

# SHIMANTO

# 5

四万十町通信 2021.VOL.182

MAY

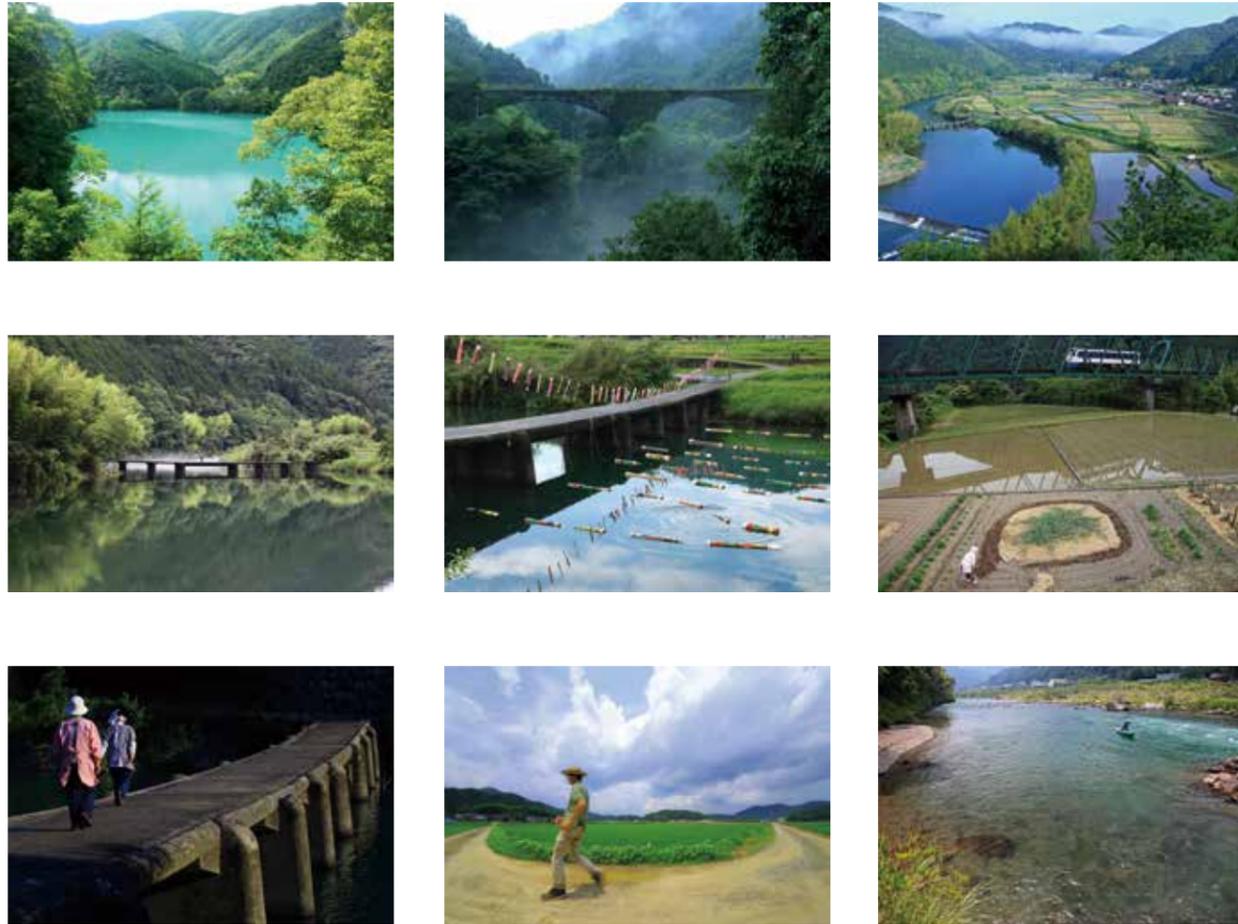


特集 | わたしたちが、守るもの。

表紙 | 四万十町大道 龍王の滝

### 未来に残したい、四万十の風景

..... ❖ .....



四万十町四万十川流域重要文化的景観フォトコンテスト年間部門受賞作品より

1 | 2 | 3  
 4 | 5 | 6  
 7 | 8 | 9

1. 文化財保護審議会長賞〈5月〉「新緑の頃」
2. 文化財保護審議会長賞〈6月〉「霧立つめがね橋」
3. 四万十町長賞〈5月〉「田作りの頃」
4. 大賞〈6月〉「雨上がりの沈下橋」
5. 大賞〈5月〉「一斗俵沈下橋の鯉」
6. 四万十町長賞〈6月〉「初夏の田畑」
7. 教育長賞〈5月〉「夕暮れ」
8. 教育長賞〈6月〉「田に吹く風」
9. 四万十町長賞〈7月〉「四万十川と釣舟」

#### 受賞者紹介

大賞	藤戸 博
四万十町長賞	山辺 福美
四万十町教育長賞	安光 一喬
四万十町文化財保護審議会長賞	毛利 寿行

### 100年後も、たからものであるように。



四万十町上岡に架かる向山橋（上岡沈下橋）

**最**後の清流としてその名を全国に知られている「四万十川」。全長196キロに及ぶその流れは、稲作をはじめとする農業や、アユやウナギなどの川漁など、この四万十の地で暮らしてきた先人たちが今を暮らすわたしたちの生活に大きな恵みをもたらしてくれています。また、先人たちが守り抜いてきた自然豊かなその姿と高い水質は、「四万十川」というブランドをつくりあげ、本町で生産される農作物をはじめ、畜産物や様々な加工品などにも、「四万十川」や「四万十」という名称が多く使われるなど、四万十川流域の地域に大きな価値を与えてくれています。わたしたちの暮らしに大いなる恵みをもたらしてくれている四万十の大自然。しかしそれは、人の手によって守り抜かれてきたからこそあるものとも言えます。今の子どもや孫たち、そして100年後を生きるまだ生まれていない子どもたちにも、この全国に誇る「たからもの」を、わたしたちには受け継いでいく使命があるのではないのでしょうか。今の特集では、未来に残したい四万十の風景や、四万十川流域の自然とそこにある暮らしを守り続けていく取り組みを紹介します。



### 活動紹介

四万十川財団は、高知県と四万十川流域5市町（四万十市、四万十町、中土佐町、津野町、梶原町）が共同で基本財産を出資して2000年2月に設立されました。行政や民間団体と連携・協働し、四万十川の保全と地域の振興を目的とした活動をする民間組織です。主に事務局などの黒子役が多いのであまり表に出ませんが、四万十川流域の様々な活動を下支えしています。



1. 窪川小学校での環境学習 2. 高知県立大現地実習 3. 吉見川での清掃活動

### 目指す未来

わたしたちが大切にしたい四万十川の価値とは、「人とかかわり」を持った川。四万十川は、ただ「透明度が高くきれい」ではなく、そこに人々の暮らしが息づいています。わたしたちは、社会や四万十川自身に働きかけ、現代の変化と共存しながらその価値を継ぎつぎ、未来の子どもたちへ繋いでいくことを目指します。四万十川流域で暮らす皆さんと一緒に少しでも前に進んでいければと切に願います。

### 求める！



昔の四万十川で遊ぶ人々の写真を探しています  
ご提供いただける方はご連絡ください



お問い合わせ先  
>>>

公益財団法人四万十川財団 ☎ 29-0200



大切にしたい四万十川の価値。  
それは、「人とかかわり」  
を持った川であること。



影野小学校での環境学習

- 四万十川流域の子どもたちと四万十川学習
- 四万十川で遊ぶ人々を守る救命道具を設置
- 四万十川に関わる行政・民間団体のお手伝い
- 四万十川の文化継承
- 四万十川の情報発信
- 四万十川の清掃



十川中学校「協働の川プロジェクト」授業風景



### 魚道調査

十和地域にある戸川川では、魚の遡上を妨げる堰に魚道を設置するため、遡上する水生生物の魚類調査が行われています。これは、平成30年度に十和地域まちづくり協議会にて提案され、現在では魚道設置によるモニタリング調査を活かして、子どもたちへの環境教育も目指して行っている調査です。

## 最後の清流を、守り抜く。



毎年四万十の日（4月10日）周辺に実施している四万十川一斉清掃。始まりは今から29年前の平成4年。当初は7月25日の「川の日」に合わせて実施されていました。地域の方々や建設業者の皆さまなどのご協力のもと、「最後の清流」を守り抜き、後世に引き継いでいくために行われている四万十川一斉清掃は、四万十川流域にあたる津野町、梶原町、中土佐町、四万十市、そして四万十町の5市町が一体となり、四万十川とその周辺河川の清掃を行う取り組みです。これは、四万十川流域の自然環境を守っていくことはもちろん、美しいその景観を維持することで、四万十川のブランド力向上やそれによる観光・外商などの効果により、四万十川流域に外からの経済循環を生み出し、わたしたちの暮らしにいい影響を生み出していくための取り組みでもあります。

