



高知県北川村役場
広報



まだがわ

11 No. 711

Nov 2025



9月27日(土) 保育所運動会



北川村の人口・世帯数

令和7年9月30日現在 ()は前月比

人口	1,170人 (+1)
男	584人 (+2)
女	586人 (-1)
世帯数	626戸 (+3)
昨年同期の総人口	1,180人
昨年同期の世帯数	624戸

敬老会

9月6日（土）、北川村敬老会が村民会館大ホールにて開催され、村内最高齢者である濱渦美與様（104歳）を含む、69人の方々にご参加いただきました。

式典では、やまなみ太鼓がオープニングを彩り、来賓の方々からの祝辞が参加者の皆様に贈られました。

金婚表彰では、濱渦豊一様、千津様ご夫妻にご参列いただき、村長よりお祝い品が贈られるとともに、演芸の部では地域の方々による踊りや空手の形など、趣向を凝らした舞台上、大きな拍手が送られました。



金婚夫婦のご紹介

今年度北川村では6組の金婚夫婦から申し出があり、村長よりお祝い品を贈呈しました。
これからも夫婦円満でお元気に過ごされますよう、心よりお祈り申し上げます。

※写真の掲載をご了承いただいた2組の方を掲載しています。



田中 義文様、鈴子様 ご夫妻



前田 和弘様、美代子様 ご夫妻



濱渦 豊一様、千津様 ご夫妻



濱渦 秀敏様、章子様 ご夫妻



坂本 光弘様、三枝子様 ご夫妻



立見 哲男様、達子様 ご夫妻

短歌クラブ 会員募集

短歌だけでもOKです。
場所…北川保健センター
(ボランテリアルーム)
日時…毎月第一火曜日
午前10時～三十分程度
窓口…柏木顕彰会店(中村まで)
0887・38・2413

竿先が弓なりになりその先は
獲物がかかりびくの中

田中 照喜

こめかおりくれないそまりここちよさ
されどこのよのおもいめぐらす

中村 武志

パレスチナの国家承認せぬという
恥ずかしきかな情けなき国

内藤 明信

天と地をつなぐ糸目のたしかなれ
清しき朝を風わたりゆく

浜渦 静子

ぷりぷりのお尻はじける球児達
歓声に湧く甲子園の夏

新田 文江

セミとまり身体広げて鳴いている
眺めていたら飛んでいった

山崎 昌子

短歌教室





小学校

1 4・5年生 宿泊学習

9月25日(木)・26日(金)に、4・5年生が宿泊学習を行いました。25日は、ジオパークセンターで地質の学習、室戸青少年自然の家ではロープワークやフォトビンゴを行いました。ロープワークでは、ロープのいろいろな結び方を教えてもらい、友達と協力しながら楽しく活動することができました。フォトビンゴは、写真にあるものを施設内から探し出すゲームで、チームに分かれて友達と協力しながらとても盛り上がりました。夜のレクリエーションでは、吉良川小の4・5年生とドッジボールやじゃんけん列車をして交流を深めました。

26日は、シーカヤックを体験しました。友だちと息を合わせて楽しく海の活動を行うことができました。仲間との絆が深まった思い出に残る2日間となりました。



2 5・6年生 お魚料理体験教室

10月2日(木)に5・6年生がお魚料理体験教室を行いました。「加領郷フィッシャリーズ 魚舎」の浜岡さんを講師にお迎えし、サバのおろし方を教えていただきました。サバを3枚におろすのは5・6年生にとっては初めての経験。緊張



しながらも上手にさばくことができていました。できた料理は、サバの竜田揚げ、サバのゆず味噌煮、サバの炊き込みご飯とおみそ汁。みんな「おいしい!おいしい!」と大満足でした。お手伝いいただいた保護者や教育委員会の皆様、ありがとうございました!



感想：今日は貴重な日でした。サバのさばき方も分かったし、ぼくが困っていた骨の取り方も知ることができて良かったです。サバが苦手だったけど、好きになりました。おいしかったから、いつか家でも作ってみたいです。いろいろ学べて今日は本当に楽しかったです。

3 着衣泳

9月2日(火)に赤十字社の方に来ていただき、着衣泳を行いました。ペットボトルやビニール袋を使ったり、何も持たない状態で体を浮かせたりすることにチャレンジしました。服を着たままで、川や海、用水路等に落ちたとき、一番大切なことはあわてず「水に浮く」ことだそうです。1年生から6年生まで、みんな上手に体を浮かすことができていました。いざというときに、自分や周りの人の命を守るため、ぜひ覚えてほしいです。



