



宿毛工業高校で土木を専攻している1、2年生39人が、高知県道路課が企画した「道路についての出前講座」を受講しました。インフラ整備の必要性や重要性を学び、現場見学ではプロとして活躍している同校卒業生の説明を熱心に聞いていました。皆さんの将来の活躍が期待されます。

今月の主な内容

- 第4回宿毛まるごと
産業祭出店者募集 …… 8
- 平成27年度宿毛市スポーツ賞 …… 10
- 「いきいき百歳体操」
自主グループの募集 …… 14

人のうごき

(28.2.1現在)

	前月比	1月中の 異動状況
世帯数	10,198 -13	出生 6
人口	21,570 -28	死亡 31
(男)	10,132 -13	転入 29
(女)	11,438 -15	転出 32



排水路一斉清掃

美しい生活環境の向上を図ることを目的とし、次の地区で排水路一斉清掃が実施されます。

ご協力をお願いします。

実施地区

土居下・桜町・上町・真丁・名店街・新町・本町・長田町・幸町・沖須賀・仲須賀・南沖須賀・萩原・与市明・貝塚・松田町・沖新田・高砂・大島・片島・自由ヶ丘・西町・西町地域振興住宅・港南台・四季の丘・和田・中町・小筑紫・大海・伊与野

実施日

4月10日(日)

8時～(小雨決行)

荒天の場合は、4月24日(日)

※作業開始時間など、各地区で異なる場合がありますので、地区回覧などをご確認ください。

【問い合わせ先】

環境課

☎63-11697

土地価格等縦覧帳簿・家屋価格等縦覧帳簿を縦覧できます

期間

4月1日(金)～6月1日(水)
(土・日・祝日を除く)

時間

8時30分～17時15分

場所

市役所税務課

縦覧できる方

土地・家屋の固定資産税納税者

持参するもの

・免許証など、本人であることが確認できるもの(代理人の場合は委任状が必要です)

【問い合わせ先】

税務課固定資産税係

☎63-11203

平成28年度生きがい大学 さくら学園の入学募集

平成28年度の生きがい大学入学生を募集します。

生きがい大学は、市内在住の高齢者の方を対象に、自ら

の生きがいと健康増進などを目的に開催している大学です。平成4年に開校した大学で、各種講演・グループ活動などを行います。

まだ入校されたことのない方は、ぜひ入校されてはいかがでしょうか。

入学資格

市内在住で60歳以上の方

開催日

年間6日間

(2カ月に1回程度)

場所

宿毛文教センター

定員

150名程度

募集期間

3月1日(火)～3月31日(木)

参加費

無料

【申し込み・問い合わせ先】

福祉事務所高齢者・障害福祉係

☎63-11114

特別養護老人ホーム千寿園 任期付職員募集について

募集する職種

介護士(ヘルパー2級以上優遇)、看護師(准看以上)、

採用期間

平成28年4月1日～平成29年3月31日

採用人数

介護職員

若干名

看護職員 若干名

提出書類および提出先

履歴書を3月18日(金)までに千寿園事務所に提出してください。

選考方法

面接

処遇

給与月額

介護職員142、1000円

看護職員180、8000円

・各種手当・休暇等あり

勤務時間

介護職員は夜勤含み5交代、看護職員は日勤

勤務場所

千寿園(小筑紫町福良80-6)

※業務内容、処遇などの詳細については、宿毛市総務課人事係までお問い合わせください。

【問い合わせ先】

総務課人事係

☎63-10948



有料広告

ヘアメイト ひまわり

¥1,000～



宿毛駅構内に格安でホットなサンパツ屋がオープン!
(カット、シェービング、カラー、パーマ、OK!!)
上質のサービスを低価格で提供!!

☎090-2899-6655

ひまわり タクシー



ストレッチャー車を含め全5台体制で、待ち時間短縮と、あらゆるお客様に対応できるようにがんばっています!!

☎65-0005

☎090-4336-0099

《宿毛市高砂 代表：古田豊年》

こいのぼりを提供ください
松田川にこいのぼりを泳
がせましょう

市内の有志団体「宿毛こいのぼり実行委員会」が4月下旬から5月上旬にかけて、今回で10度目となる松田川でのこいのぼりの川渡しを計画しています。

現在、川渡しで利用するこいのぼりを収集していますので、ご提供いただけるこいのぼりがありましたらご協力をお願いします。



【問い合わせ先】

商工観光課
☎63-11119
宿毛商工会議所
☎63-13123

今月の1日行政相談所

日時 3月15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
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
☎63-10948

無料人権相談

相談を希望される方は、事前に人権推進課までご連絡ください。

日時

4月6日(水) 10時～15時

※相談時間は、1人30分です。

場所

宿毛文教センター視聴覚室

内容

人権問題・婚姻・扶養・相続・金銭貸借・土地建物貸借・登記・戸籍・交通事故など

主催

高知地方方法務局四万十支局

【問い合わせ先】

人権推進課
☎62-10225

松田川堤防・海岸堤防
(沖新田～西町)の地震津
波対策に係る意見交換会

南海トラフ地震発生後に想定されている宿毛市街地の長期浸水被害を軽減するため、高知県では松田川堤防ならびに海岸堤防(沖新田～西町)の地震津波対策を計画しています。昨年2月から被害が想定されている地域の皆さんには説明をさせていただきましたが、広く市民の皆さんの意見を聴くため、意見交換会を行うこととしました。工事の内容は、堤防の耐震化(液状化対策など)とかさ上げなどとなります。

日時

3月17日(木)

19時～20時30分ごろ

場所

宿毛文教センター多目的ホール

【問い合わせ先】

高知県幡多土木事務所宿毛事務所河川港湾課
☎63-12141

市営住宅入居者募集

募集団地

・二ノ宮団地(二ノ宮)

1戸 3DK

入居資格条件 有

申込書配布期間

3月1日(火)～3月18日(金)

(土・日を除く)

申込書配布場所

都市建設課・小筑紫支所・東部支所

申込書受付期間

3月7日(月)～3月18日(金)

(土・日を除く)

受付場所 都市建設課

【問い合わせ先】

都市建設課建築住宅係
☎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)

構造

鉄筋コンクリート造5階建て(エレベーターは無)

