

- 新年のご挨拶
- 議会だより vol.161
- お知らせ
- ヘルスマイト 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"います

謹んで新年のご祝詞を申し上げます。

町民の皆様には、清々しく新春をお迎えることと心からお喜び申し上げます。

旧年中は格別の御厚情を賜り、厚く御礼申し上げます。

また、平素は町政の運営につきまして、深いご理解と格別のご支援を賜り、心から感謝申し上げます。

新年を迎えるにあたり、あらためてご挨拶申し上げます。

さて、本町では、ふるさと納税制度地の活用をはじめとした様々な地域振興施策に取り組んできた成果により、町内に活気が生じてきており、今後も、この良い流れを継続しつつ、また、本年、平成三十一年は改元の年であり、平成最後の年である一方、新しい時代の幕開けとなる輝かしい年でありますので、心新たに、さらなる発展を目指して、町民の皆様と行政との協働による町づくりに取り組んでいかなければならぬと考えています。

「安心安全な町づくりの推進」

まず、喫緊の課題である南海地震対策をはじめとした防災対策や健康づくりを推進し、心身ともに健やかで安心安全に暮らせる町づくりを推進するこ

とであります。

防災対策の中で、南海地震対策のハード事業としては、奈半利港の内堤防の整備、避難路の整備、避難誘導灯の

ております。

「自助、共助、公助」の中で、自助の大切さを再認識し、住宅の耐震化の推進、避難訓練実施等、行政として防災

向上、健診項目拡大などの健康増進に努めてまいりたいと考えております。

その一つとして、今年度よりインフルエンザ予防接種への助成を行いました。

平成31年 年頭のご挨拶



奈半利町長 竹崎 和伸

設置等を実施しており、引き続き早急に完成できるよう努力してまいりたいと考えております。

また、ソフト面としては、防災意識の向上に努めなければならないと考え

意識の向上に取り組んでまいりたいと考えております。

そして、なんとと言っても、町民の皆様が健康で生活できることが大切であり、そのために、健康診断の検診率の

「産業振興の推進」

集落活動センター「なはりの郷」を拠点とした取り組みや一次産業の振興、観光資源のブラッシュアップによる観光振興、雇用の確保等に努め、豊かな町を目指します。

現在、奈半利町は、ふるさと納税制度によって、町内に活気が生じてきております。しかしながら、ふるさと納税制度だけに頼る産業振興ではなく、ふるさと納税制度がなくなっても大丈夫な、確かな産業の振興を図っていかなくてはなりません。



平成31年消防出初式の様子

その中でも、一次産業の振興については、高知県産業振興計画との連携を図りながらハード・ソフトを含めた産業基盤整備に取り組み、生産から加工・販売を一体化させた、いわゆる六次産業の振興をさらに推進していかねばならないと考えております。

また、一次産業の後継者の育成、担い手の確保にも努めなければなりません。農業分野におきましては、昨年度完成いたしました奈半利町農業拠点施設を活用し、農業所得の向上と担い手の確保や育成を行い、漁業におきましては、新規漁業研修生の積極的な受け入れを行うなど、奈半利町に残って一次産業に従事してもらえよう、後継者、担い手の皆さんの負担の軽減策など、支援の拡充と環境整備に取り組んでまいります。

また、観光振興におきましては、奈半利町の自然的あるいは歴史・文化的な数多くの観光資源のブラッシュアップを図り、体験型観光やイベントを企画し、関係各機関・団体との連携を図りながら、交流人口の拡大を図ることによって観光の振興に努めてまいりたいと考えております。

「教育・福祉の充実」

町づくりは人づくりです。子育て相

談アドバイザーの設置など子育て支援から高齢者まで各年齢層に適応した教育・福祉の充実を図ってまいりたいと考えております。

子育て支援におきまして、主なものとして、認定こども園の高台移転、認定こども園第二子以降無料化、人づくり奨学資金の拡充、学習支援子ども居場所づくり事業、あつたかふれあいセンター事業における子どもの見守り、児童保育としての「みんなのお家」などの子育て支援を行っております。

具体的な取り組みとして、小学校、中学校、高等学校など次の段階へ進む際の子育て支援金制度を創設をいたしました。これからも、幼児教育、学校教育の充実、子育て支援の拡大と環境整備をしてまいります。

また、高齢化社会の中で、保健業務、介護保険業務につきましては、中芸広域連合におきまして、高度で安定的な運用を図っているところでありますが、この取り組みを維持継続し、さらなるサービスの提供ができるように取り組んでまいります。

また、医療につきましても、後期高齢者医療、国保事業におきましては、高知県を一つとした、広域での取り組みとなっておりませんが、住民の皆様へのサービスの低下とならないよう努めて

いかなければなりません。

今後におきましても、高齢者福祉をはじめとした、その他の社会福祉において、現状の事業・制度に満足することなく、常に検証しつつ、新たな方向を模索していかねばならないと考えております。

「町政の透明化の推進」

ふるさと納税の使途等積極的に情報発信を行い、公正で透明性の高い町政を推進してまいりたいと考えております。

行政の取り組みを、町広報、ホームページ等で積極的に情報発信し、町民の皆様を理解してもらえようように努力するとともに、近年、町職員も若い職員が増えてきておりますので、役場窓口での対応や庁舎内の改修など、利用しやすいよう環境整備を行い、町民の皆様にとつて、身近な役場、行政を目指してまいります。

「人口減対策の推進」

町政充実による人口流出の抑制はもとより移住促進プログラムの構築や他自治体との連携による移住促進を行ってまいりたいと考えております。

このことにつきましては、上記の「安心安全な町づくり」や「産業振興の推

進」、「教育・福祉の充実」と関連した取り組みが大切であると考えます。空き家の調査を行い、移住を促進していくうえでの環境整備に取り組んでまいります。

その他にも、いろいろな課題がありますが、町民の皆様と協働して「安心・安全に暮らせるまちづくり」をはじめとした取り組みに、全力を尽くしてまいります。ご理解、ご協力をよろしくお願い申し上げます。

結びに、皆様のますますのご活躍と幸多き一年となりますようお祈りして、年頭のご挨拶といたします。



移住促進に向け建設された奈半利町移住体験モニターハウス

前奈半利町長

齊藤一孝氏

高知県功労者表彰受賞



平成30年11月3日、多年、町の職員、教育長及び町長として、地方行政の推進に努め、産業振興、住民福祉の向上等地域の発展に多大な貢献をしたことが認められ、県勢発展に尽くされた方々の一人として受賞されました。
おめでとうございます。

吉岡美恵さん 高知県社会福祉大会会長表彰を受賞

平成30年11月14日第69回高知県社会福祉大会にて、吉岡美恵さんが民生委員活動における長年の顕著な功績が認められ高知県社会福祉大会会長表彰を受賞されました。

おめでとうございます。



法務大臣から表彰・感謝状

保護司として多年にわたり罪を犯した人々の改善更生と犯罪の予防に尽力した功績が誠に顕著であり、他の模範として推奨するに値するとして、中島二男さんが法務大臣表彰を受賞されました。

