

# によど川

2022

9

月号



## 【目次】

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 仁淀川町林業振興センターが完成 ..... | P2  |
| 四国大会でソフトボール優勝 .....   | P4  |
| 詩吟クラブ・全国大会出場 .....    | P6  |
| 仁淀川町茶栽培支援交付金制度 .....  | P11 |

## 【表紙の写真】

長者・七夕まつりでよさこいを  
踊った「なないろ」の踊り子たち  
(8月7日撮影 長者地区)



## 郵便局が子どもや高齢者の見守り活動など協力 町と日本郵便(株)が包括的連携協定を締結

**7/5** 仁淀川町役場で日本郵便株式会社と仁淀川町との包括的連携協定締結式が行われました。この協定は、日本郵便株式会社と連携し、町の活性化や地域のさまざまな課題に対応するなど、町民サービス向上を推進していくものです。

郵便局員が日常業務の中、高齢者や障がい者などの安全確保のために見守り、必要な場合は声かけをして、気づいた情報を仁淀川町に提供するなど、町民の住みやすい町づくりを支援します。他にも、防災・災害発生時での連携や、地域特産品の販路拡大における郵便局サービスの活用、青少年に対する各種教室の開催および郵便局見学や職場体験の実施などの取り組みを行います。

大崎郵便局の村田道紀局長は「この連携協定を通じて、仁淀川町がさらに発展していくことを期待しています」と話していました。



協定書に署名する古味町長(左)と大崎郵便局村田局長(右)



協定式後の記念撮影

## かのう 和建設(株)と協働の森パートナーズ協定結ぶ



左から、竹本副町長、和建設(株)中澤陽一代表取締役、豊永大五高知県林業振興・環境部長

**7/25** 高知県庁で和建設株式会社、仁淀川町、高知県が出席して「環境先進企業との協働の森づくり事業」パートナーズ協定締結式が行われました。「協働の森づくり事業」は、環境問題に積極的に取り組んでいる企業や団体と市町村・高知県などが「協働の森パートナーズ協定」を締結し、森林の再生を行うとともに、地域と都市部の交流による地域活性化に取り組んでいます。

和建設株式会社は、高知市の本社のほか岡山県にも事務所を置き、分譲マンションや戸建住宅などの建築業、土地活用のプランニング、インテリアに関する提案などさまざまな分野で事業を展開している企業です。

本協定を通して、間伐など森林整備による環境保全の意識向上を目的とした社員研修や、地域との交流を行い、本町が取り組んでいるSCM(サプライチェーンマネジメント※)との連携、高知県産材のさらなる利用促進に向けて取り組みます。

本町における協働の森づくり事業パートナーズ締結は、「川崎重工業株式会社」、「西尾レントオール株式会社」との協定に続き3例目となります。

### 協定森林の概要

- 協定森林の名称 ● 「和の森」
- 協定森林の場所 ● 仁淀川町長坂ほか(町有林)
- 協定森林の面積 ● 34.4ヘクタール
- 協定期間 ● 令和4年7月31日～令和7年3月31日

※SCM(サプライチェーンマネジメント)とは、商品の原材料調達から生産加工や在庫管理、流通や販売、各プロセスに携わる物流など、商品が消費者の手に渡るまでの一連の流れをいう。

## 仁淀川町林業振興センター完成しました



町の林業施策の拠点施設となる仁淀川町林業振興センター



落成式で挨拶する古味町長

**7/28** 町が建設を進めていた仁淀川町林業振興センターが完成し、落成式が行われました。落成式には、町長はじめ高知県林業振興・環境部豊永大五部長ら林業関係者約40人が出席しました。

立地場所は、大崎地区の旧役場本庁舎跡地。森づくりサポートセンター、仁淀川森林組合の事務機能を集約した施設です。

また、伐採届の提出、間伐補助事業の申請、山林の管理など、山に関する相談はここで全て完結できる体制(ワンストップサービス)を目指しています。

構造体、造作材には町産材を使用しており、柱などの木材利用を感じられるよう木をふんだんに使いながらも自然光を取り入れた居心地の良い執務室になっています。まるで、森の中にいるような、これまでにない森林発信のできる空間となっています。

### 概要

延べ床面積 529.09㎡ 階数 2階建て  
竣工年月日 2022年6月 工期 9カ月

### 「森づくりサポートセンター」

町森林管理推進協議会が運営。  
(町、仁淀川林産協同組合、仁淀川森林組合などで構成)  
○森林資源量情報の管理・運営  
○担い手確保  
○中長期的な原木生産・資源再生計画の策定  
○需要に迅速に対応した原木供給管理など



執務スペース

問い合わせ ☎20-9911

### 仁淀川森林組合 山本俊二代表理事組合長から

町林業振興センターで業務にあたることができ、仁淀川町に感謝申し上げます。

今後は、今以上に町の林業活性化、担い手の育成に努め、林業関係者の経済的社会的地位の向上並びに森林保全・保育などに努めてまいります。

今後とも組合員の皆さまをはじめ、関係各位の皆さまのご理解とご協力をお願い申し上げます。



## 全国バレーボール小学生大会 混合の部・第3位

**7/2・7/3** 全国バレーボール小学生大会高知県大会で、池川パワージュニアーズが混合の部3位に輝きました。

2日は県立青少年体育館（いの町）を会場に熱戦が繰り広げられ、サーブを武器に三和と横浜新町に快勝。翌日の決勝トーナメント（高知市総合体育館）に進みました。

決勝トーナメントでは、泉野の粘り強いプレーに競り負け、惜しくも決勝進出は果たせませんでしたが、6年生を中心に最後まであきらめずに戦いました。



アタックで攻撃をする選手

|            |    |   |   |   |      |
|------------|----|---|---|---|------|
| [予選リーグ]    | 池川 | 2 | - | 0 | 三和   |
|            | 池川 | 2 | - | 0 | 横浜新町 |
| [決勝トーナメント] | 池川 | 0 | - | 2 | 泉野   |

## 四万十交流バレーボール大会（低学年の部）第3位！



活躍した選手たち

**7/16** 四万十町の大正中学校と田野々小学校を会場に四万十交流バレーボール大会が行われ、池川パワージュニアーズが低学年の部で3位の成績を収めました。

5年生主体のチームで出場した池川は、仲間のミスをカバーしてボールをつなげ、予選リーグ1位で決勝トーナメントへ進出しました。続く高須戦では惜しくも敗れましたが、最後までボールに食らいつき、随所に好プレーも見られる実りある大会となりました。

|            |    |   |   |   |    |
|------------|----|---|---|---|----|
| [予選リーグ]    | 池川 | 2 | - | 0 | 宿毛 |
|            | 池川 | 2 | - | 0 | 越知 |
| [決勝トーナメント] | 池川 | 0 | - | 2 | 高須 |

## 第62回高幡子ども会親善ソフトボール大会「池川子ども会」第3位

**7/17** 四万十町窪川運動場多目的グラウンドにて、「第62回高幡子ども会親善ソフトボール大会」が開催され、「池川子ども会」が3位に輝きました。

参加9チームを2組に分け予選リーグを行い、池川子ども会は2戦2勝の成績を残しましたが、失点差により予選リーグ2位で総合成績3位となりました。

日ごろの練習の成果を発揮した試合運びで1試合目に勝利。2試合目は1点差で追う最終回に逆転サヨナラの2点本塁打が飛び出し劇的な勝利を収めました。惜しくも決勝に進むことはできませんでしたが、選手たちは保護者の声援に、精いっぱいプレーで応えていました。



活躍した選手たち

|                    |        |   |   |   |            |
|--------------------|--------|---|---|---|------------|
| [予選リーグ]            |        |   |   |   |            |
| 1回戦                | 池川子ども会 | 4 | - | 0 | 田野々スポーツ少年団 |
| 2回戦                | 池川子ども会 | 5 | - | 4 | 十川スポーツ少年団  |
| ※参加9チームの総合成績により第3位 |        |   |   |   |            |

## 第76回高知県中学校総合体育大会が行われました

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、観客の制限がある中、選手たちは日ごろの練習の成果を発揮し、戦い抜きました。試合結果は、次のとおりです。

### 【卓球 女子】 ベスト16

（7月2日 県民体育館）

#### 予選リーグ

|     |   |   |   |     |
|-----|---|---|---|-----|
| 仁淀中 | 3 | - | 2 | 西部中 |
| 仁淀中 | 2 | - | 3 | 羽根中 |

