



くろしお



主な内容

P.2 年頭のざあいせつ
P.3 まちのできごと
P.5 くろしお子どもニュース

P.6 健康カレンダー
P.12 備えて安心
P.13 役場からのお知らせ

P.20 渚～NAGISA～
P.22 図書館カレンダー

写真:塩屋の浜の日の出



黒潮町長
大西 勝也

年頭のごあいさつ



新年明けましておめでとうございます。

皆様におかれましては、輝かしい新年を穏やかにお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年を振り返りますと、国内開催としては平成17年の愛知万博以来20年ぶりに大阪万博が開催され、海外から多くの方に足をお運びいただき活況となったほか、大阪大学の坂口教授がノーベル生理学・医学賞を、京都大学の北川教授がノーベル化学賞をそれぞれ受賞され大きな励みとなりました。その他にもプロ野球大リーグの大谷選手をはじめ、海外で活躍する多くの日本人選手の姿に勇気づけられてまいりました。

一方で、世界では戦禍が絶えず無力感にさいなまれそうになるとともに、過去を教訓とすることの難しさを痛感します。これ以上尊い命が犠牲にならぬよう一日も早い停戦と世界平和を祈るばかりです。

さて、国内政治では昨年、「強い経済」をうたい新内閣が誕生しました。課題が山積する中、とりわけ人口減少下における国の在り方が問われると同時に、地方の主体性も問われています。地域の強みを活かし、将来世代につなぐことのできるふるさと実現のため、精いっぱい努力をしてまいります。

また、令和7年は阪神・淡路大震災から30年、太平洋戦争終戦から80年という節目の年であり、いずれも忘れてはならない大切な教訓です。

本町におきましても、本年3月20日に黒潮町合併20周年を迎える。

先日執り行われた成人式において、新たに成人となられた皆様が誕生された年に黒潮町としての歩みがスタートしました。この間、東北地方を襲いました未曾有の大災害である東日本大震災翌年に発表された、津波高34.4メートルという衝撃的な新想定。令和に入ってからは本町のみならず世界中で新型コロナウイルスが猛威を振るいました。まだまだ道半ばではありますが、これまでの先輩方がそうであったようにその都度、住民の皆様と協力し合い、これらの大きな課題を乗り越えてまいりました。そのうえで20周年という節目の年を新たなスタートとし、あらためて住民の皆様とともに黒潮町の歩みを進めてまいります。

黒潮町のさらなる発展に向け、住民の皆様におかれましてはより一層のご理解とご協力を賜りますようお願いいたします。

結びにあたり、寒さも本格化してくる中、くれぐれもご自愛いただきますとともに今年1年が皆様にとりまして平穡で幸せな年となりますことを祈念し、新年のご挨拶とさせていただきます。



講話を聞く来場者

第10回ホネホネサミット2025

昨年11月22日(土)・23日(日)に「第10回ホネホネサミット2025」が、ふるさと総合センターにて開催されました。同サミットは、骨格標本の魅力を発信するイベントで、毎年開催場所が異なり、昨年は黒潮町で開催されました。全国から約30の大学や博物館、個人の方が集まり、活動紹介や標本の展示などが行われました。展示以外にも博物館の職員を講師に招き講演も行われ、多くの方が来場しました。

来場した中田雅子さんは、「このイベントに参加するために京都から帰ってきた息子と夫と一緒に来た。大きい骨などに興味があり、いろいろ人の話を聞いて勉強した。楽しかった」と話しました。



イベントの様子

かき瀬川流域の秋を楽しむ日2025

昨年11月16日(日)、「かき瀬川流域の秋を楽しむ日2025」が御坊畠地区で開催されました。

同イベントは、田園に野立て傘を立てて茶室とし秋を楽しむ日として開催され、多くの来場者が町内外から訪れました。会場では、地域特産の番茶や地元産の野菜が販売され、ツガニ汁もふるまわれました。また、田園では音楽やダンスの催し物が行われ、来場者らを楽しませました。

来場した宮地浩美さんは、「参加は今年で2回目。にぎやかで楽しかった。地域のお店になかった番茶をここで買った」と話しました。



野菜を売る児童

上川口マルシェ

昨年11月29日(土)、上川口小学校で今年で7回目となる「上川口マルシェ」が開催されました。オープニングでは、幡多舞人による踊りや大方中学校吹奏楽部の演奏が行われました。児童が中心となり運営する同イベントは、「みんな楽しもう」をテーマに、地域を盛り上げ、たくさんの人との交流を深めたいという思いで開催されました。マルシェでは、一般の出店のほか同校児童による野菜や果物、自作のグッズなどの販売も行われました。

同校6年生の齊藤みことさんは、「忙しかったけど、地域の人たちが優しくしてくれたので嬉しかった。大きい声で宣伝することが大切だと思う」と話しました。



飾り付けをしたツリーの前で歌う園児ら

大方中央保育所園児が土佐入野駅でクリスマスツリー飾り付け

昨年12月5日(金)、大方中央保育所の園児15名が、土佐入野駅でクリスマスツリーの飾り付けを行いました。

園児らは、自分たちで手作りしたクリスマス飾りをツリーに飾り付けました。飾り付けの後は歌を披露し、サンタさんからプレゼントをもらいました。その後は、列車に乗って中村駅まで行き、四万十市の保育園児が飾り付けたツリーを見学しました。

園児らは、「楽しかった」、「雪だるまやツリーの飾りを付けた」、「てっぺんの近くに飾りを付けることができ嬉しかった」などと話していました。

高知県社会福祉事業関係者知事表彰・高知県社会福祉大会会長表彰について

11月19日(水)、高知県立ふくし交流プラザで、「第76回高知県社会福祉大会」が開催されました。大会のなかで、長年にわたり社会福祉事業に精励し、顕著な功績を挙げた民生委員・児童委員などをたたえるための「高知県社会福祉事業関係者知事表彰」で、町からは、谷口孔子さんが表彰されました。

また、高知県内の社会福祉の発展に功績のあった個人や団体に対し、社会福祉大会の会長が感謝と敬意を表して贈る「高知県社会福祉大会会長表彰」で、町からは、小橋たか子さん、濱口由美さん、境好美さん、武政富男さんが表彰されました。



第20回 黒潮町社会福祉大会

11月15日(土)、保健センターで、「第20回黒潮町社会福祉大会」が開催されました。「つなぐつながるみんなのまち～お互いさまの和～」と題して、模範高齢者表彰や小・中学校の意見発表、大方高校の活動紹介などが行われました。

◆模範高齢者表彰 吉尾正市さん、柿内弘行さん、明神義士さん、伊尾木祥子さん



◆感謝状贈呈 入野小学校、南郷小学校

◆意見発表 入野小学校 土居寛奈さん、林虎太朗さん「あいさつ運動をすることで」

田ノ口小学校 有友日葵さん、松本貫汰さん「福祉活動で学んだこと」

大方中学校 松本翔太さん「みんなの町」

◆活動紹介 大方高校 家庭科部チーム我彩 樋口琴子さん・藤原鈴夏さん

「青春のグリーンレモン～想いを繋ぐプロジェクト～」

また、当日は各地域福祉の活動写真や活動内容の紹介パネルが会場内に展示され、多くの人が来場しました。

まほろばくろじょ Vol. 27

「まほろば」とは、素晴らしい場所・住みやすい場所という意味。
まほろばな黒潮町で頑張る人や団体にスポットを当て、
紹介するコーナーです。

主に活動を始めたのは昨年の7月から。町外の小学校、中学校などの10校で日本ライフセービング協会が実施する講習のサポートを行ったり、サーフィンを行ったり、サーフィンをする際には浜にテントを張り、夫婦交代で海を守ることが多くなりました。普段、主に遊びに行く浮鞭の海は、海水浴場として開放しておらず監視する人もいません。そのため、子どもたちを守れるように2人で勉強を始めました。昨年の5月にライフセービング協会の副理事長より、救命用ボートやユーラーを寄付いただきました。



