

SHIMANTO

2

四万十町通信 2022.VOL.191

FEBRUARY

今を誇れる、
人と成れ。

表紙

成人式実行委員
宗崎 成美 さん

令和4年

四万十町成人式



20歳の抱負を 漢字一文字で

志



成人式実行委員長
川上 将吾 さん

常に自分は社会の一員として立派な大人になるという志を持って過ごしていきたいという意味でこの漢字を選びました。

挑



成人式実行委員
東 将摩 さん

成人を迎え今後様々なことに挑戦していきたいと思えます。特に専門的な仕事をしているので、技術、資格習得に挑戦していきます。

楽



成人式実行委員
宗崎 成美 さん

20歳は特別な年だと思うので、楽しく過ごせたらいいなと思いました。活発に活動できる1年にしていきたいです

幸



成人式実行委員
長山 祥大 さん

家族、友達、誰かが辛いときに、自分があることで、横線をたして幸せにできる大人になりたいと思この一文字にしました。

平



成人式実行委員
中平 伶弥 さん

成人を迎えましたが、これからも変わらず今まで通り平穏な生活を送りたいと思この字にしました。

進



成人式実行委員
森田 桃花 さん

20歳というひとつの節目を迎えましたが、今後は仕事面でも、さまざまな経験をしていきたいので、この一文字にしました。



「新たに成人された皆さんのこれから道のりは、決して平坦ではありませんが、皆さんのふるさとには、それぞれが、皆さんのふるさとに、それぞれの十年後・二十年後の夢に向かって努力を重ねていただきたいと思えます。この困難ともいわれる新型コロナウイ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身に問い掛けながら、一歩一歩前進していただく。」と、新たな門出を迎えた新成人へエールを送りました。

また、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ある。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。皆さまには、その若さあふれるエネルギーをふるさと四万十町の明るい未来へ注いでいただきたいと思えます。四万十町はいつでも皆さんを応援しています。共通の思い出を持つ多くの仲間がいる、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いってほしいと思えます。」と、ふるさとである四万十町を大切にというメッセージを送りました。

「新たに成人された皆さんのこれから道のりは、決して平坦ではありませんが、皆さんのふるさとには、それぞれの十年後・二十年後の夢に向かって努力を重ねていただきたいと思えます。この困難ともいわれる新型コロナウイ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身に問い掛けながら、一歩一歩前進していただく。」と、新たな門出を迎えた新成人へエールを送りました。

また、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ある。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。皆さまには、その若さあふれるエネルギーをふるさと四万十町の明るい未来へ注いでいただきたいと思えます。四万十町はいつでも皆さんを応援しています。共通の思い出を持つ多くの仲間がいる、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いってほしいと思えます。」と、ふるさとである四万十町を大切にというメッセージを送りました。

令

和4年1月2日、窪川
四十会館にて令和4年
四万十町成人式が行われました。今年
の四万十町での新成人は141人。
同級生との久しぶりの再会に、笑
顔で喜ぶ新成人の姿が多く見られ
ました。式典の中で祝辞を述べた
中尾博憲町長は、

住民税非課税世帯等に対する 臨時特別給付金

！ 手続き方法をご確認ください

1世帯あたり
10万円

住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金は、住民税均等割非課税世帯や令和3年1月以降に新型コロナウイルス感染症の影響で家計急変のあった世帯を支援する新たな給付金です。

支給対象となる世帯

- 1 世帯全員の令和3年度「住民税均等割が非課税」の世帯（住民税非課税世帯）
ただし、住民税が課税されている方の扶養親族のみの世帯は対象となりません。
- 2 令和3年1月以降の収入が減少し「住民税非課税相当」の収入となった世帯（家計急変世帯）

給付金の支給手続き

① 住民税非課税世帯

対象となる世帯には、給付内容や確認事項が書かれた確認書が届きます。



中身を確認し、提出期限までに返信用封筒で返信してください。

！ ただし、令和3年1月2日以降に転入した方がいる場合は申請が必要です。

② 家計急変世帯



給付金を受け取るには、申請が必要です。
(3月中旬以降に申請受付開始予定です)

[申請・お問い合わせ先] 町民課 ☎ 22-3117

！ 低所得の子育て世帯対象 (ひとり親世帯を除く)

児童一人あたり
一律 **5万円**



子育て世帯生活支援特別給付金

低所得の子育て世帯（ひとり親世帯を除く）に、特別給付金を支給しています。まだ申請されていない方は、受付期間内に申請していただきますよう、お知らせします。

支給対象者

平成15年4月2日（障害児は平成13年4月2日）から令和4年2月28日までに生まれた児童を養育する父母等

支給要件 次の①・②・③の全てに当てはまる方

- ① 令和3年4月以降新たに児童手当を申請した住民税非課税の方
 - ② 令和3年1月以降の収入が急変し、「住民税非課税相当」の収入になった方
 - ③ 平成15年4月2日から平成18年4月1日生まれの児童のみを養育している住民税非課税の方
- ※既に給付金を受けとった方、ひとり親世帯分の給付金を受けた方は対象外となります。

受付期間 **2月28日(月)まで**

[申請・お問い合わせ先] 町民課 ☎ 22-3117



成人おめでとうございます！





家電リサイクル法対象製品の

処分方法について



対象製品

テレビ、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・衣類乾燥機、エアコン



不法投棄されるごみの中で多い廃棄物の一つが、上記の「家電リサイクル法対象製品」です。家電リサイクル法対象製品は、ごみ集積所への排出およびクリーンセンター銀河での引き取りはできません。たとえ小さく解体しても排出・引き取りはできませんので、次の方法にて処分をしてください。

1 買い替えの場合 >>> 新しい製品を購入する販売店に引き取りを依頼してください。

2 廃棄のみの場合 >>> 製品を購入した家電販売店に引き取りを依頼してください。



上記1・2は、法律により販売店への引き取りが義務化されています。なお、**運搬手数料・リサイクル料金は販売店へご相談ください。**

3 販売店が廃業した、もしくは遠方にある場合

>>> 引き取り協力販売店に依頼していただくか、環境水道課までご連絡ください。

引き取り協力販売店に依頼

リサイクル料金とは別に運搬手数料がかかります。また、家電リサイクル券は販売店に用意がありますので、料金および手続きについては、事前に各販売店にお問い合わせください。
※「引き取り協力店」とは、町民の皆さまが、安全・安心、また、円滑に家電を処理できるように回収および処理にご協力いただいている町内の家電販売店です。

環境水道課に依頼

家電リサイクル券と運搬手数料が必要です。日程調整後に収集し、後日送付する納付書にて運搬手数料をお支払いいただきます。
※家電リサイクル券は、郵便局で購入できます。廃棄する家電の①メーカー名②テレビについては画面サイズ、冷蔵庫・冷凍庫は内容積をご確認のうえ、購入手続きが必要です。

