広報
なかとさ
2021
6
No.186



「大漁旗プロジェクト」で製作された
大漁旗がお披露目されました。
（5 月 16 日、2 ～ 3 ページに関連記事）
※写真撮影時のみマスクを外しています。

おが好き！

町の恒例イベントである「かつお祭」は、県内のコロナウィルス感染拡大状況に鑑(かんが)み中止となりましたが、例年行われている鰹大漁祈願並びに感謝供養祭、「大漁旗プロジェクト」や「かつお祭セット」プレゼントなど、「鰹」に関するイベント・企画が行なわれましたので紹介します。

鰹大漁祈願並びに感謝供養祭





大漁旗プロジェクト



神事の後、「大漁旗プロジェクト」で製作された大漁旗がお披露目されました。

「大漁旗プロジェクト」とは、SDGs（持続可能な開発目標）と最先端の科学・技術の視点で「まちづくり」を捉える機運を全国で高めることを目的に、日本各地が誇る魅力とビジョンを描いた大漁旗を自治体ごとに制作し、東京大学・安田講堂にすべての大漁旗を結集し、たなびかせるプロジェクトです。

SDGs で設定されている 17 の目標のいずれかに取り組む自治体が対象で、中土佐町は「14　海の豊かさを守ろう」に該当します。

デザインは川島昭代司さんによるもので、伝説の鬼の親子とカツオが大きく描かれた大漁旗になっています。

やっぱりかつ



「かつお祭」セット プレゼント企画

開催を楽しみにしてくれている方に少しでも「かつお祭」をお届けできないかとの思いから、かつおのタタキを中心とした「かつお祭セット」のプレゼント企画が行われました。

県内外から 4,311 通のご応募があり、厳正な抽選の上、14 人の当選者を決定させていただきました。



応募者からいただいたメッセージ

- 「かつお祭」中止残念です。来年は開催されますように。
- 久礼のカツオをスーパーで見つけたら必ず買っています。
- 今年は家族で家で「かつお祭」を楽しみます。
- 高知に帰省するたびに久礼にカツオを食べに行っていたがしばらく行けないので寂しい。
- にぎやかな「かつお祭」が恋しいです。
- 毎年家族で「かつお祭」に参加していました。
- 大正町市場によく行っていました。
- 今年はカツオがたくさん揚がっているのに「かつお祭」が開催されず残念です。
- 家族が帰省できないので久礼のカツオで、リモートで「かつお祭」やります。
- 県外で働いています。故郷のカツオを食べたい。
- 来年は家族で「かつお祭」に行きたいです。
- 久礼に行ったことがないので、新鮮なカツオを食べてみたいです。
- 毎年「黒潮本陣」で宿泊しています。
- やっぱり久礼のカツオが一番！
- この時期の大きなイベントだったのに中止で残念です。
- 「カツオ祭」の催し物、楽しいですね。
- 「かつお飯」とタタキが大好きです。

こども情報局

大野見小学校
児童31人



かわいい４人の１年生とわたしたち６年です！

大野見小、リードするのは、わたしたち！

４月７日に、１年生４人を迎えました。入学式では、１年生は、校長先生の話をよく聞いて、きちんと返事ができました。とてもおりこうさんな１年生です。わたしたち６年は、花のワッペンを付けてあげたり、入場の時に一緒に手をつないで歩いたりして、さっそく６年らしい仕事をしました。「わたしも６年になったんだなあ～」と、とても実感が湧いてきました。１年生の手は、小さくてとてもかわいかったです。わたしも１年生のときには、こんなだったのかなと思い出していました。

次の日から、掃除が始まりました。ぞうきんの拭き方を教えたけど、同じところを拭いたりするので、最後まで終わらなくてなかなか大変でした。でも、拭き方をだいたい覚えてくれて、時間内に終わりまで拭くことができだしました。すごい進歩でした。「雑巾の拭き方を教えてくれてありがとう」と言ってくれる１年生もいて、大変だけど教えがいがあるなあと思い、とてもうれしい気持ちになりました。

１年生は学校生活でわからないことがたくさんあると思うので、わたしたち６年が、気にかけて声をかけたり、一緒にしたりしてあげたいです。１年生はもちろん、下級生に頼られる大野見小学校のリーダーとして、この１年、駆け抜けていきます。

（６年　竹田 明未（めい）、中内 集琉（あいる）、福永 有紗（ありさ）、宮本 千笑（ちえみ））



新しい学校生活

久礼中学校
生徒88人



私は、中学生になって、二つの大きな変化がありました。

一つは、バレーボール部に入部したことです。入部当初は、今までしたことがないこともありましたが、上級生に優しく教えてもらうことで、できることも増えていきました。また、部内のルールなどもだんだん知ることができました。まだ、慣れない部分も多くありますが、上級生に迷惑をかけないように、できることは自分で率先してしていきたいです。それでも分からない所は、周りの人に聞いていきたいです。

二つ目は、学校全体の生活についてです。中学生になって、算数が数学に変わったほか、難しくなった教科もあるので、不安が大きかったですが、少しずつ学校生活に慣れてきました。また、上ノ加江小学校から久礼中学校に進学して、小学校時よりクラスの人数が増えましたが、みんなが仲良く、優しく接してくれることで、クラスにも居易くなりました。

私は、久礼中学校に進学するのは不安でした。しかし、友達がたくさん話しかけてくれたので、今は毎日が楽しいです。

（１年　小松 穂花（ほのか））



No. 02

外国語指導助手（ALT）のキーフが、中土佐町での日々や
日本とシンガポールの文化の違いについて紹介するコーナーです。

What's up?

