



特集

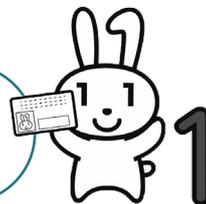
つくろう！マイナンバーカード！

- 4P 市長 耕作がお伺いします(市政懇談会開催のお知らせ)
- 5P 11月は「滞納整理推進強化月間」です
- 6P 高知県Go To Eatキャンペーンスタート!
- 8P 浄化槽の適正な維持管理をお願いします
- 13P 今年で交流100年!記念の年にチェコ共和国をもっと知ろう!

今、この瞬間を全力で



# つくろう！ マイナンバーカード！



マイナンバーカードは、マイナンバー（個人番号）が記載された顔写真付きのICカードです。公的な身分証明として利用できるほか、スマートフォンによる所得税申告やマイナポイント（キャッシュレス決済サービスを利用することで、付与される上限5,000円分のポイント）の受け取りなど、さまざまなサービスに利用できます。

今後は、健康保険証として使えるようになるなど、活用場面がさらに拡大されますので、この機会にマイナンバーカードをつくりませんか。

現在、新型コロナウイルス感染症の影響で、加速する社会のデジタル化に合わせ、マイナンバーカードの必要性も高まっていることから、須崎市では、次の3つの取り組みを実施しています。

## 新たにマイナンバーカードを取得した人に、2,000円分の商品券を贈呈します（先着1,000人）

10月1日以降、須崎市でマイナンバーカードを新たに取得した人に対して、商品券2,000円分を贈呈します。商品券は、須崎市内でのご利用にご協力をお願いします。

また、9月末までにマイナンバーカードを取得されている人には、今回の普及促進の取り組みにご理解をお願いします。

## マイナンバーカードの提示により、各種証明書の発行手数料を100円割引します

須崎市に住民登録がある本人が、市民課と税務課の窓口で、マイナンバーカードを提示した場合、各種証明書の発行手数料を100円割引します。

なお、法人および任意代理人は、対象外です。※割引の終了時期は未定です。

## 市内事業所などでマイナンバーカード出張受付を行います

市職員が須崎市内の企業や地域の団体などに出張し、一括してマイナンバーカードの申請受付と交付を行います。また、ご協力いただいた団体などに対し、事務費および会場使用料として一律20,000円をお支払いします。

### ●出張申請の流れ

- ①実施希望日の1カ月前までに、出張申請受付申込書を市民課市民窓口係まで提出してください（郵送可）。
- ②市職員が指定された場所に向向き、申請受付を行います（所要時間は1人あたり10分程度）。

### ●申込条件

- 市内に住民登録のある8人以上の申請が見込まれること
- 申請希望者本人が受付会場で申請すること

### ●出張申請でお願いしたいこと

- 出張申請を受け付ける会場（机、椅子、コンセントがあるところ）の準備
- 申請希望者の住所、氏名および生年月日を記入したリストの事前提出
- 当日の申請希望者の案内・誘導
- 申込団体内での周知

### ●マイナンバーカードの交付について

マイナンバーカードは申請後、1～2カ月で交付できます。交付方法は、次の3つから選択できます。

- ①市民課市民窓口係での受け取り（予約のうえ、来庁した本人への手渡し）
- ②本人限定受取郵便での受け取り
- ③出張申請を受け付けた会場での受け取り（本人への手渡し）

### ●出張申請受付実施期間

令和3年1月29日（金）まで 原則火曜日から金曜日の午前10時から午後4時まで（応相談）

窓口での混雑を避けるため、マイナンバーカードに関する手続きはお電話にて事前にご予約を受けております。ご協力をよろしくお願いいたします。

申込受付・問い合わせ先

市民課 市民窓口係

☎42・1191



# まずは必要なものをチェック！

須崎市から通知カードと一緒に送られてきた**交付申請書**を持っていますか？

持っていない！

持っている！

手書き用の交付申請書と封筒をダウンロードして、**郵便**で申請できます！  
顔写真の貼り付けとマイナンバーの記入が必要です！



**須崎市の窓口へ**  
※ご連絡の上、事前に予約をお願いします。  
**交付申請書**を再発行してもらえます。  
**本人確認書類をお忘れなく！**

※無料で顔写真撮影、申請補助を行っています。また、本人限定郵便でカードの受け取りができます。



市民課窓口へ提出

4つの方法から申請ができます！



ご自身で申請したい！



# マイナンバーカード申請方法診断チャート！

**スマホを使いこなしている！**

**スマートフォン**で申請

郵送に比べてカードの仕上がり早い！

必要なもの



交付申請書

スマートフォン

顔写真データ

**パソコン作業が得意！**

**パソコン**で申請

交付申請書に記載の申請書ID  
半角数字 23 桁

必要なもの



交付申請書

パソコン

顔写真データ

**文字を書く方が得意！**

**郵便**で申請



必要なもの

交付申請書

証明写真  
(6カ月以内に撮影したもの)

封筒

**自撮りが苦手...**

**証明用写真機**で申請



必要なもの

交付申請書

写真代

このマークが目印！



申請から約1カ月後、須崎市から「**交付通知書**」が届きます！  
交付通知書に記載の必要書類を持参して、あなたの**マイナンバーカード**を受け取りにいきましょう！

# 新型コロナウイルス感染症の影響による 令和3年度固定資産税の減免のお知らせ



新型コロナウイルス感染症の影響で、事業収入が減少している中小事業者などを対象に、令和3年度固定資産税を減免します。対象者は、認定経営革新等支援機関などで、要件に該当しているかの確認を受けた後、必要書類を期間内に税務課資産税係までご提出ください。

- 対象者 中小事業者など(ただし、大企業の子会社などは除く)
- 対象となる資産 事業用家屋および償却資産
- 減免率 令和2年2月から10月までの任意の連続する3カ月間の事業収入の合計が前年同期間に比べて、50%以上減少している場合は「全額免除」、30%以上50%未満減少している場合は「2分の1免除」となります。
- 必要書類 ①申告書(認定経営革新等支援機関などが確認したもの)  
②申告書の確認時に認定経営革新等支援機関などへ提出した書類一式(会計帳簿、所得税青色申告決算書、収支内訳書など)
- 申告書の入手方法 税務課で配付しているほか、須崎市ホームページからダウンロードもできます。
- 申告期間 **令和3年1月4日(月)～2月1日(月)**  
減免対象となる償却資産をお持ちの事業者などは、令和3年度償却資産申告書と同時にご提出ください。
- 認定経営革新等支援機関などへの確認 対象者は、須崎市が定める申告書を利用して、認定経営革新等支援機関などで確認を受ける必要があります。認定経営革新等支援機関などは、中小企業庁ホームページ(「中小企業庁 固定資産税 減免」で検索)で確認できます。