また、10月31日をもって保護司を退任されました安岡慶一さんに法務大臣感謝状が贈られました。

安岡さんは平成18年11月から4期12年、保護司として活躍され、保護観察や犯罪や非行をした人の社会復帰の際における住居や就業先などの調整や相談活動を積極的に行っていただきました。



中島二男さん



安岡慶一さん

環境先進企業との協働の森づくり事業

「JTの森 奈半利 2018年秋の森林保全活動」が去る11月17日(土)に行われました。

平成28年10月に、日本たばこ産業株式会社(JT)／郷分生産森林組合／奈半利町／高知県の4者はパートナーズ協定を更新し、協働で奈半利町内の約200haの森林を「JTの森 奈半利」を「サンゴを守る森」と名づけ、森林保全に向けた活動に取り組んでいます。

その活動の一環として、四国4県の支店などから社員や家族60人が参加し、山での間伐作業を行い、作業終了後は、米ケ岡で収穫されたお米で作った、おにぎりや豚汁で昼食を楽しみ、午後からは、米ケ岡では大根やさつま芋の収穫体験、奈半利川ではアメゴ釣り、奈半利港では清掃活動及びサンゴの視察を行い、広範囲な環境保全活動を実施しました。



間伐材の木製スタンプ寄贈

日本たばこ産業株式会社より、奈半利町の間伐材で制作した木製スタンプを寄贈いただきました。寄贈いただいた木製スタンプは認定こども園なはり、奈半利小学校で大切に使用させていただきます。誠にありがとうございます。



なはりきれいな町をつくらう会活動報告について

なはりきれいな町をつくらう会では、12月16日(日)に、環境保全向上活動として、農道・水路法面の草刈り作業を実施しました。

当日は平松く樋ノ口における、ほ場整備区域内の主要農道・水路の法面を中心に草刈り作業を実施しました。多くのボランティアの方々に参加していただいたおかげできれいになりました。ご参加いただき、本当にありがとうございました。

今後またなはりきれいな町をつくらう会の活動が地域に即した効果的な活動になるよう、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



第44回奈半利町総合美術展が開催されました

11月17日(土)～21日(水)までの5日間、奈半利町民会館2階ホールにおいて奈半利町文化協会主催の第44回奈半利町総合美術展が開催され、初日から2日間は同会館2階会議室で生花展も開催されました。

小中学生から図画をはじめ硬筆や毛筆、流木を使った工作などのほか、中学校美術手芸部による浴衣などの作品が展覧されました。また、一般の方から俳句や川柳、書道、写真、工芸等多数の作品が展覧され、多くの方々が来場されていました。

小中学生の優秀作品には、後日、努力賞として表彰状が授与されます。

総合美術展の一角には、11月3日に行われた町民運動会の写真も展示されておりましたが、開催期間後も引き続き町民会館1階ロビーにて展示しておりますので、お近くにお立ち寄りの際にはぜひご覧ください。



集落活動センター

★★なはりの郷活動報告★★

町内の不耕作地解消として、引き続き土地の維持と農作物の栽培に取り組んでいます。

妙見地区の畑に作付けしているいちじくは、初めての試みでもあり、虫の対策などの課題も出つつありますが、栽培経験者や農業振興センター等と連絡を取り合いながら、育成に取り組んでいます。

また、生木地区の畑で、じゃが芋を5アール、ブロッコリーを6アール、きぬさやを4アール、久礼岩地区では、2アールにじゃが芋を、それぞれ9月から10月頃にかけて作付けしました。

先に植えた生木地区のじゃが芋は、12月中旬に400kgほどが収穫でき、ふるさと納税返礼品として出荷しました。

ブロッコリーは1月から2月頃、きぬさやは5月頃の収穫に向け、収量の確保に取り組んでいます。

平成30年は、不耕作地による、じゃが芋、米、玉葱、きゅうり等の露地栽培に取り組んで2年目となりました。なはりの郷が不耕作地解消に取り組んだ畑を、別の方が耕作したいと借り上



げる事例も何件か発生しています。また、作付けや収穫、梱包作業では、就労支援を必要とする方々と共に作業を行い、農福連携に向けた就労体験も行いました。少しづつではありますが、本事業から有用な土地活用や、雇用の創出につながるよう、今後も取り組んでいきます。

議会だより

vol.161



謹賀新年

本年もよろしく
お願い申し上げます

平成三十一年一月

議長

副議長

議員

岩内 博

森岡 昌敏

寺村 真吾

安岡 健

安岡 規雄

竹内 哲夫

木下 清

中川 和明

大西 洋三

山中 茂

(議席順)

新年明けまして おめでとうございます

町民の皆様には、希望に満ちた新春をお健やかに迎えることと心からお慶び申し上げます。

また、日頃より、町議会の活動及び議会運営に対しまして、ご理解とご協力をいただいていることに深く感謝いたしますとともに議員一同が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あります。

さて、昨年を振り返りますと、4期16年の長きにわたり町政を担ってこられた齊藤一孝氏が退任され、新たに竹崎和伸氏が町長に就任されました。新町長の所信表明では子育て支援、一次産業の振興、地震対策などを重点課題として述べられております。我々議員も新執行部と議論・協議を重ね、町民の皆様

に有用な施策を打ち出せるよう努めてまいります。

また、ふるさと納税の寄付額が過去最高を記録し、町内の産業にも活気が生まれつつあることや、この寄付金を利用して奨学資金給付金事業の拡充や子育て支援金を設立するなど、町民の方々へもふるさと納税の恩恵を感じていただける年であったのではないかと考えております。本年は国において、ふるさと納税の返礼品に一定のルールが示されることとなっております。議会といたしましても議論をかさねて知恵を出し合い、この

ため、今後も町執行部と切磋琢磨しながら取り組んでいきたいと考えております。

少子高齢化が進み、人口減少が大きな課題となっている中、議会とその議員が果たすべき役割及び責務の重要性は、ますます増大してきております。町民の代表機関、意思決定機関である議会として、審議の場に多様な住民の意見を反映させ、政策を決定していくことにより、町民の皆様が住んでよかつたと思えるまちづくりの実現に向けて、一層努力してまいりたいと考えております。

結びに、町民の皆様にとりまして、本年が実りある飛躍の年となりますよう心から祈念申し上げますとともに、今後一層のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。新年のあいさつとさせていただきます。

奈半利町議会 議長

岩内 博

国際交流員



コスタ・アンドレア

☆ アメリカのお正月 ☆

お正月は、世界中の人がお祝いをします。おいしい料理を作って食べたり友達や家族と集まったりします。

しかし、祝いは国や文化によって違います。

私は最近、日本のお正月の習慣を学んでいます。お店には鏡餅や年賀状やお節料理が売っていたり、忘年会もあり、面白いと思いました。初詣は、神社とお寺はとても混んでいるようで、日本の文化について勉強になり楽しいです。私は日本に来て、だんだんと日本の文化を覚え、それと同時にアメリカの文化との違いが分かるようになりました。さらにアメリカの文化を意