4 小中合同 起震車体験 ～南海トラフ大地震に備えて～



9月18日(木)に、小学校・中学校の順番で起震車体験を行いました。近い将来、高知県にも発生するであろう大地震に備えて、体験学習をしました。震度が大きくなると、その揺れに耐えられなくなることや、その周囲の家具などの危険性も感じることができたと思います。まずは、自分自身で命を守ることの大事さを学びました。また、お家の方や地域の方々とも協力して、災害に備えていきたいです。

5 小中合同 芸術鑑賞会♪



9月29日(月)、コニエレニの方々をお呼びして芸術鑑賞を小中合同で行いました。劇団などで活躍されている「赤松由美さん」能楽師「鳥山直也さん」ピアニスト「坂本美香子さん」画家「齋藤さゆりさん」の4人の方々です。日本の伝統芸能「能楽」は、この世でない人物たちが織り成す物語を鼓や謡、能面を使って表現します…と、教えていただいていると、クロード・モネの夫人が現れ、朗読劇が始まりました。ピアノのBGM(フランスの作曲家の曲が中心)、モネの絵画、緩急のある朗読、そして、ユーモアもあり観客全員が朗読劇の世界に吸い込まれていったようでした。その後は、ワークショップで能楽の体験をさせていただき、日本の伝統芸能に触れることができました。朗読劇や日本の伝統芸能を体験できた貴重な時間となりました。



6 部活動など 近況

近況：バレー部
卓球部

県秋季選手権大会 羽根・田野・北川中 0-2 窪川中
中学学年別秋季卓球大会 稲毛一樹さん(ベスト16) 高松芹菜さん(ベスト16)
四国卓球選手権大会(10月19日高知県くろしおアリーナ)
稲毛さん 高松さん 出場! おめでとうございます!!

総合文化部
柔道

夏野菜の栽培 夏野菜を使った調理・試食会
濱渦琴羽さん 全国大会出場 おめでとうございます!!

保護者の方々や地域の方々に、たくさん応援していただきありがとうございます。北川中学校一丸となって前進していきます。どうぞ、これからもよろしくお願いいたします。

知らんけど



●
北川村教育委員会
公営探究塾「知らんけど」
担当：山本・北川
●

今年度公営探究塾が始まって以来、最大のイベントである日曜市に出店してきました。この日のために、どんな商品を販売するか会議を重ね、仕入れ、Tシャツ・ポロシャツ制作・販売、田野中学校さんとのミーティング、売り場作り、販売練習など、7月からみんなで協力して準備を進めてきました。当日はメンバーが作成したオリジナルTシャツを着て、朝6時20分に学校に集合し、最後の荷物の積み込みを行ってから会場に向いました。準備が整うか整わないかぐらいで、もうお客さんから購入したいとの声があり、バタバタとしながらもメンバーは自分の担当の仕事に取り組んでいました。

大きな声でお客さんを呼び込み、北川村をより多くの人に知ってもらいたい、という気持ちがあふれるようなPRがたくさん見られました。また、外国からのお客さんに話しかけたり、去年自分たちでデザインしたハンドクリーム魅力を伝えて実際に買ってもらったり、積極的にお客さんと関わっていく場面もたくさんありました。おうちの方や役場の方も見に来てくださったことも、大きな励みになりました。

一方で、「どれだけ呼び込みをしてもこちらを向いてもらうことさえ難しかった」「村のことを聞かれて答えられないことがあったので、もっと知識を知っておかないといけなかった」「全部完売できると思っていたけどそんなに甘くはなかった」など、大変だったことや難しさも感じていました。誰もが初めての経験でしたが、各部署で連携を取りながら、みんなで作り上げた日曜市は、きっとこの先もプロジェクト活動を進めていく上で大きな糧になると思います。今回の振り返りで出てきた反省を次回に生かして、11月のゆずの郷祭り、そして東京のPRイベントへとつなげていきたいと思います。日曜市を出店するにあたり、ご協力いただいた村内事業所の皆様、Tシャツ・ポロシャツを購入してくださった皆様、本当にありがとうございました。

5月に田植えをさせていただいた田んぼで、稲刈り体験をしました。あいにくの雨でしたが、メンバーは1人1本鎌を持ち、「難しい!」「こんなに大変なの?!」と言いながら貴重な経験をさせていただきました。登下校中に成長を見守っていたメンバーもたくさんおり、この日を楽しみにしていました。協力していただいた地域の方々、素晴らしい経験をさせていただき本当にありがとうございました。





集落支援員日記

『いこいの里』にブルーベリー畑ができました!

