

# くろしお



## 主な内容

P.2 第37回Tシャツアート展

P.4 まちのできごと

P.6 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.14 役場からのお知らせ

P.21 くろしお協力隊に聞く!

P.22 図書館カレンダー

# 5/1<sup>Thu</sup>~5/6<sup>Tue</sup> T-SHIRT ART EXHIBITION 2025



# 第37回 Tシャツアート展

「第37回Tシャツアート展」が5月1日(木)から6日(火)までの6日間、砂浜美術館(入野の浜)で開催され、期間中には25,363名が来場しました。今回のTシャツの応募総数は947点で、町内から273点、そのほか国内610点、ラオス、台湾からも64点の作品が集まりました。審査員には、アーティストの<sup>ふくだめぐみ</sup>カトウヨシオさんを迎え、今年の入賞作品を選びました。

町外から来場した<sup>ありまゆな</sup>福留恵海さんと有馬優波さんは、「過去何回が来たことがある。天気もよくて気持ちがいい。ここに来れば夏や自然を感じる」と話しました。



砂浜大賞

「潮吹き くじら」



優秀賞

「旅に出よ。』



優秀賞

「る、」

## Sand Art Wedding

5月6日(火)、1組の夫婦が来場者に見守られながら「砂浜ウエディング」を挙げられました。今回挙式されたのは、伊藤海希さん・桃花さんご夫婦。

式では、指輪交換や結婚証明書の授与などがあり、大西勝也町長からの祝辞が送られました。

また、伊藤夫妻は、「建物内で挙式するより砂浜でやることで開放感があったし、みんなに祝ってもらえて嬉しかった。一生の思い出になるいい式ができた」と話しました。おめでとうございます。



## 第21回ビーチサンダル飛ばし大会

5月5日(月)、ビーチサンダルを飛ばし、その飛距離を競う「ビーチサンダル飛ばし大会」が開催されました。子どもの部、女性の部、男性の部に分け、計60名が参加し、ビーチサンダル何足分を飛ばせるかを競いました。飛距離が一番長かった山下真ノ輔さんには、総合優勝のメダルが贈られました。山下さんは、「友だちからのアドバイスで、右によって飛ばしたことで上手く飛ばせた。来年も参加して1位をめざしたい」と話しました。



## ひらひらステージ

5月3日(土)、「ひらひらステージ」が開かれました。

今回はだしマラソンでゲストランナーとしてお迎えしたウルフルケイスケさんを含め5組の方がステージを盛り上げました。

- ①ウルフルケイスケ
- ②ルアナと楽しい仲間たち マヒナ黒潮
- ③モネツム
- ④踊り子 さわこ
- ⑤山本浩司



## すなびコットンプロジェクト

5月1日(木)~6日(火)、Tシャツアート展会場に「すなびコットンプロジェクト」コットンバンクの支店が設置されました。

同プロジェクトは、「人と自然のつきあい方」をテーマに行われ、今回のイベントでは「黒潮町小学4年生のみんな」のTシャツにコットンが使用されていました。支店ではコットンの種を配布しており、育てたコットンを寄附していただくプロジェクトを実施しました。寄附したコットンはTシャツへと生まれ変わります。





第40回高知大方シーサイド

はだしマラソン  
全国大会

5月3日(土)、「第40回高知大方シーサイドはだしマラソン全国大会」が入野海岸で開催されました。個人男女(4 kmと6 km)、親子(4 km)、カップル(4 km)の4部門に、全国から1,518名がエントリーしました。今大会の最年少は0歳、最高齢は84歳のランナーでした。

当日は晴天に恵まれ、ランナーは、Tシャツアート展の風景と砂浜の感触をはだして楽しみながら駆け抜けました。

今大会で25回目の出場となる深瀬泰宏やすひろさんは、「以前家族と走ったことがありいい思い出ができて、本当に参加できてよかったと思っている。魅力的なイベントでアットホームな感じが良い。完走をめざして走る」と話しました。

また、今回ゲストランナーとして迎えられ、個人男子4 kmの部を走ったウルフルケイスケさんは、走り終えたあと、「海や浜がきれいで開放的で気持ち良かった。子どもや犬もいて、いろんな人が写真を撮ったり声をかけてくれたりして、楽しんでいて自分も楽しかった」と話しました。

各部門入賞者

- ▶ 親子ペア(4 km)
  - ① 谷本博企ひろき・東万とうま 17分52秒
  - ② 池田修一しゅういち・航大こうた 17分54秒
  - ③ 山本正浩まさひろ・蓮本琉偉はすもとるい 18分13秒
- ▶ カップル(4 km)
  - ① 田邊和廣かずひろ・森本ゆかりもりもとゆかり 20分08秒
  - ② 黒葛原大夢つづらぼらだいむ・片岡咲乃さきの 21分25秒
  - ③ 渡邊智博ともひろ・奈々なな 21分27秒
- ▶ 女子(4 km)
  - ① 岡田琴暖ことあ 18分00秒
  - ② 横井花音かのん 18分35秒
  - ③ 中平葵乃あおの 19分14秒
- ▶ 女子(6 km)
  - ① 吉本虹穂にじほ 30分17秒
  - ② 徳弘里沙りさ 31分39秒
  - ③ 古川夏羽なつは 33分37秒
- ▶ 男子(4 km)
  - ① 西尾公志まさし 15分58秒
  - ② 三田朝陽さんたあさひ 15分59秒
  - ③ 小笠原孝朗おがさわらたかあき 16分13秒
- ▶ 男子(6 km)
  - ① 田鍋允啓まさひろ 24分57秒
  - ② 植田和久かずひさ 25分02秒
  - ③ 三宮孝志さんのみやたかし 25分44秒
- ▶ 特別賞(出場記念回数) 5回/76名、10回/20名、15回/7名、20回/4名、25回/1名、30回/1名





リニューアルオープンした  
土佐佐賀温泉こぶしのさと

## 土佐佐賀温泉こぶしのさとリニューアルオープン記念式典

新型コロナウイルス感染症の影響により、令和4年1月から休業していた「土佐佐賀温泉こぶしのさと」が4月25日(金)から営業を再開することに伴い、プレオープン日である4月21日(月)に記念式典が開催されました。

同施設を運営する(株)Founding Base観光事業の多胡友規部長は、「『さらに、ご湯つくり。』という言葉掲げていて、目的地としてここを利用してもらうのではなく、立ち寄りの場所として親しみやすい場所になってくれれば」と話しました。

式典後、プレオープンが行われ、来店した地元の方が食事をしたり、新たにリニューアルした大広間には佐賀保育所の園児らが遊びに来ていました。



感謝状贈呈の様子

## 光触媒施工の寄附

国内最大級の佐賀地区津波避難タワーの居室部分および海のバザールに設置の津波避難シェルター内部について、(一財)災害支援財団が光触媒※の施工を寄附しました。

施工は4月17日(木)、18日(金)に行われ、同団体の戸塚和昭さんは、「2年前に能登半島地震で起きた避難所での新型コロナウイルス感染症やインフルエンザのクラスターを見て、他に手立てはないかと思いクラスターを防止できるものを研究していた。今回の寄附で社会貢献ができれば」と話しました。

