

ゆとりすと

数字にみるわがまち

(平成 31 年 2 月 28 日現在)

人口	合計	3,656 人(-150)
	男	1,697 人(-61)
	女	1,959 人(-89)
年少	【15 歳未満】	186 人(-1) 5.09%
老年	【65 歳以上】	2,073 人(-56) 56.70%
世帯数		2,120 世帯(-74)

()は、前年同月比数

役場からのお知らせ

国保・後期被保険者証の有効期限について

現在、被保険者の方がお持ちの国民健康保険被保険者証や後期高齢者医療被保険者証の有効期限の元号は、新元号が決定される前に作成されたため「平成」と記載されておりますが、5月1日以降も新元号に読み替えて、そのまま使用できますので、再交付の手続きは必要ありません。

現在、記載されている有効期限	
国保	平成32年3月31日
後期	平成31年7月31日
↓	
読み替え	
国保	(新元号)2年3月31日
後期	(新元号)1年7月31日

※その他の「国保」、「後期」の各種証(限度額適用認定証、高齢受給者証など)についても同様にそのまま使用できますので、再交付の手続きは必要ありません。

問い合わせ先

住民課 保険窓口班

後期高齢者医療健康診査を受けましょう

後期高齢者健康診査は、血液や尿検査などを行い、皆さまがご自身の健康状態を知る良い機会となっています。生活習慣病などが疑われた場合は、早期に再検査や適切な治療を受けることで、病気の重症化を予防することが出来ます。また、健診結果は保健指導などに活用します。

【対象者】

高知県後期高齢者医療の被保険者の方

※長期入院者、施設入所者などは対象外です。(すでに健康状態を把握され、医師や施設管理者などの指導を受けていると考えられるため。)

①アウの方には、受診券を事前送付します。
ア 生活習慣病で通院中でない健診対象者の方
イ 昭和18年4月1日～昭和19年3月31日生まれの方
ウ 平成30年度に健診を受けられた方

②①以外の方は、申し込みにより受診券が発行され、健診を受けることが出来ます。

【自己負担】 無料

【受診方法】

広報誌「ゆとりすと」平成31年3月号に掲載

【持ち物】 被保険者証、受診券、問診票

【検査内容】

①身体計測…身長・体重・肥満度を測定します。
②血圧測定…血圧を測定します。
③血液検査…血糖・コレステロール・肝機能・腎機能・痛風などの検査をします。
④尿検査…尿たんばく・尿糖などの検査をします。
⑤その他…問診や診察などを行います。

【健診結果】 郵送します。

問い合わせ先

住民課 保険窓口班

人間ドック補助金について

人間ドックを受診した方を対象に、申請により1万円を補助します。ただし、同一年内で受診者1人に対して1回のみです。

※平成30年度に受診された方は、平成31年4月30日までに申請してください。

【対象者】

◆国民健康保険被保険者

◆後期高齢者医療被保険者

【申請に必要なもの】

人間ドック結果表・受診料の領収書・申請書(申請者は、国民健康保険被保険者は世帯主、後期高齢者医療被保険者は本人です。)・印鑑・振込口座(申請者名義)

※人間ドックを、特定健康診査や健康診査と同時に実施できる受診機関(一覽表を受診券と一緒に郵送します。)で受診すると、自己負担額が減額されます。受診される際に、特定健康診査受診券や健康診査受診券、問診票、被保険者証を受診機関へ提出してください。

【申請期限】

受診年度の翌年度の4月末日

問い合わせ先

住民課 保険窓口班

ヘルスメイト養成教室参加者募集

ヘルスメイト(食生活改善推進員)は、地域の健康づくりの輪を広げるために食を通したボランティア活動を展開しています。

不妊症の治療費を助成します

大豊町では一般不妊治療費助成事業を実施しています。不妊症と診断され、医療機関にて一般不妊治療を受けている夫婦が対象となり、その要件は次のとおりです。

【助成対象】

人工授精に要する医療費であり、医療保険各法に基づく給付の対象とならないもの

【助成額】

年度につき、医療機関や薬局などに対し、自己負担額として支払った額または5万円のいずれか少ない金額

【助成期間】

一般不妊治療を開始した日の年度と、その翌年度の2年間

問い合わせ先

住民課 健康づくり班

子宮頸がん予防ワクチン定期予防接種のお知らせ

町内にお住まいの12歳(小学6年生)～16歳(高校1年生)までの女性の方が対象となっています。接種される方はまずお問い合わせください。

問い合わせ先

住民課 健康づくり班

飼い犬の各種届出について

犬の登録・変更・死亡などの届出はお済みですか。

軽自動車税の納期限は5月7日です

軽自動車税は、毎年4月1日現在の所有者に課せられます。納税通知書が届きましたら、必ず納期限までに納めてください。

なお、身体障害者などの方で、一定の要件を満たす場合に限り、申請によって減免を受けることができますので、納税通知書が届きましたら、4月26日(金)までに手続きをしてください。

