

四万十町通信

9

2020 vol.174

特集

松葉川青年団

できない理由を、探さない。



特集

松葉川青年団

できない理由を、探さない。

人間って、できない理由やできなかった言い訳を語るのは大の得意なんだよなあ。それよりも、やりたいことは、やってみたらいいんだよ。

／ やってみよう ／

新

新型コロナウイルスの影響により、町内の様々なイベントが止むを得ず中止となっていました。そんな中、何とか楽しいことができなうかと松葉川青年団が企画したのが、7月19日に一斗俵沈下橋周辺で開かれた川びらきイベントでした。

窪川高校軽音楽部や七里小学校PTAバンドの皆さんたちが披露した音楽ライブのステージとなったのは、なんと団員である佐竹孝太さんが所有する大型トラックの荷台。他にも、松葉川地域の方々や青年団らが持つ人脈を活かし、アイスクリームや焼きそば、鮎の塩焼きなどの出店も実現させるなど、このイベントに多くの方々賛同し、来場者を楽しませる大きな力となりました。

当日は、四万十町民限定開催という中ではありましたが、子どもから大人まで約300人が来場し、多くの笑い声が聞こえてきました。厳しい状況にあっても、できる方法で最大限やってみよう。

そんな松葉川青年団の皆さんの熱い思いが、子どもたちをはじめ多くの人々の笑顔を咲かせました。



トラックの荷台で音楽ライブ



会場は笑顔溢れる素敵な雰囲気に包まれました



窪川高校軽音楽部と窪川高校の生徒の皆さん



夏の定番! 沈下橋からダイブ



カヌーやSUP(サップ)で夏を満喫



メンバー紹介



羽方 厚司

腰は軽くも熱い想い 人生経験豊富な行動派

楽しがり屋で寂しがり屋。メンバーへの愛情や青年団活動への情熱は数多くの人生の困難を乗り越えてきたからこそ。連絡もとにかくマメです。

武田 伸也



楽しい人生に全力投球！ 松葉川のミュージシャン

飲み会のときは得意のギターで最高の時間を提供。運転手としても大活躍し、団員からの信頼も絶大。グループラインの返信率もナンバーワン。

吉田 健一



松葉川青年団の立上げ役 個性溢れるパフォーマー

地域おこし協力隊として松葉川に溶け込み活動中。団員から外国人のお姉さん間違えられたことも。アートの方で地域の中と外をつなぎます。

大崎 弘和



泣く子も黙るその笑顔 疲れた大人も癒す声

松葉川、いや四万十町が誇る大人気アナウンサー。言葉をまとめるのは得意でも、体をまとめるのは苦手。腰を痛めているため立ったままポーズ。



団長
田井 一矢



心は少年、真っすぐ静かな 背中には青年団の大黒柱

松葉川青年団を率いるリーダー。多くは語らずとも自ら動く。団員がやりたいことを言ったら、否定せず、とにかくやろうと前向きに動いてくれる。そんなたくましく堂々とした背中に、団員たちの身と心はついていきます。少年のような遊び心で、失敗を恐れず常に前に向かって進んでいく。松葉川青年団が誇る、唯一無二のリーダーです。

縁の下の働き者！絶対 欠かせないお兄ちゃん



坂本 仁

最年長でも行動力は20代。裏の仕事もマメに最後までこなし、面倒見もいい長男的存在。イベントのときはやきとり名人に変身。

団員唯一の20代！ 溢れるチャレンジ精神



山本 祐輝

とにかくおしゃれでお酒好き。青年団の広報担当を務め、SNSで活動の様子をこまめに発信。行動派の好青年です。

口を開けば元気を放出 団員一の盛り上げ役



佐竹 孝太

口から生まれた青年団のムードメーカー。好き嫌いなく、どんなことでも盛り上げます。場所や備品もとことん提供。

できないと、
やらないは、違う。

楽しい仲間と、楽しいことを、全力で。

誰かがやりたいと思ったことは、みんなで知恵と力を出し合い、とにかくやってみる。一人ではできなくても、そこに多くの人力が集まることで、ひとつのカタチになる。そして何より、それを全力で楽しむ。そんな熱くも少年のような遊び心が、みなさんの笑顔に溢れ出ています。



オンライン飲み会 2020.05.09

メンバーそれぞれが町内の
飲食店からテイクアウト



新型コロナウイルスの影響で外出自粛ムードだったころ、町内の飲食店の応援も兼ねて、メンバー同士で楽しく飲み会ができないかと開いたのが、画面を通じてみんなで飲む、オンライン飲み会でした。町内の飲食店からテイクアウトした料理を楽しみながら、メンバーそれぞれがお猪口を持ち、画面越しに順番に返杯をしていくオンライン返杯にも挑戦。新しい形の飲み会でも、翌朝まで大いに盛り上がりました。



画面越しでも
いざ、返杯!

家 地川堰堤清掃活動 2020.08.23

メンバーが所有するカヌー
に乗ってゴミを回収



家地川堰堤に溜まる多くのゴミ。新型コロナウイルスの影響で実施できなかった四万十川一斉清掃の代わりに兼ねて、自分たちで清掃活動ができないかと松葉川青年団の皆さんが実施しました。実は川びらきイベントの当日の朝にも周辺の清掃活動を実施した皆さん。川を舞台にイベントをさせてもらう以上、自然に感謝しゴミを下流に流さないよう、四万十町内で最後の砦となる家地川堰堤での清掃活動となりました。



緊急情報を

いち早く入手!



新型コロナウイルス関連の
情報や防災情報を配信
しています。

登録方法

- ▶スマートフォンやタブレットをお持ちの方は、上のQRコードをお読み取りください。
- ▶上のQRコードを読み取れない方は、ラインの友だち追加画面の検索機能（ID検索）から、@387hbdliと検索していただくと登録できます。

LINE（ライン）って何？

▶無料でメッセージや電話のやりとりができるアプリです。LINE（ライン）株式会社が配信しており、スマートフォンやタブレットをお持ちの方は、App Store(アップストア) または、Google Play (グーグルプレイ) で「ライン」と検索すると、ダウンロードする（利用する）ことができます。

利用料金はかかるの？

▶基本は無料でご利用いただけます。（課金機能あり）

自分の情報を知られたくない

▶公式ラインでは、グループ機能と違い、第三者（他の登録者）にご自身の情報（アカウント）が知られることはありません。また、公式ラインアカウントに対してトーク画面で送信したメッセージやトーク内容も第三者からは見ることはできませんので、安心してご利用ください。

