



なはり

2013 SEPTEMBER

9

NO.290

奈半利町ホームページ <http://www.town.nahari.kochi.jp/>

話題

- 「第50回港まつり」を開催
- 町のニュース
- ペリーさん再来高
- お知らせ



人口 3,525人

男 1,634人

女 1,891人

世帯数 1,788戸

(平成25年8月31日現在)



第50回 港まつり



第50回港まつりは、8月16日(金)多くの住民ボランティア協力のもと、祈願祭・シーカヤック競争大会・船舶パレード・もち投げ・各種団体による踊り大会・花火大会等を行いました。第50回を記念して復活した踊り大会は、婦人会、東浜地区会、青年会により多彩な踊りが披露され、また花火大会も尺玉を増発して実施し、例年以上に盛り上がりを見せた祭りとなりました。



当日は晴天にも恵まれ、町民の方はもちろんのこと多くの観光客の皆さんに楽しんでいただけたと考えております。
祭りを支えていただきました関係者の方々、ご協賛をいただきました各社、会場周辺の住民の皆様のご理解ご協力に感謝いたします。

翌日の清掃お疲れさまでした

港まつりから一夜明けた17日の早朝5時半から、各種団体を中心としたボランティアの方々、会場となった奈半利港緑地公園周辺の清掃活動に取り組みました。
参加者の方々が、一生懸命作業をしていたおかげで、港まつりの開催前よりもきれいになりました。
ご協力、ありがとうございました。



である傘踊りを継承していくための衣装、傘、太刀などの用具や、地域イベント等で使用する獅子舞、法被などです。
今回、用具が整備されたことをきっかけに、後継者不足に悩んでいた傘踊りの継承活動を行い、奈半利町港まつりで踊りを披露することができました。



助成事業

地区会活動を通じて、地域コミュニティの促進を図ることを目的として、コミュニティ助成事業により活動用の用具が整備されました。

7
21
SUN



**吹奏楽部
吹奏楽コンクールで金賞に
輝き四国大会に出場！**

8月5日(月)、県民文化ホールで行われた高知県吹奏楽コンクールの中学校B部門において金賞に輝いた吹奏楽部は、8月24日(土)、徳島県で行われた吹奏楽部コンクール四国大会に出場しました。

県予選、四国大会ともに奈半利中学校・田野中学校・安田中学校の吹奏楽部が力を合わせ、素晴らしい演奏を披露してまいりました。合同での練習時間が制限される中、子どもたちは本当に頑張ってくれました。

指導者の皆さん、関係者の皆さん、本当にお疲れさまでした。また、保護者・地域の皆様、応援ありがとうございました。

**東野宏哉君(陸上部3年生)、
第44回ジュニアオリンピック陸上大会出場！**

7月21日(日)、春野陸上競技場で行われた高知県総合体育大会で砲丸投げ3位に入った東野宏哉君が10月27日(日)、神奈川県の日産スタジアムで行われる第44回ジュニアオリンピック陸上大会に出場します。

東野宏哉君、高知県の代表として、頑張ってください。

保護者・地域の皆様、ご声援をよろしくお願い致します。



8
24
SAT

叙勲受章者をご紹介します

叙位
(正六位)

故 木下敏雄氏 (生木地区)
元奈半利町議会議長

平成25年6月6日逝去されました
元奈半利町議会議員の故 木下敏雄氏に、叙位(正六位)が発令され、奈半利町長よりご遺族へ伝達がなされました。

叙位
(従六位)

故 山本喜志夫氏 (横町地区)
元奈半利町長

平成25年2月26日逝去されました
元奈半利町長の故 山本喜志夫氏に、叙位(従六位)が発令され、奈半利町長よりご遺族へ伝達がなされました。

山本氏は、昭和26年に奈半利町職員として奉職以来、教育長・収入役を歴任、昭和61年に奈半利町長に就任後は平成10年まで連続3期12年にわたり在職し、通算47年余にわたって地域の繁栄に全身全霊を捧げ、過疎化の著しい本町を今日の発展にまで導いた功績が認められ受章となりました。

◆ ◆ ◆
今回の叙位をたたえ、心からご冥福をお祈りいたします。



第4回 奈半利町

ちびっこ

トライアスロン開催!!



