



平成25年

広報

たしなむ

ジョン万のふるさと土佐清水



4

No.474

ジョン万次郎
大河ドラマ化実現に向けて



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 ●●●●●



「場外離着陸場（ヘリポート）落成式」

さる3月3日、航空自衛隊土佐清水分屯基地に、ヘリポートが新たに整備され、落成式が行われました。

このヘリポートは、「東日本大震災からの復興の基本方針」において、「大災害時に「公助」を担う主体である自衛隊等による長期間、広範囲かつ大規模な避難活動、救援活動や救急・救出救助活動が迅速に行われることを確保する。」と示され、23年度3次補正予算で「防災拠点（災害に強い施設）」として整備されました。

落成式では、元防衛大臣政務官の広田一参議院議員、横山浩一県議会議員、杉村章生土佐清水市長、岡林守正土佐清水市議会議員長などにより、テープカットが行われ、ヘリポートの運用が開始されました。

今後予想される、南海地震等が起きた場合、土佐清水市では、最大34mの津波が想定されていますが、ヘリポートは46mの高台に整備されており、災害派遣の拠点として、有効に活用されます。



場外離着陸場落成記念 平成25年3月3日



場外離着陸場落成記念 平成25年3月3日

高知県災害医療 対策幡多支部会議 の災害医療訓練を 実施！



さる3月10日、市民体育館において災害時の救護及び医療救護に関する総合的な実働訓練を行いました。当日は、市民の皆さんにも参加していただき、総勢約250人が救護病院・医療救護所でのトリアージ訓練や避難所・福祉避難所に避難した方の対応や炊き出し、薬剤師による調剤、郵便局員による医薬品の患者宅への配送訓練等を行いました。



第52回

市民祭あしずりまつり

く夏は清水ちやく

8/2(金)-3(土)
の2日間開催決定!!

イベント内容は決定次第お知らせします

お問い合わせ:市民祭あしずりまつり実行委員会 ☎0880-82-0279

『土佐清水市長選挙』の投票日 5月26日(日)に決定

～選挙管理委員会からのお知らせ～

選挙管理委員会は、任期満了(平成25年6月7日)に伴う、土佐清水市長選挙の日程等を次のとおり決定しました。

◎選挙期日の告示及び立候補の届出の日時

平成25年5月19日(日)

午前8時30分から午後5時00分まで

◎選挙の期日(投票日)

平成25年5月26日(日)

◎開票日時及び場所

平成25年5月26日(日)午後8時10分から

土佐清水市立市民体育館(総合運動公園内)

◎投票所入場券

事前に「投票所入場券」を個人ごとに郵送しますので、「投票所入場券」を投票所に持参して、投票所の係の者に渡してください。

「投票所入場券」には、「投票所」、「投票のできる時間」等を記載していますので、よく確認してから投票所においでください。

◎立候補予定者の事前説明会

日時/平成25年4月23日(火)

午後1時30分から

場所/市役所2階第一会議室

候補者の届出がスムーズに行われるように、また、選挙運動が正しく行われるよう、立候補の届出の方法、供託の方法、選挙運動等につきまして立候補予定者の事前説明会を開催します。立候補の意志のある方は、必ず出席をお願いします。(出納責任者同伴が望ましい)

◎期日前投票及び不在者投票について

投票日に投票所へ行けない事由に該当する方は5月20日(月)から5月25日(土)まで期日前投票及び不在者投票(選挙管理委員会のみ)ができます。

選挙管理委員会……………市内全地区の方

午前8時30分から午後8時00分まで

下ノ加江市民センター……………下ノ加江地区の方

三崎市民センター……………三崎地区の方

下川口市民センター……………下川口地区の方

午前8時30分から午後5時00分まで

☆お問い合わせ☆

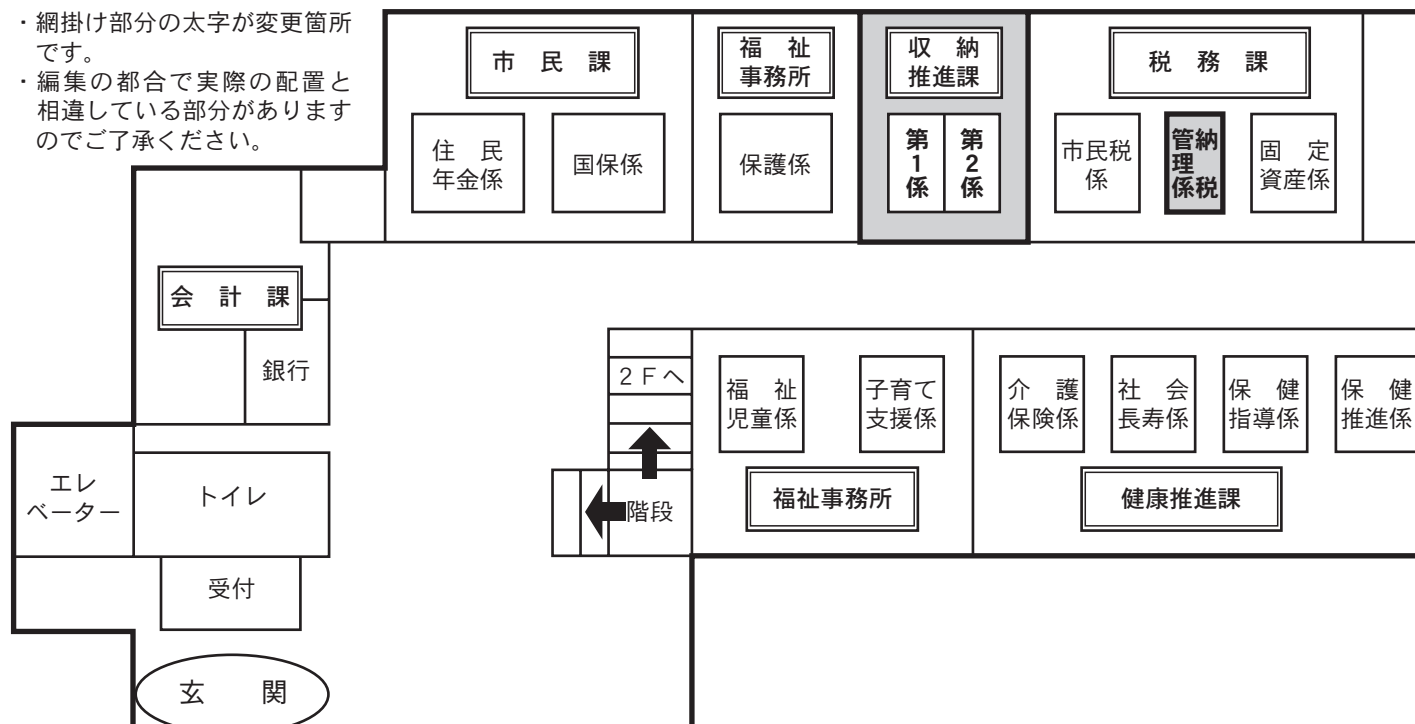
土佐清水市選挙管理委員会事務局

☎82-1290

『収納推進課』を新設し、税金その他市債権の収納対策の強化を図ります

◎市役所 1 階配置図

- ・網掛け部分の太字が変更箇所です。
- ・編集の都合で実際の配置と相違している部分がありますのでご了承ください。



課 名	係 名	主 な 業 務	電 話	F A X
収納推進課	第 1 係	市民税・軽自動車税・固定資産税・国保税、介護・後期高齢者保険料 普通徴収分の徴収及び滞納処分	87-9135	82-1210
	第 2 係	滞納分の税外債権(住宅料・保育料・奨学金等)の徴収及び滞納処分		
税 務 課	市 民 税 係	市県民税・軽自動車税・国保税等の課税、所得証明	82-1129	82-1210
	納 税 管 理 係	徴収簿の管理・調定・過誤納金還付・納税証明		
	固定資産税係	固定資産税の課税、土地・家屋評価		

※税金等の納付は収納推進課第1係で扱います。所得・納税証明等は税務課で交付します。

中央公民館の管理・運営が「指定管理者」に移行しました!!

