

# くろしお



## 主な内容

P.2 特集・黒潮町マラソン大会

P.3 まちのできごと

P.5 くろしお子どもニュース

P.7 健康カレンダー

P.11 備えて安心

P.12 役場からのお知らせ

P.19 くろしお協力隊に聞く!

P.20 図書館カレンダー

## 第19回黒潮町マラソン大会

2月9日(日)、教育委員会主催「第19回黒潮町マラソン大会」が開催され、小学生の部62名、一般の部42名の計104名が参加しました。

参加者らは、土佐西南大規模公園をスタートし、入野漁港付近で折り返す1.5km、海のバザールで折り返す2km、ネスト前で折り返す3kmの各コースを走行。

小学5・6年生男子の部で1位となった池田悠真さんは、「最初は負けていて、抜けるか心配だったけど、1位になれて嬉しかった。ゴールする時は向かい風で走りにくかった」と話し、同女子の部で1位となった松田愛空さんは、「タイムはかかったけど、金メダルが獲れて良かった」と話しました。また、中学生～34才男子の部で2位となった杉本祐樹さんは、「楽しかったけど疲れた。坂のところに向かい風が吹いてきて苦しかった」と話しました。



### ▶小学1・2年生の部／1.5km

- |                    |                 |                |
|--------------------|-----------------|----------------|
| 【男子】①田邊 凌都 (6分20秒) | ②澳本 凧 (6分31秒)   | ③北川 翔理 (6分32秒) |
| 【女子】①松下 叶空 (6分29秒) | ②西尾 帆乃和 (6分34秒) | ③岡本 音橙 (6分39秒) |

### ▶小学3・4年生の部／2km

- |                    |                |                |
|--------------------|----------------|----------------|
| 【男子】①田邊 駿走 (7分20秒) | ②川村 晴琉 (7分27秒) | ③村上 稜太 (7分46秒) |
| 【女子】①西村 心良 (8分44秒) | ②弘田 侑莉 (8分55秒) | ③岡崎 美貴 (9分34秒) |

### ▶小学5・6年生の部／3km

- |                     |                  |                  |
|---------------------|------------------|------------------|
| 【男子】①池田 悠真 (11分13秒) | ②橋村 龍ノ佑 (11分29秒) | ③小橋 隼 (12分39秒)   |
| 【女子】①松田 愛空 (12分52秒) | ②松下 希生 (13分05秒)  | ③大島 あかり (14分15秒) |

### ▶中学生～34才の部／3km

- |                     |                 |                  |
|---------------------|-----------------|------------------|
| 【男子】①上岡 輔来 (10分26秒) | ②杉本 祐樹 (11分30秒) | ③遠藤 玄都 (11分43秒)  |
| 【女子】①田邊 凜心 (13分22秒) | ②遠藤 花純 (15分17秒) | ③土居 夕月妃 (16分15秒) |

### ▶35才～59才の部／3km

- |                     |                 |                 |
|---------------------|-----------------|-----------------|
| 【男子】①遠藤 紀元 (11分10秒) | ②池田 修一 (12分31秒) | ③上岡 法政 (13分29秒) |
| 【女子】①大島 照子 (13分30秒) | ②遠藤 真知 (16分15秒) | ③大西 純子 (18分44秒) |

### ▶60才以上の部／3km

- |                     |                 |                 |
|---------------------|-----------------|-----------------|
| 【男子】①野村 則男 (14分58秒) | ②濱田 俊二 (17分24秒) | ③酒井 隆昌 (30分20秒) |
| 【女子】①酒井 澄子 (30分20秒) |                 |                 |



## 黒潮町スポーツ合宿

町では、1月中旬から3月中旬にかけて、スポーツ合宿が行われています。それぞれのチームの選手や監督からコメントをいただきました。

### ◆ラインメール青森FC 1月27日(月)～2月28日(金)

**廣末陸選手**「約1カ月の期間で、体のコンディション作りをして、3月の開幕に向けて準備できれば。メンバーもスタッフも昨年と大きく変わったため、個々の良さを引き出していけるチームになれば。JFL優勝、そしてJ3昇格をめざして今年も頑張っていきたい」



### ◆プロ・アマチュアゴルファー 1月28日(火)～2月5日(水)

**中込憲プロ**「試合に近い環境、コースで練習ができてありがたい。優しい方も多くて合宿へ来るのが楽しみ。来シーズンも頑張る」

**Topic** 町長への表敬訪問が行われた2月4日(火)、11名のゴルファーによる地元民との交流やチャリティーとして、2月1日(土)に開催したゴルフコンペで集まった協力金が寄附されました。高山佳小里プロは、「青少年の育成のため、ゴルフ以外のことにも使ってもらえれば」と話しました。



### ◆高知ファイティングドッグス 2月2日(日)～2月5日(水)

**定岡智秋監督**「今年は新しく22名の選手が加入した。非常に期待している。優勝をめざしてしっかり鍛えていきたい」

**長嶋峻佑主将**「目の前の1戦1戦を必死に戦って、結果優勝につながれば。しっかりチームを作り、日本一と地域貢献を目標に頑張っていきたい」

**Topic** 2月5日(水)に同チームの選手2名、関係者2名が町内の4つの保育所を訪問し、大方くじら保育所では、岡本啓コーチと金城朋弥選手が園児らと交流を行いました。園児らは「うつのとなげるのが楽しかった」、「プレゼントをもらえてうれしかった」などと話し、岡本コーチと金城選手は、「子どもたちが元気に積極的にやってくれて楽しかった。野球人口も減少しているため、野球に少しでも触れる機会が増えれば。また球場にも来てくれたら嬉しい」と話しました。



## 「スポまち!表彰2024」に優良認定されました

スポーツ庁主催の「スポーツ・健康まちづくり」優良自治体表彰制度で、黒潮町のスポーツツーリズム事業が優良認定されました。同制度は、ほかの団体を先導する優良な「スポーツ・健康まちづくり」の取組を行う地方公共団体を表彰するとともに、広く全国へ周知する制度を創設することにより、各地のスポーツを活用した特色あるまちづくりの取組を推進することを目的としています。

〈選考員会での評価ポイント〉

黒潮町が抱える巨大地震・津波といった防災文化をまちの強みに変え、スポーツ・防災・観光によるツーリズムを展開し、自然の二面性を理解しながら、温暖な気候と豊かな自然の中でスポーツに親しむ機会を提供しようとしている。





出港する佐賀明神丸

## 佐賀明神丸出港

今シーズンのカツオ一本釣り漁のスタートに向け、2月10日(月)、カツオ一本釣り漁船が佐賀港を出港しました。

同日に出港したのは、昨シーズン、カツオ一本釣りの水揚げ高で日本3位となった第83佐賀明神丸と、同じく日本4位となった第88佐賀明神丸の2隻。

荷物の積み込みを行い、明神水産本社で出発前の神事が行われた後、船員らは港に集まった家族や友人らの「たくさん釣って来てよ」、「体に気を付けて頑張ってるね」など、激励の言葉に送られながら出港しました。



