

- 4P 1月26日(日)は須崎市長選挙投票日
- 5P 須崎市会計年度任用職員の募集
- 6P 市営住宅入居者募集
- 7P ご自宅で電解水素水を飲んでみませんか?
- 10P 福祉避難所をご存じですか?

## 特集 新年のごあいさつ



12月6日  
浦ノ内保育園でお餅つき  
「自分で作ったお餅は美味しいね!」

# 蓮賀



須崎市長

## 楠瀬耕作

### 須崎市に オリンピックの活力を

2020年子年、明けましておめでとう  
ございます。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。

さて、本年は半世紀という時間を超えて、  
わが国で2回目となる夏季オリンピックが  
開催されます。本市では、国・県のご支援を  
いただきながら、世界から注目が集まるオ  
リンピックイヤーを見据え、5年前より浦ノ  
内地区で海洋スポーツパーク構想を推進し  
て参りました。これは、波静かな国内でも希  
少な自然環境を生かし、カヌー・オーブン  
ウオーターなどの海洋スポーツの聖地とし  
て国内外に認知していただき、スポーツ合宿  
や体験型修学旅行などを誘致し、本市の活  
性化につなげるためです。

おかげ様で、年々スポーツ合宿や海上ア  
スレチックなどでお越しいただく方が増え  
ており、カヌーやオーブンウオーターの競技  
環境は全日本クラスの大会を開催できるこ  
の高い評価を得ています。特筆すべきは、カ  
ヌー競技において世界の強豪国であるチェコ  
共和国が、3年前より毎年1カ月前のキャン  
プを行ってくれています。本年もオリンピッ  
ク直前の7月に事前合宿が予定されており、  
須崎に来る選手の中にメダル候補が何人か

おいでます。彼らは「メダルを取ることが  
良い練習環境を提供してくれた須崎市への  
恩返しだ」と言ってくれています。

どうか市民の皆さまには、日本選手への応  
援もさることながら、この須崎市ですと練  
習を続けてくれたチェコ共和国カヌーナシヨ  
ナルチームへのご声援もよろしくお願いい  
たします。7月には皆さまと一緒におもてな  
しの心をもってお迎えしたいと思えます。

また、私事で恐縮ですが、この1月末を  
もつて2期8年の市長任期満了を迎えます。  
この間、人口減少・高齢化・財政再建・防災対  
策などと向き合いながら、全速力で走ってき  
たつもりです。力不足で不十分な点多々  
あることは認識しておりますが、常に前向き  
に市政に取り組みしましたのも、市民の皆さ  
ま・市議会議員の皆さま・市職員の皆さま  
のお支え・叱咤激励があったからこそであり、  
心から感謝申し上げます。

末筆ながら、本年1年が市民の皆さま方  
にとりまして辛多き年になりますこと、とし  
て災害などのない平穏な年でありますよう  
お祈り申し上げ、年頭のご挨拶とさせていただきます。

令和2年1月



# 新年



須崎市議会議長

大崎 宏明

## 市民の視点に立った 政策提言ができる市議会に

明けましておめでとうございます。

市民の皆さまには、健やかに新春をお迎えることと心からお慶び申し上げます。また、日頃より、市議会活動に対しまして、格別のご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、昨年を振り返りますと、元号が令和に改められた5月には、日本陸上競技選手権大会・女子1万メートルにおいて、新莊地区出身の鍋島莉奈さんが見事優勝されるなど、本市にとつて明るい時代の到来を実感いたしました。また、本年7月開幕の東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会に出場するチエコ共和国カヌー代表チームの事前合宿が決定し、本市海洋スポーツパーク構想の実現に向け大きく前進しているところです。これを機に、スポーツ、文化交流を深める取り組みにつなげていくことが期待されます。

また、昨年は須崎工業高等学校と須崎高等学校が統合し、高吾地域の拠点校として、4月から新たに須崎総合高等学校が開校いたしました。同校造船科が出場した2019柳川ソーラーボート大会学生部の部では、周回レースおよびスラロームコンテストにおいて優勝するなど日頃の努力が実を結んだ結果であり、今後の同校のあらゆる活

躍に大いに期待をするものであります。

一方、記録的な大雨や暴風が関東地方を中心に広い範囲を襲った相次ぐ台風は、多くの尊い生命や財産を奪う結果となり、自然の脅威を見せつけられた1年でもありました。今後においても地球温暖化などにより大雨や短時間に降る強い雨の頻度はさらに増加すると予測されています。

また、近年各地で頻発している地震などあらゆる災害に対し、自分の命は自分で守ることを基本に、備えを万全にしておく必要があります。

さて、本市におきましては須崎市総合計画や須崎市まち・ひと・しごと創生総合戦略など長期的な計画を策定、改訂し、人口減少の克服や地方創生の実現、防災対策、産業の振興などさまざまな課題解決に向け取り組みを進めております。

市議会といたしましたしても、市民を代表する議決機関であることを常に自覚し、市民の視点に立った政策提言ができる市議会となるよう一層努めて参る所存でございます。

結びに、市民の皆さま方ますますのご多幸とご繁栄を心からお祈り申し上げます、新年のごあいさつといたします。

令和2年1月



# 須崎市長選挙 投票日

- 告示日:1月19日(日)
- 投票日:1月26日(日)

投票時間は午前7時～午後6時まで

## 投票できる人

投票日に満18歳を迎えている人(平成14年1月27日以前に生まれた人)で、令和元年10月18日までに須崎市の住民基本台帳に登録され、引き続き市内に住んでいる人です。

## ●市内で転居された人

1月9日以降に須崎市内で住所移動届出をされた場合は、移動前の投票所での投票となります。

## ●市外へ転出された人

転出し、投票日当日に市内に居住していない人は、投票所入場券が届いても投票できませんのでご注意ください。

## 投票所入場券

1月20日(月)から郵送します。何らかの事情で、お手元に届いていなかったり、忘れて持参していても投票はできません。

## 期日前投票はお早めに

投票日に仕事や旅行、シヤ、冠婚葬祭などの用事がある人は、選挙管理委員会事務室で期日前投票ができます。投票所入場券の裏面の宣誓書に必要事項を記入して期日前投票所にお越しください。

選挙人名簿と対照後、投票用紙を交付しますので、投票記載台で投票用紙に記入し、投票箱に投かんしてください。

## ●期間

1月20日(月)～  
1月25日(土)

## ●場所

午前8時30分～午後8時  
須崎市役所本庁1階  
選挙管理委員会事務室

## 郵便での不在者投票

身体に重度の障害がある人などは、郵便による不在者投票ができますが、事前に「郵便

投票証明書が必要で、詳しい申請の方法については、選挙管理委員会までお問い合わせください。

## 指定病院 などでの不在者投票

指定病院、指定老人ホームなどの不在者投票施設に指定された施設に入院、入所であれば、その施設で不在者投票ができます。

手続きは施設の担当者までお問い合わせください。

## ●須崎市内の指定された施設

- ・高陵病院
- ・ネオリゾートちひろ病院
- ・一陽病院
- ・須崎くろしお病院
- ・介護老人保健施設暖流
- ・特別養護老人ホーム清流荘

## ●期間

1月20日(月)～  
1月25日(土)