私は授業のときや、学生に会うときに、よく相手に “What's up?” と聞きます。直接訳したら、“What's up?” は日本語で「上って何？」「上に何がある？」という意味です。もちろん、本当の「上」について聞いていませんよ！元々アメリカからの言葉ですが、今 “what's up” は世界中でよく使われています。理由は 80 ～ 90 年代にアメリカのテレビ番組や映画がきっかけで色々な国へ広がったからでしょう。おそらく一番知られているのはバッグス・バニーがよく言った “What's up, doc?” のキャッチフレーズではないでしょうか。

日本人には知られていないだろうと思いますが、“What's up?” は実際は挨拶の言葉です。意味は大体「元気？」「今何してる？」「最近何があった？」このような言葉と近いです。ほかに意味が似ている英語の表現は “How are you?”，“What's going on?”，“How's it going?”，“Is everything ok?”，“How are you doing?”, “Are you all right?” などです。

それから、“What's up?” と質問されれば、どうやって答えたらいいかというと、正しい答え方は一つだけではありません。自分の近況とか、気持ちとか、自分についての相手が知らない最近あったことを答えてください。冗談を言いたかったら、“the sky”「空」や “the ceiling”「天井」や “the opposite of down”「下の反対」のようなリテラル（文字通り）な答え方もできます。

しかし、必ず気を付けてください。この挨拶はとてもカジュアルです。正式な場面で、例えば上司と話すとき、面接を受けるとき、スピーチをするときなどは、失礼な印象を与えるので、使わないほうがいいと思います。けれど、私に会った時には、ぜひ “What's up?” で挨拶をしてみてくださいね！

リー・キーフ

「高知県集落調査」のお知らせ

高知県では、県内の中山間地域の概ね 50 世帯未満の集落を対象に、6 月から 12 月頃までの期間、「高知県集落調査」を行います（中土佐町での実施時期は調整中です）。この調査では、集落の代表者の方に調査員がお伺いし、集落の課題や住民の皆さまのニーズ等に関して、対面形式での聞き取り調査を実施します。



集落活動や生活環境、産業振興など、地域の実情や住民の皆さまの思いを、今後の中山間対策の政策づくりに反映させていきますので、皆さまのご協力をよろしくお願いします。

※調査員は県が交付した「身分証明書」を携帯しています。
※聞き取り調査を実施した一部の集落の住民の方を対象に、別途アンケート調査を行う予定です。

【問い合わせ先】高知県中山間地域対策課　☎ 088-823-9602

24時間健康テレホンサービス

088(832)5266
高知保険医協会

朝 9 時から翌朝 9 時まで 24 時間同じテーマが流れます。日・祝日は前日と同じです。

6月のテーマ

月 口臭について
火 膝半月板の損傷
水 味覚の障害
木 大切な心の健康づくり
金 子宮内膜症とは
土・日 お薬の剤形について

まちの話題

道の駅なかとさ 来場者100万人達成

平成29年７月に道の駅なかとさがオープンし、約３年９ヶ月を迎えたところですが、令和３年５月２日に来場者がレジカウント数で延べ100万人を達成しました。

来場者100万人目のお客様となったのは、香南市からお越しのご家族の方で、節目の来場者となったご家族には、100万人達成を記念しまして、道の駅より町内産品の詰め合わせを贈呈させていただきました。

近隣の道の駅めぐりに加え町立美術館にも立ち寄られていたそうで、「西方面にあまり来ないので自分は来たことがなかったですが、娘が前に来て良かったと言っていたので、今回来てみました。道の駅といえば１フロアの建物のイメージでしたが、それとは違っていて楽しかったです。干物やゆで節、イタドリ、お酒などを買いました。欲しいものがあるのでまた来たい。いい１日になりました」と感想をおっしゃられていました。（まちづくり課）



高知城歴史博物館　催しのお知らせ



●地域展 仁淀川～流域の歴史と文化～

開催期間：令和３年６月19日（土）～９月５日（日）

仁淀川流域の歴史を伝える文化財の数々を展示するほか、高橋宣之氏の映像や小林勝利氏の写真の展示を通して、流域の自然や風景、人々の暮らしなども紹介します。

【時　間】９時～18時　日曜のみ８時～18時
※展示室への入室は閉館30分前まで

【観覧料】700円（常設展含む。高知城とのセット券は900円）
※高校生以下と県内65歳以上の方は無料

●城博講座

〇古文書講座　第２回「近代の文書」　開催日：令和３年７月10日（土）

廃藩置県以後、東京に転居した旧藩主山内家ですが、高知とはその後も深く関わり続けています。この講座では、「近代文書に慣れ、親しむ」ことを目標に、山内家と高知との関係が垣間見える明治期の資料をご紹介します。

〇保存修復講座　第１回目「自然災害と地域文化財の保存・継承」　開催日：令和３年７月24日（土）

近年増加する大規模自然災害。そんな中、被災した文化財を救出し、保存する取り組みが各地で進められています。講座では、これら取り組みの動向や被災資料の応急処置等を紹介し、自然災害と地域文化財の保存・継承について学びます。

◆共通事項
【時間】10時～11時30分　【会場】高知城歴史博物館　１階ホール　【講師】当館学芸員
【定員】各40人（要事前申込み制/先着順）【参加費】無料
【申込】６月１日（火）から申込受付。電話・FAX・受付にて参加者の氏名および住所・電話番号をお知らせください。

【問い合わせ先】高知県立高知城歴史博物館　☎088-871-1600

中土佐町はホストタウン！
東京オリンピックでトリニダード・トバゴを応援しよう！

2020年オリンピック東京大会で中土佐町がホストタウンとなっているカリブ海最南端の国トリニダード・トバゴは古くからの陸上競技強豪国です。

今月号では、大会開催を前に、トリニダード・トバゴのオリンピックに関する主な歴史をご紹介します。

1948年
ロンドン大会～

この大会から、初めてオリンピックに参加。
ウエイト・リフティング（重量挙げ）男子フェザー級で銅メダル獲得。
翌1952年ヘルシンキ大会は同競技ミドルフェザー級で銅メダル獲得。
かつて、トリニダード・トバゴでは、ウエイト・リフティングが盛んに行われていました。

1964年
東京大会



この大会では、2012年のロンドン大会までで最も多くのメダルを獲得した年でした。このころから陸上競技で上位の成績を残し始めます。
・陸上男子400ｍ：銀、陸上男子200ｍ：銅、
　陸上男子4×400ｍリレー：銅
【ちなみに】
　日本代表は、体操・レスリングの金メダルを中心に、個人・団体合わせて計29個のメダルを獲得しました。

1976年
モントリオール大会

陸上男子100ｍでトリニダード・トバゴ史上、初めての金メダルを獲得しました。

1990年代～2000年代

「トバゴの弾丸」の異名をもつアト・ボルトン選手が1996年アトランタ大会と2000年シドニー大会で計4個（銀1個、銅3個）のメダルを獲得。短距離走で個人での4つのメダル獲得は、ウサイン・ボルト選手に抜かれるまでカール・ルイス選手等と並ぶ世界記録でした。

　2008年北京大会では陸上男子100ｍで銀メダル、陸上男子4×100ｍリレーで金メダルを獲得しました。

2012年
ロンドン大会

　男子やり投げでの金メダルをはじめ、陸上男子リレーでの銀メダル等、1964年東京大会以来、複数選手によるメダル獲得の大会となりました。

◆直近の国際大会での成績◆

　2019年５月に横浜市日産スタジアムで開催された「IAAF世界リレー2019横浜大会」にて、トリニダード・トバゴチームは陸上男子４×400ｍリレーで金メダルを獲得しています。（日本チームはこの大会で２秒43の差で残念ながら４位の成績でした。）

