

中土佐町公式
LINE



中土佐町の広報も掲載中！



Kochi
ebooks



広報

なかとさ

2025

11

No.239

特集 大野見しんまいフェスタ (2P ~ 3P)

まちの話題 (6P - 10P)

～「住まいの終活」「家じまい」を身近なテーマに ほか～

10月5日 久礼八幡宮秋季大祭で大松明を運ぶ様子



＼ 今年も大盛況!! /

大野見しんまいフェスタ



▲下村農園で働く大野見小・中学生
フが慌てる場面も見られました。

ステージイベントでは、大野見しんまいフェスタに協力し、地元を盛り上げてくれた大野見小学校・中学校の皆さんを感謝の意を込めて表彰しました。また、地元の方々によるダンスや演奏で会場が大いに沸き、最後は恒例の約7,000個の餅ばあしが行われ、大盛況のうちに幕を下ろしました。(農林水産課)

第20回大野見しんまいフェスタが10月19日(日)に大野見青年の家で行われました。

もともとは「大野見産業文化祭」として始まり、旧大野見村と旧中土佐町の合併を経て、「大野見しんまいフェスタ」と名前を変え、今回で節目の20回目を迎えました。

当日は、大野見米をはじめ四万十ターキー、鮎など大野見の特産品を目当てに多くの来場者が訪れ、急遽臨時駐車場を追加するほどの盛況となりました。毎年好評の「しんまいダーツ」では、スタッフも予想していなかった特賞(大野見米10kg)を獲得する来場者が現れ、スタッ



しんまいダーツでお米10kgを当ててくれました!!
ご参加ありがとうございました!!

米コンテスト結果

※順不同

受賞おめでとうございます!



▲写真左から、下元さん・川上さん・古谷さん・西岡さん・岡村さん・池田町長

3位 下元 ^{みつる} 満さん

ヒノヒカリ

川上 ^{たかひろ} 隆宏さん

ニコマル

1位 西岡 ^{えいお} 英男さん

ニコマル

古谷 ^{さとし} 智史さん

ニコマル

岡村 ^{みつゆき} 光幸さん

ニコマル

ステージ

今年も沢山のアーティストたちが会場を盛り上げてくれました。なかでも、なかよし会の皆さんは、今年収穫された大野見米が新嘗祭の献穀米として献上されることを祝い、仮装をして登場しました。それにより会場は大盛り上がりで会場からは沢山の笑い声が聞こえていました。

また、大野見中学校の生徒さんたちのダンスもあり、保護者の方々はオリジナルの団扇でステージを盛り上げ、最後まで笑顔が絶えないイベントとなりました。

おおのみ源流子ども太鼓



90kids ダンス A-STEP



お～のみむらバンド



なかよし会踊り



大野見小学校ダンス



Oh!No!!Me!!!



生徒たちのダンスで会場は大盛り上がり!!オリジナルの団扇を持参している人もいました。

大野見中学校生徒によるダンス



◀大野見中学校の生徒たちから、地域の方に感謝を込めてダンスを披露してくれました。みなさん踊りが本当に上手で、この日の為に沢山練習してくれたことが伝わってきました。

餅積み競争

毎年恒例の餅積み競争。今年も子どもも大人も白熱した戦いを繰り広げていました。

大人の部では最高7段の記録が出るなど、今年もハイレベルな戦いが繰り広げられました。

7段を勝ち取り、お米を貰った優勝者は、「嬉しいです。家に帰って沢山食べます」とコメントしていました。

今回賞を逃した方や、しんまいフェスタに参加できなかった方も、町内外問わず、次回ぜひ挑戦しに来てください!



◀見事7段で優勝した吉岡 沙央里さん。

▶小学生以下の部受賞者



運動会がんばるぞ !!



運動会まであと少し。「かけっこしたい」「おどりがしたい」と毎日はりきって練習に取り組んでいる子どもたち。各クラス春から取り組んでいた運動遊びなどを通してできるようになったことや、喜んでやっていることなどを競技に取り入れ、楽しく参加できるような工夫をしています。

自分たちの競技を頑張るだけでなく、他のクラスの競技や踊りにも興味を持ち「がんばれー!!」と友達



を応援したり、一緒にノリノリで踊ったりする姿も見られます。外遊びの時間には、他のクラスの競技などをやらせてもらったりもしながら、異年齢での交流の場にもなっています。

楽しい思いや嬉しい思い、悔しい思いも経験しながら、友達と協力して最後まで諦めずに頑張る力がぐっと育ってきています。運動会がんばるぞ～!

(保育士 大崎 奈津乃)

文化発表会をしたよ



9月15日に文化発表会を行いました。学年合唱や吹奏楽部の演奏、人権作文発表や書写、図画作品の展示など、たくさんの発表や展示がありました。私はその中で、特に印象に残ったことが3つあります。

まず1つ目は、3年生の劇とパビリオンです。パビリオンの方では、修学旅行で訪れた大阪万博で学んだことをもとに、各国の文化や特徴を言葉や手作りの道具でリアルに表現していました。劇では、実際の出来事をユーモアを交えて再現し、万博の魅力や楽しさを全力で伝えていました。見ているお客さんをたくさん笑いに誘えました。

2つ目は、各学年の合唱です。1学期の終わりから

合唱コンクールに向けて練習してきて、どの学年も大きな声で体育館いっぱいに歌声を響かせていました。

3つ目は、個人発表のダンスです。2つのグループが夏休み中も練習を続けたダンスを披露し、曲の最後には先生も加わって会場全体が大いに盛り上がりしました。

今回の文化発表会は、トラブルもあったりして大変だったけど、それ以上に成功した喜びが大きかったです。司会をして噛んでしまった部分もありましたが、最後までやりきることができて良かったです。来年は、今年以上に楽しく明るいステージを作ってもらいたいです。(3年 山口 翼)

ぬいぐるみお泊り会のお知らせ

～あなたのぬいぐるみを図書室にお泊りさせませんか？～

大好きなぬいぐるみを連れて図書室で絵本の朗読を聞けます。また、そのあとはぬいぐるみだけ残ってお泊り会をします。みんなで本を読んだり、図書室の探検に出かけたり…。ドキドキワクワク、とても楽しい時間を過ごせますよ。是非、ご参加お待ちしております。

日時 12月13日(土) 10:00～11:00

ぬいぐるみお預かり 10:00～

おはなし会 10:30～

対象 中土佐町内の3歳児～6歳児のお子様がお持ちのぬいぐるみ

定員 10人程度

☆ぬいぐるみをお返りする時には、一泊の思い出写真をプレゼント！

☆ぬいぐるみがおすすめの本を選んでくれます。

【保護者の方へのお願い】

お子さまが、とても大切にしているぬいぐるみ、その他、壊れやすいぬいぐるみであるなど、不安がある保護者さまは事前にお子さまとよく話し合ったうえで、申し込みをお願いします。

