

仁淀川町広報

によど川

2021

11

月号



【表紙の写真】

運動会終わりのラジオ体操

(9月25日撮影 別府小学校)



別府小学校 9月25日



みんなで
息を合わせて!!



伝統種目「心をつに」



行くぞー!

池川小学校 9月26日



マーチング

ワンツー!!
ワンツー!!



ふたば保育所 9月25日



負けないぞ!!



長者保育所 9月25日



やったー!
1番だー!



上手でしょ?

池川保育園 10月16日



よーい!
どん!!



大崎保育所 10月2日



ジャンプ!



フレー!
フレー!

元気いっぱい! まちの運動会・体育祭

町内の保育所(園)、小学校、中学校で運動会・体育祭が行われました。
今年も新型コロナウイルス感染防止のため、時間短縮するなどして行われましたが、応援に駆けつけた家族たちから声援が送られ、新型コロナウイルスをも吹き飛ばす熱い勝負が繰り広げられました。



待てー!

仁淀中学校 9月12日



親子競技「人力車」



さーうん!
さーうん!

池川中学校 9月12日



セイヤー!

迫力満点の応援合戦



慎重に...



長者小学校 9月25日



親子で
ゴール!

ガチンコ!親子リレー



共に歩んだ50年 これからも...

金婚おめでとうございます

9月1日(水)に開催が予定
されていました「第64回金婚夫
婦祝福式典」(高知新聞社、R
KC高知放送など主催)は新型
コロナウィルスの感染拡大に伴
い、残念ながら中止となりまし
た。

■金婚を迎えたご夫婦 (50音順・敬称略)

大石健一・久代(宗津)
隅田武彰・邦子(宗津)
田村大陸・須美江(森)
山中忠一・由貴(竹ノ谷)
吉田英俊・ふき子(崎ノ山)

金婚を迎えられた皆さまか
ら、コメントをいただきましたの
で、ご紹介いたします。

大石健一さん・久代さん(宗津)

妻へ

人生いろいろ。私だっていろいろ。咲き乱れるの。島
倉千代子ではないが、演歌が大好きな自分は歌詞でな
ぐさめられてきたのです。

20歳でお茶作りを始めて、1回は茶工場を自分で
やってみたい希望があったのです。それを何も言わずに
一緒に頑張ってやってのけた久代に感謝しています。金
婚を迎え、苦しかった時も今も頑張る久代はえらい。

夫へ

若くしてお茶農家に嫁いで50年を迎えた自分に驚きです。仕事も子育ても二人で頑張り、また地
域の人たちにもお世話になって、ここまでこれたと思います。私は旅行や、コンサートが好きで、良く行
かせてもらい機嫌よく送り出してくれたお父さんに感謝しています。

これから先もお互い体には気をつけて自分たちの趣味を持って楽しい人生を送りたいと思います。
これからもよろしくね。



吉田英俊さん・ふき子さん(崎ノ山)

一期一会、本当に今まで支えてくださった方々に感
謝しています。

子どもたち、特に6人の孫の話をしている時の顔を
見ていると私たち二人は幸せなんだと思います。

これからはゆっくりと暮らしましょうね。



50年前(結婚当時)の出来事

今年の金婚夫婦が結婚した、1971
(昭和46)年の出来事を紹介します。

仁淀川町の出来事

- ・鳥形山の石灰石採掘が開始
- ・別枝大橋が完成
- ・大渡ダム建設工事発注
- ・秋葉まつりが文化庁から「記録作成等
の措置を講ずべき無形の民俗文化財」
に選定
- ・長屋橋が完成

当時の写真



(上)長者川で泳ぐ人々



(右)一本橋である鍛冶屋郷橋(森)
が流されるたびに住民で力を
合わせて直していました

隅田武彰さん・邦子さん(宗津)

夫へ

結婚してから50年、二人とも元気に暮らせたこと、幸せに
思います。これからは地区の人たちと仲良くし、助け合って、
楽しく健康寿命を延ばしましょう。

ますますあなたは無口になり、私は口やかましくなるので
しょうか。

今からが大切!よろしくお願いします。ありがとう。

妻へ

両親の世話ありがとう。自分の仕事を辞めての介護、申
し訳なかったよ。子どもたちが定年を迎えるまでには家周辺
を花木でいっぱいにして、その中で野菜を作ろうね。



山中忠一さん・由貴さん(竹ノ谷)

50年という長い年月、今思えば"あっという間"です。
昭和、平成、令和と子どもの出産、親との早くからの別
れ、多くの苦楽の中、今は苦労は苦労ではなく最愛の
夫がおり、楽しいことは倍、苦しいことは半分で分け
あって、幸せな感謝の日を迎えることができました。

主人はお茶づくりに一生懸命で、お互いに働くことは
苦にならず、子育て、農協の職員、そして池川茶園とそ
の間も、お茶の手伝いを休む暇もなく、苦労でなくお互
い良く頑張ったと"笑顔"で感慨無量です。

自然と空気、水。このすばらしい仁淀川町で育った二人。家族や仕事の仲間。友だち、周りに感
謝しかありません。45年前、第1子が生まれたとき、夫は突然山へ植樹に行きました。また2年後の3
月23日、同じ誕生日に第2子が。その時も夫は山へ。二人の成長と年輪を楽しみに、もう50年経て、
後100年まで二人で頑張ろう。



宇宙アサガオの種をつなぐリレー 長者小学校 無事に種を採取

9/24 宇宙文化、宇宙の夢を青少年のもとに届ける活動をしている宙だよりスタジオ(大阪府)が計画した“NAOKO☆宇宙アサガオの種をつなぐリレー”で第2区に選ばれた長者小学校の宇宙アサガオから種子を採取しました。

長者小学校では5月中旬に全校児童23人で種まきを行い、7月21日に開花を確認しました。その後きれいな花を咲かせ、9月24日に児童の手によって、種の採取を行いました。

採取された種は、来年の4月に第3区の山形県の飯豊町立飯豊第一小学校に寄贈される予定です。



長者小学校で開花した宇宙アサガオ(7月28日撮影)

宇宙アサガオの種をつなぐリレーは、2010年に山崎直子宇宙飛行士と共に宇宙を旅したアサガオの種の子孫にあたる種を全国各地の小学校で植え、種を採取し、次の小学校へリレーしていく取り組み。

今後全国の小学校をリレーしていき、2025年には大阪万博で出展予定になっており、ゴールは2030年のフライト20周年に合わせて、宇宙アサガオの故郷である鹿児島県種子島地区に種が帰郷する予定。



採取の様子

～郷土史 によど川～ 国指定文化財 県内最古の木造仏 「木造菩薩座像」 養花院(竹ノ谷)

養花院(竹ノ谷)は、京都の龍安寺境内から1892(明治25)年に現在地へ移ったお寺です。ここに伝わる木造菩薩座像は、高知県内最古の木造仏として2010年に国指定重要文化財となりました。像高は25.7cm、鑑真和尚が伝えた奈良時代の様式を示すもので、繊細で緻密な彫刻技術が各部に見られます。材質はサクラ材と考えられており、頭飾や衣の透かし部まで共木で表現するなど、我が国の8世紀木彫像の名品として注目されています。

この木造菩薩座像は、毎年10月1日に養花院で一般公開されています。ぜひご覧ください。

※今年の御開帳は無事執り行われました。



■問い合わせ：仁淀川町教育委員会
☎35-0019

元 仁淀村議会議員 神原 信孝氏(川渡) 旭日単光章(高齢者叙勲)を受章

神原さんは、昭和58年2月から平成15年1月までの間、旧仁淀村議会議員として5期の長きにわたり在職し、議長をはじめ各種要職を歴任し、旧仁淀村の行政基盤の確立に尽力するとともに、農林業の振興、生活環境の整備充実、各種事業に積極的に参画され、多年地方自治に尽力されました。

その他、仁淀村森林組合理事として、長年培ってきた農林業の経験を生かし、森林資源の保続培養や森林生産力の増進を図るとともに、林業の発展に多大な貢献をされました。

歴任した各種要職

総務常任委員会委員長、産業建設常任委員会委員長、議会運営委員会委員長、町村合併調査特別委員会委員長 など



伝達式で賞状を手記念撮影
(左から息子の神原健二さん、神原信孝さん、井上浩之高知県副知事)

10/9 一般社団法人仁淀川町シルバー人材センター シルバーボランティアの日

シルバー事業普及啓発促進月間に合わせて、会員21人、事務局職員3人が参加して、旧吾川中グラウンド周辺の草刈りと松の木の剪定、校舎下の公園の草刈りのボランティア活動を実施しました。

この活動は、平成18年にシルバー人材センターが発足してから毎年実施しています。



松の木の剪定



公園の草刈り

会員募集中 “健康と生きがいを求めて”
あなたも仁淀川町シルバー人材センターへ入会しませんか?

■問い合わせ
(一社)仁淀川町シルバー人材センター ☎35-0020

歯っぴいスマイル

～むし歯ゼロの3歳児～

7月29日、9月2日に行った3歳児健診で、むし歯のなかった元気なお子さんを紹介します。



これからも
ピカピカの歯を
守ってね!



