

日本一の鮎が棲むまち

# ひ 広報 やすだ

## 3

令和4年(2022年)

No.675



鬼は外！福は内！…(2/3 安田さくら園 節分豆まき)



## 祝 明神口トンネル 開通

2月5日、主要地方道安田東洋線明神口トンネルの開通式が行われました。

明神口トンネルは本町の小川地区と船倉地区を結ぶ全長679mのバイパス路線として整備されたトンネルで、地域住民の熱望により、日常生活に密着した重要なトンネルとして完成しました。

小川、船倉間の県道は、これまで幅員が狭く豪雨時には落石などの発生が懸念され、通行の難所といわれる区間でしたが、今回のトンネル整備により安全性が向上したほか、所要時間が約2分短縮されたことにより救急搬送が迅速に行えるようになりました。



## JA高知県安芸地区・JA共済連高知から 中芸消防本部に高度救急資機材を寄贈

1月27日、中芸広域連合消防本部の令和3年度高規格救急自動車整備事業として、高知県農業協同組合（安芸地区本部 川竹壽栄常務）、全国共済農業協同組合連合会高知県本部（松岡 隆民本部長）から、中芸消防本部に自動体外式除細動器（AED）や自動式心臓マッサージ器など最新型高度救急搬送用の資機材9点が寄贈され、受納式が行われました。

寄贈いただきました資機材は地域住民の救急救命活動に有効に活用させていただきます。



寄贈された資機材

## 3月の「町長室開放日」及び 「町長中山支所勤務日」の中止について

3月に予定しておりました「町長室開放日」及び「町長の中山支所勤務日」については、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、中止します。  
ご理解のほど、よろしくお願いいたします。

つれ づれ  
**徒然なかやま**



**安田町ふるさと応援隊からのお便り**  
～中山をどんどん元気にしていこう～



### ほたる公園にたくさんの花を植えました

1月28日、地域住民の方々と一緒に「ほたる公園」環境美化活動の一環として、パンジーなど数種類の花の苗を百数十本ほど植え付けました。

赤、青、ピンク、紫などの花たちが、早春の公園を色鮮やかに染め、心が温まる柔らかな感じがとても良いです。

中山に来る機会がありましたら、ぜひ立ち寄ってみてくださいね。

#### ☆中山健康教室ピラティス☆

3月14日(月)、28日(月)午後7時開催予定です。  
場所：集落活動センターなかやま 活動室

#### ☆中山を元気にする会定例会☆

3月17日(木)午後6時を予定しています。



集落活動センターなかやま・応援隊へのお問い合わせ、ご意見、ご要望は、

☎30-1750、FAX30-1826までお気軽に! ^o^



安田町ふるさと応援隊

## 令和4年1月、全国から安田町へ ～ふるさと納税寄附者からの応援メッセージ～

- 安田朗くんが大好きです。去年は4回高知を旅しました。安田町は私にとって心の故郷です。安田町の方々にも親切にいただき感謝しています。今年も足を運びたいです。服部農園さんの文旦はおいしくて、今年もこの季節を楽しみにしていました。
- これからも安全でおいしい農作物の生産をよろしくお願いいたします。応援しています。
- 口コミ評価が良かったので、申し込みさせていただきました。2月下旬以降に届くのが楽しみです。
- 先日、お遍路中、車が故障して困っていたところを町のみなさんに助けていただきました。何もお礼が出来なかったのが、ふるさと納税させていただきます。
- いつもおいしい文旦をありがとうございます。
- 今年もおいしい文旦を楽しみにしています。微力ながら応援しています。
- 毎年高知県の文旦を家族で楽しみにしています。
- あんたろうくん、かわいい。
- 安田町の繁栄を願っています。





## 3月、4月は異動の多い時期です

# 国保の届け出を忘れずに!!

## 届け出は必ず14日以内に

国保は職場の健康保険などと違い、加入するときもやめるときも加入者自らが届け出をしなければなりません。世帯主は、異動があったときから14日以内に国保の窓口（役場町民生活課）に届け出をしてください。

