

によど川

仁淀川町広報

2009

10月号

金婚おめでとう

ひょうたん桜・宇宙から帰還

町防災訓練に520人

町産材マイホームに助成

喜びも苦しみも分かち合い 共に歩んだ五十年 金婚おめでとーうございます

9月1日 高知市の三翠園で行われた「第52回金婚夫婦祝福式典」（高知新聞社・RKC高知放送など主催）に仁淀川町から七組のご夫婦が出席されました。
途中、写真や映像で綴られたDVD「頑張りの50年」が上映され、ご自身の歴史と重ね合わせて涙する方、微笑み合うご夫婦など、それぞれの五十年を振り返りました。
式典には尾崎正直知事も祝福にかけつけてくださり、参加者らは晴れやかな表情で祝辞に聴き入っていました。



片岡 健吉・京子さん（正ノ石）



片岡 友一・左喜さん（名野川）



古味 慶助・幸加さん（中ノ瀬 上）



掛水 洋榮・浮榮さん（上川渡 上）

振り返ってみれば長いような短いような気がします。
2人そろって今日この日を迎えることができました。
心よりありがたく、これからは健康に気を付けて暮らします。

長い間2人で元気で過ごせ、妻は良くやってくれました。
長い年月色々なことがありましたが、助け合って今日という日を迎えました。
ありがとうね。

長い50年でした。
山あり谷あり、大変家内には長いことお世話になりました。
これからも仲良くよろしく。
いたわりながら頑張って元気で暮らしましょう。

最高の人と50年、とても幸せでした。
これからも体に気を付けて元気でいたいね。

これからも体に気を付けて一緒に長生きできるよう頑張りましょう。

パートナーに向けて、コメントをいただきました。
一部抜粋して掲載させていただきます。

泉にお住まいの大野朝子さん
は大正六年生まれの九十一歳。
毎日元気に家事や畑仕事をして
います。

「食べること飲むことが楽しみ」という朝子さん。魚と漬け物が好物で、自家製の野菜も食卓に並びます。夜はよく日本酒をおちよこ一杯飲むそうです。どうやら食生活が元気の秘訣のようですね。

毎月一回泉公会堂で行われるミニデイサービス「にこにこ会」に参加し、用意された手作り弁当を食べて、午後には百歳体操



をしたり、他の人がかるたや百人一首をしている姿を見て楽しい時間を過ごしています。

畑仕事は朝子さんの日課で、日射しの強い時間帯を避け、農作業や草引きをして働いています。「動かないかん、じっとして座りよつたらいかん」と笑顔で、何とも頼もしいかぎりです。

「こゝ（泉）で穏やかに暮らしていきたい」「息子と嫁、孫に助けてもらうて仲良くやりゆうき幸せよ」と日々充実した生活を送っている朝子おばあちゃんでした。

働き者の朝子おばあちゃん（91歳・泉）



田頭 宏・美栄さん（上土居第二）



西森孝四郎・徳子さん（奈呂）



山下 省三・盛枝さん（正ノ石）

祝敬老

各地区で「敬老会」 笑って元気満タン

各地区で「敬老会」が開かれ、お年寄りの長寿を祝いました。地域住民らが日頃の感謝をこめて楽しい余興を披露し、会場は終始笑いが絶えませんでした。

皆さんいつまでもお元気で。



9 / 20 宗津敬老会

今年金婚式を迎えたのは、昭和三十四年に結婚されたご夫婦です。

◇昭和34年の主な出来事◇

- ・皇太子明仁親王（今上天皇）と正田美智子さんがご結婚
- ・日産自動車ブルーバードを発売
- ・ペギー葉山の「南国土佐を後にして」が100万枚を超える大ヒット

◇仁淀川町の出来事◇

- ・安居溪谷「県立自然公園」に指定



大抽選会、あめごのつかみ取り、カラオケ大会、鳴子踊り、花火大会など楽しい内容が盛りだくさんの1日でした。

晩夏の空に大輪の花火が打ち上がり、訪れた人は夏を名残惜しむように夜空に咲いた美しい花を見つめていました。

8月22日

第8回大崎夕涼み会

共同開催

武田勝頼没後四百年祭 大崎・夏の陣



「武田勝頼没後四百年祭」式典開始に先駆けて、厳かに武田勝頼の墓前祭、供養祭がとり行われました。その後「安居神楽」の演舞、和太鼓の演奏、玄蕃踊りの披露などがあり、祭りに花を添えました。

当日は先日募集した武田勝頼イメージキャラクターの人気投票やもちまきもあり、地域住民の方も初開催となったこの祭りを、思い思いに楽しまれている様子でした。

問い合わせ

武田勝頼土佐の会
0889・20・2003



【日時】 10月10日(土) 16時～
【場所】 大崎八幡宮境内
【行事】 勝頼キャラクター授賞式、
手踊りサミット、椿山太鼓
踊り、太鼓の競演(玄蕃太
鼓・日高環頭太鼓風雅)、
もちまき

武田勝頼土佐の会は、高知県における武田勝頼落人伝説によると、本年が武田勝頼没後四百年に当たることから、これを記念しイベントを開催します。当日は「玄蕃踊り」(踊りの象徴である「花台」も復活)や「玄蕃太鼓」の披露のほか、地場産品や勝頼グッズの販売も行いますので、ぜひご来場ください。

