

.SUKUMO CITY.

# 宿毛市

広報すくも 2018.9



## PICK UP

- P3 第72回高知県中学校総合体育大会結果報告
- P7 企画展「戊辰戦争と宿毛」・企画展関連行事
- P11 平成30年度宿毛市職員募集

宿毛市無形民俗文化財  
ヤーサイ（野菜祭り）

## 寄附のお礼

(8月20日現在)

### 民間団体等の寄附・支援(7月24日以降受付分)

- 高知旭光精工株式会社(宿毛市平田町戸内 取締役社長 花野 房男 様):寄附額非公開
- 高知カーディーラー四万十会(事務局 四万十市具同 会長 大原 重徳 様):寄附額非公開  
(株式会社日産サテオ高知/幡多三菱自動車販売株式会社/トヨタ部品四国共販株式会社/  
高知日産プリンス販売株式会社/高知ダイハツ販売株式会社/高知トヨペット株式会社/  
株式会社プロジェクトホンダ/トヨタカローラ高知株式会社/高知トヨタ自動車株式会社/  
株式会社西四国マツダ)

### ふるさと納税(災害支援を目的としていただいた寄附金)(7月24日以降受付分)

- 寄附総数:427件
- 合計金額:324万9,500円(大分県佐伯市および大阪府泉佐野市による寄附受付分を含みます)

問 企画課 ☎ 63-1118

## 災害見舞金

平成30年7月豪雨災害により被害を受けられた方々を支援するため、全国からお寄せいただきました義援金を被災された方々にお届けいたします。

**対象となる方** 住家被害世帯のうち、全壊・半壊・一部損壊・床上浸水となった世帯

※住家とは、現実に居住のために使用している建物のことです。

※被害状況については、被災者台帳に基づき、判断します。(罹災証明書の提出は、不要です。)

問 会計課 ☎ 63-1132 / 税務課 ☎ 63-1203

## 岐阜県揖斐川町と咸陽小学校の児童の交流

8月17日から20日まで、岐阜県揖斐郡揖斐川町から小学6年生8名が宿毛市を訪れました。

岐阜県揖斐川町と宿毛市との交流は、平成23年度からはじまっており、今回で8回目となります。

18日は咸陽小学校6年生の児童と「海」をメインとした交流を行い、学校でお互いの児童が地域の文化や生活の紹介をした後、咸陽島公園に移動し、ビーチフラッグスや海水浴などをして交流を深めました。

19日は横瀬川ダム建設現場と中筋川ダムの見学を行い、揖斐川町にある「徳山ダム」との違いを体感した後、四国八十八箇所霊場第三十九番札所の延光寺でお寺の由来などを学びました。

最終日の20日には、宿毛の漁業についての学習をした後に、栄喜地区で全員が「人生初」となる刺身づくりを行い、自分で作った直七真鯛の刺身を食べると「こんなに美味しいお刺身は初めて!」と歓声があがりました。



問 学校教育課 ☎ 63-1102

# 第72回高知県中学校総合体育大会結果報告(ベスト8以上)

7月21日(土)から23日(月)に開催された県総体に、宿毛市から12種目に193人が出場し、日ごろの練習の成果を発揮しました。

四国大会には、片島中学校から2名、宿毛中学校から17名の生徒が出場しました。

全国大会には、宿毛中学校女子バスケットボール部の7名(写真左)、同中学校柔道部の柴岡知聖さん(写真中)、片島中学校 相撲部の松原進之介さん(写真右)が出場しました。

※下の一覧では四国大会出場者には(○) 全国大会出場者には(☆)を記載しています。



## 陸上

男子1年1500m	2位	○松田 拓真(宿毛中)	女子1年1500m	5位	多和 凜空(東中)
男子1年1500m	7位	栗生 翼(小筑紫中)	女子1年1500m	7位	西村 百花(宿毛中)
男子1年1500m	8位	長岡 颯太(小筑紫中)	女子2年1500m	1位	○嵐 杏心(宿毛中)
男子800m	8位	谷 心暖(小筑紫中)	女子3年100m	5位	小松 陽奈(宿毛中)
男子3000m	6位	池川 亜路捺(宿毛中)	女子3年1500m	7位	有澤 未結(東中)
男子砲丸投げ	7位	松本 和馬(片島中)	女子200m	1位	○小松 陽奈(宿毛中)
			女子800m	3位	○嵐 杏心(宿毛中)

## ソフトテニス

男子団体	4位	宿毛中学校
男子個人	6位	○山岡 哲太・後藤 雅樹ペア(宿毛中)
女子団体	3位	東中学校
女子個人	6位	○中西 美夢・清家 愛尋ペア(宿毛中)

## バスケットボール

女子	1位(四国大会2位)
	○・☆宿毛中学校(澤田 侑希、敷地 美羽、仲田 梨乃、長山 凜桜、西村 京夏、福岡 弓納、福原 葵)

## サッカー

3位	片島中学校
----	-------

## バレーボール

女子	3位	宿毛中学校(中村中学校との合同チーム)
	5位	小筑紫中学校

## 柔道

男子団体	3位	宿毛中学校
男子個人60kg級	1位	○・☆柴岡 知聖(宿毛中)
男子個人90kg級	3位	○岸本 一牙(宿毛中)
女子個人52kg級	2位	○宮地 杏佳(宿毛中)

## 相撲

団体	2位	○片島中学校
個人学年別3年生の部	1位	松原 進之介(片島中)
個人	1位	○・☆松原 進之介(片島中)(四国大会2位)
個人	5位	○山下 修誠(片島中)

問 学校教育課 ☎63-1102

# 第35回全国少年少女レスリング選手権大会結果報告



7月27日(金)から29日(日)に大阪府で開催された、第35回全国少年少女レスリング選手権大会において、小学6年生の山下祈願さん(小筑紫小)が第2位、小学4年生の竹村碧維君(咸陽小)が第3位、小学3年生の宮本怜羅さん(大島小)が第3位となりました。今後の更なる活躍を期待します。

小学6年生	32kg級	第2位	山下 祈願
小学4年生	29kg級	第3位	竹村 碧維
小学3年女子の部	28kg級	第3位	宮本 怜羅

問 総合運動公園 ☎66-1467

# 市民祭宿毛まつり2018

## 10月6日(土) 宿毛まちのえき林邸

イベント こんぴら男・舞踊パレード  
歌謡フェスティバル 他

## 10月7日(日) 海風公園(高砂)

イベント 花火大会・少年相撲大会・ステージイベント  
クリーンキャンペーン 他

## 10月8日(月・祝)

イベント スポーツ大会・クリーンキャンペーン

## 協賛券販売

販売価格 1枚1,000円  
販売場所 商工観光課・宿毛商工会議所  
(一社)宿毛市観光協会  
抽選日 10月7日(日)

## 枚数席販売 ※当日販売のみ

販売価格 1席2,000円  
販売場所 イベント会場本部テント  
※1席3名までの利用 100席限定

### かき氷を愛し、愛されるのは誰だ!?

## かき氷早食い大会

### 出場者募集!



開催日/10月7日回  
受付場所/本部(海風公園/2日目イベント会場)  
受付時間/13:00

【小学生以下の部】スタート/14:45  
参加資格/小学生以下  
募集数/30人

【中学生以上の部】スタート/15:10  
参加資格/中学生以上(2人一組)  
募集数/18組36人

入賞賞品/各部の優勝者、2位、3位の方と実行委員長賞に賞品進呈。  
応募方法/参加申込書に記入の上、下記まで郵送・FAX・またはご持参下さい。応募者多数の場合は抽選し、結果をこちらから連絡いたします。詳しくは電話にてご確認下さい。

【イベント内容】  
かき氷の早食いを競い合っていただきます。  
予選～決勝戦と1番に食べきった人が優勝となります。  
中学生以上の部は二人羽織(2人一組)で食べていただきます。  
詳しいルール説明は当日スタッフから説明があります。

### 高校生バンド限定! 秋の野外ライブ

## High School Mosh 2018

【スクモッシュ】

### 高校生バンドフェス

### 出演バンド募集!



開催日/10月7日回  
集合場所/本部(海風公園/2日目イベント会場)  
受付/15:30 スタート/16:40

参加資格/高校生バンド限定(満15~18歳の方)  
募集数/5バンド限定(応募が多数の場合は抽選となります)  
入賞賞品/最優秀バンド賞、実行委員長賞に賞品進呈。  
応募方法/参加申込書に記入の上、下記まで郵送・FAX・またはご持参下さい。応募バンド多数の場合は抽選し、結果をこちらから連絡いたします。詳しくは電話にてご確認下さい。  
※機材に必要な電源はこちらで用意しますので、参加決定後、詳細をお伝えください。


