

SHIMANTO | 8

四万十町通信 2022.VOL.197

AUGUST

帰
っ
て
き
た

金
太
郎
夜
市



望ましい環境像と基本目標

望ましい環境像

山・川・海 自然が 人が元気で 四万十町
～日本が誇る四万十川流域の環境づくり～

基本施策

望ましい環境像を実現するため、5つの基本目標ごとに基本施策を展開していくことによって、持続可能な開発目標（SDGs）の達成にも貢献していきます。また、町民・事業者の皆さんに取り組んでいただきたい取り組みの一例を掲載しています。より良い未来のために、今できることから一緒に取り組みましょう！

基本目標1【地球環境】



脱炭素社会の実現に向けて、地球環境にやさしいまちをつくります

町の取り組み

基本施策1 省エネルギーの推進

- 公共施設の省エネルギー化の推進・波及
- 家庭・事業所の省エネルギー化の促進
- 脱炭素型のライフスタイル・ビジネススタイルへの転換促進

基本施策2 再生可能エネルギーの導入推進

- 公共施設への再生可能エネルギーの導入・波及
- 家庭・事業所への再生可能エネルギーの導入促進

基本施策3 脱炭素型まちづくりの推進

- 公共交通機関の利用促進
- 次世代自動車の普及促進

基本施策4 気候変動への適応

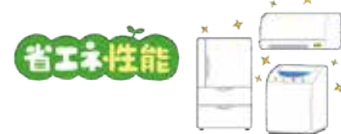
- 気候変動適応策の推進

町民・事業者に期待される取り組み

冷暖房温度の適正管理やこまめな消灯など、省エネルギー行動を実践しましょう！



家電や設備機器を更新する際は、省エネ性能の高い製品を選択しましょう！



自動車を購入する際は、環境負荷の少ない次世代自動車を選択しましょう！



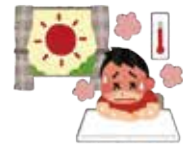
住宅や事業所に太陽光発電設備等の再生可能エネルギー設備の導入を検討しましょう！



自動車の利用を控え、徒歩や自転車、公共交通機関を利用して移動しましょう！



猛暑日や熱帯夜は熱中症の予防に努めましょう！



第2次四万十町環境基本計画 を策定しました



計画策定の背景・目的

本町を取り巻く国際社会や国の動向を踏まえつつ、本町の環境に関する課題を見つめ直し、今後の新たな10年間を見据えた環境の保全及び創造に関する施策の指針として、「第2次四万十町環境基本計画」を策定しました。

計画期間

令和4年度から令和13年度までの10年間とします。

四万十町
しまんちがわのまんなか SHIMANTO TOWN

基本目標 4【資源循環】

限りある資源の循環利用による環境負荷が少ないまちをつくります

町の取り組み

基本施策 1 3Rの推進

- リデュース（発生抑制）の推進
- リユース（再使用）・リサイクル（再生利用）の推進

基本施策 2 廃棄物の適正処理の推進

- 適正なごみ処理体制の確保
- 環境美化の推進
- ごみの不法投棄の防止
- 災害廃棄物処理体制の構築



食品ロス削減普及啓発活動の実施状況

町民・事業者に期待される取り組み

水切りの徹底や生ごみ処理機によって、生ごみを減量しましょう！



食材の使い切りや食べきりによって、食品ロスをなくしましょう！



買い物の際には、マイバッグを持参してレジ袋の削減に協力しましょう！



ごみは決められた排出ルールに従って分別を徹底しましょう！



資源物の店頭回収や地域での資源集団回収活動を活用しましょう！



ごみの不法投棄やポイ捨ては絶対にやめましょう！



基本目標 5【環境教育・環境保全活動】

みんなが環境保全について考え行動し、誇れる環境を未来へつなぐまちをつくります

町の取り組み

基本施策 1 環境教育・環境学習の推進

- 地域特性を活かした環境教育・環境学習の充実
- 学校における環境教育・環境学習の推進
- 地域における環境教育・環境学習の推進
- 環境情報の発信

基本施策 2 環境保全活動の推進

- 地域が連携した環境保全活動の推進
- 環境保全活動への参加機会の創出



河川環境学習の実施状況

町民・事業者に期待される取り組み

地域の環境学習の場に積極的に参加し、環境保全に関する知識を深めましょう！



家庭において、環境について話し合う機会を設け、一緒に考えましょう！



従業員の環境教育を実施し、環境保全に関する意識の向上に努めましょう！



町が発信する環境情報を収集し、日常生活や事業活動での環境に配慮した取り組みの実践に役立てましょう！



地域の環境保全活動に関する情報を収集し、関心のある活動に参加・協力しましょう！



環境保全活動を行っている主体間で情報交換を行い、連携・協働して活動を広げていきましょう！



基本目標 2【自然環境】

四万十川が育む広大な自然環境を守り、人と自然が共生するまちをつくります

町の取り組み

基本施策 1 森林の保全

- 森林の適正管理
- 森林資源の利用促進

基本施策 2 農地の保全

- 農地の適正管理
- 有害鳥獣被害の防止

基本施策 3 水辺の保全

- 水辺の適正管理

基本施策 4 生物多様性の保全

- 希少野生動植物の保護
- 外来生物被害の防止



四万十川一斉清掃の実施状況

町民・事業者に期待される取り組み

所有する森林の間伐など、適切な維持管理に努めましょう！



地域で生産された農産物を積極的に購入・利用し、地産地消に取り組みましょう！



有害鳥獣による農作物被害の防止に向けて地域ぐるみで取り組みましょう！



四万十川一斉清掃や海岸清掃など、地域の環境美化活動に積極的に参加しましょう！



水生生物調査や自然観察会に参加・協力しましょう！



飼育できなくなった外来生物を山林や河川等に放すことは絶対にやめましょう！



基本目標 3【生活環境】

安全・安心・快適に生活できる良好な環境が確保されたまちをつくります

町の取り組み

基本施策 1 水・大気環境の保全

- 水質汚濁の防止
- 大気汚染の防止

基本施策 3 土壌汚染対策の推進

- 土壌汚染の防止

基本施策 5 歴史・文化の保存

- 歴史・文化財の保存・継承

基本施策 6 公園・緑地の整備の推進

- 公園・緑地の整備・維持管理

基本施策 7 空き家等の適正管理の推進

- 空き家等の適正管理・活用

基本施策 2 騒音・振動・悪臭対策の推進

- 騒音・振動・悪臭の防止

基本施策 4 景観の保全

- 文化的景観の保全・継承



一斗儀沈下橋（国指定文化財）

町民・事業者に期待される取り組み

合併処理浄化槽は定期検査を受けるなど、適正な維持管理に努めましょう！



苦情の発生要因となる違法なごみの野外焼却は絶対にやめましょう！



工場・事業場から発生する環境負荷を可能な限り低減するよう努めましょう！



住宅や事業所を新築・改築する際は、周辺景観に調和したデザインや素材・色彩となるよう配慮しましょう！



地域の祭りや伝統行事に積極的に参加・協力しましょう！



近隣に迷惑がかからないよう、所有する住宅や土地の適切な維持管理に努めましょう！



マイナンバーカードを持っていますか？



マイナンバー制度（社会保障・税番号制度）は、遡ること平成27年10月5日、「行政手続における特定の個人を識別するための番号の利用等に関する法律（番号法）」の施行をもって始まりまし
た。
マイナンバー導入のメリットは、①国民の利便性を高め、②行政を効率化し、③公平・公正な社会を実現するという三つがあります。
具体的には、役場でのいろいろな手続きで所得証明書などの添付書類を窓口で出さなくてよくなったり、そもそも役場に足を運ばず自宅PCからでも手続きできたり、証明書や給付金を受け取ったりできるようにする制度です。今のところ社会保障・税・災害分野の事務で取り扱っています。
住民の皆さまから見た顕著な変化は、平成28年1月から始まった「マイナンバーカード（個人番号カード）」の交付だったのではないのでしょうか？
マイナンバーカードは、住民票を有する全ての方一人一人に指定される12桁の数字（マイナンバー）を記載したICカードです。
例えば顔写真付きの本人確認を求められた際、運転免許証と同等に利用できます。
ほかに、これ一枚を出せば、別々の機関で取ってきて提出しないといけなかった証明書類をごっそりカットすることも不可能ではありません。