通知が届くのが気になる

▶公式ラインからのお知らせ（通知）が届くことが気になる方は、登録いただいた後に、通知を受け取らない設定が可能です。

【お問い合わせ先】 企画課 広報情報係 ☎22-3124

10月
から

健康福祉課内

四万十町子育て世代包括支援センター

かえで
楓

が開設されます。

3つの役割

妊娠から子育てまで切れ目なく支援します

1 情報・サービスの提供

子育て世代包括支援センターの利用は地域に住む妊産婦や乳幼児をはじめ、子育てに関わるすべての人が対象です。地域の子育てに関する必要なサービスや情報につなげます。

2 相談・届出の対応

保健師など専門的な知識を持つ職員が、相談内容に応じて情報提供やアドバイスをします。また、妊娠の届出などの手続きにも対応します。

3 支援プランの作成

必要に応じて地域の子育てに関わる機関と連携し、あなたの状況に合わせた個別の支援プランを作成します。利用できるサービスや支援、セルフケアなどを一緒に考えます。

お気軽においでください

「楓」の由来

楓の花言葉は
「大切な思い出」
「美しい変化」

妊娠から出産までの変化や、子どもの成長などは「美しい変化」であり、大切な思い出にしてほしい

どんな相談ができるの？

- 妊娠・出産・子どもの健康のこと
- 子育てに関すること
- 不妊治療や子どもに関する制度や手当など

お問い合わせ先

健康福祉課 母子保健福祉係 ☎ 22-3115

四万十町職員（専門職）

採用選考試験の実施について

下記の要領で令和2年度職員（専門職）採用選考試験を実施しますので、お知らせします。

1. 職種・採用予定人員 助産師：1名 看護師：若干名 介護福祉士：若干名

2. 受験資格

【助産師】

助産師の資格を有する人または、令和3年3月末日までに資格取得が見込まれる人で昭和50年4月2日以降に生まれた人。

【看護師】

看護師、准看護師の資格を有する人または、令和3年3月末日までに資格取得が見込まれる人で昭和50年4月2日以降に生まれた人。採用後に2交代勤務ができる人。

【介護福祉士】

介護福祉士の資格を有する人または、令和3年3月末日までに資格取得が見込まれる人で昭和50年4月2日以降に生まれた人。採用後に2交代勤務ができる人。

※いずれの職種も地方公務員法第16条に定められている者を除く。

※助産師は、健康福祉課内で勤務していただく予定です。

3. 受付期間・受付場所

令和2年9月14日（月）から10月9日（金）まで（土・日・祝日を除く。）の午前8時30分から午後5時15分まで（正午から午後1時までの時間を除く。）の間、四万十町役場総務課、大正地域振興局地域振興課、十和地域振興局地域振興課で受付を行います。

郵送による申込みは、令和2年10月9日（金）午後5時15分までに到着したものは有効です。

4. 試験の日時・場所

日時 令和2年11月15日（日） 午前8時40分から

場所 四万十町琴平町16-17 四万十町役場東庁舎2階 多目的小ホール

5. 試験実施要領等の交付・受験申込方法

試験実施要領・申込書等は、四万十町役場総務課、大正地域振興局地域振興課、十和地域振興局地域振興課で交付します。郵便で請求される場合は、宛先を明記した返信用封筒（長形3号、94円切手貼付）および受験希望職種、連絡先（電話番号）を明記した書面を同封のうえ、封筒の表面に「受験申込書請求」と記載して、四万十町役場総務課人事担当宛てに請求してください。また、四万十町のホームページにも掲載していますので、ご利用ください。

受験申込みについては、所定の申込書に次の書類を添えて提出してください。

- 履歴書（所定の用紙に自筆、写真を貼付したもの） 1部
- 写真（履歴書に貼付したものと同一のもの） 1枚
- 必要な資格等を証明する書類（資格証等の写し）または資格取得見込みの場合は、在学証明等 1部

※注意事項 ・受験申込みは、一つの職種に限りませう。
・試験の方法については、試験実施要領をご確認ください。

※今後の新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては、試験内容、時期を変更する可能性があります。

6. その他

四万十町のホームページ（<http://www.town.shimanto.lg.jp/>）

【お申込み・お問い合わせ先】

総務課 人事担当 ☎22-3111 〒786-8501 高知県高岡郡四万十町琴平町16-17

四万十ケーブルテレビで NHK団体一括支払をご利用の皆さまへ

10月からのNHK受信料値下げにともない、団体一括支払の請求金額が変わります。

衛星受信料額	2か月払額	6か月前払額	12か月前払額
9月まで	4,160円	11,815円	22,920円
10月から	4,040円 (▲120円)	11,515円 (▲300円)	22,340円 (▲580円)

すでに10月以降の受信料を支払済みの場合は、新しい受信料額との差額を次回のお支払いに充当する方法で精算されます。そのほか、地上契約などの受信料額については直接NHKにお問い合わせください。

【団体一括支払契約についてのお問い合わせ先】

四万十ケーブルテレビ ☎22-1117 FAX：22-4773

営業時間：9:00～18:00 定休日：毎週日曜 年末年始12/29～1/3

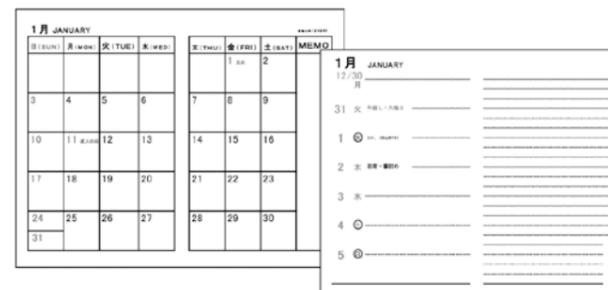
2021年版 高知家手帳のご案内



高知家

2021年版「高知家手帳」の予約受付を始めました。

暮らしやビジネスに活用いただける最新の情報を満載していますので、きっとご満足いただけると思います。ぜひご購入をお願いします。



カバーの色は
ニューオレンジ

- 予約受付：9月18日まで
- 配布：10月下旬以降
- 価格
ポケット判（9×14.5cm）550円
デスク判（13×21cm）800円
- 発行：高知県統計協会

お申し込みは
お電話でお願いします！

新たに「南海トラフ地震に備える」を追加しました。

【お申込先】 企画課 広報情報係
☎22-3124

健康診査・がん検診

内容	日付	時間	場所	お問い合わせ
結核・肺がん検診 胃がん検診 大腸がん検診 特定健診 後期高齢者健診	9/17 (木)	8:30~9:30 (受付終了)	十和隣保館	十和町民生活課 ☎28-5112
		13:30~14:00 (受付終了)	昭和地区基幹集落センター	
	9/18 (金)	8:30~9:30 (受付終了)	十和地域振興局	十和町民生活課 ☎27-0112
		13:30~14:00 (受付終了)		
	10/6 (火)	8:30~9:30 (受付終了)	役場東庁舎	健康福祉課 ☎22-3115
	10/7 (水)			
10/8 (木)				
10/9 (金)				
子宮頸がん検診 乳がん検診	9/15 (火)	9:30~11:30 (受付終了)	大正健康管理センター	大正町民生活課 ☎27-0112
		13:30~15:00 (受付終了)		
	10/7 (水)	13:30~15:00 (受付終了)	十和地域振興局	十和町民生活課 ☎27-0112