須崎市選挙管理委員会

042-6391

## 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・泌尿器科(月・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(月・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)



# 須崎市会計年度任用職員の募集

4月1日採用予定の須崎市会計年度任用職員(一般職非常勤職員)を次のとおり募集します。

申込みをする人は、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。

なお、勤務時間など各種条件の詳細は、須崎市ホームページもしくはハローワーク掲載の求人票をご確認いただくか、担当課までお問い合わせください。

## 「会計年度任用職員」とは

4月1日から地方公務員法および地方自治法の一部改正により、適正な任用・勤務条件を確保するため、新たに会計年度任用職員制度が創設されます。これに伴い、現在の臨時・非常勤職員が、会計年度任用職員に位置付けられます。

職 種	事務補助員
担当課	総務課 ☎0889・42・3791 募集人数 10人程度
就業場所	市役所本庁舎など 特記事項 —

職 種	介護認定調査員
担当課	長寿介護課 ☎0889・42・1205 募集人数 若干人
就業場所	市役所本庁舎 特記事項 高齢者福祉・介護の実務経験者

職 種	生活支援コーディネーター
担当課	長寿介護課 ☎0889・42・1205 募集人数 1人
就業場所	市役所本庁舎 特記事項 地域支援活動経験者

職 種	看護師または栄養士
担当課	長寿介護課 ☎0889・42・1205 募集人数 1人
就業場所	市役所本庁舎 特記事項 有資格者

職 種	歯科衛生士
担当課	健康推進課 ☎0889・42・1280 募集人数 1人
就業場所	市役所本庁舎 特記事項 有資格者

職 種	保健師
担当課	健康推進課 ☎0889・42・1280 募集人数 2人
就業場所	市役所本庁舎 特記事項 有資格者

職 種	年金調査員(生活保護世帯に対する)
担当課	福祉事務所 ☎0889・42・3691 募集人数 1人
就業場所	市役所本庁舎 特記事項 年金事務実務経験者

職 種	就労支援員(生活保護世帯に対する)
担当課	福祉事務所 ☎0889・42・3691 募集人数 1人
就業場所	市役所本庁舎 特記事項 相談業務実務経験者

職 種	児童虐待防止対策コーディネーター
担当課	子ども・子育て支援課 ☎0889・42・1229 募集人数 1人
就業場所	市役所本庁舎 特記事項 有資格者

職 種	特別支援保育コーディネーター
担当課	子ども・子育て支援課 ☎0889・42・1229 募集人数 1人
就業場所	市役所本庁舎 特記事項 有資格者

職 種	保育士
担当課	子ども・子育て支援課 ☎0889・42・1229 募集人数 若干人
就業場所	吾桑保育園 特記事項 有資格者

職 種	給食調理員
担当課	子ども・子育て支援課 ☎0889・42・1229 募集人数 1人
就業場所	吾桑保育園 特記事項 有資格者

職 種	給食調理員(短時間含む)
担当課	学校教育課 ☎0889・42・5291 募集人数 15人程度
就業場所	市内小学校 特記事項 —

職 種	教育支援員
担当課	学校教育課 ☎0889・42・5291 募集人数 15人程度
就業場所	市内小中学校 特記事項 —

職 種	学校支援推進員
担当課	学校教育課 ☎0889・42・5291 募集人数 5人程度
就業場所	市内小中学校 特記事項 —

職 種	教育指導員
担当課	学校教育課 ☎0889・42・5291 募集人数 1人
就業場所	教育支援センター 特記事項 —

職 種	教育相談員
担当課	学校教育課 ☎0889・42・5291 募集人数 1人
就業場所	教育支援センター 特記事項 —

職 種	事務補助員
担当課	学校教育課 ☎0889・42・5291 募集人数 1人
就業場所	教育支援センター 特記事項 —

職 種	図書館長
担当課	生涯学習課 ☎0889・42・8591 募集人数 1人
就業場所	市立図書館 特記事項 —

職 種	図書館司書
担当課	生涯学習課 ☎0889・42・8591 募集人数 1人
就業場所	市立図書館 特記事項 —

職 種	図書館事務補助員(短時間含む)
担当課	生涯学習課 ☎0889・42・8591 募集人数 2人
就業場所	市立図書館 特記事項 —

職 種	公民館長
担当課	生涯学習課 ☎0889・42・8591 募集人数 6人
就業場所	市内各公民館 特記事項 —

職 種	公民館事務補助員
担当課	生涯学習課 ☎0889・42・8591 募集人数 8人
就業場所	市内各公民館 特記事項 —

職 種	地域福祉相談員兼事務補助員
担当課	人権交流センター ☎0889・42・1420 募集人数 1人
就業場所	人権交流センター 特記事項 —

職 種	児童厚生員
担当課	人権交流センター ☎0889・42・1420 募集人数 1人
就業場所	児童センター 特記事項 有資格者

申込受付期間

1月6日(月)から24日(金)まで

# 市営住宅 入居者募集



市営住宅の入居者を募集します。

入居希望者は、次の内容と募集案内書を確認し、期間中に申込みを行ってください。



## ●募集住宅●

住宅	所在地	間取り・設備など	募集戸数	月額使用料 (令和元年度)
南永田市営住宅	泉町5番20号	和室3・DK・浴室・便所・ 倉庫・駐車場	5戸(A棟3・4階、 B棟1・3階、D棟4階)	10,200円～
野見市営住宅	野見222番地	和室2・洋室1・DK・浴室・ 便所・倉庫・駐車場なし	3戸(1階2戸・4階)	14,000円～

※構造はすべて鉄筋コンクリート、4階建。 ※使用料は、入居者の収入などによって算定するため、毎年度変動します。

●**申込期間：1月16日(木)～2月7日(金)** ※土・日・祝日除く

●**受付時間：午前9時～正午／午後1時～5時**

### 募集案内書・ 申込書配付

1月16日(木)から、住宅・建築課で入居者募集案内書や入居申込書などの必要書類を配付します。  
須崎市ホームページ「市営住宅入居者募集」からダウンロードもできます。

### 申込資格

申込みをする場合、次の資格すべてに該当している必要があります。

●住宅に困窮していることが明らかな人(入居予定者が持ち家を所有している場合は申込みできません)。  
●須崎市に居住していること。  
●入居予定者全員の平成30年中所得金額の合計から、各種控除をした金額の12分の1が15万8千円以下(高齢者などの世帯で条件を満たす世帯は21万4千円以下)となる世帯。  
●入居予定者が暴力団員でないこと。  
●確実な連帯保証人がいること。  
●市税などに滞納がないこと。  
●そのほか、条例などで定められた条件を満たすこと。

### 入居者の決定

入居者については、選考を行い決定します。また、選考のうえ、申込者が募集戸数を上回った場合は、公開抽選により決定します(選考結果などにより、入居できない場合もあります)。

