

人のうごき (18.9.1 現在)

世帯数	10,043	+27	出生	14
人口	24,106	+24	死亡	20
(男)	11,407	+15	転入	80
(女)	12,699	+9	転出	50

8月中の 異動状況

今月の主な内容

- おめでとう金婚式 2
- 第1回市民祭宿毛まつり開催 8~9
- 秋のイベント情報 10~11
- 保健介護課からのお知らせ 14

沖の島再発見！

国土交通省の事業により、県外の方を対象とした沖の島モニターツアーを行っています。沖の島の味やレジャーを体感されたツアーの参加者から、貴重な声が寄せられています。(写真：セツ洞)

金婚式

おめでとうございませす



平成18年度金婚夫婦表彰式は、去る9月1日、新ロイヤルホテル四万十(四万十市)で高知新聞企業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は、昭和31年に結婚された方々が多く、戦後の混乱を乗り越え、日本の発展に寄与されるとともに、家庭をしつかりと守ってこられました。

式では、稲田菊芳さん・治代さんご夫婦が、宿毛市の23組のご夫婦を代表して中西市長より表彰状と記念品を受け取られました。表彰を受けたご夫婦は次の方々です。(順不同・敬称略)

- 【小筑紫地区】
- 浦田 晴道・幸子
 - 桑原 清・年子
 - 瀬戸 兼晴・勝代
 - 徳茂 勝夫・幸枝
 - 中地 康雄・朝子
 - 山下 幸雄・美恵子

- 【平田地区】
- 黒石 忠男・マサ子

- 【宿毛地区】
- 稲田 菊芳・治代
 - 岡崎 雅雄・佐代子
 - 小川 泰男・美佐代
 - 押川 鯉久生・繁子
 - 高岡 三十千・睦子
 - 竹村 晴美・恵子
 - 所谷 孝夫・國
 - 所谷 準・三基
 - 山岡 熊雄・末子
 - 吉崎 政夫・マスミ
 - 頼田 幸一・松子

- 【山奈地区】
- 沖本 勲・千恵子
 - 小島 保・和代
 - 段松 一夫・尊子
 - 松田 繁秋・泰子
 - 和田 豊樹・花美



情報コーナー

10月
神無月
October

最低賃金改正のお知らせ

高知労働局では、県内すべての労働者に適用される「高知県最低賃金」を改定し、10月1日から施行します。

このことにより、10月1日以降分として労働者に支払う賃金は、1時間615円以上としなければなりません。

【問い合わせ先】

四万十労働基準監督署
☎0880-3513148

行政書士無料相談

高知県行政書士会幡多支部では、遺言・相続・その他暮らしと官公署にかかわる手続きにつきまして、無料相談会を開催します。

日時 10月7日(土) 10時～16時
場所 四万十市立中央公民館

【問い合わせ先】

事務局担当 河野
☎090-3461-0535

中筋川ダムの洪水対策

中筋川ダムでは、台風による大雨や集中豪雨の洪水調節を平成11年より行っています。また、今年度より新たに、6月16日から10月31日の間「事前放流」として、洪水調節量を増やす運用も行っています。

これにより、8月18日の台風10号による洪水では、中筋川の治水基準地点である磯ノ川地点において洪水の最高水位が、中筋川ダムがなかった場合の推定最高水位と比べ、約39cm程度水位低下されたものとされ、また「事前放流」による水位低減効果は約39cmの内、約14cmあったものと推定されます。

今後の中筋川ダムの洪水調節により、宿毛市東部地区の洪水防止に備えます。

【問い合わせ先】

中筋川総合開発工事事務所
管理課
☎0880-6612501

秋の行政相談週間

10月16日(月)から22日(日)は行政相談週間です。毎日の暮らしの中で、役所の仕事やサービスで、困っていること、分からないことがありませんか。そのようなときは「行政相談」をご利用ください。

相談は無料で、秘密は厳守されます。お気軽にご相談ください。

今月の定例相談日

日時

10月16日(月) 13時～16時

10月17日(火) 13時～16時

場所

宿毛文教センター会議室3

【問い合わせ先】

行政相談委員 松岡陽一

☎ 6610110

【ふれあい保育(体験入園)】

市内の保育園および幼稚園で「ふれあい保育」(体験入園)を行います。

体験入園しても、その園に入園する必要はありません。お気軽に遊びに来てください。

日時

保育園 10月10日(火)

9時30分～11時

幼稚園 10月16日(月)

10時～11時

※時間は必ず守ってください。
※問い合わせは各保育園・幼稚園にお願いします。

公共下水道に加入しましょう

上下水道課
☎ 6311009



宿毛市立墓地公園 使用希望者募集

宿毛市立墓地公園(和田)の使用希望者を次のとおり募集します。

〈墓地詳細〉

区画面積

7.5㎡(間口2.5m×奥行3.0m)

募集区画数

58区画

永代使用料

500,000円

永代管理料

20,600円

使用期間

許可を受けた後永代

〈申し込み〉

対象者

次のいずれかの方

- 宿毛市に住所または本籍を有する方

- 市内に既に祖先の墳墓を有する方

受付期間

10月16日(月)～11月16日(木)

受付場所

環境課(宿毛市役所西庁舎)

持参するもの

- 印鑑

- 住民票(抄本) 1通

- 市外在住者は戸籍抄本1通

※申し込みは、1使用者1区画です。

※希望者多数または希望区画

が重複した場合は抽選となりますのでご了承ください。

【問い合わせ先】
環境課
☎ 6311697

はし拳大会出場チーム大募集

第4回土佐はし拳全日本選手権大会宿毛場所への出場チームを募集します。



日時 11月18日(土)

