

すさき

1

2017 NO.739

謹賀
新年



新年のごあいさつ.....2・3P

日本の伝統文化を継承 上分地区で門松づくり 4P

- | | |
|----------------------------------|-----|
| ●須崎市臨時職員等の募集 | 5P |
| ●臨時保育士の登録を募集します | 6P |
| ●須崎市ふるさと大使第3号に住友大阪セメント(株)関根福一社長! | 11P |
| ●現代地方譚4+SUSAKI(art)ASSEMBLE | 13P |

なかよく
あそぼうね☆
ね☆

しんじょう君の

すさき
すきすき
すころく

～酉年編～

20P



謹んで初春のお慶びを申し上げます

地域への愛情と誇りを守り、
育むことの大切さ



須崎市長
楠瀬 耕作

新年あけましておめでとうございます。

市民の皆さまおそろいで輝かしい新年をお迎えのことと存じます。今年が皆さまにとりまして幸多き年でありますようお願いいたします。

昨年1月、須崎市長に再選させていただき本年で6年目を迎えます。この間、さまざまなご指導・ご鞭撻あるいは叱咤激励をいただき、心より御礼申し上げます。

市長就任以来、全国平均よりも早く進んでいる過疎・高齢化・人口減少、改善道半ばの財政状況等々に鑑み、できるだけ負の遺産を整理し、新しい価値や地域の元気を創造し次世代に繋げる地域づくりを追求してきました。それを「持続可能な須崎づくり」とし、基礎である人

市民の声を反映できる
議会を目指して



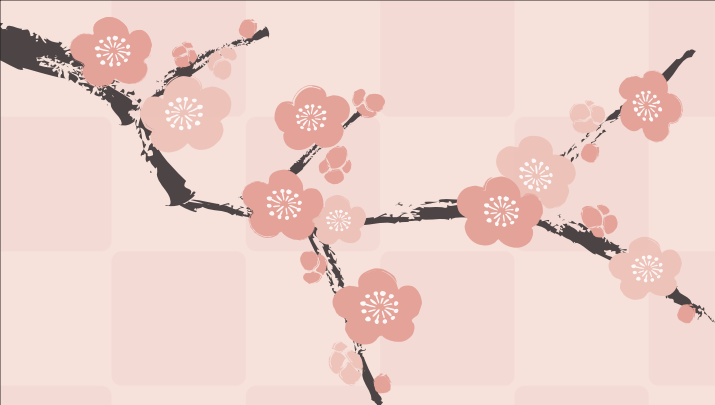
須崎市議会議長
西村 泰一

新年あけましておめでとうございます。

皆さまにおかれましては、輝かしい新春をお迎えのことと、心よりお喜び申し上げます。また、平素より須崎市議会の活動に對しまして、温かいご理解を賜り、厚く御礼を申し上げます。

昨年4月14日、16日に、熊本地震が発生いたしました。犠牲になられました方々のご冥福と被災された方々にお見舞い申し上げますとともに、一日も早い被災地の復旧・復興を心よりご祈念申し上げます。

須崎市にとりましても南海トラフ大地震は、いつ起きてもおかしくない状況でありますことから、より一層の緊張感を持って防災対策の取



材育成にも注力してきたつもりであります。

地域づくりにおきましては、浦ノ内地域をモデルに地域自主組織の結成に向け、住民の皆さまと行政との関係を見直す作業が動き出しました。このモデルを市内の公民館単位の各地域に順次広めていきたいと考えています。

それら一連の作業の中で改めて感じましたのは、地域（須崎）への愛情と誇りを守り、あるいは育んでいくことの大切さです。自治とは文字通り自分たちで地域を治めることを言います。全国の地域づくりの例に触れるとき、良い自治は地域愛や誇りに支えられ連携が深く、逆に悪い自治は、それらが希薄なため他力本願でまとまる力が弱くなっています。

昨年、しんじよう君が日本一になり多くの方が喜んでくれました。それ以外にも、みょうがの生産量は日本一であり、新鮮な魚類も他に誇れるものです。須崎高校・須崎工業高校の防災等の活動は世界に誇れるものですし、中学生が作った「すさがすきさ」の曲は多くの市民の皆さまに愛されています。明德義塾中・高校の活動も全国クラスで、総じて次世代を支える若者たちの活動は、地域愛と誇りにあふれています。このような、多くの市民の皆さまに共感いただけるような地域愛や誇りを醸成し創造していききたいと考えていますので、本年もどうかよろしくお願いいたします。

平成29年1月

り組みを加速化していかなければなりません。

また、昨年8月、9月にかけては、リオデジャネイロオリンピック・パラリンピックが開催されました。日本人選手の史上最多のメダル獲得をはじめ、その活躍に大きな感動と興奮を覚えました。そして平成32年には東京オリンピック・パラリンピックが開催されます。

現在、須崎市におきましては、須崎市東京オリンピックキャンプ地誘致および海洋スポーツパーク建設推進委員会を設置し、事前合宿招致の取り組みを進めております。

また、奥四万十博の開催で盛り上がり、しんじよう君のゆるキャラグランプリ優勝、J A土佐くろしおの売上高100億円突破、須崎高校の総理大臣表彰など、昨年は明るい話題が多かった反面、国勢調査の速報値では5年間で2100人の人口減少と、極めて深刻な結果が発表されました。

須崎市議会といたしましても、これら人口減少対策をはじめ、防災、教育、福祉等、喫緊の課題が山積するなか、市民の皆さまの声を真摯に受け止め、また反映すべく全力で努力をしてまいります。今後とも、変わらぬご支援とご協力をお願い申し上げます。

最後になりましたが今年1年が、市民の皆さまにとりまして幸多き年となりますよう、心よりご祈念申し上げます、年頭のごあいさつといたします。

平成29年1月

日本の伝統文化を継承

上分地区で

門松づくり



お正月に家の玄関先や店舗の入り口などに置かれている門松は、日本に古くから伝わる習慣で、お正月気分を盛り上げてくれます。

上分地区では、約35年前から上分老人クラブ（現上分清流クラブ）が門松づくりを始めたのをきっかけに、毎年おこなっています。

平成13年に、小学生を対象にしたかわうそ未来塾が始まり、同年「中学生とも何かやりたい。

日本や地域の伝統文化を残していきたい」という思いから、中学2年生と門松づくりを始めました。

毎年12月、上分中学校の終業式の数日前に上分清流クラブと中学2年生が門松づくりとおせち料理づくりを行います。作成された門松は、上分小・中学校、上分保育園、上分公民館や清流荘などの施設等に寄贈されます。須崎市役所にも寄贈していただいております。毎年年末から年明けにかけて、本庁舎前に飾っています。

