

# くろしお

笑いっ  
顔ぱっ  
もいも  
の  
ありがとう

## 主な内容

P. 2 まちのできごと

P. 4 くろしお子どもニュース

P. 6 健康カレンダー

P. 9 備えて安心

P. 10 介護保険ガイド

P. 11 役立場からのお知らせ

P. 21 渚〜NAGISA〜

P. 22 図書館カレンダー





カツオのタタキ販売

## 第20回土佐さがのもどりガツオ祭

10月25日(土)、黒潮一番館で「第20回土佐さがのもどりガツオ祭」が開催されました。

会場では、薫焼きカツオのタタキやいよめしなどが販売され、広場では毎年恒例の子どもたちを対象にしたカツオの一本釣りゲームや、幡多舞人によるよさこい踊り、ラムネ・ビールの早飲み大会などが行われました。さらに、20周年を記念して、ものまねステージや大道芸ショーも披露され、会場は大いに盛り上がりました。

大阪・京都から来た山本<sup>まゆこ</sup>摩由子さんと片山<sup>ゆうこ</sup>裕子さんは、「高知には来たことがあったけれど、もどりガツオ祭に来たのは今回が初めて。どれもおいしくて楽しかった。また来ます」と話しました。



展示を見る来場者

## 第63回大方の秋まつり・第13回黒潮町まるごと産業祭

11月8日(土)・9日(日)に「第63回大方の秋まつり」が、また、9日(日)には「第13回黒潮町まるごと産業祭」がふるさと総合センター周辺で開催されました。

「秋まつり」では、町内の保育園児や小学生・中学生、一般の方々による書道や絵画、写真、生け花、陶芸などの文化作品が展示されました。屋外では、ステージでのダンスや演奏が行われました。

「まるごと産業祭」では、地域産品を扱う出店や体験型のブースなどが並び、会場は多くの来場者でにぎわいました。

来場者は、「今日は雨でも、雨なりの良さがある。年に一度の祭りに参加することが、人生の楽しみ」と話しました。



作品を見る来場者

## 第31回潮風のキルト展

11月14日(金)から16日(日)の3日間、「第31回潮風のキルト展」が砂浜美術館(入野松原)で開催されました。

同展では、「布を楽しむ」をテーマに、小キルト、大キルト、クッション、コースターの4部門にわかれ、町内外から計116点の作品が集まりました。また、16日には、生田流箏曲菊由楽会と三浦小学校お箏教室の皆さんによる、松原ステージが開催されました。

来場した森岡<sup>ようこ</sup>陽子さんは、「今回初めて来た。今年は晴れて天気も良く、ゆっくり作品をみることができた。一つひとつが個性的で、見ごたえがあってよかった」と話しました。



イスに座ってのんびりする来場者

## イスに座って海を見る日⑤

11月3日(月)、入野の浜でNPO砂浜美術館主催の「イスに座って海を見る日⑤」が開催されました。

同イベントは、砂浜に自分のお気に入りのイスを持ちより、座って海を眺めながら思い思いの時間を過ごすというもの。会場には、「すなはまBOOKS&CAFE」が設置され、コーヒーを飲む人や読書を楽しむ人、潮風を感じながら友だちと話す姿も見られました。

来場者は、「普段は海にあまり来ないけど、今日は来てみた。久しぶりにくつろげて、ゆっくり話もできた」と話しました。



黒潮スポーツ少年団

## くろしお杯球技大会(ソフトボール)で黒潮スポーツ少年団が入賞

11月2日(日)、土佐西南大規模公園の東グラウンドで開催された「くろしお杯球技大会」において、黒潮スポーツ少年団が3位に入賞しました。当日、子どもたちはこれまで積み重ねてきた練習の成果を存分に発揮し、粘り強いプレーで最後まで諦めずに戦いました。ホームでの開催ということもあり、選手の家族や地域の方の声援も大きな励みとなった大会でした。

同少年団の吉門彩人<sup>あやと</sup>キャプテンは、「準決勝では負けてしまったけれど、ホームランを打つことができて、チームも盛り上がったのでとても嬉しかった。引退まで残り1大会となりましたが、最後までチームのみんなと練習や試合に励みたい」と笑顔で語りました。



写真を見る地域の人たち

## 駅びらき

10月24日(金)、長い期間閉じられていた土佐佐賀駅のシャッターを開け、佐賀中学校2年生による「駅びらき」が行われました。

学生らは総合学習のテーマ「佐賀活性化」の一環としてこのイベントを企画。シャッターを開けた場所には、旧佐賀町の写真が展示されたほか、グループごとに学んだことをまとめた掲示物も並びました。当日は、「コーヒーショップ駅」のコーヒーも販売され、多くの人で賑わいました。

同中学校2年生の喜多ひなたさんと土居夕月<sup>ゆづき</sup>さんは、「朝、昼、晩とまではいかなくても、人が集まり、安心できる憩いの場になってほしい」と話しました。



交流の様子

## 佐賀小学校・中学校、大方高校防災訓練

10月21日(火)、佐賀小学校・中学校、大方高校の全児童・生徒が、合同防災学習を行いました。同学習は、高校生の防災への取り組みについて見て学び、防災意識を高めるとともに、災害時に連携して助け合う力を身に付けることを目的としています。

当日は、津波被害のシミュレーションや大方高校による活動報告を聞いた後、津波の速さを体験するプログラムや避難訓練を行いました。

同小学校6年生の土居くるみさんは、「アプリを使ってシミュレーションしながら訓練を行い、実際に逃げ切れるか確認できた。津波速さ体験では、津波の速さが分かった」と話しました。



学習の様子

## 踏切事故防止キャンペーン

11月4日(火)、土佐くろしお鉄道(株)が入野踏切で「踏切事故防止キャンペーン」踏切脱出訓練を行いました。同訓練には、大方高校1年生の参加のほか、四国運輸局や中村警察署、四万十自動車学校の職員らが参加しました。開始式の後、入野踏切へ移動し、車両が踏切内で立ち往生した際の脱出方法や、発炎筒の使い方などを体験しました。

同社鉄道部部長の刈谷兼一<sup>けんいち</sup>さんは、「黒潮町は踏切が多く、通る機会が多い。渡る際は必ず一時停止と安全確認を守ってほしい。今回の訓練で学んだことを、友だちや家族にも伝えて、多くの人に対処方法を知ってもらいたい」と話しました。



## 「どうむかんにいったよ」

ぼくたちは、1年生のみんなはどうむかんにいきました。1かいもいったことがなかったので、どんなところかわからなかったです。

ホールでドッジボールをしたことがたのしかったです。まほ先生が見てくれました。ボールがなげにくかったです。がいやがたのしかったです。ぬりえもしてたのしかったです。みくちゃんが「ぬるのじょうず」といつてくれてうれしかったです。

