



小筑紫町田ノ浦にきれいなあじさいが咲いていました。このあじさいは、岡崎稔さん(小筑紫町田ノ浦)が地域の環境美化活動として4年前から少しずつ増やし育てているそうです。

今月の主な内容

- 文教センターだより……7~9
- イベント情報……10~11
- 介護保険制度が
変わります……14~16

人のうごき

(27.6.1現在)

	前月比	5月中の 異動状況
世帯数	10,216 -13	出生 18
人口	21,693 -25	死亡 21
(男)	10,186 -6	転入 31
(女)	11,507 -19	転出 53



国勢調査
2015
10月1日実施

行政情報等の運用および 個人情報の公開状況について

平成26年度における情報公開の状況は、次のとおりです。

1. 平成26年度における行政情報の公開状況

件数	全部公開決定	部分公開決定	不受理決定
10	6	4	0

2. 平成26年度における個人情報の開示状況

件数	全部公開決定	部分公開決定	不受理決定
10	7	3	0

※全部公開決定：請求のあった行政情報または個人情報すべてを公開する場合の決定
 ※部分公開決定：請求のあった行政情報または個人情報のうち、個人に関する情報などを

宿毛市販路開拓支援事業 費補助金のお知らせ

市内の農林水産業者や中小企業者などの販路開拓を支援するため、県外の展示会や見本市、商談会などへ出展する際の出展料や宿泊費などの経費を補助しています。補助額は経費の2分の1以内で、1事業者当たり年間20万円を上限としています。

補助金を活用するには事前に申請が必要です。農林水産業の方は産業振興課、商工業の方は商工観光課までご連絡ください。

加をお待ちしています。

日時
7月20日(月・祝) 海の日
8時～10時(予定)

場所
成陽島公園・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
☎6213177
藻津漁業協同組合
☎6517368

ごぼうなぎの採捕について

平成27年度通常総会において、今年度から、うなぎ採捕の筒・箱もじの使用については、次のとおり定められましたのでお知らせします。

筒・箱もじの大きさ
周囲40cm・全長40cm以上90cm以内
使用数
1名につき15個以内

【問い合わせ先】

松田川漁業協同組合
☎6410088

空き家再生等推進事業

市内で増加する空き家の対策として、地域の活性化と市民の安全・安心の向上を図るため、危険老朽空き家を解体する場合、費用の一部を補助します。申請書に必要事項を記入の上、都市建設課まで提出してください。

対象住宅

市内にある長期にわたり使用されていない個人の居住用住宅または空き建築物で、老朽化が著しく危険性があるもの

補助金額
解体などに要する費用の5分の4(上限額160万円)

募集件数
3件程度

※申込者多数の場合は、当該建築物が周辺に与える危険性などを勘案の上、補助対象者を選定させていただきます。

申請受付期間
7月1日(水)～8月28日(金)
(土・日・祝日を除く)

【問い合わせ先】

都市建設課建築住宅係
☎6311120

指定管理者募集のお知らせ

宿毛市では市の公共施設に指定管理者制度を導入しています。このたび、蛸湖ゴルフパークの指定管理期間が平成28年3月31日をもって満了するため、平成28年4月1日から管理運営を行う個人、団体などを募集します。

詳しい募集要項などについては、広報すくも8月号および宿毛市ホームページなどに掲載します。

【問い合わせ先】

総務課総務係
☎6310948

【問い合わせ先】

商工観光課
☎6311119

「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

寄贈のお礼

5月12日、震災復興支援グループ「きぼう」(仙台市)と活動に賛同するジオ・サーチ株(東京都大田区)、ダイセル労働組合(大阪市)より救命胴衣(園児用90着、大人用20着、津波対策用2着)の寄贈を受けました。

しっかりと災害対策に活用させていただきます。
ありがとうございました。



【問い合わせ先】

福祉事務所

☎63-11114

今月の1日行政相談所

日時

7月14日(火) 13時～15時

場所

宿毛文教センター会議室3

7月は沖の島でも左記の日程で、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から職員が派遣される予定です。

日時

7月24日(金) 9時30分～14時

場所

宿毛市沖の島支所

宿毛市行政相談委員

三本義男

☎63-11800

山岡まゆみ

☎63-11468

※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

モロロジー1日セミナー

『心新たに生きる』

日時

7月24日(金)

19時30分～21時30分

場所

宿毛文教センター会議室1

講師

公益財団法人モロロジー研究所社会教育講師
徳久静男(須崎市)

参加費 無料

主催 宿毛モロロジー事務所
※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】

宿毛モロロジー事務所

☎63-11038

「好感度マナー」スキルアップセミナー開催!!

○好感度アップマナー

自分らしい自己表現を身に付ける・正しい言葉遣いなど

○面接マナーの基本

面接に必要な基本的マナー・電話のかけ方・面接での入室・模擬面接など

日時

7月25日(土) 13時～17時

場所

アピアさつき1階アピアホール(四万十市右山五月町)

対象者

39歳までの求職者および高校生以上の就職希望者

参加費 無料

募集人数 15名

服装 面接に臨む服装

【申し込み・問い合わせ先】

ジョブカフェこうち・幡多サテライト

☎0880-34-6860

放送大学10月入学生募集中

放送大学では、平成27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。

資料を無料で差し上げられ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。

出願期間
第1回 8月31日(月)まで
第2回 9月20日(日)まで

【問い合わせ先】

放送大学高知学習センター
☎088-843-4864

第57回 宿毛市人権教育研究大会

日時 8月2日(日) 13:30～
場所 宿毛市総合社会福祉センター
開会行事 13:30～14:00
講演 14:00～16:00
演題 「今、人権は…」(予定)
講師 山中 千枝子さん

公立中学校勤務を経て、高知県人権啓発センター次長、越知町立野老山小学校校長などを歴任。現在、人権教育研修や生涯学習全般を行う「千斗枝グローバル教育研究所」の代表や高知県女性センター講師などとして活躍。

分科会 9:15～
(各会場：宿毛市総合社会福祉センター、宿毛文教センター、正和隣保館、宿毛消防庁舎)

参加費 無料

【問い合わせ先】 生涯学習課 ☎63-3394

**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、人権意識の普及を高揚を図るため、7月11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11日(土)
9時30分～13時

場所
宿毛文教センター

●記念講演

演題
「人権文化を考える」
「福を運んだ人形つかい」

講師 辻本一英さん

時間 9時40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



NPO法人 ヒューマンネットとくしま理事長。芝原生活文化研究所代表。阿波木偶箱まわし保存会顧問。芝原生活文化学級・芝原自主夜間学校を主宰。徳島県部落史研究会会長。徳島ペンクラブ理事。1998年、芝原生活文化研究所を設立。徳島県内の被差別部落における生産と労働を中心とした生活文化の調査研究に取り組む。現在、全国各地の人権・同和問題の講演をはじめ、福祉、まちづくり、文化関係の講演活動を行う。

