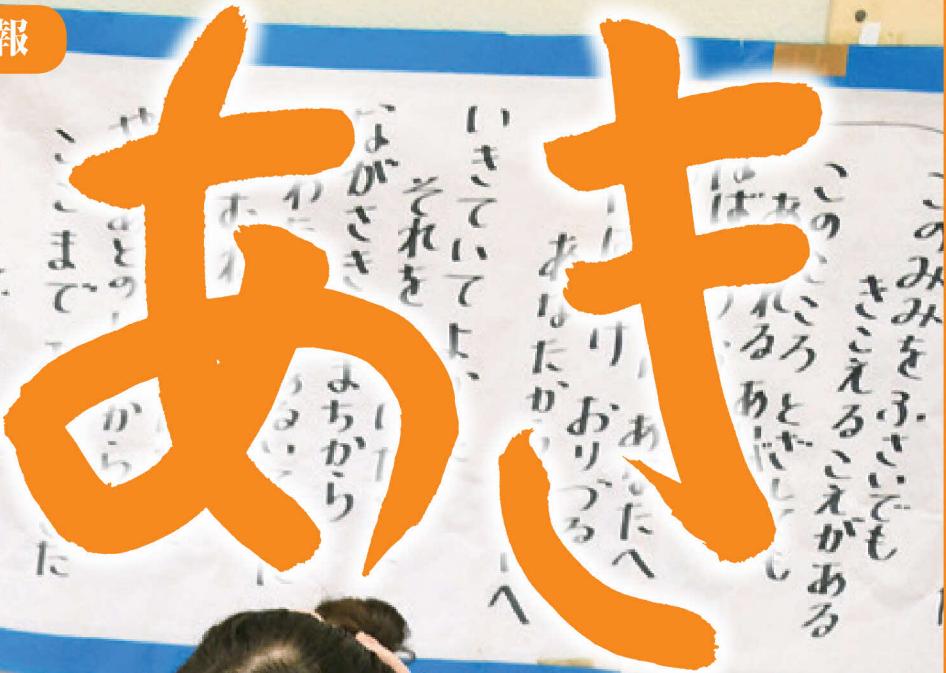


今月の一題字

安芸第一小学校6年
秋月 陽菜さん
私の夢「医師になりたい」



広報



Let's enjoy
English!



ALTが市内の保育所で子どもたちと
交流しました(写真:土居保育所)

内容 MAIN CONTENTS

- 03 高知県営業時間短縮要請対応臨時給付金のお知らせ
- 04 令和4年4月からの保育所(園)入所の受け付けについて
- 14 市営墓地の使用者募集
- 15 市営住宅の入居者募集
- 26 [新連載] あきのこと〈広報版〉
市民表彰の推薦を募集します

10

令和3年
第713号

土佐くろしお鉄道 ごめん・なはり線 高知・奈半利間

みんなが迎えよ
観光列車！



志国土佐 時代(トキ)の夜明けのものがたり

2021.10.8 金
→ 12.24 金

期間内の毎週金曜日及び10月31日(日)

この列車をみかけたら
みんなで大きく手をふろう！



この期間、安芸駅前広場にて観光列車乗車客に対し、おもてなしの催し物を予定しております。パフォーマンス等によりご協力いただける団体を募集いたしますので、各列車運行日1週間前までに、ご連絡下さい。

■おもてなしに関する問い合わせ
安芸市役所 商工観光水産課

■観光列車に関する問い合わせ
JR四国 電話案内センター

TEL: 0887-35-1011

TEL: 0570-00-4592

列車通過時刻

下り

高知

↓	赤野	13:09
↓	穴内	13:13
↓	球場前	13:17
↓	病院前	13:18
↓	安芸 着	13:20
↓	発	14:02
↓	伊尾木	14:06
↓	下山	14:13
↓	奈半利	

上り

奈半利

↓	下山	15:30
↓	伊尾木	15:40
↓	安芸 着	15:44
↓	発	16:07
↓	病院前	16:08
↓	球場前	16:09
↓	穴内	16:13
↓	赤野	16:21
↓	高知	

安芸駅 42 分間停車

安芸駅 23 分間停車





「高知県営業時間短縮要請対応臨時給付金」 申請受付中！

■ 問 高知県営業時間短縮要請対応臨時給付金申請手続相談窓口 ☎ 088・823・9875

人流減少や取引先との影響などで売り上げが減少した事業者を支援するため、売上高に応じて高知県独自の給付金が支給されます。

▽対象者

要請に伴い休業や営業時間短縮した飲食店などと直接・間接の取り引きがある、または外出・移動の自粛により影響を受けた事業者で、令和3年8月または9月の売上が前年比または前々年比で30%以上減少した事業者（高知県の時短要請対象事業者は協力金を受給していることが条件）。

▽給付額

売上減少額以内
(給付上限額：25万円～75万円以内／月)

▽申請方法

オンラインまたは郵送で申請してください。
申請書は、安芸総合庁舎県税事務所や市役所商工観光水産課で配布しています。

▽申請受付期限

11月30日(火) 当日消印有効

*給付金の算定方法や提出書類などの詳細は、高知県ホームページで確認するか、相談窓口にお問い合わせください。



一緒に食育しませんか？

食生活改善推進員養成講座のご案内

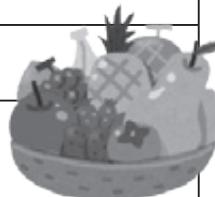
■ 問・申込 健康ふれあいセンター「元気館」 ☎ 32・0300 FAX 32・0301

安芸市では食改(ヘルスマイト)養成講座が10月よりスタートします。食育活動に興味のある人、食について勉強してみたい人、ぜひ参加してください！男性の参加もOKです！

▽ところ 健康ふれあいセンター「元気館」

*新型コロナウイルス感染症の拡大状況により内容を変更または中止する場合があります。

とき		講義内容	
1	10月26日(火)	9時30分～10時	オリエンテーション・開講式
		10時～15時	これからの健康づくりについて（講義）
2	11月10日(水)	10時～15時	調理の基本（講義） 生活習慣病の概要と、予防のポイント（講義）
3	12月13日(月)	10時～15時	調理実習（生活習慣病予防の食事） 食品衛生と環境保全
4	令和4年1月19日(水)	10時～15時	調理実習（子育て世代の食事） 身体活動・運動
5	令和4年2月3日(木)	10時～15時30分	調理実習（高齢者の食事） 食改活動について 閉講・修了式



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いただきますようお願いします。



令和4年4月からの保育所(園)入所の受け付けを10月1日から開始します

■問 福祉事務所こども係 ☎ 37・9452 FAX 35・1028

令和4年4月からの新規入所を希望される児童の申し込みを受け付けます（安芸市内すべての保育所（園）の入所基準、申込手続きなどは同じです）。

▽入所基準

- ・昼間、家事以外の仕事をしている
- ・出産の前後、病気、心身障がい
- ・長期の病人や心身障がい者を看護している
- ・災害などを被った家庭
など、これらの事情により家庭で保育をすることができます、その家庭で他に保育をする人がいない場合に限ります。

▽面接の日程と場所

面接日	面接時間	面接場所	連絡先	面接保育所の入所可能年齢
10月27日(水)	13:15～14:00	穴内保育所	☎ 35・4750	1～5歳
	14:15～15:00	赤野保育所	☎ 33・2163	1～5歳
10月28日(木)	9:30～10:30	井ノ口保育所	☎ 34・2550	1～5歳
10月29日(金)	10:30～11:15	川北保育所	☎ 35・6810	1～5歳
	13:30～14:15	伊尾木保育所	☎ 35・2480	1～5歳
11月4日(木)	9:30～11:30	安芸おひさま保育所	☎ 37・9310	0～5歳
	13:30～15:00	土居保育所	☎ 35・2067	1～5歳
11月5日(金)	9:30～11:30	矢ノ丸保育園 乳児棟	☎ 35・3600	0～5歳
11月7日(日)	9:30～11:30	福祉事務所 こども係 (市役所東庁舎1階)	☎ 37・9452	

* 「入所可能年齢」は、面接場所の保育所の受入年齢を表しており、令和4年4月1日の年齢を基準としています。



「フレイル予防講演会」を開催します！

■問・申込 安芸福祉保健所地域支援室 ☎ 34・3176

“人生100年時代”と言われている中、いつまでも健康で幸せに過ごすために「フレイル予防（加齢により心身ともに虚弱となることを防ぐ）」が大切になります。特に、新型コロナウイルス感染症が拡がる中、安芸市では活動低下・食欲低下が原因となりフレイル状態がすすんでいることが問題となっています。そこで、フレイル予防に関する講演会を開催しますので、ぜひ、皆さんご参加ください。

なお、新型コロナウイルス感染症拡大の状況により講演会を中止する場合があります。

- ▽とき 10月6日(水)10時～12時
- ▽ところ 市民会館 大ホール
- ▽講師 東京大学高齢社会総合研究機構
学術支援専門職員 神谷 哲朗氏
- ▽参加費 無料

