



主な内容  
Pickup

- 2 - 3 町内小学校入学式
- 5 - 8 まちの話題～第20回中土佐町長杯グラウンドゴルフ大会 ほか～

# 入学おめでとう！ 小学校の新1年生特集

大野見小学校 6人



▲上級生につけてもらうお祝いの花♪手取り足取り教えてくれます。



▼初めて持つ大きなランドセル。明日から教科書入れて背負えるかな？



新1年生に『学校で頑張りたいこと』と『将来の夢』をインタビューしました!!

石川 みちる 満琉さん：友達をたくさん作る / パン屋さんになる

西村 たお 太臣さん：体育(かけっこ) / 博士になる

小野 こつき 興生さん：足し算 / ユーチューバーになる

小野 つむぎ つむぎさん：みんなと遊ぶ(おまごど) / ケーキ屋さん

伊藤 すず 鈴さん：体育の授業(サッカー) / お花屋さん

町田 とうか 冬椏さん：友達を5人作ることに / 保育所の先生

## 久礼小学校 14人



▲ドキドキの入場。小学6年生と手をつないで入場しました。



▼入学式では、座って校長先生の話をしっかり聞いていました。



▲お友達に声をかけてもらい、緊張がほぐれている様子でした。

▼教室で担任の先生が読み聞かせをしました。みんな楽しそうでした!!



### 新1年生に『学校で頑張りたいこと』と『将来の夢』をインタビューしました!!

西田 侑叶さん：新しい遊び・勉強 / アイス屋さん

岩本 理桜さん：算数 / 服屋さん

崎山 銀式さん：実験 / ケンタッキーの店員

岡田 凜音さん：お勉強を沢山する / サッカー選手

酒井 伯さん：算数・プリント / 学校の先生

永石 瑛大さん：国語と算数 / サッカー選手

# こども情報局



大野見  
保育所  
園児 12人

## 春をキープ！



新しい環境に少し戸惑っている姿もありましたが、子どもたちは少しずつ笑顔も見せてくれるようになりました。4月の初めは雨の日が多かったのですが、天気の良い日には近くの広場へお散歩に行き、たくさん咲いている『春の花探し』を楽しみました。「この花何やろう?」「あっちの花ヘレッツゴー!」と、菜の花やマツバウンランなどを自分の散歩バックに入れて持ち帰りました。また、園庭の桜の花びらも、お皿へ集めて遊びました。



入れ、その上から洗濯のりやオイルを入れ、みんなでハーバリウム作りをしました。出来上がると、「うわ〜きれい!」「これは〇〇ちゃんはやね〜」と友達や自分のハーバリウムを眺め合いつつ、春の自然を感じているようでした。園庭の桜の花も終わりが、きれいな緑に変わってきました。春の終わりが近づいてきましたが、みんなで作ったハーバリウムを眺めながら、もう少し春をキープしていきたいですね。

(保育士 井上あかね)

## 久礼 小学校

児童 144人

元気に登校!!



## welcome to 久礼小学校!



▲先生への代表あいさつ



▲1年生を迎える会

4月9日(木) ときどきしながら学校に登校しました。全員が体育館に集まり、3名の転入生と6名の新しい先生達が紹介されました。転入生や着任された先生達への代表あいさつを任されていたけど、自分たちの担任の先生は誰なのか、知っている先生かな?それとも初めての先生かな?と気になってそわそわしていました。入学式では、温かい拍手に迎えられる、6年生と手をつないで笑顔で入場した14名の1年生。担任の先生から名前を呼ばれ、大きな声で「はい」と返事をする人や、恥ずかしそうにする人がいました。

入学式のあいさつを1年生が静かに聞いてくれホッとしました。次の日は、1年生を迎える会をしました。各学年から歓迎の言葉や、プレゼントを1年生に渡しました。体育館が温かい雰囲気になりました。久礼小学校は、児童数が144人になりました。きまりを守り、仲良く元気のよい学校を作ってきたいです。また、みんなで大きな声で挨拶のできる久礼小学校にしていきたいです。

(6年 秋山 莉子・松田 結愛・東出 桃和)  
(5年 日林 ゆあ・濱口 隼之介)

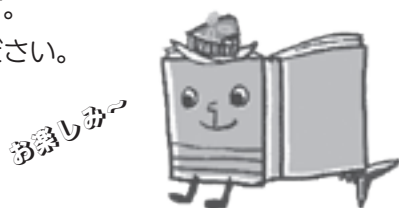
## おはなし会

心地よい風が吹く季節となりました。夏はすぐそこまできていますね。

文化館図書室では、おはなし会を毎月第2土曜日に開催しています。

読み聞かせボランティアさんによる、季節にちなんだ絵本や紙芝居など楽しいおはなし会となっています。お子さんから大人の方まで大歓迎です。

お気軽にお立ち寄りください。



開催日：毎月第2土曜日

場所：絵本コーナー

時間：10：30～11：00



## 第13回町長杯 パークゴルフ大会



▲中土佐町長杯パークゴルフ大会の参加者

令和8年3月13日、第13回「中土佐町長杯パークゴルフ大会」が開催されました。

当日は晴天のもと、町内外から71人（男性37人、女性34人）の方にご参加いただきました。

36ホールの熱戦を制した優勝者は、西森美佐さん（高知市）です。

ご参加いただいた皆様、本当にありがとうございました。  
（教育委員会事務局）

### 【結果】

優勝	西森 美佐さん（スコア109）
準優勝	政岡 建二さん（スコア111）
第3位	中平 悟さん（スコア114）
第4位	宮崎 安男さん（スコア114）
第5位	安藤 孝さん（スコア114）

## まちの話題

### 第20回町長杯 グラウンドゴルフ大会



▲中土佐町長杯グラウンドゴルフ大会の参加者

3月12日、第20回中土佐町長杯グラウンドゴルフ大会を大野見奈路グラウンドゴルフ場で行いました。

非常に天候に恵まれた中で大会を開催することが出来ました。

入賞された皆様、おめでとうございました。

（教育委員会事務局）

### 【結果】

1位	下元 千嘉さん
2位	細木 松美さん
3位	岡田 寿男さん

おみこくさん  
**「久礼八幡宮の御神穀祭」**  
**国の重要無形民俗文化財に指定**

令和8年3月24日、「久礼八幡宮の御神穀祭」が国の重要無形民俗文化財に指定され、同日京都市で開催された指定証書交付式において、保護団体である久礼八幡宮御神穀祭伝承会が都倉文化庁長官より指定証書の交付を受けました。今回の指定を受け、同3月31日に濱田高知県知事を表敬訪問し、指定の報告をしました。

「久礼八幡宮の御神穀祭」は、平成30年3月に「記録作成等の措置を講ずべき無形の民俗文化財」に選択され、平成31（令和元）年度から令和4年度にかけて調査を行ないました。それらを経て、令和8年1月23日に文化審議会より指定の答申を受け、同3月24日に正式に指定となりました。