野鳥を観察する参加者ら

## 冬の野鳥観察会2025

2月8日(土)と15日(土)に、NPO砂浜美術館主催の「冬の野鳥観察会2025」が開催されました。

同イベントは、身近な自然に生きる野鳥の世界を感じ、楽しんでもらいたいという思いで開催され、今年で8回目。

2月15日(土)の回では、約30人の参加者が森富美男さんと森隆秀さんの案内で、ピオスおおがたから松原周辺を散策。カウウやイソヒヨドリなど、3種類の野鳥を見ることができました。

土佐清水市から参加した中村千恵子さんは、「黒潮町で参加するのは初めて。子どもたちと一緒に楽しめて嬉しかった。自然のなかでのんびり見られたし、知り合いもできて良かった。来年もまた来たい」と話しました。



つぼぬきを見学する生徒たち

## 佐賀中で魚の料理教室

1月29日(水)、佐賀中学校で魚の栄養と調理方法について学ぶ教室が行われました。食生活改善推進員(食改さん)から、魚に含まれる豊富な栄養成分について説明を受け、調理実習としてアジの煮付け作りに取り組みました。魚の腹を切らずに、えらと内臓を口から抜き出す「つぼぬき」という下ごしらえを見学。興味津々な生徒は「やってみたい」と早速挑戦していました。そのほか、具材たっぷりの豆乳スープやもやしのチーズ焼きなどをみんなで分担して調理しました。

魚が苦手でも煮付けにすると食べられた生徒や、骨をうまく取りながらキレイに食べる生徒もいて、「つぼぬきをまたやってみたい」、「家でも作りたい」などの感想を、食改さんも笑顔で聞いていました。



入野海岸を走る参加者ら

## nests・ウエストガーデン土佐で「KUJIRUN」モニターツアー実施

1月24日(金)・25日(土)の2日間、ネスト・ウエストガーデン土佐で1泊2日の観光プラン「KUJIRUN」のモニターツアーが実施されました。旅先でもランニングを楽しみたい健康志向の方やグループを対象にした同モニターツアーには、関係者ら約10人が参加し、入野海岸など、土佐西南大規模公園内を走りました。

モニターとして参加したGPSランナーの志水直樹さんは、「なかなかの経験ができた。砂浜がサラサラで、安心してはだしになって一緒に参加した仲間たちと楽しむことができた」と話しました。

## マラソン大かいをやったよ

12月7日に、マラソン大かいを学校でしました。まず、校ちょう先生が、ふえをならしてスタートしました。たけちゃんとのみりくんというじゅんぱんではしりました。そのうしろがはずみでした。じんじゃをすぎたところらへんで、みりくんのことをぬきたいとおもって本気を出してみたけど、たけちゃんとみりくんがはやくてぬけませんでした。そのあと、よこばらがいたくなりました。よこばらがいたけれどがんばるぞという気もちではまりました。だけど、またよこばらがいたくなって本気を出すぞという気もちがなくなつて、あるきました。じんじゃが見えてきたら、また本気出すぞという気もちがもくもくと出てきました。みんながおうえんをしてくれてがんばれました。そのあとゴールすることができました。うれしかったです。2年生になったらもつとはやくなつてピッタリタイムを出したいです。



(拳ノ川小学校 1年 千光寺 穂美)

## なわとび朝会が始まった

1月からなわとび朝会が始まりました。最初はたてわり班に分かれて、大なわの八の字とびをします。ほくは連続でとぶことができました。みんなほくの後ろについてきてくれて、みんな連続でとぶので気持ちよかったです。曲が終わると、次はなわとびをします。ほくは今、二重とびを練習しています。最高は14回です。2年生の時は全然できなかったけど、1年間練習したら、少しずつできるようになってきました。目標は、2月にあるなわとび大会までに二重とびを25回できるようなることと、なわとびカードをコンプリートしたいです。体育の時間や休み時間にも練習してがんばりたいです。



(上川口小学校 3年 森田 幸叶)

## がんばった1年間

今年も、三浦小ではたくさんさんの行事がありました。まず、1年生をむかえる遠足です。田野浦の浜に行きました。海での津波ひなん訓練をしました。みんなでの仲間を意識しながら高台に必死で逃げました。みんな一生けん命やっていたので、やってみてよかったです。1年生を迎える遠足だから、5・6年生中心に計画し、たくさんレクをみんなが楽しめていました。私達の企画したところが達成でき、初めてリーダーとして、充実感がありました。この気持ちで、この1年がんばる力となり、いろいろな行事に自分達で積極的に取り組みました。いよいよ来年はわたし達が学校のリーダーになります。みんなが楽しくできる三浦小にしていきます。



(三浦小学校 5年 宮地 たちから・和田 紡・水野 寧彩・井上 蒼介・野村 樹生)

## 地域子育て支援センター通信

地域子育て支援センターでは、子育て中の親子が安心して地域で暮らし、子育ての喜びを分かち合える「場」や、保護者や子どもたちが交流できる「場」の提供をしています。出産や育児の悩みや日々の暮らしの相談にのり、楽しく子育てができるようにお手伝いします。大人・子ども・みんなの遊び場、支援センターにお気軽に遊びに来てください。

3月の予定

★いっしょに遊ぼう 午前10時30分～午前11時

○ひなまつり行事 3日(月)

○英語であそぼう 13日(木) 講師：黒潮町国際交流員(CIR) クレーマ・リンストロームさん

○3月生まれさんの誕生会 27日(木)



★第12回「子育て講座」 6日(木) 午前10時30分～午前11時30分

「子どもたちに届けたい 絵本の魅力」

講師 佐川読みっこ応援団会長 田村 裕子さん

場所 地域子育て支援センター

(各種事情により、急遽変更になる場合があります。電話でご確認ください。)

【利用対象】

町内在住（もしくは祖父母が在住）で、保育所・幼稚園に通っていない未就学の乳幼児とその保護者・家族。また、妊婦の方、里帰り中の方も利用できます。

★佐賀おでかけ広場 毎週火曜日・金曜日 午前9時～午前11時

○3月生まれさんの誕生会 25日(火) 午前10時30分～午前11時

場所：佐賀交流センターみらい(旧佐賀保育所) ☎31-4807

(悪天候の日は開設できない場合があります)

※保育所や幼稚園に通っている人や、小・中・高校生などは利用をご遠慮いただいています。

○相談・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

## ■拳ノ川診療所 3月の診療予定

所長 澤田 努

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	3	4	5	6	7
午前	診療	診療	診療	休診	診療 (15:00まで)※
午後		巡回診療 (14:00～16:00)		診療(13:00～14:30)	
	10	11	12	13	14
午前	診療	診療	鈴木出張診療 (10:00～12:00)	診療(9:30～12:00)	伊与喜出張診療(10:00～12:00)
午後			診療(15:00～17:00)		
	17	18	19	20	21
午前	診療	診療	診療	春分の日	診療 (15:00まで)※
午後		巡回診療 (14:00～16:00)			
	24	25	26	27	28
午前	診療	診療(9:00～11:00)	休診	診療(9:30～12:00)	伊与喜出張診療(10:00～12:00)
午後		診療調整中(14:00～17:00)			
	31				
午前	診療				
午後					