場所 すくもサニーサイドパーク

※雨天時:和田体育館

参加資格 20歳以上(1チーム3名)

申込締切 10月31日(火)

主催 (社)宿毛市観光協会

※当日は同会場で、「第6回だるま夕日びらき」も開催予定です。皆様のご参加をお待ちしています。

「宿毛湾だるま夕日」及び「宿毛の四季」フォトコンテスト作品募集中

応募規格 カラープリント四切(ワイド四切可)単写真。パネル張り・合成・デジタル処理は不可。

応募点数 制限ありません

締切 平成19年2月20日(火)

主催 (社)宿毛市観光協会

はし拳大会、フォトコンテストへの申し込み・問い合わせは…

商工観光課 ☎ 63-1119

10月は「里親月間」

「あなたを必要としている子どもたちがいます」

さまざまな事情によって親と生活できない子どもたちがいます。そのような子どもに家庭生活を経験させながら養育し、自立を支援する里親を募集しています。里親になることを希望していただける方や関心のある方はご連絡ください。

【問い合わせ先】

高知県幡多児童相談所

☎ 0880-3713159

今年も 来ますよ

— 県立美術館
出張展覧会 —

昨年ご好評をいただきました県立美術館の移動美術館事業「ハローミュージアム」が、今年も宿毛工業高校で開催されることになりました。画集では感じられないことが味わえると思います。皆さんぜひお越しください。



〔日 時〕 11月9日(木)
11時～16時

〔会 場〕 宿毛工業高校体育館

〔観覧料〕 無 料

〔展示作品・作家〕
油彩画

石川寅治、今西中通、牛島憲之、梅原龍三郎、岡鹿之助、幸徳幸衛、坂本繁二郎、筒井広道、西岡瑞穂、藤田太郎、真垣武勝、山口薫、山本茂一郎、山脇信徳

版 画

マルク・シャガール
パブロ・ピカソ

〔問い合わせ先〕

高知県立宿毛工業高等学校
☎ 66-10346

日本司法支援センター 「法テラス」開設

日本司法支援センター「法テラス」は、10月より次の業務を開始します。法的トラブルの解決には、法テラスコールセンターまでお気軽にお電話ください。

● 情報提供

法的トラブルの解決に役立つ情報の無料提供

● 民事法律扶助

資力の乏しい方のための無料相談や裁判費用などの立て替え

● 司法過疎対策

法律サービスを受けることが難しい地域での適切な料金での法律サービスの提供

● 犯罪被害者支援

被害者支援に詳しい弁護士や支援団体などに関する情報の無料提供

● 国選弁護関連業務

国選弁護人を確保し、捜査から裁判まで一貫した国選弁護体制の整備

法テラスコールセンター(10/2)
(一般相談)

☎ 0570-1078374

(犯罪被害者相談)

☎ 0570-1079714

法テラスホームページ(10/2)

<http://www.houterasu.or.jp>

コミュニティ助成事業

コミュニティ助成事業は、宝くじ収入を財源に、(財)自治総合センターが宝くじの普及広報事業としてコミュニティ活動に対して助成するものです。このたび次の3地区へ助成が行われました。

この整備により、更なる地区住民相互のコミュニティ活動または地域の防災力の向上が期待されます。



宝くじは
豊かさ築く
チカラ持ち。

宝くじは、広く社会に還元されています。

● 伊与野地区屋外放送施設整備事業



● 橋上地区子ども和太鼓整備事業



● 貝塚地区自主防災組織育成事業(避難誘導灯など防災用資機材の整備)



〔問い合わせ先〕

企画課
☎ 63-11118

有料広告



高齢者住宅

ひまわり

宿毛市宿毛サギス5342-42
☎ 0880-63-1233

認知症高齢者グループホーム

みずき

宿毛市港南台2丁目9-25
☎ 0880-65-0660

お問い合わせ・ご相談は

有限会社 **ワンカラ**
宿毛市港南台2丁目11-3
☎ 0880-65-7899



コバルト色の夢航路
宿毛 3時間 **佐伯**

(株)宿毛フェリー ☎ 62-11100

乗って残そう
土佐くろしお鉄道
土佐くろしお鉄道(株)
☎ 0880-03-52240



サニーくん サンコちゃん
©やなせたかし/土佐くろしお鉄道



スワンTVに
加入しましょう
☎ 02-08888

市長雑感

高橋正三 甲子清二

うれしかったことに市民から職員がその職務に関しておほめをいただきました。職員としては当然のことをした訳ですが、ご本人は余程うれしかったのでしよう。当然のサービスをして感謝されるような職業はないのではないのでしょうか。私も職員のことをほめられ大変心はずみ、楽しい気分になりました。一方で、まだまだ職員意識を変えていかなければならぬことがたくさんあり、毎週の幹部会でも折に触れて改善を促しています。即やれることの一つに、挨拶・会釈があります。朝・昼夕の挨拶、なんでもないことのようにですが、挨拶を仕合うことの大切さをもう一度考えていきたいと思っています。

朝、たまにですが「早起きソフト」に行きます。決められた日にのみ捨てにも行きます。9月から新学期が始まり、小中学校の生徒が元気良く登校している姿に出会います。「子どもの元気は地域の元気、読み、

