



ゆとりすと

4

令和5年



数字にみるわがまち

(令和5年2月28日現在)

人口 合計	3,189 人 (-128)
男	1,483 人 (-58)
女	1,706 人 (-70)
年少 (15 歳未満)	182 人 (+4) 5.71%
老年 (65 歳以上)	1,894 人 (-74) 59.39%
世帯数	1,915 世帯 (-73)
2 月中の届け出	出生: 0 人 死亡: 13 人
	転入: 9 人 転出: 8 人
	() は前年同月比

第一回健康マージャン大豊町長杯

軽自動車税（種別割）の納期限は5月1日です

軽自動車税（種別割）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5月1日までに納めてください。

なお、身体障害者等の方で、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21日（金）までに手続きをしてください。

問い合わせ先 住民生活課 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～5月31日

※土・日・祝日は閉庁のため縦覧できませんのでご了承ください。

時間 午前9時～午後5時

【縦覧場所】

住民生活課 税務班（役場庁舎1階）

問い合わせ先 住民生活課 税務班

町・県民税の公的年金からの特別徴収について

4月1日現在、老齢年金や退職年金などを受けている65歳以上の町・県民税の納税義務者は、町・県民税が公的年金から特別徴収（天引き）されます。

【特別徴収の対象となる税額】

すべての公的年金等に係る所得額に応じた税額が

特別徴収の対象となり、老齢基礎年金または老齢年金、退職年金から特別徴収されます。

なお、給与などその他の所得に係る税額は、年金から特別徴収されません。給与所得や事業所得などの金額から計算した町・県民税については、これまでどおり給与から特別徴収または普通徴収（納付書または口座振替）により納めていただくこととなります。

【前年度から継続して特別徴収の方】

4・6・8月には、前年度分の税額の6分の1ずつが、10・12・2月には、その年度の住民税額から4・8月に徴収された額を差し引いた残りの税額の3分の1ずつが、徴収されます。

【新たに特別徴収の対象となる方】

6・8月には、その年度の住民税額の2分の1に相当する額が普通徴収され、10・12・2月には、残りの税額が特別徴収されることになります。

問い合わせ先

住民生活課 税務班

引越しワンストップサービスについて

2月6日から、マイナポータルを利用したオンラインでの転出届（国外への転出を除く町外への転出）が可能になりました。このサービスは、電子証明書が有効なマイナンバーカードをお持ちの方が利用でき、窓口に来庁することが原則不要です。※代理人での手続きはできません。

ポータルは
マイナポータル
へアクセス
こちらから↓



デジタル庁
引越しワン
ストップサー
ビスについ
て↓



問い合わせ先

住民生活課 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、同一年内に受診者1人について1回のみです。

【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】

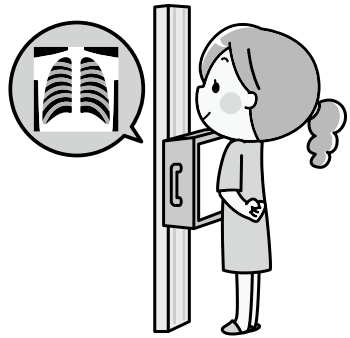
人間ドック結果表・受診料の領収書・申請書（申請者は、国民健康保険被保険者は世帯主で、後期高齢者医療被保険者は本人です。）・印鑑・振込口座（申請者名義）

※特定健診または健診と同時に実施できる受診機関（一覧表を受診券と一緒に郵送します。）で人間ドックを受診しますと、自己負担額が減額されます。

受診される際に、特定健診受診券または健診受診券、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



※令和4年度に人間ドックを受診された方は、令和5年4月28日（金）までに申請してください。

問い合わせ先

住民生活課 保険窓口班

後期高齢者医療の健診を受けましょう

後期高齢者健診は、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。生活習慣病等が疑われた場合は、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できます。

【対象者】 高知県後期高齢者医療の被保険者の方

※ただし、長期入院中の方、施設等への入所者の方は対象外となります。

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22年4月1日～昭和23年3月31日生まれの方

ウ・令和4年度に健診を受けられた方

②①以外の方も、申込みにより健診を受けることができます。

【自己負担】 無料

【受診方法】

ゆとりすと広報誌令和5年3月号に掲載しています。

【持ち物】

被保険者証、受診券、問診票・質問票

【検査内容】

身体計測、血圧測定、肝機能検査、尿検査、腎機能検査、問診等

【健診結果】

健診結果説明会で説明後に手渡しまたは郵送

【その他】

健診結果は、保健指導などに活用します。

問い合わせ先

住民生活課 保険窓口班

子宮頸がん予防接種のお知らせ

	①令和5年度 定期接種対象者	②救済措置対象者
接種 対象年齢	平成19年4月2日～平成24年4月1日生まれ的女子 (小学6年生～高校1年生)	平成9年4月2日～平成19年4月1日生まれ的女子
接種 対象期間	16歳になる 年度末まで	令和7年3月まで
接種回数	3回	

対象者には、3月末以降に予診票とリーフレットを送付しますので、ご確認ください。

ご不明な点については左記までご連絡ください。

問い合わせ先

地域福祉課 健康づくり班

成人歯科健診を受診しましょう

大豊町では令和5年度も成人歯科健診を実施しています。高知県内の指定の病院・歯科医院にて無料で受診することができます。歯とお口の健康は全身の健康の保持増進や生活習慣病、認知症、早産・低体重児出生等の予防、がん治療にも影響を及ぼす重要なものです。生涯にわたって「おいしく食べ、楽しく会話し、明るく笑える」豊かな人生を送るため、成人歯科健診を受診し、歯とお口の健康に努めましょう。

- 【対象】
- ①大豊町の住民基本台帳に登録されている方
 - ②20歳～74歳の方
 - ③受診する日の所属する年度において成人歯科健診の受診歴のない方

健診を希望される方は、受診票をお渡しいたしますので左記までご連絡ください。

問い合わせ先

地域福祉課 健康づくり班

おおとよ健康チャレンジに参加して健康な毎日を送りましょう！

「おおとよ健康チャレンジ」に参加しませんか？チャレンジ項目から一つ選択し、継続することを目標に記録してください。目標期間を達成した方には、プレゼントがあります。大豊町に住所を有する20歳以上の方が対象です。

◎次のチャレンジ項目から一つ選んで、申請してください。申請期間は4月1日～8月31日まで。

- ①体重を測る。
- ②おなか周りを測る。
- ③血圧を測る。
- ④毎日30分以上運動する。
- ⑤禁煙（喫煙習慣のある方限定）
- ⑥休肝日を週に2日以上（週4～5日以上飲酒している方限定）
- ⑦バランスのとれた朝食を摂る。（74歳以下）
- ⑧3食きちんと摂る。（75歳以上）

◆令和5年度 NEWチャレンジ！

⑨町内運動施設でのトレーニング（週2回3か月継続できる方で、チャレンジ申請時点の年齢が40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の方対象。施設利用料の負担は必要ありません。）