## 今年度もご協力いただきありがとうございました



今年度の四万十川一斉清掃は4月11日に、地域の方々や町内事業者のご協力により実施することができました。また、ゴミの収集運搬では、町内建設業者からダンブと運転手の派遣協力をいただき、回収したゴミの総量は、7,530kgという結果となりました。早朝よりご参加いただきました皆さま、本当にありがとうございました。



大きな気持ちを持っている人は、  
 小さなことに気づく人。  
 小さなことに気づく人は、  
 大きなことができる人。

スイッチを入れれば電気がつく。  
 蛇口をひねれば水が出る。  
 そんな「あたりまえ」のこの国で、  
 その「あたりまえ」を支えながら、  
 便利さを保ちつつ、これ以上、  
 環境を壊さないための工夫を、  
 どれだけできているんだろう。

### エコライフ、始めませんか？

エコライフとは、「地球に負担の少ない生活」をすることです。  
 使っていない部屋の照明をつけっぱなしにしたり、停車中の自動車のエンジンをきらなったり、わたしたちの生活には、小さなムダが含まれています。わたしたち人間の生活が、自然環境や自分たち自身に影響を及ぼしている現状を認識し、「今できる」何らかの行動を起こしていくという生活。地球温暖化対策にもなり家計にもやさしくお得なエコライフを始めてみませんか。



### 自然を守り、未来の生活を守るための 3 つの取り組み

#### ① ごみの減量化



- ごみの分別の徹底  
(食品トレー、アルミ缶、古紙のリサイクルなど)
- 生ごみの堆肥化
- 食品ロスの削減

#### ② 自然環境保護・環境美化



- 河川の水質や水生生物を守る取り組み
- 河川道路などの清掃
- ごみのポイ捨て・不法投棄をしないさせない

#### ③ 省資源・省エネルギー

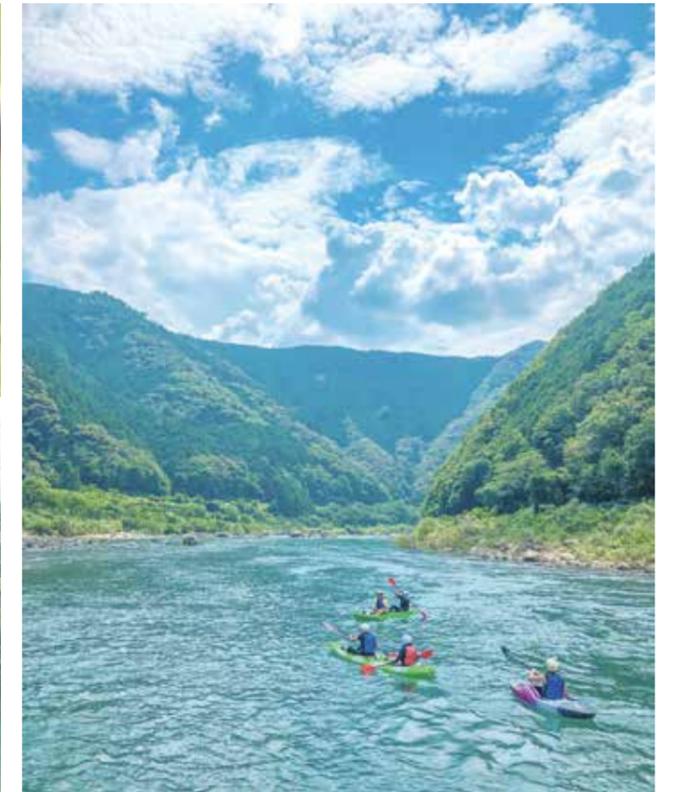


- 節水 ■待機電力の削減
- LED照明への交換
- エコドライブの徹底
- エコカーの購入
- 緑のカーテンの設置(夏季)
- フリーマーケットなどの活用によるリサイクル
- 買い物時のマイバッグ等の持参
- マイボトル・マイ箸の使用

お問い合わせ先  
>>>

- 環境水道課 ☎ 22-3119
- 大正町民生活課 ☎ 27-0112
- 十和町民生活課 ☎ 28-5112

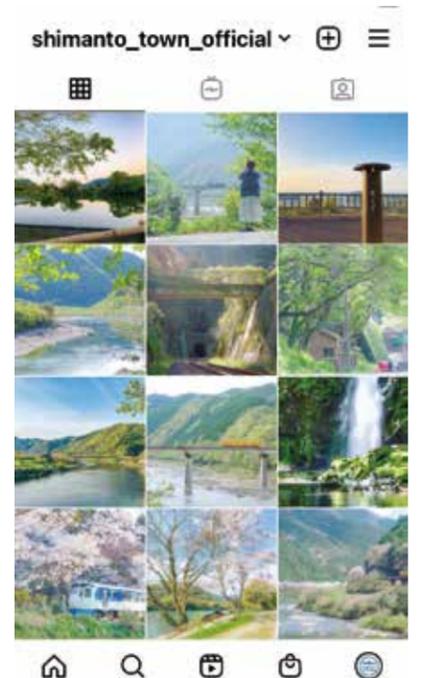
### この笑顔を、絶やさない。



四万十町公式Instagramにこんなコメントも！

もう40年も経ってしまいました。学生時代友達と二人で、ユーホステス巡りの旅で四国に行きました。早朝、誰もいない四万十川の畔で顔を洗い歌を歌いました。この写真はあの時の風景そのままです。自然は放っておくと荒れ放題になるものですから、美しい景色をそのまま維持されている皆さんに敬意を表します！

四万十町公式 Instagram



法人・個人事業主、  
農業者、漁業者  
の皆さまへ

対象が拡充されました  
「高知県営業時間短縮要請対応臨時給付金」

新型コロナウイルス感染症が拡大していることを受け、高知県が飲食店に対して営業時間短縮要請等を行ったことに伴い、事業活動に大きな影響を受けている方へ、高知県独自の給付金を給付します。

これまで売上の比較対象月が12月のみでしたが、**令和3年1月も対象**となりました。

既に12月分を申請・受給された方も1月分の申請が可能です。

<p><b>対象者</b></p> <p><b>個人事業主または法人</b> (農業者、漁業者も対象となります) 令和2年12月・令和3年1月の販売額が前年同月と比べて30%以上減少した方</p>	<p><b>給付額</b></p> <p><b>個人</b> 売上減少額が20万円/月のいずれか少ない方</p> <p><b>法人</b> 売上減少額が40万円/月のいずれか少ない方</p>
<p><b>申請方法</b></p> <p>申請には認定支援機関(四万十町商工会・JA高知県・高知県漁協など)または税理士から「<b>売り上げ減少などの証明書</b>」の発行を受ける必要があります。詳しくは事業別に下記までお問い合わせください。 ※詳細のチラシや申請書の用紙は高知県HP、四万十町役場町民課及び大正・十和地域振興局で入手できます。</p>	<p><b>申請期限</b></p> <p>≫ 5 / 31 (月)</p>

[お問い合わせ先]

商店などの方は、**四万十町商工会** ☎ 22-0465

農業者の方は、**高南農業改良普及所** ☎ 22-1126

漁業者の方は、**中央漁業指導所** ☎ 088-856-1164

税務課からのお知らせ

軽自動車税の減免について

障害者手帳や療育手帳などをお持ちで、一定の要件を満たす方は、軽自動車税の減免を受けることができます。なお、この減免については、普通車を含めて**1人1台**に限ります。

- 申請に必要なもの
- ≫ 自動車検査証(車検証)
  - ≫ 運転免許証
  - ≫ 身体障害者手帳等
  - ≫ マイナンバーが確認できるもの

⚠ **継続して減免を受けられる方へ**

昨年度に減免申請書を提出された方についても、毎年納期限までに申請が必要となります。関係書類を送付しますのでご確認ください。

減免申請期限(納期限) ≫ 5 / 31 (月)

令和3年度(令和2年度中所得)

