



ふれ愛ネットワーク NO.615

広報

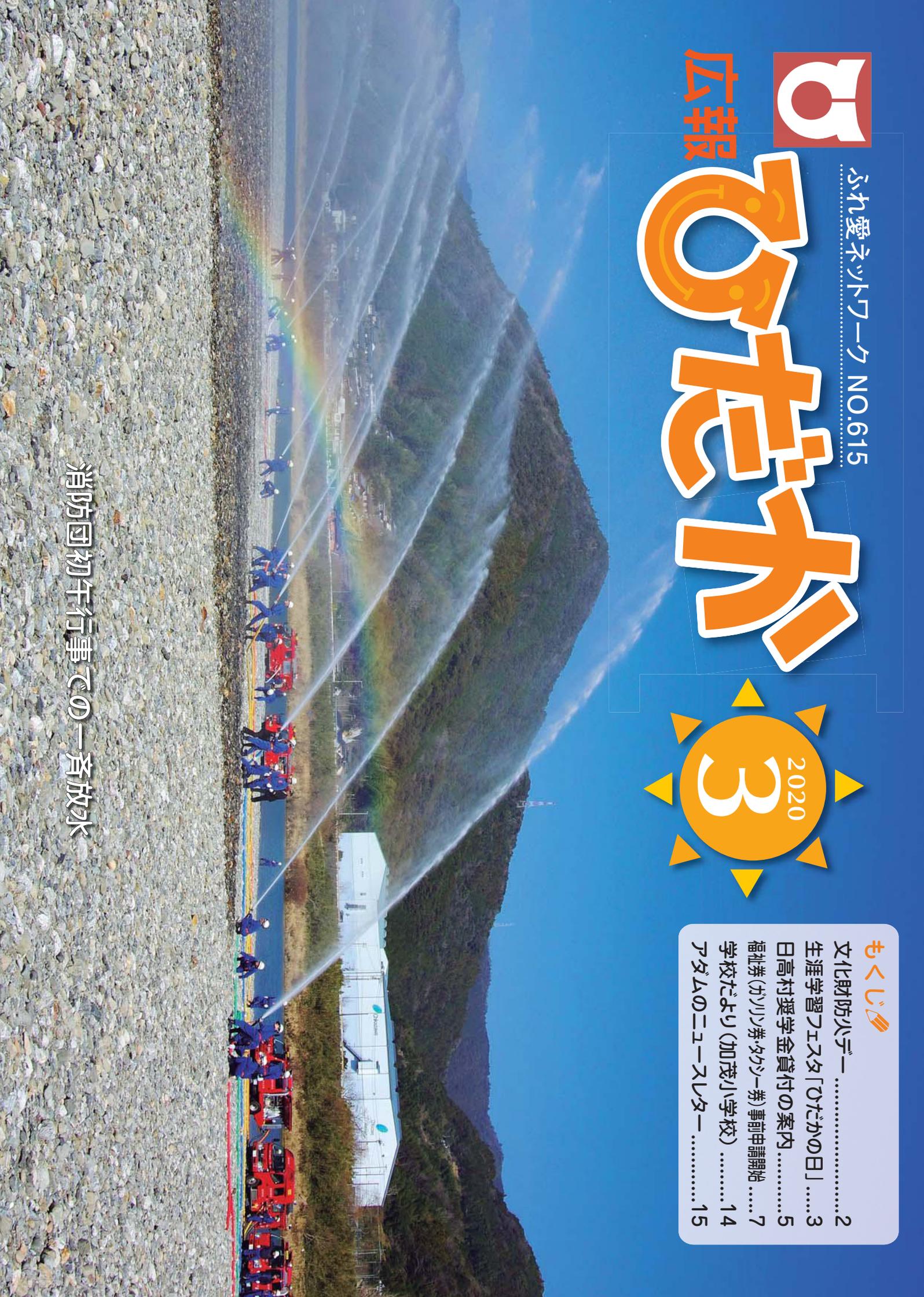
# ひだか



## もくじ

文化財防火デー .....	2
生涯学習フェスタ「ひだかの日」 .....	3
日高村奨学金貸付の案内 .....	5
福祉券(ガリッ券・タクシー券)事前申請開始 .....	7
学校だより(加茂小学校) .....	14
アタムのニューズレター .....	15

消防団初午行事での一斉放水



# 1/26 文化財防火デー



文化財防火デーに合わせて国宝等が収納されている小村神社で防火訓練が実施されました。当日は、小村神社関係者、地域福祉活動計画での江尻・中村・小村・暮月ネットワーク会議、下分第4老人クラブ、日高村消防団下分分団、仁淀消防組合日高分署の各関係者総勢38名が参加して、119番通報、消火器、消火栓ボックスを使用しての放水訓練などが実施されました。参加者は、放水訓練に積極的に取り組んでいました。また、普段触れる機会の少ない消火器、消火栓の取り扱いや使用中の注意点などに耳を傾けていました。今回の訓練では、下分ネットワーク会議との合同開催とし、幅広い人に訓練を受けてもらうことができました。今後もこういった活動を通して、地域とコミュニケーションをとり、「防災・減災」意識向上を図っていきたいと思います。



消火器取り扱い及び消火栓取り扱い訓練

放水訓練

# 2/2 消防団初午行事開催

はつ うま

日下小学校グラウンドで、仁淀消防組合日高分署協力のもと新春恒例の日高村消防団初午行事が開催されました。この行事は、本年が災害等の少ない年であることを願うとともに、地域の安全に寄与することを目的として毎年開催しています。

当日は曇り空の冷え込む天候の中、藤岡団長以下91名の団員が集結し、優良団員表彰、退団者感謝状授与、新任団員紹介のほか、力強い分列行進などを繰り広げ、士気を高めるなど、厳格な式典が挙行されました。また日高村女性防火クラブによるしょうが湯もふるまわれ、冷えた体を温めてくれました。

