

くろしお



主な内容

P.2 年頭のあいさつ

P.3 まちのできごと

P.6 くろしお子どもニュース

P.7 保育所だより

P.8 健康カレンダー

P.10 備えて安心

P.14 役場からのお知らせ

P.20 イベントカレンダー

P.23 IWK TV 番組予定表

P.24 図書館カレンダー

わがまちデータ 2018 (平成30) 年11月30日現在

- 人 口 11,234人 (前月比26人減)
[男5,349人 女5,885人]
- 世帯数 5,499世帯
- 15歳未満の年少人口 934人 (比率8.31%)
[男480人 女454人]
- 65歳以上の高齢人口 4,856人 (比率43.23%)
[男2,051人 女2,805人]
- 人口のうごき
増加 31人 出生3人 転入28人
[男1人 女2人] [男17人 女11人]
減少 57人 死亡20人 転出15人
[男13人 女7人] [男7人 女8人]
- その他22人 [男22人]



発行/黒潮町役場

〒789-1992 高知県幡豆郡黒潮町入里5893番地
TEL 0880-43-2111(代表) FAX 0880-43-2788
ホームページ <http://www.town.kuroshio.lg.jp/>

(2019 (平成31)年1月1日発行 印刷/(有)宿毛印刷)

✉ somu@town.kuroshio.lg.jp

写真: 集落活動センター-かせき開所式・祝賀会

年頭のごあいさつ

黒潮町長 大西 勝也



明けましておめでとうございます。住民の皆様におかれましては、輝かしい新春を健やかに迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

わが国に未曾有の被害をもたらした東北地方太平洋沖地震からはや8年が経とうとしています。今もなお懸命な復興を成し遂げようと努力されている被災地の姿を拝見するたび、あらためて1日も早い復興をお祈りするところです。

昨年は、日本列島各地で甚大な被害を余儀なくされた災害の年でもありました。6月の大阪府北部地震、7月の西

日本豪雨、また、9月の北海道胆振東部地震において目の当たりにした災害は、いずれも町が教訓としなければならぬものです。そういった中、防災分野においては、佐賀中学校が地域と連携したこれまでの活動を認められ、内閣総理大臣賞を受賞されました。厳しい想定を突きつけられながらも、懸命に防災活動を推進していただいている生徒の姿は私たちにとっても大変心強く、あらためて敬意と感謝を申し上げます。

また、黒潮町出身者として初めて、千代の海関が十両昇進を果たしました。厳しい角界において、私たちには想像も及ばないような精進の積み重ねによる賜物であり、住民の皆様と喜びを分かち合うとともに、今後のますますのご活躍を期待するところです。

地域におきましては、町内

4カ所目となる「集落活動センターかきせ」が開所式を迎え、本格的に活動をスタートいたしました。すでに取り組まれている地域活動に加え、スポーツツーリズムの宿泊受け入れなど、多くの皆様が集い、地域の核となる施設としてさらに期待をするとともに、町内各地で活動されている各集落活動センターやあったかふれあいセンターとより密に連携を図り、幸せな地域づくりに貢献いただけると確信しています。町行政としても町内で活動されている各団体・施設、そして多くのボランティアの皆様と連携し、「おかげさま」「おたがいさま」の精神でみんな支え合い、みんなで助け合う黒潮町地域包括ケアシステムの構築に全力で取り組みでまいります。

厳しい津波想定や叫ばれる人口減少など、本町が抱える

課題は教育から福祉、産業にいたるまで多岐にわたりますが、先人への感謝と次世代への責任を忘れず、住民の皆様とともに一歩一歩歩みを進めてまいります。

住民の皆様におかれましては寒さ厳しい折、くれぐれもご自愛いただき、町政発展のためより一層のご指導、ご鞭撻を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

今年一年が皆様にとりまして平穏で幸せな一年となりますことを祈念し、新年のご挨拶とさせていただきます。



集落活動センターかきせ開所式

蛸瀬川流域に位置する馬荷、御坊畑、大方橋川の3集落が連携し運営する「集落活動センターかきせ」が12月2日(日)、開所式を行いました。

同センターは、地域における担い手の育成や住民の健康増進など、地域活性化を目的に設立され、イベント部会、安心安全部会、集落活動部会、農林水産部会の4部会にわかれ活動しています。

開所式には尾崎正直知事をはじめ、町内外から約120人が出席。主催者を代表し、同センターの矢野健康会長から「地域が主体となり取り組みうと数年前から勉強会なども重ねてきた。これを契機に今後はさらに住みやすい地域づくりを目指していききたい」と挨拶がありました。

また、大西町長は、「美味しい料理やあたたかいおも



神踊りを披露する子どもたちと歌い手

てなしでスポーツ合宿など、宿泊者のさらなる誘致を進めていければ。地域の人たちはとても心強い。ともに頑張っていきたい」と今回の開所に対する期待を話しました。

その後、地域の子どもたちによる神踊りの披露や、看板かけ、餅投げなどがあり、施設内の見学も行われました。



看板かけをする矢野会長(写真中央)ら

なお、同センターは今後、現在町が推進しているスポーツツーリズムと連携し、宿泊施設としての運営や、地域の特産である七立栗の製品化にも取り組んでいく予定ということ。

式典終了後には祝賀会が行われ、地域住民の手作りによる料理を囲みながら出席者同士喜びを語り合いました。

アームレスリング全日本大会で高知県初の2連覇

拳ノ川地区出身の矢野大輔さんが11月24日(土)、墨田区総合体育館(東京都で行われた)第36回JAWA全日本アームレスリング選手権大会」の55キロ級ライトハンドの部で昨年に続き優勝。高知県の選手として初めての2連覇を達成しました。



2連覇を果たした矢野大輔さん

矢野さんは、2011年に高知市にあるアームレスリング道場へ見学に行ったことがきっかけで競技を始め、現在は四万十市に拠点を置く道場「高知龍腕」の代表を務めながら自身のトレーニングに励んでいます。

同大会への出場は今回が4回目。

矢野さんは、昨年初優勝を果たしてから、腕だけでなく体全体を連動させ力を出すよう強化してきたということ。大会前には4カ月で約14kgの減量を行い、試合当日は4連勝の後、決勝戦へ駒を進めました。

「2連覇できた決め手は気持ちだと思う。昨年の優勝がまぐれではなかったことを証明したい気持ちもあり、プレッシャーも大きかったが、連覇を果たせてほしかった。来年は同じ階級で3連覇か、さらに階級を上げるか、今後トレーニングをしながら検討していきたい」と話しました。



優勝メダル

かまどベンチで地域防災力強化へ

中村地区建設共同組合が12月8日(土)、大方中学校へ「かまどベンチ」を設置し、これを活用したイベントが行われました。

かまどベンチは、普段は椅子として利用し、災害時などには炊き出し用のかまどとして活用できるもので、これまで町内では三浦小学校と伊与喜小学校へ同組合より設置されており、「地域と学校が連携して防災力を高めてほしい」との願いを込め、大方中学校区の皆さんに対して寄贈されました。

当日は、大方中学校の生徒や教員、地域住民などが集まり、贈呈式を行った後、2・3年生を対象とした防災ミニ講座が開かれました。その後、寄贈されたかまどを使って1年生が調理したカレーライスと豚汁が参加者にふるまわれました。

校区を代表して寄贈を受けた浜



かまどを活用しカレーを調理

の宮地区の松並勝区長は、「子どもたちと一緒に大事に活用しながら訓練をしていきたい」と話しました。

農事組合法人荷稻米・米クラブ 設立10周年記念

12月2日(日)に、荷稻集落を中心に活動を行っている「農事組合法人荷稻米・米クラブ」の設立10周年を記念した餅投げが行われました。

農事組合法人荷稻米・米クラブは、進む農家の高齢化、人口減少、米価の下落など、農業をとりまく環境の悪化が進む中、集落の農地の維持や活性化などを目的に、平成19年に集落営農組織を設立し、平成24年に幡多地域で初めて法人化を行った組織です。