### 入居予定日

3月初旬

### 注意事項

申込みは1世帯につき1戸です。募集案内書には、申込みや入居に関する注意事項を記載しています。  
必ず確認してください。

申込み・問い合わせ先 **住宅・建築課 住宅管理係** ☎42・5692

はじめるなら、  
くもんの先生。

家庭も、仕事も、  
やりがいも。  
私ほぜんぶ、  
かなえたい。

**現在、  
下記の校区で  
後任者を募集して  
おります。**

高岡郡中土佐町：  
久礼小学校

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27日(月)	10:00～12:00 14:00～16:00	公文教育研究会 高知事務局 (本町4-2-40ニッセイ高知ビル4F)

**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**

※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です。)  
※上記日程でご都合がつかない場合は、他にも日程がございますので、フリーダイヤルま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。

# 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項および第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30年12月1日から令和元年11月30日までの閲覧状況は次のとおりです。

市民課 市民窓口係

☎42・1191

申出者	委託者	利用目的の概要	閲覧年月日	住民の範囲
(一社)中央調査社 会長 大室 真生	(公財)生命保険文化センター 代表理事 鈴木 勝康	「生活保障に関する調査」の 対象者抽出	平成31年 3月19日	山手町
(一社)中央調査社 会長 大室 真生	(株)朝日新聞社マーケティング本部 マーケティング部 部長 田中 志織	「新聞およびWeb利用に 関する総合調査」の 対象者抽出	令和元年 6月28日	大 谷
(一社)中央調査社 会長 大室 真生	NHK放送文化研究所 世論調査部長 吉田 理恵	「災害に関する意識調査」の 対象者抽出	令和元年 8月14日	南古市町、 中町2丁目、 浜町1丁目、須崎
(株)日本リサーチセンター 代表取締役社長 鈴木 稲博	(独)労働政策研究・研修機構 理事長 樋口 美雄	「職業と生活に関する調査」の 対象者抽出	令和元年 9月27日	吾井郷乙、 吾井郷甲
(一社)中央調査社 会長 大室 真生	国土交通省土地・建設産業局 企画課長 安岡 義敏	「土地問題に関する 国民の意識調査」の 対象者抽出	令和元年 11月7日	妙見町

- **対象**  
須崎市に住民登録があり、居住している30歳以上の人
- **お願いすること**  
①平成31年4月1日～令和2年3月31日に受診した健康診断結果の提出  
②機器設置後、3年間の健康診断結果やアンケートなどの提出
- **機器の設置**  
3年間、無料でお貸しします。3年後希望される人には使用した機器を無償譲渡します。
- **そのほか**  
詳しい条件などは、説明会で説明します。

(株)日本トリムより寄贈いただいた、電解水素水整水器を活用し、日常的な電解水素水の飲用による市民の健康状態、健康意識および医療費への影響を検証するため、ご自宅に電解水素水整水器を設置できる人を募集しています。

※応募するためには、必ず説明会に参加していただく必要があります。ご協力いただける人は、ご本人が説明会へご参加ください。

説明会日程		場 所
1月10日(金)	10:00～	総合保健福祉センター2階会議室
	16:00～	
	18:30～	
1月19日(日)	11:00～	総合保健福祉センター3階会議室
	13:00～	
1月20日(月)	16:00～	総合保健福祉センター2階会議室
	18:30～	

プロジェクト推進室

☎42・1368

ご自宅で

電解水素水を飲んでみませんか？

電解水素水整水器を  
無料でお貸しします



貸与する電解水素水整水器  
「TRIM ION HYPER」  
(株式会社 日本トリム提供)

胃腸症状の  
改善効果が認められた  
管理医療機器です。

# 防災情報

大切な人を  
守るために



No.81

## 市内一斉

## 避難訓練の検証

南海トラフ地震の発生を想定し、12月1日(日)午前8時から市内一斉の避難訓練を実施しました。

避難場所や経路の確認を行うとともに、早期避難率を算出するため、想定地震発生から10分後、20分後、30分後の避難者数を計測しました。なお、今回の訓練には1,243人の参加がありました。(詳細は下表のとおり)

計測結果より、地震発生から10分後までに避難した人が最も多い結果となりました。今回の訓練と同様に実際の地震でも津波発生の情報を受けたらずに避難しましょう。

いざというときに迅速な行動につなげるため、今後の訓練にも多くの皆さんのご参加をお願いします。

災害への備えや対策は、公助だけでなく、自助・共助による取り組みも非常に重要です。住宅の耐震対策や家具

の転倒防止、食糧の備蓄などを進めましょう。

●市内一斉避難訓練の避難者数など●

地区名	10分後	20分後	30分後	地区別避難率(%)	避難対象者数※
須崎地区	151	307	333	6.83	4,878
多ノ郷地区	107	275	310	4.25	7,301
新荘地区	132	227	229	20.84	1,099
安和地区	32	60	108	16.69	647
南地区	34	42	44	4.39	1,002
吾桑地区	95	118	121	24.4	496
上分地区	21	22	26	5.86	444
浦ノ内地区	37	69	72	3.93	1,831
計(人)	609	1,120	1,243	7.02	17,698

※表の避難対象者数とは、高知県が発表した最大クラスの地震津波により、浸水する地域の人口(令和元年10月末現在)です。訓練参加人数には、地域の高台など、人数が把握できない場所は含まれておりません。

## 防災タウンページなどを いただきました

11月27日(水)、NT

Tタウンページ株式会社様より、市民の日常生活における防災意識の向上や健康維持を目的として、「高知県版タウンページ」、「高知県西部防災タウンページ」、「高知県西部健康シニアタウンページ」を寄贈いただきました。

各種冊子は既に各ご家庭に配布しておりますので、今後の防災活動、健康維持にご活用ください。



知ってよかった!



【防災まめ知識】  
地震・津波の  
避難行動  
【背の高い建物】

避難の最中に揺れが起きた場合、建物のガラスや看板などが落下してくることがあります。

地震が起きたら、頭をしっかりと守り、建物から離れて避難場所へ向かいましょう。

地震・防災課

☎42・1236

## 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



須崎市福祉タクシー  
チケットが使えます。



株式会社  
横浪交通

須崎市浦ノ内西分1079-9 TEL.0889-49-0007 FAX.0889-49-0367

須崎営業所 TEL.0889-58-1012

3月5日(木)  
開催

# 不動産合同公売会のお知らせ

税金滞納で差し押さえた不動産7物件を公売します。行政サービスを支える財源の確保に向けて、差し押さえした財産は、随時公売を行って滞納税に充てています。滞納の解消、税收確保のために多くの皆さんの参加をお待ちしています。

## 公売とは

「公売」とは、滞納税に充てるために差し押さえをした財産を売却することです。具体的には、見積価額以上の金額で入札者の中で、最高価額の入札者に売却していきます。裁判所の行っている競売に類したものです。

- 日時：3月5日(木) 【開場】午後1時30分～ 【入札開始】午後2時～
- 会場：総合保健福祉センター2階 会議室

## 入札に必要なもの

- 保証金(現金で、入札当日の午後2時までに納付)
- 身分を証明するもの(運転免許証など)
- 印鑑(認印)
- 委任状(代理人の場合)
- 買受適格証明書(公売物件が農地の場合に、所在地の農業委員会へ申請が必要。四万十町は2月10日(月)、津野町は2月14日(金)まで申請受付)

