

広報

第454号・2012年12月



とさちよう



第10回 全国和牛能力共進会 in 長崎 壮行会



必ず起こる！

南海地震に今から備えよう 家屋の倒壊防止

1 あなたのお家は、次の南海地震に耐えられますか？

平成7年の阪神・淡路大震災により、神戸市内で亡くなった3,875人のうち、詳細な分析が行われた3,651人の方のうち95%以上の方が建物の倒壊の影響で亡くなっています。

建築年別の被害状況では、昭和56年以前に建築された建物（旧耐震基準の建物）に被害が多く発生しています。平成20年住宅・土地統計調査によれば、県内には、この旧耐震基準で建てられた住宅が約8万6千戸あります。

地震の強い揺れで倒壊したガレキの中から自力で脱出することができなくなると、地震の後の津波や火災から命を守ることが難しくなります。

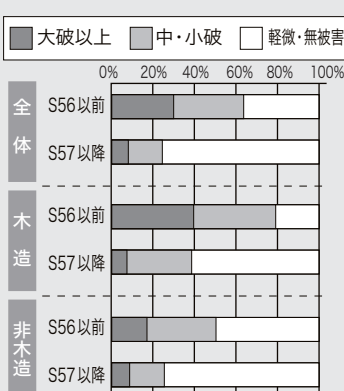
地震に備えて対策をすることが大切です。

犠牲者の死因原因（地震後2週間まで）

死因	死亡者数(人)	割合
① 窒息	1,967	53.9%
② 圧死	452	12.4%
③ 打撲・捻挫傷	300	8.2%
④ 外傷性ショック	82	2.2%
⑤ 頭部損傷	124	3.4%
⑥ 内蔵損傷	55	1.5%
⑦ 頭部損傷	63	1.7%
⑧ 焼死・全身火傷	444	12.2%
⑨ 不詳及び不明	116	3.2%
⑩ 臓器不全等	15	0.4%
⑪ 衰弱・凍死	7	0.2%
⑫ その他	26	0.7%
合計	3,651	100.0%

※神戸市内で亡くなった3,875人のうち詳細な分析が行われた3,651人について記載（出展）「間違いたらけの地震対策」（目黒公郎東京大学教授）

建築年別の被害状況



（出展）平成7年阪神・淡路大震災建築震災調査委員会中間報告より作成

2 高知県では住宅の耐震化を支援しています。

高知県では、市町村と協力して、昭和56年5月以前に建築された住宅を対象に耐震診断、耐震設計、耐震改修の支援をしています。

住宅耐震化促進事業の概要（昭和56年5月31日以前に建てられたものが対象）



	耐震診断	改修設計	耐震改修
木造住宅	<ul style="list-style-type: none"> ●診断費用 自己負担 3千円 (診断費用3万3千円のうち3万円を補助) ●診断方法 市町村から派遣された耐震診断士が、現地調査を行い診断します 	<ul style="list-style-type: none"> ●補助金額 耐震改修設計にかかった費用の2/3の額（上限20万円） ●要件 1. 耐震診断の評点が1.0未満 2. 耐震改修後の評点が1.0以上となる計画 3. 高知県に登録した設計事務所が受託するもの 	<ul style="list-style-type: none"> ●補助金額 耐震改修工事及びブロック塀の安全対策にかかった費用の一部 60万円+30万円^{※2}を上限
非木造住宅	<ul style="list-style-type: none"> ●補助金額 上限3万円 ●要件 1. 構造設計一級建築士等が実施するもの 2. 建築物の耐震改修の促進に関する法律に基づき定められた方法で、構造耐力上主要な部分の地震に対する安全性の評価を行うもの 	<ul style="list-style-type: none"> ●補助金額 耐震改修設計にかかった費用の2/3の額（上限20万円） 構造設計一級建築士等^{※1}が実施するもの 	<ul style="list-style-type: none"> ●補助金額 耐震改修工事及びブロック塀の安全対策にかかった費用の一部 60万円+30万円^{※2}を上限

※1 構造設計一級建築士等：①構造設計一級建築士（17名）②耐震改修支援センター（（財）日本建築防災協会）の「耐震診断、耐震改修を実施する建築士事務所」一覧に掲載されている建築士事務所（15社）に所属する建築士