問い合わせ先

住民課 税務班

土地と家屋の価格などが縦覧できます

土地や家屋に係る固定資産税の納税者は、その価格などを記した帳簿を縦覧することができます。

【縦覧期間】 4月1日(月)～5月31日(金)

【時間】 午前9時～午後5時

※土・日・祝日は閉庁のため縦覧できません。

【縦覧場所】 住民課税務班(役場1階)

問い合わせ先

住民課 税務班

役場からのお知らせ

問い合わせ先

住民課 健康づくり班

役場からのお知らせ

高知県議会議員選挙が行われます

選挙を次のとおり実施する予定ですのでお知らせいたします。

- ◇選挙期日 4月7日(日)
- ◇期日前投票期間 3月30日(土)～4月6日(土)
- ◇期日前投票所は…

場 所	設置期間	時 間
大豊町農工センター 1 階会議室	3月30日(土)～4月6日(土)	午前 8 時 30 分～ 午後 8 時 00 分
大豊町総合ふれあいセンター	4月3日(水)～4月5日(金)	

「捨てません 希望を託す この票を」

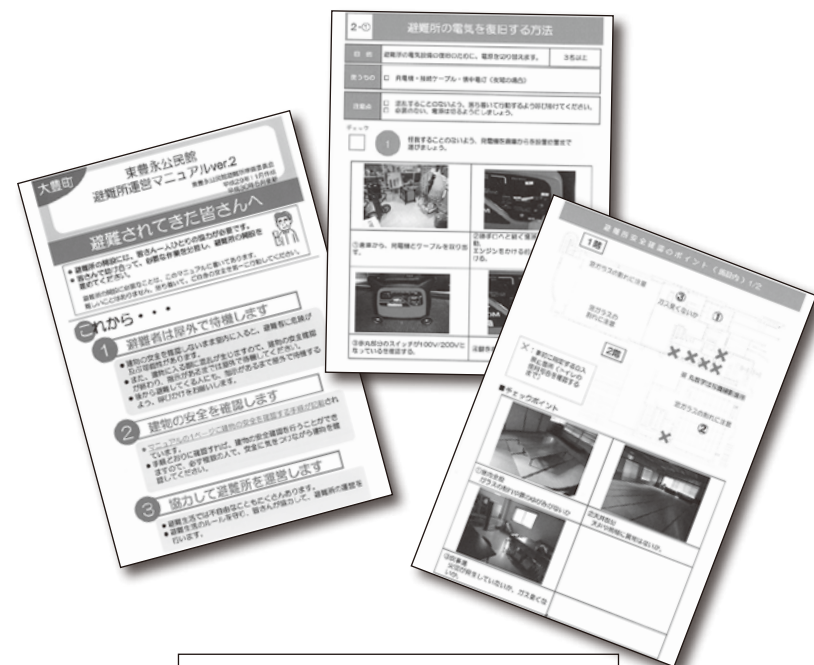
問い合わせ先 大豊町選挙管理委員会



！そのとき、避難所の運営は…



過去の大規模災害では、役場など公的機関が人命最優先の対応を迫られたため、避難所の運営まで手が回らなかったという事例が報告されています。



避難所運営マニュアル(手引書)

本町においても、このような場合を想定し、順次避難所運営マニュアルを作成しています。

南海トラフ地震が発生したとき、地震による大きな揺れから助かった命をつないでいくためには、地域の皆さまが協力して避難所を開設、運営していかなければいけません。

2019 年度も、地域の皆さまと一緒に避難所運営マニュアルを作成していきたいと考えておりますので、ご理解・ご協力をお願いします。

問い合わせ先 総務課 庶務班

4月23日は子ども読書の日です

子ども読書の日に合わせて、4月23日から5月20日までの約1カ月間、ふれあいセンター1階の図書コーナーにおいて、子ども向けの絵本などの展示を行います。今年のテーマは「おさかなちゃん」です。おさかなちゃんの絵本を用意いたします。ぜひ、見に来てください。

問い合わせ先 教育委員会 人づくり班

ホストファミリーになりませんか？

大豊町中学校へ学校訪問に訪れる、オーストラリアの生徒のホームステイ先を募集します。異文化・国際交流にご興味のある方、グローバルな感覚を持ちたい方などご家庭でご協力を頂ける方がおられましたら、ご連絡をお願いします。

【来町期間】 6月26日(水)～28日(金)