### 【柔道】 3位 四国大会へ

（7月16日・17日 県立武道館）

#### 男子個人

山下日南太（仁淀中）

### 【バレーボール】

（7月21日 春野運動公園体育館）

|     |     |   |   |   |     |
|-----|-----|---|---|---|-----|
| 1回戦 | 池川中 | 0 | - | 2 | 鏡野中 |
|     | 仁淀中 | 0 | - | 2 | 青柳中 |

### 【ソフトボール】 優勝 四国大会へ

（7月21日・22日

春野運動公園運動広場・ソフトボール専用球場）

準々決勝 仁淀・池川・尾川中 10 - 3 窪川

（5回コールド）

準決勝 仁淀・池川・尾川中 16 - 0 須崎南・吾北・高岡  
（3回コールド）

決勝 仁淀・池川・尾川中 6 - 5 大正



見事優勝を果たした仁淀・池川・尾川中の選手たち

## 四国中学校総合体育大会でソフトボール優勝

### 仁淀・池川・尾川中学校 全国中学校総合体育大会へ

### 【ソフトボール】

徳島市吉野川北岸運動広場

で行われた四国中学校総合体育大会で、仁淀・池川・尾川中学校が優勝に輝きました。

雨天の中、準決勝まで苦しい試合が続きましたが、選手全員のあきらめない気持ちが接戦をものにしたり逆転勝利を呼び込んだりしました。決勝戦は、2人の投手の継投で1安打完封勝利を収め、四国1位で8月23日から北海道帯広市で開催される全国中学校総合体育大会に出場します。



全国中学校総合体育大会に出場を決めた選手たち

#### 試合結果

|     |             |   |   |   |                  |
|-----|-------------|---|---|---|------------------|
| 1回戦 | 仁淀・池川・尾川中学校 | 2 | - | 1 | 上八万中学校（徳島県）      |
| 準決勝 | 仁淀・池川・尾川中学校 | 7 | × | 6 | 愛光学園（愛媛県）        |
| 決勝  | 仁淀・池川・尾川中学校 | 4 | - | 0 | 鳴門教育大学附属中学校（徳島県） |

### 【柔道】

7/31に高知県立武道館で行われ、男子個人に山下日南太選手が出場しました。惜しくも、初戦敗退となりましたが粘り強い柔道を展開しました。今後の活躍が期待されます。



## ～9月は健康増進普及月間です～

毎年9月1日から9月30日までの1カ月間は健康増進普及月間です。令和4年度の健康増進普及月間の統一標語は「1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ」です。この機会に自分自身の今までの生活習慣を振り返り、できることから健康づくりに取り組んでみませんか？

また、健康づくりには年に1回の健診・検診の受診も大切です。まだ令和4年度に健診・検診を受診されていない方は秋の総合健診や個別がん検診をご利用ください。



### ☆がん個別検診について

医療機関にて胃内視鏡検診・乳がん検診・子宮頸がん検診を個別で受けることができます。検診費用は無料です。

#### 【対象者】

- ・令和4年度総合健診のうち「胃がん検診」を受けていない方
- ・令和3年度、令和4年度「女性がん検診」を受けていない方

#### 【申し込み期間】

令和4年9月20日（火）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。

#### 【実施期間】

令和4年10月から令和5年1月まで

| 検診種類    | 検診方法           | 対象年齢(令和5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 |

詳細や申し込みは保健福祉課までご連絡ください。

■問い合わせ 仁淀川町役場 保健福祉課  
☎35-0888

## イベント開催中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、下記のイベントの開催を中止いたします。

- 池川大運動会      ○星ヶ窪まつり      ○くいしんぼマラソン

## 小学生が租税について学びました

6/8 別府小



6/13 池川小



7/7 長者小



高知県租税教育推進協議会主催の租税教室が主に6年生を対象に行われました。

児童に税の役割や重要性を正しく理解してもらい、税に関心を持ってもらうために毎年行われています。

児童たちは、税金が何に使われているかなど話し合い、税に関するDVDを視聴。「税金には関心が無かったけど、税金が無くなると私たちにとって無料だったものが有料になるなど、想像以上に厳しい生活だということが分かりました」と言った感想も聞かれました。

租税教室の最後には1億円が登場。もちろんレプリカですが、重さは本物と同じ10kg。その重さを体感し、一段と印象深い学習になりました。

## 詩吟クラブ・全国大会出場



連吟全国大会出場メンバー

町内の詩吟クラブ「一声和合地区会」が1月の高知県予選、5月の中四国大会を勝ち抜き、9月19日開催の連吟全国大会と10月16日開催の合吟全国大会に出場する運びとなりました。

「連吟」とは、一つの詩を複数の人がリレーのようにつないで吟じていきます。全員が一緒に吟じるパートもあって個々の技量はもとより、チームワークも求められます。今回は3人の女性がチームを組み、激戦を勝ち抜き4年ぶりの全国大会出場を果たしました。

また、「合吟」は全員が声を合わせて斉唱のように吟じます。詩の間合いや余韻の引き方を全員がそろえることが重要なポイントになります。今回は10人の男性が全国大会入賞を目指します。

一声和合地区会は、昭和30年に藤原宇太郎さんを初代会長として池川地区で発足し、現在は高知岳風会の7つの地区会の一つとして、藤原和彦会長の下で池川地区、森地区、長者地区、日高村の4つの教場で約40人の会員が週1回の練習を行っています。

【会員募集】一声和合地区会では会員を募集しています。詩吟で腹式呼吸を身につけて、大きな声を出すことは健康増進に役に立ちます。また、人とのつながりも増えることも楽しみの一つです。興味のある方は、まずはお気軽にお問い合わせください。

#### ■問い合わせ

藤原和彦 ☎34-2306



合吟全国大会出場メンバー



# 国民年金保険料の追納制度

## 追納制度とは

保険料の免除・納付猶予や学生納付特例の承認を受けた期間の国民年金保険料を後から納付することができる制度です。

老齢基礎年金の年金額を計算するときに、保険料の免除・納付猶予や学生納付特例の承認を受けた期間がある場合には、年金の受給資格期間として計算されますが、年金額には反映されないため、保険料を全額納付した場合と比べて将来の年金額が少なくなります。

しかし、保険料の免除・納付猶予や学生納付特例の承認を受けた期間の保険料については、後から納付(追納)することにより、老齢基礎年金の年金額を増やすことができます。

## 追納を希望される場合は

手続きが必要です。なお、免除もしくは納付猶予を受けた期間の翌年度から起算して、3年度目以降に保険料を追納する場合には、承認を受けた当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乗せされますので、お早めの手続きをお勧めしています。

※保険料の追納ができるのは追納が承認された月の前10年以内の免除等期間に限られています。それ以前の免除等期間の保険料については追納することができません。

追納制度について詳しく知りたい方や、お手続きを希望される方は下記までお問い合わせください。

### ■問い合わせ

|            |               |        |       |          |
|------------|---------------|--------|-------|----------|
| 高知西年金事務所   | ☎088－875－1717 | 池川総合支所 | 住民福祉課 | ☎34－2111 |
| 仁淀川町役場 町民課 | ☎35－1088      | 仁淀総合支所 | 住民福祉課 | ☎32－1111 |

## マイナンバーカード休日窓口のお知らせ



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、受け取りなどができます。

マイナポイント第2弾の対象となるマイナンバーカードの申請期限は、**9月末まで**となっていますので、お早めに申請をお願いします。

マイナポイント申し込みのサポートも行いますので、ぜひお越しください。

### ■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 |

■日 時 9月25日(日) 午前9時から正午まで

■場 所 仁淀川町役場 町民課

### ■必要書類

①通知カード

②本人確認書類

A 書類(いずれか1点)

免許証、身体障害者手帳、パスポートなど

B 書類(いずれか2点)

健康保険証、介護保険証、年金手帳など

③通知はがき(マイナンバーカードを受け取る方のみ)

④住基カード(お持ちの方のみ)

※15歳未満の方または成年被後見人の方は、法定代理人が同行し、代理権の確認書類(戸籍謄本や登記事項証明書)と、本人と法定代理人の本人確認書類が必要(同一世帯の親などは不要)。