成人式のご案内

■問 生涯学習課 ☎ 35・1020

令和4年安芸市成人式を次の日程で行います。

▽とき

令和4年1月3日（月）受付12時～
開始13時～

▽ところ

市民会館 大ホール

▽新成人対象者

平成13年4月2日～平成14年4月1日まで
に生まれた人

*進学や就職などで市外に引っ越しされた人も参
加できます。参加希望の人は11月末までに生
涯学習課までご連絡ください。

*新型コロナウイルス感染症拡大防止などのた
め、変更または中止する可能性があります。

建物を新築・増築・ 取り壊しされた皆さんへ 税務課資産税係からのお知らせ

■問 税務課資産税係 ☎ 35・1006

固定資産税は土地・建物、償却資産を有している
人に賦課される税金です。

納税通知書の送付は4月ですが、課税の基準と
なるのは毎年1月1日です。

令和4年度固定資産税課税のため、本年中に建
物を新築・増築・取り壊しさ
れた場合や土地の利用方法が
変わった場合は、12月28日
(火)までに税務課にご連絡く
ださい。



夜間中学の生徒を募集します！

■問 市学校教育課 ☎ 35・1021

高知県教育委員会事務局 高等学校課 ☎ 088・821・4907

✉ 311701@ken.pref.kochi.lg.jp

〒780-0850 高知市丸ノ内1-7-52

令和3年4月に高知県立高知国際中学校夜間学級
(夜間中学)が開設されました。

中学校の卒業資格がほしい人、もう一度中学校の学
習を学び直したい人のため、高知県初の公立中学校
夜間学級です。

学校の場所は、JR高知駅から徒歩約8分(高知市
新本町)の所です。

10月1日から、令和4年4月に入学する生徒の募
集を開始します。

▽対象者

高知県内にお住まいの義務教育の年齢を超えた人で、
国籍にかかわらず、3年間続けて通学できる人のうち

- ・小学校や中学校を卒業していない人
- ・中学校を卒業した人のうち、不登校や病気などの
理由で十分学校に通えなかった人

▽募集期間

10月1日(金)～12月3日(金)

▽募集案内配布場所

市学校教育課

高知県教育委員会事務局高等学校課

高知国際中学校夜間学級

*高知県教育委員会のホームページからダウン
ロードもできます。

高知 夜間中学



▽入学希望申請書提出方法

募集案内配布場所に持参または郵送

「安芸市観光ボランティアガイド養成講座」 中止のお知らせ ■問 商工観光水産課 ☎ 35・1011



10月8日・12日・19日・26日、11月14日の5日間の日程で開催を予定していました「安芸市観光ボ
ランティアガイド養成講座」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止することとなりました。

養成講座を楽しみにしてくださっていた皆さん、関係者の皆さんには誠にご迷惑をおかけしますが、ご理解く
ださいますよう、よろしくお願ひします。

オクトーバー・ラン&ウォーク 2021参加者募集！

■問 生涯学習課 ☎ 35・1020
オクトーバー・ラン&ウォーク大会事務局
✉ october@runners.co.jp

安芸市は昨年初参加し、人口2万人未満ランニングの部で全国第1位に輝きました。

市民みんなで力を
合わせ、
目標せ2連覇！



「オクトーバー・ラン&ウォーク」とは、10月1カ月間の走行・歩行距離を全国の市町村と競い合うイベントです。

スマホに専用のアプリをダウンロードしてランニングやウォーキングの距離を記録することで、市内をはじめ全国の参加者ランキングに反映されます。

毎日の通勤や散歩を「スポーツ」として楽しむことで、健康増進に役立てましょう。

▽開催期間 10月1日(金)～31日(日)

▽参加費 無料

▽参加方法

右記のスマホアプリをダウンロード(無料)してご参加ください。

ランニングの部

「TATTA」アプリ

*アプリ内のイベントページから
別途参加申込が必要です。

ウォーキングの部

「スポーツタウンウォーカー」アプリ

*アプリをダウンロードして設定することで自動的に参加できます。

詳細は下記の公式サイトをご確認ください。

ホームページ

<http://arbeee.net/octoberrun/>



スポーツくじ



BIG

私たちはスポーツ振興くじ
助成を受けています。

スポーツ振興くじ助成金を活用して 新たなトレーニングマシンを設置 しました！

■問 生涯学習課 ☎ 35・1020

8月に独立行政法人日本スポーツ振興センターのスポーツくじ(toto)助成金を活用し、市体育館トレーニング室に新たなトレーニングマシンを設置しました。日ごろの健康増進や筋力アップにぜひご利用ください。

▽利用時間 9時30分～20時30分

▽休業日 12月29日～1月3日および体育館でイベントなどがあるとき

▽利用料金 市内住民200円、市外住民300円
*お得な回数券あり

▽注意事項 初めて利用される人は、利用方法などの講習を受講してください。
なお、中学生以下は利用できません。

*詳細は市ホームページおよび下記をご確認ください。

▽導入機材

ホリゾンタルレッグプレス
マシン
1台(1,529,000円)



新たにパワーブロック
も設置しました！



トレーニング室の利用講習会のお知らせ

トレーニング室の利用講習会の受講については、
前日19時までに市体育館(☎ 35・4519)へ電話
予約をお願いします。

▽講習会開催日

①月曜日 10時30分～ ②水曜日 13時～
③水曜日 19時30分～ ④土曜日 19時30分～



10月1日は浄化槽の日 お忘れですか？浄化槽の保守点検

■問 浄化槽全般と補助金のこと 環境課 ☎ 35・1023
浄化槽の法定検査のこと 一般財団法人高知県環境検査センター
☎ 088・860・2400

浄化槽の保守点検は法律で定められています。浄化槽は家庭排水をきれいにしますが、正しい手入れと使い方が必要です。ご家庭の浄化槽の保守点検と清掃の契約について、いま一度、ご確認ください。

また、単独処理浄化槽（トイレのし尿のみの浄化槽）は、台所の排水などがそのまま流れ出るので、

自然環境への負担が大きくなります。家庭排水をすべて処理できる合併処理浄化槽への切り替えや公共下水道への接続をお願いします。

合併処理浄化槽への切り替えには、補助金の制度などもありますので、不明なことがあれば、環境課までご相談ください。

こんなにも違います！1日分の家庭排水200リットル中の汚れ（標準的なモデル）

し尿 13グラム		5グラム
台所や 風呂の 排水の 汚れ 27グラム		27グラム
処理前		処理後

単独処理浄化槽（し尿のみ処理）

- 処理前40グラム→処理後32グラム(8グラム減)
- し尿のみが処理され、台所や風呂の排水の汚れはそのままです。
- 家庭排水の2割しかきれいにできません。

し尿 13グラム		4グラム
台所や 風呂の 排水の 汚れ 27グラム		
処理前		処理後

合併処理槽

- 処理前40グラム→処理後4グラム(36グラム減)
- し尿だけでなく、台所や風呂の排水の汚れも処理できます。

家庭排水の
9割がきれいに！



第46回安芸タートルマラソン全国大会の延期について

■問 安芸タートルマラソン全国大会実行委員会（生涯学習課内）☎ 35・1020

12月12日(日)に開催を予定していました「第46回安芸タートルマラソン全国大会」につきまして、慎重に協議を重ねた結果、新型コロナウイルス感染症拡大の収束が未だに見通せない状況を鑑み、昨年に引き続き開催を1年延期することとしました。

本大会は「健康マラソンの普及」を主たる目的とし、県内だけでなく全国から多くのランナーにご参加いただいておりますが、ワクチンの普及状況や3密回避などの感染症防止対策が困難である現状を考慮し、大変残念ではありますが、延期という判断となりました。

なお、これまでにご参加いただいたランナーの皆さまの連続出場記録を継続するため、昨年同様に延期という対応をとることとしています。

開催を心待ちにされていた皆さまには大変ご迷惑をお掛けしますが、何卒ご理解いただきますようお願いします。

この事態が一刻も早く収束することを祈るとともに、安全に大会が開催できるよう来年に向け準備を進めてまいりますので、今後とも変わらぬご支援をよろしくお願いします。



「脳の健康度(ブレインパフォーマンス)」 を保ち、高めよう! パート④

■問 地域包括支援センター ☎ 32・0555 FAX 35・1555

人生100年時代と言われている中、“体と脳の両方の健康”が大切になります。

今回は、脳の健康を保つために大きな影響があると言われている“食生活”と“運動”について紹介します。

健康的な食生活(主菜・副菜・汁物)を!

健康的な食習慣は脳の健康にも重要で、野菜・果物・魚は認知機能低下リスクに関係があり、特に魚の消費量が多いほど記憶力低下に効果があるとされています。

●1日400グラムの野菜と果物を食べよう



●良質なたんぱく質をとろう

魚(特に青魚)・脂肪分の少ない肉・大豆製品・乳製品



●塩分を控えよう

高血圧予防のため減塩が大切です。あわせて、カリウムを含む野菜や果物、海藻類をとるように心がけるとさらに効果的!