識することで以前よりアメリカの文化に詳しくなりました。アメリカのお正月は日本や世界のお正月と違いがあります。

アメリカではクリスマスに家族と一緒に過ごすため、お正月は友達や恋人と過ごす人が多いです。そして、年賀状のように、アメリカではクリスマスカードを出しているため、お正月には何も出しません。無宗教のアメリカ人にもクリスマスは非常に人気なので、クリスマスと比べたらお正月はそんなに大切にしていません。それでもクリスマスが終わったら皆、楽しみに新年と書いてあるデコレーションを買ったり花火を買ったりします。大みそかにはバーベキューをしたり、



面白い帽子をかぶって花火を見ます。また、ニューヨークのタイムズスクエアには、たくさんの人々が集まりお祝いするため、その様子がよくテレビで放送されます。0時近くになるとタイムズスクエアの中央に、大きいくす玉がゆっくりと現れ、0時になるとちょうど下まで降りてきて開きます。花火も上がります。

恋人や家族や友人と抱き合う人、写真を撮る人が多いです。

日本とアメリカのお正月は、文化の違いが多いですが似ている点もあります。私は日本にいる間に文化の違いをもっと知りたいと思います。

外国語指導助手



♪ クリスマス ♪

エイムス・メロディ・リサ



クリスマスは私の一番好きな記念日です。この時期がやって来ると私が住んでいたロサンゼルスは賑やかな雰囲気に変わってきます。家族や友達のためにクリスマスプレゼントを選んだり、クリスマスの音楽は家の中やお店などどこでも流れていたり、クリスマスの映画もいっぱいあるので家族や友達と一緒に見て暖かく過ごします。



アメリカではジンジャーブレッドハウスというお菓子があります。クッキーで家の形を作り、お菓子を使って飾り付けをしたものです！そのジンジャーブレッドハウスの中にクッキーで作ったクリスマスツリーまで置きます。

子どもたちはサンタさんに欲しいものを手紙に書いてお願いをします！アメリカではクリスマスイブに子どもたちはクッキーとミルクをサンタさんのために用意しておきます。なぜかという、クリスマスはサンタさんがプレゼントを皆に届けるのが大変だから、ありがとうの気持ちを込めて準備します。言い伝えでは、サンタさ

んは各家庭で用意されたクッキーとミルクを全部食べているから太っちゃったそうです。

ロサンゼルスではソリに乗った警察官がサンタさんに変装し子どもたちを喜ばせるために街中を回ります。子どもたちが集まってくると、サンタさんと一緒に写真を撮りキャンディーをもらいます。

街中はツリーやピカピカな電球などを家に飾ります。どこに行ってもきれいなイルミネーションのような風景を見られます。



ぴったりタイムレース

Event

12月

奈半利小イベント

12/1 (土)「ぴったりタイムレース」をふるさと海岸遊歩道で行いました。

毎日の練習で身につけたペースをもとに設定した目標タイムを目指して、頑張りました。

日頃の練習の成果を発揮できたと思います。応援に来てくれた地域の方々、ありがとうございました。



10月

5,6年生 ▶ 車いす体験

10/23 (火)に人権教育の一環として、Freedomの皆さんをお招きし、5年生と6年生が車いすラグビーの体験をしました。普段体験できないことなので良い経験になりました。また車いすの大変さを実感し、もし困っている人がいたら手助けをしようと思いました。



6年生 ▶ 修学旅行

10/17 (水)から加領郷小学校・奈半利小学校の6年生が修学旅行に2泊3日で行って来ました。今年も阪神方面に行き、1日目は人と未来防災センターで震災学習を実施し、とても勉強になりました。2日目はユニバーサルスタジオジャパンや海遊館で楽しみました。3日目はインスタントラーメン発明記念館で体験・見学をしました。初めて見る光景に皆びっくりしました。とても良い思い出になりました。



2,5年生 ▶ 農業体験

10/11 (木)2年生と5年生が芋と稲を収穫しました。自分たちが植えたものが、たくさんの方の協力もありたくさん育っていたことに感動しました。ありがとうございました。収穫後、5年生は土佐赤牛に触れる畜産体験も行いました。牛に触ることができて、とても楽しかったです。

農業体験や畜産体験をし、食べ物の大切さを学ぶことができました。



加領郷小学校便り

加領郷小学校は、小規模校の弾力的で柔軟な学校経営ができる利便性を生かした教育活動を行っています。そのような学校行事の一端を3人の作文を通して紹介します。

社会見学

5年 大西 香

高知へ社会見学に行きました。町のバスの、後ろの席に集まってしゃべりながら行きました。

最初にオーテピアでプラネタリウムを見ました。前にも来たことがあるけど、その時と、また違う感じがしました。オリオン座とさそり座の物語もあっておもしろかったです。プラネタリウムが終わって、ひろめ市場にお昼ご飯を食べに行きました。何を買って食べようか迷いましたが、ちりめん丼にしました。友達は、ちりめん丼やにぎりずしを買っていました。持っているお金は、学校で収穫したサツマイモの売り上げから出してもらいました。それと、いとこのおみやげに小さい剣を買いました。

次に帯屋町を見学しました。帯屋町は久しぶりだったのでよかったです。

それから、またオーテピアにもどって、おもしろ化学実験をしました。アルコールで飛ばすロケット作りです。天井まで飛んだのですごくうれしかったです。前に作った水ロケットとは少しちがっていたけど楽しい実験でした。

加領郷小学校のみんなとついでに社会見学に行ってもよかったです。友達や先生とついでに、みんなで楽しい一日を過ごせて、とてもいい思い出になりました。



手話教室

5年 大西 哲平

人権学習として、毎年、行っている手話の学習を行いました。この日は、地域の方やお母さんも参加してくれていました。

まず、自己紹介の中で、先生として来てくれていた『川村こういちろう』さんの名前を手話と口の動きを見て読み取りました。とても難しかったけど読めてよかったです。

次に耳が聞こえない方の一日の生活で困っていることを教わりました。例えば、チャイムがなっても分からない時はパトランプが光って教えてくれるということです。その後、手のひらに書くことを教えてもらいました。自分なりの身ぶり手ぶりをつけて伝えるゲームをしました。ぼくへの指示は、スイカを食べたいということでした。どう表現したらよいかあまり思いつけなかったけど、スイカ割りをしているようなマネをして、それを食べることで伝えました。ぼくのジェスチャーでみんなも分かってくれてとてもうれしかったです。他の人の手話も分かりやすく工夫されていておもしろかったです。

少し休憩をしてから、基本的な、「こんにちは」や「こんばんは」、「ごめんなさい」、「ありがとうございました」、「おめでとう」、などの手話をたくさん教えてもらいました。一人ずつ回っていくのがむずかしかったけど、ちゃんとできたので安心しました。

手話教室では、相手の人の気持ちに寄り添うことを学びました。まだまだ手話は十分ではありませんが、忘れないように少しずつおぼえていきたいです。とてもいい人権学習になりました。