●ビデオ上映(こども対象)

時間 9時30分～11時

場所 視聴覚室

●人権啓発パレード

高知県警音楽隊を先頭にパレードを行います。

時間 11時30分～13時

場所
宿毛文教センター～ローソン宿毛中央7丁目店前交差点～エヴィ宿毛店

【問い合わせ先】
人権推進課
☎ 6210225

第66回宿毛高等学校同窓会

宿毛高等学校同窓会総会および懇親会を、開催します。当日は、在校生の吹奏楽部がブラスバンド演奏を披露してくれる予定です。多数の方のご参加をお待ちしています。

開催日 8月12日(水)

総会 17時30分～

懇親会 18時30分～

場所 JA高知はた宿毛支所

会費 5,000円

【問い合わせ先】

宿毛高等学校同窓会事務局
☎ 6312164

県民スポーツフェスティバル2015

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／陸上競技／スカッシュ／バレー／ソフトボール／バレーボール／ゲートボール／弓道／ラグビーフットボール／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／スポーツチャンバラ／グラウンド・ゴルフ／剣道／水泳／ディスクゴルフ／ペタンク／ラージボール卓球／柔道／フットサル／ボウリング／クレー射撃／軟式野球／ポッチャ／パークゴルフ／スキー・スノー

1ボード

《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

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.lg.jp/soshi/k/310501>)をご覧ください。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
☎ 6611467

お誕生おめでとう
(平成27年5月受付分)

住所	赤ちゃん	保護者
港南台1丁目	山口 篤空	慶宜
山奈町山田	酒谷 拓弥	幸夫
貝塚	西原 愛翔	宏司
長田町	浅野 優幸	浩幸
小筑紫町湊	松本 統獅	阿也
駅前町1丁目	谷岡 昌季	航太
貝塚	池上 琉翔	穂鳥
港南台1丁目	平岡 湊大	飛鳥

ご冥福をお祈りします
(平成27年5月受付分)

住所	氏名	享年
片島	鵜島コノブ	84
小筑紫町湊	石川 隆稔	57
小筑紫町内外ノ浦	岡本 捷喜	70

※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 ☎ 6311112

安心・安全フェスタ in すくも ～命の繋がり～

高知県警航空隊の航空機や海上保安庁の巡視船、陸上自衛隊、宿毛消防署の車や機材を使った合同防災訓練および訓練使用車両の展示、体験コーナーなどを含むさまざまなイベントが行われます。ぜひ会場にお越しください！

日時 7月20日(月・祝) 10:00～16:00
場所 宿毛自動車学校
共催 宿毛警察署、宿毛自動車学校

警察官・海上保安官・自衛官 合同募集相談コーナー

将来、警察官、海上保安官、自衛官を目指したい方や、現在就職先を検討中の方がおられましたら、気軽にお立ち寄りください。

献血バスも 来ます！

ご協力をお願いします。



【問い合わせ先】

宿毛警察署 ☎63-0110
 宿毛海上保安署 ☎65-8117
 自衛隊高知地方協力本部四万十市地域事務所 ☎0880-35-3096

ふるさと納税協賛企業(個人)を 再募集します

ふるさと納税制度を利用した寄附増進と地元特産品などのPRおよび販売促進を図るため、宿毛市へふるさと納税を行った寄附者に対して、お礼の品(返礼品)を提供していただける協賛企業(個人)を本年2月に募集しましたが、募集期間終了後もお問い合わせが多くあるため、このたび再募集することとなりました。

なお、現在、9の企業(個人)にご応募いただいています。



個人情報保護

協賛企業(個人)はこの事業による業務を処理する為の個人情報を取り扱いについては、別途定める個人情報取扱特記事項を遵守しなければなりません。

※寄附者の個人情報は、商品の送付以外の目的に使用することはできません。

応募方法

宿毛市ふるさと納税推進事業参加申請書(企画課で配付、または宿毛市ホームページからダウンロードできます。)に記入の上、市税の完納証明書と併せて企画課へ提出してください。

申込締切日 8月31日(月)

【問い合わせ先】

企画課
☎63-1118

チャレンジデー2015 が開催されました

5月27日(水)に「チャレンジデー2015」が開催され、今年も神奈川県湯河原町と対戦しました。グラウンドゴルフ大会や各保育園、学校、個人や団体、各地区など、たくさんのご協力をいただき、ありがとうございました。来年も『市民みんなでスポーツをする日』として5月25日(水)に実施する予定です。多くの方の参加をお待ちしています。

チャレンジデー2015結果

宿毛市
 参加率 25・0%
 (参加者数 5、472人 / 人口21、868人)
 神奈川県湯河原町
 参加率 34・2%
 (参加者数 9、022人 / 人口26、387人)
 ※人口は平成27年2月1日付の人口です。



【問い合わせ先】

宿毛市総合運動公園
☎66-11467

後期高齢者医療保険被保険者の皆さんへ

後期高齢者医療制度の平成27年度の保険料率が決まりました。

●被保険者均等割額

51,793円

●所得割率

10.35%

保険料率は医療費の状況などを踏まえ、2年ごとに改定されます。平成27年度の保険料率については、平成26年度から変更はありません。

※平成27年度の保険料額は、前年中の所得が確定した後、7月上旬に決定し、通知をさせていただきます。

◆1人当たりの年間保険料の上限額が55万円から57万円に変わりました。

中間所得者層の方の保険料負担の軽減を図るため、1人当たりの年間保険料の上限額は、平成26年度から、57万円となっています。

◆保険料の軽減について(対象者の一部拡大)
保険料については、下の表

のような軽減措置があります。が、所得が少ない方の保険料負担の軽減のため、平成27年度分の保険料からは、被保険者均等割額の2割軽減および5割軽減の対象者が広がります。(9割、8.5割軽減の対象者に変更はありません。)

《注》軽減を受けるために手続きは必要ありませんが、同一世帯の中で、被保険者や世帯主の前年中の所得が決定できていない方がいる場合、保険料軽減判定ができませんので、所得の申告をお願いします。

◆保険料の端数処理方法の変更

保険料額は、下の表の保険料の計算方法により算出した額の1円未満を切り捨てとしていましたが、被保険者の方の保険料納付の利便性の向上を図るため、平成26年度分の保険料から100円未満を切り捨てとしています。

