

# 2 すくも

大衆

2017 7

林邸がお色直し はなちゃんもお色直し

関連記事：10ページ



# 叙勲受章おめでとうございます

瑞宝単光章  
消防功労

山本 恒雄 氏



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。

瑞宝単光章  
消防功労

岡本 憲正 氏



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。

瑞宝単光章  
社会福祉功労

三代木 富彦 氏



長年にわたり民生委員児童委員として、地域住民の福祉増進に尽力された功績が認められました。

【問】企画課秘書係 ☎ 63-1118

## 寄贈のお礼

5月16日、(株)ケーエスケー(愛知県安城市)より消防用可変ノズル一式の寄贈を受けました。

取り扱いを熟知し、災害時の使用はもとより、訓練の際にも活用させていただきます。

ありがとうございました。



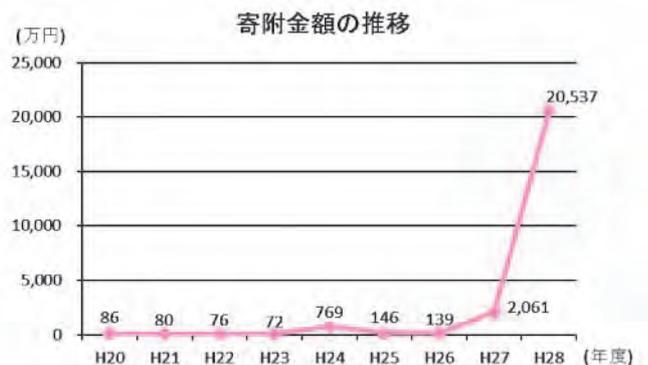
【問】宿毛消防署 ☎ 63-3111

## 宿毛市へのふるさと納税 ありがとうございました

ふるさと納税として、平成28年度受付分(平成29年5月末現在)までに、のべ21,263名の方から205,359,395円のご寄附をいただきました。

いただきました寄附金については、宿毛市発展のための大切な財源としてご期待に沿うよう大切に活用させていただきます。

これまでにいただきました寄附金は、ふるさと寄附金基金に積み立てています。その基金から、平成28年度は、「ふるさと納税に関する事業」に36,554,000円を活用させていただきました。



【問】企画課 ☎ 63-1165

# 「部落差別をなくする運動」 強調旬間記念事業

7月10日～7月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15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。

**開催日** 7月15日（土） **場所** 宿毛文教センター **参加費** 無料

## 記念講演

**時間** 9時40分～11時  
**場所** 多目的ホール  
**演題** 「いのちを食べていのちは生きる」  
**講師** はなぶさ 瀬瀬 あや さん  
※当日は手話通訳を行います。

## ビデオ上映（子ども対象）

**時間** 9時30分～11時  
**場所** 視聴覚室

## 人権啓発パレード

**時間** 11時40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～  
南海楽器前～宿毛文教センター

## 記念講演講師プロフィール

東京生まれ。自由学園卒業。2010年に上関原子力発電所に反対し続ける島民の暮らしを映し撮った映画「祝の島（ほうりのしま）」を初監督。シチリア環境映像祭で最優秀賞受賞。大阪貝塚市の北出精肉店の家族の暮らしを描いた二作目「ある精肉店のはなし」（2013年）は平成26年度文化庁映画賞文化記録映画部門大賞受賞。現在は、日本の移り行く時代の中で消えかかっている人々の営みを映像に撮り続けている。



【問】人権推進課 ☎ 62-0225

# 第59回 宿毛市人権教育研究大会

**開催日** 8月6日（日） **場所** 宿毛市総合社会福祉センター **参加費** 無料

## 開会行事

**時間** 9時30分～10時

## 講演

**時間** 10時～12時  
**演題** 「私の歩んだ道  
～見えないから見えたもの～」  
**講師** 竹内 昌彦 さん  
※当日は手話通訳を行います。

## 分科会

**時間** 13時30分  
**場所** 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

## 講師プロフィール

岡山ライトハウス理事長  
1945年、父親の赴任先中国天津で生まれる。終戦後、瀕死で帰国。小2の時、網膜剥離により失明。岡山県立岡山盲学校の元教頭。在職中から各地で「いじめ」や「命の大切さ」をテーマに講演活動を行う。「生きる意味」「命の尊さ」を伝え続け、その数は20年間で2,000回以上、聴衆は延べ20万人を超える。



【問】生涯学習課 ☎ 63-3394

# 文教センター だより

## 歴史館パスポート

市内各小・中学校の協力により「歴史館パスポート」を全児童・生徒に配布しています。

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

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。

夏休みの自由研究等に活用してみませんか？



### 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  
※1日の利用は1回のみで、缶バッジは毎回1枚につき1個、なくなり次第終了。

### 【問】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

日時 7月16日(日)  
10時～13時

場所 宿毛文教センター  
2階実習室

参加費 1名500円程度  
(材料費)

講師 カルビン・カーツ  
アイアリツイ・マ

アシスタント シューズJr さん

山崎 久美子 さん

### 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。

持参物 エプロン、三角巾、マスク、タオル

申込締切 7月7日(金)

### 子ども陶芸教室

日時 ①7月26日(水)～7月27日(木)  
②7月31日(月)～8月1日(火)  
①、②とも13時30分～16時

※2日間連続での参加となります。

場所 宿毛文教センター  
2階創作室

参加費 無料

講師 下元 かおる さん

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、両方に申し込むことは可能です。

### 親子折り紙教室

日時 8月5日(土)  
14時30分～16時30分

場所 宿毛文教センター  
2階会議室2

参加費 無料

講師 林 恵子 さん

### 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。

持参物 はさみ、ものさし、えんぴつ

### 子ども将棋教室

日時 8月21日(月)～  
8月23日(水)

場所 宿毛文教センター  
2階視聴覚室

参加費 無料

講師 (公社)日本将棋連盟  
四万十支部会員

対象者 小・中学生

定員 30名

※定員になり次第締め切りま

す。

### 【申・問】中央公民館

☎ 63・2618

スワンTVに加入しなすよう

西南地域ネットワーク(株) ☎ 627-0888

乗って残そう 土佐くろしお鉄道

土佐くろしお鉄道(株) ☎ 0898-09-50040

四国と九州を結ぶ 宿毛フェリー

(株)宿毛フェリー ☎ 627-1100

### 子どもフェスティバル すくも

宿毛文教センターでは、「子どもフェスティバルすくも」を開催します。模擬店、ゲーム、アートワークショップなど、楽しい催し物をたくさん用意して皆さんのご来場をお待ちしています。ご家族そろって文教センターで夏のひとつをお楽しみください。