●糖分を控えよう

血糖値をコントロールするために、糖分の多い甘いお菓子やうどん・パンなどの炭水化物を控えることも大切です。食物繊維(野菜・きのこ類・海藻類)をとるように心がけるとさらに効果的!

運動を習慣にしよう!

運動が脳の活性化に良いことが多くの研究で明らかになっています。おすすめはウォーキングやジョギングなどの有酸素運動。スクワットなどの筋トレも筋肉量・筋力を維持し、脳の活性化を促します。

●週に2回以上、30分程度の運動を!

運動は単発で行うのではなく習慣的に行なうことが重要です。日常生活での家事や仕事、活動など以外に、週に2回以上、1回30分以上の運動を習慣的に続けると効果的!

●筋トレは食後30分~2時間以内に!

筋トレを行う場合は、週2回以上、食後30分~2時間以内にストレッチやスクワットを行うと効果的!

●「あたまの体操」にも挑戦を!

身体の運動だけでなく、頭の体操も大切です。ウォーキングや簡単なステップなどの軽い運動をしながら、しりとりや簡単な計算のような「認知課題」を同時に行なう「デュアルタスク(二重課題)」は、ただ黙々と運動するよりも、ブレインパフォーマンスの維持に効果的です。



(エーザイ株式会社 のうKNOWホームページより抜粋)

測定費無料

脳の健康度をチェックしよう!

40~74歳の特定健診受診者(国保)を対象に健康ふれあいセンター「元気館」にて「脳の健康度チェック」(パソコン、タブレット、スマートフォンで実施する「記憶する」、「考える」、「判断する」などの脳のパフォーマンスをチェック:所要時間は約20分)を実施します。ぜひ、お申し込みください。

△申込方法

健康ふれあいセンター「元気館」(☎ 32・0300)までお電話でお申し込みください。

*脳の健康度チェックなど内容に関するお問い合わせは、地域包括支援センターまでお願いします。

令和元年に本市はエーザイ株式会社と連携協定を結び、ともに認知症施策に取り組んでいます!

測定日	受付時間	場所	対象者
11月26日 (金)	9:00 ~ 11:00	健康ふれあい センター 「元気館」	特定健診を受診した 40~74歳の人 (測定費:無料) *「元気館」以外の 会場で特定健診を 受診した人も対象 となります。
	13:30 ~ 15:00		
	18:00 ~ 20:00		
11月27日 (土)	7:30 ~ 11:00		
	13:30 ~ 15:00		

親子で「ものづくり」を体験

8月7日 安芸桜ヶ丘高校と青少年育成安芸市民会議の共催で、夏休み親子木工教室「親子で桐(きり)の大工道具箱を作ろう!」が開催され、児童・保護者ら20人が参加し、親子で道具箱を製作しました。



新型コロナウイルス感染症対策として、家族と家族の間隔を空け、作業台を教室の外に出して行っていました。スライドするふたに苦労しながらも、参加者は、同校の先生や生徒にアドバイスをもらいながら、親子で協力して道具箱を完成させていました。

参加者からは、「難しかったけど楽しかった」「親子で楽しい時間が過ごせて良かった」などの感想がありました。



~おもちゃ病院安芸診療所 in 安芸おひさま保育所~

壊れてしまった大切なおもちゃに命を

8月3日 おもちゃ病院安芸診療所のおもちゃドクター5人が安芸おひさま保育所へ出張し、壊れたおもちゃを修理しました。



この日修理したのは、保育所や家庭から修理の依頼があった音が鳴らなくなったり部品が取れたりしたおもちゃ13点で、おもちゃドクターたちは壊れた原因などを見つけ、一つずつ丁寧に修理していました。子どもたちはおもちゃを修理する様子に興味津々で、食い入るように作業を見つめていました。おもちゃドクターの清岡さんは、「おもちゃが直ったと子どもたちが喜んでくれるのがうれしい」と話してくれました。

おもちゃ病院安芸診療所は、毎月第2・4曜日に観光情報センターで開院しています。また、一緒に活動してくれるおもちゃドクターを募集しているということです。



英語に触れて楽しもう!

市内の小・中学校でALT(外国語指導助手)として英語の授業を担当しているクラウディア・ディアズさん、ディラン・フィシェラさん、ジョン・カーターさんが、8月に赤野・井ノ口・土居・安芸おひさま保育所を訪問し、子どもたちと英語を通じて交流しました。



8月13日に訪問した土居保育所では、3~5歳児13人が数や色、果物、動物などの英単語を教えてもらってゲームをしたり、英語の音楽に合わせて体を動かしたりするなど、楽しい時間を過ごしました。はじめは控えめだった子どもたちも、すぐに慣れて積極的にゲームに参加したり、ALTの先生に話しかけたりしていました。終わるころには子どもたちから「また来てね」という声が上がり、まだまだ一緒に遊びたかったようです。

この日訪問したクラウディアさんとディランさんは、「子どもたちに英語が楽しいと思ってもらえたうれしい。子どもたちがかわいかつたし、交流で



きてすごく楽しかった」と話していました。

~特定健診 脳の健康度チェック~

まずは知ろう! 健康に過ごすために

8月18日~20日 市の特定健診受診者を対象に、健康ふれあいセンター「元気館」で脳の健康度チェックが行われました。このチェックは、令和元年にエーザイ株式会社と連携協定を締結した認知症施策の一環として、今回初めて実施しました。パソコンなどを使って4種類のチェックを行い、集中力や記憶力を判定できる内容になっています。

実施初日となった18日には、申し込みをしていた人が次々と会場を訪れました。チェックを受けた人は、「難しい内容もあったけど、ゲームをしているみたいで楽しかった」「これから脳の健康にも気を付けていきたい」と話していました。



脳の健康度チェックは11月にも実施する予定です。詳しくは、今月号の広報8ページをご確認ください。



子どもの睡眠について

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



睡眠と休養は健やかな成長の源

健康的な睡眠と休養があってこそ、活発な日常生活が営めます。子どもの睡眠習慣の問題は幼児期からさまざまな影響があり、睡眠不足や睡眠障害が続くと、肥満や生活習慣病（糖尿病・高血圧）、うつ病などの発症率を高めたり症状を増悪させたりする危険性があります。子どもの睡眠習慣は大人の生活スタイルを映す鏡です。家族全員で生活習慣を見直しましょう。

幼児の睡眠習慣の問題

厚生労働省が行っている21世紀出生児縦断調査では、子どもの睡眠習慣について追跡調査を実施していますが、4歳6ヶ月時点で、21時前に就寝する子どもは5人に1人以下しかいませんでした。これは親が残業などで帰宅が遅い事なども影響しています。親のライフスタイルによって子どもの睡眠も大きな影響を受けることを意識しましょう。

また、3～6歳の子どもの睡眠時間は10～11時間とすることが望ましいと言われています。10～11時間の睡眠をとることで体内時計をリセットし、日中活動できる体制を整えてくれます。また、眠っている間に分泌される成長ホルモンは骨を伸ばしたり筋肉を増やしてくれます。

健康的な睡眠と休養のために「早起き・早寝」

私たちは朝目覚めて明るい光を浴びてから約14時間後に徐々に眠気を感じるように体内時計がセットされています。朝起きる時間が不規則だと生体リズムが乱れてしまいます。まずは一週間決まった時間に早起きをするようにしましょう。「早寝・早起き」ではなく「早起き・早寝」をおすすめします。1～2週間ほど続けると体内時計は徐々に朝型に変わり、早起きの辛さも減ります。ただし週末に寝坊してしまうと体内時計が一気に乱れてしまうので注意してください。

子どものより良い睡眠のためのポイント

①安全な睡眠環境

部屋を暗くする、スマホやテレビなどの余計な光や音を遮断するなど、睡眠環境を整えましょう。

②スマホなどの情報通信機器による影響

夜に光を浴びると睡眠・覚醒のリズムに影響を及ぼすため、就寝前の時間帯にテレビやスマホを避けたり1日のうちで見る時間を決めたりしましょう。

③昼寝と夜間の睡眠

必要以上に長い昼寝は夜の睡眠を妨げる所以注意が必要です。

*参考：厚生労働省生活習慣病予防のための健康情報サイト

厚生労働省未就学児の睡眠指針



インフルエンザ定期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

△対象者

安芸市に住民登録しており、次の①②のうち、本人が接種を希望する人

①65歳以上の人

②60～65歳未満で、心臓、じん臓または呼吸器の機能に自己の身辺の日常生活が極度に制限される程度の障がいを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を有する人（身体障害者手帳1級に相当）

