



# 南国市成人式～



## 両親を超える立派な大人に

1月3日、スポーツセンターで南国市成人式を開催しました。式典には、300名を超える20歳となる方が出席し、恩師や友人たちと旧交を温めました。

成人代表である吉本玲飛さんからは「これからもさまざまな困難を乗り越え、それぞれの夢や目標に向かって日々努力していきます」と、中澤尊さんから「自分と異なる意見や価値観を尊重する心を忘れず、両親を超える立派な大人になりたい」という力強いメッセージがありました。



# 祝 おめでとう! ~



シヤモ番長との  
写真はこちらから



皆さんが納めた税金や国・県からの支出金、地方交付税は、どのように使われたのでしょうか？ 昨年度の南国市の収入と支出についてお知らせします。



## 総括 6億6,558万4千円の黒字

借金である地方債借入残高は増加

南国市の令和4年度普通会計の決算状況は、歳入が253億7,046万7千円、歳出が244億999万2千円で、歳入歳出差引額は9億6,047万5千円です。翌年度への繰り越し財源2億9,489万1千円を除くと6億6,558万4千円の黒字です。

また、歳入の根幹をなす市税総額は1億5,480万8千円の増額、地方交付税は1,020万3千円の減額で、臨時財政対策債は5億8,900万5千円の減額です。

地方債借入残高は、令和4年度末残高238億1,162万1千円、7,517万6千円の増額です。

財政構造の弾力性を示す経常収支比率は86.4%と前年度より4.3ポイント増加しました。

今後も、財政収支の見直しなどを策定し、健全な財政運営に努めます。

### 用語解説

#### 普通会計とは？

一般会計・住宅新築資金等貸付事業特別会計・土地取得事業特別会計の合計額から、繰り入れや繰り出しなど、会計間の重複額を控除した統計上の会計区分です。

#### 経常収支比率とは？

地方税や普通交付税などの経常一般財源収入のうち、人件費や扶助費、公債費など毎年度経常的に支出される経費にどれだけ充当されたかを示すもの。比率が高いほど、財政構造の硬直化が進んでいることを表します。

## 歳入 253億7,046万7千円

前年度比11.8%の減額

○歳入総額は、253億7,046万7千円で、前年度に比べて33億7,893万9千円(11.8%)の減額です。

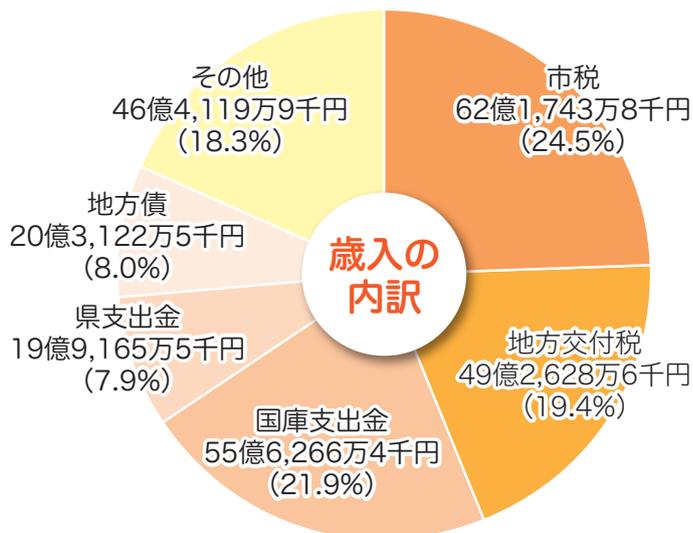
○市税では、固定資産税8,676万3千円、市民税3,991万3千円、市たばこ税1,652万7千円、軽自動車税1,184万9千円の増額で、税収全体では1億5,480万8千円(2.6%)の増額です。

○地方交付税は、1,020万3千円(0.2%)の減額です。

○国庫支出金は、社会資本整備総合交付金(都市再生)などの減により、18億657万3千円(24.5%)の減額です。

○県支出金は、こうち農業確立総合支援事業費補助金などの減により、2,275万2千円(1.1%)の減額です。

○地方債は、都市再生整備事業などの減により、17億4,080万5千円(46.2%)の減額です。



#### 市民の税負担は？

#### 1人当たりが納めた市税

**134,959円**  
(130,852円)

固定資産税	65,759円 (63,513円)
市民税	55,982円 (54,803円)
たばこ税	8,392円 (7,987円)
軽自動車税	4,788円 (4,505円)
その他	38円 (44円)

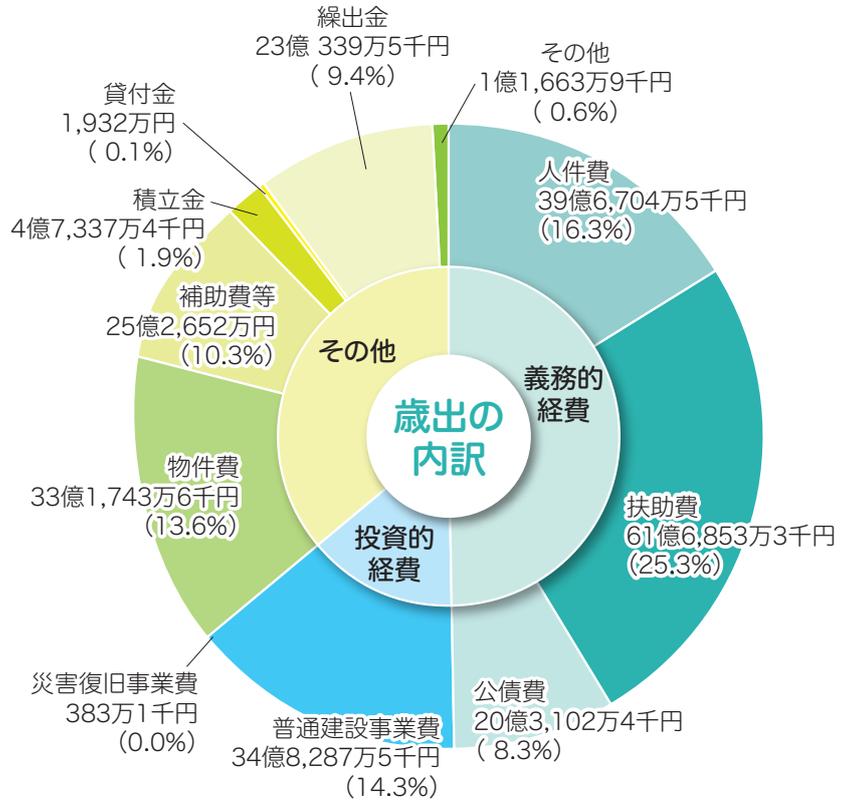
令和5年3月31日現在の人口46,069人で計算したものです。  
( )内は前年度の金額です。

# 歳出

# 244億999万2千円

## 前年度比11.3%の減額

- 歳出総額は、244億999万2千円で、前年度に比べて31億351万9千円(11.3%)の減額です。
- 性質別歳出の状況は、義務的経費のうち人件費は、1億7,766万2千円(4.3%)の減額です。
- 扶助費は、子育て世帯などへの臨時特別給付金給付事業費などの減により、7億3,057万7千円(10.6%)の減額です。
- 公債費は、4,693万4千円(2.4%)の増額です。
- 投資的経費は、都市再生整備事業費などの減により、20億7,373万7千円(37.3%)の減額です。
- 物件費は、新型コロナウイルスワクチン接種事業費などの減により、1億957万9千円(3.2%)の減額です。
- 補助費等は、国・県支出金返還金などの増により、3億8,348万4千円(17.9%)の増額です。
- 繰出金は、875万3千円(0.4%)の増額です。
- 積立金は、4億1,393万4千円(46.7%)の減額です。