土佐清水市立中央公民館の管理・運営が、平成25年4月1日より指定管理者に移行しました。今後は、特定非営利活動法人「図書館結の会」が指定管理者として、中央公民館でのサークル活動の支援、夏季大学講座・市民教室等の開催、ホール・研修室の貸し館等の業務を行います。(管理・運営内容の変更はありません)
市民の目線でより充実した生涯学習の推進に取り組みます。多くの皆さまの利用をよろしくお願いします。

* 連絡先等は下記のとおりです(変更ありません)

土佐清水市幸町4番12号 ☎82-0472 F A X 82-1717

平成25年4月1日から生涯学習課が移転します

中央公民館が指定管理者による管理・運営となるに伴い生涯学習課が下記のとおり移転します。

●新住所 土佐清水市天神町11番2号(土佐清水市役所)土佐清水市教育委員会生涯学習課
☎82-1257 F A X 82-5488

* 市役所2階教育委員会内に移転します。

今後は体育館の利用申請等は市民体育館での受付となります。お間違いのないようよろしくお願いします。

お問い合わせ 生涯学習課 ☎82-1257

在宅医療連携拠点事業《復興枠》活動報告



さる2月16日、市民文化会館くろしおホールで、市内の介護・医療関係者・地域住民・市外・県外等から約300名の参加により、介護公開講座が開催されました。

第一部の特別講演では、講師の袖山卓也氏が「笑う介護士の革命」と題して介護の専門性、介護力について熱く語られました。

第二部は、トークセッションで、袖山氏、漫画家・くさか里樹氏、渭南病院・溝渕敏水院長による医療と介護の連携、地域の力・可能性について意見交換がおこなわれました。

介護に対する考え方、土佐清水を健康な高齢者のまちにすること、医療機関等だけではなく土佐清水全体で高齢者の生活を支えていくことが大切など、参加者の心に響く有意義な公開講座となりました。皆さまのご参加誠にありがとうございました。

※在宅医療連携拠点事業とは…

厚生労働省から医療法人聖真会が採択された事業で、住民の皆さまが可能な限り住み慣れた地域で自分らしく過ごすことが出来るよう、医療と介護が連携して包括的かつ継続的な在宅医療の提供をめざす事業です。

ねんりんピック情報 Vol.1

ねんりんピックとは？

「ねんりんピック」の愛称で親しまれている「全国健康福祉祭」は、60歳以上の方々を中心に、あらゆる世代が楽しめる総合的な祭典です。

厚生省創立50周年を記念して昭和63年(1988年)の第1回ひょうご大会以来、毎年開催されています。ゲートボールやグラウンド・ゴルフ、ソフトボールなどのスポーツ交流大会や、囲碁や将棋、俳句などの文化交流大会のほか、美術展など多彩なイベントを通じて地域や世代を超えた交流の輪を広げます。

今回のこうち大会では、県内10市6町1村1広域連合で24種目の交流大会が10月26日から29日の4日間開催されます。土佐清水市では全種目の中で選手数が最大規模のゲートボール競技を総合公園多目的広場で行い、全国から約1,000名を超える選手や関係者が土佐清水市を訪れます。

お問い合わせ：市役所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/>



昨年開催された「宮城・仙台大会」の様子



議会報告会のご案内

土佐清水市議会では、市民に開かれ、信頼される議会づくりに向けた取り組みの一環として、下記日程により「議会報告会」を開催いたします。

議会報告会は、議会の活動や市政の重要課題などについて議員が直接市民の皆さまに説明し、意見交換等を行うとともに、市民の皆さまの声を市政に反映させる取り組みでありますので、多くの皆さまのご参加をお待ちしております。

日 時	場 所
4月15日(月)午後7時～	中央公民館
4月17日(水)午後7時～	グリーンハイツ会館
4月18日(木)午後7時～	上野区長場
4月25日(木)午後7時～	宗呂下区長場
4月26日(金)午後7時～	布地区防災拠点センター

※どこの会場でもご都合の良いところにご参加ください。

※次回は、10月に一部会場を変更して開催する予定です。

お問い合わせ 土佐清水市議会事務局 ☎82-1112

消防本部に救急資機材寄贈

地域の安全・安心プロジェクトに取り組んでいる全国共済農業協同組合連合会高知県本部、高知はた農業協同組合より土佐清水市消防本部に、自動心臓マッサー、高機能監視モニター、人工呼吸器など救急資機材13点の寄贈を受けました。

平成25年3月4日に土佐清水市消防本部で受納式が行なわれ、JA関係者・市長・消防関係者など25名が出席しました。式典では、全国共済農業協同組合連合会高知県本部・高知はた農業協同組合より目録の贈呈を受けた後、市長より感謝状が贈呈されました。市消防本部では救急件数が年々増加傾向にある中、寄贈いただいた救急資機材を有効に活用し更なる救急業務の強化に努めていきます。

救急資機材受納式



行政相談委員のご紹介

土佐清水市担当の行政相談委員に、本年4月1日付で次のお二人が再委嘱されました。

町田 重人 さん(小江町)

田中 嘉一 さん(窪 津)

行政相談委員は、総務大臣の委嘱を受け、住民の皆さんからの相談をお聴きする民間有識者の方です。

委員は、①国の仕事、②JR、NTT等の特殊法人の仕事、③県や市町村が国の補助を受けて行っている仕事などについて、住民の皆さんからの相談を受け、その解決や実現のお手伝いをしています。

市役所市民室では、毎月第2木曜日の午前10時から午後3時まで(お昼休みを除く)、委員による行政相談所を開設しています。お気軽にご相談ください。

お問い合わせ

高知行政評価事務所 行政相談課 ☎088-824-4100
市役所企画財政課 ☎0880-82-1113

土佐清水市教育センター 市内栄町6番13号

青少年の健全な育成を図る総合的な教育機関です。青少年に関するさまざまな課題の解決に向けて活動しています。お気軽にご相談ください。

教育全般に関すること

教育研究所 ☎82-3015 FAX82-3015
E-mail: tosashimizu_l@kochinet.ed.jp

非行防止に関すること

補導センター ☎82-3501 FAX82-3015
E-mail: shimizu_b@kochinet.ed.jp

不登校等に関すること

適応指導教室 ☎82-3016 FAX82-3015
E-mail: tosashimizu_l@kochinet.ed.jp

※面会の場所、日時についてはご相談に応じます。
※直接センターへ来所いただいてのご相談も受け付けています。(月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分)ただし、祝日は除く。

土佐清水市のホームページ内に
土佐清水市教育センターのホームページがあります。
お気軽に閲覧ください。

ボート免許教室、随時開催中!

