

ゆとりすと

3

令和8年



数字にみるわがまち

(令和8年1月31日現在)

| | |
|-------------|--------------------|
| 人口 合計 | 2,852人(-102) |
| 男 | 1,345人(-39) |
| 女 | 1,507人(-63) |
| 年少 [15歳未満] | 150人(-13) 5.26% |
| 老年 [65歳以上] | 1,743人(-47) 61.12% |
| 世帯数 | 1,768世帯(-54) |
| ()は、前年同月比数 | |
| 1月中の届け出 | 出生：0人 死亡：6人 |
| | 転入：9人 転出：17人 |

軽自動車などの廃車・変更手続きはお早めに!

軽自動車税は、毎年4月1日現在の所有者に課税されます。

4月2日以降に廃車手続きをしても、その年度分の税金は全額納付していただくことになります。また、解体済み、行方不明でお手元がない場合や、車検切れ、故障などで使用せず放置している場合でも、廃車の手続きをしない限り毎年課税されます。

車両の廃車または譲渡、所有者の住所を変更(転入・転出の場合)したときは、**3月31日までに必ず手続きをしてください。**

125cc以下の原動機付自転車
農耕車を含む小型特殊自動車
(町のナンバープレート)

四輪の軽自動車
125ccを超えるバイク
小型二輪車(250ccを超えるもの)

【届出先】

▼住民生活課税務班

☎ 72-0450

▼総合ふれあいセンター内窓口センター

☎ 73-0811

【届出に必要なもの】

◆廃車…ナンバープレート

◆名義変更…譲渡証明書

◆盗難…警察へ届け出をした際の受理番号

【届出先】

▼四輪の軽自動車

軽自動車検査協会高知事務所/高知市長浜

☎ 050-3816-3125

▼125ccを超えるバイク

四国運輸局高知運輸支局/高知市大津

☎ 050-5540-2077

※届け出に必要なものは電話で事前にご確認ください。

令和8年度 軽自動車税 税率表(年額)

| 車種区分 | | 税率(年額) | 税率(年額) | | |
|---------------------|---|--------|--------|------|-------|
| | | | ①旧税率 | ②新税率 | ③重課税率 |
| 原付 | ①50cc以下または600w以下(③及び④を除く)特定小型原動機付自転車を含む | 2,000円 | | | |
| | ②50cc超~90cc以下 | 2,000円 | | | |
| | ③90cc超~125cc以下 | 2,400円 | | | |
| | ④ミニカー | 3,700円 | | | |
| 軽二輪(125cc超~250cc以下) | | 3,600円 | | | |
| 小型二輪(250cc超) | | 6,000円 | | | |
| 小型特殊自動車 | 農耕作業用 | 2,400円 | | | |
| | その他のもの | 5,900円 | | | |

①平成27年3月31日以前に新規登録した車両
②平成27年4月1日以降に新規登録した車両
③初めて車両番号の指定を受けた月から13年を経過した車両
*電気自動車などは、重課対象外車両です。

問い合わせ先 住民生活課 税務班 長谷川

国民健康保険の届け出はお早めに

年度替わりの時期は、転入・転出・就職・退職などにより国民健康保険の加入・脱退などの手続きが多くなる時期です。

加入・脱退などの手続きは、14日以内に必ず届け出をしてください。

※マイナンバーカードの保険証利用をされている方も国保の加入・喪失の手続きは必要です。

| | こんなとき | 手続きに必要なもの |
|-----------|---------------------------------|------------------------------------|
| 国保に加入するとき | 大豊町に転入したとき | 転出証明書 |
| | 職場の健康保険をやめたとき | 健康保険の資格喪失証明書 |
| | 職場の健康保険の被扶養者から外れたとき | |
| | 任意継続が切れたとき | |
| | 子どもが産まれたとき | 母子手帳、世帯主の通帳 |
| | 生活保護が廃止されたとき | 生活保護廃止決定通知書 |
| 国保を脱退するとき | 他市町村に転出するとき | 資格確認書 |
| | 職場の健康保険に加入したとき | 資格確認書、新しくできた職場の資格確認書または資格情報のお知らせなど |
| | 職場の健康保険の被扶養者になったとき | |
| | 死亡したとき | 資格確認書 |
| | 生活保護が開始されたとき | 資格確認書、生活保護決定通知書 |
| その他 | 住所・世帯主・氏名などが変わったとき | 資格確認書 |
| | 保険証・資格確認書をなくした(汚れや破損で使えなくなった)とき | 身分を証明するもの(運転免許証など) |
| | 修学のため子どもが他市町村へ転出するとき | 在学証明書、資格確認書 |

