

数字にみるわがまち (平成27年7月31日現在)

(人口) 合計	4,276人	(-117)
男	1,926人	(-62)
女	2,350人	(-55)
年少 [15歳未満]	200人	(-8) 4.68%
老年 [65歳以上]	2,366人	(-28) 55.33%
世帯数	2,441世帯	(-33)

() は、前年同月比数



躍動!
チームおおとよ

8月11日 はりまや橋競演場

昭和51年 農工センター完成
完成時は2階建てでした



1階は既設の農事放送農業協同組合隣りに森林組合と商工会が、2階は会議室や資料図書室などが造られ、11月12日に落成式が行われました。

屋上にもう1階つぎ足しができる構造になっており、現在の3階部分（文化ホール）は、合併25周年記念事業の一環として、昭和55年に新たに建設されました。

昭和52年 大杉農村広場完成



大杉中学校と大杉農村広場の用地造成工事は、昭和51年1月13日に着工し、翌年10月28日に完成しました。

中州の一部を切りとって国道側の川幅を広げて護岸し、反対側を埋め立て中州と中村大王側を結び造成しました。

昭和54年 式岩橋完成



12月3日に竣工式、渡り初め式が行われました。

〈10月号は、昭和60年代のできごとについて掲載の予定です。〉

昭和30年（1955年）3月31日に誕生した大豊村。
その後、昭和47年4月1日に町制施行し、現在の「大豊町」が発足しました。
6月号からシリーズで合併60年の歴史を振り返っていますが、今月号では、昭和50年代のできごとを写真で振り返ります。

大豊町合併60周年

第4回

思い出を
たずねて

昭和54年の主なできごと
町内 スポーツ編

- 大豊中学校男子バレーボール部
全国大会出場!
県中学男子バレーボール春季選手権
(兼全日本中学男子選手権県予選)
で念願の初優勝
- 西峰中学校女子部 第16回県中学
ハンドボール大会で優勝!
全校生徒21名、うち女子8名での快挙
- 第1回県下青少年柔道錬成大会開催
体育会柔道部により、10月28日に
大杉中学校体育館で開催されました。
県レベルの大会が大豊町で開かれたのは初めてで、この大会は現在も続いています。

大豊町民

防災

塾 第9回

事前防災行動計画（タイムライン）による防災対応

台風などによる災害から身を守る心得

大豊町など高知県では、台風によって非常に激しい雨が半日から一日、あるいはそれ以上の長い時間降り続き、また地形の影響などにより同じような場所に降り続くといった特徴があることをこの連載の4月号でお伝えしました。台風による大雨が大豊町に降ると、降水量が極めて多くなる傾向があり、それが大きな災害につながります。

住民の皆さまが台風などによる災害から自身の身を守るために最も有効な手立ては、少しでも安全な所へ早め早めに避難していただくことです。

そのためには、日ごろから自分が避難する場所や避難方法を確認しておくこと、災害時には、気象台や役場から発表される情報に注意して速やかに行動することが重要です。

日本の防災対策の課題

皆さまに早めの対応をしていただくためには、住民の避難を支援する立場にある役場や、役場の活動が求められること、特に台風などによる災害は、地震や津波などの突発的に起こる災害と異なり、進路などから数日前からこのような影響が生じるか予測可能なため、早めの対応ができる災害と言えます。

しかし、これまで日本で行われてきた台風対応を見ると、その多くは、大雨注意報警報が発表されるなど、災害の発生が差し迫った状況から開始され、事後の対応が主な業務となっていました。そのため避難勧告などの発表が遅れ、犠牲者が出ることも多くありました。

事前防災行動計画（タイムライン）とは

災害の発生が差し迫った状況から対応が始まる日

本の台風対応と異なり、米国のハリケーンへの対応は、発生してから被害が生じるまでの時間を生かして行われています。2012年に発生したハリケーン・サンディへの対応は、被害が生じる120時間前より対応準備が始められています。72時間前には州知事より「緊急事態宣言」が発表され、36時間前には「避難指示」が発令されました。また、被害発生時（0時間）には、警察などの対応者の退避も完了しています。

ハリケーン・サンディによる被害は甚大であったものの、犠牲者は0という結果でした。このとき効果を発したものが「誰が」「いつ」「何をするか」を定めた行動計画でした。この行動計画を、日本で生じる災害用にアレンジしたものを事前防災行動計画（タイムライン）と呼び、全国で策定が進められています。

