

寸 報 南 国 公 報

2023

9

Nankoku City Public Relations

No.968



HP



見てね！

LINE



友達に
なろう！



8月3日 日吉神社なまつり ～後免野田保育園の園児達～



7/15-16 食品サンプルの世界展

海洋堂SpaceFactoryなんこく3階企画展示室にて、四国初上陸の「食品サンプルの世界展」が開催されました。食品サンプルメーカー株式会社いわさきによる食品サンプルは、本物と全く見分けがつかないほど精巧で、「本物はどれ?クイズ」の正解率はなんと7%!

サンプルを触って写真が撮れるフォトスポットのほか、食品サンプルグッズの販売もあり、大好評の企画展でした。



7/16 デハラユキノリさんトークショー

7月15日から始まった「四万十町・南国市シールラリー北斗周遊百裂拳!!」のオープニングイベントで、高知県出身のフィギュアイラストレーター・デハラユキノリさんと海洋堂セム・宮脇修一さんとのトークショーが開催されました。

約50人のファンの前で、デハラさんがデザインした牧野富太郎博士や北斗の拳のフィギュアがお披露目され、2人の軽妙なトークで会場を沸かせました。



7/27 ものべおしごと体験博×ひまわり乳業

物部川DMO協議会の主催で、子どもたちにもものべがわエリアの仕事を体験してもらう「ものべおしごと体験博」が、ひまわり乳業本社・南国工場にて開催されました。

工場見学をした後、子どもたちが研究員となり、ひまわり乳業の商品と山北みかんや芋けんぴなどの高知の食材を組み合わせ、商品開発を体験しました。出来上がった商品を社員の方々が試飲して、「新しい味!」「こういう発想はなかった」などと子どもたちの自由な発想力に感嘆していました。



7/28 地域移住サポーター委嘱式

地域移住サポーターとして、新たに2名(藤井夢子さん、利岡優多さん)が高知県から委嘱されました。

南国市への移住者や移住希望者のさまざまな不安や心配ごとなどの解消に向けて、県や市と連携して地域の情報の提供や、同じ地域に暮らす住民としてアドバイスなどのボランティア活動をされます。



7/29 第51回消防救助技術四国地区指導会

香川県消防学校にて開催された第51回消防救助技術四国地区指導会へ南国市消防本部の隊員が代表8名出場し、ロープブリッジ渡過や水中結索などすべての出場競技において入賞しました。



7/10-20 人権パネル展

「部落差別をなくする運動」強調句間にちなんで人権パネル展を開催しました。市内小学校から出展された238点の人権に関する作品が来場者を和ませてくれました。
(スポーツセンター)



7/11 農家レストラン7万人達成

道の駅南国風良里で月1回営業をしている農家レストラン「まほろば畑」が、来客数7万人を達成しました。
当日は、7万人目の方に記念品を贈り、来店された方々に日頃の感謝を伝えました。



▲7/16
道の駅南国風良里オープン24周年
記念感謝祭（道の駅南国風良里）



▲7/26
第49回大篠地区豊年祭り
(大篠小学校)



▲7/28
農業高校生によるアンパンマン石像
清掃(後免町)



▲7/28
人権擁護委員の日の啓発活動
(十市多世代交流プラザ)



▲7/29
流しそうめんフェス(錦城公園)



園児・幼児のまほろば祭りの
ちょうちんおひろめ(市役所)

コミュニティ助成事業(宝くじ助成金)



立田自治会は、地域内での連携・協力によって地域課題の解決や活性化を目指し、明るく・住みよい地域づくりに取り組んでいます。今回、宝くじのコミュニティ助成事業を活用して公民館の備品を購入し、地域の方々がより利用しやすくなりました。



■問い合わせ／企画課コミュニティ推進係 ☎088-880-6553



安政南海地震を記した玉垣碑(琴平神社)

居安思危

いまこそ 居安思危

安きに居りて危うきを思う

居安思危

安きに居たりて危うきを思う

思則有備

思えばすなわち備えあり

有備無患

備えあれば患い無し

では、私達は繰り返し起きる地震に対して、過去と同じ経験をすることしかできないのでしょうか。寺田博士はまた次の言葉も残しています。

ちにとつて大いに参考になることが書かれています。
寺田寅彦の作品はインターネット上の電子図書館「青空文庫」にて無料で公開されています。ぜひ読んでみてください。

【引用・参考文献】

※1 『2023年 関東大震災100年 次の100年

への備え〜過去に学び、次世代へつなぐ〜』(内閣府作成パンフレット)

※2 『地震雑感／津波と人間 寺田寅彦随筆選集』(千葉俊二／細川光洋編・中央公論・2011年)

所収「小宮豊隆宛書簡(大正12年9月11月)」より

※3 『「同右」所収「災難雑考」より



寺田 寅彦
画像出典：国立国会図書館「近代日本人の肖像」

物理学者・随筆家。東京生まれ。高知県人。東大教授。地球物理学を専攻。「広辞苑(第七版より)」

大正12年(1923年)に発生した関東大震災から今年で100年の節目に当たります。関東大震災は、発生日の9月1日が「防災の日」と定められているように、日本における災害対策の原点となった大災害です。マグニチュード7.9、当時の震度階級で最大震度6と推定され、多くの家屋が倒壊しました。また発生時刻が11時58分であったことから、昼食の時間と重なり多くの火災が発生しています。

『今度われわれのなめたと同じような経験を昔の人がもうとうになめ尽して居る』(※2)
これは物理学者・寺田寅彦(1878-1935)の言葉です。寺田博士は東京生まれ、3歳から18歳まで高知で過ごし明治から昭和初期にかけて活躍した物理学者です。「天災は忘れられる頃来る」という趣旨の戒めを残したことでも有名です。今から100年前、東京帝国大学理科大学教授のとき関東大震災に遭い、発生直後から震災予防調査会のメンバーとして、特に地震火災の被害調査を行いました。その調査の最中、友人に宛てた手紙に書かれたのがこの言葉です。この言葉のとおり、南国市を例にとっても、昭和(1946年)、安政(1854年)、宝永(1704年)……と私達の郷土は過去から繰り返し南海地震を経験してきました。

関東大震災から100年、昭和南海地震から77年、阪神淡路大震災から28年、東日本大震災から12年、熊本地震から7年、……。私達は過去の経験を学び、「災害」を少しでも軽減できるよう(これを今の言葉では「減災」といいます)、諦めることなく今できる備えをしなければなりません。

寺田寅彦は多くの作品を残した随筆家でもありました。災害に備えることの重要性を説いた晩年の随筆「津波と人間」、「天災と国防」、「地震雑感」、「流言蜚語」などには、現代の私た



寺田寅彦記念館にある碑
(書は牧野富太郎の筆による)

新型コロナワクチン接種のご案内

【令和5年秋開始接種】

■実施期間

9月20日(水)以降

■対象者

12歳以上の初回接種(※1)を完了しているすべての方
※小児(5～11歳)および乳幼児(6か月～4歳)も対象ですが、市内会場での接種に関する情報は今後お知らせします。

■使用するワクチン

オミクロン株(XBB.1.5)に対応した1価ワクチン

■接種回数

実施期間中において1人につき1回のみ
初回接種(※1)の接種回数は除く



※1 初回接種とは、小児(5～11歳)と12歳以上用ワクチンでの1・2回目接種、または乳幼児(6か月～4歳)用ワクチンでの1～3回目接種のことで、1回目の接種という意味ではありません。

注意

現時点(8月10日現在)での国からの情報を基にしており、
今後変更される可能性もありますのでご注意ください。
最新情報は接種券の同封文書、今後の広報または市のホームページなどでご確認ください。

【参考】(これまでに使用したワクチン)

