



市制施行60周年 ～宿毛市誕生のとき～

写真上：宿毛劇場
写真下：高知県立宿毛病院

笠木康弘さん提供
河野写真館撮影



今月の主な内容

- 福祉・子育ての
給付金について ……5
- 文教センターだより …8～10
- 夏のイベント情報 …12～13
- 介護保険料のお知らせ …16

人のうごき (26.6.1現在)	前月比	5月中の 異動状況
世帯数 10,244	2	出生 14
人口 22,003	-16	死亡 25
(男) 10,338	-6	転入 47
(女) 11,665	-10	転出 52

水道メーター(量水器) 取り替えのお知らせ

平成27年に有効期限が切れる水道メーターの取り替え作業を、次のとおり行います。

期間

7月上旬～12月下旬
該当メーター

『上下水道ご使用量のお知らせ』に記載されているメーター番号のアルファベット以下2桁の数字が19の量水器

《例》 A 19○○○

- 水道メーターの使用期限は、正確に計量する目的から、計量法により8年とされているため、有効期限内に無料で取り替えを行っています。
- 請負業者は本市が発行する量水器取替作業員身分証を携帯しています。
- 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、取り替えが可能な場合は施工させていただきます。

ます。その際は、取り替え済みのお知らせを郵便受けなどに入れておきます。

【問い合わせ先】

水道課水道係
☎63-33552

今月の行政相談

日時

7月15日(火) 13時～15時

場所

宿毛文教センター会議室3

7月は沖の島でも以下の日程で、行政相談所を開設します。宿毛市行政相談委員のほかに、高知行政評価事務所行政相談課より、職員が派遣される予定です。

日時

7月18日(金) 9時30分～14時

場所

すくも湾漁業協同組合弘瀬出張所

宿毛市行政相談委員

松岡陽一 ☎66-00110

※相談は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

「海の日清掃活動」協力をお願いします

すくも湾漁協および藻津漁協では、宿毛市の自然豊かな海に感謝する気持ちと、後世に引き継ぐ責任から、毎年「海の日」に漁港や海岸の清掃を行っています。

市民の皆さんの積極的な参加をお待ちしています。

日時

7月21日(月) 海の日
8時～10時(予定)

場所

咸陽島公園
大島公園

藻津(県境の浜)

※小雨決行・雨天中止

【問い合わせ先】

すくも湾漁業協同組合
☎62-33177

藻津漁業協同組合
☎65-7368

寄贈のお礼

四十万カントリークラブよりチャリティー活動の一環として浄財の寄付をいただきました。

子どもたちの防災用品購入のため、大切に使用してもらいたいと思います。ありがとうございました。



【問い合わせ先】

生涯学習課
☎63-33394

モラロジー「日セミナー」心新たに生きる

日時

7月22日(火)
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

公益財団法人モラロジー研究所 社会教育講師
田中淳一(香南市)

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
☎63-11038

自衛官・予備自衛官補 募集中

18歳～54歳まで各種募集種目があります。応募資格、受付期間につきましては下記までお問い合わせください。

【問い合わせ先】

〒787-0033
四万十市中村大橋通6-3-7
とらやビル3階

防衛省・自衛隊高知地方協力本部
四万十地域事務所

☎0880-35-3096 担当：佐藤



平和を、仕事にする。
陸海空自衛官募集

**四国行政評価支局長表彰
受賞**

このたび、当市担当の行政相談委員の松岡陽一さんが、総務省四国行政評価支局長表彰を受賞されました。松岡陽一さんは、平成17年4月から9年余りにわたって、国や県、市などに対する苦情や要望の解決、実現に尽力されており、この功績について表彰されたものです。

表彰状は、5月20日(火)、高知市の高知会館で開催された「行政相談委員全体会議」において、四国行政評価支局長から贈呈されました。



【問い合わせ先】

総務課

☎ 63-0948

**部落差別をなくする運動
強調旬間記念事業**

7月10日～20日は「部落差別をなくする運動」強調旬間です。

人が人らしく生きるために、人権の視点に立ち、偏見に縛られず、お互いを認め合いながら、正しい認識と理解を深めていくことが大事なのではないでしょうか。

宿毛市では、一人ひとりの人権が尊重される社会を目指し、人権問題に対する認識を深めるとともに、人権意識の普及高揚を図るため、7月12日(土)に記念事業を行います。多くの皆さんの参加をお待ちしています。

日時
7月12日(土)
9時30分～13時

場所
宿毛文教センター

●記念講演

演題 「なかつたことにしない」社会

講師 塚地和久さん

時間 9時30分～11時

場所 多目的ホール

※当日は手話通訳を行います。

講師プロフィール

1968年、高知県須崎市生まれ。1992年高知新聞入社。1996年の「文字をつかむ」ルポ「高知の識字学級」を皮切りに、部落差別、障害者やハンセン病回復者の人権など、人権、教育をテーマに取材。2013年10月から編集委員。



第56回 宿毛市人権教育研究大会

日時 8月3日(日) 9時30分～

場所 宿毛市総合社会福祉センター

開会行事 9時30分～10時

講演 10時～12時

演題 「人権・同和教育の新たな展開について」

講師 土田光子さん(大阪教育大学非常勤講師)

1977年より大阪府において中学校国語科教諭として35年間勤務。教室で見せる子どもたちの姿の背景には、一人ひとりが背負う暮らしがあるという原則を大切に、生活丸ごとでつながる集団づくりに取り組んできた。

分科会 13時30分～(各会場に分散して行います。)

参加料 無料

【問い合わせ先】 生涯学習課 ☎ 63-3394

「糖尿病教室のご案内」

血糖値のコントロールで悩まれている方やご家族など、興味のある方はどなたでもご参加ください。(定員20名)

日時

●第3回

7月13日(日) 13時～14時30分

①「シックデイって何?こんな時あなたははどうする?」

糖尿病療養指導士

和田 望

②「実際に血糖値を測ってみよう」

臨床検査技師 野町真由

川窪美乃莉

●第4回

7月27日(日) 13時～14時30分

①「運動療法について」

理学療法士 今橋一幸

②「食事のうわさ ホント・ウソを見分けよう」

管理栄養士 野村 愛

※第1回、第2回は6月に終了しました。

場所
幡多けんみん病院3階中会議室

【問い合わせ先】

幡多けんみん病院
内科外来看護師 新見

☎ 66-12222

肝臓病に関する公開講座

日本肝臓学会では、各都道府県で肝臓病に関する公開講座を実施しています。入場無料です。どなたでも参加していただけますので、どうぞお問い合わせの上、お気軽にお問い合わせください。肝臓病に関する医療相談も受け付けます。

日時

7月19日(土) 13時～15時

場所

四万十市中央公民館1階

大会議場

内容

• いろいろな肝臓の病気
高知大学消化器内科 岩崎信二

• B型C型肝炎を治す新しい治療
高知大学消化器内科 小笠原光成

• 肝臓がんに対する外科治療の最新線
高知医療センター 岡林雄大

【問い合わせ先】

高知大学医学部消化器内科
☎088-880-2338

パソコンボランティア養成講座

視覚障害のある方にパソコンの操作方法を指導できるパソコンボランティアの養成講座を開催します。興味のある方は、ぜひご応募ください。

対象者

Windowsの基本的な操作方法、インターネットの利用方法が分かる18歳以上で、受講後ボランティア活動の可能な方

日時

9月20日(土)～21日(日)
10時～17時

場所

四万十市立文化センター
(四万十市中村桜町)

定員

8名

(応募者多数の場合は選考)

