

広報すさき

S U S A K I

no.846

2025/令和7年

december

12



特集

令和6年度決算
～須崎市の財政状況をご報告します～

- 4P 第56回須崎市表彰式
- 6P 水道管の凍結にご注意ください
- 9P 「人生会議」をしてみませんか?
- 11P 須崎市公式LINEアカウントを開設しました

特集

令和6年度 決算

須崎市の財政状況をご報告します

お問い合わせ先

☎42-3791

総務課 財政係

須崎市の財政状況

Q 須崎市の財政は
大丈夫？

A 着実に改善しています。

須崎市が自力で得られる歳入（収入）である市税などが少ない状況ですが、自治体の財政が健全かどうかを示す「財政健全化判断比率」は、年々改善しています。

将来に負担すべき負債の比率を表す将来負担比率は、充当可能財源が将来負担額より多くなり、昨年度に引き続き負担なしとなりました。

令和6年度 須崎市の健全化判断比率と資金不足比率

比 率		説 明	須崎市の 令和6年度比率	早期健全化 基準
健全化 判断比率	実質赤字比率	一般会計等を対象にした赤字の比率	赤字なし	13.93%
	連結実質赤字比率	すべての会計を対象にした赤字の比率	赤字なし	18.93%
	実質公債費比率	一般会計等が負担する借金の返済の比率	12.4%	25%
	将来負担比率	一般会計等が将来に負担すべき負債の比率	負担なし	350%
資金不足比率		公営企業（水道など）の資金不足額の比率	赤字なし	20%

※各比率が早期健全化基準を超えると、借入の抑制など健全化に向けた取組を行わなければなりません。

将来負担比率

負担なし

市債（借入金）や将来にわたる支払負担額など、現在抱えている負債の大きさを、その団体の財政規模に対する割合で表したものです。
上の表の通り、将来負担額より充当可能財源等が多いため、負担なしとなりました。

実質公債費比率

12.4%

標準的に入ってくる税金や地方交付税などのうち、何%が借入金の返済に使われているかを示す値です。この値が18%以上になると、新たな借入をするために国や県の許可が必要になります。

Q

市債の残高は
どのくらい？

A 残高は173億
7,910万円です。

市債は須崎市の借入金のことです。普通会計の市債残高は、令和5年度末と比較して、5億3,717万円増加しました。

Q

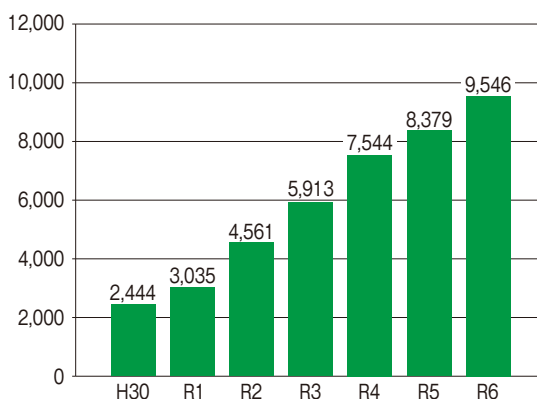
さらに健全化を進める
ための取組は？

A 須崎市ではお金の使い方や
集め方を見直しています。

数値目標を設定した収納率の向上、ふるさと納税の推進および民間資金の活用による財源の確保、補助金・負担金などの見直し、事務の効率化などに今後も取り組んでいきます。

基金の積立金残高

単位 100万円



Q 基金残高はどのくらい？

A 基金の積立金残高は、
95億4,660万円です。

標準財政規模に占める割合は12.9.8%で、ふるさと納税の増加などにより令和5年度の116.6%と比較して13.2ポイント増加しました。

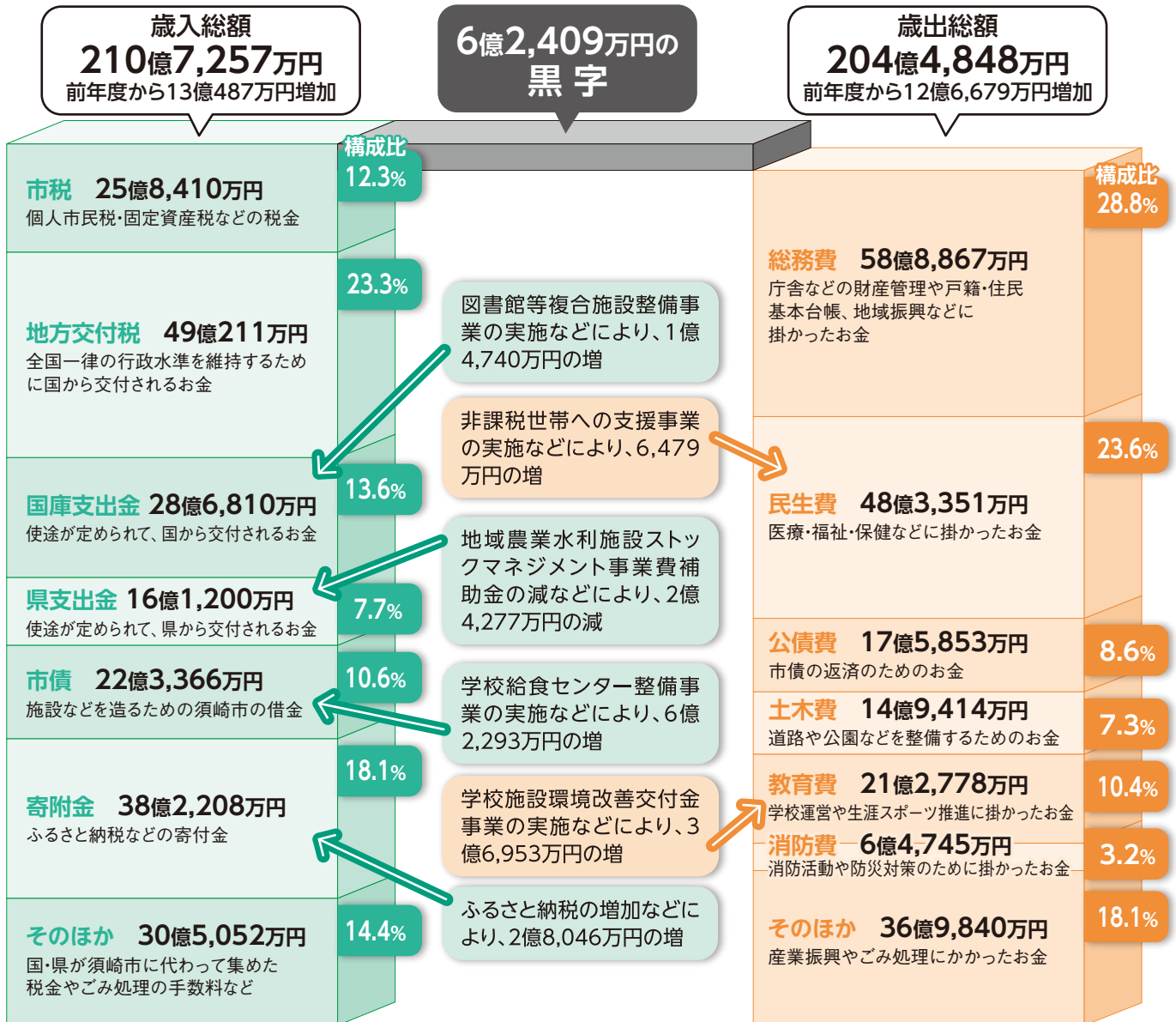
令和6年度 決算の状況

普通会計

歳入(収入)では、学校給食センター建設事業などの大型建設事業等により、国の補助金や市債の歳入が増加したことなどから、13億487万円の増額となりました。

歳出(支出)では、物価高騰対策事業をはじめ、施設整備等の建設事業も多く実施したことにより、12億6,679万円の増額となりました。

以上のことにより歳入歳出差引額は6億2,409万円の黒字となっています。



特別会計

7つの特別会計の中で、「住宅新築資金等貸付事業」において赤字を計上しています。

会計名	歳入	歳出	差し引き
巡航船事業	2,676 万円	2,676 万円	0 円
バス事業	2,183 万円	2,183 万円	0 円
スクールバス	960 万円	960 万円	0 円
国民健康保険	27 億 5,461 万円	26 億 3,636 万円	1 億 1,825 万円
後期高齢者医療	4 億 4,746 万円	4 億 2,761 万円	1,985 万円
住宅新築資金等貸付事業	1,555 万円	1 億 5,943 万円	△ 1 億 4,388 万円
介護保険	25 億 5,920 万円	25 億 3,863 万円	2,057 万円

