

広報

なかいとせ

2023

7

No.211

大野見「四万十源流の里」で撮影した

キャンピングトレーラーとホテル

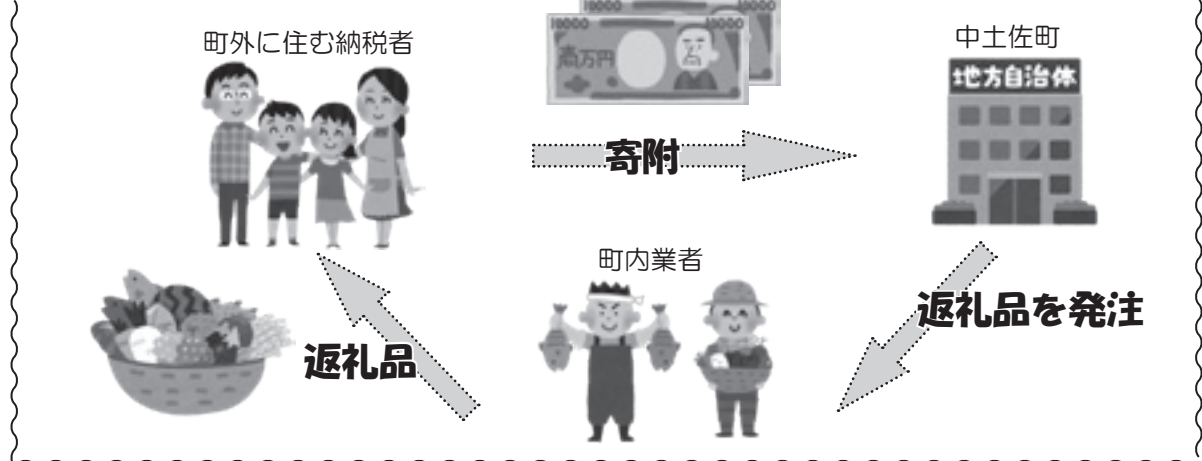
※複数枚の画像を合成しています。

ふるさと納税で、中土佐町を元気に！

「ふるさと納税」とは？

「ふるさと納税」は、生まれた故郷や応援したい自治体に対して寄附をすることです。寄附をすると、税金の控除の対象となったり、お礼としてその自治体から「返礼品」をもらえる場合があります。※中土佐町へふるさと納税できるのは、中土佐町外在住の方です。

《ふるさと納税のしくみ》



中土佐町では、ふるさと納税の返礼品として町産品をお送りすることで、産業の活性化と町のPR、他にも町の様々な事業に役立てられています！

▼主な返礼品一覧



(寄)(附)(金)の使い道

遊具を設置

上ノ加江にある小草ふれあい公園パークゴルフ場の遊具も寄附金を使って設置したものです。町内だけではなく町外の方々にもご利用頂いています。



高齢者等家庭ごみ戸別収集



高齢者等でごみステーションまでごみを出しに行くことが困難な家庭について戸別収集をおこなっております。

ほかにもさまざまな事業に使われています！

図書購入事業、ひとり親家庭医療費助成事業、子どもセンター整備事業、学童保育事業、間伐等森林整備促進対策事業費補助金、健康パスポート事業、高齢者等家庭ごみ戸別収集事業、・集落活動センター整備事業、商店街等振興計画推進事業、・観光拠点施設運営事業 など

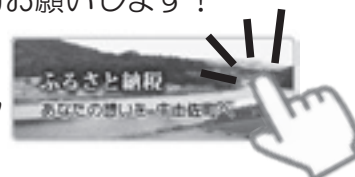
ふるさと納税を通じて、中土佐町の特産品や魅力を発信することができます。

みなさんからお構いなく範囲でかまいませんので、町外に住むご家族や、ご友人、お知り合いの方に中土佐町のふるさと納税を紹介していただくと中土佐町の魅力をもっともっと感じていただけたと思います。

中土佐町を元気にするために、ぜひふるさと納税の周知にご協力をお願いします！

ふるさと納税についての詳細は、

▼中土佐町ホームページ ➡ ふるさと納税のバナーをクリック
(URL:<https://www.town.nakatosa.lg.jp/>)



出品者募集！

～商品 PR・販路拡大に～ 中土佐町ふるさと納税に出品してみませんか？

中土佐町では、ふるさと納税寄附のお礼として返礼品の送付を行っています。

地域特産品の PR と町の産業活性化のため、返礼品の提供を行う協力事業者を募集しています。インターネット等を活用した広告を行っておりますので、宣伝や販路拡大のために、ぜひ利用してください。

●募集する返礼品の要件

中土佐町内で生産、加工、提供されている地域特産品やサービスなど。(詳細はご相談ください)

●返礼品の価格

販売価格が返礼率で 3 割以内となるように調整します。

●協力事業者の役割

返礼品の発送(準備・梱包・発送など)、代金の請求ほか。

●申し込み

合同会社 YUEN MAIL : furusato@yuens.jp

郵送：〒789-1302 高岡郡中土佐町上ノ加江 5624-1-2F



4 月からふるさと納税の業務委託先が替わりました！

■会社情報：合同会社 YUEN 代表 泉 遊生

■業務内容：寄附募集サイトの運営、発注・配送管理

寄附者問い合わせ管理、返礼品提供事業者支援

商品発掘・開発支援など

上ノ加江
小学校

児童 24 人

こども情報局

梅とりに挑戦

5・6年生は、5月の中旬に梅とりをしました。保育園の前にある梅の木で、高い位置にある梅は、きятたつを使って取りました。

カゴに梅を入れて、カゴいっぱいになったら大きいふくろに入れました。わたしも、きятたつにのって梅を取ったけれど、梅がたまっていくのが楽しかったので、カゴを持っている方がよかったです。

次の日に梅のヘタを全部取りました。つまようじでやっていたけれど、コンパスの先を使って取る方が、

やりやすかったです。全部の梅のヘタを取ったら、家庭科室で梅をあらいました。それから、梅をほして、梅シロップを作りました。

プールそうじの後に梅シロップをたくさん割って飲みました。暑くてつかれていた体にしみて、とてもおいしかったです。水だけ飲んでいる人もいたけれど、梅シロップもあまくて、自分たちが作ったのだからよけいに、おいしく感じました。

上ノ加江小学校 6年 出未 夢音



茶娘デビュー 楽しい茶摘み

大野見
中学校
生徒 14 人

私達 14 人は 5 月 9 日に吉岡さんの茶畑を借りて茶摘みを行いました。私達の目標は「全体で 50 kg 以上～一芯三葉一つ残らず摘みつくそう～」でした。

当日は天気にも恵まれ茶摘みを開催することができました。

2・3 年生は 2 回目の茶摘みで去年よりも 1 g でも多く摘むことができるよう集中して取り組みました。1 年生は初めての茶摘みで緊張していましたが先輩を見習って摘んでいました。

今年度は 1・2 年生の女子が茶娘の衣装を着て摘みました。慣れない様子でしたが一生懸命摘んでいる姿を見てとても初々しく感じました。

みんなと話しながらか楽しく摘むことができ、1 年生のみんなと仲を深めることができたので良かったです。

今回の茶摘みはたった 14 人で 17 kg 摘むことができ、嬉しかったです。来年は 50 kg 達成できるように頑張っ

て欲しいです。また、伝統文化を継承できたので良かったです。
今回摘んだ茶葉はしんまいフェスタで販売する予定です。また、風工房さんとコラボスイーツを作って販売する予定です。これからの活動がとても楽しみです。

生徒会役員（分島 遙希 岡村 心寧 田上 蒼空）

町内一斉清掃を

行いました

まちの話題

6月11日に今年で49回を迎えた町内一斉清掃、町民の皆様
の協力のもと、清掃作業を行うことができました。

久礼・上ノ加江地区におきましては下排水路の清掃を重点的に実施しました。大野見地区は、道路、河川ぶち、
矢井賀地区は河川、浜辺の清掃を実施し、可燃物と不燃物を回収しました。全般的にゴミの量は減少傾向にあり、
町民の皆様の環境に対する意識の向上の結果だと思われます。