日時 7月30日(日)  
10時～13時

場所 宿毛文教センター

### 模擬店

焼きそば・ばら寿司・かき氷・アイスクリーム・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・スパイボールすくい・射的(各100円、宝探しは無料)

### アートワークショップ

ピカピカモンスターを作ろう

参加費 無料  
定員 90名 先着順

### 【問】中央公民館

☎ 63・2618

# 第53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、ご出品くださいますようお願いいたします。

なお、申込書、要項等については宿毛市ホームページからダウンロードするか、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ならびに宿毛市内の高等学校に在学する者で、自己の作品に限る。故人の作品は、概ね1年以内に遺族または相続人が出品することができ。

## 出品手数料

無料

## 会場

宿毛文教センター

## 搬入

9月24日(日)  
9時～17時

## 審査

9月25日(月)  
11時～15時30分

## 会期

(終了後作品の講評を行います)  
10月6日(金)～10月10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

## 搬出

10月10日(火) 15時～16時  
10月10日(火) 16時～18時  
10月11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ません。

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既に発表したもの。
- 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風致を害す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・

## 後援

RKC高知放送  
宿毛市文化協会

## 【問】

中央公民館

☎ 63・2618

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 1.8 m以内、横 1.8 m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 1.8 m以内、横 1.8 m以内	額装のこと
書道	2点以内	軸装、額装を含めて 縦 2.43 m以内、横 2.43 m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 A 3 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 A 4 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 2.0 m 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



## ■だんぼーるおうじ

長野ヒデ子 作・絵  
世界文化社

子どもたちは「だんぼーる」が大好き。ベッド、シャワー、メダル、駅、家。なんでも「だんぼーる」で作る…。子どもたちに馴染み深いダンボールを題材とした楽しい絵本。

## ■鳥の巣つくり

鈴木まもる 作  
岩崎書店

## ■あめがふるふる

田島征三 作  
フレールベル館

## ■ほうちようさん

ききいっばつ  
みやにしたつや 作・絵  
教育画劇

## ■しろさんとちびねこ

エリシャ・クーパー 作  
椎名かおる 訳  
あすなろ書房

## ■ある日つつかりPTA

杉江松恋 著  
KADOKAWA

金髪、ヒゲ、サングラスのフリーライターがひよんなことから、息子が通う公立小学校のPTA会長に就任！3年の任期を経て今、感じることは…。ドタバタ奮闘ルポ。「季刊レポ」連載を書籍化。

## ■最愛の子ども

松浦理英子 著  
文藝春秋

## ■写真で紹介

園の避難訓練ガイド

天野珠路 編・著  
かもがわ出版

## ■私の名前はルーシー・バートン

エリザベス・ストラウト 著  
小川高義 訳  
早川書房

## ■かがみの孤城

辻村深月 著  
ポプラ社

(内容紹介は、(株)図書館流通センターTRC MARCより)

## **i** 今月の1日行政相談所

**日時** 7月25日(火)  
13時～15時

**場所** 宿毛文教センター2階会議室3

7月は沖の島でも下記の日程で行政相談所を開設します。宿毛市行政相談員の他に、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11日(火)  
10時～14時

**場所** 沖の島支所保育室

### 宿毛市行政相談委員

三本 義男 ☎ 63-1800  
山岡 まゆみ ☎ 63-1468

※相談は各委員の自宅や電話でも受け付けています。

【問】総務課 ☎ 63-0948

## **募** 創業支援ビジネススキル研修受講生募集

宿毛市では土佐まるごとビジネスアカデミー(土佐MBA)のビジネススキル研修を特定創業支援事業に位置づけています。高知会場へ通うことが困難な方々にも受講機会を拡大するために、ネット回線で結んだ宿毛市での研修会を行います。

経営、財務、販路拡大、人材育成の4つの分野の受講基準を満たせば特定創業支援を受けた方として、国等が行う支援を受けることが可能になります。

### 研修期間

8月30日(水)～9月24日(日)  
(各講座1時間30分×全5回)

**実施場所** 宿毛市役所

**募集人員** 10名

**受講料金** 2,500円

※各講座の実施日時等、詳しくはお問い合わせください。

**申込締切** 7月31日(月)

【申・問】商工観光課 ☎ 63-1119

## **募** 市営住宅入居者募集

### 募集団地

小森団地(和田) 1戸 3DK  
西町地域振興住宅市営住宅  
(西町4丁目)

Aタイプ 2戸 1DK

Bタイプ 1戸 1DK

※西町地域振興住宅市営住宅は、家賃とは別に共益費(2,000円/月)と駐車場代(1,000円/月)がかかります。

**入居資格条件** 有

**申込書配布期間**

7月3日(月)～7月14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

**受付期間**

7月6日(木)～7月14日(金)  
(土・日を除く)

**受付場所** 都市建設課

【問】都市建設課建築住宅係  
☎ 63-1120

## **募** 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 無)

**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

(1世帯に1台のみ)

**敷金** 90,000円(家賃×3カ月)

**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・日を除く)

**受付場所** 都市建設課

【問】都市建設課建築住宅係  
☎ 63-1120

## **i** nformation 情報コーナー

暮らしに役立つ情報をお届けします  
申：申し込み先 問：問い合わせ先

## **i** 水道メーター(量水器)の取り替え

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。今回は平成30年度に有効期限を過ぎ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～平成30年1月末  
**該当メーター**

「上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22の量水器  
例) A22 - ○○○

※請負業者は宿毛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、取り替え可能な場合は施工させていただきます。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】水道課水道係 ☎ 63-3552

## **i** 農地パトロールを実施

農業委員会では、市内の農地の利用状況調査(農地パトロール)を毎年実施し、遊休農地の実態把握と解消、農地の違反転用の早期発見等に努めております。

今年は8月に市内を巡回して調査を行う予定です。

調査にあたり農地内に立ち入ることやお話をお伺いすることもあります。ご理解とご協力をお願いします。

【問】農業委員会事務局  
☎ 63-1101

## 就農相談会

農業に興味がある方、農業経営を始めたという方の疑問にお答えする就農相談会を開催します。また、県内外でお仕事をしているお子さんやお孫さんに、農業を継いでほしいという農家の皆様のご相談にもお応えします。就農に関することなど、お気軽にご相談ください。当日は、次世代型施設園芸や環境保全型農業(天敵昆虫など)のPR展示も予定しています。