【問い合わせ先】

市民課保険係

☎63-11112

《被保険者均等割額の軽減》

軽減は、世帯主および被保険者の総所得金額等の合計額(※)の状況により判定します。

軽減の割合	軽減後の均等割額	同一世帯内の世帯主と被保険者の総所得金額等の合計額	
		改正前	改正後
5割	25,896円	33万円+(24.5万円×被保険者数)以下	33万円+(26万円×被保険者数)以下
2割	41,434円	33万円+(45万円×被保険者数)以下	33万円+(47万円×被保険者数)以下

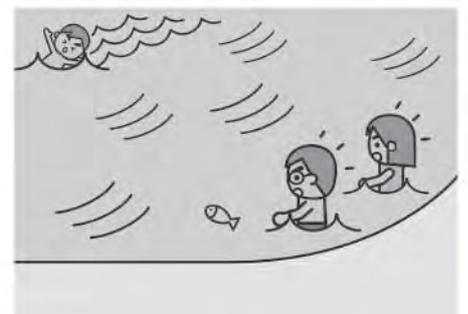
※公的年金収入の場合、年金収入額から公的年金等控除額に15万円を加算した額を差し引いた後の額で軽減の判定をします。

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

☎63-33111
☎63-33396

無防備な心に火災がかくれんぼ

すくも
自主防災会だより
第17号

できることから始める
具体的な一歩

先の東日本大震災において、大地震と大津波からせつかく助かったのに、避難した場所が寒さのために亡くなる人が発生したことを知り、「せつかく災害から助かった命がなくなくなるほど悔しいことはない。」との思いを抱いていました。

ある日、自宅の押し入れを修理していたとき、不要と思われる毛布や布団などがあるのに気付き、「ほかの家でも同じではないだろうか？」と考え、東日本大震災のことを思い出し、避難場所に置いたら皆が助かるのではないかと思ひ、早速備蓄の計画を立てました。

どの家庭も、その処分にはお金がかかったり、かさばったりして難しいし、まだ使用できるのでついいつい何年もそのままにしているというところで、「集めて来てもらえれば大変ありがたい。」という意見が多く、一銭もかからず実施できるわけで、これ以上いいことはないということ。役員をはじめ地区住民のご

協力により、現在80枚以上の毛布が集まり、これは区民総数の3分の1になります。テントもそろい、冬場において一応暖は取れる状態です。餓死の話はあまり聞きませんが、その後回しにしましたが、これからは、食料、水などの備蓄の充実を進めていこうと考えています。

藻津地区自主防災会長

久保 正幸

壁裏探知機をお貸しします

家具転倒防止用具を取り付ける際に壁裏の柱などを探知できる器具の貸し出しをします。家具転倒防止は、手軽で効果的な震災対策ですので、ぜひご利用ください。

ご利用にあたっては各地区の自主防災会や地区長を通じて、危機管理課へお申し込みいただくよう、お願いいたします。



「すくもの21人」缶バッジ

今年度も宿毛歴史館入館で「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。



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

休館日 毎週月曜日

「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。

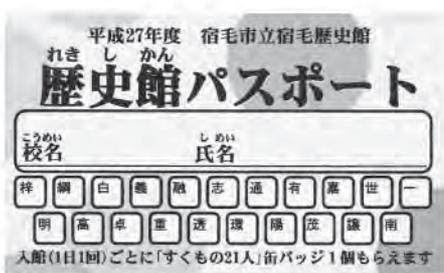
これを持参する市内小学生は、引率する保護者も含めて無料で何回でも宿毛歴史館に

入館できます。

なお、今年度も入館ごとに「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るよう色紙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。



「村島家文書」展示

新たに宿毛市保護有形文化財に指定された「村島家文書」を展示します。

戦国武将、長宗我部元親の父や弟、子からの書状など新発見となった資料9点です。



会期

7月1日(水)～9月30日(水)

場所

宿毛歴史館

(宿毛文教センター3階)

開館時間

8時30分～17時

入館料

高校生以上 200円

小・中学生 100円

休館日 毎週月曜日

【問い合わせ先】

宿毛歴史館

☎63-15496

【問い合わせ先】

宿毛歴史館

☎63-15496

林邸建造物調査報告書の公開

林邸は林有造が明治22年に建てて以後、譲治、道と大臣を続けて輩出した政治家の邸宅です。

このたび、図面化して特徴などを整理した報告書(67ページ)が完成しました。宿毛歴史館ホームページで公開していきますので、ぜひご覧ください。
※冊子の報告書は、宿毛歴史館、坂本図書館でご覧いただけます。

【問い合わせ先】

宿毛歴史館
☎63-5496

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、親子折り紙教室や親子お料理教室、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。

●親子お料理教室

(オーストラリアの家庭料理)

日時 7月20日(月・祝)
10時～13時

場所

宿毛文教センター
調理実習室

講師

ジャイカ・ブガイさん
サイモン・ハリスさん

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 10組

※定員を超えた場合は抽選とします。

申込締切 7月13日(月)

●子ども陶芸教室

日時

①7月29日(水)～30日(木)
②8月5日(水)～6日(木)

※2日間連続での参加となります。

場所 宿毛文教センター
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。

申込締切

①7月22日(水)
②7月29日(水)

※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に申し込むことは可能です。

●子ども将棋教室

日時

8月10日(月)～12日(水)
10時～12時

※3日間の参加となります。

場所 宿毛文教センター
会議室2

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となります。

●親子折り紙教室

日時 8月1日(土)
14時～16時

場所 宿毛文教センター
視聴覚室

講師 林 恵子さん

参加費 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)

定員 10組

※定員を超えた場合は抽選とします。

申込締切 7月21日(火)

【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すくも

子どもたちが1日を楽しく過ごすとともに世代間のふれあいを目的として「子どもフェスティバルすくも」を開催します。この行事は、宝くじの社会貢献広報事業として宝くじの受託事業収入を財源として実施している「平成27年度コミュニケーション助成事業」による助成金で実施されます。



開催日 7月26日(日)

※荒天時は8月9日(日)に延期

場所 宿毛文教センター

10時～12時30分

アートワークショップ

さらさらボトルで宇宙のさかなを作ってみよう!(無料)

模擬店

焼きそば・かき氷・ばら粥・アイスなど(各100円)

ゲーム

宝探し・輪投げ・サッカー的当て・お菓子つかみ取りなど(各100円、宝探しは無料)

13時30分～15時

0歳からの音楽劇

ももたろう(観覧無料)

【問い合わせ先】

中央公民館

☎63-2618

第51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。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(中学生以下を除く)または出身者および前記市町村内に勤務する者、もしくは出品部門に該当する宿毛市の公民館サークルに所属し活動する者で、自己の作品に限る。故人の作品は、