書き、そろばん、道徳、体育、倫理をしつかり、明日の日本を担う成人になれよ」といつも心で思っています。この子どもたちに恥ずかしくない大人でありたいとも思っています。朝の道路にはごみがいつも落ちています。多いのがたばこの吸い殻、私の家の前は交差点で車が停車しますが、車の灰皿をそのまま道路にぶちまけていることが時々あります。たばこを吸う人が悪いわけではありません。一部のマナーの悪い人がいるからです。一方でまちをきれいにしようという意識で、毎朝ごみ拾いをする人が散歩をしている方もいます。ありがとうございます。土手の清掃に行くこと必ず、ペットボトルや空き缶、その他のごみをたくさん拾います。自分のまちです。市民一人ひとりがまちをきれいにするとという意識を持つていただき、ごみのポイ捨てをやめ、分別収集に協力いただき、またごみの減量化に努めていただき、微生物を使ってごみを処理して、生ごみをゼロにする取り組みをしていただいている方もいます。駅の落書きや、破壊行為も発生しています。人を悲しませたり困らせるよ

りも、喜んでもらえることをすれば自分も気分が良いと思えます。

9月3日、総合防災訓練。ご参加いただきました皆様、暑い中をありがとうございました。

市内小学校の水泳大会に出ました。夏休みの間に真っ黒に日焼けした児童が、元気に泳いでいる姿を見て頼もしく思いました。



健康のためには、泳ぐ、走る、歩くということが基本です。特に水中歩行は年配の方には膝に無理なく運動ができるのでお勧めです。検診を受けて、たばこ、酒をやめなさいと言われた方が、「両方永年親しんできた嗜好をやめと言われる

と反対にストレスがたまって健康によくない」とおっしゃっていました。ごもつともですが、自分の健康は自分で考え、嗜好の代りに運動を少しずつ生活習慣の中に取り入れて行けばどうでしょうか。

市民の皆様が健康で長生きが最高です。スポーツの秋、読書の秋、種々実りある秋です。自分にとっての実りある秋にしたいものです。

夏休み時にたくさんの方が帰省され、折にふれ訪ねてくださいました。その中で東京芸術大学教授を退官された山岡耕彦先生が同級生と訪問され、音楽に関する種々なことを話してくださいました。大学在学中非常に優秀な方がたくさんおられた。その人たちの更なる才能を伸ばすためにも、地域からの合奏団を形成したい。日本でも稀な合奏団ができるだろうとの「夢」を語っていただきました。私も市として宿毛発の合奏団ができることは素晴らしいことで、山岡先生にお帰り願って才能ある方々を本市で養成し、日本に、世界に発信したい思いになっています。市民の皆様のお知恵をいただきたいと思います。

有料広告



(大深浦・橋上)

問い合わせ先

〒788-0034 宿毛市大深浦686-1

TEL 0880-65-0227

〒788-0047 宿毛市橋上町平野228

TEL 0880-64-0755

代表者 樋口

有料広告

……心の葬祭をお手伝い

葬儀にまつわる事全般、お任せください。

24時間待機 宿毛市錦口1098-2



株式会社 西南葬祭

TEL 0880-65-5858 FAX 0880-65-5131



保険料免除等を受けた期間の追納をおすすめします

国民年金保険料の免除・一部納付・若年者納付猶予制度・学生納付特例制度の承認を受けた期間は、年金の受給資格期間に算入されますが、老齢基礎年金の金額を計算するときには、図1のとおり減額または反映されないこととなっています。

10年以内であればさかのぼって納付すること（追納）ができますので、将来受け取る年金額を満額に近づけるためにも、余裕ができたときに追納することをおすすめします。なお、3年度目から当時の保険料に加算額がつかますのでご注意ください。（図2参照）

休日・時間外の年金相談のお知らせ（10月）

時間外年金相談
10月10日（火） 17時～19時
休日年金相談
10月14日（土） 9時30分～16時
場所
高知社会保険事務局幡多事務所

図2

追納期間	全額免除追納額 (月額)	半額免除追納額 (月額)
平成8年度分*	16,480円	—
平成9年度分	16,260円	—
平成10年度分	16,010円	—
平成11年度分	15,400円	—
平成12年度分	14,800円	—
平成13年度分	14,230円	—
平成14年度分	13,690円	6,840円
平成15年度分	13,490円	6,740円
平成16年度分	13,300円	6,650円
平成17年度分	13,580円	6,790円

*追納できるのは10年以内の分のみになります

図1

保険料納付額	年金額
全額納付	全額
4分の3納付	6分の5
半額納付	3分の2
4分の1免除	2分の1
全額免除	3分の1
若年者納付猶予 学生納付特例	年金額には反映されません
未納	年金額には反映されません 受給資格にも算入されません

年金受給資格期間に算入されます

【問い合わせ先】
高知社会保険事務局幡多事務所
☎088013411616

市政懇談会

去る8月27日、宿毛文教センターにおいて各地区長と市長、助役、収入役、教育長をはじめ、市幹部職員の総勢87人が参加して「平成18年度市政懇談会」が行われました。

会では、地区長連合会各支部の代表から市政に関する22の要望事項や質問等があり、それに対して答弁する市執行部との間で熱心な議論が交わされました。

各支部から出された主な議案は次のとおりです。

- 連合会**
- 市民一斉清掃について
 - 二ノ宮堰、中角堰第一水門改修について
- 小筑紫支部**
- 国道321号線バイパスの早期着工について
- 県道28号線の早期完成について**
- 宿毛支部**
- 自主防災組織格納庫設置場所の確保及び公有地の提供について

- 違法駐車を取り締りについて
- 和田支部**
- 市道二ノ宮野地線の拡幅工事について
 - 松田川小学校の雨漏り対策について
- 橋上支部**
- 県道4号線の早期拡張整備について

- 携帯電話の難聴地域の解消について
- 山奈支部**
- 山田川右岸の堤防のかさ上げと強化について
- 西支部**
- 与市明川路面冠水の早期解決について
 - 宿毛湾港周辺への産業誘致について
- 平田支部**
- 西南中核工業団地の公園整備について
 - 戸内消防屯所上のサイレン及びマイクの移設について

