

### 青年対象中期教室



①フライパンで焼くパン作り  
②和菓子で作るバイカオウレン

**対象** 市内在住または在学・在勤の15～30歳の方

**日時** 11月18日(出)  
①10時～12時 ②14時～16時

**場所** 青年センター(棧橋通2-1-50)

**定員** ①②とも先着8人

**料金** ①500円  
②1,100円(材料費含む)

**講師** ①青少年・事務管理課担当者  
②西村 大輔さん(御菓子司新月)

**申込** 10月2日(月)～20日(金)に、電話または申込フォームで。

**申詳** 青少年・事務管理課 ☎823-9468



### がん相談会 in オーテピア



がんの治療のことや治療に関する経済的なこと、介護や就労に関することなど、どなたでも無料で相談できます。申し込み不要。

**日時** 10月7日(出)・17日(火)・27日(金) いずれも9時半～16時

**場所** オーテピア高知図書館3階グループ室4

**申込** 当日、先着順に3階グループ室4で受け付け。時間に余裕のない方は事前にご連絡ください。

**申詳** オーテピア高知図書館(健康・安心・防災情報サービス担当) ☎823-4946

### スポーツ教室 ※その他に掲載されていない教室もあります。詳細はHPをご確認ください。

教室名	対象(運動可能な方)	開催日程	開催場所	申し込み方法
①美骨格ストレッチ教室(2期)	18歳以上	11/6(月)～12/25(月) 毎週月曜日 13時半～14時半 全8回	市総合体育館	往復はがきに希望する教室名・住所・氏名・年齢・性別・電話番号を明記し郵送、または窓口へ直接。①②の締め切りは10月18日(火)21時必着。③④の締め切りは11月13日(月)21時必着。申し込み多数の場合は抽選。
②めざせ!フルマラソン完走教室	18歳以上でフルマラソン完走をめざす方	11/11(土)～1/20(土) 毎週土曜日 9時半～11時15分 全8回 ※12/9(土)・16(土)・30(土)休み	東部総合運動場	
③コアピラティス教室	18歳以上	11/25、12/9・23、1/13・27 第2・4土曜日 19時15分～20時45分 全5回	市総合体育館	
④～ボディメイクエクササイズ～HIIT THE BEAT体験教室	18歳以上	11/30(木)～12/21(木) 毎週木曜日 19時半～20時半 全4回	くろしおアリーナ	
⑤1回体験～HIIT THE BEAT～	18歳以上	11/9(木) 19時半～20時半	くろしおアリーナ	10月6日(金)14時から市総合体育館か、くろしおアリーナに直接または電話で。定員になり次第終了。
⑥ノルディックウォーキング体験会		11/18(出)10時～11時半 ※雨天中止 ※ポール貸し出し有(別途200円)	東部総合運動場	
⑦スクエアステップ & 健康フィットネス教室(2期)	50歳以上	11/10(金)～2/16(金) 毎週金曜日 10時～11時15分 全14回 ※12/29休み	市総合体育館	毎回、教室開始前に1階券売機でチケットを購入し、2階で受け付け。

### 患者等搬送乗務員適任者講習・定期講習



**対象** 適任者講習▶満18歳以上で患者等搬送業務に従事する方、またはその予定者。定期講習▶患者等搬送乗務員適任証の有効期限が令和5年11月26日以降の方。

**日時** 適任者講習▶11月19日(日)・26日(日)、12月3日(日)9時～17時(3日間全ての受講が必要)。定期講習▶11月26日(日)9時～12時。

**場所** 北消防署2階 講習室(秦南町1-4-63-22)

**定員** いずれも若干名

**申込** 10月10日(火)～11月2日(木)に、直接。土・日曜日、祝日を除く。

**ほか** テキストは各自持参。

**申詳** 〒780-0850 丸ノ内1-7-45 総合あんしんセンター5階 消防局救急課 ☎871-7511

### 屋外広告物講習会



**対象** 屋外広告業に従事中、またはこれから従事しようとする方

**日時** 12月1日(金)9時～17時

**場所** たかじょう庁舎6階 大会議室(鷹匠町2-1-43)

**定員** 先着100人

**料金** 3,400円分の高知市収入証紙

**申込** 10月5日(木)～11月2日(木)必着で、申込書を市の都市計画課へ郵送または直接。申込書は市・県の都市計画課、県内各土木事務所で配布。市の都市計画課HPからもダウンロードできます。

**申詳** 〒780-8571 本町5-1-45 本庁舎5階 都市計画課 ☎823-9465

### 農業用資材の購入費を支援します



令和4年の農産物の販売金額の1パーセント(上限10万円)を給付します。

**対象** ①市に住居登録がある②令和4年の農産物の販売金額が50万円以上——の全てを満たす方

**申込** 12月28日(木)必着で、申請書をJA高知市営農指導課またはJA高知県春野営農経済センター営農指導課に直接。

**ほか** 申請書は申請先で配布。配布時期や申請方法など、詳しくはお問い合わせください。農林水産課HPでもご覧いただけます。

**申詳** 〒781-8105 高須東町4-8 JA高知市営農指導課 ☎883-6579、〒781-0304 春野町西分512-2 JA高知県春野営農経済センター営農指導課 ☎894-5660

### 事業用クリーンエネルギー自動車等買い替え支援



ガソリン価格や物価の高騰等で事業環境が悪化した中小企業者に対して、先行設備投資を推進するため、クリーンエネルギー自動車等への買い替え支援をしています。

**対象** ①市内に本社または主たる事業所を有する事業者 ②みなし大企業でない法人格を有する中小企業者

**申込** 12月28日(木)まで。予算の上限に達し次第、受け付け終了。

**ほか** 対象車両や支援費額など、詳しくは特設HPをご覧ください。

**申詳** 高知市事業用クリーンエネルギー自動車等導入支援事業事務局 ☎802-8819

### 暑さ対策用冷タオルを提供いただきました

花王グループカスタマーマーケティング(株)から、包括連携協定に基づき、「Biore冷タオル」を3万本ご提供いただきました。冷タオルは、よさこい祭りや花火大会での暑さ対策に活用させていただきました。