事前防災行動計画の特徴と効果

事前防災行動計画の特徴は、先ほど述べたように「誰が」「いつ」「何をするか」を詳細に決められていることです。

また、その効果として、「行動時期、行動内容及びその役割を明確にすることにより、災害対応の漏れをなくすこと」「早め早めの防災対応で住民避難行動など余裕を持った対応を可能とすること」「防災対応に必要な機関及び主体で構築し相互の役割が見えるようにすること」「防災機関の対応のバラツキを改善すること」が期待されています。

大豊町事前防災行動計画の策定

大豊町では、2014年4月から策定の準備を始め、2014年9月から2015年3月までの間に計5回の検討会を開催し、四国

大豊町事前防災行動計画の概要

目安とする時間・現象	主な防災対応
10～4日前 台風の発生	● 台風進路の注視 ● 台風に関する情報の収集
3日前～2日前 大豊町への接近 大豊町への影響の高まり	● 関係機関への協力依頼 ● 関係機関との情報共有開始 ● 防災関連施設の確認開始 ● 災害対応資機材の準備開始 ● 避難所開設の準備開始 ● 避難行動要支援者に対する支援の調整 ● イベントなどの中止を検討
24時間前～ 雨の降り始め	● 避難所の開設 ● 避難行動要支援者の避難開始
12～3時間前 土砂災害の可能性上昇	● 一般住民の避難開始（明るいうちの避難） ● 避難の呼びかけの実施（避難勧告）
0時間前 災害の発生	● 住民の避難完了 ● 消防団など支援者の退避完了

地方で初めて試行版を作成しました。大豊町の事前防災行動計画は21の機関・部署によって構成され、238項目の防災対応が記載されています。防災対応は、おおよそ5日前から、災害が発生し事態が収束するまでを6段階に分けて記載しています。

今年度は、役場内で机上訓練を実施し、台風第11号では試行版を運用し、集落担当職員から区長へ地区内の要支援者を確認することや、ゆとりすと放送による早めの避難の呼びかけが行われました。今年度は、台風時に試行検証を繰り返す、次年度から本格的に運用を開始する予定です。

が始まりますよ!!

06478915165165145429145645
24546771849400656245849767
21549700424392451156091266

注目!! マイナンバー制度とは??

マイナンバーは、正式には「個人番号」といい、住民票を有する住民一人ひとりに付けられる12桁の番号のことです。

マイナンバー制度は、このマイナンバーを使って、税務署などの国の機関や地方公共団体、健康保険組合などが持っている個人のさまざまな情報を同一人物の情報かどうか確認する社会基盤であり、社会保障・税・災害対策の3つの分野で活用することにより、住民サービスのより一層の向上につながると考えられております。

☆ 「通知カード」、「個人番号カード」等につわるQ&A ☆

Q. 個人番号カードって何に使うの?

A. 各種手続きの際に個人番号確認及び本人確認のための身分証明書として利用します。

Q. 個人番号カードって有効期限はあるの?

A. 20歳以上の方は10年間、20歳未満の方は容姿の変化を考慮して5年間です。

(個人番号カードには顔写真が添付されます。)

Q. 個人番号カードの交付を受けたら、通知カードはどうすればいいの?

A. 「通知カード」に有効期限はありませんが、「個人番号カード」の交付を受けた方は窓口で返納していただきます。

Q. 引っ越した時は、どんな手続きが必要なの?

A. 引っ越した先の役場で転入届を出す際に、「通知カード」もしくは「個人番号カード」の記載内容を変更する必要があります。引っ越しにかかわらず記載内容に変更があった際には窓口まで届出をお願いします。

Q. カードを紛失したらどうすればいいの?

A. 「通知カード」を紛失した場合、役場までご連絡ください。

「個人番号カード」を紛失した場合、ただちに個人番号カードコールセンターまでご連絡ください。(平成27年8月1日現在、具体的な連絡先は未定)

Q. ここに無い質問はどこへすればいいの??

A. マイナンバーコールセンター

0570-20-0178 (全国共通ナビダイヤル)

大豊町役場 住民課 保険窓口班

0887-72-0450



まもなく!