申込期間

7月1日(火)～8月31日(日)

受講料

無料

申込方法

住所、氏名、生年月日、電話番号、お使いのパソコンのOSの種類を明記の上、メールでお申し込みください。

【申し込み・問い合わせ先】

NPO法人フリースペース・ビーねっと

☎088-850-0385

✉Pasabora@be-net.net

放送大学10月入学生募集

放送大学では、平成26年度第2学期(10月入学)の学生を募集しています。

放送大学はテレビなどの放送やインターネットを利用して授業を行う通信制の大学です。学部への入学試験はありません。心理学・福祉・経済・

歴史・文学・自然科学など、幅広い分野を学べます。

高知学習センターでは、大学院でも31名の方が学んでいます。

資料を無料で差し上げていただきますのでお気軽にご請求ください。放送大学ホームページでも受け付けています。

出願期限

8月31日(日)

【問い合わせ先】

放送大学高知学習センター
☎088-843-4864

お誕生おめでとう
(平成26年5月受付分)

住所	赤ちゃん	保護者
松田町	兼松 万桜	拓広
長田町	中山 煌瑛	靖久
藻津	吉村 咲花	重輝
高砂	田村 圭佑	佳寛
二ノ宮	大西陽斗樹	洋
押ノ川	弘瀬千奈弥	亜弥
自由ヶ丘	杉本 凧琉	龍
駅前町1丁目	有田 陽	直史
平田町東平	野村 未来	公将
和田	稲田 結叶	真吾
松田町	山崎友咲	誠

ご冥福をお祈りします
(平成26年5月受付分)

住所	氏名	享年
平田町黒川	田中 幸雄	84
西町1丁目	葦原 盛男	82
小筑紫町呼崎	中田 時康	70
西町3丁目	中脇 緑	84
与市明	橋本 増威	77
山奈町山田	宮部 久恵	97

※本コーナーは、家族などからの申し込みにより掲載しています。(敬称略)

【問い合わせ先】 市民課市民係 ☎63-1112

はなちゃん号(デマンド乗合タクシー)

週2回(月・木)1日6便
西地区⇄街地区の間で実証運行中

事前に予約をする必要があります
【予約電話番号】

080-5665-0777

お問い合わせは企画課まで ☎63-1118

福祉・子育ての給付金が支給されます

↳臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金

消費税の引き上げによる負担を緩和するため、福祉または子育ての給付金のいずれかが支給されます。各給付金の支給要件や申請方法についてお知らせします。



カクレンジャー

臨時福祉給付金

支給対象者

平成26年度分の住民税が課税されていない方

※課税されている方の扶養親族である場合や生活保護の受給者である場合などを除く

支給額

1人につき1万円

※高齢基礎年金や児童扶養手当などの受給者には5千円を加算

対象児童

支給対象者の平成26年1月分の児童手当・特例給付の対象となる児童

※「臨時福祉給付金」の対象となる児童や生活保護の受給者となっている児童を除く

支給額

対象児童1人につき1万円

申請方法

申請先

福祉事務所

申請期間

8月1日(金)～11月28日(金)

子育て世帯臨時特例給付金

支給対象者

平成26年1月分の児童手当・特例給付金の受給者で、平成25年の所得が児童手当の所得制限限度額未満の方

提出書類

○申請書(7月下旬ごろ、支給対象者となる可能性のある

方に郵送します。)

本人確認書類(住民基本台帳カード、運転免許証、パスポート、健康保険証などの写し)

※支給対象者全員のものが必ず要です。

○指定した口座が確認できる書類(金融機関名、口座番号、口座名義人が分かる通帳やキャッシュカードの写し)

※子育て世帯臨時特例給付金について、児童手当の受取口座を指定する場合は、「本人確認書類」および「指定口座確認書類」の提出は不要です。

給付金の受取方法

申請書に記載した指定口座に入金されます。

※金融機関口座を持っていないなど、振込みによる支給が困難な場合には窓口で受け取ることができます。

注意事項

●受け取ることができのどちらか1つの給付金です。

●原則として、申請期間外の申請や平成26年1月1日時

点で宿毛市に住民票がない方の申請は受け付けられませんのでご注意ください。

●臨時福祉給付金は、住民税の非課税者が対象となりますので、申請書は、平成26年度分の課税がされないこととなっている旨のお知らせに併せて、税務課からの発送となりますのでご注意ください。

●臨時福祉給付金の加算対象の年金・手当などの裁定などの請求が可能で、まだ行っていない方は、平成26年9月30日までに裁定などの請求を行っていただく必要があります。

●子育て世帯臨時特例給付金について、公務員の方は、勤務先から配布される「申請書」および「児童手当(特例給付)受給状況証明書」の提出によって申請となりますので、申請時まで大切に保管していただき、申請期間内にご提出ください。

●支給要件に該当するにもかかわらず、7月中に申請書が届かない場合は、宿毛市福祉事務所までお問い合わせください。

「振り込め詐欺」や「個人情報」の詐取」にご注意ください。

市町村や厚生労働省などがあつた場合は、福祉事務所や警察署または警察相談専用電話(＃9110)にご連絡ください。

【問い合わせ先】

福祉事務所社会児童係
6311114

子育て支援イベント開催

パルス宿毛新型発券機導入PRの一環として、子育て支援イベントを開催します。



日時 7月13日(日)

10時～15時

(雨天中止)

場所 パルス宿毛駐車場

主な催し

- ★フリーマーケット・飲食
- ★ミニ消防車乗車・消火体験
- ★消防署見学(定員あり)
- ★森林組合イベント
- ★キッズコーナー
- ★流しそうめん

【問い合わせ先】

ワールドスマイル
090-5910-0989



防災訓練の実施

南海トラフ巨大地震に伴い、津波や長期浸水被害が想定される地域における合同救出救助訓練を次のとおり実施します。



訓練想定

南海トラフ地震などの大規模災害が発生し、対象地域において津波浸水被害を受け孤立した地域や避難ビルに取り残された被害者を救出救助するもの。

訓練内容

- ① FRP製ボートなどを使用した救出救助訓練
- ② 救命索発射装置を使用した救出訓練
- ③ 簡易担架の作成要領・ロープワークの訓練【消防】
- ④ 孤立地域からの2次避難場所への要救助者の救助訓練
- ⑤ 長期浸水対策に関する取り組みの説明
- ⑥ 衛星携帯電話などの通信機器を使用した情報伝達訓練

- 訓練日時
7月30日(水)
9時30分～12時
- 訓練場所
宿毛市二ノ宮
(松田川文殊橋付近)
- 参加機関等
高知県警察(災害対策課、機動隊、航空隊、宿毛署員)、高知県消防防災航空隊、宿毛消防署、宿毛市、自主防災組織住民

※写真は高知市での訓練の様子



県民スポーツフェスティバル2014



高知県では、県内在住の18歳以上の方を対象に『県民スポーツフェスティバル』を開催しています。

今年度も7月から来年2月の日程で次の競技が行われる予定です。

競技名

アクアスロン／ゴルフ／デイスクゴルフ／ゲートボール／スカッシュバレー／陸上競技／ボウリング／ソフトボール／柔道／軟式野球／バレーボール／弓道／ラグビーフットボール／ペタンク／バドミントン／バウンドテニス／テニス／ターゲット・バードゴルフ／ソフトテニス／スポーツチャレンバラ／グラウンド・ゴルフ／剣道／水泳／クレイ射撃／ラージボール卓球／スキー・スノーボード／サッカー