とけいのはりが10のところになったので、「かたづけ」とこえかけをしにいった、もとのばしょへかえりました。ぼくは、じょしがおしえてくれたので、うれしかったです。

こんど、おかあさんにおねがいをしてつれていってもらおうとおもいました。じぶんでもどうむかんにいってみんなとなかくあそびたいです。



(入野小学校 1年 秋森 実来・植野 千和・田村 結希・宮澤 晴希)

## 何があっても命を守るために

10月21日の火曜日に、佐賀小学校、佐賀中学校、大方高校の3校で、合同の避難訓練を行いました。

私が特に心に残ったことは、津波が来たら佐賀がどうなるのか動画を観たことです。佐賀が津波に飲み込まれ、避難タワーも一番上まで行かないと飲み込まれることを知り、こわくなりました。それと、高校生が電気を使わずにエアコンの効かない所に段ボールの家を建てて過ごしたことや、防災用トイレを立てる位置の難しさなどを教えてくれました。また車を津波に見立てて、津波から逃げる訓練を行いました。車と競走するともう少しで飲み込まれる状況でした。津波が思ったよりも速いことを知り、不安になりました。

南海トラフ地震についてたくさん学ぶことができました。何があっても自分の命をギリギリでも守れるよう気をつけたいです。



(佐賀小学校 5年 植野 心春)

## 思い出に残る文化祭

10月10日、大方中学校で文化祭が開催され、英語暗唱、俳句バトル、合唱コンクール、吹奏楽部の演奏が行われました。私は、全てのプログラムに参加しました。英語合唱では、1年生3人で絵本「ぐりとぐらのおきやくさま」を英語で発表しました。たくさんの人たちの前で発表は緊張しましたが、とても楽しく発表することができました。俳句バトルでも、班の人と一緒に協力して素敵な俳句を作ることができました。1年生にして、全体の3位に入ることができて嬉しかったです。私が一番楽しかったのは、合唱コンクールです。私は、学年合唱と全校合唱でピアノ伴奏をしました。夏休みから、ピアノ教室の先生と一緒に練習してきた成果を出すことができました。学級合唱でもクラス全員で心をつにし、入賞はできなかったですが、これまでで最高の合唱にできました。吹奏楽部の演奏も、3年生に演出に協力してもらい、来場者の皆さんに、曲に合わせて踊ってもらいました。とても盛り上がりつつ嬉しかったです。初めての文化祭で分らないこともありました。とても思い出に残る学校行事になりました。来年こそは、合唱コンクールで優勝して、もっともっと最高の文化祭にしたいです。



(大方中学校 1年 山本 千湖)



## 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・育児の悩み、日々の暮らしの相談にのり、楽しく子育てができるようお手伝いします。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。



12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 11日(木) 午前10時30分～午前11時30分

○英語であそぼう&クリスマス会 18日(木) 講師：教育研究所 外国語教育専門員 増田 律子さん

○12月生まれさんの誕生会 25日(木)

★第9回「子育て講座」 4日(木) 午前10時30分～午前11時30分

「赤ちゃんや子どもの食育について」

講師 高知家の親の育ちを応援する学習プログラム ファシリテーター 櫻本智子さん

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。お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る方は、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

○12月生まれさんの誕生会 16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

## ■拳ノ川診療所 12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
	1	2	3	4	5
午前	診療	診療	伊与喜出張診療 (10:00～12:00)	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)	診療(14:00～17:00)	診療(13:00～14:30)	
	8	9	10	11	12
午前	診療	診療	鈴木出張診療 (10:00～12:00)	診療(9:30～12:00)	診療 (15:00まで)※
午後			診療(15:00～17:00)	診療(13:00～14:30)	
	15	16	17	18	19
午前	診療	診療	伊与喜出張診療 (10:00～12:00)	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)	診療(14:00～17:00)	休診	
	22	23	24	25	26
午前	診療	診療(9:30～11:00)	診療(9:30～12:00)	休診	診療 (15:00まで)※
午後		休診	休診	診療(13:00～14:30)	
	29	30	31		
午前	休診	休診	休診		
午後					

【診療時間】午前9時～正午(受付午前11時30分まで) 午後2時～午後5時(受付午後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。

■10月からインフルエンザワクチン・コロナウイルスワクチンの接種が始まっています。接種を希望される場合は事前予約をお願いします。

○お問い合わせ 拳ノ川診療所 ☎55-7111



# 健康カレンダー

12月・1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

12月	内 容	場 所	時 間
16日(火)	浮 津 健 康 相 談	浮津集落センター	9:30~10:30
19日(金)	出 口 健 康 相 談	あったかふれあいセンターみうら	10:00~11:00
25日(木)	蜷 川 健 康 相 談	集落活動センターであいの里蜷川	9:30~10:30
1月	内 容	場 所	時 間
8日(木)	大 方 橘 川 健 康 相 談	大方橘川集会所	10:00~11:00
13日(火)	王 迎 健 康 相 談	王迎集会所	9:30~10:30
14日(水)	御 坊 畑 健 康 相 談	御坊畑集会所	

## 佐賀地域

12月	内 容	場 所	時 間
22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
1月	内 容	場 所	時 間
7日(水)	乳 児 健 診	総合センター	個別にお知らせ

○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)
12/21(日)	四万十市立市民病院 ☎34-2126	大井田病院 ☎63-2101	くぼかわ病院 ☎22-1111
28(日)	木俵病院 ☎34-1211	幡多けんみん病院 ☎66-2222	
31(水)	佐々木整形外科 ☎34-7177	聖ヶ丘病院 ☎63-2146	
1/1(木)	四万十市立市民病院 ☎34-2126	筒井病院 ☎66-0013	
3(土)	木俵病院 ☎34-1211	大井田病院 ☎63-2101	
4(日)	小原外科胃腸科 ☎35-0108	いなげ胃腸科内科 ☎62-1113	
11(日)	大野内科 ☎37-5281	幡多けんみん病院 ☎66-2222	
12(月)	幡多クリニック ☎34-6211	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。



有料広告

## 12月 診療カレンダー

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

## 出口クリニックからのお知らせ

●7月から整形外科 木田和伸医師の診療がはじまりました。  
(予約制)毎月第3土曜日午前のみ

●10月から小児科 濱渦正司医師の診療がはじまりました。

\*予防接種は事前予約が必要です。毎月第4金曜日午前のみ

\*併設 介護医療院ことぶきでは、  
介護・看護職員募集中!

