



あき

赤野小学校 入学式
入学 おめでとう



内容 MAIN CONTENTS

- 02 75 歳以上の楽しく元気な人をご紹介します！
- 03 地域おこし協力隊のごあいさつ
- 05 子どもたちに笑顔を！
集めたキャップで医療活動を支援
- 23 令和元年度 安芸市スポーツ賞表彰
- 24 安芸市立統合中学校建設に関わる説明会

5

令和 2 年
第 696 号

75歳以上の楽しく元気に生活
されている人を紹介します！
～ 第1回 ～

び い えんねん 美意延年

【意味】

いつも明るく楽しい心でいれば寿命を延ばすことができるということ（勝海舟が好んだ言葉とされる）。

■問 市民課国保年金係 ☎ 35・1002



佐藤 満子さん（中央）

満子の部屋という集いを通じて感じることが、仲間との会話や活動を通じて生きるということをしめじみ感じる。90歳を超えると毎日が勝負。今を大事にしていきたい。

満子の部屋という集いを通じて感じることが

第1回目は本町の佐藤満子さんです。佐藤さんは日赤やボランティア活動を通じて、周りの人々を巻き込みながら地域を元気にしてこられました。90歳を超えてもなお、「満子の部屋」というサロンを切り盛りするなど、精力的に活動されています。そんな佐藤さんが周りの人々を引き付ける魅力は何か。これからの目標なども併せてお聞きしてきましたので、紹介します。

第1回目は本町の佐藤満子さんです。

これからの目標

自分がこれまで日赤や「女性の家」の開設運動、さまざまなボランティア活動に携わってきた記録を書いてみたい。これは個人の記録ではなく、この記録を通じて日赤の活動や「女性の家」開設の原点などをみんなに知ってもらいたい。

健康の秘訣とは

援助をしてくれる仲間がいること。仲間との出会いで多くの知恵をもらうことができる。自分の経験や体験したことの財産を仲間と共有すること。また、趣味を持ち、それを楽しむ。

自分より年齢が若い人たちのメッセージ

無償のボランティアをしてみたい。特に協働の精神でボランティアをして、地域を良くするために自分ができることは何かを考え、それを実行してほしい。

市民課国保年金係では、75歳以上で運動や趣味、地域活動などをされていて、元気に生活されている人の情報を集めています。自薦他薦は問いません。

他人と比較するものではありませんので遠慮せず、ご連絡ください。



佐藤さんは、たくさんの仲間がいることが1日1日を充実して生きる今の自分を支えていると言います。長い人生を歩んできた中で、経験したこと、学んだこと、そして「今、ここ」にある幸福を、「満子の部屋」という場を通じて地域の人々に仲間と一緒に伝えていく。それが、今の佐藤さんの生きがいであり、幸福だと感じました。

安芸市三世代同居等移住支援事業補助金



三世代同居などの子育て世帯の転入・定住費用を助成

■問 企画調整課企画係 ☎ 35・1012

市では、子育て世帯の移住・定住を促進することを目的に、三世代が同居や近居となる子育て世帯の転入・定住費用の一部を助成します。

▽対象者の主な要件(以下の要件をすべて満たすこと)

- ・三世代同居などとなる子育て世帯の父または母
- ・子育て世帯および親世帯の全員が市外から安芸市への転入者
(現に親世帯が安芸市に居住している場合は、子育て世帯のみが転入)
- ・安芸市内に転入後、1年を経過していないこと
- ・子育て世帯および親世帯に市税などの滞納がないこと

▽補助金額および補助対象経費

【①②合わせて上限 20 万円】

- ①引っ越し費用(引っ越し業者への支払い費用)
- ②物件の賃貸借契約の際に要する仲介手数料

【③④合わせて上限 24 万円】

- ③物件の購入費
- ④物件の住宅改修業者が行う改修費

▽補助対象期間

4月1日～令和3年3月31日

▽補助申請期間

令和3年3月31日まで

「こんにちは、 地域おこし協力隊です。」



あっという間に季節は流れ、気がつけば6年の月日が経ちました。安芸市畑山という地域は、高知特有の人懐っこさもありますが中山間地区ならではの閉鎖的な難しさも当然ながら兼ね備えています。けれどもそれは百も承知、郷に入っては郷に従えの精神のもと、都会には無かった人付き合いの濃い部分を自ら進んで体感していく、そんな6年間でした。

自分が赴任してから高齢化率もさらに上がり、右も左も分からん自分に畑山のいろはを教授してくれたおんちゃん、おばちゃん何人もが天に召されていきました。



VOL.11 くりやま ゆたか 栗山 豊

この地域を元気にするには、とにかくマンパワー不足が否めません。そこで思い付いたのが畑山に今も日々通い続ける出身者たちであり、そのほとんどが柚子を生業とする人たちでした。そしてこの人たちの思いもまさに同じでした。「畑山が衰退していくのを見るのが忍びない」、「もっと畑山に多くの人が訪れてほしい」との声があり、そして発足したのが市民団体【畑山山援隊】です。畑山出身者と賛同者を合わせて約50人が一丸となり、細々とではありますがいろんな活動をしています。

卒業後は、ゆず農家としてゆずを生業としていきます。またご縁があれば、地域活動にもお手伝いをしていきたいと考えております。

栗山 豊さんは平成26年6月から約6年間、地域おこし協力隊および集落支援員として中山間地域支援に取り組んでいただきましたが、3月末をもって退任されました。



「うみ!」「かつお!」というのが、高知に来る前に持っていたイメージでした。

実際に来てみると、県の面積のほとんどを山林が占めていることに驚きを感じたことをよく覚えています。

出身地の長野県は、海がありませんので、身近に海がある環境というのは、とても新鮮で晴れた日にキラキラと輝く水面を眺めながら通勤することが爽快でした。



仕事では、慣れない事務や大忙しのゆず採り、大きな入河内大根のお世話などに追われ、夢中で駆け抜けた3年間でした。

VOL.12 くぼた しのぶ 久保田 忍

「地域おこしできたのか?」と聞かれたら、う〜ん…となってしまうのが正直なところではありますが、東川で経験したことを思い出すと、人生をかけて移住する価値のある濃い時間だったなと感じます。

安芸市の皆さん、特に担当させていただいた東川地域の皆さんには、3年間という短い月日ではありましたが、大変お世話になりました。ありがとうございました。

引き続き、高知県に住まわせていただきますので、どこかで見かけたらお声掛けしていただけたらうれしいです。

では、また!

久保田 忍さんは平成28年10月から約3年間、地域おこし協力隊および集落支援員として中山間地域支援に取り組んでいただきましたが、3月末をもって退任されました。

来楽部あっきいな

スポーツで笑顔になろう！

NPO法人来楽部あっきいなは、世代を問わずいろいろなスポーツを楽しめるスポーツクラブとして活動しています。初心者の人でも参加できるようにインストラクターが指導します。また、必要な用具などはこちらで準備していますので、お友達やご家族とご一緒に遊びに来てください。見学や体験もできますので、お気軽にご参加ください。

■問・申込 来楽部あっきいな事務局
(市体育館内)
☎FAX 35・4519

ストレッチポール
サークル

NEW

ストレッチポールを使って背骨や姿勢を整え、凝り固まった筋肉をほぐし、体を楽に動かせるようにします。姿勢を整えることにより人の本来の体の機能を正常な状態に近づけます！体をリセットしてほぐしませんか？