全体式の終了後、今年が災害の少ない年であるように祈って、各分団が2隊へ分かれ村内でパレードを行ったあと、江尻河川敷で一斉放水を行いました。



分列行進

●優良団員表彰

下分分団	山中 雅也
能津分団	西 紘幸
本郷分団	多田 隆成

●退団者(感謝状)

元中央分団	高橋 伴和
元本郷分団	松岡 一宏
元下分分団	濱田 善久

●新任団員

本郷分団	岡田 朋久
中央分団	田中 大輔
岩目地分団	正岡 可在



全体式



優良団員表彰



ふるまいをいただいた日高女性防火クラブの皆さん



日高村生涯学習フェスタ「ひだかの日」が保健センター・社会福祉センターで行われました。

8日は「第55回日高村生涯学習大会」が開催され、日高村教育委員会表彰と地域活動発表が行われました。立ち見客が出るなど多くの人の参加があり、169名の来場となりました。

日高村教育委員会表彰は日高村の教育に功績があった個人6名、5団体と2校に表彰状が授与されました。引き続き行われた地域活動発表では能津小学校5・6年生による演劇「杖立水」や日下小学校6年生の「よさこいと南中ソーラン」、日高中学校3年生のミュージックビデオ「オラこんな村好きだ」などで大いに盛り上がりました。地域の絆づくりを目的に始まった日高村成年団「日高家」の取り組み発表も行われました。

どの発表も大変素晴らしく、来場者が日高村の魅力を新たに感じられた1日になったのではないのでしょうか。

2月8・9日に開催した日高村総合美術展には、村内住民をはじめ、各団体に出品いただきました。2日間で304名の来場があり、文化芸術活動への関心を深めることができました。

日高村生涯学習フェスタが皆さんの協力のもとに開催できたことを誠にお礼申し上げます。今後とも教育・文化推進活動への理解、協力のほどよろしくお祈いします。



今年度の被表彰者の皆さん

### 日高村教育委員会表彰 被表彰者

- |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>① 瓶子 礼智(日高中学校1年生)<br/>高知県中学校総合体育大会 男子高飛込1位など</li> <li>② 矢野 諒太(日高中学校2年生)<br/>高知県中学校総合体育大会 陸上競技 四種競技1位など</li> <li>③ 坂本 真緒(日高中学校3年生)<br/>高知県青少年読書感想文コンクール 最優秀賞など</li> <li>④ 濱口 純平(日高中学校3年生)<br/>ジュニアオリンピック陸上大会 1500m 出場など</li> <li>⑤ 日高中学校3年生の皆さん<br/>高知県学校新聞づくりコンクール 特選 受賞</li> <li>⑥ 能津小学校1・2年生の皆さん<br/>高知県学校新聞づくりコンクール 金賞 受賞</li> <li>⑦ 堀内 克良(日下小学校教諭)<br/>土佐の教育奨励表彰 受賞</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>⑧ 横山美佑紀(日下小学校教諭)<br/>土佐の教育実践表彰 受賞</li> <li>⑨ 日高中学校教職員の皆さん<br/>第2期高知県教育振興基本計画推進奨励賞<br/>「チーム学校の構築」表彰 受賞など</li> <li>⑩ 花茂苦楽部<br/>長年にわたり運動公園の緑地整備活動に貢献をした</li> <li>⑪ 若柳流若葉会日高教室<br/>長年にわたり日高村の文化推進に多大な貢献をした</li> <li>⑫ 能津小学校<br/>こども県展：図画優秀校 受賞</li> <li>⑬ 日高中学校<br/>高知県青少年読書感想文コンクール 高知県教育長賞 受賞</li> </ul> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 日高村生涯学習大会



能津小学校5・6年生の演劇  
「杖立水」



日下小学校6年生の舞踊  
「一新世紀-Kusaka演舞2019」



日高中学校のMV  
「オラこんな村好きだ」



日高村成年団「日高家」の  
活動報告

### 日高村総合美術展



日高村  
観光協会からの  
お知らせ

1/21(火)

# 観光ガイド研修会が 日高村で行われました

高知県観光ガイド連絡協議会・中部地区研修交流会が行われ、屋形船仁淀川やめだか池を村内の観光ガイドが案内しました。県内各地で活躍している観光ガイドを中心に、53名の参加者があり、日高村の観光メニューを体験したのち、日高酒蔵ホールで交流を行いました。

日高村観光協会では、猿田洞の探検ガイド、日下川調整池の散策ガイドなどの他にも、ガイドの人が活躍できる新しい体験観光メニューを企画しています。観光ガイドの活動に興味のある人は、気軽に日高村観光協会まで問い合わせてください。



屋形船仁淀川前での様子



日下川調整池の散策ガイド

【問い合わせ先】日高村観光協会（村の駅ひだか駐車場内） ☎24-5888

1/26(日)

# 第68回高知県市町村対抗駅伝競走

第68回高知県市町村対抗駅伝競走大会が開催されました。

今年は、高知県内25市町村から39チームが参加し、室戸岬～安芸市役所前までの46.5kmを8名の代表選手が駆け抜けました。

曇天ではありましたが、力走するランナーたちの姿と、沿道からの声援がコース上を熱く賑わせました。

日高村チームは、今年で60回目の出場となり、代表選手それぞれが持てる力を出しきりゴールまでたすきをつなげました。

個人では3区の日高中学校3年濱口純平さんが2.8kmを8分38秒という好タイムで区間第2位となり、チームのメンバーにも大きな刺激を与えていました。

総合結果は35位でしたが、選手たちは今回の結果を受けて、次回大会では少しでも良い成績を目指すべく、決意を新たにしました。



日高村チーム

前列左より

4区：横山大也 3区：濱口純平  
2区：山中英裕 1区：浜田康平  
中学生補欠：西川 諒

後列左より

監督：柏井清夫 6区：松本祥太  
8区：澁谷修平 7区：森 裕貴  
5区：和泉 碧、一般補欠：三宮舜斗



2区→3区 中継地点



5区スタート地点

## かりや司法書士事務所



司法書士 刈谷 裕治

いの町1700番地19-2F

TEL(088)881-2919

定休日 土曜・日曜・祝日

事前予約により無料相談受付中

相続・公正証書遺言・不動産売買による登記・会社登記

(いの町役場前) 有料広告



日高村では令和2年度の高等学校以上に入学及び在学している学生を対象として奨学金の貸付事業を実施しています。

勉強する意欲と能力を持ちながらも経済的理由により修学を断念することのないよう、進学・就学の必要に奨学金貸付支援をする制度です。

貸付期間は1年間で、年度当初(4.受付期間を参照)に申請が必要です。申請書類は教育委員会で随時配布しています。また、継続して貸し付けを受けられる人も毎年申請が必要となります。