活動の中では、高齢化により負担が大きくなった農作業を受託したり、農地の受け皿となるため経営面積拡大などを行い、周辺地域にとって必要不可欠な存在となっています。また、若い担い手を確保・育成する取組や施設園芸などによる複合経営の実施など、地域農業を守るためにさまざまな活動に挑戦しています。

今回の組織設立10周年記念は、2年に1度行っている収穫祭としての餅投げにあわせて実施し、日ごろから組織の活動を理解、後押しをしてきている周辺住民の方



同クラブによるもち投げ

などへの感謝の気持ちを込めて、組織が収穫したもち米で行いました。

組合長の森田さんは、「高齢化が進む中山間地域にとって、必要とされる組織づくりを行いたい」と話しました。

三浦小学校へ図書寄贈

黒潮町民ゴルフ大会実行委員会が11月26日(月)、三浦小学校へ約40冊の書籍を寄贈しました。

寄贈式は、同校の全校児童が参加する生活朝礼で行われ、図書委員が本の紹介をした後、同実行委員会会の植田雄二事務局長から児童会副会長の三好勇斗さんへ書籍が受け渡されました。

この寄贈は、同実行委員会が開催した黒潮町民ゴルフ大会のチャリティ活動やそのほかの運営で集まった資金を子どもたちのために活用したいという思いから始まったもので、町内保育所、地域子育て支援センター、小学校の全10カ所へ書籍が寄贈されています。

今回は、児童書やレシピ本などさまざまな種類の書籍が寄贈され、今後は同校の図書館に設置される予定です。



植田事務局長の話を聞く児童ら

カツオのたたきづくり体験

11月17日の三世代交流の日に、ほくは、カツオのたたきづくり体験をしました。

最初に、1本のカツオを3枚におろしました。家庭科室の包丁と違って、細長くてとてもよく切れました。それでも、ななめに包丁を入れて頭を落とすときは、切りにくくて難しかったです。皮も思っていた以上にたたくて、なかなかとりにくかったです。骨と魚の身を分けて3枚におろすのも、切りにくくて難しかったです。

次に、わら焼きをしました。フォークの大きいのみたいなのの上に、4つのかたまり(さく)をのせて、火に近づけます。高知大生や幡多魚市場の森田さんがドラム缶の中にわらを入れると、ボーと燃えてすごく熱かったです。

最後に、あぶったさくをさしみに切りました。お母さんが、「引くようにきつたらえいで」と教えてくれたので、左手を



猫の手にして切りました。切れ味がいいので、手を切りそうでした。カツオのたたきづくりができて、楽しかったです。

(三浦小学校 5年 吉尾 昇竜)

しゅうかくさいのげき

今年もしゅうかくさいに、全校でげきをしました。だいは、「ざんねん、たねごさん」です。こぶしノ川に昔すんでいた今西たねごさんという人について、地い

きの方にお話を聞いてげきにしました。ほくは、子ども時代のたねごさんのや

くをしました。たねごさんは、空をとぶことにむ中で、そのことばかり考えている人でした。

おきやくさんがどっさりいたので、大きな声を出すのが、

ちよつとはずかしかったです。

どきどきしました。大人時代のたねごさんや

くのそうへいくんは、声もうごきもかっこのいいなと思いました。

家で、「上手やったね」と、お母さんからはめてもらいました。たねごさんのげきは、楽しかったです。



(拳ノ川小学校 2年 今西 遥斗)

Tシャツをデザイン!!

大方高校では、「自律創造型地域課題解決学習」(総合的な学習の時間)で地域の方から課題をいただき、解決するためのアイデアを立案しています。私たちは「じいんず工房大方」の「Tシャツのプリントのデザインを考えよう!」という課題に取り組みました。

私はもともと服が好きなので、すぐデザインできると思っていました。でも実際は、文字の大きさや配置などを決めるのに苦労しました。班員のTシャツに対する好みの違いもあり、意見が分かれることもありましたが、お互いの意見を否定せず尊重し合うことで、自信作が出来上がりました。

「じいんず工房大方」がテレビで取り上げられたとき、私たちも生出演しました。また、文化祭や黒潮町まるごと産業祭でTシャツを売り、買ってもらえると、よっきや(とても)うれしかったです。



今回Tシャツをデザインして、みんなと協力して取り組む大変さと達成感を味わうことができました。

(大方高校 2年 浜岡 音海)



大方中央保育所



「保育所は楽しいな！」

明日は何してあそぼうかな」

江口 千寿

笑顔あふれ、安心感を抱ける保育所をめざして

大方中央保育所は、旧中央保育所、早咲保育所、浜松保育所、上田の口保育所が統合し、10年前に大方中央保育所として設立されました。

高台に位置し、近くには入野小学校、大方中学校、大方高校があります。

今年度4月当初は105名でのスタートでしたが、12月現在は115名となりました。町内で唯一の年齢別保育が実施されています。園内には、地域子育て支援センターも併設され、親子で楽しむ場になっています。また、一時保育預かり事業では、地域の未就園児をお預かりしています。

◆地域とともに

・保・小・中・高との連携

保育所の近くには高校までの公共施設が整っている立地条件の中、地震を想定した合同避難訓練、学

習交流、体験学習、吹奏楽部の訪問演奏会、夏には小学校のプールにも入らせてもらうなど、さまざまな交流を行っています。



・給食試食会

「保育所では、どんなものをどんなふうに使っているのかな」「味や見た目は」「家では野菜を食べないのに保育所で食べているのはなぜ」、そんな疑問を持つ保護者も少なくありません。毎年6月に給食試食会を開き、参加保護者の疑問に答えるなど食について語る場となっています。

「おいしい」「来年も参加したい」「家でも作ってみる」と好評です。「おいしいな」を目標に、安心・安全な食に配慮しながら取り組んでいます。

・高齢者との交流

「あつたかふれあいセンターにしきの広場」とは年間を通して全クラスが触れ合い交流をしています。

す。抱っこしてもらったり、自己紹介、歌や踊り、手遊びなどを披露して、楽しんでもらっています。また、子どもたちの存在そのものを喜んでいただき温かく接してくださることで、優しさやいたわりの気持ちなども育ててもらっています。



・ラッキョウ体験

毎年、地域や保護者の方をお願いをし年長児がラッキョウを掘りに行かせてもらっています。

洗う、切る、漬ける作業を経験しできあがったラッキョウをみんなでいただきます。

ラッキョウ体験を通して地場産業のひとつを経験しています。

・ふるさとへの思い

保育所での楽しい遊びやさまざまな経験が子どもたちの心に残り「自然が好き」「友だちが好き」「自分たちの町が好き」と言える子どもに育ってほしいと願っています。



大方地域

注)表中の※印は、受付時間となります。

1月	内 容	場 所	時 間
16日(水)	御坊畑ふれあいサロン	御坊畑集会所	9:30~12:00
	3 歳 児 健 診	保健福祉センター	※13:00~13:20
18日(金)	王迎ふれあいサロン	王迎集会所	9:30~12:00
21日(月)	愛 育 相 談	地域子育て支援センター(大方中央保育所内)	※ 9:30~10:30
	鞭 ふ れ あ い サ ロ ン	鞭集会所	10:00~13:00
22日(火)	浜の宮ふれあいサロン	浜の宮集会所	10:00~12:00
28日(月)	馬荷ふれあいサロン	旧馬荷小学校	9:30~12:00
2月	内 容	場 所	時 間
1日(金)	出口ふれあいサロン	出口集会所	10:00~12:00
4日(月)	奥 湊 川 健 康 相 談	奥湊川老人憩の家	10:00~11:00
6日(水)	浮津ふれあいサロン	浮津集落センター	9:30~12:00
	田村ふれあいサロン	田村集会所	9:30~12:00
7日(木)	灘 健 康 相 談	灘集会所	10:00~11:00
12日(火)	錦野ふれあいサロン	錦野集会所	10:00~12:00
14日(木)	田野浦ふれあいサロン	田野浦避難集会所	10:00~12:00
15日(金)	入野本村ふれあいサロン	入野本村集会所	10:00~12:00