## ～HPVワクチン(子宮頸がん予防ワクチン)を自費で受けた方へ～

HPVワクチン(子宮頸がん予防ワクチン)の定期接種は、小学6年生から高校1年生相当の女子が対象となっています。接種後に持続的な疼痛などが見られたことから、積極的な接種勧奨が差し控えられていましたが、令和3年11月にワクチンの安全性が認められ、積極的な接種勧奨が再開されました。令和4年4月から、対象年齢を拡大(キャッチアップ)して接種が可能となり、対象者には、既にお知らせしているところです。

すでに自費で接種を受けた方は、「償還払い」(接種費用をご本人に支払う)の制度がありますので、お問い合わせの上、手続きをお願いします。

### ■問い合わせ

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

## ～戦没者等のご遺族の皆さまへ～

### 第11回特別弔慰金の請求期限は令和5年3月31日(金)までです。

請求期限を過ぎると、特別弔慰金を受ける権利がなくなりますので、お早めにご請求ください。

## 【支給対象者】

戦没者等(軍人、軍属、準軍属で昭和12年7月7日以後、公務上または勤務に関連して受傷あるいは疾病にかかり、これにより昭和16年12月8日以後に死亡した方)の死亡当時のご遺族で、令和2年4月1日(基準日)において、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」などを受ける方(戦没者等の妻や父母など)がいない場合に、右の順番による先順位のご遺族お一人に支給します。

## 【支給内容】

額面25万円、5年償還の記名国債

## 【留意事項】

特別弔慰金は、ご遺族を代表するお一人が受け取るものです。ご遺族間の調整は、記名国債を受け取った方が責任をもって行うことになります。

戦没者等の死亡当時のご遺族で

- 令和2年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方。
- 戦没者等の子
- 戦没者等の①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹  
\*戦没者等の死亡当時、生計関係を有しているなどの要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります。
- 上記1から3以外の戦没者等の三親等内の親族(甥、姪など)  
\*戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方に限ります。

### ■問い合わせ

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



お茶を栽培する農家さんを応援します！

# 仁淀川町茶栽培支援交付金制度について

仁淀川町では、町の主要作物であるお茶を栽培する農家を支援する手段として、仁淀川町茶栽培支援交付金制度を設けています。事業の内容、注意点は下記のとおりです。

【交付目的】

担い手の減少などにより茶園の荒廃が懸念される中山間地域などにおいて、土佐茶産業振興と、茶園の維持管理を続ける茶園管理者を支援するため、適正な剪枝などの茶園維持管理に要する経費について、茶園管理者に対し予算の範囲内で一定額を交付します。

【交付要件】

- 仁淀川町内で耕作されている茶畑面積の合計が500㎡以上の茶園管理者の方が交付対象者になります。（耕作箇所が離れていても加算できます。）
- 春の収穫、秋の刈り揃えなど、茶園の管理が適切に行われていること。

【手続方法】

- 10月末までに、ご自身の管理茶園（他人名義も含む）地番・面積などを下記窓口にて申告してください。
- ご自分の管理茶園（他人名義も含む）地番・面積が分かる資料があれば、ご持参ください。
- 申請書は調査の上、申告者にお送りします。
- 昨年本事業を受けられた方につきましては、申請書と、昨年申請いただきました管理茶園一覧表（参考資料）を10月上旬に送付いたします。

【確認方法】

町職員もしくは農業委員が現地確認を行います。  
交付の内容は下記のとおりです。

| 面 積   | ①3,000㎡まで | ②3,001㎡～5,000㎡まで      | ③5,001㎡以上              |
|-------|-----------|-----------------------|------------------------|
| 交付単価  | 10円／㎡     | 7.5円／㎡                | 5円／㎡                   |
| 注 意 点 |           | 3,000㎡までは①の交付額で計算します。 | 5,000㎡までは①②の交付額で計算します。 |

例 6,500㎡の申請面積の場合

- ①に該当分 3,000㎡× 10円 = 30,000円
- ②に該当分 2,000㎡× 7.5円 = 15,000円
- ③に該当分 1,500㎡× 5円 = 7,500円

合計は52,500円ですが、1,000円未満は対象となりませんので、交付金は52,000円になります。

【注意事項】

- 交付対象は茶園の耕作面積となりますので、土地台帳の面積と異なる場合があります（菜園場などあれば控除となります）。
- 交付金は税の申告の対象となる場合がありますので、納税申告時には税務課に相談していただきますようお願いいたします。

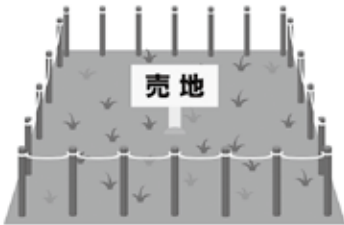
■問い合わせ・申告窓口

仁淀川町役場産業建設課 ☎35-1083  
池川総合支所地域振興課 ☎34-2115  
仁淀総合支所地域振興課 ☎32-1113

## 不動産を公売します

仁淀川町では使用しなくなった土地・建物を入札により公売します。購入を希望される方は総務課財産管理係までご連絡ください。

詳細については役場本庁・各総合支所・各出張所の掲示板に告示するほか、ご連絡をいただいた入札参加希望者には「公告(写)」と「入札参加資格申請用紙」を配布します。



■入札方法

条件付一般競争入札  
（※せり売りではありません）

■入札参加資格者

仁淀川町内に住所を有する者、もしくは仁淀川町内に事務所または事業所を有する者  
（※詳細については下記までお問い合わせください。）

■入札参加申込期限

令和4年10月3日(月)正午まで

■開札予定日

令和4年10月21日(金)

■公売物件

| No. | 物件名称        | 所在地         | 区分 | 数 量     | 最低売却価額     |
|-----|-------------|-------------|----|---------|------------|
| 1   | 池川第4区住宅跡地   | 土居甲1076-16  | 土地 | 326.00㎡ | 2,692,000円 |
| 2   | 長者乙3169-23  | 長者乙3169-23  | 土地 | 132.71㎡ | 150,000円   |
|     | 長者乙3169-19  | 長者乙3169-19  | 土地 | 194.00㎡ |            |
|     | 長者乙3169-156 | 長者乙3169-156 | 土地 | 15.00㎡  |            |
|     | 旧西古城山集会所    | —           | 建物 | 延40.00㎡ |            |
| 3   | 川渡堀113-8    | 川渡堀113-8    | 土地 | 112.59㎡ | 1,428,000円 |
| 4   | 古城山教員住宅跡地   | 長者乙2494-9   | 土地 | 182.03㎡ | 275,000円   |



No.1 池川第4区住宅跡地



No.2 旧西古城山集会所



No.3 川渡堀113-8



No.4 古城山教員住宅跡地

■問い合わせ

仁淀川町役場 総務課 財産管理係 ☎35-0111



# 被災宅地危険度判定 被災建築物応急危険度判定

## ■被災宅地危険度判定

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、住民の皆さま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。

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。

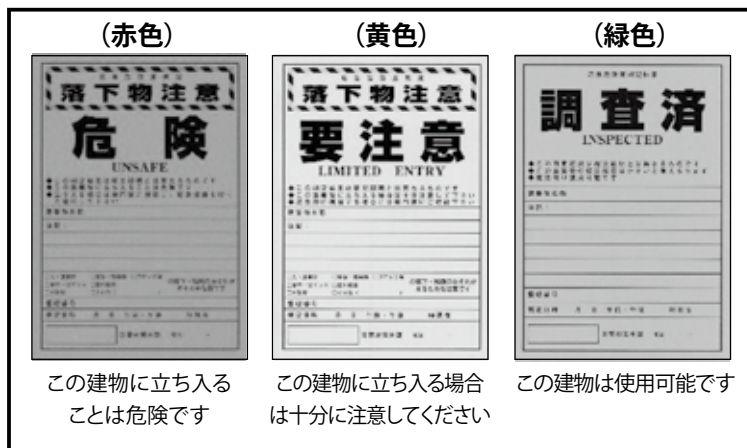
なお、判定は造成された宅地について擁壁や斜面などの確認を行うもので、建築物について確認を行う被災建築物応急危険度判定とは異なります。



