



高知県北川村役場
広 報

またがわ

2

No. 618

Feb 2018



1月3日(水) 成人式

Contents

- 成人式 ②
- 子ども会スケート教室 ③
- 出初め式・どんど焼き ③
- 中岡慎太郎先生顕彰会だより ⑤
- マイカ・ラビノウィッツです！ ⑥
- 保健だより ⑬
- みどり保育所PHOTO通信 ⑭

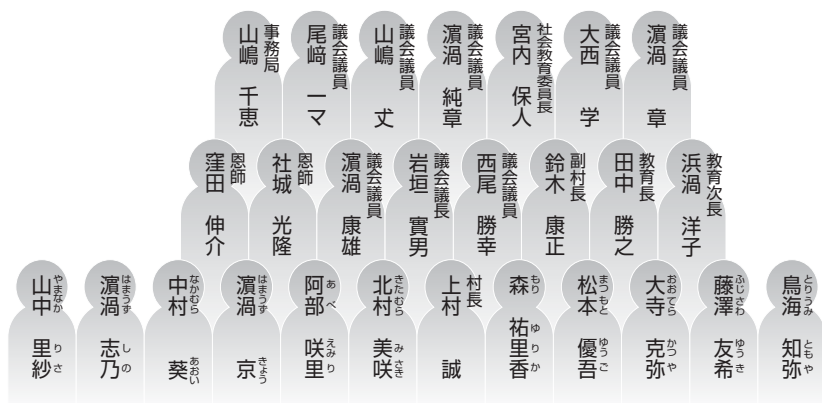
北川村の人口・世帯数

平成29年12月31日現在 () は前月比

人 口	1,318人 (－1)
男	615人 (±0)
女	703人 (－1)
世帯数	629戸 (－1)
昨年同期の総人口	1,349人 世帯数634戸

成人おめでとうございます!!

平成 30 年 北川村成人式



(表紙写真対照図)

平成30年1月3日、晴天の中、モネの庭マルモッタンにて成人式が挙行されました。華やかな着物姿やスーツ姿の11名が新成人として、晴れやかな門出を迎えました。

新成人のご家族や関係者、来賓の方々が見守る中で開催された式典では、今後の活躍に期待する上村村長からの式辞、岩垣議長からの祝辞の後、田中教育長から記念品が贈呈されました。

祝福を受けた、新成人を代表して北村美咲さんが、家族や周囲の方への感謝の思いや、社会人としての自覚を持ち、思いやりの気持ちを忘れず歩んでいく決意を謝辞として表明しました。

式典後は、記念撮影を行い、久しぶりに会った友人や恩師との久々の再会を喜び、お茶会で旧交を温めました。

- ① 式辞を述べる上村村長
- ② 祝辞を述べる岩垣議長
- ③ 新成人代表の北村美咲さん
- ④ 田中教育委員長から記念品贈呈
- ⑤ 友人たちとお茶会



アイススケート体験



12月17日(日)、青少年健全育成北川村民会議主催によるアイススケート体験が開催されました。小学生23名、保護者15名の総勢38名が参加しました。会場となる倉敷のスケートリンクまでの往復はバスでの移動でしたが、車内は子どもたちの元気で溢れ、雪や瀬戸大橋を見てははしゃぎ、あっという間に到着しました。スケート場ではインストラクターから基本的な体の使い方などの指導を受けたあと、思い思いにスケートを楽しみました。よく転ぶ子や慎重な子どもなど様々でしたが、みんな一生懸命に取り組んでいました。そして帰る頃には、皆一様にリンク外周を滑れるようになっていました。長い道中も含め、親睦が深まり楽しく貴重な経験ができました。参加された保護者の方々、子どもたちの引率お疲れさまでした。皆さんのご協力のもと、子どもたちは良い思い出ができたことと思います。今後も各種体験事業を開催しますので、ご参加くださいますようお願いいたします。

