

ごみ出しは定められた日に！

※お問い合わせは
環境課環境係（☎880-6557）まで

■次の点を必ず守ってごみを出してください。

- ▶指定日の午前5時～8時までに出示してください。
- ▶お住まいの地区のごみステーションに出示してください。
- *地区外のごみステーションには出さないでください。

- ▶可燃物・プラスチック容器包装類・ペットボトル・ビン・水銀を含むごみは指定袋で出示してください。
- *指定ごみ袋代金はごみ処理手数料です。指定袋に入っていない上記のごみは収集しません。

★ビン・雑ごみ・ペットボトル・水銀を含むごみの収集

日	曜	地 区
6/1	火	片山、里改田
2	水	浜改田
3	木	久枝（開田を除く）、下島、前浜
4	金	立田
5	土	田村
7	月	十市（南部）、天行寺、成合
8	火	稲生
9	水	能間、野田口、朝日町、城陸、榎田町
10	木	稲吉、西窪、新川、東崎（西部）
11	金	田井、八木、山崎、竹中、関、西野々、住吉野、伊達野、大埴団地
12	土	篠原、明見
14	月	下啗内、物部、久枝（開田）
15	火	後免町、東崎西部改良住宅、日吉町、西野田町1丁目
16	水	白木谷、八京、蒲原団地、蒲原住宅
17	木	陣山、三島、上末松、下末松、西山、上廿枝、西島、古市
18	金	北小籠、東山町、幸町、元町、小籠1～2丁目、8区（たちばな改良住宅・小籠住宅を含む）
19	土	祈年（たちばな改良住宅を除く）、東崎（東部）、駅前町
21	月	野田（西野田町1丁目を除く）、天行寺
22	火	笠ノ川、八幡、小蓮、定林寺、滝本、蒲原（団地・住宅を除く）
23	水	中島、常通寺島、吉田、江村、岡豊町小籠、三軒屋（長岡小籠）
24	木	久礼田、植田
25	金	奈路、亀岩、領石、植野、上倉、才谷、宍崎、外山、中谷
26	土	十市（北部）、緑ヶ丘
28	月	国分、比江、左右山、岩村
7/1	木	久枝（開田を除く）、下島、前浜
2	金	立田
3	土	田村
5	月	十市（南部）、天行寺、成合

*黒い袋、肥料やお米の袋で中身の確認ができない袋は危険なため、使用しないようお願いします。

★紙類・衣類の収集（新聞紙・雑誌・紙パック・古着）

と き	地 区
6月7日・21日 (第1・3月曜日)	十市(北部)、緑ヶ丘、稲吉、新川、西窪、野田口、能間、東崎(西部)、城陸、朝日町、榎田町、天行寺
6月1日・15日 (第1・3火曜日)	下島、田村(バィス南)、浜改田、久枝、前浜、物部(下啗内を除く)、野田、後免町
6月2日・16日 (第1・3水曜日)	植田、植野、亀岩、久礼田、才谷、宍崎、上倉、中谷、成合、白木谷、外山、奈路、八京、領石、幸町、元町、三軒屋(長岡小籠)、東山町、小籠1～2丁目、8区、小籠住宅、篠原(北村ストア横)
6月14日・28日 (第2・4月曜日)	稲生、片山、里改田、十市(南部)、田井、八木、山崎、竹中、関、西野々、住吉野、大埴団地、篠原(北村ストア横を除く)、明見、伊達野
6月8日・22日 (第2・4火曜日)	上末松、上廿枝、国分、北小籠、三島、下末松、陣山、左右山、西島、西山、比江、古市、立田、田村(バィス北)、岩村、下啗内
6月9日・23日 (第2・4水曜日)	笠ノ川、蒲原、小蓮、常通寺島、定林寺、滝本、中島、八幡、岡豊町小籠、吉田、江村、祈年、東崎(東部)、駅前町、日吉町、たちばな改良住宅
7月5日・19日 (第1・3月曜日)	十市(北部)、緑ヶ丘、稲吉、新川、西窪、野田口、能間、東崎(西部)、城陸、朝日町、榎田町、天行寺

