

Nankoku City Public Relations

や
な
せ
た
か
し
が
育
つ
た
ま
ち
南
国
市
X

やなせ
たかし
が育つ
たまち
南
国
市

2026

7

July

No.1002



やなせたかし
が育つたまち
南国市 X



南国市
公式LINE



南国市
公式HP

前浜地区の掩体と田園

市 政 報 告

第447回 市議会定例会

6月12日

はじめに

令和7年国勢調査の速報値が公表されました。昨年10月1日現在の高知県人口は、この5年で4万8090人減少し、大正9年の国勢調査開始以降、最小となる64万3437人となりました。県内全ての市町村で人口が減少となり、本市は県内で最も減少率が少なかったものの、依然として減少基調にあることから、これまで以上に人口減少対策を推進します。

生活保護業務における不適正な業務執行に関して、5月28日に関係する職員7名の懲戒処分と1名の行政措置処分を行いました。今後、全庁的に同様の事態が発生しないよう適切な事務処理について徹底することともに、福祉事務所においては再発防止策を講じて、信頼回復を図ります。

危機管理

防災関係

新たな防災気象情報の運用が開始されることに伴い、庁内勉強会を行い、風水害時の避難情報が発令基準を確認しました。また、自主防災組織や地区防災連合会の学習会や総会に参加し、順次説明を行います。

交通安全対策

4月6日に国道55号大桶交差点前で、人間看板や桃太郎旗による街頭指導を行いました。また、「交通反則通告制度」の対象



子育て支援

子ども・子育て支援納付金

子ども・子育て支援制度に基づき、社会全体で子どもと子育て世代を支えていく仕組みとして、市民の皆さまが加入する医療保険料に合わせて4月から始まりました。安心して子育てができるよう、子育て支援に取り組みます。



企画

公共交通

6月5日にとさでん交通(株)から、本市を運行するバス路線「領石線・高岡線」及び「前浜・パークタウン線」の一部区間からの10月1日以降の退出が表明されたことから、同日以降の代替交通手段の確保に向けて、取組を進めます。



移住促進

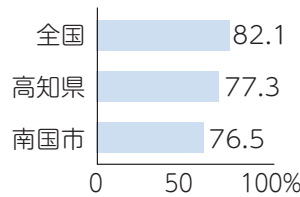
昨年度の移住者実績は115組162人であり、前年度と比較して12組65人の減となりました。昨年度初めて実施した移住促進に関するデジタルマーケティング事業の取組結果も踏まえて、若者の定着・増加に向けて取り組んでいます。

マイナンバーカード関係

平成28年度にマイナンバー

カードを作成した1515人が、今年度、カード本体の更新時期を迎えます。令和3年にカードを作成した6053人も5年毎に更新が必要な電子証明書の更新時期を迎えます。引き続き、休日交付窓口の開設や申請支援を行い、マイナンバーカードの普及促進に取り組みます。

保有率(4月1日現在)



交付数

昨年度 5,492件
累計 41,596件

民生

高齢者関係

本年度は後期高齢者医療保険料の改定の年であり、令和8年度及び9年度保険料における後期高齢者負担率は13.27%となっています。現在の資格確認書については、7月末で有効期限が終了します。新しい資格確認書は7月中に発送しますが、84歳以下の方のうち、マイナ保険証を直近1年間に6回以上利用、かつ直近3カ月以内に利用実績がある方には一律交付はされません。ただし、希望される方には申請により交付することも可能です。

健康増進関係

3月に「第4期なんこく健康21計画きらり」を策定しました。



福祉

本年度から重層的支援体制整備事業を活用した包括的な支援体制の整備に取り組みんでいます。具体的には「あつたかふれあいセンター事業」における一部機能を重層的支援体制整備事業に位置付け、市財政負担を軽減しつつ、支援体制の構築を進めています。

複合的な課題を抱える世帯等に対する相談支援の充実を図るため、重層的支援体制整備事業の新たな機能「多機関協働事業」を実施しています。これらの新規要素を加え包括的な支援体制の整備を進め、福祉の向上に努めます。

- 人口(3月末現在) ()は前年比

全体	45,195人(-441)
20歳未満	7,490人(-190)
20歳~64歳	23,145人(-238)
65歳以上	14,560人(-13)
高齢化比率	32.2% (+0.3)
- 後期高齢者医療被保険者数(3月末現在) 8,621人(+218)
- 介護保険第1号被保険者数(3月末現在) 14,435人(-50)

第3期計画と同じく「健康寿命を延ばそう」という基本理念のもと、市民一人一人が心身共に健康で自立した生活を送ることができるよう「笑顔あふれる南国市」を実現します。

農林水産



国営ほ場整備事業は、本年2月に換地処分公告が行われた下島、能岡工区において、登記等の処理を行っております。これにより久枝工区と合わせて3工区の手続きが完了します。工事実施工区は、浜改田西部、堀ノ内工区に加え、新たに廿枝工区に着工する計画です。片山工区は、来年度の工事着手を目標に地権者説明会や換地原案の作成準備を行っています。

商工観光



「海洋堂スペーススファクトリーなんこく」は、展示リニューアルのため一時休館しましたが、連続テレビ小説「あんぱん」などの効果もあり、昨年度の入込客数は、8万6311人と前年度から大きく増加しました。

連続テレビ小説「あんぱん」のレガシーを活かす取組として、「あんぱんのナカミ展」を南国市、香美市、香南市、物部川DMO協議会の主催で開催しました。今年度中にも二回開催する計画で、「やなせたかしが育ったまち」として、情報発信・観光誘客を図ります。

国の臨時交付金を活用した物価高騰対策の南国市地域振興券「なんこく生活応援チケット」は、市民の皆様へ4月末までに送付しました。受け取られたチケットは、8月末までに市内加盟店で使用することができま

上下水道



基幹管路の地震対策については、中部水源地から中部配水池までの本年度分送水管耐震化工事を発注しました。また、久礼田水源地からの送水管耐震化についても、発注に向けて準備を進めています。

建設



市道の建設・改良事業は、主要な幹線道路の整備と大規模自然災害に備えた地域住民の命と暮らしを守る道づくり整備の実施に取り組んでいます。

市道単独事業は、継続的に実施する改良工事や老朽化に伴う市道修繕工事に取り組んでいます。また、要望のあるカーブミラー等の交通安全施設につきましても整備を進めます。

農道、水路の改修は、農林事業分担金制度により各地区の施設整備等を継続的に実施しています。また、老朽化した農道や水路の補修及び揚水ポンプなどの機械設備等の修繕についても、順次進めます。

地籍調査

地籍調査事業は、本年3月末現在で、約45平方キロメートルの調査を実施し、進捗率は約39%となっています。本年度の事業としては、一筆地調査等を行う1年目事業を白木谷地区、岡豊町中島地区、前浜・下島地

区で実施します。昨年度に一筆地調査を実施した中谷地区、岡豊町中島地区、前浜地区において、地籍簿、地籍図の作成及び閲覧業務を行う2年目事業を実施します。

環境



浄化槽設置整備事業は、昨年度実績で57基、住宅用太陽光発電システム設置事業は、昨年度実績37基でした。

一般廃棄物処理状況は、昨年度の総収集量は1万1886トンで、対前年度1300トンの減、可燃ごみは対前年度0.7%の減でした。一般廃棄物最終処分場は、本年3月末現在で、施設容量に對して53%の埋立量です。

飼い主のいない猫に対する事業での、不妊去勢手術の昨年度実績は411匹でした。

都市整備



津波浸水想定区域及び市街化区域を対象とした3D都市モデルの整備を進めています。併せて、現在策定を進めています事前復興まちづくり計画基本方針を踏まえ、地区別計画の策定に向け、検討しています。また、JR後免駅の駅前広場整備事業等についても、今年度内の完成に向け準備を進めています。

住宅

住宅耐震化促進事業は、昨年度末までの累計件数は、耐震診断2220件、耐震改修工事に

至った住宅は1243戸です。令和6年度の耐震改修工事の補助上限の引き上げや、南海トラフ地震臨時情報の影響を受けて耐震診断件数が増加したこと、昨年度は診断後の住宅の設計及び工事の実施件数が増加し、補助件数は設計が192件、工事が182件でした。

教育



学校教育
本年度より、入学式及び始業式を例年より3日遅い4月10日とし、開始一週間は短縮授業とする「ゆるやかな学期スタート」を本格導入しました。児童生徒や教職員からは心の準備を整えて新年度を迎えられたとの概ね肯定的な声が届いています。

中学校運動部活動の地域展開については、昨年度までの5団体と合わせて、香長中学校の柔道部が4月から地域展開しました。女子バスケットボール部は9月頃、市内4中学校のサッカー部は11月頃の地域展開を目指します。

生涯学習

新図書館「こめんちあ」が、4月25日に開館しました。多くの市民の皆様が親しまれ、市民交流によるまちの活性化を担う施設となるように取り組めます。

地域交流センター「みあーれは、高知県で初めて開催される「よさこい高知文化祭2026」に向けた準備を進めるとともに、適正な施設の維持管理及び運営に努めます。

消防



文化財関係は、本年2月に国史跡に指定された「野中麿寺」について、市民の皆様への周知と祝賀を目的として「野中麿寺国史跡指定記念講演会」を開催するように準備しています。

本年の火災発生状況は、4月末現在で18件と、昨年同時期と比較して7件増で、建物火災が2件、林野火災が1件、その他は野焼きからの延焼によるものでした。

訓練関係は、夏場の水難事故に備えるため国分川で、南国警察署と合同で、ボート訓練を実施しました。消防団は、新入団員を対象とした、消防ポンプ自動車の取扱い訓練を実施しました。



▲詳細はこちらから

台風や集中豪雨に備えましょう

6月から10月は、台風や集中豪雨などによる水害が発生しやすい「出水期」です。大雨による土砂災害や河川の氾濫、土砂災害は、私たちの生活を一変させる危険性があります。被害を最小限にとどめるために、一人一人ができる事前の備えを確認しましょう!