武田勝頼没後四百年祭
大崎・秋の陣

ホームページ <http://katsuyoritosa.web.fc2.com/>

おかえりなさい、ひょうたん桜

9月7日 花の種の宇宙旅行「花伝説・宙へ」に参加し、昨年五月に大崎・名野川両小学校の六年生が採取した「ひょうたん桜」の種が、若田光一宇宙飛行士らとの宇宙の旅を終え、無事仁淀川町へ帰ってきました。

この日、大崎小学校で「花の種返還式」が行われ、大崎・名野川両小学校の児童、吾川中学校の生徒、関係者ら約百人が出席しました。

この花伝説プロジェクトを企画した有人宇宙システム株式会社の留目一英代表取締役社長は、集まった子どもたちに「これからずっとつなげていってほしい」「物事をあきらめないで、熱心にとりくんでください」と語りかけていました。

子どもらは「皆の想いのつまったこの種を大切に育てていきます」「僕たちの代わりに宇宙へ行ってくれました。綺麗な花を咲かせ



宇宙から帰還した桜の種

てほしいです」と気持ち伝えました。

このひょうたん桜が最初の花を咲かすのは約十年後、大人に成長した彼らが、町のシンボル“として誇れるように、大切に見守っていききたいですね。



留目一英氏（写真左）から桜の種が手渡されました



来るべき「南海大地震」に備えて…

9月6日 仁淀川町の3地域（名野川、安居、泉川）で防災訓練が行われ、消防団、女性防火クラブ、自主防災組織に一般住民も加わり、総勢520人が参加しました。

高知県主体の「地域のみんなで防災訓練」に合わせて実施されたもので、南海地震（M8.4、震度5強）を想定し、消火栓が使えない状況での消火訓練、避難訓練、負傷者救助、炊き出し訓練、防災学習などを行いました。

また、高吾北消防署員に簡単な救助法と注意点、タンカの作り方・運び方などを教わりました。

住民と各関係機関が協力して訓練を行ったことで、災害時における適切な行動を習得し、地域防災力を高めることができました。近年来るべき「南海大地震」に備え、住民一丸となって被害の拡大防止に努めていかなければなりません。

町内各地で防災訓練



救助法の講習をうける住民ら



女性防火クラブによる炊き出し訓練

大盛況の長者七夕まつり

8月22日 長者地区の大いちよう前の棚田で、「第二回七夕まつり」が行われました。

石積みみの棚田に約二百メートルの縄を張り、約百五十個の提灯や色とりどりの七夕飾りなどをつるします。夕暮れ時には提灯に明かりをともし、穏やかな光の線が、美しく浮かび上がっていました。

昨年、長者地域住民の手により復活した七夕まつり。「長者の地域作りに協力したい」と高知大学の学生らも会場にかけつけ、前日の準備、イベント当日と奔走してくれました。

当日は、地域の方々による出店や、カラオケ大会、仁淀和太鼓「一圓想」の演奏、高知大学の学生によるミニコンサートと内容も盛りだくさんで、訪れた人を楽しませていました。

また、この日に合わせて東古城山、西古城山地区では、住民が手作りの七夕飾りを家並みに飾り、イベントに彩りを添えてくれました。



金子直吉翁の偉業を称える集い

秋景色のしもなの郷で、仁淀川町が生んだ偉人「金子直吉」を語りませんか。

吉原強氏の講演などを交え、小・中学生や高校生にもわかりやすい内容となっております。

入場は無料、予約不要ですので、ぜひご参加ください。

日時：10月18日（日）

13時～15時

場所：しもなの郷 体育館

主催：しもなの郷運営委員会
(中西二三会長)

問い合わせ

仁淀川町下名野川619

山村自然楽校「しもなの郷」

☎ 36・0005



金子直吉（太陽鉱工株式会社所蔵品）

金子直吉とは・・・

慶応2年（1866年）仁淀川町（旧名野川村）で商家の子として生まれ、丁稚奉公から身を起し、神戸・鈴木商店の「大番頭」として大正時代には三井財閥、三菱財閥をしのぐ規模の企業グループに拡大させ財界のナポレオンとも言われ、鈴木商店を世界的な「総合商社」にまでしました。昭和2年の金融恐慌で鈴木商店は事業停止していますが系列会社の「神戸製鋼所」や「帝人」など、多くの企業群は現在でも第一線で活躍しています。

また、金子直吉は、そうした数多くの企業を創業する一方、私財を費やして多くの企業人を育成し、さらに比類なき主家に対する忠誠心の高さや私生活における無欲恬淡な人でもあり、彼の企業人としての活動は高く評価されています。