税務課 資産税係 ☎42・1291



## 市長 耕作がお伺いします (市政懇談会開催のお知らせ)



新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、延期していました市政懇談会を開催します。本年度の懇談会でも、市民の皆さんの市政全般へのご意見やご提案など、活発な意見交換の場となればと考えています。皆さん、お誘い合わせのうえ、ご参加をお願いします。なお、会場内での感染防止のため、マスク着用と手指消毒の徹底や入場制限などの対策を行いますので、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

日程	開催日	開催地区	開催場所	定員
	11月16日(月)	須崎地区	須崎公民館(交流ひろばすさき)	定員20人
	11月17日(火)	新荘地区	新荘公民館	定員25人
	11月24日(火)	浦ノ内地区	浦ノ内市民交流会館	定員45人
	11月25日(水)	上分地区	上分公民館	定員22人
	11月26日(木)	多ノ郷地区	多ノ郷公民館	定員23人
	11月27日(金)	吾桑地区	吾桑公民館	定員32人
	11月30日(月)	南地区	南公民館	定員27人
	12月 1日(火)	安和地区	安和市民交流会館(安和保育園隣)	定員22人

●出席予定者  
市長、副市長、教育長、関係課長

開催時間は、各会場とも  
**午後7時から8時30分**  
までを予定しています。

企画政策課 ☎42・5691

# 11月は「滞納整理推進強化月間」です

## 市税などの納め忘れはありませんか

市民の皆さんが納付する市税や保険料、使用料などは、防災や福祉、教育など、身近な行政サービスや事業を実施するうえで大切な財源です。

須崎市では、5月と11月を「滞納整理推進強化月間」と定め、市税などの納付啓発を行い、未収金の解消を目指して取り組みを強化しています。

### 市税などを滞納すると

市税などを納期内に納めない人がいると、納めた人との公平性を欠くばかりでなく、市の財政運営に影響し、行政サービスの支障になります。

納期内に納付しない人には、督促状を送付し、納付を促しています。それでも納付しない人に対しては、財産の差し押さえなどの滞納処分を実施しています。滞納処分は、督促状を送付した日から10日を経過すると行うこととされています。

また、市税などの納付が納期から遅れた場合、納期限の翌日から1カ月を過ぎるまでの期間

は、年率7・3%、それ以降は年率14・6%の「延滞金」を納めなければなりません。

### 市税などの納付相談を受け付けています

滞納すると滞納処分だけではなく、国民健康保険税では病院での全額負担、介護保険料では介護サービスの利用制限、水道料では給水の停止など、さまざまな行政サービスの利用に制限がかけられます。また、社会的信用を失うことにもなりかねません。

市税などの納付について、なんらかの事情で納期内に納付が困難な人は、担当課に相談してください。

今後もし税や保険料、使用料などの納期内納付にご協力ください。

市税などの納付は、口座振替を利用できます。金融機関でも手続きできますので、ぜひご利用ください。

### 令和元年度一般会計歳入決算額

市の収入:約158億1千万円	
市税	そのほか
約27億6千万円 <b>約17.5%</b>	約130億5千万円 <b>約82.5%</b>

市税は市の収入全体の約17.5%を占めており、市が行う行政サービスのための重要な財源です

#### 市税について

☎ 42・1291

#### 住宅使用料などについて

☎ 42・5692

#### 住宅・建築課

#### 保育料について

☎ 42・1229

#### 子ども・子育て支援課

#### 後期高齢者医療保険料について

☎ 42・1355

#### 市民課 保険医療係

#### 介護保険料について

☎ 42・1205

#### 長寿介護課

#### 水道料について

☎ 42・1825

#### 水道課

## 11月は

## 児童虐待防止推進月間です

### みんなで防ごう「子ども虐待」

児童虐待は、子どもの心身の成長・発達にさまざまな悪影響が生じる可能性があります。このことから、令和2年4月より子どもへの体罰は、法律で禁止されました。

虐待かも?と思ったら迷わず、すぐに連絡してください。あなたの電話で救われる子どもがいます。

連絡は匿名でかまいません。連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。

子どもや家庭のことでお悩みの人は、須崎市家庭児童相談室までご相談ください。

児童相談所  
全国共通  
3桁ダイヤル

いち はや く  
**189**  
へ連絡してください。



#### 須崎市家庭児童相談室

☎ 42・1204

#### 子ども・子育て支援課

☎ 42・1229

あなたと大切な人を守るために

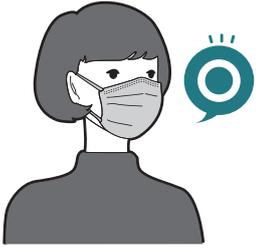
## 新型コロナウイルス感染症対策を実践しよう



新型コロナウイルス感染症に限らず、冬場はインフルエンザやノロウイルスなどの感染症も流行しやすい季節となります。  
感染を広げないためには、一人ひとりの感染防止対策の徹底、ウイルスを持ち込まないことが大切です。今一度、感染防止対策などを確認し、実践しましょう。

● **感染防止対策**  
○ 感染防止の3つの基本  
① 人との距離を保つ  
② 症状がなくてもマスクの着用  
③ 流水と石けんで30秒手洗い  
○ 3密(密集・密接・密閉)の回避  
○ 献杯、返杯、大皿は避ける

● **マスクの正しい使い方**  
○ 鼻から顎の下までしっかりとマスクで覆われることが大切です。



○ マスクの表面は、汚染されているものと考えて触らないようにしましょう。

● **正しく知って、冷静な行動を**  
新型コロナウイルスに感染した人やその家族、医療従事者への誹謗中傷が広がっているほかにも、県外ナンバーの車に乗っている人が嫌がらせを受ける事例が報道されています。  
不確かな情報に惑わされたり、必要以上に恐れたりすることなく、一人ひとりがお互いに思いやり、冷静に行動しましょう。

● **症状や受診に関するお問い合わせ**

高知県新型コロナウイルス健康相談センター

☎0888・8236・9300

受付時間

午前9時～午後9時  
(平日・土・日・祝日)

須崎福祉保健所

☎42・1875

健康推進課

☎42・1280

新型コロナウイルス感染症により、甚大な影響を受けている飲食業を応援するため、農林水産省による官民一体型の需要喚起キャンペーン「高知県Go To Eatキャンペーン」が11月2日からスタートしました。

高知県  
**Go To Eat**  
キャンペーン

「お得意に」食べて、飲んで、  
**25%**の  
プレミアム付  
食事券  
高知を元気に!

2020年11月2日(月) スタート!

