

・SUKUMO CITY・

宿毛市

広報すくも 2020.6

大きく育つてね @山田保育園

PICK UP

P2 令和2年春の叙勲

P2-7 「新型コロナウイルス」関連の
行政情報・支援情報

令和 2 年春の叙勲

4 月 29 日 (水)、令和 2 年春の叙勲受章者が発表され、前田 芳久 様が「旭日双光章」を受賞されました。



旭日双光章 保健衛生功労 前田 芳久 様

功 績

歯科医師として多年にわたり地域住民の診療に精励するとともに、関係団体の要職を歴任し、地域医療と保健衛生の向上に寄与されました。

特に、無歯科医地区巡回診療や離島への派遣事業に協力し、現在も離島での診療を行うとともに、幡多地域での障害児・者歯科診療を開始するなど、地域の歯科医療の充実に貢献されたことが認められました。

問 企画課 ☎ 63-1118

「新型コロナウイルス」関連の行政情報・支援情報

寄付・寄贈のお礼

新型コロナウイルス感染対策のために寄付・寄贈をいただき厚くお礼申し上げます。いただきましたご寄付は、市民への配布用マスク購入の財源として使わせていただきました。また、寄贈につきましては、妊婦の方々へ配布ならびに、小・中学校および保育園・認定こども園にて活用させていただいております。

皆さんからの温かいご支援に感謝いたします。ありがとうございました。

5 月 11 日までの寄付（寄贈）のうち、お名前の公表の了承を得られた方のみをご紹介します。

寄付金

- | | |
|------------------|--------------------|
| ●立田グループ 様 | ●増田 理英 様 |
| ●建協生コンクリート株式会社 様 | ●中野 公雄 様 |
| ●宗教法人延光寺 様 | ●森 弘茂 様 |
| ●三共コンクリート株式会社 様 | ●早稲田大学中国人フィールドトリップ |
| ●仲上建設有限会社 様 | 4 期生御一同 様 |

寄贈

<マスク>

- | | |
|---------------------|--------------------------|
| ●宿毛市老人クラブ連合会若手委員会 様 | ●洪 喆 様 |
| ●柴岡 宏行 様 | (早稲田大学中国人フィールドトリップ 5 期生) |
| ●中野 公雄 様 | ●徐 婉 様 |
| ●株式会社官民連携事業研究所 様 | (早稲田大学中国人フィールドトリップ 7 期生) |
| | ●宿毛青年会議所 様 |

<消毒用アルコール>

- 有限会社 西光堂宿毛営業所 様

問 健康推進課 ☎ 63-1113

宿毛市休業等要請協力金

高知県・宿毛市からの要請に応じ、対象施設の休業等（休業、営業時間短縮）を行う市内事業者に対し、協力を支給します。（宿毛市ホームページ <http://www.city.sukumo.kochi.jp/docs-18/18376.html>）

支給額 1事業者あたり30万円

- 支給要件**
- 4月22日（水）以前から市内で対象施設（接待を伴う飲食店、カラオケボックス、20時以降に営業する飲食店や宿泊施設の宴会場等）を運営していること
 - 高知県および宿毛市による休業等の要請のあった期間（4月24日（金）～5月20日（水））に休業等を行うこと



申請期限 6月30日（火）

※高知県休業等要請協力金の申請期限は6月15日（月）です。

※詳細はQRコード（宿毛市ホームページ）からご覧いただくか、商工観光課までお問い合わせください。

問 商工観光課 ☎ 63-1119

宿毛市コロナ対策緊急支援給付金

売り上げが一定以上減少している市内事業者に対し、給付金を支給します。

（宿毛市ホームページ <http://www.city.sukumo.kochi.jp/docs-18/18375.html>）

金額 1事業者あたり10万円

- 支給要件**
- 市内に店舗または事業所を有する者
 - 宿毛市休業等要請協力金の支給対象とならない者
 - 平成31年（令和元年）以前から事業収入を得ており、今後も事業を継続する意思のある事業者で、3月～5月の中のひと月の売上が前年同月比で30%以上減少していること



申請期限 7月31日（金）

※詳細はQRコード（宿毛市ホームページ）からご覧いただくか、商工観光課までお問い合わせください。

問 商工観光課 ☎ 63-1119

子育て世帯への臨時特別給付金

新型コロナウイルスの影響を受けている子育て世帯の生活を支援する取組の一つとして支給する、臨時特別の給付金（一時金）です。原則、申請は不要ですが、対象者の方には5月にお知らせを送付しています。なお、公務員の方は所属庁の証明を受けた上で、福祉事務所への申請が必要です。

支給時期 6月以降、できるだけ速やかに支給します。

受付期間 ※公務員のみ申請が必要です。

6月1日（月）～11月30日（月）（土・日・祝日を除く）

場所 福祉事務所

対象者 令和2年4月分の児童手当の受給者の方が対象です。

※新高校1年生の児童がいる場合は、令和2年3月分の児童手当の受給者の方が対象です。

※所得制限を超えており、特例給付を受給している方は対象外です。

支給額 対象児童1人につき、1万円

※対象児童とは、平成16年4月2日から令和2年3月31日までに生まれた児童のことです。

問 福祉事務所 ☎ 63-1114

傷病手当金

国民健康保険および後期高齢者医療保険に加入している被用者（給与などの支払を受けている方に限る）が、新型コロナウイルスに感染した、または発熱などの症状があり感染が疑われた場合で、療養のため働くことができない方を対象に、傷病手当金を支給します。

支給を受けるためには申請が必要です。希望する場合は、必ず事前に電話でお問い合わせください。

支給期間 働くことができなくなった日から起算して3日を経過した日から働くことができない期間

支給額

直近の継続した3カ月間の給与収入の合計額を就労日数で割った金額×2/3×支給対象となる日数

※給与等の全部または一部を受けることができる場合は、支給額が調整されます。（支給されない場合もあります）

適用期間 1月1日～当面の間に療養のため働くことができない期間

（入院が継続する場合などは、最長1年6カ月まで）

その他 申請にあたって、事業主などの証明が必要になります。

問 市民課 ☎ 63-1112

市税の徴収猶予の特例制度

事業などに係る収入に相当の減少があった方は、1年以内の期間に限り、市税の納税を猶予することができます。猶予期間中の延滞金は免除されます。

対象者 ※①、②いずれも満たす納税者・特別徴収義務者が対象となります。

①新型コロナウイルス感染症の影響により、令和2年2月以降の任意の期間（1カ月以上）において、事業等に係る収入が前年同期に比べて概ね20%以上減少していること。

②一時に納付し、又は納入を行うことが困難であること。

対象の市税 2月1日から令和3年1月31日に納期限が到来する固定資産税、軽自動車税、個人市民税、法人市民税、国保税

申請期限 6月30日（火）または、納期限のいずれか遅い日まで

猶予期間 納期限の翌日から1年の範囲内で、申請者の財産や収支の状況等に応じた期間

申請書類 ●徴収猶予の特例申請書

- 収入や現預金の状況が分かる資料など（例：預金通帳、売上帳、給与明細書等の前年・当年の収支状況がわかる書類の写し等）※提出が難しい書類は口頭などにより確認します。（宿毛市ホームページでダウンロードできます。）

申請方法 税務課で申請できます。また、新型コロナウイルス感染拡大防止および窓口混雑緩和のため、郵送での申請および電子申請も利用できます。

●郵送での申請

申請書類などを税務課に郵送してください。なお、電話確認する場合がありますので必ず日中連絡が取れる連絡先を記入してください。

●電子申請

地方税ポータルシステム（eLTAX：エルタックス）を利用したインターネットによる徴収猶予の特例制度の申請を行うことが可能となっています。電子申請を行う場合には、必ず申請手順書で手続などをご確認の上、申請してください。電子申請の詳細については、eLTAXのホームページをご確認ください。

※国税についても同様の猶予制度がありますので、中村税務署（☎ 0880-35-2135）にご相談ください。

問 税務課 ☎ 63-1115

国民年金保険料の免除・猶予手続き

新型コロナウイルス感染拡大防止のための休業要請の影響などにより、失業や事業の休廃止には至らないものの、収入の急減から国民年金保険料を納めることが難しい方を対象に国民年金保険料の免除・猶予など申請することができます。

