

日本一の鯉が棲むまち

ひ 広報 やすだ



3

平成30年(2018年)
No.627

人口・世帯状況 30年1月末時点(前月比)		
男	1,335人(-7)	女 1,400人(-6)
合計	2,735人(-13)	世帯数 1,290世帯(-4)

平成30年(2018) 3月1日発行

編集・発行 〒781-6421 高知県安芸郡安田町役場

☎(代)0887-38-6711

ホームページ <http://www.town.yasuda.kochi.jp/>

FAX0887-38-6780

Yasuda 安田町・モンテプリオ町 Montefrio

安田町イメージキャラクター

あんだらう
「安田朗」



©安田町

姉妹都市締結調印式

Acuerdo del Hermanamiento Core monia firma

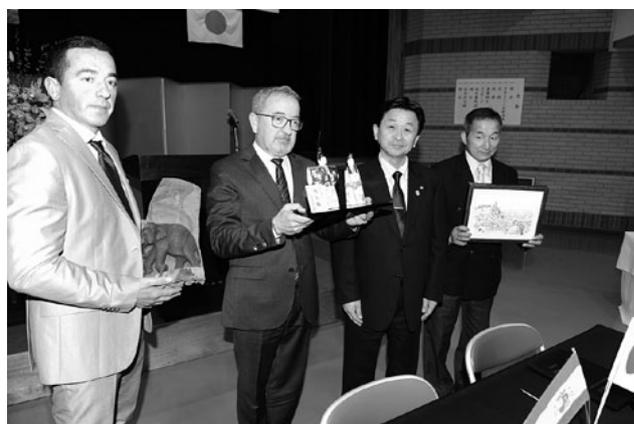


- ② 姉妹都市締結調印式
- ④ 安田町駅伝競走大会
- ⑥ 安田小学校6年生が「町長へ提案」
- ⑧ 国保の届け出を忘れずに!!
- ⑩ 中芸地域の日本遺産魅力発信便り

祝 スペイン・モンテプリオ町と姉妹都市協定を締結…(2/20 町文化センター)



スペイン・モンテフリオ町と姉妹都市締結



2月20日、安田町とスペイン・モンテフリオ町の姉妹都市締結調印式が町文化センターで行われました。モンテフリオ町からは、アグスティン・ガルシア副町長とスポーツ担当の町議会議員、モンテフリオ町親善大使の平橋弘行氏、本町からは黒岩町長、町議会議員、教育委員、小中学校長が出席しました。

今後は、テレビ電話などを活用した小中学校の語学交流や柚子とオリーブを使った商品開発、サッカーを通じた児童生徒のスポーツ交流を進めていく計画です。

調印式では、記念品交換が行われ、安田町からは、ひな人形、モンテフリオ町からは、絵画、オリーブの木で作られたオブジェが贈られました。



帰国後、モンテフリオ町にて撮影（左から3人目がムニョス町長）



調印書と記念品は、役場窓口で3月末まで展示していますので、ぜひご覧ください。

モンテフリオ町の概要

地方…アンダルシア州
県…グラナダ県

面積…253.8平方キロメートル
人口…5,601人(2016年)

モンテフリオ町の主な産業は農業で、町の経済の90%以上を占めています。平たんな土地が少ないモンテフリオ町では、山の斜面を利用してオリーブの生産が行われています。

- ・オリーブなど木になる作物の面積 16,120ヘクタール（オリーブの面積 16,027ヘクタール）
- ・野菜類の面積 1,396ヘクタール（アスパラガスの面積 469ヘクタール）

安田町新庁舎建設設計施工プロポーザルの 最優秀提案者を選定しました。



外観イメージ



内観イメージ

2月7日、安田町新庁舎建設設計施工プロポーザル審査委員会（委員長：甲斐芳郎高知工科大学教授）は、同委員会を開催し、一次審査を通過した5企業体から技術提案プレゼンテーションを受け、書類審査及びヒアリングを行った結果、以下の最優秀提案者及び次点の優秀提案者を選定し、報告書を町長に提出しました。

