

- 新年のご挨拶
- 議会だより vol.145
- お知らせ
- ヘルスメイト ほか
- 成人式開催



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



新年あけましておめでとうございませう



謹んで新年のご祝辞を申し上げます

奈半利町長 齊藤 一孝

新年明けましておめでとうございます。

町民の皆さまには、健やかな新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

また、日ごろは町政に対し温かいご理解とご協力を賜り心から感謝申し上げます。

当町は大正5（1916）年5月1日から町制を施行し、本年5月1日に町制100周年を迎える節目の年となります。この新しい年を迎えるに当たり、自然豊かな郷土づくりに邁進してこられました先人たちのご努力に対し感謝と敬意を表し、その遺産を受け継ぎ、次代を担う子どもたちに伝えていくとともに、当町のさらなる発展を目指し、昨年以上に地域活性化施策に積極的に取り組み、経済不況を乗り切れる足腰の強い町となるように、町民全体が力を合わせて、ふるさと奈半利町に愛着と誇りが持てる町づくりを一層推進していききたいと決意を新たにしております。

さて、昨年の世相を表す「今年の漢字」は「安」でありました。その理由としては、国内においては異常気象による自然災害が多発し、また国外に目を移しますと難民・戦争・テロといった命への不安を覚える事件や事故が連日のように報道されており、そのため多くの国民が安定した生活が送れる安心で安全な社会になることを願望して選ばれたものと思っております。

当町におきましても、町民の皆さまが安全に暮らせる町づくりを重点項目とし、高台への認定こども園の移転や防災拠点施設の建設などの南海トラフ地震対策や台風などの自然災害に備えた防災体制を強化し、災害に強い町づくりを進め、町民の皆さまの生命・身体・財産を守るための施策に取り組んでまいります。

また、子どもからお年寄りまで、住民一人一人が、豊かで安心して暮らせる町づくりを目指し、保健福祉・医

療介護のさらなる充実を図り、「あつたかふれあいセンター事業」や「地域見守りネットワーク」など様々な社会保障制度や保健福祉事業のセーフティネットを幾重にも重ねることで住民生活を手厚く支えていきたいと考えております。

本年度、当町において最も明るい話題の一つとして、「ふるさと納税」制度による寄付金が大幅に伸びたことが挙げられると思います。この制度につきましては、新聞やテレビなどの多くのマスメディアに取り上げられたことなどにより、当町の特産品やその取り組みが全国的に注目を集め、昨年末時点での「ふるさと納税」による寄付者数は5万6千件、寄付金額では四国の自治体では初めて10億円を超え、12億5千万円に達しております。

この全国各地から寄付していただきました貴重な財源により、奈半利駅及び加領郷漁港に町特産品の加工販



売所の建設や認定ことも園の授業料の無料化をはじめ多くの地域活性化施策、福祉施策が実現可能となつております。このことは、人口減少や少子高齢化が進展する過疎地においても、取り組み次第では地域を大きく発展させる資源が数多くあるということであり、そのことに行政はもちろん、生産者をはじめ多くの町民の皆さまが気づき、町づくりの機運が今まで以上に高まっていると感じております。

日本は平成20年をピークとして人口減少時代に突入しておりますが、この人口減少と地域経済縮小の克服のため、一昨年に国が制定しました、まち・ひと・しごと創生法に基づき、「地方総合戦略」につきましては、現在、役場内での検討案を基に、町内の産業団体や住民団体の代表者、公募による住民等で組織しました総合戦略推進会議から意見聴取等を行いながら策定中であり、本年3月の策定を目指しております。

この地方版総合戦略の基本的な考え方は、高知県が推進する集落活動センター（※奈半利町全体を一つの集落ととらえ、奈半利町の住民が主体となつて町外からの人材も受け入れながら、町の課題やニーズに応じて、生活・福祉・産業・防災といった様々な活動に取り組みむ仕組み）を整備し、ここを拠点して全国的に大変好評を得て

おります、ふるさと納税の返礼品として提供しています農水産物や加工品のさらなる磨き上げや新たな特産品や加工品の生産・開発などの過程から派生する様々な相乗効果を最大限活用し、産業の振興、雇用の創出、交流人口の拡大、移住・定住の促進、子育て支援、若い世代の希望を応援する環境づくり、子どもからお年寄りまで安心・安全に暮らせる町づくり等の各施策・事業を展開し、地方創生に取り組んでまいります。

町制100周年を迎え記念となる本年が町勢発展の飛躍の年となるよう、当町の持つ潜在力、住民のやる気と呼び起こしてくれました「ふるさと納税制度」をきっかけにし、国・県から財政的・人的・制度的に支援していただけます「地方創生制度」を追い風にして、議会をはじめとする町民の皆さまと共に「豊かで、元気で、自立できる奈半利町」の実現を目指し、そして「住民誰もが幸せを感じられる地域づくり」に全力を尽くしたいと考えておりますので、町政に対する皆さまの温かいご支援・ご協力を本年もよろしくお願い申し上げます。

結びに、皆さまの益々のご健康とご多幸を祈念しまして、年頭のご挨拶といたします。

奈半利町制

100周年

奈半利町は平成28年5月1日に町制施行100周年を迎えます。

100周年という記念の節目を全町を挙げて祝い、さらなる町勢発展の契機にするため5月1日（日）に記念式典を行うほか、年度を通じ記念事業を行います。

奈半利町の昔の写真や映像をお貸しください

昔の町内の風景や町並み、建物、施設、工場、農業や漁業の様子、町内での行楽や生活の1コマ、町内行事、災害の記録、景観、暮らしの移り変わり、出来事などを写した写真、ネガ、8ミリフィルムなど、広く募集します。

記念誌、展示等で使用するほか、町の資料として保存をさせていただきます。

※複製後、お預かりした原本はお返しします。

■奈半利町役場 総務課

（電話38-4011）まで
ご連絡ください。

奈半利町更生保護女性会が表彰されました

犯罪や非行のない明るい社会を目指し、過去に過ちを犯した人たちの更生を手助けする活動を行っている奈半利町更生保護女性会に対して、四国地方更生保護女性連盟から感謝状が贈られました。

これは、奈半利町更生保護女性会（昭和40年8月28日結成）が結成50年を経過すること、またその間の更生保護事業に関し、功績顕著であった等に対して表彰されたものです。