## 目的別歳出の内訳 (244億999万2千円)

102億9,894万8千円(42.2%)	民生費 (保育所の運営、医療費無償化、公的保険制度、生活保護などにかかる費用)
24億2,056万7千円(9.9%)	総務費 (住民票・戸籍管理、市税の課税・徴収、選挙、市庁舎の維持管理などにかかる費用)
23億8,086万2千円(9.8%)	土木費 (道路・公園の整備や、市街地の開発などにかかる費用)
21億8,931万円(9.0%)	教育費 (小中学校の運営・環境整備や、図書館・公民館の運営などにかかる費用)
20億3,102万4千円(8.3%)	公債費 (道路や小中学校の建設などで借り入れた借金の返済にかかる費用)
19億1,119万2千円(7.8%)	衛生費 (ごみの収集・処分や、予防接種・健康診断などにかかる費用)
13億4,038万3千円(5.5%)	農林水産業費 (農道・水路の改良・修繕や、農林水産業の振興にかかる費用)
11億4,899万4千円(4.7%)	消防費 (消防署の消火・救急活動や、防災・災害対策にかかる費用)
4億6,308万5千円(1.9%)	商工費 (商工業の振興にかかる費用)
2億216万5千円(0.8%)	議会費 (議員報酬や、議会運営にかかる費用)
1,963万1千円(0.1%)	労働費 (雇用の確保や労働金庫などへの制度融資にかかる費用)
383万1千円(0.0%)	災害復旧費 (災害の復旧にかかる費用)

■問い合わせ/財政課財政係 ☎088-880-6552

## スマイリーハート人権講座

南国市では、毎年10月頃、さまざまな人権問題を正しく理解し、問題解決に主体的に行動できる力を育成するため、4つのテーマを選び、その分野に精通している講師を招き人権講座を開催しています。

皆さん一人一人の関心が、誰かを救えたり、自分自身の視野を広げ新たな一步を踏み出せたりすることができるかもしれません。今年も開催しますので、ぜひ参加してみてください。

今回は、昨年10月に行われた4講座のうち、2つをご紹介します。

## 災害時の助け合いは、日頃のコミュニケーションから

### ● 第1講座「避難所における男女共同参画」

講師：こうち男女共同参画センターソーレ  
サポーター講師 山中 千枝子 氏

### ● 講話

私の住んでいる町内は津波被害が大きいとの講演を受け、そのため町内を離れる人も増え、人口も減ってきています。私は、いざという時に備えて同じ町内に住む者同士助け合わないといけないと思い、自主防災会を運営してきました。防災会のメンバーで隣近所を歩き、声をかけあい、子ども隊や青年隊を組織し、防災フェスタの開催や、防災新聞の発行などいろいろな取り組みをしました。今では輪も大きくなってきています。

地震発生時は「命が助かる」ことが第一ですが、その後、続く避難所での共同生活を可能な限り、居心地の良いものにするには、特にその普段からのつながりが影響してきます。避難所での孤独は、余計に不安感を増長させるものであるからです。その思いから連合防災を組織しました。

また、避難所では何かしら役割を持てるようにしておくことも重要です。例えば、避難所開設で必要なことを誰にでも分かるように模造紙に書き、張り出し、各々が自分のできること(老若男女問わず)を確認できるようにすることも重要です。

そのためには、日頃から人と交流し、それぞれの思いや立場で話せる場を作っておくことが大切です。つまり

- ① 災害時の助け合いは、日頃のコミュニケーションから
- ② 全ての人の人権への配慮をするためには、日頃から、お互いを知ることが重要
- ③ 何かをする時は、どんな人も意見や要望を言える・聞ける関係づくりが重要
- ④ 世代交代ではなく、世代交流が必要 ということです。



町内会による防災フェスタ

### 受講者の感想

・日常で男女の差(慣習、しきたり)が大きく影響していることを痛感する。

・自分の地元では、一応自主防はあるが、全然訓練が出来ていないし、近所付き合いも弱くなっている。

# ヤングケアラーのこと、知っていますか？

## ● 第2講座「ヤングケアラーと子どもの人権」

講師：高知県社会福祉士会 門田 美由希 氏  
(ヤングケアラーコーディネーター)  
高知県子ども・福祉政策部  
子ども家庭課 大石 一心 氏



## ● 講話

ヤングケアラーとは、「本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っている子ども」とされています。(こども家庭庁ホームページより) 具体的には、勉強に励む時間、部活に打ち込む時間、友人との他愛ない時間など本来の「**子どもとしての時間**」と引き換えに家事や家族の世話をしていることがあります。

家事や家族のお世話は大変すばらしいことですが、子どもの年齢に見合わない過度な責任や負担によって、次のような影響が出る場合があります。



### 将来のこと

- 進学や就職のことで悩む
- 1人暮らしや結婚が不安になる



### 健康状態

- 体調不良
- 気分の落ち込み
- 睡眠不足
- 重労働によるけが



### 学校

- 遅刻や欠席が多い
- 勉強や宿題をする時間がない
- 成績が振るわなくなる



### 友達

- 話題についていけない
- 遊べない
- 孤立している



**まずはヤングケアラーについて知ってください。  
そして気になることがあれば、相談してください。**

県子ども家庭課のホームページでも、ヤングケアラーに関する情報を発信しています。



◆南国市の窓口／福祉事務所子ども相談係 ☎088-880-6564

### 受講者の感想

・支援するときケアしていることを否定しないようにすることが大事だと分かった。

・受講し、自分が当事者だったことに気付いて、相談することの大切さを知った。

■問い合わせ／総務課じんけん係 ☎088-864-0160

# シャモ番長とゆく なんこく防災パーク

津波避難施設のスポーツセンタータワーの周囲には、「防災を学ぶ!」、「災害に備えて体力をつける!」を目的とした「なんこく防災パーク」が整備されています。10月21日に開園した当施設に、シャモ番長が行ってききましたので紹介します!



女性消防団も  
行ったん  
だって!



## 01 体力づくりスペース

広い芝生と遊具を備えていますので、思いっきり身体を動かして災害に備えた体力づくりに努めましょう! 小さいお子さんから小学生まで幅広く楽しめる滑り台やネットクライマーも整備しています。お休みの日は遊びに来てね。



これは  
体力が付き  
そうや!



## 02 多目的スペース ※予約制

多目的に利用できるコンクリートのスペースです。スケートボードやBMX、ローラースケートなど、アイデア次第でいろんなことに活用できます!



ルールを  
守って楽しく  
使おう!



■利用時間 / 4~9月 9:00~18:00  
10~3月 9:00~17:00

利用するときは、事前に申し込みが必要です。



### 03 避難スペース

遊んでいるときにもし地震が来たら？大丈夫！その時は迷わず津波避難タワーに避難しましょう！避難タワーは施錠していないのでいつでも誰でも上がれます。タワーのどこかに「なんこく防災くん」が隠れているかも…探してみてくださいね♪



### 04 学びのスペース

津波避難タワーの北西にはステージを備えた啓発スペースを整備しています。広い芝生と合わせて「学びのスペース」として皆さんも南国市の防災の取り組みを学んでください。学んだ後は「学びの鐘」を高らかに鳴らしましょう！



### なんこく防災パークを利用する場合は、以下のルールを守って遊びましょう！



ゴミは自分で持ち帰りましょう。



ペットの同伴はご遠慮ください。



球技は行わないでください。



火の使用は禁止。(バーベキュー・花火など)



アルコール類を飲用しないでください。



敷地内および駐車場で早朝・深夜に騒がないでください。



敷地内全面禁煙です。



自転車やバイクの乗り入れは、やめましょう。



敷地内の樹木や草花を大切にしましょう。

■申し込み・問い合わせ／スポーツセンター ☎ 088-865-8015

## 「南国市防災メール」に登録しませんか？

### 南国市防災メールとは？

台風や大雨が予想される時などに、状況に応じた注意喚起や取るべき行動などをメールや音声でお知らせするサービス(登録無料)です。防災行政無線とも連動していますので、放送を聞き逃した場合でも安心です。

### ① 登録の空メール送信

～携帯電話(スマートフォン)の場合～  
右記のQRコードを読み込み、空メールを送信



～PCまたは、QRコードが読み込めない携帯の場合～  
下記のメールアドレスに、空メールを送信  
bousai.nankoku-city@raidan2.ktaiwork.jp

### ② 仮登録完了メール受信・登録サイトにアクセス

「メールサービス本登録のご案内」というメールが届きます。メール末尾に記載されているURLを選択したら、登録サイトに移動します。

注意：メールが届かない場合は、nankokucity@raidan2.ktaiwork.jp から受け取ることができるよう「迷惑メールフィルター」の設定変更をしてください。

### ③ 本登録

登録画面が表示されます。

「次へ」を押し、登録内容の確認後に

登録ボタンを押して、完了メールが届いたら……登録終了

登録は簡単!