### 販売価格

500円券×20枚

① 1セット8,000円(10,000円分)

→ファミリーマートにて販売 WEB申込必要

※1回あたり2セットまで購入可(以降何回でも購入可)

500円券×10枚

② 1セット4,000円(5,000円分)

→県内商工会議所、商工会にて販売

※1回あたり5セットまで購入可(以降何回でも購入可)

### 販売期間

11月2日(月)～令和3年1月31日(日)

※県内商工会議所、商工会での販売は令和3年1月29日(金)まで

### 利用期間

11月2日(月)～令和3年3月31日(水)

### 利用店舗

当キャンペーン登録済の高知県内の飲食店

※登録店舗および参加店舗登録については、高知県Go To Eatキャンペーンホームページをご覧ください。

公式ホームページ

<https://www.gotoeat-kochi.com/>



問い合わせ先

高知県Go To Eat キャンペーンコールセンター

☎0570・000・891(ナビダイヤル)

※平日午前10時～午後5時(土・日・祝日・年末年始除く)

須崎商工会議所

☎0889・42・2575

# 防災情報

大切な人を  
守るために



No.90

## 車の燃料が半分になる前に給油をしましょう

南海トラフ地震が発生すると、揺れや津波によってガソリンスタンドが被災するため、車に燃料を給油することが困難になります。

また、被災していなくても緊急車両への給油が優先され、一般車両への給油は制限される場合があります。

そのため、日頃から常に燃料の残量を半分以上にして、災害に備えましょう。

## 井戸の所在調査にご協力をお願いします

須崎市では、災害時の水を確保するため、井戸の所在調査を行っています。

現在使用中の井戸や、使用していない井戸を所有している人は、地震・防災課まで連絡をお願いします。

## 耐震診断を実施していただきます

昭和56年5月31日以前に建築した木造住宅に対して、耐震診断を実施しています。

高知県から登録を受けた耐震診断士が、地震に対して建物が安全かどうか調査します。

### ●補助対象

昭和56年5月31日以前に建築の木造住宅

### ●費用

無料

※随時受け付けています。

## 知ってよかった!

### 【防災まめ知識】

災害時に役立つ日用品【レジ袋】



レジ袋の両側を底まで切って、持ち手部分を首にかけることで、即席の腕吊りが作れます。骨折などの大けがをした時に役に立ちます。

地震・防災課

☎42・1236

## すさきまちなか学舎防災事業

## すさきdeまなぼうさい

「自分の身は自分で守る」をテーマに、子どもから大人まで楽しく学び、活かせる防災学習「すさきdeまなぼうさい」を開催します。ぜひご参加ください。



### 日時

11月15日(日)

午前10時～午後3時30分

### 会場

すさきまちなか学舎1階シェアキッチン  
(東古市町2-2)

### 定員

20人程度(※事前申込みが必要です)

### 対象

小学生とその保護者、地域住民

### 参加費

無料

### 内容

○午前の部:午前10時～正午

- ①防災について学ぼう～帰ってできる防災準備～  
講師:高知大学 大槻准教授
- ②非常食を食べてみよう  
講師:(一社)防災活動支援センター

○午後の部:午後1時30分～午後3時30分

- ③防災について学ぼう～避難について考えよう～  
講師:(一社)防災活動支援センター
- ④お菓子ポーチを作ってみよう  
講師:防災すけっと隊

(一社)防災活動支援センター

☎088・821・8289

NPO法人暮らすさき

☎050・8808・6388

## 専門医師の診察のお知らせ

当院では次の専門医師が診察をしております。

日本呼吸器内科専門医・日本循環器内科専門医・総合内科専門医・消化器内視鏡専門医・消化器病専門医・肝臓専門医

早めの受診で病気の早期発見と早期治療に努めましょう。

診察のお問合せは、右の電話番号にておたずねください。



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

# 浄化槽の適正な維持管理をお願いします

合併処理浄化槽は、トイレの水洗化で快適な生活が楽しめるだけでなく、きれいな水を川などの自然に帰し、美しく豊かな自然を守ります。

浄化槽は、下水道と同程度の汚水処理性能を持つのですが、正しい使い方と適正な維持管理がなされないと、本来の機能を十分に発揮することができません。浄化槽を設置している人それぞれが、保守点検、清掃、法定検査をしっかり行い、美しい自然をみんなで守りましょう。



## 指定検査機関

高知県環境検査センター

☎088・860・2400

環境保全課 環境保全係

☎42・5891

○保守点検は、定期的に行うことが義務付けられています。

○清掃は、年1回以上の実施が義務付けられています。

※保守点検・清掃業者は、須崎市ホームページをご覧ください。

○法定検査は、浄化槽の機能が十分発揮されているか確認する大変重要な検査です。年1回必ず指定検査機関で受けることが義務付けられています。

## 林業コラム

# 現在の林業現場は安全で働きやすい環境に変わってきています

林業現場は、近年、機械化が進んでいます。昔は、林業用車両が走行する道が極端に少なく、傾斜がきついなどの理由で、木材搬出には、集材機を操作してワイヤーロープで運ぶ方法(架線システム)が主流でした。

この方法は、1カ所に木材を集めるため、トラックを含めた工程管理が重要となります。1人前に機械を使いこなすためには、相当の技術力が要求され、さらに危険が伴うといった理由で後継者が育ちにくい状況でした。



集材機を操作してワイヤーロープで木材を運ぶ方法(架線システム)

しかし、近年、普及してきた最新

の林業専用重機で、木材を集めて搬出する方法(路網システム)は、作業道を開設しながらの作業のため、現場までの時間が短縮され、常に集材現場が見えるため、以前より安全性が高まりました。

また、機械の組み合わせで生産性が各段に上がり、森林の所有者も管理が容易など、現在、林業現場は安全で働きやすい環境に変わってきています。



作業道を開設し、最新の林業専用重機で、木材を集めて搬出する方法(路網システム)

農林水産課 農林係

☎42・3591



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

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？

若いころより**2cm以上身長が縮んで**いて、背中や腰が曲がり痛みがあるのは、骨粗しょう症かもしれません。高陵病院では**短時間で骨密度が判定できるタイプの骨密度測定装置**を導入しています！ ～お気軽に医師・看護師にご相談ください～



高齢や病気などで判断能力に不安が...

