高知市広報 Akaruimachi No.829

あかるいまち 7

令和4年 2022



特 集

水難事故から命を守るために

●新型コロナウイルス感染症の状況により、各行事等が中止・延期または変更となる場合があります。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、新型コロナウイルス感染拡大防止にご協力ください。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。

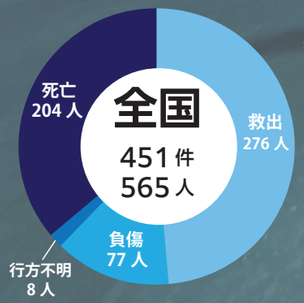
高知市LINE
公式アカウント
友だち募集中

写真：高知県警察本部機動隊庁舎潜水プールで訓練する高知市消防局「水難救助隊」

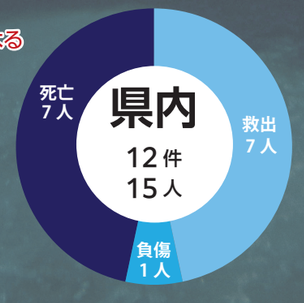
特集 水難事故から命を守るために

夏は海や川などの水辺へ出掛ける機会が増え、レジャーなどが楽しい季節ですが、そこで心配なのが水難事故です。水難事故は、事前の備えや自分自身が注意することで防ぐことができます。それでも、万が一に備え、市消防局には水難救助隊があります。

令和３年７～８月に起きた水難事故件数と水難者数



水難事故による死亡率は
全国で約36%
県内で約47%



参考：警察庁HP

水難事故は起きてしまうと命の危険に直結します。そのため、水難事故は「**遭わない**」ことが大事です。

市民を守る水難救助隊

市消防局には総勢27人で編成される水難救助隊があります。高須砂地にある東消防署に配置されており、通常の消防・救助活動のほか、市内で発生する全ての水難事故に出動しています。

私たちは水陸場所を問わず駆け付ける救助のスペシャリストです！



水難事故が起きたら
ウエットスーツや空気ボンベなどが積載された専用車両に乗り込み出動します。



火災が起きたら
ほかの消防士と同じように火災にも出動します。交通事故や転落事故などの救助にも出動します。



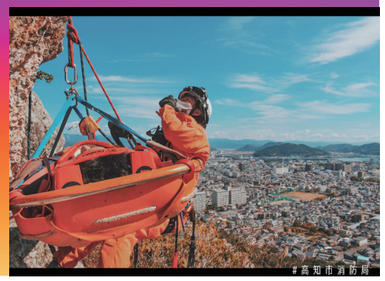
水難救助隊の装備



基本的にはダイビングと同じ装備です。深さにもよりますが、最長で1時間程度の連続潜水ができます。ほかにも、水中で連絡を取りながら作業をするための水中無線機や、自身の場所を知らせるために明るく光るフラッシュライト、絡まった網やロープを切断するためのナイフを携行しています。

高知市消防局の公式Instagramをチェック。今回の水難救助隊の活動のほか、消防・救助訓練の様子や配備されている資機材の紹介等を行っています。



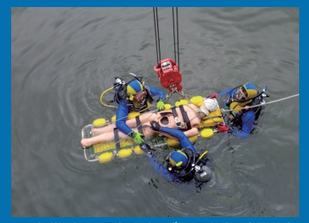


水難救助隊の訓練

東消防署では、毎月10回程度の水難救助訓練を実施しています。場所は海・川・プール、時間も日中や夜間などさまざまで、あらゆる状況に対応できるよう備えています。



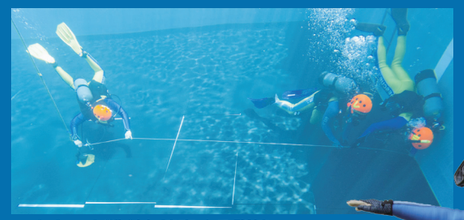
▲水難者を引き上げる訓練（陸上）



▲水難者を引き上げる訓練（海上）



▲視界の悪い夜間の潜水訓練



▲水中で水難者を捜索する訓練



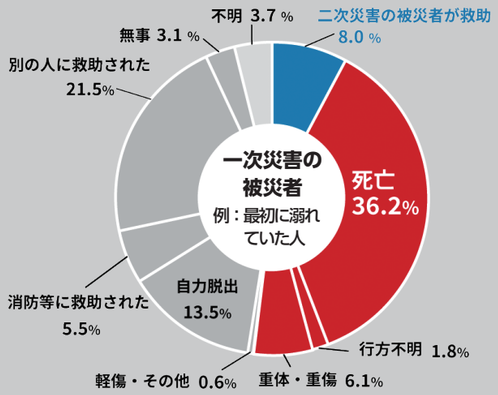
4・5ページでは水難事故に「遭わない」ことと、溺れている人を助けるために大事なことを伝えるよ！ 要チェック！

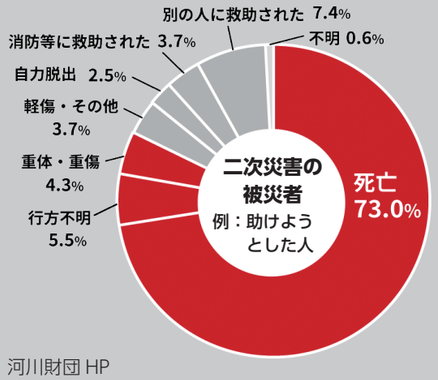


溺れている人を見つけても むやみに飛び込んではいけません

溺れている人はパニックに陥っているため、何かにしがみ付こうと必死です。慌てて助けようと飛び込んで行った人が、一緒に溺れてしまうといった**二次災害**が少なからず発生しています。

もし水難事故で二次災害が発生してしまったらどうなってしまうのか

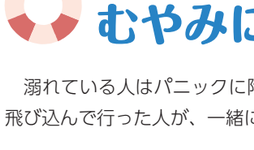




参考：河川財団 HP
（※端数処理により、比率の合計は 100%とならない場合があります。）

「助けたい」「何とかしたい」そんなときは？

浮き輪などの浮力体を確保し、ロープなどを付けて安全な場所から投げるようにしてください。浮き輪以外では、遠くに投げやすいように少し水を入れたペットボトルや空気が漏れないようにふたを閉めたクーラーボックスも効果的です。



水難事故で海や川での楽しい時間を台無しにしないように事前の備えや注意をしよう！

▲浮力体を投げ入れて水難者を救助する訓練の様子





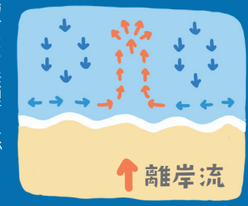
水難事故に遭わないために

⚠危険な場所を確認し、近づかない

過去に水難事故が発生していたり、危険な場所には「遊泳禁止」「危険」等の表示がされています。水辺で遊ぶ際には周辺に表示などがないか確認しましょう。

海の危険例 ⚠「離岸流」

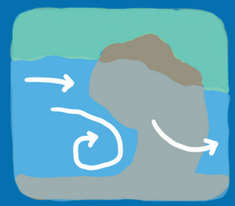
海岸に打ち寄せた波が沖に戻るときに発生する強い流れのことです。離岸流につかまると岸に向かって泳いでも、岸にはたどり着けません。その場合は岸と平行に泳ぎ、沖向きの流れがなくなったと感じたら、岸に向かって泳いでください。泳ぎに自信がない場合は、無理に泳ごうとはせず、浮くことに専念してください。



川の危険例 ⚠「アンダーカットロック」

水流等により下部がえぐれたようになった岩のことです。水面からは分かりにくく、水中では水面から川底へ循環する水流が発生しているため、一度引きずり込まれると水圧に押されて浮き上がれなくなります。

※川は海と異なり、少し場所が違うと大きく状況が変わります。一見流れが穏やかそうな川でも、実は流れが複雑であったり、急に水深が深くなったりと、危険が潜んでいます。





⚠ライフジャケットを着用する

水に入るつもりがなくても、もしもに備えて水辺で遊ぶときはライフジャケットを着用しましょう。ライフジャケットは、体のサイズに合ったものを正しく着用しましょう。



⚠子どもから目を離さない

子どもは予想外の動きをしたり、水深が浅い場所でも足を滑らせたり、流れや波にさらわれることがあります。海や川へ遊びに行くときには、必ず大人が付き添い、目を離さないようにしましょう。



⚠体調がすぐれないときには泳がない

睡眠不足や疲れているとき、飲酒時など、健康状態が良くないときは泳がないようにしましょう。



⚠悪天候のときは海や川には近づかない

台風などで波が高いとき、大雨のときやその直後は海や川も危険な状態です。むやみに近づかないようにしましょう。



この記事についての問い合わせは、消防局総務課☎871-7501へ

水難救助隊からのお願い

溺れている人を見つけたら すぐに通報してください

一刻も早く「**119（消防）**」に通報しましょう。「**110（警察）**」や海の場合は「**118（海上保安庁）**」でも大丈夫です。どこに通報しても、相互に連絡・連携して救助に駆け付けます。

電話がつながったら、落ち着いて状況を教えてください。まず伝えるべき情報は、「どこで溺れているか」ということ。これが、一番優先順位の高い情報です。その後、質問に順番に答えてください。

また、このとき重要なのは、溺れている人を見失わないこと。救助を呼ぶのに必死で、溺れている人の姿を見失ってしまうと、救助隊が来ても、どこに助けに行けばいいのか分かりません。**決して一人で何とかしようとせず、周りの人に声を掛けて協力を依頼し**、「溺れている人を注視する人」「救助隊に通報する人」「浮き輪などの浮力体を投げる人」というように手分けをしてください。このとき、できれば「溺れている人を注視する人」は複数いたほうが安心です。



水難事故緊急連絡先一覧

消防	119
警察	110
海上保安庁	118

※どの番号に通報した場合でも、情報を共有し、すぐに駆け付けます。



▲通報を受ける消防通信指令室の様子

訓練以外で飛び込むことがありませんように…



詳細の問い合わせ先　料金の表示のないものは無料です

「民生委員・児童委員」をご存じですか

詳 健康福祉総務課☎823-9440

「民生委員・児童委員」は地域の身近な相談相手です



「民生委員・児童委員」は厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員で、主な活動は地域の皆さんからの相談に応じることです。また、全ての民生委員は児童福祉法によって児童委員も兼ねており、妊娠中の心配ごとや子育ての不安に関するさまざまな相談や支援も行っています。

活動内容

民生委員の活動は多岐にわたり、各地域ごとに次のような活動を行っています。

例えば… **担当区域の高齢者や障害者のいる世帯、児童・妊産婦・母子家庭などの状況把握**

日頃から担当区域内の住民に気を配り、地域で情報収集をしたり、必要に応じて家庭訪問をしたりします。

例えば… **困りごとがある地域住民の相談に乗り、手助けとなる制度の情報を伝える**

親身になって相談に乗ります。社会福祉の制度など、問題解決の手助けとなる制度やサービスがあれば、その情報を伝えたり、関係機関への取り次ぎを行うこともあります。

※民生委員には守秘義務があるため、相談した内容が他の人に知られることはありません。

例えば… **地域と関わる中で見えてきた問題点などを取りまとめ、関係機関に伝える**

活動を通じて見えてきた問題点や改善策を取りまとめ、必要に応じて関係機関などに意見を提議します。

高知市民生委員児童委員協議会連合会藤崎会長にお話を伺いました



高須ふれあいセンター長や高須地区の民生委員児童委員協議会・社会福祉協議会会長など、数多くの役職を兼任する藤崎忠男会長。長年地域と向き合い続けてきた会長が感じることは――。