【人数】 生徒20名 ※2人1組ずつの受け入れをお願いします。

【内容】 3日間学校への送迎を含め、宿泊全般でご協力をお願いします。

【問い合わせ先】 教育委員会 人づくり班

し尿汲み取り日が変わります

4月から嶺北衛生センターは、し尿処理を行わず高知市に委託する貯留中継施設となり、汲み取り業者の営業日も一部変更となりますので、ご協力をお願いします。

【汲み取りが出来ない日】

◆日曜日 ◆祝日・年末年始

◆第1・2土曜日(追加)

詳しくはホームページで確認するか、左記までお問い合わせください。

問い合わせ先

0887-7612348 嶺北衛生センター

要約筆者になりませんか？

聴覚に障害を持つ人の意思疎通支援(文字で情報を伝えること)ができる要約筆者の養成講座を次の日程で開催します。多くの方の申し込みを待ちしております。※応募者多数の場合は選考あり。

【日時】

5月19日(日)～12月7日(土)

毎週日曜日(全28回予定・日程変更あり)

午前9時30分～午後0時30分

【場所】

高知市障害者福祉センター

(高知市旭町2丁目21-6)

【対象者】

受講後、高知県要約筆者認定試験に合格し、継続して活動できる18歳以上の方

【募集人数】 30人

【受講料】 無料

(テキスト代などの4,600円程度は実費)

【申込期限】 5月13日(月)

【申込方法】

電話・FAX・Eメールで住所、氏名、電話番号をお知らせください。

【申込み】

特定非営利団体活動法人

要約筆記高知・やまもも

10連休に関するお知らせ

5月1日が天皇陛下の「即位の日」、5月2日が祝日と祝日に挟まれた「国民の休日」となることから、本年は4月27日(土)～5月6日(月)の10連休となります。

医療体制

多くの医療機関が休診となることが予想されます。

☆いつも飲んでる薬を切らさないように事前に確認しておきましょう。

☆事前にかかりつけ医を受診するなど、体調管理に努めましょう。

【受診可能な医療機関を探すとき】

◆救急医療情報センター ☎088-825-1299

【夜間子どもの急病で心配なとき】

◆こうちこども救急ダイヤル ☎088-873-3090 または #8000

ごみ収集

平常どおり行います。嶺北広域清掃センターへの直接持ち込みは(月)～(金)に可能です。

町民バス

西峰線は全日運行します。立川線は4月27日(土)のみ運行。

町内保育所

4月27日(土)には、大杉保育所と豊永保育所は通常の土曜保育を行います。



問い合わせ先

高知県 障害保健福祉課

088-823-9634

088-879-5534

FAX: 088-842-2519

Eメール: youyakyu@gmail.com

平成31年度 通学バス標準時刻表

天坪線 高知 22 す 631 (14 人乗)

登校便		新大王橋	戸手野	おおとよ小	大豊町中
	平常 (周年)	7:38	7:47	8:00	8:05
	夏季、冬季、学年末休業日	—	8:17	—	8:30
下校便		大豊町中	おおとよ小	新大王橋	戸手野
	夏季 (4 月～9 月)	16:30	16:35	16:41	16:49
		18:30	—	—	18:44
	冬季 (10 月～3 月)	16:20	16:25	16:31	16:39
		17:50	—	—	18:04
	水曜日	15:10	15:15	15:21	15:29
	夏季、冬季、学年末休業日	12:30	—	—	12:44

穴内・川口線 高知 200 さ 196 (19 人乗)

登校便		川口	谷	尾生	穴内待合所	おおとよ小	大豊町中	
	平常（周年）	7:27	7:33	7:38	7:45	7:55	8:00	
	夏季、冬季、学年末休業日	—	8:08	—	8:20	—	8:30	
下校便		大豊町中	おおとよ小	穴内待合所	尾生	谷	川口	立川中央
	夏季（4月～9月）	16:30	16:35	16:45	16:53	16:57	17:03	17:18
		18:30	—	18:40	—	18:52	—	—
	冬季（10月～3月）	16:20	16:25	16:35	16:43	16:47	16:53	17:08
		17:50	—	18:00	—	18:12	—	—
	水曜日	15:10	15:15	15:25	15:33	15:37	15:43	15:58
	夏季、冬季、学年末休業日	12:30	—	12:40	—	12:52	—	

岩原線 高知 230 さ 100 (25 人乗)

登校便		柳野	大砂子	大岩橋	大田口駅	おおとよ小	大豊町中
	平常 (周年)	7:31	7:32	7:33	7:47	8:05	8:10
	夏季、冬季、学年末休業日	7:56	—	7:58	8:12	—	8:30
下校便		大豊町中	おおとよ小	大田口駅	柳野	大砂子	大岩橋
	夏季 (4 月～9 月)	16:30	16:35	16:53	17:05	17:06	17:07
		18:30	—	18:48	19:00	—	19:02
	冬季 (10 月～3 月)	16:20	16:25	16:43	16:55	16:56	16:57
		17:50	—	18:08	18:20	—	18:22
	水曜日	15:10	15:15	15:33	15:45	15:46	15:47
	夏季、冬季、学年末休業日	12:30	—	12:48	13:00	—	13:02

