



ふれ愛
ネットワーク
5月1日発行

No.509

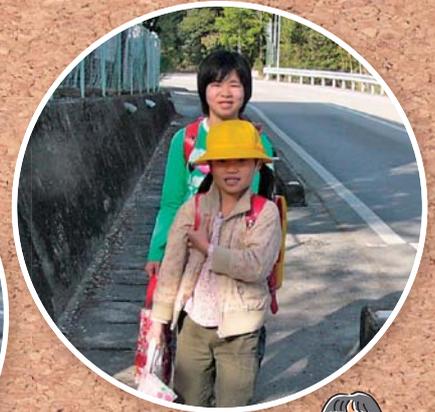
平成23年 2011

5 月 号



広報

ひだか

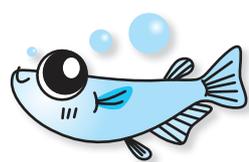


村内小学校
集団登校の風景

今月の内容

- Village Topics 2
- 業務分担表 4
- 会計予算 8
- information ~くらしの情報~ 10
- 学校だより~日下小学校~ 17
- コスモス文庫通信 18
- ひだか俳壇・俳句教室コスモス 19
- Village Now・トンボ 20





できごとあれこれ

Village Topics

祝

ご入学

おめでとうございます



日高中学校

35名

加茂中学校

14名



日下小学校

16名



加茂小学校

19名

能津小学校

4名



業務分担表

平成23年4月1日現在

課名	係名	職名	氏名	業務内容
建設課	建設課	課長	大川内 慎治	建設課業務総括
		課長補佐兼係長	山崎 明	建設課業務副総括
	土木係	係長	西森 稔	砂防・急傾斜地・治水・治山・市町村道・災害復旧 (公共土木・農薬用施設)生活資材補助・小規模土地改良事業
		主幹	西村 篤史	
		主事	山田 雄也	
水道係	主事	寺尾 隆太	水道事業全般・水道料収納	
住宅係	課長補佐兼係長(兼)	山崎 明	公営住宅・改良住宅・住宅新築資金収納	
産業環境課	産業環境課	課長	藤田 浩	産業環境課業務総括
		課長補佐(県交流職員)	西尾 憲二	商工活性化・さんさん市活性化・観光資源開発・村特産品
		課長補佐兼係長	松岡 一宏	産業環境課業務副総括
	産業振興・環境係	課長補佐兼係長(兼)	松岡 一宏	農業・林業・水産業・鉱業・商業・観光・イベント・交流 畜産・土地利用・鳥獣飼養許可・移住・定住・消費者行政 環境衛生全般・廃棄物・一斉清掃・墓地・公害・環境保全 自然保護・浄化槽・狂犬病予防・犬の登録
		主任	森下 多津子	
		主事	岩井 巧	
	地籍調査係	係長	坂本 昭	地籍調査全般
		係長	前田 孝治	
		主幹	尾崎 誠一	
		主事	岩井 巧	
	農業委員会事務局	局長(兼)	藤田 浩	農業委員会事務全般
		次長(兼)	松岡 一宏	
		事務局員	藤原 信太郎	
教育委員会	教育長	金子 真也	教育行政総括	
	教育次長	戸梶 正一郎	教育行政副総括	
学校教育係	教育次長補佐兼係長	前田 巳千子	学校教育事務全般・文書管理	
地域教育係	主監兼係長	藤田 妙	放課後子どもプラン・人権教育・地域教育・生涯学習 ・公民館活動・学校支援地域本部・総合型スポーツ ・運動公園管理 文化財・文化推進協議会・奨学金事務	
	主幹	前田 修平		
	主事	長尾 和明		
子ども支援室	室長兼係長	浜田 郁子	子ども支援室業務全般	
	係長	須藤 静	要保護児童対策(協議会運営)・児童家庭相談業務 ママヘルプサービス・育児困難家庭訪問支援業務 4, 5, 6歳児健診業務・子育て短期利用業務	
	主任	森下 美和		
	係長	岡林 貴志	保育事業・子ども手当他・児童福祉関連業務	
	主任	下元 和子	施設管理・庶務全般	
教育相談所	所長(兼)	金子 真也	教育相談活動	
	教育相談員(臨時職員)	安岡 周総		
補導センター	所長(兼)	金子 真也	青少年の健全育成	
	専門職(臨時職員)	川瀬 英子		
給食センター	所長(兼)	金子 真也	学校給食共同調理場管理、運営・庶務全般	
	主任	矢野 鈴子		
図書館	館長(兼)	金子 真也	図書貸出・リファレンス・読み聞かせ会	
	司書(臨時職員)	山中 和子		
	司書(臨時職員)	馬場 紀子		
県への派遣(交流職員)	主幹	戸梶 泰彰	高知県地域農業推進課へ派遣	
産休・育児休業	主幹	谷口 美恵		
	主任	今井 由香		
	主幹保健師	戸梶 亜紀	4/11より	
	主事	前田 三紀		
休職	主事	大平 師也		



平成23年度

課名	係名	職名	氏名	業務内容	
		村長	戸梶 眞幸	村行政総括	
		副村長	谷本 勲	村行政副総括	
出納室	出納係	会計管理者	山中 鶴幸	出納・物品管理・決算事務	
		主任	隅田 静		
議会事務局	事務局	局長	山本 秀昭	議会事務・監査事務	
総務課	総務課	課長	片岡 信次	総務課業務総括	
		技査兼課長補佐兼係長	森下 純男	総務課業務副総括・工事検査	
	総務・人事係	課長補佐兼係長(兼)	森下 純男	職員給与・勤務条件・定員管理・人材育成・職員安全衛生 福利厚生・臨時職員・広報・統計・庁舎管理・公用車管理 文書管理・条例・規則・自治会長会・庶務	
		係長	青木 史		
		主事	堀地 あゆみ		
		主事	澁谷 美里		
	企画・財政係	課長補佐兼係長(兼)	森下 純男	財政全般・村総合計画・エコサイクル振興計画・地域づくり 仁淀川広域市町村圏事務組合・仁淀川流域交流会義 デマンドバス・村有財産管理・情報化・ホームページ 工事入札	
		係長	今井 明秀		
		主幹	大川 健輔		
		主事	矢野 一樹		
	危機管理係	課長補佐兼係長(兼)	森下 純男	消防・自主防災・交通安全・地域安全・自衛隊・防犯灯 その他危機管理	
		係長(兼)	今井 明秀		
		主事(兼)	矢野 一樹		
	選挙管理委員会事務局	書記(兼)	片岡 信次	選挙管理委員会事務局全般	
		書記(兼)	森下 純男		
書記(兼)		大川 健輔			
地域支援企画員			竹内 和也	高知県地域づくり支援課より派遣	
住民課	住民課	課長	森下 輝夫	住民課業務総括	
		課長補佐兼係長	森下 浩明	住民課業務副総括	
	税務	課税収納係	係長	安岡 里佳	住民課業務全般・国民年金
			主任	谷脇 昌子	国保税賦課徴収事務・住民基本台帳・戸籍
			主任	森澤 かえで	法人税・たばこ税・軽自動車税・住民税
			主幹	松本 直久	固定資産税賦課徴収事務
			主幹	安部 拓大	住民税賦課徴収事務
	滞納整理係	課長補佐兼係長(兼)	森下 浩明	滞納整理事務総括	
		主任(兼)	森澤 かえで	滞納整理事務	
		住民	住基・戸籍係 (能津出張所)	係長	安岡 里佳
主幹	大川 清弘				
主事	山本 奈央				
健康福祉課	健康福祉課	課長	川村 正仁	健康福祉課業務総括	
		課長補佐兼係長	井上 孝子	健康福祉課業務副総括	
	社会福祉・障がい福祉	主幹	依光 順子	生活保護・障がい福祉全般・児童扶養手当 福祉医療(乳幼児・児童・ひとり親・障がい者・高齢障がい)	
		主事	石川 七瀬		
		保健師	井上 智恵		障がい相談・マネジメント
	国保・後期高齢者医療	主幹	森田 生	国民健康保険医療給付・後期高齢者医療全般・戦没者弔慰金	
	高齢者福祉・介護保険	主任	藤岡 明仁	高齢者福祉全般・介護保険全般・認定調査	
	包括支援センター	管理者(兼)	井上 孝子	介護予防マネジメント・高齢者総合相談・地域ケア会議 包括的支援マネジメント	
		主任保健師	田中 美妃		
		保健師(兼)	井上 智恵		
		保健師	熊谷 紗耶華		
保健センター	保健係	主任	山内 浩江	健康診査全般・健康づくり・健康相談・保健指導・ 乳幼児健診・予防接種・献血推進・訪問指導	
		主任保健師	川村 未央		
福祉館・児童館		福祉児童館長	森下 和知	福祉館業務・児童館業務	
		主任	西 裕子		