★カン・金属類の収集

日	曜	地 区
6/1	火	領石、植野、久礼田、植田
2	水	野田口、能間、城陸、榎田町、朝日町、西窪、新川、稲吉、東崎（西部）
3	木	田井、八木、山崎、竹中、関、西野々、住吉野、大埴団地、篠原、明見、伊達野
4	金	笠ノ川、八幡、小蓮、定林寺、滝本、蒲原（団地・住宅を含む）
5	土	中島、常通寺島、吉田、江村、岡豊町小籠、三軒屋（長岡小籠）
7	月	片山、里改田、浜改田、天行寺、成合
8	火	東崎（東部）、日吉町、駅前町、東崎西部改良住宅
9	水	東山町、幸町、元町、小籠1～2丁目、8区、祈年、小籠住宅
10	木	立田、田村
11	金	後免町、野田
12	土	陣山、三島、上末松、下末松、西山、上廿枝、西島、古市
14	月	十市（南部）
15	火	領石、植野、久礼田、植田
16	水	野田口、能間、城陸、榎田町、朝日町、西窪、新川、稲吉、東崎（西部）
17	木	田井、八木、山崎、竹中、関、西野々、住吉野、大埴団地、篠原、明見、伊達野
18	金	笠ノ川、八幡、小蓮、定林寺、滝本、蒲原（団地・住宅を含む）
19	土	中島、常通寺島、吉田、江村、岡豊町小籠、三軒屋（長岡小籠）
21	月	片山、里改田、浜改田、天行寺
22	火	久枝（開田を除く）、下島、前浜
23	水	稲生
24	木	十市（北部）、緑ヶ丘、岩村
25	金	奈路、亀岩、上倉、才谷、宍崎、外山、中谷、白木谷、八京
26	土	国分、比江、左右山、北小籠
28	月	下啗内、物部、久枝（開田）
7/1	木	田井、八木、山崎、竹中、関、西野々、住吉野、大埴団地、篠原、明見、伊達野
2	金	笠ノ川、八幡、小蓮、定林寺、滝本、蒲原（団地・住宅を含む）

*空き缶（飲料）と他の金属は袋を別にしてください。

★ダンボールの収集

と き	地 区
6月7日・21日 (第1・3月曜日)	天行寺
6月3日・17日 (第1・3木曜日)	十市(北部)、緑ヶ丘、稲吉、新川、野田口、西窪、能間、城陸、朝日町、榎田町、東崎(西部)
6月4日・18日 (第1・3金曜日)	下島、田村(バィス南)、浜改田、久枝、前浜、物部(下啗内を除く)、野田、後免町
6月5日・19日 (第1・3土曜日)	植田、植野、亀岩、久礼田、才谷、宍崎、上倉、中谷、成合、白木谷、外山、奈路、八京、領石、幸町、元町、三軒屋(長岡小籠)、東山町、小籠1～2丁目、8区、小籠住宅、篠原(北村ストア横)
6月10日・24日 (第2・4木曜日)	稲生、片山、里改田、十市(南部)、田井、八木、山崎、竹中、関、西野々、住吉野、大埴団地、篠原(北村ストア横を除く)、明見、伊達野
6月11日・25日 (第2・4金曜日)	上末松、上廿枝、国分、北小籠、三島、下末松、陣山、左右山、西島、西山、比江、古市、立田、田村(バィス北)、岩村、下啗内
6月12日・26日 (第2・4土曜日)	笠ノ川、蒲原、小蓮、常通寺島、定林寺、滝本、中島、八幡、岡豊町小籠、吉田、江村、祈年、東崎(東部)、駅前町、日吉町、たちばな改良住宅
7月1日・15日 (第1・3木曜日)	十市(北部)、緑ヶ丘、稲吉、新川、野田口、西窪、能間、城陸、朝日町、榎田町、東崎(西部)