今後も、会で提案された皆さんのご意見を市政運営にできる限り反映させていきたいと考えています。

【問い合わせ先】
総務課
☎6310948

文教センター だより

問い合わせ先
中央公民館 ☎63-2618
宿毛歴史館 ☎63-5496
坂本図書館 ☎63-2654

宿毛市オールド。パワー 文化展のお知らせ

第11回宿毛市オールド。パワー文化展・芸能発表会を次のとおり開催します。

今年も熟年パワーを結集し、歌と踊りのステージやバザーでは手づくり品の販売など内容盛りだくさんです。

皆さんお誘い合わせのうえお越しください。

※作品募集要項は、広報8月号または宿毛文教センターホームページでご覧いただくか、中央公民館でお渡しします。



日時

10月20日(金)～22日(日)

9時～17時

※最終日は16時まで

●バザー(手づくり品の販売)

10月22日(日) 11時～

●女のまつり(芸能発表会)

10月22日(日) 13時～

※もち投げ 16時～

場所 宿毛文教センター

主催 宿毛市老人クラブ

宿毛市文化協会

宿毛市教育委員会

ふれあいらん科学塾 2006が開催され ました

8月20日(日)、文教センター夏の恒例行事である「ふれあいらん科学塾2006」が開催されました。

遊びながら理科や科学の面白さを学ぶことを目的に、会場内には「電気を作ろう」、「ドライアイスの科学」、「テレビ電話体験コーナー」など楽しい実験や工作がずらりと並び、参加者は目を輝かせながら科学の楽しさを見て、触れて、感じていました。

今回のふれあいらんを通して子どもたちが感じた驚きや経験が、理科や科学に関心を持つきっかけになることを期待します。



ご寄付ありがとうございます ございました

永富徳次郎さん・鶴美さんより「ふれあいらん実行委員会」へご寄付をいただきました。

坂本図書館の新刊案内

□はじめてのくさばなあそび

グループ・コロンブス 著/吉田奈美 絵/のら書店



木や草、野菜、花など自然の素材をつかってあそんでみましょう。目で見て、耳で聞いて、においをかいで、さわって、味わって…。春夏秋冬、季節ごとの草花あそびを、イラストや写真でたくさん紹介します。

□旅の記録楽しい残し方

ひぐちあきら 著/朝倉めぐみ 絵/毎日新聞社



準備する・訪れる・思い出す。旅は3度楽しむもの。日記やスケッチブック、写真、旅先で集めたコレクションは、帰ってから整理して、アルバムや小物を上手に使うと残せば、楽しさは何倍にもなる。旅の記録作りのヒントが満載!

□幻のカエル

がけに卵をうむタゴガエル

大木 淳一 写真・文/新日本出版社

□やまおやじ

季節がめぐる命がめぐる

今森 光彦 写真・文/小学館

□ベネチア人にしっぽがはえた日

アンドレア=モレジーニ 作/長野 徹 訳/汐文社

□モーリーのすてきなひ

チンロン・リー・エ/マイケル・ローゼン さく/フレーベル館

□だから、子どもの本は面白い

広瀬 恒子 著/新日本出版社

□地震の時の料理ワザ

グラッと来てもあわてない!

坂本 廣子 著/まつもと きなこ 画/柴田書店

□がんこな肩こり

筋肉の疲労をとり、血行をよくしよう

篠原 克哉 著/小学館

□ぬるい生活

群 ようこ 著/朝日新聞社

第1回 10月7(土)
8(日)
9(祝)
市民祭
宿毛まつり

お待たせしました
「市民祭宿毛まつり」
いよいよ開催です

昨年までの「すくもやけん夏」
「市民祭宿毛まつり」「宿毛ふれあ
いまつり」の3つの大イベントを、
今年からは1度に楽しんでしま
うというものです。
日程は次のとおりです。

交通規制等のお願い

8日(日)は、例年どおり舞踊パ
ードのコースを中心として、一部
全面通行止めを含む交通規制があ
ります。また、メイン会場となる
松田川親水公園への出入り口は1
力所(9ページ略図参照)のみと
なっており、車両の通行はできま
せん。市民の皆さんのご理解とご
協力をお願いします。

なお、花火大会の時間に限り、
「パルス宿毛」および「和田体育
館」の駐車場をご利用いただけま
す。

ボランティア募集

祭りの会場設営から後片付けま
での、清掃を中心とするボランテ
ィアスタッフを募集します。

〔宿毛市総合運動公園〕

7日 8時半～15時
ゲートボール大会

8日 10時～16時半
9日 9時～15時
宿毛ジュニアユース
サッカーフェスティバル

9日 9時～16時
少年剣道大会

〔宿毛市相撲場(和田体育館)〕

8日 9時～16時
少年相撲大会

〔金刀比羅宮〕

7日 9時～12時
こんぴら男

8日 6時～14時 ※餅投げが10時と12時
秋大祭(神事)

〔宿毛市総合社会福祉センター〕

7日 18時～21時
歌謡フェスティバル

〔第3グラウンド(高砂)〕

8日 12時半～16時
グラウンドゴルフ大会

〔こんぴら男〕

各種団体の代表者が旗を持
って金刀比羅宮を目指す競走。
最初にたどり着いた者が今
年の「こんぴら男」になる。

〔宿毛音頭舞踊パレード〕

パレードのコース、審査会
場は例年どおりで変更あり
ません。(9ページ略図参照)