雨や風が強くなる前に 家の外と中の備えの確認を



屋根・雨どいの点検

屋根や雨どいの破損、詰まりがないか確認しましょう。外壁を伝って雨水が流れ落ちることで、外壁や基礎部分の腐食を引き起こす場合があります。屋根は無理に登らず下から見て瓦のズレや破損を確認して、心配なら専門業者に点検依頼を!

側溝・排水溝の清掃

家の前の側溝が詰まっていると、道路が冠水し自宅への浸水リスクが高まります。落ち葉や泥を取り除き、水がスムーズに流れているか雨の日に確認してみましょう。

家の周辺・ガソリンのチェック

植木鉢やごみ箱、ベランダの物干し竿など、強風で飛びそうなものは固定するか屋内へ。自動車のガソリンを満タンにしておくなどの備えを!

停電・断水への備え

ライフラインの停止に備え、最低3日分の備蓄（飲料水・非常食・簡易トイレ・燃料など）を用意しましょう。モバイルバッテリーや懐中電灯の点検も忘れずに!

ハザードマップの確認

危険な場所から避難するため、どこが危険なのかを確認することが大切です。ハザードマップで、自宅や通勤・通学先の災害リスクを確認し、避難路をいくつか確認しておきましょう。

ハザードマップは下記の二次元コードで確認、または危機管理課で配布しています。

洪水ハザードマップ

南国市防災ポータルサイトの運用を開始しました!

ホームページのトップ画面の **防災・災害情報** か、下部のバナーが入口です!

南国市
防災ポータル



南国市の災害情報はここからご覧ください!



出水期に備える暮らしと行動指針



新たな気象防災情報～レベル4までに危険な場所から必ず避難を～

令和8年5月から発表される警報・注意報の名称にレベル(1,2,3,4,5)が付記されるようになりました。必要な避難行動を示す警戒レベルと気象警報・注意報のレベルが対応することにより避難判断の目安が明確になりました。

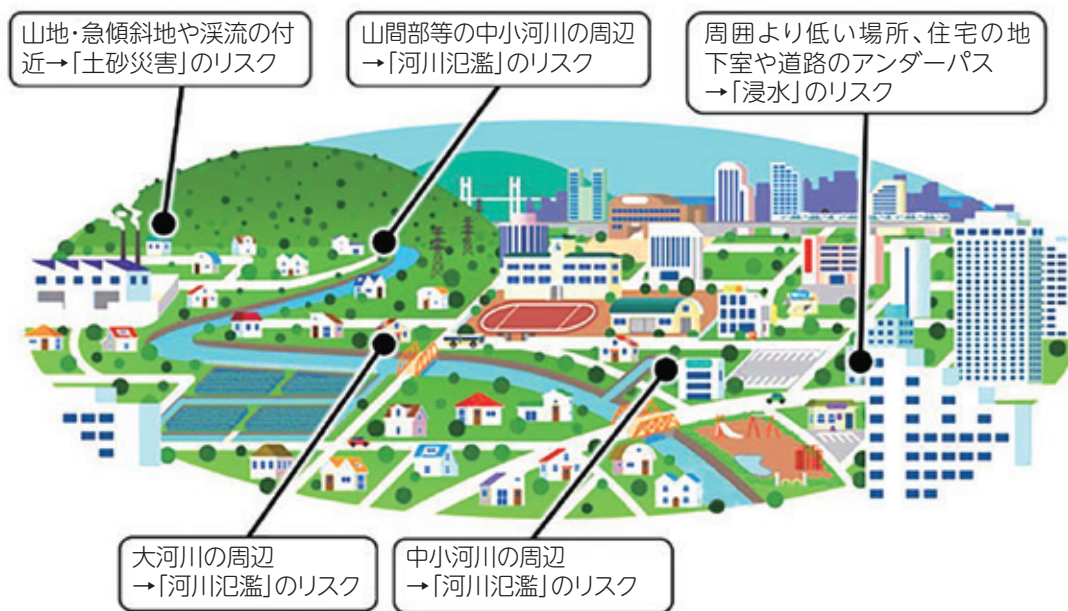
警戒レベル1	警戒レベル2	警戒レベル3	警戒レベル4	警戒レベル4までに必ず避難！	警戒レベル5
高める 心構えを 災害への	避難行動を 確認！	危険な場所から 高齢者等は避難	危険な場所から 全員避難！		命の危険 直ちに 安全確保！
早期注意情報	レベル2注意報	レベル3警報	レベル4危険警報		レベル5特別警報
こまめに 気象情報を確認	危険な区域、 避難場所、 避難経路の確認	避難に時間が かかる人は避難	非常持出品を 持ってすぐに避難		立退き避難が 危険な場合は 少しでも 安全な行動を！ <small>※警戒レベル5は必ず 発令される情報では ありません。</small>
—	市の発令する 避難情報	高齢者等避難	避難指示		緊急安全確保

※避難情報は必ずしも気象警報・注意報レベルに応じて発令されるものではありません。

避難が必要と感じた場合は高齢者等避難、避難指示等の避難情報の発令がされない場合でも、自主的に避難しましょう。また、避難先は指定避難所に行くことにこだわらず、親戚宅や宿泊施設などの検討もおきましょう。

大雨による災害リスクのある場所

大雨によっておこる災害の種類は場所によって異なるため、それぞれの場所に応じて必要な防災気象情報を活用することが重要です。日頃からハザードマップを活用し、自分が住む地域にどんな危険があるか確認しておきましょう。



■ 問い合わせ／危機管理課 ☎ 088-880-6575

令和8年度 国保税のお知らせ

子ども・子育て支援金制度の開始や、地方税法施行令の改正に伴い、令和8年度国保税の改正を行いました。税率は以下のとおりです。

区分	医療分	後期高齢者 支援金分	介護納付金分 (40歳～64歳のみ)	子ども・子育て支援金分 (新設) ※①
所得割 ～所得に応じてかかる額～	8.0%(8.3%)※②	2.6%	2.3%	0.26%(新設)
均等割 ～加入者1人につきかかる額～	24,400円 (26,300円)※②	8,100円	9,100円	1,700円(新設)
18歳以上均等割額 ～18歳以上被保険者にかかる額～				100円(新設)
平等割 ～1世帯につきかかる額～	30,000円	9,400円	7,200円	
賦課限度額 ～1世帯の税額の上限～	67万円(66万円)※③	26万円	17万円	3万円(新設)

()内の金額は改正前の税率・額です。医療分：保険給付費、保健事業費等に要する費用
後期高齢者支援金分：後期高齢者医療制度を支援する費用 介護納付金分：介護保険制度に納付する費用

①子ども・子育て支援金について

令和8年度から「子ども・子育て支援金制度」が始まりました。従来の国民健康保険税の賦課区分(医療分・後期高齢者支援金分・介護納付金分)に新たに「子ども・子育て支援金分」が追加されます。納付していただいた子ども・子育て支援金は、子育て支援拡充の財源に充てられます。

※こども(18歳に達する日以後の最初の3月31日以前である者)は均等割が全額軽減されます。

②医療分の税率について

昨今の物価高騰等による生活への影響を鑑み、令和8年度は国民健康保険事業財政調整基金を活用して医療分の税率を上記のように引き下げ、子ども・子育て支援金分の負担増を和らげます。