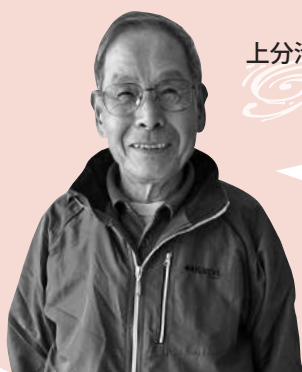


写真は上分中学校に提供していただきました。



上分公民館

046-0330



上分清流クラブ会長 山本 秀さん

子どもたちに昔の文化や芸能の良さを知ってもらいたいです。伝統文化を未来につないでいってもらうために、今後も活動を続けていきます。

小児科

月～金（平日時間内）

花山 隆三
日本小児科学会
小児科専門医

女性医師による診療
皮膚科（火午後）・泌尿器科（木）

- 内科 ●外科 ●整形外科 ●脳神経外科 ●眼科 ●神経内科（火）
- 消化器内科 ●消化器外科 ●循環器内科 ●老年病科 ●小児科
- 耳鼻咽喉科（月・金） ●泌尿器科（火・木） ●皮膚科（火・金） ●肛門外科
- 放射線科 ●麻酔科（前迫雅樹） ●リハビリテーション科



医療法人 五月会

須崎くろしお病院

☎ 0889-43-2121（代） FAX 0889-42-1582

〒785-8501

須崎市緑町4-30

E-mail : satsukikai@susaki-kuroshio-hp.or.jp

URL : http://susaki-kuroshio-hp.or.jp/

- ◆人間ドック / 一般健診 / 法定健診・企業健診
- ◆リハビリテーション365日実施（入院患者様対象）



須崎市 臨時職員等の募集

平成29年度の須崎市臨時職員を次のとおり募集します。

申し込みをする人は、申込受付期間中に、写真付履歴書（各種有資格者は、資格証明書の写しを添付）を担当課まで持参してください。書類審査・面接で採用を決定します。

－ 申込受付期間 －

1月5日 **木** から
23日 **月** まで

職 種	勤務場所
臨時事務員	市役所本庁舎等
数 若干名 担 総務課(☎42・3791)	
嘱託登記事務臨時職員	
数 1名 担 総務課(☎42・3791) 特 登記に関する事務の実務経験者	
介護認定調査臨時職員	
数 若干名 担 長寿介護課(☎42・1205) 特 高齢者福祉・介護の実務経験者	
臨時歯科衛生士	
数 1名 担 健康推進課(☎42・1280) 特 有資格者	
臨時保健師	
数 1名 担 健康推進課(☎42・1280) 特 有資格者	
年金調査員(生活保護世帯に対する)	
数 1名 担 福祉事務所(☎42・3691) 特 年金事務実務経験者	
就労支援員(生活保護世帯に対する)	
数 1名 担 福祉事務所(☎42・3691) 特 相談業務実務経験者	
特別支援保育コーディネーター	市内保育園
数 若干名 担 子ども・子育て支援課(☎42・1229) 特 有資格者	
臨時給食調理員	
数 若干名 担 子ども・子育て支援課(☎42・1229) 特 有資格者	市内小学校
臨時給食調理員・パート給食調理員	
数 若干名 担 学校教育課(☎42・5291)	市内小中学校
臨時教育支援員	
数 若干名 担 学校教育課(☎42・5291)	
臨時学校支援推進員	
数 若干名 担 学校教育課(☎42・5291)	教育支援センター
教育支援センター臨時職員	
数 1名 担 学校教育課(☎42・5291)	市立図書館
図書館非常勤館長	
数 1名 担 生涯学習課(☎42・8591)	
図書館臨時職員	市内公民館
数 若干名(内有資格者:司書1名) 担 生涯学習課(☎42・8591) 特 司書のみ有資格者	
公民館臨時職員	人権交流センター
数 若干名 担 生涯学習課(☎42・8591)	
地域福祉相談員兼臨時事務員	児童センター
数 1名 担 人権交流センター(☎42・1420)	
児童厚生員(パート)	クリーンセンター横浪
数 1名 担 児童センター(人権交流センター☎42・1420) 特 有資格者	
臨時作業員(不燃ごみの分別作業など)	クリーンセンター横浪
数 若干名 担 環境保全課(☎42・5891)	

臨時保育士の登録を募集します

須崎市内保育所（公立・私立）の臨時・パート保育士として働きたい人の登録を募集しています。

登録者の中から、欠員など必要に応じて、随時採用を行います。

▼勤務場所

市内認可保育園 9園

▼勤務内容

保育士業務

▼受付期間

随時

平成29年4月から採用希望の人は2月6日（月）までにお申し込みください。

▼申込方法

登録希望者は、臨時保育士登録申込書に写真付履歴書、保育士証の写しを添えて子ども・子育て支援課まで持参、または郵送してください。臨



すぐに勤務できない場合でも登録できます。お気軽にお問い合わせください！

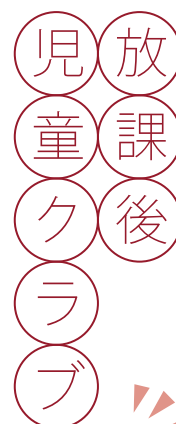
時保育士登録申込書は子ども・子育て支援課にあります。保育士の資格をお持ちでなく、保育業務の従事を希望する人は、左記までお問い合わせください。登録は面接を行い決定します。採用の場合には随時連絡します。

子ども・子育て支援課

☎42・1229

須崎市保育協会

☎42・5850



支援員募集

ひまわり児童クラブ（多ノ郷小学校区）とあさがお児童クラブ（須崎小学校区）では、放課後児童支援員を募集しています。

詳細や申し込みなどについては、直接各児童クラブにお問い合わせください。

▼職務内容

放課後および長期休暇期間中（夏休みなど）の学童の健全育成支援（室内遊び、野外活動、その他の活動での子どもの見守り、育成の支援など）

▼募集人数

若干名

▼提出書類等
市販の履歴書に記載のうえ、本人写真を貼り付け、ご希望の児童クラブへ郵送または持参してください。

▼選考

随時面接を行います。期日については後日児童クラブから連絡します。

ひまわり児童クラブ

妙見町9-1

☎090・6887・7658

あさがお児童クラブ

東紇町2-9

☎080・2970・1138



子どもたちと触れ合える仕事をしてみませんか？

* インフルエンザの予防について *

インフルエンザは急に高熱がでます。頭痛、関節痛、せきやのどの痛みの症状が出たら医療機関を受診しましょう。感染を防ぐには早めに予防接種を受け手洗い、マスクの着用など感染予防に努めましょう。



内科・消化器内科・循環器内科
呼吸器内科・外科・肛門外科
リハビリテーション科

医療法人 千博会
ネオリゾート

ちひろ病院

〒785-0008 須崎市中町 1-6-25
TEL 42-2530 FAX 42-2532
〔併設施設〕居宅介護支援事業所 ちひろ

耐震診断・耐震改修の 戸別訪問を実施しています

須崎市では、木造住宅の耐震化の向上を目指しています。耐震化率を上げるために、耐震診断士が戸別訪問し、説明を行っています。

日時

平成28年6月から随時実施

対象地区

西古市町、南古市町、西糺町、
西町1丁目、中町1丁目・2丁目、
泉町、栄町、横町、幸町、
原町1丁目・2丁目、
新町1丁目・2丁目、鍛冶町、東糺町、
東古市町、港町、浜町1丁目・2丁目
※その他の地区も順次訪問予定です。