Child 子育て通信

健診	日付	時間	場所	お問い合わせ
4・7か月児健診	9/16 (水)	対象者に個別通知	窪川地域 子育て支援センター	健康福祉課 ☎22-3115
2歳6か月児健診	9/23 (水)	対象者に個別通知	役場東庁舎	

相談	日付	時間	場所	お問い合わせ
赤ちゃん相談	9/16 (水)	対象者に個別通知	窪川地域 子育て支援センター	健康福祉課 ☎22-3115
母乳相談	9/23 (水)	対象者に個別通知	役場東庁舎	十和町民生活課 ☎27-0112

40010 のたから	放送日	時間	内容	お問い合わせ
	9/28 (月)	18:45 ~	北ノ川保育所	四万十ケーブルテレビ ☎22-1117
	10/5 (月)		松葉川保育所	

無料 24時間年中無休
しまんと健康ホットライン

☎ 0120-788-410

▶健康・医療・介護・育児相談
▶医療機関情報の提供

まだまだ暑い日が続きます。
熱中症に注意しましょう。



暑い日には熱中症に注意が必要です。屋外はもちろん、屋内に居る場合でも熱中症対策を行いましょう。対策として①水分・塩分補給 ②暑さを避けることが重要です。(医師より水分制限や塩分制限を指示されている方は、その指示に従ってください。)また、マスクをすることで体に熱がこもりやすくなります。「屋外で人と十分な距離(2メートル以上)を確保できる場合」には、マスクをはずすことも熱中症対策として推奨されています。

調剤薬局技術センター 渡辺 明宏



水分・塩分補給、休憩できます。
どなたでもお気軽にお立ち寄り
ください。



次回の無料
健康相談は **9月20日(日)**
に行います。

[お問い合わせ先]
(株)調剤技術センターくぼかわ ☎22-1000



からだに
いいはなし

脂肪肝のおはなし

肝機能低下の多くが脂肪肝?

肝機能の低下には、肝臓が炎症を起こしてしまったり脂肪肝や、脂肪が溜まってしまった脂肪肝、肝臓が硬くなり機能が低下する肝硬変などさまざまな原因があります。

そのどれもが自覚症状として現れにくく、なかなか気づけないもの。最近疲れやすい、だるい、といった症状に悩んでいる方はもちろん、健康診断でALTやγ-GTP等の数値が高かった方、肝機能異常が指摘された方は早めに医療機関を受診し、自分の肝臓の状態を知ることが大切です。

肝臓の病気といえば、「C型肝炎のようなウイルス性肝炎や、アルコールの多量摂取が原因」というイメージが強いですが、最近では人間ドック健診で脂肪肝が約30~40%の受診者にみられると報告されているようです。肝臓は摂取した栄養素を脂肪として肝細胞の中に貯蓄しますが、脂肪肝とは、この量が多くなってしまい、肝臓が脂肪でパンパンになってしまった状態をいいます。

脂肪肝は、大きくアルコール性(飲酒によるもの)と非アルコール性に分類することが可能ですが、近年は非アルコール性脂肪肝になっている人が増加しているといわれています。

脂肪肝となってしまう原因には、次のものが考えられます。

- ・大量の飲酒
- ・肥満
- ・喫煙
- ・特定の薬剤
- ・遺伝性の代謝疾患
- ・代謝異常



四万十町国保大正診療所
入吉宏紀・中澤彩花・大川剛史

令和2年度 入札結果 (令和2年7月実施分)

工事名等	工事場所等	落札業者名	契約金額(円)	入札日	工期
令和2年度 町単 第1号 国道56号水道管移設工事	仁井田	(有)岩本商店	3,718,000	7/2	7/9~2/28
令和2年度 消防施設整備 第1号 高橋消防組合四万十清流消防署庁舎女性署員用仮眠室整備工事	古市町	(有)牧野建築	6,243,600	7/2	7/9~9/30
令和2年度 四万十町ふるさと未来館ホール屋上防水改修工事	香月が丘	(有)谷淵住設	2,748,900	7/2	7/9~9/30
令和2年度 交付金第1号 四万十町水道地理情報管理システム作成委託業務	四万十町	(株)高橋総合コンサルタント	14,960,000	7/2	7/9~3/19
令和2年度 道メ補 第1-1-1号 寺野橋 橋梁修繕設計委託業務	寺野	(株)高橋総合コンサルタント	5,170,000	7/2	7/9~3/31
令和2年度 道メ補 第1-1-2号 奥折合橋 橋梁修繕設計委託業務	奥神ノ川	(株)朝日コンサルタント	6,930,000	7/2	7/9~3/31
令和2年度 道メ補 第1-1-3号 若井沈下橋 橋梁修繕設計委託業務	口神ノ川	(株)朝日コンサルタント	8,140,000	7/2	7/9~3/31
令和2年度 道メ補 第1-1-4号 殿町歩道橋 橋梁修繕設計委託業務	茂串町	(株)高橋総合コンサルタント	8,800,000	7/2	7/9~3/31
令和2年度(元繰) 防安全 第5-004-5号 竹屋敷上橋 橋梁修繕工事	中神ノ川	(有)三浦建設	3,058,000	7/9	7/16~11/30
令和2年度 学教中 第4号 窪川中学校防火扉改修工事	香月が丘	(有)松井建築	11,174,900	7/9	7/16~11/30
令和2年度 道メ補 第1-1-5号 桧生原大橋 橋梁修繕設計委託業務	桧生原	(株)第一コンサルタンツ	9,240,000	7/9	7/16~3/31
令和2年度 道メ補 第1-1-6号 坂本橋 橋梁修繕設計委託業務	高野	(株)高橋総合コンサルタント	8,470,000	7/9	7/16~3/31
令和2年度 道メ補 第1-1-7号 神西橋 橋梁修繕設計委託業務	窪川中津川	(株)高橋総合コンサルタント	7,700,000	7/9	7/16~3/31
令和2年度 道メ補 第1-1-8号 西ノ川1号橋 橋梁修繕設計委託業務	西ノ川	(株)タカチ測建	10,450,000	7/9	7/16~3/31
令和2年度(元繰) 防安全 第5-004-8号 中在所谷橋 橋梁修繕工事	日野地	(有)七里建設	6,600,000	7/9	7/16~11/30
令和2年度 道メ補 第3-1-1号 中津川トンネル外5トンネル覆工背面空洞調査及び修繕設計委託業務	大正地区	応用地質(株)高知営業所	34,650,000	7/16	7/23~3/19
令和2年度 国土調査法に基づく地籍測量	折倉・津野ノ川	南海測量設計(株)	40,700,000	7/16	7/23~3/12
令和2年度 国土調査法に基づく地籍測量及び一筆地調査	志和・興津	(株)三洋測量設計	23,980,000	7/16	7/23~3/12
令和2年度 興津診療所解体撤去工事	興津	(有)竹内鉄工農機	15,779,500	7/21	7/28~9/18
令和元年度(繰) 移住定住促進用中間管理住宅改修工事(小野)	小野	十和工務店	9,625,000	7/21	7/28~10/31
令和2年度 単独改良 第1号 町道里川屋敷線道路改良工事	茅吹手	(株)北橋建設	17,798,000	7/30	8/6~2/28
令和2年度 社総金 第1-004-1号 町道古城日吉線道路改良工事	古城	大東建設(株)	18,480,000	7/30	8/6~1/31
令和2年度 防安全 第1-012-1号 町道落田奈路線道路改良工事	大井川	(有)国沢組	24,156,000	7/30	8/6~1/31
令和2年度 防安全 第1-024-1号 町道四手崎線道路改良工事	四手崎	(有)外崎建設	19,910,000	7/30	8/6~1/31
令和2年度 防安全 第4-002-1号 町道戸川日吉線道路改良工事	戸川	(有)西南建設	13,475,000	7/30	8/6~12/15
令和2年度 防安全 第1-014-1号 町道広瀬線舗装工事	広瀬	(有)竹村総合建設	8,800,000	7/30	8/6~10/31
令和2年度(元繰) 防安全 第1-019-2号 町道向山線コヤノ谷残土場測量委託業務	上岡	(株)高橋総合コンサルタント	5,610,000	7/30	8/6~12/25
令和2年度 防安全 第1-024-2号 町道四手崎線測量設計委託業務	四手崎	(株)拓新技術コンサルタント	10,065,000	7/30	8/6~11/30
令和2年度 防安全 第4-002-2号 町道戸川日吉線修正設計委託業務	戸川	(株)高橋総合コンサルタント	2,266,000	7/30	8/6~10/31