《オープン競技》
フオークダンス／武術太極

拳／サイクリング／パワーリフティング

各競技の詳しい開催要項などについては、高知県教育委員会スポーツ健康教育課のホームページ (<http://www.pref.kochi.jp/soshiki/310501/>) をご覧いただくか、運動公園までお気軽にお問い合わせください。

【問い合わせ先】

宿毛市総合運動公園
☎66-11467

インターネット不動産公売

幡多広域市町村圏事務組合 租税債権管理機構では、幡多地域6市町村の徴収困難な地方税滞納案件の移管を受け、滞納処分を含む滞納整理を行っています。公売情報の詳細については、お問い合わせください。

公売物件情報

所在	宿毛市小深浦414番1
物件の種類	土地付建物
地目、地積	宅地、1199.63㎡
建物の種類、構造、延床面積	店舗・居宅(木造、瓦・スレートぶき、平屋建、141.24㎡) 車庫(鉄骨造、スレートぶき、平屋建、92.05㎡) 倉庫(鉄骨造、スレートぶき、平屋建、112.20㎡)
備考	居住者あり
見積価格(最低入札価格)	11,510,000円
公売保証金	1,160,000円

【問い合わせ先】

幡多広域市町村圏事務組合 租税債権管理機構
四万十市中村山手通19
高知県幡多総合庁舎3階
☎0880-3411301
http://www.hata-e.co.jp
/hata_sozei/koubai.html

ねんきんコーナー

お知らせ各種
年金相談の日程

【国民年金保険料は納付期限までに納めよう】

平成26年度分の国民年金保険料は、月額15,250円で、本年金機構から送られる納付書により、金融機関・郵便局・コンビニで納めることができます。また、クレジットカードやインターネットなどを利用しての納付や、便利でお得な口座振替もあります。

【国民年金保険料を納めることが難しいときは】

国民年金には、経済的な理由などで保険料を納めることが難しい場合に、保険料の納付が「免除」または「猶予」となる制度があります。申請して承認されると、保険料の全額または一部の免除を受けることができます。

※保険料が納め忘れの状態です、万一、障害や死亡といった

不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられなくなる場合があります。

【免除申請の種類】

①免除（全額免除・一部免除）申請

本人、配偶者・世帯主の前年の所得が一定額以下の場合や失業などの理由がある場合、申請により、保険料の納付が全額免除または一部免除となります。

なお、一部免除については納付すべき保険料を納付しないと未納期間となりますので、必ず納めてください。

②若年者納付猶予申請

30歳未満の方（学生を除く）で、本人、配偶者の前年の所得が一定額以下の場合、申請により、保険料の納付が猶予されます。

納付猶予になった期間は、年金の受給資格期間には算入されませんが、年金額には反映されません。

※学生の方は、学生納付特例制度をご利用ください。

●申請期間

平成26年度の免除などの受け付けは平成26年7月1日から開始され、平成26年7月分から平成27年6月分までの期間を対象として審査を行います。また、今年の4月から法律が改正されて免除申請をする月から2年1カ月前の月分まで遡って免除申請をすることができます。

●申請方法

宿毛市に住民登録している方は、市民課年金係または各支所へ、申請に必要なものをお持ちください。

●申請に必要なもの

年金手帳、認め印（ご本人が署名する場合は不要）、代理人申請の場合、代理人の本人確認ができるもの（運転免許証など）、退職・失業を理由に申請する場合は、雇用保険受給資格者証など失業日（退職日の翌日）が確認できるもの

●保険料の追納制度

免除・納付猶予の承認を受けた期間は、保険料を全額納付したときに比べ、将来受け取る年金額が少なくなります。追納することで年金額を増やすことができます。申し出により、10年以内の期間について、古い期間から順に追納することができます。



今月の年金相談

日本年金機構
幡多年金事務所による
出張年金相談

日時

7月15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（家族であった必要です）

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、代理人の本人確認ができるもの（免許証など）も必要です。

【問い合わせ先】

市民課年金係

☎63-11112

チャレンジデー2014 が開催されました

5月28日(水)に「チャレンジデー2014」が開催され、今年も、北海道芦別(あしべつ)市と対戦しました。残念ながら芦別市に勝利することはできませんでしたが、地域の皆さん、企業・団体の皆さんのおかげをもちまして、5、126名に参加していただきました。本当にありがとうございました。今後も、『市民みんなでスポーツする日』として、誰もが参加できるイベントとなるよう努力してまいります。

来年は、5月27日(水)実施予定です。今後とも皆さんのご協力をよろしくお願い致します。



【問い合わせ先】

宿毛市総合運動公園

☎66-11467

文教センター だより



宿毛市制施行60周年記念 所蔵企画奥谷博作品 展を開催

市制施行60周年記念事業として、本市出身で名誉市民でもある奥谷博画伯の本市所蔵の絵画を次のとおり展示します。素晴らしい作品を身近にご覧ください。

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

期間 7月26日(土)～
8月3日(日)
場所 宿毛文教センター
多目的ホール

時間 9時～18時
(7月26日は13時から、
8月3日は17時まで)

入場料 無料

※7月26日(土)13時から、オーピングイベントを行います。イベント終了後、奥谷博画伯ご自身による、展示作品の説明(ギャラリートーク)が実施されます。



雨 余

【問い合わせ先】

中央公民館
☎63-2618

宿毛歴史館入館で「すくもの21人」缶バッジ 差し上げます

宿毛歴史館では、入館者に「すくもの21人」缶バッジを1個差し上げています。

吉田茂や小野梓など、多くの人材を輩出した宿毛を代表する21人がイラストになった缶バッジです。数に限りがありますのでお早めに。

開館時間

8時30分～17時

入場料

高校生以上200円

小中学生100円(「歴史館パスポート」など各種減免事項あり)

休館日

毎週月曜日(祝日の場合は開館して翌日休館)・年末年始



「すくもの21人」缶バッジ

【問い合わせ先】

宿毛歴史館
☎63-5496

「歴史館パスポート」 のお知らせ

市内各小学校の協力により、「歴史館パスポート」を全児童に配布しています。

これを持参する市内小学生は、引率する保護者も含めて無料で何回でも宿毛歴史館に入館できます。

なお、今年度は入館ごとに「すくもの21人」缶バッジを1個差し上げます。

さらに、その都度「歴史館パスポート」に押されるスタンプが21人分そろうと、缶バッジすべてを飾ることができ額をプレゼントします。

※1日の利用は1回のみで、缶バッジは、毎回、歴史館パスポート1枚につき1個、なくなり次第終了します。また、「歴史館パスポート」は市内中学生も対象になり、歴史館で開館時に発行しています。



歴史館パスポート

【問い合わせ先】

宿毛歴史館
☎63-5496

第50回宿毛市美術展覧会 作品募集

今年も次のとおり作品を募集しますので、多数出品くださいますようお願いいたします。なお、申込書、要項など、詳しい資料が必要な方は中央公民館まで請求してください。

応募資格

宿毛市・大月町・三原村在住者(高校生を含む)、または出身者および前記市町村内に勤務する者で、自己の

作品に限る。故人の作品は、おおよそ1年以内に遺族または相続人が出品することができる。

出品手数料 無料

会場 宿毛文教センター

搬入 9月28日(日) 9時～17時

審査 9月29日(月) 11時～15時30分

(終了後作品の講評を行います。)

会期

10月10日(金)～14日(火)

9時～18時

(最終日は13時まで)

