



平田小学校で元Jリーガーの山下芳輝先生を迎えて行われた「JFAこころのプロジェクト夢先生」の様です。楽しいゲームを通じて、「ルールを守ること」、「一生懸命やること」、「協力すること」を学びました。

今月の主な内容

- 防災コーナー 7
- 宿毛市の職員の給与等の状況 .. 8~10
- 年末・年始
ごみ収集のお知らせ 20

人のうごき (24.11.1 現在)

		前月比	10月中の 異動状況
世帯数	10,292	0	出生 12
人口	22,558	-20	死亡 28
(男)	10,552	-15	転入 38
(女)	12,006	-5	転出 42



保育園（市立・私立）入園申し込みの受付を始めます！

平成25年度保育園入園申し込みの受付を次のとおり行います。入園希望者は受付期間中に申込書を提出してください。

申込期間

平成25年1月4日（金）～
1月15日（火）
（土・日・祝日を除く）

申込場所

宿毛市役所福祉事務所
または希望する保育園
提出書類

入園申込書（児童1人につき1枚・福祉事務所または希望する保育園にあります。）
※現在保育園に通園している児童で、転園を希望される場合も申込書を提出してください。なお、添付書類など申し込みについての必要事項は各地区長を通じて回覧しています。

保育園に入園できる基準

宿毛市内に住所を有し、保護者または同居の親族の方

などが左記①～⑥のいずれかの理由により児童を保育できないと認められた場合です。

- ※1歳3ヵ月になった翌月から受け入れます。
- ※山田、平田、二ノ宮、すみれ、宿毛の各保育園は6ヵ月になった翌月から受け入れます。

- ①昼間に家庭の外で仕事をしているため。
- ②昼間に家庭で児童と離れ日常の家事以外の仕事をしているため。
- ③母親が出産の前後であるため。
- ④疾病にかかり、もしくは負傷し、または精神もしくは身体に障害を有しているため。
- ⑤児童の家庭に長期にわたる病人や心身に障害のある人がおり、その介護のため。
- ⑥震災、風水害、火災などの災害の復旧のため。

【問い合わせ先】

福祉事務所保育係
☎63-11114

インターネット公売を始めます

市税収入と納税の公平性を確保するため、このたび、市税滞納者から差し押さえた不動産などを、ヤフー株式会社が提供する「官公庁オークション」を利用し、売却できる態勢を整えました。

今後、公売の際には、市のホームページ上でお知らせします。ご理解とご協力をお願いします。

【問い合わせ先】

税務課収税係
☎63-11115

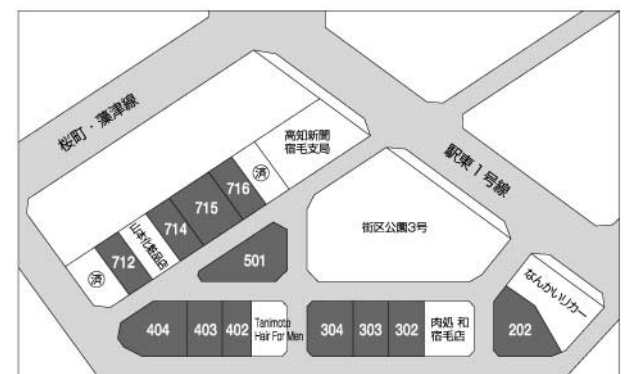
宿毛西町郵便局における証明書交付業務終了について

皆さんにご利用いただいた宿毛西町郵便局における住民票・印鑑証明・納税証明の交付業務について、平成24年12月28日（金）の業務終了をもって終了します。

これまで、宿毛西町郵便局を利用されていた市民の皆さんにはご不便をおかけしますが、平成25年1月4日（金）からは、宿毛市役所（本庁舎1階市民課または支所）をご利用ください。

宿毛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24年11月1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	303	60
714	50	404	97	302	60
715	84	403	60	202	99
716	50	402	50		
		304	78		

用途地域：近隣商業

【問い合わせ先】 建設課都市計画係 ☎63-1120

ださい。

【問い合わせ先】

市民課
☎63-11112

消防団協力事業所表示証交付

宿毛市では7～9番目となる消防団協力事業所表示証を市内の事業所に交付しました。消防団協力事業所とは、宿毛市消防団に積極的に協力している事業所であり、認定基準に適合した事業所です。

交付番号7

有限会社水道屋かきもと
交付番号8
幡多土建株式会社
交付番号9
有限会社アクア・サワダ

【問い合わせ先】

宿毛消防署
☎63-31111

公共下水道に加入しましょう

宿毛市水道課 ☎63-1009

スワンTVに加入しましょう

☎62-08888



おめでとうございます

宿毛JACの松本匡さん(平田町)が、少年少女の陸上競技普及に尽力された功績をたたえられ、公益財団法人日本陸上競技連盟より少年少女陸上競技指導者表彰安藤百福記念章を受章しました。



【問い合わせ先】

生涯学習課

☎ 66-11467



篠原充廣さん(橋上町)が、林業従事者として長年林業に尽くされ、公益財団法人国土緑化推進機構より「森の名手・名人」に認定されました。

菱田征夫さん(片島)が、高知県産業の振興、発展に尽くされた方の中でも特に優れた方として功績が認められ、平成24年度高知県産業技術功労表彰を受章しました。



【問い合わせ先】

産業振興課

☎ 63-11117

農業委員会委員選挙人名簿登録申請について

農業委員会委員選挙人名簿登録の申請時期が近づいてきました。

10アール以上の農地を年間おおむね60日以上耕作している方は、平成25年1月1日現在の状況を申請書に記入して提出をお願いします。

申請書配布方法

各地区長を通じて配布

申請書提出期限

平成25年1月10日(木)

申請書提出先

宿毛市農業委員会

【問い合わせ先】

宿毛市農業委員会

☎ 63-11101

宿毛市選挙管理委員会

☎ 63-11111

内線 225・226

自衛官募集相談員の委嘱

宿毛市役所において自衛官募集相談員委嘱式を行いました。

自衛官募集相談員とは、ボランティアで自衛官志願者に関する情報の提供、学校への募集協力の促進、自衛隊の広報活動に対する支援などを行う人のことです。

委嘱される相談員は以下の5名で、委嘱期間は平成24年11月1日から2年間です。

竹松 史治さん
宮崎 義久さん
増田 淳三さん
多久間 榮一さん
岩村 武さん

【問い合わせ先】

総務課総務係

☎ 63-10948

よんでん「ふれあい旬間」

— 街路灯の寄贈 —

四国電力が実施している「ふれあい旬間」の一環として、本年度も市内9地区へ合計9灯の街路灯が寄贈されました。ありがとうございます。

【問い合わせ先】

総務課総務係

☎ 63-10948

市営住宅入居者募集

募集団地

・二ノ宮団地(二ノ宮)

1戸 3DK

・小森第2団地(和田)

1戸 3DK

・師高瀬第2団地(戸内)

1戸 3DK

入居資格条件 有

申込書配布期間

12月5日(水)～12月21日(金)

(土・日を除く)

申込書配布場所

建設課、小筑紫・東部支所

申込書受付期間

12月19日(水)～12月21日(金)

【問い合わせ先】

建設課建築住宅係

☎ 63-11120

西町地域振興住宅入居者募集

所在地 西町4丁目2番20号
間取り 3DK(6帖×2、4帖半)

家賃 30,000円

共益費 2,000円

駐車場 1,000円

(1世帯に1台のみ)

敷金 90,000円

(家賃×3ヵ月)

※詳細については、左記へお問い合わせください。

【問い合わせ先】

建設課建築住宅係

☎ 63-11120

有料広告

チャレンジショップ 出店者大募集!

