

広報

なんこく

9

No.824



届け！復興への想い

(吾岡山文化の森特設会場)

8月6日、「第23回土佐のまほろば祭り」が開催され、会場は約9,000人の人でにぎわいました。

ステージ上ではたくさんのイベントが行われ、土佐女子中学高等学校書道部の皆さんは、音楽に乗せて踊りながら大判の和紙に筆を振るう書道パフォーマンスで、姉妹都市岩沼への復興の想いを披露しました。

つらゆき時代まつり参加者などの募集	… P2
南国市美術展覧会ほか	… P3
市議会議員選挙	… P4
生涯楽習	… P6
物部川を感じよう	… P7
カメラリポート	… P8
みんなの広場	… P10
お知らせ	… P12
健康文化都市・南国	… P18

第16回

11月3日(木)～6日(日)

土佐日記つらゆき時代まつり

参加者などの募集!

募集! 紀貫之・紫式部役

時代行列のメインを務めてみませんか?

■とき・参加行事

11月6日(日)

「第16回土佐日記つらゆき時代まつり」時代行列

■申込方法／住所、氏名、年齢、電話番号、足のサイズを明記し、顔写真(スナップ可)を添えて、郵送またはメールでお申し込みください。

■審査会

10月8日(土)午後1時30分

■備考／採用者には賞金3万円を進呈します。

■申込締切／9月22日(木)

募集! 行列参加者

古装束で時代行列に参加してみませんか?

■とき／11月6日(日)

■役柄／国司使・供奉・侍女

などをはじめとする行列のメンバー

■募集人員／男30名・女20名

*企業、職場単位の参加も可

■申込方法／住所、氏名、年齢、電話番号、足のサイズを明記し、はがきまたはFAXでお申し込みください。

■申込締切／9月30日(金)

■備考／行列参加者にはエコエコ商品券5千円を進呈します。

募集! 出店

つらゆき時代まつり期間中、商品販売を行うコーナーに出店してみませんか?

■とき

11月4日(金)～6日(日)

午前10時～午後4時

■ところ／商工会駐車場

■出店料／無料(机、いすの貸し出しは有料)

■申込方法

商工会にある所定の申込用

募集! 短歌大会作品

紙に事業所名、代表者氏名、住所、連絡先(電話、FAXなど)、取り扱い品を記入し、お申し込みください。

■申込締切／9月16日(金)

歌人紀貫之顕彰のための短歌大会に応募してみませんか?
■申込方法／短歌一首(題材は、つらゆき関連のものを主とし、そのほかでも可)をはがきに楷書で正確に記入し、郵送してください。

■参加費／無料

■申込締切／9月24日(土)必着

■歌評会

▼日時／10月29日(土)午後1時～3時30分

▼会場／商工会館2階会議室

■表彰種目／貫之賞、土佐日記賞、古今賞、国衛賞、大湊賞、門出賞ほか

*特選十首の方には表彰状、副賞を用意しています。



※申込先・お問い合わせは、市商工会の各事務局(〒783-0004 南国市大堀甲1623-5

☎864-3073、☎863-0201、✉nankoku@kochi-shokokai.jp)まで

●紀貫之・紫式部役、行列参加者、出店／つらゆき時代まつり事務局 ●短歌大会作品／紀貫之短歌大会事務局

第51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

と き 12月11日(日)～18日(日) ところ スポーツセンター

【幼児・児童・生徒の部】

- ※お問い合わせは
学校教育課 (☎880・6568) まで
- 部門／絵画、版画、デザイン、工作・工芸・立体作品、彫塑、書写(幼児の部は除く)
- 出品資格／市内在住または在園・在学する4歳児クラス以上の幼児、児童、生徒
- 出品料／無料
- 搬入
- ①幼児の部(書写を除く全部門)
- ▼搬入日／11月17日(木) 午前9時～午後4時30分
- ▼搬入場所／スポーツセンター
- ②児童・生徒の部(工作・工芸・立体作品、彫塑)
- ▼搬入日／12月5日(月) 午前9時～午後4時30分
- ▼搬入場所／スポーツセンター

【一般の部】

- ※お問い合わせは
生涯学習課 (☎880・6569) まで
- 部門／洋画、日本画、書道、漫画、デザイン、写真、彫塑・工芸
- 出品資格／市内在住または出身の方、市内に勤務または勤務経験のある方、市内校の在学または卒業生、市内にある各種サークルに在籍する方
- 出品料／1点につき500円(高校生は250円)
- *障害者手帳をお持ちの方は無料
- 搬入
- ▼搬入日／12月4日(日) 午前10時～午後7時
- ▼搬入場所／スポーツセンター
- 備考／開催要項・出品票は市役所総合案内・支所、スポーツセンター、中央公民館、日章福祉交流センターで10月中旬から配付予定です。



南国市職員募集

■採用試験日／10月23日(日)

■申込期間

9月1日(木)～22日(木)8:30～17:15

*土・日曜日、祝日は除く

*郵送の場合は9月22日(木)消印まで有効

■申込書配布場所

市役所総合案内・総務課職員係で9月1日(木)から配布します。郵送での申込書の請求は、住所、氏名を記入し、120円切手を貼った返信用封筒(角2)を同封してください。また、南国市ホームページ(<http://www.city.nankoku.kochi.jp>)から申込書をダウンロードできます。

■採用予定日／平成24年4月1日以降

■採用予定人数／各試験区分ごと若干名

※申込用紙の請求・お問い合わせは

総務課職員係

(〒783-8501 南国市大桶甲2301

☎880-6551) まで

試験区分	受験資格
行政Ⅰ	昭和57年4月2日～平成6年4月1日までに生まれた方
行政Ⅱ	昭和52年4月2日以降に生まれた方で民間企業などでの勤務経験が5年以上ある方
土木技師Ⅰ	昭和57年4月2日～平成6年4月1日までに生まれた方
土木技師Ⅱ	昭和52年4月2日以降に生まれた方で民間企業などでの勤務経験が5年以上ある方
建築技師	昭和52年4月2日～平成6年4月1日までに生まれた方
技師	昭和52年4月2日以降に生まれた方で2級ボイラー技師、第3種電気主任技術者、危険物取扱者免状(乙種第4類)の全ての資格を持っている方、または平成24年3月末までに資格取得見込みの方
保健師	昭和57年4月2日以降に生まれた方で保健師の資格を持っている方、または平成24年4月末までに資格取得見込みの方
栄養士	昭和57年4月2日以降に生まれた方で栄養士の資格を持っている方、または平成24年3月末までに資格取得見込みの方

10月16日(日)

告示／10月9日(日)

南国市議会議員選挙の投票日

あなたの1票を大切に！

任期満了に伴う南国市議会議員選挙の投票が、10月16日(日)に行われます。

投票時間は、午前7時～午後7時です。

*成合、天行寺、中谷、上倉、桑ノ川、黒滝、大改野、中ノ川は午前7時～午後6時です。

投票できる方

現在住んでいる場所で投票できるのは、次の皆さんです。

▼平成3年10月17日までに生まれた方

▼平成23年7月8日までに南国市に転入届を出し、引き続き住んでいる方

*今年10月8日以降に市内で住所を変わり、転居届を出された方は、前住所の投票所に行ってください。

転入をした方

▼平成23年10月8日現在で選挙時登録を行います。平成23年7月9日以後に南国市に転入届を出した方は投票できません。

▼南国市外へ転出した方は、投票できません。

期日前投票

投票日に、仕事や旅行、レジャー、冠婚葬祭などのため投票所に行けない方は期日前

投票ができます。

■投票場所

市役所4階選挙管理委員会

■投票期間・時間

10月10日(月)～10月15日(土)
午前8時30分～午後8時

不在者投票

指定を受けた病院・老人ホームに入院・入所されている方や、長期出張などで南国市以外に滞在されている方は、滞在地などで不在者投票ができます。

*手続きに時間がかかりますので、投票用紙の請求は早めにお願います。投票期間は10月10日からです。

郵便で投票できます

郵便等投票証明書の交付を受けた方は、郵便による不在者投票ができます。郵便投票ができるのは、次のいずれかに該当する方です。
①身体障害者手帳や戦傷病手帳を持っている方で、一定