指定にあたっては、御神穀祭が農耕に関わる神饌奉納の典型的な事例であるとともに、頭屋部落を中心とした祭祀組織や、大規模な行列を組んで神饌を奉納するという形態に地域的特色がよく表れていると評価されました。

「大豊の碁石茶製造技術」も同時に指定を受けており、高知県としては昭和55（1980）年の「土佐の神楽」の指定以来46年ぶりの重要無形民俗文化財指定となり、風俗慣習の分野としては県内初の指定です。（教育委員会事務局）

文化財名：久礼八幡宮の御神穀祭  
 保護団体：久礼八幡宮御神穀祭伝承会



▲都倉文化庁長官より証書の交付を受ける久礼八幡宮宮司



▲証書の交付を受けた久礼八幡宮宮司（後列右から2番目）

**御神穀祭の様子**



民俗文化財とは…それぞれの地域に根差した衣食住、生業、信仰、年中行事等に関する風俗慣習、民俗芸能、民俗技術及びこれらに用いられる衣服、器具、家屋、その他の物件など人々が日常生活の中で創造し、継承してきた国民の生活の推移を理解する上で欠かせないものです。国は、その中でも特に重要なものを「重要有形民俗文化財」「重要無形民俗文化財」に指定し、保存・継承を図っています。



モア・トゥリーズ

## (一社) more trees さんが 中土佐町に来町してくれました !!

3月23・24日の2日間(一社) more trees が全国の協定先地域の状況を知る一環として、社員の方が初めてご家族の皆様を連れて中土佐町へお越しになり、上ノ加江地区の漁業体験や大野見伊勢川地区で植樹イベントを行いました。

more trees は、音楽家・坂本龍一氏が創立し、建築家・隈研吾氏が代表を務める森林保全団体です。中土佐町とは、平成20年に締結した「協働の森パートナー協定」をきっかけに、これまで森林保全をはじめ、さまざまなかたちで町の活動にご協力いただいています。

これからも、「森と人がずっとともに生きられる社会」をめざし、ともに歩んでまいります。(農林水産課)



## 久礼保育所の年長さんが 観光列車のお手振りに参加



3月30日、久礼保育所の年長児が、台湾の観光客が乗る観光列車の到着に合わせて、お手振りでのおもてなしを行いました。

この春から小学校に進学する年長児たちは、お昼寝の時間がなくなったことをきっかけに、その時間を活用してお手振りに参加しました。当日も、列車の到着時刻より早くに集まり、「会ったら『ニーハオ!!』って言うがやきー!!」と元気に準備をしていました。



しかし、いざ列車が到着し、台湾からの観光客が目の前に現れると、子どもたちは緊張で思わず固まってしまう。さっきまでの元気はどこへやら…。保育士さんも、おもわず「どうした!?!」と驚いた様子。それでも時間が経つにつれて少しずつ緊張がほぐれ、笑顔で挨拶できるようになっていました。観光客からの「ハイタッチしよう!!」にも、照れながら応じる姿が印象的でした。

最後には笑顔で写真撮影も行い、心温まる交流の時間となりました。子どもたちの一生懸命なおもてなしは、台湾の皆さんにも大変喜ばれ、満足そうに帰っていきました。(事務局)



## 今年も超楽しい！ 矢井賀運動会

毎年みんなが楽しみにしている矢井賀の運動会が地元の有志によって3月22日に行われました。今年は矢井賀の住民以外にも地区外からの参加者や、町長、役場の職員、社協、上ノ加江の公民館長などたくさんの方々に参加していただきみんなで大盛り上がりで開催されました。

ラジオ体操で準備運動をして、矢井賀の太鼓クラブ「矢井賀どんどこ」による太鼓演奏で華やかに始まりしました。競技は全員参加の紐つなぎ、個人戦の輪投げ、漁師町のプライドをかけた魚釣り、みんなが優秀すぎて玉がなくなった玉入れ、最後に輪になってズンドコ節でしたが、初っ端の紐つなぎから参加者のボルテージは最高潮！景品ももらえてホクホク顔がたくさん見れました。

お昼からは有志が用意してくれた美味しいカレーで一休みしたら、司会者2人による、金管二重奏からの毎年楽しみにしている、春野の太鼓チームの演奏で幕を閉じました。

参加者みんなで笑って、体を動かして、嬉しい景品をもらって、美味しいカレーを食べて、素晴らしい演奏を聴いて、本当に楽しい1日でした。(編集委員 五藤 夢)



## 町内で働く外国人の若者たち取材しました！

上ノ加江の養鶏所で働く韓国人のジョ・インホさん。慣れない環境の中で、日々仕事に向き合いながら生活しています。今回は、日本に来た時の気持ちや、日々の暮らしについてお話を聞きました。



### 日本語で好きな言葉

真剣。

### 好きな食べ物 (日本・韓国)

日本：納豆/ 韓国 (プサン)：おでん

### 日本でしたいこと

日本がとても好きなので、永住したいと思っています。

そして、日本には有名なアニメや漫画が沢山あるので、それを大切にして、漫画家が育つ町になればいいなと思います。

### 日本にくる前はなにをしていましたか？

フリーランサーで翻訳の仕事をしていました。

私は、日本の大学に通い、一度母国に帰った後、日本に戻り仕事をしています。日本語検定レベルN1 (※日本語能力試験の最上位レベル)も持っていますよ。

### なぜ日本に来ることになったのですか？

親族に在日だったり、色んな縁があったからです。また、日本に興味があって、小さい頃から日本のテキストで勉強していました。

### 仕事で大変なこと・嬉しいことはなんですか？

自分の仕事は、鶏の成長管理です。最近は鶏の指導もしているので大変…。命を預かっていることで責任感があります。ただ、毎日が無事に終わることに幸福を感じています。

### 休みの日はなにをしていますか？

お茶をしに行ったり、高知市内へ買い物に行ったりしています。

### 中土佐町の好きな場所は？

道の駅なかとさ!!

『町内で働く外国人の若者たち取材しました!』の取材にご協力いただける方を探しています!! ご連絡お待ちしております。

【問い合わせ先】総務課 広報係 電話：52-2211

／ よろしくお願ひします！ ／

# 中土佐町役場に5人が仲間入りします!!

この春、中土佐町で新しくスタートを切った方々をご紹介します。  
町で見かけたら、ぜひ声をかけてください!