平成30年

中芸消防出初め式



1月14日(日)、中芸消防署において平成30年中芸消防出初め式が開催され、式典終了後は二十三土公園対岸から恒例の一斉放水が行われました。

午後からは北川村消防団を4隊に分け、中芸消防署員と一緒に村内にあるすべての防火水槽の点検を行いました。

空気が乾燥しやすいこの季節は火災の発生が多くなります。火の取り扱いには十分注意し、家屋や倉庫のまわりに燃えやすい物を置かないなど、火災の発生を未然に防ぐよう心がけましょう。

どんど焼き

1月14日(日)、10時から小学校グラウンドで「どんど焼き」を行いました。当日はこの冬一番の寒波が到来する中、多くの方が正月飾りやお守りなどを持ち寄ってくださいました。そして、やぐらに集めたあと火に掛け一年の無病息災を願いました。その後、熾き火になると、みんなでついたお餅を竹ひごに刺し、焼いて食べました。

竹ひご作りや餅つきなど、地域の方々にお手伝いいただき、伝統行事を賑やかに終えることができました。本当にありがとうございました。





入退院にあたって 困ったことはありませんか？



退院できると言われたけど
家のことできるろうか？



親が急に入院した！！
でも病院も長くおいて
くれんみたいやし…
どうしたらえいろう…



病気やケガで入院すると、仕事や自宅での生活にいろいろな不安が出てくると思います。各医療機関では早く安心した在宅生活へつなげられるよう、入院初期から、患者さんご家族さんと、退院後の生活について一緒に考えていく「退院支援」に取り組んでいます。

ご自身や身近な方のことで、お困りのことがありましたら、中芸広域連合地域包括支援センター、または、北川村役場住民課でも相談を受け付けておりますので、いつでもお気軽にご相談ください。

中芸広域連合

地域包括支援センター ☎32-1244

町村窓口

北川村役場住民課 ☎32-1230





中岡慎太郎先生顕彰会だより



特定非営利活動法人 中岡慎太郎先生顕彰会 ☎38-2413

1. 生家清掃

今年度も12月6日に北川小学校の6年生が『中岡慎太郎生家』の掃除に来てくださいました。まず生徒さんが向かったのは慎太郎の砂像。「これすごい!!見て見て」と駆け寄っていく姿にほのぼの☆ 砂像を見た後、生家で掃除スタート。時刻は午後3時を過ぎており、柏木は午後2時を過ぎると日が陰ってしまい、一気に気温が下がります。そんな中、雑巾がけをしてくれている子どもたち。「ひやいう。ありがとう」と声を掛けると「いえいえ。大丈夫です」と笑顔で応えてくれました。教育委員会の次長さんに「おい、〇〇!ちゃんと掃除せんと親父に言うぞ!」と言われると作業に戻る男の子☆ そんな姿を見ると、行政と村民の間に壁のない温かい村だなと感じました。こんな子育てのしやすい北川村に移住者が増えることを祈っています。今回清掃に参加してくださった北川小学校の校長先生、先生方、6年生の皆さん、慎太郎生家をきれいにしてください、本当にありがとうございました。





国際交流員 マイカ・ラビノウイツツ

バレンタインデー

北川村の皆さん、こんにちは！お正月をお祝いしたばかりな気がするのに、いつの間にか2月になりましたね。冬なのでこの時季は寒いのは当たり前なのですが、今年は特に寒く感じます。この寒い時季に、体だけでなく心も温めることが大事ですね。だから、心温まる楽しいバレンタインデーに世界中の人たちはハマっているのではないのでしょうか。



では、バレンタインデーはどのように樹立したのか、なぜ現在の形になったのでしょうか。

バレンタインデーの由来は269年にローマ皇帝の迫害下で殉教した聖ウァレンティヌスです。当時のローマ帝国の兵士は婚姻が禁止されていました。嘆き悲しむ兵士たちを哀れんだキリスト教のウァレンティヌス司祭は内緒で結婚式を行ってあげていました。その噂が皇帝の耳に入ると皇帝からウァレンティヌス司祭に行為をやめるよう命令が下されました。しかしながら、司祭はこれを毅然として無視したため、最終的に帝国に処刑されてしまいました。これを哀れみ、恋愛の犠牲となったウァレンティヌスを称え、2月14日はバレンタインデーという愛の誓いの日となったといわれています。