有料広告

～集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに持続感染された方へ～

B型肝炎訴訟 給付金請求 **無料電話相談**

対象者 昭和16年7月2日～ 昭和63年1月27日生まれ ※ご遺族の方も給付金が受け取れます	給付金 50万円～3,600万円 ※病態に応じて給付金等の内容が異なります	弁護士費用 着手金・相談料 無料 成功報酬制 ※訴訟実費別途
--	--	---

〈ご予約受付時間〉平日 9:00～18:00 ☎0120-013-621

弁護士法人 プレシヤス総合法律会計事務所
東京都新宿区四谷4-3 福屋ビル6-A
【営業時間】平日 9:00～18:00
TEL 03-5363-6333 FAX 03-5363-6334
http://precious-law.jp/ E-mail: info@precious-law.jp

契約方式 定期借家方式
家賃 30,000円
共益費 2,000円
駐車場 1,000円
敷金 90,000円
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
受付期間
随時受付(土・日・祝日を除く)
受付場所 都市建設課

【問い合わせ先】

都市建設課建築住宅係
☎63-11120

新小筑紫保育園完成

新しい小筑紫保育園が、小筑紫町田ノ浦に完成しました。新園舎は、木造平屋建て、床面積710㎡で、太陽光発電・蓄電設備の設置や、LED電球の使用など環境にも配慮された施設になっています。1月15日に落成式典が執り行われ、旧小筑紫保育園とみなみ保育園に通っていた児童たちが2月1日から元気に通園しています。



【問い合わせ先】

福祉事務所
☎ 63-11114

寄贈のお礼

宿毛建設資源利用協同組合が作成した、東日本大震災被災地視察の記録DVDが、宿毛市、宿毛市議会、市内小学校および幡多西部消防組合に寄贈されました。今後、防災学習などで活用させていただきます。ありがとうございます。なお、このDVDは、図書館で閲覧になれるほか、インターネットでも放送されます。



【問い合わせ先】

危機管理課
☎ 63-0951

片島中学校が四国コンテ ンツ映像フェスタ特別賞 を受賞

片島中学校では、平成25年度に高知県実践的防災教育推進事業の指定を受け、防災教

育の充実に向け取り組みを進めてきました。今年度は、学んだ事を地域へ還元したいとの思いから防災CMを作成したところ、その作品が四国コンテックス映像フェスタで特別賞を受賞しました。

作成したCMは現在スワンTVで放送しており、次のQRコードからもご覧いただけます。子どもたちが気持ちを込めて作成していますので、ぜひご覧ください。



【問い合わせ先】

学校教育課
☎ 63-11102



「高知家健康づくり支援薬局」

薬や健康について、地域で気軽に相談できる場所として、宿毛市の4薬局を高知県が認定しています。

血圧のこと、家族の喫煙のこと、がん検診のことや薬の飲みあわせについてなど、お気軽にご相談ください。

- 宿毛市の支援薬局
- まつむら薬局
- アイ薬局
- 吉村調剤薬局
- エール薬局幡多店

【問い合わせ先】

高知県医事薬務課
☎ 088-1823-9682

休日当番医変更のお知らせ

3月20日(日)は幡多けんみん病院、3月21日(月・祝)は川村内科クリニックへと変更になりました。

【問い合わせ先】

企画課
☎ 63-11118

ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください！

高知黒潮若者サポートステーション

宿毛市で毎月2回、出張相談を開催しています。15歳～39歳の方とそのご家族を対象にさまざまな支援をします。

開催日時：毎月 第2・4火曜日 10:00～17:00
場所：宿毛文教センター2階 創作室

【問い合わせ先】

高知県黒潮若者サポートステーション四万十サテライト
☎ 0880-34-8800 (月曜日、祝日、年末年始は休み)
✉ kuroshio-yss@navy.plala.or.jp http://kuroshio-yss.blush.jp

木造住宅の耐震診断が 無料でできます!!

住まいの耐震対策をお考えの方は
ご相談ください。

対象住宅：昭和56年5月31日以前
の基準で建築した住宅



【問い合わせ先】 危機管理課 ☎ 63-0951

お題「野」

※歌に詠む場合は「野」の文字が詠み込まれていなければよく、「野火」、「視野」のよいうな熟語にしても差し支えありません。

詠進要領

- ①お題を詠み込んだ自作の短歌で1人1首とし、未発表のものに限ります。
- ②書式は、習字用の半紙を横長に用い、右半分にお題と短歌、左半分に郵便番号、住所、電話番号、氏名(本名ふりがなつき)、生年月日、性別、職業(なるべく具体的に)を縦書きで書いてください。無職の場合は「無職」と書いてください(以前に職業に就いたことがある場合には、なるべく元の職業)。
- ③記載事項はすべて毛筆で自書してください。
- ④病気または身体障害のため毛筆にて自書することができない場合は、代筆、ワープロやパソコンなどによることができます。この場合、理由(代筆の場合は代筆者の住所および氏名も併せて)を別紙に書いてください。視覚障害の方は、点字での詠進が可能です。

次の場合は失格となります

- お題を読み込んでいないもの、短歌の定型でないもの、用紙が縦長の場合。
- 1人で2首以上詠進した場合や毛筆でない場合。
- 詠進歌が既に発表された短歌と同一または著しく類似した短歌である場合。
- 詠進歌を歌会始の行われる以前に、新聞、雑誌そのほかの出版物、年賀状などにより発表した場合。
- ④に記した代筆の理由書を添えた場合を除き、同筆と認められるすべての詠進歌。
- 住所、電話番号、氏名、生年月日、性別、職業を書いていないものや、そのほか詠進要領によらない場合。

詠進の期間

9月30日(金)まで(消印有効)あて先

〒100-0811 宮内庁
とし、封筒に詠進歌と書き添えてください。

【問い合わせ先】

郵便番号・住所・氏名を記入し、返信用切手を貼った封筒を添えて、宮内庁式部職あてに9月20日(火)までに郵送にてお問い合わせください。
http://www.kunatcho.go.jp/

お誕生おめでとう
(平成28年1月受付分)

住所	赤ちゃん	保護者
駅前町1丁目	あらき けんしん 荒木 現心	政清
山奈町山田	はやし せな 林 星那	正賢

ご冥福をお祈りします
(平成28年1月受付分)

住所	氏名	享年
平田町中山	小島 進	79
和田	尾崎 茂子	92

※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。

【問い合わせ先】
市民課市民係
63-1112

高知県立中村高等技術学校
訓練生募集!!