### 国保の保険者・ 被保険者（加入者）

勤務先の健康保険、共済組合加入者及びその家族、後期高齢者医療の加入者、生活保護世帯以外の人は、すべて国保の加入者（被保険者）となります。

国保の運営は、市町村（保険者）が行います。



### 世帯主が届け出を

1人ひとりが被保険者でも、加入は世帯ごとに行い、世帯主がその手続きをします。

1人に1枚の保険証が交付され、世帯主には、国保税納付が義務となります。

### 届け出が遅れると…

1. 加入の届け出をした月からではなく、資格の取得月までさかのぼって、国保税を払わなければなりません。
2. 保険証がないため、その間の医療費が全額自己負担となります。
3. 資格がなくなっているのに届け出が遅れ、国保の保険証を使って医療を受けた場合、国保で負担した医療費を後で返納していただきます。

|          | こんなとき                        |
|----------|------------------------------|
| 国保に入るとき  | 他の市区町村から転入してきたとき             |
|          | 職場の健康保険をやめたとき                |
|          | 職場の健康保険の被扶養者でなくなったとき         |
|          | 子どもが生まれたとき                   |
|          | 生活保護を受けなくなったとき               |
|          | 後期高齢者医療の障害認定を撤回したとき          |
| 国保をやめるとき | 他の市区町村に転出するとき                |
|          | 職場の健康保険に入ったとき                |
|          | 職場の健康保険の被扶養者になったとき           |
|          | 国保の被保険者が死亡したとき               |
|          | 生活保護を受けるようになったとき             |
|          | 一定以上の障害により後期高齢者医療の対象となったとき   |
| その他      | 安田町内で住所が変わったとき               |
|          | 世帯主の氏名が変わったとき                |
|          | 世帯が分かれたり、一緒になったとき            |
|          | 修学のため、町外に住所を定めるとき            |
|          | 保険証をなくしたとき(あるいは汚して使えなくなったとき) |



## ～国民年金保険料の免除期間・納付猶予期間がある方へ～ 国民年金保険料の追納をおすすめします！

国民年金保険料の免除または納付猶予の承認を受けた期間がある場合は、保険料を全額納付したときに比べ、将来受け取る年金額が少なくなります。

将来受け取る年金額を補うために、10年以内であれば、後から保険料を納めることができます。

詳しくは「ねんきん加入者ダイヤル」(0570-003-004)または下記までお問い合わせください。

問い合わせ先 南国年金事務所 ☎088-864-1111 FAX 088-863-1019  
役場町民生活課 ☎38-6712 FAX 38-6780

## 令和4年度 自衛官等採用案内

### 自衛隊 幹部候補生

自衛隊幹部候補生とは、一般又は専門の大学等を卒業後、陸・海・空自衛隊それぞれの幹部候補生学校で必要な知識と技能を修得し、幹部自衛官（パイロットを含む。）に任官するコースです。

- |                       |                       |
|-----------------------|-----------------------|
| ○初任給（令和3年1月1日現在）      | ○昇 給 年1回              |
| 修士課程修了者等 243,500円     | ○週休2日制、祝日、各種休暇あり      |
| ○賞与（ボーナス） 年2回（6月、12月） | ○食事、光熱水費、医療費（基地内等）は無料 |

| コース | 資 格（令和4年4月1日現在）                                                                           | 受 付 期 間                                                          | 試 験 日                                                         |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| 一 般 | <b>【大卒程度試験】</b><br>・22歳以上26歳未満の人<br>・修士課程修了者等（見込み含）は28歳未満の人<br>・20歳以上22歳未満で大学を卒業（見込み含）した人 | 第1回採用試験<br>3月1日～4月14日<br><br>第2回採用試験<br>3月1日～6月16日<br>（飛行要員を除く。） | 1次試験<br><br>第1回 4月23日・24日<br>（24日は飛行要員希望者のみ）<br><br>第2回 6月25日 |

| コース           | 資 格                                                              | 受付期間・試験日                                                  | 備 考                                                               |
|---------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| 第1回<br>一般曹候補生 | 18歳以上33歳未満の人<br>32歳の方は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない人                    | 3月1日～5月10日<br>1次試験 5月21日<br>2次試験 6月18日                    | 部隊の中核を担う「曹」を養成するコースです。<br>初年度収入:約270万円～                           |
| 第1回<br>自衛官候補生 | 18歳以上33歳未満の人<br>32歳の方は、採用予定月の1日から起算して3月に達する日の翌月の末日現在、33歳に達していない人 | 年間を通じて受付実施<br>学科試験 6月4日～8日<br>※WEB試験（個別方式）<br>口述試験等 6月11日 | 任期制隊員コースです。<br>任期終了後、民間企業への就職や継続して「曹」へ進むことも可能です。<br>初年度収入:約260万円～ |

