



公民館サークル「リフレッシュ歌謡体操」で、曲に合わせて体を動かし、心身ともにリフレッシュ。中央公民館では、皆さんのふれあいや学習の場となるさまざまなサークル活動を支援しています。受講者を募集していますので、16～17ページをご覧ください。

今月の主な内容

- 平成27年度行政方針 ……2～5
- 第1回宿毛マラソン ……10～11
- 産業祭 ………………14

人のうごき

(27.3.1現在)

	前月比	2月中の異動状況
世帯数	10,208	-1 出生 8
人口	21,858	-10 死亡 27
(男)	10,263	-5 転入 45
(女)	11,595	-5 転出 36



平成27年度 行政方針 （抜粋）

平成27年度行政方針を抜粋してお知らせします。

地方創生

「地方における安定した雇用を創出する」、「地方への新しい人の流れをつくる」、「若い世代の結婚・出産・子育ての希望をかなえる」、「時代に合った地域をつくり安心な暮らしを守る」とともに、地域と地域を連携する」という4つの基本目標のもとで、市民代表や産業界、金融機関、労働団体、メディアなど広く関係者の意見を反映した、宿毛市まち・ひと・しごと創生総合戦略を策定します。その先行的取り組みとして、地域活性化・地域住民生活等緊急支援のための交付金を活用した事業を行います。

防災対策

南海トラフ巨大地震対策については、ハード対策として、津波の避難道や避難場所などの整備を77カ所、主要な津波

避難場所への防災備蓄倉庫の設置を49カ所、加えて、宿毛市総合社会福祉センター屋上および高知はた農業協同組合宿毛支所屋上に屋外階段を整備し、津波避難ビルとして指定しました。

一方、ソフト対策として、「地域防災計画」や「津波避難計画」の見直しをはじめ、「業務継続計画」、「職員初動マニュアル」および「避難所運営マニュアル」などの各種計画の策定、さらに、避難場所・避難ビルなどを地図上に示した「津波ハザードマップ」を、市民の皆さんに配布しました。また、避難所への備蓄対策についても、毛布・簡易トイレなどの生活用品に加え、水・食料の備蓄も開始したところです。

また、本市は、地震発生時の地盤沈降により、津波がおさまった後も広範囲の長期浸水が想定されているため、国・県・市で組織する「宿毛市長期浸水対策検討会」において、堤防の耐震化や、かさ上げな

どの具体的な対策を講じていくことを予定しています。

住宅耐震については、本年度から耐震診断費用の個人負担3千円を無料化するとともに、戸別訪問を実施して耐震改修の必要性を積極的に働きかけていきます。

教育環境の整備

宿毛小学校の改築については、昨年度は、移転候補地として、萩原地区の高台の整備に向けて調査をしていましたが、当該候補地については早期の整備が困難と判断せざるを得ない状況となったことから、現在地を改築候補地として基礎調査を実施しました。本年度も引き続き、現在地を改築候補地として検討を進め、早期の改築に向け取り組んでいきます。

耐震性が確保されていない学校施設については、子どもの安全を確保するために、本年度中に耐震化が図れるように取り組んでいきます。

企業誘致

高知西南中核工業団地内の(株)グリーン・エネルギー研究所の木質ペレット製造施設およびバイオマス発電施設は、本年1月に竣工し、本格的に事業が進められています。同社の進出により新たに29名の雇用が生まれるとともに、これまで利用されていなかった除間伐材などの資源が有効活用されることにより、幡多地域全体の林業振興や運送業への雇用など、多様な効果を期待しています。今後は、昨年度に地域振興のために連携協定を締結した金融機関などからの情報提供やご支援をいただく中で、県とも連携し、高知西南中核工業団地や宿毛湾港工業流通団地などへの新たな企業の誘致に取り組んでいきます。

産業振興

農業については、国において、農業構造改革のための新たな政策が進められており、それ

らの制度を有効に活用しながら、本市の農業を維持・向上する取り組みを進めていきます。また、本年度も引き続き、農地中間管理機構と連携を図り、農地の集積や集落営農組織の組織化の推進を図るとともに、新規就農研修支援事業や青年就農給付金の実施により、重要な課題である後継者の育成・支援に取り組んでいきます。

畜産業については、畜産物価格の下落傾向が続く中、餌料価格は依然として高い水準で推移し、経営は非常に厳しい状況となっています。今後とも、疾病予防対策や所得向上に向けて関係機関と連携し取り組んでいきます。

林業については、厳しい状況が続く中で、(株)グリーン・エネルギー研究所の木質ペレットの製造施設および木質バイオマス発電施設の操業開始により、大きな木材の需要が見込まれているのは明るい材料です。本市としては、発電事業などの原材料となる木材の安定的な供給のため、県をはじめ関係機関と連携を図る中で支援していきたくと考えています。また、自伐林家などの小規模事業者や一般の方々からも買い取りを行っており、

「副業型林業への従事」への展開により、農林業の振興や鳥獣害対策にも効果があるものと大きく期待をしています。

水産業については、漁業者の所得向上や経営の安定化を図るため、魚価の向上を目指し、地産外商の推進と販路拡大に関係機関と連携を図りながら取り組んでいきます。本年度の具体的な取り組みとしては、県・市・漁協および漁業関係者により設立した「宿毛湾養殖魚外商推進協議会」を中心として、国内外における養殖魚の外商推進に向け引き続き取り組んでいきます。また、宿毛湾の豊かな水産資源を維持するための放流事業や、サンゴ礁を保護するためのオニヒトデや巻貝の駆除および藻場の造成などの環境保全活動に対して継続して支援していきます。水産業全体の課題である漁業後継者の育成についても、新たに漁業者を志す研修生が自立するまでの支援を継続して行います。

本市の地域資源を活用した6次産業化の取り組みについては、これまでも高知県産業振興計画地域アクションプランに位置付け、施設整備や販路拡大に向けて事業者と連携を図りながら、取り組みを進

めてきました。その結果として、直七関連製品が、一昨年に大手量販店の年末ギフト商品に採用され、引き続き昨年の夏ギフトにも採用されるなど、全国的な商品として着実に成果が上がってきています。

今後においても、引き続き関係事業者と連携を図りながら、宿毛発の商品の販路拡大などに行政としても精一杯の支援を行っていきます。

産業祭については、第3回は時期を変更し、キビナゴや夏夏など、宿毛の代表的な特産品のシーズンでもある春に開催することにより、今までの産業祭とは違う春の宿毛の旬を皆さんに感じていただくなど、さらに、本市の産業・魅力を十分に発信できる産業祭にしていきます。

ふるさと納税制度

地方創生の一つの政策としてあげられており、現在注目されている「ふるさと納税」については、これまで10万円未満の寄附をしていた方には、3千円相当の特産品を、10万円以上の寄附をしていただいた方には8千円相当の特産品を返礼品としてお贈りしてきました。

本年度からは、返礼品の充実を図るため、現在の2区分から6区分に変更し、特色のある地

元特産品をお贈りするよう準備をしています。

返礼品としてお贈りする特産品は、公募により多くの本市の商品を揃えていきたいと考えていますので、市民、事業者の皆さんに積極的に参加していただきたいと考えています。また、ふるさと納税ポータルサイトを活用して、これまで以上に多くのの方々

商工業

景気の回復は、地方では実感しにくい状況にあり、本市の商工業を取り巻く環境においても、消費の低迷や設備投資意欲の減退など、厳しい状況にあります。引き続き宿毛商工会議所と連携を図り、商工業の振興に努めていきます。

また、地域の消費喚起施策として地域住民生活等緊急支援のための交付金を活用したプレミアム付商品券の発行を宿毛商工会議所と連携して行います。

交通運輸体系の維持、確保

土佐くろしお鉄道や市町村間を結ぶバス路線については、県や幡多地域の市町村と連携して、利用促進の取り組みや、経営の安定化に向けた財政支援を行っています。今後も、関係市町村などと連携し、鉄道やバス路線の維持・確保に向けて支援していきます。

中山間地域においては、平成25年度から平成26年度にかけて、公共交通の空白地域で実証運行を行いました。本年度は、実証運行の分析結果を踏まえ、さらに地域の声を直接お聞きし、その地域に合致した運行体制や財政負担などを総合的に検証する中で、持続可能な公共交通の確保に努めていきます。

宿毛佐伯航路については、四国西南地域と九州を結ぶ重要な航路であることから、今後も、維持存続のため、高知県や大分県、関係市町村とともに利用促進などの支援を継続していきます。

観光

(一社)宿毛市観光協会との連携を引き続き強化し、だるま夕日や篠山はもとより、本市の大きなアピールポイントである「海」に着目した、宿

毛湾のチヌ釣りや沖の島・鶴来島のグレ釣り、海洋レジャーなどの事業のほか、広域的な観光として幡多広域観光協議会を中心に、関係者が一丸となって教育旅行や一般旅行の誘致にも取り組んでいきます。

「市民祭宿毛まつり」については、10回目の節目を迎えます。実行委員会を主体に内容の充実を図り、皆さんに心から楽しんで参加してもらえようという節目にふさわしい催しになるよう努めます。

総合運動公園をはじめとするスポーツ施設を利用する入込客は、経済波及効果が高いものとなっており、引き続きキャンプ誘致やスポーツ大会の開催について支援を行っていきます。新たなマラソン大会については、市民の皆さんにもご協力いただき運営方法などを見直し、第1回宿毛マラソンとして4月18日に開催することになりました。

宿毛湾港

池島地区にて港内の静穏度を確保し、安全で効率的な港湾物流機能、大型客船などの寄港による地域振興に資することを目的に、平成21年度から第2防波堤の整備が進められており、平成28年度完成を