短期課程【前期】入試

募集科	応募資格	訓練期間	募集定員
住宅リフォーム科	中学校卒業以上(平成28年3月卒業見込み含む)で平成28年4月1日現在65歳以下	6ヵ月	10名

短期課程(前期)入校試験	
願書受付	3月3日(木)～3月25日(金)
試験日	3月29日(火)
試験科目	適性試験・面接
合格発表	3月31日(木)

※ 遠隔地者には寮(男性)もあります。

【問い合わせ先】
高知県立中村高等技術学校 ☎0880-37-2723
http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/151305/

幡多広域消費生活センター便り

詐欺に、ご注意ください!!

悪徳業者はあの手この手を使って、あなたの大切な財産を狙ってきます。

- 架空請求詐欺
「有料サイトを利用したのでお金を払え」「延滞料金が発生している」などと架空の事実を口実として料金を請求される手口。
- 還付金等詐欺
市役所の職員と名乗って年金や税金、医療費などの還付手続きがあるかのように装ってATMから犯人の口座へ振り込ませる手口。

相談は無料、秘密厳守です。安心してご相談ください。

幡多広域消費生活センター
☎0880-34-6301 FAX0880-34-6295
月～金曜日 9:00～12:00/13:00～17:00
(祝日・年末年始を除く)

災害に強いまちづくり、新たな防災情報伝達システムの整備を進めます

【問い合わせ先】

危機管理課 ☎6310951

宿毛市では、新たな防災情報伝達システムの整備を進めています。携帯電話ネットワークによる市内の通信網を活用し、これまでの音声放送に加え、市民の皆さんの携帯電話・スマートフォンへ災害情報や火災情報などを伝達する仕組みを構築し、災害時などにおける情報伝達の迅速化・確実性の向上を図ります。

このため、消防用スピーカーや市内沿岸部にある防災行政無線スピーカーの高性能化工事を行ったため、山奈、平田、橋上、山北地区といった、消防団員招集のためのモーターサイレンによる時報が吹鳴されていた地区は、チャイムなどによる時報に変更（そのほかの地区は従来どおり）となっております。

なお、時報時間については、正午および夕方5時の放送となります。

※携帯電話やスマートフォンへのアプリ登録方法については、今後の広報などでお知らせします。



歴史と文化の情報発信 みんなのふれあいスポット

文教センターだより



坂本図書館長期休館のお知らせ

坂本図書館では、資料特別整理などのため、次の期間を休館とします。長期休館となり、ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

なお、返却ポストは通常どおりご利用いただけます。

期間

3月7日(月)～3月14日(月)

【問い合わせ先】

坂本図書館

☎6312654

FAX6310155

雑誌・図書を差し上げます

保存年限を経過した雑誌、図書を差し上げます。

期間 3月15日(火)～

(休館日を除く)

時間 10時～18時30分

(土・日は18時まで)

場所 坂本図書館

冊数 雑誌：1人3冊まで
図書：制限なし

【問い合わせ先】

坂本図書館

☎6312654

FAX6310155

ひびきあう心とこころ 第3回絵手紙交流展

絵手紙の合言葉は「ヘタでいい、ヘタがいい」上手下手を越えて仲間と楽しく交流した絵手紙を展示します。

開催日

●宿毛文教センター

1階ホワイエ

3月25日(金)～27日(日)

●沖の島開発総合センター

3月30日(水)～31日(木)

時間 10時～16時

入場料 無料

主催 絵手紙 遊会
後援 日本絵手紙協会

【問い合わせ先】

代表 西尾美早香

☎0901591510160

忘れ物・落とし物について

文教センターにおいて、忘れ物・落とし物を中央公民館・坂本図書館それぞれで預かっています。心当たりのある方は、至急取りに来てください。また、多くの忘れ物などを長期保存管理することが困難ですので、3月末までに取りに来られない忘れ物・落とし物については、一部のもの(利用者カードなど)を除き、処分させていただきます。ご了承ください。

【問い合わせ先】

中央公民館

☎6312618

坂本図書館

☎6312654

FAX6310155



芸能発表会を開催しました

第17回芸能発表会が開催され、日本舞踊、社交ダンス、フラダンス、コーラス、大正琴、太極拳などの公民館サークル15団体が、日ごろの練習の成果を披露しました。会場には多くの来場者が詰め掛け、発表者に温かい声援と拍手が送られていました。

参加された皆さん、ご来場いただきました皆さん、また、運営にご協力していただきました方々にお礼申し上げます。



【問い合わせ先】

中央公民館
☎63-12618

新刊案内 坂本図書館

遠野物語

柳田國男 原作
柏葉幸子 編著／偕成社
子どもの姿のまもり神「ザシキワラシ」、小さい頃にさらわれ山に隠れ住む「ヤマオンナ」、山を歩いていると出くわす「うごく家(マヨイガ)」…、若手泉遠野に伝わる不思議な住民たちの物語を、カッパの語りにより紹介する。

木と日本人 2

樹皮と枝・つる
ゆきのようこ 監修・文
長谷川哲雄 樹木画／理論社

キキに出会った人びと

『魔女の宅急便(特別編)』
角野栄子 作／佐竹美保 画
福音館書店

三年組、みんなよいちびす！

『おしごとのおはなし』
小学校の先生たち 作
くすのきしげのり 作
下平けいすけ 絵／講談社

無戸籍の日本人

井戸まさえ 著／集英社
全国に1万人以上いると推計される「成年無戸籍者」。日本でなぜ戸籍を手に入れない状況が生まれるのか。これまでに多くの無戸籍者を支援してきた著者が、リアルな実態を描き、その背景を深く掘り下げる。