1月8日、会員の皆さんが奈半利町役場を訪れ、齊藤町長に受賞の報告を行い、齊藤町長からねぎらいとお祝いの言葉をいただきました。



平成28年消防出初め式が行われました



1月10日（日）に、中芸広域連合消防本部において、中芸消防署と中芸5力町村の消防団が参集し、平成28年消防出初め式が行われました。

この消防出初め式は、消防関係者の仕事始めといわれる行事で、新しい年を迎え、火災等発生時に迅速かつ的確安全に行動ができるよう、地域の安全を守る意識を高めるとともに、機械器具点検等を行うものです。

午前9時30分に開式し、主催者である中芸広域連合長挨拶ののち、来賓祝辞、服装・機械器具点検が行われ、分列行進で式が締めくくられました。その後、奈半利川で消防自動車による一斉放水が行われ、その見事な光景に見物者から感嘆の声が上がっていました。

奈半利町消防団は一斉放水の後、多気坂本神社において火鎮祭を執り行い、防火祈願を行ったのち、町内の防火水槽と消火栓の点検を実施しました。



議会だより

VOL.145



新年明けまして
おめでとう
ございます

町民の皆さま方におかれましては、希望に満ちた平成28年の新春を、晴れやかに迎えのこ
とと、心からお喜び申し上げます。年頭に当たり謹んで新年の
ご挨拶を申し上げます。

日頃は、町政に対し、深いご
理解とご協力を賜り、厚くお礼
を申し上げます。本年も議員一
同、奈半利町のさらなる発展の
ため、努力してまいりたいとの
決意を新たにしているところで
ございます。

さて、昨今の我が国をめぐる
情勢は、国内外を問わず、非常
に目まぐるしく変化しておりま
す。日本経済は、アベノミクス
による景気浮揚策により、株価
は上昇傾向にあり、雇用状況も
若干ながら改善されつつありま
すが、一方、奈半利町に目を転
じてみますと、中心的産業の一
つであります農業にとりまし
て、TPPの影響がどのような

ものとなつてゆくのか、不安が
ぬぐいきれませぬ。行財政面
においても自主財源に乏しい本町
では、国・県への依存度が大き
く、国の財政施策に左右される
脆弱な財政構造の改善は大変厳
しい状況にあります。そうした
中でも21世紀の分権時代のさら
なる推進に向け、地方再生が求
められる昨今、地方自治体の自
主自立が一層重要となつてまい
ります。

奈半利町議会は、「まちづく
り」の主役である町民の皆さま
の生活を念頭に、さまざまな町
政の課題解決に向け、そして、
町民の皆さまの負託に応えるこ
とを目指し、全力を尽くしてま
いる所存です。町民の皆さまに
は、なお一層のご支援、ご協力
を賜りますよう、心からお願
い申し上げます。

結びに、新しい年が町民の皆
さま方にとって、実り多き年と
なりますことを心より祈念いた
しまして、年頭のご挨拶とさせ
ていただきます。

奈半利町議会

議長 安岡 規雄

平成27年度奈半利町議会 第2回臨時会

平成27年11月6日に第2回臨
時会を開催し、予算案件1件に
ついての審議を行った。

◆予算

○平成27年度奈半利町一般会計
補正予算第4号

既定の歳入歳出予算の総額に
5億3055万円を追加し、歳
入歳出予算をそれぞれ39億65
33万円と定めるもの。

補正の主なものは、歳入、寄
付金3億円、繰入金2億305
5万円、歳出は、総務費2億3
005万円、土木費50万円、諸
支出金3億円。

賛成者全員（可決）

40歳～74歳の奈半利町国保に加入の皆さまへ

特定健診を

受診しましょう

■特定健診とは…

この健診は、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)とその予備群の人を見つけ、生活習慣病を予防するための健診です。(結果に応じて特定保健指導を行い疾病予防に努めます。)

▼対象者

●奈半利町国民健康保険(国保)に加入している40～74歳の人
※本年度中に40歳に到達する人(昭和50年4月1日～昭和51年3月31日生まれの人)も対象となります。

▼必須検査項目

- ①問診
- ②身長・体重・腹囲測定
- ③血圧測定
- ④肝機能検査
- ⑤血中脂質検査
- ⑥血糖検査
- ⑦尿検査
- ⑧視診・聴診・触診



●生活習慣病予防教室

開催について

奈半利町保健センターにおいて生活習慣病予防教室が行われました。教室では体質分析や家庭でできる運動等、自分に合った改善方法を講師の先生に教わりました。多くの生活習慣病は自覚症状のないまま進行していきます。今回の教室で日頃の生活を振り返り、食生活の改善や運動習慣の大切さが分かりました。

■集団健診

◆ところ

奈半利町保健センター

◆中芸5カ町村どこの健診会場でも受診できますので、健康カレンダーをご確認ください。

※事前に申し込みをお願いします。

■個別健診

◆とき

希望する時期に受診できます。

◆ところ

県内の登録医療機関で受診できます。

※医療機関での受診に際しては、予約等が必要な場合があります。

※詳細は役場住民福祉課までお問い合わせください。

◆持ち物

- ①保険証 ②受診券

★より多くの人に

健診を受けていただくために

特定健診を申し込みされていない人を対象に、電話や訪問によるご案内をさせていただきます。

★75歳以上の人へ

対象者の方へ、水色の封筒で後期高齢者医療制度による健康診査の受診券と案内が届きます。

★国保以外の保険に

加入している人へ

特定健診・特定保健指導は、各医療保険者に義務付けられています。受診を希望する人は、加入している医療保険者にお問い合わせください。

お申し込み・お問い合わせ先

奈半利町役場住民福祉課

☎ (38) 8181

奈半利町保健センター

☎ (38) 3451

町・県民税申告のご案内

平成28年度(平成27年分所得)

町県民税申告と納税につきましては、日ごろからご理解とご協力をいただき、ありがとうございます。
 本年も申告の時期がまいりましたので次のとおり、申告相談を行います。

