共に生き、共に支え合う

障害のある人の手帳制度

まちづくりを目指して

付を受けるためには、福祉事が下記の手帳です。手帳の交

務所への申請が必要です

ば証明書にあたるもの、それサービスを受けるためのいわ障害のある人が、支援や

じかし、 ,年度当初、 復興調整、都 、業務 独立 川町での業務で役立ったことも多くありました。た用地業務も担当していましたので、その経験が女用地買収は、私自身、昨年度まで道路事業などで 戸惑いを覚えます。併せて相続未登記や担保権が

復興まちづくり着工式

ある土地も数多く、

、その対処には苦慮しています

「人・農地プラン」が、10月に完成年度から取り組んでいました

収や測量対象となる土地があまりにも多いことに

ドが求められるうえ、買

れているものの、区画整理や高台移転などの復興たが、瓦礫処理や応急的な修繕工事などは施工さ 事業は、未だ被災者の目に見える形では行われて しかし女川 本大震災から約1

希望を抱いていただくため、去る9月29日(土)、現そこで、復興への槌音を響かせ、被災者の方々に 別相談、また新たなまちづくりを考えるワ 在は更地となっているJR女川 い方で、各事業認可に一定のめどがつきま を懸命に行い、その進捗は被災自治体の中でも早 ショップを行うと同時に、復興計画の策定作業など 駅前において「復興

を成工事が行われる様を が感慨を受けたのは、式 が感慨を受けたのは、式 が感慨を受けたのは、式 が感慨を受けたのは、式 が感慨を受けたのは、式 催されました。 まちづくり着工式」が開 女川町復興まちづくり事業着工式

「今後もずっと農業をし

ていく」または「農地を

貸したい」という方の情

報をお待ちしています。

▲復興まちづくり着工式での鍬入れ

町は、幾度にわたる住民説明会や個 拡大や縮小といった経営計画に役立てており、それぞれの農家が描く規模のており、それぞれの農家が描く規模の状と5年後の作付けなどのほか、農地状と5年後の作付けなどのほか、農地でのプランは、市内を20地区に区分 し合っていただくきっかけにしてもら課題が何なのかを地域の皆さんで話いては耕作放棄地など地域における てもらうものです。 それにより、農地の集積を促進し、つ

プランは農林課で閲覧できますの を活用して地域の課題は何なのかを、 を活用して地域の課題は何なのかを、 を活用して地域の課題は何なのかを、 を活用して地域の課題は何なのかを、 を活用して地域の課題は何なのかを、 皆さんと一緒に話 いきますのでご連絡ください

えればと考えています。

農林課で閲覧できます

■各地区の農家情報の他、地区特性などを示 農地の貸借を考えている方、同一作物の連 坦化を図りたい方など、参考にしてください。

員や公的機関、コンサルタントからの一時的な人的ワー不足が問題となりました。そのため、宮城県職門知識を要する計画策定に直面し、たちまちマンパを行うにあたり、多岐かつ複雑な事業の調整や専 支援、さらには年度途中における期限付職員や 行政法人都市再生機構1人)でした。し員は21人(うち派遣職員9人、臨時職員 復興推進課は今年度新設された課で、 課内の人口密度はかなり高めです 時職員の採用により、現在は28人の大所帯となり、 市計画、それに用地の3係で構成され、

|当業務(用地測量·買収) 私が担当する用地係は、用地測量や買収が主な業

務で、女川町職員5人を含む14

人で行っています。

4月より宮城県女川町に派遣されている市職員

川崎大也主査の復興奮闘記をお伝えします。

認を行わなければなりません。その対象者は約 工範囲(面積)を確定するため、外周の土地境界町中心部で施工する土地区画整理事業では、 ので、国土調査の重要性を感じま-おり、ほとんどが復元した境界の確認で済みます による共有地もあるため、作業は難航 り、その場合相続調査が必要で、また中には数十 人ですが、登記名義人が亡くなって 12月3日~9日は しかし、女川町では全域で国土調査が完了 障害者週間です 女川町★ 石巻市● いる土地もあい対象者は約00土地境界確

南三陸町●

独自の手帳制度なし

発達障害とは、自閉症・アスペルガー症候群その 他の広汎性発達障害・学習障害・注意欠陥多動 性障害・その他これに類する脳機能の障害で あって、その症状が通常低年齢において発現す るものをいいます。【発達障害者支援法】

療育手帳、精神障害者保健福祉手帳の交付 基準に**該当**する場合…当該手帳の交付

知的障害者

知的機能の障害が発達期(おおむね18歳まで) にあらわれ、日常生活に支障が生じているため、 何らかの援助を必要とする状態の方が、各種福 祉サービスを受けやすくするための手帳 【知的障害者福祉法】

