

# あかるいまち 3

令和4年2022

特集

一緒にやらんかえ！  
交通安全指導員



- 新型コロナウイルス感染症の状況により各行事等の実施に影響が出る場合があります。最新の状況は各問い合わせ先にご確認ください。
- 各行事への参加時にはマスク着用と、手指の消毒や検温等にご協力ください。また、体調に不安がある場合は参加の自粛をお願いします。

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  
e-books



表紙写真：通学時の街頭指導の様子  
※撮影のためにマスクを外しています。



実際に活動している人たちに話を聞きました

### 山下 文雄さん (潮江東校区)



#### きっかけ

自営業で朝は時間があり、その時間を有効活用したいと考えていたところ、指導員をやってくれないかと声をかけてもらって、始めてみました。

#### やりがい

夏の暑い日や冬の寒い日など、辞めたいと思うことはたくさんあった。それでも、毎年卒業式の時期になると「6年間ありがとうございました」と言ってくれる子が何人もいて、その言葉を聞くとやっぱり続けようと思います。



### 小野 隆志さん (江ノ口校区)



#### きっかけ

若手が少ないことと、自分が商店街の中で店をやっていて、商店街の中で交通安全活動に取り組む人がいると嬉しいと言われたから。

#### やりがい

元気な子どもたちの顔が見られること。研修等で自分が忘れてしまっていた交通ルールや知らなかったことについて学ぶことができ、それを日々の街頭指導や生活の中で活かせることです。



# 一緒にやらんかえ！交通安全指導員

交通安全指導員は、市長から委嘱されたボランティアです。地域の交通安全活動において中心的な役割を果たしており、皆さんの通学・通勤を見守っています。ぜひあなたも交通安全指導員として活動してみませんか。

## どんなことをしているの？



あなたの地域の交差点や通学路で、「こうつうあんぜん」と書かれた黄色い旗を持っている人を見たことはありませんか。交通安全指導員は、各小学校区での街頭指導を主な活動としており、皆さんが横断歩道や道路を安全に渡るお手伝いをしています。その他にも、各種交通安全イベントへの協力など、交通安全に関する啓発に取り組んでいます。

## 忙しいの？いつ活動するの？



街頭指導やイベントなどへの参加が強制になるのでは…と思う方もいるかもしれませんが、高知市交通安全指導員はボランティアのため、時間があるときや決まった時期だけの活動でも大丈夫です！

- 例えば…
- ・出勤前や朝の少しの時間
  - ・ゴミ出し等で外に出たとき
  - ・子どもを見送るとき
  - ・月1回夕方
  - ・仕事の都合がつかるとき

## 誰でもなれるの？

高知市に居住されている20歳以上66歳未満の方で、地域の交通安全推進に貢献したい！時間があるときに地域の活動に参加したい！など、興味のある方であればどなたでも活動することができます。



## 交通安全指導員さん いつもありがとう！



「秦小学校児童会」の皆さん

## 交通安全指導員を募集中！

高知市では、現在170名(令和4年2月1日時点)の方が活動しています。地域の交通安全活動に興味がある方や「子どもたちがより安全に通学できるようにしたい!」と感じたことがある方など、この機会に活動してみませんか。応募方法や、活動内容についてもっと詳しく知りたいと思った方は、くらし・交通安全課HPをご確認ください!



この記事についての問い合わせはくらし・交通安全課 ☎823-9487へ



## 毎年1回の狂犬病予防注射をお忘れなく

生活食品課 ☎822-0588

- 下記の日程で狂犬病予防注射を実施します。注射料金（注射済票交付手数料含む）は1頭につき3,200円です。
- 犬を飼い始めたときは登録が必要です。登録料金は1頭につき3,000円です。本市に犬の登録をしている方には3月中旬頃に問診票を発送します。登録しているのに問診票が届かない場合は、お問い合わせください。
- 日程表をご確認の上、注射会場にお越しください。狂犬病予防注射は、動物病院でも接種できます。

### 注射会場へお越しの際のお願い

- 1 問診票を忘れずにお持ちください。
- 2 必ずリードを着け、犬を制御できる方が連れてきてください。
- 3 ふんやごみは飼い主が責任を持って始末してください。
- 4 P以外の会場は、車での来場はご遠慮ください。会場周辺は駐車禁止です。
- 5 注射の際の写真撮影等はご遠慮ください。



4月1日(金)	8:50 - 9:20	サニーマート中万々店(駐車場) P	11:25 - 11:40	丸池公園 P	13日(水)	10:00 - 10:15	穴川方面(長崎/影谷と穴川分岐/穴川集会所前橋)
	9:40 - 9:50	福井東町児童公園	11:55 - 12:10	北御座公園(弥右衛門ふれあいセンター南側)		10:35 - 10:40	島田(旧駐在所前)
3日(日)	10:10 - 10:20	福井樋ノ口公園	12:35 - 12:55	ひょうたん公園(江ノ口小学校東側)	14日(木)	11:05 - 11:15	狩山分岐~吉原公民館駐車場
	10:40 - 10:50	横内公園	9:00 - 9:30	サニーマート神田店(第2駐車場) P		11:35 - 11:40	小塩団地入り口
	11:05 - 11:20	横内2号公園(JA横内直売所南90m)	9:55 - 10:10	朝倉ふれあいセンター P		11:45 - 11:50	熊野神社前
4日(月)	11:50 - 11:55	行川学園	10:25 - 10:45	朝倉総合市民会館 P	15日(金)	11:55 - 12:00	畑川橋
	9:00 - 9:50	サンプラザ業務用食品スーパー朝倉店 P	11:00 - 11:10	針木西公園		12:10 - 12:15	上の淵(名古瀬橋バス停)
	10:20 - 11:10	イオン高知旭町店(北側第1駐車場) P	11:25 - 11:35	針木東団地公園		12:25 - 12:30	柿ノ又(坂口分岐)
5日(火)	12:30 - 13:00	みづきつばさ公園(みづき3丁目)	12:05 - 12:20	鏡川緑地(新月橋南岸)	16日(土)	12:55 - 13:00	梅ノ木橋
	13:45 - 14:25	土佐神社(東側第2駐車場) P	12:35 - 12:45	車瀬公園(上町4丁目)		9:00 - 9:35	ナンコクスーパー長浜店(北駐車場) P
	8:50 - 9:10	こうち生活協同組合コープかもべ P	9:00 - 9:35	三里ふれあいセンター P		9:55 - 10:15	横浜2号公園(エーマックス横浜店東側)
6日(水)	9:25 - 9:40	西部健康福祉センター P	10:05 - 10:40	潮見台公園	17日(日)	10:30 - 10:40	横浜文化センター(横浜保育園南側) P
	9:55 - 10:10	神田公園	12:10 - 12:50	大津長瀬公園 P		11:15 - 11:25	泉宮種崎渡船場
	10:30 - 10:40	潮江西ノ丸公園	13:10 - 13:40	高須公園(葛島3丁目)		11:40 - 11:55	種崎公園グラウンド(駐車場) P
7日(木)	10:55 - 11:05	北浜田児童遊園(潮江東小学校西側)	9:10 - 9:15	葛浦ふれあいの里	18日(月)	13:20 - 13:30	三里十津北市営住宅公園
	11:20 - 11:30	萩公園	9:25 - 9:30	西川公会堂		13:50 - 14:10	県立池公園(東側駐車場) P
	11:55 - 12:10	鏡川河畔みどりの広場	9:45 - 9:50	長谷橋		14:25 - 14:35	JA高知市五台山支所北精米所
8日(金)	9:00 - 9:10	久重小学校(正門)	10:15 - 10:20	都積公民館	19日(火)	9:00 - 9:05	春野公民館内ノ谷分館
	9:25 - 9:35	正蓮寺酒店前	10:50 - 10:55	高川公会堂		9:20 - 9:25	春野公民館芳原分館
	10:05 - 10:30	㈱ジェイエイ高知市ガス事業課 秦泉寺公園グラウンド(駐車場) P	11:10 - 11:20	土佐山庁舎前		9:45 - 9:55	市春野グラウンド駐車場 P(春野東小学校西側)
9日(土)	10:50 - 11:10	加賀野井公園	12:20 - 12:25	桑尾公会堂	20日(水)	10:15 - 10:20	春野公民館秋山分館
	11:35 - 11:45	一ツ橋児童遊園	12:40 - 12:45	オーベルジュ土佐山周辺(第3駐車場) P		10:40 - 10:45	春野公民館甲殿分館 P
	12:05 - 12:15	一ツ橋児童遊園	13:05 - 13:10	すみれ寮跡		11:15 - 11:20	クリーンセンター西畑(西畑公民館近隣)
10日(日)	12:30 - 12:40	相模公園	13:30 - 13:35	網川公民館	21日(木)	11:45 - 11:50	春野公民館森山分館 P
	9:00 - 9:20	くろしおアリーナ東(テニスコート西側駐車場) P	13:55 - 14:05	円行寺遊園地		13:15 - 13:25	春野公民館弘岡上分館 P
	9:40 - 9:55	介良横堀団地中央ロータリー	9:00 - 9:40	ホームセンターハート 薊野店 P		13:40 - 13:50	春野公民館弘岡中分館 P
11日(月)	10:15 - 10:35	介良ふれあいセンター	10:10 - 10:30	一宮ふれあいセンター	22日(金)	14:05 - 14:10	春野公民館弘岡下分館 P
	10:50 - 11:00	中野5号児童遊園	10:45 - 10:55	一宮2号公園(トーマン団地)		9:00 - 9:45	ホームセンターハート横浜店 P
	11:30 - 11:45	城見公園	11:15 - 11:30	布師田ふれあいセンター P		10:05 - 10:30	南ヶ丘西集会所(南ヶ丘5丁目)
12日(火)	12:00 - 12:10	横堀公園(菜園場町)	11:55 - 12:05	関公民館	23日(土)	10:45 - 11:05	平和中央公園(春野平和団地)
	9:00 - 9:20	サニーマート土佐道路東店(南駐車場) P	12:35 - 12:45	東部健康福祉センター P		11:20 - 11:45	春野公民館 P(旧春野庁舎敷地北側)
	9:45 - 10:00	竹島公園	8:50 - 8:55	大河内花壇前		12:20 - 13:00	市保健所 P(総合あんしんセンター駐車場)
13日(水)	10:15 - 10:30	わんぱーくこうち(駐車場) P	9:10 - 9:15	小浜(小浜老人の家前)	24日(日)		
	10:55 - 11:10	青柳公園 ※右上へ続く	9:25 - 9:30	鏡文化ステーションRIO奥の駐車場 P			
			9:45 - 9:50	大利集会所 ※右上へ続く			