○お問い合わせ先○  
診療予約は  
☎43-3331



出口クリニック  
求人情報YouTube



## ◆ヒートショックとは

急激な温度変化により血圧が大きく変動することがきっかけで起こる、脳梗塞や心筋梗塞などの健康被害のことをいいます。冬場の冷え込んだトイレ・脱衣所・浴室など、温度差がある場所ではヒートショックがより起きやすくなります。失神や不整脈のほか、死に至ることもあり、外気温が低くなる冬場は特に注意が必要です。

## ◆ヒートショックを起こしやすい人とは

- 高齢者(65歳以上)の方  
体温を調整する機能が低下しているため、外気温によって急激な血圧変動が起こりやすくなります。
- 高血圧の方  
血圧の急激な変動による低血圧が起きやすく、意識を失うおそれがあります。
- 糖尿病や脂質異常症の方  
動脈硬化が進行し、血管の柔軟性が損なわれている可能性があるため、血圧変動が大きくなる傾向があります。

## ◆入浴時は特に注意

体全体が露出する入浴時はヒートショックが起こりやすくなります。

寒い脱衣所で衣服を脱ぐと、急激に体表面の温度が下がり、血圧は急激に上がります。その後、入浴すると血管は拡張して、血圧が急激に低下します。この急激な血圧変動が失神を起こす原因の一つで、浴槽内で溺れて亡くなる典型例ともいえます。

## ◆ヒートショックを防ぐには

温度差を少なくすることが有効です。

- ①家の中の温度差を少なくし、室温は18℃以上にしましょう。  
足下から冷えるので、暖かい靴下をはいたり、ホットカーペットを活用したりしましょう。
- ②トイレや脱衣所・浴室を暖かくしましょう。  
暖房器具を活用しましょう。入浴前に浴室全体にシャワーをかけることも有効です。
- ③お風呂の温度は41℃以下、入浴時間は10分以内にしましょう。  
熱いお湯に長時間入ることは、心臓に負担がかかるため避けましょう。
- ④入浴前後の水分補給をしましょう。  
入浴による脱水は心筋梗塞や脳梗塞の原因になります。入浴前後で水分補給は十分にしましょう。
- ⑤入浴前は、家族に声をかけましょう。  
異常の早期発見のため、家族もこまめに様子を見に行くようにしましょう。1人暮らしの場合は、連絡がすぐに取りれるように携帯電話を近くに置くようにしましょう。
- ⑥食事直後・飲酒時の入浴は控えましょう。  
食後1時間以内や飲酒時は、血圧が下がりやすくなるため、入浴を控えましょう。

## ◆高知県のヒートショック予報

ヒートショックは、急激な温度差による血圧の上下によって起こり、命に関わる病気を引き起こします。寒い時期はヒートショックを主な原因とした、入浴中の事故が発生しやすくなります。

ヒートショック予報は、気象予測情報にもとづく家の中でのヒートショックのリスクの目安です。上手に活用し、ヒートショックを予防しましょう。

○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



日本気象協会



# みんなでささえる 国保会計



## ～後期高齢者医療保険制度へ切り替わる方の 被扶養者の方の手続きについて～

勤め先の健康保険に加入している被保険者が後期高齢者医療保険制度へ切り替わった場合、その被扶養者だった75歳未満の方は、他の健康保険の扶養に入るか、国民健康保険に加入する必要があります。

### 後期高齢者医療保険制度へ切り替わる方

- 75歳に年齢到達した方
- 65歳以上75歳未満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

被扶養者だった方が他の健康保険に加入されず黒潮町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。

以下の必要なものをそろえて、14日以内に手続きを行ってください。

### 対象者

後期高齢者医療保険制度へ加入する被保険者本人の被扶養者の方で、74歳以下の方

### 必要なもの

- ①被用者保険の資格喪失日が分かるもの
- ② マイナンバーのわかるもの



## ～国民健康保険税減免制度について～

勤め先の健康保険に加入している被保険者が後期高齢者医療制度に加入することとともない、国民健康保険に新たに加わることとなった65歳以上75歳未満の被扶養者の方の国保税については、申請により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ください。
- 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

住民税係(国保税担当)

☎43-2816

佐賀支所 地域住民課 総合窓口第2係

☎55-3112



### 黒潮シーサイドコンサート

12月13日(土)、陸上自衛隊第14音楽隊による「黒潮シーサイドコンサート」を開催します。

第14音楽隊は、香川県善通寺市に所在し、自衛隊の儀式、隊員の士気高揚のための演奏および四国4県を中心としたコンサート、各種イベント、学生に対する演奏技術指導など、部内外において年間100回を超える演奏活動を行うなど幅広く活動しています。詳しくは、町公式ホームページなどでお知らせします。

◆日時 12月13日(土) 午後1時開場(午後2時開演)

◆会場 ふるさと総合センター



令和5年開催の様子

### 年末年始の交通安全運動について

12月5日(金)から14日(日)までと、令和8年1月8日(木)から17日(土)までの計20日間、令和7年度年末年始の交通安全運動が実施されます。

年末年始は、飲酒の機会が多くなることや交通量の増加などを原因として、交通事故の多発が予想されることから、県民一人ひとりが交通安全に対する意識を高め、交通ルールの遵守と正しい交通マナーを実践し、安全で安心な人にやさしい交通環境をつくることにより、交通事故を防止することを目的としています。



## 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だけではありません。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。

### ◆消防団員の位置づけ

火災や大規模災害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。町内やその近郊に在住または勤務してい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までご相談ください。





# 介護保険ガイド

● 介護保険広報シリーズ 236 ●

介護保険関係の所得控除

今回は、介護保険に関係のある所得税・住民税の控除についてご紹介します。

## 1. 介護保険サービスの利用に係る費用 ➡ 医療費控除

**医療費控除 = 医療費控除の対象額 - 10万円または総所得金額などの合計の5%のいずれか少ない額**

1年間に支払った医療費 - 保険金などで補てんされる金額

介護保険サービスごとに、医療費控除の対象となる金額が決められています。

対象となるサービスをご利用の場合、費用を支払った際に受け取る領収書に、医療費控除対象額が記載されていますのでご確認ください(1月から12月までに支払った分が対象です)。

医療費控除を受けるためには、確定申告の際に「医療費控除の明細書」の添付が必要です。

サービスの種類(介護予防を含む)			医療費控除の対象となる範囲
在宅サービス	医療系	①訪問看護 ②訪問リハビリテーション ③居宅療養管理指導	サービス費の自己負担分
		④通所リハビリテーション	サービス費の自己負担分と食費
		⑤短期入所療養介護	サービス費の自己負担分と食費、滞在費
	福祉系	⑥訪問介護(生活援助中心型を除く) ⑦訪問入浴介護 ⑧夜間対応型訪問介護 ⑨通所介護・認知症対応型通所介護 ⑩地域密着型通所介護	サービス費の自己負担分 ※①～⑤のサービスとあわせて利用する場合のみ、医療費控除の対象。
		⑪小規模多機能型居宅介護 ⑫短期入所生活介護 ⑬第一号訪問事業(生活援助中心型を除く) ⑭第一号通所事業	
施設サービス	⑮介護老人保健施設 ⑯介護療養型医療施設 ⑰介護医療院		サービス費の自己負担分と食費、居住費
	⑱介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)		サービス費の自己負担分と食費、居住費のそれぞれ2分の1の額。旧措置入所者は対象外。

