

# こうなん

平成25年度香南市広報誌



午年大集合!

そね行け!



はずかしー



# あけましておめでとう

香南市長 清藤真司



新年明けましておめでとうございます。  
市民の皆さまには、穏やかに新春をお迎えることと、心よりお慶び申し上げます。

本年は「午年」です。馬には、しっかりと大地を踏みしめ荷を運ぶ力強さと、たてがみをなびかせ、颯爽と駆ける勢いがあります。そういう馬にあやかり、市民の皆さまとともに躍進できる年であることを願っております。

市長に就任して二度目のお正月を迎えました。激しく揺れ動く社会情勢の中、地方財政は厳しさを増しております。そのため、市の財政運営は、事業手法や費用対効果を見極めた編成を心がけ、昨年は重点施策である南海トラフ巨大地震

震対策や香南市の将来の在り方を示す「まちづくりブランドデザイン」の策定に取りかかりました。どちらも大きな課題ですので、じっくり検討を重ねつつ、スピード感を持って取り組んでまいりたいと思っております。

本年三月には高知東部自動車道、香南のいちインターチェンジから香南かがみインターチェンジまでが開通いたします。開通により、芸西西インターチェンジ間の起終点が国道55号に直結することから、利便性も良くなり、時間短縮や国道の渋滞緩和を図ることができそうです。香南市内の交通の流れも変わることから、これからの香南市の交通網体系の在り方について、まちづくりブランドデザインの中で検討して行く予定です。

市長就任後、補助金の不正受給や酒気帯び運転、職務以外での個人情報開覧による私的な使用など、度重なる職員の不祥事がありました。市民の皆様

さまからの信託こそが公務の大前提である中、市全体の業務遂行における信用を著しく失墜させたことは大変遺憾であります。公務員としての基本に立ち返り、職員とともに取り組んでまいりますので、一層のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

新しい年が皆さまにとりまして、幸多き年でありますようご祈念申し上げます。新年のごあいさついたします。

平成二十六年 元旦



明けましておめでとうございます。

今年の新年のご挨拶は、家族そろって野市町に引っ越してきたご報告です。やっと、私と母、妻、長男、犬のポッキーの四人と一匹そろって香南市民になりました。よろしくお願いたします。

ということで、私の今年のテーマは、「香南市民の皆が家族」です。親しみや温かみを感じられ、楽しく元気のあるまちを、皆さまと共に作り上げたいと思っています。

これから何度となく皆さまの元に出かけまいります。膝を交えていろんなお話をお聞かせください。一緒に香南市の未来を語りましょう。

皆さまにとりまして、今年もより良い明日へつなげる年となりますことをお祈り申し上げます。

香南市副市長 野中明和



## 学びつづける力

あけましておめでとうございます。

「生きることは、学びつづけること」  
学校での学びはもちろんのこと、生涯に渡って学び続けることの大切さと楽しさ、そのための環境整備の必要性。「子どもに夢、青年に希望、高齢者に生きがい」のキャッチフレーズには、こうした意味が込められていると思います。

国の教育改革が一層加速される一年になると予想されますが、皆さまと共に「熟慮・決断・実行」していきたいと思っております。今年もよろしくお願いたします。

香南市教育長 女園多賀賀田





漕ぐのに必死!「港川ハーレー」

# 交流、実践

香南市×八重瀬町

先月号でお伝えした、姉妹都市である沖縄県八重瀬町との職員交流で香南市へ来られていた屋嘉比健作さんと同じく、八重瀬町から伊藤正和さんが11月末をもって半年間の派遣期間を終え、香南市へ戻ってきました。環境対策課配属の滞在中に伊藤正和さんが「見て感じた八重瀬町」をお届けします。

なにより、役場・出演者・地域が一体となり、イベントを通して八重瀬町を盛り上げていこうという素晴らしい輪の中に参加することができて、大変良い経験をさせていただきました。

また、八重瀬町の皆さんは太陽のように明るく、とても優しくしてくださいました。まちで出会った人見たもの・聞いたこと



香南市 伊藤 正和

八重瀬町 屋嘉比 健作さん

## 伊藤 正和

と、すべてが私の一生の宝物です。これからは香南市と八重瀬町の交流がますます活発に行われることを願い、私自身も派遣された職員としてその一助になればと思っています。

## 八重瀬町から「ただいま」

八重瀬町では企画財政課に所属して、色々なイベント・行事に参加させていただきました。大好きなマンゴーの収穫体験、腕がパンパンになった港川ハーレー。見るもの聞くこと、すべてが新鮮でした。

その中でも大役だったのが、10月に開催された「やえせまつり」でした。私は舞台進行係をさせていただきました。沖縄県では、民俗芸能や伝統芸能が盛んで、八重瀬町でも各地区でエイサーや獅子舞・棒術などが盛んに行われています。このイベントではなんと54もの演目が披露され、進行には四苦八苦しましたが、まちの民俗芸能に深く関わることができ、とても勉強になりました。

## Special Interview

### 聞いてみました、派遣職員が感じた「お互いのまち」

(伊：伊藤、屋：屋嘉比さん)

■滞在中で思い出深かったことは？  
 伊：6カ月の間にたくさんの人に出会えたこと。一番の宝物です。  
 屋：八重瀬町のみなさんの温かさです。とてもよくしてくださって本当に嬉しかったです。

■それぞれお気に入りの場所ってありましたか？  
 屋：香南市の大きな山々、川、田園風景、どれも大好きです。  
 伊：海・空・町並み・サトウキビ畑：八重瀬町全部です。

■美味しかったお気に入りの食べ物？  
 屋：あゆ(特に刺身)、あめ、鰹、土佐巻きなど。沖縄では川魚は食べることがないのです。  
 伊：八重瀬町に行く前から楽しみにしていたマンゴー。忘れられない味でした。

■滞在中に印象に残った「自分のまちとの違い」は？  
 屋：沖縄は守礼の邦(しゅれいのくに)：礼節を重んじる国として、おもてなしができる島としての自負がありました。香南市の皆さんのおもてなしなどに対する心意気はスケールが大きくて感動しました。また、他所から来た私をやさしく受け入れてくれたまちの皆さんの懐の深さに感激しました。

伊：方言は外国語のように聞こえましたが、気をつかって分かる言葉で話してくださいました。私の土佐弁の方がちゃんと伝わっているのが心配でした。

■また行きたい(来たい)ですか？  
 伊：はい！

お二人とも半年間お疲れ様でした。これからもそれぞれのまちで姉妹都市の懸け橋として活躍ください。



デハラユキノリさんにフィギュアの塗り方を教えてもらったよ!

ワクワク♪ 楽しみ~!



のいち動物公園スタッフさんのボディペインティング。かわいいでしょ♪

上手につかめるかな?



ゆっくりして いてね~



キャー! こーにゃん かつこいいー!



人権啓発フェスティバルについて詳しくは22ページをご覧ください



おいしく できてる?



# 香南市の防災教育

香南市内の小中学校では、子どもたちの命を守るため、各校の「防災教育指導計画」や「学校防災マニュアル」に基づいて、防災教育に取り組んでいます。  
 その中でも、地域ぐるみで特色ある取り組みを行っている夜須地域と香我美町岸本地域を紹介します。



▲夜須地域で保育園児から中学生まで合同で行った避難訓練

## 【夜須地域】 保幼小中合同避難訓練

夜須地域では、保育所、幼稚園、小中学校が隣接しています。この立地条件を生かして、保幼小中合同の避難訓練を繰り返し行っています。訓練時には、中学校の先生や生徒が、保育所の子どもたちを乗せた手押し車を保育士と一緒に入れて避難するなど、中学生の役割も考えながらの訓練が実施されています。

また、夜須中学校区では0歳から15歳までを見通した一貫教育を進め、防災教育についても「保幼小中防災教育カリキュラム」を作成し、一貫性のある取り組みを進めています。

## 【香我美町岸本地域】 地域の力で守る

岸本小学校では、県が指定する「実践的防災教育推進事業」を受けて、南海トラフ巨大地震に備えた学校での防災教育の充実を図っています。

# 命を守る

なかでも地域と連携した避難訓練の実施や、防災教育の指導に力を入れ「地震・津波の知識、理解を深め、公助の意識から、自助・共助の意識」をテーマとした避難訓練や講演会を実施。他にも地元で活躍する陸上自衛隊との連携を図った取り組みも行っています。



