

くろしお

主な内容

P.2 まちのできごと

P.3 くろしお子どもニュース

P.4 学校だより

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.19 渚～NAGISA～

P.20 図書館カレンダー

写真:シーサイドギャラリー(関連記事2ページ)



出店者と来場者が楽しそうに交流する会場

「うみべの日曜市」が新たな体制で再スタート

7月19日(日)、「うみべの日曜市」が開催され、31店舗が出店し、多くの来場者でにぎわいました。今年3月に16年の歴史に幕を下ろした「海辺の日曜市」を復活できないかという思いから、一般社団法人まちのデザイン室が再スタートしたものです。同団体の小谷優美代表理事と増田律子理事は、「町の人たちが顔を合わせ、買い物や交流をする場だった。大切な場を存続させていくために、関わる方々とともに持続可能な形を見つけていければ」と話しました。新たにサポーター制度(※)を設けたほか、小中学生が挑戦できる場づくりもできたらとのこと。今後も毎月第3日曜日に開催が予定されています。

絵手紙体験に参加した弘瀬こみさんは、「8月が誕生日の友だちにひまわりを描いた。初めてだったけどうまく描けてよかった」と笑顔で話しました。※年会費という形で「うみべの日曜市」を誰でも応援できる新たな制度。



やぐらを囲み盆踊りを楽しむ大勢の来場者

「シーサイドギャラリー」1万人が夏の熱気に踊る

8月15日(土)、黒潮町の夏祭り「シーサイドギャラリー」が入野の浜で開催され、約1万人が来場しました。

午前9時から「キス釣り大会」が行われ、午後5時40分頃からは大方中学校吹奏楽部やフラダンス、幡多舞人によるよさこい、ダンススクールなど5団体がステージを披露し、観客は砂浜に座り、和やかな雰囲気を楽しみました。

午後7時から盆踊りが始まり、多くの人が笑顔でやぐらの周りを踊りました。四万十市から来場した藤川真由美さんは「毎年花火大会には来ていたけれど、盆踊りに参加したのは初めて。見ていたら楽しそうで、つい踊りたくなって参加した。開放感がすごくあって、また来年も踊りたい」と話しました。最後には約1,200発の花火が打ち上げられ、海をバックに上がる花火に歓声が上がりました。

町長メッセージ

敬老の日 に 際 して



敬老の日を迎えるにあたり、皆さまのご長寿を心よりお祝い申し上げます。また、長年にわたり黒潮町の発展と地域づくりにご尽力いただいておりますことに、改めて深く感謝申し上げます。

今年度、100歳以上とされる方は8月1日現在で21名おられ、そのうち、100歳を迎えられた方は9名でした。

皆さまが過ごされてきた長い歩みの中には、幾多の出来事や変化があり、それぞれの時代を懸命に生き抜いてこられた歴史があります。そこで培われた豊かな知識や経験、周囲の方々との温かなつながりは、地域にとって大切な財産であり、次の世代へと受け継がれる大きな力となっています。これまで培われた経験や温かな思いは、地域にとって大きな支えとなっています。これからも皆さまが健康で、安心して毎日を過ごされ、笑顔と生きがいにあふれた生活を送られますことを心より願っております。

結びに、皆さまのますますのご健康とご多幸をお祈り申し上げ、敬老の日のお祝いの言葉といたします。

黒潮町長 大西 勝也

ぼうさいさんかん日

ぼうさいさんかん日がありました。ぼうさいクイズは、むずかしいもんだいもあつたけど、せつ明がおもしろかったです。ほかにも、たのしい体けんやびつくりした体けんもいろいろありました。それは、ペットボトルに入ったのみにかいちゅうでんとうをあてると、光ったことです。アクエリアスがいちばん光ってきれいでした。水の中に、牛にゅうを入れても光ると言っていたので、家でやってみました。アクエリアスと同じくらいきれいでした。

たのしくぼうさいについて、まなべました。



(入野小学校 2年 濱田 結莉奈)

目指せ！犠牲者ゼロの町！

私たちは、町長さんや鞭地区の区長さん、女性防災さんから、防災についてのお話を聞きました。

そこで教えてもらった大切なことは、「地域の人とコミュニケーションをとること」です。しかし、避難訓練に参加する人が少なくなっているということも分かりました。だからこそ、町のみなさんにはぜひ避難訓練に参加してほしいです。訓練をすれば、逃げるのにかかる時間が分かるし、地域の人と仲良くなるきっかけにもなります。

みなさん、一緒に避難訓練に参加して、

防災への意識を高めていきませんか。みんなで力を合わせて、大切な命を一人も失わない「犠牲者ゼロの町」をつくっていきましょう。



(南郷小学校 6年 大西 舞帆、竹内 花心、森近 将之介)

楽しかった調理実習

6年生のみんなのでいりためを作りました。まず最初はボウルや包丁などを用意しました。その後は包丁など使うものを洗って調理を始めました。

最初はニンジンの皮をむいて切りました。最初、切り方をまちがえていたので、ニンジンが変な形になりました。次にピーマンを切りました。こうちゃんがよくに切り方をわかりやすく教えてくれたので、うれしかったです。

次に肉を切りました。ぼくは肉を切りながら焼いたときのことを考えていたら、おなががすきました。肉を切ってから焼きました。肉が焼ける音がすごくよかったです。

その後は、固いものから焼いていきました。ほぼ完成に近づいたので味見をしました。もやしなどの野菜もすごく甘くておいしかったです。

最後にパンを用意して5年生を呼びに行きました。5年生のみんなが喜んでくれたのでまた作りたいです。



(上川口小学校 6年 山下 詠人)

大方中学校

「学びの土台を築く学校」
をめざして

校長 坂井 孝吏

◆大方中学校の底力

私は4年間、大方中学校を離れていましたが、再びこの学校に戻り勤務することになりました。この4月、しばらくぶりに大方中学校の生徒と会い、改めて感じたことがあります。それは、明るく気持ち良い挨拶ができること。授業では、皆がぐっと集中し先生の話に耳を傾けます。また、屈託のない素直さや、行事では上級生も下級生も一緒になって、おもいつきり楽しみます。このような姿を見ると、同時に、大方中学校生徒の底力のようなものを感じます。これらはどこからくるものなのでしょう。

