

SUKUMO CITY

# 宿毛市

広報すくも 2018.10

## PICK UP

P2-3 市民祭 宿毛まつり 2018

P6 (株) ベネフィット・ワン進出協定

P7 金婚夫婦表彰式・金婚夫婦祝福式典

P21 『大江卓ものがたり』漫画連載スタート

森 切り拓く 未来



# 市民祭宿毛まつり2018

## 10月6日(土)・7日(日)・8日(月・祝)

問 市民祭宿毛まつり実行委員会事務局 ( (公社)宿毛青年会議所内) ☎63-3484

※来場者の安全確保のため、祭り期間中は会場周辺でのドローンの使用はできません。ご協力をお願いします。 ※イベント進行状況により時間が前後する場合があります。

### イベント会場(宿毛まちなえき林邸)

6日

オープニングセレモニー  
こんびら男スタート

6日

紅白歌謡  
フェスティバル

### 総合社会福祉センター

18:00

もち投げ

宿毛中学校吹奏楽演奏

片島中学校吹奏楽演奏

こんびら男表彰式

舞踊パレード

舞踊パレード表彰式

### 金刀比羅宮

6日

8:00 秋大祭(神事)

10:00 もち投げ

12:00 もち投げ

### イベント会場(海風公園)

7日

橋上こども太鼓

もち投げ

かき氷早食い大会

かき氷早食い大会表彰式

舞踊披露

High School Mosh2018

(高校生バンドによる野外ライブ)

High School Mosh2018表彰式

「花\*花」ミニライブ

協賛券抽選会・発表

土佐すくもいごっそ太鼓演奏

打ち上げ花火

### 市街地

6日

9:30 子どもみこし

14:00 舞踊パレード

### 総合運動公園

8日

9:00 少年剣道大会

9:00 グラウンドゴルフ大会

8日

8:00 クリーンキャンペーン

大会

絶賛販売中です!  
景品付き  
協賛券

### 景品

特等(1本)

・JTB旅行券(20万円)

1等(1本)

・AQUOS

50型液晶テレビ

2等(6本(各1本))

・3Dプリンター

Finder

・キャンプセット

・食器洗い乾燥機

・プチ食洗

・DIGAブルーレイ

レコーダー

・加湿ストリーマ空気

清浄機

・Nintendo Switch

・iPad

3等(8本(各2本))

・NEW 3DSL

・ホームベーカリー

・電子辞書

・docodemo SPEAKER

4等(30本)

・お米(約10kg)

5等(50本)

・特産品

6等(120本)

・JCBギフトカード

(1,000円)

特別賞【新日電熱工業(株)提供】(2本)

・フジ商品券(5万円)

### 販売窓口

・商工観光課

・宿毛商工会議所

・(一社)宿毛市観光協会

### 販売価格

1枚1,000円

### 抽選日時

10月7日(日) 18時50分

### 抽選場所

イベント会場(海風公園)



## 6日(土) イベント会場 (宿毛まちのえき林邸) 周辺 交通規制・駐車場・駐輪場

車両通行止め

**P** 市役所・商工会議所  
 駐車場 宿毛文教センター

**駐輪場** 宿毛文教センター

「商工会議所」およびその周辺駐車場のご利用は、  
**9:00~19:00まで**です。



## 7日(日) イベント会場 (海風公園) 周辺 駐車場・駐輪場

**P** 社会福祉センター・JA  
 駐車場 創価学会・大島小学校  
**駐輪場** 社会福祉センター

「社会福祉センター」およびその周辺駐車場のご利用は、  
**12:00~21:00まで**です。



※駐車場には限りがございます。できるだけ乗り合わせにてご来場していただくか、公共交通をお使いください。

# 寄附のお礼

(9月20日現在)



平成30年7月豪雨災害に対し、ご寄附をいただきました。心より感謝します。

## 民間団体等の寄附・支援(8月21日以降受付分)

- 宿毛青年会議所シニアクラブ(宿毛市中央2丁目 会長 柴岡 宏行 様)：寄附額非公開

## ふるさと納税(災害支援を目的としていただいた寄附金)(8月21日以降受付分、9月20日現在)

- 寄附総数：215件
- 合計金額：72万円(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)

## 7月11日～9月14日の全期間におけるふるさと納税(災害支援を目的としていただいた寄附金・速報値)

- 寄附総数：1,627件
- 合計金額：1,205万9,333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)

# 寄付のお礼

9月5日(水)、宿毛商銀信用組合(理事長 井上龍也氏)より、子育て支援に対し、金50万円のご寄付をいただきました。今後の子育て支援に活用させていただきます。ありがとうございました。

問 福祉事務所 ☎ 63-1114



# ボランティア活動表彰

国道56号およびその周辺地域の環境美化のため、長年にわたり道路清掃等のボランティア活動を実施してきた功績が評価され、「高知県立宿毛工業高等学校」が「国土交通大臣表彰(道路愛護等)」を、「戸内地区を美しくする会」が「四国道路ふれあい協議会長表彰(道路愛護等)」を受賞し、中村河川国道事務所より受賞者代表に感謝状が伝達されました。



▲高知県立宿毛工業高等学校の皆さん



▲戸内地区を美しくする会(写真右・同会会長)

問 国土交通省 四国地方整備局 中村河川国道事務所 ☎ 0880-34-7301



# わんぱく相撲全国大会

7月29日(日)に、東京・両国国技館において、第34回わんぱく相撲全国大会が開催されました。高知県代表として3名の児童が出場し、県勢として初めての団体優勝を飾りました。宿毛市から出場した、宿毛小学校6年生の住田太智君は、6年生の部の個人で小結(ベスト8)になり、団体優勝にも貢献しました。

おめでとうございます。



問 学校教育課 ☎ 63-1102

## 第6回幡多山もりフェス - 学べる 遊べる 山もりフェス -

**日時** 10月28日(日)10時~15時  
**場所** 四万十川左岸河川敷  
**入場料** 無料  
**内容** 各社展示および販売出展、ワークショップ、ステージイベント、林業重機体験および展示、飲食など

**主催** 幡多地区森林組合協議会  
**後援** 高知県・四万十市・土佐清水市・黒潮町・大月町・三原村・宿毛市・KSSさんさんテレビ・KUTVテレビ高知・高知新聞社・NHK高知放送・RKC高知放送・エフエム高知

問 幡多山もりフェス実行委員会(宿毛市森林組合内) ☎ 63-3151

## 第38回全国豊かな海づくり大会~高知家大会~

「明治150年記念 第38回全国豊かな海づくり大会~高知家大会~」が10月28日(日)に開催されます。また、関連行事として、県民の皆さまが参加できる「豊かな海づくりフェスタ in こうち~第9回土佐のおさかなまつり~」を10月27日(土)、28日(日)に高知市中央公園で開催します。これは、毎年行っている「土佐のおさかなまつり」と合同開催し、県内の水産加工物等の販売や主に海や川に関連したステージ上での催しを行います。特にステージ上での催しは、多くのゲストをお呼びしておりますのでぜひお越しください。

### 【本大会】 明治150年記念 第38回全国豊かな海づくり大会~高知家大会~

**開催日** 10月28日(日)  
**場所** 高知市文化プラザかるぼと(式典行事)・土佐市宇佐しおかぜ公園(海上歓迎・放流行事)

### 【関連行事】 豊かな海づくりフェスタ in こうち~第9回土佐のおさかなまつり~

10月27日(土)

- 高知県立高知海洋高等学校のツナガールによるクロマグロの解体ショー
- 阿部夏丸さんと奥山英治さんによる仁淀川生物の紹介
- 桂浜水族館による水族館生物の紹介
- SSD38土佐清水サバダンサーズによるライブ 等

**場所** 高知市中央公園

10月28日(日)

- 大型ビジョンによる式典行事及び海上歓迎・放流行事の放映
- さかなクンのトークライブ
- 福島県の「Wonderなみえ」によるよさこい踊り 等

問 第38回全国豊かな海づくり大会高知県実行委員会事務局(高知県水産政策課豊かな海づくり大会推進室内) ☎ 088-821-4690



## (株) ベネフィット・ワン進出協定調印式

9月21日(金)株式会社ベネフィット・ワン(本社 東京都千代田区 代表取締役社長 白石 徳生様)と宿毛市の進出協定調印式が、高知県立ち会のもと、高知県庁で行われました。

同社は全国各地に拠点を設けており、平成19年に開設した松山オペレーションセンター(愛媛県松山市)は、福利厚生サービスの提供業務やバックオフィスとしての事務処理業務等の拠点となっています。この度、宿毛市内に同センターのサテライトオフィスとして高知県内初となる「宿毛サテライトオフィス」を開設することとなりました。今回の進出により、雇用創出・地域経済の活性化につながることを期待しています。