10月にクラブを立ち上げました。立ち上げにバーカーの資格を取得し、10月にクラブを立ち上げました。立ち上げにバーカーの資格を取得し、10月にクラブを立ち上げました。立上りで強めました。昨年の5月にライフセービング協会の副理事長より、救命用ボートやユーラーを

主に活動を始めたのは昨年の7月から。町外の小学校、中学校などの10校で日本ライフセービング協会が実施する講習のサポートを行ったり、サーフィンを行ったり、サーフィンをする際には浜にテントを張り、夫婦交代で海を守ることが多くなりました。普段、主に遊びに行く浮鞭の海は、海水浴場として開放しておらず監視する人もいません。そのため、子どもたちを守れるように2人で勉強を始めました。昨年の5月にライフセービング協会の副理事長より、救命用ボートやユーラーを

クラブ立ち上げ
経緯は？

これまでの活動は？



くろしお浮ぶち
サーフライフセービングクラブ
おおしま ただし
てるこ
大島貞さん・照子さん

ヨーロッパ発祥の人命救助を目的としたライフセービング。その中でも海における活動をサーフ・ライフセービングといいます。昨年10月に高知県内で初めて、日本ライフセービング協会所属のクラブ、「くろしお浮ぶちサーフライフセービングクラブ」を立ち上げた大島さん夫婦に話を聞きました。



町内の方は海に慣れているために、海を「怖い」と感じる人が少ないと感じます。しかし、私たちが伝えたいのは、ライフセーバーという活動の存在と、私たちの活動が、「事故などが起きた時の救助」よりも、「水辺での事故を未然に防ぐための取組」であるということです。また、地域の方の協力も必要となるので、一人でも多くの方に私たちの活動を知ってもらい、正しい知識を広めたいです。

活動を通して思つたこと、これからの展望について



はじめてのおんがくさい

きょう、はじめての町ないおんがくさいでした。

あさからきんちょうしました。でも、ほかの学校の人もいっしょにけんめいにがんばつていたので、わたしもがんばろうとおもいました。大方中央保育所のぞうぐみさんも見にきていて、かつこいいところを見せようという気もちもこめてやりました。

はじめはうたからです。いよいよアフリカンシンフォニーのがつそうです。わたしは、けんばんハーモニカのきょくをたくさんれんしゅうしてきました。じょうずにえんそうできるようになつたから、がつそうがまちきれなかつたです。早くけんばんハーモニカをやりたかったです。

さいごまでがつそうをこころを一つにしてできて、たのしかつたです。いつしょくんめいにれんしゅうしてよかつたをともいました。

またみんなでアフリカンシンフォニーのがつそをしたいです。



(南郷小学校)

1年

溝口

瑠葉(る葉)

(田ノ口小学校)

6年

松本

貫太(かんた)

特別支援学校との交流学習

先日、ぼくたちは中村特別支援学校と交流学習を行いました。はじめは緊張してうまく話せるか不安でしたが、いっしょにゲームや校内探検をするうちに、だんだんと緊張がほぐれて楽しくなりました。

お互いの学校で作ったゲームでいっしょに遊んだときには、重いものが持てない人にはボールを1つずつ渡したり、「がんばれ」と声をかけたりしました。そのときに交流した友達が笑ってくれて、とても心があたたかくなりました。また、自分がうまくいったときに拍手をしてくれたことも、とても心に残りました。

交流を通して、ぼくは、話すことが苦手な人にはゆつくり会話をするなど、相手の気持ちを考えて行動することが大切だとわかりました。

これからも、

今回学んだ思いやりの心を学校生活や友だちとのかかわりに生かしていきたいです。



防災デー

11月20日に防災デーを行いました。私たち地域創造コースは、本番に向けて約2カ月前から授業の中で準備を進めてきました。

まず各班に逃げトレ、炊き出し、ポリ袋調理、段ボールベッド、脱出シユータ一体験などのミッショilonを割り振り、運営方法を話し合いながらシナリオづくりを進めました。私は全体リーダーとして本部ステージに待機し、指示出しや取りまとめを担当しました。想定外のこともありましたが、多くの人と協力して学び合える場をつくることができました。皆さんから、「実際の震災をイメージすることができた」というフィードバックも励みになり、「みんなで協力すればできる」と実感できる活動になりました。



(大方高校)

3年

大西(おおにし)

亮(りょう)

健 康 力 レ ン ダ ー

1月・2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。

| 1月 | 内 容 | 場 所 | 時 間 |
|--------|-----------------|-----------------|--------------|
| 16日(金) | 馬 荷 健 康 相 談 | 集落活動センターかきせ | 10:00~11:00 |
| | 上 川 口 郷 健 康 相 談 | 上川口郷集落センター | 9:30~10:30 |
| 19日(月) | 愛 育 相 談 | 地域子育て支援センター | ※ 9:30~10:30 |
| 20日(火) | 浜 の 宮 健 康 相 談 | 浜の宮集会所 | 10:00~11:00 |
| 22日(木) | 緑 野 健 康 相 談 | 緑野集会所 | 10:00~11:00 |
| 27日(火) | 伊 田 健 康 相 談 | あつたかふれあいセンター白田川 | 9:00~10:00 |
| 2月 | 内 容 | 場 所 | 時 間 |
| 4日(水) | 乳 児 健 診 | 保健福祉センター | 個別にお知らせ |
| | 加 持 本 村 健 康 相 談 | 加持本村集会所 | 10:00~11:00 |
| 5日(木) | 下田の口・上田の口健康相談 | 下田の口コミュニティセンター | 10:00~11:00 |
| 12日(木) | 浮 津 健 康 相 談 | 浮津集落センター | 9:30~10:30 |
| | 芝 健 康 相 談 | 芝集会所 | 10:00~11:00 |

佐賀地域

| 1月 | 内 容 | 場 所 | 時 間 |
|--------|---------|-------------------|-------------|
| 26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

■当直医療機関

| 月日(曜) | 四万十市 | 宿毛市 (0880) | 四万十町 (0880) |
|---------|--------------------|-------------------|-----------------|
| 1/18(日) | 四万十市立市民病院 ☎34-2126 | 国保大月病院 ☎73-1300 | くばかわ病院 ☎22-1111 |
| 25(日) | 木僕病院 ☎34-1211 | 筒井病院 ☎66-0013 | |
| 2/1(日) | 四万十市立市民病院 ☎34-2126 | 奥谷整形外科 ☎63-1202 | |
| 8(日) | 吉井クリニック ☎34-5005 | 大井田病院 ☎63-2101 | |
| 11(水) | 吉井クリニック ☎34-5005 | 幡多けんみん病院 ☎66-2222 | |
| 15(日) | 四万十市立市民病院 ☎34-2126 | 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

1月 診療カレンダー

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------|---------|----------|-----------------|--------|---------------------|--------------|
| 28 休 | 29 休 | 30 休 | 31 休 | 1 休 | 2 休 | 3 休 |
| 4 | 5 | 6 内科 | 7 総合 診療科 | 8 | 9 内科(大学) | 10 |
| 11 | 12 | 13 内科 | 14 総合 診療科 | 15 | 16 内科(大学) | 17 |
| 18 | 19 | 20 内科 | 21 総合 診療科 | 22 | 23 内科(大学) 小児科 | 24 整形外科 |
| 25 | 26 | 27 内科 | 28 総合 診療科 | 29 | 30 内科 物忘れ外来 | 31 内科(大学) |

出口クリニックからのおしらせ

◎1月から物忘れ外来(予約制)の診療がはじまります。

心療内科 : 角徳文先生

「最近忘れっぽくなった」「認知症かもしれない」といった不安を抱える方、まずはお気軽にご相談ください。

診療医師紹介

内科 : 門脇 徹 総合診療科 : 溝渕 敏水

整形外科(予約制) : 木田 和伸 内科 : 大学医師(輪番制)

小児科(ワクチン接種・乳児検診は予約制) : 濱渕正司

お問い合わせ先 診療予約は ☎43-3331

併設 介護医療院ことぶきでは介護・看護職員募集中!