- 1 内閣府中央防災会専門委員も務める高知大学の岡村真特任教授による講演
- 2 陸上自衛隊第50普通科連隊による救助活動に使用する機器の説明
- 3 岸本防災コミュニティセンター屋上の避難訓練

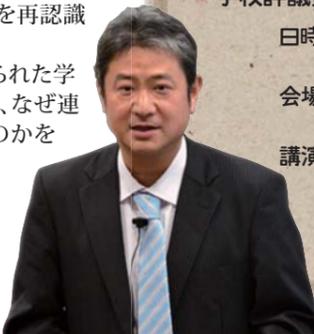
## 防災講演会

平成25年度「第2回香南市保育所評議員・学校評議員連絡会」講演会のご案内

日時 平成26年1月18日(土)  
 9:30~12:00(9:00より受付)  
 会場 赤岡市民館1階ホール  
 (香南市赤岡町325-1)  
 講演 「保育所・幼稚園、学校、家庭、地域の連携について」

おさだ 長田徹  
 文部科学省 教科調査官

講師の長田徹氏は、仙台市教育委員会勤務時に、東日本大震災で被災。その後、避難所を訪問するなかで、学校と地域の連携の大切さを再認識する。  
 講演では、震災後に見られた学校と地域の「絆」を中心に、なぜ連携していくことが必要なのかを講演していただきます。



## 岸本茶道教室



「お茶を始めませんか?」  
 岸本公民館長の一声から公民館活動の一つとして、地元の石州流宗匠の野島隅子先生の指導のもと、活動を始めて約40年になります。

先生の指導は、きびしい時もありますが、永年続いてきたのは、人柄と自身の先へ先へと勉強されている姿勢を尊敬しているからと生徒たち。

茶道では、まず床の掛け物(掛け軸)があり、禅語の意味を学びます。

そして、軸に合う季節の野花を美しく生けたり、お香やお菓子、料理なども勉強し、ひとつひとつの所作にも相手をもてなす、心配りにも身に付けます。

また、茶室は一般社会の縮図のようなもの。やればやるほど奥深いものですが、茶道のよさは、毎日の雑念から放れ「心の安らぎ」にあるそうです。

「お茶の道に終着駅はない」と語ってくれた皆さんと、一緒にお茶を始めてみませんか?



- 設立:昭和50年
- 会員数:5人
- 練習日:第1・3金曜日 19:00~22:00
- 練習場所:岸本防災コミュニティセンター
- 問い合わせ 瀬川 ☎55-3238

※いつもの教室では和服は着ていません

取材・文・写真/生涯学習課生涯学習係

ゆかたんぼい

◆掲載に関する問い合わせ  
 生涯学習課 ☎57-7523

今回は、香我美町で活躍する『岸本茶道教室』を紹介します。

## 香南ぎんぎんぎん

つきたてのお餅はおいしいね

夜須保育所でお餅つき



12月4日(水)夜須保育所で保護者と地域の土佐香南ライオンズクラブの方や民生委員さんと一緒に餅つきを行いました。  
 力持の民生委員さんや保護者の方が餅をついてくれた後、3歳児の子どもたちも杵を持って餅つきに挑戦です。保護者の方に手を添えてもらいながら、臼の中の餅に狙いを定めてべったんべったん。つきあがった餅はあんこを入れて丸めたり、きなこや青のりを付けておいしくいただきました。  
 あんこを餅の中に入れて丸めるのはなかなか難しく、子どもたちは大苦戦。中には、あんこだけ先に食べてしまう子も...。  
 今回の餅つきを通して、蒸し上がったもち米の匂い、それを杵でついて次第に餅になっていく様子、つきたての餅の柔らかさやそのおいしさを子どもたちは体験することができました。



平成26年4月に新しく小学校・中学校に入学されるお子さんへ

## 入学通知書を送付します

来年度に新しく小学校・中学校に入学される方へ、入学通知書を送付します。通知書は入学式当日に学校へご持参ください。

入学通知書 在中

## 香南市教育委員会

〒781-5601 高知県香南市夜須町坪井1番地1  
 学校教育課 (0887) 57-7521  
 こども課 (0887) 57-7522  
 生涯学習課 (0887) 57-7523  
 給食センター (0887) 57-7524  
 FAX (0887) 55-1045

注 次のようなときは学校教育課へお問い合わせください。

- ・1月末までに入学通知書が届かない
- ・入学通知書を受け取った後に転居、転出する
- ・入学通知書の内容に誤りがある
- ・入学通知書で指定された学校以外へ入学する予定がある

□  
□  
□  
□  
□  
□



## 南 11月26日(火) 防災対策課 ☎ 57-8501 南海トラフ巨大地震に備える協定

将来発生することが想定される南海トラフの巨大地震等に備えるため、平常時における防災・減災対策活動への協力を行う協定を(株)フタガミと締結しました。

この協定では、被災前の対策に重点を置き、災害に強いまちづくりを行うため、自主防災組織や学校教育機関などで防災セミナーを実施し、家具の転倒防止やガラスの飛散防止対策など、被災時に生き残るための技術的な助言を行います。

同日、ふれあいセンターで市職員を対象にした防災セミナーも実施され、自宅で3分の1を過ごす寝室の防災措置などについて助言を受けました。



## 竜 12月10日(火) 防災対策課 ☎ 57-8501 巻・突風による被害状況について

市内南部を中心に吹き荒れた突風(竜巻)により、家屋の屋根が飛ばされたり、ビニールハウスが倒壊するなどの被害が発生しました。12月13日現在、家屋の被害が49件、農業用ビニールハウスの被害が346件(被害総額約2億3千万円)など、甚大な被害が出ています。

災害被害に関する問い合わせ・相談は下記までお願いします。



▲被害にあった新道公民館

- 被災証明に関すること  
防災対策課 ☎ 57-8501
- 農業に関すること  
農林課 ☎ 57-7517
- 廃棄物等に関すること  
環境対策課 ☎ 57-8508
- 健康に関すること  
健康対策課 ☎ 57-7516
- 生活に関すること  
福祉事務所 ☎ 57-8509

## 健康対策課 ☎ 57-7516 しっかり食べよう朝ごはん

朝ごはんの大切さを知ってもらおうと、香南市食育推進会議が市内の保育所と幼稚園の保護者、小学校・中学校・城山高校の児童生徒から朝ごはんのレシピを募集し、レシピ集『元気いっぱい朝ごはん』を作成しました。

応募のあったレシピを冊子にまとめ配布することで、児童生徒と子育て中の保護者の方に、朝ごはんの大切さを理解してもらい、バランスの良い食事と健康な身体作りに役立ててもらおうことを目的としています。

完成したレシピ集は、子どもを通じて各家庭へ配布するとともに、市の子育て支援等でも活用する予定です。



## 防 防災対策課 ☎ 57-8501 防災行政無線(有線)放送のお知らせ



広報11月号でお知らせしましたように、災害時の迅速で正確な情報伝達を行うため、今年度から市内全地区へデジタル式同報防災行政無線を導入します。

この整備にあたり、現在、行政無線(有線)放送設備が設置されている地区で下記のようなことがあれば防災対策課までご一報ください。

- スピーカーに不具合がある
- 音声がかえりにくい、または聞こえない

## 江戸時代の町並みに思いをはせる

11月2日(土)香我美町文化協会が歴史巡りを開催し、27人の参加者が江戸時代に商いの町として栄えた岸本地区の町並みや文人たちの功績を学びました。

香南市の歴史巡り案内人の広井伸子さんが講師となり、国立歴史民俗資料館に復元されている橋本家の「ぶっちょう」や、参勤交代の時に藩主を見下ろすことがないよう家の造りが中2階建てになっていることなどを説明。高知県の近代詩を確立した詩人・岡本弥太の甥である野村土佐夫さんからは、詩碑が高村光太郎の揮毫であることなどの裏話が紹介されました。