『従来株に対応した1価ワクチン』

初期から令和4年秋開始接種が始まるまで使用されていたワクチンで、武田社製(ノババックス)のワクチンも該当します。

『従来株およびオミクロン株(BA.1又はBA.4-5)に対応した2価ワクチン』

令和4年秋開始接種以降に主に使用されているワクチンです。

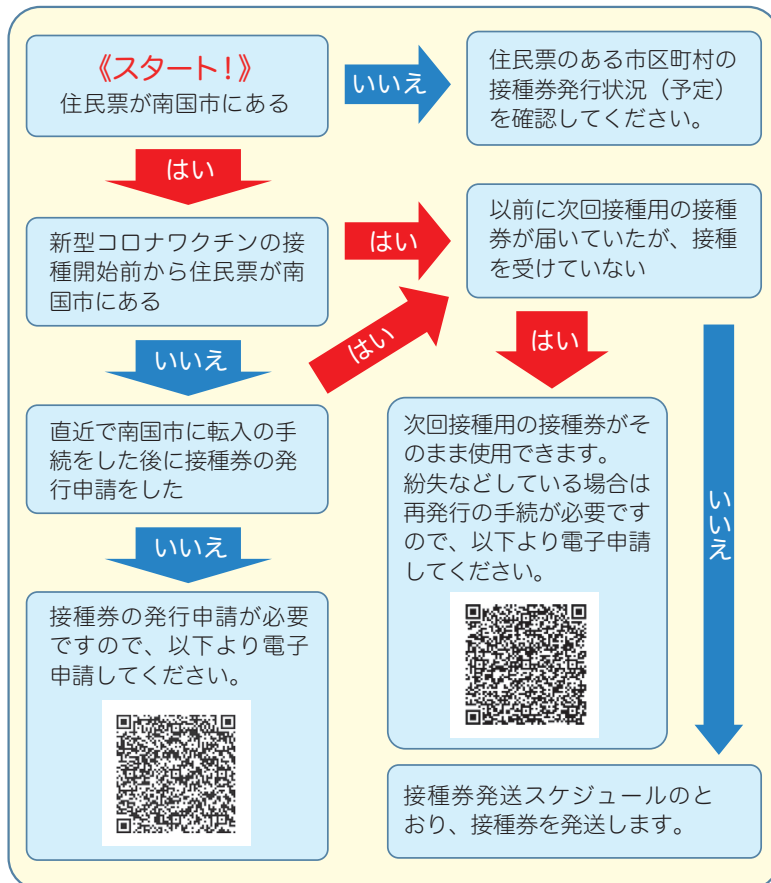
【令和5年春開始接種】

重症化リスクの高い方などを対象とした『令和5年春開始接種』は、9月19日で終了となりますので、接種を希望される方は早めにご予約ください。**市内の会場は9月16日で終了予定です。**

なお、9月20日以降も上記の『令和5年秋開始接種』としての接種は1人につき1回のみ可能です。

【接種券の発送】

接種券発行のために手続が必要な場合などがあるので、以下より確認してください。



【接種券発送スケジュール】

前回接種日	発送日
令和4年11月25日まで	令和5年9月6日
令和5年5月7日まで	令和5年9月11日
令和5年5月14日まで	令和5年9月13日
令和5年5月21日まで	令和5年9月20日
令和5年5月28日まで	令和5年9月25日
令和5年6月10日まで	令和5年9月27日
令和5年6月30日まで	令和5年10月2日

【新規予約の受付開始日】

受付開始日(9:00～)
令和5年9月11日(月)
令和5年9月14日(木)
令和5年9月19日(火)
令和5年9月25日(月)
令和5年9月28日(木)
令和5年10月2日(月)
令和5年10月5日(木)



■ワクチン接種に関する問い合わせ／接種相談窓口 ☎088-863-5523 (平日9時～16時)

土佐のまほろば風景街道 健康散歩



国分川周辺などの市北部の8つのエリアが、
平成20年11月に国土交通省が提唱する「日本風景街道」から
「土佐のまほろば風景街道」として認定され、今年15周年を迎えました。

- 各回ガイド付き・定員20名
- 要予約・先着順・雨天中止
- 高知家健康パスポート
対象イベント

9/22(金)

8:50受付開始
9:00～
12:00

彼岸花咲く 参勤交代道を歩く

約7km

- ・ 参加費1,000円（銘菓お土産付き）
- ・ 集合・解散：道の駅南国風良里 正面入口付近
- ・ 申込期間：9月1日(金)～9月19日(火)

道の駅南国－領石(送り番所跡)－亀岩(北山超えの道石碑)－
ナウマン博士が見た古墳－道の駅南国

11/5(日)

8:50受付開始
9:00～
12:00

コスモス咲く「土佐日記門出のまつり」 参加ウォーク

約6km

- ・ 参加費1,000円
(ぜんざいのお接待・西島のお花見セット(お弁当)付き)
- ・ 集合・解散：西島園芸団地
- ・ 申込期間：10月10日(火)～10月31日(火)

西島園芸団地－国分橋－国衙跡－門出のまつり会場－国分寺－西島園芸団地
※12:15～案内人と土佐のまほろば風景談義(自由参加)

2/9(金)

9:15受付開始
9:30～
13:15

坂本龍馬ゆかりの地と梅を楽しむ

約7km

- ・ 参加費1,500円（レストラン風良里特製幕の内弁当・お茶付き）
- ・ 集合・解散：道の駅南国風良里 正面入口付近
- ・ 申込期間：1月9日(火)～1月31日(水)

道の駅南国－佐々木神社－領石(送り番所跡)－坂本龍馬先祖の墓－
才谷龍馬公園の梅を見ながらお弁当タイム－道の駅南国

【申し込み・問い合わせ】

南国市観光協会

☎088-855-3985

(平日8:30～17:15)

詳細はこちら

南国市観光協会 健康散歩



* 飲み物は各自お持ちください。

* 当日体調のすぐれない方は必ず左記へご連絡の上、
ご参加をお控えください。

60代は、一番自由におしゃれを楽しめる！



ユーチューバー Mimiさん

61歳でユーチューブを始め、現在5万人以上のフォロワーがいるMimiさんこと渡辺峰代さん。ユーチューブをきっかけに、インスタグラムや本の出版もされています。

南国市に住み始めて20年

生まれ育ったのは高知市です。父が紳士服の販売業で、母も裁縫が上手で、中学生までは母が洋服を作ってくれました。今思えばその頃からファッションが好きでした。

私が高校生の頃に南国市市民体育館で郷ひろみさんのコンサートがあって、電車に乗って見に行ったのを覚えています。南国市の思い

出といたらそれくらいでした。

40代で母と一緒に暮らす場所として見つけたのが南国市です。当時は田んぼの多い場所です。歩いて買い物や用事ができる便利などころに引越してきました。最近新しい家がたたくさんできたり、みあーれのようなおしゃれな施設ができたとして、にぎやかになってきましたね。

ユーチューブとの出会い

仕事をしているときに同じ職場の人からユーチューブを教えてもらって、見始めました。そうしたらとても面白くて色々見ていました。そのうちに、ユーチューブはスマホがあれば自分で作って投稿できることを知り、やってみようと思えました。広告関係の仕事をしていたので、レイアウトのイメージはできますが、動画の編集はユーチューブや本を参考に勉強しました。今も撮影はスマホ、編集はタブレットを使い自分でやっています。

令和3年6月に最初の動画を投

稿しました。「ああ、この動画が日本中、いや世界中に発信されてしまった！」という感慨とは裏腹に、再生回数は1000回を超えることはほとんどありませんでした。それでも、毎日の暮らしの楽しみとして、動画の投稿を続けていました。

その年の秋頃に、「60代この秋、何着る？」というファッションに係る投稿が42万回再生され、そこからたくさんの方に見ていたできるようになりました。出版社の方の目に留まり、令和4年の秋に本を出版しました。

