

4月のごみ収集

ゴールデンウィークのごみ収集

5月3日(火・祝)～5日(木・祝)の収集は全て行いません。
▼可燃ごみ
4月29日(金・祝)は収集します。
5月3日(火・祝)・5日(木・祝)は収集しません。
▼プラスチック製容器包装
5月4日(水・祝)は収集しません。
▼資源・不燃物の代替収集
5月3日(火・祝)の地区は4月29日(金・祝)に、
5月4日(水・祝)の地区は4月30日(土)に、
5月5日(木・祝)の地区は5月7日(日)に収集します。
環境業務課 ☎856-5374

納期内に税金を納めましょう

4月は固定資産税
第1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。
納付書は4月上旬に送付予定です。
納税相談は、税務管理課(本庁舎2階) ☎823-9418へ

市場だより

4月・5月の休市日
●4月…3日(日)・6日(水)・10日(日)・13日(水)・17日(日)・20日(水)・24日(日)・29日(金・祝)
●5月…1日(日)・3日(火・祝)・4日(水・祝)・5日(木・祝)・8日(日)・11日(水)・15日(日)・18日(水)・22日(日)・25日(水)・29日(日)
は水産物部のみ臨時開市
▶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 3 columns: Day, Race Number, Venue. Includes dates from 1 to 30 and venues like 岸和田FI, 第1回市営FI, etc.

まちづくりファンド助成事業の募集

初めて申し込む事業は事前説明会の参加が必須です。
助成コース▶①学生まちづくりコース
②ふくしでまちづくりコース③まちづくりははじめの一步コース④まちづくり一步前へコース⑤まちづくり拠点整備コース⑥まちづくりたまごコース(8月から募集)
上限額▶①5万円②③10万円④30万円⑤100万円⑥3万円
申込 4月1日(金)～6月11日(土)に、電話で。
説明会▶5月8日(日)10時～11時半・11日(水)19時～20時半・21日(土)13時半～15時。
※参加希望の方は前日までに電話でご連絡ください。
甲詳 市民活動サポートセンター ☎820-1540

「高知市男女共同参画の日」川柳&フォトコンテスト

家庭・地域・職場など、さまざまな場面で性別にかかわらず、共に支え合い、自分らしく生きる様子や、日頃の感謝の気持ちを作品にしてみませんか。募集は川柳と写真の2部門で、両部門1人2作品まで。
対象 市内在住または通勤・通学中の方
申込 締め切りは4月30日(土)まで。高知市LINE公式アカウント・電子メール(データ送信は6MBまで)・郵送・持参のいずれか。作品と一緒に応募事項(住所、氏名・ふりがな、年齢、学校名・学年、電話番号、写真は作品名と説明も)を明記してください。詳しくは人権同和・男女共同参画課HPをご覧ください。
ほか 入賞者には5千円分の図書カードなどを贈呈。入賞者には選考後、直接連絡します。
甲詳 〒780-8571 本町5-1-45 人権同和・男女共同参画課 ☎823-9913、
✉kc-101800@city.kochi.lg.jp

こうちこどもファンド助成団体募集と説明会

子どもたちの自主的なまちづくり活動を応援する「こうちこどもファンド」の助成団体を募集しています。
募集要項は、地域コミュニティ推進課・各ふれあいセンターなどで配布中。
また、地域コミュニティ推進課HPからもダウンロードできます。
対象 市内在住または在学の18歳以下の方
申込 4月1日(金)～5月10日(火)
◆説明会
対象 どなたでも参加できます。
日時 4月10日(日)10時から
場所 市民活動サポートセンター会議室(鷹匠町2-1-43、たかじょう庁舎2階)
申込 4月8日(金)までに、電話で。
甲詳 地域コミュニティ推進課 ☎823-9080

高知市大学等奨学資金奨学生の募集

経済的な理由により大学等での修学が困難な学生に対して、審査の上、無利子で奨学資金の貸し付けを行います。
申込 4月13日(水)まで、持参のみ。募集案内および申請書は、市民案内(本庁舎1階)・各地域の窓口センター・各市民会館・市内高等学校・県内専門学校・四国内大学で配布します。
ほか 審査結果の通知は5月、初回貸し付け(奨学金6カ月分+入学支度金)は6月予定。ほかの奨学金制度との併用も可能です。対象条件等、詳しくは募集案内をご覧ください。
貸付金額 奨学金(月額) 入学支度金(新1年生のみ対象)
学校種別
大学(短大) 県内 2万円 10万円
県外 3万円 20万円
専修学校 2万円 10万円
甲詳 〒780-8571 鷹匠町2-1-43 たかじょう庁舎4階 青少年・事務管理課 ☎823-9468

大人の発達障害を理解しよう

大人の発達障害は、子どもの発達障害ほど知られていません。発達障害は生まれつきのもので、ただ、進学や就職などをきっかけに、大人になって初めて気付くことがあります。そして、その特性は周りに理解されにくく、辛い思いを抱える人もいます。一方で、本人や周りの正しい理解と特性に応じた支援などがあれば、持っている強みを生かし、自分らしく安心して暮らすことができます。
発達障害とは
発達障害は、生まれつきみられる脳の働き方の違いによって、行動面や情緒面に特徴がある状態です。
発達障害の主なものに、自閉症、アスペルガー症候群、学習障害、注意欠陥多動性障害(ADHD)などがありますが、その特性は人によってさまざまです。同じ障害でも特性の現れ方が違ったり、いくつかを併せ持ったりすることもあります。

大人になって気付くこともある発達障害
進学や就職をすると、場面に応じた対応など、対人スキルを中心に多様な能力を総合的に求められる機会が増えます。これにより、今までは支障を感じなかった方が発達障害に気付くことがあります。
具体的には、
・ 仕事に臨機応変にこなせない
・ 対人関係が思うようにいかない
・ 計画的に物事を進められない
・ 作業にミスが多い
・ そろそろ落ちて落ち着かない
・ 他のことを考えてしまう
・ 感情のコントロールが難しい
などがあります。
中には不安や気分の落ち込み、気分の波などの精神的な不調を伴う方もおり、最終的に精神疾患を発症してしまうこともあります。
その人に合う支援の大切さ
発達障害は、本人や周りの特性に応じて工夫することで、本人の持つ力を生かしたり、困難を軽減

発達障害のことで相談したいときは

- 保健所 健康増進課 ☎803-8005
発達障害などの精神保健福祉に関する相談や、精神障害者保健福祉手帳・自立支援医療(精神通院医療)の申請受け付け。
日時▶月～金曜日 8時半～17時15分
■発達障害者就労支援センター こうちMIRAIZ ☎856-5383
生活や就労に関する相談やサロン活動。
日時▶月～金曜日 9時～17時
■県立療育福祉センター 発達障害者支援センター ☎844-1247
本人や家族、支援者へのサポート、普及啓発のための講演会や研修等。
日時▶月～金曜日 8時半～17時15分
■県立精神保健福祉センター ☎821-4966
心の健康、精神保健福祉に関する電話相談や面接相談。
日時▶月～金曜日 8時半～17時15分
※いずれも祝日は除く

したりすることができます。その一つに支援の活用があります。例えば、市内にある発達障害者就労支援センターこうちMIRAIZは、スタッフや仲間と関わる中で安心できる人・場所を得た人や、仕事帰りに立ち寄って気分転換する人など、さまざまな人がそれぞれの方法で利用しています。
他にも、保健所等を通じて同じ
このように、その人その人にとって支援があれば誰もが自分らしく過ごすことができます。もし、生きづらさを感じている人がいたら、ぜひご相談ください。