精神障害者

【身体障害者福祉法】

な一定の障害のある方

が、各種の福祉サービス

を受けるために必要な手帳

身体障害者

身体障害者手帳

視覚・聴覚・音声言語または咀嚼・四肢

体幹・心臓・じん臓・呼吸器・膀胱または

直腸・小腸・肝臓・免疫の各機能に永続的

精神障害者保健福祉手帳

精神障害のため、長期にわたり日常 生活または社会生活に制限のある方 (知的障害を除く)が、各種福祉サービ スを受けやすくするための手帳

【精神保健および精神障害者 福祉に関する法律】

高次脳機能障害

交通事故や脳卒中などで脳が損傷すると、記憶能力の障害、集中力や考える力の障害、行動の障害 言葉の障害や視野の障害が生じることがあります。こうした障害を「高次脳機能障害」といいます。発症・ 受傷時期や障害の種類により、上記のどの手帳の対象にもなる可能性がある障害です。

各手
帳
の申
請手
続き

	手 帳	窓口	申請に必要なもの(はじめて申請するとき)
	身体障害者手帳	福祉事務所または 各支所市民係	★身体障害者手帳交付申請書 ★指定医師の診断書 ★写真3枚(タテ4cm×ヨコ3cm) ★印鑑
	療育手帳	福祉事務所	★療育手帳交付・確認申請書 ★写真1枚(タテ4cm×ヨコ3cm) ★印鑑 ★取得している手帳等(特別児童扶養手当証書等)
	精神障害者 保健福祉手帳	福祉事務所	★障害者手帳申請書 ★医師の診断書または精神障害を支給事由と した年金証書の写し等 ★写真2枚(タテ4cm×3→3cm) ★印鑑

■問い合わせ

国保税率のモデルケース(2人世帯)での比較【24年度】

2人世帯のモデルケース(夫40歳代:課税所得120万円、妻40歳代扶養:課税所得0円・ 固定資産税額5万円)で、県内11市の税率から年間の国保税額をそれぞれ計算したもの です。香南市の国保税額は6番目の位置になります。



取り組みます。から、ジェネリック医薬品の使用促進に積極的に減や医療保険財政の負担の減少につながること減や医療保険財政の負担の減少につながることジェネリック医薬品については、患者負担の軽

★ジェネリック医薬品使用促進

被扶養者認定を勧めます

保健事業・健康づくり事業の推進

り、将来の重症化予防に向けて取り且をに下。 時期に合わせてのハガキや電話での受診 時期に合わせてのハガキや電話での受診 時期に合わせてのハガキや電話での受診 原推進員の個別訪問による受診勧奨、開催

特定健診未受診者に対して、保健師や健

保運営安定化計画の策定に向けて

市町村国保の収支状況(22年度)

国保が赤字となっている市町村は、過半数を超えて

市町村	黒 字	赤 字	赤字市町村の
総 数	市町村	市町村	比率(%)
1,721	820	901	

一般会計からの繰入金

赤字補てんや、保険税の負担増を抑えることなどを 目的とした基準外繰入れは、全国的に増加の傾向に あります。

		基準繰入金	基準外繰入金	合 計
21年	度	6,972	3,601	10,573
22年	度	7,592	3,980	11,572

規雇用者(被用者)や無職者が大幅に増加して産業の従事者が大幅に減り、パートなどの非正 ることも、国保が赤字になっている原因の一ついることで、国保世帯の所得が少なくなってい 変化、景気低迷の影響を受けて、財政運営が非 現在の市町村国保は少子高齢化や就業構造の また、国保世帯主の職業においては、農林水

国保制度(全国)の現状 日和36年以来、国保制度は国民皆保険の基 維持・増進に大きく貢献してきま-

あたっての考え方と取り組むべき施策を示 について広く市民の皆さまにご理解をいただくため、運営にとなっています。そこで、国保の現状やこれからの財政運営 を行っています。運営安定化計画(案)の一部を紹介します 国保財政は、医療費の増加により財政運営が困難な状況 一画づくり

国保・協会けんぽ・組合健保の比較(22年度)

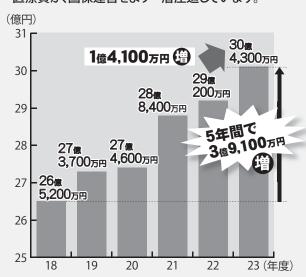
市町村国保は、他の制度と比較すると、高齢者の比率が 高いことから、一人当たり医療費が大きく、加入者の所得に 対しての伊陀料会セルモノたっています

対し(の保険料負担は重くなつ(います。							
	市町村国保	協会けんぽ	組合健保				
加入者数	3,549万人	3,485万人	2,961万人				
平均年齢	49.7歳	36.3歳	34.0歳				
65~74歳の割合	31.3%	4.8%	2.6%				
一人当たり医療費	29.9万円	15.6万円	13.8万円				
一人当たり平均所得	84万円	137万円	195万円				
一人当たり平均保険料 〔事業主負担込〕	8.1万円	9.7万円 〔19.3万円〕	9.3万円 〔20.7万円〕				

