

特集

COMODO URANOUCI

(コモドウラノウチ) で須崎の夏を満喫しよう!

6P 介護保険料についてのお知らせ

7P 第54回須崎市市民賞候補者をご推薦ください

8P 第11回特別弔慰金の請求はお済みですか

11P 妊娠中や出産後のお母さんをサポートします

12P 後期高齢者医療制度に関するお知らせ

広報

市民と市政の

橋渡し

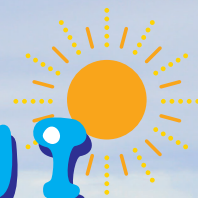
すさき

真剣勝負!!



今年の夏もこれで決まり！

COMODO URANOUCHI



で須崎の夏を満喫しよう！

NPO法人すさきスポーツクラブでは、浦ノ内地区で、海洋スポーツ体験プログラム「COMODO URANOUCHI(コモドウラノウチ)」を開催しています。

浦ノ内湾は、周囲を山々に囲まれた内海であることから、風や波の影響を受けにくい穏やかさが特徴です。そのため、家族連れや海洋レジャー初体験の人でも安心して楽しめます。

今年の夏も、素敵な思い出作りに「COMODO URANOUCHI」でお楽しみください。

申し込み・問い合わせ先

NPO法人すさきスポーツクラブ

☎080・6378・9781

●開催期間



9月25日(日)まで

※8月は毎日開催です。予約は不要ですが、体験人数に限りがあるため、事前にお問い合わせください。

※9月は土・日、祝日のみの営業です。2日前までに予約が必要です。

●営業時間

午前9時30分～正午/午後1時～午後3時30分

●場所



海上アスレチック・バナナボート ▶ シーパーク大島(浦ノ内東分2222-2)

SUP(サップ)・シーカヤック ▶ 坂内力ヌー場(浦ノ内東分2269-4)

●対象

小学1年生以上、身長110cm以上で、泳げる人

うまく
渡れる
かな？



海に
向かって
飛び込もう！



●来場時のお願い

○来場時にマスクの着用、手指消毒・検温をお願いします。1人でも37.5度以上の発熱がある人がいる団体は、入場をお断りさせていただきます。

○更衣室の利用を減らすため、入水できる服装でご来場ください。

○万が一、体験者の中から感染者が確認された場合の追跡調査の

ため、受付時に利用者全員の氏名、住所などの記載と関係機関への情報提供に同意をお願いします。

○受付時、待機時において、適度な距離(1メートル以上)の確保と会話は最小限をお願いします。

※なお、新型コロナウイルス感染症の拡大状況によって、中止する場合がありますので、ご理解とご協力をお願いします。

海上アスレチック 海の上で滑って、飛んで楽しもう!

バルーン製の海上遊具で、滑ったり、飛んだりして楽しむ海洋レジャーです。ジャングルスライダーやトランポリンなどの22種類のアトラクションがあり、大人から子どもまで楽しめます。

※小学3年生以下のお子様1人につき、大人1人が同伴してください。

- 体験時間 1回:60分 ●体験人数 1回:最大40人
- 料金 高校生以下:1,000円 大人:2,000円



バンスを
とっ
と
駆け
抜け
よう

爽快感&
スリル満点



バナナボート 爽快感とスリルを味わおう!

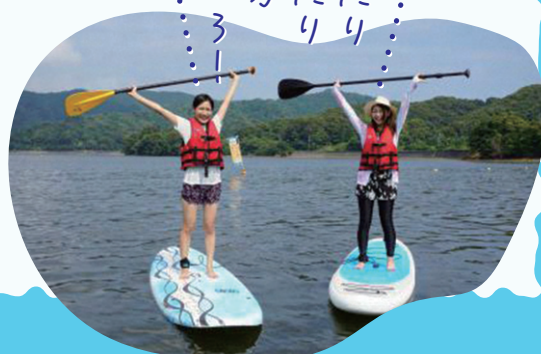
バナナの形をしたゴムボートに乗り、水上バイクで引いてもらって楽しむ海洋レジャーです。普段味わえない爽快感とスリルを楽しめます。

- 体験時間 1回:10分 ●体験人数 1回:4人~10人
- 料金 高校生以下:500円 大人:1,000円

SUP(サップ) 立って海の上をスイスイ!

サーフボードの上に立ち、パドルを漕いで進むスポーツです。海の上でゆったりとクルーズしてみましょう。

- 体験時間 1回:60分
- 料金 高校生以下:1,000円 大人:1,500円



立って
遊ぼう
びっ
たり
方々
スイ
スイ

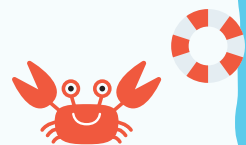
夏の
の
思
い
出
作
り
に
ぜ
い
ひ



シーカヤック 海の上をのんびりお散歩!

波の穏やかな浦ノ内湾では転覆の心配も少なく、初心者でも気軽に楽しめます。景色を楽しみながらゆっくり進むのもよし、スピードを競って楽しむのもよしです。

- 体験時間 1回:60分
- 料金 高校生以下:1,000円 大人:1,500円



新型コロナウイルス感染防止対策についてお願い

●来場前のお願い

次の事項に該当する場合は、来場をお控えください。

- 当日ご自宅で検温を行い、平熱を超える発熱、または37.5度以上の発熱がある。
- 咳・喉の痛みなど風邪の症状がある。
- だるさ(倦怠感)や息苦しさがある。

○味覚や嗅覚に異常がある。

○直近7日以内に、新型コロナウイルス感染症陽性となった人との濃厚接触がある。

○同居家族や身近な知人に感染が疑われる人がいる。

○過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間が必要とされる国や地域などへ渡航、または当該在住者との濃厚接触がある。



防災情報

大切な人を
守るために



No.106

耐震改修工事 (2次募集)

地震発生時に住宅倒壊などの被害を軽減することを目的に、耐震改修工事を行う個人に対して経費の一部を補助します。

※補助金交付決定前の着工は認められません。

●補助対象

耐震診断の結果、改修が必要と診断された木造住宅

●補助金額

最大120万5千円
(設計 20万5千円)
(工事 100万円)

●受付期間

8月2日(火)
～8月31日(水)

※申請多数の場合は、抽選を行うことがあります。

防災ラジオの 貸与について

建物内(自宅)において市からの防災情報などを聞くことができる防災行政無線の戸別受信機(防災ラジオ)を1世帯につき1台無償で貸与しています。

市役所防災課にて随時受け付けをしています。貸与手続きがお済みでない人は手続きをお願いします。

※1台目は無償ですが、2台目からは有償です。
※申請書は市ホームページに掲載しています。
※直接の受け取りが困難な人は、防災課までお問い合わせください。

防災課

042-1236

ご存じですか?