◀民生委員歴30年以上の藤崎会長

「できるときに、できることをやったらえいき」

私の民生委員としての歩みは、この言葉から始まりました。

担当区域の家を訪問するときは、民生委員だと言えばスムーズに話を聞けることが多いです。あかるいまちを配るときも、「元気にしゆうかえ。声だけ聞けたらえいき」と声を掛けるようにしています。普段からつながりがあるからこそ、本音で相談してもらえる。各地域に市の支援拠点もできたので、昔と比べるとスムーズに連携できるようになりました。地域住民と支援拠点のつなぎ役――ひと昔前は当たり前にいた「近所の相談相手」になることが民生委員の一番大切な役割だと思います。

ことしは3年に1回の一斉改選の年です

民生委員の選出（新任・再任）には、年齢などいくつかの審査項目があり、委嘱されるまでにさまざまな機関で審査が行われます。その後、市長が推薦し、厚生労働大臣の委嘱を受けて、民生委員の一員になります。詳しくは、お住まいの地域の民生委員または健康福祉総務課にお問い合わせください。

▶**次の任期**　令和4年12月1日～令和7年11月30日

2022よさこい鳴子踊り特別演舞が開催されます

詳 市観光協会 ☎823-4016

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を受け、2年連続中止となったよさこい祭り。ことしは、第69回よさこい祭りの代替として「2022よさこい鳴子踊り特別演舞」を開催します。3年ぶりのよさこいの雰囲気をぜひお楽しみください。

日程　**8月10日㈬・11日㈭・祝**



桟敷席入場券の販売や花火大会などについて、詳しくは市観光協会HPをご覧ください。

第72回 高知市納涼花火大会

感染症対策のため、観覧会場は有料入場券が必要となります。また、会場周辺は通行規制を行います。ご理解・ご協力をお願いします。

▶**日時**　**8月9日㈫19時半～20時半**
※荒天時は13日㈯に延期します。

▶**場所**　鏡川河畔・みどりの広場



後期高齢者医療被保険者の皆さんへ

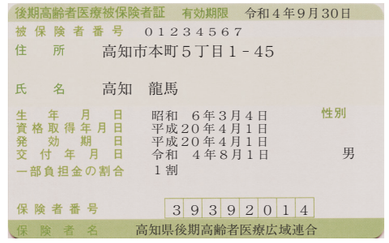
詳 保険医療課後期高齢者医療係 ☎823-9380

後期高齢者医療制度は、高齢者にかかる医療費を社会全体で支え合うための制度です。対象者は75歳以上の方で、加入手続きの必要はなく、一人一人が被保険者になります。なお、65歳以上で一定の障害があり、後期高齢者医療制度への加入が認められている方も対象となります。

ことしは、保険証を2回お送りします

10月1日㈯から、一定以上の所得のある方は、現役並み所得者（既に窓口負担割合が3割の方）を除き、医療費の窓口負担割合が2割になります。保険証を2回お送りするのは、保険証に記載される「一部負担金の割合」が変更になる方がいるためです。

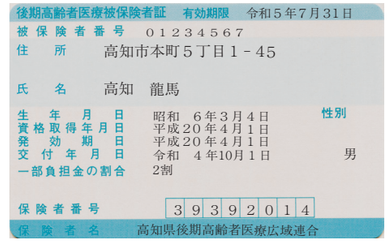
1回目は 若草色



▶**届く時期…** **7月末ごろ**

▶**使える期間…**
8月1日㈪～9月30日㈮

2回目は 水色



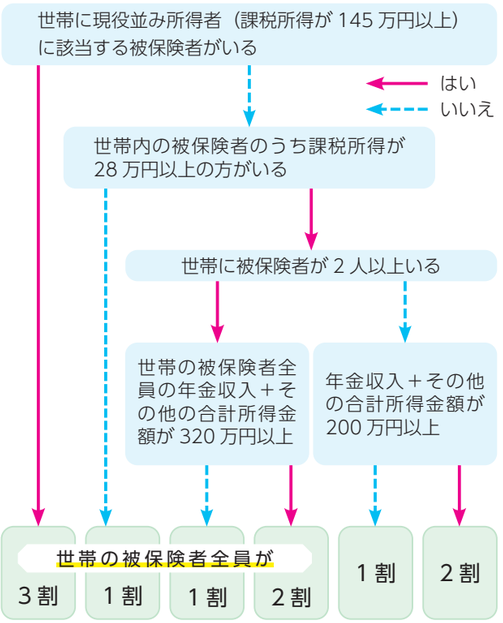
▶**届く時期…** **9月末ごろ**

▶**使える期間…**
令和5年
10月1日㈯～7月31日㈪

10月から窓口負担割合が変わる方がいます



自分が何割負担になるかは、9月末ごろにお送りする保険証でご確認ください。



※「課税所得」は、住民税納税通知書の「課税標準」の額（前年の収入から基礎控除等を差し引いた後の金額）です。

※「年金収入」には遺族年金や障害年金は含みません。

※「その他の合計所得金額」は、事業収入や給与収入等から必要経費や給与所得控除等を差し引いた後の金額です。

1人当たりの年間保険料の上限額が変わります

令和4年度の保険料額は、令和3年中の所得をもとに7月上旬に決定します。増加する医療費を賄うため、今年度は、昨年度の64万円から2万円増え、66万円になります。計算方法は7月中旬にお送りする保険料の封筒に同封しますので、ご確認ください。



▶▶▶詐欺にご注意ください！

国や県・市の職員などが、電話で口座情報を聞いたり、直接訪問してキャッシュカードや通帳を預かることは**絶対にありません。**
不審な電話があったときは、最寄りの警察署や警察相談専用電話（＃9110）、または消費生活センターにお問い合わせください。

書類は必ず**郵送**でお届けします。



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

低所得の子育て世帯の皆さんに給付金のお知らせです

詳 子育て世帯特別給付金窓口 ☎821-6515
（受付時間は月～金曜日8時半～17時15分）

次の①または②に該当する方は申請不要です

※❶❷の両方に該当する場合でも、給付金を受け取れるのは同一の児童につき原則として１回限りです。

❶令和4年4月分の児童扶養手当の支給を受ける方

✉ 5月下旬にお知らせ文書をお送りしました。

❷令和4年4月分の児童手当または特別児童扶養手当の支給を受ける方であって、令和4年度住民税均等割が非課税の方（公務員を除く）

✉ 7月上旬ごろにお知らせ文書をお送りします。

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中で、食費等の物価高騰等に直面する低所得の子育て世帯に対し、臨時特別の措置として給付金を支給するものです。左記の❶❷以外の方についても、申請を行うことで給付金の対象となることがあります。



▶申請が必要な方の要件等は、子育て給付課 HPをご覧いただくか、お問い合わせください。

支給金額 児童1人当たり **5** 万円

皆さんのご意見を募集します　高知市市民意見提出制度　パブリックコメント

▶**高知みらい科学館中期計画（令和5～9年度）**

計画案の配布…7月1日㈮から
提出期間…7月1日㈮～8月2日㈫必着
提出先…〒780-0842 追手筋2-1-1 オーテピア5階
高知みらい科学館
☎823-7767、FAX824-8224
✉ kc-201005@city.kochi.lg.jp

▶**高知市公衆浴場における配置及び衛生措置等の基準に関する条例（改正案）および高知市旅館業法施行条例（改正案）**

条例案の配布…7月11日㈪から
提出期間…7月11日㈪～8月10日㈬必着
提出先…〒780-0850 丸ノ内1-7-45
総合あんしんセンター1階　生活食品課
☎822-0588、FAX822-1880
✉ kc-140300@city.kochi.lg.jp

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。

【計画案などの配布場所】



各提出先のほか、情報公開・市民相談センター、各地域の窓口センター、各ふれあいセンターで公開・配布。市HPにも掲載。

広告

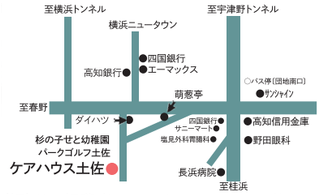
軽費老人ホーム（一般型）ケアハウス土佐
安心の生活で 快適な生活で 豊かな生活で 笑顔に




・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）
70,560円から
その他の費用として月額7,129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

病児保育をご利用ください

申詳 子ども育成課☎823-9482

病児保育とは

お子さんが病気にかかったとき、「仕事を休めない…」という状況になったことはありませんか。病児保育は、病中または病気回復期のお子さん（病後児）を、保護者に代わって施設で保育士や看護師等が医師と連携して一時的にお預かりするものです。

▶**対象**
保育所等に在籍している、
または小学3年生までのお子さん



利用方法

▶**事前登録**
年度（7月～翌年6月）ごとに毎年登録申請が必要です（施設利用時に登録することもできます）。登録・利用の申請用紙は、子ども育成課、下の各施設、市内小児科・保育所等で配布しています。まずは、子ども育成課または下の各施設に登録申請書を提出してください。

▶**利用料金**
1日2,000円（減免あり・食費別途）
※高知市に転入した方は前住所地での課税（非課税）証明書が必要となる場合があります。詳しくはお問い合わせください。

〈病児対応型・病後児対応型〉

施設名	住所	電話番号	定員	開設日時
細木病院 **キュービットハウス**	大膳町37	☎822-7211 （病院代表）	6人	月～土曜日 8時～18時
三愛病院 **愛あいルーム**	一宮西町1-7-25	☎845-5291 （病院代表）	6人	
うららか保育園 **ラベンダー**	春野町南ケ丘1-9-1	☎805-2828 （保育園代表）	3人	
もみのき病院 **もみくんち**	本宮町101-1 （デイサービスセンターこだま2階）	☎849-2184 （直通）	6人	

〈病後児対応型〉　※医療機関で病後児と診断されたお子さんのみ

宮前保育園 **病後児保育室 ぱんぷきん**	宮前町139-2	☎824-0128 （直通）	6人	月～金曜日 8時～18時

指定管理者を募集します

申詳 駐車場については都市建設総務課 ☎823-9216、
スポーツ施設についてはスポーツ振興課 ☎823-2630

市が所有する、駐車場およびスポーツ施設の指定管理者を募集します。公募説明会の場所等、詳しくはお問い合わせください。



駐車場（7施設）

▶**募集対象**　中島町駐車場、中央公園地下駐車場、県庁前通り地下駐車場、鏡小浜堂メン駐車場、鏡小浜ニカキヤマ駐車場、高知駅北口駐車場、南御座駐車場

▶**募集要項**　7月11日㈪～22日㈮に都市建設総務課（本庁舎5階）で配布。都市建設総務課HPからもダウンロードできます（7月11日㈪公開予定）。

▶**公募説明会**　7月25日㈪ ※参加必須

スポーツ施設（5施設）

▶**募集対象**　市総合運動場、東部総合運動場、針木運動公園、城ノ平運動公園、土佐山運動広場



▶**募集要項**　7月25日㈪～8月10日㈬にスポーツ振興課（たかじょう庁舎5階）で配布。スポーツ振興課HPからもダウンロードできます（7月25日㈪公開予定）。