**日時** 8月16日(水)  
10時～20時

**場所** イオンモール高知専門店街1階南コート

**申込方法** 電話またはメール  
※メールでの場合は、ホームページ「こうち農に就く.net」の「お問い合わせ」より申し込み  
※事前のお申し込みをお願いします。(当日の参加も可能です)

**【申・問】**  
高知県農業振興部農地・  
担い手対策課新規就農支援担当  
☎088-821-4512

## 募 幡多希望の家通園センター「つくしんぼ」スタッフ募集

長期休暇に、障害を持つ児童・生徒をお預かりし様々な活動を行っています。一緒に手伝っていただけるスタッフを募集しています。

**募集内容** 18歳以上  
(高校生不可。大学生・専門学校生可。)

**期間** 夏休み、冬休み、春休みなどの長期休暇

**勤務時間** 基本8時間実働  
1時間昼食休憩

**場所** 幡多希望の家

**報酬費** 1日7,000円  
※他、通勤手当として1kmあたり10円を支給

**【問】**(福) 幡多福祉会  
幡多希望の家 山本  
☎66-2212

## i 「海の日清掃活動」協力のお願い

すくも湾漁協および藻津漁協では、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ご参加をお待ちしています。

**日時** 7月17日(月・祝)  
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】** すくも湾漁業協同組合  
☎62-3177  
藻津漁業協同組合  
☎65-7368

## みんなあ、幡多にどんな企業があるか、知っちゃうかえ?

UIターン歓迎!  
幡多地区合同企業説明会  
幡多で就職・転職したいあなたのための合同企業説明会を開催します。現在、就職・転職をご検討中の方、いつかはふるさとに帰りたい、幡多で暮らしたい方のご参加をお待ちしております。  
※UIターン以外の方も歓迎!

**日時** 8月13日(日)  
13時～15時  
※入退室自由

**場所** 高知はたJ A会館  
大ホール

**参加対象**  
一般求職者・大学、大学院、短大、専門学校などの卒業年次者

**参加企業**  
幡多エリアに本社または事業所を置く企業(20社程度の予定)

**主催** 高知県事業承継・人材確保センター  
※ご出展希望の企業からのお問い合わせもお待ちしております。

**【問】** 高知県事業承継・人材確保センター 和田、矢野、宇野  
☎088-855-7748  
(平日9時～19時)  
✉syoukei-jinzai@grace.ocn.ne.jp

## 新規卒業者向けの求人票の早期提出のお願い

高知県では、産業振興計画の推進により、「各産業の担い手の確保・定着」に全力で取り組んでいます。一人でも多くの若者が地元で働くことが出来るよう、来春の新規高等学校卒業予定者の求人につきまして、ハローワークへの求人票の早期提出(6月1日から受付開始)をお願いします。また、新規高等学校卒業予定者に、より多くの県内企業を知ってもらい、県内で働くことの魅力を伝えるための取り組みなどにご協力いただくとともに、若年人材の確保・定着のための労働環境整備につきましても、取り組んでいただきますようお願いいたします。

**【問】** 高知県商工労働部  
商工政策課事業推進担当  
☎088-823-9692

## 写真展 「幡多の野鳥 2017」

幡多には自然が多く残っています。四季の折々にはいろんな野鳥がやってきます。近年、撮影した野鳥の写真展です。ぜひ、ご覧ください。

**日時** 7月17日(月・祝)～  
7月24日(月)  
9時～17時

**場所** 宿毛文教センター1階  
ホワイエ

**入場料** 無料  
**主催** 高知野鳥の会  
**後援** 宿毛市教育委員会



アカガシラサギ

**【問】** 高知野鳥の会  
代表 有田 修大  
☎090-7145-0523

# 宿毛市長期浸水対策訓練の実施

南海トラフ地震発生時に宿毛市で想定されている長期浸水被害に対しての訓練を次のとおり実施します。ドローンを使った訓練などもありますので、興味のある方はぜひご覧ください。

**日時** 7月25日(火) ※予備日7月26日(水)  
9時30分～12時

**場所** 宿毛湾港新田緑地  
(宿毛クリーンセンター西側の公園)

**参加機関** 宿毛海上保安署、高知県警(宿毛警察署、機動隊)、高知県、幡多西部消防組合、宿毛市、自主防災組織、片島中学校、大島小学校、四万十ラジコンクラブ

【問】危機管理課 ☎ 63-0951



## 自伐型林業講演会開催

日本の国土の約7割は森林が占めており、宿毛市でも森林率は8割を超えています。この豊かな森林資源を有効活用し、「地方創生・地域活性化」に取り組むならば、「森林経営・管理・施業」を人任せにせず、所有者自らが行う林業(自伐型林業)を推進することが有効と提唱し、自らも実践されている方々が全国的に広がりを見せています。

自伐型林業の先駆者であり、「土佐の森方式」と呼ばれる林業の普及にまい進している「NPO法人土佐の森・救援隊」事務局長中嶋健造さんをお招きし、多くの活動事例について学び、自伐型林業を通して地域活性化の可能性について考えます。興味を持たれた方は、ぜひお気軽にお越しください。

**日時** 8月11日(金・祝)  
14時

**場所** 宿毛文教センター  
2階会議室1

**参加費** 無料

**演題** 「地方創生・中山間  
地域再生のカギは  
自伐型林業」

**講師** 中嶋 健造 さん

NPO法人自伐型林業推進協会 代表理事

NPO法人土佐の森・救援隊 事務局長

**申込** 不要

【問】産業振興課 ☎ 63-1117



### 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は増加します。

事故に遭わないためには自然を侮らず、海や川では次のことに注意してください。

- ① 疲労時や飲酒時には絶対に泳がない。
- ② 子どもの水難防止のため、子ども一人での水遊びはさせず、幼児や泳げない児童等には、ライフジャケットを着用させる。
- ③ 立ち入り禁止等危険な場所を示す標識には必ず従う。

### 溺れている人の救助

海・川で溺れている人の救助は、救助者が巻き込まれて溺れるケースが多いことが知られています。うかつに救助に行くことはせず、次の事をしましょう。

● 海や川で溺れている人を見つけた時は、直ちに



119通報し、救助を求めてください。発見者が一人の場合には、大声で助けを呼び、AED等も準備しておきましょう。

● つかまって浮くことができず、溺れている人に向けて投げ入れられます。ペットボトルでも代用することができます。

### 花火は楽しく安全に遊ばしましょう

夏の風物詩「花火」。子どもたちにとって楽しみな季節となりました。しかし毎年全国的にも花火が原因で火災も発生しています。風の強い日には花火はせず、子どもだけでなく大人も一緒に遊び、水バケツは必ず用意し、遊び終わったたら花火は必ず水につける等の注意点はしっかり守り、火災や火傷などの事故が起らないよう十分注意し、夏の楽しい思い出にしましょう。

