



防災行政無線で放送された内容が分からないときや  
もう一度聞きたい場合は、

◆防災行政無線電話応答サービス

通話料  
無料

ひきゆう お3と  
0120-49-6610をご利用ください。



カラー版QRコード  
※掲載が間に合いません  
場合があります

## 関連記事は2ページをご覧ください

～主な内容～

- ◆室戸高校定時制 聴講生募集のお知らせ… 5P
- ◆「脳トックリ」の実施（募集）… 6P
- ◆室戸市コミュニケーションサービスをご利用ください！… 10P
- ◆新しい国保の被保険者証の  
有効期限が変更になります… 15P
- ◆税務課からのお知らせ… 18P

～人口の動き～

（令和3年12月31日現在）（12月1日～12月31日届出）  
世帯数…7,182 世帯 出生… 3 人  
総人口…12,319 人 死亡… 29 人  
男…5,917 人 転入他… 27 人  
女…6,402 人 転出他… 12 人  
この数値（人口）は室戸市住民基本台帳を基にしています  
（※昨年12月31日現在の総人口は12,683人）



# 祝成人

1月3日(月)室戸市保健福祉センター  
やすらぎ 夢ひろばにおいて、「室戸市成人  
式」を行いました。

対象者70人のうち当日は54人が出席し、  
友人との久しぶりの再会を喜び合っていま  
した。

作文発表「二十歳の誓い」では、2人の方  
が、将来への想いや支えてくれている人た  
ちへの感謝を述べ、会場からは大きな拍手  
が送られました。



# 市長の部屋

初夢！

室戸市長 植田 壯一郎

室戸診療所整備を機会に、高知大学医学部と室戸市の覚書を締結しましたが、その内容は、市民の生活習慣などの実態調査や予防に関すること、ICTを活用した医療・介護の情報連携や遠隔医療の実施に向けた取り組みなど連携協力する基本的事項に関して定めたものです。その覚書締結がきっかけとなり、室戸市をヘルステックな世界拠点を目指すプロジェクトが昨年スタートしました。

私の初夢ですが、室戸診療所に大学のデジタル付属病院的な機能を持つ一角を整備して、オンライン治療の取り組みなどが定着すると先進医療を学ぼうとする学生や若者がやって来る。医療や介護などの先端技術の開発が進みヘルステックな企業の参画など室戸市は活力を取り戻す。何よりも、脆弱な医療・介護体制が改善され、市民の安全と安心を確保できる。また、室戸市を大学のキャンパスに位置付け、起業家育成コースを受講できる環境整備を進め、学生は社長になって卒業するという画期的な大学の姿を想像するが、地域資源を活用したウェビビジネスなどデジタル化社会は地方の時代となりUターンや移住が加速される。

ローカルベンチャー（様々な地域課題の解決と持続可能な地域社会づくりのために起業したベンチャー企業）インキュベーション施設（創業初期段階にある起業家の事業拡大や成功を支援する目的のもと、通常よりも安価な賃料で事務所スペースを提供したり、事業の立ち上げに関する専門家によるサポートを提供したりする施設）の整備を進めることで、人材育成環境の充実整備が若者に魅力のある室戸市となる。街には若者や子どもたちの甲高い声が響き、高齢者が元気に暮らす源にもなっている。「夢は叶う」と言われますが手応えは感じている。

## ◆吉良川の町家 雛まつり◆

歴史ある町並みの民家に雛人形が飾られた、懐かしい面影が残る吉良川の町並みを散策しながら、ひな行列、買い物をお楽しみください。

開催期間：3月3日(木)～6日(日)

イベント：竹あかり 3月4日(金)・5日(土)

ひな行列 3月5日(土)・6日(日)

販売物：五目ずし、芋ドーナツ、餅、まんじゅう、手打ち蕎麦、焼き芋 他

場所：吉良川町重要伝統的建造物群保存地区内



※新型コロナウイルス感染症拡大の状況によっては、中止となる場合がございますので、あらかじめご了承ください。

■【お問い合わせ先】吉良川町並み雛まつり実行委員会 ☎25-3670

## 「わが家のたからっ子」募集の締切り日が5月号から変更になります。

掲載月の前々月の25日に変更となります。

3月号募集締切り日／令和4年2月 4日(金) (令和3年3月生まれの子どもさん)

4月号募集締切り日／令和4年3月 4日(金) (令和3年4月生まれの子どもさん)

5月号募集締切り日／令和4年3月 25日(金) (令和3年5月生まれの子どもさん)

■【お問い合わせ先】総務課 総務情報班 ☎22-5114



# KUMON

## 2月無料体験受付中!

広告

室戸浮津教室(水・土)  
室戸市浮津 816-1



TEL: 090-8978-4162 (宮田)

室戸岬教室(火・金)  
室戸市室戸岬町  
東河原町 5374



TEL: 090-5148-1926 (福岡)

算数・数学  
英語 国語  
幼児から高校生まで  
学習できます!  
詳細は教室まで♪

# 令和4年度 奨学生募集

## 室戸市奨学資金

室戸市教育委員会では、教育の機会均等を図り、文化の向上と社会の健全な発展に貢献する人材を育成することを目的として奨学資金制度を設け、毎年予算の範囲内で奨学生を募集しています。室戸市に1年以上在住する家庭の、高等学校等以上入進学または在學生を対象とします。

【※現在貸与を受けている方も、継続申請が必要です】

### ◇貸与月額

(令和3年12月現在  
貸与額は変更される場合があります)

高等学校、専修学校(高等課程)	10,000円
高等専門学校(1年～3年)	16,000円
高等専門学校(4年・5年および専攻科) 専修学校(専門課程)	30,000円
大学・大学院(専門職大学を含む)	35,000円

【※成年者2人の保証人が必要です】 【※貸与期間は、その学校における正規の修学期間とします】

### ◇奨学金の返還

この奨学金は、給付するものではなく、**貸与(貸付)**するものです。奨学生が卒業して1年後の翌月から、10年以内で月賦・半年賦、または年賦のいずれかで返還していただきます(無利子)。

## 室戸市大学入学準備金

…「大学入学準備金」の貸与制度です

「大学入学準備金の調達が経済的理由により困難な方へ、進学の援助として使ってほしい。」とおのたかひで小野喬秀ご夫妻よりの寄付金を財源とした「室戸市大学入学準備金」の貸与制度。貸与対象者は大学進学者で、予算の範囲内で募集します。貸与額は**1人50万円**を限度とします。返還開始は卒業後、1年経過した4月からとなり、返済期間は7年以内です。(無利子)

◎募集期間・・・2月1日(火)～3月31日(木)

◎申請書等は、1月下旬ごろ、室戸市内の中学校、室戸市から安芸市内までの高等学校に配布しております。それ以外の学校につきましては、下記のお問い合わせ先までご連絡願います。

◎注意事項・・・申請書等は、申請者(奨学金を受けようとする者)およびその保護者が直接お持ちください。その際、申請に関する聞き取り等を行います。

■【お問い合わせ・お申し込み先】〒781-7185 室戸市浮津25-1 生涯学習課 人権教育班 ☎22-5144

## その使い方、大丈夫? ~考えよう、インターネットと人権~

おばあちゃん見て見て! バドミントンの試合で優勝したときにチームで写真を撮ったの!

良い写真だねえ。みんな嬉しそう。

ネットにあげて学校の友だちにも見てもらおうと!

待った! チームの人たちには写真をネットにのせてもいいか相談したかい?

あ、してない……。

他の人も写っている写真を勝手にネットにあげてはいけないよ。表彰状を持っているから名前も分かるし、知らない人にあゆむやチームの人たちの名前や写真を勝手に使われることだってある。インターネットに一度流れた情報は完全に消せないんだよ。それが原因で思わぬトラブルや犯罪に巻き込まれたり、誰かを傷つけてしまったりすることがあるから気をつけなと。

無意識に傷つけてしまうところだった、ありがとうおばあちゃん!

誰かを傷つけないために、自分を守るために、相手への配慮とモラルを持って、インターネットを利用しようね。



あゆむ(12)  
恵方巻を食べるときに中身の具だけが出てしまうのがなやみ。



まさき(78)  
スマホのカメラフォルダには、趣味の編物作品がいっぱい。

### 【インターネットを使う時の注意点!】

- 他人の悪口や差別的な内容は書き込まない! ○暴力的なことばを使わない!
- 人が写っている写真や動画を本人の許可なく勝手に掲載しない! ○根拠のないウワサを書き込まない!
- 映画、テレビ番組、音楽、雑誌など著作物を許可なくアップロードしない!
- 簡単に自分の個人情報や写真を掲載しない! ○勝手に他人の個人情報を書き込まない!