※高額介護サービス費の払い戻しを受けた場合は、払い戻し金額を差し引いた残りの金額が対象(⑱は高額介護サービス費の払い戻し金額を差し引いた残りの金額の2分の1)。

※①～⑤の医療系サービスは支給限度額を超えた自己負担分も対象となるが、⑥～⑭の福祉系サービスは支給限度額を超えた自己負担分は対象外。

### ◆ 寝たきりの場合のおむつ代の医療費控除の取り扱い

おおむね6カ月以上寝たきりで医師の治療を受けている場合に、おむつを使う必要があると認められれば、医療費控除の対象になります。

令和6年までおむつ代について医療費控除を受けるのが1年目の方は医師が発行する「おむつ使用証明書」がないと医療費控除を受けることができませんでしたが、令和7年の確定申告から取り扱いが改正され、おむつ代について医療費控除を受けるのが1年目の方であっても2年目以降の方と同様に町が交付する「確認書」で代用が可能になりました(「確認書」については介護保険係へお問い合わせください)。



おむつ代について医療費控除を受けるのが1年目で要介護・要支援認定を受けた方については、要介護認定の審査に当たり作成された主治医意見書で下記の対象条件に該当していることが確認できれば、2年目以降の方と同様に医師が発行する「おむつ使用証明書」がなくても町が交付する「確認書」での代用が可能です。

対象条件：①に該当し、かつ②または③に該当していること。

①寝たきりの状態であること。

②尿失禁が現在ある。または今後発生の可能性が高い状態であること。

③「失禁への対応」としてカテーテルを使用していること。

※対象条件を満たす主治医意見書に係る要介護認定の有効期間（当該年以降のものに限る）の合計が6カ月以上（有効期間が連続しているものに限る）に係るおむつ代のみ医療費控除の対象となります。

※対象条件に該当しない場合は確認書での代用ができませんので、医師が発行する「おむつ使用証明書」にて医療費控除を受けてください。

## 2.要介護認定を受けている方 ➡ 障害者控除

65歳以上の要介護1～5の認定者で知的障害者・身体障害者に準ずると黒潮町長が認めた場合は、障害者控除の対象となります。この控除を受けるには、障害者控除対象者認定が必要ですので、介護保険係へ申請してください。

## 3.介護保険料 ➡ 社会保険料控除

1月から12月までの1年間に納めた介護保険料は、社会保険料控除の対象になります。

納付した介護保険料については、住民税係にお問い合わせください。

納め方	社会保険料控除が受けられる方
特別徴収（年金から納めている）	被保険者本人のみ
普通徴収（納付書や口座振替で納めている）	被保険者本人、または本人の代わりに介護保険料を支払った生計を同じくする家族

○所得税の申告に関すること 中村税務署 ☎35-2135

○住民税の申告に関すること 本庁 住民課 住民税係 ☎43-2816

佐賀支所 地域住民課 総合窓口第1係 ☎55-3113

**介護保険料は大切な財源です。安心して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

### ❶ 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一つとして障がい児長期休暇支援事業を実施しています。夏休みなど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。

#### ◆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

#### ◆場所 大方誠心園

◆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。

○申し込み・お問い合わせ 本庁 健康福祉課 福祉係 ☎43-2124

## ねんきんコーナー

## ①「国民年金手続きの電子申請開始」について

令和4年5月より、マイナポータルから国民年金手続きの電子申請ができるようになりました。対象手続きは以下(1)~(6)のとおりです。

- |                 |                      |
|-----------------|----------------------|
| (1) 国民年金資格取得届   | (4) 国民年金保険料免除・納付猶予申請 |
| (2) 付加保険料に関する申出 | (5) 国民年金保険料学生納付特例申請  |
| (3) 産前産後免除該当届   | (6) 口座振替納付申出         |

黒潮町公式  
ホームページ日本年金機構  
ホームページ

※「マイナポータル」とは、行政手続きのオンライン窓口です。オンライン

申請、行政機関などからのお知らせ通知の受信などのサービスを提供しています。

※電子申請を行うには、マイナポータルの「利用者登録」が必要です。

「利用者登録」には、マイナンバーカードとその受け取り時に設定したパスワードが必要となります。

手続きの方法については、町公式ホームページの国民年金ページをご覧ください。日本年金機構のホームページをご覧ください。

## ② 簡単便利なねんきんネット

「ねんきんネット」とは、インターネットを通じてご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次のような情報が確認できます。

◆最新の年金加入記録を確認できます

- これまでの年金加入履歴
- 国民年金加入記録（国民年金の加入月数、各月の納付状況、納付可能な月）
- 厚生年金加入記録（厚生年金の加入月数、資格取得・喪失年月日など）

国民年金保険料の未納や免除、学生納付特例制度または納付猶予制度の適用を受けている期間などについて、今後納付する月数や金額の確認ができます。

なお、納付月数・金額を入力した後で、その条件を基に年金見込金額を試算し、納付する場合と納付しない場合との年金見込金額を比較することもできます。

◆将来受け取る年金の見込額をさまざまな条件に応じて試算できます

- 現在の年金制度で60歳まで年金を納付した場合の試算ができます。
- 今後の職業や収入を質問に答えて試算できます。
- 詳細な条件をご自身で設定して試算できます。
- 年齢ごとの年金の見込額
- 年金受給開始の年齢 など

その他、年金受給に関する各種通知書の確認もできます。



ねんきんネット

## 利用登録は、とっても簡単

パソコン・スマートフォンから「ねんきんネット」で検索、もしくは上のQRコードを読み取っていただき、ねんきんネットのページへアクセスしてください。新規登録画面から、基礎年金番号、メールアドレス、アクセスキー（ねんきん定期便などに記載されている17桁の番号）を入力することで、ユーザIDが発行され、登録完了となります。このユーザIDと設定したパスワードを使用して、「ねんきんネット」へログインすることで、利用ができます。

また、マイナンバーカード利用者であれば、ユーザID・パスワードを入力することなく、マイナポータル経由でログイン可能となっています（マイナポータル利用の際には、4桁の利用者証明用電子証明書の暗証番号が必要です）。

詳しくは「ねんきん定期便・ねんきんネット専用ダイヤル（☎0570-058-555）」へお問い合わせください。

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



## 黒潮町省エネ家電設置補助金

省エネを目的に設備導入費用の一部を補助し、町内で利用されるエネルギー効率を向上させ、2050年ゼロカーボンに向けた取組を推進するため、以下の補助事業を実施します。

◆申請期間 12月10日(水)～令和8年2月27日(金)

◆補助対象機器 高効率空調機器(エアコン)、電気式給湯器(エコキュート)