〔ふれあい広場〕

昨年まで宿毛市総合社会福
祉センターで「宿毛ふれあ
いまつり」として行われて
いた、健康、福祉、環境、
地場産業等について市民の
皆さんに関心を深めていた
だくイベントを引き続き行
います。市民の皆さんの生
活に密着した情報の提供や

申し込み・問い合わせ

市民祭宿毛まつり
実行委員会

☎63-3484
社宿毛青年会議所内

〔市街地〕

8日 13時～16時
宿毛音頭舞踊パレード

〔松田川親水公園〕

7日 17時～20時
ストリートダンスショー
&ダンスバトル

8日 11時～14時
ふれあい広場

8日 11時～12時
オープニングセレモニー
もち投げ

8日 12時～12時半、16時半～17時
キャラクターショー

8日 16時～16時半
ブラスバンド演奏会

8日 17時～17時半
舞踊パレード
審査結果発表、表彰



8日 17時半～18時
橋上太鼓

8日 18時～19時
宿毛検定

8日 19時～19時50分
バカヤローコンテスト

8日 19時50分～20時
いごっそ太鼓

8日 20時～21時
花火大会



物品販売等を予定しています。おもな内容は次のとおりです。
●健康相談・福祉バザー・釣堀・わんぱくコーナー(ダーツ、竹細工等)・マイバッグの配布 など

〔キャラクターショー〕
子どもたちに大人気のスーパーヒーロー「轟轟戦隊ボウケンジャー」がやってきます。

〔ブラスバンド演奏会〕
片島中学校吹奏楽部による演奏会。

〔宿毛検定〕
宿毛にちなんだ問題の○×クイズ。優勝者には宿毛の名産品をプレゼント!

〔バカヤローコンテスト〕
吉田茂元首相の発言にちなんだイベント。大声を出して日ごろのストレスを発散しませんか! 大声測定器で順位をつけます。1位～3位、特別賞には賞品を進呈。

8日ステージ時間割

11:00	オープニングセレモニー もち投げ
12:00	キャラクターショー
16:00	ブラスバンド
16:30	キャラクターショー
17:00	パレード表彰
17:30	橋上太鼓
18:00	宿毛検定
19:00	バカヤローコンテスト
19:50	いごっそ太鼓

第16回秋のいけばな展

日時 10月14日(土) 9:30~17:00
10月15日(日) 9:30~16:00
場所 宿毛文教センター

秋のいけばな展を開催します。
皆さんお誘い合わせのうえ、お気軽にご来場ください。

主催 宿毛市華道協和会
後援 宿毛市文化協会

【問い合わせ先】 山崎 昭代 ☎63-3219

秋 や ね え

沖の島アドベンチャーラン(MTB)2006

期日 10月21日(土) 交流会(前夜祭)
22日(日) MTBヒルクライム
場所 沖の島全域

「沖の島アドベンチャーラン」第5弾として、沖の島を丸ごとコースにした、MTB(マウンテンバイク)によるヒルクライムランが開催されます。海拔0mから妹背山山頂(404m)までの自然豊かなコースを島の人情に触れながら楽しみませんか。

コース 約12km
※コース内容は、舗装路、石段、林道、登山道など

定員 MTBヒルクライム 80名
応援・付き添い 20名



参加資格
15歳以上で、妹背山山頂まで完走できる自信のある方

申込締切 10月16日(月)

参加料
MTBヒルクライム 6,500円
(往復の船賃、昼食代、保険料を含む)
応援・付き添い 4,000円
(往復の船賃、昼食代、自転車持ち込みは+500円)
※交流会(前夜祭)に参加希望の方は別途料金が必要です。

申込方法
参加申込書と参加料を添えて下記まで申し込みください。<http://www1.quolia.com/keita/>
※必要書類はこちらからダウンロードできます。

主催 沖の島アドベンチャーラン実行委員会
共催 沖の島観光協会、宿毛元気クラブ、宿毛市体育協会、宿毛市、宿毛市教育委員会

【申し込み・問い合わせ先】
中央公民館 ☎63-2618

大深浦 仁井田神社 日引神社 秋祭り

日時 10月29日(日) 12:00スタート
場所 大深浦集会所広場

大深浦にある仁井田神社、日引神社の秋祭りを行います。皆さんお誘い合わせのうえぜひお越しください。

【問い合わせ先】
大深浦区長 中西 ☎65-7619

内容
・神事
・子どもみこし
・に組獅子舞
・子ども獅子舞
・大深浦豊年神楽
・おぶかマンショー
・模擬店
※都合により一部内容に変更がある場合があります。

寒蘭の里 とさ宿毛展示大会

日時 11月4日(土)・11月5日(日)

場所 和田体育館

宿毛市花として寒蘭を見つめ直し、今後宿毛市が「寒蘭の里」として発展することを願い、今年度も寒蘭の里 とさ宿毛展示大会を開催します。自然石の展示、物産展、即売コーナーもあります。多くの皆様のご来場をお待ちしています。

日程 搬入11月4日(土) 8:00~11:00
審査11月4日(土) 11:00~13:00
展示11月4日(土) 13:00~17:00
11月5日(日) 8:00~15:00
表彰11月5日(日) 15:00~16:00

部門 紅、紅無点、黄、桃、白・素芯、青、青無点、青々、サラサ・サラサ無点、柄物、小品鉢、豊雪、日光、全13部門
賞 特別賞、銀賞、銅賞、入賞など

主催 寒蘭の里とさ宿毛展示大会実行委員会
共催 土佐愛蘭会宿毛支部
宿毛愛石玉水会

【問い合わせ先】
商工観光課 ☎63-1119

とれとれ市 -みなとオアシス宿毛-

日時 11月4日(土) 9:30~15:00

場所 宿毛湾漁協片島市場周辺

「みなと」を地域交流の拠点とし、住民参加型の継続的な地域おこしを行う活動の一環として、昨年開催した「とれとれ市」を今年も次のとおり開催します。皆さんぜひお越しください。