※光触媒とは、主な成分に酸化チタンを含んでおり、光に反応することでウイルスが分解される作用のこと。



感謝状授与の様子

## 黒潮町教育振興交流支援施設完成記念

4月26日(土)、黒潮町教育振興交流支援施設が完成したことに伴い、チャリティーゴルフコンペ実行委員会が掃除機3台と防犯カメラ、そのほか備品を寄附しました。

同会会長の鳥谷秀文さんは、「環境の良いこの場所で、世界で羽ばたいていける人を育てる場所として何か支援ができないかとの思いがあり寄附をした。大方高校の魅力化にも使用してもらえれば」と話しました。

チャリティーコンペには、立目工務店を中心にたくさんの方にご協力いただきました。



アユを放流する園児ら

## 佐賀保育所園児ら稚アユ放流

不破原地区の伊与木川で4月21日(月)、「佐賀の伊与木川を守る会」が主催する稚アユの放流が行われ、佐賀保育所の園児14名が参加しました。

同取組は平成24年から行われており、今回の取組では約4,000匹の稚アユを放流しました。

同会副会長の打井幸一さんは、「毎年ウナギとアユを放流し、徐々に魚が増えてきている。このアユが大きくなったら、また川に捕りにきて楽しんでほしい」と話しました。

子どもたちは、「放したら見えないくらいまであっという間にってしまった」、「大きくなって戻ってきてね」などと声をかけながら放流を楽しんでいました。

## 田ノ口小最後の1年間

新年度が始まりました。去年は全校9人だったのが、今年は6年生が3人、2年生が2人の5人になって、少しさびしい気持ちになりました。

でも、全校5人で、休み時間にはキックベースをしたりして、学年に関係なく全員で遊ぶ機会が増えました。また、運動会で披露する一輪車を2年生と一緒に練習をして、みんなどんどん上手になってきました。5月の運動会までに技を披露できるようにこれからも協力し合って頑張りたいです。

そして、田ノ口小学校は今年で休校になるので、最後の1年間で全力で楽しんで思い出に残るものになりたいです。



(田ノ口小学校 6年 深木 遙真)

## 楽しかった遠足

1年生と初めての遠足がありました。学校から砂浜まで歩きで行くのは、かなりきつかったです。でも、1年生が楽しそうだったので良かったなと思いました。砂浜にやっと着くと、まず児童会のレクでつな引きをしました。ぼくたちのチームは、

「せーのー!」と声を合わせてつなを引きました。手が真っ赤で痛かったけれど、みんな協力したから決勝戦までいくことができました。とてもうれしかったです。結果は2位だったけど、力を合わせることができたので満足しています。

レクが終わると、お弁当を食べました。おいしかったです。やっぱり、外でみんなと食べるお弁当はサイコーでした。また砂浜から学校まで歩いて帰るのは足がしんどかったけど、それもいい思い出になった遠足でした。



(南郷小学校 6年 山沖 優空)

## 気持ちをひとつに《対面式》

今年は大方中学校に40名の新入生が入学しました。私たち在校生は、新入生が入学してくることをとても楽しみにしていました。

対面式では、早く中学校になじんでもらえるよう学校生活がイメージできる写真などを活用して説明しました。また、今年新たに、部活動紹介も実施しました。どの部活も新入生獲得に向けて工夫したプレゼンを行い、新入生だけでなく2・3年生も興味をもって聞いていました。

最後はチーム大中として結束を固め、気合を入れるために全校で円陣を組みました。私の「頑張るぞ」の掛け声にみんなが「オー」と答えてくれた瞬間、みんなの気持ちがひとつになったと確信しました。この1年、全校一丸となって中学校生活を盛り上げていきたいと思います。



(大方中学校 3年 横井 花音)

# 健康カレンダー

6月・7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。

## 大方地域

注)表中の※印は、受付時間です。

6月	内 容	場 所	時 間
16日(月)	愛 育 相 談	地域子育て支援センター	※ 9:30~10:30
19日(木)	大腸がん検診(容器回収)	6/14配布時にお知らせします	個別にお知らせ
	上田の口健康相談	上田の口集会所	9:30~10:30
	早咲健康相談	早咲集会所	10:00~11:00
20日(金)	緑野健康相談	緑野集会所	
24日(火)	浜の宮健康相談	浜の宮集会所	
26日(木)	北郷健康相談	あったかふれあいセンター北郷	
7月	内 容	場 所	時 間
1日(火)	小川健康相談	小川集落センター	10:00~11:00
4日(金)	馬荷健康相談	集落活動センターかきせ	
8日(火)	特 定 健 診	大方町民館	※ 8:30~ 9:30
	胸 部 検 診		※ 8:00~10:20
	大腸がん検診(容器配布)		※ 8:00~ 9:30
10日(木)	大方橘川健康相談	大方橘川集会所	10:00~11:00
11日(金)	北郷健康相談	あったかふれあいセンター北郷	
12日(土)	子宮頸がん検診	有井川集会所	※ 8:30~11:30
	乳 がん 検 診		※ 8:30~10:30
14日(月)	愛 育 相 談	地域子育て支援センター	※ 9:30~10:30
15日(火)	大腸がん検診(容器回収)	7/8配布時にお知らせします	個別にお知らせ

## 佐賀地域

注)表中の※印は、受付時間です。

6月	内 容	場 所	時 間
22日(日)	総 合 健 診	総合センター	肺・胃・大腸がん検診 ※ 8:00~10:00
23日(月)			特定健診 ※ 8:30~10:30
24日(火)		鈴漁民研修センター	肺・大腸がん検診・ 特定健診 ※14:00~14:30
30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
7月	内 容	場 所	時 間
9日(水)	乳 児 健 診	総合センター	※個別に案内

○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



## ■当直医療機関

月日(曜)	四万十市	宿毛市 (0880)	四万十町 (0880)
6/22(日)	木俣病院 ☎34-1211	筒井病院 ☎66-0013	くぼかわ病院 ☎22-1111
29(日)	中村病院 ☎34-3177	いなげ胃腸科内科 ☎62-1113	
7/6(日)	四万十市立市民病院 ☎34-2126	大井田病院 ☎63-2101	
13(日)	正木整形外科 ☎34-5252	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。

● **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。

● **こうちこども救急ダイヤル #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。

## ■拳ノ川診療所 6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
	2	3	4	5	6
午前	診療	診療	診療	診療(9:30~12:00)	診療
午後		白田川巡回診療 (14:00~16:00)		診療(13:00~14:30)	休診
	9	10	11	12	13
午前	診療	診療	鈴出張診療 (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)		
	16	17	18	19	20
午前	診療	診療	診療	診療(9:30~12:00)	診療 (15:00まで)※
午後		白田川巡回診療 (14:00~16:00)	休診	診療(13:00~14:30)	
	23	24	25	26	27
午前	診療	診療(9:00~11:00)	診療(9:30~12:00)	休診	診療(9:00~13:00)
午後		休診	休診		
	30				
午前	診療				
午後					

