

こうほう とさちよう



2026 (令和8年) / 9 vol.523

土佐町職員給与などについて次のとおり公表します

(1)人件費の状況(普通会計決算)

区分	住民基本台帳人口	歳出額 A	実質収支	人件費 B	人件費率(B/A)	(参考)令和6年度の人件費率
令和7年度	8,331 3,392人	5,195,906千円	19,562千円	897,479千円	17.3%	16.4%

(注)人件費には、特別職に支給される給料、報酬額を含む。

(2)職員給与費の状況(普通会計予算)

区 分	職員数 A	給 与 費				1人当り給与費 (B/A)
		給料	職員手当	期末・勤勉手当	計 B	
令和8年度	71人	287,221千円	73,202千円	121,827千円	482,250千円	6,792千円

(注)1職員手当には退職手当を含まない。

2給与費は当初予算に計上された額である。(全職員数から特別職と特別会計の職員、非常勤職員を除いた職員数)

(3)職員の平均給料月額、平均給与月額及び平均年齢の状況(令和8年4月1日現在)

区 分	一般行政職		
	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
土佐町	339千円	379千円	44.1歳

(4)職員の初任給の状況(令和8年4月1日現在)

区 分		土 佐 町		国	
		決定初任給	採用2年経過日給料額	決定初任給	採用2年経過日給料額
一般行政職	大学卒	232,000円	242,000円	232,000円	242,000円
	高校卒	200,300円	213,100円	200,300円	213,100円
単労職	大学卒	—	—	—	—
	高校卒	137,500円	147,000円	223,200円	233,000円

(5)職員の経過年数別・学歴別平均給料月額の状況(令和8年4月1日現在)

区 分		経験年数10年以上～15年未満	経験年数20年以上～25年未満	経験年数25年以上～30年未満
一般行政職	大学卒	300,200円	389,100円	402,500円
	高校卒	282,300円	—	—
単労職	大学卒	—	—	—
	高校卒	—	—	—

(6)一般行政職の級別職員数の状況(令和8年4月1日現在)

区 分	1級	2級	3級	4級	5級	6級	計
標準的な職務内容	主事	主事	主幹	係長	課長補佐	課長	
職員数	6人	4人	10人	11人	11人	9人	51人
構成比	11.8%	7.8%	19.6%	21.6%	21.6%	17.6%	100.0%
参考	1年前の構成比	13.5%	3.8%	21.2%	26.9%	17.3%	100.0%
	5年前の構成比	2.0%	15.7%	13.7%	39.2%	13.7%	100.0%

(注)1土佐町の給与条例に基づく給料表の級区分による職員数である。

2標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職務である。

3再任用職員を含まない。

(7)昇給期間短縮の状況

区 分		合計	一般行政職	単労職
令和6年度	職員数(A)	0人	0人	0人
	普通昇給期間を短縮して昇給した職員数(B)	0人	0人	0人
	比率(B)/(A)	—	—	—
令和7年度	職員数(A)	0人	0人	0人
	普通昇給期間を短縮して昇給した職員数(B)	0人	0人	0人
	比率(B)/(A)	—	—	—

(8)職員手当の状況(令和8年4月1日現在)

区分	土佐町			国		
期末手当		期末手当	勤勉手当		期末手当	勤勉手当
	6月期	1.2625月分	1.0625月分	6月期	1.2625月分	1.0625月分
勤勉手当	12月期	1.2625月分	1.0625月分	12月期	1.2625月分	1.0625月分
	職制上の段階、職務の級等による加算措置 有			職制上の段階、職務の級等による加算措置 有		
退職手当	(支給率)	自己都合	定年	(支給率)	自己都合	勤奨・定年
	勤続20年	19.6695月分	24.586875月分	勤続20年	19.6695月分	24.586875月分
	勤続25年	28.0395月分	33.27075月分	勤続25年	28.0395月分	33.27075月分
	勤続35年	39.7575月分	47.7090月分	勤続35年	39.7575月分	47.7090月分
	最高限度額	47.7090月分	47.7090月分	最高限度額	47.7090月分	47.7090月分

(令和8年4月1日)

区分	内 容	国の制度との異同
扶養手当	子(13,000円)、父母等(6,500円) 16～22歳の子1人につき加算額(5,000円)	同じ
住居手当	借家 基礎控除額(16,000円)最高支給限度額(28,000円)	同じ
通勤手当	1 交通機関利用者 6ヵ月定期券等の価額による一括支給 最高限度額(55,000円) 2 交通用具利用者 通勤に応じて(2,000～38,700円)	同じ

時間外勤務手当 (普通会計)	令和6年度	支給総額	13,639千円
		職員1人当たり支給年額	216千円
	令和7年度	支給総額	14,042千円
		職員1人当たり支給年額	226千円

(9)特別職の報酬等の状況(令和8年4月1日)

区分	給料月額等
給料	町長 675,000円
	副町長 580,000円
	教育長 543,000円
報酬	議長 263,000円
	副議長 213,000円
	常任委員長 199,000円
	議員 190,000円
期末手当	(令和7年度支給割合)
	町長 6月期 1.65月分
	副町長 12月期 1.65月分
	教育長 計 3.3月分
	(令和8年度支給割合)
	町長 6月期 1.675月分
	副議長 12月期 1.675月分
	議員 計 3.35月分



(10)部門別職員数の状況と主な増減理由(令和8年4月1日現在)

	職 員 数		対前年増減数	主な増減理由
	令和7年	令和8年		
一般行政部門	68人	69人	1	育児休業による増員
特別行政部門	3人	3人		
公営企業会計部門	6人	6人		
合 計	77人	78人		

(注)職員数は、地方公務員の身分を保有する休職者、派遣職員などを含み、臨時又は非常勤職員を除いている。



令和8年度、土佐町は高知県人口減少対策総合交付金を活用し、以下のような事業に取り組みます。事業内容等の詳細な部分まで掲載できておりませんので、活用をお考えの方は、担当課までお問い合わせください。

※本事業の対象条件は、土佐町の住民票の登録だけでなく、土佐町に居住実態があることが前提となっておりますのでご注意ください。

※昨年度から「拡充・要件緩和」した箇所は、赤字で記載しています。

移住・定住支援



土佐町ホームページに
各様式を掲載しています！



①若年者遠距離通勤支援金(総務課☎82-0480)

内容 若者世代の通勤費及び通勤用車両購入費を補助する。

(通勤)月額1万5千円(対象 4月から2月分)

(車両購入)50万円(1人1台限り)※事前承認が必要

対象 雇用保険被保険者(要件緩和)のうち、33歳以下、または未就学児を養育するもの(拡充)

(通勤)嶺北管内、旧本川村、旧吾北村以遠への通勤に限る(月10日以下の通勤は対象外)

(車両購入)対象者のうち、Uターン者に限る。税抜100万円以上の新規車両(自家用)購入に限る。

車検証の使用者、所有者がともに本人であること。その他要件あり。

拡充・
要件緩和

②土佐町ふるさと就労奨励金(企画推進課☎82-2450)

内容 町内の企業等に就職した場合に、就労支援金(10万円)、家賃奨励金(月額2万円(2年間))(拡充)を支給する。

対象 [就労支援金]新規学卒者及びUターン者

[家賃奨励金]Uターン者及びIターン者(拡充)

(いずれも34歳以下の者に限る)(公務員を除く)

拡充

③土佐町移住促進引越支援事業補助金(企画推進課☎82-2450)

内容 本町に転入した場合に、当該転入にかかる引っ越し費用の一部を補助する。(補助率1/2、上限10万円)

対象 34歳以下、子育て世帯(18歳未満の子どもがいる世帯)

④土佐町新築・リフォーム定住支援事業補助金(総務課☎82-0480)

内容 町内に住居を新築又はリフォームを行う場合に補助金を支給する。

(新築の場合)最大4,000千円

(定額2,000千円+町産材の使用の場合、最大2,000千円上乗せ(20㎡を限度))

(リフォームの場合)最大2,000千円

(定額1,000千円+町産材の使用の場合、最大1,000千円上乗せ(10㎡を限度))

対象 夫婦ともに39歳以下の世帯、子育て世帯(18歳未満の子どもがいる世帯)、または34歳以下の者(拡充)

※空き家対策総合支援事業補助金(国費)及び高知県住宅耐震化促進事業費補助金(県費)の対象となる空き家改修事業は除く

拡充

⑤しごと創生スタート事業費補助金(企画推進課☎82-2450)

内容 町内で起業する場合に、起業に要する費用の一部を補助する。

(店舗改修費等)補助率10/10、上限300万円

(事業用車両購入費)補助率1/3、上限30万円

(広告宣伝費等)補助率10/10、上限30万円

対象 34歳以下、子育て世帯(18歳未満の子どもがいる世帯)のUターン者

(転入後1年以内の者に限る。)

※この補助金は上記対象者でなくても対象となる場合がありますので、起業をお考えの方は担当課までお問い合わせください。

子育て支援

①土佐町小学校、土佐町中学校、嶺北高校入学祝金(教育委員会☎82-0483)

内容 土佐町小学校、土佐町中学校、嶺北高校へ入学した場合に入学祝金を10万円支給する。

対象 土佐町在住の入学者

②チャイルドシート購入補助金(健康福祉課福祉係☎82-2333)

