

四万十町通信

2

FEBRUARY

2021 vol.179

未来に駆ける、人と成れ。

令和3年
成人式



TIMELINE



- 20/00年 「IT革命」、「おっはー」が新語流行語大賞受賞。二千円札が発行される。
- 20/01年 小泉政権発足。『千と千尋の神隠し』が公開され興行収入は当時の日本新記録に。
- 20/02年 よさこい高知国体開催。日韓共催サッカーW杯で日本が初のベスト16進出。
- 20/04年 新紙幣発行。「エンタの神様」や「笑いの金メダル」などで新・お笑いブームに。
- 20/05年 インターネットが普及。YouTubeに初めて動画が投稿される。四万十町誕生の年。
- 20/06年 荒川静香選手がトリノ五輪で金。夏の甲子園で「ハンカチ王子」が注目を集める。
- 20/08年 北京五輪で女子ソフトボール日本代表が初の金。Twitter日本語版が開設される。
- 20/10年 AKB48がブームに。小惑星探査機「はやぶさ」が7年ぶりに地球に帰還。
- 20/11年 東日本大震災発生。なでしこジャパンがサッカーW杯優勝。海洋堂ホビー館閉館。
- 20/12年 ロンドン五輪で日本勢大活躍。金環日食が観測される。「金」がこの年の漢字に。
- 20/14年 青色発光ダイオード（LED）の開発に携わった日本人3名がノーベル物理学賞受賞。
- 20/15年 ラグビーW杯で日本代表が南アフリカに歴史的勝利。五郎丸ポーズが流行する。
- 20/16年 リオ五輪で日本勢が過去最多となる41メダル獲得。マイナンバー制度運用開始。
- 20/17年 桐生祥秀選手が陸上100mで日本人初となる9秒台を記録。インスタ映えが流行。
- 20/18年 西日本豪雨により甚大な被害。大阪桐蔭が2度目の高校野球春夏連覇を達成。
- 20/19年 天皇陛下が退位され、元号が「令和」に。ラグビーW杯で日本代表が初の8強入り。
- 2021 次の時代は、君たちだ。+



和3年1月2日、本町出身者や本町にゆかりのある新成人111名が出席し、令和3年成人式が行われました。新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、例年より規模を縮小し、検温や事前の問診、席の間隔を空けるなどの感染症対策も行った上での開催となりました。新成人への式辞を述べた山脇光章教育長は、「本日出席されている皆さんに共通すること、それは「四万十町」がふるさとであるということです。ご家族だけでなく、多くの四万十町民の方々が新成人となった皆さんを祝福し、これからの国や地域社会を担う若い力に大きな期待を寄せています。共通の思い出を持つ仲間がいて、魅力あるこのふるさと「山・川・海 自然が人が元気で四万十町」を誇りに思い、また心のよりどころとして、これからの人生を立派に歩んでほしいと思います。このような厳しい状況下での開催となり、本日参加することができなかった皆さまに四万十町より心よりエールを送るとともに、新成人皆さまの一人おひとりの人生が光り輝き、充実した素晴らしいものとなりますことを、心よりお祈り申し上げます。」と、当日会場に来ることができなかった新成人へもエールを送りました。また、その後、新成人への祝辞を述べた中尾博憲町長は、「明けぬ夜はない。出口のないトンネルはない。この国難ともいわれる新型コロナウィルスを克服するために、私達は互いに助け合ひあひ、乗り越えて行かなければなりません。そのために皆さんも、明るい明日を信じ、今、何が大切なことなのか、何をすべきなのかを成人としてしっかりと自分自身に問い掛けながら、一歩一歩前進していかってください。」と、四万十町の将来、そして日本の未来を担う新成人に熱い言葉を送りました。



和3年1月2日、本町出身者や本町にゆかりのある新成人111名



成人を迎えた抱負を漢字一文字で

成人式実行委員の皆さんに、四万十町で作られた板に直筆で書いてもらいました。

令和3年 四万十町成人式



竹内 亘揮さん

成人を迎え、より一層努力して、勉強やスポーツなどにも取り組みながら日常生活を送りたいと思い、この字にしました。

竹内さんは、新成人を代表して謝辞を述べました。



本井 めいさん

昨年1年、たくさん新しい人と出会えた1年だったので、その人たちとの出会いを継続していきたいなという思いで、この字にしました。

本井さんと土居さんは、新成人を代表して宣誓を行いました。



土居 祐太さん

これまで色々な人に支えてきてもらったので、その恩を少しでも返せる大人になりたいと思い、この字にしました。

中平 幸代さん

これまでは家族や周りの人たちに頼ってばかりだったので、これからは周りの人から頼られるような人になりたいと思い、この字にしました。



成人式実行委員長
北村 真那斗さん

楽しく生きたいという意味を込めてこの字にしました。去年はコロナもあり普通の生活自体ができなかったので、今年は収束して、楽しく過ごせるようになればいいと思います。



小椋 結寿さん

自分の名前でもあり、色々な出会いがあるので、その出会いを結んでいながら自分らしく生きていきたいと思い、この字にしました。





冷蔵庫の整理で賢く暮らそう！

ご自宅の冷蔵庫の中はどのような状況でしょうか。

- ❗ いつ食べるか分からない食品が冷蔵庫いっぱいに入っている。
- ❗ 欲しいものがすぐ見つからない。
- ❗ 同じ食材がいくつもある。

などありませんか？あてはまる方は要注意！お休みで家族がそろう日などに、家族みんなで冷蔵庫のお片付けをしてみましょう。奥のほうから、化石のような食材や、期限が過ぎた食品がゴロゴロ出てくるかもしれません。

食品ロス削減や家計の節約には**見える化**が効果抜群！

整理する**前** Before



整理した**後** After



1. 食品の種類（カテゴリ）分けする

2. 透明容器で中身が見えるようにする



100円グッズの半透明カゴや透明タッパーなどに入れておくと、すぐに見えるので、食べ忘れを防ぐことができます。

3. 期限が近づいたものや、残りもののおかずなどは、自然と目に入る高さに配置する

4. 空きスペースをつくる

全体の3割程度は常に空きスペースをつくっておきましょう。突然の戴きものなどにも対応できます。

5. 食材のまとめ買いは少なめに

特売だからとまとめ買いはせず、「少し足りないかな〜」と思うくらいの量を目安にしましょう。その方が冷蔵庫がすっきりして、中身も確認しやすく、忘れることを防ぎます。

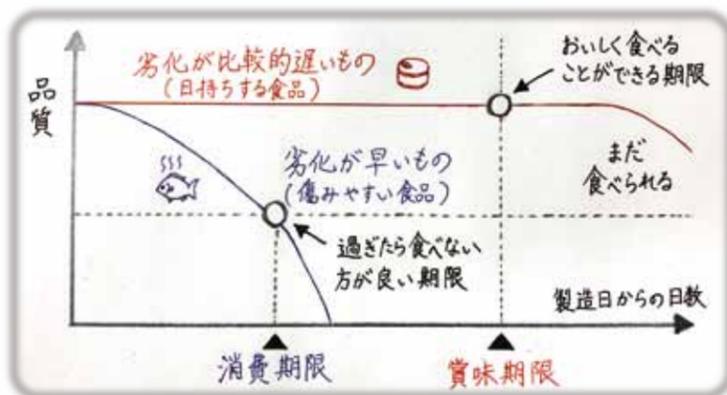
6. 冷凍庫は縦収納がベスト

見やすいので、取り出しやすく、きれいに収納することで、たくさん入れられます。残ったご飯もグラム数と日付を記入しておけば、いつでも食べることができ、古いものから消費することができます。ぜひ、参考にしてみてください。