▶**公募説明会**　8月22日㈪～24日㈬ ※参加必須

新型コロナウイルス対策に関するお知らせ

※6月8日現在の情報です。

ワクチン接種に関するお知らせ

申 詳 新型コロナワクチンコールセンター ☎0120-920-737（受付時間 9時～17時）

▶4回目のワクチン接種を開始しました

対象	接種券の発送	予約方法
60歳以上の方	3回目接種から5カ月経過する方に対して順次接種券を郵送しています。接種券が届いた方から、4回目の予約ができます。	予約方法は1～3回目と同じです。 ウェブまたは新型コロナワクチンコールセンターでの電話予約をお願いします。
18～59歳で基礎疾患等がある方	4回目のワクチン接種を希望する方は、❶地域保健課HP内専用フォームから申し込むか❷申告書を印刷し、郵送または直接提出してください。 〈提出先〉 〒780-8571 本町5-1-45 本庁舎3階　地域保健課 ※予防接種法では、接種の対象となる方は「接種を受けるよう努めなければならない」という規定があります。4回目のワクチン接種では、18～59歳で基礎疾患等がある方は、その対象外とされているため、接種を希望する方に申告していただき、接種券をお送りしています。	

▶1～3回目のワクチン接種も引き続き実施しています

- ファイザー社ワクチンおよび武田/モデルナ社ワクチンの3回目接種までの間隔は、2回目接種後、6カ月から5カ月に短縮されました。5カ月経過する方には順次接種券を発送しています。
- 武田社製のノババックスワクチンが接種可能となりました。最新の状況は、地域保健課HPをご確認ください。
- 接種回数によって、接種可能なワクチンの種類や接種間隔が異なります。詳しくは地域保健課HPをご確認いただくか、新型コロナワクチンコールセンターにお問い合わせください。

武田/モデルナ社ワクチンの接種を積極的にご検討ください

国から市に供給されるファイザー社ワクチンは全体の2割程度しかありません。12～17歳の方の3回目接種はファイザー社ワクチンしか認められていないため、一定量を確保しておく必要があります。ご理解・ご協力をよろしくお願いします。

市民の皆さんへのお知らせ

▶令和4年度住民税が新たに非課税となる世帯等に臨時特別給付金を支給します

※本給付金は、令和3年度住民税非課税世帯または家計急変世帯として受給済みの世帯に再度支給されるものではありません。

支給対象

基準日（令和4年6月1日）時点で、世帯全員の令和4年度住民税が非課税である世帯

※生活保護世帯も対象です。
※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です。

支給金額　1世帯当たり **10** 万円

手続き方法

新たに対象となる世帯には、6月末ごろ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12月11日以降に高知市に転入された方等で、他市町村で本給付金を受給していない、 令和4年度住民税非課税世帯に該当される方は、 お問い合わせください。

令和4年1月以降に新型コロナウイルスの影響により収入が減少し、家計急変があった世帯の申請も受け付けています。詳しくは、非課税世帯等臨時特別給付課HPをご覧ください。

詳しくは、
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）

Human Rights Series
人権シリーズ
VOL. 221
〈同和問題〉

人の世に熱あれ、人間に光あれ

～水平社宣言から100周年～

日本の人権宣言といわれる「水平社宣言」が発表されて、ことしで100周年を迎えました。

水平社宣言とは

1922（大正11）年3月3日、京都市にある岡崎公会堂に部落差別に苦しむ人々が全国各地から集まり、差別からの解放、人間としての自由、平等の権利を自らの手で取り戻そうと、全国水平社が創立されました。その創立大会で読み上げられた宣言が水平社宣言です。「人の世に熱あれ、人間に光あれ」は水平社宣言の結びの言葉で、中学校の教科書にも掲載されるなど、有名な一節です。

SDGsにも通じる水平社宣言の理念

水平社宣言には、被差別部落の人々のみならず、全ての人があらゆる差別を受けることなく、一人の人間として尊重される社会の実現を願う思いが込められています。これは、水平社宣言の普遍的価値ともいえます。

その理念は、基本的人権の尊重を掲げた日本国憲法や、「誰一人取り残さない」持続可能で多様性と包摂性のある社会をめざすSDGsにも通じるものです。

国内では、東京オリンピック・パラリンピック大会の開催やSDGsへの関心の高まりを通じて、「お互いが多様性を尊重し、共に生きていく」という考え方が浸透してきました。しかし、世界に目を向けると、ロシアによるウクライナへの侵攻など、戦争・紛争等が世界各地で起きている現状があり、「人権尊重」を当たり前のこととし続けることの難しさを改めて思い知らされます。

部落差別の現状と課題

2020（令和2）年に本市が実施した人権に関する市民の意識調査では、「実際に部落差別について見聞きしたことがあるか」という質問に対し、48・6％が「ある」と回答し、さらに、「それはどのような内容か」という質問には、結婚差別、同和地区や同和地区出身者への誤解や偏見に関する回答が多く挙げられました。また、近年ではインターネット上での差別的な情報の書き込み等も発生しています。

このように、部落差別は今もなお存在しており、情報化の進展に伴う新たな問題も生じています。2016（平成28）年に施行された「部落差別解消推進法」では、部落差別は許されないものであるとの認識の下に、これを解消することが重要な課題であることが明示されています。

誤解や偏見によって差別が継承されることがないよう、今一度、同和問題への理解を深めるとともに、誤解や偏見をうのみにせず、差別を生み出す社会を変えていく必要があります。

市では、水平社宣言に込められた当時の人々の思いをひもとき、差別解消の展望について考える講演会を開催します。多くの方のご参加をお待ちしています。

「部落差別をなくする運動」
強調旬間事業

入場無料
手話通訳あり

講演会1

人の世に熱と光を ～水平社創立の思想に学ぶ～



講師▶駒井（こまい） 忠之（ただゆき）さん（水平社博物館館長）
日時▶7月6日㈬14時から
場所▶県民文化ホール グリーン（本町4-3-30）
定員▶250人
※事前申し込みが必要です。 参加希望者は申し込みフォームまたは市コールセンター（☎822-8111）に、電話で。

講演会2

熱と光をたぐり寄せる ～「私たち」の社会をつくるために～



講師▶三木（みき） 幸美（ゆきみ）さん（公益財団法人とよなか国際交流協会職員）
日時▶7月13日㈬13時半から
場所▶春野弘岡中市民会館（春野町弘岡中134-1）
※事前申し込み不要。

この記事についての問い合わせは 人権同和・男女共同参画課☎823-9449 へ

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

7月のごみ収集

▶可燃ごみ…7月18日(月・祝)は収集します。
▶資源・不燃物…7月18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。収集日以外・収集後にごみを出されますと周辺の方に大変迷惑となります。なお、収集時間は一定ではありません。

環境業務課☎856-5374

納期内に税金を納めましょう

7月は固定資産税第2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。
コンビニやスマホ決済アプリでも納付できます。

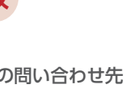


納税相談は、税務管理課(本庁舎2階)☎823-9418へ

7月は国民健康保険料第2期分・後期高齢者医療保険料第1期分の納付月です

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



7月・8月の休市日

●7月…3日(日)・6日(水)・10日(日)・13日(水)・17日(日)・18日(月・祝)・20日(水)・24日(日)・27日(水)・31日(日)
●8月…3日(水)・7日(日)・11日(木・祝)・14日(日)・15日(月)・16日(火)・21日(日)・24日(水)・28日(日)・31日(水)

▶市場開放デイは現在休止中です。

市場課☎883-1171

高知競輪　サテライト南国・安田

7月の開催日程

⅔	⅔	①		取手FⅠ
⅚	1	2	3	小松島記念GⅢ
4	5	6		防府FⅠ
7	8	9	10	福井記念GⅢ
8	9	10		富山FⅠ
⑪	⑫	⑬		弥彦FⅠ
⑬	⑭	⑮		名古屋FⅠ
16	17	18		サマーナイト玉野GⅡ
16	17	18		宇都宮FⅠ
19	20	21		広島FⅠ
㉑	㉒	㉓		大宮FⅠ
23	24	25	26	佐世保記念GⅢ
25	26	27		小田原FⅠ
27	28	29		岸和田FⅠ
28	29	30	31	弥彦記念GⅢ

※開催中止、場外発売中止の場合あり
○:サテライト南国・安田のみ

みかじめ料等縁切り同盟にご加入ください



暴力団の資金源となっている用心棒代などのみかじめ料等の支払い拒否運動を行うため、縁切り同盟を結成しています。加入すると、高知弁護士会の民暴弁護士が、加入店一同の名前で暴力団に対する支払い拒否通知書を内容証明で通知します。加入者の保護は、警察・弁護士・暴力追放高知県民センター等が責任を持って行います。ぜひご加入ください。
年会費▶個人3,000円、法人5,000円(当初3年間のみ、以後年会費無料)。会費は弁護士への委託料に充当します。
申 詳 暴力追放高知県民センター☎871-0003

暴力団等の困りごと無料法律相談

暴力団等に関係する困りごとについて弁護士・警察・暴力追放高知県民センターの各担当者が相談に応じます(予約制)。
日時 毎月第2・第4木曜日、13時～16時
場所 暴力追放高知県民センター(本町2-3-31 LSビル3階)
申込 平日9時～17時、電話で。
申 詳 暴力追放高知県民センター☎871-0002、0120-893-744

知っておきたいお墓の話

●「墓地を購入する」とは
土地の所有権を買うわけではなく、お墓を建てる土地の「使用権」を得ることをいいます。

●墓地の経営許可を確認しましょう
墓地を設置することのできる土地の所有者は、墓地経営許可を受けている地方公共団体、宗教法人、公益財団法人等に限られています(特例として自己所有地に限り、個人が墓地経営許可を受けることができます)。
よって、経営許可のない墓地にお墓を建てることは違法となります。経営許可のある墓地には、県または市の許可番号を明示した標識が設置されています。お墓を建てるときは、経営許可を受けている墓地であることを必ず確認してください。

詳しくは環境保全課☎823-9471へ

下水道排水設備工事責任技術者試験

令和4年度の下水道排水設備工事責任技術者試験を行います。
事前講習▶9月4日(日)10時～12時
試験▶9月25日(日)15時～17時
場所 高知城ホール(丸ノ内2-1-10)
料金 1万円
申込 7月19日(火)～8月5日(金)、直接。
ほか 受験案内書は7月11日(月)から上下水道局3階お客さまサービス課で配布します。
申 詳 〒781-8010 桟橋通3-31-11 上下水道局お客さまサービス課☎821-9232

マイナンバーカードの申請をサポートします

マイナンバーカード交付センターでの申請では、本人確認書類(運転免許証等顔写真入り証明書(必須)と健康保険証など合わせて2点以上)があれば、後日郵送でカードをお送りします。詳しくは中央窓口センターHPをご覧ください。