最優秀提案者 清水建設・若竹まちづくり研究所建設事業共同企業体
優秀提案者 新進・上田・艸・梅原建設事業共同企業体

町はこの結果を受け、清水建設・若竹まちづくり研究所建設事業共同企業体を優先交渉権者として決定し、地方自治法施行令第167条の第2項第2号の規定に基づき、仮契約を締結した後、3月定例会に本契約の締結議案を提出することとしています。

安田町新庁舎建設設計施工プロポーザルの審査経過については、役場窓口のほか、町ホームページで公表しています。

URL <http://www.town.yasuda.kochi.jp/170915-sintyosha-kobo.htm>

安田朗が東京・銀座まるごと高知でマーケティング —安芸桜ヶ丘高校の生徒といっしょにナスプリン・安田町産品等の販売—



2月11日、12日の2日間、東京・銀座の高知県アンテナショップまるごと高知で、販売イベントが行われ、安芸桜ヶ丘高校の生徒とともに安田町のキャラクター安田朗が参加し、ナスプリンや安田町産品などを販売しました。

販売が行われた2日間、「商業高校フードグランプリ2017」で全国大賞を受賞した安芸桜ヶ丘高校生プロデュースによるナスプリンや、店舗入りロテブルに並べられたナス、トマトなどの安田町の新鮮野菜や

柚子シロップ、マンゴーゼリーの加工品は関東の方にとっても好評で、「初日に買って食べてみたらとてもおいしかったので」と2日目にも買い求めに来るお客さまもいるほどで、まるごと高知の店舗内や周辺はナスプリンや安田町の産品を買い求める方や、関東周辺から集まった安田朗ファンで大盛況となりました。

町のキャラクター安田朗に会うのを心待ちにしていたファンの方たち



は、グッズ販売が始まると同時に行列になり、また姿を現した安田朗に歓声をあげ、「やっとなかえだね」、「ふわふわでかわいい」、「次は私が安田町に行くからね」と次々に話しかけたり、写真を撮ったりして、人気が高まっていることを実感できるイベントとなりました。

安田朗は今後も安田町のPRのためにイベント参加や販売のお手伝いに出かけていきます。

第41回 安田町駅伝競走大会

2月11日、第41回安田町駅伝競走大会(町体育会主催)が開催されました。

大会当日は、絶好の駅伝日和のなか、町内外から参加した19チーム(初出場1チーム)が町内7区間14・6kmのコースを走り抜けました。

レースは、正午に文化センター前を一齐にスタート。一区から中芸集出荷場Aが安定した走り、前半をトップでゴール。

後半は、井ノ岡Aが各区間で力走し、トップでゴールしましたが、各区間で安定した走りを見せた中芸集出荷場Aが、大会3連覇を飾りました。

大会運営にご協力をいただきました各チーム関係者、町交通安全指導員、安田駐在所員など関係者の皆さま

んのおかげで、事故もなく無事終了することができましたことに対し、深く感謝いたします。



スタート



親子リレー



再スタート



大会3連覇



4区大会新 窪田選手

- 優勝 中芸集出荷場A 54分19秒
 - 準優勝 井ノ岡A 55分37秒
 - 第3位 土佐鶴酒造 56分37秒
 - 第4位 安田少年野球A 58分46秒
 - 第5位 安芸桜ヶ丘高校 59分00秒
 - 第6位 チーム59 62分18秒
- 区間賞
- 1区 2.9 km 森本 凧(中芸集出荷場A) 10分01秒
 - 2区 1.8 km 清岡 寛仁(中芸集出荷場A) 6分51秒