　このチームは東京大会への出場が有力視されており、大会本番でもメダルの獲得が期待されています。



大会が開催されましたら、日本選手団と併せて、トリニダード・トバゴ選手団への応援をよろしくお願いします。

【問い合わせ先】まちづくり課　☎52-2365

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　【初級建築】若干名　【保育士】若干名

2. 受験資格・要件

【初級事務】
(ア) 平成 3 年 4 月 2 日から平成 16 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 4 年 3 月 31 日までに卒業見込み可）
(イ) 昭和 61 年 4 月 2 日から平成 16 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】
平成 3 年 4 月 2 日から平成 16 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 4 年 3 月 31 日までに当該専門課程修得見込み可）

【初級建築】
昭和 61 年 4 月 2 日以降に生まれた人で、2 級建築士以上の資格を有する人（令和 4 年 3 月 31 日までに当該資格取得見込み可）

【保育士】
平成 3 年 4 月 2 日以降に生まれた人で、保育士の資格を有する人（令和 4 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 3 年 9 月 19 日 (日)　9 時開始（8 時 30 分集合）
初級事務・保 育 士：中土佐町民交流会館 1 階　多目的ホール
初級土木・初級建築：同 2 階　集団指導室

【試験内容】
初級事務および保育士

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

初級土木および初級建築

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、社会基礎工学、土木施工
	専門試験（建築）	択一式 30 題	1 時間 30 分	数学・物理・情報技術基礎、建築構造設計、建築構造、建築計画、建築法規及び建築施工

4. 2 次試験

【日程及び試験会場】

令和 3 年 10 月 24 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 3 年 6 月 14 日（月）から令和 3 年 7 月 30 日（金）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　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じ証明写真 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 2 級建築士以上の資格、保育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。受験申込書を郵送で請求される方は、84 円切手を貼った宛先明記の返信用封筒を同封のうえ、申し込んでください。

※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。

6. 任用等

採用予定日は、原則令和 4 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

8. その他

新型コロナウィルス感染症の感染拡大状況によっては、試験案内発表後も日程を変更又は中止とする可能性があります。その際には中土佐町ホームページ等でお知らせします。

旧中土佐庁舎等の備品譲渡を行います

新庁舎への移転に伴い、各施設（旧中土佐庁舎、旧高幡消防組合中土佐分署、大野見振興局）の備品再利用を進めてまいりましたが、規格の違い等もあり、再利用しきれない備品が発生することとなっております。

これらは不用備品として廃棄となりますが、資源再利用の観点から広く住民のみなさまへお渡しする機会を以下のとおり設けたいと思いますのでお知らせいたします。

事前内覧　令和３年６月21日～同６月23日（９時～16時）
内覧希望者がいる場合のみ実施しますので、事前に総務課までご連絡下さい。
内覧のみとなりますので、譲渡や事前予約はできません。
譲渡期間　令和３年６月26日～同６月29日（９時～16時）
受付場所　旧中土佐庁舎（正面玄関前）
旧高幡消防組合中土佐分署（正面玄関前）
大野見振興局（正面玄関前）

【誓約事項】

・転売や私人への譲渡目的での引き取りはご遠慮ください。
・備品に役場及び消防のマークや名称がある場合は、除去して使用してください。
・譲渡を受けた備品等を処分する場合はリサイクルを基本方針としつつ、廃棄する場合は適法な措置にて行なってください。

○対 象 者　中土佐町に住所を有する方または企業、団体等で誓約事項に同意頂ける方
○対象備品　各施設内にある備品
○方　　法　上記の期間に各施設へお越しいただき、希望する備品を持ち帰っていただきます。
搬出、積込みはすべて譲渡を受けた者が行なってください。
※２階や３階から降ろす必要がある場合もあります。
譲渡時は受付にて備品等譲渡誓約書を記入していただきます。
備品の選択は先着順となります。（各施設内への入場者数を制限いたしますので待ち時間が長くなる場合もございますのでご了承ください）

○新型コロナウイルス感染拡大防止
下記の対策にご協力お願いします。
■発熱など体調不良のある方は利用を控えてください。
■マスクの着用（熱中症リスクに注意し、適宜着脱してください）。
■手洗い・消毒・検温（受付で実施いたします）。

○その他
備品は長年使用してきたもので、傷や汚れなどがある場合がありますので、あらかじめご了承ください。

【問い合わせ先】総務課　☎52-2211

広告



中土佐町福祉タクシー
チケットが使えます。

㈱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 **横浪交通**　須崎市浦ノ内西分1079-9　☎0889-49-0007 / FAX 0889-49-0367
須崎営業所　☎0889-58-1012
FAX 0889-42-6644
0120-526-007

高齢者医療制度に関するお知らせ

保険料の特例的な軽減を見直します

保険料の均等割については、これまで法令に基づく軽減（本則）に特例的に上乗せをして軽減を行ってきました。下表のとおり、令和元年度より段階的な見直しを行っており、令和３年度が見直しの最終年度となっております。

令和３年度は、令和２年度に軽減特例の対象だった方について、本則どおり７割軽減となります。なお、平成30 年度以前において９割軽減であった方については、令和２年度に見直しが完了し、すでに本則どおりとなっております。

対象者の所得要件 （世帯主及び世帯の後期高齢者医療の被保険者全員の保険料軽減判定所得の合計額）	均等割の軽減割合				
	本則	平成 30 年度以前	令和元年度	令和 2 年度	令和 3 年度
［平成 30 年度における 8.5 割軽減の区分］ 保険料軽減判定所得が 33 万円以下	**7 割**	8.5 割	8.5 割	7.75 割	**7 割**
［平成 30 年度における９割軽減の区分］ うち、世帯の後期高齢者医療の被保険者全員の各種所得が０円		9 割	8 割	**7 割**	

また、保険料を年金からの引き落としで納めている方については、基本的には保険料が変更となるのは 10 月からです。年度の前半（４・６・８月）は今年の２月と同額を納めていただき、年度の後半（10・12・２月）で年間の保険料を調整します。軽減割合の見直しにより、10 月からの引き落とし額が増減する場合があります。

※口座振替により納付される方については、お住まいの市町村ごとに納付の回数等が異なります。

新型コロナウイルス感染症の流行に伴う令和３年度保険料の減免について

以下の要件を満たす方は、申請により減免となる場合があります。

【保険料の減免の対象となる方】

①新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡し、
又は重篤な傷病を負った世帯の方　⇒　**保険料の全額免除**