「何を着るか」という悩み

動画を投稿している中で同世代の方が、これからのような服を着たらいいか悩んでいると感じました。そこで、プチプライスでも安っぽくならずに素敵に着られるか、ということを考えてながら投稿しています。インターネットで新商品のチェックをしたり、若者向けの雑誌を参考にしたりして、自分が無理なく、楽しくおしゃれができることを目指して、投稿を続けています。

私の母の世代は「世の中に合わせた、年相応の服」を選びがちでしたが、60代は社会的な立場も、自分の体も、大きな変わり目を迎えます。今まで仕事一筋だった人が、やっと本当に自分の好きな

服を着られるときだとも思います。今の年齢だからこそ着られる明るい色もあると思って、取り入れてみたいと思っています。

10年後も続けていきたい

今は、ユーチューブも仕事も忙しいけれど、時間ができたらカメラを勉強するなど新しい趣味を見つけてやってみたいです。渡航する予定はまだないけれど、久しぶりにパスポートも取得しました。

ものすごい勢いで世の中が変わっていると思いますが、同世代の方々に向けてSNSでの発信は続けていきたいです。

9月末に新たなファッションブックを発売予定のMimiさん。素敵な笑顔が印象的でした。



▲MimiさんのInstagram



▲MimiさんのYouTube



南国市職員募集

一緒に働く仲間を募集します!



職種	受 験 資 格	申込期間
行政(Ⅰ)	平成6年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方	9月11日(月) 17時まで
行政(Ⅱ)	昭和44年4月2日以降に生まれた方で、次の要件の内、(1)(2)のいずれかを満たし、かつ、(3)を満たす方 (1)大学または大学院で考古学、歴史学、その他これらに類する学科などを専攻して卒業もしくは修了した方 (2)埋蔵文化財発掘調査(整理・報告書作成を含む。)の経験が5年以上ある方 (3)普通自動車の運転免許を持っている方または取得見込み※の方	
行政(Ⅲ)	昭和59年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方で、申込み時点で障害の程度が1級から6級までの身体障害者手帳または精神障害者保健福祉手帳の交付を受けており、活字文による出題に対応可能な方	
土木技師	昭和59年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方	
保健師	昭和59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(取得見込み※の方を含む。)	
保育士 幼稚園教諭	平成元年4月2日以降に生まれた方で、保育士および幼稚園教諭の資格を持っている方(取得見込み※の方を含む。)	
消防士	平成10年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方で、次の要件をすべて満たす方 (1)消防職員として職務を遂行しうる身体的適性を有する方 (2)採用後に、南国市内に居住できる方	
調理師	平成元年4月2日以降に生まれた方で、調理師の免許を持っている方(取得見込み※の方を含む。)	

※「取得見込み」は令和6年3月31日までに当該資格などを有する見込みの場合が該当します。

■試験案内

南国市のホームページからダウンロードできます。受験資格などは試験案内でご確認ください。
市役所総合案内・総務課職員係でも配布しています。郵送での請求は、住所・氏名を記入し、140円切手を貼った返信用封筒(角2)を同封してください。

■試験内容(第1次試験)

第1次試験は実施期間内のお好きな時間にパソコンやスマートフォンでインターネットを利用して受験できる形式です。詳細は試験案内でご確認ください。

■採用予定日

原則令和6年4月1日

■申込方法

南国市のホームページからインターネット申し込み

■問い合わせ

総務課職員係 ☎088-880-6551



試験案内は
こちらから

第63回 南国市美術展覧会

作品募集

【一般の部】【幼児・児童・生徒の部】同時開催

あすなるコーナーでは特別支援学級の作品を展示します。

日時 12月3日(日)～10日(日) 場所 スポーツセンター



【幼児・児童・生徒の部】

【一般の部】

- 部門／絵画、書道、漫画、写真、彫塑・立体・工芸・デザイン
- 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、市内校の在学生または卒業生、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／11月26日(日) 9時30分～18時
- 搬入場所／スポーツセンター
- 開催要項・出品票／市役所総合案内、スポーツセンター、地域交流センター(みあーれ)、日章福祉交流センターで10月上旬から配布予定
- 問い合わせ／生涯学習課地域交流センター(みあーれ)
☎088・878・6070
-
- 部門／絵画、お話の絵、版画、デザイン、工作・工芸・立体作品、彫塑、硬筆※、毛筆※(※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・5歳児クラスの幼・保育園児、児童、生徒
- ※幼児の部は無審査です。
- 出品料／無料
- 搬入
- ①幼児の部(絵画、お話の絵、版画、デザイン、工作・工芸・立体作品、彫塑)
- 児童・生徒の部(絵画、お話の絵、版画、デザイン、硬筆、毛筆)
- 搬入日／10月30日(月) 9時30分～16時30分
- ②児童・生徒の部(工作・工芸・立体作品、彫塑)
- 搬入日／11月24日(金) 9時～16時30分
- 搬入場所／①・②ともにスポーツセンター
- ※詳しくは開催要項を参照してください。
- 開催要項／市役所総合案内、スポーツセンターで10月上旬から配布予定
- 問い合わせ／学校教育課
☎088・880・6568

展覧会の補助員募集！

【一般の部】

- 職種／事務作業補助員
- 雇用期間／11月24日(金)～12月11日(月)の間の6日間程度
- ※日によって、勤務時間が異なります。
- ※11月26日(日)～28日(火)、12月1日(金)、12月10日(日)などに勤務できる方を優先します。
- 賃金／時給 922円～976円
- 勤務場所／スポーツセンター
- 申込締切／9月29日(金) 必着
- 申し込み・問い合わせ
履歴書を左記までご提出ください。
生涯学習課 市展担当 ☎088・878・6070



【幼児・児童・生徒の部】

- 職種／事務作業補助員
- 雇用期間／10月30日(月)～12月11日(月)の間の12日間
- ※10月30日(月)、31日(火)、11月1日(水)、6日(月)、10日(金)、24日(金)、27日(月)、30日(木)、12月1日(金)は出勤が必須。また、11月16日(木)と17日(金)に勤務できる方を優先します。
- 勤務時間／8時30分～17時15分(休憩1時間)
- 賃金／日額7200円～7600円
- 勤務場所／スポーツセンター
- 申込締切／9月29日(金) 必着
- 申し込み・問い合わせ
履歴書を左記までご提出ください。
学校教育課 市展担当 ☎088・880・6568



のぞポ 参加者募集!



～介護予防につながる新たな取り組みを始めます!～



住み慣れた地域で「自分らしく」「望む生活」を続けていくには、自己管理による健康づくりが大切です。

南国市では、スマートフォンの健康アプリを活用した新たな介護予防事業

のぞポ（「わたしの望む生活」応援ポイント事業）を始めます。

事業に参加するための説明会を開催しますので、お申し込みください!



Business content

事業内容

スマートフォンの「**脳にいいアプリ**」(開発: 株式会社ベスプラ)で健康習慣^(※)を身につけながら、介護予防につなげます。

アプリで貯まるポイントは **PayPay**(ペイペイ)ポイントに交換できるので、楽しく健康になってお得な生活を目指せます。

※今回は「**歩く**(歩数)」「**食べる**(品目数)」「**脳トレ**(回数)」といった参加者自身での目標達成メニューが中心です。イベントやボランティア参加などのメニューは随時追加予定です。

Call for Participation

参加者募集

■募集要件/南国市内在住の**65歳以上**で、スマートフォンをお持ちの方

■定員/**50名程度**

■参加費/無料

■申込方法/電話にて、氏名・年齢・連絡先・説明会参加可能日をお伝えください。

■申込期間/**9月1日(金)～12日(火)**

※応募者多数の場合は、期間内でも受付を締め切る場合があります。

briefing session

説明会

■内容/事業やアプリの説明

■日時/**9月15日(金)～29日(金)** 平日10:00～11:30

■会場/**地域交流センター みあーれ1階 サロン1**

■持ち物/ご自身のスマートフォン

※駐車場、無料Wi-Fiあり

無料アプリを使って
健康づくり!