昨年より達成条件が厳しくなっていますが、多くの方のご参加をお待ちしています。

問い合わせ先

地域福祉課 健康づくり班

ゆずバスの時刻表が変わります

ゆずバス時刻表
岩原線（高知230さ100 25人乗り）

令和5年4月1日から改正

上り（登校便）			下り（下校便）			
便	通年		便	通年	夏季 （4～9月）	冬季 （10～3月）
停留所			停留所			
川戸	7:25	16:57	大豊学園	16:30	18:30	18:00
柳野	7:30	17:03	大杉駐在所前	—	—	—
大砂子	7:31	17:04	大杉駅	—	—	—
大岩橋	7:33	17:05	高須	—	18:35	18:05
永淵	7:37	17:09	川口分岐	—	—	—
豊永公民館	7:41	17:13	川戸	16:50	18:50	18:20
川口分岐	8:01	—	豊永公民館	16:51	18:51	18:21
高須	—	17:29	柳野	16:56	18:56	18:26
大杉駅	—	—	大砂子	16:57	18:57	18:27
大杉駐在所前	—	—	大岩橋	16:58	18:58	18:28
大豊学園	8:10	17:34	永淵	17:02	19:02	18:32

- ◆ 土日祝日は全便運休です。
- ◆ 「—」の停留所は停車しません。
- ◆ 異常気象・道路状況などで運休・遅延することがあります。

ゆずバス時刻表
天坪線（高知230す200 25人乗り）

令和5年4月1日から改正

上り（登校便）			下り（下校便）			
便	通年		便	通年	夏季 （4～9月）	冬季 （10～3月）
停留所			停留所			
新大王橋	7:37	16:36	大豊学園	16:30	18:30	18:00
戸手野	7:47	16:48	新大王橋	16:36	18:36	18:06
馬瀬（旧JA前）	7:51	16:52	北川口 （とさでん交通バス停）	16:40	18:40	18:10
馬瀬（古屋）	7:54	16:53	戸手野	16:48	18:48	18:18
北川口 （とさでん交通バス停）	7:57	16:56	馬瀬（旧JA前）	16:52	18:52	18:22
大豊学園	8:05	17:04	馬瀬（古屋）	16:53	18:53	18:23

- ◆ 土日祝日は全便運休です。
- ◆ 異常気象・道路状況などで運休・遅延することがあります。

民事・家事裁判手続きの出張案内について

裁判所書記官による民事・家事裁判手続きの出張案内が実施されます。

裁判所の手続きを利用できるのかなど、その手続きに関する一般的な案内を行うものです。費用は、かかりません。

※無料法律相談ではありません。

※完全予約制です。当日の受付はできません。

【場所】 本山町役場

【時間】 午後1時～午後3時（一組あたり30分）

【予約方法】

実施日の1週間前までに大豊町総務課に、電話で予約をしてください。

実施日
4月21日（金）
5月19日（金）
6月16日（金）
7月21日（金）
8月18日（金）
9月15日（金）
10月20日（金）
11月17日（金）
12月15日（金）
1月19日（金）
2月16日（金）
3月8日（金）

また、高知簡易裁判所および高知家庭裁判所（高知市丸の内1-3-5）では、月曜日から金曜日まで（祝日および年末年始を除く）の、午前9時～午前11時、午後1時～午後4時まで、民事・家事裁判手続案内を行っています。こちらは予約の必要はありません。また、夫婦間の調停や相続放棄など家事の申立てに関する手続きの案内は、電話でご説明できることもありますので、直接電話で高知家庭裁判所の各係にお問い合わせください。

◆ 相続放棄などに関する問い合わせ（家事審判係）

☎088-822-0441

◆ 家事調停に関する問い合わせ（家事調停係）

☎088-822-0442

◆ 人事訴訟に関する問い合わせ（人事訴訟係）

☎088-822-0443

問い合わせ先 総務課

行政相談所開設について

役所の仕事やサービスで、困っていること、分からないことがありましたら、総務省の行政相談をご利用ください。

相談は無料で秘密は守られますので、お気軽にご相談ください。

開設日	開設場所	開設時間
4月5日（水）	大豊町役場	午前10時～正午
6月1日（木）	総合ふれあいセンター	
8月2日（水）	大豊町役場	
10月4日（水）	総合ふれあいセンター	
12月6日（水）	大豊町役場	
2月7日（水）	総合ふれあいセンター	

問い合わせ先

☎088-824-4100
（高知行政監視行政相談センター）



ゆずバス時刻表

西峰線（高知230さ300 24人乗り）

令和5年4月1日から改正

上り （総合ふれあいセンター経由大豊学園行き 登校便）					下り （大畑井方面行き 下校便）				
便 停留所	通年 （全日）	通年 （火・金曜日）	夏季 （4月～9月）	冬季 （10月～3月）	便 停留所	通年 （火・金曜日）	通年 （全日）	夏季 （4月～9月）	冬季 （10月～3月）
大畑井	7:11	13:41			大豊学園	12:30	16:30	18:30	18:00
ハイノキョウ谷	7:15	13:45			高 須	—	—	18:35	18:05
葛 谷	7:18	13:48			穴 内	12:43	16:43	18:43	18:13
漣長上	7:23	13:53	17:19	17:19	大田口部屯所	12:48	16:48	18:48	18:18
金床石	7:24	13:54	—	—	JR 大田口駅	12:50	16:50	18:50	18:20
東 浦	7:27	13:57	—	—	総合ふれあい センター	12:52	16:52	18:52	18:22
ツブロギシ	7:30	14:00	—	—	豊永駅前	13:00	17:00	19:00	18:30
落 合	7:33	14:03	17:29	17:29	トチ溝	13:03	17:03	19:03	18:33
旧川平橋北詰	7:35	14:05	17:31	—	栗 生	13:04	17:04	19:04	18:34
栗 生	7:37	14:07	17:33	17:31	旧川平橋北詰	13:06	17:06	19:06	18:36
トチ溝	7:38	14:08	—	—	落 合	13:08	17:08	19:08	18:38
豊永駅前	7:41	14:11	17:37	—	ツブロギシ	13:12	17:12	19:12	18:42
総合ふれあい センター	7:48	14:18	17:44	—	東 浦	13:15	17:15	19:15	18:45
JR 大田口駅	7:50	14:20	17:46	—	金床石	13:18	17:18	19:18	18:48
大田口部屯所	7:52	—	—	—	漣長上	13:19	17:19	19:19	18:49
穴 内	7:57	14:25	17:51	—	葛 谷	13:24		19:24	18:54
高 須	—	—	17:59	17:50	ハイノキョウ谷	13:27		19:27	18:57
大豊学園	8:10	14:38	18:04	17:55	大畑井	13:31		19:31	19:01

- ◆ 土日祝日は全便運休です。
- ◆ 「—」の停留所は停車しません。
- ◆ 異常気象・道路状況などで、「落合」停留所発や運休となることがあります。
- ◆ 国道439号の栗生以遠が通行止めの時は、「栗生」停留所が始発終点となる場合があります。
- ◆ 最終便に乗客がいない場合は、落合が終点となります。

JR 四国「大田口駅」				JR 四国「豊永駅」			
上り		下り		上り		下り	
6:58	19:04	6:20	17:38	7:03	19:10	6:15	17:33
14:37	20:50	8:11	18:43	14:42	21:01	8:06	18:38
17:18		14:37		17:23		14:32	