## 何が飛び出すか分からないおもちゃ箱のような16日間「水と光のカーニバルナイト」開催！

高知市観光協会 ☎823-4016

夜の高知城に、水と光に彩られた不思議な空間が出現！音楽噴水ショーや綱渡り、マジックなど、おしゃれなサーカス団とその仲間たちが大活躍します。

**日時** 2月26日(土)～3月13日(日)  
17時半～21時半(最終入場20時半)  
※雨天中止

**会場** 高知城・高知公園 三ノ丸(丸ノ内1-2-1)

**料金** 大人(中学生以上) ▶ 1,000円  
子ども(小学生以下) ▶ 500円  
3歳以下▶無料  
障害者手帳等をお持ちの方 ▶ 500円(本人および介助者1人)

**チケット** 当日17時15分から、会場入口で販売  
※出演者や演目等は日によって変わります。



詳しくは観光協会HPをご覧ください▼



## 早朝、夜間、休日に！住民票をコンビニで取得できます

中央窓口センターマイナンバー 交付担当 ☎823-9455

高知市の住民票の写しと印鑑登録証明書が全国のコンビニ等で取得できるようになります。

※例年3月中旬から4月中旬は窓口が混雑します。新型コロナウイルス感染症対策のためにも、積極的なご利用をお願いします。

**開始日** 令和4年3月下旬(予定)

**対象者** 高知市に住民票があり、マイナンバーカードを所持している方

**用意するもの** マイナンバーカード  
※4桁の暗証番号(利用者証明用電子証明書)が必要です。

**場所** 全国の多機能端末機(マルチコピー機)を設置しているコンビニ等

**時間** 6時半～23時(店舗開店時間内)

**手数料** 1通当たり300円  
※窓口手数料(400円)よりお得です！

### 既にマイナンバーカードをお持ちの方へ

右記の手続きは、3月14日(月)～4月11日(月)の間、各地域の窓口センターでの混雑を避けるため、中央窓口センター(本庁舎)およびマイナンバーカード交付センター(デンテターミナルビル4階)でのみ受け付けます。

### 取得できる証明書の種類

- 住民票の写し(本人および本人を含む同一世帯のもの)
- 印鑑登録証明書(印鑑登録をしている本人のもの)

〈コンビニ交付の住民票の写しで表示できる項目〉

世帯主との続柄	○
本籍・筆頭者	○
個人番号(マイナンバー)	○
住民票コード	×
消除者(死亡・転出・転居等で除かれた方)	×
転入前住所	○
市内間転居による現住所の一つ前の住所	○
一つ前の住所より前の住所	×

※外国人の方は、国籍・地域、在留情報、在留カード等番号、通称名等が表示されます。

※コンビニ交付サービスで取得できない証明書やサービスの利用ができない場合もあります。その場合は、窓口での申請をお願いします。

取得方法など、詳しくはホームページをご覧ください▶



### 【対象の手続き】

電子証明書の発行・更新、暗証番号の再設定、健康保険証・マイナポイントキャンペーンの連携登録



※2月7日現在の情報です。

## ワクチン接種に関するお知らせ

新型コロナウイルスワクチンコールセンター  
☎0120-920-737 (受付時間 9時～17時)

### ▶65歳以上の皆さんの接種時期を前倒しします(3月1日から最大2カ月)

- 接種券が届いた方は、3回目接種開始時期以降に予約が可能となります。
- 予約での混乱が起らないよう、年齢の高い方から段階的に前倒しを行いますので、ご理解をお願いします。
- 64歳以下の方の前倒し接種については、決まり次第お知らせします。

市内の医療機関で、**モデルナ社ワクチン**の接種を受けられるようになりました。3回目は、ファイザー社ワクチンとモデルナ社ワクチンのどちらでも接種可能です。どちらのワクチンも有効性や安全性は同程度です。



発送日	対象者		3回目接種開始時期
	年齢区分	2回目接種時期	
2月25日(金)	70歳以上	9月15日～21日	2回目の接種が早い方は3月15日(火)から、遅い方でも3月21日(月・祝)から接種ができます。
	65～69歳	7月18日～9月21日	
	18～64歳	7月18日～24日	
3月4日(金)	65歳以上	9月22日～28日	2回目の接種が早い方は3月22日(火)から、遅い方でも3月28日(月)から接種ができます。
	18～64歳	7月25日～31日	
3月11日(金)	65歳以上	9月29日～10月11日	2回目の接種が早い方は3月29日(火)から、遅い方でも4月11日(月)から接種ができます。
	18～64歳	8月1日～14日	
3月25日(金)	65歳以上	10月12日～25日	2回目の接種が早い方は4月12日(火)から、遅い方でも4月25日(月)から接種ができます。
	18～64歳	8月15日～28日	

## 市民の皆さんへのお知らせ

### ▶住民税非課税世帯等の方に臨時特別給付金を支給します

次の①または②のいずれかに該当する世帯

**①基準日(令和3年12月10日)時点で世帯全員が令和3年度の住民税均等割が非課税である世帯**(生活保護受給世帯も対象)

**②新型コロナウイルス感染症の影響により、令和3年1月以降の収入が減少し、住民税非課税相当の収入となった(家計急変)世帯**

※①②に関わらず、世帯全員が住民税が課税されている方の扶養親族等になっている場合は対象外となります。なお、①②の重複受給はできません。

支給金額 **1世帯当たり 10万円**

※※原則郵送での手続きをお願いします※※

#### 問い合わせ先

■手続きに関するお問い合わせは  
**高知市非課税世帯等臨時特別給付金コールセンター**  
☎050-3644-9007  
※受付時間は8時半～17時15分(土・日・祝日を除く)

**①住民税非課税世帯の方**

対象となる世帯には、3月初旬から順次確認書を発送予定です。内容を確認後、必要事項を記入し、ご返送ください。なお、令和3年1月2日以降に高知市に転入した方等については、転入前にお住まいだった自治体等への確認が必要となります。確認でき次第送付しますので、お待ちください。

**提出期限** 確認書の発行日から **3カ月** 以内

**②家計急変世帯の方**

申請が必要です。申請書に必要事項を記入し、添付書類と一緒に郵送でご提出ください。申請書は3月初旬から本庁舎総合案内等で配布のほか、非課税世帯等臨時特別給付課HPからもダウンロードできます。配布場所等、詳しくはホームページをご確認ください。

**提出期限** 令和4年 **9月30日(金)** まで

■対面での相談や書類作成をご希望の方は  
**家計急変世帯相談・申請サポート窓口(事前予約制)**  
本町5丁目6-13 高知市役所南別館2階  
予約電話 ☎088-823-9068  
※開設時間は9時～17時(土・日・祝日を除く)



## 一宮市民会館が生まれ変わります

詳 人権同和・男女共同参画課 ☎823-9449

一宮市民会館と一宮児童館が複合施設となって、4月から新規オープンします。地域の集まりや勉強などに、ぜひご利用ください。

- 受付開始** **3月1日(火)**
- 部屋の種類** 会議室(60㎡)・大会議室(120㎡)
- 利用料** 会議室▶1時間につき240円  
大会議室▶1時間につき480円

▶会議室の予約や空き状況は、一宮市民会館(☎845-1709)へ直接お問い合わせください。



▲一宮児童館があった場所に、新しく複合施設の建物が建ちました(一宮西町3-22-16)。

## 県庁前通り地下駐車場のエレベーターは一定期間使えません

詳 都市建設総務課 ☎823-9216

安全性・耐震性の向上を図るため、県庁前通り地下駐車場のエレベーター改修工事を行います。工事期間中はエレベーターの使用ができずご迷惑をお掛けしますが、ご理解ご協力をお願いします。なお、駐車場は通常どおり営業します。