おおむね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27日(日) 9時～17時

審査

9月28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9日(金)～13日(火)

9時～18時

(最終日は13時まで)

賞

賞は次のとおりとし、賞の点数は別に定める。

特選・ほう状・新人賞・無鑑査特別賞(無鑑査出品者の中から選考)

表彰式

10月13日(火) 15時～16時

搬出

10月13日(火) 16時～18時

10月14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。

※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、作品を撤収させる。

①すでに発表したもの。

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るもの。

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

☎6312618

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	単写真ならびに組写真とし、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。 ただし、組写真のプリントは六切以上またはA4以上。	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。	銃砲刀剣類に関するものは対象外とする



■ アンネのバラ

～40年間つないできた

平和のバトン

國森康弘 文・写真／講談社

1976年、当時の生徒たちが平和のシンボルとして植えたアンネのバラ。その思いを受けついで、バラを育てる東京都杉並区立高井戸中学校の生徒たちの姿を写真で紹介する。戦争と平和を考える本。

■ 神社・お寺のふしぎ100

～すぐ近くにある「日本人の心のふるさと」のなぜ～

田中ひろみ 文

藤本頼生 監修／偕成社

■ なぜなに日本語

関根健一 著／三省堂

■ 社会のしくみ図鑑

～イラスト案内～

奥澤朋美・おおつかのりこ 文

玉川大学出版部

■ わたしが外人だったころ

鶴見俊輔 文

佐々木マキ 絵／福音館書店

■ これから始める人のふるさと納税らくらくガイド

～2015年4月スタートの

新制度完全対応～

叶温 著／あさ出版

■ 世界に分断と対立を撒き散らす経済の罫

シヨセフ・E・ステイグリッツ 著

峯村利哉 訳／徳間書店

世界を覆う「えせ資本主義」が市場を歪め、不平等と経済危機を生み出す。超格差社会のからくりとは? TPPや規制緩和の危険性とは? ピケテの資本論を補強し、すべての人によって繁栄が共有されるための道筋を示す。

■ シニア人材マネジメントの教科書

～老年学による新アプローチ～

崎山みゆき 著／長田久雄 監修

日本経済新聞出版社

■ シベリア抑留

～日本人は

どんな目に遭ったのか～

長勢了治 著／新潮社

■ 発信する学校図書館ディスプレイ

～使われる図書館の

実践事例集～

吉岡裕子・遊佐幸枝 監修

少年写真新聞社

(内容紹介は、徳間書店流通センターTRC MARCより)

夏のイベント情報

笹平キャンプ場開き

松田川上流の橋上町楠山で、第30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。当日は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12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
☎64-7039

親子料理教室

家族で「食」に関心を持ち、食生活を見直すきっかけづくりとして、夏休みの一日を過ごしませんか。

日時 8月23日(日) 10時～14時
場所 宿毛文教センター会議室1
用意するもの エプロン・三角巾・マスク
参加費 無料

対象者 宿毛市内の小学生とその保護者

募集人数 20組
申込締切 8月7日(金)

【申し込み・問い合わせ先】 保健介護課

☎63-1113

スポーツ吹矢、公式ワナゲの体験教室をします

性別、年齢を問わず、誰もが一緒になって楽しめるスポーツの体験教室を開催します。お気軽にご参加ください。

日時 7月26日(日) 13時30分～16時
場所 和田体育館
参加費 無料

※スポーツ吹矢はマウスピース代として100円が必要です。



【問い合わせ先】

宿毛市総合運動公園
☎66-11467

ジュニア3B体操

楽しみながら心身をリフレッシュできる健康体操です。ボール、ベル、ベルダーという手具を使い、音楽に合わせて身体を動かしたり、ダンスをしたり遊び感覚でさまざまな運動が楽しめます。興味のある方はお気軽にお問い合わせください。

開催日 7月21日(火) 7月27日(月)
時間 10時～11時30分
場所 正和児童館
参加費 無料
講師 田代博子さん(公益社団法人日本3B体操協会公認指導者)

募集人数 30名程度
対象者 宿毛市内の5歳から小学校6年生まで
申込締切 7月17日(金)
企画・運営 NPO法人じんけんネット すぐも

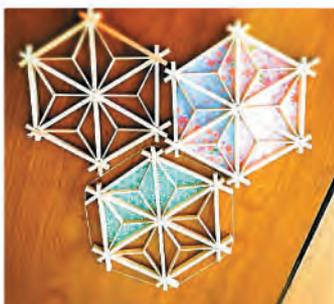
【申し込み・問い合わせ先】
正和児童館
☎63-12254

夏休み組子細工教室

夏休み中に子どもと保護者で協力しながら、組子細工をつくりませんか？

日時 8月8日(土) 10時～12時
場所 正和児童館・隣保館
参加費 500円
対象者 小学生とその保護者
募集人数 ペア20組40名(先着順)
企画・運営 NPO法人じんけんネット すぐも

※濱中建築の濱中伸也さんが教えてくれます。組子細工が早く出来上がった人には、『カンナ削り体験コーナー』も用意しています。



【申し込み・問い合わせ先】
正和児童館
☎63-12254

こどもキャンプ in 沖の島 の大自然

して、親子ものづくり体験学習を開催します。

公益社団法人宿毛青年会議所では、宿毛市・大月町・三原村の小学校6年生を対象として、沖の島(久保浦海岸)で1泊2日のキャンプを予定しています。沖の島の自然に触れ、海の素晴らしさを体験できるプログラムを用意していますので、ぜひご参加ください。

日時 7月25日(土)～26日(日)

参加費 3,000円(保険料込み)

対象者 宿毛市・大月町・三原村の小学校6年生

募集人数 25名程度

※詳しくは各小学校に配布する資料をご確認ください。

【問い合わせ先】
公益社団法人宿毛青年会議所(月～金10時～15時)
☎63-3484

【申し込み・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1日(土) 9時～12時

場所 高知県立宿毛工業高等学校

講座内容

- 手作り風鈴をつくろう
- 手作りキャンドルをつくろう
- マガジンラックをつくろう
- LEDルーレットをつくろう
- 3Dプリンターでキーホルダーをつくろう

※各講座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)

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

対象者 小学校3～6年生
(カヌーは小学生)

申込期間 7月6日(月)～7月15日(水)

●カヌー
●定員は13組(先着順)で、子どもだけの参加はできません。

●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。

●バレーボール
●バドミントン
●バスケットボール

●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。

●そのほかの注意事項

●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。

【申し込み・問い合わせ先】
宿毛市総合運動公園
☎66-11467

【問い合わせ先】
宿毛商工会議所
☎63-13123

詳しくは、宿毛商工会議所ホームページで!