ゆずバス時刻表

立川線（高知200さ743 13人乗り）

令和5年4月1日から改正

上り （大豊学園行き 登校便）					下り （仁尾ヶ内行き 下校便）				
便 停留所	通年		夏季 （4～9月）	冬季 （10～3月）	便 停留所	通年		夏季 （4～9月）	冬季 （10～3月）
仁尾ヶ内	6:48	13:38			大豊学園	12:30	16:30	18:30	18:00
桑瀬川橋	6:51	13:41			大杉駐在所前	12:33	16:33	18:33	18:03
立川刈屋	6:58	13:48			大杉駅	—	16:35	18:35	18:05
立川成川	7:05	13:55	17:20	17:20	高 須	—	—	18:37	18:07
井手川口	7:07	13:57	17:22	17:22	川口分岐	12:39	16:39	18:39	18:09
経由 立川三谷	7:12	14:02	17:27	—	役場庁舎 （津家）	12:45	16:45	18:45	18:15
井手川口	7:17	14:07	17:32	17:22	川 口	12:50	16:50	18:50	18:20
一ノ瀬	7:24	14:14	17:39	17:29	一ノ瀬	12:54	16:54	18:54	18:24
川 口	7:28	14:18	17:43	17:33	井手川口	13:01	17:01	19:01	18:31
役場庁舎 （津家）	7:33	14:23	17:48	17:38	経由 立川三谷	13:06	17:06	19:06	18:36
川口分岐	7:36	14:26	17:51	17:41	井手川口	13:11	17:11	19:11	18:41
高 須	7:39	14:29	17:54	17:44	立川成川	13:13	17:13	19:13	18:43
大杉駅	7:41	14:31	17:56	17:46	立川刈屋	13:20		19:20	18:50
大杉駐在所前	—	—	—	—	桑瀬川橋	13:27		19:27	18:57
大豊学園	7:46	14:36	18:01	17:51	仁尾ヶ内	13:30		19:30	19:00

- ◆ 土日祝日は全便運休です。
- ◆ 「—」の停留所は停車しません。
- ◆ 国道32号・439号以外の区間内で、安全に停車し乗降できる場所では、フリー乗降ができます。（※児童・生徒は除く）
- ◆ 異常気象・道路状況などで運休・遅延することがあります。
- ◆ 下り最終便は、「立川三谷」停留所で降りる方がいない場合は經由しません。
- ◆ その場合、「井出川口」停留所以降の到着時間が10分早くなりますのでご注意ください。
- ◆ 最終便に乗客がいない場合は、立川刈屋が終点となります。

JR 四国「大杉駅」 上り（抜粋）		嶺北観光「川口分岐」 田井行き		JR 四国「大杉駅」 下り（抜粋）		嶺北観光「川口分岐」 大杉駅・医大行き	
6:31（特）	17:09（普）	6:59	17:42	6:35（普）	14:55（普）	6:17	15:31
6:50（普）	17:48（特）	8:04	17:54	7:44（特）	17:57（普）	7:18（医）	15:38（医）
7:32（特）	18:53（普）	9:21	18:22	8:20（普）	18:55（普）	7:54	17:24
15:45（特）	19:10（特）	11:09	19:19	9:07（特）	19:10（特）	8:34（医）	17:59
嶺北観光「西津家（役場前）」 田井行き（抜粋）		13:11		嶺北観光「西津家（役場前）」 大杉駅行き（抜粋）		10:31	18:44
8:07	13:14	15:54		12:41	15:35	12:44	

※（医）は医大行き

高齢者の見守りサービス

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

愛コンタクトサービス（利用者負担無料）

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。安否確認が出来ない場合は、役場職員が電話をし、電話に出られない場合は直接自宅へお伺いして安否確認を行います。

見守り端末導入費用助成事業

日常的な見守り、緊急通報、非常通報などに対応した GPS 機能付き見守り端末（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。

移動手段に“タクシー”をご利用ください



大豊町福祉タクシー等制度

障害のある方が通院、その他社会的活動にタクシーまたは自家用車を利用する場合に、料金の一部をタクシーチケットまたは福祉給油券で助成します。

【対象者】

大豊町に住所を有し、次のいずれかに該当する方

- ①身体障害者手帳の交付を受け、1 級、2 級および 3 級に該当する方
- ②療育手帳の交付を受け、A 1 および A 2 に該当する方
- ③精神障害者保健福祉手帳の交付を受け、1 級および 2 級に該当する方

【利用できるタクシー業者】

天坪観光、大豊ハイヤー、豊永観光

【利用できる給油業者】

杉本石油店、（有）山本石油店、嶺東燃料豊永給油所、西村ストア、永森商店

【申請方法】

各種手帳および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）を交付



【給油券を利用できる車】

- 対象者 ①ご自身で運転される車
②家族・介護人などが対象者を同乗させた車
※当該手帳の提示が必要です。



大豊町通院タクシー制度

町内に住所と居住地がある方の診察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（歯科を含む）、秋山歯科診療所

【利用できるタクシー業者】

大豊ハイヤー、豊永観光

【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ってください。
- ②乗車時に助成券を運転手へ提出してください。
- ③タクシー料金の支払いは、助成券 1 枚につき 500 円をご負担ください。（それ以上については、町が助成します。）