06478915165165145429145
24546771849400656245849
21549700424392451156091

マイナンバー制度

平成27年10月から、住民票を有する方全員に、地方公共団体情報システム機構から個人番号を通知する「通知カード」が郵送されます。

通知カードには、「氏名」「住所」「性別」「生年月日」「個人番号」が記載されています。

また、平成28年1月からは、「個人番号カード」の交付を開始します。

交付を希望される方は、通知カードに同封されている申請書を郵送し、通知が届いた後役場で通知カードと引換えに個人番号カードを受け取ります。

※この「通知カード」、「個人番号カード」はどちらも大切に保管してください。

個人番号 ○○○*****○○○

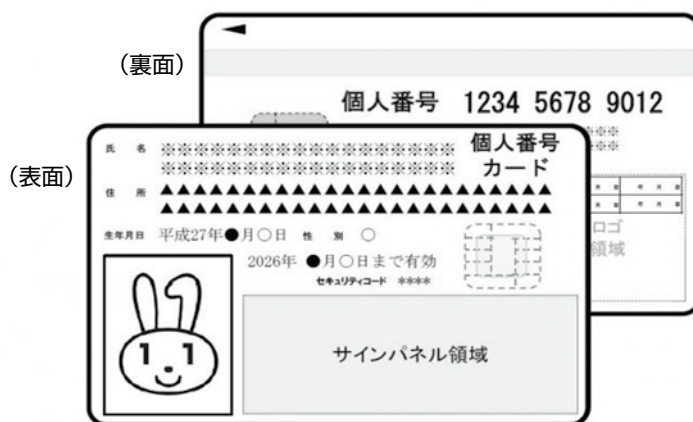
生年月日 ○年○月○日

性別 男

指名 大豊三郎

住所 高知県長岡郡大豊町高須231

※通知カードイメージ



※個人番号カードイメージ

住所地で通知カードを受け取れない方は居所情報の登録が必要です。

重要なお知らせ!

マイナンバーの通知カードは、原則として住所地（住民票に記載されている住所）に送られますが、次に掲げるやむを得ない理由により、住所地において通知カードを受け取ることができない方は、現在お住まいの場所（居所）を必ず登録申請してください。居所情報の登録申請により、現在お住まいの場所（居所）で通知カードを受け取れます。

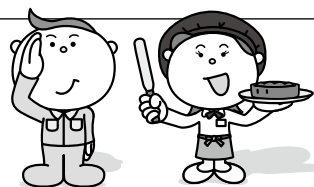
○居所登録の対象となる方

- ◆平成27年10月5日以降、医療機関・施設などへの長期入院・入所が見込まれ、かつ、入院・入所中は住所地に誰も居住していない方。
- ◆東日本大震災により被災し、住所地以外の場所へ避難している方。
- ◆ドメスティック・バイオレンス（DV）、ストーカー行為等、児童虐待等の被害者で、住所地以外の場所へ移動している方。
- ◆その他、やむを得ない理由により住所地において通知カードの送付を受けることができない方。

居所情報の登録を希望される方は、平成27年8月24日から9月25日までの間（必着）に、居所情報登録申請書に本人確認書類の写し、居所に居住することを証する書類の写し、委任状（代理人が申請する場合）を添えて、住民票のある市区町村に提出してください。

申請書は住民課保険窓口班、総合ふれあいセンターにあります。申請は郵送でもできます。

今年のも



教育委員会だより

「OSIGOTO体験隊」

キッザニア甲子園に出動!!



今年で2年目となった「OSIGOTO体験隊」。夏休みに入った7月23日・24日に、大豊町教育委員会主催で、おおとよ小学校5年生を対象に夏休み企画として「OSIGOTO体験隊」が、西宮市のキッザニア甲子園に出動しました。

キッザニア甲子園は、リアルな街の中で、こども達が職業体験や社会体験にチャレンジし、楽しみながら社会のしくみを学ぶことができる「こどもが主役の街」です。

大豊の子どもたちにもキャリア教育の一環として、子どもたちに自分の将来について考える機会を提供し、働くことの意味や仕事の楽しさ、お金の価値など、「生きる力」を身につけてもらいたいと考えています。