所得証明の発行開始時期

給与特別徴収の方 ≫ 5 / 11 (火) から 普通徴収・年金徴収の方 ≫ 6 / 14 (月) から

[お問い合わせ先] 税務課 ☎ 22-3116

新型コロナウイルス  
ワクチン接種

Q&A

**Q1** 接種当日に必要なものを教えてください。

**A1** 接種券/本人確認書類/予約確認書(コールセンターから送られたもの)/予診票/お薬手帳をご持参ください。その他詳細は四万十町通信4月号または四万十町ホームページをご覧ください。

**Q2** 集団接種会場に駐車場はありますか？

**A2** 駐車場はありますが、台数に限りがあるため混雑が予想されます。**乗り合わせや公共交通など**でお越しいただきますようご協力をお願いします。

**Q3** 会場での簡単な流れを教えてください。

**A3**

- ① 体調と持参書類確認(受け付け)
- ② 予診票の確認・体温測定
- ③ 問診
- ④ ワクチン接種
- ⑤ 待機(体調確認)
- ⑥ 接種済証明書発行

**Q4** 事前に準備しておくことはありますか？

**A4** 接種部位が肩になるため、上着の下にTシャツを着てくるなど、**肩を出しやすい服装で接種会場へ**お越しください。なお、接触感染予防の観点から、老眼鏡が必要な方は各自ご持参ください。

**Q5** 接種当日、具合が悪い、もしくはやむを得ず行けなくなった場合はどうすればいいですか？

**A5** 個別接種当日、やむをえず行けなくなった場合は、予約した病院に連絡し、「行けなくなった」ことを伝えて、コールセンターに再度予約を取るようしてください。集団接種当日の場合はコールセンターに連絡してください。

☎ 088-855-5671

**Q6** 接種当日の注意点を教えてください。

**A6** **接種券・予約確認書・身分証明**(健康保険証、運転免許証、マイナンバーカードなど)になるものを忘れずご持参ください。接種券を忘れたら、接種券を再発行するのに時間がかかります。また、予約受付時間外に集団接種会場に来られた場合は、予約時間までお待ちいただきますので、**必ず予約時間を確認してお越しください。**

[お問い合わせ先]  
健康福祉課 ☎ 22-3115



接種券(シール)は  
はがさず、そのまま  
の状態接種会場へ  
ご持参ください。



# F R E S H E R S

Newly  
hired  
staff 



## 新規採用 職員紹介

# 2021

今年度新たに四万十町職員となった11名をご紹介します。



しももと なおや  
**下元 直也**

- 税務課
- 四万十町仁井田出身

生まれ育った四万十町で働けることを大変嬉しく思います。分からないことばかりですが、町民の皆様のお役に立てるように尽力していきます。よろしくお願いいたします。



まつした りえ  
**松下 理恵**

- 企画課文化的施設整備推進室
- 愛媛県出身

和歌山の大学を卒業後、6年前に地域おこし協力隊としてこちらにやってきました。好きなことは四万十川沿いを走ることやシュノーケリング、料理です。持ち前の向上心でまちづくりに向き合っていきますのでよろしくお願いいたします。



なかひら れいや  
**中平 伶弥**

- にぎわい創出課
- 四万十町大正出身

地元四万十町で働けることを大変嬉しく思います。まだまだ分からないことばかりですが、少しずつ勉強しながら努めていきたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。



おくざき つばさ  
**奥崎 翼**

- 国保大正診療所 看護師
- 須崎市出身

地域の方々が安心して治療が受けられるように、日々の業務を覚えて行きたいと思っています。ご迷惑をおかけすることも多々あるとは思いますが、よろしくお願いいたします。



いとう さやか  
**伊藤 沙也加**

- 国保大正診療所 看護師
- 四万十町茂串町出身

皆様の生活や健康をサポートできるように、精一杯頑張ります。慣れないことばかりで、ご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、四万十町の医療発展に貢献できるように、日々の業務に努めていきますので、どうぞよろしくお願いいたします。



たかはし けい  
**高橋 慶**

- 健康福祉課
- 四万十町神山町出身

地元である四万十町で働けることを誇りに思い、まだまだ分からないことばかりでご迷惑をかけることが多いと思いますが、一つ一つ積み重ね、一日でも早く皆様のお役に立てるように精一杯努力いたしますので、どうぞよろしくお願いいたします。



いばらき ほのか  
**茨木 萌愛**

- 農林水産課
- 四万十町東川角出身

この3月まで高知市内で働いており、久しぶりに地元で生活できることがとても楽しみです。到らない点も多々あるかと存じますが、日々一生懸命努力してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。



にしまつ みき  
**西松 美樹**

- 町民課
- 四万十町七里出身

地元である四万十町で働けることをとても嬉しく思います。四万十町がより暮らしやすく素敵な町となるよう精一杯頑張ります。まずは、仕事を一日でも早く覚えお役に立てるよう努力していきたいと思っています。よろしくお願いいたします！



まつもと きょうこ  
**松本 香子**

- 国保大正診療所 看護師
- 四万十町弘瀬出身

地域の方々が安心して医療を受けることができるように看護の質の向上に努めて参りたいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。



しみず ひろし  
**清水 浩史**

- 四万十荘
- 四万十町大正出身

私は運動が好きで、休日はランニングに出かけたり、自粛中も屋内でトレーニングをしています。この度、大好きな地元への採用も叶い、日々研鑽を重ねていく所存です。至らないところも多々あるとは思いますが、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。



ふじた しょうや  
**藤田 翔矢**

- 窪川壮
- 四万十町松原出身

前職では病院で働いていました。まだまだ分からないことばかりですが皆様の役に立てるように精一杯頑張ります。どうぞよろしくお願いいたします。

# 四万十町の人事異動

〔令和3年4月1日付（ ）内は旧〕

会計管理室	主事兼出納員（総務課主事）山口百華
議会事務局	次長（農林水産課農業担い手支援係長）正岡静江
監査委員事務局	〔兼〕次長 正岡静江
学校教育課	課長兼窪川学校給食センター所長兼大正学校給食センター所長兼十和学校給食センター所長（高知県後期高齢者医療広域連合）岡英祐 総括主幹兼学校教育係長（十和地域振興局地域振興課総括主幹兼企画産業係長）川下房代 主事（にぎわい創出課主事）武田晶大
生涯学習課	副課長兼社会教育係長兼社会体育係長兼文化振興係長兼少年補導センター次長兼企画課文化的施設整備推進室総括主幹（副課長兼社会教育係長兼社会体育係長兼文化振興係長兼少年補導センター次長）味元伸二郎 主幹兼図書館副館長兼美術館副館長兼企画課文化的施設整備推進室主幹（町民課戸籍住民票係長）宮本美智 主査（建設課主査）三浦一平 主任（企画課主任）森文哉
学校給食センター	窪川学校給食センター主査兼大正学校給食センター主査兼十和学校給食センター主査（再任用）植村有三
農業委員会事務局	次長（十和地域振興局地域振興課副課長兼総務防災係長）杉本孝成 主任（生涯学習課主任）森本太貴
選挙管理委員会事務局	〔兼〕書記 岡正也 〔兼〕書記 福永真帆
派遣	高知県子ども・子育て支援課（高知県中央東福祉保健所）中村晶子

【大正地域振興局】	
地域振興課	局長兼課長（副課長兼総務防災係長兼四万十高校振興対策監）北村耕助 副課長兼総務防災係長兼四万十高校振興対策監（農業委員会事務局次長）林和利 企画産業係長（主幹）真城和也 主査（企画課四万十川振興室主査兼企画課主査）坂東恭平
町民生活課	副局長兼課長（副課長）田邊真司 副課長（大正地域振興局地域振興課総括主幹兼企画産業係長兼出納員）芝あゆみ 主査（農林水産課林業振興室主査）田邊一起 主事兼出納員（主事）岡田聖矢
国保大正診療所	所長（横浜市立市民病院）筒井崇 総括主幹（高齢者支援課副課長兼高齢者福祉係長兼介護保険係長）浜田早苗 主任看護師（看護師）土居由美 主任看護師（国民健康保険十和診療所看護師）岡村恭子 主任看護師兼国民健康保険十和診療所主任看護師（看護師）恩地千種 看護師（国民健康保険十和診療所看護師）近森英子 看護師（新規採用）奥崎翼 看護師（新規採用）伊藤沙也加 看護師（新規採用）松本香子 看護師（再任用更新）伊藤浩史
選挙管理委員会事務局	〔兼〕書記 真城和也

【十和地域振興局】	
地域振興課	副課長兼総務防災係長（主幹）上川優 建設係長（建設課主幹）久保隆幸 企画産業係長（健康福祉課主幹）都築桂 主任（健康福祉課主任）小松結衣
町民生活課	主査兼出納員（学校教育課主査）萩原隆一 主幹兼保健師（健康福祉課主幹兼保健師）中澤さち
国保十和診療所	所長（高知県医療政策課）吉村彰人 総括主幹（生涯学習課総括主幹兼図書館副館長兼美術館副館長）竹内由美 理学療法士兼国民健康保険大正診療所理学療法士（理学療法士）長森誠二 看護師（国民健康保険大正診療所看護師）近藤すみれ
選挙管理委員会事務局	〔兼〕書記 岡本宰 〔兼〕書記 小松結衣

