



MOTOYAMA

広報もとやま

Public Relations Motoyama 2021 vol.220

9 月号

10月から路線バスの運行体制が変わります。

～大杉駅方面へのバスの運行が6便/日 → 8便/日に～

とさでん交通（株）の運行による土佐町田井～県庁前線及び土佐町田井～大杉線が9月末日で廃止されます。

10月1日（金）から（有）嶺北観光自動車が土佐町田井～大杉線（1日8往復）田井～高知大学医学部附属病院（1日3往復）を運行し、運行ダイヤも変更されます。

高知市までの直通バスは廃止となり、医大でとさでん交通（株）運行のバスに乗り換えが必要となります。田井～大杉までの便数については増便となります。

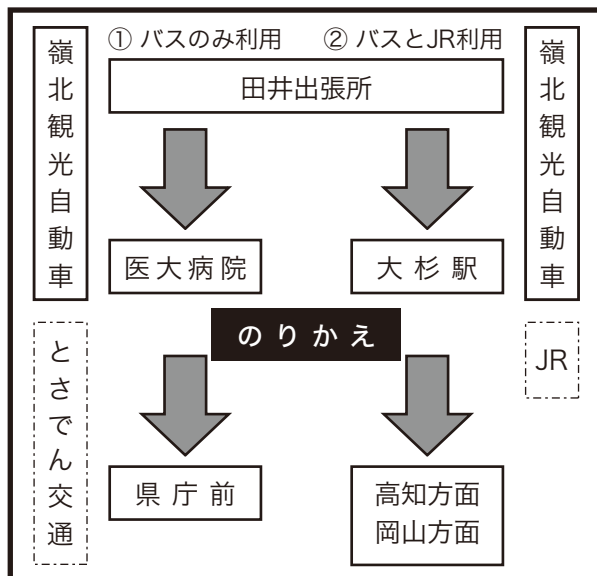
また、大杉駅でのJR乗り継ぎで高知方面、または岡山方面への大杉駅に停車する特急への乗り継ぎが可能となります。なお、（有）嶺北観光自動車が運行する「田井～医大病院間」はICカード「でずか」の利用ができませんのでご注意ください。

＊詳しくは、10月1回目の区長便で配布予定です。

【10月以降】

- ① 田井→医大→県庁前
- ② 田井→大杉駅→高知駅前

運行路線図



【時刻表:田井⇄大杉駅⇄医大病院線】

田井出張所 発	中央病院前	大杉駅 着	大杉駅 発	中央病院前	田井出張所 着
5:58	6:09	6:26	6:55	7:12	7:23
6:59	7:10	7:27	7:28	⇒ 医大病院 8:08着	
7:30	7:41	7:58	8:00	8:17	8:28
8:05	8:16	8:33	8:38	8:55	9:06
医大病院 8:34発⇒		9:14	9:15	9:32	9:43
10:10	10:21	10:38	10:39	⇒ 医大病院 11:19着	
12:20	12:31	12:48	11:05	11:22	11:33
医大病院 12:24発⇒		13:04	13:05	13:22	13:33
14:22	14:33	14:50	15:50	16:07	16:18
15:16	15:27	15:44	15:45	⇒ 医大病院 16:25着	
医大病院 16:45発⇒		17:25	17:26	17:43	17:54
17:00	17:11	17:28	17:50	18:07	18:18
17:40	17:51	18:08	18:18	18:35	18:46
18:20	18:31	18:48	19:15	19:32	19:43

注）現在認可申請中のため、変更になる場合があります。

●問い合わせ先

○政策企画課

（有）嶺北観光自動車

☎ 76-3915

☎ 82-0199



「新型コロナウイルス感染防止用品等補助金」について

本山町では、新型コロナウイルス感染症対策として国が提唱する「新しい生活様式」を取り入れた日常生活の実践に向け、町内事業者等の管理者が新型コロナウイルス感染症対策のために要した「物品購入及び外注費用の経費」に対する、補助金事業を実施しています。

【補助金事業の概要】

1. 補助対象者

次に該当する中小企業者等

- (1) 町内に事業所を有し、当該事務所で引き続き事業を継続する意思を有するもの
- (2) 事業を行うに当たり必要な官公署の許可若しくは許可を受け、または届け出を行っている者