初めて開店される方・業種業態の転換をお考えの方などを対象に半年間、お試し営業していただくお店です。天神橋商店街が万全の態勢でサポートするから心強い!

【お問い合わせ先】

四万十市中村天神橋54
ちゃれんじshopTJB事務局
TEL/FAX 0880-35-2019
担当: 田中・深瀬

天神橋商店街
ちゃれんじshop TJB

【応募資格】

- 卒業後、天神橋商店街に新規開業する意欲のある方
- 原則として、小売業を行われる方

※詳細はお気軽にお問い合わせください。

今月の行政相談

日時

12月18日(火) 13時～15時

場所

宿毛文教センター会議室3
宿毛市行政相談委員

松岡陽一

平田町戸内1050-11

〒660-0110

福田延治

小筑紫町小筑紫272

〒671-1778

※相談は各委員の自宅や電話でも受け付けています。

【問い合わせ先】

総務課

〒63-0948

千寿園臨時看護師の募集について

特別養護老人ホーム入所者への看護業務に従事する臨時看護師1名を募集します。

勤務

日勤(8時30分～17時15分)

※土・日・祝日を含む交代制勤務(月21日程度の勤務)とします。

賃金

日額7,100円

※通勤手当・時間外勤務手当があります。

応募資格

看護師資格等を有する者
(准看護師資格含む)

募集期間

随時募集とし、定員になり次第募集を終了します。

応募方法

履歴書を左記まで提出してください。

試験方法

面接試験(随時)

【問い合わせ先】

特別養護老人ホーム千寿園

〒62-3020

第11回 幡多ふれあい医療公開講座

日時

12月9日(日)

開場

13時

開始

13時30分

場所

四十市立中央公民館大ホール

内容

1 食物アレルギーのお子様との適切な関わり方

高知大学医学部小児思春期

医学教室

助教 大石 拓

2 こどもの感染症―予防と上手な対処法―

幡多けんみん病院小児科

新生児部長 前田 明彦

参加費 無料

主催

幡多けんみん病院

後援

四十市・宿毛市・土佐清水市・黒潮町・大月町・三原村・幡多福祉保健所・幡多医師会

※お子さんをお預かりする部屋を用意していますので、お気軽にご利用ください。

※お問い合わせ先

幡多けんみん病院

〒66-2222

宿毛駅空きスペース活用者募集について

現在、宿毛駅構内の空きスペースを活用していただける方を募集しています。詳しくはお問い合わせください。

場所

宿毛駅構内

面積

67.55㎡

使用料

年間 8,947円/㎡

※新しく店を持ちたい方への支援策として、チャレンジショップを開店した方には、賃料の割引も考えています。

【問い合わせ先】

土佐くろしお鉄道営業課

(平日8時30分～17時30分)

〒0880-3514 962

放送大学

4月入学生募集のお知らせ

放送大学では、平成25年度4月入学生を募集中です。

放送大学はテレビ放送(BS231ch・531ch)やインターネットを通して学べる通信制の大学です。学びたい意欲があれば、誰でも入学できます。資料を無料で差し上げています。お気軽に左記までご請求ください。

※今学期から「情報コース」が新設されます。

出願期間 2月28日(木)

【問い合わせ先】

放送大学高知学習センター

〒088-8431 4864

有料広告

《大井田病院からのお知らせ》

小児科常勤医師が着任しました。

平成24年11月1日より、矢野哲也先生が着任しました。

月曜日の診察も行っています。

休診とさせていただいていた月曜日の診療(午前・午後)も行っています。

予防接種・乳児個別健診もこれまで通り行っていますので、ご予約・お問い合わせなどお気軽にご連絡ください。



【小児科診療のご案内】

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM9:00～12:00	○	○	○	○	乳児健診	輪番
PM2:00～ 5:00	○	○	予防接種	○	○	

月・火・木・金の受付は、PM5:30まで行っています。

※輪番(土曜日)は近藤外来となります。

《問い合わせ先》宿毛市中央8-3-6 ☎(0880)63-2101

平成24年工業統計調査を実施します

工業統計調査は我が国の工業の実態を明らかにすること
を目的とした統計法に基づく
報告義務がある重要な統計で
す。調査結果は中小企業施策
や地域振興などの基礎資料と
して活用されます。調査時
点は平成24年12月31日です。
調査へのご協力をお願いします。

【問い合わせ先】

企画課広報統計係
☎63-11118

多重債務相談会開催

「高知うろこの会」では、多
重債務による自殺者を出さな
い取り組みをすすめています。
左記日程で、弁護士や司法書
士による相談会を開催します。
相談は無料で、秘密は厳守さ
れます。事前申し込みは必要
ありません。

日時

12月15日(土)・16日(日)
10時～15時

場所

宿毛市総合社会福祉センター

※当日は、電話による相談も
受け付けます。

☎080-11995-9030

【問い合わせ先】

高知うろこの会
☎088-822-2539

精神障害者保健福祉手帳
をお持ちの方へーバス運
賃の割引が始まりますー

高知西南交通では11月1日
より、精神障害者保健福祉手
帳の交付を受けている方を対
象としてバス運賃の割引を開
始しました。

割引について

精神保健及び精神障害者福
祉に関する法律第45条第2
項の規定により精神障害者
保健福祉手帳の交付を受け
ている者が、その手帳を提
示し、またはその介護人が
介護のために乗車する場合、
適用普通運賃(大人)が半
額になります。

対象路線などについて

- (1) 高知西南交通株式会社が運
行する路線バスおよび中村
まちバス
(2) 四万十市デマンド交通「ふ
れ愛号」および「ふれ愛タ

クシー

【問い合わせ先】

高知西南交通株式会社
☎0880-341-266

震災に強い人・地域・ネ
ットワークづくり講演会
開催のお知らせ

高知県では、「地震・津波か
ら命を守るにはどうしたらよ
いか？」などをテーマに、東
日本大震災の津波から多くの
小中学生が生き延びた岩手県
釜石市の防災アドバイザーを
お招きして講演会を開催しま
す。入場料は無料です。

日時

12月18日(火)
18時30分(18時開場)

場所

高知RKCホール
(高知市本町3-2-15)