▲岸本地区に残る安政地震の碑に見入る参加者  
※1 ぶっちょう…上げ下げ式の涼み台(緑側)  
※2 揮毫(きごう)…毛筆で何か言葉や文章を書くこと



▲イベント中は、商店街全体が独特の雰囲気になります

## 昔 第19回「冬の夏祭り」 は未来～赤岡町で逢いましょう～

11月30日(土)～12月1日(日)赤岡町横町商店街を中心に冬の夏祭りが開催され、両日で約7,000人が訪れました。

今年のテーマは「昔は未来」。作家たちの手作りの品や、料理人の出店が長さ約200mほどの商店街に所狭しと並びました。

両日も晴天に恵まれ、昔ながらの衣装を着て楽しんだり、祭りの名物となっている路上に置かれたこたつでくつろいだりと、子どもからお年寄りまでが楽しんでいました。



## 子どもたちの防災意識向上は地域ぐるみで!

12月2日(月)赤岡小学校にて、赤岡町少年防災クラブ(同小全児童が加入)が、防火防災の学習や普及とクラブ員の成長に大きな成果があることから、日本防火・防災協会から表彰を受け、久保壽男赤岡消防団長から表彰状の伝達を受けました。

また、赤岡小学校区学校支援地域本部が、平成25年度優れた「地域による学校支援活動」推進にかかる文部科学大臣表彰を受賞。児童に対する、地域ぐるみでの防災活動と防災意識の向上に大きく寄与したことが高く評価されています。



▲児童会のメンバーが代表で表彰状を受け取りました

## 山 第2回土佐塩の道トレイルランニングレース 道を自分の足で駆け抜ける

12月8日(日)第2回土佐塩の道トレイルランニングレースが開催されました。コースは、香美市奥物部ふれあいプラザから、文代峠を経由するアップダウンの激しい山道を通り、香南市香我美町山北までの26km。地元の方からの温かい声援を受け、参加者たちは古道塩の道を駆け抜けました。

ゴールでは地元料理やじゃんけん大会で大盛り上がり。参加者からは「温かい雰囲気のローカルレースで来年もまた参加したい」との声も聞かれ、大好評の大会となりました。



▲舗装道から未舗装の山道へ。どんな道も走ります



COUNSELING 相談

四国一斉！法務局休日相談所

高知地方法務局では、一日無料相談所を開設します。相談は無料、予約不要です。ぜひご利用ください。

WELFARE 福祉

ひとり親家庭の医療費助成制度

ひとり親家庭の父または母等と児童に対し、保険診療の自己負担分を助成します。

平成25年度 市県民税第4期 国民健康保険第7期の納期限は 1月31日(金)です。

市役所市民保険課

冬の節電・省エネルギー対策について

今冬、四国電力管内では、厳冬となることを想定した上で、瞬間的な需要変動に対応するために必要とされる予備率3%以上を確保できる見通しですが、大規模な発電所のトラブルが発生した場合、安定供給ができない可能性が懸念されます。

家庭での節電メニュー(例)

- 空調 重ね着などをして、室温20℃を心がける(設定温度を2℃下げた場合)→節電効果7%
照明 不要な照明をできるだけ消す→節電効果4%
電力消費機器 冷蔵庫は設定温度を「弱」に変え、扉を開ける時間を減らし、食品を詰め込み過ぎないようにする→節電効果1%

問い合わせ 四国経済産業局 資源エネルギー環境部 エネルギー対策課 087-811-8535

全国初!!

観光客に教えちゃりたい、「食の店」大投票!



投票期間:2013年12月25日→2014年1月20日

県民総選挙2014って?

県民の93.4%が「高知の食材は、豊富で美味しいと思う」と回答するほど地元の食を愛する高知の人たち。県外から訪れる方々にオススメしたいお店を、きっとそれぞれに胸に秘めているはず。

県民を挙げて観光客にオススメする「飲食店」と「メニュー」を選びます。

県民みんなで投票しよう!

高知県広報紙「さんSUN 高知」1月号に印刷されている投票用紙(はがき)に、皆さんが観光客に薦めたい県内の「飲食店」と「メニュー」...

投票結果は、『土佐の「おきやく」2014』開催中の3月9日(日)に、高知市中央公園ステージで発表します。



県では、この『「高知家の食卓」県民総選挙』をはじめとする一連の取り組みにより、「食といえば高知」というイメージを全国に定着させたいと考えています。

詳しくは高知県広報紙「さんSUN高知1月号」をご覧ください!

問い合わせ/「高知家の食卓」県民総選挙係(株)高知広告センター内 088-856-6280



農業

給食食材を 作ってみませんか

地産地消の取組として、給食で使う食べものの生産の拡大を進めています。子どもたちに安心して安全な香南市の食べものを作ってみませんか。

その他

交通事故被害者の 家庭をサポート

育成資金の貸付 自動車事故が原因で保護者が亡くなられたり、重い後遺障害を残すこととなった家庭に、中学校卒業まで、無利子で育成資金をお貸ししています。

- 対象 香南市にほ場をお持ちの方
講師 高知県農業振興部
日時 1月27日(月) 14時
場所 香我美会場
日時 1月28日(火) 14時
夜須会場
日時 1月28日(火) 14時
場所 夜須中央公民館 2階 大研修室
問い合わせ 香南市地産地消推進協議会 088-856-6280

- 育成資金の貸付・介護料の支給に該当された世帯を、友の会活動や体験旅行、交流会などに招待します。
問い合わせ 独立行政法人 自動車事故対策機構 088-831-11817



### 一一〇番通報の適切な利用を

一月十日(金)は「一一〇番の日」です。一一〇番は、事件や事故が発生した際に、県民の皆さんと警察を結ぶホットラインであり、安全で安心な日常生活に欠かすことのできないものです。

一一〇番通報に対応するため、警察本部通信指令課では、一一〇番通報を受理する一方

で、通信指令システムや無線でパトカーや交番所員を現場へ急行させるようにしています。

一一〇番をかけるときは、まず落ち着いて

- ・「何があったのか?」
- ・「どこであったのか?」
- ・「いつあったのか?」
- ・「犯人は?」
- ・「今どうなっているのか?」
- ・「あなたの住所・名前は何?」

など、警察官の質問に冷静にお答えください。

携帯電話から一一〇番するときは、運転中は必ず車両を停止し、歩行中であれば立ち止まって通報してください。

### 各種教室を実施しています

■ 誘拐被害防止教室  
保育所・幼稚園・小学校で、児童を対象に実施。

■ 親子の絆教室  
幼稚園・保育所等で、園児の保護者を対象に実施。

■ 高年齢者安全教室  
各地区の公民館等で、香南市内居住の65歳以上の高齢者を対象に実施。

### 非行防止薬物乱用防止教室

小中学校・高等学校で、生徒・児童を対象に関係機関と協力して実施。

■ 高年齢者安全教室  
各地区の公民館等で、香南市内居住の65歳以上の高齢者を対象に実施。

今後とも安全安心まちづくり活動に地域の皆さんのご理解、ご協力をよろしくお願ひします。

(香南警察署内・香南地区地域安全協議会地域安全アドバイザー) 長田麻紀 ☎55-0110



近くの山北川の堤を歩くのが日課となった。周囲は自然が豊かである。そんな中を歩いていると多くの気づきがある。四季の移り変わりが見てとれる。今年のは鳩のつがいが出て来て、葦の群の中に二度にわたって卵を温めていたが、二度とも増水に流されてしまった。心ない自然のいたずらに



非常理を感じたことだった。そんな中であって、自然はお互い与合作して初めて和を保っていることに気がついた。

太陽は光と熱を、水は源より生きとし生けるものを育んで海へと流れる。堤に咲く花は米粒ほどの小さな花であっても見ると人の心を癒してくれる。これらは皆与えることである。

一方霊長たる人間はどうであろう。求めることに窮々と

### あいさつ

非行防止薬物乱用防止教室  
小中学校・高等学校で、生徒・児童を対象に関係機関と協力して実施。

■ 高年齢者安全教室  
各地区の公民館等で、香南市内居住の65歳以上の高齢者を対象に実施。

り心であり、人を怒す心、人形のないものであり、形のないものは与えれば与えるほど、後から後から際限もなく湧き出るものである。

それにしても、最近あいさつをしない大人が多いように思う。子どもの方がよくあいさつをする。これは一体どうしたことであろう。

あいさつは心の扉を開くことであるといわれる。本来扉は

ないのだが、閉めると中味は一つなのに内と外とが区切られることになり孤の状態となり、人として心安らかな状態ではなくなる。ただ開くか閉じるかのちがいはあるが、その差は大きい。

心の扉は内側に錠が掛かっているそうだが、それならばおのことに開けるのは容易いはずである。

負月

※市内在住者に、コラムを書いてもらうコーナーです

## 催し・イベント INFORMATION

皆さまの参加をお待ちしています!