市の国保事業の現状と課題 びが期待できない反面、医療費は年々増加して多いことや、景気の低迷から国保税の伸の国保事業運営は、高齢者や低所得者が おり、財源不足は非常に深刻なものとなってい

医療給付費の推移

医療給付費は、合併当初の18年度と23年度を比 較すると、3億9,100万円増加しています。増え続ける 医療費が、国保運営をより一層圧迫しています。



国保加入者数·世帯数(23年度)

国保加入者は市全体の3割、世帯数は市全体の4割となって います。加入数・世帯数ともに若干の増加傾向にあります。

	人口(人)		Į!	世帯数(世帯	()
市全体	国保加入者	加入率(%)	市全体	国保世帯	加入率(%)
34,326	10,131	29.5	14,343	5,634	39.3

年齢構成の変化

年齢が高くなると傷病率も高く、年齢構成の高年齢化が 医療費増加の原因の一つと考えられます。

	21年3月末	構成比(%)		24年9月末	構匠
国保加入者 総数(人)	10,412	100.0	→	10,102	10
うち 60歳未満	5,525	53.1	→	4,886	5
60~74歳	4,887	46.9	→	5,216	4

	21年3月末	構成比(%)		24年9月末	構成比	増減率	
保加入者 総数(人)	10,412	100.0	→	10,102	100.0	▲3.0	
60歳未満	5,525	53.1	→	4,886	51.9	▲ 11.6	
60~74歳	4,887	46.9	→	5,216	48.1	6.7	

受診の指導や保健指導を行います。す頻回受診者をレセプトから抽出し、適切なる重複多受診者や、月に何度も受診を繰り返 同一疾病でありながら、病院を替えて受診す ★重複多受診者に対する保健指導

計画案へのご意見を募集し

※電話や口答でのご意見は受付 ずれかの方法でお願いします

■意見の提出方法

係もしくは各支所での提出・郵送・ファクス、電子メールの計画案に意見提出用紙を付けています。市民保険課国 ページでも公開しています。また、市のホームと配布用で10部置いています。また、市のホームれあいセンター・図書館にそれぞれ閲覧用で1部計画案は、市役所総合窓口と各支所・のいちふ

を収集し、国保運営協議会での計画づくりに参考にさせてい■意見の取り扱い…意見募集は、市民の皆さまから広く意見 ただくものであり、個別の意見に対する回答はいたし 募集期間…平成25年1月15日(火)まで

2012.12

23

※基準外=基準外繰入赤字補でん ※基金=基金繰入

基準外…40

歳入合計

歳出合計

24年度と25年度については、財源不足額のすべてを一は、財源不足を補います。24年度については、一般会計からの繰入れによっにより財源不足を補います。また、国保税率の見直しに対する介護保険料を含めた税負担の状況などを総合的に対する介護保険料を含めた税負担の状況などを総合的保税率の状況などを総合的に対する介護保険料を含めた税負担の状況などを総合的に対する介護保険料を含めた税負担の状況などを総合的に対する介護保険料を含めた税負担の状況などを総合的に対する介護保険料を含め、

単年度ごとの収支見込みと財源対策

4,453

4,502

▲49

24年度見込 25年度見込

4,502

4,573

▲71

基準外…71

医療費適正化の推進

★資格の適正化

帯主が健康保険である国保加入者への健康保険入者と離脱者に確認の通知を行います。また、世保険者の資格管理を徹底するため、健康保険加医療費の適正化を図る上でもっとも重要な被

26年度見込

4.551

4,644

493

基準外+

国保事業の(文元)に向けた取り組み

財源の確保

★財源確保による

収支計画

民が将来になの国保事業の

の運営安定化に向けて、以下の項目について取

ることができる環境を整えるため、国保事業

安心.

安心して医療を受けと課題をふまえて、市

り組んでいきます

22 2012.12

今回は、吉川町文化協会に所属する『ものづくり教室』を紹介します。



- ■設立:平成23年4月1日
- ■会員数:10人
- ■活動日:不定期
- ■活動場所:吉川市民館
- ■問い合わせ

宮本 ☎090-9775-0036

ŧ **(7)** 町文化協会)

12月0日

教育伝言板

※時間 8:30~17:15 ■配布場所…教育委員会こども課(大峰の里1階) 市役所市民保険課•各支所

興味のある方

■配布開始… 平成24年12月17日(月)~

平成25年度

かねえ」

込みのご案内

■問い合わせ 市教育委員会こども課 **☎**57−7522

入会受付

申込書

校区	 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	定員			易所•時間			
	ルエノノノロ	対象学年	7130	児童クラブ	市教育委員会こども課			
	野市小第一児童クラブ	80人 1~3年生	平成25年					
野市小	野市小第二児童クラブ	40人 1~3年生		平成25年	月から金曜日	月から金曜日		
佐古小	佐古小児童クラブ	70人 1~3年生	1月4日(金)	14:00~18:00	8:30~17:15			
野市東小	野市東小児童クラブ	40人 1~3年生	1月11日(金)	1月11日(金)				
香我美小	コスモス学童クラブ	50人 1~6年生		月から金曜日 15:00~18:00				
注)他0	注)他の児童クラブの募集については、2月広報に掲載予定です。							