ご注意！

買い物など個人的な寄り道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。

問い合わせ先 地域福祉課 福祉介護班

令和 5 年度 健康づくり年間スケジュール

月	集団健診・母子保健・食生活改善事業	健康づくり教室	無医地区診療・犬注射
4 月	20 日（木）乳児すこやか健診（ふれあいセンター 13:00 ～） 21 日（金）ヘルスメイト総会（ふれあいセンター）	12 日（水）いきいき元気運動教室（ふれあいセンター 14:30 ～ 15:30） 22 日（土）はつらつ健康運動教室（役場 10:00 ～ 11:00）	12 日（水）立川無医地区診療 18 日（火）久壽軒無医地区診療 25 日（火）西峯無医地区診療
5 月	27 日（土）特定健診・胸部・胃がん・大腸がん（ふれあいセンター 8:30 ～ 10:00） 28 日（日）特定健診・胸部・胃がん・大腸がん（ふれあいセンター 8:30 ～ 10:00） 31 日（水）はみがき・栄養教室（豊永保育所）	10 日（水）いきいき元気運動教室（ふれあいセンター 14:30 ～ 15:30） 27 日（土）はつらつ健康運動教室（役場 10:00 ～ 11:00）	10 日（水）立川無医地区診療 16 日（火）久壽軒無医地区診療 16 日（火）狂犬病予防注射 17 日（水）狂犬病予防注射 18 日（木）狂犬病予防注射 23 日（火）西峯無医地区診療
6 月	2 日（金）はみがき・栄養教室（大杉保育所） 15 日（木）1 歳半・3 歳児すこやか健診（ふれあいセンター 13:00 ～） 22 日（木）健診結果説明会（ふれあいセンター）	14 日（水）いきいき元気運動教室（ふれあいセンター 14:30 ～ 15:30） 24 日（土）はつらつ健康運動教室（役場 10:00 ～ 11:00）	4 日（日）狂犬病予防注射 14 日（水）立川無医地区診療 20 日（火）久壽軒無医地区診療 27 日（火）西峯無医地区診療
7 月	14 日（金）ヘルスメイト推進教室（ふれあいセンター） 30 日（日）特定健診・胸部・胃がん・大腸がん（ふれあいセンター 8:30 ～ 10:00）	12 日（水）いきいき元気運動教室（ふれあいセンター 14:30 ～ 15:30） 22 日（土）はつらつ健康運動教室（役場 10:00 ～ 11:00）	12 日（水）立川無医地区診療 18 日（火）久壽軒無医地区診療 25 日（火）西峯無医地区診療
8 月	17 日（木）乳児すこやか健診（ふれあいセンター 13:00 ～） 25 日（金）健診結果説明会（ふれあいセンター）	9 日（水）いきいき元気運動教室（ふれあいセンター 14:30 ～ 15:30） 26 日（土）はつらつ健康運動教室（役場 10:00 ～ 11:00）	9 日（水）立川無医地区診療 15 日（火）久壽軒無医地区診療 22 日（火）西峯無医地区診療
9 月		13 日（水）いきいき元気運動教室（ふれあいセンター 14:30 ～ 15:30） 23 日（土）はつらつ健康運動教室（役場 10:00 ～ 11:00）	13 日（水）立川無医地区診療 19 日（火）久壽軒無医地区診療 26 日（火）西峯無医地区診療
10 月	6 日（金）ヘルスメイト推進教室（ふれあいセンター） 19 日（木）1 歳半・3 歳児すこやか健診（ふれあいセンター 13:00 ～） 21 日（土）子宮がん検診（東豊永公民館 10:00 ～ 10:30）（ふれあいセンター 13:00 ～ 14:00）（役場 15:00 ～ 15:30）	11 日（水）いきいき元気運動教室（ふれあいセンター 14:30 ～ 15:30） 28 日（土）健康ウォーキング①	11 日（水）立川無医地区診療 17 日（火）久壽軒無医地区診療 24 日（火）西峯無医地区診療
11 月		8 日（水）いきいき元気運動教室（ふれあいセンター 14:30 ～ 15:30） 11 日（土）健康ウォーキング②	8 日（水）立川無医地区診療 21 日（火）久壽軒無医地区診療 28 日（火）西峯無医地区診療
12 月	21 日（木）乳児すこやか健診（ふれあいセンター 13:00 ～）	13 日（水）いきいき元気運動教室（ふれあいセンター 14:30 ～ 15:30） 23 日（土）はつらつ健康運動教室（役場 10:00 ～ 11:00）	13 日（水）立川無医地区診療 19 日（火）久壽軒無医地区診療 19 日（火）西峯無医地区診療
1 月	25 日（木）はみがき・栄養教室（豊永保育所） 26 日（金）はみがき・栄養教室（大杉保育所）	10 日（水）いきいき元気運動教室（ふれあいセンター 14:30 ～ 15:30） 27 日（土）はつらつ健康運動教室（役場 10:00 ～ 11:00）	10 日（水）立川無医地区診療 16 日（火）久壽軒無医地区診療 23 日（火）西峯無医地区診療
2 月	15 日（木）1 歳半・3 歳児すこやか健診（ふれあいセンター 13:00 ～） 28 日（水）ヘルスメイト推進教室（ふれあいセンター）	14 日（水）いきいき元気運動教室（ふれあいセンター 14:30 ～ 15:30） 24 日（土）はつらつ健康運動教室（役場 10:00 ～ 11:00）	14 日（水）立川無医地区診療 20 日（火）久壽軒無医地区診療 27 日（火）西峯無医地区診療
3 月		13 日（水）いきいき元気運動教室（ふれあいセンター 14:30 ～ 15:30） 23 日（土）はつらつ健康運動教室（役場 10:00 ～ 11:00）	13 日（水）立川無医地区診療 19 日（火）久壽軒無医地区診療 26 日（火）西峯無医地区診療

教育旅行本格始動！

2月17日、日本政府観光局（JNTO）が主催する台湾訪日教育旅行の国内視察旅行に参加した台湾の高校や高専の校長ら8名が大豊町を訪れ、民泊など生活体験をテーマとする学習素材の調査をしました。

この旅行による学校関係者が大豊町を訪れるのは3年ぶり、視察先となった「星空の宿てるはち」では、こんなに作り体験や食事体験など、生徒が体験する学習内容の説明が行われました。

昼食には、銀不老寿司や体験で作ったこんにゃくなどの郷土料理の試食があり、大豊町の食文化についていろいろな質問が出されていました。

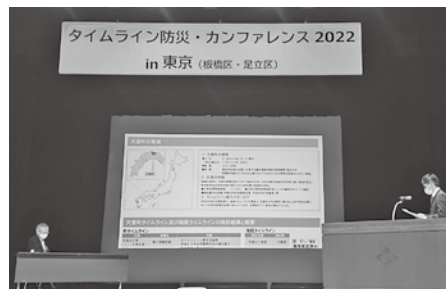
新型コロナウイルス感染症の影響で途絶えていた教育旅行の受け入れ再開に向けて、ようやく本格的に動きだしました。



タイムライン防災・全国ネット

ワーク国民会議 第1回定期総会

2月2日、東京都足立区西新井文化ホールでタイムライン防災・全国ネットワーク国民会議第1回定期総会が開催され、国民会議の副議長である大石町長がタイムライン防災宣言2022の宣言を行い、決議されました。この国民会議の目的は、国・県・市等や国民が取り組みの共有を進め、タイムライン防災をより多くの地域住民に広げていくことで、災害から命を守る防災意識社会の構築を目指すことです。大豊町も地区タイムラインを確立し住民の防災意識向上を目指しています。



みんなで用心！火の用心！

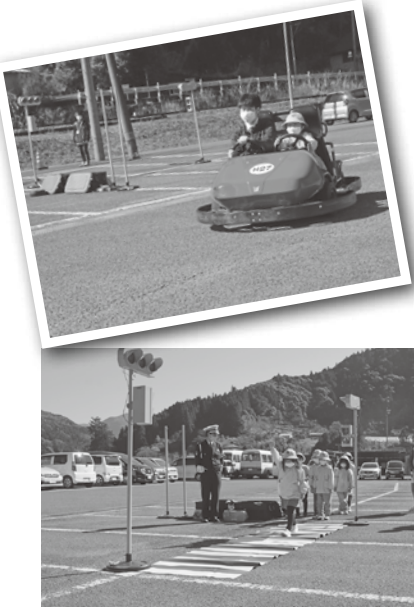
2月26日、嶺北消防署の協力のもと、大豊町消防団大田口分団で林野火災を想定した消火訓練を実施しました。有事におけるスムーズな連携を確認するとともに、防火意識の高揚を図ることができました。

春本番、乾燥する日が続きます。火の取り扱いには十分注意してください。



みんなで楽しく交通安全！

2月28日、総合ふれあいセンター第2駐車場で、町内ひよこクラブ会員のうち5歳児以上を対象に交通安全ルールを学ぶことを目的として、高知東警察署本山警察庁舎の方のご協力のもと交通安全教室を開催しました。横断歩道の渡り方やパトカーの見学、ゴーカートにも乗り、楽しく交通安全について学習ができました。