☆状況により、試験日が変更される場合があります。

☆詳しくは、自衛隊高知地方協力本部のホームページをご覧ください。

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。

☎35-2749 E-mail kochi.pco.aki@rct.gsdf.mod.go.jp

資料請求は  
こちらから



## 健康手帳

## こころの健康



春は日々の寒暖差や気圧変動が大きく、また、進学や職場の異動など、生活環境の変化も多い季節です。変化に伴う疲れや不安・心配事など、普段よりストレスをためやすい時期ともいえるでしょう。忙しさや不安は目に見えないストレスとなって、身体にも悪影響を与えることがあります。

## ストレスが血管に与える悪影響

## ●自律神経・内分泌系の異常が代謝機能を乱す

⇒血圧や血糖値が上昇する

コレステロールなど血中脂質の異常が起こりやすくなる

## ●血液中の赤血球が増加する

⇒心筋梗塞や脳卒中の原因となる「血栓」ができやすくなる



例えば、試験を受ける際などに、脈が速くなったり、血圧が上昇したりしますが、これは「失敗しないように」と心理的な刺激が脳から心臓に伝わるからです。軽いストレスでもこうした身体変化が起こるので、特に動脈硬化や心臓病などに持病がある人が強いストレスを受けた時に、心筋梗塞や脳卒中の発症の引き金になることがあります。

## ストレスとうまくつきあう方法

## &lt;食事&gt;

食事をとると、消化のために副交感神経が活発に働き、体はリラックスモードになります。欠食は交感神経が働いたままになり、自律神経のバランスが乱れてしまいます。また、ビタミンやミネラルなどの栄養素の不足は、イライラや不安、集中力の低下を招きやすくなるので、しっかりとバランスのとれた食事をとることが大切です。

## [ストレスに強くなる栄養素]

- ビタミンA・カロテン : うなぎ、レバー、卵黄、緑黄色野菜、海苔 など
- ビタミンB1 : 豚肉、玄米、納豆、落花生、しいたけ など
- ビタミンC : イチゴ、キウイ、じゃがいも、さつまいも 緑茶 など
- カルシウム : 牛乳、チーズ、ヨーグルト、しらす干、ひじき など
- マグネシウム : アーモンド、そば、胚芽、ココア など



## &lt;安眠&gt;

## [安眠するための工夫]

- ・ 寝る前にぬるめのお風呂に入る
- ・ ストレッチなどをして体をリラックスさせる
- ・ 寝る前に仕事のことは忘れる
- ・ 昼間に体を動かす など



## 注意

寝酒は、睡眠の質が悪くなり途中で目が覚めるなどして、かえって睡眠障害を悪化させるため、よくありません。

## &lt;趣味・スポーツ&gt;

スポーツをしたり、仲間と楽しくおしゃべりをしたりと、自分なりの楽しみを見つけて気分転換をしましょう。特にスポーツは、ストレスに対する抵抗力を高め、ほどよい疲れが快適な睡眠を促すためおすすめです。





## — 高知大学医学部看護学科だより —

# 新型コロナウイルス感染症における 嗅覚・味覚障害について

新型コロナウイルス感染症の初期症状に「嗅覚・味覚障害」があることが知られています。厚生労働科学特別研究事業として、日本耳鼻咽喉科学会の先生方が調査された内容をご紹介します。

## 1. 風味とは

すべての食べ物・飲み物には風味があります。風味とは、味・香りが主で、そのほか口やのどで感じられる感覚、たとえば、温度・舌触り・噛み応え・のどごしなどの情報をまとめたものです。香りは、食べ物・飲み物が口に入り、嚥下<sup>えんげ</sup>・咀嚼<sup>そしゃく</sup>といったのどの動きが起こると、後ろの方から鼻に匂い分子が入ります。味は甘い・酸っぱい・塩辛い・苦い・うまみの5つの基本味しかないのに、香りは数えきれないほど多くの種類があり、食べ物が何であるか正しく見極めるには、匂いの情報が不可欠になります。嗅覚が低下すると「味がしない」と訴える方が実は風味障害で、味覚よりも嗅覚が低下している例も多く見受けられます。