賞

各部門の賞は次のとおりとし、大賞以外の賞の点数は別に定める。

大賞1点(記念大会につき、招待者以外の全出品者を対象)・特選・褒状・新人賞

表彰式

10月14日(火) 15時～16時

搬出

10月14日(火) 16時～18時

10月15日(水) 9時～18時

※額装にガラスは使用しないこと。

※つりひもおよび金具を必ず付けること。

※写真は、フィルム・デジタルカメラを問わない。

出品部門

※次のものは出品することができない。なお、出品後でも次のいずれかに該当すると認めるときは、作品を撤回させる。

- ①すでに公募展に発表したもの
- ②模写ならびに自己の創作でないもの
- ③製作後5年を経たもの
- ④風致に害があると認められたもの

主催
宿毛市・宿毛市教育委員会・高知新聞社・RKC高知放送

後援
宿毛市文化協会

【問い合わせ先】
中央公民館
☎63-2618

出品部門	出品点数	出品規格	備考
日本画	3点以内	4号以上額装を含めて(色紙含む) 縦1.8m以内、横1.8m以内	額装のこと
洋画	3点以内	4号以上額装を含めて(色紙含む) 縦1.8m以内、横1.8m以内	額装のこと
書道	2点以内	軸装、額装を含めて 縦2.43m以内、横2.43m以内	表装または額装、軸装のこと
写真	3点以内	単写真の木製パネル張りに限る パネルの大きさは65cm×54cm (市販全紙パネルと同程度のもの) 厚さは2.0cm以上、3.5cm以内 プリントはA3から全紙までとする	画面に字句の説明およびビニール類の使用は不可
工芸	3点以内	縦・横・高さ各2.0m程度まで 重量は40kg以内	剣類、刀、短剣、銃、砲に関するものは対象外とする

読書講座「じぶんのすきなどうぶつを描こう」

絵本「やさしいかいじゅう」で高知県出版文化賞を受賞された絵本作家ひさまつまゆこさんをお招きして、読書講座を開催します。本講座では、ひさまつさんと一緒に、用意した材料で自分の好きな動物を描き、オリジナルバッグ作りに挑戦します。

ひさまつさんと楽しいひとときを過ごしませんか。絵本「やさしいかいじゅう」の誕生秘話も話していただきます。対象は、小学生から大人まで、どなたでもかまいません。

日時 8月17日(日) 13時～15時

場所 文教センター2階視聴覚室

参加料 無料

講師 ひさまつまゆこさん

(絵本作家)

※定員は、申し込み順に20名程度です。

※材料は全て坂本図書館で用意します。

【問い合わせ先】

坂本図書館

☎63-2654

夏休み親子・子ども教室参加者募集

中央公民館では、夏休みの期間中、親子折り紙教室、親子料理教室や子ども陶芸教室、子ども将棋教室を開催します。ぜひご参加ください。

●親子料理教室

日時 ①7月20日(日) 10時～13時

中華料理

②7月21日(月)祝 10時～13時

アメリカの家庭料理など

場所 宿毛文教センター

調理実習室

講師

①橋本 敏さん

②ジャイカ・ブガイさん

マイケル・キーフさん

参加費

1名500円程度(材料費)

持ってくるもの

エプロン、三角巾、マスク、タオル

対象者

小学生とその保護者(小学生1名につき、保護者1名の組み合わせ)

定員 各日程10組

※定員を超えた場合は抽選とします。

申込締切 7月10日(木)

⑨ 広報すくも 2014.7

●子ども陶芸教室

日時

- ① 7月23日(水)～24日(木)
- ② 7月30日(水)～31日(木)

①、②とも13時30分～16時

申込締切

- ① 7月16日(水)
- ② 7月23日(水)

場所 宿毛文教センター

講師 創作室

講師 下元かおるさん

参加費 無料

対象者 小学生

定員 各日程15名

※定員を超えた場合は初めて参加する小学生を優先した上、抽選します。

※①、②どちらかの参加としますが、①の抽選に外れた場合は②に申し込むことが可能です。

●子ども将棋教室

日時

- 8月4日(月) 10時～12時
- 8月5日(火) 10時～12時
- 8月6日(水) 13時30分～15時30分

※3日間の参加となります。

場所 宿毛文教センター

講師 ホワイエ、視聴覚室

講師 角辻公樹さん

参加費 無料

対象者 小・中学生

定員 30名程度

※定員になり次第締め切ります。

●親子折り紙教室

日時 8月9日(土) 14時～16時

場所 宿毛文教センター

講師 視聴覚室

講師 林 恵子さん

受講料 無料

持ってくるもの

はさみ、ものさし、えんぴつ

対象者

小学生とその保護者(小学生1名につき、保護者1名の組み合わせ)

定員 10組

申込締切 7月31日(木)

※定員を超えた場合は抽選とします。

【申し込み・問い合わせ先】

中央公民館

☎63-2618

子どもフェスティバル

宿毛文教センターでは、『子どもフェスティバル』を開催します。模擬店・ゲーム(有料)、スラックライン(綱渡り)など、楽しい催し物をたくさん用意して皆様のご来場をお待ち

していただきます。ご家族そろって文教センターで夏のひとときをお楽しみください。

日時 7月27日(日) 10時30分～13時

場所 宿毛文教センター

●模擬店

たこ焼き・かき氷・アイス・ジュース他(各100円)

●ゲーム

宝探し・サッカー的当て・お菓子つかみ取り・輪投げ・スパーボールすくいほか(各100円)



【問い合わせ先】

中央公民館

☎63-2618



■石の卵

山田英春 文・写真 福音館書店

まるでドラゴンの卵のような「石の卵」。まっぶたつに切ると、そのなかには…？自然の力によって作られた、セプタリアという種類の石のお話。小学生向き月刊誌「たぐさんのふしぎ」から生まれた本。

■モンスター・ホテルでおひさしぶり

柏葉幸子 作/小峰書店

■のつぺらぼうのおじさん

そつまごつへい 作/講談社

■アルパカパカパカやってきて

おおなり修司 文 丸山誠司 絵/絵本館

■ターシャ・テューダーのマジック

ターシャ・テューダー 絵 ないとりえこ 訳 KADOKAWA

■ネットに奪われる子どもたち

スマホ社会と ×メディア依存への対応 古野陽一 著 少年写真新聞社

ネット社会やスマホの爆発的普及が子育てのあり方や子どもの発達環境をどう変え始めているのか、その結果子どもたちの育ちにどんな影響が生じるのかを検証。さらに広義のメディア依存やネット社会のトラブルへの対応を考える。

■ひとり死んで死ぬのだって大丈夫

奥野滋子 著/朝日新聞出版

■自分でやさしく殖やせる確

定拠出年金最良の運用術 岡本和久 著 日本実業出版社

■世の中を良くして自分も幸福になれる「寄付」のすすめ

近藤由美 著 東洋経済新報社

■絵でわかるプレートテクトニクス

地球進化の謎に挑む 是永淳 著 講談社

(内容紹介は、徳島県立図書館センターTRC MARCより)

宿毛の教育について

宿毛市教育長 立田 寿行

宿毛市のキャリア教育①

宿毛市は、平成25年度から3年間、高知県から「キャリア教育推進地域事業」の指定を受け、市内全小中学校が「キャリア教育推進校」としてキャリア教育を推進しています。

これから3回にわたって宿毛市のキャリア教育の取り組みについてお伝えしていきます。

キャリア教育とは

キャリアという言葉は、ラテン語の「車輪のあと(轍)」を語源とします。「キャリア」という「経歴」や「職歴」、「職位」という意味合いで使うことが多かったのではないのでしょうか。しかし、キャリア教育では、「生き方」にかかわる教育という意味合いで、この言葉をとらえています。

