貝	貝	下	上	平	三	栄	市	戎	加	中	松	足	津	以	鍵	下	布									
峯	ノ	ノ	川	ノ	ノ	崎	場	町	町	久	見	尾	摺	呂	利	掛	浦	郷									
林	山	溝	手	柿	小	窪	森	平	西	谷	深	岡	播	西	山	和	田	下	山	遠	遠	田	山	中	中	田	横
勝	安	和	保	孝	明	日	健	成	隆	秀	雅	松	正	進	芳	德	敏	菊	勝	高	準	敏	敏	敏	敏	敏	敏
義	德	洋	洋	則	男	久	榮	功	倫	雄	夫	男	繁	志	和	出	義	光	芳	行	男	行	志	一	猛	男	勇
あ	幸	玉	和	榮	笑	三	三	壽	月	早	ツ	幾	仲	加	末	清	泰	竹	桂	早	喜	生	静	佐	浩	尚	
さ	代	江	江	美	子	子	子	賀	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	子	苗	代	美	惠	子	子	子	代



本市最高齢の那須智恵子さん(104歳)

ご長寿を祝い、敬老祝金を贈呈

～いつまでもお元気で～

今年も敬老の日、敬老週間にちなみ、市内各地で敬老会が開催されたほか、9月初旬には市長らが市内の88歳・100歳以上の方を訪問して敬老祝金を手渡し、長寿をお祝いしました。これからも、お元気で長生きをしてください。

市内の高齢者人口状況(平成25年8月31日現在)

本市の今年8月31日現在での高齢の方は、70歳から79歳の方が2,659人、80歳から89歳の方が1,889人、90歳から99歳の方が390人、100歳以上の方が12人となっています。

地区	人口	65歳以上(人)			高齢者率(%)
		男	女	計	
下ノ加江	1,820	334	515	849	46.6%
清水	10,624	1,729	2,378	4,107	38.7%
三崎	1,972	341	482	823	41.7%
下川口	1,256	250	367	617	49.1%
全体	15,672	2,654	3,742	6,396	40.8%

ねんりんピック情報 Vol.7

高齢者の祭典 ねんりんピックゲートボール交流大会いよいよ開催!!



10月27日(日)、28日(月)に開催する、第26回全国健康福祉祭「ねんりんピックよさこい高知2013」ゲートボール交流大会の開催がいよいよとなりました。

この大会は、60歳以上の方を中心として、子どもから高齢者まであらゆる世代の人たちが楽しみ、交流を深めることができる総合的な祭典で、土佐清水市には全国から約1,500名の選手や関係者が土佐清水市を訪れます。

会場内では、土佐清水市の特産品等を販売する物産販売コーナーを盛大に開催し、めじかのつみれ汁や、めじかで出汁をとったそうめん汁の無料提供もあります。

大会期間中は、市街地と会場を結ぶ無料シャトルバスも運行しますので、市民のみなさんの多数のご来場と、温かいご声援をよろしくお願いします。

★交流大会日程★

【10月27日(日)】手話通訳実施

選手受付	8時50分～ 9時20分
歓迎アトラクション	9時35分～ 9時55分 あしずり太鼓:和太鼓演奏 チームいなん:よさこい踊り演舞
開始式	10時00分～10時40分
予選リーグ戦	11時00分～16時10分

【10月28日(月)】

選手受付	7時45分～ 8時15分
予選リーグ戦	8時30分～11時00分
決勝トーナメント戦	11時40分～15時30分
閉会式	16時00分～16時30分

午前10時
からだよ!!



特産品も
たくさん
売りますよ

めじかの
「つみれ汁」めじか出汁の
「そうめん汁」を無料で
振る舞うよ!!
午前11時からだよ!!



健康づくりコーナーでは保健師による脳年齢・血管年齢の測定や健康相談も行います。数に限りはありますが、足の疲れをやわらげる専用パット「けっこーヨシ」のプレゼントもあります。

お問い合わせ

健康推進課ねんりんピック推進係

(ねんりんピックよさこい高知2013土佐清水市実行委員会事務局)

☎82-1181(直通)

<http://www.city.tosashimizu.kochi.jp/nenrin/>

平成24年度

決算に基づく健全化判断比率等の公表について

地方公共団体の財政の健全化に関する法律（平成19年6月22日公布）に基づき、地方公共団体の財政状況を客観的に表し、財政の早期健全化や再生の必要性を判断するための4つの財政指標、「健全化判断比率」（実質赤字比率・連結実質赤字比率・実質公債費比率・将来負担比率）を公表します。

また、公営企業に関する「資金不足比率」（資金の不足額の事業規模に対する比率）もあわせて公表します。

「健全化判断比率」および「資金不足

比率」が早期健全化基準以上になった場合は健全化計画に基づく自主的な改善努力が、また、財政再生基準以上になった場合は財政再生計画に基づき地方債発行の制限など国の関与による確実な再生が必要になります。

【平成24年度決算に基づく算定結果】

いずれの指標においても、財政再生基準および早期健全化基準を上回る指標はありませんでした。

■健全化判断比率

指 標	土佐清水市	早期健全化基準	財政再生基準
実質赤字比率	—	14.72%	20.0%
連結実質赤字比率	—	19.72%	30.0%
実質公債費比率	17.3%	25.0%	35.0%
将来負担比率	156.3%	350.0%	

※実質赤字額、連結実質赤字額がないため「—（該当なし）」で表示しています。

■資金不足比率

特別会計の名称	土佐清水市	経営健全化基準
土佐清水市水道事業会計	—	20.0%

※資金不足額がないため「—（該当なし）」で表示しています。

- ・実質赤字比率
一般会計等（普通会計に相当する会計）を対象とした実質赤字の標準財政規模に対する比率
- ・連結実質赤字比率
全ての会計を対象とした実質赤字額（又は資金不足額）の標準財政規模に対する比率
- ・実質公債費比率
一般会計等が負担する元利償還金などを標準財政規模を基本とした額で除したものの3年間の平均値
- ・将来負担比率
一般会計等が将来負担すべき実質的な負債の標準財政規模を基本とした額に対する比率
- ・資金不足比率
公営企業を対象とした資金不足額の事業規模に対する比率

行政相談週間(10月21日(月)～27日(日))

ご相談ください、

あなたのまちの行政相談委員へ！

役所の仕事やサービスで、困っていること、分からない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、総務大臣の委嘱を受けた行政相談委員が「一日行政相談所」（無料・秘密厳守）を開設します。

なお、行政相談委員のほか、司法書士や人権擁護委員も参加しますので、お気軽にご相談ください。

●と き：10月24日(木)
13時～16時

●と ころ：下ノ加江市民センター

◆お問い合わせ

行政相談委員 田中嘉一 ☎82-7380
町田重人 ☎82-2726

議会報告会のお知らせ

土佐清水市議会では、市民に開かれ、市民とともに進む議会づくりを目指して、今年度第2回目の「議会報告会」を下記日程にて開催いたします。

「議会報告会」は、議会の活動や、市政の情報を議員が直接市民の皆さまに説明し、意見交換を行うことにより、市民の皆さまの声を市政に反映させる取り組みです。

皆さまの積極的なご参加をお待ちしております。

月 日	時 間	場 所
10月21日(月)	午後7時～	下ノ加江市民センター
10月22日(火)	午後7時～	中央公民館
10月23日(水)	午後7時～	下川口市民センター
10月24日(木)	午後7時～	松尾区長場
10月25日(金)	午後7時～	三崎市民センター

※どこの会場でも構いませんので、ご都合のよい場所へご参加ください。

お問い合わせ 議会事務局 ☎82-1112

地域を守る消防団車輛を購入

さる9月10日、布部、松尾部の消防団車輛「小型動力ポンプ付積載車」が市役所でおひろめされました。この車輛は有事の際、地域でいち早く対応するために配備されるものです。現在、消防団車輛は市内に35台配備されており、古いものより順次更新していきます。