一般的に欧米でのバレンタインデーは愛の誓いの日と考えられています。男性が好きな女性に告白したり、チョコレートやお花などのプレゼントをあげたり、付き合ったら必ずロマンティックなデートをしたりして過ごします。また、アメリカでは自分のラブストーリーを作るために、まるで映画に出てくるような場面を演出します(ロマンティックではありませんが、ワンパターンで繰り返すとつまらなくなることもあります)。みんなが同じように過ごす訳ではないですが、SNSなどでバレンタインデーらしい過ごし方を見せないと寂しく感じる人も多いです。

一方で日本のバレンタインデーは愛の誓いの日と考えられているのでしょうか。

日本のバレンタインデーは1958(昭和33)年から流行してきた行事だそうです。第二次世界大戦後まもなく、製菓業界や流通業界による販売促進のために普及が始まり、1970(昭和45)年に日本社会に定着しました。日本のバレンタインデーの特徴は女性から男性にチョコレートをあげるというものです。そして、そのお返しにホワイトデーという全国飴菓子工業協同組合が1978(昭和53)年に制定した



「キャンデーを贈る日」という日本独自の日もあります。バレンタインデーとホワイトデーは中国・韓国・ベトナムなどの東アジアの国々に広がっています。デートというより取引のようですが告白をするというイベントでもありますので、愛の誓いの日と考えられると思います。

個人的にはバレンタインデーはどうでもいいと思いますが、自分のチョコレートが本命か義理かでみんながドキドキしているか知りたいです。毎年アメリカには2億枚ぐらいのバレンタインデーのカードが届いています。2013年のデータによると、バレンタインデー平均個人消費は1万5千円ぐらい毎年あがっています。全国飴菓子工業協同組合の年間売り上げの半分ぐらいはバレンタインデーとホワイトデーの販売からくるようです。「もし、2月16日から5月15日なら、これほど劇的なジェスチャーをしようと思わないけど、今日は2月14日で愛の誓いの日だから、だれかとロマンティックな思い出を作るべきだ」と人はついつい思います。日本人の女性は「義理チョコ」という言葉を作りましたので、愛を感じなくても行事に参加するプレッシャーを感じる人もいます。経済的にバレンタインデーはすごい行事ではないですか！

クリスマスとお正月が過ぎて特別な行事がない時季に、バレンタインデーのようなイベントがあるのは良いと思います。しかし、由来がどれほどロマンティックでも、恋人同士がラブラブを感じないと「愛の誓いの日」はポツキーの日とあんまり変わりません。それでも恋愛を思いながら楽しめる行事があるのは嬉しいです。

モネの庭のお知らせ

ただいま冬期メンテナンス休園中です。



休園期間：2月28日(水)まで

☆2018年3月1日(木)春の開園☆



休園中の園内では春に向けての作業が進められています。花の庭では、土壌改良、花苗や球根の植え付け作業が進められています。水の庭の睡蓮の株分け作業は2月中旬に行います。また今年も美しい睡蓮、美しいお庭を皆さまに楽しんでいただけるようスタッフ一同頑張ります。



3月1日より「モネの庭」の開園時間が変わります。

今年度(2018年3月)より、開園時間を年間を通して9:00~17:00とします。夏だけでなく、一年を通して朝の時間をお楽しみいただければと思います。

☆3月1日からの開園時間☆

開園9:00~閉園17:00(最終入園16:30まで)

※カフェの営業は10:00~17:00



チューリップ、チューリップ
3月1日より開催!!