第56回 須崎市表彰式



11月3日(月)に市民文化会館で須崎市表彰式が行われました。

須崎市表彰式は、産業・福祉・教育・文化のほか、市政の振興に関し
功績のあった人を表彰するもので、今年度は市民賞に個人4名が表彰されました。

また、市長特別表彰に個人4名・団体3団体が表彰されました。

次のとおり受賞者を紹介します。

市民賞

個人

矢野 俊二さん(神田)
やの としつぐ



土佐くろしお農業協同組合の代表理事として、農業者の所得向上や農業生産を通じての地域雇用の確保などのため、市場への販売促進活動に尽力し、産業の振興と地域社会の安定・発展に貢献されました。

市川 裕子さん(原町)
いちかわ ゆうこ



約30年間にわたり民生委員・児童委員として地域に寄り添い、福祉相談や見守り活動などを通じて地域福祉の向上に尽力し、住民の安心・安全な暮らしの実現に貢献されました。

北川 素さん(浜町)
きたがわ しろうし



約38年間にわたり高陵病院で勤務し、院長・理事長として地域医療の活動に尽力されました。

奴田原 淳さん(高知市)
ぬたはら じゅん



また、医師会会長や各種委員を務め、医療・介護・福祉の連携や地域の包括的な支援・サービス提供体制の推進に貢献されました。

約37年間にわたり市内の学校医として歯科検診や指導を務め、地域の子どものための歯科予防処置に尽力され、地域医療と県内歯科界の発展に貢献されました。

市長特別表彰

個人

柳本 進太郎さん
やなぎもと しんたろう
(明徳義塾中学校男子卓球部)

吉田 璃乃さん
よしだ りの
(明徳義塾高等学校女子卓球部)

木本 琉偉さん
きもと りい
(明徳義塾高等学校男子ソフトテニス部)

藤森 海斗さん
ふじもり かいと
(明徳義塾高等学校野球部)

団体

明徳義塾中学校女子卓球部

明徳義塾高等学校男子ソフトテニス部

明徳義塾高等学校野球部

各部活動の大会において優秀な成績を収められました。



お問い合わせ先

☎42-3791

総務課 総務管財係

環境未来課から 年末年始の業務のご案内

お問い合わせ先

☎42-5891 環境未来課 環境保全係

年末年始は、ごみの収集などの日程が平常とは異なります。予定表を確認ください。

年末年始のごみ収集・持ち込み、火葬業務 予定表

月	12月							1月				
日	25(木)	26(金)	27(土)	28(日)	29(月)	30(火)	31(水)	1(木)	2(金)	3(土)	4(日)	5(月)
固形燃料化するごみ(収集) (朝7時から8時までに出してください)	平常通り		休		平常通り			休				平常通り
固形燃料化するごみ(持ち込み) 高幡東部清掃組合	平常通り		休	平常通り				休				平常通り
不燃ごみ(収集)	平常通り						休					平常通り
不燃ごみ(持ち込み) クリーンセンター横浪	平常通り						休					平常通り
須崎斎場(火葬業務)		平常通り			休	平常通り		休	平常通り		休	平常通り

固形燃料化するごみ(可燃ごみ)…年内最終の収集は、月・木曜日コースが12月29日(月)、火・金曜日コースが12月30日(火)です。

休日にあたる日の不燃ごみ分別収集日 (令和7年12月～令和8年1月)

収集地区	該当日	変更後
浜町1・2丁目、南古市町	1月1日(木)	12月24日(水)
東・西古市町、東糺町、中町 2丁目、西町1・2丁目	1月2日(金)	12月26日(金)
押岡、神田、桐間東、桐間西、 桐間南	1月12日(月)	1月9日(金)

年末年始の浄化槽清掃・し尿収集の お申し込みはお早めに

年末年始の浄化槽清掃・し尿収集は混雑が予想されるため、12月15日(月)までに申し込みをお願いします。

し尿収集は12月27日(土)から1月4日(日)まで休業し、1月5日(月)から平常の収集を行います。

お問い合わせ先

☎42-0723 有限会社 高陵衛生社

クリーンセンター横浪への不燃ごみの 持ち込みについて

クリーンセンター横浪は、年末年始の混雑が予想されます。

特に午前中は市内で回収した不燃ごみの搬入もあり、長時間お待たせする場合があります。比較的空いている午後にお持ちいただくか、時間に余裕を持ってお越しください。

ごみ出しのルールを守ってください

須崎市では、快適で衛生的な環境を守るために、ごみ出しルールの徹底をお願いしています。

- ごみの分別や、ごみ出しのルールを守っていないごみは収集できません。
- 特に、ごみの収集が終わった後にごみを出さないでください。
- 固形燃料化するごみ(可燃ごみ)は、収集業者から見やすい場所に出してください。

市民の皆さんのご理解とご協力をお願いします。

市内事業所のごみの出し方について

事業所から出るごみを一般家庭ごみとして出すことは違法です。事業者自らが処理を適正に行うことができない場合は、ごみ処理施設などに自ら持ち込むか、市が許可した一般廃棄物収集運搬業者に運搬を委託して処理してください(どちらも有料)。

ごみ処理施設

☎52-3538

高幡東部清掃組合

※固形燃料化するごみを搬入してください。

☎49-0444

クリーンセンター横浪

※不燃ごみを搬入してください。

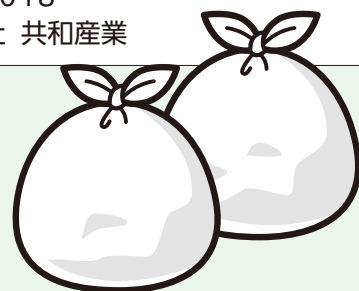
一般廃棄物収集運搬業者

☎42-7750

南海ビルサービス株式会社

☎42-9018

有限会社 共和産業



水道管の凍結にご注意ください



お問い合わせ先

☎42-1825
上下水道課

水道管破裂などの事故は、気温がマイナス3度以下になると多くなります。寒い時期を迎えますので、ご家庭で防寒対策をしましょう。

▼凍結しやすい水道管

- ・管がむき出しになっている場所
- ・北向きの寒い場所
- ・陽当たりが悪い場所
- ・風当たりの強い場所

▼水道管の凍結防止方法

水道管がむき出しになっている部分や蛇口部分は破裂しやすくなります。上部まで完全に保温材を巻き付け、保温材が濡れないように上からビニールなどを巻いてください。保温材は市販の物もあります。長期に家を空ける場合は、止水栓を閉め、水道管内の水を抜いておくことと安全です。