### 「宿毛サテライトオフィス」スタッフ募集

「宿毛サテライトオフィス」では、12月の操業開始に向け、清算業務、データ入力等の事務作業に従事していただけるスタッフを募集しています。次の日程で会社説明会および選考会(面接)を開催します。詳しくはお問い合わせください。なお、選考会参加の方はハローワーク発行の紹介状、履歴書、職務経歴書が必要です。

**日時** 10月14日(日)～15日(月)11時～17時(予定)

**場所** 宿毛文教センター **申込** 不要

**問** 企画課 ☎63-1118

## 高知県立地企業合同企業説明会

求職中の方をはじめ、県等が誘致した立地企業に興味がある方、ちょっと話だけ聞いてみたい方など、どなたでも参加できます。

**日時** 宿毛市：10月19日(金) 四万十市：10月20日(土)

両日とも13時～16時(受付：12時30分～ 企業プレゼン開始：13時～)

**場所** 宿毛市：宿毛文教センター 四万十市：四万十市立中央公民館

**内容** 企業によるプレゼン、個別ブースでの企業説明、ハローワークの相談コーナー

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

**参加企業** 19日：高知旭光精工(株)、高知道水(株)、新日電熱工業(株)、進和鉄工(株)、ハジメ産業(株)  
(株)ベネフィット・ワン、三好造船(株)

20日：アロインズ製薬(株)、HTC四万十センター(株)、(株)NIC四万十コンタクトセンター  
新日電熱工業(株)、進和鉄工(株)、ハジメ産業(株)、(株)ベネフィット・ワン

**参加費** 無料 **その他** 事前予約不要、服装自由、入退場自由、無料駐車場有

**問** 高知県商工労働部企業立地課 ☎088-823-9693

## 幡多広域特産品等県外発信支援事業費補助金

幡多圏内の地産外商を促進することを目的として、物産展、展示会、見本市等の出展する方へ、経費の一部を補助します。詳しい内容は、幡多広域市町村圏事務組合ホームページ(<http://www.hata-e.co.jp/~hatamap/>)をご覧ください。商談会・展示会等に出席して販路拡大を目指す企業を応援します。



### 対象企業

四万十市・宿毛市・土佐清水市・黒潮町・大月町・三原村に本社または主たる事業所を有する中小企業者等(過去に補助を受けた事業者も応募可。新規事業者優先)

### 対象事業

四国地方を除く国内で物産展、展示会、見本市等に出席する事業で平成30年9月30日から平成31年2月28日までに実施されるもの

**補助限度額** ①九州・中国・近畿地方 5万円以内、②中部地方以北 10万円以内

**申請締切** 10月31日(水) **申請方法** 郵送(必着)または持参

**問** 〒787-0776 四万十市上ノ土居1544番地 幡多広域市町村圏事務組合事務局(幡多クリーンセンター内)  
☎0880-31-2600



# 金婚夫婦表彰式・金婚夫婦祝福式典

平成30年度宿毛市金婚夫婦表彰式が、9月1日(土)に新ロイヤルホテル四万十(四万十市)で、高知新聞社等主催の金婚夫婦祝福式典と合わせて行われました。今年金婚式を迎えられたご夫婦が、支え合い、共に歩んできた50年の歳月を振り返りながら、笑顔で式典に参加されていました。

式では、宿毛市の受表彰者を代表して、村上 義満さん・好子さんご夫婦へ、中平市長より表彰状と記念品が贈られました。おめでとうございます。

## 表彰を受けられたご夫婦(順不同・敬称略)

【宿毛支部】武山 茂雄・美奈子

【山奈支部】本江 秀樹・幸恵

【西支部】有田 登・文子／門脇 登・京子  
中面 誠・サチコ／吉岡 隆敏・久子

【小筑紫支部】住岡 繁則・常美

【平田支部】石田 清介・京子／武政 清教・アイ子  
野口 祐房・多津子

【和田支部】岩田 矩彦・恵子／竹松 謙一・小夜子  
野々下 宅光・美恵子

【橋上支部】三代木 富彦・玉美／村上 義満・好子



問 企画課 ☎ 63-1118

# 四国横断自動車道 宿毛～内海間の早期事業化要望

8月27日(月)に、宿毛市と愛媛県南宇和郡愛南町からなる『四国西南地域道路整備促進協議会 高規格道路「宿毛～内海間」整備促進部会』が東京都国土交通大臣や高知・愛媛県選出国會議員などと面会し、四国横断自動車道 宿毛～内海間(約30km)の計画段階評価手続き早期完了および早期事業化を要望しました。

当地域は、四国の西南端に位置し、地理的、地形的要因により、高速道路をはじめとする道路整備が遅れ、産業や経済面での立ち遅れを余儀なくされています。また、猛威を振るった平成30年7月豪雨災害や発生確率が高まる南海トラフ巨大地震などの防災面の観点からも高規格道路の早期整備が必要不可欠です。

今回の要望活動により、10月2日(火)から22日(月)までの間で、市民の皆さんや事業所を対象にした2回目のアンケート調査が実施されることになりました。地域の意見を概略ルート等の道路計画に反映するための貴重な機会ですので、皆さんのご協力をよろしくお願いします。



問 土木課 ☎ 63-1126



## 林邸ライトアップイベント～宿毛×佐伯 竹あかりの宴～

宿毛まちのえき 林邸で初のライトアップイベントを開催します。大分県佐伯市で行われている「さいき春まつり 竹灯物語」で使用した竹灯籠を譲り受け、林邸敷地内各所に竹灯籠を設置し、林邸全体を竹灯籠の優しい光で彩ります。竹灯籠の点灯に参加してみたい市民の皆さんは17時に会場にお越しください。着火用具はできるだけご持参ください。また、当日は飲食コーナーもありますので、いつもと違う林邸の姿を眺めながらグルメをお楽しみいただけます。皆さんのご来場をお待ちしております。

**日時** 10月13日(土) 16時～21時  
点灯 17時～

**場所** 宿毛まちのえき 林邸  
**主催** 宿毛市

**問** 商工観光課 ☎ 63-1119

## 鵜来島秋祭り体験ツアー

集落活動センター「鵜来島」では、地域の伝統文化保存に取り組んでおり、平成27年に復活した秋祭りを、今年も開催します。この祭りは島内を牛鬼や神輿、やぐらが練り歩きます。今年は体験ツアーとして多くの参加者の来島をお待ちしております。担ぎたい方も見ただけの方も大歓迎です。離島の祭りをぜひ体験してみませんか。詳しくは、お問い合わせください。



### 体験ツアー

**日時** 10月14日(日) 11時～21時  
**集合場所** 片島港  
**定員** 60人 **申込** 電話  
**参加費** 5,000円(チャーター船代・島内での飲食代含む)

### 秋祭り

**日時** 10月14日(日) 12時～20時30分  
**場所** 鵜来島

**問** 鵜来島連絡所 ☎ 69-1702

## 第23回蛍湖まつり

中筋川ダムの秋と言えば、「蛍湖まつり」。地元婦人会の手作り「うまいもの市」、防災・環境学習コーナー、堀内佳さんの歌のステージ、ブラスバンドの演奏、よさこい踊り、書道パフォーマンス、子どもたちに人気のはたらく車などのイベントを開催します。また、ご当地「ゆるキャラ」たちとの記念撮影もできます。

恒例のダム内部見学も実施します。「蛍湖まつり」限定イルミネーションで幻想的に輝くダムの通路を歩いて外に出れば、ダイナミックなダムの姿が目の前に。迫力満点の洗浄放水(12時、13時、14時)は必見です。

※詳しい内容は10月下旬の高知新聞折り込み広告でご確認ください。



**日時** 10月28日(日) 10時～14時 (小雨決行)  
**場所** 中筋川ダム

(平田駅、または工業団地・梅ノ木公園・いこいの森の各臨時駐車場から無料シャトルバスで約5～10分)

**問** 蛍湖まつり実行委員会(中筋川ダム) ☎ 66-2501



# 宿毛市戦没者追悼式

先の大戦で亡くなられた多くの犠牲者の方々のご冥福を祈るとともに、平和を祈念するため、「平成30年度宿毛市戦没者追悼式」を行います。

式典は、ご遺族だけでなくどなたでもご参列いただけますので、ぜひ参列をお願いします。  
参列を希望される方は、各地区遺族会またはお問い合わせ先までご連絡ください。

**日時** 11月14日(水) 10時30分～

**場所** 宿毛文教センター 多目的ホール

**問** 福祉事務所社会福祉係 ☎ 63-1114

# 移住者交流会 ～宿毛まちあるき～

宿毛のまちを歩きながらのんびり交流しませんか？

宿毛市では、移住者同士や移住者と地元の皆さんとの交流を深めるために、偶数月に移住者交流会を開催しています。今回は神社などを含む宿毛のまちを90分コースで「宿毛観光市民ガイドの会」の市民ガイドに案内していただきながら交流を行います。  
※雨天：林邸にて、宿毛のまちの歴史についてお話をいただきながら交流会を行います。  
※お飲み物などは各自ご準備いただき、歩きやすい靴・服装でのご参加をお願いします。



**日時** 10月28日(日) 10時～12時ごろ

**集合** 宿毛市役所裏駐車場

**参加費** 300円

**申込** 電話

**主催** 宿毛市(企画・運営:はたモジャモジャ交流会)

**問** はたモジャモジャ交流会事務局 ☎ 090-8627-6581

# 登録奨励金について

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登録していただいた方に、1軒につき3万円の奨励金を交付しています。

交付には、移住者専用貸し出ししていただける物件以外にも次の条件があります。

## 物件の条件

- 継続して3年以上空き家バンクに登録していただける
- 建物面積が35㎡以上
- 住宅改修を必要としない
- 1月あたりの家賃が3万円以下
- 事故物件でない

※空き家バンクに登録済みの物件については対象外

詳しくはお問い合わせください。



**問** 企画課移住定住推進室 ☎ 63-1165

## お得情報

土佐くろおでかけ  
きっぷ

区間 窪川～宿毛 土・日・祝日 1日フリーパス

子ども 300円 **500円**

— 通常は普通列車のみ乗り降り自由な切符ですが —  
「10月土日祝日限定」で、特急列車がご利用できます!  
(窪川～宿毛間のみ) 別途ワンコイン特急券(100円または200円)が必要です。詳しくは中村駅まで!!