平成25年7月28日(日)に、みなと未来会議の主催、奈半利町の共催で「第4回奈半利町ちびっこトライアスロン」が開催されました。

このイベントは、交流人口の拡大や観光振興を図ることを目的として「みなとオアシス奈半利」の関連事業として、平成22年度から毎年実施しています。

回を重ねるごとに知名度も上がり、今年は高知県内の小学生だけではなく、県外からの参加もあり、過去最高の総勢88人が競技に取り組みました。

スタートと同時に奈半利の澄んだ海を泳ぎ、自転車で疾走し、最終のマラソンでは、降り注ぐ日差しの中、美しい海の見えるふるさと海岸を走り抜け、ゴールした子どもたちの顔は達成感に満ちあふれていました。

競技の後には、地元で取れたスイカやお弁当を配り、昼食後には宝探しも行い、奈半利を堪能してもらいました。

参加した子どもの中には、「疲れたけど楽しかった。またやりたい」と言う声や、保護者からは、「このようなイベントはこれからも続けてほしい」という声をいただきました。



奈半利町スカッシュユバレーリーグ

7月9日(火)、12日(金)の2日間にわたって、奈半利町スカッシュユバレーボールリーグが奈半利中学校体育館において開催され、家族や職場、地域の仲間で編成された計10チーム、約40人もの参加者が熱戦を繰り広げました。

試合では強烈なスパイクや



スカッシュユバレーボール部は毎週火曜日、金曜日の19時30分から22時まで奈半利中学校体育館で練習を行っていますので、スカッシュユバレーに興味がある方、何か運動を始めた方などと思っている方がいましたら、気軽にご参加ください。

好レシーブが数多く見られ、会場には絶えず拍手と声援が響き渡っていました。どの試合も最後まで手に汗握る熱い戦いでしたが、日頃の練習の成果を発揮した体育会スカッシュユバレーボール部の「スカッシュユバレー」チームが優勝を飾り、今大会の幕を閉じました。

大変暑いなかでの試合でしたが、たくさんの方々にお集まりいただきありがとうございました。選手の皆様、運営に携わっていただいた関係者の皆様お疲れさまでした。

大会結果は
次のとおりです。

Aリーグ優勝
スカッシュ魔女
Bリーグ優勝
スカッシュクラシック
第3位 馬路B



ペリーさん 再来高

2年前の2011年第21回日米草の根交流サミット高知大会で来日されたマシュー・ペリーさんが、7月13日から16日まで再び奈半利町を訪れてくれました。

7月13日には濱田邸にての歓迎夕食会、14日には町民会館で「黒船来航

「アメリカの視点」と題した講演をしていただきました。

また、16日には奈半利小学校・奈半利幼稚園・奈半利中学校を訪問しました。

奈半利小学校ではアメリカの小学生が書いた手紙と奈半利小学校4・5年生、加須郷小学校の児童が書いた手紙との交換、奈半利幼稚園ではアメリカの4歳児が作ったハンドクラフトフラグと奈半利幼稚園児の作った折り紙の交換、よさこい踊りを通して交流をしました。

奈半利中学校では、仙頭校長・竹崎教育長・なはり浦の会のメンバーを交え意見交換会が行われました。



4日間という短い期間ながら、講演や学校訪問など過密スケジュールをこなしていただいたマシュー・ペリーさん、講演会にお越しいただいた町民の皆様、本当にありがとうございました。

平成25年度奈半利町戦没者追悼式

8月15日、奈半利町保健センターにおいて平成25年度奈半利町戦没者追悼式が行われ、遺族の方々約60人が参列し、戦没者の冥福を祈りました。

式典では、参列者全員が黙祷をささげ、齊藤一孝町長の式辞をはじめ、高知県知事、高知県議会議員の濱田英宏さん、奈



半利町議会会長の安岡規雄さん、奈半利町遺族会会長の濱中俊子さんに追悼の辞をいただいたのち、参列者全員で御英霊に対し献花を行いました。

最後に、奈半利町遺族を代表して安岡祥子さんにあいさつをいただきました。

終戦から68年決して忘れることのできない8月15日を迎え、戦争の悲惨さを胸に刻み、参列者全員で平和で豊かな世界になるよう努力していくことを誓いました。



寄付をいただき、ありがとうございました

本年3月に亡くなられた元奈半利町長・故山本喜志夫氏と同年6月に亡くなられた元奈半利町議会議員・故南昭宣氏のご遺族により、「奈半利町人づくり奨学基金」へ寄付をいただきました。

いただきました寄付は、当町で大学へ進学する学生を有為な人材へ育成するた

めの奨学金としての給付に使わせていただきます。

山本氏、南氏両名とも、生前には奈半利町の発展及び人材育成に尽力されており両名の遺志を継ぐ若者が今後活躍されることが期待されます。

本当にありがとうございました。



認定こども園なはり便り

幼稚園 保育所

かわいいくまモンのおにぎりを作ったよ!