応募締切 9月15日

【イベント内容】  
祭り会場ステージにて、1バンド15分(準備～撤収まで含む)の持ち時間で演奏してまいります。

### 今年の福男は誰だ!!

## 第13回 こんぴら男

### 出走者募集!



開催日/10月6日(日) (雨天中止)  
集合場所/本部(宿毛まちのえき 林邸前/1日目イベント会場)  
受付/11:00~11:20 スタート/11:30

参加資格/15歳以上の男性(中学生不可)  
応募方法/参加申込書に記入の上、下記まで郵送・FAX・またはご持参下さい。  
入賞賞品/1位~3位までの入賞者に対して豪華賞品を進呈。  
その他、ブービーにも賞品を進呈。

応募締切 9月30日

【イベント内容】会場ステージ前からスタート、金刀比羅宮境内をゴールとするコースを走って頂きます。ゴールにいち早くたどり着いた方を、本年度のこんぴら男として表彰します。

# 土佐くろしお鉄道 鉄道の日記念事業

中村駅まつりは、土佐くろしお鉄道の利用促進と駅前の賑わいを創出することを目的に実施しており、今年も鉄道の日（10月14日）に合わせて開催します。

当日は駅前だけでなく駅構内においても『鉄道の日記念イベント』としてボランティア表彰や列車運転体験（小学生以上、当日先着20組限定）、レールスター乗車体験などのイベントを行います。

また、前日の13日からトロッコ列車「志国高知幕末維新号」が中村線（13日1往復）と宿毛線（13日1往復、14日3往復）を走ります。

普段鉄道を利用しない方も、この機会にぜひ中村駅に足をお運びください。

## 第13回「中村駅まつり」・第25回「鉄道の日記念イベント」

**日時** 10月14日（日）9時～16時

**場所** 中村駅

**内容** 音楽部演奏会、ダンス、踊り、クラフトショップ、飲食屋台、園児による1日駅長、列車運転体験、ボランティア表彰、レールスター乗車体験など



## トロッコ列車「志国高知幕末維新号」運転

**運転日** 10月13日（土）、10月14日（日）

**運転区間** 10月13日（土）

中村～窪川（1往復）・中村～宿毛（1往復）

10月14日（日）

中村～宿毛（3往復）

**受付** 9月9日（日）9時～17時

中村駅特設窓口のみ受付

9月10日（月）以降電話受付開始（平日のみ）

※全車指定席。運転時刻や運賃の詳細は、お問い合わせください。



**主催** 土佐くろしお鉄道（株）

**後援** 土佐くろしお鉄道中村・宿毛線運営協議会

**問** 土佐くろしお鉄道（株）企画営業課 ☎0880-35-4962（平日）・・・トロッコ列車受付  
中村駅 ☎0880-35-4961（土・日・祝日）

# すくもトライアスロン プレイベント開催

来年のレース開催を前にプレイベント（練習会）を開催します。トライアスロン経験者100名（予定）が参加します。皆さんの応援をよろしくお願いいたします。

**日時** 9月23日（日）

9時～15時（雨天決行）

9時 スイムスタート（一斉）

10時 バイクスタート

（グループごとに時間差スタート）

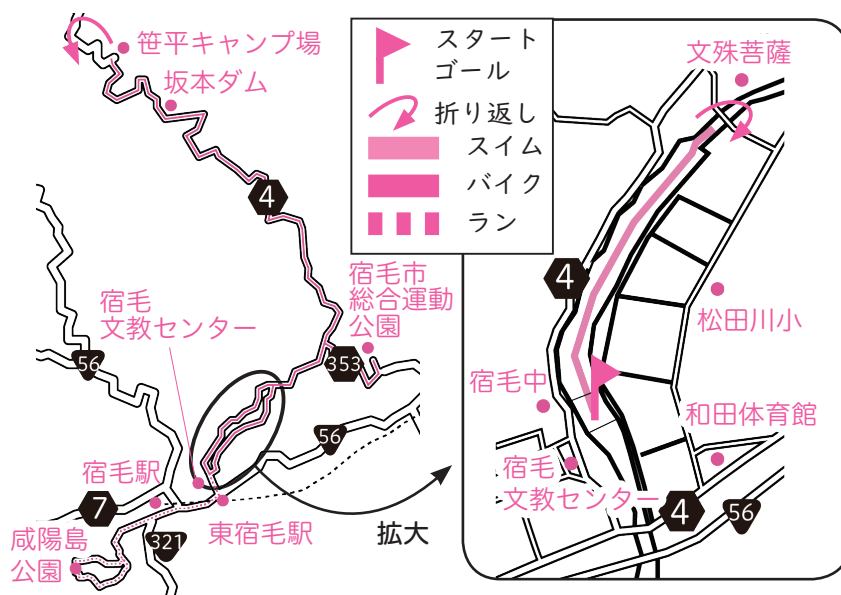
12時15分 ランスタート

（グループごとに時間差スタート）

**全種目スタート・ゴール** ▶ 松田川河戸堰周辺

詳しくはホームページをご覧ください。

● <http://sukumotriathlon.info>



**問** すくもトライアスロン実行委員会 ☎090-1170-8501

# 平成30年度 高知大学出前公開講座 in 宿毛市

昨年度から実施し好評の高知大学の先生方による出前講座です。今回は「よりよい人間関係を築くために～しなやかな心と身体～」をテーマに5講座を開講します。1回だけの参加でも差し支えありません。

**開催日** 10月19日(金)～12月10日(月)  
**場所** 宿毛文教センター2階 会議室1  
**受講料** 無料  
**申込方法** 電話 **申込締切** 各講座の前日まで(先着順)  
**募集定員** 各講座30名

※定員を過ぎた場合にはお断りすることもありますので、お早めにお申し込みください。  
 ※氏名・連絡先等の必要事項をお知らせください。  
**主催** 高知大学  
**共催** 宿毛市教育委員会

開講式 10月19日(金) 19時～19時15分  
 閉講式 12月10日(月) 20時30分～20時45分

## 開講講座一覧

第1回 10月19日(金)  
 19時15分～20時45分  
**演題** 肥満・メタボリックシンドロームと運動～ウォーキングやジョギングを中心に～  
**講師** 教育学部 駒井 説夫 教授  
**内容** 定期的な運動実施が肥満・メタボリックシンドロームに及ぼす影響について理解を深めます。

第2回 11月2日(金)  
 19時～20時30分  
**演題** ヒトの生存戦略から考える「しあわせな」社会  
**講師** 男女共同参画室長 廣瀬 淳一 准教授  
**内容** 感情幸福度や人生満足度、脳が感じる快・不快について触れながら「しあわせ」な社会について考えます。

第3回 11月30日(金)  
 19時～20時30分  
**演題** フレイルとは何か？～心身の衰えの正体を知る～  
**講師** 教育学部 幸 篤武 講師  
**内容** 「フレイル」とは健康と寝たきりの間を意味する言葉で、その概念や、危険性、また予防対策について紹介します。

第4回 12月7日(金)  
 19時～20時30分  
**演題** 解決志向アプローチで幸せになろう  
**講師** 教育学部 金山 元春 准教授  
**内容** 講義・演習を通じて、「解決志向アプローチ」を実際に体感しながら学びます。

第5回 12月10日(月)  
 19時～20時30分  
**演題** 運動が「心」に与える効果  
**講師** 教育学部 矢野 宏光 教授  
**内容** どのように運動することが現在人の「心」に効果があるかを一緒に考えます。



問 生涯学習課 ☎ 63-3394

# 第54回宿毛市美術展覧会開催

**日時** 10月5日(金)～10月9日(火)  
 9時～18時 ※最終日は13時まで  
**場所** 宿毛文教センター  
**部門** 日本画・洋画・書道・写真・工芸  
**作品搬入** 9月23日(日) 9時～17時  
 ※郵送不可。持参に限る。  
**作品講評** 9月25日(火) 15時30分

**作品搬出** 10月9日(火) 16時～18時  
 10月10日(水) 9時～18時  
**出品手数料** 無料  
**入場料** 無料  
**主催** 宿毛市・宿毛市教育委員会・高知新聞社・RKC高知放送  
**後援** 宿毛市文化協会

問 中央公民館 ☎ 63-2618

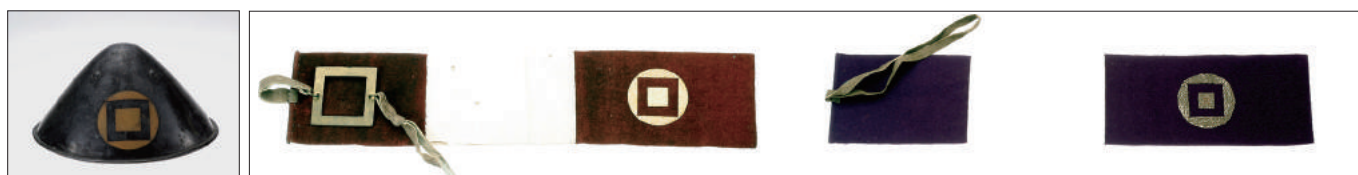
# 企画展「戊辰戦争と宿毛」



「志国高知・幕末維新博」関連企画として「戊辰戦争と宿毛」を開催します。戊辰戦争は、大政奉還後に起きた日本の内乱で、明治新政府が国内を鎮定しました。宿毛からも多くの人びとが参加し、立身の足掛かり、次世代の進出につながりました。