2級 学科講習・実技講習 4/6(土) → 国家試験 4/20(土)
学科講習・実技講習 4/27(土) → 国家試験 5/18(日)

☆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、食糧備蓄品等 各種そろっています。こんなものがないが、相談して下さい。



オガワマリンサービス 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>

幡多広域消費生活センター便り

還付金詐欺に注意！

電話1本で高齢者から大切な財産を
だまし取る振り込め詐欺！

最近、市役所等の公的機関職員をかたり、還付金がある等と偽り、還付に必要な手続きを装ってATMを操作させて送金させる手口が再び頻発しています。

還付金詐欺の手口(例)

市役所や社会保険事務所の職員を装う犯人から、「医療費の払い戻しがあります。今日中に手続きが必要です。」
「ATMから簡単に手続きできます。通帳(カード)を持ってATMに着いたら、0120-xx-xx-xxへ携帯電話から電話してください。」と自宅の固定電話に電話があります。教えられた番号に電話すると、社会保険事務所職員を装う犯人が電話に出て、「こちらの言うとおりATMを操作してください。」と指示され、言われるまま操作すると、知らぬ間に他人の口座に送金してしまいます。

被害に遭わない為に

- ◎ATMで簡単に戻る還付金は存在しません。電話でお金の話は要注意！
 - ◎公的機関(役所、警察署等)が、暗証番号や預金額等を電話で尋ねることは絶対にありません。
 - ◎電話や郵便物などで、高額のお金を相手の預金口座に「振り込め」と言われても、言われるままに振り込んではいけません。
- 携帯電話で通話しながらATMを操作している人がいたら、声をかけてください！

4月1日から名称が変わりました。

「四万十市消費生活センター」が

「幡多広域消費生活センター」になりました。

電話番号や住所はこれまでと変更ありません。

ご相談は

幡多広域消費生活センター ☎0880-34-6301
市役所産業振興課 ☎0880-82-1115

ジョン万次郎NHK大河ドラマ化に向けた署名のお願い

我が郷土の偉人ジョン万次郎の偉業を数多くの人々に知っていただくとともに地域の活性化を図るため、ジョン万次郎NHK大河ドラマ化実現のために実行委員会を組織して活動を実施しています。

特に、NHK当局に土佐清水市民の声を強くアピールするため、署名活動を行っています。署名簿が回覧されましたら、ご家族全員の署名をぜひお願いします。

また、インターネットでの署名もできますので、市外の知人や親族にも署名を勧めてください。土佐清水市役所・土佐清水商工会議所のホームページに掲載しています。

お問い合わせ

土佐清水商工会議所・事務局 藤井
☎0880-82-0279 FAX0880-82-2530
E-mail: fujii-ts@cciweb.or.jp



第47回足摺椿まつり俳句大会

市長賞

春光を受けてゆらめき珊瑚礁

山本 由美

足摺海洋館館長賞

紅梅と白梅の空隣り合ふ

沖 石彦

観光協会会長賞

髪梳いて女に戻る焚火海女

吉崎 愚人

高知県俳句連盟会長賞

菜の花や河口ゆつくり海に入る

芝岡 美代

足摺俳句会会長賞

野の涯のひかりとなりぬ徒遍路

東谷 晴男

入選

配当の鯛さばきをり椿垣あしずりや椿の上を潮流れ磯山に鳴き籠もりある初音かな

山崎紀美子

夕風に初蝶翅を閉ぢきれぬ猫の耳ぴくりと寒の明けにけり

篠田たけし

刈り込みて一枝みだれぬ椿垣連痕のさざ波春の来てをりぬ

柴岡弘幸子

鰹追ふ船出港や風光る裏蹠の海に傾げる春田かなり

植田幾久子

岩海苔に潮ゆつくりと戻りけり

河内文鳥

夜な夜なの鉢の温み干菜風呂

新谷恵美子

波郷来よ足摺椿まつりぜよ

宮崎きくを

寒明けや千畳岩に塵立たず

沖崎石彦

浸蝕の洞に走り根鰭東風

西村和代

岩海苔に潮ゆつくりと戻りけり

野村ひさ子

裏蹠の軒より高き椿垣

弘幸子

紅梅を挿してありけり予約席

舩田幸子

料峭の波のささやき桜浜

舩田幸子

西方の霞さしたるしるべ石

橋田平

草萌ゆる浜にハーレーダビッドソン

濱田憲明

4月から粗大ごみの有料化が始まります

これまでお知らせしてきましたように粗大ごみを出す際は、配布しました処理券又は購入した処理券を目立つところに貼ってお出ください。

4月から粗大ごみの収集日に各ステーションに指導員を配置します。指導員の指示に従ってお出ください。

市民の皆さんが処理をするために手数料を支払って(処理券を貼付して)出された粗大ごみは、市が責任を持って廃棄する義務があります。持ち去ることはできません。

市民の皆さまのご理解とご協力をお願いします。

ごみの出し方等でわからない場合は、市役所環境課までお問い合わせください。

お問い合わせ 市役所環境課 ☎82-1214



土佐清水市一般廃棄物処理基本計画を策定しました

計画期間終了により、前計画の見直しを行い、土佐清水市廃棄物減量等推進審議会の意見を反映させ、今後目指すべき「循環型社会」、「低炭素社会」及び「自然共生社会」の形成に向けて必要な施策と効率的な廃棄物処理施策を推進していくため、平成25年度から平成34年までの10年間の計画を策定しました。

本計画では目標値を定め、行政と市民の皆さんと事業者の皆さんが共に取り組んでいく計画としています。計画の概要については、広報4月号配布の際に一緒にお配りします。

詳しくは市ホームページでもご覧になれます。 <http://www.city.tosashimizu.kochi.jp/>

皆さまのご協力をお願いします。

土佐清水市地球温暖化対策実行計画 (事務事業編)を策定しました

本市では、「地球温暖化対策の推進に関する法律」に基づき、本市の事務事業から排出される温室効果ガスを削減するための方針として、「土佐清水市温室効果ガス削減実行計画」を策定し取組を進めてきました。平成24年度で計画期間終了により、引き続き、環境への負荷の低減を図ることを目的に平成25年度から平成29年度までの5年間の計画を策定しました。温室効果ガスの削減目標が達成できるよう、電気、燃料等の使用量削減に努めてまいります。

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%削減します。

基準年度(平成21～平成23年度までの平均値)

1,519 t - Co2

→

目標年度(平成29年度)

1,443 t - Co2

*地球温暖化とは・・・

人間活動の拡大(電気、ガス、燃料などの使用)で、二酸化炭素等の温室効果ガスの濃度が増加することで、地球の表面温度が上昇することを言います。地球温暖化が進むと、豪雨、干ばつなどの異常気象の増加、水資源などへの影響、水不足の発生など、私達の生活環境にさまざまな影響が出てきます。

飼い犬の登録と狂犬病予防注射のお知らせ

平成25年度の飼い犬の登録と恒例の狂犬病予防注射を下記のとおり行います。皆さんの都合の良い場所で受けて下さい。なお、新たに飼い犬の登録を行う場合は、犬の生年月日をお聞きしますので調べておいてください。

