

令和2年
2020

高知市広報

あかるいまち

4

No.802



特集

ヘルメットかぶって いこうちゃ!

毎月1日に広報「あかるいまち」を配信中!



無料アプリ
マチイロ



高知県の情報
ポータルサイト



Kochi
books



新型コロナウイルス感染症対策による影響

新型コロナウイルス感染症対策により、掲載されている行事・講座・窓口の開設等が中止または延期される場合があります。各行事等の実施については、お出かけの前に、それぞれのホームページ、問い合わせ先にご確認いただきますようお願いいたします。

写真：青柳中学校野球部の皆さん

みんなあて

ヘルメットかぶって いこうちゃ!

特集

自転車通学用 ヘルメット 購入費を助成します!



高知市立学校に通学する児童生徒の自転車用ヘルメットの購入費を助成します。

※高知市立学校・高知市立小・中・義務教育学校、高知特別支援学校、高知商業高校

助成対象者

自転車通学を認められた児童生徒の保護者(部活動で自転車を利用する場合等も可)

申請・助成金額等

- ①申請書に必要事項を記入し、学校へ提出
- ②学校から助成券が届く
- ③自転車販売店で助成券を使って、ヘルメットを購入(上限2,000円まで割引)

申請方法・指定の自転車販売店など詳しくは、新学期に学校から配布されるお知らせのほか、教育環境支援課のホームページをご覧ください。



注意事項

- 先にヘルメットを購入し、後から申請した場合は助成を受けることができませんのでご注意ください。
- 県立学校または私立学校に通学(入学)の方は県の助成制度が利用できます。各学校にお問い合わせください。
- 助成の回数は、小学校・中学校・高校で各1回ずつです。
- 令和元年度に発行された助成券は使用できません。再度申請をお願いします。

詳しくは、**教育環境支援課 ☎823-9480へ**

登下校時をかぶろう! ヘルメット着用推進の取り組み

市では、学校や地域、協議会などで、ヘルメット着用の重要性を発信し、自転車乗用時のヘルメット着用の習慣化をめざして取り組んでいます。

高知市立中学校での取り組み

青柳中学校 野球部

登下校や部活動での移動時に、自転車に乗るときには全員がヘルメットを着用しています。

野球部の生徒が着用し始めたことで、ほかの生徒の着用も増えてきたよ!



横浜中学校 生徒会

「ヘルメット着用週間」を実施。生徒会が中心となって、全校生徒にヘルメットの着用を呼びかけています。

ポスターを作って呼びかけています。生徒会が新しくなっても、取り組みは続けていくよ!



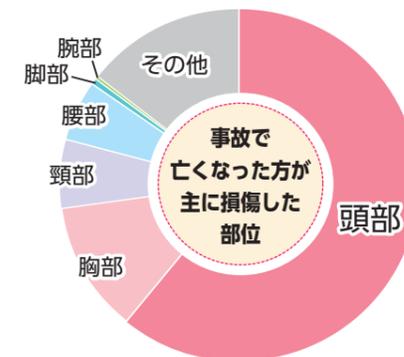
みんなの笑顔を守るために、ヘルメットを着用しましょう。

詳しくは、**学校教育課 ☎823-9479へ**

全国の自転車乗用中の死亡事故 約6割が頭部を損傷

昨年の自転車乗用中の死者数は、全国で約400人でした。

平成26~30年では、自転車乗用中の死者の約6割が頭部に致命傷を負っています。事故時の致死率は、ヘルメットを着用していない場合、着用している場合に比べると約3倍になります。



県警察本部「Traffic Safety News」より

交通安全意識育成のために、交通安全教室を行っています!

特に新学期は交通事故に注意!

中学生・高校生の自転車乗用中の交通事故は、一学期や長期休業明けの時期に多く発生している傾向があります。通学路の状況等に注意して、交通事故に遭わないように気を付けよう!



高知市交通安全教育指導員

ヘルメットの正しいかぶり方

せっかくのヘルメットも正しくかぶっていないと、いざというときに役に立ちません。ヘルメットの正しいかぶり方をご紹介します。

1 正しい角度で装着しましょう



ヘルメットの先端が眉毛付近にくるように角度を合わせましょう。

2 あごのバックルをしっかり締めましょう



事故の際にヘルメットが外れてしまわないよう、バックルはしっかりと締めます。

ヘルメット、大人もかぶろうね!



3 あご下に適度な余裕を残しましょう

あごとあごひもの間に、人差し指1本が入るぐらいの余裕を残します。

指が入らない場合や、緩すぎる場合はあごひもの長さを調整しましょう。



詳しくは、**暮らし・交通安全課 ☎823-9487へ**

高知県自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例 (平成31年4月1日施行) より

18歳までのお子さんを持つ保護者の方は、子どもの命を守るためヘルメットを着用させましょう。

詳しくは、**こちらから▶**





令和2年度 休日等 家庭ごみ収集日

詳 環境業務課 ☎856-5374

		4/29(水) 昭和の日	4/30(木)	5/4(月) みどりの日	5/5(火) こどもの日	5/6(水) 振替休日 (憲法記念日)	5/9(土)	7/23(木) 海の日	7/24(金) スポーツの日	8/10(月) 山の日	9/21(月) 敬老の日
可燃 ごみ	月・木 収集地域	-	収集	休み	-	-	-	収集	-	収集	収集
	火・金 収集地域	-	-	-	休み	-	-	-	収集	-	-
プラスチック製 容器包装		収集	-	-	-	休み	-	-	-	-	-
資源・不燃物		5/4(月) 地区収集	5/5(火) 地区収集	休み 4/29(水) に変更	休み 4/30(木) に変更	休み 5/9(土) に変更	5/6(水) 地区収集	収集	収集	収集	収集

		9/22(火) 秋分の日	11/3(火) 文化の日	11/23(月) 勤労感謝の日	12/29(火)	12/30(水)	12/31(木)	1/1(金) 元日	1/11(月) 成人の日	2/11(木) 建国記念の日	2/23(火) 天皇誕生日
可燃 ごみ	月・木 収集地域	-	-	収集	-	-	休み	-	収集	収集	-
	火・金 収集地域	収集	収集	-	収集	-	-	休み	-	-	収集
プラスチック製 容器包装		-	-	-	-	休み	-	-	-	-	-
資源・不燃物		収集	収集	収集	1/1(金) 地区収集	休み	休み	休み 12/29(火) に変更	収集	収集	収集

▶「-」はもともと収集のない日です。 ▶「休み」は本来収集日ですが収集をしない日です。

クラウドファンディング による寄附者の表彰

詳 財産政策課 ☎802-5688

クラウドファンディング「わんぱーくこうちア
ニマルランド避難棚プロジェクト」では、たくさ
んのご寄附をいただき、ありがとうございました。
中でも多額の寄附をいただいた田中祥夫さんを
2月12日に市長表彰いたしました。
寄附の活用状況は後日改めてお知らせします。



市役所の組織が変わります

詳 行政改革推進課 ☎823-9071



4月1日(水)から市役所の組織が変わ
ります。主な変更は以下のとおりです。

- ◆「地域活性推進課」の新設
長浜・御豊瀬・浦戸地域振興計画の推進や、集落活動セン
ターの運営支援、移住・定住を促進する地域活性推進課を新
設します。
- ◆「基幹型地域包括支援センター」(高齢者支援課内)の新設
地域に14カ所設置している地域包括支援センターの支援
や業務の統括を行い、高齢者が住み慣れた地域で生活を継続
できるよう支援します。
- ◆「教育支援センター」(教育研究所内)の新設
不登校の児童生徒に対する教育相談機能の充実と支援体制
の強化を図ります。
- ◆「新庁舎建設事務所」の廃止
- ◆「プレミアム付商品券推進室」(商工振興課内)の廃止

