

広報  
2019年/平成31年  
3月号  
-No.156-

# くろしお



## 主な内容

P. 2 黒潮町マラソン大会

P. 7 保育所だより

P. 13 役場からのお知らせ

P. 19 イベントカレンダー

P. 6 くろしお子どもニュース

P. 10 備えて安心

P. 17 協力隊がゆく

P. 20 あがまちデータ

## 第13回黒潮町マラソン大会

2月3日(日)、教育委員会主催による「黒潮町マラソン大会」が開催され、小学1年生から84才までの総勢97人が参加しました。

開会式では、畦地和也教育長より、「昨日の自分の記録よりいい結果が出るように、意識して頑張ってほしい」と激励がありました。

その後小学生の部より順にスタートし、参加者は寒さに負けず日ごろの練習の成果を発揮しようと、全力で取り組みました。

競技後、中学生〜34才男子の部で2位に入賞した大方中学校2年生の長崎海弥さんは「風があり走りにくかったが、去年よりも記録が上がり良かった。来年もチャレンジしたい」と話しました。



海辺の道を走るランナー

▼小学1・2年生の部／1・5 km  
【男子】

①植木環一(6分22秒)①岡崎鉄併(6分22秒)③武内颯汰(6分26秒)

【女子】

①弘田心(6分59秒)②田中絵里菜(7分04秒)③横井花音(7分18秒)

▼小学3・4年生の部／2・0 km

【男子】

①野村駿乃介(8分02秒)②村上潤弥(8分09秒)③澤田敏(8分17秒)

【女子】

①有光菜穂子(8分09秒)②桑原海夕(8分25秒)③伊賀咲来(8分45秒)

▼小学5・6年生の部／3・0 km

【男子】

①西内祐仁(11分03秒)②山下夏輝(11分28秒)③池田大樹(11分34秒)

【女子】

①久保真梨夏(11分50秒)②有光菜々子(12分59秒)③村上陽花(13分17秒)

秒)

▼中学生〜34才の部／3・0 km

【男子】

①田中智也(9分26秒)②長崎海弥(9分29秒)③田辺真咲(10分05秒)

【女子】

①松田夢叶(11分55秒)②藤原奈々(11分57秒)③早川来夢(12分47秒)

▼35才〜59才の部／3・0 km  
【男子】

①松本広一(12分47秒)②60才以上の部／3・0 km

【男子】

①塩田充幸(12分18秒)②中村和廣(12分24秒)③野村則男(12分41秒)

【女子】

①植田節美(19分37秒)②酒井澄子(26分14秒)

▼中学生〜34才の部／6・0 km

【男子】

①岡崎悠真(28分32秒)②35才〜59才の部／6・0 km

【男子】

①岡崎伸一(27分57秒)②宮上昌人(29分59秒)③濱田道伸(34分47秒)



マラソン大会の様子

## トンガ王国大使が小学生に講演

在トンガ王国日本国大使館の石井哲也特命全権大使(以下、石井大使)が黒潮町を訪問し、2月5日(火)に南郷小学校の全校児童を対象に講演会が行われました。

今回の訪問は、一昨年の「世界津波の日高校生サミット in 黒潮」や、昨年より婦人連合会・PTA連合会を中心に始動した「ランドセルプロジェクト」におけるトンガとのつながりがきっかけで実現したものです。

同サミットの記念碑がある大方あかつき館や砂浜美術館、佐賀地区の津波避難タワーなどを見学しました。

講演会では、南郷小学校の4年生から黒潮町の紹介があった後、石井大使が日本とトンガのつながりや大使の仕事について話しました。



講演を行う石井大使

講演を聞いた児童は、気になったことを質問したり、感想を発表しました。

## 第2回被災地OARAIと未災地KUROSHIOの交流勉強会

1月27日(日)、28日(月)に本庁3階大会議室にて、茨城県大洗町と黒潮町の交流勉強会が開催され、1日目のシンポジウムに47人、2日目のワークショップに31人が参加しました。

この交流勉強会は、東日本震災で被災した茨城県大洗町と、今後南海トラフ地震で被災する可能性のある黒潮町、それぞれが経験と課題を議論する場として設けられ、第1回目は昨年5月に大洗町で開催されました。

1日目の午前中、黒潮町役場の担当職員が大洗町などからの参加者に津波避難タワーなどを案内した後、午後からシンポジウムがスタートし、黒潮町からは防災の取組や活動について伝えられました。大洗町からは、実際の被災体験や、被災後の町の様子を写真を交えながら、「まず命が助かること、全てはそれから」と災害を乗り越えたからこそ伝えたい思いを熱く話しました。また、その後の復興やまちづくり、海岸ボランティアについて説明がありました。発表後は、それぞれの町の代表者により

観光と防災について意見交換が行われました。

2日目に開催されたワークショップでは、参加者が防災ゲーム「クロスロード」について学びました。クロスロードとは、カードゲーム形式の防災教材で、正解のない質問を自らの問題として考え、「YES」か「NO」のカードを選び、意見交換するというもの。参加者は6チームに分かれ、黒潮町編のクロスロードの質問を作成し意見を交わすことで、学習を深めました。

一般社団法人大洗観光協会の大里明会長は、「津波避難タワーを見たが、それだけでなく避難訓練なども積極的に行っていて、黒潮町の人は意識が高いと思った。大洗町は被災し、地震前と後で変わったこと



大洗町による講演

もあるが、芽吹くものもあつた」と前向きに経験を話しました。

## 砂浜美術館が日本版DMOへ

NPO 砂浜美術館(以下、砂浜美術館)が昨年12月、日本版DMOの「地域DMO」に四国で初めて登録されました。

「日本版DMO」は、戦略の策定や実施の調整など、観光による地域づくりの舵取り役を担う法人のこと。砂浜美術館は、平成28年8月に市町村単位で観光地域づくりを行う「地域DMO」の候補法人として登録され、この程、登録法人となりました。