☎66-11467

☎63-13123

種目	開催日	時間	場所	参加費
カヌー	7月20日(月・祝)	9:00～16:00ごろ	松田川親水公園(松田川親水公園～威陽島)	500円
バレーボール	7月27日(月)、 8月3日(月)・10日(月)・ 17日(月)・24日(月)	9:00～12:00	和田体育館	1回の参加につき100円
バドミントン	7月22日(水) 29日(水) 8月5日(水)・19日(水)・26日(水)	13:30～16:30	和田体育館	1回の参加につき100円
バスケットボール	7月21日(火)・28日(火) 8月4日(火)・18日(火)・25日(火)	15:00～18:00	宿毛小学校体育館	1回の参加につき100円

宿毛市プレミアム付商品券 7月1日利用開始!!

市内でのお買い物の際、お得に利用できる「宿毛市プレミアム付商品券」が利用開始となりました。利用できる店舗・事業者では、取り扱い店であることを表示するポスターを掲示しています。

利用可能期間は、7月1日から12月31日までです。

※取り扱い店募集中!!

利用可能期間は、7月1日から12月31日までです。



宿毛市行事予定表

平成27年 7月

開催日	行 事 名	時 間	場 所	問い合わせ先
1(水)	「村島家文書」展示(～9月30日)	8:30	宿毛歴史館	宿毛歴史館 ☎63-5496
2(木)	社会を明るくする運動 ～総決起集会・啓発パレード・リーフレット等配布～	16:00	宿毛文教センター	市 民 課 ☎63-1112
3(金)	献 血	8:30	宿毛市役所	保健介護課 ☎63-1113
		12:15	シコク精工(株)	
		14:45	新日電熱工業(株)	
5(日)	高知県サッカー西部シニアリーグ	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎66-1467
7(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(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
11(土)	部落差別をなくする運動強調旬間記念事業 ・記念講演 講師:辻本一英さん ～人権文化を考える～ 「福を運んだ人形つかい」 ※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	13:40	片島港(集合)	沖の島観光協会事務局 ☎0880-69-1001
12(日)	第19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
	宿毛市消防団消防操法大会	8:30	宿毛市総合社会福祉センター	宿毛消防署 ☎63-3111
	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
13(月)	ふれあい保育	10:00	宿毛幼稚園	宿毛幼稚園 ☎63-2914
	育児相談	11:00		
14(火)	子育て講演会<地域版男女共同参画講座> 「子どもも大人もハッピーになる子育て」	10:00	宿毛文教センター	保健介護課 ☎63-1113
	行政相談「1日行政相談所」	13:00	宿毛文教センター	三本義男 ☎63-1800 山岡まゆみ ☎63-1468
15(水)	直七の産地化推進事業説明会	15:00	宿毛市役所	産業振興課 ☎63-1117
16(木)	通学路安全の日		市内全域	総 務 課 ☎63-0948
	こころの相談会	14:00	宿毛文教センター	保健介護課 ☎63-1113
17(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
18(土)	第2回 すくも探健元気ウォークラリー	8:40	旧栄喜小学校体育館(集合)	保健介護課 ☎63-1113
19(日)	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
20(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
	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
	安心・安全フェスタ in すくも	10:00	宿毛自動車学校	宿毛警察署 ☎63-0110
	親子お料理教室	10:00	宿毛文教センター	中央公民館 ☎63-2618
21(火)	出張年金相談	10:00	市役所(市民課で受付)	市 民 課 ☎63-1112
	ジュニア3B体操	10:00	正和児童館	正和児童館 ☎63-2254
22(水)	ミズノグローバルアップリーグ IN 黒潮・宿毛2015(～24日)		宿毛市総合運動公園ほか	総合運動公園 ☎66-1467
23(木)	夜間市税納付窓口開設日	17:15	市役所税務課	税 務 課 ☎63-1115
24(金)	行政相談「1日行政相談所」	9:30	宿毛市沖の島支所	三本義男 ☎63-1800 山岡まゆみ ☎63-1468
	モラロジー1日セミナー『心新たに生きる』	19:30	宿毛文教センター	宿毛モラロジー事務所 ☎63-1038
25(土)	こどもキャンプ in 沖の島の大自然(～26日)		沖の島	(公社)宿毛青年会議所 ☎63-3484
26(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
	子どもフェスティバル ・0歳からの音楽劇「ももたろう」	10:00 13:30	宿毛文教センター	中央公民館 ☎63-2618
	スポーツ吹矢・公式フナゲの体験教室	13:30	和田体育館	総合運動公園 ☎66-1467
	映画「毎日がアルツハイマー」	14:00	宿毛市総合社会福祉センター	毎アルを観る会 ☎65-7665
27(月)	ジュニア3B体操	10:00	正和児童館	正和児童館 ☎63-2254
28(火)	黒潮チャレンジカップ2015(～30日)	12:00	宿毛市総合運動公園ほか	総合運動公園 ☎66-1467
29(水)	子ども陶芸教室(～30日)	13:30	宿毛文教センター	中央公民館 ☎63-2618
8月 1(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	高知県立宿毛工業高等学校 ☎66-0346
	親子折り紙教室	14:00	宿毛文教センター	中央公民館 ☎63-2618
2(日)	第57回 宿毛市人権教育研究大会	13:30	宿毛市総合社会福祉センター	生涯学習課 ☎63-3394

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ましょう

平成27年4月から平成28年3月分までの国民年金保険料は、月額15,590円です。

保険料は、日本年金機構から送られる納付書により、金融機関・郵便局・コンビニエンスストア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、そして、便利でお得な口座振替もあります。

未納のまま放置されると所定の手続き後、納付義務のある方の財産が差し押さえられることがありますので早めの納付をお願いします。

■国民年金保険料免除等の申請について

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は、保険料の納付が「免除」または「猶予」となる場合があります。

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。

※保険料を納め忘れの状態では、

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い場合があります。

申請期間

平成27年度の免除等の受け付けは平成27年7月1日から開始され、平成27年7月分から平成28年6月分までの期間を対象として審査を行います。また、平成26年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カ月前の月分までさかのぼって免除申請をすることができますようになります。

申請方法

宿毛市に住居登録をしている方は、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)・本人

確認書類(運転免許証など)・退職や失業を理由に申請する場合、雇用保険受給資格者証の写しまたは雇用保険被保険者離職票などの写し

■国民年金保険料の追納制度を「ご存じですか?」

老齢基礎年金の年金額を計算するときに、保険料の免除や猶予の承認を受けた期間がある場合は、保険料を全額納付した場合と比べて年金額が低額となります。

しかし、免除等の承認を受けた期間の保険料については、後から納付(追納)することにより、老齢基礎年金の年金額を増やすことができます。

これらの期間は10年以内(例えば、平成27年7月分は平成37年7月末まで)であれば、後から保険料を納付(追納)することができますようになり、将来受け取る年金額を増額するためにも、追納することを勧めます。

追納を希望される方は、市民課年金係または幡多年金事務所にご相談ください。

申請はお早めに!!