▶マイナンバーカード交付センター
日時 平日および毎月第2と第4の土・日曜日9時～12時、13時～17時
場所 デンテツターミナルビル4階(はりまや町1-5-1)
詳 中央窓口センターマイナンバー交付担当☎823-9455
※**以下は、県による実施会場で、本人確認書類不要で申請できます**(後日窓口での本人確認と受け取りが必要です)。

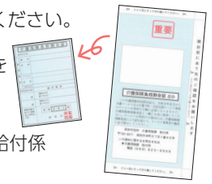
▶帯屋町会場
日時 9月24日(土)までの毎週土曜日、11時～18時
場所 金高堂本店前(帯屋町2-2)

▶イオン会場
日時 9月25日(日)までの毎週日曜日、11時～18時
場所 イオンモール高知1階南コート南 ユニクロ横(秦南町1-4-8)
詳 県マイナンバーカード出張申請受付事務局☎883-3322

介護保険負担割合証を発送します

要介護・要支援の認定を受けている方に対し、7月中に「介護保険負担割合証」を発送します。利用者負担の割合と適用期間(8月1日～令和5年7月31日)を記載していますので、サービス利用の前に担当ケアマネージャーやサービス事業所に必ず提示してください。

▶封筒の一部を切り取ります。



詳 介護保険課給付係☎823-9959

国民年金保険料の免除・納付猶予制度

学生以外の方で、経済的な理由により国民年金保険料の納付でお困りの方のための「国民年金保険料免除・納付猶予申請」制度があります。免除等の対象期間は、申請月からさかのぼって2年1カ月前から令和5年6月分までです。**令和4年度分の申請受け付けは7月1日に開始**しますので、申請方法など詳しくは最寄りの年金事務所または中央窓口センター国民年金担当にご相談ください。
詳 高知東年金事務所☎831-4430、高知西年金事務所☎875-1717、中央窓口センター国民年金担当☎823-9439

国保の高齢受給者証を発送します

国民健康保険に加入中の70～74歳の方に、7月下旬に新しい高齢受給者証を発送します。8月からは新しい高齢受給者証をお使いください。
※新たに70歳になられる方には、70歳になる月の下旬に発送します。70歳の誕生日の翌月(1日生まれの方はその月)から、受給者証に記載されている窓口負担割合(2～3割)が適用されます。
▶窓口負担割合は令和4年度住民税課税所得等で判定します。実際の負担割合は受給者証をご確認ください。
詳 保険医療課資格賦課係☎823-9360

高齢者向け優良賃貸住宅入居者の随時募集

①ステラ桟橋(桟橋通五丁目)　②長喜荘(西塚ノ原)　③はるる(北本町四丁目)　④クオリア上街鷹城館(上町三丁目)　⑤イチゴいちえ(介良)　⑥アートケア・ホーム長浜1号館(長浜)　⑦つばさ(桟橋通一丁目)。
ほか 所得に応じて家賃補助あり。
申 詳 ①高知県住宅供給公社☎882-1313、②③㈲秦ホーム☎821-7272、④⑤㈱高知ハウス☎824-6811、⑥㈱ハルホーム☎823-1101、⑦㈲滝石建設不動産事業部☎832-6262

市民憲章よさこい踊り子隊を募集します



よさこい鳴子踊り特別演舞に参加を希望する方を募集します。今年は感染症対策のため、事前申込を必須とします。当日の参加はできません。参加費無料。法被1着500円。鳴子は各自持参(当日販売あり)。小学生以下の参加者は、保護者同伴。
定員 8月10日(水)・11日(木・祝)とも先着100人
申込 7月6日(水)～22日(金)、高知青年会議所HPの申し込みフォームで。
詳 地域コミュニティ推進課☎823-9080

市民意識調査にご協力ください

市の施策等に関する意見を把握するためのアンケート調査で、調査結果は市政運営の参考にするとともに、本市の各種計画の基礎資料として活用します。
対象 無作為に抽出した18歳以上の市民3,000人
期日 7月7日(木)～27日(水)
ほか 調査は郵送で行い、氏名や住所など回答者が特定できる項目を伺うことはありません。調査票が届いた方はご協力をお願いします。



詳 政策企画課☎823-9407

明るい選挙啓発作品の募集

明るい選挙を呼び掛けるポスター・標語を募集します。
ポスター▶画材、色彩は自由。用紙は、画用紙の八つ切りまたは四つ切りで。
標語▶400字詰めの原稿用紙1枚。
対象 小・中・高校生
申込 9月9日(金)必着
ほか ポスター・標語とも応募は1人1点。自作で未発表のものに限ります。応募方法など、詳しくはお問い合わせください。
申 詳 選挙管理委員会☎823-9483

計量に関する図画・ポスターの作品募集

11月の計量月間・記念日にちなみ、作品を募集します。入賞者には賞状と副賞を、応募者全員に参加賞をお渡しします。
作品規程▶「計量」「はかり」を題材にし、画用紙またはポスター用紙の八つ切りで。画材は自由。
対象 市内の小・中・義務教育学校および特別支援学校に通う児童・生徒
申込 作品の裏側に学校名・学年・クラス・氏名・ふりがなを明記し、持参または郵送で。9月30日(金)必着。
ほか 11月13日(日)に表彰式を予定。
申 詳 〒780-8571 本町5-1-45 くらし・交通安全課計量検査所☎802-5753

戦没者慰霊巡拝の募集

戦没者のご遺族の方を対象に慰霊巡拝が行われます。
対象地域▶①フィリピン②硫黄島
実施時期▶①令和5年2月16日(木)～23日(木)②令和5年2月28日(火)・3月1日(水)
※実施時期等は、相手国の都合等により変更することがあります。
対象 健康状態が良好な方。当該戦域を未訪問の方を優先します。
申込 ①8月31日(水)②10月11日(火)までに、電話で。
ほか 詳しい巡拝地域、諸経費などはお問い合わせください。
申 詳 健康福祉総務課☎823-9440

『来たれ！「海上保安学校」へ』　1次試験を9月25日(日)に実施します。申し込みは7月19日(火)～28日(木)、インターネットで。詳しくは海上保安庁HP「海上保安庁採用試験」をご確認ください。　高知海上保安部管理課☎832-7113

『自衛官等採用試験』　航空学生・一般曹候補生・自衛官候補生の受験者を募集しています。応募資格や試験日・試験会場など、詳しくは高知地方協力本部HPをご覧ください。受験料は無料です。　自衛隊高知募集案内所☎823-2006

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

斎場駐車場増設工事のお知らせ

7月1日㈮～12月31日㈯の期間に斎場火葬棟前の駐車場増設工事を行います。斎場をご利用の皆さんには騒音や工事車両の通行など、ご不便をお掛けしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

詳 斎場☎832-3049

「第71回高知市夏季大学」の会場について

7月19日㈫～23日㈯開催の第71回高知市夏季大学は、かるぽーと休館中のため、県民文化ホールオレンジホールで5日間開催します。専用の駐車場はありませんので、お車でお越しの方は、近隣の有料駐車場をご利用ください。

詳 市文化振興事業団☎883-5071

農用地区域の除外等の申し出の受け付け停止

農用地区域の除外等の申し出は例年5月末と11月末を締め切りとして受け付けしていますが、 令和4年度から5年度にかけては「高知市農業振興地域整備計画」の全体見直しを予定しているため、令和4年11月末締め切り分をもって一時停止します。令和5年度は受け付けしませんので、ご留意ください。受け付け再開は令和6年度を予定しています。

詳 農林水産課☎823-9458

ひとり親家庭等の皆さんへ　いろいろな相談を行っています

対象 ひとり親家庭等の方、離婚を検討されている方
申込 前日までに、電話または公式 LINE で。
場所 ひとり親家庭支援センター
（旭町3-115 こうち男女共同参画センター「ソーレ」2階）

法律相談

	実施日時	相談時間
司法書士	毎月 第2木曜日・第3水曜日10時～16時（12時～13時を除く）	約50分
弁護士	毎月 第1木曜日14時～16時 第4水曜日10時～12時	約25分

専門家相談

	実施日時	相談時間
心理カウンセラー	毎月 第1土曜日 13時半から、14時半から	約50分
社会福祉士、精神保健福祉士	毎月 第2土曜日 13時半から、14時半から	約50分
ファイナンシャルプランナー	毎月 第3土曜日 13時半から、14時半から	約50分
キャリアコンサルタント、公認心理師	毎月 第2火曜日 13時半から、14時半から	約50分

閉所日のお知らせ　司法書士相談の実施日変更に伴い、ソーレ休館日の毎月第2水曜日は、当センターも閉所いたします。皆さんにはご不便をお掛けしますが、ご理解のほどお願いします。

申し込み、詳しくはひとり親家庭支援センター☎875-2500へ

夏本番 蚊の発生防止を！



蚊の発生予防対策

蚊は、家の周りのわずかな水たまりから発生します。側溝や水路の定期的な清掃、昆虫成長制御剤（蚊の幼虫を成虫にさせない薬剤）の散布が効果的です。

購入した薬剤と同量を高知市からもお渡しします

高知市衛生組合連合会（※）から薬剤を購入する場合、事前にお申し込みいただくことで、購入した薬剤と同じ量を高知市からもお渡しすることができます。

対象 市内の地区衛生組合および町内会　※個人は対象外です。
種類 昆虫成長制御剤（発泡錠1包2錠入り）、ベルミトール水性乳剤（1本500ml入り）、シャットアウト粉剤（1袋3kg入り）
申込 交付申出書に必要事項を記入し、郵送またはFAXで。申出書は生活食品課で配布するほか、生活食品課HPからもダウンロードできます。

※高知市衛生組合連合会…衛生環境改善のために自主的に活動する住民組織（344組合3万4,163世帯が加入）。薬剤等のあっせん、災害時の消毒活動支援などを行っています。

申し込み、詳しくは 〒781-0802 丸池町9-8 高知市衛生業務事務所 ☎883-4256、FAX883-4289へ

献血キャンペーン2022夏

献血者が減少しがちな夏季を迎え、7月に「愛の血液助け合い運動」が全国で展開されます。皆さんのご協力をよろしくお願いします。

対象 男性17～69歳、女性18～69歳で、男女とも体重50kg以上の健康な方。65～69歳の方は、60～64歳の間に献血経験がある方に限ります。
日程 ①7月12日㈫9時半～11時半・12時45分～16時半、市役所本庁舎
②7月14日㈭12時45分～16時半、総合あんしんセンター
詳 地域保健課☎822-0577

正しく使って楽しい花火



楽しく花火をするために次のことを守りましょう。
①花火に書いてある注意書きをよく読みましょう。
②風の強い日は火の粉が飛んで火事になったり、けがをしたりするので花火はやめましょう。
③近くに燃えるものがない広くて安全な場所を選びましょう。
④大人と一緒に遊びましょう。
⑤バケツ等に水を用意し、遊び終わった花火は必ず水につけましょう。

●花火をするときは大人が火の正しい使い方を指導してください。
●文化財の周囲では花火が禁止されている場所があります。

詳しくは消防局予防課 ☎871-7504 へ

『種崎海水浴場の開設中止』　例年海の日から8月末まで開設している種崎海水浴場は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、昨年に引き続き、ことしも開設しません。　種崎観光協会☎080-4992-7584