北部地区集落再生コーディネーターの吉永みことです。

立派なブルーベリーの苗木を9本お譲りいただいたので、『いこいの里』オートキャンプ場のエリアに植えることになりました! 住民の皆さんがコンボを器用に使うなど、協力のおかげで、あっという間にブルーベリー畑が誕生しました。

北部集会所敷地内には、日頃から住民さんたちが気に掛けてお手入れしている花々や、ご厚意で寄贈植樹された、ツツジ・桜・花桃などが植わっています。「〇〇ちゃんが畑やりかえる時にココへ植えてくれた!」「あの時はまだほっそいこればあの苗やったにねえー」「おおきゅうなって毎年花もよう咲くようになったねえ〜」と、当時のサイズを表すジェスチャーを交えながら、どのような経緯でこの場所に植えられたのか、お話を聞かせていただく機会があります。また、観光の途中休憩でお立ち寄りいただいた方に「とっても良いところですね(^_^)癒やされます」とおっしゃっていただける機会もあり、人の手が入りながら守られてきている魅力に私も共感しています。



地域おこし協力隊日記



地域おこし協力隊 新メンバー紹介

はじめまして、兵庫県出身で10月から起業家農業研修生として島地区に移住しました、小林にこ21歳です。

私は三重県の全寮制の高校で3年間有機農業を学び、卒業後は栃木県、ニュージーランド、西表島を転々としながら米づくり、酪農、野菜の収穫などのお手伝いをしてきました。いろいろな土地で過ごし人々とかかわり、自分なりに自然と向き合ってきました。

農業は、楽しい美しいことだけでなく、苦しくてつらい面もありますが、土まみれ汗だくの農作業が私は大好きで、農業という職業に誇りを持っています。しかし、ゆずの栽培は今まで関わったことがなく自分にとっては大きな挑戦です! たくさんの方の事を吸収して、時には助けてもらいながら最高のゆずを作りたいです。これからどうぞよろしくお願いします。





ゼイン・セリダ

Zane
Sereda

ALT
外国語指導助手

The smell of yuzu greets us again!

先日、高知新聞に「中芸グルメスタンプラリー」の取材をされ、紙面が私の誕生日に発刊されてとてもうれしかったです。9月18日、小中学校に震度7の地震を体験できる起震車がやってきました。生徒も先生も、大地震がきたときにどのように揺れるのか体験しました。私はまだ地震を経験したことがないので、この実演はとても勉強になりました。揺れが収まるまで、特定の姿勢を取るよう指示されていなかったら、完全にバランスを崩して振り回されていたでしょう。このような体験ができる機会をいただき、自然災害への備えについてより深く理解させてくれたことに感謝しています。

先日、東洋町で宿泊予定があり国道493号で向かうことにしました。カナダの国道より狭いので慎重な運転が必要ですが、景色がとても美しいので特に気にしませんでした。ところが残念なことに翌日の帰宅途中、枕をホテルに置き忘れたことに気づきました。ホテルではいつも自分の枕を持参するのですが、その日はうっかり部屋に忘れてしまいました。結局、枕を取りに戻り二度も運転することになりました。大変でしたが、北川村の自然の美しさを二度も楽しむことができて良かったです。

誕生日の週末は、県内各地から35人のALTを集め四万十川の川下りイベントを開催しました。翌日は中芸地区のALT4人と吉野川ラフティングを楽しみました。1年間の生活経験を生かし、交流促進と観光の機会を創出できたことをうれしく思います。高知県で暮らすことへの感謝の気持ちは、到着した当初と変わらず、人々の優しさや穏やかさに今も心を打たれています。最後に、みなさん！ 私たちと一緒に英語の練習をしてみませんか？ 村民会館で毎週木曜日午後6時30分から英会話教室を開催しています。ぜひご参加ください。それでは、またね！



吉野川でのラフティングの様子



コビ・セナ

Coby
Sena

CIR
国際交流員

向寒の候、ますますご健勝のこととお慶び申し上げます。

前月の記事で、この夏のイベントや活動を通して新しく体験したことを紹介しましたが、夏が終わってからも素晴らしいイベントが続いています。9月24日、探求塾のメンバーと一緒に稲刈り体験をしました。アメリカ南部では米が栽培されていますが、モンタナ州という北部出身の私は、このような体験は初めてでした。とても楽しく、少し練習するとかなり手際よくできるようになりました。そして、もうひとつ面白いものを発見しました。それは島地区にある北川村のかかしです。ゼインと私は島地区で開催された「出張慎太郎食堂」に招かれ、おいしい鶏唐ゆず油淋鶏を食べました。その後、かかしを見に行きました。日本のかかし文化は非常に興味深く、北川村の生活についてさらに学ぶことができました。また皆さんのおもてなしに心が温くなりました。他にも素晴らしい文化体験がたくさんありました。9月29日には小中学校の多目的ホールで芸術鑑賞会が開催され、日本の伝統芸能について学んでいると、突然クロード・モネの妻の幽霊が私たちを訪ねてきたのです。一般社団法人コニエレニの皆さんが素晴らしいパフォーマンスを演じてくださり、私はとても感動し、涙が込み上げてくるのを感じました。本当に素晴らしい体験をさせてくださったコニエレニの皆さんにも感謝します。