西峰線 高知 230 す 200 (25 人乗)

登校便		澁長上	落合	栗生	豊永公民館	磯谷	おおとよ小	大豊町中
	平常 (周年)	7:23	7:35	7:40	7:45	7:52	8:05	8:10
	夏季、冬季、学年末休業日	—	8:00	—	8:10	8:17	—	8:30
下校便		大豊町中	おおとよ小	磯谷	豊永公民館	栗生	落合	澁長上
	夏季 (4 月～9 月)	16:30	16:35	16:48	16:55	17:00	17:05	17:17
		18:30	—	18:40	18:50	—	19:00	—
	冬季 (10 月～3 月)	16:20	16:25	16:38	16:45	16:50	16:55	17:07
		17:50	—	17:58	18:10	—	18:20	—
	水曜日	15:10	15:15	15:28	15:35	15:40	15:45	15:57
	夏季、冬季、学年末休業日	12:30	—	12:40	12:50	—	13:00	—

※ 上記標準時刻表は、学校からの要請 (学校行事など) により、予告なしに変更される場合があります。

※ 児童・生徒を優先するため、一般住民の方は乗車できない場合があります。

※ 児童・生徒の安全を最優先とするため、停留所以外での乗降はできません。

※原則、土・日・祝日、学校休業日は運休です。

高齢者を見守る4つのサービス

高齢者などが安心して、住み慣れた地域の中で自立した生活を送ることが出来るように、「大豊町見守りネットワーク事業」があります。

対象者

- ◆大豊町に住所を有する方
- ◆おおむね 65 歳以上の独居世帯、または 70 歳以上の世帯の方
- ◆身体障害者 (障害者手帳の 1 級・2 級相当) の世帯、またはこれに準ずる世帯
- ※②ミルクについて、家族などと同居であって、終日 (おおむね 8 時間程度) 独居となる高齢者や身体障害者を含む。

①シルバーホン貸与サービス

(利用者負担額無料)※光でんわ対応不可

ご家庭の固定電話に接続し、緊急時に「非常」ボタンを押すことで、あらかじめ登録した所や消防署などに電話がつながるシステム。



②ミルク貸与サービス

(基本利用料 300 円【税別】)



利用者の歩数計情報や見守りセンサー情報をお知らせすることや、緊急時にはストラップを引っ張るとブザーが鳴り、位置情報を家族の方にお知らせします。また、あらかじめ登録した相手とのみ通話ができます。(電波状況により、利用できない地域もあります。)

③見守り端末導入費用助成事業

※平成 31 年 4 月 1 日開始

日常的な見守り、緊急通報、非常通報などに対応した GPS 機能付見守り端末 (携帯電話・スマートフォンを除く) の導入にかかる費用を助成します。上限を 1 万円 (税込) として端末の購入やレンタルにかかる初期費用 (月額利用料などは含まない) を助成します。

④愛コンタクトサービス

(利用者負担額無料)



ゆとりすと放送にご加入の方で、希望者に対して毎週月曜日と木曜日の朝、安否確認の放送を流し、「応答確認」ボタンを押すことで、役場で安否確認ができるシステムです。安否確認できない場合は役場職員が電話をし、電話に出られない場合は直接ご自宅へお伺いして安否確認を行います。

大豊町通院タクシー制度

町内に住所と居住地がある方が、町内医療機関で診療を受けた帰りのタクシー料金の一部を助成します。(労働者災害補償保険などによる通院を除く)。

【対象医療機関】

大田口医院、高橋医院、大杉中央病院、秋山歯科診療所

【利用できるタクシー業者】

大杉ハイヤー、大豊ハイヤー

豊永観光、介護タクシーおおとよ

【助成区間】

医療機関から自宅までの帰りの片道区間

【利用方法】

①対象医療機関で診療を受けて帰る際、受付で通院タクシー助成券を発行してもらいます。

②乗車時に助成券を運転手に提出します。

③タクシー料金の支払は、助成券 1 枚につき 500 円をご負担ください。(それ以上の金額は町が助成します。)

【ご注意】

買い物などの個人的な寄り道区間や待ち時間の料金は、500 円に上乗せされて利用者負担になります。

大豊町福祉タクシー制度

障害のある方が通院、その他社会的活動にタクシーを利用する場合に、料金の一部をタクシーチケットで助成します。

【対象者】

大豊町に住所を有し、次のいずれかに該当する方

▽身体障害者手帳の交付を受け、1～3 級に該当する方

▽療育手帳の交付を受け、A 1～2 に該当する方

▽精神障害者保健福祉手帳の交付を受け、1～2 級に該当する方

【利用できるタクシー業者】

天坪観光、大杉ハイヤー、大豊ハイヤー

豊永観光、介護タクシーおおとよ

【申請方法】

各種手帳と印鑑をご持参のうえ、役場本庁または総合ふれあいセンターにて申請してください。

【助成額】

申請月から年度末までの月数に 3 を乗じた枚数 (1 枚 500 円、最大 36 枚)