佐賀地域

注)表中の※印は、受付時間となります。

1月	内 容	場 所	時 間
17日(木)	大和田ふれあいサロン	大和田集会所	10:00~13:00
18日(金)	いきいき☆ロコクロ倶楽部	保健センター	9:30~11:00
23日(水)	熊野浦ふれあいサロン	熊野浦集会所	10:00~13:00
25日(金)	いきいき☆ロコクロ倶楽部	保健センター	9:30~11:00
28日(月)	愛 育 相 談	佐賀保育所	10:00~11:00
30日(水)	乳 児 健 診	総合センター	※13:00~13:20
2月	内 容	場 所	時 間
3日(日)	元気いきいき町民のつどい	支援センター「こぶし」	9:00~12:20(予定)
4日(月)	藤 縄 ふ れ あ い サ ロ ン	藤縄集会所	10:00~13:00
5日(火)	市野々川ふれあいサロン	市野々川集会所	9:30~13:00
6日(水)	上 分 ふ れ あ い サ ロ ン	上分集会所	9:30~11:00
7日(木)	市 野 瀬 健 康 相 談	市野瀬集会所	13:30~14:30
12日(火)	馬 地 ふ れ あ い サ ロ ン	馬地集会所	9:30~11:00
15日(金)	佐 賀 ふ れ あ い サ ロ ン	総合センター	10:00~13:30

■当直医療機関

月日(曜)	四万十市	宿毛市 (0880)	四万十町 (0880)
1/20(日)	四万十市立市民病院 ☎34-2126	幡多けんみん病院 ☎63-2222	大西病院 ☎22-1191
27(日)	小原外科胃腸科 ☎35-0108	聖ヶ丘病院 ☎63-2146	くぼかわ病院 ☎22-1111
2/3(日)	四万十市立市民病院 ☎34-2126	清谷医院 ☎63-2302	
10(日)	竹本病院 ☎35-4151	筒井病院 ☎66-0013	
11(月)	木俵病院 ☎34-1211	川村内科クリニック ☎66-2911	

※当直医は、変更になる場合がありますので、あらかじめ確認してから受診してください。

健康カレンダー



1月中旬から2月中旬までの健康に関する行事予定です。
変更となる場合がありますので、担当係にご確認ください。



○お問い合わせ
本庁健康福祉課 保健衛生係
佐賀支所 地域住民課 保健センター

☎43-2836
☎55-7373

依存症ってなに？

人が「依存」する対象は様々ですが、代表的なものに、「アルコール」「薬物」「ギャンブル」などがあります。

特定の物や行動、過程に対して心を奪われ、やめたくてもやめられない、ほどほどにできない状態を依存症といいます。

◆依存症の種類

物質への依存

アルコールや薬物といった精神に依存する物質を原因とする依存症状のことで、依存性のある物質の摂取を繰り返します。以前と同じ量や回数では満足できなくなり、次第に使う量や回数が増え、自分でコントロールができなくなりま

過程(プロセス)への依存

特定の行動や過程に必要以上に熱中し、のめりこんでしまいます。※どちらにも共通していることは、繰り返し、より強い刺激を求め、やめようとしてもやめられない、いつも頭から離れないなどの特徴があります。

Q、依存症って何が問題なの？

A、依存対象を大事にしすぎること、自分で自分の生活に都合が生じます。

★悪影響の例

- ・睡眠や食事が疎かになり、本人の健康を害す。
- ・嘘をついて、家族との関係を悪化させる。
- ・仕事や学校を休みがちになり、続かなくなる。
- ・隠れて借金をしたり、お金を工面するために手段を選ばなくなる。

Q、どうしてやめられないの？

A、自分の意思でやめられない病気(コントロール障害)になっ

てしまっているからです。周囲がいくら責めても、本人がいくら反省や後悔をしてもまた繰り返してしまうのは、脳内に報酬(ごほうび)を求め、回路ができあがり、より強い快感や喜びを得ようと量や頻度が増えていくからです。いったんこのような状態に陥ると自分の意思でコントロールすることは非常に困難になります。

Q、依存症って治るの？

A、いったん報酬(ごほうび)を求める回路が脳内にできあがると、脳を元の状態に戻すことは難しいと言われています。しかし、さまざまな支援を受けながら止め続けることでお酒や薬物、ギャンブルなどに頼らない生き方をしていくことが可能です。

対処法としては、一人で抱え込まないことが大切です。本人が専門医療機関や保健所、精神保健福祉センターといった行政機関に相談し、専門家から適切なアドバイスを得ながら回復に向かう方法があります。

Q、周りに依存症かも…という人がいたらどうすればいいの？

A、依存症は、脳の病気であるため、家族などの周囲の人たちでなんとかしようとしても問題は解決しません。適切な接し方を知っていないと、状況をますますこじらせてしまうこともあります。本人に対してどのような対応をすればいいのか、家族自身のストレスを軽減するにはどうすればいい

◆相談窓口

○幡多福祉保健所

☎ 3515979

※月～金(祝日・年末年始除く)

午前8時30分～午後5時15分

○高知県立精神保健福祉センター

☎ 088-821-4966

※月～金(祝日・年末年始除く)

午前8時30分～午後5時15分

○心のテレ相談(相談専用電話)

☎ 088-823-0600

※月～金(祝日・年末年始除く)

午後1時～午後3時

○お問い合わせ

本庁健康福祉課保健衛生係

☎ 4312836

佐賀支所地域住民課保健センター

☎ 5517373

備えて安心 151

南海トラフ地震など大規模な災害への備え

自主防災力を

継続・向上させよう

阪神・淡路大震災では、生存者を救出できたのは、大部分が3日目まででした。

このような傾向はほかの大地震でもみられ、地震発生から最初の3日間は、人命を救助するために非常に重要な「黄金の72時間」と呼ばれています。

人命救助に最も大切な地震発生後の72時間を中心に、県、市町村、防災関係機関などでは、人命を救う応急活動を最優先に行います。しかし、次の南海トラフ地震では高知県の広い範囲で甚大な被害が発生し、公的な救助活動が被災地全域に行き渡らないことも想定されます。そのため、地域で助け合って救助活動を行うことが重要となります。



●住宅防火

いのちを守る7つのポイント

3つの習慣

- ・寝たばこは、絶対やめる
- ・ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する
- ・ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す

4つの対策

- ・逃げ遅れを防ぐため、住宅用火災警報器を適切に設置する
- ・寝具、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する
- ・火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器などを設置する
- ・お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる

火災による死者を減らすためには、一人ひとりが普段の生活の中で、防火に関する意識を高め火災予防の対策をすることが何よりも大切です。

消防団員募集



◆消防団の活動って？

消防団は、消防本部や消防署と同じく、消防組織法に基づき、それぞれの市町村に設置される消防機関です。消防団の活動は消火ではありません。地域における防災のリーダーとして、平常時・非常時を問わずその地域に密着し、住民の安心と安全を守るという重要な役割を担っています。