相談日	場所	相談区域	左記以外の日 (祝日除く)	時間
2月1日(月)	高知県漁協 加領郷支所 (2階和室)	加領郷、大原、 西の平	2月2日(火)～ 4日(木) (上記期間役場で受付)	午前9時30分～午後4時(正午～午後1時は休憩)
2月8日(月)	福祉センター	六本松、平、 花田、宇川、 須川、久礼岩 弓場、法恩寺、 宮の岡、生木、 東浜	2月9日(火)～ 12日(金) (上記期間役場で受付)	
2月15日(月)	樋ノ口憩いの家	車瀬、中里、 百石、樋ノ口、 上長田	2月16日(火)～ 18日(木) (上記期間役場で受付)	
2月22日(月)	奈半利町役場	下長田、平松、 東町、立町	2月23日(火)～ 25日(木) (上記期間役場で受付)	
2月29日(月)	奈半利町役場	横町、米ケ岡、 池里、港町	3月1日(火)～ 3日(木) (上記期間役場で受付)	

※上記相談日に都合がつかない方は、3月4日(金)～3月14日(月)までの間、役場総務課(税務係)にて申告を行ってください。

申告の際、必要なもの

☆印鑑

☆所得額のわかる資料

給与・公的年金の源泉徴収票、
生命保険の満期や個人年金の
支払通知など

☆事業所得者の場合は所得額の
計算に必要な記録簿

☆生命保険料控除証明書、地震
（旧長期損害）保険料控除証
明書

☆国民健康保険、介護保険料の
支払額のわかる書類

☆国民年金保険料控除の適用を
受ける場合は、年金機構発行
の証明書、または領収書（領
収日が平成27年中のもの）が
必要です。

☆医療費の支払額のわかる書
類。

☆所得税の還付を受ける方は、
ご本人名義の金融機関の口座
番号がわかるもの。

所得税の確定申告は…

○安芸税務署では、1月から確
定申告を受け付けています。
申告期間中は混み合いますの

で、お早めに申告されること
をおすすめします。

○上記相談日以外でも3月14日
までは、役場で所得税の確定
申告を受け付けます。

所得申告にあたって

○所得税と町県民税では、各種
控除において町県民税の方が
控除額が少ないなど、制度上
の違いがあります。このため、
所得税は非課税でも町県民税
が課税になる場合や、逆に町
県民税は非課税で所得税が課
税となる場合もありますの
で、控除できるものがある場
合は所得申告の際にご相談く
ださい。

○町県民税では、障害者、未成
年者、寡婦または寡夫で、前
年の合計所得金額が125万
円以下の方は、各種控除額に
関係なく非課税とする措置が
あります。障害者、寡婦また
は寡夫の場合、所得控除もあ
ります。該当される方は、所
得申告の際に申し出てください
。

○65歳以上で介護保険法に基づ
く要介護認定を受けている方
は、身体障害者手帳の交付を

受けていなくても、12月31日
現在の介護度の現況によって
障害者控除が適用される場合
があります。

この適用を受けるために
は、「障害者控除対象者認定
書」が必要です。あらかじめ中
芸広域連合介護サービ
ス課（☎32）1165）に申
請し、交付を受けておいてく
ださい。

なお、この適用と身体障害
者手帳等による障害者控除を
重複して受けることはできま
せん。

○上記の相談日が都合のわるい
方は役場総務課でも申告の受
け付けを行っていますので、
おこしください。
○確定申告以外の方は2月から
町県民税国保税の所得申告を受
け付けています。申告の必要
な方は、お早めにおいでくだ
さい。



これだけは知ってほしい

国民年金は“想定外のリスク”に対応できる「国の保険」です。

メリット

- ☑ 生涯にわたって受給できる！
- ☑ 物価変動などの経済変化に強い！
- ☑ 所得などの一定条件による免除制度がある！

簡単に説明します！



65歳になったとき

老齢基礎年金

国民年金に原則25年以上加入した人が65歳から受ける、老後のための年金です。一般的に言う「年金」とはこの年金を言います。



障害や病気で働けなくなったとき

障害基礎年金

国民年金の加入中に病気・怪我が原因で障害が残ったときのための年金です。

※20歳前の障害についても支給の対象となります。



一家の大黒柱が亡くなったとき

遺族基礎年金

国民年金に加入中の人や亡くなった時、その人によって生計を維持されていた「子のある配偶者」と「18歳未満の子」が受けるための年金です。



年金の疑問にお答えします！



実際は何歳から受給できるんだい？



年金を払う余裕がない時でも必ず払わないとダメなの？



年金って積み立て貯金と同じことかしら？



「少子高齢化」で将来の年金はなくなるって噂を聞いたけど..？



学生の間は年金は払わなくても良いんでしょう？



受給中の年金が打ち切られたりしないかねえ？

ご相談はお近くの年金事務所、または市区町村役場まで！



日本年金機構のホームページもご利用ください。

日本年金機構 検索 <http://www.nenkin.go.jp/>

・年金の基礎知識、全国の年金事務所の所在地と電話番号などが、ご確認ください。



所得税及び復興特別所得税・贈与税・消費税及び地方消費税の確定申告と納付はお早めに

平成27年分所得税及び復興特別所得税、贈与税の確定申告、消費税及び地方消費税の確定申告書の作成は、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」をご利用ください。

画面の案内に従って該当項目を入力することにより、所得税及び復興特別所得税、贈与税、消費税及び地方消費税の申告書や青色申告決算書などが作成できます。

作成した申告書は、直接、電子申告するか、印刷して郵送等で税務署に提出することができます。

なお、納税は便利で確実な「振替納税」をご利用ください。

振替納税をご利用になると、預貯金口座の残高を確認しておくだけで、金融機関または税務署に出向かなくても自動的に納付ができます。

振替納税のお申し込みは、「預貯金口座振替依頼書兼納付書送付依頼書」に必要事項をご記入の上、申告期限までに税務署または振替納税をご利用になる金融機関に提出してください。

■平成27年分の確定申告・納期限

所得税及び復興特別所得税・贈与税:平成28年3月15日(火)

個人事業者の消費税及び地方消費税:平成28年3月31日(木)

■振替納税を利用される場合の振替日

所得税及び復興特別所得税:平成28年4月20日(水)

個人事業者の消費税及び地方消費税:平成28年4月25日(月)

復興特別所得税の記載漏れにご注意ください

平成25年分の所得税から平成49年までの各年分については、所得税と復興特別所得税を併せて申告・納付することとされています。

所得税及び復興特別所得税の確定申告書の作成に当たっては、「復興特別所得税額」欄の記載漏れのないようご注意ください。

●お問い合わせ先 安芸税務署 ☎ 0887-35-3115

(所在地)〒784-0001 安芸市矢ノ丸四丁目5番地7

税務署の代表番号は、自動音声案内でお受けしています。

国税に関する一般的なご質問やご相談をご希望される場合は、自動音声案内に従い「1番」を、確定申告に関するご相談は「0番」を選択してください。



便利な 申告書の作成は 国税庁ホームページの

「確定申告書等作成コーナー」で!!