キャリア教育でつきたい力は？

近年、急激な社会構造の変化が起こる中、若者の完全失業率や非正規雇用率の高さなどが社会全体の課題になっています。また、子どもたちが仕事に就くころには、「今ある仕事が存在しない」、あるいは「職業形態が変化している」ということが起こり得るともいわれています。

このような中で、子どもたちの人生にとって必要だと思われる能力は、いったいどのようなものでしょうか。キャリア教育では、「基礎的・凡用的能力」(Ⅱ基になる、どこでも使える能力)として、4つの能力を示しています。

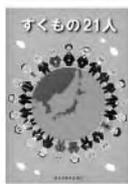
- ①人とかかわる力
(人間関係形成・社会形成能力)
- ②自分をみつめる力
(自己理解・自己管理能力)
- ③課題をやりぬく力
(課題対応能力)
- ④夢や希望をかなえる力
(キャリアプランニング能力)

宿毛市では、この4つの能力と、「ふるさとを愛する心」を子どもたちに育みたい力(心)として身に付けられるよう、発達の段階に応じて取り組みを行っています。

地域の方との学習



先輩との学習



地域教材を活用した学習



家庭・地域とともに

キャリア教育は「生き方」にかかわる教育ですので、日々の生活の中で感じたり、身に付けたりすること、地域での社会や職業にかかわる体験的な学びがとても大切です。そのため、保護者や地域の皆さんのご協力が不可欠です。

特に、家庭は、子どもたちの成長・発達を支える場であり、心の居場所でもあります。また、勤労感や職業感を身に付け、自立を促す重要な場です。ぜひ、子どもたちが、やがて社会の一員として自立して生きていくために、学校と一体となって、子どもを支え、将来の「夢や志を育みかなえる力」を育成していきましょう。

それぞれの学校での取り組みは、学校便りなどで紹介をしています。また、宿毛市教育研究所のホームページでも紹介をしていますので、ご覧ください。

宿毛市教育研究所 ホームページ

<http://www.koc.hinet.ed.jp/sukumo-l/>

家庭で今一度、意識してみませんか

未来を支える生活習慣

★早寝・早起き・朝ごはんの習慣を身に付けましょう。

★「あいさつ・返事・後片付け」が当たり前のこととしてできる習慣付けをしていきましょう。

夢を育む家族の会話

★会話は、コミュニケーションの基本です。家族の会話を大切にして、時には仕事の大変さや、やりがいについても語ってあげてください。また、将来の夢についてもゆったりと話してみましょ。

自立心と責任感を育む時間 管理と役割分担

★自分で時間を管理し、与えられた役割分担(手伝い)を果たす体験は自立するために大切なことです。家庭学習の時間や遊びの時間など自分で決めて行動できる習慣を付けていきましょう。また、できたことをほめてもらったり、「ありがとう」と言ってもらえる体験は大きな自信になりますね。

次号は学校の取り組みを紹介します。

宿毛市教育目標

21世紀を心豊かに生き抜くことができる子どももの育成

宿毛市キャリア教育目標

夢や志を育み、かなえる力の育成

めざす子ども像

ふるさとを愛し誇りに思い、夢や志を抱き、かなえるための力をもった子ども

夏のイベント情報

第30回宿毛・大月平和七夕祭

今年で30回となりました。『平和への願い』が込められたおよそ2万羽の折鶴が展示されています。たくさんの方に見ていただきたいと思えます。

会場

宿毛市真丁アーケード街

期間

6月28日(土)～8月30日(土)

参加団体

小中学校・保育園・幼稚園・各諸団体

【問い合わせ先】

真丁商店街 東七福堂

☎63-2537

クルーズ客船「飛鳥II」入港!!



クルーズ客船「飛鳥II」が次の日程で宿毛湾港新港岸壁へ入港します。入港から出港までの間、物産展の開催や歓迎イベントなどを行う予定です。多くの皆さんのお出迎え、お見送りをお願いします。

日程

8月22日(金)
入港 8時
出港 17時

場所

宿毛湾港新港岸壁

●船内見学会参加者募集

入港当日、郵船クルーズ(株)様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で、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。
※7月9日(水)寄港の船内見学会の募集は終了しています。

日時

8月22日(金)
13時30分～14時30分
(受付13時～13時30分)

※時間厳守

募集定員 100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。

〈返信の裏面〉

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〉

①代表者氏名②郵便番号

③住所

申込期限

8月1日(金) ※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

☎63-1118

夏の子どもスポーツ教室・夏のアドベンチャーカヌー in 松田川

参加対象

小学生

※親子での参加も可能で、カヌーは保護者同伴が原則。

申込期間

7月7日(月)～14日(月) 12時

種目

●バドミントン

●定員はありません。途中からの参加もできます。

●動きやすい服装で参加し、上履きを持参してください。

●カヌー

●定員は13組で、定員になり次第、締め切ります。

●帽子、着替え、濡れてもよい服装で参加し、お弁当を持参してください。

その他

●宿毛市体育協会のスポーツ傷害共済(大人1,000円、子ども500円)への加入が必要となります。

なお、この共済は一度ご加入いただくことと翌年3月31日まで有効です。

●学習中のケガなどについては、スポーツ共済の保険範囲内および応急手当までとします。

●タオル、飲料水を持参してください。

※参加申込者が10名以下の場合は、中止することもあります。

【問い合わせ先】

宿毛市総合運動公園

☎66-11467

種目	開催日	時間	場所	参加料
バドミントン	7月23日(水)・30日(水) 8月6日(水)・20日(水)・27日(水)	13時30分～16時30分	和田体育館	1回の参加につき100円
カヌー	7月20日(日)	9時～16時ごろ	松田川親水公園(松田川親水公園～咸陽島)	500円

この夏・島めぐり〜鵜来島〜 「スぺシャル企画」

毎年大好評をいただいております。マルセイユネイチャー倶楽部主催の島めぐりツアーを今年も開催します。シュノーケリングや釣り体験、島ごはんをお楽しみいただきます。市内外を問わず、たくさんのご参加をお待ちしています。※天候により中止になる場合があります。



参加費

中学生以上 5,000円
3歳以上中学生未満 4,000円

※保険料・昼食代込みです。
申込締切 7月22日(火)

【申し込み・問い合わせ先】

(二社) 宿毛市観光協会
宿毛市駅前町1-703
☎63-0801
☎63-0800

海上保安庁「巡視船とさ」 潜水士(海猿)による訓練 展示と「巡視船あらせ」の 船内見学

宿毛海上保安署では、「海の日」記念行事として、「巡視船とさ」の訓練展示および「巡視船あらせ」の船内見学を実施します。
※今回は、体験航海はありません。

日程

7月26日(土)
● 船内見学時間
9時〜11時30分
13時〜15時30分
● 訓練展示時間
9時30分〜11時

※状況により、中止や時間変更の可能性あります。

場所

片島岸壁(宿毛海上保安署前) 募集人数
制限無し(ただし船内見学については状況により人数の制限があります。)



【問い合わせ先】

宿毛海上保安署
☎65-8117

笹平キャンプ場開き

松田川上流の橋上町楠山で、第29回笹平キャンプ場開きが開催されます。

アメゴのつかみどりや宝探しなど、イベントが盛りだくさんです。郷土料理の販売も

あります。皆さんのお越しを心よりお待ちしております。

日時 7月13日(日) 10時〜
場所 笹平キャンプ場(橋上町楠山)