大方中学校では、「語先後礼」や「無言清掃」に取り組んでいます。「語先後礼」とは、「言葉を先に、お辞儀は後で」という意味です。対面する相手に礼を尽くす「あなたのことをちゃんと尊重

しています」という気持ち伝える行動です。「無言清掃」では、一人ひとりが自分の雑巾で無言で校舎を拭き上げます。お互いが気持ちよく過ごせるように、自分の役割を果たす責任感を養っています。また、大方中学校の体育館の壁には、「One For All, All For One」と掲げられています。「ひとりみんなのために、みんなはひとりのために」。これも互いを認め合い、大切にされる環境で、一人ひとりがのびのびと持ち味を発揮できる、そんな学校をめざして、先輩方の時代から守り続けてきたスローガンです。こうした、目には見えないけれど小さなことを生徒一人ひとりが、日々積み重ねてきたことが、大方中学校生徒の学びを支えているのだと思うのです。



◆授業で鍛える

大方中学校は、ノーチャイムの学校です。生徒たちは、自分で時間を意識し、休み時間と授業の切替がしつかりとできています。これも、大方中学校の良さのひとつだと思っています。時間になると教科委員が教室の前に立ち、声をかけて授業が始まります。先生たちは、生徒自らが「知りたい」「やってみよう」と思えるよう課題の提示を工夫しています。そうでなければ、「やられる学習」になってしまいうからです。生徒自らが、なぜそうなるのか深く考えたり、多くの情報の中から



自分に必要なものを見極め整理したり、自分の考えをまとめ、友だちと意見を交わせ、関わり合いながら知識や技能を身に付けていきます。前にも述べましたが、授業中、生徒たちは集中し考えを巡らせています。そして、できたときの目はキラキラと輝いています。



◆地域に支えられて

大方中学校では、総合的な学習の時間を中心として、さまざまな体験を通じた探究活動に取り組んでいます。そこでは、保護者の皆さんをはじめ、地域の多くの方々

に生徒たちの学習を支えていただいております。授業で身に付けた知識や技能を発揮できる貴重な機会とも捉えており、感謝申し上げます。

1年生は「黒潮町ってどんな町？」をテーマに地域の魅力を発見し、それを広く発信したいと考えています。2年生は黒潮町に住む人々の安全・安心な暮らしのために自分たちにできることは何かを探しています。3年生は、これまでの学習の上に「持続可能な黒潮町」の実現に向けて、中学生に期待されることは何なのかを学んでいます。こうした探究活動を通して、生徒の主体性をのばし、意欲的に行動したり、他者より良く関わったりする態度を育てたいと考えています。こうして身に付けた力こそが、将来にわたり積極的に学び続ける基礎となると考えるからです。生徒一人ひとりが、将来のチャンスをつかみ取り、たくましく生き抜くための確かな力を育てられる学校をめざして、教職員一同一丸となり努めてまいります。今後も応援よろしく願います。

大方高校活動のご紹介

5月末のグリーンプロジェクト・キックオフイベントでは、たくさんのご協力ありがとうございました。

皆さんのおかげでグラウンドの芝が順調に育っています。



女子サッカー部

高知県女子サッカーリーグ出場

いつも女子サッカー部の活動にご理解・ご協力いただきありがとうございます。



9月20日(日)と11月21日(土)には、西南大規模公園で高知県女子サッカーリーグが予定されています。時間などの詳細はInstagramでご確認ください。11月に行われる高校選手権県予選で勝てるよう、取り組んでいきます。引き続き応援よろしくお願いします。

防災×デジタルプロジェクトチーム

大人気！9月も「スマホ教室」開催予定

高校生が課題解決に本気で挑戦中。日頃のスマホに関する悩みや疑問を高校生と一緒に楽しく解決してみませんか。



9月にも本校にて、「スマホ教室」の開催を予定しております。詳細は後日、町内放送にてお知らせさせていただきます。皆さんのお越しを心よりお待ちしております。

家庭科部

「美味しいキッチン選手権2026」優勝



7月30日(木)に行われた、高校生対抗レシピコンテスト2026「美味しいキッチン選手権」に家庭科部2人組の「LATTE」が出場し、海外高校を含む26校139レシピ中、1位を獲得し見事優勝しました。今大会は地元食材×商品化レシピを競うもので、優勝レシピは静鉄ストアのお弁当・惣菜ブランドの商品として商品化されます。皆様のご協力、本当にありがとうございました。

大方高校 公式SNSアカウント

フォロー よろしくお願いします！

大方高校



女子サッカー部



清泉



男子サッカー部

令和9年度より男子サッカー部×黒潮町プロジェクト始動

来年度より「地域と共に、日本一地域に愛されるサッカー部プロジェクト」が始まります。



めざすのは、強いチームをつくることではありません。地域活動や子どもたちとの交流などを通じて、「応援したくなる」「地域の誇り」と思われる男子サッカー部を育てます。

地域を元気にし、「大方高校でサッカーがしたい」と地元中学生に選ばれる高校をめざします。

何が起こるかはこれからのお楽しみ。

軽音楽部

10月24日(土)本校文化祭ライブ開催

大方高校軽音楽部は、今年も10月24日(土)の文化祭にてライブを行います。懐かしの名曲から、最新の人気曲まで、本気の演奏だけでなく楽しめる演出を加えて老若男女楽しめるライブにする予定です。ぜひ、聞きに来てください。



みらい起業部

イベント出店

毎月第3日曜日に西南大規模公園体育館付近で行われる「うみべの日曜日」に出店しています。

「いもころもち」や「じゃがころもち」、手作り雑貨などを販売しています。ぜひお気軽にお立ち寄りください。新規出店依頼なども受け付けています。



みらい起業部Instagram

健康カレンダー

9月・10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。

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

大方地域

注)表中の※印は、受付時間です。

9月	内 容	場 所	時 間
16日(水)	御 坊 畑 健 康 相 談	御坊畑集会所	9:30～10:30
10月	内 容	場 所	時 間
1日(木)	特 定 健 診	土佐西南大規模公園体育館	※ 8:30～ 9:30
			※13:00～13:30
	個別にお知らせ		
	※13:00～13:30		
	胸 部 検 診		※8:00～9:30
	胃 が ん 検 診		※8:00～9:30
	大腸がん検診(配布)		※13:00～13:30
2日(金)	上 川 口 郷 健 康 相 談	上川口郷集落センター	9:00～10:30
5日(月)	馬 荷 健 康 相 談	集落活動センターかきせ	10:00～11:00
6日(火)	大腸がん検診(回収)	10/1配布時にお知らせします	個別にお知らせ
8日(木)	芝 健 康 相 談	芝集会所	10:00～11:00
	大 方 橘 川 健 康 相 談	大方橘川集会所	10:00～11:00
9日(金)	浜 の 宮 健 康 相 談	浜の宮集会所	10:00～11:00
14日(水)	乳 児 健 診	保健福祉センター	個別にお知らせ
15日(木)	早 咲 健 康 相 談	早咲集会所	9:30～11:00
	浮 津 健 康 相 談	浮津集落センター	9:30～10:30