そんな人を守るため

# 「成年後見制度」があります

## 成年後見制度とは？

「認知症が進んだ親の判断能力が心配」、「同居していた家族が亡くなり、知的障がいのある人が1人になってしまった」、「心の病が長引いて日常生活が不安」など、認知症や知的障がい、精神障がいなどの理由で判断能力が不十分な人（以下「本人」といいます。）の権利や財産を保護し、支援するのが成年後見制度です。この成年後見制度には、「任意後見制度」と「法定後見制度」の2つがあります。

### ① 任意後見制度

判断能力が十分あるうちに、衰えた時に備えて、財産管理や入院、入所の契約など「誰にどんな支援を頼みたいのか」をあらかじめ決めておく制度です。

公証役場に出向き、支援の内容について書面（公正証書）を作成し、任意後見契約を締結します。その後、本人の判断能力が低下した後に、家庭裁判所で選任された任意後見監督人のもと、任意後見人が適切な支援を行います。

### ② 法定後見制度

すでに判断能力が低下している人が活用できる制度です。

なお、法定後見制度では、本人の判断能力の程度に応じて「後見」、「保佐」、「補助」の3類型が規定されています。

### ● 法定後見制度利用の流れ

#### ① 申立て

本人の住所地を管轄する家庭裁判所（須崎市は高知家庭裁判所須崎支部）に申立てします。

#### ○ 申立てができる人

本人や配偶者、四親等内の親族などです。なお、四親等内の親族がいない場合や、親族がいても申立てが期待できない場合などは、市町村長が申立てを行うことができます。

#### ○ 費用

・申立て費用（印紙代、切手代、診断書料など）1万円程度。このほか戸籍謄本、登記事項証明書などを入手するための費用も必要です。

・鑑定料（医師の鑑定が必要な場合のみ）5～10万円程度。

### ② 後見人などの決定

家庭裁判所で審判し、後見人

保佐人、補助人（以下「後見人など」といいます。）を決定します。

後見人などには、親族以外にも弁護士や司法書士などの専門職が選ばれる場合があります。

### ③ 後見の開始

決定した後見人などが財産管理や福祉介護サービスの契約などの支援を開始します。ただし、日用品の買い物や医療行為への同意などはできません。また、後見人などに対する報酬は、本人の資産内容などに応じて家庭裁判所が定めます。

このように、成年後見制度を利用することで、判断能力が不十分になったとしても、法的に権利や財産を守ることができます。詳しくは、お気軽にご相談ください。

### 問い合わせ先

長寿介護課 長寿支援係

☎42・1205

福祉事務所 障害福祉係

☎42・1207

須崎市地域包括支援センター

（須崎市社会福祉協議会内）

☎42・1206

## 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

猫を飼うときは、  
飼い主としての  
責任を持ちましょう



猫をはじめ、ペットを飼うときは、社会のルールを守り、他人に迷惑をかけることが大切です。適切な飼い方を心がけ、無理な数を飼育せず、飼うと決めたら責任と愛情をもって、最後まで面倒を見ましょう。



①猫を飼うときのルール

猫の放し飼いによる糞尿被害で、苦情や相談が多く寄せられています。近隣の迷惑にならない飼育を心がけましょう。

②飼っている猫が

飼えなくなった場合

やむを得ない事情により、猫を飼うことができなくなった場合は、新しい飼い主を探してください。

※動物愛護の観点から、原則として行政機関での引き取りは行いません。

③不妊・去勢手術をしましょう

不妊・去勢手術をすることにより、望まない妊娠を防ぐことができます。また、発情期がなくなることで、鳴き声や猫同士のけんかが減ります。

※高知県では、雌猫の不妊手術費用の一部を補助しています。詳しくは、須崎福祉保健所

でお問い合わせください。

④野良猫への餌やり

野良猫に餌を与えると、餌を求めてほかからも猫が集まり、糞尿被害の原因となります。餌を与えるなら、自分の飼い猫とするなど、最後まで面倒を見てください。

猫を捨てたり、虐待すると法律で罰せられます。

●動物虐待・遺棄

1年以下の懲役または100万円以下の罰金

●動物殺傷

5年以下の懲役または500万円以下の罰金

●環境保全課

☎42・5891

●須崎福祉保健所

☎42・1999

## 令和2年度 自衛官等募集案内

募集案内		応募資格	受付期間	試験期日
自衛官候補生 (男子・女子)		<b>18歳以上 33歳未満</b>	年間を通じて随時受付	【学科、適性】 11月14日(土)、12月12日(土)、 令和3年1月16日(土)、2月7日(日)、 3月6日(土) ※口述、身体検査は別示
一般曹候補生【陸上】 (男子・女子)			地域事務所へ ご確認ください	令和3年1月上旬予定
陸上自衛隊 高等工科学校 生徒	一般	男子で中卒(見込含) 17歳未満の者	11月1日(日)～ 令和3年1月6日(水)まで (締切日必着)	1次:令和3年1月23日(土) 2次:令和3年2月4日(木)～7日(日) (内1日)
	推薦	上記および成績優秀 かつ生徒会活動などで 顕著な成績を修め、 学校長が推薦できる者	11月1日(日)～ 11月30日(月)まで (締切日必着)	令和3年1月10日(日)・ 令和3年1月11日(月)の指定する1日

パンフレットもありますので、お気軽にお問い合わせください。

自衛隊須崎地域事務所 須崎市西崎町325-2 ☎42・7186

**電化住宅**をご検討の方へ  
**「でんかeプラン」**  
四国パワーセンターとエコキュートを設置すると

毎月の電気料金を

**10%割引**

IH割 5%割引 + エコキュート割 5%割引

「よんでんコンシェルジュ」に登録すると、  
毎月の電気料金で「よんでんポイント」がたまる!

毎月の電気料金が  
おトクになります!

**電化住宅以外**にお住まいの方へ  
**「おトクeプラン」**  
への切り替えで**3つのおトク**をGET!!

おトクな料金プラン + ありがとう割引 + 料金連動ポイント

従量電灯Aに比べ割安な料金設定



## 農用区域内農地の 転用には除外申し出を

農地を転用するときは許可が必要です。転用予定地が農業振興地域の農用区域内の場合には、農用地区域から除外する必要があります。

令和2年度下期の「農業振興地域整備計画の農用地区域からの除外申し出」を次のとおり受け付けます。農地転用予定地が農用区域内にある人は、除外の申し出をしてください。申し出書類は、農林水産課にあります。

**受付期限** 11月30日(月)まで

**問い合わせ** 農林水産課 農林係 ☎42・3591

※平日正午～午後1時および土・日・祝日を除く  
※農用地からの除外の申し出は年に2回です。  
※次回は令和3年5月頃の予定です。



## 全国一斉「女性の人権ホットライン」 強化週間について

11月12日(木)から11月18日(水)までの7日間は、全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間です。

高知地方法務局と高知県人権擁護委員連合会では、女性の人権問題解消に向け、次のとおり電話相談の強化週間を実施します。期間中は、土・日も相談を受け付けます。なお、相談は無料、秘密は厳守します。