3秒でバランスシートが読める本

中村儀一 著／あさ出版
タヌキ学入門
かちかち山から3・11まで
身近な野生動物の意外な素顔

古文書はいかに歴史を描くのか

『フィールドワークがつながる』
過去と未来
白水智 著／NHK出版

ここまで進んだ心の病気のクスリ

『少ない種類で最良の効果を目指して』
久保田正春 著／法研

移住者交流会

ヨガ教室

宿毛市では、移住してきた皆さんが、ほかの移住者や地元の人々と交流できる場を持つことを目的に、移住者交流会を開いています。

今回は移住者でヨガの先生の有山真奈美さんを講師に迎え、ヨガ教室を開催します。

Uターン、Iターン、地元の皆さん、ぜひ参加して交流を深めてください。

日時

3月23日(水) 10時～12時

場所

宿毛文教センター和室1

対象者

●宿毛市に移住してきた方

●移住者と交流したい地元の方

参加費

500円

定員

10名

持参品

ヨガマット(バスタオルでも可)

申込締切日 3月11日(金)

【申し込み・問い合わせ先】

企画課移住相談員 小川
☎63-11118

有料広告

スポーツ安全保険

スポーツ活動以外の団体も加入できます。

スポーツ安全協会 検索 インターネットからも加入受付を行っております。詳しくは、ホームページをご覧ください。

公益財団法人 スポーツ安全協会 高知県支部

〒780-0850 高知市丸ノ内1-7-52 高知県庁西庁舎1階 TEL088-820-1755 電話受付時間：午前8時30分～午後5時15分(土、日、祝日を除く)

保険の詳細内容、資料の請求は、ホームページをご覧ください。

<http://www.sportsanzen.org>

●資料請求は、インターネットより受付けております。



携帯電話から資料請求ができます。

※宿毛市総合運動公園にも申し込み用紙があります。

宿毛市

観光びりき開催

宿毛の観光シーズンの幕開けを告げるイベントを開催します。太鼓や吹奏楽の演奏、はし拳ちびっこ大会などのイベントの実施や、地場産品の販売もあります。

日時

3月20日(日) 10時～15時

場所

すくも84マリナーターミナル

内容

- 土佐宿毛いごっこ太鼓 (10時～)
- オープニングイベント (10時30分～)
- 第16回「宿毛湾だるま夕日及び宿毛の四季」フォトコンテスト表彰式
- 宿毛中学校吹奏楽部演奏 (11時20分～)
- 第1回土佐はし拳宿毛場所ちびっこ大会(12時～)
- もち投げ(はし拳終了後、14時30分頃)

土佐はし拳宿毛場所ちびっこ大会参加者募集!

子どもを対象にした、はし拳大会を初めて開催します。

団体戦(3人1組)、個人戦の参加者を募集します。はし拳のルールを分かりやすく説明しますので、初心者の方もぜひご参加ください。上位入賞者には景品があります。

参加資格

小・中学生(住所不問)

参加費

無料

申込方法

電話またはファックスで申し込みをしてください。
※子どもを対象にしていますので、お酒の提供(景品含む)はしません。



【申し込み・問い合わせ先】

(二社)宿毛市観光協会

☎ 63-0801

FAX 63-0800

宿毛まるごと産業祭出店者募集!!

第4回目となる「宿毛まるごと産業祭」を4月29日(金・祝)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そのほか産業製品の展示などを行うこととされています。

そこで、このイベントに出店していただける宿毛市の事業者の方を募集します。

日時

4月29日(金・祝)
9時～15時

場所

宿毛市総合運動公園

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

申込締切日

3月31日(木)

4月29日
開催!



注意事項

- ※出店には産業振興課への出店申請が必要です。
- ※保健所などへの届け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することがあります。

【申し込み・問い合わせ先】

産業振興課

☎ 63-11117

平成28年

春の交通安全講演会

- 日時 4月9日(土) 13:20~15:20
- 場所 宿毛市総合社会福祉センター
- 参加費 無料
- 定員 800名 ※事前の申し込みは不要です。



パク ケチャン

講師 朴啓彰 先生

高知検診クリニック脳ドックセンター長、高知工科大学客員教授地域交通医学研究室長

テーマ

『老いても、運転し続けたい』

～防ごう！！ 認知症ドライバーの交通事故～

- 認知症の前兆
- 認知症と自動車運転
- 認知機能と運動能力の関連性

安全を考えよう！



共催：宿毛警察署・(有)宿毛自動車学校
 宿毛警察署管内交通安全推進連絡協議会・宿毛地区安全運転管理者協議会
 協賛：宿毛市社会福祉協議会・大月町社会福祉協議会・三原村社会福祉協議会
 後援：宿毛市・大月町・三原村・四万十市・土佐清水市・黒潮町
 交通安全協会宿毛支部
 協力：幡多医師会・宿毛市医師会・地域教育連絡協議会・老人クラブ連合会

【問い合わせ先】

宿毛警察署 ☎63-0110 / (有)宿毛自動車学校 ☎63-3135

あなたの出逢いをプロデュース

すくもん

2016

～ふたりのステップ～

2016年
5月
15日
(日)

男女交流会、参加者募集中!!

- 【開催場所】 レストランウェディング Pas de Deux
〒788-0009 高知県宿毛市駅東町4丁目1305番地
- 【開催時間】 17:00~20:00 (受付/16:00~)
- 【集合場所】 レストランウェディング Pas de Deux
- 【参加資格】 25歳以上の独身男女
※男性は宿毛市、大月町、三原村に在住の方限定
- 【募集人数】 男性25名、女性25名
- 【参加費用】 男性¥4,000 女性¥3,000
- 【申込締切】 2016年4月30日(土)まで

参加申込書はHPからもダウンロードできます。

公益社団法人 宿毛青年会議所 【お問い合わせ】 TEL 0880-63-3484 (平日AM10:00~PM3:00)
詳しくはお問い合わせください。 <http://www.gallery.ne.jp/~sukumojc/>