※いずれも省エネ基準達成率100%以上の機器が対象 ※令和7年12月1日以降に着手したものが対象

◆補助対象経費 機器の購入および設置に要する経費(稼働に必要な付帯設備含む)  
ただし消費税および処分費を除く

◆補助率 補助対象経費の3分の2(千円未満切捨)

◆補助要件 以下の全てを満たす必要があります

- 町内に住民登録のある方(申請時点)
- 町内の事業者が発注して町内の住宅に設置すること
- その他の補助金や助成金を受けていないこと
- 環境省の「うちエコ診断WEBサービス」を実施し、報告すること
- 補助対象機器は新品に限る
- 買換えの場合、既存機器が省エネ基準達成率100%以上の機器でないこと
- 省エネ家電の必要電力は再エネにより賄うこと
- 町税等を滞納していないこと
- 黒潮町暴力団排除条例の排除対象者でないこと

【備考】申請後に補助対象外が判明した場合、補助金が交付できません。そのため、補助対象となるか、必ず着手前にご確認ください。ご不明な場合は下記お問い合わせ先までご連絡をお願いします。予算残額が不足した場合、上記期間よりも早期に受付を終了します。

○お問い合わせ 本庁 環境政策室 環境政策係 ☎43-2119

## 黒潮町衛生センターの受け入れは12月26日(金)までです

年末年始の休業期間が長いため、し尿などの汲み取りをご依頼される場合は、余裕をもって事業者へご連絡・ご依頼ください。

年末の最終運転日は12月26日(金)、年始の運転開始日は令和8年1月5日(月)です。

○お問い合わせ 本庁 環境政策室 環境政策係 ☎43-2119

## 年末・年始の家庭ごみ収集および幡多クリーンセンターへのごみの持ち込みについてのお知らせ

◆年末の家庭ごみ収集の最終日 ①月曜・木曜日の組 12月29日(月)

②火曜・金曜日の組 12月30日(火)

◆年始の家庭ごみ収集の開始日 ①月曜・木曜日の組 令和8年1月5日(月)

②火曜・金曜日の組 令和8年1月6日(火)

◆幡多クリーンセンターへのごみの持ち込み

①最終日 12月30日(火) 午前9時～午後4時(正午～午後1時昼休み)

※混雑の恐れがあり、お待ちいただくことがあります。

②開始日 令和8年1月5日(月) 午前9時～午後4時30分(正午～午後1時昼休み)※通常通り

### お詫びと訂正

各世帯にお配りしています「令和7年一般ごみ収集計画表」に誤りがありましたので、以下のとおり訂正いたします。ご迷惑をおかけしたことをここにお詫び申し上げます。

◆令和7年一般ごみ収集計画表の年末の家庭ごみ収集日

誤	正
【大方地域】 月・木曜日の組 12月25日(木)、 火・金曜日の組 12月26日(金)	【大方地域】 月・木曜日の組 12月29日(月)、 火・金曜日の組 12月30日(火)
【佐賀地域】 佐賀①の組 12月25日(木)、 佐賀②の組 12月26日(金)	【佐賀地域】 佐賀①の組 12月29日(月)、 佐賀②の組 12月30日(火)
【佐賀地域】 佐賀②の組(ピン・缶) 12月2日・16日	【佐賀地域】 佐賀②の組(ピン・缶) 12月2日・16日・30日

○お問い合わせ 本庁 環境政策室 環境政策係 ☎43-2119 幡多クリーンセンター ☎31-2600

**令和8年黒潮町成人式**

20歳を迎えられる皆さんを心から祝福いたします。

◆日時 令和8年1月3日(土)

●受付 午後12時30分～ ●式典 午後1時30分～ ●記念撮影 午後3時ごろ～

◆場所 ふるさと総合センター 大ホール

◆対象者 平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれの方

※①町内に住所を有する方、②町内の小学校または中学校を卒業した方には案内をお送りしています。

※住所変更などにより案内が届いてない場合はご連絡ください。

※①②に該当する方は成人式式典への出席および欠席のご連絡は必要ありませんが、該当しない方で出席をご希望の方はご連絡ください。

○お問い合わせ 教育委員会 生涯学習係 ☎55-3117

**保育所入所申し込みの受付を開始します**

令和8年度の町内保育所への入所申し込みの受付を開始します。なお、現在入所している児童についても入所の手続きが必要です。

保育所(4カ所) 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 令和8年4月1日(水)から令和9年3月31日(水)まで

◆入所基準・提出書類 保育所入所案内および提出書類は、町公式ホームページに掲載しており各保育所および教育委員会にも置いています。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 令和8年1月5日(月)～30日(金)

◆申込書の受付窓口 各保育所および教育委員会

※広域入所を希望される方も手続きをしてください。

※受付期間を過ぎても申し込みを受け付けますが、定員などにより希望する保育所に入所できない場合があります。



黒潮町公式  
ホームページ

○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 ☎55-3117

**令和7年度年末年始救急歯科診療のお願い**

今年度の「年末年始休日救急歯科診療」の当番歯科医院は、下記の通りです。

診療時間は午前9時から正午になります。

診察日	当番歯科医院	住所	電話番号
12月30日	安光歯科医院	入野2581-1	☎43-4488
12月31日	前田歯科矯正歯科	宿毛市萩原1-31	☎0880-63-3803
令和8年1月1日	幸徳歯科	四万十市中村大橋通6-1-24	☎34-5578
令和8年1月2日	安岡歯科診療所	土佐清水市下ノ加江216	☎0880-84-0002
令和8年1月3日	和泉歯科医院	入野2082-9	☎43-3636

**伴太郎線朝一便目の運行ルートの変更について**

12月1日(月)から、伴太郎を午前7時4分に出発するバスの運行ルートが変わります。変更後は、役場前には停まりません。ご不明な点がございましたら下記までお問い合わせください。

○お問い合わせ 高知西南交通株式会社 ☎0880-34-1266



**① みんなで築こう 人権の世紀～考えよう 相手の気持ち 未来へつなげよう 違いを認め合う心～**

**◆12月10日は「人権デー」**

昭和23年12月10日、国際連合で「世界人権宣言」が採択されたのを記念して、国連総会で12月10日を「人権デー」と定め、全ての加盟国に実施を呼びかけました。毎年この日は、世界のいろいろなところで「人権」について考える日になっています。日本では、法務省と全国人権擁護委員連合会が12月4日～10日を「人権週間」として、全国各地で人権の大切さを学ぶ催しが行われる予定となっています。お近くの催しに参加して、「思いやりの心」や「かけがえのない命」について、考える機会にしましょう。

**◆黒潮町人権作品展**

町では、あらゆる差別をなくすための取組の一つとして、町内の児童・生徒から募集した人権作品（絵画・ポスター・書道・作文・詩・標語）の展示を行います。また、大方ライオンズクラブが募集した「平和ポスター」なども同時に展示します。子どもたちの思いや願いのこもった作品をぜひご覧ください。