③医療分の賦課限度額について

地方税法施行令の改正により、医療分のみ課税額の上限が変更されます。

④国保税の軽減に係る軽減判定所得について

地方税法施行令の改正により、所得基準額が下記のとおり変更となります。これにより、5割および2割軽減を受けられる世帯の範囲が広がります。

また、特定同一世帯所属者とは、後期高齢者医療制度への移行により、国民健康保険の資格を喪失した方で、移行後も継続して同一世帯に属する方をいいます。

軽減割合	改正前(令和7年度)	改正後(令和8年度)
7割	43万円	変更点なし
5割	43万円+30.5万円×被保険者数と特定同一世帯所属者数の合計+10万円×(給与所得者等の数-1)	43万円+31万円×被保険者数と特定同一世帯所属者数の合計+10万円×(給与所得者等の数-1)
2割	43万円+56万円×被保険者数と特定同一世帯所属者数の合計+10万円×(給与所得者等の数-1)	43万円+57万円×被保険者数と特定同一世帯所属者数の合計+10万円×(給与所得者等の数-1)

倒産や解雇などで職を失った方の国保税の軽減

非自発的失業(倒産や解雇など)で職を失った方が、離職の翌日から翌年度末まで、前年の給与所得を100分の30とみなして所得割、軽減判定基準額を計算し、在職時と同程度の保険料負担で、国民健康保険に加入することができるよう、国保税の負担を軽減する制度です。離職時の年齢によっては対象外の場合があります。この制度の詳細については、市民課国保係へお問合せください。

■申し込み・問い合わせ／国民健康保険税について 税務課市民税係 ☎088-880-6554
国民健康保険の資格・給付・非自発的失業者に係る保険税の軽減について
市民課国保係 ☎088-880-6555

国民健康保険に加入されている方へ

マイナ保険証か資格確認書で 受診してください

・マイナ保険証をお持ちの方

「資格情報のお知らせ」をお届けします。これはカードリーダーの不具合等により、マイナ保険証で資格確認が行えない場合に、マイナ保険証と一緒に提示することで資格確認ができるようにするものです。

（「資格情報のお知らせ」単体で受診はできません）。

・マイナ保険証をお持ちでない方

「資格確認書（緑）」をお届けします。

限度額区分・発行期日等の表示は*になっています。

希望する方は表示することも可能です（要申請）。

※見本（レイアウト等は変更の可能性があります）

高知県 国民健康保険 資格確認書 記号 番号	有効期限 令和9年7月31日
12345678(枝番) 01	
氏名	南国 太郎 性別 男
生年月日	昭和27年1月1日
適用開始年月日	平成10年1月1日
交付年月日	令和8年8月1日
負担割合・発行期日	2割・令和8年8月1日
限度区分・発行期日	* * * * *
長期入院該当日	* * * * *
特定疾病区分・発行期日	* * * * *
世帯主氏名	南国 太郎
保険者番号	390047 交付者名 南国市

・マイナ保険証の利用が難しい方

高齢者や障がいをお持ちの方などでマイナ保険証での受付が困難な方は、申請していただければ、「資格確認書」を交付します。

※すでに申請済みの方には「資格確認書」をお届けします。



令和8年8月1日から使える
「資格情報のお知らせ」または「資格確認書」は
7月下旬に送る予定やきね!

マイナンバーカードで保険資格を確認できるよう、 事前に利用登録をしておきましょう!



マイナンバーカードを健康保険証として利用登録するには?

STEP1 マイナンバーカードを申請

■ 申請方法は選択可能です

- ①オンライン申請
(パソコン・スマートフォンから)
- ②郵便による申請
- ③まちなかの証明写真機からの申請



STEP2 マイナンバーカードを健康保険証として登録

■ 利用登録の方法

- ①医療機関・薬局にある顔認証付きカードリーダーで行う
- ②マイナポータルから行う
- ③セブン銀行ATMから行う



ご自身の登録状況が分からないときは?

マイナポータルにて登録状況が確認できます。また、医療機関等の受付窓口を設置されている顔認証付きカードリーダーにマイナンバーカードを置くと、利用登録が済んでいない方には、その場で利用登録の案内がされます。

■ 問い合わせ

国民健康保険の方

市民課国保係 ☎088-880-6555

※国民健康保険以外の保険の方は各健康保険団体にお問い合わせください。

マイナンバーカードについて 市民課市民係 ☎088-880-6574

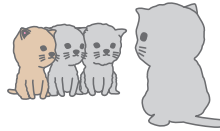
野良猫の命を考えてみませんか？



～野良猫の不妊・去勢手術の支援について～

昨今、飼い主のいない猫(野良猫)によるふん尿被害や鳴き声などのトラブルが地域で問題となっています。

- 「庭に猫がフンをして困っている」
- 「子猫が生まれて猫が増えた」
- 「発情期、ケンカの鳴き声がうるさい」



そうした声が寄せられる一方で、屋外で暮らす猫たちは、交通事故や病気、飢えなど、厳しい環境の中で生きています。

では、野良猫は、どうして、いるのでしょうか？飼えなくなって捨てた？放し飼いで、子猫が生まれた？無責任な飼い方をした人によって、野良猫を作ってしまったのです。

猫の繁殖力は強く、1回の出産で4～5匹の子猫を産み、年に2～3回出産します。生まれた子猫も半年ほどで、繁殖可能となります。単純計算で1匹のメス猫から1年後には20匹以上、2年後には80匹以上、3年後には2,000匹以上になります。

人にとっても、猫にとってもつらい状況を少しでも減らしたい。その思いから、南国市では『地域猫活動』と『TNR活動』を進めています。この取り組みを広げるため、皆さまのご支援をお願いいたします。野良猫になりたくてなった猫はいません。

「地域猫活動」

飼い主のいない猫を地域で管理し、人と猫が共生できる環境を目指す取り組みです。

主な活動は次のようなものです。

- ・野良猫の不妊・去勢手術
- ・エサの管理
- ・ふん尿の清掃
- ・地域での見守り

不妊・去勢手術を行うことで新たな繁殖を防ぎ、結果として

- ・野良猫の数を徐々に減らす
- ・地域トラブルを減らす ことにつながります。

「TNR活動」

飼い主のいない猫を捕獲し、不妊・去勢手術をし、元の場所に戻すことで、新たな繁殖を防ぐ活動であり、地域猫活動と同様の効果が期待されます。※別の場所に移すことは、動物の遺棄に当たりますので、処罰の対象となります。



©公益財団法人どうぶつ基金

南国市クラウドファンディング (ふるさと納税で応援を)

飼い主のいない猫の命を見守りながら、人と猫が共に暮らせる環境をつくることを目的として、ふるさと納税を活用したクラウドファンディングを実施します。

不幸な猫を増やさないよう、飼い主のいない猫の不妊・去勢手術等への助成のために皆さまの温かいご支援をお願いします。詳しくは、南国市HPをご覧ください。

- 募集期間／7月3日(金)～9月30日(水)
- 目標金額／200万円

寄附金の使い道：飼い主のいない猫の不妊・去勢手術費用、地域猫活動、TNR 活動等の助成のため



■ 問い合わせ／環境課 ☎ 088-880-6557



市長への手紙(表面)

ここにのりしろ②を貼り合わせてください。 ◆2

ここにのりしろ①を貼り合わせてください。

◆1

ここにのりしろ③を貼り合わせてください。

◆3

住民が主役のまちづくり

～皆さまの声をお聞かせください～

「市長への手紙」は、市民の皆さまからお寄せいただきましたご意見などを市政に生かしていく制度です。

まちづくりについて皆さまの率直なご意見などをお寄せください。いただきましたご意見などはすべて拝見し、関係部局で十分に調査・検討したうえで市政に役立ててまいります。



どんなまちにしたいのか
皆さまの夢を聴かせてください
南国市長 平山 耕三

ホームページ内の「市民の声(ご意見・ご提案)」ページからも投稿できます。

■問い合わせ/企画課

☎ 088-863-2111(代表)