4月11日(木)		
地 区	時 間	場 所
市街地	9:00～ 9:40	中央公民館駐車場
	9:50～10:20	越前公園
下川口郷・浦松 山	10:45～11:00	下川口市民センター前
宗呂下	11:10～11:20	宗呂下公衆電話ボックス付近
宗呂上・坂井	11:25～11:35	宗呂上区長場前
有 永	11:55～12:00	旧有永分校前
片 粕	13:30～13:35	片粕集会所前
横 峯	13:55～14:00	横峯集会所前
鳥淵・銚ノ平 藤ノ川	14:20～14:25	鳥淵広場付近
貝ノ川郷・浦大 津	14:40～15:00	貝ノ川橋付近
	15:10～15:20	大津公会堂前

4月18日(木)		
地 区	時 間	場 所
浦尻・厚生町	9:20～ 9:35	前田茂子商店前
グリーンハイツ	9:50～10:20	グリーンハイツ市営住宅前
窪 津	10:35～10:50	窪津区長場前
津 呂	11:10～11:20	津呂区長場前
大 谷	11:25～11:35	大谷バス停付近
足摺岬	12:40～13:00	足摺岬区長場前
松 尾	13:15～13:30	松尾小学校
大 浜	13:50～14:00	大浜区長場裏駐車場
中 浜	14:10～14:30	中浜区長場前
緑ヶ丘	14:45～15:00	緑ヶ丘公園中央入口
市街地	15:05～15:40	元町公園
	15:50～16:15	本町公園

4月16日(火)		
地 区	時 間	場 所
以布利	9:20～ 9:25	窪津分岐付近
	9:35～ 9:50	以布利漁民研修センター前
広 畑	10:00～10:05	米沢畳店付近
大 岐	10:30～10:50	大岐区長場前
久百々	11:05～11:10	久百々公衆電話前
鍵 掛	11:20～11:25	浜田菊治さん宅裏旧道
長野・大川内	11:30～11:35	八坂橋通バス停付近
	11:40～11:45	長野公会堂前
立石・東谷 布浦・布郷	13:00～13:10	布消防屯所前
下 浦	13:25～13:35	下ノ加江市民センター前
船場・小方	13:45～13:55	小方青年会館
市野々・大八	14:10～14:15	市野々公会堂前
市野瀬	14:25～14:30	山本秀喜さん宅付近

4月23日(火)		
地 区	時 間	場 所
養 老	9:20～9:30	養老区長場前
松 崎	9:40～9:50	松崎福祉センター前
上 野	10:05～10:20	上野区長場前
斧 積	10:30～10:40	斧積区長場前
下ノ段	10:50～11:00	下ノ段区長場前
平ノ段	11:10～11:20	平ノ段区長場前
爪 白	11:30～11:40	爪白区長場前
竜 串	12:45～13:00	竜串福祉センター前
三崎浦	13:05～13:35	三崎浦区長場前
浜益野	13:45～13:50	浜益野集会所前
下益野	14:00～14:10	下益野区長場前
横道	14:40～14:45	旧小学校校庭
加久見	15:00～15:30	加久見区長場

平成25年度 合併処理浄化槽補助金のご案内

家庭用排水をきれいに処理し、川、海、土の汚染を防ぐことを目的に、市内に合併処理浄化槽を設置する皆様に対し、助成を行っています。

本年度も下記の補助要件によって補助事業を行いますので、ご案内します。

なお、浄化槽を正常に働かせるためには定期的な保守点検および年一回の清掃・法定検査が義務づけられています。

それらの経費については設置者の負担となります。

※補助金額：300,000円(一律)



- 補助要件：1. 建物が併用住宅の場合、建物の住宅部分床面積が全体の半分以上であること
2. 10人槽以下の浄化槽を設置しようとする者であること
3. 保健所に浄化槽設置届を提出していること、または建築確認を受けていること

*** 生まれてきてくれてありがとう ***



やぶた あまね

加久見入沢町 藪田 天音ちゃん
平成24年9月25日



かねひら しょうたろう

津呂 金平 章太郎くん
平成25年1月4日



かわむら

小江町 川村 きいちゃん
平成25年1月29日



やまもと ともひと

旭町 山本 智仁くん
平成25年2月16日



こばやし あさぎ

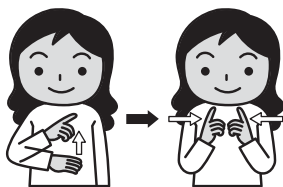
西町 小林 浅黄ちゃん
平成25年2月21日



手話奉仕員養成講座(入門課程)のお知らせ

いっしょに手話を学びませんか

聴覚に障害を持つ方々が安心して社会の中で生活できるように、少しでも多くの皆さんが聴覚に障害を持つ方々や関連する福祉制度のことを理解していただくとともに、日常会話を行うのに必要な手話表現等を習得していただくことを目的に開催します。



手話奉仕員養成講座(入門課程)

対象者 手話に関心のある方
定員 40人程度
場所 土佐清水市社会福祉センター
3階 大会議室
費用 テキスト代 3,100円程度
日程 全18回 35時間 6月10日～11月11日
毎週月曜日(国民の祝日は除く)
午後7時～9時まで
申込締切 平成25年5月20日(月)まで
申込先 土佐清水市社会福祉協議会
土佐清水市寿町11-9 ☎82-3500

*この講座は、厚生労働省のカリキュラムに基づくものです。

*全講座に出席できる方が対象になります。

児童家庭相談窓口を 設置しています

子どもたちが心身ともに健やかに育つよう、関係機関と連携をとりながら、子ども及びその家族を支援・援助していくために、市では児童家庭相談窓口を設置しています。

子どもに関して気になることがありましたら、お気軽にご相談ください。相談内容については、秘密を厳守します。

また、児童虐待の通告等緊急を要する場合は、時間外でもご連絡ください。

児童家庭相談窓口

土佐清水市福祉事務所 子育て支援係

相談時間 毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
※祝日及び年末年始(12/29～1/3)を除く

相談方法 面接相談、電話相談

相談内容 0歳から18歳までの子どもや子育てに関するあらゆる相談

緊急連絡 上記相談時間以外で緊急に相談が必要な場合は、<080-8633-4177>へ連絡してください。

お問い合わせ

福祉事務所子育て支援係 ☎ 87-9011

FAX 82-5599

清水中学校浦尻校舎 ありがとうさようなら会開催・実行委員募集!



清水中学校が移転にあたり、浦尻校舎が平成25年6月に取り壊しになります。

1970(昭和45)年に天神町(現市役所)から浦尻校舎へ移転し、42年間で多くの卒業生を輩出した清水中学校の浦尻校舎へ感謝と労いを込めて、卒業生を中心とした有志で「清水中学校浦尻校舎ありがとうさようなら会」を開催することとなりました。

つきましては、協力をいただける卒業生ならびに実行委員を募集しています。

思い出がつまった学び舎に感謝、地元におりながら普段ゆっくり話ができない友人、お世話になった先輩や恩師との語らいの場、などなどといった集える場にしましょう!