最後は、ゼインと私が高知新聞に掲載されたことを紹介します。私たち中芸国際交流団体は、中芸地域の飲食店と協力し、「国際グルメスタンプラリー」を開催しています。この度、高知新聞中芸支局の深田さんに取材していただき、中芸・高知の皆様イベントを紹介する機会を頂けたことに心から感謝しています。この企画は11月16日まで開催中です。まだ国際色豊かな料理を味わうチャンスがありますよ。北川村では「カフェモネの庭」にて、本場の味「フレンチカナダ風スプリット・ピー・スープ」をお楽しみいただけます！とてもおいしいのでおすすめです！ぜひお試しください！



高知新聞社による取材の様子
(中芸国際交流団体)

自賠責保険・自賠責共済のご案内

誰かを傷つけてしまう前に、ちゃんと自賠責を

交通事故による死傷者数は年々減少傾向にあるものの、令和6年の事故発生件数は約29万件、死傷者数は約35万人と、国民の誰もが交通事故の被害者にも加害者にもなり得る極めて深刻な状況となっています。

交通事故は車社会の負の部分であり、被害者にとっても加害者にとっても悲惨な結果をもたらすものです。

自賠責保険・共済は、すべてのクルマ・バイク等1台ごとに加入が義務づけられており、加害者の賠償責任を担保することで、被害者の基本的な賠償を保障する制度であり、被害者の救済を目的としています。

一人一人が、より一層自賠責制度の役割や重要性、保険金・共済金の支払いのしくみなどを十分に理解・認識することがとても大切です。

未加入・未更新で乗ると、懲役または罰金の対象になります！

自賠責保険・共済は、万一の自動車事故の際の基本的な対人賠償を目的として、自動車損害賠償保障法に基づき、原動機付自転車(電動キックボード・モペット)を含むすべての自動車に加入が義務づけられております！

四輪車はもちろんですが、特に、車検制度のない250cc以下のバイク(原動機付自転車・軽二輪自動車)の、未加入、未更新にご注意を!!

自賠責制度の詳しい内容は、
<https://www.mlit.go.jp/jidosha/jibaiseki/>
でご覧になれます。



北川村英会話教室

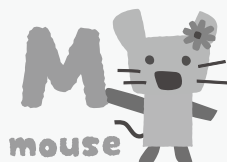
北川村では、下記の日程で英会話教室を開催しています。

初級と中級以上でクラス分けをしていますので、初めて英会話を始められる方も安心！
ぜひ、英会話教室に参加してみませんか？

- 開催日 毎週木曜日 午後6時30分～午後7時30分
- 場 所 北川村民会館2階 研修室
- 講 師 CIR コビ・セナ
ALT ゼイン・セリダ
- 参加料 無料



英会話に関するご質問は、教育委員会までお問い合わせください。
みなさまのご参加をお待ちしております。



北川村教育委員会 植田 (TEL: 32-1223)



モネの庭 お知らせ



夜間開園 モネのナイトキャンバス
Forest Wedding ～森の祝福～

- 開催日 11月1日(土)～12月7日(日)
の期間中の土・日・祝日
- 開催時間 17:00～20:30(最終入園 20:00)
- 入場料 一般 1,500円・小中学生 500円
(※村民パスポートご提示で無料)
- 雨天中止…開催の可否は前日午前中に判断
ご来園前に HP をご確認ください

今年のテーマは「Forest Wedding」。

森の奥で、無数の光が静かに灯ります。木々の間にたたずむ
キャンドルと、水面に浮かぶ灯火がやさしく揺らめく幻想的な
空間で、この夜だけの特別なひとときをお過ごしください。



2025年☆ライトアップ演出

- 水の庭・モネの傑作「日没」から着想を得たライトアップで、
池の周りをやさしく照らします。
- ボルディグラの庭・ヤシの木などを暖色の光で包み込み、
南国のようなエキゾチックな夜景を演出します。

＼ナイトキャンバス EVENT／

- 11月9日(日)・11月30日(日)
の2夜限定 モネの冬花火
夜空を彩る華やかな打ち上げ花火
19:00～5分間(予定)



観覧場所:ボルディグラの庭・花の庭展望デッキ

- 謎解きゲーム～森に消えた祝福の指輪～
謎解きポイントを巡って謎を解き、最終問題に挑
戦。正しく導けば、指輪が手に入ります。
- ブラックナイト
ボルディグラの庭のライトを10分間消灯。頭上に
満天の星空が広がります。