消費期限と賞味期限の違いって？

食品の期限表示は「消費期限」と「賞味期限」の2種類あります。いずれも開封していない状態かつ表示されている保存方法のとおり保存した場合の期限が表示されています。**消費期限は「食べても安全な期限」、賞味期限は「おいしく食べることができる期限」**です。ですので、賞味期限の場合は過ぎててもすぐに廃棄せずに自分で食べられるどうかを判断することも大切です。

食品は表示されている保存方法を守って保存しておくことが大切です。ただし、一度開けてしまった食品は、期限に関係なく早めに食べるようにしましょう。



× Bad



冷凍庫の収納方法

◎ Good



冷蔵庫の整理は**1石3鳥**

さっそく実践してみよう

冷蔵庫の中を整理することで、欲しい食材がすぐ見つかるようになります。買い物前にも確認しやすくなり、同じ食品をいくつも買ってしまわなくなると、**お財布にもやさしい**ですね。また、おかずを作ってタッパーに保存しておくと朝は、お弁当箱に詰め込むだけ **忙しい時間が短縮**されます。さらには、近年大きな社会問題にもなっている**食品ロスの削減**にもつながります。ぜひ皆さんも実践してみてください。



須崎税務署からのお知らせ

【税務署の確定申告会場にお越しになる方へ】

～感染リスク軽減のための対応～

新型コロナウイルス感染症の感染リスクを軽減するため、ご自宅から申告できるe-Taxをぜひご利用ください。詳しくは国税庁HPの「確定申告書等作成コーナー」をご覧ください。

○確定申告会場への入場には、「入場整理券」が必要です

令和2年分確定申告については、確定申告会場の混雑緩和を図るため、確定申告会場への入場には、入場できる時間帯が指定された「入場整理券」が必要となります。

「入場整理券」は、会場当日配付またはオンラインで事前発行します。

なお、当日配付の「入場整理券」については、配付状況に応じて、後日の来場をお願いする場合があります。受付終了時刻よりも前に配付が終了した場合は、国税庁HPでお知らせします。皆さまのご理解とご協力をお願いします。

オンラインで事前発行の場合

LINE アプリで国税庁公式アカウントを友だち追加してください。

友だち追加はこちらから▶



申告会場の開設は2月16日(火)から!

所得税および復興特別所得税・贈与税の申告と納税は▶3月15日(月)まで
個人事業者の消費税および地方消費税の申告と納税は▶3月31日(水)まで

○確定申告会場における感染防止対策について

～確定申告会場にお越しになる方へのお願い～

- 入場時の検温の実施
確定申告会場への入場時に検温を実施します。37.5度以上の発熱がある場合などは、入場をお断りさせていただきます。発熱などの症状がある方や体調のすぐれない方は、無理をせずに、後日あらためて来場していただくようお願いいたします。
- マスクの着用、手指消毒のお願い
会場ではマスクを常時着用していただき、会場入口等で手指消毒をお願いします。
- 少人数での来場
会場には、申告される方おひとりでお越しください。介助を要する等の理由で複数名でお越しになる場合においても、必要最小限の人数でお越しください。

～税務署での対策のご紹介～

- ソーシャル・ディスタンスを確保した会場レイアウトを採用します。
- こまめな換気・消毒を実施し、会場内には手指消毒液を設置します。
- 職員は、マスク・フェイスシールドを着用して対応し、日々の体調管理を徹底します。



はじめよう!
スマートフォンで
確定申告

○スマートフォンで国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」にアクセスすれば、画面の案内に従って入力するだけで申告書が作成できます。

○作成した申告書はそのままe-Taxを利用して送信できるほか、印刷して郵送などで税務署に提出することもできます。

- ※1 e-Taxをご利用になる場合は、マイナンバーカードかID・パスワードが必要となります。
- ※2 マイナンバーカードを使ってe-Taxをする場合は、スマートフォンがマイナンバーカードの読み取りに対応している必要があります。
- ※3 ID・パスワードは、税務署で即日発行します。(申告されるご本人が運転免許証などの本人確認書類をお持ちの上、お近くの税務署にお越しください。)

【「スマホ専用画面」について】

- スマートフォンで申告される場合は、スマートフォンでも入力のしやすい「スマホ専用画面」をご利用いただけます。
- 「スマホ専用画面」をご利用いただける方は、申告する所得が、給与所得、雑所得(年金など)、一時所得(保険金など)のみの方です。
- 申告できる所得控除についての制限はありませんので、医療費控除やふるさと納税などの寄附金控除も申告できます。



◀作成コーナーはこちら!



◀読取対応端末の一覧はこちら!

【お問い合わせ先】 税務課 ☎22-3116 須崎税務署 ☎0889-42-2355

子育て世代包括支援センター(楓)からのお知らせ

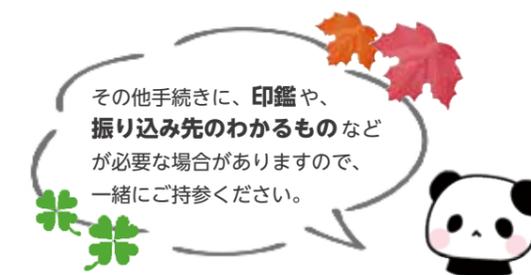
母子健康手帳の交付にマイナンバーが必要です

本人による申請の場合に必要なもの

- マイナンバーカードを持っている → はい → マイナンバーカードのみ
- いいえ ↓
マイナンバー通知カードを持っている → はい → ① マイナンバー通知カード
② 本人確認書類 (顔写真入りのもの)
- いいえ ↓
① マイナンバーの記載のある住民票
② 本人確認書類 (顔写真入りのもの)
- ※①・②両方が必要です。

代理人による申請の場合に必要なもの

- ① 委任状
 - ② 妊婦のマイナンバーが分かる書類
 - ③ 代理人の本人確認ができる書類
- ※①～③全て必要です。



母子健康手帳の交付は、大正町民生活課または十和町民生活課でも申請できます。

子育てについて相談したい、赤ちゃんの発達が気になる、体重を測りたい、沐浴の指導を受けたいなど、お気軽にお越しください。

詳しくはホームページで

四万十町 母子健康手帳 検索

右のQRコードからでもご覧いただけます。



お問い合わせ先

健康福祉課 ☎ 22-3115
大正町民生活課 ☎ 27-0112
十和町民生活課 ☎ 28-5112

税務課からのお知らせ

新型コロナウイルス感染症等に関連する給付金等の課税上の扱いについて

国や町などから支給される主な給付金等の課税上の取扱いは下表のとおりです。なお、下表に記載がない給付金等の課税関係については、その給付金等の支給元である関係機関の窓口にご確認ください。