対象住宅

昭和56年5月末以前に建築された木造住宅

戸別訪問の内容

耐震診断士による木造住宅の耐震診断、耐震改修設計工事の説明と耐震化のチラシ配布。各世帯の防災対策の状況把握。

委託先

(一社) 高知県中小建築業協会
※委託業者は訪問員証を携帯しています。

地域の皆様のご理解とご協力を
よろしく願います。



知ってナットク

防災まめ知識

地震・津波の避難行動 【海岸・河川・水路】

南海トラフ地震の後には、津波がやってきます。

海岸付近が危険なことは当然ですが、河川や水路からも津波がのぼってきます。避難の際には、水辺から離れるようにしましょう。

地震・防災課 地震・防災係

0421236

事業主の
皆さん

給与支払報告書の提出は、
1月31日(火)までに

給与支払報告書の
提出について

前年中に給与(事業専従者・退職者・パート・アルバイト・法人役員等を含む)を支払った事業主(法人・個人事業所)は、その受給者の1月1日現在の住所所在地の市区町村に、給与支払報告書を提出することになっています。

平成28年分の給与支払報告書の提出期限は1月31日(火)です。期限内に税務課市民税係へ提出してください。

平成28年分から
マイナンバーの記載が
必要になります

平成28年分の給与支払報告書から、給与支払者の個人番号または法人番号と、受給者やその扶養親族の個人番号を記載する必要があります。詳細については、国税庁ホームページをご覧ください。また、税務課市民税係

でお問い合わせください。

エルタックスのご案内

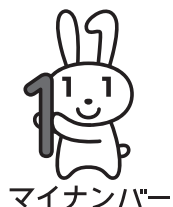
エルタックスとは、インターネットを利用して、申告書や届出書を提出できる電子申告サービスです。(個人向けの国税電子申告・納税システム「イータックス」とは異なります。)

須崎市では、個人市・県民税(給与支払報告書および総括表、給与特別徴収関連の届け出など)、法人市民税(法人市民税の申告、法人設立・設置、異動の届け出など)、固定資産税(償却資産の申告、修正申告など)の電子申告が利用できます。

利用方法などの詳細については、エルタックスホームページをご覧ください。また、ヘルプデスク(0570・081459)にお問い合わせください。

税務課 市民税係

0421291



マイナンバー通知カード および 個人番号カードについて

マイナンバー 通知カードについて

マイナンバー通知カードは、昨年度から順次郵送しています。が、郵便局に転送届を提出している人、配達時に不在で郵便局の保管期間内に受領できなかった人などのマイナンバー通知

カードは、須崎市役所に返戻されています。現在、返戻があった日から2年間は市民課市民窓口係での受領が可能です。2年を経過すると再発行になり、手数料500円が必要になる場合があります。保管期間内での受領をお願いします。(大多数の人の保管期間は平成29年11月中旬ごろまでです。)

受領についての詳細は、市民課市民窓口係にお問い合わせください。

保管期間内での
受領を
お願いします。



個人番号カード について

個人番号カードは、申請をした人に交付準備ができ次第、交付通知書(はがき)を送付しています。交付には、一人30分程度かかるため、予約制になっています。事前に市民課市民窓口係まで電話で予約をお願いします。

市民課 市民窓口係

☎42・1191

住民基本台帳の一部の写しの閲覧状況について

住民基本台帳法第11条第3項及び第11条の2第12項の規定に基づき、住民基本台帳の一部の写しの閲覧状況について公表します。
平成27年12月1日から平成28年11月30日までの閲覧状況は次のとおりです。

申出者の氏名	委託者	利用目的の概要	閲覧年月日	住民の範囲
自衛隊 高知地方協力本部 須崎地域事務所長		「自衛官募集業務」実施の ための対象者抽出	平成28年 1月14日	平成10年4月2日から 平成11年4月1日までに 生まれた者
(一社)中央調査社 会長 西澤豊	(公財)生活保険 文化センター	「平成28年度生活保障に 関する調査」の対象者抽出	平成28年 2月23日	多ノ郷甲
(一社)中央調査社 会長 西澤豊	(一財) 日本宝くじ協会	「宝くじに関する世論調査」の 対象者抽出	平成28年 2月23日	山手町
(一社)中央調査社 会長 西澤豊	NHK 日本放送協会	「テレビ放送に関する アンケート」の対象者抽出	平成28年 5月20日	西糺町、西古市町、 西町1丁目、西町2丁目、 野見
(一社)中央調査社 会長 西澤豊	内閣府	「国民生活に関する 世論調査」の対象者抽出	平成28年 6月16日	大間東町
高知県 須崎福祉保健所長		「高知県県民健康・栄養調査」の 対象者抽出	平成28年 9月21日	妙見町
自衛隊 高知地方協力本部 須崎地域事務所長		「自衛官募集業務」実施の ための対象者抽出	平成28年 10月7日	平成7年4月2日から 平成10年4月1日までに 生まれた男子
(一社)與論科学協会 理事長 大宮 泰三	総務省	「通信利用動向調査」における 世帯対象調査標本抽出のため	平成28年 11月8日	山手町・妙見町 多ノ郷・吾井郷・桑田山

国民年金 だより

ご存知ですか？
こんなこと、
あんなこと



高知西年金事務所
高知市旭町3-70-1
☎088・875・1717
市民課保険医療係
☎42・1191

加入者

新成人の皆さんへ
20歳になったら国民年金

国民年金は、老後やいざというときの生活を、現役世代で支えようという考えでつくられた仕組みです。

若いときに公的年金に加入し保険料を納め続けることで、老後の生活保障になる老齢年金のほか、万が一のための障害年金や遺族年金が受給できます。

障害年金は、病気やけがで障害が残ったときに受け取れます。

遺族年金は、国民年金加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族である「子のある配偶者」や、「子」が受け取ることができます。

どちらの年金も加入の届け出忘れや保険料の納め忘れがあると、年金が受給できないことにつ

ながります。届け出・納付を忘れないようお願いします。

加入手続き

20歳になり、初めて年金制度に加入する人には、誕生月までに日本年金機構から加入等に関する書類が送付されます。

加入の手続きは、同封の申請書に記入のうえ、郵送、または年金事務所か市民課保険医療係に提出してください（20歳前に就職して厚生年金等に加入している人は、加入手続きは不要です）。

学生納付特例制度について

学生で、本人の所得が一定以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

国民年金への加入をしてから申請してください。

すべての学生が対象になるものではないので、申請前に最寄りの年金事務所へのお問い合わせをお勧めします。

納付猶予制度について

学生でない50歳未満の人で、本人および配偶者の所得が一定以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