内容 チャイルドシート購入費を助成する。(上限1万円)

対象 6歳未満の子ども1人あたり2台まで

③保育助成金(住民課☎82-1717)

内容 第2子以降の未就学の子に対して助成金を支給する。(月額5千円)

対象 未就学の子どもを含む子どもが2人以上いる方

④みつば保育園園児用おもちゃ購入事業(教育委員会☎82-0483)

内容 保育園で使用するオムツの用意を行い、金銭的負担を軽減する。

⑤ポップ広場 週末運営事業(教育委員会☎82-0483)

内容 ポップ広場を週末設置し、未就園児及びその保護者への支援の充実を図る。

出会い・出産支援

①出会い・結婚支援補助金(住民課☎82-1717)

内容 県が運営する婚活推進のためのマッチングアプリへの登録料を全額補助する。

対象 土佐町在住の未婚者(年齢制限なし)

②マッチング応援事業補助金(住民課☎82-1717)

内容 39歳までの未婚者が「こうち出会いサポートセンター」が連携する民間結婚相談所等を利用した場合に、利用料の一部を補助する。〔入会金〕補助率1/2、上限2万5千円 〔成婚料〕補助率1/2、上限11万円

対象 39歳以下

③結婚生活支援金(住民課☎82-1717)

内容 婚姻届等を提出した世帯に対し、新生活を開始するために必要な費用の一部を支援する。(20万円)

対象 土佐町に定住しており、住民基本台帳に登録があり、少なくとも今後3年以上定住の意思がある若年夫婦等(夫婦等の双方が39歳以下(申請日時点))

④不妊治療費助成金(住民課☎82-1110)

内容 一般不妊治療(体外受精及び顕微授精を除く)、特定不妊治療(不妊治療のうち体外受精及び顕微授精)、不育症治療(医師が不育症または、その疑いがあると診断し行う治療)に係る費用に対し、助成金を支給する。

対象 土佐町在住の者(年齢制限なし) ※特定不妊治療については年齢要件あり

⑤妊産婦医療費助成金(健康福祉課健康係☎82-0442)

内容 妊産婦が医療機関を受診した場合に、保険診療の自己負担額を助成する。

対象 医療保険各法の規定による被保険者又は被扶養者であって、町に住所を有する妊産婦(年齢制限なし)

⑥出産費用助成金(健康福祉課健康係☎82-0442)

内容 出産費用として医療機関等に支払った費用のうち、出産育児一時金及び高額医療費、追加給付を減じた額を助成する。(上限10万円)

対象 健康保険に加入している者で、出産日及び申請時に土佐町に住所を有し、出産後も本町に1年以上定住する意思のある者(年齢制限なし)

企業育休支援

①育児休業制度整備支援事業補助金(住民課☎82-1717)

内容 事業所等に勤務する男性の労働者が育児休業を取得したとき、事業所に補助金を交付する。(1名につき月額10万円とし、6カ月を限度)

対象 育児休業制度の規定等を整備している又は新たに整備する高知県内に住所を有する中小企業又は事業者で常時使用する従業員の数が50人以下のもの等

知っく情報



小児インフルエンザ予防接種費用を助成します

土佐町では令和6年度から、子育て世帯の予防接種に係る経済負担の軽減と、子どもの健康保持増進を目的に、任意接種である季節性インフルエンザの助成を行っています。

対象者 接種日及び助成金申請時において土佐町に住所を有する満1歳から18歳まで(18歳に到達する年度末まで)の者

助成額及び助成回数 1回につき上限2000円

13歳未満…2回分

13歳以上…1回分

※あくまで助成回数の上限であり、接種回数については、かかりつけ医にご相談ください。

接種期間 令和8年10月1日(木)～令和9年1月31日(日)まで

実施医療機関 県内外の予防接種実施医療機関(ご自身で予約を取ってください)

助成方法 接種期間内に医療機関で接種を行い、接種後に申請書、領収書、接種済証等接種を証明できるもの(母子手帳写し可)を持参し、土佐町役場及び各支所で令和9年3月31日までに助成金の申請を行ってください。

お問い合わせ 健康福祉課 健康係 ☎82-0442 FAX 70-1312



土佐町では飼い猫・飼い主のいない猫の不妊・去勢手術費の一部を助成します



猫の繁殖や飼い主のいない猫の増加を抑え、殺処分を余儀なくされる不幸な猫をなくし、地域住民の方々の良好な生活環境の保持を目的とします。

助成金額
(上限)

- 飼い猫・飼い主のいない猫
メス・オス 不妊・去勢手術 上限5,000円/匹
※1年度につき1世帯4匹まで

助成金
申請方法

- ① 助成金交付申請書を健康福祉課まで提出
- ② 交付決定通知後、動物病院にて手術を実施
- ③ 手術後、30日以内又は当該年度の3月31日のいずれか早い日までに、助成金実績報告書と手術費用の領収書(原本)、請求書を健康福祉課まで提出
- ④ 報告書を審査し適当と認めた場合、申請者口座へ助成金を交付

注意事項

- 助成金の交付対象者
 - ・本町に居住し、町税等の滞納がない者
 - ・町規則に規定する暴力団員でない者
- 飼い主のいない猫については、耳のV字カットが必須

お問い合わせ 健康福祉課 健康係 ☎82-0442

Happy Aging

幸せに老いる

土佐町フィールド医学事業 ～フィールド医学健診を実施しました～

75歳以上の後期高齢者を対象にしたフィールド医学健診を、8月3日(月)から8月7日(金)の5日間実施しました。期間中は京都大学東南アジア地域研究研究所、東京女子医科大学、高知大学、九州歯科大学等の医師や学生総勢37名の協力を得て、134名の住民の皆様が受診されました。

健診では、身体機能や認知機能、循環器検査(血圧、心電図)、血液検査、口腔検査等の詳しい検査や、老年内科、循環器内科、心療内科の専門医による診察・相談を実施しました。

なお、当日受診されなかった方及びフィールド医学健診を申し込まれていなかった方で、後期高齢者健診の受診条件に該当されている方には、受診券と問診票を送付していますので、指定された医療機関で令和9年3月31日までに受診するようにしてください。

また、前年度に75歳に到達された方及び前年度に歯科健診を受診された方、令和8年度のフィールド医学健診受診者を対象に、歯科健診が実施されます。対象者には、高知県後期高齢者医療広域連合から受診券が送付されますので令和9年2月末日までに受診するようにしてください。なお、75歳以上(今年度中に75歳に到達される方は、誕生日以降)の方で歯科健診を希望される方は、下記までお申し込みください。



京都大学東南アジア地域研究研究所 藤澤 道子

暑い中フィールド医学健診を受診してくださり、誠にありがとうございました。今年も各大学からたくさんの学生が参加しました。皆さま方とお話した学生からは、年を取るということに対するイメージが変わった、土佐町の高齢者の皆さまをお手本にしたいといった声が聞かれるとともに、山と川に囲まれた自然の中での皆さまのしなやかな暮らしについてさまざまに思いをめぐらせることができました。ありがとうございました。

年々暑くなりますが、年を取ると暑さを感じにくくなり、喉の渇きに気づきにくくなります。そのため、気温を確認する、喉が渇かなくても定期的に水分を摂るなどの習慣をつけてください(テレビでもおなじみですね!)。また、作業に夢中になってしまうと時間を忘れてしまいます。携帯電話の目覚まし時計の機能を使って、一定時間が経ったらアラームが鳴るようにして休憩するなど工夫して、この暑い夏を乗りきりましょう!

土佐町の皆さまに再会できるのを私たちも毎年楽しみにしております。受診して下さった方からは、学生との会話が楽しかったというお声もいただき、うれしく思います。また来年もぜひご参加ください。お待ちしております!

住 民 課

国保から大切なお知らせ

令和7年度土佐町国保の保険給付費は **3億2,122万6,875円!!**

6年度より**1,193万5,488円下がりました**。皆さん、ありがとうございます。

皆さんの生活習慣の見直しなどにより町の医療費が下がりました。

しかし、今年度も受診が一番多いのは生活習慣病。この生活習慣病は自分自身で予防できる病気です。今の食事・生活習慣が今のあなた・将来のあなたを作っています。



『健康な身体』はあなたの財産です!!

皆さんの健康は土佐町の宝です。

生活習慣病予防のため、特定健診を受けましょう!!

・特定健診とは、生活習慣病予防のために40～74歳の方を対象に行う健診のことです。

・町の令和8年度集団健診は**9月28日が最終です**。

町の特定健診を受診できなかった場合は病院や人間ドックで受診して下さい。

・健診には、お送りしている「特定健診受診券(桃色)」「問診票」と「マイナ保険証または資格確認書」を必ず持参して下さい。お手元にない時は再発行しますので、ご連絡下さい。

お得情報

「特定健診受診券」を使用すると特定健診分の料金が9,000円ほど無料になります。

※保険給付費とは、国保の医療費のうち皆さんが医療機関にお支払いした自己負担額を除き、土佐町役場が国保連合会を通じて医療機関に支払った金額です。

令和8年度の国保税の納付書は7月中旬にお送りしています。

国保税は世帯主課税のため、世帯主宛にお送りしていますのでご確認ください。
また、納付期限内の納付をお願いします。



国保税の納め忘れにご注意を!!