旭保育園に絵本をプレゼント

さる8月29日、株式会社サニーマート清水店様より旭保育園に「マイバック持参・レジ袋削減の活動から生まれた地域応援の品」として今年も絵本をご寄付いただきました。子どもたちは絵本が大好きで、みんな大喜びです。ありがとうございました。



「炊き出しステーション」寄贈式

株式会社五光商事の田中信宏様より、災害時に役立ててくださると、「炊き出しステーション」一式を寄贈していただきました。岩谷産業株式会社の「炊き出しステーション」は、LPGガスを使用し、持ち運びがしやすく安全性にも優れています。災害時には、同時に50〜120人分のご飯と汁物の調理が可能です。



土佐清水理容組合 しおさいでボランティア散髪

さる9月9日、土佐清水理容組合の皆さんがしおさいを訪れ、利用者88名の散髪を行いました。9月14日の敬老祝賀会を前に、さっぱりときれいになった利用者の皆さんは、「気持ちよくなった」「若返った」と大喜び。



- 国久 哲巳さん (ヘアーサロンクニヒサ)
- 中田 和敬さん (ナカタ理容所)
- 森田 隆さん (森田理容所)
- 浜内 喜代太さん (浜内理容所)
- 田内 太さん (中山理容所)
- 岡本 勝彦さん (イトウ理容所)
- 岡田 幸生さん (岡田理容所)
- 萩田 久海さん (ヒサミ理容所)
- 黒原 一明さん (ヘアーブティックラポー)
- 北村 学さん

土佐清水相撲少年団13年連続14回目の全国大会へ!

8月25日、香南市赤岡町で開催されたJOCジュニアオリンピックカップ第26回全日本小学生相撲優勝大会四国予選会兼第31回四国小学生相撲選手権大会に、土佐清水相撲少年団より3名が高知県代表として参加しました。

その結果、清水小6年生の岡田晃周(あきちか)くんが準優勝に入賞し、12月8日、東京都両国国技館で開催される全国大会に四国ブロック代表として出場することとなりました。

土佐清水相撲少年団としては、13年連続14回目の全国大会出場となります。

全国各ブロックを勝ち抜いた33名の中での活躍を期待します。

【四国大会出場者】(写真左から) 宮崎 光星くん(清水小6年)・岡田 晃周くん(清水小6年)・酒井 濡くん(三崎小3年)



高知県ソフトテニス大会で優勝!

～ミックス大会フリーの部～

8月18日、高知市東部総合運動場テニスコートで高知県ソフトテニスミックス大会が開催され、年齢制限なしの部で今津貴道さん・上原萌々さん(神母ノ木クラブ・清水中)ペアが見事優勝を勝ち取りました。

普段は二人ともスクラム加盟の清水SCに所属し、総合公園テニスコートで日々練習を行っています。

これからも各大会での健闘を期待しています。



第46回高知県青年大会

三崎ベースボールクラブが準優勝 全国青年大会出場権獲得!

9月7日、いの町・土佐市で開催された「第46回高知県青年大会」軟式野球競技で、三崎ベースボールクラブが準優勝を果たし、11月に東京都で開催される「第62回全国青年大会」への出場権(各県2枠)を獲得しました。おめでとうございます。全国大会でも頑張ってください。

試合結果

<1回戦> 三崎 7-0 JR四国(高知市)

※5回コールド

<準決勝> 三崎 3-1 奈半利町体育会(奈半利町)

<決勝> 三崎 0-9 仙頭車輛野球部(室戸市)



第37回 市民体育祭

「なにかやりたい」と
「なにかやる」は
ぜんぜん、ちがう。

出場者募集中!!

※参加申込み・お問い合わせは、土佐清水市体育館まで

☎ 82-1087 FAX 82-0354

主催：土佐清水体育協会

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会

大会日程

種目	開催日	会場	開始時間	申込み期日
テニス(硬式)	9月29日(日)	総合公園テニス場	8:30	受付終了
ゲートボール	10月4日(金)	竜串ゲートボール場	8:30	受付終了
グランドゴルフ	10月5日(土)	浦尻運動公園内グラウンド	8:30	受付終了
少年テニス(硬式)	10月13日(日)	総合公園テニス場	8:30	10月4日(金)
空手	10月13日(日)	市民体育館	13:00	受付終了
バレーボール	11月3日(日)	市民体育館	8:30	10月25日(金)
ベタंक	11月12日(火)	三崎下ノ段運動公園	8:30	11月1日(金)
剣道	11月17日(日)	旧清水中学校格技館	9:00	11月2日(土)
なぎなた	11月17日(日)	市民体育館	13:30	11月8日(日)
ラージ卓球	11月23日(土)	市民体育館	9:00	11月15日(金)
スカッシュ	11月24日(日)	市民体育館	8:30	11月18日(月)
バドミントン	12月1日(日)	市民体育館	8:30	11月28日(木)
卓球	12月8日(日)	市民体育館	8:30	11月28日(木)

南海地震への備え「我が家の地震対策は万全ですか？」

木造住宅耐震診断料金の個人負担分
3,000円が無料になります

「木造住宅耐震診断」受診住宅募集！

市では、木造住宅耐震診断の受診希望住宅を募集しています。

【対象住宅】 昭和56年5月31日以前に建築された木造2階建て以下の住宅。

【募集棟数】 40棟

【調査内容】 1. 地盤・基礎
2. 建物の形や壁の配置のバランス
3. 筋かいや壁の量
4. 老朽度

以上の項目について耐震診断士が調査し、家全体の地震に対する総合診断を行います。(1日程度)

【費用】 無料

「木造住宅耐震設計」

耐震診断を受診して、倒壊のおそれがあるとされた住宅(評点1.0未満)を安全な住宅(評点1.0以上)にする改修補強設計に対して補助をしています。

【補助要件】 ●市の実施した木造住宅耐震診断(上記)の総合評点が1.0未満であるもの
●耐震改修後の総合評点が1.0以上となる計画であるもの
●耐震改修設計を登録設計事務所が実施するもの

【補助金額】 最高20万円

【募集棟数】 4棟

「木造住宅耐震改修」

安全な住宅(評点1.0以上)にする改修補強工事に対して補助をしています。

【補助要件】 ●市の実施した木造住宅耐震診断(上記)の総合評点が1.0未満であるもの
●耐震改修後の総合評点が1.0以上となる計画であるもの
●耐震改修設計を登録設計事務所が実施するもの

【補助金額】 最高90万円

【募集棟数】 4棟

ブロック塀の安全対策・老朽住宅撤去の補助事業を始めました

ブロック塀の安全対策に対する補助事業

地震により倒壊する弱いブロック塀は負傷事故の発生や、道路等をふさぎ避難や消火活動を妨げる危険性があります。このような倒壊の危険性が高いブロック塀の撤去をおこなう際の補助を始めました。

【補助要件】 緊急輸送道路又は避難路などに面している危険性の高い既存コンクリートブロック塀などの所有者等が、業者に依頼し、当該塀の撤去等を行うもの

【補助金額】 最高20万円

【募集件数】 5件



地震により、倒壊したブロック塀(平成19年新潟県中越沖地震)

老朽住宅撤去に対する補助事業

老朽化した住宅は、倒壊することにより道路をふさぎ、避難や消火活動の妨げになります。また、老朽化した住宅は火災が発生しやすく、近隣の住宅にも延焼被害をおよぼします。このような倒壊の危険性の高い老朽住宅の撤去をおこなう際の補助を始めました。

【補助要件】 緊急輸送道路又は避難路に面している、又は住宅が立ち並んでいる地域に位置する危険性の高い老朽化した住宅の所有者が、業者に依頼し、当該住宅の撤去を行うもの