## ■被災建築物応急危険度判定

被災建築物応急危険度判定は、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行います。

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。



## ■その他の建物の判定

その他の地震発生後の建物の判定には次のようなものもあります。これらは判定の目的や基準がそれぞれ異なります。

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。

### ■被災度区分

建物の復旧対策を検討する目的で応急危険度判定後の建物の被災度を詳細に判定するもの。

### ■住家被害認定

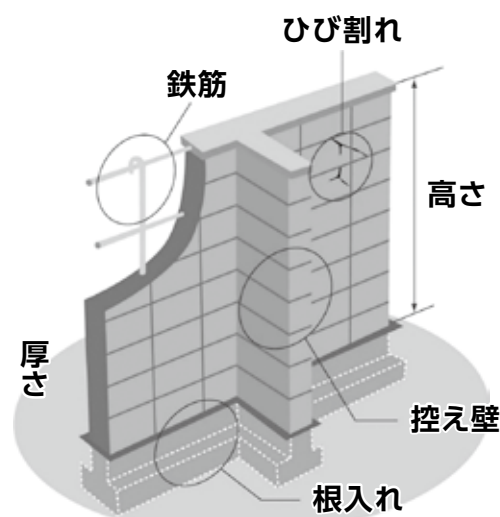
「り災証明書」を発行する目的で被害程度を認定するもの。

■問い合わせ 仁淀川町役場 総務課 消防防災係 ☎35-0111

# ブロック塀の安全点検をしましょう

平成30年6月18日に発生した大阪府北部の地震では、ブロック塀の倒壊による死亡事故がありました。国土交通省において、ブロック塀の安全対策のためのチェックポイントを作成しましたので、塀の所有者の方はこれを参考に、ブロック塀の安全点検をお願いします。

## ブロック塀の点検のチェックポイント



以下の項目を点検し、ひとつでも不適合があれば危険なので改善しましょう。  
分からないことがあれば、専門家に相談しましょう。

- ☐ ① 塀の高さは地盤から2.2m以下か。
- ☐ ② 塀の厚さは10cm以上か。  
(①が2m以上の場合は15cm以上)
- ☐ ③ 塀の長さ3.4m以下ごとに、①の1/5以上の長さの控え壁があるか。
- ☐ ④ コンクリートの基礎があるか。
- ☐ ⑤ 塀に傾きやひび割れはないか。
- ☐ ⑥ 塀に鉄筋が入っているか。

出典：パンフレット「地震からわが家を守ろう」 日本建築防災協会 2013. 1 より一部改変

## ブロック塀の撤去、それに代わる安全な塀への建て替えに補助があります

# 仁淀川町ブロック塀等 耐震対策推進事業費補助金 【補助の概要】

### ■対象者

町内のブロック塀などの所有者で町税や県税などを滞納していない人

### ■補助対象物件

避難路の沿道に位置する危険度の高いコンクリートブロック塀など

### ■補助対象経費

ブロック塀などの撤去およびそれに代わる安全な塀への設置に要する経費

### ■補助額

限度額：205,000円

### ■申請・問い合わせ

仁淀川町役場 総務課 ☎35-0111



(事業前) ブロック塀が・・・



(事業後) 安全な塀に！



～山地災害に備える～ 高知県の山地災害危険地区について

高知県のホームページで山地災害危険地区の位置情報が閲覧できます。

局地的な豪雨などによる山地災害から、ご自身や大切なご家族を守るためにも、周辺地域の危険地情報をご確認いただき、災害時の備えや緊急時の避難行動などにお役立てください。

「山地災害危険地区」とは

「山地災害危険地区」とは、集中豪雨などで山腹崩壊や地すべり、流木をともなう土石流などが発生するおそれのある山腹面や溪流を、林野庁が定める調査要領に基づき危険度を数値化し、整理したものです。

「山地災害危険地区」には以下の3種類があります

|            |                             |
|------------|-----------------------------|
| 山腹崩壊危険地区   | 山崩れなどの山腹崩壊が発生するおそれがある山腹斜面   |
| 崩壊土砂流出危険地区 | 山崩れなどによって土石流災害が発生するおそれがある溪流 |
| 地すべり危険地区   | 地すべり性の災害が発生するおそれがある山腹斜面     |



■アクセス方法

①URL : <https://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/030601/kikentiku.html>

②右のQRコードを読み込み、スマートフォンやタブレット端末から確認できます。

■問い合わせ・連絡先

高知県林業振興・環境部 治山林道課 ☎088-821-4867 (治山担当)  
FAX: 088-821-4585 ✉: 030601@ken.pref.kochi.lg.jp

令和4年度 自衛官等採用試験のご案内

| 募集種目            |      | 応募資格        | 受付期間     |
|-----------------|------|-------------|----------|
| 防衛医科大学校         | 医学科  | 21歳未満(高卒見込) | 10月12日まで |
|                 | 看護学科 |             | 10月 5日まで |
| 防衛大学校           | 一般   |             | 10月26日まで |
| 航空学生(パイロット)     |      | 23歳未満(高卒見込) | 9月 8日まで  |
| 自衛官候補生(第3回)     |      | 18歳以上33歳未満  | 9月14日まで  |
| 自衛官候補生(第4回)     |      |             | 11月 2日まで |
| 予備自衛官補(一般)(第2回) |      | 18歳以上34歳未満  | 9月16日まで  |

自衛隊高知地方協力本部 高知募集案内所

所在地: 高知県高知市栄田町2-2-10 よさこい咲都合同庁舎8階  
☎(088)823-2006

各種イベント・パンフレットなどございますので、お気軽にお問い合わせください。

HPはこちらから

・・ INFORMATION ・・

# お知らせ コーナー

多重債務者無料相談会  
のご案内  
～お金に関する悩みを、  
お気軽にご相談ください～

借金の返済に関する無料相談会を、開催します。合わせて「こころの健康相談会」を、同時に開催します。心身に不調を抱えておられる方も、お気軽にご相談ください。

■開催日時  
9月4日(日)13時～16時

■場所  
高知県立消費生活センター(高知市旭町3-1-15 ソーレ2階)

☎088-824-0999  
☎088-823-9653  
高知県県民生活課

夜間学級の生徒を募集します！

令和5年4月に入学する高知県立高知国際中学校夜間学級(夜間中学)の生徒を募集します。

■対象  
高知県内にお住まいの義務教育の年齢を超えた方で、国籍にかかわらず、3年間続けて通学できる方のうち

- ・小学校や中学校を卒業していない方
- ・中学校を卒業した方のうち、不登校や病気などの理由で十分学校に通えなかった方

※状況により、中学2年生、3年生からスタートすることもできます。ただし、大学や高校などをすでに卒業している方は除きます。

■募集期間

10月3日(月)～12月2日(金)

■募集案内配布場所

- ・仁淀川町教育委員会
  - ・高知県教育委員会事務局 高等学校課
  - ・高知国際中学校夜間学級
- ※高知県教育委員会のホームページからダウンロードできます。

■入学希望申請書提出方法  
募集案内配布場所に持参・郵送

■問い合わせ

高知県教育委員会事務局 高等学校課  
☎088-821-4907  
31701@ken.pref.kochi.lg.jp  
〒780-0850  
高知市丸ノ内1-7-52



高知県HP

高知県 夜間学級

検索

四国電力送配電からのお知らせ  
停電情報が確認できます

LINEで!

電話で!

◆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。

本サービスは、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。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。

◆停電情報提供ダイヤル(24時間受付) 高知県:0120-459-271

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して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。

【問い合わせ】四国電力送配電(株) 須崎事業所 ☎0120-410-366(フリーダイヤル)  
☎088-826-8337



四国電力送配電HP



登録用QRコード



## 考えよう!備えよう!防災の日

9月1日は「防災の日」です。1923年9月1日に発生し、関東地方各地に甚大な被害をもたらした「関東大震災」にちなみ、この日に制定されました。

この防災の日は、「災害についての認識を深め、対処する心構えを準備する」ことを目的に制定された大切な日です。

しっかりと対策していれば、いざ災害が発生した際に生き延びる可能性が高くなります。

災害対策をいくつか紹介するので、ぜひ実践してみてください。



### ～今日からできる! 災害対策～

#### 食料や水の備蓄

ライフラインが停止した際に備えて非常食や飲料水は備蓄しておきましょう。



#### 避難場所の把握

避難経路と避難場所の確認をしておきましょう。災害発生時、必ず自宅にいるとは限らないので、学校や会社などさまざまな場所の避難経路を確認しておきましょう。

#### 非常用バッグの準備

非常時にすぐ持ち出せるよう、非常用バッグを用意しておきましょう。バッグの中には食料や貴重品、衣類、救急用品、携帯ラジオなどを入れておきましょう。

#### 部屋の見直し

背の高い家具は転倒しないよう固定することが望ましいです。就寝中の災害は避難が遅れやすいため、特に寝室の安全を見直してみましょう。

■問い合わせ 高吾北消防本部(署) ☎26-2111



## 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します。

## 秋の全国交通安全運動

**\*実施期間\***  
9月21日(水)～9月30日(金)

- 一斉街頭指導日…9月21日・30日
- 交通事故死ゼロを目指す日…9月30日

運動期間中は交通指導員やボランティアの方々が街頭指導などをしてくれます。皆さまのご協力とご理解よろしくお願いします。



### 第14回無事故・無違反運動ドライバースコンテスト

#### セーフティロード103(土佐)参加チーム募集

- 募集期間 令和4年8月1日～9月16日まで
- 参加費 3,800円(1チーム5人)
- 景品 1等…25万円分の商品券  
※他にも多数の景品があります。

～お問い合わせ…佐川警察署交通課まで～

### 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!

交通安全協会の会員になったら  
ちょっと得する♪



シューズショップ  
おかむら

～コスモスポイント  
2倍サービス～

越知町越知甲2297  
☎26-0229

※店舗で免許証と会員証を提示してください。

## お仏壇の手配

広告



(会員割引10%)