楽しい釣りクラブ

6年 大西 亮

学校の釣りクラブを紹介します。初めての釣りクラブで、ぼくは、クラブの日が来るのが待ちどおしくて仕方ありませんでした。竿や仕掛けは家から持ってきました。ねらう魚は、イカです。釣り場は加領郷の港です。エギというエビに見せかけたルアーで釣ります。

港に着くと、さっそく釣り始めましたが、全然アタリがなかったので、メタルジグに交換しました。でもアタリが出ないので、近くを泳いでいたトラフグに似たようなフグを引っかけて引きを楽しみました。

先生が、「もうそろそろ帰る時間で」と言ったので、ラストチャンスと思い、もう一度エギに交換して、前から目をつけていたポイントにエギを投げました。シャクリを3回入れて6秒待って、またシャクったら、何か引っかかった感じだったので、根がかりをしたと思いました。そしたら急にドラッグがまわって道糸が出ました。ぼくは、ビックリしたのと、こんな強い引きは初めてだったので、心臓がドキドキして足が震えました。しばらくやり取りをして、やっと上にあげました。あがってきたのはコウイカでした。ぼくはコウイカを釣ったのが初めてだったので、「よっしゃー」と思いました。校長先生が写真を撮ってくれました。

釣ったイカを急いで家に持って帰りました。ぼくが宿題をしている時に、お母さんがイカをさばいて刺身にしてくれました。

この釣りをした日に、1人休んでいて、みんなと一緒にできなかったけれど、今度は3人で一緒に釣りをしたいと思います。そして今度は、自分でイカをさばいて食べたいと思いました。



Vol.45 中学校だより

皿鉢料理作りを振り返って

11月11日に皿鉢料理作りを教えてください、ありがとうございました。

自分たちは最初にウサギリングを作りました。耳の形にするところがとても苦労しましたが、ヘルスメイトの皆さんに教えてもらったおかげで、最初は変な形のリングが、だんだんウサギっぽくなってきたのでとてもうれしかったし、他の人からも上手だと言われました。

自分が一番難しかったのは、巻き寿司を巻くときでした。最初に手にお酢をつけました。そして卵をしき、その上にいろいろな具を乗せました。ごはんがたくさんはみ出てとても大変でした。

皿鉢料理を食べてみると、とてもおいしかったです。作ってよかったと思いました。

ヘルスメイトの皆さんありがとうございました。



奈半利中学校 1年 平山 季音

山の日、間伐体験を行って



山の中に入り、初めは木を切りました。最初は、木が他の木に引っかかり時間がかかってしまったけれど、2・3本目になるとノコギリの使い方も慣れ、手際よく間伐することができました。杉と檜では檜の方が匂いが強く、見分け方などを教えてもらい勉強になりました。

昼から行った木の楽器で音を奏でる体験では、5人1組でいい音が出せ、どの組も個性が出ていて、とても楽しかったです。

最後に行った丸太切り競争では、腕が疲れて力があまり入りませんでした。

今日の体験を通して、山や間伐のことに興味を持つことができました。とても楽しかったです。ありがとうございました。

奈半利中学校 2年 竹島 匠

文活を振り返って

学年練習の時に川村先生が「練習は嘘をつきません」と言っていました。私は、はじめそんなことはないんじゃないかと思っていて、あまり信じてなかったです。でも本番の4日前ぐらいから、合唱も、リコーダーも、そして学級発表の劇も、全校合唱も完成度が急に高くなってきて、団結してきました。その時に川村先生の言葉を思い出して、本当に練習は嘘をつかないんだと思いました。

本番では、どれも今までで一番良い仕上がりで発表できました。終わった後は達成感を感じました。

奈半利中学校 3年 岡村 雅妃

文化活動発表会の感想

今年は金賞が取れて良かったです。合唱では本番、自分では大きな声ときれいな声を出せていたと思います。

でも取り組み1日目は大きな声が出ず、きれいな声ではありませんでした。でも練習するとともに声も大きくなり、きれいな声で歌えるようになってきました。本番ではみんな練習の成果を出し切って大きな声、きれいな声を意識して歌えていたと思います。

劇では、初めの頃の練習はみんな棒読み、セリフも覚えていなくて、演技もぜんぜんなくて「本当に本番までに完成するがやろうか…」と思いました。それに準備もとても遅くて限られている時間が準備だけで削られていっていました。でも練習していくにつれてみんな演技もうまくなってきたし、セリフも台本を見ずに言えるようになってきていました。準備も初めの頃よりも早くできていました。

私は、劇が完成した時に「劇やってよかったなあ」としみじみ思いました。合唱も頑張ったおかげで金賞が取れて良かったです。

奈半利中学校 3年 中村 まひる





中芸のゆずと森林鉄道日本遺産協議会

～中芸地域の日本遺産魅力発信便りvol.17・18合併号～



日本遺産
Story #051



日本遺産プロデューサーとTV会議

11月9日に中芸のゆずと森林鉄道日本遺産が外部から見たときのような評価になるのか、日本遺産プロデューサーの小山氏とTV会議を行いました。30年度の取り組みや活動の事例から、現在全国に67カ所ある日本遺産認定地域の中で中芸の日本遺産がどのような位置にあるのか様々な項目から判断されることになります。



そして、今回の評価は暫定値ではありますが、全ての項目で前年度より上回ることができました。高知大学と連携をした中芸の文化のサブストーリーの発掘や、PR活動など評価されましたが、特に地域の方が主導してつくる「ゆずフェス」が最も評価を受けていました。イベントそのものが中芸外の人たちとの交流を深めることや魅力を再発見する取り組みなど多くの点で評価を受けていました。

第3回 ゆず鉄S が 2月9日開催決定!

平成31年春、平成最後のゆずフェスが開催されます。前回は269人の方に参加をいただいたゆずフェス、今回で第3回となり、中芸5町村から合計で22プログラムが集まりました!

「池の水全部抜いてみた!モネの庭での睡蓮植えかえ体験」、今や大人気プログラムとなった「魚梁瀬ダム見学ツアー」や「昭和レトロなゴトゴトバスで行くひなめぐり」など、中芸の魅力を春と共に感じることができます。

受付の開始は1月28日(月)から、下記ホームページやフェイスブックにて随時情報を掲載しております。また、パンフレットは各役場や道の駅などに配布しております。まだ知らない中芸の魅力を体感しに来ませんか。お待ちしております。



ゆず鉄S であなただけのイベントをつくろう!