また、当日お世話になりました建設業者の皆さん、消防団員の皆さんお疲れ様でした。

これからも環境に対するご理解とご協力よろしくお願いいたします。

(町民環境課)



久礼大正町市場の魚屋さんが教えてくれる！

久礼のかっお学校【SDGs な久礼かっお編】



6月15日に、教育委員会と久礼大正町市場が共同し、久礼小
学校6年生へかっおを学ぶ授業を行いました。講師は、久礼大正
町市場『田中鮮魚店』田中隆博社長で、かっおの歴史やSDGs目
標12『つくる責任、つかう責任』の取り組みについて学びました。

授業では、ゴシ（食べるには不味いかっお）を鰹節にしている
ことや、食べられない部位がエサや堆肥として再利用されている
ことなどの説明がありました。

食べない部分をエサとして使っていると聞いた児童は、「かっお
の頭をエサにするやつ知っちゃう！みんなやりゆうがって！」とリアクションし、それを聞いた田中社長は、
児童の知識の豊富さに驚いていました。

また、ゴシを加工した鰹節とかっおの堆肥を活用して作った、中里自然農園さんの生とうもろこしの試食が
ありました。試食した児童は「美味しい」と言いながら口元をほころばせ、生とうもろこしを食べた児童は、「り
んごの味がする！梨の味もする！」と、フルーツのような甘さに驚愕していました。

感想文には、「かっお一つで全部の部位を活用できるのは最高のSDGsだと思いました。これからも久礼をか
っおの町にしていってほしいです。」というコメントもあり、田中隆博社長の「自然と一緒に楽しく暮らすこと
が豊かである」という思いが児童たちにとっても伝わった授業だと感じました。

今回かっおの知識を学んだことで、未来のある子ども達に中土佐町のかっおの歴史をつないでいてほしいと
思います。

(事務局)



ファーストスプーン
作ったよ♪

まちの話題



中土佐町在住の妊婦・乳幼児の保護者を対象に、6月29日にこどもセンターでファーストスプーンづくりを行いました。「木の手触りや木のぬくもりを感じられた」や「木のおもちゃで遊ばせたい、木に関わることを教えたい」といった感想もいただきました。

当日は託児スペースもあり、作業中はこどもセンターの職員などがお子さんを見守るなか、お母さんたちは作業に熱中することができました。

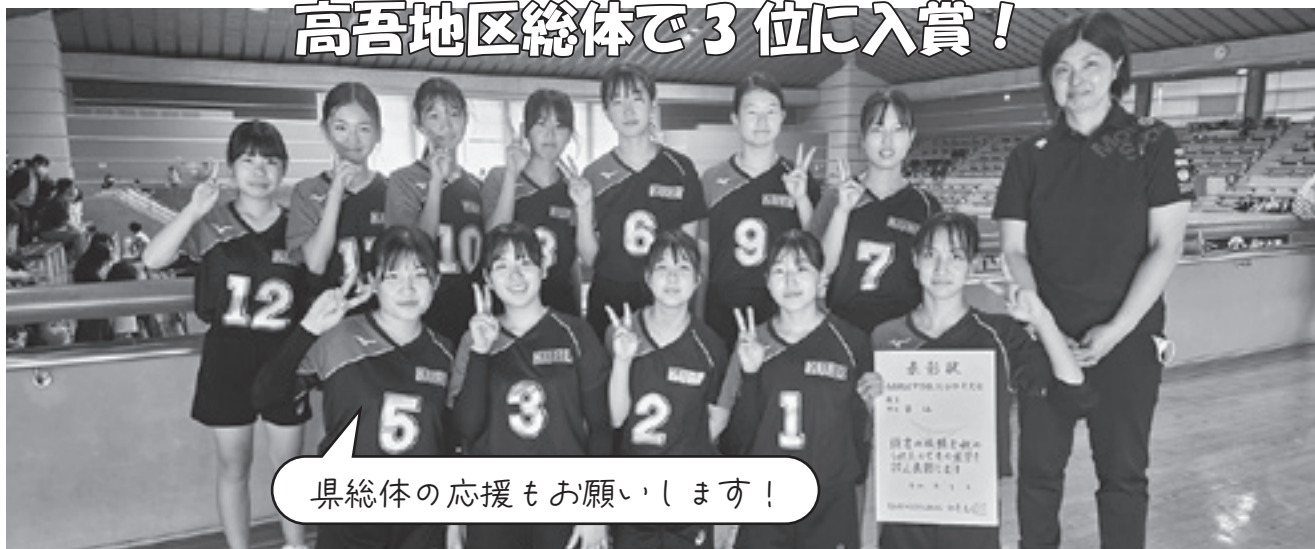
※ファーストスプーンとは…産まれた子どもにスプーンを贈ると「一生食べ物に困らない」、使うと「幸せになれる」というヨーロッパの風習で「お食い初め」と同じ願いが込められています。

※このイベントには緑の募金及び森林環境譲与税が使われています。

(農林水産課)

久礼中学校バレーボール部

高吾地区総体で3位に入賞！



県総体の応援もお願いします！

6月10日・11日に開催された、高吾地区総合体育大会において、久礼中学校バレー部が、見事3位に入賞し、県総体への切符をつかみとりました！18チームが参加し、1日目はリーグ戦、2日目はトーナメント形で試合が行われ、どれも接戦でした。

3位入賞について、キャプテンの林 優樹菜さんは「みんなで頑張ったので嬉しかったです！」と感想を述べ、次の県総体に対しては「3年生が最後の試合に近づいているので悔いが残らないように精一杯頑張ります」と意気込んでいました。

久礼中学校のバレー部の皆さん、3位入賞本当におめでとうございます。県総体も頑張ってください！心より応援しています！

(事務局)



行政報告



6月7日開会の中土佐町議会定例会で、池田町長は、当面の町の重要課題等について、次のように述べました。

●令和4年度一般会計の決算見込み

令和4年度は町民の皆様の安心で安全な生活の確保を推進するための事業や町勢浮揚に繋がる各事業を実施し、新型コロナウイルス感染症対応地方創生臨時交付金を活用した地域経済・住民生活の支援策にも積極的に取り組んできた。一般会計決算は歳入合計74億8771万9660円で歳出合計が70億4322万4861円、形式収支は4億4449万4799円の黒字、実質収支は1億5193万7799円となる見込み。このうち8千万円を財政調整基金に積立し、残る7193万7799円を令和5年度の繰越金としたい。基金残高は、財政調整基金20億1382万9847円、減債基金9億3586万3248円を含め総額54億2773万2941円の見込み。介護保険特別会計、後期高齢者医療特別会計、農業集落排水事業特別

会計は黒字見込みだが、国民健康保険特別会計は一般会計から4235万7994円を繰り入れる。簡易水道事業会計は収益的収入及び支出が1197万4874円の黒字、資本的収入及び支出が4862万3470円の赤字見込み。住宅新築資金等貸付事業特別会計は令和4年度で廃止する。日本経済は緩やかな回復基調だが、世界経済の下振れリスクや物価・エネルギー価格高騰が続いている。国・県の動向を注視しながら、補助金や基金等の財源を有効活用し、住民の皆様に真に必要な支援策を積極的に実施しつつ、効率的・計画的な財政運営に努めていく。

●防災対策について

(G-I-T訓練・公共建築賞)

直近数年は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、机上で行う「医療救護所開設」通称G-I-T訓練や「広域災害救急医療情報システム操作訓練」通称E-M-I-S訓練を定期的に続けてきた。今年はそれらと共に現場での実技訓練を再開したい。このたび第1号津波避難タワーが第18回公共建築賞にて優秀賞を受賞、同タワーに対する地域社会への貢献性や日々の施設管理・保全が高く評価された。