佐賀地域

9月	内 容	場 所	時 間
28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

■当直医療機関

月日(曜)	四万十市	宿毛市 (0880)	四万十町 (0880)
9/20(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
21(月)	温クリニック四万十 ☎34-8280	川村内科クリニック ☎66-2911	
22(火)	森下病院 ☎34-2030	幡多けんみん病院 ☎66-2222	
23(水)	中村病院 ☎34-3177	聖ヶ丘病院 ☎63-2146	
27(日)	木俵病院 ☎34-1211	国保大月病院 ☎73-1300	
10/4(日)	四万十市立市民病院 ☎34-2126	奥谷整形外科 ☎63-1202	
11(日)	竹本病院 ☎35-4151	筒井病院 ☎66-0013	
12(月)	幡多クリニック ☎34-6211	大井田病院 ☎63-2101	

※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、告知放送などでお知らせします。

■地域子育て支援センター通信 9月の予定

月曜日から金曜日まで毎日（祝日除く）開所しています。おとな・子ども・みんなの遊び場。子育て支援センターへ、ぜひお越しください。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
		1	2	3	4
午前		佐賀おでかけ広場	フリーデー	★作ってあそぼう (9:30～11:00)	佐賀おでかけ広場 ☆作ってあそぼう (9:00～11:00)
午後					
	7	8	9	10	11
午前	フリーデー	佐賀おでかけ広場	フリーデー	★英語であそぼう (10:30～11:00)	佐賀おでかけ広場
午後					
	14	15	16	17	18
午前	◆大方愛育相談	◆第6回子育て講座	フリーデー	フリーデー	佐賀おでかけ広場
午後		佐賀おでかけ広場			
	21	22	23	24	25
午前	祝日	祝日	祝日	★誕生会 (10:30～11:00)	佐賀おでかけ広場 ☆誕生会(10:30～11:00)
午後					
	28	29	30		
午前	◇佐賀愛育相談	佐賀おでかけ広場	フリーデー		
午後					

場所 ◆★地域子育て支援センター ◇☆佐賀交流センターみらい(旧佐賀保育所) ☎31-4807

◆フリーデー 月曜日～金曜日 午前9時～正午 午後1時～午後4時45分
◆第6回子育て講座「心の響きあいとあまえ子育て」 15日(火) 午前10時30分～午前11時30分 講師:澤田 敬さん
◆大方愛育相談 14日(月) 午前9時30分～午前11時
★いっしょにあそぼう 木曜日 午前10時30分～午前11時 ※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。
◇佐賀愛育相談 28日(月) 午前10時～午前11時
☆佐賀おでかけ広場 毎週火曜日・金曜日 午前9時～午前11時 ※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) ☎43-0512

■拳ノ川診療所 9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
午前		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					
	7	8	9	10	11
午前	診療	診療	鈴木出張診療 (10:00～12:00)	診療(9:30～12:00)	休診
午後					
	14	15	16	17	18
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
午後					
	21	22	23	24	25
午前	祝日	祝日	祝日	休診	診療 (15:00まで)※
午後					
	28	29	30		
午前	休診	診療(9:30～11:00)	診療(9:30～12:00)		
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。
○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



～ 無料で受けられる「特定健診」を毎年受診しましょう～

本年度の集団健診は残り2回となりました。まだ受診していない場合は、10月の集団健診を受診していただくか、医療機関などでの個別健診(人間ドックを含む)の受診をお願いします。ただし、特定健診を取り扱う医療機関は限られていますので、詳しくは国保係までお問い合わせください。

■**対象者** 40歳から74歳までで黒潮町国保に加入している方(妊産婦・長期入院などの場合を除く)

■**受診期間** 令和9年3月31日(水)まで(令和9年4月1日(木)からは次年度になります)

■受診場所(集団健診)

日にち	場 所	受付時間
10月1日(木)	土佐西南大規模公園体育館 ※ご希望の方は無料で「骨密度測定」を受診できます	午前8時30分～午前9時30分 午後1時～午後1時30分
10月24日(土)	三浦小学校体育館	午前8時30分～午前10時

※個別健診は「特定健診を取り扱う医療機関」または「人間ドック実施機関」で受診できます。

■受診に必要なもの

①受診券 ②問診票 ③マイナ保険証・資格確認書のどちらか ④普段飲んでいる薬がわかるお薬手帳
⑤採尿容器(集団健診)

※尿検査の容器を送付しております。ご自宅で健診当日に採取して健診会場へお持ちください。
ご自宅で採取できない場合は会場でも採取可能です。

※医療機関(個別健診)で受診される方は病院の指示に従ってください。

※特定健診受診券と問診票は、お住まいの地域の集団健診の日程に合わせて2～3週間前をめ
どに発送しています。紛失の場合は再発行しますので国保係までご連絡ください。

■個人負担金

無料(人間ドックの差額分は自己負担)。ただし、年度中に2回以上受診した場合は、2回目以降は個人負担(実費)となりますので注意してください。

※20歳から39歳までの国保加入者を対象とした個人負担金無料の「若者健診」も実施しています。
上記の集団健診会場で受診できますので、若者健診受診券と問診票、マイナ保険証か資格確
認書のどちらかをお持ちください。

ご自身の健康状態を知るためにも年に1回の特定健診を必ず受診しましょう

～「医療費のお知らせ」について～

今年度の「医療費のお知らせ」の通知回数・送付時期は下記のとおりです。

加入している保険	通知回数・送付時期	記載される診療月
国民健康保険	年3回(9月、翌年1月、2月)	9月:1～6月診療分 翌年1月:7～10月診療分 翌年2月:11～12月診療分
後期高齢者医療保険	年1回(翌年2月)	前年12月～11月診療分