www.nta.go.jp



画面の案内に従って金額等を入力すれば、税額などが自動計算され、所得税及び復興特別所得税、贈与税、消費税及び地方消費税の申告書や青色申告決算書などを作成できます。



おうちで作成 ネットで申告



詳しくは 国税庁 で 検索



「相続登記はお済みですか月間」

高知県司法書士会開催無料法律相談会

高知県司法書士会

高知県では高齢化が進み、県全体において、特に山間部においては過疎化が深刻になっています。そして、不動産につきましても相続登記が未了のまま、誰が所有者が分からない事態も生じており、権利関係の紛争や行政手続きに関する支障が問題になっています。

高知県司法書士会(会長・黒石栄一)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、下記のとおり無料法律相談会を実施します。相続登記をはじめとして、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5日(金) 10:00-15:00
- 場所 高知市 高知県立県民文化ホール 3階第3多目的室
安芸市 安芸市総合社会福祉センター 1階相談室・2階小会議室
南国市 南国市役所 4階大会議室
須崎市 須崎市役所 総合保健福祉センター 2階会議室1
四万十市 フジグラン四万十 2階 フードコート横イベント広場
- 予約 不要
- 相談例 登記名義人が先々代のままです。
パートナーに全財産を相続させたいのですが…。
相続人の中に行方不明の人がいて、遺産分割協議ができません。 etc.

●お問い合わせ先 高知県司法書士会
 ☎ 088-825-3143 FAX 088-824-6919
 E-mail k.shiho-shoshikai@nifty.com
 〒780-0928 高知市越前町2丁目6番25号



平成28年度『予備自衛官補』『自衛隊幹部候補生』募集

予備自衛官補制度とは、一般社会人や学生の方を予備自衛官補として採用し、教育訓練修了後、予備自衛官として任用する制度で、予備自衛官補に採用されると一般公募は3年以内に50日、技能公募は2年以内に10日間の教育訓練に参加し、必要な知識・技能を修得します。

幹部候補生は、自衛隊組織の骨幹である幹部自衛官(パイロット要員含む。)として、必要な知識と技能を修得するため陸・海・空各自衛隊の幹部候補生学校で教育を受けます。

募集種目		資格	受付期間	試験日
予備自衛官補	一般	18歳以上34歳未満の者	1月8日(金) ～ 4月8日(金)	4月15日～19日 (いずれか1日を指定されます)
	技能	18歳以上で国家免許資格等を保有する者(資格により53～55歳未満の者)		
幹部候補生	一般	【大卒程度試験】 22歳以上26歳未満の者 (20歳以上22歳未満の者は大卒(見込)含) 修士課程修了者等(見込)は28歳未満 【院卒者試験】 修士課程修了者等(見込)で、 20歳以上28歳未満の者	3月1日(火) ～ 5月6日(金)	1次試験 5月14、15日(15日は飛行要員のみ) 2次試験 6月14～17日 ※海・空飛行要員のみ 3次(海) 7月11～15日 3次(空) 7月16～8月4日
	歯科・ 薬剤科	専門の大卒(見込)含 20歳以上30歳未満の者 (薬剤は20歳以上28歳未満の者)		1次試験 5月14日 2次試験 6月14～17日

●詳しくは 自衛隊高知地方協力本部 安芸地域事務所 までご連絡ください。
 安芸市本町3丁目11-5(すまいるあき前2F) ☎ 0887-35-2749
 URL <http://www.mod.go.jp/pco/kochi/> 携帯サイト <http://www.mod.go.jp/pco/kochi/itop.htm>

ご存じですか？ 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て表示を行うものです。国や地方公共団体、建築関係団体などが連携し、被災地域に判定士を派遣して行います。

大きな地震が起きると建物は少なからずダメージを受け、倒壊は免れていても地震に対する強さが弱まっている可能性があります。大きな地震の後には数回の余震が予想されますが、弱くなった建物は、余震によって倒壊したり部材が落下したりして人的被害を起こしかねません。このため、被災者がそのまま家にいていいのか、避難所に避難した方がいいのかなどを判断するために、救命・救急・消防活動と並行してできるだけ速やかに応急危険度判定を行う必要があります。

なお、地震発生後の建物の判定には次のようなものもあります。これらは判定の目的や基準がそれぞれ異なります。

■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

■住家被害認定…「り災証明書」を発行する目的で被害程度を認定するもの

また、建物と同様に、造成された宅地に対しても災害時の応急対策として危険度を判定する制度があります。

■被災宅地危険度判定…地震や降雨等による宅地災害が広範囲に発生した後に、2次災害を防ぐ目的で被害の状況を把握して宅地の危険度を判定するもの

※降雨災害にも対応するところが建物の応急危険度判定と違います。

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ご協力くださいますようよろしくお願いします。

判定結果は3種類のステッカーを建物の出入口などに貼り付けて表示します。ステッカーはそれぞれA3サイズです。



緑
この建物は使用可能です



黄
この建物に立ち入る場合は十分に注意してください



赤
この建物に立ち入ることは危険です

戦傷病者相談員及び戦没者遺族相談員について

戦傷病者相談員及び戦没者遺族相談員に任命されましたのでお知らせします。期間は平成27年10月1日から平成29年9月30日までです。(高知県地域福祉政策課)

■戦傷病者相談員

竹内 昌吉

■戦没者遺族相談員

大寺 萬世子

●お問い合わせ 奈半利町役場住民福祉課 ☎38-4012

平成28年度 奈半利町奨学資金奨学生募集案内

区分	給付・貸与資格	給付・貸与額等	募集期間
奈半利町奨学資金	奈半利町に引き続き1年以上居住する者の子で高等学校・専修学校・大学に在学し、学費の支弁が困難と認められる者。連帯保証人2名必要。	貸与 高等学校 月額 15,000円以内 大学 月額 30,000円以内 専修学校 月額 30,000円以内 ※10年以内で償還	3月1日 ～ 4月20日
奈半利町人づくり奨学基金	奈半利町内に居住する子弟で国立大学法人法(平成15年法律第112号)第2条に規定する国立大学に進学または在学する者。奈半利町に引き続き1年以上居住する者の子。	給付 授業料 年額 200,000円以内 入学金 200,000円以内 (入学した年度) ※上記給付額は予定。返還の必要はなし。	3月1日 ～ 4月20日