●上ノ加江川の整備について

2年連続で上ノ加江地区へ甚大な浸

水被害をもたらした上ノ加江川の整備に関する地元説明会が5月22日に上ノ加江農業構造改善センターで開催され、約30名の地元の方々が出席、県担当者の説明と活発な意見交換がなされた。県の方針は、河川の越水や床上浸水被害を出さない河川整備を目指し、パラペットの嵩上げや河川法線の是正、河道の拡幅等の整備に加え、約2万㎡の調整池を新たに整備、計画延長は約1300mで着手準備が整った区間から順次工事に取り掛かる予定。

●新型コロナウイルスワクチン接種

新型コロナウイルスは現在も患者数が一定数報告され、政府は引き続き公費でのワクチン接種を実施する。本町では5月13日から町内医療機関での接種が始まった。今年度は接種時期5月から8月末までを「春開始接種」、9月から来年2月末までを「秋開始接種」と区別し、「春開始接種」の対象者は65歳以上の高齢者と基礎疾患のある若年層、「秋開始接種」は春の接種者向けに年内2回目接種とそれ以外の若年層が対象。

●マイナンバーカードを活用した

公共交通利用実証実験

65歳以上の方が対象の「高齢者外出支援・路線バス無料化事業」いわゆる「バスパス事業」は、多

くの皆様にご利用いただく一方、無料乗車証利用報告書の手間が大きな負担で、簡易な方法で利用できないか要望があった。昨年11月に高知県よりマイナンバーカードを活用したバスパス運用の公共交通利用実証実験事業が提案され、本町を実証実験事業のフィールドとして実施する運びとなった。同実験では、利用者及びバス事業者の作業等が省力化されると期待され、開始時期は本年10月1日を予定している。

●かつお祭

5月21日の日曜日に第32回かつお祭を実施、昨年に続き事前予約制で受け付けたところ、わずか2日後に定員に達した。平成2年6月にスタートしたかつお祭も社会環境は大きく変化し、実行委員会の議論でも開催方法を見直すべきとの結論に達した。具体的には、一会場だけでなく久礼の街中に面的な広がりを持たせ、一定の期間を定めて開催する方法で、大正町市場ではかつお祭にあわせてフェアを開催、多くのお客様に各店舗が趣向を凝らした料理やおもてなしを楽しんでいただいた。この取り組みをモデルケースとし、伝統あるかつお祭を進化存続していきたい。

職員採用資格試験実施案内

1. 職種及び採用予定人数

【初級事務】 若干名 【初級土木】 若干名 【保育士】 若干名 【保健師】 若干名 【社会福祉士】 若干名

2. 受験資格・要件

【初級事務】

- (ア) 昭和 63 年 4 月 2 日から平成 18 年 4 月 1 日までに生まれた人で、学校教育法に基づく高等学校卒業者又は同等の学力を有する人（令和 6 年 3 月 31 日までに卒業見込み可）
- (イ) 昭和 63 年 4 月 2 日から平成 18 年 4 月 1 日までに生まれた人で、下記のいずれにも該当する人
- ・ 障害者手帳の交付を受けている方（身体障害者手帳、療養手帳、精神障害者保健福祉手帳など）で活字印刷文による出題及び口頭による試験（面接）に対応できる人

【初級土木】

昭和 63 年 4 月 2 日から平成 18 年 4 月 1 日までに生まれた人で、土木の専門課程を修得している人（令和 6 年 3 月 31 日までに当該専門課程修得見込み可）

【保育士・保健師・社会福祉士】

昭和 63 年 4 月 2 日以降に生まれた人で、保育士・保健師・社会福祉士の資格を有する人（令和 6 年 3 月 31 日までに当該資格取得見込み可）

【共 通】

中土佐町に居住しているか又は採用後、町内に居住できる人（ただし、特別の事情がある場合を除く）

※次のいずれかに該当する人は受験できません。

- ①日本国籍を有しない人
- ②地方公務員法第 16 条に規定する欠格条項に該当する人
 - ・ 禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまで又はその執行を受けることがなくなるまでの人
 - ・ 中土佐町職員として懲戒免職の処分を受け、当該処分の日から 2 年を経過しない人
 - ・ 日本国憲法又はその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成し、又はこれに加入した人

3. 1 次試験

【日程及び試験会場】 令和 5 年 10 月 15 日（日） 9 時開始（8 時 30 分集合）
中土佐町役場 会議室（予定）

【試験内容】

初級事務及び保育士

①	教養試験	択一式 40 題	2 時間	時事、社会・人文に関する一般知識及び文章理解、判断・数的推理、資料解釈に関する能力をみるもの
②	事務適性検査	択一式 100 題	10 分	事務職員としての適応性を、正確さ・迅速さ等の作業能力の面からみるもの
③	性格特性検査	択一式 150 題	20 分	公務員に求められる 6 つの資質について、性格特性をみるもの

初級土木

①	教養試験	択一式 40 題	2 時間	時事、社会・人文、自然に関する一般知識及び文章理解、判断・数的推理、資料解釈に関する能力をみるもの
②	事務適性検査	択一式 100 題	10 分	事務職員としての適応性を、正確さ・迅速さ等の作業能力の面からみるもの
③	性格特性検査	択一式 150 題	20 分	公務員に求められる 6 つの資質について、性格特性をみるもの
④	専門試験（土木）	択一式 30 題	1 時間 30 分	数学・物理・情報技術基礎、土木基礎力学（構造力学、水理学、土質力学）、土木構造設計、測量、社会基盤工学、土木施工を問うもの

令和5年度 中土佐町

保健師及び社会福祉士

①	職務基礎力試験	択一式 75 題	1 時間 30 分	社会的関心と理解、言語的な能力、論理的な思考力を問うもの
②	職務適応性検査	択一式 150 題	20 分	社会人の職務・職場への適応性を性格傾向の面から検証する

【合格通知】

(ア) 中土佐町ホームページ (<http://www.town.nakatosa.lg.jp/>) へ掲載

(イ) 中土佐町役場掲示板への掲示

(ウ) 合格者への合格通知書の送付

4.2 次試験

令和5年11月12日(日) 予定

場所等、詳細については1次試験合格通知書にて連絡します。

5. 受験の手続

【受験申込期間】

令和5年7月14日(金) から令和5年8月31日(木) 17時15分まで

【申込方法】

下記提出先まで持参または郵送。締切日時必着

【申込書の受付及び提出書類】

受付場所	中土佐町役場（高知県高岡郡中土佐町久礼 6663-1）3 階 総務課 （土日及び祝祭日を除き、8 時 30 分から 17 時 15 分まで受付）
提出書類 ①②③ →全員 ④⑤ →該当者	① 受験申込書及び履歴書（証明写真貼付） ※町指定の様式です。中土佐町ホームページよりダウンロードしてご記入ください。 ② 履歴書に貼付したものと同一証明写真 1 枚（受験票貼付用） ※証明写真は 6 ヶ月以内に撮影したものに限る、裏面に氏名・撮影年月日を記入のこと ③ 最終学校の卒業証明書（卒業証書の写しでも可）又は卒業見込証明書 ④ 保育士・保健師・社会福祉士の資格を有する人は資格証明書 ⑤ 障害者手帳の交付を受けている場合は、当該障害者手帳の写し