■問い合わせ／危機管理課 ☎ 088-880-6575



## 12/8 病院前産科救急トレーニング

南国市消防署にて、高知医療センターの渡邊理史産科医長を招き、病院前産科救急トレーニングを実施しました。

救急出動での分娩介助方法、新生児の心肺蘇生法を学びました。産科救急事例は非常に少なく、現場経験のない隊員も多くいるため、有意義な研修となりました。

今回の研修だけでなく、これを機に隊で訓練し、技術の向上や連携強化を図っていきます。



## 12/23 ものべがわフェスタ2023 in 南国市地域交流センターMIARE!

8回目となる今年は「知ろう!体験しよう!ものべがわエリアのおしごと」をテーマに開催されました。

当日は1,260名の家族連れが来場し、子どもたちが南国市・香美市・香南市のいろいろなお仕事を体験しました。3市のご当地グルメや「いきなりあんぱん配り」も大好評でした。



## 12/25 サンタの贈り物

クリスマスの日に、高知県観光振興部観光政策課の方が十市小学校に来校し、サンタさんの贈り物として「NAKED夜まつりー高知城ー」児童無料招待券のチラシなどをプレゼントしました。

終業式後のサンタ登場のサプライズに、児童は大喜びでした。



10/27 蕁焼き鯉のたたき体験 (十市小学校)



12/1 年末非行防止啓発活動 (マルナカ南国店・サニーアクシス南国店)



12/4 南国市更生保護女性会久礼田・岡豊地区による花壇の花植え (道の駅南国風良里)



12/9 東部エリア交通安全フェスタ2023 (フジグラン野市)



12/13 第58回南国市社会福祉大会 (地域交流センター みあーれ)



12/14 民生委員・児童委員委嘱式



1/4 体育始め (市役所〜後免町)



# NANKOKU 給食だより



▲中学校給食の献立を  
南国市公式 Facebookに  
掲載しています。ご覧ください

## 学校みそ

市立小学校・幼稚園で使用する全校分の「白みそ」340kgを調理職員と栄養教諭で仕込みました。このみそ作りは、平成元年に始まり35年目を迎えました。

材料は米生こうじ(南国市産米使用)・大豆(四万十町産)・塩の3つのみ。3か月の熟成期間を経て、来年度にみそ汁などで使用する予定です。

### 学校みそ(白みそ)の材料と作りやすい分量

米生こうじ 1kg、  
乾燥大豆450g、塩150g



▲12月26日の作業の様子

■問い合わせ/学校教育課学校給食係 ☎088-863-2566

## 親子クイズ

621



市の「花」がタチバナ  
市の「木」がヤマモモ  
やきね!



### Q What day is ...

#### ① February 11th?

- (ア) Black Friday (イ) National Foundation Day
- (ウ) Shamobancho's Birthday

#### ② February 14th?

- (ア) Girl's Day (イ) Chocolate Day (ウ) St.Valentine's Day

#### 【第620回解答】

- 問1 A⑤タチバナ B②ヤマモモ
- 問2 ②オナガドリ

#### 【第620回当選者】

- 川崎 寛典
- 北村 遼
- 小松 千輝
- 山岡 宏章
- 山本 英樹

★応募総数/ 66通  
★正解率/ 80%

■応募締切/2月7日(水) 消印有効

■応募方法/答え・住所・氏名・紙面の感想を明記し、ハガキまたはメールでご応募ください。  
(※応募は1人1通まで)

■あて先/〒783-8501 南国市大桶甲2301 南国市企画課「親子クイズ係」  
n-kouhou@city.nankoku.lg.jp

スマホはこちらから⇒

■賞品/正解者の中から抽選で、5名に図書カードを贈呈



## 税務課からのお知らせ

### 市・県民税(個人住民税)の申告予約を受け付けています

市役所での申告受付は、**予約制**です。予約がない方は申告受付できない場合があります。

#### ■予約方法/電話

受付時間/平日8:30~17:00  
※混雑を避けるため窓口での予約はご遠慮ください。

#### ■予約受付電話番号

088-880-6554(税務課直通)

#### ■申告受付期間

2月16日(金)~3月15日(金)  
※土・日・祝日を除く

#### ■申告受付時間

- ① 8:45~11:15
- ② 13:00~16:30



#### 申告内容の留意点

添付資料は事前に作成の上、予約時間にご来庁ください。

「収支内訳書」や  
「医療費控除の明細書」など、  
**添付資料を作成していない場合は、  
申告受付ができません。**

期間中は市役所でも所得税の確定申告を受付できますが、分離所得・新規の住宅ローン控除のある方は税務署で申告をお願いします。  
なお、所得税の確定申告を済ませた方は、市・県民税の申告は必要ありません。

#### 申告に必要なもの

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 申告者本人のマイナンバーカード<br>または通知カードと身元確認書類(運転免許証など)              | <input type="checkbox"/> 還付申告の場合は、還付金振込先の通帳<br>(本人名義)   |
| <input type="checkbox"/> 収入が証明できるもの<br>源泉徴収票(給与・年金)、その他収入の証明、<br>事業収入・不動産収入の収支内訳書 | <input type="checkbox"/> 控除が証明できるもの<br>各種控除証明書等(国民年金・生命保険・地震保険・<br>個人年金等の支払、障害者手帳等)<br>医療費控除の明細書(「医療費通知」添付可)<br>寄附金の領収書・証明書 |

#### 注意事項

- ・ 予約時間には必ず税務課窓口へお越しください。予約時間に遅れると受付できない場合があります。予約した時間に来られなくなった場合は、必ず連絡してください。
- ・ 申告内容や混雑状況によっては、受付が予約時間から前後することがあります。
- ・ 申告当日に検温を実施し、37.5度以上の発熱が認められる場合は受付できません。ご来庁の際は、マスクの着用、手指消毒にご協力をお願いします。

ご注意ください



■問い合わせ/税務課市民税係 ☎088-880-6554

## 南国税務署からのお知らせ

### 確定申告は**自宅からスマホで!e-Tax**

**開設期間** 2月16日(金)~3月15日(金)(土・日・祝日を除く)

**受付時間** 8:30~16:00  
(相談開始 9:00~)

確定申告会場にお越しになる方へ  
**「入場整理券」**が必要です。

入場整理券の配布方法は右記の2通り▶  
詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。

1



LINEから  
事前発行

友だち追加はこちら▶



2

会場で  
当日配付

■問い合わせ/南国税務署 ☎088-863-3215(自動音声に従って「ご用件の番号」を選択してください。)



## 要介護認定を受けている方へ

介護保険の要介護認定を受けている方は、  
所得税の確定申告や市・県民税の申告をする際に次の控除を受けられる場合があります。

### 障害者控除

令和5年12月末日時点で、南国市で要介護認定を受けていて要介護2～5の65歳以上の方。  
控除を希望する方は長寿支援課に「障害者控除対象者認定書」の発行を申請してください。

### 医療費控除

- 介護保険サービスの利用料として支払った金額の内、領収書に「医療費控除の対象となる金額」が記載されている金額。控除を希望する方は、「医療費控除の明細書」を作成して申告してください。  
認められる医療費から一定の金額を差し引いた分が控除額です。
- おむつ代の医療費控除(次のいずれにも該当する方)
  - ① 傷病によりおむね6か月以上にわたり寝たきり状態にあると認められる方
  - ② 医師による治療を継続して行う必要があり、おむつの使用が必要と認められる方

お早めに  
申請して  
ください



### 【申請方法】

初めての方は、かかりつけ医師に「おむつ使用証明書」の作成を依頼してください。  
2年目以降の方で、要介護認定を受けている方のうち、主治医意見書で上記の条件が確認  
できる方は、長寿支援課で証明書の発行ができますので申請してください。

- 問い合わせ／申告について  
 証明書などの発行について 長寿支援課介護保険係 ☎088-880-6556  
 税務課市民税係 ☎088-880-6554

## 南国市職員募集

(令和6年7月1日採用)