●加入の手続きを14日以内にされない場合

国保加入の手続きをせず医療機関で診療などを受けた場合、いったん自己負担となりますが、支払いをしてから2年間は大豊町へ申請をすれば保険者負担分(町負担分)は返還されます。

また、国保税は、届け出をした月からではなく国保に加入する資格を得た月までさかのぼって納めることとなります。

●脱退の手続きが遅れた場合

職場の健康保険などへ加入した後に、国保を使って医療を受けた場合、国保で負担した分の医療費を返還していただくこととなります。また、職場の健康保険などの保険料と国保税を二重に払ってしまうこととなります。

●医療機関にも保険変更の届け出を

職場の健康保険などに加入されてから、資格確認書などが交付されるまでに時間がかかることがあります。その間に国保を使って医療機関を受診している場合は、至急、健康保険を変更したことを医療機関にも届け出てください。

●国保の有効期限について

有効期限は令和8年7月31日です。75歳になられる方は誕生日の前日までとなります。

新しい資格確認書等は7月下旬に送付する予定です。

問い合わせ先 住民生活課 保険窓口班 岡崎

令和8年度

特定健診・高齢者健診・がん検診の 申込み受付が始まります

病気は待ってけません!

あなたが受診を迷っている間に、病気は進行しています。年齢が高くなるほど、疾病のリスクは増大します。皆さん自身が健康であるために、1年に1回は健診を受診しましょう。

健診申込チラシを確認!

“令和8年度各種健診の申込について”のチラシを配布しています。健診日程、対象年齢、申込方法など詳しい内容については、チラシをご確認ください。

① 集団健診 ※送迎を希望する方は、下の日程と送迎地区をご覧ください。

| 健診(検診)項目 | 日程 | 送迎地区 |
|--|----------|----------------|
| 特定健診・高齢者健診・胸部・胃がん・大腸がん・前立腺がん・肝炎ウイルス・胃がんリスク検査 ●実施場所 総合ふれあいセンター ●受付時間 8:30~10:00 | 5月30日(土) | 立川・大杉・天坪方面 |
| | 5月31日(日) | 西峰・豊永・東豊永・東部方面 |
| | 7月26日(日) | |

令和8年度に集団検診で実施する婦人がん検診は『乳がん検診』です。

| 検診項目 | 日程 | 実施場所 | 受付時間 |
|----------|----------|------------|-------------|
| 乳がん検診 | 9月30日(水) | 東豊永公民館 | 9:00~11:30 |
| | | 総合ふれあいセンター | 13:30~16:00 |
| | 10月1日(木) | 総合ふれあいセンター | 9:00~11:30 |
| | | 大豊町役場 | 13:30~16:00 |
| 10月3日(土) | 大豊町役場 | 9:00~11:30 | |

② 個別健診

| 健診(検診)項目 | 受診期間 |
|---------------------|----------------|
| 特定健診・高齢者健診 | 令和8年5月~令和9年3月末 |
| 胸部レントゲン検診(町内医療機関のみ) | 令和8年5月~令和9年2月末 |
| 大腸がん検診(町内医療機関のみ) | |
| 婦人がん検診 | |
| 胃内視鏡検診(自己負担3,000円) | |

個別健診についても、申込みはがきを使って申込みできます。ただし、受診の予約などについては、受診する医療機関にお問い合わせください。各種健診・がん検診は、お電話で申込みすることも可能です。受診期間中であれば、随時、個別健診用の受診券を発行いたします。

問い合わせ先 地域福祉課 健康づくり班

水道に関する手続き

開栓

新たに水道を使用する場合は、早めに手続きをしてください。

中止

転出などにより水道の使用を中止する場合は、早めに手続きをしてください。

中止の手続きがない場合、水道料金の請求が続きますのでご注意ください。

名義変更

水道の名義人が、転出や死亡などの理由でなくなった場合は、名義変更の手続きをしてください。

問い合わせ先 住民生活課 環境水道班 澤

住所異動の手続き

入学・就職・転勤などによる引越して住所を異動される方は、正確な住所の届け出をお願いします。

マイナンバーカードをお持ちの方は、最新の住所を記載する必要があります。引越し先の市区町村にマイナンバーカードを持参し、手続きを行ってください。また、「転出届」については、マイナポータルを通じてオンラインで提出することも可能です。



引越し手続きについて(マイナポータル)
https://myna.go.jp/html/moving_oss.html

問い合わせ先 住民生活課 保険窓口班
吉田・田岡

大豊町会計年度 任用職員登録者の 募集について

大豊町では、令和8年度の会計年度任用職員登録者を募集します。「会計年度任用職員登録者」とは、それぞれの部署において、行政事務などを補助していただける方、定型的業務を行っていただける方などを名簿に登録しておき、必要な業務に応じて雇用させていただくものです。