の障害などのため投票所に行くことが困難な方

▼両下肢、体幹あるいは移動機能の障害(1級、2級)

▼心臓、じん臓、呼吸器などの障害(1級、3級)

▼肝臓の障害(1級～3級)

②介護保険の要介護5の方

■代理記載制度について
郵便などによる不在者投票をするので、あらかじめ選挙管理委員会に届け出た者(選挙権を有する者)に代理で投票に関する記載をさせることができます。

*郵便などの不在者投票をするには、「郵便等投票証明書」が必要です。

代理投票

身体障害者や字が書けない方も、投票所に行けば、投票所で補助者に代理記載をしてもらうという方法で投票ができます。不在者投票の場合も代理投票ができます。

投票所入場券を忘れずに

各世帯に投票所入場券を郵送します。投票日には、投票所入場券を持って、左表の投票所に行ってください。

投票所の地図案内

投票所の地図を南国市ホームページ

(<http://www.city.nankoku.lg.jp>)に掲載しています。

「地図案内」をクリックし、施設種別から「選挙投票所」を選んでいただければ、それぞれの地図が表示されます。

※お問い合わせは

選挙管理委員会

(☎880・6571) まで

今後の市政を託す
大事な選挙です。



「選挙のめいすいくん」

投票所一覧

地 区	投票区	あ な た の 住 ん で い る 所	投 票 所 名
日章	第 1	王子(北・中・南)、前永田、高見、高田、藤宮(北・南)、徳常、笠松(北・南)、北組(1・2)、中組(東・中・西)、南組	日章営農生活改善センター
	第 2	永田(北・南)、上啗内、本村(北・南)、東町(西・東・駅前)、中町(1・2・3・4)、西町(1・2・3)、都築紡績	香南中学校体育館
	第 3	下啗内(南・北)、茨西(北・南)、新屋、土居、中須、開田、高専物部宿舎、日章寮、切正寮、空港宿舎、合同宿舎	物 部 公 民 館
	第 4	久枝(西1・2、中南、中北、東1・2・3)、下島(浜・里)	久 枝 公 民 館
大篠	第 5	能間(東・西・北)、野田口、城陸、朝日町(南・北)、榎田町、稲吉(東・中・西)、西窪、新川	大篠小学校体育館
	第 6	山崎、八木、田井、関、竹中、西野々、住吉野、伊達野、大埴団地、南海学園、白銀荘	竹 中 公 民 館
	第 7	篠原(東・西・北)、南小籠南	篠原中央公民館
	第 8	明見	明 見 公 民 館
稲生	第 9	立石、千田木、土居谷、衣笠、丸山、井川、千屋崎	稲生ふれあい館
	第10	中谷、林谷、西谷、小久保、芦ヶ谷、北地	小 久 保 公 民 館
十市	第11	人形谷、糸木楠上、錦城、栗山、東坪池、西坪池、札場(1・2・3・4)、緑ヶ丘(1・2・3丁目)	十市高齢者多世代交流プラザ
	第12	剣尾、東組、国政、土居谷、西和	土 居 浩 方 車 庫
	第13	大小浜、八丁、阿戸、丸山	阿 戸 公 民 館
三和	第14	岡上、北組、中組、南組、寺山、西ヶ芝	片 山 公 民 館
	第15	上畑、室屋、土居、立石、馬橋、野尻、小田村、山口団地	三 和 公 民 館
	第16	東場、中ノ丁、細工所、八松	中ノ丁公民館
	第17	中田、本村、岩坂(北・南)	浜 改 田 公 民 館
	第18	浜田	浜 田 公 民 館
前浜	第19	西組、中組、寺家、久保、東組、浜窪	寺 家 公 民 館
	第20	里組	下田村共同利用施設(下田村集会所)
後免	第21	東町、後免町(1・2・3・4丁目)	後 免 町 公 民 館
長岡	第22	西山、南陣山	西 山 公 民 館
	第23	北陣山、南三畠、北三畠	南 三 畠 公 民 館
	第24	上末松、下末松、上廿枝、古市、祈年	SUNSUNながおか
	第25	1区、2区、3区(東・西)、東山町(1・2・3丁目)、幸町(1・2・3丁目)	中央第5集会所
	第26	4区、5区、6区(東・西)、7区(東・西)、小籠(1・2丁目)、元町(1・2・3丁目)	中央第1集会所
	第27	東崎東部、東崎西部、宇田、日吉町(1・2・3丁目)、駅前町(1・2・3・4・5丁目)	駅 前 町 公 民 館 (旧宇田公民館)
	第28	西島、たちばな、8区、小山団地、北小籠、南小籠、希望の家	中央第4集会所
国府	第29	国分(北・南・中・西)、左右山(東・中・西)、比江(上・下・東・城東)、国府寮	国 府 小 学 校
久礼田	第30	植田(北・南・西)、植田団地	植 田 公 民 館
	第31	久礼田(沖ノ土居・石堂・中北・中南北・中南北・西北・西南・高石)	久 礼 田 体 育 館
	第32	植野(東・中・西北・西南)、領石(北・中・南)	植 野 公 民 館
瓶岩	第33	宍崎、亀岩、外山、才谷	瓶 岩 体 育 館
	第34	成合、天行寺	成合天行寺公民館
上倉	第35	白木谷(一道木・萩野・中ノ谷・中平・滝下・小滝・中組・番所・中部・小倉)	白木谷消防屯所
	第36	(下・上)八京、丸山組	八 京 公 民 館
	第37	奈路(東・西・北)	奈 路 公 民 館
	第38	中谷、上倉	中 谷 公 民 館
	第39	桑ノ川、黒滝、大改野、中ノ川	黒 滝 公 民 館
岡豊	第40	笠ノ川(東・西・南)、八幡(東・西・南)	笠ノ川公民館
	第41	小蓮(東・西)、定林寺、滝本	定 林 寺 公 民 館
	第42	蒲原、看護宿舎、蒲原宿舎、県住蒲原住宅、蒲原住宅	蒲 原 公 民 館
	第43	中島(山畠・町・沖)、常通寺島、江村、吉田、小籠、中島宿舎	中 島 消 防 屯 所
野田	第44	上野田、下野田、西野田、西野田町(1・2・3・4丁目)	野 田 公 民 館
岩村	第45	包末、(東・西)金地	包 末 公 民 館
	第46	福船、堀ノ内、蔵福寺島	岩村ふれあいセンター

国際交流講座～英会話(入門コース)～

- とき／10月17日(月)～11月21日(月)
毎週月曜日(全5回) 19:00～21:00
- *10月24日(月)を除く
- ところ／中央公民館
- 講師／市内小中学校勤務ALT5名
- 対象／南国市民または市内勤務者20名
- *中学2年生程度の英語力が必要
- 受講料／1,200円
- 申込締切／10月7日(金)



国際交流講座～英会話(中級コース)～

- とき／10月5日(水)～11月30日(水)
毎週水曜日(全8回) 15:00～16:30
- *11月23日(水)を除く
- ところ／日章福祉交流センター
- 講師／市内中学校勤務ALT4名
- 対象／南国市民または市内勤務者20名
- *中学3年生～高校1年生程度の英語力が必要
- 受講料／2,000円
- 申込締切／9月26日(月)