ロビン・ヘンショウ博士が 日高村へ



3月19日と20日の2日間、イギリスからやって来られたロビン・ヘンショウ博士が日下川調整池および周辺の自然に大満足して帰られました。3月16日〜20日まで静岡県三島市で行われたグラウンドワーク・インターンシップの18日午前の講師として来日されたのですが、「四国には一度も行ったことがないので、講義が終わったら四国で鳥見をしたい」との希望でした。

その案内を依頼されましたが、私が四国でよく知っているのは日高村から西部のジオパークの候補地にもなっている地域です。3月の後半は野鳥観察にはあまりいい時期とはいえませんが、日下川調整池ならまだカモ類もたくさん見られてイギリスにはいない種も来ています。それにここは四国でのグラウンドワーク発祥の地でもあり、きつと喜んでもらえるだろうと思いました。



イギリスは産業革命発祥の地なので、自然破壊や汚染の発祥の地でもあります。従って、その保全や再生・修復の歴史も世界に先駆けています。その産業革命から取り残された地域が今や内外から多くの観光客が押し寄せ、自然豊かな小さな村や町が多くの人々の心を惹きつけているのです。そんなところの大部分を保全しているのがよく知られている「ナショナルトラスト」ですが、行政からは全く独立した民間団体で既に100年以上の歴史を持つ大きな組織です。

一方、産業革命発祥の地マンチェスターで、つい30年ほど前に立ち上げられたのが「グラウンドワーク」という組織です。これは行政と市民と企業が一体になって、荒廃した自然を蘇らせ、職業を生み出し地域を経済的にも活性化させようという団体です。そのグラウンドワークの創設者の1人

がロビン・ヘンショウ博士です。年間の事業規模460万ポンド(約6億4千万円)、有給職員160人という「グラウンドワーク・オールダムとロッチデール」の責任者でもありました。地域興しの達人とも言えます。その功績によりエリザベス女王から勲章も授与されています。そんな人物なので村長さんや日高村グラウンドワーク協議会会長さんにも会っていただきました。



調整池ではヨシガモやヒクイナなど生まれて初めてという鳥たちにも出会えて大喜びでした。そして大滝山へも登った感想は「狭い範囲にいろいろな植生があり変化に富んでいてすばらしいところだ」とのことでした。食べるところにも食べ物にも大満足していただきましたが、宿泊施設が日高村にはないことがちょっと残念でした。

越知町の横倉山と自然の森博物館や佐川町の上町と竹村家へもお連れしましたが、文化的な面も含めて日本の田舎のすばらしさを堪能してもらえました。同行していただいたみなさんと私にとっても誇らしく楽しい2日間でした。

(井沢浩一 記)



教職員紹介

どうぞよろしくお祈いします。

目下小学校 転入



和田 吉弘【校長】 能津小学校より赴任してきました和田吉弘と申します。保護者の皆様や地域の皆様のお力をお借りし、子どもたちが自分の力を伸ばすことができる明るくいいきとした、感動のある学校にしていきたいと思ひます。どうぞ宜しくお祈い致します。



山尾 操【教諭】 枝川小学校から転任してきました山尾操です。子どもたちに会うまで、どきどきしていましたが、元気いっばいの子もたち、そして、落とした荷物をさっと拾ってくれるそんな優しい子どもたちと出会えて嬉しくなりました。子どもたちと一緒に楽しい思い出をたくさん作ってきたいと思ひます。どうぞよろしくお祈いします。



森 敦子【教諭】 斗賀野小学校から転任してきました。ひまわり学級を担任しています。「子どもの可能性を信じ最大限に発揮するお手伝いのできる教師に近づきたいなあ」と、いつも願っています。



堀岡 ちが【教諭】 明るく元気でやさしい目下小の子ども達と共に過ごす毎日。とても楽しいです。久々の異動に不安いっばいだったのがふっ飛びました。これから、子ども達と一緒に地域のことを学んでいきたいと思ひています。どうぞ、よろしくお祈いします。



山本 歩実【支援員】 学力向上支援員として4月から目下小学校でお世話になっています。今年の3月に大学を卒業したてで、まだ右も左も分からない私ですが、一生懸命がんばります。よろしくお祈いします。

転出

目代 雄一【校長】 高知市立鏡小学校へ
永野 敬【教諭】 佐川町立佐川小学校へ
岩本 初美【教諭】 土佐市立蓮池小学校へ
青木 和香【教諭】 佐川町立佐川小学校へ
田中万利子【教諭】 佐川町立尾川小学校へ
川村 幸【支援員】 退職

加茂小学校 転入



隅田 澄子【教諭】 土佐市立新居小学校より転任してきました。眺めのよい学校で元気な子どもたちといろいろなことに挑戦し、成長していききたいと思ひています。よろしくお祈いします。

転出

松田 五月【教諭】 土佐市立高岡第二小学校へ
溝淵 美智【教諭】 土佐市立高石小学校へ

日高中学校 転入



小松 浩【校長】 高知市立西部中学校より転任してまいりました。すばらしい環境と人情味あふれる素直な生徒達と共に、どこの学校よりも「挨拶ができ、ゴミのない綺麗な学校」を目指していききたいと思ひます。これからよろしくお祈い致します。



石黒 雅文【教諭】 初めまして。仁淀川町立池川中学校から転任してまいりました。毎朝、さわやかな鶯の声に迎えられ、活動的な先生方と素直な子どもたちの日高中で精一杯取り組み、ともに高まりたいと思ひました。よろしくお祈い致します。



下元 伸博【教諭】 日高村・佐川町学校組合立加茂中学校から転任してきました。これから始まる新しい学校生活に少し緊張していますが、新たな出会いに期待しながら、少しずつ自分らしさを出して頑張っていきたいと思ひています。よろしくお祈いします。