「電子証明書」とは？

他人を装って虚偽の申請を行う「なりすまし」や、送信されたデータを第三者が書き換える「改ざん」を防ぎ、インターネットを通じて安全・確実な行政手続き等を行うための機能のことです。

マイナポータル

国が運営するオンラインサービスで、自宅のパソコンなどから「行政機関が保有する自己情報」や「行政機関が利用した自己情報の履歴」を確認できます。

マイナンバーカードでログインするので、パソコンの場合は「ICカードリーダーライター」が、スマートフォンの場合はマイナンバーカードの読み取りに対応したものがが必要です。詳細は、マイナポータルサイトをご覧ください。

マイナンバー総合フリーダイヤル
0120-95-0178
マイナンバー
平日：9時30分～20時00分
土日祝：9時30分～17時30分（年末年始を除く）

マイナポータル

申請して、取得できる顔写真付きのプラスチック製のカード
マイナンバーの他に、氏名・住所・生年月日・性別が記載されているよ！

対面（おもて面）でもオンライン（うら面）でも使える公的な本人確認書類

（おもて面）

おもて面は顔写真付き！だから、なりすましできないよ！対面での本人確認書類に！

（うら面）

うら面はICチップ付き！あなたを証明する情報が入っているよ！税や年金等の情報は入っていないよ！オンラインでの本人確認に！

POINT!

オンラインでの本人確認に、マイナンバーカードを使うためには、ICチップに「電子証明書」を搭載する必要があるよ！
パスワードの設定が必要だから、カードの申請時または受け取り時に、お住まいの市区町村で設定してね！

【お問い合わせ先】（マイナンバーカード）町民課 ☎ 22-3117 （マイナンバー制度）総務課 ☎ 22-3111

大規模地震などの災害発生時、建物や宅地の調査にご協力をお願いします。

被災建築物応急危険度判定 → 地震で被災した建物を調査します。

被災建築物応急危険度判定とは、地震で被災した建物について、余震で倒壊するなどの危険性があるかどうかを判定して表示を行うものです。国や地方公共団体、建築関係団体などが連携し、被災地域に判定士を派遣して判定を行います。大きな地震が起きると建物は少なからずダメージを受け、倒壊は免れていても耐震性が低下するなどの影響を受けている可能性があります。これらの建物は、その後の余震によって倒壊したり部材が落下したりして人的被害を起こしかねません。このため、被災者がそのまま家にいていいのか、避難所に避難した方がいいのかなどを判断するために、救命・救急・消防活動と並行してできるだけ速やかに応急危険度判定を行う必要があります。

判定結果は3種類のステッカーを建物の出入口などに貼り付けて表示します。ステッカーはそれぞれA3サイズです。

赤

この建物に立ち入ることは**危険**です。

黄

この建物に立ち入る場合は**十分に注意**してください。

緑

この建物は**使用可能**です。

その他の地震発生後の建物に関する判定として次のようなものがあります。これらは判定の目的や基準がそれぞれ異なります。

住家被害認定	被災度区分判定
「り災証明書」を発行する目的で被害程度を認定するもの	建物の復旧対策を検討する目的で応急危険度判定後に建物の被災度を詳細に判定するもの

また、建物と同様に、造成された宅地に対しても災害時の応急対策として危険度を判定する制度があります。

被災宅地危険度判定

地震や降雨などによる宅地災害が広範囲に発生した後に、二次災害を防ぐ目的で被害の状況を把握して宅地の危険度を判定するもの

※降雨災害にも対応するところが建物の応急危険度判定と違います。

それぞれの目的をご理解いただき、判定のための調査の際にはご協力くださいますようよろしくお願いします。

被災宅地危険度判定 → 大規模な地震や大雨などで被災した宅地を調査します。

被災宅地危険度判定とは、大規模な地震や大雨などで、宅地が大規模かつ広範囲に被災を受けた場合に、宅地の被害状況を迅速かつ的確に把握したうえで危険度を判定し、住民の皆様に情報提供を行うことにより、二次被害の軽減・防止を図ろうとするものです。平成28年の熊本地震の際には、本県の被災宅地危険度判定士延べ135名が被災市町村（熊本市、益城町、南阿蘇村など）を支援するために、現地へ派遣されました。被災宅地危険度判定の結果は、下記の3種類の判定ステッカーを見えやすい場所に表示し、当該宅地の使用者・居住者だけでなく、宅地の付近を通行する歩行者に対しても安全であるかどうかを識別できるようにします。

判定結果は3種類のステッカーを現地の見えやすい場所に貼り付けて表示します。ステッカーはそれぞれA3サイズです。

赤

この宅地に入ることは**危険**です。

黄

この宅地に入る場合は**十分に注意**してください。

青

この宅地の被災度は**小さい**と考えられます。

判定ステッカーには、判定結果に基づく対処方法についての簡単な説明や二次災害防止のための処置についても明示します。また、判定結果についての問い合わせ先もステッカーに表示しています。

なお、判定は造成された宅地について擁壁や斜面等の確認を行うもので、罹災証明に係る調査や、建築物について確認を行う被災建築物応急危険度判定とは異なります。

目的をご理解いただき、判定のための調査の際にはご協力いただきますようよろしくお願いします。

[お問い合わせ先] 建設課 ☎ 22-3120



ハチの巣の駆除について



夏から秋にかけてはハチの活動が活発化する季節です！



ハチについて

ハチは、春頃から女王バチが単独で巣を作りはじめます。夏から秋にかけて巣が大きくなりハチの数も増えます。ハチは毒を持っている虫ですが、花粉を媒介する、他の虫を捕食するなど自然界のなかで重要な役割を持っています。また、ミツバチ以外のハチの巣は、冬になると皆死んでしまいカラになります。その巣を来年使うことはありません。人の出入りが少なく、駆除をする必要の無い場所のハチは、そっと見守ってあげましょう。



ハチの巣を発見したら



「近づかない・危害を加えない・振動させない」ことに注意して、巣を刺激しないようにし

てください。ハチが人を刺すのは、巣が危険にさらされたときハチが判断したときだけです。（巣から離れて飛んでいるハチは、普通人を刺しません）ハチが近寄ってきた時、慌てて手で払ったり、駆け出すと、かえってハチを刺激して刺される原因になります。ハチがいなくなるのを待つか、静かに遠ざかりま



ハチの巣を駆除してもらいたい

役場では、防護服の貸し出しのみを行っています。ハチの巣の駆除は、原則として巣ができた場所の所有者や管理者に行っていただく必要がありますのでご理解のほどよろしくお願いいたします。



手に負えない場合は
駆除専門業者に依頼を
行ってください。

【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



預けて安心！自筆証書遺言書保管制度



法務局では、「自筆証書遺言書保管制度」に関する事務を取り扱っています。自筆証書遺言書を作成した本人が、法務局に遺言書の保管を申請できる制度です。本制度を利用すると、遺言書の紛失、改ざん等を防止できるほか、家庭裁判所の検認手続も不要となります。

⚠ 自筆の遺言書に関してはこんな問題点が...