※落札者は、買受代金(落札額から保証金を控除した金額)を3月12日(木)午後2時までに納付してください。

※所有権移転登記については、費用負担、住民票などの提出を条件に代行します。

税務課 収納係

☎42・1291

## ●公売物件の一覧●

番号	所在地		地目・種類など	登記地積	登記床面積		見積価額 (千円)	保証金 (千円)	指定の状況		備考
				(㎡)	1階 (㎡)	1階以外 (㎡)			都計法	農振法	
1	須崎市	浦ノ内西分字大島	雑種地	1,370.00	—	—	1,750	180	—	—	
2	土佐市	新居字太子	宅地・居宅 (一部雑種地)	435.90	97.48	—	60.7	0	—	—	雑種地64.35㎡
3	津野町	新土居字平成	田	735.00	—	—	100	0	—	農用地	中山間地域等 直接支払制度対象
4	四万十町	仁井田字野田	宅地・居宅	277.81	86.66	30.66	1,450	150	非線引	—	賃借人有
5	土佐市	宇佐町宇佐字橋田	宅地・居宅	158.67	50.97	16.80	700	100	非線引	—	
6	土佐市	中島字西大垣	宅地・居宅	915.70	71.02	27.15	3,500	400	非線引	—	
7	四万十町	高野字サクラ谷	田	4,312.00	—	—	500	50	—	農用地	

※各物件について、状況によって公売が中止になる場合があります。

※公売や物件の詳細は、高幡租税債権管理機構のホームページをご覧ください。

※公売物件の「現地案内」は、個別に対応します。

## ■公売物件ごとに問い合わせ先が異なります

- 番号1 …… 須崎市役所 税務課 …… ☎0889・42・1291
- 番号2 …… 土佐市役所 税務課 …… ☎088・852・7629
- 番号3 …… 津野町役場 町民課 …… ☎0889・55・2314
- 番号4 …… 南国・香南・香美租税債権管理機構 …… ☎088・855・6776
- 番号5～7 …… 高幡租税債権管理機構 …… ☎0889・40・0911

新年あけましておめでとうございます

## 1月の過ごし方について

冬の寒さを避けるために部屋ごとの温度差を少なくしましょう。外出時も寒い所に出ると血管が収縮し血圧が上がりますので高血圧の人は注意が必要です。心血管系の病気や心筋梗塞発作、脳卒中等が多い月です。温度管理にも注意し良いお正月を迎えられ今年も健康で1年を過ごしましょう。



Neo Resort  
CHIHIRO HOSPITAL

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

事業主の  
みなさん

# 給与支払報告書の提出は1月31日(金)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、法人役員などを含む)を支払った事業主(法人・個人事業所)は、給与受給者の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が法令で定められています。

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

給与支払報告書には、給与支払者の個人番号または法人番号の記載と、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。詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。税務課市民税係までお問い合わせください。

## 給与支払報告書

### (総括表)について

令和元年分給与支払報告書(総括表)を昨年度の給与支払

報告書の提出状況をもとに事業所に送付しました。

給与支払報告書を須崎市へ提出する際は、送付した総括表を添付してください(エルタックスを利用する場合は添付の必要はありません)。総括表が送付されていない場合でも提出対象者がいる場合は、総括表を添付して給与支払報告書を提出してください。

総括表は、税務課市民税係にあります。須崎市ホームページからダウンロードすることもできます。

## 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することが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、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。また、電子納税も市・県民税(給与特別徴収)、法人市民税の納付が可能です。エルタックスをご利用ください。詳しくは、エルタックスホームページをご覧ください。ヘルプデスクまでお問い合わせください。

## 納税管理人について

納税管理人とは、納税に関する手続きを代理で行う人のことです。

海外への転出など、書類の受領や納税ができなくなる人は、転出前に納税管理人の指定をする必要があります。

個人住民税は1月1日時点の住所地で課税となりますので、昨年中に収入があった場合は転出前に税務課までお問い合わせください。事業主の人は、雇用している人へ、より一層の周知をお願いします。

### 税務課 市民税係

042-1291

### エルタックスヘルプデスク

05770081459

## 福祉避難所

をこ存知ですか?

福祉避難所とは、災害発生時に一般避難所に避難してきた人のうち、介助や見守りなどが必要で一般避難所では生活に支障がある人(高齢者、障害者、妊産婦など)を配慮者を対象に特別な配慮がされた避難所です。

ただし、原則として災害発生直後に開設されるのではなく、一般避難所での避難生活が長期化する恐れがある場合に、市から開設を要請し、要配慮者の受け入れ態勢が整い次第、開設される二次的避難所です。

須崎市では、現在の8カ所を福祉避難所に指定(協定)していますので、ご確認ください。

### ●福祉避難所指定(協定)一覧●

施設名	所在地
総合保健福祉センター ※	山手町1-7
デイサービスセンター 清流の家	上分丙1758-8
デイサービスセンター ばんだ湯の香荘	桑田山乙1173-1
学校法人 明德義塾	浦ノ内下中山160
市立スポーツセンター よこなみアリーナ	浦ノ内東分2269-4
デイサービス くりの木	安和1201-54
デイサービス どんぐりの里II	吾井郷乙1909-3
デイサービスセンター 山ももの家	安和216-1

※総合保健福祉センターは、風水害時のみ福祉避難所に指定しています。

## 福祉避難所運営訓練を実施しました

10月27日、安和のデイサービス「くりの木」で、福祉避難所運営訓練を実施しました。

訓練では、施設職員と地域住民が連携して、福祉避難所の開設準備から要配慮者の受け入れ、運営などを行い、福祉避難所についての理解を深めました。

今後も、福祉避難所指定施設での運営訓練を順次実施する予定ですので、地域の皆さんもご参加ください。



### 長寿介護課

### 長寿支援係

042-1205

# ファミリーサポート センター すさき

## 保育サービス講習会のご案内



まかせて  
会員の  
向け

### 保育サービス講習会の開催について

まかせて会員向けの保育サービス講習会を2月に開催します。

地域の子育てを応援したい人、ボランティア活動に興味のある人の参加をお待ちしています。講義はすべて「子育てに関する基礎的な事項」で、家庭での育児にも役立つ知識を各分野の専門家の人たちがわかりやすく教えてくれます。ぜひご参加ください。

#### 会員の登録条件

原則、自宅で子どもを預かることができる人で、次の条件を満たす人

○保育サービス講習会を受講できる人

※まかせて会員に登録する場合は、全ての講習を受講する必要があります。

#### 日程と講習内容

○須崎市内に住所を有している20歳以上の人  
○心身ともに健康で、子育ての援助活動に理解と熱意のある人

① 2月4日(火)

○ファミサポの仕組み・概要

○子どもの発育と病気

② 2月7日(金)

○子どもの世話・安全・事故について

○小児に対する救急救命

③ 2月12日(水)

○保育の心と子どもの遊び

○心の発達とその問題

④ 2月17日(月)

○子どもの栄養と食生活

○センターの概要・質疑応答など

#### 時間

4日間とも午前9時～正午

#### 会場

総合保健福祉センター2階会議室1

#### 託児について

講習会当日は受講される人のお子様を対象に、子育て支援センターはつびいばけついで一

時預かりを予定しています。利用を希望される人は事前にお問い合わせください。

#### 申込方法

電話にて子ども・子育て支援課までお申込みください。

#### 申込締切日

1月31日(金)

おねがい  
会員の  
も

随時募集中!