家具等転倒防止対策支援事業の受け付け

地震発生時における家具等の転倒等による被害を防止するため、ご家庭へ委託業者を派遣して、転倒防止器具の取り付けを支援します。

対象 市内に住民登録のある世帯
定員 先着100人程度（予算の都合により増減の可能性あり）
費用 転倒防止器具代金については自己負担です。代金の目安は、家具等5点で約5,000円～3万円です。
申込 令和5年2月28日㈫までに、申請書を持参または郵送。
ほか この支援を過去に利用したことがある世帯は対象外です。



申 詳 〒780-0850 丸ノ内1-7-45
地域防災推進課☎823-9040

太陽光発電設備や蓄電池設備の導入を支援します

地球温暖化対策の推進や災害時の事業継続性の向上のために、事業者が自家消費型太陽光発電設備や蓄電池設備を導入する費用の一部を補助します。

補助対象事業▶自己の所有する事業所をZEB化する（国のZEB補助金の交付決定を受けた場合）、 またはNearly ZEB、ZEB Ready、ZEB Orientedのいずれかの省エネルギー性能評価の認証を受けている場合。

申込 7月26日㈫～9月13日㈫、直接。
ほか 詳しくは、新エネルギー・環境政策課HPをご覧いただくか、電話でお問い合わせください。

申 詳 〒780-8571 本町5-1-45
新エネルギー・環境政策課
☎823-9209

見守り委員会市長報告会を開催しました

市では、市民の皆さんと行政の協働による住みよい高知市を実現するために「高知市市民と行政のパートナーシップのまちづくり条例」を制定し、この条例に基づく諸制度を見守るための委員会を設置しています。第9期委員会では「withコロナ・afterコロナのまちづくり活動のシンカ」をテーマに協議し、検討結果を4月27日に市長へ報告しました。委員会や意見報告書の詳細については、地域コミュニティ推進課HPをご覧ください。



詳 地域コミュニティ推進課
☎823-9080

令和3年度　行政情報公開制度・個人情報保護制度の利用状況

高知市行政情報公開条例および高知市個人情報保護条例の規定に基づき、昨年度の利用状況をお知らせします。

行政情報公開制度

令和3年度の行政情報公開制度の利用状況は、右の表①のとおりです。請求内容は、市発注工事費の積算内訳や建築確認、委託契約、飲食店の営業許可等、土地境界確定書、道路図面に関するものなど、市が行っている事務事業の幅広い分野について公開請求がありました。

一部公開または非公開とした理由（1件の行政情報につき複数の非公開理由がある場合があります）は、個人の利益を害するおそれのある情報（297件）、法人の権利その他の正当な利益を害するおそれのある情報（143件）、事務等の公正もしくは円滑な遂行に著しい支障が生ずるおそれのある情報（227件）などに該当することによるものです。

なお、審査請求に係る高知市行政情報公開・個人情報保護審査会への諮問はありませんでした。

表①　請求件数と決定等　（単位:件）

公開請求件数	決定等	審査請求に係る諮問
1,127		
市長…… 929	公開 571	
上下水道事業管理者…… 169	一部公開 546	0
消防長…… 3	非公開 9	0
教育委員会…… 14	取り下げ 1	
農業委員会…… 12	却下 0	0

個人情報保護制度



令和3年度の自己に関する情報の開示制度の利用状況は、右の表②のとおりです。請求内容は、住民票や戸籍の交付請求に関するものなどが主なものとなっています。

一部開示とした理由は、開示請求者以外の個人に関する情報が記録されていることによるもの（26件）が主なものであり、不開示とした理由は、該当の戸籍謄本等の交付請求がなされていないことなどを理由とする文書不存在によるものです。なお、自己に関する情報についての訂正および利用停止の請求はありませんでした。

また、審査請求に係る高知市行政情報公開・個人情報保護審査会への諮問は、前年度の不開示決定に対するものが1件、不訂正決定に対するものが1件でした。

表②　請求件数と決定等　（単位:件）

開示請求件数	決定等	審査請求に係る諮問
64		
市長……54	開示 23	
消防長…… 6	一部開示 29	0
教育委員会…… 4	不開示 12	1
	取り下げ 0	
	却下 0	0

詳しくは広聴広報課 情報公開・市民相談センター☎823-9412へ

『浦戸湾・七河川一斉清掃の中止』　例年7月に実施している「浦戸湾・七河川一斉清掃」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止します。　浦戸湾・七河川一斉清掃実行委員会☎823-9080

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

パパ、ママの救命講習会

「生まれてくる命への備え、および大切なわが子を守るため」をテーマに救命講習会を開催します。乳児・小児に対する心肺蘇生法・AEDの使用法・喉に物が詰まったときの対処法・止血法が学べます。

日時 9月4日㈰13時半～17時
場所 総合あんしんセンター3階大会議室（丸ノ内1-7-45）
定員 30人
申込 7月1日㈮～8月31日㈬、消防局救急課または市内の各消防署で。詳しくは、消防局救急課HPをご覧ください。
申 詳 消防局救急課救急指導係
☎871-7505

はじめての手話講座（夜コース）

あいさつなど基本の手話やさまざまなコミュニケーション方法、手法を学びます。

対象 市内在住または在学・在勤の方
日時 8月3日㈬～26日㈮の水・金曜日 18時半～20時半。全8回。
場所 障害者福祉センター（旭町2-21-6）
定員 先着16人
費用 テキスト代1,980円（初日に購入）
申込 7月4日㈪～26日㈫、電話または直接。土・日曜日、祝日は休み。



申 詳 障害者福祉センター☎873-7717

作る！楽しむ！プラモデル体験教室

接着剤を使わないプラモデル（車・ガンダム等）を作ります。

対象 市内在住または在学・在勤で障害のある小学生以上の方
日時 8月27日㈯13時～16時
場所 障害者福祉センター（旭町2-21-6）
定員 先着25人
費用 材料費実費（当日500円～1,500円程度のプラモデルから選択）
申込 障害のある方は7月4日㈪～8月19日㈮、障害のない方は定員に空きがある場合のみ8月1日㈪～19日㈮、電話・FAX・電子メール・直接のいずれかで。土・日曜日、祝日は休み。
申 詳 障害者福祉センター
☎873-7717、FAX873-6420
✉asahi@kochi-csw.or.jp

高知市勤労者交流館講座

申し込み、詳しくは
勤労者交流館（丸池町1-1-14）☎883-2244へ



対象 市内在住・在勤の16歳以上の方
申込 7月5日㈫～20日㈬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。月曜日が祝日のときは翌火曜日も休み。詳しくは勤労者交流館等で配布中の案内または勤労者交流館HPで。※新型コロナウイルス感染症の状況など、やむを得ない事情で講座を開講できない場合は、日程変更や中止になる場合があります。

講座名	曜日	日時	受講料	テキスト代	定員
韓国語（初級）講座（10回）	火	8/23㈫～11/8㈫（19時～20時半）	各6,000円	2,500円程度	20人
日常英会話講座（10回）	木	8/25㈭～10/27㈭（19時～20時半）		3,000円程度	20人
ロコモ予防&スタイルアップエクササイズ（10回）	木	8/25㈭～10/27㈭（19時40分～20時50分）		―――	25人
ズンバ®講座（10回）	金	8/26㈮～11/4㈮（19時～20時）		―――	30人
ヨーガ講座（各10回）	土	9/3㈯～11/5㈯（19時～20時45分）		各500円	20人
	水	9/7㈬～11/9㈬（19時～20時45分）			30人

地域公民館講座 市民学校

対象 市内在住または在勤の16歳以上の方

ほか いずれの講座も申し込み後の取り消しによる教材費の払い戻しはしません。新型コロナウイルス感染症の状況などにより、定員数を変更する場合があります。詳しくは文化振興課HPをご覧いただくか、各開催場所へお問い合わせください。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）
フェイシャルヨガ（顔ヨガ）	大﨑あつこ 顔ヨガ協会認定インストラクター	7/12㈫ 10時～11時半	イオン高知旭町店2階（特設）旭文化センター ☎872-0374	7/5㈫11時～12時、直接（13時以降は電話申し込み可）。申し込み締め切りは7月8日㈮17時	15人	無料（無料）
友禅染教室	小串　益代	7/19㈫ 10時～12時	大津ふれあいセンター ☎866-2311	7/5㈫9時から直接または電話	10人	無料（1,000円）
はじめてのお灸教室	福川　裕徳	8/18㈭ 10時～11時半	鴨田ふれあいセンター ☎844-3238	8/2㈫10時～11時、直接（11時以降は電話申し込み可）	10人	無料（300円）
こけ玉教室	須藤美枝子	8/27㈯ 13時半～15時半	朝倉ふれあいセンター ☎844-1424	8/6㈯14時～15時、直接（15時以降は電話申し込み可）	8～12人	無料（1,500円）

『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。前日までに予約の上、お越しください。7月5日㈫・12日㈫・20日㈬・26日㈫の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

中小企業者向け「事業継続力強化計画」と「BCP」策定セミナー

「事業継続力強化計画」とは、中小企業者が策定する防災・減災計画のことで、経済産業大臣の認定を受けると、税制優遇などの支援を受けることができます。セミナーでは、専門の講師が事業継続力強化計画についてオンラインで分かりやすく解説し、BCPとの違いや具体的にどうすれば良いかなどをお伝えします。また、受講された方は、あいおいニッセイ同和損保から計画策定までの支援や、計画策定後のBCP策定支援も受けられます。

対象 市内に事業所のある中小企業者
日時 7月21日㈭10時～11時半、7月26日㈫15時～16時半。両日とも同じ内容です。
申込 7月19日㈫までに、FAXまたは電子メールで。
申 詳 産業政策課
☎823-9456、FAX823-9492
✉kc-150600@city.kochi.lg.jp

市立学校は長期休業中に学校閉庁日を設定します

学校閉庁日は、教職員が心身の健康を維持し、生き生きとした姿で子どもたちと向き合うことができるよう、長期休業中に5～9日間程度の日を設定し、休暇を取りやすい環境を整備するものです。基本的に教職員は勤務しませんので、電話対応ができません。ご理解・ご協力をお願いします。

令和4年度の学校閉庁日（市立小・中・義務教育・特別支援学校）▶8月8日㈪～10日㈬・12日㈮の4日間、令和5年1月4日㈬

※学校閉庁日は学校により異なる場合があります。なお、閉庁日の緊急連絡先は学校教育課です。



詳 学校教育課☎823-9479

あなたの健康を守る浄化槽の維持管理

浄化槽の管理が不十分であると、近所の方に悪臭等の迷惑を掛けたり、汚れた水が原因で感染症が流行したり、溝や河川を汚し生活環境や公衆衛生に悪影響を及ぼすことになります。浄化槽の浄化機能を維持するためには、定期的な「保守点検」「清掃」「法定検査」が必要です。