※2 年度により対象にならない場合があります。

高知県「南海地震に備えて」より

CONTENTS

南海地震に備えて	2
	土佐町勢功労者表彰式 4
	町村監査功労者表彰を受賞
	／第10回全国和牛能力共進会長崎県大会 5
	土佐町社会福祉大会 6
	フィールド医学からの報告
	／孤食を減らすための3つの提案 7
	小児医療講演会を開催しました／4種混合ワクチンの予防接種が始まりました 8
	土佐町フィールド医学・時間医学健診のご案内 9
	食育だより 10
	障害者虐待の防止 12
	戦没者遺児による慰霊友好親善事業 14
	年金相談のお知らせ 15
	イギリス研修報告 16
	平成25年度保育園入園申し込み一時保育について 18
	「青木幹勇記念第3回全国子ども俳句大会」、 「さめうらの里読書名人」、 「第9回読書推進作品展」の表彰 20
	子育て支援センター「ポッポ広場」／土佐町学校応援団 22
	ヨモ一くん通信・みつば保育園 23
	土佐町小学校／土佐町中学校 24
	嶺北高等学校／土佐町剣道だより 25
	教職員社会体験研修を行いました／土佐町奨学金 26
	駅伝大会のお知らせ／湖畔マラソン大会開催 27
	第1回土佐町生涯学習大学校終了／街路灯の寄贈について 28
	水道管が凍結等で破損したり漏水した時の対処／私の町には下水道がある 29
	防災情報通信・火災想定訓練を実施 30
	自衛官募集／年末年始の窓口業務について 31
	平成25年土佐町成人式の要領／四国一斉法務局休日相談所 ／最低賃金改正のお知らせ／しつけと虐待の区別について 32
	新成人のみなさんおめでとうございます ／平成25年度固定資産税に係る異動届について 33
	／贈与税の申告はe-Taxで 33
	短歌会作品 34
	俳句会作品／コスモス句会作品 35



平成
24
年度

町勢功労受賞者のご紹介



功労
表彰者



しき ひろ ただ
式地 寛肇 氏

土佐町高須
70歳

●ご功績及びご経歴

永年にわたり、土佐町議会議員として本町の自治振興に貢献された功績。

土佐町議会議員 昭和62年5月10日～平成15年3月3日(15年9月)
(内)議長 平成11年5月10日～平成15年3月3日
産経土木常任委員会委員長 平成7年5月10日～平成9年5月8日

●表彰事由 規則第4条第1項第2号(自治振興)

功労
表彰者



かわ い みつ ゆき
川井 十之 氏

土佐町相川
74歳

●ご功績及びご経歴

永年にわたり、土佐町職員として本町の自治振興に貢献された功績。

土佐町役場吏員 昭和34年12月1日～平成11年3月31日(39年4月)
議会事務局局長 昭和58年6月1日～平成元年3月31日
農林建設課長 平成元年4月1日～平成3年5月31日
総務課長 平成3年6月1日～平成9年3月31日
企画振興課長 平成9年4月1日～平成11年3月31日

●表彰事由 規則第4条第1項第5号(自治振興)

善行
表彰者



かわ だ げん た ろ う
川田 源太郎 氏

土佐町土居
87歳

●ご功績及びご経歴

土居農村公園が今まで美しく管理されているのは、氏の永年にわたる日々の善行の積み重ねの賜物である。

また、大谷部落長を務められた経歴もあり、温厚誠実で、住民からの信用人望も厚く、町民の模範となるものである。

●表彰事由 規則第6条第1項第3号

祝 近藤敏一氏 町村監査功労者表彰を受賞

町村監査功労者表彰



平成 24 年 10 月 3 日に東京都メルパルクホールにおいて、全国町村監査委員協議会による町村監査功労者表彰式が行われ、近藤敏一議選監査委員が地方自治の振興発展に貢献された功績が認められ、功労者表彰を受賞されました。

第10回全国和牛能力共進会

長崎県大会



和牛のオリンピックといわれる、全国和牛能力共進会（以下全共）が10月末、長崎県で開催されました。畜産に力を入れている道府県から、約500頭の選抜された和牛が一堂に集結し、雄牛・雌牛の改良の成果を競い合う「種牛の部」と、肉質を競い合う「肉牛の部」があり、審査結果で今後の和牛ブランドが大きく左右され、各道府県の力の入りようは本当にすごいものです。

高知県代表として、土佐町からは「種牛の部」に2頭、「肉牛の部」に2頭が出場しました。特に「種牛の部」に出場した近藤さん、伊藤さんは、8月2日に行われた高知県代表牛を決める全共最終審査会以降、毎日の調教や、ブラッシング、削蹄等、熱心に取り組み、高知県代表を努めていただきました。