【診療時間】 午前9時～12時(受付11時30分まで) 午後2時～5時(受付4時30分まで)

※曜日によっては診療時間が変更となる場合がありますのでご注意ください。

■当診療所は予約制となっております。受診を希望される場合は事前にご連絡ください。また、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ございますので、ご了承ください。

■(火)に予定している「巡回診療」の終了後は、拳ノ川診療所での診療となります。

【お問い合わせ】拳ノ川診療所 ☎55-7111

## 大方地域

注)表中の※印は、受付時間となります。

3月	内 容	場 所	時 間
17日(月)	愛 育 相 談	地域子育て支援センター	※ 9:30~10:30
18日(火)	田 野 浦 健 康 相 談	田野浦避難集会所	10:00~11:00
19日(水)	御 坊 畑 健 康 相 談	御坊畑集会所	9:30~10:30
	3 歳 児 健 診	保健福祉センター	個別にお知らせ
28日(金)	灘・有井川健康相談	あったかふれあいセンター白田川	9:30~10:30
4月	内 容	場 所	時 間
4日(金)	北 郷 健 康 相 談	あったかふれあいセンター北郷	10:00~11:00
7日(月)	奥 湊 川 健 康 相 談	奥湊川老人憩の家	
9日(水)	下 田 の 口 健 康 相 談	下田の口コミュニティセンター	9:30~10:30
10日(木)	浮 津 健 康 相 談	浮津集落センター	
	芝 健 康 相 談	芝集会所	10:00~11:00
11日(金)	馬 荷 健 康 相 談	集落活動センターかきせ	

## 佐賀地域

3月	内 容	場 所	時 間
24日(月)	愛 育 相 談	交流センターみらい(旧佐賀保育所)	10:00~11:00

○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

3月・4月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。



## 当直医療機関

月日(曜)	四万十市	宿毛市 (0880)	四万十町 (0880)
3/16(日)	四万十市立市民病院 ☎34-2126	聖ヶ丘病院 ☎63-2146	くぼかわ病院 ☎22-1111
20(木)	吉井クリニック ☎34-5005	川村内科クリニック ☎66-2911	
23(日)	佐々木整形外科 ☎34-7177	筒井病院 ☎66-0013	
30(日)	森下病院 ☎34-2030	奥谷整形外科 ☎63-1202	
4/6(日)	四万十市立市民病院 ☎34-2126	大井田病院 ☎63-2101	
13(日)	大野内科 ☎37-5281	幡多けんみん病院 ☎66-2222	

※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。

● 高知県救急医療情報センター ☎088-825-1299

年中無休・24時間対応。救急対応の医療機関をご案内します。

● こうち子ども救急ダイヤル #8000 または ☎088-873-3090

午後8時から午前1時まで。夜間にお子さんの具合が悪くなり、心配な時にご利用ください。

● 高知県の救急医療電話 #7119 または ☎088-823-9922

急な病気やけがで救急車を呼ぶか、病院に行くか迷った時にご利用ください。



※中止や延期などの際は案内文書の送付やホームページへの掲示、マイク放送でお知らせします。



## 第三者行為(交通事故など)による届出について

### ■交通事故にあったとき

交通事故で第三者(加害者)から傷害を受けた場合でも、国保で治療を受けることができますが、**国保担当係の窓口で必ず届出**(第三者行為による傷病届)をしてください。法令により**届出義務があります**。

また、医療機関を受診する際は、交通事故によるものであることを伝えてください。

医療費は、国保が一時的に第三者(加害者)に代わって立て替え、あとで国保から**第三者(加害者)に請求**します。この請求のために必要となるのが、「第三者行為による傷病届」です。

第三者行為による医療費は、原則として加害者が負担すべきもので損害賠償に含まれます。

### 《届出に必要なもの》

- 印かん
- 交通事故証明書(事故発生場所の所轄警察署へお問い合わせください。すぐに入手できない場合は後日でも可)
- 本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証など)

※後期高齢者医療、介護保険の被保険者も、第三者行為(交通事故など)により保険を使って治療などを受けた場合は、国保と同様に届出義務があります。

※労災保険の給付対象となる業務上または通勤による傷病の場合は、国保などの保険は使えません。

### ■交通事故以外の傷病にあったとき

①交通事故以外で第三者(加害者)から傷病を受け、国保の保険を使う場合も、上記の「交通事故にあったとき」と同様に、**必ず届出(第三者行為による傷病届)**をしてください。

②交通事故以外の第三者(加害者)からの傷病とは、次のような行為によるものです。

- 暴力行為を受けた
- 他人の飼い犬に噛まれた
- スキー中に衝突された
- 外食で食中毒にかかった
- 自転車で衝突された など



### ■示談

第三者(加害者)から治療費を受け取ったり示談をしてしまうと、国保から第三者(加害者)に医療費を請求できなくなる場合があります。示談は、事故治療の終了または症状の固定した後に行う必要があります。示談の前に、必ずご連絡・ご相談ください。

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  
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 227 ●

成年後見制度について

## ◆ 成年後見制度

認知症や知的障がい、精神障がいなどで、判断能力が不十分な人の日常生活を法的に支援する仕組みです。現金や預貯金の管理、1人で行うことが難しい契約の締結や、本人にとって不利益な契約の取り消し、医療や介護サービスを利用するための手続きなど、対象者が安心して生活できるように後見人がサポートを行います。

### ■ 将来の不安に備えたい方・・・任意後見制度

将来、判断能力が不十分になったときに備えて、あらかじめ後見人になってもらいたい人物と契約を結んでおく制度です。判断能力が不十分になったときに何をしてもらいたいかを話し合い、その内容を公証役場で公正証書にしておきます。そして判断能力が不十分になったときに、家庭裁判所に申し立てを行うと、任意後見監督人が選任され、任意後見人によるサポートが始まります。

### ■ 今すぐにでも支援が必要な方・・・法定後見制度

現在、判断能力が不十分な方に対する制度です。判断能力の程度により「後見」「保佐」「補助」の3種類にわけられています。法定後見制度を利用するためには、4親等内の親族による家庭裁判所への申し立てが必要です。家庭裁判所は、どのような支援が必要なのかを考慮して、家族、法律・福祉の専門家（弁護士・司法書士・社会福祉士）、法人などから適任者を「後見人」に選任します。

区分	後見	保佐	補助
名称	成年後見人	保佐人	補助人
対象者	日常生活で判断能力がほとんどない人	日常生活で判断能力が著しく不十分な人	日常生活で判断能力が不十分な人
支援内容	すべての法律行為を行えます	基本的に法律上に定められた重要な行為の同意権が付与されます	申し立ての範囲内で、家庭裁判所が定める法律行為を行えます

## ◆ その他の支援事業

### ■ 日常生活自立支援事業（福祉サービス利用援助事業）

日常生活自立支援事業は、判断能力が不十分な方（認知症高齢者・知的障がい者・精神障がい者など）であっても福祉サービスの利用が適切にできるように援助を行い、それに伴う日常的な金銭管理などを併せて行うことで、地域の中での自立した生活を支援する事業です。

