

### 郷土芸芸大会



地域の郷土芸能等を見に来ませんか。市内の公民館の間の交流と郷土芸能を守るため、高知市公民館連絡協議会主催で、4年ぶりに開催します。舞踊やよさこい、ダンス等、演目が盛りだくさん！子どもから高齢の方まで、幅広い年代の方々が練習の成果を披露します。

**日時** 12月10日(日)10時～15時  
**場所** かるぽーと 大ホール(九反田2-1)  
**料金** 前売券700円、当日券1,000円、中学生以下無料。  
**ほか** 前売券は高知市公民館連絡協議会加盟の公民館、文化振興課(かるぽーと8階)で販売中。



**詳**文化振興課 ☎821-9215

### 地域医療連携研修会「健康寿命を延ばす」



生き生きと充実した生活を送るため、健康寿命を延ばすには何が必要か、一緒に考えます。申し込み不要。  
**日時** 12月9日(土)14時～16時  
**場所** オーテピア4階 集会室  
**定員** 先着60人  
**詳** 高知医療センター地域医療連携室 ☎837-3000(代)

### 初心者向けアクセサリ講座



本格的な天然石を使ったアクセサリを、贈り物や自分自身へのプレゼントに作ってみませんか。  
**日時** 12月16日(土)14時～16時  
**場所** 勤労者交流館(丸池町1-1-14)  
**定員** 先着11人(最少催行人数10人)  
**料金** 4,000円  
**申込** 12月5日(火)～12日(火)19時に、直接・電話・勤労者交流館HPからのいずれかで。  
**申詳** 〒781-0802 丸池町1-1-14 勤労者交流館 ☎883-2244

### デジタル資料製作ボランティア養成講座



視覚に障害のある方など、活字図書の利用が困難な方のために、文字情報をテキストデータに変換するボランティアを養成します。  
**対象** ①日常的にパソコンを使用している②パソコン(ウインドウズ)をお持ちで当日持参できる③電子メールでデータの送受信ができる④講座終了後、継続してボランティア活動ができる——を全て満たす方  
**日時** 1月20日(土)10時～16時  
**場所** オーテピア1階 会議室  
**定員** 先着10人  
**申込** 12月5日(火)～14日(木)に、申込書を電子メールで。  
**ほか** 申込書は声と点字の図書館HPからダウンロードできます。12月11日(月)は休館。  
**申詳** 声と点字の図書館 ☎823-9488  
**✉** kc-120200@city.kochi.lg.jp

### 地域公民館講座 市民学校のご案内



**対象** 市内在住または通勤・通学の16歳以上の方

**申詳** 各開催場所へ(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)
千支のちりめん細工教室	12/19(火) 10時～12時	大津ふれあいセンター ☎866-2311	12/5(火)9時から、直接または電話	無料(1,100円)
お正月飾り教室	12/22(金) 13時半～15時	朝倉ふれあいセンター ☎844-1424	12/8(金)10時～11時、直接(11時以降は電話申し込み可)	無料(1,000円)
	12/27(水) 13時半～15時	下知コミュニティセンター ☎880-1770	12/6(水)13時半～14時半、直接(14時半以降は電話申し込み可)	
	12/27(水) 14時～15時半	浦戸ふれあいセンター ☎842-2405	12/1(金)9時から、電話のみ	無料(2,000円)
パソコン教室 [スマートフォン・デジカメ画像入門]	1/16(火)～19(金) 全4回 13時半～15時半	鴨田ふれあいセンター ☎844-3238	1/6(土)10時～11時、直接(11時以降は電話申し込み可)	2,000円(無料)

※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。 ※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



**申詳** 〒780-8031 大原町158 市総合体育館 ☎833-4061、〒781-8125 五台山1736-1 くらしおアリーナ ☎878-1150

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
ゆったりベリーダンス教室	18歳以上	1/18(木)～3/21(木) 毎週木曜日 14時半～15時半 全8回 ※2/1、3/7休み	市総合体育館	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12月20日(水)21時必着。希望者多数の場合は抽選。
初心者からのやさしいヨガ教室		1/19(金)～3/22(金) 毎週金曜日 13時半～15時 全8回 ※2/9・23休み		
大人のバドミントン教室		1/25(木)～3/14(木) 毎週木曜日 14時～16時 全8回		
フットセラピー&からだ調整エクササイズ教室	40歳以上の女性	1/15(月)～3/11(月) 毎週月曜日 13時半～15時 全8回 ※2/12休み	くらしおアリーナ	
50歳からのラージボール卓球教室	1/15(月)～3/11(月) 毎週月曜日 9時半～11時半 全8回 ※2/12休み			
はじめてのスポンジテニス教室	50歳以上	1/24(水)～3/13(水) 毎週水曜日 13時～14時半 全8回		
50歳からのアンチエイジングヨガ教室(2期)		1/23(火)～3/12(火) 毎週火曜日 10時～11時15分 全8回	市総合体育館	