出口クリニック
求人情報YouTube

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。



1月の予定

★いっしょに遊ぼう 午前10時30分～午前11時

○英語であそぼう 8日(木) 講師：教育研究所 外国語教育専門員 増田 律子さん

○1月生まれさんの誕生会 22日(木)

○作ってあそぼう 29日(木) 午前10時30分～午前11時30分

★第10回「子育て講座」 15日(木) 午前10時30分～午前11時30分

「基本的生活習慣について」

講師：黒潮町 健康福祉課 保健師 横井 知子さん

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るだけの方は、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

○1月生まれさんの誕生会 20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 1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 |
|----|-----|--------------------------|--------------------------|-----------------|------------------|
| 午前 | | | | 1 | 2 |
| 午後 | | | | 元旦 | 休診 |
| | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 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) | |
| | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 午前 | 祝日 | 診療 | 鈴出張診療 (10:00～12:00) | 診療(9:30～12:00) | 診療 (15:00まで)※ |
| 午後 | | | 診療(15:00～17:00) | 休診 | |
| | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 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) | |
| | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 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(13:00～16:30) | |

【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・コロナワ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

第1回 町内医療機関に関するお知らせ



町には地域医療を支えている医療機関があります。今月から、町内の医療機関・薬局について順番に紹介します。診療を受ける際の参考にご利用ください。

◆ 医療法人祥星会 佐賀診療所

| 曜日 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------------------------|----|----|----|-------------------------------------|----|------------|----|
| 午前8時45分～午後12時30分 (受付は正午まで) | 休診 | 内科 | 内科 | 第1・第3 精神科 心療内科 第2・第4 内科 | 休診 | 診療 (隔週) | 休診 |
| 午後1時30分～午後5時 (受付は午後5時まで) | | | | | | | |

※毎月第1・第3水曜日は精神科の診療。

※当診療所は予約制。受診を希望される方は事前にご連絡ください。
また、医師の都合により診療時間が変更となる場合があります。



【医療機関からのお知らせ】

曜日によって医師が異なりますが、内科、精神科の医師が診療を行っています。また、**1月から精神科・心療内科・もの忘れ外来の初診受付**を再開します。事前に電話予約をお願いします。

○お問い合わせ 佐賀診療所 ☎55-2037

◆ 医療法人四万十会 大方クリニック

| 曜日 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--------------------------------|----|-----|------|------|------|------|----|
| 午前8時30分～午後12時30分 (受付は正午まで) | 休診 | 石井寛 | 石井英治 | 石川洋一 | 石川洋一 | 石川洋一 | 休診 |
| 午後1時30分～午後5時 (受付は午後4時30分まで) | | | | | | | |

※基本的に診療は来院順。

※火曜日から金曜日は**胃カメラ**の検査が可能。予約制。

火曜日、水曜日、金曜日は**大腸カメラ**の検査が可能。予約制。



【医療機関からのお知らせ】

内科、消化器内科の医師が診療を行っています。

○お問い合わせ 大方クリニック ☎43-2255

◆ 医療法人聖真会 出口クリニック

| 曜日 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----------------------------------|----|----|-----------|---------------|----|----------------------------|------------------------------|
| 午前9時～正午 (受付:午前8時30分～午前11時30分) | 休診 | 休診 | 内科 門脇徹 | 総合診療科 溝渕敏水 | 休診 | 内科 門脇徹 第4小児科 浜渕正司 | 内科 大学医師 第3整形外科 木田和伸 |
| 午後 | | | 休診 | 休診 | | 休診 | 休診 |

※診療は午前のみ。 ※毎月第3土曜日の整形外科は予約制。

※毎月第4金曜日の小児科は診療の予約はいりません。

毎月第4金曜日の「予防接種」と「乳児健診」は予約制。



【医療機関からのお知らせ】

曜日によって医師が異なりますが、内科診療を中心に行ってています。

1月から角徳文医師の「もの忘れ外来」を開始します。完全予約制となりますので、事前に電話相談をお願いします。

○お問い合わせ 出口クリニック ☎43-3331

みんなでささえる国保会計



～セルフメディケーションとOTC医薬品の普及について～

セルフメディケーションとは、「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当すること」です。特定健診などで自分の身体の状態を定期的に把握することや、軽い体調不良には市販薬(OTC医薬品)を活用して自分自身の健康維持や病気の予防・治療にあたることもセルフメディケーションのひとつです。

～セルフメディケーション税制について～

健康の維持増進および疾病の予防として一定の取組(※1)を行っている方が、スイッチOTC医薬品(※2)を年間12,000円以上購入した場合に、セルフメディケーション税制の適用が受けられます。薬局やドラッグストアなどで購入したスイッチOTC医薬品の領収書には、星印(★など)と説明文が印字されています。

セルフメディケーション税制は医療費控除の特例で、通常の医療費控除との選択適用となります。いずれか一方の適用しか受けられず、適用後は変更できませんので、ご注意ください。

※1「一定の取組」とは、特定健診などの健康診査・がん検診などの受診、インフルエンザワクチンの接種など

※2「スイッチOTC医薬品」とは、医師によって処方される医薬品(医療用医薬品)から薬局やドラッグストアなどで処方箋なしで購入できる市販薬(OTC医薬品)に転用された医薬品

～11月・12月診療分の医療費控除について～

所得税や町県民税の申告で、医療費控除の適用を受ける場合に、必要な提出書類の簡略化が図られています。これにより「医療費通知」を申告書に添付すると、「医療費控除の明細書」の記載が不要となります。しかし、申告開始前に届く「医療費通知」には10月の医療費までしか記載されていませんので、11月・12月の医療費については、領収書をもとに「医療費控除の明細書」を別途記入する必要があります。

また、10月診療分までの「医療費通知」と、11月・12月診療分の「医療費控除の明細書」で医療費控除が受けられますが、医療費控除は、前年1月から12月までに実際に支払った医療費に限られますので、医療費通知と領収書の金額が異なる場合は、医療費通知の記載を訂正して申告してください。

また、マイナンバーカードに保険証の利用登録をしている方は、マイナポータルで医療費通知を情報連携することで医療費控除の手続きが可能です。

～国民健康保険税の口座振替について～

口座振替制度とは、国民健康保険税(国保税)などをお届けいただいた口座から振替するものです。納付のたびに金融機関の窓口などに出向く必要がなくなり、便利で確実な納付方法です。

口座振替の手続きは、下記の必要なものをお持ちのうえ、JA高知県、郵便局、各銀行、西日本信漁連などの窓口でお申し込みください。

●申し込みに必要なもの

- ・口座振替依頼書
- ・預金通帳
- ・通帳のお届け印
- ・納税義務者のわかるもの(納税通知書など)

※口座振替依頼書は、黒潮町役場、黒潮町内のJA高知県および各銀行・郵便局・西日本信漁連すべくも湾支店などの窓口に備えつけてあります。

○お問い合わせ

セルフメディケーション税制・医療費控除について
国民健康保険税の口座振替について

本庁 住民課 住民税係 ☎43-2816
本庁 住民課 収納係 ☎43-2816



介護保険 ガイド

● 介護保険広報シリーズ(237) ●

要介護・要支援認定について

今回は、要介護・要支援認定の目的や内容などについてご案内します。

1. 要介護・要支援認定の目的は?