旧池川町・大野小学校校友会

4年ぶり！合併して
初めての開催

このたび第二回大野小学校校友会を左記の通り開催することになりました。
ご多用のこととは存じますが、お誘い合わせの上ぜひご出席くださいますようお願いいたします。

【日時】

11月14日（土）

午前11時から

【場所】

旧大野小学校（現大野地区コミュニティセンター）

【会費】

1人4千円（男女とも）

申し込み・問い合わせ先

代表 竹森 将

☎ 0889・34・6409

西森登志喜

☎ 0889・34・6467

芸術の秋！町内各地で文化祭

今年も恒例の文化祭が各地区で行われますので、お誘い合わせの上ご来場ください。また、作品も募集しています。皆さんの力作をお待ちしています。

	日時	場所	作品募集期限	問い合わせ
池川文化祭展	10/11(日)・12(月) 9時～17時 (12日は14時まで)	池川小学校体育館	10/7(水)	池川教育事務所 ☎ 34・2480
仁淀文化祭	10/31(土)～11/3(火) 9時～17時	仁淀農業者トレーニングセンター	10/23(金)	仁淀教育事務所 ☎ 32・1041
吾川文化祭	11/27(金)～29(日) 9時～17時 (29日は15時まで) 【舞台発表】 11/29(日) 10時～15時30分	中央公民館	11/26(木)	仁淀川町教育委員会 ☎ 35・0019

作品搬入について

池川文化祭展：10/8(木) 8時30分～17時

仁淀文化祭：10/28(水) 13時～17時 ・ 10/29(木) 8時30分～17時

吾川文化祭：11/25(水) 13時～17時 ・ 11/26(木) 8時30分～17時



スポーツの 秋 到来!

秋の一日を競技に応援に
楽しくお過ごしください♪

池川地区運動会

日時

10月11日(日)

9時～15時

場所

池川小学校グラウンド

吾川地区運動会

日時

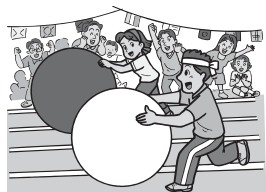
11月1日(日)

9時40分～15時40分

場所

吾川中学校グラウンド

※二地区とも雨天の場合は
中止といたします。



これが見納め! 第37回 仁淀高校体育祭開催

仁淀高校最後の体育祭が
左記のとおり開催されます。

当日は仁淀高校生が考
えたよさこい踊りや、全校
生徒で力を合わせて作成し
た巨大パネル、工夫を凝ら
した競技など見どころがた
くさんあります。

今年は、高校生二チーム
PTAチーム、OBチーム
の四チームで対決します。
ぜひ応援に来てください。

日時

10月10日(土)

9時から(小雨決行)

※雨天時10月12日(月)に
延期

場所

仁淀高等学校

笑楽乱舞

YES 28 CAN!



教 | 育 | 研 | 究 | 所 | 便 | り | 子どもの成長バックアップ! この夏、実りある2つの講演会

8月5日 仁淀川町教育研究会主催の夏期研修会

が行われ、大阪府から土佐
いく子先生をお迎えし「子
どもに表現の喜びを実感さ
せる大切さ」についてご自
身の豊富な体験を通して講
演していただきました。

“子どもが進んで表現し
たくなるためには、教師が
書く題材を指定するのでは
なく、書きたいことを自由
に書かせることが重要”と
いうことでした。書くこと
を好きになれば、表現の技
術も身につくそうです。

「子どもが安心して自分の本心を出せるように、
子どもの思いを教師がしっかりと受け止めなけれ
ばならない」と、日頃を振り返って強く感じました。

8月21日 恒例の夏季教育講演会を行い、山口学
芸大学から栗原昭徳先生をお迎えし「わかる授業を
つくる先生」について貴重なお話をうかがいました。

教師の命である“授業”にかかわる内容で、授
業に対する心構えや、授業
をしていく上で重視しなけ
ればならないことを、さま
ざまな実践事例も交えなが
ら講演していただきました。

日々の活動に活かせる示
唆も多く、参加者からは「子
どもの見方、考え方を教え
ていただいてよかった。二
学期から改めて、新しい気
持ちで子どもに向き合おう
と思いました。」「どうす
れば生徒が学習に関心を持

ち、授業をつくっていくか、分かったように思
います。」などの感想が聞かれました。

二つの会とも、とても実りのあるものになり
ました。心に響いたことを二学期の実践に生かし、
子どものよりよい成長につなげていきたいです。



分かる授業について講演する栗原先生

環境に優しい
“地産地消”のマイホーム
助成スタート!!

町産材使用の木造住宅に 最大310万円

仁淀川町では、町産材の需要の拡大、地域経済の活性化、定住促進、循環型社会の構築を図るため、県が実施する「こうち安心の木の住まいづくり助成事業」に上乘せる住宅助成制度「平成21年度「町産材の家」推進・奨励事業」を設けました。あなたも町産の乾燥材を使用した良質で長持ちし、安心して生活できる木造住宅を建築しませんか。

【対 象】 仁淀川町内に自らが居住するため新築住宅を取得しようとする方

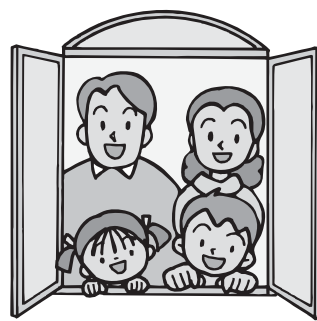
【要 件】 ①県が実施する「こうち安心の木の住まいづくり助成事業」の対象となり、同補助金の交付決定を受けたものであること。
②町産乾燥材の使用割合が構造材の50%以上であること。
③平成22年3月31日以前に申請すること。