「被災宅地危険度判定」と「被災建築物応急危険度判定」

■被災宅地危険度判定ステッカー

被災宅地危険度判定

大規模な地震や大雨などによる宅地災害の被害状況を迅速かつ的確に把握したうえで危険度を判定します。判定結果は、次の3種類のステッカー(A3)を現地の見えやすい場所に貼り付けて表示します。

被災宅地危険度判定結果	
調査済宅地 INSPECTED	
- この宅地の被災度は小さいと考えられます - この判定は二次災害の軽減、助益を目的としています	
住所: _____ 調査番号: _____ 判定日時: 年 月 日 午前・午後 時 分	
災害対策本部 印	

この宅地の被災度は小さいと考えられます

被災宅地危険度判定結果	
要注意宅地 LIMITED ENTRY	
- この宅地に入る場合は十分注意して下さい - 応急的に修繕する場合は専門家に依頼して下さい - この判定は二次災害の軽減、助益を目的としています	
住所: _____ 調査番号: _____ 判定日時: 年 月 日 午前・午後 時 分	
災害対策本部 印	

この宅地に入る場合は十分に注意してください

被災宅地危険度判定結果	
危険宅地 UNSAFE	
- この宅地に立ち入ることは危険です - 立ち入る場合は専門家に依頼して下さい - この判定は二次災害の軽減、助益を目的としています	
住所: _____ 調査番号: _____ 判定日時: 年 月 日 午前・午後 時 分	
災害対策本部 印	

この宅地に立ち入ることは危険です

■被災建築物応急危険度判定ステッカー

被災建築物応急危険度判定

地震で被災した建物について、余震で倒壊するなどの危険性があるかどうかを判定します。判定結果は次の3種類のステッカー(A3)を建物の出入口などに貼り付けて表示します。

※判定結果は、隣接建築物や周辺地盤の影響による可能性もあります。判定理由をご確認ください。全壊や半壊などの記載があっても、今後建物に住めないというわけではありません。

被災建築物応急危険度判定結果	
調査済 INSPECTED	
- この建築物の被災度は小さいと考えられます - 応急的に修繕する場合は専門家に依頼して下さい	
住所: _____ 調査番号: _____ 判定日時: 年 月 日 午前・午後 時 分	
災害対策本部 印	

この建物は使用可能です

被災建築物応急危険度判定結果	
要注意 LIMITED ENTRY	
- この建築物に入る場合は十分注意して下さい - 応急的に修繕する場合は専門家に依頼して下さい	
住所: _____ 調査番号: _____ 判定日時: 年 月 日 午前・午後 時 分	
災害対策本部 印	

この建物に入る場合は十分に注意してください

被災建築物応急危険度判定結果	
危険 UNSAFE	
- この建築物に立ち入ることは危険です - 立ち入る場合は専門家に依頼して下さい	
住所: _____ 調査番号: _____ 判定日時: 年 月 日 午前・午後 時 分	
災害対策本部 印	

この建物に立ち入ることは危険です

そのほかの建物の判定

地震発生後の建物の判定には、次のようなものもあり、それぞれ判定の目的や基準が異なります。

住家被害認定

「り災証明書」を発行する目的で被害の程度を認定するもの。

被災度区分判定

建物の復旧対策を検討する目的で応急危険度判定後に建物の被災度を詳細に判定するもの。

それぞれの目的をご理解いただき、判定のための調査の際には、皆さまのご協力をお願いします。



須崎市では、毎年、全国からあたたかいご寄附をいただき、まちづくりに活用しています。
今回は、令和3年度にいただいた寄附金の活用事業の一部をご紹介します。

●寄附件数

111,043件

●寄附金額

1,940,420,243円

1.子どもが健やかに暮らせるまちづくりに関する事業

事業名	充当額(単位:千円)
1 母子保健事業費	3,422
2 子育て支援金支給事業費	3,600
3 子ども・子育て支援法による施設型給付事業費	6,435
4 保育副食費補助事業費	10,316
5 私立学校施設整備支援事業費	20,000
6 児童運営委託料	23,846
7 施設等整備基金積立金	150,000

2.自然を生かした元気創造のまちづくりに関する事業

事業名	充当額(単位:千円)
1 すさきファーストウッド事業費	1,111
2 商工振興費	828
3 東京オリンピック・パラリンピック合宿誘致関連事業費	972
4 体験観光推進事業費	2,750
5 保健体育総務費	1,484
6 観光費	12,164

3.そのほか市長が必要と認める事業

事業名	充当額(単位:千円)
1 保育士等就職奨励交付事業費	1,450
2 須崎的文化創造戦略事業費	1,281
3 すさきがすきさ奨学金返還支援事業費	2,244
4 スポーツセンター管理費	2,366
5 まち・ひと・しごと創生総合戦略関連事業費	4,971
6 芸術のまちづくり事業費	1,500
7 地域自主組織運営事業費	3,336
8 福祉タクシー事業費	6,722
9 図書館等複合施設整備事業費	4,208
10 マスコットキャラクター事業費	28,600

すさきがすきさ応援基金積立金残高:2,541,033,766円(令和4年3月末時点)

元気創造課

☎42・3951

令和4年度分の
地籍調査が
はじまります



東古市町・南古市町・西古市町、須崎の一部、神田の一部、下分乙の一部を対象に、地籍調査を実施します。皆さまのご協力をお願いします。

調査予定地域

【大字】東古市町・南古市町・西古市町、須崎の一部

【大字】神田

【小字】本越・ウツボタニ・ツラヒ・ウサギクライ・タキノクチ・影ノ路・永町・山犬ケ谷・己家ノ川内・菖蒲谷・神母谷・大刀水・豆尾・道ノ川・繁・平田・北佛坂・蔵ヶ越・渚カ上・小裏・ハツカケ

【大字】下分乙

【小字】クミタ・山蔭・山脇・田中・梅ノ本・西中川原・堤添・北ノ久保・椿・竹原・ノッゴノ前・エゲロ・道場・木ノ下・花ケ谷・野津胡山・奥ノ谷

建設課 公共財産係

☎42・5392

介護保険料についてのお知らせ

65歳以上の人（第1号被保険者）の介護保険料は、須崎市が介護保険の運営をするために必要な費用の総額（利用者負担分は除く）のうち、第1号被保険者負担割合（23％）に応じて基準額が決まります。須崎市の令和4年度の保険料額は次のとおりです。

介護保険料は、介護保険制度を維持するための大切な財源です。皆様のご理解とご協力をよろしくお願いします。



段階	対象者	保険料年額
第1段階	●生活保護受給者 ●本人および世帯全員が市民税非課税で、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計額が80万円以下の人	20,270円（基準額×0.30）
第2段階	●本人および世帯全員が市民税非課税で、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計額が80万円超え120万円以下の人	33,780円（基準額×0.50）
第3段階	●本人および世帯全員が市民税非課税で、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計額が120万円を超える人	47,290円（基準額×0.70）
第4段階	●同じ世帯に市民税課税者がいるが、本人は市民税非課税で、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計額が80万円以下の人	60,800円（基準額×0.90）
第5段階	●同じ世帯に市民税課税者がいるが、本人は市民税非課税で、前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計額が80万円を超える人	67,560円（基準額）
第6段階	●本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が120万円未満の人	81,070円（基準額×1.20）
第7段階	●本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が120万円以上210万円未満の人	87,830円（基準額×1.30）
第8段階	●本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が210万円以上320万円未満の人	101,340円（基準額×1.50）
第9段階	●本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が320万円以上の人	114,850円（基準額×1.70）