△接種回数 接種期間中 1回のみ

△接種料金 1,100円

*生活保護を受給している人は、免除証明書をお持ちであれば自己負担金が免除となります。免除証明書の発行手続きは、印かんをご用意のうえ元気館までお越しください。

△接種申込方法 実施医療機関に直接申し込みをしてください。

△接種期間 10月1日～12月31日

（委託医療機関の休診日を除く）

→ 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3年 10月

診療・相談など

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

項目	月日	受付時間	ところ	備考	
無医地区診療		畠山公民館は休止中です			
	10月26日(火)	14:10～15:00	東川公民館		
健康相談	10月12日(火)	10:00～12:00	市民館別館 (染井町)		
つくし会 (生活習慣病 予防サークル)	10月1日(金) 運動教室	13:30～15:00	健康 ふれあい センター 「元気館」	持ち物 参加費(100円)、 室内用のシーツ、 水分、タオル	
	10月15日(金) 運動教室	13:15～16:00			
愛の献血	10月27日(水)	10:00～12:00 13:15～16:00	安芸市役所	400ml献血をお 願いしています。 睡眠、食事が十分に取れて体調の良い人にお願いしています。	
飼い犬・飼い猫の引き取りなどに関する相談窓口		<p>飼い主には、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、新たな飼い主を探し、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。</p> <p>しかしながら、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。</p> <p>■問 安芸福祉保健所 ☎ 34・3173</p>			

10月の休日在宅当番医		
3日	宇都宮内科	☎32・0500
10日	森澤病院	☎34・1155
17日	深谷内科(芸西村)	☎0887・33・2401
24日	森澤病院	☎34・1155
31日	津田クリニック	☎34・1195
診療時間：9時～17時 県立あき総合病院(☎34・3111)は救急に対応		
健康テレホンサービス		
☎088・832・5266 10月の週間予定表		
月	新型コロナと歯科検診	
火	おねしょと子どもの自立	
水	介護を充実させ個人にあったサービスを	
木	B型肝炎のはなし	
金	苦しむ人に接するヒント	
土日	乳房外パジエット病とは	

提供：高知保険医協会



プレママ・プレパパ教室に参加しませんか？

■問 子育て世代包括支援センター「きらり」(健康ふれあいセンター「元気館」内)
☎32・0300 FAX 32・0301

妊娠中や産後ってどんなことに気をつけたらいい？お産ってどんなの？どんな準備をしたらいい？赤ちゃんのお世話ってどうしたらいい？と思われる人はぜひご参加ください。お友だちづくりのきっかけにもなると思います。

初産婦さん、経産婦さん、新米パパ、イクメンパパも、お待ちしています！

▽と き 10月10日(日) 10時～12時
(受付：9時45分～10時)

▽と こ ろ 子育て世代包括支援センター「きらり」
寿町1-7(健康ふれあいセンター「元気館」内)

▽対象者 市内在住の妊娠中期～後期
(約7カ月前後～)の妊婦さんとそのご家族

▽定 員 5組程度

▽持 ち 物 母子健康手帳、筆記用具

▽ス タ フ 助産師、保健師、栄養士



▽内 容

【第1部】

- ・妊娠中や産後に気をつけたいこと
- ・お産の進み方と過ごし方
- ・出産・育児の準備に向けて
- ・赤ちゃんのお世話
- ・パパの育児のアドバイス
- ・赤ちゃんの沐浴実習(新米パパやご家族の参加もどうぞ)

【第2部】

*第2部は希望者のみの参加です

- ・先輩ママと赤ちゃんとの交流
- ・栄養士の相談

▽申 込

参加希望者は、実施日の2日前までに子育て世代包括支援センター「きらり」へお申し込みください。また、ご家族も一緒に参加される場合は、お申し込み時に伝えてください。

*新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止する場合があります。

乳幼児健診

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

○ 3～4カ月児健診

▽と き 10月5日(火) 12時30分～
▽と こ ろ 健康ふれあいセンター「元気館」
▽対 象 令和3年6月生まれ
(個別通知します)



○ 9～10カ月児健診

▽と き 10月19日(火) 12時30分～
▽と こ ろ 健康ふれあいセンター「元気館」
▽対 象 令和2年12月生まれ
(個別通知します)



○ 1歳6カ月児健診

▽と き 10月5日(火) 13時～
▽と こ ろ 健康ふれあいセンター「元気館」
▽対 象 令和2年1月生まれ
(個別通知します)



○ 3歳児健診

▽と き 10月19日(火) 13時～
▽と こ ろ 健康ふれあいセンター「元気館」
▽対 象 平成30年6月生まれ
(個別通知します)



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 ☎37・9452 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?安芸市では、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
小学校1年生～おおむね3年生の児童
*市外に居住している児童は、保護者の勤務先が安芸市内の事業所である人に限ります。ただし、市内に居住している児童の利用状況を考慮の上、利用を決定します。
*ど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。

あきっ子あつまれ!

○ すぐすぐ広場、歯ッピー・キッズランド

(計測・栄養相談・歯科相談・交流)

▽と き 10月10日(日)
10時30分～12時
(時間内ならいつでもどうぞ!)

▽と こ ろ 健康ふれあいセンター「元気館」

▽対 象 乳幼児とその保護者、妊婦

▽持ち物 母子健康手帳、バスタオル、おむつなど
*歯ッピー・キッズランドは10時30分～11時30分受付です。

■問 健康ふれあいセンター「元気館」

☎32・0300 FAX 32・0301



○ あきっ子広場

(ボランティアと一緒に遊ぼう!預けるだけでもOKです!)

▽と き 10月22日(金) 10時～12時
(時間内ならいつでもどうぞ!)

▽と こ ろ 健康ふれあいセンター「元気館」

▽対 象 乳幼児とその保護者

▽持ち物 お子さんを預けられる人は、バスタオル・
おむつ・お茶・さ湯など

*なかよし広場と同時開催です

■問・申込 安芸市社会福祉協議会

☎35・2915 FAX 35・8549



「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?安芸市では、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
小学校1年生～おおむね3年生の児童
*市外に居住している児童は、保護者の勤務先が安芸市内の事業所である人に限ります。ただし、市内に居住している児童の利用状況を考慮の上、利用を決定します。
*ど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 2階
病児・病後児保育「ベイビーキッズ」
(安芸市本町3丁目10-30)

△利用時間

8時30分から17時30分まで
(火・土曜日は12時まで、日・祝日は休み)

△利用料金

1日利用の市民税所得割課税世帯………1,000円
半日利用および市民税所得割非課税世帯…500円
市外に居住している児童は税額に関わらず
1日 2,000円、半日 1,000円
*4月～8月の利用は前年度分の税額、9月～3月の利用は今年度分の税額で判定します。

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

子育てを一人で頑張っていませんか?みんな悩みながらも子育てしていることに共感したり、子育てが少しでも楽しくなるように、悩みを話せる子育て仲間や、子どもたちの小さな出会いの場として、気軽にご利用ください。

○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

○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 10月5日(火)、7日(木)、12日(火)、19日(火)
21日(木)、26日(火)、28日(木) 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
※安芸おひさま保育所の運動会への参加は中止します
※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、お土産拾いなど競技への参加を中止します。

《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。

～10月普通食～

△と き 10月 21日(木)
△申 込 10月 19日(火) 締切
△定 員 1～5歳まで 10人
△食 費 300円

～11月普通食～

△と き 11月 16日(火)
△申 込 11月 11日(木) 締切
△定 員 1～5歳まで 10人
△食 費 300円

○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 10月 14日(木)

(体験入園：10時～11時30分)
(育児相談：13時30分～15時30分)

△と こ ろ 伊尾木保育所

次回は、11月11日(木) 井ノ口保育所です。

○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。

『ハロウィンであそぼう!』

～みんなでおばけになりきってハロウィンを楽しみましょう!～

△と き 10月 22日(金) 10時～12時

△申 込 地域子育て支援センター(安芸おひさま保育所内)

△締 切 10月 19日(火)

△参 加 費 無料

△持 ち 物 仮装グッズ(なくても大丈夫です)
着替え、お茶、タオルなど

*食生活改善推進協議会さんから手作りお菓子のプレゼントがあります。

*当日30～40分程度でかぼちゃバッグを作り、その後、元気館内をパレードする予定です。なお、10月19日・21日の体験入園で衣装作りをします(今後の新型コロナウイルス感染症の状況によっては、変更します)。

*高校生のふれあい体験学習は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止します。

一時保育をご利用ください

保護者の一時的な就労や疾病、入院などにより一時的に家庭での保育が困難となる場合や、保護者の育児疲れの解消など、家庭での子育ての負担を軽減するためにお子さんを一時的に預かりします(利用申込・面接が必要です)。

△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ヶ月あたり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 8月生まれ＊