全共期間中は、あかうしのPRも行い、他県の出品者や来場者にも大変人気でした。常陸宮ご夫妻の御台覧に際し、あかうしの頭を

なでていただきました。その写真は農業新聞の一面を飾りました。今回、全共で得た経験や課題を、5年後に宮城県で開催される全共につなげられるよう、関係者一同邁進していきたいと思えます。

（以下生産者代表コメント）

全国和牛能力共進会に出場し、全国のレベルの高さ、そして取組み方の違いに驚きました。高知県の土佐あかうしは頭数は少ないですが、少しでも上位を狙える牛を改良していかなければいけません。今回応援してくださった皆様、本当にありがとうございます。

近藤義孝、伊藤正枝

【種牛の部】

名号	出品者名
2区 第5たつみ	近藤義孝（東石原）
3区 153たつかさ	伊藤正枝（東石原）

【肉牛の部】

名号	出品者名
8区 嶺幸波	筒井博和（立割）
9区 桜桜嶺	川井高広（相川）

第33回土佐町社会福祉大会

フィールド医学大塚先生の

講演会が開催されました

10月27日（土）、第33回土佐町社会福祉大会において、フィールド医学でお世話になっている東京女子医科大学の大塚邦明教授を講師に招き講演会を開催しました。

今回のテーマは「土佐町での高度医療健診をふりかえって」と題し、9年目を迎えたフィールド医学の集大成として今までの取り組みや成果を話していただきました。

100名を上回る方のご参加をいただき、フィールド医学が始まった頃の懐かしい方々の写真を見ながら現在まで研究されてきた内容や、「健やかな眠り」を得るためには次の4つの点を心がけてほしいというお話でした。①眠る環境を整える②決まった時刻に起きる③運動をする④心のこもった朝食をとる。土佐町の健康長寿につながっていく秘訣が詰まった内容に来場者は引き込まれていました。



健康劇「おばあちゃんの決断」を実施しました

10月27日（土）の第33回土佐町社会福祉大会で、糖尿病予防をテーマに「高知県在宅保健活動者なでしこの会」による、健康劇「おばあちゃんの決断」を上演しました。なでしこの会は、高知県保連合会に事務局をおき、在宅で活動する保健師等の団体で、生活習慣病・介護予防のために県内各市町村で、健康劇や講座などを行っています。

40歳以上の4人に1人が糖尿病と言われる時代であり、糖尿病は国民病の一つですが、食事や運動などの生活習慣を見直すことで、予防することができたり、進行を遅らせることができること、糖尿病におけるHbA1cの持つ意味などについて、ユーモアのある健康劇で披露してくれました。

また、当日は、以前、駐在保健師として、土佐町でも活動されていた岩崎丸さんやとんからりんの家代表 澤田美恵子さんにもご協力いただき、熱のこもった演技にみなさん引き込まれていました。

厚生労働省では生活習慣病のスローガンに「1に運動、2に食事、しっかりと禁煙、最後にくすり」をあげています。みなさんも今一度、自分のため、家族のために、生活習慣を見直し、生活習慣病を予防しましょう。





ファイルド医学からの報告



今回はファイルド医学に関わっていただいている京都大学の木村さんから健康長寿問診票から見えてきた「孤食」について報告していただきます。

共に食べることの

健康効果

京都大学東南アジア研究所

木村友美

誰と一緒に食事をとりますか

家族や友人と共に食卓を囲む景は、思い浮かべただけでも幸せな気分にしてくれるものです。それは食事が、生きるために必要な栄養の摂取という意味以上に、「コミュニケーションのツールのひとつとしての役割も果たすと、考えられるからです。

「食」という字を分解すると、「人」が「良」くなる、と読めます。栄養素だけでなく、心身ともに人を良くしてくれるのが、本来の「食事」の役割であると思います。日々の環境のせいで、毎日なげなく淡々と食

事を済ませてしまう、という方もいらっしゃると思います。食事をとることの健康効果を、栄養素という視点以外から考えてみましょう。

土佐町健診からの発見

私は2008年から土佐町の健診に参加させていただいており、2010年から「孤食」に着目した調査を「ご長寿アンケート」によって行いました。「孤食」とは、ひとりで食事を食べることを、この孤食は、核家族の増加や両親の共稼ぎなどにより「一人で食事をとる子供の問題」として注目されています。しかし孤食の問題は、子供だけでなく高齢の方々にとっても重要と考えたのです。

そこで、土佐町の65歳以上の高齢者の方を対象に、「孤食」についてのアンケートを行ったところ、約33%の方が、「一人で食事をとる」と答えておられました。さらに注目すべ