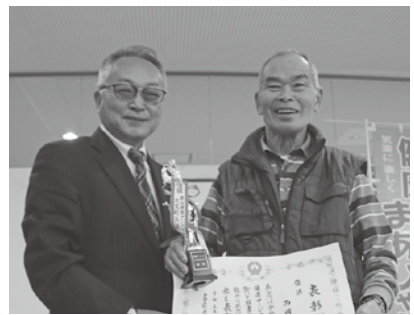
『第一回健康マージャン大豊町長杯』が行われました！

2月24日、総合ふれあいセンターにおいて、『第一回健康マージャン大豊町長杯』が行われました。当日は、朝から雨模様で肌寒い日にもかかわらず、健康マージャンサークルのメンバー11名が参加し、午前9時～午後2時頃まで熱戦が繰り広げられました。

参加者からは、「今日はついでない。つぎに逃げられた。」という悔しそうな声や「今日は楽しい。こんな会が毎月あればいいのに。」という言葉が聞かれました。

今回行われた第一回大豊町長杯は、左記のような結果になりました。

- 優勝 西岡 一 男さん（川口南）
- 準優勝 小笠原 正 幸さん（杉）
- 3位 北窪 博 章さん（大久保）
- 4位 小笠原 登美代さん（栗生）



今回の大会において上位4名を大豊町代表として選出し、令和5年度に開催される健康マージャンねりんピック高知県予選会に出場します。（※高知県予選会は、令和5年4月15

日（土）高知県ふくし交流プラザにて開催予定）高知県予選会で優勝するとねりんピック本戦に出場できます。

『健康マージャンサークル』メンバー大募集中！

大豊町では、介護予防の一環として令和3年度から「健康マージャン」を行っています。

「健康マージャン」とは、飲まない！吸わない！かけない！を基本理念としたマージャンです。ゲームとしての楽しさだけでなく、頭の体操や人と人をつなぐコミュニケーションツールとして、人生をいきいきと楽しむ様々な効果を秘めた頭脳スポーツです。

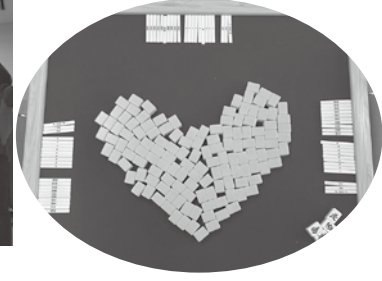
現在は、健康マージャンサークルとして週1回・総合ふれあいセンターに集い、皆さんで楽しみながら鍛錬しています。興味のある方・外出の機会を探している方等、この機会にぜひ健康マージャンに親しんでみませんか？



ただいま一緒に鍛錬できるメンバーを絶賛募集中です。みなさんのご参加をお待ちしています。

- 開催日…毎週金曜日
- 時間…午前9時～正午まで
- 場所…総合ふれあいセンター 1階 トレーニングルーム
- 参加費…一人二百円（参加人数により増額あり）

詳細については、地域福祉課地域支援班まで



※始めと終わりには体操をします。

教育委員会だより

Inspire Art Project ～出会い 触発され 創り出す～



Society5.0時代といわれるこれからの社会を生きる子どもたちに求められる力の一つとして、「情報活用能力」が挙げられています。鉛筆やノートと同様に、PC 端末を使いながら自分に合った学びを行うため、昨年度から大豊学園にも1人1台端末が導入されました。

9年生は、まず2学期にオンラインで大川村と沖ノ島、そして県立美術館を結び、美術についての学びを深める「Inspire Art Project」という授業を行いました。県立美術館の学芸員と共に美術作品についての鑑賞を深め、3学期には自分たちでテーマを決め、素材を集めて空間をデザインするという「インスタレーション（場所や空間全体を作品として体験させる芸術）」に取り組みました。3月に大豊学園を卒業された生徒が選んだテーマは、「希望」です。今までの自分を支えてくれた大切な人たちへの思いと、これからの明るい未来への希望を込めた作品です。

タイトル「雲外憧憬」
うんがいしょうけい



山の学習～大豊の自然に学ぶ～

今年も、大豊町森林組合の皆さんのご協力のもと、山の学習を実施しました。大豊町の特産品について学ぶ3年生はシイタケの駒打ち、農林業について学ぶ5年生は伐採体験および木材共販所の見学、そして6年生は防災と自然環境について…と、大豊の豊かな森林から学びを深めています。



駒打ち体験（3年生）



伐採体験&共販所見学（5年生）



砂防ダム見学（6年生）

卒業おめでとう

3月14日に大豊学園卒業式が行われました。式典中では、卒業生が目頭を拭く場面もあり、慣れ親しんだ学校生活との別れを惜しんでいるようでした。また、涙いっぱい抱きついて来た後輩の背中を優しくさする卒業生の姿がとても印象的で、頼られる大きな存在であったことを感じさせられました。

ご卒業おめでとうございます。



地域と学生による棚田をつなぐ協働



▲台風で倒れた稲を刈り取る（怒田）



▲棚田にキャンドルをならべて彩る（岩原）



▲棚田で劇を上演（八畝）



▲棚田にシャクヤクを植えて景観維持（八畝）

高知大学が地域と共に取り組む棚田の有効活用が、農林水産省が行う「つなぐ棚田遺産」の「未来へつなぐ」部門で選定され、感謝状が贈呈されました。

この「つなぐ棚田遺産」感謝状は、棚田地域の振興等に貢献する企業・大学等の取組を評価し、優れた取組を実施する企業等に感謝状を贈呈する取り組みです。

高知大学では13年にわたり、町内棚田地域において授業の一環や学生ボランティアなど、地域活性化に関する活動を実施し、シャクヤクによる景観づくりやキビ栽培と焼酎作り、棚田の活用イベントなど、遊休化した棚田を有効活用する取り組みが行われてきました。

こうした長年にわたる持続的な取り組みが、「つなぐ棚田遺産」として評価されたものです。

大豊町（教育委員会）でオーテピアの本が借りられます！

問い合わせ先 教育委員会 人づくり班

ふれあいセンター図書コーナーに設置している図書にも限りがあります。

もっと本を読みたい！読みたい本が図書コーナーにない！オーテピアは遠いけど役場には行ける！！

このようなときには、大豊町教育委員会を通じて、オーテピア高知県立図書館に所蔵されている図書を借りることができます。

●利用方法

1. 借りたい本の「題名」と「作者」を調べる

オーテピアの所蔵図書を調べるには、オーテピア高知県立図書館のホームページで検索ができますので、ご利用ください。

題名だけでは、本の特定ができない場合があります。

必ず本の作者も調べてください。

オーテピアのホームページは、QRコードからどうぞ。



2. 本の貸し出しを教育委員会へ依頼する（☎72-1031）

借りたい本の「題名」と「作者」を、教育委員会までお知らせください。役場に来たついでや、電話での連絡でも、どちらでも受け付けています。その際に、利用者のお名前・ご連絡先（電話番号など）をお伺いします。

本の貸し出しは、ひとり20冊まで、期間は約25日です。

※貸出期間中に読み終える冊数で申し込みください。

※郷土史や文献資料など、オーテピアに所蔵されていても、借りられない本もあります。その場合は、ご連絡します。

※オーテピアからの貸出期間は1か月です。オーテピア返却期限の2～3日前を教育委員会への期限としています。

3. 教育委員会が本を取り寄せます

教育委員会に本が届いたら、連絡をしますので取りに来てください。

「役場本庁舎 教育委員会」または「総合ふれあいセンター窓口センター」で受け取りができますので、ご都合のいい方をお知らせください。

※総合ふれあいセンターでの受け取りの場合、「総合ふれあいセンター～教育委員会」間の本の配運に、時間がかかる場合がありますので、貸し出し期間が約20日となります。ご了承ください。