※日高村奨学金の他に国、県等の奨学金を受けている人は、その額を証明するものが必要となります。  
貸し付けには選考があり、世帯区分や収納状況等により貸し付けできない場合があります。  
日高村奨学金は無利子の貸付金です。給付ではないので返済の義務があります。

## 1. 貸付金額について(4カ月ごとに交付)

学 校 区 分	月 額
高等学校(高等専門学校3年生までを含む)	15,000円
専修学校	30,000円
短期大学	50,000円
大学(高等専門学校4年生以上を含む)	50,000円

## 2. 貸付期間

奨学生が在学する学校の、正規の修業年限とする。

〈表1〉

世 帯	収入基準額
1人世帯	2,390,000円
2人世帯	3,130,000円
3人世帯	3,860,000円
4人世帯	4,710,000円
5人世帯	5,570,000円
6人世帯	6,350,000円

右に掲げる世帯区分に応じ、それぞれ同表の右欄に掲げる基準額が収入基準額となります

〈表2〉

加算区分	加算額
・70歳以上の人と同居する世帯	1人につき210,000円
・障害者手帳1級2級3級の交付を受けている人 ・精神障害者保健福祉手帳交付世帯で級別1級・2級の人	1人につき310,000円
・父子母子家庭あるいは父母以外の人が児童を養育している世帯	1人につき270,000円

## 3. 貸付対象

- ①日高村に本籍または住所を有する人
- ②学資の支弁が困難であり、向上心があると認められる人
- ③奨学金の返還が可能であると認められる人
- ④連帯保証人が2人以上必要
- ⑤次の学校に入学する人及び在学する人  
ア. 高等学校 イ. 専修学校 ウ. 高等専門学校 エ. 短期大学 オ. 大学
- ⑥世帯収入が〈表1〉の収入基準額と〈表2〉の加算額を合計した額以下である世帯

4. 配布期間 令和2年3月2日(月)～4月8日(水) 17:15まで(土日は除く)

受付期間 令和2年4月1日(水)～15日(水) 17:15まで(土日は除く)

～利用を検討する場合は下記まで連絡をお願いします。～

【問い合わせ先】教育委員会 ☎24-5115 村内無料電話 ☎724-5115

# スポーツ安全保険

文化活動も  
加入できます

対象となる事故 団体活動中の事故 / 往復中の事故

保 険 期 間 令和2年4月1日の午前0時から令和3年3月31日午後12時まで

4名以上の団体・グループで  
ご加入ください。

公益財団法人 スポーツ安全協会 高知県支部

〒780-0850 高知市丸ノ内1-7-52  
高知県庁西庁舎1階

TEL 088-820-1755

電話受付時間 午前8時30分～午後5時15分(土、日、祝日を除く。)

保険の詳細内容、資料の請求は、  
ホームページをご覧ください。

<https://www.sportsanzen.org>

●資料請求は、インターネットより受付けております。

スポーツ安全保険 検索

インターネットからも加入受付  
を行っております。詳しくは、  
ホームページをご覧ください。

日高村教育委員会では、「平成31年度わがまちの道徳教育推進事業」に取り組み、保育園、小学校、中学校が連携した地域ぐるみの道徳教育を推進しています。「道徳推進地区協議会」、「道徳推進教師の会」を開催し道徳意識調査結果の分析や、子どもが自らの良さや成長を実感できるような指導についての協議、畿央大学教育学部より島恒生教授をお招きしての教職員研修などを行ってきました。

日高村の子どもたちが、豊かな心や人間性を育ていけるよう、今後も学校・家庭・地域で連携していきたいと考えています。



▲小中学校道徳研修会▼



家庭で取り組む『高知の道徳』▶



## 日高中学校 道徳掲示板



## 🎙️ 住民課より

# 国民年金保険料の免除期間・納付猶予期間がある人へ

国民年金保険料の免除(全額免除・一部免除・法定免除)、納付猶予、学生納付特例の承認を受けた期間がある場合、保険料を全額納めた人と比べ、老齢基礎年金(65歳から受けられる年金)の受け取り額が少なくなります。

将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、免除等の承認を受けた期間の保険料については、10年以内であれば遡って納める(追納)ことができます。

ただし、免除等の承認を受けられた期間の翌年度から起算して3年度目以降の追納の場合、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。

追納は、古い月のものから納付することになりますが、次の点に注意してください。

- ・一部免除を受けた期間は、納付すべき保険料が納付されていなければ追納はできません。
- ・「法定免除・申請免除期間」が「納付猶予・学生納付特例期間」より先に経過した月分である場合は、どちらを優先して納めるか本人が選択できます。

詳しくは「ねんきん加入者ダイヤル」(☎0570-003-004)または高知西年金事務所へ問い合わせてください。

**【問い合わせ先】 日高村役場 国民年金係 ☎24-5111 高知西年金事務所 ☎088-875-1717**

# 令和2年度(福祉券(ガソリン券・タクシー券))事前申請開始のお知らせ

INFO 01

## 目的

在宅の重度の障害者及び障害児に対し、ガソリン券またはタクシー券を支給することであり、社会参加の促進と経済的負担の軽減を図ることを目的に実施しています。

## 内容

15,000円／年(500円券の30枚つづり)

