

なんこくの味を
大学生にお届け！



南国市の
情報が満載！



11月29日 地産地消なんこく弁当の配布
(高知大学物部キャンパス) 10Pに関連記事



▲クランクイン取材会（琴ヶ浜）

今年のビックニュースは、何と言っても、南国市名誉市民やなせたかし先生と暢さんご夫婦をモデルとした連続テレビ小説「あなぱん」！ドラマはフィクションですが、「アンパンマン」に辿り着くまでのやなせ先生の人生に触れられる機会です。これを機に「やなせたかしが育ったまち南国市」を全国の皆さんに知っていただき、訪れていただけるとうれしいですね。

クランクインは高知！

昨年9月上旬、高知県内で撮影が始まりました。琴ヶ浜（芸西村）の撮影終了後、主人公・朝田のぶを演じる今田美桜さんと、やなせ先生がモデルの柳井嵩を演じる北村匠海さんの取材会が開催されました。

今田さんから出た高知の印象は「とにかく暑い」。それもそのはず、この日の最高気温は34度。日陰のない砂



▲大正元年8月前浜海岸での海水浴
（浜田善三郎さん提供）

浜での体感温度は…!? 想像を絶する暑さだったはず。どんなシーンになっているのか、楽しみです。ちなみに、今は遊泳禁止になっている南国市の海岸も昔は海水浴場でした。

やなせ先生も海に泳ぎに行っていたでしょうか？ やなせ先生の作品や著書に出てくるのは、川で遊んでいたこと。夏休みは香北町のおばあちゃんの家遊びに行つて、川遊びをしていたそうです。

またこの日、お一人は市役所にも来庁され、やなせ先生から寄贈された「ごめん生姜地蔵」の原画などを見ていただくことができました。今回はお二人と市長の対談をご紹介します。

“やなせたかし先生が育ったまち”で 南国市を元気に!



今田美桜さん・北村匠海さんとの市長対談

市長

ようこそ「やなせたかしが育ったまち南国市」へ。よさこいの時に、やなせ先生の母校・後免野田小学校と柳瀬医院の跡地においでいただき、まさかまた来ていただけると思っていなかったで、感激です。

南国市後免町は「やなせたかしが育ったまち」です。ここで、やなせ先生の精神や作品の根幹が育ったのではないかと思います。後免町を見ていただいていたがでしたか?

今田美桜さん(以下、今田さん)

先まで見通せる山の緑が青々しくて、とてものかだなど。もう少し散歩してみたかったなと思いました。

北村匠海さん(以下、北村さん)

やなせさんの「やさしさ」みたいなものが人の温かさを感じています。やなせさんが育った環境がとても温かいものだと感じました。

市長

市の広報誌でもドラマの放映をきっかけに、先生の経歴や作品などを連載で紹介しているのですが、やなせ先生が戦争に行かれたことや、複雑な家庭環境であったことなども初めて知ったという声が多いです。ドラマはやなせ先生の

人生を全国の皆さんに知っていただける機会だと思います。やなせ先生をモデルにした「柳井嵩」はどんな役になるのか少しだけ教えていただけますか?

北村さん

やなせさんの感性は過去の放送や資料を見て脚本家の中園さんが落とし込んでくださったので、「柳井嵩」であると同時に「やなせたかしさん」を演じているのですが、そこにブレは恐らくはないと思います。

市長

やなせ先生を東京に呼び寄せ支えて、アンパンマンに導いたのが妻・暢さんだと聞いていますが、暢さんのことは私もほとんど知りません。ドラマの中で「はちきんおのぶ」はどんな役になるのか教えていただけますか?

今田さん

私が演じる朝田のおぶは、嵩さんが有名なになる前から「私がやらない」と!とグイグイ引っ張っている力強い女性です。当時、「女性は女性らしく」と男性と同じ事ができづらい時代で、天真爛漫なおぶは周りから「変わった子だね」と言われますが、目標が見つかったら嵐のように突っ走る、嵩さんを引っ張っていた女性だったんだと思います。



市役所での歓迎の様子
(左から、シャモ番長、制作統括・倉崎憲さん、今田美桜さん、北村匠海さん、若武者もとちか君)

市長

ますます楽しみになりました。ドラマを楽しみにしている南国市民にメッセージをいただきました。

今田さん

皆さんに盛大な歓迎をしていただいて、これだけ期待していただけているんだと実感しています。アンパンマンは誰もが通ってきた道で、私自身も勇気づけられた作品です。ドラマを通して皆さんの朝を元気づけられたらと思っています。

北村さん

これから一年という歳月をかけてゆつくりと作品を作り上げていきます。高知の皆さんにとって、ものすごく温かく元気づけられるものになればいいなと思います。皆さんの朝を支え、「あんばん」で笑って過ごしていただきたいです。

市長

南国市も「やなせたかしが育ったまち」として、この契機を地域活性化につなげていきます。長丁場になると思いますが、体調に留意して撮影に臨んでいただきたいです。ドラマの放映を市民一同、本当に楽しみにしています。



やなせ先生が暮らした後免町の印象や役どころについて教えていただきました。今年は戦後80年の年。これまでのごめん・ありがとう情報局でも紹介してきましたが、やなせ先生の生い立ち、後免町での暮らし、戦争体験すべてが「変わらない正義とは何か」の自問につながり、アンパンマンが誕生したのだと思います。

ドラマを通じて、多くの方にやなせ先生の精神や作品の背景を知ってもらえるこの機会を、南国市全体で盛り上げていきましょう。今年は南国市のあちこちで「よろこばせごっこ」が生まれる一年でありますように。



南国市議会議長
岩松議長より

本市名誉市民のやなせ先生の人生が、国民的な俳優の方々に演じていただけることを大変うれしく思います。この春からの放映が待ち遠しく、楽しみにしています。



**3月29日
開幕!**

みんなで「ものべすと」を盛り上げよう! ものべすとサポーター募集

NHKの連続テレビ小説「あんぱん」放送を契機とした、やなせたかしゆかりの地・ものべがわエリア観光博「ものべすと」(令和7年3月29日～令和8年2月8日)では、博覧会を応援するサポーターを募集します。

■ 活動内容／SNSでの発信、広報のお手伝い、イベント補助、清掃活動、装飾づくりなど

やなせたかしさんが残した「人生は、よろこばせごっこ」を合言葉に、ものべがわエリアを訪れる観光客へのおもてなしに関する活動を行います。応募の詳細は、右記二次元コードからご確認ください。

- ・メールニュースのみのご登録もできます
- ・事業者、団体、グループ単位の参加も受け付けています。



高知 ものべがわエリア観光博

ものべすと



■ 問い合わせ／物部川エリアでの観光博覧会実行委員会 事務局 サポーター係
☎ 088-880-6560 ✉ monobest_sp@monobegawa.com

**南国市
関連**

南国市特産品やイベントのPRに

やなせたかし先生著作

キャラクター

使用できます!