町民バス時刻表

〔西峰線〕

平成 31 年 4 月 1 日

（上り）総合ふれあいセンター行き

大畑井	7:30	13:40	18:00
ハイノキョウ谷	7:34	13:44	18:04
葛 谷	7:37	13:47	18:07
漣長上	7:42	13:52	18:12
金床石	7:43	13:53	18:13
東 浦	7:46	13:56	18:16
ツブロギシ	7:49	13:59	18:19
落 合	7:52	14:02	18:22
旧川平橋北詰	7:54	14:04	18:24
粟 生	7:56	14:06	18:26
トチ溝	7:57	14:07	18:27
豊永駅前	8:00	14:10	18:30
総合ふれあいセンター	8:07	14:17	18:37
JR（大田口駅）	下り 8:11	下り 14:37 上り 14:38	上り 19:04 下り 18:43
JR（豊永駅）	下り 8:06	下り 14:32 上り 14:43	上り 19:10 下り 18:38

（下り）大畑井行き

総合ふれあいセンター	6:47	12:55	17:20
豊永駅前	6:55	13:03	17:28
トチ溝	6:58	13:06	17:31
粟生	6:59	13:07	17:32
旧川平橋北詰	7:01	13:09	17:34
落合	7:03	13:11	17:36
ツブロギシ	7:07	13:15	17:40
東浦	7:10	13:18	17:43
金床石	7:13	13:21	17:46
漣長上	7:15	13:23	17:48
葛谷	7:19	13:27	17:52
ハイノキョウ谷	7:22	13:30	17:55
大畑井	7:25	13:33	17:58
JR（大田口駅）		上り 12:19 下り 12:49	上り 17:18 下り 17:38
JR（豊永駅）		上り 12:24 下り 12:42	上り 17:23 下り 17:33

○国道 32 号を除く区間内であれば、どこでも（安全に停車できる場所）乗り降り（フリー乗降）できます。
○異常気象などで運休することがあります。

町民バス時刻表

〔立川線〕

平成 31 年 4 月 1 日

上り（大豊町中学校行き）

仁尾ヶ内		6:47	10:44	14:24
桑瀬川橋		6:50	10:47	14:27
立川刈屋		6:57	10:54	14:34
立川成川		7:04	11:01	14:41
井手川口		7:06	11:03	14:43
立川三谷 経由	三谷	7:11	11:08	14:48
井手川口		7:16	11:13	14:53
一ノ瀬		7:23	11:20	15:00
川口		7:28	11:25	15:05
役場(津家)		7:33	11:30	15:10
川口分岐		7:36	11:33	15:13
高須		7:38	11:35	15:15
大杉駅		7:39	11:36	15:16
大杉駐在所前		7:40	11:37	15:17
大豊町中学校		7:43	11:40	15:20
JR（大杉駅）		下り 7:44 (特) 下り 8:20 (普)	下り 12:58 (普) 上り 12:10 (普)	上り 14:25 (普)
とさでん交通 (川口分岐)		田井行き 8:13 高知行き 8:38	田井行き 11:41	田井行き 16:31 高知行き 16:20

下り（仁尾ヶ内行き）

大豊町中学校		9:42	13:18	17:05	
大杉駐在所前		9:45	13:21	17:08	
大杉駅		9:46	13:22	17:09	
高須		9:47	13:23	17:10	
川口分岐		9:49	13:25	17:12	
役場（津家）		9:52	13:28	17:15	
川口		9:57	13:33	17:20	
一ノ瀬		10:02	13:38	17:25	
井手川口		10:09	13:45	17:32	
立川三谷 経由	三谷	10:14	13:50	17:37	—
井手川口		10:19	13:55	17:42	17:32
立川成川		10:21	13:57	17:44	17:34
立川刈屋		10:28	14:04	17:51	17:41
桑瀬川橋		10:35	14:11	17:58	17:48
仁尾ヶ内		10:38	14:14	18:01	17:51
JR（大杉駅）		下り 9:07 (特)	下り 12:58 (普) 上り 12:10 (普)	上り 17:09 (普)	
とさでん交通 (川口分岐)		高知行き 9:40 田井行き 10:13	高知行き 13:28	高知行き 16:20 田井行き 17:36	