### 成年後見制度のお問い合わせ

本庁 健康福祉課 地域包括支援センター ☎43-2240 健康福祉課 福祉係 ☎43-2124  
黒潮町権利擁護センター（社会福祉協議会） ☎43-2835

※黒潮町権利擁護センターとは、認知症や障がいがあっても、住み慣れた地域で自分らしく安心して暮らすことができるよう支援する専門機関です。

令和6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

3月は「自殺対策強化月間」です  
まもろうよ「こころ」

待っています あなたの声を

3月は、例年自殺者が多い傾向にあります。その理由として、決算期での仕事の負担が増大したり、就職や転職・進学・家族や友人との別れなど、生活環境が大きく変化しストレスを受けやすい時期に当たり、知らず知らずのうちにこころの疲れがたまってしまうことがあるからです。つらい・逃げたいと思ったら、1人で悩まず相談してみませんか。

## ◆日本における自殺の現状

平成10年以降、日本国内の自殺者数は3万人を超える状態が続いていましたが、その後は増減を繰り返しながら2万1千人台で推移しており、未だ深刻な状況にあります。なかでも、10～39歳は自殺が死因順位の1位となっており、国際的にも、G7各国の中で死因順位の1位が自殺となっているのは「10～19歳」では日本のみ、「20～29歳」では「日本」および「ドイツ」のみでした。

心をとめる居場所やSOSを知らせる相手がいることは、自殺を防ぐ重要な鍵になります。



## ◆あなたや身近な人の「心のサイン」

に気がつき合える黒潮町をめざそう

●身近な人に最近こんな様子はありませんか

- 表情が暗く、元気がない
- 体調不良の訴えが多くなる
- 仕事や家事の能率低下、ミスが増える
- 周囲との交流を避ける
- 遅刻、早退、欠勤が増加する
- 飲酒量が増える
- 趣味やスポーツ、外出をしなくなる

●あなた自身、最近こんなことが続いていますか

- 眠れない・朝早くに目が覚める
- 食欲がない

- 体がだるい
  - 抑うつ気分が続く・やる気がない
  - 人や物事に興味があかない
  - 自分が役に立つ人間だと思えない
- 周りにいるたくさんの方が、あなたの声を待っています。支えになりたいと思っています。

## ◆みんながゲートキーパー(命の門番)

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけてあげられる人のことで、誰でもなることができます。周りで悩んでいる人がいたら、やさしく声をかけてあげてください。声をかけあうこと

### ゲートキーパーの心得

- 自ら相手とかがかわるための心の準備をしましょう
- 温かみのある対応をしましょう
- 真摯に聴いているという姿勢を相手に伝えましょう
- 相手の話を否定せず、しっかりと聴きましょう
- 相手のこれまでの苦労をねぎらいましょう
- 心配していることを伝えましょう
- わかりやすく、かつゆっくりと話をしましょう
- 一緒に考えることが大切です
- 準備やスキルアップも大切です
- 自分が相談に応じて困ったときのつなぎ窓口(相談窓口等)を知っておきましょう
- ゲートキーパー自身の健康管理、悩み相談も大切です

まずは、声をかけることから始めてみましょう。

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげる、聞き手役の人です。

**ゲートキーパー**  
 厚生労働省ウエブサイト  
 厚生労働省ウエブサイト「まもろうよこころ」

**相談窓口**  
 厚生労働省ウエブサイト  
 厚生労働省ウエブサイト「まもろうよこころ」

**相談窓口**  
 厚生労働省ウエブサイト  
 厚生労働省ウエブサイト「まもろうよこころ」

で不安や悩みを少しでも和らげることができるともなりません。

## ◆ゲートキーパー研修を受けませんか

黒潮町では、町内の企業や団体、自主活動グループなどに対して、研修を行っています。より多くの住民の皆さんに受講をしていただきたいので、気軽にご利用ください(問い合わせは、「黒潮町」からだと、こころの相談窓口)まで。

## ◆心の相談窓口

厚生労働省ウエブサイト「まもろうよこころ」  
不安や、生きづらさを抱える方への電話やSNSの相談窓口をわかりやすく紹介しています。



○お問い合わせ

黒潮町「からだ」と「こころ」の  
相談窓口

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

### 防災監の就任について

2月1日付けで、柿葉防災監が役場情報防災課に就任しました。



柿葉 十四郎

#### 防災監コメント

この度、町の防災監に就任した柿葉十四郎と申します。  
陸上自衛官として36年間勤務した経験を生かして、黒潮町の防災・減災対策の一助となれるよう全力で取り組んでまいります。  
ここ数年を振り返りましても、激甚化・頻発化している自然災害により全国で甚大な被害に見舞われた地域が多くあります。私自身もさまざまな被災地支援に行きました。そうした知見も踏まえて、職務にまい進してまいります。  
不慣れな面もございますが、どうぞよろしくお願いたします。

### 黒潮町少年消防クラブ 防火・防災啓発活動

1月18日(土)、上川口・伊田少年消防クラブ9名によるドライバーへの防火・防災啓発活動が行われました。

この活動は、防災とボランティア週間に合わせて平成25年から行われており、災害時のボランティア活動や自主的な防災活動について認識を深めるよう国道56号線を通行するドライバーを対象とした防火・防災の啓発グッズを配布しています。

この活動が防火・防災を考えるきっかけにつながります。少年消防クラブのみんなは、元気よく積極的に呼びかけを行いました。



### 火入れの申請について

火入れを行う際には、事前に役場へ届出をしていただく必要があります(原則7日前まで)。なお、火入れの目的が、①地ごしらえ、②開墾準備、③害虫駆除、④焼畑、⑤採草地改良のいずれかに該当する必要があります。

屋外焼却は原則として禁止されていますが、上記①～⑤の場合や刈り取った草を1カ所に集めて焼却したり、たき火をしたりする場合など一部例外があります。

①～⑤以外の場合、火入れの申請は必要ありませんが、火災と間違えないように消防署へ届出をする必要があります。

ご不明点がありましたら、役場もしくは黒潮消防署までお問い合わせください。【黒潮消防署 ☎44-2600】



## ねんきんコーナー

## ① 20歳になったら国民年金

国民年金は、年をとったとき、病気や事故で障がいが残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、働いている世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。

国民年金は、20歳以上60歳未満の方は加入することが義務付けられており、20歳になると日本年金機構から国民年金加入のお知らせが届きます。

## ◆国民年金のポイント

- 将来の大きな支えになります

国が責任をもって運営するため、安定していますし、年金の給付は生涯にわたって保障されます。

- 老後のためだけのものではありません

国民年金は、年をとったときの老齢年金のほか、障害年金や遺族年金もあります。

障害年金は、病気や障がいが残ったときに受け取れます。また、遺族年金は加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族(「子のある配偶者」や「子」)が受け取れます。