対象者 ※①、②のいずれも満たす方が対象となります。

- ① 2月以降に、新型コロナウイルスの影響により業務（業務委託契約等を含む。）ができないなどにより収入が減少した。
- ② ①により、2月以降の所得の状況からみて、当年中に見込まれる所得が、国民年金保険料の免除等の基準適用相当になることが見込まれる。

臨時特例措置対象期間

2月から6月分までが対象です。ただし、7月分以降は、改めて申請が必要です。

申請書・添付書類

「国民年金保険料免除・納付猶予申請書」に「所得の申立書（臨時特例用）」を添付して提出してください。

提出先 市民課年金係または幡多年金事務所で受付を開始しています。

※郵送で手続きする場合…新型コロナウイルス感染防止の観点から郵送での手続きを希望される場合は、市民課年金係または幡多年金事務所までご相談ください。なお、免除・納付猶予申請書、所得の申立書（臨時特例用）は、日本年金機構ホームページからダウンロードができます。

日本年金機構

検索

問 幡多年金事務所 ☎ 0880-34-1616（自動音声案内）

障害年金などを受給している皆さん

障害状態確認届（診断書）提出期限1年延長

新型コロナウイルスの影響を踏まえ、2月から令和3年2月末までに障害状態確認届（診断書）の提出期限を迎える方について、提出期限がそれぞれ1年間延長されます。今回の提出期限の延長の対象となる方には、個別にお知らせの文章を送付する予定です。

●令和2年2月から令和2年6月の間に提出期限を迎える方

診断書を作成・提出いただく必要はありません。

●令和2年7月から令和3年2月までの間に提出期限を迎える方

今年は日本年金機構から、障害状態確認届（診断書）を送付しません。障害状況確認届（診断書）は、来年以降、改めて送付します。

問 幡多年金事務所 ☎ 0880-34-1616（自動音声案内）

農業者への支援交付金（高収益作物時期作支援交付金）

新型コロナウイルスの影響により、売上の減少等となった農業者について、支援金を交付する予定です。

対象作物 野菜、花き、果樹、茶 ※今後、変更される可能性があります。

交付額 10aにつき5万円 **交付要件** 2月から4月に出荷実績のある作物 等

受付日 6月22日（月）から6月26日（金）

場所 JA高知県 宿毛支所 2F 大会議室

詳細につきましては、後日通知します。

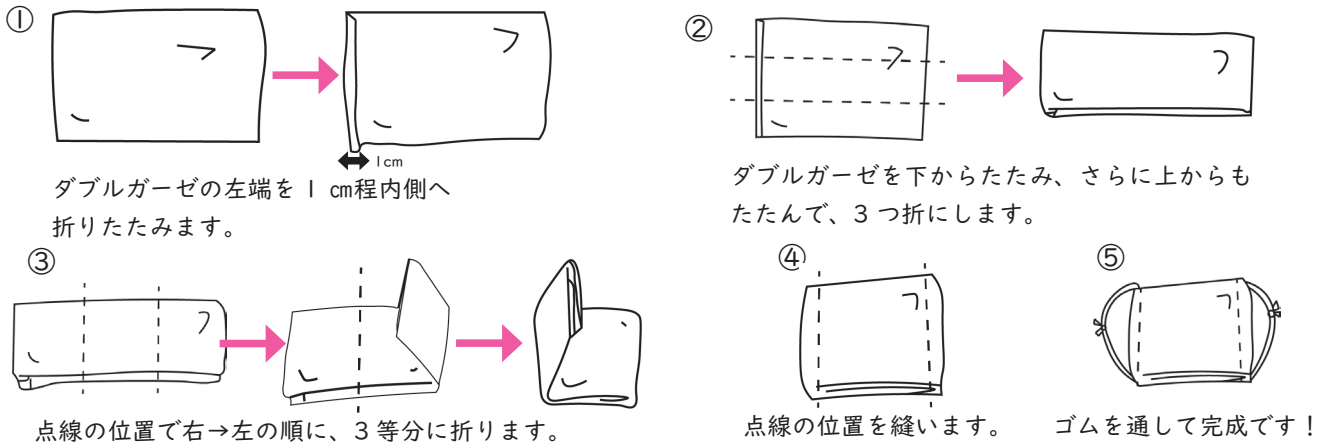
問 産業振興課 ☎ 63-1117

マスクの作り方

ミシン・手縫いで作るマスク

用意するもの

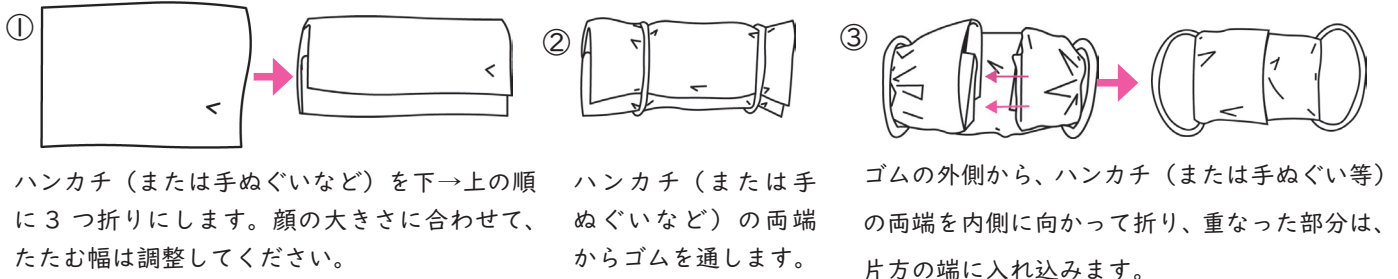
- ダブルガーゼ A3 サイズ（縦 30cm、横 42cm）1 枚（広報 2 ページ分のサイズ）
- マスク用ゴム 2 本



縫わないで作れるマスク

用意するもの

- 大きめのハンカチ、または手ぬぐいなど 1 枚
- 髪を結ぶようなゴム（輪になったもの。輪ゴムでも可）2 つ



身の回りを清潔にしましょう

石けんやハンドソープを使った丁寧な手洗い

手洗い		残存ウイルス
手洗いなし		約 100 万個
石けんやハンドソープで 10 秒もみ洗い後 流水で 15 秒すすぐ	1 回	約 0.001%（数 10 個）
	2 回繰り返す	約 0.0001%（数個）

手洗いを丁寧に行うことで、十分にウイルスを除去できます。手洗い後、アルコール消毒液を使用する必要はありません。

食器・手すり・ドアノブなど身近な物の消毒には、アルコールよりも、熱水や塩素系漂白剤が有効



食器や箸などは、80℃の熱水に 10 分間さらすと消毒ができます。
※火傷に注意してください。



濃度 0.05% に薄めたうえで、拭くと消毒ができます。

※塩素系漂白剤を使用する時は、家事用手袋を着用し換気を行ってください。金属は腐食することがあります。また、他の薬品と混ぜないでください。

※商品によって濃度が異なります。 ※使用にあたっては、商品パッケージやホームページの説明をご確認ください。

問 健康推進課 ☎ 63-1113（ページ内すべて）

子どものこころへの対応・大人のセルフケア

休校や外出制限など、子どもにとっても非日常が続いた影響で、不安やストレスが蓄積され、いつもと違う行動や反応が見られることがあります。子どもは情報を処理・判断する能力が発達途上であり、発達段階によっては、ことばではなく様々な行動でストレスを表現することがあるため、家族や周りの方が理解し支持してあげましょう。



子どものストレス反応

からだの症状（身体化）	頭が痛い お腹が痛い 眠れない
行動面の変化	落ち着きがない いつもよりよくしゃべる しがみついて離れない 夜尿・おもらし よく泣く 言動が幼い わがままになる 食欲が増える / 減る



これらの反応は、自分を守るためのこころの
防衛機能です。

対応方法

わかりやすい説明	年齢にあった言葉で、ポイントを絞って説明してみてください。
安心と安全を保障する	規則正しい生活をして、いつもと同じ生活をしてみてください。
気持ちを聴く	どんな気持ちでも否定せず受け止めて、子どもなりにがんばっていることを認め、ほめてあげてください。
一緒に予定を立てる	子どもができそうなお手伝いを一緒に考えたり、思春期の子どもには、プライベートな時間・空間を大切にしてください。
親子でできるアクティビティを取り入れる	ラジオ体操やストレッチで体を動かし、お絵かきや粘土など、室内遊びを取り入れてみてください。
人との絆を大切にする	お友達や先生と電話やメール・SNSなどでつながりを維持する機会を作ってください。