職種	受験資格	申込期限
行政(Ⅰ)	平成6年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方	2月13日(火) 17時まで
行政(Ⅱ)	昭和44年4月2日以降に生まれた方で、次の要件の内、(1)(2)のいずれかを満たし、かつ、(3)を満たす方 (1) 大学または大学院で考古学、歴史学、その他これらに類する学科等を専攻して卒業もしくは修了した方 (2) 埋蔵文化財発掘調査(整理・報告書作成を含む。)の経験が5年以上ある方 (3) 普通自動車の運転免許を持っている方または取得見込み※の方	
土木技師	昭和59年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方	
保健師	昭和59年4月2日以降に生まれた方で、保健師の資格を持っている方 (取得見込み※の方を含む。)	
調理師	昭和59年4月2日以降に生まれた方で、調理師の免許を持っている方 (取得見込み※の方を含む。)	

※「取得見込み」は令和6年6月30日までに当該資格などを有する見込みの場合が該当します。

### ■試験案内

南国市のホームページからダウンロードできます。受験資格などは試験案内でご確認ください。  
市役所総合案内・総務課職員係でも配布しています。郵送での請求は、住所・氏名を記入し、140円切手を貼った返信用封筒(角2)を同封してください。

### ■試験内容(第1次試験)

実施期間内のお好きな時間にパソコンまたはスマートフォンでインターネットを利用して受験できます。詳細は試験案内でご確認ください。

### ■採用予定日/原則令和6年7月1日

### ■申込方法/南国市のホームページからインターネット申し込み

■ 問い合わせ/総務課職員係 ☎088-880-6551



▲試験案内は  
こちらから

# INFORMATION NANKOKU

## 主な行事 & お知らせ

Feb 2024

# 2

市民からのお便り

私は小学4年生で硬筆と毛筆に入選していて、展覧会の初日に観に行きました。来年は絵や工作も入賞したいと、広報を見て思いました。

## 募集

### 保健師・看護師募集

保健福祉センターにて、保健予防業務、母子保健業務を補助する保健師または看護師の会計年度任用職員を募集します。

- 職種／保健師または看護師
- 資格／保健師または看護師の資格を有し、電話対応と簡単なパソコン操作ができる方
- 募集人員／若干名
- 雇用期間／令和6年4月1日～令和7年3月31日
- 勤務日／月々金(祝日は除く)
- 勤務日数／月17日勤務

### 学童保育指導員募集

小学生の放課後等の安全を守りながら、基本的な生活習慣や遊びを通じて、社会性等が身につくように支援する仕事です。

- 募集内容
- ①常勤②パート、アルバイト
- 勤務時間
- ①平日12時15分～18時15分  
土曜8～16時の間で4時間  
学校休業日8時～18時の間で6時間
- ②平日14時～18時、土曜8時～16時  
学校休業日8時～18時
- ※いずれかの日時で4時間程度
- 賃金
- ①基本給13万円+手当  
1万9千500円(試用期間中は12万3千300円)
- ②時給915円(試用期間中は

- 勤務時間／①7時間45分  
②7時間③6時間
- 賃金(月額)
- ①9千円～9千700円
- ②8千100円～8千800円
- ③7千円～7千500円
- 申込方法／事前に電話連絡の上、履歴書と資格証明書の写しを郵送・持参
- 申込締切／2月22日(木)
- 申し込み・問い合わせ  
保健福祉センター  
〒783-0004  
南国市大桶甲320  
☎863-7373

### 河川愛護モニター募集

活動内容／物部川(指定の区間)を機会あることに見る、河川愛護モニター連絡会議に出席するなど。

- 900円)、アルバイト 900円
- 待遇
- ①社保完備、昇給年1回、年休、車通勤可、交通費支給あり
- ②週20時間以上雇保あり、昇給年1回、年休、諸手当あり、車通勤可、交通費支給あり
- 申込方法・問い合わせ  
電話連絡の上、履歴書を送付(後口、面接日連絡)  
南国市学童保育連絡協議会  
南国市日吉町1丁目1-41  
☎803-52228  
(12時～18時)

### 活動期間／令和6年4月1日～令和7年3月31日

活動期間／令和6年4月1日～令和7年3月31日

- 活動期間／令和6年4月1日～令和7年3月31日
- 謝金／月額2千800円
- 応募資格／満20歳以上の方で、河川愛護に関心を持ち、物部川の近隣に住んでいる方
- 応募方法  
メール・郵送・FAX
- ※募集要項は、ホームページから取得できます。(1月29日公開予定)
- 募集期間／2月29日(木)
- 問い合わせ  
高知河川国道事務所  
〒780-8023  
高知市六泉寺町96-7  
☎833-6904  
FAX 831-8570  
✉sk-kouchi52@mlt.go.jp



「ぼっち(一人)の節分」  
920

### ジュニア・リーダー・クラブ 会員募集

南国市子ども会連合会では、地域で活躍するボランティアを募集しています。中学生・高校生を中心に活動していますが、小学校高学年生から参加できます。

- 活動内容／(月1回程度)
- ①南国市内の小学校に通う小学生を対象としたイベントの企画・運営
- ②南国市子ども会連合会や小学校主催イベントのお手伝い(レクリエーション・キャンプ・合宿・カヌー教室などの指導)
- ③定例会(研修・企画会議)
- ※3月には、ジュニア・リーダー養成講座「ワクワクを創る人講座」(宿泊研修)を予定しています。
- ・1日目 レクリエーション
- ・2日目 リーダーズが企画した「施設貸切!脱出ゲーム」
- 問い合わせ  
生涯学習課少年育成センター  
☎863-4201

今年度の活動はこちらから▼



# 講座

## 日本リハビリテーション 医学会市民公開講座

■日時  
2月17日(土)14時～16時30分

■場所／高知大学医学部附属病  
院 臨床講義棟2階第3講義  
室(南国市岡豊町小蓮)

■対象／一般の方

■内容／①口コモを知って健康  
寿命をのばそう  
②五十肩の「ウソ」と「ホント」  
講師

①医療法人野並会高知病院医師  
永野 靖典氏

②高知大学医学部附属病院  
リハビリテーション部准教授  
泉仁氏

■参加費／聴講無料

※駐車場代500円要

■申込方法／氏名(ふりがな)、  
連絡先、電話番号、メールアドレスを記入の上、メールで  
お申し込みください。

■問い合わせ／高知大学医学部  
附属病院リハビリテーション部  
☎8800・24600  
✉im48@kochi-u.ac.jp

## 第6回「めんの文化祭

# イベント

■日時／2月4日(日)10時～15時  
■場所／後免町防災コミュニケーションセンター

■内容  
・展示部門／絵画、彫塑工芸、  
園児児童作品  
・舞台部門／12時30分～15時頃  
予定

■駐車場／市役所東側駐車場  
■問い合わせ／生涯学習課  
後免町公民館担当  
☎8800・65609

## 青年団って知っちゃおう？ ～みんな集まれ～みんな 飛ばそう元氣玉～

■日時／2月25日(日)  
13時30分～16時30分

■場所／地域交流センター  
みあーれ ホール

■参加費／無料

■問い合わせ／生涯学習課  
☎8800・65609

## 第39回 地産地消「めんの軽トラ市

■日時／2月4日(日)9時～13時

■場所／後免町商店街

■内容／地場産品の販売、ゴミ

■日時／2月25日(日)  
開会式12時30分  
(受付11時30分～)

■場所／ザ・ミニニッツ  
(グッドラック東隣)

■種目／団体・個人戦  
(共にトーナメント制)

■参加費／1チーム6千円  
(当日集金)

■申込方法／チーム名と選手名  
(先鋒・中堅・大将を記入し、  
郵送・FAX)

■申込締切／2月10日(土)必着  
■申し込み・問い合わせ  
日本はし拳協会南国協会  
中澤 光則  
〒783・0084  
南国市稲生1840  
☎090・7789・1667  
FAX866・6123  
(相互タワシ)

## 第42回土佐はし拳全国大会 南国場所

■日時／2月25日(日)  
開会式12時30分  
(受付11時30分～)

■場所／ザ・ミニニッツ  
(グッドラック東隣)