香南市補導 センターからの

少年問題(家出・無断外泊・喫煙・盗み・恐喝等)でお悩みの方は、 お気軽にご相談ください。秘密は厳守します。

相談場所 香南市補導センター(夜須町坪井1-1大峰の里2階)

相談日 月曜日~金曜日(土・日・祝日は休み) 相談時間 9:00~12:00 13:00~17:00

連絡先 Tel57-7531 (17:15からは留守番電話になっています)



ド 香南市教育委員会ホームページ http://www.city.kochi-konan.lg.jp/kyoiku/

教育チャンネル 検索

第41回高知県教育文化祭 香美·香南小中学校

11月16日(金)夜須マリンホールで香美・香南小中学校音楽会が 行われました。香南市からは小学、中学合わせて12校が参加し、 合唱や合奏が行われました。学校によって人数の多い少ないはあっ たものの、それぞれが日頃の練習の成果を発揮し、元気のいい歌声 や、優しく澄みきった歌声がホール内に響き渡りました。楽器演奏も みんなの息が合い、すばらしい演奏に会場からは拍手が沸き起こっ ていました。



野市小学校第8回43マまんが大賞 「学校賞」受賞

10月19日(金)横山隆一記念まんが館と高知市が主催する「第8回4 コマまんが大賞」のジュニア部門で、野市小学校が「学校賞」を受賞しま した。これは同部門に応募した小学校の1次審査通過作品数などから選 考される賞で、野市小学校は、夏休みの自由課題にも取り入れ、全校を 上げて取り組んでいました。

1次審査を通過した作品は12月15日から2月11日の間、高知市文化 プラザかるぽーとで展示され、来場者が審査員となって作品を選出する 「ギャラリー賞」も設けられているので、ぜひ会場に足を運んでください。





だ



名刺がほしい人がいたら香南市観光協会 (ごめん・なはり線のいち駅内)まで来てね♪ 合言葉は「こーにゃんの名刺くださあい!」

紗合せに稲穂の柄の帯しめて今日金婚の夫により 曼珠紗華並び咲きたり川 、添いに冠のごとほ 野 市 短 みの茶花根で 歌 野 野

子

人病みて畑も病みぬあら草は桃の枝越え或るは

市のうごき (H24.10.31現在) [] は昨年同月対比

人口/34,461人

世帯/14.458戸

(男/16,618人 女/17,843人)

出生/22人 死亡/37人 転入/84人 転出/96人

対前月人口比/27人減

10月の火災・救急事故

■火災 2件〔2件増〕

■救急 141件[32件増]

10月の交通事故

■事故件数 19件〔6件增〕 0人〔増減0〕 24人〔3人增〕

窃盗は犯罪です

11月某日、市内にある防災倉庫から毛 布が盗まれる事件が発生しました。住民 からの通報で市職員が駆けつけると、入

り口の鍵が壊され、毛布3枚が外に散乱し、1枚が盗難。

防災倉庫に入っている資機材は、いざという時に使う ために備えており、不足すると大変困ります。

窃盗は犯罪です。心ない違法行為をやめましょう。

もし、不審な人物などを見かけたり、物音を聞いた場 合には、110番通報をお願いします。

月おはな

●休館 (室) 日 香我美•野市…每週月曜日•第2木曜日•祝日 夜須…毎週月曜日・祝日 吉川…毎週日・祝日

新着案内 野市図書館より **5** 56-3434

大人向け

野

市

おはな読

の会か

· 5日·19日(土)

■ 佐渡の三人

長嶋 有/著

₩ アスクレピオスの愛人

林 真理子/著

₩ 93歳・現役漫画家。病気だらけをいっそ楽しむ50の長寿法 やなせたかし/著

▲ 針1本で作る花レース イーネオヤのアクセサリー

▶ 平成24年分 年末調整・法定調書の記載チェックポイント 近田順一郎/著

子ども向け

☆ ペンギンきょうだい そらのたび

☎ シニガミさん2

工藤ノリコ/さく・え 宫西達也/作•絵

いもとようこ/絵、織田道代/作

「ノエル」 道尾秀介/著



『ノエル』は、理不尽ないじめや暴力を 受けていた中学生の男女が一緒に絵本 を作り始めたことから生まれる物語です。

作中作も多く、皆さんご存じの「赤鼻の トナカイ」の中で、サンタさんがトナカイに 「自分たちのプレゼントがどれだけ大切な のか」尋ねた時の答えが、素敵で「救い」を 得たあたたかい気分になれます。