- ・相続人に発見されないことがある
- ・改ざんされるおそれがある

そこで始まったのが

自筆証書遺言書保管制度

👍 自筆証書遺言書保管制度のメリット

- ・遺言書を法務局（遺言書保管所）で適正に管理
- ・遺言書の内容を相続人に確実に伝えられる
- ・相続をめぐる紛争の防止に役立つ

ご自身の財産を大切な人へ確実に託す方法の一つとして、自筆証書遺言書を検討される際には、ぜひ本制度をご活用ください。詳しくは、法務省ホームページをご覧ください。か、お近くの法務局へお問い合わせください。

また、企業、各種団体、グループを対象として本制度に関する出張説明会も実施していますので、ぜひお問い合わせください。

【法務局】

高知地方法務局供託課 ☎ 088-822-3331（出張説明会問い合わせ先）
高知地方法務局香美支局 ☎ 0887-52-3049
高知地方法務局須崎支局 ☎ 0889-42-0374
高知地方法務局安芸支局 ☎ 0887-35-2272
高知地方法務局四万十支局 ☎ 0880-34-1600

【法務省ホームページ】

https://www.moj.go.jp/MINJI/minji03_00051.html



その飼い方、あなたの知らないうちに、誰かが迷惑しているかもしれません。

犬や猫の鳴き声やフン尿などをめぐるトラブルが多発しています。

“ 犬の飼い方 ”



犬は必ず登録をし、毎年1回狂犬病予防注射を受けなければなりません。また、登録時にお渡しする鑑札や予防注射済票は首輪などにつけることで、迷子になったときの名札代わりになります。



散歩のときには引き綱を必ず使いましょう。また、排尿させる場所にも気を配り、家や飲食店の前など失礼になる行為は慎み、フン尿の後始末は飼い主が責任をもってしましょう。



犬のむだ吠えも毎日となると近隣トラブルの原因になります。鳴き声については、適切なしつけや世話をすれば改善が期待できますので、飼い主は他人に迷惑をかけないように心がけてください。



飼い犬が迷子になったときは、警察署が役場、須崎福祉保健所にすぐに連絡をしてください。保護している場合もありますし、似た犬を保護した場合には連絡をいたします。迷子犬にならないように、日ごろから綱や首輪、囲いなどに不備がないか注意しましょう。



飼い主が変わったり、犬が町外から転入や死亡した場合には、役場に届け出をお願いします。

“ 猫の飼い方 ”



猫はエサが充分に得られれば、特に広い生活空間は必要としませんので、環境を整えれば室内だけで心身ともに健康に過ごすことができます。交通事故にあう、伝染病やノミ・ダニをもらう、予期せぬ妊娠をすることのない室内飼育に努めましょう。



飼い猫が迷子になった時に、野良猫との区別がつくように、迷子札や首輪などに連絡先などをつけましょう。

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



犬・猫などを遺棄・虐待することは「動物の愛護及び管理に関する法律」に違反し、罰金が科せられます。



産まれてくる犬・猫を育てられる見込みがない場合は、不妊・去勢手術をしましょう。



また、飼い主になることができないのであれば、野犬や野良猫にむやみにエサを与えないでください。



新型コロナワクチン接種について

4回目接種について

接種予約 ▶▶ 接種券を3回目接種日から5か月経過をめぐに、ワクチン供給状況を踏まえて順次送付します。案内が届いたらコールセンターへの電話、またはインターネットから予約をお願いします。



電話予約 ☎ 088-855-5671

インターネット予約 >>>



新型コロナワクチン接種がまだお済でないみなさまへ

- 新規感染者が全国的に上昇しております。
- 7月以降、3連休や夏休みなどを迎え、接触の増加等が予想されます。



四万十町公式LINEでも
新型コロナ関連情報を
配信しています。

友だち登録は
こちら→→→



1・2・3回目ワクチン接種、小児接種をご検討ください。

ノバックスワクチン接種を希望される方へ

対象者 ▶▶ 18歳以上の本県在住者であり、初回接種（1～2回目接種）又は追加接種（3回目接種）の対象者



- ※2～3回目接種の方は、1～2回目接種したワクチンの種類に関わらず交互接種が可能です。
- ※4回目は対象外（ノバックス使用不可）

申込方法 ▶▶ 郵送で高知市へ住所外接種の申請してください。



申請窓口：高知市地域保健課ワクチン接種推進係
高知市本町5丁目1-45 ☎088-821-6514（問合せ窓口）

[お問い合わせ先] 健康福祉課 ☎22-3115

令和4年度 自衛官等採用案内

募集種目		資格	受付期間	試験期日	合格発表
一般曹候補生			7月1日(金) ～9月5日(月)	1次: 9月17日(土) 2次:10月8(土)・9日(日)の内1日	1次 :10月3日(月) 最終:11月15日(火)
自衛官候補生		18歳以上33歳未満の者 (32歳の者は採用予定月の末日現在33歳に達していない者)	年間を通して受付を行っています。 (定員になり次第受付を終了致します)	9月17日(土) 11月5日(土)～9日(水) 12月3日(土)～7日(水) 1月21日(土)～25日(水) ※11月以降はweb試験を行います。	試験日にお知らせします。 (合格発表日)
防衛大学校 学生	一般	18歳以上21歳未満の者 高卒者(見込含)または高専3年次修了者(見込含)	7月1日(金) ～10月26日(水)	1次:11月5(土)・6日(日) 2次:12月6(火)～10日(土)の内1日	1 次:11月24日(木) 最終:令和5年1月20日(金)
	推薦		9月5日(月) ～9月9日(金)	9月24日(土)・25日(日)	10月28日(金)
	総合 選抜		7月1日(金) ～10月12日(水)	1次:9月24日(土) 2次:10月29日(土)・30日(日)	1 次:10月14日(金) 最終:11月24日(木)
防衛医科大学校 医学科学生			7月1日(金) ～10月12日(水)	1次:10月22日(土) 2次:12月14日(水)～16日(金)の内1日	1 次:12月1日(木) 最終:令和5年1月31日(火)
防衛医科大学校 看護学科学生			7月1日(金) ～10月5日(水)	1次:10月15日(土) 2次:11月26日(土)・27日(日)の内1日	1 次:11月11日(金) 最終:令和5年2月3日(金)
航空学生 ※海空自衛隊の パイロットを養成		海:18歳以上23歳未満の者高 卒者(見込含)または高専3 年次修了者(見込含) 空:18歳以上21歳未満の者(高 卒者(見込含)または高専3 年次修了者(見込含)	7月1日(金) ～ 9月8日(木)	1次:9月19日(月) 2次:10月15日(土)～20日(木)の内1日 3次:(海)11月18日(金)～12月14日(水) (空)11月12日(土)～12月15日(木)	1 次:10月7日(金) 2 次:(海)11月9日(水) (空)11月4日(金) 最終:令和5年1月17日(火)

※お問い合わせは市町村窓口、または下記へお気軽にどうぞ。パンフレット等もごございます。
〒785-0041 自衛隊高知地方協力本部須崎地域事務所 須崎市西崎町325-2 ☎0889-42-7186