【補助金額】 最高100万円 ※補助率は8/10

【募集棟数】 5棟



イメージ写真

【お申し込み、お問い合わせ】

総務課 南海地震対策係 ☎82-1134

本当に幸せですか？



松谷内科
松谷 拓郎

先日の高知新聞の記事にあった土佐清水の男性の平均寿命が全国ワースト2位と言うニュースを聞いて私には日頃接しているその当の男性の皆様のご意見が聞こえてくるような気がします。「長生きは要らん」ですよ。お望み通りじゃないですか。

かえって最後には自分もまわりも厄介な目にあわせることになるのです。本当に良き死を迎えようと思えば、日頃から健康管理に気をつけて、長患いをしないように心がけるものです。結果、自然と長生きになるのです。またお小言を言ってみました。こんなことは事の本質ではありません。問題は何かこの結果を招いたかということです。ワースト1位の大阪西成区と2位の土佐清水の共通点は何でしょうか。例えば独身者の割合はどうでしょうか。単身赴任者や独身生活者の寿命は短いという事を聞いたことがあります。女性の皆さん土佐清水の男性をよろしくお願ひいたします。

就業不安を抱えていると心臓病になりやすいというデータが最近明らかになったと聞きます。貧困の問題はどうでしょうか。成人病の原因になる肥満はむしろ貧困層に多いといわれています。

こう考えてみるとこの問題は実は捨ててはおけない土佐清水の問題点を示唆しています。土佐清水市の何かレベルのようなものが問われていないかと思ってしまう。べきではないでしょうか。役所も選良も住民ももちろん我々医師会も全市を挙げて考え対処する必要があります。場末の診察室で実りのない無責任な応酬をしている場合ではありません。

清水の男性をよろしくお願ひいたします。

実際はそう言う人こそが

就業率はどうですか？

せん。

平成25年度 土佐清水市 在宅医療連携体制 整備事業活動報告

さる8月21日、中央公民館において「人材育成・普及啓発部会」が開催されました。

介護にかかわる多職種が「介護とは」を議題に、病室の食事風景図を事例にしてグループワークを行い、介護職、栄養士、リハビリスタッフや看護師等がそれぞれの観点から、問題点や気付きを出し合いました。

患者さんが「自分らしくいられる」ことの大切さ、尊厳をもって接する介護や多職種での情報共有の必要性を再認識しました。



在宅医療連携体制整備事業とは：平成24年度に引き続き、医療法人聖真会が、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。

救急指定病院 医療法人聖真会

渭南病院

INAN HOSPITAL

土佐清水市越前町6番1号

☎ 82-1151

「住み慣れた地域で安心して

暮らし続けられるために。」

土佐清水市からの補助を受け、在宅医療連携体制の充実に取り組んでいます。



いなん

検索

募集中！看護師、リハスタッフ、薬剤師、登録ヘルパー（担当：看護部長 三谷）

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、事業などを自主的に運営している団体です。

シルバー人材センターでは、こんな仕事をしています

- ・屋内外の一般作業
公園の清掃、樹木消毒、お墓の清掃、
土木作業、除草・草刈り、家の掃除 など
- ・事務分野
毛筆筆耕、あて名書き、毛筆賞状書 など
- ・折衝・外交分野
チラシの配布、検針、集金 など
- ・技能を必要とする仕事
ふすま張り、
植木の手入れ、大工仕事
- ・サービス分野
家事援助サービス



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おります。

☆お気軽にセンターへご相談ください☆

お問い合わせ：土佐清水市シルバー人材センター
汐見町1-1-23
☎82-5757・FAX 83-0390

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。

皆様からお預かりした募金は、市内のいろいろな
福祉活動に使われています。



☆お問い合わせ☆

土佐清水市
共同募金委員会

☎82-3500



じぶんの町を良くするしくみ。
赤い羽根共同募金
www.akaihane.or.jp

あったかふれあいセンター事業 教室に 参加してみませんか?

あったかふれあいセンター「きずなの家」及びサテライトの各市民センターでは、以下のような教室を開催予定しております。参加されたい方、興味のある方は下記までお申し込み・お問い合わせください。なお、参加料は無料ですが、教室ごとに準備・持参していただくものがありますので、お申し込みの際にご確認ください。

料理教室	午前11時から	
下川口市民センター	11月8日(金)	11月22日(金)

月に一度、食生活改善推進委員の方をお招きし、男の人でもお家で簡単に作ることができる料理教室を開催します。



レンジで一品料理	午後1時30分から	
三崎市民センター	10月10日(木)	11月14日(木)
下ノ加江市民センター	10月21日(月)	11月11日(月)

レンジを使ったおつまみ作りなど、簡単な調理法で一品料理が作れます。(特に男性の参加をお待ちしています)

絵手紙教室	午後1時30分から	
三崎市民センター	10月17日(木)	11月21日(木)
下ノ加江市民センター	10月28日(月)	11月25日(月)

お世話になった方やお友達へ絵手紙を送ってみませんか?

カメラ教室	午後2時から	
きずなの家	10月3日(木)	10月17日(木)
	11月7日(木)	11月21日(木)

池内写真館さんを講師にお願いしています。町や人、紅葉など四季折々のものを初心者と経験者が一緒になって写真を撮りに行きましょう。



携帯電話・モバイル教室	午後1時30分から	
きずなの家	10月4日(金)	11月8日(金)
下ノ加江市民センター	10月7日(月)	
下川口市民センター	11月6日(水)	
三崎市民センター	12月5日(木)	

メール機能をあまり使わなかった方や、携帯電話の使い方を覚えたい方、この機会に携帯電話やモバイルの機能をマスターしてみませんか? プロの講師の方が教えてくれます。

お申し込み・お問い合わせ
あったかふれあいセンター「きずなの家」
NPO法人 ノアズアーク 栄町1番16号
☎0880-82-1900

「働く」を相談!!

「求職者対象の移動相談」開催

仕事をお探しの方が、効率的な求職活動ができるように、就職支援アドバイザー(キャリアコンサルタント)が個別に相談をお受けします。お気軽にご相談ください。

日時: 10月19日(土) 10:30~16:00

場所: プラザ「パル」土佐清水市天神町1-1

相談内容

- ①求職支援(履歴書・職務経歴書の書き方、面接指導等について)
- ②ハローワークの活用方法(求人票の見方等について)
- ③企業体験講習・しごと体験講習とはどんなもの?
- ④能力開発のための相談(職業訓練制度等について)
- ⑤直近の求人情報の提供

受講料: 無料

お問い合わせ 高知県経営者協会 就職支援室

☎088-871-0987

第65回 日中友好の集い

日時: 10月6日(日) 13:00~14:30

会場: NGO・NPO法人アジア文化交流会 アジア民族資料館内(土佐清水市加久見1471-24)

入場無料

当日、唐人ダバ「和平公園」で桜の植樹(第26回)があります。高知大学から中国人留学生たちも参加します。

主催 NGO・NPO法人アジア文化交流会
土佐清水市加久見1464-200

☎0880-82-2250(担当:立田大城)



若杉ばあちゃん(若杉友子)講演会 HATA LOHAS 大地とつながるマーケット

開催日: 10月27日(日)

会場: 黒潮町ふるさと総合センター大ホール

- マーケット 9:00~(無料)
- 講演会 10:30~14:15
(間に1時間のお昼休憩あり)

前売り券 ¥1,500、当日券 ¥2,000

連絡先: 中村くらしを見直す会

☎0880-35-3889

若杉友子さんは「若杉ばあちゃん」の愛称で知られる食養指導者・野草料理研究家。続々と出版される本どれもがベストセラーとなり全国的な人気を博し、多くの人を魅了してやまない。

著書: 野草の力をいただいて(五月書房)

子宮を温める健康法(WAVE出版)

これを食べれば医者はいらない(祥伝社)など

マーケットでは、人にも自然にも優しい幡多の食材を使った食やクラフトがお目見えします。お楽しみに!