**工事期間**  
**3月31日(木)**  
～**5月14日(土)**  
(予定)



## 皆さんの意見を募集します 高知市市民意見提出制度 パブリックコメント

ご意見は日本語の文章で、住所・氏名・電話番号を明記し、郵送・FAX・電子メール・窓口へ直接のいずれかで。口頭および電話は不可。書式の定めはありません。いただいたご意見は取りまとめの上、市HPで公表します(氏名等は公表しません)。また、ご意見に対する市の考え方や、修正を行った場合はその修正内容もお知らせします。ただし、個々のご意見には直接回答しません。詳しくは各提出先にお問い合わせください。

### ▶高知市上下水道事業経営戦略改定案

**提出期間**…3月14日(月)必着  
**提出先**…〒781-8010 棧橋通3-31-11  
上下水道局 企画財務課  
☎821-9230、FAX833-6549  
✉kc-241100@city.kochi.lg.jp

**【計画案などの配布場所】**  
上下水道局企画財務課窓口で公開・配布。市HPにも掲載しています。



**【通常の提出が難しい方】**  
障害等の理由により、文書作成等ができない場合は声と点字の図書館までご相談ください。  
☎823-9488、FAX820-3218





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

3月のごみ収集

▶可燃ごみ...3月21日(月・祝)は収集します。
▶資源・不燃物...3月21日(月・祝)の地区は当日に収集します。
※ごみ出しは収集日当日の朝8時までにお願いします。

環境業務課 ☎856-5374

固定資産税・市県民税・軽自動車税の納付はお済みですか？

お済みでない方は早急をお願いします。納税に関するご相談は、税務管理課(本庁舎2階) ☎823-9418へ

3月は国民健康保険料第10期分・後期高齢者医療保険料第9期分の納期月です

便利で安心な口座振替をご利用ください。

お支払いに関するご相談は、保険医療課収納係(本庁舎1階108窓口) ☎823-9438へ

市場だより

3月・4月の休市日

- 3月...2日(休)・6日(日)・9日(休)・13日(日)・16日(休)・20日(日)・21日(月・祝)・27日(日)・30日(休)
●4月...3日(日)・6日(休)・10日(日)・13日(休)・17日(日)・20日(休)・24日(日)・29日(金・祝)

▶市場開放日は現在休止中です。市場課 ☎883-1171

高知競輪 サテライト南国・安田

Table with 2 columns: Date and Venue. Includes dates from 2/26 to 3/31 and venues like 宇都宮FI, 名古屋記念GIII, etc.

○: サテライト南国・安田のみ
※開催中止、場外販売中止の場合あり

科学館サポーターの募集 (ボランティア)

主な活動内容▶来館者への常設展示の案内(土・日曜日、祝日、夏休み等)、星空観望会の補助(金曜日の夜間)など。詳細は高知みらい科学館HPまたは電話で。

対象 科学、教育、文化などに興味のある中学生以上で、研修に参加できる方(日程は高知みらい科学館HPをご確認ください)。

場所 高知みらい科学館

定員 先着15人程度

申込 3月1日(火)~20日(日)必着で、申込書を郵送またはFAXで。申込書は高知みらい科学館HPからダウンロードいただくか、お問い合わせください。

申詳 高知みらい科学館 ☎823-7767、FAX824-8224

ジュニアリーダーズ学校 受講生の募集

バルーンアートやゲーム研修等、楽しいワークショップやレクリエーションを通して、異なる学校に通う友だちと交流を深めてみませんか。

対象 市内在住・在学中令和4年度に中学1~3年生になる方

日程 4~7月の主に日曜日(全6回予定)

場所 高知市内

定員 先着10人

料金 宿泊研修費等や保険料(420円)は自己負担。

申込 3月14日(月)~29日(火)に、直接。



申詳 青少年・事務管理課 ☎823-9468

有機市民農園利用者の募集

対象 市内在住の方(個人・グループでも可)。現在利用中の方および同居中の家族は応募できません。

期日 4月1日(金)から

場所 長浜宇賀地区

定員 11区画(予定)。1区画50㎡(約15坪)。希望者多数の場合は抽選。

料金 年間18,000円

申込 3月1日(火)~10日(休)必着で直接・郵送・FAXのいずれかで。申込書は、農林水産課(第二庁舎2階)・総合案内(本庁舎1階)・各ふれあいセンターで配布中。農林水産課HPからもダウンロードできます。

申詳 〒780-8571 本町5-1-45 農林水産課 ☎823-9458、FAX823-9459

ふれあい市民農園利用者の募集

対象 どなたでも

場所 鏡吉原、鏡梅ノ木、土佐山中切

定員 先着9区画(1月27日時点)。1区画約50㎡。

料金 1区画あたり年間5,000円(年度途中からの場合は月割り)

申込 空き区画が埋まるまで随時募集。申込書に必要事項を記入し、直接または郵送で。申込書は土佐山地域振興課HPからダウンロードできます。

ほか 空き区画の所在地や見学希望については、お問い合わせください。

申詳 〒781-3201 土佐山127 土佐山地域振興課 ☎895-2312

街路市出店者の募集

対象 ①生産農家、または②自家製農作物または街路市で調達した食材を主原料にした「手作り食品」製造者

場所 日曜日(追手筋)、火曜日(上町)、木曜日(鷹匠町)、金曜日(愛宕町)

申込 随時受け付け。申請書は産業政策課で配布中。産業政策課HPからもダウンロードできます。

申詳 産業政策課街路市担当 ☎823-9456



人権シリーズ VOL. 217 (職場のハラスメント)

STOP! ハラスメントは許しません! ~全ての職場でハラスメント防止対策が義務化されます~

あなたの周りに ありませんか？

職場において、優越的な関係を背景とした言動で、業務上必要かつ相当な範囲を超え、労働者の就業環境が害されるものは「パワハラ」に、性的な内容の言動は「セクハラ」に、妊娠・出産・育児休業等に関する否定的な言動は「マタハラ」になり得ます。

- ・先輩、上司にあいさつしても無視される。
・同僚の前で、上司から無能扱いされた。
・他の部署に異動させられ、仕事を何も与えられない。



▶▶それ、パワハラ です。

- ・食事やデートにしつこく誘われた。
・不必要なボディタッチが多い。
・「こころ」と「からだ」の性が異なることを同僚に相談したら、無断で上司に伝えていた。



▶▶それ、セクハラ です。

- ・育児のため時短勤務をしていたら、同僚から「周りは迷惑している」と繰り返し言われてショックを受けた。
・育休の取得について上司に相談したら、「男のくせにあり得ない」と言われた。
・上司に妊娠を報告したら「他の人を雇うので辞めてもらう」と言われた。



▶▶それ、マタハラ です。

2022年4月1日から、中小企業を含む全ての職場で、ハラスメント防止対策が義務化されます。ハラスメントのない、誰もが気持ちよく過ごせる職場環境について考えてみませんか。

事業主が取り組む理由
職場でのハラスメントは、働く人を傷つけるだけでなく、職場の環境を悪くしてしまいます。この対策として、事業主は次の措置を講じることが法律で明文化されました。

- ①方針を策定し、従業員に周知・啓発する
②相談窓口を設置し、相談内容や状況に適切に対応できるようにする
③被害者への配慮および行為者への措置を行う
④相談者のプライバシーに配慮し、解雇等不当な扱いをしない

「相手が嫌がらないハラスメントではない」と思われがちですが、そうではありません。当事者が困っていないでも、周りで見聞きした人が不快に感じれば、それもハラ

ハラスメントは一人で解決することが難しい問題です。「ハラスメントかも」と感じたら、早めに相談窓口や信頼できる人に相談してください。また、周りの人や組織は、悩んでいる人を支えましょう。大切なのは、決して一人で悩まないこと、孤立させないことです。

ハラスメントは一人で解決することが難しい問題です。「ハラスメントかも」と感じたら、早めに相談窓口や信頼できる人に相談してください。また、周りの人や組織は、悩んでいる人を支えましょう。大切なのは、決して一人で悩まないこと、孤立させないことです。

職場でのハラスメントに関する相談窓口

- 高知労働局 雇用環境・均等室 ☎885-6041
場所▶労働総合庁舎4階(南金田1-39) 日時▶月~金曜日 9時~17時
■高知県労働委員会事務局 ☎821-4645
場所▶高知県庁 北庁舎4階(丸ノ内2-4-1) 日時▶月~金曜日 9時~17時
■高知市総合労働相談 ☎883-2244 (事前予約制)
場所▶勤労者交流館(丸池町1-1-14) 日時▶原則毎週火曜日 18時半から ※いずれも祝日は除く

もっと詳しく知りたい方は▶ (厚生労働省HP)
QR code

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

手話奉仕員養成講座 (入門・基礎)

対象 市内在住で手話初心者の方
日時 昼の部▶4月6日(木)から毎週水曜日 10時~12時、夜の部▶4月8日(金)から毎週金曜日19時~21時。いずれも受講期間は約1年。
場所 高知県聴覚障害者情報センター
定員 先着各30人
料金 テキスト代3,300円
申込 3月1日(火)~18日(金)に、直接または郵送(当日消印有効)で。案内書等の送付希望者は、住所・氏名を明記し、94円切手を貼った返信用封筒を郵送してください。センターHPからもダウンロードできます。
申込先 〒780-0928 越前町2-4-5 小高坂更生センター3階 高知県聴覚障害者情報センター ☎823-5922、FAX822-0750