○国道 32 号を除く区間内であれば、安全に停車でき乗り降りできる場所では、フリー乗降できます。
○異常気象・道路状況などで運休・遅延することがあります。
○日曜日、祝日は運休します。
○下り 17:05（大豊町中学校）発の便は立川三谷で降りる方がいない場合は、経由しません。
お気を付けください。

第23巻 地域包括支援センター通信

《転倒とその予防法》

- 転倒は平らな場所が最も多い。
- 転倒の原因は、筋力・バランス力の低下、視力の低下、感覚機能の低下のほかに、薬も影響する。
- 股関節周囲の筋力が低下すると転倒しやすい。

○転倒を予防するための運動

- ①筋力トレーニング(足・特に股関節を中心に)
- ②ストレッチ(体幹や股関節の周りを中心に)

《効果的なストレッチの方法》

- 運動する前は1回6秒未満の短いストレッチ



予防や運動について次のことを教わりました。



『介護予防活動のための運動教室』

1月18日に大豊町総合ふれあいセンターで、高知市内の訪問看護ステーションから理学療法士の方を講師にお迎えし、「地域の介護予防活動のための運動教室」を行いました。

- 効果的な筋力運動の方法
- 効かせたい筋肉を意識して運動することで効果が高まる。
- 食事前に運動し、運動後に高タンパクの食事を摂る、その後3時間以上睡眠がとれる状況で行うと効果的。
- 継続して取り組むことが大切。

《百歳体操》

- 効果的なストレッチの長さや転倒予防に必要な筋力運動がきちんと考えられている。
- 腕を前に上げる運動・腕を横に上げる運動
- 【効果】物を持ち上げたり、腕を上げたり、布団から起きるときに楽になる。



- 椅子からの立ち上がり・膝を伸ばす運動
- 【効果】段差の上り下り、浴槽の出入り、トイレでの立ちしゃがみ、床からの立ち上がりなどが楽になる。
- 足の横上げ運動

- 【効果】横方向へふらついた時のバランス能力が上がる。

《認知症の方の運動》

- 認知症の方は
- ①複雑な動きは難しい。



大豊町の各地区で行われているミニデイでは、筋力運動や、ストレッチなどを行っています。転んで骨折することのないよう日ごろから気を付けて過ごしましょう。

上姿勢が悪化することを防ぐ。

《姿勢悪化を防ぐ》

- 姿勢が悪くなる(背中が丸まるなど)と転倒の危険が高まる。
- クッションなどを使って座っている時も姿勢がまっすぐになるように体を支えると良い。円背がある場合は腰の下など椅子と体の空いた隙間をクッションなどで埋めることでそれ以上姿勢が悪化することを防ぐ。
- ②場所や手順が変わると混乱して上手く動けない。
- ③嫌な気持ちは記憶に残りやすい。

そのため、日常生活動作の中で動きやすい環境や手順を作り、繰り返し行うことで筋力をきたえると良い。(例：洗濯物を洗う、ストレッチ、料理や食材の片付け、歩くなど)

○1回30分程度の運動を週1〜3回行う。

○音楽と組み合わせると意欲向上に効果的。

○足を動かす運動を取り入れると脳の血液循環が改善する。

町のできごと

福寿草まつり報告

2月15日〜3月3日に南大王地区で福寿草まつりが開催され約2000人が訪れる賑わいを見せました。地元や集落活動センター、高知大学生が協力して3年ぶりの開催であり、おまつりの再開は町外でも注目を浴びていました。久しぶりに来たという方は「変わらない雰囲気」が良いと言っていた一方、「初めて来ました。」という若い人も多かったようです。「これから、地元で今できる範囲の福寿草まつりを続けていきたい。」と関係者は話されていました。



火災想定訓練 実施!

3月3日、立野地区にて山林火災を想定した訓練が実施され、嶺北消防から5人、落合分団から26人が参加しました。本番さながらに水利の確保から放水、鎮圧までの動きを確認できたようです。この訓練を受け、小松落合分団長は「落合部・西峰部と嶺北消防の連携を確認し、あつてほしくはないが火災が起こった際にも生かせられる良い訓練になった。」と総括していました。



未来へはばたけ!卒業生!

3月13日、大豊町中学校の卒業式が行われ、11名の卒業生が旅立ちました。卒業生は9年間の義務教育を終え、町外や県外でそれぞれの道を歩んでいかれますが、式の中でこれまでの感謝とこれからの抱負をしっかりとした自分の言葉でスピーチし、成長した姿を見せていました。卒業生の皆さんのご活躍をお祈りいたします。



かいつりきたよ!