4. 返却期限までに、本を返す

「役場本庁舎 教育委員会」または「総合ふれあいセンター窓口センター」へ返してください。

●その他

●個人がオーテピアに予約をした本を、教育委員会へ届けてもらうことはできません。

●オーテピアでは「遠隔地返却サービス」を行っています。個人がオーテピアで借りた本を教育委員会からオーテピアへ返却することができますので、ご利用ください。



「ふれあいセンター図書コーナー」で本を借りよう！

問い合わせ先 教育委員会 人づくり班

大豊町には図書館がありませんが、総合ふれあいセンター1階の待合ホールに、図書コーナーを設置しています。

新刊図書は、年に3回（1回につき25冊程度）購入し、入れ替えています。絵本も毎年テーマを決めて、10冊程度購入しています。スペースの関係で冊数は少ないですが、図書コーナー利用カードを作って、たくさん本を読んでくださいね！

■場所：総合ふれあいセンター1階 待合ホール

■受付時間：午前8時30分～午後4時30分まで
平日のみ（土日祝日は閉館）

※4月から窓口センターの業務時間が変わります。

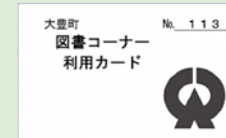


▲新刊図書コーナー

●図書コーナーの利用方法

1. 利用カードを作る

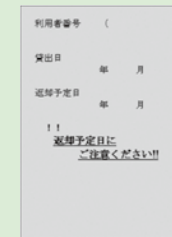
窓口センターで利用申込書の記入をするだけで、利用カードが作れます。



2. 本を選んで借りる

窓口センターへ、借りる本をお持ちください。

返却日を書いた返却予定カードと一緒に渡します。



返却予定カード
(緑色)

3. 本を返す

本の貸し出しは、一人5冊まで、期間は14日間以内です。

返却予定日までに、窓口センターへ返却してください。



ルールを守って
大切に借りましょう！



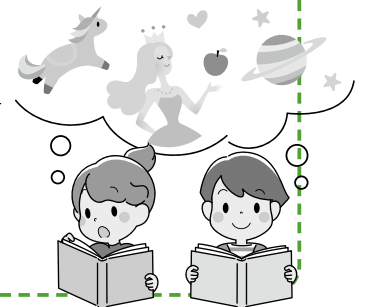
●4月23日は「子ども読書の日」

ふれあいセンター図書コーナー内、絵本コーナーには「みかんきょうだいのたんけん」、「木箱の蝶」などの絵本を置いています。

ほかにも、怪獣、虫、乗り物、パンダ、さかな、ねこなどの絵本も置いています。

小さい頃から、絵本に触れることは、感情の形成、言語力、想像力、表現力の発達に繋がるといわれています。

親子で絵本に親しみ、楽しい時間を過ごしましょう。



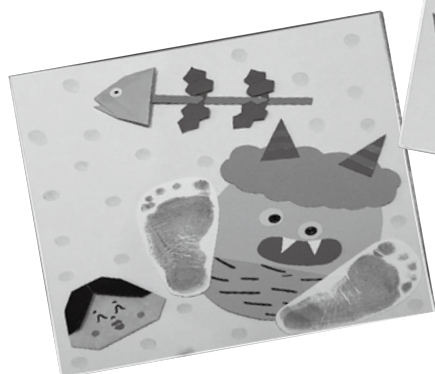
よちよち
だより

地域子育て支援センターよちよちからのお知らせ

2月の活動

季節の製作

2月は節分にちなんだ製作をしました。お子さんの足型を使って鬼を作りました。鬼はいわしの頭の匂いが嫌いで近寄ることができず、ヒイラギの葉のトゲで目を突かれるのが嫌で逃げて行くということで、いわしとヒイラギも折り紙で折って周りに貼りました。皆さん素敵な作品に仕上がっていますね。



子どもたちの様子

—「ちょうだい!どうぞ!」のやりとり—

“ボールちょうだい!”と、てのひらに乗せたりしながら、最後には“どうぞ!”と渡す姿が見られました。子ども同士のやり取りを見ていると、職員も微笑ましい気持ちになり、癒されました。



“どうぞ”

4月の予定

月	火	水	木	金
3 よちよち	4	5 よちよち 保育士さんによる 絵本の読み聞かせ	6	7 よちよち
10 よちよち	11	12 よちよち 保育士さんによる 絵本の読み聞かせ	13	14 よちよち 保健師さんが 来ます
17 よちよち	18	19 よちよち 保育士さんによる 絵本の読み聞かせ	20	21 よちよち 季節の製作
24 よちよち	25	26 よちよち 保育士さんによる 絵本の読み聞かせ	27	28 よちよち

【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)

※保育行事等で変更する場合があります。

午前9時～正午

【電 話】0887-72-0056



Welcome おおとよ English Class



おおとよ English Class (英会話教室) 日程が決まりました

英会話教室には初心者クラス・中級クラスがあります!講師は、マーカス先生とビリー先生です。参加してみませんか?

4月～7月の日程が決まりました。曜日、時間を変更して開催しております。ご注意ください。

◆場所 総合ふれあいセンター 3階 会議室
(それぞれのクラスの開始時間から30分が経過して参加者がいない場合は休校とします。)

●初心者クラス 午後7時30分～午後8時30分
簡単な英語が分かる人を対象とします。初心者歓迎。

●中級クラス 午後6時～午後8時
初心者クラスで上達してきたら、中級クラスへレベルアップ

4月26日(水)
5月10日(水)
5月24日(水)
6月7日(水)
6月21日(水)
7月12日(水)

4月25日(火)
5月9日(火)
5月23日(火)
6月6日(火)
6月20日(火)
7月11日(火)

連絡先 教育委員会 *申込みは随時、教育委員会へお申込みください。

高知県公立小・中学校の

随時

臨時的任用教員を募集しています!!

教員免許をお持ちの方やお友達はいませんか。

- 【募集内容】 ◆職 種 小学校教諭・中学校教諭・養護教諭・栄養教諭
◆内 容 学級担任(特別支援学級担任含む)・小学校専科指導
中学校教科指導・児童生徒支援担当 他
※職務内容についてはご相談に応じます。
- ◆勤務形態 フルタイム ※時間講師(パートタイム)希望の方もご相談ください。
- ◆応募資格 教員免許状を有する者(年齢制限なし)
※免許休職中、失効中の方は回復措置がとれます。
※初めて教員をされる方も大歓迎です。
- ◆任用期間 数か月から1年以内 ※期間もご相談に応じます。
- ◆給与月額 [新卒] 約218,000円～
[60歳以上の方] 約239,000円
※その他、交通費等の手当があります。



お気軽にご連絡
ください!!

問い合わせ先

高知県教育委員会事務局 小中学校課

☎088-821-4639

E-mail: 310301@ken.pref.kochi.lg.jp

高知県の子どもたちのために皆様のお力をお貸しください!!