＼ナイトキャンバス FOOD／

- カフェモネの家・「遊びの森」に出店♪
軽食とスイーツ、ドリンクをご用意します。
(花火の日のみ店舗でオープン)
- リヴィエラの小屋カフェ
夕日やライトアップを
眺めながらハーブドリンクや
温かいスープをどうぞ。



【お問い合わせ】

北川村「モネの庭」マルモッタン

〒781-6441

高知県安芸郡北川村野友甲1100番地

☎0887-32-1233 ☎0887-32-1243

<https://www.kjmonet.jp/>

★11月は無休、12月1日より冬期休園



北川村文化観光公社 NEWS ニュース

NEWS

1 観光列車の特別運行がスタートしました

観光列車「志国土佐 時代の夜明けのものがたり」が、土佐くろしお鉄道ごめん・なはり線で10月3日から毎週金
曜日に運行しています。北川村の最寄り駅である奈半利駅で、お迎え・お見送りのお手ふりや、北川村の観光パン
フレットのお渡し、北部島地区の上村さんが作
ったかかしで、観光列車に乗ってきたお客さん
をおもてなししています。後期シーズンの運行
は 12月19日まで。北川村を訪れるきっかけ
になるよう村のPRをぜひ一緒にしませんか♪



NEWS

2 迂山展開催

今年も村民会館大ホールにて、11月29日(土)開催
されます。今年是一般作品86作品、高校生作品27作
品の応募があり、その中から入賞・入選が決定しました。ご出品いただいた方々、そして
入賞・入選された方々に御礼とお祝いを申し上げます。

10月3日に行われた審査結果の発表は中岡慎太郎館のホームページに掲載されてお
りますのでぜひご覧ください。

入賞・入選されました方々の作品は迂山展会場に展示いたしますので、たくさんの方に
作品をご覧いただけたらと思います。

会期: 11月 29日(土)～12月 7日(日) 会場: 北川村民会館 大ホール

時間: 午前 9時～午後 5時(初日のみ午前 10時～。最終日は午後 3時まで)

北川村文化観光公社 TEL & FAX 0887-30-1972 (スタッフ 和田・伊藤・野戸・橋本・山脇・町田・濱崎)

【台湾の林業及自然保育署の視察がありました】

9月24日(水)、台湾の林業及自然保育署の副署長(日本の林野庁次長に当たる方)をはじめとした6人の方が、魚梁瀬森林鉄道の遺構などの視察のために中芸地域を訪問しました。

林業及自然保育署は、もともと林業用に建設された阿里山林業鉄道などの施設を観光用に活用していることから、令和5年に当協議会と中芸地区森林鉄道遺産を保存・活用する会が共同で開催した全国森林鉄道サミット in高知で取り組みをご報告いただきました。昨年は、当協議会職員が阿里山林業鉄道の全線復旧に伴うイベントに招待され、交流が続いています。

当日は、日本遺産ゆずロードミュージアムで中芸日本遺産の概要を説明した後、明神口橋、千本山、小島橋などをご案内し、魚梁瀬森林鉄道の機関車の運転も体験してもらいました。また、同行した高知県職員や中芸地区森林鉄道遺産を保存・活用する会の会長からも、森林鉄道遺産の保存・活用の歴史を説明していただきました。台湾の方は「(山の雰囲気)台湾に似ている」と話しておられ、とても興味深く見ていただくことができたと考えています。

今回のような交流も生かして森林鉄道遺産の観光活用を深化させ、中芸地域がさらに活気づく仕掛けを発掘していきたいと思います。



日本遺産ゆずロードミュージアム



ゆずの森加工場



野村式機関車の前で



乗車体験の後、井上機関士と

お問い合わせ先：

中芸のゆずと森林鉄道日本遺産協議会事務局(安田町役場日本遺産推進室内)

TEL : 0887-30-1865 FAX : 0887-30-1866

メール : yuzurintetsu@mk.pikara.ne.jp

HP : <https://yuzuroad.jp/>

HP

Facebook

Instagram

ガイド会9コース
パンフレット



Q ゆずとりんてつ 検索

中岡慎太郎先生顕彰会だより

中岡慎太郎先生顕彰会 0887-38-2413

第158回忌 中岡慎太郎墓前祭

11月17日は中岡慎太郎の命日です。今年も中岡慎太郎墓前祭を開催いたします。17日当日は、遺髪墓地で神事を執り行うほか、軍鶏鍋の振る舞いや中岡慎太郎館学芸員、豊田満広氏による講演会も開催いたします。