2. 補助対象期間

令和3年6月1日～ 令和4年2月28日 ※期間中に購入した物品等が補助の対象

3. 補助対象経費

補助対象者が実施する新型コロナウイルス感染症対策に必要な事業の経費

- (1) 消毒費用・マスク費用・清掃用費用・飛沫対策費用・換気費用・衛生管理感染・PR費用・外注費用、その他感染防止効果があると認められる備品等
- (2) PR費用は来客への注意喚起などを目的としたポスター・チラシの印刷費
- (3) その他、町の認める経費

※対象経費は税抜、かつ千円未満の端数切り捨て

4. 補助金額 上限5万円

※対象経費が千円に満たない場合は補助対象外

5. 申請方法

- (1) 「本山町新型コロナウイルス感染防止用品等補助金交付申請書兼請求書」に必要事項を記入のうえ、次の書類を添えて提出ください。

(2) 提出書類

- ①事業実態を確認することができる書類
- ②補助対象経費の支払証拠書類
- ③通帳等の口座名義人（フリガナ）記載部分の写し
- ④その他町長が必要と認める書類

※申請できる回数は、1事業者ごとに1回が限度となります。



● 問い合わせ先

○まちづくり推進課産業振興班 ☎ 76-3916

新型コロナウイルス感染防止
用品等補助金についてHP



国民年金だより



「令和3年度分の国民年金保険料免除の申請について」

経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度（50歳未満）」がありますので、住民登録をしている役場の国民年金窓口で手続きが行うことができます。

令和3年度分（令和3年7月分から令和4年6月分まで）の免除等の受付は、令和3年7月1日から行われています。

申請時点の2年1カ月前の月分までさかのぼって申請することができます。

保険料が納め忘れの状態、万一障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金を受けられない場合があります。

失業等により保険料を納付することが経済的に困難になったものの、申請を忘れていた期間がある方は、役場の国民年金窓口または年金事務所へご相談ください。

- 問い合わせ先 ○ 住民生活課住民班 ☎ 76-2113
- 南国年金事務所 ☎ 088-864-1111

地域ミニデイサービス事業について

町民の皆さまが、高齢になられても元気に生活していただくことを目的として、地域ミニデイサービス事業を推進しています。

各地区のミニデイ活動



コロナ禍で本来の活動が難しくなっている状況ですが、しっかりと感染症対策を行いながら、工夫を凝らして頑張っています!!

現在、町内 15 カ所でミニデイを実施しています。今回は「三区ミニデイ」「四区ミニデイ」の2カ所をご紹介します。

<三区ミニデイ>

開催日時：毎週金曜日 午後 1:30 ~ 2:30

開催場所：三区集会所

<四区ミニデイ>

開催日時：毎週月・木曜日 午後 12:30 ~ 2:00

開催場所：四区集会所



コロナ禍で大変な時期ですが、皆で楽しく長く続けられるように頑張っています。



各自それぞれが役割を持ち、皆で協力しながら活動しています。

- 問い合わせ先 ○ 健康福祉課 ☎ 70-1060

町民の皆様へ

～新型コロナウイルスにともなう不安やうつに対する心のケアを～

新型コロナウイルス(COVID-19)による感染症は、人々に不安や恐怖を与えています。感染予防対策や長引く自粛生活で、多くの人が言いようのない疲れを感じているのではないのでしょうか。

このウイルスは、人と人がふれあう機会を失わせるだけでなく、人々の心のつながりをも破壊しようとしています。一人ひとりが落ち着いて、冷静に考え、行動していくことが大切です。

◆ 正しい情報を取り入れましょう

- ・悪い情報や根拠のないデマに振りまわされて、よけいに不安が強くなることがあります。
- ・情報に触れすぎないようにしましょう。不確かな情報を取り入れるのは避けましょう。
- ・国や自治体が紹介しているものなど、情報源の確かな情報と知識を得るようにしましょう。

◆ 心のつながりを大切に

- ・感染予防のために、不要不急な人との接触はできるだけ避けましょう。
しかし、人と人との心のつながりは大切にしましょう。
- ・孤立や孤独にひとり悩み苦しまないように、電話やSNSなどをとおして、
友だちや家族と連絡を取り合いましょう。
- ・不安やイライラから、思わず誰かを傷つけたり、悲しませたりすることがないようにしましょう。
DVや虐待などになってしまいそうなときは専門相談機関に相談してください。
- ・こんなときこそ、周囲の人に愛や感謝をあらわしましょう。みんな誰もが、がんばっています。
そして、最前線でたたかっている医療従事者をみんなで支えていきましょう。