もしも、納め忘れが1年以上ある場合には、『納付意志がない』と判断され、

マイナ保険証及び資格確認書が使えず、受診の自己負担が10割になります。

更に、差押えなどの滞納処分を受けることになりますのでご注意ください。

(※預貯金、生命保険、給与、年金などが差押えの対象です。)



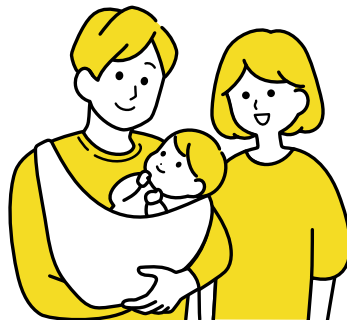
お問い合わせ 住民課 住民係 ☎82-1110

住 民 課

令和8年(2026年)10月から 国民年金保険料の育児免除制度が始まります!

**実子、養子を育てている方は、
育児のための免除制度を利用できます。**

- 国民年金第1号被保険者(自営業者・農業者・アルバイト・無職など)も**育児で保険料が免除される制度**が始まります。
- お子さま(実子・養子)を育てている方(父母・養父母)は、申請することで、月額17,920円(令和8年度)の**保険料が免除**されます。
- 対象期間は、お子さま(実子・養子)が**1歳になる誕生日の前月**までです。
- 将来の年金額は、**納付した場合と同じように反映**されます。



【育児免除イメージ図】

免除イメージ図】

出産日

1歳の誕生日の前月(12月分)まで

	12月	1月	2月	3月	4月	5月	12月
母親	産前産後免除期間 出産予定月または出産月の前月から4か月間				育児免除期間		
父親 (養父母)		育児免除期間					



申請はスマホでOK!電子申請がかんたん便利

基本的に、**書類を添える必要はありません。**

※届書(紙)による手続きの場合には、「産前産後免除該当届／育児免除該当届・終了届」

「マイナンバーカード」の写し等が必要となります。

スマホで24時間365日、電子申請できます。

※土佐町役場住民課の国民年金担当窓口や郵送でも手続きできます。



制度や手続きの
詳細はこちら



日本年金機構特設ページ
<https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/ikujimenjo.html>



マイナポータル(電子申請)はこちら
<https://myna.go.jp>

電子申請についてのお問い合わせ

ねんきんネット専用番号 ☎0570-058-555

050から始まる電話からおかけになる場合 (東京)☎03-6700-1144

住 民 課

後期高齢者の歯科健診を受けましょう

年1回
無料!

後期高齢者医療の被保険者を対象に、歯・歯肉の状態や口腔内の衛生状態等をチェックし、口腔機能の維持・向上、全身疾患の予防等につなげるため、歯科健診を実施します。

みなさまのお口の健康状態を知る良い機会となりますので、後期高齢者の特性に合わせた歯科健診を受診しましょう。なお、健診結果は、保健指導などに活用しますのでご了承ください。

対象者

- 高知県後期高齢者医療に加入している方
※ただし、次に該当される方は対象外です。
- ・6か月以上継続して入院されている方
 - ・介護施設等に入所中の方

受診期間

- 令和8年8月1日(土)～令和9年2月28日(日)
※今年度より健診実施期間を2ヶ月拡大し、8月1日からの開始となります。

受診方法

- ①次の条件に当てはまる方には、事前に受診券を送付します。
 - ・昭和22年4月1日～昭和26年3月31日生まれの方
 - ・過去5年間(令和3年度～令和7年度)に後期高齢者歯科健康診査を受診した方
 - ※受診券が届かない方は申し込みが必要となりますので、お問い合わせください。
- ②郵送で受診券が届きます。「受診券」、「問診票」、「実施機関一覧表」のセットです。
- ③「実施機関一覧表」に記載されている歯科医療機関に連絡し、健診の予約をしてください。
- ④健診当日は、マイナ保険証または資格確認書・受診券・問診票・入れ歯(持っている場合)・お薬手帳を持っていきましょう。



自己負担

- 無料(年1回)
※無料の対象となるのは健診内容のみです。治療が必要な場合の治療費は、自己負担となります。
※2回目以降は、自己負担となりますのでご注意ください。

健診内容

- ①歯の状態 ②咬合の状態 ③咀嚼機能^{そしゃく} ④舌・口唇機能^{えんげ} ⑤嚥下機能
⑥口腔乾燥 ⑦粘膜の異常 ⑧口腔衛生状況 ⑨歯周組織の状況 ⑩問診

実施歯科医療機関

- 受診券と同封の実施機関一覧表に記載されている登録歯科医療機関
お手元に実施機関一覧がない場合は、お問い合わせください。

健診結果

健診当日、受診した歯科医院で結果説明が行われます。

お問い合わせ 住民課 住民係 ☎82-1110

令和8年度こうちこうばいぷろじえくと合同窓口公売会の開催日時が決定しました

毎年、高知県内の自治体が合同で開催している合同窓口公売会を下記のとおり開催いたします。本公売会では、滞納税に充てるために差し押さえた財産以外にも、各市町村などで不要となった公有財産も出品対象にしています。税収・財源確保のために多くの皆様の参加をお待ちしております。開催日程や、入札方法は次のとおりです。

開催期間

令和8年11月18日(水)～24日(火)

入札受付時間

窓口入札:期間中の9:00～17:00(土日祝除く窓口対応時間内)
ネット入札:期間中の0:00～23:59

入札場所

- WEB上で指定する入札フォーム(後日、運営事務局ホームページで発表)
- 県内各市町村税務担当窓口(全34市町村)
- 県内各租税債権管理機構(安芸、南国、高幡、幡多)
- 県内各県税事務所(安芸、中央東、中央西、須崎、幡多)
- 高知県庁本庁舎県民室

物品の情報

令和8年11月に運営事務局のホームページなどで発表します。

主催

こうちこうばいぷろじえくと

お問い合わせ 令和8年度窓口公売会 南国・香南・香美租税債権管理機構 ☎088-855-6776(平日8:30～17:00/12:00～13:00除く)

企画推進課

土佐町 電子掲示板 「まるごととさちょう」のご案内

この掲示板は町民の方からのイベントのお知らせや仲間づくり募集などのチラシや画像が掲載できて、スマートフォンやパソコンで閲覧ができるオンライン掲示板です。(閲覧・掲載とも無料で利用できます。)

「まるごととさちょう」で検索



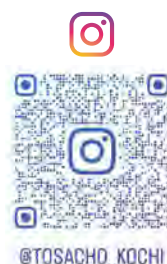
またはQRコードから→

「ホーム画面に追加」でアプリのように使えます

- ★見るだけなら登録(ログイン)不要です。
- ★チラシなどを掲載したい時はアカウント登録をした後、「新規登録」ができます。掲載内容は役場で確認した後、公開されます。



そのほか土佐町ではInstagram、Facebook、YouTubeを通じて、町の最新情報やイベント情報、地域の魅力などを発信しています。ぜひフォロー、チャンネル登録をして土佐町の情報をチェックしてください！



土佐町公式LINEの新機能について



土佐町公式LINEでは、これまでの道路損傷通報に加え、新たに「大腸がん検診」「産後ケアの町デイ」「母乳相談」の申込みができるようになりました。スマートフォンから手軽に申込みできますので、ぜひご利用ください。

今後もより便利にご利用いただけるよう取り組んでいきます。まだ友達登録がお済みでない方は、ぜひこの機会に土佐町公式LINEをご登録ください。



【土佐町公式ライン】



【大腸がん申込】



【産後ケア町デイ申込】



【母乳相談 申込】

お問い合わせ 企画推進課 ☎82-2450

空き家を片付けて
高知の未来を
守れ!!



予約不要
入場・参加
無料!

空き家に関する相談コーナーも!

- 高知県空き家相談窓口
- (一社)高知住まいと空き家相談センター
- Re:Boot(お家の片付け・不要品代行販売)
- 宮本ちかこ(ライフオーガナイザー®)



令和8年**10/11**(日) 13:00~16:00
イオンモール高知1階 南コート

始まりのクエスト **空き家への挑戦の扉が開かれた!**

13:05~13:40

講演「空き家を“負”動産にしない～片付けから始めよう～」

【講師】(一社)高知住まいと空き家相談センター代表 武樋 泰臣

大切な家財も空き家も、そのままにしておけばリスクや問題を抱える“負”動産に。空き家との向き合い方や対策について、不動産のプロがお教えます!

空き家からの挑戦状!

空き家〇×クイズで景品を狙え!

①13:40~14:00 ②14:30~14:50

空き家の基本知識を試す、〇×クイズ大会を開催!
優勝者には景品もご用意しています!

各回先着
100
名様

緊急クエスト!

空き家からお宝を発掘せよ!

14:00~14:30

講演「空き家の片付け、お宝だらけ!」

【講師】Re:Boot代表 小松 隼人

こんなものやあんなものまで!? “意外と売れる”空き家に眠りがちなお宝情報や片付けのコツをご紹介します。片付けの先にある、“本当のお宝”とは…?