よしむら まひな
吉村 茉陽生ちゃん
(大崎)



みくに ゆの
三國 由乃ちゃん
(日鉄宮ヶ坪)



かんばら さく
神原 咲ちゃん
(東古城山)



くろかわ ことね
黒川 琴寧ちゃん
(田村)

令和3年度仁淀川町職員採用資格試験案内

令和4年4月1日採用予定の町職員採用資格試験を次のとおり実施します。

職種・採用予定人員・受験資格

一般行政職(保健師)	1人程度	昭和57年4月2日以降に生まれた人で、保健師の資格を有する人または令和3年度実施の国家試験により資格を取得する見込みの人
------------	------	--

第1次試験

- 試験日時
- 12月5日(日) 午前9時30分から
- 場 所
- 仁淀川町役場(仁淀川町大崎200番地)
- 試験科目
- 教養試験・職場適応性検査・専門試験

第2次試験

1次試験の合格通知書に試験日時を記載して通知
(試験科目:作文試験・口述試験)

申込書配布場所

仁淀川町役場総務課、各総合支所・各出張所窓口
※仁淀川町ホームページからもダウンロード可
URL: <http://www.town.niyodogawa.lg.jp>

受付期間

10月7日(木)～11月18日(木)
午前8時30分から午後5時15分まで
(土・日・祝日は除く)
※郵送の場合は11月18日までの消印有効

その他

採用された人は、仁淀川町内に居住することを原則とします。

■問い合わせ・提出先

〒781-1592 吾川郡仁淀川町大崎200
仁淀川町役場総務課 ☎0889-35-0111

1月23日は「仁淀川町議会議員選挙」です

仁淀川町議会議員選挙が下記の日程で行われます。

告示日:令和4年1月18日(火)

投票日:令和4年1月23日(日)

【期日前投票】

投票日当日に投票に行けない方は、1月19日(水)から1月22日(土)まで、下記期日前投票所で「期日前投票」ができます。
※長者出張所は、1月21日(金)まで

期日前投票所

仁淀川町役場(本庁)、仁淀総合支所、
池川コミュニティセンター、
名野川出張所、長者出張所

立候補予定者説明会

仁淀川町議会議員選挙に立候補や推薦をする予定の方を対象に、下記の日程で説明会を開催しますのでご参集ください。なお、新型コロナウイルス感染防止対策のため、立候補予定者1名につき2名以内での参加をお願いします。

- 日 時
- : 令和3年11月18日(木)
午後1時30分から
- 場 所
- : 仁淀川町役場1階多目的ホール
(大崎200番地)

【問い合わせ】仁淀川町選挙管理委員会 ☎35-0111 FAX35-0571

神楽の開催について

仁淀川町内には3つの神楽があり、その全てが国の重要無形民俗文化財に指定されています。
なお、新型コロナウイルス感染状況によっては中止もしくは、関係者のみでの開催になる場合があります。

名野川磐門神楽

- 日時・場所
- ※時間は全て 12:00頃～16:00頃
- 11月8日(月)・二所神社
- 12日(金)・大山祇神社(上名野川)
- 15日(月)・菜野河神社

地元の方と関係者のみで行います。カメラマンと一般の方の観覧はご遠慮ください。

池川神楽

- 日 時
- 11月23日(火・祝) 12:00頃～14:00頃
- 場 所
- 池川神社
- 地元の方と関係者のみで行います。カメラマンと一般の方の観覧はご遠慮ください。

安居神楽

- 日 時
- 12月12日(日) 12:00頃～17:00頃
- 場 所
- 熊野神社

■問い合わせ
仁淀川町教育委員会 ☎35-0019

池川文化祭展

- 展 示 期 間
- 11月13日(土)～11月15日(月)
- 午前9時から午後5時まで
- 場 所
- 池川コミュニティセンター4階 大ホール
- 搬 入 日
- 11月11日(木) 午前9時から午後3時まで
- ※搬出は11月16日(火) 午前9時から12時までをお願いします。
- ※出展・来場される方は手指の消毒、マスクの着用をお願いします。
- 問い合わせ
- 池川総合支所 池川教育事務所 ☎34-2480



山茶小屋 移住交流イベント

移住者と地域の人たちの親睦イベント

- 日 時
- 11月20日(土) 13:30～16:00
- いけ花体験:13:30～(参加費200円)
- ※新型コロナウイルス感染症の影響により中止になる場合があります。

※やまのうえのカフェ山茶も営業しております。皆さま、お気軽にお越しください。



■問い合わせ 仁淀川町移住交流拠点施設 一般社団法人 山茶小屋
仁淀川町竹ノ谷612 ☎34-3004 ✉ yamanaka@yamachagoya.jp

がん個別検診のお知らせ

～がん検診が医療機関で受けられます～

11月から、胃がん検診・乳がん検診・子宮頸がん検診が医療機関で個別に受けられるようになりました。

「申し込んだけど受けていない」「申し込みが間に合わなかった」など、まだ受診されていない方は、この機会にぜひお申し込みください。

【対 象 者】 令和3年度総合健診のうち「胃がん検診」を受けていない方
令和2年度・3年度に「乳がん検診」・「子宮頸がん検診」を受けていない方

検診種類	検診方法	対象年齢 (令和4年3月末年齢)	定員
胃がん検診	胃内視鏡検査(胃カメラ)	50歳以上	40名
乳がん検診	マンモグラフィ(乳腺X線)	40歳以上	15名
子宮頸がん検診	問診、視診 細胞診および内診	20歳以上	15名

【実施期間】 令和3年11月から令和4年1月

【検診費用】 無料

【方 法】 ①下記まで、電話または来所で申し込みください。
②受付完了後、受診に必要な書類をお送りします。
③高知県内の委託医療機関へ、ご自分で予約をお願いします。
④指定された日時に検診を受けてください。
⑤検診結果は仁淀川町からお知らせします。

※ 個別検診を受けた方は、令和4年度の上記がん検診は受診できませんのでご注意ください。

【申込期間】 令和3年11月10日(水)より受付を開始し、定員になり次第、締め切らせていただきます。

■問い合わせ・申込先

仁淀川町役場保健福祉課 ☎35-0888
池川総合支所住民福祉課 ☎34-2112
仁淀総合支所住民福祉課 ☎32-1132

仁淀川町では、子育て世代包括支援センターを開設しています！



子育て世代包括支援センタースタッフ
(上段左から)岡田歯科衛生士、大原保健師、石本保健師、片岡栄養士
(下段左から)西森保健師、奥田母子保健コーディネーター、中野保健師



こんにちは！
保健師です



プライバシーが保たれた
お部屋で相談できます



授乳室



キッズスペースもあり
お子さま連れでも大丈夫♪

子育て世代包括支援センターってどんなところ？

妊娠期から子育て期の皆さんへの情報提供や相談窓口として「子育て世代包括支援センター」を保健福祉課内に開設しています。母子保健コーディネーターを中心としたスタッフが、安心して妊娠・出産、子育てができるよう支援しています。センターでは、母子健康手帳交付時の個別面談、妊娠中から出産前後の相談など、一人一人に合ったサービスを提供しています。子育て支援センターや保育所、医療機関など関係機関と連携し、皆さんの子育てを応援します！

◇こんな悩みはありませんか？

「妊娠や出産を相談できる相手がいない」「育児で疲れてイライラ」「おっぱいが足りている？」「予防接種がありすぎてわからない」「体重の増えや言葉のことが心配」「離乳食っていつから？」などなど... 家庭訪問や電話での相談もできます。

一人で悩まず、お気軽にご相談ください★

～相談窓口～

仁淀川町役場 保健福祉課 健康推進係 ☎35-0888
開所時間：平日8:30～17:15(土・日・祝日・年末年始は休み)

【母乳相談 ままちっち】毎月2回子育て支援センター内で開催中！



助産師が母乳に関する相談や乳房マッサージを実施しています。
11月より予約制となり、午後1時15分から開始となりました！
ご予約、お問い合わせは保健福祉課 (☎35-0888) までご連絡をお願いします。

伊野店
佐川店

スマホ教室毎月開催中！

お問合せはこちら♪

伊野店
0120-877-052

佐川店
0120-787-025

♥来店予約で優先的にご案内いたします♥
♥ドコモ以外をお使いの方も大歓迎♥

『プラン見直し』
あなたにピッタリの
プランをご提案！

『あんしんケータイ点検』
『スマホ無料クリーニング』
始めました！

広告

新型コロナウイルス対策学生支援給付金のお知らせ

新型コロナウイルスの感染拡大による影響で、世帯収入・アルバイト収入の大幅な減少により、学生生活にも経済的な影響が顕著となっている状況の中で、大学などの修学の継続が困難になっている学生の生活支援のため、1人10万円の支給を行います。

支給金額	学生1人あたり10万円
対象者	次のすべてに該当する者 ①令和3年10月1日現在、本町に住所を有している者の子（学生の住所は問いません） ②18歳以上の学生（平成6年4月2日から平成15年4月1日生まれ） ③申請時現在、次の学校に籍を置く者 ア.国内の大学（専攻科、別科および大学院含む） イ.短期大学（専攻科、別科を含む） ウ.高等専門学校（第4学年、第5学年および、専攻科に限る） エ.専門学校〔専修学校〔専門課程（上級学科を含む）〕〕
申請締め切り	令和3年12月28日（火） 必着
提出物	①支給申請書兼請求書（様式第1号） ②居住等確認書（様式第2号） ③学生証のコピーまたは、在学証明書 ④支給対象者名義の振込先口座を確認できる書類の写し ※様式は仁淀川町教育委員会にあります。