介護保険サービスを利用し、「介護予防」や「身体機能の維持・改善」をすることです。

- ★身体機能や心の健康を保ち、介護が必要な状態とならないようにする。
- ★突然の病気やけがで、一時的に介護を必要とする状態になったり加齢にともなう病気によって、継続的に介護を必要とする状態になっても、その人が持つ機能の維持や改善によって、その人らしい生活が送れるようにする。
- ★機能の改善や回復の見込みがない状態となっても、最後までその人が望むその人らしい生活が送れるようにする。

担当ケアマネジャーが、本人の機能が改善する（または保てる）ように、本人や家族と話し合いながら、状態に合わせて計画（ケアプラン）を作ります。



① 在宅サービスの例

- ホームヘルパーによる訪問介護
- 日帰り介護（デイサービス）
- 日帰りリハビリテーション（デイケア）
- 看護師による訪問看護
- 施設や病院などへの短期間の入所（短期入所サービス）など

※在宅生活の継続に必要な「住宅の改修」や「福祉用具の購入」ができる制度もあります。
(月あたりの支給限度額とは別に受給できます)

② 施設サービスの例（在宅での生活が難しい場合）

病状が安定し入院治療は必要ないものの、常時の医学的管理やリハビリ、看護や介護を必要とする方や寝たきりなど、常時の介護が必要な方

- 介護老人福祉施設
- 介護老人保健施設
- 介護医療院 など

2.要介護・要支援認定の区分が決まる基準や内容は?

●認定区分は、「介護にかかる手間の量」※を、介護認定審査会で審議し決定します。

※「疾患の重症度・重篤さ」から決まるものではありません。

★食事や排泄、移乗・移動、身体の清潔保持について、実際にかかる介護の量はどのくらいだろう?

★いつもそばに付き添う見守りや機能訓練をするのに必要な手間の量は、どのくらいだろう?

★介護の方法は本人の能力に合っているかな?

★認知機能が低下したことで、家族はいつも目が離せず、たくさんの手間がかかっているのではないかな?



審査会での話し合い

認定区分によって、ひと月あたりのサービス支給限度額と、利用時の費用が違います

| 手間量 | 25 | 32 | 50 | 70 | 90 | 110 |
|-----|------|--------------|------|------|------|------|
| 非該当 | 要支援1 | 要支援2 要介護1 | 要介護2 | 要介護3 | 要介護4 | 要介護5 |

少

介護の手間量・サービス利用にかかる費用・月あたりの支給限度額

多

※手間量32から49では、下記に当てはまる場合のみ「要介護1」となります。

○日常生活に支障をきたす認知症状や意思疎通の困難さがある場合

○半年以内に介護の手間が増大し、再判定の必要性が見込まれる場合

●介護認定審査会では、正確な「認定調査票」と「主治医意見書」が必要です。

◆認定調査票（調査員が訪問して得た情報をもとに、介護者の視点で作成）

認定調査票は重要な判定基準になります。意識して普段と違う振る舞いをしてしまったり、日常の様子がわからなければ、適切な認定結果を得られない場合があります。認定調査では、本人の様子を詳しく知る介護者や家族から、普段どおりの「介護にかかる手間」や「本人ができること・できないこと」について、できるだけ詳しくありのままを調査員に伝えてください。



◆主治医意見書（主治医が診察して得た情報をもとに、医学的な視点で作成）

※介護保険係が、医療機関（主治医）へ依頼します。



介護を必要とする病状の経過や今後の見込み、服薬内容のほか、身体機能の維持や改善のために利用することが望ましいと考える介護保険サービスについて、できるだけ詳しい情報が必要です。日ごろの定期受診と服薬管理をお願いします。

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

震災パネル展示と住まいの耐震啓発のご案内

昭和南海地震の発災から80年目となる節目の今年、1月17日(土)から25日(日)正午まで、大方あかつき館で住宅模型による住宅耐震啓発や昭和南海地震、東日本大震災などの過去の震災パネル展示を行います。

高知新聞社からレンタルするこれらのパネルは、自然の脅威や備えの大切さを再認識するきっかけにもなります。
※期間中どなたでもご覧いただけます。



高知市にて巨大地震に備える観測技術や防災対策の取組を紹介

地震調査研究推進本部・高知地方気象台主催の「地震本部地域講演会」が高知市にて開催されます。地震本部では南海トラフ地震の対策のため、地震津波観測網の整備などを推進してきました。本講演会では、地震の専門家や国・県の担当者が、国の取組や地震の観測技術、防災対策、地域の自然の魅力を伝える取組について解説します。また、会場では、南海トラフ地震など関連のポスター展示なども予定されています。地震に備える学びを深める機会として、ぜひご参加ください。

- ◆日時 2月8日(日) 午後1時30分～午後4時30分ごろ
- ◆場所 高知県立県民文化ホール グリーンホール(オンライン配信も予定)
- ◆入場料 無料
- ◆申込方法 2月4日(水)までに下記フォームから申し込み(定員に満たない場合は、当日参加可) <https://www.jishin.go.jp/resource/seminar/260208kochi/>



地震本部
ホームページ

1月1日から林野火災注意報・警報の運用を開始します

◆林野火災注意報・警報運用開始(1月1日～)

昨年2月、岩手県大船渡市では3,370haが焼損する大規模林野火災が発生し、今治市や岡山市でも避難指示が出るなど、林野火災の危険性が全国的に高まりました。この状況を踏まえ、総務省消防庁は発令基準の明確化と予防強化を求め、幡多中央消防組合では火災予防条例を一部改正しました。

◆発令基準(1月～5月)

| | |
|-----|--|
| 注意報 | (1) 前3日間の降水量1mm以下 + 前30日間30mm以下 (2) 前3日間の降水量1mm以下 + 乾燥注意報 ※当日の降水見込みや積雪時は除外 |
| 警 報 | 上記基準に加えて強風注意報が発表された場合 |

◆発令時は火災予防条例第29条により、黒潮町全域で以下のとおり火の使用が制限されます。

- ・山林・原野での火入れ、屋外でのたき火、火遊び、花火など煙火の使用

◆違反時の取り扱い

- ・注意報 努力義務(罰則なし)
- ・警 報 30万円以下の罰金または拘留(消防法)

◆周知方法・届出

発令時は告知放送・消防巡回広報によりお知らせします。
また、1月～5月中に屋外でたき火を行う際は、火災予防条例に基づく事前届出が必要となります。
○お問い合わせ 黒潮消防署 ☎44-2600

○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

健 康 知 惠 袋 「生活習慣病」と「脳卒中」の関係

生活習慣病とは、食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒など生活習慣が、発症・進行に関与する疾患群であり、がん(悪性新生物)、心疾患(狭心症や心筋梗塞などの心臓病)、脳血管疾患(脳梗塞やくも膜下出血などの脳の病)などの病気が含まれます。ただし、生活習慣病の発症には、生活習慣だけでなく遺伝的要因や社会環境要因などの複数の要因が影響すると考えられています。

生活習慣病の中でも、冬場に発症することが多く見られる脳血管疾患についてお知らせします。

◆脳血管疾患とは

脳血管疾患(脳卒中)には、脳の血管が詰まる脳梗塞と脳の血管が破れる脳出血、くも膜下出血があります。いずれも高血圧が最大の要因です。高血圧が長く続くと、動脈硬化が進行し、脳の血管が詰まるのが脳梗塞です。高血圧の程度が強い場合には、脳の血管が破れて脳出血になったり、脳の血管の一部分に動脈瘤ができる破裂しても膜下出血になります。

◆脳血管疾患の症状は

前ぶれ症状として、頭痛、めまい、舌のもつれ、手足のしびれなどが起こることがあります。典型的な症状としては、片方の手足が動かなくなったりしびれる、顔の半分が動かなくなったりしびれる、それがまわらなかったり、うまく言葉を発することができないなどです。こうした症状が現れたら、できるだけ早く救急車を呼んで、病院を受診してください。

