



広報



2

2009
No.53

いの町ホームページ <http://www.town.ino.kochi.jp/>



新成人の
皆さん
おめでとう
ございます



1月3日 いの町成人式(関連記事4ページ)

今月の主な内容

- 2 平成21年度から適用される税制改正
- 11 「みんなで築こう、考えよう!男女共同参画社会」～講演会開催～
- 12 2月・3月の催し物
- 16 学校運営を地域に開く「開かれた学校づくり」から発信
- 21 いの町観光協会からのお知らせ

いの町の人口

()内は前年同月末日 平成20年12月末日現在

- 総人口 27,243(27,733)人
 - 男 性 13,030(13,279)人
 - 女 性 14,213(14,454)人
 - 世帯数 11,169(11,188)世帯
- (住民基本台帳人口による)



飼えなくなった
犬の収集日程

2月4日(水)・24日(火)・3月23日(月)
受付時間 8:30~9:30

※処理手続きの都合上、前日16時までに
環境課又は各総合支所ほけん福祉課に
連絡をお願いします。

- 伊野地区……役場本庁・各出張所
- 吾北地区……吾北総合支所
- 本川地区……本川総合支所

問い合わせ
環境課 電話 893-1160
吾北総合支所ほけん福祉課 電話 867-2312
本川総合支所ほけん福祉課 電話 869-2114



今月の納税

国保税・介護保険料・後期高齢者保険料8期



上下水道休日当番

いの町上下水道組合 電話 090-9555-6246

平成21年度から
適用される

税制改正



◎ 寄附金税制の拡充

控除額および 控除方式の変更

平成20年度までは、控除対象寄附金額から10万円を差し引いた額を所得から控除していましたが(所得控除)、平成21年度より、次の計算式により計算される金額を税額から控除ようになります。

((控除額計算式))

$$\text{控除額} = \text{① 基本控除額} + \text{② 特例控除額}$$

① 基本控除額 = (控除対象寄附金額 - 5,000円) × 10%

② 特例控除額 = (都道府県または市区町村への寄附金額 - 5,000円) ×

(90% - 所得税の限界税率)

※限界税率とは、実際にそれぞれの納税者の方に適用される所得税の最高税率をいい、課税所得金額により5～40%と異なります。

特例控除額の創設

控除の額は基本控除額と特例控除額の合計となります。基本控除額の計算式にある10%の内訳は、町民税6%県民税4%です。特例控除額は都道府県又は市区町村への寄附金のみを対象とし、住民税所得割の10%を限度とします。

限度額の引き上げ

税額控除の対象となる寄附金限度額は総所得金額等の25%から30%に引き上げられます。

対象寄附金範囲の拡大

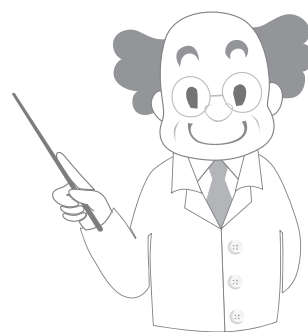
現在は都道府県・市区町村、住所地の都道府県共同募金会及び住所地の日本赤十字社支部への寄附金にだけ認められている控除対象寄附金に、住所地の都道府県・市区町村が条例により指定した寄附金が追加されます。(町が指定した寄附金は町民税から、県が指定した寄附金は県民税から、それぞれ控除します。)

◎ 公的年金からの特別徴収(年金からの天引き)の開始

公的年金から特別徴収する税額は、公的年金の所得に係る 税額分のみを年金から徴収

公的年金受給者の納税の便宜や市町村における徴収の効率化を図るため、公的年金からの住民税の特別徴収(年金からの天引き)を10月支給分より開始します。

対象者は、前年中に公的年金の支払いを受けた方で、当該年度の4月1日に年額18万円以上の老齢基礎年金等を受給している65歳以上の方です。



特別徴収を開始する 平成21年度における徴収

税 額	普 通 徴 収		特 別 徴 収		
	6 月	8 月	10 月	12 月	2 月
	年税額の 1/4	年税額の 1/4	年税額の 1/6	年税額の 1/6	年税額の 1/6

● 年度前半において年税額の1/4ずつを、6月・8月に普通徴収により徴収

● 年度後半において年税額から普通徴収した額を控除した額を、10月・12月・2月における老齢基礎年金等の支払いごとに特別徴収により徴収

課り 務よ 税だ

平成21年度

町県民税・国民健康保険税・介護保険料・ 後期高齢者医療保険料申告受付について

平成21年度の申告が始まります。

この申告は、平成21年度の町県民税、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料の課税、所得課税証明等の資料となる大切なものです。

申告をしなかった場合は、各種控除が認められず、ご本人に不利なことになりますので、申告書は期間内に提出してください。

申告受付期間

2月2日(月)～

3月16日(月)

(土・日・祝日を除く。)

申告受付等

申告書は、できるだけ郵送申告又は税務課、総合支所住民課へ提出いただくようご協力をお願いいたします。

出張申告の日程につきましては、例年どおり申告書に添付します。

なお、申告書は郵送します

が、申告の必要な方でお手元に届いていない方は税務課、各総合支所住民課、出張所に備え付けていますのでご利用ください。

郵送申告について

収入のない方、申告書の書き方について相談の必要がない方は郵送での申告をお勧めします。「申告のてびき」を参考に申告書を作成し、必要書類を添付して返信用封筒(切手貼付不要)で郵送してください。

なお郵送の際には次の点にご注意ください。

①氏名・電話番号は必ず記入してください。

②給与収入、年金収入のある方は必ず源泉徴収票を添付してください。

③各種控除を受ける方は領収書や証明書を必ず添付してください。

※国民年金、国民年金基金の控除を受けられる方は、証明書の添付が必要です。

※寄附金にかかる税額控除を受ける方は、領収書または証明書を必ず添付してください。

申告しなければならない人

平成21年1月1日現在の町に在住し、かつ次のいずれかに該当する人

①農業、営業等の所得者で平成20年中(平成20年1月1日～12月31日)に所得のあった人

②給与所得者で、給与の支払者が「給与支払報告書」をいの町長に提出していない人の町長に提出していない人

③給与所得者で年末調整をされていない人

④平成20年中に生命保険契約等の一時金の所得のあった人

⑤平成20年中に生命保険契約等に基づく年金及び損害保険契約等に基づく年金所得のあった人(個人年金)

- ⑦雑損、医療費控除、生命保険料控除、地震保険料控除、社会保険料控除を受けようとする人
- ⑧公的年金等にかかる所得以外の所得を有しなかった人で、前記⑦の控除及び小規模企業共済等掛金控除、寡婦(寡夫)控除、配偶者特別控除、同居老親などの扶養控除を受けようとする人
- ⑨所得課税証明の必要な人(健康保険、児童扶養手当、福祉年金等の関係で証明が必要な人は、申告しないと証明ができません。)
- ⑩国民健康保険の加入者及びその世帯の世帯主、後期高齢者医療保険の加入者(収入の有無にかかわらず申告してください。)
- ⑪介護保険のサービスを受けようとする人

申告の必要がない人

- ①所得税の確定申告をする人
- ②給与所得者で 給与の支払者が年末調整済の「給与支払報告書」を、いの町長に提出している人

申告に必要なもの

- ①印鑑
- ②所得の算出の基礎となる書

類、帳簿、領収書、源泉徴収票

③国民年金、国民年金基金、小規模企業共済等掛金、生命保険、地震保険の支払証明書、医療費等の領収書又は証明書

注意

①領収書、証明書の提出がない場合は、各種控除が受けられませんので、忘れないようにご持参ください。

※社会保険料控除のうち国民年金、国民年金基金については、金額の多少に関わらず証明書の添付が必要です。

※寄附金にかかる税額控除を受けようとする人は領収書又は証明書の添付が必要です。

②申告は、個人単位ですので、同一世帯内に2人以上の申告義務者がいる場合、それぞれ申告をしなければなりません。

問い合わせ
税務課

☎ 893-1118
吾北総合支所住民課

☎ 867-2300
本川総合支所住民課

☎ 869-2112

成人式が開催されました



謝辞を述べた
筒井ひかるさん

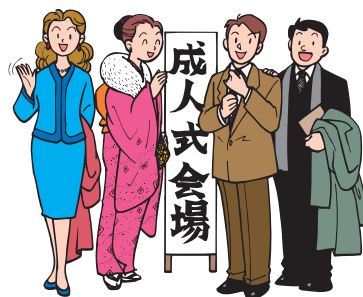


記念品を受け取った
浅野恭司さん

1月3日、すこやかセンター伊野で成人式が開催され、20歳を迎えた282名が成人の仲間入りをしました。式典に参加された新成人の方々は、久しぶりの再会を楽しみ、お互いの近況を話したり、写真を撮ったりと成人となった喜びを分かち合っていました。

式典では来賓の祝辞を受け、筒井ひかるさんが、「社会人としての義務と責任を自覚するとともに、今後個人個人が自己完成に努め、地域の繁栄、郷土の発展のため、力を尽くしたい。」と謝辞を述べられました。また町からの記念品を、新成人を代表して浅野恭司さんが受け取られました。