仁淀川町高等学校通学給付金 上限額変更のお知らせ

仁淀川町では高等学校等の通学に係る経済的な負担軽減と子育て支援の充実を図るため、生徒の保護者の方に給付金を支給しています。この度、給付額についての上限額の引き上げを行います。

令和3年度については、4月にさかのぼって支給しますので、現在給付を受けられている方には、交付申請書を送付しています。変更される方は、教育委員会まで交付申請書をご提出ください。

【給付額】

	令和2年度まで	令和3年度以降
1月あたりの給付額	15,000円以内	30,000円以内

【申請締め切り】

令和3年11月30日（火）必着

【提出物】

- 令和3年度仁淀川町高等学校等通学給付金交付申請書

仁淀川町奨学資金の貸し付け 上限額変更のお知らせ

仁淀川町では経済的理由により修学が困難な生徒に対し、仁淀川町奨学資金の貸し付けを行っています。このたび、貸与額についての上限額の変更を行います。

現在、貸与を受けられている方で、貸与額の変更を行いたい方は、教育委員会までご相談ください。

【貸与額】

区 分	令和3年9月まで	令和3年10月以降
1月あたりの貸与額	60,000円以内	60,000円以内
（町内から通学している者）	45,000円以内	

■問い合わせ 仁淀川町教育委員会 ☎35-0019

国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です！

国民年金保険料は所得税法および地方税法上、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除されますが、控除の対象となるのは令和3年中（令和3年1月1日から令和3年12月31日）に納付した保険料の全額です（令和3年中に納付したものであれば、過去の保険料も控除の対象となります）。

本年中に納付した国民年金保険料について、社会保険料控除を受けるためには、年末調整や確定申告の際に、保険料を納付したことを証明する書類の添付が必要となります。

このため、日本年金機構から下記のスケジュールで「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」を対象者宛てに発送しますので、お手

元に届きましたら、大事に保管し、年末調整や確定申告の際に使用してください。

なお、ご家族（配偶者やお子さまなど）の負担すべき国民年金保険料を納付している場合は、ご自身の国民年金保険料に加え、その保険料についても控除が受けられます。

国民年金制度は、税法上とても有利だけでなく、老後はもちろん不慮の事故など万一のときにも心強い味方となる制度です。保険料は納め忘れのないようきちんと納めましょう！

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」に関するご相談は、下記のダイヤルでもお受けしています。

発送時期	対象者
令和3年10月下旬から11月上旬にかけて順次発送	令和3年1月1日から令和3年9月30日までの間に国民年金保険料を納付した方
令和4年2月上旬	令和3年10月1日から令和3年12月31日までの間に国民年金保険料をはじめて納付した方

■問い合わせ **ねんきん加入者ダイヤル ☎0570-003-004（ナビダイヤル）**
○平日 8：30～19：00 ※第2土曜日を除く土日祝日および
○第2土曜日 9：30～16：00 12月29日～1月3日はご利用いただけません

マイナンバーカード 休日窓口のご案内



平日に役場へお越しいただけない方のために、マイナンバーカードの申請などを受け付けます。

■日 時 11月28日（日）
午前9時から正午まで
■場 所 仁淀川町役場 町民課

カードケースをプレゼント！

11月1日（月）以降にマイナンバーカードを申請された方に「ドラえもん」のマイナンバーカードケースを進呈します。
※先着200名様まで。すでにカードをお持ちの方は窓口でカードをご提示していただければ、プレゼントの対象となります。

■内 容

- ①申請サポート
申請書の記入補助、写真撮影を行います。
- ②マイナンバーカードの受け取り
「交付通知書（はがき）」の裏に記載されている必要書類をお持ちください。
（15歳未満の方や、成年被後見人の場合は、その法定代理人が同行し、戸籍謄本や登記事項証明書が必要。同一世帯の親などは不要）
- ③電子証明書の新規発行、更新
マイナンバーカードをお持ちください。
各種電子証明書の暗証番号も必要です。
- ④マイナポイント、健康保険証利用の申し込み
※マイナポイントの対象者は、令和3年4月30日までにマイナンバーカードの申請をされた方です。申込期限は12月30日です。

■問い合わせ 仁淀川町役場 町民課 ☎35-1088
池川総合支所 住民福祉課 ☎34-2111 仁淀総合支所 住民福祉課 ☎32-1111

軽減割合について

世帯主と世帯の被保険者全員の総所得金額の合計が下の基準以下の場合、均等割と平等割がそれぞれ軽減されます。

軽減割合	基準
7割軽減	43万円+10万円×(給与所得者等の数-1)以下
5割軽減	43万円+28万5千円×(被保険者数+特定同一世帯所属者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下
2割軽減	43万円+52万円×(被保険者数+特定同一世帯所属者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下

※「特定同一世帯所属者」とは、国保の被保険者から後期高齢者医療保険の被保険者にかわった後も継続して同じ世帯に属する方のことです。

※「給与所得者等の数」とは、下の①または②の要件に該当する世帯主・被保険者の数を合計した数です。

①給与所得のある方(給与収入が55万円を超える方)。

②①に該当しない方で、公的年金等に係る雑所得のある、以下の方。

・65歳未満の方の場合は、公的年金等の収入額が60万円を超える方。

・65歳以上の方の場合は、公的年金等の収入額が125万円を超える方。

1人あたりの影響額

1人あたりいくら増額になるかについては、介護分がかかるかどうか、均等割の軽減に該当するかどうかによって、異なります。具体的には下の表のとおりです。

0歳~39歳、65歳~74歳の被保険者の方(介護分がかからない方)	
	1年間あたり
7割軽減に該当する方	1,800円
5割軽減に該当する方	3,000円
2割軽減に該当する方	4,800円
どの軽減にも該当しない方	6,000円
40歳~64歳の被保険者の方(介護分がかかる方)	
	1年間あたり
7割軽減に該当する方	2,400円
5割軽減に該当する方	4,000円
2割軽減に該当する方	6,400円
どの軽減にも該当しない方	8,000円

【問い合わせ】 仁淀川町役場 税務課 住民国保税係 ☎35-1080

国民健康保険(国保)加入者の皆さまへ

知ってほしい 国保のおはなし

今月も、国保に関する情報を被保険者の皆さまへお届けします。

6回目となる今月号では、先月号でお知らせした「令和4年度からの国保税の増税について」の詳細をお知らせします。

本町の国保の財政は、医療費の増加などにより、今後ますます厳しい状況となっていくことが予想されます。将来的にも安定して国保制度を維持していくために、令和4年度からの国保税について増税を行うこととしました。

今回の増税では、1人あたり1年間で1,800円から8,000円の増額となります。

★国保制度は、病気やけがをしたときに安心して医療が受けられるよう、被保険者が国保税を出し合い、お互いに助け合う制度です。被保険者の皆さまにはご負担をおかけしますが、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

令和4年度からの税率(年額)

区 分		医療分	後期分	介護分
①所得割	(被保険者の前年の所得-43万円) ×税率【被保険者ごとに計算】	5.80%	2.14%	1.77%
②均等割	被保険者1人につき	28,000円 (+4,800円)	10,000円 (+1,200円)	11,200円 (+2,000円)
③平等割	1世帯につき	16,000円	6,100円	4,200円
課税限度額	上記①~③の合計の上限額(年間)	630,000円	190,000円	170,000円

※国保税は、医療分・後期分・介護分(40~64歳の被保険者のみ)を合計した額です。

※所得に応じてかかる「所得割」と1世帯につきかかる「平等割」は、変更ありません。

※上の表の()の中の数字は、令和3年度と比べたときの差額を示しています。

増税の適用開始と通知の時期について

令和4年度の国保税から、増税後の税率で賦課(計算)します。納付方法により、増税の反映時期に差があり、下のとおりとなります。

○納付書または口座振替で納付されている方

→令和4年7月末が納期限となる第1期分から反映します。

○年金から天引き(特別徴収)で納付されている方

→令和4年10月の年金から天引きされる分から反映します。

また、令和4年度の税額などをお知らせする納税通知書は、令和4年7月中旬頃にお手元に届くよう発送する予定です。

事前予約制

伊野税務署からのお知らせ

消費税インボイス制度説明会について

令和5年10月1日から、消費税の仕入税額控除の方式として適格請求書等保存方式（インボイス制度）が導入されます。登録事業者になるには、**令和3年10月1日から令和5年3月31日までの間に申請が必要です！**
「制度について知りたい」という方は、**説明会(無料)**にぜひご参加ください。

説明会の開催日程

説明会は**事前予約制**ですので参加される方は右下のお問い合わせ先にお電話いただき、**事前の予約**をお願いします。

開催日	開催時間	定員	開催場所
令和3年11月18日(木)	14:00~15:00(60分)	10名	伊野税務署 2階大会議室 (吾川郡いの町幸町5番地)
令和3年12月13日(月)	10:00~11:00(60分)	10名	伊野税務署 2階大会議室 (吾川郡いの町幸町5番地)

インボイス制度に関する最新の情報は、国税庁ホームページの「インボイス制度特設サイト」をご覧ください。

特設サイトへ

問い合わせ

〒781-2103
吾川郡いの町幸町5番地
伊野税務署 調査部門
☎088-893-1121

※1 感染症等まん延防止の観点から、定員に達した場合はご参加いただけない場合があります。
2 感染症などの状況またはその他の事情により、延期もしくは中止となる場合があります。
なお、延期などとなる場合はご予約いただいた連絡先へ電話により連絡させていただきます。