南国市・高知大学共催事業

高知大学農学部教養講座

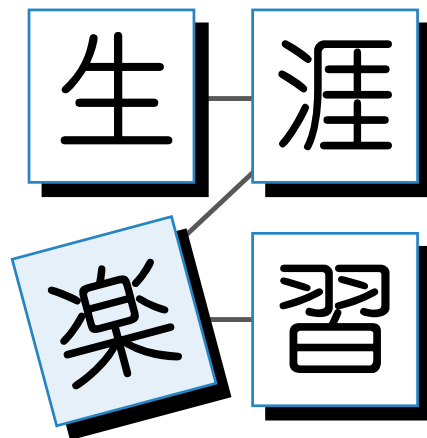
炭を焼こう～炭焼き体験～

簡易炭窯(ドラム缶)で炭を焼く体験を行います。誰でも簡単に木炭が焼けます。火を付けてからは、ひたすら煙を見るだけの作業ですが、白い煙が青から無色へと変わっていく様子をお楽しみください。出来上がった炭は持ち帰り、いろいろな用途にご利用いただけます。

- とき／10月15日(土) 8:30～13:00 炭焼き
10月22日(土) 8:30～9:30 炭出し
- ところ／高知大学物部キャンパス(農学部)
- 受講料／300円程度(傷害保険代)
- 講師／今安清光
- 募集人数／10名(小学5年生以上)
- *1日目(炭焼き)だけの参加も可
- 申込締切／10月6日(木)

●各講座の申込方法・申込先●

電話またはFAXで、講座名、住所、氏名、年齢、電話番号をお知らせください。
生涯学習課生涯学習人権係
(☎880-6569、FAX880-6201)まで



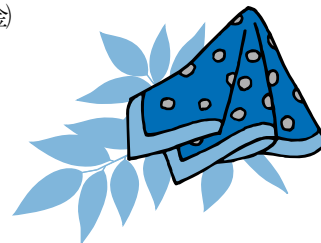
パン・スイーツ教室

- とき／10月8日(土)、29日(土)、11月5日(土)
13:00～16:30
- ところ／ペロリ(南国市大堀乙1323-5)
- 講師／茂野光正
- 対象／南国市民または市内勤務者30名
- *1日10名ずつ(1人1日のみ)
- *必ず希望日をお伝え下さい。
- 受講料／500円
- 材料費／800円
- 申込締切／9月28日(水)



草木染教室

- とき／10月11日(火)、14日(金) 13:30～15:00
- ところ／日章福祉交流センター
- 講師／山本眞壽(染織工芸作家)
- 対象／18歳以上の南国市民または市内勤務者で、両日とも参加できる方
- 受講料／800円
- 材料費／実費受講生負担(1,500円程度)
- 申込締切／9月30日(金)



●各教室の申込方法・申込先●

電話またはFAXで、教室名、住所、氏名、年齢、電話番号をお知らせください。
スポーツセンター
(☎865-8015、FAX865-8016)まで

物部川を感じよう

物部川ウォーキング

■とき／10月23日(日)午前9時30分

■雨天中止

■コース／大宮小学校(香美市美良布)から物部川橋梁下河川敷までの約18km

■集合場所・受付時間

▼物部川橋梁下河川敷・午前8時15分～8時45分

▼JR後免駅・午前8時30分～8時45分(駐車不可)

▼高知工科大学東ロータリー・午前8時～8時30分

▼大宮小学校・午前9時～9時30分(駐車不可)

■大宮小学校以外の集合場所からは、スタート地点(大宮小学校)までバスで無料送迎します。

■参加費／一般900円、高校生以下400円

■保険料、昼食代込

■募集人員／450名(先着順)

■申込方法／①住所②氏名③年齢④性別⑤電話番号⑥緊急連絡先⑦希望集合場所⑧集合場所までの交通手段を明記の上、郵送、FAX、

メールのいずれかでお申し込みください。

申込用紙は南国市企画課にあります。ホームページからもダウンロードできます。

■申込締切／9月20日(火)消印有効

※申込先・お問い合わせは高知工科大学物部川ウォーキング実行委員会

(〒782・8502

香美市土佐山田町宮ノ口185クラブ棟30

☎0887・57・2047

✉chiki@ugs.kochi-tech.ac.jp
http://www.ugs.kochi-tech.ac.jp/chiki/

まで



やっぱり大好き 物部川コンテスト

今も昔も私たちに自然の恵みをもたらしてくれる物部川。

「いつも、ありがとう」の気持ちを絵画、作文、俳句に託して「物部川」にメッセージを贈りませんか。

■募集内容

▼絵画(小・中学生対象)／八つ切りサイズ(392mm×271mm) 1人2作品以内

▼作文(小・中学生対象)／400字詰め原稿用紙2枚以上3枚以内 1人1作品

▼俳句(年齢不問)／官製はがき1枚につき1作品 1人2作品以内

■募集締切

▼絵画・作文／9月30日(金)必着

▼俳句／10月23日(日)必着

*俳句は10月23日(日)の物部川祭りの会場でも受け付けます。

■応募方法／所定の応募用紙を作品に貼付して、郵送してください。応募用紙は南国市企画課にあります。

*持参の場合は、南国市企画課でも受け付けします。

■備考／物部川賞をはじめ各受賞作品には、11月23日(水)の「香南ふれあい祭り」にて賞状および副賞賞品が贈られます。受賞作品は南国市、香南市、香美市で展示させていただきます。

※応募先は香南市役所企画課「やっぱり大好き物部川コンテスト」係(〒781・5292香南市野市町西野2706)まで

※お問い合わせは企画課企画調整係(☎880・6553)まで



復興を願う

7/28 姉妹都市・岩沼市災害支援報告会

3月11日に発生した東日本大震災。姉妹都市の宮城県岩沼市へ復旧支援に行った職員による「姉妹都市・岩沼市災害支援報告会」が市役所で開かれました。3月14日夜に岩沼に向かった藤村副市長から「多くの職員が学び、次期南海地震に生かしてほしい」とあいさつがあり、その後、5名の職員が現地での支援内容を、写真や映像を交えながら報告しました。

「事前に見聞きしていた状況と現地の被害の差に驚いた」「言葉が出ない。写真を撮るのもためられる」「水が一番大事」「自分の身を守る備えの確認が必要」「支援に行っても本当に良かった」「岩沼、そして東北の復興を願う」などの思いのつまった感想に、参加者は真剣に聞き入っていました。



▲7/7 SUNSUNながおか健康七夕文化祭
(SUNSUNながおか)



▲7/6 市長と中学生のドリームトーク
(鳶ヶ池中学校)



▲7/4 市長と中学生のドリームトーク
(香南中学校)



▲7/11~20 人権パネル展
(市役所)



▲7/10 第4回ながおか温泉杯泥んこスポーツ大会～運動会～
(下末松)



▲7/8 「おもちゃと模型のワンダーランド展」開会式
(県立歴史民俗資料館)

市民からのお便り

西野々遺跡現地説明会に行きました。南国市には、貴重な文化財がありますね。

広告

元気に! 楽しく! 健康で!

女性だけの健康体操教室

ぽっこりお腹 たるみ 肩こり 腰痛 解消

南国市にオープン!

1回
30分

オープン記念
無料体験 ご予約
受付中!!

ご予約された方には
カーブスグッズをプレゼント!