社会教育課



アトラクションで演奏を披露していただいた「吾北一番風」の皆さん。メンバーの一人が今年めでたく新成人となりました。





裁判員制度説明会兼法廷見学会

5月21日(木)から裁判員制度が始まります。

高知地方裁判所では、次のとおり、裁判員制度の説明会及び法廷見学会を実施します。

裁判員制度の内容や手続きのわかりやすい説明を聞いたり、実際の法廷や評議室を体感してみませんか。

ご応募お待ちしております。



▶ 日 程 2月19日(木) 15:00～15:50

3月19日(木) 15:00～15:50

▶ 集合場所 高知地方裁判所 6階大会議室

▶ 内 容 裁判官による裁判員制度説明
法廷等見学(裁判員候補者待機室・
質問手続室・法廷・評議室)
(法廷見学は、裁判がある場合は、裁判
傍聴になります。)

▶ 定 員 毎回先着40名

▶ 申込方法 高知地方裁判所総務課庶務係へ電話
でお申し込みください。

☎ 822-0340 (内線 607～609)

入札結果のお知らせ (H20.10～12)

入札日	工 事 名	契約金額(円)	落札業者
10月23日	20吾建工第46号 平成20年度川原田1号用排水路新設工事	11,025,000	有限会社岡林土建
10月23日	20吾建工第68号 平成20年度大平用排水路新設工事	19,687,500	国友商事株式会社
10月27日	20上水第5号 平成20年度いの町天神地区大口径配水管布設替工事 2工区	204,130,500	隅田・西川・伊藤特定建設 工事共同施工企業体
10月30日	20技第2号 平成20年度吾南用水左岸擁壁変状復旧対策工事	19,005,000	有限会社開洋建設工業
11月18日	20下水都第7号 平成20年度町道西浦田地1号線雨水幹線改良工事(その1)に伴う配水管移設工事	12,222,000	有限会社池澤設備
11月19日	20森開第2号 平成20年度林道中野川長又線開設工事	29,820,000	中田建機有限会社
12月9日	20吾建工第76号 平成20年度町道十田線道整備交付金工事	10,132,500	株式会社四国ネット
12月11日	道交第2-9-48-3号 平成20年度町道茂地裏線道路改良工事	15,750,000	株式会社森本興業

平成20年12月分

いの町上水道 水質検査結果

※検査成績書につきましては、いの町役場ホームページに掲載しています。

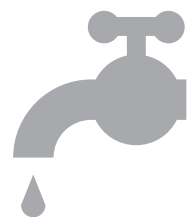
南上水水系
公園町水系

音竹水系

		単位	基準値	伊野南	伊野
法令9項目	一般細菌	/mL	100以下	0	0
	大腸菌	—	検出されないこと	検出せず	検出せず
	塩化物イオン	mg/L	200以下	3.9	2.6
	有機物	mg/L	5以下	0.5未満	0.5未満
	PH値	—	5.8以上8.6以下	7.1	7.4
	味	—	異常でないこと	異常なし	異常なし
	臭気	—	異常でないこと	異常なし	異常なし
	色度	度	5以下	1未満	1未満
	濁度	度	2以下	0.1未満	0.1未満

		単位	基準値	音竹地区	天神地区	枝川地区	枝川管末
法令9項目	一般細菌	/mL	100以下	0	0	0	—
	大腸菌	—	検出されないこと	検出せず	検出せず	検出せず	—
	塩化物イオン	mg/L	200以下	6.5	6.3	5.0	—
	有機物	mg/L	5以下	0.5未満	0.5未満	0.5未満	—
	PH値	—	5.8以上8.6以下	7.1	7.1	7.2	—
	味	—	異常でないこと	異常なし	異常なし	異常なし	—
	臭気	—	異常でないこと	異常なし	異常なし	異常なし	—
	色度	度	5以下	1	1	1未満	2
	濁度	度	2以下	0.1	0.2	0.1未満	0.2
法令外	鉛、化合物	mg/L	0.01以下	0.001未満	0.001	0.001未満	—
	鉄、化合物	mg/L	0.3以下	0.03未満	0.03未満	0.03未満	0.03
	マンガン	mg/L	0.05以下	0.01	0.011	0.007	0.007

○51項目の水質検査結果は町役場ホームページに掲載しています。





いの町地球温暖化対策推進実行計画 の取組について

いの町役場では、地球温暖化対策推進のため、全職員による温室効果ガスの削減に向けた取組を行っています。

この計画は、平成19年度から平成23年度の5か年で、平成17年度の基準値からそれぞれの項目で3%削減を目標としています。

平成19年度の調査結果を公表します。

項 目	削減目標	平成19年度実績
ガソリン	3%削減	6.5%削減
灯 油	3%削減	8.9%削減
軽 油	3%削減	13.6%削減
重 油	3%削減	13.7%削減
LPガス	3%削減	5.6%削減
電 気	3%削減	4.4%削減



京都議定書6%削減目標の 達成に向けた取組について

日本では、家庭部門の二酸化炭素(CO₂)排出量の削減目標を2010年までに3,800万トンとしています。

これら削減目標を達成するために、一人ひとりができることから取組をお願いします。

ライフスタイルを見直して、
1人1日で1kgを目指して
CO₂ダイエット

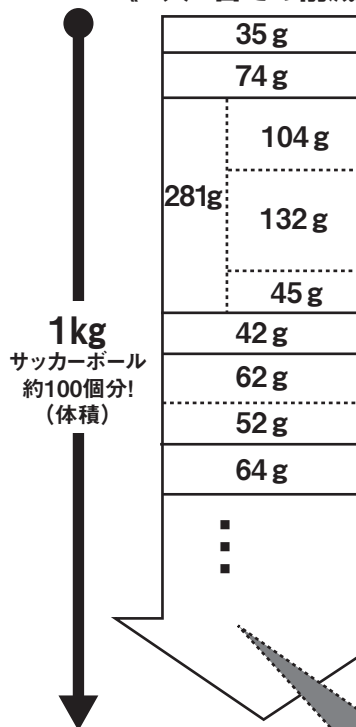
積み重ねで +

1kg × 1億2,800万人
× 365日
= 約4,700万t/年

>

家庭部門の削減目標
約3,800万t/年

《1人1日での削減量》



【温度調節で減らそう】 冷房28℃、暖房20℃にしよう

例えば、冷房の温度を1℃高く、暖房の温度を1℃低く設定すると
1人1日で35gの削減(1世帯1年間では約33kgの削減)

【水道の使い方で減らそう】 蛇口はこまめにしめよう

例えば、シャワーを1日1分減らすと
1人1日で74gの削減(1世帯1年間では約69kgの削減)

【商品の選び方で減らそう】 エコ製品を選んで買おう

例えば、身近な家電製品(エアコン、冷蔵庫、照明)をエコ製品に買い替えると
1人1日で281gの削減(1世帯1年間では約262kgの削減)

【自動車の使い方で減らそう】 エコドライブをしよう

例えば、1日5分間のアイドリングストップを行うと
1人1日で42gの削減(1世帯1年間では約39kgの削減)

【買い物とゴミで減らそう】 過剰包装を断ろう ゴミをしっかりと分別しよう

例えば、マイバッグを持ち歩き、省包装の野菜などを選ぶと
1人1日で62gの削減(1世帯1年間では約58kgの削減)
例えば、ゴミの分別を徹底し、廃プラスチックをリサイクルして焼却量を減らすと
1人1日で52gの削減(1世帯1年間では約48kgの削減)

【電気の使い方で減らそう】 コンセントからこまめに抜こう

例えば、テレビなどの主電源を切り、長時間使わないときはコンセントから抜くと
1人1日で64gの削減(1世帯1年間では約60kgの削減)

公募したアイデアなどにより更に削減を目指します

<CO₂削減量>「身近な地球温暖化対策～家庭でできる10の取り組み」(環境省)他より



農業委員会委員選挙人名簿の縦覧について

平成21年1月1日現在の有資格者をもって調整した、いの町農業委員会委員の選挙人名簿の縦覧を次のとおり行います。

農業委員会委員選挙人名簿は、毎年選挙権のある方からの申請により調整されることから、登録には本人からの申請又は農業委員会が作成した申請書に代わる書類が必要です。

▶ 期 間 2月23日(月)～3月9日(月)

▶ 時 間 8:30～17:30

▶ 場 所 役場本庁 選挙管理委員会室
(ただし、土・日曜日は宿直室)

吾北総合支所1階事務室、本川総合支所1階事務室

▶ 登録対象 平成元年4月1日以前に生まれた方で、平成21年1月1日現在、いの町に住所を有し、10アール以上の農地につき、耕作の業務を営む方及びその方の同居の親族又は同居の親族の配偶者で、年間おおむね60日以上耕作に従事していると農業委員会が認めた方。

選挙管理委員会

☎ 893-1113



第35回難病医療・福祉相談会

医療福祉無料相談会を佐川町で開催します。病気や生活で困っていることや悩んでいることがありますか？どなたでも参加できますので、気軽に相談においでください。

▶ 相談にのってくださる先生方

内 科 三宅 普先生(島津病院)

神経内科 中澤宏之先生(南国病院)