ゆずフェスというイベントをご存じでしょうか?中芸地域の資源を使った、小さなプログラムを短期間であつめて開催します。過去には「こんにゃくづくり体験」や「ダム見学ツアー」など中芸の魅力の詰まったプログラムを開催しています。あなたのやってみたいことはありませんか?「第4回ゆずフェス」を8月ごろに開催することが決まっています!誰でも自分だけのプログラムをつくるができます!お気軽に下記のお問い合わせ先にご連絡ください。

お問い合わせ 中芸のゆずと森林鉄道日本遺産協議会事務局
(中芸広域体育館内) Tel. 0887-30-1865
Mail: yuzurintetsu@mk.pikara.ne.jp
ホームページ: <http://yuzuroad.jp/> 「ゆずとりんてつ」で検索

facebook

Facebookが新しくなりました。
ログインはこちらから→



高知県立中芸高等学校 夜間部 聴講生募集

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？

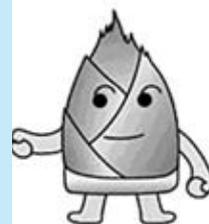
●聴講生は、自分の興味や関心がある講座を選び、その授業だけを勉強します。規定時間数以上を出席し、一定の成績を修めれば修了証をもらえます。

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」「書道」「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。



■2019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等、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 | 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 | 世界史A(2) | 世界史の基礎的な内容 |
| | 日本史A(2) | 日本史の基礎的な内容 | 現代社会(2) | 現代社会の基礎的な内容 |
| | 地理A(2) | 世界地理の基礎的な内容 | コミュニケーション英語Ⅰ(2) | 高校英語の基礎的な内容 |
| | 英語表現Ⅰ(2) | 高校英語の文法と会話表現 | 家庭総合(2) | 家庭科の基礎的な内容 |
| | 子どもの発達と保育(2) | 家庭科の保育に関する内容 | 生活産業情報(2) | パソコンを使った基礎的な実習 |
| | 社会と情報(2) | 情報社会の基礎的な知識技能 | 情報処理(4) | 情報処理の知識と技能の習得 |
| | 美術Ⅰ(2) | 美術の基礎的な実習・創作 | 美術Ⅱ(2) | 美術のやや高度な実習・創作 |
| | 書道Ⅰ(2) | 書道の基礎的な実習・創作 | | |
| 開講期間 | 2019年4月～2020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5時55分～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9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8日(金)～3月20日(水)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7日(木)から配布します。 | | |
| | 登録・手続き | 4月9日(火)午後6時00分～ 本校2階視聴覚室(印鑑必要) | | |
| | 入講式 | 4月9日(火)本校2階視聴覚室にて登録・手続き終了後 | | |
| | 聴講開始 | 4月15日(月)～(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 山崎)
〒781-6410 安芸郡田野町1203-4

平成31年4月から 産前産後期間の国民年金保険料が 免除となります！

○ 免除期間

出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間(以下「産前産後期間」といいます)の国民年金保険料が免除されます。

なお、多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から6カ月間の国民年金保険料が免除されます。

※出産とは、妊娠85日(4カ月)以上の出産をいいます。

(死産、流産、早産された方を含みます)

○ 対象者

「国民年金第1号被保険者」で出産日が平成31年2月1日以降の方

○ 届出時期

出産予定日の6カ月前から届出可能ですので、速やかに届出ください。

※ただし、届出ができるのは平成31年4月からです。

○ 届出先

お住まいの市(区)役所または町村役場の国民年金担当窓口

○ 施行日

平成31年4月1日

<よくあるご質問>

Q 1 平成31年3月に出産予定ですが、何月分の保険料から産前産後の保険料免除が適用されますか？

A 1 施行日が平成31年4月ですので、平成31年4月1日以降に届出を提出いただき、出産日を基準として産前産後免除期間が決定されます。3月に出産した場合は、4月分、5月分の保険料が免除となります。

Q 2 産前産後期間の免除は、年金額を計算するときに免除期間として扱われますか？

A 2 産前産後期間として認められた期間は保険料を納付したのものとして老齢基礎年金の受給額に反映されます。

Q 3 産前産後期間は付加保険料を納付することができますか？

A 3 産前産後期間について、保険料は免除されますが、付加保険料は納付することができます。

Q 4 出産後に届出することはできますか？

A 4 出産後でも届出することができます。この場合の産前産後期間は、出産日の属する月の前月から翌々月までの4カ月間となります。

Q 5 保険料を前納していますが、産前産後期間の保険料は還付されますか？

A 5 保険料を納付されている場合、産前産後期間の保険料は還付されます。

平成31年4月から日本年金機構ホームページから届出用紙をダウンロードすることができるようにする予定です。また、記入の方法も併せて掲載する予定です。

★日本年金機構ホームページ <http://www.nenkin.go.jp/>

また、提出の際は以下の書類をご用意ください。

○添付書類について

出産前に届書の提出をする場合：母子健康手帳など

出産後に届書の提出をする場合：出産日は市区町村で確認できるため原則不要

ただし、被保険者と子が別世帯の場合は出生証明書など出産日及び親子関係を明らかにする書類

○個人番号（マイナンバー）により届出を行う際の添付書類について

届出者本人が窓口で届書を提出する場合は、マイナンバーカード（個人番号カード）を提示してください。

お持ちでない場合は、以下の①および②を提示してください。

なお、郵送で届書を提出する場合は、マイナンバーカードの表・裏両面または①および②のコピーを添付してください。

①マイナンバーが確認できる書類：通知カード、個人番号の表示がある住民票の写し

②身元（実存）確認書類：運転免許証、パスポート、在留カードなど



忘れずに手続きを
しましょう。



40歳～74歳の奈半利町国保に加入の皆さまへ

特定健診・がん検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53年4月1日～54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

●特定健診実施について

12月2日に奈半利町保健センターにおいて特定健診が行われました。受診者は58人と多くの方に受診していただき、また奈半利中学校の学生さんたちにも健診スタッフとしてお手伝いをさせていただきました。

平成30年度の集団健診は終了しましたが、個別健診は受診できます。まだ受診していない方は受診をし、自分の健康状態を把握しましょう。



■集団健診

平成30年度の集団健診は終了しました。
病院で健診受けてや！

健やか犬
健（ケン）犬（ケン）



健康づくり声かけ隊長
古江掛増代

■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。
 - ◆持ち物
①保険証 ②受診券
- ※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。

★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
☎ (38) 4012

平成31年度(平成30年分所得)

町・県民税申告のご案内

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。

| 場 所 | 相談区域 | 相談日 (土日祝日除く) | 時間 |
|--------|--------------------|----------------------|------------------------------|
| 奈半利町役場 | 加領郷、大原、西の平 | 2月15日(金)～ 22日(金) | 午前9時30分～午後4時 (正午～午後1時は休憩) |
| | 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25日(月)～ 3月4日(月) | |
| | 車瀬、中里、百石、樋ノ口、上長田 | | |
| | 下長田、平松、東町、立町 | 3月6日(水)～ 13日(水) | |
| | 横町、米ヶ岡、池里、港町 | | |

※ご都合がつかない方は該当日以外でも申告を受け付けますが、混雑防止のためできるだけ該当日にお越しください(最終受付期限日は3月14日です)。

申告の際、必要なもの

- ☆マイナンバーカード、または番号確認書類(通知カード・マイナンバーの記載がある住民票または住民票記載事項証明書などのうちいずれか1つ)
- 十身元確認書類(運転免許証・被保険者証・身体障害者手帳などのうちいずれか1つ)
- ☆印鑑
- ☆所得額の分かる資料
- 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分かる書類
- ☆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30年中的のもの)が必要です。
- ☆医療費の支払額の分かる書類
- ☆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分かるもの。

所得税の確定申告は…

○役場では、町・県民税申告同様、3月14日ま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の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、所得控除もありません。該当される方は、所得申告の際に申し出てください。

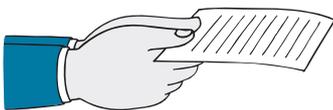
○65歳以上で介護保険法に基づ

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」が必要ですので、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。

○マイナンバーの記載と本人確認書類の提示または写しの添付が必要となっております。





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書の提出と納付はお早めに!