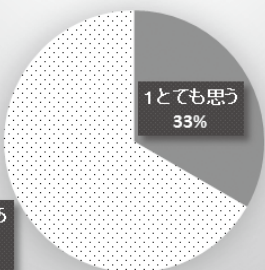


■ 児童の感想 ■

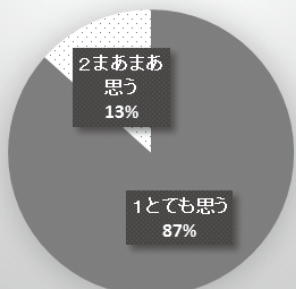
おおとよ小学校 5年 平野文太

キッザニアで仕事をする時に心がドキドキして、いろいろな仕事が体験できてとても楽しかったです。自分たちで行動して考えるのがとても楽しかったです。

OSIGOTO体験前



OSIGOTO体験後



【体験後のアンケート結果から】

「何か新しいことにチャレンジしてみたいですか？」

OSIGOTO体験後には「とても思う」児童が2倍以上になっており、挑戦する楽しさを感じている児童が増えています。

オーストラリア中学生来町ホームステイ

“大豊町は山に囲まれてきれいな所だ。日本に行く人にお勧めするよ。”

Ootoyo is a beautiful town in the mountains. I would recommend it to anyone who goes to Japan!”

6月30日にオーストラリアメルボルン市にあるヘリベリー校の中学3年生14人と先生2人が来町し、2泊ホームステイをしました。12時52分に大歩危駅に着き、バスで早明浦ダムへ向かい、生徒はオーストラリアと違う景色を見て驚き、目を見張りました。大豊町の方に向かってバスの窓から町の景色を眺め、「自然が豊か、山々に囲まれ青々とした木はすごいな」という印象を受けました。

大豊町中学校に着いた時に、中学生に厚く歓迎されてびっくりしました。「中学校の玄関の上には歓迎の幕が貼られて、‘ヘリベリー校’と書いてあった。うちの学校の校章も書いてあったよ。すごいね！」とヘリベリー校の中学生の女の子が言っていました。放課後、ヘリベリー校の生徒はホストファミリーと一緒に帰って2泊のホームステイが始まりました。

7月1日にヘリベリー校の生徒は中学校の授業と小学校の5・6年生の授業にも参加し、良い交流ができました。ヘリベリー校はキャンパスが3棟あり、保育所から高校3年生までで、合わせて生徒数は約3,500人です。それに比べて大豊町の小・中学校の人数は少ないですが、「生徒のみんなと仲良くし、特に小学生が仲良くしてくれて、オーストラリアの学校と違ってびっくりした」とヘリベリー校の生徒が言っていました。



“これは二度とない経験だけど、またやってみたいと思う。”

This kind of experience is once in a lifetime, and I hope I can do it again.”

ホームステイとは外国の家庭に寄宿し、違う文化、そして違う言語の環境で生活することで、異文化交流ができる貴重な経験です。ホームステイによってヘリベリー校の生徒は日本とオーストラリアの様々な違いに気がつきました。「靴で家の中の床を歩くのは汚いことを知らなかった。家を出たり、入ったりする時は、はき替える。オーストラリアにははき替える習慣はあまりない」。「オーストラリアでは床に座らない。ホームステイの家は椅子やソファがなく、長い間床に座って慣れない習慣だったが、家族の一員になった」ようにいつもの通りの日本の生活を体験し、いい交流になりました。

この2泊はあっという間に経ちましたが、7月2日のホストファミリーと別れた後、「別れたくないくらい楽しかった経験」だったと生徒は話していました。

“「別れの時に‘家族の一員だ’と言って感動しました」。

I was truly touched when my host father said ‘you are a member of my family’ as we were saying goodbye.”



そして、ヘリベリー校の生徒だけではなく、ホストファミリーもこの経験と思い出を大切にしたいと思います。今年のホストファミリーには心よくお引き受けいただき重ねて厚くお礼申し上げます。来年もヘリベリー校の生徒のホームステイ先を探しますので、国際交流の趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いいたします。

ヒップス・エリージェーン
(大豊町教育委員会、国際交流員)

生涯現役でいつまでも住み慣れた地域で暮らせる町を目指します！

～認知症を支える町づくり～

第3回

認知症は予防できる？

認知症を予防するための6つのポイント！

1

1日1.5リットルの水分をとろう！

人間の身体からは、排泄・呼吸・汗などで水分が出ていきます。一度に多量に飲まずに、コップ一杯の水分をこまめにとるようにしましょう。



2

1日3回 食事をとろう！

肉より魚のほうが健康によいと思われがちですが、実は肉と魚をバランスよく食べるほうが栄養状態がよいと言われています。塩分を控えめにお酒はほどほどにして野菜や果物なども食べましょう。