#### 会員の登録条件

子どもの送迎や預かりを頼みたい人で、次の条件を満たす人

○須崎市内に住所を有している人

○生後6カ月から小学6年生までの子どもと同居する保護者

○ファミサポの相互援助活動に理解のある人

子ども・子育て支援課 幼保支援係

042-1229

キミの英語力はもっと伸びる!

2歳から大人まで、年齢に合わせて様々なプログラムを用意しています。

生徒募集中

「生きた英語」を楽しく、しっかり身につけるなら

まずは無料体験レッスンへ

当教室へ!

お気軽にお問い合わせください



ECCジュニア須崎妙見教室  
講師 エイドリアーノ 桃加  
須崎市妙見町3-9 ☎42-7759  
<http://www.eccsusaki.com/>

Facebookページで教室の様子などをご覧いただけます。「ECCジュニア須崎妙見教室」で検索。

# 国民年金だより

ご存じですか、  
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・1355

## 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、働いている世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。

20歳以上60歳未満の人は、国民年金に加入することが義務付けられています。

20歳になった人には、日本年金機構から国民年金に加入したことをお知らせする書類が届きますので、内容をご確認ください(厚生年金または共済組合に加入している・していた人を除きます)。

## 公的年金は老後のためだけのものではありません

公的年金に加入し保険料を納め続けることで、老後の生活保障となる老齢年金のほか、場合によっては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、加入者が亡くなったとき、その加入者によって生計を維持されていた遺族の「子」がいる配偶者や「子」が受け取ることが

できます。

ただし、どちらの年金も受給するには一定の条件があります。加入の届け出忘れや保険料の納め忘れがあると、年金が受給できなくなる場合がありますので、届け出、納付を忘れないようにしましょう。

## ●学生納付特例制度

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

すべての学生が対象となるものではありませんので、申請前に最寄りの年金事務所にご確認ください。

## ●納付猶予制度

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に、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

## 年金生活者支援給付金制度に 便乗した詐欺にご注意ください

昨年10月より始まった年金生活者支

援給付金制度に便乗し、厚生労働省、日本年金機構または市区町村の職員を名乗る者から、「年金生活者支援給付金の振込口座が使えないため、新しい口座番号、暗証番号、マイナンバーを教えてください」などという不審な電話がかつてきた事例が報告されています。

今回の制度に関連し、そういった内容をお聞きすることはありません。このような電話があつても、口座番号などの個人情報を決して教えることのないようご注意ください。

## 年金事務所出張年金相談

### ●相談日

1月22日(水)・2月26日(水)

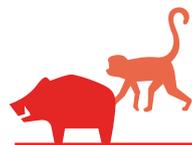
### ●受付時間

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

※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。



## 野生鳥獣による 被害を防止 しましょう

市内では年間を通じて、サルやイノシシなどの野生鳥獣による被害が発生しています。被害を防止するためには、予防策を講じることが重要です。

### ① 餌場を 作らない

野菜くず、生ごみを畑へ捨てるときは、土に埋めるようにしましょう。見える場所に捨てると、食べに来るようになります。

### ② 餌を 与えない

絶対に餌を与えないでください。人を怖がらなくなり、人が持っているものを奪うようになります。

### ③ むやみに 近づかない

興味本位で近づくと、襲われる可能性があります。

### ④ 追い払う

長い間滞在してほしくなければ、鍋底を叩くなど大きい音を出して追い払いましょう。

予防策を講じて、被害がある場合は、農林水産課または須崎警察署へご相談ください。

農林水産課 農林係

☎42・3591

須崎警察署

☎42・0110



マイナンバーカードの休日交付日を毎月1日設けています(要予約 ☎42・1191)

今月の交付日 1月11日(土) 午前8時30分～午前11時30分 市民課 市民窓口係



## 住民票などに 旧氏(旧姓)を 併記できます

令和元年11月5日から、住民票、印鑑証明書、マイナンバーカードおよび公的個人認証の署名用電子証明書に旧氏を併記できるようになりました。

旧氏とは、過去の戸籍上の氏のことです。旧氏を併記する場合には、本人の戸籍に記載されている過去の氏の中から1つを選ぶことができます。

旧氏の併記を希望する人は、市民課市民窓口係で手続きを行ってください。

### ●手続きに必要なもの

- ①旧氏から現在の氏に至るまでのすべての戸籍、除籍または改製原戸籍の謄抄本
- ②本人確認書類(運転免許証など)
- ③個人番号(マイナンバー)カードまたは個人番号通知カード

# お知らせ

詳しくは、総務省ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

市民課 市民窓口係

☎42・1191

## 建設工事などの 入札参加資格 審査申請(指名願)を 受け付けます

令和2年度に須崎市が発注する建設工事、測量・建設コンサルトなどの業務について、入札参加資格審査申請(指名願)を受け付けます。

市内に主たる営業所を有する建設業者などで、一般競争入札または指名競争入札に参加を希望する業者などは、受付期間内に申請書(高知県様式)を総務課まで提出してください。提出にあたっては、A4サイズの紙ファイルにとじ、直接持参のうえ、提出をお願いします。※郵送不可

### ●受付期間

1月15日(水)～2月17日(月)

※受付時間は、午前8時30分～

正午、午後1時～5時15分。

※土・日曜、祝日を除く。

※平成30年度から令和2年度の期間に、須崎市が発注する

物品・製造などの業務の指名願は随時受け付けています。

総務課 総務管財係

☎42・3791

## 相続登記 無料相談会開催

高知県司法書士会では、2月の1カ月間を「相続登記はお済みですか月間」と定め、2月1日(土)、県内10カ所で無料法律相談会を実施します。

相続登記をはじめ、法定相続情報証明制度、遺言、遺産分割協議など相続に関する相談に応じ、適切なアドバイスを行います。

### ●日時

2月1日(土)

午前10時～午後3時

### ●場所

四万十町役場東庁舎  
(高岡郡四万十町琴平町

16-17)

高知県司法書士会総合相談センター

☎0888・8253・3143

## 就職への第一歩！ 職業訓練生募集

就職を目指してスキルアップを考えている人のために、2～6カ月の職業訓練コースを開講します。受講料は無料です(テキスト代は別途必要)。訓練期間中から終了後にわたって、ハローワークと各訓練施設が積極的に就職支援を行います。

現在、2月、3月開講の「美容セラピー・エステティック養成科」、「簿記スキル養成科」、「基礎からしっかり学ぶ介護職員実務者研修科」のコース参加者を募集しています。

詳しくは、左記までお問い合わせください。

ポリテクセンター高知

☎0888・8333・1324

## 高知家の 女性しごと応援室から イベントのお知らせ

「女性のための再就職準備イベント」を開催します。今日から始められる「整理収納術」をはじめ、就職に関する個別相談なども行います。申込みは不要ですので、お気軽にご参加ください。

### ●日時

1月28日(火)

午前10時～午後3時30分  
(受付：午前9時30分)