平成27年度 宿毛市スポーツ賞

平成27年度宿毛市スポーツ賞受賞者の
皆さんをご紹介します。

【問い合わせ先】

宿毛市総合運動公園 ☎66-1467

奨励賞（団体）

宿毛JAC

- 日清食品カップ 第31回 全国小学生陸上競技交流大会高知県選考会 女子5、6年 4×100mR 第1位（全国大会出場）など

宿毛アスナローズ

- 第27回 しまなみ学童軟式野球大会 第3位

宿毛少年相撲クラブ

- 第44回 県下少年相撲選手権大会 団体 優勝 など

団体優秀賞

宿毛中学校陸上部

- 第24回 高知県中学校新人陸上競技選手権大会 男子 4×100mR 第1位

スポーツクラブすくも

- 2015年度 高知県スイミングクラブ選手権水泳競技大会 Dグループ男子 400m リレー 優勝

宿毛中学校サッカー部

- 第53回 四国中学校総合体育大会 第3位

片島中学校相撲部

- 第69回 高知県中学校総合体育大会 団体 優勝（全国大会出場権獲得）など

奨励賞（個人）

島村 青空（アスリートすくも）

- 日清食品カップ 第31回 全国小学生陸上競技交流大会高知県選考会 女子5、6年 80mH 第1位 など

原 翔真（宿毛JAC）

- 日清食品カップ 第31回 全国小学生陸上競技交流大会高知県選考会 男子1、2年 50m 第1位

小松 陽奈（宿毛JAC）

- 第32回 高知県小学生陸上競技大会 女子5、6年 100m 第1位

小松 剛基（宿毛JAC）

- 日清食品カップ 第31回 全国小学生陸上競技交流大会高知県選考会 男子3、4年 100m 第1位 など

上岡 亮太（宿毛JAC）

- 第13回 だるま夕日カップ小学生陸上競技大会 2年男子 50m 第1位

濱田 藍梨（スポーツクラブすくも）

- 第38回 高知県学童水泳競技大会 3年生女子 50m平泳ぎ 第1位

中村 公紀（すくもレスリングクラブ）

- 第7回 三井ラビット杯少年少女レスリング選手権大会 1、2年生の部 23kg級 優勝 など

原田 明香（すくもレスリングクラブ）

- 第29回 四国少年少女レスリング選手権大会 3、4年生の部 29kg級 優勝 など

伊与田 航希（すくもレスリングクラブ）

- 第30回 今治少年レスリング選手権大会 1、2年生の部 28kg級 優勝 など

竹村 碧維（すくもレスリングクラブ）

- 第29回 四国少年少女レスリング選手権大会 1、2年生の部 20kg級 優勝 など

山下 修誠（すくもレスリングクラブ）

- 第17回 中四国少年少女レスリング選手権大会 5、6年生の部 36kg級 優勝 など

山下 祈願（すくもレスリングクラブ）

- 第17回 中四国少年少女レスリング選手権大会 3、4年生の部 24kg級 優勝 など

大串 一世（すくもレスリングクラブ）

- 第7回 三井ラビット杯少年少女レスリング選手権大会 1、2年生の部 25kg級 優勝 など

山下 更紗（すくもレスリングクラブ）

- 第17回 中四国少年少女レスリング選手権大会 3、4年生女子の部 24kg級 優勝 など

長岡 怜（すくもレスリングクラブ）

- 第28回 B&G財団会長杯少年レスリング選手権大会 1、2年生の部 27kg級 優勝 など

阪本 樹紀（宿毛少年柔道クラブ）

- 第44回 高知県少年柔道練成大会 3年生男子 優勝

宮地 杏佳（宿毛少年柔道クラブ）

- 第12回 全国小学生学年別柔道大会高知県予選 5年生女子 40kg超級 優勝 など

柴岡 知聖（宿毛少年柔道クラブ）

- 高知りょうまライオンズクラブ杯 第11回 高知県少年柔道大会 6年生男子 50kg級 優勝

上甲 羽菜（誠心会）

- 第2回 四国地区少年少女空手道選手権大会 小学3年生女子個人 形 第2位 など

中平 帆南（誠心会）

- 第2回 四国地区少年少女空手道選手権大会 小学4年生女子個人 形 第3位 など

松原 進之介（宿毛少年相撲クラブ）

- 第44回 県下少年相撲選手権大会 小学6年生の部 優勝 など

山本 明則（宿毛少年相撲クラブ）

- 第29回 県下小学生相撲選手権大会 小学1年生の部 優勝

有田 光汰朗（宿毛少年相撲クラブ）

- 第24回 高知県選抜少年相撲四万十大会 小学3年生の部 優勝 など

住田 太智（宿毛少年相撲クラブ）

- 第44回 県下少年相撲選手権大会 小学3年生の部 優勝

個人優秀賞

中西 尋仁（片島中学校）

- 第44回 シュニアオリンピック陸上競技大会高知県選考会 男子J・O・C 100m 第1位 など

平岡 優真（宿毛中学校）

- 第24回 高知県中学校新人陸上競技選手権大会 男子 400m 第1位

保川 壮人（宿毛中学校）

- 第24回 高知県中学校新人陸上競技選手権大会 男子 110mH 第1位

田中 麻由（山田高等学校）

- 男子第59回・女子第27回 四国高等学校駅伝競走大会 4区（3km）区間優勝

山下 啓一（高知昭和OB会）〈サッカー〉

- 第9回 マスターズ・シニア四国チャンピオンカップ大会 60歳の部 第1位

宮部 修充（高知昭和OB会）〈サッカー〉

- 第9回 マスターズ・シニア四国チャンピオンカップ大会 60歳の部 第1位

川村 海舟（県立中村中学校）

- 第54回 高知県中学校柔道選手権大会 男子個人 50kg級 優勝 など

上甲 桜樺（片島中学校）

- 第69回 高知県中学校総合体育大会 空手道の部 中学1年生女子個人 形 優勝

長岡 海渡（宿毛中学校）

- 第25回 オープントーナメント全日本少年女子拳道選手権大会 優勝

篠田 耕（片島中学校）

- 第68回 高知県中学校冬季相撲選手権大会 学年別個人 優勝 など

澤田 琉希夜（片島中学校）

- 第69回 高知県中学校総合体育大会 相撲の部 学年別個人 優勝 など

スポーツ功労賞

浜田 富久

20年以上にわたり、柔道競技の普及や競技力向上に尽力した。

藤村 豊木

宿毛市立野球場（昭和48年）設立時より、平成8年まで球場長として近鉄パファローズをはじめ、高校、大学、社会人等のキャンプ誘致に尽力した。

活用してください!
『ねんきんネット』サービス

「ねんきんネット」とは、ご自身の年金加入記録をインターネットで確認することができるサービスです。

- いつでも、最新の年金記録が確認できます
- ご自身の人生設計に合わせて、年金額の試算ができます
- 各種通知書がご自宅のパソコンで確認できます
- 記録の「もれ」や「誤り」の発見が容易になります

※手続きは、日本年金機構のホームページにアクセスしてご利用登録をしてください。



便利な「ねんきんネット」にご登録
お願いします!