自社商品をPRして売りこもう！

申 詳 商工振興課 ☎823-9375

① 高知市販路拡大チャレンジ事業助成金

自社開発した商品の「新たな取引先の開拓」を進めよう
とする企業や団体等を応援します。助成対象は、県外・海
外の見本市出展経費や全国的な紙媒体への広告掲載料。

対象者	市内に本社、その他類するものを有する 中小企業者、事業協同組合、企業組合等
対象事業	①見本市出展事業 ②広告掲載事業 ※対象経費には条件があります
助成金額	助成対象経費の2分の1(上限額20万円) ※申請多数の場合、20万円を下回る場合があります
申請期間	上半期▶4月1日~30日 (事業対象期間:4月1日~9月30日) 下半期▶8月1日~31日 (事業対象期間:10月1日~令和3年3月31日) ※年度内で①と②それぞれ1回を限度とする

② 高知の元気情報発信支援事業助成金

2者以上の中小企業者のグループや事業協同組合、企業
組合等による自慢の商品(製品)やサービスのPRなど、情
報発信等の取り組みを応援します。

対象者	市内に本社、その他類するものを有する中小 企業者2者以上で構成されたグループまたは 事業協同組合、企業組合等
対象事業	高知の元気を発信し、産業振興に寄与する情 報発信(一過性のイベントは対象外)。国内(県 内・外)、海外向けのいずれも対象です。 ※対象経費には条件があります
助成金額	助成対象経費の3分の2(上限額30万円)
申請期間	随時(予算がなくなり次第終了)

このほか詳細や申請書様式などは、商工振興課のホームページをご覧ください。



地震の備えに補助金を活用しよう！

申 詳 建築指導課 ☎823-9470

① 住宅の耐震改修 ※随時募集中

旧耐震基準(昭和56年5月以前)で建築された住宅の耐震改修を行う方に、耐震設計と耐震改修
の費用の一部を助成します。

対象は、昭和56年5月31日以前に
着工された住宅(戸建て、長
屋および共同住宅など)。

木造耐震診断 無料	耐震設計 補助金 最大20.5万円 (非木造は30万円)	耐震改修 補助金 最大110万円
--------------	---------------------------------------	------------------------



② 倒壊等の危険性がある空き家の解体



昭和56年5月31日以前
に着工された老朽化で倒壊
等の危険性がある空き家の
解体工事費を助成します。

対象は、住宅が立ち並ぶ
地域または避難路沿いにある建築物で倒壊の危険がある
もの。上限額は164万5千円で、①工事費×80%②2万
2千円×床面積×80%のいずれか少ない金額。
申し込みは4月10日(金)から。

③ コンクリートブロック塀等の改修



コンクリートブロック
塀等の撤去または改修費
用を助成します。

対象は、避難路沿い
にある補強コンクリート
ブロック塀、鉄筋コンクリ
ート塀、組積造の塀で危険性が高いもの。上限は20万5
千円で、工事費の3分の2。1メートル当たり8万円まで。
申し込みは4月1日(水)から。

このほか詳細や申請書様式などは、建築指導課のホームページをご覧ください。





申 申込先 詳 詳細の問い合わせ先 料金の表示のないものは無料です

大迫力の横顔と雄大な太平洋を楽しもう！ 龍馬に大接近

市観光協会 ☎823-4016



桂浜の坂本龍馬像横に高さ約13mの特設展望台を設置します。龍馬像と同じ目線で、龍馬の横顔や雄大な太平洋を眺めてみませんか。

日時 4月4日(土)～5月31日(日) 9時～17時
 ※土・日曜日、祝日は8時～17時
 ※4月25日(土)～5月6日(水・休)は7時半～19時
 ※雨天や強風時は中止する場合があります

場所 桂浜公園 坂本龍馬像横

料金 100円(未就学児は無料)

“漫画”が描いた明治の時代

自由民権記念館 ☎831-3336

自由民権運動期には、その潮流に乗って社会の内面を巧みに切り取り、批判的な視点から時代を描き出した風刺漫画が数多く生み出されました。本企画展では、



政治や世相を風刺し、あるときはユーモラスに描いた“漫画”から、明治の時代を振り返ります。

◀『團圓珍聞』第99号

日時 4月25日(土)～令和3年3月28日(日)
 9時半～17時 ※月曜日、祝日の翌日は休館(土・日曜日、祝日は開館)

場所 自由民権記念館2階 特別展示室

料金 320円(常設展・企画展共通)

花と灯りの幻想的な3日間 高知城花回廊

市観光協会 ☎823-4016



「和で綴る花と灯り」でもてなす高知城花回廊は、ことしで14回目を迎えます。

高知県華道協会による生け花の大作と土佐和紙の灯籠を道しるべに、高知城天守閣へ皆さんをいざないます。花と灯りが織りなす「なごみ」の世界をぜひご堪能ください。

日時 4月24日(金)～26日(日)
 18時～22時(26日(日)は21時まで)

場所 高知城・高知公園

※日程が4月3～5日から上記に変更となりました。

民具の世界～暮らしの中の民具の魅力～

春野郷土資料館 ☎894-2805

春野郷土資料館の収蔵品の中から、人々に親しまれてきた、魅力のある民具を「くらす」「つくる」「たべる」「たのしむ」の4つのテーマに分け、その由来や具体的な使用方法と共に紹介します。



◀「少女物語すごろく」(大正時代の少女雑誌『少女世界』の附録)

日時 4月18日(土)～8月30日(日)
 10時～18時(土・日曜日は17時まで)
 ※月曜日、第3金曜日(8月除く)、祝日は休館

場所 春野郷土資料館(春野町西分340)

第72回高知市展作品募集

市文化振興事業団 ☎883-5071

5月23日(土)～6月7日(日)、かるぽーとで開催する第72回高知市展の作品を募集します。皆さんの出品をお待ちしています。

形式 ▶アンデパンダン(公募・無審査展)
出品資格 ▶県内在住または県出身者で16歳以上の方
出品料 ▶1部門 1,500円(大学生・高校生は1,000円)
搬入 ▶5月17日(日)・18日(月) 9時～17時、かるぽーと7階市民ギャラリーへ
出品規格 ▶県内で未発表の作品(著作権・肖像権等に抵触すると思われる作品は不可)

部門	作品の大きさ	作品に関するメモ	点数
絵画(洋)	油絵20号以上。版画は自由。水彩・パステル・素描等は10号以上。	塗り絵・模写は不可。ガラスの使用不可。アクリルは使用可。	2点以内
日本画	6号以上。水墨画は自由。	ガラスの使用不可。アクリルは使用可。	3点以内
書道	作品は幅3m以内。軸装は半切以内。帖は天地40cm高さ10cm見開き1m以内。巻子は高さ40cm全長10m以内。(すべて仕上げ寸法)	裱装・軸装・裏打表装。小品に限りガラスの使用可。釈文を添える。	1点
先端美術(立体)	展示可能なもの。	作品展示は搬入日に出品者が行う。屋外(3階ギャラリー・7階ブリッジ)への展示も可。電気の使用可。	3点以内(屋内は1点)
彫刻	展示可能なもの。	土・油粘土は不可。	3点以内
陶芸	展示可能なもの。組作品の敷物は50cm×60cm以内。	壁面展示作品は、裏金具・つり金具等を完備。	3点以内
工芸	平面作品は2m×2.5m以内。立体作品は1m×1m×1m以内。	裏金具・つり金具等を完備。組作品の形式は自由。	3点(1辺が1m以上の作品は2点以内)
写真	A4サイズ以上。枠内の組写真は制限なし。	パネル・裱装・台紙貼りに限る。個人作品。ガラスの使用不可。	2点以内
ペン字	展示可能なもの。	毛筆以外で表装したもの。変体仮名等は釈文を添える。	2点以内
デザイン	2.1m×2.1m×2.1m以内。展示可能なもの。	デザインに関するあらゆる分野の作品	3点以内

第72回高知市展関連行事

※各講座の作品は第72回高知市展会場に展示予定

① まんが家体験 プレまんが絵師Lesson

まんがを描く時のコツを教える講習会。好きなものを書いて、一緒に楽しみましょう。初心者や大人も大歓迎!