レベルアップ!

空き家活用で進化大作戦!

14:50~15:10

講演「空き家活用のススメ」

【講師】コバン荘オーナー 徳平 能久

築60年以上のアパートをリノベーションし、地域に開けたサードプレイスとして活用されている「コバン荘」。
活用に至るまでのエピソードや思いをお話しいたします。

15:10~16:00

空き家をDIYで改修、民泊を開業したお笑い芸人・
バービーさんによる

**あなたの家から広がるまちづくり
～まずは家の片付けから始めませんか～**

生まれ育った町で空き家を改修し民泊を始めたきっかけや本音、家財道具の片付けやDIYの苦労話と交えながら、地域と家を守る空き家活用の魅力を語ります。

【講師】**バービー**
(お笑い芸人)

北海道出身。2007年、相方のハジメとお笑いコンビ「フォーリンラブ」を結成。TBS「ひるおび!」のコメントーターや、TBSラジオ「バービーとおしんり研究所」のパーソナリティを務めるほか、生まれ故郷の町おこしにも尽力。YouTube「バービーちゃんねる」では、最新美容や女性の悩みについてのトピックが話題となり、現在の登録者数は30万人を超える。著書には、講談社より「本音の置き場所」に続き、PHPスペシャルで人気連載をまとめた「わたしはわたしで生きていく」を昨年出版。多岐にわたり活動の幅を広げている。



主催

高知県土木部住宅課
空き家対策チーム

お問い合わせ

KOCHI 空き家クエストイベント事務局
(株高知広告センター内)
TEL.088-856-6290(平日10:00~17:00)



福 祉 課

予防接種のお知らせ

インフルエンザおよび新型コロナに対するワクチンの最も大きな効果は「重症化」を予防することです。そのため、インフルエンザや新型コロナにかかると重症化しやすい方が定期予防接種の対象となっています。

	インフルエンザワクチン	新型コロナワクチン
対象者	土佐町に住民登録があり、接種当日に以下の①又は②に該当し、本人が接種を希望する方 ①65歳以上の方 ②60歳以上65歳未満で、心臓、じん臓又は呼吸器の機能に自己の身の日常生活が極度に制限される程度の障害を有する方（身体障害者手帳1級相当の方）及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方	
実施期間	令和8年10月1日（木） ～令和8年12月31日（木） ※ 医療機関休診日は除きます。	令和8年10月1日（木） ～令和9年3月31日（水） ※ 医療機関休診日は除きます。
実施医療機関	県内の委託医療機関（町内では早明浦病院と田井医院です）	
接種回数	実施期間内に1回	
接種料金 （自己負担）	1,500円 ※個別の通知はありません。	5,100円 ※9月下旬頃に料金が決定となる見込みのため、お問い合わせください。 ※個別の通知はありません。
その他	※事前に希望の医療機関に接種日時等をご確認の上、健康保険の資格が確認できるものを持参し、接種を申し出てください。 ※定期接種に該当しない方や接種期間外での接種は任意接種（全額自己負担）となり、医療機関によって費用が異なります。 ※生活保護の方は、自己負担金免除となりますが、健康福祉課で事前の申請が必要となります。（申請時には、印鑑を持参してください。）	



お問い合わせ 健康福祉課 健康係 ☎82-0442 FAX70-1312

／ 嶺北広域は ／ 石油資源の削減と 温室効果ガスの排出低減に 取り組みます

嶺北広域 指定ごみ袋が変わります



バイオマス10% ごみ収集指定袋へ



「バイオマス」とは、「再生可能な生物資源」のことです。例えば、トウモロコシやサトウキビといった植物由来の有機性資源を指しており、太陽エネルギーを利用して水と二酸化炭素から生成されます。また焼却しても二酸化炭素を増加させない「カーボンニュートラル」な資源として注目されています



● 購入価格は変わりますか？

いままでと変わりません

● 容量・質感・図柄は変わりますか？

いままでと変わりません

● 強度は変わりますか？

いままでと変わりません

● いつから変わりますか？

令和8年秋以降です

● いままでのごみ袋も使用できますか？

もちろん可能です

総 務 課

ハロウィンジャンボ4億円

(1等2億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ4千万円

(1等2千万円・前後賞各1千万円合わせて)



この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。



各1枚 300円

9月16日(水) 2種類同時発売!

発売期間 9/16(水)～10/16(金)

公益財団法人 高知県市町村振興協会

お問い合わせ 嶺北広域行政事務組合 清掃センター
☎0887-76-3532

総務課



令和8年度 自衛官採用試験のご案内

募集種目		資格	受付期間
防衛医科大学校	医学科	高卒(見込含)21歳未満	10月8日(木)まで
	看護学科		10月2日(金)まで
防衛大学校	一般		10月15日(木)まで
一般曹候補生(Web試験)			11月20日(金)まで
2等陸海空士(任期制自衛官)(Web試験)		18歳以上33歳未満	通年受付 (細部はお問い合わせ下さい)

※各種試験に関するお問い合わせは、下記にご連絡ください。



HPから資料請求・試験申込できます!

<高知地本HP>



所在地:〒780-0061 高知市栄田町2-2-10
よさこい咲都合同庁舎8階 自衛隊高知募集案内所
TEL:(088)823-2006
各種イベント情報・パンフレット等ございますので、お気軽にお問い合わせ下さい。

情報公開条例の運用状況の公表

土佐町情報公開条例施行規則第10条の規定に基づき、令和7年度中の公開状況について以下のとおり公表します。

- (1) 公文書の開示請求:9件(うち任意的開示の申出:3件)
- (2) 情報開示または不開示の決定状況:開示9件

建設課

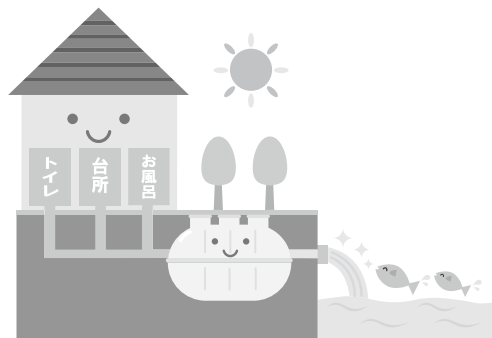
10月1日は『浄化槽の日』です

浄化槽は、家庭から排出される生活排水を適切に処理し、河川や海などの公共用水域の水質保全や生活環境の向上に重要な役割を果たしています。

浄化槽の機能を十分に発揮させるためには、適正な維持管理が不可欠です。

- ①保守点検(年3回以上)…浄化槽の点検、調整や修理、消毒剤の補充をします。
- ②清掃(年1回以上)…浄化槽内に生じた汚泥の引き抜きや調整、機器類の洗浄をします。
- ③法定検査(7条検査及び11条検査)…法律で決められた検査で、県の指定した検査機関が年1回実施しています。

きれいな水環境を次の世代へ引き継ぐため、引き続き適正な維持管理へのご協力をお願いします。



お問い合わせ 建設課 上下水道係 ☎82-0400

教育委員会

令和9年土佐町「はたちのつどい」のお知らせ

日時 令和9年1月3日(日)
受付 12時30分より(昨年までと受付時間が変わっています。ご注意ください)
会場 土佐町保健福祉センター(役場西隣り)
対象者 平成18年4月2日から平成19年4月1日までに生まれた方で、町内に住所を有する方及び土佐町出身で現在町外在住者の方で、出席を希望される方。

お問い合わせ
 土佐町教育委員会事務局
 「はたちのつどい」受付係
 ☎82-0483 FAX70-1317

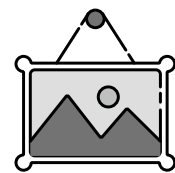
第17回四国三郎吉野川源流・利水域交流美術展覧会

四国のいのち早明浦ダムを擁する吉野川の豊かな水資源を生みだす源流域とその恵みを活かす利水域の住民が日常の文化活動のなかで創作した優れた美術作品を一堂に展示、公開することにより、関係住民の美への関心を高めるとともに豊かな「自然」「人」「もの」の相互の交流を目的としています。

本年度も嶺北管内の4か所で展覧会を開催します。お問い合わせのうえ、ぜひご来場下さい。

2026年会期・会場

10月2日(金)～10月4日(日)9時～17時(大豊町総合ふれあいセンター)
 10月16日(金)～10月18日(日)9時～17時(大川村山村開発センター)
 10月23日(金)～10月25日(日)9時～17時(本山町プラチナセンター)
 11月21日(土)～11月24日(火)9時～17時(土佐町保健福祉センター)



お問い合わせ
 土佐町教育委員会事務局 ☎82-0483

その他

ご存じですか 公証制度

10月1日(木)から10月7日(水)は、「公証週間」です。

「公証制度」とは、皆さんが不動産の売買・金銭の貸し借りなどの重要な契約を交わしたり、遺言をされたりする際、法務大臣の任命する「公証人」に依頼して、法的に特別の証拠力が認められている文書(公正証書)を作成することにより、後日のトラブル防止と取引や財産の安全の確保を図る制度です。そこで、公正証書の作成方法や利点について見てみましょう。