▽と き 毎月第2・4月曜日
10時30分～11時30分

▽ところ 女性の家
▽指導者 久保 左枝さん

活動サークル紹介

種 目		対 象	開催日	時 間	ところ	内 容
フィットネスサークル	ピラティスサークル	成人	隔週月曜日	10：30～11：30	女性の家	ストレッチポールを使って体幹を鍛え、体のゆがみを整える教室です。
	ストレッチポールサークル		隔週月曜日	10：30～11：30		ストレッチポールを使って背骨や姿勢を整え、凝り固まった筋肉をほぐし、体を楽に動かせるようにします。
	昇降運動サークル (踏み台昇降)		毎週火曜日	9：30～10：15		踏み台昇降を使った運動教室です。足腰を鍛えて健康な身体づくりを！
	ヨガサークル		毎週火曜日	10：20～11：20		本格的なヨガ教室です。初心者からでも始めることができます。男性也大歓迎！
	健美操サークル		毎週木曜日	9：50～10：50		東洋医学をベースに呼吸法を取り入れた体操です。誰にでも無理なく手軽にできる運動です。
	バランスボールサークル		毎週木曜日	11：00～12：00		バランスボールを使ったエクササイズ教室です。筋力アップ・バランス感覚を鍛えます。
	脂肪燃焼！ ダイエットサークル		隔週木曜日	19：00～20：00		運動不足を解消し、肩こりや姿勢など整えるトータルバランスフィットネスです。リズムに合わせて運動する楽しい教室です。
	モナリザエクササイズサークル		隔週土曜日	14：40～15：40		コアトレーニングや筋トレで代謝のいい、太りにくい身体を作っていくエクササイズです。リンパの流れを整えてナチュラルボディに！
キッズサークル	キッズダンスサークル	小学生	毎週土曜日	11：00～12：15	女性の家	みんなで楽しく踊るヒップホップダンス教室です。現在、男の子も女の子も多数参加しています。
	あっきいな野球部		毎週月・木曜日	18：00～20：00	安芸ドーム 補助グラウンド	打って・投げて・走る！野球好きっ子集まれ！女の子も多数参加しています。
	キッズ体操教室		毎週水曜日	18：00～20：00	市体育館	トランポリンや鉄棒・マットを使って楽しく体操を指導します。経験のある指導者が教えますので、初心者も対歓迎です。
			毎週土曜日	9：00～11：00		
	卓球サークル	毎週火・木・土曜日	18：30～21：00	市体育館	基本から丁寧に指導します。各種大会にも参加しています。	
	剣道サークル	小学生以上	毎週月・水・金曜日	18：00～20：00	市武道館	基本から丁寧に指導します。各種大会にも参加しています。
その他のサークル	ノルディックウォーキングサークル	成人	第3日曜日 ＊雨天中止	午前中 ＊季節によって変更	本市内	2本のポールを使って歩行運動を補助し、運動効果をより増強するフィットネスエクササイズの一つで、全身を使うエクササイズになります。
	太極拳サークル		毎週金曜日	10：00～11：30	女性の家	健康づくりと仲間づくりを目的に楽しく太極拳を学べる教室です。大会などにも出場しています
	グラウンドゴルフサークル		毎週月・木曜日	8：30～10：30	安芸ドーム	クラブ一本とボール一つで計8ホールを回る初心者でも簡単にできるゴルフ感覚のスポーツです。道具も用意しています。
	ラージボール卓球サークル		毎週月・火・木・金・土	15：00～18：00	市体育館	ラージ愛好家が多数参加しています。ラケットも用意していますので気軽に参加してください。
	バドミントンサークル	小学生以上	毎週水曜日	19：00～21：00	市体育館	子どもから大人まで、ファミリーでの参加もできます。指導者が基本から応用まで指導してくれます。ラケットも用意しています。

*各種サークルに参加するには参加料が必要です。初回は体験・見学もできます。詳しくは事務局までお問い合わせください。

*室内競技は、運動シューズを持参してください(安芸ドームはスパイク禁止)。タオルやスポーツ飲料などは必ず持って来てください。

→ 時刻表のお問い合わせは、総務課 ☎35・1000まで

広報あき 令和2年 5月



子どもたちに笑顔を！

集めたキャップで医療活動を支援

■問 環境課 ☎ 35・1023

安芸市ごみ減量化推進キャラクター
くいしんぼ くまあきくん

集めたキャップは、回収事業者団体を通じて売却し、その利益は、世界の子どもたちへワクチンなどの医療活動支援につなげられます。

ごみの減量化にもつながりますので、ぜひご協力ください。

ご協力いただける人は、集積場所に設置してあるペットボトル収集袋（黄色）へ入れてください。

【注 意】

- ①必ずキャップをはずしてから入れてください。
- ②シールが付いているキャップは、シールをはがしてください。
- ③ラベルは、一般ごみとして処分してください。
- ④ペットボトルとキャップは、かるくすすいでください。
- ⑤キャップはジュース、お茶、水などの飲料用ペットボトルに限ります。



収入保険に加入しませんか？

■問 高知県農業共済組合 本所 ☎ 088・856・6550
高知県農業共済組合 安芸事業所 ☎ 35・2275

収入保険は青色申告を行う農業者対象の保険制度で、全ての農産物を対象に収入減少を補てんします！

○収入保険のポイント

- ・さまざまなリスクに対応できます。
自然災害での収量減少、市場価格の低下のほか、病気やけがによる収量減少、収穫物の盗難による収入減少にも対応できます。
- ・農業者ごとに、保険期間の収入が基準収入の9割を下回った場合に、下回った額の9割を補てんします。

- ・支払い保険料などに国からの補助があります。
保険料などに50%、積立金に75%の国庫補助があります。
- ・通常、確定申告後に保険金をお支払しますが、災害などの状況に応じて、早期にお支払するつなぎ融資（仮払い）がご利用できます。

今年青色申告をされた人は、令和3年1月～12月を対象期間とした収入保険の加入申請ができます。
詳しくはお近くの農業共済組合にお問い合わせください。



防ごう！電気火災

■問 消防本部消防課予防係 ☎ 37・9103 FAX 35・4119

～住宅火災から大切な生命、身体、財産を守るために！～

最近、ご自宅の冷蔵庫やテレビなどの死角となりやすいコンセントを確認しましたか？

私たちが日常生活を送るにあたり電気は必要不可欠なものです。使用方法を誤ったり、使用環境によっては思いがけない火災を引き起こしてしまいます。

電気や電気製品の安全な取り扱い、適切な管理をして、電気火災を未然に防ぎましょう。

○電気コードからの出火に注意！

電気コードが家具などの下敷きになっていたり、コードを束ねて長時間使用していると、やがて被覆や芯線が傷ついたり被覆が溶けて火災を引き起こしてしまいます。

これを**短絡現象（ショート）**といいます

▽防ぐためのポイント

- ・コードを家具などの下敷きにしないようにしましょう。
- ・コードの位置を点検しましょう。
- ・コードを束ねないようにしましょう。

○コンセントやプラグから出火に注意！

コンセントやプラグの隙間に水分やホコリがあったり、劣化したプラグやコンセントを使用していると、その表面において小規模な火花放電が発生し、火災を引き起こしてしまいます。これを**トラッキング現象**といいます

▽防ぐためのポイント

- ・コンセントやプラグにホコリが溜まらないように手入れをしましょう。

- ・傷みや緩みがあるプラグは使用しないようにしましょう。
- ・プラグは丁寧に扱しましょう。

【地震発生後の電気火災にも注意を！】

地震後の火災発生の要因として、電気の通電および再通電によるものがあります。

その際の有効な対策として「感震ブレーカー」があります。

○「感震ブレーカー」とは？

地震による強い揺れを感知したとき、自動的にブレーカーを落とし、電気の供給を止め、地震発生直後の火災と電力復旧後に起きやすい「通電火災」を防ぐことができます。

感震ブレーカーはお近くの家電量販店などで購入できます。設置については、ブレーカーの形態によって設置方法・器種が異なる場合がありますのでブレーカーの形態を確認し、購入してください。

住宅用火災警報器の取り付けは済みましたか？

住宅用火災警報器は、火災により発生する熱や煙を感知し、音や音声により火災の発生を知らせてくれる機器です。まだ、設置されていないご家庭は、早急に設置しましょう。すでに設置されているご家庭は、定期的に点検しましょう。

■問 消防課予防係 ☎ 37・9103

資源ごみ収集日一覧表

5月の資源ごみ収集日	「缶・紙・布・ペットボトル」の日	「ビン・有害ごみ」の日
	缶・スプレー缶・紙（新聞とチラシ・雑誌・ダンボール・紙パック・雑がみ）・古着・ペットボトル	ビン・乾電池・蛍光灯・電球・体温計・温度計・ライター
久世町・庄之芝町・染井町・桜ヶ丘町・幸町・宝永町・黒鳥・植野・井ノ口・栃ノ木	毎週月曜（4日・11日・18日・25日）	毎月第1・3水曜（6日・20日）
本町1～5丁目・土居・僧津・伊尾木・下山	毎週火曜（5日・12日・19日・26日）	毎月第2・4水曜（13日・27日）
花園町・東浜・矢ノ丸1～4丁目・港町1～2丁目・内原野・花・川北・江川・小松原	毎週木曜（7日・14日・21日・28日）	
日ノ出町・寿町・清和町・千歳町・津久茂町・馬ノ丁・赤野・穴内	毎週金曜（1日・8日・15日・22日・29日）	毎月第1・3水曜（6日・20日）
畑山・尾川	毎週水曜（6日・13日・20日・27日）	
東川（八ノ谷・丸石・黒瀬・大井・古井・別役・入河内・奈比賀・長山）		
中郷	毎月第3水曜（20日）	

一般廃棄物最終処分場（安芸市リサイクルプラザ）は日曜日以外受け入れしています。

受け入れ時間 月～金曜日は8時30分～16時30分 土曜日は8時30分～12時、13時～16時30分

■問 平日 環境課 ☎ 35・1023 土・祝日 最終処分場 ☎ 34・1353

→ 詳しくはお問い合わせください。 ■問 総務課 ☎ 35・1000 広報あき 令和2年 5月

～新規採用職員の紹介～ 皆さんよろしくお願いいたします！

4月1日付で新たに採用された職員です。
市民の皆さんに育てられながら安芸市の
発展に尽力しますので、よろしくお願いします。



市民課
こまつ めい
小松 芽以



福祉事務所
さかもと みほ
坂本 美穂



建設課
かわしま しんじ
川島 慎二



保育士
しらい まいこ
白石 真侑子



保育士
はぎの ゆい
萩野 結



消防士
なかでし じゅん
中越 順之



人権擁護委員制度を知っていますか？

■問 高知地方法務局人権擁護課 ☎ 088・822・3503

「人権」とは、「人が幸せに生活するために必要な権利」です。人権擁護委員は、地域住民の皆さんが、人権について関心を持ってもらえるような啓発活動を行ったり、人権問題に関するあらゆる相談をお受けします。