- 3区 2.0 km 古味 芳弘(土佐鶴酒造) 7分15秒
 - 4区 1.5 km 窪田 拳伸(マルハ) 4分41秒
 - 5区 2.0 km 高崎 力也(中芸集出荷場A) 7分14秒
 - 6区 2.0 km 竹内 太一(井ノ岡A) 7分17秒
 - 7区 2.4 km 小島 聖生(井ノ岡A) 8分32秒
- 大会新
- 20回出場選手 田之上健太(メイクアップガレッジBULL)
 - 竹内 教善(チーム59)
 - 竹内 貴啓(中芸集出荷場B)
 - 中島 史博(安田体育会野球部)
 - 西山 長久(土佐鶴酒造)
- 特別賞
- 2G) 中野 聖文(役場AC)
- 個人
- 35回出場チーム 中芸集出荷場A
 - 40回出場チーム JA安田支所A
- 敢闘賞
- 団体 ウェルプラザ高知
 - 個人 小島 遼(2016 SCM)
- 10回出場選手
- 小松 和人(マルハ)
 - 松本 隼人(メイクアップガレッジBULL)

第35回 中芸地区子ども駅伝競走大会



【男子の部】
総合
 優勝 田野 A 32分27秒
 準優勝 北川 A 32分56秒
 第3位 奈半利 A 33分21秒

2月18日、中芸地区子ども駅伝競走大会(中芸広域連合主催)が、田野町ふれあいセンター発着の周回コース(5区間8.0km)で行われ、小学生18チーム(男子13・女子5)が参加し、本町からも、男子2チーム(うち男女混合1)、女子1チームが出場しました。
 レースは午前10時に男女一斉スタート。選手は沿道に詰めかけた多くの人からの声援を受け、日頃の練習以上の力走を見せ、女子Aが、準優勝に輝きました。

【女子の部】
 優勝 奈半利 A 36分08秒
 準優勝 安田 A 36分23秒
 第3位 田野 A 38分34秒

区間賞
【男子の部】
 第3区1.5km(3年) 西岡 壮祐 5分54秒
【女子の部】
 第4区1.5km(4年) 大和田奈都③ 6分12秒
 第5区2.0km(6年) 小島さやか④ 8分08秒

第66回 高知県市町村対抗駅伝競走



1月28日、第66回高知県市町村対抗駅伝競走(安芸郡市体育会主催)が開催され、室戸市「シレストむろ」と前から安芸市「江湖川橋北詰」までの8区間で

46・5キロのコースを、26市町村41チームが力走しました。
 前半、香南市Aが、1時間7分17秒で1位。後半は、前半3位の高知市Aが、1時間19分33秒の1位で香南市Aに迫りましたが、1秒差を守り切った香南市Aが総合優勝。総合2位以下は、高知市A、南国市A、四万十市A、安芸市A、香美市Aと続きました。
 安田町チームは、町体育会陸上部を中心に一丸となって力走し、総合で37位と健闘しました。
 参加した選手の皆さん、大変お疲れさまでした。
 また、運営のご協力及び沿道での応援ありがとうございました。

【出場選手】

1区 7.4 <small>キ</small> 谷 主啓 28分03秒 33位	2区 6.7 <small>キ</small> 小松 靖典 29分27秒 39位	3区 2.8 <small>キ</small> 小島 聖生(安田中) 9分58秒 31位	4区 4.6 <small>キ</small> 西山 尚良 18分36秒 28位	5区 9.2 <small>キ</small> 西山 長久 38分32秒 36位	6区 2.8 <small>キ</small> 竹内 太一(安田中) 10分20秒 36位	7区 5.6 <small>キ</small> 恒石 有基 26分34秒 40位	8区 7.4 <small>キ</small> 中島 史博 29分49秒 33位
---	--	--	--	--	---	--	--



安田小学校6年生が「町長へ提案」

1月12日、町役場で、小学校6年生8人が参加し、自分たちが暮らす地域の町づくりを考え、3つの班に分かれて「町長へ提案」を行いました。



1班

遊び場所がたくさんある笑顔あふれる町づくりプロジェクト

提案1 大きな公園をつくる

提案2 子どもが好きな遊び場をつくる(バッテリーセンター等)