火の用心 ことを形に 習慣に



ご質問・お問い合わせ等  
ございましたら……  
【問い合わせ先】  
代表電話 63-3111  
火災・災害用 63-3300  
FAX 63-3396

# 年金請求書の手続き漏れがありませんか？

老齢基礎年金を受け取るのに必要な期間（受給資格期間）が平成29年8月1日以降「25年」から「10年」に短縮されることになりました。日本年金機構から、これまでに対象となる方に黄色の封筒（A4サイズ）が送付されています。年金請求の手続き後、最も早い年金のお支払いは平成29年10月です。まだ、請求手続きをされていない方は、今すぐねんきんダイヤル（☎0570-05-1165）にお電話をお願いします。また、電話予約のうえ、幡多年金事務所（☎0880-34-1616）にて手続きを行ってください。相談窓口の混雑が予想されますので、予約の上お手続きをお願いします。

## 国民年金保険料は納付期限までに納めましょう

平成29年4月分から平成30年3月分までの国民年金保険料は、月額16,490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等を利用しての納付、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等をうけることができます。

※免除等申請の手続きが遅れていた場合や、保険料が納め忘れの状態でも万一、病気やけがにより障害が残った場合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29年度の免除等の受付は平成29年7月1日から開始され、平成29年7月分から平成30年6月分までの期間を対象として審査を行います。また、免除等の申請ができる過去期間については、申請書を提出した日から2年1カ月前までになります。

### 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）、本人確認書類（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の写しまたは雇用保険被保険者離職票等の写し

## 日本年金機構 幡多年金事務所による

## 年金相談

### 日時

7月18日（火） 10時～15時  
（昼休みを除く）

### 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
- ・本人確認ができるもの

### 場所

宿毛市役所

### 受付

市民課年金係

### 受付時間

8時30分～  
※相談には事前に予約が必要ですよ。

### 代理人の場合

- ・委任状（家族であっても必要です）
- ・代理人の本人確認ができるもの

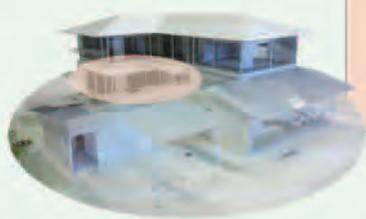
【問】市民課年金係 ☎63-1112

# 林邸再生プロジェクト

## ご寄附のお願い



宿毛市を代表する歴史的建築物である林邸を林家ご親族ならびに関係者の皆様のご厚意により、このたび観光拠点、市民の交流拠点として再生することになりました。皆様のご寄附・ご支援をよろしくお願いいたします。なお、プロジェクトにはアンパンマンミュージアムの設計などで全国的に有名な建築家、早稲田大学 古谷誠章教授をはじめ関係者の皆様にご協力をいただきます。



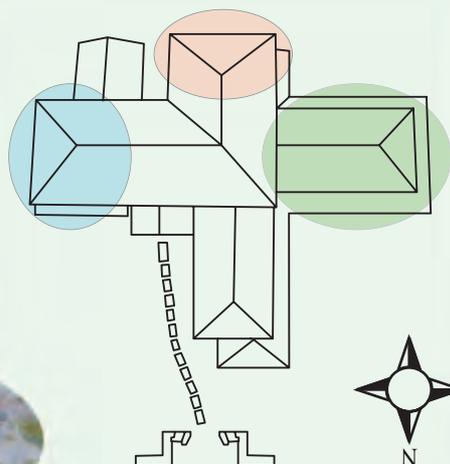
### 光あふれるカフェや物販スペース

約 100㎡を増築し、市民の皆さんや観光客の交流・憩いの場を創出します。



### 開放感あふれ、まちと調和する「見えるキッチン」

郷土料理教室や子ども食堂などを開催することで、宿毛市の素材を活かした「食」をたくさんの方に楽しんでいただきます。



### 歴史を感じる大広間

30畳を優に越える大広間は、歴史的に重要な空間として今の状態を活かした形で改修し、日本庭園を眺めながら歴史の舞台「林邸」を肌で感じていただけます。



### ご寄附の方法

- ・募金箱（市内協力店に設置予定）
- ・郵便振込 ・現金書留 ・市役所へ持参
- ・クレジット決済（インターネット経由）

※ご寄附いただいた方は、市内外問わず、「ふるさと納税制度（ふるさと寄附金制度）」の対象となります。また、10万円以上ご寄附いただいた企業は「企業版ふるさと納税制度（地方創生応援税制）」の対象となります。ただし、市内に本社（地方税法における主たる事務所又は事業所）が所在する企業は対象外です。  
※税控除を受けるには申告等のお手続きが必要です。詳しくはお問い合わせください。

### ご寄附の特典

#### 特典1 市長とロードバイクでツーリング

5万円以上のご寄附をしていただいた方

#### 特典2 完成した林邸に名前を掲載

1万円以上のご寄附をしていただいた方

※特典1につきましては、市長公務の都合上、日程等調整させていただきます。

※特典については、今後変更する場合があります。

特設ホームページもぜひご覧ください

<http://www.city.sukumo.kochi.jp/hayashitei/index.html>



【問】商工観光課 ☎ 63-1119

# 埼玉県志木市に宿毛居酒屋がオープン

宿毛市と「地域活性化に関する包括連携協定」を締結している(株)アクロスリングが平成28年11月28日に埼玉県さいたま市にオープンした「高知薫焼き屋台餃子土佐宿毛マーケット」につづき、4月26日に埼玉県志木市に「高知薫焼き屋台餃子昔ばなし土佐宿毛館」をオープンしました。

宿毛市にお住まいの方は、入店時に運転免許証や国民健康保険等の公的機関が発行した証明書を提示すれば、お会計時に10%引きになります。

お近くにお越しの際はぜひお立ち寄りください。

## 高知薫焼き 屋台餃子 昔ばなし 土佐宿毛館

〒353-0004  
埼玉県志木市本町  
5-21-21  
ウェストウッドビル  
2階  
☎050-3477-8758



【問】産業振興課 ☎63-1117

# 県民スポーツフェスティバル2017

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6月から平成30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／ボッチャ／パークゴルフ／スキー・スノーボード／スポーツ吹矢

### オープン競技

フォークダンス／武術太極拳／サイクリング

各競技の詳しい開催要項などについては、高知県文化生活スポーツ部スポーツ課のホームページ (<http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/141801/shougai.html>) をご覧いただくか、宿毛市運動公園までお気軽にお問い合わせください。

【問】総合運動公園 ☎66-1467

# 土佐くろNEWS

## ワンコインで1日乗り放題！！

**期間** 4月8日(土)～平成30年3月31日(土)の毎週土・日・祝日

**区間** 四万十くろしおライン 窪川～宿毛間(普通列車)

**運賃** 宿毛～窪川間往復  
大人 ~~3,200~~ 円      子ども ~~1,600~~ 円 ※乳幼児除く

**チケット! 500円**      **チケット! 300円**

中村駅、宿毛駅、土佐くろしお鉄道・窪川駅、安芸駅、奈半利駅の窓口および中村・宿毛線(普通列車)の車掌、運転士よりきっぷをお買い求めの上、ご利用月日の数字欄に、しるしをもらってください。その日に限りご利用いただけます。