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」では、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決算書などが作成できます。

また、スマホ専用の画面を導入し、給与所得者（年末調整済み）で、医療費控除または寄付金控除を適用して申告する方は、スマホやタブレット端末でも作成しやすい画面となっております。

作成した申告書は、直接、電子申告するかA4サイズの普通紙に印刷して郵送等で税務署に提出することができるほか、平成31年1月からはマイナンバーカードやICカードリーダライタをお持ちでない方でも、ID・パスワード方式による電子申告が可能となります。発行を希望される方は、運転免許証などの本人確認書類をお持ちの上、税務署にお越しください。

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30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31年3月15日(金)

個人事業者の消費税及び地方消費税：平成31年4月1日(月)

■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31年4月22日(月)

個人事業者の消費税及び地方消費税：平成31年4月24日(水)

税務署の確定申告会場は

平成31年2月18日(月)から

税務署の確定申告会場の開設期間は、平成31年2月18日(月)から3月15日(金)までです。

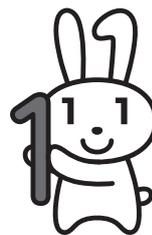
なお、税務署の確定申告会場の受付時間は午前8時30分から午後4時、相談開始は午前9時からです。ただし、会場の混雑状況により、午後4時前であっても受付を終了させていただく場合があります。



マイナンバーの記載にご注意ください

所得税及び贈与税の確定申告書につきましては、平成28年分以降の申告書から、消費税の確定申告書につきましては、平成29年1月1日以降に開始する課税期間に係る申告書から、マイナンバーの記載と本人確認書類(例1:マイナンバーカード、例2:通知カードと運転免許証など)の提示または写しの添付が必要です(申告書等提出の都度必要ですので、前年分の申告書に記載・提示等された方も同様です)。

また、郵送等による提出の際には、本人確認書類の写しの添付をお願いします。



配偶者控除・配偶者特別控除の改正について

配偶者がいる方は、「配偶者控除」または「配偶者特別控除」を受けることができます。今年は配偶者控除と配偶者特別控除に改正があったため、控除額や控除対象者が昨年と異なる可能性があります。

確定申告電話相談センターの開設について

平成31年1月18日(金)から3月15日(金)まで、「確定申告電話相談センター」で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に関するご質問やご相談にお答えします。

なお、土・日・祝日については、2月24日(日)及び3月3日(日)のみ、電話相談を行っております。

所轄の税務署にお電話いただき、自動音声案内に従い、『0』を選択してください。

確定申告以外の国税に関する一般的なご相談を希望される方は、所轄の税務署にお電話いただき、自動音声案内に従い、『1』を選択してください。「電話相談センター」へおつなぎします。



【お問い合わせ先】 安芸税務署

(電話)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。

e-Tax
データ送信!

又は
書類提出!

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

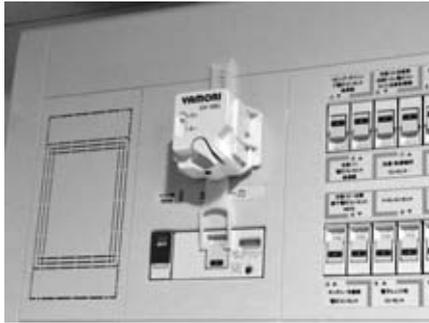
詳しくは **国税庁** で **検索**

感震ブレーカー購入等補助金について

奈半利町では、南海トラフ地震などの発災時における電気火災を防ぐために、【感震ブレーカー】を設置する世帯に対して平成30年度から補助制度が始まりました。

感震ブレーカーとは？

大震災では、火災の約60%が電気による火災です。
感震ブレーカーは、地震の揺れを感知し、お家のブレーカーを自動で遮断するものです。



【補助の対象】

対象世帯：奈半利町に住所を有する世帯
一般財団法人日本消防設備安全センター推奨物品の感震ブレーカー（簡易タイプ）購入及び設置に要する費用に対して補助金を交付いたします。

補助金の額は、1世帯につき5,000円が上限となります。

当補助制度は、1世帯につき1回限りとし、設置数は1世帯2カ所まで

【一般財団法人日本消防設備安全センター推奨物品】

まもれーる・感震くん RDJ1000W／まもれーる・感震くんとフタしまーるくんセット RDJ12000W／スイッチ断ボールⅢ A001J／感震ブレーカーアダプター「ヤモリ」 GV-SB1／「ヤモリ・デ・セット」 GV-SET1／震太郎 X5029／ピオマ 感震ブレーカー UGU6／地震みはりロボ MT-EQS1

平成30年2月末（消防防災製品等推奨品）情報・今後変更する場合有り



ふるさと納税返礼品出品者募集のお知らせ



ふるさと納税の取り組みを現在も進めておりますが、今後のさらなる取り組みの拡充と充実のために今回ふるさと納税の返礼品出品者を募集いたします。

加工品や野菜などの生鮮類を出品してみたいとお考えの場合はお気軽に下記までご連絡ください。

●お問い合わせ先

加工品等 奈半利町役場地域振興課ふるさと納税係 TEL 38-8201

野菜類 奈半利町集出荷センター(旧幼稚園跡) TEL 30-1220

火災予防の強化について

今後、春先にかけて、強風や乾燥、暖房器具の使用などによって火災が発生しやすい時季となっております。

火の元の点検や火災報知器・防火用品の確保など、火災予防を心がけましょう。





「高知で恋しよ!!マッチング」in中芸地区 出張登録会を開催します!!



★会員制のお引き合わせシステムについて

県では、会員制のお引き合わせシステム「高知で恋しよ!!マッチング」による、出会いへの支援を希望する独身の方の1対1の出会いのサポートを行っています。会員数は、1,100人、お引き合わせ数は843組(平成30年3月末時点)で、これまでに30組以上のカップルがご成婚されております。

普段は県内3カ所に設けられた「こうち出会いサポートセンター」において、お相手のプロフィール閲覧、お引き合わせの申し込みを受け付けてしておりますが、今回は、出張登録会として、田野町ふれあいセンターにおいて【プロによるヘアメイクアドバイス】と【登録用プロフィール写真撮影(ポーズのアドバイス付き!)]の登録会を開催します。

ヘアメイク・写真撮影の費用は、無料です。

よりあなたらしい素敵なプロフィール写真に変えてみませんか?

ぜひ、この機会にご利用ください!!