長寿介護課 介護保険係

☎42・1205

須崎市では、高齢になってもできるだけ長く在宅生活が継続できるよう「安心して暮らせるサービスの充実したまち」を目指しています。その取り組みの一つとして、介護人材の確保を目的に介護職員初任者研修を開催します。

受講を希望する人は、長寿介護課まで電話で申し込んでください。

●受講料

6,160円（テキスト代）

●受講期間

9月5日（月）～12月23日（金）

（平日のみ週3日、計47日間）

●受講時間

午後6時30分～午後9時40分

●研修場所

交流ひろばすさき

（南古市町6番3号旧須崎保育園）

●募集人数

15人 ※定員に達し次第締め切ります。

●対象者

次のいずれかに該当する人で、全日研修に参加できる人。

○須崎市、中土佐町、津野町、四万十町、
梶原町にお住いの16歳以上の人。

○須崎市の介護事業所に就職もしくは
就職を希望している人。

※全日受講できない時は、資格を取得することができません。

やむを得ず欠席した場合は補講を行います。その場合、1時間あたり3,000円の自己負担額を徴収させていただきます。

●申込期間

8月8日（月）～26日（金）まで

介護職員初任者研修
（旧ホームヘルパー2級）
受講者を募集します

長寿介護課 介護保険係

☎42・1205



市民賞は、市民生活に希望と活力を与え、地方自治の向上に役立てるよう制定しています。地域づくりに尽力された個人や団体を推薦してください。

総務課 総務管財係

☎42・3791

第54回 須崎市市民賞 候補者をご推薦ください



表彰の対象者

- ①品行方正で業務に精励し、市民の模範になると認められる人
- ②研究、考案、発明、改良または創作に関し、事績が特に優れた人
- ③教育または文化の発展に関し、著しい功労のあった人
- ④社会福祉の推進に関し、著しい功労のあった人
- ⑤産業の振興に関し、著しい功績のあった人
- ⑥保健衛生または体育の向上に関し、著しい功労のあった人
- ⑦災害の発生に際し身の危険も顧みず人命を救助し、または防護もしくは公安の維持に著しい貢献をした人
- ⑧治山、治水、土地改良、土木、交通などに関し、功績が特に優れた人
- ⑨そのほか功績が特に認められる人

推薦締切日	10月3日(月)
審査・決定	須崎市表彰条例に基づき、表彰審査会の答申を受けて市長が決定します。
表彰式	11月3日(木)



推薦方法

様式自由の推薦書に次のことを記載し、総務課総務管財係に提出してください。

郵送の場合は「須崎市山手町1番7号須崎市総務課総務管財係」までお願いします。

個人 の場合

- ①候補者の住所、氏名、生年月日、性別
- ②表彰事由
- ③経歴および賞罰
- ④そのほか参考事項
- ⑤推薦者の住所、氏名

団体 の場合

- ①団体の名称、事務所の所在地
- ②団体の組織および沿革の概要
- ③主たる役員の住所および氏名
- ④定款または規約の写し
- ⑤表彰事由
- ⑥そのほか参考事項
- ⑦推薦者の住所、氏名

※書類審査のため、候補者の表彰事由、経歴、功績などは詳しくお書きください。



令和4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	合格発表
一般曹候補生	18歳以上 33歳未満	～9月5日(月)	1次:9月17日(土) 2次:10月8日(土)・9日(日)の内1日	1次:10月3日(月) 最終:11月15日(火)
自衛官候補生		年間を通じて随時受付 (定員になり次第受付終了)	9月17日(土)・11月5日(土)～9日(水)・ 12月3日(土)～7日(水)・ 令和5年1月21日(土)～25日(水)・ ※11月以降はweb試験を行います。	試験日にお知らせします

上記のほかに、防衛大学校学生、防衛医科大学校医学科学生・看護学科学学生、航空学生も募集しています。

パンフレットも準備しています。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

広報すさきでお知らせする 各種行事とイベントの開催について

広報すさきでお知らせする各種行事とイベントについては、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止または延期となる場合があります。詳しくは、担当課などへお問い合わせください。

QRコード付きマイナンバーカード 交付申請書が再送付されます



マイナンバーカードの交付申請が未了の人に対し、国がQRコード付きマイナンバーカード交付申請書を発送します。

今回送付される申請書を用いることで、郵送やスマートフォンなどにより、ご自宅からマイナンバーカードの申請ができます。この機会にぜひマイナンバーカードの申請をお願いします。

●送付対象となる人

マイナンバーカード未取得者のうち、交付申請を行っていない人。

ただし、次の人は対象外です。

○令和3年10月31日時点で75歳以上の人（後期高齢者広域連合において別途送付しているため）

○令和4年1月1日以降の出生、転入などにより個人番号通知書の送付を受けた人

○在留期間の定めのある中長期在留者などの外国人

○医療機関などへの入院や、入所などのやむを得ない理由により、住民登録地以外に住んでいる人

●送付方法

地方公共団体情報システム機構より個人ごとに普通郵便（転送不要）で送付されます。ただし、郵便局で転送依頼をかけている人は、送付元市ではなく

地方公共団体情報システム機構）に戻るため受け取りができません。

●送付期間

令和4年7月から8月の間（予定）

●お問い合わせ先

マイナンバーカード総合フリーダイヤル
☎0120・95・0178

●受付時間

○平日
午前9時30分から午後8時まで

○土・日、祝日

午前9時30分から午後5時30分まで（年末年始を除く）

マイナンバーカードの申請サポートについて

須崎市では、マイナンバーカードの申請サポートを行っています。申請に必要な写真の撮影やタブレットの操作などは職員が行うため簡単に申請ができます。

手続きは予約制です。左記までご連絡ください。

市民課 市民窓口係

☎42・1191

戦没者等のご遺族の皆さまへ 第11回特別弔慰金の請求はお済みですか？

●支給対象者

戦没者等の死亡当時のご遺族で、令和2年4月1日（基準日）において「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」などを受け取る人（戦没者等の妻や父など）がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人に支給されます。

●支給内容

額面25万円、5年償還の記名国債

●請求期間

令和5年3月31日まで
※期間内に請求を行わないと、時効により特別弔慰金を受ける権利が消滅します。

●請求窓口

福祉事務所

①令和2年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した人

②戦没者等の子

③戦没者等の①父母②孫（戦没者等の死亡時までに出

生した人に限る）③祖父母

④兄弟姉妹（戦没者等の死

亡当時、生計関係を有して

いることなどの要件を満た

しているかどうかにより、

順番が入れ替わります）

④①から③以外の戦没者等

の三親等以内の親族（戦没

者等の死亡時までに関

続き1年以上の生計関係

を有していた人に限りま

す）

※土・日、祝日を除く、午前9時から正午、午後1時から午後4時30分

※請求手続きは、聞き取り時

間や戸籍の取得などが必

要なため、時間がかかるこ

とがあります。

※待ち時間を少なくし、混雑

を避けるため、事前に電話

でご予約をお願いします。

福祉事務所

☎42・3691



令和4年度 須崎生涯大学受講案内



須崎生涯大学は、生きがいの場を確保し、各人の能力の再開発と教養を高めるため、法律・郷土史・文化・保健体育などの様々なテーマで開催しています。

令和4年度は、新型コロナウイルス感染症の動向を踏まえ、4月～9月の半年間は規模を縮小し、隔月開催しています(10月以降の開催は未定)。

入学希望者は、生涯学習課までご連絡ください。

●入学資格

60歳以上で、学習意欲があり、団体行動ができる人

●会場

須崎市総合保健福祉センター2階会議室1

●講座内容

第3回(8月)は、須崎警察署員を講師に招き「特殊詐欺の手口と対策」、「高齢者の事故防止」、「災害に対する危機管理」をテーマに開催を予定しています。

●授業料

無料

●授業日時

8月26日(金) 午前10時30分～11時30分(予定)