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21日(火)

10時~15時(昼休みを除く)

場所 宿毛市役所

受付 市民課年金係

受付時間 8時30分~

※相談には予約が必要です。事前に年金係までご連絡ください。

年金相談に必要なもの

- 年金手帳や年金証書
- 定期便の相談であれば送られてきた書類一式
- 認め印
- 代理の場合は委任状(家族であっても必要です)が当日必要となりますので、必ず年金係にお問い合わせの上、事前にご準備ください。また、代理人の本人確認ができるもの(免許証など)も必要です。

【問い合わせ先】

市民課年金係

☎ 63-11112

休日市税納付窓口開設日

月	日	場 所	開設時間
7	26(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	9(木)	市役所 税務課	17:15~19:00
	23(木)	〃	〃

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

7/31 (金) 納期限

高知けいば 7月 4,5,11,12,18,19,20,25,26

パルス宿毛

8月 1,2,8,9,10,22,23,29,30

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

介護保険制度が 変わります

～平成27年8月以降の変更点～

～14～16ページ～

◇食費・部屋代の負担軽減の基準が変わります

介護保険3施設（介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護療養型医療施設）やショートステイを利用する方の食費・部屋代については、ご本人による負担が原則ですが、低所得の方については、食費・部屋代の負担軽減を行っています。この制度については、在宅で暮らす方や保険料を負担する方との公平性をさらに高めるため、食費・部屋代については、一定額以上の預貯金などの資産をお持ちの方にはご自身で負担いただくよう、基準の見直しを行います。

- ① 配偶者が市町村民税を課税されているかどうかを確認し、課税されている場合には負担軽減の対象外とします。
(世帯が同じかどうかは問わない)
- ② 預貯金などの金額を確認し、次の基準額を超える場合には負担軽減の対象外とします。
配偶者がいる方…合計2,000万円
配偶者がいない方…1,000万円

預貯金などに含まれるもの (資産性があり、換金性が高く、価格評価が容易なものが対象)	確認方法 (価格評価を確認できる書類の入手が容易なものは添付を求めます)
預貯金(普通・定期)	通帳の写し(インターネットバンクであれば口座残高ページの写し)
有価証券(株式・国債・地方債・社債など)	証券会社や銀行の口座残高の写し(ウェブサイトの写し也可)
金・銀(積立購入を含む)など、購入先の口座残高によって時価評価額が容易に把握できる貴金属	購入先の銀行等の口座残高の写し(ウェブサイトの写し也可)
投資信託	銀行、信託銀行、証券会社等の口座残高の写し(ウェブサイトの写し也可)
タンス預金(現金)	自己申告

※負債(借入金・住宅ローンなど)は、借用証書などで確認し、預貯金などから差し引いて計算します。また、価格評価は、原則申請日の2カ月前以内の写しなどにより行います。
※不正受給に対して、それまでに受けた給付額の返還に加え、加算金(給付額の最大2倍)が課される場合があります。

利用者負担段階と負担限度額(1日当たり)

利用者負担段階	対象者	食費(日額)	部屋代(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	本人および世帯全員が市町村民税非課税であって、老齢福祉年金の受給者または生活保護の受給者	300円	0円 (0円)	490円 (320円)	820円
第2段階	本人および世帯全員が市町村民税非課税であって、合計所得金額+課税年金収入額の合計が80万円以下の方	390円	370円 (370円)	490円 (420円)	820円
第3段階	本人および世帯全員が市町村民税非課税であって、利用者負担段階第2段階以外の方	650円	370円 (370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	370円 (840円)	1,640円 (1,150円)	1,970円

※()内は、介護老人福祉施設の多床室と従来型個室の金額です。

◎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が（現在お持ちの認定証の有効期限は、平成27年7月31日）。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。

◎次の認定証・確認証を受けている方についても、再度申請が必要ですので、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
※申請書は宿毛市ホームページでもダウンロードできます。

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）
- 認め印

●通帳などの写し

※配偶者がいる方は配偶者の預貯金なども確認しますので、通帳などの写しを添付してください。

◇一定以上の所得のある方は、サービスを利用したときの負担割合が2割になります

介護サービスを利用する場合には、費用の一定割合を利用者の方にご負担いた

だくことが必要です。この利用者負担について、これまでは所得にかかわらず一律にサービス費の1割としていましたが、団塊の世代の方が皆75歳以上となる2025年以降にも持続可能な制度とするため、65歳以上の方（第1号被保険者）のうち、一定以上の所得がある方にはサービス費の2割をご負担いただくこととなります。

●2割負担となる方

65歳以上の方で、合計所得金額が160万円以上の方。ただし、合計所得金額が160万円以上あっても、実際の収入が280万円に満たないケースや65歳以上の方が2人以上いる世帯で収入が低いケースがあることを考慮し、世帯の65歳以上の方の『年金収入とその他の合計所得金額』の合計が単身で280万円、2人以上の世帯で346万円未満の場合は1割負担になります。

※月々の利用者負担には上限があり、上限を超えた分は高額介護サービス費が支給されますので、負担割合が1割から2割になったすべての方の負担が2倍になるわけではありません。

●負担割合証

要介護認定を受けた方に利用者の負担割合を示す証（オレンジ色）を交付します。負担割合が1割の方にも2割の方にも交付します。介護保険のサービスを利用するときに必要となりますので、介護保険証と一緒に保管し、2枚一緒に事業所や施設にご提出ください。

○有効期間

1年間（8月1日～翌年7月31日）
○毎年7月上旬ごろに負担割合証を送付します。

◇高額介護サービス費の基準が変わります

介護サービスを利用する場合にお支払いいただく利用者負担（1割または2割）には、月々の負担の上限が設定されています。1カ月に支払った利用者負担の合計が負担の上限を超えたときは、超えた分が払い戻されます。
平成27年8月から、負担の上限（月額）が37,200円から44,400円に引き上げられます。

下の表の補足

※同一世帯内に65歳以上（第1号被保険者）で課税所得145万円以上の方がいる方。ただし、65歳以上（第1号被保険者）の方が1人の世帯で収入が383万円未満、65歳以上（第1号被保険者）の方が2人以上の世帯で収入の合計が520万円未満の場合は、その旨をあらかじめ申請することで「市町村民税課税世帯の方」と同じ上限（37,200円）になります。