**日にち** 11月12日(木)～11月18日(水)

**受付時間** 午前8時30分～午後7時まで  
(土・日は午前10時～午後5時まで)

**場 所** 高知地方法務局人権擁護課  
(土・日は高松法務局人権擁護部)  
☎0570・070・810(全国共通ナビダイヤル)

**問い合わせ** 高知地方法務局人権擁護課  
☎088・822・3503

**担当課** 人権交流センター ☎42・1420



## 交通安全指導員募集中!

現在、8人の交通安全指導員が、市民の安全を守るために活躍されています。

主な活動は、交通安全日の通学児童の保護活動です。また、イベント開催時の交通整理や技能向上を図るための研修も実施しています。

交通安全活動へ積極的にご参加できる人などは、お気軽にお問い合わせください。

**任 期** 令和3年4月1日～令和7年3月31日

**募集人数** 2人

**応募資格** 須崎市内に在住または勤務する20歳以上の人

**その他** 制服貸与、謝礼金あり

**応募締切** 令和3年1月29日(金)

**問い合わせ** 総務課 総務管財係 ☎42・3791



## 犬のしつけ方教室のご案内

南海トラフ地震などの災害が発生した際に、「うちの子は吠えるから一緒には避難できない…」などでお困りではありませんか?

ペットと「同行避難」するために、普段からやるべきしつけや健康チェックについて一緒に学びましょう。

**日にち** 11月29日(日)

**時 間** 午後1時30分～午後3時30分

**場 所** 須崎第二総合庁舎(東古市町6-26)

**対 象** 飼い主のみ

**講 師** 高知県愛玩動物協会代表 齊藤 喜美子さん

**申込方法** 須崎福祉保健所衛生環境課まで  
電話(☎42・1999)にて申込みください。

※デモ犬によるデモンストレーションは行いますが、犬同伴の教室ではありません。



た よう せい はく び じゅつ ぶろ じ え く と  
**多様性を育む美術プロジェクト**  
 か い が わ - く し ょ っ ぶ  
**絵画ワークショップ**  
 あ ん ど  
**&**  
 ふ あ し り て - し ょ ん こ う ざ  
**ファシリテーション講座**

し かくしやう こ そうけい しどう ながねんおこな とも みづか そうけい さつ か かつどう にしむらようへい  
 視覚障がいの子もたちに造形指導を長年行うと共に、自らも造形作家として活動している西村陽平さんを  
 こ う し む か か い が わ - く し ょ っ ぶ あ ん ど ふ あ し り て - し ょ ん こ う ざ か い さい  
 講師として迎え、絵画ワークショップ&ファシリテーション講座を開催します。

- **開催日** 11月22日(日)
- **場 所** 多ノ郷体育センター(赤崎町3-18)
- **参加費** 無料

**プログラム① 絵画ワークショップ**

え ぐ つか さくひん おこな しやう  
 絵の具を使った作品づくりを行います。障がいのある  
 ひと はじめ ようじ おとな さんか  
 人をはじめ、幼児から大人まで、どなたでも参加できま  
 す。自由な表現を楽しみましょう。

- **時間** 午後1時～午後3時
- **対象** 障がいのある人、幼児から大人まで、  
絵画に興味のある人など
- **定員** 10人(事前予約制)

**プログラム② ファシリテーション講座**

しやう ひと ひょうげんかつどう おこな ひと しゅ  
 障がいのある人と表現活動を行いたい人や、その手  
 ほう まな ひと たいしやう しんこうやく ひつよう すきる まな  
 法を学びたい人を対象に、進行役に必要なスキルを学  
 べる講座を行います。

- **時間** 【ワークショップ・アテンド】  
午後1時～午後3時  
【レクチャー&質問】  
午後3時15分～午後4時45分
- **対象** 福祉施設や特別支援学校の職員など、障がい  
のある人などの表現活動に関わる人、アートに  
関わる人など
- **定員** 5人(事前予約制)

もうしこ と あ さき  
**申込み・問い合わせ先**  
 ぐさきまちかどギャラリー ☎050・8803・8668  
 ふくしじむしょ しょうがいふくしがかり  
**福祉事務所 障害福祉係** ☎0889・42・1207  
 ふあくす めーる  
**ファクス:0889・42・1190 メール:fukusi2@city.susaki.lg.jp**

くもんの先生、  
はじめのなら、  
やりがいも、  
私はずんぶん、  
かなえない。

**現在、WEB説明会も開催しています!**

1対1の  
オンライン形式で説明会にご参加いただけます。

お気軽にご参加ください!

**くもんの先生 説明会**

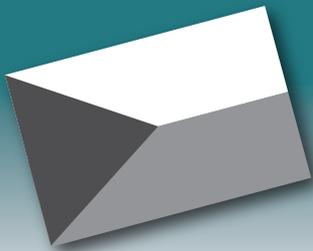
★印は平日2日前、☆印は平日3日前の17:30までにご予約ください。

地域	日 程	時 間	会 場
高知市	11月29日(日)★	10:00～12:00	高知会館(高知市本町5丁目6-42)
土佐市	12月1日(火)★	10:30～12:30	土佐市複合文化施設「つなで」(土佐市高岡町3451-1)
高知市	12月3日(木)★	10:30～12:30	ちより街テラス(高知市知寄町2丁目1-37)
須崎市	12月4日(金)☆	10:00～12:00	須崎市立市民文化会館

※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。

**くもんの先生になりませんか** まずはホームページでくもんの先生をチェック! **KUMON**

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



# 今年で交流100年！

## 記念の年にチェコをもっと知ろう！

問い合わせ先 **プロジェクト推進室**

☎42・1256

チェコ共和国と日本との交流が始まって今年で100年を迎えます。

須崎市は、チェコ共和国のオリンピックホストタウンに登録しており、これまでもさまざまな行事を通じて、交流を行ってきました。また、平成29年からは、チェコ共和国のカヌーナショナルチームの合宿を受け入れており、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の事前合宿地にも決定しています。

今回、市民の皆さんにチェコ共和国をより身近に感じてもらえるよう、次のとおり文化交流行事を開催します。ぜひご参加ください。

### チェコ共和国・日本交流100周年記念写真展「チェコ共和国と日本 外交・経済・文化交流の100年」

チェコ大使館協力のもと、外交・経済・文化交流100年の歴史をまとめた写真展を開催します。この機会に両国の歩みを振り返ってみませんか。

**会期** 11月30日(月)～12月6日(日)

**場所** 市民文化会館  
エントランスホール



### チェコ共和国の文化を学ぶ会(文化講演会)



昨年大好評だったスザンカさんの講演がパワーアップして帰ってきます！チェコの文化を楽しく学びましょう。

**日時** 11月22日(日) 午後2時～午後4時 **場所** 市民文化会館

**講師** スザンカ・ハニバロヴァーさん(チェコ共和国出身)  
関西を中心にテレビ・ラジオのパーソナリティや司会など、幅広く活躍中。

## ジェニファーの フランス 料理教室



ココロクムッシュ(トースト)