【問い合わせ・申込】文化館図書室(月曜日休館) ☎ 52-2277



保育所入所児童を募集します！



来年4月からお子さんを保育所へ預けたい方の入所受付を下記の日程で行います。

申込書は、教育委員会、上ノ加江支所、地域振興課、こどもセンター「はぐ」にありますので、必要事項を記入のうえ、受付日にお持ちください。

受付

12月1日(月) 9時～12時

中土佐町役場 1階 大会議室②

… 各保育所の保育時間及び定員 …

入所定員	久礼保育所	大野見保育所
	120人	30人

保育時間 ※		短時間認定	標準時間認定
	平日	8時30分～16時30分	7時30分～18時30分
	土曜	8時30分～12時	7時30分～12時

※保育時間は保育を必要とする状況に応じて必要量を認定します。
土曜保育時間の詳細は教育委員会までお問い合わせください。

【問い合わせ先】教育委員会 ☎ 52-2661

保育を必要とする〈入所基準〉

- ①保護者が働いている
- ②保護者の妊娠・出産
- ③保護者の疾病、傷害、死亡、行方不明等
- ④同居または長期入院等している親族の介護・看護
- ⑤災害復旧 ⑥求職活動中 ⑦就学
- ⑧虐待やDVのおそれがあること
- ⑨育児休業取得中に、すでに保育を利用している子どもがいて継続利用が必要であること
- ⑩その他どうしても児童の保育が必要な事情がある
- ⑪①～⑩に該当し、かつ同居親族(祖父母等)が保育することができない

広告

黒潮本陣 職員を募集しています！

黒潮工房係(正職員・パート事務)

【業務内容】調理、料理の提供、片付け、レジ、電話対応
【年齢】40歳くらいまで 【月給】164,000円～
【勤務時間】8時～17時(うち7時間30分) 【休日】月7日
【その他】社会保険あり・退職金制度あり・制服貸与

調理補助(パート・アルバイトも可)

【業務内容】黒潮本陣厨房内での調理補助
【年齢】65歳くらいまで
【時給】1,000円
【勤務時間】6時～10時



【問い合わせ先】(株)中土佐町地域振興公社 担当：山岡 ☎ 52-3500

「住まいの終活」「家じまい」を身近なテーマに 一町内で全8回のセミナー開催

6月から9月にかけて、「ちょっとの準備でラクになる『家じまい』」セミナーが、町の空家等管理活用支援法人『合同会社なかとさLIFE』によって開催され、全8回に延べ34人の参加がありました。

セミナーでは、「住まいの終活ノート」に家系図を記入し、相続人について確認したのち、家じまいや物件売却の流れでつまづきやすいポイントなどを学びました。また、司法書士が遺言書の見本を用いて、作成方法を解説し、遺言書が存在することで、物件の相続手続きが円滑に進むことが学べる内容でした。

町では、支援法人と連携して今後も家じまいなどに関する情報提供の場を継続して設けていく予定です。家についてのご相談は、下記までお気軽にお問い合わせください。

【問い合わせ先】

まちづくり課 ☎ 52-2365/ 合同会社なかとさLIFE ☎ 59-1800



明治安田生命保険相互会社様より 寄附金をいただきました



▲左：石桁高知支社長・右：池田町長

10月21日、明治安田生命保険相互会社様より「私の地元応援募金」として70万6,900円をご寄附いただき、目録贈呈式が行われました。

この寄附金は、同社の「地域の元気プロジェクト」として地域の自治体や団体へ寄附を届ける取り組みで、従業員の皆さまが集めてくださったものです。

いただいた寄附金は、地域住民の健康増進等に有効に活用させていただきます。(健康福祉課)

ひろの 廣埜神社で 秋季例大祭が開催



10月8日(水)、上ノ加江の廣埜神社で、秋季例大祭が行われました。

秋季例大祭とは、五穀豊穡に感謝して奉納するお祭りで、本宮から御神輿が出され、御旅所^{おたひしょ}までを行き来しました。御神輿の前には、上ノ加江小学校の児童16人による花取り踊りが奉納されました。子どもたちはこのお祭りのために6月から練習をしていたそうで、踊りを指導していた西岡敏彦さんは、「踊り手が少なくなっているので、頑張ってくれて嬉しい。なんとか続けられるようにこれからも踊りを教えます」と語ってくれました。(事務局)

なかとさ美術館開館記念切手シートが完成!!

新美術館のグランドオープンを記念して、日本郵政株式会社とのコラボで美術館オリジナルフレーム切手が完成しました!

このオリジナルフレーム切手は、中土佐町の記憶や財産を、芸術を通して未来へと繋げ、この自然豊かな景観・文化を全国へ発信していくため、リニューアルした「なかとさ美術館」の移転を記念し発行されたものです。

新館の外観写真をメインとして、収蔵作品などの画像を用いた110円切手が10枚セットになった切手シートです。

9月22日には新美術館で贈呈式が行われ、成谷統括局長(日本郵便株式会社 高知県西部地区連絡会) から池田町長へフレーム切手が贈呈されました。

切手シートは1部1,850円で中土佐町内の郵便局および高知県内の一部の郵便局で販売されています。

美術館ではオリジナルポストカードとのセット2,000円で販売していますので、ぜひお買い求めください。

大切な人に送る手紙に添えて、記念品として、ぜひ手に取っていただけたらと思っています。(久礼郵便局)



▲切手イメージ

天皇陛下に献上する新米を 収穫しました



10月6日、大野見奈路の田圃において新嘗祭献穀田の「^{ぬいぼさい}拔穂祭」が関係者約30人の参列するなか厳かに執り行われました。「^{にいなめさい}拔穂祭」とは天皇陛下に献上する新米を収穫する神事で、5月の「田植祭」では緋の衣装をまとい稲の手植えをした早乙女たちが、苗を鎌に持ち替え刈女として田に入り、澄み渡る秋空のもと手刈りによる収穫を行いました。

高知県代表の献穀者に選ばれた西岡英男さんは、黄金色に実った「ヒノヒカリ」の収穫を無事に終えホッと胸をなでおろすも束の間、10月22日には宮中を訪れ献納式で一升のお米を献上しました。大野見が献穀田に選ばれたのは合併後16年ぶり2回目となり、大野見米の人気の高さがうかがえます。(農林水産課)

中土佐町戦没者追悼式



10月21日、高知県知事をはじめ、各関係機関、中土佐町、ご遺族を含む約40人の出席のもと、中土佐町町民交流会館にて、令和7年度中土佐町戦没者追悼式が挙行されました。

今年も参加者全員で、戦没者戦災死没者のご冥福を祈り、献花を行いました。

『今年は、NHKテレビの朝ドラで、やなせたかしさんの発表作「あんぱん」によって改めて、戦争の悲惨さを問う年になりました。だからこそ、私たちは未来、明日に向かって「戦争のない、戦争を起こさせない」時代を築いていかなければなりません。英霊の皆様方、例え百年、千年経っても戦争のない、あなた方に「心の痛み」を与えない時代を作っていきたいと思っています。』(追悼の言葉＝一部抜粋＝)

(町民環境課)



ファミサポ まかせて会員講習会

中土佐町
ファミサポ公式キャラクター

つなぐん



まちの話題

9月6日、27日に「まかせて会員」の講習会が行われました。お子さんを安心して預かるために、医師や栄養士、保健師、保育士による講義のほか、消防職員からはAEDの使い方、小児や乳児に対する心肺蘇生法を学びました。令和7年4月から始まった中土佐町ファミリーサポートセンターでは、現在、月平均4～5件のサポート利用があります。今回、8人の新しいまかせて会員が仲間入りし、おねがい会員15人、まかせて会員は19人となりました。これからもみんなで支え合って一緒に子育て世代をサポートをしていきたいと思います。