### ●場所

ちより街テラス3階  
(高知市知寄町2丁目1-37)

### ●参加費・無料

### ●託児サービス・無料

※託児サービスは予約制ですので、前日までにお知らせください。

高知家の女性しごと応援室

☎0888・873・4510

## プレミアム付 商品券について お知らせ

消費税率引き上げに伴い、増税による家計の負担を軽減するため、プレミアム付商品券事業を実施しています。

住民税非課税者(生活保護受給者を除く)で、扶養控除の対象者ではなく、課税者と同じ世帯でない場合は、商品購入対象者となります。

購入申請書の受付期間は、1月31日(金)までです。購入希望の方は、総合保健福祉センター1階の受付窓口で申請手続きをしてください。

元気創造課 商工観光係  
☎42・3951



# すさき SUSAKI NEWS ニュース



## 12/6 年末年始 交通安全出発式

年末年始における事故の未然防止を図るため、交通安全出発式が須崎警察署前で行われました。一日警察署長を須崎自動車学校の濱田愛也香さん、総合警戒隊長をしんじょう君が務め、出発式後は、市内一斉パトロールに加え、大間保育園児がお餅と交通安全啓発グッズをドライバーに配り、交通安全を呼びかけました。



交通安全に向けたお願いをする大間保育園児



園児が  
ドライバーに  
交通安全を  
呼びかけました



交通安全宣言を行う一日警察署長の濱田愛也香さん

近日開催のイベントを紹介します。

## 現代地方譚 7 食ノ間 (タベルノアイダ)

美術展や映画、音楽、演劇などさまざまな催し物を開催いたします。

### AIR アーティスト・イン・レジデンス須崎

4名の美術家が各々の滞在経験を元に制作した作品の展覧会。

- 作家：今井麗、工藤夏海、佐々瞬、中山晃子
- 会期：1月18日(土)～2月16日(日)月曜日休館
- 場所：すさきまちかどギャラリー(青木町1-16)
- 観覧料：300円

### オープニングバル/レセプション

中山晃子、ほか参加アーティストによるパフォーマンスを行います。

- 日時：1月18日(土)17:00開場
- 会場：須崎駅前しんじょう君の倉庫(原町1-5)
- 入場無料(飲食代は別途必要)

### 映画 新荘こどもフィルムオーケストラ

新荘小学校4年生から6年生の子どもたちが監督した8mm映画5本を生バンドの演奏と共にフィルム上映します。

- 日時：2月8日(土)13:30開場/14:00開演
- 会場：新荘小学校体育館(下分594-1)
- 時間：10:00～17:00月曜日休館

※2月9日(日)より16日(日)まで、錦湯(浜町1-2-2)にてデジタルループ上映します。

観覧無料

### 音楽 イ・ランライブ in 鳴無神社 ■同時開催：現代地方譚 航ル市

韓国のシンガー・ソングライター、イ・ランによるライブコンサートを開催します。会場へはスポーツセンターカーター場より巡航船でご案内。境内には市が立ちます。

- 日時：2月9日(日)12:30開場/13:30開演
- チケット：前売2,500円/当日3,000円 ※鳴無神社への自家用車の
- 会場：鳴無神社境内(浦ノ内鳴無) 乗り入れはご遠慮ください。

### 演劇

須崎を題材とした戯曲のオリジナル脚本おひろめ朗読会。

- 日時：2月16日(日)10:00開演
- 会場：すさきまちかどギャラリー

### 飲食

高知県内の色々なお店が1日カフェをオープン。

- 日時：会期中の土・日・祝日11:00～17:00 ※2/8、2/9を除く
- 会場：すさきまちかどギャラリー
- ※出展者により営業時間変更の場合あり

### 物販

須崎だけでなく高知県内のこだわりの品と一緒に、オリジナル商品を販売。

- 日時：会期中の木～日曜日11:00～17:00
- 会場：Cona-Cafe(青木町5-14)

問合せ：050-8803-8668(すさきまちかどギャラリー)

毎月開催の市長定例会見の様を、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)。

# ジェニファーの フランス 料理教室



皆さん、明けましておめでとうございます。元  
気創造課のジェニファーです。2月29日(土)に  
フランス料理教室を開催します。第2回となる今  
回は、フランスのプアブロンファルシーという家  
庭料理とガトー・オ・シトロン(レモンケーキ)を  
作ります。興味があれば、ぜひご参加ください。

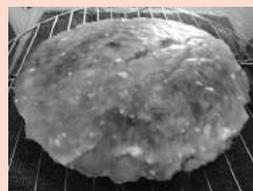
開催日

**2月29日(土)**

- 時間:午前10時~午後1時40分
- 場所:総合保健福祉センター3階 調理教室



プアブロンファルシー



ガトー・オ・シトロン(レモンケーキ)

- 定員:15人
- 参加費:500円
- 応募期間:1月6日(月)~1月31日(金) 午後4時まで

## ●応募方法

元気創造課(担当:ジェニファー)にお電話いただくか、  
メール(件名:料理教室2月29日)にてご応募ください。

※定員になり次第、応募を締め切ります。

※当日はエプロン、三角巾、ハンドタオルをご持参ください。

元気創造課 商工観光係 ☎42・3951

syoko1@city.susaki.lg.jp

## 楠瀬市長活動報告

# 耕作がゆく

日本食研ホールディングス(株)本社訪問  
(写真左:大沢代表取締役会長)



11月

- 26日 須崎市情報公開審査会/PTA・須崎市行政懇談会
- 27日 NTTタウンページ(株)防災タウンページ寄贈式
- 28日 全国山村振興連盟通常総会/  
国保制度改善強化全国大会(いずれも東京都)

12月

- 1日 市内一斉避難訓練/  
中国・四国ブロック緊急消防援助隊合同訓練
- 2日 高陵地区暴力追放推進協議会総会/  
すさきクリスマスイルミネーション点灯式
- 3日 高幡圏域一部事務組合議会定例会
- 4日 市議会12月定例会開会/人権週間講演会/定例会見
- 5日 須崎市民生委員児童委員嘱辞令伝達式
- 6日 高知県国民健康保険団体連合会理事会(高知市)/  
高知県更生保護事業功労者顕彰式典受彰者祝賀会
- 7日 須崎消防団定期総会
- 10・11日 市議会12月定例会一般質問
- 12日 全国市長会 学校における1人1台PCの実現に向けた意見交換会(東京都)
- 18日 日本食研ホールディングス(株)本社訪問(今治市)
- 19日 市議会12月定例会閉会/須崎地区被害者支援連絡協力会総会
- 20日 広域自治体新電力事業化に向けた検討会

## イベントカレンダー

### 健康講座

「ひざ裏のばしでフレイル予防!」

テレビや雑誌でおなじみ、か  
わむらクリニック川村明先生に  
よるフレイル(加齢による筋力  
や心身の活力低下)予防のため  
の講演と、先生考案のひざ  
裏伸ばし体操を体験いただき  
ます。

日時

**1月19日(日)**  
10:00~11:30

場所 総合保健福祉センター  
2階会議室

申込み 長寿介護課長寿支援係  
42・1205

参加料 無料(先着150人)