南海地震対策 防災講演会のお知らせ

東日本大震災で甚大な被害を被った岩手県釜石市において、小・中学生の99.8%が自発的に避難し、無事だったという「釜石の奇跡」。

釜石市の防災教育を推進した片田教授に、効果的な防災教育について語っていただきます。

日時: 10月5日(土)

午後6時~8時(開場:午後5時30分)

場所: 土佐清水市立市民文化会館

講師: 群馬大学広域首都圏

防災研究センター長

群馬大学理工学部研究員教授

片田 敏孝氏

演題: 「想定外を生き抜く力」

~津波でんでんこに学ぶ~

入場無料



お問い合わせ 中央公民館 ☎82-0472

岡村眞教授による 防災講演会

「近づく巨大南海トラフ地震—3.11東北地方大震災から学ぶ連動型巨大地震への備え」と題し、内閣府中央防災会議専門委員である高知大学 岡村眞教授による防災講演会を開催します。

日時: 10月28日(月)

午後6時~(開場:午後5時)

会場: 土佐清水市立市民文化会館くろしおホール

入場無料

※来場者には、災害時に役立つLEDライト付きキーホルダーのプレゼントと防災グッズの抽選会も行います。

お問い合わせ

幡多ライフサポートセンター、高知県労福協

☎088-824-3583

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。

お問い合わせ

土佐清水市消防本部 ☎82-8119

陸上自衛隊

高等工科学校生徒の募集案内

1. 教育及び卒業資格

高等学校の普通科と同等の教育を受け、併せて各種の教育や訓練を受けることとなります。また、提携する通信制高等学校に編入学し、生徒課程終了時に高等学校の卒業資格を取得できます。身分は特別職国家公務員(生徒)で、手当の支給を受けながら高等学校教育等を受ける制度です。

2. 受付期間・試験日・場所・合格発表

(1) 一般採用試験

ア 受付期間

平成25年11月1日(金)～平成26年1月10日(金)

イ 試験日及び試験場所

一次試験:平成26年1月18日(土)

試験場所:四万十市防災センター(学科、作文)

二次試験:平成26年2月1日(土)

試験場所:高知駐屯地(口述、身体検査)

ウ 合格発表

一次試験:平成26年1月27日(月)

最終合格:平成26年2月21日(金)

(2) 推薦採用試験

ア 受付期間

平成25年11月1日(金)～12月6日(金)

イ 試験日及び試験場所

試験日:平成26年1月11日(土)から1月13日(月)までの間の指定する1日

試験場所:陸上自衛隊高等工科学校
(神奈川県横須賀市御幸浜2-1)

ウ 合格発表

最終合格:平成26年1月17日(金)

3. 応募資格

平成26年4月1日現在、15歳以上17歳未満の男子で、中学校卒業後又は中等教育の前期課程修了者(推薦採用は平成26年3月に卒業又は修了)見込みの者を含む

4. 生徒の待遇

生徒手当:月額94,900円、期末手当(6月・12月)

衣食住:全員が駐屯地で生活し、宿舎は無料で、食事・制服類・寝具については、支給又は貸与

休日・休暇:週休2日制、祝日、年末年始及び夏期休暇、年次休暇

お問い合わせ

自衛隊四万十地域事務所

☎0880-35-3096



自衛隊検索

第55回 四万十市美術展

四万十市美術展を下記の日程で開催します。たくさんの方の出品・観賞をお待ちしています。

【開催期間】 11月21日(木)～11月27日(水)
9:00～17:00(27日のみ16:00まで)

【場 所】 四万十市立中央公民館

【入場整理費】 一般:100円・高校生以下:無料

【部 門】 洋画・日本画・書道・写真・工芸・
グラフィックデザイン

【作品搬入】 11月9日(土)・10日(日)
9:00～17:00

場所:四万十市立中央公民館

開催・募集要項および出品票は、四万十市立中央公民館窓口または四万十市ホームページよりダウンロードできます。

(<http://www.city.shimanto.lg.jp/kyouiku/art/exhibition.html>)

お問い合わせ

四万十市生涯学習課(四万十市立中央公民館内)

☎0880-34-7311

☆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。

○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。

○募集要項○

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

福祉事務所 子育て支援係

担当 弘田・中島 ☎87-9011



職場のトラブルは労働委員会へ ご相談ください

高知県労働委員会は、「労働相談」と「あっせん」で、労働条件や雇用をめぐる労使間トラブルの解決をお手伝いしています。いずれも簡易迅速・無料・秘密厳守で行われますので、気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ

高知県労働委員会事務局

高知市丸ノ内2-4-1 県庁北庁舎4階

☎088-821-4645

ホームページ <http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/240101/>

中村税務署からお知らせ

平成26年1月から記帳・帳簿等の保存制度の対象者が拡大されます

◎対象となる方

事業所得、不動産所得または山林所得のある全ての方。
※所得税の申告のない方も、記帳・帳簿等の保存制度の対象となります。

◎記帳する内容

売上などの収入金額、仕入れやその他の必要経費に関する事項を帳簿に記帳します。
記帳に当たっては、一つ一つの取引ごとではなく、日々の合計金額のみをまとめて記載するなど、簡易な方法で記載してもよいことになっています。

◎帳簿等の保存

収入金額や必要経費を記載した帳簿の他、取引に伴って作成した帳簿や受け取った請求書・領収書などの書類を保存する必要があります。

【帳簿書類の保存期間】

保存が必要なもの		保存期間
帳簿	収入金額や必要経費を記載した帳簿（法定調書）	7年
	業務に関して作成した上記以外の帳簿（任意帳簿）	5年
書類	決算に関して作成した棚卸表その他の書類	5年
	業務に関して作成し、又は受領した請求書、納品書、送り状、領収書などの書類	

記帳・帳簿等の保存制度の詳細等については、国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp>)の「個人で事業を行なっている方の帳簿の記載・記録の保存について」をご覧ください。中村税務署（☎0880-35-2135）にお電話いただき、所得税担当までお問い合わせください。

友達や家族と一緒に買うとお得がいっぱい!!
au★ケータイ・スマートフォン購入で現金プレゼント★

対象期間中auケータイを2台以上同時購入で、
 (新規契約1台以上を含める必要があります。)

購入者全員に
現金5,000円その場でプレゼント!

友達でも家族でもOK♪★購入時にこのチラシをご持参ください★

auショップ土佐清水 プラザパル ななめえ 他にもたくさんキャンペーン実施中!!

TEL:0800-7002652 営業時間:10時~19時 年中無休

生まれてきてくれてありがとう



幡多広域消費生活センター便り

申し込んでいない「健康食品」などを勝手に送り付ける強引な業者に注意!!

