

12
師走
December

1	月	固定資産税(3期)・国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料(5期) 納付期限	
2	火		
3	水	人権相談(役場)10:00~15:00 行政相談(役場)10:00~12:00	
4	木	▶マイナンバーカード臨時窓口(役場)19:00まで ※予約制 無料法律相談(ふれあいセンター)10:00~12:00	
5	金		
6	土		
7	日	立川御殿茶屋営業日(そばの日)10:00~16:00 あなない直販所営業日 8:30~13:00	大雪
8	月		
9	火		
10	水	立川無医地区診療	世界人権デー
11	木	▶マイナンバーカード臨時窓口(役場)19:00まで ※予約制	
12	金		
13	土	おおとよ健康講演会2025 11:00~15:00 ※要予約	
14	日	▶マイナンバーカード臨時窓口(役場)9:00~12:00 ※予約制 立川御殿茶屋営業日(ピザの日)10:00~16:00 あなない直販所営業日 8:30~13:00	
15	月		
16	火	久壽軒無医地区診療 西峯無医地区診療 おおとよEnglish Class(中級クラス)ふれあいセンター18:00~20:00	
17	水	おおとよEnglish Class(初級クラス)ふれあいセンター19:30~20:30	
18	木	▶マイナンバーカード臨時窓口(役場)19:00まで※予約制	
19	金		
20	土	いきいき元気運動教室(役場)10:00~11:00	
21	日	立川御殿茶屋営業日(そばの日)10:00~16:00 あなない直販所営業日 8:30~13:00	
22	月		冬至
23	火	おおとよEnglish Class(中級クラス)ふれあいセンター18:00~20:00	
24	水	おおとよEnglish Class(初級クラス)ふれあいセンター19:30~20:30	
25	木	▶マイナンバーカード臨時窓口(役場)19:00まで※予約制	クリスマス
26	金		官公庁仕事納め
27	土		
28	日		
29	月		
30	火		
31	水		大晦日

乗合タクシー
運行当番表

大豊ハイヤー
072-0143

豊永観光
075-0315

大豊ハイヤー
072-0143

1	木	☉ 元日	
2	金		
3	土		
4	日		
5	月	国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料(6期)納付期限	小寒 官公庁仕事始め
6	火		
7	水		七草

※マイナンバーカード臨時窓口の予約締切りは、希望日の直前の水曜日までです。
※年末年始のゴミ収集については、4ページをご覧ください。

鶏むね肉のゴロゴロ焼き



材 料 (約5人分)

鶏むね肉(皮なし) 1枚
大葉 7枚
A { 片栗粉 大さじ3
酒 // 1
マヨネーズ // 1
しょう油 小さじ2
塩・こしょう 少々
サラダ油
生姜(みじん切り) 小さじ2
レタス等付け合わせの野菜

作り方

- 鶏むね肉は1cm角に、大葉はそれより小さく切る。
- ボールに①とAを全て入れてよく混ぜる。
- 熱したフライパンに油をひき、一旦火を止める。②をスプーンで入れて直径5~6cmの大きさに形を整え、半量を焼く。
- 中火で焼き、焼き色が付いたら裏返してふたをして中までしっかり火をとおす。裏面にも焼き色が付いたら出来上がり。
- 残りには生姜を加えて混ぜ、同じように焼く。トマトやレタスを添えて盛り付ける。

ヘルスメイトの おしゃべりコーナー

■師走に入り寒さも本格的になりました。一年で一番忙しい時期でもあります。体調を崩さないように、栄養バランスの取れた食事を3食きちんと食べましょう。

■鶏むね肉は安価ですが、かたさやパサつきが気になるとの声も聞かれます。そこで切り方と調味料を工夫することで食べやすくした献立を紹介します。年末年始の一品にもいかがでしょうか。

大豊町食生活改善推進協議会
事務局:地域福祉課 健康づくり班

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 上池さおり
TEL.0887-76-0110



年末年始の交通安全運動

令和7年12月5日(金)~12月14日(日)
令和8年1月 8日(木)~ 1月17日(土)



一斉街頭 令和7年12月5日(金)
指導日 令和8年1月 8日(木)

何かと慌ただしい季節になりました。
時間に追われてバタバタしがちですが、落ち着いて心にも余裕を持った行動で事故を起こさない、遭わないようにしましょう。



今年も一年、交通安全活動へのご理解、ご協力を賜り誠にありがとうございます。
来る年も皆さまが、無事故で穏やかな日々を過ごせることをお祈り申し上げます。
どうぞ良いお年をお迎えください。

交通安全協会本山支部から

お知らせ



受付時間のご案内



マイナ免許証の導入に伴い、各種免許業務の受付時間が変更されています。
お手数をおかけしますが、スムーズなお手続きのためにも、お時間を今一度ご確認の上、窓口へお越し下さいますようお願い申し上げます。
*更新のお知らせハガキにも記載されています。

◇免許証更新(69歳までの方)

午前8時30分から11時
午後1時から4時

◇免許証更新高齢者(70歳以上)及びオンライン講習済の方

午前8時30分から11時
午後2時から4時

◇記載事項(住所等)の変更

午前8時30分から11時30分
午後1時から4時

◇免許証保有状況の変更

午前8時30分から11時30分
午後1時から4時

不明な点はお気軽にお問い合わせください。

2026
1
睦月
January