いつでも どこでも 信用される 公正証書

公証役場は、法務大臣に任命された公証人が、その権限に基づいて公正証書を作成する所です。
 公正証書には、次のような利点があります。

①公正証書は国の機関に準ずる公証人が作成する文書ですので、裁判その他の面で極めて強い証拠力が認められています。

②公正証書の内容についての秘密は厳守され、原本は公証役場の書庫に厳重に保管されますから、紛失及び改ざんの心配はありません。

③金銭の支払契約で強制執行の条項を設けている場合には、その公正証書で相手の財産に対して強制執行をすることができます。つまり、相手が支払の約束に違反した場合には、訴訟を起こすことなく相手方の動産・不動産・給料など各種の財産を差押え、債権を取り立てることができます。また、配当要求をすることもできます。

④遺言公正証書には自筆遺言証書と違い、遺言者の死亡後、家庭裁判所の検認を受けることなく直ちに不動産登記など、記載の内容を実現する効力があります。これにより、遺産分割に際して各相続人間の争いを未然に防ぐことができます。また、遺言公正証書については、原本を電子情報化し、電子版として別途保存していますので、万一災害等によって原本が逸失した場合にも復元ができます。

【無料公証相談】

公証週間に限らず、土曜、日曜、祝日を除いて無料相談を行っています。
 ◎高知市会場高知合同公証役場
 土曜、日曜、祝日を除く毎日
 午前10時から午後0時まで及び午後1時から午後5時まで

場 所

高知市本町1丁目1番3号
 朝日生命高知本町ビル3階(中央公園西、堀詰電停北)
駐車場
 トーエイパーキング(堀詰電停南「セブンイレブン」の2軒南)

お問い合わせ ☎088-823-8601 ☎088-872-4764 ☎088-872-4736(FAX専用)

その他

よさこい高知文化祭2026 地域文化発信事業

企画展

土佐藩と山内家—土佐20万石の260年—

土佐の魅力、そのルーツを探る、400年の歴史旅

関ヶ原の戦いで始まり、明治維新で終わる土佐藩の時代。外様大名として徳川將軍家との関係を取り結びつつ、豊かな社会・文化を育んだ藩主家による治政を、山内家ゆかりの名品から読み解きます。

開催期間 9月19日(土)～12月6日(日)
※10月19日(月)・20日(火)は展示替えのため
休室

観覧料 800円、高知城とのセット券1,040円
高校生以下無料、県内65歳以上の方無料



季節の催事

お月見の会～城博で楽しむ雅楽の調べ～

開催日 10月24日(土)
時間 【演奏会】18時～19時30分
【呈茶・展示観覧】19時30分～20時30分
演奏会場 当館 1階ホール
演奏 繁藤雅陽会
和菓子 福留菊水堂
呈茶 1,000円(呈茶も希望の場合は1,500円)
定員 35名(要事前申込、申し込み多数の場合は抽選)
申込方法 電話、メール、FAXのいずれか



①催事名、②名前、③電話番号、④電話かFAXでお申し込みの方はご住所
●電話番号/088-871-1600 FAX/088-871-1619 メール/event@kochi-johaku.jp

高知県立高知城歴史博物館

開館時間:9時～18時(日曜日は8時～18時) 〒780-0842 高知市追手筋2-7-5

電話:088-871-1600 FAX:088-871-1619 HP:https://www.kochi-johaku.jp/



その他

あなたの遺言書を残してみませんか(自筆証書遺言書保管制度)

あなたが作成した自筆証書遺言書を法務局で大切に保管します。

法務局に保管していただくと、遺言書の紛失、改ざん等を防止できるほか、家庭裁判所での検認手続も不要となります。遺産分割での争い等を防ぐために自筆証書遺言書を検討される際には、ぜひ本制度をご活用ください。

一部の法務局では、保管申請の提出書類について、電子メールによる事前チェックを試行しています。詳しくは、高知地方法務局ホームページをご覧ください。お近くの法務局へお問い合わせください。

また、企業・各種団体・グループを対象として、本制度に関する「無料出張説明会」も実施していますので、ぜひお問い合わせください。



【法務局】

高知地方法務局供託課 ☎088-822-3458(出張説明会問合せ先)
kyoutaku01_kouchi_moj_bal@moj.go.jp(事前チェック先URL)

高知地方法務局香美支局 ☎0887-52-3049

高知地方法務局須崎支局 ☎0889-42-0374
susaki_kouchi_moj_bal@moj.go.jp(事前チェック先URL)

高知地方法務局安芸支局 ☎0887-35-2272

高知地方法務局四万十支局 ☎0880-34-1600

【高知地方法務局ホームページ】

<https://houmukyoku.moj.go.jp/>



【法務省ホームページ】

http://www.moj.go.jp/MINJI/minji03_00051.html



高知県生涯学習ポータルサイト「まなび場Search」

県では、県内のあらゆる「学び」につながる情報と学んだことを「活かす」場の情報を掲載したポータルサイト「まなび場 Search」を開設しています。

図書館で行っている読み聞かせ、親子体験活動、民間企業が実施している年間を通した書道・体操等の講座、資格取得のための試験情報など、多様な「学び」が掲載されています。また、ボランティアの募集情報等も随時掲載しています。

開催場所、開催日、カテゴリーなど、様々な条件からあなたにあった「学び場」や「活かす場」が検索できます。

また、ポータルサイトへの掲載情報は随時募集しています。地域住民対象の学びの講座や講演会、親子体験活動から県民全体を対象とした学びにつながるイベントなど、下記問合せ先まで情報を提供いただけましたらポータルサイトに掲載します。広報手段の1つとしてご活用ください。



お問い合わせ 高知県生涯学習支援センター

〒780-0850 高知市丸ノ内1丁目1-10 高知県立公文書館3階
電話 / 088-855-7606 FAX / 088-855-7607 Mail / info@kolec.jp
HP / <https://manaviva-search.jp/>
開館日 / 月・火・木・金 開館時間 / 8時30分～17時15分



満タン給油



燃料が半分になる前

大規模災害時の燃料不足に備えて

大規模災害時はガソリンスタンドで
大渋滞が予想されます



高知県 危機管理部危機管理・防災課 〒780-8570 高知市丸ノ内1-2-20 TEL.088-823-9320

高知家の燃料確保大運動!

- 南海トラフ地震が発生すると、揺れや津波による浸水によってガソリンスタンドが被災します。
- 東日本大震災では、営業できたガソリンスタンドで大渋滞が起こり、緊急車両等に影響が出ました。
- 高知県が行った試算では、県外からの応援が始まるまでの3日間は燃料が足りません。
- 県民の皆様が常にガソリン残量を半分以上にすれば、災害への備えとなり、燃料の不安も少なくなります。

燃料が半分になる前に満タンにしましょう!

車に燃料があれば



★携帯電話を充電できます!

※車のソケットがアダプターで電源となります。

★ラジオやカーナビテレビで
情報収集できます!



たいさくくん



★エアコンで
暑さ、寒さをしのげます!

★ガソリンスタンドでの渋滞を
回避できます!



ヘルパちゃん

★高知県全体の備蓄量が増え
燃料不足を縮小できます!



ドライバーの誰もが
できる対策です!

高知県防災キャラクター
©やなせたかし

- ! 災害時には緊急車両などへ優先的に給油します。
そのため、一般車両への給油は制限されます。
●ご理解・ご協力をお願いいたします。

幹勇館短歌学習会

六月

右腕のかゆみに塗らむメンタムを右手の指にとりたる朝あした

「幻まぼろしの右」は不発 「太陽は右から昇る」ガッツポーズで

(ガッツ石松氏の訃報に接し 0602 76才)

雨のなか木肌を登る蝸牛伸びた身の丈殻三つ分

山あい梅雨の狭間の生ぬるき不穏な風は音なく潜む

川の上をゴンドラかごで学校へ六十年前も前小学生は

突然にチェンソーの音鳴り響き出迎え猫が小屋に飛び込む

ほたる群れ優雅に舞いし昔むかし我れ照らすほど飛び交いたりき

七月

潮風の遠きかなしも、初夏はつなつのやまも暗きルビーのひかり

この夏も蚯蚓みみずは固く干からびて踊り字作る敷石の上

幾重にも連なる山は山水画此方は濃ゆく彼方は薄く

やまざくら春には優しくすすみに梅雨明け待たず巨樹は倒れた

年重ね初めて知った子の心カヌーテラスの階段降りて

猛暑中日陰に咲いた「谷わたり」数日で散る花よいのちよ

雨あがりくちなしの花香を放ちここち良くて今日も暮れゆく



信介

英輔

三恵子

小代

三代

ひばり

麗香

信介

英輔

三恵子

小代

三代

ひばり

麗香

土佐町俳句会

六月

汗しとど夏の匂いの落ちにけり

梅雨晴れや話尽きせぬ車窓かな

白日傘うしろさ項うなじ美し女に逢う

梅雨寒の生乾きシャツ男傘

黒蛇のにこそし水田影もなし

五月雨に降り籠められてもみぢ寺

ほうたるや相川の水は甘からう

ぬくもりや背中あわせの夏の夢

七月

鳶の輪に幼手を振り梅雨明ける

紙垂しだ白き白髪神社に青田風

エプロンの皺は気にせず胡瓜揉む

青芒荷台はみ出し運ばるる

炎天下一休みして爽バニラ

讃美歌に友の魂逝く夏光

葭切よきりや夕映えの川岸遠く

万緑や子等それぞれの空を持ち

賢

千春

昭子

美千子

百花

資子

まゆみ

加須子

昭子

まゆみ

千春

資子

百花

加須子

美千子

賢

およろこび

地区名	出生者氏名(ふりがな)	性別	保護者
大洲	細見 来生	女	優太
宮古野	宮本 夏帆	女	智貴
中村	窪内 蘭七	女	優也

おくやみ

地区名	死亡者氏名	性別	年齢
東石原	筒井 金盛	男	96
中央	山崎 正子	女	85
相川	川井恵美子	女	92
大谷	和田美佐子	女	88
宮古野	和田 博昭	男	85
伊勢川	森 佐恵子	女	98
樺	玉川 典孝	男	84
中島	山中 史等	男	96
トキワ苑	細川 和子	女	96