©やなせたかし ©やなせスタジオ

使用可能キャラクター

- ・しょうがちゃん・ありがとう駅のセンベちゃん
- ・ごめん生姜地蔵・やなせライオン

- 使用申請／事前に南国市への使用申請が必要です。
- 使用規程／使用方法を定めた使用規程に従ってご使用ください。
- 無償利用と有償利用／使用用途によって分かります。
有償利用の場合は規定の使用料が必要です。
- 監修／必ず校正が可能な段階でお問い合わせください。



▲詳細はこちら

■ 問い合わせ／商工観光課 ☎ 088-880-6560

市 政 報 告

第438回 市議会定例会

12月6日

危機管理



10月3日に職員の災害対応力向上を目的とした防災研修を実施しました。東日本大震災を経験された仙台市職員などの自主的研究グループ「Team Sendai」による実体験を中心とした講話を聴き、自治体職員としての心構えや事前の対策について改めて学ぶ機会となりました。

11月に道路交通法が改正され、自転車運転中にスマートフォンなどを使用する「ながら運転」の罰則が強化され、また「自転車の酒気帯び運転」が新たに罰則の対象とされました。改めて自転車の運転ルールを周知し、関係機関と協力しながら交通安全の啓発を推進していきます。

財政



南国市中期財政収支ビジョンにより計画的な財政運営に取り組んでいます。本年度決算見込みは、物価高騰や人件費増加の影響などにより、大幅な基金の取り崩しが予想される状況です。今後も引き続き、歳入歳出の動向に注視し、財政の健全化に努めていきます。

企画



10月から市中心部と空港を結ぶ乗合タクシーと、市南部地域と大型量販店や公共施設などを結ぶデマンドタクシーの実証運行を開始しました。利用状況などのデータを把握・分析し、本格運行に向けた検討を進めていきます。

市のPRキャラクターのシャモ番長が、9月に須崎市、10月には滋賀県彦根市で開催されたご当地キャラのイベントに参加しました。いずれも全国規模のイベントで、グッズの販売促進に加え、SNSの登録者も300人以上増加しました。

10月末現在の本市のマイナンバーカードの保有率は70.4%、高知県内の保有率は72.5%、全国では75.7%です。12月2日から、マイナンバー保険証を基本とする仕組みに移行していますが、利用登録は任意であることを含め、市民の不安を払拭できるように丁寧な周知や広報を行っていきます。

民生



国民健康保険関係

昨年度の1人当たりの医療費は、前年度と比べて3.71%の増でした。本年度はこれまでの

取組に加え、データヘルス計画に基づき、糖尿病性腎症重症化予防事業にも力を注いでおり、今後も、新規の人工透析患者の減少を目指すなど医療費適正化に向けた事業を推進し、安定した国保財政の運営に努めます。

がん患者アピアランスケア支援事業は、10月からウィッグや乳房補正具などの購入費用の助成を実施していますが、開始から1カ月で4件の申請がありました。今後も、治療による外見の変化により社会活動への参加不安を持つ方への一助として、事業を継続していきます。

大腸がん検診は、健康増進に関する連携協定を締結している明治安田生命保険相互会社の協力により、本年度から国保加入者で未受診の方への勧奨ハガキを送付し、受診率の向上に努めています。

高齢者関係

介護保険制度は、地域密着型サービスの拡充を図るため、小規模多機能型居宅介護と定期巡回・随時対応型訪問介護看護事業所を各1事業所公募していました。各候補となった事業所の選定は、10月2日の地域密着サービス運営委員会にて承認を得ることができました。

住宅



した。今後は、令和7年度の開設に向けて、準備を進めていきます。

介護人材の育成は、11月5日に「くらしのサポーター養成研修」を実施しました。修了者は市の指定する訪問介護事業所で家事援助などに従事することが可能となります。また、11月27日、28日に「フレイルサポーター養成研修」を実施しました。修了者は第4期フレイルサポーターとして、フレイル予防活動を行っていただく予定です。

市営住宅は、築30年を超えるものが増えており、老朽化への対応として、中層耐火住宅である東崎西部住宅の屋根を中心とした大規模な改修工事を実施し、本年度末に完了予定です。

住宅耐震化に係る取組は、例年10月頃から、耐震診断済みの物件への戸別訪問を建築士団体に委託をしていましたが、本年度は、耐震診断実施の有無にかかわらず、自主防災会員や自治会長などの地域に密着した方とともに建築士が個別訪問を行うように訪問方法を変更しました。

都市整備



都市計画道路南国駅前線第2工区の道路築造事業の進捗状況は、道路築造工事を発注し本年度末の供用開始に向けて整備を進めています。

連続テレビ小説「あなばん」の放送に伴い、やなせたかし先生が少年期に弟さんとよく一緒に遊ばれた道信山の再整備工事に着手しており、本年度末の竣工を見込んでいます。

篠原土地区画整理事業は、10月4日に換地処分公告が行われ、これにより換地や権利関係が確定しました。また、11月には土地区画整理登記も完了し、土地建物の登記情報も換地後のものに変更されました。今後は、来年度以降の清算業務に向けて準備を進めていきます。

子育て支援



来年度の教育・保育施設への新規入所申込は、11月18日から各施設・市役所で受付を行っています。今回は、申請者の利便性向上のため、11月30日と12月1日の土日に地域交流センターにて申請の受付を行いました。一次募集分の結果通知は、来年1月下旬に行う予定とされています。

環境



全国的な課題である不必要な猫の繁殖や飼い主のいない猫の増加を抑え、やむを得ず殺処分される不幸な猫を減らすことを目的として、県事業の上乗せ補助ではない市単独での補助を昨年10月から実施しています。10月末時点で127匹の申請があり、さらに増加する見込みです。

商工観光



連続テレビ小説「あなばん」の放送に向け、9月23日に、やなせたかし先生ゆかりの方をゲストに招いたセミナーを開催しました。会場の地域交流センターには約300名が来場し、エピソードの紹介などにより、先生の魅力や想いを知っていたく機会となりました。

上下水道



基幹管路の耐震対策は、中部水源地の送水管に対して耐震補強接手を設置する工事を行っています。また、岡豊町中島地区において、高知大学医学部への送水管路の耐震化に着手しました。

石綿管布設替え工事は、十

福祉



市西地区の主要な箇所が完了しましたので、今後は、管路のダウンサイジングを検討しながら布設替えを行っていきます。

水道未普及地域解消は、里改田地区で本年度予定していた布設工事が、ほぼ完了しました。また、明見地区の老朽管の布設替え工事を引き続き行っています。

原油価格と物価の高騰により電気、ガス、燃料費などの負担が増大している障害福祉の事業者を支援することを目的とした「物価高騰に関する緊急対策給付金」は、9月30日までに、市内7つすべての計画相談支援事業所から申請があり、給付を行いました。

近年、障害福祉サービスを利用するために必要な計画を立案する相談支援専門員の不足が課題です。今後、障害福祉サービスの継続のため、可能な支援を行っていきます。

消防



本年1月から10月末までの出動状況は、火災出動は昨年より2件減の21件、救助出動は35件増の19件、救急出動は35件

増の2658件です。

訓練関係は、9月14日から2日間、兵庫県神戸市において、全国から60の少年消防クラブが参加して、全国少年消防クラブ交流会が開催されました。本市からはクラブ員5名が2種類の競技に参加して実践的な訓練を行い、他地域の消防クラブと親交を深めることができました。また、10月27日に、南国スポーツパークで、令和6年度震災訓練を実施しました。大きな地震による大津波警報が発表される中、道路啓開、要救助者の救出と搬送の手順を確認しました。

消防団は、10月11日に香南市・香美市消防団と女性消防団員の活躍推進を図るため、それぞれの女性消防団員が活動内容や入団促進に向けての取組を報告しました。また、11月10日に新しい競技方法による消防団注水競技大会が開催され、香南分団立田班が優勝しました。

教育



学校教育

10月24日から12月1日までの期間を「南国市学びの期間」と位置付け、市内の小中学校が、授業実践や学校行事など、それぞれに特色のある取組を

公開しました。市民の皆様にも広く参加していただける取組として、学校の活動を発信することができました。

施設整備は、十市小学校、岡豊小学校の多目的室への空調設置と日章小学校、長岡小学校のトイレ洋式化が完了しました。

生涯学習

11月9日に第29回小学生駅伝大会がスポーツセンター周辺周回コースで開催され、20チームの選手が力走しました。また、11月10日に第41回土佐日記門出のまつりが古今集の庭で開催され、紀貫之が記した土佐日記をしのび、その功績を顕彰しました。

地域交流センターでは、10月14日に明和電機と海洋堂高知によるライブとトークショー、11月17日にスギテックコンサート、12月1日にごも映画上映会を開催しました。



▲詳細はこちらから

脇殿・門調査地

正殿

発掘調査で明らかに! 県内最古の役所跡「若宮ノ東遺跡」

(平成30年6月撮影)

若宮ノ東遺跡とは?