FAX 088-863-1167



やま折り

料金受取人払郵便

南国郵便局
承認

93

差出有効期間
令和9年3月
31日まで

7
8
3
8
7
9
0

やま折り

切り取り線



やま折り

やま折り



南国市大堀甲2301番地

南国市役所

平山市長 行

①

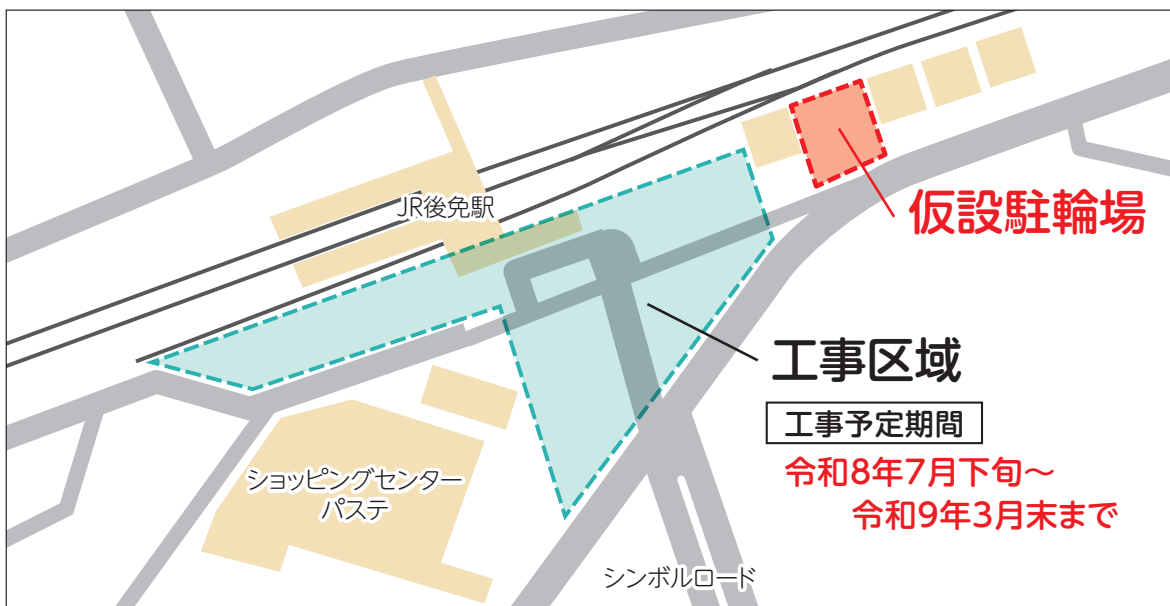
JR後免駅南駐輪場の利用休止のお知らせ

令和8年7月下旬頃より、JR後免駅前広場と隣接する駅前緩衝緑地公園ならびに後免駅南駐輪場の整備工事を始めます。

JR後免駅前広場については、ロータリーの整備により、路線バスの乗り入れを可能とするほか、歩行空間も十分に確保しつつ、駐停車場も増やします。

駅前緩衝緑地公園と後免駅南駐輪場では屋根付きで自転車ラックを整備した駐輪スペースを拡大するほか、公衆用トイレを設置し利便性の向上を図ります。工事期間中は現在の後免駅南駐輪場が使用できなくなるため、地図に記載の場所へ仮設駐輪場を設置しています。

工事期間中はご迷惑をおかけしますが、仮設駐輪場をご利用ください。



■ 問い合わせ / 都市整備課都市整備係 ☎ 088-880-6582

①

納税証明書の電子申請がはじまりました!

令和8年度より、南国市税の納税証明書等について、南国市電子申請サービスを利用して、市役所の窓口に行かなくても、スマートフォン・パソコンで申請ができます。

申請には、個人番号カード（マイナンバーカード）に搭載された署名用電子証明書の利用が必須となりますので、個人番号カード（マイナンバーカード）と、カードを読み取れる機器（スマートフォンやICカードリーダー等）のご用意をお願いいたします。

申請できる範囲

電子申請サービスを利用して申請できるのは、申請者本人が取得できる範囲の証明書になります。代理人申請はできません。

申請可能な方は、以下の通りです。

- ・ 本人
- ・ 住民票上の同一世帯員
- ・ 相続人代表者
- ・ 相続人代表者の同一世帯員
- ・ 相続人代表者以外の相続人

申請できる証明書の種類

- ・ 所得課税証明書
- ・ 市税に滞納がない証明書
- ・ 納税証明書
- ・ 名寄帳
- ・ 公課証明書
- ・ 評価証明書
- ・ 無資産証明書
- ・ 車検用納税証明書

くわしくは申請ページをご覧ください。→



■ 問い合わせ / 税務課 ☎ 088-880-6554



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。

キャリアアップ講座、趣味的な講座、親子の体験的な学びなどの情報や、ボランティアの募集情報等も随時掲載しています。

ぜひ一度、「まなび場 Search」をご覧ください、興味のある講座を検索してみてください。

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。対象が市町村限定や県民全体であることは問いません。掲載を希望される場合は、下記問合せ先まで情報を提供ください。

■ 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

FAX/088-855-7607 Mail/info@kolec.jp

■ 開館日／月・火・木・金 ■ 開館時間／8:30～17:15

くわしくはこちらを
ご覧ください→



■ 問い合わせ／高知県生涯学習支援センター ☎088-855-7606



「ファミサポでおしゃべり会」

地域の子育て支援やファミサポの活動に興味のある方は、水引を結びながら、ファミサポの提供会員さんとおしゃべりしませんか？

実際の活動の様子を聞いたり、いろいろ質問ができる機会です。心なごむ作品を作って、ファミサポの輪をひろげましょう。



■ 日時／令和8年7月15日(水) 10:00～12:00

■ 場所／なんこくファミリーサポートセンター

■ 定員／5人

■ 参加費／無料

■ お申し込み&問い合わせ

なんこくファミリーサポートセンター

(南国市立西部児童館2階)

9:00～17:00

日・月・祝休み(月曜日が祝日の場合は翌火曜日も休み)

■ 申込み&問合わせ／なんこくファミリーサポートセンター ☎088-802-5665

掲示板

人権相談・行政相談 (予約不要)

■ 日時／7月21日(水) 10:00～15:00

■ 場所／社会福祉センター

■ 人権相談／☎総務課じんけん係 ☎880-6583

■ 行政相談／☎総務課総務係 ☎880-6551



無料法律相談 (要予約)

■ 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

農家レストランまほろば畑

■ 営業日／8月18日(水)、9月15日(水)

■ 営業時間／①10:50～12:20 ②12:40～14:10 (各回90分間の総入れ替え方式)

■ 場所／道の駅南国風良里 2階

■ 料金／大人(中学生以上) 1,500円

小学生 1,000円

3歳～小学生未満 500円

■ 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

詳細はこちら



市の統計 5月分

【人 口】45,271人 (-23) 内【外国人】620人(+17)

男 21,693人 (-5) 男 332人(+6)

女 23,578人 (-18) 女 288人(+11)

【世帯数】22,772世帯(+2) 登録国籍数30カ国

()内は前月比《令和8年5月31日現在》

【出生数】30人 【転 入】124人

【死亡数】56人 【転 出】121人

【高知自動車道南国I.C.】入 116,917台 出 114,107台

【高知龍馬空港】 出発 70,059人 到着 67,306人

【火災発生件数】2件 【救急出勤回数】273件

建 物 1件 急 病 159件

山 林 0件 一 般 負 傷 40件

そ 他 1件 交 通 事 故 19件

【交通事故発生状況】 そ の 他 55件

人身事故 6件 (死亡 0人 負傷 6人)

納付
期限

固定資産税(2期)・国保税・後期高齢者医療保険料・介護保険料(1期)… 7月31日(金)

給食費(3期)…………… 7月27日(月)



①

65歳以上の方やご家族の方へ

悩みや困りごとは 地域包括支援センターに相談を!

このメンバーで
サポートします



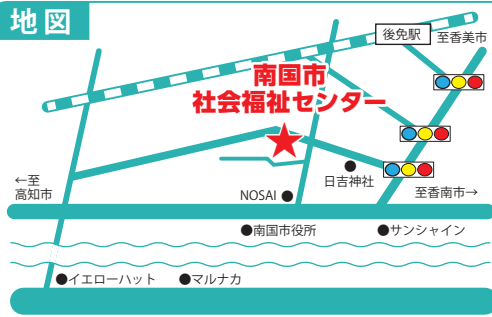
家族の方だけでも
相談できます!



「南国市地域包括支援センター」では、65歳以上の方やその家族などであればどなたでも相談できます。相談内容はどんなことでもOK! ケアマネジャー、社会福祉士、保健師などの専門職も所属していますので、お気軽にご相談ください。

- 申し込み・問い合わせ／南国市地域包括支援センター
南国市日吉町2-3-28 社会福祉センター1階
☎088-804-6010 平日8:30~17:15 ※年末年始を除く

地図



①

農業集落排水施設をご利用の浜改田・国府・久礼田地区の皆さまへ

住民説明会開催のお知らせ

～下水道使用料の算定方法の変更について～

人数制から
従量制へ

農業集落排水施設の使用料について、今までの人数制の料金体系から水道水の使用水量に応じた従量制へ算定方法を変更することとなりました。

使用者の皆さまを対象に、今回の変更内容についてお知らせするため、住民説明会を下記のとおり開催しますので、ぜひご参加ください。

【住民説明会日程表】

月	日	曜日	対象地区	会場	住所	開始時間
7	17	金	久礼田地区 (久礼田、植野)	久礼田公民館 (久礼田体育館)	久礼田534-1	19:00
	18	土				
	24	金	浜改田地区 (浜改田、前浜、十市)	三和防災コミュニティーセンター (三和公民館)	里改田236	19:00
	25	土				
8	28	金	国府地区 (比江、国分)	国府公民館	国分1133-1	19:00
	29	土				