整形外科 廣瀬大祐先生(ひろせ整形外科リハビリテーションクリニック)

小 児 科(肥満・糖尿病)

岡田泰助先生(もみのき病院)

※歯科衛生士による口の相談もあります。

▶ 日 時 3月1日(日)

【受付】12:30～14:00 【相談】13:00～15:00

▶ 場 所 佐川町健康福祉センターかわせみ

▶ 申込締切 2月20日(金)

準備の都合もありますので、できるだけ事前に申し込みをお願いします。当日の急な参加の方も受け付けしますので気軽においでください。相談者の個人情報 は 秘密厳守で他の目的での使用はしません。

▶ 申 込 先

高知県中央西福祉保健所健康障害課

高岡郡佐川町甲1243-4

☎ 0889-22-1249

FAX 0889-22-9031

▶ 主 催

NPO法人高知県難病団体連絡協議会

高知市弥生町7-8

☎ 885-1053

FAX 885-1052

▶ 共 催 高知県



「平成20年度中山間地の砂防を考える IN SHIKOKU」を開催します！

「平成20年度中山間地の砂防を考える IN SHIKOKU」を開催します。

中山間地は、土砂災害の危険が高い一方、少子高齢化や過疎化により、地域の防災力が低下している現状にあります。

「平成20年度中山間地の砂防を考える IN SHIKOKU」では、講演とパネルディスカッションを行い、「地域とともに、活力ある中山間地へ」をテーマに中山間地が抱える課題を防災面等から考察し、地域

の防災力の向上と、地域活性化のあり方について、具体例を参考に議論します。

申し込みは不要です。また入場無料ですので、多くの方がご来場くださいますようお願いいたします。

▶ 日 時 2月21日(土) 13:30～16:40

(開場12時30分～)

▶ 場 所 すこやかセンター伊野

▶ 問い合わせ 技術監理課

☎ 893-1114



吉野川水系河川整備計画【原案】について公聴会を開催します！

「吉野川水系河川整備計画【原案】」公聴会を開催します。公聴会では、あらかじめ申し込みいただいた方の中から選定した公述人による意見陳述を行います。

公聴会の傍聴を希望される方は直接会場へお越しください。

▶ 日 時

2月22日(日)13:00～17:00(受付12時～)

▶ 場 所 土佐町保健福祉センター2F あじさいホール
(土佐郡土佐町土居206)

▶ 傍聴定員 先着100名 申し込みは不要です。

▶ 問い合わせ 国土交通省 四国地方整備局

☎ 087-851-8061(代表)

徳島河川国道事務所 地域連携課

☎ 088-654-2211(代表)



人権の話

いの人権擁護委員協議会で募集した「2008中学生人権標語・マンガ」に応募された多くの作品の中から、いの町人権担当者並びに人権擁護委員から高く評価された神谷中学校1年生中平直美さんの作品

「聞いてみよう 一人一人の 心の声」

が、最優秀賞に選ばれました。

12月11日、同校で校長先生はじめ多くの先生方に見守られる中、人権擁護委員から表彰状が手渡されました。

中平直美さんは、「これから成長していく過程で、人権の意味を深く知り、もっともっと勉強していきたい。」と感謝の意を述べておられました。

なお、この標語はタオルに印字され、人権啓発物品としてのいの町内で配られています。

人権擁護委員



■人権擁護委員無料相談のご案内

地区	今月の相談日	相談時間	開催場所
伊野	2月18日(水)	10:00～15:00	伊野公民館

■法務局相談窓口・問い合わせ

(祝休日を除く月曜日から金曜日まで 受付8:30～17:00)

高知地方法務局いの支局(いの町1290-4)	893-0343
------------------------	----------

■人権擁護委員の連絡先

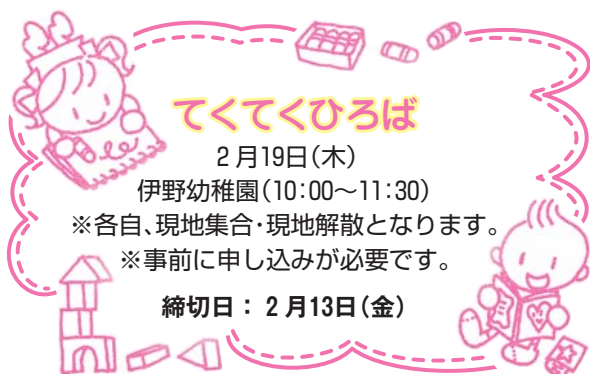
氏名	住所	電話番号
杉本 寛子	いの町6466-5	892-2513
尾崎 正敏	〃 神谷817	893-5452
横川 順子	〃 天王北4丁目12-7	891-6944
杉本 善雄	〃 枝川2881	893-3717
高瀬 科子	〃 波川610-3	892-3635
曾我 定子	〃 下八川丙644-1	867-3224
岡林 瑞子	〃 大森91-14	869-2500



ぐりぐらひろばからのお知らせ

親子が集える遊びの広場“ぐりぐらひろば”をいの町総合健康センターで平日開催しています。お気軽にお越しください。

ぐりぐらひろばでは、2か月に1度のホッとママ講座、各保育園・幼稚園に出向いての遊びの広場(てくてくひろば)も行っています。



ホッとママ講座

◆子育て座談会◆

日時	3月6日(金) 10:00～11:30
場所	いの町総合健康センター内 集会室
講師	澤田 敬 先生 (元県立中央児童相談所 医務主任)
定員	15名 (事前に申し込みが必要です。)
受付 託児	2月9日(月)～ 子育て応援団グーチョキパーの皆さんが、15名まで託児をしてくださいます。 (定員になり次第、締め切ります。)

☆申込・問い合わせ

ぐりぐらひろば ☎ 892-3151



『シルバーハウスの』入居者募集

『シルバーハウスの』の入居者募集を次のとおり行います。



▶ 入居資格

現在、いの町に住所を有する65歳以上の虚弱な高齢者であり、夫婦等の二世帯で、現に住宅に困窮している方。

▶ 申込書配布及び受付期間

2月16日(月)～2月27日(金)
8:30～17:30(ただし、土・日・祝日を除く。)

▶ 部屋の概要

募集戸数 2人室1戸
場 所 いの町6032番地3
間 取 り 1LDK

▶ 使用料

入居者の収入により、4,800円～24,000円

▶ その他

入居が決定した際には、収入申告及び保証人が必要となります。

▶ 申込書配布・受付・問い合わせ

福祉課(すこやかセンター伊野内) ☎ 893-3810
吾北総合支所ほけん福祉課 ☎ 867-2312
本川総合支所ほけん福祉課 ☎ 869-2114



戦没者追悼式(吾北地区)

平成20年度吾北地区戦没者追悼式を下記日程で行います。

ご参列くださいますようお願いいたします。

▶ 日 時 2月20日(金)
▶ 受 付 9時30分

▶ 開 式 10時
▶ 場 所 吾北中央公民館 2階大ホール
▶ 問い合わせ
吾北総合支所ほけん福祉課 ☎ 867-2312



2009年度高知短期大学(2年制・夜間)・社会人学生募集

高知短期大学の社会人学生募集が始まります。設置学科は「社会科学科」です。法律、経済、政治など現代社会の仕組みをじっくり学び、新たな社会を切り拓く力を養います。キャンパスは高知城近くにあり、授業は18時から21時過ぎまでです。毎日通えないという人のために「長期履修学生制度」もあります。短大には、年齢も職業も経験も異なる様々な人たちが通っています。学びたいという気持ちをお持ちの方は是非お問い合わせください。

*社会人後期入試

▶ 受験資格 高卒又はそれと同等と認められた方で22歳以上の方

▶ 選考方法 自己推薦書などの書類と面接によって選考します。

▶ 入試説明会 2月2日(月)
18時～ 本学2階会議室

▶ 出願期間 2月12日(木)～20日(金)

▶ 試験日 (面接) 3月1日(日) 13時～

▶ 問い合わせ

高知短期大学学生課 ☎ 873-2159
受付時間 14:00～19:00
ホームページ (<http://www.kochi-wu.ac.jp/kjc/>)

受
け
て
い
ま
す
か

予
防
接
種

▶ 平成8年3月生まれの方

二種混合予防接種

対象年齢 11歳以上13歳未満

13歳になる日の前々日までに受けてください。

例)平成8年3月8日生まれ

→平成21年3月6日までに受ける

▶ 平成19年3月生まれの方

麻しん風しん混合予防接種(1期)

対象年齢 1歳以上2歳未満

2歳になる日の前々日までに受けてください。

例)平成19年3月8日生まれ

→平成21年3月6日までに受ける

▶ 平成20年9月生まれの方

BCG:対象年齢 6か月未満

6か月になる日の前々日までに受けてください。

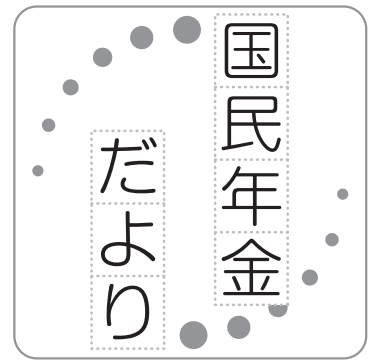
例)平成20年9月8日生まれ

→平成21年3月6日までに受ける

**対象年齢を過ぎてしまいます!
まだ受けていない方は早めに受けましょう。**

※転入された方、予診票をお持ちでない方は下記までご連絡ください。

ほけん課(すこやかセンター伊野内) ☎ 893-3811
吾北総合支所ほけん福祉課 ☎ 867-2312
本川総合支所ほけん福祉課 ☎ 869-2114



お知らせ 国民年金保険料の 納付は「口座振替」 で前納がお得です

1年前納（4月～翌年3月分）及び6か月前納（4月～9月分・10月～翌年3月分）は、「口座振替」をご利用いただくと、納付書（現金）で前納するよりも割引額が高く、さらにお得になります。