※申請された時期によって、下記のように減額支給となりますので、早めの申請をお願いします。  
令和2年4・5・6月中に申請の場合：

15,000円(30枚)交付

令和2年7・8・9月中に申請の場合：

11,500円(23枚)交付

令和2年10・11・12月中に申請の場合：

7,500円(15枚)交付

令和3年1・2・3月中に申請の場合：

4,000円(8枚)交付

## 支給対象者

「身体障害者手帳」	1級・2級	所持者
「精神障害者保健福祉手帳」	1級・2級	所持者
「療育手帳」	A1・A2・B1・B2	所持者

※ただし、入院中・グループホーム・ケアホーム・施設等への入所者は対象となりません。

利用の途中で入院・入所となった場合は返還が必要です。

## 申請及び配布開始期間

申請開始 令和2年3月2日

配布開始 令和2年4月1日

## 持参するもの

○手帳(身体障害者手帳・精神障害者保健福祉手帳・療育手帳)

○印鑑

※ガソリン券申請の際は、上記に加え、運転免許証(運転をする人)・車検証が必要となります。

## 申請及び配布場所

日高村役場 健康福祉課

## 受付時間

平日 8:30~12:00 13:00~17:15

※郵送もしくは12:00~13:00の時間でないと来庁が困難な人は、健康福祉課まで連絡してください。

※令和元年度に交付した福祉券は、令和2年4月1日以降は使用できません。

【問い合わせ先】 健康福祉課 ☎24-5197 村内無料電話 ☎724-5197

# 受け忘れないですか?有効期限が迫っています

INFO 02

## 高齢者肺炎球菌ワクチンの定期予防接種

令和元年度高齢者肺炎球菌ワクチン定期予防接種の有効期限が、令和2年3月31日までとなっています。未接種者は、早めに医療機関で接種していただくようお願いします。

### ◎次の対象者年齢(年度末年齢)のうち

過去に高齢者肺炎球菌ワクチンの接種をしていない人。

65歳(昭和29年4月2日~昭和30年4月1日生)

70歳(昭和24年4月2日~昭和25年4月1日生)

75歳(昭和19年4月2日~昭和20年4月1日生)

80歳(昭和14年4月2日~昭和15年4月1日生)

85歳(昭和9年4月2日~昭和10年4月1日生)

90歳(昭和4年4月2日~昭和5年4月1日生)

95歳(大正13年4月2日~大正14年4月1日生)

100歳(大正8年4月2日~大正9年4月1日生)

◎接種回数 1回

◎自己負担額 2,000円

生活保護受給者は、自己負担金免除証明書を持参すれば自己負担金が免除となりますので、医療機関に予防接種を受けに行く前に必ず、日高村保健センターまで証明書を取りにきてください。

【問い合わせ先】 日高村保健センター ☎24-5001 村内無料電話 ☎724-5001

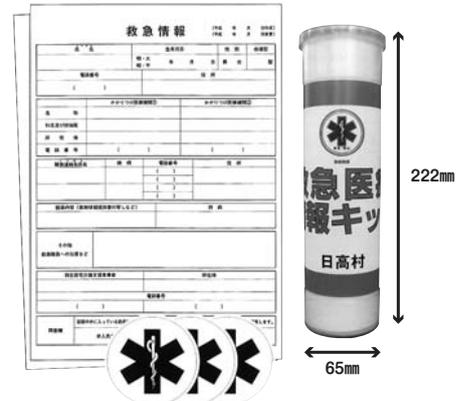
## “その時” 誰かがいるとは限りません。 あなたに代わって、大切な命の情報を伝えます

日高村では、緊急医療時や災害時に命を守る取り組みとして、平成23年度から70歳以上の人を対象に『緊急医療情報キット 命のボタン』配布事業を実施しています。

『緊急医療情報キット 命のボタン』は、重要な医療情報をコンパクトに収納し、医療従事者に確実に伝えるための救急医療情報キットです。

緊急事態が起きた場合、本人のかわりに現在治療中の疾患や既往歴、服用薬などの情報を伝えることができ、迅速な治療や処置が受けられるようになります。

活用方法については、活用例及び容器内の説明資料を確認し、いざというときに役立つように、情報は常に新しく書き換えて活用してください。



【セット内容】  
救急情報シート・救急医療マークシール・ケース・取扱説明書

### 救急医療情報キット 命のボタンのセッティング

#### ① 容器の中に入れる物を用意する。

- 医療情報用紙（常用している薬・アレルギーなどの有無・緊急連絡先・主治医・持病・個人情報など、必要事項を記入します。）
- 写真（本人確認のできるもの）
- 健康保険証（写）・診察券（写）
- 薬剤情報提供書（写）
- お薬手帳（写）