一人で悩まずお気軽に法務局または人権擁護委員にご相談ください。

次の皆さんは、令和2年4月1日現在の安芸市の人権擁護委員です（敬称略）。

▽人権擁護委員

陰山 加代・清藤 須賀子・栗山 久子・滝口 哲
中澤 詩・西村 章三郎・藤崎 賢造

「全国共通人権相談ダイヤル みんなの人権110番」

▽時 間 平日 8時30分～17時15分

▽電話番号 ☎ 0570・003・110（ナビダイヤル）

▽内 容

差別待遇、暴行・虐待、セクハラ・パワハラ、いじめ・体罰、名誉毀損・プライバシー侵害などの人権問題に関するあらゆる相談

＊相談は無料、秘密は厳守します。

～第45回内原野つつじ祭り～

園内を色鮮やかに彩る美しい花たち

4月4日の山開きとともに第45回内原野つつじ祭りが開幕しました。

今年は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、内原野公園内で開催を予定され

ていた各種イベントの大半が中止となり、イベントを楽しみにしていた人たちから惜しまれていました。

4月の初旬には、園内に植えられた約1万5千本のつつじや約20本のソメイヨシノなどが見ごろを迎え、高知市から花見に来ていた岩神さんご夫妻は、「つつじとさくらが満開でとてもきれい。日和も良く、遠方から訪れて良かった」と笑みを見せ、百花繚乱の装いを見せる園内を心行くまで楽しんでいました。



～春の全国交通安全運動が実施されました～

守ろう！交通ルールとみんなの命

春の全国交通安全運動が4月6日から15日までの10日間実施されました。

この運動は、市民一人ひとりが交通安全に対する意識を高め、交通ルールを守り、交通マナーの向上に努めるとともに、安全で安心な人にやさしい交通環境の改善に向けた取り組みを推進することにより、交通事故を防止することを目的としています。

今年は新型コロナウイルス感染症による感染拡大の情勢を考慮し、本市において例年実施している国道前で交通安全ハンドプレート掲げ、運転手に対し安全運転を呼びかける運動を中止しましたが、運動期間中の早朝には広報車で市内を巡回し、交通安全啓発を行いました。

また、各団体の皆さんにも、各地区の交差点で街頭指導をしていただき、運転手および歩行者の皆さんに対し、交通安全への呼びかけを行っていました。

～ふるさと交流ショップ台東に出店～

食材の魅力でリピーター続出



2月27日～3月3日
昨年に引き続き、「岩崎家ゆかりの地広域文化観光協議会」で交流のある東京都台東区の「ふるさと交流ショップ台東」に出店しました。

新型コロナウイルス感染拡大の影響で街を歩く人は少なかったものの、「昨年も買いに来た」「昨日買った干物が美味しかった」と何度も訪れる人も多くみられ、なすやピーマンなどの産地直送野菜や、ちりめんじゃこなどの新鮮な海産物が飛ぶように売られていました。



～AMA 地域連携 10 周年を記念し、フェアを実施～

広域連携による地域資源をPR

「徳島県（A）阿南市、高知県（M）室戸市、高知県（A）安芸市」の3市では、平成20年度から各市の頭文字を採って「AMA 地域連携推進協議会」を立ち上げて四国東南部の広域観光を促進しています。

2月22日 連携10周年を記念して、大阪市阪急梅田駅で「AMAをご存知！？フェア」を実施しました。

春の行楽シーズンに向けた各市の観光情報の紹介や特産品販売のほか、じゃんけん大会を開催し、多くの人にPRを行いました。今後も引き続き、AMA 3市で県境を越えて観光振興に取り組んでいきます。



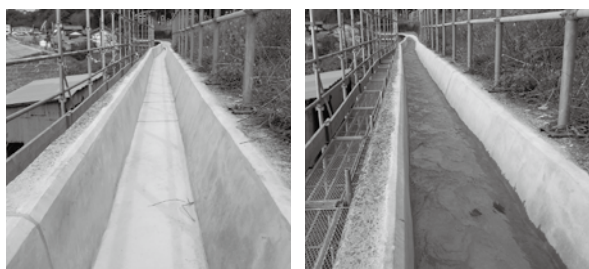
～電源立地地域対策交付金事業～

豊かで暮らしやすい地域に！

「電源立地地域対策交付金事業（水力発電）」は、発電用施設の周辺地域における、公共施設の整備等を促進し、地域住民の福祉の向上を図り、発電用施設の設置および運転の円滑化に資することが目的となっています。

令和元年度は、下山地区の用排水路整備を行いました。

今後も水力発電に対する地域の皆様のご理解ご協力をお願いします。



～ひいなー龍野の雛人形～

雛人形の長い歴史に触れる

令和元年度に本市とたつの市が童謡を通じて姉妹都市提携を結び 30 周年を迎えたことを記念し、たつの市からおひなさまをお借りし、歴史民俗資料館で展示していました。

これに併せて、2月22日には五藤家安芸屋敷でたつの市立龍野歴史文化資料館の新宮義哲館長による講演会「ひいなー龍野の雛人形」が行われ、講話を聞こうと約 20 人が参加しました。

新宮館長は講演の中で、「ひいな」とは、「小さき可愛いもの」という意味であり、平安時代に清少納言によって詠まれた「枕草子」の一文に、「かわいらしきもの」として雛人形の道具についての記載があり、当時の雛は貴族の姫たちが人形遊びに使った紙人形だったのではないかと話していました。

また、日本の雛人形は深い歴史の中で、雛飾りにも多くの変化が見られており、関西地方の雛人形では、台所道具や御殿などが雛飾りとして使用されていたことなどから、日本の生活様式や文化がとても色濃く反映されているなど、とても興味深い内容を披露していただき、参加者も何度も頷きながら講演内容に聞き入っていました。



～市内各所で卒業式～

笑顔と涙の卒業式

このほど、市内の市立小中学校で卒業式が行われ、小学校を 138 人、中学校を 103 人が卒業しました。

今年は新型コロナウイルス感染症の影響により、市内全校の卒業式は出席者全員がマスクを着用、式内容の縮小などの予防対策が設けられた中で挙行されました。

清水ヶ丘中学校で行われた卒業式では、卒業生 63 人が今までお世話になった保護者や先生から温かな拍手で見送られました。

子どもたちは夢と希望を胸に、恩師や仲間との思い出がたくさん詰まった学び舎を旅立ち、それぞれの道へと歩み始めました。



～市内各所で入学式～

新たな夢と希望を胸に新生活がスタート



4月7日 市内の市立小中学校で入学式が行われ、小学校に 102 人、中学校に 91 人の新入生が入学しました。

新型コロナウイルス感染症の影響によって、市内全校が長期間の休校となり、感染拡大の状況次第では入学式が挙行できるか心配されていましたが、無事に新入生を迎えることができました。

赤野小学校には 2 人、安芸第一小学校には 26 人の新入生が入学。優しい先輩たちに迎えられ、これから始まる新しい学校生活や出会い、楽しい思い出づくりなどに心を弾ませ、夢と希望に満ち溢れた新生活をスタートさせました。





あなたに合ったスタイルで

選んでおトク! 特定健診!

■問 健康ふれあいセンター「元気館」
☎32・0300 FAX 32・0301



今年度も各地区の公民館および元気館で各種健(検)診を実施します。

皆さんの健康づくりに、ぜひ「健(検)診、特定保健指導」をお役立てください。今回は特定健診についてご案内します。

○特定健診って?

特定健診は、メタボリックシンドロームをはじめとした生活習慣病をいち早く見つけて、予防・改善するための健診です。

▽検査内容

尿検査(蛋白・糖)、身体計測(身長、体重、腹囲)、問診、血圧測定、診察、血液検査(肝機能検査、血中脂質検査、血糖検査、腎機能検査、尿酸検査)

*医師の判断に応じて、貧血・心電図・眼底が検査項目に追加。

○どんな人が対象になるの? 料金は?

①安芸市国保被保険者

・40歳以上は **無料**、19～39歳の人は1,300円

②安芸市国保以外の人(協会けんぽなど)

・被保険者本人は職場での健診となります。

・19～39歳被扶養者女性は1,300円

○特定健診の受け方は?

40～74歳で安芸市国保被保険者の人は、お住まいの地区などでの集団健診あるいは医療機関での個別健診のどちらかで受診できます。

*19～39歳の人は集団健診のみ。

*日程は毎月広報または健康カレンダーでご確認ください。

○受診方法は?

