

サ ば ん こ く

広 報

3

No.854



サビは～外！

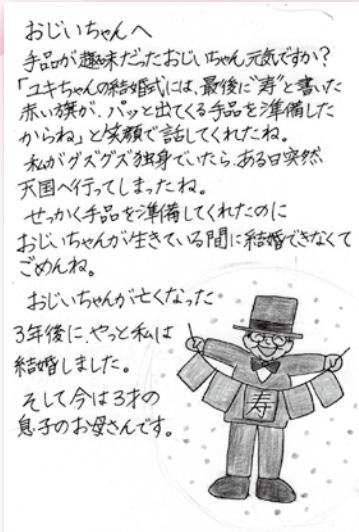
(後免町商店街)

1月26日、ごめん・よってこ広場前で、2月3日の節分を前にゴメンジャー対シャッター怪人サビレラーの「ごめん町節分大決戦」が開催されました。集まった約200人の子どもたちは、「鬼は～外」ならぬ、「サビは～外」と、楽しそうに豆をまき、サビレラーと鬼たちを退治していました。

ハガキでごめんなさい全国コンクール	P 2
居安思危	P 4
軽自動車税のお知らせ	P 6
春季全国火災予防運動ほか	P 7
市職員の給与などの公表	P 8
民生児童委員へ相談を！	P 10
知って得する国民年金ほか	P 11
カメラリポート	P 12
みんなの広場	P 14
お知らせ	P 16
健康文化都市・南国	P 22

ハガキでごめんなさい

全国コンクール入賞作品紹介



大賞(南国市長賞)／
石澤 夕紀子(山口県)



第10回記念やなせたかし特別大賞／
永末 就大(福岡県)



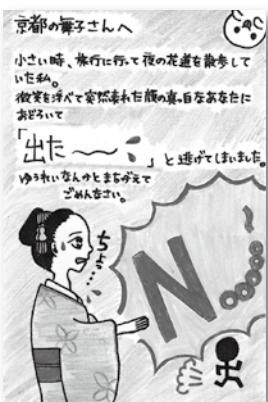
優秀賞(南国市副市長賞)／
高橋 博信(東京都)



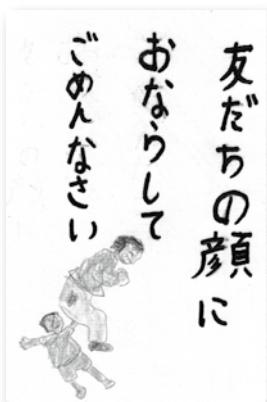
優秀賞(南国市副市長賞)／
村田 恵美(埼玉県)



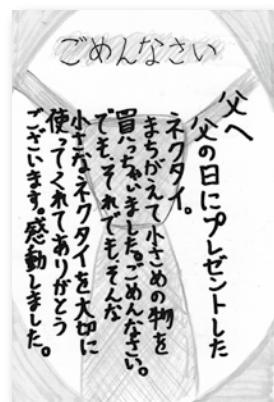
優秀賞(南国市副市長賞)／
本間 由美(神奈川県)



優秀賞(南国市教育長賞)／
三宅 彩未(香川県)



優秀賞(南国市教育長賞)／
宇都宮 諒(南国市)



優秀賞(南国市教育長賞)／
藤田 理紗子(千葉県)

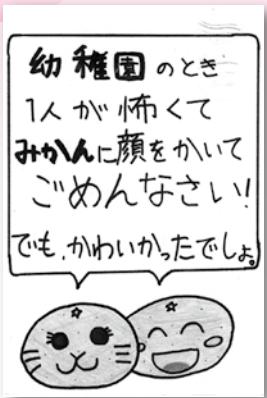
言いぞびれたごめんなさいを一枚のハガキに
今年で10回目となる「ハガキでごめんなさい全国コンクール」。今回は42都道府県とアメリカからたくさんの「ごめんなさい」が集まりました。審査を経た作品の中から選ばれた大賞、各賞の作品を紹介します。

応募総数
1,418通

ハガキでごめんなさい



ナンコクスーパー賞／
吉田 菜那（香川県）



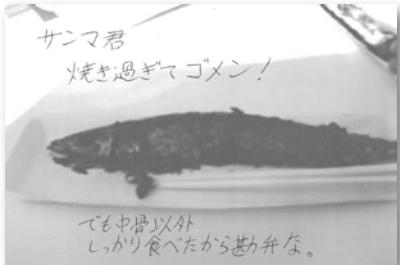
ごめん町賞／
石田 里奈（千葉県）



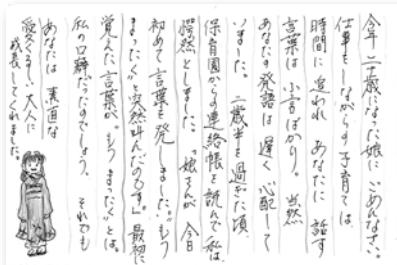
南国郵便局長賞／
A・N（静岡県）



南国市商工会会長賞／
山本 純子（兵庫県）



サニーマート賞/
Y・S(宮城県)



南国市金融団賞／
三枝 千瑞（山梨県）



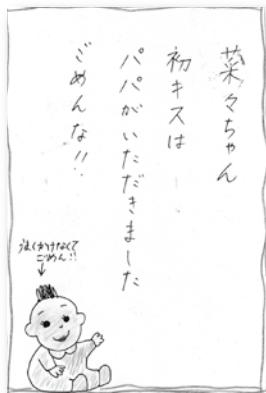
JRごめん駅長賞／
遠藤 颯花（福島県）



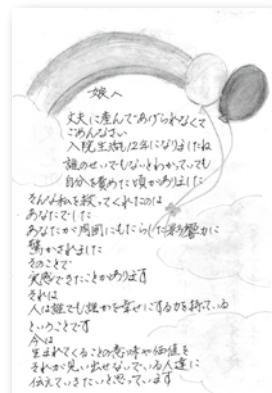
ビタミンハウス賞／
西山 夢月（安芸郡）



クリーニングトクヒサ賞／
池田 拓矢（鹿児島県）



松栄堂賞／
久保田 倫弘（静岡県）



フタガミ賞／
S・K（南国市）

品の中には、このコンクールの発案者でもある、故やなせたかし先生にちなんだ作品が数多く、「第10回記念やなせたかし特別大賞」にも、先生のキャラクターをハガキいっぱいに描いた作品が満場一致で選ばれました。きっと、天国にいる先生も力強いメッセージを見て喜んでくれてていることだと思います。

記念すべき第10回目のコンクールとなつた今年も、日本全国から多くの力作をご応募いただきました。

「めん町まちづくり委員会

總評

お父さんへ
小学生のとき、
再婚なんて
しないでって言って
ごめんなさいし
もし、いふがいたらう
再婚しても
いいよ。

TSUTAYA 賞／
本多 遙樹（千葉県）

4月1日から防災行政無線の本格運用が始まります！

現在、夕方5時に防災行政無線の定時点検放送を行っているところですが、4月1日からは本格運用が始まります。

本格運用が始まると…

- ◆災害時の土砂災害警戒情報、避難準備情報や避難指示、避難勧告などの情報が市役所から放送されます。
- ◆消防庁の全国瞬時警報システム（J－AＬＥＲＴ）により、緊急地震速報、津波・大津波警報、特別警報、国民保護情報（テロ、他国からのミサイル発射など）が自動的に放送されます。
- ◆毎日定時（夕方5時）に、機器の点検を兼ねて音楽を放送します。

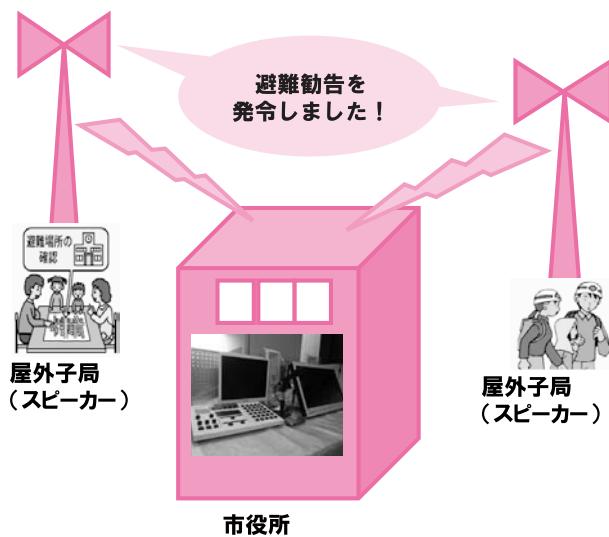
これらの情報が、市内全域に一斉放送されます。
放送内容に十分注意して、適切な防災行動につなげて
いただくようにお願いします。