▼水道管が凍ってしまったら

気温の上昇により自然に解凍されるのを待つか、タオルや布などをかぶせ、その上からぬるま湯をゆっくりとかけて

解凍してください。熱湯を急にかけると、水道管や蛇口が破裂する場合があります。

▼水道管が破裂したら

止水栓を閉めてから、須崎市水道工事指定店に修理を依頼してください。

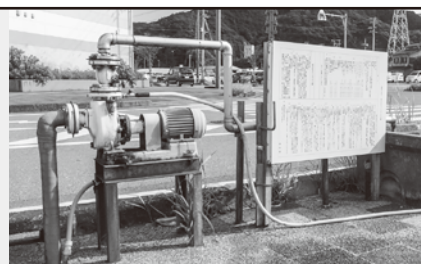
なお、水道メーターより敷地側の水道管修理にかかる費用は、所有者負担となります。※須崎市水道工事指定店は、次の二次元コードからご確認ください。だくか、上下水道課にお問い合わせください。



須崎市
ホームページ

▼道路での水漏れを発見したら

寒い時期の道路上の水漏れは、凍結して事故のもとになりかねません。上下水道課では漏水による凍結事故を防止するため、漏水箇所の発見に努めています。道路での水漏れを発見された際は、上下水道課までご連絡ください。市民の皆さんのご協力をお願いします。



桐間温泉を
ご存じですか？

マルナカ須崎店とダイナム高知須崎店の間の歩道脇に、桐間温泉の源泉汲み場があることをご存じでしょうか。

桐間温泉は高張性弱アルカリ性冷鉱泉で、きりきずや冷え性、アトピー性皮膚炎などに効果があるとされています。入浴施設はありませんが、温泉水（冷泉）を無料で持ち帰ることが可能です。

源泉汲み場の横に駐車場がありますので、ご利用ください。

注意事項

- ・温泉の成分、禁忌症および入浴上の注意をよく読んで、ご利用ください。
- ・飲用ではありません。
- ・温泉成分により浴槽などを傷める場合があります。
- ・ので、必要に応じて薄めてご利用ください。

お問い合わせ先

☎42-5691 企画情報課 企画係



コインランドリーbm 須崎店

- ・広々とした店内空間で、キッズコーナー・FREE Wi-Fiも完備だから待ち時間も快適!!
- ・現金払いのほか、電子マネー・クレジットカード・バーコード決済にも対応!!
- ・当店限定のお得なプリペイドカードを店内精算機で販売♪
現在2,200円分を2,000円でお得に販売中!!

連日の雨でも
安心・快適!!



〒785-0034 須崎市大間東町116番2 TEL088-843-0166 榎山本屋

償却資産は申告が必要です

1. 償却資産とは

償却資産とは、土地および家屋以外の事業用の資産で、その減価償却額または減価償却費が、法人税または所得税の計算上、損金または経費に算入されるものをいいます。

ただし、価格が少額の資産や、そのほか政令で定める資産は、償却資産の対象外となります。

● 償却資産(例)

① 構築物

看板(広告塔)、駐車場、ビニールハウスなど

② 機械設備

太陽光発電設備(事業者が設置しているものおよび個人が設置した10kWh以上のもの)、印刷設備、加工設備など

③ 船舶および飛行機

漁船、遊覧船、ボート、飛行機など

④ 車両および運搬具

大型特殊自動車(自動車税、軽自動車税が課税されるものを除く)など

⑤ 工具、器具および備品

事務机、イス、冷蔵庫、洗濯機、パソコンなど

詳しくは
須崎市ホームページ
をご覧ください。



2. 償却資産の申告

償却資産の所有者は、賦課期日(1月1日)現在に所有している償却資産について、所在する市町村に申告しなければなりません。

● 申告が必要な人

1月1日現在で、須崎市内に事業用の償却資産を所有している人

● 申告期限

令和8年2月2日(月)

● 提出書類

① 償却資産申告書(償却資産課税台帳)

② 種類別明細書(増加資産・全資産用、減少資産用)

※申告が必要と思われる人には申告書一式を送付していますので、期限まで提出してください。

また、申告書が送付されていない人で申告が必要な人は、税務課で配布していますのでお問い合わせください。須崎市ホームページからも様式をダウンロードすることができます。

※郵送で提出する場合、申告書控用紙(受付印を押したもの)の返送が必要な人は、切手を貼った返信用封筒を同封してください。

※全国統一の様式の記載事項のすべてを満たしている場合は、独自の様式での申告ができます。

● 申告の注意点

① 前年度から資産内容に変化がない場合も申告が必要です。

② 廃業・解散した場合も、その旨を記載のうえ申告が必要です。

③ 前年度において免税点未満(課税標準額が150万円未満)の場合や本年度が免税点未満になる場合も申告が必要です。

準額が150万円未満)の場合や本年度が免税点未満になる場合も申告が必要です。

④ 申告年の1月1日に取得した資産は申告年から記載が必要です。

⑤ リース資産の申告義務者は、原則としてその資産の所有者であるリース会社です。ただし、リース期間経過後に所有権が賃借人に移転することが当初から決まっているリース資産については、賃借人に申告義務があります。

3. 免税点

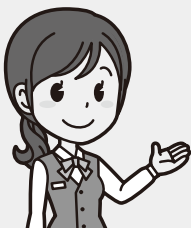
賦課期日現在、須崎市内に所有する償却資産の評価額(課税標準額)の合計が150万円未満の場合は償却資産には課税されません。

4. 過年度更正とさかのぼり課税

申告・調査などにより更正が必要になった場合、資産の取得時期に応じて5年度分さかのぼって税額の再計算を行います。

(過年度更正)

初めての申告であっても資産の購入時期などの申告内容によって、さかのぼって課税される場合があります。



お問い合わせ先

☎42-1291 税務課 資産税係

お困りではありませんか？

草刈り

剪定

伐採

清掃



★草刈り、清掃、植木の剪定、樹木の伐採
★山林・庭園・空地の管理業務の受託及び請負
★刈り終えた草木の運搬【アルバイト募集中】

草刈り屋はる合同会社

HARU

お見積・ご相談は無料！

090-2823-1304

〒785-0054 須崎市多ノ郷乙 440 橋本成介迄

なくそう！

お問い合わせ先

☎42-1280 健康推進課

望まない受動喫煙



須崎市が実施した「令和6年度健康づくりアンケート」によると、市民の約12%が喫煙していると回答しています。

第4期健康増進計画では「たばこを吸わない人を増やす」を目指す姿としています。自分や家族の健康を守るために、いま一度“禁煙”について考えてみましょう。

たばこの害

また、妊娠中の喫煙は早産や低出生体重児、胎児の発育遅延などを引き起こす可能性があります。妊娠中の喫煙期間が長くなるほど早産のリスクは高まり、喫煙本数が多いほど出生体重や身長を減少させます。

特に、肺がん、虚血性心疾患、脳卒中、乳幼児突然死症候群（SIDS）の4疾患は、受動喫煙との関連が確実であることが分かっています。

喫煙は、がんや脳卒中をはじめ、虚血性心疾患などの循環器疾患、慢性閉塞性肺疾患（COPD）や結核などの呼吸器疾患、2型糖尿病、歯周病など多くの病気と関係しており、予防可能な最大の死亡原因の一つとされています。若いうちから喫煙を始めるほど、がんや循環器疾患のリスクが高まり、死亡率も高くなることが知られています。

受動喫煙とは

たばこの煙には、約4000種類以上の化学物質が含まれています。そのうち200種類以上が有害物質、50種類以上が発がん物質と言われています。

「受動喫煙」とは、自分が吸っていないのに他人のたばこの煙を吸ってしまうことです。吸わない人が吸い込む煙は喫煙者の煙より有害物質の濃度が高く、刺激も強いとされています。

