

SUKUMO CITY.

宿毛市

広報すくも 2020.9

PICK UP

P4-5 「新型コロナウイルス」関連の
行政情報・支援情報

P7 令和3年度新規採用職員募集

P22 地域おこし協力隊通信



宿毛 REDS ! 「上って下って すくもチリリンまんぷくライド」

～ 宿毛市総合運動公園内で MTB（マウンテンバイク）コース試乗会～

竹之内 悠 氏・松田 千裕 氏に宿毛大使を委嘱

宿毛市にゆかりがあり、さまざまな分野において活躍されている方を「宿毛大使」として委嘱し、宿毛市の豊かな自然や文化等をPRいただいています。

この度、プロスポーツ選手で、自転車メーカー東洋フレーム所属の竹之内 悠 氏及び松田 千裕 氏に宿毛大使を委嘱させていただきました。

これまでも宿毛市の自転車イベントに参加いただき、様々な形でPRを積極的に行っていただいていることから、8月9日（日）に実施された「宿毛 REDS! 上って下ってすくもチリリンまんぷくライド」開会式にて、宿毛大使の委嘱式を行い、今後ますますの宿毛のPRへのご協力をお願いしました。



全日本シクロクロス選手権5連覇チャンピオンなど、名実ともに日本のトップアスリート
現在、宿毛市総合運動公園内に整備中であるマウンテンバイクコースを監修。

竹之内 悠 氏



自転車メーカー東洋フレームのフィードモデル
シクロクロスをメインにレースに参戦し、自転車の楽しさを伝えるため、SNSを中心とした広報活動を展開。
宿毛市とホストタウン事業で交流を続けている元オランダ自転車ロードレースナショナルチャンピオンであるイリス・スラッペンデル氏との親交がある。

松田 千裕 氏

問 企画課 ☎ 63-1118

すくも森林塾

「すくも森林塾」は、自分で山を間伐してみたいけれど経験が無い方やとにかく林業に興味がある方などが気軽に参加できる林業の講習会です。

今年度もチェーンソーや小型車両系建設機械（3t未満の車両系建設機械）の特別講習を予定しており、規定の教育を修了された方に修了証を交付します。森林所有者や林業に興味がある方の受講をお待ちしています。今年度の作業道・間伐研修については、昨年度同様実践的な内容となっております。過去にすくも森林塾を受講された方や林業に従事されている方も参加可能となっておりますのでご応募ください。



対象者 宿毛市在住の18歳以上の方（ただし、学生は不可）。

定員 15名（先着順） **参加費** 無料

募集期間 9月1日（火）～9月15日（火）

研修内容

- チェーンソー研修 9月26日（土）～27日（日）
- 小型車両系建設機械研修 10月3日（土）～4日（日）
- 作業道開設研修 11月（5日間予定）
- 間伐研修 1月（5日間予定）

申込方法

産業振興課までお電話をいただくか、①住所 ②氏名 ③性別 ④生年月日 ⑤電話番号を記入しメールで申し込みください。

問 産業振興課 ☎ 63-1117 ✉ sangyou@city.sukumo.lg.jp

西町区防災対策委員会 知事表彰

7月15日（水）、高新文化ホールにおいて高知県自主防災組織知事表彰式が行われ、宿毛市の西町区防災対策委員会が受章されました。この表彰は、地域の防災力向上を目的として、模範となる取組みが広がるよう優れた実践を行う団体に知事が表彰をするものです。

宿毛市の西町区防災対策委員会は、避難行動に支援が必要な方の避難計画を個別に作成し、多くの住民が参加した避難訓練を実施するなど、日頃からの積極的な防災活動が評価されました。今回の表彰では西町区を含む県内の3団体が表彰され、宿毛市では平成27年度の宇須々木地区に続く2例目となりました。

西町区防災対策委員会を代表して中脇 南海男 会長が出席されました。



問 危機管理課 ☎ 63-0951

～スポーツの秋にスマホで楽しく運動をはじめよう～

オクトーバー・ラン&ウォーク 2020

「最近、運動不足だなあ」と感じている皆さん、毎日の運動習慣を身につけながら楽しく健康づくりをしてみませんか。

「オクトーバー・ラン&ウォーク」とは

10月の1ヶ月間の走行・歩行距離を全国・市町村対抗のランキングで競い合うイベントです。スマホに専用のアプリをダウンロードしてランニングやウォーキングの距離を記録することで、市内をはじめ全国や県内での参加者ランキングに反映されます。



公式サイトはこちら

開催期間 10月1日（木）～31日（土）

参加方法 次のスマホアプリをダウンロード（無料）して参加

ランニングの部

「TATTA」アプリ

※イベントページから参加申込が必要。



Android 版

iOS 版



ウォーキングの部

「スポーツタウン WALKER」アプリ

※設定することで自動的に参加。



Android 版

iOS 版



毎日の散歩や通勤を「スポーツ」として楽しんでもたり、冬場のマラソンシーズンに向けて走り込みのモチベーションアップに活用するなど、市民の皆さんと一緒に「スポーツの秋」を楽しみ、健康な身体を目指しましょう。

なお、参加者には、宿毛市独自特典以外に、総額5千万円の賞品も当たる予定です。詳しくは、公式サイトをご確認ください。(http://octoberrun.jp/)



宿毛市独自の特典

提供場所でアプリの10月のトータル距離を提示することで、ウォーキングは5kmごと、ランニングは10kmごとにヘルシーポイントを差し上げます。

提供場所 宿毛市総合運動公園・和田体育館・健康推進課・生涯学習課（宿毛文教センター内）

提供期間 11月2日（月）～30日（月）9時～17時 ※土・日・祝日を除く



問 総合運動公園 ☎ 66-1467 /

オクトーバー・ラン&ウォーク大会事務局 ✉ october@runners.co.jp

保険税（料）の対応

新型コロナウイルスの影響により、主たる生計維持者の事業収入等が昨年中のものとは比べ大幅に減少した、または減少することが見込まれる場合等には、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料について、申請により減額または免除される場合があります。申請方法など詳しい内容は7月に発送した令和2年度の保険税（料）額決定通知書に同封しておりますのでご確認ください。

申請期間 令和3年3月末まで

問 税務課 ☎ 63-1204（国民健康保険税）
長寿政策課 ☎ 63-9112（介護保険料）
市民課 ☎ 63-1112（後期高齢者医療保険料）

宿毛市コロナ対策取組宣言店制度

感染症対策に係る取り組みの内容を記載したポスターを店頭に掲示し、宿毛市ホームページで公開することにより、市内外のお客様に安心してご来店いただける環境の整備を促進し、宿毛市のにぎわいや経済の回復につなげることを目的とした制度です。ポスターは申請書受理後すぐにお渡しできます。