◆治療方法について

近年、血栓を溶かす治療薬を用いた経静脈的線溶療法や、カテーテルを用いた経動脈的血行再建療法が普及しており、これによって脳梗塞が完治する可能性が高くなっています。しかし、この治療は症状が出てからすぐに行わないと効果が得られないといわれています。目安は線溶療法で4時間半以内、血行再建療法で6時間以内とされていますが、現時点ではどこの医療機関でも治療が出来るわけではありません。こうした治療をしても完治しないことや、発見が遅れて治療が受けられることもまだ多くあります。脳卒中は、一度なってしまうと後遺症が残る可能性の高い病気のため、ならないよう預防することが大切です。

◆予防方法について

脳血管疾患(脳卒中)の最大の原因是、高血圧です。高血圧の最大の生活習慣要因は、食塩の過剰摂取が挙げられるため、まずは減塩から取り組みましょう。

また、肥満で血圧が高い人は、特定保健指導などを利用して減量すると、血圧が下がる可能性が高いといえます。たばこは、がん、心臓病、脳卒中、COPD(慢性閉塞性肺疾患)のすべてのリスクを高くるといわれています。禁煙や飲酒量を控えること、ウォーキングなどの軽い有酸素運動も効果的です。

また、家庭で血圧を測る習慣をつけましょう。

そして、生活習慣病を早期発見するために、年に一度は必ず健診を受けましょう。また、すでに治療中の方は定期的に通院し治療を受けて健康管理を続けてください。

○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

役場からのお知らせ

① 田ノ口小学校休校記念誌の配布および販売について

田ノ口小学校は、令和8年3月31日(火)をもって休校となります。休校にあたり、記念誌を発行することとなりました。記念誌は、本校の卒業生で希望する方に、1家庭(本校卒業時の戸籍が同じであった者(兄弟・姉妹などを含む。)につき1冊を無料配布します。ただし、2冊目以上を希望する場合は、3月27日(金)まで1冊1,000円で販売をします(なお、在庫がなくなり次第、販売を終了します)。また、配布や購入を希望する方は、1月23日(金)までに、各申し込み先にご連絡ください。

- ・校区内にお住まいの方 各地区区長まで
- ・校区外にお住まいの方 集落活動センター「かきせ」 ☎43-3306
- お問い合わせ 田ノ口小学校休校記念事業実行委員会 ☎43-1119

ねんきんコーナー

20歳になられる方への国民年金制度や保険料の手続きについてのご案内動画について

日本国内に居住している20歳以上60歳未満の方は、国民年金の被保険者(加入者)となります。

日本年金機構では、初めて年金制度に加入する20歳になられた方へ、国民年金制度を理解していただくために、国民年金の大切さやメリット、手続きなどを分かりやすく表現した動画を作成しています。次のURLもしくはQRコードから視聴できますので、ぜひご覧ください。<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/20kanyu.html>



日本年金機構
ホームページ

「出張年金相談」のご案内

日本年金機構幡多年金事務所では、3カ月に1度、出張年金相談を行っています。

なお、相談には、基礎年金番号通知書または年金手帳(年金証書)や、本人確認のため、運転免許証やマイナンバーカードなどの顔写真付きの身分証明書が必要となります。

また、事前予約が必要で、代理人の方が相談される場合は、本人からの委任状が必要となります。

◆日時 1月15日(木) 午前10時～正午、午後1時～午後3時

◆場所 佐賀支所

◆予約 日本年金機構 幡多年金事務所 ☎34-1616

○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

i 印鑑登録証明書の交付について

◆性別表記を廃止します

これまで「印鑑登録証明書」には、登録印影のほか、氏名・住所・生年月日・性別を表記し交付していましたが、令和8年1月1日発行分から印鑑登録証明書の性別欄を廃止します。現在お持ちの印鑑登録証はそのままご利用いただけます。

◆マイナンバーカードでご自身の印鑑登録証明書が取得できます

町では、全国のコンビニエンスストア(ローソン、ファミリーマート、セブンイレブン)でマイナンバーカードを利用して印鑑登録証明書、住民票が取得できます。なお、令和8年1月1日より印鑑登録をしている本人がマイナンバーカードを役場窓口に持て来られた場合に限り、「利用者証明書用電子証明書」の暗証番号(4桁)を入力し本人確認できれば、印鑑登録証を持参しなくても交付することができるようになります。なお、これまでどおり、印鑑登録証もご利用いただけます。

○お問い合わせ 本庁 住民課 住基戸籍係 ☎43-2800

i 確定申告はスマホとマイナポータル連携でもっと便利に!

国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、画面の案内に沿って金額などを入力するだけで、申告書などの作成・e-Taxによる送信ができます。また、マイナポータルと連携すれば、控除証明書などのデータを一括で取得し、申告書の該当項目へ自動入力することができます。「確定申告書等作成コーナー」を利用した入力方法やマイナポータル連携については、動画(YouTube「国税庁動画チャンネル」)で紹介しています。

※税務署窓口での相談を希望される方は、LINEによるオンライン事前予約をお願いします。

なお、令和7年分の所得税などの確定申告の相談は、2月16日(月)からです。

○お問い合わせ 中村税務署 ☎35-2135



国税庁
ホームページ



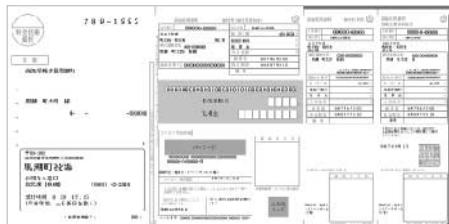
国税庁
Youtube

① 1月より発送する住宅使用料・税金の督促状の様式が変わります

◆変更する料金、税金は下記のとおりです。

- ・住宅使用料
- ・町県民税
- ・国民健康保険税
- ・固定資産税
- ・軽自動車税(種別割)

様式は、圧着式のハガキで発送します。



見開いた状態

◆納付に関しては今までどおり、下記の場所、方法で納付できます。

- ・本庁
- ・佐賀支所出納室
- ・コンビニ名 MMK設置店、くらしハウス、スリーエイト、生活彩家、セイコーマート、セブン-イレブン、ダイエー、デイリーヤマザキ、ニューヤマザキデイリーストア、ハセガワストア、ハマナスクラブ、ファミリーマート、ポプラ、ミニストップ、ヤマザキスペシャルパートナーショップ、ヤマザキデイリーストア、ローソン、ローソンストア100
- ・スマホアプリ名(バーコード) PayPay請求書払い、FamiPay請求書払い

・金融機関窓口

高知県農業協同組合、四国銀行、高知銀行、愛媛銀行、幡多信用金庫、高知信用金庫、四国労働金庫、西日本信用漁業協同組合連合会(すくも湾支店のみ)、ゆうちょ銀行および郵便局
町県民税、国民健康保険税、固定資産税、軽自動車税については、全国の地方税統一QRコード対応金融機関でご確認ください。

○お問い合わせ 本庁 住民課 ☎43-2816 まちづくり課 ☎43-2115



地方税お支払サイト

② 令和7年度のがん検診はお済みですか

県では、令和7年度のがん検診未受診者を対象に、居住市町村に関係なく受診できる「がん検診広域実施事業」を実施しています。今年度の黒潮町のがん検診を未受診の方で受診を希望される方は、下記実施要領を確認いただき、この機会にぜひお申し込みください。

◆申し込み 高知県総合保健協会 ☎088-831-4351 ※直接電話でお申し込みください。

◆受付時間 午前8時30分～午後5時まで(土日・祝日は除く)

