

「ゆわえる」は土佐弁で「結ぶ」を意味します。南国市へ移住された方に人と人をつなぐ意味を込めて情報発信をしていく媒体です。

南国市の移住者のための情報通信

結わえる南国

2025年

7月号

vol.3



これであなたも高知人
土佐弁を話そう!

【訳】この話は誰にも言ってはだめ。

「使ってみよう」
この話は誰にも
ゆわれん。

レッスン
③ ゆわれん

「言ってはいけない」
南国市PRキャラクター
「シャモ番長」

監修：南国市役所
企画課の高知人



南国移住
NEWS

後免町商店街にたたずむ みんなが集える場所「ごめんく」

南国市の中心地、後免町商店街にある「ごめんく」。ここは南国市地域おこし協力隊の活動拠点でもあります。

ここ「ごめんく」は中心市街地活性化のために協力隊のOBが築いた施設であり、主に隔週で作家さんによるワークショップの開催や協力隊企画によるイベントが行われ、市内の方はもちろん市外の方もここ「ごめんく」に人が集まります。協力隊のメンバーも県外人であり同じ移住者どうしなので、お気軽に遊びに来てくださいね。



←現在は東京出身の藤井さん(写真右)と、大阪出身の濱岡さん(写真左)の協力隊2人がごめんくの運営に携わっていただいています。「ごめんく」の事、ワークショップの詳細などはInstagramでも公開していますので、ぜひご覧ください。

 gomenckochi





高知の食材 簡単フツキンブ!

レンチン、なすドッグ



材 料 (2 人分)

- ・ なす2本
- ・ 豚肉小間切れ80 g
- ・ 青じそ6枚
- ・ ぼん酢大さじ3
- ・ ごま油大さじ1
- ・ おろし生姜小さじ1

- ① なすはギリギリのところまで、半分に切り込みを入れる。切った部分に、1本につき、青じそを2枚と豚肉を詰める。残りの青じそ2枚はせん切りにする。
- ② ①を耐熱容器に入れてふんわりラップをして、電子レンジ(600W)で4〜5分、豚肉に十分火が通るまで加熱する。
- ③ ぼん酢、ごま油、おろし生姜を合わせ、②にかける。上にせん切りの青じそをのせれば完成。



移住担当者コラム



南国市移住相談員の尾本(オモト)です。

南国市も暑い夏がやってきました。京都出身の私には京都の夏と比べると「湿気がすごい!」という感想です。

やはり海が近いのでしょうか、高知は京都より最高気温が低めのはずなんです、肌にジメジメくる感じで、京都より気持ち悪い暑さ(笑)

という事でついに我が家にも新しい家族が増えました!ペベ君(7才)です!説明を忘れていました…写真左が先住犬のプー(推定8才)、右がペベです。ボストンテリアとフレンチブルドッグのMIXでプーちゃんより3kgほど重たいです。でもすごく走る!そしてクセもプーちゃんと違う!やはりワンちゃんにも個性があるんですね(笑)

発見! 南国市のお店に行こう!

第3回 シフォンケーキ専門店 gateau paisible ガトーベジブル



このコーナーでは南国市内にある色々なお店をご紹介します。

第3回目は、今年7月に南国市篠原にオープンされたシフォンケーキ専門店「ガトーベジブル」さんをご紹介します。

会社勤めだったオーナーの横山さんがお菓子作りが趣味だった中、シフォンケーキが特に得意だったそうで、作っていくうち段々楽しくなり、みなさんにも食べてほしいという思いが沸き、南国市のチャレンジショップ制度を知り2024年に後免町にあるチャレンジショップからシフォンケーキのお店をスタートされました。1年後にチャレンジショップ制度は終了とな

り、今年7月に自宅の敷地を改装され、このお店をオープンされました。お店の名前にある「ベジブル」はフランス語で平和、穏やか、安らぎという意味になり、食べていただいたお客様にも安らぎと幸せを感じてほしいというオーナーの希望が込められています。またオーナー自身も穏やかでゆとりの持った働き方を心がけたいと語っておられました。ちなみにオススメ商品は甘さ控えめそしてシンプルなカットシフォンケーキ(プレーン)とココアシフォンにチョコレートクリームを挟み国産クーベルチュールチョコをのせたロイヤルチョコレートサンドとの事で、季節のフルーツを使用したシフォンサンドも人気を集めています。みなさまもぜひお越しください。



↑ 美味そうなシフォンサンドがいっぱい!



↑ 色々なシフォンケーキも楽しめます。

店舗情報

住 篠原601-25 1F

時 10:30~18:00

休 月曜日定休

駐 有り(2台)

Instagram
「gateau_paisible」



南国市インフォメーション



8月 第四十二回「土佐日記門出のまつり」
一般俳句募集
一般俳句を募集中!
期 8月1日(金)~9月5日(金)※当日消印有効
土佐日記および紀貫之を顕彰するため「第四十二回土佐日記門出のまつり」を開催、そのまつりにおいて、文化芸術の振興を目的として俳句募集を行います。詳しい内容は右記QRコードにて→→→



9月 第37回 土佐のまほろば祭り
2025年9月27日(土)14:50~21:30
所 吾岡山文化の森 特設会場
年に1回、南国市の一大イベントが今年も。屋台あり、音楽ライブあり、大抽選会も用意しています。フィナーレは約1600発の花火が打ち上がり圧巻です。



10月 戦争企画展
10月25日(土)~11月3日(月・祝)
所 南国市地域交流センターみあーれ1階 ホワイエ
料 観覧無料
戦後80年という節目の年にあたり南国市主催の初めての戦争企画展を開催します。南国市が所蔵している遺品・品物に加えて、市民の皆様から公募した遺品・品物も展示する予定です。

南国市インフォメーション

5年に一度の国勢調査にご協力ください



はじまります!
国勢調査
国勢調査2025 調査期日 2025年10月1日
なぜ国勢調査に答えるの?
国勢調査は、我が国の人口・世帯の実態を把握するために必要不可欠なものであり、国内の人及び世帯の実態を把握し、各種行政施策その他の基礎資料を得ることを目的としています。

令和7年10月1日を基準日として、国勢調査が全国一斉に行われます。5年に一度行われる国の最も重要な調査です。南国市も9月20日(土)から調査員が順次お伺いしますので、皆様のご協力をお願いいたします。

※調査関係者が調査で知り得た情報は、統計法により統計以外の目的で使用する事は固く禁じられております。



詳しくは国勢調査2025キャンペーンサイトをご覧ください。

お問合せ先: 南国市役所企画課 ☎088-880-6553

PRESENT! 転入者プレゼント!

3名様 ガトーベジブル様から
好きなカット
シフォンケーキ2個

「南国市のお店に行こう」でもご紹介させていただきましたガトーベジブル様のご協力でお好きなカットシフォンケーキ2個を3名様にプレゼントいたします。当選者の方には引き換え券としてお送りさせていただきます。



応募は左記QRコードから

左記QRコードをお読みください。応募フォームに必要事項を記入していただき送信してください。締切:2025年10月31日(金)
※当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

読者のみなさまにお知らせ
この「結わえる南国」または移住に関する案内DMに関しては転入後2年が経過しますと自動的に全発送物は停止いたしますが、それまでに発送の停止をご希望の方、2年後も発送を希望の方は右記QRコードから、お手続きしていただくか、南国市企画課までご連絡をお願いいたします。
南国市役所 企画課 ☎088-880-6553 受付時間:平日8:30~17:15(土・日・祝休)

お手続きはこちらから