②新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の
収入減少が一定程度見込まれる世帯の方　⇒　**保険料の一部を減額**

※ご自身が減免の対象となるかについては、下記問い合わせ先までお問い合わせください。

【問い合わせ先】町民環境課　☎ 52-2213

広告

和定食



※写真はイメージです。

昼食会プラン　慶事、法要後にもご利用ください

◆ご予算◆
お一人様 2,500 円（税別）～
※飲み物代は別途必要です
◆ご利用時間◆
11 時 30 分～ 14 時
◆お申込み◆
５人以上からご予約受付します
３日前までにご予約ください

鰹乃國の湯宿
黒潮本陣
〒 789-1301 中土佐町久礼 8009-11
☎ 0889-52-3500

6月は児童手当現況届の提出月です

児童手当、児童手当特例給付を受けている方は、毎年6月に現況届の提出が必要です。

届出をしないと、6月分以降の手当てが受けられないことがありますので、必ず届出をしてください。

児童手当・特例給付受給対象者

児童手当は、中学校修了前の児童を養育している人に支給されます。ただし、前年（1月から5月までの月分の手当てについては前々年）の所得が一定額以上の場合には、所得制限により児童手当は支給されませんが特例給付として、児童一人あたり月額一律5，000円が支給されます。

手当の支給

認定請求した日の属する月の翌月分から、支給事由の消滅した日の属する月分まで支給されます。

なお、手当は原則として、2月・6月・10月にそれぞれの前月分まで支給されます。

手続きに必要なもの

●印鑑（認印）　●現況届

●受給者（保護者）の健康保険被保険者証の写し等



【問い合わせ先】健康福祉課☎52-2662

6月は医療費助成の更新時期です

20歳未満のお子様をお持ちのひとり親家庭のみなさま

助成対象者

母子・父子家庭の母または父と子ども、父母の居ない子どもなど

資格要件

●町内に住所がある

●健康保険に加入している

●同じ家に住んでいる全員の所得税がそれぞれ3万円未満



助成の範囲

保険診療分の自己負担額（入院時の食事については、1／2助成または全額助成）

申請に必要なもの

●健康保険証（対象者全員分）

●印鑑

●学生の場合は学生証（写し可）等

※毎年6月はひとり親家庭医療費受給者証の更新時期です。現在、助成を受けている方には、直接申請書等を送付しています。**6月30日で資格が切れますので、早めに更新手続きをしてください。**

【問い合わせ先】
健康福祉課☎52-2662



「新規市場開拓支援事業」に参加していただける生産者・事業者の方を募集しています！



中土佐町では、町内で生産される１次産品や加工品を生産者・事業者から町が買取り、町外の飲食店に無償提供する事業を行っています。

この事業は、新型コロナウイルス感染症により影響を受けた町内の生産者・事業者および町外の飲食店を支援することにより、中土佐町産品のＰＲや販路の拡大を目的としています。

この事業目的に共感いただき、野菜や魚、加工品などを町外飲食店へ売ってみたい方を募集しています。ご興味のある方は、事務局として事業の運営管理を行なっている下記問い合わせ先までご連絡ください。

※令和３年度も継続して事業を行います。

【問い合わせ先】

〒789-1301　中土佐町久礼6530

企画・ど久礼もん企業組合　　☎52-3822　メール：kiyooka@dokuremon.com

令和２年度 選挙人名簿 閲覧状況を公表します

公職選挙法第 28 条の４第７項の規定により、令和２年度中の選挙人名簿の抄本の閲覧状況を公表します。

申請者	利用目的
株式会社　サーベイリサーチセンター	高知県が実施する「令和２年度高知県県民世論調査」の対象者を無作為抽出するため
株式会社トミーコーポレーション	高知県が実施する「令和２年度少子化に関する県民意識調査」の対象者を無作為抽出するため

【問い合わせ先】選挙管理委員会事務局　☎ 52-2211

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、**個人情報が記載されたものは燃えるゴミで出してください。**収集までの間、多くの人の目につくため、悪用されてしまう危険性があります。

皆様の大事な個人情報を守るためにも、燃えるゴミでの排出をお願いします。

【問い合わせ先】町民環境課　☎ 52-2215

☆からだにえいよぉ～☆
～栄養知っトク情報～



正司（しょうじ）　大（はじめ）　管理栄養士

６月は食育月間です。食育とは、様々な経験を通じて、「食」に関する知識と、バランスの良い「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことです。健全な食生活を実践する取り組みのひとつに、意識して朝ごはんを食べることがあげられます。是非この機会に日頃の食生活を見直してみませんか？

～「朝ごはん」から始める規則正しい食生活～



「朝ごはん」をたべる効果

- **脳へエネルギーが供給されて集中力がアップする**
- **体温が上がって体を動かす〝活動スイッチ〟が入る**
- **胃腸が刺激されて排便をうながす**
- **肥満につながる「ドカ食い」の防止になる**
- **毎日定時に食べると生活リズムが整う**

このような方へのアドバイス

＜朝はおなかがすかなくて…＞

夜遅い時間や寝る前に食事や間食（お菓子やジュースなど）をしていませんか？起きたら空腹感を感じられるように、夜の食習慣を改善し早寝早起きを心がけましょう。

＜朝ごはんは食べているから問題ない＞

食事の内容も大切です。時間がないから「おにぎりだけ」「食パンとコーヒーだけ」、ダイエット中だから「サラダとヨーグルトだけ」など偏った内容だと、朝食効果が半減します。「主食・主菜・副菜」の栄養バランスのとれた食事を意識しましょう。





守ろう！貴重な 水産資源

磯等の水産動植物の採捕については、繁殖保護を図るために「採捕禁止期間」、「体長などの制限」及び「採捕する漁具・漁法の制限」などが高知県漁業調整規則に定められています。

これに**違反して採捕した場合及び違反して採捕した漁獲物やその製品を所持・販売した場合には、同規則により懲役や罰金などの罰則が科せられます**のでご注意ください。

採捕期間などが定められている水産動植物

名　称	禁止期間	期間を問わず採捕が禁止されている大きさ
いせえび	5月1日～9月15日	体長13cm以下
とこぶし あなごう	9月1日～翌年3月31日	殻長3cm以下
あわび	9月1日～翌年3月31日	殻長9cm以下
さざえ	9月1日～翌年3月31日	―
てんぐさ類	9月1日～翌年2月末日	―
ふのり	10月1日～翌年2月末日	―
あらめ	10月1日～翌年6月30日	―