※実施要領・受験申込書・履歴書は、中土佐町役場総務課、大野見振興局地域振興課及び上ノ加江支所にあります。

また、中土佐町ホームページ (<http://www.town.nakatosa.lg.jp/>) にも掲載しています。

※受験票は、申込書受付後順次送付しますが、申込書郵送後 2 週間以上過ぎても受験票が未着の場合は、中土佐町役場総務課までお問い合わせください。

※受験手続き等に関する問い合わせは、下記までご連絡ください。

6. 任用等

採用予定日は、原則令和6年4月1日です。

給与については、中土佐町一般職の職員の給与に関する条例等の規定により支給されます。

7. 申込書提出・問い合わせ先

中土佐町役場 総務課 人事給与係

〒789-1301 高知県高岡郡中土佐町久礼 6663-1

☎ 52-2211 FAX: 52-4511

避難所資機材を整備しました

上ノ加江地区自主防災会（会長・出来勇蔵さん）が主体となり、上ノ加江地区の8ヶ所の避難場所に資機材を整備しました。

これは、一般財団法人 自治総合センターが宝くじの社会貢献広報事業として実施する「コミュニティ助成事業」で、地域のコミュニティ活動の充実・強化を図ることにより、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上につなげるものです。

今回、津波の避難場所となる7ヶ所に加え、大川内集会所を合わせた8ヶ所にある倉庫に、ガスボンベで利用できる発電機・投光器・コードリール・ラジオ・ソーラーパネル付ランタンが整備されました。

上ノ加江地区自主防災会ではこれまでも、地区内の防災倉庫の点検や資機材の補充等を行っており、大規模地震や津波の避難場所として必要な資機材がかなり充実してきたところです。出来会長は、「今回の整備で、一昼夜をしのぐことのできる程度の装備は揃ったと考えているところですが、まだまだ完全とは言えません。今後も装備の充実を図りますが、一番大切なことは、せっかくの資機材の使い方を多くの人が知ることです。今後も防災訓練等、積極的なご参加をお願いします。」と、この日の搬入に協力してくれた防災会のみなさんに伝えていました。

今回の資機材整備をきっかけに、地域での防災訓練（避難訓練・避難所運営訓練など）を通じて、さらに多くのみなさんに防災意識を高めてもらうことができればと考えています。

【問い合わせ先】 危機管理室 ☎ 52-2211



「楽しく学ぶ防災」が始まっています

危機管理室では、愛知県のボードゲームに関する事業を展開している「フダコマ広場」さんが制作した防災ボードゲーム「LIFE」を購入しました。

これは、順位や勝敗を競うゲームではなく、3～6人の参加者が協力して、誰一人脱落せず、全員で災害を乗り越える協力型ゲームとなっています。

防災でもっとも重要な「自分でまもる・自助」と「協力して助け合う・共助」を、ゲームを通じて学ぶことができると考え、学校や自主防災会での学習会用に6セットを準備しています。

ルールの説明にもお伺いしますので、興味のある方は、ぜひ危機管理室までご一報ください。

【問い合わせ先】 危機管理室 ☎ 52-2211



行政からのお知らせ

令和 5 年度住民税均等割非課税世帯等の皆さまへ

令和 5 年度中土佐町低所得世帯支援給付金（3 万円 /1 世帯）のご案内

●令和 5 年度中土佐町低所得世帯支援給付金（**1 世帯あたり 3 万円**）は、食費等の物価高騰による影響を受けている低所得世帯（住民税均等割非課税世帯や令和 5 年 1 月から 9 月までに家計急変のあった世帯）を支援する給付金です。給付金を受給するためには、次の手続きが必要です。

給付金の支給額

1 世帯あたり 3 万円

*支給された当該給付金は差押禁止及び非課税の対象となります。

支給対象

【注意】住民税が課税されている方から税法上扶養されている扶養親族等のみからなる世帯は対象外になりますので、ご了承ください。

令和 5 年 6 月 1 日時点で中土佐町に住民登録されており、
世帯全員が令和 5 年度
「住民税均等割が非課税」
の世帯

令和 5 年 6 月 1 日時点で中土佐町に住民登録されており、令和 5 年 1 月～9 月の収入が減少し、
世帯全員が
「住民税均等割非課税相当」
の方と同様の事情にあると認められる世帯（家計急変世帯）
※詳しくはお問い合わせください。

確認書または申請書の提出が必要です

該当と思われる世帯には、7 月下旬に確認書をお届けする予定です。

【必要事項にご記入の上、同封の返信用封筒でご返送をお願いします。】

確認書返送期限・申請期限
令和 5 年 10 月 31 日（火）まで

*以下の世帯は、確認書のお届けができないため、別途申請が必要になりますので、詳しくはお問い合わせ下さい。

- ・令和 5 年 1 月 2 日以降に転入した方がいる世帯
- ・令和 5 年度住民税が未申告である方がいる世帯
など

申請書は、中土佐町ホームページ（<https://www.town.nakatosa.lg.jp/>）でダウンロードできます。
または、中土佐町役場総務課・大野見振興局地域振興課・上ノ加江支所に配置しています。

申請書の提出が必要です

申請期限

令和 5 年 10 月 31 日（火）まで

申請書は、中土佐町ホームページ（<https://www.town.nakatosa.lg.jp/>）でダウンロードできます。または、中土佐町役場総務課・大野見振興局地域振興課・上ノ加江支所に配置しています。

【注意】定年退職など収入が減収することが、あらかじめ明らかな月の収入減収により給付を申請した場合、支給対象にならない場合がありますので、ご了承ください。

【問い合わせ・提出先】

中土佐町役場 3 階 総務課 低所得者世帯支援給付金係

☎ 52-2211

行政からのお知らせ

皆さん「事業承継」の準備は進んでいますか？

【経営者の皆さん、60歳になったら準備を！】

事業承継の取組は、後継者の育成も含めると5年から10年かかるとされており、早期かつ計画的な取り組みが必要です。経営者の皆さん、60歳を過ぎたら準備をはじめましょう。

まずは、事業承継に関する公的な無料相談窓口である高知県事業承継・引継ぎ支援センターやお取引金融機関、顧問税理士等にご相談ください。

専門家のサポートを受けながら、県の補助金や融資制度等の支援制度を活用し、徐々に事業を引き継いでいくことをお勧めします。

【事業の拡大を目指す経営者の皆さん、起業・創業を希望される皆さん】

中山間地域で経済や雇用を支えている、地域に必要な事業を引き継いでみませんか？

高知県では令和5年度から新たに、事業承継（M & A）の買い手の方に向けて、中山間地域で地域に必要と認められる事業を引継ぐ際の、事業の買収に係る費用と、承継後の取組に係る費用を支援する補助金をスタートしました。

補助金を利用することで、費用負担を抑えて事業を引継ぐことができますので、活用をご検討される方は、高知県事業承継・引継ぎ支援センター又は高知県経営支援課へご相談ください。

○県の補助金、融資制度については高知県経営支援課ホームページをご覧ください。

URL : <https://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/150401/2022111800018.html>



【事業承継に関する無料相談窓口】

高知県事業承継・引継ぎ支援センター ☎ 088-802-6002

【補助金・融資制度についてのお問合せ】

高知県商工労働部経営支援課（事業承継・診断担当） ☎ 088-823-9697

E-mail : 150401@ken.pref.kochi.lg.jp

空き家相談会を開催します



空き家の未来、地域の将来、
一緒に考えてみませんか？



「県外から帰省したご家族と一緒に相談したい」「仕事が休みの日に相談したい」等、役場開庁日に相談に来ることが難しいとのお声にお応えするため、お盆の期間中に空き家相談会を開催します。※役場まちづくり課窓口でも、随時相談を受け付けています。

日時：8月13日（日）9時～15時

場所：ぜよびあ2階

対象者：中土佐町内に空き家を所有・管理されている方や、そのご家族

相談内容：賃貸、売買、改修、解体、維持管理、荷物整理 等

受付期間：8月10日（木）まで

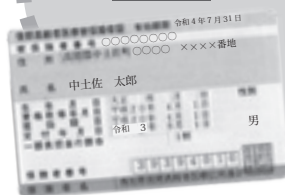
予約：必要

【申込・問い合わせ先】まちづくり課 ☎ 52-2365

行政からのお知らせ

後期高齢者医療

保険証の色が
黄色に変わります



8/1
から

7月下旬より
順次発送します!!