令和4年度 入 札 結 果（令和4年6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4年度（3線）防安全 第6-010-2号 町道神ノ川線 道路改良工事	中神ノ川	(株)武石建設	31,020,000	6/2	6/9～10/31
令和4年度 防安全 第6-015-1号 町道宮ノ越線 道路改良工事	仕出原	(株)生田組	28,875,000	6/2	6/9～11/30
令和4年度 防安全 第1-30-1号 町道大奈路中津川線 成川橋 橋梁詳細設計委託業務	大正中津川	構営技術コンサルタント(株)	21,450,000	6/2	6/9～2/28
令和4年度 防災 第2号 興津地区 高台用地転落防止柵設置工事	興津	(株)はまさき	4,488,000	6/23	6/30～9/30
令和4年度 災害 第1-24号 志和地区 がけくずれ住家防災対策工事	志和	(有)山一建設	6,600,000	6/23	6/30～10/31
令和4年度（3線）3災 第381号 一級水系普通河川 山ノ下谷川 河川災害復旧工事	峰ノ上	(株)武石建設	3,190,000	6/23	6/30～10/31
令和4年度（3線）3災 第384号 一級水系普通河川 コホラザコ谷川 河川災害復旧工事	中神ノ川	(有)トシマ建設	3,410,000	6/23	6/30～12/20
令和4年度（3線）3災 第373号 一級水系普通河川 コトコ谷川 河川災害復旧工事	秋丸	(有)山崎建設	4,466,000	6/23	6/30～12/20
令和4年度 公適債 第1-1号 町道宮ノ越線舗装工事	仕出原	大旺新洋(株)高知土木本店	6,270,000	6/23	6/30～10/31
令和4年度 公適債 第1-2号 町道窪川平串線舗装工事	根々崎	大旺新洋(株)高知土木本店	7,755,000	6/23	6/30～10/31
令和4年度 公適債 第1-3号 町道平串向川線舗装工事	向川	大旺新洋(株)高知土木本店	9,350,000	6/23	6/30～10/31
令和4年度 町単 第1号 志和配水区配管橋梁添架工事	志和	(有)横山水道設備	3,146,000	6/23	6/30～9/30
令和4年度 町単 第2号 西部配水区配管布設工事	家地川	(有)岩本商店	5,456,000	6/23	6/30～9/30
令和4年度 町宮住宅八木第1団地新築工事（解体工事）	大井川	(有)国沢組	8,019,000	6/30	7/7～8/20
令和4年度 防安全 第1-28-1号 町道向山線（コヤノ谷1号線）橋梁修繕工事	上岡	(有)西村建設	9,130,000	6/30	7/7～2/28
令和4年度 防安全 第6-3-2号 町道川ノ内芳川線 芳川橋 橋梁上部工事	芳川	(株)井原組	3,366,000	6/30	7/7～1/31
令和4年度 防安全 第6-7-1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	21,153,000	6/30	7/7～12/28
令和4年度 町宮住宅大正土場第3団地屋根改修工事	大正	(有)郷田組	6,666,000	6/30	7/7～8/31

※ 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。

睡眠の質をあげる生活習慣

先月に引き続き、睡眠の質をあげるための生活習慣について考えてみたいと思います。

⑥ 毎朝同じ時刻に起床し、昼寝は午後3時までの20分～30分にしましょう。

毎朝同じ時刻に起き、朝起きたら太陽の光を浴びましょう。規則正しい3度の食事と適度な運動を心がけることで睡眠リズムを整えることができ、運動習慣で熟睡をうながします。

20分程度の短い昼寝は頭をすっきりさせ、集中力や作業能力の低下を防ぐことができます。しかし、午後3時以降に眠るのは夜の睡眠の妨げになるので控えましょう。

⑦ 寝る前は白湯を一杯。

夜寝る前に白湯を飲んで体が温まることで、副交感神経が優勢になり、心身のリラックス効果が期待できます。白湯での水分補給により、落ち着いて眠りにつきやすくなるため、夜寝つきが良くないというときにもおすすめです。

⑧ 寝る前の布団の中で腹式呼吸

就寝前に腹式呼吸を数回して布団に入ること、自律神経を整え、落ちつかせる効果も期待できます。

睡眠の質をあげるための生活習慣についておはなしいたしました。少しでも皆さまの安眠に役立てればと思います。



からだに
いいはなし

睡眠のおはなし④



四万十町国保大正診療所

入吉宏紀・中澤彩花・大川剛史（執筆）



アルコール依存症について



長引くコロナ禍の影響による失業・ライフスタイルの変化によるストレスから家庭での飲酒量が増えた、新たにアルコール依存症と診断されたという方が増えつつあります。

アルコール依存症とは

⚠ 治療が必要な病気です。

アルコール依存症はお酒を飲む人ならだれでもかかる可能性のある病気です。長い間、大量にお酒を飲み続ける事によって脳の働きが阻害され、お酒の飲み方を自分でコントロールできなくなった病気であり、本人の意志の強さや人格とは関係ありません。

アルコール依存症の症状にはこんなものがあります

- 飲酒のコントロールが出来ない…少量では酔えず、一度お酒を飲み始めるとひたすら飲み続ける。
- 離脱症状がみられる…お酒が切れるとイライラする、不安になる、手が震えるといった症状がある。
- 健康問題、生活上のトラブルの原因が飲酒と分かっているながらもお酒が控えられない。

☑ CAGEテスト(アルコール依存症スクリーニングテスト)

- ・ 飲酒量を減らさなければと感じたことはありますか？ 【はい ・ いいえ】
- ・ 人から飲酒を非難されて気に障ったことがありますか？ 【はい ・ いいえ】
- ・ 自分の飲酒に後ろめたさを感じた事がありますか？ 【はい ・ いいえ】
- ・ 神経を落ち着かせたり、二日酔いを治すために迎え酒をした事がありますか？ 【はい ・ いいえ】



2項目以上【はい】に該当する場合、アルコール依存症の可能性あります。
※結果はあくまで目安です。

⚠ 治療をすれば回復可能な病気です

アルコール依存症と診断されても、適切なサポートを受けながら治療する事でアルコール依存症は回復できます。

[専門相談窓口] 依存症相談拠点：高知県立精神保健福祉センター ☎ 088-821-4966 (平日8:30～17:15)
須崎福祉保健所 ☎ 0889-42-1875 (平日8:30～17:15)

[地域の相談窓口]

健康福祉課 ☎ 22-3115 大正地域振興局町民生活課 ☎ 27-0112 十和地域振興局町民生活課 ☎ 28-5112

[お問い合わせ先] 健康福祉課 ☎ 22-3115

「この世をばわが世とぞ思ふ望月の 欠けたることもなしと思へば」



藤原道長がこの和歌を詠んだのは今から1000年前、西暦1018年10月の満月のことだったそうです。平安時代、藤原氏 摂関政治の全盛を築いた道長が糖尿病だったことは有名な話です。当時の貴族の米中心の贅沢な食事と、非活動的な衣装で運動不足だったことに加えて、宮中での勢力争い、毎日の政務のストレスも大きかった事が誘因だと言われております。バランスの取れた規則正しい食事、ウォーキング、スイミング等の適度な運動、ストレスを貯めない充実した休養、睡眠を心がけましょう。

[お問い合わせ先] 武田金草堂 武田 忠 ☎ 22-3221

健康診査・がん検診

内 容	日 付	時 間	場 所	お問い合わせ
子宮頸がん検診	8/19 (金)	9:00 ～ 11:00	四万十町役場東庁舎	健康福祉課 ☎22-3115
		13:30 ～ 14:30		
	8/23 (火)	9:00 ～ 11:00		
		13:30 ～ 14:30		
	9/7 (水)	13:00 ～ 13:30	打井川地域づくりセンター	大正 町民生活課 ☎27-0112
		14:30 ～ 15:30	大正北ノ川多目的集会所	
	9/14 (水)	9:00 ～ 11:00	大正健康管理センター	
		13:00 ～ 15:00		
乳がん・子宮頸がん検診	8/22 (水)	9:00 ～ 11:00	四万十町役場東庁舎	健康福祉課 ☎22-3115
		13:30 ～ 15:30		
胃がん・結核・肺がん、 大腸がん、 若者健診・特定健診・後 期高齢者健診	9/1 (木)	8:30 ～ 9:30	十和隣保館	十和 町民生活課 ☎28-5112
	9/2 (金)	8:30 ～ 9:30	十和地域振興局	
結核・肺がん、大腸がん、 若者健診・特定健診・後 期高齢者健診	9/1 (木)	13:30 ～ 14:00	昭和地区基幹集落センター	
	9/2 (金)	13:30 ～ 14:00	井崎集会所	