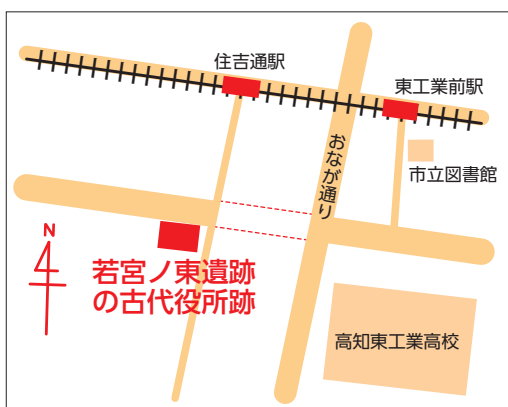
若宮ノ東遺跡は篠原の路面電車線路南側に広がっており、これまでに篠原土地区画整理などに伴う大規模な発掘調査などにより、弥生時代から江戸時代にわたる大規模な複合遺跡であることが分かっています。

特に7世紀後半の役所跡は、北側で中心建物である正殿と施設を囲む柵列、溝が見つかっており、長岡郡ができる前の役所の中心施設と考えられています。この役所が置かれた7世紀後半は大化の改新を経て天皇を中心とした国造りを目指した時代で、このような役所は地方支配のために各地方に置かれていましたが、実際に見つかった例は全国的にも希少です。

古代の役所跡

若宮ノ東遺跡の役所跡の正殿は、古代の建物としては県内でも最大級の規模です。柱と柱の間隔が約3mもあり、当時の一般集落では考えられないほど大規模な建物です。柵列の柱間も正殿と同じ規格で建てられており、柱筋がきれいに揃っているため、高い測量技術で建築されていることもうかがえます。この時期に50mを超える区画でこれほどぎっしりと配置した施設は全国でもあまり例がありません。

今回の調査は、正殿南西側に当たる場所での遺跡の内容を確認するための発掘調査を実施し、役所の中心域の様子が明らかとなりましたので、その成果をご紹介します。



▲今回の脇殿・門調査地
(令和6年4月撮影)

脇殿の発見

正殿の南西側に南北方向の細長い大型掘立柱建物があることが分かりました。

これまでに見つかった施設は全体が左右対称となっているので、東側にも同じ規模の脇殿があったと推定できます。

神聖な広場空間

正殿、脇殿、門に囲まれた中は広場空間として利用されたと考えられます。

柵列内側の調査区からはこの時期の土器はほとんど見つかっておらず、土器が使われていたとしてもきれいに掃除して保たれていたことによると思われます。そのため、この空間は、神聖な儀式を執り行うためのものではないかと考えられます。

突如姿を消す建物

脇殿・門・柵列の柱穴を半分掘って土層の断面を観察すると、その柱が建て替えられたかどうかを知ることができます。



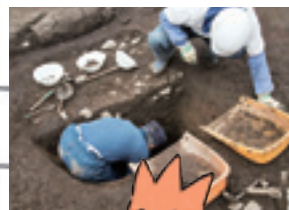
掘立柱建物は柱根本が腐るため、20～30年ほどで建て替えられると言われています。しかし、いずれの柱穴も建物を取り壊す際に柱材を抜き取って、その後建て替えをしていないことが分かりました。

つまり、この施設は短期間しか機能していなかったことになります。

なんでこの役所は短期間しか使われなかったがやろう？



▼柱穴を半分掘っている様子



人一人分が入れる柱穴やね！

こっち(東)側にも脇殿があったかも？

門と南辺柵列の発見

調査区の南端では東西に並ぶ柱列が見つかり、南辺の柵列と考えられます。その柵列につながる建物状の施設が正殿の正面に分かりました。柵列とつながって中心軸上に位置することから、門の機能を持った施設と考えられます。ただし、通常の構造の門であれば、内部に本柱という扉を支えるための柱が必要ですが、この門にはないため、特殊な構造・機能をもった建物であった可能性があります。

門の柱穴は西側の一部分しか確認できませんが、中心線から左右対称の構造だったと仮定すると、柱間が南北2間、東西5間の非常に大きく、立派なものであったと推定されます。

まとめ

これらの成果から、役所の正殿、脇殿、門、柵列、溝が50m余りの区画に整然と配置されていたことが分かりました。

若宮ノ東遺跡の役所跡は、土佐で最初に設置された役所と言えます。この役所が置かれた7世紀後半は、大化の改新を経て日本の国造りの基礎が出来てきた時代であり、土佐国を治めるにあたって、この役所がどのような役割を果たしたのか、注目されます。若宮ノ東遺跡の北東500mの位置には、野中廃寺という古代寺院があり、若宮ノ東遺跡と密接な関係があったと推測されます。

おわりに

今回の調査では、正殿南側の建物配置が判明し、非常に大きな成果を得ることができました。しかし、なぜ一時期しかないのか、8世紀の役所はどうなったのかなど多くの謎が残ります。今後、周辺の調査が進むことで少しずつ謎が解明されることが期待されます。

なお、今回紹介した調査の現地説明会資料は市のホームページに掲載しています。

問い合わせ

生涯学習課文化財係

0802・6062





10/29 フレイル予防DAY in サニーアクシス南国店

今回は“お口の健康”と“低栄養の予防”をテーマにおいしい試食メニューを味わいながら、買い物ついでに健康相談ができるイベントをサニーアクシス南国店で開催しました。当日は102名が参加し、噛み応えのある食材を加えた料理の試食を味わいつつ、いきいきと健康で暮らすために自分のフレイル状態を知る機会を楽しみました。



11/9 第29回南国市小学生駅伝競走大会

当日は南国市立の各小学校から21チーム182名の児童が参加しました。

晴天に恵まれた本大会では、どのチームも練習の成果を発揮し、素晴らしい走りを見せてくれました。チーム全員がそれぞれの思いを1本のタスキに込め、ゴールへとつないでいく姿は見る者に感動を与えました。



11/9 令和6年度南国市戦没者追悼式

先の大戦で亡くなられた方を追悼し、平和を祈念するため「令和6年度南国市戦没者追悼式」を開催し、約90名の遺族が参列しました。

平和作文は香南中学校を代表し、芦内しおりさんが朗読しました。芦内さんは、パレスチナやウクライナに住む子どもたちと交流した経験から、価値観や物の見方が違っても、お互いに理解しようと努力し会話をすることが関わりあう上で大切だと気づいたそうです。第二次世界大戦時に外交官として多くのユダヤ人の命を救った杉原千畝や、『挨拶 原爆の写真によせて』という詩から感じたことなど、「平和とはなにか」についてさまざまな視点から考え、戦没者の方々への感謝と哀悼の意を忘れず、平和の大切さを次の世代につないでいくことを誓うと締めくくりました。



11/13 ジンハニーパン販売

西島園芸団地となりの市で長岡小学校6年生が「ジンハニーパン」の販売を行いました。授業で米の消費量が減っていることを知った児童が、消費量上げるために、ハチミツとジンジャーパウダーが入った米粉パンを自分たちで考え開発しました。この日準備した1,000袋(2,000個)は完売しました。今回は試験販売で、常時販売を目指していきます。