提案3 町内の公園に遊具を増やす

提案1 町をPRするために

提案2 県外から観光客がたくさん来てくれる町づくりについて

提案3 町をPRするために

提案1 町をPRするために

①安田朗の衣装を増やす

②PR映像をつくる

③夏は打ち上げ花火、冬はイルミネーションといった、定番のイベントを行う

カフェをつくる

子どもやお年寄りに、便利で安心安全な町づくりプロジェクト

提案1 バスや電車の本数を増やし、駅や電車内で物を販売する

提案2 食品の配達や、買い物のできる店を増やす

提案3 堤防を高くし、家の補強対策や土砂崩れ対策を行う

児童の提案に対し、説明を交えながら意見交換を行いました。

黒岩町長は「これからも町のこと

を考えると、どんどん意見を出してほしい。安田朗の衣装のアイデアがおもしろい」とコメントし、安田朗シールを全校児童にプレゼントしました。



交通事故被害者の家庭をサポート

独立行政法人自動車事故対策機構 (NASVA: ナスバ) では、育成資金の無利子貸付や介護料の支給を行っています。

○育成資金の貸付

自動車事故が原因で保護者が亡くなったり、重度の後遺障害を残すことになった家庭(生活貧困家庭)の児童を対象に、中学校卒業までの間、無利子で育成資金をお貸しします。

・金額

- 一時金…155,000円
- 入学支度金…44,000円
- 月額…10,000円または20,000円

○介護料の支給

自動車事故が原因で「脳」、「脊髄」または「胸腹部臓器」に重度の後遺障害が残り、日常生活において「常時」または「随時」の介護が必要となった方に障害の程度に合わせて介護料を支給します。

・支給額(月額)

- 認定された種別ごとに
- 特I種(最重度) 68,440円~136,880円
 - I種(常時要介護) 58,570円~108,000円
 - II種(随時要介護) 29,290円~54,000円

【問い合わせ先】独立行政法人自動車事故対策機構 高知支所 ☎088-831-1817

FAX088-831-1824

尾崎知事が安田町を訪問 「対話と実行行脚」

2月5日、尾崎正直高知県知事が「対話と実行行脚」で安田町を視察しました。

今回の訪問では、町内9カ所を訪れ、地域住民と意見交換を行いました。



次世代型園芸ハウスの視察



不動地区のあったかふれあいセンターサテライトの視察及び地域住民との交流



集落活動センターなかやまの視察及び地域住民等との意見交換

3月の「町長室開放日」及び 町長中山支所勤務日について

町民の声がしっかり届く、町民の目線に立った、町民と共に歩くまちづくりを進めるため、毎月1回「町長室開放日」と「町長の中山支所勤務日」を設けています。

日ごろ感じていることや役場への提言など、皆さんのご意見をお聞かせください。

◆町長室開放日 **3月13日(火)** ◆中山支所勤務日 **3月14日(水)**

◎基準時間 午前10:00から12:00まで / 午後2:00から5:00まで

※来客の状況により、若干お待ちいただく場合がありますのでご了承ください。

パートタイムで働いている皆さまへ

パートタイム労働法についてのご相談をお受けしています!!

「正社員と同じ仕事をしているのに、パートというだけで待遇が大きく違うが…」

「賃金が正社員に比べて低く、働き、貢献に見合った処遇がなされていない」などの相談を受け付けています。相談は無料、匿名でも受け付けていますので、遠慮なくご相談ください。

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必ず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。

国保の被保険者

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。



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)

詳しくは役場町民生活課（☎38-6712 FAX38-6780）までご確認ください。

国民年金保険料学生納付特例制度のご案内

20歳以上の方は、学生も国民年金に加入しなければなりません。

しかし、学生の方は一般的に所得が少ないため、ご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

対象となる方は、学校教育法に規定する大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校及び各種学校(修業年限1年以上である課程)に在学する学生等で、ご本人の前年所得が次の計算式で計算した金額以下であることが条件です。

〈所得のめやす〉 118万円 + {扶養親族等の数 × 38万円}

学生納付特例制度により、平成29年度に保険料納付を猶予されている方で、平成30年度も引き続き在学予定の方には、3月末に基礎年金番号等が印字されたハガキ形式の学生納付特例申請書を送付します。