7月20日(土)に、親子料理教室を行いました。近年食べることの大切さはよくいわれています。親子で料理をすることで、調理をすること、食べることの楽しさを知ってもらおうと、ヘルスメイトさんの協力のもとで実施されて5年目となります。今年は、「くまモン」のキャラクターのおにぎりなどを作りました。おにぎりを作りながら、「手にひっついた」「まるくなった」など、楽しそうでした。これを機に、親子で料理をする機会が増えたらいいと思います。

鮎をつかむのは
むずかしかったよ!



8月2日(金)に、奈半利町淡水漁港の協力のもと、奈半利幼稚園の砂場にいけすを作り、「お魚との触れ合い体験(鮎のつかみどり)」を行いました。いけすに鮎が入ると、戸惑っている子どももいましたが、慣れてくると一生懸命つかもうとする姿が見られました。両手でつかもうとする子どももいて、楽しそうでした。後日、おいしく食べたことを子どもたちが嬉しそうに言っていたことでした。

「おおきくな〜れ」

7月23日(火)に、日本釣振興会の事業であるチヌ稚魚放流体験に、園児が参加しました。奈半利漁港で、子どもたちがバケツいっぱいに入ったチヌの稚魚を「おおきくな〜れ」と言いながら海に放しました。稚魚を普段見ることもないので、新鮮でいい体験となりました。





土佐の豊穰祭 安芸会場
県東部の美味しい食が一堂に集まる食の祭典



高知東海岸グルメまつり&鉄道の日

日時 10月12日(土)・13日(日)
10:00~15:00(土曜は16:00)

会場 安芸市役所駐車場
安芸観光情報センター駐車場
安芸駅(13日の鉄道の日のみ)

グルメ

南国市	トマトカレー、米粉うどん、基石茶うどん他。
香南市	香南ニラ塩焼きそば、土州焼き、土佐ジンリッく唐揚げ他。
芸西村	カツパバーガー、ピーマン味噌他。
安芸市	土佐ジロー串焼き、土佐ジローコロッケ、なすっこ他。
馬路村	から揚げ井ゆ風味他。
田野町	田舎寿司、蔵人のお菓子他。
奈半利町	マグロ加工品、野菜・果物他。
安田町	田舎寿司、マンゴー大福他。
北川村	ゆずサイダー、焼きそば柚子胡椒風味他。
室戸市	海洋深層水塩使用の塩麹付きの焼き鳥他。
東洋町	こけら寿司、豆乳プリン、ボンカンゼリー他。
須崎市	鍋焼きラーメン他。
阿南市	ハモ天丼他。
大野市	福井県大野市の特産品。

※会場にごめん・なはり線を利用してきてくれた方には、グルメまつりエリアで使える100円クーポンを安芸駅でプレゼント。(商工フェア会場、じゃこサミット会場、鉄道の日イベント会場では使用できません)

ステージ

太鼓、紙芝居、阿波踊り、フラダンス、イリュージョン、ちりめん井早食い競争、餅投げ、キャラクターショー、豆電球ライブ、はちきんガールズライブショー、龍マックス、ベリーダンスほか

関連イベント

☆全四国ご当地じゃこサミット2013in安芸

内容：四国4県のご当地じゃこ料理が集結し、来場者による投票でグランプリを決定します。

日時：10月12日(土) 10:00 ~ 16:00(投票終了15:00)
10月13日(日) 10:00 ~ 15:00(投票終了14:00)

会場：安芸市役所南側駐車場

☆商工フェア

内容：安芸市及び周辺地域の特産物、製品、植木や苗木など商品の展示販売を行います。

日時：10月12日(土)・13日(日)

場所：安芸観光情報センター駐車場

☆イベント列車

土佐茶香る和カフェ列車 ~お茶と甘味と音楽の旅~

実施日時：10月13日(日) 10:50 ~ 高知駅集合・受付

参加費：3,000円 参加資格：ペア20組(40人)

お申し込み・お問い合わせ：NPOごめん・なはり線を支援する会

☎ 088-834-1313

☆安芸まち歩きガイド

安芸の市街地を歩くガイド付きミニウォーキング

実施日時：10月12日(土)・13日(日)

参加料：200円/人(傷害保険付き) 所要時間：90分

お申し込み：当日、本部ブースにて申し込み・受け付け

駐車場が少ないため、公共交通をご利用ください。

■高知東海岸グルメまつりに関するお問い合わせ先

安芸釜あげちりめん井楽会(安芸市商工観光水産課) ☎ 0887-35-1011



『鉄道の日』イベント

(もう知ってる!?ごめん・なはり線の秘密)

10/13
(日)