YouTube 国税庁動画チャンネルでは、消費税インボイス制度説明会と同様の内容について、無料動画を公開しています。

動画チャンネルへ

令和4年度(令和3年度実施)高知県公立学校教員採用候補者選考審査
第2回現職教員等特別選考 募集概要

1 募集する校種・職種 および採用予定数	(1) 小学校教諭 10名程度 (2) 小学校・中学校養護教諭 5名程度
2 受審資格	昭和42年4月2日以降に生まれた人で、小学校教諭または養護教諭の普通免許状を有し、次の(1)または(2)のいずれかと(3)に該当する人としします。なお、(1)・(2)でいう職務歴には、任期の付された教員としての職務歴および地方公務員法第22条による常勤または非常勤の講師(期限付講師、時間講師等)としての職務歴は含みません。 (1)現に国・公立学校の教諭等であって、受審する職種の職務歴が通算3年以上ある人 (2)過去に国・公立学校の教諭等であった人で、受審する職種の職務歴が、通算5年以上ある人 ※ただし、出願時に、県内の国・公立学校臨時教員(常勤講師または非常勤講師(週8時間以上))として配置されている人については、受審する職種の職務歴を通算3年以上とします。 (3)本年度実施の高知県公立学校教員採用候補者選考審査第1回現職教員等特別選考を受審していない人 ※受審資格に関する詳細は、県教育委員会教職員・福利課ホームページに掲載されている実施要項を確認し、不明な点は教職員・福利課まで必ずお問い合わせください。
3 受付期間	令和3年11月1日(月)から11月19日(金)まで(土曜日および日曜日を除く。)
4 審査方法	面接審査(口頭試問を含む。)および提出書類
5 審査の日時・場所等	○高知会場: 1月8日(土)高知市内 ○大阪会場: 1月8日(土)大阪市内 ○東京会場: 1月9日(日)東京都内

■ 問い合わせ 高知県教育委員会事務局 教職員・福利課 人事企画担当 ☎088-821-4903

ご存知ですか？
国の助成を受けられる

「中退共」の
退職金制度

中退共は国の制度だから
安心・確実！

- 新規加入や掛金月額を増額する場合、掛金の一部を国が助成
- 社外積立で、管理も簡単
- パートさんも家族従業員もご加入いただけます

詳しくはホームページをご覧ください

中退共 検索

お気軽にお問い合わせください
(独勤労働者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
☎03(六九〇七)一三三四
FAX03(五九五五)八二一一)

『Sマーク(標準営業約款制度)』をご存じですか！

高知県では、理容・美容・クリーニングの3業種で、厚生労働大臣の認めたルールに従って、安心・安全・清潔のサービスを提供しているお店を、標準営業約款登録店舗とし、Sマークの表示でお知らせしています。

毎年11月を「標準営業約款普及登録推進月間」として、消費者の皆さまへはSマークの周知、営業者の方には登録を呼びかけています。

お近くの店先を探してみませんか。

■ 問い合わせ
(公財)高知県生活衛生営業指導センター
☎088-855-5100

ジョブカフェこうちの
オンライン相談を
ご利用ください

高知県就職支援相談センター(ジョブカフェこうち)ではオンライン相談を行っています。WEB面接の練習にもお気軽にご利用ください。

■ 相談日時／毎日(年末年始を除く)午後、1回30分程度
(3営業日前までに要予約)

■ 内容／キャリアコンサルティングによる就職相談、WEB面接練習

※就職相談の他にも、職場体験などのメニューで若者から就職氷河期世代(35〜50歳)の就職を支援しています。

■ 問い合わせ
高知県就職支援相談センター(ジョブカフェこうち)
【本部】高知市帯屋町2丁目1-35
☎088-802-1533

林業退職金共済制度
(林退共)へ加入しませんか

林退共は昭和57年に発足した林業界で働く方のために国が作った退職金制度です。この制度は、事業主の方々が、従事者の働いた日数に応じて掛金となる共済証紙を共済手帳に貼り、その従事者が林業界をやめたときに林退共から退職金を支払うという、いわば林業界全体の退職金制度です。

○ 掛金は、税法上について、法人では損金、個人企業では必要経費となります。

○ 掛金の一部を国が免除します。

○ 雇用事業主が変わっても退職金は企業間を通算して計算されます。

■ 事業主の皆さまへ

- ・ 共済証紙は労働日数に応じて適正に貼付してください。
- ・ 共済手帳を所持している従事者が林業界を引退するときは、忘れずに退職金を請求するよう指導してください。

口座振替日のお知らせ

町に納める収納金の今月の口座振替日は、

11月25日(木)です。

※上記の日に引き落としができない場合の再度口座振替日は、12月10日(金)となります。

林退共

林業退職金共済事業本部

お問い合わせ

独立行政法人勤労者退職金共済機構 林業退職金共済事業本部
〒170-8055
東京都豊島区東池袋1-24-1 ニッセイ池袋ビル
☎03-6731-2889
FAX03-6731-2890

詳しいことは、以下の連絡先へお問い合わせください。

交通安全協会からののお知らせ

交通安全協会佐川支部・佐川警察署 ☎22-0110
交通安全協会は、皆さまの会費で運営されています。ご協力よろしくお願い致します。

秋の全国交通安全運動が行われました

令和3年9月21日～30日の期間、パレード、各種キャンペーンなどが行われました。

本年もコロナ禍ということもあり、イベントなどは縮小して行いました。早朝の街頭指導や運動に参加していただいたボランティア・指導員の皆さま、ご協力ありがとうございました。



交通安全パレード



反射材キラキラキャンペーン



反射タスキ贈呈式(佐川中学校)

運転免許証 コロナ延長について

新型コロナウイルス対策として、免許証更新手続きの延長措置ができます。(有効を3カ月延長します)

対象は免許証の有効期限が、
令和3年(平成33年)12月28日
までの方です。

延長手続きは平日8時半～17時(12時～13時除く)
手続きに関するお問い合わせは佐川警察署まで。
令和3年9月末現在

今月の『年間500円(×有効年)』で会員へ!

「加盟店」ピックアップ紹介!



越知町越知甲2275 ☎0889-26-0321

かどた 時計 メガネ 店

～時計・メガネ販売価格の
10%割引、さらにコスモス
ポイント 2倍サービス～

高吾北消防本部からのお知らせ

消防法令に基づいて設置されている旧規格消火器は 2021年12月31日までに交換が必要です!!

消防法令に基づいて消火器の設置が義務付けられている建物などで、2011年1月1日の規格省令改正により既に型式が失効している消火器を継続的に設置できるのは2021年12月31日までです。2022年1月1日以降は、型式が失効した消火器の設置は認められませんので、交換をお願いいたします。

ご家庭などに自主的に設置している消火器については、消防法令上の交換義務はありません。

適応火災マークを確認してください!

適応火災のマーク



文字表示の消火器は、
交換が必要です。

旧規格

普通
火災用

油
火災用

電気
火災用

絵表示の消火器は、
今後も設置可能です。

新規格

普通火災用

油火災用

電気火災用

■問い合わせ 高吾北消防本部(署) ☎26-2111

地域安全アドバイザー

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

11月は児童虐待防止推進月間

～みんなで子どもを虐待から守りましょう～



「児童虐待」は次の4種類に分けられます。

虐待かも…と思ったら

児童相談所虐待対応ダイヤル**189**(いちばやく)

一刻を争う場合などは

110番または佐川警察署**0889-22-0110**

へご連絡ください。



身体的虐待

殴る、蹴る、叩く、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせる、首を絞める、縄などにより一室に拘束するなど

ネグレクト

家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、重い病気になっても病院に連れて行かないなど

性的虐待

子どもへの性的行為、性的行為を見せる、性器を触るまたは触らせる、ポルノグラフィの被写体にするなど

心理的虐待

言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう、きょうだいに虐待行為を行うなど

お見送りをお手伝いします

光明会館は、会館ならではの設備と利便性を、自宅葬と変わらない価格でご提供致します。会館使用料などはいたできておりません。

事前相談から病院へのお迎え、葬儀に至るまでの全てを真心こめてお手伝い致します。

24時間受付けておりますので、お気軽にご相談ください。

〒781-1521 吾川郡仁淀川町本村63
フリーダイヤル:0120-823-868

TEL:20-2060

(株)大一林組
葬祭部

光明会館

24時間受付(冷暖房完備・宿泊施設有)

金閣寺

三島由紀夫
新潮社



主人公の溝口は父親に「金閣寺がこの世で一番美しいもの」と言われ続けて育った。その影響で金閣寺に魅了され、金閣寺の「美」に執着し、信じ続けて生きていく。ところが、終戦によって価値観が変わり、人生を金閣寺に支配されたように感じられ、乖離する。とうとう愛が憎しみに変わり、「金閣寺を焼失したい」という決断に至る。

劣等感に苛まれていた少年の心理を緻密におっている話の中に「美」という概念や、「認識」と「行為」のどちらが世界を変貌させるのかなど、多くの哲学的なテーマや問いを振りかけてくる。真の理解を得るために経験を積み、再読しないとけない濃厚な作品だ。