*この入札結果は、予定価格250万円以上の工事・委託業務についてのみ公表しています。
契約金額は、消費税込みの金額。

【お問い合わせ先】 総務課 ☎22-3111

「確かな未来」が会社を変える。

中退共 退職金。
CHU-TAI-KYO

「中退共」は中小企業が加入しやすい国の退職金制度です。

- ①国の制度だから安全・安心!
さらに掛金の一部を国が助成します。
- ②社外積立でラクラク管理!
管理や運用の手間がかかりません。
- ③掛金は全額非課税でオトク!
節税に加え、手数料もかかりません。

- パートタイマーさんもご加入いただけます。
- 他の退職金・企業年金制度等とのポートビリティも可能です。

詳しくはホームページをご覧ください

中退共 検索

<http://chutai-kyo.taishokukin.go.jp/>

独立行政法人勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部 TEL(03)6907-1234 FAX(03)5955-8211

あなたのアイデアやデザインが大きな財産的価値を生むかも!

- ◎窓口の支援担当が相談内容に応じてアドバイス!
- ◎各分野の専門家が、訪問や窓口で無料アドバイス!

- 訪問支援可
- 相談無料
- 秘密厳守



INPIT 高知県知財総合支援窓口
〒781-5101 高知県高知市布師田3992-3 高知県工業技術センター内4F
TEL&FAX 088-854-8876
E-mail info@jiii-kochi.jp
運営機関：一般社団法人高知県発明協会

特許 意匠 商標
営業秘密、著作権、秘密保持契約などのご相談も

(独) 工業所有権情報・研修館事業



健康のしおり

9月はがん征圧月間です

日本では2人に1人ががんになっており、誰でもがんになる可能性があります。

5つの健康習慣「禁煙」「節酒」「食生活」「身体活動」「適正体重の維持」を実践すると、がんのリスクが下げられると言われています。今月はこの5つの健康習慣についてご紹介します。

1.「禁煙」

がんを予防するためには、たばこを吸わないことが最も効果的と言われています。たばこを吸うことは、本人だけでなく、吸わない周りの人の健康を損ねる可能性があります。吸っている人は禁煙し、吸っていない人は、たばこの煙をなるべく避けて生活しましょう。



2.「節酒」

大量飲酒の習慣は、がんの発生リスクを高めることがわかっています。飲む場合には、下記の目安を参考にしてください。

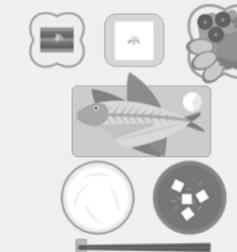


●飲酒量の目安 (1日あたり純エタノール量換算で20g) ※女性や高齢者は目安の半量程度

- ・日本酒 … 1合 (180ml)
- ・ビール … 中瓶1本 (500ml)
- ・ワイン … 2杯 (240ml)
- ・焼酎 (25度) … 0.6合 (120ml)
- ・ウィスキー・ブランデー … ダブル (60ml)

3.「食生活」

- 偏らずバランスよく摂りましょう。
- 塩分のとり過ぎに注意しましょう。
食べる時の工夫として「麺類のスープは残す」「しょうゆやソースは“かける”より“つける”」と塩分が減らせます。
- 野菜や果物不足にならないようにしましょう。
野菜はあと1皿(70g)を意識して、1日の目標摂取量(350g)に近づけましょう。
- 1皿70gの野菜料理例：野菜サラダ1皿、ほうれん草のお浸し、具だくさんの味噌汁 ※1日で野菜料理5皿分 (70g×5皿=350g)
- 熱い食べ物や飲み物は、少し冷ましてからとるようにしましょう。



4.「身体活動」

1日の身体活動量が多い人ほど、がん全体の発症リスクが低いことがわかっています。まとまった時間がとれなくても、「階段を積極的に利用する」「離れた場所に駐車しお店まで歩く」「掃除などの家事をこまめにする」などの方法で、できるだけ体を動かすことが予防につながります。



5.「適性体重の維持」

太り過ぎない、痩せすぎないことが大切です。厚生労働省では、中高年について目標のBMI(体格指数)を20.0~24.9としています。

BMI = 体重(Kg) ÷ 身長(m)²



あなたの生活習慣に潜むリスクをチェック

「がんリスクチェック(国立がん研究センター予防研究グループ)」
<https://epi.ncc.go.jp/riskcheck/index.html>

(参考：国立がん研究センター がん情報サービス)

【お問い合わせ先】 健康福祉課 ☎22-3115

ALTのツェツェンさんとシアさんが退任しました。
お世話になりました!