**◆開催日時・場所**

- 12月5日（金）～10日（水） 午前9時30分～午後5時 ※10日は正午まで  
大方あかつき館町民ギャラリー
- 12月12日（金）～16日（火） 午前9時～午後5時 ※16日は正午まで  
佐賀交流センターみらい（旧佐賀保育所）

○お問い合わせ 教育委員会 人権係 ☎55-3117



作品展の様子

**① 「くらしの悩みごと相談所」**

12月3日（水）、高知よさこい咲都合同庁舎で「くらしの悩みごと相談所」が開催されます。会場では、人権擁護委員が、地域住民の皆さんのさまざまな悩みごとの相談をお受けします。お気軽にお越しください。

- ◆日時 12月3日（水） 午前10時～正午、午後1時～午後4時まで（相談予約受付は12月2日（火）正午まで）
- ◆場所 高知よさこい咲都合同庁舎 8階相談室（高知市栄田町2丁目2-10）
- ◆担当者 弁護士資格を有する人権擁護委員
- ◆内容 差別待遇、暴行・虐待、いじめ、DVなど、家庭や近隣関係などにおける法律・人権問題に関するあらゆる相談

※事前予約制です。下記お問い合わせ先にてご予約ください。相談は無料で、相談内容の秘密は厳守します。

○お問い合わせ 高知地方法務局 人権擁護課 ☎088-822-3503

**① 第48回西部地区高等学校総合芸術祭**

高知県西部地区の高校生の美術工芸作品の展示会が宿毛まちのえき林邸にて開催されます。

- ◆日時 12月14日（日）～24日（水）  
午前9時～午後5時（初日午後1時～午後5時・月曜日休み・最終日午後3時まで）
- ◆展示部門 美術、書道、華道、漫画研究、写真、英語、文芸など
- ◆場所 宿毛まちのえき林邸
- ◆参加予定学校

窪川高等学校、大方高等学校、幡多農業高等学校、中村高等学校、中村高等学校西土佐分校  
宿毛高等学校、宿毛工業高等学校、清水高等学校、中村特別支援学校

○お問い合わせ 西部地区高等学校総合芸術祭 事務局 ☎34-2141

**① 冬の道路の通行は、出発前の準備をしっかりと**

四国の道路でも、冬期は積雪や凍結によりスリップ事故や車の立ち往生が発生し、重大な事故・渋滞につながる場合があります。

お出かけ前の情報収集と冬用タイヤやチェーンの準備が必要です。

四国の雪道情報は下記URLまたは、右記QRコードからご確認できます。

<https://www.skr.mlit.go.jp/road/toukikoho/index.html>

○お問い合わせ 国土交通省 四国地方整備局 道路部道路管理課 ☎087-851-8061  
道路緊急ダイヤル（無料、24時間受付） #9910



雪道情報



緊急通報

## 農業委員会だより



## 遊休農地解消へ 農地パトロール

黒潮町農業委員会(山本勝也会長・委員14名、推進委員7名)は、9月から10月にかけて、今年度の農地パトロールを実施しました。

今回のパトロールでは、町内の農用地区域内を中心に昨年度の耕作放棄地実態調査で作成した図面をもとに、農地の利用状況調査や許可案件の履行状況の確認、違反転用・不法投棄の発見に努めました。

同委員会では、今後、調査結果を踏まえ、農地の利用集積・集約など有効活用に取り組み、遊休農地の解消につなげていくこととしています。

また、十分に耕作に適した土地でありながら耕作放棄され、ご自身での管理や農地中間管理機構への貸付を行う意思がないなど、今後も適正な管理が見込めない農地については、固定資産税の軽減税率が適用されず、結果的に課税額が上がる場合があります(平成28年度の税制改正により平成29年度より施行)。

耕作放棄地は全国的に増加の傾向にありますが、良好な農業環境を守るため、農地の適正な管理をお願いします。



農地パトロールの様子

## 利用権設定などによる貸し借り

農地の利用権設定を行うことにより、安心して農地の賃借を行うことができ、農地の有効利用にもつながります。

## ◆貸したい方のメリット

- 農地法の所有権の手続きなどが不要です。
- 貸した農地は期限がくれば、離作料を支払うことなく確実に返してもらえます(利用権の再設定により継続して貸すことができます)。

## ◆借りたい方のメリット

- 契約期間は安心して利用でき、また、合意が整えば契約を更新することもできます。

※令和7年4月1日から、農業経営基盤強化促進法などの改正により相対契約(当事者同士の契約)が廃止され、令和7年度以降の設定については、農地中間管理機構(高知県農業公社)を通じた賃借に一本化されております。お手続きの方法については、下記連絡先までお問い合わせください。

※すでに設定されている利用権は、契約期間が満了するまで有効です。

## 農業者年金について

## 【農業者年金の特徴】

- ①積立方式・確定拠出型で年金額は加入者・受給者数に左右されない、少子高齢化時代に強い制度です。
- ②「国民年金の第一号被保険者」「年間60日以上農業に従事」「20歳以上60歳未満の人」であれば誰でも加入できます。
- ③認定農業者または認定新規就農者で青色申告者などには、保険料の手厚い国庫補助があります。また、その配偶者や後継者で家族経営協定を締結している方も対象となります。
- ④月額1万円から6万7千円までライフプランに合わせ保険料を選択できます。
- ⑤保険料が全額社会保険料として控除されます。支払われる年金についても公的年金控除が適用されます。
- ⑥途中で脱退しても積み立てた保険料に応じ年金を受け取ることができます。また、加入者、受給者の方が80歳までに死亡した場合には、80歳までに受け取れるはずであった年金を死亡一時金として遺族の方が受給できます。

○お問い合わせ 農業委員会事務局 ☎43-1888 または、地元農業委員まで



## ① 空き家の所有者、管理者&予備軍の方必見

空き家を所有、管理されている方や高齢世帯で持ち家にお住まいの方によくある思い込み。あなたは思い込んでいませんか。次の表の「よくある思い込み」に一つでも該当する場合、空き家の行く末で困る可能性があります。

	よくある思い込み	現 実
①	国や役場が引き取ってくれる	町では土地・建物の寄付は基本受け付けていません。国に寄付が可能な制度(国庫帰属制度)がありますが、更地にする必要があるほか、国に費用を支払わなくてはならない制度です。
②	名義変更しなくても売れる	家屋を売買する場合は登記が必要です。令和6年から法律が変わり、相続登記が義務化されました。この改正により、3年以内に名義を変更しないと金銭的な罰則を受ける可能性があります。