なんこく防災くん

防災行政無線とは？

- ◆市役所が防災・災害情報を無線電波を使って市内一斉に放送するシステムです。



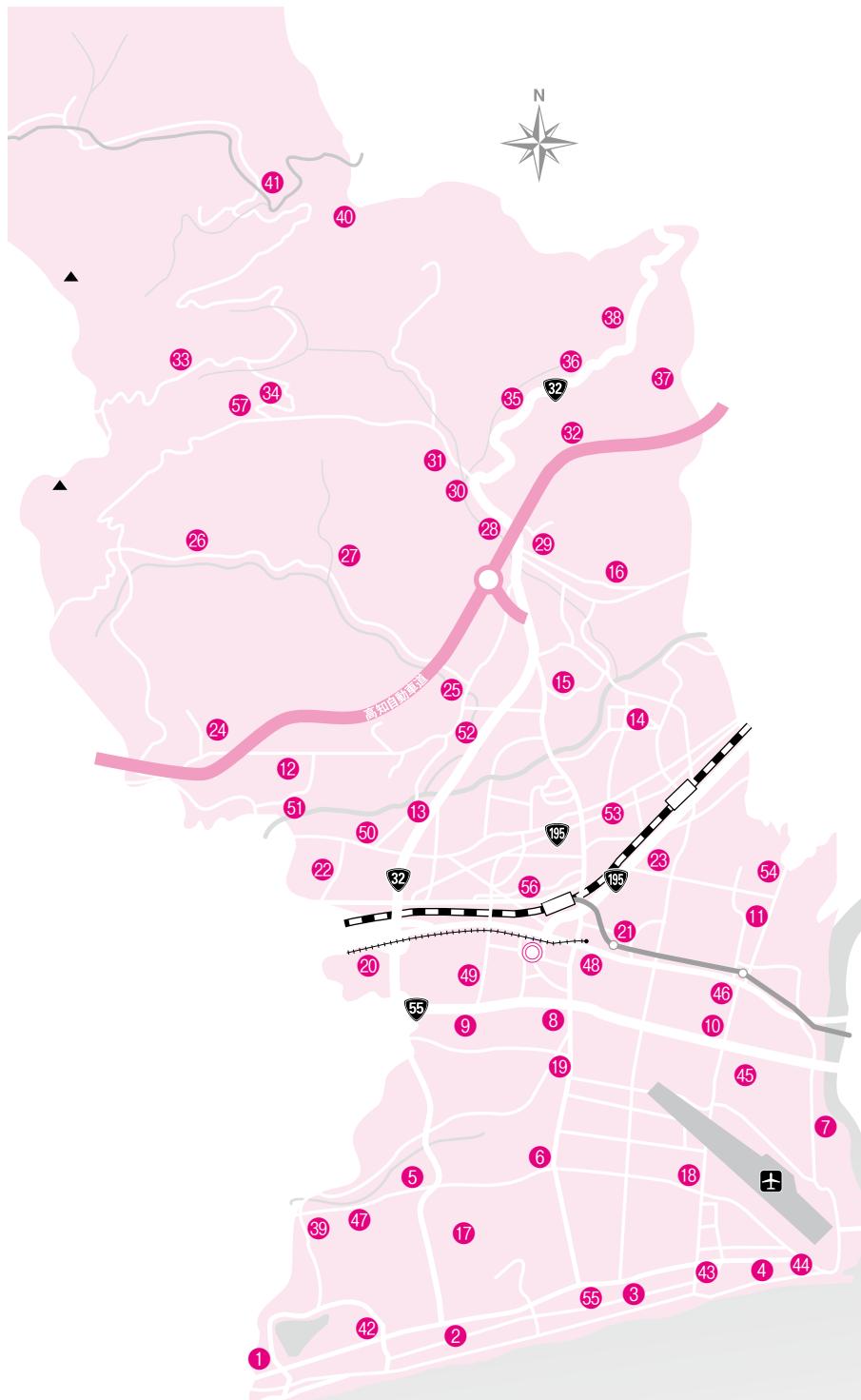
トランペットスピーカー ホーンアレイスピーカー

屋外子局のスピーカーには、トランペットスピーカーと約1km先まで音が届くホーンアレイスピーカーとの2種類があります。この2種類を効率良く配置することによって、市内全域に放送を伝達します。

市内の放送施設の場所は？

◆市内の放送設備は57か所です。

南国市デジタル防災行政無線局位置図



太平洋

※お問い合わせは、危機管理課（☎ 880-6575）まで

設置場所一覧	
○	南国市役所
①	流通団地公園
②	十市東坪池
③	浜改田中ノ丁避難タワー
④	下島浜集会所
⑤	稻生小学校
⑥	三和防災コミュニティセンター
⑦	高知大学農学部
⑧	吾岡山
⑨	船岡山神社境内地
⑩	日章小学校
⑪	岩村保育園跡地
⑫	蒲原配水池
⑬	岡豊ふれあい館
⑭	南三畠公民館
⑮	国府小学校
⑯	久礼田小学校
⑰	十市東組
⑱	下田村避難タワー
⑲	大塙消防屯所
⑳	明見公民館
㉑	下野田公民館
㉒	岡豊高等学校前
㉓	上野田消防屯所
㉔	滝本公民館
㉕	笠ノ川公民館
㉖	白木谷消防屯所
㉗	八京公民館
㉘	たちばな幼稚園
㉙	植野公民館
㉚	瓶岩消防屯所
㉛	瓶岩体育館
㉜	才谷公民館
㉝	中谷公民館下
㉞	奈路小学校
㉟	外山下
㉟	外山上
㉟	天行寺会館
㉟	成合天行寺公民館
㉟	芦ヶ谷公民館横
㉟	桑ノ川再送信
㉟	黒滝自然館せいらん
㉟	十市消防屯所
㉟	前浜消防屯所
㉟	久枝消防屯所
㉟	日章消防屯所
㉟	立田消防屯所
㉟	稻生消防屯所
㉟	後免消防屯所
㉟	消防本部
㉟	中島消防屯所
㉟	蒲原消防サイレン吹鳴
㉟	八幡消防屯所(八幡神社参道)
㉟	長岡東部消防屯所
㉟	岩村消防屯所
㉟	浜改田消防屯所
㉟	長岡西部消防屯所
㉟	奈路消防屯所

軽自動車税

平成26年度から

コンビニで納付できるようになります



軽自動車税は、軽自動車や原動機付自転車、農耕作業用自動車などに課税される税金です。

平成26年度から、これまでの金融機関窓口に加えて、全国のコンビニエンスストア（コンビニ）でも、軽自動車税が納付できるようになります。

コンビニ収納は、休日や夜間などいつでも納付でき、手数料もかかりません。ぜひご利用ください。利用可能なコンビニは次のとおりです。

◆利用できるコンビニ店舗

ローソン、ファミリーマート、サークルK、サンクス、スリーエフ、セブン-イレブン、デイリーヤマザキ、ヤマザキデイリーストアー、セイコーマート、北海道スパー、ハセガワストア、ポプラ、コミュニティ・ストア、エブリワン、セーブオン、ダイエー、ココストア、くらしハウス、生活彩家、

スリーエイト、ミニストップ、ヤマザキスペシャルパートナーショップ

◆ご注意ください!!