### 書き込む前に、掲載する前に、もう一度よく考えよう!!

★困ったときの相談先★

【子どもの人権110番】 ☎0570-003-110 (平日 8:30~17:15)

【みんなの人権110番】 ☎0120-007-110 (平日 8:30~17:15)

■【お問い合わせ先】人権啓発課 ☎22-5115

## 室戸高校定時制 聴講生募集のお知らせ

室戸高等学校定時制では、平成19年度より聴講生制度を設け、広く聴講生を募集することにしています。聴講生制度とは、在校生の受けている授業を外部の方にも開放し、在校生と一緒に勉強することによって、教養を深めてもらう制度です。ただし、あくまで授業ですので、生徒を中心とした進捗で進めさせていただく予定です。

令和4年度も下記の2科目募集いたします。一人でも多くの方のご参加をお待ちしています。20歳以上でしたら、どなたでも参加いただけます。

授業は1年間続きます。一定の時間数以上を出席し、その成果が認められる場合には、修了証を発行します。高校を卒業していない方で、20年以内に本校定時制に入学される場合には、卒業の単位として認められます。

### 1. 趣旨

この制度は、一般の方々に本校定時制の授業を受けていただくことによって地域に開かれた学校づくりを推進し、地域住民の生涯学習に寄与するとともに、授業の活性化を図ろうとするものです。

### 2. 聴講科目

令和4年度の聴講科目は次の通りです。

詳細につきましては、2月から配布される願書でご確認ください。

教科	科目	単位数	授業時数	内容
芸術	音楽Ⅰ	2	週1日 2単位時間	歌唱活動や器楽演奏などを通して、音楽文化への理解を深める。
商業	ビジネス実務Ⅰ	2		パソコンの実践的な操作、電卓操作を学習する。

### 3. 開講期間、開講時間など

①開講期間：令和4年4月～令和5年2月

②開講時間：18：05～21：10のうち2単位時間（※1単位時間：40分）

※開講曜日、時間等の詳細は4月の説明会で連絡します

③開講回数：平均28回程度 ※学校行事等による休講あり

### 4. 受講料等

受講料は1科目につき、3,480円（令和3年度現在）です。その他テキスト代が必要となります。受講料は学校の定める期間内に納入がない場合、受講資格を失う場合があります。※受講料は改正される場合があります。

### 5. 出願資格 20歳以上（4月1日現在）で、1年間継続して本校への通学が可能な方。

### 6. 定員 商業は20人程度、音楽は10人程度（先着順とし、定員に達し次第締め切りとします。）

### 7. 日程

願書配布：2月16日（水）から配布開始の予定 願書は本校の事務室にあります（出願先も同じです）

出願期間：3月14日（月）～28日（月）17：00（必着）

説明会：4月12日（火）19：30 日程等の最終確認、講座変更

入講式：4月12日（火）19：50ごろ（説明会終了後すぐ）

聴講開始：4月13日（水）から順次開始予定

■【お問い合わせ】〒781-7102 室戸市室津221番地 高知県立室戸高等学校定時制（担当：藤原）☎0887-22-1155

## 水道局より

## 水道管を凍結から守る

気温が氷点下になると水道水が凍ったり水道管の破裂が起こります。水道管が破損してしまうと、水が使用不能になるだけでなく、給水装置の修理費用等も自己負担となってしまいます。露出した水道管や蛇口を保温材などでカバーをして、水道管を守りましょう。

### 凍結予防の方法

・屋外でむき出しになっていたたり、日の当たらない水道管は凍結しやすい箇所です。寒くなる前に水道管の保温対策を行いましょう。保温材や毛布、布切れなどで配管を包みましょう。保温材はホームセンター等で購入できます。

### 凍結で水が出ないときは…

・自然に溶けるのを待つ ・温めたタオルをかぶせる

※急に熱湯をかけると水道管や蛇口が破損する恐れがあります。40～50℃のお湯で温めたタオルなどをかぶせて、ゆっくりと凍結した部分を溶かすようにしてください。

### 水道管が破裂してしまったら…

・止水栓をしっかりと閉めて、室戸市水道指定給水装置工事業者に連絡し、修理してください。



## 水道検針にご協力ください 検針期間 2月1日（火）～7日（月）

検針は2カ月に1回（偶数月の月初め）に行っています。検針期間は天候などにより多少ずれる場合がありますのであらかじめご了承ください。

検針員が各ご家庭のメーターを確認しますので

※メーターボックスの上には駐車しない ※メーターボックスの近くに物を置かない など検針にご協力ください。

■【お問い合わせ先】水道局 ☎22-5139

## 「脳ドック」の実施(募集)

国保では、病気を早期発見し、早期予防に向けて生活習慣を見直す機会として、「脳ドック」検診を特定健診とセットで実施しています。まだ、受診されていない方はぜひこの機会にご検討ください。

### ◆1. 受診対象となる方

- ① 室戸市の国保に加入している40～74歳までの方
- ② 令和2年度に「脳ドック」を受診していない方
- ③ 令和3年度に特定健診を受けていない方、現在脳外科受診中でない方 等  
※詳しくは受付時に確認させていただきます。



### ◆2. 検診日時

受付時以降～3月25日(金)まで

月曜日(16:00)  
火曜日(16:00、16:30)  
水曜日(15:00、15:30)  
木曜日(9:30、10:00)  
金曜日(15:00、15:30)

### ◆4. 申し込みについて

受付を2月6日(日)8:30～12:00に実施します。

※当日、庁舎は閉庁しておりますので、市民課保険年金班

☎22-5133または、

☎22-5131にて、電話で予約受け付けをおこないます。

※この日以外でも市役所開庁時間で随時受付を行っております。

### ◆3. 検診場所 田野病院

### ◆5. 費

用 1,000円 ※特定健診分無料

検査当日、直接、田野病院の会計にお支払いください。

■【お問い合わせ先】市民課 保険年金班 ☎22-5133

～国民健康保険、後期高齢者医療保険のみなさまへ～

## 第三者行為によるケガで保険証を使うときは、届出を！！

※交通事故(自転車や歩行の場合も含む)や、けんかなど第三者(自分以外の人)の行為によってケガをした場合で、保険証を使って治療を受けるときは、「第三者行為による傷病届」の届出が必要です。

Q. なぜ、届出をしないとイケないの？

交通事故などで病院にかかった場合の治療費は、本来は加害者(第三者)が負担すべきものですが、保険証を使って治療を受ける場合は、届出が必要となります。

Q. 届出をした後は？

保険証を使って治療を受けた場合、医療費の窓口負担額以外は、室戸市や後期高齢者医療広域連合が一時的に立て替えて病院に支払い、後で加害者に(過失割合に応じて)治療費を請求します。

Q. 届出はどうすればいいのですか？

市民課保険年金班の窓口または、電話でお問い合わせください。



■【お問い合わせ先】市民課 保険年金班 ☎22-5133

令和4年2月



## あつまれ! にわかっこ

「にわかっこ」は、ご家庭で子育てをしておられる皆さんに、無料で利用していただける地域子育て支援センターです。気軽に遊びに来てください。パパ、祖父母の方、妊婦さんも大歓迎です。

時間 受付 9:30～ 終了 11:30

場所 室戸市保健福祉センターやすらぎ2階和室

出張どわがっこ予定

- 2月 1日(火) かわいい鬼のお面作り・豆まき遊び
- 2月 8日(火) みんなで遊びましょう・エプロンシアター
- 2月 15日(火) 親子ふれあい遊び
- 2月 22日(火) おもちゃ作り

上記以外の月曜日～金曜日(9:00～11:30・13:00～15:30)は、佐喜浜保育所内「にわかっこ」へ遊びに来てくださいね。

※お子さんのお世話に必要な物一式と水分を持って来てください。  
※新型コロナウイルスの感染状況により中止となる場合があります。

■【お申し込み・お問い合わせ先】佐喜浜保育所地域子育て支援センター「にわかっこ」  
☎27-2844(担当:森岡・戎井)

2月

むろと保育園  
地域子育て支援センター

## クローバー行事予定

「クローバー」はご家庭で子育てをしておられる皆さんに無料で利用していただけます。

月曜日～金曜日(9:30～12:00・13:00～15:30)まで開いていますのでお気軽にどうぞ。少しの時間でも立ち寄っていただければ嬉しいです。初めての方や妊婦さんも大歓迎です♥

- 2月 2日(水)…豆まきをしよう
- 2月 9日(水)…製作牛乳パックでイスを作ろう♪
- 2月 16日(水)…身体測定
- 2月 17日(木)…お店屋さんごっこを楽しもう

予定を変更する場合があります。  
ご了承ください。気軽に遊びに来て  
くださいね。待ってます!

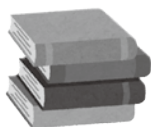


■【お申し込み・お問い合わせ先】

むろと保育園地域子育て支援センター「クローバー」

☎22-0587(担当:中山・沖)

# 図書館だより



## 特別整理期間・休館のお知らせ

室戸市立市民図書館では、蔵書点検等のため下記の期間休館いたします。

### ●休館期間

2月27日(日)～3月7日(月)

ご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。

## 利用案内

●開館時間 火～金 10:00～18:00

土・日 10:00～17:00

●休館日 月曜日・祝日・館内整理日・特別整理期間等

●貸出冊数／1人5冊

●貸出期間／2週間

## 2月カレンダー

■…休館日

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

館内整理日

休館中の返却につきましては、図書館入口右側の返却BOXをご利用ください。(他館から借りた本・取り寄せた本、CD、DVDは入れないでください。)



## 2月の新着図書案内

(一部紹介)

### 一般書



こねないのにおいしい、究極のパンのレシピ動画をYouTubeで配信している「やさいのひチャンネル」から、書籍ができました。失敗しにくく、負担がないので、気軽に作れる手作りパンレシピです。

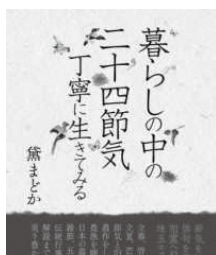
『おうちで本格パン焼きました』  
やさいのひベーカーリー/著



『かぞえきれない星の、その次の星』  
しげまつきよし  
重松清/著



『たった1秒!韓国語つぶやきレッスン』  
たろん/著

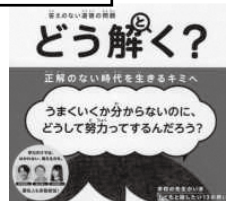


『暮らしの中の三十四節気 丁寧に生きてみる』  
まゆずみ  
黛まどか/著



『くらべる世界』  
おかべたかし/文

### 児童書

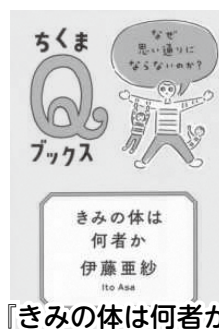


「どうして学校に行かなければならないの?」「得意なことをのばすのと苦手なことをなくすのはどちらがいいの?」など、答えにくい「答えのない問題」を考えます。答えられないこともひとつの答え。楽しみながら考えてみよう。