【助 成 額】 新築一棟当たり 150万円
さらに 仁淀川町地域流通商品券 30万円分
町内建築業者により住宅を新築した方 50万円

【申請方法】 申請書に必要書類を添付して提出してください。
※申請書は町ホームページからダウンロードできます。

【留意事項】 県の制度は、県内全域で利用可能です。
県の制度と町の制度を併用した場合、助成額は最大310.7万円分となります。

問い合わせ：仁淀川町役場企画課 ☎ 35・1082



県の助成事業の概要（①②の併用可能）

【対 象】 県内で自らが居住するための住宅を建築または取得する方

事業名	県産乾燥材の使用割合	助成額(延べ床面積1㎡当たり)
①こうち安心の木の住まいづくり 助成事業	構造材の50%以上70%未満	2,000円(上限134㎡)
	70%以上	3,000円(上限134㎡)

事業名	県産乾燥材の使用量	助成額(1㎡当たり)
②平成21年度新・木の住まいづくり助成事業 (県産材利用住宅促進緊急対策事業)	構造材の50%以上	13,500円(上限30㎡)

問い合わせ：高知県木材産業課 ☎ 088・821・4592

ご寄付のお礼

◇一般寄付金

池川中学校昭和三十五年度卒業生(三五会25名)様
ご芳志をありがとうございます。
し、町行政に有意義に活用させていただきます。

◇広報寄付金

清崎 一恵様(大阪市)
吉井嘉世子様(高知市)
氏次 咲代様(大阪市)
神原 一心様(高知市)
ご芳志をありがとうございます。
し、広報発行に役立たせていただきます。

ありがとうございます。

仁淀川町役場

◇社会福祉協議会

黒川 武久様(相の谷)
ご芳志をありがとうございます。
し、社会福祉事業に役立たせていただきます。

ありがとうございます。

仁淀川町社会福祉協議会

お知らせ コーナー

母子家庭の自立を 支援します

高知県では、県内の町村に在住する母子家庭のお母さんを対象に、自立を支援する事業を実施しています。

就職に役立つ資格や技能の習得を目的とする各種講座を受講する場合には、受講料を助成します。

また、看護専門学校などで、長期の教育訓練を受ける場合は、生活費を支給します。

助成にあたっては支給要件がありますので、左記までお問い合わせください。

問い合わせ

高知県中央西福祉保健所

☎ 0889・22・1249
高知県地域福祉部
児童家庭課
☎ 088・823・9654

高齢者のインフル エンザ予防接種に ついて

予防の基本は、流行前に予防接種を受けることです。

仁淀川町では左記の対象者に対して接種料金の一部助成を行います。この機会に予防接種をお受けください。

対象者

- ・ 65歳以上の方
- ・ 60～64歳までの方で、心臓、じん臓、呼吸器の機能に日常生活が極度に制限される程度の障害を有する方、及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方

実施期間

10月1日(木)～12月31日

(木)

※委託医療機関の休診日を除く

実施機関

高知県内の委託医療機関であれば受けられます。詳しくは、各医療機関にお問い合わせください。

接種料金(自己負担金)

1千円

※公費負担で接種できるのは、上記の期限中一回だけです。

※生活保護受給者の方は、免除証明書を持参すれば自己負担金が免除となりますので、事前に担当までお問い合わせください。

※対象者以外の方は従来どおり任意で受けることができますが、接種方法や料金については各医療機関にお問い合わせください。

※新型インフルエンザの予防接種ではありません。

問い合わせ

仁淀川町役場保健福祉課
☎ 35・0888
池川総合支所健康福祉課
☎ 34・2112
仁淀総合支所健康福祉課
☎ 32・1132

11/1から運転 免許証ICカード化

高知県警察では、平成21年11月1日(日)から発行する運転免許証をICカード化します。

IC免許証とは?

現在の免許証にICチップを埋め込んだものです。サイズは、現行免許証と同じ(8.56cm×5.40cm)ですが、ICチップを内蔵するため0.26mm厚くなります。(現行0.50mm)

IC免許証になると、どうなるの?

- ①偽造が非常に難しいため、免許証の偽変造を防止できます。
- ②本籍は免許証券面に記載されず、ICチップにのみ記録されるため、本籍に関するプライバシーが守られます。

IC免許証には暗証番号が必要

暗証番号は、ご本人に4

桁の数字を2組設定していただきますので、更新手続きの際は、あらかじめ考えておいてください。

手数料

IC免許証の導入により、平成21年11月1日から免許証交付手数料が450円引き上げられます。

問い合わせ

運転免許センター
☎ 088・893・1221
佐川警察署
☎ 0889・22・0110

氏名	高 知 ポリン	昭和58年11月1日生
本籍	高知県高知市丸ノ内2丁目4番30号	
住所	交付 平成21年11月01日 02001	
有効期限	平成26年12月01日まで有効	
免許の種類	中型車は中型車(8)に限る	
優 良	運転免許証	
番号	第 830499999010 号	
有効期限	平成00年00月00日	平成16年10月14日
有効期限	平成00年00月00日	平成00年00月00日