## ◆国民年金の任意加入制度

老齢基礎年金(65歳から受けられる年金)は、20歳以上60歳未満までの40年間保険料を納めなければ、満額の年金を受け取ることができません。

国民年金保険料の納め忘れなどにより、保険料の納付済期間が40年に満たない場合は、60歳から65歳になるまでの間に国民年金に任意加入して、保険料を納めることにより、満額に近づけることができます(国民年金の任意加入は、申し出をした日からとなります)。

なお、老齢基礎年金を受けるためには、保険料の納付済期間や保険料の免除期間などが原則として10年以上必要となりますが、この要件を満たしていない場合は、70歳になるまで任意加入することができます(ただし、昭和40年4月1日以前に生まれた方に限られます)。

また、海外に在住する日本国籍を持つ方も国民年金に任意加入することができます。

## ◆付加保険料で年金額を増やすことができます

国民年金保険料と一緒に月額400円の付加保険料を納付すると、将来の老齢年金に付加保険料が加算されます。

付加保険料の受給額(年額)は、「200円×付加保険料納付月額」で計算されます。2年以上受給すると、納付した付加保険料以上の付加年金が受け取れることとなります。

付加保険料の納付は、申し出をした月分からとなり、定額保険料(令和6年度は、16,980円)を納付していただくことが条件となります。

また、国民年金基金に加入されている方や、国民年金保険料の免除該当者は、付加保険料を納付することはできません。付加保険料の申し込み手続きは、役場または年金事務所へお願いします。後日、年金事務所から納付書をお送りします。

- |         |                    |          |
|---------|--------------------|----------|
| ○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 |

## ② 黒潮町モビリティくじらん 2月3日より運行開始

2月3日(月)から、大方地域の一部(かきせ、北郷・加持)でAIデマンドバスの運行が始まりました。運行初週までに142名の利用登録をいただいております。これから利用を予定されている方も多数いらっしゃいます。引き続き、あつたかふれあいセンターや集会所などで説明会や体験会を実施していきますので、お近くで開催の際は、皆さんお誘い合わせのうえ、お気軽にお立ち寄りください。日々の移動の際に、是非、「くじらん」をご活用ください。

- お問い合わせ 本庁 企画調整室 地域振興係 ☎43-2177



## ① 住所異動の届出はお済みですか

春は引越しの季節です。住所を変更された場合は、次のものを添えて、役場窓口へ届け出てください。それ以外にも、市区町村から発行を受けている証書などがあれば、お持ちください。なお、届出には本人確認のためのマイナンバーカード、運転免許証などが必要です。

本人または本人と同一世帯以外の方が届出をする場合には、委任状が必要です。

◆**転出** 黒潮町からほかの市区町村に住所を移すときは、引越しするまでに届出をしてください。

【届出に必要なもの】 ● 転出予定日 ● 転出先の住所

【次のものをお持ちの方は忘れずお持ちください】

- 印鑑登録証 ● 国民健康保険被保険者証(資格確認書) ● 介護保険被保険者証
- 後期高齢者被保険者証(資格確認書) ● マイナンバーカード など

◆**転入** ほかの市区町村から黒潮町に住所を移すときは、住み始めてから14日以内に届出をしてください。

【届出に必要なもの】

- 前住所地の市区町村役所が発行した転出証明書  
(マイナンバーカードによる特例転出の場合は、マイナンバーカード)

【次のものをお持ちの方は忘れずお持ちください】

- 介護保険受給資格証明書 ● 障害者手帳 ● マイナンバーカード など

◆**転居** 町内で住所を移すときは、引越しをしてから14日以内に届出をしてください。

【次のものをお持ちの方は、忘れずにお持ちください】

- 国民健康保険被保険者証(資格確認書) ● 介護保険被保険者証
- 後期高齢者被保険者証(資格確認書) ● 障害者手帳 ● マイナンバーカード など

## マイナポータルからオンラインで、転出届を提出できます

令和5年2月6日から、「転出届」について、マイナポータルを通じたオンラインでの届出が可能になっています。電子証明書が有効なマイナンバーカードをお持ちの方で、日本国内での引越しをする方が利用できます。ご自身単身での引越しのほか、ご自身と同一世帯の方、ご自身以外の同一世帯の方の引越しでも利用可能です。詳しくは、デジタル庁ホームページをご覧ください。



デジタル庁

※マイナポータルを通じて転出届の提出をした後は、転入先市区町村の窓口で転入届などの手続きが必要です。また、転出届を提出する市区町村での手続きが別途必要な場合もあります(水道や、保険証などの手続き)。



マイナポータル

- 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

## ① リチウムイオン電池の適正な処理のご協力をお願いします

◆**リチウムイオン電池とは** 小型で大量の電力を必要とする製品(スマートフォン・モバイルバッテリー・パソコン・デジタルカメラなど)に使用されています。強い衝撃や圧力を加えると発火する性質があります。

◆**火災事例** 近年、ごみ収集車で一般ごみと一緒に捨てられたリチウムイオン電池が押しつぶされて出火した事例や破棄するために分解した際に外力が加わってバッテリーが損傷し火災が発生した事例などが報告されています。

◆**処理方法** 購入された販売店や製造業者にご相談いただくか、幡多クリーンセンター(四万十市上ノ土居1544番地・☎31-2600)に直接お持ち込みいただくようお願いします。皆様のご理解・ご協力のほど、よろしくお願い致します。

- お問い合わせ 本庁 環境政策室 環境政策係 ☎43-2119

**特設行政相談所の開催**

行政相談委員が皆さんの相談をお受けします。  
1人で悩まず、お気軽にご相談ください。相談の秘密は必ず守り、料金は無料です。

**◆開催日時・場所**

- 3月7日(金)午前10時～正午  
有井川多目的研修集会所
- 3月7日(金)午後1時30分～午後3時30分  
錦野団地集会所(錦野老人憩の家)

※事前予約の申し込みは、3月5日(水)午後5時まで。予約が無い場合は中止となります。

○予約・お問い合わせ

教育委員会 人権係 ☎55-3117

**新型コロナワクチン定期接種の実施期間を延長します**

新型コロナウイルスワクチンの定期接種について、主に65歳以上の高齢者を対象に、接種の機会を広げるため、実施期間を令和7年3月31日(月)まで延長します。

※対象者、自己負担金、接種場所などに変更はありません。

○お問い合わせ

本庁 健康福祉課 保健衛生係 ☎43-2836

**障がい児長期休暇支援事業**

町では、障がい児支援の取組の1つとして障がい児長期休暇支援事業を実施しています。

長期休暇時に見守りが必要な子どもを対象に、療育支援やレクリエーション、外出など、一人ひとりの状態に応じた支援を行います。

◆開催場所 大方誠心園

**◆対象者**

- 特別支援学級および特別支援学校在学中の方
- 在宅で生活している18歳以下の身体障害者手帳か療育手帳をお持ちの方
- 18歳以下の発達障害(自閉症、アスペルガー症候群、学習障害、注意欠如・多動性障害など)の方

◆利用料金 1日600円(1人当たり)

◆期間 春・夏・冬休み期間中  
(土日祝、年末年始を除く)