JR線など他の切符との組み合わせはできません。

**問** 土佐くろしお鉄道中村駅 ☎ 0880-35-4961

有料広告

Open/17:30  
Start/18:30

ex. ふきのとう  
**山木康世ライブ**

前売り/4,000円  
当日/4,500円  
別途要1drink

2018.11.18(日)  
@レストランウェディング  
**パドドゥ**

主催:JAM企画  
TEL:090-7578-1952

TEL:0880-63-0520



# 不動産合同公売会

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

**日時** 11月16日(金)  
13時30分：受付開始 14時：入札開始

**場所** 高知県幡多総合庁舎3階 大会議室  
※会場は駐車台数が限られています。

**持参物** 身分を証明するもの(公の機関が発行した顔写真付きのもの:免許証、パスポート等)、はんこ(認印可)、農業委員会等が交付する「買受適格証明書」(農地該当物件に入札する場合のみ)、委任状(代理人が入札手続きを行う方のみ)

※「買受適格証明書」は、申請受理から証明書交付まで時間がかかる場合があります。詳しくは、公売物件所在地の農業委員会にお問い合わせください。  
※物件によっては、状況により公売が中止となる場合があります。

**公売方法** 期日入札による会場公売

**公売物件** 宿毛市税務課窓口に備え付けのチラシまたは租税債権管理機構ホームページの「公売情報」をご確認ください。

※事前に物件の下見を希望する方はご連絡をお願いします。

**公売保証金** 各物件の公売保証金は現金に限らせていただき、受付時にお預かりします。物件を落札されなかった方には、公売会終了後にお返しします。

**買受代金納付期限** 11月26日(月) 14時30分まで

**問** 幡多広域市町村圏事務組合租税債権管理機構

☎ 0880-34-1301

🌐 [http://www.hata-e.co.jp/~hata\\_sozei/](http://www.hata-e.co.jp/~hata_sozei/)

高知県幡多県税事務所納税担当

☎ 0880-35-5972

# 坂本図書館新刊だより

**問** 坂本図書館 ☎ 63-2654

(内容紹介は、㈱図書館流通センター TRC MARC より)

## ● きゅうきゅうしゃのぴーとくん



正高もとこ 作 / 鎌田歩 絵  
岩崎書店  
救急車のぴーとくんの毎日は大忙し。すっかりくたびれてしまったぴーとくんは、逃げ出して海に向かう途中、仕事を頑張っている、郵便車のおかくんや宅配車のほいほいさんたちを見かけ…。働く車の活躍を描く。

## ● すいかのプール

アンニョン・タル 作 / 斎藤真理子 訳 / 岩波書店

## ● へんなともだちマンホークン

一ようかいオッシーをやっつけろ！

村上しいこ 作 / たかいよしかず 絵 / 講談社

## ● ふたりぐらし



桜木紫乃 著  
新潮社  
元映写技師の夫、信好。母親との確執を解消できないままの妻、紗弓。一緒にくらすと決めたあの日から、少しずつ幸せに近づいていく。そう信じながら、ふたりは夫婦になり…。『小説新潮』掲載に加筆・修正して単行本化。

## ● 蝶のゆくへ

葉室麟 著 / 集英社

## ● 子どもの便秘は今すぐなおせ

松生恒夫 著 / 主婦の友社

お誕生おめでとう

(平成30年8月受付分)

住所	赤ちゃん	保護者
高砂	小谷 和也	優理
大島	和田 梓希	資司
港南台1丁目	水田 笑心夏	新太郎
四季の丘1丁目	中村 遙	聡
駅前町2丁目	山本 照	竜一
駅前町1丁目	井上 颯斗	尊之

ご冥福をお祈りします

(平成30年8月受付分)

住所	氏名	享年
貝塚	石黒 きよ子	95
山奈町山田	本江 芳江	101

※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



# リチウムイオン電池からの火災にご注意を！



モバイルバッテリー、スマートフォン、タブレット、ノートパソコンなどに使用されているリチウムイオン電池を充電中および使用中などに火災が増えています。

## リチウムイオン電池とは

リチウムイオン電池は、小型で大量の電力を必要とする製品に使用されています。一般的に使用されているニッケルカドミウム電池、ニッケル水素電池などと比べて高容量、高出力、軽量という特徴があります。

## 火災を防ぐためには

次のような兆候が現れたら使用をやめて、販売店や製造会社に相談してください。また、特に前兆がなく火災に至る場合もありますので、取扱説明書をよく読んで正しく使いましょう。

### 出火前にみられた特徴的な兆候や誤った使用方法

- 出火の1～2週間前からバッテリーの減りが早くなった。
- 充電中、以前と比べて熱くなっていた。
- 膨張し、変形していた。
- 充電しても満充電にならない。
- 充電中に異臭や、「パチパチ」という異音がした。
- 充電部分の差込部の接触が悪い。
- 動作不良を起こしていたが、充電してみた。
- 水没したが、しばらくすると使用できるようになったので使用していた。
- 夏季の車内など高温となる場所に長時間放置していた。
- 初期不良で使用できないのにも関わらず、繰り返し使用を試みて充電した。
- 専用充電器を使用しなかった。
- 投げ投げたりして、強い衝撃を与えていた。
- ペットが、噛んだりして、唾液が付着したことがある。
- 廃棄の際に分別のために分解した。
- スマートフォンなどをズボンの後ろポケットに入れたまま座ったりして、強い外力を与えた。

## 万が一発火した時には

電池から火花の飛び散っている時には近寄らず、消火器や大量の水で消火するとともに119番通報してください。



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



# 高知県内一斉避難訓練

今年も高知県内一斉で、南海トラフ地震に対し、「避難する」意識を高めるため、避難訓練を実施します。実際に住民の皆様へ避難行動をとっていただき、経路、場所、施設を確認して、万一の「災害」に備えていただくことが目的です。皆様のご参加、ご協力をお願いします。

日時 11月4日(日) 9時

※災害の発生または恐れのある場合や天候などにより、中止となる場合があります。

- 音声放送の届く地域  
9時に鳴らす大津波警報の合図により訓練を実施
- 音声放送が届かない地域  
緊急速報メールの合図により訓練を実施



本当のサイレンとお聞き間違いのないようご注意ください。

問 危機管理課 ☎ 63-0951



## 情報コーナー

## 募 入居者募集

## 市営住宅入居者募集

- 西町団地（西町1丁目）4戸3DK
- 平井団地（二ノ宮）1戸3DK

## 申込書配布・受付期間

10月9日（火）～10月22日（月）  
（土・日を除く）

## 西町地域振興住宅入居者募集

- 西町地域振興住宅（西町4丁目）3DK（4帖半、6帖×2）

**構造** 鉄筋コンクリート造5階建

**契約方式** 定期借家方式

**家賃** 3万円 **共益費** 2,000円

**駐車場** 1,000円（1台/1世帯のみ）

**敷金** 9万円（家賃×3カ月）

**受付期間**

随時受付（土・日・祝日を除く）

## 共通

**申込書配布場所**

都市建設課・小筑紫支所・東部支所

**受付場所** 都市建設課

**入居資格条件** 有

**問** 都市建設課建築住宅係  
☎ 63-1120

## i 法務局休日相談所

**日時** 10月7日（日）10時～15時

**場所** 高知地方法務局本局

**相談内容** 相続や会社などの登記に関する相談、土地の境界に関する相談、戸籍・国籍・供託・人権擁護に関する相談、公正証書に関する相談

**相談員** 公証人、司法書士、人権擁護委員、境界問題ADRセンターこちらの土地家屋調査士、法務局職員

**申込** 電話

**問** 高知地方法務局総務課  
☎ 088-822-3331

## i 2018年漁業センサス

11月1日現在で、2018年漁業センサスを実施します。



漁業センサス

**問** 企画課広報統計係  
☎ 63-1118

## i 水道メーター取り替え

平成23年度に製造した量水器（A23）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）。
- ご不在の場合でも、可能な場合は作業をさせていただきます。