4 自分で指定引取場所へ運搬する場合

>>> 家電リサイクル券を郵便局で購入して、家電製品に貼り付け、指定引取場所の営業時間をホームページでご確認のうえ持ち込みください。

指定引取場所およびリサイクル料金などは…

引き取り協力店一覧

引き取り協力店については随時募集しています。環境水道課までお問い合わせください。営業の状況により、当日引き取りできない場合もありますので、事前にお問い合わせください。

窪川地域

- 駅前電化センター(有) 北琴平町1-25 ☎ 22-0764
- 岡部電気 興津1476-2 ☎ 25-0328
- 優丸電気 興津1882-1 ☎ 25-0364

大正地域

- 吉良電気店 大正432-8 ☎ 27-0226

十和地域

- パルテナかひら 十川270-6 ☎ 28-4420

環境水道課の運搬手数料 (1台あたり)

- テレビ: 3,460円
- 冷蔵庫・冷凍庫 (200ℓ未満): 2,620円
- 冷蔵庫・冷凍庫 (200ℓ以上): 3,670円
- 洗濯機・衣類乾燥機 (能力7kg未満): 2,400円
- 洗濯機・衣類乾燥機 (能力7kg以上): 3,460円
- エアコン (室外機を含む): 3,560円

[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



四万十町コワーキングスペース 2階オフィススペース入居事業者募集

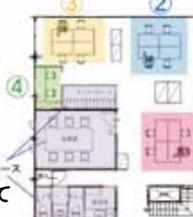
募集期間 2月10日(木) から 2月28日(月) 17:00 (必着)

令和4年4月に四万十町第1号となる「四万十町コワーキングスペース」がオープンします！このコワーキングスペースの2階部分にあたるオフィススペース利用事業者を以下のとおり募集します。

コワーキングスペースとは？

事務所スペース、会議室、打ち合わせスペースなどを共有しながら、独立した仕事を行う「共同ワークスペース」です。

- 施設名** 四万十町コワーキングスペース (仮称)
- 所在地** 四万十町本町5番1号 (旧商工会館跡地)
- 利用時間** 原則24時間利用可
- 設備等** 電源、インターネット回線 (フリーWi-Fi)、ロッカー、冷蔵庫、会議室など
- 募集区画** オフィススペース4区画
4人用 3区画 (①~③)
2人用 1区画 (④)
- 募集対象者** 町内で事業展開を計画している企業または個人 (県内2社、県外2社)



詳細については、下記までお問い合わせください。
[申込・お問い合わせ先] にぎわい創出課 ☎ 22-3281

申込方法

提出書類

- ① 利用許可申請書
 - ② 会社概要 (事業や活動の内容) がわかる書類
 - ③ 登記簿謄本 (個人の場合は本人確認書類の写し)
 - ④ 直近の決算書 (個人の場合は直近の確定申告の写し (未創業者を除く))
- ※提出書類にて入居審査します。

審査指針

利用者の審査においては、申込者の事業内容や将来展望を勘案し、以下の項目に照らし合わせて、相応しいものであり、その貢献度が期待できる者を選定します。

- ① 町内の若者の地元定着に寄与できること。
- ② 町内外の企業、大学、団体等との交流が図れること。
- ③ 起業・創業・就業が生まれる事業内容であること。
- ④ コワーキングスペースおよび地域の活性化に寄与できること。



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** 令和4年 2月10日(木) ~ 3月4日(金) ※土・日・祝日の閉庁日を除く
- 申込場所** 本庁総務課、大正・十和地域振興局 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㎡	10,860,000円
2	四万十町黒石字下毛川 733	宅地	933.38㎡	7,580,000円
3	四万十町大正字ハザコ 810-15	宅地	271.89㎡	1,850,000円

[お問い合わせ先] 総務課 ☎ 22-3111

四万十町使用公用車を **売** **却** します



整理番号 ①



整理番号 ②



整理番号 ③

1. 申込資格

四万十町内に住所を有する個人または法人

2. 競売対象車両

整理番号 ①

自動車登録番号：「高知22す578」
車名：トヨタ
型式：KC-HZB50 マイクロバス29人乗り
初年度登録：平成8年式
走行距離：228,097km
車検有効期間：令和4年5月25日

整理番号 ②

自動車登録番号：「高知41う2170」
車名：スズキ
型式：GD-DB52T貨物
初年度登録：平成11年式
走行距離：58,036km
車検有効期間：令和5年4月6日

整理番号 ③

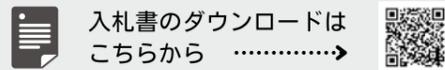
自動車登録番号：「高知41え3352」
車名：スズキ
型式：GD-DB52T貨物
初年度登録：平成12年式
走行距離：129,976km
車検有効期間：令和4年4月4日

売却条件

- 売却車両については、道路運送車両法に基づき抹消・変更登録などの手続きを行い、手続き完了後、本町に証明書などの写しを提出すること。また、申請に必要な書類は落札者が全て用意するものと、諸費用は落札者が負担することとします。
- 売却車両の引渡し後の故障、瑕疵（かし）などについて、本町は一切の責任を負わないものとします。
- 売払代金は納付書払いとし、入金及び名義変更確認後、車両の引渡しを行います。

3. 申込方法

総務課備付またはホームページからダウンロードした用紙（入札書）へ記入・押印のうえ、「入札書在中」と書した封筒へ入れて封かんしたものを総務課まで提出してください。



4. 入札および車両公開期間

2月15日（火）8:30～3月4日（金）15:00 まで
※ただし、土・日・祝日を除く8:30～17:00 まで
また、最終日は15:00 まで
（郵送の場合はこの期間内に到着したものが有効）

5. 車両公開場所

四万十町旧役場庁舎跡地内（四万十町茂串町3-2）
ご希望の場合は、総務課（22-3111）までご連絡ください。

6. 払下げの決定

3月4日（金）に開封を行います。最高入札額を提示した者に売り払いを決定し、落札者のみ決定通知をさせていただきます。なお、落札価格を知りたい方は入札調書をご覧くださいので、総務課までお問い合わせください。

【お問い合わせ先】 総務課 ☎ 22-3111



新型コロナワクチン 追加（3回目）接種について

接種券や予約案内は、18歳以上の方を対象に2回目接種完了後、一定の期間（6～8か月）が経過した順に発送しています。接種希望の方は、**接種券がお手元に届いてから** 接種予約をお願いします。