厚生労働省の推計によると、受動喫煙が原因で年間約1万5000人が亡くなっていると報告されています。

禁煙がうまくできず悩まれている人へ

禁煙は自力でも可能ですが、禁煙外来や禁煙補助薬を利用すると、ニコチン切れの症状を抑えることができ、自力で禁煙を試みることに比べて3〜4倍禁煙に成功しやすくなること分かっています。

県内には、禁煙治療に保険が適用できる医療機関があり、薬局では禁煙相談や禁煙補助薬を購入することができます。

一人で悩まず、まずは相談してみましょう。

禁煙による効果

8時間後	血中の一酸化炭素濃度が低下する
24時間後	心臓発作の可能性が少なくなる
数日後	味覚や臭覚が改善する
2週間〜3か月後	心臓や血管などの循環機能が改善する
1か月〜9か月後	咳や喘鳴が改善する
1年後	肺機能の改善がみられる
2〜4年後	虚血性心疾患や脳梗塞のリスクが約3分の1に減少する
5〜9年後	肺がんのリスクが低下する
10〜15年後	病気にかかるリスクが非喫煙者レベルまで近づく

禁煙のメリット

禁煙による健康改善の効果はすぐに表れます。自分と周りの人をたばこの害から守るためにも禁煙を始めてみませんか。

医療法人 須崎会
高陵病院

〒785-0014 須崎市横町1-28 ☎0889-42-2485

内科・呼吸器内科・血液内科・循環器内科・総合診療科
整形外科・外科・形成外科・消化器外科・心臓血管外科
呼吸器外科・皮膚科・放射線科・リハビリテーション科

外来診療拡充のお知らせ

- 総合診療科（盛實医師）
- 血液内科（津下医師）
- 循環器内科（窪川医師・濱田医師）

の外来診療が始まりました。



「人生会議」をしてみませんか？

人生100年時代 これからどう生き、どう終えるか



「人生会議」という言葉をご存知でしょうか？

「人生会議(アドバンス・ケア・プランニング)」とは、これからの人生で何を大切にしていきたいか、どんな医療や介護を受けたいかなどを、信頼できる家族や身近な人と話し合うことをいいます。

「将来のことが心配だけど、何から話せばいいのかわからない…」という人は、まずお互いの思いや価値観を共有するところから始めてみましょう。

次のようなテーマをきっかけに話してみるのもおすすめです。

今やってみたいこと

生涯続けたい趣味

人生で最高の出来事

今、心配していること

支えになっている人やモノ

人生最後の食事として食べたいもの

これらを話し合っているうちに、自分でも気づかなかった気持ちに気づかされることがあるかもしれません。

元気なうちに話し合っておきたい3つのポイント

1. 健康管理

加齢とともに視覚や聴覚、味覚などに加えて、運動・認知機能などの低下が生じると言われています。日常生活に支障が出る程度の機能低下を「フレイル」といい、進行すると転倒・骨折や誤えん性肺炎などを引き起こす原因となります。

日頃から次のことを意識しましょう。

- 健康診断やがん診断を定期的に受診しているか
- 日頃から適度な運動を実践しているか
- 健康的な食事をとっているか
- 趣味や仲間との交流などの社会参加をしているか

2. 身の回りの整理

自宅やお墓、田畑、預貯金、ペットの世話などは、元気なうちに話し合うことが大切です。早めに準備に取りかかることで気持ちが軽くなり、いざという時に困らずに済みます。

- 不動産、預貯金などの場所や状況の確認
- 相続についての希望や考え方
- 大きな出費(例:手術や介護施設の費用)への対応方法

3. もしもの時のこと

高齢期になると、命に関わる病気やケガのリスクが高まります。命の危険が迫った状態になると、約70%の人が医療やケアなどを自分で決めたり、望みを人に伝えたりすることができなくなると言われています。元気なうちに、自身の希望する医療やケアについて、信頼できる家族や身近な人と話し合い、共有しておくことが大切です。

- 信頼できる人は誰か
- 治る見込みがない場合や、自分の考えが伝えられなくなった時に望む治療方針と療養の場所(例:最期まで家で過ごしたい、痛みや苦しみがないように治療してほしいなど)

将来への不安を少しでも減らすためにも、信頼できる家族や身近な人と「これからの生き方」について話す時間をつくってみませんか？

お問い合わせ先

☎ 42-1205 長寿介護課 長寿支援係
☎ 42-1206 地域包括支援センター

シルバー人材センター会員募集

60歳以上で、須崎市・中土佐町および津野町にお住まいの方、一緒に働いてみませんか？
出会い、健康維持、社会貢献、追加収入など、働くことのメリットがたくさんあります。
まずはお気軽にお問い合わせください。

- 須崎市事務所 須崎市土崎町2-27 TEL 0889-42-1818
- 中土佐町地区センター 中土佐町久礼6551-3 TEL 0889-52-4566
- 津野町地区センター 津野町姫野々431-1里案内 TEL 0889-43-9560

主な仕事
草刈り・清掃・検針
農作業など





昨年度の夜間滞在体験および
ライトアップの様子

12月13日(土)の18時より、城山公園避難道および港の見える広場で夜間避難訓練と夜間滞在体験を行います。実際に夜間の避難経路を歩き、暗い時間帯の安全確保や行動手順を確認する貴重な機会です。

また、当日は城山公園避難道や南古市町津波避難施設をイルミネーションやキャンドルライトでライトアップします。この点灯は、須崎小学校・須崎中学校・須崎総合高等学校・高知大学・太平洋学園高等学校の生徒や地域住民の皆さんの協力で行われます。

幻想的に照らされた避難路の中で、防災への意識を高めましょう。多くの皆さんの参加をお待ちしています。

お問い合わせ先

☎ 42-1236 防災課

防災情報

No.143

大切な人を守るために



夜間避難訓練と津波避難場所の
ライトアップを実施します

リチウムイオン電池の正しい廃棄方法について

リチウムイオン電池は、小型で軽量、耐用年数(寿命)が長いという長所によりスマートフォンやゲーム機、携帯用扇風機、おもちゃなど身近な電気製品に採用されています。

一方、リチウムイオン電池の誤った廃棄が原因による、ごみ収集車やごみ処理施設の火災が全国的に急増しています。

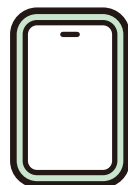
令和5年度には全国の市町村において8,543件発生し、須崎市でも令和2年と令和4年にリチウムイオン電池が原因と推定される火災が発生しました。

こうした火災を防ぐためにも、市民一人ひとりが正しくごみの分別を行うことが大切です。

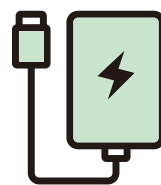
リチウムイオン電池を捨てる時は、月1回の不燃物の日に水銀ごみの青いコンテナに入れるか、平日に環境未来課窓口にお持ちください。機器から取り出せないときは、機器ごと青いコンテナに入れてください。

リチウムイオン電池の正しい分別へのご協力をお願いします。

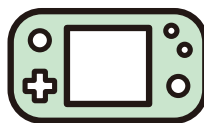
使用されている製品例



スマートフォン



モバイルバッテリー



ゲーム機



携帯用扇風機

お問い合わせ先

☎42-5891 環境未来課 環境保全係

補聴器 オーディカ
専門店 Audika

‘聴こえ’で毎日が広がるつながる。

特別年末キャンペーン開催中!