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	9/7 (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
4か月児・7か月児 健診	8/17 (水)	対象者に個別通知	窪川地域子育て支援センター	
3歳6か月児健診	8/24 (水)	対象者に個別通知	四万十町役場東庁舎	
母乳相談	8/18 (木)	9:30～11:30	十和地域子育て支援センター	十和 町民生活課 ☎ 28-5112
	9/13 (火)	9:30～11:30	大正地域子育て支援センター	大正 町民生活課 ☎ 27-0112

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

お知らせ 高知県立地企業合同企業説明会

～あなたの就職応援します～

来場型とオンライン参加を併用した合同企業説明会を開催します。参加企業の採用担当者によるプレゼンテーションのほか、企業個別ブースでの詳細な説明やハローワークの相談コーナーもあります。

求職中の方をはじめ、学生やその保護者の方など、どなたでも参加できますので、ぜひ、お気軽にご参加ください。

なお、会場は、新型コロナウイルス感染症対策として、消毒液や飛沫防止間仕切りの設置などを行います。

▶日 時 9月6日(火)
13:00～16:00(受付開始 12:30～)

▶場 所 土佐市複合文化施設つな一で
(土佐市高岡町乙 3451-1)

▶申込み 参加申込不要
(ただしオンライン参加を希望される場合は事前申込が必要です。)

▶参加費 無料

▶その他
履歴書不要、入退場自由、服装自由、無料駐車場有
参加企業の情報やその他詳細については、高知県庁企業誘致課ホームページをご覧ください。

■お問い合わせ先 高知県庁 企業誘致課
担当：五十嵐・松下・越智 ☎088-823-9693・9881



お知らせ 出産前後の国民年金保険料が免除になります

出産前後の一定期間の国民年金保険料が免除される制度があります。

▶免除される期間

出産予定日または出産日が属する月の前月から4か月の国民年金保険料が免除されます。

なお、多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3か月前から6か月の国民年金保険料が免除されます。

※出産とは、妊娠85日(4か月)以上の出産をいいます。(死産、流産、早産された方を含みます。)

▶届出時期

出産予定日の6か月前から届出可能です。
お早めの届出をおすすめします。なお、出産後も届出が可能です。

■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

募 集 四万十町四万十川保全活用計画委員の公募について

四万十川の保全活用基本計画の中間評価を行う委員を募集します。

▶業務内容 年3回程度の委員会への参加

▶条 件 四万十町内在住の方

▶任 期 令和4年度内

▶募集人員 若干名

▶募集期限 8月26日(金)

※面談のうえ決定します。(面談日8月下旬)

■お問い合わせ先 企画課 ☎22-3124(担当：中井)

募 集 第59回 高南台地総合美術展覧会 作品募集

四万十町文化協会では、第59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11日(金)～17日(木)

▶搬入・受付 11月8日(火)8:00～13:00

■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)

募 集 スマートフォン活用サポーター(スマサポ)養成講座 受講者募集

本年度、四万十町では 高知県スマートフォン活用サポーター(「スマサポ」)養成事業を実施します。

スマサポとは、携帯ショップのない町村において、デジタル機器に不慣れな高齢者(シニア世代)に対して、スマホの操作や活用方法を教えることのできる人材(スマホ教室の講師)の養成を行う事業です。

現在は約10名(地域おこし協力隊・青年団・四万十公社)の方に養成講座を受講いただいておりますが、追加で10名程度募集します。

▶募集期限 令和4年8月22日(月)17:00まで

▶応募方法

来庁(企画課)またはメールまたは電話
Email 103010@town.shimanto.lg.jp

■お問い合わせ先 企画課広報情報係 ☎22-3124



休日在宅当番医

8/14 (日)	くぼかわ病院	☎22-1111
8/21 (日)	大西病院	☎22-1191
8/28 (日)	くぼかわ病院	☎22-1111
9/4 (日)		
9/11 (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。 <u>必ず電話で確認</u> のうえ受診をお願いします。		☎27-0210

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

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
人権相談【十和】	8/4(木) 10:00～15:00	コミュニティセンターとおわ	十和 町民生活課 ☎28-5112
人権相談【窪川】	9/7(水) 10:00～15:00	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】	9/8(木) 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【窪川】	9/13(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
	10/11(火) 10:00～15:00		
1日行政相談【大正】	10/6(木) 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】	10/6(木) 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

※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

スラックライン&キンボール スポーツコラボ教室参加者募集



四万十町内学校で注目を集めはじめた NEW スポーツ
がコラボで教室を開催！！

スラックラインで体幹やバランスをみがき、からだの
変化をキンボールスポーツで実感してみよう。

▶定員 各 20 名（小学 3 年生以上）※親子参加可

▶参加料

くぼかわスポーツクラブ年会費（任意）：子ども 1,000
円・大人 2,000 円

会員 1 回 500 円・非会員 1 回 1,000 円 ※参加料は開
催日にお支払いとなります。

スポーツ安全保険（任意）への加入手続きも行ってお
ります。

スポーツ安全保険（料金）：中学生以下 800 円
高校生以上～ 64 歳以下 1,850 円
65 歳以上 1,200 円

▶持ち物

マスク、室内用シューズ、タオル、飲み物

▶日 時

9 月 11 日（日）、10 月 9 日（日）、11 月 13 日（日）
スラックライン 13：00～14：00

キンボールスポーツ 14：30～17：00

▶受付 12：30～

▶会場 四万十町窪川 B&G 海洋センター 1 階体育館

■お問い合わせ先

NPO 法人くぼかわスポーツクラブ ☎24-1177

定休日 毎週月曜日

担当：スラックライン 古谷

キンボールスポーツ 佐々木

* 新型コロナウイルス感染症の影響により延期または中止となる
場合があります。



お知らせ

国道 56 号中村宿毛道路 夜間全面通行止めについて

国道 56 号中村宿毛道路（四万十 IC～宿毛和田 IC）に
おいて、維持修繕工事及び点検のため、下記の通り「夜
間全面通行止め」を行います。皆様には、大変ご不便・
ご迷惑をお掛けしますが、ご理解・ご協力の程よろしくお
願います。

▶規制日時：9 月 5 日（月）夜～9 月 17 日（土）朝
各日夜 21 時～翌朝 6 時（作業終了次第、規制解除し
ます。）
※土・日の夜間は通行止めを行いません。

▶規制区間

国道 56 号中村宿毛道路（四万十 IC～宿毛和田 IC）延
長 23.2km

▶規制内容 夜間全面通行止め（迂回路有り）

▶迂回路 国道 56 号（現道）をご利用ください。



■お問い合わせ先

国土交通省四国地方整備局中村河川国道事務所道路管
理課 ☎34-7319（直通）（平日 8:30～17:15）

国土交通省四国地方整備局中村河川国道事務所中村国
道出張所 ☎34-2252（平日 8:30～17:15）



お知らせ

小型特殊自動車（農耕作業用等） の登録はお済みですか？

トラクター、コンバイン、田植機等で乗用可能なものは、
小型特殊自動車に区分され、ナンバー登録が義務づけら
れています。（個人以外の集落や農業法人も対象です。）

もし、登録されていない車両がありましたら、税務課・
各地域振興局で申請をお願いします。

▶申請に必要なもの

- 申請書（税務課・各地域振興局にあります。）
- 届出者の本人確認書類
- 登録する車両の、車名・型式・車台番号（製造番号）
がわかるもの



公道を走るかどうかに関
係なく、所有されて
いる車両は登録の必
要があります！

■お問い合わせ先

税務課 ☎22-3116



お知らせ

令和 4 年度住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金のお知らせ

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 4 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
給付金です。