本籍欄は空欄になります

暗証番号が必要となります

この部分にICチップが内蔵されます

「平成22年仁淀川町成人式」のご案内

成人を迎えられる皆様、おめでとうございます。左記の通り「仁淀川町成人式」を行いますので、ご案内申し上げます。

【日時】

平成22年1月2日（土）
13時～15時

【受付】

正午から

【会場】

池川コミュニティセンター
四階大ホール

【対象者】

平成元年4月2日から平成22年4月1日までに生まれた方

住民票が町内にある方、町内の小中学校卒業者には、直接案内状をお送りします。それ以外で町内にお住まいの成人式参加希望者は、十一月六日（金）までにご連絡ください。

問い合わせ

仁淀川町教育委員会

☎ 35・0019

池川教育事務所

☎ 34・2480

仁淀教育事務所

☎ 32・1041

最低賃金改正のお知らせ

本県は631円

高知労働局では、県内すべての労働者に適用される「高知県最低賃金」を改正し、十月一日から施行することとしました。

この決定により、十月一日以降分として労働者に支払う賃金は、一時間**六百三十一円**以上としなければなりません。

問い合わせ

高知労働局（賃金室）

☎ 088・885・6024

須崎労働基準監督署

☎ 0889・42・1866

国民年金だより

保険料の一部免除が承認された方へ

◎全額免除以外の場合、残りの一部保険料を納めないと未納期間になります。

種類	受給年金	納付額／月
全額免除	1／2	—
3／4免除	5／8	3,670円
半額免除	3／4	7,330円
1／4免除	7／8	11,000円

◎一部免除の期間は二年以内に納めなければ、未納期間となり、老後に受け取る年金（老齢基礎年金）や、死亡・障害に対する年金（障害基礎年金・遺族基礎年金）を受け取れなくなることがあります。免除承認後、残りの保険料の納付書が届きますので、必ず納付してください。

◎一部免除でも十年遡って納めることができます（経過年数に応じた加算額あり）。

※二年以内に納めておけば、十年以内に追納して満額の年金を受け取ることも可能です。

第三号被保険者期間と重複する厚生年金等の加入期間が裁定後に判明した場合の取り扱いが変更になりました

老齢年金を受け始めてから、国民年金第三号被保険者期間と重複する会社等にお勤めされた期間（厚生年金等の加入期間）が新たに判明した場合には、会社等を退職した後の第三号被保険者期間が引き続き年金額に反映される期間（保険料納付済期間）として取り扱われ、過去の年金額が減額となくなりました。

なお、今回の改正は第三号被保険者期間として、年金の支払いを受け始めた後に、被用者年金の加入期間が判明した場合のみ対象となり、新たに請求される方について

は、今までどおりの取り扱いとなります。
※既に年金額を返納された方には、返納された額が改めて支払われます。

問い合わせ

高知西社会保険事務所

☎ 088・875・1717

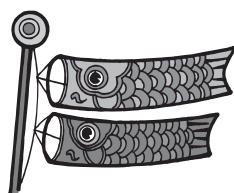
不用になった鯉のぼりありませんか？

中津観光協会では、毎年4月から5月にかけて中津溪谷入り口にあげる鯉のぼりを集めています。

ご家庭で不用になったものがありましたら、ぜひお譲りください。

連絡先

えびす 笑美寿茶屋 ☎ 36・0456



野焼きの禁止・制限について

庭先や空き地などでごみを燃やすことは、煙やにおい、灰の飛散によって近所迷惑になるばかりでなく、有害なダイオキシン類の発生原因にもなります。また高吾北管内では、たき火が大きくなり過ぎ、結果的に火災に至った事案もあります。

そのため一般的に野焼き行為は一部の例外を除き禁止・制限されています。ごみは町の収集に出すか、町ごみ回収で引き取るこのできないもの

については、処理業者に処分を依頼するなど責任をもって適正に処理するようにお願いいたします。

《野焼き行為が認められる場合》

・風俗慣習上又は宗教上の行事を行うために必要な廃棄物の焼却

「どんと焼き」などの地域の行事における不用となった門松、しめ縄等の焼却など。

・たき火その他日常生活

を営む上で通常行われる廃棄物の焼却であって軽微なもの

たき火、キャンプファイヤー、木くず等の焼却。なお、「軽微なもの」とする程度

は、社会通念上「たき火」と理解し得る程度をいいます。

※風呂焚き、炭焼き窯、薪ストーブでも、ごみを燃やすことは禁止です。

火災と間違われるようなまぎらわしい行為をする場合は、消防署へ届け出を行いましう

野焼き行為（認められる場合に限る）をする際は、火災とならないよう（水バケツ、消火器等を準備）十分に注意をするとともに、ご近所の方に迷惑、心配を掛けないうよう配慮をお願いします。

問い合わせ

高吾北消防署

☎ 26・2111

仁淀川分署

☎ 35・0017

地域安全アドバイス

身に覚えのない請求を要求される「架空請求詐欺」にご注意を!