イベント詳細は下記のとおりです。慎太郎が最後の夜に食べられなかった軍鶏鍋と一緒に思いを馳せていただくと幸いです。

皆様のご来場、心よりお待ちしております。

イベント詳細

- 開催日時 : 令和7年11月17日(月) 10:00～15:00
- 神 事 : 11:00～ 中岡慎太郎遺髪墓地前(北川村柏木)
- 慎太郎茶会 : 10:00～15:00 中岡慎太郎生家
- 講演会 : 13:30～15:00 中岡慎太郎館2階 多目的ホール



★詳しくは中岡慎太郎先生顕彰会Instagramをご覧ください。

令和6年度 北川村教育委員会の自己点検・評価について

概要	☐ 教育委員会は、学校や教育に関する方針を決める組織です。 ☐ 教育委員会では、事前に定めた「基本方針」に沿って教育行政が行われているか毎年自己チェックを実施しています。 ☐ チェックした結果は、報告書にまとめられて、議会や村民に公開されます。 【点検・評価】 A：できている B：概ねできている C：できていない
----	---

1 教育委員会の活動

- 教育委員会会議の開催 A：できている
➡年度内に6回、定期的に開催し、円滑に運営された。
- 教育委員会と事務局の連携 A：できている
➡教育委員会に、適宜事務局職員の出席を求め、説明を受けるなど意見交換を行い、状況把握と情報の共有を図った。
- 学校訪問 A：できている
➡教育現場の実態把握や学力向上対策、施設の維持管理などをポイントとして、保育所と小中学校の訪問と状況把握に努めた。



2 教育委員会が管理・執行する事務

- 教育行政の運営に関する一般方針を定めること A：できている
➡子育て教育ビジョンの実施計画書となるマスタープランの策定を行い、各種事業に取り組み始めることができた。
- 付属機関に対して諮問をすること A：できている
➡特別支援学級への入級等について、特別支援委員会に諮問を行い児童生徒への配慮につながった。
- 教科用図書採択に関する事務を処理すること A：できている
➡小学校の教科書採択年度となっており、学校現場の採択委員と連携し、また、安芸郡市町村教育委員会連絡協議会の動向も参考にしながら、満足度の高い教科用図書の採択ができた。



3 教育委員会が管理・執行を教育長に委任する事務

- 校舎、教室等施設の改修及び教育環境整備、物品の充実 A：できている
➡共同調理場に新しく真空冷却機を導入したことで、調理時間の短縮、衛生環境の改善、調理員の負担軽減につながった。また、学校給食における食育を実施する中で、メニューの幅を広げることができた。
- 特別支援体制の整備 A：できている
➡特別な支援を要する児童生徒に対し、家庭や専門家、関係機関と連携して支援ができた。公認心理士、スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカーの配置で、個性や特性への理解が深まった。
- 学校評価委員会、公開授業、学校運営委員会 B：概ねできている
➡学校評価アンケートの実施や学校運営協議会の開催、公開授業の実践により、学校運営の改善に努めた。また、保育所や小中学校の情報発信を随時行うために新しいホームページを立ち上げた。



総合評価

- ☐ 概ね基本方針に沿った教育行政が実施できている。
- ☐ 学力向上では、全国平均以上の成績を収めることができおり、細かな分析から授業改善につながった。
- ☐ 生活科・総合的な学習の時間「北川学」における探究学習がより幅広く実践できた。
- ☐ 地域の方々のご協力をいただき、放課後こども教室など学びや遊びにおける安心安全な居場所づくりができた。