申込方法

12月12日(水)までに下記へお
名前をお知らせください。
※託児サービスを設けていま
す(6ヵ月～9歳)。

※会場には駐車場がありませ
んのので最寄の駐車場をご利
用ください。

【問い合わせ先】

高知県南海地震対策課
☎088-823-9798

足摺宇和海国立公園指定
40周年記念シンポジウム
開催のお知らせ

今年で国立公園の指定40周
年を迎える足摺宇和海国立公
園の魅力を見つめ、地域活性化に
つなげていくためにどうすれ
ばよいか、一緒に考えてみま
せんか。来場者には、40周年
記念グッズなどをプレゼント
します。入場無料です。

日時

平成25年1月12日(土)
13時～17時

場所

土佐清水市立市民文化会館
(土佐清水市寿町1-1)

内容

式典、環境省自然環境局国
立公園課長による基調講演、
パネルディスカッション「国
立公園の魅力と協働管理の
あり方」

【問い合わせ先】

土佐清水自然保護官事務所
☎0880-821-2350

お誕生おめでとう
(平成24年10月受付分)

住 所	赤ちゃん	保護者
宿毛	かわの川野 愛依	剛士
自由ヶ丘	いわさき 仲のん	亮太
和田	はしちか 岩崎 優穂	功朗
二ノ宮	やまもと 端近 仔羽	欣史
	山本 だん 暖	

ご冥福をお祈りします
(平成24年10月受付分)

住 所	氏 名	享年
小筑紫町栄喜	九谷 泰靖	84
山奈町芳奈	畑中トシコ	96
幸町	田村 誠治	58
山奈町芳奈	朝比奈時代	81

【問い合わせ先】

市民課
☎63-11112

※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。(敬称略)

平成24年度

宿毛市政功労者・善行者表彰

11月3日(文化の日)に市役所委員会室において、次の兩名が市政功労者・善行者として市長から表彰されました。

市政功労者

濱田 源康 氏

昭和55年より30年にわたり児童民生委員として、宿毛市の発展と社会福祉の向上に多大の貢献をされました。

市政善行者

川村 廣男 氏

長年にわたり、地域の保育園や公施設などの周辺の清掃活動にボランティアとして尽力され、地域の環境美化に著しく貢献されました。



濱田 源康 氏 (右から2人目)
川村 廣男 氏 (右から4人目)

【問い合わせ先】

企画課秘書係

☎ 63-11118

おめでとうございます

瑞宝単光章

消防功労

江口 文夫 氏 (橋上町)



長年にわたり消防団員として危険性の高い業務に精励され、防災・消防に尽力されたことが認められました。

高知県功労者

東 高希 氏 (二ノ宮)



在宅障害者の相談支援事業で障害児者や家族が抱えるさまざまな問題を解決され、ニーズに応じた福祉サービスの利用支援などに尽力された功績が認められました。

高知県功労者

前田 芳久 氏 (萩原)



運動推進や歯科保健事業を強化され、各支部に出向き適正な保健医療事務遂行などの指導を行い、保険診療取り扱いの適正化などに尽力された功績が認められました。

高知県功労者

大井田 二郎 氏 (中央)



勤務医と開業医の待遇の格差是正に向け勤務医実態調査に取り組むとともに、臨床検査技師との連携を図り、臨床検査の制度に努められた功績が認められました。

【問い合わせ先】

企画課秘書係

☎ 63-11118

宿毛市の南海地震対策について

今後の主な予定

■津波避難道などの整備 (平成24年度～)

平成24年度から25年度にかけて、40箇所以上の津波避難道などの整備を予定しています。また、宿毛市総合社会福祉センター屋上への外階段の設置や市役所本庁舎の耐震改修工事も予定しています。

■津波避難場所への備蓄倉庫の設置 (平成24年度～)

津波浸水地域の各避難場所に備蓄倉庫の設置を検討しています。

■地域防災計画の見直し (平成24年度中)

新たに公表された南海地震の想定に対応できるよう、地域防災計画の見直しを行います。

■津波避難計画の見直し

津波避難場所などを見直し、各地域ごとの津波避難マップを作成し全戸配布する予定です。



- 南海地震は強い揺れが長時間続くといわれています。まず地震から身を守らないと津波から逃げることもできなくなります！
- 住宅の耐震診断や耐震改修費、ブロック塀の撤去または安全な塀への改修などの補助制度があります。詳細については下記へお問い合わせください。

宿毛市職員の給与等の状況

平成24年4月1日現在の宿毛市職員の給与ならびに職員数等をお知らせします。

職員の給与は、生計費、国およびそのほかの地方公共団体の職員給与、民間事業所の従業者の給与そのほかの事情を考慮して定めることになっていきます。給与の改定は、これらの事情を総合的に判断した上で必要な条例議案を市議会に提出し、審議された後、改定される仕組みになっています。

国家公務員と地方公務員の給料の比較は「ラスパイレス指数」により行われていますが、これは、地方公共団体の職員構成が、国と同一であると仮定した国の給料水準を100とした場合の数値で、宿毛市の場合、平成23年4月1日現在のラスパイレス指数は97.1となっており、全国市平均の98.8を下回っています。

なお、ホームページ上で詳細版を公開していますのでご覧ください。

(1) 人件費の状況（普通会計決算）

区分	住民基本台帳人口	歳出額A	実質収支	人件費B	人件費率 $\frac{B}{A}$
23年度	(24年3月31日現在) 22,587人	千円 10,538,466	千円 143,218	千円 2,267,185	% 21.5

(注) 人件費とは、一般職・特別職に支給される給与、報酬、退職手当ならびに共済組合負担金等のことです。

(2) 職員給与費の状況（普通会計決算）

(単位：千円)

区分	職員数A	給与費				1人当たり 給与費 $\frac{B}{A}$
		給料	職員手当	期末勤勉手当	計B	
23年度	237人	886,589	122,956	320,235	1,329,780	5,611

- (注) 1. この表は一般職員の給与費について示したものです。
 2. 職員数は平成24年4月1日現在の人数です。
 3. 職員手当は職員に対して支給される扶養手当、住居手当、通勤手当等であり、退職者に支給される退職手当は含まれていません。

(3) 職員の平均給料月額および平均年齢の状況（平成24年4月1日現在）

一般行政職		技能労務職	
平均給料月額	平均年齢	平均給料月額	平均年齢
302,176円	40.3歳	317,711円	43.2歳

(4) 職員の初任給の状況（平成24年4月1日現在）

区分	宿毛市	高知県	国
一般行政職	大学卒 161,600円	172,500円	I種 185,800円 II種 172,200円
	高校卒 140,100円	140,400円	140,100円

(5) 職員の経験年数別・学歴別平均給料月額の状況（平成24年4月1日現在）

区分	経験年数10年	経験年数15年	経験年数20年
一般行政職	大学卒 252,963円（32.8歳）	317,900円（38.4歳）	363,300円（43.1歳）
	高校卒 222,000円（31.8歳）	279,100円（35.1歳）	319,220円（38.7歳）