※学生納付特例制度も納付猶予制度も税の申告をしていない場合、所得の審査ができないため、申請が却下されます。必ず税の申告を行ってください。（収入がない人でも、扶養されていない場合には申告が必要です。）

年金事務所 出張年金相談日

相談日	1月25日(水)・2月22日(水)
時間	午前10時～11時40分・午後1時～3時
開催場所	総合保健福祉センター2階会議室(1月) 総合保健福祉センター3階会議室(2月) ※2月の年金相談は3階会議室で行います。

※年金相談は、事前の予約が必要です。相談・手続きの内容を年金事務所に連絡し、予約をしてください。

要介護認定者にかかる障害者控除のお知らせ

本人や税法上の扶養を受けている人が障害者等である場合、確定申告をすることで、所得税や個人市・県民税の所得控除を受けることができます。

65歳以上の人で、要介護1～5の認定を受けている人も障害者控除の対象になります。確定申告時に「障害者控除対象者認定書」が必要ですので、交付申請を行ってください。

※所得税や個人市・県民税が非課税の場合、申請は不要です。

▼対象者

認定基準日(平成28年12月31日)において、要介護1～5の認定を受けている人
※平成28年中に死亡した人の基準日は死亡日

▼申請方法

申請書を長寿介護課介護保険係へ提出してください。申請書は介護保険係に用意しています。認め印を持参のうえ、手続きをしてください。

※平成28年分の申請は、平成29年1月から受け付けます。

長寿介護課 介護保険係

☎42・1205



あんしんサポート制度

開設後2年間はインストラクター期間として、教室運営も収入面も強力にサポートします。

お気軽にご参加ください！

くもんの先生 説明会

地域	日程	時間	会場
高知市	1月16日(月)	10:00~12:00	公文教育研究会 高知事務局 (高知市本町4-240 ニッセイ高知ビル4F) ※ビルに駐車場はございませんので、お車で越しの際は、お近くの有料駐車場にお停めください
	1月27日(金)	10:00~12:00	
	2月2日(木)	10:30~12:30	こうち男女共同参画センター「ソーレ」(高知市旭町3-115)

※その他の日程もありますので、お気軽にご連絡ください。

※55歳までの女性の方、お待ちしております。※教室は「ご自宅」や「貸会場」で開設することができます。※くもんの先生のお子様は公文式を無料で学べます。(ご自身の教室の生徒になる場合に限りません。)

くもんの先生になりませんか

お問い合わせはフリーダイヤル 0120-834-414 受付時間 9:30~17:30 土・日・祝日を除きます 公文教育研究会

まずはホームページをチェック！
くもんの先生 検索 KUMON

お知らせ



自然公園の

適正な利用についての
感謝状贈呈

浦ノ内在住の矢嶋八郎さんが、自然環境の保護および利用者の事故防止など、自然公園の適正な利用の増進に寄与されたことで、高知県から感謝状が贈呈されました。

矢嶋さんは自然公園指導員として、横浪県立自然公園を中心に公園整備を10年にわたりに行い、現在も活動中です。



元気創造課 商工観光係

042-33951

放送大学4月入学生 募集のお知らせ

放送大学では、平成29年度第1学期（4月入学）の学生を募集中です。

放送大学はテレビ、ラジオ、インターネットを通して学ぶ通信制の大学です。

心理・教育・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、幅広い分野を学べます。

出願期間は、第1回が2月28日まで、第2回が3月20日までです。資料は無料です。で、お気軽にご請求ください。放送大学ホームページでも受け付けています。

放送大学高知学習センター

0888-843-4864

アイヌの方々からの
さまざまなお相談を
お受けします

（公財）人権教育啓発推進センターでは、アイヌの方々の悩みを受けるフリーダイヤルを開設しています。

嫌がらせ、差別、プライバシー侵害などの相談もお受けします。お気軽にご相談ください。

▼受付時間

月曜日～金曜日
午前9時～午後5時

（公財）人権教育啓発推進センター
相談専用電話

0120-771-208

人権交流センター

042-1420

最低賃金改正の お知らせ

平成28年10月16日から高知県最低賃金は、1時間715円です。

高知労働局

0888-885-6024

須崎労働基準監督署

042-1866

寄附のお礼

須崎モラロジー事務所様より、事務所創立50周年記念として、須崎市内小中学校の教育振興のために20万円をご寄附いただきました。

ご厚意に感謝し、有効に活用させていただきます。誠にありがとうございました。

学校教育課

12月号記事に関する
お詫びと訂正

12月号19ページに掲載の、年末年始当番歯科診療のご案内について、奴田原歯科医院様の電話番号を誤って記載していました。正しくは、43・1050です。奴田原歯科医院様をはじめ、関係者の皆さまにご迷惑をおかけしましたことを深くお詫び申し上げます。訂正いたします。

企画政策課 企画政策係

042-5691



須崎市福祉タクシー
チケットが使えます。



株式会社
横浪交通

横浪交通の介護タクシーをご利用ください

病院・施設などへの送迎、お墓参り、親戚・友人宅への訪問などにご利用ください。お買い物・診察券の提出代行も行います。

車いすは1～2台に対応

ストレッチャーも完備

須崎市浦ノ内西分1079-9 TEL.0889-49-0007 FAX.0889-49-0367
☎ 0120-526-007 予約受付時間 午前6時～午後8時

須崎市ふるさと大使第3号に 住友大阪セメント(株)関根福一社長!

12月8日(木)総合保健福祉センターにて須崎市ふるさと大使の委嘱式を行いました。第3号には、ゆるキャラグランプリ2016で会社を挙げてしんじょう君を応援してくださった、住友大阪セメント株式会社の関根福一社長に委嘱

しました。ゆるキャラグランプリ投票期間中には、しんじょう君への投票を呼びかける垂れ幕を高知工場内のサイロに掲げたり、社員が須崎市内でチラシを配ったりと、グランプリ優勝に大きく貢献してくれました。



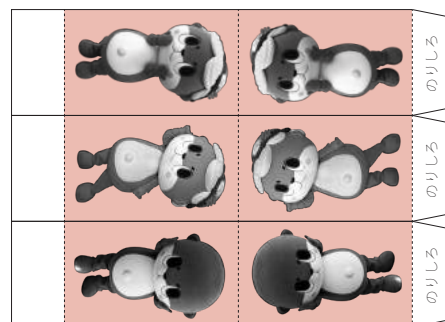
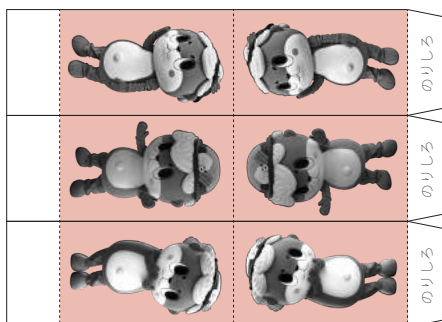
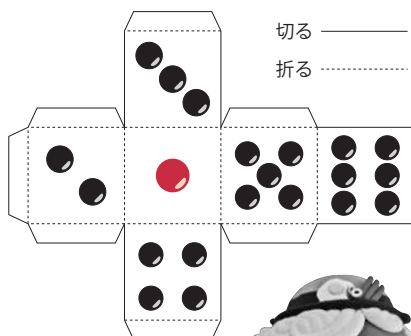
「しんじょう君に負けないように頑張っていきたい」と話す関根社長
委嘱式にはしんじょう君も駆けつけてくれました