■種目／団体・個人戦  
(共にトーナメント制)

■参加費／1チーム6千円  
(当日集金)

■申込方法／チーム名と選手名  
(先鋒・中堅・大将を記入し、  
郵送・FAX)

■申込締切／2月10日(土)必着  
■申し込み・問い合わせ  
日本はし拳協会南国協会  
中澤 光則  
〒783・0084  
南国市稲生1840  
☎090・7789・1667  
FAX866・6123  
(相互タワシ)

## 南国市避難タワーと史跡巡り ウォーキング〈第三弾〉

■日時／2月25日(日)  
9時～12時(受付8時45分)

■集合場所／スポーツセンター  
西駐車場(トイレ前)

■コース／スポーツセンター～  
久枝地区(約7km)  
※ガイド付き

■定員／20名

■参加費／500円(保険料込)

■準備物／飲み物、タオル

■申込方法／左記のQRコード  
からお申込みください。

■備考／雨天中止

■問い合わせ  
まほろばクラブ南国  
☎865・8015

## 女性のための就職支援イベント

■日時／2月10日(土)13時30分～  
16時30分(受付13時～)

■場所  
こっち男女共同参画センター  
「ソール」3階 大会議室

■内容／「事務職で働きたい女  
性のためのお仕事フェア」企  
業の本音を聞いてみよう～  
採用担当者が語る自社の求人  
と求める人物像

・企業の採用担当者と一緒に座  
談会

■参加費／無料

■定員／30名

■無料託児サービスあり(要予約)

■申込方法／ホームページ・電話  
■申し込み・問い合わせ  
高知家の女性  
しごと応援室  
☎873・4510

# お知らせ

## まなび場 Search

■日時／2月25日(日)  
開会式12時30分  
(受付11時30分～)

■場所／ザ・ミニニッツ  
(グッドラック東隣)

■種目／団体・個人戦  
(共にトーナメント制)

■参加費／1チーム6千円  
(当日集金)

■申込方法／チーム名と選手名  
(先鋒・中堅・大将を記入し、  
郵送・FAX)

■申込締切／2月10日(土)必着  
■申し込み・問い合わせ  
日本はし拳協会南国協会  
中澤 光則  
〒783・0084  
南国市稲生1840  
☎090・7789・1667  
FAX866・6123  
(相互タワシ)

■日時／2月10日(土)13時30分～  
16時30分(受付13時～)

■場所  
こっち男女共同参画センター  
「ソール」3階 大会議室

■内容／「事務職で働きたい女  
性のためのお仕事フェア」企  
業の本音を聞いてみよう～  
採用担当者が語る自社の求人  
と求める人物像

■問い合わせ  
高知県生涯学習支援センター  
☎855・7606

## 市民からのお便り

「阪神・淡路大震災から28年」。元日、能登半島地震が発生しました。やがて起きるであろう南海大地震の防災に心がけたいです。



### 身体障害者用車椅子の貸出

身体障害者の福祉の増進を図るため、在宅の身体障害者で車椅子を必要とする方に、一時的に車椅子を貸し出します。

車椅子の申請中など、製品ができるまでの短期間に車椅子が必要な方を想定しています。

■対象／在宅の南国市民で、身体障害者手帳の交付を受けている方（介護保険法の要介護認定や要支援認定を受けている方は除く。）

■貸出期間／貸出日から1カ月以内。特に必要と認められた場合は、貸出日から2カ月以内の延長が可能。

※申請から貸し出しまで時間がかかる場合がありますので、ご了承ください。

■問い合わせ  
福祉事務所障害福祉係  
☎8800・6566

### 南国市奨学金返還支援補助金

奨学金等の貸与を受けて大学等を修学し、現に就労する30歳未満の方に対し、奨学金等の返還に要する費用を補助支援します。

■補助上限額／1年度あたり12万円

※奨学金の元金のみを対象とし、利息や繰上償還に係る額は除く

■申請期間／2月29日(休)まで  
※予算の上限に達し次第終了

■備考／詳しくはホームページまたは企画課までお問い合わせください。

■申し込み・問い合わせ  
企画課コミュニティ推進係  
☎8800・6553

### 年金の切り替え手続き

次のようなときは国民年金第1号被保険者への切り替え手続きが必要です。

①20歳以上60歳未満の方が会社を退職され、自営業者、学生、無職などになったとき

②配偶者の扶養から外れたとき  
■手続きに必要なもの  
資格喪失日の分かる書類

(例)雇用保険被保険者離職票、資格喪失連絡票など

■問い合わせ  
南国年金事務所  
☎864・1111  
(自動音声案内に従って)

②↓②と押してください。  
市民課年金係  
☎8800・6555

### 市街化調整区域における地区計画策定指針の見直し

県では、人口減少や少子高齢化の進展、南海トラフ地震をはじめとする自然災害への対応として、市町が地域の実情を踏まえた地区単位のまちづくりを行

う際の、県の判断基準を見直しました。

詳しくは、県ホームページをご覧ください。

■問い合わせ  
高知県土木部都市計画課  
☎8233・9884

### 農作業料金のご案内

令和6年の農作業料金が、南国農業機械銀行推進協議会で決定されました。

■農林水産課とJA各支所で農作業料金表を配布しています。  
ご希望の方は窓口までお越しください。また、市のホームページにも掲載しています。

■問い合わせ  
農林水産課農林振興係  
☎8800・6559

### マイナンバーカードの休日交付

■日時／2月4日(日)・17日(土)  
8時30分～12時

■場所／市役所1階市民課  
■備考／必ず予約をお願いします。マイナンバーカードの申請支援、更新、券面変更手続きも受け付けています。

■予約  
・予約専用サイト  
・専用電話番号  
☎8633・2920  
(平日・日中のみ)



### 高知県よろず支援拠点のご案内

「高知県よろず支援拠点」は、中小企業・個人事業主・創業者の方などの経営上のあらゆるお悩みの相談に対応する無料の経営相談所です。企業現場への訪問相談や電話・メールによる相談も受け付けている他、セミナーも開催しています。

■問い合わせ  
高知県よろず支援拠点  
(高知県産業振興センター内)  
☎846・0175  
(平日9時～17時)



### 山田堰井筋土地改良区 全水系の水止め

水路の維持管理・補修作業のため、山田堰井筋土地改良区全水系水路の水止めを実施します。

大変ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

■期間  
3月1日(金)0時 止水  
3月9日(土)17時 通水

※今年度は水路トンネル調査のため、止水開始時間を変更しています。

※物部川合同堰(香美市土佐山田町神母ノ木)を止水・通水する期間です。

■備考／天候や作業の都合などにより、期間を延長すること

があります。

■問い合わせ  
山田堰井筋土地改良区  
☎0887・522・2311

### 田村堰井筋関係水系の 春期水止め

■水止め期間  
3月1日(金)8時～  
3月7日(木)17時

■水止め水路／「物部川統合堰」系統の各土地改良区(田村堰井筋、物部堰井筋、久枝全水系)

■問い合わせ  
物部川(連)土地改良区  
☎0887・552・2216

### 用排水路のしゅんせつ 土砂の集積場・期間

毎年、市民の皆さまのご協力で、山田堰の水止めなどを利用した用排水路のしゅんせつ作業が行われています。

■集積場／吾岡山文化の森北側駐車場、国分地区汚水処理施設 北側敷地

■集積期間  
3月1日(金)～12日(火)

■備考／空き缶などの不燃ごみが混ざらないようご注意ください。

■問い合わせ  
建設課農道水路係  
☎8800・6561

40歳から  
74歳まで

～南国市国保加入者で治療中の方へ～

# 特定健診はかかりつけ医で 受診できる



定期受診と同日に特定健診を受診すると、窓口負担額が安くなる場合があります。(特定健診実施医療機関に限ります。)

普段の検査が特定健診項目と重複する場合、その費用分安くなります。また、特定健診で別の疾患が見つかることもありますので、年に1回は、特定健診をお受けください。

※特定健診のみは無料です

■受診券の再発行・問い合わせ／市民課国保係 ☎088-880-6555

市民からのお便り

シャモ番長今年初フォローしました。たくさんのお知らせ楽しみにしています。

## 掲示板

納期限	固定資産税	4期	<b>2/29(木)</b> ※納期限を過ぎると延滞金 が加算される場合があります。 延滞金が増加された場合、 後日延滞金分の納付書が送 付されます。
	国保税	8期	
	後期高齢者医療保険料	8期	
	介護保険料	8期	