主なイベント

- ・ちばさん市場…宿毛で獲れた新鮮な魚、野菜を格安で販売
- ・お楽しみコーナー…卵やお菓子のつかみ取り 等

出店者募集

※ちばさん市場への出店者を募集しています。希望される方は下記までご連絡ください。
出店料:1小間(約1.8m×奥行0.9m=約1.6㎡)
につき2,000円

【申し込み・問い合わせ先】

「みなとオアシス宿毛」実行委員会事務局
(企画課内) ☎63-1118

映画上映会

日時 11月19日(日) 1回目 13:30~
2回目 18:30~

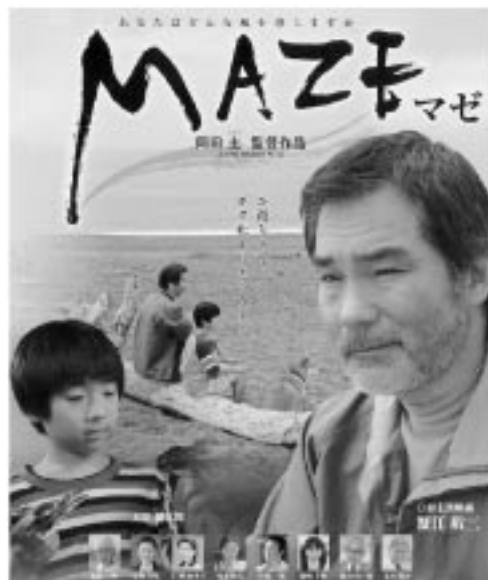
場所 宿毛市総合社会福祉センター

宿毛市各種女性団体の会により映画「マゼ」の上映会を企画しました。多くの皆さんにご鑑賞いただきますようご案内します。

入場料 大人 1,000円
小・中・高校生 200円
小学生以下 無料

主催 マゼを観る会(宿毛市各種女性団体の会)
後援 宿毛市、宿毛市教育委員会

【問い合わせ先】
中央公民館 ☎63-2618



出
か
け
て
み
ん
か
い

宿毛市行事予定表

平成18年 10月

開催日	行 事 名	時 間	場 所	問 い 合 わ せ 先
1(日)	松田川杯 小学生ソフトボール大会 宿毛市体育協会 ミックスバレーボール大会	9時	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎66-1467
3(火)	社会保険・年金出張相談	10時	市役所 第1会議室 (当日、市民課で受付)	市 民 課 ☎63-1112
4(水)	タッチラグビー体験会	19時	平田公園多目的広場 (工業団地内)	総合運動公園 ☎66-1467
6(金)	第42回 宿毛市美術展覧会 ～10日(火)	9時	宿毛文教センター	中央公民館 ☎63-2618
7(土)	幡多地区中学 バレーボール新人予選会 ～9日(月)	9時	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎66-1467
7(土) ～9(月)	第1回市民祭宿毛まつりに関する行事内容は8・9ページをご覧ください。			
10(火)	ふれあい保育(体験入園)	9時30分	市内 各保育園	各保育園
11(水)	第42回 宿毛市美術展覧会 表彰式	10時	宿毛文教センター	中央公民館 ☎63-2618
12(木)	幡多地区中学校陸上競技大会 夜間市税納付窓口開設日	9時 17時15分	宿毛市総合運動公園 市役所 税務課	総合運動公園 ☎66-1467 税 務 課 ☎63-1115
13(金)	第32回 宿毛市老人・身障者体育大会 RKC杯少年サッカー大会 ～15日(日)	10時 9時	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎66-1467
14(土)	秋のいけばな展(宿毛市華道協和会) ～15日(日)	9時30分	宿毛文教センター	山崎 昭代 ☎63-3219
16(月)	ふれあい保育(体験入園) 行政相談「定例相談日」	10時 13時	宿毛幼稚園 宿毛文教センター 会議室3	宿毛幼稚園 ☎63-2914 行政相談委員 松岡 陽一 ☎66-0110

2006 秋季スポーツ教室

	対 象 者	開 催 日	時 間	参 加 料	指 導 者	会 場	問 い 合 わ せ 先
ボールゲームと なわとびなど	小学生以上	10/18・25 11/1・8・15・22・29 12/6・13	15:00 ～ 16:30	高校生以上 1,000円 中学生以下 500円 ※2回目からは無料	・体育協会 ・スポーツクラブ指導者	和田体育館	総合型地域スポーツ クラブ「スポレクすくも」 ☎66-1467
ラジオ体操	どなたでも参加 できます	毎週月・水・金曜日	6:30 ～ 7:30	無 料	・つくし振興会 ・体育協会 ・スポーツクラブ指導者	もくもく広場 (小筑紫)	つくし振興会(小海) ☎67-0601

- 参加料にはスポーツ傷害共済加入費を含みます。
- 【ボールゲームとなわとびなど】への申し込みは、できるだけ10/13(金)までに宿毛市総合運動公園(☎66-1467)までお電話ください。
※直接会場で申し込んでもかまいません。途中参加もできます。
- 【ボールゲームとなわとびなど】への参加には、スポーツのできる服装と体育館シューズ(上履き)を用意ください。