大人のセルフケア

子どもだけでなく大人もこころのセルフケアをしましょう。

●心のチェックリスト

- | | |
|---|--|
| ☐ 簡単なリラクゼーション方法を実践している | ☐ 家でも運動をしている |
| ☐ プライベートの時間を大切にしている | ☐ 自分のペースを保っている |
| ☐ 家族や友達との連絡を取り合っている | ☐ いつもの睡眠習慣を保っている |
| ☐ 楽しめるもの、笑えるものを持っている | ☐ 困ったときに助けてくれる人がいる |
| ☐ 情報（ニュース）に惑わされないようにしている | ☐ 自分の気持ちに気づき、表現している |
| ☐ 健康や栄養に気を付けている | ☐ ポジティブな活動に取り組んでいる |

がんばりすぎのサイン

- どんなにがんばっても気持ちが落ち込んでやる気が出ない。
- いつもより集中できず、気が散ってイライラしたり、人や自分を傷つけてしまったり、モノを壊したりしてしまう。

サインに気が付いたら、あなたが一生懸命頑張ってきた何よりの証拠です。
あなた自身も気が付かないうちに疲れがたまりすぎてしまったのでしょうか。自分を責めたり、一人で抱え込んだりせず、早めに信頼できる人や保健師にご相談ください。

※国立成育医療研究センター「新型コロナウイルスに負けないために 親子でできるストレスコーピング編」(<https://www.ncchd.go.jp>) より



問 健康推進課 ☎ 63-1113

情報コーナー

i 高知職業能力開発短期大学校
オープンキャンパス

高校生などを対象にオープンキャンパスを実施します。参加される方はランチが体験できます（要予約）。詳しい内容は、ホームページをご覧ください。



場所

高知職業能力開発短期大学校
(香南市野市町西野 1595-1)

オープンキャンパス

日時

- 7月19日（日）
11時～15時30分
(受付 10時40分～)
※特別企画を実施予定。
- 8月2日（日）9時～16時
(受付 8時40分～)
11時40分～
※半日ものづくり体験
- 9月6日（日）
11時～15時30分
(受付 10時40分～)
- 12月20日（日）
13時～15時30分
(受付 12時40分～)

内容(予定) 学校・学科紹介、入試概要説明、就職状況紹介、キャンパスツアー、ものづくり体験（要予約）、ランチ体験（無料・要予約）、個別相談など

入試対策講座

日時

9月27日（日）
10時30分～15時30分
(受付 10時～)
※第一志望合格をサポートするため、
数学・英語・小論文・面接の対策講座を開講します。

内容(予定) 数学Ⅰ対策講座・英語対策講座・面接対策講座・小論文対策講座・個別相談

問 高知職業能力開発短期大学校
(KPC) 学務援助課
☎ 0887-56-4100

i 台風・集中豪雨に備えよう

台風・集中豪雨は、県民一人ひとりの心掛けと行動によって、被害を防止・軽減することができます。いざという時に適切な避難行動がとれるよう備えておきましょう。

日ごろの備え

- 貴重品、非常食、救急医薬品などは、整理・補充する。
- 市町村や各地区で開催される防災訓練や会合に、積極的に参加し、避難場所や避難経路について日頃から確認する。
- 家の周りや屋根などを点検し、必要な箇所は修理する。

台風が近づいたら

- テレビやラジオ、インターネットで最新の情報を確認し、進路、大きさ、風雨の強さを把握する。
- 懐中電灯、携帯ラジオ、救急医薬品、非常食などの「非常持出品」を点検し、リュックサックなどに入れて準備する。
- 窓や雨戸をしっかりと施錠し、看板、植木、アンテナなどは風に飛ばされないように補強するか、家の中に取り込む。
- 被害の予想される地域では、早めに安全な場所へ避難する。

避難するときは

- 特にお年寄りや障害のある方は避難に時間がかかるため、移動時間を考えて早めに避難する。
- 自宅から近い指定緊急避難場所へ避難する。また風水害の危険が迫った時は、自治体からお持ちの携帯電話へ避難先情報等を緊急速報メールとしてお知らせする場合があります。
- 一人での避難は極力避け、親類やご近所の方と一緒に避難する。避難が遅れた場合は、1階から2階へ垂直避難を行い、山側（土砂側）から離れた安全な部屋などへ避難する。

問 宿毛警察署警備課
☎ 63-0110

i 幡多クリーンセンター
一般ごみの持ち込み自粛

幡多クリーンセンターでは、職員の新型コロナウイルス感染による業務停止を避けるため、一般ごみの持ち込みについて自粛をお願いしています。
ごみ処理については、地域住民に直結する重要な業務ですので、ご理解とご協力をお願いします。

問 幡多クリーンセンター
☎ 0880-31-2600

i 精神保健福祉相談

精神障害者または精神障害の疑いのある方やそのご家族に対し、精神科医師の相談を開催します。

日時

- 6月24日（水）
13時30分～15時30分
申込締切：6月10日（水）
- 8月18日（火）
9時15分～11時15分
申込締切：8月4日（火）
- 10月20日（火）
9時15分～11時15分
申込締切：10月6日（火）
- 令和3年2月16日（火）
13時30分～15時30分
申込締切：2月2日（火）

場所

高知県幡多福祉保健所など

件数

1日2件まで

予約

電話予約

主催 高知県幡多福祉保健所

問

高知県幡多福祉保健所健康障害課
☎ 0880-34-5124

募 放送大学入学生募集

放送大学は、2020年10月入学生を募集しています。

10代から90代の幅広い世代、約9万人の学生が、大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で学んでいます。

テレビによる授業だけでなく、授業をインターネットで好きなときに受講することもできます。

心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、約300の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。

出願期間

第1回

6月10日(水)～8月31日(月)

第2回

9月1日(火)～9月15日(火)

問 放送大学高知学習センター
☎ 088-843-4864



¥ 飼い主のいない猫の不妊手術等助成金

動物愛護の趣旨に基づき不必要な繁殖および飼い主のいない猫の増加を抑え、不幸な猫をなくすることを目的とする「令和2年度宿毛市飼い主のいないメス猫の不妊手術等補助金交付事業」を実施しています。飼い主のいない猫の不妊手術費用の一部を助成します。

申請期間

令和3年3月12日(金)まで

補助金 1匹につき最大5千円

対象者 高知県の令和2年度飼い主のいない猫(メス)不妊手術等実施決定を受けられた方

対象猫 宿毛市内に生息する飼い主のいない猫

持参物

- 高知県の令和2年度飼い主のいない猫(メス)不妊手術等実施決定通知書(※)
 - 不妊手術等の領収書(※)
 - 認め印 ● 口座番号がわかるもの
- ※原本確認後、複写し原本は返却。

問 健康推進課 ☎ 63-1113

i 幡多広域消費生活センター 相談業務の再開

新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、消費生活相談業務を電話相談のみとしていましたが、5月15日(金)より来所相談を再開しています。

なお、今後も感染が懸念されますので、来所相談の際は必ずマスクの着用をお願いします。

問 幡多広域消費生活センター
☎ 0880-34-8805

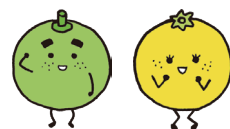
¥ 宿毛市LED防犯灯設置費補助金

自治会が行うLED防犯灯の設置、既存防犯灯のLED防犯灯への交換に対して補助を行います。

補助対象

経費の2分の1、または灯数×5千円のいずれか額の少ない方

問 総務課 ☎ 63-0948



宿毛市二ノ宮および野地の各一部の地籍調査

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(あざきりず)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次のとおりです。

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。

※今年度については次の地区と二ノ宮の一部(詳細:広報すくも4月号掲載)の2つの区域で調査を予定しています。

調査対象字 宿毛市二ノ宮: 字庚申ノ尾山、字向平山、字小串、字柏子、字弥源谷、字松ヶ坂
宿毛市野地: 字本桂川平、字本城川平私山、字坂ノ谷山、字下向、字直七谷、字大藪



