

「高知市」 長寿手帳カード型

を持ってぜひおでかけください

高知市では、市民の皆さんの積極的な外出を応援し、健康で充実した生活を長く送っていただくことを願い、65歳以上の方に「長寿手帳カード型」をお渡ししています。
「長寿手帳カード型」を持って、ぜひお得におでかけください。

～長寿手帳カード型について～

- ▶ 協賛店には、それぞれの店舗・施設で独自の特典を用意していただいております。
- ▶ 長寿手カード型を、サービス提供先の入場口や会計等の際にご提示ください。手帳は65歳になった日からお使いいただけます。
- ▶ ここに掲載した施設以外にも、サービスの年齢確認用として、長寿手帳カード型を利用できる場合があります。詳しくは各施設等にご確認ください。
- ▶ このチラシの最新のものは、下記の長寿手帳カード型の再発行窓口にも備えています。

制度に関するお問い合わせはこちらへ
(各サービスに関することは、サービス提供者に直接お問い合わせください。)

高知市高齢者支援課 823-9441

～再発行～

写真が古くなったり、汚損や紛失等の場合は、以下の窓口で再発行できます。

〈持ってくる物〉 **生年月日と住所の確認できるもの** 例：健康保険証、運転免許証、マイナンバーカードなど
※お手元に現在お使いの長寿手帳がある場合は、再発行の際にお返しください。

- 〈再発行窓口〉
- 高知市役所高齢者支援課(本庁舎2階)
 - 基幹型地域包括支援センター(塩田町18-10保健福祉センター1階)
 - 基幹型地域包括支援センターケアプラン統括南部支部(百石町3丁目1-30南部健康福祉センター1階)
 - 各地域窓口センター(塚ノ原、三里、高須、一宮、朝倉、瀬戸、鏡、土佐山、春野)
 - 各ふれあいセンター(朝倉、鴨田、初月、秦、一宮、布師田、高須、五台山、三里、長浜、浦戸、御置瀬、介良、大津)

～ご使用前に～

住所・氏名等を記入し、使用者本人を確認することができる写真を貼り付けてください。



裏面もぜひご記入ください。

施設や商店で割引が受けられることがあります。詳細は各窓口でご確認ください。

本人住所
高知市 本町5丁目1-45

生年月日
大 ・ 昭 35 年 1 月 1 日

電話番号 **987-6543**

【緊急連絡先】 ○○町○丁目○-○
氏名 **土佐 花子** 電話 **123-4567**
発行 **高知市高齢者支援課** 電話 **823-9441**

サービス一覧

令和7年9月版

美術館・博物館

※一部施設はR8年春頃から価格改定あり

高知県立美術館	...	無料
高須 088-866-8000		(美術館以外が主催する企画展及びホールでの催事を除く)
高知市立自由民権記念館	...	常設展等観覧料無料
栈橋通4丁目 088-831-3336		
高知県立文学館	...	観覧料無料
丸ノ内1丁目 088-822-0231		(貸館による企画展を除く)
高知県立坂本龍馬記念館	...	観覧料無料
浦戸 088-841-0001		
高知県立牧野植物園	...	入園料無料
五台山 088-882-2601		
高知城懐徳館、天守	...	入場料無料
丸ノ内1丁目 088-824-5701		
横山隆一記念まんが館	...	常設展観覧料 一般410円のところ200円
九反田 088-883-5029		
龍馬の生まれたまち記念館	...	入場料半額
上町2丁目 088-820-1115		
高知県立高知城歴史博物館	...	観覧料無料
追手筋2丁目 088-871-1600		(貸館による企画展を除く)
高知みらい科学館	...	プラネタリウム観覧料半額
追手筋2丁目 088-823-7767		
高知県立のいち動物公園	...	入園料無料
香南市野市町 0887-56-3500		
高知県立歴史民俗資料館	...	観覧料無料
南国市岡豊町 088-862-2211		(貸館による企画展を除く)
いの町紙の博物館	...	入場料通常料金の半額
いの町 088-893-0886		
佐川町立佐川地質館	...	観覧料無料
佐川町 0889-22-5500		
佐川町立青山文庫	...	入場料無料
佐川町 0889-22-0348		
本山町立大原富枝文学館	...	観覧料無料
本山町 0887-76-2837		
越知町立横倉山自然の森博物館	...	入場料半額
越知町 0889-26-1060		(大人500円→250円)