29 (日)	28 (土)	26 (木)	24 (火)	23 (月)	22 (日)	21 (土)	20 (金)	18 (水)	17 (火)										
大深浦(仁井田神社・白引神社)秋祭り 12時	西部支部少年サッカー大会 9時	第31回 幡多郡秋季卓球選手権大会 9時	宿毛・中村・土佐清水青年会議所合同 男女交流会 17時30分	幡多小学生陸上大会 幡多陸上記録会 9時	夜間市税納付窓口開設日 17時15分	心の健康相談 13時30分	防災講演会「女性の視点で考える防災」 講師・国崎 信江氏(危機管理対策アドバイザー) 19時	第11回 宿毛市オールドパワー文化展 バザー・女のまつり(芸能発表会) 11時	宿毛市体育協会 家庭婦人バレーボール夏季大会 9時	沖の島アドベンチャー (MTB) 2006 9時	休日市税納付窓口開設日 9時	宿毛市・大月町中学校駅伝大会 9時	第11回 宿毛市オールドパワー文化展 作品展 22日(日) 9時	あいさつ・声かけ運動日 19時	タッチラグビー体験会 13時30分	心の健康相談 13時	社会保険・年金出張相談 10時	宿毛市小学校陸上記録会 9時	
大深浦集会所広場	宿毛市総合運動公園	宿毛市総合運動公園	秋沢ホテル	宿毛市総合運動公園	市役所 税務課	幡多福祉保健所	宿毛文教センター	宿毛文教センター	宿毛市総合運動公園	沖の島全域	市役所 税務課	宿毛市総合運動公園	宿毛文教センター	市内全域 (工業団地内)	平田公園 多目的広場 (工業団地内)	幡多福祉保健所 会議室3	宿毛文教センター 会議室3	市役所 第1会議室 (当日、市民課で受付)	宿毛市総合運動公園
大深浦区長(中西) ☎65-7619	総合運動公園 ☎66-1467	(社)宿毛青年会議所 ☎63-3484	総合運動公園 ☎66-1467	総合運動公園 ☎66-1467	税務課 ☎63-1115	幡多福祉保健所 ☎0880-3415124	宿毛商工会議所 ☎63-3123	中央公民館 ☎63-2618	総合運動公園 ☎66-1467	中央公民館 ☎63-2618	税務課 ☎63-1115	総合運動公園 ☎66-1467	中央公民館 ☎63-2618	宿毛市教育研究所 ☎63-1127	総合運動公園 ☎66-1467	幡多福祉保健所 ☎0880-3415124	行政相談委員 松岡 陽一 ☎66-0110	市民課 ☎63-1112	総合運動公園 ☎66-1467

納期限

市・県民税 3期

国 保 税 4期

介護保険料 4期

10/31 (火)


休日市税納付窓口開設日

月	日	場 所	開設時間
10	22(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	12(木)	市役所 税務課	17:15~19:00
	26(木)	〃	〃

高知けいば  **10月 1、14、15、21、22、28、29**

インフルエンザ予防接種が始まります！

インフルエンザは高齢者が発病すると肺炎等の合併症を引き起こす確率が高く、命にかかわる病気です。次の対象者のうち希望される方は、実施期間内に医療機関で一部公費負担により、インフルエンザ予防接種を受けることができます。※64歳以下の方は従来どおり任意接種としてどの医療機関でも受けられます。

実施期間

10月1日(日)～12月31日(日)

※ただし、委託医療機関の休診日は除きます。

接種料金

自己負担額は、1,000円です。

※公費負担で接種できるのは、実施期間中の1回だけです。

※生活保護受給者についてはあらかじめ福祉事務所で免除申請を行えば、自己負担金は免除となります。

対象者

高知県内の市町村に住民登録または外国人登録している方であって、次の①または②のいずれかに該当する方。

①65歳以上の方

②60歳以上65歳未満の方であって、心臓、腎臓または呼吸器の機能に自己の身の辺の日常生活が極度に制限される程度の障害を有する方およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方（いずれも身体障害者手帳1級相当）

※該当年齢確認のため、必ず身分証明書（運転免許証、保険証、身体障害者手帳等）をお持ちください。

接種機関

高知県内の受託医療機関

※事前に希望される医療機関に接種日時等をご確認ください。

基本健康診査はあと2回です！

基本健康診査は高血圧症・糖尿病・心臓病など生活習慣病の早期発見、早期治療に有効です。今年度、一度も健康診査を受ける機会がなかった方のために下記日程で基本健康診査を実施します。ぜひ受診してください。

日時・場所

10月13日(金) 東部農村環境改善センター(平田町)
受付時間 9:00～10:30

10月23日(月) 宿毛市総合社会福祉センター(高砂)
受付時間 9:00～10:30
13:30～14:30

自己負担額

40歳～69歳:1,000円 70歳以上:300円

※生活保護受給世帯は福祉事務所で手続きをすると免除されます。受診会場に発行された免除証明書をご持参ください。

検査内容

身体計測・検尿（糖、たんぱく、潜血）・問診・血圧測定・血液検査（肝機能・腎機能、血糖検査など）を基本とし、医師が必要とした方には、その他の検査を行います。また、65歳以上の方には基本健康診査に加え、生活機能チェックの問診と必要な方には体力測定やアルブミン検査（栄養状態）を加えたはつらつ健診を実施しています。

申込方法

事前に保健介護課までお電話ください。

大腸がん検診が始まります！

大腸がんは食生活の欧米化に伴って年々増え、今後がん死亡率の第一位になると予想されます。大腸がんの初期は、ほとんど自覚症状がありません。検便による簡単な検査です。ぜひ受診してください。