問 都市建設課 ☎ 63-1120

思いっきりたのしみ！
イベントマルシェ

■ 宿毛!! ワクワクたいけんひろば

誰もが垣根なくすごせる居場所づくりを目指しています。
※皆さんに安心して参加していただけるよう感染防止対策として
マスク着用、手指の消毒、間隔を取った横並びの食事などのご協力
をお願いします。



※昨年の様子

日時 6月13日(土)

● 10時～12時

小物づくり教室「スイーツマグネット」
可愛いスイーツマグネットを作しましょう。
(参加費500円(昼食代込)/申込制/小・中学生対象)

● 13時～16時30分 自由交流

(参加費無料/申込不要)



LINE登録後、LINEでの
申し込みも受け付けます。

日時 6月27日(土)

● 10時～12時

フラワーアレンジメント
可愛いお花飾りを作しましょう。
(参加費500円(昼食代込)/申込制/小・中学生対象)

● 13時～16時30分 自由交流

(参加費無料/申込不要)

場所 正和児童館

主催 宿毛市

問 NPO 法人じんけんネットすくも

☎ 090-9710-3321 (日・祝を除く9時～17時)

■ 「ゆめ・スマイル」OPEN!

心も体もホッとできるあたたかい、安心安全な第3の
居場所を提供する事業、イベントを行っていきます。

日時 6月13日(土) 12時～ OPEN

場所 ゆめ・スマイルみんなの ☺ おうち
(中央1丁目1-30)

参加費 無料

月6回程度開催します。

開催日	曜日
第1火曜日	9時～12時
第2木曜日	15時～18時
第3火曜日	9時～12時
第3土曜日	12時～18時
第4火曜日	9時～12時
第4木曜日	15時～18時

日程 月6回程度

内容 学習支援、遊び場の提供、ランチバイキング・
手づくりカフェ(月1回程度)、趣味工房など

主催 ゆめ・スマイル

問 ゆめ・スマイル ☎ 090-5910-0989

■ こども食堂 ゆめ

毎月手作りの美味しいランチを用意しています。皆
さんのご来店をお待ちしています。

日時 6月13日(土) 12時～

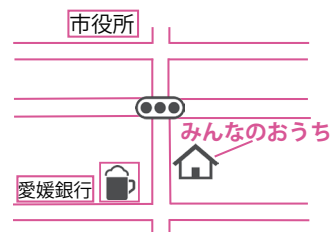
場所 ゆめ・スマイルみんなの ☺ おうち
(中央1丁目1-30) ※初めての場所です。

参加費

高校生以上 300円

小・中学生 100円

(幼児 無料)



メニュー

わかめご飯 マカロニグラタン 彩りサラダ

魚のフライ 肉じゃが フルーツゼリー 小夏

※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。

※都合でテイクアウトになる場合もあります。

ご了承ください。

問 こども食堂ゆめ ☎ 090-5146-7529



6月が高知県の「男女共同参画推進月間」

「男女共同参画」とは

「男だから、女だから〇〇すべき。」といった固定的な考えにとらわれず、お互いに社会の対等なパートナーとして認め合い、自分の意思で自由に生き方を選んであらゆる分野で活躍できる社会を目指すことです。まずは、あなたの身の回りから行動に移してみませんか。



こんなことが男女共同参画に繋がっています

家庭で 家庭と仕事を両立するために、「家事は女性の仕事」と決めつけず、家事・育児などは家族みんなで分担しましょう。

職場で 子どもの学校行事への参加や、子どもの発熱時に、安心して休めるような職場環境や雰囲気づくりも男女共同参画への大事な一歩です。

問 高知県文化体育スポーツ部県民生活・男女共同参画課 ☎ 088-823-9651
こうち男女共同参画センター「ソーレ」 ☎ 088-873-9100

子育て世帯移住支援事業

移住定住を促進し、人口増加と地域の活性化を図るため、宿毛市へ転入された子育て世帯を対象に民間賃貸住宅の家賃を一部補助します。



対象者

次の要件をどちらも満たす方が対象となります。

- 転入日より1年未満の県外からの移住者（転勤等は除く）のうち、未就学児の子どもがいる世帯で宿毛市に定住する意思があること。
※ただし、転入日は令和2年4月1日以降であること。
- 賃貸借契約に基づき市内の民間賃貸住宅に居住し、その住宅の所在地に住民登録している世帯

補助額

(契約月額家賃－勤務先等からの住宅手当) × 1/2

※上限1万円

補助対象期間

転入日の翌月から転入より3年を経過する日の属する月まで（最長36月）

（未就学児の子どもがいなくなるなど交付要件を満たさなくなった場合は、その月までとなります。）

問 企画課移住定住推進室 ☎ 63-1118

「すくすくもっと」ばしゅうちゅう

広報すくもに掲載する市内在住のお子さん（小学生以下）の写真を随時募集しています。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） ⑩掲載希望月（ない場合、記入不要）を書いた用紙と写真を提出してください。

掲載された方にはポストカードをプレゼント

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いる写真も掲載可能。
●保護者の承諾を得た写真に限る。●写真返却不可。

提出先

〒788-8686 桜町2番1号 宿毛市企画課広報統計係 ☎ 63-1118
✉ kikaku@city.sukumo.lg.jp



Q すぐも 市議会だより

第101号

■ 編 集

議会だより編集委員会

■ 発 行

宿毛市議会

臨時会の概要

令和二年第一回臨時会は、四月三十日に開催されました。

市長から提出された議案は七件（専決議案五件、予算議案一件、条例議案一件）で、審査の結果、全会一致でいずれも原案どおり承認、可決されました。

また、議員から議員報酬改正議案が提出され、賛成多数で原案どおり可決されました。

議案の主な内容

◎議案第五号「令和二年度宿毛市一般会計補正予算」

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、五月三十一日実施予定であった

第六回宿毛マラソンを中止したことに伴い、参加料や協賛金を全額返金するにいたり、緊急に予算補正をする必要が生じたので専決処分したものです。

◎議案第六号「令和二年度宿毛市一般会計補正予算について」

本市における新型コロナウイルス感染拡大防止対策を講じようとするものです。事業内容は、①一人当たり十枚のマスクを全市民に配布する予算として一千二百七十九万三千円、②高知県が行う休業等要請協力金の市町村負担金として二千三

百五十五万一千円、③宿毛市独自の休業等要請協力金事業として七千五十万円、④県並びに市独自の休業等要請協力金に該当しない全事業者を対象に一定の要件を満たす事業者に対して一律十万円を給付する「宿毛市コロナ対策緊急支援給付金」として一億円を計上するものです。

◎議案第七号「宿毛市特別職の職員の給与並びに旅費に関する条例の一部を改正する条例について」

市長及び副市長並びに教育長の給料月額額の十%を令和二年五月一日より一年間、額にして約二百三十三万円減額しようとするものです。

◎議案第八号「宿毛市議会の議員の議員報酬及び費用弁償等に関する条例の一部を改正する条例について」

議員報酬月額額の五%を令和二年五月一日より一年間、額にして約二百四十九万円減額しようとするものです。
*特別職給与と議員報酬の減額は、コロナ対策事業に充てるものです。

令和二年第二回臨時会は、五月八日に開催され、各常任委員、議会運営委員の選任を行い、新たな委員会構成が決まりました。

市長から提出された議案は七件（予算議案三件、条例議案三件、その他一件）で、審査の結果、いずれも原案どおり可決されました。

議案の主な内容

◎議案第一号「令和二年度宿毛市一般会計補正予算について」

市民一人当たり十万円を給付する「特別定額給付金事業」として二十億二千八百三十五万一千円、児童手当を受給している世帯に対し、児童一人につき一万円を給付する「子育て世帯への臨時特別給付金事業」として二千二百四十二万円などを計上するものです。

◎議案第四号「宿毛市国民健康保険条例の一部を改正する条例について」

新型コロナウイルス感染症に感染するなどした一定の要件を満たす国民健康保険の被保険者に傷病手当金を支給するために、本条例

議案番号	件 名	議決結果
第1号（第5号）	専決処分した事件の承認について	承認
第6号	令和二年度宿毛市一般会計補正予算	原案可決
第7号	宿毛市特別職の職員の給与並びに旅費に関する条例の一部を改正する条例	原案可決
第8号	宿毛市議会の議員の議員報酬及び費用弁償等に関する条例の一部を改正する条例	原案可決

