

平和祈念式へ参加しませんか



高知空襲犠牲者の方々の追悼と平和を祈念するため、平和祈念の碑に献花・献水を行います。お花は主催者で用意します。申し込みは不要。

日時 7月4日(火)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」北西入り口)

ほか 式典会場に駐車場はありません。



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よう。

対象 どなたでも
日時 7月15日(土)・8月19日(土)
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(棧橋通4-14-3)

定員 各日・各部先着10人

料金 500円

申込 7月4日(火)から電話で。月曜日は休館(祝日の場合は翌日休館)



申 詳 自由民権記念館 ☎831-3336

タンブラーづくりで陶芸体験



青年センターで活動している「陶芸サークルおちゃわん」と一緒に、自分だけのオリジナルタンブラーを作ります。同世代のメンバーなので、初心者でも楽しく陶芸体験できます。

対象 市内在住または在勤の20～30歳の独身男女

日時 7月22日(土)14時～17時

場所 青年センター 実験実習室(棧橋通2-1-50)

定員 12人(男女6人ずつ)

料金 500円

申込 7月1日(土)～16日(日)に、「高知で恋しよ!! 応援サイト」で。

詳 高知市青年センター「愛活」推進事業事務局 ☎080-7275-3180

高知けいば 7月の重賞

●7月16日(日)…第20回トレノ賞
料金 入場料100円

高知競輪 サテライト南国・安田

6/29	6/30	1	向日町FI
6/29	6/30	1	2 前橋記念GIII
3	4	5	弥彦FI
5	6	7	向日町FI
6	7	8	9 小松島記念GIII
9	10	11	立川FI
10	11	12	広島FI in 玉野
12	13	14	富山FI
12	13	14	小田原FI
15	16	17	サマーナイト函館GII
15	16	17	高松FI
17	18	19	大宮FI
18	19	20	和歌山FI
20	21	22	防府FI in 玉野
22	23	24	25 福井記念GIII
24	25	26	青森FI
27	28	29	30 名古屋記念GIII
27	28	29	佐世保FI
31	7/1	7/2	小田原FI

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
□: 高知競輪・安田のみ

7月の開催日程

いきいき健康チャレンジ 2023応援講座～栄養編～



皆さんの健康を維持するため、栄養に関する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9日(日)10時半～12時半

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 先着100人

講師 (公社)高知県栄養士会

申込 7月3日(月)～7日(金)に、市コールセンター(9時～17時、☎821-7880)に電話で。

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。

詳 健康増進課 ☎803-8005

マンガの画材 アイシースクリーン展



マンガの画材の一つである「スクリーントーン」は、多彩なドットや線、模様などを印刷した半透明のシール状のシートで、手描きでは難しい表現を可能にしてきました。この画材が、マンガ表現に果たしてきた大切な役割を、マンガ原画と共に紹介します。

日時 7月15日(土)～8月27日(日) 9時～18時

場所 横山隆一記念マンガ館 企画展示室

料金 410円(常設展示の一般観覧料)、高校生以下無料

ほか 月曜日は休館(ただし7月17日(月・祝)は開館)

詳 横山隆一記念マンガ館 ☎883-5029

星空で夕涼み「リラックスプラネタリウム」



7・8月の夕方は、満天の星の下でゆっくり過ごしませんか。星空の解説のないリラックスプラネタリウムです。

対象 どなたでも参加できますが、未就学児は保護者と同伴

日時 7月14日(金)～8月26日(土)の金・土曜日の17時45分から(約15分間)

場所 高知みらい科学館プラネタリウム(オーテピア5階)

定員 82席(自由席)

ほか 当日、科学館受付で無料チケットを配布します。詳しくは高知みらい科学館HPをご確認ください。

月曜日は休館(ただし、祝日・振替休日の場合は開館)

詳 高知みらい科学館 ☎823-7767

プラネタリウム特別番組「高知から宇宙へ2023」



高知みらい科学館プラネタリウムのオープン5周年を記念して「高知から宇宙へ」特別版をお届けします。高知から宇宙へと飛び立つ映像体験もお楽しみに! さあ、高知から宇宙へ出発!

対象 どなたでも参加できますが、未就学児は保護者と同伴

日時 7月11日(火)～10月1日(日)

場所 高知みらい科学館プラネタリウム(オーテピア5階)

定員 82席(自由席)

料金 大人500円、高校生300円、小・中学生100円、未就学児無料

ほか 放映時間等、詳しくは高知みらい科学館HPをご確認ください。

月曜日は休館(ただし、祝日・振替休日の場合は開館)

詳 高知みらい科学館 ☎823-7767

幸せ力を育む～ありのままの受け入れ～(2回連続講座)



他人と比較せず「ありのままの私」を受け入れると、ストレスや不安を軽減させたり、周りの人との関係にプラスの影響を与えたりすることがあります。講座を通して私が私を大切にすることを学びます。

対象 女性

日時 ①8月27日(日)

「私を肯定する、大切にする」

②9月10日(日)

「私のためのお財布づくり」

いずれも13時半～16時

場所 ソーレ(旭町3-115)

定員 先着20人

費用 2,500円(材料費込み)

講師 ①加藤 伊都子さん(フェミニストカウンセリング堺)

②島田 希保さん(善楽寺住職)

申込 7月6日(木)9時から、電話またはソーレHPで。

託児 6カ月～小学3年生。8月25日(金)までに要予約。小学生は1家族500円。



申 詳 こうち男女共同参画センター「ソーレ」 ☎873-9100

地域医療連携のかたちを考える講演会

テーマは「住民理解が地域医療を守る」。患者さんに切れ目なく医療を提供するための医療機関の役割(機能)分担について、当院医師が分かりやすくお話しします。申し込みは不要。

対象 どなたでも

日時 7月8日(土)13時半～16時

場所 オーテピア4階ホール

詳 高知医療センター地域医療連携室 ☎837-3000(代)

Public Information

市の施策に関するお知らせ

指定管理者を募集します

よさこい情報交流館

令和6年4月1日(月)からの指定管理者を募集します。応募には公募説明会への参加が必要条件となります。詳しくはお問い合わせください。

お問い合わせ・提出先

〒780-8571 本町5-1-45

第二庁舎2階 観光企画課

☎823-9457、FAX823-9415

✉ kc-150300@city.kochi.lg.jp

募集要項

7月18日(火)～26日(水)に観光企画課で配布。ホームページからもダウンロードできます。

説明会

日時 7月28日(金)10時半～12時

場所 よさこい情報交流館 会議室(はりまや町1-10-1)

広告

無料相談会 7/7(金)・7/13(木) 場所:よつば司法書士法人事務所 定員各10名(要予約)

令和6年4月1日から相続登記の申請が義務化されます!

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

よつば司法書士法人 088-826-2080

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 笑顔に 豊かな生活で

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】

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

(福)せと軽費老人ホームケアハウス土佐 〒781-0270 高知市長浜6389-21

●全室南向き・日当たり良好の静かな環境 ●冷蔵庫・洗濯機・エアコン完備
●展望大浴場あり ●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 ●市街地方面にバス運行(無料)
●関連施設のパークゴルフ場(27ホール)が隣接

至横浜トンネル 横浜ニュータウン 至宇津野トンネル

高知銀行 ●エー・マックス ●バス停(田代橋口) ●オクナイ

至春野 ●ダイワ ●向原銀行 ●高知信用金庫

杉の子せと幼稚園 ●高知市立土佐 ●野田眼科

パークゴルフ場 ●長浜病院 ●室積浜