展示の中では、岩村高俊が臨んだ小千谷談判の舞台である慈眼寺（新潟県小千谷市）などから資料を借用して、岩村通俊、林有造、宿毛機勢隊が活動した北越戦線を中核に、それぞれの立場で戊辰戦争に参画した宿毛の人々と、その後の立身を追います。

- 期間** 9月14日（金）～11月4日（日）
- 開館時間** 8時30分～17時
- 会期中休館日** 毎週月曜日（祝日の場合は開館して翌日休館）
- 場所** 宿毛文教センター3階 宿毛歴史館展示室2
- 入場料** 高校生以上200円・小中学生100円（宿毛歴史館常設展含む）
- 主催** 宿毛市教育委員会・宿毛歴史館



宿毛機勢隊陣笠

宿毛機勢隊腕章

**問** 宿毛歴史館 **☎** 63-5496

## 企画展関連行事

企画展「戊辰戦争と宿毛」開催中、様々な関連行事を開催します。

平成30年度宿毛の歴史講座2 演題「小千谷談判と宿毛」

慈眼寺（新潟県小千谷市）で長岡藩家老河井継之助<sup>つぎのすけ</sup>の談判に対峙した、西軍軍監の岩村高俊。この会談が決裂した結果、凄惨な長岡戦争がはじまります。司馬遼太郎の小説「峠」で知られるこの談判について、その背景、経過、実態、そして後世の評価などをみていきます。



岩村 高俊

- 開催日** 9月28日（金） **時間** 13時30分～15時30分
- 場所** 宿毛文教センター2階 会議室1 **入場料** 無料 **申込** 不要

### 林邸関連展示

戊辰戦争では宿毛領主嫡男伊賀陽太郎の供役として北越に進発、宿毛機勢隊の進軍でも中心的役割を果たした林有造の関連資料を、有造が帰着後44歳の時に建てた林邸で展示します。

- 開催日** 企画展会期中、林邸開館時
- 時間** 9時～17時
- 場所** 宿毛まちなえき林邸1階 資料室
- 入場料** 無料



東行日録

### 林有造「自由の旗」展示

林有造は戊辰戦争後、征韓論争で下野、板垣退助の自由民権運動に参画します。有造が書いたといわれる「自由の旗」は集会を盛り上げる大きな木綿の旗で、「中筋九樹」の地名が見えます。新収蔵することができた、この「自由の旗」実物を修復して展示します。

- 開催日** 企画展会期中、宿毛文教センター開館時
- 時間** 8時30分～17時15分
- 場所** 宿毛文教センター1階 エントランス
- 入場料** 無料

主催 宿毛市教育委員会・宿毛歴史館

**問** 宿毛歴史館 **☎** 63-5496

## 情報コーナー

i アートマネジメント  
講座開催

本講座は文化芸術の力を活用して、地域を活性化する活動を牽引する人材の育成を目指し、県内各地で開催しています。宿毛観光市民ガイドの会、竜串トロピカル実行委員会の方々、今秋行うアートプロジェクトに関するお話をしていただき、受講生も交えて意見交換を行い、より多くの方に情報を届ける方法について考えます。

**日時** 9月9日(日) 13時～16時

**場所** 宿毛まちのえき 林邸

**参加費** 無料

**申込** 高知県文化財団ホームページ、メール、FAXにて申し込み

<http://www.kochi-bunkazaidan.or.jp>

**問** (公財) 高知県文化財団総務部

**☎** 088-866-8013

**FAX** 088-866-8008

**✉** [artscouncil@kochi-bunkazaidan.or.jp](mailto:artscouncil@kochi-bunkazaidan.or.jp)

i モラロジー1日セミナー  
「心新たに生きる」

**日時** 9月25日(火)  
19時30分～21時30分

**場所** 宿毛文教センター2階  
会議室1

**講師** (公財) モラロジー研究所  
社会講師 西川 精一(高知市)

**持参物** テキスト「心新たに生きる」

**参加費** 無料 **申込** 電話

**主催** 宿毛モラロジー事務所

**問** 宿毛モラロジー事務所

**☎** 63-1038

## i 認知症予防教室開催

**日時** 9月28日(金)  
14時～15時

**場所** 聖ヶ丘病院 作業療法室

**演題** 認知症とお薬・栄養について

**講師** 薬剤師・栄養士

**参加費** 無料 **申込** 不要

**駐車場** 有

**問** 聖ヶ丘病院 地域連携室

中野・長尾 **☎** 63-2146(病院代表)

## i テナガエビ類の保護

高知県内の河川などの内水面では、資源の減少が心配されているテナガエビ類を保護するため、次の期間、高知県内水面漁場管理委員会の指示によりテナガエビ類の採捕が禁止となります。テナガエビ類の資源回復に向けた皆さんのご理解、ご協力をお願いします。

**期間** 9月1日(土)～

平成31年3月31日(日)まで

**問** 高知県漁業管理課(高知県内水面漁場管理委員会事務局)

**☎** 088-821-4608

i 自衛隊誘致シンポジウム  
開催

陸上自衛隊徳島駐屯地の誘致に成功した元那賀川町長(臣永 正廣氏)と旧那賀川町自衛隊誘致の会・会長(平野 忠之氏)を招き、自衛隊誘致の経緯などについて基調講演を開催します。基調講演終了後は、市民の皆さんとの意見交換会を開催しますので、多くの皆さんのご参加をお待ちしています。

**日時** 9月5日(水)  
18時～(1時間30分程度)

**場所** 宿毛文教センター1階  
多目的ホール

**問** 宿毛商工会議所 **☎** 63-3123

## i 今月の1日行政相談所

**日時** 9月25日(火)  
13時～15時

**場所** 宿毛文教センター2階  
会議室3

**相談委員**

三本 義男 **☎** 63-1800

山岡 まゆみ **☎** 63-1468

※相談は各委員の自宅や電話でも受け付けています。

**問** 総務課 **☎** 63-0948

i 水道メーター(量水器)  
取り替え

平成23年度に製造した量水器(例:A23-〇〇〇)の取り替えを行っています。

●取り替え作業中は水道が使用できません(15分から30分程度)。

●取り替え作業はご不在の場合でも、取り替え可能な場合は施工させていただきます。

**問** 水道課 **☎** 63-3552

i 平田公園テニスコート  
一時使用中止

平田公園テニスコートの人工芝張替を行います。

それに伴いテニスコートの利用ができなくなります。

**場所** 平田公園テニスコート

**期間** 9月～10月初旬

スポーツクリ  

この工事は、スポーツ振興くじ助成金を受けて行うものです。

**問** 総合運動公園 **☎** 66-1467

## i 知的財産無料相談開催

自社のアイデアやものを真似されたくない、海外進出したいなど、知的財産に関するお悩みはありませんか。個別にご相談に応じます。

**日時** 9月12日(水)  
11時～15時

**場所** 宿毛文教センター2階  
会議室3

**予約** 必要

※予約に余裕がある場合は当日も受け付けます。(先着順)

**問** INPIT 高知県知財総合支援窓口  
(担当:福井) **☎** 088-854-8876  
受付:9時～17時(土日祝休)



## i パートタイム労働法、男女雇用機会均等法、育児・介護休業法の相談

「パートタイマーとして働いているが、正社員に応募しようとしたら断られた」「会社に妊娠を報告したところ、退職するように言われた」などの相談を受け付けています。匿名でのご相談も受け付けています。遠慮なくご相談ください。

**相談料** 無料

**問** 高知労働局雇用環境・均等室  
☎ 088-885-6041

## i 高知家手帳の予約受付中

2019年版「高知家手帳」の購入予約を受け付けています。表紙の色はナイルグリーンです。ぜひご購入をお願いします。

**価格**

ポケット判(9×14.5cm) 500円  
デスク判(13×21cm) 750円

**申込方法**

各地区長または企画課へ申し込み

**申込期限** 9月14日(金)

**支払方法** 高知家手帳のお渡しと引き換えに代金をいただきます。

地区でとりまとめていただく場合は、地区長を通じてお支払いをお願いします。

**配布** 10月下旬予定

**問** 企画課 ☎63-1118

## i 高知家手帳 高知県内の店舗での購入可能

**販売予定店舗** ● 県内ローソン全店  
● 県内ファミリーマート(一部店舗を除く)  
● 県内サニーマート(一部店舗を除く)  
● 県内TSUTAYA全店  
● 明屋書店宿毛店

販売時期 10月中旬予定

※価格は、市役所で購入する場合と同額です。

**問** 高知県統計協会  
☎ 088-823-9344

## 四季折々を体験しよう! みやもっちと体を動かそう

子どもたちに絵本をつかって四季の行事にかかわるお話を楽しく分かりやすく伝えています。

9月は「みやもっち」と一緒に運動遊び!親子で、お友達と一緒にぜひご参加ください。

**日時** 9月8日(土) 10時~12時

**場所** フジ宿毛店東側空店舗

**参加費** 無料 **申込** 不要

**持参物** 水筒・着替え

**主催** ワールドスマイル

**共催** こども食堂 ゆめ

**後援** 宿毛市

**問** ワールドスマイル

☎ 090-5910-0989

## こども食堂 ゆめ

みんなでおしゃべりしながら一緒にご飯を食べませんか。毎月手作りの美味しいランチを用意しています。お一人でもお友達と一緒にでも大歓迎です。

**日時** 9月8日(土)12時~15時  
(ワールドスマイルさんのイベント後)

**場所** フジ宿毛店東側空店舗

**参加費** 大人:300円  
こども:100円(小学生以上)  
幼児:無料

**申込** 不要

**メニュー**

お肉トトロシチュー・野菜の揚げびたし・彩サラダ・かぼちゃケーキ・フルーツゼリー・果物

(50食程度を用意)