開催日時：2013年5月19日(日)
10:00～15:00(予定)
開催場所：清水中学校浦尻校舎

お問い合わせ

清水中浦尻校舎ありがとうさようなら実行委員会
担当:新谷英生(平成3年度卒) ☎080-5669-6935
フェイスブックページ
<http://www.facebook.com/#!/events/573068969372833/>

出店
歓迎

松尾

女城まつりのご案内

松尾地区の伝統を継承するための、松尾女城まつりを下記日程において開催しますので、多くの皆さまのお越しをお待ちしています。

と き 平成25年4月28日(日) 10時～14時まで
ところ 土佐清水市松尾 女城神社付近
催 し 参拝者全員にお餅進呈
売 店 手作り毯 他

※臨時駐車場有り(案内板で表示しています)
松尾小学校も駐車可
出店希望者は下記までお問い合わせください。

お問い合わせ

松尾区長場 ☎0880-88-0062

平成25年度日本非核宣言自治体協議会

核兵器廃絶などに関する親子記者募集のご案内

趣 旨 小学生と保護者が記者となり、8月9日の長崎原爆犠牲者慰霊平和記念式典等の被爆地の様子や被爆者取材することにより、核兵器廃絶と平和の願いの継承を図ります。

対 象 者 日本非核宣言自治体協議会の会員自治体(土佐清水市を含む)に居住する小学生(4年生以上)とその保護者で、平和・原爆・核兵器廃絶などに関心がある方。これまでに参加された方はご遠慮ください。

募集人員 18名(小学生(4年生以上)1人とその保護者1人の9組)※申し込み多数の場合は抽選となります。

事業内容 実施場所:長崎市 実施期間:平成25年8月8日(木)～11日(日)
日 程 等:詳しい日程は参加者決定後 本人に連絡

報 告 等 取材記録を事務局に提出。事務局で編集し、「おやこ記者新聞」を発行。本協議会ホームページでも紹介します。

参加費補助 下記については、主催者が負担します。
(1)空港、代表駅から長崎駅までの航空・鉄道往復運賃
(2)主催者が用意するホテルの宿泊代
(3)取材補助経費(1組あたり1万円)

応募方法 ハガキまたはEメールに次の事項を記入のうえ応募してください。
①住所 ②参加者の氏名(ふりがな)・性別・学年(H25.4.1現在) ③小学生の学校名
④電話番号(昼間連絡のつくもの) ⑤保護者の氏名(ふりがな)・性別 ⑥平和を願う一言メッセージ

応募締切 平成25年5月10日(金)当日消印有効

応募先・お問い合わせ 〒852-8117 長崎市平野町7-8
日本非核宣言自治体協議会事務局(長野市平和推進課内)
☎095-844-9923 FAX095-846-5170
ホームページ <http://www.nucfreejapan.com>
Eメール info@nucfreejapan.com

続医学史物語断片

松谷内科 松谷拓郎



一酸化窒素(NO)は狭心症を防ぐ作用があるとこの前書きました。一酸化窒素は細胞の中のグアニル酸サイクラーゼと言う酵素を活性化させます。グアニル酸サイクラーゼは細胞の中でサイクリックGMPと言うものを作りこのサイクリックGMPの働きで血管が弛緩して狭心症発作を防ぐと考えられます。サイクリックGMPはホスホジエステラーゼと言う酵素で分解され消えてしまいます。そこで米国のファイザー社はこのホスホジエステラーゼの作用を阻害してサイクリックGMPを細胞内で増やす様にすれば亜硝酸剤などよりもっと良い心臓病の薬ができるのではないかと考えて開発したのがシルデナフィルという化合物でした。

たが期待に反して思ったほどの効果がなく、試験は中止されました。ところが残薬を被験者から回収しようとするとならぬ人が沢山いたのです。

男性が性的に興奮すると陰茎海綿体神経末端内皮細胞からNOが放出され、グアニル酸サイクラーゼが活性化され、作られたサイクリックGMPの作用で海綿体平滑筋が弛緩し、動脈血の流入が起これ、流出静脈が閉塞して陰茎が勃起します。ホスホジエステラーゼには6種類の型があり、陰茎海綿体には第5型が豊富に存在しシルデナフィルはこの第5型に最も阻害作用が強かったのです。

ファイザー社はシルデナフィルを勃起不全の薬として再開発し、バイアグラと言う名前前に世に出しました。

シルデナフィルは1980年代に臨床試験が行われまし

第5型に対する選択性がある

う一つであるためかシルデナフィルは使用中に心臓病発作を起こして病院に搬送されたとき、そうと知らずに亜硝酸剤やカルシウム拮抗剤と言う心臓の薬を使用すると作用が極端に重なり、ショック状態になったりして非常に危険です。一緒に血圧の薬を飲んではいけないというのはそういうわけなんです。併用できる薬もあるので医者さんに相談しましょう。

さて、勃起不全の原因は心理的なものも含めていろいろあります。たとえば糖尿病では高血糖のために血中に増加した単糖類の一種がNOの産生を阻害するのが一因と言われている。多分糖尿病ではそれだけでなく進行すれば血管内皮の障害なども起こりますし、複合的な原因が考えられます。でもバイアグラはこのような人達にこそ効果を

発揮してほしいものです。そして最近バイアグラは詳しく観察すると糖尿病の心筋障害を予防する効果があるのではないかともいわれるようになってきました。またレバチオと名前を変え、肺高血圧と言う難病の治療薬としても期待されています。

考えてみればいつまでも勃起する能力が保たれるかどうかというのは単なる局所の問題ではなく、全身の健康さが保たれているかどうかにも関わっていることなのです。いたずらに局所の機能を追い求めるのではなく、やはりオーソドックスな健康管理が大切ですよと言うお話です。「人は血管とともに老いる」聖路加病院名誉院長の日野原重明先生が敬愛するというアメリカの内科医ウィリアム・オスラー博士の有名な言葉だそうです。

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

よさこいチームいなん
第60回よさこい祭り
踊り子募集!

(募集期間:4/1~5/6)

応募はHPへ!
<http://www.t-inan.jp/>

いなん

検索

ホームページで情報配信中
<http://www.inan-hp.jp>

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)

住民票や戸籍謄抄本等の交付請求、 住民異動や戸籍届出のときには、 本人確認書類が必要です！！

戸籍法・住基法の改正により、平成20年5月1日から、住民票や戸籍謄抄本等の交付請求、戸籍や住民異動の届出の際には、**本人確認書類の提示により、窓口に来られた方の本人確認を行っています。**

第三者が本人になりすます等の虚偽請求・届出を防止するため、皆様のご理解とご協力をお願いします。

◎本人確認の具体的な証明の例

●1点の提示でよいもの(有効期間内のもの)

運転免許証、パスポート、写真付住民基本台帳カード、身体障害者手帳、療育手帳、船員手帳、小型船舶操縦免許証、海技免状、在留カード等、電気工事士免状、その他官公署が発行した、顔写真付きの免許証・許可証・資格証・身分証明書 など

●2点以上の提示が必要なもの(有効期間内のもの)

健康保険証、介護保険証、後期高齢者医療被保険者証、年金手帳、年金証書、写真なし住民基本台帳カード、印鑑登録証+実印、学生証(顔写真付き) など

※住民票について

本人または同一世帯員以外の代理人からの請求は、委任状及び請求理由、代理人の方の本人確認のできる上記書類が必要です。

※戸籍に関する証明書等について

戸籍に記載されている本人及び直系尊属(両親や祖父母)・直系卑属(子や孫)以外の代理人からの請求は、委任状及び請求理由、代理人の方の本人確認のできる上記書類が必要です。