せいた  
**岡 星太** (31歳)

**まちづくり課**

中土佐町上ノ加江出身

- 趣味 キャンプ・読書・釣り
- 性格 明るい
- ひとこと  
町民の皆様のかになれるよう  
精一杯頑張ります。  
よろしくお願ひします。



はるき  
**黒川 遥暉** (22歳)

**健康福祉課**

仁淀川町出身

- 趣味 スポーツ動画視聴(バスケ)
- 性格 慎重
- ひとこと  
中土佐町の発展に貢献できる  
ように、全力で頑張ります。



ゆうき  
**小松 優希** (19歳)

**町民環境課**

高知市出身

- 趣味 ゲーム
- 性格 おおらか
- ひとこと  
新卒1年目でまだまだ失敗も  
沢山出てくると思いますが、  
確実に仕事を覚えていき、中  
土佐町がより良い町になるよ  
う頑張ります。



あいさ  
**政岡 愛紗** (30歳)

**健康福祉課**

中土佐町久礼出身

- 趣味 3匹の愛犬と猫との時間
- 性格 明るい
- ひとこと  
笑顔を大切に、地域の皆様に  
親しんでいただける職員を目  
指して頑張ります。  
よろしくお願ひいたします。



たかひろ  
**野口 岳宏** (42歳)

**健康福祉課**

高知市出身

- 趣味 釣り・キャンプ
- 性格 明るい
- ひとこと  
前職の看護師の経験を活かし、  
地域住民の皆様にも少しでも  
役に立てるよう頑張ります!!  
よろしくお願ひします。



次のページに続く!!

／ よろしくお願ひします！ ／

## 地域おこし協力隊員さん紹介

この春、中土佐町で新しくスタートを切った方々をご紹介します。町で見かけたら、ぜひ声をかけてください！

がっぱ のぶたか  
**甲把 信貴** (50歳)

風工房

東京都出身



中土佐町のみなさん、こんにちは。この度、風工房に着任しました甲把信貴と申します。私は両親が高知出身、親戚も中土佐町に住んでいたため、以前から中土佐町を訪れる機会が多くありました。中土佐町への移住を考えるようになったタイミングで、風工房の原料の苺の生産、最終商品のケーキの製造・販売に関わる事業に興味を持ち、応募させて頂きました。前職は食品、食品添加物の営業を行っておりました。その経験を活かし、ケーキ・焼き菓子の販売から中土佐町の活性化に繋がるような活動が出来ればと思っております。これからもよろしくお願ひいたします。

のちか ともよ  
**野近 知世** (45歳)

大正町市場組合

高知県出身



4月から大正町市場組合に着任しました、野近知世です。久礼で生まれ育ち、この度家族でUターン移住しました。田中鮮魚店で修業した主人と、東京でかつおの薫焼きをメインとした魚屋を営んでいました。帰省の度に地元の良さを実感し、東京ではなくここからかつおのタキや町の良さを発信できないかと思い、戻ってきました。私自身まだまだ知らないことも多いので、皆様に教えていただきながら、新しい発見を楽しんでいきたいと思っています。見かけたら気軽に声を掛けてください。どうぞよろしくお願ひいたします。

はしがみ ともこ  
**橋上 智子** (40歳)

なかとさ LIFE

東京都出身



中土佐町の皆様はじめまして、橋上智子と申します。4月より、町の移住者相談や不動産業をしている「なかとさ LIFE」の地域おこし協力隊に着任しました。大正町の近くに一棟貸しの宿泊施設をつくるプロジェクトを担当させて頂きます。

前職では小さな飲食店を営んでおりました。全く違う職種とはなりますが、宿づくりを通じて皆様とコミュニケーションを取って、私自身も楽しみながら町に馴染むいい場所を作っていきたいと思っております。

こんな豊かな場所で暮らすのが初めてなので、海も山も食べ物も存分に堪能していきます！どうぞよろしくお願ひいたします。

広告

## 黒潮本陣 職員を募集しています！

### 洗い場スタッフ (パート・アルバイト可)

【業務内容】黒潮本陣厨房での食器等の洗浄・片付け  
【年齢】65歳くらいまで 【時給】1,100円～1,200円  
【勤務時間】9時～14時、18時～21時の間で7時間程度(相談に応じます)  
【その他】制服貸与、社会保険あり

### 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】当社規定による  
【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

【問い合わせ先】(株)中土佐町地域振興公社 担当：山岡 ☎52-3500

# 行政からのお知らせ

## なかとさ美術館 ワークショップ 申し込み受付中！

### ◆ミニ屏風をつくろう◆

日 程：5/30(土) 14:00～16:00  
対象者：子どもから大人まで 定員 15人  
参加費：500円  
講 師：石見陽奈(当館学芸員)



▲初心者向け日本画講座

### ◆陶磁器上絵付け体験◆

日 程：6/14(日) 14:00～15:30  
対象者：小学生以上 定員 10人  
参加費：2,500円  
講 師：若宮孝章(チャイナペイント工房遊美庵)



▲にかわ膠で絵具を溶く様子

### ◆初心者向け日本画講座 「写生から日本画へ」◆

日 程：11/14(土)・15(日) 2日間  
13:00～16:00  
対象者：中学生以上 定員 12人  
参加費：2,000円  
講 師：市川雅彦(当館館長)



▲チャイナペイント参考例

### ◆土佐和紙を使った木版画◆

日 程：12/5(土) 14:00～16:00  
対象者：中学生以上 定員 12人  
参加費：1,000円  
講 師：安芸真奈(版画家)

【申込・問い合わせ先】なかとさ美術館 電話：52-4444

#### 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！！

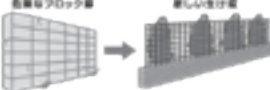


お問い合わせ (株) PLUS (政岡) ☎ 0889-52-3220



# あなたの家 地震への備えは大丈夫？

大地震はいつどこで起きるかわかりません。大地震は何度もやってきます。「きっと大丈夫」その油断が被害を大きくするかもしれません。あなたの住まいは大丈夫ですか？地震が起こった時、家にいるのはあなただけとは限りません。大切な人の命を守るために事前の対策をしましょう。



	事業内容	補助金額	R8 年度予定件数
木造住宅の耐震改修	大きな地震で住宅が倒壊しないように改修・補強にかかった費用への補助で販売目的等であるものを除く ※昭和 56 年 5 月 31 日以前に建築された住宅が対象	【診断】 <b>無料</b> 【設計】上限 <b>30 万円</b> 【工事】 上限 <b>122.5 万円</b> (補助率 10/10)	診断・設計・工事 それぞれ <b>40 件</b> ずつ
ブロック塀耐震対策事業	緊急輸送路または避難路に面している危険性の高いコンクリートブロック塀等の除却及びそれに代わる安全な塀等の設置  ※所定の点検表に基づき、職員が点検した結果、安全対策が必要だと判断されたもの	上限 <b>40 万円</b> (補助率 10/10)	<b>10 件</b>
老朽住宅等の除却	避難路の沿道に位置する老朽化した住宅等の除却工事にかかった費用への補助 ※所定の点検表に基づき、職員が点検した結果、老朽度（倒壊の危険性）が高いと判断されたもの	上限 <b>164.5 万円</b> (補助率 4/5)	<b>13 件</b>
家具等安全対策	<ul style="list-style-type: none"> <li>家具・家電等の転倒防止対策 家具及び家電の転倒を防止するための器具及び施工に係る費用。 </li> <li>ガラス飛散防止対策（令和 8 年度～） 日本産業規格の建築窓ガラス用フィルム（JISA5759）ガラス飛散防止性能（記号 A、記号 B）を満足するもの及び施工に係る費用。 </li> <li>感震ブレイカー設置（令和 8 年度～） 感震ブレイカー本体及び施工に係る費用。</li> </ul>	上限 <b>3 万円</b> (補助率 10/10)  ※令和 7 年度以前に家具転倒防止対策事業により、家具等の固定を実施済みの場合は、ガラス飛散防止及び感震ブレイカー設置のみを対象とし、上限額は 2 万円となります。	<b>10 件</b>