**【診療時間】 午前9時～正午(受付11時30分まで) 午後2時～午後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電話でご連絡ください。

■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。

■令和7年4月1日より**带状疱疹ワクチン**の定期接種が開始となります。接種を希望される場合は**事前予約**をお願いします。

■(火)に予定している「白田川巡回診療」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

# みんなでささえる 国保会計



## ～ 資格情報のお知らせ・資格確認書の送付について ～

現在有効の国民健康保険被保険者証(保険証)をお持ちの方の有効期限は、最長令和7年7月31日までとなっています。紙の保険証は、令和6年12月2日以降、新規発行および再発行がされなくなり、マイナ保険証を基本とする形に移行しました。8月1日以降使用していただくものとして、以下のものを7月中に送付します。

### **マイナ保険証の利用登録をされている方には「資格情報のお知らせ」を送付します。**

マイナ保険証の利用登録をされている方は、令和7年8月1日以降、医療機関などを受診する際には**マイナ保険証**で受診されますようお願いいたします。マイナ保険証が利用できない医療機関などの窓口では、7月中に発送する「**資格情報のお知らせ**」と**マイナ保険証**を一緒に**提示**することで、保険証を提示した場合と同じ窓口負担で医療を受けることができます(※「資格情報のお知らせ」だけでは受診することはできません)。

### **マイナ保険証の利用登録をされていない方には「資格確認書」を送付します。**

令和7年8月1日以降、医療機関などを受診する際には、7月中に発送する「**資格確認書**」を医療機関などの窓口で提示して受診されますようお願いいたします。

お手元の保険証の有効期限到来までに、自身がマイナンバーカードを持っているか、また、当該マイナンバーカードは健康保険証の利用登録が済んでいるかの確認をしていただくようお願いいたします。

### ●「資格情報のお知らせ」・「資格確認書」はいつ届きますか。

**8月の受診に間に合うように、7月中に役場から発送します。**

8月になっても届かない場合は、「住民票の住所と郵便局に届けている住所が違う」、「住民票の住所に住んでいない」などの理由が考えられますので、国保係までお問い合わせください。

**また、郵送ではなく役場での受け取りを希望される方は、7月4日(金)までに国保係へご連絡ください。**

職場の健康保険などに加入されていて国保喪失の届出がお済みでない方は、早急に届出をお願いします。

### ●どんな物が届きますか。

「**資格情報のお知らせ(A4用紙)**」または「**資格確認書**」が窓空きの長方形の封筒(ピンク色)に入って届きます。受け取ったら記入されている住所・氏名などを確認してください。

「**資格確認書**」を受け取った方は中に入っている台紙の抜き取り方のイラストを参考にして、各自で「**資格確認書**」を切り離してご使用ください。

**令和7年度の資格確認書の色は、緑色です。**

封筒の中には、「国保のしおり」など国保係からのお知らせが入っていますので、必ず確認して大切に保管してください。

### ●国民健康保険税に滞納がある場合。

国民健康保険税に一定の滞納があるときは、特別事情が確認できた場合を除き、特別療養費支給への変更措置が行われ、医療機関での窓口負担割合が通常の割合から10割に変更されます。

後日、特別療養費の支給申請により保険給付相当分の払い戻しを請求することができますが、滞納税相当額が一時差し止められ、控除される場合があります。

○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

## 後期高齢者医療保険 被保険者(※1)の皆さんへ



(※1) 65歳以上75歳未満で障害認定を受け、後期高齢者医療保険に加入した方を含みます。

### 資格確認書を送付します

現在有効の後期高齢者医療被保険者証(保険証)をお持ちの方の有効期限は、令和7年7月31日までとなっています。紙の保険証は、令和6年12月2日以降、新規発行および再発行がされなくなり、マイナ保険証を基本とする形に移行しました。

後期高齢者医療制度では、マイナ保険証を基本とする仕組みに円滑に移行する観点から、令和8年7月31日までの間、マイナ保険証の保有に関係なく申請なしで「**資格確認書**」を交付することとなりました。

8月1日以降使用していただく「資格確認書」は、7月下旬に送付予定です。

「資格確認書」は、裏面に住所を自署してご使用ください。

なお、医療機関などの受診は、マイナ保険証または資格確認書、どちらでも受診できます。

### 後期高齢者医療保険料 均等割額軽減に係る基準額が変わります

#### ◆後期高齢者医療保険料について

後期高齢者医療保険料は、以下の2つで構成されています。

- ①均等割…全員に納めていただく定額部分(1人あたり56,000円)
- ②所得割…所得に応じて納めていただく部分(賦課のもととなる所得金額(※2)×10.78%)  
(※2) 賦課のもととなる所得金額 = 令和6年中の総所得金額など - 基礎控除額(43万円)

所得の低い方については、世帯の所得に応じて被保険者均等割額が軽減される制度があります。高齢者の医療の確保に関する法律施行令の一部改正に伴い、被保険者均等割額の5割軽減および2割軽減の対象世帯の所得要件が変更になります。

#### ◆均等割額の軽減措置

均等割額 軽減割合	対象者の所得要件(世帯主と世帯の被保険者全員の軽減判定所得の合計額)	
	現行(令和6年度)	改正後(令和7年度以降)
7割	43万円+10万円 ×(給与・年金所得者の数-1)以下	改正なし(左記と同じ)
5割	43万円+(被保険者数×29.5万円) +10万円×(給与・年金所得者の数-1)以下	43万円+(被保険者数×30.5万円) +10万円×(給与・年金所得者の数-1)以下
2割	43万円+(被保険者数×54.5万円) +10万円×(給与・年金所得者の数-1)以下	43万円+(被保険者数×56万円) +10万円×(給与・年金所得者の数-1)以下

※令和7年度以降分の保険料について適用。令和6年度以前分の保険料については、従前の基準となります。

○お問い合わせ 高知県後期高齢者医療広域連合 ☎088-821-4526  
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

### 風水害に備えよう

毎年6月から10月にかけては、梅雨や台風などの集中豪雨による水害や土砂災害の危険性が高まる時期であるため、出水期と呼ばれています。大雨や台風が近づいているときは、気象情報をこまめにチェックしましょう。

また、台風は地震などと異なり、襲来が一定予測できる災害です。夜間や台風が接近してからの避難は危険を伴います。大雨、強風、水深がひざ上まである状況など、無理に避難するよりも、2階など高いところにとどまる方が安全な場合もあるため、早め早めの情報収集と避難の準備を心がけるようにしましょう。

#### 1. 家の外の備え

大雨が降る前、風が強くなる前に行いましょう。

- 窓や雨戸はしっかりとカギをかけ、必要に応じて補強する。
- 側溝や排水口は掃除して水はけを良くしておく。
- 風で飛ばされそうな物は飛ばないように固定する。家の中へ格納する。