■申し込み・問い合わせ/長寿支援課 ☎088-880-6556 (平日8:30～17:15)

申し込み: 不要
参加費: 無料

高知家健康パスポートのヘルシーポイントと
南国市健康ポイントの対象事業です。



令和5年度 代謝アップ体操^{後期} ～メタボ・ロコモ予防にも効果あり～

南国市民の方ならどなたでも参加OK!
メタボが気になってお腹まわりを引き締めたい方、足腰を強くしたい方、運動不足で体力をアップさせたい方など友人やご家族と一緒にお気軽にご参加ください!
全回参加しても1回のみの参加でも大歓迎ですよ♡

問い合わせ

NPO法人まほろばクラブ南国(スポーツセンター)
☎ 088-865-8015

場所

スポーツセンター 1階サブアリーナ

時間

受付/13:30～ (夜)19:00～
運動時間/13:45～15:00 (夜)19:15～20:30

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
- ・ウォーキング指導 など

用意するもの

運動靴、バスタオル(運動用マット)、飲み物、
健康手帳・健康パスポートアプリ(お持ちの方)、
運動しやすい服装(ジャージなど)

指導

健康運動指導士 濱田 泰行

開催日 全16回

昼の部

10月10日(火)・24日(火)
11月14日(火)・28日(火)
12月12日(火)・26日(火)
1月9日(火)・23日(火)
2月13日(火)・27日(火)
3月12日(火)・26日(火)

夜の部

10月6日(金)・20日(金)
11月10日(金)・24日(金)

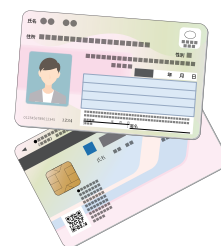


マイナポイントの申し込み期限は9月末まで!!

2023年2月末までに申請がお済みの方は、2023年9月末までに申込手続き(*)をすればマイナポイントを受け取ることができます。

マイナポイントの申込手続きには、カードの受け取りが必要です。ポイント申込期限の9月末は窓口の混雑が予想されますので、早めにカードの受け取りをお願いします。

※決済サービスによって、すでに受付終了している場合や9月初めに終了を予定している場合があります。詳しくはマイナポイント事業ホームページまたは決済事業者にご確認ください。



マイナンバーカードの休日交付のお知らせ

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っていない方は、ご利用ください。

マイナンバーカードやマイナポイントの申請支援でのご利用も受け付けています。

■日時/9月9日(土)・24日(日) 8:30～12:00

■場所/南国市役所1階 市民課



※事前予約をお願いします。

◀予約サイト (24時間受付)
予約電話番号

☎ 088-863-2920
(平日日中のみ)

■問い合わせ/市民課市民係 ☎ 088-880-6574

INFORMATION NANKOKU

主な行事 & お知らせ

Sep 2023

9

募集

香南清掃組合職員募集

- 令和6年度に採用する職員を募集します。
- 試験日/10月15日(日)
- 職種・採用人数/施設運転員(技能職)(夜勤ありの変形労働)、若干名
- 受験資格/平成6年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方
- 採用予定日
令和6年4月1日以降
- 申込期間
9月4日(月)～22日(金)

市民からのお便り

認知症高齢者等見守りシールの交付の取り組みを始めたのは良いことだと思います。自分の方向音痴を考えるといずれはお世話になるかも…!!

8時30分～17時(平日のみ)
※郵送の場合は、9月22日(金)消印有効

■申込書配布場所/9月4日(月)から香南清掃組合事務局、南国市役所、香南市役所、香美市役所で配布します。

※ホームページからもダウンロード可能

■申し込み・問い合わせ
〒783-0023
南国市廿枝1455
香南清掃組合事務局総務係
☎63・1177



公営住宅入居者新規募集

■募集戸数/5戸
■募集住宅場所
長岡地区 (4戸)
久礼田地区 (1戸)

■募集案内配布期間
9月6日(水)～15日(金)
8時30分～17時15分

※土・日・12時～13時を除く
■申込書受付期間
9月13日(水)～15日(金)
8時30分～17時15分

※12時～13時を除く
■備考
・連帯保証人不要
・南国市パートナーシップ登録簿に登録されたパートナー同士での申し込みが可能

■申し込み・問い合わせ

住宅課住宅係
☎880・6558

「市街化調整区域における地区計画策定指針」の見直しの意見募集

県では、人口減少や少子高齢化の進展、南海トラフ地震をはじめとする自然災害への対応など、市町が地域の実情を踏まえた地区単位のまちづくりを行う際の県の判断基準である「地区計画策定指針」を見直すにあたり、意見を募集します。

見直し案は、県のホームページ(パブリックコメント)に掲載します。

■募集期間
9月1日(金)～9月30日(土)

■応募方法/持参、郵送(必着)、メール

■問い合わせ
高知県都市計画課

☎823・9849
✉171701@ken.pref.kochi.jp

171701@ken.pref.kochi.jp

イベント

第35回さわやか健康ウォーキング

■日時/10月9日(月)祝9時～(受付8時30分)

※小雨決行、荒天の場合は長岡小学校体育館にて軽スポーツ。

■集合場所

長岡小学校グラウンド
コース/長岡小学校、三島多目的広場、まほろばの湯、長岡小学校(約3.6km)

■対象/原則小学生以上で3、5名のグループ(小学生のみ)の場合は、必ず5年生以上が1名以上参加してください。

■参加費/無料

■申込締切/9月29日(金)必着

■定員/100名程度(先着順)

■申込方法/グループ単位で郵送(ハガキ可)またはFAXにて、イベント名・チーム名・氏名(ふりがな)・年齢・代表者住所・連絡先を明記の上、お申し込みください。

■主催/南国市、南国市教育委員会、南国市スポーツ推進委員連絡協議会

※高知家健康スポーツのポイント(1点)提供イベントです

■申し込み・問い合わせ
生涯学習課生涯学習係

☎880・6569
FAX 880・6201



「防災の日」ブーム
～予期せぬ事態に備えよう～
半田 国夫 (920)



ものづくりフェスタ2023

小学生の親子を対象としたものづくり体験を中心に、小さな子も楽しめるワークショップも開催されます。事前申し込みが必要なコースもありますので、詳しくはホームページをご確認ください。また、各種イベント（バルーンアート、電車に乗ろう！、スタンブラリーなど）の開催や、キッチンカーなどの出店もあります。

※入場・体験共に無料です。

■日時／11月3日(金)

9時～15時30分

■場所

高知職業能力開発短期大学校
香南市野市町西野1595-1

■問い合わせ

高知職業能力開発短期大学校
学務援助課

0887・

564100

南国市観光案内人の会
ガイドウォーク

国司(紀貫之)が過ごした「まほろばの里 国府」。貴公はどんな心境で土佐の国司を務めたのか一緒に歩いてひもといていきましょう。

■日時／9月6日(水)

10時～11時30分(10分前までに集合)

※雨天延期(9月7日(木))

■コース／約3km

土佐国分寺発→国庁跡→

廃寺塔跡→日吉神社→
紀貫之邸跡→土佐国分寺着

■受付場所／土佐国分寺

■駐車場／あり

■参加費／1人500円

■定員／15名

■募集締切／9月1日(金)

■申し込み・問い合わせ

南国市観光協会

0855・3985(平日のみ)

歴史資料に親しむ会

南国史談会では、地域の文化財や歴史遺産にスポットを当てた学習会やフィールドワークを行っています。広く市民の方を対象に行っていますので、興味のある方はお気軽にご参加ください。

■日時／9月17日(日)