ご存じですか?
「学生納付特例制度」と「若年者納付猶予制度」

20歳以上の方は、学生であっても国民年金に加入しなければなりません。

しかし、学生の方は一般的に所得が少ないため、本人の前年所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される『学生納付特例制度』があります。

また、学生でない30歳未満の方の場合には、本人および配偶者の所得が一定額以下の場合に、国民年金保険料の納付が猶予される『若年者納付猶予制度』があります。

これらの制度の申請を行わず、保険料を未納のままにしておくと、不慮の事故などにより障害が残った場合に、障害年金を受けることができなくなります。

なお、承認された期間は老齢基礎年金を受け取るために必要な期間に算入されますが、年金額には反映されません。就職などで、収入が得られるようになった場合は、将来受け取る年金を増額するため、10年以内であれば、保険料を納めることができる「追納制度」を利用されることをお勧めします。

【問い合わせ先】

日本年金機構 幡多年金事務所 ☎0880-34-1616



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

3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



消防コーナー

平成28年宿毛市消防出初式

1月10日、宿毛市総合社会福祉センター駐車場において、宿毛市消防団・消防団音楽隊・女性消防隊・少年消防隊・宿毛消防署が一堂に会し、消防出初式が開催されました。



よる市内パレードと松田川河戸堰での一斉放水が行われました。

文化財防火デー

1月27日、文教センターにて、文化財防火デーの一環として自衛消防訓練が行われました。

職員による火災通報訓練や、宿毛消防署から水槽車が出動し放水訓練、その後、消火器取り扱い訓練を行いました。



この訓練を通じて、日々の防火意識の向上になれば幸いです。

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

☎63-13111
☎63-13396

無防備な心に火災がかくれんぼ

宿毛市行事予定表

平成28年 3月

開催日	行 事 名	時 間	場 所	問い合わせ先
3(木)	東北学院大学硬式野球部キャンプ(~17日)		宿毛市野球場	総合運動公園 ☎66-1467
5(土)	第2回 宿毛パラダイスカップ 少年サッカー大会(~6日)	10:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎66-1467
7(月)	青年海外協力隊 50周年記念パネル展(~23日)	8:30	宿毛文教センター	JICA四国高知デスク ☎088-875-0022
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
14(月)	ふれあい保育	9:30	市内各保育園	各 保 育 園
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「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
17(木)	松田川堤防・海岸堤防(沖新田~西町)の 地震津波対策に係る意見交換会	19:00	宿毛文教センター	高知県幡多土木事務所宿毛事務所 ☎63-2141
	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(金)	無料労働相談	13:00	宿毛市総合社会福祉センター	高知県社会福祉労務士会 ☎088-833-1151
	通学路安全の日		市内全域	総 務 課 ☎63-0948
20(日)	宿毛市観光びらき	10:00	すくも84マリンターミナル	(一社)宿毛市観光協会 ☎63-0801
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
25(金)	第3回 絵手紙交流展(~27日)	10:00	宿毛文教センター	西尾美早香 ☎090-5915-0160
26(土)	第19回じゃんじゃんカップ少年サッカー大会 新5年生の部(~27日)	10:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎66-1467
	京都成章高校硬式野球部キャンプ(~29日)		宿毛市野球場	総合運動公園 ☎66-1467
27(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
30(水)	第3回 絵手紙交流展(~31日)	10:00	沖の島開発総合センター	西尾美早香 ☎090-5915-0160

休日市税納付窓口開設日			
月	日	場 所	開設時間
3	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
3	10(木)	市役所税務課	17:15~19:00
	24(木)	〃	〃

高知けいば <ホームページ> <http://www.keiba.or.jp>
 <iモード> <http://www.keiba.or.jp/i/>

パルス宿毛

3月 1・6・13・15・20・21・26・27

今後のキャンプ情報

宿毛市総合運動公園

- 2月29日(月)~3月 4日(金)
大阪教育大学陸上部



宿毛市野球場

- 3月 3日(木)~17日(木)
東北学院大学硬式野球部
- 3月26日(土)~29日(火)
京都成章高校硬式野球部

【問い合わせ先】

総合運動公園
☎ 6 6 - 1 4 6 7

～樹木の伐採や剪定作業をされる皆さんへ～ 四国電力からのお願いです

電線の近くでの作業は感電にご注意ください

電線の近くで伐採などの作業をされる場合には、事前に四国電力までご連絡ください。現地での立ち会いなど現況を確認の上、防護管を取り付けるなどの対策をします。

もし、伐採した樹木や枝が近くの電線に接触したときは、感電の恐れがあり大変危険ですので、絶対に電線や樹木などをさわらないでください。すぐに四国電力までご連絡をお願いします。



【問い合わせ先】

四国電力株式会社中村支店配電センター ☎0120-410-388

スワンテレビ [地上デジタル11チャンネル] で放送します。

被災地の今

(東日本大震災から4年8ヵ月)

宿毛建設資源利用協同組合

宮城県／岩手県4市2町視察記録映像

3月6日(日)	19:00～20:00
3月12日(土)	20:00～21:00
3月18日(金)	19:00～20:00
3月24日(木)	19:00～20:00
3月30日(水)	20:00～21:00

心の健康相談のお知らせ

ひとりで悩んでいませんか。
人とのつきあいがどうもうまくいかない。
いろんなことを考えてしまって、よく眠れない。
そんなとき、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

お酒の悩みごと相談 ☎090-1173-4672

3月は、
自殺対策
強化月間
です。

平成28年度健診会場の変更について



平成28年度から、健診を実施する会場が一部変更または廃止になります。住民の皆さんにはご迷惑をおかけしますが、ご了承願います。変更になる会場は下記のとおりです。

健診名	平成27年度		平成28年度
セット健診(特定健診・がん検診)	高知県宿毛漁業指導所(湊)	⇒	すくも湾漁協 本所(田ノ浦)
セット健診(特定健診・がん検診)	実施なし	⇒	片島公民館
婦人がん検診(乳がん・子宮頸がん)	栄喜老人憩いの家	⇒	実施なし