聴こえのご相談で
QUOカード 500円分をプレゼント!※



※さらに特典あり!
詳しくは店頭へ

オーディカ

Audika 高知店

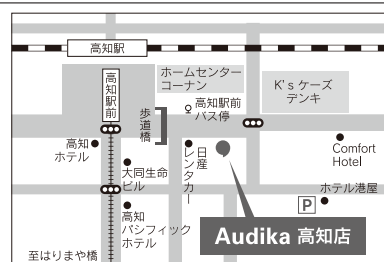
旧：新日本補聴器センター高知店
高知県高知市北本町 2-1-12

認定補聴器専門店

認定技能者在籍

ご相談・ご予約は
こちらから ☎088-885-5855

※木・金曜日は訪問販売対応のため留守となる
時間帯があります。事前にお問い合わせください。



定休日 日・月・祝日

営業時間 9:00~12:00 / 13:00~17:00

須崎市公式 LINE アカウントを開設しました

須崎市では、市政情報やイベント情報などを、より多くの皆さんへ分かりやすくお届けするため、「LINE」を活用して情報発信を行います。ご利用にあたっては、「須崎市公式LINE利用規約」を必ずお読みいただき、記載事項に同意のうえご利用ください。



ID検索
[@susakicity]

利用方法①

スマートフォンやタブレットなどに「LINE」のアプリをダウンロードしてください。

利用方法②

LINEアプリを起動して「ホーム」→「友だち追加」から、右上の二次元コードを読み取るか、ID検索より「@susakicity」と検索し、須崎市公式LINEアカウントを友だち登録してください。



須崎市公式LINE
利用規約



お問い合わせ先 ☎42-5691 企画情報課 デジタル推進係

- **日時**
令和8年1月1日(木)
午前10時～午後2時(予定)
- **区間**
坂内～鳴無(往復運航)
※概ね20分間隔で運航します
- **運賃(片道)**
中学生以上：200円
小学生：100円
未就学児：無料※
(ただし、子ども1人につき同伴の保護者1人が付き添うこと)
- **※運賃は現金払いです。**
※お釣りのないようにご準備ください。
- **駐車場**
お車でお越しの場合は、坂内のスポーツセンターカーヌー場の駐車場をご利用ください。

お問い合わせ先 ☎42-5691 企画情報課 企画係

元日に巡航船に乗ってみませんか？

令和8年元日に市営巡航船が
坂内から鳴無間を臨時運航します



マイナンバーカードを取得しませんか

次の日程でマイナンバーカードの交付・申請受付を休日に行います。

日時 12月14日(日) 午前9時～11時45分

場所 市民課 窓口

※すべての手続において、本人確認が必要です。
※休日のマイナンバーカード交付に関する手続は予約制にしています。
希望される場合は、**12月12日(金) までに 必ずお電話ください。**

お問い合わせ先 ☎42-1191 市民課 市民窓口係



第6回 まちかどギャラリー作品展

障がいのある人や、障がいのある人を含むグループが制作した作品を展示します。ぜひ、会場で表現の力と多様な感性にふれてみてください。

● **開催期間** 12月3日(水)～14日(日)

午前9時～午後5時 ※12月8日(月)休館

● **開催期間** すさきまちかどギャラリー／旧三浦邸
(青木町1-16)

お問い合わせ先 ☎050-8803-8668 すさきまちかどギャラリー



Neo Resort
CHIRO HOSPITAL

内科・消化器内科・循環器内科・呼吸器内科・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〕介護医療院ちひろ / 南国厚生病院

年 末 年 始 の 市 民 課 窓 口 業 務 に つ い て

今年度の年末年始における市役所の通常事務は、12月27日(土)から令和8年1月4日(日)までお休みとなります。この期間中は、住民票の異動届や各種証明書の発行、マイナンバーカードの交付などはできません。また、出生・死亡・婚姻などの戸籍に関する届出は、委託警備会社が受付のみを行います。お休みの前後は、窓口が大変混み合いますので、必要な手続きはお早めに済ませてください。

お問い合わせ先 ☎ 42-1191 市民課 市民窓口係



須崎ライオンズクラブ
竹崎 直樹さん(前列左から2人目)
又川 泰一さん(後列左から3人目)
須崎市日赤奉仕団
今橋 昭代さん(前列右端)

お問い合わせ先
☎ 42-1280 健康推進課

長年にわたり献血活動の推進に尽力してきた功績が認められ、10月17日(金)、高知県庁で行われた表彰式において、須崎ライオンズクラブが厚生労働大臣表彰を、須崎市日赤奉仕団が高知県知事感謝状をそれぞれ受賞しました。須崎ライオンズクラブは、昭和40年代から地域での献血活動を支援し続けており、献血会場での協力呼びかけや運営補助、献血の大切さを伝える啓発活動など、長年にわたって地域医療を支えてき

ました。市民にとって献血がより身近なものとなるよう、企業や学校と連携した取組も進めています。また、須崎市日赤奉仕団は、市民ボランティアの立場から継続的に献血活動を支援しており、広報活動などを通じて多くの市民が献血に参加しやすい環境づくりに貢献してきました。今回の受賞は、地域一体となつて命をつなぐ献血の輪を広げてきた取組が高く評価されたものです。



**須崎ライオンズクラブと
須崎市日赤奉仕団が表彰されました**



**献血活動の長年の
功績をたたえて**

「chocoZAPマルナカ須崎店」の無料開放の延長について



※事前に、健康推進課への申し込みが必要です。
※年末年始の利用日程はお問い合わせください。

お問い合わせ先
☎ 42-1280 健康推進課

●開催日時
毎週木曜日(祝日を除く)
午前9時～午後6時

9月にオープンした、官民連携ジム「chocoZAP マルナカ須崎店」では、市民の皆さんを対象とした無料体験・開放日を毎週木曜日に実施しています。この取組は、好評につき来年3月末まで継続します。運動習慣づくりのきっかけに、ぜひご利用ください。



糖尿病内科 新設

2025年10月7日より診療開始

【診療】毎週火曜日 9:00～12:00、13:30～16:00

門脇 祐治 医師
高知大学医学部附属病院 内分泌代謝・腎臓内科
日本専門医機構認定内科専門医
内分泌代謝・糖尿病内科専門医

鼻に噴霧し痛みを軽減するインフルエンザワクチン

フルミスト点鼻液

2歳以上19歳未満の方が対象 費用：¥8,000

接種をご希望される方は、直接病院にお越し頂き受付にお申出ください。



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 : https://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)



須崎市のイベントの様子や行政情報を
須崎市公式SNSに掲載しています！



Instagram



X

令和7年12月号【広報すさき】

12

国民年金だより

ご存知ですか、
こんなこと、あんなこと



死亡時の手続きについて

国民年金被保険者や、年金受給者が亡くなった場合、年金に関する手続きが必要です。

◆主な手続き

※全ての人が該当するわけはありません

①亡くなられた人が国民年金被保険者であった)

●死亡一時金

●寡婦年金

●遺族基礎(厚生)年金

②亡くなられた人が年金受給者

●未支給年金

●遺族基礎(厚生)年金

手続きの内容は、亡くなられた人の年金加入、納付記録や家族構成などにより異なります。また、請求できるご遺族にも一定の条件があります。

手続きの内容や必要書類

は、年金事務所や市民課年金窓口でご案内していますので、

早めの手続きをお願いします。

年金事務所出張年金相談

●相談日(毎月第4水曜日)

令和7年12月24日(水)

令和8年 1月28日(水)

●受付時間

午前10時～午後3時
(正午～午後1時は除く)