- (注) 1. 現在、市役所に勤務している職員の経験年数別の平均給料月額の実態を示す数字です。
 2. 経験年数は、採用前に民間企業等に勤務した期間がある場合には、その期間を換算し採用後の勤務期間に加算した年数をいうものですが、卒業後直ちに採用され、引き続き勤務している場合には、採用後の年数をいうものです。

(6) 一般行政職の級別職員数の状況（平成24年4月1日現在）

区 分	1 級	2 級	3 級	4 級	5 級	6 級	計
標準的な職務内容	主 事 技 師	主 事 技 師	主 査 技 査	係 長 主 任	課長補佐主 幹	課 主 長 監	
職 員 数	19人	25人	13人	50人	27人	19人	153人
構 成 比	12.4%	16.3%	8.7%	32.6%	17.6%	12.4%	100%

(7) 職員の手当の状況（平成24年4月1日現在）

区 分	宿 毛 市			国		
期末手当	(23年度支給割合)			(23年度支給割合)		
		期末手当	勤勉手当		期末手当	勤勉手当
	6 月期	1.25月分	0.70月分	6 月期	1.25月分	0.70月分
	12月期	1.35月分	0.65月分	12月期	1.35月分	0.65月分
勤勉手当	計	2.60月分	1.35月分	計	2.60月分	1.35月分
	職制上の段階、職務の級等による加算措置 有			職制上の段階、職務の級等による加算措置 有		
退職手当	(支給率)	自己都合	勸奨・定年	(支給率)	自己都合	勸奨・定年
	勤続20年	23.50 (21.00) 月分	30.55 (27.30) 月分	勤続20年	23.50 (21.00) 月分	30.55 (27.30) 月分
	勤続25年	33.50 (33.75) 月分	41.34 (42.12) 月分	勤続25年	33.50 (33.75) 月分	41.34 (42.12) 月分
	勤続35年	47.50 (47.50) 月分	59.28 (59.28) 月分	勤続35年	47.50 (47.50) 月分	59.28 (59.28) 月分
	最高限度額	59.28 (59.28) 月分	59.28 (59.28) 月分	最高限度額	59.28 (59.28) 月分	59.28 (59.28) 月分
	その他の加算措置	定年前早期退職特例措置 (2%～20%加算)		その他の加算措置	定年前早期退職特例措置 (2%～20%加算)	

(注) 退職手当の () は旧制度を適用した場合の支給率です。

区 分	内 容	国の制度との異同	国の制度と異なる内容
扶養手当	配偶者 13,000円	同	――
	配偶者以外の1人につき月額 6,500円		
住居手当	借家・借間居住者	同	――
	基 礎 控 除 額 12,000円		
	最高支給限度額 27,000円		
通勤手当	交通機関等利用者	異	交通用具使用について使用距離等を細分化している
	最高支給限度額 55,000円		
	交通用具使用者 2,500円 (片道2km以上3km未満) から 最高15,700円 (25km以上)		

(8) 特別職の報酬等の状況（平成24年4月1日現在）

区 分		月 額	期末手当 (23年度支給割合)	
給 料	市 長	550,000円 (734,000円)	6 月期	1.45月分
	副 市 長		12月期	1.45月分
			計	2.90月分
報 酬	議 長	405,000円	6 月期	1.45月分
	副 議 長	340,000円	12月期	1.45月分
	議 員	315,000円	計	2.90月分

(注) 給料の () 内は、減額措置を行う前の金額です。市長については、在任期間中減額して支給しています。

職員数の現況

部門別職員数の状況（各年4月1日現在）

区 分		職 員 数		対前年 増減数	主 な 増 減 理 由	課 ・ 所 名
部 門		平成23年	平成24年			
一般行政	議 会	4	4	0		議会事務局
	総 務	4 6	4 5	▲ 1	事務事業の見直し等による職員減	企画課、総務課、市民課、 会計課、人権推進課、建設 課、支所、選挙管理委員会 事務局、監査委員事務局
	税 務	1 7	1 8	1	事務事業の見直し等による職員増	税務課
	農林水産	1 2	1 3	1	事務事業の見直し等による職員増	産業振興課、建設課、 農業委員会事務局
	商 工	5	5	0		商工観光課
	土 木	1 3	1 3	0		建設課
	民 生	9 5	9 7	2	事務事業の見直し等による職員増	市民課、隣保館、福祉事務 所、地域子育て支援センタ ー、保育園
	衛 生	2 1	2 1	0		保健介護課、沖の島へき地 診療所、環境課
	小 計	2 1 3	2 1 6	3		
特別行政	教 育	2 3	2 3	0		教育長、学校教育課、生涯 学習課、公民館、図書館、 歴史館、学校給食センター
	小 計	2 3	2 3	0		
普通会計 計		2 3 6	2 3 9	3		
公営企業 等 会 計	水 道	8	8	0		水道課
	交 通	7	8	1	定期船乗組員欠員補充による職員増	企画課（定期船事務所）
	下 水 道	3	3	0		水道課
	そ の 他	5 3	5 2	▲ 1	退職者不補充に伴う職員減	市民課、税務課、保健介護 課、千寿園
	小 計	7 1	7 1	0		
合 計		3 0 7	3 1 0	3		

（注）本表の数値は、地方公共団体定員管理調査に基づいており、職員数は一般職に属する職員数で、職員数には教育長および休職者を含み、一部事務組合等への派遣職員ならびに臨時および非常勤職員は除いています。

高知県公立学校臨時教員募集

募集内容

常勤講師（期限付講師）

公立小・中学校、県立学校の産休・育休・病休等の補充教員として勤務（最長約1年間）

非常勤講師（時間講師）

小中学校の教科、高等学校の教科・科目の授業時間だけの勤務（最長約1年間、週あたり数時間から十数時間）

資格

採用時において有効な教員免許状（臨時免許状を含む）を有する者

願書・募集要項の配布場所

高知県教育委員会事務局教職員・福利課、各教育事務所、各市町村教育委員会事務局 ほか

※左記ホームページから志願書等の応募書類の様式をダウンロードすることもできます。

☎ <http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/>

/310601

提出期間

平成25年度4月初旬の採用を希望される場合は、平成25年3月4日(月)までに願ってください。年度途中の採用については、平成25年3月5日(火)以降も受け付けます。

【申し込み・問い合わせ先】

〒780-8570 高知市丸の内1-7-52

高知県教育委員会事務局

教職員・福利課人事企画担当

☎ 088-821-4903

12月16日(日)は衆議院議員総選挙・ 最高裁判所裁判官国民審査の投票日です

公 示 日

12月4日(火)

不在者投票および期日前投票の期間

- 衆議院議員総選挙
12月5日(水)～12月15日(土)
- 最高裁判所裁判官国民審査
12月9日(日)～12月15日(土)

不在者投票および期日前投票の場所

市役所選挙管理委員会

不在者投票および期日前投票の投票時間

8時30分～20時

投票日

12月16日(日)

投票日当日の投票時間

7時～18時

※一部投票所は7時～16時

投票日の投票所および時間については、それぞれの公示日後に届く投票所入場券をご確認ください。



【問い合わせ先】

宿毛市選挙管理委員会

☎63-1111

(内線225・226)