火災・救急 12月	火災発生件数	0件	救急出動回数	313回	
	《内訳》	建物	0件	急病	198回
		山林	0件	交通事故	22回
		その他	0件	一般負傷	56回
			その他	37回	

### 人権相談・行政相談

■日時／2月20日(火) 10:00～15:00 ■場所／社会福祉センター  
■人権相談の問い合わせ／総務課じんけん係 ☎864-0160  
■行政相談の問い合わせ／総務課総務係 ☎880-6551

### 無料法律相談

■日時／毎月第1・第3土曜日 10:00～12:00  
■場所／社会福祉センター  
■予約／社会福祉協議会 ☎863-4444

### 「広報なんこく」 有料広告 募集中

- 広告の掲載内容／内容は法令などに違反なく、公益上支障がないもの、そのほか、「南国市広報紙発行規則」によります。
- 申込方法／所定の申込書で完成版下原稿またはデータを添えて、お申し込みください。
- 備考／広告の掲載は申込順とします。

新規店舗紹介や求人  
募集など  
1カ月でも掲載可能！  
長期掲載がお得！



◀詳しくはこちら

規格	サイズ (縦×横)	掲 載 料			
		1カ月	3カ月	6カ月	12カ月
A	4.6cm×8.0cm	11,000円	30,000円	57,000円	108,000円
B	4.6cm×17.0cm	22,000円	60,000円	114,000円	216,000円

※広報なんこく1月号P21の掲示板に掲載していた「固定資産税」の納期限は、「県市民税」の納期限の誤りでした。訂正してお詫びします。

広告

ご存じですか？

## B型肝炎給付金

- ✓ B型肝炎ウイルスに感染している
- ✓ 昭和16年7月2日～昭和63年1月27日生まれ

上記2つとも当てはまる方は、症状に応じた額の給付金を国から受け取れる可能性があります。お気軽にご相談ください。資料がなくても相談可能です。

無料電話相談 **0120-918-862** (受付) 平日9時～17時30分  
東京弁護士会所属 / 弁護士法人マイタウン法律事務所  
【マイタウン法律事務所東京事務所】東京都千代田区丸の内2-2-1岸本ビルディング6階

広告

南国市補助金最大22万円  
オフィスK支援最大5万円

高知県支援金最大3万円  
国の補助金最大5万円

【太陽光発電・蓄電池】  
住宅の屋根上太陽光で電気代を安くしませんか？効果シミュレーションは無料で作成します。他社見積もり大歓迎！

【省エネ家電等】  
エコキュートやガス給湯器等の省エネ家電は今が購入チャンス！詳しくはご相談ください。対象機種等ご案内します！

**0120-26-1210**

株式会社 オフィスK

〒783-0086 南国市緑ヶ丘3-2906  
緑ヶ丘3-2906 オフィスK  
南国市立工業団地 南国市アビオサーキット  
マンデラハウス2階3号室 南国市立図書館



## 暖房時の室内温度20度で快適に過ごしましょう。

- 【衣】** マフラー、手袋、レッグウォーマーを活用し、首、手首、足首「三つの首」を温めましょう。太い血管のある部分をあたためることで、体全体があたたまります。
- 【食】** 鍋でからだも室内もあたためましょう。湯気による加湿効果で体感温度がさらに上昇します。冬が旬の根菜類や、しょうがなどは体を内側からあたためる効用があります。
- 【住】** 家全体の熱の50%は窓から流出していきます。断熱シートや厚手のカーテンで、室内の熱を逃がさない工夫をしましょう。

## 2月のごみ収集日(第〇・第〇曜日)の参考

日	月	火	水	木	金	土
				1 (第1)	2 (第1)	3 (第1)
4	5 (第1)	6 (第1)	7 (第1)	8 (第2)	9 (第2)	10 (第2)
11	12 (第2)	13 (第2)	14 (第2)	15 (第3)	16 (第3)	17 (第3)
18	19 (第3)	20 (第3)	21 (第3)	22 (第4)	23 (第4)	24 (第4)
25	26 (第4)	27 (第4)	28 (第4)	29		

### ① 国分川のシバ焼き

今年も春を告げる国分川のシバ焼きと清掃を行います。作業終了後には七草がゆをご用意していますので、多くのご参加、ご協力をお願いします。

また、当日の天候などによりご迷惑をおかけする恐れもありますが、ご理解のほどよろしくお願いします。

- 日時/2月4日(日) 10:00~12:00
- ※雨天時は2月11日(日)
- 集合場所/ JA高知県久礼田支所東側駐車場、国分橋北、国分橋南、岡豊橋南

### ② 舟入川・藻川一斉清掃

今年も川干の期間を利用して、河川の清掃を行います。地域の皆さまのご協力をお願いします。

- 日時/3月3日(日)8:00 ※小雨決行(順延無し)
- 集合場所/市役所北側駐車場、中央市民館、篠原一本松
- 備考/手袋とごみ袋は集合場所でお渡しします。

※ ① ② の内容が変更になる場合は、ホームページなどでお知らせします。

■問い合わせ/環境課 ☎088-880-6557

## 認知症に関する南国市の取組を紹介します!

### 【相談窓口】

認知症に関する不安やお悩みなど、本人やその家族を支援するため、認知症地域支援推進員と認知症初期集中支援チームが活動しています。認知症専門医などの専門職が皆さまの相談に対応しますので、気軽にご相談ください。

### 【認知症サポーター養成講座】

認知症の正しい知識や理解を深めるため、認知症サポーター養成講座を実施しています。

認知症サポーターには、誰もが暮らしやすい地域づくりへの協力、またチームオレンジ(認知症の方やその家族を支援)のメンバーとしての役割も期待されています。

認知症について知ることが最初のステップになりますので、地域や職場で受講したい方はお問い合わせください。



認知症地域支援推進員▶



▲ 認知症初期集中支援チーム

■相談・養成講座の問い合わせ/南国市地域包括支援センター ☎088-804-6010

### 【認知症高齢者等見守りシール】

認知症の方の見守り対策として、行方不明となった際の早期発見や身元確認に活用するため、見守りシールを無料で交付しています。

南国市民で、医師から若年性を含む認知症の診断を受けた方などが対象で申請を受け付けています。交付をご希望の方は、下記までご相談ください。



■見守りシール申請・問い合わせ/長寿支援課介護保険係 ☎088-880-6556  
南国市地域包括支援センター ☎088-804-6010



南国市立図書館キャラクター  
いぬ ぽんた  
としよ犬 本太



南国市立図書館

**開館** (火) ~ (金) 10:00 ~ 18:00  
(土)・(日) 10:00 ~ 17:00  
**2月休館日** 毎週(月)、11日、23日、  
27日~29日  
**住所** 南国市篠原 1801-5  
**電話** 088-863-0469

★お知らせ 2月27日(火)~3月3日(日)は休館します

図書館の蔵書がなくなっていないか確認する作業(蔵書点検)のため、休館します。約10万冊の蔵書を1冊ずつ確認し、不明資料を捜索します。休館中にご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

11月に実施した「南国市立図書館サービス計画(案)」のパブリックコメントの結果を、市のホームページ、生涯学習課、図書館で公開しています。



南国市立図書館 職員が選ぶ! 今月のオススメ新刊



ロバのスーコと旅をする 高田 晃太郎/著

ロバと歩いて旅したい。新聞記者の職を辞し、「私」は旅に出た。イランで2頭のオスロバと、トルコで「ソツベ」と、モロッコで「スーコ」と。朗らかなロバ達と歩いた日々、出会い、別れ、葛藤がしなやかにつづられます。



シャーロック・ホームズとジェレミー・ブレット モーリー・ウィテカー/著

映像の世界でも愛され続ける名探偵ホームズ。数々の名作が存在する中、ジェレミー・ブレットは原作のイメージそのままのホームズを演じ、人々を魅了しました。本人・共演者・制作陣の言葉と、100点以上のカラー図版とともに作品の軌跡をたどります。