【本庁】	
政策監（まちづくり・文化的施設整備推進担当）兼企画課まちづくり推進室長	（政策監兼企画課まちづくり推進室長）大元学
総務課	副課長（副課長兼管財契約係長）佐竹雅人 管財契約係長（農林水産課林業振興室長）多賀啓一 主査（農林水産課主査）岡村彩世 主査（税務課主査）岡正也 主任（生涯学習課主任）松田佐穂
危機管理課	課長（町民課副課長兼見付町民館長兼年金子ども手当係長）西岡健二 副課長兼地域安全係長兼消防防災係長（農林水産課副課長兼農地係長兼農業水産振興係長）戸田ゆかり
企画課	課長兼人材育成推進センター所長（危機管理課長）川上武史 副課長兼地域振興係長（農村地域活性化複合施設所長兼人材育成推進センター次長）武田正人 情報推進対策監（総括主幹兼広報情報係長）坂本仁 総括主幹兼広報情報係長（国民健康保険大正診療所総括主幹）味元加奈 企画調整係長（主幹）水田直哉 主任（大正地域振興局町民生活課主任兼出納員）住吉聡 まちづくり推進室主任（高齢者支援課主任）河原一郎 四万十川振興室主任兼企画課主任（建設課国土調査推進室主任）坂山陸 文化的施設整備推進室主査（生涯学習課主査）西尾洋亮 文化的施設整備推進室主任（新規採用）松下理恵
人材育成推進センター	農村地域活性化複合施設所長兼次長（主幹）横山光一 主査（総務課主査）吉村愛
税務課	課長（建設課長兼国土調査推進室長）吉岡範満 副課長兼納税係長（副課長兼納税係長兼税務係長）戸田太郎 総括主幹兼資産税係長（国民健康保険十和診療所総括主幹）林誠 税務係長（主幹）中川貴之 主任（総務課主任）田中翔太 主事（町民課主事）谷岡杏葉 主任（新規採用）下元直也
町民課	副課長兼見付町民館長兼年金子ども手当係長（学校教育課学校教育係長）小島由実 戸籍住民票係長（にぎわい創出課地産外商室主幹）岡崎明日香 主事（会計管理室主事兼出納員）岡本実玖 主事（新規採用）西松美樹 主査（再任用更新）中村裕子
健康福祉課	副課長兼地域福祉係長（地域福祉係長）輝平孝 副課長兼母子保健福祉係長（保健福祉係長）小松充 健康推進係長（企画課主幹）片岡真由子 総括技幹兼保健師（十和地域振興局町民生活課総括技幹兼保健師）中屋綾子 主事（町民課主事）中原凜 主事（新規採用）高橋慶 主査（再任用更新）野村和弘 主査（生涯学習課主査（再任用更新））宮崎淑子
高齢者支援課	副課長兼高齢者福祉係長兼介護保険係長（企画課副課長兼企画調整係長兼地域振興係長）福留宏知
農林水産課	副課長兼農業政策係長兼農業水産振興係長（副課長兼農業政策係長）高橋亮 農業担い手支援係長（主幹）中平英徳 農地係長（主幹）坂本克久 主査（大正地域振興局町民生活課主査）桑瀬正一 主事（生涯学習課主事）竹本将太 主事（新規採用）茨木萌愛 林業振興室長（税務課副課長兼資産税係長）山本英明 林業振興室主査（企画課まちづくり推進室主査）中村良輔
にぎわい創出課	課長（副課長兼地産外商室長）小笹義博 副課長（副課長兼地場産業推進係長）武井秀樹 副課長兼地産外商室長（地産外商室次長）佐竹仁美 副課長兼交流促進係長兼移住定住係長（交流促進係長）田辺俊輔 地場産業推進係長（農業委員会事務局主幹）田中淳一郎 主査（総務課主査）谷岡美希 主査兼企画課文化的施設整備推進室主査（主査）嶋岡茉美 主事（新規採用）中平伶弥 地産外商室次長（主幹）森田工 地産外商室主査（十和地域振興局町民生活課主査兼出納員）伊藤亜衣 地産外商室主事（税務課主事）松井一晟
建設課	課長（副課長兼建築住宅係長）竹内幸喜 副課長兼建設総務係長（副課長兼建設総務係長兼土木係長）下元敏博 副課長兼建築住宅係長（危機管理課副課長兼地域安全係長兼消防防災係長）橋本剛臣 総括技幹兼土木係長（十和地域振興局地域振興課総括技幹兼建設係長）宮地貴章 主査（環境水道課主査）下園康平 主任技師兼企画課文化的施設整備推進室主任技師（主任技師）松下陽介 主事（十和地域振興局町民生活課主事）伊藤涼大 国土調査推進室長（主幹）笹岡真之 国土調査推進室主事（町民課主事）島崎真太郎
環境水道課	課長（総務課副課長）小嶋二夫 主事（税務課主事）沖野千尋

## 四万十町職員(専門職)採用選考試験実施

### ■ 職種／採用予定人数／受験資格

**助産師 1人** 助産師の資格を有する人、または令和4年3月末日までに資格取得が見込まれる人で昭和51年4月2日以降に生まれた人。

**看護師 若干名** 看護師、准看護師の資格を有する人、または令和4年3月末日までに資格取得が見込まれる人で昭和51年4月2日以降に生まれた人。また、採用後に特別養護老人ホームまたは診療所において2交代勤務ができる人。

**建築技術職 1人** 一級建築士または二級建築士の資格を有する人、建築関係で3年以上の実務経験を有する人で、昭和51年4月2日以降に生まれた人。

※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。

### ■ 受付期間

5/10(月) >>> 6/4(金) ※土・日・祝日を除く。  
 8:30 - 17:15 (12:00 - 13:00 までの時間を除く)  
 郵送による申込みは、6月4日(金) 17:15までに到着したものは有効です。

### ■ 受付場所

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

### ■ 試験の日時／場所

7/11(日) 8:40 から 四万十町琴平町16-17  
 四万十町役場東庁舎1階 多目的大ホール

### ■ 試験実施要領等の交付・受験申込方法

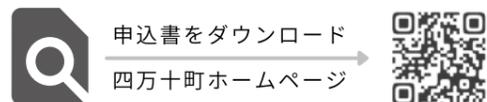
試験実施要領・申込書等は、四万十町役場総務課、大正地域振興局地域振興課、十和地域振興局地域振興課で交付します。郵便で請求される場合は、宛先を明記した返信用封筒(長形3号、94円切手貼付)および受験希望職種、連絡先(電話番号)を明記した書面を同封のうえ、封筒の表面に「受験申込書請求」と記載して、四万十町役場総務課人事担当宛にて請求してください。また、四万十町のホームページにも掲載していますので、ご利用ください。

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

- ・受験申込は、1つの職種に限ります。
- ・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。



[お問い合わせ先]  
 〒786-8501 高知県高岡郡四万十町琴平町16-17  
 四万十町役場総務課人事担当 ☎22-3111

# 四万十町の人事異動

【保育所】	
見付保育所	所長(興津保育所長) 榎本多美子
東又保育所	主任保育士(昭和保育所主幹兼保育士) 平野元直
興津保育所	所長(総括主幹兼主任保育士) 長森真智 主任保育士(主幹兼保育士) 武田典代 主幹兼保育士(北ノ川保育所主幹兼保育士) 澤村華奈
認定こども園たのたの	園長兼大正地域子育て支援センター所長(小鳩保育所長) 門田清子 保育教諭(小鳩保育所保育士) 門脇綾 保育教諭(再任用更新) 山本恵美
北ノ川保育所	保育士(認定こども園たのたの保育教諭) 山本悠介
小鳩保育所	所長(昭和保育所長兼十和地域子育て支援センター所長) 中平治子 保育士(見付保育所保育士) 濱崎麻衣
昭和保育所	所長兼十和地域子育て支援センター所長(見付保育所長) 林絹
窪川地域子育て支援センター	総括主幹兼主任保育士(東又保育所総括主幹兼主任保育士) 佐竹美也

【特別養護老人ホーム】	
窪川荘	事務長兼施設長(議事事務局次長兼監査委員事務局次長) 三宮佳子 看護師(特別養護老人ホーム四万十荘看護職員) 横山由美 介護福祉士(新規採用) 藤田翔矢
四万十荘	看護師(特別養護老人ホーム窪川荘看護職員) 多賀さつき 介護福祉士(新規採用) 清水浩史 主査(再任用) 川村裕之

【退職】	
武田枝里(窪川学校給食センター所長兼大正学校給食センター所長兼十和学校給食センター所長) 芝ゆみ(認定こども園たのたの園長兼大正地域子育て支援センター所長) 松田好文(税務課長) 左脇美枝(健康福祉課副課長兼健康推進係長) 山本安弘(大正地域振興局長兼地域振興課長) 植村有三(にぎわい創出課長) 川村裕之(特別養護老人ホーム事務長兼窪川荘施設長) 西谷典生(学校教育課長) 山本康雄(企画課長兼人材育成推進センター所長) 佐々木優子(大正地域振興局副局長兼町民生活課長) 武内伸介(環境水道課長) 高瀬直史(にぎわい創出課移住定住係長) 入吉宏紀(国民健康保険大正診療所長) 濱川公祐(国民健康保険十和診療所長) 佐々木由生子(国民健康保険大正診療所看護師) 芝美智(国民健康保険大正診療所看護師) 津末和宏(危機管理課主査(再任用)) 左脇淳(大正地域振興局地域振興課主査(再任用))	