突然「以前注文した健康食品が用意できたので、代金引換配達で送る」と知らない業者から自宅に電話があった。「身に覚えがない」と言ったら「2カ月前に6カ月分を申し込んでいる。こちらに注文した記録も残っている。」と言われた。業者は自分の住所や氏名を知っており、業者の威圧な態度に、つい、承諾してしまった。購入するつもりはないので、どう対応したらよいか。

アドバイス

- ◆一方的に「商品を送る」と言われても、申し込んだ覚えもなく、購入するつもりがなければ、きっぱりと断りましょう。また、電話で一度断ったにもかかわらず、再度勧誘してくることは、法律で禁止されています。
- ◆申し込んだ覚えがないのに「注文した」などと言われ、「注文したときの電話の録音がある」、「裁判所に訴える」などと脅す手口が見受けられます。業者の威圧的な態度に、恐怖心やこれ以上関わりたくないという思いから、購入を承諾してしまうこともあります。
- ◆一度購入すると、継続して被害に遭うことが多く、注意が必要です。
- ◆万が一、商品が届いた場合は受け取らずに、①発送者の名前、②住所、③連絡先を確認し、配達業者に注文していない旨を伝えましょう。
- ◆消費者が承諾していないのに、代金引換配達などで一方的に商品を送りつけられたときは、代金を支払う義務はありません。受け取り拒否をしてください。
- ◆電話で勧誘され、断りきれずに承諾して商品が届いてしまっても、クーリング・オフ(無条件解約)ができる場合があります。
- ◆困ったことがあれば、すぐに身近な消費生活相談窓口へ相談しましょう。

相談は無料、秘密厳守です。安心してご相談ください。

月～金曜日 9:00～12:00 / 13:00～17:00
 (祝日・年末年始を除く)
 ☎0880-34-6301 FAX 0880-34-6295

三崎保育園児と三たび種まき

秋はコスモス畑に！

農業委員会遊休農地解消活動



9月6日、土佐清水市農業委員会がレンゲプロジェクトを行った三崎浦地区の休耕地に三崎保育園児をあらためて招待し、一緒にコスモスの種まきを行いました。

この取り組みは、農業委員会の大切な業務である遊休農地の

解消に農業委員自らが率先して取り組むことで、広く市民に農業委員会の活動を理解してもらおうと行っているものです。今年1月からレンゲプロジェクトに取り組みましたが、レンゲと土壌との相性などから、少々残念な結果で終わってしまいました。

そのため、農業委員会ではセイトカアワダチソウなど雑草の根を絶つため一旦水田とした後、耕起を繰り返して土壌も調整。今

度こそ満開の花畑を作って三崎保育園児や市内のみなさんに喜んでもらいたいと、コスモスを育てることに決定したものです。

台風や秋雨前線の雨がようやく落ち着き好天に恵まれたこの日、三崎保育園の年少児から年長児22人が農業委員と一緒に種まきを行い、終了後には「きれいなコスモスが咲きますように」と元気な声で畑に声をかけました。

本来、コスモスの種まき時期には少し遅めですが、園児達と種まきを行うには8月の猛暑の中で保育園に案内ができず、この日程となってしまうため、少し小振りなかわいいコスモスになる見込みです。

順調に生育すると11月に約27アールの畑一面に赤・白・ピンクの花が咲き乱れてくれるはずです。

コスモス畑の経過については改めてお知らせいたします。今一度、農業委員会の「花畑プロジェクト」にご期待いただきたいと思います。

農業委員会



人権啓発映画 『人生、いろいろ』の上映について

四国いち小さな町で起こった＜奇跡＞の実話

典型的な過疎地である徳島県上勝町。不況に苦しむその町で、山で採れる葉っぱを料理の＜つまもの＞として販売。

70代、80代の女性たちを主戦力にしたそのビジネスは、いまでは年商2億円以上を稼ぎだす程に成長し、町や人々は潤いを取り戻した。

この映画は、そんな実話から生まれた物語です。

長い人生の中で一度も主役になったことのない3人の女性たちが、料理の脇役である＜つまもの＞との出会いを通じていきいきと輝きだします。

何歳になっても“夢”は追いかけられる。
人生に遅すぎることはない。

と、優しく語りかける映画です。

ぜひ、ご覧ください。



- ・上映日時：10月24日（木）
1回目 午後1時20分～
2回目 午後7時～
（上映時間 112分）

・場 所：市民文化会館
※入場無料

◆お問い合わせ◆ じんけん課 ☎82-1124

第5回 大岐じんけん ふれあい収穫祭

日 時 11月3日（日・祝日）
午前10時～午後3時
会 場 大岐区長場前および大岐福祉センター

今年も幡陽小学生のじんけん作文の発表やじんけん講演会、地元産品の販売、餅投げなどを予定しています。多くの方のご来場をお待ちしています
お問い合わせ 大岐福祉センター ☎82-8844

ボート免許教室、随時開催中！

2級 学科講習・実技講習10/26(土)→国家試験11/9(土)
学科講習・実技講習11/30(土)→国家試験12/14(土)

☆2級 ¥69,700- ☆進級 ¥34,000- 試験料、講習料、申請料等こみ
試験と全く同じ艇、同じ水面で実技講習が受講できます！
(実技講習の日程は、人数により変更になることがあります。臨時での試験も開催できます。ご相談下さい。)

更新講習の受付、始めました！
防災用品、備蓄品取扱中です！



オガワマリンサービス 防災士、海事代理士 小川恵理奈
高知県宿毛市坂ノ下1023-37 TEL 0880-63-5587 FAX 0880-63-5647
URL <http://www.ogawa-marine.com>

土佐清水市温室効果ガス排出量 (平成24年度の取組結果)

土佐清水市では平成21年4月に策定しました土佐清水市温室効果ガス排出実行計画に基づき、土佐清水市が自ら行う事務・事業の活動により排出する温室効果ガス排出量を平成19年度実績（基準年度）に対して、平成24年度までに二酸化炭素（CO2）換算で5%削減することを目標としてエネルギーの抑制に取り組んできました。

今年度より計画された土佐清水市地球温暖化対策人口計画に基づき、平成29年度までに温室効果ガス排出量を前計画の3年間（平成21年度から平成23年度）の平均値から5%削減することとなっているため、さらに節電意識を高めていくと共に、電気や燃料、ガスなどのエネルギーの抑制に努めていきます。

取り組みの詳細については、ホームページでご覧になれます。

<http://www.city.tosashimizu.kochi.jp/section/kan.ht>

平成25年10月7日発行分から 住民票や各種証明書、納税通知書などの デザインが変わります。

市が使用している住民情報システムの置換えに伴い、平成25年10月7日から市役所ならびに各市民センターで発行する住民票や各種証明書、納税通知書などのデザインが変わります。住基カードや口座振替などはこれまでと同じで、特に手続きが必要なものはありません。

市民の皆さまのご理解とご協力をよろしくお願ひします。



平成25年11月1日現在で、
2013年漁業センサスを実施します
漁業センサス (流通加工調査については平成26年1月1日現在)

漁業センサスは、漁業の「いま」を知るための5年に1度の大切な調査です。漁業者や水産関係者の方々のところへ、統計調査員が調査票の記入のお願いに伺いますので、調査へのご協力をお願いします。

漁業センサスホームページURL

<http://www.maff.go.jp/j/tokei/census/fc>

お問い合わせ 企画財政課 秘書広報係 ☎82-1113

有害鳥獣対策についてのお知らせ

下記日程で、狩猟免許臨時試験が実施されます。シカやイノシシなどの鳥獣被害にお困りの農家の方々をはじめ、多くの皆さまの受験をお待ちしております。



実施場所	日時
宿毛市平田	11月3日(日) 午後1時から
会場	試験を実施する免許の種類
宿毛市東部農村 環境改善センター	わな猟

～狩猟免許臨時試験の日程～

- 【受験料】 初心者：5,200円
一部免除者：3,900円
- 【申請書配布場所】 高知県庁、市役所産業基盤課、西南運送（増岡様）
- 【申請方法】 高知県鳥獣対策課へ郵送または持参
- 【申請期限】 平成25年10月24日（木）（必着）
- 【申請先】 高知県産業振興推進部鳥獣対策課
〒780-8570 高知市丸ノ内1-2-20

※狩猟免許試験の一週間前に、高知県猟友会による試験対策のための事前講習会が開催されます。

実施場所	日時	
宿毛市平田	10月27日(日) 午前9時30分から	
会場	実施する講習	申込み連絡先
宿毛市東部農村 環境改善センター	わな猟	西南運送 増岡様 ☎ 82-3678

～狩猟免許事前講習会の日程～

講習料は7,000円必要になりますが、合格するための講習ですので受講をおすすめします。なお、県の事業により講習料が戻る場合がありますので詳しくは、市役所産業基盤課（☎82-1228）までお問い合わせください。