市長から
委嘱状が渡されました

企画政策課 企画政策係

042・5691



すさき 野🐦外 博物館

～ 須崎の生きもの観察会 ～

須崎市では、かわうそのまちづくり事業の一環として、認定NPO法人四国自然史科学研究センターとともに、「すさき野外博物館」を開催しています。

平成28年度 第4回のテーマは、「カモの休み場」です。

子育てが終わり、秋に北から渡ってきて日本で冬越しをする「冬鳥」のカモを観察します。須崎にすむ生きものを身近に感じるため、ぜひ参加ください。



観察の様子

- 日 時：1月21日(土) (小雨決行) 午前10時～11時30分
- 集合場所：道の駅「かわうその里すさき」(下分甲263-3)
- 対象者：中学生以上(小学生未満は保護者同伴であれば参加可)
- 参加費：無料 ●持参物：帽子、飲み物、双眼鏡・望遠鏡(あれば)

※参加希望者は前日までに電話で申し込みください。
※荒天の場合は中止の連絡をします。

申し込み **元気創造課 元気創造係** ☎42・3951
四国自然史科学研究センター ☎40・0840

すさきまちかどギャラリー

ふたつの郷里 須崎からブラジルへ — 竹下増次郎とその家族による写真より —

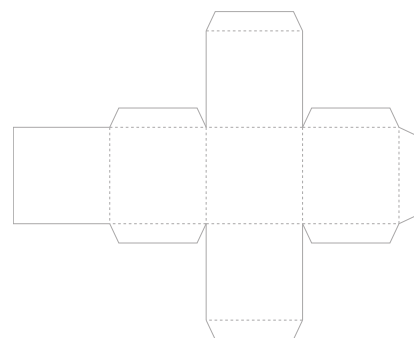
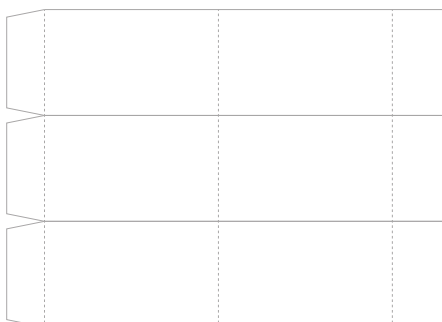
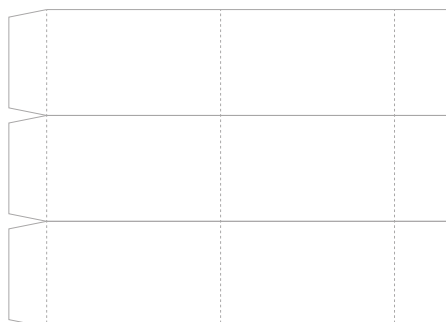
すさきまちかどギャラリーでは写真展を開催します。

大正2年に須崎で写真館を開いた竹下増次郎は、昭和初期にブラジルに渡り、遠い異国の地で日本人移民が苦勞して築いた豊かな暮らしを写真に収めました。昭和13年に出版された写真集「在伯同胞活動実況大写真帖」はブラジル日本人移民社会の大ベストセラーとなりました。

平成28年に高知市立自由民権記念館で展示された高知県出身のブラジル日本移民の生活を、写真パネルや当時の資料を再構成し紹介するほか、昭和16年に帰国したのちに撮影された須崎市の写真を加え、展示します。昭和南海大地震、チリ地震津波など、災害の記録や復興の様子、戦後の生活文化を今に伝える貴重な資料や写真を公開します。



- 会期：1月7日(土)～29日(日) ※会場の都合により、一部の展示は8日からの公開
- 時間：午前9時～午後5時
- 会場：すさきまちかどギャラリー(青木町1-16)
- 休館日：月曜日
- 電話番号：050・8803・8668
- E-Mail：machikado.gallery@gmail.com



現代地方譚4

アーティスト・イン・レジデンス 須崎



SUSAKI (art) ASSEMBLE

高知県外の現代美術作家が滞在制作を行った現代地方譚4が、11月末に終了しました。

4回目となった今回は、現代地方譚に加え、高知県内作家による展覧会「SUSAKI (art) ASSEMBLE」を開催。展示会場見学ツアーは複数回行われ、10月29日から11月30日までの約1カ月間、まちかどギャラリーとその周辺がアートに包まれました。

すさきまちかどギャラリー

☎050・8803・8668



▲ 今回もキュレーター(企画者)を務めた兼平彦太郎さん
オープニングイベントにて作品紹介を行ってくれました

◀ 滞在制作の様子



現代地方譚4



SUSAKI (art) ASSEMBLE

◀ 富士ヶ浜には、海岸で拾った漂流物に寺田寅彦の随筆を書き写した作品を展示



◀ 旧錦湯を
使用した作品



医療法人 須崎会

高陵病院

〒785-0014 須崎市横町 1-28 TEL.0889-42-2485

内科・呼吸器内科・整形外科・外科・形成外科
消化器外科・循環器内科・心血管外科・皮膚科
泌尿器科・放射線科・リハビリテーション科・心療内科

最近身長が
縮んだ!?

それは
骨粗しょう症
ではありませんか?

高陵病院では新しい骨密度測定装置を導入しました!
お気軽にご相談ください!

13

かくれしんじょう君

答え合わせ

12月号10ページ「年末年始の交通安全運動について」
の記事内で横断歩道を歩いていたよ☆

今月のかくれしんじょう君

みんなで探してみよう!



吾桑エンデューロ開催

エンデューロ愛好家および桑田山実行委員会が中心になり、吾桑地区で3回目のバイクレースが開催されました。県内外から22人のレーサーが集結。初級クラスと上級クラスに別れ、山の中や谷など自然を生かしたコースに挑戦しました。

11/20



上級クラススタートの瞬間



傾斜を駆け抜けジャンプ!!



初級クラスでも5m以上ある坂道を上ります



コース内には岩場を乗り越えなければ進めない場所も



上級クラスはスタート後すぐに10m以上ある傾斜を上り下りします



近日開催のイベントを紹介します。

まちかどカフェ

1/21・1/22

須崎高校生によるカフェ。正午まではモーニングをやっています。ドリンクメニュー、軽食もあります。まちかどギャラリーでゆったりとした時間を過ごしませんか?