**問** 水道課 ☎ 63-3552

## ¥ 危険老朽空き家除却事業

空き家対策、地域の活性化、市民の安全・安心の向上を図るため、危険老朽空き家を解体する場合の費用の一部を補助します。

**対象** 宿毛市内にあり、長期間不使用の個人の住宅または空き建築物で、老朽化が著しい危険性がある住宅

**補助金額** 解体などに要する費用の5分の4以内（上限額160万円）

**募集件数** 4件程度

**申請書配布場所** 都市建設課

**申請受付期間**

10月1日（月）～11月30日（金）  
（土・日・祝日を除く）

**問** 都市建設課建築住宅係  
☎ 63-1120

## i 浄化槽の日

10月1日は「浄化槽の日」です。合併処理浄化槽は快適な生活が楽しめるだけでなく、美しい自然を守ります。浄化槽は下水道と同程度の汚水処理性能を持ちますが、正しい使い方と維持管理がなされると、機能を十分に発揮できません。合併処理浄化槽の普及促進を図り、保守点検・清掃・法定検査を行い、高知県の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。
- 清掃は年1回以上の実施が義務づけられています。
- 法定検査は、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。

**問** 環境課 ☎ 63-1697  
指定検査機関高知県環境検査センター ☎ 088-860-2400

## i 農地パトロール

農地の確保と有効利用を目的に、中山間地域の遊休農地を中心に農業委員会と産業振興課による農地パトロールを実施しました。荒廃した農地が見受けられ、農家の高齢化、労力不足を再確認しました。農地法では毎年市内農地を調査し、遊休農地所有者へ耕作を指導することを定めています。今後も耕作放棄地の発生防止、再生利用、違反転用の防止に努めます。

**問** 農業委員会事務局 ☎ 63-1101

## i 宿毛市推奨品認定制度

市内で生産・製造・加工された宿毛の優れた商品を、認定により推奨します。

**対象商品** 市内で生産・製造・加工された食品のうち、宿毛市の特産品で次に該当するもの

- 原則として一般日常生活に関係の深い製品で、常時市販されている
- 他の特許品又は登録品の模倣品でない
- 生産、販売等営に係る関係法令に違反しない

## 推奨基準

- 品質が優秀であること
- 市場性が十分にあること
- 適正な価格であること
- 他市町村の類似品と比較してその色が無く又は優れているものであること
- 郷土色の豊かなものであること

**認定時期** 随時

※認定商品は宿毛市ホームページ（<http://www.city.sukumo.kochi.jp/docs-18/p0335.html>）参照

**問** 商工観光課 ☎ 63-1119

## i 最低賃金改正

平成30年10月5日（金）から高知県最低賃金は1時間762円です。

**問** 高知労働局労働基準部賃金室  
☎ 088-885-6024

## 募 JICA海外協力隊募集

70カ国、1,000を超える仕事が必要とされています。あなたの技術や経験を生かしてみませんか。

**応募期間** 10月1日(月)～  
11月1日(木) 12時

**応募方法** JICA海外協力隊ホームページ (<https://www.jica.go.jp/volunteer/index.html>)

### 応募資格

#### ●青年海外協力隊および日系社会青年海外協力隊

1978年11月2日から1999年4月1日に生まれた方で日本国籍を有する人

#### ●シニア海外協力隊および日系社会シニア海外協力隊

1948年11月2日から1978年11月1日に生まれた方で日本国籍を有する人

**問** JICA海外協力隊募集事務局

☎03-6734-1242

JICA四国 ☎087-821-8825

## i 自賠責切れていませんか？

自賠責保険・共済は、自動車事故の際の基本的な対人賠償を目的として、自動車損害賠償保障法に基づき、原動機付自転車を含む全ての自動車に加入が義務づけられています。自賠責保険・共済なしで運行することは法令違反ですのでご注意ください。

**問** 四国運輸局高知運輸支局 輸送・監査部門 ☎088-866-7311

## i 働き方改革関連法の順次施行

平成31年4月1日から働き方改革関連法が順次施行されます。

### 主な改正点

- 時間外労働の上限規制の導入
- 年次有給休暇の確実な取得が必要
- 正規雇用労働者と非正規雇用労働者の間の不合理な待遇差の禁止

**問** 高知労働局雇用環境・均等室

☎088-885-6041

## i 行政相談週間

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。当市においても、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)を開設しますので、お気軽にご相談ください。

**日時** 10月16日(火) 13時～15時

**場所** 宿毛文教センター2階  
会議室3

**行政相談委員** 三本 義男・山岡 まゆみ

**申込** 不要

**問** 総務課 ☎63-0948

## i 無料合同労働相談会

職場の問題でお悩みの方を対象に、国や県などの労働相談機関等が無料で相談会を開催します。

**日時** 10月30日(火) 10時～18時

**場所** 高知県庁北庁舎

**申込** 電話 ※予約優先、先着順

**申込締切** 10月29日(月) 12時

**問** 高知県労働委員会事務局

☎088-821-4645

当日専用相談ダイヤル

☎088-821-4661

## 募 高知県立農業大学校 推薦募集

**試験日** 11月20日(火)

**出願期間**

10月31日(水)～11月9日(金)

**募集案内** ホームページからダウンロード (<http://www.nogyo.tosa.pref.kochi.lg.jp/>)

**出願方法** 2,200円分の県収入証紙を貼付し持参または郵送(書留)

**対象** 高等学校卒業見込の方

**選考方法** 筆記試験・面接試験

**募集人数**

園芸学科 45名 / 畜産学科 5名

**修業年限** 2年

**問** 高知県立農業大学校

☎088-892-3000

## i 自死遺族のための講演会

高知県では年間100名を超える方が自死されています。県では自死遺族の集いである「分かち合いの会(ひだまりの会)」において、自死遺族支援に関する講演会とミニコンサートを開催します。

**日時** 10月13日(土) 14時～  
(受付:13時30分～)

**場所** 黒潮町役場3階 大会議室

**参加費** 無料 **定員** 50名

**申込** 電話(締切:10月10日(水))

**内容**

●講演「大切な人を自死で亡くした体験から伝えたいこと」

講師:岐阜県自死遺族の会・千の風の会 木下 宏明氏

●ミニコンサート(中村交響楽団)

主催:高知県立精神保健福祉センター

共催:幡多福祉保健所・黒潮町

**問** 高知県立精神保健福祉センター

☎088-821-4966

## i ジョブカフェこうち 出張相談

就職に悩んだらぜひお越しください!事前予約も承っております。

**日時** 10月16日(火) 10時～17時

**場所** フジ宿毛店

**対象** 概ね40歳までの若年求職者および高校生以上の学生の方優先

**主な支援**

- 就職相談 ●職場体験講習
- 履歴書・職務経歴書の書き方指導
- 面接指導 ●職業適性診断
- 求人情報の提供

**申込** 不要(ただし、予約優先)

**料金** 無料

**問** ジョブカフェこうち幡多サテライト ☎0880-34-6860

## i 秋の宿毛市クリーンデー

市民総参加の清掃活動、宿毛市クリーンデーを実施します。

**開催日** 11月11日(日)(小雨決行)

※荒天の場合は、11月18日(日)

※詳細は回覧等でご確認ください。

**問** 環境課 ☎63-1697



## 平成 30 年度宿毛の歴史講座 3

宿毛の歴史講座、第 3 回目は、開催中の企画展「戊辰戦争と宿毛」の関連行事として、戊辰戦争を取り巻く土佐藩全体の状況をみていきます。

**日時** 10月8日(月・祝) 13時30分～15時  
**場所** 宿毛文教センター 2階 会議室 1  
**申込** 不要 **参加費** 無料

**演題** 『戊辰戦争と土佐藩』  
**講師** 高知県立高知城歴史博物館 渡部 淳館長

**問** 宿毛歴史館 ☎ 63-5496

## 第 23 回オールドパワー文化展・女のまつり

高齢者の芸術愛好家に発表の場を提供するとともに、その活動を促進し、地域文化の振興を目的とする作品展(工芸・日本画・洋画・書道・写真・俳句・短歌・川柳など)と、女のまつり(歌と踊りのステージ、バザー、もち投げなど)で楽しんでいただける内容となっています。皆さんお誘い合わせのうえ、ご来場ください。

### 作品展

**日時** 10月19日(金)～21日(日)  
 9時～17時(21日は16時まで)

### 女のまつり

**日時** 10月21日(日)  
 11時 バザー(手づくり品の販売)  
 13時 女のまつり発表会  
 16時 もち投げ

**場所** 宿毛文教センター **主催** 宿毛市老人クラブ連合会・宿毛市文化協会・宿毛市教育委員会  
 ※もち投げは女のまつり発表会終了後に行いますので、開始時刻が前後する場合があります。  
 ※作品の募集要項などについては、お問い合わせください。