## 中土佐町では、補助金代理受領制度を導入しています

本制度は、中土佐町が交付する補助金を申請者（住宅所有者等）に代わって、耐震改修等を実施した事業者が受け取ることができる制度です。

本制度の活用を希望される場合、申請者は改修費等から交付金を差し引いた金額のみを用意すればよいので、改修費等支払時の立替費用の負担が軽減されます。

その他、手続きに必要な書類や詳細な補助要件等については、  
中土佐町総務課危機管理室 電話：52-2211 までお問い合わせください。



# 中土佐町こどもの成長応援金 支給事業がはじまります！

こどもの成長応援金は、学びや育ちを切れ目なくサポートし、子育て世代と子どもたちを応援するために令和8年度から新たに実施する給付金です。

**支給金額** 対象児童1人当たり**年額5万円**  
(最大19年間 合計95万円)

**対象児童** 0歳から18歳に達する年度までの年齢の児童であり、その年度の5月1日に、下記の①又は②にあてはまる方

- ①本町に住所を有する児童
  - ②保護者が本町に住所を有しており、修学等の理由のため、町外に住所を有している児童
- ※5月2日以降に生まれ、出生後最初の住民登録が中土佐町で行われた方は、その年度の支給要件を満たしているものとしてこどもの成長応援金を支給します。

**申請手続** 対象と思われる方には、6月上旬頃に申請案内を送付しますので、内容をご確認の上、期間内に申請書を提出してください。  
案内が届かない場合でも、支給要件を満たしている場合は、受給することができますので、町民環境課までご相談ください。

**申請期間** 6月1日～9月30日まで

ただし、5月2日から翌年4月1日までに生まれ、出生後最初の住民基本台帳への登録が中土佐町において行われた方については、出生日から90日を経過した日までに申請してください。

**申請書配布場所** 中土佐町役場町民環境課（2階）

**申請書提出方法** 中土佐町役場町民環境課に持参又は郵送

【問い合わせ先】町民環境課 電話：52-2213

## 『中土佐町ふるさと・水と土保全基金事業補助金』 ぜひご活用ください！！

農村の活性化のため、住民が共同で行う農業用排水路等の多様な機能の維持及び強化に係る活動を支援しています。

●**補助内容**

小規模圃場整備、農業用排水路等の維持保全に係る直接的経費等

●**補助要件**

- (1) 受益農家が3戸以上又は受益圃場が3筆以上
- (2) 小規模圃場整備については、土地所有者が同じであること（前号の適用は受けない）

●**補助率**

予算の範囲内で事業費の1/2以内 **(上限50万円)**

●**活用事例**

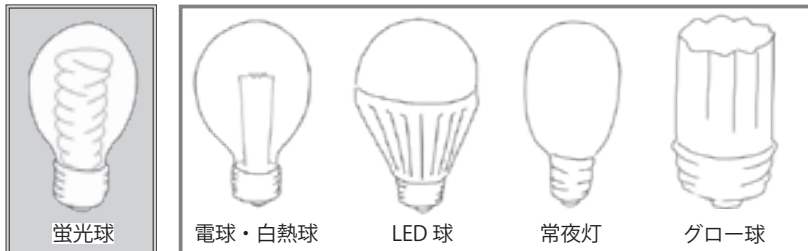
土砂体積防止のための側溝蓋・集排水管の設置  
取水施設の修繕等（鋼管の取換、ポンプ修繕）

【問い合わせ先】農林水産課 電話：52-2471

## 環境ひとくちメモ

### 電球類の出し方について

#### 電球の種類



電球・白熱球・LED球・常夜灯・グロー球 は**不燃物**です。

#### 【注意】

**蛍光球** は、蛍光灯と同じく**不燃物では受け入れできません**。

#### 【蛍光灯の回収場所】

役場・上ノ加江支所・大野見振興局・社会福祉協議会・町内電器店

【問い合わせ先】 町民環境課 電話：52-2215

### 『ごみの出し方について』

缶詰・飲み物・調味料などの容器に中身が残ったまま出されていることが散見されます。容器の中身は空にしてラベルなどは剥がし水洗いをして水を切ってから出してください。

※出し方については、「ごみの分別一覧表（50音順）」を参照ください。

HP： <https://www.town.nakatoso.lg.jp/life/detail.php?hdnKey=728>



## 令和 8 年度 銃砲刀剣類登録審査会

この登録審査は、銃砲刀剣類所持等取締法第 14 条の規定に基づいて、美術品もしくは骨董品として価値のある火なわ式銃砲等の古式銃砲又は美術品として価値のある刀剣類を登録するために実施するものです。

### ●審査基準

高知県知事が任命した登録審査委員が、銃砲刀剣類登録規則第 4 条に規定する基準に基づいて審査を行います。

#### 【火縄式銃砲等の古式銃砲】

日本製銃砲：おおむね慶応 3 年以前に製造されたもの

外国製銃砲：おおむね同年以前に我が国に伝来したもの

①火縄式、火打ち石式、管打ち式、紙薬包式又はピン打ち式（かに目式）の銃砲で、形状、象嵌、彫り物等に美しさが認められるもの又は資料として価値のあるもの

②上記の銃砲で骨とう品として価値のあるもの（明治 19 年以降実用に供せられている実包を使用できるものを除く）

#### 【刀剣類】

日本刀で、次に該当するもの

①姿、鍛え、刃文、彫り物等に美しさが認められ、又は各派の伝統的特色が明らかに示されているもの

②銘文が資料として価値のあるもの

③ゆい緒、伝来が史料価値のあるもの

④上記の刀剣類で、その外装が工芸品として価値のあるもの

開催日	6月9日（火）	11月10日（火）
	7月14日（火）	12月8日（火）
	8月12日（水）	令和9年1月12日（火）
	9月8日（火）	令和9年2月9日（火）
	10月13日（火）	令和9年3月9日（火）
時間	13：30～16：00（受付は15：30まで）	
場所	高知県庁本庁舎地下第3・第4会議室 （高知市丸ノ内1-2-20）	
携行品	<ul style="list-style-type: none"> <li>審査を受けようとする銃砲刀剣類</li> <li>警察署で交付を受けた発見届出済証</li> <li>1件につき6,300円の登録申請手数料（登録できなくても必要）</li> </ul>	

【問い合わせ先】 高知県歴史文化財課  
銃砲刀剣類担当 電話：088-823-9088

# こどもの自転車用ヘルメット購入費用を補助します！

こどもの自転車利用時における、事故や転倒から頭を守るヘルメットの着用を推進することを目的に、ヘルメット購入費用の一部を補助する制度があります。

自転車に乗るすべての人にヘルメットの着用が「努力義務化」されています。各ご家庭においても、購入費補助金を活用して安全のため自転車用ヘルメットの着用をお子様にも勧めさせていただきますよう、お願いいたします。