■集団健診

- ・お住まいの地区などでの集団健診(公民館・元気館)の日程に合わせて対象者①の人には受診票(ピンクと緑色の2色の用紙)、特定健診受診券(紫色の用紙)、問診票(黄色の用紙)などが送付されます。
- ・受診票に記載の日程、場所で受診可能な人は、当日に直接健診会場へお越しください。
- ・別会場での集団健診や予約健診を希望の人は、元気館までご連絡ください。

*がん検診も事前予約が必要ですので、元気館までご連絡ください(受診票を送付します)。

■医療機関での個別健診

特定健診実施医療機関で受診できます。希望される医療機関に事前に問い合わせ・予約をし、市から送られてくる受診券を持参して受診してください。

*受診券は各地区での集団健診日程に合わせて送付されます。早めの受診をご希望の人は元気館までご連絡ください。

▽市内特定健診実施医療機関

森澤病院	☎ 34・1155
高知高須病院附属安芸診療所	☎ 34・3848
尾木医院	☎ 34・3155
安芸クリニック	☎ 35・3575
津田クリニック	☎ 34・1195
宇都宮内科	☎ 32・0500
まつうら内科消化器科	☎ 35・8127
つつい脳神経外科	☎ 34・0221

狂犬病予防注射と登録

■問 健康ふれあいセンター「元気館」
☎32・0300 FAX 32・0301

令和2年度第3回「犬の登録と狂犬病予防注射」を次の日程で行います。

通知書に同封している問診票を記入、押印のうえ、以下の手数料を持って会場へお越しください。

▽料金

狂犬病予防注射手数料

1頭につき 3,200円

飼い犬新規登録手数料

1頭につき 3,000円

*登録済みの場合は登録手数料は必要ありません。

*おつりが要らないようにご協力をお願いします。



飼い犬のマナーは 大丈夫?

ペットの排泄物の後始末は飼い主の責任です。

ご家庭に持ち帰って処理しましょう。

月 日	場 所	時 間
第3回 5月28日(木) (庄司 先生)	東川公民館	9:30～9:50
	奈比賀公民館	10:25～10:40
	伊尾木宮田岡バス停前	11:15～11:30
	小松肥料店前(高台寺)	13:20～13:35
	井ノ口有沢自転車店前	13:50～14:05
	井ノ口山田橋東詰	14:20～14:35
	柄ノ木公民館	14:50～15:05

*道路状況により、予定時間が多少変更になる場合がありますのでご了承ください。

*第4回は9月27日(日)を予定しています。詳しくは9月号広報でお知らせします。

→ お子さんかお孫さんを紹介してみませんか?

広報あき 令和2年 5月

あなたと、家族のためにぜひ受けましょう！ がん検診・特定健診

■問 健康ふれあいセンター「元気館」
☎32・0300 FAX 32・0301

検診(健診)項目	対象者	自己負担金
①胸部検診(レントゲン検診)	40歳以上の男女	無料
②特定健診	40歳～74歳の男女	無料
③特定健診に準じた健康診査	19～39歳の国保の男女 19～39歳の社保被扶養の女性 後期高齢者医療の被保険者男女	1,300円 無料
④後期高齢者健康診査	後期高齢者医療の被保険者男女	無料
⑤肝炎ウイルス検査	これまでに市の肝炎ウイルス検査を受けたことのない、 40歳以上の男女	700円
⑥胃がん検診 (集団検診・バリウムによる検診)	50歳以上の男女(2年度に1回の受診です)	900円
⑦胃がん検診 (個別検診・医療機関による、胃内視鏡検診)	50歳以上の男女(2年度に1回の受診です)	3,400円
⑧前立腺がん検診	50歳以上の男性	600円
⑨大腸がん検診	40歳以上の男女	500円
⑩子宮頸がん検診	20歳以上の女性(2年度に1回の受診です)	800円
⑪乳がん検診	40歳以上の女性(2年度に1回の受診です)	1,000円

*70歳以上の人は、市が実施する上記⑥～⑩の検診は無料です。

*胃がん検診は、集団検診か個別検診のいずれかで、2年度に1回の受診になります。

*事前に申し込みが必要です。

各種検診

項目	月日	受付時間	ところ
胸部検診 特定健診 前立腺がん検診 肝炎ウイルス検診 大腸がん検診(回収)	6月4日(木)	10:00～11:00 13:30～14:30	東川公民館 奈比賀公民館

その他

項目	月日	受付時間	ところ
無医地区診療	5月26日(火)	14:10～15:00	大井公民館
健康相談	5月12日(火)	10:00～12:00	市民館別館
つくし会 (生活習慣病予防サークル)	5月1日(金)	13:30～15:00	健康ふれあい センター 「元気館」
自主運動 持ち物 室内用シューズ、 水分、タオル	5月15日(金)	13:30～15:00	

*5月の畑山・入河内の診療はありません。

飼い犬・飼い猫の 引き取りなどに関する 相談窓口	飼主には、飼っている犬や猫を終生まで 飼養および管理を行う責任があります。やむ をえず飼えなくなった場合は、新たな飼主 を探し、譲渡するなど、犬・猫が生涯を全う できるよう努力しましょう。 どうしても飼い続けることができなくな った場合は、下記窓口までご相談ください。 ■問 安芸福祉保健所 ☎34・3173
--------------------------------	---

健康テレホンサービス

☎088・832・5266 5月の週間予定表

月	内容
火	入れ歯の取り扱いについて
火	生理日の移動について
水	そのしびれ、痛み、部位から病気がわかります
木	高齢男性の排尿障がいー前立腺肥大症ー
金	線維筋痛症
土日	診療報酬と患者さんの負担

提供：高知保険医協会

5月の休日在宅当番医

日	診療所	電話番号
3日	森澤病院	☎34・1155
4日	森澤病院	☎34・1155
5日	森澤病院	☎34・1155
6日	森澤病院	☎34・1155
10日	津田クリニック	☎34・1195
17日	つつい脳神経外科	☎34・0221
24日	安芸クリニック	☎35・3575
31日	EAST マリンクリニック	☎34・0003

診療時間：9時～17時

県立あき総合病院(☎34・3111)は救急に対応

ゴールデンウィーク中の休日歯科診療当番医

日	診療所	電話番号
3日	松本歯科診療所(室戸市)	☎0887・25・2055
4日	森澤病院歯科(安芸市)	☎34・1744
5日	岩崎歯科医院(室戸市)	☎0887・23・1052
6日	芸西歯科(芸西村)	☎0887・33・4205

診療時間：9時～12時

ゴールデンウィーク中の動物病院の診療体制

日	診療所	電話番号
3日	清岡動物病院	☎35・4131
4日	安芸動物病院(葛岡)	☎35・6540
5日	西内獣医科病院	☎35・8880
6日	ドクターバウ動物病院(庄司)	☎34・1062

*受診される場合は、事前に必ず電話連絡をお願いします。
また、表に載っていない日(5月2日まで)は当番制では
ありませんので、病院まで個別にお問い合わせください。

乳幼児健診 延期のお知らせ

■問 健康ふれあいセンター「元気館」
☎32・0300 FAX 32・0301

下記の検診については、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、延期します。

延期日については広報や市ホームページなどにてお知らせします。

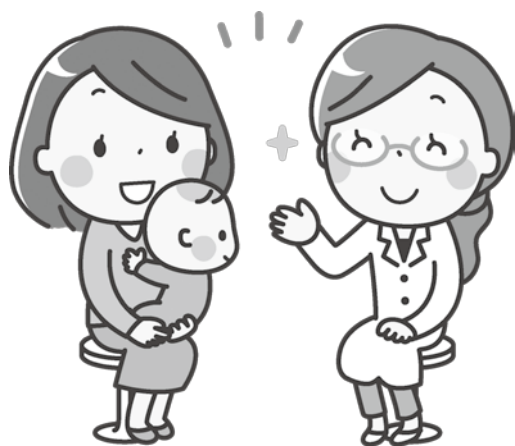
▽対象検診

3～4カ月児健診

9～10カ月児健診

1歳6カ月児健診

3歳児健診



赤ちゃん・もぐもぐ教室 (離乳食講習会)、 あきっ子広場 中止の お知らせ

■問 (赤ちゃん・もぐもぐ教室について)
健康ふれあいセンター「元気館」
☎32・0300 FAX 32・0301
(あきっ子広場について)
安芸市社会福祉協議会
☎35・2915 FAX 35・8549



5月13日(水)の「あかちゃん・もぐもぐ教室(離乳食講習会)」、5月29日(金)の「あきっ子広場」につきましては、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止します。

誠に申し訳ございませんが、ご理解のほどよろしくお願い致します。

元気バスのダイヤ改正についてお知らせします

■問 総務課 ☎ 35・1000

元気バスの東川線などのダイヤ改正を6月1日から予定しており、詳しくは6月号広報にてお知らせします。



お子さんが病気になったときの保育をサポートします

■問 福祉事務所こども係 ☎35・1009 FAX 35・1028
尾木医院 ☎34・3155 FAX 34・3156

「子どもが病気で保育所に預けることができない。でも仕事を休めない」と困ったことはありませんか？本市では、病気の回復期に至っていない、または病気の回復期のお子さんをお預かりする「病児・病後児保育事業」を行っています。お子さんが安心して療養できるように保育・看護を行っていますので、ぜひご利用ください。

▽対象者 保育所などに入所している児童および小学校1～3年生の児童

* この病院にかかっている人でも利用できますが、福祉事務所および尾木医院にある「診療情報提供書」(医療保険対象)をかかりつけの医師にもらってください。

▽ところ 尾木医院(安芸市本町3丁目10-30)2階
病児・病後児保育「ベビークッズ」

▽利用時間 8時30分～17時30分
(火・土曜日は12時まで、日祝祭日は休み)