8月1日から使用する後期高齢者医療の保険証(カード)の色が、水色から黄色に変わります。

8月以降、病院にかかれる際は、保険証の有効期限にご注意ください。また、8月になっても保険証がお手元に届かない場合は、必ずお問い合わせください。

【問い合わせ先】町民環境課 ☎ 52-2213

小型船舶操縦士免許証 更新講習を開催します

【日 時】令和5年12月2日(土)

受付開始: 13時~

講習開始: 13時30分~



【開催場所】久礼浦分コミュニティセンター

【対象者】有効期限が令和7年2月末までの方

【申込】令和5年11月10日(金)まで

下記のものを久礼漁協に持参してください

【申し込み時に必要なもの】

1. 小型船舶操縦士免許証(写)
2. 写真2枚(縦4.5cm×横3.5cm)
3. 費用…更新 (有効期限内) 11,000円
失効再交付(有効期限切れ) 19,500円

下記の書類は該当者のみ必要

4. 住民票(住所変更等で記載事項に変更のある方)
5. 自動車運転免許証のコピー(操縦免許証を紛失された方)

【問い合わせ先】久礼漁協 ☎ 52-2111
農林水産課 ☎ 52-2471

環境ひとくちメモ

紙類の資源ゴミは「新聞・チラシ」「雑誌類」「ダンボール」をそれぞれ十字に縛って出してください。

これらのゴミは、ストックヤード施設で種類ごとに手作業で分別しています。作業を適正かつ円滑に行うために、皆様のご協力をお願いします。

また、**収集日に雨が降っている場合、その日の収集は中止となります。**収集中止の場合、**当日の朝7時30分ごろ**に放送を行います。(大野見地区では7時30分ちょうどにラジオ体操が流れるため、ずらして放送を行います。)

雨の多い季節となりました。雨に濡れてしまったものは資源化できなくなってしまいます。紙類を無駄なく資源化できるよう、ご協力をお願いします。

【問い合わせ先】町民環境課 ☎ 52-2215

高知で漁師! りょうまんフェア 高知県漁業就業フェア 2023 in 高知

漁師の仕事に興味のある方どなたでもご来場いただけます。

漁業の仕事全般についての総合相談ブースや高知県内の漁業経営体による漁業就業個別相談ブースがあります。また、VRでのバーチャル漁業体験コーナーも。ご来場の方に水産加工品をプレゼントします。

【日時】令和5年8月19日(土) 12時~17時

【会場】ちより街テラス「ちよテラホール」

(高知市知寄町2丁目1-37 3F)

【駐車場】有り

【入場料】無料

※9月2日(土)に大阪でも開催します。

詳しくはホームページをご覧ください。

<https://kochi-ryouman.jp>

【問い合わせ先】

一般社団法人高知県漁業就業支援センター

☎ 088-824-0379

広告

双名衛生社より

お盆期間のし尿汲み取りのお知らせ

お盆期間中の汲み取り及び受付は、次のとおり休業いたします。

休業日

8/12土・13日・14月・15火・16水

休日前は大変込み合いますのでご希望に添えない場合がございます。ご了承ください。

(株) 双名衛生社 ☎ 0889-52-3949



令和5年度 自衛官等採用案内

募集種目		資格	受付期間	試験期日
一般曹候補生		18歳以上 33歳未満の者 (32歳の者は採用 予定月の末日時 点で33歳に達し ていない者)	7/1 (土) ～9/5 (火)	1次：9/17 (日) 2次：10/14 (土)・15 (日) の内1日
			9/6 (水) ～11/30 (木)	1次：12/9 (土) 2次：令和6年1月7日 (日)
自衛官候補生			年間を通じて 行っています ※定員になり 次第受付終了	9/23 (土)～25 (月) の内1日 11/3 (金)、12/10 (日)、1/7 (日)、1/27 (土)、 2/23 (金) ※上記試験前に Web 試験を行います
防衛大学校学生	一般 推薦 総合 選抜	18歳以上21歳未満の者 高卒者(見込含)又は 高専3年次修了者(見込含)	7/1 (土) ～10/18 (水)	1次：10/28 (土) 2次：11/28 (火)～12/2 (土) の内1日
			9/5 (火) ～9/8 (金)	9/16 (土)・17 (日) 1次：9/16 (土) 2次：10/21 (土)・22 (日) (日)
防衛医科大学校 医学科学生			7/1 (土) ～10/11 (水)	1次：10/21 (土) 2次：12/13 (水)～15 (金) の内1日
防衛医科大学校 看護学科学生			7/1 (土) ～10/4 (水)	1次：10/14 (土) 2次：11/25 (土)・26 (日) の内1日
航空学生 ※海空自衛隊の パイロットを養成		海：18歳以上23歳未満の 者(高卒者(見込含)又は 高専3年次修了者(見込含)) 空：18歳以上21歳未満の 者(高卒者(見込含)又は 高専3年次修了者(見込含))	7/1 (土) ～9/7 (木)	1次：9/18 (月) 2次：10/14 (土)～19 (木) の内1日 3次：(海) 11/17 (金)～12/13 (水) (空) 11/11 (土)～12/14 (木)

※ お問い合わせは下記問い合わせ先へお気軽にどうぞ。パンフレット等もごさいます。

【問い合わせ先】自衛隊須崎地域事務所 ☎ 42-7186

広告

Move Dog Café
犬と心の専門家がいるキッチンカー
*ご近所様との関係に
*従業員様の休憩時に
*施設等のイベントに
お茶や軽食スペースをお持ちでしたら
中土佐町は無料出張します！
イベントの出店要請も受け付けています。
ご用命は下記までご連絡ください。
☎ 090-9116-3237
スギタニ
～お友達に譲りませんか？～
月1000円ほどで利用できる
出店可能な土地を貸しています！

不動産の賃貸、売買
ご相談 承ります。
http://www.nakatosa-ie.com
高知県知事(1)第2983号
公益社団法人高知県宅地建物取引協会会員
なかとさ不動産
TEL : 0889-59-1800
E-mail : nakatosa.ie@gmail.com
中土佐町久礼 6368
定休日
水・土
QRコード
Nakatosa Real Estate
なかとさ不動産



行政からのお知らせ

高知県職業能力開発短期大学校 オープンキャンパス

高知職業能力開発短期大学校（KPC）は、厚生労働省所管の工業系短期大学校です。

学校の雰囲気を感じていただくため、高校生等を対象にオープンキャンパスを実施します（保護者の方も大歓迎です）。

参加される方はランチが体験できます（要予約）。

【日程】

- 6月18日（日） 11時～15時30分 ものづくり体験
7月15日（土） 11時～15時30分 ものづくり体験
7月30日（日） ものづくり満喫編
9時～13時 生産機械技術科
12時～16時 電子情報技術科
9月3日（日） 11時～15時30分 ものづくり体験
12月17日（日） 13時～15時30分 ものづくりミニ体験

【内容（予定）】

学校・学科紹介、入試概要説明、就職状況紹介、キャンパスツアー、ものづくり体験（要予約）、ランチ体験（要予約）、学生寮の見学、在校生交流カフェ、個別相談

※開催時間や内容は変更になる場合があります。

【入試対策講座】

第一志望合格をサポートするため、数学・面接の対策講座を開講します。

- 9月24日（日）10時～15時
数学Ⅰ対策／面接対策講座／個別相談

申込方法や詳しい内容は、ホームページをご覧ください。

★ホームページ：http://www.3jeed.go.jp/kochi/college/

【問い合わせ先】高知職業能力開発短期大学校 学務援助課

☎ 0887-56-4100

求人票の早期提出に ご協力をお願いします



高知県では、高知労働局と連携し、新規高等学校卒業予定者の就職支援を積極的に行っています。

採用を予定されている事業所におかれましては、これからの本県を支え、担うことが期待される若者が1人でも多く地元で働けることができるよう、新規高等学校卒業予定者の求人につきまして、できるだけ早い時期にハローワークへ求人票を提出（6月1日から受付開始）いただきますようご協力をお願いします。