日時 4月25日(土) 13時半～15時半
場所 かるぽーと9階第2学習室
定員 先着20人 ※対象は16歳以上

◆参加費500円(材料費含む)
 ◆申し込みは4月1日(水)8時半から、直接または電話で。

② ヒトを描こう

人間の身体や精神的な部分を、写真を見て、コラージュをして、想像で…自由にさまざまな視点から描きます。

日時 5月10日(日) 10時～16時
場所 かるぽーと10階工芸室
定員 先着10人 ※対象は16歳以上

◆参加費3,000円(材料費含む)
 ◆申し込みは4月5日(日)8時半から、直接または電話で。

③ 「和の涼」団扇に花の絵を描く

日本画の絵の具を使って団扇に花の絵を描きます。筆ふきタオルは、各自ご持参ください。

日時 5月10日(日) 13時～16時
場所 かるぽーと10階絵画室
定員 先着15人 ※対象は16歳以上

◆費用は3,000円(材料費含む)
 ◆申し込みは4月5日(日)8時半から、直接または電話で。

「土佐クエ」GENKI青年会土佐弁ミュージカル2020

総務課国際平和・文化担当 ☎823-9955



日時 4月12日(日)
 19時から

場所 県民文化ホール(グリーン)

県在住の外国人がつくる地域外国人ボランティア団体GENKI青年会が、土佐弁で演じるミュージカル。歌詞も台本もセットも全て自分たちの手作り! ことしのテーマは「土佐クエ」。「ドラゴンクエスト(ドラクエ)」の世界に土佐文化を盛り込んだミュージカルにしました。ぜひお越しください!

申込先 詳細の問い合わせ先 料金の表示のないものは無料です

戸籍届出に関する人口動態 職業・産業調査

厚生労働省では、出生・死亡・死産・婚姻および離婚の届書をもとに、人口動態調査を行い、その結果を保健福祉の向上のための資料として活用しています。...

令和2年度は国勢調査の年になりますので、届け出の際には、職業の記入もお願いすることになります。...

中央窓口センター戸籍担当 823-9431



学生納付特例制度は 毎年申請が必要です

国民年金保険料の学生納付特例制度とは、20歳以上の学生に国民年金保険料の納付が猶予され、10年以内に追納できる制度です。...

対象...20歳以上の学生(一部対象でない学校・課程あり)。ただし、現在学生でない方も、申請月の2年1カ月前までに対象となる学生であった期間がある場合は申請できます。...

承認基準...本人の前年度所得が、一定額以下の場合。

申請期間...4月に申請できる期間は平成30年3月~令和3年3月分。

申請に必要なもの...申請期間の在学が確認できる学生証の写しまたは在学証明書(原本)、認め印(本人署名の場合は不要)、マイナンバーカードもしくはは通知カード。...

申請先...申請者本人が住民登録をしている市町村役場の国民年金担当窓口または最寄りの年金事務所。

高知東年金事務所 831-4430、中央窓口センター国民年金担当 823-9439

事業所への省エネ設備の 導入費用を補助します

市内事業所への省エネ効果の高い設備の導入費用を補助します。

対象...市内に主な事業所を有し、事業を3年以上継続している中小企業者。(賃貸物件は対象外)

対象事業...自己の所有する事業所の既設機器を入れ替える場合。

対象機器...規定の基準を満たす省エネ製品(LED照明器具・エアコン・冷蔵庫・冷凍庫)の購入費。

補助率...3分の1

補助上限額...50万円(補助対象経費が20万円以上の事業に限る)

受付期間...5月1日(金)~20日(水)。申請が予算額を上回った場合は抽選で決定します。

新工エネルギー推進課 823-9481

はり・きゅう・マッサージ 施術費の助成

対象...①65歳以上の高知市国保加入者②後期高齢者医療の被保険者(75歳以上の方および65歳以上で一定の障害があり制度の認定を受けている方)で、前年度の保険料を完納した世帯の方。

助成は1回600円、年度内15回以内。一度の申請で5回分の施術券を発行します。指定を受けている施術所・訪問サービスでの施術に限り利用できます。...

①は保険医療課給付係 823-9359、②は保険医療課後期高齢者医療係 823-9380

ひとり親家庭自立支援 給付金のご案内

対象はいずれも、ひとり親家庭の父母。

申し込み・支給額など詳しくはお問い合わせください。

高等職業訓練促進給付金...看護師等の特定の資格を取得するため、養成機関で一定以上のカリキュラムを修業している場合、生活費の一部を支給します。

高等職業訓練修了支援給付金...上記養成機関を修了し、修業開始日と修了日に支給要件(所得制限など)を満たしている場合、修了後に入学時の負担の一部を助成します。...

自立支援教育訓練給付金...雇用保険制度の教育訓練給付の対象講座を受講する場合、教育訓練費の一部を支給します。...

子育て給付課 823-9447

障害のある方への 各種手当のご案内

特別障害者手当...対象は、心身に著しく重度の障害があり、常時特別の介護を必要とする在宅の20歳以上の方。月額27,350円。

障害児福祉手当...対象は、心身に重度の障害があり、日常生活に著しい制限を受ける在宅の20歳未満の方。月額14,880円。

特別児童扶養手当...対象は、心身に重度または中度の障害のある20歳未満の児童を監護している父母または養育者の方(対象児童が施設に入所または公的障害年金を受給している場合を除く)。

いずれも申請には診断書等が必要です。なお、各手当の障害程度基準に該当しない場合や、受給資格者および扶養義務者の前年所得が一定額以上であるときは受給できません。

障がい福祉課 823-9053

㈱ファミリーマートと 連携協定を締結しました

2月3日、㈱ファミリーマートと市との間で、地域活性化包括連携協定を締結しました。

今後は、「地場産品の販路拡大および商品開発」や「地産地消の推進」、「住民福祉の向上」など、さまざまな分野にわたり、連携して取り組んでいきます。



政策企画課 823-9407

令和2年 計量器定期検査

計量器(はかり)の定期検査を実施します。ことしは市内中心部および鏡・土佐山地区の事業者等が検査対象です(令和元年に検査済みの方を除く)。

新しく事業を始め、計量器の検査をまだ受けていない方、事業の休止・廃止または計量器を使用しなくなった方はご連絡ください。

Table with 3 columns: 日程, 検査会場, 検査時間. Lists inspection dates and locations from April to May.

詳しくは 暮らし・交通安全課計量検査所 802-5753へ

家庭ごみを処分する際に「無許可」の 回収業者を利用しないでください

市の「一般廃棄物収集運搬業の許可」を持たない業者が、家庭から出る廃棄物(家庭ごみ)を回収することは違法です。無許可の回収業者は市の処理施設を利用できないため、不適正な処理や不法投棄を行う事例が、全国的に報告されています。...

高知市が許可した一般廃棄物収集運搬業者(有料)

Table with 3 columns: 業者名, 所在地, 電話. Lists permitted waste collection companies and their contact info.

詳しくは環境政策課 823-9209へ

令和2年度 市税納期カレンダー

(各納期に記載している日付は納期限です)

Calendar table showing tax payment deadlines for April, May, June, July, August, September, October, November, and December.