『答えのない道徳の問題 どう解く?』  
やまざきひろし/文



『風の神送れよ』  
くまがいちせこ  
熊谷千世子/作



『きみの体は何者か』  
いとうあさ  
伊藤亜紗/著



『今につながるくらしと文化』  
幸運社/編




『ヒミツのひだりききクラブ』  
みづき  
キリーロバ・ナージャ/作

●【お問い合わせ先】室戸市立市民図書館 ☎22-0161


## 介護予防教室のご案内

※対象：65歳以上の室戸市に住民登録のある方

教室名	開催日	曜	時間	場所	内容	備考	お申し込み・お問い合わせ先
いきいきらくらく 体操教室  	2月 3日	木	16:00~17:00	室戸勤労者 体育センター やすらぎ きらきらひろば	<b>【講師】</b> 健康運動指導士 中村 美帆 氏 <small>なかむら みほ</small> ストレッチや自宅でも できる体操です。 女性に人気！毎回好評です！	●参加料 無料 40人程度 お持ちいただくもの ヨガマットまたは バスタオル	室戸勤労者 体育センター ☎22-1181
	2月10日						
	2月17日						
	2月24日						

## 陶芸教室のご案内





※対象：室戸市に住民登録のある方（成人）


陶芸教室	開催日	曜	時間	場所	内容	備考	お申し込み・お問い合わせ先
	2月 7日	月	10:00	室戸市保健 福祉センター やすらぎ 陶芸室	<b>【講師】</b> 室戸市美術展覧会 無鑑査作家 山本 克彦 氏 <small>やまもと かつひこ</small> 初心者向けの陶芸教室です。 コップやお皿をつくっています。	●粘土代等実費が 必要です。	保健介護課 健康推進班 ☎22-3100 生涯学習課 生涯学習班 ☎22-5142
	2月14日						
	2月21日						


※65歳以上の方は、従来どおり「介護予防」として、65歳未満の方は「生涯学習」として参加できます。

## 健康教室のご案内

※対象：室戸市に住民登録のある方（成人）

教室名	開催日	曜	時間	場所	内容	備考	お申し込み・お問い合わせ先
リズミック ウォーキング教室   	2月12日	土	9:00~10:00	室戸市保健 福祉センター やすらぎ きらきらひろば	<b>【講師】</b> フィットネスインストラクター 早川 理香 氏 <small>はやかわ りか</small> 音楽に合わせて前後左右の 有酸素運動	●参加料 無料 ※お申し込み予約必要 締切り日 2月10日(木)	室戸勤労者 体育センター ☎22-1181
エクササイズ教室   	2月16日	水	18:30~19:30		<b>【講師】</b> 健康運動指導士 濱田 泰行 氏 <small>はまだ やすゆき</small> ボクシング&筋膜リリース	●参加料 無料 ※お申し込み予約必要 締切り日 2月14日(月) お持ちいただくもの ヨガマットまたはバスタオル	

 この深ちゃんマークが付いている教室は運動習慣動機づけ事業「水中運動で元気になりましょう！」シレスト350円×5回分利用券配布の対象事業です。

 この「とことこポイント」マークがついている教室は、「むろと健康づくりとことこ事業」20ポイント付与対象です。

## 第22期 第2回 室戸健康大学開催

※この事業は、「高知家健康パスポート事業」の対象事業です。

○日時 2月20日(日) 10:00~14:00

○場所 ニューサンパレスむろと ジョン万ホール ※駐車場あり

10:00~10:15	「いきいき生きる」 内田脳神経外科 理事長 内田 泰史 氏 <small>うちだ やすふみ</small>
10:15~10:30	体操 内田脳神経外科ｽﾎﾟｰﾂｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ松本 隆誠 氏 <small>まつもと りゅうせい</small>
10:30~12:00	「室戸の海は発見がいっぱい」 むろと漁師の水族館 marine+遊漁船「未来」船長 松尾 拓哉 氏 <small>みらい まつお たくや</small>
12:00~12:45	昼食
12:45~13:00	絵しりとり 内田脳神経外科ｽﾎﾟｰﾂｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ松本 隆誠 氏 <small>まつもと りゅうせい</small>
13:00~14:00	「知って予防しよう！身近に潜む心不全」 もみのき病院 内科医 中嶋 安隆 先生 <small>なかじま やすてる</small>

※今後の新型コロナウイルスの感染状況によっては、講義内容の変更や「室戸健康大学」の延期または中止になる場合がございます。ご了承ください。

※初めてご参加の方は、入学金500円を当日お支払いください。

※昼食をご希望の方は、事前にお申し込みのうえ、当日昼食代500円をお支払いください。なお、コロナウイルス感染症対策のため、昼食の持ち込みはお控えください。(注意)申し込み後の当日キャンセルは、キャンセル料として500円いただきますのでご了承ください。

※自家用車でこられない方のための送迎があります。

ご希望の方は事前にご連絡ください。

Aコース 吉良川~ニューサンパレスむろと

Bコース 椎名~室戸岬経由~ニューサンパレスむろと

○注：自家用車の方は、直接、ニューサンパレスむろとへお越しください。

●お申し込み締切り日：2月10日(木)

■【お申し込み・お問い合わせ先】ニューサンパレスむろと ☎22-0012 FAX:22-0168(担当：門田)





# やすらぎだより

## 室戸市立 室戸岬診療所 診療のご案内

常勤医師：泉医師 診療科目：内科・外科

診療日：月～金曜日（金曜日の午後 および土日、祝日を除く）

**【重要】2月28日(月)午前は、休診となります。**

診療時間 (受付時間)	月	火	水	木	金
9:00～12:00 (8:45～11:30)	○	○	○	○	○
13:00～17:00 (12:45～16:30)	※○	○	○	○	

○**注意** 第2・第4週の月曜日は、午後から往診を行いますので、診療は、往診終了後の、16:00ごろがめやすとなります。あらかじめご了承ください。(急患は除く)

### 予約方法

お電話での予約受付をしています。予約をしていただくとスムーズに受診していただくことができます。  
診療日の診療時間内に室戸岬診療所（☎23-3610）へお電話をお願いします。

**注意** 予約時間を過ぎて来院された場合は、予約のキャンセル扱いとなり、受付した順に診療いたしますのでご注意ください。

	担当医師	診療時間 (受付時間)
※第2・第4 月曜日	宮野医師 (高知大准教授)	16:00ごろ～17:00 (15:30～16:30)

※診療時間等については、都合により変更となる場合がございますのでご了承ください。

### 【インフルエンザワクチン予防接種のお知らせ】

インフルエンザワクチン予防接種を実施しております。ご予約される方はお電話をお願いします。

(※ワクチンの入荷数に限りがあるため、ご希望に添えない場合があります。)

### 風邪症状等で受診される市民の皆さんへのお願い

●発熱、呼吸器症状（せき・鼻づまり・のどの痛みなど）、頭痛、けんたい感、下痢、嘔吐、味・臭いがわからないなどの症状のある方で受診をされたい方は、**必ず電話予約のうえ受診してください。**

●受診の際は必ずマスクを着用するとともに、医師・看護師の指示に従ってください。

※保険診療による新型コロナウイルスの検査は、医師が新型コロナウイルス感染症を疑うと判断した場合にのみ可能です。

●風邪症状等のある方の診療時間

月～木 14:00～17:00(受付は16:00まで)

金 10:00～12:00(受付は11:00まで)

※来院時間は診療所が指定します。到着した際に、インターホンを鳴らし、職員が対応するまで、院外で待機をお願いします。

■【お問い合わせ先】室戸岬診療所 ☎23-3610 地域医療対策課 ☎22-2727

## 室戸市あったかふれあいセンター 2月プログラム

月	火	水	木	金
1	2	3	サテライト吉良川	4
脳リハのススメ	フリーデー	節分豆まき	学びの日	
7	8	9	10	11
サテライト吉良川	建国記念の日			
体操 レクリエーション	趣味の部屋	音楽 レクリエーション	フリーデー	
14	15	16	17	18
サテライト吉良川				
ミステリーデー	フリーデー	モーニングを 楽しもう	音楽 レクリエーション	ちょっと 寄り道
21	22	23	24	25
サテライト吉良川		天皇誕生日	サテライト吉良川	
フリーデー	認知症カフェ		カレーの日	フリーデー
28	2月22日(火) 10:30ごろ～ 認知症についての正しい理解と、ご本人、介護者が気軽に集える場を設け、 情報の共有や交流をしています。希望者は昼食あり(実費負担)			
リハビリ ショッピング				

**【活動場所】** 室戸市元甲 1902 番地 1 (旧元保育所跡) NPO法人ぐりーと内  
月曜日～金曜日 (9:00～15:00)

☆利用料は無料。ただし、ランチなどイベントの参加費(材料費)は実費負担となります。

※この事業は令和3年度室戸市あったかふれあいセンター事業の委託事業です。

### お知らせ

#### サークルのご案内

<脳トレ教室>

/ 毎週月曜日 13:00～

脳の活性化を目指しています。

/ 毎週金曜日 13:00～

男性のみで活動しています。

<ふまねっと運動>

毎週水曜日・金曜日 13:00～

転倒や認知症予防として楽し

みながらできる運動です。

<園芸クラブ>

毎月1回 第2火曜日 9:30～

「庭づくりの会」

花や野菜を育てています。季節

に応じて、寄せ植えやお花見会

をしていますので、一緒に活動

しませんか。

参加希望の方は、下記の連絡先までお問い合わせください。

■【お問い合わせ先】

NPO法人ぐりーと ☎23-1551

■Instagramやってます!