◆ 心の健康に気をつけましょう

- ・今の状況では、不安や恐怖、イライラなど、精神的に不安定になるのは自然な現象です。
- ・十分な睡眠やバランスのとれた食事、規則正しい生活を心がけましょう。
- ・信頼できる友だちや家族と話すことで、精神的な安定を得やすくなります。
会えなくても、心はつながっていることを確認するだけでも心の健康には大切です。
- ・お酒やタバコなどの取り過ぎに注意しましょう。ストレスを解消するつもりが、ついつい過剰になりすぎて、心もからだも傷つけてしまうおそれがあります。
- ・話す人がいない、誰にもつらい気持ちを話せない。
不安やうつなどの症状が長引くときは、ひとりで抱え込むことなく、
専門相談機関や医療機関に相談しましょう。



【心のケア相談窓口】

高知県立精神保健福祉センター 電話:088-821-4966 [受付時間] 平日8:30~17:15

新しい農業委員と農地利用最適化推進委員をご紹介します！

新しい委員が決まりました！

農業委員の任期満了に伴い、委員14人が町長から任命されました。7月13日（火）農業委員会総会で会長に山下文一委員、会長職務代理者に川村隆重委員が選出されました。また、農地利用最適化推進委員（2人）が、農業委員会から委嘱されました。任期は、令和3年7月から令和6年7月までの3年間です。



今期で勇退される川村雅敏委員を中心に（松繁委員は欠席）

「農業委員」って何するの？

「農業委員」は、農業委員会等に関する法律により市町村に設置が義務付けられている行政委員会で、農地法等に基づく許認可事務のほかに、地域の農地の見回りや農地利用の集積と集約化、遊休農地の発生防止・解消、新規参入の促進のために活動しています。農地の売買、権利移転等をお考えの方は、農業委員または農業委員会事務局へご相談ください。

【農業委員（敬称略）】

氏 名	地 区
川 村 隆 重	三 寄
上 田 亜矢子	本 山
澤 田 紀 夫	本 山
右 城 雄 一	大 石
前 田 博	吉 延
畠 山 日出男	古 田
松 繁 康 雄	木能津
津 田 洋 介	木能津
松 葉 晶 夫	上 関
藤 原 厚 志	北山東
澤 田 博	北山西
伊 藤 彰 信	寺 家
福 島 敏 仁	坂 本
山 下 文 一	瓜生野

「農地利用最適化推進委員」ってなんだろう？

農業委員会から委嘱された委員で、農業委員と力を合わせて、担い手への農地集積や、遊休農地の発生防止・解消、新規参入の促進等の活動を行います。

農業委員表彰

今期勇退される委員で、5期（15年）務められた川村雅敏委員が表彰されました。



川村 雅敏委員

山下 文一会長

【農地利用最適化推進委員（敬称略）】

氏 名	担当地区
眞 邊 祐 也	本山町全域
長 野 翔 太	本山町全域

● 問い合わせ

○ 農業委員会事務局 ☎ 76-3916

本山町・土佐町・大川村 合同でかわのまちを発信！

『早明浦ダム周辺地区かわまちづくり計画』 登録証の伝達式が開催されました！！

本山町、土佐町、大川村から組織する「早明浦ダム周辺水辺利活用推進協議会」が策定した「早明浦ダム周辺地区かわまちづくり計画」が国土交通省の支援制度に登録され、7月4日（日）土佐町さめうらカヌーテラスで登録証の伝達式が行われました。

「早明浦ダム周辺水辺利活用推進協議会」はどんな団体？

このたび、ダム湖（さめうら湖）や吉野川の水辺を活用した観光振興、地域活性化等を重要な施策として位置づけて更なる水源地域の活性化及び観光振興などを目的とした「かわまちづくり」を推進しています。早明浦ダム周辺水辺利活用推進協議会以下を設立しました。

