

第3回岡豊ふれあい 総合文化祭

とき／11月17日(出)、18日(日)
午前9時～午後4時30分
ところ／岡豊ふれあい館
内容
■展示／園児・児童・生徒部門、一般部門(絵画、書道、彫塑工芸、写真、生け花、川柳、盆栽)
▼歴史民俗資料館コーナー
講演
「長宗我部氏栄光の道Ⅱ」
講師／宅間一之
11月18日(日)
午後1時30分～3時30分
▼室戸ジオパーク
展示者／川添晃
▼健康コーナー
保健師による健康相談など
11月17日(土)
午前9時～午後3時
▼販売コーナー／野菜や手作り作品の販売、バザー
※お問い合わせは
岡豊ふれあい館長 大崎善裕
(☎864・2931) まで

情報スキルアップ講座

高知高専・南国市連携事業
インターネットを快適に使いこなすための情報スキルアップ講座です。インターネットを最大限に活用する方法やiPadなどの新しい情報端末の紹介、セキュリティのポイントについても講習を行います。
■とき／12月8日(出)
午後2時～5時
■ところ
高知高専情報処理センター
■主な内容
▼役立つホームページ活用法
▼iPadの活用方法
▼迷惑メール対策
▼コンピュータウイルス対策
▼対象／一般社会人(インターネットを使われている方)
■定員／20名
■受講料／無料
■申込方法
http://www.kochi-ct.ac.jp/koza/201212/からオンライン申し込みをしてください。
※お問い合わせは
高知高専総務課企画係
(☎864・5643) まで

お知らせ

11月は子ども・若者 育成支援強調月間

子ども・若者が豊かな個性と能力を持った人間に成長するためには、家庭、学校、地域住民、職場・企業、関係機関・団体が一体となり、県民的な広がりを持った子ども・若者育成県民運動を展開することが必要です。
11月は「子ども・若者育成支援強調月間」として、次の事業を開催します。
皆さまも、身近なところから子ども・若者の健全育成への取り組みをお願いします。
■とき／ところ／事業名
▼11月4日(日)県庁正庁ホール 青少年健全育成研修会
▼11月8日(木)市内一円 青少年健全育成パレード
※お問い合わせは
青少年育成センター内
青少年育成南国市民会議
(☎863・4201) まで

「女性の権利ホットライン」強化週間

高知地方法務局と高知県人権擁護委員連合会では、女性の権利問題解決に向け、電話相談の強化週間を実施します。相談は無料で、秘密は厳守します。
■とき／11月12日(月)～18日(日)
午前8時30分～午後7時
*土・日曜日は午前10時～午後5時
■電話番号
0570・070・810
*全国共通ナビダイヤル
*PHS・IP電話からは接続できません。
■取扱内容／ドメスティックバイオレンス、セクシュアルハラースメント、ストーカー、離婚問題、暮らしの悩みごとなど女性をめぐる人権問題
※お問い合わせは
高知地方法務局人権擁護課
(☎822・3503) まで

犯罪被害給付金制度をご存知ですか

犯罪被害給付金制度とは、殺人などの犯罪行為により、不慮の死を遂げた犯罪被害者の遺族の方、けがをして入院または精神疾患を発症した方に、国が給付金を支給することで精神的・経済的打撃の緩和を図る制度です。
※お問い合わせは
南国警察署
(☎863・0110)
警察本部企画課被害者支援室
(☎871・3110) まで

公的個人認証サービスの電子証明書の有効期限について

発行日から3年間で有効
国税電子申告(e-tax)などの電子申請・届出の際に必要な電子証明書には、有効期限があります。有効期限を過ぎると失効し、インターネットによる申請・届出ができなくなります。
■更新手続き／有効期間満了日の3カ月前から
*住民基本台帳カードに記載の有効期間は、カード自体の有効期間です。
※お問い合わせは
市民課市民係
(☎880・6574) まで

省エネワンポイントアドバイス(No.7)

【パソコンの場合】
眠っていても、電気をモグモグ
①使わないときは電源を切る
1日1時間利用を短縮した場合の年間電気代は、デスクトップ型で約690円節約、ノート型で約120円節約。

電源オプションの見直し

電源オプションを「モニタの電源をOFF」から「システムスタンバイ」にした場合(3.25時間/週)の年間電気代は、デスクトップ型で約280円節約、ノート型で約30円節約。
③スクリーンセーバーは、省エネではありません。スクリーンセーバーは、パソコンを一定時間操作しないと自動的にパソコンの画面の表示を変えたりするソフトウェアです。きれいなので設定している方も多いですが、実際には消費電力は下がりにません。特に3Dのスクリーンセーバーは、画像処理にCPUパワーを多く使うため、かえって消費電力が上がるものもあります。
※お問い合わせは
環境課環境係
(☎880・6557) まで

南国市共通商品券「エコエコ」販売

南国市商工会では、市内のスーパーやレストランなどの加盟店舗で使用できる共通商品券「エコエコ」を5%のプレミアム付きで販売します。商品券は1万円(額面1万500円、1枚500円の商品券21枚)単位で、総額2千万円(額面2千万円)を販売します。
■販売日／12月3日(月)
午前9時～売り切れまで
■販売場所／南国市商工会館
■購入限度額／1人10万円(額面10万5千円)まで
*本人分のみ購入可
*有効期限
平成25年5月31日
※お問い合わせは
南国市商工会
(☎864・3073) まで



国保の40～74歳の方へ ～年に一度の健康チェック～

今年度の特定健診は受診しましたか。受診券の有効期限は平成25年1月31日です。受診していない方はぜひ受診しましょう。
■受診方法 (①か②を選択)
①集団健診 (今年度最後)
▶受付時間／12月11日(火)
午前9時30分～11時
午後1時30分～3時
*予約不要
▶ところ／保健福祉センター
②個別健診
受診できる医療機関は受診券送付時に同封しています。わからない場合は、国保係へお問い合わせください。
▶受診期限／平成25年1月31日(木)
*医療機関に予約してください。

■特定健診の健診料／無料
■持参物／受診券、国保の保険証、問診票
*受診券を紛失された場合は、国保係へお問い合わせください。
■備考
▶人間ドックを受診される方は、特定健診分の費用が安くなる場合がありますので、国保係へお問い合わせください。
▶後期高齢者で定期的な通院をしていない方は健診を受けられますので、希望される方は長寿支援課いきいき長寿係(☎880-6556)までお問い合わせください。
※お問い合わせは
市民課国保係 (☎880-6555) まで

市民からのお便り (親子クイズ) 孫ときました。南京とか南洋、市女笠とか若い人には分かりづらいですね。
子どもが6カ月になり、突然「ハイハイ」が上手になり、家族で驚いています。時が経つのは本当にあっという間ですね。