新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催日2週間前に、次のいずれかに当てはまる場合は中止します。

○県が非常事態宣言を発出している ○まん延防止等重点措置などが取られている ○その他中止が適切であると考えられる場合

中止の場合は、ホームページに掲載しますので、随時確認していただくか、生涯学習課へお問い合わせください。

生涯学習課 生涯学習係

☎42・8591

ハッピークラブ 介護予防教室のご案内

足腰の弱った人や膝の痛みがある人に効果のある体操を行います。体操にはセラバンドという手軽に筋力トレーニングができる軟らかいゴムバンドを使用します。

そのほかにも尿漏れ予防や便秘改善に効果がある骨盤周りを鍛える体操などを行う予定です。

水分摂取や口腔ケアなどのミニ講座も行います。

お家でも習慣化ができるような内容を用意しています。ぜひご参加ください。

今回の介護予防教室は、一般介護予防事業として須崎市が居宅介護支援事業所「楽リハ」に委託して実施します。

●日時

○9月10日(土)

○11月26日(土)

毎週土曜日

(全12回コース)

○午後1時30分

○午後3時30分

●実施事業者

居宅介護支援事業所「楽リハ」

●場所

多ノ郷公民館

●参加費

無料

※セラバンド代500円は実費負担です。

●対象者

○須崎市在住の65歳以上の介護認定を受けていない人

○ご自身で教室まで来ることができると

●申込受付期間

8月12日(金)

～8月31日(水)

先着12名

※申し込みは電話で受け付けます。

長寿介護課 長寿支援係

☎42・1205

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)





社会福祉法人 須崎市保育協会 保育士・看護師・事務職員を募集します



●採用予定人数

保育士 5人程度
看護師 1人
事務職員 1人

●採用予定年月日

令和5年4月1日
※勤務が可能な場合、予定日以前に採用することもあります。

●受験資格

○保育士・看護師

昭和52年4月2日以降に生まれた、保育士および看護師資格を取得している人または取得見込みの人。

○事務職員

昭和52年4月2日以降に生まれた人。

●申込受付期間

8月8日(月)から8月26日(金)※土・日、祝日を除く
郵送による申し込みは、8月26日(金)までの消印有効。

●試験日

○第1次試験

○日時

9月18日(日)午前10時

●会場

須崎市総合保健福祉センター
2階会議室

●試験科目

○保育士

一般教養試験(高校卒業程度)、専門試験

○看護師・事務職員

一般教養試験(高校卒業程度)、適性試験

○第2次試験

○日時

10月9日(日)午前9時

○会場

須崎市総合保健福祉センター
2階会議室

●申込方法

○申込書に必要事項を記入し、押印のうえ写真欄(2カ所)に写真を貼り、保育士は保育士証の写し、看護師は看護師免許証の写し(いずれも令和5年3月卒業の人は卒業見込証明書)を添付して受付期間内に須崎市保育協会事務局まで提出してください。

○郵送による申し込みは、封筒の表に「採用資格試験申込」と朱書きし、必ず簡易書留で送付してください。返信先を明記のうえ、84円切手を貼った返信用封筒(定型)を必ず同封してください。

○申込書は須崎市保育協会事務局で配布します。

●申込書の請求

○郵送での請求は、封筒の表に「受験申込書請求」と朱書きし、須崎市保育協会事務局に請求してください。返信先および希望する職種名を明記のうえ、84円切手を貼った返信用封筒(定型)を必ず同封してください。

○申込書は須崎市保育協会事務局で配布します。

○郵送での請求は、封筒の表に「受験申込書請求」と朱書きし、須崎市保育協会事務局に請求してください。返信先および希望する職種名を明記のうえ、84円切手を貼った返信用封筒(定型)を必ず同封してください。

○申込書は須崎市保育協会事務局で配布します。

●申し込み・問い合わせ先

須崎市保育協会事務局
〒785-0031

須崎市山手町1番7号

須崎市総合保健福祉センター
2階

電話

42・5850

(担当:小野・藤村)



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
当教室へ!

まずは無料体験レッスンへ

Facebookページで教室の様子などをご覧ください。「ECCジュニア須崎妙見教室」で検索。



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/>

お気軽に
お問い合わせ
ください



妊娠中や出産後の お母さんをサポートします

産後の身体の変化

出産は身体が大きくダメージを受け、産後は気力体力ともに消耗した状態となります。出産直後から数カ月間は、周囲の支援を受けながら体を休める環境を整えることが必要です。

産後ヘルパーは産後のお母さんを助ける強い味方

日本ではまだ認知度が低い産後ヘルパーですが、子育ての先進国では、積極的に活用されている制度です。須崎市でも平成30年度より、この事業を取り入れ、徐々に活用する人が増えてきています。



須崎市のヘルパー事業の概要

利用できる人	日中家族などから支援を受けることができない人 心身の不調（一時的なものでも可）で家事、育児が困難な状況にある人	
利用期間	妊娠中から産後6カ月まで（双子以上の場合は、お子さんが1歳になる前日まで）	
時間	月曜日から金曜日まで 午前9時～午後5時	
料金	1回2時間500円（一人につき32回まで）	
サービス内容	●家事援助 食事の準備、後片付け、衣類の洗濯、掃除、買い物など	●育児援助 授乳の準備、おむつ交換、沐浴補助など
利用方法	子育て世代包括支援センターへ申請	

産後ヘルパー派遣を利用した人の感想



「自分が利用してもいいのかな」などいろんな不安がありました。

ヘルパーさんには、料理をお願いしましたが、余った時間で掃除などもしてもらいました。自分が整理整頓をしたい時には、ヘルパーさんに赤ちゃんを見てもらったりもしました。

食事作りの合間にヘルパーさんと話しをすることで、育児でたまった気持ちのガス抜きにもなりました。

産後のケアメニューには宿泊の制度もあります

退院後に施設（助産院）で宿泊し、産後の休息と回復を助産師が終日支援するものもあります。妊娠期間中に申請可能です。まずは子育て世代包括支援センターへご相談ください。

ターへご相談ください。

産後ケア宿泊型を利用した人の感想



心身共にゆっくり休めることができました。授乳のリズムを助産師さんと一緒に作ってもらい、心強かったです。疲労感が軽減され、前向きに赤ちゃんに向き合うことができるようになった気がします。夜中であつてもすぐに助産師さんに対応してくれ、安心感がありました。

あなたも気軽に利用してみませんか？

サービスの利用を迷われる人も多いですが、利用者の感想からわかるように、安心して育児ができるなど、利用するメリットは大きいです。

ヘルパー事業に興味がある人、産後の子育てに不安や心配のある人、身近に育児・家事の支援を受けることが難しい人など、まずは子育て世代母子包括支援センターにご相談ください。