「早明浦ダム周辺地区かわまちづくり計画」ってなんだろう？

協議会では、「早明浦ダム周辺地区かわまちづくり計画」を策定し観光振興の活動を行うこととしています。

＊詳しい情報についてはこちらをご覧ください⇒

また、現在早明浦ダム周辺の5つの駅を巡る「スタンプラリー」を実施しています。詳しくは下記をご覧ください。



早明浦ダム周辺地区
かわまちづくり計画HP



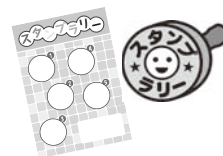
早明浦ダム周辺の5つの駅をめぐる 「スタンプラリー」が始まりました！

スタンプを集めて
「特典カード」をもらおう！

かわまちづくり登録証の伝達式に併せ、早明浦ダム周辺地区の地域活性化施策の一環として、「5つの駅」を起点とした「スタンプラリー」が始まりました。

このスタンプラリーは、早明浦ダム周辺地区の周遊性を高めるための企画で、地域の活動・情報拠点である5つの駅（湖、川、村、森、道）を回ることによって「特典」がもらえるイベントです。

スタンプカードは、下記の駅の受付で配布しています。また、5つの駅のスタンプは、各駅のイメージをモチーフとした可愛いデザインとなっています。



森の駅【自然王国白滝の里】（大川村）

村の駅【村のえき(結いの里)】（大川村）

湖の駅【さめうら荘レイクサイドホテル・さめうらカヌーテラス】（土佐町）

道の駅【道の駅土佐さめうら】（土佐町）

川の駅【アウトドアヴィレッジ本山】（本山町）

※アンケートのお願い（早明浦ダム周辺水辺利活用推進協議会）

「早明浦ダム周辺地区かわまちづくり計画」へ

皆さんの声をお聞かせください。



「Yahoo! 防災速報」を活用した 防災情報等の配信を開始します



防災や災害に関する情報発信の多重化を図るため、ヤフー（株）と「災害に係る情報発信等に関する協定」（令和元年11月27日締結）に基づき、同社から提供されている「Yahoo! 防災速報」アプリを活用した防災情報（自治体からの緊急情報）の配信を令和3年9月13日より開始します。

告知端末や防災無線による情報発信に加え、今後、災害発生時や災害が発生するおそれのある場合に、避難所の開設情報や災害への注意喚起（台風接近時など）の情報を自治体から緊急情報として配信を予定しています。ご自身やご家族の安全を守るために、専用アプリからダウンロードしてご活用ください。すでにアプリを利用されている方も設定が必要となります。なお、配信開始の9月13日はテスト配信を予定しています。



「Yahoo! 防災速報」アプリのダウンロード

「Yahoo!防災速報」とはヤフー（株）が提供する緊急地震速報や豪雨予報、土砂災害情報などをお知らせするサービスです。



▲詳しくはこちら

【これから設定される方】

Yahoo! 防災速報アプリ設定ガイド

インストールが完了したら、通知を受け取るために初期設定を必ず行いましょう。設定が完了していないと通知を受け取れない場合があります。

- 1 初期設定を始める**
防災速報は災害情報を「プッシュ通知」でお知らせします。「次へ」をタップしてください。
次に表示される画面で「許可」をタップ。
- 2 現在地連動通知機能を設定する**
どこにいても、今いる場所の災害情報を受け取れます。この機能を利用する場合は「この機能を使う」をタップしてください。
次に表示される画面で「許可」をタップ。
- 3 通知を受け取る地域を設定する**
さらに便利に、住所、勤務先など、通知を受け取る地域を設定します。
現在地や、郵便番号・市区町村名の検索から、地域を設定できます。
- 4 設定の完了**
設定の完了
プッシュ通知オン
現在地連動オン
千代田区
「始める」をタップすると、引き続き災害情報の確認方法などアプリの使い方の説明が表示されます。

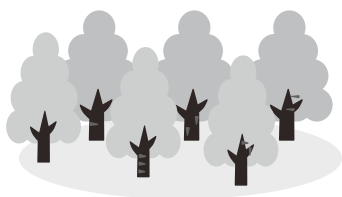
【すでに利用されている方】

通知を受け取るための設定

- 1 アプリを開き、画面右下の「設定(歯車マーク)」を押します**
- 2 「現在地連動の設定」を「オン」にします**
- 3 「地域の設定」で「高知県本山町(長岡郡)」を設定します**
- 4 通知する情報の「自治体からの緊急情報」を「オン」にします**
- 5 設定完了**

● 問い合わせ先
○ 総務課 ☎ 76-2223

「本山町林地残材等搬出推進事業」を実施しています



（「とさ本山共販所」 出荷木材への商品券上乘せ補助）

■ 林地残材等搬出推進事業とは

間伐等で林地に放置された木材資源（林地残材等）や出荷販売に適さない木材を搬出し、とさ本山共販所へ出荷した際、木材の販売価格に地域商品券を上乗せ交付することで、木材資源の有効活用及び町内経済の活性化を図る事業です。