近年は女性の消防団への参加も増加しており、特に一人暮らしの高齢者宅への防火訪問や応急手当の普及指導などにおいて活躍しています。

◆消防団の位置づけ

火災や大規模発生時に現場へ駆けつけ、その地域での経験を生かした消火活動・救助活動を行う非常勤特別職の地方公務員です。

◆消防団に入るには

黒潮町には14の分団があります。町内に在住の方、または職場が町内にある方が入団可能です。

詳しくはお住まいや職場を管轄する分団、または、本庁情報防災課消防防災係(☎43-2188)までご相談ください。

○お問い合わせ

【本庁】情報防災課 南海地震対策係

☎43-2188

【佐賀支所】地域住民課 総合窓口第1係

☎55-3113

みんなでささえる 国保会計



～ 国保への加入・脱退の届出についてお知らせします ～

■ 次のようなときは、14日以内に必ず役場の国保窓口へ届け出てください。

		こんなとき	必要なもの
国保に加入する方 もしくは すでに国保に加入している方	1	他の市区町村から転入してきたとき	他の市区町村の転出証明書、印かん
	2	他の市区町村に転出するとき	保険証、印かん
	3	職場の健康保険などに入ったとき	国保と職場の健康保険の両方の保険証(後者が未交付のときは加入したことを証明するもの)、印かん
	4	職場の健康保険などの被扶養者になったとき	
	5	子どもが生まれたとき	保険証、母子健康手帳、印かん
	6	死亡したとき	保険証、死亡を証明するもの、印かん
	7	生活保護を開始するとき	保険証、保護開始決定通知書、印かん
	8	65歳以上75歳未満で、一定の障がいがあり、申請により後期高齢者医療保険に加入するため、国保を喪失するとき	障害者手帳、印かん
	9	町内で住所が変わったとき	保険証、印かん
	10	世帯主や氏名が変わったとき	
	11	世帯分離や世帯合併の届出をしたとき	
	12	保険証を失くしたときや、汚れて使えなくなったとき	本人確認ができるもの(使えなくなった保険証や運転免許証、マイナンバーカードなど)、印かん
	13	修学のため、他の市区町村に転出するとき	保険証、在学証明書など、印かん
ほかの健康保険に加入している方	1	職場の健康保険の資格が喪失したとき	職場の健康保険の喪失日がわかるもの、印かん
	2	職場の健康保険などの被扶養者でなくなったとき	職場の健康保険の喪失日(被扶養者でなくなった日)がわかるもの、印かん
そのほか	1	生活保護が終了し、国保に加入するとき	保護廃止決定通知書、印かん
	2	退職後他の市区町村から転入し、国保に加入するとき	他の市区町村の転出証明書、印かん
	3	外国籍の方が国保に加入するとき	在留カード
	4	外国籍の方が国保を脱退するとき	在留カード、保険証

①国保の資格喪失後に、黒潮町国保の保険証を使って医療機関で受診した場合は、保険分の医療費を町に返還していただく場合があります。また返還分の医療費は、新たに加入した保険者へ請求することができます。

②75歳の誕生日を迎え、新たに後期高齢者医療の対象となる方は、国保喪失の届出の必要はありません。

③届出が遅くなった場合でも、届出の日からではなく、前の保険の喪失日までさかのぼっての加入となるため、国保税の納付額が思った以上に高額になってしまうこともあります。国保への加入の届出は忘れずにお願いします。



○お問い合わせ・届出【本 庁】住民課 国保係 ☎43-2800
【佐賀支所】地域住民課 総合窓口第2係 ☎55-3112



介護保険ガイド

● 介護保険広報シリーズ 153 ●

「認知症かな」と思ったら

認知症は誰にも起こりうる脳の病気です。85歳以上では4人のうち1人にその症状があるといわれ、今後も増えると予想されています。ご自分やご家族、ご近所の方などが「認知症かな」と思ったときは、下記の相談窓口や、認知症カフェなどでご相談ください。

また、認知症の方が住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためには、周囲の理解が大切です。認知症の方の気持ちに寄り添いながら、地域での見守り支援をしていきましょう。

◆ 認知症の相談窓口

■ 黒潮町地域包括支援センター (役場 本庁1階)

日時：月～金(祝日除く)、8:30～17:15
電話：43-2240

地域包括支援センターは、高齢者の総合相談窓口です。認知症についてもご相談ください。お近くの認知症サポート医や、利用できる医療・介護サービスなどをご紹介します。

◆ 認知症カフェ

日々の介護や認知症のことなど、語り合い、相談もできる場です。町内のあったかふれあいセンターで開催しています。認知症の方やその家族はもちろん、どなたでも大歓迎ですので、お気軽にご利用ください。(認知症カフェの開催日以外もご相談いただけます。)

■ なないろカフェ「にしきの」

場所：あったかふれあいセンターにしきの広場
(入野5191-22)
日時：毎月第1、3土曜日、9:00～12:00
※1月は5日・19日に開催
電話：43-3630



■ よりそいカフェ オレンジ

場所：あったかふれあいセンターさが
(佐賀1080-1、総合センター内)
日時：年3回程度(不定期)、10:00～12:00
※3月末までに開催予定
電話：31-4807

■ カフェ こぶしのはな

場所：あったかふれあいセンターこぶし
(拳ノ川46-1、集落活動センター佐賀北部併設)
日時：年1回(不定期)、13:30～15:00
※今年度は11月に終了
電話：55-7350

◆ 脳のちょいトレ教室



「ちょっとものの忘れが出てきたな…」という「軽度認知障害」の65歳以上の方を対象とした認知症予防教室です。大方教室・佐賀教室があり、9月から1月まで5カ月間、週1回の通いと自主学習を行っています。

平成31年度に受講希望の方は、地域包括支援センター(上記)までお問い合わせください。

介護保険料は大切な財源です。安心で便利な口座振替を利用して納付期限までにお納めください。

【お問い合わせ】本庁 健康福祉課 介護保険係 ☎43-2116

ねんきん「コーナー」



4月から産前産後期間の国民年金保険料が免除となります

◆免除期間

出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間(以下「産前産後期間」)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カ月前から6カ月間の国民年金保険料が免除されます。

※出産とは、妊娠85日(4カ月)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)

◆対象者

「国民年金第1号被保険者」で出産日が2月1日以降の方

◆届出時期

出産予定日の6カ月前から提出可能ですので、速やかに届出ください。

※ただし、届出ができるのは4月からです。

◆届出先

本庁住民課住基戸籍係

◆施行日

4月1日

＜よくある質問＞

Q 3月に出産予定ですが、何月分の保険料から産前産後の保険料免除が適用されますか。

A 施行日が4月1日ですので、4月1日以降に届出を提出いただき、出産日を基準として産前産後免除期間が決定されます。3月に出産した場合は、4月分、5月分の保険料が免除になります。

Q 産前産後期間の免除は、年金額を計算するときに免除期間として扱われますか。

A 産前産後期間として認められた期間は、保険料を納付したものととして老齢基礎年金の受給額に反映されます。

Q 産前産後期間は付加保険料を納付することができますか。

A 産前産後期間について、保険料は免除されますが、付加保険料は納付することができます。

Q 出産後に届出することはできますか。

A 出産後でも届出することができます。この場合の産前産後期間は、出産日の属する月の前月から翌々月までの4カ月間となります。

Q 保険料を前納していますが、産前産後期間の保険料は還付され

ますか。

A 保険料を納付されている場合、産前産後期間の保険料は還付されます。

◆提出する際は左記の書類をご用意ください。

【添付書類について】

出産前に届出をする場合
母子手帳

出産後に届出をする場合

出産日は役場で確認できるため原則不要。ただし、被保険者の子が別世帯の場合は出生証明など出産日および親子関係を明らかにする書類。

※個人番号(マイナンバー)により届出を行う際の添付書類について届出本人が窓口で届出書を提出する場合は、個人番号カード(マイナンバーカード)をご提示ください。お持ちでない場合は、左記の①および②を提示してください。

なお、郵送で直接年金事務所に届出を提出する場合は、個人番号カードの表・裏両面または①および②のコピーを添付してください。

①個人番号が確認できる書類：通知カード、個人番号の表示がある住民票の写し

②身元(実存)確認書類：運転免許

証、パスポート、在留カードなど

○お問い合わせ

本庁住民課住基戸籍係

☎ 43-2800

佐賀支所地域住民課総合窓口第2係

☎ 55-3701

「年金相談」のご案内

日本年金機構幡多年金事務所で、3カ月に一度、出張年金相談を行っています。

なお、相談には、年金手帳(年金証書)や、本人確認のため、運転免許証などの顔写真付きの身分証明書が必要となります。

また、代理人の方が相談される場合は、本人からの委任状が必要となります。

◆日時

1月17日(木)
午前10時～正午

午後1時～午後3時

◆場所

佐賀支所1階町民室

○お問い合わせ

本庁住民課住基戸籍係

☎ 43-2800

佐賀支所地域住民課総合窓口第2係

☎ 55-3701

日本年金機構幡多年金事務所

☎ 34-1616

平成31年度黒潮町宮川奨学資金貸与奨学生の募集

黒潮町では、教育の機会均等を図り、社会の健全な発展に寄与するとともに、有為の人材を育成することを目的に、学資の貸与を受ける黒潮町宮川奨学資金貸与奨学生を募集します。