! 今すぐお電話下さい

全国
1,000店舗

Curves

カーブス南国ごめん

南国郵便局の西側

NTT 南国営業所 P 有 南国郵便局 至JR後免駅
至大津 ← 後免西町電停 四国銀行/ CARDER 至立田
南国支店 サンシャイン

■お問い合わせ・ご予約は
(受付時間/平日10:00~19:00、土曜10:00~13:00)
☎088-855-8555



演歌とプロレスのコラボレーション

7/29 南国市姉妹都市「岩沼市」震災復興支援第35回チャリティーピアガーデン

姉妹都市・岩沼市の震災復興支援を目的とした、南国市商工会青年部主催の「第35回チャリティーピアガーデン」が、南国市商工会東隣駐車場で開催されました。

演歌とプロレスのコラボレーションが見られる上に、地元長岡出身の2人が主役ということで、会場に設置されたリングとステージの周りには、約1,000人の観客が押し寄せました。大日本プロレスリングの興行が始まり、岡林裕二選手が現れて「馬鹿力」で技を決めると、会場は熱気と歓声に包まれました。続いて、



演歌歌手三山ひろしさんが歌い出すと、その「ビタミンボイス」の心地よいメロディーに引き込まれていきました。気が付くと、会場にさわやかな夜風が流れていました。



▲7/15 市長と中学生のドリームトーク (香長中学校)



▲7/12 物部川漁協主催の小学生対象野外学習会「環境学習とウナギの放流」 (物部川河川敷)



▲7/12 市長と中学生のドリームトーク (北陵中学校)



▲7/28 新しくALTに2人が赴任 (市役所)



▲7/23 南国青年会議所35周年記念事業南海地震防災シンポジウム「生きるために 守るために」 (アンジェブラン)



▲7/17 道の駅南国風良里オープン12周年記念感謝祭 (道の駅南国風良里)



▲7/31 NIAイングリッシュワークショップ (日章福祉交流センター)



▲7/30・31 子ども防災キャンプ (大湊小学校)



▲7/30 高知東工業高校開放講座「ウインドチャイムづくり」 (高知東工業高校)

Q この小さい椅子は、ある飲み物についていた物で作っています。
その飲み物は何でしょうか？



- ①セウチウ
- ②シャンパン
- ③ウイスキー

【第471回解答】

①	ノ	ゾ	ミ	ヤ	グ	ラ
②	シ	カ	ド	ッ	グ	
③	バ	イ	リ	ン		
④	タ	コ	ノ	モ	リ	
		⑤	カ	ラ	ク	リ
	⑥	ピ	ー	マ	ン	
⑦	ボ	ラ	ン	テ	ィ	ア
⑧	ゴ	メ	ン	ジ	ャ	ー

答え：ミドリノカーテン

【第471回当選者】

川村 弥生 (岡豊町)
川本いくみ (駅前町)
木村 圭吾 (大桶甲)
川西真紀子 (大桶甲)
川西 恵理 (大桶甲)

■応募締切／9月12日(月)必着

■あて先／〒783-8501

南国市大桶甲2301

南国市企画課「親子クイズ」係

■賞品／正解者の中から抽選で、5名に
図書カード(1,000円)を贈呈

★応募総数／46通

★正解率／98%

親子クイズは、広報委員が毎月順番に
考えています。

市民からのお便り

今回は意外にも難しかったクイズだったので、家族みんなで考えました。一人で解くよりも面白かったです！

11 人権学習シリーズ

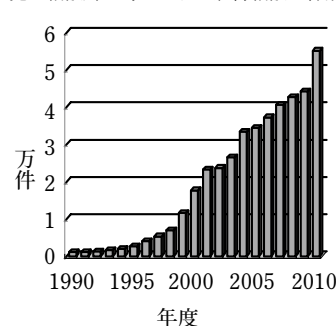
2010年度に、全国の児童相談所へ寄せられた児童虐待の相談件数が、初めて5万件を超え、過去最多となりました(7月20日、厚生労働省発表)。1990年度の集計開始から20年連続で増加を続け、厚生労働省は「疑いがある場合は児童相談所に連絡しよう」という意識が高まったためではないか」と分析をしています。

4月から関わり始めた仕事の中で、子育てに悩む家庭のあまりの多さに驚いています。不景気の中、生活の糧を得るために長時間家を空ける共働きの親。仕事の不安定な母子・父子家庭。仕事すら無い家庭。子育てにパートナーの協力が得られない家庭。そんな中にいる子どもたちを支援するために、関係機関で続けられる話し合いの数々。

自分自身、子育ての真っ最中を振り返ってみると、眠い目をこすりながら夜中にミルクをあげたり、こぼした食べ物を片付けたり、ウンチやおしっこで汚れたおしめを洗ったり、そんなことが今となっては懐かしく思われます。その時の自分には、少しでも「余裕」があったように思います。あれもなければ、これもしなくてとは完璧を求める親の話をよく聞きます。24時間「しなくて

ほんの少しの「余裕」

児童相談所に寄せられた虐待相談の件数



※お問い合わせは
人権啓発広報委員会

(☎880・6569) まで

楽しいドライブ旅行



にしもと まさかつ
西本 正勝さん（大桶甲）

平成19年から西窪自治会長を務めています。南国市に来てから30年以上たちますが、これまで子ども会や公民館活動など、いろいろな地域の取り組みに関わってきました。人が集まる交流の場に参加したり、そこでお酒を交わしたりすることが好きです。

趣味はドライブで、結婚後も年1回は遠くに出掛けています。車で九州や北海道に行ったこともありですが、運転は苦になりません。家族と一緒に行くことを想像しながら、インターネットや宿や道のりなどを調べて、旅行を計画するのはとても楽しいです。

「来年は、東北やデイズニールランド（千葉県）にも行きたい」と西本さん。安全運転で楽しんでください。

市民からのお便り

さんしよお見まい申し上げます。（親子クイズ）はあちゃんとかんがえました。（小学2年生）

仲良くハウス栽培



おかじ ともこ
岡地 頼子さん（大桶乙）

現在、夫と二人暮らしです。夫とは同じ会社に勤めていました。その頃から休みの日には畑で野菜などを作っていたのですが、退職を機に、ハウス付きの農地を購入。今は毎日、夫とハウスに通い、仲良く農作業をしています。野菜などは基本的に自家用ですが、いい物ができた時には直販市に出したりもしています。カボチャ、トマト、スイカ、バナナ、ドラゴンフルーツなど、いろいろな物を作っています。

性格は、適度にかっちりしていると思います。パソコンを使って、植え付け作物の管理もしているんですよ。

「果物は、買わずに、家でできるのを待つようになった」と楽しそうに語ってくれた岡地さん。収穫が楽しみです。

にこにこライフ

134



熱中症を防ぐために

まだまだ暑い日が続きます。熱中症は、急に暑くなった日や室内にいるときも注意が必要です。自分や身近な人が、熱中症の被害に遭わないように正しく理解しましょう。

熱中症の予防法

■水分・塩分補給

こまめな水分・塩分補給

*高齢者、障害児・障害者の方は、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分補給をしましょう。

■体調に合わせた取り組み

- ▶こまめな体温測定（特に体温調整が十分でない高齢者、障害児・障害者、子ども）
- ▶通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用
- ▶保冷剤、氷、冷たいタオルなどによる体の冷却