主催

楠山あけぼの会

【問い合わせ先】

楠山あけぼの会
☎64-7027
笹平キャンプ場(シーズン中)
☎64-7038



親子ものづくり体験講座

宿毛工業高等学校では、「開かれた学校づくり」の一環として、親子ものづくり体験学

習を開催します。

日時 8月2日(土) 9時〜12時
場所 高知県立宿毛工業高等学校

講座内容

- 電撃イライラ棒をつくろう
- 手作りキャンドルをつくろう
- おうちの形のおもちゃ箱をつくろう
- LEDルーレットをつくろう
- アイロンプリントでエコバッグをつくろう

※各小学生10組・先着順
※内容が変更になる場合があります。

参加費 500円(1組につき)

対象者

小学生以下の親子
※子ども1名につき、保護者1名の組み合わせ

受付期間

7月9日(水)〜7月18日(金)
電話でお申し込みください。
(土・日を除く、9時〜17時まで)

【問い合わせ先】

高知県立宿毛工業高等学校
竹林和香・池内忠
☎66-0346

宿毛市行事予定表

平成26年 7月

開催日	行 事 名	時 間	場 所	問い合わせ先
2(水)	グラウンドゴルフ夏季西部交流大会	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎66-1467
	社会を明るくする運動 ～総決起集会・啓発パレード・リーフレット配布～	16:00	宿毛文教センター	市 民 課 ☎63-1112
5(土)	第2回 すくも探検元気ウォークラリー	9:00	千寿園	保健介護課 ☎63-1113 市 民 課 ☎63-1112
6(日)	第18回 宿毛少年柔道錬成大会	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎66-1467
	TANABATA FESTIVAL	17:00	宿毛クリーンセンター横 (新田公園グラウンド)	(公社)宿毛青年会議所 ☎63-3484
7(月)	ふれあい保育 プールあそび(水着または着替えが必要)	10:00	宿毛幼稚園	宿毛幼稚園 ☎63-2914
	育児相談	11:00		
8(火)	社会を明るくする運動 ～中学生による弁論大会～	13:30	宿毛文教センター	市 民 課 ☎63-1112
9(水)	クルーズ客船「飛鳥Ⅱ」入港	8:00	宿毛湾港新港岸壁	企 画 課 ☎63-1118
10(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(土)	「部落差別をなくする運動」強調句間 ・記念講演 講師：塚地和久さん ～「なかったことにしない」社会～ ※子ども対象のビデオ上映があります ・人権啓発パレード	9:30	宿毛文教センター	人権推進課 ☎62-0225
	海辺のワイルドレストラン・夏(～13日)	13:40	片島港(集合)	沖の島観光協会事務局 ☎69-1001
13(日)	第18回 西日本選手権幡多予選(軟式野球)	8:00	宿毛市野球場	総合運動公園 ☎66-1467
	第5回 宿毛市長杯少年ビーチサッカー大会	9:30	咸陽島公園	総合運動公園 ☎66-1467
	笹平キャンプ場開き	10:00	笹平キャンプ場	楠山あけぼの会 ☎64-7027 笹平キャンプ場 ☎64-7038
	Smile! SUKUMO 子育て支援イベント	10:00	パルス宿毛 駐車場	ワールドスマイル ☎090-5910-0989
	糖尿病教室(第3回)	13:00	高知県立幡多けんみん病院	幡多けんみん病院 ☎66-2222
15(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
17(木)	通学路安全の日		市内全域	総 務 課 ☎63-0948
18(金)	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
	行政相談「定例相談日」	9:30	すくも湾漁業協同組合弘瀬出張所	松岡陽一 ☎66-0110
20(日)	夏のアドベンチャーカヌーin松田川	9:00	松田川親水公園	総合運動公園 ☎66-1467
	宿毛市体育協会 スカッシュバレーボール大会	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎66-1467
	親子お料理教室(中華料理)	10:00	宿毛文教センター	中央公民館 ☎63-2618
21(月・祝)	海の日清掃活動	8:00	咸陽島公園・大島公園 藻津(県境の浜)	すくも湾漁業協同組合 ☎62-3177 藻津漁業協同組合 ☎65-7368
	親子お料理教室(アメリカの家庭料理など)	10:00	宿毛文教センター	中央公民館 ☎63-2618
22(火)	ふれあい保育 プールあそび(水着または着替えが必要)	10:00	宿毛幼稚園	宿毛幼稚園 ☎63-2914
	育児相談	11:00		
	モラロジー1日セミナー	19:30	宿毛文教センター	宿毛モラロジー事務所 ☎63-1038
23(水)	ミズノグローイングアップリーグ IN黒潮・宿毛2014(～25日)	10:00	宿毛市総合運動公園ほか	総合運動公園 ☎66-1467
	子ども陶芸教室(～24日)	13:30	宿毛文教センター	中央公民館 ☎63-2618
24(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
26(土)	ミニバスケットボール SUKUMO SUMMER CUP2014(～27日)	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎66-1467
	「巡視船あらせ」の船内見学	9:00	片島岸壁	宿毛海上保安署 ☎65-8117
	「巡視船とさ」潜水士(海猿)による訓練展示	9:30	(宿毛海上保安署前)	
	宿毛市制施行60周年記念所蔵企画 奥谷博作品展(～8月3日)	13:00 27日～9:00	宿毛文教センター	中央公民館 ☎63-2618
27(日)	第42回 四国王座杯 幡多予選(軟式野球)	8:00	宿毛市野球場	総合運動公園 ☎66-1467
	この夏・島めぐり～鶴来島～	8:30	片島港フェリー乗り場(集合)	(一社)宿毛市観光協会 ☎63-0801
	休日市税納付窓口開設日	9:00	市役所税務課	税 務 課 ☎63-1115
	子どもフェスティバル	10:30	宿毛文教センター	中央公民館 ☎63-2618
28(月)	糖尿病教室(第4回)	13:00	高知県立幡多けんみん病院	幡多けんみん病院 ☎66-2222
	ASCユースカップ BATTLE OF 黒潮・宿毛 2014(～30日)	10:00	宿毛市総合運動公園ほか	総合運動公園 ☎66-1467
30(水)	防災訓練(合同救出救助訓練)	9:30	二ノ宮(松田川)	危機管理課 ☎63-0951
	子ども陶芸教室(～31日)	13:30	宿毛文教センター	中央公民館 ☎63-2618
	花園大学準硬式野球部キャンプ(～8月1日)		宿毛市野球場	総合運動公園 ☎66-1467
8月2(土)	親子ものづくり体験講座	9:00	高知県立宿毛工業高等学校	宿毛工業高校 ☎66-0346
3(日)	第56回 宿毛市人権教育研究大会	9:30	宿毛市総合社会福祉センター	生涯学習課 ☎63-3394

熱中症を防ぐために

熱中症の発生は7～8月がピークになります。熱中症を正しく理解し、予防に努めてください。

- 熱中症は、適切な予防をすれば防ぐことができます。
- 熱中症になった場合も、適切な応急処置により救命することができます。
- 一人ひとりが、熱中症予防の正しい知識を持ち、自分の体調の変化に気を付けるとともに、周囲の人にも気を配り、予防を呼びかけ合って、熱中症による健康被害を防ぎましょう。

熱中症とは…

- 高温多湿な環境下で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調整機能がうまく働かなかつたりすることにより、体内に熱がたまり、筋肉痛や大量の汗、さらには吐き気や倦怠感などの症状で、重症になると、意識障害などが起こります。
- 気温が高い、湿度が高いなどの環境条件と体調がよくない、暑さに体がまだ慣れていないなどの個人の体調による影響が組み合わさることにより、熱中症の発生が高まります。
- 屋外で活動しているときだけでなく、就寝時など室内で熱中症を発症することもあります。