もともと気になっていた三島由紀夫の「金閣寺」は、昭和25年の金閣寺放火事件を下敷きに創作されていることを知ってからより興味が増した。友人が「金閣寺」を読んでいるのに便乗して、この硬そうな本に挑戦してみた。世界から高評価を得た本を原語で味わえることを楽しみにして読み始めたが、難しい本に痺れる語彙力と表現力、本に恐れ入った。不思議に、難解な文章ながらも内容は素直に入ってきた。

交流センター図書室からのお知らせ

返却期限の確認をお願いします

お手元に返却期限の過ぎた本はありませんか？貸出期間は2週間です。

返却できていない本があれば交流センター図書室または返却ポストへお早めの返却をお願いします。

本の寄贈について

これまで寄贈していただきました本で、受け入れができたものは書架に並べています。ご協力ありがとうございます。

引き続き高知県、仁淀川町に關係する本の収集を行っています。

一般の本については発刊年が2017年より新しいものについてのみ受け入れております。古い本や全集、百科事典などは最新のもの以外は受け入れができませんのでご了承ください。ご協力よろしくお祈いします。

オーテピアで借りた本も返せます

オーテピアで直接借りた本の返却も交流センター図書室からできます。返却ポストを利用して返却される場合は個人で借りたことがわかるようにメモを貼る、袋にまとめるなどのご協力をお願いします。

貸し出しの延長について

予約が入ってなければ続けて借りられますが、一度返却をしていただいてから貸し出しの手続きが必要です。ご協力をお願いします。

図書室について

- 開室時間 10:00～18:00
- 休室日 水曜日、祝日、年末年始
毎月第4金曜日
- 場所 交流センター4階
- 連絡先 ☎20-9922

第3回 もっと知りたい文化協会

▶ 吾川文化協会 四国民舞輪の会

四国民舞輪の会(吾川支部)は、愛媛県八幡浜市を拠点に四国各地に支部を置く舞踊教室で、仁淀川町では吾川地区に支部を置き、現在8人(最高齢は88歳)の会員が毎週木曜日に練習をされています。

また月に1回、舞踊の先生の指導を受けながら練習をしており、文化祭や敬老会、老人ホームなどへの訪問で日頃の練習の成果を発表しています。

・大野勢津子支部長より

「踊りの得意不得意関係なく、みんなで楽しく練習をしています。毎週集うことで会員間の交流が深まるのはもちろん、自身の健康維持にもなります。見学だけでも構いませんので、ぜひ一度お越しください。お待ちしております」

入会希望もしくは興味を持たれた方は、下記のいずれかまでご連絡ください。

- 活動場所：名野川自然環境活用センター(名野川出張所2階)
- 練習日時：毎週木曜日 9:00～11:30(変更の場合あり)
- 連絡先：輪の会 支部長 大野 ☎090-5270-9474
仁淀川町教育委員会 社会教育係
片岡 ☎35-0019



広告

◆スタッフ募集中◆

●ヘルパーや、デイサービス、グループホームの介護職員と看護職員を募集しています。正社員、パート職員どちらでもご相談ください。



●資格やキャリアに応じて、給与面で優遇あり。特定処遇改善加算も取得。キャリアアップを目指している方を大歓迎します！！

●資格や介護の経験がない方でも大丈夫！現場での技術指導等、丁寧に教えます。研修費補助や資格取得の支援も有り。(訪問介護は資格必要)

- 給与例 施設介護職、経験あり、夜勤月6回…月給20万円～
訪問介護職、経験あり……………月給19万円～
パート…時給850円～

※10年キャリア&介護福祉士の資格持ちの場合はさらに上乗せあり！
※賞与は年2回で年額2～3カ月程度。退職金あり。社会保険加入。

- ◆夜勤回数は要相談。
- ◆パート雇用については雇用条件等、柔軟な対応が可能です。興味のある方は、是非お問い合わせください！！



(有)ぬくもり介護センターおおの

住所：仁淀川町森3675 TEL:0889-20-2777 担当：大野拓真

お便りコーナー

みなさまからお寄せいただいたお便りをご紹介します。今月もたくさんのお便りありがとうございました。

- 子どもの頃、よく母が作ってくれた散らしずしの具にいつも入っていた木耳きくらげのこりこりした食感とてもおいしかったことを懐かしく思い出します。地元で栽培された安全なものをぜひ食べてみたいと思います。(竹ノ谷)
- やっとコロナワクチンの接種も終わりました。そしていつかはコロナも恐ろしい病気ではなくなるかもしれません。日々明るい希望をもって生活していきましょう。(高知市)
- テレビ番組を拝見し、キクラゲの可能性に驚くばかり。国産キクラゲが外国産キクラゲとは比べ物にならないほど良質なこと感動しています。(土居甲)
- 白きくらげは食べたことがないので、一度食べてみたいです。(佐川町)

- "ごちそう金平きくらげ"と言うのはテレビなどで聞いたことはあるけど、まだ試食したことはありません。ぜひ身体にも良いので試食してみたいです。(大崎)
- 新しい町長が決まりました。「住んでいてよかった」町づくり頑張ってください。(高知市)
- 橋本ストアにきくらげを置いてくれないでしょうかと言ったら早速「乾燥きくらげ」を置いていただきました。ありがとうございます。健康パスポートマイスターになりました。(森)
- 古味町長おめでとうございます。これからの古味町政に期待してます～(´▽`) (田村)

40歳以上の国民健康保険加入者の皆さま

今年度、特定健診を受診されていない方を対象に受診券を送付しています

特定健診は1年に1度、**無料**で受けることができます！

※決められた項目以外の検査は有料になります。

受診してね！



11月から順次、ご自宅に届きます。ぜひ、この機会に特定健診を受けて、ご自身の健康状態を知り生活習慣病を防ぎましょう！



↑こちらの白い封筒で送付します！

マイナポータル上で特定健診結果などを閲覧できるようになります

服薬履歴

マイナポータル

政府が運営するオンラインサービス。自分専用のサイトから、行政手続きの検索やオンライン申請がワンストップできたり、行政機関からのお知らせを受け取れたりします。

健康診断結果



◆令和2年度以降の健診結果を閲覧できるようになります。

令和3年度からの健診結果は、最速で健診受診日の3カ月～4カ月後、順次閲覧可能となります。

■問い合わせ 仁淀川町役場 町民課 ☎35-1088

第7回 スポーツクラブ探訪記

仁淀スポーツクラブ 川渡ゲートボール

ゲートボールは2チーム10人の選手が、それぞれ自分のボールをT字型のスティックで打ち、決められた順に3つのゲートを通させ、ゴールポールに当てれば上がりというシンプルなルールですが、非常に奥が深いチームプレーの競技です。有利に進めるためには一打ごとに変化する全体のボールの位置を把握しながらボールを打たなくてはなりません。私も試合に出させてもらいましたが、指示された方向にボールを打つのが精いっぱい、体力以上に頭を使う戦略型の競技でした。興味を持たれた方は下記の連絡先までご連絡をください。(大原彰斗)



■練習場所：川渡ゲートボール場
■日 時：毎週月・土曜日 13:00～16:00
■連絡先：仁淀総合支所 仁淀教育事務所内
仁淀スポーツクラブ事務所 大原 ☎32-1041

清流クラブ池川 ヨガ部

このヨガ部は8年前に発足し、毎回講師の先生を招き、5人～10人程度の参加者が集まって活動しています。

私も人生初のヨガ体験！体の硬い私は初めはすごく身構えてしまいましたが、先生の「心も体もリラックスしてください」の言葉どおり、終わった後は体が軽くなり、スッキリしていました。

内容的には難しい動きはなく、体中のストレッチで普段使っていない筋肉をほぐすような感覚でした。初心者の方から経験者の方まで老若男女問わず楽しめますので皆さんもぜひ体験してみてください!! (林亮介)



■活動場所：上土居地区多目的集会施設(土居甲1033-4)
■日 時：毎週月曜日 18:15～19:15
■連絡先：池川総合支所 池川教育事務所内
清流クラブ池川事務局 林 ☎34-2480

電化住宅をご検討の方へ

「でんかeプラン」

10kW以上のヒーターとエコキュートを設置すると

10%割引

毎月の電気料金を
14%割引 + エコキュート割引 5%割引



「よんでんコンシェルジュ」に登録すると、毎月の電気料金で「よんでんポイント」がたまる！

電化住宅以外にお住まいの方へ

「おトクeプラン」

への切り替えで3つのおトクをGET!!