お!!なか・すく線土佐くろツアー ～迎春!平成25年金比羅宮参拝の旅～

開催日 平成25年1月12日(土)

目的地 金比羅宮(香川県)

申込締切 12月20日(木)

※詳細については、下記へお問い合わせください。

【申し込み・問い合わせ先】

土佐くろしお鉄道株式会社

☎0880-35-4961

土佐くろしお鉄道中村・宿毛線 団体利用・列車貸切利用運賃 特別割引のお知らせ

土佐くろしお鉄道を8人以上の団体で利用する場合の団体料金と、列車を貸切で利用する場合の貸切料金を対象に、期間限定(12月1日(土)～平成25年3月31日(日))特別割引を実施します。割引率やそのほか詳細については、下記へお問い合わせください。

※旅行会社が主催するツアーなどにかかるものを除きます。

※窪川以東の路線は対象になりません。

※割引実施期間内であっても、予算の都合上、割引実施を終了する場合があります。

【問い合わせ先】 土佐くろしお鉄道宿毛駅

☎63-6000

サニーマン

サニーマン

©やなせたかし/土佐くろしお鉄道(株)

消防コーナー

窒息事故をなくそう!

年末年始には、餅料理を食べる機会が増えることから、12月から1月にかけて餅による窒息事故が多くなっています。



チョークサイン(窒息を起こし、呼吸ができなくなったことを他の人に知らせる世界共通のサイン)を出しているとき、声を出せないとき、顔色が急に真っ青になったときなどは、食べ物などにより気道がふさがれていることが疑われます。そのようなときは次のような処置を行います。



②もう片方の手の付け根で、傷病者の肩甲骨と肩甲骨の間を強く4～5回、迅速に叩きます。

※反応がない場合、あるいは途中で呼吸がなくなった場合には、ただちに心肺蘇生法を開始してください。

【背部叩打法のやり方】

①食べ物を詰まらせた人が立

まず、咳をすることが可能であれば、咳をさせます。咳もできずに窒息しているときは、背部叩打法(はいぶこうだほう)を行います。

【問い合わせ先】

宿毛消防署

☎63-3111

FAX 63-3396



住警器消太

消すまでは 出ない行かない 離れない

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

ものづくり教室
—ミニ門松づくり—
参加者募集

正月を祝う門松をつくるこ
とにより、古くから伝わる文
化を再確認してみませんか。
電話または直接、中央公民
館までお申し込みください。

日時

12月16日(日)

9時～12時

場所

宿毛文教センター多目的ホ
ール

対象者

小学生とその家族

定員

15組

申込締切

12月13日(木)

参加料

無料

※定員を超えた場合は抽選と
します。

※門松を作る際、刃物を使用
します。指導者のもとで作
業しますが、けがなどは自
己責任となりますので、ご了
承の上お申し込みください。



【申し込み・問い合わせ先】

中央公民館

☎63-2618

第3回 宿毛の歴史講座

「西南戦争と宿毛」

連続歴史講座の第3回です。

西郷隆盛を中心とした薩摩
軍と明治新政府軍が九州で激
突した西南戦争。明治という
新しい時代の大きな転機とな
った戦争ですが、新政府軍に
参加した中村重遠、薩摩軍に
呼応しようとした林有造など、
宿毛の人々も強くかわつて
います。

日時

12月14日(金)

13時30分～15時

会場

宿毛文教センター会議室1

担当講師 宿毛歴史館職員

※事前申し込み、参加料は不
要です。毎月1回連続5回
の講座ですが、途中からで
も参加いただけます。



中村重遠

【問い合わせ先】

宿毛歴史館

☎63-5496

新刊案内 坂本図書館

■緑の精にまた会う日

リンダ・ニューベリー 作
野の水生 訳／徳間書店

ルーシーの田舎のおじい
ちゃんやが亡くなり、家が売りに
出されることに。ルーシーが
緑の精ロブへの手紙を庭に残
していくと、ロブはルーシーの
住むロンドンへ…。神秘的な
存在と都会に住む少女のふし
ぎなめぐりあいを描く物語。

■あかちゃん社長がやってき
た

マール・フレイジー 作
もとしたいづみ 訳
講談社

■Q&A式自転車完全マスタ
ー4

～自転車の安全を考えよう～
こどもくらぶ 企画・編集・著
ベースボール・マガジン社

■あんたがサンタ?

～こまったサンタの実例集～
佐々木マキ 絵／絵本館

■クリスマスのりんど

～クリスマスをめぐる
九つのお話～
ルース・ソーヤー
アリソン・アトリーほか 文
福音館書店

■こころを看取る

～訪問看護師が出会った
1000人の最期～
押川真喜子 著／文藝春秋

あなたは人生の最期をどこ
で迎えますか? 1000人
を越える患者やその家族との
出会いと別れを経験したベテ
ラン訪問看護師が、幸せな「在
宅死」を実現するためのノウ
ハウと実例を伝える。

■冷えとり薬膳レシピ

～身近な食材で、
手軽に体ぽかぽか!～
新開ミヤ子 著
薬日本堂 監修／河出書房新社

■知っておきたい知的財産活
用術

～地域が生き残るための
香坂玲 編著／ぎょうせい

■耐震・制震・免震が一番わ
かる

～現在の建築物で重要視され
る地震対策をまんべんなく
解説～
高山峯夫 田村和夫 共著
技術評論社

■わくわくクリスマスデコレ
ーション&シアター

ポット編集部 編
チャイルド本社

(内容紹介は、坂本図書館流通センターTRCMARCより)

第17回宿毛市オールド パワー文化展・女のま つりが開催されました



最後には皆さんお楽しみの
もちなげも行われ、文化展も
閉会となりました。

【問い合わせ先】

中央公民館
☎ 63-2618

宿毛市子ども会ソフト ボール大会（お別れ大会） の結果

毎年行われております宿毛
市子ども会のソフトボール大
会が、11月3日に宿毛市野球
場で開催されました。

この大会は、6年生にとつ
ては、宿毛市の小学生最後の
大会であり、宿毛市および近
隣の3チームで行われ、各チ
ームとも、6年生を中心に熱
戦を繰り広げられた結果、次
のとりの結果となりました。

優勝

咸陽・松田川SC

準優勝

大月ソフトボール子ども会

第3位

清流ジュニア

【問い合わせ先】

中央公民館
☎ 63-2618

大島小が高知県算数・数学思考オリンピックで 高知県教育長賞を受賞しました!!