▽利用料金 1日利用：所得税課税世帯は1,000円
半日利用および所得税非課税世帯は500円

* 4月～8月の利用は前々年分の所得税、
9月～3月の利用は前年分の所得税で判定



子育て information

地域子育て支援センター

■問 地域子育て支援センター(安芸おひさま保育所内)

☎・FAX 37・9310

*今後の新型コロナウイルス感染症の状況によっては急遽中止となる可能性があります。

○保育室・園庭開放

安芸おひさま保育所の保育室や園庭を開放しています。子ども同士、保護者同士のふれあいの場としてご利用ください。

▽と き 平日 9時～16時



○体験入園

▽と き 5月7日(木)、12日(火)、
19日(火)、21日(木)、26日(火)
9時～12時

▽ところ 安芸おひさま保育所

▽持ち物 着替え、お茶、タオルなど

○給食試食会

保育所の給食を親子で一緒に体験してみませんか。

～5月普通食～

▽と き 5月19日(火)

▽申込 5月14日(木) 締切

▽定員 1～5歳まで 10人

▽食費 300円



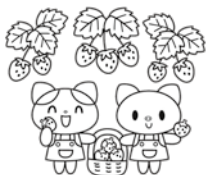
～6月普通食～

▽と き 6月9日(火)

▽申込 6月4日(木) 締切

▽定員 1～5歳まで 10人

▽食費 300円



○電話相談・面接相談

育児の悩みなどお気軽にご相談ください。

面接相談の際は事前にご連絡ください。

▽と き 平日 9時～16時

○巡回体験入園・巡回相談

月に1回地域の保育所で開催しています。絵本や手作りおもちゃがありますので、遊びに来てください。



▽と き 5月28日(木)

10時～11時30分(体験入園)

13時30分～15時30分(相談)

▽ところ 赤野保育所

○なかよし広場

子育て仲間との交流の場として、元気館のホールにて親子で楽しめる広場を開催しています。

『ミニ運動会と人形劇』

▽と き 5月14日(木) 10時～12時

▽ところ 健康ふれあいセンター『元気館』

▽持ち物 着替え、お茶、タオルなど

○一時保育をご利用ください

▽対象児童 安芸市在住の満1歳～就学前まで

▽定員 1日あたり5人

▽利用時間

平日(土、日、祝日を除く)

半日(8時30分～12時30分)

(または12時30分～16時30分)

1日(8時30分～16時30分)

▽利用日数 1カ月あたり14日以内

▽利用料 半日1,000円 1日2,000円

■問 安芸おひさま保育所 ☎・FAX 37・9310



お誕生おめでとう

■問 市民課市民係 ☎35・1001 *許可を頂いた人のみ掲載しています。

3

月生まれ

保護者

性別

赤ちゃん

誕生日

【安芸】

南部 貴充・悦子

女

こはる
小春

3月17日

【土居】

小松 和輝・翔子

男

はくと
珀翔

3月17日

【下山】

小松 弘明・菜穂

男

いち
壱

3月11日

保護者

性別

赤ちゃん

誕生日

【井ノ口】

久保 直軌・祐里

男

あおと
碧翔

3月9日

池田 瑞基・麻季

男

りく
理郁

3月12日

川竹 優希・ゆかり

女

き
咲希

3月21日



老齢基礎年金の繰上げ支給 と 繰下げ支給

■問 南国年金事務所 ☎088・864・1111

老齢基礎年金が受けられるのは65歳になった日の翌月からですが、希望すれば60歳以後いつからでも受け取ることもできます。

ただし、64歳以前から繰上げ請求すると減額され、66歳以後に繰下げ請求すると増額されることになります。付加年金も同じ割合で減額または増額されます。

一度、減額・増額された支給率は生涯変わりません。

▽繰上げ支給 早くもらう

65歳前に請求して老齢基礎年金を受け取ります。ただし、請求をした時点(月単位)の年齢に応じて、受け取る年金額が**減額**されます。

65歳前に老齢基礎年金を請求すると年金額が減額されるほか、次のようなことにご注意ください。

- * 繰上げ請求後、障がいの状態になっても障害基礎年金は請求できません。
- * 寡婦年金は受けられなくなります。
- * 国民年金の任意加入や、保険料の追納ができなくなります。
- * 特別支給の老齢厚生(退職共済)年金の定額部分の一部が支給停止されます。
- * 遺族厚生(共済)年金を受けている人は、65歳になるまでどちらか一方の年金を請求することになります。
- * 繰上げ請求の取り消しはできません。

繰上げ請求は慎重に

▽繰下げ支給 後でもらう

66歳以降70歳までの間に請求して老齢基礎年金を受け取れます。

請求をした時点(月単位)の年齢に応じて、受け取る年金額が増額されます。

請求時の年齢 支給率⇒

60歳	70% (30%減額)	繰上げ
61歳	76% (24%減額)	
62歳	82% (18%減額)	
63歳	88% (12%減額)	
64歳	94% (6%減額)	
65歳	100%	繰下げ
66歳	108.4% (8.4%増額)	
67歳	116.8% (16.8%増額)	
68歳	125.2% (25.2%増額)	
69歳	133.6% (33.6%増額)	
70歳	142% (42%増額)	

* 繰上げ・繰下げ支給を希望する場合は、月単位で支給率が異なります。

加入月数や納付月数により、年金の受給額は異なりますので、ご自身の繰上げ・繰下げ支給をした場合の受給額については、お問い合わせください。



防災行政無線でJアラートの試験放送を行います

■問 危機管理課 ☎37・9101

地震・津波や武力攻撃などの発生時に備え、次のとおりJアラートの試験放送を行います。この放送は、全国瞬時警報システム(Jアラート)(*)が防災行政無線で正常に動作しているか確認するもので、全国一斉に試験放送が行われます。市内68カ所に設置してある防災行政無線から、一斉に、次のように放送されます。

* Jアラートとは、地震・津波や武力攻撃などの緊急情報を、国から人工衛星などを通じて瞬時にお伝えするシステムです。

▽実施予定日時

5月20日(水) 11時

▽試験放送内容

(上りチャイム音)

「これは、Jアラートのテストです。」

「これは、Jアラートのテストです。」

「これは、Jアラートのテストです。」

「こちらは、ぼうさい安芸市です。」

(下りチャイム音)





40 歳以上 74 歳以下の国保の人・後期高齢者医療被保険者の人へ

健やかな生活を送るために、特定健診・後期高齢者健診を受診しましょう

■問 (受診券のこと)市民課国保年金係 ☎ 35・1002
(健診の申し込み)健康ふれあいセンター「元気館」 ☎ 32・0300 FAX 32・0301

本市では、「自分の健康は自分で守る」を合言葉に特定健診を推進しています。

特定健診は、自覚症状のない生活習慣病などをチェックできるチャンスです。予約制の健診会場では、待ち時間も少なく受診できます。健診結果は後日郵送されますので、ぜひ継続して受診し、今後の健康づくりにお役立てください。

▽対象者

- ① 40 歳以上 74 歳以下の国民健康保険の被保険者
- ② 高知県後期高齢者医療の被保険者

*ただし、長期入院中の人、施設などへの入所者は対象外となります。

▽受診券など

40 歳以上 74 歳以下の国民健康保険の被保険者は、お住まいの地区の公民館などでの実施日より約 2 週間前に受診券などをご自宅へ郵送します。75 歳以上の人は 5 月末ごろまでに受診券などを郵送します。

受診券・受診票が届かない人は、申し込みにより受診券を発行しますので、問い合わせ先までご連絡ください。

▽自己負担額 **無料**

*がん検診などを受ける人は、費用が発生する場合があります

▽持ち物

被保険者証、受診券、問診票、
受診票(公民館、元気館で受診の場合)、
後期高齢者の質問票(令和 2 年度から追加)

国保、後期高齢者の皆さんへ

セルフメディケーション税制 (医療費控除の特例)をご存知ですか？

きちんと健康診査などを受診されている人が、対象となる市販薬を購入した際、所得控除を受けられる場合があります。健康診査結果通知書の添付が必要など、控除を受けられるための条件がありますので、税務署などへ事前にお問い合わせください。



定期予防接種「高齢者肺炎球菌感染症予防接種」のお知らせ

■問 健康ふれあいセンター「元気館」 ☎ 32・0300 FAX 32・0301

定期接種の助成対象者は毎年度異なるため、接種の機会を逃さないようにご注意ください。

助成対象者には事前(4 月上旬ごろ)に問診票を送付しています。医療機関へは「問診票」と「料金 2,000 円」をお持ちください。

▽対象者

- ① 年度年齢に該当する人

65 歳(昭和 30 年 4 月 2 日～昭和 31 年 4 月 1 日生まれの人)
70 歳(昭和 25 年 4 月 2 日～昭和 26 年 4 月 1 日生まれの人)
75 歳(昭和 20 年 4 月 2 日～昭和 21 年 4 月 1 日生まれの人)
80 歳(昭和 15 年 4 月 2 日～昭和 16 年 4 月 1 日生まれの人)
85 歳(昭和 10 年 4 月 2 日～昭和 11 年 4 月 1 日生まれの人)
90 歳(昭和 5 年 4 月 2 日～昭和 6 年 4 月 1 日生まれの人)
95 歳(大正 14 年 4 月 2 日～大正 15 年 4 月 1 日生まれの人)
100 歳(大正 9 年 4 月 2 日～大正 10 年 4 月 1 日生まれの人)