#### ② 1で用意したものを専用ケースに入れ、冷蔵庫の目立つ場所に保管します。

（ケースの中に健康保険証のコピーや非常持ち出しの薬なども一緒に入れられ、樹脂製のシートは水濡れに強く安心です。）

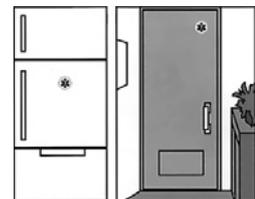


#### ③ 救急医療マークシールを

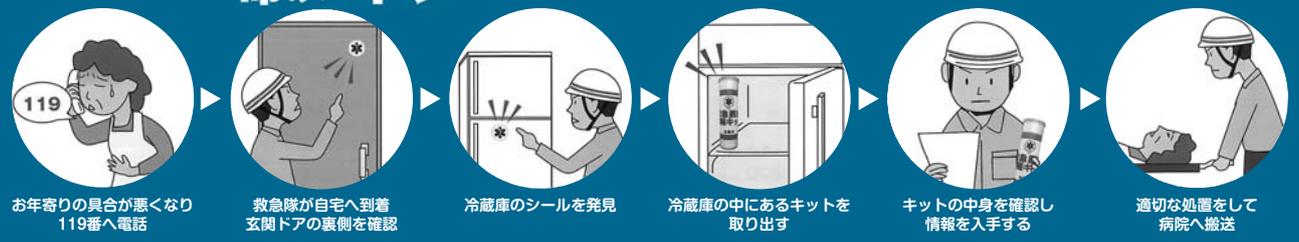
- 冷蔵庫の扉
- 玄関ドアの内側

それぞれ貼り、セッティングは完了となります。

※ 1枚は予備



### 救急医療情報キット 命のボタン 〈活用例〉



【問い合わせ先】 健康福祉課 ☎24-5197 村内無料電話 ☎724-5197

介護予防事業として、健康増進施設「いやっし〜土佐」への無料送迎を行っています。

「いやっし〜土佐」では、プールやトレーニングルームなどが利用できます。

送迎を利用される場合は、送迎日の前日12：00までに役場健康福祉課へ**名前・住所・電話番号・乗降場所**を連絡してください。

<b>対象者</b>	日高村在住の人	<b>料金</b>	送迎は <b>無料</b>
<b>場所</b>	いやっし〜土佐(土佐市)		ただし、施設利用料は必要です。
<b>日時</b>	毎週 火曜日・金曜日 13：00～15：00 ※祝日の場合等、送迎を休ませていた だく場合があります。 詳しくは問い合わせてください。		・一般 500円 ・60～74歳 300円 ・75歳～ 150円

**【問い合わせ先】 健康福祉課 ☎24-5197 村内無料電話 ☎724-5197**

## 村外・団体 インフォメーション

### 健康増進施設「いやっし〜土佐」教室案内

いやっし〜土佐では、1年を通して健康に関する様々な教室を開催しています。健康づくりや仲間づくりに、教室に参加してみませんか？なお、教室は毎月ごとに募集しています。

#### ●肩こり腰痛予防体操

- 開催日時 毎週水曜日(14：00～15：00)
- 定員 15名程度
- 講師 松岡 大介  
(AFAA公認インストラクター)

#### ●美姿勢骨盤ワーク

- 開催日時 毎週金曜日(11：00～12：00)
- 定員 15名程度
- 講師 川島 亜弓(インストラクター)

#### ●美ユーティBody Wave

- 開催日時 毎週火曜日(18：00～19：00)
- 定員 10名程度
- 講師 秋山みさお(インストラクター)

#### ●水中ウォーキング

- 開催日時 毎週水曜日(10：30～11：30)
- 定員 50名程度
- 講師 市川 実(財)日本フィットネス協会公認)

#### ●アクアピクス

- 開催日時 毎週木曜日(10：30～11：30)
- 定員 35名程度
- 講師 吉村 加奈  
(フィットネスインストラクター)

#### ●大人の水泳教室

- 開催日時 毎週火・金曜日(10：30～11：30)
- 定員 30名程度
- 火曜日講師 吉村 加奈、久保 睦(水泳指導員)
- 金曜日講師 久保 睦、美濃ひとみ(水泳指導員)

#### ●健康かんたん体操

- 開催日時 毎週土曜日(16：00～17：00)
- 定員 15名程度
- 講師 市川 実(財)日本フィットネス協会公認)

#### ●ZUMBA

- 開催日時 毎週土曜日(10：00～11：00)
- 定員 15名程度
- 講師 秋山みさお  
(JWI認定ZUMBAインストラクター)

※1回体験することができる「体験コース」(700円)もあります。興味がある人、詳細等は、下記まで問い合わせてください。(2回目は、1,000円となります。)

※受講希望者が少数の場合は本教室を開催しません。

《開催不可の取り扱い》受講希望者が少数の場合は本教室を開催しないこととします。

《参加資格》医師などから運動の中止または制限を受けていない18歳以上の人。

《申込方法》申込用紙に必要事項を記入し、「いやっし〜土佐」の受付に受講料金と一緒に持参してください。

**【問い合わせ先】 健康増進施設「いやっし〜土佐」 ☎852-7618**

# JICA海外協力隊募集 ~いつか世界を変える力になる~

独立行政法人国際協力機構(以下「JICA」という。)は、下記の要領で「JICA海外協力隊」の2020年度春募集を行います。

世界約70カ国・1000を超える仕事が、今必要とされています。

あなたの技術・経験を開発途上国で生かしてみませんか？

現地の人々と協働しながら、人づくり、国づくりに協力します。

なお、2019年春募集よりボランティア制度が大きく変更されましたので、詳しくはウェブ上で確認してください。

## 1. 応募期間

2月20日(木)～3月30日(月)12:00締切 ※原則ウェブ応募となります。

## 2. 応募資格

- ・生年月日が1950年4月1日から2000年9月2日まで人
- ・希望可能な一般案件の制限：一般案件の一部の要請は45歳以下の人(生年月日が1974年4月1日以降の人)が対象となります。
- ・いずれも、日本国籍を持っていることが前提となります。

■詳しくはJICA海外協力隊ウェブサイトを参照してください。 <https://www.jica.go.jp/volunteer/>

【問い合わせ先】 JICA海外協力隊事務局 ☎042-404-5021

(平日10:00～12:00、13:00～17:00)

JICA四国 ☎087-821-8825(平日9:30～17:30)

## 放送大学入学生募集

放送大学はテレビ・インターネットで授業を行う通信制の大学です。働きながら大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で、幅広い世代の人が学んでいます。

ただいま2020年4月入学生を募集しています。詳しい資料を送付しますので、気軽に問い合わせてください。

### 募集学生の種類

－教養学部－

科目履修生(6カ月在学し、希望する科目を履修)

選科履修生(1年間在学し、希望する科目を履修)

全科履修生(4年以上在学し、卒業を目指す)

－大学院－

修士科目生(6カ月在学し、希望する科目を履修)

修士選科生(1年間在学し、希望する科目を履修)

出願期間 2019年11月26日～2020年2月29日、3月1日～3月17日(インターネット出願も受け付けています)