第一回臨時会議案

の一部を改正しようとする
ものです。

◎議案第五号「宿毛市後期高齢者医療に関する条例の一部を改正する条例について」

議案第四号同様、一定の要件を満たす後期高齢者医療保険の被保険者に傷病手当金を支給するための「高知県後期高齢者医療広域連合後期高齢者医療に関する条例」の一部改正に伴い、本条例の一部を改正しようとするものです。

◎議案第七号「工事請負契約の変更について」

令和元年七月三日の議会議決を受け「山本・金村・仲上特定建設工事共同企業体」と契約締結した「小深浦高台造成工事」について、工事内容に変更が生じたので、「議会の議決に付すべき契約及び財産の取得又は処分に関する条例」第二条の規定により、議会の議決を求めるものです。

◎議案第六号「宿毛市営地域振興住宅の設置及び管理に関する条例の一部を改正する条例について」

今回の新型コロナウイルス

▼第二回臨時会議案▲

議案番号	件名	議決結果
第1号	令和二年度宿毛市一般会計補正予算	原案可決
第2号	令和二年度宿毛市国民健康保険事業特別会計補正予算	原案可決
第3号	令和二年度宿毛市学校給食事業特別会計補正予算	原案可決
第4号	宿毛市国民健康保険条例の一部を改正する条例	原案可決
第5号	宿毛市後期高齢者医療に関する条例の一部を改正する条例	原案可決
第6号	宿毛市営地域振興住宅の設置及び管理に関する条例の一部を改正する条例	原案可決
第7号	工事請負契約の変更について	原案可決

各議員の議案に対する意思表示の状況

賛否の分かれた案件を記載しています。

議席	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	議決結果
氏名	今城 隆	堀 景	三木 健正	川田 栄子	川村 三千代	欠員	高倉 真弓	山上 庄一	山戸 寛	岡崎 利久	野々下 昌文	松浦 英夫	寺田 公一	濱田 陸紀	
第1回臨時会議案第8号	×	○	○	○	○		○	○	○	○	議長	○	○	○	可決
第2回臨時会議案第7号	×	○	○	×	○		○	○	○	○	議長	×	○	—	可決

【○：賛成 ×：反対 —：不在】

◆委員会構成◆ (令和2年5月8日 選任)

委員会名	委員長	副委員長	委員
総務文教常任委員会	◎山戸 寛	○今城 隆	堀 景 高倉 真弓 岡崎 利久 野々下 昌文 濱田 陸紀
産業厚生常任委員会	◎山上 庄一	○三木 健正	川田 栄子 川村 三千代 松浦 英夫 寺田 公一
予算決算常任委員会	◎高倉 真弓	○今城 隆	(全議員が所属)
議会運営委員会	◎寺田 公一	○山戸 寛	今城 隆 三木 健正 山上 庄一 岡崎 利久

◎委員長 ○副委員長



2020 年度全国統一防火標語

「その火事を 防ぐあなたに 金メダル」

国民の防火意識の向上のため1件でも多く火災を減らすことを目的に、毎年全国統一防火標語を決めて啓発活動を行っています。

55回目を迎えた今回は、全国から14,673点の作品が寄せられ、作家の村山 由佳さんなどによる審査の結果「その火事を 防ぐあなたに 金メダル」が入選作品に選ばれました。

残念ながら東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会は、新型コロナウイルスの影響で延期となりましたが、金メダルという言葉が入り子どもから大人まで親しみやすいものになりました。

宿毛消防署でも庁舎に懸垂幕を設置し、市民の皆さんへの啓発活動を行っています。防火標語を通じて、家庭や職場・地域で日頃から防火意識を持ってもらい、火災のない街にしましょう。

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



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)

●ねずみくんはめいたんてい

なかえよしを 作、上野紀子 絵
ポプラ社



名探偵のねずみくん。ある日、りんごがなくなったことに気づきます。足跡をつけずにりんごが取れるのは、鼻の長いぞうさん？空を飛べる鳥さん？それとも…。

●怖い患者

久坂部羊 著
集英社



いくつもの病院を渡り歩くドクターショッピング、介護施設で起こるおぞましい争い…。毒気に満ちた患者の怖さと最悪のどんでん返しが炸裂する！現役医師がおくる、強烈にブラックな短編小説全5編を収録。

●えんそくのおばけずかん

斉藤洋 作、宮本えつよし 絵／講談社

●空の声

堂場瞬一 著／文藝春秋

●絵で見てわかる！世界の国ぐに

山口正 監修／朝日新聞出版

●ポイ活でおどろくほど得する方法

紀村奈緒美 著／あさ出版

休日市税納付窓口開設日			
月	日	場 所	開設時間
6	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
6	11(木) 25(木)	市役所税務課	17:15 ~ 19:00

納付は **口座振替・コンビニ納付** が便利



納 期 限		6 (火)
市県民税	1 期	30
高知けいば パルス宿毛		
6月	13・14・20・21・27・28	
7月	4・5・11・12・18・ 19・25・26	
		
		
〈HP〉 http://www.keiba.or.jp 〈i-mode〉 http://www.keiba.or.jp/i/		

令和2年4月分（6月受け取り分）からの年金額改定

令和2年度の年金額は、法律の規定により、令和元年度と比べて0.2%の増額となります。

※在職老齢年金の支給停止調整額については、変更ありません。

	令和元年度（月額）	令和2年度（月額）
国民年金（老齢基礎年金（満額））	65,008 円	65,141 円
厚生年金 ※夫婦2人分の老齢基礎年金を含む標準的な年金額	220,266 円	220,724 円

※平均的な収入（平均標準報酬（賞与含む月額換算）43.9万円）で40年間就業した場合に受け取り始める年金（老齢厚生年金と2人分の老齢基礎年金（満額））の給付水準です。

年金生活者支援給付金額

年金生活者支援給付金額は、令和元年度と比べ0.5%の増額となります。

	令和元年度（月額）	令和2年度（月額）
老齢年金生活者支援給付金	5,000 円※	5,030 円※
障害年金生活者支援給付金	(1級) 6,250 円	(1級) 6,288 円
	(2級) 5,000 円	(2級) 5,030 円
遺族年金生活者支援給付金	5,000 円	5,030 円

※基準額であり、実際の金額は保険料納付期間等に応じて算出されます。

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 幡多年金事務所 ☎ 0880-34-1616

日時 6月16日（火）
9時30分～12時、13時～15時

場所 宿毛市役所

受付 市民課年金係

予約 幡多年金事務所へ直接予約のお電話
をしてください。
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
- マイナンバーの分かるもの

代理人の場合

- 委任状
 - 委任者と代理人の本人確認ができるもの
- ※詳細については、予約の際にお尋ねください。

6月は「環境月間」エコライフをしましょう

問 環境課 ☎ 63-1697

皆さんが毎日、少しでも心掛ければ環境を守ることができます。次のことを気を付けてみましょう。

- 冷房の温度を低くしすぎない。
 - エコドライブ（無駄なアイドリングや急な発進をやめるなど）を行う。
 - 使用しない電気は消す。
 - 買い物のときは、マイバックを持って行く。
 - 水道の蛇口をきちんと閉める。
 - エコ製品を購入する。
- など

一人ひとりの小さな心掛けが、大きな効果となります。

咸陽小学校と橋上小学校の皆さんが、ゴミ収集車に絵をかくてくれました。※両校とも令和2年2月撮影。



咸陽小学校の皆さん



橋上小学校の皆さん

通知カードの廃止

マイナンバーをお知らせするために郵送された通知カード（平成 27 年 10 月以降に皆さんのご住所に送付されました）が、5 月 25 日（月）で廃止となったため、次のような通知カードに関する事務が行えなくなります。

- 通知カードの新規発行および再発行
- 通知カードの氏名や住所などの記載事項の変更



通知カードの廃止後に、出生等で新たに個人番号が付番された方には、個人番号通知書が交付されます。

※個人番号通知書はマイナンバーを証明する書類としては使用できません。

通知カード廃止後のマイナンバーを証する書類

- 記載された氏名や住所などが住民票に記載されている事項と一致している通知カード（経過措置）
- マイナンバー入りの住民票または住民票記載事項証明書
- マイナンバーカード