○月々の納付も口座振替の「早割」ならお得です

口座振替による毎月納付の場合、通常の振替日は翌月末ですが、当月末振替の「早割」をご利用いただくと、保険料が割引となりお得です。

〔例〕3月中に登録をした場合

通常の口座振替（翌月末振替）	
保険料	口座振替月
3月分	↓ 4月末日
4月分	↓ 5月末日
5月分	↓ 6月末日

早割の口座振替（当月末振替）	
保険料	口座振替月
3月分	↓ 4月末日
4月分	↓ 4月末日
5月分	↓ 5月末日
6月分	↓ 6月末日

※月末が金融機関の非営業日の場合、振替日は翌営業日となります。
※早割の初回振替は原則2か月分（前月分・当月分）となります。
また、割引は4月（当月）分以降の保険料からとなります。

《参考》平成21年度割引額 平成21年度保険料

14,660円

現金納付の場合	
毎月納付	割引なし
6か月前納	710円
1年前納	3,120円

口座振替の場合	
毎月納付	50円※
6か月前納	1,000円
1年前納	3,690円

※早割を利用した場合

○口座振替の申し込みは…

年金手帳又は納付書、預

（貯）金通帳、預（貯）金通帳の届出印を持って、金融機関や郵便局又はお近くの社会保険事務所まで申し込んでください。（金融機関で申し込みは2月末日までお願いいたします。）
なお、口座振替による1年前納及び6か月前納（4月～9月分）は、4月末日の引き落としとなります。

※すでに口座振替で前納をされている方につきましては、改めて手続きの必要はありません。

お知らせ クレジットカード 納付について

クレジットカード納付は被保険者ご自身から事前に申し込みいただき、以後、継続的にクレジットカード会社が社会保険庁に立替納付を行うものです。（クレジットカードを提示され、直接納付いただく方法ではありません。）
クレジット納付を希望の場合は、高知西社会保険事務所へ申し込んでください。

☎ 875-1771
なお、クレジットカード納付では口座振替による当月末

振替【早割】は適用されません。また、6か月前納・1年前納の割引額は現金納付の割引額となります。

お知らせ 長寿医療制度 （後期高齢者医療制度） 高額療養費の払いもどし 申請について

○長寿医療制度では、医療機関で支払った1か月の自己負担額が高額になり、払いもどしの該当となった方には申請の通知をお送りします。

○申請は初回のみです。2回目以降、高額療養費の該当になった場合は、届け出されている指定の金融機関の口座へ振り込まれるようになります。

○銀行の口座番号や口座の名義人等の変更があった場合には、届け出をお願いします。

●申請時に必要なもの：被保険者証、認印、口座番号のわかるもの

お知らせ 入院時の食事代等の 自己負担額減額について

○平成20年度の市町村民税が

非課税の世帯に属する方は、「限度額適用・標準負担額減額認定証」を医療機関に提示することで、自己負担額や食事負担額が軽減されます。

○申請をすれば、申請をした日の属する月の初日から有効の認定証が交付されます。

○認定証の交付を受けずに、医療機関の窓口で食事代等を支払われた場合、原則として、入院時にさかのぼって食事代等の軽減を受けることはできません。医療機関へ入院される際など、認定証が必要な場合は、早めに申請の手続きを行ってください。

●申請時に必要なもの：被保険者証、認印

問い合わせ

高知県後期高齢者医療広域連合
☎ 821-4525（代表）

町民課

☎ 893-1117

吾北総合支所住民課

☎ 867-2300

本川総合支所住民課

☎ 869-2112



仁淀消防組合管内統一防火標語決まる

仁淀消防組合が、管内（いの町・日高村）の小学校・中学校・女性防火クラブの方から防火標語・図画を募集したところ、多数の応募作品が寄せられました。

いずれも秀作ぞろいでしたが、次のとおり優秀作品、優良作品が選ばれました。

【防火標語の部】

優秀

気をつけて 少しのゆだんが 火事のもと
（佐川町日高村学校組合立加茂中学校 3年 大山 美布結さん）

優良

天ぷら中 油断しないで お母さん
（伊野南中学校 3年 堀地 早紀さん）
火災なし 安全安心 笑顔のまち
（日高女性防火クラブ 山岡 弘子さん）
警報器 安心するな 自己管理
（三瀬女性防火クラブ 山本 千津子さん）

【防火図画の部】

優秀

伊野南小学校	船附 太一さん
伊野南小学校	勝賀瀬 真友さん
伊野南小学校	野田 和秀さん
伊野小学校	片岡 遥香さん
枝川小学校	梅原 彩夢さん
上八川小学校	川村 亜未さん
佐川町日高村学校組合立加茂小学校	西岡 若菜さん
佐川町日高村学校組合立加茂小学校	岡林 優さん

防火標語優秀作品は、消防本部、各分署庁舎前面に1年間掲示し、防火広報に役立たせていただきます。さらに入賞者の標語と図画を使用して、平成21年の防火カレンダーを作成しました。

管内の学校・病院・事業所等に掲示しますので、火災予防の啓発に役立ててほしいと願っています。

『みんなで築こう、考えよう！男女共同参画社会』 ～講演会開催～

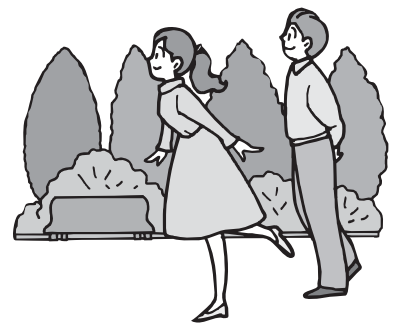
「男女共同参画」とは、「男女がお互いの人権を尊重しながら家庭・地域・学校・職場でそれぞれの個性と能力を発揮でき、責任も喜びも分かち合う」ことです。

そのためには、「男だから、女だからこうしなくてはいけない」という意識に縛られずに、一人ひとりが自分らしく生きていける、選択できる、決定できるようになることが大切です。

男女がともに自分らしく、いきいきと暮らせる社会を目指して「男女共同参画」について一緒に考えてみませんか？

お誘い合わせのうえ、是非お越しください。

（どちらか一方の講演会に参加していただいてもかまいません。）



【第1回】

日 時 2月15日(日) 14時～
場 所 すこやかセンター伊野
内 容 「みんなで考えよう、男女共同参画」
講 師 こうち男女共同参画センター「ソーレ」
事務局長 宮本 福一

【第2回】

日 時 3月1日(日) 14時～
場 所 天王コミュニティーセンター
内 容 「ちがう？ちがわない？女と男」
講 師 こうち男女共同参画センター「ソーレ」
サポーター講師 木村 昭子

▶ 問い合わせ 企画課 ☎ 893-5855

2月・3月の催し物

紙の博物館

☎ 893-0886

- 第24回書き初め作品展
1月25日(日)～2月8日(日)
1月11日(日)に開催された書き初め大会の作品を一堂に展示します。
- 高知県山岳連盟 ヒマラヤ・ラトナチュリ登山隊写真展
2月11日(水)～2月24日(火)
昨年秋ヒマラヤのラトナチュリに登山した隊員が撮影した写真約80点を展示します。登山の活動の様子や大自然が写しだされています。
- 第2回全国土佐和紙はがき絵展
2月15日(日)～4月19日(日)
土佐和紙の素晴らしさを知ってもらおうと昨年に引き続き土佐和紙に描いたはがき絵を全国から募集しました。土佐和紙の魅力と小さなはがきから広がる世界を感じる作品を展示します。
- 土佐和紙とオリガミ
2月18日(水)～3月15日(日)
オリガミの歴史や日本有名作家の作品や連鶴等を展示します。2/28・3/1の各午後1時～と午後3時～はお雛様折紙作家丹羽兎子さんが講師で折り紙をします。こちらは各回20名ですので紙の博物館

館にお申し込みください。会期中(2/28・3/1は除く)は柳井陽子さんが講師で型染めした紙で折り紙をします。土佐和紙の可能性にふれてみてください。(どちらも参加料500円)

- 第12回桂月会石展
2月27日(金)～3月1日(日)
桂月会の会員による石展を開催します。水石や室戸鉄丸石など30点余を展示します。

ギャラリー・コパ

☎ 893-1200

- ◇しばた市。
shibata keiko
illust collection 2004-2008
1月23日(金)～2月8日(日)
フリーのイラストレーターとして活躍中の柴田ケイコさんの展覧会です。
2004年～2008年の間に制作したイラスト20点とその間依頼されて作ったパンフレットやポスター、合わせて40点と柴田ケイコさんのオリジナルグッズを展示します。
- ◇いのおかこばひろ
2月10日(火)～2月25日(水)
きんこん土佐日記でおなじみのマンガ家村岡マサヒロさんの展覧会です。作者が生まれ育った町の