同一の学校に在学されている方は、このハガキに必要事項を記入し返送していただくことにより、平成30年度の申請ができます(この場合、在学証明書または学生証の写しは不要です)。

なお、平成30年度は学生納付特例制度を利用せず、保険料の納付を希望される場合は納付書を送付いたしますので、お手数ですが、役場町民生活課または南国年金事務所にご連絡ください。

問い合わせ先 役場町民生活課 ☎38-6712

FAX 38-6780

南国年金事務所 ☎088-864-1111

FAX 088-863-1019

平成30年度『自衛隊幹部候補生』募集

幹部候補生とは、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。

卒業後は初級幹部として部隊を指揮しながら、さらなる知識と技能の習得に努め「平和を、仕事にする。」責任を担っていきます。

募集種目	資格	受付期間	試験日
幹部候補生	【大卒程度試験】 22歳以上26歳未満の者 修士課程修了者(見込含)は28歳未満 【院卒者試験】 20歳以上28歳未満の者 修士課程修了者等(見込含)	3月1日(木)) 5月1日(火)	1次試験 5月12日(土)、13日(日) (合格発表:6月1日(金)) 2次試験 6月12日(火)~15日(金) のうち指定する日
	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12日(土) (合格発表:6月1日(金)) 2次試験 6月12日(火)~15日(金) のうち指定する日

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。

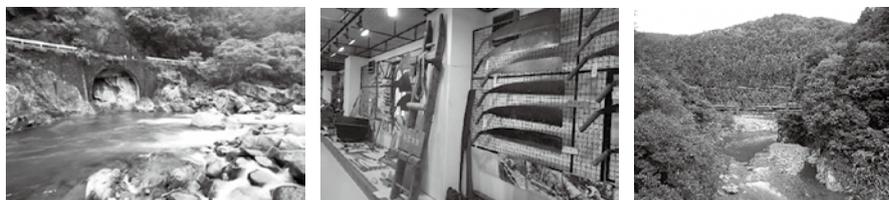
安芸市本町3丁目11-5(すまいるあき前2F) ☎ 35-2749

e-mail kochi.pco.aki@rct.gsdf.mod.go.jp



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.8～



JAPAN HERITAGE

日本遺産

日本遺産
Story #051

ロゴマークができました!!

【デザイン趣旨】 かつて西日本最大の森林鉄道が駆け巡った中芸は、今や日本一のゆずの生産量を誇る。ここに住む人々の根底に流れるストーリーが、地域の良さの再発見と未来への継承となります。外に向けては、このストーリーを説明せずともどのような日本遺産なのか理解しやすいマークとしました。内に向けては、地域の人々が自らの歴史を感慨深く振り返れる具体的な絵柄と色で表現しています。

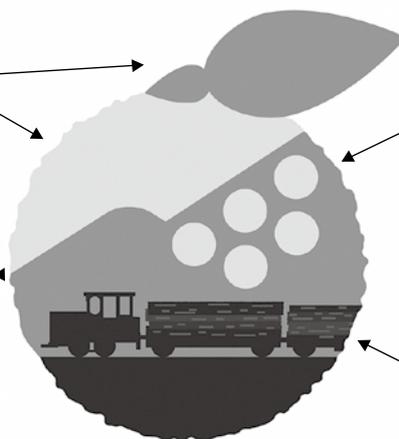
【デザインの説明】

ゆずのシルエット

ゆずの彩りに満ちた景観と、ゆずの香り豊かな食文化を堪能できる観光資源を表す象徴としてゆずのシルエットをメインモチーフとしました。香りの良いゆずの特徴である、果実の表面のでこぼこや大きな葉で表現しています。