### インドネシア語講座 初級コース



初めて勉強する方も大歓迎です。  
**対象** 市内在住または通勤・通学しているインドネシア語に興味のある方  
**日時** 1月23日(火)、2月6日(火)・13日(火)・19日(月)、3月5日(火)・12日(火)、いずれも18時半～20時、全6回。  
**場所** たかじょう庁舎6階 大会議室(鷹匠町2-1-43)  
**定員** 30人  
**講師** アディ・ケルタ・ラハユさん(国際交流員)  
**申込** 12月1日(金)～18日(月)必着で、郵便番号・住所・氏名・ふりがな・電話番号・電子メールアドレス(ある方のみ)・件名「インドネシア語講座初級コース」を明記の上、はがき・FAX・電子メールのいずれかで。  
**ほか** 希望者多数の場合は抽選。  
**申詳** 〒780-8571 本町5-1-45 本庁舎4階 総務課国際平和担当 ☎823-9955、FAX824-6930  
**✉** kc-050200@city.kochi.lg.jp



### 障害のある方のチャレンジ料理教室



お手軽レシピで簡単なおいしい料理を作れませんか。初心者大歓迎！  
**対象** 市内在住で障害のある方  
**日時** ①1月30日(火)10時～14時 ②2月27日(火)10時～14時  
**場所** 障害者福祉センター(旭町2-21-6)  
**定員** 各回先着6人  
**料金** 1回1,000円  
**申込** ①は12月18日(月)～1月18日(休)、②は12月18日(月)～2月15日(休)に、直接。土・日曜日、祝日、12月29日(金)～1月3日(火)は休み。  
**申詳** 〒780-0935 旭町2-21-6 障害者福祉センター ☎873-7717、FAX873-6420  
**✉** asahi@kochi-csw.or.jp

### 年末年始はおいしく残さず食べ切ろう！



年末年始で外食やテイクアウトが増えるこの時期、食べ残し等の食品ロス削減に、ぜひご協力ください。  
**外食**▶①適量を注文し、おいしく残さず食べ切りましょう。②食べ切れない料理は、お店に確認して持ち帰りましょう。  
**テイクアウト**▶おいしく食べ切れる量を購入しましょう。  
**詳** 新エネルギー・環境政策課 ☎823-9209



### 悪質な客引き行為は犯罪です！

道路など公共の場所での悪質な客引き行為は、風俗営業法や高知県迷惑防止条例に違反する犯罪に当たります。また、案内されたお店で高額な飲食費の請求を受ける(ぼったくり)などの被害に遭う可能性もあります。これから、忘年会など街での飲食の機会が増えてきます。客引きはきっぱりと断り、「ついて行かない・利用しない」よう、気をつけましょう。  
**詳** 高知警察署 ☎822-0110、くらし・交通安全課 ☎823-9487

### 三世同居等子育て世帯Uターン支援



県外在住の子育て世帯がUターンし、親世帯と同居等となる場合に、転入費用(荷物の運搬に要する費用)・定住費用(住宅の賃貸借契約に係る仲介手数料等)を支援します。  
**補助金額上限**▶15万円  
**対象** 三世同居等となる子育て世帯  
**申込** 申請書に必要書類を添付して郵送または直接。転入日と同一年度に申請が必要です。  
**ほか** 予算の範囲内で先着順となりますので、申請前にご相談ください。申請書の配布場所など詳しくは、地域活性推進課HPをご覧ください。お問い合わせください。  
**申詳** 〒780-8571 本町5-1-45 本庁舎4階 地域活性推進課移住・定住促進室 ☎823-8813

### 年末年始の交通安全運動

**期間**▶①12月6日(水)～15日(金) ②1月9日(火)～18日(休)  
 飲酒の機会が増える時期です。「少量だから」「近くだから」「酔いがさめたから」という安易な気持ちで車両(自転車、電動キックボード等を含む)を運転すると、取り返しのつかない重大事故につながります。一人一人が交通ルールを守り、譲り合いの気持ちを大切に交通安全を心掛けましょう。  
**詳** くらし・交通安全課 ☎823-9487

### 「環境維新・寄附金」への寄付に対する市長表彰

高知市ふるさと納税「環境維新・寄附金」として、9月に多額の寄付をいただいた市内在住の江淵萬喜さんに対し、10月25日に市長表彰を行いました。寄付金は、市の環境を守っていくための事業に活用します。



**詳** 財産政策課 ☎802-5688

### 選挙人名簿への登録・在外選挙人名簿登録

12月1日(金)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12月2日以前に生まれた方で、市の住民基本台帳に記録された日から引き続き3か月以上居住した方(既登録の方、令和5年7月以前に転出した方を除く)。  
**ほか** この登録と9月2日～12月1日(金)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12月2日(土)～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** 選挙管理委員会 ☎823-9483