追加接種に使用するワクチンは、**ファイザー** と **武田/モデルナ** の2種類です。



接種会場ごとに使用するワクチンが異なりますので、**次の表をご確認のうえ、予約をお願いします。**



個別接種（月～金曜日 ※祝日を除く）

接種会場	使用ワクチン
石川ヘルスクリニック	ファイザー
大西病院	
くぼかわ病院	
高橋内科 呼吸器科 消化器科 ※接種対応は19歳以上	
ファミリークリニック四万十	
大正診療所	
十和診療所	武田/モデルナ
武田医院	

集団接種（土・日曜日）

接種会場	使用ワクチン
きらら大正	武田/モデルナ
農村環境改善センター	



ワクチンの供給状況などにより、**変更となる場合があります。**



最新情報は町のホームページ
（左のQRコード）からご確認
いただけます。

四万十町HP

【お問い合わせ先】
健康福祉課 ☎ 22-3115

令和3年度 入札結果（令和3年12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3年度 防安全 第6-005-1号 町道落田奈路線 道路改良工事	大井川	(有)国沢組	23,870,000	12/2	12/9～3/31
令和3年度 防安全 第1-017-1号 町道窪川若井線舗装工事	東町	大旺新洋(株) 高知土木本店	8,800,000	12/2	12/9～2/15
令和3年度 防安全 第1-017-2号 町道窪川若井線舗装工事	東町	大旺新洋(株) 高知土木本店	7,645,000	12/2	12/9～2/15
令和3年度 漁港委 第2号 志和漁港補修調査測量設計委託業務	志和	基礎地盤コンサルタンツ(株) 高知事務所	4,675,000	12/9	12/16～3/14
令和3年度 3災 第113号 一級水系普通河川 冬越谷川 河川災害復旧工事	若井川	(株)武石建設	3,355,000	12/23	1/6～3/31
令和3年度 3災 第117号 一級水系準用河川 双津ノ川 河川災害復旧工事	影野	(有)吉岡建設	2,805,000	12/23	1/6～3/31
令和3年度 道メ補 第1-1-11号 一斗俵沈下橋 橋梁修繕工事	米奥	(有)七里建設	9,757,000	12/23	1/6～3/31
令和3年度 農耕 第4号 宮内2期地区 水路改修工事	作屋	(有)松葉建設	18,150,000	12/23	1/6～3/31

※ 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、消費税及び地方消費税込みの金額。

Child 子育て通信

健診・相談	日付	時間	場所	お問い合わせ
赤ちゃん相談	3/2 (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
3歳6か月児健診	2/16 (水)	対象者に個別通知	四万十町役場東庁舎	
乳幼児健診	2/22 (火)	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

無料 24時間年中無休 しまん健康ホットライン ☎ 0120-788-410

▶健康・医療・介護・育児相談
▶医療機関情報の提供



感染予防に努めよう

新型コロナウイルスが2019年に発生して以来、さまざまな変異株が生まれました。その中でデルタ株に続き、2021年11月24日に南アフリカから報告されたオミクロン株が世界中で流行しています。2022年1月7日時点の日本における新型コロナウイルスの国内感染者数5000人超え。この感染力の強さに皆さんがびっくりしていると思います。

世界的にも、実際にオミクロン株がデルタ株より速く感染拡大しております。

オミクロン株に感染した場合他の変異株に感染した場合と比べて、症状が軽い傾向にあることを国内のニュースや海外の研究者からも報告されており、安易に「オミクロン株は重症化しないから感染しても問題ない」と考えるのは危険です。オミクロン株の感染者数が増加すれば、それに比例して入院を要する人、重症になる人は増えてしまいます。

オミクロン株はこれまで通りの検査で見つけることができ、従来の薬で効くものも複数あるため、症状が出たときに早めに医療機関で検査することが大切です。

また、3回目のワクチンを打つことで、有症状のオミクロン感染を防ぐ一定の効果があります。

また、個々の感染予防も大切です。引き続き一人一人がマスク・手洗い・人混みをなるべく避けるなどの感染対策をしていくことで自分や周囲の人を守ることにあります。

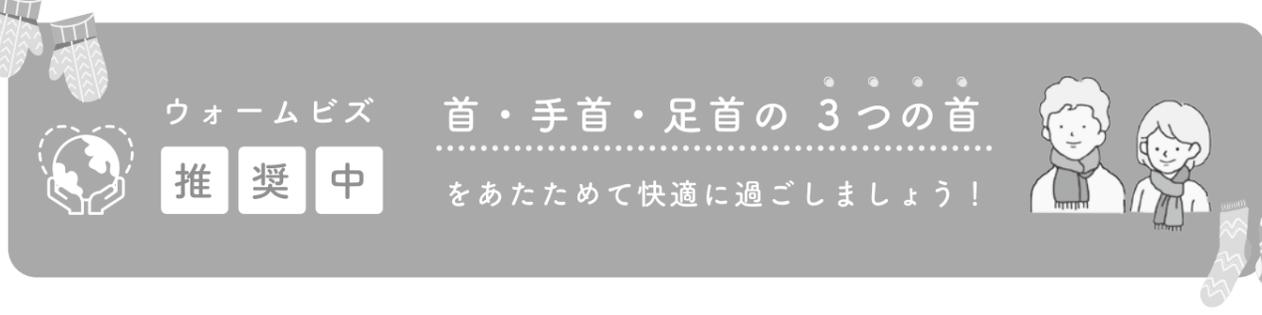
皆様、共に感染予防に努めていきましょう。

四万十町国保大正診療所

筒井崇・中澤彩花・大川剛史（執筆）

からだにいいはなし

オミクロン株のおはなし



ウォームビズ 首・手首・足首の3つの首

推 奨 中

をあたためて快適に過ごしましょう！

税務署からの確定申告会場についてのお知らせ

開設期間

2月16日(水) ~ 3月15日(火) まで (土・日・祝を除く)

※上記の期間より前は、確定申告会場を設置していませんのでご注意ください。ただし、作成済みの申告書等の提出は受け付けています。

受付時間

8:30 ~ 16:00 (相談開始は9:00 から)

ただし、入場整理券の配付状況により、16時前であっても受付を終了させていただく場合があります。

STOP

16:00

感染症対策のお知らせ

- 会場内の混雑緩和のため確定申告会場への入場には、「入場整理券」が必要です。**
- (作成済申告書の提出のみであれば不要です)
- 入場整理券は各会場当日配付しますが、LINEを通じたオンライン事前発行も可能です。オンライン事前発行の方法は、
 - 1 LINEアプリから国税庁LINE公式アカウントを友だち追加
 - 2 「トーク」画面から「相談を申し込む」を選択
 - 3 税務署や来場希望日時を選択
 - 4 内容を確認して「申込」をタップして完了
 ⇒ 入場時に申込完了画面を提示すれば入場できます。  国税庁公式LINE 
 - 入場時の検温を実施しています。37.5度以上の発熱がある場合、咳などの風邪の症状がある場合、検温にご協力いただけない場合など感染防止の観点から適切でないと判断したときは入場をお断りさせていただきます。発熱等の症状がある方や体調のすぐれない方は、無理をせずに、後日あらためてご来場ください。
 - 会場ではマスクを常時着用していただき、会場入口などでの手指消毒をお願いします。
 - 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により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。
 - 会場では、ご自身のスマートフォンを使用した申告を推奨しています。
 - 翌年以降、会場にお越しいただくことなく申告を行っていただけるよう、会場内でのパソコンなどの操作はご自身で行っていただいています。