目指しています。利活用については、背後地にある宿毛湾港工業流通団地への企業誘致やクルーズ客船の寄港誘致を行います。また、近年は、全国各地で外国船の寄港が多くなっているため、宿毛湾港への外国船寄港誘致についても取り組んでいきたいと考えています。客船の寄港は、観光資源や特産品などの地元産品をPRする絶好の機会であり、今後も、地元産品の販売促進に積極的に活用していきます。

道路整備

四国8の字ネットワークの高速度路網については、昨年からは和田地区で中村宿毛道路の宿毛インターチェンジの工事に着手し、開通に向けて着実に進んでいます。未計画区間の宿毛市内海間については、引き続き早期事業化に向け、関係市町村と連携し取り組んでいきます。また、国道、県道の整備促進については、地域の要望が早期に実現できるよう、引き続き関係機関へ要請していきます。

市道については、部分的な補修など暫定的な改修のみでなく、一体的な改修も視野に入れ、施設の長寿命化を図るための調査・点検を実施する中で、緊急性、優先度を十分勘案し、計画的に

整備していきます。具体的な路線としては、四季の丘入り口にある新田1号線の廻角橋の物件移転調査を行い、整備に向けて取り組んでいきます。

水道事業

安心安全な水道水の提供を行うため、計画的な配水管などの布設替えなど施設整備に努めます。本年度は、市道宿毛団地7号線ほか2路線の配水管布設替えなどを行います。また、より効率的に水道事業を行うため、本年度からの2カ年間で、北部簡易水道を東部簡易水道に、小筑紫簡易水道を上水道に統合することとしています。

下水道事業

「水洗便所等改造資金利子補給」制度や、昨年度から実施している加入後1年間、下水道使用料を免除するキャンペーンを引き続き実施し、下水道への加入促進を図ります。また、雨水対策として、国の「下水道長寿命化支援制度」を活用し、宿毛ポンプ場の機械電気設備の長寿命化を図り、市街地の浸水防除に努めていきます。

市営住宅

平成25年度に「宿毛市公営住宅等再編計画」、平成26年度には手代岡地区改良住宅の基本計画及び基本設計を策定しました。

本年度は、その基本設計をもとに実施設計を行い、整備に向けて取り組んでいきます。また、既存の市営住宅についても、適切な改修・維持保全に努めていきます。

生活環境

幡多クリーンセンターへのごみの持ち込み量は、微増傾向にあり、処理費用として年間で約1億4千万円の負担をしており、この費用負担を少しでも削減することが必要と考えています。このため、本年度についても、「ごみの発生抑制、再資源化、再利用」の積極的な啓発活動や、家庭用電気式生ごみ処理機などの購入者に対する補助制度など、ごみ縮減に向けた取り組みを引き続き実施します。また、環境保全への取り組みについては、市民の皆さんにご協力をいただく中、「宿毛市クリーンデー」を年2回実施するとともに、不法投棄や野焼きの防止のためパトロールを行います。

福祉

地域福祉や高齢者・障害者福祉については、「宿毛市地域福祉計画」や「第6期宿毛市高齢者保健福祉計画」、「幡多西部障害者計画」などに基つき、住み慣れた地域で安心して生活が出来るような地域社会の実現を目指して取り組み、今後も福祉施策の充実に努めます。

児童福祉については、各種児童福祉施策およびひとり親世帯への支援を推進し、子どもたちが心身ともに健やかに育まれるよう子育て環境の充実に努めます。

保育所については、子ども・子育て支援新制度のスタートに伴い、昨年度に策定した「宿毛市子ども・子育て支援事業計画」に基づき、子育て支援を推進していきます。

生活困窮者については、生活困窮者自立支援法の施行に伴い、宿毛市社会福祉協議会に相談窓口と相談支援員を配置し、支援対象者が地域社会の一員として自立した生活を営むことが出来るよう事業を展開していきます。

人権

引き続き、部落差別をなくする強調旬間や人権週間期間

中の人権啓発講演会、保育園・小・中学校保護者を対象とした学習会などあらゆる機会を通して、人権意識の高揚を図り、市民一人ひとりの人権が尊重される差別のない社会の実現を目指した取り組みを進めます。また、住宅新築資金等償還事業については、個々の事案を精査し、法的措置を含め早期解消に向け取り組んでいきます。

保健事業

母子保健事業については、少子化対策の一環として、妊産婦が安心して出産できるよう、妊婦一般健康診査の公費負担を継続します。

健診事業については、「宿毛市国民健康保険第2期特定健康診査等実施計画」の達成に向け、特定健康診査の受診率の向上に向けた取り組みと、食生活、運動の指導を実施します。また、各種がん検診においても、受診率向上に努めていきます。

精神保健事業については、相談窓口の周知を図り「こころの相談業務」を継続する中で、意識啓発や人材育成を進めるなど、自殺予防活動や社会参加を促進する活動を支援します。

介護保険事業については、「第6期宿毛市介護保険事業計画」に基づいて、さらなる地域包括

ケアシステム構築の推進を行い、安定的な運営に努めていきます。

介護予防事業については、高齢者が地域で生きがいを持って生活が続けられるよう、介護予防や健康づくりに取り組みむ自主グループの育成など、誰もが参加できる介護予防の推進を図ります。

特別養護老人ホーム千寿園については、平成29年度から指定管理者に移行ができるように努めていきます。

国民健康保険事業

本市では、平成19年度から、不足する歳入を補うために、国民健康保険事業財政調整基金を取り崩して収支を保っている状況が続いており、平成26年度決算の見込みでは、財政調整基金を全額取り崩してもなお財源不足となる可能性が極めて高く、繰り上げ充用も避けられない状況です。今後についても、国の動向を注視するとともに、医療費の適正化の取り組みや適正な賦課、さらなる徴収率の向上に努めます。

**人口動態職業・産業調査
にご協力をお願いします**

国勢調査の行われる年度に出生・死亡・死産・婚姻および離婚の各届書を届け出られる場合は、各届書に職業などの記入をお願いします。届け出は厚生労働省の実施する「人口動態調査」にも活用され、調査結果は、公衆衛生、社会福祉など各施策の基礎資料として活用されます。

皆さんのご理解、ご協力をお願いします。

【問い合わせ先】

市民課市民係
☎63-11112

**特別児童扶養手当および
特別障害者手当などの手
当額改定のお知らせ**

特別児童扶養手当などの各手当については、毎年の消費者物価指数の変動に応じて手当額を改定するスライド措置が取られています。平成27年度の手当額については、

2・4%の引き上げとなりました。なお、改定後の各手当額は表のとおりです。また、受給者には個別にお知らせします。

手当の種類	改定前 (平成27年3月分まで)	改定後 (平成27年4月分から)
特別児童扶養手当(1級)	49,900円	51,100円
特別児童扶養手当(2級)	33,230円	34,030円
特別障害者手当	26,000円	26,620円
障害児福祉手当	14,140円	14,480円
経過的福祉手当	14,140円	14,480円

**障害者手帳のカバーの色や
サイズの統一化について**

高知県で交付している障害のある方が各種福祉サービスを受ける際に利用する身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳の3つの障害者手帳については、平成26年度まで、それぞれの手帳のカバーの色やサイズが異なっていました。

このたび、障害者手帳の取得や利用を促し、障害のある方の社会参加や民間サービスの向上などを促進することを目的として、平成27年4月からこれらの障害者手帳のカバーの色やサイズを統一することとしましたのでお知らせします。新規交付、有期再認定、紛失などによる手帳交付時に順次切り替えますが、希望者については、随時切り替えに対応します。

【問い合わせ先】

福祉事務所高齢者・障害福祉係
☎63-11114

詳しい内容や申請方法については、福祉事務所高齢者・障害福祉係までお気軽にお問合せください。

【問い合わせ先】

福祉事務所高齢者・障害福祉係
☎63-11114

**プレミアム付商品券取扱
店募集**

宿毛市では、市内でのお買い物の際、お得に利用できる「プレミアム付商品券」の販売を予定しています。

そこで、プレミアム付商品券を利用できる店舗・事業者を募集します。消費者の皆さんが、多くの店舗・サービスでご利用していただけるよう、ご協力をよろしくお願いします。

詳しくは、宿毛商工会議所までお問い合わせください。

【問い合わせ先】

宿毛商工会議所
☎63-33123

**家庭用生ごみ処理機購入
費補助金について**

家庭から排出される生ごみの減量化および再資源化を促進し、ごみ問題に対する意識の向上を図るため、家庭用生ごみ処理機の購入に際し、予算の範囲内で補助金を交付します。

補助対象機種および補助金額

・電気式生ごみ処理機
購入費の2分の1以内
(限度額 40,000円)

・コンポスト容器
購入費の2分の1以内
(限度額 4,000円)

・生ごみ発酵用密閉容器
購入費の2分の1以内
(限度額 4,000円)

補助対象条件(一部抜粋)

- ・本市に住所を有し、かつ、居住していること
- ・市内の店舗から、未使用品を購入すること
- ・市税を滞納していないこと

【問い合わせ先】

環境課
☎63-11697

浄化槽設置整備事業

平成27年度宿毛市浄化槽設置整備事業補助金申し込みを受け付けています。

補助対象

住宅に新設する浄化槽5～10人槽

※ただし、住宅部分が50%未満の兼用住宅や賃貸人の承諾を得ない賃貸住宅、建売住宅に設置するものは補助対象となりません。

補助金額
一律300,000円

【問い合わせ先】

環境課

☎63-11697

第25回幡多ふれあい医療公開講座

日時

4月19日(日)

13時30分(13時開場)

場所

四万十市立中央公民館1階

大会議室

内容

○肺癌の診断と治療

四万十市民病院外科部長

石井泰則

○認知症疾患医療センターでの取り組み(治療と介護の要点について)

渡川病院院長 吉本啓一郎
参加費
無料(どなたでも参加できます。)

主催 幡多けんみん病院

【問い合わせ先】

幡多けんみん病院

☎66-22222

寄贈のお礼

宿毛ロータリークラブが、アカメガシの植栽、机、イスを、大島桜公園に設置してくださいました。憩いの場として活用させていただきます。
ありがとうございました。



【問い合わせ先】

商工観光課

☎63-11119

寄贈のお礼

東京都在住の(有)「兆」代表取締役加藤正衛氏(大島小学校卒業生)から、大島小学校にキャリングランプセット、テント(4張)、恐竜ワニの化石など4点をご寄贈いただきました。学校行事や授業などで活用させていただきます。
ありがとうございました。



【問い合わせ先】

学校教育課

☎63-11102

寄贈のお礼

東亜・本間特定建設工事共同企業体から、国土交通省四国地方整備局発注の工事によるイメージアップ活動としてポータブルガス発電機の寄贈を受けました。しっかりと防災対策に活用させていただきます。
ありがとうございました。



【問い合わせ先】

危機管理課

☎63-10951

自動血圧計を設置しました!