#### 2. 家の中の備え

非常用品の確認

- 懐中電灯 ● 携帯用ラジオ(乾電池) ● 救急薬品 ● 衣類
- 非常用食品 ● 携帯ボンベ式コンロ ● 貴重品 など

室内からの安全対策

飛散防止フィルムなどを窓ガラスに貼る、万一の飛来物の飛び込みに備えてカーテンやブラインドをおろしておく。

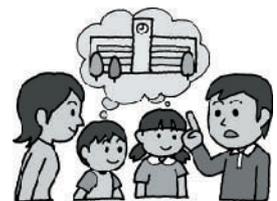
水の確保

断水に備えて飲料水を確保するほか、浴槽に水を張って生活用水を確保する。



#### 3. 避難場所の確認など

- 土砂災害の危険性がある場所を町のハザードマップで確認しておく。
- 学校や集会所など、避難所への避難経路を確認しておく。
- 普段から家族で避難場所や連絡方法などを話し合っておく。
- 避難するときは、持ち物を最小限にして、両手が使えるようにしておく。



### 防災関係イベントのお知らせ

今年度は、昼間と夜間の避難訓練の日程を入れ替えて開催します。

昨年度は荒天により、町全体の避難訓練が行えませんでした。

各地区で一人でも多くの避難訓練参加をお待ちしています。

#### ◆ 8月31日(日)

- 午後1時30分から…第11回 黒潮町地区防災計画シンポジウム(ふるさと総合センター)
- 午後7時から…夜間避難訓練(町内全域)

#### ◆ 11月1日(土)

- 午前8時30分から…黒潮町総合防災訓練(町内全域)

※時間は現時点の予定です。各日程が近づきましたら改めて町公式ホームページなどでお知らせします。

防災訓練



◎お問い合わせ【本庁】情報防災課 ☎43-2188

【佐賀支所】地域住民課 ☎55-3111

## クーリングシェルター(指定暑熱避難施設)を開設しました

### ◆クーリングシェルターとは

危険な暑さから避難できる場所として指定した施設であり、熱中症特別警戒アラートの発表期間中に一般開放し、熱中症予防のため、一時的に誰もが休憩できる場所を言います。

指定したクーリングシェルターは、熱中症警戒アラートが発表されていない日でも、熱中症を予防するために暑い日の一時的な休憩場所として利用できます。

### ◆熱中症特別警戒アラートについて

気温が特に著しく高くなることにより熱中症による重大な健康被害が生ずるおそれのある場合に危険な暑さへの注意および熱中症防止のための行動を呼びかけるもので、県内の全ての暑さ指数(WBGT)情報提供地点において、翌日の最高暑さ指数が35に達することが予想される場合、前日に発表されます。

### ◆クーリングシェルター一覧表

	施設の名称	所在地	開放可能時間	施設内の開放エリア	受入可能人数
1	黒潮町役場	入野5893	平日午前8時30分～午後5時15分 (土日・祝日除く)	1階 くらしおホール	20
2	総合保健センター	拳ノ川31-1	平日午前8時30分～午後5時15分 (土日・祝日除く)	保健センター会議室	5
3	総合センター	佐賀1080-1	平日午前8時30分～午後5時15分 (土日・祝日除く)	1階 談話室・ホール	20
4	大方町民館	入野833-1	平日午前8時30分～午後5時15分 (土日・祝日除く)	図書室	10
5	佐賀町民館・佐賀児童館	佐賀2995-40	平日・土午前8時30分～午後5時15分 (日・祝日除く)	和室	10
6	保健福祉センター	入野2017番地1	平日午前9時～午後4時 (土日・祝日除く)	1階ロビー	5
7	あかつき館	入野6931-3	平日午前9時30分～午後6時 (木・祝日除く) 土日午前9時～午後5時	エントランスホール 1階学習図書室、子ども読書室	75
8	あったかふれあいセンターにしきの広場	入野5191-22	平日午前9時～午後5時 (土日・祝日除く)		20
9	あったかふれあいセンターみうら	出口272番地2	月水金午前8時30分～午後5時 火木午後3時～午後5時(土日・祝日除く)		30
10	あったかふれあいセンター白田川	伊田565番地	月水金午後3時～午後4時 火水午前9時～午後4時(土日・祝日除く)	ふれあいルーム	20
11	あったかふれあいセンター北郷	加持川850番地	月金午後3時～午後5時 火水午前8時30分～午後5時(土日・祝日除く)		15
12	佐賀交流センターみらい	佐賀920番地	平日午前9時～午後5時 (土日・祝日除く)	あったかふれあいセンターさが集いの部屋	5
13	あったかふれあいセンターこぶし	拳ノ川46番地1	平日午前9時～午後5時 (土日・祝日除く)	あったかふれあいセンターこぶし集いの部屋	2
14	町なか休憩所はっぴい	入野2158番地	平日午前8時30分～午後5時 (土日・祝日除く)	フローリング広間2か所・座敷	20

### ◆熱中症予防について

熱中症警戒アラート発表時に限らず、危険な暑さが見込まれるときは、冷房が完備された室内で過ごすことが基本です。

やむを得ず外出する際などで危険な暑さに見舞われた場合には、十分な水分を補給するとともに、クーリングシェルターを活用するなど、熱中症の予防に努めましょう。

#### ○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



#### ☀️「水分を」こまめにとろう

のどがかわいていなくても、こまめに水分をとりましょう。スポーツドリンクなどの塩分や糖分を含む飲料は水分の吸収がスムーズにでき、汗で失われた塩分の補給にもつながります。



#### ☀️「気温と湿度を」いつも気にしよう

いま自分のいる現場の気温や湿度をいつも気にしましょう。屋内の場合は、日差しを遮ったり風通しをよくすることで、気温や湿度が高くなるのを防ぎましょう。



#### ☀️「丈夫な体を」つくりよう

バランスのよい食事やしっかりとした睡眠をとり、丈夫な体をつくりましょう。体調管理をすることで、熱中症にかかりにくい体づくりをすることが大切です。



# 介護保険ガイド

● 介護保険広報シリーズ 230 ●

利用者負担軽減

利用者負担を軽減するため、次のようなサービス利用料の軽減制度があります。  
軽減を受けるためには、交付された認定証を利用する事業所へ提示してください。

## ①食費・居住費(滞在費)の軽減【負担限度額認定】

介護保険施設や、短期入所(ショートステイ)利用時にかかる食費・居住費(滞在費)を軽減するものです。

利用者負担段階	対象者	預貯金等資産要件
第1段階	● 老齢福祉年金を受給している、世帯全員*1が住民税非課税の方 ● 生活保護受給者	単身で1,000万円以下*2
第2段階	● 世帯全員*1が住民税非課税で、前年の公的年金など収入金額+そのほかの合計所得金額が年間で80*3万円以下の方	単身で650万円以下*2
第3段階①	● 世帯全員*1が住民税非課税で、前年の公的年金など収入金額+そのほかの合計所得金額が80*3万円超120万円以下の方	単身で550万円以下*2
第3段階②	● 世帯全員*1が住民税非課税で、前年の公的年金など収入金額+そのほかの合計所得金額が年間で120万円超の方	単身で500万円以下*2