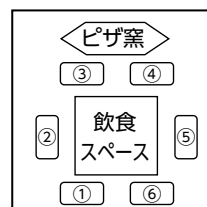
@attakagreet

『椎名集落活動センターたのしいな』よりお知らせ

## 「ふれあい体験交流スペース」 3月の出店者大募集

- 募集日：3月の土・日・祝日
- 利用時間：9:00~17:00
- 出店数：1日最大6店舗  
(※応募多数の場合、抽選となります。)
- 対象者：室戸市内の事業所および団体・個人
- 出店料：出店料は徴収しませんが、電源利用者は1日360円徴収します。
- 締切り：2月18日(金)(3月利用分)

お隣は「むろと廃校  
水族館」です！  
たくさんのご応募  
お待ちしております！



- ※希望する出店場所とは異なる場合がありますのでご了承ください。
- ※イベント開催時に出店数の制限を行う場合があります。
- ※出店中の事故等については出店者の責任となります。
- ※新型コロナウイルス感染症の感染状況等により出店休止となる場合があります。あらかじめご了承ください。

応募方法等、詳しくは下記までお問い合わせください！

- 【お問い合わせ先】まちづくり推進課 まちづくり推進班 ☎22-5147  
椎名集落活動センターたのしいな ☎98-7020



## 室戸市コミュニティバスをご利用ください！

令和3年11月1日(月)より室戸市ではコミュニティバスの実証運行を開始しております。まずは、山間部に多く点在する公共交通空白地区の解消を目指し、市内全10路線で実証運行(お試し運行)を行い、皆さんからいただいたご意見等を踏まえ、よりよいものにしていきたいと考えております。

お買い物や病院、ちょっとしたお出かけ等々にぜひご利用していただき、ご意見・ご要望をお聞かせください。また、コミュニティバスが本格運行に移行し、いつまでも持続して地域の移動手段として利用できるようになるためには皆さんの力が必要となります。現在、ご自身で運転されていて移動手段に困っていない方もぜひご利用ください。

詳細や何か不明な点がありましたら、室戸市ホームページにてご確認ください。  
下記のお問い合わせ先にご連絡ください。

皆さんのご乗車お待ちしております！

### ■【お問い合わせ先】

○取り組みに関すること：まちづくり推進課 ☎22-5147

○運行に関すること：合同おらんくタクシー 『受付窓口』中央タクシー ☎22-0530



## 老齢基礎年金の繰下げ

### ■繰下げ受給

老齢基礎年金は原則65歳から受け取ることができますが、希望すれば66歳以降から、繰り下げて受け取ることができます。繰下げ受給の請求をした時点(月単位)に応じて年金が増額され(例えば70歳時点では4.2%増額されます)、その増額率は生涯変わりません。また、増額された年金は、原則として繰下げ受給の申出をした月の翌月分から受け取ることができます。

〈繰下げ受給を請求する際の注意事項〉

- ①原則として、他の公的年金(老齢厚生年金を除く)を受け取る権利がある場合は、繰下げ受給ができません。
- ②振替加算は増額の対象になりません。また繰下げ待機期間中(老齢基礎年金を受け取っていない期間)は、振替加算を受け取ることができません。
- ③65歳に達した時点で老齢基礎年金を受け取る権利がある場合、70歳に達した月(70歳の誕生日の前日が属する月)を過ぎて請求を行っても増額率は増えません。増額された年金は70歳までさかのぼって決定され支払われます。  
※昭和27年4月2日以降に生まれた方が、令和4年4月以降に繰下げ受給の請求をする場合は、希望すれば75歳に達した月(最大で8.4%)まで増額されます。
- ④66歳に達した日以降の繰下げ待機期間中に、他の公的年金の受給権(配偶者が死亡して遺族年金が発生した場合など)を得た場合には、その時点で増額率が固定され、老齢基礎年金の請求手続きが遅れても増額率は増えません。この時、増額された年金は、他の年金が発生した月の翌月分から受け取ることができます。
- ⑤このほか、低年金者に支給される年金生活者支援給付金、医療保険、介護保険等の自己負担や保険料、税金に影響がある場合があります。  
※繰下げ待機期間中は、繰下げ受給を行うか、65歳からの本来の老齢基礎年金をさかのぼって受け取るか、いつでも選択することができます。

■【お問い合わせ先】南国年金事務所 ☎088-864-1111 市民課 保険年金班 ☎22-5131

# 2月の各市民館教室予定

室戸市内にある市民館では、毎月いろいろな教室を開催しています。どなたでも興味のある教室に自由に参加できます。豊かな時間を見つけるきっかけづくりとしてもぜひ参加してみませんか！

日	曜	羽根	吉良川	行当	大谷	菜生	佐喜浜
1	火				手芸13:15		
2	水	デイサービス 10:00 硬筆13:00 パッチワーク 13:30	はたおり 12:00		創作(編物) 13:15		
3	木	610体操 13:30 パソコン 19:00					おりがみ 9:00
4	金	百歳体操 10:00	洋裁10:00 パッチワーク 13:30		ピアノ 17:15		百歳体操 10:00
7	月	生花10:00	編物10:00	手芸13:30	高齢者学級 13:15	カラオケ 13:30	
8	火	手芸13:00		創作13:30	布ぞうり 13:15		編物13:15
9	水	硬筆13:00 パッチワーク 13:30	はたおり 10:00		創作13:15		手芸9:00 カラオケ 13:30
10	木	洋裁10:00 13:00 高齢者学級 10:00 610体操 13:30					刺繍9:00
14	月	料理9:30	編物10:00	手芸13:30		カラオケ 13:30	
15	火	手芸13:00		創作13:30	手芸9:00 布ぞうり 13:15		編物13:15
16	水	デイサービス 10:00 パッチワーク 13:00	はたおり 12:00		創作(編物) 13:15		おりがみ 9:00 カラオケ 13:30
17	木	610体操 13:30 パソコン 19:00					手芸9:00 刺繍13:15
18	金	百歳体操 10:00 カラオケ 13:00	洋裁10:00 パッチワーク 13:30		ピアノ 17:15		百歳体操 10:00
21	月		編物10:00			カラオケ 13:30	料理9:00
22	火	手芸13:00					おりがみ 9:00 料理13:30
24	木	洋裁10:00 13:00 610体操 13:30					刺繍9:00
25	金	百歳体操 10:00	パッチワーク 13:30	編物13:30	ピアノ 17:15		百歳体操 10:00
28	月						

注 日程については予定であり、変更になる可能性があります。参加を希望される方は、各市民館にお問い合わせください。

- 羽根市民館 ☎26-1813 ●吉良川市民館 ☎25-2300 ●行当市民館 ☎22-1149
- 大谷市民館 ☎22-0819 ●菜生市民館 ☎22-2370 ●佐喜浜市民館 ☎27-2803

## 広報むろと 広告募集!

「広報むろと」に掲載する有料広告を募集しています。広告掲載を希望する号発行の1カ月前までに、広告の原稿を添えて総務課へ申請してください。

※完成した原稿がない場合でも総務課にご相談ください。広告申請書の内容を審査して掲載の可否を決定します。

広告料は、1ページの最下段5分の1(約縦4.5cm、横17.5cm)が月10,000円、その半分スペース(約縦4.5cm、横8.5cm)が月5,000円です。

■【お問い合わせ先】総務課 総務情報班 ☎22-5114

## 「不動産に関する無料相談」開催します

不動産・住まいに関する問題について当会の専門の相談員がお答えする「不動産に関する無料相談」を安芸市で開催します。

日時：3月2日(水) 13:00~16:00

場所：安芸市役所東庁舎市民談話室

(安芸市矢ノ丸1丁目4-40)

■【お問い合わせ先】公益社団法人 高知県宅地建物取引業協会

☎088-823-2001

## 2月健康推進事業予定表

1	火	乳幼児健診 (4,7,10か月、3歳6か月)	室戸市保健 福祉センター やすらぎ	(受付) 13:00~13:20
3	木	市民交流広場(みんないるか)		10:00~13:00
10	木	市民交流広場(みんないるか)		10:00~13:00
		子育て&プレママひろば		10:00~11:30
17	木	市民交流広場(みんないるか)		10:00~13:00
24	木	市民交流広場(みんないるか)		10:00~13:00

※健診等の日程は変更する場合があります。変更の際は対象となる方へ別途通知させていただきます。

※こどもの月齢を表記する場合に限り、～カ月を～か月とひらがなで表記しています。

■【お問い合わせ先】保健介護課 健康推進班 ☎22-3100

### 夢ひろば催し

日曜日	催物名	開演時間	お問い合わせ先
13	第26回室戸高校 吹奏楽部定期演奏会	開場 13:30 開演 14:00	室戸高校 ☎22-1155

※コロナにより中止の可能性があります。

### ◆令和3年度 日曜祝日当番医

医療機関名	電話
田野病院	(0887)38-7111

日曜・祝日に急に具合が悪くなり受診が必要な場合に対応します。

※次の点に十分ご理解いただき、ご協力をお願いいたします。

○原則として、当番医は往診をいたしません。

○診療時間は原則として、9:00から17:00までとします。

安芸郡医師会芸東支部

### 精神障害者保健福祉手帳の更新

精神障害者保健福祉手帳の有効期間は2年です。有効期間の延長を希望される方は申請が必要です。申請は、有効期間の3ヵ月前から行うことができます。お手続きはお早めに！

※更新手続きについて個別案内は行っていませんのでご注意ください。

【申請に必要なもの】

- ・申請書 ・写真2枚(必要時のみ。4cm×3cm)
- ・印鑑 ・マイナンバーが確認できるもの
- ・手帳申請用診断書または 年金証書(年金振込通知)等

### 「声の広報」を聞いてみませんか？

「声の広報」とは、毎月発行される「広報むろと」を音訳ボランティアの会の会員の方が音訳し、CDなどに録音したものです。視覚に障がいのある方、文字が読みづらくなった方などに毎月配布しています。配布を希望される方、一度視聴してみたいという方は、下記までご連絡ください。