■熱中症になりにくい室内環境

- ▶扇風機やエアコンを使った温度調整
- ▶室温が上がりにくい環境の確保（こまめな室温確認）

*無理な節電をしてエアコンを使わないと、体調を崩すことがあります。

■外出時の準備

- ▶日傘や帽子の着用
- ▶日陰の利用、こまめな休憩

熱中症になったときの処置

- ①涼しい場所へ避難させる
- ②衣服を脱がせ、身体を冷やす
- ③水分・塩分を補給する



■こんなときは、すぐに119番

- 自力で水を飲めない
- 意識障害（会話がおかしい、呼びかけに答えない）

※お問い合わせは、南国市消防署（☎863-3511）まで



募集

自衛官試験

■種目

- ①看護学生
 - ②防衛医科大学
 - ③防衛大学一般採用
 - ④防衛大学推薦採用
- ＊以下、番号で表示

■応募資格

- ①高卒（見込み含む）～24歳未満の男女
- ②・③・④は高卒（見込み含む）～21歳未満の男女

■受付期間

- ①・②・③は9月5日（月）～30日（金）
- ④は9月5日（月）～9月8日（木）

■試験日・会場

- ①10月22日（土）・高知市内
- ②10月29日（土）および30日（日）

市民からのお便り

我が家も今年初めて、キッチンの窓に「こやのみどりのカーテン」を育てています。涼しくて、素敵♡

- 高知市内
- ③11月5日（土）および6日（日）・高知市内
- ④9月24日（土）および25日（日）・防衛大学校

※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

技能功労者表彰候補者

永年同一職業に従事し、優れた技能を社会発展のために役立て、功績のあった技能職者の表彰候補者を推薦してください。

■対象者／本市に居住する功労顕著な技能者（市外事業所の勤務可。自営業主で技能者を兼ねる者を含む）で次の要件を満たす方

- ①25年以上同一職業に従事された方
- ②優れた技能を有し、他の技術者の模範と認められる方
- ③引き続きその職業に従事する方や、同一職業の指導的立場にある方

＊公共団体または公共団体に準ずる団体に勤務の技能者は除く。



催し物 講座・教室

絵本の読み聞かせ講座

絵本の読み聞かせで一番大切なのは、絵本選びです。定番物から新作まで、幅広く絵

■被表彰者数／5名程度
■推薦方法／表彰候補者推薦書を提出してください。
＊未組織業種の個人からの推薦も可

■推薦締切／9月30日（金）必着

※提出先・お問い合わせは

商工観光課商工観光係

（☎880・6560）まで

ボランティア講座

なんこくボランティア

活動列車（第2回）

福祉やボランティアについて身近なことから学ぶ講座を1年間通して開講しています。

本を紹介します。申し込みは不要です。

■とき／9月30日（金）

午前10時～正午

■ところ

日章福祉交流センター和室

■講師／石元博子

■参加費／無料

※お問い合わせは

市立図書館

（☎863・0469）まで

広告

入居者募集 増築完成
(既存100室、増築108室)
有料老人ホーム野いちご南国
入居費 **74,000円** (個室 3食付)
住所：南国市篠原1954-1 TEL：088-863-1800

※お問い合わせは
社会福祉協議会
（☎863・4444）まで

▼南国市街ゴミ拾い活動
■参加費／無料

▼環境ボランティア活動について

■内容

■ところ／社会福祉センター2階会議室

■とき／9月17日（土）

午前10時～正午

一緒にボランティア活動の旅をしてみませんか。

第23回さわやか健康ウォーキング

体育の日に、歴史や自然の声に耳を澄ませながらウォーキングをしませんか。コース中では、特別天然記念物のオナガドリを見ることができ、ほか、関門で、ニューススポーツやゲームをします。

■とき／10月10日(月)午前9時(受付：午前8時30分)

※小雨決行

■集合場所／大篠小学校

■コース／オナガドリふれあいコース・約3.3km

■対象／小学生以上で3～5人のグループ

■定員／100名程度(先着順)

■参加費／無料

■申込方法／グループ単位で、はがきまたはFAXにイベント名、チーム名、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、お申し込みください。

■申込締切／9月30日(金)

※申込先・お問い合わせは生涯学習課文化スポーツ係

(〒783・8501)

南国市大坪甲2301

☎880・6569

FAX 880・6201) まで

お知らせ

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
9月3日(土)	手の病気／谷脇祥通
9月10日(土)	お薬の飲み方／楠瀬正彦
9月17日(土)	看護師によるがん相談／青木早苗
9月24日(土)	内科一般／菅沼成文
10月1日(土)	漢方について／松元かおり

■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

防災行政無線の説明会

住民の生命、身体および財産を守り、災害時に正確で迅速な情報を伝達することで、より円滑で安全な避難活動や防災活動の実現を図るために、防災行政無線の整備計画を進めています。

次の日程で、整備に関しての説明会を行いますのでご参加ください。

■地区名・とき・ところ

▼前浜地区・9月7日(水)

午後7時・前浜公民館

▼瓶岩地区・9月9日(金)

午後1時30分・瓶岩体育館

▼岡豊地区・9月10日(土)

午後6時30分・岡豊ふれあい館

▼国府地区・9月13日(火)

午後7時・国府公民館

▼久礼田地区・9月15日(木)

午後7時・久礼田公民館

▼大篠地区・9月24日(土)

午後6時30分・大篠公民館

▼後免地区・9月26日(月)

午後7時・後免町公民館

▼十市地区・9月27日(火)

午後7時・十市多世代交流プラザ

※お問い合わせは危機管理課危機管理係

(☎880・6575) まで

無料法律相談会

■とき／9月29日(木)

午後1時～5時

*受付は午後0時30分～3時

■ところ／高知共済会館

COMMUNITY SQUARE 3階

(高知市本町5・3・20)

■共催／高知弁護士会、高知

地方検察庁、高知地方法務

局、高知地方・家庭裁判所

※お問い合わせは

高知地方・家庭裁判所事務局

総務課庶務係

(☎822・0576) まで

節電ワンポイントアドバイス

エアコンの場合

熱中症などに気を付け、体に無理のない範囲で行うことがポイントです。

*削減数値は、一世帯当たりの夏のピーク時の電力(W)

■節電方法

①冷房の温度を26度から28度に上げる。

130W削減、節電割合10%

②すだれやよしずで窓からの日差しを和らげる。

120W削減、節電割合10%

③無理のない範囲でエアコン

を使わず扇風機を使う。

600W削減、節電割合50%

■備考／エアコンの「除湿」設定や頻繁なオン・オフは、使用電力量が増えるので注意しましょう。

※お問い合わせは環境課環境係

(☎880・6557) まで

南国市男女共同参画推進条例の公布

男女共同参画社会の実現

南国市では、男女共同参画社会の実現を目指し、啓発などに努めています。今年6月

には、南国市男女共同参画推進条例を公布し、市ホームペ

ージに掲載しました。

■進行中の取り組み

▼男女共同参画推進委員会の設置

▼平成24年度からの新10年計画の策定

※お問い合わせは生涯学習課生涯学習人権係

(☎880・6569) まで

市民からのお便り

今年も暑いです。節電、エコ、ご協力をお願いします。

四国一斉「法務局くらしの相談所」

高知地方法務局では、法務局の業務に関する1日無料相談所を開設します。

■とき／10月2日(日)

午前10時～午後3時

※予約不要

■相談内容／登記、供託、戸籍、国籍、人権擁護、公正証書など

■ところ(南国市周辺の会場)

▼イオンモール高知内イオンホール

▼高知地方法務局香美支局

※お問い合わせは
高知地方法務局総務課

(☎822・3331)

▼当日のお問い合わせは

(☎090・8972・2001)まで

県民手帳予約受付中

来年の県民手帳(2012年版)購入予約申し込みを受け付けています。県民手帳は、できるだけ多くの皆さんが活用できるように、より便利で使いやすいように作成されています。

■内容／七曜表、日記編、資料編、住所録など

■価格(サイズ)