**主催** こども食堂 ゆめ

**共催** ワールドスマイル

**後援** 宿毛市

※いただいた食材などを使用します。メニューが変更する場合があります。

※アレルギー対応はしていません。

※なくなり次第終了します。

**問** こども食堂 ゆめ

☎ 090-5146-7529

## 今年も募集がスタート! 第33回高知県地場産業大賞

高知県内で製造または加工された優れた地場産品(概ね過去2年以内に製品化されたもの)、地場産業に貢献のあった活動を募集します。

応募の中から、地場産業大賞はじめ、産業振興計画賞、地場産業賞、地場産業奨励賞、高校生を対象とした高知県次世代賞の各賞を決定します。皆様のご応募をお待ちしております。

**募集期間**

9月1日(土)~10月31日(水)

高校生対象の「次世代賞」は

9月1日(土)~12月15日(土)まで

**申請用紙** 高知県産業振興センターホームページからダウンロード

**応募方法** 郵送(〒781-5101 高知市布師田3992-2(公財)高知県産業振興センター)

**問** (公財)高知県産業振興センター

☎ 088-845-6600

FAX 088-846-2556

✉ kigyousinkou@joho-kochi.or.jp

## i 街歩きガイド養成講座開催

宿毛市へ訪れた観光客の方々へ市内の史跡や街並み、寺社などをガイドしている「宿毛観光市民ガイドの会」ではメンバーを募集しています。

宿毛のことやガイドのポイントを楽しく学ぶことができる講座を開催しますので、ぜひご参加ください。

**日時**

10月1日(月)・10月22日(月)

11月12日(月)・12月10日(月)

全日程10時~13時

**場所** (一社)宿毛市観光協会  
※現地での実践練習有

**参加費** 無料 **受講料** 無料

**申込** 電話

**主催** 宿毛観光市民ガイドの会

**問** 宿毛観光市民ガイドの会

(事務局:(一社)宿毛市観光協会)

☎ 63-0801

# ふるさとワーキングホリデー 市内受入企業を募集します！

高知県外にお住まいの方を一定期間受入れ、働く場を提供して下さる企業を募集します。

## ふるさとワーキングホリデーについて

宿毛市に滞在・就業し、市内での生活体験や地域の方々との交流を通じて、宿毛市のことを知っていただくため市が行う事業です。

## 募集する企業等

参加者と一定期間労働契約を締結し、賃金を支払うなどの受入対応することができる宿毛市内の企業(団体)または個人で、業種や仕事の内容は問いません。(労災等保険料や就労に必要な消耗品は市が助成します。)

## 受入期間

平成30年10月～平成31年2月の間で、2～4週間程度(受入企業と参加者の希望により調整)

## 依頼事項

- 労災保険に加入するなど、労働関係法令を遵守してください。
- 宿毛市が参加者を対象としたイベントを実施するにあたり、勤務日等の調整にご協力願います。

## お問い合わせ・申込書提出先

宿毛市企画課 移住定住推進室  
〒788-8686 宿毛市桜町2番1号  
☎ 63-1165 FAX 63-0174  
✉ 1165@city.sukumo.lg.jp



## 申込書配布場所

企画課移住定住推進室  
※宿毛市のホームページからもダウンロードできます。

## 申込方法

企画課に FAX・メール・郵送・持参のいずれかの方法で提出してください。

## 申込締切

9月28日(金)



## 登録物件を募集しています

宿毛市空き家バンクでは、宿毛市へ移住を希望されている方にお貸しいただける空き家を募集しています。

空き家をそのまま放置しておく、劣化が早く進み、地域の安全な生活を脅かす存在になる可能性もありますので、眠っている空き家資産の有効活用をしてみませんか。

ご登録いただいた空き家は、全国で移住を希望されている方に向けて公開し、空き家への居住希望者を募集します。

※移住者専用で物件を貸し出していただけ方には空き家バンク奨励金の制度もありますので、ぜひお問い合わせください。(交付には条件があります。)

## 条件

個人が市内に所有する一戸建ての住宅  
現在、人が居住していない住宅  
(居住しなくなる予定の住宅も可)



# 平成30年度宿毛市職員募集



## 試験区分

試験区分	受験資格	採用予定人員
A 一般事務	昭和59年4月2日から平成13年4月1日までに生まれた人	5名程度
B 土木	昭和59年4月2日から平成13年4月1日までに生まれた人	2名程度
C 保育士	昭和59年4月2日以降に生まれた人で、保育士の資格を有する人または平成31年3月31日までに資格取得が見込まれる人	2名程度
D 船員（機関長）	昭和54年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた人で、5級海技士（機関）以上の資格を有する人または平成31年3月31日までに資格取得が見込まれる人	1名
E 調理師	昭和59年4月2日以降に生まれた人で、調理師の資格を有する人または平成31年3月31日までに資格取得が見込まれる人	2名程度
F 消防士	平成元年4月2日から平成13年4月1日までに生まれた人で、準中型自動車運転免許を有する人または平成31年3月31日までに資格取得が見込まれる人	1名

※全職種学歴は問いません。なお、受験資格を有していても、日本国籍を有していない人などは受験できません。

## 申込方法

**受付場所** 総務課人事係（〒788-8686 宿毛市桜町2番1号）

**受付方法** 郵送または持参

**受付期間** 9月1日（土）～9月14日（金）

※ただし、郵送の場合は、9月14日付の消印があるものまで受け付けます。

### 申込書等配布場所

総務課人事係

※宿毛市ホームページ(<http://www.city.sukumo.kochi.jp/docs-11/h30saiyoushiken.html>)からもダウンロードできます。

※郵送で請求する場合は、返信用封筒（92円分の切手を貼付し、あて先を明記したもの）を同封の上、封筒の表に「採用試験申込書請求」と朱書して、総務課人事係まで送付してください。

## 試験概要

**試験日** 第1次試験 10月14日（日） 第2次試験 11月10日（土）・11月11日（日）

### 試験方法

#### 第1次試験

- 教養試験（全職種）  
時事、社会等に関する一般知識および文章理解、数的推理等に関する能力についての試験（試験時間120分）
- 一般性格診断検査（消防士以外）  
性格特性についての検査（試験時間20分）
- 職場適応性検査（消防士以外）  
職務に対する適応性についての検査（試験時間20分）
- 事務適性検査（一般事務）  
事務職員としての適応性等についての検査（試験時間10分）
- 専門試験（土木、保育士）  
専門的な知識・能力についての試験（試験時間90分）
- 消防適性検査（消防士）  
消防職員としての適応性についての検査（試験時間 計35分（20分・15分））

#### 第2次試験

第1次試験合格者通知の際にお知らせします。

**問** 総務課人事係 **☎** 63-0948

# サニーサイドパークアンケート調査

(公社)宿毛青年会議所では、宿毛市が検討している「道の駅すくも」サニーサイドパークの活性化について、皆様のご意見をいただきたくことを目的として、アンケートを実施します。

回答していただいた用紙は、回収場所に設置してある回収BOXまたはFAXにて受け付けています。また、インターネット(QRコード)からの回答も受け付けておりますのでぜひご協力ください。

## アンケート回答方法

- アンケート用紙での回答(街頭アンケートおよび市内の小学校・保育園等での配布)
- インターネット(QRコードから)での回答

## 街頭アンケート実施日時

9月2日(日)・9月16日(日)

いずれも15時~18時の間

※日時を変更する場合がございます。

## 街頭アンケート実施場所

- サニー마트 FC エヴィくりはら宿毛店
- サニー마트 FC サングリーンクリハラ
- フジ宿毛店

## アンケート回収ボックス設置期間

9月24日(月・祝)まで

## アンケート回収ボックス設置場所

- 宿毛市役所 ● 宿毛商工会議所内宿毛青年会議所
- (一社)宿毛市観光協会 ● サニーサイドパーク
- フジ宿毛店 ● 宿毛駅
- サニー마트 FC エヴィくりはら宿毛店
- サニー마트 FC サングリーンクリハラ