運動教室の参加者募集中！

いきいき元気運動教室

65歳以上の方、地域の介護予防活動支援に関わる方を対象とした「いきいき元気運動教室」を令和5年度もを行います。毎月、異なるテーマで実施しますので、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せんか。

◆場 所 総合ふれあいセンター

◆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
地域の介護予防活動の支援に関わる方

◆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・運動靴または室内履きの靴

◆参加費 無料



◆開催日時

毎月第2水曜日 午後2時30分～午後3時30分

実 施 日	テーマ
4月12日(水)	ポールウォーキング&ストレッチ ～無理なくできるノルディックポールで 外歩きとストレッチ～
5月10日(水)	ぽかぽか春の陽気で外歩き♪ ～美しい姿勢で正しく ウォーキングをしましょう～
6月14日(水)	しなやかな体ストレッチ ～怪我をしにくい体づくり～
7月12日(水)	夏から始める手のひら・足の裏の体操！ ～転倒予防や膝関節の改善、 体の冷えを改善できます～
8月9日(水)	猫背・円背を改善して美しい姿勢♥パート① ～まずは、上半身からほぐしていきましょう～
9月13日(水)	猫背・円背を改善して美しい姿勢♥パート② ～8月に続き、腰や膝もほぐしていきましょう～

問い合わせ先 地域福祉課 地域支援班

いくちゃんのはつらつ健康運動教室

令和5年度も下記の日程で、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。会話を楽しみながら笑顔で行える運動内容ですので、運動が苦手な方や、運動不足が気になる方でも、気軽に参加いただけます。

この機会を利用し、運動習慣を身につけましょう。

◆場 所 役場庁舎1階 第1会議室

◆時 間 午前10時～午前11時

◆講 師 前田郁 健康運動指導士

◆参加費 無料（町外からの参加者500円）

実 施 日
4月22日(土)
5月27日(土)
6月24日(土)
7月22日(土)
8月26日(土)
9月23日(土)



問い合わせ先 地域福祉課 健康づくり班

まるごと包括支援センター通信

★大豊町のお達者さん紹介コーナー★

西久保 今井 亀久代さん (97)



【生きがい】

「毎日元気で、畑仕事を続けること！畑も昔よりは少しだけになったけど…」と話されていましたが、畑はきれいに手入れされ、野菜も元気に育っていました。

【趣味】

「ナンプレは認知症予防で始めたらはまり、編み物は若い頃から好きで、かご編みは昔おじいさんがやっていたのを思い出しながらやってみたら出来ました。」とたくさんのお話を聞かせてくれました。幼い頃から好奇心旺盛でいろいろなものに興味を持ってやってみる性格だったそうです。



【健康習慣】

「ほぼ毎日家の周りの坂道などを散歩しています。朝起きた時は、ベッド上で軽いストレッチをしています。日頃から薄味を心掛け、ほぼ毎日180cc程の牛乳を欠かさず飲んでます。また、幼い頃から父の教えで、1日に何度か、家の中の柱や、電柱に背中をつけて、背筋が伸びているかの確認をしています。昔から健康に関することが好きで、楽しんで継続しています。」

娘さんより「身体はもともと柔らかい方ですが、仰向けに寝転がった状態で足腰を上げ、壁にまっすぐつけることや、前屈をして、床にピタッと手をつくことが出来ます。」とお話がありました。

「最近では携帯を使って、オンラインで家族と集まって宴会を楽しみました。スマートフォンは最初難しいイメージがありましたが、一緒に住む娘が根気強く教えてくれ、使えるようになり世界が広がりました。いくつになっても出来ないということはありません！」と力強くお話ししてくれました。他にも、日頃からスマートフォンを使って、ニュースや漢字の確認、海外や県外に住む家族（子ども・孫・ひ孫）と会話を楽しんでいるそうです。



大募集

引き続き、取材を続けていきたいと思えます。自分のためにしていること（運動、散歩、栄養、趣味の活動等）をぜひ、地域支援班までご連絡ください。自薦、他薦は問いません♪



問い合わせ先 地域福祉課 地域支援班

高知ファイティングドッグス 2023 ホーム開幕 2 連戦！



球春到来！昨年 13 年振りの四国独立リーグチャンピオンに輝いた高知ファイティングドッグス
今年のホーム開幕 2 連戦はイベント盛沢山！

4 月 15 日のホーム開幕戦では、高知県内の特産品や明神水産薫焼き鰹たたきセットなどが総勢 100 名以上に
当たる大抽選会を開催！そして翌 16 日は防災 DAY にちなみ、消防車や救急車、赤バイなどが高知球場に集結！
実際に乗車体験もできちゃうぞ！さらにゆるキャラグランプリで総合 1 位に輝いたこともある「しんじょう君」
も来場！一緒に記念撮影ができるので、親子で楽しめる 1 日になること間違いなし！

日 時

2023 年 4 月 15 日（土）18:00 プレイボール

2023 年 4 月 16 日（日）15:00 プレイボール

場 所

高知球場（高知市大原町 158）

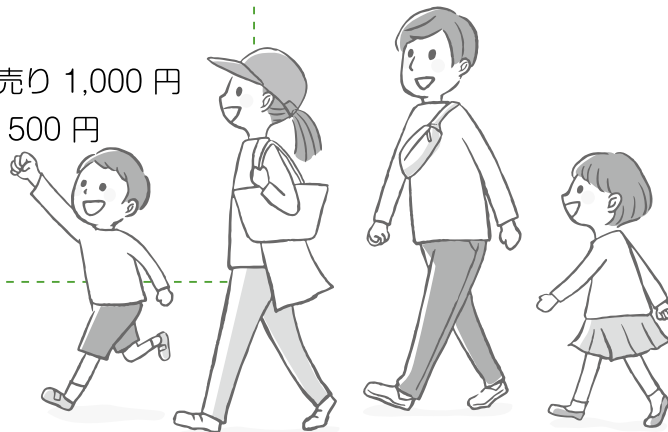
入場料

大人（高校生以上） 当日 1,500 円 前売り 1,000 円

小人（小中学生） 当日 700 円 前売り 500 円

※ただし高知県内の小学生は無料

未就学児童 無料



問い合わせ先

高知ファイティングドッグス球団 ☎ 088-802-8725

球団HP <https://kochi-fd.com/>



高知県U・ターンサポートセンターに名称変更します。

一般社団法人高知県移住促進・人材確保センターは、令和 5 年 4 月 1 日に名称を変更します。

高知県への U ターンは私どもにご相談ください。当センターでは仕事探しなど、U ターンに向けたトータルサ
ポートを行っています。

「いま高知への U ターンを検討している」・「いつかは高知に帰りたい」とお考えのご家族・ご友人がいらっしや
いましたら、ぜひ当センターをご案内ください。

問い合わせ先

一般社団法人高知県 U・ターンサポートセンター

高知市本町 4 丁目 1-32 こうち勤労センター 5F

☎ 088-855-6648

E-mail : office@iju-jinzai.kochi.jp

大豊町消防団 表彰

令和 4 年度の大豊町消防表彰を受けられた方々です。退職された団員の皆さま、消防団活動にご尽力いただき、
ありがとうございました。

■大豊町長表彰（令和 5 年 2 月 15 日付）

功労章（2 名）

落合分団落合部 団員 三谷 利雄

落合分団落合部 団員 小笠原康太

精績章（3 名）

立川分団立川部 団員 永野 尊教

大田口分団大田口部 部長 大利 猛

大田口分団大田口部 団員 長谷川拓史

■退職団員感謝状贈呈

大豊町長感謝状（7 名）

（最高階級時の階級）

元 東部分団 分団長 北村 要

元 大田口分団 副分団長 関口 穂積

元 大杉分団穴内部 班長 秋山 淳一

元 落合分団落合部 班長 小笠原 崇

元 東部分団大久保部 団員 吉松 英喜

元 大杉分団杉部 団員 松岡 利安

元 立川分団川口部 団員 野田 正樹

高知県議会議員選挙に関するお知らせ

～この一票で 私も政治の 主人公～

投票日 4 月 9 日（日）

午前 7 時～午後 6 時

（第 2 投票所：西峰地区複合集会所ひだまりは午後 5 時まで）

投票できる方

満 18 歳以上（平成 17 年 4 月 10 日以前に生まれた方）の日本国民で、登録日（3 月 30 日）までに引
き続いて 3 か月以上県内市町村に居住し、「選挙人名簿」に登録されている方。