スマホでかんたん！確定申告

スマートフォンで確定申告ができます

国税庁



スマートフォンで国税庁ホームページにアクセスすれば、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。

国税庁HP

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、印刷して郵送等で税務署に提出することもできます。

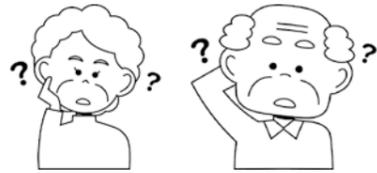
- ※1 e-Taxをご利用になる場合は、マイナンバーカードかID・パスワードが必要となります。
- ※2 マイナンバーカードを使ってe-Taxを利用する場合は、スマートフォンがマイナンバーカードの読み取りに対応している必要があります。
- ※3 ID・パスワードは、税務署で即日発行します。(申告されるご本人が運転免許証などの本人確認書類をお持ちの上、お近くの税務署にお越しください) なお、ID・パスワード方式は暫定的な対応ですので、お早めにマイナンバーカードの取得をお願いします。

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



認知症を知ろう

早期発見の利点と相談窓口



認知症は、さまざまな原因で脳の働きが悪くなったために記憶力や判断力などが低下し、生活に支障が出てくる状態です。四万十町の要支援・要介護認定者の状況でも、新規認定に至った原因となる疾患として、認知症が21.2%（令和元年度）と最も高い割合となっています。

早期発見の3つのいいこと

1 早期治療で改善も期待できる

原因となっている病気によっては、早期発見・早期治療により改善が期待できるものがあります。

2 進行を遅らせることができる

症状が悪化する前に適切な治療やサポートを行うことによって、進行のスピードを遅らせることができる場合があります。

3 事前にさまざまな準備ができる

症状が軽いうちに本人や家族が話し合い、今後の治療方針や利用できるサービスを調べるなど、「認知症に向き合うための準備」を整えることができます。

認知症に関する相談窓口

心配なことや相談したいことがあれば、かかりつけの医師や専門の医療機関、または下記相談先に相談してみましょう。



四万十町の相談窓口		
地域包括支援センター	本所	☎ 22-3385
	西部支所（大正）	☎ 27-1212
	西部支所連絡所（十和）	☎ 28-5112
高齢者支援課		☎ 22-3900
しまんと町社会福祉協議会	本所	☎ 22-1195
	大正支所	☎ 27-1177
	十和支所	☎ 28-5331

認知症疾患医療センター	
一陽病院	☎ 0889-42-1803
渡川病院	☎ 0880-37-4649
高知鏡川病院	☎ 088-833-5012

その他の相談窓口	
認知症コールセンター	☎ 088-821-2818
若年性認知症相談窓口	☎ 080-2986-8505

認知症カフェ「しまんとオレンジカフェ駅前茶房」を実施しています！

場所 大正駅前にぎわい拠点 実施日 第3土曜日 13:30~15:30



認知症カフェでは、認知症の相談、情報提供や助言等を行っています。認知症の正しい知識の啓発や、ご利用者同士の交流も目的としており、認知症の方やそのご家族、地域の方など、どなたでもご利用できます。
※新型コロナウイルス感染状況により、中止する場合があります。



【お問い合わせ先】 高齢者支援課 地域包括支援センター ☎ 22-3385
高齢者支援課 地域包括支援センター西部支所 ☎ 27-1212

フレイル予防で若返り！



フレイルとは…

加齢にともない体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなった状態を言います。健康と要介護の中間に位置し、早めに気づいて適切に対処すれば再び健康状態に戻る段階です。健康寿命を延ばすには、このフレイルをいかに防ぐかがカギとなります。

フレイルを予防するために大事な“4本柱”

1 運動（身体活動）

Point 何歳になっても筋力は維持向上できます！

筋肉はいくつになっても増やすことができます。筋トレに年齢制限はなく、むしろ筋肉量が減って来る高齢の人ほど重要です。
★町内には、運動を行っている通いの場が31ヵ所あります。

2 食事

Point 低栄養に注意しましょう

食事のしたくがおっくうになって食事量が減っていませんか。高齢期は筋肉を保つ「タンパク質」や活動に必要な「エネルギー」が不足しがちです。低栄養にならないよう工夫しましょう。

★低栄養に注意したい人はこんな人

- ☐ 食事を抜くことがある
- ☐ 体重が減ってきた（半年で2~3kg以上）
- ☐ 好きなものばかり食べがち

3 口腔ケア

Point 日ごろのケアが大切です！

口のトラブルを放っておくと、食が細る→体力が低下する→外出が減るなど、悪循環に陥りやすくなります。口（口腔機能）の衰えはオーラルフレイルといい、フレイルの始まりです。

★町内の通いの場に歯科衛生士が出向いて「カムカム教室」を行っています。

4 社会参加

Point 「ちょっとそこまで、ちょっと行ってみよう」

社会参加と言っても大げさにとらえることはありません。買い物、通院、散歩など外出する目的はささいなことでもよいのです。1日に一度は気軽に出かけましょう。

★「人とのつながり」が特に大切です！

人々や社会とのつながりは健康を支えています。近年の研究で、運動習慣より人とのつながりの有無のほうがフレイル発症に深くかかわることがわかりました。

★人づきあいが苦手なら、できることでOK

- ☐ 電話、手紙、メール、パソコン、SNSなどを活用してみる
- ☐ 買い物、移動のついでに、あいさつや声をかけてみる
- ☐ 地域のイベントや活動に顔を出してみる

【お問い合わせ先】 健康福祉課 ☎ 22-3115

おすすめの花粉症対策5選

花粉症は、スギなどの花粉がアレルギーの原因物質となって起こるアレルギー疾患の一種です。くしゃみ、鼻水、鼻づまり、目のかゆみ等の症状が起こります。地域によって飛散する花粉や時期は異なりますが、一般的に2~4月が花粉症のピークです。対策としては以下のものがあります。

- ① メガネ、マスク、帽子を着用して体に触れる花粉を減らす
 - ② 花粉が付着しやすいウールの服を避ける
 - ③ 帰宅後はうがい、手洗い、洗顔、上着を玄関ではたくことを行う
 - ④ 花粉の大量飛散日には窓を開けず、外に洗濯物や布団を干さない
 - ⑤ 規則正しい生活をおくり、ストレスをためない
- 毎年激しい症状がみられる方は、早めの病院の受診をおすすめします。



