



10月25日 南国市・岩沼市 姉妹都市提携50周年記念
岩沼市民訪問団歓迎会（2Pに関連記事）

見てね！

HP



友達に
なろう

LINE



10/25~27

姉妹都市提携50周年記念 岩沼市民訪問団来高

宮城県岩沼市との姉妹都市提携50周年を記念して、岩沼市民訪問団20名が南国市と高知市を訪れました。

表敬訪問(市役所)では、佐藤岩沼市長が「東日本大震災の時にいち早く応援に来てくれたのは南国市だった。南国市に何かあればすぐに駆け付ける。これからも互いに支え合える関係でありたい。」とあいさつしました。

また、歓迎会(ザ・ミーニッツ)では、両市合わせて約100名が参加し、土佐料理やお酒を交えながら市民同士の交流を深めました。



ふじ和会やTACYONによる踊りが披露されました



岩沼係長とシャモ番長が登場!

岩沼市マスコットキャラクター「岩沼係長」と南国市PRキャラクター「シャモ番長」が歓迎会にやってきて共に会場を盛り上げました。

シャモ番長は、この歓迎会が初のお披露目となり、今後は南国市外のイベントに出演して南国市をPRしていきますので、応援よろしくお願いします!



9/16~17

全国少年消防クラブ交流大会

南国市少年消防クラブ員5名が、消防庁地域防災室主催による「令和5年度全国少年消防クラブ交流大会」に参加しました。

全国の少年消防クラブ員が鳥取県米子市に集まり、消防の実践的な活動を取り入れた競技形式の合同訓練などを通じて他の地域の少年消防クラブ員との親交を深めました。



10/1

南国市子ども会連合会カヌー教室

今年は猛暑を避けて、国分川の比江先憩いの広場でカヌー教室を行いました。

仁淀川でカヌー教室をされているインストラクターの先生に指導を受けながら、2組の親子が挑戦しました。

初めてカヌーに乗るお父さんや子ども達も最初はパドルを漕ぐのが難しそうでしたが、すぐに慣れると上手に操りカヌーを楽しんでいました。参加者からは「楽しかったので、また参加したい」という声が多く寄せられました。



10/15・22 親子でおはしづくり

市内の小学生と保護者を対象とした木育イベントを「ごめんく」で開催しました。牧野博士に扮した木育インストラクター平子真治さんがレクチャーを行い、高知県産ヒノキ材を使った世界に一つだけの自分専用のおはしを親子で作りました。

2日間で18組45名の親子が参加し、終始和やかな雰囲気に参加者からは、「親の方が楽しかった」「最初は大変だったけどだんだん楽しくなってやりがいがあった」と楽しげな感想が寄せられました。



10/20 高知大学物部地区 外国人留学生交流懇談会

高知大学物部キャンパスの外国人留学生と支援を行っている南国市や国際交流協会などが相互の親睦をはかる目的で、4年ぶりに交流懇談会が開催されました。

フィリピンやインドネシアなど10カ国の留学生が参加し、歌やゲームを通じて親睦を深め、会場は大いに盛り上がりました。



10/1 第34回高知県中央地区消防操法大会

消防技術のより一層の向上と士気の高揚を図ることを目的として、高知県消防学校で模範的な消防操法の実演が行われました。南国市消防団から大湊分団前浜班が自動車ポンプの部に出場し、南国市消防団初の快挙となる第3位を受賞しました。



10/26 南国市献血推進会総会

株式会社トッパンエレクトロニクスプロダクツが献血活動へ精力的に取り組み、その貢献が認められ南国市長・南国市献血推進会長から感謝状と記念品が贈られました。



▲9/29 秋の全国交通安全運動
～人間看板～（南国警察署前）



▲10/2 消防団正副団長辞令交付式



▲10/9 第35回さわやか健康ウォーキング（長岡地区）



◀10/21
なんこく防災
パーク開園



▲10/28 南国市無形文化財の
八坂神社三番叟（長岡地区）



▲11/5 第40回土佐日記門出の
まつり（古今集の庭）

新市議会議員21人決定!

任期満了に伴う市議会議員選挙が10月22日(日)に行われ、今回は定数21人に対し28人が立候補し、次の方々が当選しました。また、11月6日に第432回市議会臨時会が開かれ、議長に岩松永治議員、副議長に西本良平議員、議会選出監査委員に神崎隆代議員が選出されました。

これから4年間、市民や市の発展のために活躍して下さる新議員の皆さんをご紹介します(得票順、敬称略、年齢は投票日現在)。

①政党・当選回数(今回を含む) ②住所 ③今後の抱負など



ちのの みか
丁野 美香
(53歳)

①無所属・現2
②緑ヶ丘

③子育て支援、福祉医療体制の充実、災害対策の強化、笑顔あふれる元気な南国市のまちづくりを目指して働いていきます。



さいとう きみこ
斉藤喜美子
(55歳)

①無所属・現2
②白木谷

③女性の意見を市政に生かし、子育て世代の応援と、先輩方が安心して暮らせるまちに。もったいないまち南国市からの脱却を目指します。



さいとう まさかず
斉藤 正和
(40歳)

①無所属・新
②小籠

③共働きでの子育て、介護職の経験を生かし、誰もが安心して住み続けられる「優しさと温もりのまちづくり」を目指します。



まつした なおき
松下 直樹
(42歳)

①公明党・新
②大桶乙

③基幹産業である農業の発展、安心・安全な子育て環境の充実。皆さまの思いを「かたち」に。青年らしく全力で働いていきます。



やまなか よしなり
山中 良成
(47歳)

①無所属・元4
②大桶甲

③これからもお声をいただきながら、南国市の課題を解決していき、南国市の新しいグランドデザインを皆さまと一緒に創っていきます。



みぞぶち まさあき
溝渕 正晃
(58歳)

①無所属・新
②大桶乙

③多くの皆さまにご支援をいただき、大変重く受け止めております。子育てしやすく、高齢者の方が安心して暮らせる南国市を目指します。



まつもと しんのすけ
松本信之助
(44歳)

①立憲民主党・新
②幸町

③大好きなこのまち南国市のために、皆さまの思いをしっかりと市政へ届け、誰もが輝けるまちを目指していきます。



かんざき たかよ
神崎 隆代
(57歳)

①公明党・現3
②日吉町

③物価高騰やコロナ禍から立ち上がっていく大事な4年間。皆さまからいただいたご意見・ご要望の実現を目指し、誠実に取り組んでいきます。



どい つねお
土居 恒夫
(72歳)

①無所属・現4
②十市

③文化あふれるまちづくりを目指します。また、25年度の朝ドラに「あんぱん」が決定。この機を生かし、本市のPR発信を提案します。



おかざき すみお
岡崎 純男
(73歳)

- ①無所属・現5
②福船

③これからも一つ一つの課題に取り組み、市民の皆さまの安心できる「住みたいまち南国市」の実現に向け、全力で取り組んでいきます。



にしもと りょうへい
西本 良平
(68歳)

- ①無所属・現3
②成合

③中山間地域の暮らしを守るとともに、若者や高齢者が安全で安心して暮らせるよう、多くの課題にスピード感を持って取り組みます。



いまにし ただよし
今西 忠良
(75歳)

- ①社会民主党・現10
②久礼田

③市政の主役は市民。今日まで得た貴重な経験と教訓を次につなげていきます。市民の安心と安全が担保され人間力豊かな市政を進めます。



にしうち しゅんじ
西内 俊二
(49歳)

- ①無所属・新
②大桶乙

③これまでの地域活動や教育現場での経験を踏まえ、教育の充実、子育て支援、地域活性化など、一人一人が輝ける南国市を目指します。



ありさわ よしろう
有沢 芳郎
(71歳)

- ①無所属・現5
②田村乙

③市街化調整区域が92%もあり南国市の活性化を阻害しているため、緩和に向けて取り組みます。また、民間資金などを活用したPFI事業を推進します。



にしやま あきひこ
西山 明彦
(64歳)

- ①無所属・現2
②大桶甲

③これまでの活動や行政での経験を踏まえ、市民の安全・安心・安定した生活を第一に考える魅力ある元気なまちづくりを目指します。



うえだ ゆたか
植田 豊
(64歳)

