

企画展 「田村利親と土佐の柑橘」



高知県出身で牧野富太郎と同時代に活躍した実業家である田村利親は、柑橘類研究の先駆者でもあります。今回の展示では、少年時代から親交のあった牧野との関わりを含め、高知が生んだもう一人の植物学者の人柄と業績を紹介いたします。

期日 5月26日(日)までの9時半～17時
場所 自由民権記念館2階 特別展示室(棧橋通4-14-3)

料金 18歳以上320円(常設展・企画展共通)、団体(20人以上)1人250円。高校生以下、65歳以上、療育手帳、身体障害者手帳・精神障害者保健福祉手帳所持者とその介護者1人は無料。

ほか 月曜日(祝日の場合は翌日)休館。



詳 自由民権記念館 ☎831-3336

年末年始企画 「描かれた『龍』の世界」



令和6年の干支に合わせて、「龍」をモチーフにした美術作品を公開します。筆やちぎり絵等で表現される美と迫力をお楽しみください。

期日 1月15日(月)までの8時～19時(最終入館18時半)

場所 龍馬の生まれたまち記念館2階 常設展会場(上町2-6-33)

詳 龍馬の生まれたまち記念館 ☎820-1115

地域支え合い フォーラム



認知症の見守りネットワークの構築に向け、先進的に取り組んでいる福岡県大牟田市の活動紹介や、認知症当事者を交えたディスカッションを予定。認知症の正しい理解を深め、認知症の人や家族を地域とともに支え合うまちづくりについて考えてみませんか。

期日 2月9日(金)13時～16時
場所 かるぽーと11階 大会議室(九反田2-1)

定員 先着100人
申込 1月26日(金)までに、電話・FAX・電子メールのいずれかで。

申込 1月26日(金)までに、電話・FAX・電子メールのいずれかで。

申込 1月26日(金)までに、電話・FAX・電子メールのいずれかで。

申込 1月26日(金)までに、電話・FAX・電子メールのいずれかで。

オリジナル工作を しよう!



「万華鏡」「くるみボタン&コースター」「エコバック」「写真立て」から好きなものを作りましょう。

期日 1月13日(土)①10時～12時 ②14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 各回先着10人
料金 500円

申込 1月6日(土)9時から、電話で。月曜日、祝日の翌日は休館。

申込 自由民権記念館 ☎831-3336

LoveAct アサ活

やることを決めない、のんびりとした集まりです。おしゃべりしたり、カードゲームをしたりと楽しみ方は自由。新しい出会いを見つけに来ませんか。申し込み不要。

対象 市内在住または在勤の20～30歳の独身男女

期日 1月14日(日)11時～12時半

場所 青年センター研修室401(棧橋通2-1-50)

詳 青年センター「愛活」推進事業事務局 ☎080-7275-3180

就職支援講座



職業興味検査を通じて自己分析をし、コミュニケーション力を向上させるスキルから、応募書類の書き方、面接時のマナーまで幅広く学ぶことができます。

対象 市内在住または市内で就職希望の方

期日 1月24日(水)～26日(金)・31日(水)、2月1日(木)・2日(金)、いずれも13時半～16時半、全6回。

場所 ポリテクセンター高知2階 研修室Ⅱ・研修室Ⅲ(棧橋通4-15-68)

定員 先着15人程度
申込 1月22日(月)までに、申込用紙を直接・郵送・FAX・協議会HPの申し込みフォームからのいずれかで。

申込 1月22日(月)までに、申込用紙を直接・郵送・FAX・協議会HPの申し込みフォームからのいずれかで。

申込 1月22日(月)までに、申込用紙を直接・郵送・FAX・協議会HPの申し込みフォームからのいずれかで。

就職への第一歩!! 職業訓練を受講しませんか

訓練期間中は民間訓練機関とハローワークが積極的に就職支援します。受講料は無料ですが、テキスト代等が別途必要です。

対象 就職を希望している方

①エクセル速習科(短期間・短時間)

期日 2月28日(水)～3月22日(金)、9時10分～16時、全12回(土・日曜日、祝日を除く)。

定員 15人

申込 1月9日(火)～29日(月)に最寄りのハローワークで直接。定員に達しない場合は2月5日(月)まで受け付け。

②保育スタッフ養成科(短時間)

