

ゆとりすと

1

令和6年

数字にみるわがまち

(令和5年11月30日現在)

人口	合計	3,118(-116)
	男	1,446(-63)
	女	1,672(-53)
	年少[15歳未満]	177(-7) 5.68%
	老年[65歳以上]	1,864(-50) 59.78%
	世帯数	1,887(-55)
11月中の届け出	出生:1人	死亡:14人
	転入:4人	転出:6人

()は、前年同月比較

雲海(ゆとりすとパークおおとよ)

町からのお知らせ

戦没者遺族相談員について

厚生労働大臣から委嘱を受けた相談員が、戦没者遺族の福祉の増進を図るため、援護の相談に応じ、必要な指導、助言を行います。お気軽にご相談ください。

【担当相談員】

岩崎 憲郎さん（川口南）
（任期：令和5年10月1日～令和7年9月30日）

【業務内容】

- ・戦没者遺族に係る各種年金、給付金の受給に関する相談に応じ、必要な助言を行います。
- ・戦没者遺族の生活上の問題に係る相談に応じ、必要な助言を行います。

問い合わせ先

地域福祉課 福祉介護班 笹岡

文化体験教室「ペン字教室」を開催します

町民の皆さまを対象に、文化体験教室「ペン字教室」を開催します。
この機会にきれいな文字を書けるように練習してみませんか。
万年筆をお持ちの方はご持参ください。
参加希望の方は、1月15日（月）までに教育委員会までお申し込みください。

謹賀新年

健やかな年になりましょ

主役である町民と共に頑張ります

龍 龍 龍

大豊町長 大石雅夫



大豊町議会



大豊町議会議員
（後列）小川 智也 森 一芳 佐藤 徳治 重森 一宗 山北 英二
（前列）山崎 悦子 三谷よし恵 藤丸 高徳 上池 如夫 美濃 明男

【日時】1月17日（水）

午後6時30分～午後8時まで
1月31日（水）
午後6時30分～午後8時まで

【場所】大豊町役場 第1会議室

【講師】田岡 有紀 先生

問い合わせ・申込先

教育委員会 人づくり班 宮岡
72-1031

教育旅行の民泊受入家庭大募集！

土佐れいほく観光協議会では、中国四国、関西、関東、台湾などから来る修学旅行生を民泊させていただき、受入家庭を大募集しています。
令和2年度から令和4年度までは新型コロナウイルスの影響により受入を中止していましたが、本年5月から本格的に受入を再開し、5月～12月までの間、13校465名の受入を行いました。

現在、本山町、土佐町、大豊町の47家庭の皆さんと一緒に修学旅行生の受入を行っております。児童生徒を家族の一員として迎え入れ、民泊体験や家族体験、昼食体験をとおして「生きがい」や「やりがい」を見出す交流機会の創出を図っています。
「民泊交流に興味がある」「民泊の話聞いてみたい」という方はお気軽に

土佐れいほく観光協議会までご連絡ください。
教育旅行民泊でれいほく地域を一緒に盛り上げましょう！

問い合わせ先

土佐れいほく観光協議会 松田久保
電話72-9400



農漁村女性グループ研究会で一緒に活動しませんか

大豊町農漁村女性グループ研究会は、郷土料理の継承や料理レシピの開発に取り組んでいる女性の集まりです。学校で郷土料理の継承活動などを

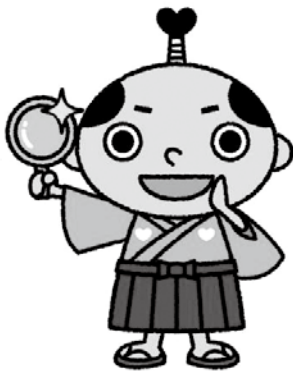
大豊町農漁村女性グループ研究会では新規会員を募集しています。一緒に活動してみませんか。

問い合わせ先

産業建設課 産業振興班 永野

がん検診を受けていない方にお知らせ！
今年度最後のチャンスです

今年度がん検診未受診者の方を対象に、『**がん検診**』を実施します。
申込みは**令和6年1月9日（火）**からです。今回の検診は、住所地以外の会場でも受診ができますので、ご都合に合わせてお申込みください。
がんは、早期発見と早期治療でほとんどが治ります。だからこそ、症状がない元気なときに検診を受けることが大切です。今年度最後のチャンスを逃さずにがん検診を受けて、健康な生活を送りましょう！



健康維新の志士
けん しん太郎くん

検診日程・会場

検 診 日（令和6年）	会 場 所 在 地	検 診 会 場	受 付 時 間
2月12日（月・休）	高知市	総合保健協会中央健診センター	8:30～10:30（予定）
2月17日（土）	南国市	保健福祉センター	8:30～10:30（予定）
2月18日（日）	高知市	総合保健協会中央健診センター	8:30～10:30（予定）
2月23日（金・祝）	南国市	保健福祉センター	8:30～10:30（予定）
2月24日（土）	宿毛市	総合保健協会幡多健診センター	8:30～10:30（予定）