- ①無所属・現3
②岡豊町小蓮

③初心に返りつつ、2期8年間の経験を生かし、凡事徹底を肝に銘じ、行政とのパイプ役として、お応えすべく働いていきます。



ふくだ さわこ
福田佐和子
(74歳)

- ①日本共産党・現10
②大桶甲

③平和と暮らしを守る優しい市政へ。保育行政の充実、高齢者の補聴器購入助成の早期実現。紙の保険証廃止の中止を国に求めます。



まえだ みちひろ
前田 学浩
(60歳)

- ①無所属・現5
②稲生

③国が掲げる地方のグランドデザインは「小さな拠点」。その基盤となる地域運営組織を協働展開。今後は、水平展開を図ります。



やまもと やすひろ
山本 康博
(63歳)

- ①参政党・新
②岡豊町笠ノ川

③市民の政治参加、暮らしと経済、危機への備え、DX利活用など、経営者としての経験を生かして南国市の発展のために努力していきます。



いわまつ えいじ
岩松 永治
(51歳)

- ①無所属・現4
②久礼田

③中山間地域や既存集落のお困り事を聞かせていただき、皆さんと一緒に悩み考え、安心して暮らせる南国市を目指していきます。



すぎもと すしめ
杉本 理
(47歳)

- ①日本共産党・現2
②片山

③住民の暮らし、福祉、農業、子育てを応援する施策に真正面から取り組む南国市にするために、2期目も全力でがんばります。

南国市議会選挙開票結果

- 当日有権者数／38,496人
■投票者数／18,207人
■投票率／47.30%



丁野 美香	当 992
斉藤 喜美子	当 938.123
斉藤 正和	当 881.876
松下 直樹	当 875
山中 良成	当 844
溝渕 正晃	当 813
松本 信之助	当 791
神崎 隆代	当 772
土居 恒夫	当 753
岡崎 純男	当 743

西本 良平	当 734
今西 忠良	当 727
西内 俊二	当 715
有沢 芳郎	当 682
西山 明彦	当 678
植田 豊	当 650
福田 佐和子	当 645
前田 学浩	当 630
山本 康博	当 626

岩松 永治	当 599
杉本 理	当 563
岡林 正光	468
村田 敦子	427
上岡 啓介	316
笠井 秀人	308
川村 将平	304
坂本 憲亮	214
澤田 幸子	165

■問い合わせ／議会事務局 ☎088-880-6570

選挙管理委員会 ☎088-880-6571

3カ月で自分を元気にする事業を行いました!

～いくつになっても元気になれる!～



来年度の本格実施に向けた3カ月間の
「令和5年度南国市短期集中予防プログラム」

どんなプログラムなの?



「元の生活」、「望む暮らし」を取り戻すことを目標に、自宅での過ごし方や取り組むべき課題について、リハビリ専門職との面談を中心として、介護予防を学び実践します。

今年度は、

- ・介護老人保健施設JAいなほ
- ・南国厚生病院
- ・南国中央病院

の3カ所でモデル実施しています。



卒業生の声



地区公民館でニュースポーツを楽しむ森田恒雄さん

元々、乗り気ではなかったが、教室に通い他の参加者と共に運動し、自宅で無理なくできる体操を提案してもらい楽しく参加できた。スーパーでのボランティアを通して人との交流の大切さに気付き、今ではこうして体操教室やニュースポーツに参加し、地域の方と知り合えて良かった。

これからも自分の身の回りのことは自分でできるように、この地域でずっと暮らしていきたい。

専門職の声



短期集中予防プログラムでは、単純に運動をするだけでなく、いかにご自身で運動をする習慣を身につけるかが非常に大切になります。そのため、運動だけでなく、個別面談や訪問による在宅での支援も実施することで、より個人に合わせた運動や生活習慣の提案を行います!



南国中央病院
倉持 裕之 理学療法士

元気になる! 2つの秘密

1. 個別面談

リハビリ専門職による、個別面談を毎週実施!



2. セルフ マネジメント手帳

自宅における日々の取り組みをサポートする手帳!



■問い合わせ/長寿支援課介護保険係 088-880-6556
地域包括支援センター 088-804-6010

税務課からのお知らせ

家屋調査にご協力ください

令和6年度固定資産税の課税に向けて、家屋の調査をしています。調査へのご協力をお願いします。

■新築・増築・取り壊し

令和5年中に、家屋の新築や増改築などによる床面積の増減、または取り壊しをした場合は、12月中にご連絡ください。

また、新築で未登記の家屋の場合、納税義務者申告書を提出してください。

※すでに税務課職員による聞き取り調査が終了している場合は、連絡不要です。

■所有者の変更は届け出を

売買・贈与・相続などで、未登記の家屋（法務局で登録されていない建物）の所有者を変更した場合は、税務課に届け出をお願いします。

※登記家屋などの所有者変更は、法務局での手続きとなりますので、税務課への届け出は不要です。



手元に無い 軽自動車・バイクの納付書 が届いていませんか？

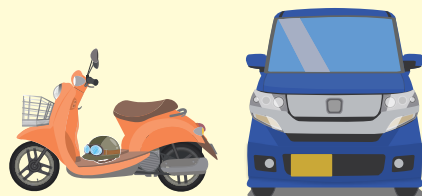
手元にない軽自動車やバイクの納付書が届いている場合、廃車や名義変更の手続きが完了していない可能性があります。そのままにせず、ご確認をお願いします。

盗難や紛失の場合は、届出を警察署に出した後、管轄窓口での廃車手続きが必要です。

また、軽自動車税は4月1日時点の所有者に課税されます。

（使用していなくても、所有している場合は課税の対象となります。）

ご不明な場合は下記までお問い合わせください。



事業用資産は申告が必要です

固定資産の課税対象には、土地、家屋の他に「償却資産」があります。

事業を行っている個人事業主、法人の方は1月末までに償却資産の申告をお願いします。申告方法や申告書は市のホームページをご覧ください。

業種の例	主な償却資産の例
共通	パソコン、コピー機、ルームエアコン、応接セット、キャビネット、レジスター、（袖）看板、広告塔、ネオンサイン、案内板、舗装路面、駐車場設備、太陽光発電設備、ブラインド、LAN 設備、受変電設備 など
農業	ビニールハウス、自走式耕運機、田植機、乾燥機、もみすり機 など
建設業	大型特殊自動車（分類番号が「0、00～09 及び 000～099」、「9、90～99 及び 900～999」）、重機、建機 など
喫茶・飲食店	テーブル、椅子、厨房設備、冷凍冷蔵庫、テレビ、カラオケ機器 など
小売業	陳列棚、陳列ケース（冷凍・冷蔵機付を含む）、日除け など
理容・美容業	理容・美容椅子、消毒殺菌器、タオル蒸器、パーマ器、サインポール など
不動産貸付業	門扉・塀・緑化施設などの外構工事、駐車場などの舗装、太陽光発電設備、中央監視制御装置 など



▼市HP



■届出・問い合わせ／税務課 ☎088-880-6554

資産税係（家屋調査・償却資産）、税務管理係（軽自動車・バイク）

地域の農地を次世代に引き継ぎましょう

～「地域計画」の策定に向けて～



「人・農地プラン」から「地域計画」へ

農業経営基盤強化促進法が改正され、令和5年4月から従来の「人・農地プラン」が「地域計画」として法律に基づく取り組みになりました。

農業従事者の減少や高齢化により、利用されない農地が増えることが懸念されています。「地域計画」はこれまで地域の皆さんが守り続けてきた農地が今後も利用されるよう、また次世代に着実に引き継いでいくための計画です。

地域の農業の将来について、農業者の方、地域にお住まいの方、関係機関の方での話し合いを通じて、一緒に考えていきましょう。



「目標地図」を作成します

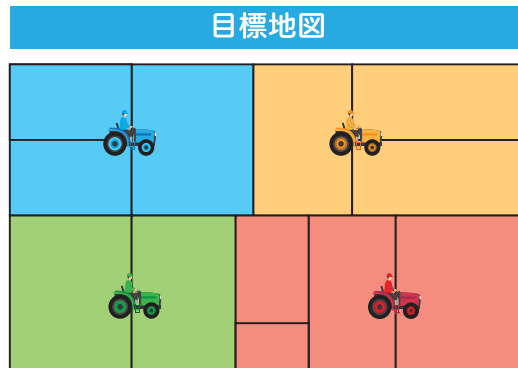
目標地図とは、地域計画の策定にあたりおおむね10年後を見据えて、「地域の環境や暮らしをどう守っていくか」「誰が、どの農地を耕作するか」を地域みなさんと話し合いながら、1筆ごとに色分けして明確化したものです。現在の耕作者が耕作をやめる時や、できなくなった時に農地の新たな受け先を探しやすくするために作成します。