課税所得となる主なもの

- ・持続化給付金
- ・家賃支援給付金
- ・四万十町経営持続化支援補助金
- ・四万十町家賃負担軽減補助金
- ・四万十町雇用労働継続補助金

非課税所得となる主なもの

- ・特別定額給付金(10万円給付金)
- ・新型コロナウイルス感染症対応休業支援金
- ・新型コロナウイルス感染症対応休業給付金



町有地を売却します

町有地(遊休地)の売却について入札を行います。詳しくは、入札要領を町のホームページなどでご確認ください。入札要領は、下記の申込場所で配布しています。

- 申込期間 **2月10日~3月5日(金)** ※土・日・祝日の閉庁日を除く。
- 申込場所 総務課、大正・十和 地域振興課
- 申込方法 直接持参・郵送(簡易書留) ※電話・メール・FAXは不可

物件番号	場 所	地 目	面 積	最低売却価格
1	四万十町仁井田字松ノ本 908-2、909-3、911-2、 910-4、914、915	宅地	1349.56㎡	15,570,000円
2	四万十町大正北ノ川字新ヤシキ 226-4、225-3、226-3	宅地	720.96㎡	3,300,000円
3	四万十町大正字ハザコ810-15	宅地	271.89㎡	1,880,000円

[お問い合わせ先] 総務課 ☎22-3111

令和2年度 入 札 結 果 (令和2年12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 町単防災 第1号 浦越集会所防災工事	浦越	(株)北幡建設	3,289,000	12/3	12/10~3/10
令和2年度 旧松葉川山小学校校舎等解体工事	日野地	(有)三浦建設	4,508,900	12/3	12/10~2/28
松葉川温泉重油焚ボイラー設置工事	日野地	(株)日化住宅機器	6,842,000	12/3	12/10~3/10
令和2年度(元年度繰) 保育整備第2号 こぼと保育所周辺舗装工事	十和川口	(有)竹村総合建設	3,190,000	12/3	12/10~1/29
令和2年度 防安全 第1-008-4号 町道大奈路中津川線道路改良工事(中津川~森ヶ内工区)	大正中津川	(株)井原組	47,080,000	12/8	12/15~3/25
令和2年度(元繰) 防安全 第1-018-4号 町道川ノ内芳川線 芳川橋橋梁下部工事	芳川	(株)井原組	46,530,000	12/8	12/15~3/29
令和2年度 防安全 第1-001-3号 町道大奈路中津川線道路改良工事(木屋ヶ内工区)	木屋ヶ内	(株)井原組	45,100,000	12/8	12/15~3/31
令和2年度 防安全 第1-010-3号 町道大奈路中津川線道路改良工事(赤岩工区)	木屋ヶ内	(株)井原組	44,220,000	12/8	12/15~3/31
令和2年度 家地川周辺空き家改修工事(No.1)	家地川	(有)牧野建築	11,066,000	12/8	12/15~2/28
令和2年度 家地川周辺空き家改修工事(No.3)	家地川	(有)牧野建築	11,616,000	12/8	12/15~2/28
令和2年度 家地川周辺空き家改修工事(No.4)	秋丸	(有)谷渕住設	12,177,000	12/8	12/15~2/28
旧丸山小学校シェアオフィス 改修工事(建築主体)	東川角	(有)三浦建設	25,683,900	12/22	12/29~3/25
令和2年度 四万十町特殊製法塩 製造施設解体工事	興津	(有)松井建築	3,553,000	12/22	12/29~2/26
令和2年度 2災 第158号 一級水系普通河川 蛇ノ川谷川 河川災害復旧工事	打井川	(有)西村建設	3,300,000	12/22	12/29~3/26
令和2年度 2災 第159号 町道轟崎葛籠川線 道路災害復旧工事	大正	(有)郷田組	4,983,000	12/22	12/29~3/26
令和2年度 2災 第164号 町道上岡打井川線 道路災害復旧工事	打井川	(有)西村建設	5,764,000	12/22	12/29~3/26
旧丸山小学校シェアオフィス 改修工事(電気設備)	東川角	(有)土居電気工事	7,436,000	12/22	12/29~3/25
旧丸山小学校シェアオフィス 改修工事(機械設備)	東川角	(有)横山建材店	11,440,000	12/22	12/29~3/25

※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

会計年度任用職員登録者の募集について

四万十町では、令和3年度の会計年度任用職員登録者を募集します。
「会計年度任用職員」(以前の臨時職員、嘱託職員等)は、行政事務等を補助していただける方、定型的業務を行っていただける方などを名簿に登録しておき、必要な業務に応じて任用させていただくものです。
登録をご希望の方は、下記によって申し込みをしてください。
なお、この登録については、**任用をお約束するものではありません**ので、ご了承ください。

●募集および登録する職種等

職 種	時 給	業務内容・要件等	募集している部署・お問い合わせ先
一般事務補助 一般事務補助(障がい者枠)	898円~ 925円	簡単なパソコン(ワード・エクセル)操作ができる方	総務課 ☎22-3111 大正地域振興課 ☎27-0111 十和地域振興課 ☎28-5111
建設機械オペレータ	984円~ 1,201円	町道の維持管理業務 (本庁:大型特殊免許取得者) (十和:小型特殊免許取得者) ※掘削等に必要資格取得者	建設課 ☎22-3120 十和地域振興課 ☎28-5111
介護支援専門員	1,055円~ 1,201円	高齢者の相談対応や介護予防プランの作成・調整等の業務(有資格者)	高齢者支援課 ☎22-3900 地域包括支援センター ☎22-3385
生活支援コーディネーター	925円~ 1,159円	高齢者の生活支援・介護予防の推進のために、地域の支え合いの仕組みをつくる業務	
受付・請求事務	898円~ 1,159円	診療所での受付・請求事務	
看護師・准看護師	1,124円~ 1,356円	資格・免許取得者	国保大正診療所 ☎27-0210 国保十和診療所 ☎28-5523
運転手(診療所)	1,119円	普通自動車運転免許取得者	
介護職員	898円~ 1,201円	施設内での高齢者の介護業務(資格不問)	特別養護老人ホーム窪川荘 ☎22-8811 特別養護老人ホーム四万十荘 ☎27-0680
看護師・准看護師	1,124円~ 1,356円	資格・免許取得者	

※教育委員会からの募集は四万十町通信1月号に掲載しています。

●申込方法

総務課・大正 地域振興課・十和 地域振興課・国保大正診療所・国保十和診療所・特別養護老人ホーム窪川荘・特別養護老人ホーム四万十荘に備え付けの申込書・履歴書に必要事項を記入し、必要な資格を確認できる写し等とともに提出してください。(運転免許取得者は、その写しも添付してください)

●受付期間: 2月1日~3月31日(水)(土・日・祝日などの閉庁日を除く) ※4月1日以降も随時申し込むことができます。

●受付時間: 8:30~17:15まで(正午から13:00までの時間を除く)

●名簿の有効期間: 4月1日~令和4年3月31日

●面接日時: 4月1日から任用を予定している部署は、3月中旬に面接を設定しますので、お早めにお申し込みください。
(該当者へは別途通知します)以後は、必要に応じ随時面接します。