**問** 中央公民館 ☎ 63-2618

## 第 35 回宿毛川柳大会

第 35 回宿毛川柳大会を開催します。県内外から多数の方に参加をいただき盛大に開催されますよう、ご案内します。

**日時** 11月11日(日) 9時～  
**場所** 宿毛文教センター 多目的ホール  
**宿題** 「喜」「怒」「哀」「楽」「笑いのある川柳」「時事川柳」「自由吟(共選)」  
**出句** 各題 2句(締切:11時30分 開会:13時)  
 ※欠席投句:投句料 92 円切手 6 枚(ただし秀吟賞のほ  
 かは除賞)投句用紙自由(句箋に清書します)(締切:  
 10月31日(水)必着)

**贈句** 各題秀吟 3 句とその中より選考委員で決定する  
 優秀 3 句に選ばれた方に賞を授与する。

**会費** 1,500 円(軽食ならびに発表誌含む)

**投句先** 〒788-0036 宿毛市野地 1038-5  
 宿毛川柳会事務局 山崎 多加至

**問** 宿毛川柳会事務局 山崎 多加至  
 ☎ 63-0536 FAX 63-0537 ☎ 080-4606-0536

## 第 46 回宿毛市芸術祭

日頃より舞踊、演奏、コーラス等の文化活動を行っている 10 団体の練習の成果を披露する宿毛市芸術祭を開催します。今回はロビーにて生け花展も開催します。皆さんお誘いあわせのうえ、ぜひ鑑賞ください。



**日時** 11月11日(日) 開場:12時 開演:13時  
**場所** 宿毛市総合社会福祉センター

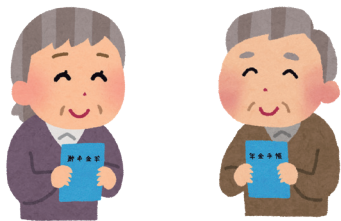
**入場料** 500 円  
**チケット販売** 生涯学習課(宿毛文教センター内)

**問** 生涯学習課生涯学習係 ☎ 63-3394 / 宿毛市文化協会会長 有田 都子 ☎ 63-2261

# 国民年金はあなたの味方！ 老後だけでなく安心でお得な現役世代の強い味方です

## 国民年金が安心な理由

- 国が責任をもって運営しているので安心です。
- 基礎年金支給額の2分の1は、国が負担しています。



## 国民年金がお得な理由

- 老後の給付（老齢基礎年金）は終身保障です。
- 病気などが原因で一定の障害が残った時は「障害基礎年金」が、死亡した時には、残された家族に「遺族基礎年金」が支給される場合があるなど、現役世代の保障も充実しています。
- 納めた保険料の全額が、所得税および住民税の申告において社会保険料控除の対象になり所得から控除されます。

## あなたの年金記録の確認はお済みですか？

パソコンやスマートフォンからご利用できる「ねんきんネット」では24時間いつでもどこでも、ご自身の年金加入記録を確認できます。また、日本年金機構から送付される「ねんきん定期便」でも年金記録を確認できます。間違っていると思われる方は、「ねんきん定期便・ねんきんネット等専用ダイヤル」へお電話いただくか、思い当たる状況をメモしていただき、幡多年金事務所にご相談ください。

※ご自身の年金記録に心配がありましたら、幡多年金事務所（☎0880-34-1616）または、ねんきん定期便・ねんきんネット等専用ダイヤル（☎0570-058-555）へご相談ください。お客様の電話番号が050で始まる場合は（☎03-6700-1144）へお願いいたします。

### こんなときには「ねんきんネット」

- 将来受け取る年金見込額を知りたい！！
- 自分の年金記録を確認したい
- 保険料の支払い漏れや届出漏れはないかな・・・？
- 電子版「ねんきん定期便」について知りたい
- 年金振込通知書などの通知を確認したい
- 通知書の交付を申請したい

### 「ねんきんネット」を利用するには？

ご利用には「ねんきんネット」への登録が必要です。日本年金機構のホームページにアクセスしてご利用登録をしてください。

ねんきんネット  検索

☎ 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

☎ 市民課年金係 ☎ 63-1112

- 日時** 10月16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
10	28(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
10	11(木) 25(木)	市役所税務課	17:15～19:00

市県民税 3期  
国民健康保険税 4期  
介護保険料 4期  
後期高齢者医療保険料 4期

10/31 (水)  
納期限

高知けいば **10月** 13・14・20・21・27・28  
パルス宿毛 **11月** 3・4・10・11・17・18・24・25

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



## 国民健康保険に加入の方へ 「お薬情報のお知らせ」が始まります

2つ以上の医療機関からお薬が出ていると、同じ効果のお薬があったり、飲み合わせが悪いなどの問題が起こることがあります。そこで、同じ時期に2つ以上の医療機関にかかっていて、多くの種類のお薬が出ている方には、10月から、高知県と宿毛市が共同で「お薬情報のお知らせ」をお送りします。「お知らせ」が届いた方は、いつも行っている薬局や医療機関に「お知らせ」を持って行き、ご相談ください。

また、日頃から「お薬手帳」等を利用して、お薬と上手につきあいましょう。

**問** 市民課保険係 ☎ 63-1112

## 後期高齢者医療制度の歯科健診

後期高齢者医療制度の被保険者を対象に、歯・歯肉の状態や口腔清掃状態等をチェックし、<sup>ごえん</sup>誤嚥性肺炎等の口腔機能低下の予防をするため、歯科健康診査を実施します。

皆さんのお口の健康状態を知る良い機会となりますので、後期高齢者の特性に合わせた歯科健診を受診しましょう。

**対象者** 高知県後期高齢者医療の被保険者の方

※ただし、長期入院中の方、施設等への入所者の方は対象外となります。

(長期入院患者や施設入所の方は、すでに健康状態を把握され、医師や施設管理者等の指導を受けていると考えられることから、歯科健診の対象から除いています。)

①前年度75歳年齢到達者(昭和17年4月1日～昭和18年3月31日生まれの方)および前年度後期高齢者医療の歯科健診受診者には、受診券を事前送付いたします。

②①以外の方は、申込みにより受診券が発行され、健診を受けることができます。

**実施期間** 平成30年10月1日(月)～平成31年2月28日(木)

**実施機関** 受診券と同封の実施機関一覧表に記載されている登録歯科医院(受診券発送前の実施機関の確認はお問い合わせください)

**自己負担** 無料 ※治療費は自己負担

**受診回数** 実施期間内に1回

**受診方法** 受診希望登録歯科医院にご予約の上、受診

**持参物** 被保険者証・受診券・問診票・入れ歯・お薬手帳

### 健診項目

- 歯の状態(歯の本数、義歯の状態など)
- 歯周組織の状態
- 咀嚼力評価(噛む力)
- 咬合の状態(咬み合わせ)
- 口腔衛生、清掃の状態(歯垢の付着状態、自分で口腔清掃できるかなど)
- 嚥下機能評価(だ液の飲みこみテスト)
- 舌、口唇機能評価(うがいができるか)
- その他、問診

**健診結果** 健診当日、受診した歯科医院で結果説明が行われます。

※歯科健診は、実施期間内に1回のみ無料の対象となります。後日、重複受診が判明した場合は、費用を請求させていただきますのでご了承ください。

※健診結果は、保健指導などに活用させていただきますのでご了承ください。

**問** 市民課保険係 ☎ 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:今年金婚式の表彰を受けられたご夫婦は何組?**

### 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。10月15日(月)(消印有効)

### 9月号の正解

A:「20回目」

### 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)



## Sukumo Kids Museum 作品募集!

集まれ!未来のアーティスト!8月号から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、紹介しています。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⑥住所を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 ※土日祝の時はその前の平日(12月号に掲載希望の場合、11月9日(金)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。

詳しくは宿毛市ホームページ内のSKMのページをご覧ください。  
(<http://www.city.sukumo.kochi.jp/docs-05/skm.html>)

**問** 企画課広報統計係 ☎ 63-1118

# 運動と健康 テン 健康のためにプラス10を勧めます。

運動すると、病気やケガを予防でき、気力も充実します。内臓脂肪を減らすにも効果的！まずは日常生活で意識的に体を動かすことから始めましょう。

朝

- 散歩・庭の手入れ
- 自転車通勤
- ストレッチ
- 掃除、洗濯、家事
- 階段を使うなど

※台所で手を前に水平に突出し、壁に着くまで前進する。(壁押し腕立て⇒二の腕引締め効果)



朝

厚生労働省「健康づくりのための身体活動基準2013」では、体を動かすことを今よりも1日10分増やす「プラス10」を勧めています。

昼

昼

- 食事に歩いて出る
- 遠くのトイレを使う
- 子どもや孫と遊ぶ
- 歩いて買い物など

※椅子から4秒かけてゆっくり立ち、4秒で座わる。(椅子でスクワット⇒太腿を引き締める効果)