狩猟免許事前講習会申込みは、平成25年10月21日（月）までに、土佐清水地区猟友会 西南運送 増岡様（☎82-3678）まで連絡をお願いします。

狩猟免許試験申込みも行ってまいりますので、一緒にされることをおすすめします。

平成26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26年度の奨学生を募集します。（新規・継続）

【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。
※選考により貸与できない場合があります。
（下記選考基準のとおり）

【貸与する額】（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

新規者

受付期間：平成25年11月1日(金)～29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30万円以内
貸与の内定・決定：平成26年2月初旬に内定を、5月初旬に決定をします。

継続者

受付期間：平成26年3月3日(月)～3月31日(月)

提出書類：継続確認書（2月中旬に送付します）

選考基準：世帯の住民税課税総額がおおむね50万円以内
貸与の決定：5月初旬に通知します。

◎来春進学予定者は、継続ではなく新規申し込みが必要です。

※新規者・継続者とも、4月(新学期)になってからの在学証明書を、平成26年4月21日(月)までに教育委員会学校教育課へ提出してください。

その他

- ・申請は修業途中（2年生・3年生・4年生）からでもできます。
- ・申請時に、所得・課税状況等の確認を学校教育課長が行うことについて同意をいただきます。
- ・貸与決定後、次の書類を提出していただきます。
（新規者のみ）
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）
②銀行口座振込依頼書

☆お申し込み・お問い合わせ☆
教育委員会 学校教育課 ☎ 82-1116

毎年10月1日は「浄化槽の日」です

この「浄化槽の日」は、浄化槽の設置や管理方法等について定めている浄化槽法が昭和60年10月1日に全面施行されたことを記念して制定されました。

合併処理浄化槽はトイレの水洗化で快適な生活が楽しめるだけでなく、きれいな水を川などの自然に帰し、美しく豊かな自然を守ります。

平成13年4月からは、単独処理浄化槽の新設が原則禁止され、地球にやさしい合併処理浄化槽の設置がすすんでいます。

浄化槽は下水道と同程度の汚水処理性能を持つものですが、正しい使い方と適正な維持管理がなされないと、本来の機能を十分に発揮することができません。

合併処理浄化槽の普及促進を図り、保守点検・清掃・法定検査をきちんと行って、高知県の美しい自然をみんなで守っていきましょう。

☆保守点検は定期的に行うことが義務づけられています。専門知識を持つ資格のある業者に委託することをお勧めします。

☆清掃は年1回以上の実施が義務づけられています。市町村長の許可を受けた業者に頼みましょう。

☆法定検査は、浄化槽の機能が十分発揮されているか確認する大変重要な検査です。年1回必ず指定検査機関で受けることが義務づけられています。



浄化槽に関する
お問い合わせは、
土佐清水市役所
環境課
☎ 8 2 - 1 2 1 4

「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
☎ 0 8 8 - 8 2 4 - 6 3 0 0
ホームページ <http://www.find-j.jp>

10月は「里親月間」です



～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出来る家庭の温かい雰囲気の中で、子どもの健やかな成長を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】

◇福祉事務所 子育て支援係 ☎ 8 7 - 9 0 1 1

◇高知県幡多児童相談所 ☎ 0 8 8 0 - 3 7 - 3 1 5 9

健康推進課

お問い合わせ ☎ 8 2 - 1 1 2 1

はり・きゅう・あん摩・マッサージ指圧等補助券の使える『市指定施術所』の追加について

9月6日より、はり・きゅう・あん摩・マッサージ指圧等補助券が使える「指定施術所」が1カ所追加され、下記の施術所で使用できるようになりましたのでお知らせいたします。

【補助券が使える市指定施術所】

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	82-3495
吉田鍼灸院	天神町9-9	82-3639
川島MK鍼灸院	元町11-3	82-4949
指圧はり 山崎	元町12-2	82-2273
泥谷一美	三崎浦3-17-5	090-4979-3896
岡昇指圧治療センター	下益野450-2	85-0670
【新規】 鍼灸の山中	窪津531	080-5152-9900

住民基本台帳カード(住基カード)を取得しませんか

2013年7月8日から、外国人住民の方も住基カードを取得できるようになりました。

住基カードを取得すると下記のことができるようになります。

- 「写真付住基カード」は金融機関や市役所の窓口での本人確認が必要な時にご利用できます。
- 住基カードの交付を受けている方は、転入届の特例が受けられ、郵送などにより転出届を行うことで、引越し時の手続きで市区町村の窓口に出向くのは、引越し先の一度で済むようになります。
- 住基カードには、電子申請で本人確認ができる電子証明書を記録することができます。自宅にいながら、インターネットを通じて一部行政機関へ申請手続きを行えます。住基カードを取得したうえで、公的個人認証サービスの電子証明書をカードに記録(別途500円の手数料が必要)、パソコンの設定をしてカード読取機(ICカードリーダーライター)を揃えたらインターネットで申請や届出ができます。
- ・公的個人認証ポータルサイト
<http://www.jpki.go.jp/>
- ・e-Taxホームページ
<http://www.e-tax.nta.go.jp/>
- ・ICカードリーダーライター普及促進協議会ホームページ
<http://www.jpki-rw.jp/>

申請の際には、下記のものを持って市民課住民年金係(1階①番窓口)までお越しください。

- 身分証明書：運転免許証・パスポート・身体障害者手帳・在留カード・官公署が発行した顔写真付証明書など(上記のものをお持ちでない方は、印鑑登録している実印と印鑑登録証)
 - 印鑑(認印)
 - 写真：1枚(縦4.5cm×横3.5cmで撮影より6ヶ月以内の無帽・無背景・正面向きで、鮮明に写っており、本人と確認できるもの)
 - 手数料：500円(申請時にお支払いいただきます。)
- 市内に住所を有する65歳以上の運転免許証を返納された方で、「運転経歴証明書」をお持ちの方については、住民基本台帳カードの取得手数料を免除いたしますので、申請の際、提示してください。(初回のみ。写真代は自己負担となります。)

※受付時間：午前9時～午後5時(土日祝日・年末年始・お昼休みを除く)

※申請後、カードの交付までに10日程かかります。

～～年金受給者の皆様へ～～

平成25年10月分(12月支給分)からの年金額が改定されます

現在の年金額は、過去に物価が下落したにもかかわらず、年金額を据え置いたことで、本来の水準よりも2.5%高い水準(特例水準)となっています。

平成24年の法律改正で、平成25年10月、平成26年4月および平成27年4月に段階的に特例水準を解消することにより、年金財政の改善を図るとともに、将来の受給者となる若い世代にも考慮して、世代間の公平を図ることとなりました。

このため、平成25年10月分(12月支給分)以降にお支払いする年金額は、現在の額(10月支給分)から、マイナス1.0%の改定が行われます。

今後の改定は、平成26年4月マイナス1.0%、平成27年4月マイナス0.5%を予定しています。(ただし物価・賃金が上昇した場合には、引き下げ幅は縮小します。)

お問い合わせ

- ・日本年金機構 ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165
- ・幡多年金事務所 ☎0880-34-1616

障害基礎年金はどんなときに受けられるの？

障害基礎年金は、次の条件の全てに該当する方が受給できます。

【1】20歳前、国民年金の被保険者期間中または被保険者の資格を失ったあとでも60歳以上65歳未満で日本国内に住んでいる間に、障害の原因となった病気やけがの初診日があること。(ただし、老齢基礎年金の繰上げ受給を受けている方を除きます。)

【2】上記【1】の病気やけがによる障害の程度が、20歳に達したとき、または障害認定日(病気やけがによりはじめて医師の診療を受けた日から1年6か月を経過した日。または1年6か月以内に症状が固定した日)において、法令に定められた障害等級表の1級または2級のいずれかの状態になっていること。