■問 市民課市民係 ☎ 35・1001

保護者 性別 赤ちゃん 誕生日

【安芸】

松岡 誠・沙耶香 女 淩 8月 5日
田中 亘・仁美 男 絃 8月 8日
仙頭 祐甫・鈴花 男 空海 8月 8日

【川北】

吉永 裕・絵里 女 華 8月12日

*了承をいただいた人のみ掲載しています。

*ほか3人の赤ちゃんが誕生しています。

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

テレビや冷蔵庫などを捨てる時は リサイクル券がいるよ！



■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」

家電リサイクル法の対象機器（エアコン・テレビ・冷蔵庫・冷凍庫・洗濯機・衣類乾燥機）を処分するためには、量販店に引き取ってもらう方法や、ご自身で処分する方法があります。ご自身で処分する場合は、郵便局窓口で家電リサイクル券を購入し、右記の指定引取場所へ直接持ち込んでください。

家電リサイクル券には、「品目」、「大きさ」、「メーカー名」などを正確に記載しなければなりません。

これらは製品に張り付けられたシール（銘板）などに記載されていますので、必ず確認するようにしましょう。

シール（銘板）の貼り付け位置の例

- ・エアコン：室内機の底面、室外機の側面など
- ・テレビ：本体背面部、まれに側面など
- ・冷蔵庫：ドアの内側など
- ・洗濯機：前面、側面、上面、背面、ふたの裏側など

<指定引取場所>

- ・日本通運（株）高知物流事業所
南国市三和琴平2丁目1638-4
- ・荒井金属（株）仁井田工場家電リサイクルセンター
高知市仁井田朝日ヶ丘4601

*営業日時にご注意ください。



市営墓地の使用者を募集します

■申込・問 財産管理課 ☎35・1013

〒784-8501 安芸市矢ノ丸1丁目4-40

ところ	区画	永代使用料	維持管理費	募集数
伊尾木墓地公園	7.5m ² (3m×2.5m)	525,000円 (1m ² 当たり7万円)	50,000円 (10年分)	1区画
西浜一ノ谷墓地	9.0m ² (3m×3m)	405,000円 (1m ² 当たり45,000円)		2区画
	7.5m ² (2.5m×3m)	337,500円 (1m ² 当たり45,000円)	なし	5区画
	7.0m ² (2.33m×3m)	315,000円 (1m ² 当たり45,000円)		1区画

*安芸市外に住民登録がある人は、永代使用料および維持管理費が5割増となります。

*永代使用料は使用許可前に一括納付が必要です。なお、納付していただいた永代使用料は還付できません。

△応募資格（いざれかに該当する人）

- ・安芸市に継続して1年以上住民登録している人
- ・安芸市に本籍を有する人
- ・安芸市に既に祖先の墳墓を有する人

△応募できる区画数

応募は1人(1世帯)につき1区画に限ります。

△使用期間 使用許可の日から永久

△応募に必要な書類

- ・墓地使用許可申請書 ・誓約書
- ・申請者の住民票（本籍地記載のもの）
- *申請書などの必要書類は財産管理課窓口でお渡します。また、市ホームページからもダウンロードすることができます。

△募集期間

10月1日(金)～10月29日(金)

*応募者多数の場合は抽選により使用者を決定します。抽選会の日程は、11月21日(日)を予定しています。なお、新型コロナウイルス感染症対策などの事情で日程に変更が生じる場合は、候補者に対し別途案内します。

*上記のほか、西浜第2墓地(7.5m² 3区画)も先着順で引き続き募集しています。

△応募方法

財産管理課まで郵送または持参してください。

*持参の場合、開庁日・時間に限ります。



▲伊尾木墓地公園



▲西浜一ノ谷墓地



令和3年度 第2回 市営住宅入居者募集

■問・申込 財産管理課住宅係 ☎35・1013

今回の募集は公営住宅と改良住宅の2種類です。

▽申込期限 10月12日 (火)

▽申し込み手続き

入居申込書などの必要書類は財産管理課窓口でお渡しします。

また、市ホームページからもダウンロードすることができます。

*入居者については、先着順や抽選ではなく、申込書の内容や訪問調査による住宅困窮度を基に、入居者選考委員会で決定します。

▽入居可能予定期間 11月末ごろ

▽敷 金 家賃の3ヶ月分

▽入居資格

①住宅に困窮していること

②収入基準に適合すること

③市税を滞納していないこと

*改良住宅の入居対象者は市の小集落地区改良事業による区域内に住む人です。

区域内の人から応募がない場合は、それ以外の人
が対象になります。

▽その他 入居契約時に連帯保証人が1人必要です。

*連帯保証人の主な条件

20歳以上、年収100万円以上、市税の滞納がない
ことなど

種類	場所	建設年度	家賃	部屋数など
公営住宅	安芸東団地 1号棟2階 203号	昭和 60年度	14,800円～	集合住宅4階建 3DK 駐車場あり
改良住宅	宝永町北団地 C棟2階 202号	平成 2年度	10,000円～ (*22,800円～)	集合住宅2階建 4DK 駐車場なし
	宝永町南団地 A棟2階 202号	平成 3年度	10,000円～ (*24,100円～)	集合住宅2階建 4DK 駐車場なし



【注意】
改良住宅に小集落地区改良事業の区域外の人が入居する場合は、(*)の家賃になります。

*写真、間取り図は
安芸東団地



第67回安芸市展出品作品募集!

■問 生涯学習課 ☎35・1020



出 品

▽搬入日

10月31日 (日) 9時～17時30分

▽搬入場所 安芸市体育館 (矢ノ丸3丁目11番)

▽出品資格

①安芸市、室戸市、安芸郡に在住または通学・勤務
している人

②安芸市、室戸市、安芸郡にかつて在住または通
学・勤務した人

③安芸市、室戸市、安芸郡のサークル (出品部門)
に所属している人

▽出品点数 制限無し

▽出品料

1点目700円、2点目以降1点につき500円、
高校生は無料

▽出品部門 洋画・日本画・書道・写真・工芸彫塑

会 期

▽と き

【一般の部展示】11月6日(土)～11月14日(日)

【小中の部展示】11月17日(水)～11月25日(木)

▽と こ ろ 安芸市体育館 (矢ノ丸3丁目11番)

*詳しい規定などは、生涯学習課までお問い合わせ
ください。



後期高齢者医療の歯科健診を受けましょう

■問 市民課国保年金係 ☎35・1002

後期高齢者医療の被保険者を対象に、歯・歯肉の状態や口腔内の衛生状態などをチェックし、口腔機能の維持・向上、全身疾患の予防などにつなげるため、歯科健診を実施します。

皆さんのお口の健康状態を知る良い機会となりますので、後期高齢者の特性に合わせた歯科健診を受診しましょう。

△対象者

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です（長期入院患者や施設入所者は、すでに健康状態を把握され、医師や施設管理者などの指導を受けていると考えられることから、歯科健診の対象から除いています）。

①前年度 75 歳年齢到達者（昭和 20 年 4 月 1 日～昭和 21 年 3 月 31 日生まれの人）と前年度に後期高齢者医療の歯科健診を受診した人には、受診券を事前送付します。

②①以外の人は、お住まいの市町村や広域連合に申し込みすることで受診券が発行され、健診を受けることができます。

△健診実施期間

10月1日～令和4年2月28日(5カ月間)

△自己負担

無料 *治療が必要な場合の治療費は自己負担

△受診回数 実施期間内に1回

△受診方法

事前に、受診を希望する登録歯科医院を予約して、受診してください。

△持ち物

被保険者証、受診券、問診票、入れ歯、お薬手帳

△健診項目

①歯の状態 ②咬合の状態 ③咀嚼機能
 ④舌・口唇機能 ⑤嚥下機能 ⑥口腔乾燥
 ⑦粘膜の異常 ⑧口腔衛生状況
 ⑨歯周組織の状況 ⑩問診

△実施機関

受診券と同封の実施機関一覧表に記載されている登録歯科医院（受診券発送前の実施機関の確認は、国保年金係までお問い合わせください）

△健診結果

健診当日、受診した歯科医院で結果説明が行われます。

△その他

- ・歯科健診は、実施期間内に1回のみ無料の対象です。後日、重複受診が判明した場合は、費用を請求します。
- ・健診結果は、保健指導などに活用させていただきますのでご了承ください。



シルバー人材センターだより

■問 シルバー人材センター ☎ FAX 35・3603

7月初旬 シルバー人材センターへ、安芸高校の生徒たちが総合学習授業で取り組みをしている「雑草探究チーム」から協力依頼がありました。

7月15日に授業場所を提供してくれたシルバー人材センター会員のお宅へ生徒たちと訪問して現場確認を行い、8月23日に草引きや雑草への知識を深める授業を行いました。

○安芸高校「雑草探究チーム」からの報告

8月23日 安芸高校の総合的な探究の時間の取り組みとして、シルバー人材センターに協力していただき、2年生8人が参加し草刈りや除草作業を体験させていただきました。「身近な雑草（身近な自然を観察し、保全する）」ということをテーマに1年間探究活動を続けています。当日は、感染症対策や熱中症対策にも気をつけながらの作業になりました。