※目標地図は、農地ごとに将来の受け手をイメージとして作成するものであり、これにより農地の権利が決まるものではありません。



農業の担い手が点在した農地を耕作している状態を色分けしたイメージ

農地の
集積・集約化



農地の出し手、受け手の意向など確認しながら、担い手へ農地利用の集約を図ったイメージ

地域の皆さんのご協力をお願いします

地域計画の策定には、農地に関わる方だけでなく、地域の皆さん全員の協力が不可欠です。

地域での話し合い（座談会）への出席などのご協力をお願いします。

■今後の予定 令和6年1月以降

令和7年3月

座談会の実施・とりまとめ
目標地図の素案作成

地域計画の策定・公表



■問い合わせ／地域計画について 農林水産課 ☎088-880-6559
目標地図について 農業委員会 ☎088-880-6573

第63回 南国市美術展覧会

【一般の部】【幼児・児童・生徒の部】同時開催

■日時／12月3日(日)～10日(日) 9:00～17:00
(3日は10:00開場、10日は16:00閉場)

■場所／スポーツセンター

■開会式・表彰式(一般の部のみ)
12月3日(日)10:30～

特選・褒状・奨励賞の表彰を行います。

■問い合わせ

【一般の部】

生涯学習課 ☎088-878-6070

【幼児・児童・生徒の部】

学校教育課 ☎088-880-6568



シリーズ国営ほ場整備 ③⑦



下島工区でのICT施工について

現在行っている下島工区のほ場整備工事では、ICT(情報や通信技術に関する総称)施工を導入しています。実際に工事の様子を取材してきましたので、ご紹介します。

バックホウとブルドーザーには、人工衛星を用いた位置計測装置を搭載しています。これにより、工事箇所の設計データと地盤との差を音声やモニターにて操縦者に知らせる機能と自動制御する機能が備わっています。

位置情報を活用し、畔の形成やほ場の高さを自動で整備し、手動による操作を必要最小限に抑えることが可能となり、作業の効率化・正確性の向上が見込まれています。

今後、農作業にもICT技術を活用することで、トラクターの自動走行・ドローンによる自動農薬散布など負担軽減効果が期待されています。

※バックホウ後部、ブルドーザーの前方にあるアンテナにより人工衛星からの位置情報を取得しています。



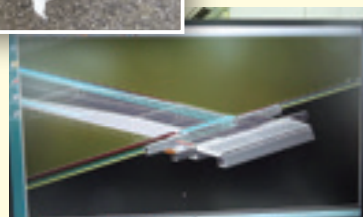
バックホウ



ブルドーザー



ドローン



ドローンにより撮影した写真やデータを、平面図や3D化したものです

■問い合わせ／農地整備課 ☎088-880-6586

第62回 南国市小学校陸上記録会～入賞者一覧～

10月14日 高知県立青少年センターにて開催

女子

60mハードル走

- ① 若見 咲来(久礼田小) 11秒2
- ② 西村 季依(三和小) 11秒6
- ③ 五百藏 紗彩(長岡小) 12秒3

100m走

- ① 田中 初空(十市小) 14秒9
- ① 今井 日向(大篠小) 14秒9
- ③ 島内 玲(稻生小) 15秒0

1000m走

- ① 坂本 葵(大篠小) 3分49秒2
- ② 川本 梨布(久礼田小) 3分51秒9
- ③ 藤田 和佳奈(大篠小) 3分52秒2

ボール投げ

- ① 井上 紗那(稻生小) 44m90cm
- ② 宮崎 祐羽(十市小) 38m20cm
- ③ 森尾 唯加(十市小) 36m45cm

走り高跳び

- ① 所谷 花(大篠小) 1m20cm
- ② 下元 実利(長岡小) 1m18cm
- ③ 森尾 唯加(十市小) 1m15cm

走り幅跳び

- ① 島内 玲(稻生小) 3m95cm
- ② 若見 咲来(久礼田小) 3m89cm
- ③ 田中 初空(十市小) 3m84cm

4×100mリレー

- ① 坂本 葵/今井 日向/近藤里緒奈/所谷 花(大篠小) 1分0秒9
- ② 井上 紗那/井上 紗那/三谷 莉子/島内 玲(稻生小) 1分1秒9
- ③ 門脇 璃空/笹岡 誇華/大村 愛華/田中 初空(十市小) 1分2秒3



男子

60mハードル走

- ① 柴岡 滯夏斗(大篠小) 10秒1
- ② 徳弘 啓樹(稻生小) 10秒7
- ② 田中 佑和(大篠小) 10秒7

100m走

- ① 橋本 悠生(大篠小) 14秒2
- ② 大町 良太(後免野田小) 14秒9
- ③ 久保 海翔(十市小) 15秒2
- ③ 植村 輝琉(三和小) 15秒2

1000m走

- ① 岡 英斗(十市小) 3分31秒0
- ② 黒岩 広隆(日草小) 3分33秒6
- ③ 高橋 玄之助(長岡小) 3分36秒9

ボール投げ

- ① 百田 健太(大篠小) 49m90cm
- ② 宮本 弦(大篠小) 49m80cm
- ③ 和田 吏生(稻生小) 49m50cm

走り高跳び

- ① 徳弘 啓樹(稻生小) 1m30cm
- ② 藤本 桂二朗(後免野田小) 1m23cm
- ③ 大町 良太(後免野田小) 1m15cm

走り幅跳び

- ① 柴岡 滯夏斗(大篠小) 4m49cm
- ② 田中 佑和(大篠小) 4m19cm
- ③ 北村 海人(稻生小) 4m08cm

4×100mリレー

- ① 浜田 柊太/橋本 悠生/田中 佑和/柴岡 滯夏斗(大篠小) 58秒2
- ② 熊瀬 柊/藤本 桂二朗/武井 七音/大町 良太(後免野田小) 58秒6
- ③ 山本 翔/大久保雄生/和田 吏生/徳弘 啓樹(稻生小) 1分0秒3



■問い合わせ/学校教育課学校教育指導係 ☎088-880-6568



NANKOKU 給食だより

南国市食育キャラクターデザイン：高知県立高知東工業高等学校美術マンガ部



▲中学校給食の献立を
南国市公式 Facebookに
掲載しています。ご覧ください

高知の食べもののいっぱい入っちゃう日

高知のおいしい食べ物を学校給食に取り入れ、高知に育み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「高知の食べもののいっぱい入っちゃう日」を設けています。

これは高知県が推進する取組で、南国市も地場産物(県内産)活用割合50%以上を目指して献立を作っています。



10月5日(木)～幼稚園・小学校献立～

ごはん・牛乳・ニラとモヤシのスープ・四万十ポークと秋ナスの炒め物・新高梨

南国市産：米・ニラ・ニンニク・ショウガ

高知県産：四万十ポーク・ナス・ピーマン・新高梨・牛乳

(学校によって産地が異なる場合があります)



■問い合わせ/学校教育課学校給食係 ☎088-863-2566

対象の宿泊施設（南国市・香南市・香美市）に
おひとりさま 泊まるともらえる！
最大**4,000**円分の
お得なクーポンカード！！

高知県 ものべ旅 クーポン

2023年12月1日(金)～2024年1月31日(水)
チェックイン分より チェックイン分まで

ものべ旅クーポンカード

¥2,000

有効期限 | 2023年12月1日(金)～2024年1月31日(水)まで

※イメージです。

宿泊代金1人1泊5,000円(税込)以上の「ものべ旅クーポン宿泊プラン」が対象！

平日宿泊の場合 **4,000**円分の
クーポンカード (2,000円カード×2枚)

休前日、12/29～1/2 宿泊の場合 **2,000**円分の
クーポンカード (2,000円カード×1枚)

- ※ご予約時に「ものべ旅クーポンの宿泊予約で」とお伝えください。
- ※連泊の場合、2泊目までがクーポンカード進呈の対象となります。
- ※クーポンカードがなくなり次第終了となります。
- ※クーポンカードのご利用は2024年1月31日までです。

詳細は、特設サイトを
ご覧ください。





補助金を活用して地震から命を守ろう!