13時～15時30分

■場所／南国市後免町

防災コミュニケーションセンター

■参加費／無料

■内容／絵金資料をどう見るか
鑑賞のヒント

■講師／南国市文化財審議委員・アクトランド学芸員
横田 恵

■問い合わせ

生涯学習課文化財係
0802・6062

スマイリーハート人権講座

2023
「あなたと私の笑顔のために」

あなたの中の優しさや思いやりの心が広がるきっかけとなることを願い、4つの話題をお届けします。

■場所／南国市役所4階 大会

議室

■参加費／無料

■申込方法／電話で参加人数・氏名・住所・連絡先をお伝えください。

■備考／1講座のみの受講も可
※やむを得ず中止の場合は、ホームページにて周知します。

■申し込み・問い合わせ
総務課じんけん係
0864・0160

お知らせ

アイデア対決・全国高等専門学校ロボットコンテスト
2023 四国地区大会

■日時／10月22日(日)

11時30分 開場

12時30分～16時30分

■場所／高知高専第2体育館

■内容／今年の課題は「もぎもぎ!フルーツGOラウンド」。四国の高専(6キャンパス12チーム)がロボットを製作し、国技館での全国大会出場を目指して、フルーツの収穫競技に挑戦します。

※大会の様子はライブ配信予定
■入場無料(要入場整理券)
■申込方法／左記のQRコードよりお申し込みください。
(1件2名分まで応募可)

■申込締切／9月20日(水)
※応募多数の場合は抽選の上、入場整理券をお送りします。

■問い合わせ
高知高専学生課内高専ロボコン四国地区大会事務局
0864・5625

QRコード

QRコード

QRコード

QRコード

QRコード

QRコード

QRコード

QRコード

QRコード

広告

とさでん交通の定期券購入で
「パーク&ライド」の駐車場代が無料!!

パーク&ライドとは、最寄り駅まで自動車アクセスし、駅に近接した駐車場に車を置いて、電車で乗り換えて通勤する方法です。車を使う時間が減るので環境に優しく、渋滞のイライラを感じることなくスムーズに目的地に行くことができます。

申し込み
問い合わせ

とさでん交通

電車企画課 ☎088-833-7120
(8:30～17:30 受付/土・日祝休業)
高知市棧橋通4丁目12番7号



国民年金には「付加年金」がおすすです

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、物価スライドの影響を受けません。

国民年金の保険料に、月額400円の付加保険料額を上乗せして納めると、受給時に老齢基礎年金の年額に「2000円×付加保険料納付月数」が加算され、受給する年金額を増やせます。

■納付することができる方
・国民年金第1号被保険者
・65歳未満の任意加入被保険者
※国民年金基金に加入中の方は除く

※付加保険料の納付は、申し込みした月分からとなります。

■問い合わせ／南国年金事務所
☎864・1111

音声案内に従って②→②と押しつくだわい。

市民課年金係
☎880・6555

吾岡山一斉清掃

吾岡山文化の森環境整備推進会では、次の日程で一斉清掃を行います。皆さんのご協力をお願いします。

■日時／9月10日(日)

9時～11時 ※雨天中止

■集合場所

吾岡山文化の森駐車場

■作業内容

主に花壇の草引き

■備考／草引き用手ぐわなどをご持参ください。軽食を推進会で用意します。

■問い合わせ／満洲健夫
☎090・3184・3725

南国市コミュニティバスの運行路線の復旧

市道三和南北線橋梁(後川橋)架け替え工事が9月末日に竣工し、10月1日(金)から「高知医大→久枝線」と「医療センター→十市→後免町線」の運行路線がこれまでどおりに復旧します。



高知県立地企業合同企業説明会「JOBフェア2023」

求職中の方、学生やその保護者の方など、どなたでも参加可能な企業説明会を開催します。

参加企業の担当者によるプレゼンテーションや企業個別ブースでの詳細な説明、ハローワークの相談コーナーもあります。お気軽にご参加ください。

■日時・場所

・9月9日(土)・9月21日(木)
ちより街テラス

・9月20日(水)

のいちふれあいセンター
13時～16時(受付12時30分)

■参加費／無料

※参加申込不要

■備考／入退場自由、服装自由、無料駐車場有

※詳細は高知県企業誘致課ホームページをご確認ください。

■問い合わせ

高知県商工労働部企業誘致課
☎823・9693



女性のための就労支援セミナー

■日時／令和5年9月21日(木)
13時30分～16時(受付13時)

■場所／こうち男女共同参画センター「ソレ」大会議室

■内容

・あなたの家計は大丈夫？

・知っておきたいお金のコト

・働く女性のための税金と社会保険の基礎知識

・座談会(オンライン配信なし)

■参加費／無料

■定員

ハロウィンジャンボ5億円

(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ5,000万円

(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

9月20日(水)2種類同時発売! 発売期間 9/20(水)～10/20(金) 抽せん日 10/27(金)

各1枚 300円



クーちゃん

会場30名・オンライン50名
■申込方法
電話またはホームページ
■申し込み・問い合わせ
高知家の女性しごと応援室
☎873・4510



庭木1本から承ります!

早く! きれいに! お得に!

お客様との
お約束
庭木1本より明瞭料金
トイレはお借りません
土日でもOKです
お茶はご遠慮します



広報なんこく
を
ご賞の方へ

生垣剪定 長さ1m×高さ2m
通常 2,200円を ※税込
先着10名様 1,100円

1本からの庭サービス
ガーデンエクスプレス
お見積り・お問い合わせはお電話もしくは2次元コードから

【土佐南国店】南国市稲生860 営業時間 9:00～17:00
☎0120-61-4128



紀氏邸跡 投稿ポスト入選作品

比江の紀氏邸跡に設置されているポストに投稿された俳句の中から、入選作を発表します。

雨粒の光の中の秋遍路
野村 里史(香美市香北町)
比江山のお練りの道や秋桜
吉永 康子(高知市中水道)
まほろばに梅ふくらんで土佐日記
鶴澤 明(千葉県船橋市)
一葉もあらぬ桜木冬近し
乾 真紀子(香南市野市町)

賞之の土佐の月日や野菊咲く
岸本 尚毅(神奈川県横浜市)
—生徒・児童の部—
たんぽにはおたまじゃくしがいつぱいだ
宮本 進市(大阪府堺市)
気もちよくながれてきたよ秋の風
おおしいあい(国府小)
※選者：高橋 以登 先生

■問い合わせ／生涯学習課文化財係
☎802-6062



連続テレビ小説「らんまん」
(NHK)のドラマポスター巡回展を開催します。ドラマの登場人物やあらすじなどの紹介のほか、総合テレビ「こういちばん」内で放送している「博士のまなざし」を上映します。
日時／9月16日(土)～28日(木)
9時～22時
※9月17日(日)を除く
場所／地域交流センター
みあいれ 交流ロビー
■問い合わせ
企画課企画調整係
☎880-6553

「らんまん」ドラマポスター
巡回展 in 南国市



高知家手帳(県民手帳) 予約受付中

■価格(サイズ)
ポケット版(9×14.5cm) 700円
デスク版(13×21cm) 950円
■申込期限／9月22日(金)
■配布時期／10月下旬予定
■申し込み・問い合わせ
企画課企画調整係
☎880-6553

住宅・土地統計調査

10月1日現在での全国約340万世帯を対象とした住生活に関する最も基本的で重要な調査を行います。
調査をお願いする世帯には、9月中旬から下旬に調査員が調査書類の配布に伺いますので、ご回答をお願いします。

- 回答方法
 - ・インターネット回答
 - ・紙の調査票を郵送または調査員に提出
- 問い合わせ 企画課企画調整係
☎880-6553



掲示板

納期限	国保税	3期	10/2(月) ※納期限を過ぎると延滞金がかかります。 延滞金が加算された場合、後日延滞金分の納付書が送付されます。
	後期高齢者医療保険料	3期	
	介護保険料	3期	

人権相談・行政相談

■日時／9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 7月	火災発生件数	0件	救急出動回数 286回	
	建物	0件	急病	183回 一般負傷 55回
	山林	0件	交通事故	15回 その他 33回
	その他	0件		