◆申込受付期間

1月4日(金)～2月25日(月)

◆奨学生の資格

①申請者および保護者が本町に引き続き3年以上居住している方(住民基本台帳に記載されていること)

②優秀な学徒で高等学校以上の学校に入学ならびに在学し、修学の志を有するにもかかわらず、経済的理由により修学または入学困難と認められる方

③品行方正、向学心旺盛、志操堅実で在学学校長の推薦がある方
※奨学生は「黒潮町宮川奨学資金資格選考委員会」の意見をもとに教育長が決定します。

※決定後、奨学生には保護者同伴で奨学資金貸与説明会に出席していただきます。

◆奨学金の額

①高校またはこれと同程度の学校の奨学生 月額2万円以内

②大学またはこれと同程度の学校の奨学生 月額3万円以内
※奨学金は無利息です。

◆奨学金の貸与

4月および10月の年2回に分けて貸与します。

◆貸付の期間

その学校における正規の修学期間を限度とします。

◆奨学金の返還

卒業の月の1年後から、奨学資金貸付年数の2倍以内の期間内に、全額を半年賦で返還してください。

【納付期日】

・前期分 6月25日まで
・後期分 12月25日まで

◆申請の手続

奨学金を希望する方は、出身学校または在学学校長の推薦を受けて、下記の期間内に、次の書類を提出してください。(すべての書類を1部)

①奨学生願書(様式第1号)

②奨学生推薦調書(様式第2号)

③添付書類

・住民票(申請者・保護者)
・平成29年中分の所得証明書(申請者)

請者の世帯全員)

・平成30年度分の納税証明書(申請者の世帯全員)

◆願書などの交付場所

・教育委員会(本庁) および佐賀支所

・大方中学校および佐賀中学校

○申込・お問い合わせ

教育委員会 学校教育係

〒789-1199-2

黒潮町入野5893

☎43-0044(直通)

保育所入所申し込みの受け付けを開始します

平成31年度の町内保育所への入所申込の受付を開始します。なお、現在入所しているお子さんについても入所の手続が必要です。

保育所(4力所)

佐賀保育所・大方くじら保育所・大方中央保育所・南部保育所

◆入所期間

4月1日～3月31日

◆入所基準・提出書類

保育所入所案内および提出書類は各保育所と教育委員会にあります。

す。世帯の状況により、入所基準や提出いただく書類が異なりますので詳しくは入所案内をご覧ください。

◆受付期間

1月7日(月)～31日(木)

◆申込書の交付と受付窓口

各保育所・教育委員会

*広域入所を希望される方も手続をしてください。

*受付期間を過ぎても申込を受け付けますが、希望する保育所に入所できない場合があります。

○お問い合わせ

佐賀保育所

☎55-2117

大方くじら保育所

☎44-1112

大方中央保育所

☎43-0511

南部保育所

☎43-3481

教育委員会 就学前教育係

☎43-0044



心配ごと・困りごと、人権・行政
相談所の開催についてのお知らせ

皆さんの相談を社会福祉協議会相談員、人権擁護委員、行政相談委員などが受ける相談所を開きます。皆さんの心の負担が少しでも軽くなればと考えています。家庭での心配ごと、地域でのめんど、人権侵害や行政に関する相談など、ひとりで悩まず気軽に相談ください。相談の秘密は必ず守り、料金は無料です。安心してお越しください(予約不要)。

◆日時・場所

- ・ 2月1日(金)午前10時～正午
蜷川生活改善センター
 - ・ 2月1日(金)午後1時～午後3時
伊田浦老人憩の家
- お問い合わせ
佐賀支所地域住民課 人権啓発係
☎ 55-3113

相続登記相談のお知らせ

高知県司法書士会では、2月を「相続登記はお済みですか」月間と定め、相続登記のほか、遺産分割、遺言、法定相続情報証明制度等、相続に関する様々な相談に司法書士がお答えする無料相談会を開催します。

黒潮町近隣の会場は左記のとおりです。予約不要ですので、ぜひお気軽にご利用ください。



◆日時

2月2日(土)

午前10時～午後3時

◆場所

・ 四万十町役場本庁東庁舎(四万十町琴平町16番17号)

○お問い合わせ

高知県司法書士会総合相談センター

☎ 088-825-3143

2019 大方人権まつり
「第30回解放のまつり」

今回は、「未来笑顔の花」をテーマとして大方人権まつりが開催されます。

小・中学生を中心に、これまで同和問題をはじめ、あらゆる差別解消に向けて学び、実践してきたことの発表と展示を行います。

多くの方々に思いが伝わりますようみなさんのご来場をお待ちしています。

催し・発表

◆日時

2月2日(土) 午前9時～

◆場所

ふるさと総合センター

◆内容

- ・ 大方中学校吹奏楽部演奏
- ・ 大方地区小・中学生による人権作文発表
- ・ 浜松解放子ども会発表
- ・ 黒潮町職労部落解放研究部発表
- ・ 大方中央保育所発表
- ・ 大正琴教室参加者演奏
- ・ 保・小・中学校教職員発表

◆出店

寿司・炊き込みご飯・じゃこ飯・花の苗・グアバ茶・やきとり・

カレーライスなど

◆記念講演

午後1時30分

「HILL STONE 音楽の力

みんなで繋げよう明日へ!!」

・ ヒルストーンによる人権コンサート

作品展示

◆日時

1月30日(水)～2月5日(火)

午前10時～午後5時

◆場所

大方あかつき館

大方地区小・中学生(人権標語・人権作品・書道・絵・ポスター・詩など)／大方中央保育所作品／大方生華園・大方誠心園活動紹介／大方町民館デイサービス活動紹介／浜松解放子ども会活動紹介

○お問い合わせ

2019 大方人権まつり実行委員会(事務局 大方町民館)

☎ 43-1204



ヒルストーン

広域がん検診について

高知県では、平成30年度のがん検診未受診者を対象に、広域がん検診を実施します。

黒潮町の近隣では、幡多健診センター（宿毛市）で受診できます。

◆日時 2月16日（土）

◆申込期間

1月15日（火）～2月1日（金）

※先着順。定員に達した場合は期間内であっても受付を終了します。ご了承ください。

高知県総合保健協会（☎088-1831-4351）へ平日午前8時30分から午後5時までに申し込みください。

◆対象者（平成30年度中に次の年齢に達する方）

【肺・胃・大腸】40歳以上

【乳】40歳以上偶数年齢の女性

【子宮】20歳以上偶数年齢の女性
自己負担額は平成30年度の黒潮町の基準となります。

○お問い合わせ

本庁健康福祉課保健衛生係

☎43-2836

佐賀支所地域住民課保健センター

☎55-7373

第11回幡多講演会

栄養が心や身体、美容に及ぼす影響や、血液データを用いた栄養チェックのコツを学んでみませんか。参加希望の方は電話、FAX、またはメールにてお申し込みください。

◆演題「栄養型うつゝ鉄欠乏女子（テケジヨ）と鉄欠乏子ども（テケコ）を救え」

◆日時 2月17日（日）

午前9時30分～正午

◆会場 新ロイヤルホテル四万十

◆講師 奥平 智之

（医療法人山口病院精神科部長・日本栄養精神医学研究会会長）

◆参加費 無料

◆申込期日 2月10日（日）

○お問い合わせ

にいや歯科医院

☎37-4182

FAX 37-6782

✉yasudent241@sweet.ocn.ne.jp



第13回黒潮町スポーツ賞

黒潮町体育会では、町の体育スポーツの普及振興に顕著な功績をあげた個人および団体に対して表彰を行っています。

今年も次のとおり開催しますので、推薦基準を参考に推薦をお願いします。

◆推薦基準

①原則として、黒潮町に住所を有する者ならびに黒潮町出身者であって、スポーツの普及振興のための企画、または指導のために地域や職場、団体において10年以上にわたり率先して参加し、現在も熱心に指導にあたっている個人。