申請書は商工観光課または
こちらからダウンロード

問 商工観光課 ☎ 63-1119

宿毛市中小企業新型コロナウイルス感染症対策事業費補助金

「新しい生活様式」に対応した事業活動、事業所などの利用者や従業員の安全・安心を確保するため、事業者の皆さんが実施する感染防止対策を支援します。



対象事業者 市内に事業所を有する中小企業者

対象経費 「業種別感染予防対策ガイドライン」等に基づき実施する取り組みに要する経費

詳細はこちら

補助率 4 / 5 以内（下限4万円～上限50万円以内）

補助対象期間 4月7日（火）～12月28日（月）（4月7日（火）～8月12日（水）までは溯及適用）

申請期限 11月30日（月）

問 商工観光課 ☎ 63-1119

～農林漁業者の皆さん～

経営継続補助金2次募集

新型コロナウイルスの影響を克服するため、感染拡大防止対策を行いつつ、販路の回復・開拓、生産・販売方式の確立・転換などの経営継続に向けた農林漁業者の取り組みを支援します。お早めにお申し込みをご検討ください。

補助内容

● 経営継続に関する取り組みに要する経費

補助上限額 100万円（補助率 3 / 4）、接触機会を減らす取り組みなどの条件あり

● 感染拡大防止の取り組みに要する経費

補助上限額 50万円（補助率 定額）

応募開始時期 9月中旬（申込締切10月中旬）予定

問 最寄りの農協・漁協・農業振興センター／高知県水産政策課／漁業指導所／林業事務所

宿毛市子育て応援臨時給付金

新型コロナウイルスの影響により、様々な制限がかかる状況の中、出産し、育児に取り組む子育て世帯を支援するため、宿毛市子育て応援臨時給付金を支給します。

対象者 令和2年4月28日から令和3年4月1日までに生まれ、出生後最初の住民登録地が宿毛市であり、今後、引き続き宿毛市に住む赤ちゃん。

申請者 対象となる赤ちゃんの属する世帯の世帯主 **給付額** 赤ちゃん1人につき10万円

申請時期 8月24日（月）～令和3年4月30日（金） ※郵送の場合は令和3年4月30日（金）消印有効

申請方法 ●郵送 ●健康推進課窓口への提出

宿毛市に出生届を提出いただいた際、該当する方に申請のご案内をします。

すでに届出をされており、該当する方には申請書を送付します。

必要書類

●宿毛市子育て応援臨時給付金申請書

●振込先金融機関口座確認書類

通帳またはキャッシュカードのコピー（金融機関名、口座番号、口座名義人が分かるもの）

●本人確認書類

本人確認ができる公的証明書のコピー（運転免許証、マイナンバーカード、健康保険証など）

問 健康推進課 ☎ 63-1113

国民年金保険料の免除・納付猶予手続き

新型コロナウイルスの影響により、収入源となる業務の喪失や売り上げの減少などが生じて所得が相当程度まで下がった場合は、臨時特例措置として本人申告の所得見込額を用いた簡易な手続きにより、国民年金保険料免除・納付猶予申請が可能です。

対象者 次のいずれにも該当する方

●新型コロナウイルスの影響による収入の減少

令和2年2月以降に、新型コロナウイルスの影響により業務が失われた等により収入が減少した方

●所得が相当程度まで下がった場合

令和2年2月以降の所得の状況からみて、所得見込額が国民年金保険料免除基準相当になることが見込まれる方

臨時特例措置の対象となる期間

●令和元年度分として 令和2年2月分から令和2年6月分まで

●令和2年度分として 令和2年7月分から令和3年6月分まで

日本年金機構

申請書・添付書類

●国民年金保険料免除・納付猶予申請書

●所得の申立書（簡易な所得見込額の申立書（臨時特例用））

提出先 市民課年金係または幡多年金事務所

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。

※新型コロナウイルス感染防止の観点から、郵送での提出をぜひご活用ください。

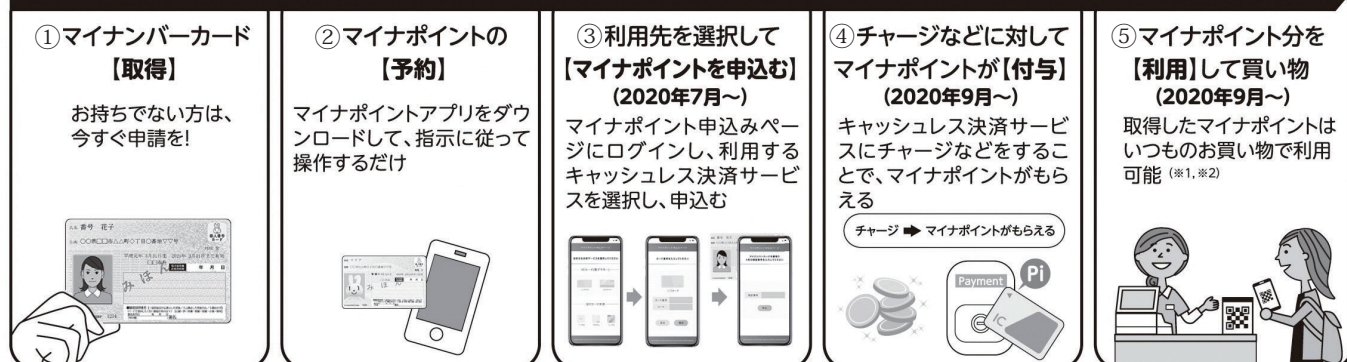
問 幡多年金事務所 ☎ 0880-34-1616（自動音声案内）



マイナポイント付与開始

マイナンバーカードをお持ちの方が、キャッシュレスで2万円のチャージまたは買い物をする、一人あたり25%分(上限5千円)のマイナポイントが付与されます。なお、マイナンバーカードをお持ちでない方は、申請から交付まで1カ月ほど時間を要しますので、お早めにご申請ください。

マイナポイントの利用イメージ



(※1)お買い物時にはマイナンバーカードを使用しません (※2)国が買い物履歴を収集・保有することはできません



マイナポイント



マイナンバーカード取得方法

便乗詐欺にご注意を!

総務省の職員・市町村の職員・その関係者などが次のことを行うことは絶対にありません!

- マイナンバーや金融機関の口座番号、口座の暗証番号、資産の状況、家族構成などの個人情報などを伺う
- 通帳やキャッシュカードを預かったり、確認する
- 金銭を要求したり、手数料の振り込みを求める

【問】 商工観光課 ☎ 63-1119 (マイナポイント) / 市民課 ☎ 63-1112 (マイナンバーカード)

セキュリティもしっかり! マイナンバーカード!

マイナンバーカード券面

顔写真付・文字のレーザー彫り込みや複雑な彩紋パターンにより、第三者によるなりすましや偽造を困難にしています。

ICチップ

「税関係情報」や「年金関係情報」など、プライバシー性の高い情報は記録されません。

また、電子証明書ごと、アプリごとに暗証番号が設定されているため、第三者は暗証番号を知らないとなりすましできません。暗証番号も入力を一定回数以上間違えるとロックされます。

紛失時の一時停止

24時間365日のコールセンターを設置しています。コールセンターに電話するとカードの一時停止措置が取られます。※署名用電子証明書の機能は失効します。

個人番号コールセンター

- マイナンバー総合フリーダイヤル(無料) ☎ 0120-95-0178
- 個人番号カードコールセンター(有料) ☎ 0570-783-578
- 外国語対応フリーダイヤル(無料) ☎ 0120-0178-27