四万十くろしおライン  
土・日・祝日 1日フリーパス  
土佐くろおでかけ  
きっぷ  
区間 窪川～宿毛(普通列車)  
土・日・祝日 500円 で1日乗り降り自由のフリーパス!  
おねだん...おとな 500円 こども...300円  
ご利用期間: 2017.4.8 - 2018.3.31 の土日祝

【問】土佐くろしお鉄道(株)中村駅 ☎0880-35-4961

# 後期高齢者医療制度または国民健康保険に加入の方へ

一部負担金限度額認定証と入院時の食事代減額認定証について

認定証の更新手続きについて

## 一部負担金

【70歳以上の方（後期高齢者医療制度加入者含む）】

住民税非課税世帯の方は限度額認定証の交付を受け、医療機関に提示することで、窓口での支払いが限度額までとなります。（課税世帯の方は交付申請不要）

なお、8月から限度額が変更となります。《表1》

## 【69歳以下の方】

限度額認定証の交付を受け、医療機関に提示することで、窓口での支払いが限度額までとなります。《表2》

## ●入院時の食事代

入院時の食事代は、医療費とは別に1食360円必要ですが、住民税非課税世帯の方は、減額認定証の交付を受け、医療機関に提示することで、食事代が減額されます。《表3》

※減額認定証を提示せずに、医療機関の窓口で食事代を支払われた場合、原則として、食事代の差額をお返しできないこととなります。

## 手続きに必要なもの

各認定証の有効期限は7月31日までです。国民健康保険加入の方は、更新、新規とも申請が必要です。引き続き認定を受ける場合には8月中に更新手続きをしてください。

なお、後期高齢者医療制度加入の方で、引き続き認定となる方には、保険証とともに送付しますので、更新手続きは必要ありません。

申請手続きは、市民課保険係と各支所で行えます。

- 医療保険証
  - 認め印
  - 限度額認定証（交付を受けている方のみ）
  - 減額認定証（交付を受けている方のみ）
  - 90日を超える医療病棟への入院期間の分かる領収書、入院証明書など
- （平成28年8月～平成29年7月の入院日数が90日を超えた方のみ）

表1 一部負担金限度額【70歳以上の方（後期高齢者医療制度加入者含む）】

	平成29年7月まで		平成29年8月以降	
	外来	外来+入院	外来	外来+入院
現役並み所得者	44,400円	80,100円+ (総医療費-267,000円) ×1%	57,600円	80,100円+ (総医療費-267,000円) ×1%
一般	12,000円	44,400円	14,000円	57,600円
住民税非課税世帯の方		24,600円		24,600円
住民税非課税世帯の方 で※区分Ⅰに該当する世帯の方	8,000円	15,000円	8,000円	15,000円

表2 一部負担金限度額【69歳以下の方】

上位所得者	ア. 901万円を超える	252,600円+ (総医療費-842,000円) × 1%
	イ. 600万円を超え901万円以下	167,400円+ (総医療費-558,000円) × 1%
一般	ウ. 210万円を超え600万円以下	80,100円+ (総医療費-267,000円) × 1%
	エ. 210万円以下(住民税非課税世帯を除く)	57,600円
	オ. 住民税非課税世帯	35,400円

※ア～エの金額は、国保税の算定基礎となる基礎控除後の所得金額。

表3 入院時の食事代標準負担額（1食につき）

	一般	負担額
住民税非課税世帯の方	90日までの入院	210円
	90日を超える入院	160円
	70歳以上もしくは後期高齢者医療制度加入の方で※区分Ⅰに該当する世帯の方	100円
	一般	360円

※区分Ⅰとは：  
【国保加入の方】  
世帯主および国保の被保険者全員が住民税非課税で、かつ各所得が必要経費・控除額（年金所得は控除額を80万円として計算）を差し引いたときに0円となる世帯。

【後期高齢加入の方】  
世帯全員が住民税非課税で、かつ各所得が必要経費・控除額（年金所得は控除額を80万円として計算）を差し引いたときに0円となる世帯。

【問】 市民課保険係 ☎ 63-1112

75歳以上(※)  
の皆さんへ

平成29年4月から、

医療保険料の軽減率が変わりました。

(※)65歳以上75歳未満で障害認定を受け、後期高齢者医療制度に加入された方を含みます。

75歳以上(※)  
の方の保険料は、

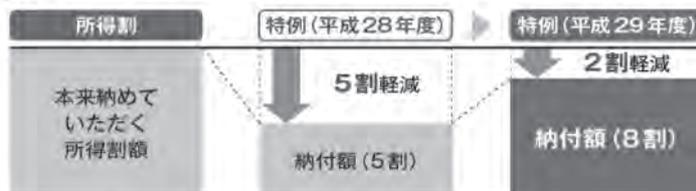
①年収に応じて納めていただく部分(所得割) と、  
②全員に納めていただく定額部分(均等割) があります。

平成29年4月から、75歳以上(※)の方の保険料が下記のように変わりました。

## 1 所得割の額が変わる方

年収 約153万円～約211万円の方

平成28年度までの所得割は、  
特例的に5割軽減されていましたが、  
平成29年度は2割軽減になります。  
(均等割の定額部分は変わりません)



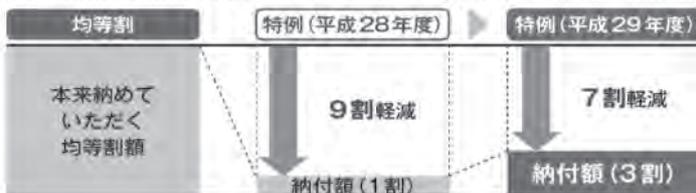
## 2 均等割の額が変わる方

元被扶養者で、特定の要件に該当する方

元被扶養者とは 後期高齢者医療制度に加入する前日に、ご家族の会社の健康保険などで被扶養者だった方

特定の要件の例 単身の方であれば、年金収入が168万円を超える方など  
75歳以上の夫婦2人世帯であれば、一方の年金収入が168万円を超える場合など

平成28年度までの均等割は、  
特例的に9割軽減されていましたが、  
平成29年度は7割軽減になります。  
※ただし、元被扶養者であっても、世帯の所得が低い方は、  
均等割の軽減(9割軽減、8.5割軽減)が受けられます。



## 保険料を年金からの引き落としで納めている皆さんへ

年金からの引き落としの場合、前半(4月・6月・8月)の保険料は前年度と同じ額を引き落とし、後半(10月・12月・2月)で残りの保険料を調整します。そのため平成28年度よりも平成29年度の保険料額が増えますが、