※口座振替をご利用の方は、納期限日が振替日となりますので、あらかじめ残高の確認をお願いします。

詳しくは税務管理課 823-9418へ

募集

お知らせ

講座&教室

催し&イベント

募集

お知らせ

講座&教室

催し&イベント

申込先 詳細の問い合わせ先 料金の表示のないものは無料です

春の市民学校

対象は市内在住または在勤の16歳以上の方。

地域公民館講座

いずれの講座も申し込み後の取り消しによる受講料、教材費の払い戻しはいたしません。詳しくは、生涯学習課ホームページをご覧ください。鴨田ふれあいセンターの「写真教室」は当日デジタルカメラと取扱説明書をご持参ください。日・月曜日、祝日は休み。

講座名	講師	開催日時	開催場所(申込先)	申込日時・方法	定員(先着)	受講料(教材費)
こけ玉教室	海地 勲(草工房)	5/9(土) 13時半~15時	下知コミュニティセンター ☎880-1770	4/18(土)11時~12時、直接(12時以降は電話申込可)	25人	無料(1,000円)
パソコン教室「ワード 初級」	竹島 由香	5/13(水)・14(木)・20(水)・21(木) 13時半~15時半 全4回		4/22(水)11時~12時、直接(12時以降は電話申込可)	15人	2,000円(500円)
ヨガ教室(健康パスポート付与事業)	北村 喜代子	5/28(木)・6/4(木)・11(水)・18(水) 13時半~15時		5/7(水)13時~14時、直接(14時以降は電話申込可)	20人	2,000円(無料)
写真教室	永澤 悦穂	5/16(土)・30(土)・6/13(土)・27(土) 10時~12時 全4回	鴨田ふれあいセンター ☎844-3238	4/25(土)10時~11時、直接(11時以降は電話申込可)	10人	

五台山ふれあいセンター

5月8日(金)から、五台山ふれあいセンターで。定員各コース先着20人。受講料は5回コース2,500円、8回コースは4,000円。科目によって材料費・テキスト代が別途必要。

申し込みは4月4日(土)~18日(土)9時~17時、直接または電話で。受講料の納入は4月18日(土)まで。駐車場あり。日・月曜日、祝日は休み。

申し込み、詳しくは五台山ふれあいセンター☎882-6337へ

曜日	科目	時間	回数
月	健康体操	19時~20時半	5
火	民謡	10時~12時	8
	ヨ一ガ	14時~16時	
金	カラオケ	19時~20時半	5
土	童謡・唱歌	10時~12時	
	歌謡舞踊	13時~15時	
	手編み	13時半~15時半	

※講師の都合等により日時を変更する場合があります。

旭文化センター(木村会館)

5月1日(金)から週1回、旭文化センター(木村会館)で。全10回。受講料は4,900円・歴史講座のみ2,100円。科目によって教材費・テキスト代が別途必要。

申し込みは4月4日(土)9時半から、旭文化センター(木村会館)3階ホールで直接(施設開館は9時)。午後からは1階事務室で受け付け。定員に達しない科目は、4月7日(水)9時半から、電話でも受け付け。4月24日(金)17時締め切り。

●講師の都合で日程を変更する場合があります。●申し込み後の取り消しや科目の変更、欠席による受講料等の払い戻しはしません。●台風等の天候により、休講になる場合があります。●自動車の駐車はできません。●教材費実費の場合のコピー料は、その都度いただきます(1枚10円)。●10人未満の科目は中止することがあります。●日・月曜日、祝日は休み。

申し込み、詳しくは旭文化センター☎872-0374へ

曜日	科目	時間	定員
火	歌謡舞踊	10時半~12時	20
	火曜ヨ一ガ	10時~11時半	40
	写真教室	10時~12時	20
	やさしい英会話	10時半~12時	20
	ちぎり絵教室	13時半~15時半	20
水	手編み	13時半~15時半	20
	夜のヒーリングヨガ	19時~20時半	30
木	楽しむ写真教室	10時~12時	20
金	歴史講座	10時~11時半	48
	金曜ヨ一ガ	10時~11時半	40
	のびやかストレッチ	10時~11時半	18
	カラオケ教室	13時半~15時半	40
	フラダンス教室	19時~20時半	30
土	洋裁	10時~12時	18
	3Rリフレッシュ体操	13時半~15時	20
	骨盤調整ヨ一ガ	13時半~15時	30

固定資産台帳を閲覧・縦覧できます

閲覧は自己資産の課税内容を確認できる制度で、縦覧は固定資産税の納税者が縦覧帳簿で他の資産と自己の資産の比較ができる制度です。

4月1日(水)~30日(土)(土・日曜日、祝日を除く)9時~17時、資産税課(本庁舎2階)で。令和2年度の納税通知書や本人確認書類(運転免許証等)を持参してください。代理人は委任状が必要です。なお、納税通知書は4月上旬に送付予定です。

資産税課土地係☎823-9426 資産税課家屋係☎823-9425

防火管理者の選任・解任届けはお済みですか

一定規模の事業所には、防火管理者の資格を持った方の中から防火管理者を選任し、消防計画の作成、定期的な消防訓練を実施することなどが消防法で義務づけられています。

職場の防火管理者が異動している場合には新たな防火管理者を選任し、最寄りの消防署に選任・解任届け出等の提出をお願いします。

用紙は、市内各消防署にあります。また、市のホームページからもダウンロードできます。

最寄りの消防署または消防局予防課☎871-7504



国民生活基礎調査などにご協力を

2020(令和2)年国民生活基礎調査と第16回出生動向基本調査が、4月下旬~7月末に全国一斉実施されます。この調査は、厚生労働省が毎年実施しているもので、行政の基礎資料となる重要な調査です。対象となる方は無作為に抽出します。

調査票に記載された事項が統計の目的以外に使用されることはありません。調査員が訪問し、調査票を回収しますので、皆様のご協力をお願いします。

地域保健課☎822-0577

市スポーツ振興事業団グループ スポーツ教室

申し込み、詳しくは☎780-8031 大原町158 市総合体育館☎833-4061、☎781-8125 五台山1736-1 くらしおアリーナ☎878-1150へ

申し込みは往復はがきに希望する教室名・住所・氏名・年齢・性別・電話番号、幼児・小学生は保護者名・学校名・学年を明記し郵送、または所定の申込用紙で窓口へ直接。締め切りは4月15日(水)21時必着。希望者多数の場合は抽選。

教室名	対象(運動可能な方)	開催日程	開催場所	定員	参加費
①キッズ鬼ごっこ体験教室	年中児・年長児	4/30(水)~5/21(水) 毎週木曜日 15時半~16時15分 全4回	市総合運動場	15人	1,600円
②幼児体操教室(年長児クラス)	年長児	5/11(月)~6/29(月) 毎週月曜日 15時半~16時15分 全8回	市総合体育館	10人	3,300円
③小学生水泳教室(水泳を楽しまう)	泳ぎの苦手な小学生	5/7(水)~5/28(水) 毎週月・木曜日 17時~18時半 全7回		40人	
④ステップアップラージボール卓球教室(ダブルスの部)	50歳以上の経験者(2人1組での申込)	5/11(月)~6/29(月) 毎週月曜日 9時半~11時半 全8回		14組	1組 9,600円
⑤はじめてのピラティス教室	20歳以上	5/7(水)~6/25(水) 毎週木曜日 14時15分~15時45分 全8回	25人	4,800円	
⑥水中ウォーキング体験教室		5/12(水)~6/2(水) 毎週火曜日 19時半~20時半 全4回	20人	2,500円	

申し込みは4月3日(金)9時から市総合体育館または東部総合運動場くらしおアリーナに備えている用紙へ必要事項を記入し、直接お申し込みください。定員になり次第受け付け終了。⑤は窓口受け付けのみ。その他は電話受け付け可能。

教室名	対象(運動可能な方)	開催日程	開催場所	定員	参加費
⑦小学生サッカー体験教室	小学生	4/19(日)~5/17(日) 毎週日曜日 10時~11時 全4回 ※5/3休み	土佐山運動広場	20人	無料
		4/19(日)~5/17(日) 毎週日曜日 14時半~15時半 全4回 ※5/3休み	針木運動公園		
		5/1(金)~5/22(金) 毎週金曜日 17時半~18時半 全4回	城ノ平運動公園		
⑧放課後サッカー体験教室					
⑨第11回体力測定DAY	20歳~79歳	4/23(水) 受付14時~開始14時15分~	市総合体育館	10人	
⑩ノルディックウォーキング体験会	20歳以上	4/28(水) 10時~11時半 ※雨天中止 ※ポール貸出有(別途200円)	市総合運動場	15人	500円
⑪はじめてのグラウンドゴルフ体験DAY	50歳以上	5/12(水) 10時~12時	東部総合運動場	30人	300円