期間：3月1日(木)~4月15日(日)

今年は水の庭の奥のメタセコイア丘に早咲きのチューリップ2万本を植えました。早春より6色のチューリップパレットが出現。春爛漫になる園内各所では次々とチューリップが開花。期間中、園全体で過去最高の5万本のチューリップがお楽しみいただける予定です。

※モネのチューリップ祭※

3月31日(土)4月1日(日)2日間開催♪

出店・音楽・スタンプラリー・抽選会など楽しみいっぱい。チューリップ満開のモネの庭でお楽しみください。(現在企画中です。内容は随時HPに更新します)

【お問い合わせ・ご予約】

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

http://www.kjmonet.jp/ 定休日：毎週火曜日

※メンテナンス休園期間中のお問い合わせは、平日9:00~16:30まで受け付けしております。



国民年金保険料学生納付特例制度のご案内

1000 年・金・だ・より

国民年金は、20歳以上であれば、学生も加入しなければなりません。しかし、学生の方は一般的に所得が少ないため、ご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

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

〈所得のめやす〉 118万円 + { 扶養親族などの数×38万円 }

学生納付特例の承認期間は4月から翌年3月までとなりますが、承認を受けた次の年度も在学予定である場合、4月初めに再申請の用紙が届きます。引き続き、学生納付特例制度をご希望の場合は、必要事項を記入の上、ご返送ください。

国民年金保険料学生納付特例申請について

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

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

なお、平成30年度は学生納付特例制度を利用せず、保険料の納付をご希望の場合は納付書を作成して送付します。お手数料をおかけしますが、お近くの年金事務所までお問い合わせください。

◆出張年金相談開設日程(南国)

2月1日(木)
10:00~12:00 / 13:00~15:00
安芸市総合社会福祉センター
(2階中会議室)
予約制(南国年金事務所へ申し込み)

2月22日(木)
11:00~12:00 / 13:00~15:00
室戸市役所
予約制(室戸市役所または南国年金事務所へ申し込み)

◆南国年金事務所における年金相談時間は下記のとおりです。

○平日の年金相談

- ・月曜日(月曜日が休日の場合は翌開所日になります)
8:30~19:00
- ・火曜日~金曜日
8:30~17:15

○週末の年金相談

- ・2月10日(第2土曜日)
9:30~16:00
(通常の業務日より相談ブース数は若干少なくなっています)



中芸のゆずと森林鉄道日本遺産協議会

～中芸地域の日本遺産魅力発信便り vol.7～



JAPAN HERITAGE

日本遺産

日本遺産
Story #051

日本遺産魅力発信推進事業の経過報告について

平成29年度は、日本遺産認定以降、文化庁からの補助事業(日本遺産魅力発信推進事業)を中心に、普及啓発などに取り組んでいます。

現在、「中芸のゆずと森林鉄道日本遺産協議会」のホームページやロゴマークなどを作成中です。それらが完成すると、中芸内外に日本遺産の魅力を発信するツールとして、有効活用できます。

また、中芸5町村のガイドマニュアルも作成中で、観光客が中芸を訪れた際には、共通のガイドができる予定となっています。

これらが完成しましたら、広報などでお知らせしますので、皆さまのご支援とご協力をよろしくお願いします。それでは、本年もどうぞよろしくお願いします。

日本遺産認定を契機に・馬路温泉「ゆずバーガー」販売!

12月28日より、馬路温泉において「ゆずバーガー」を販売しています。これは、日本遺産認定にちなんで開発されたご当地バーガーで、馬路村産のアメゴのすり身、自然薯、豆腐、ゴボウを練りこんだフライを馬路温泉名物の「ゆず酢ダレ」にくぐらせ、トマトやレタスと一緒に、馬路村「うまじのパン屋」特製のパンに挟んでいます。ゆずの風味ゆたかなおいしさに仕上がっています。ゆずをイメージした黄色の紙で包み、葉の付いたゆずの枝で留めた見た目もお楽しみください。

1個600円、フライドポテトとゆずの炭酸ジュースが付いたセットが850円です。

日本遺産協議会では、住民・企業・行政などさまざまな皆さまと一緒に、今後も日本遺産を活用した中芸地域の活性化に取り組んでいきます。

アイデアをお持ちの方は、ぜひ協議会事務局までご連絡をください。



お問い合わせ

中芸のゆずと森林鉄道日本遺産協議会事務局
(安田町役場中山支所内) ☎0887-39-2008

facebook



所得税および復興特別所得税・贈与税・消費税および 地方消費税の確定申告と納付はお早めに

まもなく平成29年分所得税および復興特別所得税、贈与税の確定申告、消費税および地方消費税の確定申告が始まりますが、確定申告書の作成は、国税庁ホームページの「**確定申告書等作成コーナー**」をご利用ください。