様々な人の人生(話)が、見事に折り重 なっていく結末は読み応えありです。

年末年胎の休館(室)日は、野市・香我美 図書館が12/27(木)~H25.1/4(金)、 夜須·吉川図書室が12/29(土)~H25. 1/3(木)です。

香我美 図書館からの お知らせ

12月14日(金)~21日(金)の間、本の 貸し出し冊数を一人最大5冊から10冊に 増やします。年末年始のお休み前に、た くさん借りに来てください。

ただいま

子ども司書実習中

今年の9月~12月までの第2、第3 日曜日に、子ども司書1期生が野市 図書館で、窓口で利用者との応対

や、ポップを書いて飾ったりして実習 を行っています。図書館にお越しの際には気 軽に声を掛けてくださいね♪



県立の 移動図書館 が来ます 24(木)

10時30分~11時20分

★自分で本を選んで、借りることができます。





夜須図書室より ☎54-2121 図書案内

『大人気料理家50人の ニッポンのおかずBest 5 O O』

主婦の友社/編



暮らしを支えるのは、やはり食生活。 この本は、今とても人気のある料理 家50人の「自分にとってのニッポン のおかず」ベストレシピをエピソード 付きで紹介しています。

忘れたくない懐かしい味、自分が元 気になれる味。

同じメニューでも、料理家によってい ろいろなレシピが載っているので、き っと自分のお気に入りレシピが見つ かります。

大人向け

▲ この君なくば

葉室 麟/著 東野圭吾/著

誉田哲也/著

★ 犬とハモニカ

江國香織/著 ₩ 生きるぼくら 原田マハ/著

■ 幸せの条件

子ども向け

▲ 禁断の魔術 ガリレオ8

☆ バナナンばあば

林 木林/作、西村敏雄/絵

工藤直子/詩、石井聖岳/絵 ❤️ 地球パラダイス

☎ 小さいのが大きくて、大きいのが小さかったら

エビ・ナウマン/文 ディーター・ヴィースミュラー/絵 若松宣子/訳

2012.12 27 26 2012.12

問い合わせ 高知県立城山高等学校公55-2126 HP http://www.kochinet.ed.jp/shiroyama-h/

ざまなボランティアや 自なの

初めての生徒会なので



制が決定しました。新役員の挙が行われ、24年度後期の体 生徒会役員選挙

とは積極



寺村浩史(2年)【後列左から】近藤優介(2年)、山﨑 大(2年)

学校生活が送れ 精一杯頑張って

9日(金)香南赤岡苑などで行われ

テレビ収録を行いました。

【前列左から】入江克磨(2年)、坂本 瞳(1年)、山岡麟太郎(2年)、 岡本勇気(2年)、森井瑛太(1年)

校長の

今井です

10月31日(水)赤岡中学校の生徒と 教員を招き、城山高校生徒会と一緒に イモ掘りをしました。

サツマイモの姿が出てきた時には 「これは大きいね」と皆が口をそろえて 言うほどの立派なイモが掘れました。

この採れたイモの一部は、11月23日 (金) に開催された「香南ふれあい祭

り」の出店で大学 芋にして販売し、 お客さんに喜んで いただきました。





12月5日 21時54 さんさんテレビ

水

12月8日(土) (再放送)





り、赤ペン先生に変身!?

eache

取材を受けた生徒たちは「介護は大変な仕 設利用者さんとの散歩の様子などを撮影



須藤 千恵先生 **■**担当教科…英語

■好きな言葉…Love ● & Music♪

る同知さんさんテレビ

Eco Life

私たちにできることから71 環境対策課 257-8508

14.5%

1,324t

可燃ごみ

7,449t

平成23年度のごみ量と処分費

平成23年度のごみ量は、22年度と比較すると66トン削減できました。 これからも分別と削減にご協力をお願いします。

◇ごみ量と処分費の内容

平成23年度に家庭や事業所から収集された ごみ量は、可燃ごみ7,449トン(前年度7,407トン) 資源ごみ1,324トン(前年度1,402トン)粗大ごみ 366トン(前年度396トン)で、処分費に要した経費 は3億1,992万円。ごみ袋販売やリサイクルにか かる処理手数料などの収入は7,771万円でした。