ファミサポの最新情報や、日々の活動の様子をInstagramで発信中です。

まかせて会員・おねがい会員の体験レポートなども紹介しています。



@nakatosa.famisapo

※ファミリーサポートセンター（ファミサポ）とは…仕事や家庭の都合などで子育ての手助けをしてほしい方「おねがい会員」と、子育ての手助けができる方「まかせて会員」が会員登録し、子育ての助け合いをする有償ボランティア組織です。

ファミサポのご利用希望など、くわしいことはこちらへお問い合わせください。

【問い合わせ先】中土佐町ファミリーサポートセンター ☎ 080-6444-8965

松尾神社の秋祭り

10月18日に矢井賀の氏神様である松尾神社の神祭が執り行われました。

神祭は毎年1週間前からの住民によるお宮の掃除から始まり、宮総代を中心に準備が行われ当日に至ります。新たなしめ縄も住民によって作成され、旗を立て、御旅所やお宮も飾り付けがされました。

当日は町外に暮らす子どもたちが帰ってきたり、その友人や元住人も戻ってきて一緒に一年の豊穡と繁栄を祈願しました。

お神輿が若者たちによって担がれ、神様はこの日だけ御旅所までお散歩に出ます。その道は天狗の面を被りハナゴウと呼ばれるものに扮した人たちによって、先導され邪気払いをされます。御旅所に神様が到着すると太夫さんによって神事が行われ、住民には御神酒が振る舞われます。



矢井賀のお祭りのやり方は住民によって選出された宮総代が代々受け継ぐノートに記録され、次の宮総代に引き継がれ続いています。そのようにして地域の文化が大切に紡がれていっていることはとても大切で貴重なことです。年々住民が少なくなってきましたが、幸いこの日のために帰って来てくれたり、その友人たちが駆けつけてくれたりしています。矢井賀を好きで大切にしてくれている人たちを感じられる1日にもなりました。（編集委員 五藤）

久礼八幡宮秋季大祭



10月5日(日)未明、大松明が神母神社から出発し御神穀祭が始まりました。太鼓や観客を従え、左右に揺れながらも八幡様への長い道のりを進んでいきます。そして、無事に午前3時頃ふるさと海岸に到着。そして、午前4時頃に社殿へと駆け込んだ後、人々が待つ参道へと投げ込まれました。集まった人々は1年の無病息災と家内安全を願い、大松明の燃え殻を拾い集めました。

観光客は、熱々の燃え殻を迷わず拾い上げる地元の人を見て、「熱そう!!あれを拾うの!?!」と驚いている様子でした。

28日夜には花火大会があり、音楽とともに綺麗な花火が打ち上げられました。

29日には御神幸が執り行われました。御神幸で登場する「カツカツ」と呼ばれる獅子舞に、頭を噛んでもらうと厄除けや健康に育つと言われており、保護者達は泣きじゃくる子どもたちを励ましながらし出しており、微笑ましい気持ちになりました。

(事務局)



敬老の日到大野見荘へ “おじゃみ” をプレゼント!

大野見みんなの学校「いろいろチャレンジ教室」で、半年かけて作った沢山のおじゃみを持って大野見荘におじゃましました。

玄関ホールに集まってくださった方々といっしょに、おじゃみの感触を楽しみながら和やかにひとときを過ごしました。

昔なつかしいおじゃみを手にとって、音や手触りを楽しんでいただけると嬉しいです。(大野見青年の家)



シルバー人材センターのみなさんが ボランティア活動を行いました

須崎市・中土佐町・津野町シルバー人材センターの中土佐町地区には約100人の会員がいます。シルバー人材センターでは、毎年10月を『シルバー人材センター事業普及啓発促進月間』と定め、全国のセンターが社会奉仕活動を行っています。

10月14日には、14人のみなさんが中土佐町民交流会館周辺付近の除草・剪定作業を行い、町民交流会館正面や付近の道路の生垣などがすっきりときれいになりました。

清掃にあたりご協力をいただきましたみなさま、ありがとうございました。(シルバー人材センター)



たけもとらんま

竹本嵐舞さんが表敬訪問されました

中土町出身で、現在キックボクシングのプロ選手として活躍している竹本嵐舞さんが、9月22日に池田町長を表敬訪問しました。

竹本さんがキックボクシングを始めたきっかけは、幼い頃の“泣き虫”だった自分を克服したいという思いからでした。「本当に泣き虫で弱い自分がすごく嫌いだったんです。最初はそれを克服するために始めました」と語り、克服するまでの道のりを話してくれました。

中学生の時、キックボクシングの試合動画をインターネットで見て憧れを抱き、2年生のときに土佐市のキックボクシングジムに入会しました。そこでは、練習を積み重ねていながら数々の試合に出場していました。そんな中、転機があったのは、憧れ的那須川天心選手が世界一を獲得したと知った時でした。今までは、克服するためにしていましたが、そのことがあってからは自分ももっと高みを目指したいと思うようになりました。「自分もそんな存在になりたい」と強く思った竹本さんは、憧れの選手の父親が経営するジムに入るため上京しました。その後、猛練習を重ね、約半年で新人トーナメントを制してプロデビューを果たしました。



▲新人王トーナメントで優勝した竹本さん



プロになってからも多くの試合で好成績を残しており、近日中にもタイトルマッチが控えています。この試合に勝てば63 kg級チャンピオンの座を手にすることになります。竹本さんは「次の試合でも絶対に勝ちたいです。応援してくれている人たちを原動力にして頑張ります」と意気込み、応援してくれる人々に満足してもらえる試合を見せたいと語ってくれました。

皆さんもぜひ竹本嵐舞さんの挑戦を、地元の誇りとして一緒に見守り、応援してください！（事務局）

編集委員の ひとり言



寒さ対策

最近では朝夕寒くなってきました。今日は食事の面での寒さ対策の話をしたいと思います。

ちなみに寒さ対策をすると体温が上がるので基礎代謝も上がり、痩せやすくなります。ぜひ参考にしてください。

今回は4つ紹介します。

1つ目は香辛料、薬味です。よく聞くものだと生姜、唐辛子がありますが他にもニンニク、シナモン、タマネギ、黒コショウなどもあります。成分はものによりますが、血管拡張、血流促進、体温上昇、交感神経を刺激するという効果があります。

2つ目は炭水化物の摂取です。体温を維持するのに必要なブドウ糖は炭水化物から作られます。そのため、炭水化物の制限をしている人もいますが、代謝についてのことであれば過度な制限はよくないといえます。

3つ目はたんぱく質の摂取です。2つ目で話したように炭水化物を食べると体が温まると認知している方も多いと思いますが、実は炭水化物よりタンパク質のほうが熱の生産効率が高く、約5倍です。足りない筋肉もなくなるので体温も代謝も下がってしまいます。