アンケートにご協力ください。

QRコードからアンケート開始→



問 (公社)宿毛青年会議所 ☎・FAX 63-3484

# 坂本図書館新刊だより

問 坂本図書館 ☎ 63-2654

(内容紹介は、(株)図書館流通センター TRC MARC より)

## ● ヨッチちゃんのよむむし



那須正幹 作 / 石川えりこ 絵  
ポプラ社

友だちと一緒に、どんぐりを拾いに行くことになった、弱虫のヨッチちゃん。「くまやおばけが出るかもしれないよ」と言われて、怖くなって…。『ズッコケ三人組』シリーズの著者・那須正幹が書き下ろした幼年童話。

## ● 送り火



高橋弘希 著  
文藝春秋

東京から山間の町に引越した中学3年生の歩。級友とも、うまくやってきたはずだった。あの夏、河へ火を流す日までは…。自然は沈黙し、少年たちは血の遊戯に熱狂する!『文學界』掲載を単行本化。

## ● サブキャラたちの日本昔話 -浦島太郎・桃太郎・金太郎-

斉藤洋 作 / 広瀬弦 絵 / 偕成社

## ● しない。

群ようこ 著 / 集英社

## ● ふしぎなしっぽのねこカティンカ

ジュディス・カー 作・絵 / こだまともこ 訳 / 徳間書店

## ● 図解 募集から内定までの採用マニュアル

本田和盛 著 / 成美堂出版

# 宿毛市宿毛(与市明北側の山林)の地籍調査

地籍調査は、土地登記簿などをもとに一筆ごとの土地について地権者の方に現地立会をしていただき、地番、地目、土地の境界について調査を行い、その結果を地籍図、地籍簿に取りまとめるものです。

調査後は、土地登記簿の記載事項は書き改められ、地籍図は今までの字限図に代わり法務局に備え付けられます。今年度の調査区域は別図のとおりです。

地権者の方には、事前に説明会を開催し、秋から冬にかけて境界の刈り開きと、現地立会をお願いすることになります。皆さんが所有する土地の大切な調査ですので、ご協力をよろしくお願いいたします。

## 調査対象字

字石神谷山・字皿谷・字芋地ノ谷・字深谷  
 字姥ヶ谷・字本毛谷・字ミヨマスノタニ  
 字上タコヲチヒラ・字西本城山の一部  
 字大谷山の一部・字タコヲチヒラ・字水落谷

## 地籍調査区域



問 都市建設課国土調査係 ☎ 63-1120



消  
防

## 第5回宿毛市少年消防隊体験入隊

子どもの頃から防災教育・防災活動にふれて興味をもってもらうため、8月4日(土)に市内の小学5・6年生13名が宿毛消防署で防災について学習する「少年消防隊体験入隊」を行いました。



問 宿毛消防署 ☎ 63-3111 (代表) ☎ 63-3300 (火災・災害用) FAX 63-3396

## 9月9日は救急の日! ~救急車の適正利用を~

全国的に、ここ数年、出動件数の増加に伴い、現場到着の時間が遅れる傾向が見られるようになりました。命の危険が迫っている病人やケガ人のため、救急車は1分、1秒でも早く現場に到着し、救命処置をする必要があります。

救急車の適正利用のため、明らかな軽症で、家族等が車で病院に行くことが可能な場合はご協力をお願いします。もし、判断に迷うような状態であれば、ためらわず119番通報をしてください。

問 宿毛消防署 ☎ 63-3111 (代表) ☎ 63-3300 (火災・災害用) FAX 63-3396

### お誕生おめでとう

(平成30年7月受付分)

住 所	赤ちゃん	保護者
片島	谷岡 柚季	航太
宿毛	伊與田 葵介	浩平
二ノ宮	田村 斗蒼	太一
平田町東平1丁目	川上 蓮	麻衣
宿毛	岡田 菜々華	倫幸
小筑紫町大海	濱場 裕大	俊行

### ご冥福をお祈りします

(平成30年7月受付分)

住 所	氏 名	享 年
中央6丁目	大海 岩利	77
小筑紫町大海	面村 富	91
山奈町芳奈	中平 トシ子	94

※本コーナーの記事は、家族などからの申し込みにより掲載しています。(敬称略)

問 市民課市民係 ☎ 63-1112

## 後納制度が平成30年9月30日で終了

広報すくも8月号でもお知らせしましたが、過去5年以内の期間に納め忘れた保険料を納めることができる後納制度が終了します。後納制度を利用するためには、「国民年金後納保険料納付申込書」の提出が必要です。

9月30日は日曜日のため、9月28日（金）までに最寄りの年金事務所でお申し込みの手続きをお願いします。

**問** 幡多年金事務所 ☎ 0880-34-1616（自動音声案内）

## 年金相談・年金のお手続きはご予約を！

年金事務所等の窓口で年金請求の手続きや、受給している年金についての相談を希望される方は、ぜひ、予約相談をご利用ください。お近くの年金事務所でも受付しています。

**前日までの予約** 予約受付専用番号 ☎ 0570-05-4890 ゴ ヨヤクワ

**当日の予約** 幡多年金事務所 ☎ 0880-34-1616 音声案内1→2  
(土・日・祝日および年末年始を除く8時30分～17時15分)

※予約相談希望日の1カ月前から前日まで受け付けしています。

※予約の際は、基礎年金番号の分かる年金手帳や年金証書をご準備ください。

※予約状況によっては、ご希望日・ご希望時間帯のご予約をお受けできない場合があります。

### 予約相談のメリット

待ち時間がほとんどなく、また、事前にお客様の必要なデータを準備してお待ちしていますので、大変スムーズに相談することができます。

**問** 幡多年金事務所 ☎ 0880-34-1616（自動音声案内）

日本年金機構幡多年金事務所による

## 年金相談

**問** 市民課年金係 ☎ 63-1112

**日時** 9月18日（火）  
10時～12時、13時～15時

**場所** 宿毛市役所 **受付** 市民課年金係

**受付時間** 8時30分～

**予約** 相談には**予約が必要**です。ご予約はお早めに。

- 必要なもの**
- 年金手帳や年金証書
  - 年金の手続きであれば送られてきた書類一式
  - 認め印 ● 本人確認ができるもの
- 代理人の場合**
- 委任状
  - 委任者の本人確認できるもの
  - 代理人の本人確認できるもの
- ※詳細については、予約の際にお尋ねください。

### 休日市税納付窓口開設日

月	日	場所	開設時間
9	23(日)	市役所税務課	9:00～17:00

※お昼休みも納付できます。

### 夜間市税納付窓口開設日

月	日	場所	開設時間
9	13(木)	市役所税務課	17:15～19:00
	27(木)		

固定資産税 3期

国民健康保険税 3期

介護保険料 3期

後期高齢者医療保険料 3期

10/1 (月)

納期限

高知けいば  
パルス宿毛

**9月** 1・2・8・9・16・17  
23・24・29・30

**10月** 13・14・20・21・27・28

(HP) <http://www.keiba.or.jp>  
(i-mode) <http://www.keiba.or.jp/i/>

## 国民健康保険の加入・脱退のときは手続きを忘れずに!

### 退職等により加入している健康保険が切れるときは、切り替え手続きが必要です

会社等を退職し、加入している健康保険資格を喪失するときは、必ず他の健康保険へ加入する手続きを行ってください。健康保険は自動的に切り替わることはありませんので、ご注意ください。

国保へ加入する場合は、資格喪失後 14 日以内に届出をしましょう。

- 届出に必要なもの 資格喪失連絡票・離職票等、認め印

### 職場から保険証を受け取ったときも届出が必要です

就職等により健康保険に加入したときも、自動的に切り替わりませんので、必ず国保脱退の届出を行ってください。届出されないと、国保と職場の健康保険の両方に加入している状態となり、保険料が二重で請求されます。忘れずに届出をしましょう。

また、健康保険加入後は、保険証が届いていない期間であっても健康保険の資格を有するため、医療機関受診の際には国保の保険証は提示せず、切り替え手続き中であることをお伝えください。国保の保険証を提示して受診すると、後日 7 割分の返還・請求手続きを行っていただく場合があります。

- 届出に必要なもの 健康保険証（保険証が変わった方全員分）、国保の保険証、認め印

### 倒産・解雇等により離職した場合は、国保税の軽減制度があります

失業日時点 65 歳未満で、雇用保険受給資格者証の離職理由コードが以下に該当する方は、申請により離職日の翌日の属する月からその翌年度末まで国保税の軽減が受けられます。

軽減内容は、対象者の国保税算出について、前年の給与所得を 30/100 として計算し、また、高額療養費等の所得区分の判定も前年の給与所得を 30/100 として判定します。