マイナンバーカードの申請方法はマイナンバーカード総合サイトまたは市民課市民係までお問い合わせください。

※マイナンバーカードは申請から出来上がるまで約1カ月かかります。早めの申請をお勧めします。



【問】 市民課 ☎ 63-1112

令和3年度宿毛市職員募集



試験区分

試験区分	受験資格	採用予定人員
A 一般事務	昭和61年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた人	6名程度
B 土木Ⅰ	昭和61年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた人	3名程度
C 土木Ⅱ (職務経験者)	昭和46年4月2日以降に生まれた人で、令和2年8月31日現在で民間企業等での職務経験が5年以上ある人	若干名
D 保育士	昭和61年4月2日以降に生まれた人で、保育士の資格を有する人または令和3年3月31日までに資格取得が見込まれる人	2名程度
E 保健師	昭和56年4月2日以降に生まれた人で、保健師免許を有する人または来春保健師免許取得が見込まれる人	1名
F 船員(航海士)	昭和50年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた人で、6級海技士(航海)以上の資格を有する人または令和3年3月31日までに資格取得が見込まれる人	1名
G 調理師	昭和61年4月2日以降に生まれた人で、調理師の資格を有する人または令和3年3月31日までに資格取得が見込まれる人	3名程度
H 消防士	平成3年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた人で、準中型自動車運転免許を有する人または来春資格取得が見込まれる人 ※採用後は、宿毛市内に居住し通勤可能な人	1名

申込方法

受付場所 総務課人事係(〒788-8686 桜町2番1号) **受付方法** 郵送または持参

受付期間 9月1日(火)～9月18日(金)※郵送の場合は、9月18日付の消印有効

申込書等配布場所 ●総務課人事係

●宿毛市ホームページ(<https://www.city.sukumo.kochi.jp/>)からダウンロードできます。

※郵送で請求する場合は、返信用封筒(94円分の切手を貼付し、あて先を明記したもの)を同封のうえ、封筒の表に「採用試験申込書請求」と朱書して、総務課人事係まで送付してください。

試験概要

試験日 第1次試験 10月18日(日) 第2次試験 11月14日(土)・11月15日(日)

試験方法

第1次試験

- 教養試験(全職種 試験時間 75分)
社会についての関心や基礎的・常識的な知識、職務遂行に必要な基礎的な言語能力・論理的思考力についての試験
- 性格特性検査(消防士以外 試験時間 20分)
性格特性についての検査
- 職場適応性検査(消防士以外 試験時間 20分)
職務に対する適応性についての検査
- 事務適性検査(一般事務 試験時間 10分)
事務職員としての適応性等についての検査
- 専門試験(土木Ⅰ・Ⅱ、保育士、保健師 試験時間 90分)
専門的な知識・能力についての試験
- 消防適性検査(消防士 試験時間計 35分(20分・15分))
消防職員としての適応性についての検査

第2次試験

第1次試験合格者通知の際にお知らせします。

問 総務課人事係 ☎ 63-0948

情報コーナー

i 無料合同労働相談会

解雇、パワハラ、賃金未払いといった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などが合同で無料相談会を開催します。弁護士、司法書士、社会保険労務士といった専門家が面談または電話にて相談をお受けします。事業主の方も相談できますのでお気軽にご相談ください。

日時 10月30日(金)

10時～17時

場所 高知県庁北庁舎

(高知市丸ノ内2-4-1)

※事前予約優先。先着順。

予約期間 9月1日(火)9時～

10月27日(火)17時

当日限定相談専用ダイヤル

☎088-821-4661

高知県労働委員会事務局では、随時相談を受け付けています。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、変更・中止となる場合があります。詳細については高知県労働委員会事務局にお問い合わせください。

問 高知県労働委員会事務局

☎088-821-4645

i 認知症予防教室

9月は「認知症予防にはお口も大切」～在宅歯科連携室の役割～です。講師に幡多在宅歯科連携室の歯科衛生士の方をお迎えしてのお話です。

日時 9月25日(金)

14時～15時

場所 聖ヶ丘病院 作業療法室

参加費 無料 **事前申込** 不要

駐車場 有

※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。

問 聖ヶ丘病院 地域連携推進室

中野・長尾

☎63-2146

i 外国人生活相談会
in四万十市

在留資格および外国人のための生活に関する無料相談会を開催します。在留資格制度全般に関する相談のほか、仕事に関する相談など幅広く相談に応じます。お気軽にご参加ください。

日時 9月16日(水)

10時～12時、13時～15時

※在留資格に関する相談は要予約(相談時間は1組約30分)その他の相談は予約不要ですが、予約者優先となります。

場所 四万十市役所3階

303・304号室

対象者

外国人や外国人と関わりのある方、外国人を雇用している事業所など

申込方法

●電子メール ●FAX ●郵送

※申込票は右記QRコードよりダウンロードいただくか、商工観光課で取得してください。



申込締切 9月8日(火)

問 高知県外国人生活相談センター

☎088-821-6440

FAX 088-821-6441

✉cousultation@kccfr.jp



高知県の情報
ポータルサイト

i 水道メーター(量水器)
取り替え

平成24年度、平成25年度に製造した量水器(例:A24-〇〇〇・A25-〇〇〇)の取り替えを行っています。

●水道メーターの取り替え作業中は水道が使用できません。

(15分から30分程度)

●取り替え作業はご不在の場合でも、取り替え可能な場合は施工します。

問 水道課 ☎63-3552

i 今月の1日行政相談所

日時 9月29日(火)

13時～15時

場所 宿毛文教センター

相談委員 三本 義男・山岡 まゆみ

問 総務課 ☎63-0948

i 無料人権相談

弁護士資格のある人権擁護委員が人権相談をお受けします。特に法律関係でお困り、お悩みの方はぜひご相談ください。

日時 9月24日(木)

13時～15時

場所

高知地方法務局四万十支局

(四万十市右山五月町3番12号)

主催 高知地方法務局四万十市局

※1人30分の予約制。

相談無料。秘密厳守。

問 高知地方法務局四万十支局

☎0880-34-1600

募 市営住宅入居者募集

市営住宅

募集団地

- 小森団地 2戸 3DK
- 西町第2団地 1戸 3DK
- 平井団地 1戸 3DK

受付期間

9月9日(水)～9月23日(水)

西町地域振興住宅

間取り 3DK(6帖×2、4帖半)

構造

鉄筋コンクリート造5階建て
※エレベーター無

契約形式 定期借家方式

家賃 3万円 共益費 2千円

駐車場 1千円(1台/1世帯)

敷金 9万円(家賃×3カ月)

受付期間 随時受付

共通

入居資格条件 有

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

※土・日・祝日を除く

問 都市建設課 ☎63-1120

募 令和2年度警察官B 採用試験受験者募集

あなたの情熱・勇気・やさしさを
生かしてみませんか。

申込期間

8月18日(火)～9月8日(火)
※原則、インターネット受付。

受験年齢

1986年4月2日から2003年4月1日までに生まれた方
※学校教育法による4年制大学等を卒業した方または2021年3月までに卒業見込みの方は受験できません。

第1次試験日 10月18日(日)

問 高知県警察本部 組織基盤強化センター警務課採用係

☎088-826-0110

☎0120-032-376

i 高知家手帳の予約受付中

2021年版「高知家手帳」の購入予約を受け付けています。表紙の色はニューオレンジです。ぜひご予約ください。



高知家

価格 ●ポケット版 550円
●デスク版 800円

申込方法

各地区長または企画課へ申し込み

申込期限 9月15日(火)