保守点検▶浄化槽管理士が行います。市に登録した保守点検業者に委託してください。

清掃▶浄化槽清掃業者が行います。市の許可業者に委託してください。

法定検査▶県の指定検査機関である（一財）県環境検査センター（☎860-2400）が行いますので、直接依頼してください。



詳 環境保全課☎823-9471

市スポーツ振興事業団グループ スポーツ教室

申 詳 〒780-8031 大原町158 市総合体育館☎833-4061、〒781-8125 五台山1736-1 くろしおアリーナ☎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・性別（任意）・電話番号、（小学生は学校名・学年・保護者名）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①～③は8月3日㈬21時、④～⑦は8月15日㈪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ふれあいカヌー体験教室	小学3～6年生と保護者（2人1組）	①8/20㈯②8/21㈰のうち希望する1日 9時～12時 ※雨天中止	鏡　川	各6組	1,500円
②Beautyメイクヨガ教室	18歳以上の女性	8/23㈫～10/18㈫ 毎週火曜日 19時15分～20時45分 全8回 ※10/4休み	市総合体育館	15人	各4,800円
③骨格メイクリスタイルフォーカス教室	18歳以上	8/26㈮～10/21㈮ 毎週金曜日 19時半～20時半 全8回 ※9/23休み	市総合体育館	15人	
④50歳からのアンチエイジングヨガ教室	50歳以上	8/30㈫～10/18㈫ 毎週火曜日 10時～11時15分 全8回	くろしおアリーナ	16人	
⑤水泳教室：初めての泳ぎから初心者水泳まで	泳ぎの苦手な18歳以上	9/1㈭～9/29㈭ 毎週火・木曜日 14時～15時半 全8回 ※9/20休み	市総合体育館	20人	
⑥ZUMBA® ～ナイト教室2期～	18歳以上	9/1㈭～10/20㈭ 毎週木曜日 19時半～20時半 全8回	くろしおアリーナ	16人	
⑦ウエーブリングストレッチ&簡単ヨガ教室		9/2㈮～10/28㈮ 毎週金曜日 13時半～15時 全8回 ※9/23休み	市総合体育館	25人	

申込 7月4日㈪9時から市総合体育館またはくろしおアリーナ窓口へ直接。⑧⑨のみ電話申し込み可能。定員になり次第受け付け終了。⑩の締め切りは8月15日㈪21時。参加費は当日支払い。

教室名	対象（運動可能な方）	開催日程	開催場所	定員	参加費
⑧アーティスティックスイミング体験DAY	泳げる小・中・高校生 ※男子も可能	8/3㈬ 14時～15時半	くろしおアリーナ	30人	無　料
⑨ファミリーグラウンドゴルフフェスティバル	小学生以上	8/7㈰ 受付8時半から 開会式9時から	市総合運動場	50人	200円
⑩高知市熟年者スポーツ交流会（ターゲットバードゴルフの部）	50歳以上	8/21㈰ 受付9時から 開会式9時半から	東部総合運動場	なし	500円

『若者進路相談会』　就職や進学に不安を感じている15～49歳の方とその家族を対象に個別相談会を実施します。7月9日㈯11時～17時、オーテピア高知図書館3階グループ室5で。事前の申し込みは不要です。　こうち若者サポートステーション☎844-3411

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

公演「EBIKEN The SHOWTIME」

アメリカのオーディション番組『アメリカズ・ゴット・タレント』のシーズン8でアジア人で初めて優勝し、世界中を虜にした蛯名健一さんが高知にやってくる。ゲストパフォーマーとして、鉄棒を用いて空中で踊るエアダンスの先駆者・上西隆史さんと、一輪車演舞で話題沸騰中のユニサークル・フローも特別出演します。

日時 7月13日㈬開場18時半、開演19時
場所 県民文化ホール・グリーンホール（本町4-3-30）
料金 一般4,000円（当日4,500円）、高校生以下2,000円（当日2,500円）。全席自由。
ほか 未就学児の入場はご遠慮ください。チケットは、全国のローソンやセブン-イレブンなどで購入できます。



詳 市文化振興事業団 ☎883-5071

高知市平和祈念式に参加しませんか

「高知大空襲の日」である7月4日に、高知空襲犠牲者の方々の追悼と平和を祈念するため、一般の方の献花・献水を受け付けます。お花はこちらで用意します。申し込みは不要。駐車場はありません。

日時 7月4日㈪10時～10時半ごろ
場所 「高知市平和祈念の碑」前（大原町「りょうまスタジアム」入り口）
詳 総務課国際平和担当☎823-9955

オリジナル万華鏡を作ろう！

簡単に作れるオリジナル万華鏡で、自分だけのキラキラな世界をのぞいてみませんか。

日時 7月30日㈯・8月14日㈰
午前の部10時～12時
午後の部14時～16時
場所 自由民権記念館 1階研修室（桟橋通4-14-3）
定員 各回先着10人
費用 500円
申込 電話で予約。月曜日と、祝日の翌日は休館（7月18日は開館）
申 詳 自由民権記念館☎831-3336



夏のおはなし会

絵本や手遊び、おはなしを楽しみましょう。こども読書ボランティアの会・豆の木が主催します。申し込み不要。

対象 幼児～小学生
日時 8月4日㈭11時～11時半
場所 オーテピア高知図書館2階こどもコーナー（追手筋2-1-1）
定員 先着10人
詳 オーテピア高知図書館児童サービス担当☎823-4946

手話で楽しむおはなし会

聞こえる子も聞こえない子も、みんなで一緒に楽しめる「手話つき」のおはなし会です。ぜひお気軽にお越しください。

対象 3歳～小学生とその保護者、手話に興味のある方
日時 7月31日㈰10時半～11時
場所 オーテピア高知図書館2階こどもコーナー内 こども読書コーナー（追手筋2-1-1）
定員 先着10組
申込 7月31日㈰9時から、2階こどもカウンターで整理券を配付
詳 オーテピア高知図書館バリアフリーサービス担当☎823-4946

令和4年度 親子ふれあい講座

対象 小学生の親子　　場所 イオン高知旭町店2階（特設）旭文化センター
時間 いずれも10時～12時　　定員 いずれも親子10組
申込 往復はがきに①希望する講座番号（第一希望のみ）②郵便番号・住所③電話番号④児童氏名⑤学校名・学年――を記入の上、7月9日㈯必着で郵送。

日程	講座内容	講師	材料費／受講料
8/6㈯	①まんが風鈴をつくろう！	小笠原まき	500円／無料
13㈯	②こどもまんが教室 まんがの描き方入門！	岩神よしひろ	無料
20㈯	③似顔絵を楽しもう！ ～似せるコツを教えます～	おかもとあつし	無料

※申し込みは1人につき往復はがき1枚まで。2枚目以降は無効となります。※兄弟姉妹または友人と一緒に同じコースに参加希望の場合は、1枚の往復はがきに併記してお申し込みください。なお、児童氏名、学校名、学年はそれぞれご記入ください。※申し込み後の取り消しや希望講座の変更、欠席による材料費の払い戻しはしません。※希望者多数の場合は抽選。抽選結果は7月22日㈮ごろ郵送します。※室内履きをご用意ください。

申し込み、詳しくは〒781-9529 九反田2-1 かるぽーと8階 文化振興課☎821-9215へ

科学掘削船の船内を探検しよう！

南太西洋沖を航行中の科学掘削船「ジョイデス・レゾリューション号」の船内を、乗船中の日本人研究者にライブ中継で案内してもらいます。どなたでも参加できます。

日時 7月18日（月・祝）14時35分～15時45分
場所 高知みらい科学館プラネタリウム（追手筋2-1-1）
定員 先着82人
申込 7月2日㈯から、高知みらい科学館申込専用電話（☎824-8222）で。



詳 高知みらい科学館☎823-7767

『守ろうよ！電波は大切なライフライン』　暮らしに大切な電波。電波利用環境を不法な電波から守りましょう。電波の利用には、原則、免許が必要です。　総務省四国総合通信局☎089-936-5055

LGBTsの多様な生き方は社会のチカラ

近年身近な言葉になったLGBT。よく耳にするけれど自分の周りにはいないという方も多いのでは。偏見や差別、思い込みなどのある社会の中で「見えない」だけかもしれません。生活の中の身近なお話から、子どもから大人まで私たち一人一人の性のあり方を大切にする社会について講師とともに考える講座です。

日時 9月4日㈰10時～12時
定員 先着30人（会場）
場所 ソーレ（旭町3-115）
講師 原 ミナ汰さん（NPO法人共生社会をつくるセクシュアル・マイノリティ支援全国ネットワーク共同代表理事）



申込 7月4日㈪9時から、電話またはソーレHPで。
託児 6カ月～小学3年生。小学生は1家族500円。予約制。
ほか オンラインでの受講も可能です。詳しくはソーレHPで。
申 詳 こうち男女共同参画センター「ソーレ」☎873-9100

高知市いきいき健康チャレンジ応援講座

「栄養の整理整頓」をテーマに、講演会を開催します。



対象 いきいき健康チャレンジ参加者および市内在住の方
日時 7月18日（月・祝）10時半～12時半
場所 総合あんしんセンター3階大会議室・中会議室（丸ノ内1-7-45）
定員 先着100人
講師 （公社）高知県栄養士会
申込 7月11日㈪～15日㈮9時～17時、電話で。
ほか 参加者にはヘルシーポイント（グリーン1ポイント）を差し上げます。
申 詳 市コールセンター☎821-7880

音訳ボランティア養成講座

活字図書の利用が困難な方のために録音図書製作・対面音訳（図書・その他の資料をボランティアが対面で読み上げる）活動をしてくださる音訳ボランティアを養成します。録音図書製作にはパソコン（Windows）を使用します。

対象 パソコンの基本操作ができて、講座修了後ボランティア活動ができる方
日時 8月6日㈯～令和5年3月18日㈯、10時～12時。全18回。
場所 オーテピア高知声と点字の図書館（追手筋2-1-1）
定員 15人
費用 テキスト代1,500円程度
申込 7月1日㈮～15日㈮、9時～20時（日曜日9時～18時）。簡単な面接を行いますので、本人が直接お越しください。月曜日は休館。
申 詳 声と点字の図書館☎823-9488

就労支援講座「対話力」トレーニング

仕事で求められる対話力を磨けば、就職・転職の成功や仕事のキャリアアップに役立ちます。オンライン面接や会議などでのマナー、注意すべきポイントも学べます。

対象 女性
日時 8月28日㈰13時半～16時半
場所 ソーレ（旭町3-115）



定員 先着20人
費用 500円
講師 平野 智佐さん（Office C Career 代表）
申込 7月9日㈯9時から、電話またはソーレHPで。
託児 6カ月～小学3年生。小学生は1家族500円。予約制。
申 詳 こうち男女共同参画センター「ソーレ」☎873-9100

秋の市民学校

詳しくは〒781-0270 長浜690-5 長浜ふれあいセンター☎842-2211へ

対象 市内在住または在勤の16歳以上の方
期間 9月1日㈭から週1回（絵手紙・喜多流謡曲・楽しく笑って物忘れ予防は隔週）。いずれも10回コース。
費用 受講料は各4,900円（教材費は別途）
申込 8月3日㈬9時半～16時、長浜ふれあいセンター1階和室で先着順で受け付け。定員に達しない科目は、8月4日㈭8時半から電話でも受け付け。日・月曜日、祝日は休み。

曜日	科目	時間	定員
月	木彫	13時半～15時半	25人
	健康バランス体操	19時半～20時45分	25人
火	ヨーガ	10時～12時	25人
水	絵手紙	10時～12時	25人
	パステル画	13時半～15時半	25人
	喜多流謡曲	14時～16時	15人
木	ゆるゆるストレッチ体操	13時半～14時45分	25人
金	自力整体	10時～11時半	25人
	フラダンス	13時半～15時	25人
土	表千家茶道	10時～12時または13時～15時（どちらかの時間を選択）	25人
	のびのびピラティス	11時～12時15分	25人
	楽しく笑って物忘れ予防	13時半～15時	25人