※身分証明書について

本人以外の方から請求する場合、直系の方が代理人であっても委任状及び請求理由、代理人の方の本人確認のできる上記書類が必要です。

※印鑑証明書について

本人以外の方から請求する場合、本人から委任された代理人に印鑑登録証を預けていただき、代理人の方の本人確認のできる上記書類が必要です。

下ノ加江、三崎、下川口の各市民センターでも住民票、印鑑、戸籍等の証明書を受けることができます。(注:外国人住民の方についての手続きについては、市役所住民年金係での取扱になります。)

お勤めやお出かけの際など、お近くの市民センターをぜひご利用ください。

取得できる証明書について質問等ありましたら、下記までお問合せください。

- ・下ノ加江市民センター ☎0880-84-0001
- ・三崎市民センター ☎0880-85-0001
- ・下川口市民センター ☎0880-86-0001
- ・市役所市民課住民年金係 ☎0880-82-1107

※取扱時間

午前8時30分～午後5時15分(土日祝日を除く)

国民年金からのお知らせ

保険料は月額 15,040円

平成25年4月分から平成26年3月分までの国民年金保険料は、月額15,040円です。保険料は、日本年金機構から送られる納付書により、金融機関・郵便局・コンビニエンスストアで納めることができます。

また、クレジットカードによる納付やインターネット等を利用しての納付、そして便利でお得な口座振替もあります。

保険料は、納付期限(翌月末日)までに納めましょう。

口座振替のお申し込みについて

●年金事務所や市役所、金融機関に備え付けの申出書に必要な事項を記入して、窓口へ提出してください。
口座振替は、全国の銀行・郵便局・農協・漁協・信用金庫・信用組合・労働金庫で利用できます。

●手続きに必要なもの

通帳、通帳届出印、基礎年金番号のわかるもの

学生納付特例制度について

20歳以上の方は、学生であっても国民年金に加入しなければなりません。

しかし、学生の方は一般的に所得が少ないため、ご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

対象となる学生は、学校教育法に規定する大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校及び各種学校(修業年限1年以上である課程)、一部の海外大学の日本分校に在籍する方です。また、夜間・定時制課程や通信制課程の方も含まれますので、ほとんどの学生の方が対象となります。

学生納付特例の承認期間は、4月から3月までとなっております。

若年者納付猶予制度について

学生でない30歳未満の方の場合には、本人及び配偶者の所得が一定額以下の場合に、国民年金保険料の納付が猶予される「若年者納付猶予制度」があります。

これらの制度の申請を行わず、保険料を未納のままにしておくと不慮の事故などにより障害が残った場合に、障害年金を受けることができなくなります。

なお、承認された期間は老齢基礎年金を受けるために必要な期間に算入されますが、年金額には反映されませんので、就職などで収入が得られるようになった場合は、将来受け取る年金を増額するため、10年以内であれば保険料を納めることができる「追納制度」を利用されることをお勧めします。

お問い合わせ

幡多年金事務所 ☎0880-34-1616

市民課住民年金係 ☎82-1107

国保からのお知らせ

平成25年4月1日より国民健康保険証が新しく変わります

新しい保険証が届いたら、住所・氏名など記載してある内容をご確認ください（記載内容に誤りがあるときはご連絡ください。）

現在お持ちの保険証の有効期限は平成25年3月31日までとなっていますので、市役所・各市民センター・区長場（市街地を除く）までお早めに返却してください。

○新しい保険証の色は次のとおりです。

国保＝茶色

退職＝黄色

70歳～74歳の国民健康保険加入者の方へ

平成26年3月末まで窓口負担が1割に据え置かれます!!

医療制度改革の経過措置により、平成25年4月から70歳～74歳までの方は窓口負担を2割とすることとされていましたが、再度の経過措置により平成25年4月から平成26年3月までの1年間、1割に据え置かれることになりました。

※現役並み所得者の方は、3割負担のままです。

なお、支払っていただく医療費の1か月あたりの限度額についても、従前のまま据え置かれます。

○新しい高齢受給者証（負担割合1割と記載・有効期限25年7月31日）を送付していますので、4月1日からは、現在お持ちの高齢受給者証と差し替えてご使用ください。

お問い合わせ

市民課 国保係 ☎82-1108

元気デイサービスのご案内 ～ど自宅から外出して元気になりませんか～

元気デイサービスは、日帰りで、リハビリや体操、運動機能向上・栄養改善教室、昼食、入浴、運動、手作業、レクリエーションなどをご利用できるサービスです。

ご自宅からデイサービスセンターまで車で送迎も行います。

介護予防や体力づくり、気分転換などお気軽にご利用ください。

対象者:65歳以上の介護認定を受けていない方
利用料金:1人1回につき1,000円

ご利用を希望される方は、次の連絡先までお問い合わせください。
※お住まいの地区でご利用できるデイサービスセンターが違います。

『デイサービスセンターひまわり』

お住まいの地区：市街地区・半島地区（窪津・津呂・足摺岬・松尾・大浜・中浜・浦尻・厚生町）

場 所：市内浦尻452

連絡先：☎82-4808

『デイサービスセンターあんきな家』

お住まいの地区：下ノ加江地区・三崎地区・下川口地区・半島地区（加久見・松崎・養老・横道・以布利・大岐）

場 所：市内加久見1464-279

連絡先：☎82-0022

季節に合わせてのドライブも行っています。
まずはお電話にてご連絡ください。

お問い合わせ 健康推進課 社会長寿係 ☎82-1254



☆献血バスがやっできます☆ 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！～

実 施 日	実 施 場 所	実 施 時 間
4 / 24 (水)	サニーマート	13:00～16:30
4 / 25 (木)	中 央 公 民 館	9:00～12:30
		13:30～17:00
4 / 26 (金)	市 役 所	9:00～12:00

お問い合わせ 健康推進課 保健推進係 ☎82-1121

海上保安学校学生採用試験案内

受付期間	インターネット 4月1日(月)9:00～4月8日(月)【受信有効】 ○インターネット申し込みを利用できる環境にある方は、できるだけインターネット申し込みをご利用ください。 ○インターネット申し込み専用アドレス http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html 郵送または持参 4月1日(月)～4月5日(金) 【4月5日までの通信日付印有効】 高知海上保安部 〒780-8010 高知市棧橋5-4-55 ☎088-832-7113 (他の申込先はホームページ等でご確認ください。)		
	実 施 日	試験種目	合格者発表
第1次試験	5月19日(日)	基礎能力試験 (多肢選択式) 作文試験	6月7日(金)
第2次試験	6月13日(木)～ 6月21日(金) ※第1次試験合格通知書で指定する日時(日時の変更は原則として認められません。)	人物試験 身体検査 身体測定 体力検査	(最終合格者発表) 7月17日(水)
☆受験資格等、詳細については下記または申込先に照会してください。 海上保安庁総務部教育訓練管理官付学校教育係 〒100-8976 東京都千代田区霞が関2-1-3 ☎03-3580-0936 海上保安庁ホームページ http://www.kaiho.mlit.go.jp/saiyou/bosyu/ 海上保安学校ホームページ http://www.kaiho.mlit.go.jp/school/			

はり・きゅう・あん摩・マッサージ 指圧等補助券の申請受付が始まります

～4月1日から～

平成25年度の補助券の申請受付が4月1日から始まります。

下記の【対象条件】の①～③のいずれかに該当する方で補助券が必要な方は4月1日以降に申請をしてください。

【対象の条件】

土佐清水市の住民で

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

【申請の方法】

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。

【対象の条件】の②、③の方は、身体障害者手帳をお持ちください。

【補助の範囲】 1人年間8,000円(1,000円補助券×8枚)