©やなせたかし

安芸駅では、2代目キャンペーンレディを一日駅長に迎え安芸駅発11:13・11:31の2便の出発式を行います。

また、日頃応援・支援していただいている皆様に感謝の思いを込めて「ボランティア表彰式」を行います。

さらに、この日は「ごめん・なはり線」の秘密を大公開! 安芸駅北側にある車両基地内で、車両洗車体験、車両説明や車両床下見学、車両綱引き、目覚まし時計ならぬ自動起こし機体験、軌道モーターカー乗車体験などなど、普段は体験できないものばかり。

他にもちびっこ広場を設け、綿菓子やかき氷、くろしお鉄道オリジナル輪投げなど小さいお子さんも楽しめるイベント内容となっておりますので、ぜひお越しください。

車両基地のイベント内容

○ボランティア表彰式

○第3回フォトコンテスト表彰式
10:30 ~ 11:00

○キャンペーンレディ一日駅長
委嘱状授与式・出発式(駅ホーム)
11:00 ~ 11:35

○ごめん・なはり線クイズ
11:45 ~ 12:00

○ごめん・なはり線鉄道グッズ即売会
13:30 ~ 14:00

○車両洗車体験・車両説明・車両床下見学

①10:00 ~ 10:30 ②11:00 ~ 11:30
③13:00 ~ 13:30 ④14:00 ~ 14:30

○車両綱引き

①10:30 ~ 10:45 ②11:30 ~ 11:45
③13:30 ~ 13:45 ④14:30 ~ 14:45

○運転台見学・車掌放送体験
10:00 ~ 15:00(随時)

○軌道モーターカー乗車体験
①10:00 ~ 12:00(随時)
②13:00 ~ 15:00(随時)

○起こし機体験

①10:00 ~ 11:30(随時)
②13:00 ~ 14:30(随時)

○ちびっこ広場

10:00 ~ 15:00

○キャラクター着ぐるみショー
13:00 ~

などなど

■鉄道の日に関するお問い合わせ先：土佐くろしお鉄道安芸総合事務所 ☎ 0887-34-8805

中芸観光協議会だより

TEL 0887-38-3306 FAX 0887-38-3307

HP <http://www.chugeikanko.com/>

E-mail chugeikanko@gol.com

2013年9月発行

第1号

中芸観光協議会 会長

籠尾 信之

皆さんこんにちは！中芸観光協議会です。中芸観光協議会は、中芸地区5町村を観光から盛り上げていこうと平成24年4月に立ち上げました。1年目は、“中芸地区”を、“中芸観光協議会”を知ってもらおうと高知市中央公園に出向き、「中芸観光スペシャルキャンペーン～ほげな祭(さい)～」を開催し、中芸地区のPRに努めてまいりました。

また中芸観光ビジョンを策定し、今年度からはそれを軸に取り組みを進めていきたいと考えております。もっとたくさんの人に理解され、協力してもらうためにも中芸観光協議会を知ってもらいたいと思っています。

今年度はとくに食の開発や体験観光の磨き上げに積極的に取り組んでいきたいと考えていますので、中芸地域にお住まいの皆様にもいろいろな面でアドバイスをいただき、参加していただけるように頑張ります。今年度から事務所を中芸地区商工会奈半利支所に移転しましたので、事務所にもお気軽にお立ち寄りください。

新事務所です★



〒781-6402
安芸郡奈半利町乙1675-8

中芸観光協議会の会長と職員です。

見かけたらお気軽にお声かけください(へーへ)/



会長
籠尾 信之



広報担当
竹村 孝雄



事務担当
濱渦 佳織



食開発担当
柿本 梨花

◆中芸地域内◆

10

月

イベント情報

11

月

- 田野町製塩施設
9月7日にオープンした製塩施設では見学・体験が楽しめます。
- 安田町並み交流館「和」
企画展『龍馬と安田の海援隊士 高松太郎・石田英吉展』開催中
安田の海援隊士、高松太郎と石田英吉の人物に迫る／11月26日まで
- 北川村民会館…第24回中岡迂山記念全国書展／10月26日～11月3日
- 中岡慎太郎館…第57回書宗院 高知移動展／10月26日～11月3日
- 北川村…慎太郎とゆずの郷まつり／11月2日
中岡慎太郎墓前祭／11月17日
- 馬路温泉…バラ風呂／毎月1日
湯けむりピンポン大会／10月12日
ゆず風呂／11月毎日・12月22日
- 馬路村…ゆずはじまる祭り／11月3日
- 奈半利町…シーカヤック・シュノーケリング体験／10月30日まで