健康推進課 子育て世代
母子包括支援センター

042-1280

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。

診察のお問い合わせは、右の電話番号にておたずねください。



Neo Resort
CHIHIRO HOSPITAL

医療法人 千博会
ネオリゾート

〒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

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

ちひろ病院

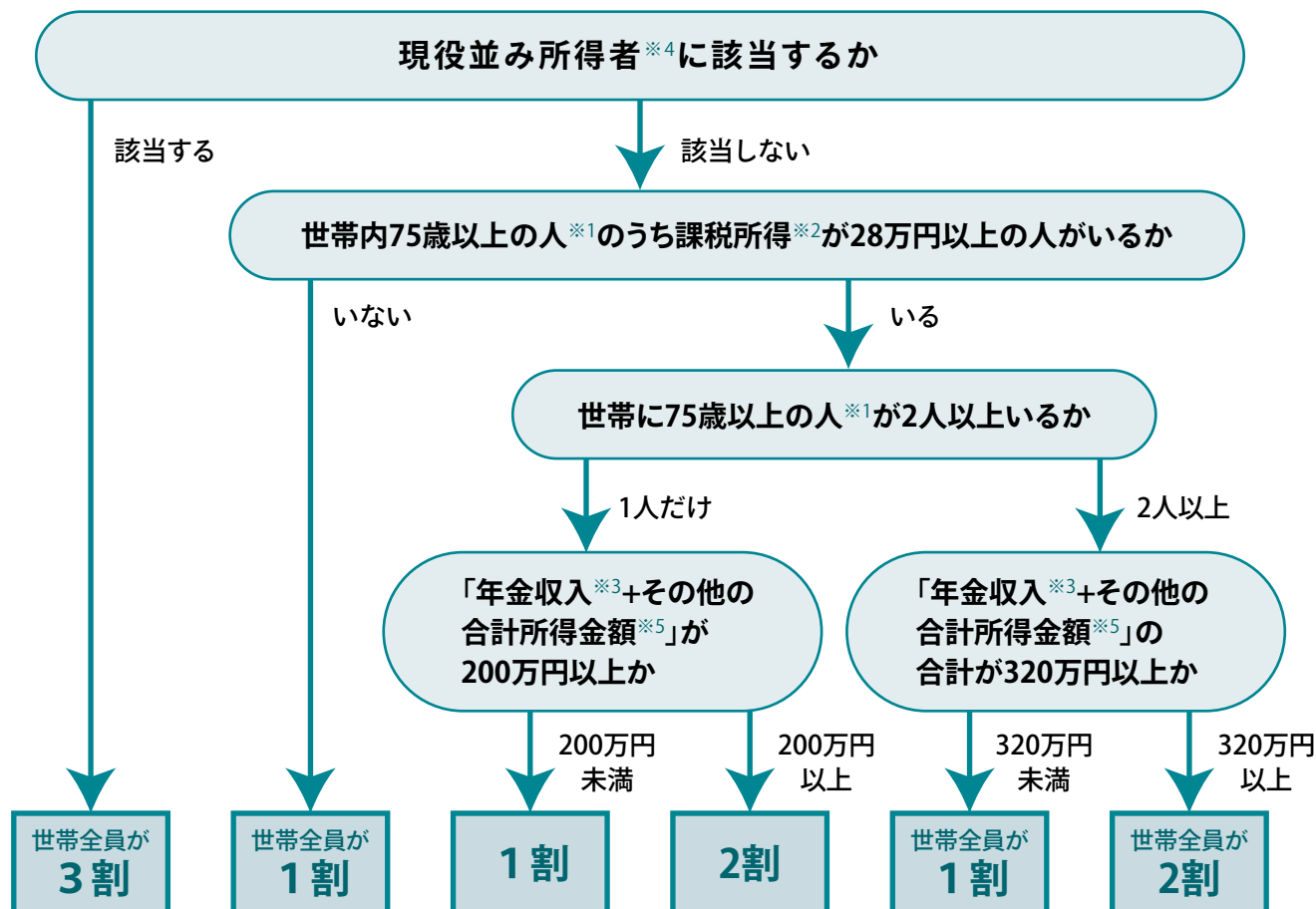
後期高齢者医療制度に関するお知らせ

令和4年10月1日から、一定以上の収入・所得のある人は、現役並み所得者(窓口負担割合3割)を除き、医療費の窓口負担割合が2割になります。対象になるかどうかは、令和3年中の収入・所得をもとに、以下の表の流れで判定します。

市民課 保険医療係

☎42・1355

世帯の窓口負担割合が2割の対象となるかどうかは、75歳以上の人※1の課税所得※2や年金収入※3をもとに、世帯単位で判定します。



- ※1 後期高齢者医療の被保険者とは…75歳以上の人(65～74歳で一定の障害の状態にあると広域連合から認定を受けた人を含む)
- ※2 「課税所得」とは…前年の収入から、給与所得控除や公的年金等控除、所得控除(基礎控除や社会保険料控除等)を差し引いた後の金額です。
- ※3 「年金収入」には遺族年金や障害年金は含まれません。
- ※4 現役並み所得者とは…課税所得145万円以上で、医療費の窓口負担割合が3割の人。
- ※5 「その他の合計所得金額」とは…事業収入や給与収入等から、必要経費や給与所得控除等を差し引いた後の金額のことです。

見直しの背景

令和4年度以降、団塊の世代が75歳以上となり始め、医療費の増大が見込まれています。

後期高齢者の医療費のうち、窓口負担を除いて約40%を現役世代が負担しています。

今回の2割負担の導入は、現役世代の負担を抑え、国民皆保険制度を未来へつないでいくためのものです。

窓口負担割合が2割となる人には負担を抑える配慮措置があります

令和4年10月1日の施行後3年間は、2割負担となる人について、1カ月の外来診療の負担増加額を、1割負担の時と比較して3千円までに抑えます(入院の医療費は対象外)。配慮措置の適用により、払い戻しの対象となる人には、高額療養費の振替先として事前に登録されている口座へ後日振り込みします。

高額療養費の口座登録がない人について

令和4年秋頃に、高知県後期高齢者医療広域連合より申請書を郵送します。記載の内容に沿って、口座登録をしてください。



マイナンバーカードの休日交付および時間外交付を月1回行っています(要予約 ☎42・1191) ●市民課 市民窓口係

休日交付

8月14日(日)、9月11日(日) 午前9時～午前11時45分

時間外交付

第3木曜日 午後5時15分～午後7時



医療保険



後期高齢者医療保険と
国民健康保険に関して
お知らせします

新型コロナウイルス 傷病手当金の適用 期間延長のお知らせ

国民健康保険および後期高齢者医療保険に加入している人を対象に、新型コロナウイルス感染症の緊急対策として「新型コロナウイルス傷病手当金」を期間限定で支給しています。

この傷病手当金は、雇われている人（被用者）が、新型コロナウイルスに感染または感染が疑われるため、仕事を休み、その期間の給与が受けられない場合に、本人や家族の生活のために支給されるものです。