4つ目は水分を取ることです。水分がないと血液中の水分が減り、血液の流れが悪くなります。そうすると代謝が落ちてしまい、冷え性につながると悪循環につながります。水分を最低限は飲んでおくことをおすすめします。逆にコーヒーや緑茶などのカフェインの含むものは利尿作用があり体温も下げてしまうので、飲む量の調節をすることと多く水分を取ることに意識すること、カフェインを含む飲料は水分補給できる飲料と考えることが必要です。

食事以外にも運動をすることや、お腹を冷やさないために冷たいものはできるだけ避け温かいものにする、お風呂で湯船にしっかりと入ることなど対策は様々あります。

ですが冬は寒い分、体温の維持により多くのエネルギーを使うのでダイエットのボーン・アスタインとも言えるのでボジティブに考えましょう。

ちなみに私も冷え性で悩みがちなので少しでも対策をして一緒に改善していきましょう。（金丸 慎平）

移住担当者の 奮闘記

vol.6

▶地域おこし協力隊員が10人になりました！

これまでも広報でご紹介をしてきましたが、この春から8人もの新規隊員をお迎えし、中土佐町の地域おこし協力隊員が初の10人体制となりました。皆さんをご紹介します！



① ^{たかはし}高橋 ^{けんご}健悟

所属：地域振興課（のらしごと舎）

② ^{かなまる}金丸 ^{しんぺい}慎平

所属：教育委員会（スポーツ文化センター）

③ ^{たかはし}高橋 ^{けんたろう}謙太郎

所属：企画・ど久礼もん企業組合

④ ^{ながい}永井 ^{りんたろう}倫太郎

所属：熊岡製材所

⑤ ^{しらかた}白方 ^{みきひろ}幹大

所属：西岡酒造店

⑥ ^{いしやま}石山 ^{かな}佳那

所属：

なかとさ観光協会

⑦ ^{かじなが}梶永 ^{ひとみ}瞳

所属：

大正町市場協同組合

⑧ ^{むらせ}村瀬 ^{まさき}万咲

所属：

なかとさ観光協会

⑨ ^{おおの}大野 ^{あきこ}彰子

所属：

下村農園

⑩ ^{すぎもと}杉本 ^{しゅんいち}隼一

所属：

企画・ど久礼もん企業組合

それぞれの隊員が、それぞれの場所で情報発信するなど、町に新たな風を送り込んでくれています。今後の隊員の活躍に期待しつつ、町民のみなさんの応援もよろしくお願いします！

また、町では今後も積極的に地域おこし協力隊の制度活用を進めていきます。東京・大阪などの首都圏はもちろん、要件をクリアすれば県内の市町村からでも地域おこし協力隊員として着任することができます。

お知り合いに移住をお考えの方がおられましたら、町への移住の手段としてぜひ紹介してあげてください。

（まちづくり課）

広告

単独・合併浄化槽の維持管理を行っています！



故障に迅速に対応いたします。
見積りだけでも結構です。
お気軽にご相談ください！



（株）双名衛生社 ☎ 0889-52-3949



税の滞納整理に 努めています



税金は定められた納期限までに納付する義務があり、納期限までに納付されない場合は滞納となります。滞納となった税金を放置することは、納期限内に納税している多くの納税者との公平性を欠くとともに、町の財政を圧迫し、公共サービスの提供に支障をきたすことになります。町は税の滞納をなくすため、強い姿勢で「滞納処分（差し押さえ等）」に取り組んでいます。

○滞納処分までの流れ（国税徴収法・地方税法に基づく滞納処分）

【納期限内に納付がない場合】

①督促状の発送

納期限から 20 日以内に「督促状」を発送



【督促状送付後も連絡や納付が確認できない場合】

②財産調査の実施

金融機関・生命保険・勤務先・取引先などへ調査を実施



③差し押さえの実施

調査をもとに財産（預貯金・生命保険・給与・売掛金など）を差し押さえ
滞納状況によっては、自宅等への搜索により財産を差し押さえ



④差し押さえた財産の換価および滞納税への配当・充当

差し押さえた財産については、ネット公売などへ出品を行い売却
売却により得た代金や換価不要な預貯金などを滞納税に充当



○租税債権管理機構との連携

町による滞納処分が困難な場合や納付相談の約束が履行されない場合は、租税徴収を専門的に行っている租税債権管理機構に徴収事務を委託することがあります。

税務課からのお願い

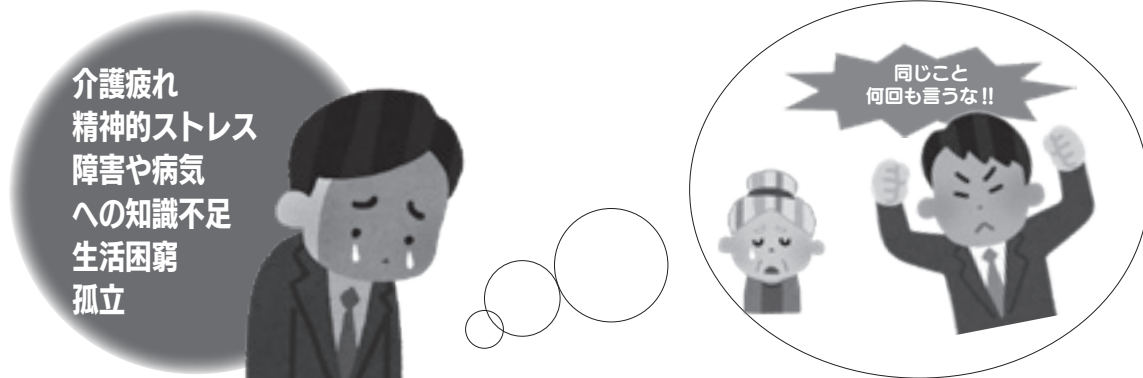
納期限内に納付が困難な場合は、放置せずに必ず税務課へご相談ください。

病気や失業による収入の減少など、やむを得ない理由で納付できない場合は、生活状況にあわせた分割での納付などの相談をお受けします。

【問い合わせ先】税務課 ☎ 52-2214

高齢者・障害者への虐待防止

～ 一人で悩んでいませんか？ ～



- ☐ 介護やお世話で疲れやストレスがたまっていると感じる
- ☐ つい怒鳴ったり、強い言葉を使ってしまうことがある
- ☐ 食事・おむつ交換・病院受診などを後回しにしたことがある
- ☐ 本人の年金や給付金を、本人以外のことに使ってしまうことがある
- ☐ 一人で抱え込んでいて、相談できる人がいない
- ☐ 地域の福祉サービスや支援制度のことをあまり知らない
- ☐ 「もう限界かもしれない」と思うことがある

セルフチェックをして
みましょう！
一つでも当てはまった
ら、いつでも相談して
ください。



【相談先】

- ・中土佐町地域包括支援センター
- ・中土佐町障害者虐待防止センター

☎ 52-3352
☎ 52-4820



虐待を受けている人も、行っている人もしんどさを抱えていることが多いです。その悩みに気づかず、支援につながっていないかもしれません。周りの方も「あの人、大丈夫かな。」「もしかして虐待になるかも？」と思ったら、ためらわず、すぐにご連絡ください。