■ 出荷者の条件

- 本山町内に住所を有し、町内に山林を所有している者
- 「本山町林地残材等搬出推進事業」 出荷者登録済みの自伐林家等

※自伐林家等 … 山林を所有して林業を営む個人が、自家労働を中心に自己所有林等から素材を生産する者。森林組合や林業事業体の業務は含まない。

■ 木材の出荷規格

- 本山町内の山林で伐採した木材
- 杉及び桧、径級 5 cm・材長 2.0m 以上の木材
- とさ本山共販所で受け入れ可能な木材



■ 出荷の方法

- 本山町まちづくり推進課へ出荷者登録のうえ、とさ本山共販所に木材を出荷してください

■ 交付金額

- 共販所に出荷した林地残材等の単価が 1 m³あたり 8,500 円に満たない木材については 8,500 円との差額分を出荷者に地域商品券で交付します

■ 商品券の交付

- 本山町森林組合が出荷者毎に 1 カ月分を集計し、翌月に商品券を交付します
- 商品券は本山町商工会の登録店で使用できます

● 問い合わせ先

〇まちづくり推進課産業振興班 林業担当 ☎ 76-3916 FAX76-2943



もとやま桜援隊便り

地域が育てる本山の子

令和3年度から吉野小学校は「コミュニティ・スクール」となりました。

「コミュニティ・スクール」とは、学校・保護者・地域の皆さんが対等な立場で協議をして意見を出し合い、学校運営に意見を反映させることで、子どもたちの豊かな成長を支え、「地域とともにある学校づくり」を進める法律に基づく仕組みです。

学校支援活動を実践している「もとやま桜援隊」も吉野小コミュニティ・スクールの学校運営協議会に委員として参加しています。これからも今まで以上に学校とともに地域の組織として子どもたちの成長にかかわっていきます。

学校(コミュニティ・スクール)

×

地域(地域学校協働本部=もとやま桜援隊)



目的やビジョンの共有

「地域とともにある学校づくり」と「学校を核とした地域づくりの実現」

桜援隊の活動の様子

家庭科裁縫実習支援



プール清掃支援



読み聞かせ支援



音楽和楽器学習支援



愛校作業支援



他にも、校外学習時の引率支援やマラソン大会や遠足時の交通安全指導、平時の校舎周辺の草刈り等も行っています。

● 問い合わせ先 ○ プラチナセンター (もとやま桜援隊 事務局)

☎ 76-2084



～ 低栄養に気をつけよう!! ～

低栄養ってなに？

低栄養とは、食欲の低下等の影響で徐々に食事量が減り、身体を動かすために必要なエネルギーや筋肉や皮膚などをつくるたんぱく質が不足した状態のことをいいます。

高齢者に多い症状ですが、若年者にもみられることもあります。

若年者の低栄養では、過度なダイエットや偏った食事など、さまざまな原因があり、年齢問わず気をつける必要があります。

どんな症状？

「体重減少」「筋肉量の低下」「風邪などにかかりやすい」「傷が治りにくい」「体力が落ちてきた」など

予防するために食事で気を付けることは？

1日3食、主食・主菜・副菜をそろえ、バランスよくする

1日3食を基本に、しっかりとエネルギーを確保しましょう。エネルギー不足は体力を低下させます。

また、食欲がないときは3食の食事以外にも、バナナやリンゴなどの果物を食べてビタミンやミネラルを補いましょう。

たんぱく質（肉・魚・卵・大豆・牛乳など）をしっかり食べる

たんぱく質は、筋肉や内臓など、体の様々な部分を作る材料となっています。栄養バランスの中でたんぱく質の摂取量を確保しないと、筋肉の量や質が低下し、フレイル（筋力や心身の活力が低下した状態）を招きやすくなります。

ただし、腎臓病など生活習慣病で、食事指導のある方は主治医の指示に従ってください。

食欲がないときは、おかずから先に食べる

水分をしっかりとり

楽しい食事にし、おいしく食べる



《オクラと卵の中華スープ》1人分

★ 材料 ★

- オクラ…………… 3本
- 卵…………… ½個
- 水…………… 150ml
- 中華スープの素… 大さじ½
- 薄口醤油…………… 小さじ½
- ごま油…………… 少々