### 生涯大学1月講座

近年の人権教育によって、須  
崎市民の人権意識は高まって  
きましたが、人権侵害の事例は  
依然として数多く存在します。  
今回は高齢者の人権について  
講演していただき、みんなで人  
権について考えていきます。

日時

**1月31日(金)**  
10:30~12:00

場所 総合保健福祉センター  
2階会議室1

講師 高知県人権啓発センター  
高見 節生さん

演題 誰もが幸せにくらすために  
~高齢者の人権~

問合せ 生涯学習課生涯学習係  
42・8591

※受講生以外の参加も可能(無料)です。

●そのほかの新刊

- 地域が稼ぐ観光(大羽昭二)
- カインは言わなかった(芦沢央)
- おしゃべりながんの図鑑(小倉加奈子)
- 飛雲のごとく(あさのあつこ)
- チングス紀 五 絶影(北方謙三)
- ワインの新スタンダード(石田博)
- 落花(澤田瞳子)
- 法律トラブルを解決するならこの一冊(國部徹)
- ヒールをぬいでラーメンを(栗山圭介)
- のっけから失礼します(三浦しをん)
- 虹にすわる(瀧羽麻子)
- 光に向かって這っていけ(サーロー節子ほか)
- 予言の島(澤村伊智)
- はじめてママへやさしく作れる赤ちゃん小もの(朝日新聞出版)
- 最後の手紙(アントニエッタ・パストーレ)



児童

- きつねの橋(久保田香里)
- すてきてなんだろう?(アントネッラ・カペッティほか)
- 失われた世界への時間旅行(堤隆)
- おどりたいの(豊福まきこ)
- 長浜高校水族館部!(令丈ヒロ子)
- おやさいろくま(柴田ケイコ)
- 民主主義は誰のもの?(ブランテルグループほか)
- 草木とみた夢(谷本雄治)
- いきもの漢字図(えざきみつる)
- 巨大空港(鎌田歩)

【休館日】月曜日・祝日(月曜日が祝日の場合は、翌日休館)

図書館

☎42・2141



「こうして誰もいなくなった」  
【有栖川有栖 著】

■今月の一冊



新刊  
図書案内

この本は、ドラマ化もされた『火村英生』シリーズなど、数々の人気作を持つ有栖川有栖30周年の節目に出版された珠玉の短編集です。伊勢湾に浮かぶ孤島に集められた10人の脛に傷持つ男女。彼らに下された裁きとは…。表題作でもある「こうして誰もいなくなった」は題名のとおり、アガサ・クリスティの代表作「そして誰もいなくなった」を大胆にアレンジした作品です。

ほかにも書店店長の推理が光る日常ミステリ「本と謎の日々」、現代日本を舞台にアリスが不思議な世界に迷い込む「線路の国のアリス」など、幅広いジャンルの作品が収録されています。ミステリに詳しくなくても楽しめる作品がたくさん入っているので、有栖川小説の世界に思う存分浸ってください。

子育て中のお母さん・お父さん  
母子健康手帳アプリを利用しませんか?



母子健康手帳アプリを利用すると

- お子さんの成長を写真と一緒に保存ができる
- 予防接種や健診の記録が入力できる
- 須崎市から子育て関連の情報が届いて便利

アプリのダウンロードはこちら



須崎市 母子健康手帳アプリ 検索

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(金)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・総合相談センター

ほっと

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

仕事、住まい、借金、心と体の健康のことなど、生活の困りごとを相談支援員と一緒に考えさせていただきます。ささいなことでもご相談ください。

# 第3回

## はじめての



# 男の料理教室

※交通手段のない人はご相談ください。



前回の料理教室ではちらし寿司を作りました。酢飯を一人ずつ順番に混ぜ、上手に混ぜる人には歓声が上がっていました。実食後のアンケートでは、みんなで作って食事をするのがとても楽しいという意見や、料理を作る大変さが分かったという意見が出ていました。

第3回目のメニューは「具だくさん焼きそば」、「おろし和え」です。

料理のレパートリーを増やしたい人、少しでも料理が出来たらいいなと思う人、みんなで作る料理を作りたい人も大歓迎です。ぜひご参加ください。

**日時**  
1月17日(金)  
午前10時～午後0時30分

**場所**  
総合保健福祉センター  
3階調理室

**メニュー**  
具だくさん焼きそば  
おろし和え

**対象**  
65歳以上の男性  
(須崎市内在住)

**定員**  
10人

**持ち物**  
手拭きタオル(三角巾、エプロンは貸し出します)

**参加費(材料費)**  
350円

**申込締め切り**  
1月14日(火)

長寿介護課 長寿支援係  
☎42・1205

## 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15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

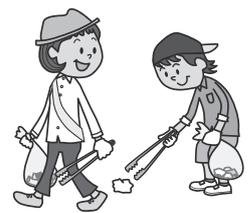
(毎月第3水曜日に開催していますので、ご利用ください)

## 人口・世帯数 (11月末日現在)

人口	21,534人	(前月比)	-23)
男	10,535人	(前月比)	-16)
女	10,999人	(前月比)	-7)
世帯数	10,874世帯	(前月比)	-18)

出生数：11人 死亡数：23人

## 市内美化活動にご協力をお願いします



**1月11日(土) 川端シンボルロード**

**1月26日(日) 富士ヶ浜**

午前7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

健康推進課  
☎42・1280

## がん検診のお知らせ

### 大腸がん郵送検診

便を容器に採取し、郵送で提出する検診です。

#### ●対象者

40歳以上の須崎市民で、令和元年度の大腸がん検診を受けていない人

#### ●申込期間

1月6日(月)～  
2月20日(木)

#### ●検診料金 無料

#### ●受診方法

①健康推進課へ電話でお申込みください。後日、採便容器、問診票、提出用封筒を郵送します。

②採便した容器と必要事項を記入した問診票を、送付期間内に検査機関(高知県総合保健協会)へ郵送してください。

③検査結果は、精密検査が必要な人のみ受診者にお知らせします。

※高知県総合保健協会への検体の投函は、日曜日から木曜日にかけて行うようにしてください。

●申込み先 健康推進課  
☎42・1280

### 広域がん検診

住所地に関係なく、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、須崎市で実施しているがん検診と同じです。

受診には事前予約が必要です。

#### ●申込締切日

各検診日の2週間前  
※申込開始日は、1月8日(水)です。定員に達した時点で受付終了となります。

### ●令和元年度 広域がん検診 日程●

市町村	実施場所	日にち	受付時間	実施する検診
宿毛市	総合保健協会幡多検診センター	2月16日(日)	午前9時～ 10時30分	肺がん・胃がん・ 大腸がん・乳がん・ 子宮頸がん ※乳がん・子宮頸がんの 受付時間が午後の日 があります。申込時にご確 認ください。
高知市	保健福祉センター	2月23日(日)		
	総合保健協会中央検診センター	3月8日(日)		
南国市	保健福祉センター	2月29日(土)		
		3月1日(日)		

※須崎市内での広域がん検診はありません。

#### ●申込み先

高知県総合保健協会  
☎088・831・4351

※高知県総合保健協会へ電話でお申込みください。須崎市から受診票、問診票、検診会場の地図、駐車場案内などを送付します。

## 健康講座のお知らせ

健康パスポートポイント(緑)対象事業です。



高知大学医学部  
内分泌代謝・腎臓内科 助教  
平野 世紀 医師

平野医師が生活習慣病予防や治療について、自分の健康状態を把握する方法を分かりやすく教えてください。テーマは「糖尿」の予定です。講演後、減塩みそ汁の試飲もあります。

住み慣れた地域でいつまでもいきいきと健康で暮らすことを目指して、健康づくりに取り組みましょう。

**日時：1月29日(水) 午前10時～11時(受付時間9時30分～)**

※講演後、減塩みそ汁の試飲と管理栄養士の話

●場所：総合保健福祉センター1階 集団検診室 ●参加費：無料(申込み不要) ●問い合わせ先：健康推進課 ☎42・1280



## 特定健診

(病院での個別検診)の  
受診ができます!