テン あなたがプラス10するのはどこですか？

夜

夜

- 寝る前体操
- テレビを見ながらストレッチ
- スポーツクラブ
- 散歩など

※横になり、おしりを視点にして身体を浮かせるようにバランスをとる。(体幹を鍛える⇒体幹の筋肉を整える効果)



問 健康推進課 ☎ 63-1113

## 講演会 転ばぬ先の杖（介護予防）～いつまでも自分らしく生活するために～

介護予防とは、元気な人が介護が必要な状態にならないように、また、介護が必要な人もできるだけ心身の機能を維持・改善できるようにしていくための取り組みです。

この講演会を通し、住み慣れた地域で、いつまでも自分らしく生活するための方法について、一緒に考えてみませんか。

**日時** 11月6日(火) 10時～12時  
(受付：9時30分～)

**場所** 宿毛文教センター1階 多目的ホール

**内容**

- 第1部：「“生活が楽に人生を楽しく”を目指して」  
講師：株式会社ライフリー  
代表取締役 佐藤 孝臣さん
- 第2部：「介護予防強化型サービス事業とは」  
※宿毛市中央デイケアセンター職員による講話
- 第3部：介護予防強化型サービス事業の紹介

**申込方法** 電話

※自主グループの集いも同時開催

**講師プロフィール** 株式会社ライフリー  
代表取締役 佐藤 孝臣さん(作業療法士)

平成18年に株式会社ライフリーを設立し、平成23年には3カ所のデイサービスセンターを運営。高齢者の身体の筋力低下や病気後の後遺症により生活に障害がみられるようになった方の改善を目指し、「できないことが、できるように。できることは、もっとできるように。」と運動や健康管理など様々な面から利用者の生活や人生の目標達成への支援に全力を注がれています。



問 長寿政策課予防係 ☎ 63-9112



# インフルエンザ定期予防接種

10月からインフルエンザ定期予防接種が始まります。対象者や実施期間等は次のとおりです。

- 実施期間** 10月1日（月）～12月31日（月）  
（委託医療機関の休診日を除く）
- 接種機関** 高知県内受託医療機関  
事前に医療機関にご相談ください。
- 自己負担** 1,100円  
費用の免除：生活保護世帯で、宿毛市福祉事務所で交付される自己負担免除証明書を医療機関に提出する方
- 接種回数** 実施期間中1回のみ  
※例年、2回接種される方がいますが、2回目は全額自己負担になりますのでご注意ください。
- 予診票** 各医療機関に設置しています。
- 注意事項** 医師から十分な説明を受け、その効果や副反応などについて十分理解したうえで接種を受けてください。

- 対象者**  
宿毛市に住民登録をしている方で、次のいずれかに該当する方
  - 65歳以上の方
  - 60歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓・呼吸器の病気またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害を有し、日常生活の程度が身体障害者手帳の1級に該当する方



**問** 健康推進課保健衛生係 ☎ 63-1113

## 献血

市民の皆さんには献血にご理解とご協力をいただき、ありがとうございます。赤十字血液センターでは、輸血を受ける方の安全性をより向上させるため、400ml献血を推進しています。

そのため、皆さんの善意の申し出に、お応えできないこともあるかとは思いますが、趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いします。

月 日	実施場所	受付時間
11月7日（水）	幡多けんみん病院	13:00～17:30
11月8日（木）	宿毛市役所	9:00～12:00 13:15～15:30

**問** 健康推進課保健衛生係 ☎ 63-1113

## 第45回幡多ふれあい医療公開講座

- 日時** 10月28日（日）13時30分～16時  
（開場：13時～）
- 場所** 宿毛文教センター
- 参加費** 無料 ※高知家健康パスポート事業対象講座
- 主催** 幡多けんみん病院
- 後援** 四万十市・土佐清水市・黒潮町・大月町・三原村・宿毛市・幡多福祉保健所・幡多医師会・高知新聞社・RKC高知放送

- 内容**  
講演1：「安心して癌の手術を受けて頂くために～腹腔鏡下直腸癌手術～」  
講師：幡多けんみん病院 消化器外科部長 桑原 道郎 先生
- 講演2：「不眠症への新しい対応方法」  
講師：渡川病院 院長 吉本 啓一郎 先生

**申込** 不要

**問** 幡多けんみん病院 ☎ 66-2222

## 訪問販売に注意！

電気温水器や電磁調理器などの訪問販売に関する相談が増加しています。国民生活センターでは、購入する際には費用を見積もってしっかりと比較し、機能や効能、使用上の注意点など、十分に確認するよう呼びかけています。一定期間であれば契約解除等できるクーリングオフ制度についてや、購入に関する心配ごとなど、こまった時は幡多広域消費生活センターにご相談ください。

**相談** 無料 ※秘密は厳守します。

**問** 幡多広域消費生活センター ☎ 0880-34-6301  
9時～12時 / 13時～17時（土・日・祝日、年末年始を除く）

## 講演会のお知らせ

第18回子育てと子どもの未来を考える会  
第50回宿毛市おかあさんと女先生の会

高知こどもの図書館は、読み聞かせやおはなし会・コンサート・折り紙教室など、多彩な活動で本と人を繋ぐことに力を入れている図書館です。その活動の中から、本の世界の楽しさについてお話していただきます。お子さんといっしょにストーリーテリング（おはなし会）も体験できます。ぜひご参加ください。

**日時** 10月14日（日）13時20分～15時30分  
**場所** 宿毛市総合社会福祉センター2階 小会議室  
**講演** 「すべてのこどもたちに本の喜びを」  
～こどもの本から世界が見える～  
講師：認定NPO法人 高知こどもの図書館 館長  
古川 佳代子さん

**問** 宿毛市おかあさんと女先生の会事務局 土田和美 ☎ 63-2202（松田川小）

## 四季折々を体験しよう！「ハロウィンパーティー開催」

子育て支援を目的としたハロウィンパーティーを開催します！お気に入りの衣装に着替えて、パーティーに参加しませんか。パーティーの後には「トリックオアトリート！」で、お菓子をもらってまわります！※仮装なしの参加もOKです。

**日時** 10月20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

**講師** ユニコム英会話スクール ロージーモロニー先生  
**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はんを食べませんか。毎月手作りの美味しいランチを用意しています。一人でもお友達と一緒にでも大歓迎です。

**日時** 10月20日（土）12時～15時  
（ワールドスマイルのイベント後）  
**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  
**主催**：こども食堂ゆめ **共催**：ワールドスマイル  
**後援**：宿毛市

**メニュー**  
粟入り炊き込みご飯・豚汁・秋野菜のベーコン炒め・酢豚風甘酢あんかけ・スイートポテト・フルーツ

※いただいた食材などを使用するため、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。

※50食程度用意し、なくなり次第終了します。

**問** こども食堂 ゆめ ☎ 090-5146-7529

## パパママスクール

出産を迎えるパパ・ママへ。今だから入れる1日だけのスクールです。病院の両親学級とはちょっと違った内容を準備しています。ぜひご参加ください。

**日時** 10月27日（土）10時～12時（受付：9時50分～10時）  
※次回は平成31年2月16日（土）を予定  
**場所** 宿毛文教センター2階 視聴覚室  
**参加費** 無料 **申込** 電話（締切：10月18日（木））

**内容** ①みんなで抱っこ・沐浴体験  
②妊娠中はこんな食事がおすすめ  
③パパも妊婦さんに変身



**問** 健康推進課健康指導係 ☎ 63-1113



申問 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
16	金	宿毛市総合社会福祉センター	9:15～9:35

## 赤ちゃん広場

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

## 1歳6カ月児健康診査 対象児に個人通知します

日	場	所	受付時間
9	金	宿毛文教センター	9:15～10:15

## 離乳食講習会

日	場	所	受付時間
28	水	宿毛文教センター	12:40～12:55

## 成人保健

## 肺がんおよび結核検診

日	場	所	受付時間
6	火	幡多健診センター	8:00～9:30
		宿毛市総合社会福祉センター	10:00～11:00
25	日	宿毛文教センター	8:00～9:00
		宿毛東部農村環境改善センター	9:30～10:00

## 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	8月7日(火)
胃がん検診	8月28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	8月28日(火)
子宮頸がん検診	8月3日(金)、8月22日(水)
乳がん検診	8月3日(金)、8月22日(水)

## 【単独検診】大腸がん検診 ※容器配布

日	場	所	受付時間
1	木	正和隣保館	13:30～14:00
		橋上生活改善センター	15:00～15:30
7	水	宿毛市総合社会福祉センター	13:30～14:00
8	木	宇須々木公民館	10:00～10:30
12	月	沖の島開発総合センター	9:00～9:30
		すくも湾漁協弘瀬出張所	11:00～11:30