●開催場所

総合保健福祉センター
2階会議室

※年金相談は事前の予約が必要です。手続き・相談内容を年金事務所に連絡し、予約をしてください。
☎088・875・1717



基礎年金番号の調べ方

基礎年金番号は、日本年金機構から送付される次の書類で確認することができます。

●年金手帳

●年金証書

●基礎年金番号通知書

●国民年金保険料納付書

●国民年金保険料口座振替

●通知書

●年金額改定通知書、年金振込通知書

●確認できる書類がお手元

にない場合は、本人確認書類

をご準備の上、年金事務所ま

年金に関するお問い合わせ先

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・1355

国民年金保険料の納め忘れはありませんか

たは市民課年金窓口へご相談ください。各書類の再発行もできます。
※電話で基礎年金番号をお伝えすることはできません。
※厚生年金加入中の方は、お勤め先で再発行の依頼をしてください。

令和7年度の国民年金保険料額は1カ月17,510円です。また、免除申請をされていた人でも、承認結果が一部免除となった場合は、残りの金額を納めないと未納になります。納付期限は翌月の末日となっています。納付がお済みでない場合は、金融機関やコンビニエンスストアなどで納付をお願いします。納付書を紛失した場合は、再発行ができますので、年金事務所までお知らせください。

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 12月17日(水) 午前10時～正午

場 所 市民文化会館

相談委員 岡本憲仁 さん、西森茂幸 さん



市内美化活動にご参加・ご協力をお願いします

12月13日(土) 川端シンボルロード

12月28日(日) 富士ヶ丘



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



お問い合わせ先 ☎ 42-5193 建設課

人口・世帯数(10月末日現在)

人 口	18,845人	(前月比 -1)
男	9,369人	(前月比 -2)
女	9,476人	(前月比 +1)
世帯数	10,363世帯	(前月比+36)

出生数:4人 死亡数:21人(10月1日～31日)

12月の納税・保険料

市県民税:4期

国民健康保険税:6期

介護保険料:5期

後期高齢者医療保険料:6期

12月25日(木)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。



そのほかの新刊

- 赤ずきん、インソップ童話で死体と出会う。(青柳碧人)
- フロントライン(増本淳)
- 翠雨の人(伊与原新)
- ニュースが消える日(堂場瞬一)
- エンドロール(今野敏)
- 昭和探偵物語(天童荒太)
- 秋山善吉工務店 上下 大活字本(中山七里)
- 行先は未定です(谷川俊太郎)
- 介護の大ピンチ解決します(稲葉耕太)
- 散歩の愉しみ(出井得正)
- 絵でわかる台風のメカニズム(宮本佳明)
- 手作り感覚おもちゃ(藤原里美 監修)
- 日本史のなかの兄弟たち(安藤優一郎)
- ラフカディオ・ハーン(太田雄三)
- いちばんやさしい憲法入門(初宿正典 ほか)

児童

- ぶたすけのラッパ(柴田ケイコ)
- ぼくのいえ(鈴木のりたけ)
- ねんねのおばけ(角野栄子)
- おらはうーたん(たしろちさと)
- あらしの島で(シドニー・スミス)
- 10歳からの確率やってみた!(横山明日希)
- 移動する民(キンチョイ・ラム)
- むかしむかし名探偵(杉山亮)
- 森のユキヒョウ(C.C.ハリントン)

今月の一冊



せかいのカワセミ
【小宮輝之 監修】

図書館 だより

新 書 案 内 刊

須崎市の市の鳥として親しまれているカワセミ。一万種ほどもいる鳥類の中で、カワセミとその仲間の数は118種、日本で見ることができるのはわずか8種です。この本では、そんなカワセミの魅力をすみずみまで伝えていきます。ページを開いてまず目に入るのは、色あざやかな姿です。カワセミは、宝石のような見た目から「翡翠」と漢字で書き、その美しさから浮世絵のテーマにもなっています。今にも動き出しそうなきいきとした写真は、ながめているだけでも楽しめます。また、カワセミの進化の歴史や見た目からは想像できない狩りの仕方など、驚きの情報もたくさん載っています。

須崎の豊かな自然にやされながら、バードウォッチングに出かけてみるのはいかがでしょう。

お問い合わせ先

☎ 42-2141 図書館

【休館日】月曜日・祝日(月曜日が祝日の場合は、翌日休館)

※年末年始は12月29日(月)から令和8年1月3日(土)まで休館します。

楠瀬市長活動報告

耕作がゆく

YouTubeで市長記者会見
(定例会見)を観ることができます



四国港湾協議会の会長として、四国選出の国会議員に港湾整備に関する要望書を提出し、港湾取扱貨物量が四国1位である須崎港の発展のための港湾整備について、意見交換を行いました。



▲10月22日 四国港湾協議会意見交換会及び要望活動

10月

- 12日 高陵消防連合演習(津野町)
- 14日 高知県防災砂防協会通常総会/高知大学医学部高知信用金庫医学研究賞成果報告会(いずれも高知市)
- 16日 高知県国民健康保険団体連合会組織理事会
- 17日 四国市長会議(香南市)
- 18日・19日 すさきオープンウォータースイミング2025
- 19日 津野町制施行20周年及び新本庁舎落成記念式典(津野町)
- 22日 四国港湾協議会意見交換会及び要望活動(東京都)
- 23日 経済と暮らしを支える港づくり全国大会(東京都)
- 24日 須崎斎場運営一部事務組合管理委員会
- 27日 高幡地域アクションプランフォローアップ会議
- 30日 国道494号整備促進期成同盟会中央要望活動(東京都)

11月

- 1日 高知県戦没者追悼式(高知市)
- 2日 朝ヶ丘中学校・須崎中学校吹奏楽部合同定期演奏会
- 3日 須崎市表彰式
- 4日 地方を守る会総会/社会資本整備を考える首長の会(いずれも東京都)
- 5日 部活動を含めた子供たちのスポーツ・文化芸術活動を応援する首長会/部活動の地域展開等を推進する議員勉強会/安全・安心の道づくりを求める全国大会/市町村の下水道事業を考える首長懇談会(いずれも東京都)
- 6日 12月補正予算市長査定/高知地区地震・津波発生時の避難誘導訓練
- 7日 定例会見/高知市水道通水100周年記念式典
- 8日 第3回海のまち音楽祭
- 9日 須崎市総合防災訓練
- 10日 2025年日本国際博覧会とともに、地域の未来社会を創造する首長連合臨時総会/須崎東料金所津波対応訓練

毎月開催の市長定例会見の様子は、須崎市ホームページとよさこいケーブルネットでご覧いただけます。
よさこいケーブルネットでの放送は、毎月第1火曜日の次の日曜日の午前11時・午後2時からです(変更の場合あり)。

【広報すさき】

すさきの文化財



その4 鳴無神社

横浪三里の奥部南岸に鎮座し、祭神は味鋌高彦根命（あぢすきたかひこねのみこと）（または一言主命（ひとことぬしのみこと）、級長津彦命（しなつひめのみこと）、級長津姫命（しなつひめのみこと）の三柱です。

神社の創建は天平宝字（757～765）以前と伝えられており、鰐口の銘から、土佐藩第2代藩主の山内忠義が寛文三年（1663）に社殿を再建していることが分かります。

社殿は本殿、幣殿、拝殿の3棟からなり、本殿は、外部に極彩色、内部に天女の舞を描いて

今回は浦ノ内地区の鳴無神社を紹介します。海に向かって延びる参道が特徴で、「土佐の宮島」と称され全国各地から参拝客が訪れています。

お問い合わせ先

☎42-8591 生涯学習課 生涯学習係



鳴無神社拝殿



1980年代に撮影された舞の奉納の様子

います。幣殿と拝殿は簡素な素木造で土佐の気風を伝え、社殿には山内家の三つ葉柏の定紋がついています。

社殿は昭和28年3月31日、鳴無神社再建の重要な史料である鰐口とともに国の重要文化財に指定されました。

現在の社殿は昭和31年1月4日から昭和32年9月30日の21カ月を要して解体修理したものです。

令和7年度 須崎生涯大学 12月受講案内 料理教室

menu

- 鮭とたっぷりきのこのトマト煮
- 塩麴スープ
- ほうれん草の白和え
- ヨーグルトボウル



お問い合わせ先

☎42-8591 生涯学習課 生涯学習係

今月の須崎生涯大学は、旬の食材を使った料理教室を行います。手軽に作れて体も温まる冬メニューを一緒に楽しみましょう。

日 時 12月19日(金) 午前10時～午後1時(予定)