画面の案内に従って該当項目を入力することにより、所得税および復興特別所得税、贈与税、消費税および地方消費税の申告書や青色申告決算書などが作成できます。

作成した申告書は、直接、電子申告するか、印刷して郵送などで税務署に提出することができます。

なお、納税は便利で確実な「**振替納税**」をご利用ください。

振替納税をご利用になると、預貯金口座の残高を確認しておくだけで、金融機関または税務署に出向かなくても自動的に納付ができます。

振替納税のお申し込みは、「預貯金口座振替依頼書兼納付書送付依頼書」に必要事項をご記入の上、申告期限までに税務署または振替納税をご利用になる金融機関に提出してください。

■平成29年分の確定申告・納期限

所得税および復興特別所得税・贈与税：平成30年3月15日(木)

個人事業者の消費税および地方消費税：平成30年4月2日(月)

■振替納税を利用される場合の振替日

所得税および復興特別所得税：平成30年4月20日(金)

個人事業者の消費税および地方消費税：平成30年4月25日(水)

確定申告会場は平成30年2月16日(金)から

税務署の確定申告会場の開設期間は、平成30年2月16日(金)から3月15日(木)までです。

なお、税務署の確定申告会場の受付時間は、午前8時30分から午後4時です。ただし、会場の混雑状況により、午後4時前であっても受け付けを終了させていただきます。

医療費控除が改正になりました

平成29年分の確定申告から、医療費控除を受けられる場合には、医療費領収書の提示・提出が不要となり、代わりに「医療費控除の明細書」の添付が必要となりました(平成31年分までの確定申告では、これまでどおり領収書を提出することも可能です)。

医療費控除の申告・医療費控除の明細書は、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」で作成できます。

マイナンバーの記載忘れにご注意ください

平成29年分の所得税、贈与税および消費税の確定申告書につきましては、マイナンバーの記載と本人確認書類(例1：マイナンバーカード、例2：通知カードと運転免許証など)の提示または写しの添付が必要です(申告書など提出の都度必要ですので、前年分の申告書に記載・提示などされた方も同様です)。

確定申告電話相談センターの開設について

平成30年1月18日(木)から3月15日(木)まで、「確定申告電話相談センター」で所得税および復興特別所得税・贈与税・消費税および地方消費税の確定申告に関するご質問やご相談にお答えします。

なお、土・日・祝日については、2月18日(日)および2月25日(日)のみ、電話相談を行っております。

所轄の税務署にお電話いただき、自動音声案内に従い、『0』を選択してください。

確定申告以外の国税に関する一般的なご相談を希望される方は、所轄の税務署にお電話いただき、音声案内に従い、『1』を選択してください。「電話相談センターへ」へおつながります。

お問い合わせ先 安芸税務署 ☎35-3115 (所在地)〒784-0001 安芸市矢ノ丸四丁目5番地7

税務署の代表番号は、自動音声案内でお受けしています。

国税に関する一般的なご質問やご相談をご希望される場合は、自動音声案内に従い「1番」を、確定申告に関するご相談は「0番」を選択してください。

聴講生募集

パソコン・英語・美術など、私たちと一緒に学んでみませんか？



もう一回高校の内容を勉強してみたいなあ

それなら
中芸高校の聴講生は？
10～70代までの幅広い人が
楽しく勉強しているよ



科目や受講料などは
どうなっているかな？



●聴講生は、自分の興味や関心がある講座を選び、その授業だけを勉強します。規定時間数以上を出席し、一定の成績を修めれば修了証をもらえます。
15歳以上(中学生以下は不可)であれば、高校を卒業していなくても聴講することができます。