該当する離職理由コード

特定受給資格者 11、12、21、22、31、32

特定理由離職者 23、33、34

- 申請に必要なもの 雇用保険受給資格者証、認め印

問 市民課保険係 ☎63-1112

～相続税の申告に利用できます！～

## 「法定相続情報証明制度」が新しくなりました!

平成 29 年 5 月から、全国の登記所（法務局）において、各種相続手続きに利用することができる「法定相続情報証明制度」が始まりました。「法定相続情報証明制度」を利用することで、各種相続手続き（銀行の預金払戻、不動産の相続登記等）で戸籍謄本の束を提出する必要がなくなり、手続きの負担を軽くすることができます。

平成 30 年 4 月からは、新たに相続税の申告の手続きにもこの制度を利用できることとなりました。

詳しい内容は、ホームページをご覧ください。

高知地方法務局ホームページ <http://houmukyoku.moj.go.jp/kochi/>

問 高知地方法務局四万十支局 ☎0880-34-1600

# 住民票の写し等の本人通知制度をご存知ですか

## 本人通知制度とは…?

事前に登録した方について、本籍記載の住民票や戸籍附票の写し、戸籍謄抄本を第三者に交付した場合に、交付した事実を登録者本人に通知する制度です。不正請求を抑止し、不正取得による個人の権利の侵害防止を図ることを目的としています。

### 登録できる方

- 宿毛市の住民基本台帳（除票を含む）に記載されている方
- 宿毛市の戸籍（除籍を含む）に記載されている方

### 登録申請の受付

市民課市民係および各支所

### 制度の適用期間、登録の更新・変更・廃止について

- 制度の適用期間は登録申請の翌日から3年間です。
- 引き続き登録を希望する方は、更新手続きが必要です。
- 住所などに異動があった場合は、住民票などの異動届とは別に、本制度の変更届が必要です。
- 登録者の死亡や居所不明により、住民票などが消除された場合は、適用期間内であっても登録を抹消します。

### 登録申請時に必要なもの

- 運転免許証など本人確認ができるもの
  - 認め印
- ※ 代理人による申請や郵送による申請を希望する方は別途必要な書類がありますので、事前にお問い合わせください。

### 通知の対象となる証明書

- 本籍記載の住民票の写し（除票を含む）
  - 戸籍附票の写し（除附票を含む）
  - 戸籍謄抄本（除籍を含む）
- ※ 通知は登録した方に限ります。同一の住民票などに記載のある方でも、登録していなければ対象となりません。
- ※ いずれも最新のものに限ります。

問 市民課市民係 ☎ 63-1112

# 国外へ転出・国外から転入する場合の住所変更

留学などで国外に出国するときや、日本に帰国し入国するときは、その滞在期間が1年以上の予定である場合には届出をお願いします。逆に、国外・国内の滞在期間が1年未満の予定であれば、届出をする必要はありません。そのため、1年未満の一時帰国されている間の保険については国民健康保険の対象にはなりませんので、海外旅行保険などに加入し帰国されることをお勧めしています。

ただし滞在期間が1年未満の場合でも、事情（荷物を引き払った・婚姻・離婚など）により住所変更ができる場合がありますのでご相談ください。

問 市民課市民係 ☎ 63-1112

## はなちゃんクイズ！

クイズに答えて、はなちゃん特製缶バッジゲット！

Q: ぱしふいっくびいなすの入港は、今回で何回目？

### 応募先

〒788-8686 宿毛市桜町2-1  
宿毛市企画課「はなちゃんクイズ！」係  
✉ kikaku@city.sukumo.lg.jp



### 応募方法

はがきかメールに  
①住所②氏名③電話番号④クイズの答え⑤『広報すくも』の感想を書いて応募先までご送付ください。9月14日（金）（消印有効）

### 発表

発表は発送をもって代えさせていただきます。（5名以上は抽選）

### 7月号の正解

A: 「第60回」

人も、会社も、もっと元気に！

中退共済制度  
CHU 小企業 退職金 共済 制度  
TAI 職金 共済 制度  
KYO 共済 制度

- ◆ 掛金の一部を国が助成
- ◆ 掛金は全額非課税。手数料も不要
- ◆ 外部積立型なので管理が簡単
- ◆ パートさんの加入もOK



詳しくはホームページへ

中退共

検索

(独) 勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部  
TEL.03-6907-1234 FAX.03-5955-8211



# ひとり親家庭に支給されている児童扶養手当の算定方法、支払回数が変わります

## 算定方法

●平成30年8月分から、支給制限に関する所得の算定方法が変わりました。

1 「全部支給」の対象となる方の所得限度額を引き上げます。

単位：円

扶養する 児童等の数	全部支給となる所得制限限度額（受給資格者本人の前年所得）			
	収入ベース （これまで）	収入ベース （変更後）	所得ベース （これまで）	所得ベース （変更後）
0人	920,000	→ 1,220,000	190,000	→ 490,000
1人	1,300,000	→ 1,600,000	570,000	→ 870,000
2人	1,717,000	→ 2,157,000	950,000	→ 1,250,000
3人	2,271,000	→ 2,700,000	1,330,000	→ 1,630,000
4人	2,814,000	→ 3,243,000	1,710,000	→ 2,010,000
5人	3,357,000	→ 3,763,000	2,090,000	→ 2,390,000

2 所得の算定に当たって控除の適用が拡大されます。

- ①養育者や扶養義務者が未婚のひとり親の場合には、地方税法上の寡婦・寡夫控除が適用されたものとみなし、総所得金額等合計額から控除します。控除を受けるためには戸籍等の提出が必要です。
- ②土地収用で土地を譲渡した場合に生じる売却益等について、総所得金額等合計額から控除します。

## 支払回数

●平成31年11月から、年6回払いになります。

《これまで》 4月、8月、12月の年3回払い（4カ月分ずつ）

↓

《改正後》 奇数月の年6回払い（2カ月分ずつ）

※平成31年11月の支払いは、同年8月分から10月分までの3カ月分が支払われます。

問 福祉事務所子育て支援室子育て推進係 ☎ 63-1114

## 宿毛市子ども相談会

この相談会は、専門的知識および技術を必要とするお子さんについて、そのお子さん自身の発達状況を保護者と関係者が共有し、早期療育や育児支援を行い、心身の発達を促進するために、幡多児童相談所の協力を得て年3回実施されています。

第2回目を次の日程で実施しますので、相談を希望する方は各学校および保育園等または市役所窓口にご相談ください。

**日時** 9月27日（木）9時30分～16時

**申込期限** 9月21日（金）

**相談場所** 宿毛文教センター2階 和室

問 各学校および保育園等  
福祉事務所子育て支援室子育て推進係 ☎ 63-1114  
宿毛市家庭児童相談室 ☎ 63-1147

## 安定期に入ったら歯科健診を受けましょう！

妊娠すると、ホルモンバランスの変化やつわりによる歯みがき不足などが原因で、歯ぐきが腫れやすくなったり、むし歯になりやすい状態となります。

また、重度の歯周病により、早産や低出生体重児の頻度が高まる可能性も報告されています。健やかな妊娠・出産のため、妊婦歯科健診を受診しましょう。



**対象者** 妊娠届出を行い、妊婦歯科健診受診券を交付された方

### 受診機関

● 高知県歯科医師会員の所属する歯科医療機関  
 幡多管内の歯科医療機関は全て受診できます。

### 受診方法

● 妊娠期間中に1回無料で受診できます。  
 ● **安定期（16週～27週）**の受診をお勧めします。  
 ※ご希望の歯科医療機関へ、受診日時を予約し、当日は**受診券**と**母子健康手帳**をお持ちのうえ受診してください。

### 健診内容

問診および口腔内診査  
 （むし歯の有無や歯周病の検査など）

### 健診費用

無料（健診のみ）

※健診の結果、詳細な検査や治療を必要とする場合は、改めて後日の治療になります。

**問** 健康推進課健康指導係 ☎ 63-1113

## 平成30年度 ころころの相談会

仕事の人間関係、生活のこと、子育てに関することなど、誰かに相談することで、こころが軽くなったり、元気を取り戻すことができます。解決に向けた歩みを始めてみませんか。

**開催日** 9月19日（水）・12月21日（金）

平成31年3月1日（金）

**相談料** 無料

**相談員** 高知県精神保健福祉センター 藤田 麻央 先生

**場所** 宿毛市役所屋上会議室

**申込方法** 電話 ※順次受け付け

**受付** 健康推進課健康指導係

**問** 健康推進課健康指導係 ☎ 63-1113

## 自殺予防週間 9月10日～9月16日

9月10日（月）から9月16日（日）の1週間は、自殺予防週間です。  
 自分のこと、家族のことで困ったことや心の悩みを抱えていませんか？  
 1人で悩まず、まずは相談を。