期日 3月29日(金)～6月28日(金)の毎週月・水・木曜日、9時半～16時。

定員 8人

申込 2月9日(金)～29日(木)に、最寄りのハローワークで直接。定員に達しない場合は3月7日(木)まで受け付け。

詳 (独)高齢・障害・求職者雇用支援機構高知支部求職者支援課 ☎833-1324

高知市展 彫刻講習会



対象 16歳以上の方

期日 ▶全身像コース…3月5日(火)～31日(日)、全12回。
▶頭像コース…4月2日(火)～28日(日)、全15回。

場所 中央公民館(九反田2-1 かるぽーと8階)

定員 いずれも各10人

料金 いずれも1万円

申込 2月9日(金)必着で、郵便番号・住所・氏名・ふりがな・電話番号・生まれ年・希望のコースを明記の上、郵送で。応募多数の場合は抽選。

ほか 問い合わせは8時半～21時。月曜日休館、ただし祝日の場合は開館。時間や参加費など詳しい情報は、ホームページでご確認ください。



申込 ☎781-9529 九反田2-1 かるぽーと8階 市文化振興事業団 ☎883-5071

パソコンボランティア 養成講座



視覚に障害がある方に、パソコンやスマートフォンの操作方法を指導、支援するボランティアの養成講座を開催します。

対象 ウィンドウズとインターネットの基本操作ができる18歳以上の方
期日 1月27日(土)・28日(日)9時半～17時、全2回。

場所 オーテピア高知声と点字の図書館

定員 先着10人程度

申込 1月4日(水)～19日(金)に、電話または電子メールで。

申込 合同会社ビバーチェバンビーナ ☎892-2602

申込 vivace_banbina@yahoo.co.jp

高知市廃棄物減量等 推進員研修会



環境問題・ごみ問題等の専門家を講師に迎え、研修会を開催します。廃棄物減量等推進員以外の方も参加できます。申し込み不要。

期日 1月27日(土)13時～15時半(受け付けは12時半から)

場所 県民文化ホール・グリーンホール(本町4-3-30)

詳 新エネルギー・環境政策課 ☎823-9209

障害のある方のパソコン講習 (初心者向け)

パソコンはウィンドウズ10、オフィスは2019を使用します。

対象 市内在住で18歳以上の障害のある方

期日 2月19日(月)～3月18日(月)の毎週月・水曜日、13時半～16時半、全9回。

場所 障害者福祉センター(旭町2-21-6)

定員 先着6人

料金 教材費2,000円(申し込み時に前納)

申込 1月16日(火)～2月7日(水)に、直接。土・日曜日、祝日は休み。

申込 ☎780-0935 旭町2-21-6 障害者福祉センター ☎873-7717

障害のある方の「はじめての スマホ体験教室」

生活に便利なアプリも紹介します。

対象 市内在住で障害のある方

期日 2月10日(土)10時～12時

場所 障害者福祉センター(旭町2-21-6)

定員 先着4人

申込 1月9日(火)～26日(金)に、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。

申込 ☎780-0935 旭町2-21-6 障害者福祉センター

申込 ☎873-7717、FAX873-6420

申込 asahi@kochi-csw.or.jp

地域公民館講座 市民学校のご案内 **申込** 各開催場所へ(日・月曜日、祝日は休み)。 **対象** 市内在住または通勤・通学の16歳以上の方 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)
フェイシャルヨガ(顔ヨガ)	1/20(土) 10時～11時半	初月ふれあいセンター ☎872-5527	1/9(火)～18(木)9時～17時 直接または電話	無料(無料)
多肉植物寄せ植え教室	1/20(土) 10時～12時	浦戸ふれあいセンター ☎842-2405	1/4(木)9時から、電話のみ	無料(700円)
スリー A方式・物忘れ予防教室	1/31(水) 10時～12時			無料(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 **申込** ☎780-8031 大原町158 市総合体育館 ☎833-4061、☎781-8125 五台山1736-1 ぐろしおアリーナ ☎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
背骨調律エクササイズ Sintex® Tone&Reborn(2期)	18歳以上	2/1(木)～22(木) 毎週木曜日 10時～11時 全4回	ぐろしおアリーナ	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、または窓口へ直接。1月15日(月)21時必着。希望者多数の場合は抽選。
男性限定! ナイトヨガ教室(2期)	18歳以上の男性	2/1(木)～3/21(木) 毎週木曜日 19時15分～20時45分 全8回	市総合体育館	
ノルディックウォーキング体験会	18歳以上	2/17(土)10時～11時半 ※雨天中止 ※ポール貸し出し有(別途200円)	市総合運動場	1月9日(火)14時から市総合体育館またはぐろしおアリーナに電話または窓口へ直接。定員になり次第受け付け終了。