※事前申し込みは不要です。直接会場へお越しください。

※令和8年度中の変更を予定しています。詳細はホームページや広報で引き続きお知らせします。

■ 問い合わせ／上下水道局下水道係 ☎088-880-6563

県・国ほか

ジョブカフェこうち主催
「親子みらい×ワーク
研究室」



「シゴト×ジブン発見カード」を使って、楽しみながら仕事の内容や自分の興味の方向性、特徴について知ることができます。

- 対象／小学校4年～6年生とその保護者
- 日時／①7月18日(土)、②7月29日(火)、③8月22日(土) 10時30分～12時30分(受付10時～)
- 場所／オーテピア高知図書館4F(高知市追手筋2-1-1)
- ①研修室 ②集会室 ③研修室
- 定員／先着10組
- 講師／門脇由紀子・山本元(※キャリアコンサルタント)
- 費用／無料
- 申込／WEB、メール、電話のいずれか
- (1)小学生①氏名②学年
- (2)保護者①住所②氏名③メールアドレス④昼間連絡がとれる電話番号
- 問 ジョブカフェこうち(月～金曜日、第2・4土曜日 10時～18時)
- ☎802-1533
- ✉cdn@jobcafe-kochi.jp

就職への第一歩！
職業訓練生募集



- 訓練コース
- ①機械CAD技術科(導入講習付)
 - ・募集期間／8月3日(月)～8月31日(月)
 - ・選考日／9月9日(火)
 - ・訓練期間／10月2日(金)～令和9年4月28日(火)(9時10分～15時40分) 平日 週5日
- ②電気設備技術科
- ③住宅CADリフォーム技術科
- ④ビジネスワーク科
 - ・募集期間／8月3日(月)～8月31日(月)
 - ・選考日／9月9日(火)
 - ・訓練期間／10月2日(金)～令和9年3月30日(火)(9時10分～15時40分) 平日 週5日
- 受講料／無料(テキスト代等は別途必要)
- 定員／定員についてはお問い合わせください
- 問 ポリテクセンター高知 求職者支援課 ☎833-1324

国民年金保険料の納付が
困難な場合はご相談
ください



国民年金保険料の納付が困難な場合は、申請によって保険料の納付が「免除」または「猶予」される制度があります。

- 免除制度
 - ・対象／本人、配偶者及び世帯主それぞれの所得が一定以下の人
 - ・免除の種類
 - ①全額免除 ②一部免除
- 納付猶予制度
 - ・対象／本人、配偶者の所得が一定以下で50歳未満の人
- 注意事項
 - ・一部免除が承認された期間は、減額された保険料を納付しないと未納期間となります。
 - ・免除期間がある場合は、全額納付したときに比べ将来受け取る年金額が少なくなります。
 - ・日本の学校に通う学生の方は、学生納付特例制度をご利用ください。
- 受付／7月1日(火)～
- 対象期間／令和8年度分(令和8年7月分～令和9年6月分)
- 問 南国年金事務所
 - ☎864-1111 音声案内②→②
 - 市民課年金係
 - ☎880-6555

マイナンバーカード(個人番号カード)
の休日交付

- 日時／7月11日(土)・26日(日) 8時30分～12時
- 場所／市役所1階市民課②番窓口
- ほか／マイナンバーカードの受取のほか、更新、申請支援、券面変更手続きも受付しています。
- 予約制
 - ・予約専用サイト(下記二次元コード)カードの受取 電子証明書の更新



- ・専用電話番号
 - ☎863-2920(平日・日中のみ)
- ※マイナンバーカードの保有者が増加傾向にあり、窓口へご案内するまでにお待たせすることがあるため、時間に余裕を持ってご来庁ください。

物部川一斉清掃の
お知らせ

毎年、7月は河川愛護月間であり愛護運動の一環として皆様のご協力を得て、物部川をきれいにするための清掃活動を実施しております。

- 皆さんお誘いの上ご参加下さいませようお願いいたします。
- 日時／7月12日(日) 7時～8時 「小雨決行」(予備日なし)
- 場所／物部川橋下右岸河川敷
- ※ゴミ袋・軍手など用意しています。
- 問 高知河川国道事務所
 - ☎833-6904

スタインウェイピアノ
試奏会演奏者募集



スタインウェイピアノを一定の状態に保つために必要な「弾き込み」を目的とし、ホールを1時間貸切でピアノの試奏会を行います。コンクールや発表会の練習でも使用できます。

- 開催日／8月23日(日)～8月29日(土)
- 会場／地域交流センターみあーれ
- 対象／ピアノを弾ける方
- ※1組5名まで可。4歳未満は不可。中学生以下は保護者同伴。
- 時間枠／
 - ① 9時30分～②11時30分～
 - ③13時30分～④15時30分～
 - ⑤17時30分～⑥19時30分～
- 参加費／1,000円
- ※当日現金支払のみ。おつりのないようご協力ください。
- 募集期間／7月29日(火)～8月7日(金) 17時まで
- ※応募多数の場合は抽選。抽選は市内在住者優先。
- 申込方法／電話、メール、FAX
- ※代表者氏名(ふりがな)、郵便番号、住所、参加人数、電話番号、年齢、希望日時をお伝えください。
- ※複数申し込むことは可能ですが、当選した場合は参加をお願いします。
- 備考／詳しくはホームページをご確認ください。
- 申問 地域交流センター みあーれ
 - ☎878-6070
 - FAX878-6075
 - ✉n-miare@city.nankoku.lg.jp

読者からのお便り 気象の警報などが変わって分かりやすくなりましたね。

**警察官募集(通常試験)
(警察官B採用試験)**



令和8年度試験から、年齢上限を39歳以下に引き上げます。

警察官B採用試験

昭和62年4月2日から平成21年4月1日の間に生まれ、4年制大学等を卒業・卒業見込み以外の者

- 申込受付/7月1日(水)~9月11日(金)
 - 第1次試験日/10月18日(日)
 - 試験会場/高知会場・四万十会場
- 問 南国警察署警務課 ☎863-0110

**警察官募集(キャリアアピール型)
(警察官A・B採用試験)【新設】**

警察官A採用試験

昭和62年4月2日から平成21年4月1日の間に生まれ、4年制大学等を卒業した者で、下記の職務経歴を有する者

警察官B採用試験

昭和62年4月2日以降に生まれ、4年制大学等を卒業した者以外で以下の職務経歴を有する者

職務経歴

直近5年の間に、1年以上継続して勤務(概ね週30時間以上の勤務)した期間が、通算して3年以上ある者

- 申込受付
7月13日(月)~8月21日(金)
 - 第1次試験日/9月5日(土)
 - 試験会場/高知会場
- ※条件により、通常試験とキャリアアピール型試験との併願が可能です。
- 申込/原則インターネットから申込
高知県警察ホームページ
(上記二次元バーコード)
- 問 南国警察署警務課 ☎863-0110

**防犯機能付き電話機器で
「特殊詐欺」「迷惑電話」を
未然に防ごう!!**



令和7年中、県内の特殊詐欺被害総額は約5億525万円、そのうち約2億2,400万円が固定電話を端緒とした被害でした。高知県防犯協会では、特殊詐欺の防止機能を備えた「優良防犯電話機器」の購入費用の一部を補助する事業を実施しています。

- 期間/令和8年5月1日(金)~令和9年2月26日(金)
 - 対象/県内在住の65歳以上の方又はその方と同居する世帯の方
 - 補助金額/5,000円又は3,000円(詳細はHPで確認してください。)
- ※購入前に、高知県防犯協会への事前申込が必要です。
- 問 公益社団法人高知県防犯協会 ☎875-9861

公安職公務員合同説明会

公安職公務員を進路の選択肢の一つとしてお考えの皆さんにお知らせです。警察・消防・海上保安庁・自衛隊が合同で説明会を開催します。

事前申し込みは不要ですので、お気軽にお越しください。

- 日時/7月12日(日)
9時20分~12時
 - 会場/高知よさこい咲都合同庁舎9階(高知市栄田町2-2-10)
 - 対象/高校生以上の学生、既卒者、転職をお考えの方、又はそれらの保護者
- 問 自衛隊高知地方協力本部
高知募集案内所 ☎823-2006

**“ぼっちな距離感”で
話せるようになる
コミュニケーションセミナー**



県が設置する、働きたいすべての女性を応援する相談窓口「高知家の女性しごと応援室」で、「女性のための就労支援セミナー」を開催します。お気軽にご参加ください。

- 日時/8月25日(火) 13時30分~15時(受付13時~)
 - 場所/こうち男女共同参画センター「ソーレ」3階 大会議室
 - 定員/30名
 - 費用/無料(無料託児あり・要予約)
 - 申込方法/ホームページ・電話・メール
 - 受付時間/月・金 9~17時
火・木 9~18時
土 10~17時
- 問 高知家の女性しごと応援室 ☎873-4510
✉soudan@kochijyosei.jp

**「司法書士の日記念
無料法律相談会」
開催のお知らせ**

8月3日の司法書士の日を記念し、無料法律相談会を開催します。申請義務化による不動産の相続登記や売買等による名義変更登記、会社の設立・解散や役員変更に関する登記、借金に関すること、遺言や成年後見に関すること等様々な相談に司法書士がお答えします。お気軽にご相談ください。

- 日時/8月1日(土) 10時~13時
 - 会場/・ちより街テラス
(高知市知寄町2丁目1-37)
・日章福祉交流センター
(南国市田村乙2207)
- ※ご予約不要
問 高知県司法書士会 ☎825-3143



「暑すぎてキレてる」
さとうまこと

**「広報なんこく」
有料広告募集中**



詳細はこちらから

広告

マイカー&乗り換えなしで安く便利な高速バスで、
京阪神・四国内へらくらくアクセス! 高速バスへの送迎にもご利用いただけます!