●任用期間: 4月1日~令和4年3月31日までのうち任用が必要な期間(最長1年間)

[お問い合わせ先] 総務課 ☎22-3111

コロナで増えたおうち時間。冬こそ体を動かそう！ はじめませんか？ 活動量計を使った健康ウォーキング

新型コロナウイルスの影響で、外出が減り、運動不足になっていませんか？また、冬場は一年の中でも活動量が少なくなる季節です。今回は、正しいウォーキングの方法と、家の中でできる運動を紹介します。

正しい歩き方

あごは引く、目線は遠くへ

ひじを曲げ、腕は大きく前後に振る

着地はかかとからつま先へ



ふつうに歩くだけではもったいない！早歩きを意識して歩きましょう。
毎日の生活に、早歩きのような中強度の運動を20分プラスするだけで、生活習慣病や認知症の予防になると言われています。役場では、中強度の運動時間を測ることができる「活動量計」を無料で貸出しています。この機会にぜひご利用ください。



家の中でできる運動

寒い日はおうちでピラティス！

ピラティスは、筋肉トレーニングとストレッチを組み合わせ、体幹筋、背骨、骨盤筋の動きに焦点を当てた運動です。

腰痛改善 ～スワン～(10回程度)

- ①うつぶせに寝て、手は顔の横に肩幅くらいに置きます。
- ②息を吸って吐きながら上体を反らします。
- ③足で踏ん張らないようにして、気持ちいいところまで反らします。



背中・お尻の筋力アップ

- ～ハーフポインター～(10～20回程度)
- ①顔を正面に向け、ひざと手を床につけます。
 - ②右足を後ろに引いてひざを伸ばし、床と平行になるまで上げます。
 - ③ゆっくりと下して元の姿勢に戻します。
 - ④反対側も同様に行います。



ケーブルテレビでピラティスを紹介しています！

番組名：しまんと健康チャレンジ！
チャンネル：四万十ケーブルテレビ 11ch
放送日：火・水・金・土・日 20:00～20:30
※特別番組などで放送されない日があります。ご了承ください。

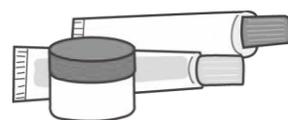


【お問い合わせ先】 健康福祉課 ☎22-3115

～スキンケアについて～

お肌の「乾燥」「肌荒れ」が気になる時期です。肌は冷えることで機能が鈍ったり、皮膚の活力が低下します。室内外はもちろん、マスク着脱による「寒暖差」にも注意が必要です。寒暖差が生じると、正常な保湿機能を果たしてくれる酵素が細胞内から減少します。うるおいのあるすこやかな肌をキープするためにも、毎日の保湿ケアで十分な乾燥対策が必要となるのです。

全身の保湿は、入浴後5分以内が効果的。
手や足の指先まで円を描くようになじませると、血行促進効果もあります！
また、手洗いや消毒により、例年以上に手肌の乾燥も気になるところですね。
ハンドクリームで手肌の保湿も念入りに！



たきぐち薬局くぼかわ店
☎29-0225
薬剤師 池田 豊

期限 3月31日(水)

高齢者肺炎球菌の予防接種を受けましょう

令和2年度の高齢者肺炎球菌予防接種の接種期間が残り約1か月となりました。
対象者で接種を希望する人は、期限までに接種を済ませましょう。



【令和2年度の接種対象者】

四万十町にお住まいの、下記の①または②に該当する人
※過去に高齢者肺炎球菌予防接種「ニューモバックスNP(23価肺炎球菌ポリサッカライド)」を受けたことがある人は対象外です。

①令和2年度に下記の年齢となる人(※令和2年度のみ対象)

対象年齢	生年月日	対象年齢	生年月日
65歳	昭和30年4月2日～昭和31年4月1日生	85歳	昭和10年4月2日～昭和11年4月1日生
70歳	昭和25年4月2日～昭和26年4月1日生	90歳	昭和 5年4月2日～昭和 6年4月1日生
75歳	昭和20年4月2日～昭和21年4月1日生	95歳	大正14年4月2日～大正15年4月1日生
80歳	昭和15年4月2日～昭和16年4月1日生	100歳	大正 9年4月2日～大正10年4月1日生

※上記の年齢の方は、誕生日が来ていなくても、年度内(令和2年4月1日～令和3年3月31日)であれば接種可能です。

②接種時に60歳から65歳未満の方で、心臓、腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能で通常の日常生活が困難な程度の障害を有すると医師が認められた者

【接種期間】 令和3年3月31日まで 【接種料金】 2,000円

【接種方法】 県内の受託医療機関での個別接種(予診票が必要)

※生活保護受給者は、接種前に下記の各窓口で自己負担金免除証明書発行手続きを行い、医療機関に提出すれば自己負担金なしで接種を受けられます。

①65歳に達する人には予診票を送付済み

※70歳以上の対象者で過去に高齢者肺炎球菌予防接種「ニューモバックスNP(23価肺炎球菌ポリサッカライド)」を受けたことがなく、接種を希望する人は、下記にて予診票を交付(郵送可)します。

②の対象者で接種を希望する人は、下記までお問い合わせください。

【お問い合わせ先】

健康福祉課 ☎22-3115 大正 町民生活課 ☎27-0112 十和 町民生活課 ☎28-5112



からだにいいはなし

「コロナうつつのおはなし」

増殖する「コロナうつつ」から守る方法…その1

高知県下でも、新型コロナウイルスの感染拡大が続く中、多くの町民の皆さんが気分転換の外出もままならず、また会いたい家族や大切な人に会えないで、我慢がまんの日が続いています。また、コロナによって働き方や生活様式が変わり、「コロナストレス」を感じている人が増えていることでしょうか。
人はストレスがたまると、気分の落ち込みや意欲減退、不眠など、身体の不調和の症状が体に現れ、対策を講じないと「コロナうつつ」になる可能性があります。
コロナ感染が全国に拡大し、期間も長期化している今、身体の不調和への対策が急務です。そこで、今回から、「コロナうつつにならないために自分自身でできる方法」についてお話しします。
STRESSの対処法として「STRESS」という方法を紹介いたします。

- S スポーツ(運動をする)
- T トラベル(旅行に行く)
- R レクリエーション(遊ぶ)
- E イート(食べる)
- S スピーク(しゃべる)
- S サケ(お酒を飲む)

現在は外出の自粛などの規制がでると、できないこともありますが、自宅でもできる範囲で取り組んでください。何をやるにしても、大切なことは「普段できないことが自宅にできること」というポジティブな気持ちで取り組むことです。
規制があるなかでも工夫をし、新たな楽しみを見いだす人も増えています。

四万十町国保大正診療所

入吉宏紀・中澤彩花・大川剛史

Information

休日在宅当番医

2/11 (木)	くぼかわ病院 ☎ 22-1111
2/14 (日)	
2/21 (日)	大西病院 ☎ 22-1191
2/23 (火)	くぼかわ病院 ☎ 22-1111
2/28 (日)	
3/7 (日)	
3/14 (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

納期	内容	お問い合わせ先
3/1 (月)	国民健康保険税 (8期)	税務課 ☎ 22-3116
	介護保険料 (8期)	高齢者支援課 ☎ 22-3900
	後期高齢者医療保険料 (8期)	町民課 ☎ 22-3117