裏面にもサービスを掲載しています

会計等の際に「長寿手帳カード型」をご提示ください。
協賛店には、それぞれの店舗・施設で独自の特典を用意していただいております。
※ サービスの内容については各店舗にお問い合わせください。
また、サービスには一部除外品もありますので利用時にはご確認ください。

令和7年9月版



運動施設

高知県立県民体育館

棧橋通2丁目 088-831-1166

日本トーター総合体育館

大原町 088-833-4061

※トレーニング室使用には事前講習の受講が必要です

高知県立武道館

丸ノ内 088-825-1271

いやっし〜土佐

土佐市 088-852-7618

プール個人使用料
無料

プール・トレーニング室
使用料無料

道場の個人利用料金
無料

プール・トレーニング室
満60歳以上の方は減額
満75歳以上の方はその半額

HAPPY BASE ヨネッツこうち 使用料半額

長浜 088-841-2311

くろしおアリーナ プール・トレーニングルーム
使用料無料

五台山 088-878-1150

※トレーニングルーム使用には事前講習の受講が必要です

高知県立春野総合運動場 プール個人使用料
無料

春野町 088-841-3105

高知県立弓道場

高埴 088-804-3310

射場の個人利用料金
無料

ショッピング

舌番街商店街

米沢サンゴ店 サンゴ・貴金属
088-822-3511 20%引き
(一部除外品あり)

天神橋商店街

ヒロマツスポーツ スポーツ用品
088-822-6151 10%引き
(一部除外品あり)
かわむら 化粧品・小物
088-872-4235 3%引き

はりまや橋商店街

小谷陶器店 陶器 5%引き
088-882-0418 (一部除外品あり)

帯屋町筋商店街

毎月15日に帯屋町筋商店街へお越し
の方に対し、お買い物に関係なく当日の電
車・バスの乗車券を進呈します。
(1回につき均一区间料金 200円券1枚)
下記のお店で長寿手帳をご提示ください。
中納言・清岡珊瑚店・吉本仏具店・
マエダかばん店

毎月15日は
長寿デー

大橋通り商店街

ヤマサキ 婦人服地 10%引き
088-823-2721 (一部除外品あり)

《メガネ・補聴器》

セキオカ時計メガネ店

088-847-0046 仁井田 全商品10%引き

トーシン・高知補聴器センター

088-825-2468 補聴器・屋内信号装置
本町5丁目 10%引き 電池5パックプレゼント

メガネの丸善 南久万店

088-821-2202 メガネ5%引き

《生活》

かぎや

088-834-1828 北高見町 鍵・錠 合鍵3%引き

あらいぐま

088-832-7015 神田 クリーニング 30%引き

カーテンショップ'さら

088-885-0088 若松町 カーテン・ブラインド
オーダーカーテン注文時
クッションカバー贈呈

《薬局》

かめや薬局

088-823-8687 福井東町 薬・雑貨・健康食品
10%引き (一部除外品あり)

松和薬舗

088-845-0312 一宮土佐神社前
医薬品・健康食品・介護用品・日用雑貨
10%引き (一部除外品あり)

宿泊

リゾートホテル海辺の果樹園

夜須町手結山 0887-55-4111

宿泊室料通常料金の10%引き

お食事

中華台湾料理楓林

088-885-3090 南はりまや町1丁目

8%引き

入浴

三翠園

鷹匠町 088-822-0131

入浴料 1,200円を800円に割引

入浴時間 10:00~16:00
(16:00以降は宿泊者専用)

理容

ミカド理容

088-824-3262

旭町三丁目商店街

500円引き

ケイズ'ヘアファクトリー

088-841-3910

横浜新町3丁目

500円引き

交通・移動

とさでん交通

088-833-7121 (電車)
088-833-7171 (バス)

毎月第3日曜日はバスと電車の通常運賃半額

・現金利用の場合は、降車時に「長寿手帳カード型」を
運転手にご提示ください。
・「ですかカード」利用の場合は、「ナイスエイジカード」
への変更をお願いいたします。