★ 作り方 ★

- ① オクラに塩（分量外）を振りかけ、まな板で板ずりする。
- ② オクラを水洗いして約1cm幅に輪切りにする。鍋に水を入れ、中華スープの素・薄口醤油・オクラを入れて、沸騰させる。
- ③ 沸騰したら、溶き卵を回し入れ、固まったら火を止め、ごま油を風味付けに加える。



◎毎月19日は、「食育の日、家族そろっていただきますの日」と設定し、できる限り地域の食材を使い、家族で食事の準備をし、家族そろってゆっくり食事をいただき、食育について考え、実施する日としています。

《本山町食生活改善推進協議会》



MOTOYAMA

学校・育だより

Vol.158

地域の人を

安全・安心に

沢ケ内・屋所フィールドワーク～吉野小～



坂の傾斜を測定しています

吉野小学校の5年生・6年生は、防災学習として、沢ケ内地区と屋所地区のフィールドワークに行きました。防災教育アドバイザーの岡雅士さん、高知県防災エクスパート濱口洋介さんに案内していただきながら、先輩たちが作成した安全マップを片手に、現在の様子を観察しました。

6月25日は、沢ケ内地区に行きました。雨が降る中、土砂くずれが起きた場所を見学しました。今は、コンクリートで固められ、土砂くずれが起きないようになっています。また、空き家になっている家の塀の中には、ひびが入り危険な所があることにも気がつきました。

6月29日には、屋所地区に行き、今、建設中の屋所谷堰堤の工事の様子も見学することができました。これより下の住民の方たちの命を守る大切なものであることを学ぶことができました。

ヘリポートの見学では、救急車が入ってくる道が狭く、横の木々が茂って通りにくくなっていることや、ヘリポートのマークがはげてきていること、ヘリコプターが降りてくるときの目印となる吹き流しの色があせて見にくくなっていることに気がつきました。

また、傾斜計を使って、坂の角度を測定し、避難の際の大変さを実感しました。

7月2日には、清流館館長の山下文一さんより、汗見川地域の取り組みをお聞きしました。自主防災組織では、みんなで助け合っていることや避難用に室内用簡易テントを20張備蓄していることの説明をお聞きしました。屋所地区では、もしもの場合に備えて、各家庭で就寝場所の把握をしているそうです。

これらのフィールドワークで学んだことは、発表集会で下級生に紹介しました。熱海での土砂崩れもあり、全員が真剣に発表を聞いていました。

児童の作文より

沢ケ内は、広い道や川で水をくむための道がありました。災害が起きたときに、緊急車両が通れる道があったので少し安心しました。屋所では、坂道がたくさんあって急でした。沢ケ内や屋所には森林が多くて、土砂くずれなどが起きるかもしれないので、すごく危険だと思いました。わたしは、これから少しずつ地域の人や地域を安全にできるようにがんばりたいです。

ぼくが心に残ったのは、沢ケ内の清流館に室内用のテントが20個もあることです。テントだと、家族で避難したときのプライバシーも守られていいと思いました。これだけやっていたら、少しは安心できると思いました。吉野にもほしいです。



★子育て支援センター★

- 9/ 3(金) 絵本に親しもう
- 9/15(水) 身体測定
- 9/17(金) お誕生会(8. 9月)
- 9/29(水) 作って遊ぼう
- ※9月上旬「ミュージックセラピー」

★本山保育所★

- 9/ 3(金) 暴風雨災害避難訓練
- 9/ 5(日) 愛園作業
- 9/15(水) 子育てサロン「すまいる」
- 9/28(火) お誕生会
- 9/29(水) 子育てサロン「すまいる」

★9月の行事日程★

★嶺北中★

- 9/ 2(木) 3年生第3回実力テスト
- 9/ 4(土) 愛校作業・参観日
- 9/ 6(月) 代休(9/4)
- 9/11(土) 中高合同体育祭
- 9/13(月) 代休(9/11)
- 9/23(木) バドミントン新人大会(団体戦 青少年の家体育館)



★本山小★

- 9/ 2(木)～8(水) 生活リズム調べ
- 9/25(土) 運動会(雨天順延)
- 9/27(月) 運動会代休

★吉野小★

- 9/ 1(水) 始業式
- 9/ 2(木) 身体測定・視力検査
- 9/19(日) 運動会
- 9/20(月) 運動会予備日
- 9/21(火) 運動会代休
- 9/27(月)～(10/4まで) 家庭学習強化週間