廃止後はマイナンバーカードの取得をお勧めします。

この機会にマイナンバーカードを作ってみてはいかがでしょうか。

問 市民課 ☎ 63-1112

マイナンバーカードを作りませんか 申請サポート 編

市民課ではマイナンバーカードの発行を希望する方を対象に、無料で写真撮影を行い申請のお手伝いをしています。マイナンバーカード交付申請書を持参のうえ、市民課市民係にお越しください。

※交付申請書をお持ちでない方は、本人確認書類を持参したうえで再発行可能です。



写真撮影は
無料です！！

受付時間 平日 8 時 30 分～ 17 時 15 分

（毎月第 2・4 木曜日は 19 時まで受付時間延長）

申請・受取方法

交付申請書を記入し
顔写真撮影

1 カ月後

交付通知書（はがき）に記載
された必要書類を持参して申
請者本人が市民課へ行く

自身でパスワードを設定
しマイナンバーカードを
受け取る

問 市民課 ☎ 63-1112

お誕生おめでとう （令和 2 年 4 月受付分）

住 所	赤ちゃん	保護者
高砂	たけだ さくま 武田 朔真	令
小深浦	はたけやま あまね 畠山 天寧	淳
中央 7 丁目	さわまつ のあ 澤松 希歩	佑治

ご冥福をお祈りします （令和 2 年 4 月受付分）

住 所	氏 名	享 年
高砂	二宮 章	73
平田町東平 1 丁目	大倉 幸男	78
片島	北川 正五	91
平田町戸内	山口 美智夫	62
西片島	森下 貴美子	72

※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 ☎ 63-1112

介護用品給付事業および家族介護慰労金支給事業

寝たきりや認知症など、重度要介護高齢者（65 歳以上）を在宅で介護している家族の経済的・身体的な介護負担を軽減し、高齢者の在宅生活の継続を支援します。

	介護用品を支給します－介護用品給付事業－	慰労金を支給します－家族介護慰労金支給事業－
支給内容	1 年間 1 人あたり 7 万 5 千円以内で、紙オムツ・尿とりパッド・使い捨て手袋・消臭用品・清拭用品を支給します。	1 年間 1 家族あたり 10 万円を支給します。
主な要件	●要介護者が要介護 4 以上、またはそれに相当する状態であると認められる者であること。	支給申請日前 1 年間、要介護者が要介護 4 以上、またはそれに相当する状態であると認められる者であること。
	●介護者、要介護者ともに、介護保険料の滞納がないこと。	
	●介護者、要介護者ともに、生活保護を受けていないこと。	
	●介護者、要介護者ともに、市民税非課税世帯であること。	支給申請日前 1 年間、法に規定する居宅サービスまたは施設サービスを利用しておらず、医療機関等に入院していないこと。 ※年間 10 日間以内の短期入所生活介護および短期入所療養介護の利用または医療機関等の入院を除く。

持参物 認め印・介護保険被保険者証 **申込先** 長寿政策課予防係 **問** 長寿政策課 ☎ 63-9112

医療費を大切に使いましょう

現在医療費は増加傾向にあり、このまま医療費が増え続けると、国民健康保険税の引き上げや医療保険制度の崩壊に繋がるかもしれません。医療費を大切に使うために、次のことを実践してみましょう。

かかりつけ医をもちましょう

病気やけがをしたときに、どんな医療機関に、どのようなかかり方をするかで、余計な医療費を抑制できます。緊急でやむを得ない場合を除き、まずはかかりつけのお医者さんに診てもらいましょう。気軽に相談に応じてもらえたり、必要な場合には適切な医療機関を紹介してもらうことができます。

こういうことをしていませんか？

- 紹介状なしで大病院を受診**
紹介状なしで大病院を受診する場合には、初診時に通常の医療費のほか、「選定療養費」という特別料金の負担があります。まずはかかりつけ医を受診し、紹介状を書いてもらいましょう。
- 同じ病気で複数の病院を受診**
その都度初診料や検査費用が必要になり、医療費の増加の原因になります。それだけでなく、検査や薬の重複により、体に悪影響を及ぼす危険性もあります。
- 緊急でないのに救急外来を受診**
軽い症状にも関わらず、休日や夜間に病院の救急外来を受診すると、重篤患者の治療を遅らせたり、医療現場の負担にも繋がります。また、時間外加算などの医療費が加算されるので、緊急性が低い場合は、診療時間内に受診しましょう。

夜間や休日に受診を迷ったら

こうちこども救急ダイヤル ☎ # 8000（相談時間：毎日 20 時～翌午前 1 時）
夜間などに子どもが急病になったら、ご利用ください。看護師が電話で相談にお応えします。
全国版救急受診アプリ（インターネットで「Q助」と検索）
該当する症状を画面上で選択していくと、緊急度に応じた必要な対応が表示されます。

問 市民課 ☎ 63-1112



児童手当現況届の提出

令和2年5月現在の児童手当受給者は、6月に現況届を提出する必要があります。

この届けは、6月1日（月）における状況を記載し、児童手当を引き続き受けることができるかどうかを確認するためのものです。この届けの提出がない場合は、6月分以降の児童手当が受けられなくなりますのでご注意ください。対象者には5月に届出用紙を送付しています。



受付期間 6月1日（月）～6月30日（火）（土・日を除く）

問 福祉事務所 ☎ 63-1114

フレイル対策をはじめよう

フレイルをご存知ですか。年齢とともに体や心のはたらき、社会的つながりが弱くなった状態を指します。そのまま放置すると要介護状態になる可能性があります。

大事なことは、早めに気づいて、適切な取り組みを行うことです。そうすればフレイルの進行を防ぎ、健康に戻ることができます。

栄養バランスの良い食事をしっかりと、フレイルを予防しましょう。



こんな傾向はフレイルかもしれません

- おいしいものが食べられなくなった（1日3食のうち、食べないで済ますことがある）
- 疲れやすく何をするのも面倒だ
- 半年で2～3Kg以上体重が減ってきた

食べて元気にフレイルを予防しましょう！

食事は活力の源です。「主食」「主菜」「副菜」のそろった「一汁三菜」を食事の基本にすると、栄養バランスがよくなります。食が進まないときは、たんぱく質が多い主菜から食べましょう。

主食	主菜
ごはん、パン、めん類などの炭水化物（糖質、食物繊維）	肉、魚、卵、大豆製品などのたんぱく質、脂質が主体のメイン料理
副菜	その他
野菜、きのこ、いも、海藻類などのビタミン、ミネラル、食物繊維を多く含んだおかず	汁物、飲み物、牛乳、乳製品、果物など

「食事」にひと工夫

「かむ力」が衰えはじめると、やわらかい食材ばかりを選びがちになり、栄養バランスも崩れます。かみごたえのある食材をメニューに一品取り入れるだけでも、かむ機能を維持・向上させるトレーニングになります。

食材の工夫

- にんじん、れんこん、ごぼうなどの根菜類
- 貝、いかなどの魚介類や豚肉などの肉類
- こんぶ、わかめなどの海藻類
- その他きのこ類など

調理の工夫

- 食材はあえて「薄く小さく」ではなく「厚く大きく」切る。
- 食材の繊維を断ち切るのではなく、乱切りなどにして繊維を残す。
- ゆですぎ、煮すぎ、炒めすぎに注意して食材の歯ごたえを残す。

※無理のない範囲で行いましょう。

問 長寿政策課 ☎ 63-9112

「あいうべ体操」

口の働きを保つことは、栄養を取ることや誤嚥性肺炎の予防など、体の健康を守ることにもつながります。口腔体操や口腔内を清潔に保つことで健康を守り、はつらつとした生活を送り健康寿命を延ばしましょう。「あ・い・う・べ」と繰り返し、1日30回ずつ行いましょう。