## 【補助の対象者】

- ①本町に住所を有し、ヘルメットを購入した幼児・児童・生徒の保護者
- ②同一世帯の者が町税（町民税・固定資産税・軽自動車税）及び国民健康保険税を滞納していないこと

## 【補助対象になるヘルメット】

- ①令和8年4月1日～令和9年3月31日の間に購入した自転車用ヘルメット
- ②SGマークが貼付された新品の自転車用ヘルメット

## 【補助対象額】

- ①自転車用ヘルメット購入費用の2分の1（上限2,000円）
  - ②補助金の交付は、幼児・児童・生徒1人につき**3年間のうち1回限り**を原則とする
- （注意）紛失による再購入に対する補助は認めないものとする

## 【申請に必要なもの】

- ①自転車用ヘルメット購入費補助金交付申請書兼請求書
- ②ヘルメット購入に係る領収書
- ③ヘルメットの保証書の写し

## 【申請場所】

中土佐町役場：教育委員会（1F）  
上ノ加江支所  
大野見振興局：地域振興課



【問い合わせ先】教育委員会事務局 電話：52-2661

# 中土佐町奨学金返還支援補助金

奨学金の貸与を受けて大学等で修学した後、町内に在住して奨学金の返還をしている方の返還費用（最大18万円）を助成します。

## ● おもな補助要件

- ①高校または大学等の在学中に奨学金の貸与を受けていること。
- ②補助申請年度の令和8年4月1日時点の年齢が**35歳未満**であること。
- ③申請年度の前年度に、月賦、半年賦または年賦による奨学金等の返還を行っていること。
- ④令和6年4月1日から令和7年4月1日までの期間に中土佐町の住民基本台帳に登録され、かつ、現に中土佐町に居住していること。

## ● 申請期間

令和8年4月1日から令和9年2月15日まで

※令和7年4月1日から令和8年3月31日までに返還した奨学金が対象になります。

※詳細につきましては中土佐町HP（<https://www.town.nakatosa.lg.jp/>）をご確認ください。

【問い合わせ先】まちづくり課 電話：52-2365

## 空き家活用をお考えの方に 最大 600 万円超 の補助があるんです！

- 流動化促進事業（最大 150 万円）**  
 賃貸物件として利用するための空き家購入  
 ができます
- 耐震改修（設計+工事で最大 152.5万）**  
 古い空き家の耐震改修ができます
- 荷物整理事業（最大 30 万円）**  
 空き家に残った荷物を処分できます
- 住宅改修（最大 270 万円）**  
 水回りなどの改修ができます

空き家を購入して賃貸物件にしたい方、空き家を売りたい方、お気軽にご相談ください。

【問い合わせ先】 まちづくり課 空き家担当 電話：52-2365

### 地域おこし 協力隊の活動

よしので  
竹田 吉秀さん



今年1月より、「シン・鯉乃國プロジェクト」の地域おこし協力隊に着任いたしました。

現在は「かつおの町土佐久礼」のブランド強化に取り組んでいます。

このたび、土佐久礼の皆さまの「かつお愛」を可視化すべく大規模調査を実施し、全国47都道府県（計44,982人）と土佐久礼住民（386人）から回答を得ました。集計および比較調査を行った結果、土佐久礼は【かつおを好む割合】および【かつおを食べる頻度】の双方で全国1位を記録しました。

日頃から土佐久礼の皆さまが持つ、かつおへの深いこだわりや愛着を強く感じていた私にとっても、納得の結果となりました。

土佐久礼が「日本一のかつお愛に満ちた町」であることが証明されましたので、今後はこの結果を最大限に活用し、「土佐久礼のかつお」の価値を広く発信することで、さらなる知名度向上とブランド化に邁進してまいります。

あなたは「カツオ」を食べるのは好きですか。最も近いものを選び下さい。

順位	エリア	とても好き好き	どちらかといえばいい	嫌い
1	土佐久礼	81.3	18.3	1.3
2	鹿児島県	76.1	19.1	4.8
3	愛媛県	67.7	26.0	6.3
4	福岡県	65.5	25.1	9.3
5	徳島県	65.4	26.4	8.2
6	京都府	63.4	29.2	7.4
7	大阪府	63.3	29.0	7.7
8	岩手県	63.2	29.1	7.7
9	香川県	63.2	29.0	7.8
10	東京都	63.1	29.4	7.5
47都道府県平均		59.1	32.2	8.7

あなたは普段、どのくらいの頻度で「カツオ」を食べますか。最も近いものを選び下さい。

順位	エリア	毎日	週に3回程度	月に3回程度	半年に1回程度	半年に1回未満	食べない
1	土佐久礼	68.9	28.6	1.4	0.1	0.1	0.1
2	鹿児島県	19.0	28.6	28.4	24.1	21.9	2.0
3	東京都	15.9	25.9	28.0	25.1	24.7	2.0
4	兵庫県	17.7	26.0	27.2	25.8	24.3	1.0
5	千葉県	12.0	25.5	28.2	25.4	26.7	0.2
6	東京都	12.0	24.4	27.2	28.8	26.2	0.0
7	東京都	11.4	24.0	28.7	25.3	26.6	0.0
8	長野県	11.1	24.2	28.8	24.2	24.7	0.0
9	山梨県	11.1	24.2	24.9	27.1	22.2	0.0
10	東京都	10.9	23.3	28.7	27.1	20.0	0.0
47都道府県平均		12.9	24.5	25.1	27.9	26.2	0.0

▲アンケート結果一部抜粋 ※単位 (%)

※本調査は各都道府県1,000人ずつ均等に回収しており、人口比による加重修正を行っていないため、単純な全国平均とは異なります。

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

# 地域猫 まんが あいこき

## ちいちゃん 第二十五話

### ねこあしキッズその1



ねこあしキッズその2へ続く。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

運用状況をお知らせします

## 情報公開制度

中土佐町情報公開条例により、令和7年度の  
情報公開制度の運用状況について公表します。

公文書開示請求件数 16件

処理状況	公開	11件
	部分公開	0件
	非公開	5件

【問い合わせ先】総務課 電話：52-2211

## 住民基本台帳（写し）の 閲覧者を一部公表します

住民基本台帳法第11条第3項及び第11条の2第12項、  
住民基本台帳の一部の閲覧及び住民票の写し等の交付に関する  
省令第3条の規定に基づき、住民基本台帳の閲覧者を下記の  
とおり公表します。

期 間：令和7年4月1日～令和8年3月31日

閲覧件数：1件

閲覧日	令和8年3月11日
申出者	一般社団法人 中央調査社
利用目的の概要	公益財団法人生命保険文化センターが実施する「人生100年時代における生活設計に関する調査」の対象者を抽出するため
閲覧に係る住民の範囲	満60歳以上の日本人男女35人（久礼地区）