急に暑くなった日は特に注意！

室内にいる時も注意が必要！

熱中症の予防法

熱中症の予防には、「水分補給」と「暑さを避けること」が大切です！

水分・塩分補給

- こまめな水分・塩分の補給
(特に、高齢者の方は、のどの渇きを感じなくても、こまめに補給)

熱中症になりにくい室内環境

- 扇風機やエアコンを使った温度調節
- 室温が上がりにくい環境の確保
(こまめな換気、遮光カーテン、すだれ、打ち水など)

体調に合わせた取り組み

- こまめな体温測定
- 通気性の良い、吸湿・速乾の衣服の着用
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどによる体の冷却

外出時の準備

- 日傘や帽子の着用
- 日陰の利用、こまめな休憩
- 通気性の良い、吸湿・速乾の衣服の着用

無理をしてエアコンを使わないでいると、体調を崩すことがあります。

【問い合わせ先】 保健介護課保健衛生係 ☎ 63-1113

固定資産税 2期

国民健康保険税 1期

介護保険料 1期

後期高齢者医療保険料 1期

7 / (木) 31 納期限

高知けいば 7月 5、6、12、13、20、21、26、27

パルス宿毛

8月 2、13、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/>

休日市税納付窓口開設日

月	日	場 所	開設時間
7	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
7	10(木)	市役所 税務課	17:15～19:00
	24(木)	〃	〃

平成26年度介護保険料のお知らせ

【問い合わせ先】
 保健介護課介護保険係
 ☎ 63-1113

1. 65歳以上の方の介護保険料額

前年中の所得などに基づいて、7月に保険料額を決定します。(7月初旬に発送する保険料額決定通知書で、ご確認ください。)

2. 納付方法

保険料は65歳になった月(誕生日の前日)が属する月)から納めます。

- 年金が年額18万円以上の方↓特別徴収
 - 偶数月に、年金から天引きされます。
 - 対象となる年金は老齢退職年金、遺族年金、障害年金です。
- ※年金が、年額18万円以上の方でも、普通徴収になる場合があります。

《例》

- 年度の途中で65歳になった方
- 年度の途中で年金の受給が始まった方
- 年度の途中で他の市町村から転入した方
- 年度の途中で所得段階の区分が変更となった方
- 年金を担保にお金を借り入れている方

■年金が年額18万円未満の方↓普通徴収
 宿毛市から納付書が送付されますので、指定の金融機関で納めてください。
 ※ゆうちょ銀行では、納付書で納めることができませんのでご注意ください。

所得段階	対象者	基準割合	保険料(年額)	保険料(月額)
第1段階	生活保護の受給者、 老齢福祉年金受給者 (住民税非課税世帯)	基準額 × 0.5	29,940円	2,495円
第2段階	世帯全員が住民税非課税で 前年の合計所得金額+課税年金収入が 80万円以下の方	基準額 × 0.5	29,940円	2,495円
第3段階	世帯全員が住民税非課税で 所得段階第2段階以外の方	基準額 × 0.75	44,910円	3,743円
第4段階 (特例)	住民税課税世帯で 本人が住民税非課税の方で 前年の合計所得金額+課税年金収入が 80万円以下の方	基準額 × 0.85	50,898円	4,242円
第4段階 (基準額)	住民税課税世帯で 本人が住民税非課税の方で 第4段階(特例)以外の方	基準額 × 1.0	59,880円	4,990円
第5段階	本人が住民税課税で前年の合計所得が 190万円未満の方	基準額 × 1.25	74,850円	6,238円
第6段階	本人が住民税課税で前年の合計所得が 190万円以上の方	基準額 × 1.5	89,820円	7,485円

(所得段階ごとの保険料額は、平成24～26年度については、変更はありません。)

平成26年 全国消費実態調査

総務省統計局が、都道府県・市区町村を通じて、平成26年9月から11月に実施します。調査地域の世帯の確認のため、7月以降、調査員が調査対象地域のすべてのお宅を訪問し、世帯主の氏名や住所などをお尋ねしますので、ご多忙中恐れ入りますが、ご協力をお願いします。

【問い合わせ先】

企画課広報統計係 ☎ 63-1118

本町通りふれあい夜市

日時 8月1日(金) 17時～21時
 ※雨天の場合は8月3日(日)まで順延
 場所 愛媛銀行宿毛支店周辺

★盆踊り★手作り屋台★金魚すくい etc...

【問い合わせ先】

本町通り活性化クラブ
 ☎ 63-3123



介護保険負担限度額認定証の 申請手続きはお済みですか？

介護保険施設に入所されている方やショートステイを利用されている方で、**世帯全員が住民税非課税**である方を対象に、食費・居住費を軽減します。

現在、認定証（ピンク色）の交付を受けている方についても**再度申請が必要**です（現在お持ちの認定証の有効期限は、平成26年6月30日です）。申請がない場合は、限度額の適用はありませんので、ご注意ください。また、下記の認定証・確認証を受けている方についても、再度申請が必要です。手続きをお願いします。



○介護保険特定負担限度額認定証、介護保険利用者負担額減額・免除等認定証（特別養護老人ホームの要介護旧措置入所者に関する認定証）

○社会福祉法人等利用者負担軽減対象確認証

申請場所

保健介護課介護保険係
手続きに必要なもの

- 介護保険被保険者証
- 認定証（交付を受けている方のみ）

※申請書は、宿毛市公式ホームページでもダウンロードできます。

【問い合わせ先】

保健介護課介護保険係

☎ 63-11113

FAX 63-10410

利用者負担段階	対象者	食費 (日額)	居住費(日額)		
			多床室	ユニット型 準個室 従来型個室等	ユニット型 個室
第1段階	介護保険料所得段階 第1段階の方	300円	0円	490円 (320円)	820円
第2段階	介護保険料所得段階 第2段階の方	390円	320円	490円 (420円)	820円
第3段階	介護保険料所得段階 第3段階の方	650円	320円	1,310円 (820円)	1,310円
第4段階 (基準費用額)	上記以外の方	1,380円	320円	1,640円 (1,150円)	1,970円

※()内は、介護老人福祉施設の従来型個室の金額です。

第2回 すくも探健元気ウォークラリーのお知らせ

開催日 7月5日(土)

受付 9時～9時20分

集合場所 千寿園

☆申し込み、参加費は不要です。雨の場合は、屋内で運動を行いますので、上履きをご持参ください。

【問い合わせ先】 保健介護課健康指導係 ☎ 63-11113
市民課保険係 ☎ 63-11112



がん検診無料クーポン券をお届けします



平成21年度より、がん検診受診率を50%に上げることを目標として始まった、一定の年齢の方々に対する無料クーポン券の発行を、引き続き実施します(婦人がん…『働く世代の女性支援のためのがん検診推進事業』、大腸がん…『がん検診推進事業』による)。対象となるのは子宮頸がん検診・乳がん検診・大腸がん検診の3つで、それぞれの対象者には、7月末までに「無料クーポン券」をお送りします。ぜひ、この無料クーポン券を使って検診を受け、ご自分の健康管理と、がんの早期発見・早期治療にお役立てください。

対象者は以下のとおりです(年齢は前年度の到達年齢になります)。

子宮頸がん検診 発行対象者(女性のみ)

対象年齢	生年月日
20歳	平成5年4月2日～平成6年4月1日
平成21～24年度に無料クーポン対象年齢だった方のうち、無料で市の検診を受けられていない方 (対象年齢…22～45歳 ※前年度到達年齢)	

乳がん検診 発行対象者(女性のみ)

対象年齢	生年月日
40歳	昭和48年4月2日～昭和49年4月1日
平成21～24年度に無料クーポン対象年齢だった方のうち、無料で市の検診を受けられていない方 (対象年齢…42～65歳 ※前年度到達年齢)	

大腸がん検診 発行対象者(男性・女性)

対象年齢	生年月日
40歳	昭和48年4月2日～昭和49年4月1日
45歳	昭和43年4月2日～昭和44年4月1日
50歳	昭和38年4月2日～昭和39年4月1日
55歳	昭和33年4月2日～昭和34年4月1日
60歳	昭和28年4月2日～昭和29年4月1日

※対象者でクーポン券が届かない方や転入などでクーポン券をお持ちでない方は、保健介護課までご連絡ください。

【申し込み・問い合わせ先】

保健介護課保健衛生係
☎ 63-1113 FAX 63-0410

水難事故のない夏を!