所得税の確定申告については、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、「医療費のお知らせ」を確定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。
(医療費控除できるのは、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)

確定申告開始前に届く「医療費のお知らせ」には12月の医療費までは記載されていませんので、医療費のお知
らせに記載がない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」を別途記入して、医療費控除を
受けることになります。医療費控除の適用を受けるために、医療費の領収書は大切に保管しておきましょう。

また、マイナ保険証をお持ちの方は、マイナポータルで情報連携することで医療費控除の手続きが可能で

○お問い合わせ 本庁 住民課 国保係

佐賀支所 地域住民課 総合窓口第2係

☎43-2800

☎55-3112

日本では、自殺対策基本法に基づき、毎年9月10日から16日を「自殺予防週間」と定めて、国、地方公共団体、関係団体などが連携して、「いのち支える自殺対策」という理念をもとに啓発活動を行っています¹⁾。また、9月10日は「世界自殺予防デー」として、世界保健機関(WHO)が「自殺に対する注意・関心を喚起し、自殺防止のための行動を促進すること」を目的として制定した日です。

令和7年の小中高生の自殺者数は過去最多となっており、子どもの自殺対策が推進されている現状があります。高知県の自殺者数は、令和7年に107人で、前年度と比較すると減少しましたが、20歳未満の自殺者数は一桁で推移しているものの減少傾向になく、10歳代～30歳代の死因の第1位は「自殺」となっています。

<引用>1)厚生労働省ホームページ「広報の取組～いのち支える自殺対策～」

自殺のサインを知っていますか ～自殺予防の10カ条～

次のようなサインを数多く認める場合は、自殺の危険が迫っています。早めに、専門の医療機関や相談機関に相談することをお勧めします。

- | | |
|-----------------------------|--------------------|
| 1.うつ病の症状に気を付ける | 6.職場や家庭でサポートが得られない |
| 2.原因不明の身体の不調が長引く | 7.本人にとって価値のあるものを失う |
| 3.酒量が増す | 8.重症の身体の病気にかかる |
| 4.安全や健康が保てない | 9.自殺を口にする |
| 5.仕事の負担が急に増える、大きな失敗をする、職を失う | 10.自殺未遂におよぶ |

自分の体調の変化に気づいたら

自分のこころの変化には気づきにくいものです。しかし、眠れない・食欲がないなど、いつもと違う、おかしいと感じた場合には、もしかするとあなたの「こころ」が「からだ」にサインを出しているかもしれません。身近に相談できる方がいれば、話をしてみましょう。身近な人に相談しにくい場合は、県や町などの相談窓口をご利用ください。

あなたもなれる「ゲートキーパー」

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなぎ、見守る人のことです。もしも、いつも顔を合わせる人が最近元気がないなど、いつもと違っていたら、まずは勇気をもって、「どうしたの?」「よく眠れてる?」などと声をかけてあげてください。

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していただきたいので、お気軽にご相談ください。

(お問い合わせは、「黒潮町”からだ”と”こころ”の相談窓口」まで)

◆「高知県メンタルヘルスサポートナビ」ホームページ
<https://kochi-kyosei.pref.kochi.lg.jp/mental/>

◆「厚生労働省ウェブサイト まもろうよ こころ」
<https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/>



○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 ☎43-2836 佐賀支所 地域住民課 保健センター ☎55-7373



介護保険ガイド

● 介護保険広報シリーズ (245) ●
在宅介護手当について
はたまるねっとについて

◆◆ 在宅介護手当について ◆◆

● 在宅介護手当とは

家庭において、寝たきりの高齢者などを介護している方に対して支給する手当です。
介護者を激励しその労に報いるとともに、町民の福祉増進に寄与することを目的としています。

● 対象者

黒潮町に住所があり、①～④のいずれかに該当する方を在宅において常時介護している方。

①介護保険法により要介護4または5の認定を受けた方

②寝たきりの高齢者で、その状態が3カ月以上継続している方

③障害児福祉手当および特別障害者手当の支給に関する省令第15条の規定に基づく認定を得ている方で、寝たきりの方

④認知症高齢者については、医師が認知症と認める方で「認知症高齢者の日常生活自立度判定基準」によるランクⅢ以上に相当し、その状態が3カ月以上継続している方

※①～④に該当する方および対象者(介護者)に町税などの滞納がある場合は、支給対象外です。

※②・③については「障害高齢者の日常生活自立度判定基準(寝たきり度)」のランクBまたはCに該当する方です。

● 手当の額

- 被介護者1人につき月額1万円とします。また、入院や施設入所(短期入所含む)などを利用して、在宅介護をした日数がひと月のうち5割以上の場合は、その月は支給の対象になります。
- 被介護者が亡くなられた場合、その月のうち1日でも在宅介護の事実が確認できた時は支給の対象になります。
- 福祉用具購入費および住宅改修費に対する給付を除く介護給付費の総額が10万円未満の月については、1万円を増額します。

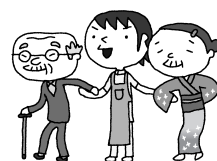
● 手続きの流れ (まず、受給資格の認定申請をします。認定決定後、支給申請が必要です。)

①在宅介護手当受給資格認定申請書の提出

支給を受けるためには、まず認定申請が必要です。申請に基づき、認定または却下の通知をします。

②在宅介護手当支給申請書の提出

認定された方へ申請月(下記参照、年2回)に町から申請書を送付します。
実際に介護をした期間を記入し提出してください。



● 支給申請・支給月について

期 別	期 間	申 請 月	支 給 月
前 期	4月分～9月分	10月	12月
後 期	10月分～3月分	3月～4月	5月

◆◆ はたまるねっと（幡多地域医療情報ネットワーク）について ◆◆

はたまるねっとは、病院・診療所・歯科・調剤薬局・介護事業所などをつなぐ医療情報ネットワークで、どなたでも参加することができます。

複数の医療機関に分散されていた患者情報を連携カルテで共有することによって、より正確な診断、処置ができるようになります。また、医療機関だけでなく、調剤薬局や介護事業所とも情報共有できますので、医療と介護の連携にもつながります。地震や津波などの災害時には、「はたまるねっと」から情報を入手することで、病歴や処方内容を把握できます。