無料相談 (秘密厳守です。)

3月9日(火)に予定していました1日行政相談は、新型コロナウイルス感染予防の観点から中止とさせていただきます。

休日水道修理当番

2/11 (木)	日化住宅機器 ☎ 22-0407
2/13 (土)	宮脇水道 ☎ 22-1581
2/14 (日)	高橋設備 ☎ 22-0662
2/20 (土)	桑原水道 ☎ 22-1163
2/21 (日)	横山建材店 ☎ 22-3608
2/23 (火)	岩本商店 ☎ 22-2716
2/27 (土)	日化住宅機器 ☎ 22-0407
2/28 (日)	宮脇水道 ☎ 22-1581
3/6 (土)	高橋設備 ☎ 22-0662
3/7 (日)	桑原水道 ☎ 22-1163
3/13 (土)	横山建材店 ☎ 22-3608
3/14 (日)	岩本商店 ☎ 22-2716

❗ 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

Child 子育て通信

健診・相談	日付	時間	場所	お問い合わせ		
乳幼児健診	2/16 (水)	対象者に個別通知	大正 健康管理センター	大正 町民生活課 ☎27-0112 十和 町民生活課 ☎28-5112		
					3歳6か月健診	2/24 (水)
					4・7か月健診	3/17 (水)
2歳6か月健診	3/24 (水)	対象者に個別通知	役場東庁舎	健康福祉課 ☎22-3115		
赤ちゃん相談	3/3 (水)	13:30~16:00	窪川地域 子育て支援センター	健康福祉課 ☎22-3115		
母乳相談	2/18 (木)	9:30~11:30	十和地域 子育て支援センター	大正 町民生活課 ☎27-0112 十和 町民生活課 ☎28-5112		
	3/9 (火)	9:30~11:30	大正 子育て支援センター			
4010 のたから	放送日	時間	内容	お問い合わせ		
	2/15 (月)	18:45~	ひかり保育所	企画課 ☎22-3124		
3/1 (月)	18:45~	川口保育所/興津保育所				

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

まだマイナンバーカードをお持ちでない方へ
**QRコード付き交付申請書が
順次送付されます!**

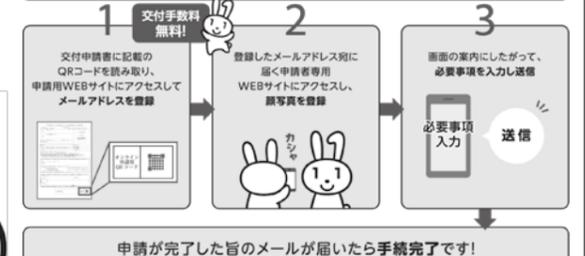
2021年3月までに

マイナンバーカードを申請すると
マイナポイントがもらえるよ!

付与率 25%
¥5,000円相当



QRコードを使って、
お家でスマホでカンタン申請!



申請が完了した旨のメールが届いたら手続き完了です!

申請後、概ね1か月で市区町村から「交付通知書」が届きます。必要書類を持参して、市区町村の交付窓口でマイナンバーカードを受け取りに行きましょう!

総務省 2021年3月までにマイナンバーカードを申請した方はマイナポイントももらえます。詳しくはこちらへ <https://mynumbercard.point.soumu.go.jp/> マイナポイント 検索
カード受取後、マイナポイントの申込みを行い、2021年9月までにいったんチャージまたはお祝い金が対象です。 問い合わせ先:マイナンバー総合フリーダイヤル 0120-95-0178 平日9時30分~20時00分/土日祝9時30分~17時30分

油が浮いた様子(12/15)

捨てられていた生ゴミ(1/6)

生活排水で、四万十川が汚れています。

冬の四万十川は、水量が少なくなることから、汚れが目立つようになります。生活には多くの水を利用しているため、生活排水が川に流れると、地域の水環境悪化の原因の一つとなる可能性があります。また、合併浄化槽のないご家庭は、水環境の維持・向上のため設置にご協力ください。

廃油は排水口に流さないように

油類は流出すると広範囲に拡散したり、分散に非常に時間がかかるなど特に河川を汚します。うまく使い切るか、廃油が出た場合でも流しに捨てないで新聞紙などにしみこませて燃えるゴミとして処分しましょう。

食べ残しはゴミとして出しましょう

人の食べ残しで河川環境にいいものは何もありません。食べ残しを作らないライフスタイルを目指し、食べ残しができた場合でも堆肥にしたり、残飯入れなどに集めてゴミとして出しましょう。

水切り袋などを利用しましょう

流しの排水口や三角コーナーには水切り袋などを使用して小さなゴミも流さないようにしましょう。

洗う前にお皿を拭き取りましょう

お皿についた油污れやソースなどは、キッチンペーパーや新聞紙などで拭き取ってから洗うようにしましょう。

洗剤は適量を使用しましょう

洗剤も河川を汚してしまう物質です。表示を確かめ、必要以上に使用しないようにしましょう。

[お問い合わせ先] 企画課 四万十川振興室 ☎22-3124

農家の皆さまへのお願い

四万十川の濁りを無くすために

浅水での代掻き

通常の代掻きの場合

「止水板」の利用

をお願いします。

浅水代掻き実践会

2月24日(水) 13:00~
四万十町奈路にて開催予定



濁水対策が必要なのはなぜ？

川底に泥などが堆積することにより、生態系への影響も危惧され、鮎の遡上へも少なからず影響が出ます。また、観光客に美しい四万十川を見ていただき、良いイメージを全国に広めていくためにも、清流保全に向けた取り組みが急務となっています。

河川の漂着ゴミを減らすために

使用済み農業用ビニールの適切な処分と保管をお願いします。



使用済み農業用ビニールについては、JAなどで処分できますので、搬入するまでの間、あるいは産業廃棄物として処理場へ搬入するまでの間に増水や強風などにより飛散や河川流出などが起きない適切な場所への保管の徹底をお願いします。

四万十川の豊かな環境をより一層保全し、日本最後の清流として後世に引き継いでいけるよう、みなさまのご協力をお願いします。

[お問い合わせ先]
企画課 四万十川振興室
☎ 22-3124



四万十町の「暮らし」、「食」、「モノ」、そして「人」を紹介するローカルメディア。

普段暮らしていても気づかないような魅力がたくさん詰まったメディアです。ぜひ一度、ご覧になってみてください。



編集方針

その1

四万十町の暮らしをそのまま伝えます。良いところだけの切り取りや、過剰な宣伝はしません。しぜんが一番。

その2

現場がいちばんおもしろい。リバーノート編集部は、まちにでかけていく編集部です。実際に話を聞いたり、体験したり、考えたり。自分たちの目を通して、四万十町を伝えます。