【資料請求(無料)・問い合わせ先】 ☎780-8072 高知市曙町2丁目5-1 放送大学高知学習センター

☎088-843-4864 放送大学ホームページ <https://www.ouj.ac.jp>

## 「健康テレホンサービス」の案内

高知保険医協会は県内の医師・歯科医師、約600名で構成された団体です。下記の内容で朝9:00から翌朝9:00まで、24時間同じテーマのテープを流しています。健康テレホンサービスの電話番号は下記のとおりです。また、1回のテーマが流れる時間は約3分です。

※日曜日、祝日は前日、12月29日～1月3日は12月28日と同じテーマが流れます。

### 3月

- ・月曜日 糖尿病と歯周病の関係について
- ・火曜日 ジェネリック医薬品(後発品)のはなし
- ・水曜日 目のかゆみの対策と目薬の使い方
- ・木曜日 禁煙のススメ
- ・金曜日 足首の捻挫
- ・土・日曜日 めまい、ふらつきはなぜ起こるの？どうすればいいの

### 4月

- ・月曜日 脳梗塞などの片麻痺患者の口腔ケア
- ・火曜日 白内障手術の前後で注意すること
- ・水曜日 生理痛(月経痛)について
- ・木曜日 下肢動脈瘤の話
- ・金曜日 脂肪肝の話
- ・土・日曜日 うつ病の家族を支えるために

【問い合わせ先】 高知保険医協会 ☎780-8035 高知市河ノ瀬町41-1-4F

☎088-832-5231 FAX 088-832-5229



# 【ひとつずつ いいね!で確認 火の用心】

## 春の火災予防運動始まる

今年も3月1日(日)から7日(土)までの1週間、全国一斉に春季火災予防運動が実施されます。

この季節は空気が非常に乾燥し、風の強い日が多いことから火災が発生しやすく、またいったん火災が発生すると急速に延焼拡大し、大火となる危険性が高くなります。

毎年この時期にあらためて、住民の皆さんに「火の用心」に対する関心をもっていただき、火災予防思想の普及並びに啓発を行うことを目的に実施しています。

住宅火災による死者の発生率は、高齢者、幼児等で高くなっていますので、生活する部屋は一階の避難しやすい所にしましょう。

この運動を契機に各家庭各職場の石油ストーブ等や電気器具等の点検整備を実施してください。また火気の取り扱いには十分に気を付けてください。

### ※住宅防火 いのちを守る 7つのポイント—3つの習慣・4つの対策—

#### 3つの習慣

- 寝たばこは、絶対やめる。
- ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

#### 4つの対策

- 逃げ遅れを防ぐために、**住宅用火災警報器**を設置する。(条例で義務化)
- 寝具、衣類及びカーテンからの火災を防ぐために、**防災品**を使用する。
- 火災を小さいうちに消すために、**住宅用消火器等**を設置する。
- お年寄りや身体の不自由な人を守るために、**隣近所の協力体制**をつくる。

### ※普通救命講習 受講者随時受付中(毎月第2日曜日実施)

火事・救急は 119番

火災等の問い合わせは ☎088(893)3800

仁淀消防組合消防署 ☎088(893)3221

吾北分署 ☎088(867)2812

日高分署 ☎0889(24)5411

### ご冥福をお祈りいたします

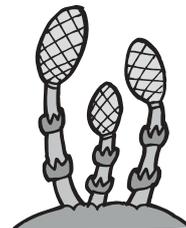
氏名	享年(満)	自治会
下元喜久恵	93歳	鴨地
保木 進	72歳	岩目地東
又川千代子	91歳	平野

※家族の同意がある人のみ掲載しています。

### 交通事故

	1月	累計
発生件数	2件	2件
傷者	2名	2名
死者	0名	0名

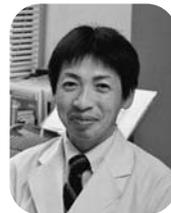
令和2年1月末現在



### 有料広告

## 外科・整形外科・循環器内科・内科

田村外科に循環器専門医が加わりました。高血圧、不整脈などはもちろん、生活習慣病など幅広く診察します。



**田村カルディオクリニック** (旧田村外科) 仁淀川橋西500m

☎088-893-5712 水曜午後外科休診 金曜午後循環器内科休診

## 「ほしのおか」からのお知らせ

3月1日(日)  
～  
31日(火)

### 防災に備える ～防災グッズの展示～

日高村  
防災部署が  
揃えてみた!

大切な人を守るために…。年々自然災害が増加し、災害の規模が大きくなっているといわれる中、これから起こり得る災害に備えませんか。

期間中は図書館資料以外にも、「防災・減災」に関する資料、パネルや防災グッズなどの展示や配布を行います。

年に一度は考えたい「災害対策」。きっと皆さんの「知りたい」に応えられる情報もあると思います。ぜひ図書館に足を運んでみてください。

#### 展示内容

- 非常持ち出しリュックを背負ってみよう!  
実際に揃えたらどれぐらいの重さになる…?  
果たして有事の時に持ち出せるのか、ぜひ体験してみてください。
- 防災担当の揃えてみたレポート!

非常時に必要といわれているものを実際揃えようと試みたところ、購入時に困ったことは…?など、せきららレポートも展示予定です。



4月1日(水)  
～

### 絵本・紙芝居コーナー内の 配置が変わります



修繕等の整備作業を終えた紙芝居の貸し出しが増えています。そのため、より多くの人に利用してもらいやすいよう、絵本・紙芝居コーナーの配置を一部変更します。

※修繕作業で一部置き場が変更している資料もあります。探している資料が見つかりにくい場合は、気軽に図書館スタッフまで問い合わせてください。

#### ◆日高村立図書館利用案内◆

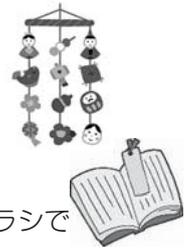
- ◎開館時間 10:00～18:00
- ◎休館日 月曜・祝日・各月最終日曜・年末年始・特別資料整理期間
- ◎貸し出し ひとり5冊まで、2週間  
(予約者がいなければ、1回限り延長できます。)
- ☎20-1533 村内無料電話 ☎720-1533 FAX 39-1775
- ◎ホームページ  
<https://www.vill.hidaka.kochi.jp/library/>