■【お問い合わせ先】

保健介護課 障害福祉班 ☎22-3105

### ◆各種相談

※相談は無料 秘密は厳守されます

#### 法律相談 法律上のトラブル・心配ごとなど

- 日時 2月3日(木)・17日(木) 13:00～16:00
- 場所 室戸市保健福祉センターやすらぎ2階第1会議室
- 相談員 高知弁護士会所属弁護士

※相談は、原則予約制となっておりますので、弁護士会(☎088-822-4867)に、月曜から金曜日(10:00～16:00)までの間に電話で予約してください。

#### 行政相談 役所の仕事やサービスで困っていることなど

- 日時 2月16日(水) 13:00～15:00
- 場所 室戸市保健福祉センターやすらぎ2階第1会議室
- 相談員 中野金夫☎22-2415 山本君子☎25-2104

#### 人権相談 いじめ・差別など人権問題に関すること

- 日時 2月14日(月)10:00～15:00(12:00～13:00は昼休み)
- 場所 室戸市保健福祉センターやすらぎ2階第1会議室
- 相談員 室戸市の人権擁護委員

【お問い合わせ先】人権啓発課 ☎22-5115

#### 年金相談 加入記録・見込み額など

- 日時 2月24日(木)11:00～15:00(12:00～13:00は昼休み)
- 場所 市役所2階 第1会議室
- 相談員 南国年金事務所職員

※相談は、原則予約制となっておりますので、南国年金事務所(☎088-864-1111)に、月曜日から金曜日(8:30～17:15)までの間に電話で予約してください。

#### 消費生活相談 訪問販売・架空請求などのトラブル

- 日時 2月17日(木)13:30～15:30
  - 場所 市役所2階 第3会議室
  - 相談員 室戸市消費生活相談員 池田 多美子
- 【お問い合わせ先】産業振興課 商工水産振興班 ☎22-5116

#### 巡回ハローワーク 職業相談・職業紹介・求人受付など

- 日時 2月18日(金)10:00～12:00
- 場所 室戸市保健福祉センターやすらぎ2階第2・第3会議室
- 相談員 ハローワーク安芸職員

※雇用保険受給中の方は求職活動実績となりますので雇用保険受給資格者証を、ハローワークを利用されている方は、ハローワークカード(登録票)をお持ちください。

【お問い合わせ先】産業振興課 商工水産振興班 ☎22-5116

#### 経営相談 事業拡大や資金繰りなど経営に関すること

- 日時 2月18日(金)11:00～15:00
- 場所 市役所2階 第3会議室
- 相談員 高知県よろず支援拠点スタッフ

※ご予約優先となります。

【ご予約・お問い合わせ先】高知県よろず支援拠点 ☎088-846-0175

### ◆電話相談

#### こころの悩み相談 ☎088-824-6300

- ・いのちの電話 ・毎日9:00～21:00(年末年始は10:00～18:00まで)
- ・もしもあなたが悩みを抱えていたらぜひ相談してください。

#### こうちこども救急ダイヤル ☎#8000

#### ☎088-873-3090

- ・夜間にお子さんの急病で心配になったときに！
- ・夜8時～深夜1時まで365日対応 看護師に相談できます！

#### 救急医療情報センター ☎088-825-1299

- ・今すぐ受診できる病院が知りたいときに！・24時間365日対応！

## (公社)室戸市シルバー人材センター

(公社)室戸市シルバー人材センターは、高知県知事の指定を受けた、高齢者の方の健康と生きがいをめざした公共的、公益的な団体なので安心です。



### 会員募集中

年齢を重ねても、まだまだ元気で働きたいという意欲のある60歳以上の皆さん、シルバー人材センターの会員として働いてみませんか？ 臨時的・短期的な就業なので、あなたのペースで無理なく働くことができます。

### お仕事募集中

- 植木剪定、伐採、消毒作業 ●草刈作業、草引作業 ●軽易な大工作業 ●左官作業、塗装作業
- 襖、障子、網戸張替作業、屋内清掃作業 ●屋外清掃作業 ●墓地清掃作業 ●その他

上記以外でも、  
ご相談ください。



■【お問い合わせ先】公益社団法人 室戸市シルバー人材センター ☎ 24-2018

## 福祉サービスで悩んだり、困ったりしていることはありませんか？

各種社会福祉施設(老人ホームや就労継続支援事業所、保育所等)やホームヘルプサービスといった福祉サービス利用に  
おいての疑問や悩み等の困りごとは、その事業者との話し合いでの解決が望めます。しかし、話し合いだけでは解決しな  
かったり、直接話すことに少し抵抗を感じたりする場合もあると思います。そのような時には「福祉サービス困りごと解決  
委員会」にご相談ください。秘密厳守で対応させていただきます。

相談は無料で、受付は年末年始を除いた平日の9:00から16:00までです。



■【お問い合わせ先】〒780-8567 高知市朝倉戊375-1  
高知県立ふくし交流プラザ 高知県運営適正化委員会(福祉サービス困りごと解決委員会)  
☎ 088-802-2611 FAX・088-844-9443  
e-mail: kaiketsu@pippikochi.or.jp (FAXとメールは24時間受付)

おいしく学んで  
生活習慣病予防!

## 健康料理教室 参加者募集

生活習慣病予防のための料理教室を開催します。今回は『高血圧予防』をテーマに、薄味でもおいしい調理  
のポイントや食べ方の工夫をお伝えします。

「ちょっと高め」の血圧が気になっている方、「減塩」に興味のある方は、ぜひ参加してみませんか？

- 日 時 2月16日(水) 10:00~13:00
- 場 所 室戸市保健福祉センター やすらぎ 2階 栄養指導室
- 内 容 ミニ講義、調理実習
- 講 師 高知県栄養士会 管理栄養士
- 定 員 20人
- お持ちいただく物 エプロン、三角巾、材料費500円
- その他 当日は、感染症予防のため、ご自宅での検温とマスクの着用をお願いします。  
また、体調不良の場合は参加をお控えください。
- お申し込み締切り日 2月9日(水)



※新型コロナウイルス感染症の発生状況によっては、中止となる場合があります。あらかじめご了承ください。  
※この教室は、高知家健康パスポートの対象事業です。

■【お申し込み・お問い合わせ先】保健介護課 健康推進班 ☎ 22-3100

～国保からのお知らせ～

## 高額療養費『外来年間合算』(70～74歳までの方)

●国保に加入している70歳以上の方が年間を通して高額な外来診療を受けている場合の負担が増えないよう、自己負担額の年間上限の制度が設けられています。

☆対象期間 令和2年8月1日から令和3年7月31日まで

☆年間上限額 144,000円

☆対象者 ・基準日時点の所得区分が「一般」に属する世帯

・基準日時点は住民税非課税世帯であったが、対象期間内で「一般」の所得区分に属していたことがある世帯

☆計算方法 ・対象となる医療費は外来診療分(治療用補装具等療養費を含む)のみです。

・70歳以上の方の自己負担額を個人単位で合算します。

・高額療養費の支給を受けることができる場合は、その支給額を除きます。

☆申請に必要なもの・・・対象者には通知を送付します。

・市役所から送付されたお知らせ ・世帯主口座のわかるもの を持って市役所またはお近くの出張所でお手続きください。

## 高額医療・高額介護合算療養費

●世帯内の国保に加入している全員の医療保険と介護保険を合わせた自己負担額の1年間(毎年8月～7月末)の合計が、一定の基準額を超えた場合、申請により超過分の支給を受けることができます。

☆令和2年8月～令和3年7月末の基準額(69歳以下の方)年額

国保と 介護保険	所得要件 ※1		
	ア	901万円超の世帯 ※2	
	イ	600万円超～901万円以下の世帯	141万円
	ウ	210万円超～600万円以下の世帯	67万円
	エ	210万円以下の世帯	60万円
	オ	住民税非課税の世帯 ※3	34万円

☆令和2年8月～令和3年7月末の基準額(70～74歳の方)年額

国保と 介護保険	所得要件		
	現役並みⅢ	※4	
現役並みⅡ	141万円		
現役並みⅠ	67万円		
	一 般		56万円
住民税非課税世帯	区分Ⅱ ※5	※6	31万円
	区分Ⅰ ※6		19万円