日	場	所	受付時間
13	火	小筑紫基幹集落センター	9:30～10:00
		すくも湾漁協本所(田ノ浦)	11:00～11:30
19	月	東部支所	13:30～14:00
		宿毛東部農村環境改善センター	15:00～15:30
28	水	片島公民館	9:30～10:00
		大島公民館	11:00～11:30
		西町公会堂	13:30～14:00
30	金	鶴来島離島センター	9:00～9:30

## 【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	子宮頸がん検診	乳がん検診
6	火	幡多健診センター	8:00～9:30	8:00～9:00	9:00～10:00 13:30～14:30		
14	水	宿毛市総合社会福祉センター				9:00～10:00	完全予約制
		千寿園				13:00～14:00	
25	日	宿毛文教センター	8:00～9:00	8:00～9:00	9:00～10:00 13:30～14:30		
29	木	幡多健診センター				9:00～10:30 13:00～14:00	完全予約制

## 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
- お酒の悩みごと相談
- 高知県幡多福祉保健所 健康障害課 精神保健福祉担当 ☎ 090-1173-4672
- ☎ 0880-34-5124 (直通) ☎ 0880-35-5979

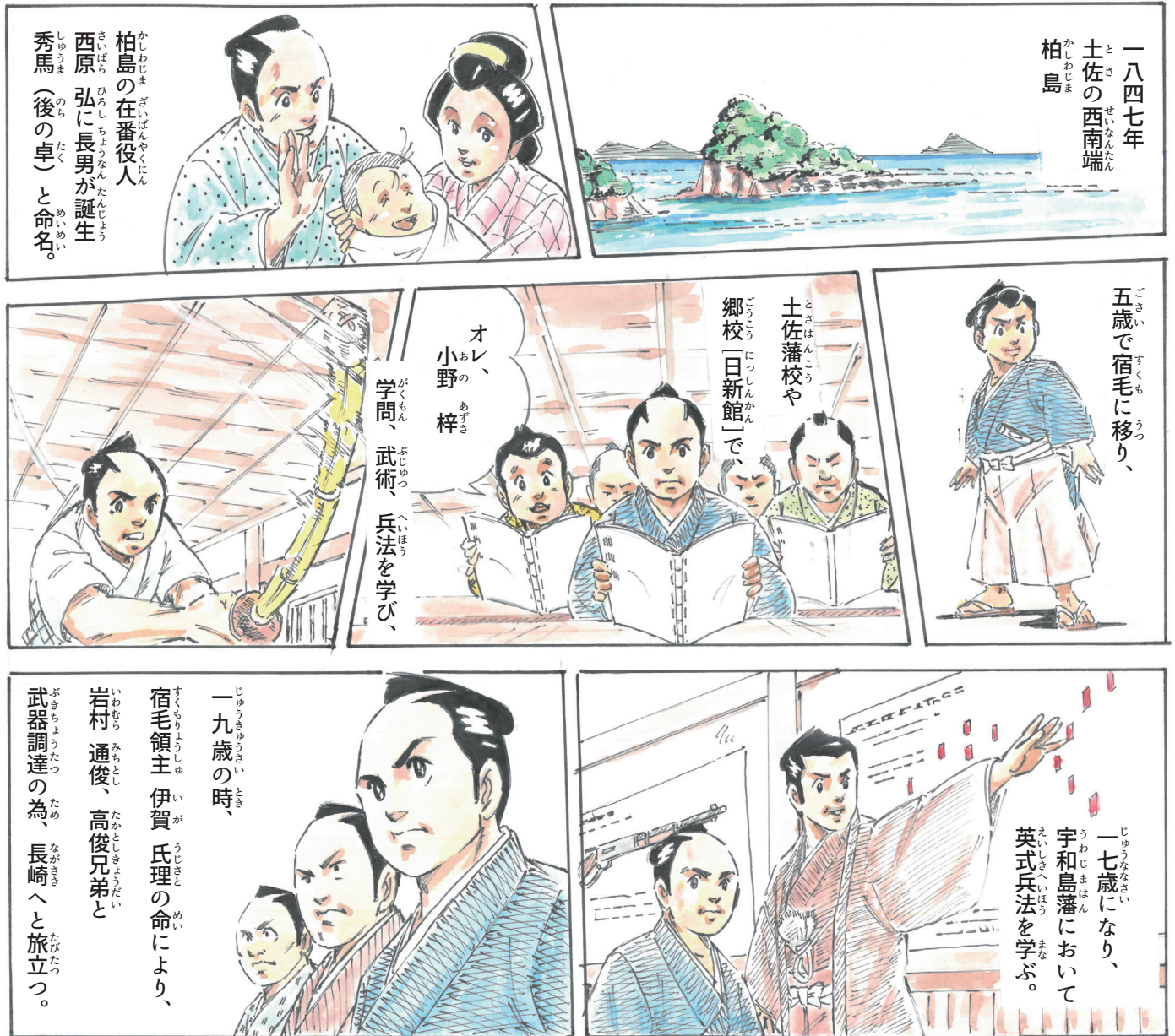
精神科嘱託医による相談 ※2週間前までに予約が必要です。

12月13日(木)

申 高知県幡多福祉保健所健康障害課 ☎ 0880-35-5979

おおえ たく

# 大江卓ものがたり 第一話「おいたち」



一八四七年  
土佐の西南端  
柏島

柏島の在番役人  
西原 弘に長男が誕生  
秀馬(後の卓)と命名。

五歳で宿毛に移り、

土佐藩校や  
郷校「日新館」で、

オレ、  
小野 梓  
学問、武術、兵法を学び、

一七歳になり、  
宇和島藩において  
英式兵法を学ぶ。

一九歳の時、

宿毛領主 伊賀 氏理の命により、

岩村 通俊 高俊兄弟と

武器調達の為、長崎へと旅立つ。

第一話「青年時代(その一)」につづく(12月号掲載予定)

## 「大江卓ものがたり」広報連載によせて

卓囲会 会長 大江貞男

皆様、こんにちは！私達“卓囲会：大江卓研究会”は、宿毛の偉人の一人、大江卓の生涯（人物像および業績）を書籍「大江天也伝」等を参考とし、漫画にして、広報に連載（全12回）させていただくことになりました。1847年（弘化4年）生まれの大江卓は、幕末から明治、大正と、正に日本国の激動の時代に身を置いた人でした。卓の考え方の根底には、常に「人は皆平等である」との信念があり、“近代ヒューマンイズムの先駆者”、“近代人権の父”などと言われています。そして、74歳で亡くなるまでその信念を貫いた人物でした。卓の生涯を通じて、最もクローズアップされた偉業は、卓が神奈川県権令（知事：当時25歳）任期中に遭遇した、マリア・ルス号事件（※）です。後に、この事件は国際の場に持ち込まれ審議されましたが、人道的見地から下された卓の判決が認められ、これが我国最初の国際裁判で完全勝利した事例でありました。平成27年、第49回国家公務員合同初任研修閉講式で総理大臣安倍晋三氏がこの事例を採り上げ、当時弱冠25歳の公務員、大江卓の“揺るぎない信念”を讃え、彼らへの訓示とされました。

今回の連載を通じて、出身地である宿毛の皆様にも“大江卓”をさらに知っていただければ幸いです。

なお、この原画は、元アニメーターで現在片島に在住の布告文氏が担当していただきました。心より、深く感謝いたします。

（※）ペルー国籍の船が、太平洋航海中に遭難し、壊れたマストを修理するため横浜港に入港した際、船内で奴隷扱いられていた清国人（クーリー）約230名を解放するため、卓自らが裁判長となって裁判し、国の内外からの軋轢を撥ね除けて、清国人全員を無事故郷へ帰したもの

問 卓囲会：大江卓研究会 ☎ 090-8697-2320（大江）／学校教育課 ☎ 63-1102



# 教えて!! ステファニー先生!



皆さん、お元気ですか?今年の夏はとても暑かったですが、体調を崩したりしませんでしたか?私はステファニーと申します。宿毛市のALT(英語指導助手)の1人で、オーストラリアのメルボルンから来ました。

「高知と言えば、どんな所ですか?」この1年の間によく聞かれました。ある旅行調査によると、高知は「おいしい食べ物が多い県ランキング」で日本1位らしいです!なので、今回はオーストラリアの「美味しい食べ物」も紹介したいと思います。

日本と違ってオーストラリアは結構若い国で、1901年に生まれました。だから、伝統料理はあまりありません。「オーストラリアの食べ物といえば何ですか?」と聞かれると、ミートパイ、バーベキュー、すし、パスタ、フォーなどが思い浮かびます。この5つの食べ物は他の国の伝統的な食べ物なので、オーストラリアがとても多文化の国だということが分かりますね。

メルボルンは世界中にカフェの街として知られています。まず、基本的に6つのタイプのコーヒーがあります。それはespresso(エスプレッソ), long black(ロングブラック), macchiato(マキアート), latte(ラテ), flat white(フラットホワイト)そしてcappuccino(カプチーノ)です。次にミルクの種類が選べます。まずは普通の牛乳、低脂肪牛乳、豆乳、アーモンドミルク、そしてラクトースフリー。ですので、コーヒーは自分のオリジナルの味にすることができます。人気なのは抹茶ラテと私のお勧めの黒ゴマラテです。



メルボルンに来ることがあれば、ぜひ飲んでみてください!