1月25日(金)には、黒潮町観光ネットワークが、観光庁観光地域振興課長やDMO推進機構代表理事を招き、関係者ら約50人によるDMOの勉強会を行いました。

今後砂浜美術館は、地域の多様な関係者を巻き込みながら、ネットワークや町と連携し、観光によるまちづくりの一層力を入れて取り組んでいくこととなります。



観光ネットワーク・森田俊彦会長による挨拶

によるまちづくりの一層力を入れて取り組んでいくこととなります。

## ラインメール青森FCがキャンプに

日本フットボールリーグ（JFL）所属の「ラインメール青森FC」が2月7日（木）、今シーズン初のキャンプ地として黒潮町を訪れ、歓迎式典が行われました。

式典では、大西勝也町長より「今シーズンを勝ち切り、次のステージへアップするためのキャンプにしてほしい」と激励がありました。同FCの望月達也監督からは、「今シーズンはJリーグに上がる勝負の年。シーズン後いい報告ができるよう、コンディションを整えるいいキャンプにしたい」とあいさつがあり、意気込みを示しました。青森県ではこの時期、雪などの影響で外で練習ができないそうので、式典後、選手は今年初となるグラウンドでの練習を行いました。



式典で挨拶をする望月監督

キャンプは2月12日（火）まで行われ、トレーニングに励みました。

## 人権まつり開催

人権まつりが佐賀・大方地域で開催されました。

第30回目となる「横浜解放まつり」は、1月26日（土）、「解放運動の熱と光を未来へ」のテーマで佐賀町民館で行われました。

午前の部は、開会式典の後、比留間光悦さんによる記念講演「夢の線路はどこまでも」からスタート。比留間さんの体験談を交えながらギターやピアノによる弾き語りや披露され、観客も一緒に歌ったり、タップダンスをしたりし、会場は一体感に包まれました。講演後、比留間さんは「佐賀の人の温かさ、人と人のつながりを感じた」と笑顔で話しました。

その後、佐賀保育所の園児による発表が行われ、午後からは佐賀中学校吹奏楽部による演奏、中学生による人権作文の発表、和太鼓・コーラスなどの演奏がありました。



比留間さんによる記念講演の様子

## 大方地域では、

2月2日（土）、「大方人権まつり」がふるさと総合センターで開催されました。



今年のテーマは、「未来へ 笑顔の花」。大方中学校吹奏楽部による演奏から午前の部が始まり、小学生の人権作文の発表や、大方中央保育所の園児による歌と踊り、浜松解放子ども会の活動紹介などの発表が行われました。

午後の部は、徳島県を拠点に音楽活動をする男性2人組ユニット・HILL STONEによる「音楽の力〜みんなで繋げよう明日へ!」と題した人権コンサートが行われました。東日本大震災を経験し、二人が感じた絆や命の大切さについて、観客も熱心に耳を傾けていました。

## フライングディスクで遊ぼう

1月31日（木）、土佐西南大規模公園体育館にて、「フライングディスクで遊ぼう」が開催され、老人クラブや福祉施設から約40人が参加しました。

「フライングディスク」とは、プラスチック製の円盤を投げるスポーツのこと。取り組みやすさから、全国障害者スポーツ大会の正式競技となったスポーツです。今回のイベントは、「年齢や障害の有無に関わらず楽しめるスポーツを広めたい」と社会福祉協議会の主催により開催されました。

参加者は、高知県障害者フライングディスク協会の大石雅省さんから、投げ方や受け方について教わった後ペアとなり、実際にディスクを投げあいました。

参加した生駒進さんは、「まっすぐ飛ばすのは難しかったが、体を動かして楽しめた。このようなイベントに多くの人に参加してほしい」と話しました。同イベントは2月9日（土）にも開催され、約50人が楽しみました。



ディスクを投げあう参加者

## 小学生が長巻寿司作りに挑戦

農業委員会は、女性委員が中心となって、小学生を対象に地産地消の料理作りを指導しています。

今年度は12月17日(月)に佐賀小学校4〜6年生により18・5m、12月18日(火)に拳ノ川小学校全校児童により12m、1月15日(火)に伊与喜小学校全校児童により11・4mの長巻寿司を完成させました。また、児童らは女性委員やJA高知はた女性部(JA高知県女性部)の町内部員の指導のもと、サラダ、豚汁、デザートにサツマイモの茶巾絞りを作り、できあがると大きな歓声が上がりました。

農業委員の金子孝子さんは「一つの料理を協力して作る楽しさと、町産食材の良さを知ってほしい」と話しました。

来年度は、南郷・田ノ口・三浦小学校での開催を予定しています。(農業委員会)



## 高知大・地域協働学部 蜷川への思い

2月11日(月)、集落活動センターであいの里蜷川にて高知大学地域協働学部の学生による発表会が開催され、約50人が集まりました。

この発表会は、同学部の学生が課外授業の一環として蜷川地区に入り、3年間地域の人と活動したことや、学んだこと、感謝の思いを伝えたいと開催されました。

初めに、蜷川地区の美しい景色や今までのイベントの様子が映像で紹介されました。次に、学生からこれまでの活動内容や、企画・実施したイベントを通じて感じたことなどの発表がありました。

その後、金子貴博区長が「イベント前は何度も足を運んでくれ、地域のためによくやってくれた」と感謝を述べました。また、発表した柳川あずささんは、「地域の人に優しくしてもらい、大きなことをやり通せた。第2のふるさととなった蜷川にまた遊びに来たい」と話しました。



そのほか、会場には学生が撮影した写真や、蜷川小学校の卒業生の写真も展示されました。

## 7本足のダイコン収穫

浜町地区在住の浜町三男さん宅の畑で、1月16日(水)、珍しい形のダイコンが収穫されました。

収穫されたのは、横に大きくなり、7つに分かれて根が生えたもの。昨年7月頃に植えられ、台風や夏の暑さを乗り越えてようやく収穫されました。



収穫された大根

長年家庭用の野菜を育てている浜町さんですが、今回のようなダイコンは初めて収穫したとのこと。近所の方とも驚きと喜びを共有したそうです。浜町さん夫婦は、「スツと抜けたのでこんな形だと初めは気付かなかった。食べる分はほかにも



大根を手に笑顔の浜町さん

収穫したものがあついで、これは飾っておくうかな」と笑顔で話しました。

## 「春恋」参加者募集



春は出会いの季節。パークゴルフと食事会を通して、新しい出会いを見つけてみませんか。現在イベント参加者を募集しています。イベント詳細や応募条件・方法などはHPよりご確認ください。

日時/3月16日(土) 午後2時~午後7時頃  
応募締切/3月9日(土)

<http://www.town.kuroshio.lg.jp/pb/cont/kikaku-osirase/1610>

お問い合わせ  
本庁 企画調整室 企画振興係 ☎43-2177

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	弁護士費用	着手金・相談料 無料 成功報酬制
-----	-----------------------------	-----	------------------	-------	---------------------