〒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

光明会館では仏壇も取り扱っております。  
カタログでの御手配になりますので、御入用の方は、お気軽にご連絡を下されば、カタログを持ってご自宅へお伺い致します。お気軽にご連絡ください。

ふるさとを想う心で  
(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)

## 地域安全アドバイス

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

### 9月11日は警察相談の日

「110番」は、今すぐに警察官にかけつけてもらいたいような事件・事故などを受け付ける緊急通報用電話です。



緊急の対応は必要としないけれど、DV・ストーカー、児童虐待や近隣・職場でのトラブルなど警察に相談したいことがある場合は、

警察総合相談電話「#9110」を利用してください。

緊急の対応を必要としない相談や問い合わせなどで110番を利用すると、本当に緊急を要する事件・事故への警察の対応が遅れてしまい、結果として人命や財産に被害が生じてしまうおそれがあります。

緊急の対応を必要としない場合は、最寄りの警察署または警察総合相談電話の利用をお願いします。





9月1日は防災の日です。台風、高潮、津波、地震などの災害についての再認識を深め、それらの災害に対処する心構えを準備するための日です。この日を含む8月30日から9月5日までの1週間が防災週間となっています。図書室では防災に関連した展示を行います。ぜひ図書室へお越しください。

## 図書室からのお願い

### ・返却BOXについて

返却BOXの底にはクッションがあるので本はそのまま入れてもらって大丈夫です。バッグも貸し出ししている場合はバッグも一緒に入れてください。

図書室、オーテピア以外の本が入っている場合があります。返却BOXに本を入れる時は確認をお願いします。

### ・本が破れた場合

専用の道具で直しますので、自分で直さず、そのまま持ってきてください。セロハンテープは絶対に使わないでください。

### ・借りたい本、図書室に入れてほしい本がある場合

図書室にリクエスト用紙を置いています。必要事項を記入して職員に渡してください。

図書室にない本はオーテピアから借りて貸し出しますが、予約が多い場合や、高知県に關係する本などは購入する場合があります。どちらにしても時間がかかる場合がありますので、ご了承ください。

## 今月の展示

・防災 ・お月見 ・敬老の日

## 今月のPick up

### 『老いの重荷は神の賜物』

(樹木希林／著)

慶應義塾の社会人教育機関である慶應丸の内シティキャンパス主催の定例講演会で樹木希林さんが講演されたお話をまとめた本です。



### 『最善最強の防災ガイドブック』

(高荷智也／監修)

地震、台風、火事、水害、感染症対策に役立つ1冊です。

### 『おつきさまはどこいった?』

(新井洋行／著)

おつきさまをさがしにいった2匹のねずみ。おつきさまは見つけられたかな?



『老人と海』はノーベル文学賞を受賞したアーネスト・ヘミングウェイの名作である。第二次世界大戦に従軍記者として参加した後に書かれたそう。アメリカ文学ではあるが、舞台はキューバだ。84日間、何も釣れない老漁師のサンチャゴが自分を試すために遠くの海に出て、巨大な獲物(カジキ)を命懸けで釣り上げようとする闘いの物語だ。

## 老人と海

アーネスト・ヘミングウェイ



魅力を感じた。大自然と戦っている老人はどこか仁淀川町の方々を思わせてくれた。登場人物も少なく、文章も優しいので読みやすかったが、自分には読むのがまだ早かった気がした。もちろんキューバの自然の描写は美しいと思ったが、もっと展開やストーリー性のある作品が好みで、それ以上に登場人物の内心面が伝わるような作品が好きだ。経験を重ねれば、分かることが増えるのだろうが、今の自分には作品がシンプルすぎて物足りなかった。この本はこれだけ世界の人々に愛されているので、私も理解したい作品だ。

## 九月号 本の紹介

地域おこし協力隊  
エルドリツヂ愛未

## 仁淀川町観光協会通信

Vol. 21

[ 仁淀川町観光協会 ]

仁淀川町大崎 460-1 (交流センター 2 階)

☎ 35-1333



## 仁淀ブルー体験博2022

2022.9.23 fri → 11.26 sat



QRコード

## 仁淀ブルー体験博2022が開催されます!

仁淀川流域6市町村(土佐市、いの町、日高村、佐川町、越知町、仁淀川町)の魅力あふれる60近くのプログラム、仁淀ブルー体験博が今年も開催されます。今年は仁淀川町から9つのプログラムが誕生しました。観光客はもちろん、町民の方も仁淀川町の魅力を再発見することができる内容となっております。ぜひ、ご参加ください。

期間は、2022年9月23日(金・祝)~11月26日(土)です。

詳しくは仁淀ブルー体験博2022公式webサイトをご覧ください。

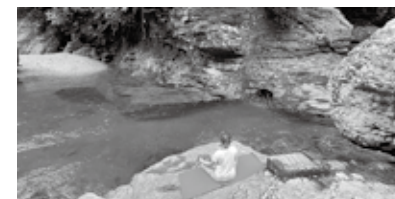
<https://niyodoblue.club/>

■問い合わせ 仁淀川町観光協会(小野) ☎35-1333

## 仁淀川町のプログラムをご紹介します



仁淀のマチュピチュでお茶の実まくらづくりとお昼寝体験♪



仁淀ブルー中津溪谷のパワースポットで大自然に溶け込むヨガ



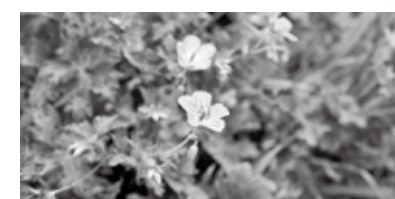
仁淀ブルーテントサウナ体験



仁淀ブルーでリバーサイクリング青宙体験



Earth 曼荼羅 仁淀川沿いの和草を使って万華鏡づくり癒やしと気づきをあなたに



朝ドラの予習!? 牧野博士のフィールドへ植物愛あふれる先生と鳥形山ウォーキングツアー



中津溪谷上流の廃校教室で作るレザーナイフケース



青い四国山脈が眼下に広がる“てっぺんテラス”で贅沢ステイ



仁淀川を見守る寺社で深呼吸。歴史を感じる旧池川町散策



# 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、昨年度より病児・病後児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。通常預かりのための基礎講習に加え、下記のとおり開催する実務講習(無料)を受講していただくことで、病児・病後児預かりの援助活動をしていただけます！

子育て情報としても、日ごろ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4年10月27日(木)

9:00～9:10  
挨拶  
センター長 石本和則  
アドバイザー 藤原史

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

13:00～14:20  
乳幼児の健康観察  
看護師 山崎和子先生



14:30～16:00  
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 藤原史

☆2日目☆

令和4年10月28日(金)

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  
職員



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  
子どもの病気と子育て  
土佐希望の家 医療福祉センター  
施設長 医師 吉川清志先生



16:30～17:00  
質疑応答・事務連絡  
アドバイザー 藤原史

※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を図るため、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>



## 婚活サポーター 養成講座 参加者募集！

無料

高知県では、出会いや結婚への支援を希望する独身者をそれぞれの地域でボランティアでサポートしていただく「婚活サポーター」制度に取り組んでいます。令和4年3月末現在、103人の婚活サポーター、33人の婚活サブサポーターの皆さまに独身者への支援を行っていただいております。