◆申込期間 1月8日(木)から、各検診日の3週間前まで。※定員に達し次第受付終了となります。

◆対象者および検診料金 黒潮町集団検診の各検診対象者で、町の実施する金額と同額です。

※対象者および検診料金については、保健衛生係または保健センターまでお問い合わせください。

◆実施スケジュール ※ご自身の都合にあった日を選択してください。

がん検診広域実施事業日程

| 検診日 | 所在地・実施場所 | 検診種類 | 申込期限 |
|----------|---------------------|---------|----------|
| 2月11日(水) | 高知市 総合保健協会 中央健診センター | 肺がん検診 | 1月21日(水) |
| 2月14日(土) | 南国市 保健福祉センター | 胃がん検診 | 1月23日(金) |
| 2月21日(土) | 南国市 保健福祉センター | 大腸がん検診 | 1月30日(金) |
| 2月23日(月) | 高知市 総合保健協会 中央健診センター | 乳がん検診 | 2月 2日(月) |
| 2月28日(土) | 宿毛市 総合保健協会 幡多健診センター | 子宮頸がん検診 | 2月 6日(金) |



こうちがん
サポネット

各会場に定員が設けられています。詳しくは「こうちがんサポネット」からお確かめください。

③ 乳がん・子宮頸がん検診の無料クーポン対象者の皆さんへ

町では、がん検診受診機会の拡大による検診受診率向上および早期発見の推進を図ることにより、がんの死亡率を減少させることを目的に、対象者にクーポン券を発送しています。

◆対象者 ①乳がん検診 今年度で41歳の女性 ②子宮頸がん検診 今年度で21歳の女性

2月28日(土)まで受診できます。平日に仕事の都合がつかないなどで受診をあきらめていた方も、土日に個別検診が受けられる医療機関がありますので、都合の良い日程でぜひ受診してください。

※個別検診は、クーポン対象者以外は受診できません。また、受診の際はクーポン券と受診票が必要です。

○お問い合わせ

本庁 健康福祉課 保健衛生係 ☎43-2836 佐賀支所 地域住民課 保健センター ☎55-7373



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、地域でのもめごと、人権侵害、行政に関する相談

◆日時・場所

- 2月3日(火) 午前10時～正午
総合センター(佐賀支所前)
- 2月3日(火) 午後1時30分～午後3時30分
総合センター(佐賀支所前)
- 2月6日(金) 午前10時～正午
蜷川生活改善センター
- 2月6日(金) 午後1時30分～午後3時30分
伊田浦老人憩の家

※キャンセルする場合は2日前まで。

※各相談日の2日前までに予約がない場合は中止。

※2日前の日が、土曜日・日曜日となる場合は、その前の金曜日まで。

○お問い合わせ

教育委員会 人権係 ☎55-3117



相続登記無料相談会

高知県司法書士会では、「相続登記はお済みですか月間」として、2月中は県内各会員事務所で相続登記に関する無料相談をお受けしています。また、月間に先立ち、下記のとおり無料相談会を開催します。昨年度から義務化された相続登記の申請に関するところをはじめ、遺言や遺産分割協議など、相続登記手続き全般についてお気軽にご相談ください。

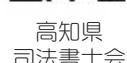
◆日時 1月31日(土)

午前10時～午後1時



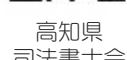
◆会場 四万十市社会福祉協議会

(四万十市右山五月町8番3号)



○お問い合わせ

高知県司法書士会 ☎088-825-3143



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 1月14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 1月7日(水) 午前8時30分から
キャンセルは1月9日(金)まで。

※1月9日(金)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



第20回黒潮町スポーツ賞

黒潮町体育会では、町の体育スポーツの普及振興に顕著な功績をあげた個人および団体に対して表彰を行っています。今年も下記のとおり開催しますので、推薦基準を参考に推薦をお願いします。

◆推薦基準

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

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

◆締切日 2月2日(月)

◆表彰式(予定) 日時／3月上旬(午後7時～)
場所／表彰者および関係者に通知

○申し込み・お問い合わせ

教育委員会 生涯学習係 ☎55-3117



令和7年度黒潮町駅伝大会兼四国のみち駅伝大会参加チーム募集

◆開催日 3月1日(日) ◆参加料 1チーム1,000円

◆コース スタート：土佐西南大規模公園(佐賀)駐車場内
ゴール：土佐西南大規模公園(大方) ※受付・開閉会式場

◆参加資格 中学生以上の方で、地域・職場・グループなどでチームを構成してください。

※町外選手がいる場合は「四国のみち駅伝」での参加となります。1チーム5名。補欠は3名以内とします。

◆申込方法 参加申込書にて2月2日(月)までに教育委員会まで郵送・FAX・持参の方法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

令和8年度黒潮町宮川奨学資金貸与奨学生を募集します

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

◆申込受付期間 1月5日(月)～2月13日(金)

◆奨学生の資格

- ①保護者が本町に引き続き3年以上居住している方(住民基本台帳に記載されていること)
- ②優秀な学徒で高等学校以上の学校に入学または在学し、修学の志を有するにもかかわらず、経済的理由により修学または入学困難と認められる方
- ③品行方正、向学心旺盛、志操堅実で在学学校長の推薦がある方

※奨学生は「黒潮町宮川奨学資金資格選考委員会」の意見をもとに町長が決定します。

※決定後、奨学生には保護者同伴で奨学資金貸与説明会に出席していただきます。

◆奨学金の額 ※奨学金は無利息です。

- ①高校またはこれと同程度の学校の奨学生 月額2万円以内
- ②大学またはこれと同程度の学校の奨学生 月額3万円以内

◆奨学金の貸与 4月・10月の年2回に分けて貸与します。

◆貸付の期間 その学校における正規の修学期間を限度とします。

◆奨学金の返還 卒業の月の翌々年度の4月から、奨学資金貸付年数の2倍以内の期間内に、月賦(納付期日:毎月末日)で返還してください。

◆申請の手続き 奨学金を希望する方は、出身学校または在学学校長の推薦を受けて、申請受付期間内に、次の書類を提出してください(各1部ずつ)。

- ①奨学生願書 ②奨学生推薦調書
- ③添付書類 •住民票(申請者および保護者) •令和6年中分の所得証明書(申請者の世帯全員)

◆願書等の交付場所

•教育委員会(佐賀)および本庁総務課(大方) •大方中学校および佐賀中学校

○申し込み・お問い合わせ 教育委員会学校教育係 ☎55-3117 ☎789-1720 佐賀1080番地1

土佐くろしお鉄道からのお知らせ

JR土讃線(高知～窪川間)で実施される工事に伴い、一部列車が運休となることから、運休する特急列車の区間でバス代行輸送が実施されます。土佐くろしお鉄道(中村・宿毛線)は通常ダイヤで運行しますが、窪川～高知間は代行バスに乗り換えとなりますので、所定の接続ができない場合があります。ご不便をおかけしますが、あらかじめご了承ください。

◆実施日 2月9日(月)、10日(火)、12日(木)、16日(月)、17日(火) 計5日

◆バス代行となる特急列車および区間(中村・宿毛線は通常ダイヤで運行)

(下り)高知⇒中村・宿毛方面

| 列車 | 代行バス区間および時刻 | 中村・宿毛線の列車時刻 |
|--------|---------------------|-----------------------|
| あしずり1号 | 須崎(10:40)～窪川(11:35) | 窪川(12:11)～中村(13:12)普通 |
| あしずり3号 | 須崎(12:40)～窪川(13:35) | 窪川(14:15)～中村(15:13)普通 |
| あしずり5号 | 高知(13:50)～窪川(15:40) | 窪川(17:01)～宿毛(17:59)特急 |

(上り)宿毛・中村⇒高知方面

| 列車 | 中村・宿毛線の列車時刻 | 代行バス区間および時刻 |
|---------|---------------------|---------------------|
| あしずり6号 | 宿毛(9:05)～窪川(10:02) | 窪川(10:10)～高知(12:00) |
| あしずり8号 | 中村(11:13)～窪川(11:53) | 窪川(12:05)～須崎(13:00) |
| あしずり10号 | 中村(13:13)～窪川(13:52) | 窪川(14:05)～須崎(15:00) |