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 プレシヤス総合法律会計事務所  
〒780-0829 高知市東区四谷4-3 福屋ビル4-A (東区駅前) 平日 9:00~18:00  
TEL 03-5363-6333 FAX 03-5363-6334 E-mail: info@precious-law.jp http://precious-law.jp

## ながーいながーい巻寿司づくり

3年ぶりに長巻寿司づくり体験をしました。

私たちは、ご飯を丸める担当になりました。

手袋をして、ごはんをソフトボールよりも少し大きいくらいにぎ

って丸めました。大きいので手からあふれて落ちそうになりました。下級生は、野菜を切ったり、サラダを作ったり、おもを丸めたり、みんな楽しそうにしていました。

長巻寿司の具は、玉子、ごぼう、カニカマ、かんぴょう、きゅうり、ニンジンなどいっぱいありました。色もきれいで

した。みんなの準備ができて、長机の前に一列に並びました。「せーのっ」のかけ声で

いっせいに巻きました。ちよつとむずかしかつたけど、なんとかうまく巻くことができました。

長さを測ってもらうと、11メートル40センチありました。一口では入りきらな

いほどの太い巻寿司は、とてもおいしかったです。

（伊与喜小学校 6年 桜木 杏奈）



## 人権教育参観日について

1月27日は人権教育参観日でした。5時間目の授業の時、すごく緊張しました。権利について考える授業でした。その中で、他の人と考えが違ったので、意見を

なかなかまとめられませんでした。でも、どれも生きていく中で、必要だと思

ました。次に、人権作文発表会がありました。1から6年生までの代表者が人権作文を

読みました。みんなが人権についてよく考えて書いていたと思いました。

そして、人権ライブがありました。ジエリービーンズの方が自分の体験を語

ってくれたり、歌を歌ってくれたりしました。特に最後の歌は心にごく残りまし

た。自分の心に語りかけてくれるような優しい歌でした。話もすごくいい話で、

不登校だった過去の話や命の話をしてくれました。

これから、自分の周りにきずついて

いる人や悲しんでいる人がいないか、

考えながら、人を大事に生活をして

いきたいと思いました。

（入野小学校 5年 濱田 珠那）



## 紙すきで卒業証書を

1月15日に、橘川の若山こうぞ作業所で紙すき体験をしました。こうぞの木の皮で卒業証書にする紙を作りました。

最初に、1人1本ずつこうぞの皮をはぎました。次に、男子は皮の外側の茶色

い所をはぎました。女子は、はがした後白い方のチリを取り除いていました。

力を入れてほう丁みたいな刃物で、皮をはぐので、3、4枚で疲れてしまいました。

自分の分を全部して、女子と交わりました。チリを取り除くのも、残さず

取らないといけないので苦労しました。そして、いよいよ紙すきをしました。順

番に1人3枚ずつ紙をすきました。初めの2枚は手伝ってもらってすいて、3枚

目は1人ですきました。水平にして水を切るのも1人ではむずかしかったです。

自分で卒業証書の紙を作りました。あの紙が卒業証書になるんだなと思いました。

卒業式の時にもらうのが、とても楽しみです。

（佐賀小学校 6年 舛田 權）





佐賀保育所



のびのびと遊べる子ども  
元気に活動できる子ども  
いきいきと表現できる子ども

宮川 由美

佐賀保育所は、平成22年4月に旧佐賀、横浜、伊与喜、拳ノ川保育所の4園が統合し開設されましたが、統合後に南海トラフ地震の津波高の想定が出されたことにより、平成30年4月に現伊与喜地区に移転となりました。現在71名の子どもたちが保育所生活を楽しくしています。

- ・保育目標やめざす子ども像に向け、遊びを通して生きていく力の基礎を育む
- ・遊びの環境を保障する
- ・自主性、自発性を育む
- ・防災意識を高める

◆自然のアスレチック

三方を山に囲まれていることもあり、秋には栗を拾って煮て食べたり、ドングリを拾って制作したりできました。

ボルダリングもあります。園庭のすぐそばの山では、斜面を登ったり、すべったり、木の枝につ

り下げたタイヤでブランコしたりと自然を利用したアスレチックを楽しんでいます。町内のほかの保育所と同じように「早寝早起き朝ごはん、運動」に取り組みしており、ゴールデントimeには格好の遊び場運動の場となっています。

◆畑の日(菜園活動)

新園においては、菜園活動のできる畑もでき、サツマイモ、ジャガイモ、ダイコン、ニンジン、エンドウなどの栽培、収穫を楽しむことができます。

なるようになりました。月に一度は全員が畑に出かけ、収穫したり、草を引いたり、



その様子を眺めたりしています。栽培、収穫した野菜を使って、慣れない手つきでクッキングしたり、目の前で調理してもらったりすることによって、視覚嗅覚などの五感を刺激し、苦手な野菜も食べられるようになりました。ホットプレートで作るナスのお好み焼き風や大根葉の炒め物が好評でした。



◆避難訓練

毎月1回、地震や火災、風水害などを想定して行なっています。昨年度までは津波から避難するために荒神山避難広場や避難タワーへの訓練を計画実行していましたが、移転したことを機会に避難した後のことも考え、パッククッキングなどに取り組みしました。

◆地域に根ざした保育所として(連携)

佐賀中学校区保小中連携会議があります。15年間を見通した園児・児童・生徒の育成を図るため佐賀地区の小・中学校と連携し活動しています。「聴く力・話す力を育てる」といって、返事ができるように、「〜」という同じテーマに沿って、公開授業や公開保育、意見交換など取組を進めています。中学生が保育所に読み聞かせに来るといった活動につながったこともありました。

さまざまな地域のイベントにも参加し交流しています。伊与木川を守る会主催のアユの放流や戻りガツオ祭、三方山奉納相撲大会、横浜解放まつりがあります。そのほかにも、かしま荘との交流(七夕の飾りつけ・運動会)や佐賀地区老人体育大会への参加もしています。主に年長児が参加していますが、小さいクラスの子どもたちも、「ぞう組さんになったら…」と憧れの気持ちを育てています。子どもたち一人ひとりが、自分が何かすることによって喜んでくれる人たちがいるということを感じ取り、自分自身の成長へとつながっていきます。

# 健康カレンダー

3月中旬から4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。

注)表中の※印は、受付時間となります。

## 大方地域

3月	内 容	場 所	時 間
18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	鞭老人憩の家	10:00~11:00
19日(火)	大 方 橘 川 健 康 相 談	大方橘川集会所	9:30~10:30
20日(水)	御坊畑ふれあいサロン	御坊畑集会所	※ 9:30~12:00
25日(月)	献 血	保健福祉センター	10:00~12:30
		本庁1階くろしおホール(受付)	14:00~16:30
29日(金)	有井川ふれあいサロン	有井川集会所	9:30~12:00
4月	内 容	場 所	時 間
4日(木)	灘 健 康 相 談	灘集会所	10:00~11:00