あ	口を大きく開ける。 縦の楕円形に近くなるようにして、のどの奥が見えるくらい口を大きく開ける。
い	口を横に開ける。 ほおの筋肉が両方の耳の前に寄る感じがするくらいが目安。首に筋が浮き出るくらいに。
う	口をとがらせる。 思い切り唇を前に突き出すようにする。
べ	「べ～」と舌を伸ばす。 舌の先を下あごの先端まで伸ばすような気持ちで、舌を出す。

宿毛市公式 YouTube チャンネル「みてや！SUKUMO！！」で「あいうべ体操で口腔機能の低下を予防」の動画を公開しています。(https://youtu.be/UiT9sQ56T6g)



問 長寿政策課 ☎ 63-9112

猫の飼い主さんへ（お願い）

年間を通して多くの地区より、猫の飼い方のマナーが悪いとのお問い合わせがあります。猫の放し飼いによる糞尿被害や鳴き声等の騒音問題がきっかけとなり、ご近所トラブルに発展するケースが何件も確認されています。飼っている猫が地域の嫌われものにならないためにも、家の中で飼育するようにしましょう。



猫を室内で飼育することのメリット

- 不必要な交配をしなくなる。
- 交通事故、虐待にあわない。
- 飼い主のいない猫の繁殖を抑制できる。
- 感染症を予防できる。

守らなければいけない事項

- 飼い主は、飼い猫が公共の場所および他人の土地、建物等を不潔にし、または損傷させない。
- 頻繁な鳴き声、体臭、毛等により他人に迷惑をかけないように努めなければならない。

猫の飼い主は、「飼い主としての自覚を持つとともに他人に迷惑をかけないように努めなければならない」とされています。（動物の愛護および管理に関する法律・高知県動物の愛護および管理に関する条例家庭動物等の飼養および保管に関する基準）

問 健康推進課 ☎ 63-1113

有料広告

命の鍵を握っているのはシロアリです。

地震の際、
シロアリ被害を受けた建物は
倒壊の危険が増し、
人命が失われる
恐れがあります。



友清白蟻

高知市前里70番地3

☎(088) 824-1501

工業統計調査

総務省・経済産業省



製造業を営む事業所を対象に行われる統計調査です。事業所の皆さんは郵送またはオンラインでの回答をお願いいたします。

問 企画課 ☎ 63-1118

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
17 金	宿毛市総合社会福祉センター	9:00 ~ 9:40

赤ちゃん広場

日	場 所	実 施 時 間
2 木	宿毛市総合社会福祉センター	9:30 ~ 11:30
	宿毛市地域子育て支援センター	9:30 ~ 11:30

1歳6か月児健康診査・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
8 水	宿毛文教センター	12:15 ~ 12:55



成人保健

【セット健診】特定健康診査および各種がん検診

※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
14 火	幡多健診センター	8:00 ~ 9:20	8:00 ~ 9:00	9:00 ~ 10:00
		13:00 ~ 13:30		13:30 ~ 14:30

子宮頸がん検診および乳がん検診

日	場 所	子宮頸がん検診	乳がん検診
21 火	片島公民館	9:00 ~ 10:00	完全予約制
	宇須々木公民館	13:00 ~ 14:00	完全予約制

肺がん検診および結核検診

日	場 所	受付時間
14 火	幡多健診センター	8:00 ~ 9:20
	宿毛市役所（正面玄関）	9:50 ~ 10:30
	宿毛市役所西庁舎（学校教育課）	10:40 ~ 11:30
	幡多健診センター	13:00 ~ 13:30

新型コロナウイルスの発生状況によっては、延期または中止する場合があります。

心の健康相談

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

相談窓口

- 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 ☎ 0880-35-5979
- お酒の悩みごと相談 幡多断酒会 大江 拓 ☎ 090-1173-4672
- 健康推進課 健康指導係 ☎ 63-1113

有料広告

宝くじ公式サイトで
宝くじを購入できる
ようになりました！

宝くじ公式サイトはコチラから



お得な特典、便利なサービスいろいろ！宝くじ公式サイト会員登録ステップ

STEP1

「宝くじ公式サイト」を検索！
メールアドレスの登録
（仮登録）

「宝くじ公式サイト」を検索して、
宝くじ公式サイトの新規会員登録ページで
メールアドレスを
登録（仮登録）します。

STEP2 会員情報の入力（会員登録）

- ① 入力いただいたメールアドレス宛に、メールが届きます。
- ② メールに記載されている会員登録用のURLをクリックします。
- ③ 画面に従って、氏名や生年月日等の情報を入力いただくと新規会員登録が完了します。

宝くじ売り場でポイントをためる／つかうための手続きは以上で完了
宝くじ公式サイトでのネット購入をご利用の方は、引き続き次のSTEP3の手続きをお願いします。

STEP3 決済情報の入力

ネット購入をご利用される方は、
宝くじを購入するための
「クレジットカード情報」および
当せん金のお受け取りに利用する
「口座情報」をご登録ください。

以上で、カンタン・便利な宝くじの
「ネット購入」がご利用
いただけるようになります！

本件に関する
お問い合わせ先

宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192（ナビダイヤル 有料） TEL 011-330-0777（有料）
受付時間 10:30～18:30（土・日・祝日、年末年始を除く）※電話番号を十分ご確認ください。おかけ間違いのないようお願いいたします。

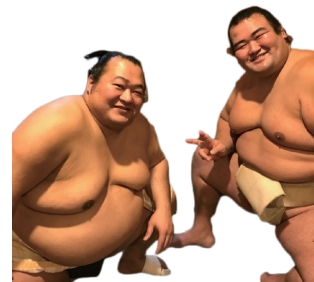
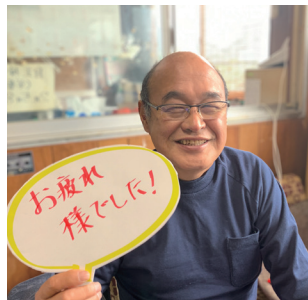
年間主要行事予定

今後の主な行事予定（7月～3月）※現時点での予定ですので、確定したものではありません。

月	日	曜	行 事
7	11	土	部落差別をなくする運動強調週間行事（中止）
	26	日	子どもフェスティバルすくも（中止）
	28	火	子ども陶芸教室（～29日）
	29	水	宿毛市・大月町小学校水泳記録会（中止）
8	1	土	子ども絵手紙教室 宿毛市長杯ミニバスケットボール大会（～2日）
	2	日	宿毛市人権教育研究大会（中止）
	4	火	子ども陶芸教室（～5日）
	17	月	夏休み子ども将棋教室（～19日）
	21	金	本町通りふれあい夜市
	29	土	高知県高等学校男女ソフトボール夏季大会（～30日） 高知県高等学校男女ソフトボール選手権宿毛大会（～30日）
	30	日	蛭湖まつり
9	5	土	子ども将棋教室
	17	木	宿毛市・大月町中学校陸上競技大会
	26	土	宿毛市・大月町中学校駅伝大会
10	上旬		市民祭宿毛まつり
	3	土	子ども将棋教室
	4	日	宿毛少年柔道錬成大会
	7	水	宿毛市・大月町小学校陸上記録会
	9	金	宿毛市美術展覧会（～13日）
	11	日	宿毛市相撲大会
	16	金	オールドパワー文化展・女のまつり（～18日）
11	17	土	宿毛市長杯少年サッカー大会（～18日）
	5	木	宿毛市中学校音楽祭
	6	金	宿毛市小学校音楽祭
	7	土	子ども将棋教室 寒蘭の里とさ宿毛展示大会（～8日）
	8	日	宿毛川柳大会
	15	日	宿毛市芸術祭 横瀬川アクティブイベント すくも俳句大会
12	5	土	人権フェスティバル 子ども将棋教室 子ども絵手紙教室
	7	月	人権作文発表会
	12	土	子ども生け花教室
	13	日	花へんろウォーク
	下旬		土佐はし拳全日本選手権大会
1	3	日	宿毛市成人式
	9	土	子ども生け花教室
	10	日	宿毛市囲碁・将棋名人戦 消防出初式
	17	日	芸能発表会 幡西卓球大会（国吉杯）
	29	金	小さな村の展覧会（手代岡）（～2月2日）
2	6	土	子ども将棋教室
	13	土	子ども生け花教室
3	6	土	子ども将棋教室