## 2. 日本における新型コロナウイルス感染症による嗅覚・味覚障害

日本で最も活発に嗅覚障害診療及び研究をされている、金沢医科大学耳鼻咽喉科の三輪教授が代表者となって、わが国における新型コロナウイルス感染症の嗅覚・味覚障害の状況について、調査が行われました。金沢医科大学がある石川県、東京都、千葉県、大阪府、愛知県の5都府県の11病院及び6療養ホテルで、入院・療養した20～59歳の患者さんが対象です。

251名のアンケート回答によると、嗅覚・味覚の両方が低下した人が37%、嗅覚障害のみは20%、味覚障害のみは4%、残りの39%は全く低下を認めませんでした。うち、119名が検査に同意をしてくださいました。



嗅覚検査では、味覚障害を訴える人はほとんど正常値以下を示しましたが、味覚障害を自覚する人の多くで味覚検査は正常でした。このことから、味覚障害とと思っている人の多くは実は、嗅覚障害に伴う風味障害の可能性が高いと考えられます。

新型コロナウイルス感染症の後遺症について、多くの報道がなされていますが、実際には1か月後に嗅覚障害の60%、味覚障害の84%が改善しており、海外のこれまでの報告とほぼ一致しております。この調査は、現在まだ継続されており、協力してくださった方々に、3か月後、6か月後にもアンケート調査を実施し、その結果はまた続報として発表される予定です。

## 3. まとめ

新型コロナウイルス感染症による嗅覚・味覚障害は、突然起こることが特徴で、今まで述べたように、味覚よりも嗅覚の方が低下し、ほとんどの人は「食事が楽しめない」というQOL（生活の質）の低下を訴えています。



## 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.56～



日本遺産  
Story #051

### 令和3年度日本遺産ガイド養成講座

中芸5町村の「日本遺産」構成文化財を学び、5町村連携のガイドを養成する講座を開催しています。当初は昨年9月スタートでしたが、新型コロナウイルス感染拡大の影響により12月から始まり、現在まで3回の講座が終了しています。

来年度も引き続きガイド養成講座を実施する予定ですので、ワークショップでスキルを磨き、各自の個性を生かしたガイドにチャレンジしてみませんか。



ガイド養成講座受講の様子

### ゆず林鉄expo2022

2月6日～20日にオーテピア高知図書館で、2月13日～20日に高知城歴史博物館で「ゆず林鉄expo2022」を開催しました。

オーテピア高知図書館では、写真展「百年後に残したい魚梁瀬森林鉄道100枚の写真」を開催したほか、魚梁瀬森林鉄道遺構5箇所の森林鉄道運行当時の様子を再現したジオラマを展示し、中芸の日本遺産の魅力を紹介しました。

高知城歴史博物館では、「森林鉄道から日本一のゆずロードへ」「四国通路」ほか全国5箇所の日本遺産ストーリーを展示、映像などで紹介しました。

今回は新型コロナウイルス感染症の拡大の影響により、当初の計画を縮小し、展示のみの開催となりましたが、訪れた方々は森林鉄道が走っていた当時の写真を興味深そうに見ていました。特にオーテピア高知図書館では多くの方々に来館いただくことができました。