配布 10月下旬予定

支払方法 高知家手帳のお渡しと引き換えにお支払いください。地区で取りまとめる場合は、地区長を通じてお支払いください。

高知県内の販売予定店舗

●県内ローソン全店
●県内ファミリーマート

(一部店舗除く)

●県内サニーマート
(一部店舗除く)

●県内TSUTAYA全店
●明屋書店宿毛店

問 企画課 ☎63-1118

募 土佐MBA受講生募集

宿毛市では、土佐MBA(土佐まるごとビジネスアカデミー)の講座を特定創業支援等事業に位置づけています。



土佐MBA
ホームページ

経営、財務、販路拡大、人材育成の各分類にかかる講座を1講座以上受講すれば、特定創業支援等を受けた方として、会社設立時の登録免許税の軽減措置等の支援を受けることができます。なお、オンライン受講が中心となっておりますが、オンラインでの受講が困難な場合はご相談ください。

問 商工観光課 ☎63-1119

i 国際テロの未然防止に向け、県民皆様のご理解とご協力を

我が国へのテロの脅威

イスラム過激派は、2001年のアメリカ同時多発テロ以降、アメリカと同盟国にある我が国をテロの標的として繰り返し名指ししています。また、海外においても邦人が犠牲となるテロ事件も発生しており、今後も邦人がテロや誘拐の被害に遭うことが懸念されます。こうした中、来年には国際的に注目を集める東京オリンピック・パラリンピック競技大会の開催が予定されており、この機会を狙ったテロの発生が懸念されるなど、我が国に対するテロの脅威は現実のものとなっています。

テロの未然防止対策

高知県警察では、

- テロリストを入国させない
- テロリストの拠点をつくらせない
- テロを起こさせない

という基本方針の下、県民の皆さんや各自治体、民間事業者、関係機関等と連携したテロ対策に取り組んでいます。

県民皆様のご理解とご協力を

テロを未然に防止するためには、県民の皆さんからの情報提供が不可欠です。海外では、大型商業施設や公共施設等がテロの標的とされているため、国内・県内においても同様のおそれがあります。

- 不自然に放置されている荷物
- 周囲をうかがいながら、何度も往復する者

などを発見したときや「何か変だな?」と思ったときは、すぐに110番通報をお願いします。

問 宿毛警察署 警備課
☎63-0110

思いっきりたのしむ！
イベントマルシェ

■ みんなの会 うち

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イベントを次の日程で行います。

9月の開催日	時間	内容
1日(火)	9時～12時	子どもから大人までの居場所クラフト・手芸・新聞バッグ作りなど
15日(火)		
22日(火)		
5日(土)	10時～13時	好きなことを一緒にやりませんか？
10日(木)	15時～18時	宿題したり、遊んだり、お友達と一緒にどうぞ！
24日(木)		
5日(土)	11時30分～	ランチバイキング ※なくなり次第終了

場所 みんなの会 うち
(中央1丁目1-30)

参加費 無料

主催 ゆめ・スマイル

問 ゆめ・スマイル ☎090-5910-0989



■ 横瀬川ダムクライミングウォール

ここでしか体験できない
大自然でのクライミング
をお楽しみください。



日時 9月13日(日)・27日(日)
10時～16時

場所 横瀬川ダム(山奈町山田6144-10)

料金 1時間 一般500円 中学生以下250円

※原則として毎月第2・第4日曜日に開催
※完全予約制。

宿毛市観光協会 ☎63-0801 または「はた旅」予約サイトからご予約ください。
※詳しくは宿毛市ホームページおよび宿毛市観光協会ホームページをご覧ください。



はた旅
予約サイト

問 宿毛市観光協会 ☎63-0801

■ こども食堂 ゆめ

手作りの美味しいお料理でおもてなし。
毎月手作りの美味しいランチ・お弁当を用意しています。



日時 9月5日(土) 11時30分～

場所 みんなの会 うち

参加費 高校生以上 300円 小・中学生 100円
(幼児 無料)

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

※お弁当対応の場合はメニューが違います。ご了承ください。

※アレルギー対応はしていません。

主催 こども食堂ゆめ

問 こども食堂ゆめ ☎090-5146-7529

【移住者交流会Vol.3】

防災の知識を学びながら宿毛BOSAIキャンプ！

宿毛でもし被災にあったら…

自然は楽しさの反面、災害の恐れもあります。もしものときに備えたい知識や準備として、火おこし体験、飲み水づくり、災害用簡易トイレづくり等、デイキャンプを通じて学びましょう！

日時 9月27日(日) 9時～12時頃

場所 咸陽島公園(大島17)

講師

シメントモリモリ団 代表(四万十市) 宮崎 聖さん
(木工とカヌーと林業が専門。雇用を生み出す潜在的な力をもつ副業型林業の実践をしています。)

定員 15名 **参加費** 無料

持参物 ●飲み物 ●マスク(着用のうえお越しください)
※天候や状況により、内容が変更になることがあります。

問 宿毛まちのえき 林邸 ☎0880-79-0622

☒cafe@hayashitei.com



～ 国土交通省 渡川ダム統合管理事務所からお知らせ～

横瀬川ダム湖の愛称を募集

横瀬川ダムは宿毛市山奈町に建設し、世界初の側水路減勢方式や日本初のダム本体クライミング施設を整備するなど全国的にも珍しいダムであり、自然環境との調和も図ったエコなダムです。

ダムの完成に合わせて、より多くの方に親しんでいただけるよう、ダム湖の愛称を募集いたします。

応募方法 ダム湖の愛称、命名の理由、住所、氏名、年齢、職業、連絡

先を明記のうえ、メール・FAX・はがきのいずれかにより応募してください。

※詳細は、渡川ダム統合管理事務所ホームページに掲載しています。

締切 9月30日（水） 必着

問 国土交通省 四国地方整備局 渡川ダム 統合管理事務所 管理課（〒788-0781 平田町黒川字櫛ヶ崎 山5312-48） ☎66-2501 ☎66-2511 ✉skr-f7950@mlit.go.jp
<http://www.skr.mlit.go.jp/watarigawadam/>



新しい農業委員と農地利用最適化推進委員の決定

農地利用の最適化を推進します。任期は農業委員・農地利用最適化推進委員ともに3年間になります。農地や農業に関する相談をお受けします。よろしくお願いします。

※農地利用の最適化とは、担い手への農地の集積・集約化、耕作放棄地の発生防止・解消、新規参入の促進のことです。

農業委員の主な仕事

- 農地の貸借・売買の許可、決定等および農地転用への意見について審議します。
- 農地利用最適化推進計画等を作成します。

農地利用最適化推進委員の主な仕事

- 担当地区での農地利用の最適化のための実践活動が主体です。
- 会議等に参加し、農地利用の最適化推進に関する意見を述べます。
- 農地利用最適化推進委員指針の作成に参画します。

農業委員名簿		
番号	氏 名	住 所
1	稲田 義敬	与市明
2	山口 一晴	宇須々木
3	濱田 頼之	奥奈路
4	山本 欣史	二ノ宮
5	岩本 誠司	戸内
6	西山 譲	戸内
7	澤田 誠規	芳奈
8	西山 成彦	山田
9	小島 久司	山田
10	寺田 巧	栄喜
11	羽賀 大透	田ノ浦