『KPCオープンキャンパスのご案内』　対象は高校生等。開催日は7月16日㈯・31日㈰。時間・体験内容等の詳細はHPをご覧ください。定員に限りあり。お早めにお申し込みください。　高知職業能力開発短期大学校学務援助課☎0887-56-4100

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。詳しくは、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



大島 一莉（おおしま いまり） ちゃん（1歳）

見るものなんでも気になっちゃう！　もう歩けるようになったから、どこでも行っちゃうよ。



柏井 大和（かしわい やまと） くん（1歳）

初めてのアンパンマンミュージアム☆　僕ね、アンパンマン大好きなんだ!! また連れて行ってね☆



市川 朔蘭（いちかわ さくら） ちゃん（2歳）

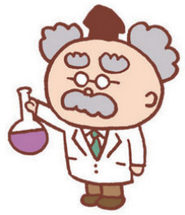
パパ・ママとお出かけすると楽しくていつもニコニコ！これからもいろんな所に遊びに行きたいな。

科学を楽しむ夏休み！ 高知みらい科学館

オーテピア OTEPIA

詳 高知みらい科学館☎823-7767

高知みらい科学館は、夏休みもイベントがたくさん！ 今まで来たことがある方も、初めての方も、ぜひ科学を楽しみませんか。いずれも参加費は無料です。なお、7月25日㈪、8月1日㈪・8日㈪・15日㈪・22日㈪・29日㈪は休館日です。



ミニかがく教室

●簡単な実験や工作で科学に触れ合おう！

▶開催日…毎週日曜日、夏休み期間中は土曜日も開催

▶時間…10時～12時、14時～16時（体験時間は約20～30分）

▶テーマ…
7月30日㈯「ダンシングスター」
8月14日㈰「こおりつり大会」
など、毎回変わります！



サイエンスショー

●実験ショーで科学のふしぎを楽しもう！

▶開催日…毎週土・日曜日、祝日および夏休み期間中（7月21日㈭～8月31日㈬）は毎日

▶時間…10時55分から、14時10分から、15時40分から

▶テーマ…7月31日㈰まで
「波のふしぎをたのしもう！」
8月2日㈫～8月14日㈰
「かちんこちんの世界」
8月16日㈫～8月31日㈬
「水なんて、なにがふしぎなの？」



▶サイエンスショー「かちんこちんの世界」

企画展

●高知の海をカガクする2022

高知の海にすむ生き物たちの実物標本や写真を展示するほか、高知の水族館やジオパーク、海の研究施設を紹介します。
8月からは「子ガメ水槽」も登場！



▶期間…7月16日㈯～10月10日㈪･祝

相談室

●夏休み自由研究相談室

夏休みの自由研究について、相談を受け付けます。

▶期間…7月26日㈫～29日㈮、8月2日㈫～5日㈮

▶時間…10時～12時、13時半～15時半

TSUNAGUマーケット テイクアウトフェスタ夏の陣

新型コロナウイルス感染症の拡大を受け、売上低迷が長期化している県内事業者等の販売機会の創出の場として、農畜産水産物・加工品などの物販を行う、テイクアウトフェスタを開催します。県内アーティストなどのステージイベントもあります。

日時 7月16日㈯・17日㈰ 15時～21時
場所 中央公園（帯屋町1-11）
ほか 詳しくは、運営事務局（㈱高知放送☎825-4223）にお問い合わせください。
詳 商工振興課☎823-9375

高知けいば7月の重賞レース

第19回トレノ賞が開催され、白熱した戦いが繰り広げられます。

期日 7月17日㈰
場所 高知競馬場（長浜宮田2000）
ほか 20歳未満の方も入場できますが、馬券購入はできません。
詳 県競馬組合☎841-5123

企画展群像から見る幕末史 龍馬と土佐藩 変革期の葛藤

山内容堂没後150年に合わせ、「龍馬と土佐藩」の関係を紹介します。幕末という激動期、土佐の人々はどのような模索を重ねて、新時代を希求したのか。彼らが残した資料とともに、その一端をたどります。

日時 7月23日㈯～8月22日㈪ 8時～19時
場所 龍馬の生まれたまち記念館2階ふれあいホール（上町2-6-33）
料金 一般300円、65歳以上150円、高校生以下無料



▶土佐を治めた「山内家」の家紋入り杯

詳 龍馬の生まれたまち記念館☎820-1115

高知みなとまつり

7月18日㈪･祝の「海の日」を中心に、さまざまなイベントが開催されます。

▶**海上自衛隊艦船護衛艦「きりしま」一般公開（上甲板のみ）**…7月9日㈯・10日㈰、高知新港7号埠頭3号岸壁で。
詳 自衛隊高知地方協力本部渉外広報室☎822-6128

▶**桂浜水族館「貝がらワークショップ」**…7月18日㈪･祝 11時～14時（予備日7月24日㈰）、桂浜水族館内おらんくテラス（浦戸778 桂浜公園内）で。
詳 桂浜水族館☎841-2437

▶**高知港みなとウオッチング**…7月26日㈫（予備日8月2日㈫）、高知港で。9時発、10時半発、13時半発、15時発。要事前申し込み（希望者多数の場合は抽選。受け付け締め切り7月上旬）。
詳 高知港湾・空港整備事務所☎847-3512

※その他、高知港や浦戸湾などの関連イベントも盛りだくさん。詳しくはお問い合わせください。
詳 四国運輸局高知運輸支局☎832-1175

おやこ木工教室

ハンドル操作で斜面を走る木の車を、親子で作ってみませんか。雨天決行。

対象 小学生とその保護者（親子参加）
日時 7月24日㈰8時半～16時半
場所 工石山青少年の家（土佐山高川1898-33）
定員 先着27人（最小催行人数10人）
費用 1人600円（弁当代・保険料）と1組につき3,000円（材料費）
申込 7月2日㈯～13日㈬8時半～17時、電話で。月曜日は休館。
ほか 水筒・タオル・軍手・健康保険証（コピー可）ほか、必要な物を持参。JR高知駅南側から無料送迎バスあり（先着14人）。
申 詳 工石山青少年の家☎895-2016

子どもたちと川へ！ 親子で遊ぶ仁淀川

仁淀川の自然への理解を深め、環境保全の大切さを親子で体感できるイベントを開催します。小雨決行。

対象 小学生とその保護者。川流れ体験は小学4年生以上、川の生き物しらべは小学1年生以上。
日時 7月24日㈰10時～15時半。①川流れ体験は10時から･13時から、②川の生き物しらべは11時から・14時から、③親子鮎放流体験は15時から、④パネルクイズラリーは随時。
場所 越知町宮の前公園（高岡郡越知町越知丙734-1）
定員 ①②のみ各回12人まで。
申込 ①②は7月11日㈪までに、仁淀川漁業協同組合HPのグーグルフォームから、または同ページから申込用紙をダウンロードしてFAXか電子メールで。希望者多数の場合は抽選。③④は申し込み不要。
申 詳 仁淀川漁業協同組合☎893-2300、FAX893-2338 ✉niyodogawayaruzo@gmail.com

LoveActシュミ活 カフェオレボウルで陶芸体験

青年センターで活動している陶芸サークルと一緒にカフェオレボウルを作ります。同世代のメンバーなので、初心者でも気軽に楽しく作れます。

対象 市内在住または在勤の20～30歳の独身男女
日時 7月23日㈯14時～17時
場所 青年センター1階実験実習室（桟橋通2-1-50）
定員 12人（男女6人ずつ）程度
費用 500円
申込 7月2日㈯～16日㈯、電話またはLoveActHPで。電話の受付時間9時～21時半（日曜日は16時半まで）。
申 詳 青年センター「愛活」推進事業事務局☎080-7275-3180

『700MHz利用推進協会によるテレビ受信障害対策工事』 携帯電話の新しい電波利用開始に伴い、テレビ映像に影響が出る恐れのある一部地域のご家庭には6月初旬より周知チラシが随時配布されています。 700MHz受信障害対策コールセンター 0120-700-012

健　康　診　査

個別検診（がん検診等）※医療機関で受ける検診です　詳しくは健康増進課☎803-8005へ

検　診　種　目	対　象　者	自己負担金
胃がん検診（胃内視鏡検査）	50歳以上の男女	3,300円
大腸がん検診（検便による便潜血検査）	40歳以上の男女	無　料
乳がん検診（マンモグラフィ）	40歳以上の女性	40歳代の方　1,350円 50歳以上の方 1,050円
子宮頸がん検診（視診＋内診＋細胞診）	20歳以上の女性	1,200円
成人歯周病検診	年度内に40歳、50歳になる方	無　料
健康増進法健診	40歳以上の生活保護等受給者	無　料

集団検診（がん検診等）受診申し込み受け付け中　詳しくは健康増進課☎803-8005へ

実施日	会　場	受付時間	検診種目
8月4日㈭	保健福祉センター（塩田町）	8時半～11時半	胃、大腸、胸部
		13時半～16時半	乳、子宮
8月17日㈬	一宮ふれあいセンター	9時半～10時	大腸、胸部
	布師田ふれあいセンター	10時45分～11時15分	大腸、胸部
	介良ふれあいセンター	14時～14時半	大腸、胸部
	大津ふれあいセンター	15時15分～15時45分	大腸、胸部
8月18日㈭	朝倉ふれあいセンター	14時～14時45分	大腸、胸部
	小高坂市民会館	15時半～16時	大腸、胸部
8月25日㈭	保健福祉センター（塩田町）	13時～15時	女性健診

【集団検診の対象】※大腸・胸部以外は自己負担金あり。
- 20～39歳の女性…女性健診（基本健診、歯科健診、子宮頸がん検診1,400円）
- 20歳以上の女性…子宮頸がん検診（視診、内診、細胞診600円）
- 40歳以上の女性…乳がん検診（マンモグラフィ 40歳代900円、50歳以上800円）
- 40歳以上の男女…胃がん検診（バリウム700円）、大腸がん検診（検便）、胸部検診（X線）

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

※医療機関で受ける健診です

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4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

受　診　方　法

申し込みは8時半～17時15分、電話で（12時～13時、土・日曜日、祝日除く）。受診票と検診実施機関一覧をお送りします。ご自身でご予約の上、受診してください。

▶個別の大腸がん検診は検診実施機関へ直接お申し込みください。検診実施機関は健康増進課HPにも掲載しています。

※子宮頸がん・乳がん検診は2年度に1回。個別の胃がん検診を受診した翌年度は、個別・集団いずれの胃がん検診も受診不可。※生活保護等受給中または市民税非課税世帯の方は申請すると自己負担金無料。※聴覚・言語障害のある方のFAX（823-8020）等での申し込み、視覚障害のある方への受診票発送時の電子メールでのお知らせや封筒への点字記載などの対応も可能ですので、事前にお知らせください。

受　診　方　法

対象の方には、6月上旬に受診券（受診期間：令和5年3月31日まで）を発送しました。令和4年度中に75歳になる方で、誕生日までに受診希望の方は①、誕生日以降に受診希望の方は②へご連絡ください。