【問い合わせ先】

保健介護課介護保険係
TEL 63-11113
FAX 63-04110

区分	負担の上限（月額）
医療保険制度における 現役並み所得者に相当する方がいる世帯の方（※）	44,400円
市町村民税課税世帯の方	37,200円
市町村民税非課税世帯の方	24,600円
老齢福祉年金受給者や、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の方など	24,600円（世帯） 15,000円（個人）
生活保護受給者など	15,000円

◇高額医療・高額介護合算制度が変わります

70歳未満の方の所得区分が平成27年1月から細分化され、高額医療・高額介護合算制度の上限額は下の表のようになりました。平成26年8月～平成27年7月の上限額は、経過措置が設けられています。

※1

上位所得者の世帯とは、世帯に属するすべての国保被保険者の基礎控除後の総所得金額等を合算した額が600万円を超える世帯。

※2

総所得金額等とは、国税の算定基礎となる基礎控除後の所得金額。

○被用者保険の方は、下の表とは基準が異なりますので、詳しくは、各医療保険者にお問い合わせください。

【問い合わせ先】

市民課保険係

☎ 63-11112

保健介護課介護保険係

☎ 63-11113



70歳未満の方の高額医療合算介護サービス費自己負担限度額
(年額：毎年8月1日～翌年7月31日)《国民健康保険の場合》

所得区分	現 行	総所得金額等(※2)	経過措置 (平成26年8月～ 平成27年7月)	改正後 (平成27年8月～)
上位所得者 (※1)	126万円	901万円を超える	176万円	212万円
一般所得者	67万円	600万円を超え901万円以下	135万円	141万円
低所得者	34万円	210万円を超え600万円以下	67万円	67万円
		210万円以下 (市町村民税非課税世帯を除く)	63万円	60万円
		市町村民税非課税世帯	34万円	34万円

高齢者の自立支援のための
「地域ケア会議」が
始まります

○「地域包括ケアシステム」の構築と「地域ケア会議」の開催

宿毛市では、支援や介護を必要としている高齢者の皆さんが、住み慣れた地域で暮らし続けることができるよう、医療・介護・予防・生活支援・住まいを一体的に切れ目なく提供していく「地域包括ケアシステム」の構築を目指しています。その「地域包括ケアシステム」の構築を進めるために、介護保険の基本理念である「自立支援」に向けた取り組みとして、今年度から「地域ケア会議」を開催します。

○「地域ケア会議」とは

「地域ケア会議」は、個別の課題解決や自立に向けたより良い支援方法を、市、地域包括支援センター、介護保険事業所、理学療法士、管理栄養士、保健師などの多職種が協働して、さまざまな視点から検討していく会議です。

これまでの公的な介護保険サービスのみにとらわれない自立支援に向けたケアマネジメントを行っていくため、「地域ケア会議」の検討内容によっては、利用している介護サービスの内容が変更となる場合があります。

○実施予定

「地域ケア会議」は、6月以降、毎月2回実施していく予定です。対象となる方は、新規に要支援1・2、要介護1の要支援・要介護認定を受けた方を予定しています。

皆様のご理解とご協力をよろしく願います。

※会議での内容、個人情報等は固く守られますので、「地域ケア会議」開催へのご理解をお願いします。

【問い合わせ先】

保健介護課 介護保険係・予防係

☎ 63-11113

宿毛市地域包括支援センター

☎ 65-7665



人口・世帯の構造を明らかにする調査で、すべての世帯の皆さんが調査対象です。ご協力をよろしくお願いします。

10月1日実施

【問い合わせ先】 企画課 ☎ 63-11118

平成27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7月初旬に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(月額)	保険料(年額)
第1段階	<ul style="list-style-type: none"> ●生活保護を受給している人 ●住民税非課税世帯で、老齢福祉年金を受給している人 ●住民税非課税世帯で、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の人 	0.45	2,365円	28,377円
第2段階	住民税非課税世帯で、第1段階に該当しない人で、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が120万円以下の人	0.75	3,941円	47,295円
第3段階	住民税非課税世帯で、第2段階に該当しない人で、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が120万円を超える人	0.75	3,941円	47,295円
第4段階	同じ世帯内に住民税課税者がいるが、本人は住民税非課税の人で、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の人	0.9	4,730円	56,754円
第5段階	同じ世帯内に住民税課税者がいるが、本人は住民税非課税の人で、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円を超える人	1	5,255円	63,060円
第6段階	住民税が課税されている人で、前年の合計所得金額が120万円未満の人	1.2	6,306円	75,672円
第7段階	住民税が課税されている人で、前年の合計所得金額が120万円以上190万円未満の人	1.3	6,832円	81,978円
第8段階	住民税が課税されている人で、前年の合計所得金額が190万円以上290万円未満の人	1.5	7,883円	94,590円
第9段階	住民税が課税されている人で、前年の合計所得金額が290万円以上の人	1.7	8,934円	107,202円

※低所得者の保険料軽減を強化するため、従来からの公費負担とは別枠で公費が投入され、第1段階で、保険料基準額に対する割合が0.5から0.45に、年額保険料が31,530円から28,377円に軽減されます。

子育て講演会(地域版男女共同参画講座)

♪子どもも大人も ハッピーになる子育て♪

～元気で幸せになれるヒントを見つける～

日 時 7月14日(火) 10:00～11:30
 場 所 宿毛文教センター多目的ホール
 講 師 金 香百合さん
 定 員 30名程度 ※先着順



※参加費は無料です。定員がありますので事前の申し込みをお願いします。なお、無料の託児もありますので、申し込みの際にご連絡ください。

【申し込み・問い合わせ先】

保健介護課健康指導係 ☎63-1113

映画「毎日がアルツハイマー」

この映画を観るだけで、教科書を何冊読んでも分からない認知症の世界が分かります。

※直接会場までお越しください。

日 時 7月26日(日) 14:00～
 場 所 宿毛市総合社会福祉センター
 小会議室

鑑賞料金 1,000円

後 援 社会福祉法人宿毛市社会福祉協議会

【問い合わせ先】

毎アルを観る会 ☎65-7665

第2回 すくも探健元気ウォークラリー

毎日+10分の運動をしていますか?映画のロケ地にもなった栄喜を一緒に歩きましょう。

開 催 日 7月18日(土)
 受 付 8:40～9:00 ※受付時間が前回とは変わっています。
 集合場所 旧栄喜小学校体育館



第1回目の参加者は51名でした!