農地利用最適化推進委員名簿		
番号	担当区域	氏 名
1	街区全域・沖須賀・仲須賀・萩原・与市明・貝塚・押ノ川・小森・正和・ハゼノ木・和田	松本 功
2	坂ノ下・錦・新田・沖新田・高砂・片島・大島・藻津・宇須々木・樺・大深浦・小深浦・西町・池島	保田 稔
3	橋上町全域・二ノ宮・中角・平井・野地・小川・草木藪・山北・高石・長野	川島 照久
4	沖前・北川・西天神・清水・徳師・師高瀬・森・寺尾・中山・寺山・貝礎・車岡・岡松・奥黒川・駄場・橋田・須賀・久礼ノ川・久礼広	井垣 水里
5	芳奈全域・沖の島全域・長尾・竹石	佐藤 千春
6	竹部・馬場住・土居ノ内・天神・小島・手代岡・一生原	山本 大
7	小筑紫・小三原・伊与野・舟ノ川・つづら・石原・福良・栄喜・小浦・田ノ浦・内外ノ浦・都賀川・呼崎・湊・大海	浦田 久永

問 農業委員会事務局 ☎63-1101

消火栓や消防水利の標識付近への駐車はやめよう

消防水利とは消防活動において必要な水利のことを言います。消防水利は、消火栓と消火栓以外の水利の二つに分類され、消火栓以外の水利は、自然水利と人工水利に区分することができます。

自然水利には河川、海、湖、溝、池、井戸などがあり、人工水利には防火水槽、プールなどがあります。

消防水利の標示とは

円滑な消防活動環境を確保するために違法駐車や障害物等を排除し、消防水利の所在を明示するために消防水利の標示はあります。消防水利の所在を明示するための標示方法としては、一般的には標識によるものと消防水利の周囲を塗装する方法があります。標識による標示内容は、「消火栓」、「防火水槽」および「消防水利」の3種類があります。塗装による標示は、消火栓および防火水槽鉄蓋の周囲を黄色で塗装しています。



周囲への駐車はやめよう

道路交通法では、消防水利や水利標識の周囲への駐車が禁止されています。これは、消防隊がいつでも消防水利を有効に活用できるようにするためです。具体的な駐車禁止の範囲は、次のとおりです。

- 消防用機械器具の置場（消防自動車等の車庫や消防用ホース格納箱等）の側端、またはこれらの道路に接する出入口から5メートル以内の部分
- 消火栓、指定消防水利の標識が設けられている位置、または消防用防火水槽の吸水口、もしくは吸管投入孔から5メートル以内の部分
- 消防用防火水槽の側端、またはこれらの道路に接する出入口から5メートル以内の部分

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

令和2年度 防災士養成講座

防災士とは、地域や事業所などの社会の様々な場で、防災力向上のための活躍が期待され、防災に関する十分な知識、技能を有する人のことをいいます。宿毛市では、高知県が開催する防災士養成講座に参加し、防災士資格を取得しようとする意欲のある方に対して支援を行っていますので、防災士資格取得を考えている方はぜひご活用ください。なお、防災士資格を取得するには、普通救命講習も受講する必要がありますので、講座と併せて受講していただきますようお願いします。

高知県防災士養成講座

申込期限 9月18日(金)

防災士養成講座 11月28日(土)～29日(日) 場 所 四万十市社会福祉センター大会議室

普通救命講習 10月25日(日) 9時30分～11時30分 場 所 幡多西部消防組合(宿毛消防署)

※他の会場でも講座や普通救命講習を開催しています。

宿毛市防災士養成事業費補助

補助対象者

- 防災士養成講座を受講し、資格取得後に地域の防災活動の中心となり積極的に活動する意思のある者
- 宿毛市税を滞納していない者

補助金額 防災士資格取得試験受験料 3千円
防災士認定証登録申請手数料 5千円

その他 希望者が定員を超えた場合は抽選となる可能性があります。

〔問〕 危機管理課 ☎63-0951

国民年金保険料の失業による特例免除制度

20歳以上60歳未満の厚生年金保険の加入者が失業すると、本人とその被扶養配偶者（20歳以上60歳未満）は国民年金保険料を納めることになります。ただし、経済的に困難な方には保険料が免除される場合があります。



失業時の特例免除制度

免除申請年度の前年1月1日以降に失業した方は、特例免除申請を利用できます。この特例免除では、失業日の前月以降の保険料について、本人の所得状況を除いて審査します。失業には自己都合退職も含まれ、配偶者や世帯主が失業した場合も特例免除の対象とします。

持参物

- 基礎年金番号がわかるもの（年金手帳、納付書など）
- 認め印 ● 本人確認できるもの
- 失業が確認できる公的機関の証明書の写し（雇用保険受給資格者証、離職票など）

問 幡多年金事務所 ☎ 0880-34-1616 （自動音声案内）

国民年金保険料の産前産後期間の免除制度

対象者 国民年金第1号被保険者で出産される方

免除期間

出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間（「産前産後期間」といいます。）の国民年金保険料が免除されます。なお、多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から6カ月間の国民年金保険料が免除になります。



※出産とは、妊娠85日（4カ月）以上の出産（死産・流産・早産された方を含む）をいいます。

産前産後期間の取扱い

産前産後期間として認められた期間は、保険料を納付したものとして老齢基礎年金の受給額に反映されます。

届出期間 出産予定日の6カ月前から届出可能です。

届出先 市民課年金係または幡多年金事務所

持参物

- 基礎年金番号がわかるもの（年金手帳、納付書など）
- 認め印 ● 本人確認できるもの
- 母子健康手帳など（出産予定日、出産日が確認できるもの）

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 9月15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。

安定期に入ったら妊婦歯科健康診査

妊娠中は、女性ホルモンや食習慣の変化、つわりにより歯磨きが不十分になるなどで口内環境が悪くなり、歯周病になりやすい状態にあります。歯周病があると早産や低体重児出産のリスクが高くなると言われています。妊娠届出時に市内の歯科医院で使用可能な「妊婦歯科健康診査受診票」（自己負担額 3 千円）を交付しています。妊娠期から歯科健康診査を受けて、お口の健康を維持しましょう。



問 健康推進課 ☎63-1113

産婦健康診査を受けましょう

産婦健康診査は、産後のこころとからだの回復状況を確認するだけでなく、不安な気持ちや悩み等を相談できる機会です。お母さんが健康でいることは、赤ちゃんの健やかな成長・発達にとっても大切なことです。体調に問題がなくても、必ず受けましょう。

対象となる妊婦さんへ高知県内の分娩取り扱い医療機関で受けることのできる、「産婦健康診査受診票」（上限 1 回 5 千円）を交付します。産婦健康診査以外に医師が必要と判断した検査については、自己負担が発生することがあります。また、県外で出産予定の方は受診できる場合がありますのでご相談ください。



対象者 宿毛市に住所を有し、令和 2 年 10 月 1 日以降に出産した産婦

受診時期 産後 2 週間と産後 1 か月頃の 2 回

内容 問診、診察、血圧、体重、尿検査、こころの状態を確認する質問票、育児相談、保健指導

問 健康推進課 ☎63-1113

「ほっと広場」に遊びにきませんか？

宿毛まちのえき 林邸で、「ほっと広場」を開催します。妊婦さん、子育て中の皆さん、お気軽にお立ち寄りください。初秋のひとときをゆっくり過ごしませんか。母子保健推進員がお待ちしております。