2月の無料健康相談日
13日 27日
お気軽にお越しください！

【お問い合わせ先】
調剤技術センターくぼかわ
渡辺 明宏 ☎ 22-1000

募集 四万十町
令和4年度の会計年度任用職員登録者を募集します

「会計年度任用職員登録者」(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、下記によりお申し込みください。

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、ご了承をお願いします。

●募集および登録する職種など

職種	時給	業務内容・要件等	募集している部署及び問い合わせ先
一般事務補助	898～925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
一般事務補助(障がい者枠)			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ー	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
介護認定調査員	925円～1,159円	要介護認定のための訪問調査業務	
看護師・准看護師(保健事業)	952円～1,201円	資格・免許取得 ※業務内容については担当課までお問い合わせください。	健康福祉課 ☎22-3115
管理栄養士	1,019円～1,201円	資格・免許取得 ※業務内容については担当課までお問い合わせください。	
看護師・准看護師	1,124円～1,356円	資格・免許取得者	国保十和診療所 ☎28-5523
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	
調理員	898～1,119円	調理補助(2回/月)	十和町民生活課 ☎28-5373
清掃員	898円	清掃(1～2回/月)	
地域林政アドバイザー	1,201円～1,287円	森林・林業振興計画の策定、森林経営管理制度に係る事務指導等 林野庁が定める要件を満たす者	農林水産課林業振興室 ☎22-3113
臨時登録運転手	1,298円	大型免許または中型免許(8t限定なし)取得者	総務課 ☎22-3111 十和地域振興課 ☎28-5111

※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、大正地域振興局地域振興課・十和地域振興局地域振興課・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、必要な資格等を確認できる書類の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(火)～3月31日(木)(土・日・祝日等の閉庁日を除く)※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5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することがありますので、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5年3月31日までのうち任用が必要な期間(最長1年間)

休日在宅当番医

2/11(金)	くぼかわ病院	☎22-1111
2/13(日)		
2/20(日)	大西病院	☎22-1191
2/23(水)	くぼかわ病院	☎22-1111
2/27(日)		
3/6(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
2/28(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

休日水道修理当番

2/11(金)	宮脇水道	☎22-1581
2/12(土)	高橋設備	☎22-0662
2/13(日)	桑原水道	☎22-1163
2/19(土)	横山水道設備	☎22-3608
2/20(日)	岩本商店	☎22-2716
2/23(水)	日化住宅機器	☎22-0407
2/26(土)	宮脇水道	☎22-1581
2/27(日)	高橋設備	☎22-0662
3/5(土)	桑原水道	☎22-1163
3/6(日)	横山水道設備	☎22-3608

Ⓜ 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【窪川】	3/8(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

※新型コロナウイルス感染症の影響により中止とさせていただく場合があります。

イベント 2022 四国西南・無限大ライド 開催&参加者募集



全国のサイクリストが高知県西部7市町村を駆け抜ける大人気のサイクリングイベントが3年ぶりに復活します。このイベントは、タイムや順位を競うレースではなく、ご当地グルメや地元の方との交流を満喫できるエイドステーション(休憩所)に立ち寄りながら、四万十川や足摺岬といった絶景スポットを時間内に巡るライドイベントとなっています。なお、コースの一般車両の交通規制は行わず、参加選手は一般の交通規制に従って走行します。また、スタート・ゴール地点では、選手の皆さんへの地場産品でのおもてなしのほか、物販も行います。イベントに参加されない方も、参加者の皆さんの応援にぜひお越しください。

イベントの詳細はホームページをご確認ください。

日時
3月12日(土) 足摺チャレンジ・ミドルコース
3月13日(日) 四万十ロングコース

場所
宿毛市総合運動公園(スタート・ゴール地点)

申込方法
ホームページ内のエントリーページ

申込期限: 令和4年2月15日(火)

参加費 各コース: 9,000円
無限大コース(両日参加): 16,000円
※団体割引: 「5~10名1組」で一人あたり1,000円割引

お問い合わせ先
大会事務局 ☎03-6384-5255



イベント 収蔵作品 おひろめ展

近年収蔵した作品から未公開作品を中心に展示

開催期間: 3月19日(土) ~ 4月16日(土)

会場: 四万十町立美術館

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等)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16:00までの開館

イベント 四万十町 食の祭典



四万十町が誇る食材「四万十ポーク」と「生姜」をテーマにした食のイベント。抽選で四万十町の物産や商品券が当たるシールラリーやInstagramコンテストを開催します。

開催期間 2月1日~3月31日(木)

開催場所
四万十町内の飲食店(参加店舗21店舗)
四万十ポークや生姜が購入できる産直市

お問い合わせ先
四万十町観光協会 ☎29-6004



イベント 和綴じ本を作ってみよう!

子どもに絵本や読書の橋を架ける連続講座 第4回「和綴じ」についてのお話と、綴じ方の体験ができます。

日時: 2月26日(土) 午後1:30~3:30

会場: 四万十町大正地域振興局 2階 大会議室

講師: 田井東 浩平
(高知県立高知城歴史博物館職員)

対象: 大人の方 15名まで

参加費: 300円/事前申し込みが必要です

申込・お問い合わせ先
四万十町立図書館 本館 ☎22-5000
大正分館 ☎27-1193
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止になることもあります。あらかじめご了承ください。

イベント アンデパンダン展 (工芸の部)

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29日(土) ~ 3月11日(金)

会場: 四万十町立美術館

観覧料: 無料

開館時間: 10:00 ~ 17:30 日曜は16:30まで
最終日は16:00までの開館

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

お知らせ 種苗法改正について

種苗法とは
品種の育成や種苗流通の適正化を図るための法律です。品種登録制度が柱となっており、品種登録をした者の権利(育成者権)が一定期間保護されています。
近年、優良種苗の海外流出問題などをを受け、令和2年12月に法改正されました。農業者や種苗生産・販売者に関係するのは主に以下の2点です。

自家増殖の許諾
令和4年4月1日から農業者が登録品種を自家増殖する場合、育成者権者(権利を有する者)の許諾が必要となります。許諾は団体(JA)などが取りまとめて、一括して受けることもできます。家庭菜園など、登録品種を自家消費のみに利用する場合、許諾は必要ありません。
※自家増殖とは栽培で得られた収穫物の一部を、次作の種苗として用いることをいいます。
※登録品種の場合は、得られた収穫物を種苗として第三者に譲渡・販売することはできません。