今回、新たにサポーターとしてご協力いただける方を対象に「婚活サポーター養成講座」を開催します。婚活サポーターとして協力してみたいという方はもちろん、結婚支援に関心のある方はぜひご参加ください。

また、「婚活サブサポーター」(独身者のお引き合わせは行わず、独身者へ県の出会い・結婚支援事業や地域の出会いイベントなどの情報提供などを行う方)も募集しますので、お気軽にご参加ください。

日時

令和4年9月6日(火) 10:00～11:30

会場

仁淀川町交流センター3階「大会議室」  
(高知県吾川郡仁淀川町大崎460番地1)



講座  
内容

- 婚活サポーター制度について
- 婚活サブサポーター制度について
- 個人情報の取り扱いについて
- 婚活サポーターの活動紹介
- 『縁結びの家 によどがわ』の活動紹介

### 婚活サポーターの主な活動内容

- ・独身者のお引き合わせ
- ・独身者への結婚支援に関する情報提供
- ・出会いイベントでの独身者のフォロー

### 婚活サブサポーターの主な活動内容

- ・婚活サポーター制度や地域の出会いイベントの情報発信
- ・独身者の希望により、婚活サポーターと独身者をつなぐ
- ・その他(地域における交流の場の提供など)

申込締切:なし(当日参加大歓迎)

お問い合わせ

〒780-8570 高知市丸ノ内1-2-20

高知県子ども・福祉政策部子育て支援課 出会い・結婚支援担当

TEL 088-823-9717

FAX 088-823-9658

高知県は、ひとりひとりの生き方を尊重しながら、それぞれの希望に応じて「自分らしく」活躍することを応援しています。

「結婚」などは、個人の自由であり、その他にもさまざまな生き方があるものと私たちは考えています。

高知県は、それぞれの意思に基づいた生き方を応援するとともに、その一環として「出会い」や「結婚」への支援を希望する方々の応援をしています。



来てね!

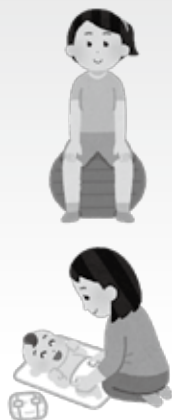
# 仁淀川町地域子育て支援センター

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。興味のあるかたは気軽に遊びに来てください。

9月8日(木)14:00~  
「ふれあいタイム」

場所 ひまわり広場

理学療法士の國常文佳先生による「バランスボール」を使った運動をします。動きやすい服装で水分補給のための飲み物を持ってくるください。  
妊婦さんにもおすすめです!



9月16日(金)10:30~  
「教えて!助産師さん」

場所 ひまわり広場

テーマ「スキンケアについて」  
助産師さんがお母さんの気持ちに寄り添いながらお話ししてくれます。お話の後にベビーマッサージがありますのでバスタオルを持ってくるください。

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。

※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。

## 9月 行事予定

※上の段は午前・下の段は  
午後の開設広場です。

| 月                                                                     | 火                                | 水                          | 木                       | 金                          |
|-----------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 15日(木) 歯のおはなし②14:00~...歯並びなどについて<br>お話ししてくれます。ぜひ、参加して悩みや疑問を解消してくださいね♪ |                                  |                            | 1<br>ひまわり広場<br>ひまわり広場   | 2<br>ひまわり広場<br>ひまわり広場      |
| 5「敬老の日のプレゼント」<br>製作タイム<br>ひまわり広場                                      | 6「敬老の日のプレゼント」<br>製作タイム<br>ひまわり広場 | 7<br>ひまわり広場<br>ままちち(母乳相談)  | 8<br>ひまわり広場<br>ふれあいタイム  | 9<br>小児科医と語ろう<br>個別相談(要予約) |
| 12<br>ゆっくりタイム<br>ゆっくりタイム                                              | 13<br>ひまわり広場<br>ひまわり広場           | 14<br>ひまわり広場<br>ひまわり広場     | 15<br>ひまわり広場<br>歯のおはなし② | 16<br>教えて!助産師さん<br>ひまわり広場  |
| 19<br>敬老の日                                                            | 20<br>ひまわり広場<br>ひまわり広場           | 21<br>ひまわり広場<br>ままちち(母乳相談) | 22<br>乳児健診<br>乳児健診      | 23<br>秋分の日                 |
| 26<br>ゆっくりタイム<br>ゆっくりタイム                                              | 27<br>ひまわり広場<br>ひまわり広場           | 28<br>お誕生会<br>ひまわり広場       | 29<br>ひまわり広場<br>ひまわり広場  | 30<br>ひまわり広場<br>ひまわり広場     |

※詳しくは、保健福祉課や池川総合支所・仁淀総合支所・長者出張所に置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ね。(仁淀川町地域子育て支援センター ☎35-0433)

仁淀川町教育研究会 養護部会だより

## 生活リズムを整え 元気でいきいき仁淀川町っ子! Vol.15



仁淀川町の子どもたちの育ちの土台となる、基本的生活習慣の確立に向け、町内の保育所・保育園、小学校、中学校で統一した「生活チャレンジウィーク」を実施しました。保護者の皆さま、ご協力ありがとうございました。調査の結果とそれによって分かった課題について発信します。

### 生活リズムチャレンジウィークの実施結果

| 早起き(7時まで) |     |
|-----------|-----|
| 保 育       | 78% |
| 小学校       | 88% |
| 中学校       | 86% |

| 朝食を食べた |     |
|--------|-----|
| 保 育    | 96% |
| 小学校    | 97% |
| 中学校    | 97% |

| ☆運動・スポーツ |     |
|----------|-----|
| 保 育      | 88% |
| 小学校      | 84% |
| 中学校      | 72% |

| ☆お手伝い・家庭学習 |     |
|------------|-----|
| 保 育        | 70% |
| 小学校        | 82% |
| 中学校        | 95% |

| ☆テレビ |     |
|------|-----|
| 保 育  | 46% |
| 小学校  | 63% |
| 中学校  | 48% |

| ☆ゲーム |     |
|------|-----|
| 保 育  | 89% |
| 小学校  | 71% |
| 中学校  | 50% |

| 歯みがき(朝) |     |
|---------|-----|
| 保 育     | 73% |
| 小学校     | 87% |
| 中学校     | 97% |

| 歯みがき(夜) |     |
|---------|-----|
| 保 育     | 95% |
| 小学校     | 96% |
| 中学校     | 98% |

| ☆早寝 |     |
|-----|-----|
| 保 育 | 52% |
| 小学校 | 75% |
| 中学校 | 75% |

☆が付いている項目の補足です。

|           | 保 育                         | 小学校                                | 中学校                             |
|-----------|-----------------------------|------------------------------------|---------------------------------|
| 運動・スポーツ   | 30分以上○                      | 1~3年30分以上、<br>4~6年1時間以上○           | 1時間以上◎、30分以上○、<br>しなかった×        |
| お手伝い・家庭学習 | できた○                        | 1・2年40分以上、3・4年50分<br>以上、5・6年60分以上○ | 2時間以上◎、1時間以上○、<br>1時間未満△、しなかった× |
| テレビ       | みなかった◎、1時間まで○、1時間以上×        |                                    |                                 |
| ゲーム       | しなかった◎、30分まで○、1時間まで△、1時間以上× |                                    |                                 |
| 早寝        | 9時まで○                       | 1~3年9時、4~6年10時○                    | 11時まで○                          |

【◎が7日で100%、○が7日で67%、△が7日で34%、×が7日で0%】で計算しています。

### 今回の調査で分かった課題

#### メディア

テレビは他の項目と比べても一番低い結果となりました。保育が46%、小学校が63%、中学校が48%でした。ゲームも小学校71%、中学校が50%と低い結果となりました。

#### 早寝

保育が52%、小学校が75%、中学校が75%と低い結果となりました。

#### お手伝い・家庭学習

保育が70%、小学校が82%と低い結果となりました。

#### 運動・スポーツ

中学校においては、72%という結果でした。

朝食は高い摂取率でしたが、昨年の調査より下がっていました。次回ぜひ100%を目指してください。

第2回の「生活リズムチャレンジウィーク」は9月頃実施予定です。  
今回挙げた課題を改善できるよう、頑張って取り組みましょう!