ことばの遊園地 内田麟太郎詩集 内田 麟太郎/著

字や記号の持つ意味ではなく形に着目し、空間的、視覚的に表現された詩を「コンクリートポエトリー」(具体詩)といいます。本書は、詩人・内田麟太郎が表現した、児童書としてはかなり珍しいコンクリートポエトリーです。

新刊のご紹介 毎月約300冊の新刊が入ってます

一般		児童	
「読書の自由」を奪うのは誰か/馬場俊明	外事警察秘録 /北村滋	はるさんと1000本のさくら /ただのぶこ	みどりいろのつりがね/オトフリート・プロイスラー
現代の古典カント	いちばん親切でかわいい緑内障の教科書 /井上賢治	ともだちのなまえ /内田麟太郎	人形からといた手紙-ベルリンのカフカー/ラリッサ・トゥーラー
/ヘルベルト・シュネーデルバッハ	ポップ・ディラン完全版/和久井光司	ひとつの火 /新美南吉	プテラノンのそらとふいちにち /竹下文子
ロバのスーコと旅をする/高田晃太郎	ツミデミック /穂ミチ	用具室の日曜日 /村上しいこ	
世界探検全集(1)~(16)	誰かがジョーカーをひく/宇佐美まこと		
もう一人、誰かを好きになったとき/荻上千枝			

おはなし会へいらっしやい♪

予約不要、3階多目的室へお気軽にお越しください。



あかちゃんのへや  
\*0~2歳児対象  
毎月第2回 10:30~10:50



土曜のおはなし会  
\*3歳児以上対象  
毎週土 10:15~10:45

※おはなし会は休止する場合があります。

図書館ホームページ

- ・利用案内・アクセス
- ・図書館だより
- ・図書館要覧 など



本の検索など

- ・本の検索・新刊紹介
- ・カレンダー
- ・行事予定



2月の企画展示

「大河ドラマを迎える」など

とおち 2月の 十市出張図書館

日時/2月14日(水)  
13:30~14:30  
場所/十市高齢者多世代交流プラザ 1階和室



この印の事業は高知家健康パスポートのヘルシーポイントの対象事業です。



この印の事業は南国市健康ポイントの対象事業です。



健康文化都市・南国



## 子育て支援センター

## ひよこルーム (保健福祉センター内)

未就園児と保護者が対象です。おもちゃや遊具・絵本もあり、子どもさんと一緒に遊べる場所ですので、親子で気軽にお越しください。



<b>ひよこひろば</b> (未就園児と保護者)	月・金 (9:30~14:30) 火・水 (12:00~14:30)
<b>よちよちひよこ</b> (主に生後6カ月から歩き始めるまで)	火・木 (9:30~12:00)
<b>マタニティ&amp;ベビーひよこ</b> (主に妊婦さんと生後6カ月まで)	水 (9:30~12:00)
<b>育児相談</b> (電話、来所での個別相談も受け付けています)	月~金 (9:30~16:00)

★よちよちひよこ・マタニティ&ベビーひよこへのきょうだいを連れての参加は、スタッフにご相談ください。

**計測日** \*2/14(水) マタニティ&ベビーひよこ (9:30~11:30)  
\*2/27(火) よちよちひよこ  
計測をされる場合は、バスタオルをご持参ください。

\*2/13(火)は育児相談のみです。



## 子育て講座



◎募集受付開始/2月1日(木)~ 定員になり次第締め切り  
(講座の申し込みは、本人のみ)



内容	ミュージック・ケア -音楽に合わせて親子で体を動かそう！-	パパ講座 -パパと一緒に運動遊び-
日時	2月20日(火) 10:00~11:30 (受付9:30~)	2月18日(日) 10:00~11:30 (受付9:30~)
講師	岩城 美喜江 (ミュージック・ケア認定指導者)	笹岡 真 (ピーススポーツ代表)
対象	10か月~2才までの子どもさんと保護者	7か月~未就園児のパパ(おじいちゃんも可)
定員	親子10組	親子9組

次回開催 ■募集受付開始/2月19日(月)~

『手形足形アート』 ■日時/3月5日(火) 『ベビーマッサージ』 ■日時/3月12日(火)



## マタニティ教室

## これからママ・パパの集い



これから出産を迎える妊婦さんとご家族を対象に、マタニティ教室を開催します。初産・経産は問いません。  
※妊娠が分かったら、早めの参加をおすすめします。

クラス	日時	内容	持ち物
②育児準備クラス	3月12日(火) 13:30~16:00 (受付13:10~)	◎沐浴実習：赤ちゃん人形を使ってお風呂に入れる練習 ◎妊婦体験：ママの体の変化を体験してみよう ◎相談コーナー：助産師・歯科衛生士・栄養士・保健師が対応 ◎赤ちゃんのお世話：オムツ替えや抱っこ練習	母子手帳・エプロン 筆記用具 ゆうゆうガイド (ピンクの冊子)

■場所/保健福祉センター ■定員/各クラス10組※当日の託児はありません。

■参加費/無料 ■申込方法/事前に電話でお申し込みください。

## 4月に小学校入学を迎えるお子さんの予防接種

麻しん・風しん(第2期)と日本脳炎(第1期)の接種期限が近づいています。  
公費(無料)で接種できる期限内に接種をされることをおすすめします。  
予診票が手元にない場合は、再発行しますのでご連絡ください。

予防接種内容	接種期限
麻しん・風しん(第2期)	3月31日(日)
日本脳炎(第1期)	7歳6か月になる前日



## 心の健康相談

### 心の健康を大切にされていますか?

「心の健康に関する様々な悩み」について、精神科嘱託医師が無料で相談に応じます。

プライバシーに配慮し、秘密は厳守します。

- 開催日 / 2月14日(水) 13:30~16:30  
3月11日(月) 13:30~16:30

※日程は嘱託医師の都合により変更になる場合があります。

- 場所 / 中央東福祉保健所  
香美市土佐山田町山田1128-1

- 定員 / 各回3名(1名につき1時間程度)

- 申込方法 / 1週間前までに保健福祉センターへ電話でお申し込みください

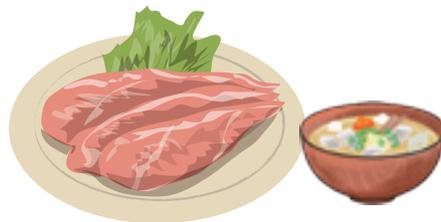
※精神保健担当職員による相談は随時行っています。相談される際は、事前に連絡をお願いします。



## ヘルシー・クッキング教室

健康で長生きするためには、食事への心配りが欠かせません。塩分控えめ、野菜たっぷりバランスの取れたメニューと一緒に作ってみませんか。

- 日 時 / 2月28日(水) 10:00~12:30
- 場 所 / 保健福祉センター
- 講 師 / 南国市食生活改善推進員
- 定 員 / 20名
- 参加費 / 無料
- 献 立 / 揚げささみの薬膳ソースがけ、ひじきの白和え、だしをとらないお野菜たっぷりおみそ汁、デザート(予定)
- 申込締切 / 2月21日(水)
- 持ちもの / 筆記用具・マスク・エプロン・三角巾



## 2月の休日在宅医

日	当番医	場所	電話
2月4日(日)	藤原病院	大桶乙	863-1212
2月11日(日)	南国中央病院	後免町	864-0001
2月12日(月)	JA高知病院	明見	863-2181
2月18日(日)	高田内科	大桶乙	863-3925
2月23日(金)	たかはし内科小児科	緑ヶ丘	865-5680
2月25日(日)	しばた整形外科	大桶甲	864-3412
3月3日(日)	きび診療所	明見	804-6500

## 乳幼児健診

4カ月児健診	2月29日(水)
10カ月児健診	2月22日(水)
1歳8カ月児健診	2月8日(水)
3歳6カ月児健診	2月15日(水)