※2月18日（日）は高知龍馬マラソン開催日のため交通規制がありますので、希望される方は、交通規制の状況をご確認ください。

対象者・検診種別

下記の対象の方で、今年度（令和5年4月1日～）がん検診を受診していない方

肺がん検診・胃がん検診・大腸がん検診	乳がん検診	子宮頸がん検診
40歳以上の男性・女性	40歳以上の女性	20歳以上の女性

自己負担額

無料

申込方法

※通常の市町村検診とは申込先が異なりますのでご注意ください。

令和6年1月9日（火）から、電話にて申込みを受付けます。

※申込締切日は、各検診日の2週間前までとなります。ただし、各会場先着順により定員に達した時点で申込みを締切りますので、ご了承ください。

申込先：公益財団法人 高知県総合保健協会
088-831-4351（平日8：30～17：00）

優良自動車運転者を表彰します

当支部管内に居住し、自動車又は二輪車（原付含む）の運転者かつ、選考基準を満たす交通安全協会会員の方からの申請によって、次のとおり表彰します。

【選考基準】

○支部表彰

無事故無違反年数7年以上で、過去に同じ表彰を受けてない方

○県表彰（県以上）

無事故無違反年数が10年以上等の選考基準がありますので、詳細は本山支部に問い合わせてください。

【募集期間】

2月29日（木）まで
午前9時～午前11時30分／午後1時～午後4時30分
（土日祝日を除く）

【申請に必要な物】

運転免許証・会員証・印鑑

問い合わせ先

高知東警察署本山警察庁舎内
交通安全協会本山支部
電話0887-76-0110

確定申告はスマホからがおすすめです！

給与所得の源泉徴収票はスマホのカメラで読み取り自動入力！
青色申告決算書・収支内訳書もスマホで作成可能！



マイナポータル連携で確定申告書に自動入力！
令和5年分確定申告から自動入力対象がさらに拡大

公的年金等の源泉徴収票

株式の特定口座

医療費・ふるさと納税

New

生命保険・地震保険

社会保険（国民年金保険料、国民年金基金掛金）

New

住宅ローン控除関係

iDeCo・小規模企業共済掛金

確定申告はマイナンバーカード×e-Taxでさらに便利！

○ マイナポータル連携利用の事前準備



マイナポータル連携の事前準備の詳細はこちら



https://www.nta.go.jp/taxes/tetsuzuki/numberinfo/mnp_junbi/kakutei.htm#a023009--160

○ 確定申告書等を作成



確定申告書等作成コーナーはこちら



<https://www.keisan.nta.go.jp>

○ チャットボットに相談

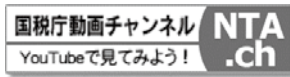


チャットボット「ふたば」へのご相談はこちら



<https://www.chat.nta.go.jp>

確定申告書等作成コーナーを利用した入力方法などの1画（YouTube「国税庁動画チャンネル」）はこちら



https://www.nta.go.jp/taxes/shiraberu/hinkoku/kakutei/vid_eo.htm

詳しくは、国税庁ホームページの「令和5年分の確定申告はマイナンバーカードとe-Taxでさらに便利に！」をご覧ください。

《国税庁ホームページ <https://www.nta.go.jp>》

人権の花を咲かせよう

11月22日、大豊学園の1年生及び7年生を対象に『人権の花運動』が行われました。
生徒が共同で花を植栽し育てることで、命の大切さや人との繋がりを学び、それぞれの気持ちを考え、やさしさと思いやりの心を体得することを目的としています。
子どもたちの育てた花は卒業式などで使われます。



寺内・八川地区で自主防災訓練

11月26日に寺内地区で、12月2日に八川地区で自主防災訓練が行われました。
寺内地区では、火災を想定した訓練で部屋で火災が発生し煙の中を避難する体験や消火器、消火栓での消火訓練や防災備品の動作確認、救命救急の講習が行われお昼には炊き出しを実施しました。
八川地区では、独自で作成している自主防災規約を読み、日頃から心掛けることや災害が発生した場合の対応をみんなで確認しました。また、防災備品の動作確認といっしょに発動発電機を電源に炊飯器を使ってお米を炊き、お昼におにぎりや備蓄してあった非常食のサバの味噌煮缶詰を試食しました。この日は地域支援班からフレイルについての講話もあり、保健師から「フレイル予防には人との交流が大切。自主防災＝フレイル予防！ですね。」という言葉もあり、定期的に地区または集落で集まることの大切さも確認できました。