給付金を受給するには、手続きが必要です。

【注意】

令和 3 年度の非課税もしくは家計急変により本給付
金を既に受給している、または対象となった世帯は
除きます。（すでに本給付金を給付された世帯に再
度給付されるものではありません。）

▶支給対象となる世帯

①住民税非課税世帯

世帯全員が令和 4 年度に新たに「住民税均等割が非
課税」となった世帯（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
の世帯は対象外となります。

②家計急変世帯

令和 4 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

▶給付金の支給手続き

①住民税非課税世帯

■世帯の全ての方が令和 4 年 1 月 1 日以前から
四万十町にお住いの場合

◎確認書の提出が必要です。

※確認書は、令和 4 年 7 月下旬に発送しています。

◎お送りした確認書の記載事項を確認し、期日まで
に返信用封筒で返信してください。

■世帯の中に、令和 4 年 1 月 2 日以降に転入した方
がいる場合

◎申請書の提出が必要です。

※申請書は、令和 4 年 8 月中旬に発送予定です。

◎お送りした申請書に必要な事項を記入し、添付書類
を添えて期日までに返信用封筒で返信してくださ
い。

②家計急変世帯

◎申請書の提出が必要です。

◎申請書に必要な事項を記入して、添付書類とともに
期日までに提出してください。

▶支給額 1 世帯当たり 10 万円

■お問い合わせ先 町民課 ☎22-3117



お知らせ

婚活支援プラン策定に関して

お 願 い

婚活支援プラン策定に係るアンケート調査について

四万十町では、少子化対策の一環として、婚活支援に
係る今後 5 年間の具体的な計画を定める「四万十町婚活
支援プラン」の策定に向けて取り組んでいます。そこで、
町民の皆様のニーズを把握し、より効果的な計画を策定
するため、下記のとおりアンケート調査を実施しますの
で、皆さまのご協力をよろしくお願い致します。

▶実施期間 令和 4 年 8 月 1 日～8 月 31 日

▶対象者 20 歳～ 55 歳（独身の方）

▶回答方法 スマートフォンやパソコン
（google フォーム）

※所要時間 約 1～3 分

※ QR コードか、下記の URL から

お願いします。

<https://docs.google.com/forms/d/1uxzH9TvwQN-AUXqawvqJw3GZEhRCSGw-qu-q5CHF0dIE/edit>



お知らせ

婚活サポーターの活動について

「婚活サポーター」とは、高知県が開催する養成講座
を受講し、婚活サポーターとして登録されている方であり、
出会いへの支援を希望する独身者をボランティアで
応援していただいています。本町でも現在 7 名の方が活

動されています。

町としましても、婚活サポ
ーターの皆さまと協力して、婚姻
数の増加に向けて取り組んでい
ますので、お知らせいたします。

なお、婚活サポーター制度に関することや、婚活相談
までの手順等につきましては県のホームページに掲載さ
れておりますので、下記の URL からご覧ください。

<https://www.koishiyo.pref.kochi.lg.jp/konsapo/>

お知らせ

こうちで恋しよ!マッチングサイト登録料助成について

「こうちで恋しよ!マッチング」は、20 歳以上の独身
の方の 1 対 1 の出会いをサポートするため、高知県が運
営するマッチングサイトになります。利用に関しては、
こうち出会いサポートセンターで登録する必要があり、
登録料が 1 万円必要になりますが、企画課ではその内
8 千円を助成していますのでお知らせします。

なお、登録手続きに関しましては下記の URL を、マッ
チングサイトの助成に関するお問い合わせは企画課まで
お願いします。

<https://www.koishiyo.pref.kochi.lg.jp/matching/>

■お問い合わせ先 企画課 ☎22-3124





交通安全指導員知事感謝状授与 長年にわたる交通安全活動に寄与

町内で交通安全活動に取り組む交通安全指導員の芝陽一さん（十和）と酒井 寿哉さん（十和）がこの度、高知県知事より知事感謝状を授与されました。

芝さん、酒井さん共に、長きにわたり通学・通勤時の交通安全街頭指導や各種イベント等における交通整理を積極的にを行い、町の交通安全思想の普及に大きく貢献されています。今回の授与は、それらの功績が認められたものです。

高吾地区総合体育大会での結果

6月4日から高知県高吾地区中学校総合体育大会が行われました。本町の中学校で県大会への出場権を得た各部（団体および個人）の成績をご覧ください。

窪川中学校

●卓球部／男子団体 県体出場決定戦で勝利・男子個人 岩本松之助 県体出場決定 ●ソフトボール部／準決勝進出 ●バレーボール部／女子団体 決勝トーナメントで優勝 ●ソフトテニス部／個人 沖芽伊・竹村未翔 県体出場 ●陸上部／男女団体 総合1位・男子団体 総合1位・女子団体 総合1位・女子団体 低学年4×100mリレー 1位 4×100mリレー 1位・個人 山下航介 400m 1位 800m 2位・吉村海司 400m 2位・井上彌歌 2年1500m 1位（大会新）800m 1位・安藤匠 2年1500m 2位 3000m 1位・沖野蒼志 1年1500m 2位・谷脇慈久 三段跳 1位（大会新）走幅跳 1位・田中柊 三段跳 2位・伊藤詩乃 1年100m 1位・宮脇茜琳 1年100m 2位・正岡璃子 2年100m 1位、100mH 1位・川村羽奈 200m 3位・荒木緒心 2年1500m 1位（大会新）800m 2位・石元美羽 2年1500m 2位・堅田寛菜 800m 3位・窪田



水ケーション 〜森と水の授業〜を開催しました！

森と水の大切さを伝える水ケーション授業が、6月14日、田野々小学校・北ノ川小学校、15日、十川小学校・昭和小学校の5・6年生を対象に行われました。一般社団法人森と未来 代表理事の小野なぎささんは、森林の役割や水の大切さを、シドニーオリンピック女子競泳日本代表の萩原智子さんは、汚れた水の中で競技に臨んだ海外大会の経験を例に「きれいな水で泳げて、おいしい水が飲めるのは当たり前じゃない。」と訴えていました。児童たちは、普段当たり前前に生活出来ているのは、森と水のおかげであること、その森と水を大切にしないといけないことを学びました。

百華 1年1500m 1位（大会新）・800m 3位・山下琉奈 1年1500m 3位・宮脇彩歌 走幅跳 1位 ●水泳部／男女団体 総合1位・女子団体 総合1位・個人 辻本未来斗 50m自 3位 200mメドレー2位・個人 山崎新大 200m平 1位 100m平 1位・山中庵 200m背 1位 100m背 1位・岡村明音 200m平 1位 100m平 1位・中嶋沙桜 200m自 1位 400m自 1位・田村果鈴 200m背 1位 100m背 1位・中平穂花 200m背 2位 400m自 2位 ●剣道部／個人 濱口成音 1位・八木柚誠 2位・清水悠正 3位・今井里紗 3位

大正中学校

●ソフトボール部／決勝戦進出 2位 ●陸上部／個人 杉本薫 走幅跳 3位 ●水泳部／個人 今城瑛太 200m自 2位 100m平 2位

十川中学校

●バレーボール部／女子団体 県体出場決定戦で勝利

イベント 森のピアノ



誰でも・自由に・弾ける自然の中のストリートピアノ。
※特記／雨天時・平日は設置されません。

▶日時 9月17日～11月27日 10:00～16:00
▶会場 四万十緑林公園
■お問い合わせ先 窪川四万十会館 ☎22-4777

イベント 子どもに絵本や読書の橋を架ける 連続講座 第1回



あなたの心のキラキラを
つくりましょう

UVレジンでちょっとしたキーホルダーを作ってみましょう

▶日時 8月27日（土）13:30～15:00
▶会場 四万十町立図書館 2階会議室
▶講師 小笠原まき（高知市在住 絵本作家）
▶対象 小学3年生～大人
▶定員 10名 参加費：800円（材料費）
▶受付開始 8月10日（水）
■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症の影響により延期または中止となる場合があります。

イベント 美術館発 絵画作品の点検作業を 見学しよう!!