お申し込みは、下記まで直接お電話でご連絡ください。(完全予約制・2月5日(火)締切)

★出張登録閲覧会のお申し込みについて

ご利用には、事前予約が必要となりますので、下記お問い合わせ先までご連絡ください。

★会員登録について

●会員になれるのは

- 結婚を誠実に希望し、自ら努力する20歳以上の方
- インターネットやメールが利用できるパソコンまたは携帯電話等をお持ちの方
※高知県内に限らず、県外にお住まいの方も登録できます。

●必要書類等

1. 本籍地の市町村長が発行する独身証明書
2. 健康保険証
3. 写真つきの身分証(運転免許証、パスポート、個人番号カードなど)
4. 上記1~3のコピー各1部
5. 閲覧用写真1枚(3カ月以内に撮影した本人のみが写っているもの。上半身L版程度の大きさ)
6. 入会登録料10,000円(2年間有効)
◆お引き合わせ時：1回につき1人2,000円が必要(お引き合わせ時の飲物代)

●お問い合わせ先

こうち出会いサポートセンター TEL 088-821-8081

ヘアメイクアドバイスと 登録用プロフィール写真撮影付きの閲覧会を開催

田野町ふれあいセンターにおいて、【プロによるヘアメイクアドバイス】と【登録用プロフィール写真撮影(ポーズのアドバイス付き!)]付きの閲覧会を開催します。

ヘアメイク・写真撮影の費用は、無料です。

よりあなたらしい素敵なプロフィール写真に変えてみませんか?

ぜひ、この機会にご利用ください!!

お申し込みは、下記まで直接お電話でご連絡ください。(完全予約制・2月5日(火)締切)

【開催日】 2月9日(土) 10:00~17:00

【開催場所】 田野町ふれあいセンター2階実習室1・2(安芸郡田野町1456-42)

【内容】

ヘアメイクアドバイス(15分)→写真撮影(15分)→「高知で恋しよ!!マッチング」会員登録

●申し込み先

こうち出会いサポートセンター TEL 088-821-8081



幼稚園 保育所

認定こども園なはり便り

「親子遠足楽しかったよ!」

11月1日(木)に室戸少年自然の家で、親子遠足を行いました。親子で草スキーや自然散策を楽しみ、午後からは体育館で運動遊びをして楽しい一日となりました。



「早く小学生になりたいな!」

11月2日(金)と11月21日(水)に、奈半利小学校と交流会を行いました。2日は、奈半利小学校の児童と奈半利小で年長組と小学1・2年生でミニ運動会をして遊び、子どもたちがわからない時には小学生が優しく教えてくれて、しっかりリードをしてくれました。21日には、1年生がこども園に来て、一緒にドッジボールや鬼ごっこをして遊びました。小学生の優しさに触れ、早く小学生になりたいと思ったことでしょう。



「自分でお買い物楽しかったよ!」

11月17日(土)に、認定こども園なはりのホールにて保護者会・PTAバザーが行われました。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・年中組は、保護者の方と一緒に買う物を考えたり、年長組は自分たちでお店を出し「買いに来てくださーい」などと呼びかけたりしながらお店屋さんを楽しみ、それぞれ年齢に応じた姿が見られました。乳児部の子どもたちも、自分の欲しいおもちゃを買って嬉しそうでした。



「地震を体験したよ!」

11月20日(火)に起震車体験を行い、年長児と年中児が起震車に乗り地震の揺れを体験しました。子どもたちは「怖かった」「びっくりした」と揺れの怖さを体験しながら、実際に地震がおこったときにどうするのかなど真剣に話を聞いていました。



「上手だね!!」

11月27日(火)に、加領郷小学校の児童との交流で、絵本の読み聞かせに来てくれました。お兄ちゃん・お姉ちゃんに、絵本を読んでもらえることを楽しみにしていて、真剣に絵本を見る姿が見られました。きっと「あんな小学生になりたいな!」と憧れをもったことでしょう!



「ジングルベル♪ジングルベル♪」

12月15日(土)幼稚部
12月25日(火)乳児部



子どもたちが待ちに待ったクリスマス会!幼稚部の子どもたちは、サンタさんを見ると嬉しくて、目をキラキラさせて興味津々でした。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、サンタさんも答えながらとても楽しそうでした。

乳児部では、サンタさんにびっくりしている子どももいましたが、プレゼントをもらうと緊張も和らぎ笑顔もみられ楽しい一日となりました。



「ぺったんぺったん」

12月20日(木)に園庭でお餅つきを行いました。登園後、かまどの火や蒸し器から上がる湯気に興奮気味の子どもたち、自分たちの番を心待ちにしていました。重たい杵を持って、「ぺったん、ぺったん」とお餅つきを楽しみました。日本の昔からの行事を知るよい機会になったと思います。

また、今年も町の婦人会・シルバー・PTA関係、地域の方々にお手伝いをしていただき、お餅つきの餅米は、毎年竹崎稔さんから頂いています。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1297-2

OPEN 9時～17時

毎日、お昼の1時間(12時～13時)が閉まっていますので
ご注意ください。



冬本番ですね。本年も、町民会館図書室をどうぞよろしくお願いいたします！
さて、昨年出版された本から、本屋大賞ノミネート作品が決まりました。読み逃している本はありませんか？また、昨年初めて、ノンフィクション本についてもノミネートがあり、『ノンフィクション本大賞』が決定しています。「ほんとうにあったこと」はおもしろい！
興味のある方は、オーテピアから取り寄せますので、ぜひリクエストしてくださいね。



ノンフィクション本大賞ノミネート作品10冊
大賞は「極夜行」角幡唯介(文藝春秋)

2018年 貸出の多かった本ランキング

| 5位 | 4位 | 3位 | 2位 | 1位 |
|----|----|----|----|----|
| | | | | |

★奈半利町民会館
図書室ランキング！

2月入庫予定 (一部紹介)

小説

- 神の島のごどもたち / 中脇初枝
- キンモクセイ / 今野敏
- 未だ行ならず(上・下) / 佐伯泰英
- 5分後に意外な結末ex / 桃戸ハル
- きげんのいいリス / トーン・テレヘン など

その他

- 冥界からの電話 / 佐藤愛子
- 虐待が脳を変える / 友田明美 / 藤澤玲子
- ベターホームのチーズ料理 など
- ぐも
- ほねほねザウルス20、いどめ
- さいごのほねほね七ふしぎ
- かいけつゾロリ ロボット大
- さくせん
- ハイキュー!! ショーセツパン
- !! (10) 舞台裏

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様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。

- AIのサバイバル(2)
- マンガでマスター YouTuber教室
- キラキラッとほしががやきました / 宮西達也 など



お酒の
上手な
飲み方

百薬の長も 飲み過ぎは“毒”