## 佐賀地域

3月	内 容	場 所	時 間
27日(水)	乳 児 健 診	総合センター	※13:00~13:20

○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

## ■当直医療機関

月日(曜)	四万十市	宿毛市 (0880)	四万十町 (0880)
3/17(日)	四万十市立市民病院 ☎34-2126	田村内科クリニック ☎63-1668	大西病院 ☎22-1191
21(木)	中村病院 ☎34-3177	筒井病院 ☎66-0013	くぼかわ病院 ☎22-1111
24(日)	中村クリニック ☎34-5100	奥谷整形外科 ☎63-1202	
31(日)	さくらクリニック ☎35-2555	大井田病院 ☎63-2101	
4/7(日)	四万十市立市民病院 ☎34-2126	幡多けんみん病院 ☎66-2222	
14(日)	森下病院 ☎34-2030	聖ヶ丘病院 ☎63-2146	

※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。

皆さんの献血が医療を支えています

血液は、栄養や酸素の運搬、免疫など人間の生命を維持するために不可欠です。現在、血液の機能を完全に代替できる手段はないため、医療において輸血は欠かすことができない治療法となっています。

献血された血液は、輸血用血液製剤などになり、次のような患者に使われます。

- ・がん(悪性新生物)の患者
  - ・外科手術などによって出血している患者
  - ・慢性貧血の改善が必要な患者
  - ・凝固因子の欠乏により出血しやすくなった患者 など
- 皆さんの献血が医療を支えています。ご協力をお願いします。

○お問い合わせ

佐賀支所  
地域住民課保健センター  
☎55-7373  
高知県赤十字血液センター  
☎088-866-6660

## 献血バスがやってきます

次の日程で献血バスがやってきます。  
気軽にできるボランティアとして、献血にご協力をお願いします。

日 時	時 間	実施場所
3月25日(月)	10:00~12:30	保健福祉センター
	14:00~16:30	本庁1階くろしおホール(受付)



※バスでは400ml献血のみです。

# 健康知恵袋

## 的確な花粉症の治療のために

### 花粉症ってどんな病気？

花粉症は、花粉によって生じるアレルギー疾患の総称であり、主にアレルギー性鼻炎とアレルギー性結膜炎が生じます。花粉が鼻に入ると、直後にくしゃみ、鼻汁が生じ、少し遅れてから鼻づまりの「即時相反応」が生じます。このときの鼻の粘膜は、風邪に近い赤い色の腫脹を起こします。このため、初めて花粉症になったときには、検査をしなければ、風邪と間違える場合もあります。

目に花粉が入ると早くから目がかゆくなり、涙が流れ、目が充血してきます。症状が強いときは、鼻で吸収されなかった抗原成分が鼻から喉へ流れ、喉のかゆみ、咳を生じます。また、鼻づまりによる頭痛、鼻や喉の炎症反応による微熱、だるさなどの症状にも悩まされます。

家の中にいるときなど、花粉がない状態でも症状はありますが、多くは花粉の繰り返し吸入による鼻づまりの症状が主体です。こ

れをアレルギー反応の「遅発相反応」と呼びます。

●アレルギー性鼻炎と風邪を見分けるには？

くしゃみ、鼻汁、鼻づまりは、アレルギー性鼻炎の3大症状といわれますが、風邪でも同じような症状がみられます。

●アレルギー性鼻炎と風邪を見分けるポイント

アレルギー性鼻炎	風邪
<ul style="list-style-type: none"> <li>・症状はシーズン中または1年中続く</li> <li>・発熱はほとんどない</li> <li>・目のかゆみや充血がある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1週間ほどで良くなる</li> <li>・熱が出ることが多い</li> <li>・咳やたん、喉の痛みがある</li> </ul>

### 花粉症の治療

●早めにお医者さんに行って、困っている症状をきちんと伝えよう

あなたに1番合った治療をするための近道です。

●アレルギー(アレルギーの原因)を診断してもらおう

自分のアレルギーに応じたセルフケアができます。

●治療は自己判断で途中でやめないで

症状が良くなってきても、自己判断せずにまずはお医者さんに相談することが大切です。

花粉症の治療はほかの鼻や目のアレルギーの治療と基本的には同じですが、急に強い症状が起こることにも注意しながら進められます。治療法は対症療法と根治療法の2つに分類されます。

1) 対症療法	2) 根治療法
<ul style="list-style-type: none"> <li>・点眼薬、点鼻薬</li> <li>・内服治療</li> <li>・レーザーなどによる手術療法</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アレルギー免疫療法</li> <li>・原因抗原(花粉)の回避と除去</li> </ul>

### 予防法とセルフケア

- ・花粉情報に注意する
- ・掃除を心掛ける
- ・飛散の多いときの外出を控える
- ・外出時にマスク、眼鏡を使う
- ・帰宅時は、衣服や髪をよく払ってから入室する。洗顔、うがいをして鼻をかむ

「マスクや眼鏡が有効です」  
鼻と目に花粉が付着しないようにするための防御器具が有効です。着用は違和感のない花粉症用眼鏡も販売されていますが、通常の眼鏡だけでも、眼鏡をしていないときに目に入る花粉量が半分以下になります。また、花粉の季節には、コンタクトレンズ使用の人は花粉がレンズと結膜の間で擦れるので、眼鏡に替えた方が良いでしょう。

○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

## 宝くじコミュニティ助成 事業で資機材を整備

万行地区自主防災組織が、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として実施しているコミュニティ助成事業を活用し、助成金で防災資機材の整備を行いました。

今回の事業で、発電機や簡易トイレ、担架など災害時に必要な防災資機材を購入し、さらなる防災機能の強化を図ることができました。



## 地域防災サポーター 養成講座を開催

災害や防災対策について一定の知識と技術を持った人材を育成することを目的に開催している「地域の防災サポーター養成講座」が昨年11月17日(土)から全3講座行われ、今年度は11名が全過程を修了し、地域防災サポーターとして町の認定を受けました。

第1講座では、高知地方気象台の北村光良次長と笠井将伸観測予報管理官を講師に迎え、南海トラフ地震の仕組みや、日頃起こりやすい台風、大雨といった風水害などについての講義がありました。