【問い合わせ先】町民環境課 電話：52-2215

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

# 行政からのお知らせ

中土佐町  
地域子育て支援センター はぐ

## はぐのおたより



開所：月～金曜日

平日午前の開所時間が変わりました！

9時～12時、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】こどもセンター 電話：52-2533

中土佐町子育て支援センターは、小学校へあがるまでのお子さんとその保護者、おじいちゃん、おばあちゃん、また、これから子育てを始める妊娠中の方など多くの方が自由に集まって気軽に利用できる場所です。

お子さんと一緒に遊んだり、保護者同士・子ども同士の出会いと交流の場にもなります。育児の悩みや心配事なども相談できます。休日開所では小学生のきょうだい児も一緒に来所できます。

皆さん、ぜひお越しください。お待ちしております。

### 上半期の休日開所ご案内

=開所時間=

8:30～12:00

=イベント情報=

5/23 (土)

6/28 (日)

7/26 (日)

8/29 (土)

9/13 (日)

● 6/28 (日) 10:00～  
「聞いてあんしん！

水難事故の対処法」講座

● 7/26 (日) 11:00～  
あいあいくらぶの人形劇

### Information

お気軽にお越しください♪

- 5/23 (土) 休日開所 (8時30分～12時)
  - 5/26 (火) お楽しみ会『音の出るおもちゃ作り』(10時～11時)
  - 6/5 (金) えほんおはなし会 (11時～11時30分)
  - 6/11 (木) 子育て講座『ベビーマッサージ』(10時～11時30分) **要予約**
- 不要になったチャイルドシートはありませんか？ぜひはぐに提供をお願いします。  
※部品がない、壊れているものは受け取れません。



### お詫びと訂正

広報4月号にて誤りがありましたので、お詫びするとともに次の通り訂正させていただきます。

4月号 20 ページ はぐのおたより

【誤】 児童発達支援センターと、さっちくらぶの理学療法士の熊谷匡紘くまがやくにひろさん

【正】 児童発達支援センターとさっちくらぶの理学療法士の熊谷匡紘くまがいくにひろさん

こどもセンター

広告

住まいのこと、暮らしのこと、すべて私たちにお任せください！

株式会社 大野建築



090-6288-5448

- ・トイレ
- ・お風呂
- ・台所
- ・水廻り全般
- ・内窓〈補助金あり〉

見積り無料！  
お気軽に  
ご相談ください！

2級建築士  
代表：大野純也  
高岡郡佐川町加茂1411

# 町長の手帳

3/16～4/15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。

3月	16月	令和8年3月中土佐町議会定例会 一般質問①
	17火	令和8年3月中土佐町議会定例会 一般質問②
	18水	こと京都株式会社来庁 かつお祭り実行委員会
	19木	県土木部副部長・幡多土木事務所長来庁
	20金	四万十町合併二十周年記念式典(四万十町)
	21土	久礼小学校卒業式
	23月	令和8年3月中土佐町議会定例会 議案審議 モア・ツリーズ歓迎挨拶
	24火	大野見小学校卒業式 旧萬屋プロポーザル審査会
	25水	住友大阪セメント来庁
	26木	高幡東部清掃組合3月議会 土地改良通常総会(高知市)
	27金	旭食品近畿支社来庁 春の中土佐町交通安全町民会議
	30月	四万十川流域における共創の流域治水に関する連携協定式 四国地整港湾・空港整備事務所長来庁
	31火	「御神穀祭」国重要無形民俗文化財 指定に係る知事訪問(高知市) 退職職員辞令交付・退庁式

4月	1水	役場職員辞令交付式 地域おこし協力隊委嘱状交付式 消防中土佐分署辞令交付式 SEAプロジェクト株主総会・取締役会 地域振興公社臨時総会・取締役会 須崎土木事務所長来庁
	2木	4月庁議 高幡地域本部振興監来庁 高知県道路課来庁 JA土佐くろしお来庁 須崎警察署長来庁
	3金	かつお愛日本一リリース掲載コメント取材
	6月	新採職員オリエンテーション
	7火	高知県庁等あいさつ回り(高知市)
	9木	高知県町村会会長来庁 上ノ加江へリポート完成記念見学会
	10金	四万十森林管理署長来庁 須崎土木事務所新年度あいさつ(須崎市)

## ◆年金◆

「ご存知ですか？」  
「学生納付特例制度」と  
「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、ご本人の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。

対象となる学生は、学校教育法に規定する大学、大学院、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校及び各種学

校(修業年限1年以上である課程)に在学する学生等で、学生納付特例を受けようとする年度の前年の所得が次の計算式で計算した金額以下であることが条件です。

【所得の目安】  
128万円＋

〔扶養親族等の数×38万円〕

学生納付特例の承認期間は4月から翌年3月までとなりますが、承認を受けた次の年度も在学予定である場合は、3月末に基礎年金番号が印字されたハガキが送られてきますので、引き続き学生であれば、必要事項を記入の上ご返送ください。

なお、今年度に大学院に進学された方で、再申請の用紙ではなく納付書が届いている場合は、在学期間が変わったため、再度お手続きが必要になります。

また、学生でない50歳未満の方の場合には、本人及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「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。

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ご視聴ください。

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」二次元コード▼



▼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

# 介護予防始めませんか？

元気な毎日は、今からのちょっとした習慣で変わります

介護予防のポイントは3つ！運動・栄養・口腔！！

①足腰をしっかり！！	②タンパク質をプラス	③お口の健康も大切に
<p>体操などで足腰の力をつけましょう。</p> 	<p>いつもの食事にタンパク質をプラスしましょう。</p> 	<p>口腔の手入れと口の体操もしましょう。</p> 

## 貯筋クラブ

貯筋クラブは、自主グループで、町内27グループが週1、2回、各地区の集会所や公民館・自宅倉庫などで実施をしています。また、年1回体組成計を使って体力測定もしています。

仲間5、6人集まれば新規立ち上げの支援もしています。お気軽にお問い合わせください。

### ●いきいき百歳体操

おもり 錘を付けて運動を行い筋力とバランス能力を高めます。

### ●かみかみ百歳体操

口の働きをよくする運動、かむ力ができること、むせこみ予防に効果があります。また、脳を刺激することになり、認知症予防になります。

### ●しゃきしゃき百歳体操

体を動かすことと色々なテーマを考えることを同時にすることで、認知症予防に効果があります。

**男性の参加も大歓迎！**

## 元気塾

町内4塾で月2回実施中です。健康づくり、生きがいづくり、仲間づくりの場です。昼食を食べながらゆっくり過ごしませんか。

**塾生募集中！**

**元気塾のスタッフも募集中！**

関心のある方はぜひ包括支援センター 奥代・中山までご連絡ください。

## ノルディックウォーキング

普段の散歩、ウォーキングにノルディックポールを使用することで、「歩きの質」を高めることができます。有酸素運動となるので、血流が増し老化を遅らせます。

**ノルディックポール貸出中！**

参加方法については、問い合わせ先へご連絡ください。

**【問い合わせ先】 中土佐町包括支援センター 電話：52-3352**

## みんなでやるぞね、中土佐町の子育て ①78

～ 子どもたちの学びが変わる！  
中土佐町の「1人1台タブレット」の活用について ～

町内の小中学校では「GIGA スクール構想」に基づき、児童生徒1人に1台のタブレット端末が配備されています。「最近、学校でタブレットを使っているみたいだけど、実際は何をしているの？」そんな疑問をお持ちのご家族も多いのではないのでしょうか。今、教室では紙のノートや教科書に加えて、最新のアプリが子どもたちの「知りたい！」をサポートしています。今回は、学校で大活躍している3つのツールを分かりやすくご紹介します。