高知県算数・数学思考オリンピックは高知県教育委
員会主催で、多様な考え方や解き方のできる問題を、
獲得している知識を駆使しながら解くことにより、考
える楽しさを味わい、算数・数学が好きになる児童・
生徒を育成することを目的に開催され、高知県下の
小中学校から1,100部（小学校510部、中学校
597部）の応募がありました。

大島小学校6年生の6名のグループは、昼休みや放
課後の時間に何度も集まり知恵を出し合い、実物の積
み木を使ったり、図や表を使って式を考えるなどして
多様な考えで答えを見つけ出していました。

その結果、小学生の部において、最優秀賞である高
知県教育長賞を受賞しました。



11月11日(日)、
高新文化ホールで
の授賞式の模様

(左から) 樋口廉君、
千崎怜君、大西菜
緒さん、嘉新奈央
さん、宮本明さん、
田村樹璃さん

児童の感想：

「私たちは、この算数・数学思考オリンピックに挑
戦してみて、ちょっと難しかったけど、6人で協力
したことによってできた時の喜びや、悩みに悩んで
解けた時のうれしさ、そして、算数のおもしろさな
ど、いろいろなことに気付きました。」

【問い合わせ先】 学校教育課 ☎ 63-1102

税金の納め忘れは ありませんか

今年も残すところあとわず
かとなりました。あなたの納
税はお済みでしょうか。納期
が過ぎているものについては、
至急納付されますようお願い
します。

宿毛市では、年間を通じて
夜間の納付窓口を月2回、休
日窓口を月1回開設していま
す。納税通知書を紛失した場
合でも納付できますので、お
気軽にご利用ください。

休日市税納付窓口開設日

月	日	場 所	開設時間
12	23(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
12	13(木)	市役所 税務課	17:15～19:00
	27(木)	〃	〃

【問い合わせ先】

税務課 収税係
☎ 63-1115



第5回宿毛花へんろマラソン



スペシャルゲスト決定！

昨年に引き続き、今年もお2人に来ていただくことになりました！
ゲストと一緒に大会を盛り上げましょう！



応援団長：間寛平さん

今年も寛平さんが帰ってきます！
皆さん、ぜひ会いに来てください。



盛り上げ隊長：う～みさん

～プロフィール～

北海道函館市出身の歌う旅芸人。
現在は高知県在住で、高知放送「ごきげんBonitoっ! (TV)」
「うみともらじお」レギュラーほか、多数メディアに出演し、
全国の学校・自治体などから公演依頼が殺到しています。
宿毛花へんろマラソンでは、第1回大会より前夜祭に出演して
いただいています。



宿毛花へんろマラソン2013 協賛募集のお知らせ

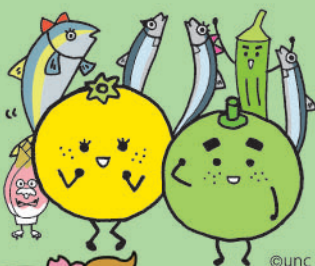


宿毛最大のイベント・花へんろマラソンで商品をPRしてください!!



宿毛市の特産品

食材
飲料
商品



宿毛花へんろマラソン

大会プログラム広告枠料金

1ページ 90,000円

2/3ページ 60,000円

1/2ページ 40,000円

1/3ページ 20,000円

1/4ページ 10,000円

※カラーは+10,000円



たくさんの方々に支えられて、好評の中
第5回大会を迎えることができました！
皆様のご協力をお待ちしています！

団体・企業ボランティアも同時募集しています。詳しくは下記までお問い合わせください。

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

ねんきんコーナー

・お知らせ各種
・年金相談の日程

国民年金保険料の納付はお済みですか？

平成24年度の国民年金の保険料は、1ヵ月14,980円です。納めた国民年金保険料は「社会保険料控除」として全額控除の対象となり、税金の負担が軽減されます。

まだ納付がお済みでない方は、至急お近くの金融機関またはコンビニエンスストアで納付してください。

国民年金保険料の納付が困難なときは：

国民年金には、保険料納付が免除される制度や猶予される制度があります。納付が困難だからといってそのままにせず、必ず市民課年金係または幡多年金事務所で手続きを行ってください。

なお、保険料免除などの承認された期間（多段階免除承認期間において一部納付がない期間は除かれます。）は、老後に年金を受け取るための資格期間に含まれるだけでなく、

万一の時に、障害基礎年金や遺族基礎年金を受け取る資格期間にも含まれます。

また、失業された方は、離職票や雇用保険受給資格者証等を添付すれば、前年の所得に関係なく免除される特例もありますので、必ずご相談ください。

国民年金保険料の一部免除が承認された方へ

全額免除以外の場合、残りの一部保険料を納めないで未納期間になります。

一部免除は、2年以内に保険料を納めなければ未納となり、老後に受け取る年金（老齢基礎年金）や死亡・障害に対する年金（遺族基礎年金・障害基礎年金）を受け取れなくなる場合があります。免除承認後、新たに納付書が届くので必ず納付してください。

なお、10年以内（平成24年4月分は平成34年4月まで）であれば、さかのぼって保険料を納める（追納）ことができます。

るので、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。

ただし、保険料の免除等の承認を受けた期間の翌年度から起算して、3年度目以降に保険料を追納する場合は、当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乗せされますので、早めの追納をおすすめします。

	老齢基礎年金の受給資格期間に	老齢基礎年金の計算では	保険料（月額）
全額免除	算入されます	2分の1で計算されます	納付なし
4分の3免除	4分の1の保険料を納めると受給資格期間に算入されます	8分の5で計算されます	3,750円
半額免除	半額の保険料を納めると受給資格期間に算入されます	8分の6で計算されます	7,490円
4分の1免除	4分の3の保険料を納めると受給資格期間に算入されます	8分の7で計算されます	11,240円

※参考 平成24年度定額保険料（月額）14,980円



日本年金機構
幡多年金事務所による
出張年金相談

日時

12月18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が、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

消費者トラブル一〇メモ （還付金詐欺に注意！）

電話1本で高齢者から大切な財産をだまし取る振り込め詐欺―最近、市役所などの公的機関職員をかたり、医療費の還付金があるなどと偽り、還付に必要な手続きを装ってATMを操作させて送金させる手口が再び頻発しています。

被害に遭わない為に

- ATMで簡単に戻る還付金は存在しません。電話でのお金の話は注意が必要です。
- 公的機関（役所、警察署など）が、暗証番号や預金額などを電話で尋ねることは絶対にありません。
- 電話や郵便物などで、高額のお金を相手の預金口座に「振り込め」と言われても、言われるままに振り込んではいけません。