### ◆空き家の行く末は

売る、貸す、譲る、家族(身内)で使う、解体する、の5つしかありません。

※「放置する」は行く末に含まれません。建物も人間と同じく年をとり、家屋の状態は日に日に劣化していきます。「解体する」以外での活用を検討される場合は、「早期の決断」が重要となります。

空き家の行く末に関する冊子が高知県から発行されています。冊子は本庁企画調整室に置いてありますので、ご興味のある方はお持ち帰りください。ご家族で空き家の未来について話し合いましょう。

空き家に関すること、まずはお気軽にご相談ください。

○お問い合わせ 本庁 企画調整室 地域振興係 ☎43-2177



黒潮町空き家バンク



## ● 水道給水工事指定店一覧表

店 名	住 所	電話番号		店 名	住 所	電話番号	
		店 舗	携 帯			店 舗	携 帯
クロスライフサービス	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	四万十市古津賀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12月・2026(令和8)年1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月10日(土)	第20回黒潮町少年駅伝大会	佐賀中学校～ 明神水産	8:30	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 12月



日(曜)	行 事 名	場 所
6(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
	四国近県オープン 小学生ソフトテニス大会選考会	テニスコート
6(土)・7(日)	Blue Wave ウインターフェスティバル in 黒潮 2025(高校生サッカー)	多目的運動広場
	CLIMB四国U-16参入戦(高校生サッカー)	多目的運動広場
13(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
	はたキッズ(小学生サッカー)	多目的運動広場
	合宿(愛媛県立松山工業高等学校:サッカー)	多目的運動広場
20(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
21(日)	高知くろしおキッズ 選考会チャレンジ(小学生)	体育館
	土佐西南黒潮パークゴルフ協会 西地塗装杯	パークゴルフ場
24(水)～26(金)	合宿(FC BASARA HYOGO:中学生サッカー)	多目的運動広場
25(木)～28(日)	合宿(WILD FLOWERS:中学生サッカー)	多目的運動広場
	合同合宿(香川高等専門学校・高知高等学校:野球)	大方球場・補助グラウンド
26(金)～29(月)	合宿(大阪偕星学園高等学校:サッカー)	球技場・多目的運動広場
27(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

◆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



宮川公園  
parkrun

## 第20回 黒潮町マラソン大会 参加者募集

◆開催日 令和8年2月8日(日) ◆場所 土佐西南大規模公園(大方)

◆部門 【小学生の部】1.5km(1・2年生)、2km(3・4年生)、3km(5・6年生)

【一般の部】3km(男・女/中学生～34歳・35歳～59歳・60歳以上)

6km(男・女/中学生～34歳・35歳～59歳)

◆参加資格 健康な方

◆申込方法 参加申込書にて令和8年1月9日(金)までに教育委員会まで郵送・FAX・持参でお申し込みください。

※参加申込書の配布は、教育委員会窓口と本庁2階総務課で行っています。

○申し込み・お問い合わせ 教育委員会 生涯学習係 ☎55-3117





## 第23回 黒潮カップ少年サッカー大会

10月18日(土)・19日(日)に「第23回黒潮カップ少年サッカー大会」が土佐西南大規模公園大方人工芝グラウンドで行われ、県内外から20チームが参加しました。選手らは日頃の練習の成果を存分に発揮し、素晴らしい試合となりました。町からは大方フットボールクラブが参加し、熱戦を繰り広げました。

### 試合結果

#### 【くじらトーナメントの部】

優勝 エストレーラス高知  
準優勝 北陵少年サッカークラブ  
第3位 清水JFC

#### 【かつおトーナメントの部】

優勝 横浜少年サッカークラブ  
準優勝 四万十ジュニアフットボールクラブ  
第3位 FC.UNO



試合の様子

## 第20回 黒潮町少年剣道大会

10月4日(土)に「第20回黒潮町少年剣道大会」が土佐西南大規模公園体育館で行われました。町内外から6チームの剣士たちが練習の成果を存分に発揮し、最後まで粘り強く戦いました。町からは黒潮町一心会が参加し、団体戦では優勝、さらに個人戦でも全員が入賞という素晴らしい結果を収めました。

### 試合結果

【団体戦】優勝 黒潮町一心会

【個人戦 1・2年生の部】

優勝 松本 兼心(黒潮町一心会)

【個人戦 3・4年生の部】

優勝 平野 千秋(黒潮町一心会)

【個人戦 5・6年生男子の部】

優勝 松本 貴汰(黒潮町一心会)

第3位 伊勢 希優(黒潮町一心会)

【敢闘賞】松本 兼心(黒潮町一心会)



試合の様子



黒潮町一心会

○お問い合わせ 教育委員会 生涯学習係 ☎55-3117

## 令和7年度高知県いい歯の表彰

◆親と子の部 3歳児健康診査で、むし歯が0本だったお子さんを対象に選考診査され、親子で「いい歯」をお持ちの方が表彰されました。県内の応募者4,175名の中から、親子18組が最終選出され、優秀賞「高知県歯科医師会会長賞」を田島依知さんと田島知治さん親子が受賞されました。これからも、すてきな「いい歯」でお過ごしください。

田島さん「この度は、高知県の「いい歯の表彰」で優秀賞に選んでいただき、大変嬉しく思います。町から「いい歯の表彰」のお話をいただいてから、息子は一層、歯磨きを頑張っています。2歳の弟は歯磨きが苦手で大泣きしてしまいますが、そのようにお兄ちゃんが手本を見せてくれるようになり、大変助かっています。次は弟もお兄ちゃんに続くように、家族全員で健康な「いい歯」を保つために取り組んでいきたいと思っています」

◆熟年者の部 県では、高知県歯科医師会の協力のもと、「8020運動」(80歳で20本の歯を保つ)事業の一環として、80歳以上で噛むことのできる自分の歯が多く残っている方を表彰しています。今年度は、町から1名の方が受賞されました。おめでとうございます。

【優良賞】川村 弘子さん(上田の口)



田島さん親子

## 黒潮町G・G愛好会 11月月例会

日時：11月12日(水)

場所：大方球場補助グラウンド(24ホール)

成績	氏名	打数	H数	2打数
優勝	宮川 依行	47	2	15
準優勝	野村 民子	49	3	8
3位	酒井 隆昌	54	1	14
4位	水野 一弘	55	1	12
5位	池田 章夫(※④)	57	1	11
6位	曾根 省子	57	1	11
7位	佐竹 令子	57	0	15
8位	中山 次男	58	1	9
9位	矢野 良子	59	0	14
10位	金子 広子	60	1	10

技術賞：佐竹 令子 57打

最多ホールインワン賞：野村 民子 3ホール

最多2打賞：佐竹 令子 15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 第17回 黒潮町 町長杯

日時：10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 真人	104
準優勝	宮下 隆夫	104
3位	尾崎 良二	104
4位	宮崎 安男	106
5位	橋田 香苗	116
6位	尾崎 進	106
7位	篠田 重義	108
8位	佐田 幸一	108
9位	西森 美佐	109
10位	野中 郎海	110