昨年、市民の窓に「市民の皆さんの健康に役立ててください」と匿名による寄付金の

投函があり、宿毛市で受け入れをしております。ご寄付に深く感謝します。ありがとうございました。

このたび、当寄付金により、市役所、東部支所、文教センターに自動血圧計を設置しました。お立ち寄りの際は、ぜひご利用いただき、日常の健康管理にお役立てくださるよう、ご案内します。



【問い合わせ先】

保健介護課

☎63-11113



モラロジー一日セミナー 『心新たに生きる』

日時

4月23日(木)

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
会教育講師

西川精一(高知市)

参加費 無料

主催 宿毛モラロジー事務所

※テキスト「心新たに生きる」
をご持参ください。

【申し込み・問い合わせ先】

宿毛モラロジー事務所

☎63-1038

保健婦初子像建立除幕式 の開催のお知らせ

市民の皆さんをはじめ多くの方々からのご支援、ご協力によりまして、「保健婦初子像」が4月下旬に完成の見込みとなりました。像の完成を記念し、保健婦初子像建立除幕式を開催します。

ここに謹んでご報告いたしますとともに、本趣旨に賛同

し、ご支援、ご協力いただきました市民の皆さんや賛同者の皆さんに、保健婦初子の会一同、厚くお礼申し上げます。(寄付金総額…1,405名8,335,105円/2月末現在)

日時

4月30日(木)

11時～式典

11時30分～もち投げ

場所

みなとふれあい公園(弘瀬の建立場所)

【問い合わせ先】

保健婦初子の会事務局

☎63-6262

平成27年度JICAボランティア募集

青年海外協力隊および日系社会青年ボランティア(満20～39歳)、シニア海外ボランティア(満40～69歳)を募集しています。募集説明会は、参加無料、申し込み不要です。

●募集説明会1

日時

4月11日(土)

13時30分～17時

場所

高知県立県民文化ホール

第6多目的室

●募集説明会2

日時

4月26日(日)

13時30分～17時

場所

高知市文化プラザかるぽーと11階中央公民館大講義室

●ボランティア募集締切

5月11日(月)

【問い合わせ先】

JICA四国

☎087-821-8824

お誕生おめでとう (平成27年2月受付分)

住所	赤ちゃん	保護者
小筑紫町大海	はまば 祐帆	俊行
宿毛	わたなべ 晴太	大祐

ご冥福をお祈りします (平成27年2月受付分)

住所	氏名	享年
平田町東平1丁目	村上 安子	83
片島	安藤 寅市	71
小筑紫町伊与野	浦田 優	87
小筑紫町栄喜	河原 安	84
平田町戸内	小川 信雄	90
小筑紫町福良	福井都知恵	97
沖の島町弘瀬	高坂ケイコ	83
大島	北原 熊一	91
小筑紫町小筑紫	田中 富夫	63

※本コーナーへの掲載は、家族などからの申し込みにより掲載しています。

【問い合わせ先】

市民課市民係

☎63-1112

宿毛市駅東町分譲地のご案内

宿毛市駅東町4丁目の12区画(平成27年3月15日現在)を分譲しています。



地番	面積(坪)	地番	面積(坪)	地番	面積(坪)
712	50	501	99	304	78
714	50	404	97	303	60
715	84	403	60	302	60
716	50	402	50	202	99

用途地域：近隣商業

【問い合わせ先】都市建設課都市計画係 ☎63-1120

投票所入場券の様式が変わります

4月の選挙から、投票所入場券の裏面が「期日前投票宣誓書」になります。

見 本

こちらの面は期日前投票用です

期日前投票にお越しの際は、以下の宣誓書に記入して持参いただきますと、受付が早く済みます。
4月12日の選挙当日に投票する場合は、記入不要です。

.....

宣 誓 書 (期日前投票をされる方のみ記入)

私は、平成27年4月12日執行高知県議会議員選挙の当日、下記の事由に該当する見込みです。以上、事実と相違ない事を宣誓し、投票用紙の交付を請求します。

平成 年 月 日

氏 名 (本人自署)	
生年月日	明・大・昭・平 年 月 日
住 所	宿毛市

※該当する欄に○をつけてください。 ←

<input type="checkbox"/>	仕事など(仕事・学業・地域行事・冠婚葬祭)に従事
<input type="checkbox"/>	旅行など(1以外の用事又は事故)で投票区外に外出・滞在
<input type="checkbox"/>	病気など(疾病・負傷・出産・身体障害等)のため介助が必要
<input type="checkbox"/>	住所移転のため、宿毛市以外に居住

期日前投票ができる期間・時間・場所
 期間：4月4日(土)～4月11日(土)
 時間：午前8時30分～午後8時
 場所：選挙管理委員会 (市役所1階西側)
 詳しくは、選挙管理委員会 (☎63-1111) まで

期日前投票をされる方は、投票所入場券裏面の太枠に必要事項を記入。期日前投票がスムーズに！

※記載上の注意

- 日付：期日前投票に来られる日付を記入。
- 氏名：選挙人本人が自署してください。



選挙当日に投票所へ行けない理由について、該当する欄に○を入れてください。
 「住所移転のため宿毛市以外に居住」の欄
 宿毛市を転出された方の中で、まだ宿毛市の選挙人名簿に登録されている方が該当します。
 (該当される方には通知が届きます。)
ただし、市議会議員選挙の場合は、市外に転出された方は投票できない場合が多いのでご注意ください。

これまで期日前投票をする場合は、期日前投票所にて宣誓書に住所、氏名などをご記入いただいておりますが、事前にご自宅などでご記入いただくことにより、期日前投票所での受け付けがスムーズになります。

期日前投票をされる方は、入場券裏面の宣誓書に必要事項を記入し、期日前投票所へお持ちください。

- ※従来どおりのA4判の宣誓書用紙は、期日前投票所に用意しています。
- ※期日前投票所または当日投票所で投票する場合は、入場券をお持ちください。
- ただし、選挙当日、投票所で投票する場合は、裏面の宣誓書への記入は必要ありません。
- ※入場券を紛失したり、届かなかったり、持って来るのを忘れた場合でも、選挙人名簿に登録されている場合は、本人確認ができれば投票できます。

投 票 日

選挙の種類	投 票 日
高知県議会議員選挙	4月12日(日)
宿毛市議会議員選挙	4月26日(日)



投票日当日の時間および場所は、投票所によって違います。入場券の表面に書いてありますのでご確認ください。

期日前投票

選挙の種類	期 間	時 間	場 所
高知県議会議員選挙	4月4日(土)～4月11日(土)	午前8時30分から午後8時まで	選挙管理委員会 (市役所西側)
宿毛市議会議員選挙	4月20日(月)～4月25日(土)		

【問い合わせ先】 選挙管理委員会 ☎63-1111 (内線225・226)

第10回 宿毛マラソン

開催日：4月18日(土)
スタート時間：12:30
スタート会場：宿毛市総合運動公園



みんなで大会を
盛り上げよう!

市民の皆さんの熱い要望を受け、いよいよ宿毛マラソンが開催されます。

今回は、全国の845名のランナーが宿毛の街を走り抜けます。沿道の皆さんの声援は選手にとって大きな励みとなります。全国から集まるランナーに、景色とともに、皆さんの応援で宿毛を楽しんでもらいましょう！ 応援する人、ボランティアで参加する人、ランナーとして参加する人…、皆さんのご協力をお願いします。

また、大会当日は、コースおよびコース周辺の交通規制などご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

総合運動公園全施設

利用休止のお知らせ

宿毛マラソンおよび産業祭開催準備のため、トレーニング室を含む全施設の利用ができません。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。なお、施設予約や問い合わせなどの窓口業務は通常どおり行います。

利用休止期間

4月10日(金)～5月1日(金)