11/15・22・29 12/6 地産地消なんこく弁当を配布しました(地産地消拡大事業)

高知大学物部・岡豊キャンパスで、南国市の農畜産物を使用したおかずやデザートに大学生へ無料配布しました。この事業は、市がJA高知県に委託し、大学生の生活支援や南国市の農畜産物と直販所に関心を持ってもらうきっかけづくりとして行われました。連日大盛況で、製造したかざぐるま市加工部の方々から弁当を受け取った学生たちは喜びの声をあげていました。



11/15 秋の全国火災予防運動「防火演奏」

秋の全国火災予防運動週間に認定こども園ひまわり、あとも幼年消防クラブ員が、防火普及啓発活動を行いました。園児たちの元気な防火演奏が実施され、大勢の保護者や買い物客らが集まりました。

「私たちは絶対に火遊びはしません」と園児たちは防火を誓い、火災予防を呼びかけました。



11/21 南国市更生保護女性会によるクリスマスツリー作り

久礼田小学校で、南国市更生保護女性会(久礼田・国府地区会員)による折り紙を使ったクリスマスツリー作りが行われました。参加した37名の3・4年生は夢中になって取り組んでいました。上手に出来たクリスマスツリーを見て子どもたちはみんな喜んでいました。



10/27 南国市消防団震災訓練

消防団第3中隊が南国スポーツパークで震災訓練を行いました。シナリオを伏せたブラインド型で実施し、率先避難者として行動しつつ、道路啓開や住民の避難を支援する訓練を行いました。



11/10 南国市消防団注水競技

物部川右岸河川敷で消防団注水競技を行いました。新ルールでの開催となる今回は24チームが熱戦を繰り広げ、香南分団立田班が優勝の栄冠を手に入れました。



11/13 中高生と少年警察ボランティア協会・補導委員会によるJR後免駅前清掃活動

当日は、鳶ヶ池中学校の生徒約60名・高知農業高校の生徒15名を含め総勢約100名が集まり、JR後免駅前の駐輪場と公園の清掃活動を行いました。枯れ枝や落ち葉に加えて空き缶、空き瓶などのごみも収集しました。



11/17 子ども会農園・にんにく植え付け体験

南国市子ども会連合会では、野菜・果樹作りを通じた体験活動を子どもたちにもっと経験して欲しいとの思いから野菜の植え付け体験を行っています。今年も陣山地区でにんにくをたくさん植えました。来年5月頃の収穫が楽しみです。



11/6 人権の花運動(久礼田小学校)



11/16 健康なんこく☆きらり☆フェア・まほろばクラブ南国秋の感謝祭(スポーツセンター)



11/22 南国市更生保護女性会稲生地区によるバザー出店(稲生ふれあい館)



11月22日、長年同一職業に従事し、優れた技能を社会発展のために役立て、功績のあった技能職者を顕彰する「令和6年度南国市技能功労者表彰式」が行われました。受賞者の方を紹介します(順不同)。



谷合 優一さん(大堀甲) 家具大工／経歴 61年



訓練校を2年で卒業後、別注家具製造会社に入社。家具大工としての技術を学び、たゆまぬ努力を積み重ね、アールの家具扉やアールの引き出しを高知県下で初めて作るなど業界の発展に大きく貢献されました。現在は、若い職人の技術力向上を目指して指導を行うなど、人材育成に尽力されています。



▲谷合氏製作家具



中司 行彦さん(十市) 金属工作機械工／経歴 36年



昭和63年に(有)繁春鉄工所に入社。汎用旋盤で基礎技術を習得後も技能・技術を錬磨し、現在ではNC旋盤やマシニングセンタ、ワイヤーカットなどすべての工作機械を操作できる技能・技術を持ち、本市の産業振興に貢献されました。現在は、従業員や外国人技能実習生の技術指導や技能の継承を行うなど技能者育成に尽力されています。



11/13 四国アルフレッサ株式会社へ感謝状贈呈

四国アルフレッサ株式会社が献血活動へ精力的に取り組む、その貢献が認められ、南国市献血推進会総会で南国市長・南国市献血推進会長から感謝状と記念品が贈られました。



11/29 四国電力株式会社から防災等関連物品を寄贈

四国電力株式会社高知支店から防災関連物品としてソーラーLEDセンサーライトを寄贈していただきました。寄贈品は、停電時の非常用照明を備えてもらうための啓発や災害時に活用していきます。



市長への手紙(市民の皆さまの声)令和6年の状況報告

令和6年4月から11月までに寄せられた「市長への手紙(市民の皆さまの声)」の状況をお知らせします。約7か月間で55件の「市民の皆さまの声」をいただきました。無記名のものを除いた36件について、35件は文書やお電話で回答を行い、1件は対応中です。

分野別の内訳

まちづくり・交通	11	環境・ごみ	3
道路・水路	7	保健・衛生	3
市民生活(くらし)	6	市役所・施設	2
福祉	4	防災・防犯・交通安全	2
税金・保険料・公共料金	4	その他	9
子ども・教育	4		

寄せられた声の種類

意見・提言	22
要望	19
苦情	10
相談	2
問い合わせ	1
その他	1



市長への手紙(表面)

ここにのりしろ②を貼り合わせてください。

◆ 2

切り取り線

ここにのりしろ①を貼り合わせてください。

◆ 1

住民が主役のまちづくり

～皆さまの声をお聞かせください～

「市長への手紙」は、市民の皆さまからお寄せいただきましたご意見などを市政に生かしていく制度です。

まちづくりについて皆さまの率直なご意見などをお寄せください。いただきましたご意見などはすべて拝見し、関係部局において十分に調査・検討したうえで市政に役立ててまいります。



どんなまちにしたいのか
皆さまの夢を聴かせてください
南国市長 平山 耕三

ホームページ内の「市民の声(ご意見・ご提案)」ページからも投稿することができます。

■問い合わせ／企画課

☎ 088-863-2111 (代表)

FAX 088-863-1167

ここにのりしろ③を貼り合わせてください。

◆ 3

やま折り

やま折り

やま折り

切り取り線



南国市大堀甲2301番地
南国市役所
平山市長 行

料金受取人私郵便
南国郵便局 承認
030
差出有効期間
令和7年3月
31日まで

7 8 3 8 7 9 0

やま折り



市長への手紙(裏面)

切り
取り
線



【わたしの意見・提案・要望】

件名〔

〕について

※書き込む際は、
摩擦熱でインクが消えるボールペンは使用しないでください。

◆ 3

の
り
し
ろ
③

たに折り

住所	〒783- 南国市	
(ふりがな) 名前		
電話番号		
※市処理欄	No.	担当

回答を希望する場合は、必ず住所、お名前、電話番号を記入してください。担当する部署から電話や書面などで回答します。ただし、市役所の業務以外のこと、個人や団体を中傷するものなど、内容によっては回答できないものもありますのでご了承ください。

たに折り

◆ 2

の
り
し
ろ
②

◆ 1

の
り
し
ろ
①

たに折り

切り
取り
線



南国市・岩沼市小中学生交流事業

岩沼市と南国市、小中学生が防災学習と交流で絆を深める

本事業は、平成25年から始まり9回目の岩沼市訪問となりました。令和元年から、岩沼市から南国市への訪問も始まり、お互いが防災学習を中心に交流を通じて絆を深めています。



岩沼市マスコットキャラクター
岩沼係長



8月 岩沼市で震災学習と児童・生徒の交流

8月25日～27日、南国市の児童生徒が岩沼市を訪問しました。震災遺構である「荒浜小学校」や、復興のシンボルである「千年希望の丘」を見学し、津波の威力を肌で感じてきました。