◆時間 午前8時30分～午後5時

◆持参するもの 昼食

※事前申し込みで1食315円で提供可能。

◆送迎 保護者の方のご対応をお願いします。

○利用申し込み・お問い合わせ

本庁 健康福祉課 福祉係 ☎43-2124

**「令和6年度黒潮町住民税非課税世帯臨時特別給付金」のお知らせ**

「国民の安心・安全と持続的な成長に向けた総合経済対策」に基づき、低所得者支援として下記のとおり給付します。

**◆令和6年度住民税非課税の世帯**

- 対象 基準日(令和6年12月13日)時点で黒潮町に住民登録があり、世帯全員の令和6年度の住民税均等割が非課税である世帯  
**1世帯 3万円**

※ただし、住民税が課税されている者の扶養親族のみからなる世帯は除く。その他諸要件を満たさないことにより非該当となる場合があります。

**◆子ども加算**

- 対象 上記住民税非課税世帯のうち、「平成18年4月2日～令和7年5月31日生まれの子ども」がいる世帯

**子ども1人当たり 2万円**

対象世帯には、3月上旬に「支給のお知らせ」または「支給要件確認書」を発送します。

「支給のお知らせ」が届いた世帯は、特に返送の必要はありませんが、給付を辞退される方や口座の変更を希望される方については、同封の関係書類を提出してください。

「支給要件確認書」が届いた世帯は、内容を確認し、必要事項を記入して下記までご提出ください。

なお、令和6年6月4日から令和6年12月13日までに転入された方を含む世帯や令和7年1月1日以降、住民税修正申告などで住民税非課税世帯に変更された方など、支給対象と思われる世帯で「ご案内文書」が届いていない方は下記までお問い合わせください。

○お問い合わせ

佐賀支所 地域住民課 総合窓口第2係

☎55-3112

本庁 健康福祉課 福祉係 ☎43-2124

**令和6年度コミュニティ助成事業を実施しました**

(一社)自治総合センターでは、宝くじの収益を財源に社会貢献広報事業として、地域のコミュニティ活動の整備へ助成を行っています。コミュニティ事業を活用し、田野浦地区が神輿を購入しました。

○お問い合わせ

本庁 企画調整室 地域振興係 ☎43-2177



**子宮頸がん予防のためのHPVワクチンキャッチアップ接種の期限延長について**

キャッチアップ接種期間が「令和4年4月1日～令和7年3月31日まで」であるところ、この夏以降の需要の大幅な増加に伴う限定出荷の状況を踏まえ、キャッチアップ接種期間中に接種を開始した方が、公費で接種完了できるようにする経過措置が設けられました。

**◆対象者**

- キャッチアップ接種対象者のうち、令和4年4月1日～令和7年3月31日までにHPVワクチンを1回以上接種した方
- 平成20年度生まれの女子で、令和4年4月1日～令和7年3月31日までにHPVワクチンを1回以上接種した方

**◆期間** 令和8年3月31日(火)まで

○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

**農業委員会だより**



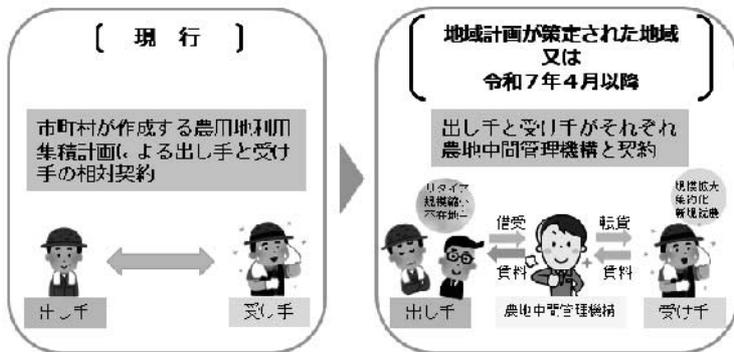
**令和7年4月から農地の貸借方法が変わります**

**1. 相対(貸す方と借りる方による当事者間の利用権設定)が終了します**

令和7年4月1日から、農地の利用権設定(農地の賃借に関する権利の設定)については、①農地を貸したい方と借りたい方が賃借料や契約期間などについて直接調整を行う相対による利用権と、②農地中間管理機構(高知県農業公社)を通じて行うもの(農地中間管理事業)とがりましたが、農業経営基盤強化促進法の改正に伴い、令和7年4月1日から農地中間管理事業に一本化されます。

**2. 今後の農地貸借の方法について**

- 高知県農業公社が行う農地中間管理事業による利用権設定(前述の②)の制度による方法です。期間満了になれば自動的に解約されますので、更新したい場合は再度手続きが必要です。
- 農地法3条による賃借権の設定(これまでこの方法もありましたが、利用権とは違い、許可制度になります。期間満了となっても、別途、解約手続きをしない限り、権利を終了させることはできません。)それぞれのケースに応じて手続きのご案内をさせていただきます。まずは農業委員会までご相談ください。



○お問い合わせ 農業委員会事務局 ☎43-1888

有料広告

団体活動のための小さな掛金大きな補償

**スポーツ安全保険®**

スポーツ活動、文化活動、ボランティア活動、地域活動、レクリエーション活動などを行う4名以上のアマチュアのクラブ・サークル・グループが加入できます。



保険の詳細内容、資料の請求は、ホームページをご覧ください。

インターネットでかんたん加入  
<https://www.sportsanzen.org>



公益財団法人スポーツ安全協会



# 黒潮町ケーブルテレビ 3月番組予定表

## 黒潮町議会3月定例会

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 12:00 15:00 18:00 21:00
高知ケーブルテレビ Kochi on TV!	10:00 23:00
片さんのFish! おふ	11:15 20:15
高齢者寺子屋	6:00 14:00
体操番組	6:45 11:00 14:45 20:00
幡多サイクル紀行	8:35 13:35 16:35 19:35 22:35
ショッピングチャンネル	9:00 17:00 24:00~6:00

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

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3月定例会

3月7日(金)~3月19日(水)うち6日間、開会予定

#### ◆高知県議会2月定例会

3月 4日(火)~3月6日(木)

質疑並びに一般質問

3月 7日(金) 質疑並びに一般質問(一問一答)

3月11日(火) 質疑並びに一般質問(一問一答)

3月24日(月) 委員長報告、採決、閉会

※放送予定は変更となる場合があります。あらかじめご了承ください。詳しくは電子番組表でもご確認ください。

◆IWKTVでは、インスタグラム・フェイスブックで番組案内や取材の風景などを発信しています。ご利用中の方は、右記QRコードよりのそいでみてください。



インスタグラム

フェイスブック

※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加入・放送に関する不具合などのお問い合わせは 営業時間 9:00~17:00(土・日・祝日・年末年始を除く)

【光ネットワークセンター】 ☎0800-200-1373

### 〈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		
3	1~2	拳ノ川住設	前田電工	村越設備
	3~9	クロスライフラインサービス	平野住設	吉本水道工務店
	10~16	野村企画設備	(株)中村住設	大西設備
	17~23	拳ノ川住設	前田電工	村越設備
	24~30	クロスライフラインサービス	平野住設	吉本水道工務店
	31	野村企画設備	(株)中村住設	大西設備