ALT 退任のごあいさつ

ツェツェンさんから

四万十町の皆さまへ

この2年間お世話になりました。高知県の四万十町に来ることを知ったのは2018年の5月頃です。その時から四万十町の教育委員会はアメリカまで四万十町の雑誌を送ってくださったり、Eメールでウェルカムメッセージを送ってくださったりして、私は四万十町はいいところだと来る前から思うことができました。

それから大正に住むようになって、少しずつ皆さまとのつながりと関わりが整ってきました。書道、フットサル、ピラティス、鳴子踊り、マラソンなど四万十町に来てから初めて挑戦したことは自分でも驚くほど沢山あります。どこに行っても、経験者ではなくても、皆さまはとても優しく、声をかけてくださったので、心から感謝しています。

そして一番心に残るのが、ALTとし



ありがとうございました!

て会うことができた四万十町の子どもたちです。保育園から中学校まで、関わりが広がって本当にいい機会と体験になりました。子どもたちはみんな、明るくて元気で「今日も頑張ろう!」と思わせてくれました。

私はただの英語を教えていたかもしれませんが、子どもたちから学んだことはかけがえのないものです。アメリカに帰っても一生忘れません。四万十町でよかったと心から思っています。

ありがとうございました。

シアさんから

四万十町の皆さん、こんにちは。

私は8月にアメリカに帰国します。この3年間の経験をずっと大切にします。

四万十町の皆さんのおかげで、良い思い出をたくさん作りました。色々な事を助けてもらったり、食べ物やたくさん紹介してもらったり、英語と日本語での会話を楽しんだり、皆さんに本当に感謝しています。日本に来る前に高知県のことが何も分からなかったのに、今、高知県は私の第二の故郷になったと思っています。



また会いましょう!

私の感情を伝えることは日本語で難しいですが、簡単に言うと、本当に本当にありがとうございました。

また会いましょう!

美術館・図書館からのお知らせ

収蔵作品展

(前期) まなざし

四万十町にゆかりのある作家による風景画展

収蔵作品の中から、四万十町にゆかりのある作家による風景画14点を展示。

▶日時：9月12日(土)～10月22日(木)
10:00～17:30(日曜は16:30まで、最終日は16:00まで)

(後期) あしあと

四万十町立美術館所蔵画家の歴史展 明治から令和へ

収蔵作品を中心に、明治生まれの作家から今へ続く作家までの絵画作品17点を展示。

▶日時：10月31日(土)～12月9日(水)
10:00～17:30(日曜は16:30まで、最終日は16:00まで)

▶場所：四万十町立美術館

▶観覧料：200円
(高校生以下無料) [身体障害者手帳(1級・2級)、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、長寿手帳に類するもの(運転免許証や保険証等)を提示する65歳以上の方は無料。]

▶休館日：月曜日・祝日

■お問い合わせ先
四万十町立美術館 ☎22-5000

本を返すこと、 忘れないでくださいね

楽しかった夏休みも終わり、新しい季節がやってきました。夏に借りた本、忘れずにお返してください。

図書館の裏には、返却ポストもあります。図書館が閉まっている時間も、返すことができます。ご利用ください。

新型コロナウイルス感染症の影響による減収を事由とする国民年金保険料の免除について

新型コロナウイルス感染症緊急経済対策により、感染症の影響を受けて一定程度収入が下がった方々などに対して、国民年金保険料の納付が困難となった場合の臨時特例手続き申請を受けています。

▶次の2点をいずれも満たした方が対象となります。

- (1) 令和2年2月以降に、新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した方。
- (2) 令和2年2月以降の所得の状況から、当年中の所得の見込みが、現行の国民年金保険料の免除などに該当する水準になることが見込まれる方。

▶対象期間

令和2年2月分以降の国民年金保険料

▶提出書類

申請には次の書類が必要です。必ず2つ揃えて申請先に郵送してください。

- (1) 国民年金保険料免除・納付猶予申請書
- (2) 所得の申立書

▶その他

詳しくは、最寄りの年金事務所または、ねんきん加入者ダイヤルまでご相談ください。

【ねんきん加入者ダイヤル】

0570-003-004 (ナビダイヤル)

※「050」から始まる電話番号から、かける場合は、☎03-6630-2525(東京)に、おかけください。

■申請・お問い合わせ先

高知西年金事務所
〒780-0935 高知市旭町3丁目70-1
☎088-875-1717

四万十町役場 町民課
〒786-8501 四万十町琴平町16-17
☎22-3117

大正 町民生活課 ☎27-0112
十和 町民生活課 ☎28-5112

移設のお知らせ

高齢者支援課は、
9月23日(水)から
西庁舎1階へ移設します。

▶その他

- ①申し込みは、1回の募集において1世帯につき1通に限ります。
- ②入居資格、申込み方法などはお問い合わせください。

▶申込書配布場所

建設課、大正・十和地域振興局、興津出張所

■お問い合わせ先

建設課 ☎22-3120

作品募集

高南台地総合美術展覧会

四万十町文化協会では、第57回高南台地総合美術展覧会を開催します。この展覧会に出展される絵画・書道・写真・工芸の作品を募集します。作品の規格や出展資格などについては、お問い合わせください。皆さまのご応募をお待ちしています。

▶会期：11月6日(金)～12日(木)

▶搬入・受付：11月1日(日)(予定)

■お問い合わせ先

四万十町文化協会事務局 ☎22-3576
(教育委員会生涯学習課内)



お知らせ

乳幼児医療費受給者証の更新について

9月は乳幼児医療費受給者証の更新月です。1歳から就学前の受給されている方に更新申請書を送付しますので、提出をお願いします。

▶提出期限：9月30日(水)

▶必要書類：対象児童の健康保険証 印鑑

■提出・お問い合わせ先

町民課 ☎22-3117
大正 町民生活課 ☎27-0112
十和 町民生活課 ☎28-5112

まちの情報広場

「募集」「イベント」「お知らせ」など暮らしに役立つ情報をお届けします。

指定管理者募集

指定管理者制度は、町が設置した公の施設について、民間事業所などのノウハウを活用し、住民サービスの向上を図るためのものです。

四万十町総合交流拠点施設「道の駅四万十とおわ」

▶指定期間

令和3年4月1日～令和8年3月31日

▶所在地：四万十町十和川口62-9

▶提出書類

- (1) 申請書類 指定管理者指定申請書および関係書類
- (2) 提出部数 正本1部、写し1部

▶提出期限

10月9日(金) 午後5時15分必着

■提出・お問い合わせ先

十和 地域振興課 ☎28-5111

「四万十町旧都築邸」

▶指定期間

令和3年4月1日～令和8年3月31日

▶所在地：四万十町茂串町2-3

▶提出書類

- (1) 申請書類 指定管理者指定申請書および関係書類
- (2) 提出部数 正本1部、写し1部

▶提出期限

10月9日(金) 午後5時15分必着

■提出・お問い合わせ先

にぎわい創出課 ☎22-3281

入居者募集

町営住宅

▶募集戸数：2戸

▶募集住宅

コーポしまんと1、2号棟(大正)

▶申込期限：9月29日(金) 必着

▶必要書類

入居申込書・住民票・完納証明・所得を証明する書類

法務局に
預けて安心!