**申詳** 観光魅力創造課 ☎803-4319

### 高知市長選挙立候補予定者等への説明会

11月26日(日)に予定されている高知市長選挙の立候補届け出手続きなどの説明会を行います。申し込み不要。駐車場はありません。

**対象** 立候補予定者およびその関係者

**日時** 10月7日(出)13時半から

**場所** たかじょう庁舎6階 大会議室(鷹匠町2-1-43)

**定員** 1候補につき2人まで

**申詳** 選挙管理委員会 ☎823-9483

### 10月は骨髄バンク推進月間です

登録は、献血ルーム「ハートピアやまもも」(本町1-1-3 朝日生命高知本町ビル2階 ☎822-5454)や、市内を巡回する献血バスで行っています。

**申詳** 地域保健課 ☎822-0577

### 高知市戦没者追悼式

先の大戦で亡くなられた方を追悼し、平和を祈念します。

**日時** 11月8日(水)10時～11時

**場所** 高知会館3階 飛鳥(本町5-6-42)

**申込** 10月20日(金)までに、電話で。

**申詳** 健康福祉総務課 ☎823-9440

### 自主防災組織が防災備品を整備しました

(一財)自治総合センターの社会貢献事業として宝くじの助成金を活用し、一宮奥レイ田地区自主防災会で防災倉庫、かまど、ポータブルシンクの整備を行いました。

**申詳** 地域防災推進課 ☎823-9040



### 意志あるお金、募金のチカラ

赤い羽根共同募金が10月1日(日)から始まります。募金は「じぶんの町を良くするしくみ」として、さまざまな地域福祉活動に役立てられます。

**申詳** 市社会福祉協議会 高知市共同募金委員会事務局 ☎823-9570



### 緑の募金にご協力ください

9月1日～10月31日は、秋期の「緑の募金強化期間」です。寄せられた募金は、県内の森や緑を守り、増やすための活動や子どもたちの森林環境学習、体験イベント等に役立てられます。

**申詳** 高知県森と緑の会高知市支部(新エネルギー・環境政策課内) ☎823-9209



### 国民年金手続きは電子申請が簡単です

マイナンバーカードを取得されている方は、国民年金に係る一部の手続きを市役所や年金事務所の窓口に向かなくても、マイナポータル(行政手続きのオンライン窓口)を利用して行うことができます。

**対象となる手続き**▶①国民年金第1号被保険者加入の届け出②国民年金保険料免除・納付猶予の申請③国民年金保険料学生納付特例の申請

**申詳** 高知東年金事務所 ☎831-4430、高知西年金事務所 ☎875-1717、ねんきん加入者ダイヤル ☎0570-003-004

### 国保料・後期高齢者医療保険料は口座振替が便利です

口座振替は毎月のお支払いの手間が省け、納め忘れもなくなります。通帳・銀行印・納付書をご持参の上、各金融機関でお手続きください。また、四国銀行・高知銀行・高知信用金庫・ゆうちょ銀行からの口座振替は、保険医療課でも手続きできます。口座名義人ご本人が、キャッシュカードと身分証をご持参ください。

**申詳** 保険医療課(国保) ☎823-9438、保険医療課(後期高齢者医療保険) ☎823-9380

### 「旧関川家住宅民家資料館」の休館



一宮地区にある国重要文化財「旧関川家住宅」(旧関川家住宅民家資料館)は、耐震補強を含めた保存修理工事のため、休館しています。

**休館予定**▶令和10年3月末まで(工事の進捗により変更の可能性あり)。

**申詳** 民権・文化財課 ☎832-7277

### 介良小学校に民具館がリニューアルオープン



介良地区に伝わる民具を展示した「介良民具館」がリニューアルオープンしました。併せて、民具の紹介動画を民権・文化財課HPで公開しています。

**場所**▶介良小学校 南校舎1階(介良乙2735-1)

**開館日**▶祝日と年末年始を除く月～土曜日の9時～16時(要予約)

**申詳** 民権・文化財課 ☎832-7277

### 暴力追放高知・県市民総決起大会



暴力団等の反社会的勢力排除活動の一環として大会を開催。特別講演「不当要求対応の体制とコツ」や、暴力追放パレードなどを行います。申し込み不要。

**日時** 10月31日(火)13時半～16時半

**場所** 県民文化ホール グリーンホール(本町4-3-30)

**申詳** 暴力追放高知県民センター ☎871-0003、くらし・交通安全課 ☎823-9487



### 10月1日は浄化槽の日です

浄化槽は、適正な使用と維持管理が行われないと、本来の機能が発揮できません。維持管理のためには、①年1回の法定検査②定期的な保守点検③年1回以上の清掃を行うこと——が浄化槽法で定められています。

**法定検査**▶(一財)高知県環境検査センター(☎860-2400)へ依頼してください。

**保守点検・清掃**▶市の登録や許可を受けた業者に委託してください。

**申詳** 環境保全課 ☎823-9471