投票所入場券

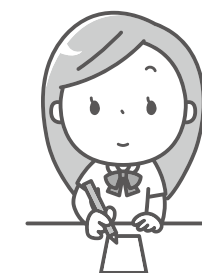
告示日翌日の 4 月 1 日に発送します。郵便配達状況により入場券が遅れる場合がありますが、入場
券がなくても投票はできます。

※無投票の場合、入場券は発送しません。

期日前投票所

（両投票所とも全投票区対象）

場 所	設置期間	時 間
大豊町役場会議室	4 月 1 日（土）～8 日（土）	午前 8 時 30 分～ 午後 8 時 00 分
総合ふれあいセンター	4 月 3 日（月）～7 日（金）	



問い合わせ先 選挙管理委員会

ゆとりすとカレンダー 4月・5月

令和 5 年 2023 年
【4 月 卯月 April】

1	土	
2	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
3	月	
4	火	
5	水	行政相談（役場）10：00～12：00
6	木	▶マイナンバーカード臨時窓口（役場）19：00 まで
7	金	大豊学園 入学式
8	土	
9	日	高知県議会議員選挙投票日 7：00～18：00（第2投票所は17：00 まで） 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 てっぺんヒルクライム in 大豊 2023
10	月	
11	火	
12	水	立川無医地区診療（立川公民館、刈屋集会所） いきいき元気運動教室（ふれあいセンター）14：30～15：30
13	木	▶マイナンバーカード臨時窓口（役場）19：00 まで
14	金	
15	土	大豊町戦没者追悼式（ふれあいセンター）10：00～
16	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
17	月	
18	火	久壽軒無医地区診療（久壽軒老人憩いの家）
19	水	
20	木	乳児すこやか健診（ふれあいセンター）13：00～ ▶マイナンバーカード臨時窓口（役場）19：00 まで
21	金	ヘルスマイト総会（ふれあいセンター）
22	土	はつらつ健康運動教室（役場）10：00～11：00
23	日	▶マイナンバーカード臨時窓口（役場）9：00～15：00 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
24	月	
25	火	西峯無医地区診療（複合集会所ひだまり） おおとよ English Class（中級クラス）ふれあいセンター 18：00～20：00
26	水	おおとよ English Class（初心者クラス）ふれあいセンター 19：30～20：30
27	木	▶マイナンバーカード臨時窓口（役場）19：00 まで
28	金	
29	土	● 昭和の日
30	日	あなない直販所営業日 8：30～13：00

【5 月 皐月 May】

1	月	軽自動車税（種別割）納付期限
2	火	八十八夜
3	水	● 憲法記念日
4	木	● みどりの日
5	金	● こどもの日
6	土	端午の節句 立夏
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

※新型コロナウイルスの影響で予定は変更となる場合があります。

【お詫びと訂正】 広報誌「ゆとりすと」3月号のゆとりすとカレンダーにて誤りがありましたので、訂正してお詫び申し上げます。
（正）無料法律相談 3月9日（木） （誤）無料法律相談 3月10日（金）

乗合タクシー
運行当番表

大豊ハイヤー
☎72-0143

豊永観光
☎75-0315

大豊ハイヤー
☎72-0143

豊永観光

ヘルスマイトの
おしゃべり
コーナー

新生活のスタートダッシュに「朝食」を！

新年度を迎え「午前中勉強や仕事がかどらない」「昼食後に眠気やだるさがある」など感じたことはありませんか。こんな時、朝食を見直すことで改善する場合があります。

新生活と食生活に関する調査（複数回答 2017 年）では、環境の変化に伴い「食生活の乱れが気になる」と答えた 20 代は 79.0%と高く、一方で毎日朝食を取っている 20 代は 50.0%と低く、2 人に 1 人が朝食を食べていない結果となりました。

朝食を抜くとも思考力・集中力・記憶力が低下し、学業や仕事への影響が出ます。そして、昼食のドカ食いを招き食後高血糖になり、その結果として血糖値が乱高下することで生活習慣病になりやすいとも言われています。

充実した毎日のためには、主食・主菜・副菜の揃った朝食が大切です。簡単な朝食の手始めとして、①夕食に翌朝の下ごしらえも一緒にする、②主食＋副食など朝食のパターンを決めておく、③バナナやヨーグルトなど調理不要な食材を準備する等、少しの工夫を始めてみませんか。

おにぎり
 具だくさん味噌汁
 トースト
 目玉焼き
 具だくさんスープ

問い合わせ先 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
☎0887-76-0110

新学期スタート 新入学児童の交通事故防止

毎年、町内保育園での交通安全教室を実施し、交通事故防止活動を行っています。

しかし、交通事故の危険性について十分な理解ができていない子どもたちの行動には注意が必要です。

ドライバーのみなさんへ

生活道では特に警戒心を高め、子どもを見かけたらその反対側にも目配りをお願いします。

保護者のみなさんへ

保護者のみなさんが模範となるべく、率先して交通ルールを守る姿を見せることから安全指導、監護をお願いします。

安全運転の基本

高齢ドライバーの方々には長年運転してきた経験と、大きな事故をしていないことなどが自信となり過信や油断につながっていることがあります。

基本を忘れず、慎重な運転を心がけ、事故を防ぎましょう。

チェックしてみましょう！

正しい運転姿勢

- お尻を密着させ深く座る
- ブレーキペダルをいっぱい踏んでも膝に軽く余裕がある位置にシートをあわせる
- 背もたれに背中をつけたまま、腕の関節に軽く余裕を残せる位置でハンドルを握る
- ヘッドレストに頭頂部と高さを合わせる

オリンピック・パラリンピックで使用された 町産杉材で作られた CLT パネルが返却されました

大豊町佐賀山の町有林で伐採された杉材が、CLT パネルに加工され、2020 東京オリンピック・パラリンピック大会の選手村で使用されました。

大会閉会後に解体した CLT パネルは「オリンピックレガシー」として返却されました。

大豊町では、このオリンピックレガシーの利活用方法について、町の未来を担う子どもたちからアイデアを募集するためアイデアコンテストを開催しました。

そして、応募のあったアイデアから選考された作品がこの度完成しましたのでご紹介します。



アイデアコンテスト受賞作品



▲校歌ボード



▲校章ベンチ



▲ベンチ



▲ジオラマ



▲ままごとハウス



▲演台 & 花台

その他



▲記念モニュメント



▲一輪挿し