・オーテピア高知図書館での展示の様子



・高知城歴史博物館での展示の様子



問い合わせ先 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) ☎30-1865

FAX30-1866

E-mail yuzurintetsu@mk.pikara.ne.jp

HP <http://yuzuroad.jp/> 「ゆずとりんてつ」で検索





## 団体活動中と往復中の事故を補償！

## スポーツ安全保険に加入しませんか

スポーツ安全保険は、4名以上のアマチュア団体等が加入できる補償制度です。

町教育委員会では、町民の皆さんに安心してスポーツや社会教育活動、地域活動などを行っていただくためにスポーツ安全保険の活用をお勧めします。

前年度に加入している団体等には、毎年2月末ごろに申込資料等一式が郵送されます。

新規申し込みを希望される代表者の方は、町教育委員会までお問い合わせください。



## 保険期間

令和4年4月1日午前0時から  
令和5年3月31日午後12時まで

## 保険内容

詳しい保険の内容は、  
ホームページなどをご覧ください。

## 加入区分・掛金

| 加入対象者          | 補償対象となる団体・グループ活動                                               | 加入区分                   | 年間掛金<br>(1人当たり) |
|----------------|----------------------------------------------------------------|------------------------|-----------------|
| 子ども<br>(中学生以下) | スポーツ活動                                                         | A1                     | 800円            |
|                | 文化活動 ボランティア活動 地域活動                                             |                        |                 |
| 大人<br>(高校生以上)  | スポーツ活動(指導・審判を含む)<br>●A2区分で対象となる活動も補償されます。                      | C<br>64歳以下             | 1,850円          |
|                |                                                                | B<br>65歳以上             | 1,200円          |
|                | 文化活動 ボランティア活動 地域活動<br>準備・片付け・応援・団体の送迎<br>●スポーツ活動中の事故は補償の対象外です。 | A2                     | 800円            |
|                |                                                                |                        |                 |
| 全年齢            | 危険度の高いスポーツ(指導・審判を含む)                                           | D                      | 11,000円         |
| 子ども<br>(中学生以下) | 個人活動補償型 A1 区分の補償となる団体活動に加え、個人活動も対象                             | AW                     | 1,450円          |
| 大人<br>(高校生以上)  | C 区分の補償となる団体活動に加え、個人活動も対象                                      | CW<br>64歳以下<br>WEB加入限定 | 4,850円          |
|                | B 区分の補償となる団体活動に加え、個人活動も対象                                      | BW<br>65歳以上<br>WEB加入限定 | 5,000円          |

※特別支援学校高等部の生徒を含みます。 年間掛金には、制度運営費(10円)が含まれます。  
(注)C・B・CW・BW区分の年齢の判断は「令和4年4月1日」を基準とします。



公益財団法人 スポーツ安全協会 高知県支部

☎ 088-820-1755 電話受付時間 午前8時30分～午後5時15分  
(土、日、祝日を除く。)



スポーツ安全保険 検索

LINE 公式アカウント



友だち募集中！

本広告はスポーツ安全保険の概要を掲載しており、ご加入の際には、必ず「スポーツ安全保険のあらまし」及び「重要事項説明書」をよくお読みください。詳細は保険約款及び特約書によりますが、ご不明の点については(公財)スポーツ安全協会または東京海上日動火災保険(株)へお問い合わせください。

## 〈引受幹事保険会社〉

東京海上日動火災保険株式会社  
担当課 公務第2部 文教公務室 ☎ 0120-233-801  
(平日9:00～17:00)

## 〈共同引受保険会社(令和4年4月予定)〉

あいおいニッセイ同和 共栄火災 損保ジャパン 大同火災 東京海上日動 日新火災 三井住友海上 AIG損保

令和3年12月作成 21-TC07930

問い合わせ先 町教育委員会 ☎38-6714 FAX38-6717

## 安田文芸

(順不同)

### 川柳

雪化粧 テレビの前で 身振いす  
 気をつけよ 息子の背に言う 己にも

中 淑美

日向ぼこ マスクの下の大あくび  
 誕生日 ロウソク消すに 息切らす

西岡佐千子

密はなし 田舎の利点 生かします  
 橙は 代代猿に 食べられる

小松田加子

受話器取る 予定中止の 知らせあり  
 各知事の ポイントマスク 頼ゆるむ

西岡 益子

日向ぼこ こんな幸せ ほかになし  
 芋粥の なつかしい味 母の味

長戸 寿子

## なごみ

## 和通信

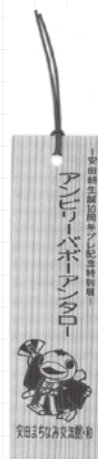
※新型コロナウイルス感染症拡大防止対策として  
 休館することがありますので、ご理解、ご協力をお願いいたします。

安田まちなみ交流館・和では現在、企画展「安田朗生誕10周年  
 プレ記念特別展 アンビリバーボーアタロー」を開催しています。

安田朗の誕生から現在までの活躍や安田朗のおともだちなどを  
 紹介したパネル、歴代グッズなど、安田朗のことがまるわかり  
 できる展示となっています。

また、観覧料をお支払いの方には、企画展限定「安田朗木製し  
 おり」をプレゼント!木のぬくもりのある素材に企画展デザインの  
 安田朗がプリントされたしおりです。

ぜひ、安田朗の魅力たっぷりの企画展にお越しください。



なごみ  
 安田まちなみ交流館・和

開館時間／午前9:00～午後5:00

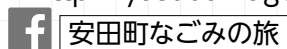
企画展観覧料／300円(高校生以下、障害者手帳提示者無料)

休館日／火曜日(祝日の場合は翌日)