※記載内容は、一部抜粋です。全文につきましては北川村教育委員会ホームページに掲載しています。

四国南東部広域観光連携協議会

イベント情報コーナー Vol.29

各地のイベント情報をお知らせします。

イベント名	開催時期・期間	場 所	問い合わせ先
牟岐町にぎわい産業祭	11月2日(日) 10:00～	西の浜	牟岐町観光協会 Tel0884-72-0065
轟秋祭り	11月9日(日) 13:00～	轟の滝	海陽町観光協会 Tel0884-76-3050
海陽伊勢エビ祭り	11月23日(日) 10:00～14:00	穴喰漁港	海陽町観光協会 Tel0884-76-3050
室戸岬灯台まつり	11月1日(土) 16:00～19:00 11月2日(日) 10:00～14:00	室戸岬灯台	室戸市観光協会 Tel0887-22-0574
田野町産業まつり	11月23日(日) 10:00～14:00	田野町 ふれあいセンター 前駐車場	田野町産業まつり 実行委員会 Tel0887-38-2813
空谷記念全国水墨画展	11月29日(土)～ 12月7日(日) 9:00～17:00 (初日のみ12:00～)	田野町 ふれあいセンター	田野町全国水墨画展 実行委員会 Tel0887-38-2511
第17回ゆずはじまる祭	11月2日(日) 10:00～15:00	馬路村農協ゆずの森 加工場・村内各地	馬路村農業協同組合 Tel0120-559-659
第21回高知連合選抜書展	10月26日(日)～ 11月30日(日) 9:00～17:00	安芸市立書道美術館	安芸市立書道美術館 Tel0887-34-1613
開館40周年記念特別展Ⅲ 「ハレの日、めでたきモノたち」	11月22日(土)～ 2月1日(日) 9:00～17:00	安芸市立 歴史民俗資料館	安芸市立歴史民俗資料館 Tel0887-34-3706
みのりの王国芸西フェスタ	11月16日(日) 10:00～15:00	芸西村憩ヶ丘 運動公園	芸西フェスタ実行委員会 芸西村役場企画振興課内 Tel0887-33-2114
中芸みんなの日本遺産体験博 「第12回ゆずFes」	9月27日(土)～ 11月30日(日)	中芸5市町村	中芸のゆずと森林鉄道 日本遺産協議会 Tel0887-30-1865



(一社)みなみ阿波観光局
イベント情報掲載



(一社)高知県東部観光協議会
イベント情報掲載

※内容の詳細については、上記問い合わせ先までお問い合わせください。



てんかんについて

てんかんは「脳の慢性疾患」で、脳の神経細胞の電氣的なリズムが突然乱れ、神経細胞の興奮により起きる発作を特徴とします。この電氣的リズムの乱れは、脳波検査によって異常な波が現れ、てんかん性異常波として捉えることができ、てんかんの診断に用いられます。

てんかんのある人は、約100人に一人の割合でいるといわれていますので日本では100万人以上のてんかん患者がいると推定されています。

発症年齢は、乳幼児期から老年期まで全ての年代で発病します。3歳以下の発病が最も多く、成人になると減少傾向になりますが、高齢になると再び頻度が増えます。

てんかんのある人のうち70～80%は、薬や外科治療などで発作を抑えることができます。てんかんは、「不治の病」と思われている方が多くいますが、てんかんは治療可能な病気です。

当院では脳神経外科の医師も在籍しており、てんかんと識別を要する疾患についても対応しています。てんかん外科の適応を検討する場合は、高次の医療機関にお願いしていますが、ビデオ脳波検査に加えCT・MRI検査は当院で可能です。

高知県内で唯一のてんかん専門医・指導医である臼井大介院長が診察します。

てんかん発作でお困りの方や、どこで診てもらったらいいのかわからない方は、一度当院のてんかん外来でご相談ください。

田野病院 総務課

南国年金事務所のご案内

1000 年・金・だ・よ・り

- 受付時間
 - 火曜日～金曜日 8:30～17:15
 - 月曜日または週明けの開所日 8:30～19:00
 - 第2土曜日(11月8日) 9:30～16:00
 - 休業日 土日祝日
 - ご連絡・予約先 **TEL 088-864-1111** (ナビダイヤル)
- ※長時間お待たせすることがないように、予約をおすすめします。



◆出張年金相談日程

相談日	時間	場所	予約先
11月 6日(木)	10:00～12:00 13:00～15:00	安芸市防災センター	南国年金事務所へ申し込み
11月27日(木)	11:00～12:00 13:00～15:00	室戸市役所	南国年金事務所へ申し込み



確定申告や年末調整を行う方へ

国民年金保険料は社会保険料控除としてその年の課税所得から控除されますが、控除の対象となるのは、令和7年中(令和7年1月1日から令和7年12月31日)に納められた保険料の全額です。

社会保険料控除を受けるためには、保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要となるため、日本年金機構から、次のスケジュールで「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が対象者宛てに発送されますので、お手元に届きましたら、大事に保管し、年末調整や確定申告の際に使用してください。

控除証明書 送付時期	対象者
令和7年10月下旬から 11月上旬にかけて順次	令和7年1月1日から令和7年9月30日までの間に 国民年金保険料を納付された方
令和8年2月上旬	令和7年10月1日から令和7年12月31日までの間に 国民年金保険料を納付された方

なお、ご家族(配偶者やお子様等)の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合は、ご自身の国民年金保険料に加え、その保険料についても控除が受けられます。