コンビニで使用できない納付書

- 平成26年度軽自動車税納税通知書以外の納付書
 - 再発行の納付書
 - 納期限を過ぎたもの
 - バーコードが印刷されていないもの
 - 金額を手書きなどで訂正したもの
 - 破損、汚損などによりバーコードが読み取れないもの
 - 納付書1枚の納付額が30万円を超えるもの
- *固定資産税、市県民税、国民健康保険税については平成27年度からコンビニ収納導入予定です。

廃車や名義変更などの届け出はお早めに



軽自動車税は、毎年4月1日現在の所有者（登録名義人）に納めていただく税金です。

廃棄や譲渡をしていても、廃車や名義変更の届け出をしていない場合は課税されますのでご注意ください。

そのほか、盗難にあった、市外に転出した、所有者が亡くなつたなどの場合にも届け出が必要です。

*4月2日以降に廃車や名義変更をしても、その年度は課税されます。払い戻しなどはありません。

車種	届け出先
原動機付自転車 (50cc～125cc、ミニカー) 小型特殊自動車、農耕作業用自動車	南国市税務課税務管理係 ☎880-6554
軽二輪車 (126cc～250cc)	高知県軽自動車協会 ☎842-4311
二輪の小型自動車 (251cc～)	高知運輸支局登録部門 登録関係ヘルプデスク ☎050-5540-2077
軽自動車	軽自動車検査協会 ☎842-5734

届け出をしないでいると！

- ・廃棄したり人に譲ったりしたのに税金のお知らせが届く。
 - ・車や税金に関する大事なお知らせが届かない。
 - ・盗難や事故の際に使用者や所有者の確認が遅れる。
- などの支障が生じるおそれがあります。

●農耕作業用自動車も届け出を

乗用装置を有するトラクターやコンバインなどは課税されますので、取得した場合には登録の届け出が必要です。

●身体障害者手帳などを お持ちの方へ

心身に障がいのある方などで、一定の要件に該当する方は減免を受けることができます。4月23日(水)までに申請してください。前年度に減免の決定を受けた方には、3月中に減免の要件を確認する書類（使用状況届）を郵送します。減免の継続を希望する方は、忘れずに返信してください。

※このページのお問い合わせは、税務課税務管理係（☎880-6554）まで

土地価格等縦覧帳簿および 家屋価格等縦覧帳簿を見ることがあります

縦 覧 期 間	4月1日(火)～6月2日(月)8：30～17：15 *土・日曜日、祝日を除く
縦 覧 場 所	税務課資産税係
縦 覧 資 格 者	平成26年1月1日現在の固定資産の所有者で、固定資産税の納税者または納税者から縦覧の委任を受けた方
縦覧対象物件	納税者本人所有資産以外の土地または家屋の評価額 *土地(家屋)のみを所有している方は、家屋(土地)の縦覧はできません。
必 要 な 物	認め印と運転免許証など身分を証明する物または納税通知書(受け取り後) *代理人は委任状が必要です。 (法人の場合は代表者からの委任を受けてください。)
手 数 料	無料

◎「誰々さんの(どこそこの)土地と家屋の分を縦覧したい」との要望には、地方税法の守秘義務の規定に抵触しますので、お答えできません。あらかじめ縦覧箇所の所在地番などを確認の上、縦覧してください。



※お問い合わせは、税務課資産税係(☎880-6554)まで

消すまでは 心の警報 ONのまま

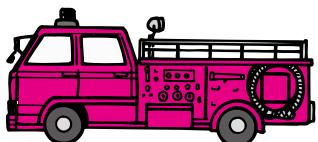
平成26年春季全国火災予防運動 3月1日(土)～7日(金)

春は季節風の強い日が多く、市内中小河川のしゅんせつ工事や山田堰関係の「川干」の時期と重なるため、ちょっとした不注意から思わぬ大火となる恐れがあります。

放火などによる火災を防ぐために、家の周りに燃えやすい物を置かないよう注意しましょう。

また、春季には山菜採りなど入山者も多くなります。たばこの投げ捨て、たき火・火入れの不始末などで貴重な森林を一瞬のうちに焼失させることがないよう、一人一人の心がけで山火事を防ぎましょう。

期間中南国市消防団が、消防車両による火災予防・防火パレードを市内各地で行います。火の取り扱いは慎重に行い、火災の発生を防止しましょう。



住宅防火 いのちを守る7つのポイント (3つの習慣・4つの対策)

3つの習慣

- 寝たばこは絶対しない。
- ストーブのそばに燃えやすいものを置かない。
- ガスコンロなどのそばを離れるときは必ず火を消す。



4つの対策

- 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- 寝具、衣類、カーテンによる延焼を防ぐために、防炎品を使用する。
- 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器などを設置する。
- 高齢者や身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

※お問い合わせは、消防本部予防課(☎863-3511)まで

職員の給料・手当についていくらだろう？ 職員数はどれくらいなの？

市職員の給与・定員管理などを公表します

市民の皆さんに平成24年度の市職員の給与や平成25年4月1日現在の定員管理などの現状を知っていただくため、次のとおりお知らせします。

職員の給与は、民間の労働者の給与を基に出される『人事院勧告』を参考に、国家公務員やほかの地方公共団体との均衡を図りながら決定されています。

(1) 人件費の状況（普通会計決算）

区分	住民基本台帳人口 (24年度末)	歳出額 A	実質収支	人件費 B	人件費率 (B/A)	23年度の 人件費率
24年度	H25.3.31 48,529人	千円 19,808,999	千円 15,960	千円 3,541,876	% 17.9	% 18.3

(2) 職員給与費の状況（普通会計決算）

区分	職員数 A	給与費				一人当たりの給与費 (B/A)
		給料	職員手当	期末・勤勉手当	計 B	
24年度	399人	千円 1,515,782	千円 293,727	千円 516,704	千円 2,326,213	千円 5,830

(注) 職員数は23年4月1日現在の人数です。また、職員手当には退職手当は含みません。

(3) 職員の初任給の状況 (25年4月1日現在)

区分		南国市	国
一般行政職	決定初任給	初任給	
	大学卒	161,900円	I種 181,200円 II種 172,200円
	高校卒	140,400円	140,100円

(4) 職員の経験年数別・学歴別 平均給料月額の状況(25年4月1日現在)

区分	経験年数10年	経験年数15年	経験年数20年	
	大学卒	245,200円	295,700円	336,800円
行政職	高校卒	207,300円	252,700円	304,100円
	技能労務職	207,300円	252,700円	304,100円

(5) 一般行政職の級別職員数の状況(25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・技師の職務	主査・技査の職務	係長・主幹・技幹の職務	課長補佐等の職務	課長・参事等の職務		
職員数	28人	23人	26人	84人	17人	21人	199人
構成比	14.0%	11.6%	13.1%	42.2%	8.5%	10.6%	100%

(注) 1 南国市の給与条例に基づく給料表の区分による職員数です。

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す。

(6) 職員手当の状況(25年4月1日現在)

区分	南国市		国	
期末手当	期末手当	勤勉手当	期末手当	勤勉手当
勤勉手当 (25年度支給割合)	2.55月分 (1.375)月分	1.30月分 (0.65)月分	2.60月分 (1.45)月分	1.35月分 (0.65)月分

▶ 1人当たり平均支給額…1,276千円
▶ 職制上の段階、職務の級等による加算措置
・役職加算…5～20%
・管理職加算…10～25%
* () 内は再任用職員に係る支給割合です。
* () 内は再任用職員に係る支給割合です。

区分	南国市			国		
退職手当	(支給率)	自己都合	勧奨・定年	(支給率)	自己都合	勧奨・定年
	勤続20年	23.03月分	28.7875月分	勤続20年	23.03月分	28.7875月分
	勤続25年	32.83月分	38.955月分	勤続25年	32.83月分	38.955月分
	勤続35年	46.55月分	55.86月分	勤続35年	46.55月分	55.86月分
	最高限度額	55.86月分	55.86月分	最高限度額	55.86月分	55.86月分
	▶ 1人当たり平均支給額 自己都合…1,123千円、勧奨・定年…24,253千円 (24年度に退職した職員に支給された平均額)			▶ その他の加算措置 定年前早期退職特例措置 2~20% 加算		
	▶ その他の加算措置 定年前早期退職特例措置 2~20% 加算					

特殊勤務手当(24年度)	支給実績(24年度決算)	6,952,370円
	支給対象職員1人当たり平均支給年額	102,241円
	職員全体に占める手当支給職員の割合	15.6%
	手当の種類(手当数)	7

時間外勤務手当	24年度決算	支給実績	176,391千円
	職員1人当たり支給年額	405千円	
	23年度支給実績	186,384千円	
	決算職員1人当たり支給年額	428千円	

その他の手当(25年4月1日現在)

区分	内容および支給単価	国の制度との異同	支給実績(24年度決算)	支給職員1人当たり平均支給年額(24年度決算)
扶養手当	▶配偶者 13,000円 ▶配偶者以外の扶養親族1人当たり 6,500円	同じ	41,384千円	192,480円
住居手当	借家・借間居住者 ▶基礎控除額 12,000円 ▶最高支給限度額 27,000円	同じ	23,359千円	281,426円
通勤手当	①交通用具利用者(2km以上) 2,000~24,500円 ②交通機関などの利用者 ▶通勤等の額に相当する額 最高55,000円	同じ	18,844千円	53,837円
管理職手当	管理監督する職員(課長等)に支給 50,900円~59,400円	同じ	17,154千円	612,639円