「ほっと広場」は、西地区防災コミュニティセンター、宿毛市総合社会福祉センター、手代岡隣保館でも実施しています。実施日は、毎月の行事予定のページなどをご覧ください。

日時 9 月 8 日（火）10 時～12 時

場所 宿毛まちのえき 林邸（中央 3 丁目 1 番 3 号）

対象 妊婦さん、乳幼児とその保護者

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、会場に玩具や飲食物の準備はありません。玩具の必要な方はご持参ください。

また、体温測定など、体調を確認してご参加ください。

※宿毛まちのえき 林邸では、12 月 8 日（火）にも実施予定です。



問 健康推進課 ☎63-1113

令和2年度 第2回宿毛市子ども相談会

この相談会は、専門的知識および技術を必要とする子どもさんについて、その子どもさん自身の発達状況を保護者と関係者が共有し、早期治療や育児支援を行い、心身の発達を促進するために、幡多児童相談所の協力を得て年3回実施されています。第2回目を次の日程で実施しますので、相談を希望する方は各学校および保育園等または市役所窓口にご相談ください。

日時 10月7日（水） 9時30分～16時（事前申込制）

場所 宿毛文教センター

申込締切 9月18日（金） **予定人数** 約3～4人程度（先着順）

※検査等の都合上、一人につき1～2時間程度かかります。

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

令和2年国勢調査



総務省統計局・高知県・宿毛市

Ministry of Internal Affairs and Communications, Government of Japan

新型コロナウイルス感染防止に関するお知らせ

国勢調査のご回答は できる限り インターネットでお願いします (郵送も可能です)

新型コロナウイルス感染防止のため
調査書類の配布や受け取りを
できる限り世帯の皆様と調査員が
対面しない非接触の方法で行うようにしています



調査員による調査票の回収を希望する場合や追加の調査票が必要な場合はお手数ですがお住まいの市区町村までご連絡ください

調査についてのお問い合わせ

国勢調査コールセンター ☎ **0570-07-2020**（～10月31日（土））
（IP電話の場合 ☎ 03-6636-9607）

受付時間 8時～21時

問 企画課 ☎ 63-1118

お誕生おめでとう

（令和2年7月受付分）

住 所	赤ちゃん	保護者
西町1丁目	たき 瀧 かどた 梨桜	真弥
中央3丁目	なかた 一陽	直季
坂ノ下	中田 蒼海	貴文
港南台1丁目	ほそかわ 細川 ひなた	啓士
宿毛	まつもと 松本 ななみ	元治
平田町戸内	いよた 伊與田 菜々心	浩平
山奈町芳奈	おく 奥 とうきち 藤吉	幸憲

ご冥福をお祈りします

（令和2年7月受付分）

住 所	氏 名	享年
平田町戸内	三浦 徳美	86
和田	有田 四五子	61
押ノ川	吉村 榮吉	94

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

問 市民課 ☎ 63-1112

令和3年度「児童福祉週間」標語募集

厚生労働省では、すべての子どもが個性豊かに、たくましく育っていけるような環境・社会を目指し、毎年5月5日の「こどもの日」から1週間を「児童福祉週間」と定めています。戦後間もない昭和22年から、未来の担い手である子どもたちが夢と希望をもって暮らせるように、という願いを込めて始まった児童福祉週間は、令和3年で75回目を迎えます。

児童福祉週間では、子どもの健やかな成長を国民全体で考える取り組みが全国各地で開かれる予定であり、その象徴となる令和3年度「児童福祉週間」の標語を募集します。未発表の作品ならば、どなたでも応募できますので、応募してみませんか。最優秀作品は、全国各地で行う広報・啓発活動などで活用します。

応募期間 9月1日（火）～10月20日（火）

応募内容

子ども達を応援する標語や、未来に向けての子ども達からのメッセージとなる標語

応募方法

- FAX ● 郵便
- 厚生労働省ホームページ
(<https://www.kodomo-shiro.or.jp/jigyo/hyougo>)
- メール（アドレス hyogo30@kodomo-shiro.jp）

主 催 厚生労働省・（社福）全国社会福祉協議会・（公財）児童育成協会

※詳細については厚生労働省ホームページをご確認ください。



問（公財）児童育成協会 「標語募集」係
 〒102-0081 東京都千代田区四番町2-12 四番町THビル6階
 ☎ 03-5357-1174 FAX 03-5357-1809

「すくすくもっと」ぼしゅうちゅう

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。

応募方法 ●メール ●持参 ●郵送

注意事項 ●中学生以上のご兄弟姉妹が一緒に写真も掲載可能。
 ●保護者の承諾を得た写真に限る。●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

掲載された方にはポストカードをプレゼント





国民健康保険からのお知らせ

就職・退職された場合は、保険の切り替えの手続きが必要です

国民健康保険法により、社会保険など他の健康保険制度に加入されていない方は、全て国民健康保険に加入することとなっています。健康保険は自動的に切り替わりませんので、就職・退職などで健康保険資格に変更が生じる場合は注意が必要です。

次のようなときは国民健康保険の手続きが必要ですので、今一度ご確認ください。

国民健康保険に加入する手続きが必要です

- 会社等を退職し、職場の健康保険が切れたとき
- 職場の健康保険等の被扶養者からはずれたとき

持参物

- 職場の健康保険でなくなった証明書または被扶養者でなくなった証明書
- 世帯主名の認め印

国民健康保険を脱退する手続きが必要です

- 国民健康保険に加入している方で、就職等により職場の健康保険に加入したとき
- 国民健康保険に加入している方で、職場の健康保険等の被扶養者となったとき

持参物

- 異動のある方全員の国民健康保険と職場の健康保険の両方の保険証
(未交付のときは加入したことを証明するもの)
- 世帯主名の認め印

倒産・解雇等により離職した場合は国民健康保険税の軽減制度があります

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

軽減内容は、対象者の国民健康保険税算出について、前年の給与所得を 100 分の 30 として計算し、また、高額療養費の所得区分の判定も前年の給与所得を 100 分の 30 として判定します。

- 持参物 ● 雇用保険受給資格者証 ● 納税義務者の認め印

該当する離職理由コード

特定受給資格者 11、12、21、22、31、32
特定理由離職者 23、33、34

問 市民課 ☎ 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:日本に住む全世帯参加の統計調査は〇〇調査？

応募先

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

応募方法

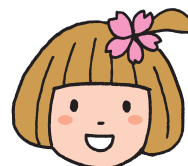
はがきかメールに
①住所②氏名③電話番号④クイズの答え⑤『広報すくも』の感想を書いて応募先までご送付ください。
9月15日(火)(消印有効)

7月号の正解

A: 横瀬川

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20日頃)



応募してね！

9月10日から16日は自殺予防週間です

- 「夜よく眠れず、睡眠時間が減っている」
 「なんとなく不安になる」
 「気分が落ち込む」
 「最近、酒やたばこの量が増えてきた」
 「食欲がなくなってきた」
 「朝から疲れが取れず、何かをする気力がない」