- ② 60 ～ 65 歳未満で、心臓、じん臓または呼吸器の機能に自己の身の日常生活が極度に制限される程度の障がい有する人およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど

不可能な程度の障がい有する人
(身体障害者手帳 1 級に相当*内部障がい)

▽接種期限

令和 3 年 3 月 31 日(医療機関の休診日を除く)

*これまでに、高齢者肺炎球菌ワクチンの接種を受けたことがある人は助成対象になりません(自分の費用で受けた人も含む)。今回お送りする問診票を使用することはできませんので、ご注意ください。

▽接種費用 自己負担 2,000 円

*生活保護世帯の人は全額助成します。申請が必要となり、証明書の発行には日を要しますので、お早めにお手続きをしてください。申請時には、印かんが必要です。

▽接種医療機関

接種を委託している
県内医療機関

*事前に電話にてご予約
ください。





みんなでぐんぐん！元気で過ごす！ つくし会

■問 健康ふれあいセンター「元気館」☎ 32・0300 FAX 32・0301

日程や内容が変更となる場合は
「広報あき」にてお知らせします。

「つくし会」は、「糖尿病や高血圧、高脂血症などで治療中の人に限らず、少しでも病気にならないような健康づくりをして、いきいき！ぐんぐん！と元気に過ごしたい」と思っている人が集まって活動しているグループです。

▽内 容 運動教室、栄養教室

*ヘルスアップ教室（健康教室）／合同栄養教室への参加も予定しています。

▽ところ 健康ふれあいセンター「元気館」

～運動教室～

▽講 師 【第1金曜日】島津 光江さん
【第3金曜日】杉本 智佐子さん

▽持ち物 上履き用シューズ、タオル、水分補給、参加費（100円／回）など

～栄養教室～

▽講 師 管理栄養士

▽持ち物 エプロン、三角巾、タオル、参加費（材料費）

▽時 間

【運動教室】13時30分～15時

【栄養教室】10時～13時

▽開催スケジュール

と き	内 容	と き	内 容
5/1(金)	運動教室	5/15(金)	運動教室
6/5(金)	運動教室	6/19(金)	運動教室
7/3(金)	運動教室	7/17(金)	運動教室
8/7(金)	運動教室	8/28(金)	運動教室
9/4(金)	運動教室	9/18(金)	運動教室
10/2(金)	運動教室	10/16(金)	運動教室
11/6(金)	栄養教室	11/27(金)	運動教室
12/4(金)	運動教室	12/18(金)	運動教室
1/1(金・祝)	休み	1/15(金)	運動教室
2/5(金)	運動教室	2/19(金)	運動教室
3/5(金)	運動教室	3/19(金)	運動教室

見学・体験 大歓迎！
気軽にぜひ、お越しください！



～守っていますか！？交通ルールとマナー～

自転車マナーアップキャンペーン ■問 総務課☎35・1000

暖かくなり、サイクリングに最適な季節になりました。また、5月は大型連休もあるので車の交通量も増える時期です。

高知県では、毎年5月の自転車安全利用促進月間にあわせて、自転車利用者のマナー向上を図るためのキャンペーンを展開しています。

○自転車を運転する時は

- ・信号を守り、一時停止場所では必ず停止し、左右の安全を確かめて通行しましょう。
- ・二人乗り、傘差し、携帯電話やスマートフォンを利用しながらの運転はやめましょう。
- ・車道の左側を通行しましょう。右側通行は非常に危険で、禁止されています。
- ・自転車の通行が認められている歩道では、徐行をして歩行者の安全を確保しましょう。
- ・「並進可」の標識があるところ以外では、横に並んで走るのはやめましょう。

・自転車も飲酒運転は禁止です。酒気を帯びて運転してはいけません。

・18歳以下の児童・生徒の皆さんは、ヘルメットをかぶりましょう。

○無灯火は法律で禁止されています

自転車も車と同じ車両です。自転車は、夜間やトンネル内ではライト（前照灯・尾灯）を点灯しなければなりません。

また、無灯火運転など自転車側のルールが守られていないことが原因で相手にケガを負わせたり、死亡させたりした場合、高額な損害賠償を請求されることもあります。

○万が一の事故に備えて、自転車保険に入りましょう

年1回の整備・点検を受けた自転車を示す「TSマーク」の付帯保険や、自動車保険の特約として賠償責任保険もあります。詳しくは自転車安全整備店、損害保険会社などにご確認ください。



職場の健康づくり「チャレンジ表彰」に参加しませんか？

■問 安芸福祉保健所健康障害課 ☎34・3177 FAX 34・3170

健康づくりに取り組むまたは新たに取り組みを始める事業所を認定し、表彰します。

▽活動内容(例)

- ・労働安全週間などのポスターを貼る、血圧計を設置、健診や受診を勧める、予防接種を受けるまたは勧める、花見・スポーツ大会などのイベントの開催や参加など

▽一連の流れ

①申し込み



②認定証交付(7月～)



③取り組み内容の提出(12月末)



④表彰(翌年2月ごろ)

▽参加料 無料

▽参加資格

- ・2人以上従事している(事業主など役員を含む)
 - ・健康づくりの担当者を決める
 - ・従業員にチラシやパンフレットを配布することができる
 - ・健康診断(特定健診など)やがん検診を勧める(声をかける)
 - ・事業所内は分煙または禁煙とする(たばこの煙や匂いがしないよう配慮する)
- *詳しくは安芸福祉保健所健康障害課へお問い合わせください。



良質なサービスや事業(産品)は健康な職場づくりから始まります。
皆さん、ぜひご応募ください！



妊婦歯科健診を受けましょう

■問 健康ふれあいセンター「元気館」 ☎32・0300 FAX 32・0301

母子健康手帳をお渡しする際に、「妊婦歯科健診受診票」を配布しています。

妊娠すると、ホルモンバランスの変化やつわりによる歯みがき不足などが原因で、歯ぐきが腫れやすくなったり、むし歯になったりしやすい状況となります。

健やかな妊娠・出産のために、安定期(16～27週)に入りましたら、妊婦歯科健診の受診をおすすめします。

▽受診機関 県内妊婦歯科健診実施歯科医療機関

▽受診方法

ご希望の歯科医療機関へ受診日時を予約し、当日は「妊婦歯科健診受診票」と母子健康手帳をお持ちのうえ受診してください。

▽健診内容

問診および口腔内診査

(むし歯の有無や歯周病の検査など)

▽健診費用

無料

*健診の結果、詳細な検査や治療を必要とする場合は、改めて後日の治療になります



手当額が変わりました

■問 福祉事務所 ☎35・1009 FAX 35・1028

消費者物価指数の変動にともない、4月1日から次のように手当額が変更になりました。

▽児童扶養手当(月額)

	児童1人の場合	第2子の加算額	第3子以降の加算額
全部支給	43,160円	10,190円	6,110円
一部支給	10,180円～43,150円	5,100円～10,180円	3,060円～6,100円

▽特別児童扶養手当(月額・障がい児1人につき)

1級 52,200円→52,500円

2級 34,770円→34,970円

▽特別障害者手当(月額)

27,200円→27,350円

▽障害児福祉手当(月額)

14,790円→14,880円

▽福祉手当(月額・経過措置分)

14,790円→14,880円

*児童扶養手当についてはこども係へ、それ以外の手当については障害ふくし係へお問い合わせください。

情報掲示板

催し

やのまるにじふひろば 園庭開放

子育て中の皆さん！お子さんと一緒に保育園に遊びに来ませんか？

おもちゃや絵本、季節の遊びが楽しめます。妊娠されている人も気軽に足を運んでください。

▽とき

5月14日(木)・28日(木)
9時30分～11時

▽ところ

矢ノ丸保育園 乳児棟

▽対象

・0歳～5歳までの未就学児
とその保護者

▽持ち物

・妊婦さん
着替え、お茶、タオルなど

■問

矢ノ丸保育園
☎35・3600

いっぽいっぽ

私たちは、発達障がいのある子どもたちの家族の集まりで

お詫び

令和2年4月号22ページに掲載しました「第27回安芸市民歌・踊りチャリティ交流会」は「4月19日(日)」に開催を予定していましたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため「9月20日(日)」に延期します。