3

便秘にならないようにしましょう！

便秘が続くとイライラするので、精神状態が不安定になります。食生活や運動習慣の工夫によって便秘を改善しましょう。



4

運動をしよう！

身体を動かすことは血流をよくして脳細胞の働きを活性化する効果をもたらします。ウォーキングなどで気持ちよく体を動かしましょう。



5

歯のケアをしよう！

よくかむことは、消化によいだけでなく、脳の血流量を増やし脳によい刺激を与えます。入れ歯であっても、しっかりかんで食べることを。定期的に歯科でチェックしましょう。



6

仲間と一緒に！

本や新聞などを読む、囲碁や麻雀を楽しむ、創作活動をする、料理をする、旅行の計画を立てて実行するなど、脳に刺激を与える生活をしましょう。友人がいれば、生活がより豊かになります。



高橋雄彦Dr.のひとくちコラム

現在のところ、認知症の確固たる予防法はありません。しかし、認知症の危険因子としてわかってきた中に、高血圧症、脂質異常症(高コレステロール、高脂血症)、糖尿病の生活習慣病が悪影響を及ぼすことが報告されています。特に糖尿病は、関連が強いと言われています。

生活習慣病の治療をしていない方は、早期に治療を開始しましょう。さらには、喫煙、肥満、うつ病なども危険因子として評価されています。

精神的・肉体的、健康を維持し、認知症を予防しましょう。



次回は、「認知症の人にはどう接したらいい？」です。お楽しみに。

問い合わせ先 … 住民課地域包括支援センター班

役場からのお知らせ

役 場 ☎ 72-0450
ふれあいセンター ☎ 73-0811
農業センター ☎ 73-0978

長寿手帳のご案内

65歳以上の方に、健康と長寿を願って長寿手帳をお渡ししています。長寿手帳を提示すると、県立施設等で入場料の免除や割引などの特典が受けられます。県または役場窓口で随時お渡ししていますので、希望者は運転免許証、保険証などご本人の年齢が分かるものをご持参ください。

主な県立施設の入場料等割引内容および施設電話番号

○高知県立牧野植物園 無料（特別展を除く）

☎ 088-8821-2601

○高知県立歴史民俗資料館 無料
（貸館による企画展を除く）

☎ 088-8621-2211

○高知県立美術館 無料（美術館以外が主催する企画展およびホールでの催事を除く）

☎ 088-8661-8000

○高知県立坂本龍馬記念館 無料

☎ 088-8411-0001

問い合わせ先 … 住民課福祉班

高知県地域福祉部高齢者福祉課 調整担当

☎ 088-8231-9630

配布窓口 … 住民課福祉班・総合ふれあいセンター窓口

特別児童扶養手当

精神または身体に障害のある20歳未満の児童を監護している父または母、それに代わる養育者に対して児童の福祉増進を図るために支給されます。ただし、次のような場合は支給されません。

● 手当を受けようとする方やその扶養義務者の所得が政令で定める額以上であるとき

● 児童が公的年金を受給しているとき

● 児童が福祉施設などに入所しているとき

【手当金額】

1級 … 月額51,100円
2級 … 月額34,030円

【支給方法】

4月、8月、11月の3回に分けて金融機関口座へ振り込みにより支払われます。

【所得制限】

受給資格者、もしくは同居している配偶者の前年の所得が一定金額以上あるとき

【申請手続き】

- 1 認定請求書
- 2 戸籍謄（抄）本
- 3 世帯全員の住民票の写し
- 4 診断書（療育手帳A1・A2、または身体障害者手帳をお持ちの方は、診断書を省略できる場合があります。）

問い合わせ先 … 住民課福祉班

民泊受入家庭を募集しています

民泊とは、3名～5名の学生を宿泊させ、農作業や夕食作りなどの「ありのままの」日常生活と一緒に体験しながら交流を行うものです。

大豊町では、修学旅行生を対象にした体験型教育旅行の誘致を推進しており、民泊の受け入れを行っているだけの家庭を募集しています。

旅館業の許可は不要で、誰でも簡単に始めることができますので、この民泊の取り組みに興味がある方や、民泊受入が可能な方はご連絡ください。

問い合わせ先 … プロジェクト推進室 担当：前田

「よちよちサークル」からのお知らせ

大豊町では毎月1回10～12時に総合ふれあいセンターにて、子育て支援サークル「よちよち」を開催しています。乳幼児とその保護者、妊婦さん、子育てに関心のある方、どなたでも大歓迎です。