① 住宅の耐震改修

大きな地震で住宅が倒壊しないように改修・補強にかかった費用への補助

※昭和56年5月31日以前に建築された住宅が対象

■ 上限額

耐震診断 **無料**
耐震設計 **32.4万円**まで
耐震改修 **100万円**まで



(耐震改修: 南国市内工務店の場合プラス5万円)

② 老朽住宅の除却

老朽化した住宅の除却工事にかかった費用への補助
※避難路に隣接するものに限る

■ 上限額 / **92.5万円**まで
(除去工事費の80%)

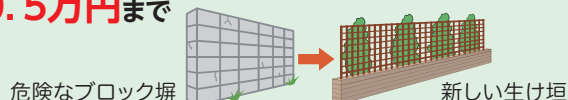


③ ブロック塀などの安全対策

ブロック塀の撤去や新しい生け垣・フェンスへの改修にかかった費用への補助 ※避難路に隣接するものに限る

■ 上限額

撤去のみ **40万円**まで
撤去後、簡易なフェンスなどを施工する場合
20.5万円まで



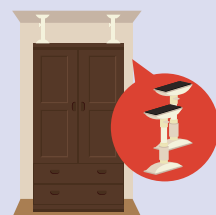
危険なブロック塀

新しい生け垣

④ 家具や家電の安全対策

家具や家電の転倒を防止するための取り付け作業にかかった費用への補助
※取り付け金具など含む

■ 上限額 / **3.2万円**まで
(1世帯あたり)



※ほかにも要件がありますので、詳しくはお問い合わせください。

■ お問い合わせ / ①②③住宅課 ☎088-880-6558
④危機管理課 ☎088-880-6575

こあんしき
居安思危

やすありあやおも
— 安きに居て危うきを思う —

津波注意報でも避難指示!!

● 津波注意報が発表されたら避難指示発令!

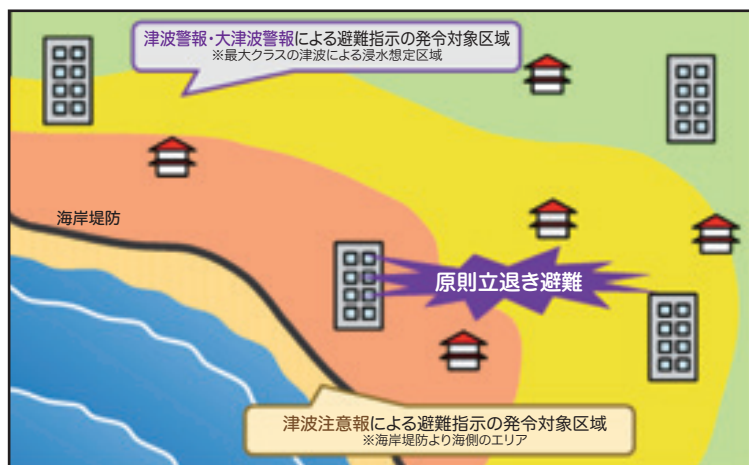
10月9日に発生した伊豆諸島の鳥島近海を震源とする地震により高知県にも津波注意報が発表され、南国市は「堤防より海側と河口付近」を対象に「避難指示」を発令しました。

● 津波注意報では20cm～1mの津波を予想!

津波は20cmから30cm程度の高さでも急で強い流れが生じるため、これに巻き込まれて命を落とすこともあります。そのため、津波注意報であっても危険な地域からの一刻も早い避難が必要です。

● 避難が必要な危険な地域とは?

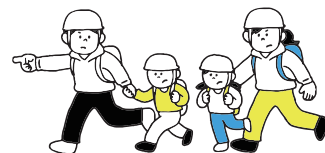
津波注意報が発令された際に避難が必要な地域は、南国市の場合は「堤防より海側と河口付近」です。海岸での作業時や散歩中、河口でサーフィンしているときなどに、津波注意報の発表を見聞きしたらすぐに堤防より陸側に避難しましょう!



津波時における避難指示の対象地域(「避難情報に関するガイドライン・内閣府」より)

● 津波注意報から津波警報になることも!

最初に発表された津波情報が「津波注意報」でも、その後の状況で、より危険度の高い「津波警報」や「大津波警報」に切り替わることがあります。海岸から避難した後も、安心してスマートフォンやラジオ、テレビなどで情報をしっかりと確認しましょう。



■問い合わせ/危機管理課 ☎088-880-6575

シャモ番長への

待ちゆうきね!

7838501

シャモ番長様

年賀状

2024

シャモ番長に年賀状をお送りいただくと、シャモ番長からお返事が届きます。

みなさんからのたくさんの年賀状、お待ちしております!

【宛先】 〒783-8501 シャモ番長 宛

〈おねがい〉
お返事をお送りするため、郵便番号、住所、氏名を明記してください。
そのほか、詳しくは市のホームページなどをご覧ください。
※お返事は1月末頃にお送りする予定です。

■問い合わせ/企画課秘書広報係 ☎088-880-6553

INFORMATION NANKOKU

主な行事 & お知らせ

Dec 2023

市民からのお便り 南国市立図書館の規模拡大のパブリックコメント募集を知ることができたのが良いと思います。

優良運転者の表彰者募集

市内に居住し、自動車（二輪車を含む）を運転されている方で、選考基準を満たす方を表彰します。

選考基準

- ・支部表彰／南国警察署内交通安全協会の会員で、無事故無違反年数7年以上、過去に同じ表彰を受けていない方
- ・県表彰／当協会の会員で、無事故無違反年数10年以上で支部表彰を受けている方
- ・その他表彰／種別により表彰基準が異なりますので、詳細はお問い合わせください。

募集期間

12月1日（金）～28日（木）
（平日のみ）

9時～11時30分 13時～16時
申請に必要なもの
運転免許証、会員証、印鑑

申請・問い合わせ／南国警察署内交通安全協会南国支部

☎863・2221

イベント

ものべがわフェスタ2023 「ものべのおしごと体験博」

南国市・香南市・香美市のおしごとを知ろう！体験しよう！

日時／12月23日（土）10時～15時
場所
地域交流センターみあーれ

参加費／500円（保険料込）

準備物／飲み物、タオル

申込方法／左記のQRコードからお申し込みください。

問い合わせ

まほろばクラブ南国
☎865・8015



長岡西部ふれあいフェスティバル イルミネーション点灯イベント

日時／12月2日（土）
15時～18時30分

場所／長岡西部体育館

内容／ふれあい教室和太鼓演奏、ビンゴなど

販売コーナー
焼き鳥、フランクフルトなど

駐車場／なし

問い合わせ／
長岡西部公民館集落支援員
☎090・4971・0746

お知らせ

12月4日～10日は人権週間です！

私たち一人一人が平等に持っている人権ですが、さまざまな偏見や差別により侵害され、傷ついている人が存在しています。市ではこの期間中に人権力レンダー（人権パネル展）を本庁などで配布し啓発を強化しています。「誰か」ではなく「自分」の問題として一緒に考えてみませんか？

問い合わせ

総務課じんけん係
☎864・0160

募集

学校給食物資納入業者の登録

令和6年度南国市幼稚園・小学校給食物資納入業者、中学校給食物資納入業者の登録を受け付けます。

書類配布／学校給食センター
（南国市東崎466）にて

12月1日（金）から配布

受付期間

12月1日（金）～22日（金）

問い合わせ

学校給食センター

☎863・25566



「大きなプレゼントは再来年に」
南国市陣山 半田国夫（920）

祝 やなせたかしさんと妻
NHK朝ドラ「あんばん」の
モデルに決定！

免除された国民年金保険料の「追納制度」があります

国民年金保険料の免除・納付猶予、学生納付特例の承認を受けた期間がある場合は、国民年金保険料を全額納付したときに比べ、将来受け取る老齢基礎年金額が少なくなります。

保険料の免除・納付猶予や学生納付特例の承認を受けた期間の保険料を後から納付（追納）することで、老齢基礎年金の年金額を増やすことができます。追納を希望される場合は、申し込みが必要です。