住民基本台帳より(外国人含む)
町の人口 令和8年8月末現在

総人口	3,359
男性	1,649
女性	1,710
世帯数	1,812
令和8年4月~令和8年6月の転入・転出	
転入	4
転出	19

ご寄贈いただきました

中島工務店様から今年も書籍購入費として5万円の寄付金をいただきました。早速、直木賞や芥川賞受賞作品や話題の本等を購入いたしました。展示した端から大勢の方にご利用いただいております。中島工務店様のご支援に職員一同感謝申し上げます。



装備ボランティア、ありがとうございます

前回、書籍装備ボランティアのお願いをしたところ、早々にお問い合わせをいただきました。ボランティア一番乗りは男子小学生でした！未来の図書館仲間になってくれるかもしれない助っ人の登場に大いに励まされました。装備のお手伝いは今後も随時お願いしたいと思っております。準備の都合等もありますので事前にお問い合わせいただければ助かります。どうぞよろしくお願いいたします。



雑木バードカービング教室報告（8月2日 参加者：子ども12名、大人14名）

雑木バードカービング作家の堀田幸生さんを講師にお迎えして教室を開催しました。当日は町内の方だけでなく、近隣の町村や久々に帰省した方など大勢が参加くださいました。

参加者の皆さんから「自然にあるものを使った工作教室をこれからも行ってほしい」、「作るだけではなく、木の種類や鳥の話を知ることが楽しかった」と、感想をいただきました。木や森に親しむきっかけになるようなイベントを今後も計画したいと思います。ご期待ください。



図書館だより



土佐町立図書館

土佐町立図書館の蔵書検索はこちら▼
<https://towntosa-lib.opac.jp/opac/Top>

所在地：田井1488-1（とんからりんの家、土佐町役場 田井支所と同一建物内）

開館：9時～17時 ☎ 0887-82-1800

休館日：毎週火曜、年末年始（災害時など臨時休館の場合があります）

瀬戸川渓谷 アメガエリの滝

標高1,506m稲叢山から湧き出る清水が長い年月をかけて刻んでできた瀬戸川渓谷は、水の色がエメラルドグリーンに輝き、新緑と秋の紅葉シーズンの美しさは格別です。

瀬戸川渓谷遊歩道コース（約600m）の絶景スポットを楽しみながらご散歩ください！

瀬戸川渓谷遊歩道の絶景スポット!!（上流入口より）

えめらどの池～ぶらぶら橋～蛇淵の滝～
 もみじ街道～であいの展望台～
 アメガエリの滝～紅葉の盆栽岩～

瀬戸川渓谷の紅葉

- 時期 / 10月下旬～11月中旬
- お勧め時間帯 / 9:00～13:00
- ルート / 土佐町役場より県道17号線～大川村経由で約60分

お問い合わせ 企画推進課 ☎ 82-2450

土佐町観光スポットご紹介! NO.2

土佐町いちおし紅葉スポット!

遊歩道散策
 コースを
 お楽しみ
 ください!



観光コーディネーター
 島ちゃん





これまで×これから 第27話

土佐町のSDGsの取り組みを
毎号ご紹介していきます！

【水を未来へつなぐ～土佐町の上下水道事業とSDGs～】

「蛇口をひねれば、安全な水が出る。」

私たちにとって当たり前の毎日は、上下水道施設の維持管理や水質検査、漏水対応、老朽化した水道管の更新など、多くの仕事によって支えられています。

土佐町では、町民の皆さんに安全で安心な水道水を届けるため、定期的な水質検査を実施するとともに、水道施設や配水管の点検・修繕を行っています。また、漏水が発生した際には迅速な対応を行い、大切な水資源を守るとともに、安定した給水に努めています。

一方、使用後の生活排水は、公共下水道や合併処理浄化槽によって適切に処理されます。土佐処理区では「土佐さめうらクリーンセンター」が稼働し、川や湖の水質保全に重要な役割を果たしています。早明浦ダムを抱える土佐町にとって、水環境を守るのは地域だけで

なく四国全体の豊かな暮らしを支えることにもつながっています。

これらの取組は、SDGs目標6「安全な水とトイレを世界中に」をはじめ、目標11「住み続けられるまちづくりを」、目標13「気候変動に具体的な対策を」の実現にも貢献しています。近年は施設の老朽化や豪雨・渇水などへの備えも重要となっており、計画的な管路更新や施設の維持管理は、将来にわたって安全な水道を守るために欠かせません。

町民の皆さんにも、SDGsにつながる身近な取組があります。水を出しっぱなしにしない、油や異物を排水口へ流さない、宅内で漏水を見つけたら早めに連絡するなど、一人ひとりの心掛けが水資源の保全につながります。

建設課上下水道係では、これからも「安心して使える水」と「美しい自然環境」を次の世代へ引き継ぐため、上下水道事業を着実に進めてまいります。町民の皆さんのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

営農指導員だより

今月の畑作業について

秋ジャガの栽培について



- **植付け時期**: 9月中旬～下旬(彼岸前後)
- ジャガイモの生育適温は15～20℃、30℃を超えると生育が止まります。
- 9月上旬でもまだ最高気温が30℃を超える日が多く地温が高すぎますので必ず30℃を下回る予報になってから植え付けてください。
- **おススメ品種**について: 秋ジャガに適した品種は「デジマ」「ニシユタカ」「アンデスレッド」などを選んでください。
- **丸ごと植える**: 地温も高く、雨も多いため切ると断面方からすぐに腐ってしまいます。
- **サイズについて**: 切らずにそのまま植えられる、大きさが30～50g程度(卵より一回り小さいサイズ)の小ぶりな種イモを選んでください。

【切り方】



※種イモが大きい場合は左記の図のようにして切って植えます。

- **土壌**は弱酸性をキープする。: pH5.0～6.0の弱酸性を目指します。アルカリ性に傾くと「そうか病」が出やすくなるため、石灰は控えめにします。(原因菌はpH5.2以下では生育が抑えられpH6.0～8.0の環境で激しく繁殖します。)
- **畝立**て: 畦幅: 約60～70cm、高さ約10～15cmの畦を作ります。通路の排水対策を実施します。
- **植付け**: 深さ8～10cmほどの溝を掘り、種イモの間隔を20～30cmほどあけてイモの芽を上にして置きます。株元に土をかぶせ、軽く上から鎮圧します。
- **芽かきと土寄せ**: 芽が10cm～15cmほど伸びたら、生育の良い物を1～2本だけ残し、残りは根元から引き抜きます。
- **収穫**: 生育が進むと茎葉が枯れてきます。又生育後半霜にあい、茎葉の一部が枯れる場合があります。収穫は晴天が続く、イモに土がつきにくい状態で行う。土が湿った状態でイモを収穫した場合は、風通しのよい場所でイモの表面を乾燥させます。
- **保管について**: 長期保存する場合、新聞紙で包み、光を完全に遮断して、5～10℃の涼しい場所に置く。

※ 2か月以上長期保存したい場合、ダンボールの中にリンゴを1個一緒に入れておきます。リンゴから出る「エチレングス」によって芽の成長を抑える効果があり、じゃがいもが長持ちします。



栄養ミニ講座 「腸活のおはなし」 ～ 腸内細菌の種類とはたらき ～

大腸に存在する「腸内細菌」は、「善玉菌」「悪玉菌」「日和見菌」の3つのグループに分けられます。それぞれのはたらきは次のとおりです。

善玉菌：食物繊維を発酵させ短鎖脂肪酸（大腸のエネルギー源）をつくり、免疫バランスの調整や悪玉菌の増殖抑制、食べ物の消化吸収を助けます。

悪玉菌：肉類などのたんぱく質を分解し排泄させます。※腐敗させて分解するため、有害物質を発生しアルカリ性になります。そのため、悪玉菌が増えると腸内に炎症をおこしやすくなり、便秘や免疫力の低下につながります。

日和見菌：善玉菌と悪玉菌の数によってはたらきが異なり、どちらか多い方ははたらきをします。

次号へつづく...