なお、この登録については、雇用をお約束するものではありませんので、ご了承ください。

詳細については、大豊町ホームページもしくは役場総務課、窓口センター(総合ふれあいセンター)にて、ご確認ください。

受付期間

令和8年3月10日(火)まで
午前8時30分~午後5時15分
(土、日は除く)

問い合わせ先 総務課 前田

墓地、埋葬等について

お墓を建てる時には許可が必要です。たとえ自分の土地であっても、「墓地」以外のところに埋葬またはお墓(納骨堂)を建てることはできません。

墓地(納骨堂)などの許可について

一般に納骨堂といわれている家族の納骨形式のものは、「墓地」として許可を受けなければなりません。個人で納骨堂を作る場合であっても「墓地」の経営にあたり、「墓地、埋葬等に関する法律」および「高知県墓地、埋葬等に関する法律施行条例」により、中央東福祉保健所長の許可が必要です。

墓地(納骨堂)の予定地が農地の場合は、農業委員会へ農地転用の許可手続きも必要になります。他に、隣接地所有者等の承諾など「墓地」を設置する場合にはさまざまな手続きが想定されますので、計画がある方は、事前にご相談ください。

改葬許可について

一度埋葬したご遺骨やお墓を、他の場所に移すことを「改葬」といいます。

改葬を行うには改葬許可申請を提出して、許可を得てからでないと移すことができません。申請する場合は、移転先の墓地利用許可証が必要です。

問い合わせ先 住民生活課 環境水道班 宇賀

権利擁護窓口「やまがら」について



権利擁護窓口「やまがら」は、一人ひとりが『安心して自分らしく暮らし、当たり前の権利を守る』ために、相談を受け、解決方法を一緒に考える窓口です。

- 財布や通帳の管理が心配。
- 苦手なことがあるけど、仕事をして自立した生活がしたい。
- 障害があることを理由に不適切な対応で断られた。
- 通信販売で購入したら、定期購入になって困った。
- 認知症になっても自分らしく（自分の意思で）生きたい。
- 成年後見制度を利用したい。
- 家族から「言葉による執拗な叱責をうける。年金を自由に使わせてもらえない。行動を制限させられている。」など、恐怖心や生きづらさを感じている。



このようなお悩みがある場合は、「やまがら」までご相談ください。成年後見制度や虐待、DV、障害者差別解消、消費者被害防止など、『自分らしく生きるための権利』について一緒に考えます。

成年後見制度で、すでに後見人として受任している方のご相談もお受けします。

問い合わせ先 地域福祉課 権利擁護窓口 「やまがら」

障害者の就労移動相談について

障害者就業・生活支援センター「ゆうあい」が就労に関する無料移動相談を実施しています。日時などについては、個別に対応できますので、お問い合わせください。

【対象者】

- ◆ 障害や病気のある方で一般企業へ就労を目指す方
- ◆ 障害や病気のある方で就労の継続や生活に不安のある方
- ◆ 障害者雇用をしている企業・支援事業担当の方



問い合わせ先
地域福祉課 福祉班 永吉

令和7年度高知県いい歯の表彰 「熟年の部」知事賞受賞の記事訂正について

ゆとりすと「2月号」23ページ掲載の知事賞受賞者の年齢に誤りがありました。正しくは次のとおりです。訂正してお詫び申し上げます。

誤 (85) 正 (81)

後期高齢者医療保険料・介護保険料 について大切なお知らせ

仮徴収額通知書の廃止について

後期高齢者医療保険料・介護保険料について、前年度に引き続き特別徴収（年金天引き）で保険料を納めていただく方については、年間保険料が確定するまでの間（4月・6月・8月）は、仮徴収分として、前年度と同じ金額を年金から納めていただいております。

令和7年度までは、4月上旬に仮徴収の金額を記載した通知書を発送していましたが、4月・6月・8月分の保険料につきましては、2月分の金額と同額となるため、令和8年度から通知書の発送を廃止させていただきますので、ご理解、ご協力をお願いいたします。

新たに仮徴収の対象となる方には、これまでどおり4月に通知書を送付いたします。

なお、令和8年度の保険料は7月に決定し、通知書を送付いたします。

問い合わせ先 住民生活課 保険窓口班 北村
地域福祉課 介護保険班 井上

電源立地地域対策交付金を 活用しています。

発電所が設置されている地域やその周辺地域には、地域住民の方の発電施設に対する理解を促進することを目的として、公共用施設の整備や、地域活性化などの事業に対して、国から電源立地地域対策交付金が交付されています。

大豊町では、地域の子育て環境の充実を図る目的で、町立大杉保育所の運営費の一部にこの交付金を充てており、令和7年度は、9月～11月分の保育士給与に対して、517万2千円の交付を受けました。

今後も、水力発電に対する地域の皆さまのご理解とご協力をお願いします。



問い合わせ先 総務課 企画財政班 三谷

大豊町戦没者追悼式について

ご遺族、関係者の皆さまにお知らせします。

例年4月第3土曜日に開催の町戦没者追悼式は、実施せず、大豊町戦没者追悼の日の制定に合わせ8月15日に戦没者追悼の日の集いを実施します。

問い合わせ先 地域福祉課 小松

新刊図書 入荷しました!!