ラフト.ごみ収集処理

注:家庭と事業所から分別し出されたごみの収集量 および粗大ごみ中間処理施設に持ち込まれたごみ量

◆ペットボトル・プラスチック製 容器包装類 247t

- ◆紙·布類 786t
- ◆ビン類 183t
- ◆金属類 108t

4.0% 粗大ごみ 366t 23年度

(内 訳) ◆金属類 109t

- ◆木類 82t
- ◆プラスチック 74t ◆ かラス・陶磁器類 56t
- ◆ ふとん 38t

◆その他 **7t**

皆さんのおかげで 66 できました 削減

古紙・ペットボトル

リサイクル収入 2.8% -般財源 899万円 23年月 **2億** 4,221_{万円} 3億 1.992万円

> 1.7% 557万円 **75.8**% 粗大ごみ搬入

処理手数料など

グラフ3.ごみ処理等歳出決算

注:可燃ごみ処理経費には、生ごみ処理バケツ購入費 8万円、ごみ処理機購入費補助23万円を含む



75.8%

※香南清掃組合ごみ焼却

施設改築基金市負担金 4,717万円を除く

ごみ集積所の前

に車を止めると、収

集業者だけでなく利

用している住民にも

一人ひとりモラル

のある行動をお願い

迷惑をかけます。

します。

月4日(金)から

平常どおり営業

9.139t

81.5%

12月29日(土)から1月3日(木)まで休み 4日(金)から平常どおりです。

年末・年始のごみ収集業務案内は、広報「カレンダー」へも掲載しています

12月28日(金)まで)し尿処理業務 粗大ごみ 12月25日(火)まで -月4日(金)から 平常どおり回収 常通り受け入れ 平常どおり回収

のカン類は、1月8日(火)に変更変更。夜須町(北部地区)の1月2日変更。夜須町(北部地区)の1月2日(金)に一然香我美町(岸本・徳王子地区)の1

12月28日(金)まで 平常どおり回収

日・1月3日の燃えるごみは町(国光・細川・羽尾含む)の

■燃えるごみ
平常どおり回収 月4日(金)から い町の12月31日・1月3日の12月31日・1月3日の12月31日・1月3日の|| | 1月5日(土)に変更。赤 平常どおり回収

このまちで…

今回は、山下達也さん(野市町)から紹介の山地善久さん。 山下さんいわく、「言葉に嫌みがなく、付き合いやすい、周りか らも慕われている人」だそうです。



いるのが

月に、お店

※次回は、商工会活動を通じて知り合い、今も親しくしているという公文 公さん (野市町)です

香南百貨店の宣伝

善久さん

市

平成

山売の

おおをくなあれ

わがやの王子さま 🔷



★パパ 利行さ~ ★赤岡町 ★ママ 佳奈さん

楓斗 くん (次男)

★平成21年10月30日生まれ

★ご両親から...

パワフルな次男坊!! いつも元気をありがどう。 終斗 くん (三男)

★平成24年1月24日生まれ

★ご両親から...

元気いっぱいすくすく育ってね。 いつも笑顔をありがとう。

****/ なあれでは、3歳の誕生日までのお子さんの応募をお待ちしています ご希望の方は、お子さんのお名前・生年月日・ご両親のお名前・住所・続柄・メッ セージ・写真(データ可)を秘書広報係までお送りください。応募は、持参・郵送・メ ールで受け付けています。 ■総務課秘書広報係 ☎ 57-8500

香我美中学校男子駅伝部は高新中学

校駅伝競走大会で何連覇を達成したで

◆クイズ◆

しょうか?

プレゼント 花とみどりのギフト券 500円分…5名 ※当選の方にギフト券をお送りいたします ◆提供 (有)野市グリーン

応募方法 ①答え②住所③氏名④電 話番号 ⑤広報誌への意見・感想を明記の上、

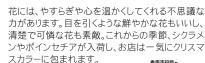
ハガキまたはメールでご応募ください。 ◆あて先 〒781-5292野市町西野2706 香南市役所総務課秘書広報係 まで

締め切り 12.31 (月) 当日消印有効 ※当選者は「こうなんNOW 2月号」で発表します

◆10月号当選者◆ おめでとうございます。 焼肉もり川の厚切り豚ロースお食事券をお送りします。 野市町/北川新作さん・小松朱美さん・小松美智さん・

恒石正喜さん・濱田 延さん・矢野有季菜さん・山下まりさん 夜須町/足達賢祐さん・恒石真弓さん 吉川町/大前京子さん

(有)野市グリーン



スカラーに包まれます。 ご自宅用に、そしてお世 話になった方へのプレ ゼントとしても喜ばれま すよ。100円以上であれば、香南市内どこへでも無料配達してく

れるサービスもあるので安心。 ■住所 香南市野市町西野553-2 ■TEL 0887-56-0656

■営業時間 9:00~18:00 ■定休日 1月1日~3日

プレゼントコーナーへ提供くださるお店を募集しています。

より表示できない場

◆10月号答え/7,080人

に含まれており、体の調子を整え、便 秘も予防してくれます。

煮干し5~6尾の頭と内臓を除き、水4カッ プに漬ける。しばらくつけてから、火にかけ、煮

まずは、朝ごはんを食べる習慣をつけましょう! 食べる習慣がついたら、次に朝ごはんのバランスを 考え、主食・主菜・副菜のそろった朝ごはんが食べられ るように、少しずつステップアップしていきましょう。



◆どんな朝ごはんを食べるといいの?