2月18日、東土居地区で恒例のかいつりが行われ、多くの子どもが町なかを練り歩きました。今年は初めて参加した子どもも多かったようで、お兄さんお姉さんの後を一生懸命ついていく小さな子どもたちが印象的でしたが、付き従う大人たちはさらに大変でつでした。



ヘルスメイトの おしゃべり コーナー



イタドリ



ゼンマイ

～安芸市ヘルスメイトと 交流会を開催しました！～

3月4日に安芸市のヘルスメイトが来町され、交流会を開催しました。午前中は、大豊の特産品であるゼンマイやイタドリ、タケノコやゆきゅうなどの山菜を使った寿司とこんちん、しし汁の調理実習を行いました。山菜の煮物やわさび入りゼンマイの白和え、柚子ゼリーも加えて、彩り豊かな山菜料理が完成しました。

午後には、大豊町ヘルスメイトの活動紹介の後に意見交換会を実施しました。人口1万7千人余りの安芸市ですが「ヘルスメイトは34名と少なく、養成して会員を増やすことが急務」や「ヘルスメイト活動の住民への浸透がなかなか難しい」などの課題があるようでした。それぞれの地域による活動の相違点や類似点、課題についての理解を深め、今後の活動に生かしていこうと想いを共有しました。

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)

交通安全ニュース



春の陽気とともに外出の機会が増え、コミュニケーションのために、飲酒も多くなることと思います。
飲酒が脳や神経の働きを鈍らせることは常識ですが、ちょっとだからと運転すると危険の認知も判断も、また回避操作もおぼつかないものになります。
事故を起こせば、人生を狂わせてしまうことになりかねません。
【飲むなら乗るな・乗るなら飲むな】を徹底しましょう。

アルコール濃度1%未満のドリンク剤でさえ、飲めば動体視力が低下します。

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

危険！ わき見・よそ見運転

転落事故を防ぐために

昨年、大豊町では転落事故が多く見られました。暖かくなり外出しやすい季節ですが、ハンドルを握る前に一呼吸。

- 慣れた道ほど油断しない
 - 運転中は運転に集中する
 - 景色などが気になっても、よそ見をしない
- 気分が良いときはなおさらに、ゆっくり落ち着いて丁寧な運転を心がけて、快適なお出かけを！

わき見➡フロントガラスの視野内で行う不注意状態 前車・併走車のバンパーを見つめるなど
よそ見➡首を動かし視野を前方、またはフロントガラスの視野外に置き、運転に不必要な情報を見つめること



今年の春の交通安全運動は、5月に実施されます。ご理解とご協力をよろしくお願いします。

大豊町合併64周年
第3回 みんなで祝おう

「町民の日」 もちつき大会

もちなげもあるよ！
午後2時30分～

日時 4月21日(日)
午前10時～午後3時

会場 ゆとりすとパークおおとよ【入園料無料】
(雨天の場合はガラスハウスで行います)

参加費 500円【中学生以下無料】
・もちなげ・シャボン玉とばし・生バンド演奏
・各種出店・フリーマーケット

主催 大豊町「町民の日」を祝う会
共催 大豊町商工会 NPO法人元気おおとよ 土佐嶺悠会
高知大学地域協働学部 ÔTOYO音の里コンサート
大豊地区農漁村女性グループ研究会
おおとよ未来の会 ゆとりすとパークおおとよ
後援 大豊町

問い合わせ先 ゆとりすとパークおおとよ 0887-72-0700

|2019| ゆとりすと Yutorisuto Calendar カレンダー

4
卯 月
April

1	月	豊永保育所入所式
2	火	
3	水	大杉保育所入所式 大田口保育所入所式
4	木	
5	金	清明
6	土	
7	日	高知県議会議員選挙
8	月	おおとよ小学校 入学式 大豊町中学校 入学式
9	火	
10	水	立川無医地区診療 いきいき元気運動教室（ふれあいセンター）14：30～15：30
11	木	
12	金	よちよち（ふれあいセンター）10：00～
13	土	
14	日	
15	月	
16	火	久寿軒無医地区診療
17	水	
18	木	乳児すこやか健診（ふれあいセンター）13：00～
19	金	
20	土	穀雨
21	日	第3回みんなで祝おう「町民の日」もちつき大会(ゆとりすとパーク)10：00～15：00
22	月	
23	火	西峰無医地区診療
24	水	
25	木	はつらつ健康運動教室（農工センター）18：30～20：00
26	金	
27	土	
28	日	
29	月	● 昭和の日
30	火	● 退位の日

5
皐 月
May

1	水	● 即位の日
2	木	● 国民の休日 八十八夜
3	金	● 憲法記念日
4	土	● みどりの日
5	日	● こどもの日 端午の節句
6	月	振替休日 立夏
7	火	軽自動車税 納付期限

募集 イベント情報

1
check

いきいき元気運動教室
参加者募集

65歳以上の方の健康教室を「健康ポールウォーキング教室」改め「いきいき元気運動教室」として、今年度も行います。月ごとにテーマが違いますので、1回だけの参加も大歓迎です。この機会にぜひ運動を始めてみましょう。