総合ふれあいセンター図書コーナーに、新刊図書を37冊入荷しました。ちょっとホラーなものから、心温まるストーリーまで取り揃えてみました。ぜひ、ふれあいセンター図書コーナーをのぞいてみてください。

ずっと工事中!
沢田マンション



青山邦彦/加賀谷哲朗

愛蔵版
国宝(上)(下)



吉田修一

図解
ねむれなくなるほど面白い
昭和の話



町田忍

新刊リスト (上記以外)

- | | | | |
|---------------------|-------|----------------------|------------|
| ● 人間標本 | 湊かなえ | ● 老いて今日も上機嫌! | 石川恭三 |
| ● 暁星 | 湊かなえ | ● 病気知らず、86歳名医の健康習慣77 | |
| ● 戸村飯店 青春100連発 | 瀬尾まいこ | ● 毎日が楽になる60歳からのヨガ入門 | 中井まゆみ、他 |
| ● ドクター古藤の野菜づくり相談室 | 古藤俊二 | ● 麦本三歩の好きなもの 第二集 | 住野よる |
| ● 科学的に証明されたすごい習慣大百科 | 堀田秀吾 | ● 麦本三歩の好きなもの 第三集 | 住野よる |
| ● あやかしたち | 畠中恵 | ● わたしの知る花 | 町田そのこ |
| ● いつまで | 畠中恵 | ● はっけよい!おせちばしょ | 奥原弘美/柴田ケイコ |
| ● エピクロス処方箋 | 夏川草介 | ● ひとりでの世に | 谷川俊太郎 |
| ● だじゃれデカ | 間部香代 | ● しっぽのカルテ | 村山由佳 |
| ● 有罪、とAIは告げた | 中山七里 | ● さよならジャバウォック | 伊坂幸太郎 |
| ● だじゃれ日本一周 | 長谷川義史 | ● ばけねこ | 杉山亮/アンマサコ |
| ● たとえば孤独という名の嘘 | 誉田哲也 | ● 榎本美沙のみその本 | 榎本美沙 |
| ● 小鳥とリズムジン | 小川糸 | ● ちょっぴりながもちするそうです | ヨシタケシンスケ |
| ● 一夜 -隠蔽捜査10- | 今野敏 | ● あつかったらぬげばいい | ヨシタケシンスケ |
| ● 白露 警視庁強行犯係・樋口顕 | 今野敏 | ● お前のレベルの話はしてない | 芦沢央 |
| ● 猫の刻参り | 宮部みゆき | ● どら蔵 | 朝井まかて |
| ● 三島屋変調百物語拾之続 | | ● 慈雨 | 袖月裕子 |
| | | ● ゼロからはじめる稼ぐ農業 | 高津佐和広、他 |
| | | ● 必ず知っておきたいこと100 | |

書籍貸出についてのお願い

- 図書コーナーの本を貸出しの手続きをしないで、持ち出されていることがあります。
本は、無断で持ち出さず、必ず窓口センターで貸出しの手続きをしてください。
- 借りた本は、貸出期限までに返却してください。一人5冊まで、2週間(14日以内)です。
- みんなが利用する図書ですので、大事に取り扱ってください。

問い合わせ先 教育委員会 人づくり班 藤原

非常時にはタブレットが緊急モードに切り替わります



携帯電話上のアプリ画面



タブレット画面

ゆとりすと放送のタブレット画面は、避難準備情報や、高齢者等避難の発令時には、緊急のお知らせが表示された後に、緊急モードに切り替わります。お知らせに従い、適切な行動をとってください。
緊急モードが解除されると、緊急モード解除のお知らせが届きます。