食卓に3~4つのお皿を用意しましょう。

(炭水化物)

(たんぱく質)

◎1つ目のお皿 ――

ご飯やパンなどの主食には脳の栄 養であるブドウ糖が含まれています。



朝ごはんをしっかり 食べて、頭と体をしっか り目覚めさせましょう。

肉・魚・卵・大豆製品は体温を上げる 効果があります。体温が上がるこ とで「やる気」が出てきて学習意

3つ目・4つ目のお皿 -野菜にはビタミン・食物繊維が豊富

(ビタミン)

たんぱく質 2.7g

材料 (4人分)

9mg

みかん果汁 ······80~90cc

ゆで小豆缶(加糖) ····· 120g

カルシウム

~煮干しだしの取り方~(4カップ分)

立ったら弱火で5分ほど煮る。

脂質 0.4g

朝のみど汁用は、 前日の夜から漬けて おくといいですよ。

製品

しさんみそ汁の

みそ汁は「朝の毒消し」 と言われるほど、栄養満点の 一品です。冷蔵庫に残ってい る野菜を使った、具だくさん みそ汁を食べましょう。

◆朝食の作り方

1. 朝が楽になるように、下 準備をしましょう。

①前日の夜にみそ汁の具を煮て 冷蔵庫に入れておき、朝はみ そを入れるだけにする。

②前日の夜に野菜(ブロッコリー など)を耐熱容器に入れてお き、朝、電子レンジで加熱する。 ③昨晩のおかずを朝食にまわす。

2. 調理が楽な食材を活用し ましょう。

納豆、ちくわ、じゃこ、缶詰(ツ ナ・大豆)、乾物類(ワカメ・ふ、)、 プチトマトなどを使うと便利。

地産地消レシピ… みかん白玉



2012.12 31

〈1人分の栄養価〉エネルギー 150kcal

①白玉粉にみかん果汁を加えて、つぶつぶ がなくなるまでこねて、耳たぶぐらいの固さに 白玉粉 · · · · · · · 80g なるまで練る。

> ②丸めて、たっぷりの熱湯でゆでる。浮き上 がってきてから、さらに1分ほどゆでる。ゆであ がったら、水にとり冷ましてから水気をきる。 3器に②を盛り、ゆで小豆を添える。

☆みかんの果肉を入れてもおいしいです。 みかんにはピタミンCやカリウム、クエン 酸が豊富に含まれています。

第63回高新中学駅伝競走太会

香我美中学校男子駅伝部

11月18日(日)に行われた「第63回高新中学駅伝競走大会」 男子の部で、香我美中学校男子駅伝部が見事3年連続の優勝を 果たしました。

香我美中は1区から1位でタスキを繋ぐと、そこから一度もその 座を譲らないという危なげないレース展開で、同中学校が2年前 に樹立した大会記録を25秒縮めるなど素晴らしい走りを見せまし た。また、区間賞を4つも記録し、なかでも5区の千屋祐太選手は 区間新記録をマークしました。

12月16日(日)に山口県で行われる「第20回全国中学校駅伝 大会」では、県代表として3年連続の出場が決まり、昨年の13位を 上回る記録が期待されます。



香我美中学校 58分17秒 (大会新記錄)

1区 3Km	2区 3km	3区 3km	4区 3km	5区 3km	6区 3km
福守勇魚(3)	野口大地(3)	片岡悠太(3)	千屋直輝(2)	千屋祐太(3)	岩川尭世(3)
9分29秒	9分32秒	9分59秒	9分48秒	9分29秒	10分00秒

1区:福守勇魚 2区:野口大地 4区:千屋直輝 5区:千屋祐太



スポーツの結果は、教育委員会スポーツ振興係まで! **Sports@city.kochi-konan.lg.jp**

5·年女子(20E)

10月14日(日)

小学3年上級個人組手 竹村愛子(野市小) 年個人組手

正堺龍心(野市小) 正堺洸羽(野市小) 上級個人組手

3.4年の部(25㎏級) 育館

ク選手権大会] 第26回四国少年少女レスリン 10月28日(日)

技大会】 【第29回高知県小学生陸上競3分55秒40 10月14日(日) ■春野運動公園陸上競技場 小学56年男子(20年)

年個人形

小学5·年男子(図E) 小学56年男子(20年) 岩元友希(佐古小5)

佐古小5)・岩元友希・杉本挿太 橋詰旺昇(野市小6) 小学56年男子(走幅跳) 本

> 西条市東予運動公園 11月3日(土)・4日(日)

少年団香我美

青少年センタ 南市近県交歓 月3日(土)・ |大会 第13回野市カップ] 小学生バ

野市東

秋季交歓大会]

■小学12年[58円] 濱﨑拓巳(東小3)・小 4)・堀川雅斗(東小4)・尾原光二) 尾原光一(野市 野市JAC・ 3·4 年(20m) 谷 青夏(野市小2) ~4年(WE

松泰己(東 13 秒 31 15 秒 80

第2回長友カップ西条市

大会リ

小学56年女子〔走高跳〕 横田麗羅(佐古小4) 14 3·4年女子(20E) 橋詰旺昇·恒石楓太(野市小

学56年男子(走高跳)