■問い合わせ 教育委員会 ☎35-0019





# レシピの紹介

## みたらしゴマ団子



### 栄養成分表(1個分当たり)

|       |        |
|-------|--------|
| エネルギー | 61kcal |
| たんぱく質 | 1.0g   |
| 脂質    | 0.3g   |
| 炭水化物  | 14.1g  |
| 食塩相当量 | 0.2g   |

### 材料(8個分(直径約4cm))

|          |         |
|----------|---------|
| 白玉粉      | 80g     |
| 薄力粉      | 20g     |
| 水        | 80~90ml |
| 〈みたらし寒天〉 |         |
| 砂糖       | 30g     |
| しょう油     | 小さじ2    |
| 水        | 40ml    |
| 粉末寒天     | 小さじ1/2  |
| 片栗粉      | 小さじ1/2  |
| 水        | 小さじ1    |
| 白いりごま    | 大さじ2    |

●生地を丸く平らに伸ばすときに薄くし過ぎると焼いたときに中のみたらし寒天がでてくるので注意しましょう。

### <作り方>(8個分)

- ①①を耐熱容器に入れ、電子レンジで加熱して(600w約1分)よくかき混ぜる。混ぜあわせた②を加えてさらにかき混ぜ、電子レンジで加熱する(600w約20秒)。底が平らな四角い容器に流し入れる。粗熱をとって冷蔵庫で冷やし固めてから1cm角に切る。
- ②ボウルに白玉粉と薄力粉を入れ、水を少しずつ加えて耳たぶほどの固さになるまでこねる。
- ③②の生地を約20gずつに分け、丸く平らに伸ばす。①のみたらし寒天を3~4個乗せ、生地からはみ出さないように包む。
- ④白いりごまを全体にまぶす。
- ⑤トースターにアルミホイルを敷き、その上に④の団子を並べる。トースターの高温(設定可能であれば250℃)で7~8分焼く。

こんにちは。ヘルスメイトです。先日ヘルスメイトの再研修を3年ぶりに行うことができました。

今月はその再研修の時に作った、粉末寒天を使用した「みたらしゴマ団子」をご紹介します。

ぜひご家庭でも作ってみてください。



## シリーズ22 メタボリックシンドローム

皆さん、こんにちは!フレイルサポーターの氏原です!メタボリックシンドローム、通称メタボ。住民の方と話した際、「メタボやき痩せないかん〜」と聞いたことがあります。しかし、一概にメタボが悪いと言えないことが近年分かってきています。特に高齢の方!正しい健康法で健康寿命を延ばしましょう。

私が調べてみた結果、分かったことをまとめてみました。

- ①どの年代でも痩せすぎ、太りすぎは良くないこと
- ②65歳ぐらいまでの死亡の原因はフレイル・サルコペニア※より生活習慣病によることが多い。しかし、75歳以上になると死亡の原因は、フレイル・サルコペニアの方が多くなる。  
※フレイルとは…加齢に伴い身体の予備能力が低下し、健康障害を起こしやすくなった状態  
サルコペニアとは…筋肉量が減少し、筋力や身体機能が低下している状態

- ③個人差はあるが、65歳~75歳の間でカロリー摂取の考え方を生活習慣病予防からフレイル・サルコペニア予防にギアチェンジする必要がある。

さらに高齢者が緊急入院(1位:肺炎、2位:骨折)する際に、痩せた方は体力や筋力が落ちて寝たきりになることが多いが、太っている高齢者は、体力や筋力があまり落ちずに回復できるケースが多いです。

(参考:厚生労働省ホームページ <https://www.mhlw.go.jp>  
健康長寿ネット <https://www.tyojyu.or.jp>)

入院しても…



回復!



### 年齢別カロリー摂取に関する考え方の「ギアチェンジ」

|        | ~50                | 55 | 60 | 65              | 70 | 75 | 80                       | 85 | 90~(歳) |
|--------|--------------------|----|----|-----------------|----|----|--------------------------|----|--------|
| 年齢別の課題 | 過栄養、メタボ<br>予防      |    |    | 過栄養、低栄養<br>個別対応 |    |    | 低栄養、フレイル<br>予防           |    |        |
| 目的     | 生活習慣病予防            |    |    |                 |    |    | フレイル・サルコヘニア 予防           |    |        |
| 栄養の考え方 | エネルギー制限<br>塩分・脂肪制限 |    |    | ギア<br>チェンジ      |    |    | 適切なエネルギー<br>高タンパク・高ビタミンD |    |        |

出展:政府「ニッポン一億総活躍プラン」  
フォローアップ会合資料(2018.05.30)より引用

葛谷雅文:医事新報4797「高齢者の栄養管理」P41-47の図4から引用改変  
高齢者ケアに携わるすべての方へ「食べるにこだわるフレイル対策」(東大・飯島勝矢)

皆さん、右の机の上にあるようなタンパク質が多いものを意識して摂取してください。適度な運動と社会参加もしてSTOP フレイル!  
※右の机の上にあるものはチーズ・卵・牛乳・魚・肉です。

### ■問い合わせ

仁淀川町役場保健福祉課  
☎35-0888  
NPO法人フレイルサポート仁淀川  
☎070-3961-3975



※顔が赤いですが、お酒を飲んで  
いるわけではありません。

電化住宅をご検討の方へ

### 「でんかeプラン」

10kW以上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  
5%割引 + 5%割引

毎月の電気料金が  
おトクになります!



「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

広告



# 文 芸

投稿をお待ちしています

## 仁淀俳句会

おやじ箸黒くて太し夏厨

吉田豊之祐

健やかに老いて五つ六つ秋目刺

古味 幸子

白雲の動かず峡の大暑かな

田村 大陸

腕より太くたくまし瓜もらふ

松岡 豊子

長雨で命永らふおとり鮎

片岡 稔和

道をしへ今ならわかる遠き日よ

堀部 貞子

山畑にありがたきかな戻り梅雨

山野 一草

休息が一の褒美や風鈴音

橋本 浩一

遠雷も独り暮らしの伽となる

田村 千草

## 藪柑子俳句

コロナ禍の終息見えず尚暑し

鎌倉いちいち

山開き先の先まで雲の中

エルドリッチ愛未

母の手と似てきし我手ねむの花

片岡 藤美

梅雨晴や車シャンプー気も晴るる

杉本 彰

長風呂の干撥干引き浮人形

岡辺 初代

雲の峰石鎚見えず後ろ髪

藤原多津子

瓜揉みに大葉も入れて母の味

隅田 邦子

我が地球の末期を知るや鳴かぬ蟬

片岡とくぞう

野うさぎの耳だけ走る萱の道

高橋 幸恵

羽化終えて祈りの姿勢オニヤンマ

井上 美智

あの空の下に達者か半夏生

尾崎マチエ

米を研ぐ雷遠く聞きながら

小崎 千恵

水打って心にゆとりもどりけり

片岡代美子

終の地の節目の年や沙羅の花

## 投稿（俳句）

夏風になびくTシャツ飛んでった

また洗濯だよさん

里山の風の姿や蓮華草

渡邊美津子

短冊の願いよとどけ天の川まで

片岡みきを

杜鵑杜の奥よりささやけり

片岡 光彦

## 投稿（短歌）

凜とした葉にそつと咲く鳳仙花

窓越しに見る朝の朝の楽しみ

中川 弘子

水面より飛沫をちらし上がりくる

番魚一匹たおやかに跳ね

貴美代

# 地域おこし協力隊がゆく

～今月はエルドリッチ愛未  
隊員です～

## これまでの活動

仁淀川町に移住してから、1年がたちました。

秋葉生活改善グループのお手伝いや広報での「本の紹介」の他に、この数カ月は秋葉神社でのコンサートとインタビュー事業「口伝」の展示会に向けて準備をしていました。

秋葉神社でのコンサートは、私にとって初めて企画にかかわったイベントでした。改善点は何個かありましたが、主催の秋葉まつりの里・未来会議のメンバーも大満足で達成感がありました。

たくさんの方々に助けていただき、お仕事ができています。感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございます。今後ともよろしく願いいたします。



秋葉神社で開かれたコンサート  
取材するエルドリッチ隊員

## 秋葉神社で「大地の種」コンサートが開かれました



秋葉神社で開かれたコンサート

別枝の秋葉神社で、関西を拠点に全国でライブ活動などを行う男女2人組「大地の種」を招き、かがり火に照らされながら夜の幻想的な雰囲気の中、コンサートが開かれました。

演奏は、アフリカの太鼓、ジャンベの軽快なリズム、優しいキーボードの音色、2人の歌声に周りの虫の音も加わったサウンドは、山あいこだまし、約50人の観客たちは、演奏に酔いしれていました。

## 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、

**9月26日(月)**です。

※上記の引き落としができない場合の  
再度口座振替日は、10月11日(火)と  
なります。

## ご寄付のお礼

◇社会福祉協議会

曽我 幸子 様(土居甲)

ご芳志をありがたくお受けし、社会福祉事業に活用させていただきます。

ありがとうございました。

仁淀川町社会福祉協議会

伊野店 佐川店

**スマホ教室毎月開催中!**

♥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!