追納ができるのは追納が承認された月の前10年以内の免除等期間に限られています。

■問い合わせ／南国年金事務所

☎864・1111

音声案内に従って②→②と押してください。

岡豊町中島地区・十市地区 地籍調査の成果を反映

令和2年度に地籍調査事業の現地調査（一筆地調査）を実施した岡豊町中島地区（山島・町、十市地区（八丁・阿戸・丸山））について、法務局に成果が備え付けとなりました。

成果を反映した土地登記簿と地籍図は法務局香美支局、筆界点番号図（座標値）は地籍調査課で交付しています。

また、各土地所有者が現在所持されている登記権利書（登記済証）は、引き続き有効です。大切に保管してください。

十市地区の市有地の払い下げ手続きを希望される方は地籍調査課または財政課管財係にお申し出ください。

■対象区域

・岡豊町中島／ミト口の一部、カヲツ池、高木、島田の一部、丸田、町田、カキノモト、石ケ坪、中川原、西ノヤシキ、蔵ノ町、瀧ノ宮、片淵、国領、イノ頭

・十市／御手洗、尼子崎、徳楽、千市、符間畝、南又、上栗山、溝本の一部、添水森の一部、八丁、耳下り、浜地の一部、石土の一部、石土ノ前、阿戸、山根の一部、北石土、沖岩の一部、扇田、西阿戸、丸山根、丸山、白岩、丸山ノ前、西井流、八丁前、八丁浜、阿戸浜

■問い合わせ

地籍調査課地籍調査係

☎880・6579

財政課管財係

☎880・6552

経営者の皆さん、「事業承継」の準備は進んでいますか？

事業承継の取組は、後継者の育成も含めると5年から10年かかるとも言われており、早期かつ計画的な取り組みが必要です。まずは、事業承継に関する公

的な無料相談窓口である高知県事業承継・引継ぎ支援センターや取引金融機関、顧問税理士などにご相談ください。

また、高知県では事業承継に関する補助金を用意していますので、ご相談ください。

■事業承継の問い合わせ

高知県事業承継・引継ぎ支援センター

☎802・6002

■補助金・融資制度の問い合わせ

高知県商工労働部経営支援課

☎823・9697

農業水利施設の調査

物部川のかんがい区域（物部井筋・田村井筋・久枝井筋など）で農業用水路の断面などの調査を行っています。調査期間中に調査員による現地確認を実施しますので、ご理解ご協力をお願いします。

■実施期間

令和6年3月18日まで

■発注者／高知県農業基盤課

■受注者

㈱第一コンサルティング

■問い合わせ

高知県農業基盤課

☎821・4562

消費税インボイス制度等説明会

消費税の仕組みとインボイス制度の概要を説明します。

■日時／12月12日（火）

14時～15時

■場所／南国税務署

■定員／20名

■申込／電話による事前予約制

■申し込み・問い合わせ

南国税務署

☎863・3215

マイナンバーカードの休日交付

マイナンバーカード交付のお知らせが届いている方で、平日窓口に行けないなどの理由でお受け取りになつていない方はご利用ください。

■日時／12月10日（日）・23日（土）

8時30分～12時

■場所／市役所1階市民課

■備考／必ず予約をお願いします。マイナンバーカードの申請支援、更新、券面変更手続きも受け付けています。

■予約

予約専用サイト

専用電話番号

☎863・2920

（平日・日中のみ）



KOCHI-NEW STEP 今日はなにと出会おう？×新しい友だち

高知県在住の20代・30代の独身の方限定で、ワクワクドキドキな体験・交流ができるイベントを開催します。気の合う仲間たちと、新しい世界に一步踏み出そう！

■申し込み・問い合わせ

社会人交流事業事務局（株）

歳時記屋内

☎882・0333



内 容	はじめての夜さ恋 ナイター	DIY体験&ドリップ コーヒー教室	ボルダリング ナイト
日 時	令和6年 1月14日（日） 17時～20時	令和6年 1月21日（日） 13時～16時	令和6年 1月26日（金） 19時～21時
場 所	高知競馬場	サルベージ高知 （安芸市）	ストーンラブ （高知市）
定 員	30名	30名	20名
参加費	1,000円	1,500円	1,500円
申 込 締切日	12月20日（水）	令和6年 1月4日（木）	令和6年 1月10日（水）

市民からのお便り

認知症の祖母がおり困っていました。支援チームがあり、悩み相談ができるのでありがたいです。

東部エリア交通安全フェスタ 2023

■日時／12月9日(出) 10～15時

※雨天の場合は12月10日(日)

■場所／フジグラン野市

■内容／交通安全への意識向上を目的とし、こども免許証の発行や白バイ・パトカーとの撮影会、酒酔い体験ゴーグル、サポカー乗車、シートベルトコンビンサーなど無料で体験できるイベントです。プレゼントも用意していますので、ご来場お待ちしております。

■問い合わせ

高知県交通安全協会南国支部
☎863・2221

外国人の在留資格&生活相談会in南国市

在留資格全般（入国・在留手続、「特定技能」など）に関する相談、外国人の生活全般の相談（仕事、社会保障、医療、教育、日本語学習、通訳、生活トラブルなど）も受け付けます。

■日時／12月10日(日) 10時～15時40分

■場所

地域交流センターみあられ

■対象／外国人のほか、外国人と関わりのある方、外国人を雇用している事業所など

■内容／在留資格に関する相談は予約制で、1組（個人・団体）の相談時間は約40分

その他の生活相談は、予約不要（予約者優先）

※相談無料。秘密厳守。

■申込方法／メール、ファックス、Googleフォーム、郵送

■申込締切／12月7日(木)

■申し込み・問い合わせ／高知県外国人生活相談センター
☎821・6440
FAX 821・6441
✉consultation@kccfr.jp



Sマーク（標準営業約款制度）をご存知ですか！

高知県では、理容・美容・クリーニングの3業種で、厚生労働大臣の認めたルールに従って、安心・安全・清潔のサービスを提供しているお店を、標準営業約款登録店舗とし、Sマークの表示でお知らせしています。

お近くの店先を探してみませんか。

■問い合わせ（公財）高知県生活衛生営業指導センター
☎855・5100



入札参加資格審査申請

令和6・7年度に市が行う「一般競争入札及び指名競争入札参加資格審査申請（指名願）」の受け付けを行います。

■建設関係コンサルタント・測量設計・地質調査などと、県外建設工事

■受付期間

12月1日(金)～28日(木)

※高知県との共同受付です。

詳細は、市と県ホームページをご確認ください。

【物品・役務】

■受付期間／12月18日(月)～令和6年2月16日(金)

■受付場所／市役所4階財政課または電子申請システム

※詳細は市ホームページをご確認ください。

■問い合わせ／財政課管財係
☎863・6552

冬の道路の通行は、出発前の準備をしっかりと！

四国の道路も、冬期は積雪や凍結によりスリップ事故や車の立ち往生が発生し、重大な事故・渋滞につながる可能性があります。お出かけ前の情報収集と冬用タイヤやチェーンの準備が必要です。

■問い合わせ

道路緊急ダイヤル（無料、24時間受付） ☎#9910

国土交通省四国地方整備局
道路部道路管理課
☎087・851・8061

（代表）

四国の雪道情報はこちらから▼



令和5年度南国市成人式

■日時／令和6年1月3日(水) 14時～15時（開場13時）

■場所／スポーツセンター

■対象／平成15年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた市民の方

・住民登録のある対象者の方には、11月中旬に案内文書を送付しています。

・南国市出身の方は、現在住民登録がなくても出席できます。参加希望の方はご連絡ください。

・対象者で介助などが必要な方は、事前にご連絡ください。

なお、式典では手話通訳を行います。

■問い合わせ／生涯学習課

☎880・6569

FAX 880・6201
✉n-shougai@city.nankoku.lg.jp

南国市体育始め

令和6年の健康と飛躍発展を願い、走り始めを行います。お気軽にご参加ください。

南国市補助金最大22万円
オフィスK支援最大5万円

【太陽光発電・蓄電池】
住宅の屋根上太陽光で電気代を安くしませんか？効果シミュレーションは無料で作成します。他社見積もり大歓迎♪

高知県支援金最大3万円
国の補助金最大5万円

【省エネ家電等】
エコキュートやガス給湯器等の省エネ家電は今は購入チャンス！詳しくはご相談ください。対象機種をご案内します♪

0120-26-1210

株式会社 オフィスK

〒785-0066 南国市津ヶ丘3-2906
後援 〆〆【高知 オフィスK】
南国市東区金屋 太陽光アドバイザー会
メンテナンス株式会社 高知404事務所

■日時／令和6年1月4日(木) 9時（受付8時30分）
雨天決行

■集合場所
市役所玄関前駐車場
コース／市役所→日吉神社→後免町商店街→電車通り→柴田整形外科前→市役所

■参加費／無料

■申込方法／所定の申込書で12月15日(金)までにお申し込みください。申込書や要項はホームページから取得できます。

■申し込み・問い合わせ
スポーツセンター 担当 岡
☎865・8015
FAX 865・8016



水道管の凍結にご注意ください



気温が氷点下になると、水が出なくなったり水道管が破裂したりすることがあります。特に**マイナス4℃以下になるときは要注意**です。各家庭で凍結予防をお願いします。