INFORMATION

人権擁護委員制度をご存じですか？

6月1日は人権擁護委員の日
人権擁護委員は、市民の皆さんが人権の侵害を受けることのないよう、絶えず見守り、もし人権が侵害された時には、その人の人権救済を図ることを使命としています。

■人権擁護委員の皆さん

- ・竹村義弘（西山）
- ・傍士 功（堀ノ内）
- ・森本清一（岡豊町定林寺）
- ・隅田道代（下野田）
- ・田島徳子（大埴）
- ・松岡 緑（稲生）
- ・林 声子（国分）
- ・澤村正彦（久礼田）

※お問い合わせは
高知地方事務局
(☎822・3503)
総務課総務係
(☎880・6551) まで

土佐国長岡郡宇賀家文書目録改訂版を刊行

里改田で代々庄屋を務めていた宇賀家に残された貴重な史料2千数百点を分類整理した目録です。昭和55年発行の

目録を全面改訂しました。この目録に掲載している文書は市立図書館で保管しています。

■販売場所

市立図書館、生涯学習課
価格／2千730円

※お問い合わせは
市立図書館
(☎863・0469) まで

小蓮公民館健康相談

高知大学医学部と小蓮地区では連絡協議会の協定を結び、健康相談を行っています。

と き	内容／相談担当者
6月5日(土)	糖尿病について／井上眞理
6月12日(土)	お腹の病気について／東谷芳史
6月19日(土)	歯科インプラント治療／山田朋弘
6月26日(土)	保健師によるよろず健康相談／斎藤美和

■時間／午後1時～3時

■ところ／小蓮公民館

■参加費／無料

※お問い合わせは
小蓮地区自治会 唐岩知生
(☎866・4778) まで

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。



知って得する国民年金

国民年金には付加年金があります

付加年金は任意加入です。第1号被保険者・任意加入被保険者が定額保険料に付加保険料をプラスして納付すると、受給時に老齢基礎年金に付加年金が上乘せられて支払われます。

付加保険料は月額400円です。付加年金の受給額は200円×付加保険料納付月数で計算されます。

例えば、付加保険料を10年間納付した場合
付加保険料…400円×10年(120ヵ月)＝48,000円
付加年金額…200円×10年(120ヵ月)＝24,000円

- ◎付加年金を2年間受給すると納付した付加保険料総額と同額になります。
- ◎付加年金は老齢基礎年金と合わせて受給できる終身年金です。
- ◎付加年金は定額のため、物価スライドはありません。
- ◎国民年金基金に加入中の方は、付加年金に加入することはできません。
- ◎付加保険料は納付期限を過ぎると納付できません。納付期限は翌月末日（土・日曜日、祝日の場合は翌営業日）となります。

※申込先・お問い合わせは
市民課年金係（☎880-6555）まで

希望の月から納付書で前納できます

国民年金保険料を納付書で納付する場合は、希望の月から平成23年3月分までの間を前納することができます。

- 例えば、
・平成22年6月分から平成23年3月分まで納付書で前納すると148,800円。
毎月納付の場合は151,000円（月額15,100円×10ヵ月）。月々納めた場合と比較すると、2,200円割引となります。
- ・平成22年7月分から平成23年3月分まで納付書で前納すると134,140円。
毎月納付の場合は135,900円（月額15,100円×9ヵ月）。月々納めた場合と比較すると、1,760円割引となります。

- ◎前納を希望する月の月末（土・日曜日、祝日の場合は翌営業日）が納付期限となります。
- ◎過ぎてしまった月の保険料をまとめて納付しても割引にはなりません。
- *前納される場合は、専用の納付書が必要になりますので、南国年金事務所まで連絡してください。

※お問い合わせは
南国年金事務所（☎864-1111）まで