文化財防火デー

毎年1月26日は「文化財防火デー」です。
昭和24年1月26日に法隆寺金堂が炎上し、仏教絵画の代表作ともいえる壁画が焼損したことから、文化財防災推進のため、この日を「文化財防火デー」と定め、文化財所有者等の協力のもと、消火訓練等を行っています。
本町でも、毎年、嶺北消防署、大豊町消防団にご協力いただき、旧立川番所書院、豊楽寺薬師堂、定福寺の3カ所を回り、防火設備の点検や、消火活動の手順の指導等を行っています。
昨年は、寒波による水道設備の凍結のため、消火設備の放水訓練は中止となりましたが、消防設備の点検を実施しました。
町の貴重な財産である文化財を火災等の災害からまもるには、関係者だけでなく地域住民との連携・協力が必要となります。文化財愛護、防災の意識高揚に努めましょう。

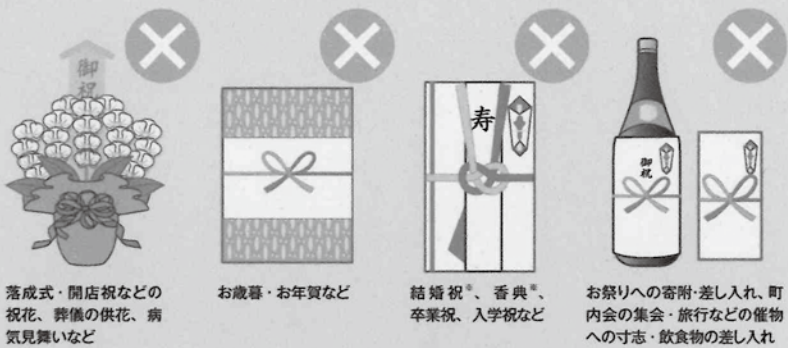


「三ない運動」をご存じですか？

政治家の寄附は禁止(贈らない)！
政治家の寄附を求めない！
受け取らない！



政治家の寄附禁止の対象例



※政治家本人が結婚披露宴、葬式などに自ら出席してその場で行う場合には、罰則が適用されない場合があります。

次の行為が禁止されています

【平時より禁止されるもの】

- 政治家の寄附の禁止
政治家が選挙区内にある者に対して寄附をすることは、その時期や名義のいかんに関わらず、罰則をもって禁止されています。また、政治家以外の者が政治家の名義の寄附をすることも罰則をもって禁止されています。
- 政治家に対する寄附の勧誘・要求の禁止
政治家に対して寄附をしようとする勧誘や要求をすることも禁止されています。政治家を威迫して、あるいは政治家の当選または被選挙権を失わせる目的で勧誘や要求をすると処罰されます。政治家名義の寄附を求めることも禁止されており、威迫して求めると処罰されます。
- 政治家の関係団体の寄附の禁止
政治家が役員や構成員である団体や会社が、選挙区内にある者に対して、政治家の氏名を表示したり、氏名が類推されるような方法で寄附をすることは禁止されており、選挙に関して寄附をすると処罰されます。
- 政治家の後援団体の寄附の禁止
政治家の後援団体（いわゆる後援会）が、選挙区内にある者に対して、後援団体の設立目的により行われる行事や事業に関する寄附以外の寄附をすると、その時期や名義のいかんに関わらず処罰されます。

【選挙に関して行うことが禁止されるもの】

- 政治家の氏名等を冠した団体の寄附の禁止
政治家の氏名が表示されたり、氏名が類推されるような名称が表示されている団体が、選挙に関し、選挙区内にある者に対して寄附をすることは、名義のいかんに関わらず処罰されます。
- 請負等の契約の当事者の寄附の禁止
国、地方公共団体と請負その他特別の利益を伴う契約の当事者がそれぞれの選挙に関して寄附をすることや、これらの者からそれぞれの選挙に関して寄附を受けることは、罰則をもって禁止されています。

【その他、禁止されている行為】

- 政治家が選挙区内にある者に対して、答礼のための自筆によるものを除き、年賀状、寒中見舞などのあいさつ状（電報なども含む）を出すことは禁止されています。
- 政治家や政治家の後援団体（いわゆる後援会）が、選挙区内にある者に対して、主として挨拶を目的とする有料の広告を新聞・雑誌・テレビ・ラジオ・インターネットなどに出すと処罰されます。

総務省
ホームページ

なるほど！選挙「寄附の禁止」

https://www.soumu.go.jp/senkyo/senkyo_naruhodo/naruhodo08.html

※詳細はお近くの選挙管理委員会までお問い合わせください。



広報誌「総務省」(2023年12月号)より

政治家の寄附は禁止！
有権者が政治家に寄附を求めることも禁止！
年末年始はお歳暮やお年賀など、何かと贈り物をする機会の多いシーズンです。

そこで、この機会に皆さまに改めてご理解いただきたいのが、きれいな政治、お金のかからない政治の実現、選挙の公正の確保を目指す「三ない運動」（贈らない、求めない、受け取らない）です。