はたまるねっとに参加している医療機関や介護事業所などは、はたまるねっとホームページで確認できます。



はたまるねっとホームページ

● 参加の流れ

- ①説明を受ける 参加している医療機関（※1）で詳しい説明が受けられます。
- ②同意書にサインする 同意書は説明を受けた医療機関にあります。
- ③カードを受け取る はたまるねっとカード（ICカード）を受け取ります。
- ④使用する 参加している医療機関などにはたまるねっとカードを提示して使用します。

※1 参加している医療機関など（令和8年7月6日現在123カ所）

幡多けんみん病院、四万十市立市民病院、木俵病院、竹本病院、中村病院、森下病院、出口クリニック ほか（地域包括支援センターでも手続きできます）

● はたまるねっとに関するQ&A

- ◎ ① どのようなことが便利になりますか
- ① 医師やスタッフが患者情報（受診歴や病歴、アレルギー情報など）を共有することで、より安全・安心な医療サービスを提供することができます。
- ◎ ② 個人情報が漏れることはありませんか
- ① 患者情報は、ご本人が同意されカードを提示した医療機関・事業所以外では閲覧できないことになっています。また、はたまるねっとのシステムは専用回線を利用し、厳重なセキュリティで守られていますので、個人情報が洩れる心配はありません。

● はたまるねっとに関するお問い合わせ

一般社団法人 幡多医師会 ☎34-3086 FAX 34-4969
本庁 健康福祉課 地域包括支援センター ☎43-2240



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

黒潮町消防団夏季訓練を実施しました

7月11日(土)ふるさと総合センターで消防団夏季訓練を実施しました。

実践型消火講習として、消防署の職員から消火活動における基本的な手順や注意点について学びました。今回学んだ基本を実践につなげ、いざという時には周囲と協力しながら、冷静に対応することが求められます。講習後は訓練礼式を行い、また、模範操法として、今年度の県大会に出場した鞭分団による小型ポンプ操法が披露されました。この訓練は、消防活動に必要な技術と知識の継承、錬磨する貴重な機会です。黒潮町消防団が誇るべき取組です。参加した消防団の皆さんをはじめ、関係者の皆さん大変お疲れさまでした。



実践型消火講習



訓練礼式



模範操法(鞭分団)

秋の全国交通安全運動

9月21日(月)から30日(水)までの10日間、

- 1.〈歩行者〉歩行者の安全確保と反射材用品の着用促進
- 2.〈自動車〉夕暮れ時の早めのライト点灯と飲酒運転や「ながらスマホ」の根絶
- 3.〈自転車〉自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールを理解・遵守の徹底を重点目標に行われます。



ドライバーの皆さんは、歩行者やほかの車に対する「思いやり・ゆずり合い」の気持ちを持ちましょう。特に子どもや高齢者には思いやりのある運転をお願いします。また、横断歩道は歩行者優先です。歩行者優先意識を徹底しましょう。歩行者や自転車の皆さんは、夜間や早朝時は目立つ服装と反射材の着用をしましょう。また、自転車などを利用するときは、ヘルメットを着用しましょう。

防災監の「缶詰アレンジレシピ⑤」

まだまだ暑いこの時期の一品に。

- 材料(1人分)
- 枝豆…ひとつかみ
 - にんにくスライス…ひとかけ
 - (お好みで)鷹の爪…少々
 - 黒潮オイルのマグロとキノコ…1缶

- ①缶詰をフライパンに出し、にんにくスライスと一緒に炒める。
- ②茹でた枝豆と、(お好みで)輪切りにした鷹の爪を入れて完成。



ねんきんコーナー

国民年金保険料の追納制度をご存じですか

国民年金保険料の免除、納付猶予、学生納付特例を受けた方が、経済的に納付が可能となった時などに、本人の申出により、免除や猶予された保険料の全部または一部を納付し、将来の老齢基礎年金額を増やすことができる制度です。追納が承認された月の前10年以内の免除など期間について追納が可能です。

免除・納付猶予の承認を受けた期間の翌年度から起算して、3年度目以降に保険料を追納する場合には、当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乗せされます。

また、追納する場合には、先に経過した月の分から順次納めていただくことになります。

【令和8年度中に追納する場合の額】

年 度	全額免除・納付猶予 学生納付特例	4分の3免除	半額免除	4分の1免除
平成28年度の月分	16,850円	12,630円	8,420円	4,210円
平成29年度の月分	17,070円	12,800円	8,530円	4,260円
平成30年度の月分	16,900円	12,670円	8,450円	4,220円
令和 元年度の月分	16,950円	12,720円	8,470円	4,240円
令和 2年度の月分	17,070円	12,800円	8,530円	4,260円
令和 3年度の月分	17,110円	12,830円	8,550円	4,270円
令和 4年度の月分	16,990円	12,740円	8,490円	4,250円
令和 5年度の月分	16,770円	12,580円	8,380円	4,190円
令和 6年度の月分	16,980円	12,730円	8,490円	4,240円
令和 7年度の月分	17,510円	13,130円	8,750円	4,380円

※令和6年度、令和7年度は追納加算額はありません。 ※詳しくは、お近くの年金事務所までお問い合わせください。

国民年金保険料の育児免除制度が始まります

子を養育する国民年金第1号被保険者(20歳以上60歳未満の自営業者、農業者、学生、無職などの方)について、その子が1歳になるまでの期間に係る国民年金保険料の納付を免除される制度が10月から新たに始まります。子を育てている方(実父母・養父母)は、申請することで、所得に関係なく国民年金保険料の納付が免除されます。また、納付が免除された期間は、保険料を納付したものととして老齢基礎年金の受給額に反映されます。

◆対象となる方 10月1日以降、1歳になるまでの子(※)を養育する国民年金第1号被保険者の実父母・養父母の方で、以下の要件すべてを満たす方(所得要件はありません)

- ①子と身分(親子)関係が継続していること ②子と同一住所であること

※法律上の親子関係がある子(実子および養子)に加えて、特別養子縁組の監護期間にある子および養子縁組里親に委託している要保護児童も該当します。

◆対象期間

- ①実母の場合 産前産後免除期間を有する実母の場合、産前産後免除期間に引き続き、子が1歳になる誕生日の前月までの9カ月間(産前産後免除期間と合わせて最大13カ月間)。
- ②実父または養父母の場合 子を養育するようになった日の属する月から、1歳になる誕生日の前月までの最大12カ月間。
- ③10月より前から子を養育しており、制度施行時点(10月1日時点)で1歳未満の場合
- 実母の場合 産前産後免除期間(4カ月または6カ月)に引き続く9カ月のうち、10月1日以降の月分。
 - 実父または養父母の場合 10月1日以降、子が1歳になる誕生日の前月までの期間。