虐待にあたる行為

身体的虐待	平手打ち、つねる、殴る、蹴る、物を投げつける など
心理的虐待	怒鳴る、ののしる、侮辱する、無視する など
性的虐待	排泄の失敗に対して、懲罰的に下半身を裸にする、性器への接触、性交渉の強要 など
介護等放棄 (ネグレクト)	食事・水分を与えない、入浴させない、医療・介護サービスの拒否や制限 など
経済的虐待	日常生活で必要なお金を渡さない、年金や預貯金の無断使用 など

広告

ご自宅の耐震工事は、ぜひやまき建設にご依頼ください！



耐震診断から耐震設計・耐震工事まで、一貫して承っております。
大地震から命を守るために、まずはご自宅の耐震性を高めましょう。
その他、各種リフォーム(住宅・外構)についても、お気軽にご相談ください。

お見積り無料！



株式会社 やまき建設

〒 789-1301 中土佐町久礼 7016-4

TEL 52-2925

中土佐町職員採用資格試験（保健師）の実施について

令和7年度中土佐町職員採用資格試験（保健師）を実施します。詳細は、中土佐町のホームページをご確認ください。

職種及び採用予定人数

保健師 若干名

受験資格・要件

昭和55年4月2日以降に生まれた人で、保健師の資格を有している人

※令和8年3月31日までに当該資格取得見込み可

試験内容

作文及び面接 ※試験日までにWEBでの適正検査を実施

試験日

申込者と調整のうえ決定

実施要領・受験申込書等

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

【問い合わせ先】総務課 ☎ 52-2211

国保係からのお知らせ

【問い合わせ先】町民環境課 ☎ 52-2213

マイナンバーカードをご利用でない場合 高額な保険診療を受ける際は 認定証の申請をしましょう

入院などにより病院等で支払う医療費が高額になる場合、マイナンバーカードで受診する場合は、情報提供に同意することで、事前に認定証の交付を受けなくても限度額適用を受けることができます。

マイナンバーカードではなく、「資格確認書」で受診される場合は、従来の「限度額適用認定証」を病院等の窓口で提示すると、窓口負担を一定額に抑えることができます。

中土佐町国保の方で、「限度額適用認定証」の発行を希望される場合は、「資格確認書」をお持ちのうえ、町窓口にお越しください。（マイナンバーカードの方は、お手続きは不要です）

対 象

69歳以下の方

住民税課税・非課税世帯にかかわらず全員

70歳～74歳の方

住民税非課税世帯・現役並みⅠ・現役並みⅡの世帯に属する方

住民税非課税世帯の方には「標準負担額減額認定証」も発行の対象となります。

※「標準負担額減額認定証」は入院時の食事代の減額のための認定証です。

社会保険等に参加した際は、 国保の資格確認書等は 使用しないでください！

一般的に社会保険等の資格確認書等がお手元に届くのは、会社勤めが始まった日（扶養の認定日）ではなく後日になります。

社会保険等の資格確認書等が届くまでに、 病院等で国保の資格確認書等を使ってしまった場合

後日、国保から医療費の7～9割の金額の返還をお願いすることになります。（返還した金額は納付後に社保等に療養費として請求することで全額戻ってきます。）

新しい資格確認書等が届く前に受診したい場合

病院等に保険の切り替え中であることを相談してください。

国保の喪失にはお手続きが必要です

新しい「資格確認書」「資格情報のお知らせ」等が届きましたら、古い国保の資格確認書等をお持ちの上、町民環境課・大野見振興局地域振興課・上ノ加江支所のいずれかにてお手続きください。

地域猫 まんが あいさき ちいちゃん 第十九話

カワイイだけじゃダメですか？



次回もおたのしみに！

※中土佐町は地域猫活動をサポートしています。

【問い合わせ先】町民環境課 ☎ 52-2215

環境ひとくちメモ

不燃物処理場で 受け入れできない物について

不燃物の収集・持込において、ビンやカン等の容器にたばこの吸い殻などの可燃ゴミが入ったままになっている事例が散見されます。不燃ゴミを出す前に、今一度確認いただきゴミの分別にご協力をお願いいたします。

また、テレビやパソコンが定期収集のゴミに出されていたこともあります。これらは不燃物処理場では受け入れることができません。

【テレビの処分】

テレビは、家電 4 品目に分類されます。処分については、個人で電器店や購入店にお問い合わせください。(リサイクル料と運搬料が必要です)

【パソコンの処分】

一般社団法人パソコン3R推進協会 ☎ 03 - 5282-7685

HP : <http://www.pc3r.jp> ヘアクセスしてください。

【問い合わせ先】町民環境課 ☎ 52-2215

自動車利用に関する アンケート調査への ご協力をお願いします

国土交通省では、都道府県、高速道路会社などと連携して、9月から11月までの間、全国で自動車の使われ方などを調べる全国道路・街路交通情勢調査を実施しています。この調査のうち、自動車起終点調査については、無作為に選定した自動車を保有する人・事業者の皆さまに対して、自動車の利用実態をお答えいただく調査となっております。

調査結果は、道路の計画や管理などの基礎となる重要な資料となるものです。調査の主旨をご理解いただき、調査への協力をお願いいたします。

【問い合わせ】サポートセンター

☎ 0120-669-118 ※午前9時～午後6時(日、祝日を除く)

広告



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

医療法人 千博会
ネオリゾート

ちひろ病院

〒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

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

お散歩に行きました♪

10月6日（月）秋晴れの中、5組の親子で久礼八幡宮大祭のおなばれを見てきました。たくさんの人の声や太鼓の音、屋台のいい匂いを感じながら竹練りという舞を見たり、子どもさんを天狗に抱いてもらったり、『カツカツ（獅子舞）』に頭を噛んでもらい厄除けや健康もお祈りしました。

散歩に初めて参加したお母さんからは「2日目のお祭りもすごいいいですね!」「ゆっくり楽しむことができました」と親子で楽しんでもらえたようです。

暑さも落ち着いてきたので、来月もお天気のいい日にはお散歩をしたいと思いますので、ぜひ参加をお待ちしております。



Information

お気軽にお越しください♪

- 12/3（水） えほんおはなし会（11時～11時30分）
- 12/7（日） 休日開所（8時30分～12時）
子育て講座（10時～11時）
『親子でたのしむ うんどうあそび』

町内在住の親子限定 締切 11/18（火）までに要予約

- 12/22（月）～24（水） カレンダー作り（9時～11時）



広告



中土佐町福祉タクシー
チケットが使えます。

（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

9/16～10/15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。

9月	16 火	こと京都株式会社視察（京都市）
	18 木	残土用地に係る楠ノ川地区説明会
	19 金	四国地方整備局高知港湾空港部長来庁
	20 土	新美術館グランドオープン・セレモニー
	21 日	令和7年度津野消防団連合演習（津野町）
	22 月	キックボクシング・竹本 嵐舞氏表敬訪問
		美術館記念切手シート贈呈式（久礼郵便局）
		職員採用資格試験（保健師）
	24 水	北海道滝上町・前町長、副町長来町
	25 木	四国四県町村長・議長大会（高知市）
9月	26 金	高幡東部清掃組合議会定例会 旅サラダ収録
	27 土	大野見小・中学校合同運動会
	29 月	高幡町村会視察研修（石川県輪島市など）