【補助券の使用について】

- ・下記の市指定施術所で施術1回に1枚(1,000円分)使用できます。
- ・本人以外使用できません。売買・譲渡等はしないでください。
- ・汚損・破損以外の再発行はしません。他人や施術所に預けたりせず、ご自分で大切に保管してください。

【利用期間】 平成25年4月1日～平成26年3月31日

【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	82-2831
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

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！

胃がん検診

実 施 日		実施場所	受付時間	検診料金
4月10日	水	大浜区長場	8:00～9:00	900円 (受診者全員)
4月11日	木	中浜会館		
4月19日	金	下ノ加江市民センター		
4月20日	土			
5月10日	金	窪津区長場		

※胃がん検診は、40歳以上の方が対象となります。

※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実施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。

胸部レントゲン健診 40歳以上(肺がん検診・結核健診を同時実施します)

実施日	実施場所	受付時間	検診料金
5月8日 水	貝ノ川中学校	8:30~9:30	40歳~64歳 300円 65歳以上 無料

【市が実施する検診を受診できない方】

- ・公務員
- ・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
- ・健康診断を実施している事業所にお勤めの方

【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】

- ・がん検診の受診結果は、1か月をめどに異常が見つかった方のみに通知しています。

特定健診・後期高齢者健康診査を受診しましょう！

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。

【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

【対象者】

- ①40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・脂質異常症で治療中・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)

【集団健診 5月上旬の日程】

実施日	実施場所	受付時間
5月8日(水)	貝ノ川中学校	午前9:00~10:00

※胸部レントゲン健診と同時実施です。

【個別健診】

医療機関名	所在地	電話番号
足摺岬診療所	足摺岬672-7	88-0130
松谷内科	栄町2-22	82-1377
渭南病院	越前町6-1	82-1151
松谷病院	天神町14-18	82-0001
足摺病院	旭町18-71	82-1275
かずクリニック	本町10-3	83-0020

○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。

※受診料は、無料です。

※健診当日は、受診券・被保険者証が必要となります。

ご芳志ありがとうございました

1月28日、土佐清水商工会議所様から、社会福祉への貢献を目的にと100,000円をご寄付いただきました。大切にさせていただきます。ありがとうございます。

2月7日、二升五合会様から、社会福祉への貢献を目的にと31,223円をご寄付いただきました。大切にさせていただきます。ありがとうございます。

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、四月中旬に発送予定です。

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 ☎ 088-820-6010

保育園にあそびにきませんか



4月の予定

園庭開放

(時間: 9:30~11:30)

実施日	園名
4月12日(金)	下川口保育園
4月15日(月)	三崎保育園
4月16日(火)	旭保育園
4月17日(水)	足摺岬保育園
4月19日(金)	浦尻保育園
4月22日(月)	下ノ加江保育園
4月26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
4月1日(月)	はじめまして(自己紹介)
4月2日(火)	ほっとタイム
4月4日(木)	絵本を楽しもう
4月8日(月)	避難訓練お話(地震・火災)
4月9日(火)	ぴよぴよクラブ 絵本となかよし
4月11日(木)	食育ミニ講座 おやつ作り
4月18日(木)	誕生会 ペープサート
4月23日(火)	ぴよぴよクラブ こいのぼりを作ろう
4月25日(木)	こいのぼりを作ろう

※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
4月3日(水)	おやこ広場 ほほえみ
4月10日(水)	絵本を楽しもう
4月17日(水)	おやこ広場 ほほえみ
4月24日(水)	こいのぼりを作ろう

おでかけ広場

(時間: 10:00~11:30)

実施日	内容
4月5日(金)	貝の川郷集会所
4月30日(火)	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

4月の日程は、下記の通りです。

(時間: 10:00~11:00)

実施日	場所
4月15日(月)	三崎保育園
4月22日(月)	下ノ加江どんぐりっこ
4月26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。



早めに予防接種を受けましょう

平成25年度は下記の方が対象となります

麻しん風しん混合予防接種(白茶色の予診票)

1期: 1歳~2歳の誕生日の前日まで

2期: 平成19年4月2日~平成20年4月1日生まれ(年長児)

二種混合予防接種(若草色の予診票)

平成13年4月2日~平成14年4月1日生まれ(小学6年生)

これは標準的な接種年齢です。対象年齢は11歳以上13歳未満です。



「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>

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。

* 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

相談窓口

文化会館からのお知らせ

市民文化会館 ☎82-3300

◆貸館

■4月13日(土)

■4月13日(土) 瀧コンサート—Niwatazumi Concert—

●開演 午後7時(※開場:午後6時30分)

●入場料 一般前売 1,500円(※当日:2,000円)

●入場料 高校生以下前売 800円(※当日:1,000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

■4月20日(土)

■4月20日(土) 第四回チャリティー 歌と踊りと演奏の夕べ

●開演 午後6時30分

●入場料 500円

●主催 福祉ボランティアグループ なのはな

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ

●主催 福祉ボランティアグループ



Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

Niwatazumi Concert

図書館

◎11月～4月は開館時間が変わります
平日・土日とも 午前10時～午後6時

市民図書館 ☎82-4151

市民図書館新着図書

望郷	湊 かなえ
いちばん長い夜に	乃南 アサ
おもかげ橋	葉室 麟
輝天炎上	海堂 尊
夜の底は柔らかな幻 上・下	恩田 陸
ブラックボックス	篠田 節子
世界から猫が消えたなら	川村 元気
目でみることば	おかべ たかし
はじめてでもかわいく作れるパッチワーク	パッチワーク通信社
ドーキンス博士が教える「世界の秘密」	リチャード・ドーキンス
一途一心、命をつなぐ	天野 篤
最新 食べるな、危険!	小若 順一
福岡ハカセの本棚	福岡 伸一
新しい国へ	安倍 晋三
NIYODO BLUE	高橋 宣之
manjiro&william ジョン万次郎の生涯	神波 史男

10代の本棚	あさの あつこ
わくわく数の世界の大冒険	桜井 進
人類やりなおし装置	岡田 淳
とりつかれたバレリーナ	斉藤 洋
けんかにかんぱい!	宮川 ひろ
犬のことばが聞こえたら	パトリシア・マクラクラン
ねずみくんのしりとり	なかえ よしを
わたしもがっこうにいきたいな	アストリッド・リンドグリーン
(他多数)	

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/>

<4月の移動図書館巡回予定>

区長場分のみ掲載しています

4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
4月11日(木)	
津呂区長場	10:50～11:10
4月12日(金)	
養老区長場	9:40～10:00
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
4月16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
4月18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)	11:50～12:10

◎日程が変更になっています。ご確認ください。
◎松尾区長場への巡回を開始しました。
◎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。

フェイスブックをはじめます(4月1日から)

おとくな情報発信します。
「いいね!」お待ちしています。

雑誌の無料配布のお知らせ

4/1(月)～4/30(火) 1階ロビー

除籍した雑誌の無料配布を行います。
(なくなり次第終了させていただきます)

第55回 こどもの読書週間

標語「たくさん読んで 大きくなあれ」



4/23(火)~5/12(日)

期間中は、様々な催しや展示を行います。ぜひご来館ください。

わくわくお楽しみ会

4/30(日) 午前11時~

「あかずきんちゃん」の人形劇や絵本の紹介を行います。

読書クイズ!きみはいくつ解けるかな?