※1 世帯分離している配偶者も含まれます。

※2 夫婦世帯では1,000万円が配偶者の上乗せ分となります。

※3 法令などの改正により、変更となる場合があります。

## ②訪問介護の利用者負担軽減【黒潮町独自事業】

訪問介護(ホームヘルパー)を利用したときの利用者負担(サービス費用の10%)を5%に軽減するものです。

対象者	世帯全員の収入の合計が年間120万円以下の方(生活保護を受けている方を除く)
-----	--

## ③社会福祉法人などによる利用者負担軽減

介護サービス事業者である社会福祉法人などが、利用者負担額の一部を負担し、利用者負担を軽減するものです。

対象者	世帯全員が住民税非課税で年間収入(仕送りや非課税収入を含む)が単身世帯で150万円、世帯員が増えるごとに50万円加算した額以下であることや預貯金の額などの条件があります。
-----	---

## ④離島等地域における特別地域加算に係る利用者負担額軽減

佐賀地域は、厚生労働大臣が定めた離島等地域に該当し、そこに所在する居宅介護サービス事業所が提供する訪問介護サービスについては、サービス確保の観点から介護報酬として15%

の特別地域加算が実施されており、利用者負担額も15%の増額となっています。このため、離島等地域でない住民との負担の均衡を図る観点から、社会福祉法人などのサービス事業者が利用者負担(サービス費用の10%)を9%に軽減するものです。

対象者 住民税本人非課税の方(生活保護受給世帯に属する方を除く)

## ●申請手続きについて

利用者負担の軽減を受けるためには申請が必要です。申請書の記入方法や必要書類については、介護保険係(本庁)や総合窓口第2係(佐賀支所)、またはケアマネジャーにご相談ください。

## ●有効期間と更新手続きについて

有効期間は、8月1日～翌年の7月31日までです。ただし、新規の場合は、申請した月の初日から7月31日まで(令和7年8月から新規申請した場合の有効期間は令和8年7月31日まで)となります。

現在、軽減を受けている方も、令和7年8月1日以降も引き続き軽減を受ける場合は更新申請が必要です。更新の対象となる方にはお知らせしますので、お早めに手続きをお願いします。

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

## 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。

6月の予定

★いっしょに遊ぼう 午前10時30分～午前11時

○作ってあそぼう 5日(木) (手形・足形アートかえるとあじさい)

○英語であそぼう 12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

○6月生まれさんの誕生会 26日(木)



★第3回「子育て講座」 20日(金) 午前10時30分～午前11時30分

「乳歯からの虫歯予防と歯磨きのコツ」

講師：歯科衛生士 小野 智代さん 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】

子育て支援センターを利用していただけの方は、子育て家庭の保護者および乳幼児、また、子育て支援に携わっている方です。

★佐賀おでかけ広場 毎週火曜日・金曜日 午前9時～午前11時

○6月生まれさんの誕生会 24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)

○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

## ① けんみん健康まつり2025

～幡多を元気に！みんなのけんみん病院～

◆開催日 6月15日(日)

◆時間 午前10時～午後1時

◆場所 幡多けんみん病院(宿毛市山奈町芳奈3-1)

- ◆内容
  - 健康体験と仕事体験
  - 書道パフォーマンス・ダンス(宿毛高校)
  - ヤマモトケイスケLIVE
  - 地震体験(起震車)
  - ブラスバンド演奏(東中学校)
  - 各種飲食ブース、雑貨屋コーナー

詳しくは、幡多けんみん病院ホームページへ。

○お問い合わせ 幡多けんみん病院 ☎66-2222



幡多けんみん病院  
ホームページ

ねんきんコーナー

**国民年金保険料のご案内を民間委託しています**

**◆国民年金保険料のご案内業務の民間委託について**

日本年金機構は、国民年金保険料の納め忘れがある方に対する電話や文書による納付案内と免除・猶予制度の申請手続きのご案内、そのほか口座振替などのご案内について、民間委託を実施しています。

事業の民間委託を通じ、被保険者の方に年金制度についての理解を深めていただくとともに、保険料の納め忘れによる低額年金者や無年金者の減少をめざしています。

※令和5年5月1日より戸別訪問によるご案内は廃止となりました。

◎受託業者について 高知県の受託業者 (株)バックスグループ

**◆退職(失業)後の国民年金加入の手続きはお済みですか**

厚生年金に加入していた方が20歳以上60歳未満で退職(失業)された場合、国民年金の第一号被保険者になるための手続きを行う必要があります。

また、退職した方に扶養されていた60歳未満の配偶者についても、国民年金の種別変更の手続きが必要となります。

この手続きを怠ると、年金額が減る場合や、受給権を得ることができなくなる場合があります。

必ず役場または年金事務所が必要な手続きを行ってください。

保険料は、月額17,510円(令和7年度)です。保険料を納めることが経済的に困難な方には、申請によって保険料の納付を免除される制度があります。

免除申請する年度、またはその前年度に退職(失業)した方は、特例免除制度を利用できます。特例免除の場合は、退職(失業)した方の前年の所得額を「0円」とみなして審査されます。なお、特例免除の申請には、離職日が確認できる証明書類(離職票や離職証明など)が必要となります。

詳しくは、役場または年金事務所にご相談ください。

- 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**

**精神保健福祉相談「嘱託医相談」のご案内**

幡多福祉保健所では、下記のとおり、精神科嘱託医師による「嘱託医相談」を開催します。

**◆対象** 現在、精神科の治療を受けていない方(精神科未受診者、もしくは治療中断者)

**◆場所** 幡多福祉保健所など

**◆定員** 1回につき2件まで  
1人で悩まず、気軽に相談してください。

	開催日	時間	当該医師
第1回	6月25日(水)	午後1時30分~午後3時30分	まあるいところクリニック 田中 修一 先生
第2回	8月7日(木)		渡川病院 高木 衣織 先生
第3回	10月30日(木)	午前9時~午前11時	幡多けんみん病院 吉本 康高 先生
第4回	令和8年2月18日(水)	午後1時30分~午後3時30分	聖ヶ丘病院 三浦 星治 先生

※2週間前までの予約が必要です。

- お問い合わせ 幡多福祉保健所 健康障害課 **☎34-5124** 四万十市中村山手通19

## ① ひとり親家庭医療費を助成します

配偶者のいない父・母と児童、または父母のいない児童について医療費の自己負担分(高額医療費は除く)を助成します。

※所得制限があり、受給者および同居している扶養親族のある方の前年の所得に対して、所得税が課税されている世帯などは、対象とならない場合があります。

### ◆助成の種類

【現物給付】受給者証を医療機関に示し、助成分を差し引いて支払う方法

【療養費払い】いったん自己負担分を支払い、後日役場で給付請求する方法(領収書が必要です)