②県下競技会（新人戦は除く）において、優勝もしくは準優勝の成績をあげた中学生以上の個人、または団体。

◆締切日 2月8日（木）

◆表彰式 ※予定

・日時 3月中旬（午後7時～）

・会場 大方あかつき館

○お問い合わせ

教育委員会生涯学習係

☎43-0044

有料広告

集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに持続感染された方へ 一人で悩まずに無料相談会をご利用ください

B型肝炎訴訟（給付金請求）について

無料電話相談

対象者 昭和16年7月2日～昭和63年1月27日生まれ
給付金 50万円～3,600万円
※給付金に応じて給付額の割合が異なります

※着手金・相談料 無料 成功報酬制
※弁護士費用 ※別途実費別添

実績 相談件数3,800件以上 給付金受領済み800件以上

（ご予約受付時間） ☎9:00～18:00 （完全予約制） ☎0120-013-621

弁護士法人 プレシャス総合法律会計事務所
〒100-0001 東京都千代田区千代田4-3-3 瑞穂ビル5-A（瑞穂ビル）平日 9:00～18:00
TEL 03-5363-6333 FAX 03-5363-6334 E-mail: info@precious-law.jp
http://precious-law.jp/

黒潮町公式Instagram 情報発信中

アカウント名 @kuroshio_town



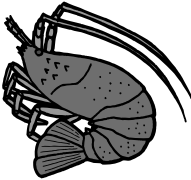
黒潮町では、美しい景色や美味しい食べ物、イベント情報など黒潮町に関する情報を発信しています。ぜひ、フォローください。

○お問い合わせ

本庁 企画調整室 企画振興係 ☎43-2177

密漁は犯罪です

貴重な水産資源をまもるため、高知県漁業調整規則により採捕禁止期間などが定められています。

名 称	禁 止 期 間	体長などの制限
いせえび	5月1日～9月15日	殻長13cm以下
とこぶし・あなご	9月1日～翌年3月31日	殻長3cm以下
あわび	9月1日～翌年3月31日	殻長9cm以下
さざえ	9月1日～翌年3月31日	
てんぐさ類	9月1日～翌年2月末日	
ふのり	10月1日～翌年2月末日	
あらめ	10月1日～翌年6月30日	

※禁止期間外であっても漁業協同組合員でなければ採捕できません。

地域の皆さんにお願い

買わないことが、密漁者たちの不法行為を止めることにつながりますので、密漁品と思われるものは購入せず、警察に通報するなどのご協力をお願いします。

違反者は、

「6ヶ月以下の懲役」

もしくは、

「10万円以下の罰金」

が適用されます。

密漁現場を見かけたら、直ちに警察に通報してください。

高南・幡東地区漁業秩序を守る会
高知県漁協・黒潮町
その他関係漁協・市町



第22回元氣いきいき町民の集い

「元氣いきいき町民の集い」を左記のとおり開催します。皆様のご来場をお待ちしています。

◆日時 2月3日(日)

午前9時(受付)～午後0時20分
(終了予定)

◆場所

支援センターこぶし
(黒潮町拳ノ川17番地3)

◆講演

「笑いは健康の常備薬」
(午前10時40分～)

◆講師

土佐のお笑い話芸の会
代表 間 六口さん

◆その他

「南海トラフ巨大地震に備える
自分のできること」

救急看護認定看護師 ミニ講座

○お問い合わせ

佐賀支所地域住民課
保健センター

☎55-7373



青色申告を始めましょう

- ・青色申告を行う農業者(個人・法人)は収入保険に加入できます。
- ・収入保険は、全ての農産物を対象に自然災害や価格低下などによる収入減少が生じた場合に補償する保険です。最寄りの農業共済組合にご相談ください。

○お問い合わせ

中国四国農政局高知県拠点 地方参事官室
☎088-875-7236

「婚活サポーター養成講座」参加者募集

高知県では、出会いや結婚への支援を希望する独身者をボランティアでサポートしていただく「婚活サポーター」の養成講座を行います。興味のある方は下記よりお申し込みください。

日 時／1月26日(土)午後1時30分～午後4時
会 場／高知共済会館3階 大ホール「桜」
参加費／無料 申込締切／1月25日(金)

○お問い合わせ・申込

高知県少子対策課 出会い・結婚支援担当

☎088-823-9717

確定申告のご案内

平成31年度(平成30年分)の確定申告の受付を次のとおり行います。

申告受付期間	2月18日(月)～3月15日(金) ※公的年金などを受給されている方で、所得税の還付を受けたい方は2月13日(水)から受付可能です。	
申告受付場所・時間	本庁 1F くろしおホール	午前8時30分～11時30分 午後1時～4時30分
	佐賀支所 1F 町民室	午前8時30分～正午 午後1時～5時

受付初日や月曜日は大変混み合いますので長時間お待ちいただくことが予想されます。予めご了承ください。

年金受給者や所得税の還付を受けたい方は、できるだけ2月13日(水)から2月15日(金)の間にお越しください。

※公的年金などを受給されている方で確定申告が不要になる場合があります。

また、次の日程で休日も申告の受付をします。

本庁 3月9日(土)
佐賀支所 3月10日(日)

※受付時間は平日と同様です。

◆必要書類

1 マイナンバーカード(個人番号カード)または番号確認書類と身元確認書類※

※身元確認書類

マイナンバーカードをお持ちでない方		マイナンバーカードをお持ちの方
身元確認書類	番号確認書類	マイナンバーカードだけで、番号確認と身元確認が可能です。(写しを添付する場合は、表面および裏面の写しが必要です)
運転免許証・パスポート・公的医療保険の被保険者証・身体障害者手帳・在留カードなどのうちいずれか1つ ※顔写真付のものが無い場合は、健康保険証や年金手帳など2つ	通知カード・マイナンバーの記載がある住民票の写し、または住民票記載事項証明書などのうちいずれか1つ	

2 「給与所得の源泉徴収票」、「公的年金等の源泉徴収票」、その他の収入のある方はその所得の計算に必要なもの(収入の明細、経費の領収書など。事前に集計をしておいてください)

3 生命保険料、地震保険料の控除証明書

4 黒潮町以外の国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料などの支払いがある方はその額のわかる書類(黒潮町の分は不要です)

5 医療費控除やセルフメディケーション税制(医療費控除の特例)の申告をされる方は、平成30年中に支払った医療費の明細書や領収書など(事前に集計をしておいてください)

6 印かん、筆記具、還付金振込口座の通帳など

なお、「分離譲渡所得」などがある場合は、税務署での確定申告をお勧めします。

また、確定申告は、国税電子申告・納税システム(通称e-Tax)による提出もできますので、

積極的な利用をお願いします。詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。
(<http://www.nta.go.jp>)

○お問い合わせ

本庁 税務課 住民税係

☎ 43-2816

佐賀支所 地域住民課

☎ 55-3113

110番通報の適切な利用を

1月10日は「110番の日」です。110番は、事件や事故が発生した際に、県民の皆さんと警察を結ぶホットラインであり、安全で安心な日常生活に欠かすことのできないものです。

緊急の場合はすぐに「110番」、緊急の対応を必要としない各種ご相談やお問い合わせなどは、「#9110番」や中村警察署相談窓口をご利用ください。

○お問い合わせ

中村警察署(代表)

☎ 34-0110



■拳ノ川診療所 1月の診療予定 【診療時間】午前9時30分～正午、午後2時～5時（記載がある場合はその時間まで）

	日	月	火	水	木	金	土
午前			1	2	3	4	5
午後						外来診療（矢野先生）	
午前	6	7	8	9	10	11	12
午後		外来診療（幡多医師会） 12:30～14:00（受付13:50まで）	外来診療（澤田先生） 9:00～10:00 〔伊与喜出張診療所〕 9:30～10:00	外来診療（池田先生）		外来診療（矢野先生）	
午前	13	14 成人の日	15	16	17	18	19
午後				外来診療（池田先生）		外来診療（矢野先生）	
午前	20	21	22	23	24	25	26
午後		外来診療（幡多医師会） 12:30～14:00（受付13:50まで）	外来診療（澤田先生）		外来診療（池田先生）		
午前	27	28	29	30	31		
午後		外来診療（幡多医師会） 12:30～14:00（受付13:50まで）	外来診療（澤田先生） 〔鈴出張診療所〕 14:30～16:00	外来診療（池田先生）			