※期間を問わず、漁業協同組合員でない場合は採捕できません。

【問い合わせ先】農林水産課　☎52-2471

モデル犬を募集しています！

月・金・土曜日に実施しているトリミング実習のためのモデル犬を募集しています。

モデル犬登録していただけるワンちゃんをお待ちしています。登録・予約・料金については下記問い合わせ先までご連絡ください。



【問い合わせ先】
高知ペットビジネス専門学校　☎43-0055

6月は高知県の「男女共同参画推進月間」です

高知県では「高知県男女共同参画社会づくり条例」の中で、毎年6月を『男女共同参画推進月間』と位置づけています。

◎「男女共同参画」とは

「男だから、女だから、○○すべき」といった固定的な考えにとらわれず、お互いに社会の対等なパートナーとして認め合い、自分の意思であらゆる活動に参画する機会が確保され、自由に生き方を選び、また共に責任を担う社会を目指すことです。

例えば、こんなことが男女共同参画に繋がっています。

（1）家庭で

結婚・出産後も女性が働き続けられるよう、家庭と仕事を両立するために、「家事は女性の仕事」と決めつけず、家事・育児などは家族みんなで分担しましょう。

（2）職場で

近年では、子育てを楽しみたい、積極的に関わりたいという男性も増えています。

子どもの授業参観や学校等の行事に参加するために、あるいは、子どもが熱を出したと保育所から連絡があったときなど、安心して休めるような職場環境や雰囲気づくりも男女共同参画への大事な一歩です。

まずは、あなたの身の回りから行動に移してみませんか。

【問い合わせ先】
こうち男女共同参画センター　「ソーレ」
☎088-873-9100

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。



Neo Resort

内科・消化器内科・循環器内科
呼吸器内科・外科・肛門外科
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
居宅介護支援事業所 ちひろ

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）。

申し込み方法や詳しい内容は、ホームページをご覧ください。

【日程】

7月18日（日）11時～15時30分

8月1日（日）半日ものづくり体験

9時～13時　生産機械技術科

12時～16時　電子情報技術科

9月5日（日）11時～15時30分

12月19日（日）ものづくりミニ体験

13時～15時30分

【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（無料・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。

【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

ホームページ：http://www3.jeed.or.jp/kochi/college/

令和３年度　自衛官等採用案内

募集種目		資格		受付期間	試験期日	合格発表
一般曹候補生		一般的な自衛官	18歳以上33歳未満の者(32歳の者は採用予定月の末日現在33歳に達していない者)	7/1～9/6	1次　9/18 2次　10/9・10の内1日	1次　10/4 最終　11/16
自衛官候補生				年間通して受付(定員になり次第受付終了)	9/18・10/17・11/13・12/12 1/16・2/5・3/5 口述、身体検査は別示	試験日にお知らせ
防衛大学校学生	一般	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)		7/1～10/27	1次　11/6・7 2次　12/7～11の内1日	1次　11/24 最終　1/21
	推薦			9/5～9/10	9/25・26	10/29
	総合選抜				1次　9/25 2次　10/30・31	1次　10/15 最終　11/24
防衛医科大学校医学科学生				7/1～10/13	1次　10/23 2次　12/15～17の内1日	1次　12/2 最終　1/31
防衛医科大学校看護学科学生				7/1～10/6	1次　10/16 2次　11/27・28	1次　11/12 最終　2/4

【問い合わせ先】〒785-0041　須崎市西崎町325-2　自衛隊高知地方協力本部須崎地域事務所　☎42-7186

広告



◆院内でPCR検査ができる体制を整えました！

検査結果は１時間ほどでお知らせすることができ、陰性証明書も発行する事ができます。無症状の方も含め風邪症状がある方、まずは当院に電話でお問い合わせください。



◆市町村健診で異常を指摘された方へ

胃・大腸内視鏡検査を行っております。当院に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 15～17時	●	●	●		●	

放送大学

2021年10月入学生募集中！

出願期間
第1回募集：～8/31（必着）
第2回募集：9/1～9/14（必着）

資料請求・詳細はホームページ（https://www.ouj.ac.jp）にて

放送大学

詳しくはホームページ、もしくは
最寄りの学習センターへ



あなたのそばに学習センター

出願前のご相談、見学だけでも歓迎。お気軽にお越しください。（電話相談も受け付けています。）

放送大学高知学習センター
〒780-8072 高知市曙町2丁目5-1
☎ 088-843-4864

障害福祉だより



子育て中の方、ぜひご活用ください！

～「なかとさDEこそだて」パンフレットができました～

中土佐町では、中土佐町の子ども・保護者・支援者が、必要な時に支援・サービスが受けられるように、相談窓口の把握ができ、つながることができることを目的に、「なかとさDEこそだて」のパンフレットを作成しました。ぜひご活用ください。

対象者	妊娠期や0歳から18歳まで(内容によっては20歳まで)のお子さんがいる方
内　容	妊娠・出産、子育て、教育、手当・お金、サービス等
配布場所	中土佐町役場　健康福祉課・教育委員会（中土佐町久礼6663番地1） 中土佐町相談支援事業所（中土佐町久礼52番地2） ★中土佐町ホームページ(http://www.town.nakatosa.lg.jp/)でも閲覧が可能です。

※子どもさんがいる家庭には各保育所・小学校・中学校等を通じて配布をさせていただきます。

■気になることや心配ごと…ご相談ください

【相談先】
・中土佐町役場健康福祉課　　☎52-2662
【受付時間】月～金曜日（祝祭日は休みです）　8時30分～17時15分



町長の手帳

4/16～5/15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。

4月	16	金	四役会
	17	土	清掃組合
	18	日	令和３年度地区委員・地区長会
	19	月	農政局高知支局長来庁
			四万十市農林水産課来庁
	20	火	陸上自衛隊高知駐屯地連隊長来庁
	21	水	特別養護老人ホーム高原荘決算審査
	22	木	道全協常任理事会及び理事会
	23	金	全国町村会事務局訪問・総務省挨拶回り
	26	月	町村下水監査
			エコサイクル高知理事会協議
			高知ミツトヨ来庁
			高知県危機管理部副部長来庁
	27	火	高幡東部清掃組合議会研修会
	28	水	ゲンボク小松島バイオマス発電所視察
	30	金	土佐国道事務所長来庁
			JA 高知県高西支部来庁