毎回、教室開始30分前から高知市総合体育館窓口にて直接受け付け。先着順のため、定員になり次第受け付け終了。室内シューズ持参。

教室名	対象(運動可能な方)	開催日程	開催場所	定員	参加費
⑫スクエアステップ&健康フィットネス教室	50歳以上	5/8(金)~7/17(金) 毎週金曜日 10時~11時15分 全10回	市総合体育館	16人	1回 300円

募集

お知らせ

講座&教室

催し&イベント

募集

お知らせ

講座&教室

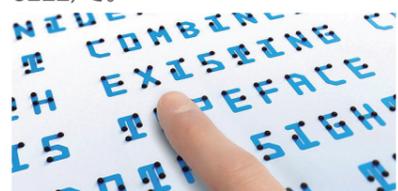
催し&イベント

申込先 詳細の問い合わせ先 料金の表示のないものは無料です

サイエンスカフェ 「目で読める点字フォント」

目が見える人が使う文字と目が見えない人が使う「点字」を組み合わせた新しいフォント「Braille Neue (ブレイルノイエ)」。この「目で読める点字フォント」を開発したデザイナーの高橋滷介さんがBraille Neue開発への想いと、これからのユニバーサルデザインについてお話しします。

▶対象…中学生以上。
5月1日(金)18時～19時半、オーテピア4階研修室で。定員先着30人。
▶申し込み…4月4日(土)から、高知みらい科学館申し込み専用電話(☎824-8222)で。



▶詳細 高知みらい科学館 ☎823-7767

スポーツライター高樹ミナさんに学ぶオリパラの楽しみ方

スポーツライター高樹ミナさんが、スポーツライターだからこそ知るオリンピック・パラリンピックの楽しみ方を、おすすめの本を交えてお話しします。

▶対象…県内在住の中学生～18歳。保護者の同伴可。

5月6日(水・休)13時半～15時、オーテピア4階ホールで。定員先着80人。
▶申し込み…4月7日(火)10時から電子メール・FAX・電話(電子メール・FAXでの申し込みができない場合)のいずれかで。

▶詳細 図書館・科学館課
☎823-4946、FAX823-9352、
✉toiawase@library.kochi.jp



▲高樹ミナさん

濱口雄幸と野村茂久馬 ~オーテピア高知図書館お宝紹介~

オーテピア高知図書館では、高知県出身者ではじめて総理大臣になった濱口雄幸の生誕150年を記念して、濱口とその同級生で「土佐の交通王」とよばれた野村茂久馬をはじめとした周囲の人びとを、当館所蔵の貴重な資料を使って紹介する企画展示を開催します。

4月25日(土)～7月15日(水)、オーテピア高知図書館3階展示室で。



▲濱口雄幸 ▲野村茂久馬

▶詳細 図書館・科学館課 ☎823-4946

中央公民館事業 かるぽーと「春の市民学校」

対象は16歳以上で市内在住または在勤の方。

5月7日(土)から週1回開催。科目により開講日が異なります。受講料は10回コース5,000円、8回コース4,000円、6回コース3,000円。受講料は前納。科目によって材料費・テキスト代が別途必要。

申し込みは、全科目往復はがき(1科目につき1人1枚)に住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号(昼間の連絡先)・希望科目・過去にその科目を受講した回数を記入し、4月15日(水)必着で郵送。希望者多数の場合は抽選。抽選結果は4月17日(金)以降に通知。4月15日(水)に定員に達しなかった科目は、翌16日(木)8時半から電話でも受け付け。月曜日(祝日・振替休日)の場合は開館は休み。

曜日	朝の部 10:00～12:00		昼の部 13:30～15:30		夜の部 18:30～20:30	
	科目	回数 定員	科目	回数 定員	科目	回数 定員
火	和紙ちぎり絵	10 30	フランス刺しゅう「戸塚刺しゅう」	8 20	油絵の基礎	10 15
	童謡・唱歌・名歌を歌う	8 30	社交ダンス	8 35		
水	楽しい暮らしの英会話	10 30	パッチワーク・キルト	8 25	陶芸入門	10 20
	伝統工芸・組紐	8 25	初心者のための民謡・歌謡舞踊教室	8 30	やさしい家庭料理	8 30
	大人のためのピアノ教室	8 10	はじめてのオカリナ	8 20		
木	のびのび体操	8 20	絵手紙入門	8 25	美文字クリニック(ペン字・筆ペン)	8 30
	アロハ・ルアナフラ	8 30	やさしい手編み教室	8 15	ヨーガ入門(夜)	8 40
金	竹細工入門	10 20	楽しいコーラス	8 30	英会話入門	10 30
		8 20		8 30	男の料理教室	6 24
土	お菓子とパンの教室	6 20	日本画の基礎	8 35		
	ヨーガ入門(朝)	8 40	大人が素敵に見える服(洋裁)	10 20		

- 金曜日夜の部「男の料理教室」は男性限定の科目です。
- 科目によって変更がある場合があります。
- 申込者数が規定数に達しない科目は休講となります。

申し込み、詳しくは
☎781-9529 九反田2-1
市文化振興事業団
☎883-5071へ

こころを読み解く コラージュ

女性を対象に、雑誌等から気になるものを切り抜き台紙に貼るコラージュから、自由に表現された私へのメッセージを読み解き、自己理解へつなげていきましょう。

5月17日(日)10時～16時、ソレで。定員20人。参加料1,000円。講師は大前玲子さん(大阪大学非常勤講師・阪神WARA心理教育研究所)。切り抜いてもよい雑誌・パンフレット2～3冊、のり、はさみを持参。

託児(6カ月～小学3年生)あり、予約制。小学生は500円。

▶申し込み…4月6日(月)9時から、電話またはソレのホームページで。

▶詳細 うち男女共同参画センター「ソレ」 ☎873-9100



もう?まだ?早すぎない! 今からはじめる性教育

子どもたちが自分の身を守るための性教育の方法を、楽しく分かりやすくお子さんに伝える方法を学びます。

▶対象…乳幼児の保護者。
5月23日(土)10時～11時半、ソレで。定員30人。参加料500円。講師は川野なおさん(とにかく明るい性教育「パンツの教室」協会)。

託児(6カ月～小学3年生)あり、予約制。小学生は500円。6カ月未満のお子さんは一緒に受講が可能。

▶申し込み…4月10日(金)9時から、電話またはソレのホームページで。

▶詳細 うち男女共同参画センター「ソレ」 ☎873-9100



▲川野なおさん

春の全国交通安全運動

4月6日(月)～15日(水)は春の全国交通安全運動期間です。

春は、入学・入園シーズン。「交通安全は家庭から」を合言葉に、道路の歩き方や渡るときに気を付けることなど、家族と一緒に交通ルールを話し合いましょう。

また、ドライバーの方は、信号機のない横断歩道で歩行者が渡ろうとしているときは一時停止しなければなりません。一人一人が「ゆずり合いの心」を持って行動し、交通事故防止に努めましょう。



▶詳細 暮らし・交通安全課 ☎823-9487

中央公民館事業 2020年 初夏の市民講座

申し込みは1講座につき1人1枚で、往復はがきに希望講座名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号(昼間の連絡先)を記入し、4月17日(金)必着で郵送。希望者多数の場合は抽選し、結果は21日(火)以降に通知します。定員に達しない講座は4月18日(土)8時半から電話で受け付け。