(7) 特別職の報酬などの状況(25年4月1日現在)

区分	給料・報酬	期末手当	退職手当(算定方式)
市長	772,000円	* 2.85月分	$772,000 \times \text{在職年数} \times 460 / 100$
副市長	648,000円		$648,000 \times \text{在職年数} \times 340 / 100$
議長	460,000円	*	
副議長	420,000円	2.85月分	
議員	390,000円		

*25年度支給割合



(8) 定員管理の状況(各年4月1日現在)

部門	区分	19年	20年	21年	22年	23年	24年	25年
全部門	職員数	454	438	432	430	425	419	419
	対前年増減数		△16	△6	△2	△5	△6	±0

*市職員の給与や勤務条件などについて記載した「南国市人事行政の運営等の状況」は、南国市のホームページ(<http://www.city.nankoku.lg.jp/sisei/>)で閲覧できます。

※お問い合わせは、総務課職員係(☎880-6551)まで

福祉や生活に関する悩み事は、 地域の民生児童委員へ相談を！

平成25年12月1日、3年に一度の民生児童委員の一斉改選が行われました。

今回の改選により、南国市では129名の民生児童

委員（内9名は主任児童委員）が新たな任期（平成28年11月31日まで）を開始しました。

民生児童委員とは

- ◆厚生労働大臣から委嘱された地方公務員（非常勤の特別職）
- ◆無報酬のボランティア（活動に要する交通費などの支給は有り）
- ◆任期は3年（再任可）

民生児童委員の仕事とは

民生児童委員は、地域住民の立場に立って、様々な相談に応じ、社会福祉増進のために次のような活動を行っています。

- ◆子育て世帯の抱える悩み
- ◆生活に困窮している世帯の悩み
- ◆介護に関する悩み
- ◆そのほか、生活や福祉に関する悩み

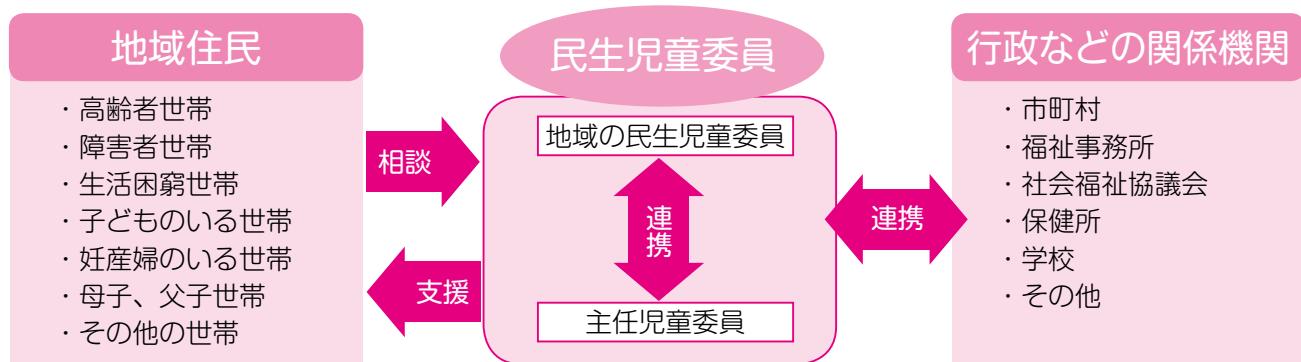


これらの相談を聞き、福祉サービスの情報提供や見守り、行政や関係する機関へのつなぎなど、必要な支援を行います。

そのほか、災害時要援護者（要配慮者）の見守りや台帳整備など、幅広い活動を行っています。

また、南国市では、各中学校区に主任児童委員が

2～3人おり、児童福祉に関する機関と連携を図りながら、地域の民生児童委員の活動をサポートしています。



民生児童委員への相談ごとがあるときは

子育て、介護、福祉サービスなどの心配ごとや困りごとがあるときは、お住まいの地域の民生児童委員に、気軽にご相談ください。民生児童委員には守秘義務があり、相談者の情報は守られます。



いろんな悩みを
相談できるんだ！

*お問い合わせは、福祉事務所地域福祉支援係（☎880-6566）まで

国際交流を 推進します

南国市国際交流協会（NIA）では、平成25年度の宝くじの助成事業を利用し、平成24年度に行つた多文化共生事業の実施報告書を作成しました。

この報告書は、「南国市生活ガイド」（＊）の作成や「災害対策研修会」の実施などについてまとめられたもので、今後起こりうる南海トラフ巨大地震に向けて、外国人住民を含む地域住民の危機意識の喚起を目的としています。

NIAでは今後も様々な事業を実施し、南国市の国際交流を推進します。

*「南国市生活ガイド」は市民課で配布しています。



※国際交流協会についてのお問い合わせは
南国市国際交流協会 今井
(☎ 090-7620-3524)まで

NIA 2014年度総会

国際交流に興味のある方ならどなたでも参加できます。気軽に越しください。

■とき／4月6日(日)

►総会／17：00～18：00

►外国人による発表／18：00～19：00

►交流懇親会／19：00～21：00

*総会と外国人による発表は、無料で申し込みも不要ですが、交流懇親会は会費制となっています。参加希望の方は、事前にお申し込みください。

■ところ／グレース浜すし

NIA 春の遠足

NIAの会員と一緒に、中土佐町久礼の酒蔵見学と大正市場の散策をしてみませんか？

■とき／4月25日(金)

10：00（市役所前出発）～14：30（市役所前到着）

■定員／20名

*20名に満たない場合は、中止になる場合があります。

■参加費／2,500円（昼食代は除く）

■申込締切／4月15日(火)

※総会、春の遠足についての

申込先・お問い合わせは

南国市国際交流協会 友永

(☎ 090-4332-7652)

✉ salut_navigatoria@yahoo.co.jp)まで

知って得する国民年金

国民年金保険料の納付期限は、
翌月の末日です。
忘れず納めましょう。

後納制度で将来の年金額を増やせます

後納制度は、過去10年間に納め忘れた保険料を納付することにより、将来の年金額を増やすことができるものです。

また、年金を受給できなかった方は後納制度を利用することで年金が受けられる場合があります。過去10年以内に納め忘れの保険料がある方は、ぜひ後納制度をご利用ください。

○利用期限

後納制度の利用期限は平成27年9月30日までとなっています。お早めにお申し込みください。

○納付書の「使用期限」にご注意ください

すでに後納制度を申し込まれた方で、平成16年4月以降分の後納保険料の納付がお済みでない方は、納付書に記載された使用期限（平成26年3月31日）までに納付をお願いします。使用期限までに納付できなかった方が、平成26年4月以降に納付を希望される場合は、新たな加算額による納付書を発行します。「国民年金保険料専用ダイヤル」またはお近くの年金事務所にご連絡く

ださい。

*平成16年3月以前の後納保険料は、過去10年を超えるため平成26年4月以降は納付できません。

○申込先・納付書再発行のお問い合わせは
国民年金保険料専用ダイヤル

■電話番号

0570-011-050（市外局番不要）

「050」から始まる電話でおかけになる場合は、03-6731-2015

*基礎年金番号がわかるものをご用意ください。

■受付時間／第2土曜日と年末年始をのぞく平日
月曜日は8：30～19：00、火～金曜日は8：

30～17：15、第2土曜日は9：30～16：00

*月曜日が祝日の場合は、翌開所日に19：00まで

※お問い合わせは

南国年金事務所 (☎ 864-1111)まで

防火・防災を誓う

1／5 平成26年消防出初め式

南国市消防出初め式が、吾岡山文化の森で行われ、消防署員をはじめ消防団員、女性防火クラブ員ら約420人が参加しました。式では、服装や機械器具などの点検、女性防火クラブによる水消火器を使った消火訓練、北部分団国府班による模範操法などがきびきびと行われました。

また、消防団活動に対する感謝の意を込めて、橋詰市長から永年勤続功労章（在団30年）2人、精勤章（在団15年）13人、優良章（在団5年）15人に表彰状が贈られました。