【3】下記の保険料の納付要件を満たしていること。
初診日の前日において、初診日の属する月の前々月までの被保険者期間のうち、国民年金の保険料納付済期間(厚生年金保険の被保険者期間、共済組合の組合員期間を含む)と保険料免除期間をあわせた期間が3分の2以上であること。

または、初診日の前日において、初診日の属する月の前々月までの直近の1年間に、保険料の未納期間がないこと。

詳しくは下記へお問い合わせください。

- ・幡多年金事務所 ☎0880-34-1616

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。今後、高齢化が進むと、「がん」にかかる人の数は、ますます増えると言われていいます。「早期のがん」は、症状がまず出ません。症状が出ていないうちに、定期的ながん検診を受診する習慣をつけましょう。

胃がん検診

実施日	実施場所	受付時間	検診料金
10月11日 金	旧三崎小学校	8:00~9:00	900円 (受診者全員)

【胃がん検診対象者】 40歳以上の方。
 【受診できない方】
 ※胃を全部摘出した方や、すでに今年市が行う胃がん検診を受診した方。
 ※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。

大腸がん検診

実施日	実施場所	受付時間	検診料金
10月29日 火	大津公民館	9:00~9:10	300円 (受診者全員)
	貝ノ川浦区長場	9:30~9:50	
	貝ノ川郷集会所	10:10~10:30	
	宗呂上区長場	11:00~11:20	
	宗呂下区長場	11:40~12:00	
	下川口市民センター	13:30~14:00	

【大腸がん検診対象者】 40歳以上の方。
 ※上記の日程で便の採り方を説明のうえ、採便容器をお渡します。

子宮がん検診

実施日	実施場所	受付時間	検診料金
10月30日 水	下ノ加江市民センター	9:30~10:30	600円 (受診者全員)
	布小学校	13:00~13:30	

※子宮がん検診は、20歳以上偶数年齢の方が対象となります。

マンモグラフィ（乳がん）検診【乳房X線撮影】

実施日	実施場所	受付時間	検診料金
10月3日 木	松尾小学校	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)
	大浜区長場		
10月5日 土	足摺岬小学校		
10月17日 木	中浜会館		
10月18日 金	以布利漁民センター		
	大岐福祉センター		

※マンモグラフィ検診は40歳以上偶数年齢の方が対象で、申込済みの方に受診票を送付します。
 ※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。

受けていますか？
 特定健診・後期高齢者健康診査

特定健診・後期高齢者健康診査は、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健診です。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、病気を予防することを目的に行われています。
 1年に1回は健診を受け、自分の健康状態を確認しましょう。

今年度未受診の方は、12月末までに受診していただくようお願いします。

【対象者】

市から送付しました受診券をお持ちで、今年度未受診の方。ただし、下記の条件に該当する方に限ります。
 ①40歳~74歳の土佐清水市国民健康保険加入者
 ②後期高齢者医療加入者で、事前申込をされた方（『要支援・要介護認定者』の方、高血圧症・糖尿病・脂質異常等で治療中・服薬中の方は受診の対象にはなりませんので、ご了承ください）

【健診料金】 無料

特定健診・後期高齢者健康診査は、下記の市内医療機関で受診できます

医療機関名	所在地	電話番号
松谷内科	栄町2-2 2	82-1377
渭南病院	越前町6-1	82-1151
松谷病院	天神町14-1 8	82-0001
足摺病院	旭町18-7 1	82-1275
かずクリニック	本町10-3	83-0020
あしずり岬診療所	天神町1-2 6	87-9100

○このほか、県内医療機関でも受診可能な場合があります。受診前に必ず電話等でご確認ください。
 ○健診当日は受診券・被保険者証が必要となります
 ※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。

【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25年度の検診・健診の年齢】

平成26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カ月をめどに異常が見つかった方のみにも通知しています。

保育園にあそびにきません



10月の予定

園庭開放

(時間:9:30~11:30)

実施日	園名
10月1日(火)	三崎保育園
10月2日(水)	下ノ加江保育園
10月4日(金)	浦尻保育園
10月11日(金)	下川口保育園
10月15日(火)	旭保育園
10月16日(水)	足摺岬保育園
10月25日(金)	清水保育園

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1日(火)	ほっとタイム
10月3日(木)	うんどう会ごっこ
10月8日(火)	びよびよクラブ 作って遊ぼう
10月10日(木)	秋の遠足(じんべえ公園)
10月16日(水)	総合避難訓練(地震・津波)
10月17日(木)	誕生会 ペープサート劇
10月22日(火)	びよびよクラブ 子育て・親育ち
10月24日(木)	ミニ講演絵本(図書館職員)
10月31日(木)	ブロッコリーの苗を植えよう

※びよびよクラブは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9日(水)	作って遊ぼう
10月16日(水)	おやこ広場 ほほえみ
10月23日(水)	楽しい手遊び
10月30日(水)	おやこ広場 ほほえみ

おでかけ広場

(時間:10:00~11:30)

実施日	内容
10月7日(月)	下川口浦区長場
10月18日(金)	以布利旧保育園

☆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



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1日(火)	三崎保育園
10月2日(水)	下ノ加江どんぐりっこ
10月25日(金)	子育て支援センター「どんぐりっこ」

※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ください。

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

【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

【実施期間】

平成25年10月1日(火)~平成25年12月31日(火)

(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】

1,000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

健康推進課 保健推進係 ☎82-1121

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。いろいろ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

市民文化会館 自主事業

10月30日(水)

松山千春コンサート2013 「生きています」



■開演：午後6時30分(※開場:午後6時)
■入場料：7,875円※全席指定
■主催：土佐清水市立市民文化会館・(株)デューク
■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

☆日本を代表するフォークシンガー、松山千春、秋の全国ツアー土佐清水公演！往年の名曲の数々に酔いしれ、また歯切れの良い軽快なトークをお楽しみください！

- ◆貸館 10月5日(土) 南海地震対策防災講演会 「想定外を生き抜く力」〜津波でんでんこに学ぶ〜
- 開演 午後6時
- (※開場) 午後5時30分
- 入場料 無料
- 主催 土佐清水市・土佐清水市教育委員会
- 主 管 土佐清水市立中央公民館
- 10月18日(金)〜23日(水) 第53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24日(木) 人権啓発映画「人生、いろどり」
- 開 演 ①午後1時20分 ②午後7時
- 入場料 無料
- 主 催 土佐清水市
- 10月28日(月) 高知大学 岡村眞教授防災講演会
- 開 演 午後6時
- (※開場) 午後5時30分
- 入場料 無料
- 主 催 幡多地区ライフサポートセンター
- 10月30日(水) 松山千春コンサート2013 「生きています」
- 開 演 午後6時30分
- (※開場) 午後6時
- 入場料 7,875円※全席指定
- 主 催 土佐清水市立市民文化会館・(株)デューク
- 共 催 土佐清水市教育委員会

図書館

◎5月〜10月は開館時間を延長しています
平日：午前10時〜午後7時 土・日：午前10時〜午後6時

市民図書館 ☎82-4151

休館日：祝日と毎月最終金曜日

市民図書館新着図書

- | | | |
|-----------|---|--|
| ◆一般図書 | 自分の小さな「鳥カゴ」から飛び立ちなさい
日本アルプス詳細ルートガイド
迷走・暴走・逆走ばかりのニッポンの教育
定年後の勉強法
国産の美味しい！かるしおレシピ「スマホ症候群」に気をつけて！
マスクングテープおしゃれワザ123
グリコのおもちや図鑑
ペコロスの母に会いに行く
ふたり女房
わたしをみつけて
教場
男のおばあさん | 河合 江里子
エイ出版社
布村 育子
和田 秀樹
国立循環器病研究センター
木津 直昭
m&m&m's
森永 卓郎
岡野 雄一
澤田 瞳子
中脇 初枝
長岡 弘樹
永 六輔 |
| ◆児童・中高生図書 | きせつの手づくり図鑑 夏・秋
新選組の大常識
ひろった・あつめたぼくのドングリ図鑑
AKB48 NEWS日記 2013
わからん薬学事始 1〜3
ドラゴンラージャ 5・6
10分で読めるもっとこわい話
ぞくぞく村の魔法少女カルメラ
もっかい！
おいもさんがね… | 峯村 良子
矢口 翔有里
盛口 満絵
読売KODOMO新聞
まはら 三桃
イ ヨンド
塩谷 京子
末吉 暁子
エミリー・グラヴェット
とよた かずひこ |