◆申請方法 10月以降に「国民年金 育児免除該当・終了届」を市区町村または年金事務所に提出します(電子申請も可能)。

- 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

9月～10月は、行政相談月間です

総務省では、多くの皆さんに行政相談を利用していただけるよう、9月～10月を「行政相談月間」と位置づけ、各種の行事を行っています。

町においても、下記の相談所などで総務大臣の委嘱を受けた行政相談委員が相談をお受けします。国の仕事や手続き、サービスで困っていること、わからないことがあれば、お気軽にご利用ください。

例えば、次のようなお困りごとはありませんか。

- 医療保険や年金のことを聞きたい
- 国道の危険箇所を改善してほしい
- 手続きや申請をどこにしたらよいか教えてほしい

○お問い合わせ 総務省高知行政監視行政相談センター ☎088-824-4100

町での無料相談所の開設

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** 人権侵害に関すること、行政手続きでの困りごとなどに関する相談

◆**日時・場所**

【佐賀地区】10月6日(火)	午前10時～正午	保健福祉支援センターこぶし(拳ノ川)
	午後1時30分～午後3時30分	鈴地区漁民研修施設
【大方地区】10月9日(金)	午前10時～正午	下馬荷集落センター
	午後1時30分～午後3時30分	保健福祉センター

※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。

○予約・お問い合わせ 教育委員会 人権係 ☎55-3117

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** 10月21日(水) 午後1時～午後3時 ◆**場所** 総合センター(佐賀支所前)

◆**定員** 先着4名

◆**申込** 10月14日(水)午前8時30分から ※キャンセルは10月19日(月)まで。

※10月19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

無料合同労働相談会を開催します

パワハラ、退職、解雇といった職場の問題でお悩みの方を対象に、国や県などの労働相談機関などが合同で無料相談会を開催します。

当日は、弁護士、司法書士、社会保険労務士といった専門家が面談または電話により相談をお受けします。事業主の方も相談できますのでお気軽にご相談ください。

◆**日時** 10月30日(金) 午前10時～午後5時

◆**場所** 高知県庁北庁舎(高知市丸ノ内2-4-1)

※受付は4階、高知県労働委員会事務局で行います。

◆**予約受付期間** 9月1日(火)午前9時～10月27日(火)午後5時

◆**当日専用相談ダイヤル** ☎088-821-4661 ※当日の受付は午後4時30分まで

※相談は事前予約優先、先着順です。

この他、高知県労働委員会事務局では、随時ご相談をお受けしています。

○予約・お問い合わせ 高知県労働委員会事務局 ☎088-821-4645



高知県
ホームページ

にこにこウォーキング 参加者募集in黒潮町 美しい日本の歩きたくなる道500選に選ばれています

町自慢の木漏れ日が気持ち良い入野松原をウォーキングコースにしており、自然との一体感を楽しむことができます。体調に合わせて速度や距離を調整し、無理なく歩くことを大切にしています。お気軽にお問い合わせください。



◆日時 毎週月曜日

午前10時から1時間程度

◆集合場所 大方あかつき館

◆持ち物 水筒、タオル

◆参加費 無料

◆服装 歩きやすい靴、動きやすい服、あれば帽子



○お問い合わせ

本庁 健康福祉課 保健衛生係 ☎43-2836

黒潮げんき体操 参加者募集

体力年齢の若返りに効果あり 笑いあって運動しよう

黒潮げんき体操は、町内15カ所の集会所で週2回から月2回の間隔で集まり、フレイル予防を目的とした運動を行っています。みんなでDVDを見ながら、自分の可能な範囲で身体を動かしています。足腰が弱ってきたな、一人では続かないな、楽しく話しながら運動したいなという方、一緒に運動しませんか。

◆日時 各実施場所で異なります。

◆集合場所 近くの集会所

※詳細はお問い合わせください。



◆持ち物 水筒、タオル

◆服装 動きやすい服

◆参加費 無料



○お問い合わせ

本庁 健康福祉課 保健衛生係 ☎43-2836

健康フェスタinフジグラン四万十

健康づくりについて、楽しく学び、体験できるイベントです。ご自身の健康状態を知りたい方、健康に関する相談先を探している方、普段は健康について考える機会の少ない方、どなたもお気軽にご参加ください。健康づくりは小さな「気づき」から始まります。このイベントをご自身やご家族の健康づくりのきっかけにしてみませんか。

◆日時 9月6日(日) 午前10時～午後4時

◆場所 フジグラン四万十 1階 グランモール

◆内容 健康に関する体験型のイベントです。

【測定】血圧、血糖値、咀嚼力、肌年齢、骨密度、脳年齢など

【相談】歯科、禁煙、栄養、治療と仕事の両立など

◆参加費 無料

◆共催 幡多地域健康づくり推進検討会、フジグラン四万十

※高知家健康パスポート事業対象のイベントです。

○お問い合わせ

高知県幡多福祉保健所 健康障害課

☎34-5120

成人歯科健康診査を受けましょう

歯周疾患の早期発見および早期治療のために、成人歯科健康診査を実施しています。対象の方へ8月下旬に受診券を送付しますので、歯科医院を予約のうえ受診してください。

◆対象者 令和8年度内に20歳、25歳、30歳、35歳、40歳に達する方

◆実施期間 9月1日(火)～令和9年3月31日(水)

◆費用 無料

◆内容 問診および口腔内診査

○お問い合わせ

本庁 健康福祉課 保健衛生係 ☎43-2836

高知県行政書士会・コスモス高知 なんでも無料相談会

農地の取引・建設業など各行政手続き・成年後見や相続・遺言など日常生活に係る何でも相談に、高知県行政書士会と、行政書士で構成する公益社団法人コスモス成年後見サポートセンター高知県支部会員が無料でお応えします。(予約不要)

◆日時 10月3日(土) 午後2時～午後4時30分

◆場所 四万十市社会福祉センター

(四万十市右山五月町8番3号 ☎35-3011 研修室Ⅱ)