クラフティ・オ・ポム  
(りんごのお菓子)  
※写真はイメージです。

- 開催日：11月28日(土)
- 時間：午前10時～午前11時30分
- 場所：須崎市総合保健福祉センター3階 調理実習室
- 定員：8人 ●参加費：500円
- 応募期間：11月2日(月)～11月27日(金)
- 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：料理教室令和2年11月28日)にてご応募ください。

皆さん、お久しぶりです。元気創造課のジェニファーです。暑い夏も過ぎ、皆さんいかがお過ごしでしょうか。

昨年度に引き続き、フランス料理教室を開催します。第3回となる今回は、ココロクムッシュ(トースト)とクラフティ・オ・ポム(りんごのお菓子)を作ります。興味のある人は、ぜひご参加ください。



- ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当日はマスクの着用、来場前・来場時の体温測定、手指消毒をお願いします。当日、体調のすぐれない人は、来場をお控えください。また、当日調理した物は、お持ち帰りとなります。
- ※新型コロナウイルス感染症の状況により、中止となる場合があります。
- ※当日はエプロン、三角巾と保存容器をご持参ください。

元気創造課 商工観光係 ☎42・3951  
syoko1@city.susaki.lg.jp





うまく走るかな？



GO!GO!!



# すさきニュース

SUSAKI NEWS



記念すべき50回目を迎えた子ども科学教室

## 9/19

### 子ども 科学教室

子ども科学教室がすさきまちかどギャラリーで開催されました。  
記念すべき50回目を迎えた今回は、レーシングカーを作る企画で、これまでで一番難易度の高い工作に、子どもたちは苦戦しながらも、世界に1つだけのレーシングカーを作って楽しみました。



レトロなコレクションがずらり

## 9/19 ▶ 10/18

### 竹村功 コレクション展

須崎市在住の竹村功氏のコレクション展がすさきまちかどギャラリーで開催されました。  
10代の頃から50年以上かけて収集したほうろう看板や前掛け、ペコちゃん人形、ホンダ社製のモンキーなど、約1000点のコレクションが展示されました。

令和2年度子どもゆめ基金助成活動 かわうその里読み聞かせネットワーク推進活動

## ゆるやかにつながる～地域とアート～

読み聞かせボランティアの交流は、地域を知ることや仲間づくり、連携し合える体制づくりにもつながります。

アートで地域とつながるまちづくりのお話を聞いてみませんか。



# 11/28(土)

午前10時～午前11時30分

対象 大人

講師

川鍋達さん

(すさきまちかどギャラリー館長)

場所

図書館

参加費 無料

定員 15人程度  
(申込み不要)

かわうその里おはなしの会

図書館内 ☎42・2141

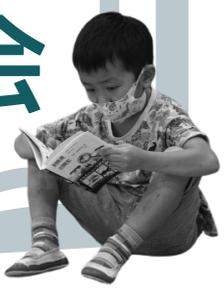
毎月開催の市長定例会見の様様を、須崎市ホームページとよさこいケーブルネットでご覧いただけます。  
よさこいケーブルネットでの放送は、毎月第1火曜日の次の日曜日の午前11時・午後2時からです(変更の場合あり)。



体育館に並べられた約800冊の本から、お気に入りの1冊を探す子どもたち

日本で一番子どもたちが本を読むまちをつくる会

# 読書の秋に市内で 選書会



南小中学校での選書会

上分小中学校での選書会

「日本で一番子どもたちが本を読むまちをつくる会」主催の選書会が、市内の小中学校で開催されました。子どもたちが選んだお気に入りの本が、同会から各学校へ寄贈されます。同会は、平成17年に発足。翌18年から選書会に取り組み、今年で15回目を迎えました。

## 日本で一番子どもたちが本を読むまちをつくる会

### 和田会長からのお願い

今年も各小中学校で選書会を開催し、須崎市内全小中学生1人に1冊の本を贈る活動を行っています。本好きな子どもたちに本を贈り続けられるように、この活動に賛同いただける人に寄付のお願いをしています。ぜひご協力ください。

詳しくは、和田までお問い合わせください。



わだ呉服店 ☎42・0488

## イベントカレンダー ..... 近日開催のイベントを紹介します。

ラチス(格子)とエッジ(端)  
鶴は千年 亀は万年2020

須崎市出身の美術作家トシローさんによる個展を開催します。ここ数年の造形絵画シリーズなどを和室に展示します。

**会期**  
11月4日水  
~11月17日火  
9:00~17:00

**場所** すさきまちかどギャラリー  
**料金** 入場無料  
**問い合わせ** 050・8803・8668 (すさきまちかどギャラリー)

※月曜日休館

昆虫・植物・貝  
標本作品展

児童・生徒が作成した昆虫(トンボ、チョウ、甲虫など)や植物、貝の標本を展示します。友達や家族とぜひお越しください。

**日時**  
11月21日土  
10:00~17:00  
11月22日日  
9:00~17:00  
11月23日月祝  
9:00~16:00

**場所** すさきまちかどギャラリー  
**料金** 入場無料  
**問い合わせ** 090・4789・4350(西川)

方庭(にわ)にあそぶ  
~高崎元尚×川鍋達~

17年に没した前衛美術家・高崎元尚氏へのオマージュを込めて、作家の川鍋達が「遊び心」をテーマに新作を発表します。

**会期**  
11月22日日  
~12月13日日  
9:00~17:00

**場所** すさきまちかどギャラリー  
**料金** 入場無料  
**問い合わせ** 050・8803・8668 (すさきまちかどギャラリー)  
**企画協力** 塚本麻莉 (高知県立美術館学芸員)

※月曜日休館

Artist in residence  
Kochi 2020

写真家が須崎市に滞在し、交流や出会いを通じて文化・風土を学び、撮影した写真を「すさきまちかどギャラリー」に展示します。

**会期**  
12月1日火  
~12月15日火  
9:00~17:00

**場所** すさきまちかどギャラリー  
**料金** 入場無料  
**問い合わせ** 090・1969・0827(斎藤)

※月曜日休館

●そのほかの新刊

- 首里の馬(高山羽根子)
- 漂流者の生きかた(五木寛之)
- できるテレワーク入門(法林岳之)
- いつでも母と(山口恵以子)
- 赤い砂を蹴る(石原燃)
- 黙(辻堂魁)
- 破局(遠野遥)
- 夢をかなえるゾウ4(水野敬也)
- 古地図で楽しむ富士山(大高康正)
- 疫病2020(門田隆将)
- ふだん着の寺田寅彦(池内了)
- いちねんかん(畠中恵)
- ジュニアアスリートキッチン(田口素子)
- 秦氏の夢 長宗我部元親(長宗我部友親)
- コミュニケーションストレス(黒川伊保子)