※給付・貸与資格要件は、上記の他にもあります。

●問い合わせ又は申し込み先:奈半利町教育委員会 ☎38-8188



パソコン・英語・美術など、私たちと一緒に学んでみませんか？



もう一回高校の内容を勉強してみたいなあ

それなら
中芸高校の**聴講生**は？
10代～70代までの幅広い人が
楽しく勉強しているよ



科目や受講料などは
どうなっているかな？

●聴講生は、自分の興味や関心がある講座を選び、その授業だけを勉強します。規定時間数以上を出席し、一定の成績を修めれば修了証をもらえます。

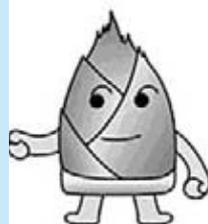
15歳以上(中学生以下は不可)であれば、高校を卒業していなくても聴講することができます。

●「社会と情報」「英語表現」「美術」など、下表にあるとおり、いろいろな講座が開講されています。

●1単位あたり、年間1,740円。

例えば、書道Ⅰだと2単位(週2時間)ですから、年間3,480円になります。

ただし、教科書代や教材費、成績郵送料などは実費が必要になります。



■平成28年度 聴講生募集 ※科目によって、希望者が定員をこえる場合、聴講できない場合もありますのでご了承ください。

資格	15歳以上(中学生以下は不可) 学歴不問			
科目 (単位数)	国語総合 (2)	現代文、古典の基礎的な内容	現代文B (4)	現代文の基礎的な内容
	世界史A (2)	世界史の基礎的な内容	現代社会 (2)	現代社会の基礎的な内容
	数学Ⅰ (2)	高校数学の基礎的な内容	科学と人間生活 (2)	自然と人間生活、科学の役割
	化学基礎 (2)	化学の基礎的な内容	コミュニケーション英語Ⅰ (2)	高校英語の基礎的な内容
	コミュニケーション英語Ⅱ (4)	高校英語のやや高度な内容	美術Ⅰ (2)	美術の基礎的な実習・創作
	書道Ⅰ (2)	書道の基礎的な実習・創作	家庭総合 (2)	家庭科の基礎的な内容
	生活産業情報 (2)	パソコンソフトを利用した実習	社会と情報 (2)	情報社会の基礎的な知識と技能
開講期間	平成28年4月～平成29年2月(生徒と一緒に勉強しますので、生徒と同一の時間割です)			
開講時間	月～金曜日の午後6時～9時10分(1回の授業は40分) ※学校行事等により休講や時間の変更があります。 ※希望者には米飯給食(1食 約300円)もあります。(予定)		「授業時間割」は4月7日の登録時まで未確定のため、お問い合わせに応じることができません。	
費用	1単位あたり 1,740円(これ以外に教科書代や教材費、成績郵送料などは実費)			
出願 その他	出願期間	3月11日(金)～3月24日(木)午後5時まで(郵送可、ただし必着)		
	出願方法	本校所定の「聴講願書」に必要事項を記入し、提出してください。「聴講願書」は、本校で3月9日(水)から配布します。		
	登録・手続き	4月7日(木)午後7時30分～ 本校2階視聴覚室(印鑑必要)		
	入講式	4月8日(金)午後7時30分～ 本校2階視聴覚室		
	聴講開始	4月12日(火)～(予定)		

詳しくは、担当までお問い合わせください。(13時以降にお願いします。)

●問い合わせ先 高知県立中芸高等学校 夜間部 TEL 0887-38-2914(担当 谷岡)
〒781-6410 安芸郡田野町1203-4

🇯🇵 🇺🇸 🇮🇳 🇩🇪 🇬🇧 🇭🇺

国際交流員

シャグン・レナー



明けましておめでとうございます!皆さん、お正月の休みをゆっくり過ごせましたか?私は今回アメリカに帰らず、家族と一緒にインドへ行きました!その旅行について少し話したいと思います。

首都のニューデリーに到着して、2-3日間後は「ジャンム・カシミール」へ移動しました。ジャンム・カシミールはインドの最北の州で、北東側はヒマラヤ山脈に隣接しています。親戚に会いに行ったけど、本当の目的は巡礼でした。ヒマラヤ山脈に含まれてはいませんが、かなり高い山の上の洞窟の中に、ヒンドゥー教の女神(女性のあらゆる相を持つ神)のお寺があります。ヴァイシュノデビと呼ばれています。山麓からお寺まで13-14キロメートルで、車や自転車や電車では行けません。信者はだいたい徒歩で行って、6-8時間かかります。私たちは時間がそんなになかったので、馬に乗って行きました。初めての乗馬で、思ったより目線が高くて鞍に座った瞬間は少し恐怖を感じました。恐怖に慣れてきたころ、映画や小説と違って、太ももがだんだんすごく痛くなります。それでも、道にいっぱい人が歌ったり、踊ったりしていて、祭り気分が賑やかなのであまり辛くありませんでした。山の風景もきれいで、道中にはお店や小さいお寺もありました。

洞窟寺院では土足は禁じられていますので、裸足で入りました。洞窟なので、床が冷たくて水溜りだらけでした。細いトンネルを通過してやっと本社までたどり着きます。女神の彫像はありませんが、三つの石があります。実はこの石は女神の三つの面を表すと信じられています。祈りとお供え物をしてから、洞窟を出



ました。母は帰り道の下り坂が怖すぎて、中間点で乗馬をやめて徒歩で帰りました。日が落ちてくるととても寒くなってきたので、本当にしんどかったです。四国遍路はやったことないけど、この経験でお遍路さんたちの苦勞を少し理解できたと思います。それでも、本当に行けて良かったので、今度行くときは余裕を持ってゆっくりしてみたいです。



インドを回っていた間に、たくさんの親戚に会えました。奈半利町に来てから外国についているような面白い質問を聞かれましたが、同じように親戚から日本についているような質問がありました。例えば:

- 毎日、麺や魚を食べなければなりませんか?
 - 着物は着やすそうですね!シャグンも普通に着ていますか?
 - 字が同じなので日本人は中国語もできますか?
 - 日本人の名刺は耐水紙で印刷されていると聞いていました。それは本当ですか?
- もちろん、ちゃんと説明して答えました!