子育て世帯への臨時特別給付金の申請期限が迫っています

0歳~高校3年生(平成15年4月2日~令和4年3月31日生まれ)のお子さんを養育する世帯に給付金を支給しています。高校生相当の児童のみを養育する方や公務員の方は申請が必要です(支給済みの場合を除く)。
支給額▶児童1人当たり一律10万円
申請締め切り▶3月31日(木)(3月17日(木)~31日(木)生まれの新生児は出生日の翌日から15日以内であれば申請可能)
申請方法▶申請の対象者には、1月中旬に申請用紙等を送付しています。児童と別住所の場合や所属庁から児童手当を受給する公務員で新生児を養育する方は、子育て給付課までご相談ください。
申込先 子育て世帯特別給付金担当 ☎821-6515

国民健康保険に加入している方へ

▶保険証の有効期限の変更...令和4年度から保険証の有効期限が7月31日となります。国民健康保険に加入中の方には、新年度の保険証を3月下旬に発送予定です。次の更新日は令和5年8月1日です。
▶国民健康保険申告書の提出...国民健康保険に加入中で、税務署や市役所に所得の申告をしなかった方で、①令和3年中の所得税や市県民税が非課税等の理由で申告していない②遺族年金や障害年金の受給者(老齢基礎年金の受給者は申告不要)——のいずれかに該当する場合は提出が必要です。また、世帯主で同世帯に国保加入中の方がおり、上記に該当する場合も提出が必要です。所得申告がないと、保険料の軽減判定ができませんので必ず提出してください。
申込先 保険医療課資格賦課係 ☎823-9360

法情報総合データベースの無料講習会

困りごとの解決や情報の収集に、データベースを役立ててみませんか。
日時 3月20日(日)10時半~12時(受け付け10時から)
場所 オーテピア4階研修室
定員 20人(事前申込制)
申込 3月1日(火)9時~15日(木)17時に、参加希望者の氏名・連絡先(電話または電子メールアドレス)を明記し、原則電子メールで。電話・FAXも可。
申込先 オーテピア高知図書館データベース担当 ☎823-4946、FAX802-6014、✉toiawase@library.kochi.jp

自分に合ったボランティアをみつけませんか

ボランティアガイダンスに参加して、いろいろな団体の話を聞いてみませんか。ボランティアはじめの一歩講座や団体の活動紹介、個別相談を行います。どなたでも参加できます。
日時 3月20日(日)14時半~16時45分
場所 総合あんしんセンター3階大会議室
申込 3月17日(木)まで。申し込み方法など、詳しくはホームページをご覧ください。
申込先 市民活動サポートセンター ☎820-1540

就職に関する無料相談

専任のキャリアコンサルタントが、就職に関する相談から仕事の斡旋まで無料で行います。就職に関する悩み相談、求人情報の提供、紹介状の発行、適性検査、応募書類の作成指導など。
対象 仕事をお探しの方
場所 第二庁舎2階相談室(個室)
申込 相談希望日の前日までに、電話で。
ほか 相談は1人1時間程度(10時半から、13時半から、15時から)。
申込先 産業政策課 ☎823-9456

障害のある方の文化教室

Table with 4 columns: 開催場所, 教室, 開催日, 時間. Rows include 障害者福祉センター and 南部健康福祉センター with various activities like 陶芸, 書道, 紙粘土.

対象 市内在住で障害のある方
定員 各教室10人
料金 材料費の実費負担あり

見学もできます。関心のある方はお気軽にご連絡ください。申し込み、詳しくは障害者福祉センター ☎873-7717、FAX873-6420へ

「基礎年金番号通知書」の運用が始まります

3月31日(木)に年金手帳の発行が終了し、4月1日(金)から年金手帳に代わって「基礎年金番号通知書」の運用が始まります。すでに年金手帳をお持ちの方は、引き続き基礎年金番号を明らかにする書類として必要ですので、大切に保管してください。4月以降に年金手帳を紛失した場合は、基礎年金番号通知書を新たに発行しますので、年金事務所にご相談ください。
申込先 高知東年金事務所 ☎831-4430、高知西年金事務所 ☎875-1717

大津波・津波警報のサイレン・放送内容

大津波・津波警報が発表されると、市内沿岸部、主要河川沿いを中心にサイレンを鳴らし、呼びかけ放送を行います。沿岸部や河川沿いは、地震後すぐに津波に襲われる可能性が高い地区が多いため、命を守るために高台へ迅速に避難しなければなりません。訓練を除き、サイレンが鳴るのは避難が必要な非常時です。サイレンが聞こえたらすぐに高台へ避難してください。
申込先 地域防災推進課 ☎823-9040

かるぽーとをご利用の方へ

高知市文化プラザ(かるぽーと)は、4月1日(金)から休館して改修工事を行います。休館は約1年間の予定ですが、リニューアル後のホールや中央公民館等の予約開始時期は未定です。時期が決まり次第、かるぽーとHPでお知らせします。
申込先 文化振興課 ☎821-9215、市文化振興事業団 ☎883-5071、市文化プラザ共同企業体 ☎883-5011

選挙人名簿への登録・在外選挙人名簿登録

3月1日時点で登録資格を有する方を、高知市選挙人名簿に登録します。
対象 平成16年3月2日以前に生まれた方で、市の住民基本台帳に記録された日から引き続き3カ月以上居住した方(既登録の方、令和3年10月以前に転出した方を除く)。
ほか この登録と12月2日~3月1日の間に行われた在外選挙人名簿の登録に関する異議申出期間は3月2日(水)~6日(日)8時半~17時です。登録確認のための名簿閲覧をご希望の方は、事前にお問い合わせください。
申込先 選挙管理委員会 ☎823-9483

産業廃棄物管理票交付等状況報告書の提出

市内で産業廃棄物を排出し、産業廃棄物管理票(マニフェスト)を交付した方は、毎年「産業廃棄物管理票交付等状況報告書」を市長に提出する必要があります。6月30日(木)までに、令和3年4月1日~令和4年3月31日の1年間の管理票の交付状況を報告書にまとめて提出してください。詳細は廃棄物対策課HPの記載例などをご参考ください。
申込先 廃棄物対策課 ☎823-9427

軽四・バイク等の手続きを忘れずに

軽自動車税(種別割)は、毎年4月1日現在の軽自動車、バイク、小型特殊自動車の所有者または使用者に1年分の税金が課税されます。使えない場合や他人に譲った場合も、手続きをしないと課税されますので、3月31日(木)までに手続きをしてください。3月末は窓口の混雑が予想されますので、お早めをお願いします。
▶減免制度...身体障害者、生活保護受給者、中国残留邦人等の支援給付受給者等で一定の要件に該当する場合は、減免制度があります。令和4年度の減免申請受付期間は、4月1日(金)~5月31日(火)です。
申込先 市民税課第三市民税係 ☎823-9423

新入学おめでとう! 入学通知書を送付しています

高知市立小・中・義務教育・特別支援学校に、ことし入学するお子さんがいるご家庭に、1月下旬に入学通知書を送付しています。届いていない場合や、通知書にご不明な点があればご連絡ください。
対象 平成27年4月2日~平成28年4月1日(新小学生)と平成22年4月2日~平成22年4月1日(新中学生)に生まれたお子さん。
▶就学援助制度...お子さんの就学について経済的な理由でお困りの方のために、学用品費・給食費などを公費で援助する制度です。ご希望の方は入学後、学校にご相談ください。
申込先 青少年・事務管理課 ☎823-9468

ひとり親家庭高等職業訓練修了支援給付金

ひとり親家庭の父母が、看護師、介護福祉士、保育士等の特定の資格を取得するために養成機関の課程を修了した際、市民税課税世帯の方に2万5千円を、非課税世帯の方に5万円を助成しています。
対象 上記養成機関を修了した方で、修業開始日と修了日に支給要件(所得制限、母子家庭の母または父子家庭の父であることなど)を満たしている方に限ります。
期日 修業修了後、修了日から起算して30日以内。
申込先 子育て給付課 ☎823-9447

転出届は郵送での届け出をお勧めします

進学・就職等で高知市を出る場合や、海外に1年以上滞在する場合は転出の届け出が必要です。3~4月は窓口が最も混雑する時期ですので、郵送での届け出をお勧めします。手続きの方法などは、ホームページをご覧ください。
▶窓口での届け出も可能です...本人または世帯主が、本人確認書類(マイナンバーカード・運転免許証等)をお持ちの上、本庁舎1階窓口または地域の各窓口センターへ、月~金曜日(祝日を除く)の開所時間内にお越しください。
申込先 中央窓口センター ☎823-9430

## くらしを楽しむシニアのための趣味講座

全講座  
共通事項

**対象** 市内在住の60歳以上(昭和37年4月1日以前生まれ)の初心者の方。1人1講座限り。1度でも受講した場合、同じ講座は受講できません。また、保健福祉センター、東部・西部・南部(※)の各健康福祉センター、あじさい会館で開催される同内容の講座への重複申し込みはご遠慮ください。