◆主催 高知県行政書士会 公益社団法人 コスモス 成年後見サポートセンター高知県支部

○お問い合わせ

高知県行政書士会員 コスモス高知会員 川田 ☎090-7754-8682



i 高知自動車道の昼間全面通行止めについて

高知自動車道にて、維持修繕工事および点検業務を行うため、以下の期間内において昼間全面通行止めを行います。

◆規制区間 四万十町西IC～黒潮拳ノ川IC ◆規制日時 9月28日(月)～10月2日(金)

◆規制内容 全面通行止め ◆迂回路 国道56号(現道を利用ください)

◆予備日 10月5日(月)～10月9日(金)

いずれも令和8年中の工事に限ります。また、各日ともに午前9時～午後4時30分の時間帯において通行止めを行います。道路情報を提供しています。

○お問い合わせ

国土交通省 四国地方整備局 中村河川国道事務所中村河川国道出張所 ☎34-2252

国土交通省 四国地方整備局 中村河川国道事務所道路管理課 ☎34-7319



道路情報提供
システム

i 動物愛護週間について

毎年、9月20日から9月26日までの1週間は、動物愛護週間として、法律で定められています。

◆愛護動物の虐待・遺棄は犯罪です

愛護動物をみだりに殺傷したり、虐待したり、遺棄する(捨てる)ことは犯罪です。

これらの行為を行った場合、「動物の愛護及び管理に関する法律」により、処罰されます。

※愛護動物とは ①牛・馬・豚・めん羊・山羊・犬・猫・イエウサギ・鶏・イエバト・アヒル

②その他、人が占有している動物で哺乳類・鳥類または爬虫類に属するもの

【愛護動物を殺傷した場合】 5年以下の懲役または500万円以下の罰金

【愛護動物を遺棄・虐待した場合】 1年以下の懲役または100万円以下の罰金

※愛護動物の遺棄・虐待を疑う場合は、幡多福祉保健所(☎34-5119)もしくは中村警察署(☎34-0110)まで、ご連絡をお願いします。

○お問い合わせ 本庁 環境政策室 環境政策係 ☎43-2119

**献血バスがやってきます**

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

日 時	時 間	実施場所
10月 8日(木)	午前10時～午前11時30分	総合センター(佐賀)
10月21日(水)	午前10時～正午	黒潮町役場(本庁)
	午後1時15分～午後4時30分	

**献血ボランティアにご協力ください**

血液は、栄養や酸素の運搬、免疫など人間の生命を維持するために不可欠です。現代の科学でも、血液を人工的に造ることはできないため、皆さんの献血へのご協力が必要不可欠です。

献血された血液は、輸血用血液製剤などになり、次のような患者さんに使われます。

- がん(悪性新生物)の患者
- 外科手術などによって出血している患者
- 慢性貧血の改善が必要な患者
- 凝固因子の欠乏により出血しやすくなった患者 など

皆さんの献血が医療を支えています。ご協力をお願いします。

○お問い合わせ 佐賀支所 地域住民課 保健センター ☎55-7373

高知県赤十字血液センター ☎088-866-6667

※バスでは、安全性の高い血液の確保のため400mL献血のみです。ご協力をお願いします。

● 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	四万十市古津貫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

土佐西南大規模公園スポーツイベント・大会予定 9月



日(曜)	行 事 名	場 所
5(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)	球技場
	県リーグ(中学生サッカー)	多目的運動広場
	四国U-13リーグサザンクロス2026(中学生サッカー)	多目的運動広場
6(日)	濱川杯 県選手権大会(小学生ソフトテニス)	テニスコート
	県リーグ(社会人サッカー)	球技場
	県リーグ(中学生サッカー)	多目的運動広場
12(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)	球技場・多目的運動広場
	四国クローバーリーグ(中学生サッカー)	多目的運動広場
13(日)	県リーグ(シニアサッカー)	多目的芝生広場
	県リーグ(社会人サッカー)	球技場
	県リーグ(中学生サッカー)	多目的運動広場
19(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)	多目的芝生広場
	四国クローバーリーグ(中学生サッカー)	球技場
19(土)・20(日)	2026 NEXUS CUP U-12(小学生サッカー)	多目的運動広場
20(日)	土佐西南黒潮パークゴルフ協会 開場記念杯(一般)	パークゴルフ場
	女子県リーグ(中学生以上サッカー)	多目的芝生広場
	県リーグ(社会人サッカー)	球技場
21(月)～23(水)	2026 CLIMB四国U-16 閉幕集中開催(高校生サッカー)	球技場・多目的芝生広場・多目的運動広場
26(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
	黒潮町少年剣道大会(小学生)	体育館
	県リーグ(高校生サッカー)	球技場
	四国クローバーリーグ(中学生サッカー)	多目的運動広場
	県リーグ(中学生サッカー)	多目的運動広場
27(日)	高知県バスケットボール 県リーグ戦(一般)	体育館
	四国女子U18リーグ(高校生サッカー)	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 宮川公園parkrun



黒潮町G・G愛好会 8月月例会

日時：8月3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	宮地 優典	55	1	13
準優勝	金子 広子	56	1	13
3位	水野 一弘	59	1	9
4位	出島 正勝	59	0	15
5位	宮川 依行	62	0	12
6位	中山 次男	62	0	11
7位	矢野 昭子	63	1	6
8位	酒井 隆昌(※④)	63	0	11
9位	宮地 洋子	63	0	11
10位	渡辺 栄	65	1	7

技術賞：出島 正勝 59打

最多ホールインワン賞：矢野 昭子 1ホール(※④)

最多2打賞：出島 正勝 15ホール

※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

JICA研修員表敬訪問

7月27日(月)、JICA研修員12名が研修のため、黒潮町を訪問しました。

同研修は日本の代表的な水産資源の一つであるカツオ資源を題材に、水産資源の管理と利用、持続可能な地域開発を図る産官学の関係者の取組を学ぶことを目的に行われました。

大西勝也町長からの歓迎あいさつの後、研修員を代表してエドック・アベカンさんが、「水産物の付加価値を高めるノウハウだけでなく、地域の人たちが体制をどのように保ち、次の世代につなげているのかを学び、自国に持ち帰りたい」とあいさつをしました。



表敬訪問時の記念撮影

くろしおっ子の学校給良

ヤンニョムチキン



材料(4人分)