問い合わせ先 総務課 総務防災班 小松

障害者虐待防止法のことをみなさん知っていますか

虐待によって障害のある方の権利や尊厳が脅かされることを防ぐための法律です。

対象者

身体障害、知的障害、精神障害、その他心身の機能の障害によって、日常生活や社会生活に援助が必要な方。障害者手帳を持っていない方や18歳未満の方も含まれます。

虐待の種類

障害者虐待防止法では、障害のある方への虐待を3種類に分けています。

| | | |
|--|--|---|
| <p>かてい ぎゃくたい 家庭での虐待 (養護者虐待)</p> | <p>しせつ ぎゃくたい 施設での虐待 (従事者虐待)</p> | <p>かいしゃ ぎゃくたい 会社での虐待 (使用者虐待)</p> |
| <p>障害のある方の生活の世話や金銭管理をしている家族や親族などによる虐待</p> | <p>障害者福祉施設や障害福祉サービス事業所で働いている職員による虐待</p> | <p>障害者を雇用している事業主や上司による虐待</p> |
| | | |

あなたの連絡が早期発見につながります

心配な様子を見かけたり聞いたり悩んだときにはご相談ください。

相談先 地域福祉課 福祉班

スポーツ // 文化活動 // ボランティア
団体活動のための補償制度

令和8年度 (2026年度) 保険期間 令和8年4月1日から 令和9年3月31日まで

小さな掛金、大きな補償

スポーツ安全保険

スポあんネット
 インターネットでかんたん加入

保険の詳しい内容、資料の請求は、ホームページをご覧ください。

| 加入対象者 | 補償対象となる団体・グループ活動 | 加入区分 | 年間掛金 (1人当たり) |
|-------------|--|------------|--------------|
| 子ども (中学生以下) | スポーツ活動 | A1 | 800円 |
| | 文化活動 ボランティア活動 地域活動 | | |
| 大人 (高校生以上) | スポーツ活動 (指導・審判を含む) ●A2区分で対象となる活動も補償されます。 | C (64歳以下) | 2,000円 |
| | | B (65歳以上) | 1,200円 |
| | 文化活動 ボランティア活動 地域活動 準備・片付け・応援・団体の送迎 ●スポーツ活動中の事故は補償の対象外です。 | A2 | 800円 |
| 全年齢 | 危険度の高いスポーツ (指導・審判を含む) | D | 11,000円 |
| 子ども (中学生以下) | 区分の補償となる団体活動に加え、個人活動も対象 | AW | 1,450円 |
| | 区分の補償となる団体活動に加え、個人活動も対象 | CW (64歳以下) | 5,000円 |
| 大人 (高校生以上) | 区分の補償となる団体活動に加え、個人活動も対象 | BW (65歳以上) | 5,000円 |

※特別支援学校高等部の生徒を含みます。年間掛金には、制度運営費(10円)が含まれます。
 (注)C・B・CW・BW区分の年齢の判断は「令和8年4月1日」を基準とします。

公益財団法人スポーツ安全協会
<https://www.sportsanzen.org>

本広告はスポーツ安全保険の概要を掲載しており、ご加入の際は、必ず「スポーツ安全保険のあらまし」及び「重要事項説明書」をよくお読みください。詳細は保険約款及び特約書によりますが、ご不明の点については(公財)スポーツ安全協会または東京海上日動火災保険(株)へお問い合わせください。

〈引受幹事保険会社〉
 東京海上日動火災保険株式会社 ☎0120-233-801
 担当課 公務第二部 文教公務室 (平日9:00~17:00)
 〈共同引受保険会社(令和8年4月予定)〉
 あいおいニッセイ同和 共栄火災 損保ジャパン 大同火災 東京海上日動 日新火災 三井住友海上 AIG損保

森の教室

1月21日、高知県森と緑の会と、国土緑化推進機構の主催により、森の教室が開かれ、大杉保育所、豊永保育所の園児と大豊学園の1、2年生が、参加しました。

森づくり名人「どんぐりくん」が、子どもたちに、森の大切な3つの働き、「空気をきれいにする」「土砂崩れを防ぐ」「水を作る。」を、クイズやダンスを交え、楽しく教えてくれました。

森の大切さを学んだ後は、どんぐりをプランターに植え、皆で大切に育てることを誓いました。



令和8年 嶺北消防団連合会 消防出初式

1月18日、早明浦ダム直下ふれあい広場において、嶺北4町村の団員および嶺北消防署署員を合わせた約360名が集結し、令和8年嶺北消防団連合会消防出初式が行われました。

来賓祝辞のあいさつでは、昨今の林野火災の増加などが挙げられ、消防団活動の役割の重要性を再認識しました。



あなたの遺言書を残してみませんか (自筆証書遺言書保管制度)

あなたが作成した自筆証書遺言書を法務局で大切に保管します。法務局に保管していただくと、遺言書の紛失、改ざん等を防止できるほか、家庭裁判所での検認手続も不要となります。遺産分割での争いなどを防ぐために自筆証書遺言書を検討される際には、ぜひ本制度をご活用ください。