スポーツと観光を同時に

1／19 第4回南国フォトロゲイニング

南国市北部を舞台に、土佐のまほろば街道推進協議会の主催でフォトロゲイニングが開催されました。

フォトロゲイニングとは、制限時間内にチェックポイントを探して撮影し得点を競う競技で、県内で行われているのは南国市だけです。

4回目となる今年は、遠くは福岡県からのチームを含む55チーム、174人が参加。岡豊小学校をスタート地点に史跡や観光施設などのチェックポイントを回りました。

競技終了後、岡豊地区の皆さんがあつた芋煮が参加者に振る舞われ、上位入賞者には地元の特産品が贈られるなど、スポーツと観光とを同時に楽しんだ1日となりました。



▲1／13 南国スポーツフェスティバル（スポーツセンター）



▲1／8 「高知家の食卓」県民総選挙2014のPR隊が市役所を訪問（市役所）



▲1／5 南国市消防団（北部分団久礼田班）消防ポンプ自動車配備式（吾岡山文化の森）



▲1／18 第15回おながどりカップ障害者卓球大会（スポーツセンター）



▲1／16 株美空、(福)きてみいや、(有)青い鳥と福祉避難所の設置運営に関する協定を締結（市役所）



▲1／15 男女共同参画推進講座開講式（市役所）

★ カメラリポート★

たすきをつなぐ

2/2 第52回南国市駅伝競走大会

2月2日、恒例の南国市駅伝競走大会が行われ、45チームが健脚を競いました。

香長中学校をスタートし、6区間23kmのコースを各チーム6人のランナーがたすきをつなぎました。

中学校男子の部で香長中陸上部Aが、女子の部で香長中女子陸上部Aが、それぞれ大会新記録で優勝したほか、3つの区間新記録が出る好レースが繰り広げられました。

部 門	順位	チーム名	タイム (☆大会新)
中学校男子	1位	香長中陸上部A	1時間17分35秒☆
	2位	北陵中陸上部	1時間21分21秒
	3位	香長中陸上部B	1時間25分17秒
高校・大学	1位	高知高専A	1時間18分59秒
	2位	岡豊高陸上部	1時間21分08秒
	3位	高知農業高野球部A	1時間23分58秒
一 般	1位	稻生体育会 A	1時間19分28秒
	2位	大篠体育会	1時間20分47秒
	3位	T O R A	1時間24分41秒
女 子	1位	香長中女子陸上部A	1時間26分32秒☆
	2位	香長中女子陸上部B	1時間42分25秒
	3位	岡豊高陸上部	1時間43分34秒

*一般の部で、稻生体育会Aが6区で区間新

*女子の部で、香長中女子陸上部Aが2区と4区で区間新



▲1/30 ごめんシャモ研究会による食育推進出前授業
(稻生小学校)



▲1/27 傾聴ボランティア養成講座
(保健福祉センター)



▲1/26 ごめん町節分大決戦!
(後免町商店街)



▲2/4 第13回思いやりの心を絵に描く会 (人権教室)
(三和小学校)



▲2/3 第18回地域安全祈願・
節分まつり
(土曜市)



▲1/31 第1回南国市子ども・
子育て会議
(市役所)

父の仕事の関係で生まれは東京ですが、南国市には昔からの家や田んぼがあるのです。そこで、子どもたちがよく帰ってきていました。物部川で遊んで育ちましたよ。ふるさとは?と聞かれたら南国市と答えますね。

趣味は全国のお城めぐりです。**47都道府県**全て、お城目当てに行つたことがあります。100以上のお城を見て回りましたが、高知城はここにしかないという見どころが満載で素晴らしいです。岡豊城跡も歴史民俗資料館などがあつてお薦めですよ。皆さんも、ぜひ、行ってみてください。

収益安定のため加工品の開発を考え、高知大学農学部で農産物加工の勉強をしました。睡眠時間を削つて勉強しましたよ。定期的に開かれる交流会には今でも参加し意見交換しています。人脈ができたことも財産になりました。加工品第1弾はオクラのパウダー。加工品第2弾、第3弾も計画中と井上さん。南国市を代表する特産品ができるよう応援しています。

分尼寺だとする説もありますが、確証はありません。出土した土器などから平安時代前半頃の寺であると考えられていま



いけがわ 滋彌さん (田村乙)

安心でおいしい野菜を



いのうえ みき お
井上 幹夫さん (稻生)

にこにこライフ

164

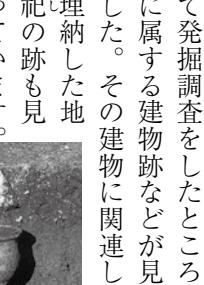


なんこく歴史散歩 第16回

土佐の中心地として栄えた南国市内には、国衙^(こくが)や国分寺以外にも多くの古代の遺跡が見つかっています。今回は、その中で代表的な遺跡をご紹介します。

野中廐寺跡
JR後免駅から400mほど西の線路沿いにある遺跡です。現在は畠

白猪田遺跡
久礼田小学校の南東500mにある
遺跡です。平成8年には場整備に
伴つて発掘調査をしたところ、8
世紀に属する建物跡などが見つか
りました。その建物に関連して、
甕を埋納した地
鎮祭祀の跡も見
つかっています。





自猪田遺跡地鎮祭祀跡

南国市内の古代の遺跡



陶器も出土しており、領石川を挟んで約1kmの位置に土佐国衙跡があることから、国衙と結びついた「国府集落」ではないかと言われています。

※お問い合わせは
生涯学習課文化財係
(☎ 880・6569) まで

主な行事 & お知らせ

MARCH 2014



ホームページからダウンロードできます。

■申込締切／3月20日(木)
■選考方法／記入内容を審査して決定。

*結果は、本人に通知します。

※申込先・お問い合わせは
企画課企画調整係
(☎ 880-6553)まで

市立図書館嘱託職員

南国市行政改革 推進委員会

市では、簡素で効率的な市政の実現のため、「南国市行政改革推進委員会」の委員を募集します。行政改革について、あなたのご意見・ご提言をお聞かせください。

満20歳以上（平成26年4月1日現在）の市内在住者

■募集人数／3名程度
■任期／2年（4月15日～平成28年4月14日）
■申込方法／応募用紙に必要事項を記入し、郵送または持参してください。

*応募用紙は、市役所1階総合案内、企画課、領石支所、岡豊支所、十市支所に用意しています。また、南国市

※お問い合わせは
市立図書館
(☎ 863-0469)まで

■職種／司書
■資格／司書資格、普通自動車運転免許を有し、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／4月～平成27年3月（再雇用有り）
■賃金／南国市嘱託職員賃金表に基づく額（月17日勤務、土・日曜日を含む）

■選考／後日面接
■申込方法／職種（司書）を記入し、履歴書と資格証の写しを郵送または持参してください。

■申込先／総務課職員係
■申込締切／3月10日(月)必着

ソフトボールナイター リーグ戦参加チーム

第36回南国市北部ソフトボーラナイターリーグ戦

■開催期間
練習日
3月16日(日)～4月7日(月)

▼リーグ戦
4月13日(日)～10月末
ところ／北陵中学校

■参加費／1チーム6千円
(登録料を含む)

■申込締切／3月15日(土)

とき／3月30日(日)
午前8時～午後5時

※申込先・お問い合わせは
南国市北部ソフトボール連盟
代表 中西和男
(☎ 862-0668
090-8976-6637)

■集合場所／市役所玄関前
ところ／とべ動物園、えひめこどもの城

■対象／南国市在住のひとり親家庭の小学校新入学児童とその親（または祖父母）

*兄弟姉妹の参加も可

ひとり親家庭の 新入学児童激励会

南国市母子寡婦福祉連合会の主催で、母子・父子家庭など、ひとり親家庭の新入学児童を対象とした激励会を開催します。

※申込先・お問い合わせは
福祉事務所子育て支援係
(☎ 880-6566)まで

■申込締切／3月20日(木)
(☎ 880-6566)