おトクな料金プラン + ありがとう割引 + 料金連動ポイント

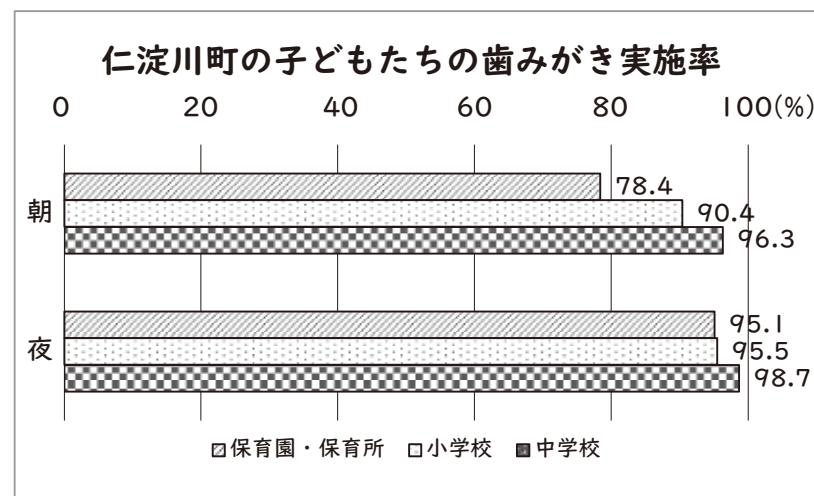
従量電灯Aに比べ割安な料金設定

YONDEN 四国電力株式会社

お問合せ：四国電力株式会社 須崎営業所 〒785-0021 須崎市池ノ内1315番8号 TEL0889-42-8917

生活リズムを整え 元気でいきいき仁淀川町っ子! Vol.7

朝・昼・夜と、食後の歯みがきはできていますか？歯みがきは、むし歯や歯肉炎予防はもちろん、病気の予防にもなり、心とからだの健康を守ることにつながる毎日の重要な習慣です。1日3回、食後に歯をみがく習慣を身につけていきましょう！



夜の歯みがき実施率は、ほぼ100パーセントでした！素晴らしいです。これからも続けてください。

しかし、朝の歯みがき実施率は、夜と比較すると、少し低い結果となっています。朝、時間が足りず、歯みがきせずに家を出ていませんか？



なぜ、朝の歯みがきが大切なの？

①むし歯予防のため！

むし歯があると、痛みで勉強に集中できなかったり、力を発揮する場面で歯を食いしばることができず、十分なパワーが出なくなったりします。受験や部活動、大会など、大事な場面でパワーを出し切ることができるよう、朝も歯をみがき、むし歯を予防しましょう。

②“習慣”を身につけ、たしかな学力を手に入れるため！

朝の歯みがきは、基本的生活習慣のひとつです。基本的生活習慣が身についていないと、勉強の習慣も身につけにくいといわれています。まずは基本的生活習慣から、そして勉強の習慣も身につけ、確かな学力を手に入れていきましょう！

③ウイルス感染症を予防するため！

歯みがきで口の中がきれいになることで、口腔内と喉の菌量が減り、ウイルス性感染症にかかりにくくなるといわれています。新型コロナウイルスやインフルエンザウイルスの予防のためにも歯をみがきましょう！

朝、歯みがきをするために…

早く寝て、早く起きる習慣をつけましょう。朝の余裕が、歯みがきの時間につながります！



■問い合わせ 仁淀川町教育委員会 ☎35-0019

仁淀川町観光協会通信

vol.13

[仁淀川町観光協会]

仁淀川町大崎 460-1 (交流センター 2 階)

☎0889-35-1333 ◆水曜定休日 (祝日の場合翌日)



高知県バリアフリーアドベンチャーツアー開催！！

「高知県バリアフリーアドベンチャーツアー」は、国の進める観光DX（観光のデジタル革新）の推進による新たな観光需要の創出や「来訪意欲を増進させるためのオンライン技術活用事業」の実証実験の一つとして高知県で実施されるプロジェクトです。

プロジェクトの特徴は、2つ。1つは、高知県の推進する「バリアフリー観光」と「アドベンチャーリズム（自然・体験型観光）」を融合させている点です。Afterコロナを見据え、特別支援学校の修学旅行の誘致をゴールに設定しています。

もう1つは、「分身ロボットOriHime（オリヒメ）」と「オンライン配信」の2つの技術を活用する点です。今回は、高知県内の4つの特別支援学校の児童・生徒の皆さんにご協力いただき、学校の教室からインターネットを介して「旅をあきらめない」観光体験を実現します。

仁淀川でクリアカヤック体験

このプロジェクトは10月から11月にかけて高知県内6カ所で行われます。仁淀川エリアでは、11月24日（水）に仁淀川アウトドアセンターで、車いすYouTuberの眠梨桜さんがクリアカヤックを体験します。そして、特別支援学校の皆さんの分身として、「分身ロボットOriHime」も3台やってきます。その様子は「オンライン配信」で全国に発信されます。

オンライン配信は無料で視聴いただけます

ツアーの様子は、インターネット上で介護施設向けオンラインツアーを配信している「旅介^{たびすけ}」からどなたでも無料で視聴いただくことができます。リアルタイムだけでなく、後からアーカイブ（保存記録）も視聴可能です。

★旅介－無料視聴URL

<https://www.tokyotravelpartners.jp/wp/202110-2/>



QRコード

■高知県バリアフリー観光相談窓口

窓口所在地	受付時間	連絡先
京町窓口 高知市はりまや町1-1-24 (タウンモビリティステーションふくねこ内)	9:00～17:30 ※年末年始を除く	高知県バリアフリー観光相談窓口 ☎ 088-824-0227 ☎ 090-1329-2939 FAX 088-813-0254 ✉ info@kochitourism-barrierfree.jp
とさてらす窓口 高知市北本町2-10-17 (高知観光情報発信館とさてらす内)	土日・祝日のみ 9:00～17:30 ※年末年始を除く	

「旅をあきらめない」をテーマにしたバリアフリー観光プロジェクトを、仁淀川町から発信！

バリアフリー観光って？

障害や病気があっても、高齢になっても、誰もが安心して旅行や外出を楽しめるのがバリアフリー観光です。

高知県では2018年からバリアフリー観光の推進に力を入れており、様々な取り組みを行っています。

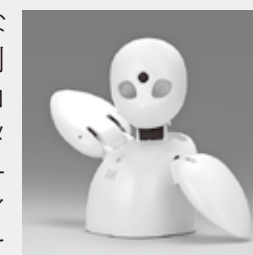
★高知のバリアフリー観光
<https://kochitourism-barrierfree.jp/>



QRコード

分身ロボットOriHime

入院や身体障害などによる「移動の制約」を克服する分身ロボット。本体にはカメラ・マイク・スピーカーが搭載されており、インターネットを通して遠隔操作できます。



写真提供：オリイ研究所

ねむり さくら 眠梨 桜さん

1997年生まれ。自身の障害や、障害のある日常の一コマを発信し、多くの障害を持つ方々が暮らしやすい世の中になるよう活動している車いすYouTuber。



来てね!

仁淀川町地域子育て支援センター

親同士の出会いや交流の場であり、子どもたちが自由に遊びかかわり合うことのできる場として仁淀川町地域子育て支援センターを設置しています。

町内の妊娠中の方、未就園児の親子、子育て中の方、気軽に遊びに来てください。

**11月9日(火) おはなし会
10:30~**

場所 ひまわり広場

絵本の店「コッコ・サン」による
読み聞かせとミニ講話です。
親子の時間を楽しみましょう!

**11月24日(水) 教えて!助産師さん
13:30~**

場所 ひまわり広場

今回は「離乳食について」がテーマです。
お話の後ベビーマッサージがありますので、
バスタオルをご持参ください。
※参加できる方は連絡をお願いします。

ひまわり広場の場所は、大崎保育所ホール横の部屋です。

開所時間 9:30~12:00 13:30~16:00

※講座や行事に参加できる方は、前日までに連絡をお願いします。(☎35-0433)

※講座や行事がある場合は、始まる時間までにお集まりくださいね。

※詳しくは、池川支所・仁淀支所・長者出張所においてある今月のお便りにあります。

11月

月	火	水	木	金
1 ひまわり広場 ひまわり広場	2 ひまわり広場 ひまわり広場	3 文化の日	4 乳幼児健診 乳幼児健診	5 ひまわり広場 ひまわり広場
8 ひまわり広場 ひまわり広場	9 おはなし会 ひまわり広場	10 ヨガタイム ままちっ(母乳相談)	11 ひまわり広場 ひまわり広場	12 小児科医と語ろう 個別相談
15 ゆっくりタイム ゆっくりタイム	16 ひまわり広場 ひまわり広場	17 ひまわり広場 ままちっ(母乳相談)	18 ひまわり広場 ひまわり広場	19 お誕生会 ひまわり広場
22 ひまわり広場 ひまわり広場	23 勤労感謝の日	24 ひまわり広場 教えて!助産師さん	25 ひまわり広場 ひまわり広場	26 乳幼児健診 乳幼児健診
29 ひまわり広場 ひまわり広場	30 ひまわり広場 ひまわり広場			

※上の段は午前・下の段は午後の開設広場です。

※詳しくは、池川総合支所・仁淀総合支所・長者出張所においてある今月のお便りにあります。

※分からないことなどあれば、気軽に電話連絡をしてください。(仁淀川町地域子育て支援センター☎35-0433)

仁淀川町ファミリーサポートセンター 子育てサポーター(援助会員)募集のお知らせ



子育て支援研修(実務講習)の受講申し込み、受付中です!

仁淀川町ファミリーサポートセンターでは、本年度より病児・病後預かりもご利用可能となり、通常預かりのできる援助会員さんに加え、病児・病後児預かりもできる援助会員さんも募集しております。

10月の基礎講習に引き続き、実務講習を下記のとおり開催します!子育て情報としても、日頃の健康管理に関する知識としても、誰にでも役立つ内容となっております!「この講習だけ受講したい!」という方もぜひご参加ください!