鶏むね肉(一口大)	300g
A { 食塩	少々
酒	少々
かたくり粉	適量
揚げ油	適量
B { 三温糖	大さじ1
コチュジャン	小さじ1
トマトケチャップ	大さじ1と1/2
おろしんにく	チューブ1cm
酢	大さじ1
濃口しょうゆ	小さじ1
ごま	小さじ1
水	大さじ1と1/2

「ヤンニョムチキン」は韓国料理のひとつです。油で揚げた鶏肉にコチュジャン(唐辛子味噌)をベースとして作られたタレを絡めた料理です。外国の料理を給食で提供することによって異国の食文化に触れ、子どもたちの食に幅が広がるのではないかと思います。

簡単なので、ぜひお家でも試してみてくださいね。

【作り方】

- ①鶏むね肉にAを混ぜ下味をつけておく。
- ②下味をつけた鶏むね肉にかたくり粉をまぶし、油で揚げる。
- ③Bを混ぜ合わせ、さっと沸かしておく。
- ④②で揚げた鶏むね肉に③のタレを絡める。

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

訪問員のひとこと

(脱炭素カルテ作成のための戸別訪問)

皆さん、こんにちは。まだまだ暑い日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか。今回は戸別訪問でお話をお聞きした中で、実際に省エネをされた方の例をご紹介します。「買い替えても電気代があまり変わらない」というお声もありますが、実際に電気使用量を比較すると、着実に削減できています。

【戸別訪問でお聞きできた買い替えによる省エネ実績(比較例)】

Aさん	約303kwh削減
Bさん	約142kwh削減
Cさん	約397kwh削減



近年の電気代高騰の影響で、使用量が減っても金額的な実感は湧きにくいかもしれませんが、省エネ性能の高い製品は確実に電気代を抑え、家計をサポートします。電化製品の買い替えを検討されている方は、家電の省エネ性能にも注目して機器を選んでみてくださいね。

〇お問い合わせ

本庁 環境政策室 環境政策係 ☎43-2119

渚

～NAGISA～ No.13 (大方高校通信)

夏休みに入り、寄宿舎で生活する生徒たちは、学校のプロジェクトで県外へ出向いたり、校庭の芝生に水をまいたり、アルバイトや部活動に励んだり、それぞれ充実した毎日を過ごしています。

女子サッカー部は、海開きイベントや浮津地区・入野地区の神輿かきにも参加。地域の皆さんとの交流を通して、黒潮町ならではの夏を満喫している様子でした。

そんな忙しい毎日の中でも、寄宿舎には、仲間と一緒にほっと一息つける時間があります。

先日、黒潮町で40℃を記録した暑い日のこと。食堂には、小麦粉をこねる生徒たちの楽しそうな声が響き、生地から手作りするピザづくりが始まりました。

「具材が足りない」となれば、買い出しへ。急な坂道も息を切らさず駆け上がり、買ってきた具材を思い思いに並べていきます。そして、焼き上がった熱々のピザを囲むと、食堂には自然と笑顔が広がりました。

寄宿舎は、生徒たちにとって単なる「生活の場」ではありません。学校生活をともにする仲間と笑い、語り合い、ときには一緒に何かに挑戦する。そんな時間を過ごす「もう一つの家」でもあります。

高校生活は、振り返ればあっという間です。黒潮町で仲間と過ごした日々や、地域の皆さんとの出会い、何気ない寄宿舎でのひとときが、いつか大人になったときに「黒潮町で過ごしてよかった」と思える、大切な思い出になってくれたらうれしく思います。



○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 9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
ケーブルテレビ交流番組	11:15
ぷっといってぷっと釣る	11:30
高齢者寺子屋	6:00 14:00
体操番組	6:45 11:00 14:45 20:00
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8年9月 黒潮町議会定例会

9月4日(金)～9月15日(火) 予定
放送時間：午前9時から議会終了まで

※黒潮町議会定例会の放送日程は変更となる場合があります。

◆令和8年9月 高知県議会定例会

9月25日(金)～10月20日(火) 予定
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



上林曉文学館からのお知らせ
第60回企画展記念講演
「夜明け前を読む」
10月12日(月・祝)
上林曉文学館 第60回企画展記念講演
「夜明け前を読む」
宮岡幸一郎(文芸評論家)
令和8年 10月12日(月・祝)
13時半開場 14時開演
大方あかつき館 2階会議室

図書館からのお知らせ

～人形劇(人形劇団ブーク)～

【日 時】11月22日(日)
【演 目】「くまの子ウーフ～ふしぎがいっぱい～」
「スカートのファンタジー」
【場 所】大方あかつき館 レクチャーホール
【入場料】無料(定員210名/先着順)

～大活字本の紹介～

天保悪党伝(上・下) 藤沢 周平/著
怪しい人びと(上・下) 東野 圭吾/著
ふくろう(上・下) 梶 よう子/著
わが孫育て 佐藤 愛子/著
※この他にもたくさんの大活字本が、あたらしく
はいました。ぜひ、読んでみてください。

9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			
10月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3

大方・佐賀図書館
休館日のお知らせ



●9月21日(月)…敬老の日 ●9月22日(火)…国民の休日
●9月23日(水)…秋分の日 ●9月25日(金)…館内整理日
お休みの日の本の返却は、ブックポストにお願いいたします。

■ 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

- けんぐわい 朝倉かすみ/著
- おにがわらう 畠中 恵/著
- 鋼鉄のレガシー 堂場 瞬一/著
- ジョン万次郎ネバーギブアップ 中濱 武彦/著
- 人生迷子 立ち止まったときの処方箋 精神科医Tomy/著
- 猛暑をのりきのおつまみおかず80 上田 淳子/著
- エマはみならいマーメイド6 ミランダ・ジョーンズ/作
- ポケモンサイエンスブック ほのお 店橋 護/監修
- ブテラノドンのおそらとぶいちにち 鈴木まもる/絵
- ひまわり食堂の忘れ物 西村 友里/作
- きけん!ねっちゅうしょうにちゅうい 森戸やすみ/監修

【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。
●その後の貸出停止の処理を行います。
★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



2026年8月14日Instagram掲載

わがまちデータ

人 口	9,561人(前月比3人減)
男	4,624人
女	4,937人
世 帯 数	5,233世帯
増 加	出 生 4人(男2人・女2人)
	転 入 20人(男9人・女11人)
	その他 3人(男3人)
減 少	死 亡 14人(男7人・女7人)
	転 出 14人(男9人・女5人)
	その他 2人(男2人)

2026(令和8)年7月31日現在