その3

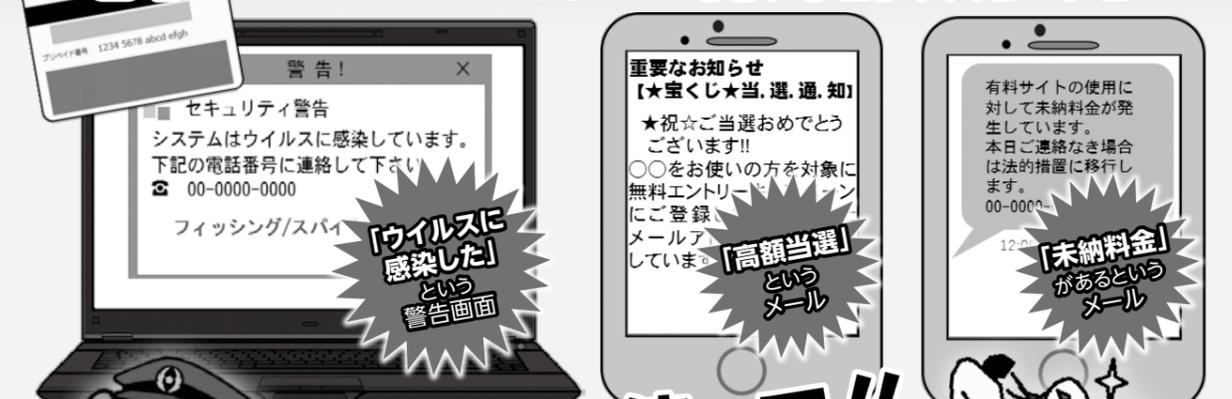
なかまが大事。まちのローカルメディアはいろいろな方のご協力で成り立っています。事業者を応援することは、まちを元気にすることにつながります。そこでふるさと納税や、お買い物のご案内も積極的におこないます。読者のみなさん、「買って応援」の仲間になってください。



お問い合わせは、リバーノートお問い合わせフォーム（ホームページ）よりお願いします。 >>>



電子マネーを悪用した特殊詐欺多発!!



ちょっと待って!!
だれかに指示されて
買っていませんか??



ご相談は...
窪川警察署または警察総合相談電話 #9110へ

絵の詩人 大野長一 絵画展

高知市出身、教育者であり洋画家の大野長一の絵画展を開催。点描画などの風景画を約30点展示します。

- 開催期間 3月6日(土)~4月3日(土)
入館料：一般200円(高校生以下無料)
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

ブックリサイクルミニ★コーナー
図書館で使わなくなった本をお分けします。
3か所にブックリサイクルミニコーナーを設置しています。

アンデパンダン展 書道の部



アンデパンダンとは、本来「独立」を意味するフランス語ですが、美術用語としては「誰でも自由に出品できる無審査かつ無賞の展覧会」を指します。

- 開催期間 1月23日~2月26日(金)
入館料：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

四万十町“食”イベント 『うちの推しメニュー』



各参加店舗がそれぞれの「推しメニュー」を紹介。頼んで撮って、食べて周って、シールラリーやインスタコンテストと合わせてお楽しみください。

- 開催期間 2月1日~3月31日(水)
場所：町内参加店舗
お問い合わせ先 四万十町観光協会 ☎29-6004

国民年金の免除・猶予制度について

経済的な理由などで保険料の納付が困難な場合は、申請により保険料の納付が免除または猶予される制度があります。

国民年金保険料を納めることが困難なときは免除・納付猶予制度をご利用ください。
※申請時点から2年1か月前の月分まで、遡って免除を申請できます。

(1)免除(全額免除・一部免除)
本人・世帯主・配偶者の前年所得が一定額以下の場合、申請により保険料の納付が全額免除または一部免除されます。

(2)納付猶予
50歳未満の方で本人・配偶者の前年所得が一定額以下の場合、申請により保険料の納付が猶予されます。
※平成28年6月までは30歳未満、平成28年7月以降は50歳未満が納付猶予の対象となります。

(3)学生納付特例
学生で本人の前年所得が一定額以下の場合、申請により保険料の納付が猶予されます。

◆保険料の追納
保険料の免除や納付猶予の承認を受けた期間は、10年以内であれば後から保険料を納めること(追納)ができます。
※承認を受けた期間の翌年度から起算して3年度目以降に追納すると、当時の保険料に経過期間に応じた加算額が上乘せされます。

- お問い合わせ先 高知西年金事務所 ☎088-875-1717
町民課 ☎22-3117
大正 町民生活課 ☎27-0112
十和 町民生活課 ☎28-5112

四万十町健康増進計画 委員を公募

四万十町における、健康づくり事業の総合かつ効果的な推進にあたり、広く町民の意見を取り入れるため、「四万十町第3期健康増進計画」の事業計画の推進に携わっていただく委員を公募します。

- 内容：健康増進計画委員会への出席、計画について審議
応募資格(すべてに該当する方)
(1)四万十町内に住民登録のある満20歳以上の方
(2)平日に開催される委員会に出席可能な方
募集人員：3名以内
任期 令和3年4月1日~令和5年3月31日まで
報酬：1回 5,000円
会議開催：年2回(予定)
応募締切：2月24日(水) 17:00必着
応募方法

所定の応募用紙に必要事項を記入のうえ、役場健康福祉課健康増進係へ提出(持参、郵送、ファックス、Eメール可)してください。
なお、提出された応募用紙は返却いたしませんので、ご了承ください。
※応募用紙は、町のホームページよりダウンロードをしてください。

- 選考方法 原則書類選考とします。
選考結果は応募者全員に通知します。
お問い合わせ・送付先 健康福祉課 健康増進係 ☎22-3115 FAX22-3725
〒786-8501 四万十町琴平町16番17号
E-mail 106010@town.shimanto.lg.jp

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。

町営住宅入居者募集

- 募集戸数：3戸
募集住宅
●大正城山ハイツ 3DK(大正)
●コーポしまんと1号棟 4DK(大正)

申込受付期限：2月26日(金)必着
必要な書類 入居申込書・住民票・完納証明・所得を証明する書類

- 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、申込み方法などについては建設課まで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

こんな方におすすめ
●人前で話すのが苦手な方
●対話を磨きたい方
●自分を上手く伝えたい方

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10回

ママ・パパ必見! 赤ちゃんの防災

発災後、小さなお子様を抱える家庭は、母子ともに一般の人に比べて健康被害のリスクが高くなることから、避難生活に不安を抱くことが多いです。今回は避難生活の際に、心にとめておきたいことや町の備蓄状況についてお知らせします。これを機にぜひ確認しましょう。

赤ちゃん用品の町備蓄
全ての二次避難所に揃えています
子ども用おむつ(S・M・L・Big) 3.5日分はあります
粉ミルク・液体ミルク 3.5日分はあります
授乳スペース・子ども連れスペース あります
思いやり みんなで用意しましょう

赤ちゃんを守る5つのポイント
感染症
栄養
ライフライン
ミルク
ストレス

次回 自主防災組織とは?