5月	6	木	地域おこし協力隊員着任挨拶
			高幡消防中土佐分署協議
	7	金	庁議
			高知県市町村道整備促進協議会監査
			高幡管内民生委員児童委員協議会総会挨拶
	10	月	流域林業活性化センター協議
	11	火	明治安田生命相互会社との健康増進に関する連携協定
			全日空高知支店長・とさでん交通来庁
	12	水	高岡郡高原畜産センター理事会
			高知県中山間振興・交通部副部長来庁
	14	金	高知県子ども・福祉政策部長来庁
			高幡消防組合臨時議会事前説明
			清掃組合協議

◆年　金◆

国民年金保険料免除等の申請について

経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な場合には、申請により保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「保険料納付猶予制度（50歳未満）」があります。保険料の免除や猶予を受けず保険料が納め忘れの状態で、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金・遺族基礎年金が受けられない場合があります。

免除は保険料納付の全額又は一部（4分の3、2分の1、4分の1）が免除されます。本人と配偶者、世帯主の前年所得が一定額以下であれば承認されます。手続きは、住民登録をしている市区役所・町村役場の国民年金担当窓口へ申請することになります。申請書は、高知西年金事務所または役場町民環境課に備え付けてあります。

令和３年度の免除等の受付は令和３年７月１日から開始され、令和３年７月から令和４年６月までの期間を対象として審査します。また、申請は原則として毎年度必要です。

免除等の申請は、申請時点より起算して2年1カ月前の分まで申請できるように拡大されています。令和３年７月に申請する場合は、令和元年６月から令和３年６月分まで申請することができます。過去の免除等も申請される場合は、窓口にて申し出ていただきますようお願い申し上げます。

▼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

◆その他◆

経営者の皆さん、「事業承継」の準備は進んでいますか？

事業承継の取り組みは、後継者の育成も含めると5年から10年かかると言われており、早期かつ計画的な取り組みが必要です。しかしながら取り組みを先送りしたため、後継者を確保できず、やむなく廃業となるケースが多くあります。

具体的に事業承継の準備を進めていくには、各分野の専門家に相談しながら、1つ1つ解決していくことになります。

まずは、お取引金融機関や商工会、顧問税理士等に相談いただき、国・県等の補助金を活用しながら徐々に事業を引き継いでいくことをお勧めします。

事業承継に関する公的な相談窓口として、高知県事業承継・引継ぎ支援センターもございますので、遠慮なくご相談ください。

▼問い合わせ先
高知県事業承継・引継ぎ支援センター
☎０８８-８０２-６００２
メール：kochi-center@theia.ocn.ne.jp





お口の中は健康ですか？



◎日本人の約８割が歯周病

自覚症状のない歯周病。自分には関係ないと思っている方も多いのではないでしょうか。

実は 40 歳以上の日本人の約８割が歯周病にかかっていると言われており、日々の生活習慣が歯周病のリスクを高めることから、生活習慣病のひとつに数えられています。また、歯周病菌は口の中だけにとどまらず、血流に乗って心臓に運ばれたり、肺に入ったりして、心筋梗塞や肺炎、脳卒中のリスクを高めたり、糖尿病やリウマチを悪化させるなど全身に影響を与えることがわかっています。むし歯や歯周病は、口の中だけで完結する病気ではないのです。

◎歯科健診を受けましょう

日本人が歯を失う主な原因であり、全身の健康にも影響を与えるのがむし歯と歯周病。全身の健康を守るためにもお口の健康が重要であると認識されるようになってきました。そこで、むし歯がないか、歯周病はないかなど、定期的にチェックしてもらうのが歯科健診です。からだの健康診断と同様、年に１～２回は必要です。

失った歯は二度と戻りません。歯と口の健康において何より大切なのは、自覚症状がなくても、点検のため歯科医院に通う習慣をつけておくことです。中土佐町では 20 ～ 74 歳の方を対象に、無料の歯科健診を実施しています。健康福祉課までお申込みください。

中土佐町成人歯科健診のご案内

対　　象	20 歳～ 74 歳の中土佐町民※ ※後期高齢者医療加入者の歯科健診は町民環境課にお問い合わせください。
健診内容	① 問診 ② 診察（歯と歯ぐきの状態、お口の清掃状況の確認など） ③ 健診結果に基づく保健指導
実施機関	高知県内の歯科医療機関
受診方法	(1) 健康福祉課（☎ 52-2662）に電話でお申込みください。 (2) 申込者に受診票と実施歯科医療機関一覧を送付します。 (3) 歯科医療機関に予約のうえ、受診時には (2) の受診票をお持ちください。
自己負担	無 料　※治療が必要になった場合は、自己負担が発生します。
受診期間	令和 4 年 2 月 28 日（月）までに 1 回（実施機関の休診日を除く）

みんなでやるぞね、中土佐町の子育て133
～　どの子も安心できる居心地のいい学校を目指して　～

～令和３年度　中土佐町児童会・生徒会サミットの開催～



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。そこで、５月 13 日、『安心できる居心地のいい学校をつくろう　～いじめのない学校を目指して～』と題し、本年度第１回中土佐町児童会・生徒会サミットを開催しました。今回は、移動時間の短縮と、ICT 活用力育成の観点から、町内５校と役場をオンラインでつないだリモートによる開催とし、児童会・生徒会を中心に児童・生徒 25 人と、担当教員が参加しました。

今回はまず、『いじめとは何なのか？』という大切で必要なことを学ぶことから始めました。その後、児童会・生徒会の子どもたちを中心に、各校の実態に応じてとりくめそうなことを発表し合って情報を共有し、今後、児童・生徒が主体となった具体的なとりくみを進めていくことにしました。

はじめに、久礼小学校　平松順二校長より、「いじめ」について、「いじめとけんかの違い」「いじめは法律で禁止されている」「いじめの構造」「遊びのつもりだったは通用しない」等、参加している児童・生徒へ質問をなげかけながら、お話をしていただきました。「人を大切にする基本中の基本は何ですか？」という問いかけに、「思いやりです」「挨拶をすることです」「みんなのことを考えることです」「認め合うことです」等、児童・生徒は緊張しながらも、一生懸命考え、自分たちの言葉で発表していました。平松校長は、「思いやり・やさしさとは、人の心の痛みが分かることです。挨拶は、人を大切にしている行動のあらわれです。いいところよりマイナス面に目がいきがちですが、ぜひ、人のいいところを見つけてください。そして今回学んだことをみんなに伝え、各校でとりくみを考えてください。期待しています」と締めくくりました。