~子育て支援研修(実務講習)スケジュール~

開催場所: 仁淀川町交流センター3階大会議室(両日とも)

☆1日目☆
令和3年11月19日(金)

9:00~9:10
挨拶
センター長 石本和則
アドバイザー 中津留由衣

9:10~10:30
乳幼児の応急処置・応急手当
日本赤十字社 高知県支部
赤十字幼児安全法指導員
梶佐古淳子先生

10:40~12:00
安全確保とリスクマネジメント
日本赤十字社 高知県支部
赤十字幼児安全法指導員
梶佐古淳子先生



12:00~13:00
昼食

13:00~15:00
子どもの栄養と食生活
高知県栄養士会会長
管理栄養士 新谷美智先生



15:10~16:30
乳幼児の健康観察
看護師 山崎和子先生

☆2日目☆
令和3年11月25日(木)

9:00~10:20
衛生管理・消毒・コロナ対策
中央西福祉保健所 健康障害課
野口裕子先生



10:30~12:00
お子さんとくすり
有限会社 ブルークロス 高北薬局
薬剤師 小幡佑子先生



12:00~13:00
昼食

13:00~15:00
子どもの主な病状とケア
土佐希望の家医療福祉センター
医師 砥谷真知先生



15:10~16:30
実務者の体験談
相互援助 病児・病後児
預かりの手引き
アドバイザー 中津留由衣



※臨時託児所有り(無料、事前予約が必要)。主に当センターの援助会員が対応いたします。
※新型コロナウイルス感染症防止のため、マスク着用でご来場ください。

お気軽にファミサポ事務所(仁淀川町大崎490-3(高吾北消防署仁淀川分署東隣))へ
お立ち寄りください!

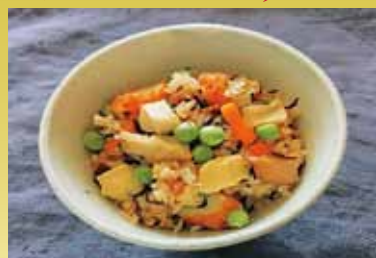
講習のお申し込み・お問い合わせは、
センター(080-2988-3655)までお気軽にご連絡ください。
詳しくは、『仁淀川町ファミリーサポートセンター』ホームページへ。
URL: <https://niyodogawa-fsc.town>



フレイル予防 カムカムレシピ

今月もたんぱく質UP&カムカムメニューの中から高野豆腐を使った「五目炊き込みご飯」と「ミネストローネ」をご紹介します。ぜひご家庭で作ってみてください。

高野豆腐入り五目炊き込みご飯



<作り方>

- 炊飯器に水気を切った米を入れ、④を混ぜる。具を散らして普通に炊く。
- 炊き上がれば全体を混ぜる。

栄養成分表 (1人分当たり)	
エネルギー	468 kcal
たんぱく質	24 g
脂質	7.6 g
炭水化物	73.5 g
食塩相当量	3.2 g

材料(2人分)

米(洗って30分水につけておく)	1合
水(干しいたけの戻し汁と合わせて計量)	180cc
④ 薄口しょう油	大さじ1
酒	大さじ1
高野豆腐(ぬるま湯で戻して1cm角に切る)	1個
ちくわ(食べやすい大きさに切る)	1本
(一口大の塩鮭でも可(1人分1/2切れ))	
干しいたけ(水で戻して薄切り)	6g
めひじき(水で戻す)	4g
ゆでたけのこ(根元は1cm角切穂先は薄切り)	40g
うすいえんどう(さやから取り出した正味重量)	30g
にんじん(細切り)	20g

高野豆腐とちくわを加えることで手軽にたんぱく質の摂取ができます。
たんぱく質豊富なえんどう豆を枝豆に変えても同様に彩り良く仕上がります。

高野豆腐のミネストローネ



<作り方>

- 鍋にオリーブオイルを熱し、にんにくを弱火で炒める。香りが出ればたまねぎ・にんじんの順に炒める。水・トマト・じゃがいも・高野豆腐・ウインナーを加える。
- 沸騰すればアクを取り除き、ふたをして弱火で15分煮る。
- ブロッコリーとコンソメを加えてさらに3分煮て、塩・こしょうで味を調える。

具だくさんのスープを意味するミネストローネは味付けも具材もさまざまに楽しめます。

材料(2人分)

高野豆腐(ぬるま湯で戻し2cm角に切る)	1個
ウインナー(斜め2~3等分)	2本
にんにく(みじん切り)	1/2片
オリーブオイル	大さじ1
たまねぎ(1.5cm角に切る)	60g
にんじん(乱切り)	40g
じゃがいも(乱切り)	100g
ブロッコリー(房をわける)	60g
トマト(1.5cm角に切る(水煮でも可))	40g
水	300cc
コンソメ	2g
塩	少々
こしょう	少々

栄養成分表 (1人分当たり)	
エネルギー	55 kcal
たんぱく質	3.3 g
脂質	0.2 g
炭水化物	12.1 g
食塩相当量	0.7 g

考案者：高知をこよなく愛する料理・フランス菓子研究科 今井美和子(兵庫県在住)



シリーズ12 ハツラツツの効果

「フレイル」とは、加齢にともない、筋力や心身の活力が低下し、要介護状態になる可能性が高い状態のことをいいます。

こんにちは。フレイルサポーターの氏原です。

10月の広報でハツラツツのご紹介をしました。第1回ハツラツツは6月から8月の3カ月間で行われ、男女合わせて5人のフレイルサポーターが参加しました。

今日はそのハツラツツに参加された方に話を伺えたのでご紹介します。下記の表は体力測定の変化を表したものです。



75歳男性

すご〜い!



	初日	3カ月後	結果
握力	左：35.5 右：30.4	左：35.9 右：31.4	左：+0.4 右：+1.0
開眼片脚立位	右軸：19秒 左軸：60秒	右軸：60秒 左軸：60秒	右軸：+41秒 左軸：変化なし
3m折返し	7.50秒	5.20秒	-2.30秒
5m歩行	2.80秒	2.58秒	-0.22秒
CS-30 立ち上がり	14回	25回	+11回

フレイルチェックの結果

	4月26日	10月13日	結果
総筋量	44.35kg	45.70kg	+1.35kg
体幹筋量	24.80kg	24.35kg	-0.45kg
手足の筋肉量	6.76kg/m ²	7.38kg/m ²	+0.62kg/m ²

ハツラツツを受けてみて変わったことがあるか伺うと、「目に見て分かるぐらい足に筋肉がついた。立ち上がるのが楽になった。」などと話されていました。表を見ていただいても分かるように体力測定の数値は向上しています。

この方は運動をして数値が良くなったことよりハツラツツが楽しみになったということをお話されていました。気持ちも前向きになるし人とのつながりもできる。ハツラツツを受けて息の上がるような運動もしんどくなかったと話されていたのですが、それはハツラツツが楽しくて、しんどいより楽しいを強く感じたからだと思いました。

私は楽しくて体の力も向上するハツラツツはとても良いものだと思っています。来年には、皆さんにも提供できる予定なので、その時はハツラツツを受けていただいで一緒に「も一度元気になろう」。楽しく運動して STOP フレイル

ハツラツツを詳しく知りたい方は下記までお問い合わせください。

■問い合わせ 仁淀川町役場 保健福祉課 ☎35-0888

文 芸

投稿をお待ちしています

藪柑子句会

秋蛩竹馬の友の偲ぶるる

澤田 泰彦

淋しさやつくつく法師一頻り

鎌倉 いちいち

平凡に生きる仕合せ秋 裕

片岡 代美子

色褪せぬことも悲しや水中花

小崎 千恵

息子の話素直に聞くや心太

尾崎 マチエ

秋薫雨放棄し畑の荒れ迫る

井上 美智

わが部屋の写る一瞬稲光

高橋 幸恵

夏空や曾孫誕生名は「怜史」

高橋 房子

「大樽」の飛沫に秋の気配かな

片岡 とくぞう

今会って話したい星月夜

隅田 邦子

ラフテイング声のこだまや出水川

藤原 多津子

車椅子止めてふるるや酔芙蓉

岡辺 初代

さわやかや来世で恋路
結ばれたいと

杉本 彰

茄子の馬作る孫の手やわらかし

片岡 藤美

帰り道活気なくした蟬の声

エルドリツデ 愛未

仁淀俳壇

往還の道も細りて彼岸花

吉田 豊之祐

月天心佛間の明り消さずおく

松岡 豊子

虎杖の咲いて山里過疎進む

田村 大陸

秋風やうつろひ行くも憂しきかな

古味 幸子

秋夜長酒に歌うか一軒家

片岡 稔和

笑ふこと忘れて久し笑い茸

堀部 貞子

鈴虫や眠れぬ夜を何と詠む

山野 一草

コロナ禍の人の温もり後の月

橋本 浩一

秋風や峽の水力発電所

田村 千草

投稿（俳句）

鈴虫や果林果林と籬透く

片岡 光彦

鳳仙花今弾くかと幼き瞳

渡邊 美津子

投稿（短歌）

湧き水のタンク自然の冷蔵庫

栓はきびかすきゅうりが浮かぶ

中川 弘子

コロナ禍で父母の墓参も

M・S

ままならず思いを馳せる遠き故郷

体育祭カメラレンズで競技見る

娘に呼ばれ親子競技で

カメラの父親さん

地域おこし協力隊がゆく

うじはらゆうすけ
～今月は氏原祐輔隊員です～



せいらん荘
仁淀川町長者乙2435

私が外で活動をしているとせいらん荘の中からカラオケやレクリエーションをしている楽しそうな声が聞こえてきます。



私はその話を聞いたときに、「その場所を畑にしたい！ デイサービスセンターの役に立つ活動になるのではないか」と思いました。さらに、屋外で行う活動で今の状況にも合っていると思いました。