最終日には玉浦小学校と玉浦中学校の児童・生徒と交流しました。お互いの学校の特色や防災の取組を紹介し、防災運動会や防災ウォークラリーを通じて絆を深めました。

11月には、市長報告会を開き、「想定外を想定内にし、南海トラフ地震に備えたい」と報告しました。



岩沼市を訪問した児童・生徒



千年希望の丘の鎮魂の鐘



玉浦中学校での交流



玉浦小学校での交流

10月 南国市で再会!岩沼訪問団へおもてなし

10月29日～31日には、岩沼市の児童生徒が南国市を訪れ、北陵中学校と白木谷小学校を訪問。白木谷小学校では文旦ゼリー作りの体験と旬の四方竹料理を堪能し、北陵中学校では「よさこい」の披露やクイズ大会で親睦を深めました。

訪問団は、掩体や避難タワー、海洋堂SpaceFactoryなんこく、高知城なども訪れ、歴史と文化を学ぶ貴重な時間を過ごしました。



避難タワーの学びの鐘



北陵中学校での交流

人事交流で岩沼市から派遣された教員を紹介します



小林 優 教諭

令和6年4月から大篠小学校に1年間派遣されている小林優です。岩沼市には、「千年希望の丘」と言う公園があり、多くの人が散策できるだけでなく、津波の被害を減らすための多重防御壁の役割、震災の記憶や教訓を発信する役割を持ち、復興に向けて頑張っています。

南国市に来て、一番驚いたことは「路面電車」です。車道に線路があり、「ごめん」と書かれた可愛い電車がすぐ近くを通る日常は、私にとって非日常です。また、給食には地元の特産品がよく出て、毎日楽しみにしています。最近、四方竹が出ました。タケノコと同じだと思っていたら、断面が四角だったので驚きました。歯ごたえも良く、最高でした。新しい発見の毎日で、楽しく過ごしています。

■ 問い合わせ／学校教育課学校教育指導係 ☎ 088-880-6568

①

確定申告が始まります!

市・県民税と所得税の 申告受付は予約制です

予約受付中!
お早めにお電話を!



市役所で行っている申告受付は、感染症予防対策として混雑を緩和するため予約制で行います。ご理解とご協力をお願いします。

- 申告受付期間／2月17日(月)～3月17日(月)平日のみ ①8:45～11:15 ②13:00～16:30
- 予約方法／電話で予約(平日 8:30～17:00) ■ 予約・問い合わせ／☎088-880-6554

注
意
事
項

- ・混雑を避けるため窓口での予約はご遠慮ください。
- ・予約がない方は申告受付できません。
- ・予約した時間に来られなくなった場合は、必ず連絡してください。また、予約時間に遅れると受付できない場合があります。
- ・申告内容や混雑状況によっては、受付が予約時間から前後することがあります。

納付証明書の発行

確定申告などで国民健康保険税の納付証明書が必要な方は、無料で発行しますので、税務課へご請求ください。電話での請求も可能です。

※市役所で申告をされる方は、南国市への支払分の納付証明書は不要です。

- 受付期間／1月10日(金)～3月17日(月) ※土・日・祝日を除く
- 申請方法／窓口でお渡しする場合は、窓口に来られる方の本人確認書類(運転免許証等)をご持参ください。納税義務者の方と窓口に来られる方が別世帯の場合は委任状も必要です。

■ 問い合わせ／税務課 ☎088-880-6554

①

書かない確定申告! マイナンバーカードでe-Tax

確定申告書等作成コーナーなら金額などを入力するだけで自動計算で申告書が完成!

e-Tax に必要なもの

- ・ **マイナンバーカード**
※マイナンバーカードや電子証明書の有効期限にご注意ください
- ・ マイナンバーカード読取対応の**スマホ**
(またはICカードリーダライタ)
- ・ マイナンバーカードのパスワード2つ
① 署名用電子証明書のパスワード
(英数字6～16文字)
② 利用者証明用電子証明書のパスワード
(数字4桁)

作成できる申告書など

- ・ 所得税の申告書
- ・ 青色申告決算書・収支内訳書
- ・ 消費税の申告書
- ・ 贈与税の申告書



作成コーナー 検索

マイナポータル連携のメリット

- ・ 医療費の領収書等の収集や集計が不要
- ・ 確定申告書の該当項目へ自動入力
- ・ 作成した確定申告書を e-Tax で送信
- ・ 書類の管理・保管が不要



スマホに
マイナポータル
アプリを
インストール

e-Tax の5つのメリット



自宅から
申告可能



確定申告期間
24時間利用可能



申告書が
データで
取得可能



添付書類
提出不要



早期還付
(3週間程度で還付)

※メンテナンス時間を
除きます

※一部の書類を
除きます

書面提出の場合は
1か月～1か月半程度で還付



パスワードを忘れた場合やロックされた場合の
対処法については、公的個人認証サービスのポ
ータルサイトをご確認ください。



■ 問い合わせ／南国税務署 ☎088-863-3215

①

建物用

宅地用



ご存じですか？被災した宅地や建物の危険度を知らせる目印です

能登半島地震では、約31,600件(建物)の判定が行われました

大規模地震や大雨などで被災した場合に、被災した宅地や建物の危険度を判定し、二次被害の軽減・防止を図る制度があります。

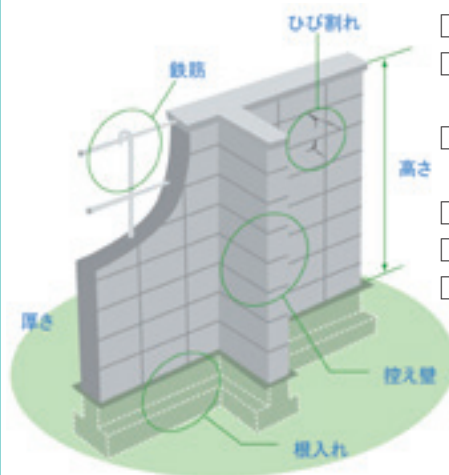
判定結果は、それぞれ3種類のステッカーを見えやすいところに貼り付けて表示します。

被災後の調査の際は、ご協力をよろしくお願いいたします。

※ほかにも罹災証明書を発行するための調査や、建物の復旧対策を検討するための調査があります。



チェック！ブロック塀を点検しましょう



- ☐ 塀の高さは地盤から 2.2m以下か
- ☐ 塀の厚さは10cm以上か
(塀の高さが 2m超 2.2m以下の場合は15cm以上)
- ☐ 塀の長さ 3.4m以下ごとに、塀の高さの 1/5 以上突出した控え壁があるか
- ☐ コンクリートの基礎があるか
- ☐ 塀に傾き、ひび割れはないか
- ☐ 塀に鉄筋は入っているか

まずは外観で点検し、一つでも不適合がある場合は、専門業者に相談しましょう。危険性が確認された場合は、速やかに付近通行者への注意表示、補修、撤去などの対応をお願いします。

なお、避難路に面した危険性のあるブロック塀の撤去などには、補助制度があります。詳しくはお問い合わせください。

■問い合わせ／住宅課住宅係 ☎088-880-6558

①

農地を借りて耕作されている方へ

農地の貸借の方法が変わります

相対による農地の貸借が廃止となります

農業経営基盤強化促進法の改正により現行の相対による農地の貸借が廃止され、3月末以降は新たな契約ができなくなります。

そのため、現行の相対による農地の貸借の新規契約や更新を希望される場合は、2月14日までに農業委員会へお申し込みください。(貸借の開始日が4月1日以降のものでも契約できます)