①携帯電話に電話がかかり金銭を要求される手口

②文書、ハガキやメールで金銭を要求される手口

昨年、高知県内だけで架空請求詐欺の認知件数が29件（未遂も含む）あり、約2,200万円の被害がでています。

被害者の年齢層も、10代から60代までと幅広い年齢の方が被害に遭っています。

身に覚えのない支払いを要求してくる電話やハガキ・メールがあり、不安に思う時は請求先に連絡をしたり、金銭を支払う前に相談をするようお願いします。

佐川警察署 ☎22・0110

高吾北地区地域安全協会事務局（佐川警察署 刑事生活安全課内） ☎22・0560

発電所点検に伴う大渡ダムからの放流について<四国電力(株)大渡発電所>

大渡ダムでは、四国電力(株)大渡発電所の点検作業に伴い、下記のとおり大渡ダムから代替放流を行います。

ダムから放流を行う際には、放流開始前にサイレン等によりお知らせします。

皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

代替放流期間（予定）

平成21年10月13日（火）～平成22年2月24日（水）

代替放流時の大渡ダム最大放流量

最大約45ト/毎秒

※なお、45ト/毎秒を超えて放流が実施される場合は、サイレン等により“放流警報”を実施いたします。

国土交通省大渡ダム管理所

☎32・2120

おかもと整体

そのばでもろもろの治療効果を実証できる整体です。早期に治ることを願います。痛みなく元気に回復します。

仁淀川町土居甲 1052 電話 34-2630

○受付・・・午前8時から午後4時まで
（正午から午後1時は休み）

○施術時間・・・50分

○料金・・・一律3,000円

○施術方法・・・指圧・あん摩・マッサージ

○休み・・・日曜定休

○ふだん着で来てください

広告



心地よい秋の風を感じ、身体を動かすには最適の季節になりました。最近、叫ばれているメタボリックシンドローム(内臓脂肪型肥満に加え、血圧・血中脂質・血糖等が高くなり動脈硬化を起しやすい状態)を防ぐためにも運動は効果的です。

運動には、有酸素運動や筋力トレーニング、ストレッチがあります。

有酸素運動は、ゆっくりと深くたくさん酸素をとり込むことで、脂肪を燃やし持久力をつける効果があり、例えばウォーキング、ジョギング、自転車、球技、水泳、エアロビクスなどがあります。

筋力トレーニングは、筋力を高め基礎代謝(何もせずじっとしていても消費さ

生活のなかに運動を! ~メタボリックシンドローム予防のために~

れるエネルギー量)を上げるため太りにくい身体をつくると言われ、スクワット(膝の曲げ伸ばし)や腕立てふせ、足上げ、ダンベル運動などがあります。
ストレッチは、筋肉に十分な血液を行きわたらせて運動の効果を高めたり、ケガを予防する、筋肉をほぐし疲れを早く回復させる効果があり、関節を回す、腱を伸ばすなどの運動があります。

運動はそれ以外にも
① 血流がよくなり血圧が安定する

② 中性脂肪値や悪玉(LDL)コレステロール値が下がり、(善玉)HDLコレステロール値が上がる

③ 骨が丈夫になり骨粗しょう症を予防する

④ 精神的ストレスの解消

⑤ 心肺機能が強化され、血行もよくなり疲れにくくなる

⑥ 脳を活性化し老化予防になる

などの効果があると言われています。



内臓脂肪とサヨナラし、体力をつけるためにも、この秋から何か始めてみませんか?

ただし、運動の効果をおけるためには、以下の点に注意してください。

※治療中の病気や関節痛がある方は、かかりつけ医に相談してから始める

※楽に感じる程度から徐々にレベルを上げていく

※運動の前後には、ストレッチ等の軽い運動をするように心がける

※脱水や熱射病予防のためにも、水分(水・お茶・スポーツ飲料)補給を十分に

広告

●ご自宅葬の費用で、充実の会館葬をご提供いたします

[ご葬儀・ご葬祭]

お通夜、ご葬儀(会館葬・自宅葬)※(埋葬労務派遣)病院からの寝台車手配
法事・法要 ご会食

[講演会などに]

ホール(50~100席)
和室(20畳)ロビー(30席)※バリアフリー対応

[お墓のご相談(説明会も開催します)]

墓地の設計・施工・造成工事
墓石・石材の販売 お墓のお掃除(回数ご相談)

ふるさとを想う心で

光明会館

24時間受付・四国陸運局認可

0120-823-868

フリーダイヤル

〒781-1521 高知県吾川郡仁淀川町本村63

TEL0889-20-2060 FAX0889-35-1811



会員になりませんか?