第48回市民一斉清掃を実施します

毎年恒例となつていきます市民一斉清掃を実施します。

*詳細は折込チラシをご覧ください。

▽とき

5月31日(日) 7時～10時

*新型コロナウイルス感染症の拡大状況に応じて、中止になる場合があります。

*雨天時に実施するかどうかは、地域で決めていただいてください。

▽ところ

道路、河川、海岸および公園、広場など

■問 環境課 ☎35・1023

お知らせ

DV相談窓口を開設しています

家庭内(夫婦間、親子間の暴力)および恋愛関係の当事者間における暴力などについて、専門の相談員による相談窓口を開設しています。まずは電話で相談を！

*相談員はこうち被害者支援センターの支援員です。

*電話での相談時には住所、氏名は言う必要はありません(通話料は自己負担です)。

*来所による相談も可能です。

▽とき

毎月第2、第4金曜日
5月8日・22日
10時～15時

▽ところ

総合社会福祉センター1階相談室

▽対象者 市内在住の人

■問 ☎0800・3167・2918

第2・第4金曜日以外の平日8時30分～17時15分は福祉事務所障害ふくし係で対応します

☎35・1009 FAX 35・1028

感染症対策としてのご家庭でのごみの捨て方

感染症(インフルエンザウイルスや新型コロナウイルスなど)対策として、鼻水などが付着したマスクやティッシュなどのごみを捨てる際は、次のことを心がけましょう！

・「ごみに直接触れない」
・「ごみ袋はしっかりとしばって封をする」

「ごみを捨てた後は手を洗う」

■問 環境課 ☎35・1023

2020年工業統計調査を実施します

工業統計調査は、わが国の工業の実態を明らかにすることを目的とした統計法に基づく報告義務がある重要な統計です。調査結果は中小企業施策や地域振興などの基礎資料として活用されます。

調査時点は2020年6月1日です。

調査票へのご回答をお願いします。

同時に実施している経済構造実態調査の対象事業所・企業な

どにおいては、両調査にご回答をお願いします。

■問

企画調整課まちづくり係
☎35・1012

水道指定給水装置工事事業者の指定

安芸市指定給水装置工事事業者の指定事項変更の届け出がありましたのでお知らせします。指定給水装置工事事業者についてのお問い合わせは、上下水道課までご連絡ください。

▽指定事項に変更のあった事業者

・名称
株式会社マサキ・アーキテクト

・代表者名
代表取締役 小松政樹

・変更事項 社名変更
変更前 マサキ・アーキテクト

・変更後
株式会社マサキ・アーキテクト

・名称
四国水道工業株式会社

・代表者名
代表取締役 宮地直

・変更事項 代表者変更
変更前 宮地清

・変更後 宮地直
■問 上下水道課 ☎35・6875

第2期まちひとしとく創生総合戦略を策定

少子高齢化をはじめとする課題の解決に向けた取り組みをさらに進めるため、国・県の基本目標を勘案しつつ、有識者委員

会などの意見を踏まえ、令和2年度から令和6年度までの5年間を期間として、「第2期まち・ひと・しごと創生総合戦略」を策定しました。

本市ホームページや企画調整課窓口でご覧になれます。

■問

企画調整課企画係
☎35・1012

高知県中小企業耐震診断等支援事業費補助金のご案内

高知県では、南海トラフ地震対策として、従業員の命を守るとともに地震発生後の早期復旧につなげるため、県内中小企業者（製造業）が行う耐震診断や耐震設計などに要する費用を一部助成する補助制度を設けていますので、ご利用ください。

▽対象者

県内で製造業を営む中小企業者であって、BCPを策定しているもの

▽対象事業

①耐震診断

②耐震設計（建替設計を含む）

▽対象建築物

事務所・工場などで昭和56年5月31日以前に建築された建築物であること

▽補助率／補助限度額

①耐震診断…2/3 以内

②耐震設計…2/3 以内

／200万円

▽補助要件

耐震診断および耐震設計の内容容に關し、四国耐震診断評定委

員会などの評定を受け、適切と評価を受けることなど

■問

高知県商工労働部
商工政策課事業推進担当
☎088・823・9692

二輪車リサイクルシステムのご案内

安芸市一般廃棄物最終処分場では、バイク（原動機付自転車・軽二輪・小型三輪）の処分は行っておりません。

国内二輪車メーカーなど11社が国内で販売したバイクは、『二輪車リサイクルシステム』を利用のうえ廃棄してください。メーカーなどが責任をもって処理・再資源化します。

詳細は、（公財）自動車リサイクル促進センターのHP
(<https://www.jarco.or.jp/motorcycle/>)
でご確認ください。

■問 環境課 ☎35・1023

農耕車両について 土や泥について

農耕車両が農作業後に田畑から道路に出た際、道路上に土や泥のかたまりが落ちていたりすることがあります。これらは自動車の走行だけでなく、歩行者や自転車の通行の妨けになり、交通事故の原因にもなるため大変危険です。

また、道路はみんなで使うところであることから、道路に土や泥が散乱している様子は、環境美化の点でも大変気になるも

のです。

やむを得ず、道路に土や泥を落としてしまった場合は、速やかにスコップなどで取り除き道路の清掃をお願いします。



■問

建設課 ☎35・1014
農林課 ☎35・1016

募集

第63回 金婚夫婦 祝福式典のご案内

今年、金婚式を迎えられる人（昭和45年1月1日～12月31日の間に結婚されたご夫婦）を対象に、(株)高知新聞が参加者を募集しています。ご希望の方は高知新聞ホームページ
(<https://www.kochi-sk.co.jp/event/kinkong3.htm>)
からお申し込みください。
また、書面でのお申し込みを希望される人は、健康ふれあい

センター「元氣館」に申込書がありますのでお越しください。

▽申込期限

6月8日（月） 必着

▽式典日時

9月1日（火） 14時開始

▽式典場所 ホテルタマイ

■問

健康ふれあいセンター「元氣館」
☎32・0300 FAX32・0301

伝統文化親子将棋教室 （令和2年度入会者募集）

▽入会資格

小中学生（障がい児2年生以上）、男女問わず入会を歓迎します。

将棋が指せない人は指導します。

▽とき

毎週日曜日 9時30分～11時

▽ところ 土居公民館

▽参加費 無料

▽その他の参加

保護者など家族の人、一般の人詳しくはお問い合わせください。

▽主催

日本将棋連盟土佐安芸支部

■問・申込

荒井さん

☎090・5147・2495

第65回 安芸納涼市民祭 踊り子チーム募集

安芸納涼市民祭実行委員会では、納涼市民祭に参加してくれる踊り子チームを募集しています。パワフルな踊りと、街に鳴り響く鳴子のリズムで安芸の夏を盛り上げましょう。

▽とき

8月1日（土）～2日（日）

▽募集期限 5月29日（金）

*新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、中止または延期する場合には、ホームページやフェイスブックなどで公表させていただきます（5月上旬判断予定）。

■問

安芸納涼市民祭実行委員会事務局（商工観光水産課内）
☎35・1011

童謡の里づくり 活動事業募集

童謡の里づくり活動を行う団体を募集します。皆さんの力で安芸市を童謡あふれるまちにしてみませんか。

応募のあった団体は公平かつ厳正に審査し、採用団体と補助金額を決定します。補助金額は最高25万円まで。採用団体が複数にわたる場合、補助金額は事業に応じて配分します。

▽対象事業

童謡をテーマとした「音楽コンサート」「舞台劇」「講演会」などの開催

▽応募資格事業者

市民により組織された団体

▽応募期間

5月7日（木）～7月10日（金）

▽事業実施期間

8月1日（土）

（令和3年3月10日（水））

▽応募方法

補助金交付申請書、事業計画などを提出。

■問・応募先

生涯学習課 ☎35・1020

図書館へ行こう!



安芸市民図書館 ☎ 35・5638



●内田 麟太郎 著

「かっぱのこいのぼり」

(岩崎書店)

今月紹介する本は、この時期にぴったりの「こいのぼり」が登場する絵本です。

いよの国のまつやまのかっぱ町に住むかっぱたちは、待ちに待った明日をとて楽しみにしています。今晚は、お祭りのようににぎやかで、みんなわくわくしています。さて、一体何がはじまるのでしょうか? タイトルにあるこいのぼりはどこに出てくるのでしょうか? 読んで確かめてみてください。

5月の

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

休
館
日

×印は休館日

【開館時間】

平日→9時30分～19時まで
土日→9時30分～17時まで

【童(わらし)っ子】

5月の童っ子は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止させていただきます。



= 5月の新刊案内 =

【児童書】

- ▽山本省三「もしも恐竜とくらしたら」
- ▽あまんきみこ「スキップスキップ」
- ▽やぎたみこ「やさしいだけカーレース」
- ▽ひがしちから「サンドイッチぎゅっ」
- ▽草野あきこ「ジェンと星になったテリー」ほか

【一般書】

- ▽ルイス・ダートネル「世界の起源」
- ▽中川翔子「死めんじゃねーぞ!!」
- ▽下村敦史「コプス・ハント」
- ▽柴田哲孝「野守虫」
- ▽西條奈加「せき超えぬ」ほか



春のコレクション展

■問 歴史民俗資料館 ☎ FAX 34・3706

5月31日(日)まで開催中

5月5日の男児の節句にちなみ、昭和初期までの武者人形や五月飾りを展示しています。写真の掛軸は、京都の五条大橋で出会った弁慶と源義経が戦う様子を描いたものです。この二人は絵画だけでなく、人形もよく作られました。