ヘルスマイト
通信

9月は「健康増進月間」です。日頃の生活習慣を見直し、健康づくりのための取り組みを続けましょう。

また、しっかり噛んで食べるための歯と口の健康づくりも行いましょう。



～スローガン～
私たちの健康は
私たちの手で

伝えたいこの一品 『こんにやくの白和え』 ～ 腸のはたらきを活発に ～

こんにやくに含まれる食物繊維（グルコマンナン）は便のかさ増しになり、腸のはたらきを活発にします。豆腐は消化されやすく、善玉菌のエサになる大豆オリゴ糖、食物繊維を豊富に含みます。

1人分栄養価 108kcal たんぱく質：4.6g 脂質：6.6g
食塩相当量：0.8g Ca：184mg Fe：1.8mg

材料 アク抜きこんにやく：75g にんじん：25g 生しいたけ：25g
(2人分) さやいんげん：5g だし汁：100ml 酒：大さじ1
うすくちしょうゆ：小さじ1/2 塩：少々 絹豆腐：75g 砂糖：小さじ1
塩：少々 白すりごま：大さじ1



作り方

- ① アク抜きこんにやくは、短冊切りか細切りにします（アク抜きこんにやくがない場合は、浸るぐらいの水といっしょにゆでてから使いましょう）。皮をむいたにんじん、石づきを除いた生しいたけは千切りにします。さやいんげんは筋を取り、ななめに薄切りにし、ゆでておきます。
- ② だし汁と調味料を合わせ、さやいんげん以外の具を煮ます。煮汁がなくなるまで煮て、さやいんげんを加えて混ぜ、広げて冷ましておきます。
- ③ 絹豆腐の水気を切ってボウルに入れ、泡立て器でクリーム状になるまで混ぜます。砂糖、塩、白すりごまを加え、さらに混ぜます。②を加えあえます。

※ひじき煮や金平ごぼうなど、市販のお惣菜を和え衣と合わせるだけでも簡単に白和えができます。

漢字クイズ？ 答え 「こばんざめ」

漢字のつくりの「印」は「ハンコ」の意味で、「印章（ハンコ）のような吸盤を持つ魚」ということを表しています。一般的には「小判鰺」と表記されます。

サメ類ではなくスズキ目コバンザメ科の海水魚のことをいい、体長は約80cm、頭に背びれの一部分が変形した小判型の吸盤があり、この吸盤を使って回遊魚や船に貼りつき移動します。

刺身や煮つけなどにして食べられるようですが、「食用魚」として出回ってはいません。





「子どもの成長に応じたおもちゃの選び方」と題して講座がありました。

生後6ヶ月から10ヶ月の子どもさんとお母さんが参加してくれました。積み木などの質感、重量感もある木のおもちゃがお勧めということで、色々なおもちゃも持ってきてくれました。参加した子どもさんたちは、早速そのおもちゃを舐めながら、その物の形、大きさ、硬さなどを確かめていました。11月には「離乳食の食べさせ方講座」を予定しています。たくさんのご参加をお待ちしています。



ポッポ広場で水遊び

毎日、どこかで開いています



遊びの場・交流の場(ポッポ広場)		
曜日	場所	時間
月曜日	保健福祉センター 役場	9:00~15:00
火曜日	町立図書館ホール 田井	9:00~11:30
水曜日	保健福祉センター 役場	9:00~15:00
木曜日	みつば保育園 田井	9:30~11:00
金曜日	保健福祉センター 役場	9:00~15:00



みつば保育園



7月28日、子ども達が保育園から小学校へ切れ目なく育ちが繋がっていけるよう、保小中の「架け橋」となる公開保育を行いました。当日は、5歳児クラスを公開し、遊びや生活を通して主体性を育む子ども達の姿を小学校や中学校の先生にも見ていただきました。参観後は、本日の保育を振り返り、育ちを共有しながら、今後の保育園、小中学校とのつながりを考え、深めていく事ができました。

「地域の子ども達を育てる教育者」として、これからも園と学校が共に学び合い、土佐町で育つ子ども達の健やかな成長を支えていきます。





1・2年生 稚アユ放流体験学習

小学1・2年生が「水資源機構 早明浦ダム・高知分水管理署」が主催する水の環境学習を行いました。早明浦ダムの機能や役割、吉野川の水質、アユの生態について説明を受けた後、放流体験がスタートしました。冷たい川の水に驚いた様子の子もたちでしたが、大きな歓声をあげながら、約800匹の稚アユを次々に川の中へ放していました。「早く大きくなってどってきてね～」と声をかける姿がとても印象的でした。



5年生 集団宿泊学習

7月初旬、小学5年生は宿泊学習に行ってきた。一日目、心待ちにしていた海の活動では、「いかだ作り」「水鉄砲遊び」「貝殻拾い」を目一杯楽しむことができました。夕食後のキャンドルのつどいでは、この日までに一生懸命準備、練習してきたダンスや漫才などを披露し、大盛り上がりでした。二日目は、フライングディスクゴルフ、昼食のカレーライス作りを、班の友達と協力しながら行い、とても充実した二日間となりました。



Joe先生、2年間大変お世話になり、ありがとうございました！

土佐町小中学校のALTとして令和6年の夏に来日され、約2年間、本校の小中学生の英語の授業で、毎日お世話になりました。保小中連携推進事業では、みつば保育園へ出向き「英語であそぼう」の担当としてもご活躍されました。

ジョー先生には、土佐町の園児から中学生まで大変お世話になり、感謝の気持ちで一杯です。お別れするのは大変寂しいですが、ジョー先生のキャリアアップを心から応援しております。ジョー先生、本当にありがとうございました。





Joe先生からのメッセージ

As my time in Tosacho comes to an end, I would like to sincerely thank everyone for making the past two years so memorable. When I arrived from the UK, I was a little nervous about living in a small mountain town, but the kindness and warmth of the people here quickly made Tosa feel like a second home. I have enjoyed teaching the wonderful students, meeting so many friendly people, and experiencing the beautiful nature and community of Tosacho. These are memories I will always treasure. Thank you for welcoming me so warmly, and I hope to visit again someday.

土佐町での生活の終わりを迎えるにあたり、この2年間をとっても思い出深いものにしてくださったすべての方々に、心から感謝申し上げます。イギリスから到着したばかりの頃は、山に囲まれた小さな町での暮らしに少し緊張していましたが、地域の皆さんの優しさと温かさに触れ、すぐに土佐町が「第二の故郷」のように感じられるようになりました。素晴らしい生徒たちに英語を教え、たくさんの親切な人々に出会い、土佐町の美しい自然や温かいコミュニティを体験できたことは、私にとって大きな喜びでした。これらは一生の宝物となる思い出です。私を温かく迎え入れてくださり、本当にありがとうございました。いつかまた、土佐町を訪れたいと思っています。



新しいALTのエリン先生の紹介!

Hello everyone, it's nice to meet you all. I am very grateful for the warm welcome I have received from the staff at the Board of Education, the school, and the people of Tosa-cho since my arrival. I recently attended one of the local summer festivals, where I enjoyed watching the traditional performances, experiencing the wonderful atmosphere, and seeing the strong sense of community that brings everyone together. I look forward to exploring Tosa-cho and the surrounding areas further, getting involved in local events, and getting to know everyone. Please take good care of me.

みなさん、こんにちは！初めまして。土佐町に着任して以来、教育委員会や学校の先生方、そして町のみなさんから温かく迎えていただき、心から感謝しています。最近、地元の夏祭りに参加させていただきました。伝統的なパフォーマンスを見たり、素晴らしい雰囲気を味わったり、みなさんをひとつにする地域の強い絆を感じて、とても楽しい時間を過ごしました。これから土佐町や周辺の地域をもっと探検し、地元のイベントにも積極的に参加して、みなさんと仲良くなれることを楽しみにしています。これからどうぞよろしくお願いいたします！



中学校各学年PTCが開催されました！

6月末から7月始めにかけて各学年のPTCが行われました。1年生は「サップ・サイクリング体験」、2年生は、土佐町スポーツ推進委員である谷 泰久さんを講師に迎え「スポーツ体験」、3年生は石原の里で「バームクーヘン作り」を行いました。本校の伝統行事であるPTC行事を、学級の生徒、保護者、教員の枠を超えて協力し合い、イベントを楽しんだ一日となりました。思い出に残る素敵なイベントを企画・運営してくださった各学年委員の保護者の皆様、本当にありがとうございました。





進路選択

高校では、6月に次年度のコースや科目選択があります。職業や仕事内容が大きく変化し、オンラインでも仕事ができる現代では、仕事を変えることや様々な職場で働くことはキャリアアップとして捉えられるようになっていきます。そのため、「どんな生き方が自分に合っているか」「どんなことをして社会に貢献したいのか」「自分にとって生きがい・やりがいは何か」という自分の本質を見つけ、その大きな志をもって人生で一つ一つ選択していく、時には選択を変える、仕事も創造するということが必要となります。このように変化の大きな時代ですが、まずは、「自分を知る」「世の中を知る」ことから始まるという部分はこれまでと変わりません。

本校では進路選択に際して、6月には県内外の大学、短大、専門学校をお招きした進路ガイダンスや、大学・企業への訪問を実施し、7月には3年生希望者が企業合同説明会に参加しました。夏期休業中にはインターンシップを計画しており、1～3年生の希望者が職場の体験・見学に参加します。