安田町大字安田1674番地1 ☎・FAX 38-3047

安田町歴史・文化・観光ナビサイト なごみの旅

<http://yasuda-nagomi.com/>



※個人情報につき掲載の了解をいただいた方を掲載しています。

| 地区名    | 氏名       | 年月日      | 世帯主   | 続柄 | 性別   |
|--------|----------|----------|-------|----|------|
| おたんじょう | 唐浜 濱口 蒼桜 | R3・12・28 | 濱口 陽平 | 子  | 男    |
| おくやみ   | 安田 野町 光恵 | R4・1・27  | 野町 光恵 | 本人 | 女90歳 |
|        | 東島 西山喜和子 | R4・1・28  | 西山 正純 | 母  | 女89歳 |

### 慶弔ニュース(1月受付分)

#### 1. 県内

( ) 内は1月発生件数

|    | 件数        | 死者      | 傷者        |
|----|-----------|---------|-----------|
| 4年 | (82) 82   | (0) 0   | (87) 87   |
| 3年 | (103) 103 | (7) 7   | (105) 105 |
| 増減 | (△21) △21 | (△7) △7 | (△18) △18 |

#### 2. 安芸署管内

( ) 内は1月発生件数

|    | 件数      | 死者      | 傷者      |
|----|---------|---------|---------|
| 4年 | (3) 3   | (0) 0   | (3) 3   |
| 3年 | (9) 9   | (1) 1   | (11) 11 |
| 増減 | (△6) △6 | (△1) △1 | (△8) △8 |

※1、2は物損を除く

### 交通事故の概況

(令和4年1月1日～令和4年1月31日)

#### 3. 安田町発生件数

|    | 1月計 | 累計 |
|----|-----|----|
| 人身 | 1   | 1  |
| 死者 | 0   | 0  |
| 傷者 | 1   | 1  |
| 物損 | 3   | 3  |



# 社協あったかふれあいセンター事業 3・4月の予定

| 名 称               | 実 施 場 所      | 実 施 日 時                                     |
|-------------------|--------------|---------------------------------------------|
| 若鮎会               | 保健センター       | 月 10:00~15:00<br>木 13:30~15:00              |
| ときめき中山            | 集落活動センターなかやま | 火 10:00~14:00                               |
| なかやま(金)           |              | 金 13:30~15:00                               |
| ほたるの会<br>(ほたるカフェ) | 保健センター       | 水 10:00~15:00<br>(カフェ10:00~14:00)           |
| 福祉館               | 福祉館          | 月・木 9:30~11:30                              |
| ぽかぽかデー            | せせらぎの郷 小川    | 金 10:00~12:00                               |
| ほんわか和田            | 和田集会所        | 金(月2回)13:30~15:00                           |
| 間 下               | 間下集会所        | 木 13:30~15:00                               |
| 男dayの会            | 保健センター       | 月(第1)15:00~18:00                            |
| いこい               | 東島老人憩いの家     | 月 13:30~15:00                               |
| 中村東               | 中村東集会所       | 月・木 13:30~15:00                             |
| ふれあい              | 地域ふれあいセンター   | 火・木 10:00~15:00                             |
| 唐 浜               | 唐浜老人里の家      | 水・金 13:30~15:00                             |
| 不動いきいきくらぶ         | 不動集会所        | 金 10:00~11:30                               |
| 東 谷               | 東谷集会所        | 金 13:30~15:00                               |
| 西 北               | 小松さん宅        | 火 9:30~11:00                                |
| 内京坊               | 内京坊集会所       | 金 13:30~15:00                               |
| 射 場               | 射場集会所        | 水 13:30~14:30                               |
| 庄 田               | 保健センター       | 火・金 10:00~11:30                             |
| 西 島               | 西島老人里の家      | 金 13:30~15:00                               |
| 安田はまゆう合唱団         | 保健センター       | 火(第1・3バンド練習)<br>(第2・4コーラス練習)<br>13:30~15:00 |
| 手作り大好きクラブ         | 保健センター       | 金(第1・3)13:30~15:00                          |
| とりちゃんクラブ          | 保健センター       | 木(第2定例会)9:00~<br>木(バンド練習)9:00~              |
| ひまわりくらぶ           | 地域ふれあいセンター   | 金 10:00~15:00                               |