ただいま美術館で行っている点検作業を公開します。美術作品の保存・保管に興味のある方、ぜひご参加ください。なお美術館は休館中です。

▶日時 8月28日（日）
10:00～12:00（公開・自由見学）
10:30～11:30（点検作業の説明をします）
▶会場 四万十町立美術館
▶対象 一般
▶定員 15名
▶参加費 無料
▶受付開始 8月10日（水）
■お問い合わせ先 四万十町立美術館 ☎22-5000
*新型コロナウイルス感染症の影響により延期または中止となる場合があります。

イベント 道の駅 四万十とおわ 夏休みフェア



お盆休みの方向けのお土産販売のほか、昔懐かしアイスや夏にぴったりのメニューを販売します。
▶開催期間 7月16日～8月31日
▶会場 道の駅 四万十とおわ
■お問い合わせ先 道の駅 四万十とおわ ☎28-5421

イベント 第18回四万十大正あゆまつり



アユ市場をはじめとした様々な出店の他、ステージイベント、宝探しや丸太切り、もち投げなどがあり、夜は火振り漁の実演や花火が行われます。

※荒天などで延期の場合は8月28日（日）になります。
▶日時 8月21日（日）12:00～20:30
▶会場 四万十町大正「大正新橋」下の川原
■お問い合わせ先
四万十大正あゆまつり実行委員会事務局
（大正地域振興課内） ☎27-0111
*新型コロナウイルス感染症の影響により延期または中止となる場合があります。

イベント 夜市だよ!全員集合 おわらないでサマー 2022



地元生産者他、飲食の屋台が出ます。子ども向けくじ引きやビアガーデンもあります。

▶日時 8月27日（土）17:30～20:30
▶会場 道の駅 四万十とおわ
■お問い合わせ先 道の駅 四万十とおわ ☎28-5421
*新型コロナウイルス感染症の影響により延期または中止となる場合があります。



もっと
知ろう！文化的施設のこと

＼ 文化的施設を「ちょっぴり」想像する1日 /
7/15（金）四万十駄場フェス「ミニ」を
開催しました！

令和6年度
開館予定

令和6年度に開館予定の文化的施設について「どんな施設ができるのか」「施設ではどんなことができるのか」を想像・体感していただくイベントとして四万十駄場フェス「ミニ」を開催しました。

当日はイベント開始と同時に雨が降り出しましたが、100名以上の方にお越しいただき、にぎやかな1日となりました。イベントの中では、文化的施設で提供していくサービスとして現図書館でも取り組んでいる「絵本の読み聞かせ」や「本のテーマ展示」、「ブックリサイクル」などを行いました。イベントを楽しんでもらう中で、図書館について知ってもらい、日ごろから気軽に利用していただける身近な施設になってほしいと思います。また、その他にも創造力を育んでもらう取り組みとして「缶バッジ作り」や「ボードゲーム」に挑戦してもらったコーナーも設けました。中でも缶バッジ作りは子どもたちに大盛況で、四万十町の子どもたちの創作意欲をひしひしと感じました。みんな自分だけのお気に入りのバッジは作れたかな？

文化的施設ではスマートフォン教室など町民の方の生活に関わる講座やイベントなども開催していく予定です。その取り組みの一環として「高知県スマートフォン活用サポーター養成事業」との共同企画も行いました。電源が入らなくなったいわゆる"ガラケー"を再起動させ、大切な思い出を取り出し、写真をプリントする「おもいでケータイ再起動」や「健康アプリ・スマホお困りごと相談会」にも多数ご参加いただきました。

今回の四万十駄場フェス「ミニ」で体感いただいたことは、施設で提供していくサービスのほんの一部ではありましたが、文化的施設について「ちょっぴり」想像していただけたでしょうか？

今秋には建設予定地である旧役場本庁舎跡地にてさらにパワーアップした四万十駄場フェスの開催を予定しています。実寸大の図面が体感できます！施設の開館へ向けて一緒にワクワクしましょう！



文化的施設の模型を
見てもらいながら
現在の設計を解説し、
どんな施設ができるか
想像していただきました！



ボランティアさんによる
こわい話の読み聞かせ！
たくさん子どもたちが
参加してくれました！



子どもたちはバッジづくりに夢中♪



知っていますか？
「レファレンス」
図書館サービスを
もっと活用してみよう！



「アウトドア」等に関する
テーマ展示を行いました！
いつもの図書館でも
季節やテーマの展示を
しているので見てみてね！



中学部の授業が始まりました！

連載 No. 03 / 12
Date. 2022.08

この度、窪川中・大正中・十川中の3年生を対象とした中学部を開始しました。

文法の基礎から長文読解まで学ぶ英語の授業をはじめ、定期テスト対策のサポートや、身の回りの物事について色々な角度から学ぶ「好奇心のトビラ授業」（1学期につき1テーマ）を行なっています。

実施曜日・時間

くぼかわ教室

毎週金曜日 農村環境改善センター 2F大会議室

たいしょう教室

毎週月曜日 大正地域振興局 2F大会議室

とおかわ教室

毎週木曜日 十和地域振興局 2F第1会議室

いずれも開室時間18:30～20:30



くぼかわ教室の授業のようす

たいしょう教室の好奇心の
トビラ授業のようす



「好奇心のトビラ授業」第1回を実施！

7月のテーマは・・・情報

人類と情報伝達の歴史や、情報との向き合い方などを探究していきました。生徒は、ワークやディスカッションを通して楽しみながら学んでいました！

お問い合わせ先

町営塾「じゅうく。」

☎ 22-3163



四万十川のために今できること

Vol. 6

四万十川は「日本最後の清流」と呼ばれていますが、その現状は昔と比べると透明度が悪化しています。水質を守るための取組はこれまでいくつか紹介してきましたが、水のきれいさだけではなく、川岸や川原の景観を守ることも、最後の清流を守るためには大事な取組になります。

今年も台風4号による大雨の影響で川の水位も大きく増加しましたが、このような大きな増水の後には、川に流出してしまったビニールなどが木に引っかかってしまって取れなくなっていることがあります。高いところにかかってしまったものについては回収も困難となり、景観を損ねるだけではなく、ビニールやプラスチック類は太陽光などで細かく分解されるマイクロプラスチックになる恐れがあり、環境問題の一つとして近年問題になっています。



台風などによる強風や大雨で、川にものが流出しないように

- ・増水しそうな時に川の近くに資材などを保管（放置）しない
- ・風で飛びそうなものは早めに屋内に片づける
- ・ポイ捨てはしない

などの対策を、住民一人ひとりが行うようご協力よろしくお願いします。





▲夏はラフティングの問い合わせ対応に大忙し!

川遊び公園・ふるさと交流センターで、今年4月から管理人として活躍されている佐藤さん。佐藤さんは岡山市のご出身。あの高校野球の名門・岡山東商業高校野球部で活躍されました。高校卒業と同時に全国チェーンの大手スーパーマーケットに就職。最初の赴任地は香川県の観音寺市。これが佐藤さんにとっての、いわば「四国とのファーストコンタクト」でした。

今月の 人オキッリ

ソログルキャンのベテラン!!