▼ポケット判／500円

(14.5cm×9cm)

▼デスク判／750円

(21cm×13cm)

■申込期限／9月22日(木)

■配布時期／11月中旬予定

※申込先・お問い合わせは

企画課企画調整係

(☎880・6553)まで

地域と大学を結ぶ会

岡豊ふれあい館(公民館)では、高知大学医学部と地域住民が共に健康を考える会を開催し、健康学習を行っています。申し込みは不要です。で、気軽にお越しください。

■とき／9月2日(金)

午後7時～8時30分

■ところ／岡豊ふれあい館

■健康講話／夏の肝臓健康術

■講師／西原利治(高知大学

医学部附属病院消化器内科教授)

■参加費／無料

※お問い合わせは

生涯学習課

岡豊ふれあい館担当

(☎880・6569)まで

違反広告物の一斉撤去

9月1日～10日は

屋外広告物適正化旬間

県では、美しく安全なまちづくりの一環として、大きすぎ

だけでなく、広告物が出せない

地域や、許可が必要となる

地域を条例で定めています。

今年は9月9日に、県内各地で一斉に違反広告物(はり

紙、はり札など)の除去を行います。

※お問い合わせは

県中央土木事務所道路管理課

(☎863・2175)まで

高知農政事務所の組織再編

高知農政事務所(地域課、統計・情報センターを含む)は組織再編により、9月1日から「高知地域センター」となります。

■業務内容／戸別所得補償制度などの農業経営の安定や、

農山漁村の6次産業化、食

の安全・安心確保など

※お問い合わせは

高知地域センター

(☎875・7236)まで



移動図書館



市立図書館
☎863・0469

日	曜	場	所	時	間		
9/2	金	大湊小学校 13:10～13:40					
6	火	久礼田保育所 10:25～10:45	久礼田西公民館 10:55～11:15	後免野田小学校 12:50～13:35	たちばな幼稚園 14:00～14:20	奈路小学校 14:45～15:20	奈路公民館 15:25～15:45
7	水	後免野田保育園 10:20～10:40	岩村ふれあいセンター 10:55～11:15	香南中学校 12:50～13:10	高知高専宿舎 13:25～13:45	高専切正寮 13:50～14:10	グループホームワルツ 14:25～14:55
8	木	長岡東部保育園 10:20～10:40	十市小学校 12:50～13:35	緑ヶ丘2丁目 14:10～14:30	県住十市団地 14:35～15:15	あとむ幼稚園 15:20～15:50	
9	金	札幌バス停前 10:20～10:40	丸十園芸組合前 10:45～11:05	阿戸公民館 11:10～11:30	日章小学校 13:10～13:40	立田消防屯所南側 14:10～14:30	タマリン館 14:40～15:00
13	火	あけぼの保育所 10:20～10:40	大湊保育所 10:50～11:10	寶生寺 11:15～11:35	香長中学校 13:00～13:20	白銀荘 14:05～14:25	大篠保育園 14:35～15:05
14	水	里保育所 10:20～10:40	稲生小学校 12:50～13:30	白山荘 13:40～14:10	稲生保育園 14:20～14:40	かりやストア前 14:45～15:05	土佐厚生会国府寮 15:30～16:00
16	金	浦原県営住宅 10:15～10:35	医学部浦原宿舎 10:40～11:00	保健福祉センター 11:20～11:40	鷹ヶ池中学校 13:10～13:30	白木谷小学校 13:50～14:20	希望が丘分校 15:00～15:30
20	火	吾岡保育園 10:30～10:50	南海学園 10:55～11:15	国府小学校 13:00～13:30	ケアハウスたんば 14:10～14:40	医学部中島宿舎 14:50～15:10	ひまわり幼稚園 15:35～16:05
21	水	長岡西部保育所 10:20～10:40	岡豊保育所 10:50～11:10	長岡小学校 13:00～13:40	長岡農協 13:50～14:10	南陣山公民館 14:20～14:40	医学部国際交流会館 16:00～16:20
22	木	明見保育所 10:15～10:35	星神社前 10:40～11:00	久礼田小学校 12:50～13:35	植野公民館 14:10～14:30	定林寺公民館 14:50～15:10	
27	火	土佐希望の家 10:10～10:25	国府保育所 10:35～10:55	浜窪市営住宅 14:00～14:20	南部営農センター 14:30～14:50	浜改田公民館 15:00～15:30	
28	水	十市保育園 10:30～11:00	岡豊小学校 13:00～13:30	J A 三和支所 14:15～14:35			
29	木	三和小学校 12:50～13:40					

全国一斉「高齢者・障害者の人権あんしん相談」強化週間

高知地方事務局と高知県人権擁護委員連合会では、高齢者や障害者の人権問題解消に向け、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／9月5日(月)～11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(003)110

■取扱内容／介護者からの肉体的・心理的虐待あるいは家族などによる経済的虐待、就業差別、暮らしの悩みごとなど高齢者・障害者をめぐる人権問題

※お問い合わせは

高知地方事務局人権擁護課

(☎822・3503) まで

軽度生活援助事業

一人暮らしの高齢者が自立した在宅生活を継続できるように、軽易な日常生活上の援助を行う「軽度生活援助事業」を開始します。

■対象者／介護保険のサービスを利用していない65歳以上の方で、日常生活上の援助が必要な方

■サービス内容／掃除、洗濯など軽易な家事援助で対象者の自立を援助するサービス

■利用料／1回300円

*原則、週1回、1時間30分を上限

■利用方法／軽度生活援助事業利用申請書を提出してください。調査、判定を行い、利用の可否、サービスの内容などを決定します。

申請先・お問い合わせは

長寿支援課介護保険係

(☎880・6556) まで

■多重債務者無料相談会

借金の返済で困っている方、多重債務に陥って悩んでいる方のために、弁護士・司法書士による無料相談会を開催します。

■とき／9月11日(日)

午前10時～午後4時

■ところ／社会福祉協議会

■面談時間／一人当たり30分以内

■持参物／契約書や督促状など

どの債務状況が分かる書類

■申込方法／予約不要

*相談者多数の場合、受付を制限することがあります。

■備考／こころの相談会を同時開催します。

※お問い合わせは

南国消費生活センター

(☎880・6205) まで

国際テロの未然防止にご協力を

平成13年9月に発生した米国における同時多発テロ事件以降、テロ事件が世界各地で発生しています。海外で起きたテロ事件では、テロリストは事前に現場を下見したり、爆発物を製造するため原材料を入手したりするなど、必ずその準備を行っています。国際テロを発生させないためにも、不審外国人や不審物を発見した場合は、警察に通報をお願いします。

※通報・お問い合わせは

南国警察署

(☎863・0110) まで

掲示板

9月の納税は

国保税(3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
23年7月	21件	1人	21人
23年1月～7月	142件	1人	153人

火災・救急(7月分)

《火災》		《救急》	
発生件数	0件	出動回数	216回
建物	0件	急病	117回
山林	0件	交通事故	23回
その他	0件	一般事故	35回
		その他	41回

人権・行政相談

■とき／9月20日(火)

10:00～15:00

■ところ／社会福祉センター

子犬の譲渡会

■とき／9月15日(木)

9:00～10:00

■ところ／中央小動物管理センター

※事前に電話で県中央小動物管理センター(☎831-7939)に連絡してください。

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

※事前に電話で社会福祉協議会(☎863-4444)に予約してください。

図書館だより

9月の休館日

毎週月曜日

23日(金)、30日(金)

新刊紹介

鍵のかかった部屋 貴志祐介
財務省の階段 幸田真音
ペリー 佐藤賢一
アキバの帝王 新堂冬樹
湖底の城 宮城谷昌光
大江戸釣客伝(上・下)