こういったことで、悩んでいませんか？

「いつもと違うな」と気づいたら、ひとりで悩まず、気軽に相談してください。

相談することが、心の元気をとり戻す近道になります。



相談窓口	電話番号	窓口開設時間
健康推進課	☎ 63-1113	8時30分～17時15分
幡多福祉保健所	☎ 0880-35-5979	月～金（祝日・年末年始除く）
高知県立精神保健福祉センター	☎ 088-821-4966	

問 健康推進課 ☎ 63-1113

インターネットを悪用した人権侵害をなくしましょう

インターネットによりコミュニケーションの輪が広がり便利になる一方で、他人への中傷や侮辱、無責任なうわさ、特定の個人のプライバシーに関する情報の無断掲示や差別的な書き込みなど、人権侵害につながる行為が増えています。

インターネット上でも、直接人と接するときと同じようにルールやモラルを守り、相手の人権を尊重することが大切です。お互い顔は見えなくても、インターネットでつながった先にいるのは、心を持つ生身の人間であるということを忘れずにコミュニケーションをとりましょう。

インターネットにより人権侵害を受けた場合や差別的な書き込みを見かけたら、高知地方法務局四万十支局または人権推進課へご相談ください。



法務局ホームページ
QRコード

インターネット上の人権侵害を防ぐために

- 他人を誹謗中傷する内容を書き込まない
- 差別的な発言を書き込まない
- 安易にあいまいな情報を書き込まない
- 他人のプライバシーにかかわる情報を書き込まない
- 書き込みが不特定多数の人に見られる可能性があるということを意識する

問 高知地方法務局四万十支局 ☎ 0880-34-1600 / 人権推進課 ☎ 62-0225

あなたのアイデアやデザインが大きな財産的価値を生むかも！

- ◎ 窓口の支援担当者が相談内容に応じてアドバイス！
- ◎ 各分野の専門家が、訪問や窓口で無料アドバイス！

INPIT 高知県知財総合支援窓口

〒781-5101 高知県高知市布師田3992-3 高知県工業技術センター内4F

TEL&FAX 088-854-8876

E-mail info@jili-kochi.jp



高知知財窓口



運営機関：一般社団法人高知県発明協会

（独）工業所有権情報・研修館事業

訪問
支援可

相談
無料

秘密
厳守

実用
新案

特許
意匠
商標

営業秘密、著作権、
秘密保持契約
などのご相談も



工業所有権
情報・研修館



犬の飼い方（マナー）について

近頃、犬の飼い方のマナーが悪いという声が増えています。その中でも特に、フン尿の後始末と放し飼いについての意見がとて多いです。飼い主がマナーを守ることを心がけましょう。

フン尿の後始末

散歩中に出たフンをそのままにせず、道路や公園等でフンをしてしまったときは、それを持ち帰って処分するようお願いします。また、おしっこでマーキングをした場合は、水をかけて洗い流しましょう。

散歩に行く際は、ビニール袋、ペットボトル等を持って行きましょう。

公園はドッグランではありません



放し飼い

犬を放す行為は非常に危険なため、絶対に行わないでください。

もし、飼い犬が他人を噛み、その被害者が告訴した場合、「過失傷害罪」に問われ、場合によっては30万円以下の罰金が科せられます。また、噛まれた方も後遺症が残るほどのケガを負う場合もあり、治療費だけでなく、休業補償や慰謝料などの損害賠償を請求される可能性があります。

このような事故を未然に防ぐためにも、常にリードをつけましょう。

その他、ご不明な点、ご意見ご要望や飼い方のマナー啓発看板を設置してほしいという場合は、ご連絡ください。大切な飼い犬が悪者にならないよう、飼い主一人ひとりが適切に管理しましょう。

問 健康推進課 ☎ 63-1113

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)

●ねぐせのしくみ



ヨシタケシンスケ作
ブロンズ新社

寝ているあいだに、何が起きてる？もしかして「あのひとたち」におなかを丸だしにされたり、いろんなねぐせを試されたりしているのかも…。「あのひとたち」のしわざを想像した、世界が愉快にみえてくる絵本。

●あかいしろうま

柴田ケイコ 作・絵／PHP 研究所

●ガリガリ君ができるまで

岩貞るみこ 文／黒須高嶺 絵／講談社

●一人称単数



村上春樹 著
文藝春秋

世界は流れていく。物語が光景をとどめる。表題作ほか「石のまぐらに」「チャーリー・パーカー・プレイズ・ボサノヴァ」など8作を収録した短篇小説集。『文学界』掲載に書き下ろしを加え単行本化。

●首里の馬

高山羽根子 著／新潮社

●死を受け入れること 一生と死をめぐる対話―

小堀 鷗一郎／養老 孟司 著／祥伝社



認知症でお困りの方へ

認知症になっても本人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域で暮らし続けることができることを目標として、宿毛市地域包括支援センターに「認知症地域支援推進員」を配置し、関係機関の専門職で構成された「認知症初期集中支援チーム」により早期からの支援体制に取り組んでいます。

認知症地域支援推進員の役割

- 認知症の方とその家族に対する相談や支援を行います。
- 宿毛市、医療機関、介護サービス提供機関など認知症の方を支援する関係者との連携や調整をはかります。
- 認知症の方とその家族を支援する社会資源の情報の収集と提供を行います。
- 認知症に関する正しい知識の普及啓発を行います。（認知症サポーター養成講座等）

認知症初期集中支援チームの役割

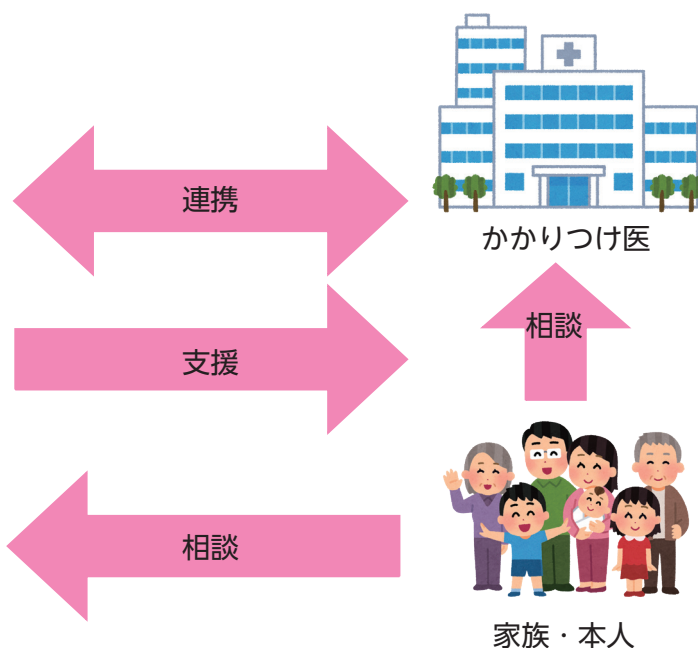
認知症に係る専門的な知識・技能を有する医師と連携のもと、専門職が訪問し初期の支援を集中的に行い、生活のサポートを行います。