中越加奈子【教諭】 いの町立伊野中学校から転任してまいりました。明るく元気な日高の子どもたちと共に、がんばっていききたいと思ひています。よろしくお祈いします。



村田由香梨【教諭】 四万十町立窪川中学校より転任してきました。日高での生活ははじめてで、戸惑うこともあるかもしれませんが、精一杯がんばります。よろしくお祈いします。



松岡 律子【支援員】 初めまして。日高在住で、日高中学校の学力向上支援員として勤務できることをうれしく思ひています。出会いを大切に、充実した中学校生活のサポートに努めていきます。よろしくお祈いします。



山下 大志【支援員】 この度4月よりこちらの学校へ参りました。初めて日高村に来ました。自然がいっばいで学べる環境下で、生徒の皆さんと一緒に成長したいと胸を高鳴らせています。宜しくお祈いします。

転出

森 健一【校長】 須崎市立安和小学校へ
濱田 好野【教諭】 いの町立伊野南中学校へ
土居由紀子【教諭】 仁淀川町立吾川中学校へ
保木 直美【教諭】 退職
川島宗一郎【講師】 退職
井上 直子【支援員】 退職
岩佐 美紀【支援員】 須崎高校他へ

平成23年度 一般会計予算額 34億8270万円



歳入

単位：万円

	予算額	対前年度比	解 説
地方税(村税)	43,298	0.2%	村に課税権があり、村内にお住まいの方や企業等から支払われるもの(村民税、固定資産税、軽自動車税、村たばこ税など)
地方交付税	138,114	△ 3.9%	全ての地方公共団体が一定水準の行政サービスを確保できるよう国から交付されるもの
その他の一般財源	28,794	39.7%	本来地方税に属すべき財源をいったん国税として徴収し、地方公共団体へ譲与される地方譲与税や、地方消費税の一定割合が交付される地方消費税交付金、財源不足に対処するための特例的な臨時財政対策債など
地方債(村債)	38,520	468.1%	村が道路整備事業などの大きな事業を行う財源として長期間借り入れるもの
国庫支出金	34,466	43.3%	道路整備事業など特定の行政目的の財源として国から交付されるもの
県支出金	43,461	5.6%	道路整備事業など特定の行政目的の財源として県から交付されるもの
その他の特定財源	21,617	88.8%	保育料など、特定の事業について利益を受ける方から徴収する負担金や、特定の目的のために基金等から入る繰入金など

歳出

単位：万円

	予算額	対前年度比	解 説
人件費	52,859	△ 0.4%	議員・職員等に対して、勤労の対価、報酬として支払われる経費
扶助費	41,334	6.4%	社会保障制度の一環として、子ども手当、乳幼児・老人・障がい者等の医療費などに要する経費
公債費	41,689	△ 4.0%	村債を返済するための経費
物件費	50,339	15.8%	賃金や消耗品費、委託料、備品購入費など消費的性質を持つもの
補助費等	50,648	6.6%	各種団体に対する助成金や一部事務組合への負担金などに支払われる経費
貸付金	582	56.5%	奨学資金で貸付にかかる経費
普通建設事業費	78,065	199.0%	道路や学校など社会資本の整備に要する投資的な経費
災害復旧事業費	39	2.6%	災害復旧など社会資本の整備に要する投資的な経費
繰出金等その他	32,715	9.4%	一般会計から国民健康保険などの特別会計に支出される繰出金や施設を補修する維持修繕費、出資金など

教職員紹介

能津小学校 転入

曾我 一仁【校長】

自然に囲まれた、高知市立行川小学校から転任してきました。3年前までは、加茂小学校でお世話になっていました。再び日高村でお世話になります。能津小学校は、自然に囲まれたすばらしい環境の中にあり、そこで校務ができることを嬉しく思っています。まだまだ、分からないことばかりです。保護者や地域の方のお力を借りながら、子どもたちと一緒に成長していきたいと考えています。どうぞよろしくお願いいたします。



転出

和田 吉弘【校長】 日下小学校へ
 増田 安則【講師】 伊野南小学校へ
 廣田 岳【特別支援員】 退職
 竹田 加奈【臨時事務員】 子ども教室コーディネーター

舩市 富美【教諭】

四万十市立利岡小学校から転任してきました。日高村のことは全く知らない私ですが、先生方や地域の方々にご協力をいただきながら、子どもたちと共に自分の力いっぱい頑張っていきたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



高宮友佳子【支援員】

美しい自然と心あたがい日高村に来させて頂き、嬉しく思っています。明るく元気な能津の子どもたちと沢山のことを学び、共に成長していけるようがんばってまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



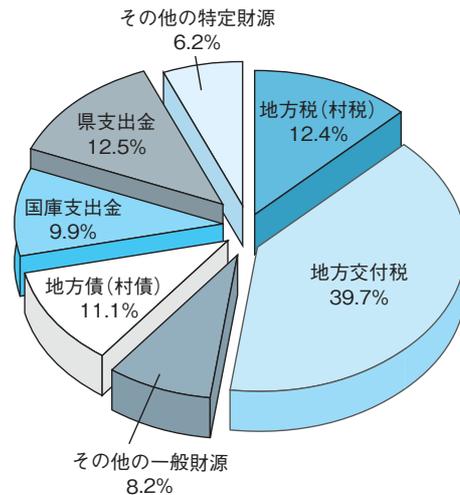
平成23年度当初予算が3月定例議会会で可決され、一般会計の総額は、34億8270万円、前年度当初予算額（29億991万円）と比較して19.7%の増となりました。

主要因としては、平成21年度に国の経済対策による補正予算により平成22年度事業を前倒しで実施したため、22年度予算が大幅に縮小したことと合わせて、平成23年度は日高中学校建築にかかる事業費5億8070万円を計上した関係で前年度を大幅に上回る予算となりました。

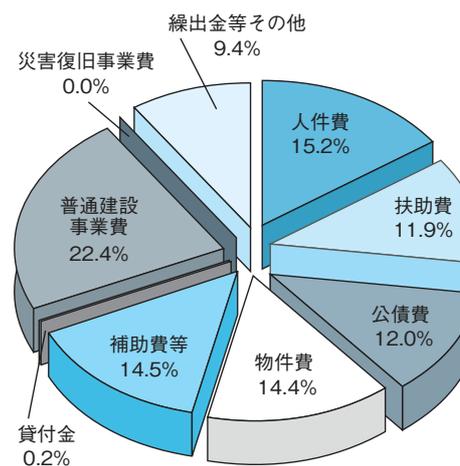
歳入一般財源においては、地方税は不景気の影響で個人村民税が減額見込みとなりましたが、法人村民税及び固定資産税の増収見込みにより、地方税トータルとして微増となりました。また、財政運営上の生命線となる地方交付税については対前年度△3.9%13億8114万円を見込みました。

歳出においては、22年度に引き続き中学生までの医療費無料化や住民の地域づくりを応援する補助金、自主防災組織への資機材整備補助金など、福祉・防災・地域づくりの重点を置いた予算計上を行うとともに、今後10年間の村の指針となる「総合振興計画」