日本からのお土産の一つとして抹茶チョコレートも持って行っていました。様々な反応がありました。すごく気に入ってもらった人は少なく、「味がよく分かりません」とか「葉っぱの味?!」という反応が多かったです。やはり、激甘い物が好きなインド人にとって、抹茶の味が分かりにくいかもしれません。

冬ですので、一緒にホットカイロも持って行って、それはとても人気がありました。日本のことも少し伝えることができ嬉しかったです。



認定こども園なはり便り

幼稚園 保育所

バザー 「自分でお買い物できて楽しかったよ！」

11月21日に、奈半利幼稚園にてバザーを行いました。保護者や地域の方に品物を提供していただき、子どもたちが楽しくお買い物体験ができました。年少・年中組さんは、お母さん・お父さんと一緒に買う物を考えたり、年長組さんは自分でお金を数えたりして年齢に応じた姿が見られました。保育所の子どもたちも、自分の欲しいおもちゃを買って嬉しそうでした。

これはどう？
ぼくは、こっちがいいな！



それぞれ、お買い物を楽しみました！



クリスマス会 「ジングルベル♪ジングルベル♪」

子どもたちが楽しみにしていたクリスマス会！幼稚園の子どもたちは、サンタさんに「どこからきましたか？」「おとしはなんさいですか？」などと質問をして、やりとりを楽しんでいました。各クラスとも自分たちの出し物も見てもらい喜んでいました。

保育所の子どもたちは、サンタさんにびっくりしている子どももいましたが、プレゼントをもらおうと緊張も和らぎ笑顔も見られ楽しい1日となりました。

年長児は、みんなで音を合わせて合奏をしました！



サンタさんと一緒に踊ったよ♪



年少児は、元気に歌をうたいました！



年中児は、かわいい踊りを披露してくれました！



プレゼント
ありがとう!(^^)!



2歳児ぱんだ組



1歳児ひよこ組



0歳児いちご組



お餅つき 「ぺったん、ぺったん、おもちつき!」

毎年恒例となっている“お餅つき”を保育所・幼稚園合同で行いました。重たいきねを持って、お友達と交代しながら「ぺったん、ぺったん、おもちつき!」とお餅つきを楽しみ、自分で丸めたお餅をおいしそうに食べていました。地域の方との交流の中、日本の昔からの行事を体験できる良い機会になったのではと思います。

また、今年も町の老人クラブや婦人会、ヘルスメイト、PTA関係、地域の方々にお手伝いをいただき、お餅つきの餅米は、竹崎稔さんにいただきました。ありがとうございました。



なかなか丸まらないな～



自分で丸めたおもちおいしいな!



小学生との交流 「早く小学生になりたいな!」

11月12日に、幼稚園年長組(さくら組)と小学1・2年生が交流を行いました。体育館でミニ運動会をして遊ぶ中でルールを教えられたり、優しくリードしてくれたりしました。お弁当を一緒に食べ、昼休みは上級生たちとも楽しく遊びました。早く小学生になりたいなと思ったことでしょう。



昼休みのかけっこ楽しかったよ!



小学生は、たくさん食べるな～!

幼稚園の玉入れより高い～(∩O∩)



中学校保育体験 「一緒に遊んで楽しかったよ!」

12月3日に、保育所、幼稚園で中学生12人が保育体験を行いました。中学生のお兄ちゃん・お姉ちゃんと一緒に遊べるということで、楽しみにしていた子どもたち。追いかけごっこをしたり、だるまさんが転んだをしたりして楽しく過ごしました。



いっぱい遊んでくれて嬉しいな(*^_^*)



たくさん遊んでくれました!



動かないよ～に

だるまさんが転んだ!

Vol.29 中学校 **だより**



11

14
SAT

文化活動発表会

11月14日(土)に、文化活動発表会を開催しました。

音楽発表の部では、合唱コンクール・合奏・全校合唱・PTA合唱を行いました。個人発表の部では、3年生の山田雅央君が、スマイルとうほくプロジェクトでの福島への訪問の報告を行いました。学年発表の部では、各クラスが、限られた期間の中で取り組んだ活動の成果を発揮しました。

保護者、地域の皆さまにおかれましては、多くの参観や温かい励ましをいただき、誠にありがとうございました。



12

7
MON

なはりクリーンプロジェクト

12月7日(月)放課後に、町のゴミ拾いのボランティア活動を行いました。これは、自分たちが、何か周りの役に立てることができないかと、生徒会が企画、運営をした活動です。自由参加にもかかわらず40人以上の生徒が参加し、奈半利町の美化のために活動しました。地域の方たちからも、激励の声をたくさんいただきました。



12

11
FRI

防災教育自主発表会

12月11日(金)に、防災教育自主発表会を開催しました。
各学年公開授業、研究発表、NPO法人KIDS NOW
JAPAN 佐藤敏郎先生をお招きしての講演を行いました。
佐藤先生のご講演の様子は高知新聞に掲載されました。



12

19
SAT

校内マラソン大会

12月19日(土)に校内マラソン大会が行われました。風もなく、
マラソン日和の中、参加者全員が力を抜かず、完走しました。
沿道での、ご声援ありがとうございました。



図書新聞

1月号

奈半利町民会館図書室 奈半利町乙12097-2

OPEN 9時～17時

月曜日と木曜日は12時～13時も開けますので、お昼休みにご利用ください！
月・木以外はお昼の1時間が閉まっていますのでご注意ください。



明けましておめでとうございます

平成28年がスタートしました！今年は何んな本が話題になるのでしょうか。

1月20日頃には、本屋大賞ノミネートの10作品が発表され、大賞が決まるのが4月ですので、それまでに読み比べたり、全作品読破！なんていかがでしょうか？発表後には、図書室にて展示いたしますのでお楽しみに！
1月購入本の方も、2月中に貸出しできるように、準備したいと思えます！どうぞ、お気軽にお立ち寄りください！



- ～小説(単行本)～
- 人魚の眠る家 / 東野圭吾
 - ユートピア / 湊かなえ
 - 掟上今日子の退職願 / 西尾維新
 - 王とサーカス / 米澤穂信
 - ナオミとカナコ / 奥田英朗 などなど