講座名	講師(敬称略)	日時	受講料等	定員
ランチコースを満喫! フランス料理教室 <エプロン不要の「見る」「食べる」講座です>	Re:born[リボーン] オーナーシェフ 田中 秀典	5/13(水)・5/27(水)・6/10(水) 11時～13時 全3回 隔週	1,500円 (材料費4,500円)	20人
三島由紀夫『金閣寺』を読む	高知県立大学講師 田中 裕也	5/14(木)～6/4(木) 毎週木曜日 18時半～20時 全4回	700円 (教材費800円)	40人
簡単ステップで踊る、サルサ&ストレッチ 楽しく踊りながら身体をしっかりと引き締めよう!!	Dance & Art スタジオ プエルト代表 遠枝 恵実	5/14(木)～6/25(木) 毎週木曜日 18時半～20時半 全6回※6/4除く	3,000円 (教材費200円)	20人
デッサン基礎 de 学ぶ「美術の“び”」～えんぴつ+色えんぴつ編～	こうち美術サークル 山本 洋一郎	5/16(土)～6/20(土) 毎週土曜日 14時～16時 全6回	3,000円 (材料費2,000円)	20人
夏も快適! アロマを楽しむオリジナルコスメ	香りの教室 帆南 濱渦 千里	7/5(日)・7/12(日) 10時～12時 全2回	1,000円 (材料費3,000円)	20人

申し込み、詳しくは☎781-9529 九反田2-1 市文化振興事業団「市民講座」係 ☎883-5071へ

高知市勤労者交流館講座 申し込み、詳しくは高知市勤労者交流館(丸池町) ☎883-2244へ

対象は市内在住・在勤の16歳以上の方。
申し込みは4月3日(金)～16日(水)8時半～19時(日曜日は17時まで)、直接または電話で。定員に達し次第締め切り。月曜日、祝日は休み。月曜日が祝日に重なるときは翌火曜日も休み。詳しい内容および開催日程は市勤労者交流館等で配布中の案内または市勤労者交流館のホームページで。

講座名	曜日	日時	受講料	テキスト代	定員
ヨーガ講座(各10回)	水	5/13(水)～7/15(水) (19時～21時)	各6,000円	各500円	40人
	土	5/9(土)～7/11(土) (19時～21時)			25人
ロコモ予防&スタイルアップエクササイズ(10回)	木	4/30(木)～7/9(木) (19時40分～20時50分)		25人	
ズンバ®講座(10回)	金	5/1(金)～7/3(金) (19時～20時)		40人	
日常英会話講座(10回)	木	4/30(木)～7/9(木) (19時～20時半)		3,000円程度	25人
韓国語(中級)講座(10回)	火	4/28(火)～7/7(火) (19時～20時半)		2,500円程度	25人



料金の表示のないものは無料です

おおきくなーれ

応募してね!

市内在住の小学6年生までの
お子さんの写真を募集中!
申し込みは、写真と申込書、
または必要事項を明記して、電子メール・郵送のいずれかで。
詳しくは、広聴広報課のホームページをご覧ください



高知市 おおきくなーれ
広聴広報課 ☎823-9446



今月は、仲良し4兄妹をご紹介します!

やまうち かいと
山内 開翔くん (6歳)

おすしとお菓子が大好き! ブロック遊びとゲームが好きだよ。

やまうち はると
山内 陽翔くん (8歳)

おすしとカレーが大好き! けいどろとゲームに夢中だよ!

やまうち るかぜ
山内 月楓ちゃん (1歳)

ヨーグルトが好き! お兄ちゃんたちと遊ぶのに夢中の☆

やまうち ぜんと
山内 然翔くん (5歳)

卵のおすしと果物が好き! 戦いごっこをよくやってるよ。

交通安全 五・七・五

詳しくは、くらし・交通安全課 ☎823-9487へ

1.5km 分の放置自転車

「少しぐらいなら」。「みんな止めているし」。そのちょっとした軽い気持ちで放置された自転車を並べると、年間で何mになるかご存じですか。

平成30年度に市内で撤去された自転車は2,483台。自転車1台あたりの幅を60cmとすると、なんと年間約1.5km! ひろめ市場からはりまや橋までの距離約700mを2倍以上埋め尽くすこととなります。これほどの自転車が交通の妨げや景観を悪くすると考えると……ゾッとします。

それでは、この自転車はどこに止めればいいのか。中心市街地で言うと、はりまや北(国管理)・新京橋プラザ・追手前公園・帯屋町公園には地下駐輪場があります。「えーっ地下って暗くて怖い」。しかし、ここで朗報です。帯屋町公園駐輪場、LED始めました!

安心してください。明るいです。この駐輪場はオーテピアにも近く、帯ブラにはもってこい。

さらに市が管理する駐輪場は全て無料。ぜひ一度ご利用ください。意外と駐輪しやすいですよ。ただし7日間以上の置きっぱなしは撤去の対象になる等、一定のルールはありますのでご理解ください。

…ここで一句。



軽く置く
積もり積もって
チャリ
の山

市民ウェブモニターを募集します

詳しくは、広聴広報課 ☎823-9446へ

市民ウェブモニターとは、市政に関する簡単なアンケートに回答するモニターです。モニター登録された方に、電子メールでアンケートをお送りします。令和2年度は5回程度実施する予定です。

募集期間 **5月8日** (金) まで

謝礼 **1000円分のQUOカード**
(年度内に3回以上回答した方)

登録方法など、詳しくは広聴広報課のホームページをご覧ください。

高知市 市民ウェブモニター



モニター登録から謝礼までの流れ

- 1 メールで登録
必要事項を明記し、メールを送信。
- 2 アンケートURLがメールで届きます
- 3 スマホ・PCで回答
専用サイトにアクセス、回答を入力。
- 4 謝礼の受け取り
全てのアンケート終了後にお送りします。

ひとり親家庭 春のレクリエーション

ひとり親家庭の皆さんを対象に、徳島県のとくしまファミリーランドへ行きます。

4月26日(日)8時~18時(7時半にはりまやバスターミナル集合)。定員70人。参加費1世帯2,000円。昼食等は各自持参(途中SA等で購入可能)。

▶申し込み…はがき(1世帯につき1枚)に住所・参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢(学年)・電話番号を明記し、4月20日(月)必着で郵送。希望者多数の場合は抽選。結果は、4月22日(水)ごろにはがきでお知らせします。

詳しくは月・水・金曜日(祝日を除く)10時~14時にお問い合わせください。



申 詳 ☎780-0935 旭町2丁目22-47 第二澤田ビル101 高知市青蘭会 ☎872-8218

KOCHI カル・フェス・オープニング 筆山のゆかいな仲間たち

筆山文化会館で活動中の音楽団体を中心に、3部構成のステージ。第1部はビッグバンド・ジャズ。第2部は音楽物語(創作童話と作曲委嘱作品「校舎とイチョウ」を基に、器楽演奏に合唱・映像・朗読を加えたオリジナルコラボステージ)。第3部は吹奏楽・合唱。それぞれがジャンルを越えて作り上げる素晴らしいステージです。

4月12日(日)開場13時半、開演14時、かるぼーと大ホールで。入場料前売り小学生以上500円(当日800円)、未就学児無料。

託児サービスあり(高知フライデー・ウインド・アンサンブルのホームページで事前連絡が必要)。

詳 市文化振興事業団 ☎883-5071



春の工石山へ行こう

対象はいずれも小学生以上(小学生は保護者同伴、大人だけの参加可)。いずれも雨天決行で、参加者にはJR高知駅南前からの無料送迎バスあり。

▶春の登山と写真撮影教室…工石山の原生林を彩るシャクナゲ等の木々や草花の観賞や写真撮影を楽しみながら、鏡川源流の自然に親しみ、親子や参加者同士の交流を深めませんか。