をテーマに魅力あるいの町の街並みの作品を約80点、現在の仕事ぶりがうかがえるマンガなどの平面作品や単行本やポストカード等を展示します。

- ◇春まち展
2月11日(水)～2月16日(月)
いの町の雑貨屋マロンの展示会です。縁起物のふくろうやカエル、豚などの置物、猫グッズなど、手に取ると可愛くて楽しいものばかりです。また、桜もようの和の小物など、合わせて、約150点を展示販売します。
- ◇「伊野の漉き人たち」Ⅳ
2月28日(土)～3月8日(日)
伝統ある手すき和紙の技術を習得するため、いの町で紙漉きの技術を習得中の人、習得後自立し技術を磨いている人たちの姿を紹介した企画しました。職人たちが情熱を注いで作った作品、約300点を展示販売します。
- ◇ハンドメイドパーティーⅦ
3月12日(木)～3月15日(日)
昨年の展示会から一年、物作りの好きな仲間が展示会を目標に作った、パッチワークの袋物や、入園、入学グッズ、エプロン、ビーズアクセサリー等、約350点を展示販売します。

土佐和紙工芸村びより

2月
催し

ギャラリー創

福井匡子 写真展
2月20日(金)～2月28日(土)
9:00～17:00
(ただし、水曜日[定休日]を除く。)

いの町在住写真家福井匡子さんによる、土佐の神楽写真を展示します。本川(大森八幡宮・長沢白髪神社・越裏門白髪神社・脇の山地主神社)・池川(池川神社)・安居(安居神社)・椿原(ゆすはら座(津野山))など、伝承神楽40点余りを展示します。

ギャラリー ぼくにんか

**横田真由美
黒のフォーマルウェア展**
2月7日(土)～3月1日(日)
10:00～17:00
(ただし、水曜日[定休日]を除く。)

黒のフォーマルは、人生のなかで時に必要ですが、なかなかいいデザインのものが見つかりません。デザイナー横田真由美さん(香川県)による、喜びの日にも着ていただける、自由に遊び心にあふれた黒のお洋服をご覧ください。

いの流水俳壇

松尾 満津於選

「当季雑詠」

ふところに一村抱き山眠る

刈谷 志津

(評)さすがにベテランの句「眠る山」ではなく「山眠る」である。多くの山が長く連つていて、村がその中に存在している。「抱き」に一村の存在を描出し、その裏に作者の感情も載せ、山も村も眠りにつくという。春の山が笑ふように感ずるのに対し冬の山は眠るように見えるのである。

次々と書き込みありて古暦

大川 節弥

(評)年の暮も近づいて使い古した暦のことで、これ以後の暦は古暦となる。年の暮れまでは、まだ古暦にも用がある。四、五枚に残ったカレンダーも亦古暦である。古暦には一年中の行事や冠婚葬祭

等が細やかに書き込まれており、日記代りのものもあるうし、保存して家累代の蔵書となるかも知れない。疎かに扱えないのも古暦。

天辺に残りて淋し木守柿

森岡 照月

(評)木守柿は収穫が終った柿の木に残された柿のことで、柿の木に感謝する意味と、その柿の収穫が来年の柿の収穫へも繋がり、害虫・外敵など駆除してくれた澤山の鳥類にも感謝、お礼の意味を込めて取り残した柿のことで、成った柿の多少に係ることではないのである。

恙なく生きて米寿や歳暮る

筒井 文

(評)生活の態度がしっかりとっているから、米寿を迎えても病氣などせず、元気で新しい年が迎えられるのです。そのことは大変幸福な事です。「恙なく生きて」は自分自身現在の生き方に直情の視線を向けた言葉だと思うのですが……。

冬ざれや傾くまの貸家札 岡本とも子

毛糸編む娘らの昔を膝掛けに 竹崎 光子

寒月が愉快寅彦ってどんな人 秋田 律子

吾が余生自問自答の夜長かな 川村 博子

取り消せぬ失言もあり凍てる月 友草 水月

おでん屋の歌声昭和の生きてをり 間 浩太

しつとりと馬頭観音初時雨 津田 久美

隣島黄タンポポの返り花 弘瀬うき子

露天湯に頤浸し冬の月 村上 郁子

孫ひ孫の誕生日に○初暦 間 信子

つるもどき一括りして活けにけり 片岡 包女

白菜の俵積み上げ無人市 伊藤 たみ

手枕の園児の笑顔冬うらら 筒井 一平

冬枯れの溪に流れて大師水 松尾満津於

次 題 「当季雑詠」
締め切り 毎月第2月曜日

投句先

吾北教育事務所 上八川甲2010

867-2133



毎年2月は「北方領土返還運動全国強調月間」です

択捉島、国後島、色丹島、歯舞群島の北方四島は、未だかつて一度も外国の領土になったことのない日本固有の領土です。

「四島(しま)返還 あなたの声こそ 力です」

(平成20年度北方領土に関する標語最優秀作品)



水中運動のススメ



「膝痛解消筋力アップコース」に引き続き、10月15日～11月28日の期間、吾北むささび温泉の歩行浴プールを利用して水中運動教室「脱メタボコース(全12回)」を開催しました。

12月5日の脱メタボコース結果報告会では、「体重や腹囲の減少」「血圧の低下」「下肢筋力の向上」など水中運動をきっかけにして、脱メタボを目標に頑張った成果が出ていました。今回は、その成果と膝痛予防に効果のある水中運動の一つをご紹介します。

水中運動の結果、変化があった項目(脱メタボコース結果報告会より)

	初日平均	最終日平均
体重	65.2kg	64.4kg
腹囲	94.0cm	92.2cm

血圧の変化	初日平均	最終日平均
最高血圧	131.9mmHg	122.9mmHg
最低血圧	82.2mmHg	76.7mmHg

体力測定では、大腿四頭筋(太もも前の筋肉)・中殿筋(お尻の筋肉)の筋力向上や、開眼片足立ち(バランス能力の向上)・Time up & Go(歩行時間)で効果が見られました。

やってみよう！水中運動 ～膝痛予防編～

<ウォーキング 1種目3分程度>

1

ナチュラルウォーキング (普通歩き)

【普通の歩幅で歩く】

2

ダイナミックウォーキング (大股歩き)

【膝を持ち上げた状態からキックし大きく1歩を出す】



3

サイドウォーキング (横歩き)

【横に大きく足を出し、しこを踏むように歩く】

4

カールキックウォーキング

【かかとを同じ側のお尻に近づけ、かかととお尻で水を挟むように足を蹴る】



5

バックウォーキング (後ろ歩き)

【つま先からかかとに体重を移動し、腰を楽にして歩く】



<筋トレ 各10回2セット>

1

前キック

【膝を持ち上げて、前に伸ばす(つま先は上方向へ)】

2

足の横上げ

【足を横に上げておろす。おろす時は内側で水を挟むように】

3

足の後ろ上げ

【足を後ろに上げる。腰をそったり、体が前に傾かないように注意】



問い合わせ

ほけん課(すこやかセンター伊野内) ☎ 893-3811

吾北ほけん福祉課 ☎ 867-2312

本川ほけん福祉課 ☎ 869-2114



仁淀病院からお知らせ

がん検診

～大腸がん検診について～

昭和56年以降、「がん(悪性新生物)」は死亡原因の第1位を占めるようになり、現在がんによる死亡者数は年間30万人を超えています。近年、がんのなかでも、「大腸がん」の急増が懸念されています。

大腸がんの罹患数(病気にかかった人)は、男性は5万8,139人で2位、女性では4万1,998人で1位となっていて、男女を合わせると1位の胃がんに次いで2番目に患者さんが多いことになります。死亡数を2007年のデータで見ると大腸がんによる死亡数は、女性1万9,003人で1位、男性は2万2,833人で3位、男女合計では4万1,836人が亡くなっています。しかし診断と治療の進歩により、一部のがんでは早期発見、そして早期治療が可能となってきました。がん検診はこうした医療技術に基づき、がんの死亡率を減少させることができる確実な方法です。

大腸がんの一次検診では、便潜血検査だけが科学的に有効であると証明された方法です。便潜血検査は検便によって、便のなかに血液が混じっているか否かで、がん又はがんを誘発しやすいポリープの有無を調べる検査で、職場や地域の集団検診などで普及しています。便潜血検査で異常ありと判定された場合は大腸内視鏡検査による精密検査が必要です。

2007年春に発表された大規模疫学調査「大腸がん検診受診と大腸がんとの死亡率の関係」は、1990年から2003年までの13年間にわたり、40～59歳の男女・約4万2,000人を追跡調査し、分析した結果、大腸がんで死亡した人の危険率(ハザード比)は、便潜血検査受診者グループが受診していない人の0.28倍で、便潜血検査受診者は約7割も死亡率が少ないという結果でした。同調査は大腸がん検診を受けること