事前予約不要!

当院では、**診察時間内**であれば、**通常の受診の要領**で、特定健診を受けることができます。生活習慣病は自覚症状もなく、いつの間にか進行して、やがて悪化します。厚生労働省では「生活習慣病を原因とする死亡は、全体の3分の1にものぼる」と推計されています。生活習慣病の予防と早期発見に**1年に1回は特定健診**を受けましょう! (\*須崎市から送られた、**受診券と問診票**を記入しご持参ください。料金補助に必要な大切な書類です。)



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・消化器内科  
循環器内科・腎臓内科・心臓血管外科・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



## 【女性検診】 準備のため、1週間前までの予約をお願いします。☎42-1280

月	日	曜	事業名	時間	場所	対象者
1	19	日	乳がん検診 子宮頸がん検診	8:30～11:00	総合保健 福祉センター	乳がん検診(40歳以上)昨年度未受診者 料金:1,000円 子宮頸がん検診(20歳以上)昨年度未受診者 料金:600円
				13:00～15:15		

《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、子宮頸がんの(細胞採取による)検査を行います

## 【母子保健関係】

月	日	曜	事業名	時間	場所	対象者
1	14	火	育児相談	9:30～11:30	浦ノ内市民交流会館	乳幼児と保護者 平成28年7・8月生まれ
	16	木	3歳児健診	個別通知		
	21	火	育児相談	9:00～12:00		
				13:00～15:00		
			母乳相談	10:00～12:00		
				13:00～15:00		
2	4	火	離乳食相談	13:00～15:00	総合保健福祉センター	乳幼児と保護者
			育児相談	9:00～12:00		
			母乳相談	13:00～15:00		
				10:00～12:00		
				13:00～15:00		
			歯科相談	13:00～15:00		
6	木	乳児健診		13:00～13:30	令和元年9月生まれ	

## 【成人保健関係】

月	日	曜	事業名	時間	場所	備考
2	5	水	健康相談	9:00～10:00	新荘公民館	皆様、お気軽にお越しください!

## 【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
1	21	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
2	4					

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。

## 【年末年始当番歯科診療のご案内】 ※1月2日が「まるとみ歯科」に変更になりました。

月	日	曜	当番歯科医院	受付時間	住所	電話	対象者
12	31	火	吉野歯科	9:00～12:00	大間東町188	☎42-0954	市民
1	1	水	どい歯科クリニック		四万十町北琴平町12-29	☎0880-22-2303	
	2	木	まるとみ歯科		西町2丁目180-1	☎43-2323	

年末年始の歯科診療を上記のとおり実施します。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。

## (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。

## こうちこども救急ダイヤル

「こどもの具合が、急に悪くなったけど、受診したほうがいいのか?」と迷ったときに、看護師が電話で相談にお応えします。

### 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

## こころの痛み、話せる電話です。

NPO法人  
高知いのちの電話



### ☎088・824・6300

受付時間 毎日午前9時～午後9時

## 須崎市地域包括支援センター

### ☎42・1206

介護に関する心配や悩みごと、高齢者に関することなら何でもご相談ください。

## 【休日診療在宅当番医】

月	日	曜	病院名
1	12	日	須崎くろしお病院
	13	月	須崎くろしお病院
	19	日	須崎くろしお病院
	26	日	高陵病院
2	2	日	須崎くろしお病院
	9	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。必ずご来院ください。

## 【夜間救急診療】

### 1月

日	曜	病院名
11	土	くぼかわ病院
12	日	くぼかわ病院
13	月	栲原病院
14	火	須崎くろしお病院
15	水	くぼかわ病院
16	木	須崎くろしお病院
17	金	須崎くろしお病院
18	土	須崎くろしお病院
19	日	大西病院
20	月	高陵病院
21	火	須崎くろしお病院
22	水	くぼかわ病院
23	木	須崎くろしお病院
24	金	須崎くろしお病院
25	土	くぼかわ病院
26	日	栲原病院
27	月	高陵病院
28	火	須崎くろしお病院
29	水	くぼかわ病院
30	木	須崎くろしお病院
31	金	須崎くろしお病院

### 2月

日	曜	病院名
1	土	くぼかわ病院
2	日	須崎くろしお病院
3	月	高陵病院
4	火	須崎くろしお病院
5	水	くぼかわ病院
6	木	須崎くろしお病院
7	金	須崎くろしお病院
8	土	須崎くろしお病院
9	日	くぼかわ病院
10	月	高陵病院

※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。

須崎市の

ALT

先生を  
の紹介します!



チェルシー  
マリー ロペス

出身地 アメリカ合衆国  
担当校 吾桑小学校、  
多ノ郷小学校、  
朝ヶ丘中学校



サラヘレン  
フィンガー レフラー

出身地 アメリカ合衆国  
担当校 新莊小学校、  
安和小学校、  
上分小中学校



クリスタル  
サム ボランド

出身地 ニュージーランド  
担当校 浦ノ内小学校、  
須崎小学校、  
須崎中学校



テツヤ  
アーノルド ホンゴウ

出身地 アメリカ合衆国  
担当校 南小中学校、  
浦ノ内中学校

ALTって  
どんな仕事を  
しているの?

小中学校における外国語の授業の補助として、子どもたちの英語力の向上のため、本場の発音を聞かせることや、担任の先生とデモンストレーションとして英会話を行っています。また、授業の中で子どもたちと一緒に外国語に関するゲームをしたり、出身国の文化の紹介もしています。授業以外にも一緒に給食を食べたり、外国語以外の授業や、学校行事に参加したりするなど、子どもたちと積極的に関わっています。



新莊小学校  
での  
授業風景



須崎小学校  
での  
授業風景

多ノ郷小学校  
での  
授業風景



南中学校  
での  
授業風景



★ 令和2年度より小学校の新学習指導要領(中学校は令和3年度完全実施)が全面実施となり、小学校5・6年は教科としての「外国語科」が実施されます。

○ 外国語活動3・4年で実施 外国語による聞くこと、話すことの言語活動を通してコミュニケーションを図る素地となる力を育てます(授業時数:年間35時間)

○ 外国語科5・6年で実施 外国語による聞くこと、読むこと、話すこと、書くことの言語活動を通してコミュニケーションを図る基礎となる力を育てます(授業時数:年間70時間)