※日時・内容等が変更になる場合がありますのでご了承ください。

**コロナ禍 みんなで感染拡大を防ごう!みんなで乗り越えよう!!**  
三密回避・マスク着用・体温チェック・手洗い・消毒

## 各集いで、いろいろな教室を行っています。

(新型コロナウイルス感染拡大防止のため、状況により中止になることがあります。ご了承ください。)

3/16(水)13:30~14:30 射場集会所…3B体操  
3/16(水)13:30~14:30 保健センター…音楽療法  
3/18(金)10:30~11:30 不動集会所…3B体操

☆興味のある方は、ぜひ見学・体験にお越しください。☆

### 不動いきいき食堂

3月23日(水)  
12:00~13:00  
お弁当300円要予約。  
地域の方と交流して  
楽しい一時を過ごし  
ましょう。

## ◆1月の活動

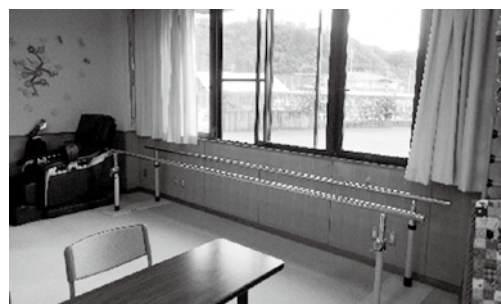
新型コロナウイルスの感染第6波を受け、高知県に特別警戒が発令されました。

感染防止のため、1/13~1/21まで集い活動休止、1/24~保健センターにて「百歳体操」のみの活動を行いました。また、訪問活動を行い、地域の方に必要な生活支援や相談に対応しました。



このパーカーを見かけたら  
お気軽に声を  
かけてください。

## ◆機能回復訓練室をリニューアル



歩行訓練用の平行棒を窓際に設置し、使いやすくなりました。

## ◆折り込みチラシのごみ箱

「ご自由にお持ち帰りください」



ほたるカフェのメンバーが作りました。  
保健センター内ほたるカフェに置いています。

編集後記…「三寒四温」の言葉のとおり、春の「気温差」は要注意!

- ①温かいお茶などで体を温める。
  - ②着脱可能な上着で体温調節をする。
  - ③水分をしっかりとる。
- など、しっかり対策をして元気に過ごしましょう。…小川

あったかふれあいセンターは、どなたでも参加できます。  
問い合わせ先 町社会福祉協議会  
☎38-5500 FAX38-6878  
(担当:竹内・小川)

## お父さん、お母さん、ありがとう! ぼく、1歳になりました。

今月号では令和3年2月生まれの子どもを紹介します。  
とびっきりの笑顔でデビューです。



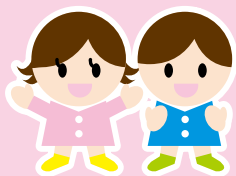
2月1日生まれ

竹中 悠馬くん

(唐浜) 父: 剛さん

母: 奈那さん

我が家の三男坊。お兄ちゃんに  
負けんようにたくましく育ててね!



大きく  
なったでしょ!



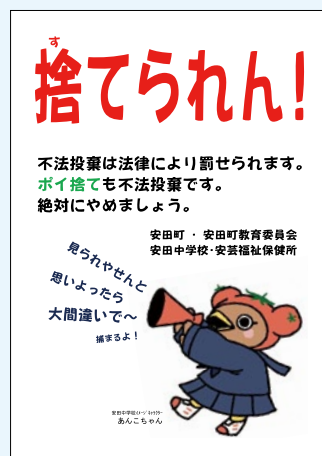
## 中学1年生環境学習「看板を作りました!」

1月25日、安田中学校1年生が、不法投棄防止啓発看板の設置を行いました。

この看板は、6年生の時の学習『町の未来プレゼンテーション』で出した意見の1つである「不法投棄をなくしてきれいな安田町にしよう」を実現するため、11月9日に環境学習を実施し、どのような看板を作ればいいのか意見を出し合って作成したものです。生徒のアイデアを取り入れた看板は、安田中学校のイメージキャラクターである「あんこちゃん」のイラストを使ってオリジナリティあふれるものとなりました。

看板は、町内に数カ所設置しています。

ぜひ皆さんも、不法投棄のない安田町を目指してご協力をよろしくお願いします。



### 人口・世帯状況

4年1月末時点(前月比)

男1,224人(-3)

女1,276人(-4)

合計2,500人(-7)

世帯数1,247世帯(-1)