※南部健康福祉センター開催分の講座は、あかるいまち2月号に掲載している老人憩所定例講座です。

**料金** 無料(材料費、教材費等は実費負担あり)。詳細は申込先にお問い合わせください。

**申込** 往復はがきに郵便番号・住所・氏名・ふりがな・性別・生年月日・電話番号・希望する講座名(第2希望まで)と返信用はがきの宛名面に住所・氏名を記入し、各申込先へ郵送(必着)。電話およびFAXでの受付はしません。

**ほか** 申し込みが10人未満の講座は中止する場合があります。また、台風等により高齢者等避難情報発令(避難所開設)の際には休講となります。

### 保健福祉センター(塩田町18-10)

**期間** 6月～令和5年1月末、月2回程度の全16回。

**申込** 〒780-8015 百石町3-1-30 南部健康福祉センター 2階 老人憩所 ふれあいセンター講座係  
3月16日(火)必着。希望者多数の場合は3月29日(火)14時半から南部健康福祉センターで公開抽選。抽選結果は4月13日(火)ごろ発送予定。土・日曜日、祝日は休み。

講座名	開講日・時間	定員
楽しい俳句	第2・4月曜日 14時20分～16時20分	25
健美操 (アロマテラピーストレッチ)	第2・4火曜日 14時20分～16時20分	15
みんなで歌って若返り	第2・4水曜日 9時40分～11時40分	25
ふれあい太極拳	第2・4金曜日 10時～11時半	15
ふれあいヨガ	第2・4金曜日 14時20分～15時50分	20

詳しくは高知市老人クラブ連合会 ☎831-3324へ

### 東部健康福祉センター(葛島4-3-3)

**期間** 6月～令和5年2月末、月2回程度の全18回。

**申込** 〒780-8015 百石町3-1-30 南部健康福祉センター 2階 老人憩所 いきいきセンター講座係  
3月16日(火)必着。希望者多数の場合は3月29日(火)13時半から南部健康福祉センターで公開抽選。抽選結果は4月13日(火)ごろ発送予定。土・日曜日、祝日は休み。

講座名	開講日・時間	定員
いきいき太極拳	第1・3月曜日10時～11時半	30
楽しい実用書道と ペン字(漢字・かな)	第1・3水曜日10時～12時	25
いきいきヨーガ	第1・3木曜日10時～11時半	20
童謡・愛唱歌	第1・3金曜日10時～11時半	20

詳しくは高知市老人クラブ連合会 ☎831-3324へ

### 西部健康福祉センター(鴨部860-1)

**期間** 5月～令和5年3月末、月2回程度の全20回。

**申込** 〒780-8050 鴨部860-1 西部健康福祉センター 3階 西部高齢者いきいきセンター 講座係  
3月19日(土)必着。希望者多数の場合は3月25日(金)14時から西部健康福祉センター 3階で公開抽選。抽選結果は4月8日(金)ごろまでに発送予定。日・月曜日、祝日は休み。

講座名	開講日・時間	定員
囲碁教室	第1・3火曜日10時～12時	14
3 B 体操	第1・3水曜日13時半～15時	20
ヨーガ	第2・4水曜日10時～11時半	30
絵手紙	第1・3木曜日13時半～15時半	14
オカリナ教室	第1・3金曜日13時半～15時	13
太極拳	第2・4木曜日10時～11時半	20
笑って脳トレ	第1・3水曜日10時～11時半	13

詳しくは西部高齢者いきいきセンター ☎828-4780へ

### あじさい会館(春野町西分1-1)

**期間** 5月～令和5年3月末、月2回程度の全16～17回。

**申込** 〒780-8015 百石町3-1-30 南部健康福祉センター 2階 老人憩所 あじさい講座係  
3月31日(木)必着。希望者多数の場合は4月5日(火)13時半からあじさい会館で公開抽選。抽選結果は4月20日(火)ごろまでに発送予定。土・日曜日、祝日は休み。

講座名	開講日・時間	定員
デジカメ	第2・4火曜日13時半～15時半	20
健美操	第2・4月曜日13時～15時	30
フラダンス	第1・3水曜日13時～15時	30

※デジカメ講座は一眼レフ・ミラーレス・コンパクトデジカメの写真1枚のデータが2MB以上あるものが望ましい。

詳しくは高知市老人クラブ連合会 ☎831-3324へ

## 令和4年度 旭老人福祉センター いきいき60講座

**対象** 市内在住の60歳以上(昭和37年4月1日以前生まれ)の方

**期間** 4月5日(火)から月2回。いずれも全16回。

**場所** イオン高知旭町店2階

**料金** 無料(材料費・テキスト教材費等は実費負担あり)

**申込** 往復はがきに希望科目・住所・氏名・ふりがな・生年月日・携帯電話番号等連絡先を明記し、3月15日(火)必着で郵送(1科目につき1人はがき1枚で)。定員を超えた場合は抽選を行い、抽選結果は3月17日(休)以降に発送します。定員に達しない科目のみ、3月16日(休)9時半から電話受け付けします。最終締め切りは3月26日(土)17時です。

**ほか** 申し込みが10人未満の講座は中止する場合があります。日・月曜日、祝日は休み。

申し込み、詳しくは〒780-0935 旭町2-21-6 障害者福祉センター 3階 いきいき60講座係 ☎872-0374へ

科目	開講日・時間	定員
ちぎり絵	第1・3火曜日13時半～15時半	20人
手編み	第2・4水曜日13時半～15時半	20人
小物手芸	第2・4木曜日10時～12時	15人

## 潮江市民学校

**対象** 市内在住または在勤の16歳以上の方

**期間** 4月～6月週1回。いずれも10回コース。

**場所** 潮江市民図書館(桧橋通2-1-50)

**料金** 5,000円

**申込** 3月22日(火)～27日(日)9時～17時

開始日	曜日	科目	時間	定員
4/1	金	かんたん健康体操	13時半～15時	30人
4/2	土	初級社交ダンス	13時半～15時	30人
4/5	火	懐かしの歌をうたおう	13時～14時半	30人
4/6	水	のびのびリズムストレッチ体操	13時半～15時	30人
4/7	木	たのしい民踊	10時～11時半	30人
		レッツ!レクダンス	13時半～15時	30人

申し込み、詳しくは潮江市民図書館 ☎832-4044へ

## 旭文化センター「春の市民学校」

**期間** 4月6日(水)から順次開講(科目によって開講日、講義時間が変更になる場合があります)

**場所** 障害者福祉センターまたはイオン高知旭町店(科目によって会場が異なります)

**料金** 受講料のほか、科目により教材費・テキスト代が別途必要。

**申込** 往復はがきに希望科目・住所・氏名・ふりがな・電話番号を明記し、3月15日(火)必着で郵送。定員を超えた場合は抽選を行い、抽選結果は3月17日(休)以降に発送します。締切日に定員に達しない科目は3月16日(火)9時半から、電話・窓口で受け付け(歴史講座は往復はがきのみ)。日・月曜日、祝日は休み。最終締め切りは3月26日(土)17時です。

**ほか** ※受講料や教材費、テキスト代は開講初日に各会場にて徴収します。※講師の都合等により日程を変更することがあります。※申し込み後の取り消しや科目の変更、欠席による受講料実習費等の払い戻しはしません。※申し込みが一定人数未満の講座は中止する場合があります。※開講後も新型コロナウイルス感染症対策のため、講座を中止する場合があります。その場合、受講料は返金します。※障害者福祉センターに駐車はできません。※室内履きをご用意ください(イオン会場のみ)。

場所	曜日	科目	講師	時間	定員	回数	受講料
イオン高知旭町店	火	寄せ植え教室(第2・4週)	黒岩 理	13時半～15時	20人	10	5,000円
	水	フラダンス教室	浅津 妙子	10時～11時半	20人	15	7,500円
	木	戸塚刺しゅう(第1・3週)	金谷 訓子	10時～12時	20人	10	5,000円
		モビバン椅子ストレッチ	市村 多絵	13時半～15時	18人	20	10,000円
	金	絵手紙教室(第2・4週)	品原佐知子	10時～12時	20人	10	5,000円
		歴史講座	宅間 一之	13時半～15時	20人	10	2,100円
障害者福祉センター	土	3Bリフレッシュ体操	吉川 節子	13時半～15時	20人	20	10,000円
	火	ヨーガ	関 興子	10時～11時半	18人	20	10,000円
		カメラ講座	中島 健蔵	10時～12時	15人	20	10,000円
	水	骨盤調整ヨガ®	市村 多絵	13時半～15時	15人	20	10,000円
木	楽しむ写真教室	反田 浩昭	10時～12時	15人	20	10,000円	

申し込み、詳しくは〒780-0935 旭町2-21-6 障害者福祉センター 3階 木村会館事務局 市民学校係 ☎872-0374へ

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

土佐さんごまつり 名作コンテスト

県の伝統工芸品である宝石珊瑚の魅力・加工技術・芸術性等を県内外に発信するため、コンテスト入賞作品等をWEBサイト上で展示します。

日程 3月5日(土)～31日(休)



全高知珊瑚協同組合連合会 ☎846-2333

ラブアクト LoveAct アサ活・よる活

ラブアクトでは、アサ活とよる活を毎月開催中。集まった方でおしゃべりしたり、体を動かしたりと楽しみ方は自由！

対象 市内在住または在勤の20歳～30歳の独身男女。

日時 アサ活▶3月13日(日)9時～10時半 よる活▶3月24日(休)19時半～21時

場所 青年センター(棧橋通2-1-50) 講師 井上琢己さん(高知放送アナウンサー・よる活のみ)

青年センター「愛活」推進事業事務局 ☎879-9191

高知けいばの 3月重賞競走

3月16日(休)▶第24回黒船賞(農林水産大臣賞典)(JpnⅢ)