を贈ることはもちろん、有権者が政治家に寄附や贈り物を求めることも、公職選挙法により禁止されています。皆さま一人ひとりが寄附禁止のルールを守って、明るい選挙を実現しましょう。



令和5年8月28日から個々の目標に向かって一生懸命取り組んだ『ハツラッツ3期生』4名の卒業式が11月27日に開かれました。

今回の卒業式では、お料理名人のフレイルサポーターの有志が集結して、卒業生をお祝いするための卒業ランチが振る舞われました。おいしいご飯を食べながら参加者皆さんで日ごろの労をねぎらいました。「ハツラッツはえい!ひとりではなく、みんながおるから頑張れる」「皆さんに支えられた3か月間でした。ありがとう」という言葉が飛び交っていました。『運動も大事、食事も大事、でも一番は「ひとりじゃない」と思える仲間がいること!』このことの大切さを参加者の皆さんで感じる事ができた3か月間になりました。全力で取り組む「鯉さん」の存在が勇気を与え、全力で応援してくれた「お支えさん」の存在があたたかい雰囲気と居心地のいい居場所をつくってくれています。皆さん、本当にお疲れさまでした。(※1月9日から『ハツラッツ4期生』の挑戦が始まります!)



11月大豊町フレイルサポーター5期生が誕生しました

10月31日～11月1日の2日間で大豊町サポーター養成研修が行われ、当日は町内の28歳～91歳までの8名が受講されました。2日間の研修中、皆さんは熱心に講義を受け、応援サポーターさん達の話に耳を傾けていました。会場内では終始笑い声が響き、和気あいあいとした穏やかな雰囲気に包まれていました。「久しぶりやね～、元気やったかね」「会えてうれしい、何年振りやろう～」と久しぶりの再会を喜ぶ声や昔話に花を咲かせる様子が見受けられました。大豊町のフレイルサポーターは、全員で64名になりました。



【皆さんも緑のお仲間になりませんか】

これからも随時サポーター養成研修を行いますので、フレイル予防活動(ハツラッツ等)に興味や関心をお持ちの方はぜひご連絡ください。



問い合わせ先 地域福祉課 地域支援班



まるごと包括支援センター通信



大豊町フレイル予防活動 ～ハツラッツ3期生卒業～

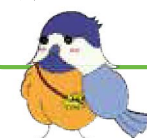
大豊町では、フレイル予防活動の『実践の場』として作業療法士の協力のもと短期集中型総合プログラム「ハツラッツ」を令和4年度から実施し、自分自身の生活行動の中から目標を決め3か月間取り組んでいます。

今年、2クール目を8月から開始した「ハツラッツ3期生」がこの度、無事に卒業を迎えることができました。今月号では3か月間自身の目標達成のために努力し、頑張った4名のフレイルサポーターさんをご紹介します。

中央 いしかわ やすえ 安枝さん(80)



【わたしの目標】
これからも元気で
おりたい。そして、
近所の人と女子会
を続けたい。
お料理を誰かに振
舞いたいな。



フレイルサポーター3期生
とっても働き者で、毎日健康のために8,000歩は歩くようにしていましたが、今は左ひざの痛みのため散歩はお休みしています。「一人では何もできんし、続けられん。でも、ここへ来るとみんなががんばれる。『あの人がやりゆうき自分もせないかん』という気持ちにさせてくれます。」「人の中に来るといろいろな話が聞けるのがえい。一人では笑ったり、怒ったりできん!」「ここへ来ると痛みも忘れる、色々悩まんですむ。みんなのおかげです、ありがとう」と笑顔で話されます。

和田 くわな れしたか 佳孝さん(90)



【わたしの目標】
今よりも元気になる
たい!
足が弱るので、足を
強くしたい。



フレイルサポーター4期生
趣味のグランドゴルフには週3回通っています。「年のせいか、以前より体が疲れやすくなった。畑仕事をしてもらえない足・体づくりができれば嬉しい」という気持ちで今回のハツラッツに参加してくれました。「ここへ来出してからは前より足がすくねようになった。ハツラッツに参加して良かった。何より自分の体には『のびのび』の運動が一番良かったように思います。」と穏やかな笑顔で話されます。

岩原 もりした もりよし 守良さん(83)