平成25年7月1日から 専業主婦(夫)の年金が 改正されました

平成25年7月1日から専業主婦(※)の年金が改正され、会社員の夫が退職した際などに年金の切り替えの手続きが遅れたりまたは漏れていたため、保険料が未納となっている主婦が手続きをすることにより、年金の受け取りが可能になったり、年金額を増やすことができる場合があります。

主婦年金からの切り替えの手続きが2年以上遅れたことがある方は、今すぐ手続きを！

原則として20歳から60歳までのすべての人が「年金」に加入することになっていますが、サラリーマンの夫(第2号被保険者)に扶養されている妻(専業主婦:第3号被保険者)は、保険料を納める必要はありません。

ただし、夫が退職した場合や妻自身の年収が増えたときなどは、手続き(第3号被保険者から第1号被保険者への変更手続き)をして、保険料を納めなくてはなりません。

この手続きが2年以上遅れたことがある方は、2年以上前の保険料を納付することができないため、保険料の「未納期間」が発生します。

このたび、専業主婦の年金が改正され、このような方は手続きをすることにより、「未納期間」を「受給資格期間」に算入することができるようになりました。

(※)妻がサラリーマン、夫が専業主夫の場合も同様です。

○手続きをすることにより、無年金や年金の減額を防ぐことができます。また、老齢年金だけではなく、万一の時の障害年金などの受給権の確保にもつながります。

○保険料納付で年金額アップ!

手続きをすることにより、本来はさかのぼって払うことができなかった期間の保険料を納付することができます(最大10年分)。保険料を納めることにより、年金額が増えます。

※平成27年4月から保険料の納付ができるようになります。手続きをされた方に、平成27年4月に向けて保険料納付のご案内を郵送する予定です。

○詳しくは、**国民年金保険料専用ダイヤル0570-011-050**または**お近くの年金事務所(南国年金事務所088-864-1111)**へお問い合わせください。

ご存じですか？ 国民年金の 任意加入制度



老齢基礎年金(65歳から受けられる年金)は、20歳から60歳になるまでの40年間保険料を納めなければ、満額の年金を受け取ることができません。

国民年金保険料の納め忘れなどにより、保険料の納付済期間が40年間に満たない場合は、60歳から65歳になるまでの間に国民年金に任意加入して保険料を納めることにより、満額に近づけることができます。

なお、老齢基礎年金を受けるためには保険料の納付済期間や保険料の免除期間等が原則として25年以上必要となりますが、この要件を満たしていない場合は、70歳になるまで任意加入することができます(ただし、昭和40年4月1日以前に生まれた方に限られます)。

また、海外に在住する日本国籍を持つ方も、国民年金に任意加入することができます。

詳しくは、

南国年金事務所(088-864-1111)へお問い合わせください。

～ 中芸広域連合 介護サービス課 ～

介護予防事業のお知らせ

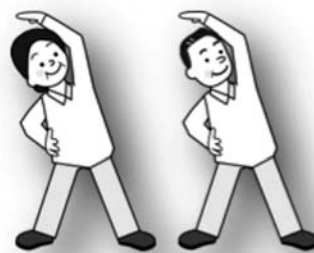
パワーリハビリテーション

パワーリハビリテーションとは、老化や障害により低下した身体や精神面の活動性を回復させ、自立心の向上と元気な時の生活に復帰できることを目指す運動プログラムです。

機械を使って行いますが、筋力増強トレーニングとは違い、軽い負荷の運動（お風呂に入るよりも少ない負荷です）を反復して実施することで、運動性の低下を改善していきます。

3カ月を1クールとして行い、9月から2クール目を開催しています。

その後は、地域の活動に参加し、運動が継続できるようにします。



■対象者

- ・障害により低下した運動機能の回復が望まれる方
- ・活動性の低下により外出が困難となっている方
- ・ひとりで外出することが難しく、地域の集まりに参加できなくなっている方 など

■場 所 なかよし交流館（田野町 福田寺となり） 送迎あり

■曜 日 月・木コース 火・金コース

■時 間 9:30～11:30

■利用料 1回:500円

サポーターさんも募集しています!!