また、新規高等学校卒業予定者に対する、県内企業や県内で働くことの魅力を伝えるため県の出組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。

【問い合わせ先】

高知県商工労働部商工政策課 事業推進担当

☎ 088-823-9692



広告

* 専門医師の診察のお知らせ *

当院では次の専門医師が診察をしております。

- ・日本呼吸器内科専門医
- ・日本循環器内科専門医
- ・総合内科専門医
- ・消化器内視鏡専門医
- ・消化器病専門医
- ・肝臓専門医

早めの受診で病気の早期発見と早期治療に努めましょう。診察のお問い合わせは、右の電話番号にてお尋ねください。



内科・消化器内科・循環器内科
呼吸器内科・リハビリテーション科
人間ドック

医療法人 千博会
ネオリゾート

ちひろ病院

院長 矢野 修一

〒785-0008 須崎市中町1-6-25
TEL 42-2530 FAX 42-2532
〔併設施設〕介護医療院ちひろ
南国厚生病院

行政からのお知らせ

7月は、

青少年の非行問題に

取り組む全国強調月間

家庭・学校・地域で青少年に有害な環境や非行問題（万引き・オートバイや自転車の盗難、飲酒・深夜徘徊・喫煙…）などについて話し合い、関心の輪を広げましょう。

夏は、未成年の夜間外出が多くなる季節です。未成年者は夜10時以降、朝4時までは保護者が同伴せずに外出すると、「深夜徘徊」となり、補導の対象となります。保護者の方は、子どもたちの外出に気を付けてください。

また、不審者の情報等ありましたら、少年補導育成センターまでご一報ください。

【問い合わせ先】
中土佐町少年補導育成センター

（こどもセンター内）

☎ 52-2533



中土佐町
地域子育て支援センター はぐ

はぐのおたより



開館：月～金曜日

8時30分～11時30分、13時30分～15時30分

場所：中土佐町久礼 6551-1 中土佐町こどもセンター内

問い合わせ先：☎ 52-2533

保育園のおともだちが来てくれたよ！！

5月に久礼保育所の子どもたちがはぐに遊びに来てくれました。室内にある壁画を使った“なかとさくエスト”にチャレンジしてもらいました。お題の絵を、壁画から探していくのですが、「ここにあるで！」「みつけた！」と一緒に探す姿がなんとともかわいらしかったです。来所中の赤ちゃんにも「ちっちゃいね～」と優しく話しかけてくれていました。



子育て支援センターはぐは、保育所入所中の子どもさんと保護者の方も利用できますので、遊びにきてくださいね



お庭でも遊んだよ♪

Information

お気軽にお越しください♪

7・8月の平日はプール遊びをしています。大きいプールから、乳児さん向けに一人用のプールもあります。夏ならではの寒天や泡を使った感触遊びもしていますので、ぜひお越しください。

広告

黒潮本陣 職員を募集しています！

洗い場スタッフ

【業務内容】黒潮本陣厨房での食器等の洗浄・片付け他

【年齢】65歳くらいまで 【時給】900円

【勤務時間】9時～14時、18時～21時の間で7時間程度

【休日】月6日 【その他】社会保険あり・制服貸与



ホールスタッフ（アルバイト）

【業務内容】レストラン・宴会場での食事提供

【年齢】70歳くらいまで 【時給】1,000円

【勤務時間】7時～9時30分、11時～14時、

17時30分～20時のいずれか



【問い合わせ先】（株）中土佐町地域振興公社 担当：山岡 ☎ 52-3500

5/16～6/15の池田町長の動向を報告します。
※庁舎内での用務等は、紙面の都合で割愛しています。

5月	17	水	道路整備促進期成同盟会全国協議会 第44回通常総会・命と暮らしを守る道 づくり全国大会（東京）
	18	木	国交省あいさつ回り・道全協議師お礼など
	19	金	(株)SEAプロジェクト取締役会
			令和5年度食生活改善推進協議会須崎地区総会
			農政局高知支局長就任挨拶
	21	日	黒潮本陣 株主総会・取締役会
			第32回かつお祭
	22	月	令和5年度第1回美術館建設検討委員会
			須崎地区地域安全協会総会（須崎市） 上ノ加江川河川改修地元説明会
	23	火	6月補正町長査定
			全国町村下水道推進協議会高知県支部総会、 高知県農業農村整備事業及び農業集落排水事業 推進協議会総会（高知市）
			日本港湾協会定時総会（福島県いわき市）
	24	水	福島県相馬市訪問・現地視察
	25	木	(株)SEAプロジェクト株主総会
	26	金	シルバー人材センター定時総会（須崎市）
	28	日	高知県総合防災訓練・地域防災フェスティバル （奈半利町）
	29	月	四国国道協会総会（愛媛県新居浜市）
6月	30	火	県議会産業振興土木委員会市町村陳情（須崎市） 矢井賀をよくする会総会 自衛隊高知地本本部長挨拶
	31	水	中土佐町立美術館運営委員会

6月	1	木	第1号津波避難タワー公共建築賞表彰式 （高松市）
	2	金	庁議 四万十川財団監査
	5	月	清掃組合協議
	7	水	令和5年6月中土佐町議会定例会開会
	9	金	高知県農業振興部来庁
	10	土	国道33号越知道路（2工区）バイパス区間開通式 （越知町）
	11	日	町内一斉清掃 自民党高知県連定期党大会（高知市）
	12	月	6月中土佐町議会定例会 一般質問①
	13	火	6月中土佐町議会定例会 一般質問②
	14	水	土地改良連合会 提案・要望活動（東京）
	15	木	土地改良連合会 農業農村整備の集い

◆年金◆

国民年金の資格取得の届出、保険料免除、納付猶予申請等の電子申請が可能です

国民年金第1号被保険者の資格取得・種別変更、保険料免除・納付猶予申請、学生納付特例申請については、マイナポータルを利用した電子申請ができます。申請には、マイナンバーカードが必要となりますが、マイナポータルの情報を活用してスマートフォンやパソコンで申請書等を作成することができるため、紙の

申請書より簡単に作成することができます。

また、申請結果もスマートフォン等で確認することができます。お手続きの際は、是非ご利用ください。

詳しくは、日本年金機構のホームページをご覧ください。

国民年金制度の概要を動画でご案内しています

日本年金機構のホームページでは、20歳になられた方向けに、国民年金制度の概要や、保険料の手続きなどを、わかりやすく動画でご案内しています。パソコンやスマートフォン

で視聴ください。

【URL】

<http://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/20kanyu.html>
または、「国民年金の加入と保険料のご案内」で検索



年金相談のお知らせ

年金の額や請求の仕方、加入期間など、年金に関する疑問などの年金の相談は、毎月開催される年金相談会で、お気軽にご相談ください。

【日時】

毎月第4木曜日 10時～15時

【場所】

須崎市総合保健福祉センター

【注意事項】

☆原則、電話予約が必要です。予約は高知西年金事務所にお問い合わせください。

☆相談にお越しの際には、年金証書、振込通知書、年金手帳や被保険者証といった、本人であることを確認できるものを必ずお持ちください。

☆本人以外の方が相談される場合には、本人からの委任状とお見えになる方の本人確認

ができる身分証明書（運転免許証等）が必要となります。

▼問い合わせ先

高知西年金事務所

☎088・875・1717

お問い合わせの際は、お手元に基礎年金番号のわかる、年金手帳や年金証書をご用意ください。

町民環境課

☎52・2213



☆救急医療情報キットをご存じですか☆

今回のテーマは「救急医療情報キット」です。

ポイント

- ① もしもに備える
- ② 自分の安心・家族の安心に繋がる
- ③ 緊急時に迅速な対応ができる

《救急医療情報キットとは》

高齢者や持病のある方、障がいをお持ちの方の安全・安心を確保することを目的にかかりつけ医・持病・お薬などの医療情報や診察券（写）また、健康保険証（写）等の情報を専用の容器に入れ、自宅に保管しておくことで万一の緊急時に備えるものです。