#### ★3月の展示

(一般書)「災害に備える」  
(児童書)「さいがいを知る」

#### ★新着図書

一覧は「図書館回覧板」、折り込みチラシで  
「茶聖」伊東 潤/著  
「海の十字架」安部 龍太郎/著  
「坂下あたると、しじょうの宇宙」町屋 良平/著  
「歌舞伎座の怪紳士」近藤 史恵/著  
「終の盟約」楡 周平/著 など



#### 3月の予定

##### ★マークの英語でおはなし会

3月1日(日) 11:00～11:30

英語の絵本の読み聞かせ

##### ★冬のヤングアダルト・大人向けミニイベント

「読書くじ」抽選発表とプレゼント引き渡し期間  
2月5日(水)～3月31日(火)

##### ★加茂小学校2年生図書館見学

3月5日(木) 13:45～14:45



## 「ほしのおか」のできごと

### 紙芝居ケースが 新しくなりました

図書館からの「紙芝居修繕作業」依頼の呼びかけに、快く応じてくれた「日高読もう会」の皆さん。

そのおかげで、傷んだ紙芝居ケースの大半が装いも新たに絵本・紙芝居コーナーに並べられています。

スタッフだけではなかなか進まない地道な作業も、ボランティアの皆さんのおかげで何倍もスピードアップし、それだけではなく借りる人のことを考え丁寧に作業をしてくださり、大変感謝しています。

新しくなった紙芝居を皆さんもぜひ借りに来てください。



### 図書館駐車場に 新しい看板がつけられました

図書館専用駐車場の看板が古びて見にくくなっていたので、「分かりやすく長持ちするものを」と、図書館利用者が善意で看板を作成してくれました。

他の図書館利用者から、「シンプルで見やすい」、「図書館によくなじんでいる」などの声をいただいています。来館の際には、ぜひ「手作り看板」を見上げてみてください。



# 「すくすく」 広場

木々や花が芽吹き始める様子を、春の訪れを感じる季節となりました。

いよいよ今年度も残りわずかとなりました。4月から保育園や幼稚園に入園されるお友達、また仕事を再開されるお母さんもうらっしゃることと思います。それぞれ環境は変わっても、支援センターで出会った縁を大切に、今後も皆さんとつながっていければと思っています。またあそびに来てくださいね！

日高村  
保健センターの  
中にあるよ



最寄駅 日下駅から0.3km 徒歩7分

## 3月の「すくすく広場」

### ☆「思い出づくり」

日 時	3月6日(金) 10:00~11:30
場 所	日高村地域子育て支援センター
持 ち 物	赤ちゃんのお出かけグッズ、お茶など
参加申込締切日	3月3日(火)

かわいい手形や足形をとって、「今」を思い出に残しましょう♪  
インクを使いますので、親子共に汚れても構わない服装でお越しください。

### ☆「おはなし会」

日 時	3月10日(火) 10:30~11:00
場 所	日高村立図書館「ほしのおか」多目的室

※申し込みは不要です。時間までに集まってください。

### ☆家庭教育支援基盤形成事業

#### 「お母さんが楽になる!! すくすく広場の子育て講座」

講師：惣田 聡子(公認心理師)

日 時	3月24日(火) 10:00~11:30
場 所	日高村立図書館「ほしのおか」多目的室
持 ち 物	赤ちゃんのお出かけグッズ、お茶など
参加申込締切日	3月18日(水)

子どもの困った言動に、“あ～、またガミガミと言ってしまった” “どうして言うことを聞いてくれないの?”と、へこんでしまうことはないですか?子どもの良い行動に注目して関わっていく「ペアレントトレーニング」を基に、親も子も笑顔になれる子育て講座を開催します。託児も行いますので、気軽に参加してください。

## 1月の「すくすく広場」(節分あそび)のようす



問い合わせ先 ☎24-4411 村内無料電話 ☎724-4411 (子育て相談もしています)  
場 所 保健センター内・子育て支援センター (日高村沖名23番地)

# ～たくさんのありがとう!～



加茂小学校

## ★今年度最後の参観日。いろいろなことをやりました!

1月25日(土)は、今年度最後の参観日でした。

午前中にはペースランニング大会が行われました。子どもたちは、沿道で声援を送ってくださる保護者、地域の皆さんの声援を受け、自分の目標タイム目指して最後まで力いっぱい走り抜きました。ペースランニング大会後、5年生は学年行事を行いました。地域の正岡明さんの田んぼで収穫したもち米を使った「おこわ」を作り、豚汁とともにおいしくいただきました。

午後から、1・2年生は地域の方に講師としてきていただいて、親子で「凧づくり・凧揚げ」をしました。3年生は「昔の道具はかせ発表会」と題して、一人ひとりが調べたことを友達や保護者に聞いてもらう活動をしました。4年生は「2分の1成人式」を行い、自分の将来の夢を語りました。5年生は高知新聞の方による「川柳コラージュ教室」を、6年生は日高村役場の担当者による「出前租税教室」と、外部から講師をお招きしての授業を実施しました。

このように、バラエティーに富んだ今年度最後の参観日。多くの人に支えられて、子どもたちは有意義な時間を過ごせたと思います。保護者や地域の皆さん、そして出前授業をしていただいた皆さん、温かい支援をありがとうございました。



全校「ペースランニング大会」



1・2年「凧づくり・凧揚げ」



3年「昔の道具はかせ発表会」



4年「2分の1成人式」



5年「川柳コラージュ教室」



6年「出前租税教室」

## ★1年間の締めくくりとなる「3月」。「チーム加茂」一丸となって全力で頑張ります!

今学校では、3月の卒業式や修了式に向けて、1年間の締めくくりをしています。4月からの学習や生活を振り返り、頑張ったことやできるようになったことなど、自分自身の成長を確かめるとともに、まだ十分でないことにも力を入れ、それぞれの学年の最後の仕上げと次の学年への準備をしているところです。とりわけ、6年生にとっては小学校生活が終わり、新たなステージへと進む大切な節目の行事を控えています。教職員も、子どもたちが1年間の頑張りを実感し、達成感をもって卒業・進級できるように支援をしていきたいと思っています。