## 10月の行事予定

日	曜	内容	時間	場所	問い合わせ先
		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
1	月	街歩きガイド養成講座(申込制)	10:00	宿毛市観光協会	宿毛観光市民ガイドの会 ☎ 63-0801
5	金	第54回宿毛市美術展覧会(~9日)	9:00	宿毛文教センター	中央公民館 ☎ 63-2618
6日(土)~8日(月・祝) 市民祭すくもまつり2018に関する行事は、2・3ページをご覧ください。					
6	土	第72回幡多地区中学校陸上大会	8:40	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
7	日	高松宮賜杯幡多予選(野球)	9:00	宿毛市野球場	総合運動公園 ☎ 66-1467
		海上自衛隊 訓練支援艦「くろべ」一般公開	9:00 13:00	宿毛湾港新港岸壁	自衛隊高知地方協力本部 四万十地域事務所 ☎ 0880-35-3096
8	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
		平成30年度宿毛の歴史講座3「戊辰戦争と土佐藩」	13:30	宿毛文教センター	宿毛歴史館 ☎ 63-5496
9	火	ふれあい保育	9:30	市内各保育園	各保育園
10	水	宿毛市・大月町小学校陸上記録会	8:50	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
11	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
13	土	第28回幡多地区中学校女子駅伝大会	8:15	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
		第59回幡多地区中学校男子駅伝大会			
		林邸ライトアップイベント ~宿毛×佐伯 竹あかりの宴~	16:00	宿毛まちのえき 林邸	商工観光課 ☎ 63-1119

日	曜	内容	時間	場所	問い合わせ先
14	日	第15回宿毛市消防団消防操法大会	8:30	宿毛市総合社会福祉センター	宿毛消防署 ☎ 63-3111
		平成30年度宿毛市職員採用 第1次試験	8:50	宿毛市総合運動公園	総務課 ☎ 63-0948
		高松宮賜杯幡多予選 (野球)	9:00	宿毛市野球場	総合運動公園 ☎ 66-1467
		宿毛FC杯キッズサッカー大会	10:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
		(株)ベネフィット・ワン会社説明会 (～15日)	11:00	宿毛文教センター	企画課 ☎ 63-1118
		鶴来島秋祭り体験ツアー	11:00	片島港 (集合)	鶴来島連絡所 ☎ 69-1702
		鶴来島秋祭り	12:00	鶴来島	鶴来島連絡所 ☎ 69-1702
		講演会 「すべての子どもたちに本の喜びを ～こどもの本から世界が見える～」	13:20	宿毛市総合社会福祉センター	宿毛市おかあさんと女先生の会事務局 ☎ 63-2202
		すくも音楽祭2018 -国内外で活躍する打楽器奏者による演奏-	14:00	宿毛小学校 体育館	すくも音楽祭実行委員会 ☎ 63-5400
15	月	ふれあい保育 (リトミックあり)	10:00	宿毛幼稚園	宿毛幼稚園 ☎ 63-2914
		育児相談	10:00	宿毛幼稚園	宿毛幼稚園 ☎ 63-2914
16	火	ジョブカフェこうち幡多サテライト出張相談	10:00	フジ宿毛店	ジョブカフェこうち幡多サテライト ☎ 0880-34-6860
		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
		行政相談週間 1日行政相談所	13:00	宿毛文教センター	総務課 ☎ 63-0948
18	木	通学路安全の日	7:00	市内全域	青少年育成センター ☎ 63-4197
19	金	第23回宿毛市オールパワー文化展 (～21日)	9:00	宿毛文教センター	中央公民館 ☎ 63-2618
		あいさつ・声かけ運動日	7:00	市内全域	青少年育成センター ☎ 63-4197
		四万十市・三原村小学校陸上記録会	9:30	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
		高知県立地企業合同企業説明会	13:00	宿毛文教センター	高知県商工労働部企業立地課 ☎ 088-823-9693
		平成30年度高知大学出前公開講座 in 宿毛 第1回 「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～」	19:00	宿毛文教センター	生涯学習課 ☎ 63-3394
20	土	クルーズ客船「ぱしふいっくびいなす」寄港	入港 8:00 出港 16:00	宿毛湾港新港岸壁	企画課 ☎ 63-1118
		クルーズ客船「ぱしふいっくびいなす」 記念航海記念イベント in 宿毛まちなえき 林邸	10:00	宿毛まちなえき 林邸	企画課 ☎ 63-1118
		宿毛市長杯少年サッカー大会 (～21日)	20日 10:00 21日 9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
		四季折々を体験しよう「ハロウィンパーティー開催」	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
		救命講習会 (申込制)	9:00	宿毛消防署	宿毛消防署 ☎ 63-3111
21	日	第43回幡多地区秋季卓球選手権大会	9:00	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
		女のまつり	11:00	宿毛文教センター	中央公民館 ☎ 63-2618
		街歩きガイド養成講座 (申込制)	10:00	宿毛市観光協会	宿毛観光市民ガイドの会 ☎ 63-0801
22	月	夜間市税納付窓口開設日	17:15	市役所税務課	税務課 ☎ 63-1115
27	土	第30回幡多地区小学生陸上競技大会	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
		第3回幡多地区陸上競技記録会	9:00	宿毛市総合運動公園	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)	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
28	日	パパママスクール (申込制)	10:00	宿毛文教センター	健康推進課 ☎ 63-1113
		読売旗争奪チャリティ実年ソフトボール幡多大会	8:30	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
		休日市税納付窓口開設日	9:00	市役所税務課	税務課 ☎ 63-1115
		第5回宿毛少年少女レスリングパラダイスカップ兼 第32回四国少年少女レスリング選手権大会	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
		移住者交流会～宿毛まちあるき～	10:00	市役所裏駐車場 (集合)	はたもじゃもじゃ交流会事務局 ☎ 090-8627-6581
		第23回蛭湖まつり	10:00	中筋川ダム	蛭湖まつり実行委員会 ☎ 66-2501
29	月	第46回幡多ふれあい医療公開講座	13:30	宿毛文教センター	幡多けんみん病院 ☎ 66-2222
		ふれあい保育 (リトミックあり)	10:00	宿毛幼稚園	宿毛幼稚園 ☎ 63-2914
30	火	育児相談	10:00	宿毛幼稚園	宿毛幼稚園 ☎ 63-2914
		宿毛市老連体育大会	9:45	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
31	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





# 第2回 高知家健康パスポートヘルシーポイントがもらえるよ! 宿毛サイクルフェスティバル

【開催日】平成30年11月10日(土) 2018  
【申込期間】9月1日(土)～10月15日(月)まで ※当日消印有効

【場 所】宿毛市総合運動公園

◆ぐるっと高知サイクリングコース(宿毛の自然体験コース)を走ろう!

【参加条件】高校生以上 【距離】約48km 【参加料】1,000円(当日受付時にお支払いください)  
※エイドステーションにてご当地グルメ「お魚しゃぶしゃぶ」、ゴール後に鯛めし・鯛汁が食べられます。

◆400mを駆け上げ! 4×ヒルスプリントレース

【参加条件】高校生以上 【距離】400m・勾配約10%  
【参加料】無料 ※優勝者には宿毛市の特産品等、豪華賞品授与。

**32名限定**  
(予選・複決勝、決勝の3レース)

◆ウィラースクールによる自転車安全教室

【参加条件】小学生 【参加料】無料 ※スラロームなど乗り方や交通安全が楽しく学べます。  
※参加賞もあります。※自転車とヘルメットはご持参ください。

◆ストライダーレース

【参加条件】未就学児 【参加料】無料 ※参加賞もあります。※レースだけでなく、体験コーナーもあります。

《タイムスケジュール》

10:00～10:30	受付
10:30～11:00	開会式
11:00～12:00	ストライダーレース
12:00～15:00	ぐるっと高知サイクリングコースを走ろう!
13:00～15:00	ウィラースクールによる自転車安全教室
15:00～16:00	400mを駆け上げ! 4×ヒルスプリントレース
16:00～	閉会式



申込書は宿毛市ホームページからダウンロードするか、宿毛市総合運動公園または文教センター内生涯学習課に用意しています。  
申込書に必要事項をご記入の上、宿毛市総合運動公園または文教センター内生涯学習課にFAX、郵送またはご持参ください。

主催 宿毛市教育委員会 生涯学習課 〒788-0785 高知県宿毛市山奈町芳奈4024 宿毛市総合運動公園  
TEL:0880-66-1467 FAX:0880-66-1468 <http://www.city.sukumo.kochi.jp/>