- ～小説(文庫本)～
- 色彩を持たない多崎つくると、彼の巡礼の年 / 村上春樹
 - ストーリー・セラー / 有川浩
 - 潜入捜査シリーズ6冊 / 今野敏

- ～その他～
- 脱出ゲーム / 初野晴
 - 東京喰種「日々」他 / 石田スイ などなど

- 寝ころび読書の旅に出た / 椎名誠
- 孫と私の小さな歴史 / 佐藤愛子
- 村上さんのところ / 村上春樹
- パソコンで困ったときに開く本(2016) / P a s o 編集部

● 運のいい子をつくる
「自然流」子育て
／神代ゆう

● オフ・ザ・マップー世界から隔絶された場所
／アラステア・ボネット などなど

～子ども～

- きえた！？かいけつゾロリ
- インサイドヘッド(小説版)
- ハイキュー!! ショーセツパン⑥

● 五年霊組こわいもの係り⑤
ゆうれいレストラン(しかけ絵本)

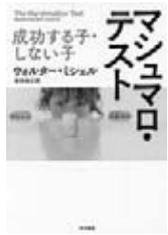
● あたらしい自動車ずかん
おやすみロジャー

● カール・ヨハン・エリー
らいふいず / よこたちさ
そらまめくんのあたらしいベッド
／なかやみわ などなど





**11月購入本！
72冊入庫しました**





キッズタイム実施中！
毎週木曜日、午前10時から2時間は「キッズタイム」と題して0歳から3歳までのお子さん連れを対象に図書室を開放しています。
飛び出す絵本や車の絵本などを見ながら、お子さんと一緒に楽しく過ごしませんか？ぜひお気軽にご来室ください。お待ちしております。

リクエスト受付中！
町民会館図書室では皆さまのリクエストをお待ちしております。気になる本がありましたらお知らせください。優先的に入庫いたします。

廃棄本を陳列
図書室前に廃棄本を陳列しております。
本は持ち帰り自由ですので、お気軽にお立ち寄りください。



食塩を減らして 若々しい血管を!!

塩分のとりすぎは、高血圧や脳卒中、がんなどの危険な病気を引き起こす要因となります。減塩を心がけた食生活を意識し、病気のリスクを減らしましょう。

なぜ塩分をとりすぎてはいけないの？

塩分をとりすぎてしまうと、血液中のナトリウムの割合が増えます。ナトリウムの割合を一定にするため、体の水分を増やそうとします。結果として血液量が増えることで、心臓は高い圧力をかけて血液を循環させなければなりません。これが高血圧の原因です。

また、心臓と全身をめぐる血管の負担を高め脳卒中や心筋梗塞、腎不全などの命に関わる病気になるリスクが高まるのです。



心臓に負担が増すと…

狭心症や心肥大、心不全などの病気につながるリスクが高まります。

現代人は塩分をとりすぎている！

厚生労働省の調査によると、1日の食塩平均摂取量は、男性が11.1g、女性が9.4gとなっており、とりすぎの傾向が見られます。

外食や加工食品などには、意外と多くの塩分が含まれています。食品表示で塩分量を確かめて、減塩を心がけるようにしましょう。



高血圧の人は男女ともに6g未満です！

1日の食塩摂取目標量

男性 8g未満

女性 7g未満

【日本人の食事摂取基準2015年版】

塩分を減らす				
コツ				

- 少しずつ薄味に慣れるようにする
- しょうゆやソースは小皿にとって、つけるようにする
- 酢やかんきつ類、生姜などの香味野菜を味付けに使う
- ラーメンなどのめん類を食べる時はスープを飲まない
- 漬け物、塩辛などの食品は控えめにする

ナトリウムを体外へ排出するカリウム！

血液中のナトリウム濃度を抑えるのに効果的な栄養素がカリウムです。カリウムは水分と一緒に摂取することで、ナトリウムを体外に排出します。塩分の多い食事をしたと思ったときは、カリウムを多く含む食品をとるようにするとよいでしょう。

カリウムを多く含む食材



カリウムを効率良く摂取するために

カリウムは水溶性のため、ゆでて水をさらしたりすると、損失する量が多い栄養素です。そこで、野菜なら生食か、スープにしてまるごと食べたり、電子レンジで加熱したりすると効率良く摂取することができます。



減塩料理レシピの紹介!!

きのこと豚丼

エネルギー 372kcal

塩分0.7g



作って
みませんか!

材料 (4人分)

ご飯…600g	エリンギ…100g(2本)
豚もも肉(薄切り)…160g	ししとう…40g(8本)
A	水…50cc
しょうゆ…大さじ1	酒…大さじ1
みりん…大さじ1	刻みのり…適量
玉ねぎ…200g(1個)	

減塩のポイント

豚もも肉にしっかり味をつけてあるので野菜は調味料なしでも程よい味になります。

作り方

- 1 豚もも肉はひと口大に切り、Aをもみこむ。
- 2 玉ねぎは薄切りに、エリンギは長さを3等分にし、縦に短冊切りにする。ししとうはざっと茹でる。
- 3 フッ素加工のフライパンに①を入れ、汁気なくなるまで火を通し、豚もも肉を取り出す。
- 4 ③のフライパンに②、水、酒を入れて蓋をし、透き通るまで煮込む。汁がなくなったら③の豚もも肉を戻し、混ぜ合わせて火を止める。
- 5 ご飯の上に④を盛り付けししとうを飾り、刻みのりを散らす。