### 【お知らせ】※3月の主要な行事です

- 3月3日(火)AM 6年生を送る会
- 3月21日(土)AM10:00～ 卒業式
- 3月24日(火)AM 修了式・離任式



ひだか  
俳壇  
橋田憲明先生出句並びに選

絮のなき高さを得たる枯芒  
内からの光のこめてきし冬木

橋田 憲明

上に道下に道あり梅雷む  
さざ波の光つつめる鴨の陣

片岡 幸枝

葉牡丹の蕊より陰を重ねたる  
紅梅の輝き初めし陽射しかな

川田 達子

若菜野や今に残れる治水の碑  
浮くと云ふ安堵に眠る沼の鴨

駒木 基克

夫去りて椅子の残りし冬日向  
白菜の日を受けて日を包み込む

島田 瞳

咳ひとつ一人の闇をゆるがせる  
白菜の白の輝く厨かな

竹崎 いと

枯蘆の奥へ奥へと光る水  
水底の泥に傾ぎて芽睡蓮

中村 梅子

陸に揚ぐ舟の底へと草青む  
山蔭の沼の半分凍てにけり

伊野部 哲也

## アダムスのニュースレター



### Wow a waterfall !

Sometimes I meet with my friends on the weekend without a plan of what to do, but we always have a good time. Sometimes, we have a wonderful adventure that's better than a plan.

One day, my friend and I only had plans to meet for lunch. We had great talks at lunch, but we still had a lot of time. We decided to look up places to go and found a waterfall that was about 30 minutes away. It was a great choice because it was beautiful! There was a nice river where we skipped rocks but the best part was the waterfall. The waterfall was a high, skinny one with pretty blue water and big rocks at the bottom.



仁淀川町安居川で撮影

Unplanned adventures are always really fun and exciting. You never know what you might find.

### 凄い、滝だ！

僕は週末に、何をするか計画を立てずに友達と会うことがありますが、いつも楽しい時間を過ごしています。時には、計画よりも素晴らしい冒険があります。

ある日、友達と昼食を食べる予定がありました。昼食中には素敵な話をしましたが、まだたくさん時間があったので、行く場所を調べることにして、約30分先にある滝を見つけました。それはとても美しかったので、素晴らしい選択でした！岩を飛び越えると素敵な川がありましたが、その大半は滝でした。滝は高くて細く、きれいな碧水、そして底には大きな岩がありました。

予定外の冒険はいつでも、本当に楽しくて刺激的です。何が分かるか分からないものですね。



## くらしの情報 Information お問い合わせはこちらまで

### 役場(本庁舎内)

住民課 ☎24-5111  
出納室 ☎24-5111  
健康福祉課 ☎24-5197  
地域包括支援センター ☎24-5197  
総務課 ☎24-5113  
建設課 ☎24-5114  
企画課 ☎24-5126

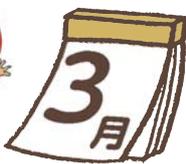
教育委員会 ☎24-5115  
議会事務局 ☎24-7777  
産業環境課(旧中央農済1階) ☎24-4647  
教育支援室(図書館内) ☎24-4411  
保健センター ☎24-5001  
下分ふれあいプラザ ☎24-5440

本郷ふれあいプラザ ☎24-4136  
能津出張所 ☎24-5141

### ☎ 村内無料電話

「24」の前に「7」をつけて発信してください。

ただし、利用するには、IP告知端末と電話機の接続が必要です。



# ひだか カレンダー

## 日高村 の現況

令和2年1月末現在

世帯数 2,447戸  
(前月比-1戸)

男 2,362人  
(前月比+5人)

人口 5,013人  
(前月比+5人)

女 2,651人  
(前月比±0人)

日	月	火	水	木	金	土
1 マークの英語で おはなし会 11:00~11:30 図書館 ひだかさかぐら ひなまつり 酒蔵	2	3	4	5	6 すくすく広場 「思い出づくり」 10:00~11:30 子セ	7
8	9	10 すくすく広場 「おはなし会」 10:30~11:00 図書館	11	12 人権相談日 10:00~12:00 社協	13 認知症カフェ 13:30~15:00 ひだかの里 3歳児健診 12:30~ 保セ 日高中卒業式 加茂中卒業式	14
15 献血 10:00~16:00 村の駅	16	17	18 ウォーキング教室 10:00~12:00 保セ	19 行政相談日 10:00~12:00 社協	20 春分の日 日下小卒業式	21 グラウンドワーク作業 8:30~10:30 めだか 加茂小卒業式
22	23 能津小卒業式	24 「お母さんが楽になる!! すくすく広場の子育て講座」 10:00~11:30 図書館	25	26	27	28
29 グラウンドワーク作業 8:30~10:30 めだか	30	31 村税等納期限 国民健康保険税 後期保険料	図書館 日高村立図書館「ほしのおか」 酒蔵 日高酒蔵ホール 子セ 子育て支援センター 社協 福祉センター ひだかの里 グループホームひだかの里		保セ 保健センター 村の駅 村の駅ひだか めだか めだかさん家前	

## ひだかのたからもの

坂本 柊太くん の子)  
令和元年12月27日生まれ  
保護者 宏 自治会 橋東

藤堂 柚葵乃ちゃん の子)  
令和 生まれ  
保護者 行 自治会 一県住

松岡 弦希くん の子)  
令和 生まれ  
保護者 明 自治会 治屋

森下 世翔くん の子)  
令和 10日生まれ  
保護者 多 自治会 込山

広報紙への感想・ご意見をお待ちしています。

〒781-2194 日高村本郷61-1 日高村役場 総務課 広報担当者  
☎ 24-5113 E-mail: soumu@vill.hidaka.lg.jp