とき／3月30日(日)
午前10時～午後3時

ところ／熊野神社（吾岡山文化の森の南側）

■内容／貫之鍋の販売、外国人留学生和服試着、香長中吹奏楽部の演奏、市文化協会による琴・日舞など

*雨天時は大篠公民館

■内容／貫之鍋の販売、外国人留学生和服試着、香長中吹奏楽部の演奏、市文化協会による琴・日舞など

*雨天時は大篠公民館

■内容／貫之鍋の販売、外国人留学生和服試着、香長中吹奏楽部の演奏、市文化協会による琴・日舞など

*雨天時は大篠公民館

■内容／貫之鍋の販売、外国人留学生和服試着、香長中吹奏楽部の演奏、市文化協会による琴・日舞など

*雨天時は大篠公民館

■内容／貫之鍋の販売、外国人留学生和服試着、香長中吹奏楽部の演奏、市文化協会による琴・日舞など





岡豊山さくらまつり 土佐の食1グランプリ

淀家萬月さんに聞く・ まちに人を呼ぶ方法

「楽しい！笑顔あふれる
まちへ」

■とき／4月5日(土)
午前10時～午後5時

▼4月6日(日)
午前10時～午後4時

■ところ
県立歴史民俗資料館

*県道入口から関係車両以外
進入禁止。歩行者は通行可。

吉本興業の「住みます芸人」
として高知で活躍中の淀家萬
月さんが、まちのにぎわいづ
くりのヒントを楽しく教えて
くれます。

■とき／3月7日(金)
午後2時～3時半

■ところ／ごめん・よつてこ
広場（旧高知銀行後免支店
跡）

*高知駅前「こうち旅広場」
と2会場で開催

■受講料／50名

■駐車場／南国市商工会館東
隣駐車場

■定員／50名

※申込先・お問い合わせは
南国市観光協会
(☎ 0880・5150・3980)

■内容
土佐の食1グランプリ

*高知駅前「こうち旅広場」

■その他／ステージ企画など
桜のライトアップは行いま
せん。

■臨時駐車場／南国市役所、
高知大学医学部

■無料送迎バス／会場と臨時
駐車場・高知駅前間を運行

※お問い合わせは
商工観光課観光係
(☎ 0880・6560) まで

⑤企業研修コース：企業研修
として座学の一部を選択受
講／若干名／1年間（40時
間以内）

■受講場所／高知大学物部キ
ヤンバス、県工業技術セン
ターほか

■受講料／①5万円②4万円
(☎ 090-7784-5170) まで

■受講料／③3万円④1万5千円⑤7
千500円×受講人数

■申込期間／3月14日(金)～4
月18日(金)午後5時必着

■備考／詳細はホームページ
<http://www.ckkckochi-u.ac.jp/~ckkcc0001/tosafbc/>
でご確認ください。



「食品産業」の扱い手 育成講座

※書類請求・お問い合わせは

高知大学物部キヤンバス内
土佐FBCⅡ企画運営室
(〒783・8502)

■研修内容／募集人員／期間
土佐FBCⅡ企画運営室
創出事業の受講生募集
(☎ 864・5158) まで

就職支援講座 （電話応対）

データ入力などの事務作業
を集中的に行う事務センター

やコールセンターへの就職に
興味がある方を対象に、電話
応対の知識を身に付ける講座

です。

■とき／3月17日(日)
午後1時20分～4時30分

■ところ／南国オフィスパー
クセンター（駐車場有り）

■内容／電話応対や県内企業
2社の紹介など

■対象／県内在住の方
＊就業者も可

■定員／30名（申込受付順）
■受講料／無料

■申込方法／電話、FAXま
たはメールで住所・氏名・
年齢・性別・電話番号をお
知らせください。

■申込締切／3月13日(木)
まで

■申込先、お問い合わせは
商工観光課
(☎ 0880・6560、
FAX 0880・6205、
✉ n-shoukou@citynankoku.jp)

高齢者教室

高齢者が楽しく学び合うことで生きがいの向上と地域活動の促進を図ります。

教 室 名	受講場所
中央高齢者教室	社会福祉センター
北部高齢者教室	久礼田体育館
後免・野田高齢者教室	野田公民館
大湊フレンドリー（前浜・久枝）	前浜公民館
三和しあわせの会	三和小学校体育館または三和防災コミュニティーセンター
十市・稻生高齢者教室	十市高齢者多世代交流プラザ
稻生ふれあい教室	稻生ふれあい館
日章生涯学習教室	日章福祉交流センター

市民からのお便り

まだまだ寒い日が続きそうで、春が待ち遠しいです。

対象	実施期間
65歳以上の市内在住者	4月～翌年3月（全10回）

* 移動学習参加費や特別な教材費、傷害保険料（年間100まで）

内容／医療や健康、歴史、文学に関する講座など

X、はがきで教室名・住所・

氏名・生年月日・電話番号

をお知らせください。

各地区の役員まで

申込方法／電話またはFAX

申込先／生涯学習課または

生涯学習課

（〒783・8501

南国市大塙甲2301

880・6569

880・6201）まで

※申込先・お問い合わせは

漫画家の村岡マサヒロさん

による漫画教室を開催します。

とき／3月15日（土）

午後1時～3時

ところ／ごめん・よってこ

広場

対象／市内の小中学生

定員／40名（申込受付順）

申込締切／3月12日（水）

付け）

※申込先・お問い合わせは

南国市商工会 葛目

（☎090・7572・7612）

まで（平日の午前9時から午後5時まで受け付け）

まで（翌年3月まで受け付け）

まで（翌年3月まで受け付け）</

市役所本庁舎の耐震改修工事が始まります

平成27年3月までの予定で市役所本庁舎の耐震改修工事を行います。

これは、近い将来の発生が予想される南海トラフ巨大地震に備えての大変な工事です。

工事中も通常どおり業務は行いますが、市民の皆さまにご不便をおかけすることもあります。また、近隣住民の方には、工事車両の通行や作業音などでご迷惑をおかけする場合もあるかと思いますが、ご理解とご協力をよろしくお願ひします。

※お問い合わせは
総務課総務係
(☎ 880-6551)まで



※申込先・お問い合わせは
社会福祉協議会
(☎ 863-4444)
長寿支援課介護保険係
(☎ 880-6556)まで

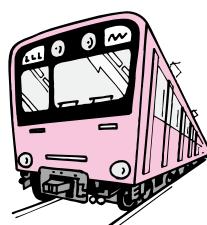
①	4月4日(金)	/午後9時23分
高知駅発	→奈半利駅行き	免駅発
奈半利駅発	→安芸駅行き	*安芸駅から奈半利駅の間が部分運休

■運休日・区間
▼部分運休
①4月4日(金)/午後9時23分
高知駅発→奈半利駅行き
奈半利駅発→安芸駅行き
*安芸駅から奈半利駅の間が部分運休

ごめん・なはり線 列車の運休について

②4月5日(土)/午前5時30分
安芸駅発→奈半利駅行き

※お問い合わせは
土佐くろしお鉄道安芸総合事務所
(☎ 0887-348805)
まで



3月の納税は

国保税(9期分)

口座振替をご利用の方は、引き落とし不能にならないよう納期限前に口座の残金をお確かめください。

交通事故発生状況

	人身事故件数	死者	負傷者
26年1月	15件	0人	18人

火災・救急(1月分)

《火災》		《救急》	
発生件数	1件	出動回数	215回
建物	0件	急病	121回
山林	0件	交通事故	21回
その他	1件	一般事故	22回
		その他	51回

掲示板

人権・行政相談

- とき/3月20日(木)
10:00~15:00
- ところ/社会福祉センター
※お問い合わせは、総務課総務係
(☎ 880-6551)まで

子犬の譲渡会

- とき/3月21日(金)
9:00~10:00
- ところ/中央小動物管理センター
※事前電話を同センター
(☎ 831-7939)まで

無料法律相談

- とき/毎月第1・3土曜日
10:00~12:00
- ところ/社会福祉センター
※事前予約を社会福祉協議会
(☎ 863-4444)まで

図書館だより

3月の休館日

蔵書点検1日(土)~6日(木)
毎週月曜日、21日(金)・28(金)

新刊紹介

月光の誘惑	赤川次郎
穴	小山田浩子
峠越え	伊東潤
舞台	西加奈子
紫の結び 3	荻原規子 訳
伯爵と妖精	谷瑞恵
ぼくの畠ってすてきでしょ	平沢由里子
とびだせにひきのこぐま	手島圭三郎
水曜日の本屋さん	オリヴィエ・タレック
	ほか