作業中は、根っこから取り除くことが大切、雑草を放っておくと害虫が増える原因になる、伸びるの

が想像以上に早い、などやってみて初めて気付くことがたくさんありました。

作業後に掃き掃除することで仕事の印象が変わることなど、仕事をする上での気配りについても教えて頂きました。1日の作業を通して、教室の中だけでは学ぶことのできない貴重な体験をさせていただきました。今後も、定期的に観察や除草を続けていく予定です。

会員さんからは休憩時に冷たい飲み物を頂きました。本当にありがとうございました。





ご存じですか？障害基礎年金

■ 問 市民課国保年金係 ☎35・1002

国民年金に加入中(もしくは老齢基礎年金を受給していない)60歳以上65歳未満の間に初診日がある病気やケガなどで障がいの状態になったとき、障害認定日(初診日から1年6ヶ月を経過した日、またはその期間内に症状が固定した日)において、障害等級の1級または2級に該当した場合は、障害基礎年金を受けることができます。

ただし、障害基礎年金を受けるには、次のいずれかの納付要件を満たす必要があります。

- ①初診日の月の前々月までの被保険者期間のうち、3分の2以上の期間が、保険料を納めた期間または保険料を免除された期間である。
- ②初診日の月の前々月までの直近の1年間に未納期間がない。

なお、20歳前に初診日のある病気やケガによって障がいの状態になった人は、障害等級の1級または2級に該当すれば20歳から(障害認定日が20歳以後の場合は、障害認定日から)受給できます。ただし、この場合本人に一定額以上の所得がある場合は、支給が制限されます。

【年金額】

1級 976,125円 (月額約 81,343円)

2級 780,900円 (月額約 65,075円)

▽注意事項

障害基礎年金の障害等級は、身体障害者手帳の等級とは基準が異なります。例えば、身体障害者手帳が3級でも国民年金では2級と認定され、障害年金がもらえる場合もありますが、反対に身体障害者手帳が1級でも障害基礎年金では不該当となる場合があります。

障害基礎年金の該当となるかどうかは、身体障害者手帳の等級で判断せず、市民課国保年金係までお問い合わせください。



国民健康保険に関する各種手続きについて

■ 問 市民課国保年金係 ☎35・1002

以下の内容は本人が来られた場合の手続きです。代理の人が来られる場合は別に必要なものがありますので、問い合わせをお願いします。

○保険証、高齢受給者証、限度額認定証などを紛失した際は、再発行の手続きができます。

▽窓口で必要なもの

- ・身分証明書

○1ヶ月の医療費が高額になる人は、医療機関の窓口での支払いが限度額までとなる限度額認定証を発行することができます。

▽窓口で必要なもの

- ・身分証明書
- ・マイナンバー

*代理の人が来られる場合

- ・発行される人の保険証
- ・窓口に来られる人の身分証明書

○職場の健康保険をやめたときや家族の扶養を外れたときは、社会保険から国民健康保険への切り替えが必要になります。

▽窓口で必要なもの

- ・健康保険資格喪失証明書
- ・身分証明書
- ・マイナンバー

○就職や家族の被扶養者として認定され、他の健康保険を取得された人は、国民健康保険をやめる手続きをしていただく必要があります。

▽窓口で必要なもの

- ・職場(扶養)の健康保険証
- ・国民健康保険証
- ・マイナンバー

*身分証明書とは、運転免許証、マイナンバーカードなどの顔写真付きで公的機関が発行したものになります。



ガス機器による火災およびガス事故の防止

■問 消防本部 ☎34・1244 FAX37・9104

ガス機器は、取り扱いを誤ると火災や爆発などの大きな事故につながります。ガス機器の正しい取り付けや取り扱いに注意し、ガスによる火災や事故を防ぎましょう。

主なガス機器（例）

ガスコンロ、ガスストーブ、食器洗い乾燥機、衣類乾燥機、ガス給湯器 など

○ガス機器の正しい取り付け

ガスコンロやガスストーブを壁に近づけて使用すると、壁の中の木材が加熱されて壁の中の木材から発火することがあります。木材が発火する温度は、400～460℃ですが、長期間加熱されると、木材は水分などが蒸発し乾燥、さらに熱分解が進むと炭化し、通常の発火温度よりも低い温度（100～260℃）の加熱で発火する低温発火現象が起こります。柱や壁などから間隔を取り、可燃物から15cm以上離して使用してください。

○新しいガス機器の交換

新しいガス機器は古いガス機器には無い性能が備わっています。例えば、Siセンサー付きのガスコンロです。Siセンサー付きコンロは、温度センサーが取り付けられており、なべ底の温度を感知し、約250℃になると自動で火力を調整して、自然発火を防ぎます。2008年に販売開始され、ガスコンロによる火災件数が販売開始前から現在までに、半分以下まで減少しています。

○ガス機器の正しい取り扱い

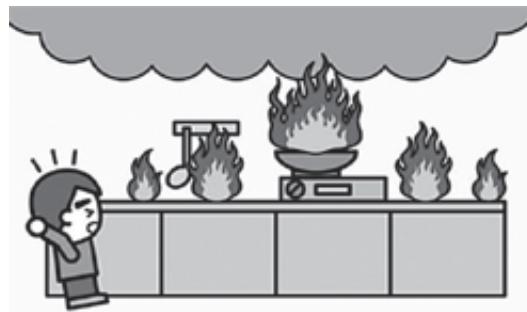
- ①ガス機器を点火したとき、必ず火が付いたか確認してください。
- ②ガス機器の使用の際は、必ずその場を離れず、離れる際は、短時間でも必ずコンロの火を消してください。
- ③周囲は整理・整頓に努め、可燃物などに着火しないように注意してください。
- ④ガス機器を使用時に不快なにおい、炎のあふれ、機器本体に異常などがあれば、ただちに使用を中止してください。

○カセットボンベやスプレー缶を捨てる時の確認方法

カセットボンベやスプレー缶は必ず中身のガスを使い切っているか確認して捨てましょう。確認方法は本体を振り、「シャカシャカ」と音がすれば、中身が残っています。もし、中身のガスが残っている場

合は、火氣がなく、風通しの良い場所でガス抜きをしてください。カセットボンベは、地面にノズルを押し当てるなどして、また、スプレー缶は、噴射ボタンを「シュー」という音がしなくなるまで、押し続けることで、ガスを抜くことができます。なお、中身を空にしようと缶に穴をあける行為は、爆発の恐れもあり危ないので避けてください。

ガス事故による死亡要因には、火災のほかに、ガス機器からの排気に含まれる一酸化炭素による一酸化炭素中毒があります。一酸化炭素は毒性が強く、わずかな量でも死に至ることがあります。ガス機器を使用する際は、「換気扇を回す」「窓を開ける」など十分に換気するようにしてください。



住宅用火災警報器の取り付けは済みましたか？

平成23年6月1日からすべての住宅で住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。住宅用火災警報器をまだ設置していないご家庭は、早急に設置するようにしましょう。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。

*作動点検やお手入れの方法などは、メーカーによる機器によって異なりますので、取扱説明書で確認してください。

*住宅用火災警報器については、下記サイトを参考してください。

「日本火災警報器工業会ホームページ」

<http://www.kaho.or.jp/user/awm/awm09/p01.html>

*メーカー別住宅用火災警報器ブザー音も確認することができます（電池切れ音・故障音など）。

■問 消防本部予防係 ☎37・9103



就職への第一歩! 職業訓練生募集!

■問・申込 受講申込 ハローワーク安芸 ☎34・2111
 訓練についての問い合わせ ポリテクセンター高知 ☎088・833・1324

就職・転職をお考えの皆さんのために、職業訓練コースを開講します。

訓練期間中から修了後にわたって、ハローワークと各訓練施設が積極的に就職支援を行います。

▽受講料 無料 *テキスト代などは別途必要

訓練コース名	訓練期間	訓練時間	募集期間
ファイナンシャル・ プランナー養成科	11月24日(水)～ 令和4年2月22日(火)	平日 9時～16時	10月1日(金)～10月22日(金)
			追加 募集 10月23日(土)～10月29日(金)
基礎からしっかり学ぶ 介護職員実務者研修科	11月26日(金)～ 令和4年5月25日(水)	平日 9時20分～16時	10月6日(水)～10月26日(火)
			追加 募集 10月27日(水)～11月2日(火)
効率的に学べる 介護職員初任者研修科 (短時間)	12月16日(木)～ 令和4年3月15日(火)	平日(月10日程度) 9時10分～15時50分	10月26日(火)～11月15日(月)
			追加 募集 11月16日(火)～11月22日(月)

資源ごみ収集日一覧表

10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・柄ノ木	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)
畠山・尾川	毎週水曜(6日・13日・20日・27日)	毎月第2・4水曜 (13日・27日)
東川(ハノ谷・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