※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。飲料水、タオルは各自ご用意ください。また、体調を管理した上で、自己の責任においてご参加ください。

【問い合わせ先】

保健介護課健康指導係 ☎63-1113 市民課保険係 ☎63-1112

第1回 食良くはっぴい教室

今日からさっそく介護予防!!
～健康食生活で低栄養予防～

対 象 者 宿毛市在住の65歳以上の方
 定 員 先着20名
 参加条件 自分の食事・栄養について興味や聞きたいことがある方。
また、左の表で、1～7の項目に該当する方(どれか1つでも可)。

日 時 8月28日(金) 10:00～14:00
 場 所 宿毛文教センター

※希望者には送迎もあります。

内 容 管理栄養士による『低栄養に関する講話』と、『簡単な調理実習・試食』

参加費 無 料
 必要物品 エプロン、三角巾
 申込締切 8月21日(金)

【問い合わせ先】

保健介護課予防係 ☎63-1113

1	6カ月間で2～3kg以上の体重減少がある
2	やせているといわれる
3	主食(ごはん)や主菜(肉・魚などのおかず)を食べる量が減ってきた
4	牛乳・乳製品はほとんど食べない
5	1日に食べるのは2食以下である
6	歯や飲み込みの問題がある
7	食べる気力や楽しみを感じられない

※該当する項目がある方は、低栄養の可能性がります。

低栄養を予防して、自分らしくいきいきと生活するために、食事について考えてみましょう。





母子保健

[赤ちゃん広場]

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

[離乳食講習会] 対象児に個別通知します

日	場 所	実 施 時 間
26(水)	宿毛文教センター	13:00~14:30

[乳児健康診査] 対象児に個別通知します

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

[3歳児健康診査] 対象児に個別通知します

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



成人保健

各種検診はどここの場所でも受けることができます。

- 平成27年度実施の健康診査などの申し込みをされていない方は、実施日までに早めに保健介護課までお申し込みください。
- 特定健康診査については、医療保険者発行の受診券と保険証が必要です。持参していないと健診が受けられませんので、ご注意ください。

[特定健康診査] [前立腺がん検診] [大腸がん検診(配布)]

日	場 所	受 付 時 間
6(木)	千 寿 園	9:00~10:00
		13:30~14:30
18(火)	宿毛文教センター	9:00~10:00
		13:30~14:30
31(月)	宿毛文教センター	18:00~20:00

[胃がん検診]

日	場 所	受 付 時 間
6(木)	千 寿 園	8:00~ 9:00
18(火)	宿毛文教センター	8:00~ 9:00

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

各種検診の結果について

次の検診について、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26日(火)
前立腺がん検診	5月26日(火)
大腸がん検診	5月27日(水)回収分
胸部レントゲンおよび肺がん検診	5月28日(木)
乳 がん 検 診	5月26日(火)
子宮がん検診	5月15日(金)

※ご不明な点がございましたら、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

[胸部レントゲン・肺がん検診]

日	場 所	実 施 時 間
7(金)	宿毛文教センター	8:00~ 9:30
	坂本多目的集会所	10:10~10:30
	楠山多目的集会所	11:00~11:20
	中角バス停留所付近	13:30~14:10
	芳奈老人憩いの家	14:40~15:10
26(水)	片島公民館	8:00~ 9:00
	寺山口バス停留所付近	9:30~10:00
	手代岡改良住宅第一団地駐車場	10:20~10:50
31(月)	宿毛文教センター	17:30~18:00

[乳がん(乳房X線)検診]

日	場 所	受 付 時 間
6(木)	千 寿 園	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。
18(火)	宿毛文教センター	

健康相談はどこ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
3(月)	栄喜漁村交流センター	9:30~11:00
5(水)	片 島 公 民 館	9:30~11:00
7(金)	鵜来島離島センター	8:30~11:00
10(月)	宿毛東部農村環境改善センター	13:30~15:00
17(月)	宿毛文教センター	10:00~11:30
19(水)	坂本多目的集会所	9:30~11:00
20(木)	二ノ宮集会所	10:00~11:30
26(水)	沖の島開発総合センター	10:00~11:30
	弘瀬老人憩いの家	13:00~14:30
28(金)	鵜来島離島センター	8:30~11:00



犬の引取り

- 犬の引き取りを希望される方は保健介護課にご連絡ください。

● 直七の産地化推進事業のお知らせ ●

直七

を栽培してみませんか



古くから庭先で作られていた直七。現在はポン酢やドレッシングなどの加工品として、市内だけではなく、大阪や東京など都市部でも販売されています。直七加工品はこれからも需要の拡大が見込まれ、原料となる直七の生産量増加を図っていくことが重要であり、市も生産量の増加を目指しています。また、直七は水稻栽培よりも農業所得の向上が見込まれ、管理も容易な作物です。

そこで、まとまった面積で直七を栽培できる方を対象に、直七の産地化による農業所得の向上を目指し、苗木の配布事業を実施します。実施にあたって、説明会を開催しますので、新たに栽培したい方や規模を拡大したい方は、ぜひ、ご出席ください。

● ● ● 説明会 ● ● ●

日時 7月15日(水)
15:00~

場所 宿毛市役所3階
第3会議室

【問い合わせ先】 産業振興課 ☎63-1117

こころの相談会

カウンセラーによる相談会を下記の日程で実施します。

仕事のこと、人間関係、生活のこと、子育てに関することなど、ひとりで悩みを抱えていませんか。誰かに相談することで、こころが軽くなったり、元気を取り戻したりすることができます。解決に向けた歩みを始めてみませんか。

開催日

7月16日(木)
9月10日(木)
11月12日(木)
平成28年1月14日(木)

時間

14:00~17:00

定員

各開催日につき3名

場所

宿毛文教センター 2階 会議室3
(待合室は、2階視聴覚室)

☆無料で行っています。

☆完全予約制です。匿名でのお申し込みも可能です。電話でのお申し込みをお願いします。

【申し込み・問い合わせ先】

宿毛市保健介護課 保健師
☎63-1113

まつい ひろゆき
松井 浩之 先生

(あなたが幸せになる研究所 代表)
カウンセラー・スクールライフコン
サルタント・パーソナルコーチ



《講師プロフィール》

大阪府出身。大学卒業後、スポーツインストラクター、健康セミナープロデューサー、高齢者巡回訪問事業指導員などを経て、2002年度から幡多地区スクールカウンセラーとして生徒・教職員・保護者のカウンセリング、仲間づくりプログラム、校内研修、保護者向け講演会、不登校児童生徒サポートのためのチーム支援などを実施。

空間づくりと共感性が高いカウンセラーとして知られ、宿毛市教育研究所で実施しているカウンセリングはいつも予約でいっぱいです。年間カウンセリング800件以上・講演100数十回という豊富な経験から、「困り感」に寄り添い、相談に来られた方を尊重し、一緒に考えていくスタイルを大切にされている先生です。