●「社会と情報」、「書道」、「美術」など、下表にあるとおり、いろいろな講座が開講されています。

●1単位あたり、年間1,740円。
例えば書道Ⅰだと2単位(週2時間)ですから、年間3,480円になります。
ただし、教科書代や教材費、成績郵送料などは実費が必要になります。



詳しくは、担当までお問い合わせください(13時以降をお願いします)。

高知県立中芸高等学校 夜間部 ☎0887-38-2914 (担当 野町)

〒781-6410 高知県安芸郡田野町1203-4

〈平成30年度 聴講生募集〉

※科目によって、希望者が定員を超える場合など、聴講できない場合もありますのでご了承ください。

資 格	15歳以上（中学生以下は不可） 学歴不問			
科目(単位数)	国語総合（２）	現代文、古典の基礎的な内容	数学Ⅰ（２）	高校数学の基礎的な内容
	科学と人間生活（２）	自然と人間生活、科学の役割	世界史Ａ（２）	世界史の基礎的な内容
	日本史Ａ（２）	日本史の基礎的な内容	現代社会（２）	現代社会の基礎的な内容
	地理Ａ（２）	世界地理の基礎的な内容	コミュニケーション英語Ⅰ（２）	高校英語の基礎的な内容
	英語表現Ⅰ（２）	高校英語の文法と会話表現	家庭総合（２）	家庭科の基礎的な内容
	子どもの発達と保育（２）	家庭科の保育に関する内容	生活産業情報（２）	パソコンを使った基礎的な実習
	社会と情報（２）	情報社会の基礎的な知識技能	情報処理（４）	情報処理の知識と技能の習得
	美術Ⅰ（２）	美術の基礎的な実習・創作	美術Ⅱ（２）	美術のやや高度な実習・創作
	書道Ⅰ（２）	書道の基礎的な実習・創作		
開講期間	平成30年４月～平成31年２月(生徒と一緒に勉強しますので、生徒と同一の時間割です)			
開講時間	月～金曜日の午後５時55分～９時10分（１回の授業は40分） ※学校行事などにより休講や時間の変更があります。 ※希望者には米飯給食（１食 約300円）もあります(予定)。		「授業時間割」は４月10日の登録時まで未確定のため、お問い合わせに応じることができません。	
費 用	１単位あたり 1,740円（これ以外に教科書代や教材費、成績郵送料などは実費）			
出 願 そ の 他	出願期間	３月９日(金)～３月23日(金) 午後５時まで(郵送可、ただし必着)		
	出願方法	本校所定の「聴講願書」に必要事項を記入し、提出してください。 「聴講願書」は、本校で３月７日(水)から配布します。		
	登録・手続き	４月10日(火) 午後６時00分～ 本校２階視聴覚室(印鑑必要)		
	入講式	４月10日(火) 本校２階視聴覚室にて登録・手続き終了後		
	聴講開始	４月16日(月)～（予定）		

「高知で恋しよ!!マッティング」

北川・田野合同出張登録会in田野

予約制

こうち出会いサポートセンターでは、会員制のお引き合わせシステム「高知で恋しよ!!マッティング」を運営し、結婚への支援を希望する独身男女の1対1の出会いをサポートしています。

会員登録は、通常、センターへの来所が必要となりますが、今回、特別に田野町で会員登録をすることができます!

この機会にぜひ会員登録されてみませんか?

皆さまのご参加お待ちしております!

会員数：**992人**

お引き合わせ件数：**696件**

成婚数：**13組**

(平成29年11月末現在)

■必要書類

1. 本籍地の市町村が発行する独身証明書
(発行日から3カ月以内の原本)
2. 健康保険証(本人および勤務先の確認)
3. 写真付きの身分証(運転免許証など)
4. 上記1~3のコピー各1部
5. プロフィール用写真1枚
(3カ月以内に撮影した本人のみ写っているもの。
上半身L判程度の大きさ)

■費用

入会登録料：~~10,000円~~(2年間有効)

8,000円(特別キャンペーン中!)