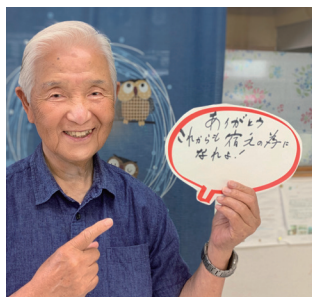
父 梶原 一臣 さん

今まで30年、プロになって18年の相撲人生お疲れ様でした。胸をはって宿毛に帰ってこい。中学3年生の時、いろんなところからスカウトがあったけど、友達と離れとない理由で宿毛高校へ行ったこと。今思えば、その選択があったけんこそ宿毛の人らあから応援され愛される力士になったがやと思います。子としてほんとうに誇りに思うちょります。



宿毛少年相撲クラブ 監督 坂本 迅人 さん

一番印象に残っていることは、小学1年生のときに小学3年生の子に勝っていたこと。いままでそんな子は豊ノ島関だけ。昔からセンスがあつて、下半身のバランスが良かった。今はケガをしっかりと治してちょっとゆっくりしてほしい。これからは親方として、若い世代を指導してほしいです。



豊ノ島関宿毛後援会

三木 健正会長

関取になってから、帰郷した時は、時間を惜まず一緒に高齢者施設や保育園など訪問して「応援ありがとう」と丁寧に伝える姿にむしろこっちが勇気づけられました。ありがとうございます！

弁当屋 いしづち さん

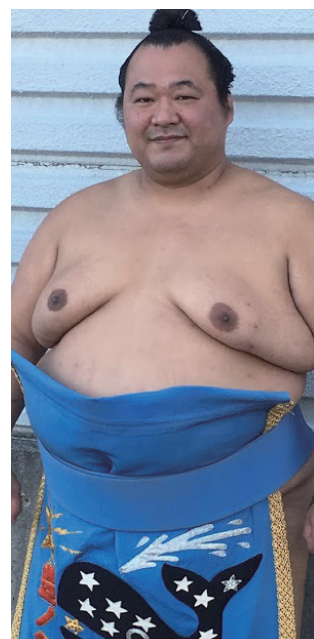
いつも部活帰りにジャンボおにぎりを買って帰っていたことを思い出します。これからは高知県や宿毛の顔としてよろしく頼みますね。

宿毛市の皆さんへメッセージ

18年間のあたたかいご声援感謝しています。自分の不祥事の時にも、背を向けず叱咤激励してくれたことも今となっては大きい財産です。これからは親方としていい力士を育てていきたいと思っていますのでこれからも変わらぬご声援よろしくお願いします。18年間ありがとうございました。



初土俵は平成14年初場所。平成16年夏場所で新十両、同年秋場所で新入幕に。平成19年夏場所では新三役の小結に昇進。三賞10回、金星は4個獲得。平成22年九州場所では、14勝1敗で横綱白鵬と並び優勝決定戦まで争う。残念ながら幕内優勝はなかったものの、大活躍。アキレス腱を断裂し平成28年九州場所で幕下に陥落するも、2年後の平成30年九州場所で十両に復帰。



6月の行事予定

日	曜	内 容		時 間	場 所	問い合わせ先
3	水	令和 2 年度第 1 回宿毛市子ども相談会		9:30	宿毛文教センター	各学校および保育園／ 福祉事務所 ☎ 63-1114 ／ 家庭児童相談室 ☎ 63-1147
5	金	ほっと広場＊東～母推（ぼすい）さんの事業～		10:00	手代岡隣保館	健康推進課 ☎ 63-1113
8	月	ふれあい保育		9:30	各公立保育所・宿毛 保育園・大島保育園	各公立保育所・宿毛保育園 大島保育園
		ふれあい保育（リトミック・戸外遊び）		10:00	宿毛幼稚園	宿毛幼稚園 ☎ 63-2914
9	火	ほっと広場＊中央～母推（ぼすい）さんの事業～		10:00	宿毛まちのえき 林邸	健康推進課 ☎ 63-1113
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
		マイナンバーカード・電子証明書夜間窓口開設日		17:15	市役所市民課	市民課 ☎ 63-1112
13	土	宿毛!! ワクワク たいけんひろば	小物づくり教室 「スイーツマグネット」	10:00	正和児童館	NPO 法人じんけんネット すくも ☎ 090-9710-3321
			自由交流	13:00		
		子ども食堂 ゆめ		12:00	ゆめ・スマイル みんなの ☎ おうち	こども食堂 ゆめ ☎ 090-5146-7529
		「ゆめ・スマイル」 OPEN!		12:00	ゆめ・スマイル みんなの ☎ おうち	ゆめ・スマイル ☎ 090-5910-0989
16	火	出張年金相談（予約制） ※予約は幡多年金事務所へ		9:30 13:00	市役所	幡多年金事務所 ☎ 0880-34-1616 （自動音声案内）
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	あいさつ・声かけ運動		7:00	市内全域	青少年育成センター ☎ 63-4197
21	日	第 24 回西日本選手権 幡多予選（軟式野球）		9:00	宿毛市野球場	総合運動公園 ☎ 66-1467
25	木	ほっと広場＊西～母推（ぼすい）さんの事業～		10:00	西地区防災コミュニ ティセンター	健康推進課 ☎ 63-1113
		夜間市税納付窓口開設日		17:15	市役所税務課	税務課 ☎ 63-1115
		マイナンバーカード・電子証明書夜間窓口開設日		17:15	市役所市民課	市民課 ☎ 63-1112
27	土	宿毛!! ワクワク たいけんひろば	フラワーアレンジメント	10:00	正和児童館	NPO 法人じんけんネット すくも ☎ 090-9710-3321
			自由交流			
28	日	休日市税納付窓口開設日		9:00	市役所税務課	税務課 ☎ 63-1115
29	月	ふれあい保育（リトミック・戸外遊び）		10:00	宿毛幼稚園	宿毛幼稚園 ☎ 63-2914

今後開催を予定しているイベント・行事等については、
新型コロナウイルスの感染拡大防止のため中止となる場合があります。

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:新型コロナウイルス対策身の回りを〇〇にしましょう。

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。6月15日（月）（消印有効）

5月号の正解

A: コミュニティ

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、発送は翌月20日頃）



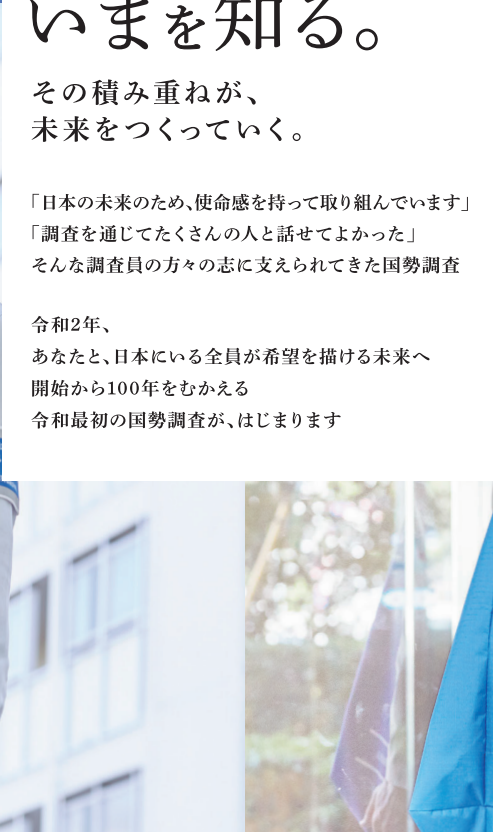
国勢調査 2020

いまを知る。

その積み重ねが、
未来をつくっていく。

「日本の未来のため、使命感を持って取り組んでいます」
「調査を通じてたくさんの人と話せてよかった」
そんな調査員の方々の志に支えられてきた国勢調査

令和2年、
あなたと、日本にいる全員が希望を描ける未来へ
開始から100年をむかえる
令和最初の国勢調査が、はじまります



日本国内に住むすべての人と世帯を対象とした5年に一度の大調査

開始100年の国勢調査、調査員を募集します

国勢調査2020キャンペーンサイト <https://www.stat.go.jp/data/kokusei/2020campaign/>

国勢調査

検索



調査員をやってみたい方や調査員に興味がある方は企画課までお問い合わせください。

問 企画課 ☎ 63-1118