あわせて、体操のお手伝いをしてくださるサポーターさんも募集しています。

機械への乗り降りのお手伝いや、体操中の声かけ等をしていただき、参加されている方にとっても大変心強い存在になっています。ただ、5カ町村の参加者に対しサポーターさんの登録が少ないのが現状です。

興味のある方はぜひ一度見学にいらしてください。皆さんのお越しをお待ちしております。

サポーターについてのお問い合わせは

中芸広域連合地域包括支援センター（32-1244）小島 まで
お願いします。





介護予防教室のご案内

奈半利町では、いつまでも元気で住み慣れた地域で生活ができるように介護予防や、生きがいつくり等を目的とした地域活動を行っています。それぞれの場所で開催しますので、ちょっとのぞいてみませんか？

実施場所	日程	
加領郷漁民センター	月	10:00～
百石集会所	月	10:00～
宇川集会所	火	10:00～
樋の口集会所	水	10:00～
中里集会所	水	10:00～
車瀬集会所	木	10:00～
法恩寺集会所	木	10:00～
六本松集会所	金	10:00～
東浜第1集会所	金	13:00～
よさこいサロン（保健センター）	月・水・木・金	10:30～
	火	13:30～
福祉センター（自主グループ）	木	14:00～
保健センター（自主グループ）	水	9:00～

*事業の内容により、開催日は変更する場合があります。

●問い合わせ先

奈半利町保健センター

☎ 38-3451

奈半利町社会福祉協議会

☎ 38-7346

奈半利町福祉センター

☎ 38-4204

2013 漁業センサス 調査実施



漁業センサス

地域の未来につながる大事な調査です

平成25年11月1日に実施します。

漁業センサスの結果は、水産基本計画に基づく水産行政施策の企画・立案・推進のために活かされます。調査した内容は、統計の作成や他の統計調査に係る名簿作成以外の目的には使用しませんのでご安心ください。

5年に1度の大事な統計調査です。

調査員がお伺いした際には、皆様のご協力をお願いいたします。





行政相談週間

10月21日(月)～27日(日)

～ ご相談ください、あなたのまちの行政相談委員へ！ ～

役所の仕事やサービスで、困っていること、分からないことがありましたら、総務省の行政相談をご利用ください。

総務省では、多くの皆さんに行政相談を利用していただけるよう毎年10月に「行政相談週間」を設け、各種の行事を行っています。

奈半利町においても、次のとおり、総務大臣の委嘱を受けた行政相談委員が「一日行政相談所」(無料・秘密厳守)を開設しますので、お気軽にご相談ください。

- と き: 10月25日(金)午後1時～3時
- と こ: 奈半利町保健センター
- 行政相談委員: 伊藤 隆

例えば、このようなお困りごとはありませんか？

医療保険・年金



年金のことを聞きたい

道 路



標識が分かりづらい

公共施設



公共施設を利用しづらい

●問い合わせ先 行政相談委員: 伊藤 隆 自宅: 奈半利町法恩寺(TEL 38-4338)



平成25年度(10月1日実施)

住宅・土地統計調査にご協力をお願いします!!

住宅・土地統計調査とは？



住宅・土地統計調査は、「統計法」(国の統計に関する基本的な法律)に基づいた基幹統計調査で、昭和23年から5年ごとに行われ、今回は14回目の調査に当たります。

調査事項は、

1. 住宅・敷地の広さや所有の関係
2. 居住している世帯に関すること
3. 住まいの設備状況や住環境

などです。



調査員が、建物内にお住まいの世帯にお伺いできるよう、ご協力をお願いします。
(9月下旬頃よりお伺いします)



DVは犯罪です！

DV（ドメスティック・バイオレンス）は、配偶者や恋人に対する暴力のことで、重大な人権侵害です。

身体的な暴力の他にも、

・長時間の無視・外出の制限

・人格を否定する暴言・生活費を渡さない・性行為の強要

などのさまざまな暴力があります。

最初は小さなことでも、暴力はどんどんエスカレートし、子どもも含め、家庭崩壊につながります。

暴力は、いかなる場合も、決して許されるものではありません。早めの相談で、あなたの家庭を守りましょう



相 談 先	女性相談支援センター 〔 配偶者暴力相談 支援センター 〕	こうち男女共同参画 センター「ソーレ」	警 察	奈半利町役場 住民福祉課
対 象 者	女性 DV被害者である男性	女性・男性	暴力被害者	女性 DV被害者である男性
電話番号	088-833-0783	女性向け 088-873-9555 男性向け 088-873-9100	警察本部の総合相 談係（#9110または 088-823-9110） 最寄りの警察署の 生活安全担当課	0887-38-4012
相談時間等	平日＝9時～22時 土・日・祝日 ＝9時～20時 (年末年始は休み)	女性向け＝9時～17時 男性向け(予約制) ＝第1、3火曜日 18時～20時 (第2水曜日、祝日、年 末年始は休み)	夜間・休日は、 当直員対応 緊急の場合は、 110番へ	平日 8時30分～ 17時15分 (年末年始は休み)



全国地域安全運動

10月11日(金)～10月20日(日)