「酒は百薬の長」といわれるように、お酒は適度にたしなめば、食欲を増進し、血液の循環をよくして疲労の回復に役立つほか、すべてのストレスが解消される

わけではありませんが、ストレスの緩和につながるといわれています。

しかし、飲みすぎると二日酔い、肝臓病、アルコール依存症などの健康障害を引き起こします。お酒を薬にするかは、飲み方次第といえます。

アルコールが関係する健康障害としては、肝臓疾患、心臓疾患、糖尿病、高血圧、胃潰瘍、精神疾患などがあり、生活習慣病を誘発する原因にもなり、飲みすぎは肥満にもつながります。

健康的にお酒を飲むためには、やはり週に2日の休肝日を設け、できれば、年に1~2回は休肝週間をつくり、肝臓を休ませてあげましょう。



上手にお酒とつきあうためのヒント

飲みすぎないことが一番ですが、それよりもまず、体に負担をかけないようにお酒と付き合いしていくことが大切です。

ヒント1：適量のお酒

自分の適量を知って、度を越さないように飲みたいものです。

- ビールなら、中瓶1本強(540ml)。
- 清酒なら、1合弱(160ml)。
- 焼酎(25度)なら、100ml。
- ウイスキーなら、ダブル(60ml)。
- ワインなら、グラス2杯弱(220ml)。

ほどを限界に、マイペースで飲みましょう。

(注)高齢者、女性、及びアルコールを飲むとすぐ顔が赤くなってしまう方は、アルコールの代謝がうまくいかないため、20gより少量の方が安全。

ヒント2：飲むときは食べながら ~栄養のバランスをとるお酒のおつまみ~

良質なたんぱく質とビタミンを

肝機能をよくするたんぱく質とビタミンA・B群、Eを多く含む食品を材料にしたつまみを選ぶ(うなぎ・イワシ・豚肉・レバー・鶏ささ身など)



ビタミンB1の補給を忘れずに

アルコールを摂取するとビタミンB1が消費するので、おつまみで補給する(枝豆・豆腐などの大豆製品)



低脂肪、低エネルギーのものを

野菜や海藻などの食材を積極的に活用する



味付けは薄味のもの

濃い味付けは塩分をとりすぎるだけでなく、のどが渇いて酒量が進みやすい。薄味でお酒の味を引き立てよう



ヒント3：水を積極的にとりましょう

濃いお酒は胃や肝臓への負担が高まるので、できるだけ水で薄めて飲むことがお勧めです。またアルコールは利尿作用があるため、お酒を飲んだら水を積極的にとり、脱水を予防しましょう。

おすすめ簡単レシピ ささ身と水菜のごま和え

鶏ささ身は、良質なたんぱく質が豊富で、肝機能を高めるのに役立ち、ビタミン・ミネラル類の豊富に含まれている水菜は、肝臓で行われる代謝をスムーズにしてくれる働きがあります。

材料(2人分) エネルギー：71kcal

| | | |
|--------|------------|------|
| 鶏ささ身 | 60g(1本) | |
| 塩・こしょう | 200g | |
| 酒 | 大さじ1 | |
| 水菜 | 100g(1/2束) | |
| A | ポン酢 | 小さじ2 |
| | 練りごま | 小さじ1 |
| | いりごま | 小さじ1 |
| | 砂糖 | 小さじ1 |



作り方

- 1 ささ身に塩・こしょう、酒をふり、ラップをして電子レンジで1分30秒ほど加熱し、細かく裂きます。
- 2 水菜はサッとゆでて3cmの長さに切ります。
- 3 ①と②を合わせ、Aで和えて、出来上がり。

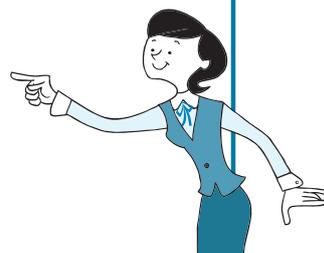
最低賃金改正のお知らせ

高知労働局では、県内すべての労働者に適用される「高知県最低賃金」を改正し、10月5日から施行することとしました。

この決定により、10月5日以降分として労働者に支払う賃金は、

1時間 762円以上

としなければなりません。



お問い合わせ先

高知労働局賃金室 TEL 088-885-6024

※今月の那波の会は休載です

那波の会

珍しや 雉子に遭遇 秋の庭

さち子

貰い苗 植えばほど良き 夕時雨

つね子

新涼や 綾線さやかに 際立ちぬ

いくよ

冬紅葉 そびらに峡の里静か

いさみ

紅葉山 野鳥の会の 人とあふ

セツ子

つゆ草

西の空 沈む夕日に 手を合わせ
我が人生も かくありしかと

手嶋和子

短歌

およろひびづ

氏名 生年月日 性別 父 母 地区名

☆おめじゅうびづごまわ

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

| | | | | |
|--------|------------|---|----|-----|
| 西内 三造 | H 30・10・21 | 男 | 88 | 愛光園 |
| 畠中 五月男 | H 30・10・28 | 男 | 72 | 加領郷 |
| 畠中 次郎 | H 30・10・31 | 男 | 62 | 加領郷 |
| 太田 茲正 | H 30・11・5 | 男 | 81 | 宇川 |

| | | | | | |
|-------|------------|---|----|----|-----|
| 浜田 健大 | H 30・11・6 | 男 | 諭 | 友希 | 下長田 |
| 東田 祐妃 | H 30・11・29 | 女 | 祐貴 | 和美 | 下長田 |
| 本田 椿 | H 30・12・19 | 男 | 裕 | 彩夏 | 六区 |



平成31年
成人式

新成人の門出祝う

新成人の皆さんおめでとうございます。



1月3日(木)奈半利町民会館を会場に、新しく大人の仲間入りをした17人(該当者・男性13人、女性11人)が出席し、奈半利町成人式が盛大に行われました。

式典では、竹崎町長の式辞をはじめ、町議会の岩内議長、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、新成人を代表して岳本心さんが「この急速に変化する予測困難な時代を主体的に生きる人間になりたい」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メッセージや、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31年、成人名簿 (式典欠席者含む)

男性

合計 13人

山本 涼雅
山中 大成
森岡 陸雄
桃田 平
松岡 冬真
廣末 優斗
東野 宏哉
武富 祐希
竹田 佑貴
瀬川 真
澤村 直人
木下 仁成
岳本 心

女性

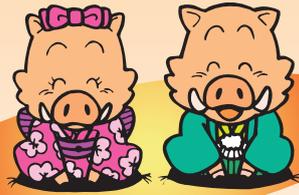
合計 11人

久保 咲良
奥村 伊織
小松 潤奈
中川 華奈子
島中 小牧
畑山 碧
細川 麗杏
松岡 梨杏
松村 沙耶香
森本 裕葉
安岡 侑香



2019年 二十歳の抱負!!

～今年のご目標を書き初め～



廣末 優斗



細川 麗杏

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、責任と自覚をもって、この書き初めの決意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て、奈半利町を明るい街にと願います。



畠中 小牧



岳本 心



森本 裕葉



瀬川 真



山中 大成



木下 仁成



松岡 冬真



安岡 侑香



竹田 佑貴



松岡 梨杏



森岡 陸雄



武富 祐希



東野 宏哉



奥村 伊織



桃田 平