- ・当診療所は予約制です。あらかじめ電話連絡をお願いします。当日の予約受付もできます。
- ・医師の都合により、診療日および診療時間が変更になる場合がありますので、ご了承ください。
- ・月曜日のみ診療時間が午後12時30分～2時（受付は午後1時50分まで）となっています。
- ・月曜日以外は、高知医療センター内科医師が診療しています。

【お問い合わせ】拳ノ川診療所
☎55-7111

黒潮町イベントカレンダー 2019(平成31)年 1・2月

変更となる場合がありますので、詳しくは担当係にお問い合わせください。

月日(曜)	行 事 名	場 所	時 間	お問い合わせ
1/3(木)	黒潮町成人式	ふるさと総合センター	12:30(受付) 13:30(式典)	生涯学習係 ☎43-0044
6(日)	黒潮町消防出初式 (雨天時はふるさと総合センターで式典のみ)	黒潮消防署⇒町内巡回⇒ 大方あかつき館	8:30(式典) 9:30(パレード)	消防防災係 ☎43-2188
12(土)	第13回黒潮町少年駅伝大会	佐賀中学校～明神水産	8:40	生涯学習係 ☎43-0044
	かつお日本遺産講演会	黒潮町総合センター	10:00	水産振興係 ☎55-3113
13(日)	幡多・マーケット「海辺の日曜市」	土佐西南大規模公園(大方)	9:00	まちづくりマーケットプロジェクト ☎090-2786-3702
15(火)	黒潮町人権教育推進講座第3講座	大方町民館	10:00	人権教育係 ☎43-0044
26(土)	第30回横浜解放まつり	佐賀町民館	9:00	佐賀町民館 ☎55-2108
2/2(土)	2019大方人権まつり「第30回解放のまつり」	ふるさと総合センター	9:00	大方町民館 ☎43-1204
3(日)	第22回元気いきいき町民の集い	支援センターこぶし	9:00(受付)	保健センター ☎55-7373
	第13回黒潮町マラソン大会	土佐西南大規模公園(大方)	9:00	生涯学習係 ☎43-0044

くろしお協力隊がゆく!



【今月の担当者】
地域おこし協力隊
(移住担当)
網 真由子

明けましておめでとうございます。地域おこし協力隊で移住を担当している網です。私が黒潮町に来て早や3年が経とうとしています。黒潮町での生活もすっかり慣れ、知り合いも増えてありがたいことに、声をかけてもらうことが多くなってきました。昨年は、黒潮町のよさこいチーム「幡多舞人」でよさこいを踊ったり、何力所か地域の盆踊りに行って踊ったりと楽しい夏になりました。

移住業務としては、12月上旬に「高知暮らしフェア2018冬」(大阪・東京開催)に行ってきた。高知県内の市町村が集まるイベントで、市町村ごとにブースを構えており、来場者が気になるブースに話を聞きに行けるようになっています。高知県や移住に興味がある方が多く来場されており、黒潮町という町を色々な方に知ってもらえたと思います。

また、黒潮町のホームページで紹介している空き家の数も前年度は59件とこれまでよりも多くの物件を登録していただきました。ご協力いただいた所有者・地域の方々にはこの場を借りてお礼申し上げます。

この3年間、色々な方と出会い支えられここまで来たと思います。本当にありがとうございました。引き続き、移住者と地域を良いご縁でつなげていけるよう頑張っていきたいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。



高知暮らしフェアの様子



土曜夜市で踊りを披露

〈水道給水工事指定店 当番一覧表〉

月	日	水道給水工事指定店			
1	1	前田電工	(株)土居建設	大西設備	
	2	クシオライフラインサービス	山本建設(株)	平野住設	村越設備
	3	吉本水道工務店	(有)弘瀬建設	野村企画設備	
	4~6	中村住設	道倉水道工務店	拳ノ川住設	
	7~13	前田電工	(株)土居建設	大西設備	
	14~20	クシオライフラインサービス	山本建設(株)	平野住設	村越設備
	21~27	吉本水道工務店	(有)弘瀬建設	野村企画設備	
	28~31	中村住設	道倉水道工務店	拳ノ川住設	
2	1~3	中村住設	道倉水道工務店	拳ノ川住設	
	4~10	前田電工	(株)土居建設	大西設備	
	11~17	クシオライフラインサービス	山本建設(株)	平野住設	村越設備
	18~24	吉本水道工務店	(有)弘瀬建設	野村企画設備	
	25~28	中村住設	道倉水道工務店	拳ノ川住設	

● 当番店の連絡先・所在地 ※当番日以外でも要請があった場合には対応します。

店名	住所	電話番号		店名	住所	電話番号	
		事務所	自宅			事務所	自宅
クシオライフラインサービス	入野1769	43-3075		吉本水道工務店	下田0822-174	43-2024	
前田電工	入野1574	43-1149	43-1546	拳ノ川住設	拳ノ川1781	55-7371	55-7114
村越設備	入野292-19	43-3225		(株)土居建設	伊与喜43-5	55-2133	55-2363
中村住設	出口372-2	34-3621	43-2061	(有)弘瀬建設	佐賀1990	55-2121	
野村企画設備	田野浦1593	43-4665		山本建設(株)	佐賀2988	55-3141	55-2076
平野住設	伊田2100	44-1513	44-1117	道倉水道工務店	浮鞭3558-8	43-2096	
大西設備	浮鞭2083-2	31-3277					

○お問い合わせ 本庁 まちづくり課 土木係(水道担当) ☎43-2114 佐賀支所 建設課 水道係 ☎55-3700



マイナンバーカード

あなたの暮らしがこんなに便利に

マイナンバーカードでできること

- ①免許証などと同様に身分証明書として使えます。
- ②住民票の写しや印鑑登録証明書、戸籍証明書をコンビニで取得できます。
※市町村によってサービスが異なります。
- ③「マイナポータル」で、行政サービスのお知らせが届いたり、児童手当や保育園入所の申請がオンラインで可能になります。

マイナンバーカードの申請は簡単

ご自宅のパソコンやスマートフォンからでも申請できます。マイナンバーカードは、郵便・パソコン・スマートフォン・まちなかの証明写真機から無料で申請することができます。デジタルカメラやスマートフォンで撮影した写真を使うこともできます。

通知カードは、マイナンバーをお知らせするカードです。マイナンバーカードを取得するまでの間、大切に保管してください。



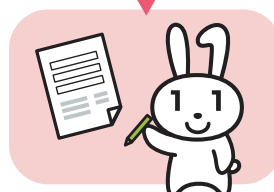
パソコンで



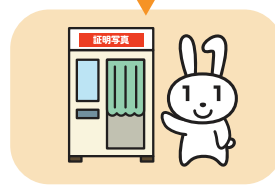
スマホで



郵便で



まちなかの証明写真機で



マイナポータル始まっています

- ◆行政機関内で系統的にやりとりされた自分の個人情報について、どこでやり取りしたのか確認できます。
- ◆各種社会保険料の支払金額や確定申告など、行政機関から自分に対しての必要なお知らせを自宅のパソコンで確認できます。
- ◆子育てに関する手続きがオンラインでできます。また、将来的には引越しの際、複数の届出もオンラインで可能とするなど様々なサービスの導入を検討しています。

セキュリティ対策

- ◆顔写真付きのカードでなりすましを防止しています。
- ◆ICチップは設定したパスワードがなければ利用できません。
- ◆不正に読み出そうとすると、ICチップ自身が壊れる措置を講じています。
- ◆偽造ができないように、カードの券面に複雑な模様などを施しています。

マイナンバー制度の詳細はこちら

お問い合わせ

マイナンバー総合
フリーダイヤル



0120-95-0178

平日9:30~20:00 土日祝 9:30~17:30 (年末年始を除く)