情報掲示板

■問
商工観光水産課 35・1011
○第43回安芸市芸能祭
問 市文化協会事務局
（歴史民俗資料館内）
☎ 34・3706

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、次の催しは中止することとなりました。

開催を楽しみにしてくださった皆さん、関係の皆さんには申し訳ありませんが、「ご理解くださいますよう、よろしくお願ひします。

○第22回あき元気フェスタ

問

健康ふれあいセンター〔元気館〕
32・0300 FAX 32・0301
○高知東海岸グルメまつり &
まつり

「あつたか高知。秋のおもてなし
「斎清掃」に参加しませんか？」

- ▼ 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、妊娠さん
- ▼ 持ち物 着替え、お茶、タオルなど
- 問 矢ノ丸保育園
- FAX 35・3600

* 感染症予防の為、ステージ特別警戒以上の時はお休みです。

37-9451
FAX 351-1028

リーガルサポート高知
0888・825・3141

女性の家 10月の常掲展
「創作シルクフラワー2人展」

色とりどり、華やかなアート「ワーアレンジ」を展示しています。

ひ、鑑賞へだやい。
△と き 10月23日(土)まで

* 日曜日、祝日は休館（その他、都合により閉館する場合がありま
9時～17時

△ と す) 二 11 女性の家階ゴミ

「遺言と成年後見制度」講演会&相談会(無料)～を開催します

遺言と成年後見制度についての講演会および相談会を無料で次のごとおり開催します。上へ以降の

高知城歴史博物館
催しのお知らせ

○第43回 安芸市芸能祭
■問 市文化協会会事務局
(歴史民俗資料館内)
34・3706

「やのまる にじにじひりば」
園庭開放しています！

△とぎ
1810月19日(火) 毎月第3火曜日
18時30分～20時
総合社会福祉センター2階 和室

△とぎ
子育て中の皆さんへお子さんと一緒に保育園に遊びにきませんか?
おもちゃや絵本、季節の遊びが楽

■問 福祉事務所障害ふくしあん 参加費 100円 (お茶菓子代)

企画展「廃藩置県 150年 藩が消えた日～四国の廃藩置県～」
四国を舞台に、廃藩置県とその後の
後の府県統廃合の歴史をふり返り、
廃藩置県が実施された要因や藩が
消えた日以前後の社会の変化について
て紹介します。

▽と き 11月29日(月)まで
9時～18時 日曜のみ8時～18時
*展示室への入室は閉館30分前まで

▽と じろ 高知城歴史博物館
700円(常設展含む)
観覧料

問 9時～17時
△とじろ　書道美術館
△入館料 一般330円、
中高生110円、小学生50円
▽休館日 毎週月曜日
書道美術館 34.1.16.1

高知を代表する無所属の書家および書道団体から選ばれた精銳作家の作品181点を展示します。力強い作品から繊細な作品まで個性豊かな力作をご覧いただける2年に一度の書展です。この機会にぜひご来館ください。

リーガルサポート高知
088-825-3141

→ 市役所代表 FAX35・4445までお問い合わせください。

広報あき 令和3年 10月

10月11日(月)～20日(水)は
全国地域安全運動

パワーハラ、退職、解雇といった職業問題を専門的に相談する「無料合同労働相談会」を開催します。

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

おもちやドクターによるおもちやの診療、修理を行います。どんな状況のおもちやでも対応しますので、一度見せに来てください。

* 無料ですが、部品代が必要になる場合があります。

▽ とき 10月10日(日)、24日(日)
10時～12時

* 毎月第2、第4日曜日に行っています。

▽ ところ 観光情報センター
問 安芸おもちや病院

清岡さん ☎ 34・44404

お知らせ

■ 問 高知城歴史博物館

△ 参加費 無料（要観覧券）

* 申込不要

△ 3階土佐探索室

* 各回とも10時30分～11時
△ とこひ 高知城歴史博物館

④ 香川 11月21日（日）

③ 愛媛 11月7日（日）

② 徳島 10月24日（日）

① 高知 10月17日（日）

FAX 088-871-1600
088-871-1619

●学芸員によるスライドレクチャー
企画展「廃藩置県150年 藩が消えた日～四国の廃藩置県～」の関連行事として、四国各県の廃藩置県について当館学芸員が解説します。
△と き

安全で安心して暮らせるまちづくりを図指して、全国一齊に実施される「全国地域安全運動」。この期間中、安芸地区地域安全協会と安芸警察署では、地域安全推進員をはじめとする地域の防犯団体などと連携して「みんなで つくるひ 安心の街」をスローガンに、各種地域安全活動を推進します。

皆さんもこの機会に、地域や家庭の防犯について確認し、事件・事故のない安心安全な暮らし・家庭づくりに取り組みましょう。■問 安芸地区地域安全協会 35・7666

犯罪被害に関する 出張法律相談のお知らせ

FAX 
0888711600
0888711600

おもちゃドクターによるおもちゃや
の診察、修理を行います。どんな状
況のおもちゃでも対応しますので、
一度見せに来てください。
*無料ですが、部品代が必要になる
場合があります。

△と
△時30分～15時30分
△ところ 総合社会福祉センター
1階相談室（寿町2-8）
△共 催
認定特定非営利活動法人 こうち
被害者支援センター、法テラス
高知、高知県
問 認定特定非営利活動法人
こうち被害者支援センター
0880-854-7511
(平日9時～17時)

高知県児童青少年会事務局
☎ 0880・8021・4645

△予約 10月26日(火) 17時まで
*相談は事前予約優先、先着順です。
*このほか、隨時ご相談を承っています。
*新型コロナウイルス感染症の
防止のため、今後の状況に
変更または中止になる場合
あります。最新情報や詳細
については、高知県労働委員会事務局
にお問い合わせください。
■予約・問
高知県労働委員会事務局
0888-821-4645

△ 10月20日(金)10時～17時
ところ 高知県庁北庁舎
(高知市丸の内2-1-4-1)
*受付は4階、高知県労働委員会事務局で行います。
【当日専用相談ダイヤル】
033-331-4501

場の問題でお悩みの人を対象に、国や県などの労働相談機関などが合同で無料相談会を開催します。当口は、弁護士、司法書士、社会保険労務士といった専門家が面談または電話により相談をお受けします。事業主の人も相談できますのでお気軽にご相談ください。

書ふくし係で対応します。
37・9451 FAX 35・1028
新型コロナウイルス感染症の
影響によるDV相談窓口の
ご案内

△とき 每月第2、第4金曜日
10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

☎ 080-3167-2918

* 第2・第4金曜日以外の平日8時30分～17時15分は福祉事務所窓口

ご存知ですか?
国がサポートする中小企業
のための退職金制度
「中退共」

中退共は国の制度で安心・確実に新規加入や掛け金月額を増加する場合、掛け金の一部を国が助成します。社外積立型で、管理も簡単。パートさんも家族従業員もご加入いただけます（条件あり）。詳しくはホームページをご覧ください。

■問 独立行政法人
勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
03・6907・1234

FAX 03-5955-8211

中小企業退職金共済事業本部
03・6907・1234

中退共は国の制度で安心・確実!
新規加入や掛け金月額を増加する
場合、掛け金の一部を国が助成します
社外積立型で、管理も簡単。パート
さんも家族従業員もご加入いただ
けます(条件あり)。
詳しくはホームページをご覧く
ださい。

全国道路・街路交通情勢調査
自動車起終点調査「自動車の
利用実態に関する調査」への
ご協力をお願いします

「コロナに負けるな！」伊尾木つ子
「コロナ禍の中での教育活動を

伊尾木小学校

4月7日に、明るく元気な1年生6人と転校生1人を迎えて、全校児童27人で伊尾木小学校の新年度がスタートしました。始業式では、「今日から新しい先生、新しいクラスの友だとの生活が始まります。新しい自分の始まりもあります。目標をしつかり決めて、新しい自分に変身してください。自分を変えるチャンスです。期待しています」という話をしました。また、目標を立てたら、ときどき自分を振り返り、「今の自分はどうかな?」と考え、目標の再確認や守り方を考え直すことも大切です」という話をしました。「自分を振り返る力」は、学習をするときにも必要な力です。

これまで、子どもたちには、あいさつやトイレのスリッパの整頓など、「当たり前」のことが、当たり前にできる「学校」にしていこうという話もしてきました。「凡事徹底」、「継続は力なり」、「これが学校をよりよくする一つの道だと」考えています。

さて、私たち伊尾木小学校では、「グランデデザイン2021」で保護者の皆さまにお示しした「学校教育目標」や「めざす子ども像」を実現するために、「豊かな心」「確かな学力」「たくましい体」を育むことを教育活動の柱に位置づけ、「知・徳・体」のバランスの取れた児童の育成を図つていただきたいと考えています。その中の「確かな学力」についていえば、子どもたちに、これから社会をよりよく生きるために、基礎となる学力を身につけるために、「複式授業の質の向上」「加力指導の充実」「家庭学習の習慣化」を取り組んでいます。その取り組みの中

で、PTAや保護者の皆さんには、家庭学習がんばりカードや生活リズムチェックなどで、たくさんのご協力をいただきました。

また、コロナ禍のため制約された中ではありました、昨年度とは違い遠足や運動会、避難訓練、伊尾木銭太鼓、田植え・芋植え体験など、ほぼ計画どおりに学校行事や体験活動を実施してきました。