**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!

**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

高知知財窓口 検索 運営機関: 一般社団法人高知県発明協会  
 (独) 工業所有権情報・研修館事業

訪問支援可 相談無料 秘密厳守

お気軽にご相談ください

営業秘密、著作権、秘密保持契約などのご相談も

工業所有権情報・研修館



# 自力で禁煙を成功させるための

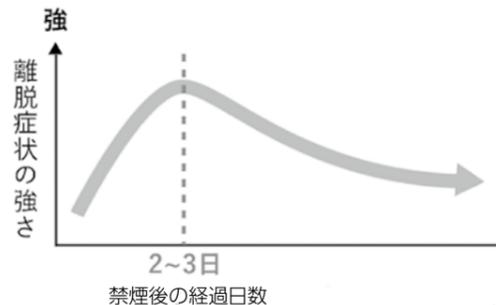
## 4つのポイント



### 1 禁断症状のピークを知る

禁煙後は離脱症状が出るのがよくあります。

- タバコを吸いたい
- イライラ・そわそわ
- 物足りなさ・口さみしさ
- 眠気や頭痛
- だるさ など



体内のニコチンは約3日で抜けるため、この時期が禁断症状のピークになります。個人差はありますが、その後2週間を目安にゆっくりと脱離症状が改善していきます。この山を乗り越えるために、禁煙に向けた準備をしましょう。

### 2 成功しやすい方法に取り組む

- ① 禁煙開始の日を決め、一気に開始する
- ② 一定の脱離症状を覚悟する
- ③ 吸いやすい「行動」をしない（タバコを吸っていた場所に行かない、飲酒やコーヒーを控えるなど）
- ④ 吸いやすい「環境」をつくらない（タバコやライターを捨てる、買っていた場所に行かない）
- ⑤ 吸いたくなったら「代わりのこと」をする  
(水やお茶を飲む、体操や運動をする、食後はすぐに歯磨きする、深呼吸するなど)

### 3 うまくいかないことはしない

- ① 軽いタバコに変えない
- ② 徐々に本数を減らさない
- ③ 加熱式タバコに変えない
- ④ うまくいき始めたときに「1本くらいなら」と吸わない

### 4 自力で禁煙したいけど、なかなかやめられないときは、禁煙外来を受診してみることもおすすめ。町内では、大正診療所にあります。（診療時間などは事前にご確認ください）

【お問い合わせ先】 健康福祉課 ☎22-3115



## 在宅介護手当について

四万十町では、在宅で常時介護を要する寝たきりや重度の認知症の方を介護している方の労をねぎらい、在宅福祉を推進するため、在宅介護手当を支給しています。

**対象者** | 四万十町に住所を有する重度の要介護者を、3か月以上在宅で介護している方

「重度の要介護者」とは、要介護2～5で寝たきり、もしくは日常生活に支障をきたす症状のある認知症の方が該当になります。

- ① 寝たきりの場合… 移動、食事、着替え、入浴および排泄に介護を要する状態の方
- ② 認知症の場合… 被害妄想やひどい物忘れなど、日常生活に支障をきたすような認知機能低下の症状が見られる方

**支給額** 月額 2万円 **支給月** 4月、7月、10月、1月

具体的には、詳細な基準があります。担当ケアマネジャーまたは地域包括支援センターまでご相談ください。手当の支給対象となるか訪問調査を行い、審査、決定します。

【お問い合わせ先】 四万十町地域包括支援センター ☎22-3385  
四万十町地域包括支援センター西部支所 ☎27-1212

## 令和2年度 入札結果 (令和3年3月実施分)

工事名など	工事場所など	落札業者名	契約金額 (円)	入札日	工期
令和2年度 お試し滞在住宅(大正)新築工事	大正	(株)田邊建設	14,300,000	3/4	3/11~3/31
令和2年度 お試し滞在住宅(小野)新築工事	小野	芝建築	16,885,000	3/4	3/11~3/31

※ 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。

## 国際交流員 お別れのあいさつ



四万十町民の皆さま！アンニョンハセヨ！韓国からの国際交流員キム・ヘミンです。

四万十町では5年間働き、4月10日をもって卒業します。20代の半分を四万十町で過ごし、私の人生の中では忘れられない大事な経験をしました。職場を含め、プライベートでも優しい方々と出会い、幸せな思い出をたくさん作りました。

韓国語教室で出会った生徒の皆さま！皆さんの優しさに甘えながら、心から楽しんで授業をしました。未熟な私を先生と呼んでいただき、そのお気持ちに応えられる人になりたくて、毎回頑張りました。本当に感謝してもしきれません。

無縁の所であった四万十町が、今は第二のふるさとになりました。ここでの経験を活かし、これからは関西で新しく出発しようとしています。また四万十町に遊びに来る日を楽しみにしております。

四万十町の皆さま、また、いつも快くサポートしてくださった教育委員会の皆さま、ありがとうございました。5年間本当にお世話になりました。

あなたは大丈夫？

ビタミンD

亜鉛

骨を丈夫にし、免疫力

UP!

### 不足しがちな栄養素を意識しよう！

近頃、不足しがちな栄養素であるビタミンDと亜鉛が、骨を丈夫にし、免疫向上につながることで注目されています。ビタミンDは、干しいたけや海藻類、魚肉などに含まれ、紫外線により生成されることから、1日20分～30分程度のウォーキングなどの日光浴が効果的といわれています。亜鉛は、牡蠣や牛肉、ウナギなどに含まれ、味覚やアレルギー、美肌にも効果があるといわれています。普段の食事から、感染予防、骨強化対策をしていきたいですね。

※サプリメントから摂取する際は、かかりつけの医師、薬剤師に相談してください。



5月の健康無料相談  
2日・9日・23日・30日

お気軽にご相談ください

【お問い合わせ先】  
調剤薬局技術センター 岡島千紗  
☎22-1000

## 健康診査・がん検診

内容	日付	時間	場所	お問い合わせ	
子宮頸がん・乳がん検診	5/11 (火)	9:00～11:00 (受付時間)	昭和地区基幹集落センター	十和町民生活課 ☎28-5112	
		13:30～15:30 (受付時間)	十和体育館		
結核・肺がん、胃がん、大腸がん 特定健診(後期高齢者健診)	5/20 (木)	8:30～9:30 (受付時間)	古城体育館		
		13:30～14:00 (受付時間)	戸川生活改善センター		
結核・肺がん、胃がん、大腸がん 特定健診(後期高齢者健診)	5/21 (金)	8:30～9:30 (受付時間)	十和体育館		
		13:30～14:00 (受付時間)	大道体育館		
結核・肺がん、胃がん、大腸がん 特定健診(後期高齢者健診)	5/26 (水)	8:30～10:00 (受付時間)	大正健康管理センター		大正町民生活課 ☎27-0112
	5/27 (木)				
結核・肺がん、胃がん、大腸がん 特定健診(後期高齢者健診)	6/2 (水)	7:30～9:30 (受付時間)	影野町民会館		健康福祉課 ☎22-3115
		7:30～9:30 (受付時間)	仁井田町民会館		
結核・肺がん、大腸がん 特定健診(後期高齢者健診)	6/3 (木)	13:30～14:30 (受付時間)	志和コミュニティセンター		

医

からだにいいはなし

運動は身体能力だけでなく、メンタルヘルスを改善させる

コロナ禍で不安やストレスを感じることが多いなかで、心と体の健康をどのように維持していけばよいのでしょうか。運動は不安やストレスを軽減し、メンタルヘルスを良好にする、もつとも効果的な手段になります。ピラティスやウォーキング・筋トレなどの運動を行うと、血糖値や血圧が改善する。習慣として毎日30分から1時間(最低でも週2回2時間以上)続けると、心血管疾患、脳卒中、2型糖尿病、肥満、腎臓病、がんなどによる死亡リスクが減少することが知られています。

逆に、運動不足はさまざまな病気の要因になったり、メンタルヘルスを悪化させる要因になります。

うつ病の薬物療法や認知行動療法で十分に効果を得られなかった患者さまでも、運動によりうつ病の症状が改善することが多くみられます。

たった30分のウォーキングによって、気分が良くなり、ストレスが減り、多くの効果を得られます。気持ちが晴れない憂うつな気分になっているときこそ、運動をするべきではないでしょうか。

病気の予防のためや、患者さまの健康状態がさらに良くなるように、最近では、保健指導や生活指導に携わる医療スタッフの中で、ピラティスやヨガなど取り入れた運動療法の訓練を受けた指導者が増えてきました。

通院して治療を受けている患者さまの中には、病状が進行して、運動が制限されるケースもありますが、それでも可能な範囲で、毎日の生活の中に積極的に運動を取り入れることが望ましいでしょう。