詳しくは、法務省ホームページをご覧ください。お近くの法務局へお問い合わせください。

また、企業・各種団体・グループを対象として、本制度に関する「無料出張説明会」も実施していますので、ぜひお問い合わせください。



【法務局】

高知地方法務局供託課 Tel 088-822-3331 (出張説明会問い合わせ先)
 高知地方法務局香美支局 Tel 0887-52-3049

【法務省ホームページ】

http://www.moj.go.jp/MINJI/minji03_00051.html



「文化財防火デー」 防火訓練が行われました

1月29日に「文化財防火デー」にあわせて防火訓練を実施しました。旧立川番所書院、豊楽寺、定福寺の3カ所で文化財を守るため、嶺北消防署、大豊町消防団、消防設備業者の皆さんが集まり、消防設備の点検や連携の手順などを一つひとつ確認しました。

サル対策研修会

大豊町では、国の「スマート捕獲等普及加速化事業」を活用し、ニホンザル・シカ・イノシシなどによる被害を減らす取り組みを進めています。

地域の皆さんと町が協力してニホンザルの対策を進めていくことを目的として、1月8日に川戸集会所でサル対策研修会を開催しました。兵庫県立大学自然・環境科学研究所の山端直人教授からサルの生態や対策についての講話をしていただき、さまざまな課題や疑問について話し合いを行いました。

今回は、川戸・連火地区をモデルとして事業を進めていき、成功した事例や課題などを基に、町内全域で各地域に合った獣害対策を確立していきます。



かみかみきんぴら



材料 (約4人分)

| | |
|-------|-----|
| サツマイモ | 25g |
| ニンジン | 25g |
| ゴボウ | 40g |
| コンニャク | 75g |
| ごま油 | 14g |

作り方

- ①サツマイモ、ニンジン、ゴボウは厚めの千切りにする。サツマイモは水にさらしてザルにあげる。
- ②ニンジンとゴボウを下茹でする。ゴボウを水からゆで始め沸騰後1分で、ニンジンを加えて2分茹でてから水を切る。
- ③コンニャクも同じくらいの大きさに切り、下茹でしておく。
- ④フライパンにごま油を熱し、コンニャク、ゴボウ、ニンジン、サツマイモの順番で加えながら炒め、Aを加えて調味し、汁気がなくなるまで2～3分炒める。
※歯ごたえが大切なので下茹でしすぎないことと、サツマイモの煮くずれに注意すること。

| | | |
|---|------|-------|
| A | だし汁 | 50ml |
| | 酒 | 7.5ml |
| | しょう油 | 12ml |
| | 砂糖 | 4.5g |

ヘルスマイトの おしゃべりコーナー

■高知県は、県民一人ひとりが健康な歯と口で心身ともに健やかに暮らせることを目指し、「歯と口の健康づくり基本計画」を策定して取り組んでいます。令和4～8年度までは、「子どもの頃からの口腔機能向上およびむし歯・歯肉炎の予防、歯周病予防対策の推進、オーラルフレイル（口腔機能の低下）対策の推進」を取り組みのポイントとしています。

■子どもの時からライフステージに応じた歯と口の健康づくりは重要ですが、特に高齢期ではオーラルフレイルを予防し低栄養を防ぐことで、フレイル（加齢による虚弱）予防につながります。今回は、高知県が食材や調理方法を工夫して作成した「高知県の食材を使った低栄養予防レシピ（県のホームページから検索できます）」から、昨年の文化祭の試食でも好評をいただいたかみかみきんぴらを紹介しします。

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



教育委員会だより

保育からの英語活動

大豊町の「令和7年度教育行政基本方針」の主要施策の一つに、「就学前教育の充実・支援」があり、町内保育所2園における英語の教育活動の実施、スポーツに特化した取り組みの推進、幼児期の学びを大豊学園の学びにつ

ながく保学架け橋期カリキュラムの開発の3点を定めています。

大杉保育所では、国際交流員との英語の活動に加え、11月からDVD教材を取り入れた活動に取り組んでいます。1月15日には大豊学園、豊永保育所の職員も集まり、その活動についての公開保育研修を行いました。

DVDのリズムに合わせて英語の発音をしたり、歌に合わせて体を動かしたりした後、「eyebrow（アイブロー）※眉毛の意」「cheek（チーク）※頬の意」など顔のパーツを英語で発音しながらとても大きな福笑いに取り組んでいました。完成した顔を見て、「お友達が上手に言ってくれたからうまいった」という発言が聞かれるなど、お友だちのいい所を認め合いながら活動することができていました。