7月25日～31日は「肝臓週間」です

肝臓の病気についての正しい知識や、予防の大切さを知るための「肝臓週間」。市ではこの期間に総合あんしんセンター1階でパネル展を開催し、ポスターの展示やリーフレットの配布をします。この機会にぜひご自身の肝臓にも関心を持ってみませんか。また、保健所（総合あんしんセンター2階・丸ノ内1-7-45）では、過去に肝炎ウイルス検査を受けたことのない市民の方を対象に、B型・C型肝炎ウイルス検査を行います。7月25日㈪14時～15時。※予約制です。

●ウイルス性肝炎とは、肝炎ウイルスに感染することで肝臓の細胞が壊れていく病気です。●肝炎になっても熱や痛みなどの症状はほとんどありません。●肝炎ウイルス検査は10cc程度の採血で済みます。

詳しくは地域保健課☎822-0577へ

おとな

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。夜間検査は7月11日㈪17時半～19時（前週金曜日までに要予約）。総合あんしんセンター2階で実施。少量採血のみ。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。

❹子宮頸がん予防接種

子宮頸がん予防接種は、最新の知見を踏まえ、接種勧奨が再開されました。令和4年度からは、非勧奨期間に定期接種の対象だった方についても自己負担無く接種ができる特例が設けられました。予診票を順次発送しますが、接種をお急ぎの方はお問い合わせください。

【令和4年度接種対象者】定期接種は平成18年4月2日～平成23年4月1日に生まれた女性、特例での接種は平成9年4月2日～平成18年4月1日に生まれた女性

あなたにも受けてほしい 乳がん検診・子宮頸がん検診

早期のがんを見つけるためには検診を受診することが大切です。

乳がん罹患のピークは40～50歳代

乳がんは、高知県の女性に最も多いがんです。30歳代から増え始め、40歳代になると急カーブで増加します。

子宮頸がん罹患のピークは20～30歳代

子宮頸がんの主な原因は、性交渉により感染するヒトパピローマウイルス。これはありふれたウイルスで、5人に4人が一生に一度は感染するといわれています。

無料クーポン券の送付　4月20日時点で高知市に住民登録がある方のうち、今年度21歳になる女性には子宮頸がん検診、41歳になる女性には乳がん検診の無料クーポン券付き受診票を6月下旬にお送りしています。

高知市女性健診

女性に多い貧血や脂質異常などの早期発見につながります。また、歯と口の健康状態も確認できます。

検診内容　基本健診…計測、診察、血圧、血液検査（脂質代謝・肝機能・糖代謝・腎機能・貧血）
歯科健診…歯周病検診、口腔衛生指導
がん検診…子宮頸がん検診（2年度に1回の受診）

対　象　市内に住民登録のある20～39歳の女性

日　時　8月25日㈭、10月6日㈭、12月8日㈭、令和5年2月2日㈭
いずれも13時～15時

会　場　保健福祉センター（塩田町18-10）

申　込　7月12日㈫から電話で。
受付時間8時半～17時15分（12時～13時、土・日曜日、祝日除く）

健診結果説明会　健診結果の見方の説明、保健師と栄養士による健康相談
※健診から約1カ月後に開催（参加できない方には結果を郵送）。
※ヘルシーポイントシール（ピンク）を検診結果に同封します。

詳しくは健康増進課☎803-8005へ

健康ひろば

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

こども

❶❷❹は詳母子保健課☎855-7795
❸は申詳市コールセンター☎822-8111

❶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 ①7月11日㈪②7月29日㈮③8月1日㈪、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③保健福祉センター

❷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・栄養・歯科相談。申し込み不要。

日時 ①7月8日㈮②8月5日㈮、いずれも10時半～12時。

場所 ①②総合あんしんセンター

❸パパママ教室

妊娠中～産後のママの体や育児のお話、沐浴（もくよく）体験など。

日時 ①7月25日㈪②8月20日㈯③8月29日㈪、いずれも10時～12時。

場所 ①西部健康福祉センター②東部健康福祉センター③保健福祉センター

定員 いずれも先着8組

申込 ①7月4日㈪～18日（月・祝）②7月29日㈮～8月12日㈮③8月8日㈪～22日㈪、いずれも月～金曜日（祝日を除く）9時～18時、電話で。

高知市の人口と世帯

■人口（前月比）
32万987人（+36人）
男　14万9,988人（+75人）
女　17万　999人（-39人）
出生193人　転入等751人
死亡311人　転出等597人
■世帯数（前月比）
16万4,649世帯（+164世帯）
転入528世帯　その他200世帯
転出296世帯　その他268世帯
（令和4年6月1日現在）

編集室

■特集を担当した（津）です。今回、あかるいまちでは初めての水中写真です。天候にも恵まれてかなりイイものが撮れたのかなと。協力いただいた水難救助隊の皆さんありがとうございました。ちなみに一緒に紹介しているインスタも消防局はハイクオリティです。ぜひ登録してみてください！（津）■水中では浮輪が手放せない（福）です。海ではもっぱら陸専門！ですが、砂浜で貝殻探しをしてるときに背後からカラスに後頭部を蹴られたことがあります。水辺では、水中はもちろん、陸にいるときも注意してくださいね。（福）■社会人になったばかりの大昔に、県西部の川で生まれて初めて泳ぎました。県外出身で、川で泳げることに驚くとともに、目を開けることのできる綺麗さに感激しました。一方で流れも速く、水も冷たいので、安全第一で楽しむことが大切ですね。川沿いにお住まいの方に「高知市内から来たが？また遊びにきいや」と言われ、人の温かさにも触れ、良い思い出となりました。（横）

広告

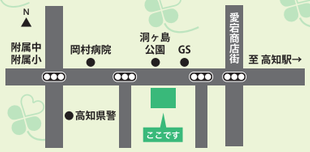
私たちは「相続」「遺言」「成年後見」相談の総合窓口です。



女性司法書士対応可　生前対策相談も受付可

初回のご相談は無料です。

報酬目安（一例）
相続登記 / 66,000 円（税込）～
遺言書作成援助 / 66,000 円（税込）～
後見人選任申立 / 110,000 円（税込）～
※いずれも別途実費をご負担頂きます。
目安はあくまで一例であり、お客様の状況により異なります。



高知市大川筋2丁目3-26
● 営業時間 /9:00 ～ 18:00
● 定休日 / 土・日・祝・年末年始
● 駐車場 / 有り

司法書士はあなたの身近な相談相手
よつば司法書士法人
まずは、お電話ください。
ご予約電話 088-826-2080
よつば司法書士法人　高知　検索

●月1回発行●編集・発行 高知市広聴広報課　●〒780-8571 高知市本町5-1-45 ☎088-822-8111（代表）
☎088-823-9446　●高知市ホームページhttps://www.city.kochi.kochi.jp/

孤哀女婉泣植焉

（こあいじょえんないてこれをたつ）

本山町立大原富枝文学館
学芸員　大石 美香

筆山の東南側に位置する高見山の中腹に、野中兼山一族の墓所がある。兼山の墓のほか、婉（えん）、婉の母・池きさなど一族の墓石が並ぶ。墓碑はいずれも兼山の四女、野中婉が整えたものだ。

野中兼山は江戸時代前期、土佐藩家老として財政の立て直しに奔走、独創性に富んだ施策で土佐藩確立に努力した。しかし、その厳しすぎる政策に反発する者も多く、寛文三（一六六三）年、三十年にわたる政権の座を追われ、香美郡山田の隠棲地で急逝、四十九歳の生涯を閉じている。

翌年、父の追罰により、わずか四歳の婉をはじめ子女八人とその母四人の遺族は宿毛へ配流、以後四十年を竹矢来の獄舎に幽閉される。兼山の血を絶つため、門外一歩を禁じられた遺族に赦免が訪れるのは、最後の男子末弟・貞四郎の自害によってである。元禄十六（一七〇三）年、幽獄を出た婉は四十四歳になっていた。

本山町出身の作家・大原富枝は、幽囚の四十年をむなしくした婉を、結核によって外の世界から拒まれた自らの青春に重ね合せた。誇り高く生き抜いた婉の生涯を一人称の独白体で描き切り、小説『婉という女』で毎日出版文化賞、野間文芸賞を受賞している。

高見山の野中一族の墓所には、中央に兼山の墓があり「野中傳右衛門良繼之墓（のなかでんえもんよしつぐ）」と記されている。儒学を信奉した父のために戒名を避け、婉が生前の名前を彫ったものだ。入口の右手に婉の墓、反対側に生母・池きさの墓がある。

婉の墓には「野中良繼之女婉之墓」とあり、きさの墓には「孤哀女婉泣植焉」と刻まれている。野中兼山の娘であることに誇りを持ち、たった一人、泣きながら一族の墓碑を整えた婉の心を思う時、胸に迫るものがある。

墓所には「婉の会」による懇切な説明板が設置されていて、初めて訪れる人にも優しい。


●婉の母・池きさの墓

市長コラム

内和外順

人口の貯金

高知市長　岡﨑 誠也

先日、久しぶりに社会保障の専門家である山崎史郎さんの講演を聞く機会がありました。現内閣官房参与である山崎氏は、厚生労働省や内閣府で活躍された後に、ヨーロッパのバルト三国のひとつである「リトアニア日本大使」を歴任されています。帰国後すぐに政府の「全世代型社会保障構築本部」に呼び戻され、現在は本部の総括事務局長の重責にあります。日本の人口減少化における、社会保障の危機に対応する重要なキーマンです。

山崎氏は「50年前から合計特殊出生率が下がり続けている一方で、日本の人口が増えてきたのは、戦後の第一次・第二次ベビーブームの貯金があったからだ。また、女性人口も多かったので、出生率が下がったにもかかわらず、赤ちゃんの出生数は大きく落ち込まなかった」と指摘され、これからは新たな人口減少危機に直面すると訴えます。

これまでの日本の発展を支えた要因は、第一次・第二次ベビーブームという大きな「人口の貯金」に救われたものです。

2025年以降の日本の深刻な問題は、15歳から64歳までのいわゆる労働人口が大きく減少することです。現在、この世代の人口は約7500万人ですが、少子化の影響を強く受けて、来年以降、毎年60万人前後減少し続けます。さらに、2025年以降は、毎年90万人以上も減り続けることになります。

当面は、各企業などの定年延長で乗り切ることが想定されますが、全体をカバーすることは難しい局面に突入します。

私たちは、「人口の貯金」を使い果たし、急激な人口減少社会に直面している事実を直視し、お互いに協力しながら、「共に生きる」地域共生社会の構築をていねいに進めていく必要があることを、再認識しています。





広告

高知市でお墓をお考えの方対象　無料　第53回 お墓の市民講座開催　定員10組様をご招待！

7月17日（日）　場所　高知県立 県民文化ホール 第11多目的室 9:30～12:00

9:30～10:30 市民講座
10:30～12:00 個別相談
※個別相談は先着順になります

お墓建てる？永代供養にする？

●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。



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

LINE　友だち追加はこちらから！

●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

あかるいまちは資源保護のため再生紙を使用しています。　また、見やすく読み間違えにくいユニバーサルフォントを使用しています。　UD FONT