自筆証書遺言書保管制度

7月10日から、自分で作成した遺言書を法務局に保管の申請ができるようになりました。保管の申請がされた遺言書は、自筆証書遺言の方式に適合しているか否かについて外形的な確認をしたうえで、原本とデータを保管・管理します。

なお、保管の申請手続などについては事前に予約が必要となります(法務局では遺言の内容についての相談は行っていません)。

「自筆証書遺言書保管制度」の詳しい内容や手続方法は、法務省ホームページをご覧ください。お近くの法務局へお問い合わせください。

■お問い合わせ先

【法務局】高知地方法務局供託課 ☎088-822-3331
高知地方法務局須崎支局 ☎0889-42-0374

法務省

ホームページは
こちらから▶



イベント中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大などの影響により、中止や別途検討中となっているイベントです。

(8月～11月)※通常の開催時期

- ▶ 窪川まつり花火大会
8月中旬(9月下旬に別途検討中)
 - ▶ 四万十・南予横断
2リバービューライド
9月下旬
 - ▶ しまんと生姜収穫祭
10月中旬
 - ▶ 高南地域畜産フェスティバル
&コスモス祭り
10月下旬
 - ▶ シェルシェ
10月下旬
 - ▶ 米こめフェスタ
11月上旬(11月内に別途検討中)
 - ▶ 西部地区産業祭
11月下旬
- お問い合わせ先
にぎわい創出課 ☎22-3281

世界のヤイロチョウ写真展



世界各地を飛びまわり、ヤイロチョウの写真を撮影している松村伸夫さんの写真展。松村さんをお招きしてトークショーも行われます。

〈松村伸夫さんのトークショー〉
日時
10月17日(土)、12月26日(土)
15:00～16:00

- ▶ 日時
8月2日(日)～12月26日(土)
10:00～15:00
 - ▶ 場所：四万十ヤイロチョウの森
ネイチャーセンター
 - ▶ 休館日：毎週水・木曜日
 - ▶ 入館募金：300円(20歳未満除く)
- お問い合わせ先
(公社)生態系トラスト協会
☎050-8800-2816

NPO法人くぼかわスポーツクラブから新しいスポーツのお知らせ

四万十町窪川B&G海洋センターでは、日ごろからボルダリングが楽しめます。ホールドの洗浄や位置交換など定期的に行われていますので、ぜひご家族やご友人とご利用ください。

また、現在キンボール、スラックライン事業の普及をしています。ぜひ、体験してみたい学校・団体などありましたらお気軽にお電話ください。

■ お問い合わせ先
NPO法人くぼかわスポーツクラブ
☎24-1177



▲スラックライン

休日在宅当番医

9/13(日)	くぼかわ病院	☎22-1111
9/20(日)	大西病院	☎22-1191
9/21(月)	くぼかわ病院	☎22-1111
9/22(火)		
9/27(日)		
10/4(日)		
10/11(日)		
大正診療所でも、休日・夜間の急患の診療に対応しています。 必ず電話で確認のうえ受診をお願いします。		☎27-0210

今月の納期(3期)

納期	内容	お問い合わせ先
9/30(水)	固定資産税	税務課 ☎22-3116
	国民健康保険税	税務課 ☎22-3116
	介護保険料	高齢者支援課 ☎22-3900
	後期高齢者医療保険料	町民課 ☎22-3116

無料相談 (秘密厳守です。)

▶行政相談…【窪川】行政相談員 森 英真 【大正・十和】行政相談員 林 久志

内容	日時	場所	お問い合わせ先
人権相談【大正】	10/12(月) 10:00～15:00	大正地域振興局2階 小会議室	大正 町民生活課 ☎27-0112
1日行政相談【大正】	10/12(月) 10:00～12:00		
1日行政相談【十和】	10/12(月) 13:00～15:00	十和地域振興局2階 第2会議室	十和 町民生活課 ☎28-5112
1日行政相談【窪川】	10/13(火) 10:00～15:00	農村環境改善センター2階 第1会議室	総務課 ☎22-3111

「四万十町議会 第3回定例会」9月に開催します。

日程についてのお問い合わせ先
議会事務局 ☎22-3126

休日水道修理当番

9/12(土)	高橋設備	☎22-0662
9/13(日)	桑原水道	☎22-1163
9/19(土)	横山建材店	☎22-3608
9/20(日)	岩本商店	☎22-2716
9/21(月)	日化住宅機器	☎22-0407
9/22(火)	宮脇水道	☎22-1581
9/26(土)	高橋設備	☎22-0662
9/27(日)	桑原水道	☎22-1163
10/3(土)	横山建材店	☎22-3608
10/4(日)	岩本商店	☎22-2716
10/10(土)	日化住宅機器	☎22-0407
10/11(日)	宮脇水道	☎22-1581

① 休日水道修理当番は窪川地域のみです。
大正・十和地域の方は各地域振興局にお問い合わせください。

大正 地域振興課 ☎27-0111
十和 地域振興課 ☎28-5111

90秒で読めちゃう連載防災コーナー!

有備無患

ゆうびむかん

連載第5回

災害時、トイレってどうなるが?

災害時、ライフラインの寸断によりトイレは使えず、避難所生活においてもトイレの問題は深刻です。しかし、トイレが使えないからといってトイレを我慢すると体調の悪化につながります。今回は現在、二次避難所に整備している災害用トイレを紹介します。

!災害時のトイレルール!

- ☞ トイレは我慢しないようにしましょう。
- ☞ 次の人のことを考え、汚したら自分できれいにしましょう。
- ☞ トイレ掃除はみんなで協力しましょう。
- ☞ お年寄りには声をかけてトイレに付き添うようにしましょう。
- ☞ 蓄便袋は各自で可燃ごみとして捨てましょう。

トイレ3兄弟 ～避難所で待っているトイレたち～



災害時はトイレに变身!
大規模仮設トイレ
2Way大地くん

◇特徴
平常時は地下備蓄庫。災害時は組立式簡易水洗トイレに变身。

? 使い方
地下備蓄庫から軽量パネルや便器を取り出し組立て。完成後は簡易水洗トイレ(洋式)として利用可能。



災害トイレの
大定番!
ポータブルトイレ

◇特徴
既存の和式トイレにも設置でき、スペースの有効活用に。

? 使い方
蓄便袋をセットし使用。使用後は凝固剤を入れ、自分で蓄便袋の口を縛り各自で可燃ごみとして捨てる。



感染症リスク軽減!
最新トイレ
自動式ラップトイレ
ラップポン

◇特徴
熱処理により、蓄便袋が密閉されるため、臭気漏れや感染症リスク防止に。

? 使い方
排泄後、リモコンボタンを押す。90秒後、蓄便袋が熱処理により密閉されるので、各自で可燃ごみとして捨てる。

次回 避難所のはなし...