【お問い合わせ先】危機管理課 ☎22-3280

高知で恋しよ!! すまいるサポート Vol.3

人の心のつかみ方講座

参加資格 20歳以上の独身男女
申込期限 2月17日(水)まで
タイムスケジュール
①10:00~12:00 出合いのきっかけ~人の心のつかみ方
②13:00~15:00 ワンランク上のコミュニケーションを身に付けよう
③15:00~15:30 交流会 ※①のみ、②のみの参加も可能です。

- 講師 池澤 まゆみ 氏 (コーチ社労士事務所 代表)
日時 3月7日(日) 場所 四万十町役場 東庁舎1階 多目的大ホール
申込方法 下記のいずれかで申し込みください。
●すまいるサポート(四万十町)代表 牧野 利恵子 ☎090-6283-5574
●高知で恋しよ!サイトより www.koishiyoko.jp
※コロナの感染状況によりやむを得ず中止することがあります。
【お問い合わせ先】企画課 ☎22-3124

先月号のP22に掲載していましたが「泉民座談会「濱田が参りました」傍聴者募集」の記事において、記事タイトルおよび場所に誤りがありました。正しくは下記のとおりです。訂正してお詫びいたします。
【タイトル】 ×「濱田が参りました」 ○「濱田が参りました」 【場所】 ×「東庁舎1階多目的_ホール」 ○「東庁舎1階多目的大ホール」



▼男子の部・女子の部優勝



四 万十町硬式テニス大会開催 12月6日窪川運動場テニスコート

第11回 四万十町硬式テニス大会が開催されました。大会当日は天気も良好で、皆さんテニスを楽しみ、無事大会を終えることができました。選手の皆さまお疲れさまでした。また来年度もよろしくお願いいたします。

●試合結果

- 【男子の部】 優勝 加久見・溝渕ペア
- 【女子の部】 優勝 宮脇・安岡ペア

▼左から浜田教育次長、山崎哲男さん、宮内重延社長、山脇教育長



学 校給食に『金賞に輝いたお米にこまる』 を寄贈していただきました みんなで美味しくいただきました！

1月13日、教育長室で宮内商店 宮内重延社長より「子どもたちにおいしいお米を食べてもらいたい」と、お米『にこまる』105kgを学校給食に寄贈していただきました。『にこまる』は静岡県で開かれた『第17回お米日本一コンテスト』で、宮内商店米生産グループ 稲作部会(部員63名)の部員3名の方が金賞を受賞されました。今回のお米は、東又地区の山崎哲男さんが作られたお米です。このお米は、2月3日に窪川、2月5日に大正と十和の各センターより給食で各学校に提供し、町内の児童・生徒でおいしくいただきました。

▼一般の部優勝



▼中学生男子の部優勝



▼中学生女子の部優勝



四 万十町ソフトテニス大会開催 選手、応援の皆さん、お疲れさまでした！

11月15日、四万十町窪川運動場テニスコートで、第15回四万十町ソフトテニス大会が開催されました。天気も良好で風もなく選手にとっては絶好のコンディションでした。一般の部4ペア(8名)、中学生男子の部7ペア(14名)、高校・中学生女子の部6ペア(12名)が参加し、熱戦が繰り広げられました。中学1年生は、緊張した様子でしたが次第に声も出て、一生懸命プレーをしていました。

●試合結果

- 【一般の部】 優勝 山本・八木ペア(窪川テニスクラブ)
- 【中学生男子の部】 優勝 前田・南ペア(窪川中学校)
- 【中学生女子の部】 優勝 多賀・武田ペア(窪川中学校)



全 国農業共済組合連合会より 感謝状をいただきました 農業経営収入保険への加入促進に貢献

新型コロナウイルスの影響を受け、農業分野では今後の農業経営を継続していくため、農業経営収入保険の加入促進を目的に、農家負担の軽減を図るため掛金への助成を行いました。この収入保険は、新型コロナウイルスの影響のみならず、自然災害や市場価格の下落など様々なリスクから農業経営を守る保険となっております。このたび収入保険加入率が高知県下1位となり、加入促進に大きく貢献したとして全国農業共済組合連合会より感謝状をいただきました。



▼武市さんの作品



興 津小中ぼうさい甲子園 2年連続W受賞！ URレジリエンス賞、奨励賞に輝く

優れた防災教育を表彰する「ぼうさい甲子園(1・17防災未来賞)」で、興津小学校と興津中学校がぼうさい甲子園W受賞しました。興津小はぼうさいすごろくをAR化(スマートフォンをかざすと映像が視聴できる機能)させURレジリエンス賞を受賞。興津中は興津地区の外国人技能実習生ヘインタビュなどを重ね、4か国語で津波の到達時間を示した多言語表示板を作成し奨励賞に輝きました。

▼八木さんの作品



ポスター部門・小学校低学年の部 優秀賞

八木 歩澄

窪 川小児童・防災ポスター ・標語コンクール受賞！ 子どもたちの防災意識向上を図る

県では子どもたちの防災に対する意識向上を図ることを目的として、「南海トラフ地震への備え」についてのポスター・標語コンクールを開催しています。今年度のポスター部門・小学校低学年の部では、窪川小学校2年生八木歩澄さんが優秀賞を受賞、標語部門・特別支援学級、特別支援学校の部では、窪川小学校6年生 武市颯翔さんが優秀賞を受賞しました。

冬季限定サービス 実施中!

期間
2月末
まで

40010 RIVER ZIPLINE 四万十川ジップライン

四万十川ジップラインでは、現在、冬季限定サービスを実施中です。1回でも500円、2回なら800円以上お得となっています。コロナ禍で室内では思うように楽しめない今、寒さを振り切ってジップラインを楽しんでみませんか?

	冬季限定サービス料金		通常料金	
	1回	2回	1回	2回
大人	2,000円	3,000円	2,500円	4,000円
子ども (高校生を含む18歳未満)	1,300円	2,000円	1,800円	2,800円

500円
引き

●スタート時間：①10:00 ②11:00 ③12:30 ④13:30 ⑤14:30 ⑥15:30

●定休日：木曜日

※なお期間中は、四万十川の減水および川舟のメンテナンスのため、お車での移動となります。四万十川ジップラインでは、新型コロナウイルス感染拡大防止対策として、受付時に検温、手指消毒などを実施しています。ご来場の際はみなさまのご協力をお願いします。

【ご予約・お問い合わせ先】 四万十川ジップライン ☎28-5554(9:00~17:00)



季節の風景 2月

蒲
団

蒲団という言葉は、もともと蒲の葉を編んで作った座禅用の丸い敷物であったと言われています。蒲団という言葉の「団」と言うのは「丸い」と言う意味で、その当時の座布団が丸い形をしていたことに由来します。おそらく鎌倉時代に禅宗と一緒に伝えられたもので、元来は寝具ではなかったのです。江戸時代、綿が庶民に普及するようになって、いつしか「布団」という漢字が当てられるようになりまし



最近では、柔らかい感じがするという理由から、平仮名で「ふとん」と表記することも多く、「蒲」から「布」さらに「毛」といった中身の変化とともに、それを伝える最良の言葉が選ばれてきたわけです。

「寝る」ことへの関心が高まる昨今、毎日お世話になる、共にする時間が長い「蒲団」への感謝の気持ちを忘れないようにしたいものですね。

ちなみに、2月10日は、語呂合わせで「ふ(こ)とん(10)の日」です。

大正学校給食センター編

Let's cooking!! おうちで給食レシピ

白雪サラダ

【材 料】(4人分)

- ・おから ……………40g
- ・はくさい ……………80g
- ・キャベツ……………80g
- ・きゅうり……………40g
- ・コーン……………20g
- ・ツナ……………20g
- ・マヨネーズ…大さじ3
- ・塩……………少々
- ・こしょう……………少々

<作り方>

- ①はくさい、キャベツは食べやすい大きさに切り、軽く湯がく。
- ②冷水で冷まし、水気をしっかり切る。
- ③きゅうりは塩のみし、輪切りにする。
- ④③とほかの食材を混ぜる。
- ⑤マヨネーズを全体になじませ、塩こしょうで味を調べてできあがり。



12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	12/1~7	不検出	不検出	不検出
大正学校給食センター	12/1~7	不検出	不検出	不検出
十和学校給食センター	12/1~7	不検出	不検出	不検出

実施日：令和2年12月22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

深き山あいの若き牛飼!