医療費一部負担金の 減免などについて

医療機関での一部負担金の支払いが困難と認められるときは、申請により、減額・免除・徴収猶予が受けられる場合があります。

●減免などの要件

○災害などにより死亡、もしくは心身障がいとなったときや、資産に重大な損害を受けたとき

○異常気象による農作物の不作、不漁、そのほかこれらに類する理由により収入が著しく減少したとき

○事業または業務の休廃止、失業などにより収入が著しく減少したとき

詳しくは、市民課保険医療係までご相談ください。

ジェネリック医薬品 を使ってみませんか

ジェネリック医薬品は、これまで使われてきた薬の特許が切れた後に、同等の品質で製造販売される低価格の薬です。

高血圧や高脂血症、糖尿病の薬など、さまざまな病気や症状に対応しています。カプセル、錠剤、点眼剤など形態も豊富です。※すべての薬にジェネリック医薬品があるわけではありません。

●「ジェネリック医薬品使用促進 のお知らせ」について

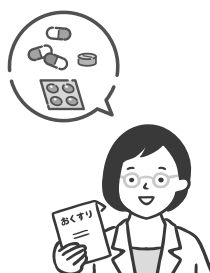
須崎市の国民健康保険および後期高齢者医療保険に加入している人で、現在もらっている薬をジェネリック医薬品に切り替えた場合の自己負担額の削減額が大きい人を対象に、ジェネリック医薬品使用促進のお知らせを送

付しています。

ジェネリック医薬品に切り替えると自己負担額が少なくなるだけでなく、須崎市の医療費の削減にもつながります。

ジェネリック医薬品の利用について、医師・薬剤師にご相談のうえ、ぜひご検討をお願いします。

※通知を希望しない人は、市民課保険医療係までご連絡ください。



国民健康保険 高額療養費の 支給申請について

支給申請の際、これまでは医療機関の領収書の提出を求めていますでしたが、申請者の利便性を考慮し、令和4年7月1日以降は提出が不要となりました。※市が個別に必要と判断した場合、提出を求めることがあります。

市民課 保険医療係

042-1355



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

リラックスしてMRI検査を

当院のMRIはオープン型です。トンネル型のような圧迫感がなく、リラックスして検査を受けていただけます。

MRI検査をためらわれている方もお気軽にご相談下さい。



●そのほかの新刊

- マスカレードゲーム (東野圭吾)
- 無明 (今野敏)
- 幸村を討て (今村翔吾)
- ハロー・グッドバイ (小路幸也)
- 一ノ瀬ユウナが浮いている (乙一)
- ミニシアターの六人 (小野寺史宜)
- チンギス紀 13 (北方謙三)
- 沈黙の町で 全三巻 大活字本 (奥田英朗)
- 酔鯨 山内容堂の軌跡 (家近良樹)
- ひとり老後楽生き事典 (辻川寛志)
- 今さら聞けない除草剤の話きほんのき (農文協)
- 365 日のフリージング離乳食 (川口由美子)
- 大人の流儀 11 (伊集院静)
- 教養としての茶道 (竹田理絵)
- はじめての自然養蜂 (岩波金太郎)



児童

- 香君 上下 (上橋菜穂子)
- わくわく自由研究 全5巻 (辻健)
- つくしちゃんとおねえちゃん (いとうみく)
- セカイを科学せよ! (安田夏菜)
- ふしぎ駄菓子屋銭天堂 17 (廣嶋玲子)
- ぱなしくん (柴田ケイコ)
- なつのおうじゃおにやんま (谷本雄治)
- ちからもちのおかね (中脇初枝)
- ぼくは川のように話す (ジョーダン・スコット)

【休館日】月曜日・祝日 (月曜日が祝日の場合は、翌日休館)

■今月の一冊



『夏井いつきの世界一
わかりやすい俳句鑑賞の授業』
【夏井いつき 著】



新刊
図書案内

松尾芭蕉の有名な俳句「古池や蛙飛び込む水の音」は言わずと知れた名句です。しかし、この十七音に入っている言葉の意味を正しく説明できる人は、意外と少ないのではないのでしょうか。

限られた文字数で作る俳句ですが、季語や助詞の違い、言葉の意味などを丁寧に読み解いていくと、俳句の世界をもっと楽しむことができます。

また、奥にある俳人の人生を知ること、俳句の印象ががらりと変わることもあります。俳句を様々な角度から味わい読み解くことで、作者の心を解き明かす一冊となっています。

俳句鑑賞を通して、俳句の奥深さや名句の謎に触れ、一生楽しめる知的遊びに挑戦してみませんか。

図書館

☎42・2141

楠瀬市長活動報告	
耕作がゆく	
第72回社会を明るくする運動 高陵保護区決起会	
21日	(株)須崎市道の駅定時株主総会
22日	ウクライナ難民支援須崎の会
23日	市議会6月定例会閉会
24日	(一社)全国海岸協会定時総会(東京都)／(公社)日本下水道協会定時総会(東京都)
25日	奥崎氏叙勲受賞祝賀会
28日	JA土佐くろしお通常総代会
29日	日本財団海の民話のまちプロジェクト認定表敬訪問 ／(一社)須崎市観光協会社員通常総会／須崎商工会議所通常議員総会
1日	高知県須崎土木事務所移動土木
2日	青少年育成須崎市民会議大会／社会を明るくする運動須崎市推進大会／須崎市民体育祭総合開会式
3日	クリーン新庄川
4日	“社会を明るくする運動”強調月間・再犯防止啓発月間高陵保護区決起会／須崎港振興協会総会
5日	高知県知事・市長意見交換会
6日	全国高等学校総合体育大会須崎総合高等学校出場報告会／定例会見
7日	須崎市行政改革推進委員会／ふるさと新庄川清流保全協議会通常総会 ／須崎沖沿岸漁業自主調整促進協議会総会
8日	高嶺地域アクションプランフォローアップ会議
10日	国民体育大会四国ブロック大会カヌースラローム競技開会式(本山町)
11日	高知県漁港漁場協会役員会(高知市)
12日	高陵特別養護老人ホーム組合議会／高嶺東部清掃組合議会／奥四万十観光協議会理事会 ／奥四万十高知理事会／高嶺広域市町村圏事務組合議会／高嶺消防組合議会 ／消防指令台更新および情報セキュリティ強化に係る検討会(12日はすべて中土佐町)
15日	わんぱいこうち広域都市圏推進協議会(高知市)
16日	国民体育大会四国ブロック大会カヌースプリント競技開会式 ／スケートパーク整備基本構想策定に係る意見交換会
19日	須崎港津波防災建設促進協議会高知港湾・空港整備事務所要望活動(高知市)／高知県国民健康 保険団体連合会理事会(高知市)／すざきオープンウォータースイミング2022実行委員会
21日	港湾都市協議会総会・役員会(北海道)

8月の納税・保険料

個人市・県民税2期／国民健康保険税2期
介護保険料3期／後期高齢者医療保険料2期

8月31日(水)までに納付してください。
便利なコンビニ納付や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。