※1 所得についてはすべての国保被保険者の基礎控除後の所得を合算した額

※2 (注)未申告者のいる世帯は、基礎控除後所得901万円超の世帯とみなされます。

※3 世帯全員が市町村民税非課税の世帯

※4 現役並み所得者とは、課税所得が年145万円以上ある70歳以上74歳以下の国保被保険者のいる世帯に属する方

※5 区分Ⅱとは、世帯主および国保の被保険者全員が住民税非課税である世帯の方

※6 区分Ⅰとは、世帯主および国保の被保険者全員が住民税非課税で、かつ各所得が必要経費

(年金の所得は控除額を80万円として計算)を差し引いたときに0円となる世帯の方

## ～高額医療・高額介護合算の対象とならないケース～

- ・医療保険または介護保険の自己負担額のいずれかが0円の場合 ・基準額を超える額が500円以下の場合
- ・入院中の食事代や差額ベッド料等

☆申請に必要なもの・・・対象者には通知を送付します。

・市役所から送付されたお知らせ ・世帯主口座のわかるもの を持って市役所またはお近くの出張所でお手続きください。

※ただし、次に該当する方には、申請の対象となるむねのお知らせができませんので、基準額を超えと思われる方は、下記までお問い合わせください。

令和2年8月から令和3年7月末までの間に

・他市町村から転出・転入された方 ・他の医療保険から国民健康保険に移られた方

■【お問い合わせ先】市民課 保険年金班 ☎22-5133

## 新しい国保の被保険者証の有効期限が変更になります

※新しい証の有効期限：令和4年4月1日から令和5年7月31日まで

今回のみ、新しく交付する保険証の有効期限が、1年間から1年4ヵ月に期間が延びます。

### 後期高齢者医療保険料の納め忘れはありませんか？ 2月28日(月)は第8期の納期限です。

納期限を過ぎると督促手数料や延滞金の発生につながりますので、納め忘れがないか今一度ご確認をお願いします。納付が困難な場合や納期限内の納付が難しい場合は、下記のお問い合わせ先までご相談ください。

★納付書でお支払いの方は口座振替が便利です★

通帳、通帳の届出印、納付書をお持ちのうえ、金融機関または郵便局の窓口にてお手続きをお願いします。

■【お問い合わせ先】市民課 保険年金班 ☎22-5133

## 新村遊歩道の清掃にご協力をお願いします

室戸が世界ジオパークネットワークに加盟してから10年以上が経ちました。「海と陸が出会い、新しい大地が誕生する最前線」である室戸市の新村遊歩道の清掃を、下記の日程で行います。ご都合のよろしい方はぜひご参加ください。

●日 時：2月9日(水) 9:00～10:00

●集合場所：新村遊歩道 公衆トイレ駐車場

●準備物：帽子、タオル、飲み物

※軍手、ゴミ袋など掃除に必要な道具は室戸ジオパーク推進協議会で準備します。

●申し込み：下記、お問い合わせ先へ、2月4日(金)17:00までにお申し込みください。

※天候等により中止の場合は、申し込み者に前日に連絡いたします。



■【お問い合わせ先】室戸ジオパーク推進協議会 ☎22-5161

## 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。この冬は、特に感染症予防の影響で、ご自宅で過ごす時間が多くなると思われます。地球温暖化対策のためにも省エネが必要とされています。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。ぜひご家庭みんなで取り組み、ライフスタイルに合わせた省エネ対策を検討してみましょう。

冷蔵庫	<ul style="list-style-type: none"> <li>・冷蔵庫の温度設定を確認しましょう。(強から中や弱にする。エコ運転モードを活用する。)</li> <li>・冷蔵室は、庫内が均一に冷えるように、常温保存できるものは冷蔵庫から出したりしながら、隙間を空けて食品を入れましょう。</li> </ul>
暖房	<ul style="list-style-type: none"> <li>・暖まった空気を循環させたり、厚手のカーテンや床まで届く長いカーテンを利用して、暖房効果を高めましょう。また、フィルターの清掃も有効です。</li> <li>・ひざ掛けを使って過ごすなどのウォームビズを実践しましょう。</li> </ul>
照明	<ul style="list-style-type: none"> <li>・不要な照明はこまめに消灯したり、思い切ってLEDに変えることも考えてみましょう。</li> </ul>
テレビ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・視聴しないときはこまめに消したり、画面の設定を確認して、部屋の明るさに合わせた適切な明るさで視聴しましょう。</li> </ul>
お風呂	<ul style="list-style-type: none"> <li>・家族で間隔をあけずに入浴したり、間隔をあける場合でもフタをして浴槽にためたお湯の熱を逃がさないようにしましょう。</li> </ul>
温水洗浄便座	<ul style="list-style-type: none"> <li>・放熱の防止のため、フタの閉め忘れがないように心がけましょう。お出かけ前や就寝前はタイマーなどの節電モードを上手に使いましょう。</li> </ul>

### 「スプレー缶の出し方」

スプレー缶・ガス缶(カセットボンベ)などは、使いきって各資源ごみ(金属類)として出してください。専用の缶穴あけ道具等がない場合は、そのまま半透明な袋等に入れ、袋に「スプレー缶・ガス缶」と記入し、資源ごみ(金属類)に出してください。  
※毎週水曜日収集の缶類は、スチール缶・アルミ缶などを缶専用カゴに入れてください。



■【お問い合わせ先】市民課 生活環境班 ☎22-5126

# ～シリーズ 南海地震に備えよう～

## ☆吉良川地区合同防災訓練 開催☆



令和3年11月20日(土)、吉良川地区合同防災訓練を開催しました。今回の訓練は、吉良川小中学校、地元自主防災組織や地域住民が合同で行い、避難所開設訓練など実践的な訓練が行われました。



防災講座の様子



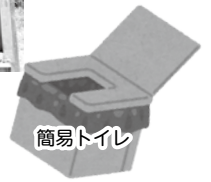
中学生と地域住民による  
パーティションの組立訓練



小学生防災〇×クイズの様子



雨の強さを体験している様子  
(国土交通省の降雨体験装置)



## ☆西の浜地区で夜間避難訓練を行いました☆

令和3年11月18日(木)、羽根町西の浜地区で自主防災組織を中心とした、夜間の避難訓練を行いました。参加された方々は高台へ避難し、避難経路の確認を行っていました。



各自ライトを持って避難している様子



避難場所の様子



**防災対策課では夜間の避難訓練などの支援を行っていますので、下記までご相談ください。**

■【お問い合わせ先】防災対策課 ☎22-5132

## 介護・福祉就職面談会 in 東部

就職面談会を下記の日程で開催します。介護・福祉の仕事に関心のある方、仕事内容や資格取得について聞いてみたい方など、お気軽にご参加ください。

日時 2月16日(水)13:30～15:00

場所 安田町文化センター 1階 多目的ホール

■【お問い合わせ先】

安芸福祉人材バンク ☎0887-35-2915

ハローワーク安芸 ☎0887-34-2111

## 糖尿病 市民公開講座

「みんなで知ろう!糖尿病のこと  
～これからも元気に暮らすために～」

日時 3月6日(日)

12:30～開場・血糖値測定 14:00～開演

場所 安芸市民会館 (安芸市矢ノ丸3-12)

内容 血糖値測定、寸劇

講演 講師・高知大学医学部内分泌代謝・腎臓内科

天野 絵梨 氏

■【お問い合わせ先】安芸福祉保健所 健康障害課  
健康増進担当 ☎0887-34-3177



# 令和2年度室戸市水道事業会計決算

令和2年度室戸市水道事業会計決算の概要をお知らせします。

令和2年度の給水状況につきましては、給水人口11,745人、給水栓数7,448栓、年間総有収水量1,565,366m<sup>3</sup>で、前年度比で給水人口は294人減、給水栓数は73栓減、年間総有収水量は29,648m<sup>3</sup>の増加となっております。

この結果、営業収益は前年度比約478万円の増益となり、事業収益全体としては約738万円の増益となりました。

一方、費用につきましては公営企業としての自主的経済性を堅持し、経費節減に努めたため営業費用は前年度比約3,803万円の減額となり、事業費用全体としては約912万円の減額となりました。

これらのことにより、経常利益は前年度比約1,650万円増の約5,446万円、当年度純利益は約5,308万円となりました。

資本的収支における施設整備において、主な工事といたしましては、室戸地区では耳崎・水尻配水管布設替工事、元地区では市道船戸線配水管布設替工事、佐喜浜地区では佐喜浜配水管布設替工事等を行い、水道水の安定供給のために建設改良を進めました。

## ●収益的収支 (令和2年4月1日～令和3年3月31日)

(歳入)		(歳出)		(税抜金額、単位：千円)	
収益的収入	1. 営業収益		収益的支出	1. 人件費	46,924
	給水収益	251,957		2. 委託料	17,872
	その他営業収益	167		3. 動力費	26,140
	2. 営業外収益			4. 修繕費	14,222
	受取利息および配当金	3		5. その他事務経費	12,741
	他会計繰入金	9,055		6. 企業債利息	21,702
	長期前受金戻入	25,732		小計	139,601
	新設分担金	1,881		損益勘定留保資金(現金支出を伴わない経費)	
	雑収益	83		7. 減価償却費	91,439
	収入合計	288,878		8. 資産減耗費	3,107
		小計	94,546		
		9. 雑支出	269		
		10. 特別損失	1,379		
		支出合計	235,795		

(収入合計) 288,878 - (支出合計) 235,795 = (当年度純利益) 53,083  
 (前年度繰越利益剰余金) 169,497  
 (当年度未処分利益剰余金) 222,580

## ●資本的収支 (令和2年4月1日～令和3年3月31日)

(歳入)		(歳出)		(税込金額、単位：千円)	
1. 補助金	18,186	資本的支出	1. 建設改良事業	106,060	
2. 企業債	77,900		2. 企業債元金	86,366	
3. 負担金	2,325				
4. 繰入金	13,715				
資本的収入合計	112,126		資本的支出合計	192,426	
(1) 消費税資本的収支調整額	9,642				
(2) 過年度損益勘定留保資金	70,658				
補填財源合計	80,300				