犬の登録と狂犬病予防注射



愛情と責任を持って犬を飼いましょう

飼い犬は、生涯で一度の登録と、毎年1回の狂犬病予防注射が必要です。

4月から5月にかけて市内各地を巡回し、登録（新たに飼い始めた犬、未登録の犬）と狂犬病予防注射を行います。ご希望の場所で登録・注射を受けてください。

26年度の日程表

地区	日	実施場所	実施時間
大篠 野田	4月9日(水)	明見公民館	9:25~9:40
		篠原中央公民館	9:55~10:15
		中央公民館	10:30~10:45
		能間公民館	11:00~11:20
		上野田公民館	13:40~13:50
		下野田公民館	14:00~14:15
		西野田公民館	14:25~14:35
日章 前浜	4月11日(金)	久枝公民館	9:30~9:45
		浜窪集会所	9:55~10:10
		前浜公民館	10:20~10:35
		物部公民館	10:50~11:05
		田村西部公民館	13:45~14:00
		日章福祉交流センター	14:15~14:35
		J A全農こうち重油タク前	9:30~9:45
十市 稻生	4月15日(火)	阿戸公民館	10:00~10:15
		緑ヶ丘2丁目集会所	10:30~10:50
		十市高齢者多世代交流プラザ	11:05~11:20
		小久保公民館	13:50~14:05
		稻生ふれあい館	14:20~14:40
奈路 瓶岩 久礼田	4月17日(木)	奈路防災コミュニティーセンター	9:45~10:00
		亀岩公民館	10:10~10:20
		外山公民館前	10:30~10:40
		成合・天行寺公民館	11:00~11:10
		才谷公民館前	13:40~13:50
		植野公民館	14:10~14:30
		領石公民館	14:40~14:50
三和 大篠	4月21日(月)	浜改田東場公民館	9:30~9:45
		浜改田中田公民館	9:55~10:10
		小田村バス停横	10:20~10:30
		間田公民館	10:40~10:50
		三和公民館	11:00~11:20
		片山公民館	13:40~13:55
		竹中公民館	14:05~14:25
岩村 長岡	4月23日(水)	住吉野公民館	14:35~14:50
		堀之内公民館	9:20~9:30
		岩村ふれあいセンター	9:40~9:55
		包末公民館	10:05~10:20
		西山公民館	10:35~10:50
		南三畠公民館	11:05~11:20
		SUNSUNながおか	13:40~14:00
		中央市民館	14:15~14:25

注射料金が変わります！

公益社団法人高知県獣医師会の料金改定に伴い、平成26年度からの狂犬病予防注射料が3,100円になります。ご了承ください。

■狂犬病予防注射料／3,100円

- *釣り銭のいらないようにお願いします。
- *暴れて注射をさせない犬は、犬を抑えられる人が連れて来てください。
- 次のような犬は、狂犬病予防注射を受けられないことがあります。
 - 老齢、体調不良（下痢、食欲不振など）、病気で治療中
 - 妊娠中、授乳中
 - 注射に対してアレルギー体質
 - ほかのワクチンを接種したばかり
- *飼い主が気にかかる症状があれば、獣医師に相談の上、注射の時期をずらすか、動物病院での実施を検討してください。

■新規登録料／3,000円

- *死亡や譲渡・転居・転出・転入の場合も届けてください。

地区	日	実施場所	実施時間
白木谷 八京	4月25日(金)	旧白木谷バス停前	9:20~9:30
		四方竹出荷場前 (旧市農協上倉支所駐車場)	9:40~9:50
		八京公民館	10:00~10:10
		笠ノ川公民館	10:20~10:35
		植田公民館	10:50~11:00
		久礼田体育館	11:10~11:25
		蒲原公民館	13:40~13:50
久礼田 岡豊	4月30日(水)	滝本公民館	14:00~14:10
		定林寺公民館	14:25~14:40
		岡豊町小笠熊野神社	9:15~9:30
		中島沖公民館	9:40~9:55
		岡豊ふれあい館	10:05~10:25
		左右山公民館	10:40~10:50
		比江スポーツグラウンド	11:05~11:25
岡豊 国府	5月11日(日)	西島公民館	13:40~13:55
		南国市役所北駐車場	14:10~14:30
		岡豊町小笠熊野神社	9:15~9:30
		中島沖公民館	9:40~9:55
		岡豊ふれあい館	10:05~10:25
		左右山公民館	10:40~10:50
		比江スポーツグラウンド	11:05~11:25
長岡 南部	5月18日(日)	西島公民館	13:40~13:55
		南国市役所北駐車場	14:10~14:30
		岡豊町小笠熊野神社	9:15~9:30
		中島沖公民館	9:40~9:55
		岡豊ふれあい館	10:05~10:25
		左右山公民館	10:40~10:50
		比江スポーツグラウンド	11:05~11:25
北部	5月18日(日)	南国市役所北駐車場	14:10~14:30
		岡豊町小笠熊野神社	9:15~9:30
		中島沖公民館	9:40~9:55
		岡豊ふれあい館	10:05~10:25

※お問い合わせは、環境課環境係（☎880-6557）まで

環境課からのお知らせ



各ごみの収集日については「南国市の家庭ごみの分け方・出し方」をご覧ください。

最新版は「平成24年作成」です。市役所総合案内、各支所で配布しています。

第〇・〇曜日が家のカレンダーでわかりにくい場合は、右の表を参考にしてください。

3月の例

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

南国市では平成13年2月に市の事務事業について温暖化対策実行計画を策定し、全職員で温暖化対策に努めています。
第2次計画期間終了に伴い、結果を踏まえ改訂を行いました。

南国市地球温暖化対策実行計画(事務事業編)を改訂しました。



季節の変わり目は省エネのチャンスです。暖房の使用を控えましょう。晚秋時の電気や灯油などの使用量と初春の使用量を比較して、「見える化」で省エネのポイントを探つてみましょう。

温を覚えていませんか？ まだまだ寒い日が続きますが、もうすぐ春。春が近づき暖かくなり、使い始めた頃の気温を越えても、毎日の癖で暖房を使用してしまいかがち。天気予報で今日の気温を確認し、暖かい日は暖房の使用を控えましょう。

省エネのコツ

ゴーヤの種を配布します

○平成26年度からの7年間を第3次計画期間とし、市の事務事業で排出される温室効果ガスについて、基準年度（25年度）比7%削減を目指とします。

○グリーン購入を推進し、調達率100%を目指します。
* 計画本文は市ホームページをご覧ください。

墓地の新設・購入について

墓地の新設には、市長の許可が必要です。自己の所有地に、自己または親族のためのお墓を造るときも同様です。許可を得ずに建てたお墓は、個人であっても法律違反になります。

また、法人や個人が許可なく造成した墓地を分譲することは法律で禁止されていますし、遺骨を納めることもできません。

そのような無許可の墓地を購入しないようにしてください。

許可を受けている墓地・霊園には許可番号が明示されています。墓地を購入する場合は、必ず許可番号を確認しましょう。

墓地に関してはいろいろな制限があります。墓地を造るときには必ず事前にご相談ください。

環境課環境係
(☎ 880-6557) まで
※お問い合わせは



■配布物／ゴーヤの種1袋（約10個入り）と育て方のチラシ
* 1世帯、1事業所につき1袋
■申込期間／3月3日(月)から3月28日(金)まで
* 無くなり次第終了

地球温暖化防止対策の一環として、グリーンカーテンを広く設置していただくために、ゴーヤの種を無料で配布します。夏場のご自宅、仕事場をグリーンカーテンで涼しく快適に過ごせるようにしてみませんか。

■対象者／市内の住宅や事務所にグリーンカーテンを設置される方で、グリーンカーテンについて市が行うアンケートや取材に協力いただける方。

* 広報紙などの記事として掲載される場合があります。
* 年齢層による差異があるため、年齢層別に配布する場合があります。

第24回

南国市健康づくり講演会

高齢化の進行とともに、全国的に認知症が増加しており、高齢者の4人に1人が認知症及びその予備軍と言われるようになっています。

今回は、高知県立大学研究員で理学療法士の元吉明さんを講師に迎え、認知症予防について楽しくお話ししていただきます。元吉さんは、元気体操「南国高知に来てみいや」を考案され、その普及にも取り組んでいます。

ミニコンサートやお楽しみ抽選会も予定していますので、ぜひご参加ください。

■とき／3月17日(月) 14:00～16:00

■ところ／保健福祉センター

■演題／認知症と運動について

■講師／元吉明

(高知県立大学研究員・理学療法士)

■参加料／無料

■備考／申し込みは不要です。



南国市精神障がい者 “家族の集い”