登録品種の表示
令和3年4月1日から種苗生産・販売者が登録品種を譲渡・販売する際、登録品種である旨の表示が義務化されました。また「海外持出禁止」や「●●地域のみ栽培可」などの表示が求められるものもあります。農業者が登録品種を購入する際には、表示内容を確認しましょう。
※種苗法の対象となるのは登録品種のみです。「在来品種」や「登録されることがない品種」、「登録期間が切れた品種」の利用は制限されません。
※登録品種は農水省のホームページ「品種登録データ検索」で確認できます。

お問い合わせ先
須崎農業振興センター 高南農業改良普及所 ☎22-1126
JA 高知県四万十営農経済センター 営農指導課 ☎22-5179
四万十町農林水産課 ☎22-3113

お知らせ 山で作業をするときのお願い



山で作業を行う際に、作業員以外の方への注意喚起として、作業中であることが分かるように、看板などの設置をお願いしています。具体的な決まりはありませんが、【作業中であること・簡単な作業内容・作業期間・責任者・責任者の連絡先 など】が分かるようにお願いします。

●通る人がわかりやすい所(作業道の入口など)に最低1か所は設置をお願いします。

●作業看板は、指定のサイズ・材質はありません。作業期間中は、紛失しないような方法をお願いします。

お問い合わせ先
農林水産課 林業振興室 ☎22-3113

募集 町営住宅入居者募集

募集戸数: 5戸

募集住宅
江師第1団地、コーポしまんと1号棟、大井川団地、大正新町団地、昭和井ノ上団地

申込受付期限
2月28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

お知らせ 国民年金保険料の免除・納付猶予制度について

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

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。※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乗せされます。

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



▼男子の部優勝
壬生悠斗・鈴木悠生ペア



▼女子の部優勝
沖芽伊・前田愛梨ペア



第16回四万十町ソフトテニス大会 町内のチームのみで開催

令和3年11月16日、四万十町窪川運動場テニスコートで第16回四万十町ソフトテニス大会が開催されました。今年は窪川中学校のみの大会になりましたが、男子の部が4ペア（8名）、中学生女子の部が6ペア（12名）の参加があり、熱戦が繰り広げられました。大会に参加された選手の皆さん、保護者の皆さま、お疲れ様でした！また来年もご参加をお願いします。

大会結果

【中学生男子の部】

- 優勝 壬生悠斗・鈴木悠生ペア
- 準優勝 武田龍磨・竹中蒼真ペア
- 第3位 壬生遼海・武市颯翔ペア

【中学生女子の部】

- 優勝 沖芽伊・前田愛梨ペア
- 準優勝 所谷奏空・竹村未翔ペア
- 第3位 香川心・岡村涼希ペア



中学校親善バレーボール大会開催 町内からは窪川中学校・十川中学校が出場

令和3年11月14日、四万十町窪川B&G海洋センター他3会場で、第31回四万十町窪川B&G海洋センター杯中学校親善バレーボール大会が開催され、県内から24チームが参加しました。四万十町からは窪川中学校・十川中学校が出場しました。当初予定していた10月が延期により11月開催となり、若干寒い気温でしたが、寒さに負けない熱戦を繰り広げました。結果は窪川中学校が決勝トーナメント5位、十川中学校は予選リーグ4位となりました。

大会結果

- 優勝 高知中学校
- 準優勝 土佐女子中学校
- 第3位 香長中学校
- 第4位 清水・小筑紫中学校（連合）
- 第5位 窪川中学校
- 第6位 愛宕中学校



四万十町水泳競技大会開催 四万十町窪川B&G海洋センターが準優勝

令和3年11月28日、『第30回B&G財団会長杯四万十町水泳競技大会』が、総勢232名の参加により盛大に開催されました。四万十町窪川B&G海洋センターからは39名が参加し、団体総合準優勝となりました。また、今大会は30回の記念大会ということもあり、お楽しみ抽選会も実施され大変盛り上がった大会となりました。

団体総合成績

- 優勝 NSP高知（高知市）
- 準優勝 四万十町窪川B&G海洋センター
- 第3位 ISC（四万十市）



令和4年 四万十消防出初式 2年ぶりの開催！

令和4年1月9日、四万十緑林公園駐車場にて2年ぶりとなる四万十消防の出初式が行われました。式典には関係者273名が参加し、四万十消防団の橋本章一団長の訓示、中尾町長の挨拶に続き、長期勤続団員の功労賞などの表彰式が行われました。その後、新入団員の紹介や機械器具点検が行われ、最後には赤・青・緑・黄色に彩られた一斉放水で全日程を終了しました。



第7回KSC杯サッカー大会開催 サッカー教室やゲームでも盛り上がりました

令和3年12月18日・19日に「第7回くぼかわスポーツクラブ杯サッカー大会」が開催されました。昨大会が中止になった為、今年は、昨大会に参加できなかった5年生（今年度6年生）にも参加してもらえるよう2日間に分けて大会を開催。18日に開催した「6年生以下の部」では、町内の窪川SSSが予選から強さを見せ、須崎SSSとの決勝戦では3対0で窪川SSSが勝ち見事優勝しました。また、試合の合間には、高知ユナイテッドによるサッカー教室を行い、シュート練習やゲームを行い交流を深め、参加した子ども達も楽しんでいました。19日に開催した「5年生以下の部」では、窪川SSSも必死に声を出しながら頑張っていましたが勝利という結果にはなりません。決勝戦は四万十JFCと野市SSSが対戦し野市SSSが優勝しました。



四国電力 防犯・防災物品寄贈式 防犯街路灯3基・大型扇風機1台の寄贈

社会貢献活動の一環として防犯・防災物品の寄贈に取り組む四国電力株式会社より、この度四万十町に防犯街路灯及び防災物品が寄贈されました。令和4年1月19日に行われた寄贈式には、四国電力株式会社高知支店より関係者が訪れ、中村営業所の清水愛生所長より中尾町長へ目録が贈呈されました。今年度は町内の通学路の防犯・交通安全対策として防犯街路灯が3基、災害時の避難所等における夏期の熱中症対策及び感染症対策として大型扇風機1台が寄贈されました。



▲男子の部優勝：
壬生・武内 ペア

▲女子の部優勝：
壬生・宮脇 ペア

第12回四万十町硬式テニス大会開催 町内のチームのみで開催

令和3年11月28日、四万十町窪川運動場テニスコートで第12回四万十町硬式テニス大会が開催されました。今年の大会は町内のチームのみの大会になりましたが、天気も良好で、みな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様でした。また来年度もよろしくをお願いします。

大会結果

- 【男子の部】 優勝 壬生・武内 ペア
- 【女子の部】 優勝 壬生・宮脇 ペア



令和3年度「税に関する作品」の入賞作品介绍



須崎税務署管内青色申告会
連合会 会長賞
窪川小6年 鈴木 彩華

金賞

将来を担う児童・生徒に税金への理解・関心を深めてもらうため、須崎税務署管内租税教育推進協議会主催による「税に関する作品」の募集があり、町内からは「小学生の習字の部」において最優秀賞を含めて次の5名が入賞しました。