今年も、全国一斉に地域安全運動が実施されます。

期間中、安芸地区地域安全協会と安芸警察署では、地域安全推進員をはじめとする自主防犯組織のタウンポリスなど、地域の防犯団体と連携して「**みんなで つくろう 安心の街**」をスローガンに地域安全運動を推進するため、各種行事を予定しています。

皆さんもこの期間に、地域の安全や家庭の防犯について確認しあい、事件・事故のない安全で安心な街づくり・家づくりに取り組みましょう。



みんなで つくろう 安心の街

●安芸警察署・安芸地区地域安全協会

短歌

師の道は短歌ひとすじ七十余年
かの日かの時 思い出つきず

仙頭卯市

秋冬のイメージ浮かばずベランダの
寝イスのうねでひぐらしを聞く

手嶋和子

今日ありて明日わからず懸命に
隠し山をなつかしく見る

島村 昭

那波の会

この暑さへそ天で寝て身を守る

利 房

終戦日昨日とちがう今日の空

昭

逆算をしても答えは妻と出る

美 恵

夏バテを乗り切るためのピアガーデン

美 与

もう秋よ旅に出ようと誘う雲

玲

文字のない絵はがき胸がキュンとなる

美智子

寝たきりへ小鳥を誘うエサを撒く

純 子

山陰路39度の酷暑です

故・集

同窓会だれもが同じ浜の砂

故・酔客

つゆ草

星合やせめても恋の話など

セツ子

水やりの根負けしたる早畑

いさみ

風あおく雲も輝く今朝の秋

いくよ

ほうづきの干草に埋もれ朱き色

つね子

高千穂や天の岩戸の秋茜

とし子

笹ゆれてほうづき赤く浮びをり

さち子

およろこび

☆おめでとうおめでとう

氏 名

生年月日

性別

父

母

地区名

弘田 航清

H 25・7・29

男

真基

稔子

横 町

西内 昇陽

H 25・8・20

男

孝昌

陽子

樋ノ口



お悔やみ



氏 名

死亡年月日

性別

年齢

地区名

★謹んで
お悔やみ申し上げます

西山 八郎

H 25・7・2

男

80

愛光園

西森榮次郎

H 25・7・10

男

88

愛光園

土居美津子

H 25・7・22

女

82

西ノ平

前田 集

H 25・7・25

男

81

上長田

小松 章子

H 25・7・26

女

82

横 町

市川 岩夫

H 25・7・31

男

68

車 瀬

小笠原満子

H 25・8・1

女

89

樋ノ口

伊藤 文吉

H 25・8・4

男

95

生 木

大原 信蔵

H 25・8・15

男

77

横 町

川口三江子

H 25・8・17

女

83

愛光園

畠中 末喜

H 25・8・18

女

96

加領郷

田中 洋子

H 25・8・21

女

83

立 町

磯部 傳次

H 25・8・22

男

78

宇 川



国際交流員

ジェシー・デカートレイ



いよいよ夏も終わりに近づいてきています。今年の夏を振り返ってみると、本当に充実した3カ月を過ごすことができたと思います。今回は、この楽しかった3カ月間の出来事についてお話ししたいと思います。

7月13日から16日までマシュー・ペリーさんが奈半利町へ来訪されていました。ペリーさんは日本を開国させたことで知られているペリー提督の5代目の子孫で、草の根の日米交流を通じて来日し、高知県、さらには奈半利町にも来ていただき、講演会や交流活動などにご参加いただきました。実はペリーさんが奈半利町に来られたのは今回が初めてではなく、2011年に草の根の日米交流を行った際、奈半利町でホームステイをされていたので、当時仲良くなった町民の方と再会できて、本当に嬉しそうでした。

7月14日の日曜日には奈半利町民会館2階ホールで「黒船来航ーアメリカの視点ー」と題した講演会が開催されました。ペリーさんからご家族に残された珍しい写真などを紹介していただきながら、ペリー提督や日本への来航の前後などについて1時間程度の講演を聞かせてくださいました。講演後も参加者の皆さんから質問を受けると、とても丁寧に答えてくださいました。日本が近代的な国となった大きなきっかけをもたらしたペリー提督の子孫にお越しいただき、教科書にも書かれていないような家族代々と伝わった考えや知識などを語ってくださったことで、私は幕末に再び興味がわきました。ペリーさん、本当にありがとうございました。