消防署に前もって情報提供をすることで、救急搬送時にかかりつけ病院との連絡がスムーズにできるなど役立っています。ご自宅に用意しておきたい方がおいでしたら、地域包括支援センターまでご連絡ください。

《ご利用方法》

玄関内側と冷蔵庫にステッカーを貼り、キットを冷蔵庫の中に入れ保管します。



大野見・矢井賀地区での活用【つながる安心カード】

大野見地区・矢井賀地区では、あったかふれあいセンター「ほのぼの大野見」と「寄り家」が、同様なシステムの【つながる安心カード】を住民の皆さんと協力し普及しています

大野見地区 あったかふれあいセンター「ほのぼの大野見」 ☎ 57-2217

矢井賀地区 あったかふれあいセンター「寄り家」 ☎ 54-0185

【問い合わせ先】中土佐町地域包括支援センター ☎ 52-3352

みんなでやるぞね、中土佐町の子育て(157)

～『居心地のいい学校をつくろう』中土佐町児童会・生徒会サミット～

中土佐町では、「いじめをしない・させない・許さない学級・学校」を目指しています。今年度も『安心できる居心地のいい学校・中土佐町をつくろう ～いじめのない学校を目指して～』と題し第1回中土佐町児童会・生徒会サミットを開催しました。会場では児童会・生徒会を中心に児童・生徒18人と管理職・担当教員が参加、オンラインでは参加希望の学級が各校の教室から参加しました。



はじめに講師の平松順二上ノ加江公民館長より『いじめとは何なのか？なぜいじめをしてはいけないのか？』など、基本的なことを学びました。そこで、何より「いじめが起こらない雰囲気づくり」が大切であると気づき、それぞれの学校で取り組むことを確認し合いました。その後、小学校児童会グループと中学校生徒会グループ、参加した教員グループに分かれて、中土佐町いじめ追放スローガンを話し合って作成・発表しました。

【中土佐町いじめ追放スローガン】

★小学校「一人一人が気持ちよくなれる雰囲気をつくろう～みんなが毎日笑顔で楽しく～」

★中学校「つくろう！いい雰囲気の集団～一人一人が主人公～」

※子どもたちが考えたスローガンは横断幕にし、各校へ配布する予定です。

小学校児童会グループ



中学校生徒会グループ



テレビ局のインタビューを受けました。RKC 高知放送のタ方のニュース番組で取り上げられました。

今後は各校において児童会・生徒会が主体となったいじめのない学校づくりに向けたとりくみを進めます。2月には第2回児童会・生徒会サミットを開催し各校の取り組みについて発表してもらい、情報共有をする予定です。各校の取り組みに期待しています。

みんなでやるぞね！
中土佐町の子育て



中土佐町教育委員会 ☎ 52-2661

なかとさカレンダー

7月15日～8月15日

7月

1～31日

青少年の非行・被害防止全国協調月間

10～20日

社会を明るくする運動強調月間

部落差別を無くする運動強調月間

日付	行事（場所）時間	時間外診療 受入病院
15 土		くぼかわ病院
16 日		大西病院
17 月	海の日	くぼかわ病院
18 火	あったカフェ（あったかふれあいセンター「まんまる」） 10：00～11：30	須崎くろしお病院
19 水		くぼかわ病院
20 木		須崎くろしお病院
21 金	子宮頸がん検診（町民交流会館） ※受付時間は、申込者宛に送付している受診票でご確認ください。	須崎くろしお病院
22 土	サマーフェスティバル	須崎くろしお病院
23 日		梶原病院
24 月		高陵病院
25 火		須崎くろしお病院
26 水		くぼかわ病院
27 木	にこにこぼちぼちカフェ（上ノ加江老人憩いの家） 10：00～11：30	須崎くろしお病院
28 金		須崎くろしお病院
29 土	第40回中土佐町小中学生弁論大会 ※21ページ参照	くぼかわ病院
30 日		くぼかわ病院
31 月		高陵病院

8月

9日 世界の先住民の国際デー

12日 国際少年デー

15日 終戦の日

23日 奴隷貿易とその廃止を記念する国際デー

1 火		須崎くろしお病院
2 水	ひだまりカフェ（大野見保健福祉センター） 10：00～11：30	くぼかわ病院
3 木		須崎くろしお病院
4 金		須崎くろしお病院
5 土		くぼかわ病院
6 日		須崎くろしお病院
7 月		高陵病院
8 火	行政相談（役場3階小会議室）9:00～12:00 行政相談（大野見地域振局1階会議室）9:00～12:00	須崎くろしお病院
9 水		くぼかわ病院
10 木		須崎くろしお病院
11 金	山の日	くぼかわ病院
12 土		須崎くろしお病院
13 日	ほのぼの大野見夏祭り	梶原病院
14 月		高陵病院
15 火	あったカフェ（あったかふれあいセンターまんまる） 10：00～11：30	須崎くろしお病院



☎ 市外局番 0889

消防

中土佐分署 52-2319

警察

久礼駐在所 52-2310

上ノ加江駐在所 54-0032

大野見駐在所 57-2132

病院・当番医連絡先

上ノ加江診療所 54-1111

大野見診療所 57-2127

須崎くろしお病院 43-2121

高陵病院 42-2485

くぼかわ病院 0880-22-1111

梶原病院 0889-65-1151

大西病院 0880-22-1191

役場：中土佐地区

総務課（代表） 52-2211

まちづくり課 52-2365

会計課 52-2212

町民環境課

戸籍・年金・保険 52-2213

生活環境 52-2215

税務課 52-2214

議会事務局 52-2410

農林水産課 52-2471

建設課 52-2472

教育委員会 52-2661

健康福祉課 52-2662

こどもセンター 52-2533

文化館図書室 52-2277

上ノ加江支所 54-0311

上ノ加江公民館 54-0950

障害者生活支援センター 52-4820

地域包括支援センター 52-3352

人権啓発センター 52-3939

役場：大野見地区

地域振興課（代表） 57-2021

大野見青年の家 57-2129

その他

社会福祉協議会 52-2058

〃 大野見支所 57-2217

シルバー人材センター 52-4566

高幡東部清掃組合 52-3538

▼毎月20日は県民交通安全の日▲

▼毎月10日、20日は「公共のりものデー」です。バスや汽車を利用しましょう▲

町内イベントのご案内

聞いてみませんか 小中学生の思い!!

第40回 小中学生弁論大会 開催

7月29日(土)

8時45分～ 受付
9時～ 開会

11時45分 終了予定

目的

①子どもたちの弁論発表を通じて、町民が人権や家族の大切さ、社会問題などについて考え、子どもたちの健やかな成長を願うこと

②子どもたちの物事を追求する思考力や豊かな表現力を育むこと

場所

中土佐町人権啓発センター

発表者

小学校…各校2人

久礼中学校…4人

大野見中学校…3人

★保護者やご家族を含め、子どもたちの健全な育成を一緒に見守ってくださる町民の方、どなたでもご来場いただけます。子どもたちの思いに耳を傾けてみませんか?

主催

中土佐町教育委員会

後援

中土佐ライオンズクラブ

問い合わせ先

教育委員会

☎52・2661



編集委員のひとり言

「体力不足!」

私は今長期休暇をいただいて家族旅行に來ています。基本的にはとっても楽しく良い旅行を送っています。久々に家族が揃ってたくさん時間を過ごし、よく食べよく寝てよくしゃべり笑い、名所を回っています。

しかしながらまだ旅の途中ですが、気がついたことがあります。「ETP体力不足」です。普段の生活から薄々勘付いてはいましたが、ここに来てはつきりしました。だって、73歳の父より歩けないのですから、本当にショック!