公開保育の後は、英語の活動を通して子どもたちにどのような力が育っているのか、どのような力を育てていけるのかについて話し合いました。

職員からは、「子どもたちは英語をだいたい覚えていて話そうとしていた」「自分の考えを伝え、相手はそれを受け取り認め合うことができていた」などの意見が出されました。



また、今回もお世話になった玉川大学大学院の佐藤久美子名誉教授からも、「DVD教材を取り入れて間もないのに、予想以上に子どもたちが活発に活動できていて驚いた」「DVD教材による英語の学び+これを取り入れた普通の遊びという活動はとても魅力的なテーマです」と大変褒めていただきました。

佐藤先生からは、普段使い慣れていない英語を一生懸命聞くことで、日本語の習得、記憶力、集中力、寛容な心やコミュニケーション力などさまざまな面にいい影響があるということも、根拠となるデータと共に示していただきました。

英語を学ぶことから派生して、さまざまな能力が育成されることを見据えた保学一貫の教育に今後も引き続き取り組んでいきたいと思ひます。

初めまして、2024年11月から立川で暮らしています長谷川健太です。

大阪を離れ、「都会の歯車のように働く生活はもういいかな。」と思ったことをきっかけに、自然の中での暮らしを求めて移住してきました。移住にあたって大切にしていたのは、きれいな水と静かな環境です。宮崎県や高知県内を巡る中で大豊町と出会い、人とのつながりに導かれるように、この町での生活が始まりました。

現在は地域おこし協力隊として林業に携わり、平日は山仕事に励んでいます。

また、地域の清掃や草刈り、周辺地区の行事や祭りにも参加しながら、地域の皆さんと顔を合わせる機会を大切にしています。



「隠居生活」を掲げて移住してきましたが、実際に暮らしてみると、受け継がれてきた行事や暮らしの知恵、そしてそれをどう次につないでいくかということを考えるようになりました。

静かに暮らしたい気持ちは変わりませんが、この町に住む以上、自分の役割や番が来たときに向き合う覚悟も持っていたいと思っています。

分からないことばかりですが、地域の皆さんに教えていただきながら、一つひとつ学んでいる毎日です。これからもどうぞよろしくお願いいたします。

第3回 地域おこし 協力隊通信

令和8年 | 2026 | ゆとりすと Yutorisuto Calendar | カレンダー

3 弥生 March

| | | | | |
|------------------|--|------------|--------------------|------|
| 1 日 | 第41回土長南国地区駅伝競走大会 開会式(本山町)9:00 スタート10:00 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 | 春季全国火災予防運動 | 大豊ハイヤー ☎72-0143 | |
| 2 月 | | | | |
| 3 火 | おおとよEnglishClass 中級クラス(ふれあいセンター)18:00~20:00 | | | 桃の節句 |
| 4 水 | おおとよEnglishClass 初級クラス(ふれあいセンター)19:30~20:30 | | | |
| 5 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 | | | |
| 6 金 | | | | |
| 7 土 | | | | |
| 8 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 | | 豊永観光 ☎75-0315 | |
| 9 月 | | | | |
| 10 火 | | | | |
| 11 水 | 大豊学園 卒業式 立川無医地区診療 | | | |
| 12 木 | ▶マイナンバーカード臨時窓口(役場)19:00まで ※予約制 | | | |
| 13 金 | | | | |
| 14 土 | | | | |
| 15 日 | てっぺんヒルクライムin大豊2026(町道スカイライン) 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 | | | |
| 16 月 | | | | |
| 17 火 | 久壽軒無医地区診療 おおとよEnglishClass 中級クラス(ふれあいセンター)18:00~20:00 | 彼岸 | | |
| 18 水 | おおとよEnglishClass 初級クラス(ふれあいセンター)19:30~20:30 | | | |
| 19 木 | ▶マイナンバーカード臨時窓口(役場)19:00まで ※予約制 | | | |
| 20 金 | ☐春分の日 | 春分 | | |
| 21 土 | | | | |
| 22 日 | 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 | | | |
| 23 月 | | | | |
| 24 火 | 西峰無医地区診療 | | | |
| 25 水 | | | | |
| 26 木 | ▶マイナンバーカード臨時窓口(役場)19:00まで ※予約制 | | | |
| 27 金 | | | | |
| 28 土 | いきいき元気運動教室(役場)10:00~11:00 | | | |
| 29 日 | あなない直販所営業日 8:30~13:00 | | | |
| 30 月 | | | | |
| 31 火 | | | | |
| 1 水 | 人権相談(大豊町役場)10:00~12:00 行政相談(大豊町役場)10:00~12:00 | | 大豊ハイヤー ☎72-0143 | |
| 2 木 | ▶マイナンバーカード臨時窓口(役場)19:00まで ※予約制 | | | |
| 3 金 | | | | |
| 4 土 | | | | |
| 5 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 | | | |
| 6 月 | | | | |
| 豊永観光 ☎75-0315 | | | | |