「光明会」は入会費5,000円で世帯単位の会員登録。
会員特典:祭壇セット使用料10%割引など
くわしくは光明会館へどうぞ。

仁淀川町行事カレンダー（10月・11月）

日	曜日	主な行事	保健衛生行事	社会福祉協議会	
				配食・給食	生きがいデイ
5	月		健康相談 （中の瀬上集会所13:30～）	配食	遅越・谷山
6	火		犬と猫の引取り日		
7	水		ポリオ予防接種（大崎診療所 14:00～）	給食	瓜生野
8	木				戸立
9	金		健康相談（泉集会所13:30～）	配食	
10	土	都の太鼓おどり（12:30頃～） 仁淀高校体育祭（9:00～）小雨決行			
11	日	池川地区運動会（池川小9:00～） 池川文化祭展（池川小体育館9:00 ～・翌日まで） 星ヶ窪ハイキング（長者小前8:40集合）			
⑫	月	体育の日			
13	火			配食	北川・大野・高瀬
14	水	本物の舞台芸術体験事業【人形 劇】（長者小13:30～）		給食	
15	木	行政・人権・心配ごと相談 （森多目的研修集会施設10:00～）	犬と猫の引取り日		
16	金		健康相談（寺野集会所13:30～）	配食	桜・川渡
17	土	池川保育園運動会（9:30～）			
19	月	行政・人権・心配ごと相談 （中央公民館10:00～）	健康相談（大内集会所13:30～）	配食	坂本
20	火	巡回こどもの図書館（仁淀教育事務所 図書室15:00～・11月19日まで） 行政・人権・心配ごと相談（池川保健 福祉センター10:00～）	健康相談（西古城山集会所10:00～）		古城山
21	水		健康相談（五味谷集会所13:30～）	給食	
22	木	男性のための料理教室（仁淀中 調理室9:30～）	無医地区診療（沢渡多目的集会施 設14:00～）		実間
23	金			配食	橘谷
25	日	健康づくりハイキング （池川総合支所前8:30集合）			
26	月		犬と猫の引取り日	配食	名野川・中宮
28	水			給食	
29	木		乳児・1歳6カ月児健診（中央公民館 13:15～） 無医地区診療（別枝上 区多目的集会施設14:00～）		相の谷
30	金	本物の舞台芸術体験事業 【クラシックバレエ】（池川体育館13:15～）		配食	
31	土	仁淀文化祭（仁淀農業者トレー ニングセンター9:00～・11月3日まで）			
1	日	吾川地区運動会（吾川中9:40～）			
2	月			配食	
③	火	文化の日			
4	水			給食	
5	木		献血（本庁10:00～、池川総合支 所13:45～）		
6	金		健康相談（谷山集会所9:30～）	配食	舟形・谷山

☆犬と猫の引き取り日は、午前10時までに最寄りの庁舎に連れてきてください。

仁淀川町に「移動献血バス」がやってきます。皆様、ぜひ献血にご協力ください。

11月5日 仁淀川町役場 10時～
池川総合支所 13時45分～





文芸

投稿をお待ちしています

藪柑子句会

荒木 青踏
みどり児の別れはこぶし盆の
明

尾崎 幸野
中指の針胼^{はりだこ}厭^{いと}なる敗戦忌

高橋 幸恵
漫画本三冊抱え酷暑かな

小崎 千恵
携帯の絵文字はバズル稲光り

上岡 利寿
振り返る子の生涯や魂迎う

井上 美智
頂上や鹿の子百合咲く一軒

高橋 房子
候補者ははるか年下夏座敷

片岡代美子
庭下駄に心安らぐ夕端居

秋

掛水 妙子
野分^{あと}後キャッチボールのはず
む音

岡林 鶴子
線香花火子供の居ない村と
なり

藤原 竹子
盆休み友の集まる風の道

尾崎マチエ
鮎^{アサギ}釣つて食わず嫌いを惜しま
るる

仁淀俳壇

中越 楠恵
日当りも風も程よし秋日果つ

市川 千秋
コスモスの咲く再会を約しけ
り

植田 秋恵
これからも平凡でいいプチトマ
ト

古味 孝子
無断にて南瓜隣地でぶら下り

松岡 豊子
新涼や家族で囲む喜寿の膳

吉田豊之祐
コミュニティバス行き花のいわ
たばこ

川上 純子
子等去んで家の広さや今朝の
秋

田村 大陸
色褪せて疲れて揺れし秋すだ
れ

古味 幸子
日焼して漁師と語る親しさよ

川内登美子
立ち止まりしみじみ見入る鳳
仙花

田村 千草
石灰を振るも大根時く支度

投稿

俳句

西森 悦子
萩の宿友とくつろぐ城下町

橋本百合子
ねむる児にうちわの風をゆる
く振る

藤原 純子
朝夕は肌におぼゆる秋の風

鎌倉 信夫
遺産^{いさんやまかんばつ}山間伐ジャガで山守る

高齢者交通事故防止キャンペーン実施

昨年、交通事故死者の六割以上を高齢者が占めました。高齢者の事故防止をするためキャンペーンを実施し、安全意識の改革を図ります。

期間

9月21日(月)～12月31日(木)

主な行事予定

- ・高齢者世帯訪問事業(10/1～11/30)
- ・電動車いす講習会(10月末)
- ・高齢者交通安全講習会(10月末)
- ・参加・体験・実践型の高齢者安全普及事業(11/8)
- ・高齢者交通安全ふれあいフェスタ2009in Kochi(11/15)
- ・第49回高齢者老人クラブ大会(11/19)

死亡事故は夜間の歩行中に多発!!