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時と午後2時からです(変更の場合あり)。

国民年金だより

ご存じですか、
こんなこと、あんなこと



年金に関する 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

障害年金の受給について

障害年金は、病気やけがによって生活や仕事などが制限されるようになった場合に受け取るこ
とができる年金です（受給は審
査によって決定されます）。

障害年金を請求するには、一定
の要件があります。詳しくは、市
民課年金窓口または年金事務所
にご相談ください。

●受給要件

- ① 国民年金加入期間中に、障が
いの原因となった病気やけが
について、初めて医師の診療を
受けた日（初診日）があること
 - ② 一定の障がいがあること
 - ③ 次の保険料納付要件のいづれ
かが満たされていること（ただ
し、20歳の年金制度加入前に
初診日がある場合は、納付要
件はありません）
- 初診日のある月の2カ月前ま
での被保険者期間で、保険料
の未納期間が3分の1未満で

あること

- 初診日において65歳未満であ
り、初診日がある月の2カ月
前までの直近1年間に保険料
の未納期間がないこと

新型コロナウイルス感染症 の影響に伴う国民年金保険 料の免除申請について

前年度に続き、新型コロナウイルス
感染症の影響により所得が
大幅に下がり、国民年金保険料
の納付が困難になった人の、臨時
特例の免除申請を受け付けしま
す。

年金事務所 出張年金相談

●相談日（毎月第4木曜日）

8月25日（木）
9月22日（木）

●時間

午前10時～午後3時
（正午～午後1時は除く）

●開催場所

須崎市山手町1番7号
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。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。



●新たに申請の対象となる期間

令和4年度（令和4年7月～
令和5年6月分）

※申請書は年度（7月～翌年6
月）ごとの記入となります。ま
た、申請月の2年1カ月前まで
の保険料についても、さかのぼっ
て申請が可能です。

●申請に必要なもの

- 基礎年金番号が分かるもの
- 本人確認書類

●申請における注意点

申請の際、本人・配偶者・世帯
主のうち、収入が下がった人の所
得見込額の記入が必要です。事前
の確認をお願いします。

●申請先

市民課年金窓口、高知西年金
事務所まで受け付けているほか、
郵送での申請も可能です。詳しく
は、お問い合わせください。

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	8月17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）

市内美化活動に ご協力 をお願いします



8月13日（土） 川端シンボルロード

8月28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

人口・世帯数（6月末日現在）

人口	20,445 人	（前年同月比 -366）
男	10,071 人	（前年同月比 -125）
女	10,374 人	（前年同月比 -241）
世帯数	10,666 世帯	（前年同月比 19）

出生数：5人 死亡数：29人

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：8月12日（金）、9月9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 人権係 ☎42・1420



くらしの情報ボックス



お知らせ

司法書士による全国一斉 「遺言・相続」相談会のご案内

司法書士制度が150周年を迎えることを記念し、日本司法書士会連合会と全国の司法書士会および関連団体との共催で、相談会を開催します。

令和6年に予定されている相続登記の義務化を見据えた相談に応じるほか、遺言の作成など、円滑な相続を行うための準備に関する相談にも応じます。

日時 8月7日(日)午前10時～午後4時
会場 高知共済会館「コミュニティスクエア」
(高知市本町5丁目3-20)

いの町枝川コミュニティセンター
(吾川郡いの町枝川2462)

実施方法 対面による面談相談
電話相談(当日のみ通話可能)

☎0120-33-9279

問い合わせ 高知県司法書士会 ☎088-825-3143



お知らせ

敬老会中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、令和4年度の敬老会を中止します。

参加者の皆さんの安全面を考慮して決定しました。ご了承ください。

なお、次の対象者には9月中旬に記念品の送付を予定しています。

対象者 令和4年9月30日現在の年齢が80歳、88歳、95歳、100歳以上の人。

問い合わせ 長寿介護課 長寿支援係 ☎42-1205



募集

海上保安大学校採用試験の ご案内

国家公務員試験「海上保安大学校採用試験」の1次試験を10月29日(土)、10月30日(日)の両日に実施します。

受付期間 8月25日(木)～9月5日(月)

※受験資格や申し込み方法などの詳細は、海上保安庁のホームページ「海上保安庁採用試験」でご確認ください。

問い合わせ 高知海上保安部管理課 ☎088-832-7113



お知らせ

夜の巡航船に 乗ってみませんか

巡航船が鳴無神社での志那祢祭にあわせて、横浪～鳴無間を往復運航します。

この巡航船から、祭りの灯りがきれいに見えます。

日時 8月24日(水) 17:30ごろから随時

区間 横浪～鳴無(往復運航)

料金 大人:片道200円

子ども:片道100円(小学生以下)

問い合わせ 企画情報課 ☎42-5691



お知らせ

高知県立地企業合同企業 説明会のご案内

来場型とオンライン参加を併用した合同企業説明会を開催します。求職中の人をはじめ、学生やその保護者の人など、どなたでも参加いただけます。ぜひお気軽にご参加ください。



日時 9月6日(火) 午後1時～午後4時

会場 土佐市複合文化施設つな一で
(土佐市高岡町乙3451-1)

日時 9月15日(木)、9月30日(金)
午後1時～午後4時

会場 ちより街テラス(高知市知寄町2丁目1-37)

受付開始 当日12:30から

申し込み 参加申込不要

※オンラインでの参加は事前申し込みが必要です。

参加費 無料

問い合わせ 高知県庁企業誘致課 ☎088-823-9693
☎088-823-9881



お知らせ

須崎市初の子ども食堂 「すさき市民食堂」を開催します

すさき市民食堂を9月4日(日)から開催します。

市民の皆さまへ食事の提供をするとともに、日常生活における困りごとなどへの情報提供や相談機関を紹介します。

日時 毎月第1日曜日 午前11時～午後2時

場所 交流ひろば すさき(須崎公民館)