きことに、家族と同居している方で約20%は一人で食事をしているという実態が明らかとなりました。一人暮らしの方が増えているという原因のみならず、家族と一緒に暮らしていても、家族と時間が合わない、食事の好み合わないなどの理由から、一人で食事をしている方が多いようなのです。

「孤食」という健康問題

一人で食事をとる「孤食」の人と、誰かと一緒に食べている人の健康度を比べてみると、孤食の高齢者では、QOL(主観的健康度、幸福度)が低く、うつ傾向が多いということが明らかになりました。孤食が実際に、心の健康度に悪影響を及ぼしているということが、データからはっきりと証明されたのです。また、孤食の高齢者ではBMI値が低い(平均以上のやせと低栄養である)という関連もみられています。これらは、単に独居であるかどうかよりも有意な関連を示し、簡単に言うと、「一人暮らしである」ということよりも「一人で食べている」ということのほうが、健康に悪いということがいえるのです。確かに、一人の食卓では、いろいろと揃えるのもめんどくさい、食欲もわかない、ということは実感としても理解できるでしょう。

一方、一人暮らしである、という方でも、「友人と食べている」「親戚

と食べている」と答えた人では、QOLや幸福度も高く、やせの傾向も見られませんでした。人間とは「共食」をする動物である、という言葉があります。家族や、友人など、気の合う仲間と共に食卓を囲むことが、人としての根源であるといえます。単純なことですが、家族や友人と一緒に食事をとることは、実は絶大な効果があるように私は思うのです。ぜひ週に一度でも、家族や友人と一緒ににぎやかに食べる機会を作ってみてください。

孤食を減らすための3つの提案

- ① 家族が高齢者と一緒に食事をする心がけを
- ② 友人や近所の人々と食事を楽しむ機会を
- ③ 地域で高齢者が一緒に食事をとれるコミュニティづくりを



小児医療 講演会を 開催しました



10月23日、保健福祉センターあじさいホールにおいて小児医療講演会「子どもの病気や事故」〜こんなときはどうするの？〜を開催しました。

講師には早明浦病院小児科古賀眞紀子先生をお迎えし、子どもの具合が急に悪くなった時の受診の仕方や事故の防止、予防接種の受け方などについて話していただきました。保護者の方々など約40名の参加があり、参加した保護者からは「周りにうっさいためにも、予防接種は大切だと改めて思いました。」や「子どもの転倒に気をつけようと思った。」という感想がありました。

子供の事故予防

●暖房器具
吹き出し口に長時間接近するとやけどする。

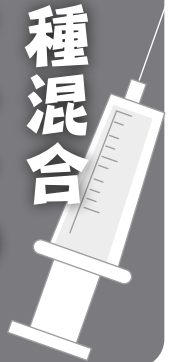
●車中
数分でも1人で置いていけない。(夏場の高温、誘拐の危険)

●浴槽・洗濯機
5cmくらいの水位でも溺れるので、水はためない。

●ベビーベッド
柵をしないと、寝返りできなくても動いて落ちる。

高知県HPこうちプレマnetより引用

4種混合 ワクチンの 予防接種が 始まりました



4種混合ワクチンとは、ジフテリア・百日せき・破傷風の3種混合ワクチンに不活化ポリオワクチンを加えたものです。

■接種対象年齢

生後3か月〜90か月(7歳6か月)に至るまで

■接種回数および間隔

初回免疫・20日〜56日までの間隔をおいて3回

追加免疫・初回接種終了後6か月以上の間隔をおいて1回

■標準的な接種期間

1期初回接種・生後3か月から生後12か月に達するまで

1期追加接種・1期初回接種終了後12か月から18か月に達するまで

■接種方法

○3種混合ワクチン・ポリオワクチンのどちらも接種していない人
原則として4種混合ワクチン(合計4回)を接種する

○次のいずれかのワクチンをすでに接種した人

・生ポリオワクチン1回
・単独の不活化ポリオワクチン1回
以上

・3種混合ワクチン1回以上
原則として3種混合ワクチン+単独の不活化ポリオワクチン(合計8回)を接種する

■接種場所

・県内委託医療機関(土佐町内では早明浦病院と田井医院で接種可)
※医療機関に事前に予約をして、母子手帳と予防接種予診票(紫色)、保険証を必ず持参して下さい。
また、受診前には「予防接種と子どもの健康」をお読みください。

(お問い合わせ)

土佐町役場
健康福祉課 健康係
TEL8210442