第2講座は普通救命講習として、黒潮消防署員より救命に関する知識と技能を身に付け行動できるよう、心肺蘇生法とAEDの操作について学びました。

また、第3講座では、阪神・淡路大震災で被災した経験を持つ北淡震災記念公園の米山正幸総支配人に、被災した直後の災害活動や、日頃の地域のつながりの大切さな

ど、今後の備えについて講話いただきました。また、実技講習として、日本防災士会高知支部の土居清彦さんから、搬送方法やロープワーク、身の回りにある物の利用法など実践的な技術を学びました。

南海トラフ地震では、さまざまな被害が予想されますが、一人ひとりの備えが大きな効果を生み、備える人が増えることで安心して暮らせる地域社会となります。

今後も同講座の開催を予定していますので、今回参加されなかった方も次の機会にご参加いただき、災害に強いまちづくりを一緒にめざしましょう。



お問い合わせ

【本庁】情報防災課 消防防災係

☎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



## ～国保の加入届出について～

**75歳年齢到達により、被用者保険（協会けんぽ、共済保険など）から後期高齢者医療制度に移行することにより、その扶養家族である被扶養者の方が新たに国民健康保険に加入する場合の手続きについて**

●75歳に年齢到達した方や、65歳以上74歳以下の方で一定の障がいにより後期高齢者医療広域連合から認定を受けた方（\*1）は後期高齢者医療制度に加入することとなり、現在加入している国民健康保険や、被用者保険（協会けんぽ、共済保険など）の被保険者・被扶養者の資格は喪失します。

（\*1）障がい認定の申請を撤回することによって、後期高齢者医療制度に加入せず国民健康保険または被用者保険に加入することもできます。

●被保険者が資格喪失したことにともない、75歳未満の扶養されている方も被扶養者の資格を喪失するため、新たに国民健康保険に加入することになります。（ほかの被用者保険の被保険者や、被扶養者に加入する場合は除きます。）

国民健康保険に加入する場合は、本庁または佐賀支所の担当窓口で手続きをする必要があります。

以下の必要書類をそろえて、14日以内に手続きを行ってください。

### 必要書類

- ① 被用者保険の資格喪失日がわかるもの
- ② 印かん
- ③ マイナンバーのわかるもの



マイナンバーキャラクター  
マイナちゃん

**被保険者が後期高齢者医療制度に加入することにともない、国民健康保険に新たに加入することとなった被扶養者のうち、65歳以上75歳未満の保険税については、申請により軽減が受けられます。**

●国民健康保険に加入した場合の国保税については、申請をすることで軽減が受けられます。軽減の詳しい内容は国保税担当までお問い合わせ下さい。

●国保税は、国保に加入した日から月割りで賦課され、翌月からの納付となります。

このほかにも不明な点などがありましたら、お気軽に下記までお問い合わせください。

○お問い合わせ 本庁 住民課 国保係 ☎43-2800  
税務課 住民税係 ☎43-2816  
佐賀支所 地域住民課 総合窓口第2係 ☎55-3112



## ◆ 防ごう 高齢者虐待

高齢者の介護をひとりで、または家族だけで頑張り過ぎていませんか。介護者の多くは、相手の行動に対する戸惑いや今後の不安を感じながら、日々介護に取り組んでいます。そのため心にゆとりがなくなると、高齢者自身の気持ちを思いやるのが難しくなり、虐待につながってしまうことがあります。介護者が地元の住民と上手につながり、地域全体で高齢者を見守ることが大切です。

### ■ そもそも、どんなことが虐待になるの？

体や心を傷つけることはもちろん、介護をしないことも虐待になります。

種類	内容
身体的虐待	暴力などによって、体に傷やあざ、痛みを与えること。他者と交流させないこと。体を拘束したり、ベッドに縛りつけたりすること。リハビリを強要すること。
心理的虐待	威圧的な言葉や態度で接する、無視する(囲らんから外す)、嫌がらせをするなど、精神的な苦痛を与えること。
介護の放棄	食事や水分を与えない、入浴をさせない、病院への受診や介護サービスの利用をさせないなど、生活環境や心身状態を悪化させること。
経済的虐待	日常生活に必要な金銭を渡さない、本人の預貯金や年金などを使い込むこと。
性的虐待	本人を辱める性的な行為や、わいせつな行為を強要すること。

### ■ 虐待の背景にはこんな要因が・・・

虐待者の多くは虐待をしているという自覚はなく、介護方法や認知症への知識不足などが原因で、介護しているつもりが虐待につながっていることが多くあります。特に、介護が長期化している場合は、介護者がひとりで悩みを抱え込まないように、周りの配慮が必要です。

また、認知症高齢者は、虐待を受けていてもあまり自覚できず、自ら助けを求めることができません。介護者や周囲の人が、認知症を正しく理解することが大切です。

### ■ 高齢者虐待防止の取組をみんなで理解しましょう

「高齢者虐待の防止・高齢者の養護者に対する支援等に関する法律」では、虐待を受けたと思われる高齢者を発見した場合、速やかに通報することが義務づけられています。

また、通報を受理した側(職員)にも、通報者や届出者を特定する情報についての守秘義務が課せられています。

日頃の見守り・気づき・助け合いで、虐待の起こらない地域づくりを目指しましょう。

**介護の悩みや何か気になることがあれば…**  
**〈相談窓口〉黒潮町地域包括支援センター ☎43-2240**

平成30年度の介護保険料に納め忘れはありませんか？納期限内にお納めください。

【お問い合わせ】本庁 健康福祉課 介護保険係 ☎43-2116

# ねんきん「一ナー」



「ねんきんネット」で「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」の再交付申請ができます

「ねんきんネット」とは、お客様自身の年金の情報を手軽に確認できるサービスです。24時間いつでも、どこでも、パソコンやスマートフォンからご自身の年金情報の確認や通知書の再交付申請ができます。

## ①通知書の再発行申請ができます

日本年金機構から送付する通知書を「ねんきんネット」の画面上から再交付申請することができます。年金事務所窓口に来所や電話で依頼することなく「ねんきんネット」から24時間いつでも通知書再交付申請を行うことができます。(※再交付した通知書は、年金機構に登録されている住所に郵送します。)

## 再交付できる通知書

- ・ 社会保険料(国民年金保険料)控除証明書
- ・ 公的年金などの源泉徴収票
- ・ 年金振込通知書
- ・ 年金額改正通知書

・ 支給額変更通知書

## ②通知書の内容が確認できます

日本年金機構から送付する年金振込通知書など、年金に関する通知書が自宅のパソコンでご覧いただけます。再交付の申請をしなくても通知書(PDFファイル)の保存・印刷ができ、年金額などの内容の確認が可能です。