日にち 1月21日(土)・22日(日)

時間 9:00~16:00

場所 すさきまちかどギャラリー(青木町1-16)

電話 050・8803・8668

H P <http://machikado-gallery.jimdo.com/>

須崎生涯大学1月講座
笑いの体操とヨガの呼吸法を
合わせた「笑いヨガ」

1/26

寒い冬は身も心も縮こまりがち。そんなときには笑いヨガで縮んだからだを解さばぐし、この冬も丈夫に健康で過ごしていきましょう。

日にち 1月26日(木)

時間 10:00~11:30

場所 総合保健福祉センター2階会議室1

講師 よさこい笑いヨガクラブ
藤崎 栄子さん

演題 「寒い冬も心と体がほかほかの笑いヨガ」

問い合わせ 生涯学習課 生涯学習係

電話 42-8591

※受講生以外の参加も可能(有料300円)です。興味のある人はぜひご参加ください。

ソーレまつり2017
ソーレでつなぐ地域のきずな
~どんなときもひとりじゃない~

1/28・1/29

ソーレまつりは、「ソーレを知ってほしい!身近に感じてほしい!」と願い、毎年開催しています。記念講演会やバザーなど、楽しいイベント盛りだくさんです。ぜひご来館ください。

日にち 1月28日(土)・29日(日)

時間 9:30~16:00

入場料 無料

託児 あり(6カ月~就学前児童、無料・予約制)

問い合わせ こうち男女共同参画センター「ソーレ」

電話 088-873-9100

記念講演会

日にち 29日(日)

時間 14:00~15:30(13:30開場)

講師 筑波大学体育系准教授 山口 香さん

第34回 桜川駅伝

2/5

吾桑地区の伝統ある桜川駅伝。吾桑小学校グラウンドから白石工業の間を、1人が2~3kmを走り、5人でたすきをつなぎます。

日にち 2月5日(日)

時間 9:00~(開会式8:30~)

場所 吾桑小学校グラウンド

対象 小学生以上

申込方法 吾桑公民館に申込書(公民館で配布/公民館ブログから印刷)を提出

申込締切 1月25日(水)

問い合わせ 吾桑公民館(JR吾桑駅前仮設事務所に移転)

電話 45-0525



自転車盗難被害防止教室後は、
みんなで花の植栽美化活動を行いました



須崎小学校は4年生が参加
積極的に発言し、熱心に聞いていました

12/1

少年警察ボランティア 自転車盗難被害防止教室

少年警察ボランティア（須崎地区少年
補導員等連絡協議会）が、希望のあった
須崎市内の小学校6校で自転車盗難被害
防止教室を行いました。生徒たちは、ク
イズ形式でどうすれば自転車の盗難被害
に合わないか、防犯対策にはどんなこと
が必要か学びました。

12/1

すさきクリスマス イルミネーション点灯式

17回目を迎えた川端
シンボルロードでのイ
ルミネーション点灯式
が行われました。



川に光が反射して、幻想的な雰囲気でした ▲

美しく彩られたシンボルロード ▶



楠瀬市長活動報告

耕作がゆく

須崎市ふるさと大使委嘱式での挨拶



11月

- 24日 市議会11月臨時会
- 25日 内閣府/関東高知県人大懇親会（東京都）
- 27日 安和文化まつり/須崎モロロジー事務所創立50周年記念式典
- 28日 須崎高校生からの模擬請願書受領
- 29日 四国財務局長意見交換
- 30日 高知県国民健康保険審査会/高幡広域市町村圏事務組合等議会

12月

- 1日 須崎港長期構想検討委員会/すさきXmasイルミネーション点灯式
- 2日 土佐市消防署開署50周年記念式典
- 3日 須崎市国民健康保険運営協議会
- 5日 高知県国民健康保険団体連合会理事会
- 6日 交通安全早朝街頭指導/定例会見
- 7日 市議会12月定例会開会/人権週間人権作文発表会/民生委員・児童委員委嘱辞令伝達式
- 8日 住友大阪セメント(株)関根社長須崎市ふるさと大使委嘱式
- 9日 須崎小学校屋内運動場耐震補強工事完成落成式典
- 13-14日 市議会12月定例会一般質問
- 17日 すさきXmasイルミネーションイベント
- 18日 市内一斉避難訓練 総合防災訓練
- 19日 日本食研(株)本社訪問(今治市)
- 20日 須崎高校生との懇談会
- 21日 知事「対話と実行行脚」同行
- 22日 市議会12月定例会閉会/須崎地域農業再生協議会臨時総会/須崎市有害鳥獣被害対策協議会総会
- 23日 奥四万十博クロージングイベント

イベントカレンダー

地域の情報を
およせください

広報すさきでは、地域の
イベントや活動などの情報を
募集しています。規模の
大小は問いません。皆さん
からの情報提供をお待ち
しています。

企画政策課 企画政策係
電話:42・5691
ファクス:42・7320
メール:koho@city.susaki.lg.jp

上分駅伝・ ぴったリマラソン

1/15

毎年上分地区内外の参加
者が集まって開催。ぴったリ
マラソンは各自が予想タイム
を目指す個人レース、駅伝は
5人でたすきをつなぎタイム
を競います。

- 日にち 1月15日(日)
- 時間 10:00～(受付9:00～)
- 場所 上分小中学校前
- 申込方法 上分公民館に電話申し込み
- 申込締切 1月6日(金)
- 問い合わせ 上分公民館
- 電話 46-0330

そのほかの新刊

●恋のゴンドラ(東野圭吾) ●白衣の嘘(長岡弘樹) ●居酒屋ぼったくり6(秋川滝美) ●夜行(森見登美彦) ●天を灼く(あさのあつこ) ●料理通異聞(松井今朝子) ●蜜蜂と遠雷(恩田陸) ●犯罪小説集(吉田修一) ●掟上今日子の旅行記(西尾維新) ●沈黙法廷(佐々木譲) ●嘘真妖怪百物語 序(京極夏彦) ●NHK連続テレビ小説 ベっぴんさん 上(渡辺千穂) ●明るい夜に出かけて(佐藤多佳子) ●Mの暗号(柴田哲孝) ●タイムマシンでは行けない明日(畑野智美) ●戦争犯罪国はアメリカだった!(ヘンリー・S・ストークス) ●最後の秘境 東京藝大(二宮敦人) ●人間の煩悩(佐藤愛子) ●冷え冷えさんのためのほかほかお洒落スタイル



●パンダなりきりたいそう(いりやまさとし) ●十二支のおもちつき(すとうあさえ) ●うおいちば(安江リエ) ●ハリーポッターと呪いの子 第一部・第二部(J・Kローリング) ●こども孫子の兵法(齋藤孝) ●和服がわかる本(こどもくらぶ) ●電車で行こう!(豊田巧)