日 時 2月25日(日)
10:00~12:00、13:00~17:00

会 場 田野町ふれあいセンター 2階 実習室1

参加申し込み 予約制ですので、必ずご連絡ください。

お申し込み先 こうち出会いサポートセンター ☎088-821-8081
(日・月10:00~17:00、火~木13:00~20:00/金・土・祝休)



お問い合わせ先 こうち出会いサポートセンター ☎088-821-8081
高知県地域福祉部少子対策課 ☎088-823-9717

不 要 に な っ た 携 帯 電 話 ・
ス マ ー ト フ ォ ン で 金 メ ダ ル を !

東京2020オリンピック・パラリンピックで使用するメダルを使用済み小型家電の金属から制作する「都市鉱山からつくる!みんなのメダルプロジェクト」(主催・東京2020組織委員会)に北川村も参加します。

村では、役場住民課窓口回収ボックスを設置しています。不要になった携帯電話・スマートフォンがありましたら、ぜひお持ちいただき、東京2020大会メダルの制作にご協力ください。

問い合わせ先 住民課 ☎32-1214

平成30年度 予 備 自 衛 官 補 募 集

予備自衛官補とは、一般の社会人や学生といった自衛官未経験者を「予備自衛官補」として公募・採用し、教育訓練修了後、「予備自衛官」として任用する制度です。予備自衛官を安定的に確保することで将来にわたって防衛基盤の育成・拡大を図るとともに、ITの発達や自衛隊の役割の多様化などに対し、民間の優れた専門技能を有効に活用していくことを目的としています。

一般と技能の公募コースがあり、一般公募では資格年齢の方なら応募可能です。また、技能公募では語学や医療技術、整備などの分野に精通した皆さんが応募できます。

予備自衛官補に採用されると一般公募は3年以内に50日、技能公募は2年以内に10日間の教育訓練に参加し、必要な知識・技能を修得します。

募集種目		資 格	受付期間	試 験 日
予備自衛官補	一 般	18歳以上34歳未満の者	1月9日(火) ～ 4月6日(金)	4月14日～18日 ※いずれか1日を 指定されます。
	技 能	18歳以上で国家免許資格などを保有する者 (資格により53～55歳未満の者)		

※教育訓練の開始時期 平成30年7月以降

詳しくは **自衛隊高知地方協力本部安芸地域事務所** までご連絡ください。

安芸市本町3丁目11-5 (すまいる あき前 2F) ☎ 35-2749

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

ご冥福をお祈りします

氏 名	年 齢	地 区	死 亡 年 月 日
大寺 岩雄	82歳	加 茂	平成29年11月3日
前田 二女	78歳	野友上	平成29年11月17日
島岡 豊秋	94歳	島	平成29年11月18日
山下 守夫	90歳	久 木	平成29年11月28日