5月9日(土)工石山および工石山青少年の家で。定員先着27人。参加費800円(昼食・写真付き)。カメラ持参(カメラ付き携帯電話・スマートフォンでも可)。

申し込みは25歳未満の方と小学生の保護者は4月9日(木)~21日(火)、その他の方は4月16日(木)~21日(火)に電話で。月曜日は休館。

▶シャクナゲ道を歩こう…シャクナゲを観賞し、新緑の工石山を満喫しませんか。

5月10日(日)・16日(土)【各日帰り】工石山および工石山青少年の家で。定員各回先着27人。参加費800円(昼食・写真付き)。申し込みは4月10日(金)~22日(水)に電話で。月曜日は休館。

申 詳 ☎781-3211 土佐山高川1898-33 工石山青少年の家 ☎895-2016

山村誠一ミュージックショー 祝☆還暦

関西を代表するパーカッション&スティールパン奏者山村誠一の祝☆還暦ライブが決定! 有山じゅんじ、押尾コータローをゲストに迎えてお贈りする豪華ミュージックショーです。

5月1日(金)18時半開場、19時開演、かるぼーと小ホールで。入場料前売り一般3,500円(当日4,000円)、高校生以下1,500円(当日2,000円)、未就学児入場不可。全席自由(客席が満席の場合は立ち見となる場合があります)。

詳 市文化振興事業団企画事業課 ☎883-5071

第48回みどりの週間 ~春のガーデニングマーケット~

日時…4月17日(金)~19日(日) 9時半~17時(19日は16時まで) 場所…中央公園

連日行事	日時	内容	
17日(金)~19日(日)	9時半~17時(19日は16時まで)	植木・鉢花・木製品等の展示即売会、樹木医相談コーナー、緑の募金活動、モデル庭園の展示、木の玉プール	
	9時半から	オープニングセレモニー、苗木と花の種無料配布	
日替わり行事	17日(金)	9時半から	
	18日(土)	10時~16時	木工体験教室(竹とんぼ・森の万華鏡等)
		13時~14時半	みどりのチャリティーコンサート
19日(日)	10時~16時	木工体験教室(竹とんぼ・森の万華鏡等)	
	12時から	植木・鉢花等のチャリティーせり市	
	13時半から	緑の募金街頭活動	
	15時から	苗木と花の種無料配布	

*行事内容、時間等は変更になる場合があります。ご了承ください。
*竹とんぼは100円、森の万華鏡その他の体験も材料費がかかります。

詳しくは、みどり課 ☎823-9469、市都市整備公社公園管理課 ☎834-1890へ

募集

お知らせ

講座&教室

催し&イベント

2020年4月号

2020年4月号



健康診査

①～⑧は健康増進課 ☎803-8005へ
⑨は保険医療課後期高齢者医療係 ☎823-9380へ ⑩は保険医療課給付係 ☎823-9359へ

検診種目	対象者	自己負担金
①胃がん検診(集団検診)バリウム検査 (個別検診)胃内視鏡検査(※1)	40歳以上の方 50歳以上の方	700円 3,300円
②大腸がん検診(集団検診・個別検診)	40歳以上の方	無料
③胸部検診(集団検診のみ) (65歳以上は結核健診)	40歳以上の方	無料
④乳がん検診(個別検診)(※1) (集団検診)(※1)	40歳以上の女性 40歳以上の女性	40歳代 1,350円 50歳以上 1,050円 40歳代 900円 50歳以上 800円
⑤子宮頸がん検診(※1)	20歳以上の女性	集団検診 600円 個別検診 1,200円
⑥女性健診(集団検診のみ) (基本検診+歯科検診+子宮頸がん検診(※1))	20～39歳の女性(託児あり)	1,400円
⑦成人歯周病検診	年度内に40歳、50歳になる方	無料
⑧健康増進法健診	40歳以上の生活保護受給者	無料
⑨後期高齢者健診(※2)	後期高齢者医療制度加入者	無料
⑩高知市国保の特定健診(※2)	令和2年度中に40～74歳になる高知市国保加入者	無料

各検診とも、年度内に1回受診できます。

※1 胃内視鏡検査による胃がん検診、乳がん検診、子宮頸がん検診は、2年度に1回の受診となります。胃内視鏡検査による胃がん検診を受診した翌年度は、胃がん検診を受診することはできません。

※2 令和2年度の受診券は6月上旬に発送予定です。受診券が届く前に受診を希望される方は上記連絡先にご連絡ください。

- 有料の検診は、生活保護等受給中の方・市民税非課税世帯の方は無料になります。申し込み時にお知らせください。
- 高知家健康パスポート用ヘルシーポイントシールを健診結果通知に同封します。なお、成人歯周病検診は検診時にお渡しします。
- 特定健診の結果の見方などの相談は保険医療課管理係 ☎823-9358へ。来所相談者にはヘルシーポイントシールを提供します。

5月 集団検診

申し込みは4月7日(火)8時半から 健康増進課 ☎803-8005へ (12時～13時を除く)

申し込みは電話で。ただし、聴覚・言語障害のある方はFAX(823-8020)、郵送での申し込みも可能ですので、ご連絡ください。専用の申込用紙を送付します。検診種目ごとに定員に達し次第締め切ります。

検診日	会場	検診日の受付時間	胃	大腸	胸部
5/28(木)	木村会館(旭町3丁目)	9時～10時半	○	○	
		14時～15時		○	○
29(金)	高知県総合保健協会(棧橋通6丁目)	13時～13時半		○	○
31(日)	福寿園(福井町)	9時～10時半	○	○	○

高知市の人口と世帯

- 人口(前月比)
32万7,009人(-291人)
男 15万2,709人(-144人)
女 17万4,300人(-147人)
出生191人 転入等545人
死亡327人 転出等700人
- 世帯数(前月比)
16万3,464世帯(-107世帯)
転入357世帯 その他173世帯
転出373世帯 その他264世帯
(令和2年3月1日現在)

■気が付けば4月号。いつのまにか春です。そういえば、この冬はマフラーを出さなかったことに気が付きました。冬になって調べてみると、観測史上、最も暖かい冬のこと。年々寒さに弱くなってきている(松)としては嬉しい限りです。そういえば暖冬だとネズミが増えるとか。ことしの干支のおかげ(?)かも知れませんね。(松) ■暖かい冬が終わる、春ですね! 暖冬とはいえ、マフラーを使っていた(山)ですが、冬しか使わない分すぐにしまってしまうのがもったいない気もします。マフラーは名残惜しいですが、外も暖かく、菜の花が生い茂った春景色を見に、のんびり散歩したくてウズウズしますね。(山) ■編集してからもう4度目の春々というわけで、広聴広報課に来ては4年がたちました。この時期は暖かくなったと思えば、寒くなったたり、マフラーを巻いたり取ったり忙しいです。でもなぜか春が来るというだけでワクワクしますよね。秘密は日の長さにあるそうです。体も「春が来た!」と反応して、気分が高まるんですね。(魚)

編集室

おとな

体外受精・顕微授精の治療費助成

【申 詳】母子保健課 ☎855-7795
費用の一部を助成します。助成回数を通算6回まで。なお、男性不妊治療(TESE、MESA等)には、上乗せ助成しています。令和2年度は、平成2年4月1日から令和3年3月31日までに終了した治療に対して助成します(申請期限は令和3年3月31日)。申請方法など詳しくはお問い合わせください。

肝炎ウイルス検査

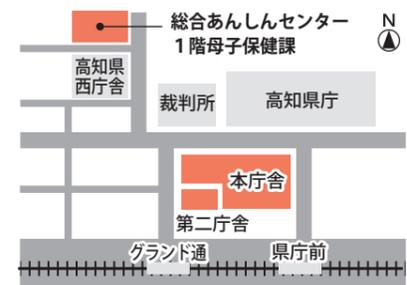
【申 詳】地域保健課 ☎822-0577
過去に肝炎ウイルス検査を受けたことのない方を対象にB型・C型肝炎ウイルス検査を行います。
4月27日(月)14時～15時。保健所(総合あんしんセンター2階)で。予約制。