**「高知中央インター」
高速バスのりば**

無料駐車場(事前予約制)約**200**台完備! 詳しくはこちら

●ご予約・お問い合わせ...**ジェイアール四国バス(株)** 予約センター
0570-055-459 (予約受付時間 8:00~19:00)

ジェイアール四国バス

読者からの便り 毎回イベント情報などチェックして次どこ行くか家族で相談して、楽しく見させてもらっています!



5/9 子ども会農園・にんにく収穫体験

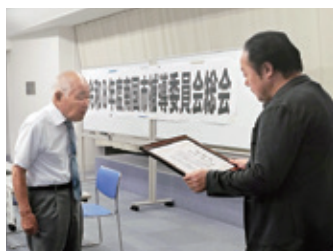
南国市子ども会連合会では、農業体験活動を子ども達にもっと経験して欲しいとの思いから以前より野菜・果樹の植え付け体験を行っています。5月9日は山本綾子会長の畑で去年植え付けしたにんにくの収穫体験を行いました。昨年度は雨で収穫ができなかったこともあり、今回の収穫を待ちに待った親子約70名が参加しました。少しコツを習うと慣れた手つきで、にんにくを収穫していました。



5/26 補導委員へ感謝状を贈呈

補導委員会総会で吉井義人さん(田村乙)・亀島雅史さん(大埦甲)に感謝状を贈呈しました。お二人ともに10年間にわたり補導委員活動に参加し、子ども達の登下校時に声かけをして安全を見守りました。

3月末で勇退するにあたり、これまでの活動に対し竹内教育長および古谷補導委員長名の感謝状が手渡されました。なお、当日出席できなかった比江森浩二さんには後日感謝状をお届けしました。



5/31 後免町防災コミュニティセンターで「きもだめし!!」

ごめんの軽トラ市が催される中、ナンコク・リーダーズによる「きもだめし」が行われました。子ども達は会場へ入る前に光るブレスレットを腕に巻いてもらい、恐る恐る中へ入って行きます。それから少しビックリすると「うわー、キャー」と歓声をあげながら進んでいました。

会場から出てきた後は、鉛のプレゼントを楽しそうに選んでいました。大人・子ども合わせて300人近くが来場し、きもだめしは大にぎわいでした。



5/14 南国市更生保護女性会総会

令和7年度に表彰を受賞された方々の紹介が行われました。その後、小学生の子ども達とのカレー作りなど子育て支援活動について報告がありました。また、青色回転灯パトロールについても報告があり、令和8年度も活動を盛んに行っていくことを確認しました。



5/24 南国市子ども会連合会総会

総会では、開会のあいさつ後に令和7年度に表彰を受賞した方々の紹介が行われました。また、ジュニアリーダーズ活動では令和7年度に実施した活動内容の発表に加えて、令和8年度も引き続き南国市内の各小学校並びにPTA活動の企画・運営に関するお手伝いを行う計画を発表しました。



ジュニアリーダーズの活動はこちら



5/7 高知ユナイテッド表敬訪問



5/17 高知ユナイテッド贈呈式



6/6 エンコウ祭(前浜)

読者からのお便り

気になった海洋堂スペースファクトリーの中身がわかって嬉しかったです。タローマン展楽しみです。

ハイチックとごめん

こんにちは。インドネシア出身のニンングラトニングシーです。生まれはジャワ島のタシクマラヤです。気温が25度程度と過ごしやすく、野菜や果物(マンゴーやドリアン)の栽培が盛んな所です。

インドネシアの大学で農業について学び、卒業後は友人と、カンクン(クウシンサイ)というインドネシア特産の野菜やレタスなどを水耕栽培で育てる会社を設立しました。しかし、コロナウイルスの拡大で事業は1年で立ち行かなくなり、肥料の会社に就職しました。それから数年後、日本に来て芸西村のJAで2年間働きました。働いている時も農業をもっと深く学びたいと思っていたので、高知大学の大学院に志願しました。大学院を受験するまでには、いくつも英語や日本語の試験を受けなくてはなりませんでしたが、頑張りました。

高知に来た当初は勉強している日本語と耳に入る土佐弁が違うことに戸惑いましたが、今ではおもしろいと思います。「かまん(大丈夫)」という土佐弁は特に印象的でした。「分からん(分からない)」「知らん(知らない)」などの語尾の変化もおもしろいと思います。

日本での生活には全般的に安心感がありま

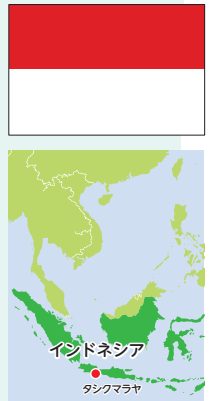
Nining Ratningsih
(ニンングラトニングシー)
高知大学
農林海洋科学専攻
(修士課程)2年



308

す。例えば、ごみの出し方には厳格なルールがありますが、そのおかげでどこも清潔です。役所の仕事はてきぱきしていて、あまり待たされることがありません。物価もインドネシアに比べ安定しています。人々は親切ですし、食べ物もおいしいです。

大学院では水耕栽培における竹粉の活用について研究しています。竹はアジアに広く分布しているので、この研究がインドネシアだけでなくアジア全体の農業に役立つことを期待しています。忙しい毎日ですが研究はとても楽しいです。修士課程を修了したら博士課程へ進み、将来はインドネシアの大学の先生になりたいと思っています。



キャラクターデザイン/
高知東工業高校
美術マンガ部



◀ 中学校給食の献立を南国市公式 Facebook に掲載しています。

高知の食べ物いっぱい入っちゅう日

高知に生まれ伝えられてきた地場産物や郷土料理、和食のすばらしさを子どもたちに伝えるため、毎月「高知の食べものいっぱい入っちゅう日」を設けています。これは高知県が推進する取組ですが、南国市も地場産物(県内産)活用割合60%以上を目指して献立を作成しています。

さつまいもスティック

ゆずかあえ



しゅんとうぱうくのしよつがいため

5月14日(木) 小学校献立

ひじきのごまマヨあえ

かつお飯



南国野菜のみそ汁

5月19日(火) 中学校献立

■ 問い合わせ / 学校教育課学校給食係 ☎ 088-863-2566



図書館だより



南国市立図書館「ごめんちあ」

開館 10:00～18:00

休館 月曜、祝日、館内整備日(月曜除く毎月最終平日)年末年始、蔵書点検期間

住所 南国市駅前町3丁目1-2

TEL 088-863-0469

7月のお知らせ



第72回青少年読書感想文全国コンクール課題図書

貸出期間は1週間で、延長はできません。貸出中の本は予約できます。

小学校 低学年の部(1・2年生)



・たねはいのちのおわりとはじまり
鈴木純 / 著
ブロンズ新社 / 出版

- ・まこちゃんとコトバロボ 村上しいこ / 作 たんじあきこ / 絵
- ・なにか いいこと あった? ミーシャ・アーチャー / 作 石津ちひろ / 訳
- ・ララのまほうのことはば グレーシー・ジャン / 作 やのあやこ / 訳

中学校の部



・君の火がゆらめいている
落合由佳 / 作
講談社 / 出版

- ・チーム・テストならだいじょうぶ
カービー・ラーソン&ワイン・ワイアット / 作 杉田七重 / 訳
- ・リュウグウの砂に挑む チームで小惑星のサンプルを分析 伊藤元雄 / 著

小学校 中学年の部(3・4年生)

- ・まだまだここから 宇佐美牧子 / 作 酒井以 / 絵
- ・それからぼくはひとりで歩く
アリシア・モリーナ / 作 星野由美 / 訳 犬吠徒歩 / 絵
- ・おいしいお米をつくりたい!
ゆうちゃん、小学生で農家に弟子入りしました 谷本雄治 / 著
- ・宇宙でウンチ みんなの知らない宇宙トイレのひみつ
A. ボンドー=ストーン&C. ホワイト / 作 L. ケンセス / 絵 千葉茂樹 / 訳