農家レストランまほろば畑

■営業日／9月12日(火)、10月17日(火)、11月14日(火)
■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



市民からのお便り

久しぶりの応募です。問題が難しいです。今回市長の名前があつて笑い！

高知高専教養講座

歴史、哲学、語学からなる総合教養講座です。高知高専の教員が日頃の研究成果や最近話題になっていることを中心に分かりやすくお話しします。皆で一緒に勉強してみませんか。

日 時	講座内容	講 師
11月9日(木) [講義] 13:30~15:00 [フリートーク] 15:15~15:45	①旧東ドイツでの子どもの生活 —私の話in English and Japanese 共産主義社会の旧東ドイツでは、子どもたちはどのように日常生活を送っていたのでしょうか。英語と日本語を交えた対話を通して、講師の個人的な体験談を語ります。	ソーシャルデザイン工学科 准教授 ガイン デニス
11月10日(金) 13:30~15:00	②戦争と人間の生 歴史を振り返ると、人間は絶えず戦争とともに生きて来たと言わねばなりません。そこで、世界情勢が不安定な今こそ、「ささやかな平和」への歩みについて、先人の生き方から考察したいと思います。	ソーシャルデザイン工学科 准教授 佐々木 正寿
11月10日(金) 15:15~16:45	③ギリシャの島々における聖母マリア信仰と女性 ギリシャの人々は聖母マリアに対しさまざまな別名を与えています。その数は500以上に上ります。ギリシャの島々に見られる聖母信仰から、ギリシャの女性観がどのように形成されてきたかを概観します。	ソーシャルデザイン工学科 准教授 松浦 真衣子

■受講料／無料 ■定員／各回先着12名

■場所／日章福祉交流センター

詳細は、本校ホームページをご確認ください。

※お申し込みされた方の個人情報は、本講座の連絡用にのみ使用します。

※講座中、本校広報用に写真を撮影する場合あり。

他の用途には使用しませんので、ご了承ください。



▲詳細はこちら



▲申し込み

■申し込み・問い合わせ／高知高専総務課企画係 ☎088-864-5643 (平日のみ)8:30~17:00

南国市奨学金返還支援補助金のお知らせ

奨学金などの貸与を受けて大学などで修学し、現に就労する30歳未満の方に対し、奨学金などの返還に要する費用を補助支援します。

**補助上限
金 額**

1年度あたり**12万円を上限額**(通算して5年まで申請可能)とします。

※奨学金の元金のみを対象とし、利息や繰上償還に係る額は除く
※予算がなくなり次第終了します。

◆補助対象となる方や申請方法などの詳しい内容はホームページまたは企画課までお問い合わせください。



▲HPはこちらから



地域で働く若者を応援!!

■申し込み・問い合わせ／企画課コミュニティ推進係 ☎088-880-6553



南国市食育
キャラクター
こめおくん

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



南国市食育
キャラクター
まいちゃん



▲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

お楽しみ献立

南国市の小学校給食は、全校で同じメニューの「統一献立」ですが、学期に1度、各校でメニューを決める「お楽しみ献立」があります。1学期はハンバーガーとカレーが人気でした。



ドライカレー

十市小

今回は、調理員が子どもたちの喜ぶ顔を思い浮かべながら考えました！



バターロールパン

大篠小

残食も少なく、給食で大人気のハンバーガーやスイートポテトを取り入れています。



キーマカレードッグ

後免野田小

1学期は、3・4年生からのリクエスト献立でした。パン、カレー、シチューなどが大人気です。



チキンカツバーガー

長岡小

3・4年生に人気の献立を組み合わせました。スープには特別支援学級の児童が栽培したじゃがいもを入れ、とてもおいしくなりました。



とうもろこしのスープ

国府小

2年生からリクエストの多かった、ハンバーガーとパンのメニューになりました。大好きなメニューにみんな喜んでくれました。



りっちゃんサラダ

ハンバーガー

岡豊小・白木谷小

2・3年生からのリクエスト結果で決まりました。デザートのアイスは、みんなが食べられる「ガリガリ君ソーダかき氷」です。

■問い合わせ／学校教育課学校給食係 ☎088-863-2566

ヘルシー・フツキング教室 ポ

この印の事業は南国市健康ポイントの対象事業です。

健康で長生きするための健康づくりには、食事への心配りが欠かせません。塩分控えめ、野菜たっぷりバランスの取れたメニューを作り、普段の食生活に活かしましょう。

- 日時／9月29日(金) 10:00～12:30
- 場所／保健福祉センター
- 講師／南国市食生活改善推進員
- メニュー／きのこ混ぜごはん・鮭の梅風味立田揚げ
・切干大根のさっぱりサラダ・抹茶水ようかん(予定)
- 定員／20名 ■参加費／無料
- 申込締切／9月20日(水)
- 持ち物／筆記用具・マスク・エプロン・三角巾
- 申し込み・問い合わせ／保健福祉センター ☎088-863-7373





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。おもちゃや玩具・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&ベビーひよこへの兄弟を連れての参加は、スタッフにご相談ください。

計測日
(9:30~11:30)

*9/13(水) マタニティ&ベビーひよこ
9/19(火) よちよちひよこ

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 9/20(水) 10:00~14:30
西部児童館



子育て講座



◎場所/ひよこルーム

◎募集受付開始/9月1日(金)~ 定員になり次第締め切り
(講座の申し込みは、本人のみとさせていただきます)

『産後リカバリーヨガ』

~産後の体をリフレッシュしよう~

- 日 時/9月12日(火) 10:00~11:30(受付9:30~)
- 講 師/大崎 厚子(ヨガインストラクター)
- 対 象/3か月~7か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/バスタオル、ヨガマット(200円でレンタル可)



離乳食教室

~ゆうゆう赤ちゃん~

- 日 時/10月18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。

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。



乳幼児健診

- 受付時間/12:45~14:00
 - 場所/保健福祉センター
- 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。

4カ月児健診	9月21日(木)
10カ月児健診	9月14日(木)
1歳8カ月児健診	8月31日(木)
3歳6カ月児健診	9月7日(木)

9月の 休日在宅医

※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。

日	当 番 医	場 所	電 話
9月3日(日)	北村病院	東 崎	864-2101
9月10日(日)	川田内科	後免町	864-2501
9月17日(日)	南国厚生病院	立 田	863-3030
9月18日(月)	高田内科	大桶乙	863-3925
9月23日(土)	たかはし内科小児科	緑ヶ丘	865-5680
9月24日(日)	しばた整形外科	大桶甲	864-3412
10月1日(日)	きび診療所	明 見	804-6500



☆各種健診(検診)



重要

健診(検診)は電話でお申し込みください。

※聴覚・言語障害のある方など、電話での申し込みが困難な方は、希望する健診(検診)の申込開始日より前にご相談ください。

実施日時	場所	申込開始日	項目 (「○」が実施する健診(検診)です)					
			肺がん・結核検診 ※1 特定・後期高齢者 健康診査 ※2	胃がん検診 (胃部X線 検査)	大腸がん 検診 (便潜血検査)	無料 歯科健診	子宮頸がん 検診 (集団検診)	子宮頸がん 検診 (施設検診)
10月17日(火)	午前	稲生ふれあい館	9月 5日(火)	○				
	午後			○				
10月24日(火)	午前	久礼田体育館	9月11日(月)	○				
	午後			○				
11月 6日(月)	午前	保健福祉センター	9月25日(月)	○	○	○	○	
	午後			○			○	
11月14日(火)	午前	三和防災 コミュニティー センター(里改田)	10月3日(火)	○				
	午後			○				
6月～11月 (祝日を除く 月～金)	9:30	JA高知病院	5月8日(月)～ 受診希望日の 1週間前まで ※1週間前が祝日の 場合、その翌日まで					○
対象/料金			※1 40～64歳/200円 65歳以上/無料 ※2 加入している保険 により異なります。	40歳以上 900円	40歳以上 400円	全市民 無料	20歳以上 600円	20歳以上 800円