平成23年度 一般会計歳入性質別内訳



平成23年度 一般会計歳出性質別内訳



を着実に実行していくための予算計上を行いました。これまでの行財政改革への取り組みや財政の健全化については一定の成果は出てきていますが、まだまだ安定した財政状況には程遠い状況であることには変わりなく、将来にわたって持続的かつ安定的な行政サービスを提供していくために、本年度も次の5点を重点化事業として取り組んでいきます。

- ① 南海地震に備える。
- ② 子ども、高齢者、障がい者が安心して暮らせる地域を創る。
- ③ 住民力を生かした村づくりを目指す。
- ④ 健全財政の定着化を図る。
- ⑤ 地域の再生・活性化を図る。

全会計トータルは

51億4,621万円

各特別会計予算額

住宅新築資金等特別会計	1,810万円
国民健康保険特別会計	7億5,922万円
簡易水道特別会計	1億6,020万円
介護保険特別会計	6億5,451万円
後期高齢者医療特別会計	7,148万円

教職員紹介

どうぞよろしくお願ひします。

加茂中学校 転入



川添 雅代【教諭】

本山町の嶺北中学校から転任してきました。初めての高岡地区の学校での勤務で緊張していましたが、子ども達がとても素直で、目が輝いているのを見て気持ちが少し楽になりました。初心を忘れずに頑張っていきたいと思ひますので、よろしくお願ひします。



竹本 佳奈【教諭】

この度、県立高知南中学校より転任してきました。高岡郡での勤務は初めてで、これからの生活を非常に楽しみにしています。加茂中学校の生徒たちと様々な活動を通して、一緒に頑張っていきたいと思ひます。どうぞよろしくお願ひします。



嶋崎 許偉【講師】

講師として加茂中学校にきました嶋崎許偉と申します。加茂中学校の生徒たちみんなと授業や部活動など共に一生懸命頑張ります。よろしくお願ひします。

転出

松田 博子【教諭】

上ノ加江中学校へ

下元 伸博【教諭】

日高中学校へ



もへいくん
@くさか里村

くらしの情報

information



総務課	24-5113	教育委員会	24-5115	包括支援センター	24-5197	西部福祉館	24-4136
出納室	24-5111	議会事務局	24-7777	老人医療・国保(給付)	24-5112	土地改良区	24-5202
住民課	24-5111	健康福祉課	24-5112	能津出張所	24-5141		
建設課	24-5114	保健センター	24-5001	東部福祉館	24-5440		
産業環境課	24-4647	子ども支援室	24-4411	東部児童館	24-5604		

平成23年5月11日(水)~5月20日(金)

春の全国交通安全運動

子どもと高齢者の交通事故防止

自転車の安全利用の推進
(特に、自転車安全利用五則の周知徹底)

自転車安全利用五則

- 1 自転車は、車道が原則、歩道は例外
- 2 車道は左側を通行
- 3 歩道は歩行者優先で、車道寄りを横断
- 4 安全ルールを守る
- 5 飲酒運転・二人乗り・並走の禁止

● 幼児・小学生を乗せ、一時停止、安全確認
● 交差点での急発進・急減速の禁止、安全確認
● 子どもはヘルメットを着用

全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

飲酒運転の根絶

右、オッケー

左、オッケー

何度も確認！右、左、右。

内閣府

★ 平成23年度四国電力による防犯灯寄贈の申請受付について

今年度も四国電力のサービス事業として防犯灯の寄贈があります。ご希望の自治会は、お早目に申請をお願いいたします。

- (1) **申請期間** 平成23年 6月10日(金)
- (2) **申請方法** 総務課に申請書があります。
申請書には、自治会長さんの捺印が必要です。
- (3) **注意事項**
 - 防犯灯の設置については、四国電力の電柱への設置が基本ですが、NTT柱でも許可はできます。
 - 申請者は自治会長さんでお願いします。
 - 防犯灯設置後の維持管理(電気代、蛍光灯交換等)は自治会負担となります。
 - 設置は、11月~12月頃予定です。
 - 村でも防犯灯事業を実施しておりますので、ご希望の方は申請をお願いいたします。

(4) 申請先及び問い合わせ先

総務課 担当：矢野 ☎ 24-5113

★ 5月の行政相談

日時：5月20日(金) 13時~15時
場所：日高村社会福祉センター

行政相談員の中村宏一さんが、下記の仕事について、住民の皆様からの苦情や意見・要望等を受け、その解決や実現のお手伝いをしています。

- ① 国・県・村の仕事
- ② JR・NTT等の特殊法人の仕事
- ③ 県や市町村が国の補助を受けて行っている仕事

お気軽にご相談ください。



人権擁護委員さんによる人権相談もあります。

問い合わせ先

総務課 ☎ 24-5113



日高村役場 ニューフェイス よろしくお願ひします



建設課
山田 雄也

はじめまして。日高村役場建設課に配属となりました山田雄也です。
私はこの日高村でいろいろな人に見守られ育ちました。今はこの恩を仕事を通じて少しでも返していきたいと思っています。まだまだ入ったばかりで先輩達の足を引っ張ってばかりいますが、少しでも早く村民の皆様の役に立てるように頑張ります。これからどうぞよろしくお願い致します。



総務課
矢野 一樹

総務課に配属となりました矢野一樹と申します。
民間での勤務経験を生かし、村の役に立てる仕事をしていきたいと思っています。子どもの頃より仕事の都合で県外等を転々としていたため、日高村に住むことは今回が初めてです。知らないことばかりですが出来る限り早く覚えたいと思っています。
御指導、御助力のほどよろしくお願い致します。



教育委員会
長尾 和明

このたび教育委員会の地域教育担当となりました、長尾和明と申します。
生まれ育った日高村で働くことを感謝するとともに、ご指導・ご鞭撻を賜りながら、少しでも早く仕事を覚え、皆様のお力になれるよう、そして先輩方のような信頼に足る職員になれるよう努力していきたいです。よろしくお願い致します。



総務課
澁谷 美里

こんにちは。このたび総務課に配属されました、澁谷美里と申します。
日高村で生まれ育ちましたが、やはり、まだまだ知らないことばかりです。これから多くのことを学び、地域の方々や日高村の良さをさらに発見し、村内外へ発信していきたいと思っています。
また、何事にも全力で取り組み、少しでも皆様のお役に立てるよう、日々努力していきます。



地域支援企画員
竹内 和也

4月から、地域支援企画員として配属となりました、竹内和也です。
初めての支援企画員なので、戸惑いもあります。頑張りますので、よろしくお願い致します。



健康福祉課
井上 智恵

4月より健康福祉課で保健師として働かせていただいています。日高の皆様様の健康維持・増進に貢献していけるよう取り組んでいきたいと考えています。どうぞ宜しくお願い致します。



人事交流職員
西尾 憲二

このたび県と村との人事交流職員として、産業環境課に赴任しました西尾憲二と申します。
4月1日の初出勤日には、高校生時代に猿田洞を探検に来て泥んこになった事を懐かしく思い浮かべながらやってまいりました。今は、日々仕事を覚えるのが精いっぱいですが、早く日高村に馴染んで、村の良さをたくさん吸収しながら皆様のお役に立てるよう、頑張っていきたいと思ひます。



健康福祉課
熊谷 紗耶華

健康福祉課の保健師として採用されました熊谷です。わからないことばかりで住民の皆様にご迷惑をおかけすることもあると思いますが一歩ずつがんばっていきますので、よろしくお願い致します。