絵本やおはなしから楽しいクイズが出るよ。

おはなし紹介こいのぼり

対象：小・中学生

おすすめの一冊を紹介して、壁いっぱいこいのぼりを飛ばそう!

図書の展示

宮沢賢治と石っこ賢さん~物語と石たち~

宮沢賢治の著書、石の本、鉱物の展示を行います。

始めよう新しい暮らし 4/1(月)~4/30(火)

新生活に役立つ本や、新しいチャレンジを応援する本を展示します。

文芸

俳句

春日和学童笑顔の調理室

布 岡部 啓子

取り木した雪割桜咲きにけり

松崎 宮村 作世

如月の雨の寒さや古日記

布 松崎 宮村 作世

強東風や鉾に力の畑仕事

布 松崎 宮村 作世

「お遍路にやさしい清水」と碑の立ちぬ

下ノ加江 宮崎宇佐美

待春の珊瑚網繕ぐ父子かな

加久見新町 岡本 尚

ぼんぼりに灯りをつけて童歌そえて

栄町 岡本 英香

長閑さや里山賑わす花景色

竜 串 浜平由美子

風静か家族揃いて畦焼きの

浦 尻 上原 宣子

母梅香まよわず友と会えたかな

足摺岬のぎく

春宵の呆け防止なる琴を弾く

平ノ段 小南 綾子

野辺の花露を慕いて命咲く

大 浜 奥村 満治

水鳥よ北国帰る度仕度

グリーンハイツ 宮崎 幸夫

船帰る港の明かり活気つく

下ノ加江 大久保正徳

白酒や女兒頬染め桃の花

旭町 中村 幸子

幼頃母におそわり今想

上 野 野村 綾子

寮窓に立てば直ぐ下梅の花

窪 津 田島きよし

短歌

静か成る山里捨て、来いと云ふ

八十瀬を過ぎし吾は戸惑い

上 野 黒岩 公子

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

暖かさ日差しを追いて今日も又
グレートボールに一日をすごす

平ノ段 平野寿栄喜

父母も夫も子も逝き春彼岸

残りしわが身白寿かぞへり

平ノ段 平林 治子

お美事や寒風越えししだれ梅

歌友の庭に慈愛の香り

本 町 浦岡 輝子

雛飾り土佐の金さん銀さんで

語りつゝながめおり雪洞に灯もともし

加久見新町 二神 若榮

ひと日の恥退きし日の夕暮れに

あかねの空をしぼし眺める

四万十町 上原 庸子

成人式過ぎて意気巻く娘子も

笑えばやはりおかつば幼女か

しおさい 中内 信雄

開庁の記念にひびく航空機

春まだ浅き西南の空

上 野 野村 良子

人の世の人に泣かされ人憎み

人に救われ人に生かされ

以布利 畠中 類子

愛猫と日溜りの中ひとときの

お日さま仰ぐばかばか日和

宗 呂 野村 進子

人生の励まし集う平和こそ

色あざやかな大輪の花

旭 町 中村 永子

川柳

一年生未来の総理が船出をし

気力だけどうにもならぬと知る八十路

磯明けは夫婦喧嘩にミズを入れ

松崎 田中美智子

ドキドキと高鳴る音は恋の音

元 町 だれ・弥助

咲きました人生桜祝い酒

下ノ加江 村 一人

日	月	火	水	木	金	土
4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	6
7	8 展示「始めよう新しい暮らし」~4/30	9 年金相談 市民課 10:00~	10	11 行政相談 市民室 10:00~	12	13 凛コンサート P18
14 じんべえ市	15	16	17	18	19	20 チャリティー 歌と踊りと演奏の夕べ P18
おはなし会 11:00	21	22	23	24	25	26
合同吟詠発表会 P18	27	28	29 こどもの読書週間~5/12	30	休館・図書整理日	
おはなし会 11:00	29 祝日 休館	30	☆4月の文化会館ピアノ開放日 ■日時:4月19日(金) 午前9時~午後5時 ※連絡時、利用を希望するピアノをお申し付けください。 必ず前日までに事前予約のうえご利用ください。			
小原流暢多支部みんなの花展 P18	小原流暢多支部みんなの花展 P18					

ビビる大木さん ジョン万次郎資料館名誉館長に就任!



みなさま こんにちは！ビビる大木でございます。全く歴史に興味のなかった人生でしたが、2003年から、幕末に燃え上るようになりました。突然、興味を持つようになり自分自身ビックリしました。笑。新撰組、吉田松陰先生、西郷どん、坂本龍馬さん、中岡慎太郎さん、勝海舟さん、高杉晋作さん、etc…偉人に惹かれていきました。当然、「ジョン万次郎さん」にも惹かれてしまいました！黒船来航以前のアメリカ体験記には驚く事しか出来ません。何者かが、用意・手配したとは思えない人物です。

プライベートで土佐清水市を訪れ、宿泊し、「ジョン万次郎資料館」、「中浜万次郎の生家」に大コーフン。ドラマ・映画にしたら面白い！！と思うのは皆一緒のはず。「笑っていいとも！」で、タモリさんにも資料館の話をさせてもらいました。今回、ご縁あってのお話。「ボクでいいのかな??」と心配しております。が、しかし！ジョン万次郎さんのスゴさを全国に届けるお手伝いさせて頂けるこの幸せ。土佐清水市民の皆様、高知県民の皆様、お世話になります。万次郎先生一っ！！

ビビる大木さんは、以前よりジョン万次郎を敬愛していただき、プライベートでも土佐清水市を訪問されるなど、機会あるごとにテレビラジオなどでもジョン万次郎について熱く語っていただいている方です。

土佐清水市では、ジョン万次郎大河ドラマ実現に向け、高知県知事を名誉会長とした実行委員会をたちあげ活動を開始したところです。

今春より、強力な応援団として、好感度、知名度ともに高いビビる大木さんに、全国各地でジョン万次郎をPRしていただけることとなりました。

郷土の偉人ジョン万次郎の残した偉大な功績を今後さらに発信していきます。

発行

平成25年4月1日発行 No.474 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
E-mail : kikaku@city.tosashimizu.kochi.jp
HP : <http://www.city.tosashimizu.kochi.jp/>

休日当直医

・4/7(日) 渭南病院 越前町☎82-1151
・4/14(日) 松谷病院 天神町☎82-0001
・4/21(日) 渭南病院 越前町☎82-1151

日曜営業ガソリンスタンド

4/ 7(日) カネ二石油 (旭町)
4/14(日) 仙石油 (下ノ加江) たけだ石油 (元町)
三浦石油 (三崎)
4/21(日) 江口石油 (大岐) 福山石油 (足摺)
日新石油 (三崎)
4/28(日) 久松石油 (越前町) 三浦石油 (三崎)

・4/28(日) 松谷病院 天神町☎82-0001
・4/29(月) (昭和の日) 松谷内科 栄 町☎82-1377

市民の動き 平成25年2月28日現在

	総数	前月比
男	7,429	-2
女	8,427	-9
出生	7	1
死亡	23	-13
世帯数	7,937	-1