主治医と話し、どのような運動をどれだけ行おうと良いか、相談なさってください。

ストレス解消のおはなし



## Child 子育て通信

健診・相談	日付	時間	場所	お問い合わせ
4・7か月健診	5/19 (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
3歳6か月健診	5/26 (水)	対象者に個別通知	四万十町役場東庁舎	
赤ちゃん相談	5/12 (水)	13:30～16:00	窪川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
	6/2 (水)			
母乳相談	5/18 (火)	9:30～11:30	大正地域子育て支援センター	
	6/17 (木)		十和地域子育て支援センター	

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

## 5月は赤十字運動月間です

日本赤十字社高知県支部は、災害発生時の医療救護活動のほか、平時には命を救う救急法の普及などの人道的活動に取り組んでいます。

これらの活動は、国や県からの公的資金によらず皆様からお寄せいただく活動資金によって支えられています。

本年も、「災害からいのちを守る赤十字」の活動にご理解いただくとともに、赤十字活動資金へのご協力をお願いいたします。



### お問い合わせ先

日赤高知県支部高幡地区  
四万十町分区分  
(健康福祉課 ☎22-3115)

## 会社を辞めた時は国民年金への加入手続きが必要です

会社を退職された時は、厚生年金から国民年金への切替手続きが必要です。

手続きをお忘れのままですと、その期間が未納となり、もしもの時に障害年金や遺族年金がもらえない等の不利益が生じます。

●退職した日がわかる書類

●本人確認書類

をお持ちのうえ、お早めの手続きをお願いします。

### お問い合わせ先

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

## 出張年金相談所開設

本年度は、6月2日(水)と12月1日(水)に出張年金相談所が開設されます。

相談を希望される方は、事前に高知西年金事務所へ予約をお願いします。

### ご予約・お問い合わせ先

高知西年金事務所  
☎088-875-1717

- 大正地域振興局 1階閲覧所
- 十和地域振興局 1階閲覧所
- 興津出張所閲覧所

### 意見の提出方法

- ①各閲覧所に設置している意見箱による投函
- ②郵送 〒786-8501 高知県高岡郡四万十町琴平町 16-17 四万十町役場 危機管理課 あて
- ③メール 102000@town.shimanto.lg.jp
- ④FAX 22-3123
- ⑤直接提出 役場本庁西庁舎 3階 危機管理課まで

### お問い合わせ先

危機管理課 ☎22-3280

## 募 保健師の会計年度任用職員を募集

### 必要資格等

保健師資格を有する方

### 年齢：問いません

時給：984円～1,201円

### 勤務形態

7時間勤務 / 月21日  
(任命権者が定める時間)

### 手当

期末手当・通勤手当・時間外勤務手当など、対象となる手当を支給します。

### 勤務先

大正地域振興局 町民生活課

### 業務内容

母子保健業務、健診業務など

### 募集人員：1名

### 受付期間

6月1日(火)～6月30日(水)  
【土・日・祝日などの閉庁日を除きます】

### 登録名簿の有効期間

令和3年7月1日(木)～  
令和4年6月30日(木)

### 申込方法

申込書・履歴書に必要事項を記入し、保健師免許取得のわかるものの写しを添付して大正地域振興局町民生活課まで提出してください。

### 選考の方法

選考は書類および面接とし、面接日などについては追って連絡します。

### 申込・お問い合わせ先

大正 町民生活課 ☎27-0112

## 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。

## 募 町営住宅入居者募集

▶募集戸数：8戸

### 募集住宅

北琴平第1団地・2DK(窪川)、大正南町第1団地・2LDK(大正)、大正新町団地・3DK(大正)、大正南町第3団地・1DK(大正)、大正城山ハイツ(大正)・3DK、久保川団地・3DK(十和)、十川鍋谷団地・1DK(十和)

### 申込受付期限

5月31日(月) 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

## 募 四万十町国土強靱化地域計画(案)への意見募集

大規模自然災害が多発する中、近年、事前の備えの重要性が高まっています。本町においても、来たるべき南海トラフ巨大地震に備え、発災時に機能不全に陥らないよう、致命的な被害を負わせない強さと、速やかに回復するしなやかさを目指す施策を計画的に推進するため、本計画を策定することとしました。

このたび、その素案を作成しましたので、皆さまのご意見を募集します。

### 募集期間

5月6日～6月3日(木)

### 資料の閲覧方法

- ①町ホームページ
- ②各閲覧所
  - 本庁西庁舎 1階閲覧所

## 休日在宅当番医

5/16(日)	大西病院	☎22-1191
5/23(日)	くぼかわ病院	☎22-1111
5/30(日)		
6/6(日)		
6/13(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
6/13(日)		

⚠ 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

## 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 山本 安弘

内容	日時	場所	お問い合わせ先
1日行政相談【大正】	6/1(火) 10:00～12:00	大正地域振興局 2階 応接室	大正地域振興局 ☎27-0111
1日行政相談【十和】	6/1(火) 13:00～15:00	十和地域振興局 2階 第2会議室	十和地域振興局 ☎28-5111
1日行政相談【窪川】	6/8(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
	7/13(火) 10:00～15:00		
人権相談【窪川】		農村環境改善センター 2階 第1会議室	町民課 ☎22-3117
人権相談【大正】	6/1(火) 10:00～15:00	大正地域振興局 2階 小会議室	大正地域振興局 ☎27-0111
人権相談【十和】		コミュニティセンターとおわ(十和地域振興局内)	十和地域振興局 ☎28-5111

## 休日水道修理当番

5/15(土)	高橋設備	☎22-0662
5/16(日)	桑原水道	☎22-1163
5/22(土)	横山建材店	☎22-3608
5/23(日)	岩本商店	☎22-2716
5/29(土)	日化住宅機器	☎22-0407
5/30(日)	宮脇水道	☎22-1581
6/5(土)	高橋設備	☎22-0662
6/6(日)	桑原水道	☎22-1163
6/12(土)	横山建材店	☎22-3608
6/13(日)	岩本商店	☎22-2716



## 興津中学校閉校 74年の歴史に幕を下ろす

興津中学校は、昭和22年の創立以来74年の歴史を刻み、2135名の卒業生を送り出してきましたが、少子化などの影響により、令和2年度末をもって閉校し、令和3年度から窪川中学校へ統合となりました。3月28日には、興津中学校の生徒や先生をはじめ、興津小学校の児童や地域の方々約100人が出席し、閉校式が行われました。式典では、生徒が防災学習の成果を発表するなど思い出に残る閉校式となりました。閉校式終了後には「輝」と刻まれた記念碑の除幕式が行われ、参加者は興津中学校の閉校を惜しみながら、感慨深く記念碑の完成を祝いました。

この閉校記念事業にご尽力いただきました皆さま方に心より感謝申し上げます。歴史と伝統のある興津中学校の閉校は大変寂しいことですが、同時に子ども達にとっては新しいスタートとなります。これからも地域の皆さまには、子どもたちを温かく見守っていただきますようお願いいたします。

四万十町教育委員会



動画でもご覧いただけます▶



▼高南・土佐 SBC の選手たち



▼四万十ワイルドボーイズの選手たち



## 子ども会新人ソフトボール大会 5年生以下による新人戦開催

3月14日、窪川運動場多目的広場で四万十町子ども会新人ソフトボール大会が開催されました。この大会は5年生以下の編成による新人戦で、今回は県内から8チームが参加しました。6年生が抜けても、今季の開幕戦は熱気あふれる大会になりました。

### 結果

- 優勝 高南・土佐 SBC
- 準優勝 四万十ワイルドボーイズ
- 第3位 梶原ファイターズ JSC
- 第3位 大月ソフトボール子ども会



▲大会の様子

## Event

### 家地川地域活性化拠点 施設 内覧会開催



旧家地川小学校の統合（閉校）に伴い、家地川小PTA及び家地川小校区民と町教育委員会の間で合意した確認書の「地域の活性化については、今後も関係各課も交えて検討する」に基づき、協議してきた経緯や、校舎活用に関する地域の動き・意向等も踏まえ、旧家地川小学校を改修しました。その内覧会を、下記のとおり開催します。

#### 施設の概要

- 1階 ●集落機能の維持や地域活性化のための地域コミュニティ施設（＝集落活動センター）
- 2階 ●町内での需要や、立地条件・地域特性を生かした簡易宿泊施設として整備。地域の活性化・雇用創出とあわせて、宿泊者の受入（増加）による地域経済への波及や、町のPRと交流・関係人口（観光客やふるさと納税など）の拡大、担い手（労働力）の確保、移住定住人口の増加、新たな事業展開（ドローン講習会の会場など）につなげる。