独立行政法人自動車事故対策機構では、以下の取り組みを行っています。

【NASVA療護施設（病院）の運営】

脳損傷による重度の意識障害の方（遷延性意識障害者）の治療・看護に特化した病院を運営しています（全国に7カ所）。入院期間は、概ね3年以内です。

【介護料の支給】

自動車事故が原因で、重度の後遺障害が残り、介護が必要な方に支給をしています。

- 金額／月額約3万円～13万円
- *重度後遺障害の程度による

【育成資金の貸付】

自動車事故が原因で保護者が亡くなられたり、重い後遺障害を残すこととなった家庭（生活困窮家庭）の児童を対象に、中学校卒業まで、無利子で育成資金をお貸ししています。

- 金額／一時金15万5千円、入学支度金4万4千円、月額1万円及び2万円



お問い合わせ先

独立行政法人 自動車事故対策機構
高知市南ノ丸町5-17 高知県トラック会館内
☎ 088-831-1817



短歌

冬の陽を 集めて咲きし 薔薇ひとつ
美しと見る 朝に夕べに

手嶋和子

除夜のかね 静かに流れる家々に
幸多かれと祈る初春

島村 昭

つゆ草

海境を白き船ゆく花アロエ

セツ子

庭木刈り一つ終たる年用意

いさみ

姿なく声澄みわたる冬の鹿

いくよ

木守柿高く残して里しずか

つね子

落葉はく夕空みごと鱗雲

とし子

山茶花の散るにまかせる吹き溜り

さち子

那波の会

死亡欄 ふと年齢を 比べみる

利 房

柿たべて 母の味とは ちよつ違つ

昭

おしべりが ビタミンなる ティータイム美 与

誕生日 黙つていよう 夫にも

玲

嬉しと 思つとしよう お正月 美智子

御馳走 明日からとする ダイエット 純子

鯖寿司を 焼いて食べてみい しょう旨い 故・集

悪筆を 個性があると 自画自賛 故・酔客

おもしろいじぶ



☆おめでとう！おめでとう！

氏名 生年月日 性別 父 母 地区名

利岡 昂	H 27 . 11 . 27	男	篤史	渚	港 町
近森 あゆ	H 27 . 12 . 4	女	勇希	杏奈	平 松
濱渦 結月	H 27 . 12 . 9	男	将	千恵	平 松
小松 晴菜	H 27 . 12 . 14	女	和也	智香	港 町
松本 唯里	H 27 . 12 . 28	女	太一	カティリン	法恩寺

お悔やみ



★謹んで お悔やみ申し上げます

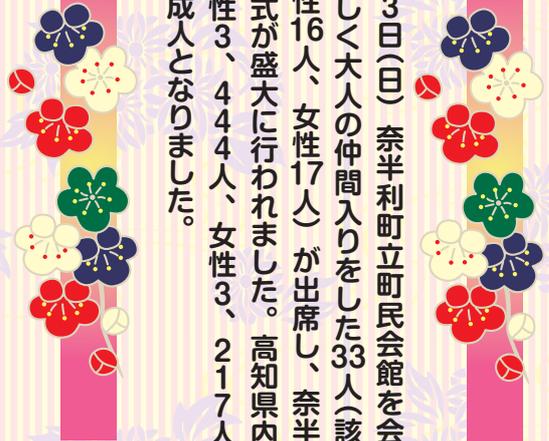
氏名 死亡年月日 性別 年齢 地区名

林 國美	H 27 . 11 . 2	女	95	愛光園
徳永 長壽	H 27 . 11 . 5	男	90	加領郷
山下六兵衛	H 27 . 11 . 11	男	86	横 町
松岡 豊子	H 27 . 11 . 12	女	90	上長田
西内 良恵	H 27 . 11 . 28	女	89	加領郷
下村 文雄	H 27 . 11 . 30	男	67	中 里
山本 勝喜	H 27 . 12 . 8	男	84	法恩寺
山下 行雄	H 27 . 12 . 9	男	73	樋ノ口
岡田治賀子	H 27 . 12 . 9	女	85	西ノ平
久川 春子	H 27 . 12 . 15	女	98	横 町
仙頭 玉恵	H 27 . 12 . 16	女	75	弓 場
山中 徳治	H 27 . 12 . 17	男	88	愛光園
西岡美智子	H 27 . 12 . 31	女	81	横 町
濱渦 良博	H 28 . 1 . 1	男	90	米ヶ岡
坂本 正	H 28 . 1 . 4	男	69	下長田

新成人の皆さんおめでとうございます。



1月3日(日) 奈半利町立町民会館を会場に、新しく大人の仲間入りをした33人(該当者: 男性16人、女性17人) が出席し、奈半利町成人式が盛大に行われました。高知県内では、男性3、444人、女性3、217人の方が新成人となりました。



式典では、齊藤町長の式辞をはじめ、町議会の安岡議長、高知県議会の濱田議員から激励の言葉を頂きました。新成人の皆さんも、身の引き締まる思いで肅々と聞いていました。

続いて、新成人を代表して谷岡千春さんが「成人としての決意を忘れず、奈半利町出身者としての誇りを持ち、力強く、優しく、たくましく、生きていく」と力強く宣誓の言葉を述べました。

式後、記念撮影を行い、続いて記念行事にて恩師からのビデオレターやメッセージ、二十歳の抱負や将来の夢を書き初めを交えて語っていただきました。



平成28年、成人名簿
(式典欠席者含む)

男性

女性

- | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 和田 侑晟 | 山元 大暉 | 山中 康寛 | 安岡 裕城 | 森口 拓実 | 細川 真也 | 野口 玲央 | 根本 征和 | 田村 隆幸 | 谷岡 隆汰 | 谷岡 拓実 | 田中 勇人 | 竹崎 優地 | 下村 実靖 | 島崎 墨 | 坂本 悠哉 | 小松 伶 | 川島 佑 | 太田樹里弥 | |
| 吉本 舞 | 山中真努花 | 山田 千華 | 山田 陽奈 | 安岡 奈奈 | 松村 千里 | まつお 奈々 | まつお 清香 | 藤山 清香 | 濱田満里奈 | 畑山 穂 | 谷岡 千春 | 高田 芽依 | 小松 香澄 | 五藤沙矢佳 | 木村 美咲 | 岡村亜依里 | 大西 美穂 | 今川まどか | 磯部 京香 |



吉本 舞



和田 侑晟



今川 まどか



坂本 悠哉



五藤 沙矢佳



下村 実靖



大田 樹里弥



大西 美穂



小松 香澄



小松 伶



川島 佑



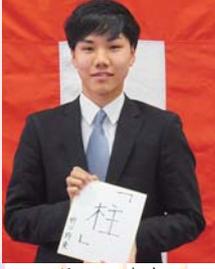
山田 千華



岡村 亜依里



森口 拓実



野口 玲央



松岡 奈々



松村 千里



細川 真也

成人おめでとうございます。
これからは、一人の独立した人間として、社会的にも法律的にも責任が与えられます。自分を見失わず、責任と自覚を持って、この書き初めの抱負を今後の糧として大きく花を咲かせてほしいと思います。
また、この小さな蕾を、家族、職場、そして地域の皆さままで育んで、奈半利町を明るく街にと願います。

2016年

二十歳の抱負!!
今年の目標を書き初め



安岡 裕城



安岡 陽奈



山中 真努花



山中 康寛



根本 征和



山田 愛



磯部 京香



谷岡 拓実



高田 芽依



竹崎 優地



藤山 清香



田中 勇人



木村 美咲



谷岡 隆汰