### デジタル教科書

紙の教科書の内容が、画面の中で動き、英語のネイティブな発音を聴いたり、理科の実験動画を見たりと、目と耳の両方を使って楽しく学べます。文字を大きく映し出すこともできるので、どの子にとっても「分かりやすい」教科書を実現しています。



▲理科のデジタル教科書では、動画で実験の様子を学習できます。

### e-ライブラリ(デジタルドリル)

AI(人工知能)が、お子さんの「苦手」をこっそり見つけてくれる賢いドリルです。一問解くごとにその場で採点され、一人ひとりの得意なところと苦手なところを教えてください。家庭学習でも、自分のレベルに合わせた無理ない学習を行うことができます。



▲デジタルドリルを授業でも活用し、個人個人の苦手を見つけています。

### ライフズテック(プログラミング、中学生向け)

大学入学共通テストに「情報」が新設されるなど、プログラミングは今や必須のスキルです。このアプリなら、ゲーム感覚のストーリーを楽しみながら、将来に直結する本格的なコード書きを体験できます。

試行錯誤を繰り返す中で、入試にも役立つ「論理的に考える力」が自然と身に付きます。



▲コード作成などのプログラミングの基礎をライフズテックで学習しています。

デジタルの力は、子どもたちの「もっと知りたい」「やってみたい」という芽をぐんぐん伸ばしています。お父さんがタブレットを持ち帰った際は、「今日はどんなことを勉強したの？」と、ぜひ新しい学びの様子を聞いてみてくださいね。

#### 【保護者の皆様へ】

タブレット端末は学習専用です。町ではフィルタリング等の安全対策を行っていますが、ご家庭でも利用ルール(使う時間や場所など)について、定期的にお話し合いをお願いいたします。

【問い合わせ先】 教育委員会 電話：52-2661

# なかとさカレンダー 5月15日～6月15日

## 5月

日付	行事(場所) 時間	時間外診療 受入病院
15 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
16 土		須崎くろしお病院
17 日	第35回 かつお祭	栲原病院
18 月		高陵病院
19 火		須崎くろしお病院
20 水		くぼかわ病院
21 木	あったカフェ (あったかふれあいセンター「まんまる」) 14:00～15:00	須崎くろしお病院
22 金		須崎くろしお病院
23 土	はぐ休日開所 ※18ページ参照	くぼかわ病院
24 日		くぼかわ病院
25 月		高陵病院
26 火	お楽しみ会『音の出るおもちゃ作り』※18ページ参照	須崎くろしお病院
27 水		くぼかわ病院
28 木		須崎くろしお病院
29 金		須崎くろしお病院
30 土	ミニ屏風をつくろう ※11ページ参照	須崎くろしお病院
31 日		くぼかわ病院

### 男女雇用機会均等月間・外国人労働者問題啓発月間

1日～7日 HIV検査普及週間

1日 人権擁護委員の日

10日 いのちの電話フリーダイヤルの日

1 月	人権相談 (大野見青年の家 / 人権啓発センター 1階会議室) 10:00～15:00	高陵病院
2 火		須崎くろしお病院
3 水		くぼかわ病院
4 木		須崎くろしお病院
5 金	育児相談・母乳相談 (こどもセンター) 9:00～12:00/13:00～15:00	須崎くろしお病院
6 土		須崎くろしお病院
7 日		栲原病院
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	子育て講座『ベビーマッサージ』 ※18ページ参照	須崎くろしお病院
12 金		須崎くろしお病院
13 土	矢井賀をよくなる会モーニング (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	町内一斉清掃 ※23ページ参照 陶磁器上絵付け体験 ※11ページ参照	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

栲原病院 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

広告

▼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▲

## 単独・合併浄化槽の維持管理を行っています！



故障等には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

# イベントのご案内

## 町内一斉清掃

みなさまのご協力をお願いします！



### 6月14日(日)

※雨天決行

- ◆大野見地区は、道路や公共施設を中心とした清掃を行います。
- ◆久礼地区・上ノ加江地区・矢井賀地区は、下排水路の泥上げをする場合、事前に役場・町民環境課か上ノ加江支所まで「清掃届」を出してください。
- ◆泥上げは午前8時頃までに済ませておいてください。
- ◆ダンブへの積み込みのご協力をお願いいたします。

【問い合わせ先】町民環境課 電話：52-2215

## 高知県総合防災訓練 地域防災フェスティバルを 開催します！

南海トラフ地震や風水害による大規模災害を想定し、総合防災訓練を実施します。

会場では、起震車体験や住宅の耐震相談コーナー、飲食ブースなどもありますので、ぜひご来場ください。

日時：令和8年6月2日(火)10時～15時(予定)  
場所：窪川運動場グラウンド(高岡郡四万十町金上野)

【問い合わせ先】

高知県庁危機管理部 危機管理・防災課

電話：088-823-9320

## 金婚夫婦をお祝いします

県内5会場において、高知新聞社・RKC高知放送・高知新聞社会福祉事業団主催の「第69回金婚夫婦祝賀式典」が開催されます。出席を希望されるご夫婦は、次の要領でお申し込みください。

### ◆資格

昭和51年1月1日から同年12月31日までに結婚された県内在住のご夫婦(それ以前のご結婚でも初めて申し込む方は可)。

※これまでに一度お申し込みいただいたご夫婦の受付はできませんのであらかじめご了承ください。

### ◆申込方法

便箋あるいは申込用紙(※)にご夫婦の①2人の氏名(ふりがな) ②生年月日 ③年齢 ④職業 ⑤郵便番号 ⑥住所 ⑦電話番号(携帯番号を含む) ⑧結婚記念日 ⑨氏名等の新聞掲載可否を明記し、郵送または役場町民環境課・大野見振興局地域振興課・上ノ加江支所にご持参下さい。

### ◆締め切り

6月5日(金) 必着

### ◆式典日時

9月1日(火) 14時

### ◆式典会場

土佐市複合文化施設(なで)

(中土佐町から会場まで送迎いたします)

### ◆問い合わせ先

※申込について、詳しくは高知新聞企業ホームページをご覧ください。

〒780-8666 高知市本町3-3-39

(株)高知新聞企業 事業部内「金婚式」係

☎088-825-4328



### 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

# 放送大学入学生募集のお知らせ

放送大学は、2026年10月入学生を募集しています。

10代から90代の幅広い世代、8万6千人以上の学生が、大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で学んでいます。