図書館
だより

=新刊図書案内= 今月の一冊

『ほかほかの感動100レシピ
炊飯ジャーでスイッチひとつの
魔法のレシピ』

【主婦の友社 編】



忙しい手早く作りたいとき、ちよつといつもの料理と違う仕上がりになりたいときにおススメしたい料理本をご紹介します。調理方法がビックリするほど簡単。全ての材料と調味料も一緒に入れて、あとはスイッチを押してほったらかしてできあがりです。炊き込みご飯やピラフなどはもちろん、豚の角煮やさばみそ煮など、肉・魚・豆・野菜料理、さらにはデザートまでレシピが豊富です。火を使わないので小さなお子さんも一緒に作れます。ぜひこの本を読んで、魔法のレシピを作ってみませんか？

図書館

☎42・2141

【休館日】月曜日・祝日(月曜日が祝日の場合は、翌日休館)

1月の納税・保険料

国民健康保険税7期
後期高齢者医療保険料7期

1月31日(火)までに納付してください。
便利な口座振替もご利用ください。

須崎市生活支援・『ほっと』
総合相談センター
総合保健福祉センター3階 社会福祉協議会内

☎40・0358 ※相談無料
秘密厳守

あなたの困りごとを整理し、安心して暮らせるように一緒に考えていきます。
まずはご相談ください。

表紙写真

美保書道教室で
小学生が書道

平成29年は酉年



美保書道教室の生徒たち
右端が楠瀬美保先生

美保書道教室は、平成19年から多ノ郷公民館で行っています。生徒は小学生を中心に、中学生から大人までが教室に通っています。

楠瀬先生は、「書く楽しさを日々感じてもらい、書道好きの人を増やしたい」と、書道への思いを話していました。生徒たちは、集中しつつも楽しそうに「酉」という字を何度も書いていました。

多ノ郷公民館では、美保書道教室を含めて5つの団体が書道教室や書道クラブを行っています。

ゆるキャラグランプリ ありがとうパレードを してきたよー☆



▲ 帯屋町アーケードでのパレード
しんじょう君大人気でした!

◀ 須崎市役所での優勝報告
市役所にもたくさんの方が
来てくれました

11月23日(水・祝)に、『しんじょう
君ゆるキャラグランプリありがとう
パレード』を開催しました。須崎市で
は各所にてセレモニーを行い、高知
市では帯屋町アーケード内でパレ
ードを行いました。高知市でのパレ
ードに集まった人はなんと約2000人!
たくさんの人にお越しいただき、本当
にありがとうございました。

※須崎市の各所は、安和・上分・吾桑・
多ノ郷・新荘・須崎・浦ノ内・南の全地区
です。

しんじょう君の出張依頼、キャラクター使用などの
問い合わせは元気創造係まで。

元気創造課 元気創造係 ☎42・3951

しんじょう君 HP <http://www.city.susaki.lg.jp/sinjokun/>

一日行政相談の開催

国や県、市役所の窓口などのサービスについて疑問に
思っていることや、苦情などがある場合、また直接申し
出にくい場合などにぜひお気軽にご相談ください。

日 時 1月18日(水) 午前10時～12時

場 所 市民文化会館

相談委員 松浦静子さん 川北久美子さん

(毎月第3水曜日に開催していますので、ご利用ください)

人口・世帯数(11月末日現在)

人口	22,854人	(前月比	-39)
男	11,142人	(前月比	-17)
女	11,712人	(前月比	-22)
世帯数	11,172世帯	(前月比	-12)

11月に誕生した赤ちゃん(出生数) 12人



市内美化活動に
ご協力を
お願いします



1月14日(土) 川端シンボルロード

1月22日(日) 富士ヶ浜

午前8時から1時間程度清掃を行います。雨天中止・小雨決行

人権無料相談所開設のご案内

人権に関する問題や悩みは、人権相談所にお気軽にご相談く
ださい。法務大臣から委嘱を受けた民間ボランティアの人権擁護
委員が相談に当たります。相談は無料で、秘密は厳守されます。

◆相談所開設日: 1月13日(金)・2月10日(金)

◆時間: 午前10時～12時・午後1時～3時

◆場所: 人権交流センター(栄町8-32)

人権交流センター

☎42・1420

保健だより

がん検診のお知らせ

自分と家族の未来のために
受けよう
がん検診

健康推進課
☎42・1280

大腸がん郵送検診

便を採取し、郵送で提出する
検診です。

▼対象者

40歳以上の須崎市民

▼申込期間

1月4日(水)～2月10日(金)

▼自己負担額

500円(76歳以上の人などは無料)

▼受診方法

①健康推進課で、採便容器、問診票、提出用封筒を受け取り、検診料金を支払います(代理人可)。

②採便した容器と記入した問診票を、提出用封筒に入れ、高知県総合保健協会へ郵送します。

③検査後、精密検査が必要な場合のみ、須崎市から受診者へお知らせします。

申し込みは

健康推進課

☎42・1280

広域がん検診

住所に関係なく、高知県内の会場で受診できる「広域がん検診」を実施します。

対象年齢と料金については、須崎市のセット検診と同じです。

受診には事前予約が必要です。申し込み締切日は、各検診日の2週間前です。定員に達した場合は受け付け終了になります。

申し込みは

高知県総合保健協会

☎088・831・4351

●平成28年度 広域がん検診 日程●

市町村	実施場所	日にち	実施する検診
須崎市	総合保健福祉センター	2月28日(火)	肺がん・胃がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がん
高知市	保健福祉センター	1月…16日(月)～20日(金)・27日(金)・28日(土) 2月…10日(金)・14日(火)・16日(木)・17日(金) 21日(火)・22日(水)・24日(金) 3月…4日(土)・5日(日)・7日(火)	肺がん・胃がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がん
	春野あじさい会館	2月27日(月)／3月6日(月)	※乳腺・子宮頸がんを実施しない 日程があります。 申込時にご確認ください。
	県民体育館	2月1日(水)・15日(水)	
	高知医療センター	2月25日(土)	乳腺・子宮頸がん
	高知大学朝倉キャンパス	3月2日(木)	
	西部健康福祉センター	1月30日(月)	肺がん・胃がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がん
	東部健康福祉センター	1月31日(火)	
	フジグラン高知	2月9日(木)	
宿毛市	幡多健診センター	1月21日(土)／2月26日(日)	※乳腺・子宮頸がんを実施しない 日程があります。 申込時にご確認ください。
四万十町	役場東庁舎	2月23日(木)	
土佐市	保健福祉センター	2月18日(土)	
南国市	保健福祉センター	1月29日(日)／2月19日(日)	乳腺・子宮頸がん
	高知大学岡豊キャンパス	3月1日(水)	
室戸市	保健福祉センターやすらぎ	3月3日(金)	肺がん・胃がん・大腸がん