夢枕獏
昔は、よかった? 酒井順子
虚言少年 京極夏彦
恋かたみ 諸田玲子
黄泉から来た女 内田康夫
パンプキン! 令丈ヒロ子
ダーウィンと出会った夏
ジャクリン・ケリー
ほか

市民からのお便り

先月、税務課の方いろいろな教えていただき、大変助かりました。ありがとうございました。

秋の全国交通安全運動

—— 9月21日(水)～30日(金) ——

【運動の基本】

子どもと高齢者の交通事故防止

運動の重点目標

- ①すべての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- ②夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止
(特に、反射材用品などの着用の推進および自転車前照灯の点灯の徹底)
- ③飲酒運転の根絶

交通事故死ゼロを目指す日
9月30日(金)

南国市交通安全市民会議・危機管理課



見守り用のベストをお貸しします

朝夕の登下校時、子どもたちの見守り活動を希望される方にベストを貸し出します。

※申込先・お問い合わせは
青少年育成南国市民会議事務局
青少年育成センター
(☎ 863・4201) まで

広報なんこく8月号のおわびと訂正

広報なんこく8月号2ページ「救急車を上手に使いましょう」の記事の一部が誤っていましたが、おわびして訂正します。

【誤】 高知県救急医療情報センター電話相談



【正】 高知県救急医療情報センター電話案内
年中無休、24時間体制で現在診療している医療機関を電話でオペレーターがご案内いたします。

市民からのお便り

今年も大鍋いっぱいゴーヤのつくだんを作って、友人たちに配り喜ばれました。

知って得する国民年金

保険料の納め忘れはありませんか？

国民年金保険料は日本年金機構からお送りする納付案内書などにより、毎月の保険料を翌月の末日までに納めていただくことになっています。

保険料の納め忘れがあると、将来受け取る老齢基礎年金の額が少なくなったり、場合によっては年金が受けられなくなることがあります。また、万一のときに障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられなくなることがあります。

そこで、便利で安心な口座振替のご利用をお勧めします。口座振替にしておくと、毎月、納めに行く時間と手間がかからず便利で安心です。また、口座振替の中には割引のあるお得な振替方法(早割、一年前納、半年前納)もあります。お申し込み方法は、口座振替申出書に必要事項を記入、押印(金融機関の届出印)してお近くの年金事務所にお申し込みされるか、ご郵送ください。また、金融機関窓口にご提出いただいても結構です。

保険料の免除・納付猶予期間がある方へ

追納をお勧めします！

国民年金保険料の免除(全額免除、一部納付)、若年者納付猶予、学生納付特例の承認を受けられた期間がある場合、保険料を全額納めたときよりも老齢基礎年金の受け取り額が少なくなります。

そこで、これらの期間の保険料は、将来受け取

る老齢基礎年金を増額するために、10年以内であればさかのぼって納めること(追納)ができます(一部免除の方については、残りの保険料を納付されていることが条件になります)。ただし、免除などの承認を受けられた期間の翌年度から起算して3年度目以降に追納されると、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。追納のお申し込みは、お近くの年金事務所までお願いします。

ご存じですか？任意加入制度

老齢基礎年金は、20歳から60歳になるまでの40年間保険料を納めなければ、満額の年金を受け取ることができません。

国民年金保険料の納め忘れなどにより、保険料の納付済期間が40年間に満たない場合は、60歳から65歳になるまでの間に国民年金に任意加入して、満額の年金に近づけることができます。なお、老齢基礎年金を受給するためには、保険料の納付済期間や保険料の免除期間などが原則として25年以上必要となりますが、この要件を満たしていない場合は、70歳になるまで任意加入することができます(ただし、昭和40年4月1日以前に生まれた方に限られます)。また、海外に在住する日本国籍の方も国民年金に任意加入することができます。

※お問い合わせは

南国年金事務所(☎ 864-1111)まで

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

*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。

★カン・金属類の収集

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

*空き缶(飲料)と他の金属は袋を別にしてください。

★紙類・衣類の収集(新聞紙・雑誌・紙パック・古着)

と き	地 区
9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
9月6日・20日 (第1・3火曜日)	下島、田村(ハィス南)、浜改田、久枝、前浜、物部(下啗内を除く)、野田、後免町
9月7日・21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)
9月12日・26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
9月13日・27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(ハィス北)、岩村、下啗内
9月14日・28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
10月3日・17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

★ダンボールの収集

と き	地 区
9月5日・19日 (第1・3月曜日)	天行寺
9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)
9月2日・16日 (第1・3金曜日)	下島、田村(ハィス南)、浜改田、久枝、前浜、物部(下啗内を除く)、野田、後免町
9月3日・17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)
9月8日・22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
9月9日・23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(ハィス北)、岩村、下啗内
9月10日・24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
10月3日・17日 (第1・3月曜日)	天行寺

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。

集いの日



- とき／毎週月・金曜日
午前9時30分～12時
- 5日(月)、19日(月)、23日(金)は休み
- ところ／保健福祉センター

マタニティー&ベビー

- とき／毎週水曜日
午前10時～11時30分
- 14日(水)、28日(水)は休み
- 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は、兄弟のお世話ができるご家族の同伴者が必要です。
- 備考／9月21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。

出張ひよこルーム

- とき・ところ

▼9月6日(火)・十市高齢者多世代交流プラザ

▼9月22日(木)・SUN SUN ながおか

■時間／午前10時～11時

子育て講座

- とき／9月20日(火)

■午前10時30分～11時30分

■ところ／保健福祉センター

■内容／お母さんと赤ちゃんの心をつなぐベビーマッサージ

■講師／奈良雅子(ベビーマッサージセラピスト)

■対象／3か月から7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は、兄弟のお世話ができるご家族の同伴者が必要です。

■定員／15組

■参加費／500円(オイル代)

■申込方法／電話でお申し込みください。

地域子育て支援センター(おひさま・キンダー・ひよこ)合同講座

※幼児期の食事作りましょう

■とき／9月28日(水)
午前9時30分～12時

これから
ママ・パパの集い

マタニティー教室

これから出産を迎える妊婦さんとそのご家族を対象に、マタニティー教室を開催します。初産・経産は問いません。おじいちゃん・おばあちゃんになる方も気軽にご参加ください。



- ところ／保健福祉センター
- 対象／1才から3才までの未就園児とその保護者
- 定員／24組(託児有り)
- 持参物／エプロン、三角巾、主食、お茶、食器、箸
- 参加費／100円(材料費)
- 申込方法／電話でお申し込みください。

※試食程度の量になりますので、ご理解の上お申し込みください。

クラス	とき	内容	持参物
① 出産準備クラス	9月7日(水) 13:30～16:00	◎妊娠中の過ごし方／栄養・お口の中の健康・母乳育児の準備について ◎自分らしい出産のために／お産の進み方・補助動作・家族の役割について	母子手帳 筆記用具
② 育児準備クラス	9月17日(土) 13:30～16:00	◎赤ちゃんのお世話／沐浴・抱っこの仕方、おむつの替え方などの実習 ◎妊婦体験	母子手帳 エプロン 筆記用具

- *①②の一方のみの申し込みも可能です。
- *次回の開催は、①11月16日(水)②11月26日(土)です。
- ところ／保健福祉センター
- 定員／各クラス15組
- 参加費／無料
- 申込方法／電話でお申し込みください。

あなたがつらいとき、近くにいます。

毎月10日は、フリーダイヤル

自殺予防 いのちの電話

0120-738-556

毎月10日 8:00～翌日8:00 (24時間・無料)