吉川竜平隊員

いつかデイサービスに来られている高齢の方々と保育園児と一緒に野菜を収穫して一緒に食べるときが来たら素敵やなと勝手に想像したりしています。

現在は協力隊の吉川隊員も週に1回程、せいらん荘に来て一緒に活動してくれています。



3カ月前の庭の様子



現在の様子

畑になるのには、まだ少し時間がかかりますが、2人で納得のできる畑にしていきたいと考えています。

ご寄付のお礼

◇広報寄付金

佃 富吉 様(大阪府)

片岡 義友 様(東京都)

ご芳志をありがたくお受けし、広報発行に有意義に活用させていただきます。
ありがとうございます。

仁淀川町役場

◇社会福祉協議会

梶原 茂盛 様(川渡)

ご芳志をありがたくお受けし、社会福祉事業に有意義に活用させていただきます。
ありがとうございます。

仁淀川町社会福祉協議会

..... 仁淀川町行事カレンダー(11月・12月)

日	曜日	主な行事	保健衛生	社会福祉協議会		図書室
				配食・給食	ミニデイ	
4	木		乳幼児健診(仁淀川町役場)	配食・給食		
5	金		健康相談(あったかふれあいセンター 10:30～) 新規パワーリハビリ教室(大崎地域集会所 13:15～)	配食	池上池下 中村・鹿森	
8	月	名野川磐門神楽(二所神社 12:00頃～16:00頃)		配食	谷山	
9	火		健康相談(宗津集会所 10:30～)		宗津	
10	水			配食・給食		休室
11	木		健康相談(安居地区多目的集会所 10:30～)		安居	
12	金	名野川磐門神楽 (大山祇神社(上名野川) 12:00頃～16:00頃)		配食	宮首・川口	
13	土	池川文化祭展(池川コミュニティセンター 4階大ホール 9:00～17:00)				
14	日	池川文化祭展(池川コミュニティセンター 4階大ホール 9:00～17:00)				
15	月	池川文化祭展(池川コミュニティセン ター4階大ホール 9:00～17:00) 名野川磐門神楽(菜野河神社 12:00頃 ～16:00頃)		配食	狩山	
16	火				田村	
17	水			配食・給食		休室
18	木		健康相談(瓜生野集会所 10:30～)		高瀬・瓜生野	
19	金			配食	森・森山	
20	土	山茶小屋 移住交流イベント(山茶小屋 13:30～16:00)				
22	月			配食	川渡	
23	火	池川神楽(池川神社 12:00頃～14:00頃)				休室
24	水			配食・給食		休室
25	木		健康相談(遅越集会所 10:30～)		大屋・遅越	
26	金		乳幼児健診(仁淀川町役場)	配食		休室
28	日	マイナンバーカード休日窓口(仁淀川町役 場町民課 9:00～12:00)				
29	月			配食	長者	
30	火		健康相談(川渡コミュニティセンター 10:00～)		中宮	
1	水		新規パワーリハビリ教室(大崎地域集会所 13:15～)	配食・給食		休室
3	金		健康相談(相ノ谷集会所 10:30～)	配食	相ノ谷・寺村	
6	月			配食	名野川	
7	火		健康相談(大西地区多目的集会所 10:30～) 健康相談(折合地区集会所 10:00～)		折合・大西	
8	水			配食・給食		休室
10	金		健康相談(下名野川地域集会所 10:30～)	配食	谷山 下名野川	

※新型コロナウイルスの感染状況により、変更する場合があります。

ごめい福をお祈りいたします

氏 名	年齢	死亡月日	地区名
藤 原 竹 子	96	9月11日	川 口
山 中 恵 千 子	93	9月14日	岩 丸
植 田 美 代 子	85	9月17日	本 町
山 中 茂 野	101	9月19日	下 土 居
岡 林 廣 光	82	9月26日	久 喜
谷 脇 増 美	80	9月26日	あがわ荘(越知町)
小 谷 修 三	77	9月28日	上土居第四
片 岡 マサエ	90	9月29日	もみじ荘(梶屋敷)

氏 名	年齢	死亡月日	地区名
池 川 熊 恵	93	9月28日	下 土 居
吉 岡 志 津 嘉	107	10月1日	大 屋
岡 林 今 朝 恵	93	10月2日	檜 谷
中 川 正 美	99	10月5日	舟 形
岡 田 榮 子	96	10月7日	蔵 谷
西 森 増 子	90	10月10日	東 村 上
隅 田 一 郎	72	10月13日	宗 津
小 崎 宗 雄	87	10月14日	大 崎

クイズに答えてプレゼントをゲットしよう!

第27回

によど川クイズ

応募
締切

11月15日(月)必着

Q1 (○に入る言葉をお答えください)

今年の金婚夫婦が結婚した、1971(昭和46)年に、○○山の石灰石採掘が始まりました。

Q2 (○に入る言葉をお答えください)

朝に○○○○をすることで、ウイルス性感染症にかかりにくくなるといわれています。

◆10月号の答え Q1「健康」 Q2「820」

応募者：16人／正解者：16人

※当選者の発表は、プレゼントの発送をもって代えさせていただきます。

祝 によどマッシュルーム復活1周年！ フレッシュ・ドライ詰め合わせセットを5名様にプレゼント!!

によどマッシュルーム500g+ドライ3パック(6g/パック×3)の詰め合わせです。生産地より当選された方に直送いたします。

去る10月15日。どこまでも晴れ渡り、抜けるような青空のもと、私たちヒロセオールは第2回収穫祭を開催させていただきました。

私たちがによどマッシュルームの復活を、初収穫祭という形で皆さまにお祝いしていただいてから丸1年。日頃の感謝の気持ちを何とか仁淀川町の皆さまに伝えたいと考え、コロナ禍ではありますが、開催させていただきました。

秋葉神社にによどマッシュルームを奉納。より多くの方にによどマッシュルームを楽しんでいただきたいとの思いから、昨年の約2倍、300個のお弁当を用意。また我々のマッシュルームをご家庭で味わっていただきたいと考え、超特価での販売も準備いたしました。

皆さまに楽しんでいただけるイベントになるか否か、スタッフ一同ははらとした気持ちで迎えたハレの日。ふたを開けてみれば、多くの方が足を運んでくださり、用意したお弁当も十分にお配りすることができました。

また何人の方が「によどマッシュルーム、大好きです」と笑顔で、マッシュルームを購入してくださいました。

本当にありがとうございました！

これからも「によど」の名に恥じないマッシュルームを作ります。そしてまた晴れやかに、皆さまに感謝の気持ちを伝えられるよう、スタッフ一同全力で頑張ってます。

引き続きよろしくお願いいたします!!

株式会社 ヒロセオール

仁淀川事務所 〒781-1756 高知県吾川郡仁淀川町大尾356-2

本社 〒107-0052 東京都港区赤坂2-8-16 赤坂光和ビル2F

TEL 03-6230-0350 FAX 03-6230-0349 e-mail info-hiroseall@hiroseall.co.jp



【スタッフ募集】

私たちと一緒に仁淀川町を盛り上げてくれるスタッフを募集しています！

少しでも興味のある方はぜひとも下記までご連絡ください！

(広報によど川を見たとお伝えください)

はじめまして…



中澤 佳子ちゃん(下土居)



「お兄ちゃん大好き♡これから兄妹
仲良く大きくなってね」

令和3年4月21日生
保護者／雅和・明希

西森孝四郎さん(奈呂)宅で ど根性キュウリ!?

9/10

玄関先のコンクリートの小さな穴から
キュウリが伸びてきて、大きな実がなりました。



西森孝四郎さんと
ど根性キュウリ



パイプ横の小さな穴から
伸びたつる

お便りコーナー

みなさまからお寄せいただいたお便りをご紹介します。今月もたくさんのお便りありがとうございました。

○3期にわたり、地域、町民のためにご苦労の多い
中、ご尽力いただきました大石弘秋前町長様、
本当にありがとうございました。

8月に新町長となられた古味実様、山積する課
題を目前に大変な毎日と存じますが、どうぞご自
愛くださいまして、仁淀川町のために、町民のた
めにご活躍くださいますようお願いいたします。

(土居甲)

○コロナ禍でふるさと仁淀川町へ2年ほど帰省して
いません。いつも広報を拝見して、澄んだ空、気
さくな人たち、きれいな川を思い浮かべています。
早く帰りたい!! (大阪府)

○美しい仁淀ブルーに映える
紅葉見に帰りたいですね。

(大阪府)



(この他のおたよりはP23でご紹介しています)

町の人口・世帯数

令和3年10月1日現在

人口 4,997人(-21)

男 2,405人

女 2,592人

世帯数 2,849世帯(-10)

9月中の届出

転入 8人 転出 13人

出生 1人 死亡 17人

()内は前月比

広報によど川

令和3年11月1日発行(No.196)

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200

☎0889-35-0111

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

印刷 株式会社高知新聞総合印刷

本紙は再生紙を使用しています。