なお、現在契約している相対による貸借は、その契約期限まで有効です。

4月以降の農地の貸借は？

南国市は将来の地域農業のあり方を具体的に示した「地域計画」を3月末までに策定します。地域計画策定後の4月1日からは、農地の貸借方法が高知県農業公社(中間管理機構)を通しての貸借と農地法第3条による貸借のいずれかになります。詳しくはお問い合わせください。



高知県農業公社

■問い合わせ／農業委員会 ☎088-880-6573
農林水産課 ☎088-880-6559

優良運転者の表彰者を募集します

市内に居住し、自動車（二輪車を含む）を運転されている方で、選考基準を満たす方を表彰します。

■選考基準

- ・支部表彰／当協会の会員で、無事故無違反年数7年以上、過去に同じ表彰を受けていない方
- ・県表彰／当協会の会員で、無事故無違反年数10年以上で支部表彰を受けている方
- ・その他表彰／種別により表彰基準が異なりますので、詳細はお問い合わせください。

■募集期間／1月6日(月)～2月28日(金)(土日祝を除く)9時～11時30分、13時～16時

■申請に必要なもの／運転免許証、会員証、印鑑

■問 南国警察署内交通安全協会
南国支部 ☎ 863-2221

高知県農業技術センター
公開デー2025

農業技術センターの施設や研究内容などを一般公開します。

■日時／1月18日(土)
9時30分～15時30分

■場所／高知県農業技術センター
(南国市廿枝1100)

■内容／研究紹介、温室見学ツアー(当日受付のみ)、ミニフラワーアレンジメント教室(高校生以下限定、当日受付のみ)、米の食味診断(玄米または白米 400g要持参)、農業大学生による直売など

■問 高知県農業技術センター
☎ 863-4912



「値上げのせいだ」
920

南国市観光案内人の会
ガイドウォーク

今回は「現存する日本最古の路面電車で行く「紀貫之船出の地」と桜咲く国分川堤防を歩く」と題して後免町駅から路面電車を使って少し遠出します。

やなせ少年は汽車で通学したので紀貫之船出の地を見たかもしれない。そんなロマンを感じながらガイドと一緒に歩いてみませんか？

■開催日時／2月14日(金)9時～12時
受付は20分前から ※雨天中止

■受付場所／とさでん交通後免町停留所

■費用／500円(電車運賃別途必要)

■定員／20名

■申込締切／2月7日(金)

■コース／約3km：後免町停留所→舟戸停留所→舟戸の地碑→桜咲く堤防→食品団地内買物タイム→舟戸停留所→後免町停留所

■問 南国市観光案内人の会事務局
(南国市観光協会)
☎ 855-3985 (平日のみ)

令和7年南国市
消防出初式

消防関係者の仕事始めの行事である消防出初式を開催します。式では岡豊高校吹奏楽部による演奏や消防職・団員による人員服装点検などに加え、式典終了後に餅まきを行う予定です。

■日時／1月5日(日)13時30分～

■場所／南国スポーツパーク
(三和琴平2丁目)

■ほか／雨天時は地域交流センターみあーれで開催しますが、一般の方は入場できません。(餅まきも中止です)

■問 消防本部警防課
☎ 863-3511

第7回ごめんの文化祭

■日時／1月26日(日)10時～15時

■場所／後免町防災コミュニティセンター

■内容

- ・展示部門／絵画、彫塑工芸、園児児童作品
- ・舞台部門／ギター演奏など
12時30分～15時頃予定

■駐車場／市役所東側駐車場

■問 生涯学習課 後免町公民館担当
☎ 880-6569

1 お知らせ
2025
January

■申込み先 ■詳細の問い合わせ先
※市外局番の記載がないものは「088」

募集・催し

市営住宅入居者新規募集

1/1 公開▶



- 募集戸数／5戸
- 募集住宅場所／長岡地区
- 募集案内配布期間
1月7日(火)～16日(休)
8時30分～17時15分
(土日祝・12時～13時を除く)
- 申込書受付期間
1月14日(火)～16日(休)
(12時～13時を除く)

※南国市パートナーシップ登録簿に登録されたパートナー同士で申し込みできます。

※連帯保証人の設定は不要です。

■問 住宅課住宅係 ☎ 880-6558

南国スポーツ
フェスティバル

簡単なルールで誰もが楽しめるスポーツに参加しませんか。

■日時／2月11日(火)
9時30分～12時(受付9時～)

■場所／スポーツセンター

■種目

- ・ドッジビー／小学生のみ。1チーム5名(補欠は3名まで可)
- ・モルック／小学生以上。1チーム3名。各チーム1名審判補助員を選出。

■参加費／無料

■表彰／上位3位まで※賞品あり

■申込／FAX、申込書提出または上記二次元コードから

※種目、住所、氏名(ふりがな)、年齢、学校名、学年(小学生のみ)、連絡先、を明記してください。(モルック参加者は審判補助員の氏名も)

※2種目同時進行のため、どちらか一方の参加となります。

■申込期間／1月6日(月)～31日(金)

■問 生涯学習課生涯学習係
☎ 880-6569 FAX 880-6201

20歳になったら 国民年金



国民年金は老後や障害を負ったときに、働いている世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。

■日本に住んでいる全ての方は20歳になると国民年金の加入者になります。基礎年金番号通知書が送付されますので、大切に保管してください。

■保険料を納めることで、老後や病気・ケガで障害が残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、年金を受け取ることができます。

■保険料を納めなければ年金を受け取れませんが、保険料の納付が困難な方のために保険料免除制度がありますので、ご相談ください。

問 南国年金事務所

☎ 864-1111 音声案内②→②

令和6年分の「公的年金 等の源泉徴収票」を 送付します



国民年金・厚生年金保険の「老齢年金」など、老齢（退職）を支給事由とする公的年金は、所得税法上の雑所得として課税の対象です。

日本年金機構から、老齢年金を受給されている方へ、1年間の年金の支払総額などが記載された「公的年金等の源泉徴収票」が1月中に送付されます。

「公的年金等の源泉徴収票」は、確定申告の添付書類として必要です。詳細は、お近くの税務署など、税務相談窓口にお尋ねください。なお、「障害年金」や「遺族年金」は非課税ですので、「源泉徴収票」は送付されません。

問 南国年金事務所

☎ 864-1111 音声案内①→②

高知広域都市計画事業 篠原土地区画整理事業 登記が完了しました



高知地方法務局香美支局で、施行地区内の換地処分に伴う登記が、11月6日に完了しました。

施行地区内の土地は新地番へと書き換わりましたので、今後は通常通り、不動産に関する登記（土地・建物）を行うことができます。

問 都市整備課土地区画整理係

☎ 821-7373

① お知らせ

農林業センサスが 実施されます



農林業センサスは、5年ごとに全国の農林業の生産構造や就業構造、農山村の実態を明らかにする調査です。市が任命した調査員が、対象の事業所やご自宅に伺いますので、調査のご協力をお願いします。