主催：社会福祉法人いのちの電話 後援：厚生労働省

9月10日は、世界自殺予防デーです。

- 9月10日～16日は自殺予防週間となっています。
- ・自殺は防ぐことができます。
- ・自殺のサインを見逃さず、相談機関につなげましょう。
- ・自殺予防の相談機関(フリーダイヤル以外の日も)

高知いのちの電話

☎824-6300 (9:00～21:00)

*おわびと訂正

6月に全戸配布した自殺予防パンフレットに掲載の「高知いのちの電話」の電話番号が誤っていました。正しくは上記の番号となりますので、おわびして訂正します。

★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
胸部レントゲン検診 健康診査 (どの会場でも受診できます)	日 章	9/21	水	9:30~11:00	久 枝 公 民 館
	前 浜			13:30~15:00	前 浜 公 民 館
	国 府	9/27	火	9:30~11:00	国 府 公 民 館
	大篠・三和	10/4	火	13:30~15:00	三 和 ス ポ ー ツ 交 流 セ ン タ ー
ポ リ オ (予 防 接 種)	全 地 区	9/22	木	13:30~14:00	保 健 福 祉 セ ン タ ー
4 か 月 児 健 診		9/29	木	13:00~14:00	保 健 福 祉 セ ン タ ー
10 か 月 児 健 診		9/15	木		
1 歳 6 か 月 児 健 診		9/1	木		
3 歳 4 か 月 児 健 診		10/6	木		
3 歳 4 か 月 児 健 診		9/8	木		
愛の献血	全地区 (16~69歳)	9/9	金	9:00~10:00	高 知 ヤ ク ル ト 販 売 (株)
				12:00~13:00	ひ ま わ り 乳 業 (株) 南 国 工 場
				14:00~16:00	高 知 空 港 ビ ル (株)
		9/28	水	9:00~11:00	(株) ア ス テ イ ス
				16:00~17:00	岡 豊 病 院

子宮頸がん検診

- とき／10月6日(木)、18日(火)
- ところ／なんごく産婦人科
- 受付時間／14:00、14:30、15:00、15:30、16:00
- 対象／20歳以上の女性
- 定員／1日先着20名
- 検診料／800円
- 申込受付開始／9月16日(金)
- 備考／子宮頸がん検診は2年に1回の検診です。今年度は、22年度に受診できなかった方のみを対象に実施します(ただし、記念検診対象者及び無料クーポン券対象者は関係なく受診できます)。

乳がん検診

マンモグラフィ(乳房エックス線撮影)

- とき・ところ
- ▶10月14日(金)午前・日章福祉交流センター
午後・スポーツセンター
- ▶10月25日(火)午前・中央公民館
午後・保健福祉センター
- 受付時間
8:30、9:30、10:30、13:30、14:30、15:30
- 対象／40歳以上の女性
- 定員／1日先着120名
- 検診料／1,000円
- 申込受付開始
10月14日分…9月7日(水)
10月25日分…9月30日(金)
- 備考／ペースメーカー着用の方、妊娠中、授乳中、豊胸手術を行っている方はご遠慮ください。

※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 南国市大涌甲320

☎863-7373) まで

胃がん検診

- とき・ところ
- ▶10月6日(木)・三和公民館
- ▶10月19日(水)・中央公民館
- 受付時間／8:30、9:30
- 対象／40歳以上の市民
- 定員／1日先着50名
- 検診料／900円
- 申込受付開始／9月9日(金)
- 備考／胃がん検診では、バリウムが誤って気管に入ることがあります。むせやすい方や高齢の方は、特にご注意ください。また、検診当日の薬の服用については検査終了後となりますので、治療中疾患のある方は、主治医に相談の上お申し込みください。

次の方は、各種がん検診料が無料です(ただし、前立腺がん検診は除く)。

- ①記念検診対象者(受診年度内に40歳・50歳となる方)
 - ②受診年度内に70歳以上となる方
 - ③生活保護世帯の方
 - ④身体障害者手帳をお持ちの方
 - ⑤療育手帳をお持ちの方
 - ⑥精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方
- ※④⑤⑥の方は手帳の提示が必要です。

☆休日在宅医(変更する場合があります)

日	曜	当 番 医	電 話
9/4	日	J A 高 知 病 院(明 見)	863-2181
11	日	尾 木 内 科 医 院(篠 原)	863-2787
18	日	小 栗 医 院(十 市)	865-8405
19	月	岡 豊 病 院(岡豊町小蓮)	866-2345
23	金	南 国 病 院(大涌甲)	864-3137
25	日	いちほ内科小児科(大涌甲)	863-3915
10/2	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。

ハ〜イちゅくと〜いめん



Omard Kaengmpa

ナルモン カウチャンパ さん
(タイ)
高知大学農学部留学生

私はみんなに「ジャン」とニックネームで呼ばれています。本当に言いにくい名前でしょう。出身はタイ最北、ラオスとミャンマーの国境近くのチェンライです。そこで高校まで過ごし、大学は首都バンコクにあるカセサ大学で学びました。大学院卒業後、コンケン大学で教壇に立つていたとき、文部省の奨学金を得て、交換教授として高知大学農学部に来ました。専門は「森林と河川流域の管理」で、今は博士課程の2年です。あと1年の研究期間が終わったら、元の大学に戻って教える予定です。また、別の国、例えばアメリカにも留学したいと強く願っています。好きな言葉は「やらな

))) いろんな国で学びたい)))

ければならないことは、最高にやれ」です。タイには地震も台風もありません。台風10号は恐ろしかったです。母は東日本大震災や原発のことを心配しています。私は日本が大好きです。食べ物も何でも好きですが、特に、うどん、ラーメン、サーモン寿司、スイカ、メロンなどが好物です。タイのお勧めの食べ物、トムヤムクン、グリーンカレー、グアバ(果物)です。日本では、夜でも一人でどこに行っても大丈夫ですが、タイではとても考えられませんが、安全なところでもあります。安全なところですね。



こんにちは 赤ちゃん



ありかわ ゆうせい
有川 悠成 くん (岡豊町蒲原)

平成22年 7月27日生まれ



やまもと いちご
山本 莓 ちゃん (大桶)

平成22年 1月8日生まれ

はじめてのまんま。
でも、おっぱいのほうがおいしいな！

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「こんにちは赤ちゃん」係まで、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。

ようやく1年半が過ぎました☆最近はずうずうしいブルーベリーを食べるのが大好き！いっぱい食べて大きくなってネ♪…いや、食べすぎか！？

交流人口

高知自動車道
南国I.C.
入 122,244台
出 122,572台

高知龍馬空港
出発 45,059人
到着 47,668人

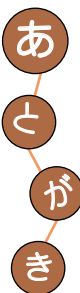
《7月分》

市の統計

面積	125.35km ²	外国人登録者数	241人 (+ 7)
人口	49,144人 (- 70)	男	122人 (+ 5)
男	23,393人 (- 42)	女	119人 (+ 2)
女	25,751人 (- 28)	登録国籍数	33カ国
世帯数	21,476世帯 (- 6)		

() 内は前月比 《平成23年 7月31日現在》
出生数 19人 [男 7人・女 12人] 《7月分》

有権者数 《平成23年 6月2日現在》
39,950人 [男 18,565人・女 21,385人]



サッカーの「なでしこジャパン世界一」が、大きな話題になりました。

「南国市のなでしこ」香長中学校の米沢夏帆さんと池絵梨菜さんが、8月に行われた柔道の世界カデ選手権で、見事に優勝し、世界一の花を咲かせました。

本当にすごい！おめでとうございます。(T)