【問い合わせ先】 宿毛マラソン実行委員会事務局(宿毛市総合運動公園内) ☎66-1467

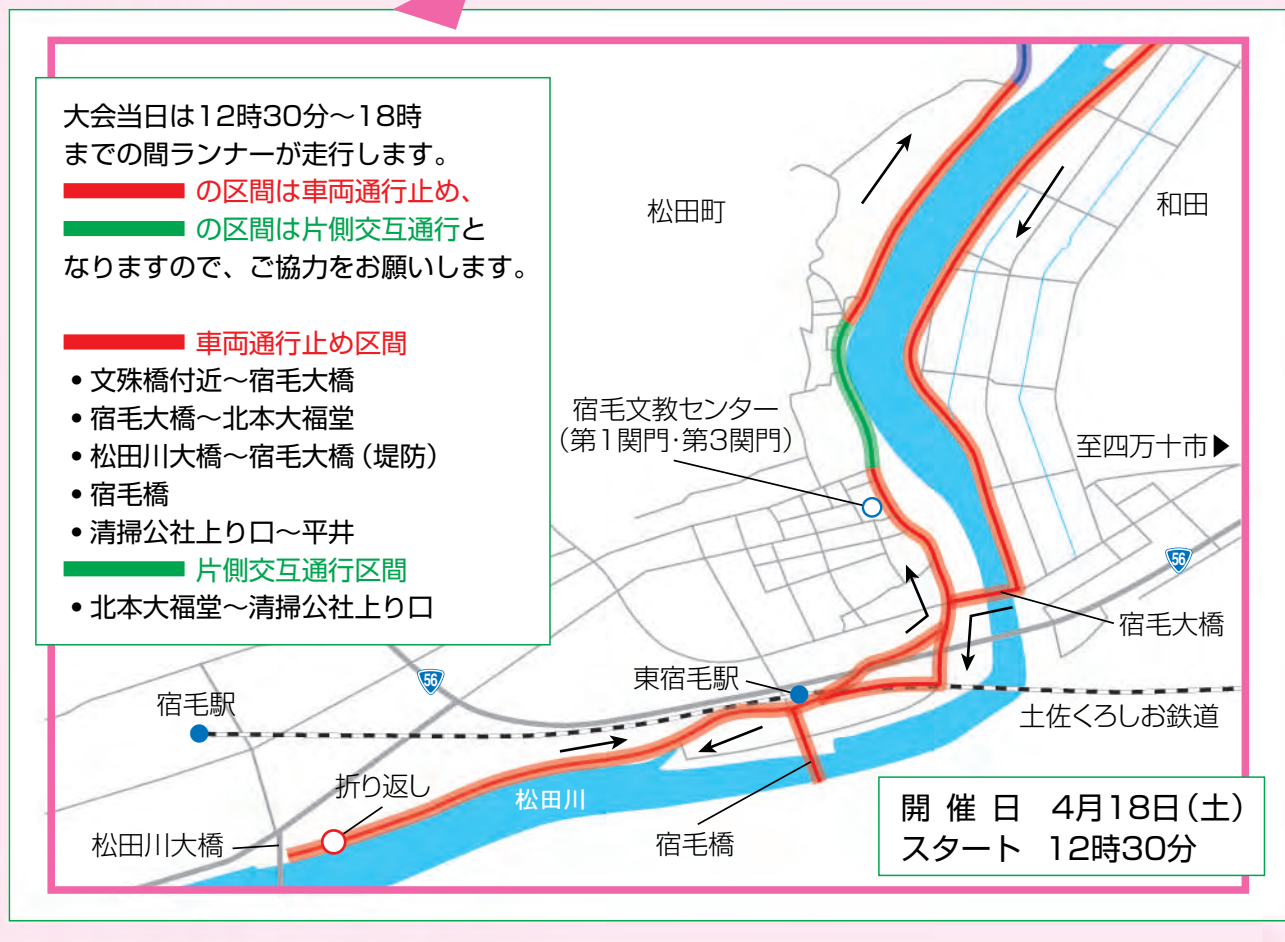
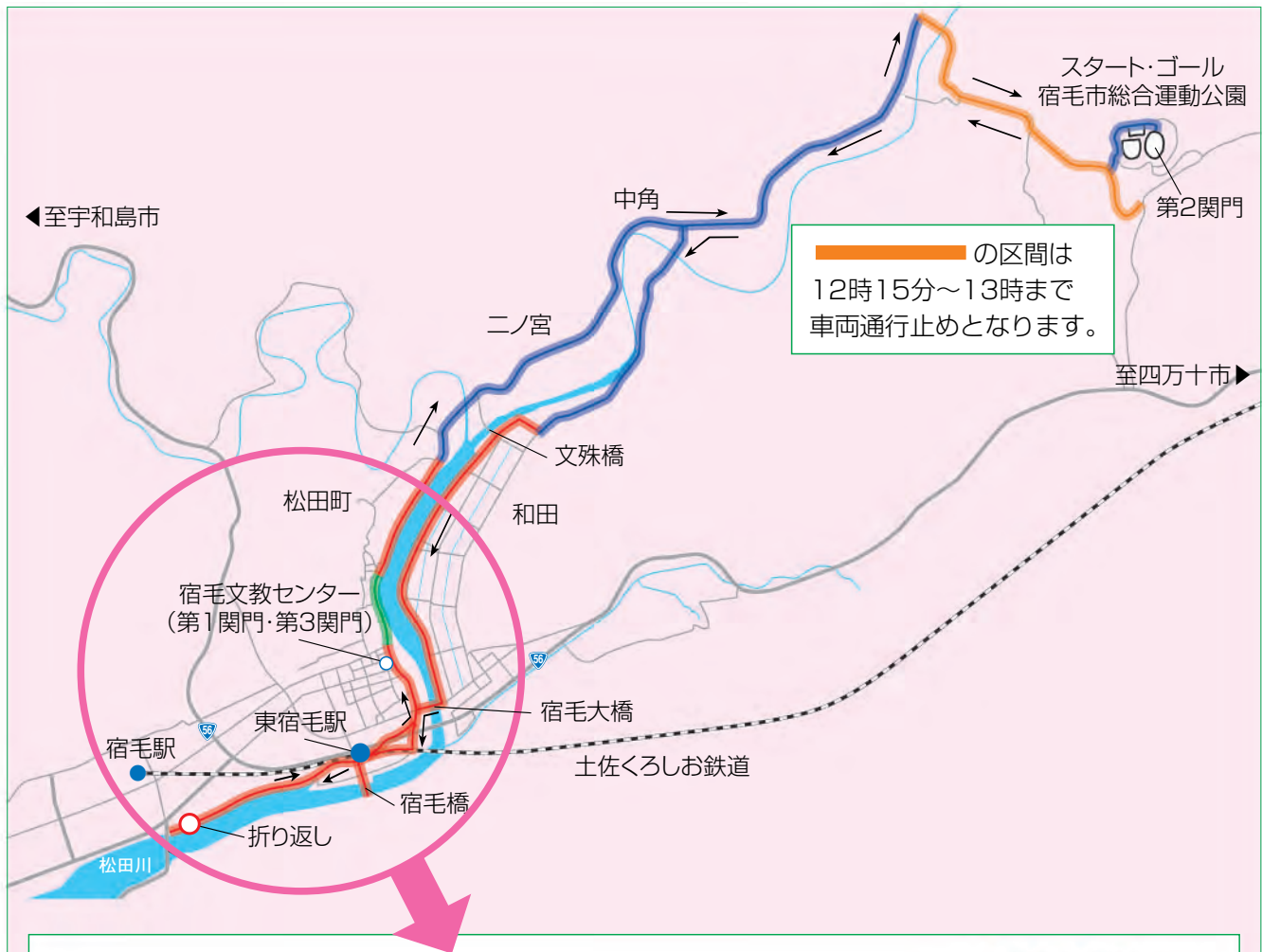
宿毛市スポーツ賞表彰式が行われました

3月3日に、宿毛文教センターにおいて「平成26年度宿毛市スポーツ賞」の表彰式が行われました。この表彰は、宿毛市の体育・スポーツの普及振興に顕著な功績をあげた個人または団体を表彰するもので、奨励賞(団体)2団体、優秀賞(団体)2団体、奨励賞(個人)17名、優秀賞(個人)12名、スポーツ功労賞1名が表彰されました。おめでとうございます。※受賞者一覧は、広報すくも3月号をご覧ください。



【問い合わせ先】 宿毛市総合運動公園 ☎66-1467

第1回 宿毛マラソンに伴う交通規制



クルーズ客船「につぼん丸」が入港します！

クルーズ客船「につぼん丸」が次の日程で宿毛湾港新港へ入港します。

日程 4月27日(月)
入港 9時
出港 17時

場所 宿毛湾港新港岸壁

当日は岸壁にてセレモニーを開催します。なお、開催時刻の変更があることがありますので、あらかじめご了承ください。

入港セレモニー 9時15分～
出港セレモニー 16時40分～



船内見学会参加者募集

当日は、商船三井客船(株)のご厚意により、船内見学会を開催します。参加を希望される方は、次の方法によりお申し込みください。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場合がありますので、あらかじめご了承ください。

日時

4月27日(月)
10時30分～14時30分
(受付10時～10時30分)

募集定員 50名

※応募者多数の場合は抽選

参加費用 無料

申込方法

往復はがきに次の事項を記入の上、お申し込みください。1通で4名まで応募可能です。

〈往信の裏面〉

応募者全員の①住所②氏名

③性別④年齢⑤電話番号

〈返信の表面〉

代表者氏名、郵便番号、住所

申込期限

4月8日(水) ※必着

【申し込み・問い合わせ先】

〒788 8686 宿毛市桜町2-1

宿毛市役所企画課

☎63-11118

国民年金保険料が変わります ～月額15,590円に～

平成27年4月分から平成28年3月までの国民年金第1号被保険者および任意加入被保険者の1カ月当たりの保険料は15,590円です。なお、まとめて前払いすると割引が適用されるのでお得です。(1年および2年前納のうち口座振替については受け付けを終了しました。)

- 口座振替 前納2年度分(15,360円の割引)
- 口座振替 前納1年度分(3,920円の割引)
- 口座振替 前納6カ月分(1,060円の割引)
- 現金払い 前納1年度分(3,320円の割引)
- 現金払い 前納6カ月分(760円の割引)
- 口座振替 早割(600円の割引)

さらに、定額保険料に付加保険料(月400円)を上乗せして納めることで、受給する年金額を増やせます。

詳しくは年金係または幡多年金事務所(☎0880-34-1616)までお問い合わせください。

便利でお得な口座振替を
オススメです！



国民年金保険料学生納付 特例制度のご案内

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、ご本人の前年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。

●対象となる方

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、専修学校および各種学校(就業年限1年以上である課程)に在学する学生など。

また、平成26年度にこの制度を利用された方で、平成27年度も引き続き在学予定の方へ3月下旬に基礎年金番号などが印字されたハガキ形式の学生納付特例申請書が日本年金機構から送付されます。

同一の学校に在学されている方は、このハガキに必要な事項を記入し返送していただくことにより平成27年度の申請ができます。

ねんきんコーナー

お知らせ各種
年金相談の日程

日本年金機構
幡多年金事務所による
出張年金相談

日時

4月21日(火)
10時～15時(昼休みを除く)