10月	1 水	高幡町村会視察研修（石川県金沢市）
	2 木	水土里ネット事務局来庁
	3 金	高知県建設技術公社新社屋落成式（高知市）
	4 土	大野見保育所運動会
	5 日	久礼八幡宮 御神穀祭
		久礼八幡宮秋季例大祭（田植式）
	6 月	新嘗祭 抜穂祭
		久礼八幡宮秋季例大祭 御神幸（おなばれ）
	8 水	道路整備促進期成同盟会全国協議会理事会（東京）
	11 土	久礼小・上ノ加江小運動会
	12 日	高陵消防連合演習（津野町）
	13 月	職員採用二次試験
	14 火	防災砂防協会 通常総会・意見交換会（高知市）
	15 水	第47回全国土地改良大会 佐賀大会（佐賀県佐賀市）

◆年金◆

国民年金保険料は納付期限までに納めましょう

令和7年4月分から令和8年3月分までの国民年金保険料は、月額17,510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、クレジットカードによる納付やインターネット等を利用し、の納付、そして便利でお得な口座振替もあります。

日本年金機構では、国民年

金保険料を納付期限までに納めていただけない方に対して、電話、書面、面談により早期に納めていただくよう案内を行っております。

未納のまま放置されると、強制徴収の手続きによって督促を行い、指定された期限までに納付が無い場合は、延滞金が課されるだけではなく、納付義務のある方（被保険者本人、連帯して納付する義務を負う配偶者及び世帯主）の財産を差し押さえることがありますので、早めの納付をお願いいたします。

所得が少ないなど保険料の

あなたの年金記録の確認はお済みですか？

納付が困難な場合は、免除される制度や猶予される制度がありますので、市区役所・町村役場の国民年金窓口へご相談するようお願いいたします。

年金記録が間違っていると思われる方は、厚生労働省四国厚生支局に年金記録の訂正を請求することができます（提出窓口はお近くの年金事務所です）。四国厚生支局では、様々な調査を行い、中国四国地方年金記録訂正審議会（公平公

正な判断を行うために設置された専門家による会議）の審議結果に基づき訂正（不訂正）の決定を行っています。

古い期間の記録の調査においては、会社が倒産している、会社に給与台帳が残っていない、所得証明がとれないなど、証拠となる資料の収集が困難となり、記録訂正に結びつかない場合もあります。

ねんきん定期便などにより自身の年金記録を確認いただき、ご自身の年金記録に少しでも心配がございましたら、思い当たる状況をメモしていただき、お近くの年金事務所にご相談ください。

年金相談・お手続きの際には、ぜひご予約を！

日本年金機構の全国の年金事務所では、年金相談や年金請求手続きについて、「事前予約」を行っています。お待ち時間の少ない「予約相談」をぜひご利用ください。

◆予約相談希望日の1か月前から前日まで受付しています。
◆お申し込みの際は、基礎年金番号のわかるもの（年金手帳や年金証書など）をご用意ください。

ご予約方法は、全国共通の予約専用受付電話「0570・05・4890」、または、お近くの年金事務所に、電話・来訪時にお申し込みください。

▼問い合わせ先
高知西年金事務所

☎0888・875・1717

※ご連絡の際は、基礎年金番号の分かる年金手帳や年金証書をご準備ください。

町民環境課 ☎52・2213



12月3日から9日は「障害者週間」です

「障害者週間」は、国民が広く障害者の福祉についての関心と理解を深め、障害者が積極的に多分野の活動に参加する意欲を高めることを目的とした週間です。

「共生社会（障害の有無に関わらず誰もが人格と個性を尊重し支え合う社会）」の実現に向けて、一人ひとりが普段の生活の中で自ら実施できることに取り組んでいきましょう。

障害を理由とする差別をなくしましょう

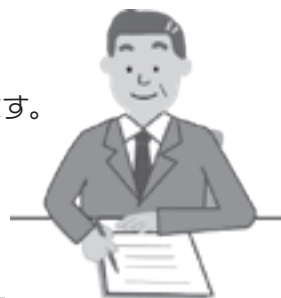
令和6年4月に「改正障害者差別解消法」が施行され、事業者による「合理的配慮の提供」が義務づけられています。

①不当な差別的取り扱いの禁止

行政や事業者が、正当な理由なく、障害を理由として差別することを禁止しています。

②合理的配慮の提供

行政や事業者が、障害のある人から、何らかの手助けや対応が求められたときは、負担が重すぎない範囲で対応します。



障害者とほじょ犬は、いつでもどこでも一緒にです

ほじょ犬は、目や耳、手足など身体に障がいのある人の生活をお手伝いするために、特別な訓練を受けています。公共施設や交通機関、商業施設、病院などでほじょ犬同伴の受け入れは、「身体障害者補助犬法」で義務付けられています。ここ近年、高知県内においても観光地等でほじょ犬が受け入れ拒否される事案も発生しているようですが、今一度、受け入れにご理解・ご協力をお願いします。

ヘルプマークをご活用ください

義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、または、妊娠初期の方など、援助や配慮を必要としていることが外見からは分からない方がいます。そうした方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで、援助が得られやすくなるように作成されたマークです。公共交通機関や商業施設等、ヘルプマークを着用している方を見かけた際には、席をお譲りいただく等、ご配慮をお願いします。



相談できる窓口

障害のある方やご家族が住み慣れた地域で安心して生活できるよう、悩みや疑問を一緒に考えます。

【連絡先】中土佐町基幹相談支援センター（中土佐町役場健康福祉課内）

☎ 0889-52-4820

中土佐町相談支援事業所（中土佐町社会福祉協議会内）

☎ 0889-52-2880



みんなでやるぞね、中土佐町の子育て (172)

～ 令和 7 年度全国学力・学習状況調査の結果から ～

今年度実施された全国学力・学習状況調査の結果が公表されましたのでお知らせします。

【小学校・中学校教科別正答率について】

小学校		中学校	
算数・理科	国語	国語・数学	理科
全国を下回った	全国とほぼ同じ	全国を下回った	※

※理科の試験は今回から CBT 方式という、タブレットを使ってオンラインで試験を行う方式が取られました。キーボード入力、プルダウン選択、図の並び替え、動画視聴、グラフ上のクリックなど、多様な形式で解答します。

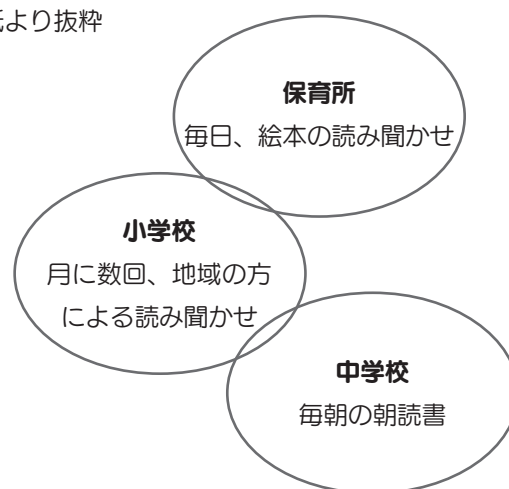
今回の結果より、小学校・中学校ともに国語科の「言葉の特徴や使い方に関する事項」の学習の基本の一つである「漢字」について全国平均以上の力を持っていました。これは、読み・書き・計算の学習の基本を繰り返すことで脳を鍛えることにつながっていると考えられます。また、中学校中土佐検定「漢字」の成果であると考えられます。