### 第39回 三世代交流

## 新正凧揚げ大会

日程 1/12(日) 10:00~  
※雨天の場合は2月11日(火・祝)

場所 野市ふれあい広場 ■参加無料



冬の空に悠然と舞う土佐凧、それはもう香南の風物詩。初めての人も凧のない人も、みんなで凧あげを楽しみませんか。

凧のない人は凧あげ大会の「とばし」(景品券)を追って、みんなで大いに楽しみましょう。タタミ16畳の凧もあげます。

■問い合わせ/市教育委員会 生涯学習課 ☎57-7523

## 香我美町 新春凧揚げ大会

日程 1/19(日) 10:00~15:00  
※雨天の場合は1月26日(日) ■参加無料

場所 香我美町徳王子(ほ場整備一帯)



自作の凧を持って一緒に揚げてもOK! 凧のシツポについた景品番号を取れば本部で景品と交換。総額10万円分のお菓子券は4回に分けて凧のカゴから飛ばします。

■問い合わせ/市役所(代表) ☎56-0511

## 旧正凧揚げ大会

日程 2/11(火・祝) 10:00~15:00  
※雨天の場合は2月16日(日) ■参加無料

場所 野市ふれあい広場



タタミ100畳の土佐凧あげや、凧に付けられた袋から商品券をばらまく「トバシ」や「焼出」が行われます。

■問い合わせ/ ☎56-0450 (梶原)

### 高知コンサート・グループ香南支部

## 《第5回定期演奏会》音楽の贈り物

日程 1/19(日) 《開演》14:00 《開場》13:30

場所 のいちふれあいセンター サンホール

■曲名/トリオソナタBWV1038 (バッハ)、新クラヴサン曲集より「三本の手」(ラモーン)、レイクエム「怒りの日」より「我は嘆く」(ヴェルディ) ほか

■入場料/一般 1,000円、高校生以下は無料

■チケット取扱い/のいちふれあいセンター、夜須中央公民館、高新プレイガイド

■問い合わせ/小林 ☎54-4553

## 《第9回》高知香南ジュニアオーケストラ定期演奏会

日程 1/26(日)  
《開演》14:00 《開場》13:30

場所 のいちふれあいセンター サンホール

■曲名/ハンガリー舞曲、威風堂々、ヴァイオリン協奏曲ホ短調(メンデルスゾーン)、花は咲く(東日本大震災復興支援ソング) ほか

■入場料/300円、未就学児童は無料

■問い合わせ/高知香南ジュニアオーケストラ事務局 ☎080-4032-5120

## 《第1回》高知家健口フォーラム

日程 2/9(日) 12:00~16:00

場所 総合あんしんセンター 3階 高知市丸ノ内1-7-45

歯周病の本当の怖さ、知っていますか? 県民の8割がかかっているという歯周病の予防法、治療法についてのフォーラムで、どなたでも参加できます。

■内容/歯周病と糖尿病について、歯科相談、口臭測定などの体験コーナー、参加者に口腔ケアグッズ進呈。

■講師/伊藤公一(日本大学特任教授)、高松和永(高松内科クリニック院長)、山本哲也(高知大学医学部教授)

■参加費/無料 ■申込み/不要

■問い合わせ/高知県歯科医師会事務局 ☎088-824-3400

# 防災・減災のための 住民税均等割額の引き上げについて

東日本大震災を教訓として、地方公共団体が実施する防災・減災のための事業の実施に要する費用の財源を確保するため、『東日本大震災からの復興のための施策を実施するために必要な財源の確保に関する特別措置法』に基づき、平成26年度から平成35年度の10年間、個人の県民税と市民税(合わせて住民税)の均等割額に復興特別税としてそれぞれ500円ずつ引き上げられます。

災害に強いまちづくりのための施策に活用するための税額引き上げに、ご理解とご協力をお願いいたします。

## 【税率】

	平成25年度まで	平成26年度から	
	現行(年額)	増額分(年額)	増額後(年額)
市民税の均等割額	3,000円	500円	3,500円
県民税の均等割額	1,500円	500円	2,000円
合計	4,500円	1,000円	5,500円

## 【適用期間】

平成26年度から平成35年度まで(10年間)

## 復興特別所得税について

所得税においても、東日本大震災からの復興のための施策を実施するために必要な財源を確保するため、2.1%の復興特別所得税が創設されています。

適用期間は、平成25年分から平成49年分までの25年間となります。

お気を付けてください!



## 税務職員を装った者からの 不審な電話にご注意ください

国税局や税務署の職員を名乗る者からアンケートや年金受給調査と称して、個人情報聞き出そうとする事例が多発しています。

不審な電話があった場合には、最寄りの税務署にお問い合わせください。

# 確定申告の受付

受付時間  
9:00~11:30  
13:00~16:30

▼問い合わせ  
税務課  
☎57-8504

受付日程 ※土・日曜日、祝日を除く

## 還付申告のみ受付

2/3月~2/14金

※市役所本庁舎の1階ロビーで受付

給与所得者や年金所得者で還付を受ける場合は、2月3日(月)から14日(金)までにお越しください。2月17日(月)以降は大変混雑します。

## 申告・相談の受付

2/17月~3/17月

※市役所本庁舎(3階第4会議室)で受付  
各支所での受付については、下記を参照ください

◎税務署ではすべての所得について申告・相談を受け付けています

## 受付内容

### ▼市役所本庁では

- 事業所得(営業・農業・漁業など)、不動産所得、給与所得、公的年金などの雑所得、配当所得、一時所得などのある人の申告を受け付けます。

※不動産(土地・建物)、株式などを売却したときの事業所得・不動産所得がある人は、収支内訳書の作成・添付が必要です  
※譲渡所得は南国税務署へ申告してください

※25年中に自己の住宅を取得した人が住宅ローン控除を受ける場合は申告が必要です

※医療費控除を伴う申告は、事前に領収書の整理、計算をお願いします



### ▼各支所では

- 申告期間中、還付申告と給与・年金・雑・一時・配当所得の申告、および所得のない人の住民税申告を受け付けます。

- 事業所得(営業・農業・漁業など)のある人の申告は、下記の受付日に限り受け付けます。なお、対象者は、自動車などの運転ができず、本庁への来庁が困難な人(おおむね75歳以上の高齢の人、障害のある人など)とさせていただきます。

上記以外の方は、本庁や税務署などで申告してください。

### 各支所の受付日

- 【香我美支所】2月20日(木)・2月21日(金)
- 【夜須支所】2月25日(火)・2月26日(水)
- 【吉川支所】3月4日(火)・3月5日(水)
- 【赤岡支所】3月6日(木)・3月7日(金)

- 支所に事業所得の申告をされる人が多数来庁した場合、長時間お待たせすることがあります。あらかじめご了承ください。

- 事業所得の申告は内容によっては非常に時間のかかる場合があります。事前に関係書類の整理や計算を行っていただくなど、円滑な申告相談にご協力ください。

南国税務署  
088-863-3215

## 【帳簿書類の保存期間】

保存が必要なもの		保存期間
帳簿	収入金額や必要経費を記載した帳簿(法定帳簿)	7年
	業務に関して作成した上記以外の帳簿(任意帳簿)	5年
書類	決算に関して作成した棚卸表その他の書類	5年
	業務に関して作成し、又は受領した請求書、納品書、送り状、領収書などの書類	

記帳・帳簿等の保存制度や記帳の内容の詳細は、国税庁ホームページに掲載されていますので参考にしてください。

個人の白色申告者のうち前々年分あるいは前年分の事業所得、不動産所得または山林所得の合計額が300万円を超える人に必要とされていた記帳と帳簿書類の保存が、これらの所得を生ずべき業務を行うすべての人について必要となります。