※携帯電話で通話しながらATMを操作している人がいたら、声をかけてください。

【相談窓口・問い合わせ先】

四万十市消費生活センター
☎ 0880-3416301
企画課
☎ 63-11118

宿毛市行事予定表

平成24年 12月

開催日	行 事 名	時 間	場 所	問い合わせ先
1(土)	こども陶芸教室(～2日)	9:00	宿毛文教センター 創作室	中央公民館 ☎63-2618
	第4回 宿毛市長旗争奪 第7回 スクスイカップ大会(少年野球)(～2日・8日～9日)	8:30	宿毛市総合運動公園ほか	総合運動公園 ☎66-1467
	土佐愛蘭会西部遅花会(～2日)	8:30	宿毛市総合運動公園(武道場)	土佐愛蘭会宿毛支部 ☎65-6565
2(日)	宿毛市体育協会 冬季ミニバスケットボール大会	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎66-1467
3(月)	平成24年 第4回 宿毛市議会定例会 開会	10:00	市役所 議事堂	議会事務局 ☎63-2907
	緊急地震速報等伝達訓練	10:15	市内全域	総 務 課 ☎63-0948
5(水)	無料人権相談	10:00	宿毛文教センター 視聴覚室	人権推進課 ☎62-0225
8(土)	人権フェスティバル		宿毛文教センター	人権推進課 ☎62-0225
	・作品、パネル展示会	9:00		
	・橋上子ども和太鼓クラブ太鼓演奏会	9:30		
	・人権啓発講演会 講師：仲島 正教 氏	10:00		
	高知県春季中学校選抜野球大会予選会(～9日・22日)	9:00	宿毛市野球場	総合運動公園 ☎66-1467
9(日)	宿毛花へんろウォーク with だるま夕日ウォッチング		宿毛市総合社会福祉 センター(集合)	総合運動公園 ☎66-1467
	2012 宿毛ミニフットサル冬季大会	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎66-1467
	親子折り紙教室	10:00	宿毛文教センター	中央公民館 ☎63-2618
10(月)	ふれあい保育(体験入園)	9:30	市内 各保育園	各 保 育 園
13(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
14(金)	第3回 宿毛の歴史講座「西南戦争と宿毛」	13:30	宿毛文教センター 会議室1	宿毛歴史館 ☎63-5496
15(土)	第15回 宿毛F C杯少年サッカー冬季大会 (3年生以下の部)(～16日)	10:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎66-1467
	多重債務相談会(～16日)	10:00	宿毛市総合社会福祉センター	高知うるこの会 ☎088-822-2539
16(日)	衆議院議員総選挙・ 最高裁判所裁判官国民審査投票日	7:00	各投票所	宿毛市選挙管理委員会 ☎63-1111(内線225)
	第2回 豊ノ島杯 ちびっこ相撲大会	9:00	宿毛市相撲場(和田)	豊ノ島関宿毛後援会 副会長 西郷典生 ☎090-4339-5481
	第45回 一条杯 卓球大会	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎66-1467
	ものづくり教室ーミニ門松づくりー	9:00	宿毛文教センター	中央公民館 ☎63-2618
	新港産直市	9:00	すくも84マリンターミナル	産業振興課 ☎63-1117
18(火)	出張年金相談	10:00	市役所(市民課で受付)	市 民 課 ☎63-1112
	行政相談「定例相談日」	13:00	宿毛文教センター	松岡 陽一 ☎66-0110 福田 延治 ☎67-1778
20(木)	通学路安全の日		市内全域	総 務 課 ☎63-0948
	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
22(土)	第15回 宿毛F C杯少年サッカー冬季大会 (5年生以下の部)(～23日)	10:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎66-1467
23(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
27(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
1月 3(木)	平成25年 宿毛市成人式	13:30	宿毛文教センター	生涯学習課 ☎63-3394

市 県 民 税 4期
国民健康保険税 6期
介護保険料 6期
後期高齢者医療保険料 6期

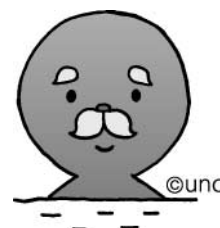
12 / 納期限
27(木)

高知けいは 12月 5、9、12、16、23、24、31



1月 1、13、14、20、21、26、27

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



宿毛花へんろマラソン
3月17日(日)
第11回梓立祭
3月3日(日)

今後の主な行事予定

高額医療・高額介護合算制度のお知らせ

「長期入院した」、「毎月介護サービスを利用している」など、医療保険と介護保険の両方のサービスを利用し、世帯の年間の自己負担が著しく高額になり限度額を超えた場合に、申請によりその超えた金額を医療保険、介護保険からそれぞれ支給するものです。



○自己負担限度額（年額：毎年8月1日～翌年7月31日）

所得区分		①	②	③
		介護保険＋ 後期高齢者医療制度	介護保険＋ 国保または被用者保険 70～74歳の方がいる世帯	介護保険＋ 国保または被用者保険 70歳未満の方がいる世帯
現役並み所得者 （上位所得者）		670,000円	670,000円	1,260,000円
一 般		560,000円	560,000円	670,000円
低所得者 （住民税 非課税世帯）	Ⅱ	310,000円	310,000円	340,000円
	Ⅰ	190,000円	190,000円	

※自己負担額は、高額介護サービス費および高額療養費の適用を受けた後の金額になります。

なお、支給額が500円以下の場合は、対象となりません。

所得区分について

- 【現役並み所得者】 ①および②は、保険証または受給者証の負担割合が「3割」となっている場合
③国保は、世帯全員の基礎控除後の合計所得が6,000,000円を超える場合
被用者保険(会社の健康保険など)は、標準報酬月額が530,000円以上の場合
- 【一 般】 住民税課税世帯でほかの所得区分に属さない場合
- 【低所得者】 Ⅱは、住民税非課税世帯で低所得者Ⅰでない場合
Ⅰは、住民税非課税世帯で世帯全員の所得が一定以下(年金収入800,000円以下)
などの場合

※詳しくは医療保険者にお問い合わせください。

○対象となる世帯

医療保険と介護保険の両方で自己負担があり、その合算額が一定の額（自己負担限度額）を超えた世帯が対象です。また世帯とは、医療保険制度上の世帯となりますので、国民健康保険と後期高齢者医療制度、被用者保険との合算はできません。

○申請について

対象年度の7月31日時点で加入している医療保険者に申請してください。国民健康保険、後期高齢者医療制度の加入者で、平成23年8月～平成24年7月分について、支給の対象と思われる方には、各保険者よりお知らせを送付します。また、被用者保険の方は、介護保険係が発行する「介護保険自己負担額証明書」が必要になります。加入している医療保険によって、申請の受付時期などが異なりますので、各事業所または医療保険者へお問い合わせください。

【問い合わせ先】 市民課保険係 ☎63-1112 保健介護課介護保険係 ☎63-1113

高知県いい歯の表彰受賞者の紹介

高知県では、毎年「8020運動」(80歳で20本の歯を保つ)事業の一環として、80歳以上で自分の歯が20本以上残っている方を審査し、表彰しています。今年度は広報8月号で募集し、審査の結果、以下の方が受賞されました。受賞者の「歯の健康を保つ秘訣」とともに紹介させていただきます。

皆さんも、いつまでも自分らしく生活するために「80歳になっても自分の歯を20本以上残す」を目標に頑張りましょう！

【問い合わせ先】

保健介護課

☎ 63-1113

優良賞



高田マズミさん (89)

「気が付けばこの年でした。歯に関しては特に気をつけたことはありませんが(受賞は)良かったです。」



村島イズミさん (84)

「格別に気をつけたわけではありませんが、現在28本の歯は丈夫です。」



小川信雄さん (86)

「1日2回10分ゆつくりと歯を磨いています。昨年は弟も『8020運動』で表彰されました。」



松浦千代子さん (80)