家畜人工授精師という国家資格があるのをご存知でしょうか? 国内の乳用牛、肉用牛のほぼ100%が凍結精液を用いた人工授精によつての繁殖(平成23年10月に行われた「牛における人工授精の現状と今後の研究展開」という研究会で、独立行政法人 農業・食品産業技術総合研究機構畜産草地研究所から配布された資料より)だそう、その繁殖の現場に欠かせないのが家畜人工授精師。

十川にある家業の畜産精肉店を継承するにあたって、昨年この資格を取得した東将摩さん。昨年



▲昨年から東さんが育てている5頭。

3月に県立幡多農業高校を卒業したばかりの19歳です。東さんは、十川小中学校を卒業して、幡多農業高校へ入学したという事なので、つまり家業のため何があるかでも農業高校へ!という意気込みだったのだらうと思ってお聞きしたところ「いや、小学生の頃から、継ぐつもりではなかったが、中学校を卒業してすぐ継ぐつもりだったんです。なので、実は高校は、周囲からの勧めで受験したって感じでした。そうしたら合格してしまつたので、じゃあ行くかうかということ…(笑)」と、なかなかユーモラス。合格発表の時も、自分の受験番号をはっきり覚えていなくて、学校に電話をかけて確認したくらいのおおらかさ。

しかし、家業を継ぐ意志は強固で、高校卒業後すぐに、家畜保健所の誘いで「高知県畜産担い手育成畜舎」の研修に参加。そこで約3か月みっちり専門知識を学び、実践に取り組みました。



ひがし しょう ま 東 将摩 さん (十川)

そもそも、自宅のすぐ前に牛舎があるので「生まれた時から牛がいる(ご本人談)」という環境で育つた東さん。小学4年生くらいには、お父さんに連れられて市場へも行っていたそう。買手の業者さん達が闊歩する市場で、なんと、小学生の東少年は、湧いてくる様々な疑問を臆することなく業者さん達に質問。聞かれた業者さん達も親切に答えてくれたそう。そうして、少しずつ「牛飼」への道を歩んできました。6年生の夏休みには、祖母に代わって、毎日のえさやりもしました。

「牛飼」になるべくしてなった東さん。「高校受験に合格した時は、そんな感じでしたけど、家畜人工授精師の国家試験に合格した時は、やっぱり嬉しかったです」と笑いながら「やるからには、一番になりたいです」と頼もしい。 四万十町の「深き山あいの若き牛飼」の目はキラキラ輝いて、その前途は洋々です。



鳥からす 手で

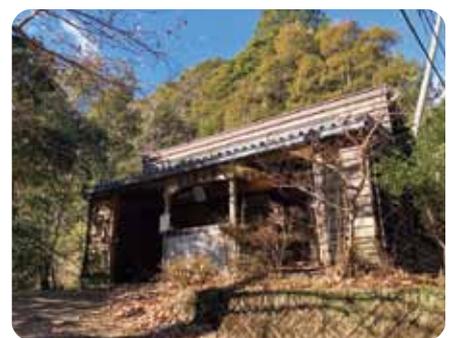


先月の市ノ又は、北の川の街の住宅地を抜けたT字路を左折したが、そこを反対に右に入っていくと、まもなく貯木場があつて、この貯木場を過ぎれば鳥手地区となる。鳥手地区には、現在14世帯、41人が暮らしている。地区の産土神は、武甕槌命を祀る弓場神社である。

そもそも、鳥手は、北ノ川(北野川・喜多川)村、市ノ又村、相去(相佐礼)村、弘瀬村、折合村と合せて、北ノ川六ヶ村の一つであつた。ここ鳥手も市ノ又と同様、北ノ川村在住の庄屋の部下的存在であつた名本という役職が置かれていた。

この北の川六ヶ村周辺には、広大な面積の「御留山」があつた。藩の財政を支えていた山林「御留山」を多く抱える北ノ川六ヶ村は、近代に入つても林業によつて、人・モノが集まつた。折合、相去という良質の山林と繋がっている鳥手も林業が盛んで、昭和中期くらいまで、折合、相去で伐採された木材を積んだ馬車が往来していたという。ここ鳥手では、折合、相去相去の原生林で切り出された木材を使つての炭焼きが盛んに行われていた。もつとも盛んだつた時代には、地区の人だけではなく、仕事を求めて遠くは葉山あたりから来ている人もあつたらしい。

さて、弓場神社の向かいに、瀟洒しょうせうで小さな建物が建っている。鳥手地区の集会所である。以前建つていた集会所が老朽化したため、10年ほど前に建て替えられたということである。老朽化してしまつたという以前の集会所は、廃校になつた打井川小学校校舎の廃材を譲り受けて建てられていたのだそうだ。現在の集会所を建



弓場神社の前に建つ瀟洒な集会所。

てる時に、少し奥にあつた茶堂もここに移された。この茶堂、もともとは字黒田という場所にあつたのだが、明治23年の大水害で流されてしまつた。その後、水害の心配がないところにお祀りし直して現在に至っている。

その明治23年の水害は、北ノ川村はもちろんだ、鳥手村にも甚大な被害をもたらし、田畑は大量の土砂と石で埋まつてしまつた。重機のない時代であるため、人々は手作業で懸命の復旧に励んだという。その傷跡ともいべき痕跡が、近年になって確認されている。地区で農業を営む方が、新しいハウスを建てるため、支柱を立てる穴を掘り進めていった時のことである。現在の耕土の下に「河原」の石の層が出現。そしてまたその下に、元あつた耕土が出現したのだという。この、耕土と耕土に挟まれた「河原」が水害によつて運ばれてきた石なのである。土砂や石が、こんなところまで埋め尽くしてしまうという明治23年の水害の凄まじさを改めて思う。

町のうごき		人口		前月比		出生		死亡		転入		転出		適正值(mg/l)		1月13日					
男	7,838	-10	男	3	13	12	12	リン酸	≤ 1.0	0.383	女	8,627	-11	女	5	17	9	8	硝酸	≤ 0.5	測定範囲以下
計	16,465	-21	計	8	30	21	20	アンモニウム	≤ 5.0	測定範囲以下	世帯数	8,352	-4	計	8	30	21	20	アニオン活性剤	≤ 1.0	0.05
												化学的酸素要求量		≤ 10.0	測定範囲以下						
																調査：大正(吾川)					
																資料：四万十高校自然環境部					
		窪川地域 11,664人		大正地域 2,289人		十和地域 2,512人															