※代行バスの乗降駅は、高知・須崎・土佐久礼・窪川です。

※代行バスは普通乗車券でご利用いただけます。

詳細は、土佐くろしお鉄道ホームページ、JR四国ホームページでご確認ください。

○お問い合わせ 土佐くろしお鉄道中村駅 ☎35-4961



環境省

① 蛍光灯からLED照明への切り替えはお済みですか

令和9年末までに、一般照明用の蛍光灯の製造・輸出入が終了します。つきましては、計画的なLED照明への交換をお願いします。種類によっては令和8年1月1日から製造・輸出入禁止となるものもありますので、詳細は環境省ホームページをご確認ください。ホームページ
 ○お問い合わせ 本庁 産業推進室 ☎43-2113 ☐sangyouishinshitsu@town.kuroshio.lg.jp

① 清化槽と環境講習会の開催について

最近、生活排水が環境汚染の原因の1つとして注目されています。県ではこの問題に対処するため合併処理清化槽の設置や、単独清化槽からの転換をすすめています。新たに清化槽を設置した方や、単独清化槽をお使いの方を対象に、清化槽に関する講習会が開催されます。お誘いあわせのうえぜひご参加ください。

◆日時・場所 2月3日(火)午後6時～午後7時(受付午後5時30分～) 幡多福祉保健所3階 会議室

- ◆講習内容
- 清化槽設置のメリット～水洗トイレで快適な生活!!～
 - 補助金制度について
 - 水環境～河川を汚さないための清化槽の役割について～
 - 質疑応答
 - 清化槽の適正管理と使用上の注意について

○お問い合わせ 幡多福祉保健所衛生環境課 ☎34-0085
 (一財)高知県環境検査センター ☎088-860-2400

① 水道管の凍結、破裂にご注意ください

寒さが厳しくなる冬場にかけて、気温がマイナス4度以下(風当たりの強いところはマイナス1度からマイナス2度)になると、水道管の凍結や破裂が予想されます。特に北側の風通しの良い場所や屋外に露出している水道管は、中の水が凍ることによって破裂する恐れがあります。このような場合には、応急措置が必要となります。いざという時に慌てず対処できるように、水道管にも冬支度をお願いします。

◆凍結の予防策

屋外で露出している水道管や温水器の配管、バルブに布や保温チューブなどを巻いて防寒してください。また、緊急な場合は蛇口を開け、水を流した状態にしておくことも凍結防止対策として有効です。この場合閉め忘れには注意しましょう(水道料は皆さんのご負担となります)。

長期間留守にする場合は、止水栓を閉めておくことも重要です。留守の間に水道管が破裂し、水漏れにより水道料金がかさんだ事例もあります(凍結による漏水についての水道料も皆さんのご負担となります)。

◆凍って水が出ない場合

水道管の水が凍って水が出なくなても、日中気温が上昇してくれれば水は出るようになります。どうしても急いで水が必要な場合は、慌てず、凍った部分にタオルなどをかぶせ、ぬるま湯をゆっくりかけて溶かしてください。この場合、熱湯を直接かけると水道管が破裂する恐れがあるので、絶対にやめてください。

◆水道管が破裂した場合

水道メーターより内側(家側)において、水道管が破裂した時は、必要な水を確保したうえで、止水栓を閉め、水を止めてください。水が止まらない時は、破裂した部分にタオルやビニールテープを巻き、その後、町指定の水道給水工事指定店へ修理依頼してください(修理費用は皆さんのご負担となります)。

水道メーターより外側での破裂を見つけた場合は、お手数をおかけしますが、下記お問い合わせ先まで連絡をお願いします。

○お問い合わせ 佐賀支所 建設課 水道係 ☎55-3700

● 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 |
| クロシオ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 |
| 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 |

① 資源ごみ（新聞・雑誌類のリサイクル）の出し方について

幡多クリーンセンターより、現在、資源ゴミ（新聞・雑誌類のリサイクル）を出す際に、下記の写真のように、ビニール包装のまま出されている事例があり、「資源ごみの出し方についてのお願い」がありましたので、お知らせします。皆さんのご協力・ご理解のほど、よろしくお願ひします。

資源ごみの出し方についてのお願い（新聞・雑誌類のリサイクル）

新聞や雑誌類を資源ごみとしてリサイクルする場合、ビニールで包装されたチラシやカタログ、またチラシに同封された試供品などは必ずビニール（化粧水などの試供品含む）を除け、チラシなどの紙類のみリサイクルに出すよう、徹底をお願いします。

また、幡多クリーンセンターへ、資源ごみとして新聞・雑誌類を持ち込む場合も同様となりますので、よろしくお願ひします。



ビニールで包装されたカタログや試供品入りチラシ類

ビニール包装紙とチラシなど紙類は事前に分けてチラシなど紙類のみ資源ごみとして出すこと

○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

黒潮町イベントカレンダー

2026(令和8)年1月・2月

変更となる場合がありますので、詳しくは担当係にお問い合わせください。

| 月日(曜) | 行 事 名 | 場 所 | 時 間 | お問い合わせ |
|----------|-------------------------|--------------------|----------------|----------------|
| 1月31日(土) | 第36回横浜解放まつり | 旧横浜保育所 老人憩の家 ほか | 10:00~ | 佐賀町民館 ☎55-2108 |
| 2月7日(土) | 2026大方人権まつり(第36回解放のまつり) | ふるさと総合センター | 9:00~ 15:00 | 大方町民館 ☎43-1204 |

土佐西南大規模公園（佐賀地区）スポーツイベント・大会予定 1月



| 日(曜) | 行 事 名 | 場 所 |
|-------------|--|---------------|
| 10(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 |
| 10(土)・11(日) | 第7回 四万十旗争奪 小学生野球大会 | 大方球場 |
| | 小学生バレーボール交流戦 | 体育館 |
| 10(土)~12(月) | U-13カツオクジラサッカーフェスティバル(中学生) | 多目的運動広場 |
| 17(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U-13リーグサザンクロス(中学生サッカー) | 多目的運動広場 |
| 18(日) | 土佐西南黒潮パークゴルフ協会 月例会 | パークゴルフ場 |
| | 県リーグ(シニアサッカー) | 多目的運動広場 |
| 24(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 |
| 24(土)・25(日) | 令和7年度高知県中学校サッカー冬季新人大会 | 多目的運動広場 |
| 25(日) | 高知くろしおキッズ 選考会チャレンジ(小学生) | 体育館 |
| 31(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

諸

～NAGISA～

No.5

(大方高校通信)

木々が色づき始めた11月。砂浜校内マラソン大会、幡多支部駅伝大会、防災デーなど学校を飛び出し、地域の特性を活かした学習が行われました。

11月7日(金)、入野の浜で行われた校内マラソン大会。「黒潮町の魅力である砂浜を走り、地域の良さを実感すること」「自分のペースで最後までやり遂げる力を育てること」「生涯にわたって運動に親しむ姿勢を育むこと」を目的に実施されました。

スタート前にはビーチクリーンを行いました。マラソンコースは海のバザール前からスタートし、およそ4kmの砂浜を個人の部、ペアの部に分かれて走るというもの。

ほとんどの生徒が裸足になって、生徒だけでなく、教員も一緒に砂浜を駆け抜けます。タイムを競う生徒、ペアで仲良く走る生徒、歩きながら「当たり前だけど当たり前ではない」この景色を味わう生徒。ここでしかできないことに感謝し、当たり前にあることの豊かさに気付くきっかけになったのではないかでしょうか。午後は学年ごとに分かれて、レクリエーションを楽しんだり、コーヒーを片手に楽しくおしゃべりしたり、級友や先生との関係をさらに深める時間となりました。

これからも大方高校の生徒の成長をあたたかく見守っていただければと思います。



○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 1月番組予定表

2026年もIWKTVをよろしくお願いします!

| 番組 | 放送時間 |
|--|------------------------------|
| IWKTV番組 ※NEWSや役場のお知らせ、イベントの様子などをお届けします。 | 7:00 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 |
| ショップチャンネル | 9:00 17:00 24:00~6:00 |

※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] **FREE** **0800-200-1373**

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

◆IWK NEWS SPECIAL (IWKニュース スペシャル)

放送予定: 2025年12月31日(水)~2026年1月7日(水)
昨年のニュースを一挙にお届けします!
IWKNEWSで2025年を振り返ろう!