● 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	
		店舗	携帯			店舗	携帯
クロスライフラインサービス	入野1769	43-3075	090-1006-3985	平野住設	伊田2100	44-1513	090-3183-1279
前田電工	入野1574	43-1149	090-3185-4957	大西設備	浮鞭2083-2	31-3277	090-1004-2499
村越設備	入野2117	43-3033	080-3160-0276	吉本水道工務店	下田の口822-174	43-2024	090-3183-8535
(株)中村住設	四万十市古津3443-1	34-3621	090-3184-1731	拳ノ川住設	拳ノ川224	55-7371	090-3783-7011
野村企画設備	田野浦1593	43-4665	090-8970-5021				

### 黒潮町イベントカレンダー

2025(令和7)年3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
3月2日(日)	黒潮町駅伝大会兼四国のみち駅伝大会	土佐西南大規模公園 (佐賀~大方)	9:00	生涯学習係 ☎55-3117

# 土佐西南大規模公園スポーツイベント・大会予定 3月



日(曜)	行 事 名	場 所
1(土)	宮川公園parkrun(午前8時~宮川公園スタート:5kmのウォーク・ラン)	土佐西南大規模公園大方地区
	スイダラパカップ(小学生サッカー)	多目的運動広場
8(土)	宮川公園parkrun(午前8時~宮川公園スタート:5kmのウォーク・ラン)	土佐西南大規模公園大方地区
	幡多地区小学生ソフトテニス大会	テニスコート
	四国クローバーリーグ(中学生サッカー)	球技場
8(土)・9(日)	黒潮町ジュニアサッカーフェスティバル2025(小学生)	多目的運動広場
8(土)~10(月)	Blue Wave winter league(高校生サッカー)	多目的芝生広場
9(日)	FC KUROSHIO 84カップ戦(社会人サッカー)	球技場
	黒潮町ジュニアバスケットボール大会(小学生)	体育館
12(水)~19(水)	合宿(札幌学院大学:野球)	大方球場・補助グラウンド
15(土)	宮川公園parkrun(午前8時~宮川公園スタート:5kmのウォーク・ラン)	土佐西南大規模公園大方地区
15(土)~18(火)	黒潮レディースCUP2025(中学生~大学生サッカー)	球技場・多目的芝生広場・多目的運動広場
16(日)	土佐西南黒潮パークゴルフ協会 大方ライオンズクラブ杯	パークゴルフ場
20(木)	高知県リーグ(小学生サッカー)	多目的運動広場
20(木)~27(木)	合宿(春日部共栄高等学校:野球)	大方球場・補助グラウンド
22(土)	宮川公園parkrun(午前8時~宮川公園スタート:5kmのウォーク・ラン)	土佐西南大規模公園大方地区
22(土)・23(日)	高知県小学生野球連盟 幡多支部	大方球場・補助グラウンド
22(土)~24(月)	SUNABIユースサッカーフェスティバル2025(高校生)	球技場・多目的芝生広場・多目的運動広場
25(火)~27(木)	合同合宿(中学生サッカー)	多目的運動広場
28(金)~31(月)	土佐西南大規模公園サッカーSpringフェスティバル2025(高校生)	球技場・多目的芝生広場・多目的運動広場
29(土)	宮川公園parkrun(午前8時~宮川公園スタート:5kmのウォーク・ラン)	土佐西南大規模公園大方地区
29(土)・30(日)	高知県小学生野球連盟 幡多支部	大方球場・補助グラウンド

◆宮川公園parkrun 毎週土曜日午前8時、宮川公園をスタートし、5kmのウォーク・ランをしています。  
参加無料。どなたでもお気軽にお越しください。 <https://www.parkrun.jp/miyagawakoen/>  
上記記事は天候などの影響により延期、中止となる場合があります。  
【場所について】●多目的運動広場(人工芝グラウンド) ●球技場(天然芝グラウンド)  
●多目的芝生広場(陸上競技場天然芝グラウンド)  
○お問い合わせ 高知県立土佐西南大規模公園体育館事務所 ☎43-0166



## 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 3月24日(月) 午前10時~正午、午後1時15分~午後4時30分

◆場所 役場本庁

### 献血は命をつなぐボランティアです

「献血」とは、病気やけがで輸血や血漿分画製剤を必要とする患者さんのために、自分の血液を自発的かつ無償で提供することです。提供された血液は、1日約3,000人の患者さんに届けられています。医療技術の進歩した現代でも、血液は人工的に造ることができず長期保存もできないため、皆さんの継続的な献血のご協力が必要です。

実際に献血をするだけでなく、呼びかけを行うことも大切な献血ボランティアです。だれかを救うきっかけになる、そんな気持ちで始めてみませんか。

○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 ☎088-833-6666



※バスでは400mL献血のみです。

## 黒潮町G・G愛好会 2月月例会

日時：2月3日(月)

場所：大方球場補助グラウンド(32ホール)

成績	氏名	打数	H数	2打数
優勝	池田 章夫	68	2	20
準優勝	矢野 良子	74	1	18
3位	宮川 依行	75	2	13
4位	渡辺 栄	77	1	16
5位	川村由美子	77	1	14
6位	曾根 省子	79	1	13
7位	酒井 隆昌	79	0	20
8位	金子 広子	79	0	18
9位	宮地 洋子	80	1	14
10位	金子 照代	80	0	17

技術賞：酒井 隆昌 79打

最多ホールインワン賞：池田 章夫 2ホール(※④)

最多2打賞：池田 章夫 20ホール(※④)

※成績順位決定方法 ①打数の少ない者 ②ホールインワン(H数)の多い者  
③2打数の多い者 ④年齢が上の者

## 土佐西南黒潮PG協会 黒潮町議会 議長杯

日時：1月19日(日)

場所：土佐西南黒潮パークゴルフ場

成績	氏名	総計
優勝	小野 みね	108
準優勝	峰岸 広美	108
3位	尾崎 良二	109
4位	小野 真人	109
5位	田中 誠二	110
6位	西地 裕	110
7位	茶畑すみ子	110
8位	佐田 幸一	112
9位	篠田 弘己	113
10位	宮崎 安男	114

ホールインワン Aコース 4番 松田 哲  
Bコース 6番 西地 裕  
9番 橋田香苗 佐田幸一 畷原敏男

ベストスコア 1ABコース 53点 峰岸広美 田中誠二 西地 裕 篠田弘己  
2ABコース 53点 尾崎良二 小野真人

※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  
※1位2位同点の場合はAコースの8番と9番でプレイオフをする。

## くろしおっ子の学校給食

### シイラのみそマヨネーズ焼き



材料(4人分)	
シイラ切り身	4切れ
酒	小さじ1
A 塩・こしょう	少々
タマネギ	30g
コーン	30g
B ネギ	10g
マヨネーズ	大さじ3
みそ	小さじ4