「食後は必ず、奥歯などに気をつけながら歯磨きをします。歯医者にも年に2回通い、食べる時は力を込めてよく噛んで食べています。思いたった口の運動もしています。これからも自分のために、頑張って歯磨きしていきます。」

こころの健康フォーラム2012

日 時 12月6日(木) 10時～15時30分(受付9時30分～)

場 所 四万十市立中央公民館(四万十市右山五月町8-22)

内 容 10:00 マジック 陸奥 出海

10:20 フラダンス(ひかり共同作業フラチーム:ぴかりんず)

10:30 歌謡オンステージ 歌手:浜口修司

10:45 正調よさこい鳴子踊り 高知県庁正調よさこいクラブ

11:05 寸劇(なでしこ劇団&劇団ネットワーク)

「品造さん、波子さんへの応援歌」～認知症の方と家族を支えるために～

11:30 昼食(幡多地域の作業所販売)・昼食販売あり

体験コーナー(マジック、バルーンアート、家族の相談コーナーなど)

13:00 合唱団むぎコーラス

13:25 歌

13:30 講演『障害のある人への支援にたずさわって～自立を支援するために自立すること～』

講師 NPO法人ワークスみらい高知 代表 竹村 利道 先生

15:00 トークショー「笑いは心の潤滑油」(間六口)

15:30 終了

参加費 無 料



【問い合わせ先】高知県幡多福祉保健所健康障害課 ☎ 0880-345124

こんな悩みを抱えていませんか?

こころの悩みがある・誰かに相談したい

こころの健康問題により休職中の社員がいる

職場のメンタルヘルス対策について知りたい

「こころの耳」は、インターネットによる情報提供の窓口です。

あなたは一人ではありません。あなたの力になる情報や場所、人を一緒に探しましょう。

<http://kokoro.mhlw.go.jp> こころの耳 で検索



働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト

こころの耳

働く人のこころの健康に関するさまざまな情報を提供しています



相談窓口案内
メール相談



ストレスチェック



事例紹介
Q&A

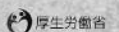


eラーニング
教育・研修

社団法人 日本産業カウンセラー協会 こころの耳運営事務局

お問い合わせ先 kokoro@counselor.or.jp (メール相談のアドレスではありません)

厚生労働省からの委託を受けて運営しています





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
16(水)	宿毛市総合社会福祉センター	12:30～13:00
30(水)	〃	12:30～13:00

〔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
9(水)	宿毛市総合社会福祉センター	12:30～13:00



成人保健

各種健診はどこの場所でも受けることができます。

- 平成24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、1月31日(木)まで、市内の医療機関で受診できます。医療保険者発行の受診票(または受診券)が必要です。必ず持参してください。

〔大腸がん検診容器配布日〕

日	場 所	受 付 時 間
31(木)	宿毛市役所第3会議室	10:00～11:30

〔乳がん(乳房X線)検診〕

日	場 所	受 付 時 間
15(火)	幡多健診センター	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。

〔子宮頸がん検診〕

日	場 所	受 付 時 間
15(火)	幡多健診センター	10:00～11:00 13:00～14:00



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までご連絡ください。

〔赤ちゃん広場〕

日	場 所	実 施 時 間
8(火)	宿毛文教センター	9:30～11:30
17(木)	すくすくひろば	9:30～11:30
22(火)	宿毛東部農村環境改善センター	9:30～11:30
31(木)	西町公会堂	9:30～11:30

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
9(水)	宇須々木公民館	9:30～11:00
	山北集会所	13:30～15:00
10(木)	神有多目的集会所	9:30～11:00
11(金)	小筑紫老人憩いの家	9:30～11:00
18(金)	鵜来島離島センター	8:30～11:00
21(月)	宿毛文教センター	10:00～11:30
24(木)	弘瀬老人憩いの家	10:00～12:30
	沖の島開発総合センター	12:00～14:30
25(金)	鵜来島離島センター	8:30～11:00

年末年始休日救急歯科診療当番医のお知らせ

幡多地域における年末年始の救急歯科診療は、下記の当番医療機関で行います。

年 月 日	医 療 機 関	電 話 番 号
平成24年 12月30日(日)	岡村歯科医院西土佐(四万十市西土佐江川崎)	0880-52-1063
12月31日(月)	カタクラ歯科(宿毛市片島)	0880-65-5125
平成25年 1月1日(火)	楠井歯科診療所(土佐清水市本町)	0880-82-3188
1月2日(水)	北代歯科(四万十市中村小姓町)	0880-34-1152
1月3日(木)	芝崎歯科医院(幡多郡黒潮町入野)	0880-43-1202

※診療時間 9:00～12:00

【問い合わせ先】

高知県歯科医師会幡多支部
地域保健部部長

川村歯科(四万十市具同)

川村則夫

☎0880-31-2501

FAX0880-31-2507

年末・年始ごみ収集のお知らせ

年末のごみ収集を下の日程で行います。12月30日(日)から1月3日(木)まではごみの収集は行いません。年始は1月4日(金)から通常どおり収集を行います。

●ごみ収集日程表

日	収集するごみ	収 集 地 区	地区No.
27日(木)		通 常 ど お り	
28日(金)			
29日(土)	普通ごみ 	石原、福良、栄喜、小筑紫、伊与野、大海、湊、呼崎、内外ノ浦、田ノ浦、小浦、坂ノ下、片島、大島	1
		藻津、宇須々木、樺、樺住宅、港南台、西町地域振興住宅、池島、西町、大深浦、小深浦、西片島、自由ヶ丘、錦、貝塚前、四季の丘、新田、坂本、神有、奥奈路、橋上、平野、中角、二ノ宮、高石、平井、二ノ宮住宅、山北、小川、野地	2
	カン 	与市明、高校住宅、長田町、幸町、貝塚、松田町、萩原、萩原住宅、桜町、南沖須賀、土居下、上町、真丁、本町、新町、沖須賀、仲須賀、名店街、沖新田、高砂、駅前町	3

※沖の島地区の普通ごみは1月4日(金)の朝便で運搬します。

古屋野・久保浦・長浜地区は1月3日(木)に収集に回りますのでよろしくお願いします。

●処理施設に直接持ち込む場合

持ち込み先	ごみの種別	持ち込み日時
幡多クリーンセンター(四万十市上ノ土居) ☎0880-31-2600	普通ごみ、粗大ごみ、ペットボトル、紙類	12月29日(土) 9:00~12:00 13:00~16:30
宿毛市清掃公社(二ノ宮) ☎63-1833	普通ごみ(指定ごみ袋のみ)	12月29日(土) 8:30~12:00
	ビン、カン、紙類	12月29日(土) 8:30~12:00 13:00~16:00
宿毛市環境管理センター(山奈町山田) ☎66-0052	粗大ごみ、ビン	12月29日(土) 8:30~12:00 13:00~16:30

【問い合わせ先】 環境課 ☎63-1697 / 清掃公社 ☎63-1833