▶日時：5月22日（土）10:00～15:00  
※雨天決行

▶場所：家地川地域活性化拠点施設  
（旧家地川小学校）

▶お問い合わせ先  
企画課 ☎22-3124

### わたしの好きな 今西中通展

四万十町出身の画家 今西中通の絵画展。収蔵作品の中から今西中通の作品を厳選し、「わたしの好きな今西中通展」と題して、水彩とデッサン画を中心に約30点展示する。

#### 開催期間

4月27日～6月11日（金）

▶入館料：一般 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など）を提示する65歳以上の方は無料。]

▶休館日：月曜日・祝日

※最終日は午後4時まで

▶お問い合わせ先

四万十町立美術館 ☎22-5000

### 高知県総合防災訓練・ 地域防災フェスティバル



大規模災害を想定し、消防車やヘリコプターなどを使った総合防災訓練を実施。

会場内では、起震車体験や住宅の耐震相談コーナー、飲食ブースなどもあります。ぜひご参加ください。

▶日時：5月30日（日）10:00～15:00  
※雨天決行

▶場所：須崎市神田の商業施設周辺他

▶お問い合わせ先

高知県庁 危機管理部  
危機管理・防災課  
☎088-823-9320

### 令和3年経済センサス 活動調査

5月中旬より、「令和3年経済センサス活動調査」を実施します。これは、本年6月1日時点における日本経済の「今」を知るため、全国すべての事業所・企業を対象に行う国の重要な調査です。ご協力をよろしくお願い致します。

#### 調査票配布時期

令和3年5月中旬～下旬の間に調査員が配布します。

#### 回答方法

インターネット・調査票を郵送・調査票を調査員に提出

#### お問い合わせ先

企画課 ☎22-3124

### 桂三若 落語会 in 四万十町



会にいけない落語家「桂三若」が笑いを届けに四万十町にやってくる!

▶日時：7月10日（土）14:00～

▶場所：窪川四万十会館

▶出演：桂三若、ツーライス、他

▶料金：一般 2,000円

▶お問い合わせ先

窪川四万十会館 ☎22-4777

### アンデパンダン展(絵画の部) 作品募集! 搬入日: 6月18日(金)・19日(土)

参加型展覧会、アンデパンダン展(絵画の部)を6月から開催します。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。

▶出品資格：四万十町内在住者、四万十町出身者、現在四万十町内に勤務している方、および通学している高校生以上の方。また、四万十町に縁のある方

▶展覧会開催期間：6月26日(土)～8月6日(金)

※応募作品の規定などにつきましては、美術館に開催要項がありますのでご連絡ください。

▶お問い合わせ先 四万十町立美術館 ☎22-5000

作品、  
お待ちしております!



## 令和2年度教育委員会表彰 団体7団体、個人13名が受賞

四万十町教育委員会では1年間で教育・学術・文化・技芸・スポーツなどの振興発展に貢献し、その功績が他の模範として推奨できる学校や団体、個人などを表彰します。令和2年度は、団体7団体、個人13名が受賞しました。授賞式については3月24日に四万十町役場で行われ、受賞者の方には表彰状と記念品の楯が贈られました。受賞者の皆さま、受賞おめでとうございます!!

### 受賞者一覧 (敬称略)

#### 団体

##### ■ 奨励賞

###### 川口小学校

令和2年度 歯・口の健康に関する図画・ポスター並びに啓発標語コンクール 優秀校

###### 志和活性化協議会新聞部会

2012年から年2回「志あ和せだより」を出版しており、地域の生活を中心に、志和の歴史、文化、防災等に密着した記事、写真が地元をはじめ、多くの読者にほのぼのとした感動を与えてくれる地元紙であり、その実績が評価された。

##### ■ 功績賞

###### 大正中学校ソフトボール部

第74回高知県中学校総合体育大会 ソフトボールの部 優勝

###### 窪川中学校男子ソフトボール部

第26回四国中学生ソフトボール新人男子大会 優勝 他

###### 高南・土佐 SBC

第14回全日本小学生春季ソフトボール大会 県予選 優勝

##### ■ 功労賞

###### 興津小学校

令和2年度 1・17防災未来賞「ぼうさい甲子園」 URLレジリエンス賞

###### 興津中学校

令和2年度 1・17防災未来賞「ぼうさい甲子園」 奨励賞 他

#### 個人

##### ■ 奨励賞

###### 野中海晴 (窪川小)

全国小学生陸上交流大会高知県予選大会 男子コンバインドA 第2位 (5年生県新記録)

###### 正岡璃子 (窪川小)

全国小学生陸上交流大会高知県予選大会 女子コンバインドA 第2位 (県新記録)

##### ■ 功績賞

###### 河上美来 (川口小)

令和2年度歯・口の健康に関する図画・ポスター並びに啓発コンクール 高知県知事賞

###### 大西陽菜乃 (川口小)

令和2年度歯・口の健康に関する図画・ポスター並びに啓発コンクール 高知県知事賞

###### 窪田百華 (川口小)

高知県陸上競技ランキング 小学生女子5年生走り幅跳び 第1位

###### 小嶋一平 (興津小)

第70回全国小・中学生作文コンクール中央審査 小学校高学年の部 読売新聞社賞 他

###### 竹添珠央 (興津小)

第29回大原富枝賞 小学生の部 最優秀賞 他

###### 戸田あかり (土佐女子中)

第71回こども県展 書道の部 こども県展賞

##### ■ 功労賞

###### 福永宇宙

プロボクシング全日本新人王 (スーパーバンタム級)

###### 武田弘子

第20回中四国詩人賞 詩集「めぐり会う瞬間」

###### 島岡幹夫

第23回日本自費出版文化賞 地域文化部門 部門賞 著書「生きる - 窪川原発阻止闘争と農の未来 -」

###### 岡本利一郎

万山十川開拓団での暮らしや引揚体験を基に語り部として多くの方々に平和の尊さを伝えてこられた。「田んぼの先生」として30年間にわたり米作りの指導に尽力された。

###### 林一将

四万十町立図書館協議会会長 (平成8年~令和2年) 他 歴任

長きにわたり図書館活動に尽力され、四万十町の文化振興に寄与された。



## 第13回四万十川桜マラソン 四国4県限定大会開催される

「第13回四万十川桜マラソン四国4県限定大会」を3月28日に開催しました。今大会は新型コロナウイルス感染症の観点から参加資格を四国4県に限定し開催いたしました。四国4県から1,468名の申込みがあり、大会当日は1,331名が参加し、新型コロナウイルス感染対策を講じての大会運営でしたが、無事大会を終えることができました。この日はあいにくの雨となり、ランナーにとっては決して良いコンディションとはいえない状況でしたが、コース内の桜並木、四万十川の雄大な流れや自然風景を真近で感じてもらったり、心のこもった沿道の応援などランナーに歓迎の心でおもてなしすることができました。また、ゴール会場では四万十町婦人会の皆さんが早朝より各地域で作っていただいたおもてなし弁当をランナーに配布していただきました。コロナ禍での大会開催でしたが、ご参加いただいたボランティアサポーターの皆さま、ご協力いただいた関係企業の皆さま、ありがとうございました。



## 高南・土佐 SBC 全国大会にて大健闘!

高知県勢としては春、初のベスト16入り!

第14回全日本春季小学生ソフトボール大会が3月27日から山口県山口市にて開催され、県代表として出場した高南・土佐 SBC が春の全国大会では、県勢初のベスト16入りを果たしました。1回戦は埼玉県代表を9対1、2回戦では鹿児島県代表を12対3で破りましたが、続く3回戦の山口県代表との対戦では3対11で惜しくも敗戦という結果となりました。全国大会という大舞台を経験した高南・土佐 SBC の今後の活躍に期待します。



## 興津出張所が新しく完成 選挙や健康相談などでも活用

令和2年度より着手していましたが興津出張所新築工事が完成し、5月6日から業務を開始しました。これまでの興津出張所は旧耐震基準で建築された古い建物であり、近い将来起こるとされる南海トラフ地震への対策および、利用者の安全確保や施設の利便性の向上を図る観点から、隣接する旧興津診療所の解体撤去を行い、跡地に興津出張所を建築しました。今後は通常業務に加えて選挙や健康相談などでも活用していく予定です。



じゅうく。

19歳、未来が動き出す。

### 町営塾「じゅうく。」スタッフ紹介

高校生の学びと挑戦をサポートする6名のスタッフを紹介します

連載 No. 02 / 12  
Date. 2021.05



塾長 | 高橋 沙希

千葉県生まれ。学生時代に国際ボランティアサークルを立ち上げ、途上国に学校を建設。東京のコンサルティング会社での豊富な経験を経て、2016年冬に「じゅうく。」の立ち上げメンバーとして着任。