※県外で受診した場合は療養費払いになります。

### ◆申請時に必要なもの

【新規】(随時受付)印かん、健康保険証もしくは資格確認書など健康保険の内容が確認できるもの、マイナンバーカード

※転入の方など所得状況がわからない方は課税証明書の提出が必要です。

【更新】印かん、健康保険証もしくは資格確認書など健康保険の内容が確認できるもの、申請書、受給者証、マイナンバーカード

○お問い合わせ 本庁 健康福祉課 福祉係 ☎43-2124



## ② 人権擁護委員制度を知っていますか 6月1日は人権擁護委員法が施行された日です

「人権」とは、「人が幸せに生活するために必要な権利」です。

人権擁護委員は、現在、高知県内に約180人が配置されており、地域住民の皆さんが、人権について関心を持ってもらえるような啓発活動を行ったり、法務局や市役所などの公共施設などにおいて、家庭や職場内における問題、セクハラ、DV、いじめ、インターネット上の誹謗中傷など、人権問題に関するあらゆる相談をお受けします。相談は無料で、秘密厳守となっていますので、1人で悩まずお気軽に法務局または人権擁護委員にご相談ください。

6月中旬に県内において「全国一斉特設人権相談所」を開設します。最寄りの法務局まで、お問い合わせください。

○お問い合わせ 高知地方法務局 人権擁護課 ☎088-822-3503

## ③ 幡多広域消費生活センター便り

### ～通信販売はクーリング・オフできません～

#### ◆事例

インターネット通販で靴を購入した。大きめのサイズを注文したが履いてみると窮屈だった。返品したいとメールしたところ「返品できない。利用規約にも書いてある」との返事。確かに利用規約には返品不可の記載があったので「それならクーリング・オフしたい」と伝えたが「通信販売にはクーリング・オフの適用はない」と回答が来た。(60代女性)

- インターネット通販やテレビショッピングなどの通信販売には、法律上のクーリング・オフ制度はありません。 返品可否や条件についての特約があれば、それに従うことになります。
- 特約がない場合は、商品を受け取った日を含む8日以内であれば、消費者が送料を負担し返品できます。返品が可能な場合でも、返品期限が設けられている場合があります。商品を受け取ったらずぐに中身を確認することが大切です。
- 通信販売で購入する際は、事前に返品が可能かどうかや、返品が可能な場合の条件などを確認しましょう。

※幡多広域消費生活センターでは、出前講座(無料)による啓発活動を実施しています。お気軽にお問い合わせください。

○お問い合わせ 幡多広域消費生活センター ☎34-8805 消費者ホットライン ☎188  
〒787-0012 四万十市右山五月町8番13号(アピアさつき2階駐車場西側)  
【相談受付】月～金曜日(祝日および年末年始を除く)午前9時～正午/午後1時～午後5時

**弁護士無料法律相談のお知らせ**

弁護士による無料相談所【要予約】

- ◆**内容** 消費者相談、不動産、相続、離婚、地域での悩み相談
  - ◆**日時** 7月16日(水) 午後1時～午後3時
  - ◆**場所** 本庁1階 相談室1-3
  - ◆**定員** 先着4名
  - ◆**申込** 7月9日(水) 午前8時30分から  
キャンセルは7月14日(月)まで。
- ※7月14日(月)までに予約がない場合は中止。  
※相談時間は1人30分以内です。  
※同じ内容の相談は1回限り。担当弁護士が相手方の相談を受けている場合は、相談を受けることができません。

○予約・お問い合わせ  
教育委員会 人権係 ☎55-3117

**心配ごと・困りごと、人権・行政相談所の開設**

人権擁護委員、行政相談委員などによる無料相談所【要予約】

- ◆**内容** 家庭での心配ごと、地域でのめごと、人権侵害、行政に関する相談



- ◆**日時・場所**
    - 7月4日(金)午前10時～正午  
田野浦避難集会所
    - 7月4日(金)午後1時30分～午後3時30分  
錦野団地集会所
- ※キャンセルする場合は7月2日(水)まで。  
※7月2日(水)までに予約がない場合は中止。

○予約・お問い合わせ  
教育委員会 人権係 ☎55-3117

**① 6月は、高知県の「男女共同参画推進月間」です**

◆「男女共同参画」とは

「男だから、女だから、〇〇すべき」といった固定的な考えにとらわれず、お互いに社会の対等なパートナーとして認め合い、自分の意思であらゆる活動に参画する機会が確保され、自由に生き方を選び、また、ともに責任を担う社会をめざすことです。

例えば、こんなことが男女共同参画につながっています。

①家庭で

結婚・出産後も女性が働き続けられるよう、家庭と仕事を両立するために「家事は女性の仕事」と決めつけず、家事・育児などは家族みんなで分担しましょう。

②職場で

近年では、子育てを楽しみたい、積極的に関わりたいという男性も増えています。子どもの授業参観や学校などの行事に参加するために、あるいは、子どもが熱を出したと保育所から連絡があった時など、安心して休めるような職場環境や雰囲気づくりも男女共同参画への大事な一歩です。

まずは、あなたの身の回りから行動に移してみませんか。

○お問い合わせ  
高知県子ども・福祉政策部人権・男女共同参画課  
☎088-823-9651  
こうち男女共同参画センター「ソーレ」  
☎088-873-9100

**① 2025年度黒潮町人権教育研究協議会の入会について(ご案内)**

◆「黒潮町人権教育研究協議会(町人教)」とは  
町人教ではこれまで、差別の現実に学びながら、差別撤廃・人権確立に向けて、人権教育の研修および実践に取り組んでおり、多くの皆さんとともに、今後さらなる活動の発展をめざしています。皆さんと一緒に人権教育の取組を進めていきたいと考えていますので、町人教入会のご案内をします。黒潮町が、人権文化豊かな「人権尊重のまち」となりますよう、ともに歩んでいきましょう。

◆年会費

- 個人会員：1,000円  
(※同一世帯であれば、2人目からは700円)
- 賛助会員【団体会員】：10,000円

◆申込方法

下記担当係に用意している申込書に記入してお申し込みください。

◆会員になっていただく

- 人権に関する各種行事の開催についてご案内します。
- 人権に関する各種行事に参加する際の費用(参加料、旅費など)を支給します。
- 「じんけん出前講座」を活用でき、企業や団体、地域で人権研修を行う際のサポートおよび講師を無料で派遣します。

○申し込み・お問い合わせ  
教育委員会 人権係 ☎55-3117

**令和7年度国家公務員 ～税のスペシャリスト～ 税務職員採用試験受験申込開始**

◆受験資格

- ①令和7年4月1日において高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して3年を経過していない者および、令和8年3月までに高等学校または中等教育学校を卒業する見込みの者
- ②人事院が①に掲げる者に準ずると認める者