3月21日(月・祝)▶第10回土佐春花賞

3月27日(日)▶第10回御厨人窟賞

場所 高知競馬場(長浜宮田2000)

高知県競馬組合 ☎841-5123

こうちこどもファンド 活動発表会を開催します

子どもたちの「自分たちのまちを良くしたい」という想いを支援する「こうちこどもファンド」。令和3年度の6団体の活動発表会を開催します。

日時 3月21日(月・祝)13時半から

申込 3月16日(休)までに、電話または電子メールで。



地域コミュニティ推進課 ☎823-9080, kc-102000@city.kochi.lg.jp

小惑星リュウグウの 砂つぶを見よう！

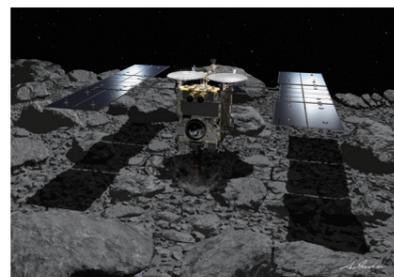
小惑星探査機はやぶさ2が持ち帰ったリュウグウの砂つぶ。高知で分析を進めている伊藤元雄さん(海洋研究開発機構高知コア研究所)のお話を聞きながら、リュウグウの砂つぶの実物を見てみよう！

日時 4月2日(土)10時半、13時半、15時半

場所 オートピア4階ホール

定員 各回80人。事前予約制。希望者多数の場合は抽選。

申込 申し込み方法等、詳しくは高知みらい科学館情報誌またはHPでご確認ください。



池下章裕 高知みらい科学館 ☎823-7767

中央公民館事業 いきいき セカンド☆ライブ講座

火曜日コース▶高知城歴史博物館の見学やオートピアの楽しい使い方のお話など。金曜日コース▶大規模災害時の方言問題や仏教と神道の時代のお話など。

対象 55歳以上の方

日時 4月12日～7月1日の間で各コース全5回。いずれも13時半～15時。

場所 オートピア4階ホール(かるぽーと改修工事のため)

定員 各コース40人

料金 1コース700円

申込 往復はがきに、住所・氏名・ふりがな・年齢・電話番号・性別・希望コース(曜日)を記入し、3月15日(火)必着で郵送。希望者多数の場合は抽選。定員に達しない場合は翌日から電話受け付け可。

〒781-9529 九反田2-1 市文化振興事業団セカンドライブ係 ☎883-5071

わんぱーくこうちで 遊ぼう！

▶プレイランドひな祭りプレゼント…小学生以下の女の子にわんぱーくこうちプレイランドのチケット(300円券)を1人1枚プレゼント。

日時 3月6日(日)10時から

場所 わんぱーくこうちプレイランド

定員 先着50人

▶わんぱーくこうちまつり…園内にチューリップの塔を展示します。

日時 3月26日(土)～4月3日(日)

ほか 4月3日(日)には10時から楽しいイベントを開催します。また、春休み期間中の3月30日(火)と4月6日(火)は臨時開園します。ぜひお越しください。



(公財)高知市都市整備公社 ☎834-1890

中央公民館事業 第91期 高知市民の大学

場所 オートピア4階ホール(かるぽーと改修工事のため) 時間 いずれも金曜日18時半～20時 定員 先着40人

料金 1,500円(テキスト代を含む)。1日のみの受講は定員に空きがある場合のみ可で各回500円(事前申し込み)。

申込 3月1日(火)から、電話で(3月31日(休)までは市文化振興事業団8階窓口でも受け付け)。ほか 月曜日は休館

【大事にしたい昭和の記憶—これを知らずして高知の未来は語れない】

Table with columns: 月日, 講義テーマ, 講師(敬称略). Rows include topics like '昭和の南海地震から75年' and '高知大空襲の爪痕'.

申し込み、詳しくは市文化振興事業団 ☎883-5071へ

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

申込 往復はがきに希望する教室名・住所・氏名・生年月日・電話番号、幼児・小学生は保護者名・学校名・新学年を明記し郵送、または申込用紙で窓口へ直接。締め切りは①～⑩3月16日(水)21時必着、⑪⑫4月4日(月)21時必着。希望者多数の場合は抽選。

Table with columns: 教室名, 対象(運動可能な方), 開催日程, 開催場所, 定員, 参加費. Rows include '50歳からのレベルアップテニス教室', '幼児水なれ教室', etc.

申込 3月4日(金)9時より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電話または直接。定員になり次第受け付け終了。

Table with columns: 教室名, 対象(運動可能な方), 開催日程, 開催場所, 定員, 参加費. Rows include 'ノルディックウォーキング体験会', '第32回ファミリーグラウンドゴルフフェスティバル'.

【春の全国火災予防運動】 3月1日(火)～7日(日)の1週間、『おうち時間 家族で点検 火の始末』を統一標語に実施されます。これからの季節、特に空気が乾燥し、火災の起きやすい時季となるので、火の取り扱い、後始末には気を付けましょう。消防局予防課 ☎871-7504

【高知市総合労働相談】 市内在住の方等を対象に社会保険労務士が労務問題全般の相談に応じます。前日までに要予約。3月1日(火)・8日(火)・15日(火)・23日(火)・29日(火)18時半～20時半、勤労者交流館(丸池町1-1-14)で。勤労者交流館 ☎883-2244

# 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、電子メールまたは郵送で。詳細は広聴広報課HP、またはお問い合わせください。



高知市 おおきくなーれ

広聴広報課 ☎823-9446



まつもと おうが  
**松本 風雅 くん (0 歳)**

ミルクをいっぱい飲んで、ぐんぐん大きくなってるとよ！ねえねたちに遊んでもらうのも大好き！



やました えま  
**山下 永菜 さん (9 歳)**

お姉ちゃん、お兄ちゃん大好き！いっぱいかわいがってくれるんだ。3人で電車に乗ってお出かけだよ！



まなべ たくま  
**真辺 拓磨 くん (1 歳)**

公園に行くと真っ先にお気に入りのお石を探すよ！お父さんお母さんと、あちこち探しに行きたいなあ！

## 暮らしの情報



消費生活センター ☎823-9433

### 輸入家電の購入は慎重に

最近、ネット通販を利用して輸入家電を簡単に購入できます。輸入家電は、安価なものや珍しいものがある反面、安全性に問題がある場合があります。経済産業省は、火災などの重大製品事故の原因において、輸入家電の件数が国産を大きく上回ったと発表しています。

ほとんどの家電には、国内製造でも輸入でも、安全基準を満たすことを証明するPSEマークと、製造・輸入した事業者名の表示が義務付けられています。ところが、ネット通販の輸入家電は輸入業者の連絡先が不明なことも多く、修理や交換などができない場合があります。また、日本語の取扱説明書がないため、注意事項が理

解できずに使い方を誤り、重大事故につながるケースがあります。

家電購入時には、PSEマークと事業者名を確認しましょう。また、ネット通販では、不具合があったときのために、国内の問い合わせ先がある製品を選びましょう。

家電の安全について詳しく知りたい方は、消費生活センターHPをご覧ください。また、事故が起きた場合もセンターにご一報ください。



## アニマルランド

みどり課アニマルランド ☎832-0189

### パンダじゃないよ！ クロシロエリマキキツネザル

「パンダだ！」とよく言われる動物、クロシロエリマキキツネザル。パンダのように黒と白の模様です。マダガスカルに生息し、数頭から十数頭の家族で生活しています。鳴き声も大きく、1頭が鳴くと群れ全体で鳴き始めるので、近くにいと耳が痛くなるほど。野生では果物などを食べていますが、動物園では野菜もたくさん与えます。野生のクロシロエリマキキツネザルは、足で木にぶら下がって逆さまで食べることがあるので、動物園でも逆さまで食べる姿をお見せしています。実は、野生に1000頭以下しか生息しておらず、パンダより絶滅の危機に瀕している動物です。「パンダ！」とは言わず、クロシロエリマキキツネザルの名前もぜひ覚えてくださいね。



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

### まんが・漫画・マンガ展!

高知漫画集団と高知漫画グループくじらの会の作品展を開催します。今回の合作ジオラマ、合同競作のテーマは「シン楽器」。出品者が奏でるそれぞれの「シン」を見逃すことなかれ！そのほか、似顔絵コーナーや、グループ外から募集した作品を展示する交流コーナーも。

日時 3月17日(休)～27日(日)9時～18時(最終日は15時まで)

場所 横山隆一記念まんが館企画展示室



横山隆一記念まんが館 ☎883-5029

### 壁面らくがき大会 in かるぽーと市民ギャラリー

休館直前の3日間、市民ギャラリーの壁にみんなで落書きしませんか。お子さんはもちろん、どなたでも参加できます。画材はこちらで準備します。汚れても構わない服装でお越しください。

日時 3月29日(火)13時～18時半、30日(水)・31日(木)10時～18時半

場所 かるぽーと7階第1・2展示室

市文化振興事業団 ☎883-5071

### 「言葉をつくった時代」 記念講演会

自由民権記念館企画展の記念講演会で、テーマは「近代文学のあけぼの」です。近代文学が誕生する以前の自由民権期は、口語の活用や西洋思想の取り込みなど、さまざまな試みがなされた、いわば「近代文学のあけぼの」とも言うべき時代でした。この時代に活躍した出身の自由民権家、坂崎紫瀾や宮崎夢柳、植木枝盛などの作品とその魅力について川島禎子さん(県立文学館主任学芸員)にご紹介いただきます。