- 受付時間 / 12:45~14:00

- 場所 / 保健福祉センター

※対象の方には通知書でお知らせします。  
電話でお申し込みください。

上記の健診などの  
申し込み・問い合わせは



保健福祉センター

〒783-0004 南国市大桶甲320

☎088-863-7373まで

## 非課税世帯への給付金

南国市では、給付金をはじめとする住民票などを管理している基幹システムのバージョンアップを1～2月にかけて予定している都合上、給付金事業の開始が他市町村より遅れています。お待たせていますが、ご理解のほどお願いします。ホームページとコールセンターでは常に最新の情報を提供しています。

- 対象／令和5年12月1日時点で、南国市に住民票の登録があり、世帯全員の令和5年度住民税が非課税の世帯  
※住民税が課税の者から扶養されている被扶養者のみの世帯は除く
- 支給額／1世帯あたり7万円
- 手続き／3月上旬に、対象世帯の世帯主に確認書を送付します。  
※給付金を受給するには、手続きが必要です。(自動で振り込みされません)
- コールセンター(開設時間:平日・土日祝 8:30～20:00)  
☎0120-522-198 ※通話料無料



特設ホームページ

## 今後の新型コロナワクチン接種について

### 1.令和5年度

実施期間は令和6年3月31日(日)までです。実施期間中は無料で接種を受けることができます。

南国市では、予約状況によって3月31日以前に終了する場合があります。予約の受付状況などは予約受付センターや予約受付サイトでご確認ください。

- 予約受付センター／☎0120-062-736(平日9時～17時)

### 2.令和6年度以降

季節性インフルエンザ予防接種のように、「年1回(秋冬)」で「自己負担あり」の定期接種となる予定です。今後、広報や市のホームページなどでお知らせします。



▲予約受付サイト



▲市HP

- ワクチン接種に関する問い合わせ／接種相談窓口 ☎088-863-5523 (平日9:00～16:00)

## 農家レストランまほろば畑

## ～料金改定のお知らせ～

まほろば畑では、物価高騰などの影響により、**令和6年4月から大人料金を改定します。**

今後も皆さまによりおいしいお料理を提供できるよう努めてまいりますので、変わらぬご愛顧をいただきますようお願い申し上げます。

- 営業日／2月20日(火)、3月12日(火)
- 営業時間／①10:50 ②12:00 ③13:10  
(各回60分間の総入れ替え方式)
- 場所／道の駅南国風良里 2階
- 前日までにご予約ください。
- 予約・問い合わせ  
農林水産課 ☎880-6559(平日のみ)  
当日専用電話 ☎080-2975-9925

- 料金  
大人(中学生以上)……1,300円 → 1,500円  
小学生……………800円  
3歳以上小学生未満…500円  
幼児……………無料

→ 変更無し

ナスのたたき  
※写真はイメージです



メニューはこちら



# イベントインフォメーション



後免エリア最大級のマルシェイベント！

あつまれ!!にぎわえ!!ごめん町!!

## ◆◆ごめんteteマルシェvol.15◆◆

## ◆◆西町軒下マーケット◆◆

ハンドメイド雑貨・アクセサリや、キッチンカーによるテイクアウトグルメなど盛りだくさん！クラフト9店・グルメ9店出店予定！



また、会場となる海洋堂SpaceFactoryなんこくに近接の後免町商店街では、【軽トラ市】 【西町軒下マーケット】 など同日開催イベントも多数！ぜひお誘いあわせの上ご来場ください♪

南国市の地域おこし協力隊が主催する、後免町商店街の西側（後免西町）ににぎわいを呼ぶための超局地的な出店系イベントです。



新たな顔ぶれも迎えての第2回では、こだわりグルメや無農薬野菜の販売、パーソナルトレーナーによる整体まで！？

また、ご来場いただいた小学生以下のお子様には”お菓子がゲットできるミニゲーム”をご用意しています♪

- ◆場 所◆ 海洋堂SpaceFactoryなんこく3階&横広場
- ◆日 時◆ 2月4日(日)10:00~15:00
- ◆入場料◆ 無 料
- ◆備 考◆ テイクアウトのみの販売です。施設内、会場内での飲食はお控えください。  
ごみ箱は設置していません。ごみはお持ち帰りください。

- ◆場 所◆ 後免町商店街 (西町)
- ◆日 時◆ 2月4日(日)10:00~14:00
- ◆備 考◆ ビニール袋を配布しています。ごみの持ち帰りにご協力ください。

# 地域おこし協力隊 活動報告



藤井 夢子

10月にご好評いただいた協力隊主催の【西町軒下マーケット】が帰ってきます！ありがたいことに多くの方に楽しんでいただいた前回、早いところでは午前中に完売したお店もありました（楽しみにしてた方ゴメンナサイ！）。今回も【軽トラ市】【teteマルシェ】と同日開催ですので、迷いながらいろいろ回ってみてください♪

さらに2月はイベントの他にも、ここでは紹介しきれないたくさんの方のワークショップが開催されます。ぜひ各所で配布中の「ごめんく」のチラシをご確認ください♪



ワークショップのチラシも配布中！

## GomenC ごめんく

どなたでも無料でご利用いただけるワークスペースです

- 場 所 | 後免町1-7-7
- 開館日時 | 水・金・土・日 9:15~16:15
- 定 休 日 | 月・火 ※臨時休業あり
- 貸出備品 | ミシン、アイロン、UVライトなど
- 使用用途 | ものづくり活動、デザインやアートなどの創作活動
- 駐 車 場 | 水・金…後免町防災コミュニティーセンター | 土・日…市役所北側駐車場

この外観が目印！



☎ 088-881-2675    Instagramも要チェック! @gomenckochi



利用説明がありますので、初めて利用される方は一度ご来館をお願いします。また利用には事前の予約が必要です。



おがわ きよひさ  
**小川 澄久**くん  
令和3年12月生まれ

いつも周りのみんなを楽しませてくれて  
ありがとう！にこにこ笑顔で元気いっぱい  
遊んで、これからも一緒に楽しもうね！

# こいのちは 赤ちゃん+

市内在住の2歳の誕生日までの  
赤ちゃん(応募時)の写真  
を募集中！

詳細は市ホームページ  
またはお問い合わせください。  
問/企画課秘書広報係

☎088-880-6553

✉n-hisho@city.nankoku.lg.jp

詳細は  
こちらから⇒



ひろせ いと  
**廣瀬 偉乙**ちゃん  
令和4年7月生まれ

パパとママのところに生まれてきて  
くれてありがとう！いとの笑顔に  
毎日癒されてるよ〜(^^)



おがわ ときはる  
**小川 季桜**くん  
令和5年2月生まれ

とびっきりの笑顔でいつもみんなを  
元気にしてくれてありがとう！  
いろいろなものを食べて、遊んで、  
心も体も元気いっぱいおおきなあれ♪



しばおか もね  
**柴岡 杜音**ちゃん  
令和4年1月生まれ

しっかり食べて、いっぱい笑って、  
元気にスクスク育てね。  
家族みんな、もねが大好きだよ！



おおくろ ゆうま  
**大黒 佑真**くん  
令和4年11月生まれ

メリークリスマス！

## 年賀状ありがとう！



県内外から180通を超える  
年賀状をいただきました。  
Instagramで年賀状を  
少し紹介しています♪



公式Instagram

### 交流人口

高知自動車道  
南国I.C.  
入 110,415 台  
出 111,858 台  
高知龍馬空港  
出発 57,730人  
到着 65,326人  
《12月分》

### 市の統計

面積	125.30km <sup>2</sup>	内 外国人数	457人(+13)
人口	46,133人 (-29)	男	206人(+6)
男	22,031人 (-11)	女	251人(+7)
女	24,102人 (-18)	登録国籍数	29カ国
世帯数	22,585世帯(±0)	( )内は前月比	《令和5年12月31日現在》
出生数	25人	転入	119人 《12月分》
死亡数	61人	転出	112人
交通事故発生状況			
人身事故	8件	死亡	0人
		負傷	8人 《12月分》

南国市  
防災行政無線  
放送内容確認  
フリーダイヤル

ナン コ ク ボウ サ イ  
**0120-7 5 9 1 3 1**

※24時間以内の放送が確認できます

「広報なんこく」は、地区連絡員  
さんたちのご協力で皆さんの家  
庭にお届けしています。

高知県内の情報ポータルサイト  
**Kochiebooks**  
南国市の広報も掲載中！

※親子クイズはP11に掲載しています。