**問** 健康推進課健康指導係 ☎ 63-1113

## 借金の返済に関する無料相談会

借金の返済に関する無料相談会を開催します。お金に関する悩みをお気軽にご相談ください。秘密は厳守します。また、「ころころの健康相談会」も同時に行いますので、心身に不調を抱えておられる方も、お気軽にご相談ください。

**日時** 9月7日（金）17時～20時

**場所** 幡多広域消費生活センター（四万十市立働く婦人の家 ※四万十市立中央公民館の隣）

**申込** 不要 ※終了時間の30分前にお越しください。

**持参物** 借入れ・返済に関する資料があればお持ちください。

※受付時間内でも、人数が多い場合は、受付制限をする場合があります。ご了承ください。

**問** 高知県文化生活スポーツ部県民生活・男女共同参画課 ☎ 088-823-9653

## こんなことが高齢者虐待になります!

複数の虐待が同時に行われている場合があります。

### 身体的虐待

- たたく、つねる、殴る、蹴る、やけどを負わせるなど
- ベッドにしばりつけたり、薬を過剰に与えるなど

### 介護・世話を放棄・放任

- 空腹、脱水、栄養失調の状態のままにするなど
- おむつなどが汚れている状態を放置する、劣悪な状態や住環境の中に放置するなど

### 心理的虐待

- 排せつなどの失敗に対して高齢者に恥をかかせるなど
- 怒鳴る、ののしる、悪口を言う、無視する、子ども扱いするなど

### 経済的虐待

- 日常的に必要なお金を渡さない、使わせないなど
- 本人の不動産、年金、預貯金などを本人の意思・利益に反して利用するなど

### 性的虐待

- 排泄の失敗などに対して懲罰的に下半身を裸にして放置するなど
- キス、性器への接触、セックスを強要するなど



#### 虐待がない地域づくりのために

虐待に関する問題の難しいところは、養護者（介護者）が、介護により心身ともに疲労し、追い詰められていることが少なくないことです。こういった時には、様々なサービスを利用して介護する方の負担を軽くすることや、認知症高齢者の対応について専門家のアドバイスを聞くことで防止あるいは状態を改善できることがあります。

介護する側、介護される側の悩みを解決することが大事なことです。

宿毛市では、高齢者虐待防止に関する啓発や虐待を受けた高齢者や養護者に対する支援を行っています。

すべての人が安心して暮らすことができるように虐待を未然に防ぎ、助け合える地域づくりのために気軽にできることから始めてみましょう。

生活や介護に関する心配・悩みがある方、また、高齢者への身体的・精神的暴力などを発見した方は、宿毛市地域包括支援センターあるいは長寿政策課予防係までご相談ください。

問 宿毛市地域包括支援センター ☎ 65-7665  
長寿政策課予防係 ☎ 63-9112

## 複十字シール運動

（公財）結核予防会主催の複十字シール運動は結核や肺がんなどの胸部疾患のない健康で明るい社会作りを目指すため、これらに関する知識の普及啓発を図るものです。

ご協力いただきました活動資金は、検診器機の整備、開発途上で結核に苦しむ人々の治療などに充てられます。

複十字シール運動期間中（8月1日（水）～12月31日（月）まで）は、主として健康づくり婦人会、市町村、保健所を通じて一般の方々の協力をいただいております。



問 健康推進課 ☎ 63-1113 FAX 63-0410

## 高知家健康パスポート～使うほど元気になれる健康へのパスポート～

高知家健康パスポートとは…

県内の運動施設や飲食店、スーパーなどで提示するだけで特典が受けられるお得なパスポートです。

- パスポート交付申請には3色(ピンク・ブルー・グリーン)中、2色以上のヘルシーポイントシールが3枚必要です。
- ヘルシーポイントを集めるとパスポートがランクアップ、上位のパスポートにランクアップすることで、さらにお得な特典が受けられます。また、ランクアップ者限定で賞品が当たります。
- ヘルシーポイントを使って自転車などが当たるプレゼントキャンペーンに応募できます。

詳しくは [高知家健康パスポート](#) [検索](#)



### ランクアップ者限定プレゼント (抽選)

#### 健康パスポート I から II へランクアップ

- 取れ立て野菜の詰め合わせセット (3,000 円相当)

※画像はイメージです



#### 健康パスポート II から III へランクアップ

- 土佐あかうしグルメセット (7,000 円相当)

※画像はイメージです



ランクアップ抽選期間

- 6月16日～9月15日
- 9月16日～12月15日
- 12月16日～平成31年3月15日

### 高知家健康パスポートにスマートフォンアプリを導入!

健康づくりをサポートするスマートフォンアプリができました。

日頃の歩数や血圧の記録でヘルシーポイントが貯まります! [詳しくは](#) [高知家健康パスポート](#) [検索](#)

**問** 高知県健康政策部健康長寿政策課 ☎ 088-823-9675

## 高知家健康パスポートのヘルシーポイントが【宿毛市健康ポイント事業】でたくさん集めることができます!

#### ①運動記録

記録シートに1回30分以上の運動(運動施設でヘルシーポイントをもらっている活動は除く)を、28日分報告することで、ヘルシーポイント(ブルー)を10枚進呈。

- 活動例…ウォーキング、ジョギング、犬の散歩など

#### ②測定記録

記録シートにスタートする日から28日分の日付を記入。その中で20日以上体重と血圧の測定結果を報告することでヘルシーポイント(グリーン)を10枚進呈。



ピンク・ブルー・グリーンヘルシーポイントシールを集めましょう!



**記録シート配布場所** 健康推進課・東部支所・小筑紫支所・沖の島支所

※ヘルシーポイント進呈は、健康推進課でのみ受け付けています。

**問** 健康推進課 ☎ 63-1113

母子保健

乳児健康診査 対象児に個人通知します

日	場	所	受付時間
12 金	宿毛市総合社会福祉センター		9:15 ~ 9:35
26 金			

赤ちゃん広場

日	場	所	実施時間
4 木	東平コミュニティーセンター		9:30 ~ 11:30
17 水	地域子育て支援センター		9:30 ~ 11:30
23 火	宿毛市総合社会福祉センター		9:30 ~ 11:30

3歳児健康診査 対象児に個人通知します

日	場	所	受付時間
24 水	宿毛文教センター		12:15 ~ 13:30

成人保健

肺がんおよび結核検診

日	場	所	受付時間
3 水	宿毛東部農村環境改善センター		8:00 ~ 9:30
	押ノ川集会所		9:50 ~ 10:30
10 水	千寿園		8:00 ~ 9:00

各種検診の結果

次の実施日までの集団検診について、精密検査が必要な方には通知が完了しています。

検診	日程
肺がんおよび結核検診	7月10日(火)
胃がん検診	7月31日(火)
大腸がん検診	8月10日(金) <small>回収分</small>
前立腺がん検診	7月31日(火)

【セット健診】特定健康診査・各種がん検診

※各健診とも、単独での受診が可能です。

日	場	所	肺がん検診および結核検診	胃がん検診 (バリウム検査)	特定健康診査／前立腺がん検診 ／大腸がん検診
3 水	宿毛東部農村環境改善センター		8:00 ~ 9:30	8:00 ~ 9:00	9:00 ~ 10:00
10 水	千寿園		8:00 ~ 9:00	8:00 ~ 9:00	9:00 ~ 10:00

心の健康相談

保健師による電話相談・面接相談を随時お受けしています。保健所では、相談内容により、精神科嘱託医の相談も行っています。

相談窓口

- 宿毛市健康推進課 健康指導係 ☎ 63-1113
- 高知県幡多福祉保健所 健康障害課 精神保健福祉担当 ☎ 0880-34-5124 (直通) ☎ 0880-35-5979
- お酒の悩みごと相談 幡多断酒会 大江 拓 ☎ 090-1173-4672

精神科嘱託医による相談 ※2週間前までに予約が必要です。

10月11日(木)、12月13日(木)

申 高知県幡多福祉保健所健康障害課 ☎ 0880-35-5979

# すくも Kids Museum

## 作品募集!

集まれ!未来のアーティスト!本コーナーで高校生以下の皆さんの絵画・工芸作品を募集し、紹介します。作品掲載で、作品の写真で作った特製缶バッジをプレゼントします。

**応募対象** 市内在住のお子さん(高校生以下)

**部門** 絵画・工芸(※サイズは問いません。)

### 応募方法

①作品名②氏名(ふりがな)③年齢と学年④保護者氏名⑤日中連絡の取れる保護者の電話番号 書いた紙と作品をご持参ください。

**掲載月** 偶数月 **応募先** 企画課

**応募締切** 奇数月 10日 17時

(12月号に掲載希望の場合、11月10日(土)17時まで。)

※応募者多数の場合は、抽選とさせていただきます。作品をご持参いただいた際、その場で作品の撮影をさせていただきます。

**問** 企画課広報統計係 ☎63-1118



山本 将生ちゃん(5歳)  
作品名 飛べ! プテラノドン

## すくすくもっど



はまだ こうた  
**濱田 耕汰**ちゃん (3歳)  
えな  
**恵奈**ちゃん (11ヵ月)