児童

- ティラノサウルスのはらぺこないちにち(鈴木まもるほか)
- 雨降る本屋と雨かんむりの花(日向理恵子)
- 南極のさかな大図鑑(岩見哲夫)
- あおいアヒル(リリア)
- やきいもとおにぎり(みやにしたつや)
- うりのつるくるくる(田島征三)
- 命のうた(竹内早希子)
- ねぐせのしくみ(ヨシタケシンスケ)
- 泣いたあとは、新しい靴をはこう。(日本ペンクラブ)

■今月の一冊



「生きつづけるキキ」  
【斉藤洋 著】

アニメ映画の「魔女の宅急便」、その原作を皆さんは読んだことはありませんか。角野栄子さんが書かれた原作は、世代を超えて愛されている作品です。その愛される秘密を、数々の人気作品を生み出している斉藤洋さんが、児童文学作家ならではの視点で紐解いていきます。

例えば、キキの母親コキリが娘の旅立ちを前にアドバイスしている場面からは、娘を案ずる母親の気持ちや代々受け継いできた魔女としての誇りが読み取れると解説しています。

また後半には、お互いの半生を振り返りながらの対談が収録されていて、物語に対しての強いこだわりと情熱が感じ取れます。

お二人の作品は、このほかにもたくさん出版されているので、ぜひ図書館へ読みに来ててください。



新刊  
図書案内

【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

楠瀬市長活動報告

耕作がゆく

すさきオープンウォータースイミング2020



9月	28日	国道494号整備促進期成同盟会 四国地方整備局要望活動(高松市)
	29日	多ノ郷小学校選書会
10月	1日	須崎市戦没者追悼式
	5日	JA土佐くろしお役員と管内首長との意見交換会
	6日	高知県市長会議(香美市)
	7日	定例会見/高知県防災砂防協会通常総会(高知市)
	8日	全国地域安全運動高知県民のつどい(高知市)/ すさきオープンウォータースイミング2020実行委員会
	9日	(株)須崎市道の駅取締役会
	14日	四国横断自動車道高知県建設促進期成会ほか 四国地方整備局要望活動(高松市)/地域振興懇談会(中土佐町)
	18日	すさきオープンウォータースイミング2020
	20日	四国港湾協議会意見交換会・要望活動/ 経済と暮らしを支える港づくり全国大会/
	22日	(株)日本トリム東京オフィス訪問ほか(いずれも東京都)
	23日	四国地方治水大会(高知市)

11月の納税・保険料

固定資産税4期 国民健康保険税5期  
後期高齢者医療保険料5期

11月30日(月)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

交流ひろばすさき 須崎市社会福祉協議会内

☎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。

広報誌に対するご意見・ご感想をお寄せください。今後の広報誌づくりの参考にさせていただきます。

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

# 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

11(いい)月30(みらい)日は  
年金の日です

厚生労働省では、年金記録や将来の年金受給見込額を確認し、未来の生活設計に思いを巡らす日として、11月30日を「年金の日」としています。

年金記録などの確認には、パソコンやスマートフォンから、いつでも確認できる「ねんきんネット」をご利用ください。

詳しくは、日本年金機構のホームページで確認いただくか、高知西年金事務所にお問い合わせください。また、市民課年金窓口にパンフレットを置いてありますのでご覧ください。



社会保険料(国民年金保険料)控除証明書が送付されます

国民年金保険料は、所得税および住民税の申告で、全額が社会保険料控除の対象となります。なお、過去の年度分を追納された場合やご家族の国民年金保険料を納付された場合も、ご本人の社会保険料控除に加えることができます。

次のとおり「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が、日本年金機構から送付されますので、年末調整や確定申告の際には、必ず証明書(または領収書)を添付してください。

## ●控除の対象

令和2年1月1日～12月31日に納付した国民年金保険料

## ●控除証明書の発送時期

- ① 令和2年1月1日～9月30日に保険料を納付された人には、11月上旬に送付されます。
- ② 令和2年10月1日～12月31日に保険料を納付された人には、令和3年2月上旬に送付されます。

## 出張年金相談

### ●相談日

11月25日(水)  
12月16日(水)

### ●受付時間

午前10時～11時40分  
午後1時～3時

### ●開催場所

須崎市  
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。



## 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	11月18日(水) 午前10時～正午
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 (9月末日現在)

人口	21,123人	(前月比)	-37)
男	10,353人	(前月比)	-10)
女	10,770人	(前月比)	-27)
世帯数	10,707世帯	(前月比)	-20)

出生数：12人 死亡数：32人

## 市内美化活動にご協力をお願いします



11月14日(土) 川端シンボルロード

11月22日(日) 富士ヶ浜

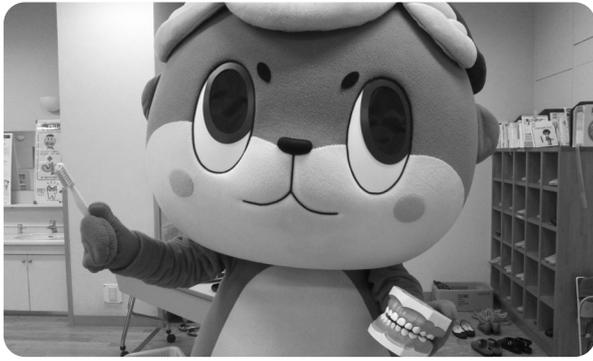
午前8時から1時間程度清掃を行います。雨天中止・小雨決行

## 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：11月13日(金)
- ◆時間：午前10時～正午・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



11月11日～12月10日

保健だより

健康推進課  
☎42・1280

## 11月8日は 「いい歯の日」

### ●オーラルフレイルってなに？

加齢とともに心身の働きが弱くなり、虚弱になった状態を「フレイル」といいます。その中でも、お口の働き（口腔機能）が弱まることを「オーラルフレイル」といいます。

早く適切な対策を行うことで、健康な状態に戻ることが十分に可能ですが、そのままにしておくと、体全体の衰えにつながるため、予防と対策が必要です。

### ●こんな症状はありませんか？

- 発音がはっきりしない
  - 食べこぼしをする
  - わずかなむせがある
  - 噛めない物が増えてきた
- など、以前に比べ、お口の状態が気になる人は、オーラルフレイルかもしれません。

### ●オーラルフレイル予防のポイント

- 噛みごたえのあるものを食べましょう
- しっかりと声を出しましょう
- 丁寧な歯みがきを心がけましょう
- かかりつけの歯科医院を持ち、定期的に健診を受けましょう