※当初の日程が一部変更になっていますのでご確認のうえ、お気軽にご参加ください。



問い合わせ先 … 住民課健康づくり班 保健師まで

日 時	内 容	講 師
9月18日(金)	お月見団子作り (3階 調理室にて)	保健師
10月21日(水)	Let'sママビクス (3階 ホールにて)	前田 郁 運動指導士
11月20日(金)	親子でスキンシップ	子育て支援アドバイザー
12月18日(金)	クリスマス会 ★Let'sダンシング★ ～親子で楽しく3B体操～	澤田 仁美 先生 大豊町ヘルスメイトさん
1月15日(金)	防災について考えよう (予定)	池原 琴絵 さん
2月 5日(金)	みんなで恵方巻きづくり	松岡 政子 管理栄養士
3月 4日(金)	ふれあい広場	保健師

多重債務等の 無料相談会のご案内

弁護士や司法書士による無料の相談会を次の日
時で開催します。

また「こころの健康相談会」も同時に行います
ので、お気軽にご相談ください。

■ 9月13日（日） 13時～16時

南州市役所（南州市大樋甲23001）

■ 9月15日（火） 13時～16時

県立消費生活センター（高知市旭町3-1-15）

■ 9月17日（木） 13時～16時

ハローワーク高知（高知市大津乙2536-6）

■ 9月18日（金） 16時～19時

県立消費生活センター（高知市旭町3-1-15）

○ 予約不要

○ 借入・返済の資料があれば持参してください。

○ 秘密厳守

投票所変更のお知らせ

11月15日執行予定の高知県知事選挙から、第7
投票区（総合ふれあいセンター）と第8投票区
（奥大田集会所）を統合します。

奥大田地区と小次郎谷地区にお住まいの方は、
投票所がふれあいセンターに変更になりますので
ご注意ください。

大豊町食卓改善プロジェクト 第2弾

『生活習慣病予防教室』の開催について

9月10日から4回コースで、町民の健康の維持
増進および食生活の改善を行い、生活習慣病の予
防を目指して「生活習慣病予防教室」を開催しま
す。

教室では、医師から病気の知識や予防法を学ぶ
ほか、管理栄養士による食事指導、歯科衛生士に

よるお口の中の衛生指導や運動指導士による簡単
にできる運動の実践等を行います。ぜひご参加く
ださい。

開催日	時間	内容
【1回目】 9月10日（木）	13時～ 15時30分	生活習慣病の 理解
【2回目】 10月8日（木）	10時～ 12時30分	食生活講座
【3回目】 10月22日（木）	10時30分～ 12時30分	歯科口腔ケア 講座
【4回目】 10月29日（木）	13時30分～ 15時30分	運動講座

【開催場所】 大豊町総合ふれあいセンター
【募集定員】 20人

問い合わせ・申込先 … 9月3日まで

住民課健康づくり班まで

災害時医薬品の備蓄について

大災害時の医療救護に備えて、約1カ月間の診
療に耐えられる医薬品等の備蓄ができるように、
このほど大田口医院高橋雄彦医師との提携のもと、
医薬品等の備え付けが完了しました。



ご存知ですか 公証制度

10月1日から7日は、「公証週間」です。

「公証制度」とは、皆さんが不動産の売買、金銭の貸
し借りなどの重要な契約を交わしたり遺言をされた
りする際、法務大臣の任命する「公証人」に依頼して、
法的に特別の証拠力が認められている文書（公正証
書）を作成することにより、後日のトラブル防止と取
引や財産の安全の確保を図る制度です。

公証週間中は、土曜日でも無料相談を行います。

【日時】 10月3日（土） 10時～12時
13時～16時

【場所】 高知市本町1丁目1番3号
朝日生命高知本町ビル3階

高知合同公証役場（電話相談もできます）

【電話】 088-8233-8601
088-8224-8427
088-8721-4764

貧困・格差社会・非正規雇用など…

あなたの悩みを打ち明けよう！

なんでも無料相談会

貧困・ギャンブル・多重債務・雇用労働問題などに
よる自殺者を出さないために、「生活再建」などの取り
組みをすすめています。本年度5回目の開催となりま
したが左記日程で弁護士司法書士労働問題など専
門家による無料相談会を開催いたします。秘密は厳
守されます。事前申込は必要ありません。