Daiki Hayakawa

教室長 | 早川 大輝

埼玉県生まれ。筑波大学国際総合学類にて、教員免許(中高英語)を取得。若手県西和賀町で高校魅力化プロジェクトの立ち上げを経験。



Taichi Miyazaki

宮崎 泰地 <sup>NEW</sup>

福岡県生まれ。九州大学共創学部在学中。地元の団地再生プロジェクトに携わり、ボランティア団体の立ち上げを経験。



Taiki Takakura

高倉 大希 <sup>NEW</sup>

兵庫県生まれ。大阪教育大学国語教育専攻にて、小・中・高の教員免許を取得。その後、地元神戸市の小学校で教員を3年間経験。



Sumire Onozaki

小野崎 すみれ

東京都生まれ。お茶の水女子大学に在学中。震災遺児・孤児を支援する団体の学生代表や子どもたちの居場所づくりの企画などを経験。



Sei Sasaki

佐々木 誠

神奈川県生まれ。明治大学国際日本学部在学中。アメリカシアトルへの1年間の留学や、フィリピンでのボランティア活動を経験。



全国各地から集まった個性豊かなスタッフたち! 中高生の見学も可能です。お気軽にお問い合わせください!  
See you next month! お問い合わせ先 町営塾「じゅうく。」 ☎ 22-3163

※先月号の連載 No.01 の中で、松山大学の記載が「国公立」となっていました。正しくは「私立大学」です。訂正してお詫言いたします。

## 季節の風景 5月

こがつびょう  
五月病

新年度の4月には、入学や就職・異動・一人暮らしなど新しい環境への期待とやる気がある反面、その環境に適応できないで、焦りやストレスを感じて気持ちが落ち込む状態をいいます。不眠や疲労感・食欲不振・やる気が出ない・人との関わりが億劫などを訴えることが多いようです。



「五月病」は正式な医学用語ではなく、精神の不安定状態をいう語です。元々は大学新入生が5月の連休明け頃から急激に無気力・無関心になることから名付けられました。時期は5月に限らず、また、中学生・高校生や新入社員にもみられます。主な原因として、受験など極度の緊張感からの解放や新しい学校・職場に対する失望、新たな目標の喪失などがあげられます。通常は一過性ですが、うつ病や自律神経失調症に陥ったり、消化器系の症状(下痢・吐き気など)がみられる場合もあるそうです。

気分転換をしてストレスをためないようにしましょう。没頭できる趣味をしたり、以前の環境の友人と会ったりするのも良いかもしれません。

## 今月の

### 人たちの今月の

奥村さんは今年の新成人で、現在、帝京大学福岡医療技術学部看護学科の3年生。卒業後は帰国して看護師になるか養護教諭になるか思案中。「実は、ドクターヘリに乗る(フライトナース)にも憧れていますが、かなりの難関で、前提としてナースとしての実務経験を5年積まなければなりません」



▲目標に向かって実習の日々!!

奥村さんは、窪川小学校・北の川中学校を経て、土佐女子高校を卒業しました。それだけ見れば、順風満帆に見えますが、中学時代、高校時代と、極度の体調不良に見舞われ、思い悩む日々を送りました。幼い頃から陸上競技に打ち込んできた奥村さんは、小学生の時にはすでに全国大会を目指す選手として活躍。「中学校では全中、高校ではインターハイ」という目標を当たり前のようにつけていました。しかし、体調不良により「全ての歯車が狂ってしまった」、学校に行くのがやっと」という状況に陥ってしまいました。「中学校では友だちみんなが暖かく支えてくれて、何とか陸上競技を続けることができました」そして高校へ。高校でも体調不良を抱えながら陸上競技を続けようとしたが、やはり自分の思うようにはいかず暴自棄になっていたそうです。通院を余儀なくされることもあった日々の中で、奥村さんは一人の看護師に出会います。「その方は、診療補助だけではなく、私のしんどい気持ちを深く聞いてくれて、日常生活の援助をしてくださっていました。本当にありがたかったです」それが看護師を目指すきっかけになりました。体調も完全に戻った今、大学で学びながら「心に響く看護」として、関わる人の人生の一部になれる看護を提供したいと考えています。それは、中学、高校と苦しいながらも戻ってきた。高校卒業間際に走った龍馬マラソンがきっかけで、今はマラソンがとても楽しいのだとか。



おくむら 奈生さん



## 東京2020オリンピック聖火リレー 窪川市街地周辺で開催される

4月19日、窪川市街地周辺の約2キロのルートで、東京2020オリンピック聖火リレーが開催されました。1年越しとなった聖火リレーでしたが、新型コロナ対策も行われつつ、華やかで壮大なムードの中、10名の聖火ランナーが窪川市街地周辺を駆け抜け、聖火を繋ぎました。四万十町から聖火ランナーに選ばれた伊井野太志さん(詳しくは四万十町通信4月号で紹介)は最終ランナーを務め、終始笑顔で走りきりゴール。次の舞台となった四万十市へと聖火は繋がれていきました。



## 清流保全パートナーズ協定締結 4月8日に4者で締結式

4月8日、四万十町役場において、株式会社四万十ドラマ、一般社団法人いなかパイプ、高知県、四万十町の4者で「四万十川清流保全パートナーズ協定」の第2期協定締結式を行いました。本協定は、平成30年3月27日に第1期の協定を締結しており、今回はその協定期限を迎えたことから第2期として締結しました。今後は協定に基づき、株式会社四万十ドラマの四万十川流域の良さを流域の子どもたちに伝える活動に貢献したいというご意向のもと、「しぼりたてモンブラン」の売上の一部を寄付を受け、いなかパイプで寄付金を活用して十川中学校での環境学習を行っていきます。



四万十町

町内「ぶら〜」散策

---

上 じょう

宮 ぐう

**明** 治時代までは北ノ川（北野川・喜多川）六ヶ村の一つであった上宮は、四万十川を挟んで、北の川地区の対岸に沿って長く伸びる集落である。上組・中組・下組にわかれ、下組の先はもう打井川である。

江戸期、北ノ川六ヶ村では北ノ川に庄屋が置かれ、その他の村には庄屋配下の名本を配置していたのだが、ここ上宮には独立した庄屋が置かれていたようである。理由はわからない。庄屋宅は、現在の氷室天神社の下にあつたと記録されている。

その氷室天神社は地区の産土神である。神社は昭和23年に現在の場所に移されたのであるが、それまでは、庄屋宅に隣接していた。現在の「上宮のメインストリート」のすぐ下である。道路の上からさらに登ったところに移されたのは「大水が来た場合、水没の可能性がある」という心配からではないかと考えられている。昭和23年であれば、明治23年の大水害を経験した村人たちもまだ健在だった時代である。おそらくであるが、近隣地区の神社が本殿ごと流されてしまった被害報告などを記憶していたに違いない。

ところで、庄屋宅があつたとされる場所のすぐ近くの畑から縄文土器のかけらが多数見つかつている。打井川地区に向かって四万十川が大きく曲がっていく場所であるため、太古の昔から、水の便が良いだけでなく、土地も肥沃だったのかもしれない。

上宮には昭和32年に完成した沈下橋がある。上宮の子どもたちはこの橋を渡って北ノ川小・中学校に通っている。

が、橋がかかると前は、渡し船を使っていたのだそう。上（かみ）・中（なか）・下（しも）にそれぞれ一箇所ずつ、渡しがあつたらしい。対岸を走るバスを利用する人もこの渡しを使った。

また、打井川までを貫く上宮地区のメインストリートは、昭和40年頃までは「全線開通」していなかった。車が通れる幅の道路は、上（かみ）から下つてきて、氷室天神社の辺りまで。そこからはリヤカーがやっと通れるくらいの道しかなかったそうである。昭和38年に結婚したという、ある住民のお話によると「嫁入り道具を積んだ農協のトラックが、お宮の下まで来て、そこからはリヤカーに積み替えてうちまで運んだ」という。その道を地元住民たちが広げていったのである。当時の大正町が導入した「失対事業」として行われたもので、賃金は1日あたり200円にも満たなかったというが、生活道の整備のため、多くの住民が参加した。むろん重機など無い時代である。作業は全て手作業であつた。今、春になるとこの道を桜マラソンのランナーたちが気持ちよく走る。当時の住民の労働のおかげである。



鳥居横の小さな茶室は、以前は鳥居の向こう側にあつた。鳥居の上に氷室天神社がある。

町のうごき	(3月31日)		前月比	出生 死亡 転入 転出			
	男	女		男	女	計	(3月中の届出)
	7,767	8,528	-45	6	16	38	73
	8,528	7,767	-53	5	22	39	75
	16,295	16,295	-98	11	38	77	148
	8,290	8,290	-34				
	11,572人	2,247人		2,247人		2,476人	

四万十川の 水質状況	適正值(mg/l)		3月15日	
	測定値	基準値	測定値	基準値
リン酸	≤ 1.0	測定範囲以下		
硝酸	≤ 0.5	0.445		
アンモニウム	≤ 5.0	測定範囲以下		
アニオン活性剤	≤ 1.0	2.426		
化学的酸素要求量	≤ 10.0	0.25		

調査：大正（吾川）  
資料：四万十高校自然環境部