夜間の交通事故は死亡事故に繋がりがやすいので、反射材などを身につけて交通事故防止に努めましょう。

交通安全協会では、反射タスキや反射材付きのシューズなど各種取り扱いをしています。お電話での注文も承っていますので、お気軽にお問い合わせください。



佐川警察署・交通安全協会佐川支部 ☎22・0110

※交通安全協会は皆様の会費で運営されています。ご協力よろしくお願いします。



たて・よこのカギをヒントにマス目を埋めてください。□に入る文字をアルファベット順に並べかえると答えが出てきます。何でしょう？

応募方法 はがきまたは封書で応募してください。

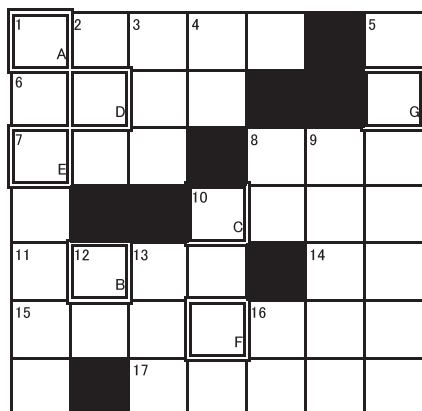
〒781-1592 仁淀川町役場「広報パズル係」

締め切り 10月20日(火)

賞品 「手作り土佐和紙うちわ」を正解者の中から抽選で2名様に。(当選者の発表は次号広報)

答え	A	B	C	D	E	F	G
住所							
名前							
年齢							

《今月の問題》



1 ☆よこのカギ
絶賛する。これ以上はほめようがない
といったほど褒める

16 13
用 個人用のへや
二本の角をもつ家畜。肉・乳は食用

12 10 9
ゆれ動くこと。不安なこと
かわい。感心な。けなげな。○○

8 5
君主。いちばんすぐれているもの。
百獣の○○

4
貴金属
金属元素の一。記号Ag。白色の

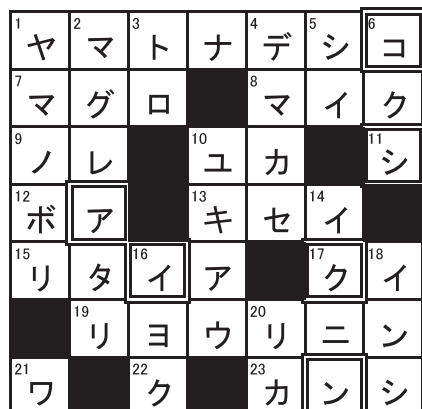
3
世の中が治まることと乱れること。
○○興廃

2
地位・階級・年齢などが自分より
上であること(人)

1 ☆たてのカギ

《先月号の正解》

・応募者数 十七人
・正解者数 十七人
・当選者 松田 春栄(竹ノ谷)



17
学校での児童・生徒の学業成績・行動状況等を記入し、家庭に通知するための書類
(出題・藤原賢一さん)

15
青年と少年。青年男女と少年・少女

14 11
定期飛行機の発着場。エアポート
計画すること。何かをしようとする
考え

10 8 7 6
ひととおり全体に目を通すこと
さかんな意気。○○を上げる
食物などをもる平たく浅いうつわ
趣味にふけること。酒やばくちにふけること

ごめい福をお祈りいたします

氏名	年齢	死亡月日	地区名
川村 キヨノ	86	8月19日	名野川大平
北川 浅尾	91	8月20日	下土居
山中 明男	72	8月20日	坂本
大野 忠雄	79	8月25日	下北川
黒川 富士子	89	8月31日	宗津
結城 守雄	85	9月2日	大崎

氏名	年齢	死亡月日	地区名
伊藤 時子	87	9月2日	もみじ荘(下土居)
中島 榮	92	9月2日	川口
三浦 唯夫	83	9月8日	舟形
竹本 甲子郎	84	9月14日	岩丸
安部 晴壽	89	9月15日	白髪



黄金色の稲穂。台風の影響もなく、無事収穫の時期を迎えました

(9月18日撮影)

町の人口・世帯数

平成21年9月1日現在
人口7,069人 (－13)
世帯数3,445世帯 (－4)
8月中の届出
転入 8人 転出14人
出生 3人 死亡10人
()内は前月比

広報によど川

平成21年10月1日発行 (No.51)

編集 仁淀川町広報編集委員会

発行 仁淀川町

〒781-1592

高知県吾川郡仁淀川町大崎124

☎0889-35-0111

<http://www.town.niyodogawa.kochi.jp>

印刷 高知印刷株式会社

本紙は再生紙を使用しています。

クロスワードパズル

今月の賞品



武田勝頼没後四百年記念
「手作り土佐和紙うちわ」を2名様に

今月の賞品は尾崎製紙所
(仁淀川町岩戸) 提供の「手
作り土佐和紙うちわ」です。
このうちわは、糊、染料な
どに自然素材を使い丁寧に手
作りされています。
武田家の家紋をあしらった
高級感あるうちわ、涼を取る
だけでなくインテリアとして
も最適です。

秋の行政相談週間

10月19日(月)～25日(日)

ご相談ください あなたのまちの行政相談員へ

国の仕事やサービスで、困っていること、分からないことがありますら、総務省の行政相談をご利用ください。

仁淀川町では、総務大臣の委嘱を受けた行政相談委員が自宅で相談を受けるほか、下記のとおり「1日行政相談所」(無料・秘密厳守)を開設しますので、お気軽にご相談ください。

日時	10/15 (木)	10/19 (月)	10/20 (火)
	午前10時～午後3時		
場所	仁淀多目的 研修集会施設	中央 公民館	池川保健福祉 センター
行政相談 委員	片岡 和政 自宅 ☎32・1849	片岡 富士子 自宅 ☎36・0127	伊藤 昌人 自宅 ☎34・2800

また、仁淀総合支所に設置する「行政相談ポスト」でも、投書で相談を受け付けていますので、お気軽にご利用ください。