第２回児童会・生徒会サミットは、来年１月に開催します。そこで、各校のとりくみを紹介し合う予定です。

当日は、久礼中学校生徒会の役員５人が司会・進行をしてくれました。さすが、中学生、臨機応変に対応しながら、スムーズに会を進行し、小学生の手本となりました。第２回は、大野見中学校の生徒が、司会・進行をする予定です。



中土佐町教育委員会　☎ 52-2661

なかとさカレンダー　6月15日～7月15日



6月

1～30日　男女雇用均等月間・外国人労働者問題啓発月間
20～26日　ハンセン病を正しく理解する週間
23～29日　男女共同参画週間

日付		行事（場所）時間	時間外診療 受入病院
15	火		須崎くろしお病院
16	水		くぼかわ病院
17	木		須崎くろしお病院
18	金		須崎くろしお病院
19	土		くぼかわ病院
20	日		大西病院
21	月		高陵病院
22	火	育児相談（大野見保健福祉センター）14:00～16:00	須崎くろしお病院
23	水		くぼかわ病院
24	木	乳児健診（町民交流会館） にこにこぽちぽちカフェ（上ノ加江老人憩いの家）10:00～11:30	須崎くろしお病院
25	金		須崎くろしお病院
26	土		須崎くろしお病院
27	日		須崎くろしお病院
28	月		高陵病院
29	火	6月定例教育委員会（役場1階大会議室①）13:30～15:00　※	須崎くろしお病院
30	水		くぼかわ病院

※傍聴をご希望の方は、教育委員会事務局までお問い合わせください。
【問い合わせ先】教育委員会事務局　☎52-2661

7月

1～31日　青少年の非行・被害防止全国協調月間
知的障害福祉月間
10～20日　部落差別を無くする運動強調旬間

1	木		須崎くろしお病院
2	金		須崎くろしお病院
3	土		くぼかわ病院
4	日		くぼかわ病院
5	月	育児相談・母乳相談（町民交流会館）9:00～12:00、13:00～15:00	高陵病院
6	火		須崎くろしお病院
7	水	ひだまり（大野見保健福祉センター）10:00～11:30	くぼかわ病院
8	木		須崎くろしお病院
9	金		須崎くろしお病院
10	土		須崎くろしお病院
11	日		須崎くろしお病院
12	月		高陵病院
13	火		須崎くろしお病院
14	水		くぼかわ病院
15	木		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
椿原病院　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
教育相談室　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
大野見保健福祉センター　57-2290
地域包括支援センター　57-2290

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▲

その空き家どうする？物語

空き家相談窓口を教えてあげたYo 編

ある日、**空き家相談窓口**を通りかかったので聞いてみた。

とさおさん（70）
町内在住

最近、中土佐町で家を探してる人多いってホンマかよ？

そうながですよー！コロナ禍で生活が変わった人とか、問い合わせ増えてます。実際は物件少なくて・・現在も物件待ちの人もおります。

空き家 移住相談窓口

担当の田口です

どんな人が来ゆうが？

Uターン
Iターン
町内移動

意外と地元からの問い合わせも多いです。今の家が住めなくなったからとか、あとは地元に帰って来たい方も多いですね。それから中土佐町で仕事が決まったので・・とか。

そういやー。うちの隣が空き家でよ、状態がエイににゃ～もったいないがよ！

空き家相談窓口
ぜひ、うちの存在を大家さんに教えてあげてくださいっ!!

町外におる人とか困っている人いると思います！

そうやね

—その後—

こんにちは～

空き家 移住相談窓口

戻ってきたくて、、

うち買う？

ひさしぶりやね～

あのよ～

やっぱり子育ては地元で！親も喜びゆう。

賑やかになったで～

私もどうしていいかと思っていたからいい人を見つけてもらって！

空き家 移住相談員 田口

町外在住 大家さん とさおの幼馴染

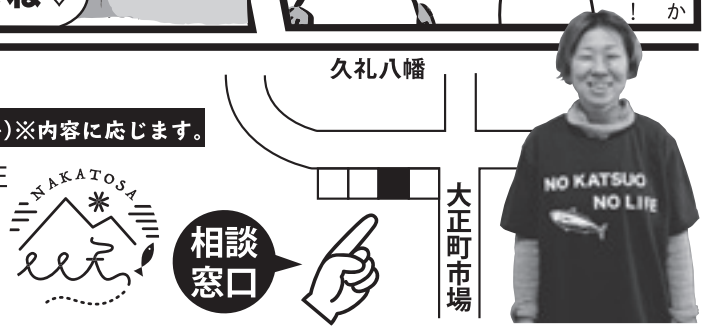
Uターン家族

みなさ～ん、気軽に相談窓口に来てね♡

▶空き家の相談はこちらにどうぞ！

空き家の管理代行も行っています。（月額1,000円～）※内容に応じます。

一般社団法人なかとさ観光協会　meets 中土佐
【空き家・移住】相談窓口　担当：田口瑠美
電話 0889-59-1688
〒789-1301 高岡郡中土佐町久礼6368
営業時間・朝9時から17時　定休日・水、土（事前予約で対応可能）iju@nakatosa.info



ことばさんぽ

～其の五十六～

甲骨文字、金文、篆書、隷書…

4月のこと。高知市内のとある喫茶店で、「**トンパ文字**」による書展を見た。トンパ文字は中国雲南省北部に住む少数民族ナシ族に伝わる文字、絵のような字で、字のような絵、世界で唯一の「生きた象形文字」だと店の方から説明を受けた。見ているといろいろ想像が膨らむような楽しい文字であった。漢字は昔、どのような形をしていたかに思いを馳せた。

漢字の書体には**甲骨文字、金文、篆書、隷書、楷書、行書、草書**があると、学校では、さらりと習った。私も授業ではさらりと教えるだけだったと記憶している。

漢字ができたのは殷の時代。（紀元前約一七〇〇年～前約一一〇〇年頃）亀の甲や牛の骨などに刻まれたので**甲骨文字**と呼ばれる。同じ殷の時代に、**金文**が現れる。鐘や青銅器など金属に刻まれていた文字で、後には武器の名や通行証にも使われたともいう。

秦の始皇帝が中国を統一したのが紀元前二二一年。（日本に文字が入ってきたのは、大和時代、西暦二八〇年頃）始皇帝は地方によってばらばらだった字体をそろえるため、書きやすいように丸みを持たせたり、形を整えたりしてできたのが**篆書**といわれる文字。楷書、隷書のもとになった文字、印鑑などに現在も使われている。**隷書**は篆書の字画をもっと簡単にしたもので楷書に字体が近い。書道展などで作品を見ることがある。