教室での学習行事や体験活動で深めさせ、子どもたちに新たな気づきを与えることが、子どもたちの実践力や生きる力につながるのではないかと考えています。コロナ禍の中ではありますが、これからも学校行事や体験活動を大切に進めていきたいと思っています。

このような活動を行うにあたっては、地域学校協働本部協議会や保護者の皆さんに多くのご協力をいただいています。学校が地域や保護者の皆さんに支えられていることを強く実感させられる場面です。まさに、「地域あつての学校・学校あつての地域」という言葉がぴったりです。

この1学期を振り返ると、子どもたちは、コロナで大変だったことを微塵も感じさせず、眞面目に一生懸命、そしてなにより元気に学校生活を送つてきました。新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、いろいろと制約の多い学校生活でしたが、本当によく頑張りました。コロナに負けたなー伊尾木つ子。



本校では、「当たり前のことを当たり前にできる」「人の心を温かくすることを増やす」「トイレのスリッパの整頓をする」ことを重点として取り組んできました。今年はこれらも含めて「3つのめあてと3つの約束」として取り組もうとしています。

【3つのめあて】

- ① 目標をもつて元気に生活し、1年後には楽しかった!と思える学校生活を送ること。
- ② 安芸第一小学校と言えば?○○…と自慢できるところをたくさん見つけること。
- ③ 「言葉」を大切にすること。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、今まで当たり前にできていたことが制限を受け、思うようにできない事態となっています。そんな時だからこそ、自分の生活をしっかりと見直し、目標を立て、1年後には、大変だったけど楽しかったねと笑って言える学校生活を子どもたちと目指したいと思います。また、ふるさと安芸や自校のよさに気付き、自慢できるところをたくさん発見できるような地域に根ざした学習にも取り組んでいきたいと思います。言葉を大切にすることは、今まで取り組んできました。「言葉」は人を優しくしたり、励ましたり、助けたり、温かくしたりします。反対に、時には人に嫌な思いをさせたり、傷つけたりすることもあります。自分が何気なくつかう「言葉」が相手にとつてどういうものなのか考え、毎日の生活の中で

温かい言葉、相手を思いやる言葉がふれるような安芸第一小学校にしたいと思います。

【3つの約束】

① 無言清掃 ② 時間を守る ③ 気持ちのよいあいさつと返事

子どもたちは3つの約束を意識して学校生活を送っています。まだまだ十分ではない点もありますが、元気なあいさつの飛びかう学校、黙々と掃除に取り組む学校、ルールを当たり前に守ることができる学校を目指したいと思います。

最後に、本校6年生の自慢をします。学校の風土を創るのは、小学校課程の出口である6年生といつてもよいでしょう。6年生は、「この1学期にさまざまな場面で前述の「3つのめあてと3つの約束」を意識したすてきな姿を見せてくれました。下級生に対する日々の温かい言葉掛け、縦割り班長としての責任感があふれた姿、進んで学校を美しくしようと自主的に清掃する姿などです。人に優しくかかわり、人のために動くことができる子どもたちです。この6年生の姿を見て、下級生も育ちます。これからも学校全体を引っ張ってくれると期待し、さらに充実した教育活動が展開できるよう努力したいと思います。





安芸第一小学校

3つのめあてと3つの約束

温かい言葉、相手を思いやる言葉があふれるような安芸第一小学校にていきたいと思います。

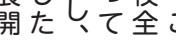
③ 無言清掃

② 時間を守る

① 気持ちのよいあいさつと返事

子どもたちは3つの約束を意識して学校生活を送っています。まだまだ十分ではない点もありますが、元気ないさつの飛びかう学校、黙々と掃除に取り組む学校、ルールを当たり前に守ることができる学校を目指したいと思います。

最後に、本校6年生の自慢をします。学校の風土を創るのは、小学校課程の出口である6年生といつてもよいでしょう。6年生は、この1学期にさまざまな場面で前述の「3つのめあてと3つの約束」を意識したすてきな姿を見せてくれました。下級生に対する日々の温かい言葉掛け、縦割り班長としての責任感があふれた姿、進んで学校を美しくしようと自主的に清掃する姿などです。人に優しくかかわり、人のために動くことができる子どもたちです。この6年生の姿を見て、下級生も育ちます。これからも学校全体を引っ張ってくれると期待し、さらに充実した教育活動が展開できるよう努力したいと思います。



広報あき 令和3年



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、次のように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。

* 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 10月6日(水) 11時

▽試験放送の内容

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。

情報伝達手段	放送内容
防災行政無線	(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)

防災行政無線のメールサービスが変わります (再登録が必要です)

防災行政無線の放送内容(避難情報や行政情報など)がメールで届くサービス(安芸市防災情報メールサービス)を安芸市では導入しています。

11月よりサービスが変更になる(*)ため、既に登録されている人は再登録が必要になります。変更手続きのURLを記載したメールを10月上旬に送付しますので、手続きをお願いします。

登録をされていない人は下記の手順に沿って登録をお願いします(11月(予定)よりメールが届きます)。

*送信元アドレスが aki-city-bousai@city.aki.kochi.jp になります。

メール登録方法

①登録の空メール送信

・携帯電話(スマートフォン)の場合

下記のQRコードを読み込み、空メールを送信



・PCまたはQRコードが読み込めない携帯電話の場合

下記のメールアドレスに、空メールを送信
bousai.aki-city@raiden2.ktaiwork.jp

②仮登録完了メール受信・登録サイトにアクセス
「メールサービス本登録のご案内」というメールが届きます。メール末尾に記載されているURLを選択したら、登録サイトに移動します。

【注意】メールが届かない場合は、aki-city-bousai@city.aki.kochi.jpから受け取ることができるよう「迷惑メールフィルタ」の設定を変更してください。

③本登録

設定内容の変更

○メールアドレス
△△△△△@△△△△△.ne.jp

○グループ(複数選択可)
[必須]
○安芸
○赤野
○穴内
○下尾川
○柄ノ木
○畠山
○僧津
○土居
○入河内
○奈比賀
○江川
○川北
○下山
○伊尾木
○井ノ口
○安芸市全域

対象のグループを選択してください。
複数選択も可能です。

「次へ」を押し、
登録内容の確認後に登録ボタンを押して、完了メールが届いたら、登録完了です。

[戻る](#) [次へ](#)

《広報版》 あきのこと 01

Dear all everyone
- 美舞ダム - 伊尾木川

森深い県道を進んだ先に現れる美しい風景。森林軌道の遺構が残るダム湖畔は、有名な仁淀ブルーやにこ渕とはまた違った不思議な水色を楽しめる東部の知られざる場所。

撮影・記事 地域おこし協力隊 小松八月

現在ふるさと納税に関する業務を主に担当。その中で出会った、たくさんの“あきの魅力”を少しでも紹介できる場があればと、広報誌にて連載させていただくことになりました。手に取ってくださった皆さん、これからよろしくお願いします。

■問 商工観光水産課 ☎ 35・1011



市民表彰の推薦を募集します!

■問 総務課 ☎ 35・1000 FAX 35・4445

市民表彰は市の発展や公共福祉の推進に特に大きな功績のあった人や、市民の模範となる活動をされた人または団体を選び、市民みんなでたたえ、私たちの生活に潤いと希望、活気をもたらすことを目的に行ってています。

▽表彰の区分

名誉市民賞

市の出身者で、その功績や存在が市にとって大きな名誉であると認められる人、または市民以外で市政や産業・文化などに特に功績があった人

市民賞

市政・産業の発展、教育文化の振興、保健衛生の増進、災害の防除、人命救助、市民の模範となる善行などに尽力した個人または団体

▽推薦の方法

推薦は、市内の各対象分野の関係団体および公民館などからの推薦または一般推薦とします。ただし、一般推薦は2人以上の推薦者を必要とします。所定の推薦書により推薦してください。

▽推薦の締切 10月20日(水)

日 曜	10月の主な行事	時 間	場 所
	市議会第3回定例会 (~7日予定)	10:00~	議 場
	女性の家 常掲展 「創作シルクフラワー 2人展」(~23日)	9:00~17:00	女性の家
	第39回安芸全国書展 入賞作品展(~24日)	9:00~17:00	書道美術館
19 火	あつたか高知。秋の おもてなし一斎清掃	9:00~10:00	溝ノ辺公園周辺 (野良時計東)
27 水	愛の献血	10:00~12:00 13:15~16:00	安芸市役所
31 日	第19回 高知連合 選抜書展(~12月5日)	9:00~17:00	書道美術館

福祉事務所の各係に 直通の電話番号を 設けました



お問い合わせなどは下記の番号へご連絡ください。

○保護係 ☎ 35・1009

○障害ふくし係 ☎ 37・9451

○こども係 ☎ 37・9452

* FAX番号は35・1028から変更ありません。