(資本的収入) (資本的支出) (資本的収支不足額)  
 112,126千円 - 192,426千円 = △80,300千円

## ●貸借対照表 (令和3年3月31日現在)

(資産の部)		(負債の部)	
科目	金額	科目	金額
1. 固定資産	2,616,965	4. 固定負債	1,571,520
土地	231,497	企業債	1,568,824
建物	106,249	引当金	2,696
構築物	1,944,536	5. 流動負債	100,843
機械および装置	309,663	企業債	83,224
車両および運搬具	1,227	一時借入金	0
工具器具および備品	353	未払金	13,617
建設仮勘定	23,420	引当金	3,902
電話加入権	20	その他	100
2. 流動資産	514,847	6. 繰延収益	359,978
現金預金	449,022	長期前受金	1,149,377
未収金	59,927	長期前受金収益化累計額△	789,399
貸倒引当金△	456	(資本の部)	
貯蔵品	6,354	7. 資本金	667,455
その他流動資産	0	8. 剰余金	432,016
3. 繰延勘定	0	資本剰余金	613
退職給与金・開発費	0	利益剰余金	431,403
(資産の部合計)	3,131,812	(負債・資本の部合計)	3,131,812

# よさず相談会を開催します！

経済(借金)や健康問題、仕事など相談をお受けします。

- 日時 2月28日(月)13:00~17:00(最終受付16:30)
- 場所 室戸市保健福祉センターやすらぎ 2階会議室
- 相談員 弁護士、司法書士、ハローワーク安芸職員、  
精神科病院ケースワーカー、保健師、生活困窮担当職員 等
- 相談は無料です。秘密は厳守されます。
- 当日の来所可。予約もできます。



■【ご予約・お問い合わせ先】高知県安芸福祉保健所 健康障害課 ☎0887-34-3177

## 税務課からのお知らせ

### ●『令和4年度市・県民税申告』等の申告相談日程

期 間	2月1日(火) から 3月14日(月) までの平日 ※公民館等での申告相談は下の表の日程で行います。
受付時間	8:30 から 16:30まで
場 所	室戸市役所 税務課(1階)
お問い合わせ先	22-5127

#### △ 申告相談期間について △

安芸税務署での申告期間は、3月15日(火)までとなっておりますが、税務課での受付期間は前日の3月14日(月)までとなっておりますのでご注意ください。

これは、税務課で受け付けた申告書を、3月15日までに安芸税務署に提出する必要があるためです。

#### △ 公民館等で申告相談を行う、2月17日・18日・25日と、最終日の3月14日は、窓口が大変混雑しますので、相談日をずらしていただくなどのご協力をお願いします。

### ●税務課窓口に来られたら(受付の流れ)

- ①税務課横に受付窓口を設けています。受付時間内に受付までお越しください。
  - ②受付窓口にくられたら番号札をお渡ししますので、受付の順番がくるまでロビーでお待ちください。受付の順番がきましたらお呼びします。今回の申告相談より、申告の時間を短縮するために、受付の際に令和3年中の収入状況や必要な書類の確認をさせていただきます。
- ※お呼びした際に席を離れていた場合、順番が前後することがございます。  
※うへの受付時間までに来られた方は、受付時間を過ぎても申告相談をお受けいたします。  
時間外に来られた場合、お受けすることができません。ご理解とご協力をお願いいたします。

### ◎ 公民館・市民館等での申告相談 日程表

月 日	申告相談会場	受付時間
2月17日(木)	羽根公民館 (2階)	10:00 ~ 15:00
2月18日(金)	菜生市民館 (1階)	10:00 ~ 11:30
	佐喜浜市民館 (2階)	13:30 ~ 16:30
2月25日(金)	吉良川市民館 (1階)	10:00 ~ 12:00
	羽根市民館 (1階)	13:30 ~ 16:30

■【お問い合わせ先】税務課 市民税班 ☎22-5127

## 2月28日(月)は『国保税第8期』の納期限です。

### ☆便利な口座振替をご利用ください

金融機関窓口にて、口座情報のわかるもの(通帳など)、登録印、納税通知書をお持ちのうえ、お申し込みください。また、納税通知書に同封の、『口座振替依頼ハガキ』でもお申し込みできます。

■【お問い合わせ先】税務課 債権管理室 第1管理班 ☎22-5153

# 安芸税務署からのお知らせ

## 確定申告会場への来場を検討されている方へ

新型コロナウイルス感染症の感染リスク軽減のため以下の取り組みを行っておりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

### 入場整理券が必要です！

確定申告会場の混雑緩和のため、確定申告会場への入場には、「入場整理券」が必要です。入場整理券の配付方法は、次の2通りあります。

#### 確定申告会場で 当日配付

入場整理券の配付状況に応じて、後日の来場をお願いする場合がありますので、ご了承ください。

または

#### LINE オンラインで 事前発行

LINEアプリで国税庁LINE公式アカウントを友だち追加してください。

### 感染症対策のお願い

来場の際は、マスクを着用していただき、入場の際の検温の実施にご協力をお願いいたします。37.5度以上の発熱が認められる場合等は、入場をお断りさせていただきます。なお、確定申告会場内の混雑を回避するため、待合スペースを最小限とさせていただきます。

### 確定申告会場の開設期間等について

開設期間 2月16日(水)から3月15日(火)までの平日

受付時間 8:30から16:00まで

注) 入場整理券の配付状況に応じて、受付を早めに締切ることがあります。

相談開始 9:00から

入場整理券の配付状況に応じて、後日の来場をお願いする場合もあることから、ご自宅で申告書が作成できる国税庁ホームページ「確定申告等作成コーナー」をぜひご利用ください。詳しくは、国税庁ホームページへ <https://www.nta.go.jp>

国税庁



## 申告書の作成・送信は スマートフォンから！

自宅で

令和4年1月から、給与所得、雑所得(年金など)および一時所得(保険金など)の申告に加え特定口座年間取引報告書(上場株式等の譲渡所得等・配当所得等)、上場株式等の譲渡損失額(前年繰越分)および外国税額控除の申告がスマートフォンから可能となります！



←スマホでの確定申告書の作成はこちらから！！



- 1 スマホやパソコンから送信する場合は、マイナンバーカードかIDパスワードが必要です。
- 2 マイナンバーカードを使って送信する場合、スマートフォンがマイナンバーカードの読み取りに対応している必要があります(対応端末は国税庁ホームページにてご確認ください。)
- 3 IDパスワードは、税務署で即日発行します(申告されるご本人が運転免許証などの本人確認書類をお持ちのうえ、お近くの税務署にお越しください。)

■【お問い合わせ先】安芸税務署 ☎0887-35-3115

(自動音声によりご案内しておりますので、相談内容に応じて該当の番号選択してください。)

## ことばにして、つたえてみるよ～子どもたちの人権標語～

各市民館では、交流イベントを行っています。その中で発表された人権標語を、広報で順次紹介します。今月号は、「行当市民館 みんなの市民館まつり」、「羽根市民館 羽根ふれあい祭り」、「大谷市民館 文化展2021」での作品です。

### 【元小学校】

ともだちと なかよくできると うれしいな  
(1年 高崎 弦志)

やさしさは こころのなかが あたたまる  
(1年 吉岡 龍之介)

人に大じょうぶと いわれたら うれしい気持ちになる  
(2年 竹村 愛結)

ごめんねと いうとすぐ なかなかおり(2年 細川 慎平)

大じょうぶ みんながいるから がんばって  
(3年 杉本 心暖)

「ありがとう」 みんなのことを 思ってる(3年 濱崎 楓樺)

あいてにね いいことしたら 仲よくなれる  
(4年 高崎 空羽)

「ごめんなさい。」 その一言で なかなかおり  
(6年 竹崎 瑠偉)

ぼくらの学校 みんなのえがおを さかそうよ  
(6年 谷本 楓牙)

### 【羽根小学校】

みんなにね ありがとうというと うれしいな  
(1年 安岡 沙耶香)

友だちの「ゆう気を出して」 うれしいよ  
(2年 岡田 幸都)

みんな友だち なかまはずれは いけないよ  
(3年 市川 大翔)

本当に 笑っていいの 考えよう (4年 村上 栞菜)

おかしいぞ いけない行動 なみだの目 (5年 松本 愛花)

大切だ 相手に対する 思いやり (6年 森 圭菜)

### 【室戸小学校】

ともだちに はなしかけよう なかよくね (1年 山田 凱生)

てをつなぐ みんなでおさんぽ たのしいね (1年 武井 陽詩)

やさしさは けんかをなくす まほうだよ (2年 村川 芹)

げんきで あかるく いっしょにかえる (2年 川渕 蓮大)

なんでなの 人のしっばい わらうなよ (3年 仲村 亜寿)

うれしいな その心で ありがとう (4年 由村 隼士)

楽しいの 人をきずつけ わらうこと (5年 田宮 学武)

私たち みんなでとめよう コロナ差別 (6年 山本 美優)

あと一步 ふりしぼって その勇氣 (6年 前田 一椋里)

■【お問い合わせ先】人権啓発課 ☎22-5115

## 体験の風を おこそう

### 国立室戸青少年自然の家 ～職員だより～

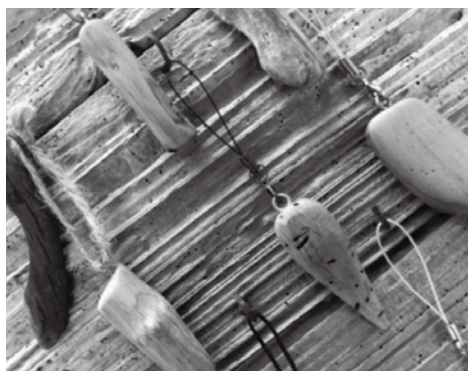


#### ボクがキミにどう思うまで

「さあ、この流木はどこで拾ったでしょうか」と投げかけます。すると、子どもたちから「海」「山」「川」と様々な声が生まれます。そこから、学びが始まります。

国立室戸青少年自然の家に來られた多くの方が行うプログラム「流木クラフト」があります。流木クラフトとは、流木をやすりとオリブオイルで磨き、キーホルダーにする活動です。作り方は簡単ですが、木の硬さや形によって難易度も変わり、また、磨けば磨くほどツルツルになります。