## 平成26年1月から 記帳・帳簿等の保存制度 の対象者が拡大されます

■ 贈与税の申告期間  
2月3日(月)から3月17日(月)まで

■ 消費税および地方消費税の確定申告期限  
3月31日(月)まで

■ 所得税および復興特別所得税の確定申告期間  
2月17日(月)から3月17日(月)まで

■ 申告書はご自分で作成し、e-Taxまたは郵送等でお早めに提出をお願いします。



▼南国税務署からのお知らせ

## 確定申告書等 作成コーナーから e-Taxへ



**新年特別編**  
観光協会での  
仕事つづりを  
お見せするにやっ  
と  
電卓押さない  
カタカタカタ

何部だっけ…  
コピー機が苦手

〜と…  
〜と…

新聞でも  
読んでよう  
終わりの時間がきたら  
声かけてくれたまえよ

ほっ、ほんとはちゃんと仕事してるんだからねっ!(´・ω・)  
※コーにゃんは観光協会が動いています

### 市のうごき

(H25.11.30現在) ( )は昨年同月対比

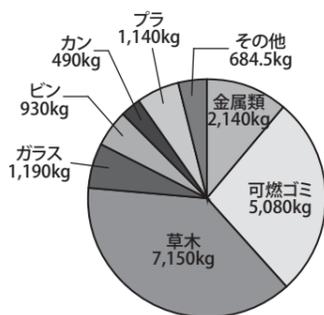
■人口/34,299人	■11月の火災・救急出動件数
■世帯/14,538戸	■火災 3件(3件増)
(男/16,533人 女/17,766人)	■救急 131件(14件減)
■出生/16人	■11月の交通事故
■死亡/34人	■事故件数 8件(9件減)
■転入/69人	■死者 0人(増減なし)
■転出/70人	■傷者 8人(15人減)
■対前月人口比/19人減	

### みんなの広場



### 街がきれいになりました

#### 市内一斉清掃



12月1日に実施された市内一斉清掃では、朝早くからたくさんの方々の参加により、街がきれいになりました。収集した廃棄物は**18,804kg**。皆さんお疲れ様でした。

## 文芸

### 西川俳句会

西熊へ落葉しぐれの山越える 綾子  
目に耳に肌に小春といふ日和 いつ子  
鳥どち無花果目掛け急降下 しげみ  
戦跡の慰霊の秋や寒山寺 宝大  
城山といふ地の利あり菊香る あき子

### たちばな会

初風や注連縄白き夫婦岩 味重  
しみじみと八十路近づく初鏡 富代  
お年玉家長の訓話長かりし 佳子  
子等にて食積頼る独居かな 直子



### 1月おはなし会



## としょかんすせ

定休館(室)日 香我美・野市…毎週月曜日・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 香我美図書館より ☎ 55-0022

#### 大人向け

- ※ はなとゆめ 沖方丁/著 梓澤要/著
- ※ 光の王国 秀衡と西行 宮内泰介・藤林泰/著
- ※ かつお節と日本人 門田隆将/著
- ※ 狼の牙を折れ 史上最大の爆破テロに挑んだ警視庁公安部 春日太一/著
- ※ あかんやつら 東映京都撮影所血風録

#### 子ども向け

- ※ ひみつのマーメイド(6) 闇の女王と光のアーチ スー・モンクレディエン/作
- ※ ちびころおにぎりでかころおにぎり おいしいちゃんちへいく おおいじゅんこ/作・絵
- ※ 十二支のおやこえほん 高畠純/作

### 「新釈につぼん昔話」

乃南アサ(文藝春秋)



子どもの頃に誰もが読んだり聞いたりして知っている昔話「さるとかに」「花咲じい」「一寸法師」「三枚のお札」「笠地蔵」「犬と猫ととうろこ玉」が乃南アサの手による新訳で登場。

「さるとかに」では、イケメンさるとんが純情娘かにどんをもてあそび、「一寸法師」では、好きになった姫君を手に入れる為に一寸法師は策略をめぐらす。

知っている昔話とは一味違う、現代社会を彷彿とさせる、大人でも楽しめる内容になっています。ぜひ手に取ってみてください。

新着図書より Pick up!

### 『土佐弁さんぽ』

竹村義一/著



お風呂のお湯をためるのに、蛇口の水を出したままで忘れ、いっぱいになり「お風呂の水がまけそう」「まけまけになっちゃう」と言います。この「まける」実は土佐弁なんです。私自身、読んで初めて知りました。

共通語では「お風呂の水が「こぼれそう」なんだそうです。

普段の会話に気付かずに使っている土佐弁。この1冊でちっくと見直してみませんか?



#### 大人向け

- ※ こいしり 畠中 恵/著
- ※ 親の「よかれ」が逆効果?!「泣けば抱っこ」の甘やかし育児で子どもがダメになる 田中喜美子/著
- ※ こんな女房に誰がした?きみまる人生劇場 綾小路きみまる/著

#### 子ども向け

- ※ チョコレート工場の秘密 ロアルド・ダール/著 クエンティン・ブレイク/絵 柳瀬尚紀/訳
- ※ 王さまのアイスクリーム フランセス・ステリット/文 光吉夏弥/訳 土方重巳/絵

### おでかけ広場

1月15日(水)

10:10~11:30

香我美おれんじ保育所の子育て支援を毎月1回、図書館2階「おはなしのへや」で行っています。読み聞かせの時間もありません。気軽に参加してね♪

### 香我美図書館で作品の展示をしませんか?

香我美図書館では、2階展示ホールで展示をしたい個人・団体の作品を募集しています。個人やサークル等の作品発表、趣味で集めた物の披露の場としてご利用ください。

※営利目的では展示できません

県立の 移動図書館 が来ます  
1/18(土) 13時00分~15時00分

★自分で本を選んで、借りることができます。

To Kagami

図書案内 吉川図書室より ☎ 55-0525

## あなたの地域の身近な相談相手 民生委員・児童委員が改選されました

平成25年12月1日、民生委員・児童委員が全国一斉に改選され、香南市では民生委員・児童委員100人、主任児童委員(児童問題を専門に担当)11人(野市地区担当を1名増員)の皆さんが、厚生労働大臣の委嘱を受けました。

共に生き  
共に支え合う  
まちづくりを  
目指して

### 民生委員・児童委員とは?

民生委員・児童委員は、地区の推薦を受け、厚生労働大臣から委嘱されたボランティアで、地域の皆さんの立場に立って、暮らしを支援する人です。また、皆さんの心配ごとなどを解決するため、専門機関や福祉サービスなどを紹介し、行政とのパイプ役や調整役を務めます。

香南市では、香南市社会福祉協議会が事務局を務め、市内を旧町村単位で5地区(赤岡町、香我美町、野市町、夜須町、吉川町)ごとに「民生委員協議会」を組織し、あたたかな地域社会づくりをめざして、地域に根ざした福祉活動を行っています。



この日、厚生労働大臣の委嘱状が、清藤市長から伝達されました。

### お気軽にご相談を!

民生委員・児童委員は、地域の皆さんの相談役です。子育てに関すること、高齢者の介護に関することなど、生活の中で気になっていることがありましたら、お気軽にご相談ください。

### 秘密は必ず守られます!

民生委員・児童委員には守秘義務があります。地域の皆さんから受けた相談内容の秘密を守り、個人情報やプライバシーの保護に配慮した支援活動を行います。

### 児童福祉専門の支援も!

主任児童委員は、地区全体の児童福祉にかかわる問題を、専門的に担当する民生委員・児童委員です。地区の民生委員・児童委員などと協力し、子どもと親の抱えるさまざまな問題などに対して、相談や支援活動を行います。

### もっと詳しく

民生委員・児童委員の担当地区、住所、氏名、連絡先などは「香南市社協情報1月号」をご覧ください。



民生委員・児童委員についてのお問い合わせは福祉事務所社会福祉係まで

# 特定健診の受診は1月末までです

## 市内の特定健診実施医療機関

医療機関名	住所	電話
もえぎクリニック	赤岡町2066-3	57-3050
ヤ・シククリニック	香我美町岸本800-1	55-1500
山北診療所	香我美町山北1304-1	54-2220
北村産婦人科	野市町西野551-3	56-1013
疋田内科	野市町西野2636-6	56-2002
野市整形外科医院	野市町西野2235	56-3063
藤田整形外科	野市町東野169-1	56-0138
野市中央病院	野市町東野555-18	55-1101
藤川クリニック	野市町西野2192-2	56-2211
西山内科	野市町西野51-1	56-3800
近森医院	野市町東野447-2	54-2235
さとう循環器消化器科	野市町西野587-15	57-5311
鈴木内科	野市町みどり野1丁目64	55-3030
寺田内科	夜須町坪井23-1	55-5100
夜須診療所	夜須町手結298-30	54-2250

- 香南市以外の医療機関でも受診できますので、かかりつけ医にご相談ください。
- 予約が必要な場合もありますので、必ず事前に医療機関に確認をしてください。

### 特定健診に持っていくもの

特定健診受診券・保険証・問診票

※受診券を紛失した場合は、受診券の再発行ができません。お手数ですが、国民健康保険証と印鑑を持って市民保険課または各支所の窓口においてください



忘れずに持ってきてね!