場所 宿毛市役所

受付 市民課年金係

受付時間 8時30分～

※相談には予約が必要です。事前に年金係までご連絡ください。

年金相談に必要なもの

●年金手帳や年金証書

●定期便の相談であれば送られてきた書類一式

●認め印

●代理の場合は委任状(家族であっても必要です)が当日必要となりますので、必ず年金係にお問い合わせの上、事前にご準備ください。また、代理人の本人確認できるもの(免許証など)も必要です。

【問い合わせ先】

市民課年金係

☎63-11112



今月の年金相談

お！なか・すく線ウォーク
『八丁山古道登山と入野海岸でクラフト作り体験ウォーク』参加者募集

駅から歩いて登られて黒潮町大方地区にある標高288mの八丁山、かつて橘川方面から町に出る往環道として利用されていた古道を歩きます。山頂で太平洋や入野松原を一望しながら昼食、山から下りてきた後は砂浜美術館のクラフト作りを体験し、のんびりネストウエストガーデン土佐でカフェ休憩しましょう。



開催日

4月18日(土)

集合場所

土佐くろしお鉄道土佐入野駅

集合時間 10時

行程

10時5分：土佐入野駅を出発／11時30分：八丁山山頂で昼食／13時25分：砂浜美術館でクラフト作り体験／14時25分：ネストウエストガーデンでカフェ休憩／15時10分：土佐入野駅で解散
 ※スタッフが同行します。

参加費

2,500円

※小学生以下の場合はお問い合わせください。

申込締切 4月15日(水)

【申し込み・問い合わせ先】

土佐くろしお鉄道(株)営業課
 ☎0880-3514962
 (土・日・祝日は中村駅 ☎0880-3514961)

第17回幡多希望の家祭〜みんなアミーゴ〜

日時

4月26日(日)

10時30分〜15時

場所

幡多希望の家(平田町中山)

※雨天時は施設内

内容

※利用者の作品展示
 ※ステージ(吹奏楽部生演奏、利用者・保護者・施設職員

の出し物など)

*もち投げ

*バザー(花、日用雑貨など)

*出店(カレーライス・うどん・

ぺら焼き・焼きそば・焼き鳥・

お寿司・アイスクリーム・

飲み物・幡多地域の作業所

による販売など)

ボランティア募集

前日の準備、当日の係、翌日の後片付けのボランティアを募集中です。祭りの当日にはボランティア券(食券)を差し上げます。ご協力をお願いします。

『宿毛のうた』のご案内

〜すくも夢いっぱい会

すくも井戸端会議部会

春近し、また桜の季節です。「宿毛桜のうたフェア」も10年を経て、今年からテーマを桜に限らず、「宿毛のうた」としてリニューアルします。皆さんの多種多様な作品をお待ちしています。

応募について

俳句、川柳、短歌、詩、エッセイなどで、未発表のものに限りです。住所、氏名、年齢、電話番号を明記の上、82円切手を5枚同封して左記までお送りください。後に冊子にして送ります。テーマ、応募用紙は自由です。読みやすい字体で記述してください。(宿毛あるいは桜に関するもの歓迎)

応募締切

6月30日(火)

【申し込み・問い合わせ先】

〒788-0783 平田町戸内1747
 すくも夢いっぱい会すくも井戸端会議部会 下元
 ☎090-869514069

【問い合わせ先】

幡多希望の家祭実行委員会
 ☎6612212



有料広告

ひまわりタクシー



NEW 中型ストレッチャー車
 小型料金で遠方も格安で快適です。



電話 **0880-65-0005**
 携帯 **090-4336-0099**

ストレッチャー車を含め全5台体制で、待ち時間短縮と、あらゆる患者様に対応できるようにがんばっています!!

《宿毛市高砂 代表：古田豊年》

宿毛まるごと産業祭 ～春の旬が大集合～

◆ 日 時 4月29日(水・祝)

9:00～15:00

◆ 場 所 宿毛市総合運動公園

- ▶ 9:00～ オープニングセレモニー・もち投げ
- ▶ 9:30～ キビナゴづくし即売会
宿毛の春の味覚キビナゴを鮮魚やいろいろな料理で販売します。
- ▶ 10:00～ 木工教室(定員50名)
子ども用のイスを作ります。参加費500円。
- ▶ 11:00～ 丸太切り競争
勝った人には賞品もあります!参加申し込みは当日、どなたでもOK!
- ▶ 11:30～ ブリ・タイのお寿司早食い競争
高知県内で生産量No.1の宿毛産養殖魚を使ったお寿司の早食い競争!
- ▶ 12:30～ 小夏の個数、重量当てクイズ
&小夏詰め放題
山盛りの小夏の数と重量を当てるクイズです。クイズ終了後、積んである小夏の詰め放題を行います。
- ▶ 13:00～ 魚のつかみ取り
- ▶ 14:00～ 特産品争奪OXクイズ大会
今年も宿毛の特産品を狙って、OXクイズに参加してみませんか?どなたでも参加OK!
- ▶ 14:50～ もち投げ

ものづくり地産地消・外商センターのものづくり相談窓口も開設

ふわふわ遊具やヨーヨー釣りなど子どもの楽しめるイベントもたくさんあるよ!



今年も宿毛の特産品をより多くの方に知っていただくために、開催時期を春に変更しました。キビナゴの即売会や、小夏のクイズなど宿毛の春の特産品に関するイベントに加え、魚のつかみ取りや丸太切り競争など子どもの楽しめるイベントもたくさん。

当日は、市民体育館のアリーナと体育館前の広場に出店ブースを設け、宿毛市の特産品の展示販売や、その他産業製品の展示などを行います。B級グルメも昨年同様に開催します。皆さんでお誘い合わせの上、ご来場ください。

ふれあいまつりコーナー

地元食材を利用した料理の試食、血管年齢測定、犬のしつけ相談、飲み物、ぜんざいの販売など

ブリ・タイの寿司 早食い競争出場者募集

宿毛の特産品養殖ブリとタイを使ったお寿司の早食い競争に参加してみませんか?3分間で何個食べられるかを競います。

参加資格 健康でユーモアのわかる18歳以上の方
定 員 ブリの押し寿司早食い競争(男性)…18名
タイのお寿司早食い競争(女性)……12名
※男女とも先着順です。

参加希望の方は「住所・氏名・年齢・連絡先(携帯可)」を電話またはメールでご連絡ください。



ブリ・タイ各部門 優勝賞金2万円

B級グルメゾーン

今年も幡多地域外のB級グルメが大集合!さまざまなグルメを満喫してください♪

- ・讃岐夢豚スペアリブ
 - ・博多ホルチャン
 - ・富士宮焼きそば
 - ・半田そうめん
 - ・中津唐揚げ
 - ・新居浜ぶひ丼
 - ・讃岐焼肉たべまい丼
 - ・香川かつしゃ焼
 - ・関西イカ焼
- など17店舗が出店予定



耐震診断が無料で受けられます!!

【問い合わせ先】

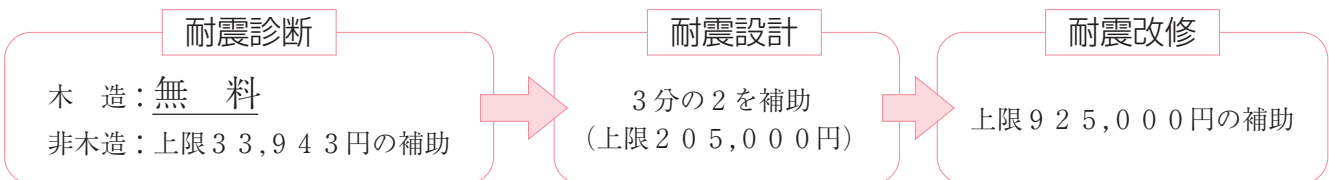
危機管理課 ☎ 63-0951

阪神淡路大震災では、死亡原因の8割以上が建物の崩壊や家具などの転倒による圧死・窒息だったとされています。宿毛市でもそうした被害を少なくするために、昭和56年5月31日以前に建築した住宅の耐震対策にかかる費用の一部を助成しています。また、本年度から、補助対象住宅の木造住宅耐震診断は無料で実施できます。

本年度は、各自主防組織による住宅の耐震化・家具転倒防止対策の必要性や支援制度などの説明をする戸別訪問事業も予定していますので、その際はご協力をお願いします。

〔補助対象住宅〕 昭和56年5月31日以前に建築された住宅

●住宅の耐震化の支援



●ブロック塀対策の支援

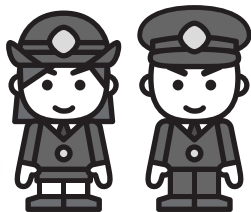
上限205,000円の補助 《対象》避難路などに面している危険性の高い既存コンクリートブロック塀などの撤去、または安全な塀への改修費



©やなせたかし

●家具転倒防止器具取り付け作業費の支援

上限10,000円の補助 《対象》家具の転倒などを防止するための器具を販売業者や工務店などが取り付け作業を行う場合の費用を助成



**全国消防団員意見発表会で
優秀賞を受賞**

平成27年2月23日に東京で行われた平成26年度全国消防団員意見発表会に、四国ブロック高知県代表として片島分団片島部の馬詰美里さんが「男性団員と共に」と題して意見発表を行い、優秀賞を受賞されました。

おめでとうございます。



春の火災予防運動

3月1日から3月7日にかけて、全国一斉に「春の火災予防運動」が実施されました。これに合わせて宿毛消防署では3月1日に、消防署・消防団の車両10台を2班に分け、市内全域の防火パレードを行いました。



取り付けよう
火災警報器!