ホールインワン 小野真人 伊藤日出男  
ベストスコア Aコース 23点 小野真人  
Bコース 25点 尾崎良二 宮崎安男  
佐田幸一

※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位の合計点数が同点の場合はA8～A9でプレイオフとする。

## くろしおっ子の学校給良

### 鶏肉の赤ワイン煮



鶏肉の赤ワイン煮は、難しそうに見えますが、フライパンで簡単にできる料理です。コツは、タレを別で作って最後に煮詰めることです。そうすることで、肉が煮崩れしたり硬くなりたりしなくなります。赤い色が鮮やかできれいに仕上がりますので、クリスマスなどのイベントやお弁当にもおすすめのメニューです。

【作り方】

- ①一口大に切った鶏肉に塩、こしょうを振って下味をつける。
- ②フライパンにみじん切りにした、ニンニクを入れ、オリーブ油で香りが出るまで炒める。
- ③鶏肉を入れ、両面に焼き色を付ける。
- ④別のフライパンにAの調味料を入れ、少しとろみが出るまで煮詰める。
- ⑤③の鶏肉を④のタレに入れ、15分ほど煮詰める。

○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

材料(4人分)

鶏肉 小2枚(400g程度)  
塩 少々  
こしょう 少々  
ニンニク 1かけ  
オリーブ油 大さじ1  
赤ワイン 大さじ5  
砂糖 小さじ1  
ウスターソース 大さじ1  
トマトケチャップ 大さじ2  
みりん 大さじ1  
水 大さじ4

A



集落活動センター通信 No.27：北郷

集落活動センター北郷の食品部会では、第3日曜日の偶数月は屋台村を、奇数月はランチレストランを開催しています。その他にも、町内であるイベントへの出店、毎週木曜日お弁当販売、砂浜美術館よりスポーツ弁当受注、あったかふれあいセンターへ弁当販売などを行っています。季節を楽しんでもらいたい、お腹いっぱいになってもらいたいという想いで日々頑張っています。集落活動センター北郷は、支え合いながら笑いの絶えないみんなの居場所となっています。





渚

～NAGISA～

No.4 (大方高校通信)

10月17日(金)、「I♡ME」が印刷された黒のTシャツに身を包んだもも組、自分たちで染めた淡い青色のTシャツを身に纏ったみず組に分かれて組対抗の体育祭が行われました。この日は清々しいほどの秋晴れ。天気も味方し、絶好の体育祭日和となりました。

パンが入った袋を必死に口で掴み取る姿。水浸しのブルーシートの上を全力でスライディングする姿。「パンと青汁の組み合わせおいしくないー!」と叫びながらゴールテープを切る姿。手を真っ赤にし、掛け声に合わせて力いっぱい綱を引く姿。先生と一緒にゴールまで全力疾走する姿。保護者の方とともに走る姿。そこには生徒、先生、保護者が一体となった「みんなで作り、楽しむ体育祭」がありました。

リレーで転んだ友人をそっと慰める仲間、先生の「手伝って」の声に反応し、すぐに助っ人に回る人。ウォーターライダーの準備をするためにコーンを逆さにして、何往復もして水を運ぶ人。そんなほっこりするシーンも垣間見ることができ、行事を通してまた一つ大人へと成長していく様子を見ることができました。



〇お問い合わせ 本庁 企画調整室 企画振興係 ☎43-2177

**IWK TV**  
IT'S WONDERFUL KUROSHIO TOWN

## 黒潮町ケーブルテレビ 12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12月 黒潮町議会定例会

期間:12月5日(金)～12月15日(月)

放送時間:午前9時～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。

#### ◆令和7年12月 高知県議会定例会

期間:12月5日(金)～12月19日(金)

放送時間:午前10時～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。

#### ◆放送予定:総集編 12月末に今年の出来事をまとめて放送します。

今年も、たくさんの情報をお寄せ頂きありがとうございました。

2026年も変わらなく、IWKTVをよろしく願い致します。スタッフ一同

◆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。ご利用の方は、右記QRコードよりのぞいてみてください。



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



## 映画案内

12月27日(土)

■午前 10時～(本編85分)

「ゴミおぼけがやってきた」

ゴミが大好きなゴミおぼけのオルヒー達との大冒険が始まる

■午後 1時～(本編70分)

「科学×冒険サバイバル!異常気象のサバイバル1」

仲間とともに「勇気」と「科学」でピンチに立ち向かう

■午後 3時～(本編119分)

「朽ちないサクラ」

「孤狼の血」シリーズの柚月裕子による警察ミステリー

入場無料

★年末年始、貸出冊数・期間が変わります!

期間: 12月14日(日)～12月27日(土)

- 本……………10冊
  - 雑誌……………3冊
  - …CD・DVD…2点
- 3週間

※新刊小説は異なります。受付にお問い合わせください。

## 感想画コンクール作品募集

「えほん」や「ほん」を見て、読んで、聞いて、  
“こころに残った場面”を描いてください。

【募集期間】12月1日(月)～令和8年1月21日(水)

【表彰式】令和8年2月22日(日)予定

【展示期】令和8年2月1日(日)～3月1日(日)予定

※応募用紙は図書館受付にあります。

※絵と応募用紙は図書館に持ってきてください。

※詳しくは別途チラシをご覧ください。(各図書館にあり)

12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			

1月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3

●12月19日(金)…館内整理日

●12月28日(日)～1月4日(日)…年末年始休み

■佐賀館休み ■大方館休み ■両館休み

## 新しく入った本の紹介

●一般書 ●児童書

- 雷電 梶 よう子/著
- 最後の色(上・下) 和田 竜/著
- 犯人に告ぐ4 栗井 脩介/著
- シークレット・オブ・シークレッツ(上・下) ダン・ブラウン/著
- 江戸は浅草6 知野みさき/著
- 変な地図 雨穴/著
- 命はぐくむ生きものの家族図鑑 今泉 忠明/監修
- こねこが 声がでるハイブリッド絵本 まつおかたつひで/著
- ぐりとぐら てんじつきさわるえほん 中川李枝子/作
- クリスマスセブン もとしたいづみ/作

- 【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
- ★佐賀図書館は午後1時～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/>

## 黒潮町公式 SNS



Instagram

@kuroshotown\_official



Facebook

@9640town



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

Please follow us



2025年11月6日Instagram掲載

## わがまちデータ

人 口	9,717人(前月比9人減)
男	4,679人
女	5,038人
世 帯 数	5,229世帯
増 加	出 生 5人(男1人・女4人)
	転 入 19人(男7人・女12人)
	その他 0人
減 少	死 亡 16人(男7人・女9人)
	転 出 16人(男9人・女7人)
	その他 1人(男1人)

2025(令和7)年10月31日現在