市民図書館の蔵書はホームページからも検索できます。
アドレス <http://www.tosashimizu-public-library.jp>

AVブースを増設します

放送大学高知学習センターのご協力により、AVブースが5台に増えます。
当館のDVDや放送大学の過去の抗議を視聴することができます。10月6日(日)よりご利用いただけます。

<10月の移動図書館巡回予定>

区長場分のみ掲載しています

- | | | |
|-----------|--------------|-------------|
| 10月9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 |
| 10月10日(木) | 津呂区長場 | 10:50~11:10 |
| 10月11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 |
| 10月1日(火) | 下浦(漁港内) | 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 |
| 10月17日(木) | 宗呂下(公衆電話の広場) | 11:10~11:30 |
| | 貝ノ川浦(政本商店付近) | 11:45~12:05 |

◎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。

除籍資料の配布を行います

10月1日(火)〜10月31日(木)
除籍資料をご自由にお持ち帰りいただくことができます。
なくなり次第終了させていただきます。
※おひとり様 10冊まで

雑誌の新規購入を開始します

・がんサポート (エビデンス社・月刊)
・日経PCビギナーズ (日経BP社・月刊)
いずれも10月号からご利用いただけます。

「本と旅する 本を旅する」

2013年 読書週間

10月27日(日) ~ 11月9日(土)



読書週間
ロゴマーク

・第32回土佐清水市読書感想文コンクール入賞作品の展示

・写真展「懐かしい光景・清水とそこに住む人々」
土佐清水の懐かしい写真や本の展示をしています。

・闇鍋本

ブックカバーがかけられたタイトルも作者もわからない本を、直感だけで選んでみませんか。

・秋の強力推薦本!

皆さんのおすすめ・必読の一冊を皆さんに紹介してください。

期間中は、その他にもさまざまな催しをしています。読書の秋に図書館に足を運んでみませんか?

文芸



俳句

宵の窓秋の長雨月恋し 竜 串 浜平由美子
さわやかに廃校庭の百日紅 浦 尻 上原 宣子
活力を与えておくれ秋の風 足摺岬の ぎく
一衣ごと思い出濃ゆき土用干 平ノ段 小南 綾子
夕やみにツクツクぼうし夏のこし 上 野 野村 綾子
朝風に吹かれて通う散歩道 下ノ加江 大久保正徳
親子雲名残りを語り秋染る 大 浜 奥村 満治
秋灯に子を抱くごとく広辞苑 窪 津 田島 清
熱帯夜臨月ちかき娘を想う 越前町 福寿草
荻ゆれて声のやさき友もきて 寿 町 大西 安子
故郷は狭き径なり萩に触れ 旭 町 中村 幸子
蟻螂に手上げ足上げ睨まれる 布 松 榎垣由喜恵
午後五時に海の記念日浜掃除 布 岡部 啓子
木槿咲く海の光りに庭灼ける 松 崎 宮村 作世
義妹は気丈に動き初盆用意 下ノ加江 宮崎宇佐美
曳売りの姿を急かせる日雷 加久見新町 岡本 尚

短歌

まわり縁雑草生けてくつろげば 上 野 黒岩 公子
すだれ揺らして秋風の立つ 大輪だ打上花火のものすごさ 病院の窓辺肩よせあいて見る 加久見新町 二神 若菜
黄昏の煙たなびく道をゆく 孫に送らんとぶどう買いく 四万十町 上原 庸子
すてきだと友に言われしコジマ帽 三品三色気分爽快 本 町 浦岡 輝子
刈田道稲香残りて快き 風広々と五味橋に渡り 以布利 畠中 類子
夏バテか食欲もなく気力なくも 老等の集いで明日につなげる 平ノ段 依岡 里美
振り向けばトンボもゆらり背伸びかな 涼しき風に楽しくなごむ 旭 町 中村 永子

川柳

セミ時雨ジジジジとバーバわめき 竜 串 浜平 健
迷い消え自分の道を歩み出す 下川口 井上 美妃
枯れ夫婦夫婦随のつづが無さ 元 町 だれ・弥助
秋の夜二人で見上げ恋月夜 下ノ加江 村 一人
病し身を愛の絆にさくえられ 松 崎 田中美智子

※文芸作品は、俳句・短歌・川柳に限り、毎月15日までに、お一人様一作品の掲載とさせていただきます。

日	月	火	水	木	金	土
10月 カレンダー	上段：市役所予定 中段：文化会館情報 下段：図書館	1	2	3	4	5 南海地震対策防災講演会 P10
6	7	8 年金相談 市民課 10:00~	9	10 行政相談 市民室 10:00~	11	12
13 じんべえ市	14	15	16	17	18 土佐清水美術展覧会 P20	19 土佐清水美術展覧会 P20
おはなし会 11:00	休館		乳幼児対象の読み聞かせ 10:30			
20 土佐清水美術展覧会 P20	21 土佐清水美術展覧会 P20	22 土佐清水美術展覧会 P20	23 土佐清水美術展覧会 P20	24 土佐清水美術展覧会 P20	25 休館・図書整理日	26
27 ねんりんピックアートボール交流大会	28 ねんりんピックアートボール交流大会	29	30 松山千春コンサート P20	31		
おはなし会 11:00 秋の読書週間 (~11/9)	岡村眞教授防災講演会 P10					
☆10月の「スタインウェイピアノ」一般無料開放日						
日時：10月11日(金) 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。						

全国から60歳以上のゲートボールプレイヤー(164チーム)が
土佐清水市に集結します!!



第26回全国健康福祉祭こうち大会

ねんりんピックよさこい高知2013

ゲートボール交流大会



くろしおくん

とき 平成25年10月27日(日)~28日(月)

ところ 土佐清水総合公園多目的広場

イベント内容



歓迎アトラクション

27日(日) 9:35~

「あしずり太鼓:和太鼓演奏」
「土佐清水チームいなん:よさこい踊り演舞」



一体感のある、熱い演奏・演舞を
お見逃しなく!



おもてなしコーナー

27日(日) 「めじかのつみれ汁」

28日(月) 「めじか出汁のそうめん汁」

両日(先着1500食)無料配布!
どうぞお召し上がりください!



物産販売コーナー

土佐清水の海の幸を
はじめとした特産品も
販売するよ!



足摺岬歓迎イベント

27日(日) 17:00~ 足摺岬小学校で開催!!

花火やフラダンス、地元婦人会をはじめと
するおもてなしを、お楽しみください!



主催: 厚生労働省・高知県・一般財団法人長寿社会開発センター
ねんりんピックよさこい高知2013実行委員会・土佐清水市
ねんりんピックよさこい高知2013土佐清水市実行委員会

主管: 高知県ゲートボール協会
後援: 公益財団法人日本ゲートボール連合

■お問い合わせ: ねんりんピックよさこい高知2013土佐清水市実行委員会事務局

〒787-0392 高知県土佐清水市天神町11-2 TEL0880-82-1181 FAX0880-82-4500
<http://www.city.tosashimizu.kochi.jp/nenrin/>

発行

平成25年10月1日発行 No.480 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 E-mail: kikaku@city.tosashimizu.kochi.jp
FAX: 0880-82-2882 HP: <http://www.city.tosashimizu.kochi.jp/>