なお、**給水装置は個人の所有物**です。破損した場合、**修理費用は自己負担**となりますので、ご注意ください。

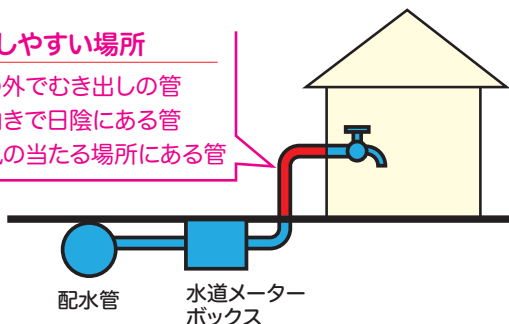
凍結を防ぐ方法

- 水道管や蛇口に保温材や厚手の布などを巻き付け、濡れて凍らないように上からビニールテープなどでしっかり巻く。
- 就寝前に蛇口から水を少しずつ出しておく。

※水道料金がかかるので、出し過ぎには注意してください。

凍結しやすい場所

- 家の外でむき出しの管
- 北向きで日陰にある管
- 強風の当たる場所にある管



配水管

水道メーターボックス

空き家などの凍結予防

長期不在にする場合や空き家などは、メーターボックス内の止水栓を閉めておくことで安心です。また、給湯器を長期間使用しない場合は「水抜き」をしてください。

※給湯器の凍結防止方法は、取扱説明書などで確認してください。

■問い合わせ／上下水道局給水係 ☎088-863-1235

水道管が破裂したとき

メーターボックス内の「**止水栓**」を閉めて、漏水を止めてください。

止水栓の場所が分からない場合は、応急処置として破裂した部分にタオルかビニールテープをしっかりと巻き付け、市指定給水装置工事業者（指定工事店）に修理の依頼をしてください。

※指定工事店は、市のホームページでも確認できます。



時計回りに閉める

止水栓

水道メーター

凍結して水が出ないとき

- 自然に溶けるのを待つ。
- 凍った部分にタオルなどをかぶせて、「ぬるま湯」をゆっくりかける。

※熱湯はかけないでください。

掲示板

納期限	固定資産税	3	12/25(月) ※納期限を過ぎると延滞金が増加される場合があります。延滞金が増加された場合、後日延滞金分の納付書が送付されます。
	国保税	6	
	後期高齢者医療保険料	6	
	介護保険料	6	

人権相談・行政相談

- 日時／12月20日(水) 10:00～15:00
- 場所／社会福祉センター
- 人権相談の問い合わせ／総務課じんけん係 ☎864-0160
- 行政相談の問い合わせ／総務課総務係 ☎880-6551

無料法律相談

- 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

火災 救急 10月	火災発生件数 0件		救急出動回数 270回				
	建物	0件	〈内訳〉	急病	155回	一般負傷	49回
	山林	0件		交通事故	21回	その他	45回
	その他	0件					

農家レストランまほろば畑

- 営業日／1月16日(火)、2月20日(火)、3月12日(火)
12月12日(火)は満席となりました
- 営業時間／①10:50 ②12:00 ③13:10
(各回60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)1,300円
小学生 800円、3歳～小学生未満 500円
- 前日までにご予約ください。
- 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

ナスのたたき
※写真はイメージです

メニューはこちら





ごみ収集は

12月31日(日)から新年1月3日(水)まで休みです

年末年始の収集日は次のとおりです。

可燃ごみの収集		
収集地区	年 末	年 始
月・木の地区	12月28日(木)まで	1月4日(木)から
火・金の地区	12月29日(金)まで	1月5日(金)から
水・土の地区	12月30日(土)まで	1月6日(土)から

容器包装プラスチックの収集	
収集地区	変更内容
月曜日の地区	1月1日(月)は休み
火曜日の地区	1月2日(火)は休み
水曜日の地区	1月3日(水)は休み

環境課からのお知らせ

ビン・雑ごみ・ペットボトルの収集	
収集地区	変更日
十市(県道春野赤岡線以南)、成合	1月1日(月)→1月4日(木)
片山、里改田	1月2日(火)→1月5日(金)
浜改田、琴平神社	1月3日(水)→1月6日(土)

カン・金属類の収集	
収集地区	変更日
第1・第3月曜日の地区	1月1日(月)は休み
第1・第3火曜日の地区	1月2日(火)は休み
第1・第3水曜日の地区	1月3日(水)は休み
琴平神社、成合	1月1日(月)→1月4日(木)

紙類・衣類の収集	
収集地区	変更日
第1・第3月曜日の地区	1月1日(月)は休み
第1・第3火曜日の地区	1月2日(火)は休み
第1・第3水曜日の地区	1月3日(水)は休み
琴平神社	1月2日(火)→1月5日(金)

年末年始のし尿のくみ取り

環境センター(し尿処理施設)は、12月30日(土)～1月4日(木)まで休業します。年末年始のし尿のくみ取りは、12月20日(水)までに次の業者に直接お問い合わせください。

業 者 名	所 在 地	電 話
(有)香南衛生社	大桶乙	864-2517
(有)南国衛生社	東山町	863-3531
(有)南国清掃	岡豊町	866-2432
(株)高知県浄化槽総合センター	下末松	863-5117

12月のごみ収集日(第○・第○曜日)の参考

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



宅配便の再配達防止に取り組みましょう

宅配便での荷物の受け取りは全国で年間43億個以上、ネットでの買い物、地方の特産物のお取り寄せ、重い荷物のお届けなど、今や日々の暮らしに欠かせなくなっています。そのうち2割が再配達で、再配達にかかるCO2の排出量は42万トンにも上ります(平成27年国土交通省の調査より)。

受け取る時間や場所を指定して、できるだけ1回で受け取るようにしましょう。

○「送る」とき

再配達になった理由で最も多いのは「配達が来るのを知らなかった」です。

- ・相手に事前に伝える
- ・相手の受け取りやすい時間を指定する

○「受け取る」とき

再配達になった荷物の約7割が時間指定をしていません。

- ・受け取る時間帯を指定する
- ・自宅近くや通勤経路の営業所、職場やコンビニを受け取る場所に指定する。



ひとりひとりが心がけて、再配達を減らし、地球温暖化防止に努めましょう。

■問い合わせ／環境課 ☎088-880-6557

ぽんたより

図書館だより
No.54

南国市立図書館

開館 (火) ~ (金) 10:00 ~ 18:00
(土)・(日) 10:00 ~ 17:00

12月休館日 毎週(月)、28日~31日

住所 南国市篠原 1801-5

電話 088-863-0469

お知らせ

第15回図書館まつり

日時: 12月1日(金)~12月10日(日)

企画: スペシャルおはなし会や、本の福袋、本太くんを探せ! など

※内容を変更・中止する場合があります。

11月1日から蔵書検索サイトのアドレスとパスワードが変わっています。

新アドレス

<https://oec2.tanchou.jp/nankokulib/webopac/index.do>

初期パスワードは、上記サイトのお知らせや、館内掲示にてご確認ください。



南国市立図書館 職員が選ぶ! 今月のオススメ新刊



鵜の碑 京極 夏彦/著

妖怪をモチーフとした怪事件が描かれる『百鬼夜行シリーズ』の17年ぶりの新作長編。

今回取り上げられるのは、正体不明の代名詞たる異形の妖怪『鵜(ぬえ)』。まさしく『読む妖怪』ともいべきこのシリーズ。ぜひご一読ください。



アジア人物史シリーズ 姜 尚中/総監修

古代から21世紀にかけて、アジア地域の各時代を生きた人々の評伝を積み重ねた、本邦初の本格的アジア通史。装丁も非常に重厚な本シリーズ、手に取って歴史と異文化への理解を深めてみませんか。



落語少年サダキチシリーズ (①~⑤) 田中 啓文/著

落語、そしてタイムスリップ。助けた酔っ払いの老人に無理やり聞かされた落語が、どこにでもいる小学五年生の少年忠志の前に、時空を超えた冒険の扉を開く!