ゆずとりんてつストーリー

「物語」は観光客向けである前に、地域の人々の「誇り」です。地域の人々が自らの歴史を掘り起こして、誇りと自信を取り戻す具体的な形で表現しました。



5つのゆずはストーリーの舞台の5町村

黄色い円は山に実るゆずを表すとともに、日本遺産「ゆずとりんてつ」の舞台である、奈半利町、田野町、安田町、北川村、馬路村の5町村を表現しています。

林業からゆずへ森林鉄道が地域の人々の夢を紡いできた

人々が過去に自分たちのアイデンティティを感じる森林鉄道のシルエットを濃緑で表現しました。

「中芸のゆずと森林鉄道日本遺産協議会」のロゴマークが完成しました。このロゴマークは、これから日本遺産認定のPRツールとして、日本遺産関連の事業に使用するとともに、商品化も検討中です。皆さまに愛されるロゴマークとして、これから活用をしていきたいです。

(※このロゴマークを使用したい方は、規定のガイドラインがありますので、事務局までお問い合わせください。)

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

(役場中山支所内) ☎39-2008

FAX32-4008

e-mail: rintetu.yuzu@gmail.com

facebook



つれ つれ
徒然ながやま**安田町ふるさと応援隊・3月のお便り**

～中山はどんどん元気になりゆうで～



鬼は外の声が響いた節分会

1月30日、集落活動センターなかやまで、町社会福祉協議会主催のあったかふれあいセンターの節分会が開催されました。

参加者の皆さんは、健康で安心して暮らせるように願って鬼にめがけておじゃみを投げつけていました。

また恵方巻きや山芋汁なども皆でいただき、とても和気あいあいとして楽しい節分会となりました。

鬼退治風景

☆コミュニティカフェ・よってん屋の営業日☆

よってん屋の3月の開催は3月9日(金)と3月27日(火)です。
お気軽にお越しください。

☆中山健康教室開催中☆

内容は「ピラティス」という健康体操です。

ドイツ人の看護師さんが考えたエクササイズで年齢や運動経験に関係なく、どなたでも安心して行える運動です。日程は3月5日(月)、3月19日(月)、時間は19:00～20:00まで。場所は集落活動センターなかやまの活動室です。参加費は無料、運動のできる服装で、床に敷くバスタオルや運動後の飲み物等を持参してください。

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^



ふるさと納税寄附者の皆さんからの応援メッセージを紹介します

平成30年1月の
応援メッセージ

- 昨年おいしいマンゴーをいただきましたので、今年もふるさと納税させていただきます。
- 娘からのリクエストで、今年も「新鮮トマト」をお願いしました。本当においしかったです。
- 友人から聞き申し込みました。一度は、旅行に行きたいと思っています。
- PRの動画見ました。とても綺麗な所ですね! 一度訪れてみたいと思いました!
- キャンプに訪れた際、この町の雰囲気が好きになりました。また今年もキャンプへ行く予定です!
- 新鮮なおさかなを楽しみに待っています。今年もよろしく願いいたします。
- ポンカンが大好きです。甘いと紹介してあったので、とても楽しみです。
- 寒い日々が続きますが、頑張ってください! 高知県の味をかみしめたいと思います!
- 昨年もお米と野菜で納税させていただきました。普段あまり買わない野菜が届くのが楽しみです。
- 安田町の南酒造場においしい日本酒を買いに行きたいです。遠くから町の発展をお祈りしています。
- 地域が元気でいけると日本全体が元気になります。地域産業の振興に期待しています。
- まだ訪れたことはないのですが、遠くから応援しています。
- 安田町の産業発展を願っています。
- 安田町のお野菜、リピートさせていただいております。何を頼んでもとてもおいしく、ありがたく思っております。これからも、豊かな自然の恵みのもとで、生産者の方々に頑張っていたきたいです。



大会開催日が **平成30年10月28日(日)** に決定いたしました!