もうすぐ本格的な夏がやってきます。この時期は水に接する機会が増えるため、水による事故の危険も増加します。事故に遭わないためには、水辺は危険であることを十分に認識して、無茶をしないことです。自然を侮らず、海や川では次のことに注意してください。

- ① 泳ぐ前には必ず準備体操をする。
- ② 疲労時や飲酒時には絶対に泳がない。
- ③ 子どもたちだけで海や川などに行かない、行かせない。
- ④ 危ないと感じたら、自分の子どもでなくても注意する。
- ⑤ 立ち入り禁止など危険な場所を示す標識には必ず従う。
- ⑥ 警報やサイレンが鳴ったときは特に注意する。
- ⑦ 救命講習会などに参加し、応急処置の方法を身に付けておく。

また、万一事故が起こった場合は、すぐに「119番」に通報し現場の状況を詳しく伝えてください。通報後は、おぼれている人から目を離さず、大声で周りの人の協力を求めてください。たとえ泳ぎに自信があっても、単独で泳いで救助に向かうことは避けましょう。



取り付けよう
火災警報器!



住警器消太

【問い合わせ先】

宿毛消防署
☎ 63-3311
FAX 63-3396

せつじいかい 火を消すまでは、まわりの人



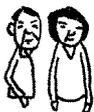
母子保健

【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)	宿毛文教センター	9:15～9:45

【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
13(水)	宿毛文教センター	12:30～13:30



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26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
22(金)	宿毛文教センター	18:30～19:00

【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
22(金)	宿毛文教センター	18:00～20:00

【乳がん(乳房X線)検診】

日	場 所	受 付 時 間
6(水)	宿毛文教センター	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。
11(月)	〃	

心の健康相談のお知らせ

……ひとりで悩んでいませんか。
お気軽にご相談ください。

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

☎63-1113

幡多福祉保健所 健康障害課 精神保健福祉担当

☎0880-34-5124(直通)

☎0880-35-5979



犬の引取り

- 犬の引取りを希望される方は保健介護課にご連絡ください。

【赤ちゃん広場】

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

【離乳食講習会】対象児に個人通知します

日	場 所	実 施 時 間
20(水)	宿毛文教センター	12:50～14:30

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
4(月)	栄喜漁村交流センター	9:30～11:00
6(水)	片島公民館	9:30～11:00
11(月)	宿毛東部農村環境改善センター	13:30～15:00
18(月)	宿毛文教センター	10:00～11:30
20(水)	坂本多目的集会所	9:30～11:00
21(木)	二ノ宮集会所	10:00～11:30
22(金)	鵜来島離島センター	8:30～11:00
28(木)	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

各種検診の結果について

下記の日程までの検診について、精密検査が必要な方には通知が完了しています。

検 診	日 程
胃がん検診	5月20日(火)
前立腺がん検診	6月3日(火)
大腸がん検診	5月28日(水)回収分
胸部レントゲンおよび肺がん検診	5月10日(土)
乳がん検診	6月5日(木)
子宮頸がん検診	5月13日(火)

※ご不明な点がございましたら、保健介護課までお問い合わせください。

【問い合わせ先】

保健介護課保健衛生係

☎63-1113

JCI 公益社団法人 宿毛青年会議所 創立50周年記念事業

TANABATA FESTIVAL

2014 7/6 日

～あなたの願いがかなうかも～

【プログラム】

- 17:00 オープニング
- 17:15 餅投げ
- 17:30 かき氷早食い大会
- 18:45 浴衣コンテスト
- 20:00 土佐宿毛いごっそ太鼓
- 20:30 花火

※雨天時はイベントを中止いたします。
※花火のみ雨天時は次の日に開催いたします。

かき氷早食い大会

開催日/月曜日(日) 17:30(祝祭日)

参加費/イベント参加 無料

※参加費は別途お申し込みください。

※お申し込みは先着順です。

※お申し込みは先着順です。

浴衣コンテスト

出場者募集!

優勝 5万円

優等賞 3万円

佳作 1万円

参加費 2000円

※お申し込みは先着順です。

※お申し込みは先着順です。

竹あかり演出「CHIKAKEN」

開催日/月曜日(日) 17:30(祝祭日)

参加費/イベント参加 無料

※参加費は別途お申し込みください。

※お申し込みは先着順です。

MAP

公益社団法人 宿毛青年会議所

TEL: 0899-63-3484 (平日AM10:00～PM3:00)
e-mail: sukumojc@mb.gallery.ne.jp http://www.gallery.ne.jp/sukumojc/

公益社団法人宿毛青年会議所創立50周年記念事業「TANABATA FESTIVAL」を開催します。この事業を通じて、幅広い世代間の交流や地域の伝統芸能などを再認識していただくことで、一層のつ

ながりや郷土愛を感じていただけだと思います。当日は、七夕短冊コーナーや、花火、CHIKAKENによる竹細工と、光の幻想的な夜をお楽しみください。また、浴衣コンテストや、かき氷早食い大会なども行います。皆さんでお誘い合わせの上、ご来場ください。(雨天の場合は、花火のみ順延となります。)

日時 7月6日(日) 17時～

場所 宿毛クリーンセンター横(新田公園グラウンド)

【問い合わせ先】
(公社)宿毛青年会議所
063-33484
10時～15時
※土・日・祝日を除く

発行/宿毛市 編集/企画課

〒788-0000 宿毛市桜町2番1号 画063-11118 画063-01174
平成26年7月1日発行(毎月1日発行)



宿毛まるごと産業祭 出店者募集!

第2回目となる産業祭を「宿毛まるごと産業祭」と題して、11月16日(日)に宿毛市総合運動公園で開催します。

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、産業製品の展示などを行うこととしています。

そこで、今回はこのイベントに出店していただける宿毛市の事業者などを募集します。



参加条件
宿毛市で活動している事業者、団体、個人

出店内容
1次産品の販売、加工品の展示・販売、地元産品を使用したグルメ商品、そのほか宿毛市で行われている産業と認められるもの(宿毛市に事業所のある会社の製造品の展示なども可能です)

出店料
1,000円/1ブース

出店ブース(間口×奥行)
屋内 2.5m×2.5m
屋外 2.5m×3.5m

※出店には産業振興課への出店申請が必要です。

※保健所などへの届出が必要な場合は、出店者が責任を持って事前に行ってください。

※ブースの大きさは会場の設置状況により多少前後します。

【申し込み・問い合わせ先】
産業振興課
063-11117