七里小2年 横山 葵



七里小1年 小笠原 希



窪川小1年 濱口 琴羽



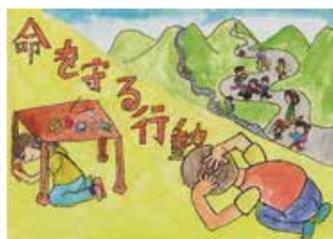
東又小6年 嶋岡 芽来

最優秀賞

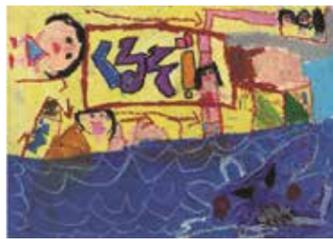
令和3年度高知県「南海トラフ地震に備えよう！」 啓発ポスター・標語コンクール

ポスター部門

小学校低学年の部



◆最優秀賞
窪川小学校 3年生 八木 歩澄



◆佳作
興津小学校 2年生 中嶋 萌桜

小学校高学年の部



◆最優秀賞
窪川小学校 6年生 池 結理菜



◆最優秀賞
窪川小学校 6年生 伊賀 咲来

特別支援学級・特別支援学校の部



◆最優秀賞
窪川小学校 6年生 池 柊依



◆佳作
窪川小学校 6年生 味元 智高

標語部門 「にげようよ 家族と再会 果たすため」 ◆佳作 昭和小学校 6年生 伊藤 心海



育成事業「冬の工作教室」開催 自分だけのクリスマス飾りを制作!

補導センター育成事業として、令和3年12月4日(地域交流センターたのの)、5日(改善センター)に「冬の工作教室」(講師 中越幸香さん)を開催しました。今回の工作教室は中越さんのご指導のもと、クリスマス飾り(トピアリー)を作りました。まず、中心のスポンジにネットをかけ、そこにワイヤーでまとめた葉や飾りを刺していきます。ワイヤーで葉をまとめる作業は少し難しいようでしたが、慣れてくるとたくさんのワイヤリングした葉を作ることができるようになりました。約2時間の作業時間でひとり一人が自分だけのクリスマス飾りを完成させました。保護者の方にもたくさん参加していただき、親子で楽しく工作ができたと思います。

参加者は延べ30名でした。コロナ渦の中でも、大きなトラブルもなく、楽しい時間を過ごすことができました。本当にありがとうございました。来年2月にはまた違う形で育成事業を開催する予定です。来年度も育成事業を計画しますので、たくさんの参加をお待ちしています。



四 万十町クリスマス少年剣道大会 窪川少年剣道クラブが全部門制覇!

令和3年12月18日、四万十町窪川B&G海洋センター1階体育館において令和3年度四万十町クリスマス少年剣道大会が開催されました。新型コロナウイルス感染症により、2年ぶりの開催となった今大会は、四万十町、中土佐町から2チーム、計21名が参加。参加したみなさんは寒さにも負けず、白熱した試合をみせてくれました。

大会結果

- 【1・2年生の部】
優勝 土居 祿 (窪川少年剣道クラブ)
- 【3・4年生の部】
優勝 大塚 隼 (窪川少年剣道クラブ)
- 【5・6年生男女の部】
優勝 土居 千乃 (窪川少年剣道クラブ)

2年ぶりにB&G感謝祭開催 イベントや出店など多くの方が楽しみました

令和3年12月12日にくぼかわスポーツクラブ・B&G感謝祭が開催されました。今回2年ぶりに開催され天候にも恵まれたこともあり、当日は多くの方でにぎわいました。今年は、1階体育館で、eスポーツ大会・ボッチャ体験・キンボールスポーツ体験、2階体育館で、ボルダリング体験・スラックライン体験、プールでは、無料開放とビックサップ体験が行われました。多くの出店者の協力により飲食や雑貨の販売も行われるなど、多くの方が楽しんだイベントとなりました。



地域の方々に応援される塾を目指して

町営塾「じゅうく。」のさまざまな活動を発信しています！

連載 No. 11 / 12
Date. 2022.02

こんにちは！町営塾「じゅうく。」です。いつもご覧いただきありがとうございます！
先月号の特集では、より多くの方に「じゅうく。」の様子を知っていただけたことを、大変嬉しく思っています。
「じゅうく。」では四万十町通信のほかに、Facebookでも、塾での生徒たちの様子や、活動の報告を行なっていますので、ぜひご覧ください。引き続き、町営塾「じゅうく。」をよろしくお祈りします！

「じゅうく。」が目指していること

「じゅうく。」が目指す「19歳、未来が動き出す。」は、高校を卒業した生徒たちが、自分の意志でより良い未来を実現できる力を身につけてほしいという願いを込めた言葉です。そのために、高校3年間でさまざまなことに挑戦してほしいと考えています。また、町民の皆さんに応援していただければ、子どもたちもより安心して挑戦することができます。 「じゅうく。」はこれからも、「地域に応援される塾」を目指していきます。



このQRコードからご覧いただけます！



See you next month!

お問い合わせ先 町営塾「じゅうく。」 ☎ 22-3163

連載 No. 4

令和6年度開館予定 / 教えて！文化的施設のこと 前編 建物の設計はどうなっているの？

前編・後編に分けてお知らせします

◆設計のスケジュールはどうなっているの？

「基本構想」や「基本計画」に基づき、建物の方向性や大まかな仕様を決める「基本設計」が令和2年度末に完成しました。現在はそれを踏まえ、施設の建設に必要な図面や構造・工法・数量等を定める「実施設計」に取り組んでいます。実施設計は10月完成、工事は令和5年度着手を予定しています。

設計はサービス計画の策定と一体的に進めることで、「計画に沿わない設計」や「設計に沿わない計画」が生まれるリスクをできるだけなくし、町民にとって真に使いやすい施設の実現を図ることとしています。

◆設計はだれがしているの？

令和元年度に、プロポーザル方式によって「基本設計」の委託先を選定しました。全国各地の公共施設やまちづくりに携わる「株式会社スターパイロツツ（東京都）」と、高知県を中心に四万十町でも仕事を手掛ける「有限会社建築設計群無垢（高知市）」の2社の設計共同体で構成されています。共同設計とすることで地域の気候風土や林業・製材状況などを理解し、地元根付いた設計に取り組んでいます。



▲設計打ち合わせ風景

また、基本設計時における設計意図を的確に反映させるため、実施設計も同じ委託先としています。

3月号（後編）では建物の具体的な設計について説明します！

◆建物について

建設場所は旧役場本庁跡地で、岩本寺と旧都築亭に隣接した「歴史・文化ゾーン（*1）」にあります。

建物は、敷地に合わせL字型に「アプローチ棟」「メイン棟」「線路棟」の3棟を配置し、延べ床面積は約2,000㎡です。「メイン棟」は町の貴重な財産を守る観点などから「鉄筋コンクリート造」、その他の2棟については「木造」とし、施設全体についても最大限の木質化を図ることとしています。