●受付時間は、午前9時～10時30分です。●日程は、須崎市ホームページにも掲載しています。詳細については申込時にご確認ください。

健康講座

のお知らせ

生活習慣病の
予防について

生活習慣病(高血圧症や糖尿病など)は自覚症状のないまま進行する病気です。予防や治療についてわかりやすく解説していただきます。皆さんのご参加をお待ちしています。

▼日時

1月11日(水)
午前10時～11時

▼場所

総合保健福祉センター
1階 集団検診室

▼講師

高知大学医学部
内分泌代謝・腎臓内科学
助教 高田 浩史 医師



申し込み不要

【女性検診】1週間前までの予約をお願いします。健康推進課 ☎42・1280

月	日	曜	事業名	時間	場所	対象者
1	12	木	乳がん検診 子宮頸がん検診	8:30～11:00 13:00～15:30	総合保健福祉センター	乳がん検診は40歳以上の女性 子宮頸がん検診は20歳以上の女性 ※昨年度受診した人は、受診できません。

《乳がん検診》検診バス内で、マンモグラフィ(乳房X線撮影)検査(1,000円)
《子宮頸がん検診》検診バス内で、子宮頸がんの(細胞採取による)検査(600円)

【成人保健関係】

月	日	曜	事業名	時間	場所	備考
1	18	水	健康相談	9:00～10:00	新荘公民館	皆さん、お気軽にお越しください

健康相談では、健康チェックや体操、健康に関する話などを行っています。

【母子保健関係】

月	日	曜	事業名	時間	場所	対象者
1	16	月	育児相談	9:30～11:00	浦ノ内市民交流会館	乳幼児と保護者
	17	火	育児相談	9:00～12:00	総合保健福祉センター	
				13:00～15:00		
			母乳相談	10:00～12:00		
				13:00～15:00		
	離乳食相談	13:00～15:00				
18		水	育児相談	10:00～11:00	新荘公民館	
19	木	3歳児健診	個別通知	総合保健福祉センター	平成25年7・8月生まれ	
2	1	水	育児相談	10:00～11:00	新荘公民館	乳幼児と保護者
	2	木	乳児健診	13:00～13:30	総合保健福祉センター	平成28年9月生まれ
	7	火	育児相談	9:00～12:00		乳幼児と保護者
				13:00～15:00		
			母乳相談	10:00～12:00		
				13:00～15:00		

【認知症家族の会】 地域包括支援センター ☎42・1206

月	日	曜	事業名	時間	場所	対象者
2	7	火	さくらの会 (認知症家族の会)	13:30～15:30	総合保健福祉センター	認知症の人を介護している 家族の人

介護の工夫などを話し合っています。お気軽にご相談ください。

【介護予防教室】 長寿介護課 ☎42・1205

月	日	曜	事業名	時間	場所	対象者
1	12 19 26	木	ゆうゆう大学	9:30～12:00	多ノ郷体育センター	65歳以上の人 ※要申し込み
2	2 9					

ゆうゆう大学は、65歳以上の人を対象にした介護予防教室です。

(財)高知県 救急医療情報センター

☎088・825・1299

連携している医療機関(小児科含む)と
救急医療情報システムで結び、24時間体
制で救急医療情報の提供をしています。

一般献血 (400mLのみ)

支えあう あなたの勇気 命の献血



献血にご理解・ご協力をお願いします。

実施日	時間	場所
2月 16日 (木)	9:30～11:30	高知県須崎総合庁舎
	13:15～14:30	高知県須崎第2総合庁舎
	15:30～16:30	島津クリニック

【休日診療在宅医】

月	日	曜	病 院 名
1	15	日	須崎くろしお病院
	22	日	高 陵 病 院
	29	日	須崎くろしお病院
2	5	日	須崎くろしお病院

※お願い

休日の診療は午前9時から午後5時までで
す。在宅医のため、往診はできません。必ず
ご来院ください。

【夜間救急診療】

1 月		
日	曜	病 院 名
11	水	く ぼ か わ 病 院
12	木	須崎くろしお病院
13	金	須崎くろしお病院
14	土	高 陵 病 院
15	日	大 西 病 院
16	月	高 陵 病 院
17	火	須崎くろしお病院
18	水	く ぼ か わ 病 院
19	木	須崎くろしお病院
20	金	須崎くろしお病院
21	土	高 陵 病 院
22	日	梶 原 病 院
23	月	高 陵 病 院
24	火	須崎くろしお病院
25	水	く ぼ か わ 病 院
26	木	須崎くろしお病院
27	金	須崎くろしお病院
28	土	高 陵 病 院
29	日	く ぼ か わ 病 院
30	月	高 陵 病 院
31	火	須崎くろしお病院

2 月		
日	曜	病 院 名
1	水	く ぼ か わ 病 院
2	木	須崎くろしお病院
3	金	須崎くろしお病院
4	土	高 陵 病 院
5	日	須崎くろしお病院
6	月	高 陵 病 院
7	火	須崎くろしお病院
8	水	く ぼ か わ 病 院
9	木	須崎くろしお病院
10	金	須崎くろしお病院

しんじょう君の すさき すきすき すころく

～酉年編～

鳥になって
飛んでいくよー☆



コマとさいころは11ページにあるよー☆

ふりだし

さいころを
ふって、
多い目の人から
スタートだよー☆



いきなり!
しんじょう君
マス☆

思わず
取り乱した
よー...☆

みんなの前で
失敗した
エピソードを話す



7月



わら馬づくりに苦戦
3マス戻る

8月



ドラゴンカヌーを海を駆け抜ける
矢印の先に
進む

あがり

今年も
皆さまにとって
良い1年で
あります
ようになー☆



12月



イルミネーションに感動
あがりまで
進む

11月



須崎のお魚まつりでミニ競り体験
狙った魚を競り負け
3マス戻る

10月



花取踊りにきづけになる
写真のポーズをマネしながら
1回休み

9月



ご当地キャラまつりでキャラと遊ぶ
ふなっしーの
モノマネをする

9月



選書会で素敵な本と出会う
本に夢中で
2回休み

10月



オープンウォータースイミングで
頑張る
3マス進む

6月



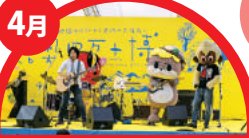
須崎未来塾で打ち刃物体験
熱さと音におどろき
ふりだしに戻る

4月



大きな鯛を釣り上げる
もう1回サイコロを
振る

4月



しんじょう君のギター演奏に聞き惚れる
エアギターをしながら
好きな歌を歌う

いきなり!
しんじょう君
マス☆

鳥を捕りに
いくよー☆

みんなの前で
ダジャレを1つ言う

2月



雪山をソリですべる
3マス進む

2月



うつぼコンテストでうつぼをわじかみ
近くの物をわじかみしたまま
1回休み

1月



成人式で祝福される
2マス進む

1月



ロードレース大会で走る
3マス進む

いきなり!
しんじょう君
マス☆

トリプル
アクセル☆

その場で3回、
回転する