認知症初期集中支援チーム

宿毛市地域包括支援センター
聖ヶ丘病院

チームの構成員

認知症サポート医
認知症地域支援推進員に加え
医療、介護、福祉の専門職がいます



認知症の状態によっては家族の介護負担が大きくなることが考えられ、早期に対応することは、本人だけでなく家族のためにも重要です。「近所に気になる方がいる」「必要と思われるが、病院に行くことを拒否している」など、ご相談があればご連絡ください。

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

成年後見制度について

認知症、知的障害、精神障害などの状態により判断することが難しい方は、不動産や預貯金などの財産を管理したり、身のまわりの世話のために介護などのサービスや施設への入所に関する契約を結んだりする必要があっても、自分でこれらのことをするのが難しい場合があります。また、自分に不利益な契約であっても判断ができずに契約を結んでしまい、悪徳商法の被害にあうおそれもあります。このような判断することが難しい方々を保護し、支援するのが成年後見制度です。

※詳しくは、お問い合わせください。

問 宿毛市地域包括支援センター ☎ 65-7665 / 長寿政策課 ☎ 63-9112
福祉事務所 ☎ 63-1114

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	9:00 ~ 9:40

赤ちゃん広場

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

1歳6か月児・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
21 水	宿毛文教センター	12:15 ~ 13:30

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
1 木	千寿園	8:00 ~ 9:00	予約制	予約制

子宮頸がん検診および乳がん検診

日	場 所	受 付 時 間
8 木	宿毛市総合社会福祉センター 千寿園	予約制

各種検診の結果

宿毛市が実施する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	実 施 日
肺がんおよび結核検診	7月14日（火）
胃がん検診	7月14日（火）
大腸がん検診	7月29日（水）回収分
前立腺がん検診	7月14日（火）
子宮頸がん検診	7月21日（火）
乳がん検診	7月21日（火）

休日市税納付窓口開設日

月	日	場 所	開設時間
9	27(日)	市役所税務課	9:00 ~ 17:00
※お昼休みも納付できます。			
夜間市税納付窓口開設日			
月	日	場 所	開設時間
9	10(木) 24(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

固定資産 3期
国民健康保険税 3期
介護保険料 3期
後期高齢者医療保険料 3期

9 / 30 (水)

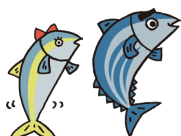
高知けいば
パルス宿毛

〈HP〉 <http://www.keiba.or.jp>
〈i-mode〉 <http://www.keiba.or.jp/i/>

9月 5・6・12・13・21・22

10月 3・4・10・11・17・18・24・25・31

宿毛市の情報発信中！



フォロー・友だち登録・
チャンネル登録してね！



フェイスブック



ライン



インスタグラム



ユーチューブ

地域おこし協力隊通信

林業振興担当 山田 哲也

「busy、happy、移住」

busy…business happy…happiness

宿毛に移住して1年半。businessはまだまだ。でも、早くもhappinessが高まっている。



僕は岐阜県の県庁所在地・岐阜市に隣接する、山県市という所で生まれ育った。

若い頃は、田舎を出たくてしょうがなかった。

東京に進学させてもらえた。両親には感謝している。でも東京に住んでみて、僕にはムリだな…と思った。

山県に帰った。25年住んだ。故郷の田舎は、居心地が良かった。

が、だんだんそうでもなくなっていった。

町人も、だんだん田舎の良さを無くしはじめた。モンスターペアレンツやクレーマーも増えた。忙しい…というか、心を亡くす…人と人の心の間が、上手く通わなくなっていった気がする。僕は居心地が悪くなった。気付けば、マイノリティになっていた。

何かをつかもうとしたら、握ってる何かを手離さなきゃならない。僕が手離したのは、故郷、長年築いてきた岐阜での関係。覚悟？…そんなものは無い。出たところ勝負。でも、夢はある。見果てぬ夢だけど。

宿毛に移住した。

農林漁で身をたてる地元の先達たちと知り合い、友だちも出来て、会えば立ち話をする知り合いも増えて、ご縁が深まっている。樹を伐る仕事で教えてもらったり、草刈りの仕事に呼んでもらったり、たまに魚を頂いたり、何でもない時間を共に過ごしたり。

お金では買うことの出来ない「関係」を、しかもネットとか頼らずに、「ここ」にある暮らし。

busyとhappy、もちろん、二つの単語は対義語ではない。

農林漁業、田舎の暮らし、もしかしたら、都会の暮らしよりもずっと忙しいかもしれない。仕事はもちろん、草刈りに地域のお付き合いに、一年中やることだらけ。決して暇ではない。むしろ忙しい。でも、忙しいの質が違う。忙しさのなかに、たくさんの幸せが含まれている。

僕がここに移住して気づいた最大の事はそれ。働き方改革の、本質を問いたい。繰り返し言いたい。

宿毛に住んで1年半、僕のhappinessは高まっている。

一つだけ、気になっている疑問がある。

移住者・地域おこし協力隊員として活動していると、3年という任期のこともあり、とにかく出口問題・任期後にどうやって地域に定着するかとか、経済的に自立するがクローズアップされがちになる。

僕、たまにそうゆうのに、すごく疲れるんです。僕は思います。そもそも僕の人生に、入口も出口もない。

越えられない壁に何度もぶつかりながら、ただ流りたい方、生きやすい方を求めて。

五木寛之先生、「大河の一滴」って、どうゆうこと？

僕にはまだわからない。

でも、ただ求め続けて、「いま」を「ここ」で生きるだけ。

上手く言葉にならないけど、とにかく、僕のhappinessが、ここ・宿毛にある…そんな予感がします。

9月の行事予定

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。

日 曜		時 間	場 所	問い合わせ先
5 土	高校バスケ夏季大会（～6日）	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
	第67回幡多地区陸上競技選手権大会	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
	こども食堂ゆめ	11:30	ゆめ・スマイル みんなの ☎ おうち	こども食堂ゆめ ☎ 090-5146-7529
7 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
8 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
10 木	夜間市税納付窓口開設日	17:15	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	市民課	市民課 ☎ 63-1112
13 日	横瀬川ダムクライミングウォール	10:00	横瀬川ダム	宿毛市観光協会 ☎ 63-0801
14 月	ふれあい保育	9:30	市内各保育園	市内各保育園
15 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）
17 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
17 木	宿毛市・大月町中学校陸上競技大会・駅伝大会	9:30	宿毛市総合運動公園	学校教育課 ☎ 63-1102
18 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
20 日	体協主催バドミントン大会	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467
24 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	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	市民課	市民課 ☎ 63-1112
27 日	休日市税納付窓口開設日	9:00	税務課	税務課 ☎ 63-1115
	横瀬川ダムクライミングウォール	10:00	横瀬川ダム	宿毛市観光協会 ☎ 63-0801
29 火	一日行政相談	13:00	宿毛文教センター	総務課 ☎ 63-0948
10 月				
7 水	令和2年度第2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

第22回日本フットボールリーグ 第22節

高知ユナイテッド SC vs 鈴鹿ポイントゲッターズ



9月27日（日） 12:00 KICK OFF
宿毛市総合運動公園陸上競技場

※小学生以下は無料



チケット情報

みんなで
観にきてね！



問 (株) 高知ユナイテッドスポーツクラブ ☎ 050-3504-1728

宿毛市出身
スクール担当 コーチ 濱口和也

令和 2 年国勢調査

統計調査へのご協力
ありがとうございました。