もう一つの主な行事が中芸JET夏休みイベントでした。8月20日から27日までの期間に、中芸地区に住む国際交流員4人と外国語指導助手2人の計6人で、中芸5カ町村において子ども向けのイベントを開催しました。奈半利町、田野町、北川村、馬路村では国際料理教室を開催し、安田町では町民の皆さんとお化け屋敷の運営をお手伝いしました。他町村ではピザやスコーンなどを調理した町村もありましたが、奈半利町の国際料理教室では、カルボナーラパスタとパブロバを小学生と一緒に作りました。パブロバは独特なオーストラリアの夏デザートで、特に夏のクリスマスの日によく作られます。見た目はメレンゲのケーキのようで、上に生クリームとお好みのフルーツを乗せて食べるものです。ケーキの中身がマッシュマロのようにふわふわで、外がカリカリしているのが特徴です。今回は、ケーキの上に生クリーム、キウイフルーツとバナナを乗せて作り、参加した小学生たちはとてもおいしそうに食べてくれました。

各町村の教育委員会のご協力のおかげで、子どもたちにも楽しんでもらうことができ、1回目の中芸JET夏休みイベントは成功することができました。現在、各町村においても個々の国際交流活動や英語教育が行われていますが、今回のように「中芸JET」としても、様々な国際交流活動をさせていただきたいと思いました。

左から：アマンダ（北川村CIR）、ディーン（田野町CIR）、エリック（安田町ALT）、ジェシー（奈半利町CIR）、ショーン（馬路村CIR）、レベッカ（田野町ALT）。



こんにちは

ヘルスマイトです

食生活をチェックしてみましょう

それぞれのことができているか、○の数をチェックしてみてください。

- の数7個⇒すばらしいです！この状態を維持してくださいね。
- の数5～6個⇒おいしいですね。あともう少し！
- の数2～4個⇒○が増やせるように工夫ができるといいですね。
○の数が増えるように家族で話し合ってみてはいかがでしょうか？
- の数0～1個⇒できそうなところから、はじめてみませんか！！

より良い食生活を送れるように、
日頃の生活をふりかえり、見直してみませんか！！



①朝ごはんは毎日食べていますか？



元気のもと「朝ごはん」

朝ごはんを食べると寝ていた間に下がっていた体温が上がり、体の機能が目覚めます。

②早寝早起きをしていますか？



からだのリズムを大切に！

人間の体は朝日を浴びることで活動が始まり、日が沈むと休養するようにリズムが作られています。休みの日なども早寝早起きをして、生活リズムを整えられるといいですね。

③野菜を食事の時に毎食食べていますか？



ビタミン、足りていますか？

野菜にはビタミンなどの栄養素がたくさん含まれています。野菜の1日に必要な量は下のとおりです。
6～8歳:240g 9～11歳:290g
12～14歳:300g 15歳以上:350g
1回の食事の目安量として、生野菜では両手に1杯、加熱した野菜では片手に1杯です。

④よくかんで食べていますか？



食べ物をよくかむことで健康に！

食べ物をかむことには下のようによく良いことがあります。
①脳の働きを活性にする。 ②満腹感が分かりやすくなる。
③あごや歯を丈夫にする。 ④消化を良くする。 など

⑤カルシウムの多い乳製品や小魚・大豆製品を毎日、1品は食べていますか？

丈夫な骨を育てましょう！

カルシウムは成長期の子どもはもちろん、いくつになっても大切な栄養素です。カルシウムの多い食品を食べて丈夫な骨を育てましょう。

⑥栄養バランスの整った食事をするように、心がけていますか？

主食・主菜・副菜をそろえてバッチリ！

*主食(ごはん・めん・パン) *主菜(肉や魚・卵・大豆の料理)
*副菜(野菜や豆・いも・海藻の料理)
をそろえると栄養バランスが良くなります。

⑦毎食は難しいかもしれませんが、できるだけ家族一緒に食事をするようにしていますか？

みんな一緒に楽しく食べよう！

一緒に楽しく会話しながら食べることは、ストレスをやわらげることにつながります。



作ってみませんか！！簡単野菜料理！！

副菜：ビーンズとカッテージチーズのサラダ

材料(4人分)

ミックスビーンズ	1袋(50g)
トマト	中1個
きゅうり	1本
玉ねぎ	小1/4個
コーン	大さじ1
カッテージチーズ	大さじ2
レモン汁	大さじ1
A ハーブソルト	小さじ1/4弱
オリーブオイル	大さじ1と1/2
ブラックペッパー	適量

作り方

- ①野菜をお好みの大きさに切る。Aをよく混ぜ合わせておく。
- ②①をボールに入れぎっくりと混ぜ、盛り付ける。(最後にのせるチーズを少し残しておきます)
- ③お好みで最後にカッテージチーズを少しトッピングし、ブラックペッパーを振る。