## 確認ができる通知書

- ・ 年金振込通知書
  - ・ 年金支払通知書
  - ・ 年金額改正通知書
  - ・ 年金決定通知書
  - ・ 支給額変更通知書
  - ・ 公的年金などの源泉徴収票
- 電子版「公的年金などの源泉徴収票」(PDFファイル)をプリントアウトしたものは確定申告の添付書類として使用することはできません。
- お問い合わせ  
本庁住民課 住基戸籍係

☎ 4312800

佐賀支所 地域住民課

総合窓口第2係

☎ 5513701

日本年金機構 幡多年金事務所

☎ 3411616

幡多中央斎場は4月1日から建物内禁煙になります

幡多中央斎場では、健康増進の観点から「受動喫煙」を防止することを目的に、4月1日から斎場建物内を全面禁煙とします。

来館した喫煙者の皆さんには、ご不便をおかけしますが、趣旨をご理解いただき、屋外に設けた指定場所です喫煙していただきますようご協力をお願いします。

## ○お問い合わせ

本庁住民課 環境保全係

☎ 4312816

幡多中央環境施設組合

☎ 3311504



## ひとりで悩んでいませんか？ 職場での妊娠・出産等に関するハラスメントや セクシュアルハラスメントに！

あなたが妊娠したから、私たちが残業しなくてはならなくなると同僚から仲間はずれにされ仕事が手につかない。

セクシュアルハラスメントを受けて不快な思いをし、仕事に集中できない。 など

ご相談・お問い合わせは、  
高知労働局雇用環境・均等室  
(☎088-885-6041)まで。

黒潮町食生活改善推進協議会が県知事表彰を受賞しました

黒潮町食生活改善推進協議会の長年にわたる活動が認められ、高知県知事表彰を受賞しました。



この表彰は、県民の食生活の改善、栄養指導、調理技術の向上に多大な貢献があった方の労苦に報いるとともに、地区組織においては、他の模範とし、栄養行政の一層の推進に資するため行われているものです。

1月11日(金)に

高知市で行われた表彰式では、県内の栄養関係功労者(個人7名、団体3組)が出席し、黒潮町食生活改善推進協議会からは代表で濱田会長が表彰状を受け取りました。



受賞者(下段 右から3番目が黒潮町食生活改善推進協議会 濱田会長)

アクアスロン大会参加者募集中

「第26回いごそうアクアスロン大会」の出場者を募集しています。

本大会は、町内外から毎年多くの参加があります。スイムでは鹿島ヶ浦を眺めながら、ランでは塩屋の浜沿いを走るため、晴れた日には綺麗な砂浜が望めます。

ジュニア・ビギナー・一般の個人やリレーなどさまざまな部門を用意しています。

ビギナーリレーは、2人でチームを組み、スイム200mとラン4kmをそれぞれ別の選手が行い、総合タイムを競うものです。コースはビギナー・個人の部と同じため参加しやすく、アクアスロン初心者でも気軽に挑戦ができます。

また、あらかじめ曲をリクエストしておく、その曲がレース中に流れるといった演出もあります。

レース前夜の「ふれあいカツオパーティー」では、大会参加者同士の交流を深めます。そのほかにも魅力の詰まったアクアスロン。夏のスタートを切る本大会へ、多くのエントリーをお待ちしています。

詳細は、黒潮町公式ホームページをご覧ください。

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

◆開催日 7月7日(日)

◆申込 5月15日(水)まで

◆申込方法 参加申込書および誓約書を郵送、メールまたはFAXで申込

○お申し込み・お問い合わせ

いごそうアクアスロン大会事務局  
本庁教育委員会生涯学習係

☎ 43-0044

〒789-1199

高知県幡多郡黒潮町入野5893番地

✉ igotsuman@town.kuroshio.lg.jp

FAX 43-1144



統一地方選挙のお知らせ ~捨てません 希望を託す この票を~

4月7日(日)は  
**高知県議会議員選挙**  
の投票日です

投票時間 午前7時～午後6時  
(一部の投票所は午後4時まで)

期日前投票

▼期間 3月30日(土)～4月6日(土)

▼場所・時間

- ・本庁 1階くろしおホール  
午前8時30分～午後8時
- ・佐賀支所 1階町民室  
午前8時30分～午後6時

4月21日(日)は  
**黒潮町議会議員選挙**  
の投票日です

投票時間 午前7時～午後6時  
(一部の投票所は午後4時まで)

期日前投票

▼期間 4月17日(水)～4月20日(土)

▼場所・時間

- ・本庁 1階くろしおホール  
午前8時30分～午後8時
- ・佐賀支所 1階町民室  
午前8時30分～午後6時

仕事や旅行、レジャーなどで当日投票できない方は、「期日前投票」ができます。期日前投票期間中には、町内全域から期日前投票所までの無料送迎バスを運行します。詳しくは全戸配布のチラシをご覧ください。



○お問い合わせ 選挙管理委員会 ☎43-2825

ふるさと動画上映会

大方中学校では、町内の風景・人・イベント・産業・店などを紹介するビデオ作品を「黒潮町の魅力発信」という視点で制作する「ふるさと動画制作プログラム」に取り組みました。

この事業は、町独自で展開しているふるさと・キャリア教育の環境で、常に心の中にふるさとが息づいている大人となるため、町のことをしっかり記憶に刻むことを目的としています。グループごとに取り組むテーマを設定し、町のPR動画をはじめ、地域・防災教育の記録、町への提言など、多岐に渡る作品が完成しました。

次のとおり上映会を開催しますので、多くの皆さんの来場をお待ちしています。

【上映会】

日時

3月17日(日) 午前10時30分～

会場

大方あかつき館レクチャーホール

※事前申込は必要ありません。

お問い合わせ

本庁教育委員会生涯学習係

☎ 43-0044

平成30年度黒潮町戦没者追悼式

先の大戦で亡くなられた方を追悼し、平和を祈念するため、黒潮町戦没者追悼式を行います。

どなたでも参加できます。

町内各地から送迎バスが出ますので、ご利用希望の方は左記へご連絡ください。

日時 3月23日(土)