### 確定申告で医療費控除を受けられる方へ

申請手続きは、下表を予定しています。確定申告等で、医療機関の領収書(原本)を提出する場合は、申告される前に高額療養費の払い戻しになると思われる診療月の領収書のコピーを取って置く必要がありますので、ご注意ください。

**1 国保高額療養費の申請について**  
1カ月の医療費の自己負担額が世帯(もしくは個人)の限度額を超えた場合、その超えた額を高額療養費として、後から払い戻しをしています。  
限度額を超えた該当者には、診療月の2カ月、3カ月後に申請のご案内を郵送しています。申請には、医療機関の領収書のコピーが必要になりますので、「案内文書が郵送されたのに、医療費の領収書がない」ということにならないように、該当される可能性がある方は、領収書の保管をお願い致します。

### ★高額療養費申請手続きの予定

	案内発送日	申請締切日	支給予定日
H25.11月診療分	1月27日ごろ	2月12日	2月25日
H25.12月診療分	2月27日ごろ	3月12日	3月25日

※数カ月前の診療分のお知らせをする場合もあります



特定健診はもう受けられませんか? 特定健診受診券の有効期限は、1月末です。これを過ぎると、今年度の特定健診は受診できません。まだ、受診されていない方は、医療機関で必ず受診してください。きちんと体をチェックして、新しい年をスタートしましょう。

### 受診券の有効期限は1月末

特定健診の対象者は、40〜74歳で市国保に加入されている方(医療機関で治療の方も含む)です。対象となる方には、受診時に必要な黄色の受診券と問診票を昨年5月下旬に送付しています。集団健診は今年度の全日程を終了しました

### 人間ドックに行かれる方へ

受診券の有効期限を3月末まで延長できませんので、市民保険課で有効期限延長の手続きをしてください。

の、また特定健診を受けてない方は、1月末までに左記の医療機関で個別に受診(無料)してください。



ご注意ください!

# 硬質プラスチックは 収集できません!!

資源ごみとしてごみ集積所に出せるプラスチックごみは、このマーク→がついているものだけです。

きちんと  
分けてね!

## ポリバケツ・プラスチック製容器類

▼イラストは経済産業省のごみイラスト素材集より抜粋



★灯油等中身は抜いておいてください

## 文具・家電類

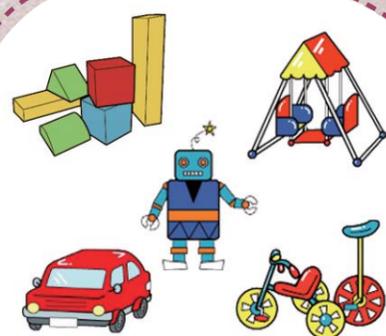


★ビデオテープ、カセット、CD等の  
ケースも一緒に出してください

これらの

# 粗大ごみへ!!

# 硬質プラスチックは



★乾電池ははずしてください

おもちゃ

分ければ資源、混ぜれば  
ごみ。きちんと分別され  
て再資源化されると市に  
お金が返ってきます。

# 探してください プラマーク



プラマークは商品のラベルに印刷されていたり、  
容器本体に刻印されています。プラマークが無い  
プラスチックは粗大ごみに出してください。

- プラマークがついているものは、軽く洗って汚れを  
落とし、乾かしてから出してください。
- 中身が取れないもの、汚れや臭いがひどいごみは  
燃えるごみに出してください。



# 香南市 人権啓発フェスティバル

が開催されました

人権週間(12月4日~10日)の一環として11月23日(土)に人権啓発フェスティバルがふれあい祭りと同場で開催されました。

## さまざまな啓発活動

高知県警察音楽隊を先導にフジグランまで人権啓発の行進パレードを行った後、人権擁護委員さんを中心に人権啓発物品を配布しました。

会場では、人権作品・人権啓発パネルの展示やマッサージなどの体験コーナー、スタンプラリー・出店等の催しが行われ、大勢の人で賑わいました。

また、サンホール内の催しでは、オープニングに吉川町若竹子ども会の伝承芸能「太鼓獅子舞」が披露されました。

## 人権作文発表

最優秀作品に選ばれた3人の人権作文の発表では、小学生からは「お年寄りの人を理解し

て」と題し、高齢者に対する思いやりの気付きを話してくれました。中学生からは「女性の社会的地位について」と題し、男女お互いが理解し合い協力すればきっと男女平等が実現する、との思いを語ってくれました。高校生からは「ベビーカー論争」と題し、列車に乗るベビーカーが邪魔だというクレームに対し、乗せる手助けをする人があまりにも少ないことに愕然とし、弱者に対して「あなたならどうするのか?今一度自分自身に問いかけて」と呼びかけました。

3人に共通していたのは、お互いのちよっとした優しさが人を幸せにすること。お互いを思い、認め、つながり、助け合うことが大切と訴えました。



▶人権作文を発表する佐古小学校の児童

▶チベット出身のバイマージンさん  
町からの人事交流職員の屋嘉比健作さんが三線に思いを込めて、ふるさと心・平和の大切さを語り、歌ってくださいました。

## 人権講演会の開催

人権の講演会では、外国人の人権をテーマにチベット出身のバイマージンさんが、今の自分があるのは、自分に関わってくれた全ての人のおかげだということ、ご主人との出会い、大学の友との苦い思い、時には両親・兄弟への感謝の気持ち、日本に来てからの姑とのすてきな関係、今の日本人が忘れてきているような物の便利さ、家族とのきずなや幸せのかたちをユーモアたっぷりに講演。最後には、チベット民謡と日本の「ふるさと」をアカペラで披露



▶チベット出身のバイマージンさん

露してください、その声量感あふれる歌声に、来場者は皆一様に魅了されていました。

講演終了後、来場の方から三線の弾き語りにも胸を打たれ、バイマージンさんのお話も大変良かった、との多くのご意見をいただきました。ありがとうございました。

最後に来場の方々に人権の花を配布して、フェスティバルを終了しました。

★★★

講演会終了後匿名でお二人の方からチベットの子どもの教育支援として寄付をいただきました。後日、バイマージンさんからチベットの教育支援・校舎建設等の基金に充てさせていただきます。お礼と感謝の手紙が香南市あてに届いていることを申し添えます。

香我美中学校男子駅伝部 37位

12月15日(日)山口県セミナーパークで行われた「第21回全国中学校駅伝大会」に、香我美中学校男子駅伝部は、県勢初となる4年連続出場を果たしました。

一昨年13位、昨年14位に続く目標は「1桁台」。それに向かってチーム一丸となって練習に励んできましたが、全員が体調万全でレースに臨むことができず惜しくも目標には届きませんでした。順位は48校中37位となりましたが互いに仲間を思いやり、1秒でも追いつこうと必死に走りぬいた彼らの努力は立派。

そして、県大会で昨年6位からの大躍進で2位となった女子の頑張りも見逃せません。惜しくも全国大会出場は叶いませんでしたが、同校駅伝部のレベルの高さが伺えます。木村監督は「多大なご協力を頂きながら、ご期待に添えず申し訳ありません」と頭を下げられましたが、悔しさをバネにさらに躍進していくであろう彼らに、心からのエールを送りたいと思います。



ご声援ありがとうございました

59分56秒(6区間18km)

通過順位		区間順位	
1区	48位 千屋直輝(3)	10分11秒	
2区	45位 青木 心(3)	9分42秒	27位
3区	46位 浜口弥夢太(2)	10分15秒	46位
4区	43位 白木翔惟瑠(2)	9分53秒	18位
5区	41位 近森 翼(3)	10分03秒	22位
6区	37位 小松幹侑(3)	9分52秒	16位