【わたしの目標】
腰痛があります。
腰が曲がってきた
ので、少しでも腰が
伸びて姿勢が良くな
ればいいな。



フレイルサポーター4期生
体力の維持・向上のため、自分のために自ら進んで参加してくれました。「ハツラッツに来ると皆さんから学ぶことが多かった。腰痛に悩まされて腰も曲がっていましたが、以前よりすつとよくなりました。久しぶりに会った友人からは『去年よりちゃんとしたが、何かしゆうかえ?姿勢がよくなった』と言われたことが何よりも嬉しかったです。」「毎回、笑顔・笑顔、がんばれ!のかけ声に励まされた。これからは自分がお支えさんになって応援役をしたい。大勢の方に恩返ししたい」と満面の笑みで話されます。

西庵谷 みたに ちえこ 千恵子さん(89)



【わたしの目標】
このまま体調を維
持して自宅での生
活を送りたい。夫婦
でできる限り一緒
に生活できたらう
れしいです!



フレイルサポーター4期生
4月に体調を崩してから足腰が弱ってきたので元通りになれば嬉しいなあ～という思いで参加しました。「ハツラッツの運動は全く苦痛じゃありません。ここに来るとみんなに優しくしてもらえて…嬉しいことばかりです。作業療法士さんも本当に親切で、3か月間支えていただいて感謝しています。」「左ひざの突っ張った感じはありますが、参加する前より足が軽くなったように思います。これからも続けていきたいと思っています。」と穏やかに話されます。

☆ おおとよ家とは…？ ☆

「おおとよ家フェスティバル（通称:おおフェス）」のテーマでもある「特別の教科 おおとよ家」とは？大豊学園では、「一人一人の可能性を伸ばし、自己と未来を創造する力を育む」教育を実現するため、英語教育及び生活科・総合的な学習の時間を核とした「おおとよ家」という学習を柱とした教育に力を入れています。そして、おおとよ家の学習は、地域の皆様にご協力いただきながら、子どもたちは地域の人・もの・ことを体感しながら学んでいます。

2年生 ハロウィン町探検

外国語の時間に学んだハロウィンの文化を体験するため、仮装した2年生が杉の町を巡りました。途中で偶然お会いした地域の方からも声をかけていただき、大満足の2年生でした。



3年生 大豊町の自慢を探そう！

大豊町の特産品を学んでいる3年生、基石茶クッキーづくりやゆず農家の見学など、大豊町の味にたくさん出会いました。



4年生 梶ヶ森&永淵神楽

4年生は大豊町の自然である梶ヶ森を実際に歩いてその魅力を味わったり、永淵神楽の見学をしたりと、活動範囲を広げながら大豊町の更なる魅力を発見しています。



8年生 大豊町区長研修会での講話

11月28日、大豊学園で行われた大豊町区長研修会では、黒石地区の下村区長さんから8年生にご講話をいただきました。大豊町の地区、そして各地区を支えてくださっている区長さんのお仕事について学び、その大変さを感じると共に、自分たちの生活が地域の方によって支えられていることに気が付いたようです。