で、大腸がんが早期に発見される可能性が高くなり、死亡を予防できるとしています。無症状のうちに検診を受診した人では、早期の大腸がんが発見される可能性が高く、その段階で治療すれば、非常に高い確率で治癒が可能です。

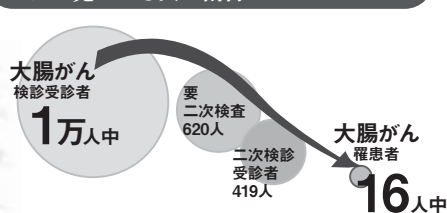
日本対がん協会が2005年に全国の支部で行った大腸がん検診の結果では、受信者数は212万1,425人ですが、1万人当たりで見ると、620人が一次検診で「異常あり」と判定され(要精査率6.2%)全大腸内視鏡検査などの二次検診(精密検査)を受けるように勧められています。しかし、実際に二次検診を受けた人は620人中419人(精検受診率67.6%)でした。そして、419人の中から16人(0.16%)に大腸がんが発見されています。

以上のように便潜血検査による大腸がん検診は、早期発見・適切な早期治療によって大腸がんによる死亡率を下げるうえでは有効です、また大腸がん検診は大腸がんを見つけるためのものですが、それ以外にも大腸ポリープ(良性腫瘍)を発見して治療に結びつけることができます。しかし、偽陰性(実際にはがんが有るにも関わらず異常なしと判定されること)もありますので毎年検査を受けることをお勧めします。

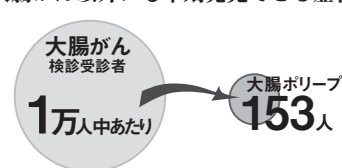
すでに便秘や腹痛、肛門出血のように気になる症状がある(特に最近出現した)場合には、消化器科のある病院で診察を受け、担当医と相談のうえ大腸内視鏡検査による精密検査を受けることをお勧めします。また、日頃より運動不足と肥満を解消し、禁煙、お酒や加工肉の大量摂取を控えるなど、大腸がんの一次予防を同時に実践して、大腸がんにならないように、努力していくことが大切です。

消化器内科 大川内孝治

大腸がん二次検診を受ける必要のある人、
がんが見つかる人の割合



(参考)
大腸がん以外にも早期発見できる症状

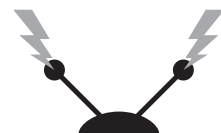


大腸がんの臨床病期別5年生存率 (1997～1999年：初回入院治療症例)

	臨床病期	I	II	III	IV	全症例	手術症例	病期判明率	追跡率
結腸	生存率	99.0%	92.6%	75.7%	17.0%	5237	4009	67.1%	95.5%
		95.4%	87.2%	71.6%	15.8%	3151	2520	69.8%	97.6%
直腸									

日本対がん協会ホームページより

「開かれた学校づくり」から発信



このコーナーでは、各園・学校の取組や様子をお知らせし、地域の学校としての情報発信をしています。地域の皆様には、様々な取組にご理解とご協力をいただいておりますが、今後とも地域ぐるみで子どもの健全育成に関わってくださいますよう、よろしくお願いします。

清水幼稚園・清水第一小学校

体も頭も使って、元気です！ 清水幼稚園・第一小学校では、いろいろなことに全員で挑戦しています。小さい子はできることを、上級生はたくさんのかことを引き受けて、一人ひとりが一歩ずつ前を目指し、みんなで働いたり、学び合ったり、創り上げたりして頑張っています。その一端を紹介します。

♡**せっせ、せっせ** 幼稚園では、「働く」経験を楽しんでいます。先生と一緒に落ち葉集めや、春を楽しみにサヤエンドウ育て。もう一輪車だって上手に押せます。

干し柿作りにも挑戦しました。早く甘くならないかなあ。

♡**みんなで力を合わせると** 小学校の全校総合学習は「清水のお宝発見」。1学期と2学期は「山のお宝」チームと「清水の昔話」チームに分かれて、調べ学習をしてきました。1・2年生も上級生のしていることを見ながら活動に参加しています。

昔話チームが調べたお話「にこぶちの大蛇」は、土佐弁劇にして「清水フェスティバル」(11月23日)で保護者や地域の方に見ていただきました。11人全員が主役、先生は全員裏方です。いつもしゃべっているはずの土佐弁ですが、今はあまり使わないしゃべり方もあって、アクセントが違う、これはどういう意味？と、首をかしげながら練習しました。途中に歌を入れたり、衣装を地域の方に貸していただいたり、ライトや機器も使ったり、少しずつ仕上げていきました。

また幼稚園児も先生と一緒に大道具の色塗りを手伝ったり、劇の練習を見に行ったりして協力し、みんなの力で劇を作ることができました。

「山のお宝」チームが調べた、へらもち作りにもみんなで挑戦しました。自分たちで育てた芋を石うすでひいて粉にしました。石うすを回すのもみんな初めてです。もち作りには、地域の方がもちを包む葉っぱをたくさん用意して手伝いに来ていただきました。第2回のへらもち作りは、12月4日の研究発表会に来ていただく先生方に食べてもらおうと、たくさん作りました。「なつかしい味」「おいしい、もう一つもらっていいですか」と大好評！

劇もへらもちも、たくさんの方に喜んでもらえて、誉めていただいて、自信につながる活動になりました。



川内小学校

実りの秋 収穫祭

学校の授業として、収穫祭が開催されるようになって5年目。6月に田植えをした後、地域の方の協力を得て、10月に稲刈りをしました。そこで収穫したお米やスクール農園で育てたさつまいも、保護者からいただいた野菜を使って、収穫祭を10月25日に行いました。

体育館の開会式では、まず地域の方の紹介、続いて5年生から米についての発表、1・2年生から自分たちのお店の紹介を行いました。

次は、いよいよ活動です。3・4年生は焼き芋作りです。ドラム缶6つに木片を入れ炭にし、さつまいもを40本ぐらいずつ入れて焼きました。保護者や老人クラブの方と一緒に、全部で約250本を焼きました。焼き芋ができるまでの間、百人一首を保護者や地域の方と一緒にしました。



おにぎり作り

5・6年生は家庭科室と理科室で、おにぎり作りと芋煮汁の材料切りをしました。指導してくださったのは地域の婦人会・民生児童委員の方々です。

芋煮汁には、5月に収穫した小麦粉で団子を作り入れました。どんな味になるのか心配しましたが、芋煮汁と合い、とてもおいしく何杯もおかわりしました。

みんなの協力で成功しました。ありがとうございました。

♪ 校内音楽会 ♪

毎年行っている、校内音楽会が11月22日に行われました。全校児童で、地域の高齢者の方々に招待状をお送りすると、たくさんの方から温かいお返事をいただきました。

児童は、休み時間なども使って練習に励みました。当日は予想以上においでいただき、スリッパが足りなくなるハプニングもありました。

1年生にとっては、初めての音楽会。当日まで、ドキドキワクワクでした。「みんなで一生懸命やってお客さんに喜んでもらえてうれしかった。」と、泣きながら話した児童もいました。保護者の凜とした歌声。教職員の息の合った(?)演奏。6年生にとっては、良い思い出になったことでしょう。

当日は、心配していた雨も降らず、音楽会を終えることができました。

ご来場ありがとうございました。



1年生 オペレッタ



6年生 斉唱 どんときも

伊野中学校

吹奏楽部が高知市へ演奏に行ってきました！！

11月29日、海辺の杜ホスピタル（高知市）から、コンサートへの演奏依頼があり、いつもは町内を中心に出前演奏に出掛けていく吹奏楽部ですが、今回初めて高知市へ出張しました。病院のマイクバスでの送り迎えや昼食も準備していただき、本番を迎えました。

ご飯も食べて元気百倍、準備にも自然と力も入ります。いつもどおり本番前にはリハーサルをしたのですが、リハーサルから足を運んでくださるお客さんの熱心さに心を打たれ、「本当に楽しみにしてくれているんだなあ。」と嬉しくなりました。たくさんのお客さんに囲まれて少し緊張してしまったところもありましたが、最後に入院患者の方々から部員一人一人にお花のプレゼントをいただいたときには、「今日も演奏できてよかった。」と心から思いました。

…演奏風景…



今回は大きなステージで演奏した



司会も2年生にバトンタッチです



頭上の看板はなんと病院職員さんのお手製！ せっかくなので記念にいただいて帰ってきちゃいました♪
ありがとうございました。
私たちの励みにもなります。
次はどこに行こうかな？



2月は「相続登記はお済みですか月間」

＝高知県司法書士会で無料相談会を実施＝

相続登記とは、相続した不動産の登記上の名義を変更することをいいます。相続登記は期限が定められていないため、手続きが遅れがちであるばかりか、そのまま放置したり、うっかり忘れてしまうこともあります。

相続した不動産の登記名義を変更しないまま放置しておくと、売却する場合や担保にして融資を受けようとする場合などに、手続きが順調に進みません。また、相続権のある人が次第に増えて権利関係

が複雑になり、様々なトラブルが発生するため、早期に登記手続きを行うことが重要となります。

こうした背景から、全国の司法書士会では、毎年2月を「相続登記はお済みですか月間」と定め、無料相談を実施しています。

▶ 日時 2月13日(金)10:00～15:00

▶ 場所 いの町役場 東会議室



パソコン やってみん!?