料金 18歳未満:無料

18歳以上:300円

問い合わせ 福祉事務所 ☎42-3691

チェルシーニュース

～What will you do this summer?～

アメリカの夏休みの過ごし方を紹介します



皆さんこんにちは。8月になると、学生の皆さんは1カ月間の楽しい夏休みを過ごされますね。

アメリカにも夏休みがありますが、日本とは少し違うところがあります。

私の出身地のカリフォルニアでは、学生の夏休みはもう少し長いです。

公立の学校では、今年の夏休みの初日は6月3日、最終日は8月17日です。約2カ月半の夏休みになります。

アメリカでは、夏休みに宿題を出す学校はあまり多くありません。

高校などでは、上級クラスを履修している学生には、宿題が出されることが時々あります。

夏休みが終わると新学年が始まります。

日本では4月に新しい年度が始まりますが、アメリカの学校の年度は9月にはじまります。

夏休みの間、小さい子どもたちはデイケアやサマーキャンプに行ったり、親戚と一緒に過ごしたりすることが多いです。

親は数週間の休暇をとり、家族と一緒に過ごすことが多いです。家族みんなでキャンプに行ったり、旅行したりすることがよくあります。



子どもの頃の私と私の父です

今回はアメリカの夏休みについてご紹介をしました。アメリカの夏についてどう思われましたか？

皆さんが夏に海外へ旅行する機会があったら、ぜひカリフォルニアへ遊びに行ってみてください。高知と同じようにとても暑いので、ビーチや湖を楽しむにはもってこいです。

学校教育課

☎42・5291

イベントカレンダー

..... 須崎市のイベントを紹介します

第12回すさき七夕かざりの夏まつり

今年は旧暦の七夕にあわせて行います。
恒例の七夕行事のほか、お子様向けのワークショップや夏祭り縁日など盛りだくさんの内容です。

期 間

8月2日(火)～14日(日) 9:00～17:00

場 所 すさきまちかどギャラリー
および周辺商店街

問い合わせ 050・8803・8668
すさきまちかどギャラリー
／旧三浦邸

※月曜休館
※イベントによって開館
日時が異なります
※詳細は右のQRコード
からHPをご確認ください



エビ 愛 Ebi絵画展

四十万町在住の絵描き兼主婦・Ebiが日常の愛、夫婦の愛、子どもへの愛、自分への愛など、様々な愛を描く絵画展をお楽しみください。

日 時

8月17日(水)
～28日(日)
9:00～17:00

場 所 すさきまちかどギャラリー
／旧三浦邸

問い合わせ 050・8803・8668
すさきまちかどギャラリー
／旧三浦邸

※22日(土)は休館
※最終日は16:00まで

おりがみ・おえかき LAB(ラボ)

折り紙は指先や脳の様々な部分を使う遊びです。飛行機を作って飛ばしたり、いろいろなものを作ったり、絵を描いたりしてみませんか。

日 時

8月27日(土)
14:00～16:00(随時受付)

場 所 すさきまちかどギャラリー
／旧三浦邸

対 象 興味のある人どなたでも

問い合わせ 050・8803・8668
すさきまちかどギャラリー
／旧三浦邸

※参加者多数の場合はお待ち
いただくことがあります

保
健

だ
よ

り



「お口の健康管理」はじめてみませんか？

お口の健康が、全身の健康と密接に関係していることをご存じですか？歯周病を中心としたお口のトラブルが、糖尿病をはじめとする生活習慣病などと深く関わっていることが分かっています。歯でしっかり噛むことができる人ほど転倒・認知症・要介護になる割合が低く、元気に過ごせる期間が長いと言われています。

● 歯科医院で行うプロフェッショナルケア

定期的に健診を受けることで、自分では気付けないトラブルの芽を早く見つけ、むし歯や歯周病の予防につなげる。

● 歯周病のリスクを下げる生活習慣

- ストレスを溜めない
- 禁煙をする
- よく噛んで食べる

1本でも多くの歯を残すため「2つのケア」が大切

● 自分で行う「セルフケア」

- (歯みがきポイント)
- 毎食後、歯を磨く
- 歯ぐきの境目、歯と歯の間、歯の噛み合わせなど、磨き残しができやすい場所は丁寧に磨く
- 糸ようじや歯間ブラシを使う
- 鏡を見て磨く

健康な毎日を楽しむためにもお口のケアを始めましょう

高知県「歯・口の健康に関する標語」令和3年度受賞作品を紹介します。



金賞(教育長賞)

人生を いっしょに歩む
きれいな歯

浦ノ内小学校 中井 小鈴

入選

はをみがき ばいきん
ういるす とんでいけ！

浦ノ内小学校 山崎 結菜

はのおうさま 6さい

きゆうし まもつていこう

吾桑小学校 濱田 航

佳作(浦ノ内小学校)

おくのはも しっかりみがく
げんきなは

藤田 敦大

ていねいに まいにちみがこう
じぶんのは

山本 航成

フッセンこうは ほつぺを
うごかし ブクブク！

安並 乃愛

はみがきは 心もみがく
大せつに

森田 愛瑠

はブラシで 大人になるは
守ろうね

松井 結人

しっかりと ごはんを
食べたは 歯みがきを

寺田 滯

佳作(吾桑小学校)

きれいにみがく こころも
みがく いいきもち

奥田 倅羽来

ちゃんとみがく こころも
きれい いいきもち

吉門 蒼馬

歯と心 二つみがいて
いいかんじ

江西 蒼

歯みがきは 心もみがく
歯もみがく

今崎 紗良

歯をみがく きつちりみがく
おく歯まで

中越 悠守

健康推進課

☎42・1280

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

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
8/25 (木)	10:00 ～12:00 13:15 ～15:30	住友大阪 セメント
8/31 (水)	10:00 ～12:00 13:15 ～16:00	須崎市役所 (総合保健福祉センター)

高知県赤十字血液センター
☎088・866・6660



母子保健関係

健康推進課 ☎42・1280

月	日	曜	実施項目	時間	場所	対象者
8	16	火	離乳食相談 育児相談 母乳相談	9:00～12:00 9:00～12:00 9:30～12:00	須崎市総合 保健福祉センター	乳幼児と保護者
	18	木	1歳6か月児健診	個別通知		2020年12月・2021年1月生まれ 2022年4月生まれ
9	1	木	乳児健診	個別通知		乳幼児と保護者
	6	火	歯科相談 育児相談 母乳相談	9:00～12:00 9:00～12:00 9:30～12:00		

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
9	6	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。

※全ての事業において新型コロナウイルス感染症の感染防止に伴い、
延期又は中止をする場合があります。

(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。



新型コロナウイルス健康相談センター

☎088・823・9300

相談時間:午前9時から午後9時まで

新型コロナウイルス感染の心配に
お応えしています。



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?」
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



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。

8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 くろしお	8 高 陵	9 くろしお	10 くぼかわ	11 くぼかわ	12 くろしお	13 くぼかわ
14 梶 原	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 大 西	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 くぼかわ	29 高 陵	30 くろしお	31 くぼかわ			

9月

日	月	火	水	木	金	土
				1 くろしお	2 くろしお	3 くぼかわ
4 梶 原	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
8	11	木	須崎くろしお病院	8	28	日	高 陵 病 院
	14	日	須崎くろしお病院	9	4	日	須崎くろしお病院
	21	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。

須崎市のALT(外国語指導助手)の先生を紹介します



テツヤ アーハルド ホンゴウ

出身地 アメリカ合衆国 ワシントン州
担当校 多ノ郷小学校、新荘小学校
趣味 サイクリング、テニス、ボクシング



サバナ マリー ブレキンス

出身地 アメリカ合衆国 ノースカロライナ州
担当校 上分小中学校、吾桑小学校
趣味 総合格闘技、太鼓



トーヤ セレスト ファイアア

出身地 アメリカ合衆国 ジョージア州
担当校 須崎中学校、浦ノ内中学校
趣味 旅行、音楽を聴くこと



モハメド アーメド

出身地 イギリス、マンチェスター市
担当校 南小中学校、浦ノ内小学校、安和小学校
趣味 総合格闘技、サッカー

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をしています。子どもたちの英語力の向上のため、本場の発音を聞かせたり、担任の先生と英会話の実演を行ったりしています。ほかにも、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。

授業以外の場面でも一緒に給食を食べることや、外国語以外の授業や学校行事にも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。



多ノ郷小学校での授業



吾桑小学校での授業



須崎中学校での授業



浦ノ内小学校での授業

Coming soon!

この4人に加え、まもなく新しいALTが一人、須崎市に着任する予定です！
着任後は広報で紹介します。お楽しみに！

学校教育課

☎42・5291