場 所 総合保健福祉センター 3階 研修室・調理実習室

受講料 600円 (材料費として当日お支払いください)

※年間授業料3千円を未納の場合はあわせてお支払いください。

持ち物 ● エプロン ● 三角巾
● 持ち帰り用タッパー等 (必要な人のみ)

定 員 20名 ※会場の都合により、(先着順) 定員に達し次第締め切ります。

申込メ切 12月12日(金)

※入学申込みされている人も、別途申込みをお願いします。

料理教室をします



※天候などにより中止となる場合は、市ホームページでお知らせします。随時ご確認いただくか、生涯学習課までお問い合わせください。

ALT Letter

Assistant Language Teacher Letter

お問い合わせ先

☎ 42-5291 学校教育課 学校教育係

今回は、多ノ郷小学校で外国語指導助手(ALT)として児童たちに英語を教えているトマスさんに、自身の好きなものについて寄稿していただきました。

ゴンザレス トマス デヘス
Gonzalez Tomas De Jesus

One person's junk is another's treasure.

When I was young my father and I would spend a lot of time shopping at thrift stores, or as my mother would say, "wasting money on junk". Here in Japan, you might better know these types of stores as "recycle shops".

In Japan many shops I have been to are well organized, the clothes are clean and reasonably priced, and the variety is high. Electronics are tested and list any issues with even older devices that are usually in good condition. I'll happily admit that many of the clothes I wear and many of the electronics in my home are from second hand shops.

In the US however, finding something worth purchasing is considered quite lucky as most items are usually damaged and dirty. Recent trends on SNS have also encouraged many of these shops to raise prices on items that were once affordable. This has caused some controversy as most of these stores receive the items as donations and stand to make a good deal of profit when sold at higher price.

What is your opinion of recycle shops? Do you shop at them?
Would you try your luck in a US thrift shop?

誰かのガラクタは、誰かの宝物。

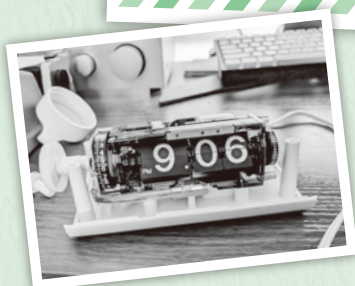
私が幼い頃、父と私はスリフトショップ*で買い物をするのが大好きでした。母の言葉を借りれば、「ガラクタにお金を浪費する」と同じでした。日本では、こうした店は「リサイクルショップ」と呼ぶ方が適切かもしれません。

私が訪れた日本の店の多くは、整理整頓されていて、服は清潔で手頃な価格、そして種類も豊富です。電化製品は検査され、不具合があれば明記されていますが、古い機器でもほとんどは良い状態です。私が着ている服や家にある電化製品の多くは、日本のリサイクルショップで買ったものだ、喜んで認めます。

しかし、アメリカでは、価値のあるものを見つけるのは幸運なこととされています。なぜなら、ほとんどの商品ははたいてい傷んでいたり、汚れていたりするからです。最近のSNSでのトレンドにより、多くの店が手頃な価格だった商品の値上げに踏み切るようになりました。多くのスリフトショップは寄付として商品を受け取っており、値上げすればかなりの利益が得られるため、物議を醸しています。

リサイクルショップについてどう思いますか？ 皆さんはリサイクルショップで買い物をしますか？ アメリカのスリフトショップで運試しをしてみませんか？

※スリフトショップ…古着や家具・家電などを寄付によって集め、再販し、その収益を慈善活動や寄付に当てる小売形態のこと。



自宅デスクに飾っているアン
プとスピーカー、タイプライタ
ー、目覚まし時計の写真です。
売り場では「ジャンク品」とラ
ベルを貼ってありましたが、毎
日使っているものも多いです！

保健だより

冬の乾燥から 子どもの肌を守ろう



冬場は空気が乾燥するため、日頃からのスキンケアが特に重要です。冬の乾燥から乳幼児の肌を守りましょう。

肌が Continuing していると、アレルギ―が起こつた際に症状に気づきにくい可能性があります。正しいスキンケアで、子どもの肌のトラブルを防ぎましょう。

スキンケアのポイント

①石鹸選び

固形・液体・泡状などさまざまなタイプが売られています。基本的にはどの形状を使つても大丈夫です。ポンプ式で泡が出てくるものは、泡立てる必要がないため便利です。

②洗い方・流し方

ゴシゴシ洗うと余計に皮膚が傷ついてしまうため、泡で優しく洗うことを心がけましょう。流すときも、石鹸成分が残らないようにしっかりと優しく洗い流しましょう。

また、乳幼児は皮膚が密着している箇所が多く、その部

分に汚れなどが溜まりがちです。関節部分はしっかりと伸ばし、しわのできる部分を丁寧に洗いましょう。おしりや陰部も、おしりふきだけでは十分拭き切れていないため、入念に洗いましょう。頬や口周りも、よだれや食べ物などが付きやすいので汚れをしっかりと落としたい部分です。

③保湿剤の塗り方タイミング

皮膚の乾燥を防ぐために、入浴後すぐの保湿が効果的です。保湿剤はたっぷり皮膚に乗せるように塗りましょう。軟膏であれば、大人の人数差し指の第一関節から指先まで出すと、大人の手の平2枚分が塗れる量になります。少ない量を刷り込むように塗ると、皮膚が傷つく恐れが

あります。からだを洗うときと同様に、しわを伸ばして塗りましょう。

紫外線予防

夏場や、冬でも日差しが強い時間帯(10時~14時頃)は、紫外線予防も大切です。長時間の外の活動を避けたり、帽子やベビーカーの日よけを使って直射日光を防ぐのが効果的です。外で長時間活動するときは、赤ちゃん用の日焼け止めなどを利用するようにしましょう。



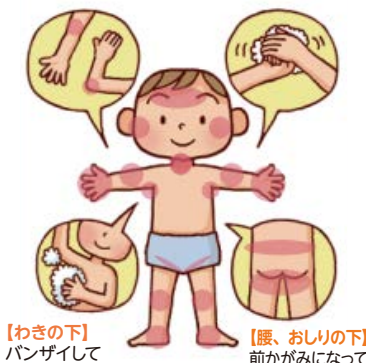
お問い合わせ先

☎ 42-1280 健康推進課

洗い忘れに注意!