新刊のご紹介 毎月約300冊の新刊が入ってます

一般

出雲大社参拝旅完全ガイド
憲法 / 芦部信喜
障害があり女性であること / 土屋葉
ゲノムでたどる古代の日本列島
黄酒入門 / 門倉郷史

魚が喜ぶ川のリアル / つり人社書籍編集部
リカバリー・カバヒコ / 青山美智子
鏡の国 / 岡崎琢磨
剣、花に殉ず / 木下昌輝
ミナヅキトウカの思考実験 / 佐月実

児童

魔女の一日 / 飯島都陽子
くるりんしっぽのラルゴとのはらのしらべ / のむらうこ
パンどろぼうとほっかほっカー / 柴田ケイコ
あける / はらべこめがね
クマのプーさんといっしょ / ジーン・ウィリス
おじょうさま小学生はなこ / 川之上英子
いじめにパンチ! / 黒野伸一

おはなし会へいらっしやい♪

予約不要、3階多目的室へお気軽にお越しください。



あかちゃんのへや
*0~2歳児対象
毎月第2(木) 10:30~10:50



土曜のおはなし会
*3歳児以上対象
毎週(土) 10:15~10:45

※おはなし会は休止する場合があります。

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



本の検索など

・本の検索・新刊紹介
・カレンダー
・行事予定



12月の
企画
展示

「神社・お寺」など

とおち 12月の
十市出張図書館

日時 / 12月13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



この印の事業は高知家健康パスポートのヘルシーポイントの対象事業です。



この印の事業は南国市健康ポイントの対象事業です。



健康文化都市・南国



子育て
支援センター

ひよこルーム

(保健福祉センター内)



未就園児と保護者が対象です。おもちゃや遊具・絵本もあり、子どもさんと一緒に遊べる場所ですので、親子で気軽にお越しください。

ひよこひろば (未就園児と保護者)	月・金 (9:30~14:30) 火・水 (12:00~14:30)
よちよちひよこ (主に生後6カ月から歩き始めるまで)	火・木 (9:30~12:00)
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 (9:30~12:00)
育児相談 (電話、来所での個別相談も受け付けています)	月~金 (9:30~16:00)



★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。

計測日 *12/12(火) よちよちひよこ
12/13(水) マタニティ&ベビーひよこ
(9:30~11:30) 計測をされる場合は、バスタオルをご持参ください。

*お出かけひよこ 12/4(月) 9:30~14:30
三和防災コミュニティーセンター



子育て講座



◎場所/ひよこルーム 申込開始/12月1日(金)~
(講座の申し込みは、本人のみ)

「ベビーダンス」

～ママと赤ちゃんのためのベビーダンス～

- 日時/12月19日(火) 10:00~11:30(受付9:30~)
- 講師/玉木 晶(ベビーダンスインストラクター)
- 対象/4~12カ月までの子どもさんと保護者
- 定員/親子9組 (先着順)
- 参加費/無料
- 持ち物/抱っこひも・飲み物



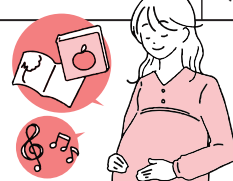
マタニティ教室(これからママ・パパの集い)



これから出産を迎える妊婦さんご家族を対象に、マタニティ教室を開催します。初産・経産は問いません。
※妊娠が分かたら、早めの参加をおすすめします。

クラス	日 時	内 容	持ち物
①出産準備 クラス	令和6年 1月16日(火) 13:30~16:00 (受付13:10~)	◎助産師・歯科衛生士・栄養士からのワンポイントアドバイス ・妊娠中から知って得する授乳 ・お口の健康と、「マイナス1歳から始める、虫歯予防」 ・妊娠中に気をつけたい食生活 ◎自分らしいお産の為に ・赤ちゃんとお話しながら、妊娠中から心も体もお産の準備 ・パパやご家族も、大切な主役!	母子手帳 筆記用具 ゆうゆうガイド (ピンクの冊子)
②育児準備 クラス	令和6年 1月30日(火) 13:30~16:00 (受付13:10~)	◎沐浴実習: 赤ちゃん人形を使ってお風呂に入れる練習 ◎妊婦体験: ママの体の変化を体験してみよう ◎相談コーナー: 助産師・歯科衛生士・栄養士・保健師が対応 ◎赤ちゃんのお世話: オムツ替えや抱っこ練習	母子手帳 エプロン 筆記用具 ゆうゆうガイド (ピンクの冊子)

- 場所/保健福祉センター
- 定員/各クラス10組 ※当日の託児はありません。
- 参加費/無料 ■申込方法/事前に電話でお申し込みください。
- 次回開催/②令和6年3月12日(火)



高知県民のための「広域がん検診」



「広域がん検診」は住所地以外の会場でも受診できます。
今年度、がん検診をまだ受診していない方はお申し込みください。

市町村	実施場所	検診日	検診の種類と検診料
高知市	総合保健協会 中央健診センター	2月12日(月)	肺がん／200円 胃がん／900円 大腸がん／400円 子宮頸がん／600円 乳がん検診／1,000円 (※1)検診料が無料になる場合があります。
南国市	南国市 保健福祉センター	2月17日(土)	
高知市	総合保健協会 中央健診センター	2月18日(日)	
南国市	南国市 保健福祉センター	2月23日(金・祝)	
宿毛市	総合保健協会 幡多健診センター	2月24日(土)	

■ 検診受付時間／8:30～10:30 ※子宮頸がん検診は、受付終了時間の30分前までに受付必要

■ 申込開始日／令和6年1月9日(火) ※申込締切日は各検診日の2週間前までです。(定員に達し次第、締め切り)

■ 申込受付時間／8:30～17:00(平日)

■ 対象／ 令和5年度に市のがん検診を受診していない方で、
下記に該当する方

- ①肺がん検診・胃がん検診・大腸がん検診／40歳以上の男女
- ②子宮頸がん検診／20歳以上の女性で、昨年度未受診の方または受診年度内に40歳・50歳になる方
- ③乳がん検診／40歳以上の女性で、昨年度未受診の方または受診年度内に40歳・50歳になる方

※1 下記の方は検診料が無料です。

- ①令和5年度内に40歳・50歳となる方
- ②令和5年度内に70歳以上となる方(ただし、肺がん検診は65歳以上となる方)
- ③生活保護世帯の方(申込時にお伝えください)
- 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)
- ⑤乳がん検診・子宮頸がん検診については、無料クーポン券対象者の方

■ 申し込み・問い合わせ／高知県総合保健協会 ☎088-831-4351
(南国市ではありませんので、ご注意ください)

☆健診結果個別相談会



健診結果をもとに健康相談を行いますので、
健診結果のお知らせを必ずご持参ください。
申込は不要。(事前に申し込みがあると待ち時間が少ないです。)

【対象】 令和5年度に特定健診・後期高齢者健診を受診された方

日時・場所		内 容
12月 1日(金)	保健福祉センター	9:15～10:00 個別相談会
		10:00～10:30 歯科教室
		10:30～11:30 運動教室 ※運動しやすい服装と飲み物を持ってお越しください。
12月 6日(水)	稲生ふれあい館	9:15～10:30 個別相談会 ※遅くとも10時までにお越しください。
12月15日(金)	久礼田公民館	