メイン棟が配置される大きな段差のある土地（*2）は均して平らにはせず、土地の形状を生かし、土木工事を最小限とし、土壌の搬出入を限りなくゼロに近づけることで、環境への負荷や工事費の削減に努めています。建物の形状としては、敷地の高低差に沿って大きな屋根をかけるようなイメージです。

*1：四万十町市街地再生 基本構想による
*2：土地の形状に合わせた工法のイメージ



お問い合わせ先 企画課 文化的施設整備推進室 ☎ 22-3124

季節の風景 2月

風花

風花という言葉の意味を知らない人は、風花という言葉を見たり、聞いた時に思い浮かべるイメージが、桜の花が散っている様子なのではないでしょうか。もちろん、本来の風花の意味は、風に吹かれて散っている桜花ではありません。晴天であるにもかかわらず、遠くの山で降っている雪が風に運ばれてきて舞う様が、まるで花が散っているかのように見える事を言います。



日本列島に、大陸から寒気が押し寄せると、日本海側では雪が降り、その雪雲の一部が日本海側と太平洋側の境目にある山脈を超えて、太平洋側へと流れ込んで風下側に落下します。雪粒が二〇〇メートル上空から毎秒一メートルで落下した時に、毎秒一〇メートルの風が吹いているとすると二〇キロメートル流されるそうです。

日ねもすの 風花淋し からざるや（高浜虚子）

「風花」は、美しい言葉で美しい響きの日本語です。日常で普通に使い続けられてほしいものです。

今月の

「自然豊かな環境で子育てをしていきたい」と願う、元ファイター!!



はなわ えりか 埴 英理加さん

2020年に東京から十和地区川口に移住された埴さん。ご主人の賢治さんの思いと英理加さんの思いが重なったことだそう。北海道出身の賢治さんは、東京で橋梁のメーカーに勤務されていましたが、早朝に出勤して、夜遅くに帰るといった毎日。そんな日々の中で、地方での暮らしを考えると、ようになっていったと、英理加さんが感じていた都会生活への疑問が一致。二人が地方への移住を考えるようになったのは自然な成り行きだったのかもしれない。

実は、英理加さんは元々は四国の人。愛媛県砥部町のご出身です。お父様に至っては高知市内のご出身なのだから、英理加さんは砥部町で生まれ、地元元々から伊予高校へ進学。そして大学は長崎大学へ。自然が大好きな英理加さんは「探検部」に入部。そこで先輩だった賢治さんと出会いました。

賢治さんと出会ったことは、もちろん運命的なのですが、その後お二人が結婚することになるという運命的な運命ではなく、もうひとつの「運命的なすこいこと」がひとついってきたのです。それはボクシング！



▲OPBF チャンピオンベルト!!本物!!

大学時代の賢治さんは趣味でキックボクシングをやっています。それに興味を持った女子大生になりたての英理加さん。「キックは痛いで(笑)」というところで、ボクシングの門をたたきました。それがそもその始まり。

大学を卒業して地元愛媛・松山で就職してからもジムに通い続け、英理加さんでしたが、賢治さんとの結婚を機に東京へ。英理加さん、なんと今度は東京のジムへ。「愛媛のジムから紹介してもらいました。さすがに東京へ行くとはボクシング人口も多くて、練習相手がたくさんいました！」



今月は古宿・赤岩の中津川側

こやがうち 木屋ケ内②



先

月に続き木屋ケ内。

前号で「中世の記録には小屋河内村とあり…」と書いた。江戸期になると、木屋ケ内は小家ケ内村と記され、江師四ヶ村（江師村・小石村・小家ケ内村・下道村）の一つとして、江師村庄屋の支配下にあった。小家ケ内村には「名本」が配置されていたのだが、この名本が担っていた最も大きな仕事は「お留山」の生育保護管理であった。お留山というのは以前も何度か書いたように、良質の木材を有する貴重な山として藩が指定した、いわば「藩有林」である。

お留山があったところは、明治維新後も林業が盛んだったことは、ここ木屋ケ内においても同様で、下津井から田野々へ向かう木材運搬のための軌道は、木屋ケ内でも利用された。今もその軌道跡であるトンネルが残っている。木屋ケ内本村の産土神は河内神社で、中津川左岸にある古宿地区のお宮と、赤岩地区のお宮が、昭和10年代中頃にここに合祭された。集落の方のお話では「その際は、神様をここに敷いて、それはそれは丁寧に運んだ」という。

木屋ケ内本村と古宿には茶堂跡もある。国道脇にある本村の茶堂は、別の場所にあった合常軒というお寺と合併したもので、平成10年に建て替えられた。この合常軒というお寺は、江戸期には寺子屋として、また明治の初めは授業場としても使われていた。

茶堂横を櫛原川へ降りて行くと沈下橋がある。木屋ケ内橋である。この橋ができるまでは、他の地区同様、渡し



木屋ケ内橋。橋脚に注目したい。

船で渡ったが、上流にダムが建設され、水量が激減し、舟の運行が不可能になったことで架橋された。3本の橋脚のうち2本は川の岩を利用してはいるため、強固な上にコストパフォーマンスに優れた沈下橋で、昭和28年に完成した。

さて、中之島公園について。櫛原川の中洲となっている岩場が中之島公園である。現在は訪れる人もほとんどなくひっそりとしているのだが、ここがガンバイ（軍配）トンボという、珍しいトンボの生息地となっていることはあまり知られていない。準絶滅危惧種とされているこのトンボは、雄の肢（足）が相撲の軍配のような形状をしていて、雌への求愛行動などの時にこの軍配状の肢をあげる。数年前に専門家が聞きつけ当地を訪れた時「これは保護すべき貴重な生息地である！」と驚いていたという。しかし、案内した地区の方は「へえ〜！子どもの頃から普通に見よったけど…」と、もって驚いたのだそっだ。

町のうごき

(12月31日)	人口	前月比	出生	死亡	転入	転出
男	7,683	-13	男 5	16	8	10
女	8,427	-8	女 4	13	10	9
計	16,110	-21	計 9	29	18	19
世帯数	8,236	-13	(12月中の届出)			
窪川地域 11,437人		大正地域 2,240人		十和地域 2,433人		

四万十川の水質状況

	適正值(mg/l)	1月17日
リン酸	≤ 1.0	測定範囲以下
硝酸	≤ 0.5	0.302
アンモニウム	≤ 5.0	測定範囲以下
アニオン活性剤	≤ 1.0	測定範囲以下
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