また、校舎内視察の際には、4・5年生の皆さんが新しい校歌も披露しました。



9年生 町長提言

「未来の大豊町に貢献する」をテーマに昨年度から活動をしている9年生は、自分たちが考えた大豊町を活性化させるアイデアを大石町長へプレゼンしました。

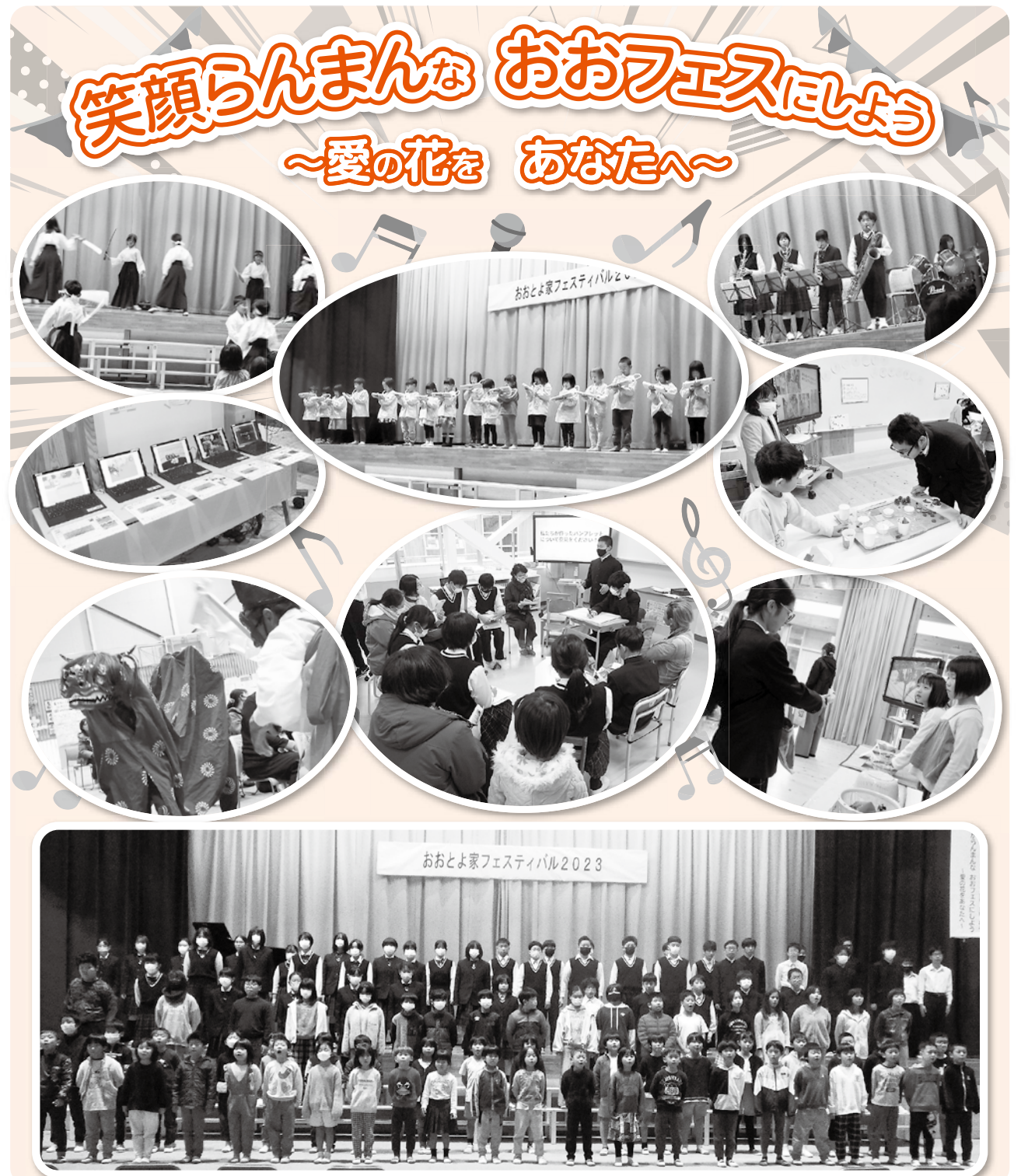


教育委員会だより



☆ おおとよ家Festival ☆

昨年度は大豊学園文化発表会として開催をした学習発表会ですが、今年度は「おおとよ家フェスティバル」と名前を変え、子どもたちの伝え合う力をより育てるために“やりとり”を大切にした行事へと生まれ変わりました。各学年のセッション発表、保育所の年長さんによる演奏、生徒会執行部クイズ、そして会場の皆さんにもご協力いただいた会場合唱など、盛りだくさんの内容でした。



11月の活動★季節の制作★

12月のカレンダーを作りました。
サンタさんの帽子を親御さんが折り、ツリーに
飾りつけをしてかわいいクリスマスカレンダー
ができました。



1月の予定

日	月	火	水	木	金	土
31	1 休み	2	3 休み	4	5 よちよち	6
7	8 休み	9	10 よちよち 保育士さんによる 絵本の読み聞かせ	11	12 よちよち 保健師さんが 来ます。	13
14	15 よちよち	16	17 よちよち 保育士さんによる 絵本の読み聞かせ	18	19 よちよち 栄養士さんが 来ます。	20
21	22 よちよち お楽しみ	23	24 よちよち 保育士さんによる 絵本の読み聞かせ	25	26 よちよち	27
28	29 よちよち 保健師さんが 来ます。	30	31 よちよち 保育士さんによる 絵本の読み聞かせ	1	2	3

給食試食会

今月は栄養士さんが来てくれて給食試食会をしました。
お家での様子を聞いたり、いろんなアドバイスをしてもら
いました!

目の前に給食が来ると目を輝かせていました。



【メニュー】
ひじきごはん ささみの甘辛煮
ヘルシーサラダ かきたま汁
ぶどう



19日は
試食会

【場所】大杉保育所内
【開設日時】月・水・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】72-0056

ご家庭でも省エネに 取り組みましょう

寒い冬は、エネルギーの使用が増える季節です。
少しの工夫でできる省エネへの具体的な取り組みをご紹介します。
ぜひご家族みんなで取り組みましょう。

全家庭で消費電力の1%を節電すると、
毎日、コンビニ約2万店舗が消費する電力と同程度のエネルギーが軽減できます。

照明

☑ 不要な照明は消
しましょう。

節電効果 約4%

☑ リビングや寝室
の照明の明るさ
を下げましょう。

節電効果 約1%

エアコン

☑ 重ね着をするなどして、無理のない範囲で室内温度を
下げましょう。 節電効果 約2%

☑ 窓には厚手のカーテンを掛けましょう。 節電効果 0.7%

☑ 目詰まりしたフィルターを清掃しましょう。

節電効果 0.7%

経済産業省では、エネルギーコスト高に強い社会の構築に向け、
企業や家庭における省エネ投資を大胆に支援していきます。
各種施策の情報は、「省エネポータルサイト」に掲載していきます。

省エネポータルサイト 検索



Hello!