下の写真は、1・2年生の大学・企業訪問(6月11日)の様子です。



高知大学での2年生集合写真



高知大学理工学部での体験授業



高知学園短期大学での体験授業



(株)技研製作所本社見学

生徒会役員選挙と主権者教育

右の写真は6月18日の主権者教育の様子です。

総務省主権者教育アドバイザー藤井 剛氏が生徒会役員選挙を参観し、各立候補者が選挙公約を明確にしていることや生徒会長選挙の倍率の高さに大変驚かされていました。主権者教育の冒頭では、本校の生徒会選挙は全国の高校の中でもレベルが高いと評価いただきました。



嶺北高校生の活躍

7月19日の高知新聞には俳句に3年森 万佑子さんの作品「自転車で祖母のもとへと雲の峰」が掲載され、20日の高知新聞「声ひろば」には3年澤田 衣舞さんの文章が掲載されました。ぜひご覧ください。

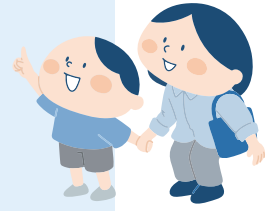
6月20～21日には、第22回四国高等学校カヌー選手権大会(須崎市立スポーツセンターカヌー場)にカヌー一部が出場しました。また、8月にも、県体を勝ち抜いたカヌー一部が兵庫県で開催される令和8年度全国高等学校総合体育大会(インターハイ)に出場しました。



令和8年度

十和田市交流使節団

in 土佐町



高知市出身で晩年を旧十和田湖町で過ごした文豪「大町桂月」が縁で、大町桂月のファンであった土佐町の土佐酒造前社長が、大町桂月の命日に終焉の地である薦温泉に「桂月」を贈ったことや土佐町の熱心な大町桂月研究グループとの交流等がきっかけとなり、旧十和田湖町と土佐町が昭和60年6月21日に姉妹都市締結を行いました。また、旧十和田湖町と土佐町は人口規模がほぼ同じであったことや林業が盛んであるということ、「四国の水がめ」といわれている早明浦ダムや町内を四国三郎と呼ばれる吉野川が流れている土佐町に対し、十和田湖と奥入瀬渓流をもつ旧十和田湖町は「水の郷」といわれ、共に水が豊かなこと、国指定の天然記念物のイチヨウの樹があること等共通点が多かったことも姉妹都市締結の理由といえます。

昭和62年から夏期は十和田市から土佐町へ、冬期は土佐町から十和田市への交流親善使節団として児童のホームステイによる交流が続けています。8月7日から10日までの4日間の交流の様子をご紹介します。

1日目（8月7日）



10名の十和田市交流使節団は三沢空港から羽田空港を経由して、高知龍馬空港に到着後、使節団一行は土佐町へ。歓迎式では、高橋副町長、土佐町交流事業推進委員会高石清賢会長からの歓迎の言葉を受けた後、使節団員からも自己紹介。その後、記念撮影をし、それぞれの受け入れ家庭に向かいました。



2日目（8月8日）



2日目は、町内めぐり。合同会社いしはらの里のガイドのもと、シャワークライミング&川遊びを体験しました。十和田ではほとんど川遊びをしたことがないという子どもも澄み切った冷たい水の感覚を全身で楽しんでいました。昼食後、土佐酒造と桂月館を見学し、お酒の造り方や十和田市との交流の架け橋となった大町桂月先生について学びました。そして、早明浦ダムを見学しました。早明浦ダムの役割や、現在行われている早明浦ダム再生工事について学びました。

そして夜は、さめうらBBQテラスにて交流会を開催。受け入れ家庭同士でバーベキューをして楽しみました。



3日目（8月9日）



各受け入れ家庭と観光地巡りやウォータースポーツなど、様々な場所での楽しい思い出づくりをしました。夜のお別れ交流会では団長をはじめ子どもたちが3日間で学習したこと、体験したことを振り返りながら交流し、親睦を深めました。



4日目（8月10日）



最終日、使節団員は役場前に集合し、町関係者・受け入れ家庭の方々に見送られながら土佐町を出発。道の駅南国風良里を散策し、高知龍馬空港に到着。使節団員たちは見送りに来ていた土佐町の子どもたちと最後のお別れと再会の約束をし、たくさん思い出を胸に帰路につきました。



『元気な生活を送るために大切なこと』

教育委員会では、町民の皆さまが心身共に健康で豊かな人生を送るための学びを目的とし、講演会を開催しています。今年度は7月25日(土)、土佐町保健福祉センターあじさいホールにおいて、児童発達支援センターとさっちくらぶセンター長、理学療法士の元吉明さんを講師にお迎えし、元気な生活を送るために大切なこと『健康で誰もが笑顔ですごすための心と体のケア講座』と題し、講演会を開催しました。

健康維持するための心の持ち方や、日常生活に取り入れられる体操について実演して頂きました。また、講師にご指導いただきながら参加者全員で身体を動かしました。参加者からは、今回教えて頂いた動きや体操を普段から実践していきたいといった感想を多く頂きました。講演の終盤には、講師自身で作曲した曲をギターで弾き語りながら歌うミニコンサートもあり、楽しく有意義な講演となりました。



第43回

東西南北まわり舞台

7月12日(日)土佐町保健福祉センター2F あじさいホールにおいて、第43回東西南北まわり舞台(中央地区文化交流発表会)が開催されました。芸術文化の振興と交流をはかることを目的に毎年開催しており、今年は12年ぶりに土佐町で開催しました。中央地区文化協会に所属する8市町村13地区の各文化協会から団体が出演し、舞踊・歌唱・演奏など多くの発表が行われました。土佐町文化協会からは、『京月会』、『ファニー・マリンバクラブ』の2団体が出演し、舞踊とマリンバ演奏を披露しました。多くの方に見に来ていただき、芸術文化の振興と交流をはかることができた舞台となりました。



令和
8年度

高知県農業女性リーダー・青年農業士・ 指導農業士合同認定授与式

令和8年7月29日、高知市において「令和8年度高知県農業女性リーダー・青年農業士・指導農業士合同認定授与式」が開催されました。このたび、土佐町の酪農家である宮本智貴さんが青年農業士に認定されました。宮本さんは、水稻、乳牛、繁殖和牛の経営に取り組み、地域農業の担い手として意欲的に活躍されています。青年農業士は、優れた経営能力や技術を持ち、地域農業の発展や後進の育成に積極的に取り組む青年農業者として、高知県が認定する制度です。認定にあたり、土佐町からお祝いを申し上げますとともに、今後も持続可能な農業の実践や地域農業の活性化を担うリーダーとして、さらなるご活躍を期待しています。



土佐町Happinessスポーツクラブより

らぶさめフィッシング 大感謝祭

7月26日、早明浦ダムにて”らぶさめフィッシング大感謝祭”を開催しました。ボートオーナーさんに船頭としてご協力いただき、小中学生の子どもたちにボートでのバス釣り体験を提供するイベントです。土佐町からは5組の親子が参加し、計11組の大会形式で競いました。優勝は2匹で計86cmを釣った大淵の細見ねおくん。参加者の中では最年少の7歳、ボートでのバス釣りは初めてながら、船頭さんの優れた案内もあって一位に輝きました。



第46回

早明浦湖水祭 水神祭

令和8年8月1日(土)に嶺北4町村で構成する早明浦湖水祭実行委員会の主催で、第46回水神祭が行われました。今年は総勢46名の参列の元、四国の水がめとして多くの暮らしを支える早明浦ダムの建設に携わった先人の方々のご労苦に思いをはせ、感謝及び弔意を表しました。



第36回

土佐町子牛共励会



7月3日、嶺北家畜市場にて「第36回土佐町子牛共励会」を開催しました。本共励会は、子牛の育成管理技術の向上と改良成果の確認を目的として実施しているものです。今年も多く出品があり、将来性の高い子牛や、発育の良さが際立つ優れた雌牛が出品されました。

子牛の部



高石 邦彦 第84まさくに号



筒井 博和 第17はるか号



式地 優貴 第161すみれ号



れいほく未来 第124さつき号



上田 義和 第34きくくり号

育成の部



式地 優貴 くらうん号

今年の共励会では、出品者の皆さまの日頃の取り組みが随所に表れ、地域全体の飼養技術の向上を感じられる結果となりました。

本町では、今後も生産者の技術研鑽を支援し、地域畜産の発展につながる取り組みを継続してまいります。来年度の共励会でも、さらに優れた成果が披露されることを期待しています。

嶺北高校 寮生！ 夏を満喫しました



嶺北高校魅力化 プロジェクト

例年、夏休みに入ると県外の実家で過ごす期間が長くなる寮生ですが、今年は多くの時間を嶺北で過ごし、仲間とともに充実した夏の日々を楽しみました！



浴衣で夏祭り！！



インターハイ！！



林業実習！



特別英語講習

広報とさちよう

2026年9月 第523号



編集・発行 土佐町 印刷 弘文印刷株式会社

〒781-3401 高知県土佐郡土佐町土居194

☎ 0887-82-2450 FAX 0887-70-1333

www.town.tosa.kochi.jp