日時 3月12日(土)14時～16時

場所 自由民権記念館1階民権ホール

申込 3月10日(木)までに、電話で。

民権・文化財課 ☎832-7277

### 高校生と科学を楽しもう

高校生による、プラネタリウムやサイエンスショー、スライム作りなどの体験ができます。

日時 3月20日(日)、各イベントによって時間が異なります。

場所 高知みらい科学館プラネタリウム、サイエンススクエア、実験室。

定員 プラネタリウムは各回80人(人数制限する場合あり)

ほか プラネタリウムのみ、当日受付にて無料チケットを配付。その他は自由参加。詳しくは高知みらい科学館HPまたは電話でご確認ください。



高知みらい科学館 ☎823-7767

### 3月8日は「国際女性デー」です

女性の政治的、経済的分野へのさらなる参加を目的に、国連により制定された日が「国際女性デー」です。市では、この日に合わせてパネル展を開催します。

日程 3月3日(休)～29日(火)(休館日を除く)

場所 オーテピア1階休憩コーナー

人権同和・男女共同参画課 ☎823-9913

### 食の祭典 南国土佐皿鉢祭

高知を代表する郷土料理「皿鉢料理」をはじめ、活け造りや中華・西洋料理を一堂に展示。ことしのテーマは「春爛漫」。職人が丹精込めた作品から、繊細さとダイナミックさを感じてみてください。

日時 3月6日(日)10時～16時

場所 大橋通り商店街、ひろめ市場南口



南国土佐皿鉢まつり実施運営委員会 ☎823-4016

### オホーツク北見フェアを開催!

姉妹都市・北海道北見市の観光物産展が2年ぶりに開催！食の宝庫オホーツクでとれた海の幸や山の幸、ハッカ製品などが勢ぞろい。大好評の北見塩やきそばも販売します！ぜひお越しください！

日時 3月18日(金)～21日(月・祝)10時～17時半(20日(日)は9時から、21日(月)祝は16時まで)

場所 ひろめ市場南口(よさこい広場)



観光振興課 ☎823-9457

### れんけいこうち日曜日 出店事業スタンプラリー

日曜日に、県内市町村が輪番で出店するれんけい小間を巡るスタンプラリー。抽選でれんけい地域の特産品や日曜市内の商品が当たります。詳しくは産業政策課HPをご覧ください。



日程 3月6日(日)・13日(日)・20日(日)

産業政策課 ☎823-9456

### ひとり親家庭 「新入学児童を祝う会」

交通安全教室・マジックショー等をお楽しみください。プレゼントもあります。

対象 ひとり親家庭の新入学児童と、その保護者

日時 3月27日(日)10時～12時

場所 ソーレ5階視聴覚室(旭町3-115)

申込 はがきに新入学児童と保護者の氏名・ふりがな・住所・電話番号を明記し、3月18日(金)必着で郵送。招待状は3月22日(火)ごろお届けします。

ほか お問い合わせは、月・水・金曜日(祝日を除く)10時～14時に。

申 詳 〒780-0935 旭町2-22-47 第二サワダビル101 高知市青蘭会 ☎872-8218



# 健康診査



## 特定健診等

詳しくは①保険医療課給付係☎823-9359、②保険医療課後期高齢者医療係☎823-9380、健診結果の見方の相談は保険医療課管理係☎823-9358へ

## 受診方法

今年度の受診券は3月末日までです。令和4年度の受診券は6月上旬に発送予定です。4～5月の間に受診する場合は、3月下旬に発送しますので、①または②へご連絡ください。

健診種目	対象者	自己負担金
①高知市国保の特定健診	令和3年度中に40～74歳になる高知市国保加入者	無料
②後期高齢者健診	後期高齢者医療制度加入者	無料

## 令和4年度集団検診 会場別日程表

現時点での予定です。会場・日程は変更となる場合があります。詳細は令和4年度集団検診申込書、健康増進課HP、健康増進課でご確認ください。

### がん検診(集団検診)の申し込み方法

令和4年度の日程全てを対象とした申込書を提出する申し込み方法となっています。

**受付期間**▶3月1日(火)～4月22日(金) 郵送(必着)または持参(土・日曜日、祝日除く)

**受付場所**▶健康増進課のみ 8時半～17時15分(12時～13時を除く)

※決定した受診日は5月下旬に文書でお知らせします。

**申込書記布場所**▶健康増進課(総合あんしんセンター1階)、総合案内(本庁舎1階)、オーテピア1階、各地域の窓口センター、各ふれあいセンター、各市民会館、三里文化会館、東部健康福祉センター。健康増進課HPにも掲載。

※申込書の送付も対応します。

■視覚障害のある方、聴覚・言語障害のある方は電話・FAX(823-8020)等でお問い合わせください。

■高知家健康パスポート用ヘルシーポイントの付与対象です。

※鏡・土佐山・春野地区の住民が対象の検診は、各地区に別途お知らせします。

※女性健診は、あかるいまちで別途お知らせします。

詳しくは健康増進課 ☎803-8005へ

地区	会場	検診種目	検診日
高知街	総合あんしんセンター(丸ノ内)	胃:大:胸	6/28(火)、12/14(水)
南 街	卸売市場(弘化台)	胃:大:胸	11/10(水)
江ノ口	保健福祉センター(塩田町)	胃:大:胸	6/18(土)、7/19(火)・22(金)・23(土)、8/4(水)、9/15(水)・16(金)、10/16(日)・17(月)、11/6(日)、11/7(月)・12/9(金)・10(土)、R5.1/13(金)・14(土)、R5.1/15(日)・19(水)・20(金)、2/3(金)・16(日)・R5.2/17(金)・18(土)・26(日)・27(月)、3/5(日)・6(月)
		乳:子	6/18(土)、7/23(土)、8/4(水)、9/15(水)、10/16(日)、10/17(月)、11/6(日)、12/10(土)、R5.1/15(日)、R5.2/16(水)・26(日)
		大:胸	8/18(水)
旭 町	福寿園(福井町)	胃:大:胸	6/26(日)、9/4(日)、12/4(日)
潮 江	高知県総合保健協会(桧橋通6丁目)	大:胸	6/17(金)、7/1(金)・15(金)・29(金)、8/19(金)、9/2(金)・16(金)・30(金)、10/7(金)・21(金)、11/4(金)・18(金)、12/2(金)・16(金)、R5.1/20(金)、2/17(金)、3/3(金)・10(金)
		胃:大:胸	7/8(金)、11/16(水)
		胃:大:胸:乳:子	6/14(火)、9/20(火)、R5.2/7(火)
三 里	三里文化会館(仁井田)	胃:大:胸	7/8(金)、11/16(水)
高 須	東部健康福祉センター(葛島4丁目)	胃:大:胸:乳:子	6/14(火)、9/20(火)、R5.2/7(火)
布師田	布師田ふれあいセンター(布師田)	大:胸	8/17(水)
一 宮	一宮ふれあいセンター(一宮中町1丁目)	大:胸	8/17(水)
朝 倉	朝倉ふれあいセンター(曙町1丁目)	大:胸	8/18(水)
		胃:大:胸	11/30(水)
鴨 田	西部健康福祉センター(鴨部)	胃:大:胸:乳:子	6/6(月)・10/24(月)・R5.1/23(月)
長 浜	長浜小学校(長浜)	胃:大:胸:子	10/1(土)
大 津	大津ふれあいセンター(大津乙)	大:胸	8/17(水)
		胃:大	11/2(水)
介 良	介良ふれあいセンター(介良乙)	大:胸	8/17(水)
		胃:大	10/19(水)
春 野	春野あじさい会館(春野町西分)	乳:子	9/25(日)・26(月)
		胃:大:胸	R5.3/1(水)

胃:胃がん検診(バリウム) 大:大腸がん検診 胸:胸部検診 乳:乳がん検診 子:子宮頸がん検診

## 高知市の人口と世帯

- 人口(前月比)  
32万2,273人(-253人)  
男 15万 571人(-144人)  
女 17万1,702人(-109人)  
出生171人 転入等491人  
死亡396人 転出等519人
- 世帯数(前月比)  
16万4,170世帯(-106世帯)  
転入311世帯 その他160世帯  
転出273世帯 その他304世帯  
(令和4年2月1日現在)

## 編集室

■今月のコラムは輸入家電への注意喚起でした。家電とは違いますが、安さ？と興味？から買集めたモバイルバッテリーが家に幾つもありません。昔はモバイルバッテリーにPSEマークを記載することが義務化されていなかったため、事故が起きる前にマークの有無を確認しなければ。ちなみに、スマートフォンのバッテリーを交換しようとしていた時に、バッテリーが突然発火したことがあります。皆さんも気を付けて！(津 ■そもそもスマートフォンバッテリーを自分で交換する人はそんなにいないのでは？(笑) いやいや、そうじゃないですね。何事も事が起こる前に備えることが大切というのを再確認できました。(黒 ■危険な交換はプロに任せたい(松)です。最近スマホ以外にもバッテリー入り家電が増えましたね。交換もそうですが、捨て方も困るバッテリー入り家電。そんなとき、高知市LINE公式アカウントなら捨て方を検索できます！皆さんもぜひ友だち登録を！(松)