☆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。

申込は不要。(事前に申し込みされ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
9月 1日(金)	9:15～10:00 個別相談会	保健福祉センター
	10:00～10:30 栄養教室	
	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。	
9月29日(金)	9:15～10:30 ※遅くとも10時までにお願いします。	白木谷小学校



心の健康相談

心の健康を大切にされていますか？

「心の健康に関する様々な悩み」について、精神科嘱託医師が無料で相談に応じます。プライバシーに配慮し、秘密は厳守します。

■開催日/9月29日(金)・10月19日(木)
13:30～16:30

※日程は嘱託医師の都合により変更になる場合があります。

■場所/中央東福祉保健所

香美市土佐山田町山田1128-1

■定員/各回3名(1名につき1時間程度)

■申込方法/保健福祉センターへ1週間前までに、電話でお申し込みください。

※精神保健福祉担当職員による相談は随時行っています。相談される際は事前にご連絡ください。

『生きてほしい、あなたに』

9月10日から16日は自殺予防週間です。

あなたの周りに悩みを一人で抱え込んでいる人はいませんか。様子がおかしいと感じたら、勇気を出して声をかける、話を聞く、専門家に相談する手助けをする。何かできることがあるはず。こころの調子を知るためのサイト「こころの体温計」は、市ホームページや、右記のQRコードから確認できます。



食生活改善推進員養成教室 受講生募集

食生活改善推進員(ヘルスメイト)は「私たちの健康は私たちの手で」を合い言葉に、地域に健康づくりの輪を広げることを目的としてさまざまな食育活動を行っています。養成教室を受講し、ヘルスメイトとして活動してみませんか？

■日 時/令和5年10月～令和6年2月(月1～2回)
10:00～15:00

■場所/保健福祉センター ■対象/南国市民の方

■参加費/1,500円程度(テキスト代)

■定員/20名 ■申込締切/9月15日(金)

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 南国市大堀甲320

☎088-863-7373まで

ハイちゅとごめん

こんにちは。サラです。

フィリピンのルソン島アルバイ州ビコール地方の出身で、マヨン火山の近くで育ちました。ビコール大学で農業を専攻し、卒業後同大学で教授として働いていました。2019年1月に高知大学のイベントで初めて訪問した際に、高度な設備が整っていることや環境が良いと感じたので留学することを決めました。

新型コロナウイルスの影響もあって2021年5月から高知大学に入学して、マヨン火山の周辺の土壌の研究をしています。マヨン火山は富士山のように美しい山です。大きい噴火は約5年周期、小さいものは頻繁に噴火しています。ここの土壌は肥沃で農業に適していて、さまざまな種類の作物が栽培されています。方角や風の向き、天候、場所による土壌の違いを研究しています。火山があるので日本のように地震が多いと思われるのですが、日本と違って体感しないくらいの小さい地震が多く、大きいのは少ないです。

フィリピンは人口約1億1200万人の島国で、島や海がとてもきれいです。バナナや

好きな言葉

Be a blessing to those you meet

出会う人に祝福がありますように

Sambajon Sarrah Duran



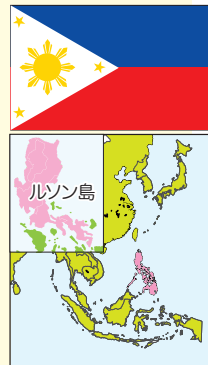
295

マンゴーなどフルーツの種類が多くてとても安く、食べ物もおいしいです。

休日には趣味であるガーデニングや料理を楽しみ、フィリピン料理を友達の分まで作っています。ちなみに日本の料理ではとんこつラーメンが好きです。

日本人はとても正直な国民だと思います。私は日本で2回財布を失くしましたが、2回とも戻ってきました。

私は結婚して夫と娘2人がフィリピンに住んでいて、子どもたちとは毎日連絡を取っています。卒業前には家族を呼んで日本を旅行した後、一緒にフィリピンへ帰ってまた教授として働く予定です。



南国市消防本部

1日消防署体験

～救急フェア～

■日時 令和5年9月9日(土) 9時30分～12時30分

※体験は12時で終了予定 12時～訓練展示

■場所 南国市消防本部

駐車30台ほど可能

申込
不要

■対象 どなたでも大歓迎

■内容 放水体験・煙体験・起震車・胸骨圧迫・AED体験 など

※雨天時は屋外での体験、訓練展示が中止になる場合があります。

■問い合わせ／南国市消防本部 ☎ 088-863-3511



いつ来ても、
いつ帰ってもOKです！
お気軽にお越し
ください。



～COOL CHOICE～ エコドライブ10のすすめ

エコドライブとは、燃料消費量やCO2排出量を減らし、地球温暖化防止につなげる運転技術や心がけです。誰にでも始められますので、できることから始めてみましょう。

1. 自分の燃費を把握しよう
2. 発進時は穏やかにアクセルを踏んで発進しよう
3. 車間距離を取って、加速・減速の少ない運転を
4. 減速時は早めにアクセルを離そう
5. エアコンの使用は適切に
6. ムダなアイドリングはやめよう
7. 渋滞を避け、余裕をもって出発しよう
8. タイヤの空気圧チェックを習慣づけよう
9. 不要な荷物は降ろそう
10. 走行の妨げとなる迷惑駐車はやめよう



環境課からのお知らせ

9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	25 (第4)	26 (第4)	27 (第4)	28 (第4)	29	30

犬はきちんと飼育しましょう



犬の飼い方の苦情が多く寄せられています。

1. 犬のフンの放置は条例で禁止されています。犬の散歩をするときは、フンを取る道具を持って出かけ、必ず持ち帰りましょう。フンは可燃ごみとして出せます。
2. 犬の放し飼いはやめましょう。リードをつないでおかないと、車にはねられたり、人や他の飼い犬に噛みついたり、思わぬ事故につながります。
3. 不必要に吠え続けることがないように、しっかりしつけましょう。散歩を十分に、遊び道具を与えたり、家族の気配がするところを居場所にするとうまく吠え解消に効果的です。

ごみ出しワンポイント



週1回収集される「容器包装プラスチック」は、プラスチック材の原料や助燃剤、還元剤としてリサイクルされています。ごみ出しに当たり、次の点に注意してください。

1. プラスチック製品(ハンガー、おもちゃなど)が混入しないようにしましょう。容器包装の☑を目印に。
2. 汚れているものは、可燃ごみとして出しましょう。
3. レジ袋などに詰めてから指定袋に入れると、処理施設でレジ袋まで破袋する必要があり、作業の効率を下げます。袋を二重にせず、直接指定袋へ入れて出しましょう。市民の皆様の協力をお願いします。

■問い合わせ/環境課 ☎088-880-6557

令和4年度地籍調査

一筆地調査を実現した地区の地籍図・地籍簿の閲覧

地区	対象区域	閲覧場所	日時
岡豊町 八幡	落矢、関浦、蔵本、男山、 西岡、米ケ内、藤ノ木、 柿ノ木、西山田、神ノ木	八幡集会所 (駐車場なし)	9月1日(金)
		岡豊ふれあい館	9月2日(土) 9月3日(日)
浜改田 (東場・中ノ丁・ 細工所・八松・ 中田)	鰯窪、鰯灘の一部、栄松、 孫八田、伊瀬前、三本松、 馬場先、境場、東場、中之町、 細工所、八松、中田、塩辛田、 大久保、蓼原	中ノ丁公民館	9月7日(木)
		中田公民館	9月8日(金)
		スポーツセンター 2階会議室	9月9日(土)
亀岩	釣瓶の一部、栲山三番の一部	市役所5階 第1委員会室	9月17日(日)



※上記地元会場以外の閲覧

市役所2階 地籍調査課

9月1日(金)～20日(水)の平日8時30分～17時15分(12時～13時を除く)

■問い合わせ/地籍調査課 ☎088-880-6579



南国市立図書館キャラクター
いぬ ぽんた
としょ犬 本太

図書館だより
No.51



南国市立図書館

開館 (火) ~ (金) 10:00 ~ 18:00
(土)・(日) 10:00 ~ 17:00
9月休館日 毎週(月)、23日、29日
住所 南国市篠原 1801-5
電話 088-863-0469

南国市立図書館 職員が選ぶ! 今月のオススメ新刊



ジュリーがいた 沢田研二、56年の光芒

島崎 今日子/著

沢田研二を取り巻く人々がジュリーとどう関わってきたのか?