受付 午前9時～

式典 午前10時～

場所 ふるさと総合センター

お問い合わせ

本庁健康福祉課福祉係

☎ 43-2116

佐賀支所地域住民課

総合窓口第2係

☎ 55-3112



平成30年度黒潮町戦没者追悼式送迎バス運行予定表

平成31年3月23日(土)

市野瀬 発		鈴 発		出口 発		灘 発	
乗降場所	発車時刻	乗降場所	発車時刻	乗降場所	発車時刻	乗降場所	発車時刻
市野瀬バス停	8時48分	鈴市場前	8時45分	出口	9時00分	灘バス停	9時00分
佐賀橋川バス停	8時50分	旧熊野浦集会所	9時05分	田野浦漁協	9時10分	伊田バス停	9時10分
拳ノ川(お宮)	8時53分	幡多信用金庫 佐賀支店前	9時15分	下田の口	9時20分	伊田	9時12分
荷稻(お宮)	8時57分	横浜バス停	9時17分	芝バス停	9時25分	有井川バス停	9時15分
小黒ノ川バス停	9時00分			本村バス停	9時30分	上川口郵便局	9時20分
不破原バス停	9時03分					浮津バス停	9時25分
市野々川橋(国道沿い)	9時05分					鞭バス停	9時28分
伊與喜バス停	9時07分					小川バス停	9時30分
熊井バス停	9時09分					早咲バス停	9時33分
藤縄バス停	9時11分					JA大方前	9時35分
上分	9時13分						
白濱バス停	9時18分						
↓	発車時刻						
ふるさと総合センター (9時40分頃到着)							

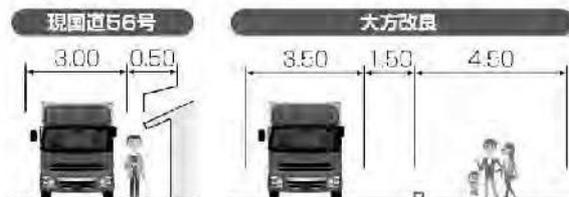
※上記以外に、馬荷・田ノ口方面、もしくは奥湊川方面へも送迎しますので、お申し込みください。

# 一般国道56号 大方改良（黒潮町入野）が平成31年3月24日（日曜日）に全線開通します



## 歩行者、自転車利用者の安全・安心が向上します

大方改良の整備により、**安全で安心な通行区間が確保**されます。



■ 現国道56号で発生した重大事故の当事者割合（平成11年～平成28年）



歩行者や自転車利用者が巻き込まれる事故が約 **2** 倍

資料) 交通事故総合分析センターデータ (平成11年～平成28年)

## 地震時の避難、被災後の救援・復旧活動を支援します

○防災拠点として黒潮町が整備した新庁舎などと相まって、**南海トラフ地震時の地域住民の避難や被災後の迅速な救援・復旧活動など、黒潮町の目指す「犠牲者ゼロ」の取組を支援**します。



工事期間中は、ご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございました。  
開通前イベントの内容が決まりましたら、HPなどでお知らせします。

○お問い合わせ 国土交通省 中村河川国道事務所 工務第二課 ☎34-7301 (代表)

# くろしお協力隊がゆく!



こんにちは。産業推進室でふるさと納税を担当(3年目)しています、地域おこし協力隊の森元です。

黒潮町のふるさと納税は、2018年度も順調に推移し、多くのご寄附を全国の皆さんからいただいております。黒潮町のファンが着実に増えていることを実感しております。

【今月の担当者】  
地域おこし協力隊  
(ふるさと納税担当)  
森元 秀典

ふるさと納税という制度を通じて、全国の多くの方々に、黒潮町の四季折々の旬の産品やこだわりの逸品と、その生産者の方々をご紹介することができたと思っております。大変有意義な業務に携わることができた3年間でした。ここで得た知識や技術は、黒潮町で定住するにあたって、大いに活用させていただこうと思っております。

末筆ではありますが、このような機会を与えていただきましたこと、黒潮町の皆さんに心よりお礼申し上げます。任期も残すところあとわずかではありますが、最後まで精一杯業務に励んでまいりますので、町の皆さんも「黒潮町のふるさと納税」のPRを、何卒よろしく願いいたします。



黒潮町ふるさと納税 お礼の品の一例

## 〈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			
		中村住設	道倉水道工務店	拳ノ川住設	
3	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	クソオンラインサービス	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	
	25~31	中村住設	道倉水道工務店	拳ノ川住設	
4	1~7	前田電工	大西設備	山本建設(株)	
	8~14	クソオンラインサービス	平野住設	(有)弘瀬建設	
	15~21	吉本水道工務店	野村企画設備	拳ノ川住設	
	22~28	中村住設	村越設備	山本建設(株)	
	29~30	前田電工	大西設備	(有)弘瀬建設	

● 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
クソオンラインサービス	入野1769	43-3075		吉本水道工務店	下田の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		※(株)土居建設と道倉水道工務店は3月末までです。			

○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

# くろしおっ子の学校給食

## 大豆とじゃこのかみかみご飯



材料(4人分)

米 1と1/2合  
 ゆで大豆 60g  
 かり 20g  
 { 卵 1個  
 { 塩 少々  
 サラダ油 適量  
 砂糖 大さじ1(9g)  
 うすくちしょうゆ 小さじ1(6g)  
 みりん 少々

給食での登場回数は年に1回あるかないか、あまり多くはありませんが、大豆の歯ごたえにかちりの塩味、卵のやさしい風味があいまって、かくれたファンも多いメニューです。大豆とかちり、卵はそれぞれ異なるたんぱく質となるので、一緒にとることでより体に必要な栄養素をとりこむことができます。

【作り方】

- ①米を炊く。
- ②卵に塩を少々加えて混ぜ、油をひいたフライパンで炒り卵にする。
- ③②にかちり、ゆで大豆をくわえてさらに炒め、砂糖、うすくちしょうゆ、みりんで味を調える。
- ④炊き上がったご飯に、③を入れてよく混ぜ合わせる。

○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 いのPG×黒潮PG交流大会

日時:2月17日(日) 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	26	30	56	25	26	51	107	-4	103
準優勝	松田 哲	24	28	52	27	27	54	106		106
3位	小野みね	23	29	52	26	32	58	110	-4	106
4位	西地 裕	26	29	55	28	24	52	107		107
5位	尾崎良二	25	27	52	25	30	55	107		107
6位	峰岸広美	25	30	55	27	27	54	109		109
7位	井上梅香	26	27	53	29	31	60	113	-4	109
8位	茶畑すみ子	29	28	57	30	27	57	114	-4	110
9位	澳本 修	28	29	57	28	26	54	111		111
10位	植野初男	27	27	54	27	31	58	112		112

ベストスコア: Aコース 23点 — 小野みね

Bコース 23点 — 筒井康夫

ホールインワン: Aコース 2 松田哲、8 植野忠美

Bコース 3 筒井康夫、西網清子

※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 3月番組予定表

黒潮町議会・高知県議会を生中継!

