

セアカゴケグモにご注意ください

気温が高くなる
これからの時期
は、セアカゴケ
グモの活動が活
発になります。



セアカゴケグモを発見した場合は、クモが逃げないうちに駆除してください。また、かまれた場合は、速やかに医療機関で受診してください。
駆除方法▶靴などで踏みつぶす。市販の家庭用殺虫剤を吹き付ける。卵のうは完全に踏みつぶすか、焼却する。駆除後は、新エネルギー・環境政策課までご連絡ください。
☎新エネルギー・環境政策課 ☎823-9209

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、6月30日(金)までに令和4年度の報告書を提出してください。詳しくはホームページをご覧ください。
☎廃棄物対策課 ☎823-9427

四国電力からダム放流についてのお願い

ことしも集中豪雨や台風が発生する季節になりました。四国電力では、休場ダム(国分川)から放流する場合、サイレンでお知らせしています。サイレンを聞いたときは、直ちに安全な場所へ移動してください。
☎四国電力(株)高知支店 ☎821-2636

「ゆず香る中山間地域の創造」パートナーズ協定の締結

「みんなでつなごうゆずのバトン」をスローガンに、ユズの生産振興およびブランド化を進め、中山間地域の振興を図るために、3月27日に「ゆず香る中山間地域の創造」パートナーズ協定を旭食品(株)および高知市土佐山柚子生産組合と締結しました。



☎土佐山地域振興課 ☎895-2312

●地域公民館講座市民学校のご案内

対象 いずれも市内在住または通勤・通学の16歳以上の方

☎詳細開催場所へお問い合わせ・お申し込みください(日・月曜日、祝日は休み)。詳細は文化振興課HPをご覧ください。

教室名	開催日程	開催場所/申込先	申し込み方法など	受講料(教材費)
スリー A方式・物忘れ予防教室	6/7(水)10時~12時	浦戸ふれあいセンター ☎842-2405	6/1(木)9時から、電話のみ	無料(無料)
和紙を使ったLEDライト作り教室	6/17(土)10時~12時			無料(600円)
足もみ健康法教室	7/8(土)10時~12時	大津ふれあいセンター ☎866-2311	6/6(火)9時から、直接または電話 6/9(金)9時から、直接または電話 6/10(土)9時から、直接または電話	無料(無料)
リズムに合わせて椅子ピクス自分のペースで健康増進	6/16(金)10時~11時			無料(300円)
みんなでロコモ対策シリーズPart6脳と体をつなぐロコトレーニング	6/23(金)10時~11時半			無料(600円)
土佐茶のおいしい入れ方教室	6/24(土)10時~11時半	朝倉ふれあいセンター ☎844-1424	6/13(火)10時~11時、直接(11時以降は電話も可)	無料(600円)
楽しいパン作り教室 I(玄米食パン)	7/4(火)13時半~15時半	下知コミュニティセンター ☎880-1770	6/17(土)13時半~14時半、直接(14時半以降は電話も可)	無料(1,000円)
大人のはんこ彫刻教室	7/8(土)13時半~15時半		6/21(木)13時半~14時半、直接(14時半以降は電話も可)	2,000円(500円)
パソコン教室 (Word初級)	7/12(水)・13(木)・19(水)・20(木) 9時半~11時半 全4回 最終日12時半まで			

※講師の都合等により開催日時を変更・中止する場合があります。 ※いずれの教室も申し込み後の取り消しによる払い戻しはありません。

●スポーツ教室

☎詳細 〒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

教室名	対象	開催日程	申し込み方法など
①ヨーガセラピー ~自分と向き合う気づきのヨーガ~	18歳以上	6/23(金) 10時~11時半	6月4日(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または電話で。⑤は7月18日(火)21時必着で窓口へ直接またはFAXで。①~③は定員になり次第受け付け終了。①②はヨガマットの貸し出し有(別途200円)
②キレイになる美腸活ヨガ		6/23(金) 13時半~15時	
③カポエイラ体験DAY	小学生以上	6/24(土) 9時半~11時	
④第22回スポーツ鬼ごっこ体験DAY	小学生以上	7/17(月・祝) 10時~11時半	
⑤高知市熟年者スポーツ交流会 (ターゲットパードゴルフの部)	50歳以上	7/23(日) 受付9時から、開会式9時半から	