開催日時 毎月第2水曜日 午後2時30分～3時30分

第1回	4月10日 (水)	春を満喫外歩き♪ ～歩き方の基本を知って綺麗に 効果的に～
-----	--------------	-------------------------------------

開催場所 大豊町総合ふれあいセンター1階
トレーニングルーム集合

講師 前田郁 健康運動指導士

対象者 町内在住の65歳以上の方

用意するもの 動きやすい服装・汗拭きタオル・
お茶などの水分・運動靴(雨天の場合は室内履き)

問い合わせ先 住民課 地域包括支援センター班

2
check

いくちゃんのはつらつ健康運動教室
参加者募集中！

下記の日程で、はつらつ健康運動教室を開催します。
ストレッチや有酸素運動、筋力運動など全身を無理なく動かし、健康な体づくりを応援する運動教室です。

運動が苦手な方や、運動不足が気になる方にもおすすめします。この機会を利用し、運動習慣を身につけましょう。

実施日	4月25日～ 毎月第4木曜日
場 所	大豊町農工センター2階 第3会議室
時 間	午後6時30分～8時
講 師	前田 郁 健康運動指導士
参加費	無料

問い合わせ先 住民課 健康づくり班

3
check

平成31年度放課後子ども教室指導員 募集

放課後や夏休みなどに小学生を対象に、安全で健やかな居場所をつくるため、地域の皆さんの協力によって開催されている教室です。詳細はお問い合わせください。

勤務内容	学習補助、スポーツ、文化活動など
雇用期間	2019年4月1日～翌年3月31日(更新あり)
休 日	土日祝、盆休み、年末年始
時 給	1,480 円
年 齢	20 歳～ 65 歳程度

問い合わせ先 教育委員会 人づくり班

4
check

子育て相談事業「よちよち」に来ませんか？

「よちよち」は毎月1回・金曜日の午前10時から大豊町総合ふれあいセンターで開催しています。平成30年度もたくさんの親子が参加してくださり、楽しい時間を過ごすことができました。

今年度も下記のとおり「よちよち」を開催します。お子様の身体計測を実施し、親子の交流やリフレッシュ、子育てに関する情報もお届けしていますので、皆さま、ぜひ一度「よちよち」にお越しください。

日 時	内 容
4月12日(金) 10:00～12:00	お花見団子づくり★
5月17日(金) 10:00～12:00	ふれあい広場♪ (身体計測・育児相談)
6月14日(金) 10:00～12:00	歯っぴいスマイル！ こどもの歯の豆知識
7月5日(金) 10:00～13:00	七ツカフェ★



妊婦、乳幼児と保護者、子育てに関心のある方など、みんなの参加待ってるよ！

問い合わせ先 住民課 健康づくり班

安らかに

ご冥福をおいのります

氏 名

死亡日

性

享年

住所

※個人情報保護法により割愛いたします



大豊町中学校卒業生からのメッセージ



伊藤啓真さん

3年間ありがとうございました。このクラスで歩んできた一つ一つの行事が最高の思い出になりました。これからは学校も変わって会える機会も少なくなりますが、またみんなで集まったりしましょう！

岡崎 亮さん

3年間ありがとうございました。高校に行っても頑張ってください。

上村隼斗さん

3年間ありがとうございました。みんな仲良く過ごせたと思います。高校では、勉強と部活を文武両道で頑張ってください。

都築利弥さん

楽しく充実した3年間でした。人数が少ない中で色々な行事があったけど楽しかったです。高校でも頑張ります。3年間ありがとうございました。

永野蒼翔さん

15年間ありがとうございました。ここまで両親や地域の方々、クラスメートに支えられてたくさん成長することができました。このクラスメートと過ごした時間は自分の居場所であり一番の思い出です。高校でもお互いに頑張ります！またみんなと集まれる日を楽しみにしています。本当にありがとうございました。

西山和吉さん

3年間ありがとうございました。たくさんの人にお世話になった中学校生活でしたが、これからはお世話になった分以上の頑張りをしていきます。

上池悠莉さん

今までありがとうございました。高校に行っても勉強や部活を頑張ってください。

久保彩音さん

今までありがとうございました。このクラスで3年間過ごすことができとても楽しかったです。大豊町で15年間学んできたことを大切に、これからも頑張ります！

中西乃音さん

3年間ありがとう！長いような、短いような間やったけど、みんなと一緒に過ごせてよかったです。高校に行っても、みんなそれぞれの場所で頑張ってください。

又川優衣さん

3年間ありがとうございました。皆にはたくさん迷惑をかけてしまいましたが、良い思い出を作ることができました。高校へ行っても頑張ってください。

吉川日奈子さん

今までありがとうございました。とっても楽しい3年間でした。高校でも頑張ろう！

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

卒業おめでとうございます。