56年男子(走幅跳) 恒石楓太(野市 55 秒 95

【第47回高知市スポ

『日本スポーツマスターズ2012高知大会』が開催されました





▲観戦される 高円宮妃殿下



10月17日(水)~23日(火)の1週間、 原則35歳以上のアスリートによるスポー ツの全国大会「日本スポーツマスターズ 2012高知大会」が県内各地で開催され ました。香南市ではソフトボール(女)、バ スケットボール(男女)、ゴルフ(男女)が行 われ、熱い戦いが繰り広げられていまし

また、22日には高円宮妃 殿下が来高され、県立青少 年センターでのバスケット ボールをはじめ、試合を観 戦されました。



■チケット販売所 夜須中央公民館・野市中央公民館・香我美図書館・香美市美術館(プラザ八王子)・株式会社サークルミュージック(高知市帯屋町)

■お問合せ:0887-54-2121(香南市夜須中央公民館)

野市町スポーツ レクリエーション大会

心配された雨も上がり、みんな元気に汗を流して大盛り上がり。たくさんの景品にも大満足でした。

香南市内で行われた、笑顔集まる「まちの運動会」を紹介します。



か?」早速調べてみると、はるか昔、伝説のストー 飛ぶ舟といえば、UFOか、はたまた「ノアの箱舟 入手。それはミステリアスな話だと興味津々。空を 空から降りてきた舟があるらしい…?との情報を

(別名天忍穂別神社 創建1315年)に

石の舟は、香我美町山川の「石舟神社

い階段の先に

11月15日の秋祭りに合わせて取材に出

その後2回休んでやっとのことで上り ゼェ。さっきまでの強気はどこへやら。 甘く見ていた。三分の一上ったところ 詰め、神社の目の前にたどり着いた。階 で、一休み。足はパンパン、息はゼェ 始めは「余裕や。まだまだ若い」と一人で くに見える。一段、一段、と上り始めた。 先に神社の建物が見えている。はるか遠 石の舟を探して境内へ。長い長い階段の 秋祭りの行事の準備のあいだ、まずは

天在此利田北山太安北下上北山

段の数は全部で18段。

んあった。山の上に降り立った舟。いっ る。そして、脇に小さな石の船がたくさ ち欠けているが、舟のような形をしてい 例の「空飛ぶ舟」が置かれていた。あちこ たい、誰が乗ってきたというのか? 境内にある立て札によれば、 神社の奥に本殿があり、本殿の外に

略)やがて父神の天忍穂耳尊を慕つの峰にお着きになりました。(途中省 かけり給い、山川のスミガサコの山 という神様が、石舟に乗り大空を天 「昔天照大神のお孫様で饒速日命

> うか。詳しい内容は、ぜひ現地で見てい ただきたい。 神々のストーリーといったところだろ 説、天の川にもつながるほどの壮大な た)神社とも呼ばれているとか。この伝 所。彼女は織り姫であり、棚機(たなば 殿は妻の天萬栲幡千々姫の祭られた場 主さんの話によると、本殿の横にある相 か昔の神様の伝説に思いを馳せている ・・・」(桂井和雄「土佐伝記」)とある。はる て、土佐の国へお着きになりました と、神社の秋祭りの行事が始まった。神

のお話をうかがうこともできた。 この地域の長老、末久多計夫さん(92)

と、元気に説明していただいた。 小さな石の舟を奉納しよったそうです が航海の安全祈願のため『石舟神社』に 距離が近く、昔は室戸からも船乗りさん いった伝説が、人々の心の糧になってき ところは誰にもわかりませんが、そう いろいろの解釈や説があります。本当の たのは明らかですね。香南市は海と山の 「石の舟が空を飛んだという伝説にも

ぜひ訪れてみては? 「空を飛ぶ舟」伝説に興味のある方は

報が得られるかも…。 案内をお願いすると、また何か新たな情 道がわかりにくいので、地元の方に道

山﨑祐則漫画遺稿集

展示されています。 とめた遺稿集が、夜須図書室に 作のマンガや絵手紙を冊子にま 員山﨑祐則さん(享年19歳)が、 太平洋戦争中に家族に送った自 香南市夜須町出身の特攻隊

末久多計夫さん

垣間見えます。また、特攻隊と た文面から山﨑さんの人柄が との思いから寄贈されました。 多くの方に見ていただきたい。 から、「生きた証として少しでも スに描かれ、同時に家族へ宛て 子や、日々の出来事がユーモラ これは山﨑さんのご遺族の方 冊子には、軍隊での訓練の様

ぜひ一度ご覧ください。

手紙は、戦争の悲しさを考えさ して死を目前にした、家族への



kouhou@city.kochi-konan.lg.jp http://www.city.kochi-konan.lg.jp 《香南市のホームページ》

(Public Relations)

香南市広報誌

■編集 香南市広報編集委員会(市役所総務課秘書広報係) 〒781-5292 高知県香南市野市町西野2706 16.0887-56-0511 ■印刷 川北印刷株式会社