この度は、香我美中男子駅伝部の全国中学駅伝大会出場にあたり、皆さま方から多大なるご支援を賜り感謝申し上げます。選手たちは目標に向かって、全力を出し切り、チームワークで頑張りました。今後とも、香我美中駅伝部へのご理解、ご支援をお願いいたします。

香我美中駅伝部保護者会一同

スポーツの結果は、教育委員会スポーツ振興係まで!  
☎57-7523 ✉sports@city.kochi-konan.lg.jp



バレーボール

- 〔第14回香南市近県小学生バレーボール大会 野市カップ〕
- 11月2日(土)・3日(日)
- 高知県立青少年センター他
- 男子の部 1部
- 2位 野市ジュニアバレーボールクラブ
- 女子の部 1部
- 2位 野市ジュニアバレーボールクラブ
- 女子の部 2部
- 2位 野市ジュニアバレーボールクラブ
- 〔第8回新居浜市ひうちライオンズクラブ杯〕
- 11月16日(土)・17日(日)
- 住友金属鉱山体育館他
- 男子の部
- 3位 野市ジュニアバレーボールクラブ
- 〔第11回全国スポーツ少年団バレーボール交流大会高知県選考会〕
- 11月24日(日)
- 香我美トレーニングセンター
- 男子の部
- 優勝 野市ジュニアバレーボールクラブ
- 〔第25回東部ブロック秋季大会〕
- 12月1日(日)
- ポリテクカレッジ体育館他
- 高学年の部
- 優勝 野市ジュニアバレーボールクラブ男子



各地区駅伝大会日程 問い合わせ/生涯学習課

大会名	開催日
第36回 香我美町駅伝大会	1月12日(日)
第45回 成人記念野市町内駅伝大会	1月13日(月・祝)
第38回 夜須町民駅伝大会	1月19日(日)
第27回 赤岡町駅伝大会	2月16日(日)
第62回 市町村対抗駅伝競走大会	1月26日(日)

第7回香南市長杯オープンゴルフ大会 出場者募集

日時 2月22日(土) 8時30分スタート

場所 土佐カントリークラブ

参加資格 市内在住または在勤の方

定員 先着100人

参加費 1,000円

プレー費 13,550円

申込み締切り 2月7日(金)

申込み・問い合わせ 781-5601

夜須町坪井一 大峰の里内 市教育委員会生涯学習課 ☎57-7523

バドミントン

- 〔第7回香南市総合体育大会 バドミントン競技の部〕
- 11月10日(日)
- 野市総合体育館他
- 2部男子
- 2位 糟谷州彦・野島信博
- 3位 寺村 孝・黒瀬雅彦
- 3部男子
- 優勝 公文三郎・浜田悦秀
- 3位 福井 昭・小川雅志
- 2部女子
- 3位 竹崎摩里子・谷内由香
- 3部女子



- 2位 野市ジュニアバレーボールクラブ女子
- 3位 野市東クラブ
- 低学年の部
- 優勝 野市ジュニアバレーボールクラブ
- 3位 香我美小バレーボール部

- 〔第35回野市少年剣道錬成大会〕
- 11月24日(日)
- 高知県立青少年センター
- 小学団体の部
- 優勝 野市少年剣道部(中原 菜月香小5・木下咲帆・市原滉太郎香小6・山崎莉帆(東小6)・小松弘昌(東小6))
- 3位 小松弘昌(東小6)
- 2位 齋藤政宗(香小4)
- 〔第71回県下武道香南大会〕
- 11月24日(日)
- 高知県立青少年センター
- 一般団体の部
- 2位 日特産業 森 信天・篠 昭光・山田雄登・西岡和紀・宇賀俊輔

柔道

〔高知りょうまライオンズ杯柔道大会〕

12月1日(日)

高知県立武道館

個人六段以上の部

優秀賞 宗圓(このみ夜小4)



レスリング

- 〔第27回関西少女レスリング選手権大会〕
- 11月17日(日)
- 吹田市立北千里市民体育館
- 小学5・6年女子軽量級
- 2位 桜井はなの(野小5)
- 2位 桜井つぐみ(野小6)
- 〔第15回中四国少年少女レスリング選手権大会〕
- 11月24日(日)
- 倉吉体育文化会館
- 小学5・6年男子の部(20kg級)
- 優勝 桜井はなの
- 優勝 小学5・6年女子の部(20kg級) 川上紗奈(佐小5)
- 優勝 小学5・6年女子の部(32kg級) 桜井つぐみ

空手

- 〔第28回高知県小学生空手大会〕
- 11月10日(日)
- 越知町民総合運動場体育館
- 団体の部
- 優勝 空手道野市道場入部少年団
- 個人の部
- 優勝 松浦慶昌(香小5)
- 〔第5回全四国体重別空手道選手権大会〕
- 11月23日(土・祝)
- 徳島県立中央武道館
- 小学1年初級組手の部
- 優勝 田原 宗幸(佐小1)
- 小学4年型の部
- 3位 田原 遥(佐小4)



# このまちで...

今回は、竹内盛起さん(野市町)から紹介の門田富美さん。  
竹内さんいわく、「子どもが保育所を卒園した後も学校行事や大会などの応援に来てくれたり、子どもの成長をいつも気にかけてくれるやさしい先生」だそうです。



「仕事をしていたときも、退職してから約6年。保育所にいたときは、子どもから『先生』と呼ばれていたのに、いつの間にか『誰のおばあちゃん』と言われるようになって...」と目を細める門田さん。子どもたちにかかわっているという元気をもらえらるからと、今も時間の都合が付くときには保育所や幼稚園へ出掛けていると語ります。

「仕事をしていたときも、退職してから約6年。保育所にいたときは、子どもから『先生』と呼ばれていたのに、いつの間にか『誰のおばあちゃん』と言われるようになって...」と目を細める門田さん。子どもたちにかかわっているという元気をもらえらるからと、今も時間の都合が付くときには保育所や幼稚園へ出掛けていると語ります。

かどた 門田 富美さん(63歳・吉川町)

## 「気ない、苦ない」で前向きに

お弁当作りの手伝いや婦人会の活動などにも参加するようになり、活動の幅も広がってきたそうです。そして、退職前から姉妹3人で習っているという「フラメンコ」独特のリズムが難しく、それも含めて外国の文化に触れることができるのが魅力だと言います。夜須町の文化祭だけでなく、地区の敬老会や保育所で披露することもあり「ちょっと上達してないので恥ずかしいけれど、小さい子どもが真剣に見てくれるので、何かしら伝わるものがあると思っています」。

「気にすることはあっても、そのことを難しく考えたり、苦労に思うことが割とないので、昔、誰からだったか? あんたは色々なことを気にせんし、苦にせんから、気ない、苦ない。さんやね」と言われたことがあってね。言い換えればハードルが低いってことなんですよ。うけとね。」



※次回は、門田さんが仕事の関係で知り合ったという影山公子さん(野市町)です

# 妊娠中の健康

こうなん 元気

問い合わせ  
健康対策課  
☎ 57-7516

妊娠が分かったら、できるだけ早く届け出をしましょう。

届け出先:  
健康対策課、各支所、  
本庁市民保険課

赤ちゃんを出産するためには妊娠中からの健康管理が大切です。妊娠を機に、毎日の食事や生活習慣を見直して、新しい家族の誕生を迎えましょう。

## 妊婦健康診査を受けましょう

妊婦さんのおなかには、大切な命が育っています。定期的に妊婦健診を受けて、自分の健康と赤ちゃんの健康を守りましょう。

妊娠週	妊娠初期~23週	妊娠24週~35週	妊娠36週以降
健診回数	4週間に1回 (受診券 1~4回)	2週間に1回 (受診券 5~10回)	1週間に1回 (受診券 11~14回)

※受診券は、妊娠届提出時に母子手帳と一緒に妊婦健康診査受診券(14回分)をお渡ししています  
※高知県では、妊婦健診を受けるすべての妊婦さんに対して、早産防止に向けて平成25年4月から「糞分分泌物の細菌培養検査」、平成24年9月から「超音波検査による子宮頸管長の測定」を行っています