平成28年2月の地区回覧にて「けんしん計画表」および「けんしん申込書」を全戸配布しています。日程をご確認の上、お申し込みください。

【問い合わせ先】 保健介護課 ☎63-1113

「いきいき百歳体操」自主グループの募集 ～地域で、みんなで、介護予防～



※広報1月号にも参加者の声を載せています。

住民主体で「いきいき百歳体操」をするグループを募集しています

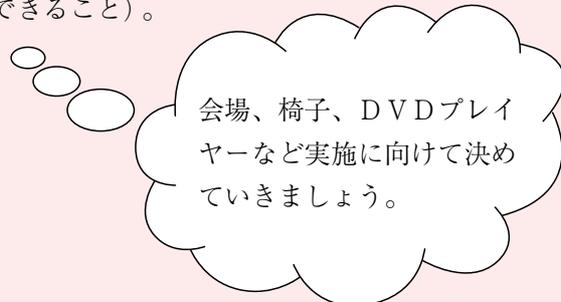
<実施条件>

- ① 週に1回(もしくは2回)実施ができる。
- ② 5人以上の参加者がいる(地区の人が誰でも参加できること)。
- ③ 3カ月以上続けることができる。

<支援内容>

- ① 初回4回の体操指導と体力測定
- ② 3カ月・6カ月・1年後の定期フォロー
- ③ 3カ月間のおもりの貸し出し
- ④ グループに1枚体操DVDの無償提供

※興味があるグループには、事前にぼちぼちやろう講座(介護予防について・いきいき百歳体操の説明会)をすることもできます。お気軽にご相談ください。



【問い合わせ先】 保健介護課予防係 ☎63-1113

平成28年度の高齢者肺炎球菌予防接種が始まります

平成26年10月1日から高齢者の肺炎球菌ワクチン接種が定期的予防接種になりました。平成26年度から5年を経過措置期間とし、5歳刻みの年齢で定期的の対象者となります。

《平成28年度対象者》

接種日当日に宿毛市に住民登録があり、これまでに一度も高齢者肺炎球菌の予防接種を受けていない方で、次のいずれかに該当する方

- ① 平成28年4月2日から平成29年4月1日に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる誕生日を迎える方
- ② 60歳以上65歳未満で、心臓、じん臓または呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する方およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方（身体障害者手帳1級の提出が必要です）

《接種期間》

平成28年4月1日(金)から平成29年3月31日(金)まで

《自己負担額》

2,000円（生活保護世帯は無料）

《接種費用の免除について》

生活保護世帯の方は接種費用が免除されます。免除を受けようとする方は、宿毛市福祉事務所で交付される自己負担免除証明書を医療機関に提出してください。

《接種回数》

1回

《予診票》

対象者には個別発送します。

ただし、平成28年度対象者②の方へは通知しませんので、希望する方は保健介護課までご連絡ください。転入などで予診票をお持ちでない方、紛失された方などは、保健介護課までお越しください。

《平成28年度対象者の生年月日早見表》

年齢	生 年 月 日
65歳	昭和26年4月2日～昭和27年4月1日生まれの方
70歳	昭和21年4月2日～昭和22年4月1日生まれの方
75歳	昭和16年4月2日～昭和17年4月1日生まれの方
80歳	昭和11年4月2日～昭和12年4月1日生まれの方
85歳	昭和 6年4月2日～昭和 7年4月1日生まれの方
90歳	大正15年4月2日～昭和 2年4月1日生まれの方
95歳	大正10年4月2日～大正11年4月1日生まれの方
100歳	大正 5年4月2日～大正 6年4月1日生まれの方