## エイズ(HIV)・梅毒検査(匿名)

【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(要予約)は3月14日(月)17時半～19時。いずれも保健所(総合あんしんセンター2階)で実施。少量採血のみ。正確な検査結果をお返しするため、感染に心当たりのある日から8週間以上たってからの検査をお勧めします。

## 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。男性不妊治療(TESE、MESA等)には、上乗せ助成しています。令和3年度は令和3年4月1日～令和4年3月31日に終了した治療に対して助成します(申請期限は3月31日(水)。ただし、3月中に治療が終了した方で、申請期限内に合わない場合は、5月2日(月)まで申請可能です)。

## 産後ケア事業

助産師の家庭訪問や助産所等への宿泊で、お母さんの心身ケア、乳房ケアと授乳指導、育児の助言・支援などを行います。申請方法や利用料など、詳しくは母子保健課HPをご覧ください。お問い合わせください。

## 子どもの発達に関する相談

保健師・心理士等が障害のあるお子さんや、言葉や発達に何らかの心配があるお子さんの相談をお受けし、必要に応じて関係機関と連携して支援します。電話での相談は随時受け付けています。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。3月28日(月)14時～15時、総合あんしんセンター2階で。予約制。

## 高齢者肺炎球菌予防接種

接種費用の一部を補助します。

実施期間	3月31日(木)まで(医療機関の休診日を除く)
対象者	過去に肺炎球菌ワクチン(23価)を接種したことがない方で、 ①令和3年度に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方 ②60歳以上65歳未満の方で、心臓・じん臓・呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウイルス(HIV)による免疫機能に重い障害がある方(身体障害者手帳1級相当)——のいずれかに該当し、本人が接種を希望する方
接種費用	2,000円(1回)※接種期限を過ぎると全額自費
接種場所	県内の実施医療機関(各医療機関に直接予約してください)
持参する物	●市が交付した予診票(対象者①には令和3年4月に送付済・再交付可) ●健康保険証など住所、氏名、年齢が確認できるもの ○生活保護・中国残留邦人等支援給付受給者は証明書(接種時に提出すれば接種費用無料。証明書の交付は第一・第二福祉課☎823-9442へ)
※予診票を持たずに受診した場合は、2,000円で接種することはできません。 ※新型コロナウイルスワクチンとの接種間隔は2週間必要です。	
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



①～④は【申 詳】母子保健課☎855-7795  
⑤は【申 詳】子ども育成課☎823-9552

## 妊産婦・子育て相談はぐくみ

妊娠・育児中のお悩み相談、お子さんの身体測定など。申し込み不要。  
【日時】①3月14日(月)②25日(金)  
いずれも10時～11時半  
【場所】①西部健康福祉センター  
②東部健康福祉センター

## 離乳食教室

離乳食やお口の発達についての講話と調理動画の視聴。申し込み不要。  
【日時】3月11日(金)10時半～12時  
【場所】総合あんしんセンター

## 県外で定期予防接種を受ける方へ

里帰り出産など、やむを得ない事情により高知県外に長期滞在し、滞在地の医療機関でお子さんの定期予防接種を希望される方は、事前に母子保健課へご相談ください。必要と認められる方には、「予防接種依頼書」を発行します。依頼書をお持ちの方は、県外で費用を自己負担して接種を受けた日から1年以内であれば、払い戻しができます。事前に依頼書を発行せずに接種を受けた場合、払い戻しの対象となりませんのでご注意ください。

## 広告

高知市でお墓をお考えの方対象 **無料** 第50回 **お墓の市民講座開催**

**3月26日(土)**  
|高知の霊園・永代供養篇|

【場所】高知市文化プラザ かるぽーと9F 第1学習室9:30～12:00 **定員10組様をご招待!**

9:30～10:30 市民講座  
10:30～12:00 個別相談

●霊園の選びかたを知りたい ●永代供養について知りたい  
●生前に整理をしておきたい という方はご相談ください。 ※個別相談は先着順になります

参加者全員に「失敗しないお墓づくり」小冊子をプレゼント

先祖代々の墓

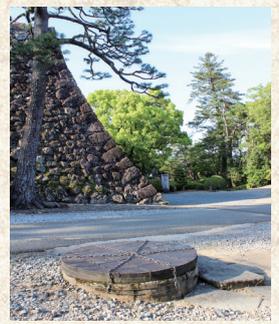
●お申込みは(有)三代目 **竹内石材** ☎0120-641-148 竹内石材 検索  
南国市篠原104-2

# 歴史と華鏡

114回

## 高知城と長崎蔵

高知県立坂本龍馬記念館  
学芸員 高山 嘉明



●杉ノ段に残る井戸から長崎蔵のあった方向をのぞむ

土佐藩の紙業関係の文献にあたってると、しばしば「長崎蔵」という言葉を目にする。一見して、誰もがこう思うだろう。現在の長崎県にあった蔵なのだろうか。しかし、江戸時代の長崎のことを調べても、現地に土佐藩の蔵などあった気配がない。それもそのはず、長崎蔵は、高知城内に設けられた蔵だったのである。

土佐の七色紙の伝説は有名である。江戸時代、土佐藩は、七色紙をはじめ領内で生産される紙を御蔵紙として納めさせた。藩の蔵に入る紙だから、御蔵紙である。逆に言えば、当時の土佐藩には、徴した紙を収めるための「御蔵」がなければならぬ。

長崎蔵は現存しない。すでに城郭としての役割を終えていた明治時代のはじめ、高知城内を公園として整備するために取り壊された。この公園化にあたって、在りし日の記録のため城内の実測図が作成された。明治6年作成の「高知城の図」と題する図面（高知市立市民図書館所蔵）には、追手門から北西へ進んだ「杉ノ段」の北の一角に「長崎倉」が描かれている。

気になるのは、名前の由来である。高知城内にあった蔵が、なぜ長崎蔵なのだろうか。その答えは、やはり九州の長崎との関係にあった。郷土史の大家平尾道雄氏は、この蔵の正体について次のように説明する（「土佐藩商業経済史」）。江戸時代のはじめ、土佐藩は、貿易港長崎に入ってくる舶来品を仕入れて商活動をおこなっていた。

そのうち、藩主山内家が所有する目的で得た品物を貯蔵するため、高知城内に蔵を設けた。これが長崎蔵である。蔵の内部は奥と口に分かれ、奥には藩主一族の嗜好品、そして口（手前）には紙筆類が収められた。長崎貿易廃止後も長崎蔵は存続し、紙筆類の貯蔵庫としての性格も引き継がれた。

このような事情により、長崎蔵は土佐藩の紙業の歴史と密接に関係するのである。土佐和紙の輝かしい歴史の一駒とみるか、それとも抑圧された紙漉きの苦難の跡とみるか、その評価はともかく、長崎蔵こそ土佐藩の紙制度を象徴する建造物であった。城内の形なき遺跡を前にして、往時の威光を偲ばずにはいられない。

このような事情により、長崎蔵は土佐藩の紙業の歴史と密接に関係するのである。土佐和紙の輝かしい歴史の一駒とみるか、それとも抑圧された紙漉きの苦難の跡とみるか、その評価はともかく、長崎蔵こそ土佐藩の紙制度を象徴する建造物であった。城内の形なき遺跡を前にして、往時の威光を偲ばずにはいられない。

### 市長コラム

## 内和外順

高知市長 岡崎誠也

### 小児用コロナワクチン

1月下旬から、新型コロナウイルスイルス・オミクロン株の猛威が止まらず、感染が急拡大しています。

今回の第六波の最大の特徴は、①感染するスピードが極端に早い。②子どもたちも感染拡大に巻き込まれている。ことが特徴です。

重症になる割合が低いとはいえ、感染スピードが早すぎ、ホテル療養も空室の調整がつきにくく、無症状の場合には、自宅療養が原則となったため、自宅療養者が県全体で千人近くにまでなりました。加えて、子どもたちの感染急拡大に伴い、市内の保育所等の児童施設で休園が相次ぎ、市内の小・中学校でも休校が続きました。

1月21日には、ファイザー社製の小児用ワクチンが緊急的に薬事承認され、5歳から11歳までの年齢層のワクチン接種の準備が始まりました。

小児用ワクチンの接種は2回接種を行う必要があり、3週間の間隔を空けて2回の接種を行



います。保護者の同伴が必要であり、小児科の先生を中心に医師会等にご協力をいただき、希望される子どもさんに接種することとなります。

子どもさんや保護者の方に、ワクチンの有効性と安全性について丁寧に説明をした上で、希望をされる方に接種します。

11歳以下の小児へのワクチン接種が進むことにより、重症患者の発生を抑制するとともに、全体の感染者数の減少につながることも期待されています。

高知市におきましても、県市の医師会の皆さまを始め、医療機関と十分に協力しながら、万全の体制を取って準備してまいります。



### 広告

# 眠っているピアノ不要な楽器を買取します!

スタッフが無料出張査定いたします。お気軽にお電話ください。

※電子ピアノ・エレクトーン・オルガンなど買取対象外の楽器があります。  
**アルペジオ楽器 088-878-0177**

〒780-0053高知県高知市駅前町5-1 営業時間 11:00-20:00 定休日 木曜日



高く買取ります!