## 早産予防について

早産とは、「妊娠22週以降から妊娠37週未満の間に出産する」ことです。

### ◆症状

初期症状は「お腹全体が張る」「おりものが増える」などがあります。無症状の場合もあるので、気をつけましょう。

### ◆予防対策

- ①妊婦健診を定期的に受けましょう。  
無症状でも子宮口が開きやすくなっている場合があります。
- ②虫歯・歯周病の改善をしましょう。  
日ごろから歯の健康に気をつけて、妊娠したら歯科医師の検診を受けておきましょう。
- ③禁煙しましょう。  
妊娠中のたばこは早産のリスクが3~4倍増加するとされています。本人はもちろん、家族全員で禁煙しましょう。
- ④早産経験のある方は、かかりつけ医師に前回の早産のことを伝えましょう。
- ⑤ストレスをためない生活を心がけましょう。  
ストレスは子宮収縮を促すホルモンの分泌を促進します。

## 育児・母乳相談

●相談日: 毎月第1金曜日  
9:30~10:30

●場所: 赤岡保健センター

月に1回、助産師による母乳相談をしています。保健師による妊婦さんへの相談・訪問は随時行っておりますので、お気軽にご連絡ください。

●連絡先: 健康対策課  
TEL 57-7516

## マタニティマークを ご存じですか?



妊娠時、特に初期は、赤ちゃんの成長はもちろん、お母さんの健康を維持するためにもとても大切な時期です。外見からは判断しにくく、つわりなどで体調が悪くても周囲に気づいてもらえない場合が多いです。このマークを付けているお母さんを見かけたら、皆さんからの思いやりのある気遣いをお願いします。

## おおきくなあれ

わかやの王子さま

ひろおか こうすけ  
廣岡 孝祐くん



★パパ 耕二さん  
★ママ 理恵さん

★平成24年8月16日生まれ  
★長男 ★野市町

★ご両親から...  
家族思いの優しい子になってね。

おおきくなあれでは、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

## クイズに答えてプレゼントをゲットしよう!

### ◆クイズ◆

表紙に登場している年男・年女は全員で何人でしょうか。

### プレゼント ◆提供/来場

お食事券(1品分 500円~600円程度) ... 20名様  
メニューによっては、持ち帰りも可能です。  
※当選の方に引き換え券をお送りいたします

### 応募方法

- ①答え ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥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  
☐ kouhou@city.kochi-konan.lg.jp

締め切り 1.20(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

◆12月号当選者◆ おめでとうございます。  
金高堂野市店の図書カードの引き換え券をお送りします。 ◆12月号答え/759人  
野市町/西内国子さん 夜須町/恒石美幸さん 土佐市/尾崎聖子さん



## 焼小籠包 水餃子 来場

焼小籠包・水餃子・蒸し鶏の専門店がお届けする本場、中国の家庭料理。今の季節、辛さの効いた担々麺やラーゼン麺など、温かいメニューがおすすすめ。来場ならではの、太くて平たい麺は食べ応えも十分。油淋鶏(コーリンチー)や酢豚、豚角煮など一品料理は持ち帰りもOKです。

- 住所 香南市野市町西野2545-1
- TEL 0887-56-1566
- 営業時間 11:00~19:00
- 定休日 日曜日、祝日(一部)



写真はすべて来場提供

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。

## 地産地消レシピ... 簡単ポトフ

(1人分の栄養価) エネルギー 128kcal  
たんぱく質 3.0g 脂質 6.1g  
カルシウム 35mg 塩分 1.0g

### 材料 (4~6人分)

- ベーコン ..... 60g
- じゃがいも ..... 2個
- 玉ねぎ ..... 1個
- にんじん ..... 小1本
- 大根 ..... 200g
- 白菜 ..... 200g
- サラダ油 ..... 大さじ1
- 水 ..... 600cc
- コンソメ ..... 2個

### 作り方

- ①ベーコンは1cm幅に切る。鍋にサラダ油を熱し、ベーコンを軽く炒めたら、お好みの大きさに切った野菜を全て入れて炒める。
- ②①に水とコンソメを入れて、柔らかくなるまで煮る。

### Memo

具材に「きのこ」「かぶ」「キャベツ」「ウインナー」などを入れても美味しいです。  
次の日は、カレーレーヤトマトジュースを加えると違った味が楽しめます。



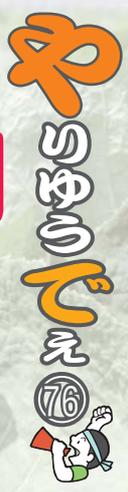


笑い、楽しみ、幸せになる地域づくり

しょうがっこう

# 「夢の郷 西川にここに笑楽幸」

## 西川地区集落活動センター



昨年4月、香我美町西川地区の旧西川小学校跡地に新しくできた西川公民館は、県内8カ所目の集落活動センターとして活動を開始。住民みんなが笑い、楽しみ、幸せに暮らせる地域づくりの拠点となるよう、元気に活動されています。(施設概要は平成25年広報5月号に掲載)

担当/広報編集委員 久保きみ

### 人々が集まる場所

地場産品直販所「あぐりのさと」を過ぎると左手にある、木をふんだんに使った温かみ溢れる真新しい建物がおセンターです。玄関には立派なモミの木がクリスマスツリー。「こんな物もあつたらえいろう言うて地区の人が持ってきたがよ」と話されたのは、同センター推進協議会会長の黒岩靖夫さん。何とツリーに飾られていたのは黄金に輝く発泡酒の空き缶。それを見ただけでこの地区の和気あいあいな盛り上がりが見えました。

### 積極的な部会活動

活動は「夢部会」「支え合う部会」「集う部会」の大きく3つの部会から形成されています。「夢部会」では耕作放棄地の開墾を行い「フキや、じゃがいも、大根、玉ねぎなどの作物を作っています。「田んぼの肥やしは人の足音」と言われ多くの人がこまめに足を運び、作業をすることで収益をあげ、次世代へつなげて行きたいと協力し合っています。また「西川のお宝探し」と題し高知大学生との交流も。高齢者から昔の生活の様子を聞き、4班に分かれ地区を歩くと普段何気なく見過ごしている物や場所が、学生たちの視線や発想により新たな発見があり、お互いに刺激になったそうです。

「支え合う部会」では60才以上の住民を対象にアンケート調査を実施。住民が豊かに楽しく暮らせるようにイベントを計画し、サロン活動を行ったり安心・安全のサポートとして「見守り

活動」に取り組むなど、笑顔と生きがいに寄り添っています。

そして「集う部会」は、花公園や秋葉山のハイキングコース整備などの作業に汗を流し、今後は春の花祭りに向け花公園に東屋と展望台の設置やトイレの改修なども計画中で、内外のお客さんを迎える準備に大忙し。

### 自分たちの手で未来へ

他にもまだまだ紹介しきれないくらい、たくさん活動がされています。それらは全て住民が中心となり「してもらおう」ではなく、自分たちで何ができるのかを考え「とにかくやってみる」。黒岩会長は「わが町は還暦古稀は青年部」と胸を張って言われ、その笑顔に「次は何をやるのか!」との意気込みが。「自分たちの望むまちづくりを自分たちの手で。そして未来世代へ手渡していける地域をどう創っていくのか知恵を絞っていかないかんね」と話されました。

1月11日(土)・12日(日)に開催される香我美町文化祭にて「夢部会」が商品開発した、ミカンやショウガジャムなどの試食会を行います。オリジナル商品をお試しあれ! (12日は出品のみ)



黒岩靖夫さん



▲空き缶で飾りつけたクリスマスツリー

ホームページ 検索

西川地区集落活動センター



編集後記

▼今年、広報誌は100号を迎えます。そこで問題、第1号の表紙の写真は何だったでしょう? ヒントは香南市誕生のセレモニーです。香南市の歴史とともに歩んできた広報。これからもよろしくお願ひします。(猪)

▼帰宅すると我が家の猫が玄関まで毎日迎えに来てくれます(むしろ、猫しか来ない)。こんなに優しいので、神様、機会があれば今年こそ干支に猫を入れてあげてください。(w) (た)

▼表紙ではたくさんの方々に男に出演していただきありがとうございます。にぎやかな表紙になりました。私も実は年男。表紙のどこかに隠れています。わかるかな? (T)

▼我が家には「カレー赤飯」という、代々伝わる不思議なお正月料理があります。祖母から母に、母から娘に受け継がれる我が家の味。今年こそはレシピを習得しなければ! (あ)

### 《広報へのメール》

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