実際に引き落とし額が増えるのは、10月からです。  
※引き落とし額の間違いではありませんので、ご注意ください。

### 【引き落とし額の例】元被扶養者に該当する方の場合

平成28年度の保険料額						
年額 <b>4,530円</b>						
700円	700円	700円	830円	800円	800円	800円
平成29年度の保険料額						
年額 <b>13,590円</b>						
800円	800円	800円	3,790円	3,700円	3,700円	3,700円
4月	6月	8月	10月	12月	2月	2月

※実際の金額は、都道府県ごとに異なります。

お問い合わせは ●高知県後期高齢者医療広域連合 ☎088-821-4525  
●市民課保険係 ☎63-1112

厚生労働省 高齢者医療制度

検索

お誕生おめでとう  
(平成29年5月受付分)

住所	赤ちゃん	保護者
宿毛	ありた 赤ちゃん 有田 朱里	光辰
山奈町山田	やまと 山戸 佑月	誠
宿毛	かなざわ 金澤 由翔	哲史
貝塚	いしかわ 石川 七葵	俊二
幸町	あらき 荒木 良	啓弘

ご冥福をお祈りします  
(平成29年5月受付分)

住所	氏名	享年
与市明	黒萩 利子	77
平田町戸内	今城 進	86
小筑紫町小筑紫	平田 秀實	68
錦	谷本 健二	69

※本コーナーの記事は、家族などからの申し込みにより掲載しています。(敬称略) 【問】市民課 ☎63-1112

# 平成 29 年度の 介護保険料のお知らせ

## 65 歳以上の方の介護保険料額

前年中の所得等に基づいて、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によりご確認ください。)

所得段階	所得要件	基準割合	月額保険料	年額保険料
第1段階	・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 (基準額)	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。

※所得要件にかかる世帯員の状況は平成29年4月1日時点のものとなります。

## 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

- ・年金支給月(4月・6月・8月・10月・12月・2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 …など

### ■年金が年額18万円未満の方→普通徴収

- ・保険料額決定通知書に納付書が同封されますので、市役所の会計窓口や下記の取扱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。

- ・普通徴収の方は、取扱金融機関やゆうちょ銀行の窓口で口座振替(引き落とし)の申し込みをすることができます。

◆**申し込みに必要なもの**…保険料の納付書、通帳、通帳の届出印

※申し込んだ月の翌月から引き落としになります。申し込んだ月までの保険料は必ず納付書で納めてください。

### 取扱金融機関

四国銀行・高知銀行・愛媛銀行・幡多信用金庫・宿毛商銀信用組合・高知はた農業協同組合  
高知県信用漁業協同組合連合会

【問】保健介護課介護保険係 ☎ 63-1113

# 高額介護サービス費の 利用者負担上限額が変わります

介護サービスを利用したら、利用者は原則として費用の1割または2割を支払います。

同じ月に支払った1割または2割負担の合計額（同じ世帯内に複数の利用者がある場合は世帯合計額）が、下表の上限額を超えた場合に、その超えた金額が申請により高額介護サービス費として支払われます。

平成29年8月から、所得区分「一般」の方の利用者負担限度額が引き上げられます。なお、世帯内の全ての被保険者が1割負担者の世帯には、3年間の緩和措置があります。

段階区分	利用者負担上限額	
	平成29年7月まで	平成29年8月以降
現役並み所得者のいる世帯（注1）	44,400円	44,000円
一般	37,200円	44,000円 +年間上限額の設定 （注2）
住民税非課税世帯	世帯 24,600円	世帯 24,600円
本人の前年の合計所得金額と公的年金等 収入額の合計が80万円以下の人 老齢福祉年金受給者	個人 15,000円	個人 15,000円
生活保護受給者 15,000円に減額することにより、生活保護の 受給者とならない場合	世帯 15,000円 個人 15,000円	世帯 15,000円 個人 15,000円

（注1）世帯内に課税所得145万円以上の被保険者がいる場合であって、世帯年収520万円以上（単身世帯の場合は383万円以上）

（注2）1割負担者のみの世帯については、過大な負担とならないよう、3年間の緩和措置を行うもの。年間の負担総額が現行の負担最大額を超えないよう、平成29年8月のサービス利用分から、年間（8月1日から翌年の7月31日）の合計額に対して、446,400円（37,200円×12カ月）を負担上限額とする。

【問】保健介護課介護保険係 ☎ 63-1113

## 寝たきり予防は食事から～健康食生活で低栄養予防～ 第1回 食良くはっぴい教室

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。

**対象** 宿毛市在住の65歳以上の方で以下の項目に該当する方

- 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、低栄養の可能性があり  
ます。個別栄養相談も受け付けますので、お気軽  
にご連絡ください。

**日時** 7月20日（木） 10時～14時

**場所** 宿毛文教センター2階実習室  
※希望者には送迎もあります。

**参加費** 無料

**内容** 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」

**定員** 先着20名

**持参物** エプロン、三角布

**申込締切** 7月18日（火）

【問】保健介護課予防係 ☎ 63-1113

# 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。

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29年7月31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。

**申請場所** 保健介護課介護保険係

**持参物** 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、通帳等の写し  
※配偶者がいる方は配偶者の預貯金等も確認しますので、通帳等の写しを添付して下さい。

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（世帯を分離している配偶者を含む）が市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（世帯を分離している配偶者を含む）が市民税非課税であって、合計所得金額+課税年金収入額+非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（世帯を分離している配偶者を含む）が市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。

また、社会福祉法人等利用者負担軽減対象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。

※宿毛市公式ホームページ内においても、上記の申請書をダウンロードできます。

【問】保健介護課介護保険係 ☎ 63-1113

## 精神保健福祉相談

精神障害者または精神障害の疑いのある方やそのご家族に対し、精神科医師による相談を開催します。

**日時** 8月17日(木) 13時30分～15時30分

**予約締切** 8月3日(木)

**場所** 高知県幡多福祉保健所

※電話にてご予約ください。

**定員** 2件

**主催** 高知県幡多福祉保健所

【問】高知県幡多福祉保健所健康障害課 ☎ 0880-34-5124

# 健やかな生活を送るために 後期高齢者健康診査を受診しましょう

後期高齢者健康診査では、血液や尿検査などを実施しており、皆さんの健康状況を知る良い機会となっています。生活習慣病などが発見された場合は、早期に、適切な治療を受けることで、病気の重症化を予防することができます。

**対象者** 高知県後期高齢者医療の被保険者の方  
※ただし、長期入院中の方、施設等への入所者の方は対象外となります。(長期入院患者や施設入所の方は、すでに健康状態を把握され、医師や施設管理者等の指導を受けていると考えられることから、健診の対象から除いています。)