全国豊かな海づくり大会は、水産資源の保護・管理と海や湖沼・河川の環境保全の大切さを広く発信するとともに、つくり育てる漁業の推進を通じて漁業の振興と発展を図ることを目的として、毎年各地で開催されています。

式典行事

<高知市文化プラザかるぼーと>

10月28日(日曜・午前) 約800人(招待者のみ)

豊かな海の重要性を高知から発信するとともに、水産振興や環境保全活動を取り上げ、大会を通して大切な海を守るためにできることを誓う場とします。(・功績団体表彰・稚魚等のお手渡し・最優秀作文発表 など)



海上歓迎・放流行事

<土佐市宇佐しおかぜ公園>

10月28日(日曜・午後) 約500人(招待者のみ)

本県の代表的な漁船による漁法紹介等で招待者を歓迎するとともに、海への感謝の心を養い、次世代への豊かな海を継承するため、願いを込めて稚魚の放流を行います。(・歓迎演奏・海上パレード・稚魚の放流 など)



関連行事

<高知市中央公園>

10月27日(土)・28日(日)の両日開催

おいしい魚や食文化、自然、歴史、伝統文化など、本県の魅力を県内外に発信する行事を開催します。第9回土佐のおさかなまつりと同時開催! 県民の皆さまにご参加いただけます!



Facebook

大会公式 HP

海づくり大会 高知

検索

URL : <https://yutakanaumi-kochi.jp/>

Youtube : 「くろしお TV」 見てね!!



第38回全国豊かな海づくり大会高知県実行委員会事務局

高知県水産政策課 豊かな海づくり大会推進室内

住所:〒780-8570 高知県高知市丸ノ内1丁目7番52号(西庁舎6階)

☎088-821-4690 e-mail 38umidukuri@ken.pref.kochi.lg.jp

健康手帳

できることから始めてみませんか？

平成28年の国民健康・栄養調査の結果によると、1日あたりの歩数が高知県は全国平均と比べて一番少ないという結果が出ています。全国の平均値が男性6,984歩、女性6,029歩に対して、高知県では男性5,647歩、女性5,840歩でした。生活の中でできることから始めてみませんか？

1

定期的に運動を行っていない人は
→ **速歩とすき間時間の筋力トレーニングがおすすめです**

- ・歩くときは歩幅を大きくして早歩きをすると、運動効果がぐっと上がります。
- ・コマーシャルタイムなどのすき間時間にスクワット、膝をついた腕立て伏せなどの筋力トレーニングをしてみましょう。筋力量がアップして、エネルギーを消費しやすい体になります。

**2**

移動には車を使うことが多い人は
→ **体を使って移動しましょう**

- ・通勤や買い物、散歩時には積極的に歩きましょう。
- ・ちょっと距離がある場合は、自転車を利用しましょう！

**3**

家事を行っている人は
→ **ながらで動く時間を作ってみましょう**

自分の生活状況に合う日常ながら運動から始めましょう。家事は身体を動かすチャンスです。掃除や洗濯などの家事で身体を動かしましょう。合間にストレッチをすることもおすすめです。

ラジオ体操

安田町では、午後3時に
ラジオ体操が流れます。
しっかり身体を動かすと、意外と消費カロリーがあります。自宅で気軽に運動を始めてみませんか？

社協あったかふれあいセンター事業 3・4月の予定



曜日	時間	場所
月	10:00~	保健センター
	13:30~	福祉館 東島老人憩いの家
火	10:00~	集落活動センター ふれあいセンター
水	10:00~	保健センター
	13:30~	中村東集会所 唐浜老人里の家
木	9:30~	福祉館
	10:00~	ふれあいセンター
	13:30~	間下集会所 保健センター
金	10:00~	せせらぎの郷小川 不動集会所
		集落活動センター 和田集会所
	13:30~	唐浜老人里の家
		東谷集会所

各会場で体操の他にもレクリエーション・脳トレなどさまざまな活動を行っています。

詳しくは、
町社会福祉協議会(☎38-5500 FAX 38-6878
担当:東・竹内)
までお問い合わせください。

～行事予定～

- ◎3/6(火) シロクマ楽団コンサート(集落活動センターなかやま 10:00~)
(演奏…シロクマ楽団)
シロクマ楽団とは…湘南を中心に活動し、首都圏・信州・関西から四国・中国・九州まで活動範囲は広く、ジャズやスタンダード、映画音楽やダンスミュージック、童謡唱歌や歌謡曲など幅広い音楽をカバーし、子どもから大人まで幅広く楽しめるステージを行っています。
- ◎4/2(月) 男性の日【花見交流会】(場所未定 15:00~17:00)
場所はまだ未定ですが、楽しく交流会を行います。
お気軽にご参加ください。