【中土佐町の脳科学に基づく取組】 ※児童生徒質問紙より抜粋

中土佐町では、就学前教育・小中学校教育を通して、「脳科学」と「運動と食育による体づくり」を柱に取組を進めています。「脳科学」の取組の一つに「読書活動」があります。下のグラフの結果から、読書が好きな児童が増加していることが分かります。

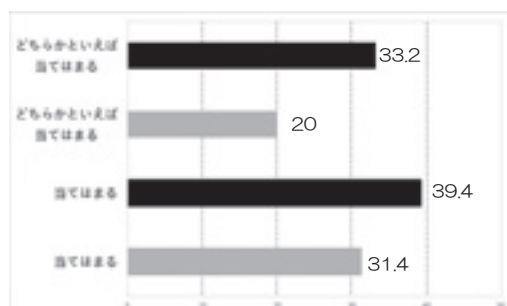
脳科学の視点からみると、「読書活動」は語彙力・読解力をつけるだけでなく、想像力・表現力・社会性・情緒面の安定などの効果があることが証明されています。

右の図のように町内それぞれの保育所、学校で本に親しむ取組を進めていることから、読書が好きな児童生徒が増加していると考えられます。



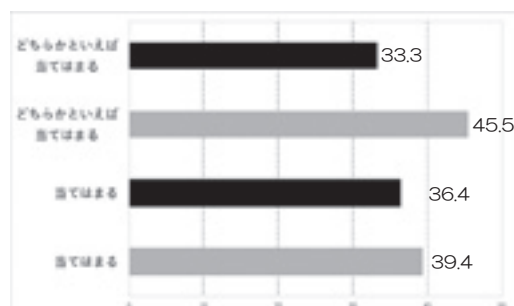
令和5年調査 読書は好きですか？

※肯定意見の割合



令和 7 年調査 読書は好きですか？

※肯定意見の割合



全国学力・学習状況調査の結果より、各学校が授業を基本とし、中土佐検定をはじめとした様々な取組を進めるとともに、脳科学に基づく取組を保小中を通じて行うことで、子どもたちの基礎学力の定着につながっていることが分かります。今後も、より一層の学びの質の向上に励み、子どもたちの学びが明日、そして将来につながるようみんなで支えていきたいものです。

中土佐町教育委員会 ☎ 52-2661



なかとさカレンダー 11月15日～12月15日



11月

11月は秋の子どもまんなか月間（※子ども支援を強化する月間）
 12日～25日 女性に対する暴力をなくする運動
 25日～12月1日 犯罪被害者週間
 10日 いのちのフリーダイヤル

日付	行事（場所）時間	時間外診療 受入病院
15 土	ふれあい作品展（あったかふれあいセンターまんまる）	くぼかわ病院
16 日	ふれあい作品展（あったかふれあいセンターまんまる） 第3回はぐまるまつり（こどもセンター） 久礼中学校吹奏楽部定期演奏会（町民交流会館）	梶原病院
17 月	献血 (10:00～12:00 町民交流会館 / 13:45～16:00 中土佐町役場)	高陵病院
18 火		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		須崎くろしお病院
22 土		須崎くろしお病院
23 日	勤労感謝の日	くぼかわ病院
24 月	振替休日	くぼかわ病院
25 火		須崎くろしお病院
26 水		くぼかわ病院
27 木	大野見みんなの文化祭（大野見体育館）	須崎くろしお病院
28 金	大野見みんなの文化祭（大野見体育館）	須崎くろしお病院
29 土	大野見みんなの文化祭（大野見体育館）※	くぼかわ病院
30 日	第3回中土佐町みんなで元気になる大会 (中土佐町民交流会館町民ふれあい広場)	くぼかわ病院

※大野見みんなの文化祭では、作品展示を行っております。最終日の29日は作品
 展示に加え、ステージ発表・飲食販売もありますのでぜひお越しください!!

12月

12月は職場のハラスメント撲滅月間
 3日～9日 障害者週間
 4日～10日 人権週間

1 月		高陵病院
2 火		須崎くろしお病院
3 水	育児相談・母乳相談（こどもセンター）9:00～12:00/13:00～15:00 えほんおはなし会 ※16ページ参照	くぼかわ病院
4 木		須崎くろしお病院
5 金	人権相談（中土佐人権啓発センター1階 会議室・大野見青年の家） 10:00～15:00	須崎くろしお病院
6 土		須崎くろしお病院
7 日	休日開所 ※16ページ参照 子育て講座※16ページ参照	梶原病院
8 月		高陵病院
9 火	行政相談（役場3階小会議室）9:00～12:00 行政相談（大野見振興局1階会議室）9:00～12:00	須崎くろしお病院
10 水		くぼかわ病院
11 木		須崎くろしお病院
12 金	育児相談・母乳相談（大野見保育所）9:30～11:30	須崎くろしお病院
13 土	矢井賀をよくする会モーニング (矢井賀高齢者コミュニティーセンター) 8:00～12:00	くぼかわ病院
14 日		くぼかわ病院
15 月		高陵病院

☎ 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

基幹相談支援センター 52-4820

地域包括支援センター 52-3352

人権啓発センター 52-3939

文化館図書室 52-2277

なかとさ美術館 52-4444

上ノ加江支所 59-0566

上ノ加江公民館 59-0567

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▲

戦没者遺児による慰霊友好親善事業の参加者を募集しています

日本遺族会は、「戦没者遺児による慰霊友好親善事業」の参加者を募集しています。

同事業は、厚生労働省から補助を受け実施しており、先の大戦で父等を亡くした戦没者の遺児を対象として、父等の戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を実施するとともに、同地域の住民と友好親善をはかり、恒久平和な社会の構築を希求することを目的としています。

- 参加費** 10万円
- 付添希望者** 要相談
- 実施地域** ①フィリピン ②ミャンマー
- 申込** お住まいの各都道府県遺族会へご連絡ください。

※相手国事情により、実施時期の変更や取り止めとなる場合があります。

※戦没者の孫、ひ孫、甥、姪の3親等以内の青年部が付添者として遺児に同行する場合には、実際にかかる旅行費用の3分の1が国から補助されます。

なお、同事業は令和7年度をもって終了となります。最後の実施となることから是非この機会にご参加ください。参加者の高齢化を考慮し看護師も同行します。

【問い合わせ先】日本遺族会事務局 ☎ 03-3261-5521

自賠責保険・自賠責共済のご案内

誰かを傷つけてしまう前に、ちゃんと自賠責を

交通事故による死傷者数は年々減少傾向にあるものの、令和6年の事故発生件数は約29万件、死傷者数は約35万人と、国民の誰かが交通事故の被害者にも加害者にもなり得る極めて深刻な状況となっています。

交通事故は車社会の負の部分であり、被害者にとっても加害者にとっても悲惨な結果をもたらすものです。

自賠責保険・共済は、すべてのクルマ・バイク等1台ごとに加入が義務づけられており、加害者の賠償責任を担保することで、被害者の基本的な賠償を保障する制度であり、被害者の救済を目的としています。

一人一人が、より一層賠償責任制度の役割や重要性、保険金・共済金の支払いのしくみなどを十分に理解・認識することがとても大切です。

未加入・未更新で乗ると、懲役または罰金の対象になります!!