### ●お口の体操・マッサージ

### ○パタカラ体操

- ①「パ」、「タ」、「カ」、「ラ」をそれぞれ5回ずつ、大きな声でハッキリと発音します。
- ②「パタカラ」と続けて発音し、これを5回繰り返します。

### ○唾液腺マッサージ

- ①耳下腺マッサージ  
両ほほに親指以外の4本の指をそえて、奥歯の周辺をグルグル回転させてもみほぐします。
- ②顎下腺マッサージ  
耳の下から顎にかけて、指を下から押し上げます。
- ③舌下腺マッサージ  
親指の腹を使い、あごの下側を軽く押すようにマッサージします。

日常生活におけるちよつとした心がけが大切です。「噛めないのは年齢のせい」とあきらめず、好きなものを食べられるお口を目指しましょう。

## 各種歯科健診のお知らせ

次のとおり、各種歯科健診を実施しています。この機会に健診を受けましょう。

### ●後期高齢者歯科健診

後期高齢者医療の被保険者の人は、年1回、無料で歯科健診が受診できます。詳しくは、市民課 保険医療係（☎42・1355）までお問い合わせください。

### ●妊婦・成人歯科健診

今年度から、次の人を対象に、県内歯科医院で無料で受けられる妊婦・成人歯科健診が始まりました。

対象者には、窓口での手渡し、または郵送にて受診票を交付しています。市外から転入した人や紛失などにより、受診票がお手元のない人は、再発行できます。詳しくは、健康推進課までお問い合わせください。

### ●対象者

- 妊婦歯科健診  
令和2年4月1日以降に妊娠届を提出した妊婦
- 成人歯科健診  
令和2年度に30歳、40歳、50歳、60歳、65歳、70歳になる人

### 健康推進課

☎42・1280

**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） FAX0889-42-1582

〒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）



**【セット検診内容】**

<<特定健診>>  
 尿検査・身体計測・血圧測定・採血・問診診察  
 <<胸部X線検診>>  
 レントゲンで肺がん等の有無を調べる検査  
 <<胃がん検診>>  
 バリウムによる検査  
 <<大腸がん検診>>  
 事前に郵送された採便キットで二日分の便をこすり取り、検診日に提出  
 <<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型・C型肝炎ウイルス検査

**【女性検診内容】**

<<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、子宮頸がんの(細胞採取による)検査を行います

**(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**

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
11月30日(月)	9:30~10:30	四国電力須崎営業所
	12:15~16:30	マルナカ須崎店
12月9日(水)	10:00~12:00	住友大阪セメント
	13:15~15:30	

高知県赤十字血液センター ☎088-866-6660

**セ ッ ト 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	実施項目	時間	場所	対象者		
11	20	金	特定健診	8:00~11:00	須崎市総合保健福祉センター	対象者は、原則40歳以上の男女(前立腺がん検診は50歳以上の男)です。  検診の種類により、個人負担額が違います。		
			胸部X線検診					
			胃がん検診					
			大腸がん検診					
			前立腺がん検診					
	肝炎ウイルス検査							
	21	土	特定健診	7:30~11:30			須崎市総合保健福祉センター	詳しくは、広報4月号に添付のカラー刷り『令和2年度須崎市検診日程のお知らせ』をご覧ください。
			胸部X線検診					
			胃がん検診					
			大腸がん検診					
前立腺がん検診								
肝炎ウイルス検査								

**巡 回 胸 部 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	実施項目	時間	場所	対象者
11	20	金	胸部X線検診(レントゲン検査)	13:00~13:20	JA資材センターふれあい	40歳以上の市民(65歳以上は結核検診になります)
				13:35~13:55	東川内公会堂	
				14:15~14:35	押岡多目的集会所	
				15:10~15:30	久通(照観世音堂下駐車場)	
				16:00~16:20	妙見町(長太郎駐車場)	

**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	実施項目	時間	場所	対象者
12	9	金	乳がん検診 子宮頸がん検診	8:30~11:30	須崎市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:500円 子宮頸がん検診(20歳以上) 昨年度未受診者 料金:500円
				13:15~14:45		

**母 子 保 健 関 係**

月	日	曜	実施項目	時間	場所	対象者	
11	17	火	離乳食相談 育児相談 母乳相談	9:00~12:00	須崎市総合保健福祉センター	乳幼児と保護者	
				9:00~12:00			
				13:00~15:00			
				10:00~12:00			
	19	木	3歳児健診	個別		須崎市総合保健福祉センター	2017年5・6月生まれ
				個別			
12	1	火	育児相談 母乳相談	9:00~12:00	須崎市総合保健福祉センター		乳幼児と保護者
				13:00~15:00			
				10:00~12:00			
	3	木	乳児健診	13:00~15:00			須崎市総合保健福祉センター
個別							

**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
12	1	火	さくらの会(認知症家族の会)	13:30~15:30	須崎市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。

**夜間救急医療カレンダー(11月11日~12月10日)**

※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。

**11月**

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

※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
29	30	1 くろしお	2 くぼかわ	3 くろしお	4 くろしお	5 くぼかわ
6 くぼかわ	7 高 陵	8 くろしお	9 くぼかわ	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
11	15	日	須崎くろしお病院	12	29	日	須崎くろしお病院
	22	日	高 陵 病 院		6	日	須崎くろしお病院
	23	月	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。

# すさきオープンウォーター スイミング 2020



10月18日、全国各地の9歳から75歳までのスイマーがシーパーク大島に結集し、7回目となるオープンウォータースイミング(OWS)の大会が開催されました。

今年は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、規模を縮小し、無観客での開催となりましたが、東京五輪日本代表候補選手4名が出場するなど、レベルの高い真剣勝負が展開されました。



新型コロナウイルス感染予防対策として、選手・大会関係者には受付前に健康チェックシートの提出、検温を実施



レース前、リラックスした表情で意気込む選手



一斉にスタート



真剣勝負のレースは迫力満点



**男子5km(日本選手権トライアルの部) 優勝**

野中 大暉さん(神奈川県) タイム:55分52秒3

**女子5km(日本選手権トライアルの部) 優勝**

蝦名 愛梨さん(神奈川県) タイム:1時間01分36秒9

**男子3km 優勝**

五十崎 陽二さん(愛媛県) タイム:42分06秒8

**女子3km 優勝**

古川 凜歩さん(広島県) タイム:47分17秒6

**男子1km 優勝**

後藤 碧さん(香川県) タイム:12分08秒0

**女子1km 優勝**

小野 梓紗さん(香川県) タイム:12分52秒1

**男子5km 優勝**

後藤 碧さん(香川県)  
タイム:1時間04分26秒1



**女子5km 優勝**

善木 鈴葉さん(香川県)  
タイム:1時間07分04秒5