日時・場所

15ページをご覧ください。

自己負担額

40歳～69歳:500円 70歳以上:200円

※生活保護世帯の方で、免除証明書を持参された方は免除されます。

対象者

40歳以上の方

検査方法

検便により、肉眼ではわからないような便の中に含まれる血液を検査します。

検査の流れ

①検診の申し込み

②検査容器の受け取り

③採便後、回収日に指定場所へ持参

※血液反応のあった方（陽性）のみ、保健師の訪問または郵送にてご連絡します。

※本人が来られない場合は、代理の方が容器の受け取りや提出をすることも可能です。



定期的に健康診査を受けることで自覚症状がない段階でも、病気の出すかすかなサイン（異常値）を見つけることができます。病気の予防・早期発見・早期治療のため、年に1度は定期健診を受けることが大切です。

このページに関する
申し込み・問い合わせは…
保健介護課保健衛生係
☎63-1113

11月の保健衛生事業

※大腸がん検診については12月の予定も掲載しています。



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
8(水)	宿毛市総合社会福祉センター	12:30～14:00
22(水)	〃	12:30～14:00

[1歳6か月児健康診査]

対象児(平成17年3月～4月生)に個人通知します

日	場 所	受 付 時 間
15(水)	宿毛市総合社会福祉センター	12:30～14:00

[離乳食講習会]

日	場 所	実 施 時 間
17(金)	宿毛文教センター	13:30～15:30

[子育て広場]

日	場 所	実 施 時 間
7(火)	宿毛文教センター	9:30～11:30
16(木)	西町公会堂	9:30～11:30

[赤ちゃん広場]

日	場 所	実 施 時 間
6(月)	東部農村環境改善センター	9:30～11:30
28(火)	小筑紫基盤集落センター	9:30～11:30



成人保健 各種健診・健康相談はどこでも受けることができます。

各種健診

平成18年度実施の健康診査等の申し込みをされていない方は、実施日までに早めに保健介護課まで申し込みしてください。

[大腸がん検診]

日	場 所	集 合 時 間
6(月)	沖の島開発総合センター	9:00
	すくも湾漁協 弘瀬出張所	11:00
7(火)	正和隣保館	10:00
	橋上生活改善センター	14:00
14(火)	小筑紫基幹集落センター	10:00
	高知県宿毛漁業指導所(湊)	14:00
16(木)	宿毛文教センター	10:00
		14:00
21(火)	宿毛市総合社会福祉センター	10:00
	片島公民館	14:00
12月4(月)	鵜来島小中学校	9:00
5(火)	宇須々木公民館	10:00
	西町公会堂	14:00
12(火)	東部支所	10:00
	東部農村環境改善センター	14:00

[乳がん検診(マンモグラフィ)]

日	場 所	受 付 時 間
16(木)	幡多健診センター	※
	片島公民館	
17(金)	大島老人憩いの家	

※人数制限があるため予約制です。受付時間は個人通知でお知らせします。

健康相談

毎回、血圧測定のほか、ミニ講話、介護予防を目的とした簡単な体操を実施しますので、健康手帳とタオル、水等を持参してください。

日	場 所	実 施 時 間
2(木)	鵜来島小中学校	8:30～11:00
6(月)	大島公民館	※11:00～14:00
7(火)	湊集会所	13:30～15:00
13(月)	中角集会所	13:30～15:00
16(木)	手代岡隣保館	9:30～10:30
17(金)	鵜来島小中学校	8:30～11:00
21(火)	宿毛文教センター	13:30～15:00
22(水)	古屋野老人憩いの家	9:30～10:30
30(木)	貝礎隣保館	10:00～11:00
	大海老人憩いの家	13:30～15:00

※栄養教室を行うため、通常と実施時間が異なりますのでご注意ください。



犬の引取り

日	場 所	引 取 時 間
14(火)	宿毛市役所	10:10～10:20

【問い合わせ先】 保健介護課保健衛生係

☎63-1113

宿毛市総合防災訓練が行われました



9月3日(日)、防災関係機関や自主防災組織などから約1,800人が参加して、宿毛市総合防災訓練が湾港新港岸壁埠頭用地などで行われました。

当日は、各地域での津波避難訓練や沖の島地区の避難訓練、水防工法訓練、婦人消防隊による消火訓練、自主防災組織の倒壊家屋救出訓練など、さまざまな訓練が行われました。その他にも、市民の方が参加できる救急フェア、煙体験コーナーなどが実施され多くの方々に参加していただきました。

「天災は忘れたころにやってくる」という言葉があるように、常に防災の意識を持って、災害に備えることが大切です。

今後も地域で行われる防災訓練には、皆さん積極的に参加しましょう。

【問い合わせ先】

総務課危機管理係

☎ 63-1111

防災講演会

～女性の視点で考える防災～

宿毛商工会議所では、市民の皆さんの日頃からの防災対策の認識を深めていただくため、危機管理対策アドバイザー 国崎信江氏をお招きし、防災講演会を開催します。講演会では、女性として、母としての視点から防災対策についてお話ししていただきます。多くの皆様のご参加をお待ちしています。



国崎 信江 氏

日時

10月23日(月)
19時～20時30分
(開場18時30分)

場所

宿毛文教センター
多目的ホール

演題

女性の視点で考える防災

講師

危機管理対策アドバイザー
国崎 信江 氏

入場料

無料

【問い合わせ先】

宿毛商工会議所

☎ 63-13123

【所属組織】内閣府「中央防災会議 首都直下地震避難対策等専門調査会」専門委員、内閣府所管「防災教育チャレンジプラン実行委員会」実行員、社団法人土木学会「巨大地震災害への対応検討特別委員会」委員 ほか多数

発行／宿毛市 編集／企画課 ☎63-1118
平成18年10月1日発行(毎月1日発行)