PC

パソコン入門・インターネット入門コース

パソコン入門コースは、初めてパソコンを触る方や、以前使っていたけど、もう一度基礎から学習したい方向けの講座です。

マウス操作の基本・キーボード入力の基本を中心にパソコンの基礎を学習します。持参するものは、受講料・テキスト代・筆記用具です。フロッピーは使いません。

インターネット入門コースは、インターネットエクスプローラーソフトを使用し、便利なホームページの使い方を紹介し、インターネットの注意点などを学びます。

また、メールのやり取りの練習でソフト使用方法を学習しネチケットと言われるメール操作のマナーについても学習します。

3月 予定表

3月分締切日：2月25日(水)17時
主催：伊野公民館（社会教育課）
講師：森 清仁
各コース：会場 伊野公民館
定員 10名

⑨再受講などで、テキストをお持ちの方は、お申し込みの時にご連絡ください。(☎ 893-2012)

パソコン入門（初めての方から）

開催時間	受講料他	3月日程
9:00～16:00	受講料 2000円 テキスト 300円	3/7(土)

インターネット入門（インターネットの基礎学習）

開催時間	受講料他	3月日程
9:00～16:00	受講料 2000円 テキスト 300円	3/8(日)

Word

ワード入門・中級

ワード入門コースは、文書作成ソフトであるワードソフトの基礎を学習します。表現力のある文章や表の入った文章、図を入れた文章などの作成をします。

ワード中級コースは、行の間隔をあげたり、囲い文字や、ページ罫線など、詳細設定を変更したり細部に表現力をもつ文章の作成をします。持参するものは、受講料・テキスト代・筆記用具です。

ワード入門（文書作成の基礎学習）*使用ソフト ワード2002

開催時間	受講料他	3月日程
9:00～16:00	受講料 2000円 テキスト 1050円 Word2003用	3/14(土)

ワード中級（見栄えの良い文書応用）*使用ソフト ワード2002

開催時間	受講料他	3月日程
9:00～16:00	受講料 2000円 テキスト 1050円 Word2002用	3/15(日)
9:30～11:30 2時間×3回		

etc

パソコン相談室

毎週月曜日、パソコンでお悩みの方に無料でご相談を受け付けます。ただし、月曜日が祝日など開催されない場合がありますので、必ず、予約申込をお願いいたします。(当日予約可能)(場所:伊野公民館)

パソコン相談室 月曜日 受講料無料 (パソコンでお悩みの方 持込可)

開催時間	会場	3月日程	
9:00～12:00 13:00～16:00 受講時間約1時間	伊野公民館 1F 受付	3/2(月) 9(月) 16(月) 23(月) 30(月)	予約締切なし

申込方法

伊野公民館窓口へ直接又はお電話で！

いの町3597 伊野公民館1F 社会教育課 受付（平日8:30～17:30 ☎ 893-2012）
[受付内容 氏名・住所・電話・受講講座名]

重要!

いの町商業振興会からのお知らせ

商品券

¥500



見本

●いの町商工会会員のお店で
500円のお買い物ができます。

いの町商業振興会



商品券

¥500



見本

●ご使用の期限はありません。
●町内のカード・シール加盟店で
500円のお買い物ができます。

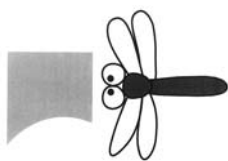
伊野町商業振興会



いの町商工会会員のお店でお買い物券
としてご使用いただいている商品券の
使用期限が、**1月1日から、発行日より
6か月の期限付き**になっています。期限
を過ぎますと使用できませんのでご注
意ください。
なお、使用期限の記載がない上記商品券
は**平成21年6月30日**までにご使用をお
願います。



問い合わせ いの町商業振興会(いの町商工会内) 電話 892-0474



We watch your wellness
Dragonfly Clinic

医療法人ごくらく

とんぼクリニック

内科 呼吸器内科 循環器内科 消化器内科 心療内科
4月16日開院予定 サニーアクシスイの店2階

とんぼの複眼の広い視野で特定の分野にこだわらず、高い空から
見るような高度で良質な全人的医療を提供したいと考えております。

藤下雅敏

有料広告

医学博士 日本内科学会認定医

日本呼吸器学会専門医

日本血液学会専門医・指導医

	月	火	水	木	金	土
9:00-12:30	○	○	○	○	○	○
14:00-18:00	○	○	○		○	○

日曜休診 祝祭日は診療します

いの町観光協会からのお知らせ

天然の湯・吾北むささび温泉『歌謡ショー』ご案内

- 【と き】 2月26日(木)13時30分開場
 【と こ ろ】 吾北山村開発センター 2階
 【内 容】 14時から「山口ひろみ歌謡ショー」を行います。
 【料 金】 前売り券3,000円(温泉利用料を含みます。)
 【問い合わせ】 いの町観光協会、むささび温泉 ☎867-3105
 山川音楽事務所 ☎080-2971-9111

風呂(ふろ)の日に、
むささび温泉の2階で
歌謡ショーを
お楽しみください！

かみの町いの『ひな祭り』2009ご案内

桃の節句に合わせて、いの町の観光資源(和紙、紙製品、木工、陶芸、織物、町のおいしいもの、アーティストの作品など)を町内外にPRするため開催します。また、この取組を通じた地域住民や各種団体の連携を、いの町の元気につなげます。

- 【と き】 2月28日(土)・3月1日(日) 両日とも10:00~16:00
 【と こ ろ】 いの大国さま(楢本神社)~大国町・西町通り~紙の博物館 他
 ※一部区間を歩行者専用にする予定です。

【内 容(予定)】

- ・ひな飾り披露 ・七福神などのパレード ・体験教室(紙漉き、折り紙等)
- ・紙の博物館 無料入場券の発行 ・和紙の漉き人たち展(ギャラリー・コバ)
- ・いの町特産品市
(おいしいもの、紙製品、陶器、木工など)
- ・町並みガイド
- ・消しゴムはんこスタンプラリー
- ・お茶席などのおもてなし
- ・その他

【主 催】

かみの町いの「ひな祭り」2009実行委員会
 事務局 いの町観光協会



連 絡 ・ ☐ ☐ ☐
 問 い 合 わ せ

いの町観光協会事務局 (ギャラリー・コバ内)
 ☎893-1211 ☎893-1205
 ホームページ <http://inofan.jp>



吾北むささび温泉など
 町内の温泉やお風呂を
 利用して温まりましょう!!

医療法人 仁心会
石川記念病院
 病院長 國行 陸海

〒781-2128 高知県吾川郡いの町波川77番地
 TEL: 088-892-0641 FAX: 088-893-2633
 Mail: psw-t@ishikawakinen-hp.or.jp
 ホームページ <http://ishikawakinen-hp.or.jp>

【関連施設】

石川記念病院
 デイサービスセンター
あがわ

医療法人 仁心会
 精神障害者福祉ホームB型

いの

石川記念病院
 精神科デイケア
あいはな

地域交流スペース「はかわ」

有料広告

図書館だより

『赤鬼エティン』

イギリスの昔話です。 東京子ども図書館/編

ある町に、おかみさんが2人の息子と暮らしていました。息子たちは成長し世の中に出る時が来ました。おかみさんは、まず上の息子の旅じたくにパンを焼いてやるからバケツで井戸の水を汲んでくるように、その水が多ければ多いほどパンは大きくなると言いました。上の息子は水をいっぱいに入れて家に戻ったのですが、バケツに穴が開いていたので水がこぼれ、パンは小さくなりました。その上、祝福がついた半分のパンがそれとも呪いがついたまるごとのパン、どちらがいいか聞かれ、呪いがついたまるごとのパンを選びました。

兄は歩き続け、羊飼いが羊の群れを連れて休んでいる所へ来ました。羊飼いはこの先で合う獣に気をつけるように忠告しました。しばらくして恐ろしい獣の群れに出会い、ビックリして丘の上の城まで逃げ出しそこに隠れました。しかし、その城は赤鬼エティンのもので、赤鬼エティンにすぐさま引きずり出されました。今から出す3つの謎に答えることができたなら命は助けてやると言うのですが、上の息子は一つ答えることができず石の柱に変えられてしまいました。

弟もまた旅に出る時がやって来ました。おかみさ

子どもの本棚

子どもたちに勧めたい本をご紹介します。本選びの参考になさってください。

2月3日は節分。「鬼は外 福は内」豆まきの後は鬼が活躍する絵本を読みましょう!本の中の鬼は優しい鬼、寂しがり屋の鬼、気のいい鬼、怖い鬼、さまざまな魅力ある鬼が出てきますよ。