4 卯月 April

| | |
|-----|---|
| 1 水 | 人権相談(大豊町役場)10:00~12:00 行政相談(大豊町役場)10:00~12:00 |
| 2 木 | ▶マイナンバーカード臨時窓口(役場)19:00まで ※予約制 |
| 3 金 | |
| 4 土 | |
| 5 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 |
| 6 月 | |

※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。

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



年度末の事故防止

新生活への準備等忙しい時には、車の運転も慌ててしまうことからスピードが出やすかったり、雑になったりしがちです。

- ◇徐行、一時停止を徹底し、横断歩道では歩行者を優先しましょう。
- ◇花粉シーズン。薬を服用時は運転を控えるなど居眠り運転を防ぎましょう。
- ◇時間と心に余裕を持って行動しましょう。

ポイント

2025年 交通事故発生状況

令和7年1月1日から12月31日まで ※()内は高齢者

| 県下 | 本山庁舎管内 |
|---------------|-----------|
| 件数 830件(405件) | 件数 6件(3件) |
| 死者 25人(14人) | 死者 0人(0人) |
| 傷者 910人(212人) | 傷者 7人(2人) |

本山警察庁舎からのお知らせ



土佐町 田井駐在所が閉所します。

管内の田井駐在所は、令和8年3月31日をもって閉所し、本山警察庁舎の所在地管区に編入します。

これまで田井駐在所が行ってきた業務は、本山警察庁舎の所在地勤務員が確実に引き継ぎます。具体的には、巡回連絡、登下校時の見守り活動、高齢者を中心とした特殊詐欺被害防止活動、交通安全街頭活動などです。今後は、田井地区を担当する地域課員をよろしくお願いします。

高知県収入証紙販売終了について



令和8年4月1日から、本山警察庁舎では高知県収入証紙の購入ができません。

免許更新、車庫証明、銃砲等の申請は、高知県収入証紙をご用意いただく必要があります。(近隣の高知県収入証紙売り場は、窓口にてご案内いたします。)

申請の際には、お時間に余裕を持ってお越しください。
*高知県収入証紙売り場は、高知県ホームページに掲載されています。

免許センターからのお知らせ

4月1日から運転免許センターでは、**金曜日の免許更新業務等を中止**します。詳細については、運転免許センターまでお問い合わせください。

TEL 088-893-1221

皆さま、お世話になりました。ありがとうございました。



2026年 3月号
ゆとりすと 通巻371号
【令和8年2月28日発行】



地域子育て支援センターよちよちからのお知らせ

3月の予定

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|----------------|----|--|----|---------------------------------|
| 2 よちよち | 3 | 4 よちよち 保育士さんによる 絵本の読み聞かせ | 5 | 6 よちよち |
| 9 よちよち | 10 | 11 よちよち 保育士さんによる 絵本の読み聞かせ | 12 | 13 よちよち 保健師さんが 来ます |
| 16 よちよち | 17 | 18 よちよち カレンダー作り | 19 | 20 休み |
| 23 よちよち | 24 | 25 よちよち 保育士さんによる 絵本の読み聞かせ | 26 | 27 よちよち |
| 30 よちよち | 31 | 1 | 2 | 3 |



【場 所】大杉保育所内

【開設日時】月曜日・水曜日・金曜日
(年末年始・祝日を除く)
※保育行事等に変更する
場合があります。
午前9時～正午

【電 話】72-0056

「ふるさと・えいもん集マルシェ」を開催します

県内の集落活動センターが集結し、地域の特産品や雑貨の
販売などを行う「ふるさと・えいもん集マルシェ」が、高知市
の「とさのさと」で開催されます。ぜひご来場ください。

- 日時 令和8年3月8日(日) 午前9時～午後3時
- 場所 とさのさと、アグリコレット(高知市北御座10-46) ※駐車場あり
- 内容 特産品や雑貨の販売、クイズラリー、ステージイベントなど
詳細は、下記URLまたは右記二次元コードよりご確認ください。
<https://www.eitoko.jp/info/dtl.php?ID=658>

問い合わせ先 高知県中山間地域対策課 ☎ 088-823-9600



高知県内の情報
ポータルサイト



Kochi
ebooks

高知イーブックス 検索

大豊町の
広報も
掲載中!

ゆとりすと
発行：大豊町
編集：総務課
〒789-0392 高知県長岡郡大豊町津家1626番地
電話 0887-72-0450 FAX 0887-72-0474
大豊町ホームページ [https://www.town.otoyo.kochi.jp/]