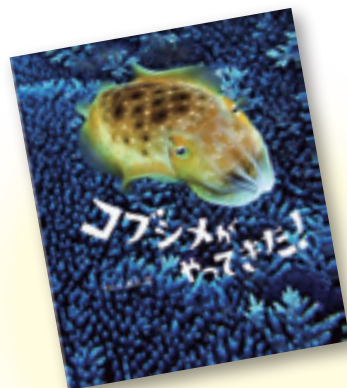
豊富な資料と細やかな取材により、もっと詳しくジュリーのことを知ることができる1冊です。



堤未果の ショック・ドクトリン

堤 未果/著

ショック・ドクトリンとは、テロや戦争、自然災害、パンデミックなどの混乱に乗じて、為政者や巨大資本が強引に政策を進める手法を指します。今の日本でも、それが起きているのでしょうか...?この本が、考えるきっかけになるかもしれません。



コブシメがやってきた!

高久 至/写真・文

最大で全長 50センチメートルにもなるコウイカ類の最大種「コブシメ」。

とても不思議でどこかユーモラスな姿のコブシメを、美しい写真とともに紹介します。

新刊のご紹介

毎月約300冊の新刊が入ってます

一般

展示の美学 / 水嶋英治	ハンチバック / 市川沙央
いかにして個となるべきか? / 船木亨	アリアドネの声 / 井上真偽
エピタフ 幻の島、ユルリの光跡 / 岡田敦	##NAME## / 児玉雨子
言論の覚悟最終章 / 鈴木邦男	噴怨鬼 / 高橋克彦
まんがでわかる片頭痛の治し方 / 坂井文彦	刑事何森逃走の行先 / 丸山正樹
まいにちにんにくレシピ / 永山久夫	桃を煮るひと / くどうれいん
ベタの飼ひ方&原色図鑑 / 佐々木浩之	ダーウィン・ヤング 悪の起源 / バク・チリ
師匠はつらいよ / 杉本昌隆	あなたのものじゃないものは、あなたのものじゃない / ヘレン・オイエエミ

児童

なつやすみ / 麻生知子
赤いボタン / 岡本央
パンダはどうしてパンダになったのか? / 方盛国
おばあちゃんちのふしぎなまど / シビル・ドラクロワ
昆虫レストラン ななほしへようこそ / 藍沢羽衣
虹色のパズル / 天川栄人
しーっ!霧の中の小学校 / ボリン
魚学研の図鑑LIVE / 本村浩之
住みたくない星ずかん / 入澤宣幸
落ちこんだって、だいじょうぶ / ティナ・レイ
文通小説 / 眞島めいり
紙芝居 「ニャーとようかいねこ」・「むし、はっけん!」

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。

あかちゃんのおはなし会
*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



9月の企画展示
「災害に備えよう」など

とち 9月の 十市出張図書館

日時/9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



地域おこし協力隊 活動報告



ふるさとの青森では「ねぶた祭が終わったら秋」と昔から言われているのですが、南国土佐では「よさこいが終わったら秋」みたいに言われることはあつたりするのでしょうか?とはいえまだまだ暑いですね。『ごめんく』ではクーラーを効かせていますので、よかったです涼んでいてくださいね!

そして、『ごめんく』ではレコードプレイヤーを導入しました!家にレコードはたくさんあるけどプレイヤーがないよ~という方、ぜひ持参して聴きにきてください♪



6月より土佐FBCの受講がスタートしました。簡単に言うと、生産・加工・研究など各セクションと協力連携し、付加価値をつけて県内外の販売につなげよう!を学ぶ講座です。

講義はもちろん、生産者や製造者さん、受講生同士など交流の輪も広がり、精力的な方々に私自身も刺激を受けています!高知の美味なる食材や加工のアイデアがどのようにして生まれたのか?今後『ごめんく』に講師を招いて紹介していけたらな!とワクワクしています♪



◀土佐FBC卒業生「南国フードプラス」さんの「大豆ミートで旨辛生姜みそ」です。油淋鶏に乗せてみました。



GomenC ゴめんく

- 場所/後免町 1-7-7
- 利用可能日時/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、カッティングマシン、UVライトなど

利用料
無

- 使用用途/ものづくり活動、デザインやアート、各種会議 など
- 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



施設利用をご希望の方は、事前にご予約ください。

☎088-881-2675



10月のものづくりワークショップ

募集開始: 9月15日(金)~(先着順)
申込み: 各講座の講師まで

詳細は
公式 Instagramから



チャレンジショップなんこく 出店者を募集中です!



- 募集期間/8月14日(月)~9月15日(金)
- 募集業種/小売・サービス業(1店舗)
- 店舗場所/南国市駅前町 1-4-11
- 出店期間/6ヵ月~1年(最長)
- 出店者負担額/月額 6,000 円+店舗運営に係る事業経費
- 応募方法/南国市商工会または市のホームページをご確認ください。
- 問い合わせ/南国市商工会 ☎088-864-3073



◀南国市商工会HP



かたおか げんしん

片岡 厳心 くん

令和4年4月生まれ

元気いっぱいいつもニコニコ笑顔の厳心。
これからもその笑顔で周りを幸せにしてね。
生まれてきてくれてありがとう!!



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!

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⇒



みぞぶち よう

溝渕 瑤 くん

令和5年3月生まれ

たくさん遊んでたくさん食べて大きく
元気に成長してね!生まれてきてくれて
ありがとう!大好き!

親子クイズ

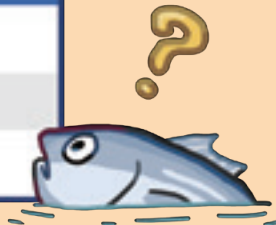
6.16



Q あるなしクイズです「^{かつお}鰹」はある・なしどっち?

ある
恋(こい)
耳(みみ)
孫(まご)

なし
愛(あい)
体(からだ)
こども



【第615回解答】

- 1) ア 行基
- 2) ウ 源希義
- 3) ア 細川半蔵
- 4) エ CASIO

【第615回当選者】

片山 わこ
川久保 幸美
川崎 彩加
北村 秀子
島崎 圭子

■応募締切/9月8日(金) 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 南国市大堀甲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



★応募総数/45通

★正解率/ 69%

たくさんのご応募
ありがとうございます。
ございました。

南国市×宮城県岩沼市
姉妹都市50周年記念
プレゼントキャンペーン

総応募
数
538名



岩沼市マスコットキャラクター

岩沼係長

当選結果は商品の発送をもって
発表とさせていただきます。

交流人口

高知自動車道
南国I.C.
入 113,734 台
出 113,326 台

高知龍馬空港
出発 64,902 人
到着 66,045 人

《7月分》

市の統計

面積 125.30km²
人口 46,203人 (-26) 内 外国人数 428人(+10)
男 22,061人 (-21) 男 187人(± 0)
女 24,142人 (-5) 女 241人(+10)
世帯数 22,580世帯(-4) 登録国籍数 26カ国
()内は前月比 《令和5年7月31日現在》

出生数 26人 転入 107人 《7月分》
死亡数 49人 転出 110人

交通事故発生状況

人身事故 5件 死亡 0人 負傷 5人 《7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。

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!