Everyone!

Hello everyone, how do you do? I'm Jason, the CIR. Today,
I'd like to introduce you to how we spend New Year's Day in
Australia.

皆さん、お元気ですか。国際交流員のジェイソンです。今日は、
オーストラリアの元旦の過ごし方を紹介いたします。

日本では、元旦はおせちを食べたり、初詣に行ったり、家に届いた年賀状を楽しんだり、
1年の中でも特別な日なのですね。

オーストラリアでは、1月1日はもっとカジュアルな日です。クリスマスはオーストラリ
アにとって1年で最も重要な時期で、誰もが故郷に帰り、家族と過ごします。オーストラリ
アは多文化な国なので、クリスマス祝わない人もたくさんいますが、多くの文化が同じ時
期にお祝いがあるので、クリスマス期間はいつも家で親しい友人や家族と過ごします。

そのため、クリスマス後の期間はもっと気軽な雰囲気になります。1月1日は真夏なので、
家族や友人と海に行ったり、キャンプに行ったり、外でバーベキューをしたりする人が多
いです。例えば、ニック先生はいつも友人や家族とキャンプに行くそうです。私はという
と、いつも実家で家族と大きな宴会を楽しんでいました。

また、花火を見に出かけるのが好きな人も多いです。12月31日の24時には、どこの街でも
盛大な花火大会が開催され、通りはいつも見物客でいっぱいになります。屋台やパフォー
マンス、パーティーがあちこちで開かれ、日本の夏祭りに少し似ていますね。

皆さん、お正月にオーストラリアに行くことがあったら、何をしますか?

それではまた来月!



おおとよEnglishClass (英会話教室) 日程が決まりました

・初心者クラス(簡単な英語が分かる
人を対象とします。初心者歓迎。)
午後7時30分から1時間

1月17日(水) 2月28日(水)
1月31日(水) 3月13日(水)
2月14日(水)

・中級クラス(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。)
午後6時から2時間

1月16日(火) 2月27日(火)
1月30日(火) 3月12日(火)
2月13日(火)

英会話教室には初心者クラス・中級クラス
があります。
先生は、ジェイソン先生とニック先生です。
参加してみませんか?
1月から3月の日程が決まりました。
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講とします。)

連絡先:大豊町教育委員会 小松
*申込みは随時、教育委員会へお申込みください。

1
睦月
January

1	月	● 元日
2	火	
3	水	
4	木	▶マイナンバーカード臨時窓口(役場) 19:00まで※予約制 官公庁仕事始め
5	金	
6	土	小寒
7	日	成人式典(ふれあいセンター) 受付10:00〜 七草
8	月	● 成人の日
9	火	
10	水	いきいき元気運動教室(ふれあいセンター) 14:30〜15:30 立川無医地区診療
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	
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
15	月	
16	火	おおとよEnglish Class(中級クラス) ふれあいセンター18:00〜20:00 久寿軒無医地区診療
17	水	ペン字教室(役場)18:30〜20:00 おおとよEnglish Class(初心者クラス) 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	大寒
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	
23	火	西峯無医地区診療
24	水	
25	木	▶マイナンバーカード臨時窓口(役場) 19:00まで※予約制 はみがき・栄養教室(豊永保育所)
26	金	はみがき・栄養教室(大杉保育所)
27	土	はつらつ健康運動教室(役場) 10:00〜11:00 穴内プロジェクションマッピング(集落活動センターあなない)15:00〜19:00
28	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
29	月	
30	火	おおとよEnglish Class(中級クラス) ふれあいセンター18:00〜20:00 ペン字教室(役場)18:30〜20:00
31	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 固定資産税・町県民税(4期) 納付期限

2
如月
February

1	木	▶マイナンバーカード臨時窓口(役場) 19:00まで※予約制
2	金	
3	土	節分
4	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 立春
5	月	
6	火	
7	水	行政相談(ふれあいセンター) 10:00〜12:00 人権相談(ふれあいセンター) 10:00〜15:00