毎日車で出勤して車で帰宅。仕事は座りっぱなし。休みの日も大して体を動かすようなことはしていませんでした。気にして週1回上ノ加江のスポーツセンターで運動していましたが全然足りていなかったようです。旅先で1日の終わりににはふくらはぎはパンパン、足の裏が悲鳴をあげています。もちろん靴は履きなれた足に合った歩きやすい靴なのに!

これはもうこの旅行で歩き回って鍛えて、帰ってから何らかの体力対策が必要ですね。皆さん体力に自信がありますか? やっぱ普段から鍛えておかないといざという時に楽しめないのは嫌ですよ! 健康で体力があることの大切さを改めて旅先で噛み締めています。

(五藤 夢)



広告

◆健康管理をしっかりと!

市町村健診や特定健診はお済ですか?

健康に関するお悩みは当院にお気軽にご相談ください。

重症化予防を目的に、コロナワクチンを積極的に受けましょう!



消化器病専門医として特定疾患(潰瘍性大腸炎、クローン病など)の診療も行なっております。お気軽にご相談ください。

内科・消化器内科

クリニック土佐久礼

☎52-2800



診療日	月	火	水	木	金	土
午前	●	●	●	上ノ加江	●	●
午後	●	●	●	休診	●	休診
発熱外来	発熱など風邪症状のある方は事前に電話連絡をお願いします					

●今年はうさぎ年！ 大やまびょんまつり

開催期間：令和5年6月23日（金）～9月4日（月）

夏休み子ども向け企画展。城博（ジョーハク）のキャラクター「やまびょん」が、藩主の一日や昔の道具、展示の楽しみ方をご案内します。ビンゴラリーやクイズラリーなどとあわせてお楽しみください。

会場：高知県立高知城歴史博物館



●夏休み子ども向け行事

①わくわく探検！高知城

おとのさまがすんでいた、お城をたんけんしよう！
ふだん見られない所にも入れるよ。

日 時：7月23日（日）9時～11時30分

定 員：小学生15人まで（要申込）

参加費：無料

※同伴の保護者で高知城懐徳館に入館される方は
利用料（420円）が必要です。

②自由研究おうえんきかく 寺子屋 じょうはく

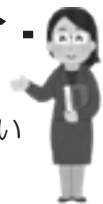
みんなの「知りたい」をおうえん！
歴史のしつもん、学芸員（はかせの次くらい
にくわしい人）がこたえます。

日 時：7月29日（土）、8月6日（日）

各日9時～12時、13時～16時

参加費：無料

※事前申込みは不要ですが、事前にご連絡いただけ
ますとスムーズです。



③夏休み工作教室「型染（かたぞめ）」で オリジナルバッグをつくってみよう！

むかしの着物をそめるのにつかわれていた「型染」
という方法をつかって、自分だけのバッグをつくって
みよう！

日 時：8月5日（土）10時～11時30分

参加費：800円

人 数：小学生12人まで（要申込）



④わくわく！体験コーナー！

刀やかぶと、ほかにもいろんな昔の道具がもりだく
さん！かぶって、持って、おとのさまになりきろう！

日時：7月29日（土）／8月6日（日）

8月20日（日）

各日9時～12時／13時～16時



【申込方法】

①と③は事前申込が必要です。受付または電話・FAX・ハガキで住所・氏名・電話番号をお知らせください。
整理券をお送りします。（希望者多数の場合は抽選となります。）

申込〆切：①7月17日（月・祝）、③7月29日（土）

【問い合わせ先】高知県立高知城歴史博物館 ☎088-871-1600

広告

（株）横浪交通の介護タクシーをご利用ください
病院・施設などへの送迎、お墓参り、親戚・友人宅への訪問などにご利用ください。
お買い物・診察券の提出代行も行います。

車いすは1～2台に対応

ストレッチャーも完備

株式会社 須崎市浦ノ内西分 1079-9 ☎0889-49-0007 / FAX 0889-49-0367

横浪交通 須崎営業所 ☎0889-58-1012
FAX 0889-42-6644

☎0120-526-007

中土佐町福祉タクシー
チケットが使えます。

趣味の文芸

俳句

物の芽や緑さみどり土手染めし
 蔓ばらの深紅に彩る垣根かな
 付箋つく八十八夜摘みのお茶
 廃校の学舎に戻る初燕
 似合うよと言われて買った夏帽子
 風光る瀬戸の彼方や鬼ヶ島
 八十路という齢迎えし春の旅
 白も良し紫もよし花菖蒲
 玉ねぎの軒下吊るす淡路島
 車窓より見ゆる香川は麦の秋
 シニア旅一万本のチューリップ
 街路樹の裏返る葉や春疾風
 いくつもの新茶の並ぶ道の駅
 黄水仙義母の手術の無事祈る
 散歩道卯木の花のこぼれ咲き
 廃校となりし母校や櫻散る
 春泥に鹿の足跡入り乱る

木村 和世 (上ノ加江)
 野村 性孝 (上ノ加江)
 田村 慶子 (上ノ加江)
 中平 宙史 (上ノ加江)
 井上真知子 (矢井賀)
 木村 幸 (矢井賀)
 井上 恭子 (矢井賀)
 中沢 孝子 (矢井賀)
 濱田萬智子 (久礼)
 高橋 糸美 (大野見)
 古谷 芳子 (大野見)
 西岡 和久 (大野見)
 下元 三和 (大野見)
 小野川あきよ (大野見)
 大西 良子 (大野見)
 田上 信子 (大野見)
 下元 秀美 (大野見)

【問い合わせ先】 広報編集委員会事務局 ☎ 52・2211

5月の人口

男 2,830 (－ 75)
 女 3,206 (－ 112)
 合計 6,036 (－ 187)
 世帯 3,314 (－ 62)

令和5年1月からの出生届出数8人

※この数字は令和5年5月末現在の住民基本台帳によるものです。

○ 内は前年同月比



町のベストセラー5

宮脇書店 新中土佐店 6月調べ

順位	タイトル	作者	出版社	価格(税込み)
1位	かみきこうち	神木 隆之介	NHK 出版	2,090 円
2位	物語の種	有川 ひろ	幻冬舎	1,650 円
3位	くもをさがす	西 加奈子	河出書房新社	1,540 円
4位	ぼんぼん彩句	宮部 みゆき	角川書店	1,980 円
5位	君のクイズ	小川 哲	朝日新聞出版	1,540 円

広告

中土佐町の便利屋 なんでもやプラス 中土佐店

ゴミ廃棄物撤去 (タンス、机、ソファなど家具類、ガラス、陶器、プラスチック、金属類など)
 液体や生ごみ以外なんでも処分いたします。

各種リフォーム (網戸、襖、畳、床、壁紙張替、外壁・屋根塗装、温水便座取付けなど)

シロアリ駆除、引っ越し、墓地掃除、ソーラー温水器撤去、家屋解体

なんでもご相談ください！ お見積り無料！！

お問い合わせ (株) PLUS (政岡) ☎ 0889-52-3220



こんにちは

赤ちゃん



久礼 大新改
ゆづき
田中 結月ちゃん
5月24日生まれ
父：宏和 母：由香

新美術館の基本設計が完成しました！

津波浸水対策として黒潮本陣駐車場内に高台移転を計画しております、新美術館の基本設計が完成しましたので、その完成予想図の一部をご紹介します。

基本設計業務は、既存美術館の現状と課題の洗い出しを行い町の財産である貴重な絵画の維持管理と次代への継承、そして『誰もがふらっと訪れたい美術館』をコンセプトに設計業務を実施してきました。

今後の予定は、令和5年度に実施設計を行い令和6年度中の新美術館完成を目指していますので、町民の皆様のご理解ご協力をお願いいたします。



駐車場側から



コテージ側から



黒潮本陣側から



【問い合わせ先】教育委員会 ☎ 52-2661

2023年7月号