高等学校の部

- ・スウィッシュ! 藤ノ木優 / 著
- ・ノアハム・ガーデンズの家
ペネロピ・ライヴリー / 著
斎藤倫子 / 訳
- ・平和のうぶごえ 「原爆の子」として
生きた80年 早志百合子 / 著

小学校 高学年の部(5・6年生)

- ・ポジション! 高田由紀子 / 作
- ・リヒト! イノウエミホコ / 作
- ・ミシュカ エドワルト・ファン・デ・フェンデル&アマッシュ・エルマン / 作
アネット・スカープ / 絵 野坂悦子 / 訳
- ・キミの一步アフリカ ゾウを食べるにはひと口ずつ 味田村太郎 / 文

7月展示のお知らせ

- 一般展示 「暑い夏には「ぶ厚い」本を〜レング本フェア〜
- 児童展示 「さあ、なつだ!」
- 絵本展示 「なつはよる!」

おはなし会

場所 1階 おはなしのへや
スタンプを集めてもらえる
プレゼントもあります。



7月の十市出張図書館

日時 / 7月8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

7月図書館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

【土曜のおはなし会】

毎週土曜日 10:15~10:45
対象 / 3歳以上 (大人の方も歓迎)
絵本や紙芝居など、毎週いろいろなおはなしを楽しめます。

【あかちゃんのへや】7月9日(木)

毎月第2木曜日 10:30~10:50
対象 / 0~2歳の乳幼児
親子で触れ合うてあそびや絵本の紹介など、楽しいプログラムをご用意しています。ご家族での参加も大歓迎です。



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



図書館 X
WebOPAC
本の検索
カレンダー
行事予定



- お休み △ 十市出張図書館
- あかちゃんのへや(乳幼児向け読み聞かせ・手遊び)
- ◇ おはなし会(3歳児~向け読み聞かせ)



子育て支援センター ひよこルーム

ランチタイムなし



- 対象 / 生後1カ月検診の終わった赤ちゃんから、未就園児と保護者
親子と一緒に遊ぶお部屋です。月齢に合わせたおもちゃや遊具・絵本を用意しています。
- ※ 育児相談のみの日 / 7月2日(休)、7月6日(月)、7月9日(木)、7月16日(木)、7月23日(木)、7月30日(木)

ひよこひろば (未就園児と保護者)	月・金 (9:00~12:00) 月・火・水・金 (13:00~15:00)
よちよちひよこ (主に生後6カ月から歩き始めるまで)	火 (9:00~12:00)
マタニティ&ベビーひよこ (主に妊婦さんと生後6カ月まで)	水 (9:00~12:00)
育児相談 (電話、来所でも個別相談できます。)	月~金 (9:00~15:30) 木 (9:00~11:00)

- ★ 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。
- 7月8日(水) マタニティ&ベビーひよこ (助産師在中)
- 7月21日(火) よちよちひよこ
- 計測される場合は、**バスタオル**をご持参ください。

計測日
(9:30~11:00)

出張ひよこルーム おでかけひよこ ■ 日時 / 7月28日(火) 9:30~12:00 13:00~15:00
■ 場所 / 三和防災コミュニティセンター



子育て講座



申し込みは、本人のみでお願いします

「ベビーマッサージ」

～ベビーマッサージで愛着関係を深めよう～

- 対象 / 3カ月～8カ月までの子どもさんと保護者
- 日時 / 7月7日(火) 10:00~11:30 (受付開始9:30~)
- 講師 / 福岡 久美子 (アタッチメントベビーマッサージインストラクター)
- 定員 / 親子10組 (先着順)
- 参加費 / 無料
- 持ち物 / バスタオル、水分補給できるもの
- 申し込み受付中



「ベビードダンス」

～ママと赤ちゃんのためのベビードダンス～

- 対象 / 4～12カ月までのお子さんと保護者
- 日時 / 7月14日(火) 10:00~11:30 (受付開始9:30~)
- 講師 / Syo (ベビードダンスインストラクター)
- 定員 / 先着10組 (先着順)
- 参加費 / 無料
- 持ち物 / 抱っこひも、水分補給できるもの
- 申し込み受付中



次回
開催

「赤ちゃん和妈妈の防災講座」

- 日時 / 8月4日(火) 10:00~11:30 (受付開始9:30~)
- 申込開始日 / 7月6日(月)



遊びに
おいで!
南州市地域
子育て支援
センター



にじいろ
センター
おこう
(岡豊町
八幡)



キンダー
ガーデン
おおしの
(大浦甲)



おひさま
(大浦乙)



利用者
支援事業
すまいる
(大浦乙)



とおち
どんぐり
の森
(十市)





各種けんしん



要予約

けんしんWeb予約も可能です。詳しくはホームページをご覧ください。



◀HP Web予約サイト▶



日時	場所	予約開始日	特定・後期高齢者健康診査	肺がん・結核検診(胸部レントゲン)	大腸がん検診(検便)	胃がん検診(バリウム)
8月18日(火)	午前 保健福祉センター	7月14日(火)	○	○	○	
	午後 白木谷小学校		○	○	○	
9月 2日(火)	午前 日草福祉交流センター	7月27日(月)	○	○	○	
	午後		○	○	○	
9月 7日(月)	午前 保健福祉センター	8月 3日(月)	○	○	○	○
対象/料金			加入保険により異なる	40~64歳200円 65歳以上無料	40歳以上 400円	40歳以上 900円

電話での申し込みが困難な方(聴覚・言語障害のある方など)は希望するけんしんの予約開始日より前にご相談ください。

お子様の定期予防接種、受け忘れはありませんか？

定期予防接種名	回数	対象・接種期間
麻疹風しん第1期	1回	1歳から2歳の誕生日の前日まで
麻疹風しん第1期 特例	1回	対象:R4.4.2生~R5.4.1生の未接種児 令和9年3月31日まで
麻疹風しん第2期	1回	対象:年長児 令和9年3月31日まで
麻疹風しん第2期 特例	1回	対象:H30.4.2生~H31.4.1生の未接種児 令和9年3月31日まで
子宮頸がん	3回	高1にあたる学年(女子)は令和9年3月31日まで
ジフテリア破傷風混合 2期	1回	11歳から13歳の誕生日の前日まで
日本脳炎 1期	3回	3歳から7歳6か月になる前日まで
日本脳炎 2期	1回	9歳から13歳の誕生日の前日まで
日本脳炎 特例	4回まで	平成19年4月1日以前に生まれた20歳未満の方

・接種歴は、母子健康手帳などでご確認ください。・予診票がお手元がない場合は、保健福祉センターまでご連絡ください。

休日当番医

※変更する場合や専門外の疾病は十分診察できない場合があります。

日	当番医	場所	電話
7月 5日(日)	いちほら内科小児科	大桶甲	863-3915
7月12日(日)	北村病院	東 崎	864-2101
7月19日(日)	南国厚生病院	立 田	863-3030

日	当番医	場所	電話
7月20日(月)	岡豊病院	岡豊町	866-2345
7月26日(日)	JA高知病院	明 見	863-2181
8月 2日(日)	南国病院	大桶甲	864-3137

ヘルスマイトおすすめレシピ

ささみのわさび醤油焼き

【材料 (2人分)】

鶏ささみ	4本	
酒	小さじ1	
A	濃口しょうゆ	小さじ1
	片栗粉	大さじ1
B	濃口しょうゆ	大さじ1
	みりん	大さじ1
	わさび(チューブ)	2~3cm
油	適量	
いりごま	小さじ1	
刻みのり	2つまみ	

【作り方】

- ① ささみは筋を取り、食べやすい大きさにそぎ切りにする。ポリ袋にささみとAの調味料を入れてもみ込む。
- ② Bを合わせておく。
- ③ フライパンに油をしき熱し、①を入れて中火で両面とも焼き色がつくまで焼く。
- ④ フライパンの余分な油をキッチンペーパーでふき取り、Bの調味料を入れ、全体に絡めるように炒め合わせる。
- ⑤ 器に盛り、いりごまと刻みのりを散らす。



【栄養価 1人分】

エネルギー189kcal/たんぱく質20.9g/カルシウム28g/食物繊維0.3g/食塩2.0g

メニューのポイント ・わさびの風味が食欲をそそり、減塩でも美味しく食べられます。わさびが苦手な方は量を少なめに。
・鶏ささみは高たんぱくな食品で高齢者の低栄養予防にもおすすめです。



予約 7月10日迄

※定員を超過した場合には、抽選となり全員に結果をご連絡します。



月面ロボットカー製作ワークショップ

AIとも連携できるマイコン(Raspberry Pi Pico W)を使って、月面を想定したフィールドでの走行ラリーを目指して、ゼロからの組み立てを体験するワークショップです。

▼製作する月面ロボットカーのイメージ写真

(上記のQRコードのフォームで予約受付しますが、7月11日に結果連絡がない場合はお電話ください。)

開催日 **8/15(土)・16(日)**

時間 **各日10:30 ~ 17:30**

(お昼は各自ご持参ください。)

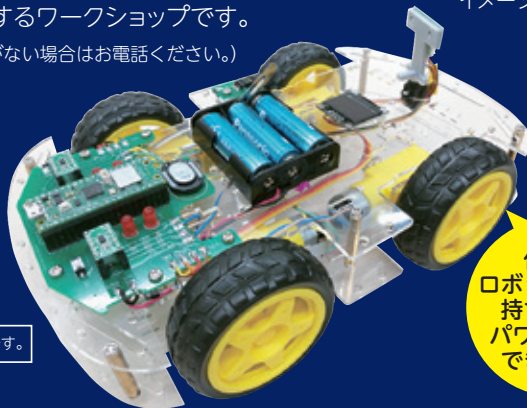
土・日の2日間でロボットカーが完成します。

参加費 3,000円

定員 12組 (超過の場合は抽選) 保護者も一緒に参加可能です。

対象 小学生(要保護者同伴)、中学生

会場 2F ものづくり工房 協賛 技研製作所



作ったロボットカーは持ち帰ってパワーアップできます!