■対象／一定規模以上の農林業生産活動を行う方

■基準日／令和7年2月1日

■調査票の配布／1月中旬～2月1日

■調査票の回収／2月1日～2月中旬

問 企画課企画調整係

☎ 880-6553

下水道への接続を お願いします

南国市では、中心市街地と緑ヶ丘地区では公共下水事業を、浜改田・国府・久礼田地区では農業集落排水事業を行っています。

快適で住みよい生活環境を守るため、整備済み地区の皆さまには1日でも早い接続をお願いします。

問 上下水道局下水道係

☎ 880-6563

介護保険料などの 納付証明書の発行

確定申告などで介護保険料、後期高齢者医療保険料の納付証明書が必要な方は、無料で発行しますのでご請求ください。

■申請方法／電話での郵送請求にご協力ください（郵送先は本人の住所に限りません）。窓口に来られる方は、本人確認書類（運転免許証など）をご持参ください。

申問 長寿支援課 ☎ 880-6556

南国市ウォーキング ～瓶岩地区参勤交代コース～



瓶岩地区の参勤交代道をメインとしたウォーキングイベントです。1人でも、ご家族でもお気軽にご参加ください。

■日時／1月26日(日) 9時～12時
※雨天中止

■集合場所

①スポーツセンター西駐車場（トイレ前）8時15分出發

②瓶岩体育館（現地集合）
8時50分 ※時間厳守

■コース／約5km：瓶岩体育館→領石地区→瓶岩体育館

※ガイド付き

■定員／20名

■参加費／500円(保険料込)

■持ち物／飲み物、タオル

■申込方法／上記二次元コードから

問 まほろばクラブ南国

☎ 865-8015

第63回 南国市駅伝競走大会



■日時／2月2日(日) 9時40分開始（受付8時～）※雨天決行

■集合場所／香長中学校

■コース／香長中学校～芦ヶ谷～十市石土池～浜改田中村石油前～トリム広場～前浜防災コミュニティセンター東～香長中学校

■参加費／無料

■申込／所定の申込書で1月20日(月)までにお申し込みください。申込書や要項はHPから取得できます。

問 スポーツセンター 担当 岡

☎ 865-8015 FAX 865-8016

第42回地産地消 ごめんの軽トラ市

■日時／1月26日(日) 9時～13時

■場所／後免町商店街（中町）

■内容／地場産品の販売、ゴメンジャーショー、スタンプラリー、ダンスショー、こども薬剤師調剤体験など

■駐車場／南国市役所北駐車場

■後免町周辺同日開催イベント
ごめんteteマルシェVol.18、ごめん節豆合戦

問 地産地消ごめんの軽トラ市

実行委員会事務局（南国市商工会）

☎ 864-3073

地雷撤去のため書き損じ ハガキを集めています

カンボジアの地雷被害をなくすため、書き損じハガキなどを集めて換金し、地雷撤去団体に寄付しています

■対象品／書損じ・未使用ハガキ、未使用切手、未使用テレカ、QUOカードなど

■期限／3月31日(月)

■問〒814-0002 福岡市早良区西新1-7-10-702 (一財)カンボジア地雷撤去キャンペーン宛
☎092-833-7575

冬の道路の通行は、 出発前の準備を しっかりと!



四国の道路でも、冬期は積雪や凍結によりスリップ事故や車の立ち往生が発生し、重大な事故・渋滞につながる場合があります。お出かけ前の情報収集と冬用タイヤやチェーンの準備が必要です。四国の雪道情報は上記二次元コードから。

■問道路緊急ダイヤル

(無料、24時間受付) ☎#9910
国土交通省 四国地方整備局
道路部道路管理課
☎087-851-8061 (代表)

県・国ほか

就職への第一歩! 職業訓練生募集



訓練コース

①効率的に学べる介護職員初任者研修科(短時間)

・定員／15名
・募集期間／1月7日(火)～27日(月)
・訓練期間／2月26日(火)～5月23日(金)(9時10分～15時50分)

②ビューティーアロマ・メディカルハーブ科(短時間)

・定員／9名
・募集期間／1月7日(火)～27日(月)
・訓練期間／2月26日(火)～5月23日(金)(10時～16時30分)

■受講料／無料
(テキスト代などは別途必要)

■申ハローワーク高知 ☎878-5320

■訓練の問い合わせ
ポリテクセンター高知
☎833-1324

マイナンバーカードの 休日交付



■日時／1月18日(土)・26日(日)
8時30分～12時

■場所／市役所 1階市民課②番窓口
■ほか／マイナンバーカードの申請支援、更新、券面変更手続きも受付しています。

■予約(受け取りの方は必須)

・予約専用サイト(上記二次元コード)
・専用電話番号

☎863-2920 (平日・日中のみ)

南国市都市計画法施行 条例の一部改定 (意見公募) 1/1 公開▶



都市計画法では、良質な宅地を確保するために開発行為の許可基準を設けています。今回の見直しは、地域の実情を踏まえた柔軟性のある開発行為の許可基準となるように改定します。

■意見公募期間
1月1日(火)～31日(金)

■閲覧場所

①南国市ホームページ

②都市整備課(市役所3階)

※詳細はホームページをご覧ください

■問都市整備課開発係 ☎880-6582

掲示板

人権相談・行政相談(予約不要)

■日時／1月20日(月) 10:00～15:00

■場所／社会福祉センター

■人権相談／問総務課じんけん係 ☎880-6583

■行政相談／問総務課総務係 ☎880-6551



無料法律相談(要予約)

■日時／毎月第1・第3土曜日 10:00～12:00

■場所／社会福祉センター

■予約／社会福祉協議会 ☎863-4444

農家レストランまほろば畑

■営業日／3月18日(火) ※1・2月は休み
■営業時間／①10:50 ②12:00 ③13:10
(各回60分間の総入れ替え方式)

■場所／道の駅南国風里 2階

■料金／大人(中学生以上) 1,500円

小学生 1,000円

3歳～小学生未満 500円

■予約・問い合わせ ※前日までにご予約ください。

農林水産課 ☎880-6559 (平日のみ)

当日専用電話 ☎080-2975-9925

まほろば畑



市の統計 11月分

【人 口】45,977人 (+29) 内【外国人数】533人 (+4)
男 21,951人 (+12) 男 268人 (+3)
女 24,026人 (+17) 女 265人 (+1)
登録国籍数31カ国
()内は前月比《令和6年11月30日現在》

【世帯数】22,735 世帯 (+25)

【出生数】18人 【転入】161人

【死亡数】48人 【転出】102人

【高知自動車道南国I.C.】入 122,354台 出 121,214台
【高知龍馬空港】 出発 71,607人 到着 71,191人

【火災発生件数】	0件	【救急出動回数】	266件
建物	0件	急病	155件
山林	0件	一般負傷	51件
その他	0件	交通事故	24件
		その他	36件

【交通事故発生状況】
人身事故 2件 (死亡 0人 負傷 2人)

納付 期限

県市民税(4期)、国税税・後期高齢者医療保険料・介護保険料(7期) … 1月31日(金)

給食費(9期) … 1月27日(月)

①「ヒートショック」にご用心!

ヒートショックとは?

急激な温度変化により、血圧が大きく変動することで脳卒中や心筋梗塞など身体に悪影響を及ぼすことをいいます。体温が上昇すると、血管が広がり血圧は低下し、逆に体温が下がれば血管は縮まり血圧は上昇します。

血圧の激しい変動が生じることで心臓や脳へ大きな負担がかかります。脳卒中や心筋梗塞以外にも、意識障害を起こし浴槽で溺れて亡くなるなど、最悪死に至る場合もあります。



ヒートショックはどこで起きやすいの?

代表的なものが脱衣所と浴室です。寒い脱衣所で服を脱ぐと身体が冷え、その後、浴室でシャワーや湯船に浸かることで一気に身体が温められます。特に冬場は寒暖差が激しいため、より一層注意が必要です。

ヒートショックを防ぐために?

1

脱衣所と浴室を暖める

- ・脱衣所に暖房器具を置いて、リビングとの温度差を減らす
- ・入浴前からシャワーを出す
- ・浴槽のふたを開けておき、たまったお湯で浴室を暖める
- ・入浴時にかけ湯をするようにして、身体を慣らしてから入る

2

水分補給を入浴前にしっかりと行う

3

入浴時には家族に声かけを

4

ゆっくりと浴槽から出る

■問い合わせ／南国市消防本部 088-863-3511

広告

調理スタッフ正社員募集中! [経理パートスタッフ 時給1,100円~] も同時募集!