館内には、土佐藩家老五藤家に伝わる刀剣や武器も展示していますので、ぜひご覧ください。



▲義経と弁慶

▽ところ 歴史民俗資料館

▽入館料

大人 330 円、中高生 110 円、小学生 50 円
*毎週土曜日は小中高生無料

▽開館時間

9 時～17 時 *月曜日は休館

古文書入門講座の受講者募集

5月31日(日)から古文書入門講座を始めます。昔の書類、手紙などに書かれている文字を読んでみませんか。初めての人が対象です。わかりやすく、興味深いお話をしてくれることで人気のある高知城歴史博物館館長の渡部さんを講師にお迎えしての講座です。ぜひご参加ください。

*受講希望の人は、当館まであらかじめお申し込みください。

▽と き

5月31日(日) 10時～12時(第1回目)

▽講座回数

全10回(5月～2月まで月1回)
第4日曜日 10時～12時

▽ところ

五藤家安芸屋敷(安芸城跡内)

▽参加費 無料

▽講 師

渡部 淳さん(高知城歴史博物館館長)

広報あき 令和2年 5月

令和元年度 第34回高知県地場産業大賞

高知県内で製造または加工された優れた地場産品や地場産業に貢献のあった活動を顕彰する高知県地場産業大賞。高知県経済の活性化を図ることを目的に昭和61年度から毎年開催されており、高知県の商工部門において、最も歴史のある賞となっています。

令和元年度に行われた第34回高知県地場産業大賞に、本市内の「菊水酒造株式会社」と「高知県立安芸桜ヶ丘高等学校」の2団体が選ばれましたので、ご紹介します。

菊水酒造株式会社



【製品の概要および受賞理由】

若年層・女性層のニーズを捉えた“女性による女性のためのお酒づくりプロジェクト”を通じて開発した国内唯一の“タピオカ入りのお酒”です。

保存性が高く、健康訴求効果も高い^{こんにやく}蒟蒻を成分とするマンナンタピオカを使用し、アルコールを5%含む酒類とすることで常温流通が可能となり、チルドで7～14日程度の賞味期限である通常のタピオカ入りドリンクより大幅に長い9カ月賞味期限を実現しました。また、「低アルコール・小容量飲み切り・可愛らしさ」が特徴となっており、気軽に購入できる商品として若年層・女性層の家飲みニーズにマッチしたヒット商品となっています。

“女性による女性のためのお酒づくりプロジェクト”において10年以上前から試作開発をしており、タピオカブームの到来に合わせて販売した市場ニーズへの対応力や本場・台湾への海外展開が期待できる点などが評価されました。

- ▽製品名 タピオカのお酒シリーズ
- ▽企業名 菊水酒造株式会社
- ▽代表者 代表取締役社長 春田 和城
- ▽所在地 安芸市本町4丁目6番25号
☎ 35・3501

高知県立安芸桜ヶ丘高等学校

【製品の概要および受賞理由】

地域の課題解決に向け、「少子高齢化にアプローチする」、「安芸の浜をきれいにする」2つの目標を掲げ、その実行組織として「安芸住みやすい街推進委員会 WISH」を立ち上げました。

県や市などからの依頼や斡旋、学校の強制ではなく、地域活動を通じて魅力的な街づくりに貢献したい高校生の自主的・自発的な活動がベースであり、高齢者福祉施設での交流活動の企画実施や、漂着ゴミで溢れる安芸の浜清掃を企画実施しました。

浜清掃では、FM高知とタイアップし、約500人もの参加者とスタッフで活動。2時間で1.3トンのゴミを回収しました。また、安芸の浜に食べ物や飲み物を持ち寄り語り楽しんだ、浜弁当を復活させ、地元名物の釜揚げちりめん丼を500個提供しました。

2回目の浜清掃はWISH主催のもと安芸高校とも連携して実施。安芸市内にありながら、これまで連携した活動がありませんでしたが、同じ地域の若者として、同じ目標を掲げ活動を実施しました。

コンセプトが明確であり、企業や近隣高校ともタイアップした老若男女問わず幅広い対象の活動であることから、今後の活動の拡大が期待できる点や、浜弁当という地域の伝統との組み合わせ、生徒自らが楽しみながら行い地域の魅力化・持続可能性へ貢献していく点などが高く評価されました。



- ▽活動名 安芸住みやすい街推進委員会 WISH の立ち上げと活動
- ▽団体名 高知県立安芸桜ヶ丘高等学校
- ▽代表者 校長 堅田 栄一
- ▽所在地 安芸市桜ヶ丘町784
☎ 35・2020

令和元年度 安芸市スポーツ賞表彰

安芸市スポーツ賞は、日本代表または県代表として競技大会に出場し、優秀な成績を収め、地域社会のスポーツ振興に貢献している個人・団体を表彰するものです。

3月23日に表彰式が行われ、小松 麻実さん（土居）、佐々木和幸さん（川北）、谷 真吾さん（穴内）、高知県立安芸高等学校 弓道部（団体）が受賞されました。



こまつ まみ
小松 麻実さん（土居）

ベンチプレス

平成11年からベンチプレスを始め、日々自己研鑽に努められており、これまでに世界マスターズベンチプレス選手権大会での主な成績として、平成27年に銀メダル、平成28年に銅メダル、平成30年には銅メダルを獲得しています。

また、令和元年の世界マスターズベンチプレス選手権大会では悲願の金メダルを獲得するなど、輝かしい成績を収められています。



さ さ き かずゆき
佐々木 和幸さん（川北）

バウンドテニス

平成14年のよさこい高知国体の開催をきっかけにバウンドテニスを始め、これまでも四国大会優勝などを経験されるなど、日々たゆまぬ努力を重ねられています。

また、令和元年の第37回全日本バウンドテニス選手権大会ミドル男子ダブルスの部では優勝して2連覇を果たし、ミドル男子シングルの部で準優勝されました。



たに しんご
谷 真吾さん（穴内）

少林寺拳法

小学1年生から少林寺拳法に取り組み、中学、高校、大学と少林寺拳法一筋に努力を重ねられており、数多くの四国大会や全国大会に出場を果たされています。

令和元年度の第53回少林寺拳法全日本学生大会で立合評価法 男子重量級の部では優勝を収めています。また、2019年少林寺拳法全国大会において男子運用法の部で優秀賞（1位）を獲得するなど、今後ますますの活躍が期待されます。



こうちけんりつ あ き こうとうがっこう きゅうどうぶ
高知県立安芸高等学校 弓道部（団体） 弓 道

令和元年の第72回高知県高等学校体育大会弓道部競技の部団体競技 女子の部で優勝し、第60回四国高等学校弓道選手権大会と令和元年度全国高等学校総合体育大会弓道競技大会へ出場されました。

また、令和元年度全国高等学校総合体育大会弓道競技大会に出場し、4位入賞という素晴らしい成績を残されました。



安芸市立統合中学校建設に 関わる説明会のご案内

■問 学校教育課 ☎ 35・1021 ☎ 35・1051

市民の皆さんのご期待に応えられる学校づくりを行うため、これまで中学校の教職員や、市民代表者による地域ワークショップの参加者よりご意見をいただき、統合中学校の建設の基本設計が完成しました。

つきましては、これまでの経過も含め、新型コロナウイルス感染拡大防止のため延期していました安芸市立統合中学校建設の説明会を、次のとおり開催します。

お仕事などでお疲れのところ大変恐縮ですが、多くの市民の皆さんのご出席をお願いします。

▽と き

5月16日(土) 18時～19時30分

▽ところ

消防防災センター 3階避難室

*新型コロナウイルス感染症の拡大状況により中止とする場合があります。



▲いずれも、安芸市立統合中学校の基本設計時のイメージ図です。

新型コロナウイルス感染症対策による影響

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載されている行事、講座、窓口の開設などが中止または延期になる場合があります。各行事などの実施については、お出かけの前に、市ホームページやお問い合わせなどによりご確認くださいませようお願いします。

編集室から

世界中で猛威を奮っている新型コロナウイルス感染症。本県でも感染事例が後を絶たず、これからの状況がどう変化していくか、先行きが不安となる状態が続いています。もしも私が感染したら私一人だけの問題にとどまらず周囲にも多大な影響を与えてしまったため、自分自身の振る舞いには注意すべきであると強く感じます。

今は、不要不急の外出を控えることや密閉・密集・密接の「3密」を避けること、手洗いやうがい、消毒、マスク着用などの基本的な感染症予防対策を徹底し、自分たち一人ひとりが他人事と思わず、思いを一つにして感染症予防に努める必要があります。

自由な行動が取れず、歯がゆい気持ちが募りますが、一人ひとりの心掛けを団結させ、新型コロナウイルス感染症に打ち勝てるように全員で最善を尽くしましょう。

(調)

日	曜	5月の主な行事	時 間	場 所
-	-	女性の家5月 常掲展 「折り紙展」(～5月27日)	9:00～17:00	女性の家
-	-	春のコレクション展 (～5月31日)	9:00～17:00	歴史民俗 資料館
31	日	第48回市民一斉清掃 *詳細は折込チラシをご覧ください	7:00～10:00	市内全域

*新型コロナウイルス感染症の拡大状況により変更となる場合があります。