【問い合わせ先】

宿毛消防署

☎ 63-33111
☎ 63-33396

もついいかい 火を消すまでは まあたたか



**公民館サークルの紹介
平成27年度受講者募集**

中央公民館では、皆さんのふれあいや仲間づくりのきっかけとなるサークルなどの学習活動を支援しています。

歌謡体操、フラダンス、太极拳、日本舞踊、大正琴、合唱、絵画、書道、絵手紙などさまざまなサークルが35団体あり、活動されています。あなたも一緒に始めませんか。

サークルの見学は自由に行きます。ご希望の方はページの表の公民館サークル紹介をご覧の上、中央公民館までご連絡ください。

【問い合わせ先】

中央公民館
☎63-2618

**第18回桜墨会サークル
展開催**

公民館の墨彩画サークル

「桜墨会」(代表 岡花真由美)では、恒例の作品展を開催します。皆さん、お誘い合わせの上、ご鑑賞くださいませうお願いします。

日時

5月1日(金)～6日(水)
9時～17時
※最終日は16時まで

場所

宿毛文教センターホワイエ

【問い合わせ先】

中央公民館
☎63-2618

【図書】の寄贈

(公財)坂本報効会(理事長坂本嘉廣氏)から、坂本図書館へ図書を寄贈していただきました。今後、有効に活用させていただきます。誠にありがとうございました。

寄贈図書

ジュニア冒険小説大賞受賞セット／逆転！痛快！日本の合戦／なんでも魔女商会シリーズ／のりものいっぱい(年少向けかみしばい)／ほか 179冊

【問い合わせ先】
坂本図書館
☎63-2654

**宿毛市市制施行60周年
記念事業・第20回土佐
西南文化交流祭が開催
されました**

2月15日(日)、宿毛市総合社会福祉センターにおいて、幡多地区各文化協会の日ごろの練習の成果や、宿毛市の郷土芸能(栄喜地区の三番叟、山田地区の神楽、大島小学校6年生による獅子舞)など熱の入った演目が披露され、会場からは盛大な拍手が送られていました。



【問い合わせ先】

生涯学習課
☎63-33394



よるの美容院

市川朔久子 著／講談社
月曜日の夜、「ひるま美容院」の暗い店内に、あまいシャンプーのかおりが立ちのぼる。まゆ子の髪を、美容院の女主人であるナオコ先生は、指をすべらせるように、やさしく洗い流していく。その指先に、心を閉ざしていたまゆ子の心が、ふつくらとやさしくほどかれていく…。言葉を失った少女の再生をえがいた物語。

ひみつひみつのひなまつり

鈴木真実 作／講談社

なるほど忍者大図鑑

ヒサクニヒコ 絵・文／国土社

おおきなうびきゆうえんち

クリス・ウォーメル 作・絵
徳間書店

カエサルくと本のおはなし

せきぐちよしみ 絵
いけがみしゅんいち 文
福音館書店

認知症の「家族」と暮らす技術

奥村歩 著／世界文化社
親が、夫が、妻が、認知症になったら、どうする？3万人以上の認知症の人と向き合ってきた「もの忘れ外来」医師が、認知症という病の本質について解説し、家族の具体的な対応・対処法を書き記す。

日本大改造2030

この国を変える2500のインフラ事業保存版
日経コンストラクション 編著
日経BP社

労働時間制度改革

ホワイトカラー・エグゼンションはなぜ必要か
大内伸哉 著／中央経済社

江戸の暮らし図鑑

女性たちの日常
菊地ひと美 著画／東京堂出版

偉大なる失敗

天才科学者たちはどう間違えたか
マリオ・リヴィオ 著
早川書房

(内容紹介は、併図書館流通センターTRC MARCより)

平成27年度 公民館サークル紹介

(平成27年4月1日現在)

No	区分	サークル名	場所	実施日	時間	講師名	代表者
1	合唱	宿毛市民合唱団	多目的ホール	毎週木曜日	19:00～21:30	金子 和孝	吉松 邦男
2	歌謡体操	リフレッシュ歌謡体操	多目的ホール	毎週水曜日	13:00～15:00	永富 鶴美 宮尾 和子	永富 鶴美
3	琴	琴の会	和室1	第1・2・3水曜日	19:30～22:00	有田 都子	大田有美子
4	3B体操	3B体操同好会	多目的ホール	第2・4木曜日	13:00～15:30	高木 淳子	熊岡実恵子
5	詩吟	高知岳風会宿毛支部	会議室1	毎週火曜日	13:30～15:30	永富徳次郎	高木 重信
6	詩舞	水心流剣詩舞壺宛会	和室2	毎週土曜日	13:30～17:00	田辺 益子	山下 浩子
7	書道	かな書道蒼澄会	会議室2	第2・4土曜日	10:00～12:00	助村 明美	金澤由起美
8		墨雲書道会	会議室3	第1・2金曜日	19:00～21:00	兵頭 幸與	兵頭 幸與
9		墨雅書道会	会議室2	第1・3水曜日	19:30～21:30	武山 順子	武山 順子
10	川柳	宿毛川柳会	会議室1	第2土曜日	12:30～16:00	小笠原 望	小島 進
11	太極拳	宿毛市太極拳クラブ	多目的ホール	毎週火曜日	19:30～22:00	講師 4名	伊与田あい子
12	大正琴	双葉会	視聴覚室	第1・3土曜日	13:00～15:30	熊井 弘子	野村 澄子
13	ダンス	宿毛ダンスサークル	多目的ホール	毎週月曜日	19:00～21:30	西村大笑剛	小栗 柳
14		すくも社交ダンス愛好会		毎月3回(8・1月休)	19:00～21:00	山本 洋子	松田 旦
15		楽しいおどり	和室1	第1・3木曜日	13:30～16:00	岡村 真弓	濱口 久
16	中国語	中国語講座	会議室1	第2・4木曜日	19:30～21:00	橋本 敏	高倉 真弓
17	日本舞踊	宿毛胡蝶会	和室2	第2・4木曜日	13:00～16:00	岡村 真弓	山下 量子
18		藤間若文化教室	和室2	毎週金曜日	13:00～16:00	藤 間 若	藤 間 若
19	日本画	萌の会	創作室	第1・3土曜日	13:30～16:30		大谷 玲子
20		美の会	和室1和室2	第2・4土曜日	9:30～11:30	小野 保	中山 公高
21	俳句	すくも俳句会	会議室3	第2・4木曜日	19:00～22:00	篠田 猛	篠田 猛
22	墨彩画	桜墨会	会議室2	第1・3月曜日	19:00～21:00		岡花真由美
23	洋画	宿毛絵をかく会	創作室	第2土曜日	13:00～17:00		藤岡久仁雄
24	洋裁	手作りサークル	会議室2	毎週木曜日	19:30～22:00	松澤 聖子	松澤 聖子
25	合唱	ゆりかごの会・昼	多目的ホール	第1・3水曜日	9:30～11:30	石崎 和子	石崎 和子
26		ゆりかごの会・夜	会議室3	第1・3火曜日	19:30～21:00	石崎 和子	石崎 和子
27	フラダンス	ポーハイすくも	多目的ホール	第1・3・4木曜日	10:00～12:00	北原千代美	山本 邦子
28	ちぎり絵	和紙ちぎり絵しゅんこう	会議室3	第3土曜日	13:30～15:30	篠田 和代	篠田 和代
29	フラダンス	コモハナ すくも	多目的ホール	第2・4金曜日	19:30～21:30	北原千代美	松本 加代
30	いけばな	いけばなサークル	会議室2	第2水曜日	19:00～21:00	山沖 郁代	島原 ゆみ
31	絵手紙	絵手紙「笑々」 <small>にこにこ</small>	会議室2(午前) 創作室(夜間)	第1水曜日	10:00～12:00 18:30～20:30	西尾美早香	西尾美早香
32	絵手紙	絵手紙「鼓々」 <small>どきどき</small>	創作室	第2火曜日	19:00～21:00	西尾美早香	西尾美早香
33	能楽	一樹会宿毛支部	和室1和室2	毎週水曜日	13:00～17:00	原田 勝美	寺田 一清

中央公民館以外の場所で活動するサークル

No	区分	サークル名	場所	実施日	時間	講師名	代表者
34	ストレッチ	ウキウキワーズ	総合運動公園	毎週火曜日	19:30～21:30	濱田美智子	伊与田陽子
35	ちぎり絵	ちぎり絵教室	東部改善センター	第2日曜日	10:00～12:30	川田 幸代	北原 治代

すくも
自主防災会だより
第16号

子どもの力



宿毛市西部、海の近くに立地する咸陽小学校の「開かれた学校推進委員会」において、平成26年度実践的防災事業推進指定校の話が具体的に出されたのは昨年のちょうど今ごろであったかと記憶しています。咸陽小学校が行うこの事業に、小学校校下地区としての協力を求められたものの、何をどうかかわっていけばよいのか？ 具体的にやるべきことは何なのか？ 手さぐりでの話し合いがスタートしました。

まず、本防災事業が狙いとするところは、児童に対し南海トラフ巨大地震に代表される大規模な地震津波から自ら

の命を守るすべをしつかり身に付けさせることにあることが当然のことと認識されました。

一方で、児童を中心に据えた小学校防災の諸活動が、単に学校内にとどまらず、学校を取り巻く校下各地区にも波及して、地域を広く巻き込みながら「地域全体の防災文化」の高まりにつなげていければ、さらに望ましいとの意見も出されました。そこには、迫り来る地震津波への対応を日ごろから真剣に考えてはいるものの、具体的な今一歩がなかなか踏み出せないでいる地域側共通の悩みなどもあったように思いました。いずれにせよ、咸陽小学校が全職員・児童をあげて取り組む本防災事業に、校下地区としてこれに積極的にかかわっていくことで、自らの地区における防災活動にもささやかな風穴をあけて、子どもたちに負けじと「一歩前進」する地区がひとつふたつと増えていけば、これこそが「災害に強い地域づくり」への第一歩となるのであって、周辺地域にとっても大変意義深かったと感じています。