一人で悩まないで、是非ご相談ください。

【日時】 9月19日（土）・20日（日）

10時～15時

【場所】 本山町プラチナセンター

【相談受付】 0120-5655-275

問い合わせ先 … 高知つらいの会

☎0888-8223-8600



イベント情報

フリーマーケットin甫喜ヶ峰

日時 9月20日(日) 10:00~15:00 雨天決行
場所 香美市土佐山田町平山
 県立甫喜ヶ峰森林公園
 ☎ 0887-57-9007

日用品のほか、手作りのかごやアクセサリ、食べ物などの販売を予定しています。

ご来園、お待ちしております。

防衛大学校学生募集(一般・前期)

資格 高卒(見込み含む)21歳未満の者
受付期間 9月5日~9月30日まで
試験期日 1次 11月7日・8日
 2次 12月8日~12日

問い合わせ先

自衛隊高知地方協力本部高知募集案内所
 ☎ 088-823-2006

無料法律相談会

10月1日から始まる「法の日」週間の行事の一環として、無料法律相談会を開催します。

日時 9月29日(火) 受付 12:30~15:00
 相談 13:00~17:00

場所 高知共済会館 3階

問い合わせ先

高知地方・家庭裁判所事務局総務課庶務係
 ☎ 088-822-0576

全国一斉! 法務局休日相談所

土地・建物や会社の登記手続き、相続や遺言等に関する相談を始め、戸籍、供託、人権に関する相談、土地の境界に関する相談等、1日無料相談所を開設します。予約は不要ですので、ぜひご利用ください。

日時 10月4日(日) 10:00~15:00

場所 高知地方法務局香美支局

相談員 法務局職員、司法書士、土地家屋調査士

問い合わせ先

高知地方法務局香美支局 ☎ 0887-52-3049

まちのできごと

四国中学総体出場!!



8月1日から高松市で開催された四国中学総体(柔道の部)に、大豊町中学校2年の山中穂乃香さんが出場し、個人女子44kg級で見事ベスト8に輝く好成績を収め大健闘しました。

健やかに

誕生おめでとうございます

敬称略

氏名 誕生日 性 保護者 住所

※個人情報保護法により割愛いたします。

安らかに

ご冥福をお祈りします

敬称略

氏名 死亡日 性 年齢 住所

※個人情報保護法により割愛いたします。

司法書士交代のお知らせ

司法書士 濱口 晴彦 8月31日まで
 司法書士 西原不二枝 さいばらふじえ 9月1日から(予定)
 事務所 大豊町高須235番地3
 電話 72-11446

プレミアム商品券完売のお知らせ

7月から大豊町商工会が販売していたプレミアム商品券は完売しました。
 購入したみなさまは、使用期限が12月31日までとなっていますので、期限内の使用と、アンケートへのご協力についてよろしくお願ひします。

ヘルスメイトの おしゃべりコーナー

麺類に食事が偏っている方も多いのではないのでしょうか。栄養不足にならないように肉や魚、卵、野菜なども添えて栄養のバランスのとれた食事を心がけてください。

◆今回はトマトをドレッシングとして使った、暑い季節にピッタリの簡単なサラダをご紹介します。野菜だけでなく、蒸した魚や鶏と和えたり、冷製パスタのソースにも使えます。また、冷やしたそうめんにかけて大葉など散らせると、ちょっぴりおしゃれなイタリアンなそうめんに変身できますのでお試しください。



◎ トマトドレッシングの簡単サラダ

■ 材料 (約2人分)

トマト…………… 100g
レタス…………… 40g
きゅうり…………… 30g
ゆで卵…………… 1個
A { オリーブオイル …… 大さじ2
酢…………… 大さじ1
塩…………… 少々
こしょう…………… 少々

■ 作り方

- ①ボールにAの調味料を合わせ、2cmの角切りにしたトマトを加えて混ぜておく。(酢は穀物酢や柚子酢などお好みのものを)
- ②レタスはよく水けを切ってから、手で一口大にちぎり、きゅうりは3cm位の長さに斜め薄切りにしておく。
- ③食べる直前に①に、レタスときゅうりを加えてしっかり混ぜ合わせてから器に盛り付け、最後にくし形に切ったゆで卵を添える。

※卵の代わりに電子レンジでチンした鶏ささみの酒蒸しやツナ缶など加えてもいいですね。

1人分の
栄養量
(ドレッシングも
全量含む)

エネルギー …… 164kcal
たんぱく質 …… 3.7g
カルシウム …… 24mg

脂質 …… 14.7g
鉄 …… 0.7mg
塩分 …… 0.4g



問い合わせ先 … 大豊町食生活改善推進協議会 (住民課健康づくり班内)

交通安全ニュース

高知東警察署本山警察庁舎
高齢者交通安全アドバイザー

上池

☎ 0887-76-0110

高齢者交通事故防止キャンペーン 9/1(火)~12/31(木)

秋の全国交通安全運動
9/21(月)~30(水)



「子どもと高齢者の交通事故防止」

交通事故防止のために、さまざまな行事に取り組みます。皆様のご理解とご協力、よろしくお願い申し上げます。

- 交通事故防止イベント
- ドライバーサービス
- 高齢者1万人訪問
- 交通取り締まり
- … などなど

交通事故死
ゼロを目指す日
9/30(水)

自己啓発しています!