研修指導員
西山 浩生

このたび、研修指導員としてお世話になることになりました。学校、地域とともにしっかり前に進んでいけるように精一杯頑張りたいと思ひます。どうぞ、よろしくお願い致します。



健康福祉課
石川 七瀬

4月から健康福祉課に配属されました、石川七瀬です。
児童福祉事業・障がい者福祉事業・福祉医療事業等を担当しています。出身は村外となりますが、村民の方々の力になれるよう日々努力していきます。

「救急医療情報キット」の配布を行います



日高村では、70歳以上の方などを対象に、自宅で具合が悪くなり救急車を呼ぶなど、また、災害時など「もしも…」のときの安全と、安心を守る取り組みとして、救急情報の活用支援事業として、「救急医療情報キット」の配布を平成23年度より実施します。

救急医療情報キット



「救急医療情報キット」の容器の中に、かかりつけ医や服薬内容などの医療情報を記入したもの又は、コピーを入れて「冷蔵庫」に保管し、仁淀消防等との協力でその情報を救急医療に生かします。



1 冷蔵庫に救急医療情報キットを保管



2 救急隊による適切な救急処置



3 救急情報から病院などへ連絡



4 救急医療情報キットを救急隊から医師へ

※かかりつけ医療機関が救急病院であっても、他の病院に搬送される場合があります。

救急医療情報キットとは？

高齢者や障がい者などの安全・安心を確保するため、かかりつけ医や持病などの医療情報や、薬剤情報提供書（写し）、診察券（写し）、健康保険証（写し）、本人の写真などの情報を専用の容器に入れ、自宅に保管しておくことで、万一の救急時に備えます。

持病や服薬等の医療情報を確認することで、適切で迅速な処置が行えること、また緊急連絡先の把握により救急情報の収集や親族などのいち早い協力が得られます。

なぜ、冷蔵庫に保管するのか？

かけつけた救急隊員がすぐに救急医療情報キットを探し出す必要があります。そのための最適な場所が冷蔵庫です。ほとんどのお宅で冷蔵庫は台所にあるので、キットがどこにあるかすぐにわかります。

どんな方が対象？

70歳以上の高齢者全員と障がい者、健康上不安を抱えている方が対象です。

キットはどこでもらえる？費用は？

今年(23年)度につきましては、70歳以上の方は、各地域の民生児童委員さんに配布して頂く予定です。

70歳以下の方で、障がい者、持病等で健康上不安を抱えている希望者の方につきましては、役場健康福祉課、保健センター、福祉館、能津出張所で、申請してください。キットとステッカー等を無料で差し上げます。

● 問い合わせ 健康福祉課 ☎24-5112 担当者：井上・藤岡 ●

お詫びと訂正

広報4月号献血協力者氏名の掲載内容が誤っておりましたので訂正させていただきます。
(誤) 森下雅之 (正) 森下雅文 誠に申し訳ございません。

日本脳炎定期予防接種のお知らせ

日本脳炎定期予防接種について、平成17年5月からの接種勧奨差し控えにより未接種となっている方は、以下の年齢の間に接種が可能です。接種を希望される方は、対象年齢の間に接種されますようお願いいたします。

尚、現在使用されていますワクチンは、対象年齢全ての方に接種できるだけの十分な供給量がない為、国より示された平成23年度の優先される対象者（3歳、9歳、10歳）へのみ個別通知しています。それ以外の年齢の方につきましては、対象年齢であれば接種できますので、希望される方は日高村保健センターまでご連絡ください。予診票を発行いたします。※第2期の日本脳炎予防接種も対象年齢の期間であれば接種可能です。

- ◆ **対象年齢**（接種できる年齢）
 - ・ 生後6か月以上7歳6か月未満
 - ・ 9歳以上13歳未満
- ◆ **接種回数**

第1期（3回）
※これまでに接種された回数を含めて3回になります。

（例）

① 第1期に該当する予防接種を1回も接種していない場合

↓ 該当年齢の間に

3回接種する

②（接種勧奨差し控え以前に）第1期初回を2回接種していた場合

↓ 当該年齢の間に

追加接種を1回する

※通常のスケジュールどおりに接種することができない場合もあるかと思いますが、接種間隔等につきましては、主治医とよくご相談なさってください。

※今般の特例では、7歳6か月から9歳に至るまでのお子様は、法定接種の対象になりません。この間に接種された場合は任意接種となり、その費用も自己負担となりますが、9歳以上13歳未満の間に接種できます。

【問い合わせ先】

日高村保健センター
(☎ 24-5001)

●●● 国民健康保険係よりお知らせ ●●●

■ 平成23年度（平成22年分）所得の申告について

（H22.1.1～H22.12.31までの所得）



所得税や住民税が非課税の方、収入のない方も申告が必要です。

申告をされないと、国保税決定に際し不利益を受ける場合があります。まだお済みでない方は至急申告をしていただきますようお願いいたします。

■ こんなときは必ず14日以内に届け出てください。

● 国保に加入するとき

こんなとき	手続きに必要なもの
他市町村から転入したとき	印かん・転出証明書
職場の健康保険を脱退したとき 又は被扶養者からはずれたとき	印かん・職場の健康保険でなくなった（被扶養者でなくなった）証明書
子どもが生まれたとき（国保）	印かん・母子健康手帳
生活保護を受けなくなったとき	印かん・保護廃止決定通知書

● 国保を脱退するとき

こんなとき	手続きに必要なもの
他市町村に転出するとき	印かん・保険証
職場の健康保険に入ったとき 又は被扶養者になったとき	印かん・国保と職場の健康保険の両方の保険証 （職場の保険証が未交付のときは加入したことを証明するもの）
死亡したとき	印かん・保険証
生活保護を受けるようになったとき	印かん・保険証・保護開始決定通知書
障害により後期高齢者医療の対象となったとき	印かん・保険証

● その他

こんなとき	手続きに必要なもの
退職者医療制度に該当したとき（国民年金以外を20年以上かけた方）	印かん・保険証・年金証書
住所、世帯主、氏名などが変わったとき	印かん・保険証
保険証をなくしたり、汚れて使えなくなったとき	印かん・身分を証明するもの・使えなくなった保険証

問い合わせ先：住民課国保係 ☎ 24-5111

国民年金保険料 前納制度のご案内

国民年金では、保険料を前払いすると割引がある「前納」という制度があります。

今年は、5月2日までに納付されれば、今年度1年間分の保険料前納ができました。

前納制度をご存じでなかった方でも、今年5月分から来年3月分までの11カ月分前納ができます。（5月31日までに納付していただくことになります）

割引金額は、2,670円になりますので非常にお得な制度です。

前納を希望される方や制度について知りたい方は、年金事務所までお問い合わせください。

納付をされる際は、4月分の保険料納付をお忘れなく、よろしくお願ひします。

「1年間分の前納による口座振替」を申請されておられる方で、5月2日の振替が残高不足等によりできなかった方も納付書により11カ月分前納ができます。前納されずにそのままにされますと、来年4月末の1年前納の口座引落日までは、5月以降、毎月「1カ月分の保険料額（割引なし）」の口座振替に変更されます。

※**口座振替を申請されておられる方は、平成23年4月分を5月31日に口座振替の手続きをさせていただきます。**なお、口座振替による11カ月前納はできませんのでご注意ください。