- ①下記のア～ウの方には、受診券を事前送付します。  
ア. 生活習慣病で通院中でない健診対象者の方  
イ. 昭和16年4月1日～昭和17年3月31日生まれの方  
ウ. 平成28年度に健診を受けられた方  
②①以外の方は、申し込みにより受診券が発行され、健診を受けることができます。

**自己負担** 無料

**受診回数** 平成29年4月1日～  
平成30年3月31日の期間内に1回

**受診方法** 集団健診…保健介護課に申し込み  
個別健診・人間ドック…各実施医療機関へ申し込み

**持参物** 被保険者証、受診券、問診票

**検査内容**  
身体計測…身長・体重・肥満度を測定  
血圧測定…血圧を測定  
血液検査…血糖・コレステロール・肝機能・腎機能・痛風などの検査  
尿検査…尿たんぱく・尿糖などの検査  
その他…問診や診察など

**健診結果** 後日、郵送

【問】保健介護課 ☎ 63-1113

## 幡多総合庁舎に 手話通訳者を配置

平成29年4月から、幡多総合庁舎内に手話通訳者が配置されました。手話通訳者は、聴覚や音声・言語に障害のある方が、地域で安心して暮らすことができるよう、手話を用いてコミュニケーション支援を行います。お気軽にご相談ください。

### 業務内容

手話通訳および聴覚障害者全般にわたる相談・支援の窓口、関係機関との同行通訳、聴覚障害者の実態調査および防災対策に関すること

**開設日** 月・水・木曜日の9時から17時  
(祝日、年末年始を除く)

**相談** 無料

【問】幡多総合庁舎1階幡多福祉保健所内  
☎・FAX 0880-34-9633

休日市税納付窓口開設日			
月	日	場所	開設時間
7	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
7	13(木)	市役所税務課	17:15～19:00
	27(木)		

## 幡多地域に在宅歯科 連携室ができました

～訪問歯科診療のことならまずお電話を～

在宅歯科連携室では日ごろ、高齢や障害等の理由で歯科診療所に通院できない方々がいつまでも口から食べ続けられるよう、在宅で歯科診療が受けられるように相談窓口を開設し、必要に応じて歯科衛生士が事前訪問します。

※相談・歯科衛生士の事前訪問は無料。

訪問歯科診療は医療保険が使えます。在宅の形態によって一部に介護保険が適用されます。

【問】高知県歯科医師会幡多地域在宅歯科連携室  
☎ 0880-34-8500  
(月～金曜日 9時～17時 祝日を除く)

固定資産税	2期	7/31 (月) 納期限
国民健康保険税	1期	
介護保険料	1期	
後期高齢医療保険料	1期	
高知けいば	7月	1・2・8・9・16・17・22・23・29・30
パルス宿毛	8月	5・6・19・20・26・27
<small>(ホームページ) <a href="http://www.keiba.or.jp">http://www.keiba.or.jp</a> (i-mode) <a href="http://www.keiba.or.jp/i/">http://www.keiba.or.jp/i/</a></small>		

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
18(金)	宿毛市総合社会福祉センター	9:15～9:35
25(金)	宿毛市総合社会福祉センター	9:15～9:35

【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
2(水)	宿毛文教センター	12:15～13:30

成人保健

【肺がんおよび胸部レントゲン検診】

日	場 所	受付時間
1(火)	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	10:50～11:10
28(月)	宿毛文教センター	17:30～18:00

【赤ちゃん広場】

日	場 所	実施時間
3(木)	東平コミュニティセンター	9:30～11:30
14(月)	地域子育て支援センター	9:30～11:30
22(火)	宿毛市総合社会福祉センター	9:30～11:30

【離乳食講習会】 対象児に個人通知します

日	場 所	受付時間
23(水)	宿毛文教センター	12:40～12:50

【健康相談】

日	場 所	実施時間
4(金)	鶴来島離島センター	8:30～11:00
8(火)	田ノ浦集落センター	13:30～15:00
9(水)	藻津集会所	14:00～15:30
23(水)	宿毛文教センター	10:00～11:30
24(木)	沖の島開発総合センター	10:00～11:30
24(木)	弘瀬老人憩いの家	13:00～14:30
25(金)	鶴来島離島センター	8:30～11:00

- 毎回、血圧測定のほか、ミニ講話、いきいき百歳体操を実施しますので、健康手帳を持参してください。
- 健康相談はどこの場所でも受けることができます

【セット健診】 特定健康診査・各種がん検診 ※各健診とも、単独での受診が可能です。

日	場 所	受付時間				
		肺がん検診および胸部レントゲン検診	胃がん検診	特定健康診査／前立腺がん検診／大腸がん検診	子宮頸がん検診	乳がん検診
1(火)	宿毛文教センター	8:00～9:30	8:00～9:00	9:00～10:00 13:30～14:30		
9(水)	宿毛文教センター				9:00～10:30 13:00～14:00	完全予約制 完全予約制
28(月)	宿毛文教センター	17:30～18:00		18:00～19:00		

※乳がん検診は完全予約制ですので、受付時間は申し込みされた方に個別に通知します。

各種検診の結果について

下記の実施日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
肺がんおよび胸部レントゲン検診	5月20日(土)
胃 が ん 検 診	6月6日(火)
大 腸 が ん 検 診	5月24日(水) 回収分
前 立 腺 が ん 検 診	6月6日(火)

【問】保健介護課保健衛生係 ☎ 63-1113

心の健康相談のお知らせ

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 宿毛市保健介護課 健康指導係 ☎ 63-1113
- 談 幡多福祉保健所 健康障害課 精神保健福祉担当
- 窓 ☎ 0880-34-5124 (直通) ☎ 0880-35-5979
- ☐ お酒の悩みごと相談
- 【 幡多断酒会 大江 拓 ☎ 090-1173-4672