「ひだまりの会」講演会

自死(自殺)で大切な方を亡くされたご遺族への支援についての講演会を開催します。

講師はこころのカフェきょうと代表の石倉紘子氏ほか。

講演終了後、自死遺族のみの交流会も予定(15:15～16:15)。

当日参加もできます。

日 時 2月14日(水) 13:30～15:00

場 所 安芸福祉保健所

参加申し込み・問い合わせ先

高知県立精神保健福祉センター

☎ 088-821-4966

短歌教室



大西 豊

四面の山時雨と共に紅葉ます

夕陽をあびてなほも輝く

浜渦 静子

霜しろき裏道連れだつ氏神さまへ

歩む児だつこの児今年は九人

大寺 一子

長生きし元気な年寄り仕合せよ

頑張りましょう命の限り

浜渦美恵子

来て嬉し帰って嬉しのお客さま

布団の山の土産を置きて

田村猪世子

その昔日本にありしじゃかごの技術

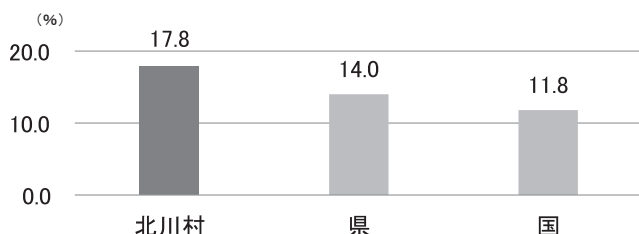
今ネパールに生かさると言う

保健だより

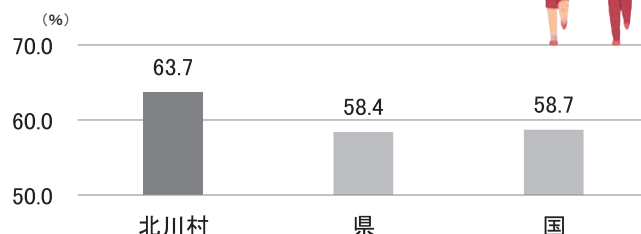
北川村の健康に関する数字(間食と運動について)



夕食後に間食をとることが週に3回以上
ありますか？
(はいと答えた方の割合)



1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2回以上、
1年間以上実施していますか？
(いいえと答えた方の割合)



平成28年度集団健診問診票より

国や県の平均と比べて夕食後間食している方が多い、運動をしている方が少ない

+運動の効果+

- ・メタボリックシンドローム対策や内臓脂肪を減らす、生活習慣病の予防に効果的です
- ・介護のいらぬ生活をおくるために、丈夫な足腰を維持します

+寝る前の食事の影響+

- ・食べたものが消費されないの、太りやすくなります
- ・睡眠中でも胃が消化活動で動き続けるため、脳が興奮したり、浅い眠りにつながります
- ・夜間は食物の消化酵素が減少し、翌朝胃もたれが起こることがあります

運動や食生活の改善に取り組みませんか？

取り組むときは、ぜひ北川村健康チャレンジにご参加ください

北川村健康チャレンジ お問い合わせ先
住民課 ☎32-1214



私も健康チャレンジに参加しています



健康チャレンジに参加し、日々ご自身で健康づくりに取り組んでいる方をご紹介します

+北川村健康チャレンジとは？+ (対象：北川村に住民票のある、18歳以上の方)

村民の健康意識向上と健康行動の継続を目的として、日頃の健康づくりの取り組みを行っている方に対し、ポイントシールをお渡しし、特典に交換していただける事業です。



井津 裕明さん

私は「運動」に取り組んでいます。
ジョギングや、中芸広域体育館(結いの丘
ドーム)のトレーニング室に通っています。



町田 喜代さん

私は「食事」に取り組んでいます。
低栄養対策として、バランスのとれた
食事に気をつけています。



みどり保育所

PHOTO通信



クリスマス会

12月25日（月）

行事予定表

事業	実施年月日	実施時間	実施場所・引き取り場所
乳児健診	2月7日(水)	(受付)12:45～	田野町保健センター
1歳6カ月・3歳児健診	2月21日(水)	(受付)12:45～	田野町保健センター
野友介護予防教室	2月1日(木)・8日(木)・15日(木)・22日(木)	10:00～	北川村保健センター
加茂介護予防教室	2月2日(金)・9日(金)・16日(金)・23日(金)	10:00～	北川村農業センター
久府付介護予防教室	2月7日(水)・14日(水)・21日(水)・28日(水)	10:00～	北川村農村婦人の家
柏木・崎山介護予防教室	2月1日(木)・8日(木)・15日(木)・22日(木)	13:30～	柏木交流センター
野川さくら会	2月7日(水)・14日(水)・21日(水)・28日(水)	9:30～	野川交流センター
長山せせらぎ会	2月6日(火)・13日(火)・20日(火)・27日(火)	9:30～	長山交流センター
宗ノ上介護予防教室	2月1日(木)・8日(木)・15日(木)・22日(木)	13:30～	宗ノ上集会所
中部けんこうクラブ	2月2日(金)・9日(金)・16日(金)・23日(金)	9:00～	小島集会所
小川ふれんど	2月20日(火)	10:30～	菅ノ上集会所
島バラ会	2月15日(木)	10:00～	北部集会所
親子ふれあい広場	毎週月・木曜日	9:00～16:00	北川村保健センター
ゆずみどり	毎週木曜日		北川村保健センター

平成30年2月28日は集合村税第9期の納期限です。お忘れなく！