▼第1位の異骨相の皆さん



第15回四万十町ソフトバレーボール大会開催

参加者全員で楽しい時間を共有

7月18日(土)四万十町窪川B&G海洋センターで、『第15回四万十町ソフトバレーボール大会』を開催し、6チーム24人が参加しました。参加したチームの皆さんは、ソフトバレーボールに苦戦しながらも、和気あいあいとした楽しい雰囲気の中で大会を終えました。

- 第1位 異骨相 第2位 テンポ・ラリー
- 第3位 ドラゴン 第4位 Hスマイル
- 第5位 コスモス 第6位 SKK

▼世界に1つしかない素敵な作品ができました



四万十町青少年育成町民会議主催 夏休み育成事業『ねんどアート』開催

児童・保護者115人が参加!

8月1日、2日に「ねんどアート」を窪川会場と大正会場に分けて開催しました。作品ごとに時間を区切り、「黒板ミニアート」「えんぴつ動物ねんど」「ねんどの家」「ねんど人形」の4種類を作りました。講師の加用由賀さん指導のもと、町内の児童72人、保護者43人が参加し、オリジナル作品を作ることができました。



▼第1位の異骨相の皆さん



第29回四万十町長期ミックスバレーボール大会開催

熱戦を制したのは異骨相チーム

7月7日(火)～7月21日(火)の5日間、四万十町窪川B&G海洋センターで、第29回四万十町長期ミックスバレーボール大会が開催されました。新型コロナウイルス感染症予防のため、5日間という短い日程でしたが、参加したチームは熱戦を見せてくれました。

- 第1位 異骨相 第2位 スヌーピー
- 第3位 越知Devils 第4位 ヤング異骨相
- 第5位 仏血屋 第6位 ドラゴン

▼やっぱリスポーツするのは楽しい! 全員元気にプレーしました



第25回四万十町窪川B&G海洋センター杯小学生バレーボール大会開催

プレーができる喜びを実感

8月2日(日)、第25回四万十町窪川B&G海洋センター杯小学生バレーボール大会を県内22チームが参加し開催しました。今年度は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で県内外の大会中止が相次ぐなか、感染症予防にご協力いただき開催した公式戦でした。練習不足な状況でも全チームが、プレーができる喜び、スポーツをする大切さを表現してくれました。

▼濱川公祐所長



国保十和診療所所長に濱川医師が着任

着任のごあいさつ

7月より国保十和診療所の所長となりました濱川公祐^{はまがわこうすけ}です。地域の医療に貢献できるように頑張っていきたいと思えます。元々、循環器内科でしたので、心臓の症状など気になるところがありましたら、ご相談ください。よろしくお願いいたします。



▼優勝した大正中学校の皆さん



高知県中学校総合体育大会ソフトボールの部 大正中・窪川中が決勝対決!

四万十町対決! 優勝は大正中学校

7月21日～22日に春野運動公園で第74回高知県中学校総合体育大会ソフトボールの部が行われ、四万十町から男子トーナメントに大正中学校・窪川中学校が出場しました。両チームとも順調に駒を進め、決勝戦は四万十町対決となり、6-3で大正中学校が優勝、窪川中学校が準優勝となりました。今後の更なる活躍を期待しています。

▼準優勝した窪川中学校の皆さん



▼左から、山脇教育長、高知支部支部長 門田武治氏



小・中学生向けに、『こども手帳』『ネット安全ガイドブック』贈呈式

犯罪や災害から子どもたちを守るために

7月14日に、『こども手帳』(小学生向け)および『ネット安全ガイドブック』(中学生向け)の贈呈式が教育長室で行われました。寄贈いただいた冊子は、公益財団法人日本公衆電話会から社会貢献活動の一環として発行され、犯罪や災害などから子どもたちを守るために生活の中で気を付けてほしいことを紹介しています。町内の小学4年～6年生および中学生全学年に夏休み前に配布しますのでご利用ください。

▼左から、中尾町長、水田CEO、井上代表、濱田高知県知事



パーソルチャレンジ(株)と企業進出協定締結

リモートで締結式 障害者就労継続支援事業所向説明会はインターネットで

7月30日に高知県庁にて濱田知事立ち合いのもと、中尾町長と「パーソルチャレンジ株式会社」の井上代表との間で四万十町への企業進出協定を締結しました。新型コロナウイルス感染症が拡大していることを考慮して、テレビ画面を通じての締結式となりましたが、滞りなく行われました。パーソルチャレンジ社は、一人ひとりの多様な働き方を提案するパーソルホールディングス社のグループ企業で特に障害のある方の働き方に精通されています。本町では来年3月をめどに、旧丸山小学校にパソコンを使ったテレワークと農作業の受託を柱とした一般就労の事業所を開設する予定です。町内採用の説明会は9月以降に開催していく予定です。詳細は後日お知らせします。

季節の風景 9月

おみなえし 女郎花



十五夜の名月の日に飾る秋の七草の一つで、万葉集や源氏物語にも登場する日本人には古くから馴染みの深い植物です。園芸では庭植えのほか、鉢植えや切り花として利用され、また、根を乾燥させて煎じたものを生薬や漢方としても利用されています。毎年花を咲かせる多年草で、夏から秋にかけて小さな黄色い小花が一面にまとまって咲き、円錐状の形を作ります。根元から出る葉っぱは細長い楕円形で、茎につく葉は切れ込みの深くはいつた羽状の形をしています。

名前の由来は、美女も圧倒する美しさという意味の「おみなえし」や、小さい黄色い小花が女性の食べていた粟飯Ⅱ「おみな飯」に似ていることから名付けられたのだとか諸説があるそうです。

また、女郎花より丈夫で強そうに見える同じオミナエシ科の「男郎花」という植物もありますが、こちらは白い花を咲かせるそうです。

窪川学校給食センター編

Let's cooking!! おうちで給食レシピ

ポークチャップ

【材料】(4人分)