◎あったかふれあいセンター事業では、高齢者・障がい者・子どもなど誰でも集える世代間の交流の場や居場所づくりを行っています。
介護予防として百歳体操や脳トレなどもあわせて行っていますので、お気軽にご参加ください。

唐浜	唐浜	内景坊	東島	安田	唐浜	中里	おくやみ	地区名	氏名	年月日	世帯主	続柄	性別
山本智恵子	杉本登	横山禎介	有岡梅子	野町諒一	小松加世	小松福恵		唐浜					
H30・1・28	H30・1・28	H30・1・21	H30・1・11	H30・1・7	H30・1・5	H30・1・4		中里					
山本昭仁	杉本登	横山禎介	有岡久喜	野町諒一	小松悦夫	小松福恵		唐浜					
母	本人	本人	母	本人	妻	本人		中里					
女92歳	男89歳	男89歳	女94歳	男70歳	女77歳	女95歳	中里						

慶弔ニュース(1月受付分)

1. 県内 ()内は1月発件数			
	件数	死者	傷者
30年	(129) 129	(4) 4	(133) 133
29年	(160) 160	(1) 1	(182) 182
増減	(△31) △31	(3) 3	(△49) △49

2. 安芸署管内 ()内は1月発件数			
	件数	死者	傷者
30年	(6) 6	(0) 0	(7) 7
29年	(9) 9	(0) 0	(11) 11
増減	(△3) △3	(0) 0	(△4) △4

※1、2は物損を除く

交通事故の概況

(平成30年1月1日~1月31日)

3. 安田町発件数

		1月計	累計
人身	件数	1	1
	死者	0	0
	傷者	重傷 0 軽傷 1	0 1
物損		7	7

お父さん、お母さん、ありがとう!わたし、1歳になりました。

今月号では平成29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。



大きく
なったでしょ!



2月23日生まれ

井東 彩ちゃん
(唐洪)父:聖二さん
母:敦子さん

我が家のアイドル彩ちゃん。
1歳のお誕生日おめでとう!!
これからもたくさん可愛い笑
顔を見せてね♥

入学式のお知らせ

今年、小学校に入学する児童は、平成23年4月2日から平成24年4月1日までに生まれた方です。
平成30年度入学式は、次のとおりです。

◎入学式

安田小学校 4月9日(月)午後1時30分(午後1時から受付)

安田中学校 4月7日(土)午前9時30分(午前9時から受付)

安田文芸

(順不同)

川柳

中 淑美

腰痛も膝痛もみな息してる

スクリーン吹雪とび出し身震いし

西岡佐千子

春風やどこから吹くのわが家から

シャッターあき隣の風が匂う朝

西岡 益子

きんかん揺れ小鳥うたえど春遠し

寒波到来夏の暑さを恋しがり

小松由加子

女子会の初懇談議声はずむ

茄子くんよ何が不満で立ち止まる

長戸 寿子

野菜市大根一本五百円

お出かけはヘヤーピースに期待して

なごみ

和通信

弥生 3月啓蟄の頃、いよいよ春の幕開けといったところでしょうか。うぐいすも下手な初なき春告げ鳥ともいいます。

さて、志国高知幕末維新博関連企画展「其の後の海援隊士たち—龍馬スピリットの行方」も後半にさしかかり、多くのご来館の方々に好評をいただいています。

また、上旬にはひな飾りで館内にぎわいます。

ぜひ、ご来館くださいませ。一同お待ちしております。

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/200円

(高校生以下、障害者手帳所持者無料)

定休日/水曜日

【※企画展開催期間中は無休】



安田町大字安田1674-1 ☎・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/>