主な行事＆お知らせ 4 APRIL 2014

募集

ごめんなさい参加者

第2回「南国市の中心でごめんなさいを叫ぶ！」

日頃、私たちは素直に「ごめんなさい」を言えているでしょうか。心のこもった「ごめんなさい」には相手への思いやりの気持ちが存在するはずです。後免町がある南国市で、素直な気持ちで心の底から「ごめんなさい」と叫んでみませんか。

■とき／5月11日㈰ 午前10時～午後3時

■ところ 吾岡山文化の森特設会場

■参加資格／「ごめんなさい」と素直な気持ちで心の底から叫ぶ方

■募集人数／先着50名

■申込方法／電話、FAXまたはメールで、住所・氏名（フリガナ）・年齢・性別・電話番号・メールアドレス・申し込み理由をお知らせください。

ごめんなさい PROJECT

※申込先・お問い合わせは**ごめんなさいプロジェクト実行委員会 山中**（☎090・7145・6962 FAX864・2518 ✉gomennasaiproject@gmail.com）まで

自衛官試験

【一般幹部候補生】

■種目／①大学卒業程度、②大学院卒業者

■応募資格／22歳以上26歳未満の男女。①は22歳未満の大学卒業見込み（短期大学は除く）の方も可。②は28歳未満まで可。

＊①と②の併願可

■申込締切／4月25日㈮

■試験日 5月10日㈯～11日㈰

＊5月11日㈰は飛行要員のみ

■試験会場／高知市内

■受験料／無料

【自衛官候補生】

■応募資格／18歳以上27歳未満で日本国籍を有する男子

■受付期間／通年

■試験会場／高知市内

■受験料／無料

※お問い合わせは**自衛隊高知募集案内所**（☎823・2006 http://www.mod.go.jp/pco/kochi/）まで

市民からのお便り

（親子クイズ）辞典をパラパラ☆お勉強になりました♬

白木谷八京たけのこ祭り

たけのこの名産地として有名な白木谷八京地区で、毎年恒例の「たけのこ祭り」を開催します。

「産地ならでは」の鮮度を体感してみてください。

■とき／4月13日㈰午前10時～午後2時（雨天決行）

■ところ／白木谷小学校

■内容

▼取れたてたけのこ、地元農産物、おすしの販売

▼もちつき実演販売

▼たけのこ料理の試食

▼たけのこ掘り体験／参加費 千円（中学生以下500円）、先着20名まで

※申込先・お問い合わせは**農林水産課地産地消推進係**（☎880・6559）まで

土佐のまほろばへんろウォーク

「土佐のまほろば」とよばれる土地を一緒に歩き、へんろ体験をしてみませんか。昔ながらのへんろ道を楽しんでいただけます。

■とき／4月19日㈯ 午前9時～午後1時20分

■集合場所／JR後免駅

■コース／大日寺（香南市）から国分寺までの約9.6km

■定員／20名（申込受付順）

■参加費 300円（保険代などを含む）

■申込締切／4月16日㈬

※申込先・お問い合わせは**南国市観光協会**（☎855・3985）まで

講座・教室

メタボ予防運動教室

おなかの周りや体重が気になる方、メタボリックシンドローム予防と健康増進のために運動をはじめませんか？

申し込み不要で、1回のみの参加も大歓迎です。

■開催日

4月	8日㈫、22日㈫
5月	13日㈫、27日㈫
6月	10日㈫、24日㈫
7月	8日㈫、22日㈫
8月	26日㈫
9月	9日㈫、30日㈫

■開催時間 午後1時30分～3時

＊受付・血圧測定は午後1時30分～、運動は午後1時45分～

■ところ／スポーツセンター

■内容／基礎代謝をアップする筋力トレーニング、自宅でできるお手軽運動、ウオーキング指導など

■持参物／運動靴、バスタオル（床に敷くマットなど）、飲み物、健康手帳（お持ちでない方には当日発行）

＊運動しやすく、脱着で温度調整がしやすい服装でお越しください。

■参加費／無料

※お問い合わせは**スポーツセンター**（☎865・8015）まで

南国市・高知大学共催事業 高知大学農学部教養講座

フルーツ野菜の育て方

～甘いトマト・スイカ・パイナップルなど～

全国各地で生産されるようになってきた果物のように甘みの強いトマトは、人気があり、市場でも高値で取り引きされています。このような甘いフルーツ野菜などの作り方について学び、栽培にチャレンジしてみましょう。

■とき／5月17日㈯ 10：00～12：00

■ところ／高知大学物部キャンパス（農学部）

■講師／山根信三

■募集人数／30名

■受講料／無料

■申込締切／5月7日㈬

南海トラフ巨大地震に備える

平成23年3月に発生した東日本大震災は、日本列島が地震多発地帯であることを再認識させ、その備えが急務であることを知らしめました。本講座では、近い将来の発生が予測されている南海トラフ巨大地震の特徴や被害予測を解説し、どのような備えが必要なのかを考えます。

■とき／5月27日㈫15：00～16：30

■ところ／高知大学物部キャンパス（農学部）

■講師／原忠

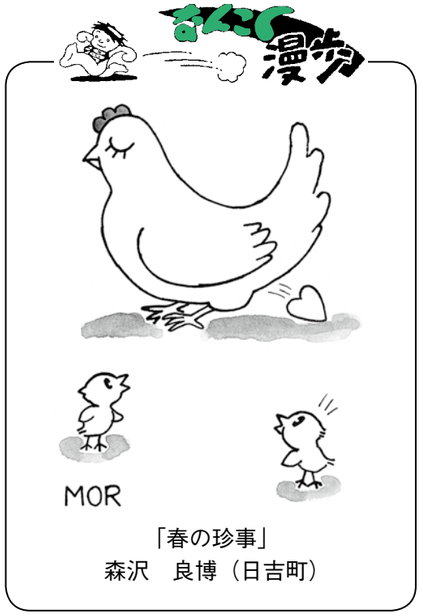
■募集人数／100名

■受講料／無料

■申込締切／5月15日㈭

※申込先・お問い合わせは、**生涯学習課生涯学習人権係**（☎880－6569）まで

なんこく漫歩



「春の珍事」
森沢　良博（日吉町）

催し物イベント

JICA（ジャイカ）ボランティア

あなたの技術や経験を生かしてみませんか。開発途上国で、現地の人々と協働しながら、人づくり、国づくりに協力します。

■対象／日本国籍を持つ方

①青年海外協力隊 満20歳～39歳

②シニア海外ボランティア 満40歳～69歳

＊①②ともに、年齢は5月12日㈪時点

■応募書類配布場所／JICA四国、県国際交流協会

■募集締切 5月12日㈪消印有効

■備考／「シネマ＆体験談＆説明会」を4月12日㈯午後1時30分からイオンモール高知で開催します。

※お問い合わせは**JICA四国**（☎087・821・8824）まで

科学絵本の読み聞かせと工作を楽しむ会

こどもの読書週間（4月23日～5月12日）の行事として、小学生を対象に科学絵本の読み聞かせと簡単な工作を楽しむ会を開催します。

■とき／4月26日㈯ 午前10時30分～11時30分

■ところ／市立図書館3階

■参加費／無料

＊申し込み不要

※お問い合わせは**市立図書館**（☎863・0469）まで