番組	放送時間
IWK TV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 20:00
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
ショッピングチャンネル	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

#### ◆黒潮町議会中継

- 平成31年 黒潮町議会3月定例会
- ・3月8日(金) 開会・会期の決定 など
  - ・3月11日(月) 質疑
  - ・3月15日(金)・3月18日(月)・3月19日(火) 一般質問
  - ・3月19日(火) 委員長報告(質疑・討論・採決)閉会
- ※会期及び放送日程は変更となる場合があります。

#### ◆高知県議会中継

- ・3月1日(金) 質疑並びに一般質問
  - ・3月4日(月)~3月7日(木) 質疑並びに一般質問(一問一答)
  - ・3月19日(火) 委員長報告・採決・閉会
- ※会期及び放送日程は変更となる場合があります。

※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 IWKTV制作室まで

**【情報推進係】 ☎43-2188 | 【IWKTV制作室】 ☎43-0500**

# 黒潮町イベントカレンダー

2019(平成31)年3・4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。

青字＝町外で開催される行事

月日(曜)	行 事 名	場 所	時 間	お問い合わせ
3月(土)・10(日)	四万十・足摺無限大チャレンジライド	宿毛市総合運動公園(スタート)	8:00	観光係 ☎43-2113
11(月)	東京2020オリンピック・パラリンピックフラッグツアー	本庁1階くろしおホール	8:30	生涯学習係 ☎43-0044
22(金)	高知ファイティングドッグス スプリングトレーニング	大方球場	10:00	観光係 ☎43-2113
23(土)	高知ファイティングドッグス スプリングトレーニング 交流戦vs愛知大学	同 上	12:30	同 上
24(日)	高知ファイティングドッグス スプリングトレーニング 交流戦vs岡山吉備国際大学	同 上	12:30	同 上
31(日)	春のウォーキング2019(申込3月20日まで)	波 <sup>は</sup> 介 <sup>けい</sup> 山 <sup>やま</sup> 展望公園(土佐市)	8:00	生涯学習係 ☎43-0044
	黒潮一番館ビリビリ祭	かつおふれあいセンター黒潮一番館	11:00	黒潮一番館 ☎55-3680
4月14(日)	幡多・マーケット「海辺の日曜日」	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

## ■拳ノ川診療所 3月の診療予定 【診療時間】午前9時30分～正午、午後2時～午後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
午後						外来診療(矢野先生)	
午前	3	4	5	6	7	8	9
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) 〔伊与喜出張診療所〕 14:30~16:00	外来診療(池田先生)		外来診療(矢野先生)	
午前	10	11	12	13	14	15	16
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)		外来診療(矢野先生)	
午前	17	18	19	20	21 春分の日	22	23
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(池田先生)		外来診療(矢野先生)	
午前	24	25	26	27	28	29	30
午後	31	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) 〔鈴木出張診療所〕 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に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0時30分～午後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。
- ・特定健診(個別)を随時受付しています。まだ特定健診を受けられてない方は、ぜひご利用ください。

【お問い合わせ】拳ノ川診療所 ☎55-7111

○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

★第12回「子育て講座」  
7日(木)  
午前10時～午前11時  
内容 「親子ふれあいヨガ」  
講師 松田裕佳さん  
(ヨガインストラクター)  
場所 地域子育て支援センター

★いつしよに遊ぼう  
14日(木)おわかれ会  
20日(水)絵本のよみかかせ  
25日(月)誕生日会  
28日(木)お外で遊ぼう  
午前10時～午前11時30分  
場所 地域子育て支援センター

★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「ごそのへや」  
☎55-2117  
(悪天候の日はおでかけできない場合があります)



3月の予定

地域子育て支援センター通信



第29回文学館企画展

期間 3月31日まで (場所 上林暁文学館)



**第19回 におえ・イメージ・感想画コンクール展**  
 主催 黒潮町立図書館  
 場所 大方あかつき館町民ギャラリー  
 期間 2月10日(日)～3月10日(日)

**文学散歩 「秋水と暁のふるさとを歩く」**  
 主催 高知工業高等専門学校  
 場所 四万十市・黒潮町  
 日時 3月9日(土)午前10時30分～午後4時30分

**文学の道づくり 上林暁文学碑除幕式&特別文学講座**  
 主催 上林暁顕彰会  
 場所 大方あかつき館  
 日時 3月10日(日)午後3時～午後5時  
 講師 大熊伊禰子(上林暁の長女)

3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						
4月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6

大方・佐賀図書館 (〻の日は休館日です。)



※3月22日(金)は21日の振替休日 3月29日(金)は館内整理日



新しくいった本紹介

- 帰去来 大沢 在昌/著
- 神の島のこどもたち 中脇 初枝/著
- 平成くん、さようなら 古市 憲寿/著
- 女性のための「検査」がわかる本 小橋 隆一郎/著
- 悲願花 下村 敦史/著
- 女警 古野 まほろ/著
- 50過ぎたら、お金は賢く、心はぜいたく 沖 幸子/著
- ぶうぶうママ 小路 智子/作
- こぐまのアーリーとあかいぼうし わだ あい/作
- 中学生のためのスイーツの教科書 おかやま山陽高校製菓科/編

**開館時間**  
 【月・火・水・金】 午前10時～午後6時  
 ※文学館は午前9時30分開館  
 【土・日】 午前10時～午後5時  
 ※文学館は午前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・祝日は休館日です。

**貸出冊数・期間**  
 【本】 1人5冊・2週間  
 ★本の新刊は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、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 ☎5-3150

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

黒潮町公式 SNS



フェイスブック @9640town  
 ツイッター @kuroshio\_town  
 インスタグラム @kuroshio\_town

Please follow us



2019年2月13日Instagram掲載

わがまちデータ

人口	11,250人(前月比2人減)	
男	5,371人	
女	5,879人	
世帯数	5,508世帯	
増加	出生	5人(男2人・女3人)
	転入	27人(男19人・女8人)
	その他	0人
減少	死亡	16人(男6人・女10人)
	転出	14人(男5人・女9人)
	その他	4人(女4人)

2019(平成31)年1月31日現在