生活習慣の改善により、認知症発生リスクは低下します

～65歳以上の約3割が認知症または軽度認知障害といわれています～

物忘れが気になり始めてから日常生活に支障をきたすのは10年から20年かかるといわれていますが、物忘れの段階で対策すれば認知症は防げると提言されています。

出典：2022：厚生労働省「認知症および軽度認知症障害の高齢者数と有病率の将来推計」

認知症は治療より予防が肝心

年代別危険因子

若年期 0～18歳

- ①教育の機会の不足

中年期 18～65歳

- ②脂質異常症
- ③糖尿病
- ④高血圧
- ⑤うつ病
- ⑥運動不足
- ⑦難聴
- ⑧喫煙
- ⑨外傷性脳挫傷
- ⑩肥満
- ⑪過剰なアルコール

注目
今から
コントロール
可能

晩年期65歳以上

- ⑫社会的な孤立
- ⑬大気汚染
- ⑭視覚の低下

出典：2024年イギリス医学雑誌ランセット

健康相談
受付中

上記のご不明な点は、
お気軽にご連絡ください。

北川村役場 住民課
管理栄養士 中本まで
TEL 0887-32-1230

まずは生活習慣病の改善を！

生活習慣病改善の食材は、認知症を予防する食材につながる

添加物フリー

添加物が入っている加工食品（ハム、練り製品、袋菓子等）は極力避けるのが理想。味噌、醤油、ドレッシング等でもできるだけ添加物の少ない食材で作られたものが良い。

質の良い油

ココナッツオイル、オリーブオイル、ごま油を活用しよう。トランス脂肪酸（マーガリン、ショートニング）など合成の脂肪は控えよう。

グルテンフリー

小麦製品は脳や腸の炎症を招きさまざまな不調をもたらすといわれている。主食はお米や雑穀が良い。

発酵食品

腸内環境をよくする発酵食品は脳の活性化に役立つ。乳酸菌を含む漬物、ぬか漬、ヨーグルトなどを食べよう。納豆、甘酒など麹菌もおすすめ。

卵1日2個

完全栄養食品（ビタミンC以外）で安価。人が必要とする栄養素をほとんど持っている。

青魚

青魚の脂（EPA、DHA）は脳を活性化する。サバ、サンマ、イワシなどの魚は、認知機能の維持に欠かせない。

旬の野菜と果物

ビタミンCをはじめとするビタミンは、脳や体の老化を予防する。ミネラル、食物繊維が豊富な旬の野菜と果物がおすすめ。

自然な塩と甘味料

精製度が高い塩は、脳の老化を招きやすい。伝統的な製法の手塩や黒砂糖、キビ糖、はちみつなどを選ぼう。

たんぱく質

筋肉が減少すると動きが鈍くなり、認知機能の低下につながりやすい。筋肉の原料となるたんぱく質を毎回の食事に取り入れよう。

栄養豊富なスープ

加齢とともに栄養を吸収する力は低下する。消化吸収しやすいスープがおすすめ。特に骨をダシにするスープが良い。

みどり保育所

PHOTO通信



10月1日(水) 北川中学校3年生保育実習

ひんにちは 1歳になりました

中里さんご一家
いつき
維月さん(2024年10月2日生まれ)
家族から一言
「いつもニコニコ笑顔をありがとう♡かわいい
維月が大きくなるのを楽しみにしているよ」



行事予定表

事業	実施年月日	実施時間	実施場所・備考
乳児健診	11月5日(水)	(受付)12:45～13:15	奈半利町防災センター
1歳6カ月・3歳児健診	11月19日(水)	(受付)12:45～13:15	奈半利町防災センター
野友介護予防教室	11月6日(木)・13日(木)・20日(木)・27日(木)	9:30 ～	北川村保健センター
加茂介護予防教室	11月7日(金)・14日(金)・21日(金)・28日(金)	10:00 ～	加茂農業センター
久府付介護予防教室	11月5日(水)・12日(水)・19日(水)・26日(水)	10:00 ～	久府付婦人の家
柏木・崎山介護予防教室	ゆず収穫のため休み		
野川さくら会	11月5日(水)・12日(水)・19日(水)・26日(水)	9:15 ～	野川交流センター
長山せせらぎ会	11月4日(火)・11日(火)・18日(火)・25日(火)	9:30 ～	長山交流センター
宗ノ上介護予防教室	11月6日(木)・13日(木)・20日(木)・27日(木)	13:30 ～	宗ノ上集会所
中部けんこうクラブ	11月7日(金)・14日(金)・21日(金)・28日(金)	9:30 ～	小島集会所
島バラ会	ゆず収穫のため休み		
ぺちやくちゃ会	11月5日(水)	10:00 ～	北川村保健センター
親子ふれあい広場	毎週火曜日	9:00 ～	北川村保健センター
ゆずみどり	毎週火曜日	9:00 ～	北川村保健センター

高知県の情報
ポータルサイト

Kochi
ebooks



北川村の
広報も
掲載中！

高知イーブックス 検索