◆令和8年 黒潮町成人式

黒潮町新成人たちの晴れ姿をお届けします。(放送日未定)

昨年はたくさんの情報をお寄せいただきありがとうございました。今年もIWKTVでは、みなさまからの情報をおまちしております。2026年もかわりなくIWKTVをよろしくお願い致します。

スタッフ一同

※放送予定は変更となる場合があります。あらかじめご了承下さい。詳しくは電子番組表でもご確認いただけます。

◆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コードよりのぞいてみてください。



Instagram

Facebook

黒潮町G・G愛好会 12月月例会

日時：令和7年12月1日(月)

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 | 出島 正勝 | 49 | 2 | 13 |
| 準優勝 | 金子 広子 | 53 | 2 | 11 |
| 3位 | 水野 一弘 | 54 | 2 | 8 |
| 4位 | 池田 章夫 | 54 | 1 | 13 |
| 5位 | 矢野 昭子 | 55 | 2 | 10 |
| 6位 | 酒井 隆昌 | 55 | 1 | 13 |
| 7位 | 井上 愛子(※④) | 56 | 1 | 13 |
| 8位 | 宮地 優典 | 56 | 1 | 13 |
| 9位 | 宮地 洋子 | 60 | 1 | 10 |
| 10位 | 矢野 良子 | 60 | 1 | 9 |

技術賞：宮川 依行 60打

最多ホールインワン賞：矢野 昭子 2ホール(※④)

最多2打賞：井上 愛子 13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 黒潮町議長杯

日時：令和7年11月21日(金)

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 | 100 |
| 準優勝 | 尾崎 良二 | 101 |
| 3位 | 橋田 香苗 | 106 |
| 4位 | 佐田 幸一 | 106 |
| 5位 | 野中 郎海 | 107 |
| 6位 | 宮崎 安男 | 107 |
| 7位 | 井上 梅香 | 107 |
| 8位 | 茶畠すみ子 | 107 |
| 9位 | 小野 真人 | 108 |
| 10位 | 植野 忠美 | 113 |

ホールインワン 尾崎 良二

ベストスコア Aコース 23点 小野みね 尾崎良二

Bコース 24点 橋田香苗

※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でプレオフとする。

くろしおっ子の学校給食

ピーマンの塩昆布和え



材料(4人分)

ニンジン 50g(1/4本)
キャベツ200g(1/6玉)
ピーマン 60g(2個)
塩昆布 12g
すりごま 小さじ1

「ピーマンの塩昆布和え」は給食で人気のメニューの1つです。

ピーマンは子どもが苦手としやすい野菜ですが、塩昆布和えは食べやすいようで、給食でも人気です。

作り方も簡単で、必要な材料も少ないので、ぜひお試しください。

[作り方]

- ①ニンジン、キャベツ、ピーマンは千切りにする。
- ②野菜を茹でたら、水で冷やす。
- ③水気を切った野菜に、塩昆布とすりごまを入れて和える。

○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



集落活動センター通信 No.28：かきせ

馬荷地域には、約1200年前に四国巡礼の際に弘法大師が一宿一飯のお接待のお礼として栗を残した伝説があり、その栗は「七立栗(大師栗)」と呼ばれ、昔から自生する希少種で、「七立栗生産組合」の方たちが大切に育てています。

その「切り枝」が「フラワー・オブ・ザ・イヤーOTA2025」(※)にて高知県初の「最優秀賞」に選出され、12月5日(金)に花き卸売会社「(株)大田花き」(市場)で行われた表彰式に矢野史明会長はじめ4名が参加しました。

生産者の皆さんには「これからも品質にこだわり、地域の発展のために大切に育てていきます」と受賞を喜んでいました。



◎大田花き花の生活研究所

※大田市場に出荷している花きの中から、その年の選考基準により選ばれた花きを評価・表彰するもの。

映画案内

1月2日(金)～1月28日(水)

「モンテ・クリスト伯」「鯨が消えた入り江」「火の華」
「パシフィックマザー」「愛がきこえる」「アハーン」
「ヒポクラテスの盲点」「蘭島行」



●詳しくはあかつきシアターの
ウェブサイトでご確認ください。

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、
「ここに残った場面」を描いてください。

【募集期間】1月21日(水)まで

【表彰式】2月22(日)

【展示期間】2月1日(日)～3月1日(日)

*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お持ちください。

*詳しくは別途チラシをご覧ください。(両館にあり)

巡回展示

『もっと知ろう。世界のこと、私たちのこと。』

県の「第2期外国人材受入・活躍推進プラン」への関連として、「多文化共生」をテーマにした図書展示を両館で行っています。ぜひ、ご利用ください。

○お問い合わせ
大分図書館 43-2110
佐賀図書館 55-3150

★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
佐賀・大方どちらの図書館でも返却ができます。
付窓口へ返却してください。
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。
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。

返却するとき

【本】
1人5冊・2週間
★小説の新刊は1週間です。
【雑誌】
1人3冊・2週間
【CD・DVD】
1人2点・1週間

貸出冊数・期間

休館日
(12月28日～1月4日)

★年末始の休館日

佐賀(日曜日・祝日)

大方(木曜日・祝日)

休館日
(1月28日～午後1時)

午前9時～午後5時

午後2時まで閉館。

★文学館
図書館は午後1時～

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6時

※文学館
図書館は午前10時開館

【月・火・水・金】

午前9時～午後6時

※文学館
図書館は午前10時開館

【月・火・水・金】

午前9時～午後6時

※文学館
図書館は午前10時開館

【月・火・水・金】

午前9時～午後6時

※文学館
図書館は午前10時開館

【月・火・水・金】

午前9時～午後6時

<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

わがまちデータ

| | |
|-----|-------------------|
| 人口 | 9,690人(前月比27人減) |
| 男 | 4,666人 |
| 女 | 5,024人 |
| 世帯数 | 5,217世帯 |
| | 出生 4人(男1人・女3人) |
| | 転入 15人(男10人・女5人) |
| 増加 | その他 0人 |
| 減少 | 死亡 18人(男8人・女10人) |
| | 転出 28人(男16人・女12人) |
| | その他 0人 |

2025(令和7)年11月30日現在

映画案内

1月2日(金)～1月28日(水)

「モンテ・クリスト伯」「鯨が消えた入り江」「火の華」
「パシフィックマザー」「愛がきこえる」「アハーン」
「ヒポクラテスの盲点」「蘭島行」



●詳しくはあかつきシアターの
ウェブサイトでご確認ください。

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

| 大方・佐賀図書館 休館日のお知らせ | | | | | | |
|----------------------|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | |

| 2月 | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|---|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

●1月1日(木)～4日(日)…年始休み
●1月26日(月)～31日(土)…特別館内整理期間
*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

大方あかつき館・佐賀図書館からのお知らせ

1月26日(月)～1月31日(土)まで蔵書点検のため
両館とも休館します。ご協力よろしくお願いします。

新しく入った本の紹介

一般書／児童書

●猫を処方いたします。5

●陽炎の旅人

●I

●しつばのカルテ

●体が整うごまレシピ

●認知症の人にはこう見えている

●大人が楽しむ多肉植物

●狙われた国と地域 8 アフガニスタン

●ある星の汽車

●あおいことり

石田 祥／著

天童 荒太／著

道尾 秀介／著

村山 由佳／著

神 みよ子／著

遠藤 英俊／監修

稻葉 茂勝／著

森 洋子／作

たてのひろし／作