さんが13歳の時。「岡山は、香川県の向かいなのに、高校生になってもまだ、四国は遠いところという感覚でしたね」。観音寺では、魚売り場担当だったそうですが、1年半後に転勤になった高知では、スポーツ用品売り場担当になりました。当時は、スノーボードや、N社のバスケットボールシューズが流行していた頃。アメリカのスポーツ量販店が進出した頃でもあったそうで、佐藤さんの会社の売り場も拡大され「県内中からお客さんがいらっしやいました」といいます。

当時は「そういうもの」と割り切っていた佐藤さんは、また1年で転勤。今度は広島県の呉市。そして1年半で坂出へ。坂出には3年おられたそうですが、そこで退職を決意。奥様のご実家のある高知市へ。ここから始まった「高知生活」が現在に至っているとのこと。

再び高知にやってきた佐藤さん、保険会社を経て広告会社へ転身。その会社の社長と専務が、無類のキャンプ好きだったそうで、佐藤さんもその影響で、頻りにキャンプに行くようになりました。「キャンプ歴20年になります」



さとう ともや
佐藤 友哉さん

と笑う佐藤さん。今「ソログルキャン」が流行していますが、佐藤さんは「ソログルキャンのベテラン」。ソログルキャンとは、一人キャンプの個人同士が適当に申し合わせて同じ場所に集まり、集まるけれど分業するのではなく、道具も装備も食事も各々が自己完結するというのが。急に来られなくなった人がいても影響なく、また、後片付けなども各々ができるので、自分以外の人に負担をかけないし、気を遣い合ひすぎる事もないというところが人気の所以で、行ってみて「あ、今日は3人かあ」「お、今回は4人かあ」という気楽さがまた良いのだとか。

ソログルキャンのベテラン・佐藤さんによると、キャンプは晩秋が一番のオススメなのだそう。まず、虫が出てこなくなります。それから焚火が心地いい。それに、夏場と違って、1日くらいお風呂に入らなくても大丈夫。

四国電力送配電からのお知らせ

停電情報のプッシュ型配信サービスについて

四国電力送配電では、停電情報をタイムリーにお届けするため、「LINE」を活用した停電情報のプッシュ型配信サービスを提供しております。

お客さまが事前に指定されたエリア※で停電が発生した場合、**停電発生**と**停電復旧**のタイミングで当該情報を自動受信することができ、無料でご利用いただけます。

※エリアの範囲は、「四国全域」、「県」、「市町村」、「地域（字など）」までの指定が可能です。

LINE



友だち登録はこちらから

詳しくは、四国電力送配電のホームページをご覧ください。



HP



停電情報提供ダイヤル（24時間受付）について



高知県

0120-459-271

停電状況に関するお客さまからの電話の問い合わせにお答えする、AIを活用した「停電情報自動音声応答サービス」ダイヤルです。

お客さまが発話された住所※をAIが音声認識し、その地域の**停電状況**や**復旧見通し**を自動音声でお答えするもので、これにより、ボタン操作に不慣れな方でも、簡単に停電状況を確認いただくことが可能です。※住所は、『県名、市町村名、町字名』を話していただくよう、AIが音声で案内いたします。

【お問い合わせ先】 四国電力送配電（株）中村支社 ☎ 0120-410-388 ☎ 0880-63-2178

すくすく



いけだ か い
池田 佳伊くん
令和4年1月生まれ

榊山町



元気で優しい子に育ってね。
いつもニコニコしている佳伊君が皆大好きです!!
お兄ちゃんとお姉ちゃんとずっと仲良しでいて下さい!

（勇氣・麻衣より）

四万十町HP ▶ 分類で探す ▶ その他 ▶
『四万十町通信すくすくコーナー募集!!』

【お問い合わせ先】
企画課広報情報係 ☎ 22-3124





十 和へ向かう国道381号と下津井へ向かう国道439号の分岐となる大正新橋東詰から439号を北進すると、ちょうど3kmで大奈路の街に着く。中津川が櫛原川に流入する地点である。

大奈路は、国道沿いの集落と、中津川を少し遡った両岸に拓けた「八足（はつそく）」、それに櫛原川を遡って木屋ヶ内を越え、さらに津賀ダムまで行ったところにある「古味野々（こみのの）」の三つの集落で構成されている。「古味野々」は飛地である。

本村は、古来から宿場町のような賑わいであったのではないかと思わせる風情があり、事実江戸期には、中津川村・西の川村などを支配する庄屋がここに置かれたというから、当時から「街」であったのであろう。戦国期や江戸期の文献に残されている記録でも、周辺他村に比べて人口が多いことがわかる。

奈路という地名は町内を含め県内各地にあるが、それらのほとんどは「平坦な」とか「なだらかな傾斜地」という意味の「なろい」から来ている。急峻な土地が多い中、人々は、少しでもなだらかな場所を求めたのであろう。

窪川方面から国道381号で旧大正町に入り、さらに439号を町の北端の下津井まで走ってみると、なるほど、首都・田野々に次いで東の北ノ川、北の大奈路が「二つの要になる街」だったことがうかがえる。大奈路は「矢立街道」という往還道（昔の国道）の起点でもあり、この櫛原へと向かう往還道は、各集落へも網の目のように延びていた。大奈路は、古くから交通の要でもあったのである。しかし、昭和初期に森林軌道が敷設されるまでは、対岸の西ノ川側の方が、江師や田野々へのアクセスが良く、また西ノ川側へ渡る橋もかかっていたというから、近代になつてから急速に「中心地」らしさは増したようである。事実、尋常小学校が先にできたのは西ノ川であった。明治30年のことである。しかし、明治35年には、西ノ川尋常小学校を廃止して大奈路に尋常小学校を設置することが決まる。設置場所は、庄屋宅の空き地や作業場だったところ。現在の旧大奈路小学校の敷地である。こ



天満宮。手入れがゆきとどいている。

の場所では、明治10年代半ばに寺子屋のような形で授業がおこなわれていたらしく、また、同18年頃には大奈路組合巡回授業場という名称になつたという。このことは、大奈路という地区を知る上で、たいへん興味深いことである。

明治10年代といえば、東京や大阪、京都などの中心地から遠く離れた、このような辺境の地は、まだまだ文明的には江戸期の中にあると言つて良い。その地で、寺子屋を開かなければならぬという、学問の需要があつたことを物語つていのである。庄屋の子息だけではなく、それ以外の階級の子息までもが、家業を手伝う時間を割いて学問を身につけようとしていたという証左でもある。実はこのことは、明治維新直後の、この国の就学率が、欧米の多くの国と比べて飛び抜けていたという事実にも通ずる。ただ、明治期の大正村（町）役場が、村民全体の教育意識の低さに苦労していたことが、大正町史には記されている。しかし、もしかすると、大奈路というところは、行政側の期待通りでなかったにせよ、住民の向学心の基礎はあつたのかもしれない。

想像の域を出ないが、大奈路集落の産土神、つまり地区住民の神様が、天神様（天満宮）であること、関係があるのかもしれない。こんな山奥であるのに、あの「学問の神様」菅原道真を祀った京の都の北野天満宮から勧請を許され、分祀できていることからしても、当地にほとんどの人物がいたのではないか。また、その天神様を代々祀ってきたことで、自ずと学問の重要性が信仰を通じて醸成されてきたのかもしれない。

町のうごき

(6月30日)	人口	前月比	出生	死亡	転入	転出	
男	7,614	- 2	男	6	13	16	11
女	8,301	- 7	女	5	15	16	13
計	15,915	- 9	計	11	28	32	24
世帯数	8,192	- 6	(6月中の届出)				
窪川地域	11,299人	大正地域	2,210人	十和地域	2,406人		

四万十川の
水質状況

適正值(mg/l)
リン酸
硝 酸
アンモニウム
アニオン活性剤
化学的酸素要求量

四万十高校自然環境部の都合により
しばらくの間調査を
休止します。

調査：大正（吾川）
資料：四万十高校自然環境部