12月の休日在宅医

日	当 番 医	場所	電話
12月 3日(日)	にしかわクリニック	後免町	855-7676
12月10日(日)	北村病院	東 崎	864-2101
12月17日(日)	川田内科	後免町	864-2501
12月24日(日)	南国厚生病院	立 田	863-3030
12月30日(土)	たかはし内科小児科	緑ヶ丘	865-5680
12月31日(日)	南国中央病院	後免町	864-0001
1月 1日(月)	JA高知病院	明 見	863-2181
1月 2日(火)	きび診療所	明 見	804-6500
1月 3日(水)	南国いのうえクリニック	篠 原	855-8001

※変更する場合があります ※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。

乳幼児健診

■ 受付時間／12:45～14:00
■ 場所／保健福祉センター

4カ月児健診	12月21日(休)	1歳8カ月児健診	11月30日(休)
10カ月児健診	12月14日(休)	3歳6カ月児健診	12月 7日(休)

※対象の方には通知書でお知らせします。電話でお申し込みください。

離乳食教室

離乳食の進め方や赤ちゃんのお口の発達について一緒に学んでみませんか。事前に電話でお申し込みください。

- 日時／12月20日(水) 13:30～14:30
- 場所／保健福祉センター
- 持ち物／母子健康手帳・筆記用具
- 参加費／無料 ■ 定員／8組

※調理実習はありません。
※子どもさんと一緒に参加できますが、託児はありません。



上記の健診などの
申し込み・問い合わせは



保健福祉センター

〒783-0004 南国市大桶甲320

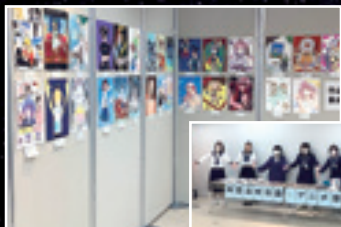
☎088-863-7373まで



ナンコクスクールフェスティバル2023を開催しました!

令和3年3月の施設オープン以降開催を続け、今年で3回目となる本イベント。10月28日と29日に市内の高校・高専4校が出展し、学校紹介や作品の展示、レーザーカッターを使ったワークショップや衛星受信の実演など、各校の特色を生かしたものになりました。

今後も皆様にもものづくりに興味を持っていただけるよう、ワークショップや企画展などを開催していきたいと考えています。



岡豊高等学校



高知東工業高等学校



高知農業高等学校



高知工業高等専門学校

衛星受信用
段ボール
八木アンテナ
製作中▼

予約・問い合わせ

海洋堂SpaceFactoryなんこく ☎ 088-864-6777



親子クイズ

6.19

Q 南国市の野菜クイズです

問① 高知県は日本一の「ししとう」産地!では、南国市の県内での生産量の割合は何%?

ヒント:南国市は県内1位の生産量です!

(出典:高知県の園芸(令和5年3月))

ア. 約10% イ. 約25% ウ. 約40%



問② その名のとおり切り口が四角いたけのこ「四方竹」。採れるのはいつ?

ア. 3月~4月 イ. 7月~8月 ウ. 10月~11月



問③ この野菜は何でしょう?

ヒント:「チャーテ」とも呼ばれます。

ア. ハヤトウリ イ. ハグラウリ ウ. キュウリ



みんなで地産地消!



【第618回解答】

初級編 ②近くの高台に避難する
中級編 ②400メートルおき
上級編 ②プレートテクトニクス

【第618回当選者】

岩内 真由美
岡崎 香
小島 康弘
刈谷 耕一
長尾 淳一

★応募総数/28通

★正解率/93%



■ 応募締切/12月7日(木) 消印有効

■ 応募方法/答え・住所・氏名・紙面の感想を明記し、ハガキまたはEメールでご応募ください。
(※応募は1人1通まで)

■ 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

スマホはこちらから⇒

■ 賞 品/正解者の中から抽選で、5名に図書カードを贈呈

地域おこし協力隊 活動報告



藤井 夢子

イベント盛りだくさんだった10月！私たち地域おこし協力隊が主催した「西町軒下マーケット」にも多くの方に足を運んでいただきました。今回のイベントは、後免町商店街西側を舞台に【ごめんくと交流のある皆様】と県内他地域の【地域おこし協力隊】が同時に出店いただく新たな試みでした。日頃からパワフルに活動される出店者さん達に感謝と元気をもらいつつ、また次回企画も考えていきたいです♪



▲西町軒下マーケットの様子



▼ごめんteteマルシェの様子



佐藤 真

みなさん、リアルシャモ番長は見ましたか!?先日の「ごめんteteマルシェ」でお披露目されてましたね。ぴょこぴょこ歩く姿が子どもさんたちに大人気でした♪南国市にゆかりのあるやなせたかしさんをモデルにした朝ドラも制作決定しましたし、南国市やシャモ番長の認知度が上がっていくように、我々協力隊もがんばらねば！



GomenC ごめんく

地域おこし協力隊の活動拠点&とんでもなく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・土・日 9:15~16:15
- 定 休 日 | 月・火 ※臨時休業あり
- 収容人数 | 約30名
- 貸出備品 | ミシン、アイロン、UVライトなど
- 使用用途 | ものづくり活動、デザインやアートなどの創作活動

- その他 | Wi-Fi 環境あり
- 駐 車 場 | 水・金…後免町防災コミュニティセンター
土・日…市役所北側駐車場

利用には事前の予約が必要です。

☎ 088-881-2675

Instagramも要チェック!
@gomenckochi

Follow me!



利用説明がありますので、初めて利用される方は一度ご来館をお願いします。

GomenC ごめんく

12月のワークショップ

- * お申し込みは各講師まで直接お願いします
- * 定員に達し次第募集終了
- 📍 …instagramからも問い合わせ可能

チラシも配布中



6水 9土 重ね梅のバッグチャーム



- 講師 つまみ細工 雫
- 時間 9:30~12:00
- 参加費 ¥1,700
- 対象 15歳以上
- 問い合わせ 090-1175-5301

📍 cizuku2

10日 アロマを取り入れたい人の ハンドクリームづくり



- 講師 森plus one
- 時間 10:30~11:30
- 参加費 ¥1,500
- 対象 15歳以上
- 問い合わせ 080-6383-1897

📍 moriplusone

20水 23土 アーティフィシャルフラワーでつくる しめ縄リース



- 講師 FUUKA
- 時間 10:30~12:00
- 参加費 ¥3,500
- 対象 小学3年生以上
- 問い合わせ 090-5101-3829

📍 fuuka_flower88



おかむら けいと

岡村 慶虎 くん

令和4年5月生まれ

上3人は女の子。そして唯一の男の子誕生！
悪いことばっかりして、大変やけどスクス元氣
に育って、立派な男の子になってね〜☆

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⇒



どい うたは

土居 詩葉 ちゃん

令和4年9月生まれ

うたは、お誕生日おめでとう！
お兄ちゃん2人と仲良く元氣に大きくなっ
てね！



かわさき ておん

川崎 天陽 くん

令和4年5月生まれ

みんなを笑わせてくれるておん。
いつも笑わせてくれてありがとう。これか
らいっぱい遊んでニコニコ笑顔でいてね。



さいとう りつき

齊藤 律希 くん

令和5年3月生まれ

パパもママも律希のことが大好きだよ！
元氣にすくすく大きくなってね。



くにとう つばき

國藤 椿 くん

令和5年4月生まれ

パパママのところに生まれてきてくれて
ありがとう！すくすく元氣に、優しい子
になってね！だいすきだよ！

Merry Xmas!



@SHAMO_BANCHO

▲シャモ番長の
活動はこちらから



交流人口

高知自動車道
南国I.C.
入 113,100 台
出 112,601 台

高知龍馬空港
出発 72,305人
到着 71,275人

《10月分》

市の統計

面積	125.30km ²	内 外国人数	437人(+10)
人口	46,159人(+8)	男	197人(+1)
男	22,045人(-8)	女	240人(+9)
女	24,114人(+16)	登録国籍数	30カ国
世帯数	22,569世帯(+28)	()内は前月比	《令和5年10月31日現在》

出生数	26人	転入	156人
死亡数	44人	転出	130人

交通事故発生状況					
人身事故	2件	死亡	0人	負傷	2人 《10月分》

南国市
防災行政無線
放送内容確認
フリーダイヤル



0120-7 5 9 1 3 1

※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。

※親子クイズはP22に掲載しています

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！