◆申込受付期間(インターネット) 6月13日(金) 午前9時～6月25日(水) ※受信有効

申し込み専用アドレス <https://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>

【第1次試験日】9月7日(日)

【第2次試験日】10月15日(水)～10月24日(金)の間で、第一次試験合格通知書で指定する日時

◆試験内容

- 第1次試験 基礎能力試験・適性試験(マークシート方式)、作文試験
- 第2次試験 人物試験、身体検査

詳しくは、人事院ホームページ(国家公務員試験採用情報NAVI)をご覧ください。



人事院  
ホームページ

○お問い合わせ 高松国税局総務部 人事第二課試験研修係 ☎087-831-3111

**高知職業能力開発短期大学校(KPC) オープンキャンパス**

高知職業能力開発短期大学校(KPC)は、厚生労働省所管の工業系短期大学校です。学校の雰囲気を感じていただくため、高校生などの方を対象にオープンキャンパスを実施します(保護者の方も大歓迎です)。

参加される方は、当校の食堂にてランチ体験(無料)ができます(要予約)。

申し込み方法や詳しい内容は、ホームページをご覧ください。



高知職業能力開発  
短期大学校  
ホームページ

○お問い合わせ 知職業能力開発短期大学校(KPC) 学務援助課 ☎0887-56-4100

**IWK TV** 黒潮町ケーブルテレビ **6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
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 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**

◆**令和7年6月 黒潮町議会定例会**

日程：6月6日(金)～6月13日(金) 予定  
放送時間：午前9時から議会終了まで

◆**令和7年6月 高知県議会定例会**

日程：6月13日(金) 開会日  
6月18日(水)・19日(木)・20日(金)  
質疑・一般質問  
6月27日(金) 閉会日

放送時間：午前10時から議会終了まで

※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、Instagram・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。



Instagram



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

店名	住所	電話番号		店名	住所	電話番号	
		店舗	携帯			店舗	携帯
クシオライフインサービス	入野1769	43-3075	090-1006-3985	平野住設	伊田2100	44-1513	090-3183-1279
村越設備	入野2117	43-3033	080-3160-0276	大西設備	浮鞭2083-2	31-3277	090-1004-2499
(株)中村住設	四万十市市津3443-1	34-3621	090-3184-1731	吉本水道工務店	下田の口822-174	43-2024	090-3183-8535
野村企画設備	田野浦1593	43-4665	090-8970-5021	拳ノ川住設	拳ノ川224	55-7371	090-3783-7011

## 黒潮町イベントカレンダー

2025(令和7)年6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
15日(日)	道の駅ビオス大方 20周年祭	道の駅ビオスおおがた	10:00	道の駅ビオスおおがた ☎43-3113

## 土佐西南大規模公園スポーツイベント・大会予定 6月



日(曜)	行事名	場所
1(日)	小学生バスケットボール高知県大会	体育館
	県リーグ(シニアサッカー)	多目的運動広場
7(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
	県リーグ(高校生サッカー)	多目的運動広場
7(土)・8(日)	中学校県総体幡多地区予選(バスケット・ソフトテニス・サッカー)	体育館・テニスコート・多目的運動広場
8(日)	皇后杯JFA第46回全日本女子サッカー選手権大会高知県予選(高校生~社会人)	多目的運動広場
14(土)	中学校県総体幡多地区予選プレーオフ(サッカー)	多目的運動広場
	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
	あそびバ! in 高知(幼少年期対象イベント)	体育館
14(土)・15(日)	高知県U-11サッカー大会(小学生)	多目的運動広場
15(日)	黒潮町PTA連合会 スカッシュバレーボール大会	体育館
	土佐西南黒潮パークゴルフ協会 じいんず工房大方杯	パークゴルフ場
	県リーグ(社会人サッカー)	多目的運動広場
20(金)~22(日)	第62回四国地区高等専門学校体育大会(サッカー)	多目的運動広場
21(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
28(土)		
28(土)・29(日)	第4回四万十うなぎATカップ(小学生サッカー)	多目的運動広場

◆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/>  
上記行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



## 黒潮町G・G愛好会 5月月例会

日時：5月7日(水)

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	60	5	13
準優勝	宮地 優典	67	3	15
3位	酒井 隆昌	69	1	22
4位	野村 民子	72	3	13
5位	宮川 依行	72	2	15
6位	渡辺 栄	76	2	13
7位	金子 広子	77	1	15
8位	水野 一弘	79	1	14
9位	曾根 省子 <sup>(※④)</sup>	79	1	14
10位	中山 次男	79	0	17

技術賞：中山 次男 79打

最多ホールインワン賞：池田 章夫 5ホール

最多2打賞：酒井 隆昌 22ホール

パーフェクト賞：酒井 隆昌

※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 4月月例会

日時：4月20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	佐田 幸一	107
準優勝	茶畑すみ子	110
3位	宮崎 安男	111
4位	橋田 香苗	111
5位	小野 みね	111
6位	井上 梅香	111
7位	野中 郎海	113
8位	宮下 隆夫	114
9位	小野 真人	115
10位	岡村 知	118

ホールインワン Aコース 8番 野村民子

ベストスコア Aコース 54点 小野 真人

Bコース 51点 宮崎 安男

ベストグロス 109点 佐田 幸一

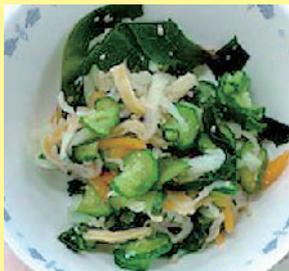
※総合点同点の場合は、カウントバック方式とする。

※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良

### カミカミキュウリモみ



材料(4人分)

キュウリ	300g(大2本)	
ニンジン	30g(3センチ幅)	
千切り大根	20g	
さきいか	20g	
カットわかめ	2g	
A	ごま	小さじ1
	酢	大さじ1
	砂糖	大さじ1
	薄口しょうゆ	大さじ1/2
	塩	小さじ1/5

「カミカミキュウリモみ」は給食で人気のメニューの一つです。毎月1回の「カミカミ献立」の日に提供したりしています。子どもたちにも食べやすい味付けになっており、また噛む力をつけることができます。作り方も比較的簡単なので、ぜひお試しください。

〔作り方〕

- ①わかめは水に戻しておく。
- ②千切り大根、さきいかは食べやすい大きさに切る。
- ③キュウリは輪切り、ニンジンは千切りにし、沸騰した湯でよく茹でる。
- ④Aの調味料を混ぜ合わせる。
- ⑤すべての食材を④で作った調味料で混ぜ合わせる。

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



### 集落活動センター通信 No.24 : かきせ

今年も恒例の「第40回高知大方シーサイドはだしマロン全国大会」が5月3日(土)に開催され、かきせでは参加者へ食事提供を行いました。

今回はおかずにあわせてちらし寿司を含め1,700食の依頼があり、前日は食材の仕込みを行い、当日は午前4時から延べ50人余りの地域の方々が集まり、手ぎわよく調理・盛り付けし、現地でボランティアの中学生たちと一緒に参加者の皆さんに手渡しました。