ご家族の誰かが精神障がいのために、悩んだり不安を抱えたり、とまどいを感じていませんか。

同じ不安を持つ家族同士が共に学び、支え合い、手を取り合えるような会を目指して交流を深めています。

初めての方も大歓迎です。気軽にご参加ください。

ほっと、肩の荷をおろしてみませんか。

■とき／3月19日(水) 13:30～15:30

■ところ／保健福祉センター

■内容／座談会

■申込方法／前日までにお申し込みください。

**子育て支援センター
ひよこルーム**

対象は南国市内の未就園児とその保護者です。

ママ友達をつくって気分をリフレッシュしましょう。親子で遊びにきてくださいね。電話での育児相談も受け付けています。



■とき／毎週月・金曜日
午前9時30分～12時
ところ／保健福祉センター
* 3月3日(月)、21日(金)、31日(月)はお休みです。
28日(金)はお休みです。

■とき／毎週水曜日
午前10時～11時30分
ところ／保健福祉センター
対象／妊娠期から生後5か月までのお子さんとその保護者
* 対象のお子さんの兄弟を連れての参加の場合、子どもさんの世話をできる家族の同伴者が必要です。
■備考／3月12日(水)は、保健師・助産師による体重・身長測定、保健指導が受けられます。
* 3月26日(水)はお休みです。

■とき／毎週水曜日
午前10時～11時30分
ところ／保健福祉センター
対象／妊娠期から生後5か月までのお子さんとその保護者
* SUN SUNながおかの出張ひよこルームは、今回をもつて終了します。

■とき／毎週水曜日
午前10時～11時30分
ところ／保健福祉センター
対象／妊娠期から生後5か月までのお子さんとその保護者
* SUN SUNながおかの出張ひよこルームは、今回をもつて終了します。

出張ひよこルーム

■とき・ところ
▼3月4日(火)・十市高齢者多世代交流プラザ

▼3月20日(木)・SUN SUNながおか

離乳食講習会

(初期・中期)



～ゆうゆう赤ちゃん～

離乳食を作りながら、子育てについて情報交換しませんか？

当日は、母子保健推進員・託児ボランティアによる託児もあります。

■とき／4月22日(火) 13:30～15:30

■ところ／保健福祉センター

■持参物／母子手帳、エプロン、三角巾、ハンドタオル、筆記用具

■参加料／無料

■託児定員／15名

★ 健康相談・育児相談・健診など

内 容	対 象	日	曜	受付時間	と こ ろ
4か月児健診	全地区	3/27	木	12:45~14:00	保健福祉センター
10か月児健診		3/20	木		
1歳6か月児健診		3/6	木		
3歳4か月児健診		3/13	木		
愛の献血	全地区 (16~69歳)	3/26	水	9:30~12:00 13:30~16:00	協同組合テクノ高知 JA高知病院

胃がん検診

■とき・ところ

4月16日(水)…岡豊ふれあい館
4月18日(金)…稻生ふれあい館

■受付時間／8:30、9:30

■対象／40歳以上の市民

■定員／先着50名（各日）

■検診料／900円

■申込受付開始

4月16日分…3月12日(水) 8:30~
4月18日分…3月14日(金) 8:30~

○次のような症状のある方は専門の医療機関での受診をお勧めします。

- ・胃腸の運動機能が低下している方（強い便秘症の方など）
- ・胃腸の病気がある方（胃腸手術歴のある方など）
- ・よくむせる、飲み込みが悪いなどの症状がある方（過去にバリウムが気管に入った方）

この方
無料

次の方は、各種がん検診料（ただし、前立腺がん検診を除く）が無料になります。

- ①平成26年度内に40歳・50歳となる方
- ②平成26年度内に70歳以上となる方
- ③生活保護世帯の方
- ④身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方（検診料のお支払い時に手帳の提示が必要です）

乳がん検診・子宮がん検診 無料クーポン券 受診対象の方へ

無料クーポン券の有効期限は
3月20日です！

まだ受診されていない方は、クーポン券に同封した指定医療機関一覧表を確認のうえ、お早めに受診を！

☆ 休日在宅医（変更する場合があります）

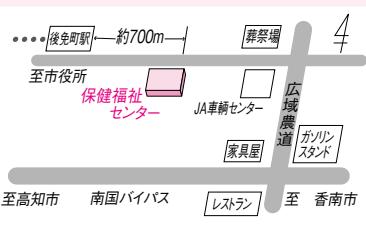
日	曜	当 番 医	電話
3/2	日	岡 豊 病 院(岡豊町)	866-2345
9	日	小 栗 医 院(十市)	865-8405
16	日	南 国 病 院(大塙甲)	864-3137
21	金	いちはら内科小児科(大塙甲)	863-3915
23	日	藤 原 病 院(大塙乙)	863-1212
30	日	南 国 中 央 病 院(後免町)	864-0001
4/6	日	山本循環器内科・眼科(駅前町)	864-2575

*当番医療機関では、専門外の疾病は十分診察できない場合があります。

※この2ページの健診などの申込先・お問い合わせは

保健福祉センター

（〒783-0004 南国市大塙甲320
☎ 863-7373）まで



ハイちっくん



220

ALT編 (外国語指導助手)

Leroy Pasco

リロイ パスコ さん
(イギリス)
香南中学校

私は南アフリカ共和国の南部ナイスナ（KNY SNA）で生まれました。高知県に似た、多くの緑の山々が連なる海沿いの町です。南アフリカはたくさんの文化と言語がある国です。文化の違いはさまざまですが、ほとんどの人が2、3カ国語を話すことができ、お互いに理解し合おうと心掛け生活しています。

日本に来たのは、6年間イギリスで教育学の勉強をして、世界のトップテンに入る日本の教育制度と日本について、もっと学びたいと思ったからです。自然と触れ合える田舎暮らしを楽しみたいと高知県を希望し、2011年の8月に四万十町に赴任しました。ちょうど夏

祭りのシーズンで、お祭りへの参加が日本での生活のデビューでした。冬には土佐弁ミュージカルに出演しました。高知に来ているたくさんのALTと知り合いになり、上演のために県内8カ所を旅行しました。

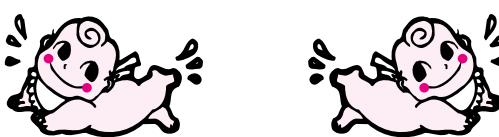
そして、2013年8月に、違った町を経験できました。南国市に転任してすぐに参加したよさっこ祭では、素晴らしい体験をすることができました。日本では、人々がそれまでの目標を達成するため、みんなが共に努力しているように思えます。日本で多くのことを学び、たくさんの人出会う機会が持てることがあります。



おだ はると
小田 悠人くん

平成25年4月23日生まれ

ボクのはいはいはバッくあるのみ！お尻からコタツへもぐっていることも。ゆうま兄ちゃんは、とってもボクをかわいがってくれるので大好きです。



こにちは 赤ちゃん



しもだ みり
下田 海令ちゃん

平成24年8月11日生まれ

かわいいしぐさにお兄ちゃん達もメロメロです♡♡

このコーナーへの応募は、写真と赤ちゃんの名前（ふりがな）・性別・住所・生年月日・電話番号・コメントを添え、南国市企画課「こにちは赤ちゃん」係まで、封書でお送りください。
* 2歳の誕生日までの赤ちゃん（応募時）に限らせていただきます。

5千人近い選手が走った高知龍馬マラソン。私も参加しましたが、2週間前にギックリ腰…。痛み止めと途切れることのない沿道からの声援のおかげで無事完走できました。特に地元高知市では、寒波を吹き飛ばす温かな声援で、大きな力を感じました。ボランティアスタッフ皆さんにも感謝です。（A）

あ
と
が
き

交流人口

高知自動車道
南国I.C.
入 123,809台
出 122,570台

高知龍馬空港
出発 57,344人
到着 49,484人
《1月分》

市の統計

面積	125.35km ²	外 国人	208人(± 0)
人口	48,633人 (- 55)	男	105人(+ 2)
男	23,102人 (- 40)	女	103人(- 2)
女	25,531人 (- 15)	世帯数	21,675戸 (- 39)
			登録国籍数 26カ国
		() 内は前月比	《平成26年1月31日現在》
出生数	27人 [男 18人・女 9人]	有権者数	《1月分》
			《平成25年12月2日現在》
			39,575人 [男 18,372人・女 21,203人]

「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お家庭にお届けしています。