シイラは高知県でよく捕れる魚なので、給食でも毎月いろいろなアレンジをして出しています。黒潮町では小学6年生にバランスの良い食事を考える学習の一環で、給食の献立を考える授業を行っています。シイラの味はあっさりとしていて癖がないこと、黒潮町でたくさん捕れるということに注目して、田ノ口小学校の5・6年生がこの「シイラのみそマヨネーズ焼き」を考えてくれました。給食にも新メニューとして登場しましたが、「みそマヨネーズとシイラがよくマッチしておいしい」と大好評でした。

【作り方】

- ①Aの調味料でシイラに下味をつける。
- ②タマネギは薄くスライスし、ネギは小口切りにする。
- ③Bを混ぜる。
- ④アルミカップにシイラと③をのせて、オーブンで火が通るまで焼く。

〇お問い合わせ 大方学校給食センター ☎31-3201  
佐賀学校給食センター ☎55-2166

## 高知縣市町村対抗駅伝 5年ぶりに宿毛市で開催



1月26日(日)、宿毛市で「高知縣市町村対抗駅伝」が開催されました。町からは男女各1チームが参加し、ともに7位となりました。

【男子32.8km】7位 1時間51分05秒

- 1区(5.0km) 濱口 碧月 15分33秒(3位)
- 2区(2.2km) 濱口 嵐 6分59秒(3位)
- 3区(5.1km) 小橋 陽 18分00秒(10位)
- 4区(3.4km) 田辺 真喜 13分27秒(20位)
- 5区(4.1km) 濱口 碧己 12分42秒(5位)
- 6区(2.3km) 金子 瑛太 6分47秒(3位)
- 7区(7.3km) 田中 智也 25分20秒(12位)
- 8区(3.4km) 濱田 泰輔 12分17秒(10位)

【女子12.9km】7位 58分48秒

- 1区(2.7km) 伊賀 未来 12分17秒(7位)
- 2区(2.3km) 横井 花音 8分38秒(3位)
- 3区(2.2km) 吉尾 望愛

9分31秒(7位)

- 4区(2.7km) 大島 照子

13分14秒(6位)

- 5区(3.0km) 小島 有花

15分08秒(7位)



# くろしお協力隊に聞く



【今月の担当者】  
地域おこし協力隊  
(情報発信コーディネーター)  
にしかわ たいご  
西川 太悟

## Q 協力隊の任期もあと少しとなりました。振り返ってみてどうですか？

A この3年間は本当にあっという間で、毎日色が濃く充実していました。1、2年目はひたすらもがいて町の暮らしに慣れた年で、住んでいるうちに「良い町だな、これからも住みたいな」と思うようになり、3年目は黒潮町にこれからも住み続けるためのなりわい作りに入れた年でした。黒潮町公式YouTubeチャンネルの登録者数も800人を超えて、見てくれる人が増え、たくさんの方に応援や協力をさせていただき、やりがいモチベーションにつながり、ここまで仕事を続けられたと思います。残りの期間では、今まで関わっていただいた方などにお礼を伝えていきたいです。また、カメラの使い方や業務内容、ドローンの使い方、企画の進め方などのノウハウの引き継ぎをしっかりと行って卒業したいと思います。

## Q 情報発信コーディネーターとして活動してきて感じる町の魅力とは？

A ありすぎて選べないです。海もきれいで山もきれいで、川でも遊べて、「これ以上何もいらぬのでは」と思ってしまうくらい満たされた町です。自然に触れる機会が多く、リフレッシュできる場所がたくさんあること、「海へ行こう」、「川へ行こう」など、ふと思った時に身近にあるのは魅力に思います。

## Q 築130年の古民家を改修した宿泊、レンタルスペースがオープンしたそうですね。

A 昨年6月にオープンして、少しずつご利用いただいています。地域の方にも知ってもらったり、使ってもらえればと思いますし、旅行で来た方にはゆっくり滞在しながら町の魅力を知ってもらえる宿にできたらと思います。黒潮町の観光と交流の拠点としてこれからもみんなの居場所を創っていきます。



古民家を改修した宿泊施設

### 協力隊から一言!

引き続き町内を拠点に楽しい場所を作っていきますので、これからもよろしくお祈いします。

## Kramer's Corner クレマのコーナー



### 今月のテーマ セイントパトリックス・デー

3月17日はセイントパトリックス・デーです。この日は、アイルランドにキリスト教を広めた重要な聖人、聖（セイント）パトリックの命日です。キリスト教徒にとって宗教的な祭日であり、アイルランドでは国民の祝日でもあります。アイルランド人移民の長い歴史を持つアメリカでは、アイルランドとアイルランド系アメリカ人文化を祝う日になっています。アメリカ初のセイントパトリックス・デー祝いは1600年にフロリダ州で行われたパレードから始まり、今は全国でお祝いされる人気のホリデーとなっています。

どうやって現代のアメリカ人はこの日を祝うかというと、まずは、アイルランドを象徴する色とされる緑のものをたくさん身につけます。普通の緑色の洋服から、この日のために作られた大きな緑の帽子やサングラスまで、どこを見ても緑をつけている人がいます。また、そうしない人をつねる風習もあるので、緑を着ていない人はこの日に要注意。ちなみに緑の服を持っていない人は、アイルランドのシンボルである三つ葉のクローバーをシャツなどにピンで留めたら、つねられることを避けられます。

街の大きな祝いについては、パレードが見られ、アイルランド料理や音楽、ダンスのイベントを楽しむことができます。それに、シカゴを初め、川ごとを緑色に染める都市もあります。あと、この日によく飲む習慣もあるので、多くのバーがパーティーを開き、緑色のビールを出します。皆さんも3月17日に少しセイントパトリックス・デーの気分を味わい、緑を着てみませんか。



アイルランド国旗とアイルランドの象徴である三つ葉のクローバー

### 今月の使える! 英語

スプリング クリーニング

### Spring cleaning (春の大掃除)

もうすぐ春、アメリカでは大掃除の時期がやってきます。年末に大掃除をする日本の習慣のように、アメリカ人は春先にします。





4月12日(土) 14時開演



上林暁文学館からのお知らせ  
弦と修哉  
松田弦十西地修哉 ギターと朗読  
入場無料

図書館カレンダー

大方・佐賀図書館  
休館日のお知らせ

Calendar for March and April showing library closure days.

●3月14日(金)…館内整理日 ●3月20日(木)…春分の日  
●3月21日(金)…20日振替(大方館)  
\*お休みの日の本の返却は、ブックポストに入れてください。  
■ 佐賀館休み ■ 大方館休み ■ 両館休み

大方図書館・文学館からのお知らせ

空調設備工事期間のため、利用時間が変わりますので、ご注意ください。

【利用時間】 (平日・土) 10:00~15:00 (日) 10:00~17:00

【工事期間】 2月1日(土)~4月24日(木)

文学館は休館となります。

新しく入った本の紹介

- List of new books including titles like 'C線のアリア', '愛の人', '目には目を', etc.

Library policies section including 'あかつき館開館時間', '貸出冊数・期間', and '返却するとき'.

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

黒潮町公式 SNS section with QR codes for Instagram, Facebook, X, LINE, and YouTube.

わがまちデータ table showing population statistics for Kuroshio Town as of January 31, 2025.