また、今も防災教育の成果として、全国的に大きな注目を集め続けている岩手県釜石市の小学校と中学校の奇跡的避難劇。甚大な被害を及ぼした東日本大震災で、釜石市では、児童生徒のほぼ全員にあって約2,920人が避難して無事でした。すでに下校していた「釜石小学校」、まだ在校生だった「釜石東中学校と隣接する鶴住居小学校」、これらの対照的な二つのケース。奇跡的なこの避難劇に見える多くの教訓に、われわれ(学校や地域)がくみ取るべきものはたくさんありました。

子どもたちは自らの命を守るとともに、率先避難者となって周囲の人たちの命も救っていた。「津波は大丈夫」と避難をしるる祖父の手を引いて逃げたケース、小学校低学年の児童や、体の不自由な児童を高学年の児童が背負って避難したケースなどがあつたといえます。何やら難しそう

な「被害想定」なるものを前提とした防災が、ふたを開けてみると「想定外」として無残に打ち砕かれる中、地震津波が起きればとにかく逃げることを第一の目標に掲げて、それを徹底するだけの防災教育と訓練が大きな効果を発揮し、子どもたちは襲いかかる「想定外」を見事に克服すると

いう成果を世の中に示しました。子どもたちは想定データなど無関係に生き延びたのです。市内で大勢の大人が死亡・行方不明になる過酷な状況の中にあつて、子どもたちは学んだことを全員が忠実に実行したのでです。



西日本において、今世紀前

半には相当確率で生起すると予測される南海トラフ巨大地震、しかし、よく考えてみるとかなりの長期戦になることも予想せねばならず、腰を据えた地道な努力の継続が求められています。今後も、「子どもたちが中心の学校」に「学校を取り巻く地域」がひとつのコミュニケーションとなって、共に向き合い相互に影響し合えば、当初はささやかな足がかりから始まるとしても、将来的には大きな防災力・減災力となってわが身に跳ね返ると確信します。

あの年4月5日に執り行われた釜石小学校の卒業式で、校長は「卒業おめでとう」より先に、「自分の命を自分で守ってくれたことに感謝したい」と卒業生に伝えたと言いました。そして5月6日の入学式では、新1年生に「お兄ちゃん、お姉ちゃんと一緒に、どう逃げるか勉強しようね」と語りかけたとのこと。あれから4回目の春が来ようとしています。卒業式や入学式にどんな言葉であの日が語り継がれているのか聞いてみたいと思うのは私だけでしょうか。

宿毛市自主防災会連絡協議会
役員代表 河野典生

宿毛市行事予定表

平成27年 4月

開催日	行 事 名	時 間	場 所	問い合わせ先
4(土)	第1回 幡多地区陸上競技講習会	14:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎66-1467
5(日)	第70回 国体幡多予選(軟式野球)	8:00	宿毛市野球場	総合運動公園 ☎66-1467
7(火)	無料人権相談	10:00	宿毛文教センター	人権推進課 ☎62-0225
9(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
12(日)	高知県議会議員選挙	7:00	各投票所	宿毛市選挙管理委員会 ☎63-1111(内線225)
	第59回 高松宮賜杯1部 幡多予選1日目(軟式野球)	8:00	宿毛市野球場	総合運動公園 ☎66-1467
16(木)	通学路安全の日		市内全域	総 務 課 ☎63-0948
18(土)	第1回 宿毛マラソン	12:00 (スタート) 12:30	宿毛市総合運動公園	宿毛マラソン実行委員会事務局 ☎66-1467
19(日)	第59回 高松宮賜杯1部 幡多予選2日目(軟式野球)	8:00	宿毛市野球場	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
20(月)	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
21(火)	出張年金相談	10:00	市役所(市民課で受付)	市 民 課 ☎63-1112
23(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
	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
25(土)	第1回 幡多地区陸上競技記録会審判講習会 (伝達、B級取得)	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎66-1467
26(日)	宿毛市議会議員選挙	7:00	各投票所	宿毛市選挙管理委員会 ☎63-1111(内線225)
	第17回 幡多希望の家祭	10:30	幡多希望の家	幡多希望の家祭実行委員会 ☎66-2212
27(月)	クルーズ客船「にっぽん丸」入港	9:00	宿毛湾港新港岸壁	企 画 課 ☎63-1118
29(水・祝)	宿毛まるごと産業祭	9:00	宿毛市総合運動公園	産業振興課 ☎63-1117
30(木)	保健婦初子像建立除幕式	11:00	みなとふれあい公園(弘瀬)	保健婦初子の会事務局 ☎63-6262
5月1(金)	第18回 桜墨会サークル展(～6日)	9:00	宿毛文教センター	中央公民館 ☎63-2618

休日市税納付窓口開設日

月	日	場 所	開設時間
4	19(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
4	9(木)	市 役 所 税 務 課	17:15～19:00
	23(木)	〃	〃

高知けいば **4月** 4、5、11、12、18、19、25、29



5月 4、5、6、16、17、23、24、30、31

(ホームページ) <http://www.keiba.or.jp> (i-mode) <http://www.keiba.or.jp/i/>

心の健康相談のお知らせ

保健師による電話相談・面接相談は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、精神科嘱託医の相談も行っています。

【相談窓口】

宿毛市保健介護課 健康指導係

☎ 6 3 - 1 1 1 3

幡多福祉保健所 健康障害課 精神保健福祉担当

☎ 0 8 8 0 - 3 4 - 5 1 2 4 (直通)

☎ 0 8 8 0 - 3 5 - 5 9 7 9

お酒の悩みごと相談 ☎ 0 9 0 - 1 1 7 3 - 4 6 7 2



元 気 な う ち か ら 介 護 予 防 ！ ！

介護予防とは、住み慣れた地域で、できるだけ元気で過ごすことができるように、心とからだをいきいきとした状態に保つことです。「まだ元気だから介護予防なんて必要ない」「年をとって動きにくくなるのは仕方ない」と思っていませんか？介護が必要となる原因の大半は、高齢による衰弱、転倒・骨折、関節疾患など「廃用性症候群」によるものです。身体機能は適切な対策を行えば、維持・改善することができます。

階段を昇るときに手すりや壁をつたって昇る、椅子に座った状態から立ち上がるときに何かにつかまって立ち上がる、転倒に対する不安が大きい、ここ1年間で転倒した、15分以上歩けないという人は筋力が低下している可能性があります。また、6カ月で2～3kgの体重減少があった、固いものが食べにくくなった、お茶や汁ものでむせることがあるという人は、栄養状態や口腔機能が低下している可能性があります。

健康相談では、介護予防体操のほかにも管理栄養士や歯科衛生士の講話も行っています。男性の参加者もいるので、ぜひ参加してください。

健康相談の実施場所

- 栄喜漁村交流センター
- 片島公民館
- 宿毛東部農村環境改善センター
- 坂本多目的集会所
- ニノ宮集会所
- 宿毛文教センター



片島地区の健康相談の様子



～参加者の感想～

- 楽しいので毎月楽しみにしている。
- 友だちや地区の人に会えるのがうれしい。
- 1人ではなかなか続けられない体操もみんなでやると続けることができる。

【問い合わせ先】

保健介護課予防係 ☎63-1113

はつらつ筋力アップ教室に参加してみませんか？

運動機能向上を目的とし、筋力が低下している人を対象に、「はつらつ筋力アップ教室」を行います。この教室では、いつまでも元気に過ごすために、「いきいき百歳体操」をしながら、からだところの健康を考えていきます。宿毛市社会福祉センターで9月から3カ月間、毎週1回行う予定です。体操とあわせて、介護予防講話や栄養・お口の健康についての講話、レクリエーションも行います。(送迎あり)

～参加対象者～

宿毛市が65歳以上の方に行っている「基本チェックリスト」で運動機能の低下が認められた方

※心疾患・脳血管疾患・高血圧・糖尿病・整形外科疾患などで受診中の方は、主治医の許可が必要です。

いくつか条件はありますが、気になる方、興味のある方はご連絡ください。また、保健介護課から電話や訪問にて声掛けを行わせていただきますので、ご協力をお願いします。

【問い合わせ先】 保健介護課予防係 ☎63-1113

平成27年度の健診（検診）がスタートします！

4月から、各地区での健診（検診）が始まります。

お申し込みがまだの方は、保健介護課で随時受け付けています。
お電話・FAXなどでご連絡ください。

2月中旬に、地区長を通じて緑色の申し込み用紙・水色の保健事業計画表（日程表）を配布しました。保健介護課でもお渡ししていますので、お手元にない方はお問い合わせください。

年に一度は、ご自分の健康管理のために、健診（検診）を受けましょう!!

※申込書と日程表を受け取られていない方は保健介護課まで!