※その他、「ヨーガセラピー教室」も7月12日(水)から開催。申込締め切り日などの詳細はホームページをご確認ください。

人権擁護委員制度を知っていますか

県内には約180人の人権擁護委員があり、住民の皆さんに人権に関する啓発活動を行ったり、人権問題の相談に応じたりしています。相談内容についての秘密は厳守しますので、お気軽に法務局または人権擁護委員にご相談ください。
▶6月1日は「人権擁護委員の日」…県内各地域で「全国一斉特設人権相談所」を開設します。
☎高知地方法務局人権擁護課 ☎822-3503

清流の歌姫・カジカガエルを探せ!



カジカガエルの鳴き声が聞こえた場所を地図に加えるための仁淀川流域生き物調査を実施します。鳴き声は二次元コードから確認できます。
☎日時 10月31日(火)まで
☎申込 氏名(ニックネーム可)、鳴き声を聞いた日時・場所、氏名の掲載可否を記入し、FAXまたは電子メールで。
☎詳細 仁淀川清流保全推進協議会事務局 ☎821-4863、FAX821-4530
✉seiryu@ken.pref.kochi.lg.jp

選挙人名簿への登録・在外選挙人名簿登録

6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17年6月2日以前に生まれた方で、市の住民基本台帳に登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5年1月以前に転出した方を除く)
☎ほか この登録と3月2日~6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6月2日(金)~6日(火)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。
☎詳細 選挙管理委員会 ☎823-9483

介護保険の保険料が決まりました



65歳以上の方(第1号被保険者)の令和5年度の保険料基準額は年額7万1,230円です(令和4年度と同額)。決定通知書は、6月中旬に発送します。
☎詳細 介護保険課資格賦課係 ☎823-9971

子宮頸がん予防接種



「定期接種」および「キャッチアップ接種」の対象となるワクチンに、4月1日から9価ワクチンが追加されました。なお、令和5年度から新たに接種の対象となる方には、3月下旬に予診票をお送りしています。詳しくは、ホームページをご覧ください。
☎詳細 母子保健課 ☎855-7795

ひとり親家庭等の皆さんへ 就職・法律相談などを行っています

就業生活相談

月~金曜日9時~17時・土曜日9時~12時および13時~17時
▶毎月第2水曜日、日曜日、祝日、年末年始は休み。
☎対象 ひとり親家庭の父または母もしくは寡婦の方(離婚前可)
☎申込 電話相談の場合は不要。来所相談の場合は、前日までに電話または公式LINEで。

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

▶時間はいずれも13時半~15時半
☎対象 ひとり親家庭の父または母もしくは寡婦の方(離婚前可) ☎申込 前日までに、電話または公式LINEで。

☎場所 いずれも、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)
☎詳細 ひとり親家庭支援センター ☎875-2500へ

児童手当に関するお知らせ

☎詳細 子育て給付課 児童手当担当 ☎823-9447

☑令和4年度から児童手当の現況届の提出は不要となりました

ただし、次の方は引き続き現況届の提出が必要です。
①配偶者からの暴力等により、住民票の住所地が高知市と異なる②支給要件児童の戸籍がない③離婚協議中で配偶者と別居されている④法人である未成年後見人、施設等の受給者⑤高知市から提出の案内があった

☑公務員の方へ

公務員の場合は、勤務先から児童手当が支給されます。次の場合は、その翌日から15日以内に現住所の市区町村と勤務先に届け出・申請をしてください。①公務員になった場合②退職等により、公務員でなくなった場合③公務員ではあるが、勤務先の官署に変更がある場合

☑次の方は変更届が必要です

①児童を養育しなくなったことなどにより、支給対象となる児童がいなくなったとき②受給者や配偶者、児童の住所・氏名が変わったとき(窓口センターに届け出した場合は不要)③一緒に児童を養育する配偶者を有するに至ったとき、または児童を養育していた配偶者がいなくなったとき④3歳未満の児童がいる受給者は、受給者の加入する年金が変わったとき⑤配偶者が公務員になったとき⑥国内で児童を養育している者として、海外に住んでいる父母から「父母指定者」の指定を受けるとき