んは、兄と同じようにバケツで井戸の水を汲んでくるように、その水が多ければ多いほどパンは大きくなると言いました。しかし、弟はバケツの水漏れに気付いて防ぐことができたのでパンは大きくなり、祝福がついた半分のパンを受け取りました。こうして旅に出たのですが途中で老婆に会いました。老婆にパンを分けてあげ、そのお礼に魔法の杖をもらいました。実は、老婆は妖精だったのです。やがて、弟も獣の群れがいる所に来ましたが、魔法の杖のおかげで倒すことができました。城に着くと、やはり赤鬼エティンが出てきて3つの謎を出します。けれども、あの妖精から何もかも教わっていたので何でも答えることができました。それから、力の弱った赤鬼エティンを倒し、捕えられていた王妃と兄を助け出しました。そして、弟は王妃と、兄は貴族の娘と結婚し幸せに暮らしました。



Peek a Boo

～あかちゃんとおかあさんの絵本の時間～

2月17日(火) 10:30~11:00 ☆毎月第3火曜日☆

乳幼児と保護者を対象に、1F絵本コーナーで手遊びや読み聞かせをしています。どなたでもお気軽にお越しください。

くつしたのあな

～おはなし会を開いています～

2月21日(土) 14:30~15:00 ☆毎月第3土曜日☆

5、6歳から小学生の皆さんのためのおはなし会です。ストーリーテリングや絵本の読み聞かせをしています。是非、遊びにきてください。

2月の展示

・アリソン・アトリーの物語

★天王コミュニティセンター内 天王としよしつ★

開室日 木曜日 16:30~18:30 土曜日 10:00~12:00

おはなし会 *おはなしの森*

2月14日(土) 10:30~11:00 ☆毎月第2土曜日☆

開館時間	本館 枝川分室	9:30~18:00
休館日	本館 枝川分室	毎週月曜日・祝日 館内整理日(27日金曜日) 月・水・金・日・祝日
電話番号	本館 枝川分室	☎ 850-4360 ☎ 850-4350

<http://inolib.town.ino.kochi.jp>

休館のお知らせ

2月24日(火)~27日(金)、パソコン交換のため休館します。
2月28日(土)から通常どおり開館します

整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科

入院設備あり

西村整形外科

院長 西村 孔 佑

ニ シ ゴー ゴ

☎ 088-893-2455

いの町北内256(伊野商業電停前)

有料広告

所得税の確定申告と納税は、3月16日(月)までです。

税務署での申告相談及び申告書の受付が始まります。

平成20年分の所得税の確定申告の、税務署での申告相談及び申告書の受付は、

2月16日(月)から3月16日(月)までです。

申告書は、郵送、税務署の時間外収受箱に投かんすることなどにより、提出することができます。

消費税及び地方消費税の確定申告(個人事業者)もお忘れなく

消費税及び地方消費税の確定申告(個人事業者)は、もうお済みですか。

申告と納税は、3月31日(火)までです。お早めに。



国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」のご利用を

インターネットで簡単に申告書の作成ができます。

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」で、所得税、贈与税及び個人事業者の消費税(地方消費税を含む)の申告書などを簡単に作成することができます。作成した申告書はインターネットを利用して、直接電子申告するかA4サイズの普通紙に出力し、添付書類とともに申告書を税務署へ提出してください。

是非、チャレンジしてみませんか? アクセスは <http://www.nta.go.jp> 操作は簡単!! 今すぐチャレンジしてみよう!

閉庁日対応について

伊野税務署では、土日及び祝日は閉庁しておりますが、高知税務署では、2月22日(日)、3月1日(日)に「高知電気ビル本館7階」で、閉庁日対応(申告書の配布、申告相談受付など)を行いますので、ご利用ください。

● 問い合わせ

伊野税務署 〒781-2103 いの町幸町5番地 ☎ 893-1121(音声ガイダンスによりご案内します)

公民館からのお知らせ

公民館では住民の皆さんを対象に健康増進や社会体育の普及を図るため、子どもから高齢者まで楽しむことができるニュースポーツ・軽スポーツの講習会を開催します。

ご家族やご友人をお誘い合わせのうえ、是非ご参加ください。

▶ 日 時 3月8日(日) 10時～約2時間程度
▶ 場 所 伊野体育館
▶ 主 催 教育委員会(伊野公民館、吾北中央公民館、本川プラチナ交流センター)

▶ 指 導 者 いの町体育指導委員

▶ 競 技 名 チャンスボール

▶ 競 技 概 要

カーリングとゲートボールを組み合わせたようなゲーム感覚のスポーツです。

(イスに座った状態でもプレーできます。)

▶ 参 加 定 員 60名程度

▶ 申 込 方 法

お電話でお申し込みください。

社会教育課(伊野公民館内) ☎ 893-2012

吾北教育事務所(吾北中央公民館内) ☎ 867-2133

本川教育事務所(本川プラチナ交流センター内)

☎ 869-2331

「妊婦さんのお口について」

妊娠中は女性ホルモンの影響で歯肉炎、虫歯、歯周病になりやすく、悪化しやすい傾向が見られます。特に妊娠中期には、歯肉の状態が悪くなると言われています。妊娠による内分泌機能の変化、唾液pH値の低下、唾液が粘っこくなるので、歯垢がたまりやすく、体温が高くなるので細菌が繁殖しやすくなるのです。また、妊娠中は歯みがきがどうしても面倒になってしまいがちなので、しっかりと口腔内もケアしていきましょう。赤ちゃんが生まれたら忙しく、なかなか自分の口腔ケアまで気が回らなくなりがちです。妊娠中に是非、虫歯治療も終わらすといいと思います。

安光歯科 院長 安光 秀人



有料広告

いの町天王南2-1-1
(サンプラザ西隣)

Tel. 891-6488

(医)大空会



安光歯科

インプラント・矯正歯科

インプラント専用受付電話

Tel. 891-6481

2月・3月 保健行事予定表

2/11～3/10

2月1日～10日の予定は、広報1月号をご覧ください。
<1歳6か月児、4か月児健診、予防接種は個別に通知します。>



子育てサービス	内 容	実施日	場 所	受付時間
	おやこったいむ(育児相談)	2/18(水) 2/25(水) 3/4(水)	天王コミュニティセンター すこやかセンター伊野 枝川コミュニティセンター	9:30～10:30
	1歳6か月児健診	2/12(木)	すこやかセンター伊野	13:00～14:15
	4か月児健診	2/26(木)		
	離乳食講習会	3/6(金)	吾北中央公民館	9:50 集合

※離乳食講習会は事前に予約が必要です。ほけん課(☎893-3811)までご予約ください。

献血	実施日	場 所	受付時間
	2/17(火)	いの町役場本庁 日本製紙パピリア(株)高知工場	9:30～11:30 13:00～15:00
	2/26(木)	(有)西森自動車 さくら病院 石川記念病院	9:30～10:30 12:30～14:00 15:00～16:30

地域の皆さんと一緒に



る ん る ん 若ガエル体操

をやってみませんか?

(町内の体操グループを4回に分けてご紹介します。3回目は伊野地区の17グループです。)

“る ん る ん 若ガエル体操”は介護予防の一つとしての町がひろめているもので、椅子に座り音楽に合わせて楽しくできる1時間程度の体操です。

特に体力低下の見られる方がこの体操を継続した場合、次のような声が聞かれています!

- ①持久力(スタミナ)がつき近所のスーパーまで歩いて行けるようになった。
- ②立ち上がりがしやすくなった。
- ③足が軽くなり早く歩けるようになった。

また、体力の程度に関係なく多くの方に“身体がやわらかくなった”という声も聞かれています。

最近転びやすくなった、体力が落ちて歩くのがしんどくなったという方はいませんか?ご近所でそのような声を聞いた時には是非勧めてあげてください。

曜日	時 間	場 所
月曜日	13時30分～	幸町集会所
	10時～	音竹老人憩いの家
	10時～	枝川1・7区集会所
	13時30分～	東浦公民館
月・木曜日	10時30分～	是友公民館
火・金曜日	9時30分～	北内集会所
火曜日	10時～	八代地区多目的構造改善センター
	10時～	枝川コミュニティセンター
	10時～	藤ヶ瀬集会所
	10時～	内野老人憩いの家

曜 日	時 間	場 所
水曜日	10時～	枝川南高齢者生きがいセンター
	10時～	健康センター
	10時～	槇老人里の家
木曜日(第1木曜日はお休み)	10時～	天神集会所
木曜日	13時30分～	伊野公民館
	10時～	さわむら電気店跡地
金曜日	13時30分～	枝川北高齢者生きがいセンター

参加をご希望される方は、**水分補給のためのお水やお茶をご持参のうえ**、体操しやすい服装で直接行っていただくか下記にお問い合わせください。

問い合わせ | ほけん課(すこやかセンター伊野内) ☎ 893-3811

休日当番医

2月			
1(日)	関 田 病 院	☎ 893-0047	
8(日)	森 木 病 院	☎ 893-0014	
11(水)	さくら病院	☎ 893-5111	
15(日)	高岡内科	☎ 892-0296	
22(日)	仁 淀 病 院	☎ 893-1551	

3月			
1(日)	関 田 病 院	☎ 893-0047	
8(日)	仁 淀 病 院	☎ 893-1551	
15(日)	天王診療所	☎ 891-6678	
20(金)	仁 淀 病 院	☎ 893-1551	
22(日)	森 木 病 院	☎ 893-0014	
29(日)	さくら病院	☎ 893-5111	

※都合により当番医が変更となる場合があります。受診の前に電話でご確認ください。