公式サイト

マイナンバー



音声案内

スマホからも
ご利用いただけます。



くろしおっ子の学校給食

千切大根のナムル



材料(4人分)	
千切大根	28g
赤ピーマン	20g
キャベツ	80g
A	ごま 小さじ1 (4mg)
	酢 小さじ4 (20mg)
	うすくち醤油 小さじ1 (6mg)
	砂糖 小さじ2 (8mg)
	ごま油 小さじ1/2 (2.8mg)

千切大根には、カルシウム、鉄分、食物繊維といった栄養素が多く含まれています。実はこの、カルシウム、鉄分、食物繊維の3つの栄養素は、普段の食事からの摂取が難しく、給食でも必要な量がなかなかとれません。この3つの栄養素を多く含む千切大根は、給食の献立をよりバランスよくしてくれる頼もしい食材です。

【作り方】

- ①千切大根は水でもどしておく。もどいたら、水気を絞って食べやすい大きさに切る。
- ②赤ピーマンとキャベツは、千切大根と長さを合わせた千切にする。ぐらぐらと沸いた湯にさっと湯通しして、水気を絞る。
- ③Aを合わせる。
- ④①と②と③を合わせて、できあがり。

○お問い合わせ

大方学校給食センター ☎31-3201

佐賀学校給食センター ☎55-2166

土佐西南パークゴルフ協会 12月月例会

日時:12月15日(土) 午前9時30分

場所:土佐西南黒潮パークゴルフ場

成績	氏名	A-1	B-1	小計	A-2	B-2	小計	合計	HC	総計
優勝	佐田幸一	27	23	50	26	28	54	104	-2	102
準優勝	尾崎良二	26	26	52	25	23	48	100	6	106
3位	篠田重義	23	25	48	26	27	53	101	5	106
4位	松田 哲	26	26	52	29	25	54	106		106
5位	筒井康夫	28	24	52	26	28	54	106		106
6位	宮川正幹	27	25	52	26	27	53	105	4	109
7位	峰岸広美	27	24	51	29	27	56	107	2	109
8位	澳本 修	26	26	52	28	28	56	108	1	109
9位	伊藤日出男	26	28	54	27	29	56	110		110
10位	野村豊彦	28	26	54	29	28	57	111		111

ベストスコア: Aコース 23点 — 篠田重義

Bコース 23点 — 尾崎良二、佐田幸一

ホールインワン: Aコース 5 毛利元強

ベストグロス: 100点 — 尾崎良二

※総合計同点の場合は、カウントバック方式とする。

※カウントバックの優先順位は、合計・計・2小計・B2・A2・1小計・B1・A1とする。



黒潮町ケーブルテレビ 12月番組予定表

2019年も IWKT TV をよろしくお願ひします!

番組	放送時間
IWKTV番組 ※NEWSや役場のお知らせ、イベントの様子などをお届けします。	7:00 10:00 12:00 15:00 18:00 21:00
Kochi on TV!	14:00 20:00
片さんのFish!おふ	23:00
幡多サイクル紀行	8:35 11:35 13:35 16:35 19:35 22:35
月間アニマルズ	8:45 11:45 13:45 16:45 19:45 22:45
サイエンスチャンネル	6:45 23:45
高齢者寺子屋	6:00
ショップチャンネル	9:00 17:00 24:00~6:00

IWKTV加入についてのお問い合わせは
光ネットワークサービスセンター まで
営業時間 9:00~17:00(土・日・祝日・年末年始を除く)

0800-200-1373

番組内容の更新は、毎週水曜日の18:00です。

お知らせ

◆IWKT TV 2018総集編

IWKTVで放送した番組を総集編でお届けします!
放送予定/12月26日(水)~1月2日(水)

◆IWKNEWS SPECIAL (IWKニューススペシャル)

昨年のニュースを一挙にお届けします! IWKNEWS
で2018年を振り返ろう!
放送予定/1月2日(水)~1月9日(水)

昨年はたくさんの情報をお寄せ頂きありがとうございました。

今年も、IWKT TVでは皆様からの情報をお待ちしております。

2019年も変わりなく、IWKT TVをよろしくお願ひ致します。

スタッフ一同

※放送内容などは予告なく変更する場合があります。「電子番組表」で正確な内容が確認できます。

IWKTVの放送時間・番組などに関するお問い合わせは 本庁 情報防災課 情報推進係 または IWKT TV制作室まで

【情報推進係】 ☎43-2188 | 【IWKT TV制作室】 ☎43-0500

図書館カレンダー

(●)の日が休館日です。

大方・佐賀図書館



1月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

2月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2

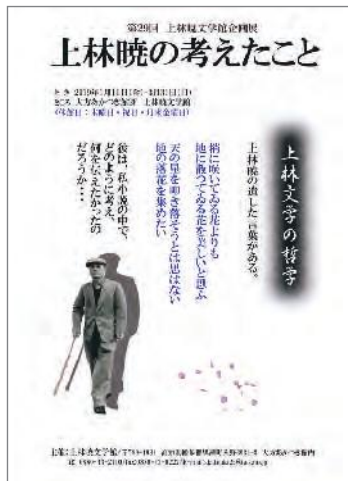
※1月25日(金)～28日(月)は特別館内整理日です。

第29回文学館企画展

「上林暁の考えたこと」

期間 1月11～3月31日

(場所) 上林暁文学館



新しくはいった本紹介

- 神様の御用人 8 浅葉 なつ／著
- いろいろのかけらのしま イ ミョンエ／作と絵
- 白の王 廣嶋 玲子／著
- ダンボール織り機で、手織りざぶとん 薩山はるみ／著
- 母の教え 姜 尚中／著
- ご飯の炊き方を変えると人生が変わる 真崎 庸／著
- 草々不ー 朝井まかて／著
- りんご、レモン、いちご、栗のお菓子と料理 有元 葉子／著
- 年を重ねて、今がいちばん 下重 暁子／著
- おばちゃん介護道 山口 恵以子／著

えほんの よみきかせ

図書館では、ボランティアの方による「えほんのよみきかせ」をおこなっています。どなたでもご自由に参加してください。

【とつてもにちようび】
場所 大方図書館 えほんルーム
日時 第1・2・3日曜日
午前10時30分～午前11時

【よみきかせのついで】
場所 佐賀図書館
日時 第1・3日曜日
午前10時30分～
1時間程度



開館時間

【月・火・水・金】

午前10時～午後6時

※文学館は9時30分開館

【土・日】

午前10時～午後5時

※文学館は9時開館

※佐賀図書館は午後1時～午後2時まで閉館。

★木曜日 祝祭日は休館日です。

★年末年始の休館日

(12月28日～1月4日)

貸出冊数・期間

【本】

1人5冊・2週間

★本の更新は1週間です。

【雑誌】

1人3冊・2週間

【ビデオ・CD・DVD】

1人2点・1週間

返却するとき

・佐賀・大方どちらの図書館でも返却ができます。

・休館日に返却する時は各図書館にあるブックポストに入れてください。

・ビデオ・CD・DVDは開館時の受付窓口へ返却してください。

★返却期限をお守りください。

★返却期限を過ぎると督促を行います。その後貸出停止の処理を行います。

★借りた本やビデオなどを紛失や破損した場合は、弁償していただく場合があります。

○お問い合わせ

大方図書館 ☎43-2110

佐賀図書館 ☎55-3150

地域子育て支援センター通信

1月の予定

★佐賀おでかけ広場

毎週火曜日

午前9時30分～午前11時30分

場所 佐賀保育所「どうぞのへや」

☎55-2117

(悪天候の日はおでかけできない場合があります)

★いっしょに遊ぼう

10日(木) リラックス体操

17日(木) 鬼の面を作ろう

24日(木) 誕生日会

時間 午前10時～午前11時30分

場所 地域子育て支援センター

★第10回「子育て講座」

31日(木) 午前10時～午前11時

内容「基本的な生活習慣で感染症を予防しよう」

講師 柿内愛さん

(黒潮町保健師・母子健康

コーディネーター)

場所 地域子育て支援センター

○お問い合わせ

地域子育て支援センター

(大方中央保育所内)

☎43-0512

<http://akatsuki.town.kuroshio.lg.jp/pb/cont/akatsuki>