平成23年5月分から平成24年3月分を平成23年5月31日までに納付する場合

納付方法	保険料額	割引額
毎月1カ月分ずつ口座振替する場合 (割引なし)	15,020円×11カ月分 = 165,220円 (付加保険料を合わせて納付されている場合) 15,420円×11カ月分 = 169,620円	0円 (0円)
納付書により納付した場合 (割引あり)	162,550円 (付加保険料を合わせて納付されている場合) 166,880円	2,670円 (2,740円)

《納付場所》 銀行等の金融機関、農協、漁協、郵便局、コンビニエンスストア

問い合わせ先 高知東年金事務所 ☎ 088-831-4430
南国年金事務所 ☎ 088-864-1111

高知西年金事務所 ☎ 088-875-1717
幡多年金事務所 ☎ 0880-34-1616

JAグループ高知指定 命の鍵を握っているのはシロアリです。



地震の際、シロアリ被害を受けた建物は倒壊の危険が増し、人命が失われる恐れがあります。

5年ごとに継続的なシロアリ防除を。
駆除・予防には最新式のベイト工法をお勧めいたします。
維持管理型ベイト工法

環境にやさしい新時代のシロアリ駆除システム

【土台】が腐蝕される
【柱】が腐蝕される
【床下】が腐蝕される
【土台】が腐蝕される

シロアリはココを食べる!!

有料広告

白蟻被害を
楽から断つ!!

シロアリに
喰われて
先ず防

確実なシロアリ防除は60年以上の実績と信頼ある当社へ

友清白蟻 検索 クリック!!

株式会社友清白蟻 ■高知支店 高知市前里70番地3
TEL 088-824-1501 FAX 088-822-0733

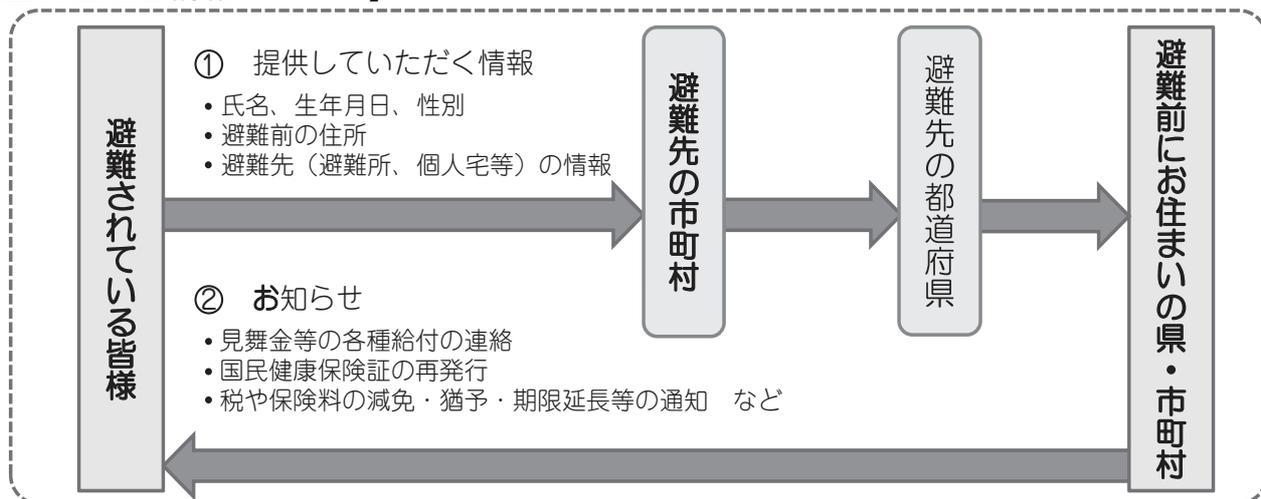


避難されている皆様へのお願い

全国の市町村で
平成23年4月25日
までに
受付開始 ※

- ① 避難先の市町村へ、ご自身の情報をご提供ください。
 - ② 避難前にお住まいの県や市町村からさまざまなお知らせをお届けできるようになります。
- ※ 受付開始時期など詳しくは、避難先の市町村へお問い合わせください。

【全国避難者情報システム】



総務省
MIC Ministry of Internal Affairs
and Communications

ご寄付御礼

去る4月18日、松岡秀直様より、日下小学校、日高中学校、日高村立図書館へそれぞれ10万円ずつ計30万円のご寄付を頂きました。心より感謝申し上げます。

「図書の充実を」という松岡様の志に添って、有効に活用させていただきます。



平成23年度銃砲刀剣類登録審査会の実施について



この登録審査は、銃砲刀剣類所持等取締法第14条の規定に基づいて、美術品もしくは骨董品として価値のある火なわ式銃砲等の古式銃砲又は美術品として価値のある刀剣類を登録するために実施するもので、平成23年度については下記のとおり行います。

平成23年度銃砲刀剣類登録審査日及び会場
(13:30~16:00 受付は15:30まで)

会場：西庁舎3階会議室

審査日：平成23年5月10日・6月14日・7月12日・8月9日
9月13日・10月11日・11月8日・12月13日
平成24年1月10日・2月14日・3月13日

問い合わせ先

〒780-0850 高知市丸ノ内1-7-52
高知県教育委員会文化財課 銃砲刀剣類担当
☎ 088-821-4761 / FAX 088-821-4548

仁淀消防組合緊急消防援助隊を派遣

東日本大震災で甚大な被害を受けた岩手県に、高知県緊急消防援助隊の一員として仁淀消防組合からも救急隊が出場しました。緊急消防援助隊は、消防庁の要請で高知県内各消防本部より50名の精鋭が選ばれ3月14日夕方高知を出発、京都、静岡を経由し、岩手県大船渡市大船渡東高校に3月16日午後3時に到着しました。ここを拠点として高知県隊は、それぞれ任務分担をして支援を行い21日夕方帰高しました。

仁淀消防組合は、救急車1台に救急救命士2名と機関員1名を派遣し大船渡東高校で野営しながら活動を行ってきました。隊員はなれない厳しい寒さの中、避難場所から病院への一般救急搬送や重症患者を往復4～5時間かけて転院搬送をするなどの業務に携わってきました。

被災地の現状はテレビなどの報道で把握しているつもりの隊員達も、瓦礫や車が建物に突き刺さった様があちこちにみられ、目を覆いたくなるような惨状に唖然としたそうで、自然災害の恐怖をまざまざと見せつけられたようです。そんな中、救急活動で接した被災者の方が自分達を明るく気遣ってくれて逆に勇気もらったと話していました。

今回の未曾有の大震災では、何万人という住民の方が犠牲となりその中には我々の仲間である消防職団員も含まれています。心よりのお見舞と、被災地の一日も早い復興を願ってやみません。



仁淀消防組合より

いやっし～土佐 こどもの日「プール無料開放」のお知らせ

平成18年4月1日にオープンした当施設も皆様のおかげをもちまして、6年目を迎えることができました。つきましては、「こどもの日」のプールを無料開放します。皆様のご来場を心よりお待ちしております。

実施日時 5月5日(木) 午前10時～午後8時30分
(最終入場時間：午後7時45分)