自賠責保険・共済は、万一の自動車事故の際の基本的な対人賠償を目的として、自動車損害賠償保障法に基づき、原動機付自動車（電動キックボード・モペット）を含むすべての自動車に加入が義務づけられております!!

四輪車はもちろんですが、特に、車検制度のない250cc以下のバイク（原動機付自転車・軽二輪自動車）の、未加入、未更新にご注意を!!

自賠責制度の詳しい内容は、<https://www.mlit.go.jp/jidosha/jibaiseki/> でご覧になれます。

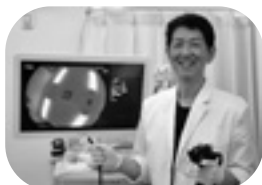
【問い合わせ先】国土交通省四国運輸局高知運輸支局（大津庁舎） ☎ 088-866-7311

広告

◆内視鏡検査の電話予約を開始しました！

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や、苦痛の少ない内視鏡検査は当院にお気軽にご相談ください。



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					

地域おこし協力隊に着任しました!!

かじなが ひとみ
梶永 瞳 (大正町市場協同組合)

出身 大阪出身 **年齢** 40代



25年以上にわたり救急・小児医療の現場で看護師として活動してきました。

人の“いのち”と深く向き合う中で、「真の健康とは何か」を探究し、心・体・魂の調和をテーマに取り組んでいます。

また、ラジオパーソナリティとして5年間、人々の思いを伝え、これまでに自身の体験をまとめた書籍も出版。

現在はその経験を生かし、中土佐町の自然や人の温かさを全国に発信する活動に力を注いでいます。

明るく前向きで、どんな人ともすぐに打ち解ける性格です。

医療と癒し、そして発信の力で「いのちが輝くまち」をつくっていききたいと思っています。

「古き良き日本の知恵を現代に蘇らせる」——

その思いを胸に、地域の皆さんと共に歩んでいきます。

地域おこし 協力隊の活動

石山 佳那さん



今年の4月から観光協会に着任した石山佳那です。防災の活動を主に担当しているため、役場の方が対応していた津波避難タワーの視察対応を引き継ぎ、既に何件か対応しました。県内だけでなく岡山県や香川県などからもお越しいただき、『被災地から来た人の言葉だからこそしっかりと受け止めることができた』、『自分が被災したときどんな対応をするべきか考えなければ』という嬉しい言葉をいただくことができました。

他の活動としては、自主防災組織の方に向けて、福島県の東日本大震災から現在までの話や避難所運営の問題について講演する機会をいただきました。被災地ガイドで得た知識と経験を活かす場をいただき、どうしたら被災地から遠く離れた場所に住み、まだ大災害が起きていない地域の方々に自分事として捉えてもらうかを私自身が改めて考えるきっかけになりました。

今後は自主防災組織だけでなく、学校や会社の研修でも東日本大震災や防災減災などについて話す機会を増やしていけたらと考えています。観光×防災というコンテンツ造成をしていきたいので、新たな体験型アクティビティやグッズ作成についても検討中です。



広告

中土佐町の介護福祉タクシーすまいる

お出かけのお手伝い

病院への送迎・受診介助
買い物代行・同行
美容院などへの外出支援
ご家族様も一緒に乗車できます!

中土佐町タクシー券使用可。

障害者割引もあります。

ご利用の仕方や料金のご相談など、お気軽にお問い合わせください!

☎ 070-7624-9146

受付時間: 平日 8:00 ~ 17:00

中土佐町久礼 2124-6 池田 千恵子 (介護福祉士)



趣味の文芸

俳句

送り火も亡父に習い違わずに

これ蛇やこの老耄の邪魔するな

花火音体の中を突き抜ける

お互いの便り遠のきリラの花

清流のしまんトロツコ風涼し

すすきの穂そよぐ穂先に風見ゆる

二度咲きの秋を楽しむクレマチス

扁額の読めぬ一字の涼しけれ

ジャングルと化した畑や老いの夏

出揃いし稲穂の上を風渡る

コンバイン休み終えたか出勤す

地方車や声高々に土佐の夏

重たげに稲穂の揺れる風の道

終活を楽しく過ごすデイの秋

夕焼空稜線燃ゆる富士の山

鰐広の帽子で凌ぐ猛暑かな

グラウンドに舞う花びらを追う童女

海側へ流るる今朝の鰯雲

肉厚のとなかつ食べたし歯はないし

文芸コーナーでは、俳句・短歌・絵手紙など、皆さんの心温まる作品を募集しております。

掲載を希望される方は、封書またはファックスにて役場総務課内広報編集委員会事務局までお送りください。なお、希望多数の場合、掲載をお待ちいただく場合もございますので、ご了承ください。

また、手書きの場合は誤字を防ぐため、ふりがなを添えた楷書でご記入ください。

【問い合わせ先】 広報編集委員会事務局

☎ 52・2211

中平	宙史	(上ノ加江)
中平	宙史	(上ノ加江)
木村	和世	(上ノ加江)
田村	慶子	(上ノ加江)
木村	幸	(矢井賀)
井上	恭子	(矢井賀)
岩崎	悦子	(大野見)
下元	秀美	(大野見)
白瀧	紀子	(大野見)
古谷	芳子	(大野見)
高橋	糸美	(大野見)
南部	昌己	(大野見)
吉岡	美智	(大野見)
大西	良子	(大野見)
西岡	和久	(大野見)
小野川	あきよ	(大野見)
吉岡	和	(大野見)
下元	三和	(大野見)
松本登紀代		



町のベストセラー5

宮脇書店 新中土佐店 10月調べ

順位	タイトル	作者	出版社	価格(税込み)
1位	蜻蛉の夏	垣根 涼介	小学館	2,200円
2位	志記 遠い夜明け	高田 郁	角川春樹事務所	792円
3位	薬膳の食卓 365日	川手 鮎子	自由国民社	1,980円
4位	飼い犬に腹を噛まれる	彬子女王	PHP 研究所	1,485円
5位	パンどろぼうとスイーツおうじ	柴田ケイコ	KADOKAWA	1,540円

9月の人口

男	2,663 (－ 63)
女	3,016 (－ 52)
合計	5,679 (－ 115)
世帯	3,236 (－ 13)

令和7年1月からの出生届出数7人

※この数字は令和7年9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

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 住吉東

山崎 ^{ほのか}穂花 ちゃん

9月24日生まれ

保護者：将司さん・千絵さん



わがやの ペット自慢



名前：いと

《飼い主さんからのひとこと》

我が家の4女、訳あってお姉ちゃん猫とは離れ離れだけど元気いっぱい

(応募者：のりでこさん)

絵の広場

郵便で届けられた絵をご紹介します♪
絵手紙、イラストの応募をお待ちしております!!

応募方法

中土佐町役場（中土佐町久礼 6663-1）まで郵送でご提出ください!!

※一度提出されたものは返却出来ませんのでご注意ください。

夜明け前
伊勢カエデの
揚げる海
昇る朝日
感謝の心

笑門来 福
2025.9.24
(75歳)