**メッセージ...**  
兄妹仲良く、  
元気に成長してね!!

ちかざわ なつ  
**近澤 成彪**ちゃん(5歳) ほのか  
**穂乃花**さん(11歳)



**メッセージ...**  
とにかく笑わせる  
事が大好きな二人  
です😊  
🍀友達や家族、回  
りの人を大切に🍀  
これからの成長も  
楽しみにしてます  
😊

すくすくもっどでは、市内在住のお子さん(小学生以下)の写真を集めます。①氏名とふりがな、②性別、③年齢、④生年月日、⑤保護者氏名、⑥続柄、⑦住所、⑧電話番号、⑨簡単なメッセージ(絵文字含む50字以内)を書いた用紙と写真を提出してください。【応募方法】メール、持参、郵送【注意事項】▶中学生以上のご兄弟姉妹が一緒に写真も掲載可能。▶保護者の承諾を得た写真に限る。▶郵送の場合は写真の返却不可。▶応募多数の場合は抽選。【提出期限】9月15日(土)(消印有効)※持参の場合:9月14日(金)17時15分【提出先】〒788-8686 宿毛市桜町2番1号 宿毛市企画課広報統計係 ☎63-1118 ✉kikaku@city.sukumo.lg.jp

# 9月の行事予定

日	曜	内容	時間	場所	問い合わせ先
1	土	第 65 回幡多地区陸上競技選手権大会	8:20	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
		子ども将棋教室 (申込制)	9:00	宿毛文教センター	中央公民館 ☎ 63-2618
		平成 30 年度高知県高等学校バスケットボール夏季選手権大会 (～ 2 日)	1 日 10:30 2 日 9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
2	日	宿毛市総合防災訓練	9:00	宿毛湾港新港岸壁 (ほか)	危機管理課 ☎ 63-0951
		西日本大会幡多予選 (野球)	9:00	宿毛市野球場	総合運動公園 ☎ 66-1467
		西部地区少年サッカー大会(U-12リーグ戦)	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
3	月	母子保健推進協議会「おしゃべり広場」	10:00	小筑紫老人憩の家	健康推進課 ☎ 63-1113
		船員労働安全衛生月間「無料健康相談所」	14:00	大井田病院	四国運輸局高知運輸支局 ☎ 088-832-1175
4	火	献血	16:00-17:30	大井田病院	健康推進課 ☎ 63-1113
5	水	献血	9:00-11:00	CKD シコク精工株式会社	健康推進課 ☎ 63-1113
		献血	13:00-14:30	新日電熱工業株式会社	
		献血	15:30-17:00	筒井病院	
		無料人権相談 (予約制)	10:00	宿毛文教センター	人権推進課 ☎ 62-0225
6	木	自衛隊誘致シンポジウム	18:00	宿毛文教センター	宿毛商工会議所 ☎ 63-3123
		違反広告物一斉除却		市内全域	幡多土木事務所 ☎ 0880-34-5292
		献血	9:00-10:30 12:30-15:30	JA 高知はた宿毛支所 フジ宿毛店	健康推進課 ☎ 63-1113
8	土	四季折々を体験しよう！ 「みやもっちと体を動かそう！」	10:00	フジ宿毛店東側空き店舗	ワールドスマイル ☎ 090-5910-0989
		こども食堂 ゆめ	12:00	フジ宿毛店東側空き店舗	こども食堂 ゆめ ☎ 090-5146-7529
9	日	宿毛健康フェス 2018 in 芳奈 (申込制)	9:00	宿毛市総合運動公園	健康推進課 ☎ 63-1113
		第 2 回スカッシュバレーボール協会杯	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
		アートマネジメント講座	13:00	宿毛まちなか 林邸	高知県文化財団総務部 ☎ 088-866-8013
10	月	ふれあい保育	9:30	市内各保育園	各保育園
		船員労働安全衛生月間「無料健康相談所」	14:00	大井田病院	四国運輸局高知運輸支局 ☎ 088-832-1175
12	水	知的財産無料相談会	11:00	宿毛文教センター	INPIT 高知県知財総合支援窓口 ☎ 088-854-8876
13	木	夜間市税納付窓口開設日	17:15	市役所税務課	税務課 ☎ 63-1115
14	金	企画展「戊辰戦争と宿毛」(～ 11 月 4 日)	8:30	宿毛歴史館	歴史館 ☎ 63-5496
15	土	第 48 回高知県新人陸上競技対校選手権大会(～ 16 日)	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
16	日	宿毛市体協バドミントン大会 (～ 17 日)	8:45	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
		西日本大会幡多予選 (野球)	9:00	宿毛市野球場	総合運動公園 ☎ 66-1467
		救命講習会 (申込制)	9:00	宿毛消防署	宿毛消防署 ☎ 63-3111
17	月・祝	西部地区少年サッカー大会(U-12リーグ戦)	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
18	火	出張年金相談 (予約制)	10:00 13:00	市役所 (市民課で受付)	市民課 ☎ 63-1112
19	水	平成 30 年度 こころの相談会 (予約制)		宿毛市役所	健康推進課 ☎ 63-1113
20	木	通学路安全の日		市内全域	青少年育成センター ☎ 63-4197
		あいさつ・声かけ運動日		市内全域	青少年育成センター ☎ 63-4197
		宿毛市・大月町中学校陸上競技大会	8:45	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
22	土	幡多地区中学校新人野球大会 (～ 23 日)	9:00	宿毛市野球場	総合運動公園 ☎ 66-1467
23	日	すくもトライアスロンプレイベント	9:00	松田川河戸堰周辺	すくもトライアスロン実行委員会 ☎ 090-1170-8501
		休日市税納付窓口開設日	9:00	市役所税務課	税務課 ☎ 63-1115
25	火	中央区中学校陸上競技大会	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
		1 日行政相談所	13:00	宿毛文教センター	総務課 ☎ 63-0948
		モラロジー1日セミナー「心新たに生きる」	19:30	宿毛文教センター	宿毛モラロジー事務所 ☎ 63-1038
26	水	宿毛文教センター愛館日	8:30	宿毛文教センター	中央公民館 ☎ 63-2618
		ママかふえ	13:30	地域子育て支援センター (すくすくひろば)	健康推進課 ☎ 63-1113
27	木	宿毛市子ども相談会 (予約制)	9:30	宿毛文教センター	福祉事務所子育て支援室子育て推進係 ☎ 63-1114
		夜間市税納付窓口開設日	17:15	市役所税務課	税務課 ☎ 63-1115
28	金	平成 30 年度宿毛の歴史講座 第 2 回目	13:30	宿毛文教センター	歴史館 ☎ 63-5496
		認知症予防教室 「認知症とお薬・栄養について」	14:00	聖ヶ丘病院	(医) 祥星会 聖ヶ丘病院 ☎ 63-2146
29	土	宿毛市・大月町中学校駅伝大会	8:15	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
		宿毛幼稚園 運動会	9:00	宿毛幼稚園	宿毛幼稚園 ☎ 63-2914

# 記念航海

就航 20 周年  
入港 回数

おめでとう  
ありがとう

入港 8:00

出港 16:00

クルーズ客船

# ぱしふいっくびいなす

## 10月20日(土)

## 宿毛湾港新港岸壁

入港から出港までの間、林邸・文教センターを利用した歓迎イベント、過去最大規模のお見送りプロジェクトなど宿毛市全体でメモリアルをお祝いしましょう。

### 船内見学会参加者の募集

入港当日、日本クルーズ客船様のご厚意により船内見学会を実施します。参加を希望される方は、次の方法によりお申込みください。なお、天候不良などの理由により船内見学会は中止となることがありますので、あらかじめご了承ください。

**時間** 10:00～11:00 (受付 9:30～)  
**応募定員** 80名※応募者多数の場合は抽選  
**参加費用** 無料 **申込期限** 9月21日(金)必着  
**申込方法** 往復はがきに次の事項を記入のうえ、送付。  
**返信の表面** 代表者氏名、郵便番号、住所  
**往信の裏面** 応募者全員分の①郵便番号②住所③氏名  
④性別⑤年齢⑥電話番号を記載

※1通につき4名まで応募できます。  
※階段を使った1時間程度の団体行動ができる方に限ります。  
※当選者以外の方の乗船はできません。

☎ 〒788-8686 宿毛市桜町2番1号  
宿毛市役所企画課 ☎ 63-1118

### 記念イベント in 宿毛まちのえき 林邸

**時間** 10:00～15:00 (予定)

**内容**

- ・ぱしふいっくびいなす専属バンド「St Tropez Band」・市内中学生によるコンサート(入場無料)
  - ・かつおのたき薫焼き体験(数量限定)
  - ・すくもマルシェ(特産品の販売)
  - ・すくも郷土かるた体験
  - ・まち歩きガイドツアーの開催
- ※内容は変更となる場合があります。