# 宿毛市行事予定表

平成29年 7月

日	曜日	行事名	開始時間	場 所	問い合わせ先	
1	土	子ども将棋教室	9:00	宿毛文教センター	中央公民館 ☎ 63-2618	
2	日	第45回 四国王座杯 幡多予選 (軟式野球)	9:00	宿毛市野球場	総合運動公園 ☎ 66-1467	
		2017 宿毛ミニフットサル夏季大会	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467	
4	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
			総決起集会	15:30		
			啓発パレード	15:50		
			リーフレット等配布	16:20		
9	日	体育協会バドミントン大会	8:30	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467	
		第32回 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	
10	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	10:00	宿毛幼稚園	宿毛幼稚園 ☎ 63-2914	
11	火	1日行政相談所	10:00	沖の島支所	総務課 ☎ 63-0948	
		ゲートキーパー研修会	13:30	宿毛文教センター	保健介護課 ☎ 63-1113	
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	
15	土	「部落差別をなくする運動」 強調旬間記念事業	ビデオ上映(子ども対象)	9:30	宿毛文教センター	人権推進課 ☎ 62-0225
			記念講演	9:40		
			人権啓発パレード	11:40		
16	日	SOMPO ボールゲーム フェスタ 2017in 宿毛	小学1~3年生 9:00 小学4~6年生 13:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467	
		地域災害支援ナース育成研修	9:00	幡多けんみん病院	(公社)高知県看護協会 ☎ 088-844-0678	
		親子お料理教室	10:00	宿毛文教センター	中央公民館 ☎ 63-2618	
17	月・祝	海の日清掃活動	8:00	威陽島公園・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	
		写真展「幡多の野鳥 2017」(～24日)	9:00	宿毛文教センター	高知野鳥の会 ☎ 090-7145-0523	
		第21回 田所杯卓球大会	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467	
18	火	出張年金相談	10:00	市役所(市民課で受付)	市民課 ☎ 63-1112	
		献血	15:30～17:00	宿毛警察署	保健介護課 ☎ 63-1113	
19	水	献血	9:00～12:00	宿毛市役所	保健介護課 ☎ 63-1113	
			13:15～15:30			
20	木	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	
		通学路安全の日		市内全域	青少年育成センター ☎ 63-4197	
		第1回 食良くはっぴい教室	10:00	宿毛文教センター	保健介護課 ☎ 63-1113	
21	金	幡多圏域都市計画区域マスタープラン改定案の 公聴会	14:00	宿毛文教センター	高知県土木部都市計画課 ☎ 088-823-9846	
		認知症市民講座「認知症と画像診断」	14:00	聖ヶ丘病院	聖ヶ丘病院 ☎ 63-2146	
22	土	ミズノサマーカップ U18IN 黒潮・宿毛 2017 (高校サッカー)(～24日)	22日 12:30	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467	
			23・24日 9:00			
23	日	第1回 協会杯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	
		休日市税納付窓口開設日	9:00	市役所税務課	税務課 ☎ 63-1115	
		和太鼓倭-YAMATO 高知公演	14:00	宿毛市総合 社会福祉センター	宿毛市倭-YAMATO 実行委員会 ☎ 090-5144-5885 魂源堂-KONGENDO ☎ 0744-54-5531	
24	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	10:00	宿毛幼稚園	宿毛幼稚園 ☎ 63-2914	
		夏休みスポーツ教室「バレーボール」(1回目)	13:30	和田体育館	総合運動公園 ☎ 66-1467	
25	火	宿毛市長期浸水対策訓練	9:30	宿毛湾港新田緑地(宿毛 クリーンセンター西側)	危機管理課 ☎ 63-0951	
		1日行政相談所	13:00	宿毛文教センター	総務課 ☎ 63-0948	
26	水	Blue Wave KING OF SUMMER BATTLE IN 黒潮・ 宿毛 2017 (高校サッカー)(～28日)	26日 12:30 27・28日 9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467	
		子ども陶芸教室(～27日)	13:30	宿毛文教センター	中央公民館 ☎ 63-2618	
		夏休みスポーツ教室「バドミントン」(1回目)	13:30	和田体育館	総合運動公園 ☎ 66-1467	
27	木	夏休みスポーツ教室「バスケットボール」(1回目)	15:00	和田体育館	総合運動公園 ☎ 66-1467	
		夜間市税納付窓口開設日	17:15	市役所税務課	税務課 ☎ 63-1115	
29	土	キッズ防災キャンプ～備えよ、自分たちの未来～ (～30日)		山里の家	(公社)宿毛青年会議所 ☎ 63-3484	
		ミニバスケットボール SUKUMO SUMMER CUP 2017(～30日)	9:00	宿毛市総合運動公園	総合運動公園 ☎ 66-1467	
30	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	
		第39回 西日本大会 2部幡多予選(軟式野球)	9:00	宿毛市野球場	総合運動公園 ☎ 66-1467	
		子どもフェスティバルすくも	10:00	宿毛文教センター	中央公民館 ☎ 63-2618	
31	月	子ども陶芸教室(～8月1日)	13:30	宿毛文教センター	中央公民館 ☎ 63-2618	
		夏休みスポーツ教室「バレーボール」(2回目)	13:30	和田体育館	総合運動公園 ☎ 66-1467	



# 平成29年夏休みスポーツ教室 夏のアドベンチャー 「カヌー in 松田川」



## カヌー

参加対象 小学生（子どもだけの参加は不可）  
定員 13組（定員になり次第締め切り）  
持参物 帽子、着替え、濡れてもよい服装、お弁当  
申込期間 7月12日（水）～7月20日（木）

## バレーボール・バドミントン・バスケットボール

参加対象 小学生 申込締切 7月20日（木）  
持参物 タオル、飲料水等、上履き  
※動きやすい服装でご参加ください。また、体育館で行う種目は、参加申込者が10名以下の場合、教室を中止することもあります。

種目	開催日	時間	場所	参加費
カヌー	7月30日	9時～16時頃	松田川親水公園～咸陽島	500円
バレーボール	7月24日、31日 8月7日、21日、28日	13時30分～16時30分	和田体育館	1回 100円
バドミントン	7月26日 8月2日、9日、23日、30日	13時30分～16時30分	和田体育館	
バスケットボール	7月27日 8月3日、10日、17日、24日	15時～18時	和田体育館	

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1度ご加入いただくと翌年3月31日まで有効です。学習中の傷害等につきましては、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。

【問】総合運動公園 ☎66-1467

# 第32回笹平キャンプ場開き

**日時** 7月9日（日） 10時 **場所** 笹平キャンプ場

松田川上流の橋上町楠山で、第32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。

【主催・問】楠山あけぼの会 ☎64-7027

## 高知県立宿毛工業高等学校

### 親子ものづくり体験講座にチャレンジ!!

**日時** 8月5日（土） 9時～12時（集合 9時）  
**場所** 高知県立宿毛工業高等学校

**定員** 各講座10組・先着順  
**参加費** 1組500円  
**対象者** 小学生以下の親子  
※子ども1名につき、保護者1名



### 講座内容

- 1 廃タイヤを使ったサンダルをつくろう!
- 2 手作りキャンドルをつくろう!
- 3 スライド式フックスタンドをつくろう!
- 4 LEDルーレットをつくろう!
- 5 光るうちわをつくろう!

**受付期間** 7月6日（木）～7月13日（木）  
（土・日・祝日を除く、9時～17時）

※電話にてお申込みください。  
※募集は先着順、定員になり次第締め切ります。  
※準備の都合上、内容が変更になる場合があります。

【申・問】高知県立宿毛工業高等学校 ☎66-0346