7月31日(金)、岩原老人クラブ「円和会」定例会において、受講特典講習を実施しました。



免許更新の手続きについて

免許の更新の際、誕生日1カ月前にお知らせのハガキが届きます。さらに70歳以上の方には「高齢者講習」受講のお知らせが誕生日の5カ月前に届きます。いずれも、手続きに必要な事項が記入されています。慌てず、ゆっくりと確認してください。

●写真を持参する必要はありません

紛失、汚損、破損の手続き以外の、通常の手続きには写真はいりません。

●有効期間～年齢制限～

70歳未満の

優良運転者・一般運転者
(更新時の誕生日に70歳になる者)

5年間

70歳の

優良運転者・一般運転者
(更新時の誕生日に71歳になる者)

4年間

71歳以上の

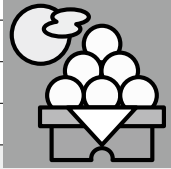
優良運転者・一般運転者
(更新時の誕生日に72歳になる者)

3年間

ゆとりすと

カレンダー 9月・10月

9月 長月 September

1	火	小学校2学期始業式 第58回金婚夫婦祝福式典(南国市 グレース浜すし) 健康あっぷ教室(東豊永公民館 10:00～ 豊永公民館 14:00～)	
2	水	ふれあいデイ(ふれあいセンター) 10:30～14:30	
3	木		
4	金		
5	土		
6	日	第35回大豊町社会福祉大会	
7	月		
8	火	健康あっぷ教室(東豊永公民館 10:00～ 豊永公民館 14:00～)	白露
9	水	立川無医地区診療	
10	木	犬猫の相談日	
11	金		
12	土		
13	日	大豊町中学校体育祭	
14	月		
15	火	健康あっぷ教室(東豊永公民館 10:00～ 豊永公民館 14:00～) 久寿軒無医地区診療	
16	水	無料法律相談・行政相談 10:00～12:00(ふれあいセンター) ふれあいデイ(ふれあいセンター) 10:30～14:30	
17	木	食生活改善推進員養成教室(ふれあいセンター) はつらつ健康運動教室18:30～20:00(農工センター)	
18	金	よちよち(ふれあいセンター) 10:00～12:00	
19	土		
20	日		彼岸入り
21	月	敬老の日	
22	火	国民の休日	
23	水	秋分の日	
24	木	健康あっぷ教室(東豊永公民館 10:00～ 豊永公民館 14:00～) 犬猫の相談日	
25	金		
26	土		彼岸明け
27	日	大豊町保小合同大運動会	
28	月		
29	火	西峰無医地区診療	
30	水	国民健康保険税(3期)納付期限	

10月 神無月 October

1	木	行政相談 10:00～12:00 人権相談 10:00～15:00(ふれあいセンター)	
2	金	ヘルスマイト推進教室(ふれあいセンター)	
3	土		
4	日		
5	月		
6	火	犬猫の相談日	
7	水	ふれあいデイ(ふれあいセンター) 10:30～14:30	

1歳になったよ!



Happy Birthday!



武安 翔大くん
(1月生まれ)



杉本 陽斗くん
(2月生まれ)



喜多河知路くん
(2月生まれ)



小笠原颯志くん
(3月生まれ)



安達 けい 溪くん
(4月生まれ)



大坪 あんす 杏ちゃん
(2月生まれ)

平成26年
1月から
6月生まれの
子どもさんです

火点は前方の標的! 水利はポンプ右側後方防火水槽!

7月26日、大杉農村広場で、消防技術の向上を図ることなどを目的に、大豊町消防団夏季演習操法大会が行われ、7分団14部で日ごろの訓練の成果を競いました。



◆ 大豊大会結果 ◆

優勝	大田口分団	大田口部
準優勝	落合分団	落合部
第3位	大杉分団	穴内部