出願期間：第1回 6月10日から**8月31日まで**

第2回 9月1日から**9月9日まで**

受講方法：BS放送・インターネットで視聴する・  
講師から直接受ける

授業科目：心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・  
自然科学など、300以上

1単位の授業料：6,000円（入学金は別）

資料：無料

※卒業すれば「学士（教養）」の学位を取得できます。

※半年ごとに学ぶ科目分だけの授業料を払うシステムです。

※全国にキャンパスにあたる学習センターやサテライトスペースが設置されており、面接授業（スクーリング）の開講やサークル活動などの学生交流も行われています。

●詳細は、放送大学高知学習センターまでお気軽にお問い合わせください。

【問い合わせ先】放送大学高知学習センター 電話：088-843-4864（月曜・火曜・祝日閉所）

## 編集委員のひとり言

### ストレスと疲労

2026年度がスタートし、環境の変化や新しいことへの対応に追われ、知らず知らずのうちに疲れやストレスが溜まっている方も多いのではないのでしょうか。

仕事や家事でどっと疲れが溜まったとき、エネルギーを補おうとして、ついつい普段より多く食べてしまうことはないでしょうか。しかし、最近目にした「疲労時の過食は、かえって回復を遅らせる要因になる」という話は、非常に興味深い説を目にしました。それによると、その背景には、脳と腸が互いに影響を及ぼし合う脳腸相関という仕組みが深く関わっています。

脳腸相関とは、文字通りの脳と腸が自律神経などを介して、密接に情報を送り合っていることを指します。一番分かりやすい例は、大事な試験や試合の前の緊張感ではないでしょうか。不安やプレッシャーを感じているのは脳ですが、その信号がダイレクトに腸に伝わることで、腹痛や不快感を引き起こします。これは脳が受けたストレスが、腸の状態を左右している典型的な反応です。

そして、この影響は逆方向、つまり腸から脳へも同様に起こります。私たちは疲れを脳で感知していますが、その状態で過食をして腸を酷使してしまうと、今度は腸から脳へ「いま消化に多大な負担がかかっている」という信号が送られます。消化活動に大量のエネルギーが割かれることで、脳が本来行うべき疲労回復の作業が後回しになり、結果として頭がボーッとしたり、かえって疲れが抜けにくくなったのと同じです。

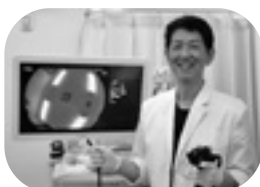
私自身、疲れを感じるとつい食べ過ぎてしまうことがありましたが、この話に触れてからは「脳を休ませたいときは、まず腸を休ませる」という言葉を改めて肝に銘じるようになりました。

疲れが溜まっているときこそ、少しだけ胃腸を労わる意識を持ってみてください。日々の食事において「腹八分目を心がけ、消化の負担を減らすことが、結果として脳と心のリフレッシュに繋がっていくはずですよ。」（金丸 慎平）

広告

### ◆当院は訪問診療を行っております！

来院されるのが困難な患者様対象に、当院は訪問診療を行っております。お気軽にご相談ください。



内視鏡検査の電話予約を受け付けております。苦痛の少ない内視鏡検査は当院にお任せください！

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					

# 趣味の文芸

## 俳句

しばらくは櫻吹雪の中に住む  
立ち漕ぎの自転車の子や春疾風  
純白な心になりたや桜咲く  
送別や手作り料理にぎわいて  
木蓮の白青空に極まれり  
ひだまりに寄り添いあつてつくしんぼ  
春コート背筋伸ばして街鏡  
春近し酒を爛する電子音  
目覚めたか土の中より青蛙  
花吹雪幼子追つて走りゆく  
畑に差す朝の光や豆の花  
木洩日を差したる社務所ヒヤシンス  
散る桜何を思へど今日の日々  
きつちりと編み目美し冬帽子  
田の水に春の空あり里景色  
夫婦して月食仰ぐ春夜かな  
雪柳風にうねりを委ねけり  
陽だまりに土のあくびや露のとう

下元 秀美 (大野見)  
西岡 和久 (大野見)  
高橋 糸美 (大野見)  
南部 昌巳 (大野見)  
古谷 芳子 (大野見)  
白瀧 紀子 (大野見)  
小野川あきよ (大野見)  
吉岡 和 (大野見)  
吉岡 美智 (大野見)  
大西 良子 (大野見)  
下元 三和 (大野見)  
濱田 敬子 (大野見)  
岩崎 悦子 (大野見)  
木村 和世 (上ノ加江)  
田村 慶子 (上ノ加江)  
中沢 孝子 (矢井賀)  
井上 恭子 (矢井賀)  
木村 幸 (矢井賀)

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



## 町のベストセラー5

宮脇書店 新中土佐店4月調べ

順位	タイトル	作者	出版社	価格(税込み)
1位	イン・ザ・メガチャーチ	朝井 リョウ	日本経済新聞出版	2,200円
2位	憤怒の人	杉山 響子	小学館	1,870円
3位	科学的に証明された すごい習慣大百科	堀田 秀吾	SB Creative	1,760円
4位	大河の一滴 最終章	五木 寛之	幻冬舎	1,980円
5位	青天	若林 正恭	文藝春秋	1,980円

## 3月の人口

男 2,645 (ー 61)  
女 2,960 (ー 72)  
合計 5,605 (ー 133)  
世帯 3,194 (ー 49)

令和8年1月からの出生届出数3人

※この数字は令和8年3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

買い物の代行・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)



# こんにちは赤ちゃん



池上 <sup>ゆな</sup> 悠風 さん (女の子)

4月1日生まれ

保護者：拓磨さん・果南さん

地区：久礼



谷 <sup>あまと</sup> 弥万聖 さん (男の子)

3月10日生まれ

保護者：彩聖さん・真莉奈さん

地区：久礼 常賢寺



## わが家の ペット自慢



### 【応募方法】

中土佐町役場総務課へ下記の内容をお送りください。

- ①ペットのお名前
- ②性別 ③年齢
- ④飼い主さんからのひとこと
- ⑤応募者名 (匿名可)
- ⑥ペットの写真

【総務課メールアドレス】

somu@town.nakatosa.lg.jp

### 【注意】

ページの空き状況によっては、掲載月を遅らせる場合があります。

ご応募お待ちしております♪



世丸 (ときまる) ♂ 2歳

《飼い主さんからのひとこと》

一部マダムの人気者。

(応募者：地鶏のジョーさん)



テディ ♂ 5歳

《飼い主さんからのひとこと》

小豆島での1枚。

(応募者：nさん)



大阪より、上ノ加江に伊勢えび漁の手伝いに来ている『にしむね』さん。大阪は古くから立呑み文化があるようで、その場面をスケッチして送ってくれました。  
ご応募ありがとうございました！

## 趣味の文芸