楷書は私たちが現在使っている文字で、隷書を簡単にしたもの。字体をくずさず一点一画を省略せずに書く。**行書**は楷書を続けて書くためにややくずした書体、**草書**は行書の筆画をさらに大きくくずして滑らかに書く書体といえよう。「楷書は立つがごとく、行書は歩むがごとく、草書は走るがごとし」と言った人がいた。学校で使う教科書の活字は、楷書体を筆写体風に修正したもので**教科書体**といわれている。

（編集委員　堅田 美穂）

編集委員のひとり言

自分のカラダ

40歳になり、いきなり身体にがガタが来た気がする。

こんなことを言うと、まだ早いと言われるでしょうが…。10代はスポーツにすべてをささげ、無限にある体力を当たり前に思い。20代も体力ある～っとすごし気が付けば40代。いっちょ前に腰が痛い、なんかだるい、偏頭痛持ち、なんだか不調な自分。ひざも痛くて正座ができない。40代これで、50代が不安になる。

今年の1月は「突発性難聴」。ほっとけば治ると思い20日以上放置、やっぱり治らんと思い耳鼻科へ。来るのが遅いと医者に注意される…。突発性難聴は耳に異変を感じ、48時間以内に治療すると、ほぼほぼ治るらし～。

先日も歯が痛く、こりゃ「虫歯」だなと思い、今回はすぐ歯医者へ！そしたら虫歯ではないとのこと。これを書いてるいま現在、その歯は確かにもう痛くない…。

周りに聞くと意外とみんな色々、病気を経験し知識もある。多分、私はたいした病気も経験してこず、自分のカラダに鈍感なのだと思う。でも原因はわかっている。「運動不足」と「栄養不足」。散歩したりカラダを動かすと次の日調子がいい。お肉を食べると元気になる～～。わかっちゃいるが、継続できない。帰宅するとやはりゴロゴロしてしまう。野菜と魚が好きだし食事も簡単に済ませてしまう。

そこで登場したのが「プロテイン」そう皆さんもご存知！あの「タンパク質」!!ドラッグストアなどにある粉末のプロテインを購入し、毎日飲んでます。飲むとカラダポカポカします。なんだか調子もいい感じ～（単純）。驚き！栄養って大切って身に染みて感じております。

あれだけ!!（誰に？）タンパク質が大切と言われても自分の生活の一部にするって難しい。

さてあとは、これを続けれるかどうかですね…。これもまた難しい。

（田口　瑠美）

趣味の文芸

短歌

神となる大和男の子のこころかも夕暮れに染み淡き色舞う　佐竹　敏彦
さびしさのきわみと思ふ日ぐれ時遠く子を呼ぶかすれし声も　谷口　益恵（上ノ加江）
梼山（ゆすやま）も火打ヶ森も山笑う　椎（しい）の若葉よ五月を我に　池田　房雄（上ノ加江）
家計簿のわづかな誤差はまあいいか収支決算終へてくつろぐ　下元　秀美（久礼）
歯を治しメガネをかえてゆっくりと楽しみゆかんわが老いの道　岡村　宝美（大野見）
夕支度は山菜づくしの手料理で待ちどおしいよ皆の帰りが　田上　信子（大野見）
子や孫といまだし行き来できぬ日々笑顔想いて春キャベツ送る　下元　三和（大野見）
マスクゆえこもれる声もはなやぎてボッチャ競技のシニア大会　古谷　芳子（大野見）
土佐みずきのたくさんの葉が陽差し受けはなやいでいます春になりました　吉岡　磯子（大野見）
畳替え藺草の色に目を覚まし戸の開け閉めに匂いたのしむ　高橋　糸美（大野見）
グラデーション美しければはつなつは夢想止まらぬ登山計画　黒岩やよえ（大野見）

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

4月の人口

男	2,965（－118）
女	3,420（－111）
合計	6,385（－229）
世帯	3,407（－65）

令和3年1月からの出生届出数5人

※この数字は令和3年4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5月調べ

順位	タイトル	作者	出版社	価格（税込み）
1位	52ヘルツのクジラたち	町田 そのこ	中央公論社	1,760円
2位	白鳥とコウモリ	東野 圭吾	幻冬舎	2,200円
3位	在宅ひとり死のススメ	上野 千鶴子	文藝春秋	880円
4位	臨床の砦	夏川 草介	小学館	1,650円
5位	スマホ脳	アンデシュ・ハンセン	新潮社	1,078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、ソファーなど家具類、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！！

お問合わせ（株）PLUS（政岡）☎ 0889-42-3300

大場真美日本画展 6月17日～7月11日

第４回中土佐町立美術館大賞展で大賞を受賞した香美市の作家大場真美さんの日本画作品展を開催します。

大場さんは高校時代から美術部で活動し、高知大学で初めて学んだ日本画が新鮮で面白く、それまでの油絵とは違った魅力に深くハマってしまったことが日本画の世界を追求するきっかけとなったそうです。言葉に表せないようなものを形にしたいと制作に励んでおり、繊細で瑞々しい感性とダイナミックな構成力で、若手作家の中でも注目される存在です。

12都府県からの応募作168点から選ばれた大賞作品「それでも風は吹くのだから」について、同展で審査員を努めた日本画家浅野均氏は、『動感のある人物の背景には情感を持った空間が広がり、不思議な哀愁を感じさせる。よく描き込まれた人物は線描と色彩が相まって古朴な雰囲気を醸している秀作である。作者の内に籠もる心情が率直に表現され、力強さも感じられる。』と評しています。

これからを期待される若手日本画家の作品をお楽しみください。６月27日（日）14時から作家によるギャラリートークの予定です。



▲大場真美「それでも風は吹くのだから」

同時開催「空のある風景」展

所蔵作品の中から空の表現に注目してセレクトした展覧会です。単に風景の中のバックではなく、その空があることで気候や季節感、作者の心情までも感じ方が違ってきます。そして、見る人の気持ちによってもその風景の見え方は空模様のように変化していくのです。



◀石川寅治「朝」

高知出身の石川寅治「朝」は、昭和30年頃の朝の室戸岬を描いたものではないかと勝手に想像していますが、寅治特有のやや角張った動きのある雲の合間から清々しい青空がのぞき、新鮮な朝の喜びが伝わってくる作品です。

（館長　市川 雅彦）



発行・編集　中土佐町／中土佐町広報編集委員会
〒789-1301　高知県高岡郡中土佐町久礼6663-1
TEL 0889-52-2211　Fax 52-4511　http://www.town.nakatosa.lg.jp