ヘルスメイトの おしゃべり コーナー

- 大豊学園6年生で食育講座を実施し、朝食の重要性を中心に勉強した後調理実習を行いました。児童の皆さんからは、事前学習による献立の提案もあり、豆腐ナゲット、りんご入りポテトサラダ、野菜のベーコン巻きなどを実習しました。
- 盛り付けもデモンストレーションを行い、自分の分は自分でいりどり良く盛り付けをし、おいしく試食しました。今回はその中から豆腐ナゲットを紹介します。

豆腐ナゲット

材料(約7人分)

木綿豆腐 ……250g ショウガ ……1かけ ★薄口しょう油 ……大さじ2
鶏ミンチ ……250g 卵 ……1個 ★砂糖 ……小さじ1
玉ネギ ……100g サラダ油 ……適量 ★片栗粉 ……大さじ3
ニンニク ……1かけ

作り方

- ①木綿豆腐は適当な大きさに切り皿に入れ、レンジで2〜3分加熱する。水分が出るので、ザルに入れて水を切る。
- ②玉ネギは細かいみじん切りにし、ニンニク・ショウガはすりおろす。
- ③厚手のビニール袋に①を入れて手でもんでつぶし、②、鶏ミンチ、卵、★の調味料を加え、さらにもんでよく混ぜる。
- ④袋の隅を切り、油を薄く引いたフライパンに絞り出す。(スプーンですくってもよい)
- ⑤ふたをして、両面がきつね色になるまで焼く。

※お好みで大葉やチーズ、ゴマなど加えても美味しくできます。



1人分の栄養価

エネルギー	132 kcal	脂質	4.5g
たんぱく質	14.0 g	塩分相当量	0.6 g

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

謹賀新年

あけましておめでとうございます。
皆様お健やかに、良いお年を
お迎えのことと存じます。
本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。



令和六年 辰

学びませんか?

受講特典 講習



交通安全教室を受講後は特典付きの【受講修了証】を差し上げます。

一目的

- ☆年に一度でも交通安全教室を受講していただくこと
- ☆情報を得ることで事故防止につなげること

皆様からのご連絡をお待ちしています!

本山警察庁舎 76-0110



雪道に備える



雪道や凍り付いた道は大変すべりやすく危険です。
天気予報、道路状況などをチェックし、早めの対策で事故を防ぎましょう。

- ◇タイヤチェーンなどの滑り止め装置を着けるか、スノータイヤ、スタッドレスタイヤなどの雪道用タイヤを着けましょう。
- ◇速度を十分に落とし、車間距離を十分にとって運転しましょう。また、急発進、急ブレーキ、急ハンドルは絶対にやめましょう。
- ◇できるだけ車の通った跡を選んで走るようにしましょう。

備えて事故防止を!!





地域おこし協力隊

令和5年度に大豊町へ来られた協力隊の皆さんを紹介します。



くわむら さやか
桑村 紗也加さん

兵庫県出身

ジビエ産業の担い手を目指し、猪鹿工房おとよで修行中です。

農業に従事しているときに、鳥獣対策で狩猟免許を取得したことがきっかけで狩猟の道を歩むことに。自然を相手にすることや、決まったりおりにいかないことが楽しいとのこと。鳥獣被害の苦しみをわかっているからこそ、狩猟を通じて農家の方など大豊の皆さんの役に立ちたいと抱負を語ってくれました。また、最近ジビエが注目されていて、私もジビエのことを皆さんに知ってもらえるような活動がしたいと笑顔で話していました。



やまさき しほ
山崎 志穂さん

千葉県出身

ワタナベファームの事業承継を目指し、酪農や農業に従事しています。

もともと食に関心があり、農家を回っているときに北海道で酪農に出会いこの道に。牛が大好きで、愛牛のシロちゃんと一緒に大豊町へ移住しました。移住当初は牛の体調トラブルがあったり、山の傾斜や道の狭さに驚いたり不安もありましたが、今ではすっかり慣れたとのこと。また、大豊町では若い移住者で農業をしている方が身近にいて、いろいろ話せることは心強く、草も豊富にあるので酪農の環境も良いとのことでした。今後はチーズ作りにも力を入れたいと抱負を話していました。



やまもと あおい
山本 葵さん

香南市出身

ワタナベファームの事業承継を目指し、酪農や農業に従事しています。

放牧で牛を飼っている牧場を探していたところ、ワタナベファームさんに出会い、この環境が好きで、ここで牧場をしたいという思いで大豊町に来ました。「放牧ができる環境は少なく、これをなくすのはもったいない。この牧場を残していきたいんです。」と力強く話していました。また、山本さんはトレイルランやボードゲーム、お菓子作りなど多趣味とのこと。なかでも手作りのお菓子は、周りの方からおいしいと評判になっています。今後、レーベンを人が集まる場所にできたらと話していました。



高知県内の情報
ポータルサイト



大豊町の
広報も
掲載中!

Kochi
ebooks

高知イーブックス 検索