関節はしわが多く、しっかり洗ったつもりでも、洗えていないことが多い場所です。しわを伸ばして洗いましょう。

【ひじの外側】曲げて 【手の甲】片手をグー、
【ひじの内側】伸ばして 片手をバーにして



【わきの下】パンザイして 【腰、おしりの下】前かがみになって

【おしり】割れ目 【ひざ】曲げて
の間もしっかりと 【ひざのうら】伸ばして

出典：独立行政法人環境再生保全機構『すこやかライフ No.43』内のイラストを加工して作成

『すききつず。』では、市内在住の2歳以下(応募時)のお子さんの写真を募集しています。応募は次の二次元コードからお願いいたします。



お問い合わせ先 ☎42-5691
企画情報課 デジタル推進係

令和5年9月生まれ



大谷地区

のなか こうすけ
野中 耕佑 くん

しんじょう君が大好きな耕佑君! いつも一緒に寝ています。可愛い笑顔が家族のいやしです。おのが子よ! すすく育て! 大樹のごとく! お父さん・お母さんより

すききつず。



【セット検診内容】

《特定健診・30歳代の健診・高齢者健診》

尿検査・身体計測・問診・血圧測定・診察・採血・保健指導《肺がん(結核)検診》肺がん等の有無をレントゲン撮影で検査《胃がん検診》バリウム飲用による胃X線検査《大腸がん検診》事前に郵送される採便キットの専用スティックで、便の表面を数ヶ所こすり取り、付属容器に差し込む方法で採取したものを検診日に提出※提出日当日・1日前・2日前の3日間のうちで、2日分を採取《前立腺がん検診》採血による検査《肝炎ウイルス検査》採血によるB・C型肝炎ウイルス検査

【女性がん検診内容】

《乳がん検診》検診バス内で、マンモグラフィ(乳房X線撮影)検査を行います《子宮頸がん検診》検診バス内で、子宮頸がん(内診・細胞採取)検査を行います

(注)令和6年度に市が実施した乳がん検診および子宮頸がん検診受診者は、対象外です。

年末年始当番 歯科診療のご案内

受付時間 9:00~12:00

実施日	当番歯科医院	住所(電話)
12月31日(水)	高橋歯科医院	中町1-5-15 (☎42-0142)
1月2日(金)	田村歯科診療所	鍛冶町6-30 (☎42-1009)

※都合により変更する場合がありますので、当日の新聞などでご確認ください。

セット検診

★要予約 準備のため、10日前までの予約をお願いします。 健康推進課 ☎42-1280

月	日	曜	実施項目	受付時間	場所	対象者・料金
12	14	日	特定健診 30歳代の健診 高齢者健診	8:00~11:00	総合 保健福祉センター	30歳代健診：30歳~39歳 特定健診：40歳~74歳 高齢者健診：75歳以上 がん検診：40歳以上 (前立腺がん検診は50歳以上の男性) ※年齢は年度末の満年齢です。 料金は検診の種類や年齢により異なります。詳しくは、広報4月号折込みのカラー刷り「令和7年度須崎市けんしんガイド」をご覧ください。
12	15	月	肺がん(結核)検診 大腸がん検診 前立腺がん検診 肝炎ウイルス検査 胃がん検診			
12	16	火				

胸部巡回検診

準備のため、前日までの予約をお願いします。 健康推進課 ☎42-1280

月	日	曜	実施項目	受付時間	場所	対象者・料金
12	16	火	肺がん(結核)検診(レントゲン検査)	13:00~13:15 13:45~14:00 14:35~14:50	押岡多目的集会所 久通(照観世音堂駐車場) 妙見町(長太郎駐車場)	40歳以上の方 料金：無料

母子保健関係

健康推進課 ☎42-1280

月	日	曜	実施項目	受付時間	場所	対象者
12	18	木	1歳6か月児健診	個別通知	総合 保健福祉センター	2024年4月・5月生まれ
12	23	火	離乳食相談 育児相談 母乳相談	9:00~11:00		乳幼児と保護者
1	6	火	歯科相談 育児相談 母乳相談	9:00~11:00		乳幼児と保護者
1	8	木	乳児健診	個別通知		2025年8月生まれ

高知家の 救急医療電話



電話
番号 #7119

●365日 ●24時間対応 ●無料通話

ダイヤル回線・IP電話からは
088・823・9922 (有料通話)

こうちこども救急ダイヤル

電話
番号 #8000



または 088・873・3090
へおかけください

相談日 365日対応 時間 午後8時から午前1時まで

夜間救急医療カレンダー

※夜間の救急診療は、電話で医療機関に確認のうえ、受診してください。

12月

日	月	火	水	木	金	土
	1 高 陵	2 くろしお	3 くぼかわ	4 くろしお	5 くろしお	6 くろしお
7 梶 原	8 高 陵	9 くろしお	10 くぼかわ	11 くろしお	12 くろしお	13 くぼかわ
14 くぼかわ	15 高 陵	16 くろしお	17 くぼかわ	18 くろしお	19 くろしお	20 くろしお
21 くろしお	22 高 陵	23 くろしお	24 くぼかわ	25 くろしお	26 くろしお	27 くぼかわ
28 梶 原	29 くぼかわ	30 くぼかわ	31 くぼかわ			

電話
番号

●須崎くろしお病院 ☎43・2121
●高陵病院 ☎42・2485 ●梶原病院 ☎65・1151
●くぼかわ病院 ☎0880・22・1111

※当月~翌月10日までの情報を掲載しています。

1月

日	月	火	水	木	金	土
				1 くぼかわ	2 くぼかわ	3 くろしお
4 くぼかわ	5 高 陵	6 くろしお	7 くぼかわ	8 くろしお	9 くろしお	10 くろしお

休日診療在宅当番医

月	日	曜	病 院 名	月	日	曜	病 院 名
12	14	日	須崎くろしお病院	12	31	水	須崎くろしお病院
	21	日	須崎くろしお病院		1	木	須崎くろしお病院
	28	日	須崎くろしお病院	1	2	金	高陵病院
	29	月	高陵病院		3	土	須崎くろしお病院
	30	火	須崎くろしお病院		4	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。
在宅当番医のため、往診はできません。必ず病院に行ってください。

すさきオープンウォーター スイミング 2025

お問い合わせ先

☎42-1150 文化スポーツ・観光課 文化スポーツ係

10月18日(土)と19日(日)の2日間、すさきオープンウォータースイミング2025が開催され、全国各地のスイマーが浦ノ内のシーパーク大島に集結しました。

今年もドローン空撮を行い、競技の様子をライブ配信しました。大会当日の様子は、須崎市のYouTubeチャンネルからご視聴いただけます。

空から見た雄大な浦ノ内湾の風景と臨場感あふれる選手たちの真剣勝負をぜひご覧ください。

須崎市YouTubeチャンネル



DAY1



DAY2



リラックスした表情でレースに臨みます



一斉にスタート!



バタフライで泳ぎ切る猛者も!



力強い泳ぎを見せる選手たち



全国各地のスイマーが大島に集結!



すさきオープンウォータースイミング2025大会結果



日本選手権トライアル10km男子の部 優勝

まえやま あおば
前山 蒼波さん(徳島県)
タイム:2時間20分07秒1



日本選手権トライアル10km/5km 女子の部 優勝

ふるかわ ほのか
古川 歩香さん(広島県)
タイム 10km:2時間21分16秒4
5km:1時間05分43秒0



男子10km 優勝

かもした あきら
鴨下 章さん(愛知県) タイム:2時間39分36秒6



女子10km/5km 優勝

まつした あやか
松下 彩花さん(神奈川県)
タイム 10km:2時間22分04秒7
5km:1時間07分34秒3



日本選手権トライアル 5km男子の部 優勝

つじ こうた
辻 煌太さん(奈良県) タイム:59分48秒9



男子5km 優勝

たかまつ ゆうき
高松 祐樹さん(奈良県)
タイム:1時間01分47秒8



男子3km 優勝

にし の かんじ
西野 寛二さん(高知県) タイム:37分55秒4



女子3km 優勝

うらべ まき
占部 磨紀さん(香川県) タイム:41分40秒6



男子1km 優勝

しら い さとる
白井 惺さん(香川県) タイム:11分37秒8



女子1km 優勝

おおくにあんず
大國 杏さん(奈良県) タイム:13分43秒4