定期接種の対象者は
毎年異なります。
接種の機会を逃さない
ようにご注意ください。



【問い合わせ先】 保健介護課保健衛生係 ☎ 6 3 - 1 1 1 3 FAX 6 3 - 0 4 1 0

各種検診の結果について

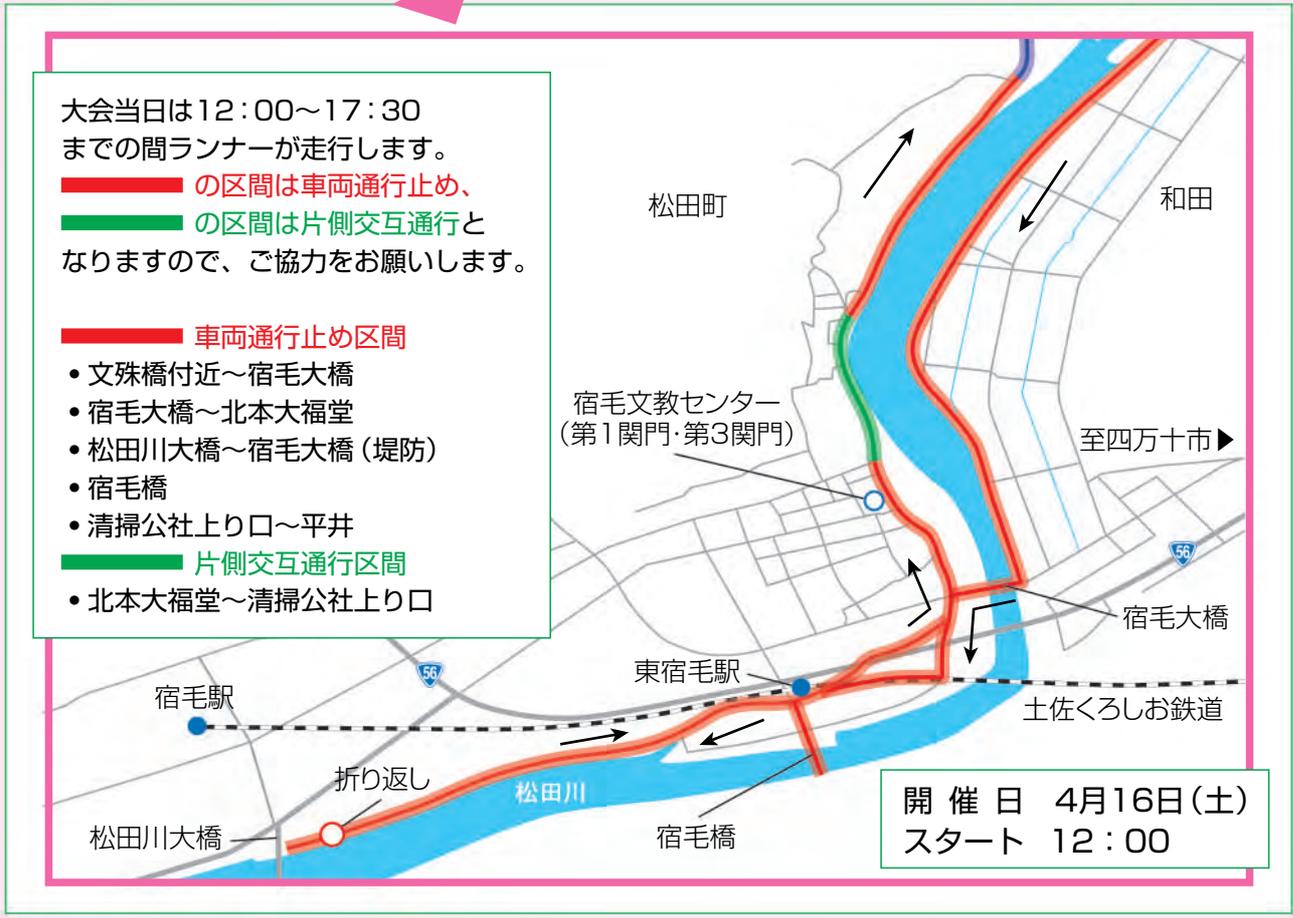
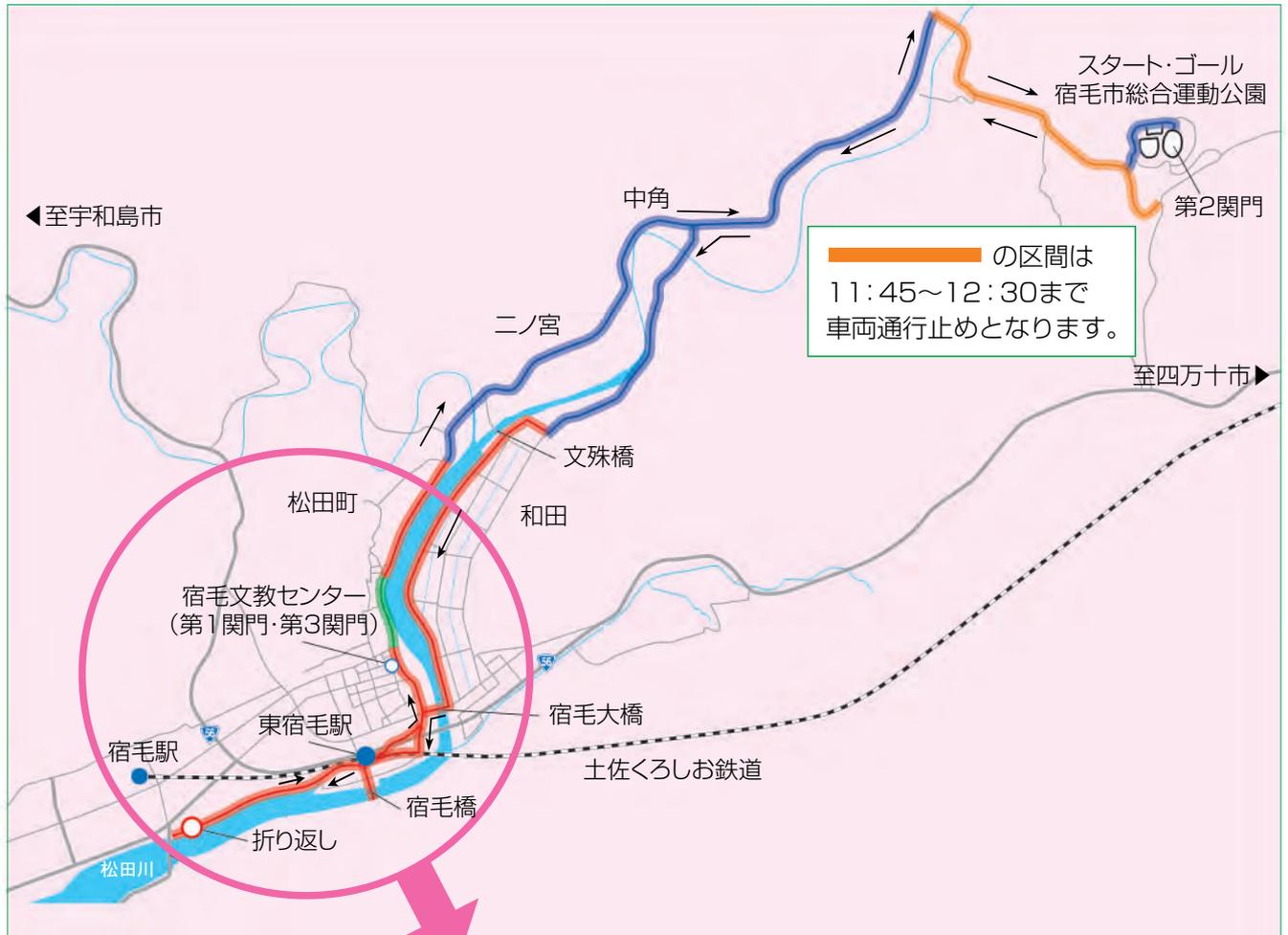
右の表の検診について、精密検査が必要な方には通知が完了しています。

※ご不明な点がございましたら、宿毛市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 ☎ 6 3 - 1 1 1 3

検 診	日 程
胃 がん 検 診	1 1 月 2 9 日(日)
胸部レントゲン検診および肺がん検診	1 月 3 0 日(土)
大腸がん検診	1月30日(土)回収分
子宮頸がん検診	1 月 3 0 日(土)
乳 がん 検 診	1 2 月 2 2 日(火)
前立腺がん検診	1 1 月 2 9 日(日)

第2回 宿毛マラソンに伴う交通規制



発行/宿毛市 編集/企画課

〒788-8888

高知県宿毛市桜町2番1号 画03-1118 FAX03-0174

平成28年3月1日発行(毎月1日発行)