場所 1階プール

対象となる方 幼児、小学生、中学生の方と保護者の方（1名に限る）

※当日は混雑が予想されますのでご了承ください。
※再入場の際は通常の施設利用料がかかります。
※小学3年生以下の方は、保護者（16歳以上で一緒に入水できる者）と同伴でなければ利用できません。なお、保護者1人に対して2人（小学3年生以下）までが入水できます。
※詳細については下記の連絡先までお問い合わせください。

申し込み・問い合わせ先

〒781-1111 土佐市北地2290番地

健康増進施設 いやっし～土佐 ☎ 088-852-7618

いやっし～土佐より

知っていますか次世代認定マーク『くるみん』

- ①くるみんマークは「子育てサポート企業」の証です。
- ②従業員の仕事と子育ての両立に取り組み、一定の要件を満たした事業主が認定を受けることができます。
- ③認定を受けた事業主はくるみんマークを自社HP等に掲載することができます。



「くるみん」マーク

次世代育成支援対策推進法に基づく

お問い合わせは…

高知労働局雇用均等室 ☎ 088-885-6041

高知労働局雇用均等室より

人権擁護委員制度を御存知ですか。6月1日は人権擁護委員法が施行された日です。

「人権」とは、「人が幸せに生活するために必要な権利」です。

人権擁護委員は、地域住民の皆さんが、人権について関心を持ってもらえるような啓発活動を行ったり、法務局や市役所などの公共施設、デパート等において、家庭や職場、地域社会などにおける差別・セクハラ・DV・いじめ等の人権相談を受けています。一人で悩まずお気軽に法務局又は人権擁護委員にご相談ください。無料・秘密厳守で相談に応じます。なお、現在、高知県内では約180名の人権擁護委員が、各地域で活動しています。

平成23年6月1日(水)には、県内各地域で「全国一斉特設人権相談所」を開設します。お問い合わせは、最寄りの人権擁護委員又は法務局まで。

日高村の人権擁護委員は、次の方々です。

田中久子 鎮西幹 岡川絹江

高知地方法務局人権擁護課 ☎ 088-822-3503

高知地方法務局より

新年度がスタート！

本年度16名の新入生と5名の転入職員を迎え、新年度がスタートしました。子どもたちが健やかに成長できるよう保護者の皆様や地域の皆様のお力をお借りし、教職員一同力を尽くしていきます。ご支援・ご協力を宜しく申し上げます。



入学式

16名の入学児童を迎え、入学式を行いました。前に並んだ子どもたちは、目を輝かせ、やる気のあふれる元気な子どもたちでした。名前を呼ばれると大きな声で返事をしていました。安全協会の方より黄色の帽子やJA コスモスより、かさを頂くと元気に「ありがとう！」とあいさつをしていました。日下小学校のよき伝統を引き継いでくれる元気な1年生です。



対面式

新しい日下小学校の仲間として1年生を温かく迎えることをねらいにして対面式を行いました。一緒に歌を歌ったり、4年生から手作りのおもちゃのプレゼントをもらったりしました。最後は上級生が作ったアーチの中をみんな笑顔で通って行きました。上級生との心温まるふれあいの時間でした。

- 【学校教育目標】
自ら学び、豊かな人間性をそなえ、たくましい実践力をもつ子どもの育成
- 【めざす子ども像】
 - 自らとりくみ がんばる子
 - 助け 支え合う子
 - 元気でたくましい子
- 【めざす教師像】
 - 子どもとともに学ぶ教師
 - 子どものよさをいかす教師
 - 互いを信頼し、協力しあう教師



6月 は 能 津 小 学 校 です



コスモス文庫通信

3月の入館者数 **429人**

村内全域サービスへ向けての取り組み

前年度に月1回、図書館に来てもらった県立図書館の移動図書館（バス）が、今月から能津地区、加茂地区にも巡回します。詳細は別紙をご覧ください。お待ちしております。

村立
図書館



10:00~12:00

加茂ふれあい
プラザ



13:20~14:10

能津
公民館

15:00~15:50

※昨年度と比べて、図書館での滞在時間が短くなります。

おはなしの森

朗読ひだかさんが絵本やかみしばいを読んできます。今年度も月に一回あります（予定は右欄をご覧ください）



市原先生の講座②

市原麟一郎さん（土佐民話の会主宰）の講座2回目は、民話と土佐弁落語の実演でした。地域に伝わるおはなしを再発見できた会でした。

5月の予定

- 5/14(土) 11:00~11:30 おはなしの森(朗読ひだか)
- 10:00~15:00 県立図書館移動図書館バス
- 5/25(水) 15:30~16:00 おはなし会(日高読もう会)
- 5/未定(土) 11:00~11:30 マークのえいごでおはなし会

5月の展示

(一般書)「地震災害・原発を考える」(予定)
(児童書)「おでかけしま〜す」



新着図書

一覧は「図書館回覧板」、教委HPに掲載
「県庁おもてなし課」有川浩/「锚を上げよ」百田尚樹
「江 姫たちの戦国」「体脂肪計タニタの社員食堂」ほか

日高読もう会へのお誘い

読もう会では、日高村の読書環境をより良くするための活動を続けています。詳しくは図書館まで。

◆ 図書館利用案内 ◆

- 開館時間 午前10時~午後6時
- 休館日 月曜・祝日・最終日曜・年末年始
- 貸出 ひとり5冊まで、2週間
日高村本郷192 ☎20-1533
<http://www.kochinet.ed.jp/hidaka/>



若葉子ども会

卒業生を送る会

3月30日(水)に東部児童館で若葉子ども会「卒業生を送る会」を行いました。
今年度は、若葉子ども会より1名の6年生が小学校を卒業しました。当日は、日下小学校の教頭先生・前田先生・山田先生にも参加をいただき、教頭先生よりお祝辞がありました。
卒業生に児童館長より記念品が贈られ児童館での思い出や、中学生になってからの抱負をお話しました。会の後は、お楽しみゲーム大会で大いに盛り上がりました。
一年間ご協力くださいました皆様ありがとうございました。来年度もご協力をよろしくお願い致します。

東部児童館



若葉・若竹子子ども会

春の遠足

3月27日(日)香川県にあるレオマワールドに行ってきました。
当日は天候にも恵まれ、ポカポカ陽気の中、子どもたちはアトラクションに乗ったり、ショーを見たりして、素敵な笑顔を見せてくれました。
保護者の方にも参加を頂き、春休みの楽しい1日を過ごすことができました。
6年生は、最後の子ども会の楽しい思い出になったことと思います。



○今朝の事

昨日と思ふ日永かな

鎮西 美緒

一年で最も昼が短い冬至から後は、だんだんと夜明けが早く、暮れるのが遅くなって昼が長くなる。そんな昼の長くなった感じの春の日を日永という。掲句は、その日永の感じを具体的に詠んでいる。

○花衣

たたむ暇なく誘はるる

島田 瞳

花見の時に着る女性の晴れ着を花衣はなころもという。杉田久女の句に、花衣ぬぐやまつはる紐いろいろがあるが、衣装を、いちいちたんで始末するのも大変であろう。それにしても、たくさんの人から、花見に誘われるのはありがたいことである。