お問合せはこちら♪

伊野店  
0120-877-052

佐川店  
0120-787-025

広告



# ..... 仁淀川町行事カレンダー（9月・10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          |     |
| 1  | 木  |                                                    | 健康相談（川口集会所 10:30 ～）                                          |         | 川口            |     |
| 2  | 金  |                                                    | 健康相談<br>（池川コミュニティセンター 10:30 ～）                               | 配食      | 池上池下・<br>中村鹿森 |     |
| 5  | 月  |                                                    |                                                              | 配食      |               |     |
| 6  | 火  |                                                    |                                                              |         | 大野・宗津         |     |
| 7  | 水  |                                                    |                                                              | 配食・給食   |               | 休室  |
| 8  | 木  |                                                    |                                                              |         | 森             |     |
| 9  | 金  |                                                    | 健康相談（森山集会所 10:30 ～）                                          | 配食      | 森山            |     |
| 10 | 土  |                                                    |                                                              |         |               |     |
| 12 | 月  | 行政・人権・心配ごと相談<br>（大崎地域集会所 9:00 ～ 12:00）             | 健康相談（大板集会所 10:30 ～、<br>谷山集会所 10:30 ～）                        | 配食      | 大板・谷山         |     |
| 13 | 火  |                                                    | 健康相談（安居地区多目的集会所 10:30 ～）<br>パワーリハビリ新規教室<br>（大崎地域集会所 13:15 ～） |         | 安居            |     |
| 14 | 水  |                                                    |                                                              | 配食・給食   |               | 休室  |
| 15 | 木  | 行政・心配ごと相談<br>（仁淀多目的研修集会施設 9:00 ～ 12:00）            |                                                              |         | 瓜生野・高瀬        |     |
| 16 | 金  |                                                    |                                                              | 配食      | 宮首            |     |
| 19 | 月  | 敬老の日                                               |                                                              | 配食      |               | 休室  |
| 20 | 火  | 行政・心配ごと相談<br>（池川コミュニティセンター 3 階会議室<br>9:00 ～ 12:00） |                                                              |         | 遅越            |     |
| 21 | 水  |                                                    |                                                              | 配食・給食   |               | 休室  |
| 23 | 金  | 秋分の日                                               |                                                              | 配食      |               | 休室  |
| 25 | 日  | マイナンバーカード休日窓口<br>（仁淀川町役場町民課 9:00 ～ 12:00）          |                                                              |         |               |     |
| 26 | 月  |                                                    | 健康相談（上名野川集会所 10:30 ～）                                        | 配食      | 狩山・<br>上名野川   |     |
| 27 | 火  |                                                    | 健康相談<br>（田村集会所 10:30 ～、川渡コミュニティセン<br>ター 10:30 ～）             |         | 田村・<br>中宮川渡   |     |
| 28 | 水  |                                                    |                                                              | 配食・給食   |               | 休室  |
| 30 | 金  |                                                    |                                                              | 配食      |               | 休室  |
| 2  | 日  |                                                    | 秋の総合健診<br>（大崎診療所 8:00 ～、13:00 ～）                             |         |               |     |
| 3  | 月  |                                                    | 健康相談（長者出張所 2 階 10:30 ～）                                      | 配食      | 名野川・長者        |     |
| 5  | 水  |                                                    |                                                              | 配食・給食   |               |     |
| 7  | 金  |                                                    |                                                              | 配食      | 相ノ谷・北川        |     |

※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       |
|---------|----|-------|-----------|
| 前 川 盛 隆 | 92 | 7月17日 | 上土居第一     |
| 片 岡 正 盛 | 98 | 7月17日 | もみじ荘(崎ノ山) |
| 植 木 好 徳 | 83 | 7月19日 | 泉         |
| 小 野 定 幸 | 81 | 7月24日 | 潰 溜       |

| 氏 名       | 年齢 | 死亡月日    | 地区名     |
|-----------|----|---------|---------|
| 川 村 登 美 子 | 99 | 7月25日   | 東 竹 の 谷 |
| 高 橋 竹 吾   | 82 | 7月29日   | 安 居 土 居 |
| 片 岡 英 元   | 92 | 8 月 1 日 | 寺 村     |

クイズに答えてプレゼントをゲットしよう!

第35回

## によど川クイズ

応募  
締切

9月12日(月)当日消印有効

### ■応募方法

①答え ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥広報誌への感想・ご意見を記入し、ハガキまたはメールでご応募ください。  
※⑥は「お便りコーナー」で紹介させていただく場合があります。

### ■あて先

〒781-1592  
仁淀川町役場 広報クイズ係まで  
✉kikaku@town.niyodogawa.lg.jp

### Q1（○に入る言葉をお答えください）

7月5日に日本郵便株式会社と仁淀川町が包括的  
〇〇協定を締結しました。

### Q2（○に入る言葉をお答えください）

9月1日は、〇〇の日です。「災害についての認識を深め、対処する心構えを準備する」ことを目的に制定されました。

◆8月号の答え Q1「水生生物」 Q2「水分補給」

応募者：12人／正解者：11人

※当選者の発表は、厳正なる抽選の上、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

## 農家レストランだんだんの里

## 「お食事券500円分」を5名様に！



今月の賞品は「農家レストランだんだんの里」で使えるお食事券500円分です。

だんだんの里は、地元産の米や野菜などを使用したランチメニューや地元婦人部が作ったケーキ、お菓子が味わえる農家レストラン。施設の前にある広場では、1年を通じて多彩なイベントが催されます。目の前に広がる棚田の風景を眺めながら、真心のこもった料理をぜひご堪能ください。

## 農家レストラン だんだんの里 メニュー

- だんだんランチ ..... 800円
- 星ヶ窪カレー ..... 600円
- オムライス ..... 700円
- うどん（単品） ..... 400円
- うどんセット ..... 600円
- からあげ定食 ..... 800円
- とんかつ定食 ..... 900円
- えびふらい定食 ..... 1,000円



うどんセット



オムライス



からあげ定食



星ヶ窪カレー

**農家レストランだんだんの里** 仁淀川町長者乙2546-11

■営業日 火曜日・木曜日

■営業時間 9：00～15：00

☎0889-32-1833



# 中津溪谷を壁画でPR 別府小児童がデザイン

7/12

国道33号から県道中津公園線の  
の上り口付近に、愛らしい壁画が完成しました。

これは、昨年度、中津観光協会が「中津溪谷をPRするデザインを考えてほしい」と別府小  
学校の児童(当時3・4年生18人)に依頼した  
もので、児童たちは中津溪谷周辺を見学し、印  
象に残った観光スポットなどを絵に描きました。

力作ぞろいの中から採用されたのは、藤原  
杏実さん(写真左端)の作品で、地域住民や  
観光客の目を楽しめています。



別府小5年生12人で記念撮影

## 池川中学生が鮎の友釣りとSUP&カヤックを体験

7/14

池川中学校では、生徒たちに地元の川に親しんで  
もらおうと、毎年土居川で課外活動を行っています。

鮎の友釣り体験では仁淀川漁協、友釣り愛好家、  
仁淀川の“緑と清流”を再生する会の皆さんが、生徒に釣り方  
を指南。釣れるたびに拍手が起きました。SUP(スタンドアップ  
パドルボード)体験では仁淀川アウトドアセンターのインストラク  
ターが生徒に乗り方を丁寧に指導。生徒は川に落ちることも恐れ  
ず、難しい技にも果敢に挑戦し、見る見るうちに上達。27人  
の生徒は土居川をたっぷり満喫していました。



鮎の友釣り体験



SUP体験

### 町の人口・世帯数

令和4年8月1日現在

人口 4,861人(-16)

男 2,357人

女 2,504人

世帯数 2,788世帯

7月中の届出

転入 4人 転出 9人

出生 1人 死亡 12人

( )内は前月比

### 広報によど川

令和4年9月1日発行(No.206)

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。