食事をされている方々に「お疲れ様でした」と声掛けをすると、「食事も美味しい。来年も参加します」と、笑顔で返事をいただき疲れも吹き飛ばすとともに、「来年も機会をいただければ何を作ろうか」と、スタッフ一同「反省会」をしながらも早速メニューを考えています。



# くろしお協力隊に聞く



【今月の担当者】  
地域おこし協力隊  
(ハウスマスター)  
林 加奈子  
はやし かなこ

## Q 5月から協力隊に着任した林さん。なぜ黒潮町の協力隊を選びましたか？

A 元々高知県が好きで、市内にはよく遊びに来てたんですが、Tシャツアート展がきっかけで黒潮町という場所を知って、イベントにあわせて黒潮町に来た時に民宿に泊まりました。そこで出してもらったカツオのたたきがおいしかったのと地元の人との会話が楽しくて、黒潮町に来て、もっと高知県が好きになりました。2年前にTシャツアート展のボランティアとしてはじめて5日間黒潮町で過ごして、毎日海の表情が変わるのを見て、新鮮で「こういう環境で過ごした時に自分がどんな風に変化をするのかな」というのを考えていました。そこからたくさんの魅力を知って、移住を検討するようになりました。その時に協力隊の募集を見つけ、地域の人と密接に関われるということを知って、今回募集があったハウスマスターなら前職で教員をしていた経験を活かせるし、これまでとは違う形で子どもたちに関わる仕事ができるなと思い、黒潮町を志望しました。

## Q 黒潮町に住んでみてどうですか？

A 住むまでは、食べ物がおいしくて、海もあって環境がいい印象がありました。黒潮町に来てからは地元の人からのおすそ分けをいただいたり、気にかけてくださったり、すごく温かいなと思いました。黒潮町に移り住むまでは、海の景色にばかり目が行ってましたが、暮らすようになってからは、田んぼや畑の風景、夕暮れの時間帯の空模様にも魅力を感じています。



帰ってきた学生と話をしている林さん

## Q 今後どんなふうに関わりを深めたいですか？

A 料理が好きなんですけど、地元の野菜を使って農家の人と子どもたちを繋げることや、黒潮町にある「さしすせそ」の調味料を町外の人にも伝える魅力発信をやっていきたいなと思っています。

### 協力隊から一言！

地域の方々、黒潮町の皆さん、よろしくお願いします。見かけたら声をかけてください。皆さんと楽しい時間を一緒に過ごせていたらと思います。

# Kramer's Corner

クレームのコーナー



## 今月のテーマ アメリカの迷信

6月は僕の誕生日で、33歳になります。もし僕が女性だったら、今年は厄年の翌年、つまり後厄になります。皆さんは知っているかもしれないが、アメリカには「厄年」という概念はありません。何が幸運か不運かと考えられているのは、文化によって異なります。今回のクレームのコーナーで、日本にないアメリカの不吉な迷信を少しお話ししようと思います。

最初に紹介するのは傘についての迷信。今はもう慣れてきたが、雨の日に日本人の友たちが傘を乾かすために開いて玄関に置いたのを初めて見てショックを受けたのをはっきりと覚えています。なぜかと言うと、アメリカでは室内で傘を開くと非常に縁起が悪いと考えられ、子どもの頃よく母に注意されたものです。この迷信の理由を調べてみたが、ある説明によると、ビクトリア朝時代のイギリスに由来し、硬いバネと金属製の骨で作られていた当時の傘を室内で開くと人を傷つけたり、物を壊したりする危険がありました。とても実用的な理由から生まれた迷信です。

もう一つは小銭についてです。アメリカで落ちた1セント玉を見つけたら、拾う前によく確認すべきです。表向きだったらラッキーだが、裏向きのを拾ったら不運を招くと言われていました。でも、裏向きのをひっくり返せば、次に見つけた人が幸運になります。これは父がよく信じていたことで、裏向きのを決して拾いませんでした。一方、僕は全く気にせず、見つけたコインを全て拾いました。子どもの僕は不運を心配するより、お金を見つけることに喜びを感じていたようです。

### 今月の使える！英語

アイ ラックアウト アウト  
**I lucked out! 運がよかった!**

アウト  
Outの単語が付いているから「運が悪い」という意味に聞こえるかもしれないが、実は逆です。運がとてもいいという意味です!





### 「上林暁の本 海と旅と文と」



山本善行編  
夏葉社刊  
2,400円+税  
240ページ(黒潮町で撮り下ろしたカラー写真32ページを含む)  
\*お求めは上林暁顕彰会(大方あかつき館)まで

### あかつきシアターのご案内

6月13日(金)~25日(水)の上映作品  
◆「アンジーのBARで逢いましょう」  
◆「近江ミッション 願いと 祈りと 喜びと」  
◆「逃走」  
詳細はあかつきシアターのウェブサイトへ→



### ~モバイルミュージアム~

高知みらい博物館からお借りした展示物を展示しています。ぜひご覧ください。  
【佐賀館】『いろいろな磁石と合金』

**あかつき館開館時間**  
【月・火・水・金】午前9時30分~午後6時  
※文学館図書館は午前10時開館  
【土・日】午前9時~午後5時  
※文学館図書館は午前10時開館  
午後2時まで閉館。

**休館日**  
大方(木曜日・祝日)  
佐賀(日曜日・祝日)  
※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  
★小説の新作は1週間です。  
【雑誌】1人3冊・2週間  
【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。  
●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。  
●借りた本やDVD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

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

## 図書館カレンダー

大方・佐賀図書館  
休館日のお知らせ

6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					

7月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5

●6月27日(金)…館内整理日のため休館  
□ 佐賀館休み    □ 大方館休み    □ 両館休み

### 新しく入った本の紹介

- ヴァンパイア・シュテン 福田 和代/著
- 墳墓記 高村 薫/著
- 人よ、花よ(上・下) 今村 翔吾/著
- 珈琲怪談 恩田 陸/著
- 玄米菜食ごはん 鈴木 愛/著
- 海辺の石 石の人/著
- ともちゃんとうし 市川 朔久子/作
- あやとり大図鑑 福田 けい/監修
- ながい ながい あさごはん ポコヤマクリタ/作・絵
- おんぶーぶー 矢野 アケミ/作

## 黒潮町公式 SNS

**Instagram**  
@kuroshotown\_official

**Facebook**  
@9640town

2025年5月15日Instagram掲載

**X(旧Twitter)・LINE・YouTube**  
@kuroshio\_town

Please follow us

## わがまちデータ

人 口	9,813人(前月比7人減)
男	4,739人
女	5,074人
世 帯 数	5,263世帯
増 加	出 生 3人(男1人・女2人)
	転 入 41人(男25人・女16人)
	その他 1人(女1人)
減 少	死 亡 15人(男8人・女7人)
	転 出 36人(男16人・女20人)
	その他 0人

2025(令和7)年4月30日現在