伊野部哲也

かくれんぼ最後の鬼となる遅日 遮断機の向かふ側より来る落花

古写真思ひ出語る日永かな
京菓子きょうこの土産物にも春の色

岩村 さと

広げたる莫塵もくじんに落花のひとしきり
入学にがく子夢ゆめふくらませ報告に

柏井 皓子

鶏けい放ち老の見守る日の永き
満開の花の下なる輪の中に

川瀬 晴恵

永き日や五圓十圓寄進札
頻く風の落花は飛花に返りけり

駒木 基克

チューリップ蕊の奥まで日を入れて
野に暮れし莫塵の日永を折りたたむ

中村 梅子

母と手を繋ぎたき子も入学す
天井を見ナースを待ちて日の永し

中山 美根

永き日や沖から二艘帰り船
天災や避難場所にも花あかり

西岡 邦彦

欠伸して猫又眠る日永かな
散る花の光をのせてとめどなく

橋詰登志子

散る桜句帳にのりてしをりとす
保育とは違ふ入学子の顔よ

濱田 幸

四阿あつちまを包み込みたる落花かな
鶏小屋を犬が覗いていく日永

池野いちび

俳句教室

コスモス

寸評 いちび

○パンジーの
色に迷うてるる花屋

山本眞知子

パンジーは、ヨーロッパ原産で、三色さんしきともいわれ、紫・黄・白の三色に彩られています。花屋に並べられたのを、次から次へと見ていくと、さて、どれにしようかと決めにくいものです。

○文化祭舞台の裾に椿咲き

野村 近子

舞踊とか、演劇などが行われているでしょう。近くには、椿の花が咲いて、その舞台へ色を添えています。着付けをはじめ、踊りなどが上手な作者です。

如月や還暦祝ふレストラン
蒲公英の綿毛に夢を乗せにけり

山中 芳子

春菊とほうれんそうのダブる和へ
すましつゆ春菊入れて食卓に

谷岡 葉子

春の日を犬も背に受け大いびき
リハビリの窓の視界に桃の花

寺田 信子

俳句教室

興味のある方は、ぜひご参加ください!!
初心者ももちろん大歓迎。
次回予定 平成23年5月2日(月)
兼題 「鯉幟(こいぼろ)」
連絡先・東部福祉館 ☎241-5440

飼えなくなった
犬の引き取り日

5月の犬引き取り日

5月12日(木)・17日(火)

受付時間 8:30~9:30

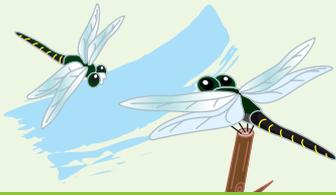
※処理手続きの都合上、前日16時まで
に産業環境課まで連絡をお願いします。

平成23年度
子犬の譲渡会案内

5月1日(日)・19日(木)

※詳しくは産業環境課までお問い合わせ
ください。

☎ 24-4647



日高村のトンボ

日高村で見られる特徴的なトンボを、季節に応じて、紹介するコーナーです。(社)トンボと自然を考える会の杉村光俊常務理事のご協力をいただき、毎月紹介しています。



第13回 トラフトンボ

全長50～55mm。トラフとは「虎斑」の意味で、黒地に黄色の斑紋がある体色から名付けられています。山林に近く、水の透明度が高く日当たりのよい池や、緩い流れを好み、成虫は4月上旬から6月上旬にかけて見られます。羽化したばかりの成虫は、水辺から少し離れた林縁に移って体力づくりに専念、2週間ほどで生殖活動が行えるようになり、再び水辺に戻ってきます。トラフトンボを語るとき、ユニークな産卵行動を忘れることはできません。近くの木立で交尾を終えたカップルは水辺に戻り、リング状(交尾態)のまま飛び続け産卵場所を探します。適当な場所が見つかったら連結を解き、早は付近の植物などに止まって卵の塊を作り始めます。数分後、卵の塊が自分の頭よりも大きくなったところで飛び立ち、これを水面近くの水草などに絡めるのです。卵の塊は水に浸かるとほぐれ、ちょうどヒキガエルの卵のような形となります。つまり、トラフトンボの卵はゼラチン質の紐の中でしっかりと守られているのです。汚染や埋め立て、帰化生物の侵入などによって全国的な希少種となっているトラフトンボですが、村内では岡花調整池で多く見られるほか、整備中の馬越調整池での増殖も期待できます。

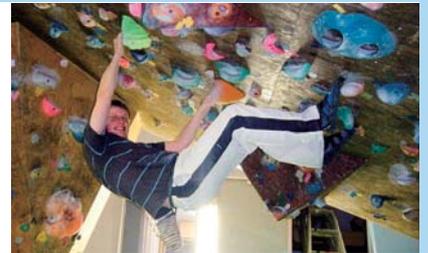
マーク日記 ALT Mark

The ways I exercise

I love exercise. Like many Americans I like many activities: hiking of course, swimming, jogging, biking, bouldering, doing body weight workouts, surfing, and yoga. I recently learned how to breathe properly when swimming the crawl, since then I've been going to the Shie and other swimming pools to practice. So far in Kochi I've hiked Ishizuchi-san, Kajigamori, Naruyama, and Otakiyama. I plan to hike Yokokura-san and Kokuzo-san soon. I also hiked Mount Fuji while I was in Tokyo, though I didn't enjoy hiking up the crowded, volcanic rock trail very much. I started bouldering since I came to Kochi and go to a gym in Kochi called Stone 0 once every few weeks. How do you like to exercise? I'm interested in trying new things so please tell me!

私のエクササイズ

私は体を動かすのが大好き。多くのアメリカ人と同じように幅広い遊びが大好きなが。ハイキングはもちろん、水泳やら、ジョギングやら、バイク(食べることじゃないがでえ、自転車で疾走することね)。ほんでから、落ちても怪我をせん高さの岩登り、腹筋、懸垂、腕立て伏せみたいなボディウエイトトレーニング、サーフィン、そんでヨガが好き。こないだ、クロールをするときの息の仕方を覚えたきうまいもんよ。高知市営プールなど、近くにあるプール行きまわりゆう。高知に来てからというもの石鎚山、梶ヶ森、成山(なるやま)、大滝山を登ったきね。さらに、横倉山、虚空蔵山も登ろうと思うちゆうがよ。そうそう、東京におったおりは富士山にも登ったが。ところが、こじゃんと混んじよって、火山溶岩の登山道もゆっくりと楽しめれんかったちや。高知で始めた岩登りは、何週間かに一回ぐらい、ジム「Stone 0」(ストーン ラブ)という所に通いゆう。皆さんは、どんなエクササイズが好き? うんと新しいものに興味があるき、教えてくださいね。



ジム「Stone 0」での岩登り



いろいろな山を登るのが大好き

ひだか Village Now

日高村の人口
3月末現在(前月比)
世帯数 2,484戸(-5戸)
人口 5,694人(-13人)
男 2,691人(-3人)
女 3,003人(-10人)

日高村の交通事故
発生状況
平成23年1月~3月分(3月)
人身事故 4件(1件)
死者 0名(0名)
傷者 4名(1名)

お誕生 おめでとうございます!!

お誕生日 3月6日
氏名 福本 実央
性別 女
保護者 豊
自治会 馬越

ご冥福をお祈りいたします

氏名	享年(満)	自治会
坂本 春花	92歳	岩目地西
澁谷 跨男	87歳	馬越
濱田美代子	71歳	暮月
柏井 與	85歳	石田

「広報ひだか」は、再生紙を使用しています

※順不同・敬称略。ご家族の同意をいただいた方のみ掲載しています。