さて、冒頭に紹介したやり取りは、流木がみんなの手に届くまでのお話の始まりです。このお話は、私たちの中でとても大切にしているお話です。元々、山などに生えていた木々が枯れたり、雨などで川を流れたりし、海に出て、黒潮にもまれ、室戸にやってきました。さらには、日本の木かもしれないし海外の木かもしれない。そんな話をすると、子どもたちは目を輝かせ、流木は一つとして同じものはないと気がきます。すると、流木を選ぶところから真剣で、磨く姿は職人のように黙々と磨き続けます。世界に一つしかないキーホルダーを作っているんだという想いが伝わってきます。



中には「家族にあげるんだ」「お守りにする」など嬉しい報告もたくさんあります。

活動のスタートとして大切にしているこのお話は、室戸のボランティアリーダーとして活躍された皆さんが作った「ボクがキミにどう思うまで」という絵本になっています。この絵本は、YouTubeでもアニメーション付きの動画として公開中です。ぜひ見てみてください。

国立室戸青少年自然の家といえば、海の活動というイメージもあるかもしれませんが、この海活動ができない時期でも楽しめるプログラムはたくさんあります。ぜひお越しただけると嬉しいです。

■【お問い合わせ先】 国立室戸青少年自然の家 ☎23-2313 生涯学習課 生涯学習班 ☎22-5142



# 室高に Come On!!

課題研究の取り組み紹介



HP



Instagram

Instagram  
毎日更新中!

令和3年12月14日(火)、室戸高校にて課題研究最終発表会が行われました。その中から、3年間防災に関する活動や学習を重ね、課題研究で「防災食を知ってもらうために」をテーマに取り組んだ3年2H橋本くるみさんの発表内容の一部を紹介します。

私は高校3年間防災委員として、様々な体験を通して防災に関することを学んできました。課題研究のテーマとして「防災食」を選んだ理由は、人々が災害時に困ることの一つが食事であり、普段食べ慣れていない防災食が実際に避難所で配られたとき、みんなは抵抗なく食べるのできるのか疑問に思ったからです。

アンケート調査からは、予想通り、防災食を食べたことがある多くの方が苦手意識を持っていることがわかりました。そこで私は、防災食を日ごろから食べ慣れておくことで、マイナスイメージを持つことなく食べられるようになるのではないかと考え、防災食のアレンジレシピを作成しました。

研究活動を通して、保存食と防災食を組み合わせ、食べやすいアレンジレシピを考案することができました。しかし、イメージを変えることや味を追求するあまり、栄養面を考えることができていなかったことが反省点として残りました。卒業後もバランスの良い防災食のレシピや防災について学び続け、それらを多くの人に伝えていきたいと思っています。

●3年2H 橋本くるみさん



チョコレートやドライフルーツも保存食にピッタリ!!  
お子さんと一緒に作ってみてください。また、ナッツやドライフルーツを加えると、いろんな栄養素もとれ、食感も楽しめます。

## 「乾パンを使ったチョコクランレシピ」

☆作り方☆

1. 乾パンとドライフルーツを荒く刻む。
2. チョコを湯煎で溶かし、砕いた乾パンやドライフルーツを加える。
- ※乾パンやドライフルーツが多いほうが、ザクザクしていておすすめ!!
3. バットに入れて冷やす。
4. 好みの大きさに切って完成。



材料	
乾パン	75g
ドライフルーツ	50g
チョコレート	220g

■【お問い合わせ先】 高知県立室戸高等学校 ☎22-1155

令和3年度 旧中川内小中学校開放事業

## 2月19日(土)は「中川内 Day」開催!!

このたび、令和3年3月に閉校となりました旧中川内小中学校を開放して、中川内地域の歴史や学校の歴史について振り返り、考え、交流する「中川内Day」を開催します!

当日は、地域・学校資料から振り返る座談会、羽根中学校卓球部との卓球交流大会などの催しを行う予定です。詳しくは折込チラシをご確認ください。

### 【卓球大会受付】

事前予約が必要です。経験、年齢は不問。参加料は無料ですので、ぜひご参加ください!

※参加人数によってゲーム方式を変更する場合があります。

### 【送迎バス受付】

当日はバスの運行を予定しております。羽根公民館発着となります。

完全予約制、先着20人となりますのでお早めにお申し込みください。

●申込先:学校保育課(22-5141)松岡まで

●受付期限:2月10日(木)まで

■【お申し込み・お問い合わせ先】学校保育課 ☎22-5141





なんと、室戸高校が甲子園で準優勝を果たしました。といっても、JAMSTEC主催「すべらない砂甲子園」でのこと。正確には室戸高校と室戸ジオパーク促進協議会の合同チームによる「室戸岬先端の斑礫岩の砂」が、決勝まで勝ち上がり、惜しくも敗れてしまったというものです。今回は大会参加の経緯と出場選手のプロフィールを紹介いたします。

なぜ「すべらない」ことを競うのでしょうか？例えば、地下にすべりやすい面があればそこが断層となり大きく動いてしまうことになり、断層で起きる直下型の地震は事前に予測することが難しく、被害も大きくなります。つまり、すべる＝すべらない特徴を正確に把握できれば、大きな災害の予測にも役立てることができ、しかも、条件をばつと考えただけでも、含まれている鉱物の種類、粒の大きさ、粒の形、鉱物の粘性や磁性、多様な鉱物を含んでいた方が良いのか悪いのかなどさまざまです。こうした、すべりに関する特性を、全国から集めた砂を戦わせて楽しみながら実験していくというのが「すべらない砂甲子園(すべ砂)」です。

室戸高校では「ジオパーク学」という一年を通して室戸市内を探究する授業を行っているのですが、新学期の導入として、また室戸市内の地質や岩石について考えてもらう素材としてピタリだと思い、ジオパーク学の受講生に代表砂を考えてもらいました。そこで選ばれたのが室戸岬先端で見られる斑礫岩でした。斑礫岩は、マグマが噴火せずに海底下深くで冷え固まってできた「深成岩」の一種です。約千四百万年前に形成されたと言われています。度重なる隆起の結果、室戸岬の先端に顔を出すようになったものです。輝石、斜長石、カラン石のほか、黒雲母や磁鉄鉱なども含まれます。結晶が輝くことから、弘法大師の伝説になぞらえられて明星石とも呼ばれています。また、室戸では昔から漬物用の石にも使われている身近なものでもあります。でも、すべるか、すべらないかは、エントリーした段階では未知数でした。さて県代表を決める予選会を無事突破し、「室戸岬先端の斑礫岩の砂」は高知県代表として甲子園本選に進むことになりました。その後の活躍については次回報告したいと思います。



【お問い合わせ先】室戸世界ジオパークセンター内 室戸ジオパーク推進協議会事務局 ☎22-5161

## 地域おこし協力隊より

### 「室戸の10人の踊り手」企画展を開催しました



地域おこし協力隊  
とよえだ すみと  
遠枝 澄人



室戸市内では、昔ながらの古い形を残した踊りが各地でごく「当たり前」に行われます。多くは江戸時代からの信仰、風習を残したものです。時代とともに日本各地の伝統行事が変化し、途絶えるものもあるなか、なぜ室戸ではこれほど多くの行事が残っているのでしょうか。一方、市の高齢化率は50%を超え、踊りができる若者は減り続けています。取材できた10の踊りのうち2つは、数年前から実施できていません。このまま人口減少が続けば、いずれの踊りも、なんらかの形で存続の岐路に立たされることとなります。

ここ2年ほど、そんな各地の踊りの多くが、新型コロナ流行により中止や規模縮小に追い込まれました。異例の状況で踊りが実施できない今、踊り手たちが何を感じているのか聞きたいと思いました。室戸に踊りが残り続ける理由の一端を知れるのではないかと思います。ジオパークの運営組織「もてなすチーム」のメンバーが中心となり、室戸市内10人の踊り手に取材することができました。昨年末の2カ月間、ジオパークセンターで、そこで知った踊り手たちの思いを展示しました。印象的な語りは、多田写真館さん撮影の肖像写真と合わせてパネル展示し、自分が撮影・編集したインタビュー映像の上映を行いました。踊り手たちが、踊りに関わる理由は年齢、立場によってさまざまです。大漁祈願や先祖の供養など、元来の目的通り、踊りという形で祈らずにはいられない方。伝統を引き継いだ責任感から、運営に奔走する方。発表の場、娯楽など、それぞれの意義を見出す方。では、なぜ続けるのか、と尋ねると「それが当たり前だから」「昔からやるさんやらあ」といった答えが返ってきます。表面的に聞こえますが、さらにエピソードを聞いていくと、それだけではないように感じました。上の世代の伝統を、自分の代でも自然と受け入れられるのは、やはりそれが必要と思う精神があるからではないでしょうか。都会で見えづらくなった自然と暮らしの繋がりが、隣人同士の深い繋がりが、室戸では昔から続く「当たり前」だから受け入れられるのだと感じます。

【お問い合わせ先】観光ジオパーク推進課 ☎22-5161

広報むろとへのご意見・ご要望をお寄せください

【総務課 総務情報班 ☎(0887)22-5114・FAX(0887)22-1120

ご案内

健康推進事業予定表、日曜・祝日当番医、夢ひろば催物案内、各種相談、電話相談のご案内は12ページに掲載しています。