エイズ(HIV)・梅毒検査

【申 詳】エイズ相談専用電話 ☎822-0477
▶定期検査は毎週月曜日(祝日除く)15時半～16時半。予約不要。
▶夜間検査は4月20日(月)17時半～18時半。予約制、当日16時まで予約受け付け(定員あり)。
いずれも保健所(総合あんしんセンター2階)で。匿名。少量採血のみ。
正確な検査結果をお返すため、感染に心当たりのある日から8週間以上たってから検査をお勧めします。

④高知市へ転入された方へ予防接種のお知らせ

高知市へ転入された20歳未満のお子さんへは、予防接種の手続きのお知らせを送付しています。転入前の市区町村の予防接種票は使用できないため、予防接種履歴の確認をしたうえで、新たに高知市用の予防接種票を発行しますので、母子健康手帳を持参し母子保健課までお越しください。



⑤県外で定期予防接種を受ける方へ

里帰り出産等、やむを得ない事情で県外に長期滞在し、滞在地でお子さんの定期予防接種を希望する方は、事前にご相談ください。必要と認められる方に「予防接種依頼書」を発行します。
なお、依頼書を発行した方で、県外での接種日から1年以内であれば償還払いができます。事前に依頼書を発行せず接種した場合は、償還払いの対象外ですのでご注意ください。

新型コロナウイルスの感染予防をお願いします

新型コロナウイルスの感染予防には、インフルエンザなどと同様、手洗いやマスクの着用を含むせきエチケットがあります。また、持病をお持ちの方や高齢の方は、できるだけ人混みの多い場所を避けるなどの予防対策も合わせてお願いします。

せきエチケット

マスクを着用する、ティッシュ・ハンカチで口と鼻を覆う、袖で口・鼻を覆うことを心掛けましょう。



新型コロナウイルス健康相談センター ☎823-9300 受付時間:9時～21時

詳しくは、地域保健課 ☎822-0577へ

健康ひろば

【申 詳】 申込先 詳細の問い合わせ先 料金の表示のないものは無料です

子ども

- ①は詳市コールセンター ☎821-7880
- ②～⑤は詳母子保健課 ☎855-7795

①パパママひろば

妊娠期からの食生活や歯の健康管理、産後育児の講話や沐浴体験を行います。対象は市内在住の妊婦さんならどなたでも参加可(パートナーやご家族との参加もできます)。
5月10日(日)10時～12時(受け付け9時半から)、保健福祉センターで。定員先着50組。申し込みは4月15日(火)から電話で。受付時間9時～19時。

②子育てひろば

妊娠中の悩み事や育児相談のほか、お子さんの身体測定、保護者同士の交流や情報交換もできます。
4月17日(金)10時～11時半、春野あじさい会館で。申し込み不要。母子健康手帳をお持ちください。

③離乳食教室

栄養士と歯科衛生士による離乳食と口の発達についての講話と試食(保護者のみ)を行います。4月24日(金)総合あんしんセンター、5月15日(金)東部健康福祉センターで。時間はいずれも10時半～12時。託児はありませんが、お子さんと一緒に参加できます。申し込み不要。



広告

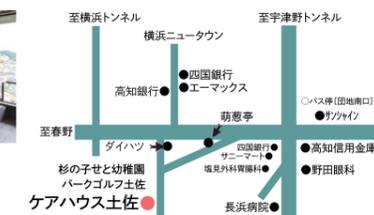
軽費老人ホーム(一般型) ケアハウス土佐
笑顔に
安心の生活で 快適な生活で 豊かな生活で



- ・全室南向き・日当たり良好の静かな環境
- ・展望大浴場あり
- ・冷蔵庫・洗濯機・エアコン完備
- ・市街地方面にバス運行(無料)
- ・提携医療機関による病院への送迎あり
- ・移動スーパーによる販売(週2回)あり
- ・関連施設のパークゴルフ場(27ホール)が隣接



入居利用料(3食付き) 71,410円から
その他の費用として月額7,160円
お問い合わせ 088-848-1818
受付時間は9時から16時<担当 川村>



(福)せと軽費老人ホームケアハウス土佐
〒781-0270 高知県高知市長浜6389-21
ホームページからもご覧いただけます▼
ケアハウス土佐 検索
http://www.seto-tosa.jp

歴史不華鏡

93回

スポーツ文化

―高知市総合運動場―

豊永郷民俗資料館
学芸員 釣井 龍秀



●高知市総合運動場

四月に高知で聖火リレーが行われる。スポーツは歴史学・経済学などあらゆる方面から語られてきた。一方で文化として認識されたのは、最近である。フランスのマルセル・モースは「スポーツは一方で社会の反映であり、他方で社会の発展と変容に関わる社会事実」と言っている。スポーツとは何か、という答えは千差万別であるが、遊びから誕生しているという点は共通している。西山哲郎は「体育は遊びを排除したのに対して、スポーツは遊びを目的とし、成果主義でありながら、遊びである」と述べている。

人口が多いスポーツを中心に、施設が充実したことが分かる。現在、世界でも競技人口が増えているのはサッカーである。日本サッカー協会は育成年代に対し、選手自らが課題を解決し、自立した考えができる指導を推奨している。オシム元日本代表監督は「育てることと勝つことは矛盾しているようで、矛盾しない」と言っている。スポーツには遊びながら学べるシステムがセツトされている。Jリーグ加盟チームがない七県の一つが高知県である。よってJ加盟の基準を満たすスタジアムや練習場がない。高知県には「くろしおキッズ」という有望な小学生を発掘し、運動能力の向上に取り組み、トップ選手を育てる事業がある。スポーツを通して子どもたちが育成され、障害のある人やパラアスリートたちがどこでも練習ができ、老若男女が生涯スポーツを楽しむには環境が必要である。生涯スポーツができる場所が増え、高知市の施設にサッカースタジアムが加わるとうれ

しい。

しい。

市長コラム

内和の外順

高知市長 岡崎誠也

新型コロナウイルス

全国各地で猛威を振るっている新型コロナウイルス感染症が高知でも発症しました。最初の患者さんが発症した時点で、勤務先の診療所は直ちに休診し、診療所名を公表されるとともに、感染の拡大防止のために積極的にご協力をいただいております。

その後、最初の患者さんが参加した、大阪のライブハウスでのライブ参加者の中から他の感染者が出ましたので、国立感染症研究所の専門チームにも協力をいただき、感染経路等の調査を行うとともに、感染の拡大防止のための専門的なアドバイスを受けながら対応しています。

政府からは、小学校・中学校・高校等の一斉臨時休業の通知もありましたので、本市では準備のための猶予期間を設けて、3月6日から休業を開始しましたが、小学校の低学年などの子どもさんについては、それぞれの家庭の状況に応じて学校でお預かりする対応をとりました。また、特別支援学校について



は、休業の対象とはしませんでした。乳幼児の子どもさんをお預かりしています保育所等につきまは、感染予防に注意しながら開所しています。感染症予防には、毎日の手洗いの徹底や消毒液の使用などが効果があるといわれていますので、まずは日常の手洗いの徹底をお願いいたします。

また、地域の経済にも感染症の影響が出始めていることから、それぞれの事業所等の影響について、関係機関と連携しながら実態把握に努め、県・市で支援に取り組んでまいります。

また、地域の経済にも感染症の影響が出始めていることから、それぞれの事業所等の影響について、関係機関と連携しながら実態把握に努め、県・市で支援に取り組んでまいります。



広告



私たちは、音を耳で聴き、脳で理解して聞き取ります。

～頭でスッキリ!! ストレスのない聞き取りをあなたへ～

まずはあなたのお悩みをお聞かせ下さい。



新日本補聴器センター 高知店

試聴・貸出・調整メンテナンスは全て無料で承ります。

高知市北本町2丁目1番12号 駐車場有り(ホテル港屋第1パーキング内)

営業時間 午前9時～午後5時 定休日 日曜・祝日・第4土曜

TEL 088-885-5855

※木・金曜日留守の場合があるためご連絡下さい。ご相談により、時間外相談・訪問も承ります。