できるだけノートパソコンをご持参下さい。

アマチュア無線用アンテナ製作ワークショップ

製作するアンテナのイメージ写真

高知県南国市では、南国市デジタル通信HAMクラブ(JR5YHK)が、全国に先駆けて津波避難タワーに衛星通信(Starlink)を経由することのできる無線中継局(DMRデジピーター)を設置し、防災にも活用しようという全国初の取り組みが行われています。

このワークショップでは、DMRデジピーターを有効に活用するために、DMR無線機に接続して使える外部アンテナ(アマチュア無線衛星の電波受信も可能)を手作りで製作します。

製作するアンテナは、段ボール八木アンテナや高知県南国市モデルとなるQFHアンテナなどです。いずれも実用となるもので、電波を受信したり送信したりすることのできるアンテナの原理の基礎を学ぶことができます。なお、製作したアンテナは、お持ち帰り頂けます。

- 日 時：令和8年8月9日(日) 14:00~17:00
- 場 所：海洋堂SpaceFactoryなんこく・2F ものづくり工房
- 定 員：先着12名【7月2日(木) 10:00から電話受付開始】
- 参加料：1,000円(小学生の場合は保護者同伴のこと)



段ボール八木アンテナ



QFHアンテナ

アマチュア無線資格取得講習会のご案内

募集中!

第4級アマチュア無線技士養成講習会

- 講習会場：岡豊ふれあい館(公民館)
〒783-0044 高知県南国市岡豊町八幡239
講習日時(講習会は2日間です)
令和8年8月22日(土) 11:00~19:00
8月23日(日) 10:00~17:45
- 定 員：30名(先着順で定員に達し次第締め切り)
- 受講料：受講料は26,250円(18歳以下は14,150円)
- 含まれるもの：講習、教材費、修了試験料、無線従事者免許申請料
- 申し込み先：(有)高知オーディオ・HAMセンター
〒781-0084 高知県高知市南御座17-13
☎088-883-5411 (事前に電話連絡をお願いします。)
申込書類(お申し込み方法)をご確認の上お申し込みください。

アマチュア無線の免許を取ろう!



1万円台で購入できるDMR無線機の例

予約・問い合わせ

海洋堂SpaceFactoryなんこく ☎088-864-6777

10:00~18:00(最終入館17:30) 定休日/火曜(祝日の場合は翌平日)



水	1
木	2
金	3
土	4
日	5
月	6
火	7
水	8
木	9
金	10
土	11
日	12
月	13
火	14
水	15
木	16
金	17
土	18
日	19
月	20
火	21
水	22
木	23
金	24
土	25
日	26
月	27
火	28
水	29
木	30
金	31

環境課からのお知らせ

トレーナー対面講習会のお知らせ

ペットとの暮らしをもっと楽しく! 「ペットと幸せに暮らすために」

大切なペットともっと仲良く、幸せに暮らすためのヒントと一緒に学びましょう。トレーナーが直接お伝えする犬・猫の気持ちや行動の理解、日々のケアのコツなど、楽しく役立つ内容が盛りだくさん。

- 日時/① 8月 2日(日) 10:00~12:00 ■ 場所/高知県庁 正庁ホール
- ② 10月18日(日) 10:00~12:00 ■ 申し込み/高知県業務衛生課 (☎088-823-9673)

ごみ袋の色が変わります

可燃ごみ専用指定袋は、今まで再生原料5%の袋を使用しておりましたが、再生原料20%を使用することになりました。そのことにより、指定袋の色が若干変わりました。

なお、袋の機能には変わりはありませんので、今までどおりご使用ください。

海岸一斉清掃

7月は海岸愛護月間です。市内海岸で一斉清掃を行いますので、地域の皆さまのご協力をお願いします。

- 日時/7月 12日(日) 7:00~8:00 小雨決行、延期なし
- ・ 気象に関する警報発令時などは中止。
- ・ 地区ごとに開始時間が異なる場合がありますので、各地区でご確認ください。

■ 問い合わせ/環境課 ☎088-880-6557

地域おこし協力隊 活動報告



濱岡 健児

5月の話になりますが、母の日に「手作り」で日頃の感謝の気持ちをカタチにするワークショップを開催しました。お越しいただいた皆様ありがとうございます!このワークショップは、5名のものづくり作家による異なるジャンルの作品が作れるイベントです。お母さんに内緒で参加される方や、親子で楽しみながら制作される方など、会場は子どもたちの賑やかな声でいっぱいになりました。

当日参加した子どもたちは、お母さんへの感謝の気持ちを込めながらビーズやリボンを選んでおり、その真剣な表情がとても印象的でした。

また、自分へのご褒美に参加する方もいらっしや、大人もゆったりと趣味の時間を楽しむ穏やかな空気に包まれました。

今後も地域の皆さんが気軽に集い、つながり合える温かいイベントを企画していきたいと思っておりますので、ぜひ遊びに来てください♪



GomenC ゴめんく

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・日 9:15~17:00
※貸しスペースと備品の貸し出しは16:15まで
- 定休日 | 月・火・土 ※臨時休館あり
- 貸出備品 | ミシン、アイロン、UVライトなど
- 使用用途 | ものづくりなどの創作活動

- 駐車場 | 建物西側に2台 (No.1-2) 満車の場合は、南国市日吉町駐車場をご利用ください。



☎ 088-881-2675 Instagramも要チェック!

@gomenckochi

すくすく育ってね! こんにちは、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



ふじはら あお
藤原 碧央 くん
令和6年10月生まれ

いつもニコニコの碧央が、家族みんな大好きだよ♡ これからも元気いっぱい、たくましく育ってね!



たかはし きょうや
高橋 杏弥 くん
令和7年5月生まれ

おだやかでいつもニコニコ。お兄ちゃん大好き! アンパンマン大好き!



おしま ゆうひ
小島 有陽 ちゃん
令和8年5月生まれ

お兄ちゃんに抱っこされると落ち着くね♪
2人仲良く元気に育ってね♡

650 親子クイズ

Q 夏の風物詩と言えば「かき氷」。江戸時代は何と呼ばれていた?

- A 氷水(こおりみず)
- B 雪団子
- C 冷やし餅



前回の答え

listen

応募数95通 正解率99%

- 応募締切/7月7日(火) 消印有効
 - 応募方法/答え・住所・氏名・紙面への意見・感想を記入し、ハガキまたはメールでご応募ください。
 - 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 (※応募は1人1通まで)
- ※当選の発表は、プレゼントの親子ペア券の発送をもって代えさせていただきます。



応募はここから

今月のプレゼント(5組様)

海洋堂スペースファクトリーなんこく

親子ペア券

([1階 工場見学通路]入場料)

「ものづくり」の魅力を発信する基地として、2021年3月21日にオープンし、5周年を迎えた今年は、館内の展示やサービスの一部をリニューアルしました。「ものづくり」の魅力や楽しさを体感いただける空間へと進化しておりますので、お子様と一緒にぜひご来館ください。



海洋堂セムム【宮脇 修一】

- ・保護者同伴でご来館ください。
- ・チケットを1階スタッフにお渡しください。



- 住所/南国市大桶甲1623-3
- 営業時間/10:00~18:00 (最終入場17:30)
- 定休日 毎週火曜日
- ☎088-864-6777



親子クイズのプレゼントを提供していただけるお店を募集しています。詳しくはお問い合わせください。

■ 申し込み・問い合わせ/企画課秘書広報係 ☎088-880-6553

南国市
防災行政無線
放送内容確認
フリーダイヤル



0120-759131

※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!