自己負担額

特定健診（75歳以上は「健康診査」）：

- * 国民健康保険・後期高齢者医療保険の被保険者…無料
- * 社会保険や共済などの被扶養者…ご加入の健康保険により自己負担額が異なります。詳しくは加入者にお問い合わせください。

前立腺がん検診：

- * 特定健診と同時実施……………2,260円
- * 前立腺がん検診のみ受診…2,360円

肺がん検診： 300円（65歳以上無料）

胃がん検診： 1,500円（70歳以上500円）

大腸がん検診： 500円（70歳以上200円）

乳がん検診： 1,300円（70歳以上400円）

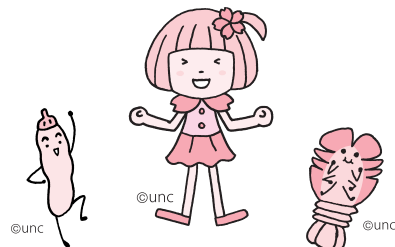
子宮頸がん検診： 900円（70歳以上300円）

婦人がん検診は2年に1度です。前年度の受診状況が不明な方はお問い合わせください。

◆75歳以上の受診希望者の方へ

75歳以上の方の受診券（該当者のみ）は、5月上旬に発送予定です。それまでに健康診査の受診をご希望の方は、健康診査の対象者かを確認し発行処理を行います。保健介護課までお問い合わせください。

みんなで受けよう！
健診&検診



※検診会場などに変更がある場合があります。
日程表をよくお確かめください。

【問い合わせ先】 保健介護課保健衛生係 ☎ 6 3 - 1 1 1 3 FAX 6 3 - 0 4 1 0

平成27年度狂犬病予防集合注射のお知らせ

本年度も狂犬病予防集合注射が始まります。犬の飼い主の義務として、①愛犬の登録、②年に一度の狂犬病予防注射をよろしくお願ひします。

実施日	実施地区
4月 6日(月)	小筑紫町・西（西町～藻津）
4月27日(月)	平田町・山奈町・西（自由ヶ丘～大深浦）・貝塚・高砂・片島・大島
5月13日(水)	二ノ宮・橋上町・桜町・野地・山北
5月21日(木)	和田・押ノ川・小筑紫町
6月 9日(火)	市内全体
6月19日(金)	沖の島町

～ペットの飼い主の皆さまへ～

犬や猫が捨てられているという相談があります。法律により、飼っているペットを捨てることは禁止されています。不妊・去勢手術を実施することなどにより、きちんと世話ができる数の動物を飼うことで、動物も人も幸せになれる社会をつくっていきましょう。



【問い合わせ先】 保健介護課保健衛生係 ☎ 6 3 - 1 1 1 3 FAX 6 3 - 0 4 1 0



母子保健

【乳児健康診査】対象児に個別通知します

日	場 所	受 付 時 間
24(金)	宿毛市総合社会福祉センター	9:15～ 9:45

【3歳児健康診査】対象児に個別通知します

日	場 所	受 付 時 間
8(水)	宿毛文教センター	12:30～13:30



成人保健

各種検診はどこでも受けることができます。

- 平成27年度実施の健康診査など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お申し込みください。
- 特定健康診査については、医療保険者発行の受診券と保険証が必要です。持参していないと健診が受けられませんので、ご注意ください。

【胸部レントゲン・肺がん検診】

日	場 所	実 施 時 間
23(木)	幡多健診センター	8:00～ 9:00
	宿毛高校	9:40～10:50
	宿毛市役所正面玄関	13:30～14:30
	小川バス停留所付近	15:00～15:20
	さゝな橋の元	15:40～16:00
30(木)	西町公会堂	8:30～10:00
	西尾石油店(大深浦)	10:20～10:50
	錦集会所	11:10～11:30
	伊与野教員住宅付近	13:30～14:10
	呼崎集会所	14:40～14:50

【乳がん(乳房X線)検診】

日	場 所	受 付 時 間
21(火)	正和隣保館(午前)	人数制限があるため予約制です。受診票指定の時間にお越しください。
28(火)	宇須々木公民館(午前)	

【胃がん検診】

日	場 所	受 付 時 間
21(火)	正和隣保館	8:00～ 9:00
28(火)	宇須々木公民館	8:00～ 9:00

※検診前日の夜9時以降と当日の飲食は原則禁止です。ただし、検診の1時間前までは、水150～200mlを飲むことはかまいません。

【特定健康診査】[前立腺がん検診][大腸がん検診(配布)]

日	場 所	受 付 時 間
21(火)	正和隣保館	9:00～10:00
	二ノ宮集会所	13:30～14:30
28(火)	宇須々木公民館	9:00～10:00
	大島公民館	13:30～14:30

【赤ちゃん広場】

日	場 所	実 施 時 間
2(木)	宿毛文教センター	9:30～11:30
21(火)	宿毛東部農村環境改善センター	9:30～11:30
22(水)	宿毛市総合社会福祉センター	9:30～11:30

赤ちゃん広場に
出かけてみませんか？



誰が参加できるの？

保育園・幼稚園に未就園の子どもと、その保護者です。

申し込みは必要？

申し込みは不要です。市内3カ所(文教センター・社会福祉センター・東部農村環境改善センター)で毎月実施しています。どの会場への参加もOKです。

持っていくものは？

母子健康手帳です。

どんなことをしているの？

子ども同士だけでなく、保護者の交流の場でもあります。希望の方は、保健師や看護師がお子さんの身体計測を行って体の成長を確認したり、育児の相談に応じたりしています。隔月で子育てに関する講話もあります。

年間の日程表については、乳幼児健診会場や保健介護課で配布しています。

健康相談はどこでも受けることができます。

- 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、健康手帳を持参してください。

【健康相談】

日	場 所	実 施 時 間
1(水)	片島公民館	9:30～11:00
3(金)	鵜来島離島センター	8:30～11:00
6(月)	栄喜漁村交流センター	9:30～11:00
8(水)	坂本多目的集会所	9:30～11:00
9(木)	二ノ宮集会所	10:00～11:30
13(月)	宿毛東部農村環境改善センター	13:30～15:00
17(金)	鵜来島離島センター	8:30～11:00
20(月)	宿毛文教センター	10:00～11:30
22(水)	沖の島開発総合センター	10:00～11:30
	弘瀬老人憩いの家	13:00～14:30



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
22(金)	宿毛市総合社会福祉センター	9:15～ 9:45
29(金)	〃	9:15～ 9:45

[離乳食講習会] 対象児に個別通知します

日	場 所	受 付 時 間
27(水)	宿毛文教センター	12:50～13:00

[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
13(水)	宿毛文教センター	9:15～10:15

[赤ちゃん広場]

日	場 所	実 施 時 間
7(木)	宿毛文教センター	9:30～11:30
21(木)	宿毛市総合社会福祉センター	9:30～11:30
26(火)	宿毛東部農村環境改善センター	9:30～11:30



成人保健

各種検診はどこの場所でも受けることができます。

- 平成27年度実施の健康診査など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お申し込みください。
- 特定健康診査については、医療保険者発行の受診券と保険証が必要です。持参していないと検診が受けられませんので、ご注意ください。

[特定健康診査] [前立腺がん検診] [大腸がん検診(配布)]

日	場 所	受 付 時 間
23(土)	橋上小学校	9:00～10:00
26(火)	幡多健診センター	9:00～10:00
		13:30～14:30

[胸部レントゲン・肺がん検診]

日	場 所	実 施 時 間
23(土)	橋上小学校	8:00～ 9:00
	高石集会所	9:40～10:00
	宿毛警察署	10:30～11:00
28(木)	宿毛文教センター	8:00～10:30
	和田集会所	10:50～11:30
	西町公会堂	13:30～14:00
	藻津漁協	14:30～15:00
	要工務店付近(池島)	15:20～15:30

[子宮頸がん検診]

日	場 所	受 付 時 間
15(金)	片島公民館	9:00～11:30
		13:00～15:30

健康相談はどこの場所でも受けることができます。

- 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、健康手帳を持参してください。

[健康相談]

日	場 所	実 施 時 間
1(金)	鵜来島離島センター	8:30～11:00
11(月)	栄喜漁村交流センター	9:30～11:00
	宿毛東部農村環境改善センター	13:30～15:00
13(水)	坂本多目的集会所	9:30～11:00
14(木)	二ノ宮集会所	10:00～11:30
18(月)	宿毛文教センター	10:00～11:30
20(水)	片島公民館	9:30～11:00
22(金)	鵜来島離島センター	8:30～11:00
27(水)	沖の島開発総合センター	10:00～11:30
	弘瀬老人憩いの家	13:00～14:30

[乳がん(乳房X線)検診]

日	場 所	受 付 時 間
15(金)	片島公民館	人数制限があるため 予約制です。受診票 指定の時間にお越し ください。
23(土)	橋上小学校(午前)	
26(火)	幡多健診センター	

[胃がん検診]

日	場 所	受 付 時 間
23(土)	橋上小学校	8:00～ 9:00
26(火)	幡多健診センター	8:00～ 9:00

※検診前日の夜9時以降と当日の飲食は原則禁止です。ただし、検診の1時間前までは、水150～200mlを飲むことはかまいません。



犬の引き取り

- 犬の引き取りを希望される方は保健介護課にご連絡ください。

紙上入賞作品展

第15回「宿毛湾だるま夕日及び宿毛の四季」フォトコンテスト

今回は、136点の応募がありました。厳正な審査の結果、21点の受賞作品が決定しました。



大賞 「甌穴の冬」

白石 信夫(宇和島市)



金賞 「ダルマに願いを」
野口 務(宿毛市)



銀賞 「また来てよ。」
田村 昌之(高知市)



入選 「神秘」
中川八千代(愛南町)



入選 「風雪」
川田 吉治(宿毛市)



入選 「冬光」
長谷 由美(松山市)



佳作 「レッド・サン」
寺西 勉(兵庫県尼崎市)



佳作 「梅公園」
岡村 恭子(宿毛市)



佳作 「愛の島・沖の島」
岡村 都子(香川県木田郡三木町)



佳作 「消防訓練(出初式)」
井垣 一治(宿毛市)



佳作 「夕暮」
清家 壽申(宿毛市)

宿毛市観光PR写真賞

初夏の宴	川田 吉治	宿毛市	大漁	田村 昌之	高知市
銀鱗	岡村 政彦	香川県木田郡三木町	光景	竹内 良弘	松山市
雲のアート	藤倉 順子	埼玉県羽生市	静かなる海	小林 哲夫	宿毛市
釣人	岡村 都子	香川県木田郡三木町	旅路	野口 務	宿毛市
遥かな山並み	山本 昌弘	宿毛市	甌穴雨景	稲葉太郎	奈良県生駒市

【問い合わせ先】 (一社) 宿毛市観光協会 ☎ 63-0801

発行/宿毛市 編集/企画課

〒788-8000 宿毛市桜町2番1号 画63-1118 FAX63-0174

平成27年4月1日発行(毎月1日発行)