- ・豚肉……………200g
- ・玉ねぎ……………100g
- ・酒……………5g
- ・おろしにんにく…少々
- ・淡口しょうゆ……………5g
- ・トマトケチャップ…65g
- ・ウスターソース……………6g
- ・さとう……………2g
- ・油……………適量

<作り方>

- ①フライパンにサラダ油をひき、豚肉を炒める。
- ②豚肉に火が通ったら1cm幅のくし形に切った玉ねぎを入れて一緒に炒める。
- ③玉ねぎがしんなりしたら、Aの調味料をフライパンに入れてできあがり。



7月 学校給食食材の放射能測定

	検査期間	セシウム134	セシウム137	ヨウ素131
窪川学校給食センター	7/1~7	不検出	不検出	不検出
大正学校給食センター	7/1~7	不検出	不検出	不検出
十和学校給食センター	7/1~7	不検出	不検出	不検出

実施日：令和2年7月21日
 検査機関：株式会社 日本食品エコロジー研究所 食品分析センター
 ※不検出とは測定下限値未満(<1.0Bq/kg)であることを示しています。検査に使用する食材は、約1週間分の原材料(調味料を除く)です。一定量を混合試料にして検査します。

今月の



ミッションインポッシブルに挑む。



▲試作を繰り返す日々。すでに美味しそう!!

今月は、ちょっとユニークなミッションに挑んでいる地域おこし協力隊員をご紹介します。さてそのミッションとは?

「卒業後は十和地区でパン屋さんをオープンせよ」

このミッションに挑んでいるのは、今年4月に協力隊員となった山岸友洋さん(34)です。埼玉県狭山市出身。狭山といえばお茶どころ。十和にやって来たのも何かの縁かもしれません。

山岸さんは、地元の商業高校を卒業して日本大学商学部へ進みました。高校では、簿記と

プログラミングの資格を取得。それが日大商学部への入学につながりました。大学卒業後は、税理士の資格を得るために専門学校に通いながら都内の会計事務所でも働きました。その後転職を試みましたが、時代は就職氷河期真っ只中。なんとか自分のスキルを活かしてフリーターとして頑張っていた27歳の時に東日本大震災。「その時」は新宿の高層ビルの20階くらいにあった事務所で働いていたそうです。夜になって余震がおさまってきた頃、やっとの思いで階段を使ってビルを下り、徒歩で帰宅したそうです。通常なら30分ほどで帰られるところ、帰宅難民たちによる徒歩大渋滞で3時間かかったといえます。

震災から約1年後に実家に戻り、数年間は営業職などをやっつて食いつなぎながら、生き方を模索していたという山岸さんは、32歳からの2年間、石釜



やまぎし ともひろ 山岸 友洋さん (十川)

で天然酵母のパンを焼く地元のパン屋さんでアルバイトをしていました。そんな地元での生活を送る日々でしたが、縁あって「じゆうく」のメンバーとなっていたこともあって、何度か四万十町に足を運ぶようになっていたそうです。そしてこのユニークなミッションの協力隊員として、白羽の矢が立った?ということです。

さて、着任したものの、天然酵母の「本物のパン屋」で働いていたとはいえないアルバイト。ノウハウは自分でなんとかしなければならぬという状況。さらにはハードパンが受け入れられる素地がまだまだという地方の実情もある。まさにミッションインポッシブル!しかし、意思の強さと、冷静な実情分析能力がにじみ出ている山岸さんです。から、きつとイーサン・ハントになることでしょう!「本物のパン」を待ってまーす!

■お詫び 先月号で紹介した石井さんのお名前の表記に誤りがありました。正しくは、石井 創(いしい はじめ)さんです。お詫びして訂正させていただきます。



四万十町
町内「ぶら〜り」散策

大鶴津

お
お
つ
つ
つ

先月号の小鶴津に続き大鶴津である。太平洋の絶景を望む断崖絶壁に沿って続く道を行くと小鶴津、大鶴津であるが、道の入り口は通行止めの看板が立てられていると、先月号で書いた。この通行止の看板のすぐ横に、もう一つ看板がある。国指定天然記念物の「小鶴津の興津メランジュと震源断層」の案内で、約5000万年前に発生した南海地震を裏付けているとの解説が記されている。

大鶴津は、小鶴津よりさらに南下する。大鶴津のすぐ南側は興津であるが、興津から大鶴津へ向かう道はない。そもそもは、小鶴津の「鶴」が「弦」であったように、大鶴津も「大弦津」であったが、戦国期天正年間の地検帳には「大鶴津」と記されているようである。「鶴」と「弦」。これは地形に由来するものなのか、あるいはこの地にたどり着いた平家の落人たちに関係するものなのかは想像するしかなく、いずれも命名の由来は不明である。

江戸時代寛保年間(徳川吉宗の時代)は、9世帯・44名が、また、江戸後期享和年間(徳川家斉の時代)には、7世帯・45名が暮らししていたとの記録がみえ、集落として機能していたことがうかがえる。小鶴津と同じく、江戸末期には、志和5カ村の庄屋の支配下にあり、名本という、村長のような役職が置かれていたとある。

村内には、須佐之男命を祀る須賀神社と、大山祇神を祀る大元神社があった。これら二つの神社は、この地が平家の落人によって拓かれたことを想像させるものである。まず、須賀神社は「祇園信仰」の神社で、その総

本社である現在の八坂神社は、平家隆盛の頃の本拠地・京都にあり、また、神戸市兵庫区の祇園神社は、福原(現・神戸市)に都を作った平清盛ゆかりの神社として知られている。さらに、大山祇を祀る大元神社の総本社は愛媛県今治市の大山祇神社で、古くから山の神・海の神・戦いの神として朝廷や武将たちからの信奉を集め、源氏・平家からも貴重な武具が奉納されてきた。これは平安末期の源平衝突の舞台となった瀬戸内海の制海権掌握を狙う両陣営の思惑の表れとみられている。両陣営による武具の奉納合戦は、大山祇神社を根拠地とする伊予三島水軍をどちらが味方につけるかという争いの意味があったというのである。

小鶴津の興津メランジュと震源断層の案内板。

町のうごき		人口		前月比		出生		死亡		転入		転出	
男	7,883	-16	男	4	20	11	11						
女	8,675	-15	女	3	16	13	15						
計	16,558	-31	計	7	36	24	26						
世帯数	8,379	-11	(7月中の届出)										
窪川地域	11,716人	大正地域	2,314人	十和地域	2,528人								

四万十川の水質状況		適正值(mg/l)		8月7日	
リン酸	≤ 1.0	測定範囲以下			
硝酸	≤ 0.5	0.252			
アンモニウム	≤ 5.0	測定範囲以下			
アニオン活性剤	≤ 1.0	0.75			
化学的酸素要求量	≤ 10.0	2.739			

調査：大正(吾川)
資料：四万十高校自然環境部