一緒に道の駅を盛り上げましょう!

詳細はこちらから

- 給与／基本給月給 **200,000** 円以上~ (調理経験者 & 調理師免許保持者優遇)
- 応募方法／履歴書を郵送
- 郵送期限／**1月31日**(金)
- 郵送先・問い合わせ／(株)道の駅南国 〒783-0052 南国市左右山102-1 ☎088-880-8112

- 待遇／まかない、通勤手当、各種保険完備
- 休／週2日(火曜と他1日)

広告

美術品・骨董品

鑑定・査定 **無料**

お宝なんでも鑑定会

中国美術・刀剣
現代アート・掛け軸・焼き物
絵画・宝石ジュエリー

買取強化中

日時

1/26 日 11:00~16:00

1/27 月 10:00~15:00

場所

サザンシティホテル
南国市明見933 3階

高知県立県民文化ホール
高知市本町4丁目3-30 4階

※ジュエリーの鑑定は26(日)のみとなります

東大赤門前で50年の実績

本郷美術骨董館®

ご予約 **0120-518-100**

個別で美術品の出張査定・遺品整理・相続のご相談にもご対応いたします。

LINE 鑑定

神戸芦屋支店: 兵庫県芦屋市上宮川町9-7 東京都公安委員会許可 第305471009552号 美術商

年末年始のごみ収集のお知らせ



ごみ収集は、12月31日(火)～新年1月3日(金)は休みです

可燃ごみの収集		
収集地区	年 末	年 始
月・木の地区	12月30日(月)まで	1月6日(月)から
火・金の地区	12月30日(月) (特別収集)まで	1月7日(火)から
水・土の地区	12月28日(土)まで	1月4日(土)から

容器包装プラスチックの収集	
収集地区	変更日
水曜日の地区	1月1日(水)は休み
木曜日の地区	1月2日(木)は休み
金曜日の地区	1月3日(金)は休み

紙類・衣類の収集	
収集地区	変更日
第1・第3水曜日の地区	1月1日(水)は休み

ビン・雑ごみ・ペットボトルの収集	
収集地区	変更日
浜改田、里改田(琴平神社のみ)	1月1日(水)➡1月 8日(水)
前浜、下島、久枝(開田除く)	1月2日(木)➡1月 9日(木)
立田	1月3日(金)➡1月10日(金)

カン・金属類の収集	
収集地区	変更日
第1・第3水曜日の地区	1月1日(水)は休み
第1・第3木曜日の地区	1月2日(木)は休み
第1・第3金曜日の地区	1月3日(金)は休み

ダンボールの収集	
収集地区	変更日
第1・第3木曜日の地区	1月2日(木)は休み
第1・第3金曜日の地区	1月3日(金)は休み
里改田(琴平神社のみ)	1月3日(金)➡1月7日(火)

粗大ごみの受け入れ

環境課に要予約

南国市一般廃棄物最終処分場(八京)で、家庭から排出される粗大ごみの受け入れを有料で実施しています。

※12月28日(土)～1月5日(日)は休みです。

※木製家具などで分解して最大長が70cm以下で厚さ3cm以下の大きさになったモノは「可燃ごみ」で各地区のごみステーションに出せます。

必ず**可燃ごみ専用指定袋**に入れて出してください。

なお、事業用ごみの受け入れはできません。

- 受入日時／月～金 9:00～12:00 13:00～15:00
- 受入料金／10kgまで150円、以降10kgごと150円加算

「家庭ごみの分け方・出し方(2021年版)」5ページもご確認ください。▶



国分川のシバ焼き

今年も春を告げる国分川のシバ焼きと清掃を行います。作業終了後には七草がゆを用意していますので、多くの皆様のご参加、ご協力をお願いします。

また、当日の天候などによりご迷惑をおかけすることがあるかもしれませんが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

- 日時／2月2日(日) 10:00～12:00 ※雨天時は2月9日(日)
■集合場所／JA高知県旧久礼田支所東側駐車場、国分橋北、国分橋南、岡豊橋南
※内容が変更になる場合はホームページでお知らせします。





南国市立図書館キャラクター
いぬ ぽんた
としよ犬 本太



南国市立図書館

開館 (火)～(金) 10:00～18:00
(土)・(日) 10:00～17:00

1月休館日 毎週(月)、1～3日、31日

住所 南国市篠原 1801-5

電話 088-863-0469

お知らせ 図書館ボランティアを募集します

新図書館(令和8年春頃開館予定)に向けてボランティアを募集します。図書館でのボランティア活動に興味がある方のご応募をお待ちしています。詳細は、ホームページをご覧ください。カウンターでお尋ねください。

- 対象/高校生以上
- 内容/本の装備・修理、返本・書架整理、布絵本作り、植栽の手入れ、イベントの手伝い、読み聞かせ、対面音訳など
- 活動日時/申込時にご希望の曜日や時間をお聞かせします。

市民ボランティア団体
「南国市立図書館友の会」は、
12月末で終了しました



南国市立図書館 職員が選ぶ! 今月のオススメ新刊



手仕事の世界

青吉 玉青/著・黒澤 淳一/画

手仕事と聞いて何を思い浮かべますか? 雛人形から、木彫や刷毛まで、さまざまな工芸職人さんの緻密な職人技を作家と画家が日本各地を巡り詳しく紹介します。



日本半導体物語

牧本 次生/著

日本は20世紀に半導体大国と呼ばれたが、競争に破れ、かつての権勢は見る影もありません。この栄枯盛衰の裏側を、半導体とともに歩んだレジェンド技術者が語ります。



日本の世界遺産 改定増補

山口 正/監修

令和6年8月現在では1223件の世界遺産が登録されていますが、このうち日本の世界遺産は26件です。歴史に思いを馳せてみてはいかがでしょうか。

新刊のご紹介 毎月約300冊の新刊が入ってます

----- 一 般 -----
ごみ収集の知られざる世界 / 藤井 誠一郎
今こそ行きたい京都の寺社 100選 / 島田 裕巳
はにわのヒミツ / 河野 正訓
幸徳秋水伝 / 栗原 康
身辺整理 / 森永 卓郎
朝5分だけ段取り手帳術 / 鈴木 真理子
北朝鮮の食卓 / キム ヤンヒ
足環をつけた鳥が教えてくれること / 山階鳥類研究所
おいしいまちがいさがし / ラーメン多めの巻 / 古賀 良彦

----- 児 童 -----
おめんです 4 / いしかわ こうじ
晴れ、ときどき雪 / 小手鞠 るい
コメディ・クイン / イェニー・ヤーゲルフェルト
きみにむいてる時間のつかい方 / 吉武 麻子
世界の納豆をめぐる探検 / 高野 秀行
お蚕さんから糸と綿と / 大西 暢夫
さらに頭がよくなる! ちよいムズおりがみ / 山田 勝久

おはなし会へいらっしやい♪

予約不要、3階多目的室へお気軽にお越しください。



あかちゃんのへや
*0～2歳児対象
毎月第2(木) 10:30～10:50



土曜のおはなし会
*3歳児以上対象
毎週(土) 10:15～10:45

※おはなし会は休止する場合があります。

図書館ホームページ

- ・利用案内・アクセス
- ・図書館だより
- ・図書館要覧 など



本の検索など

- ・本の検索・新刊紹介
- ・カレンダー
- ・行事予定



1月の
企画
展示

「ことはじめ」など

とおち 1月の
十市出張図書館

日時/1月8日(水)
13:30～14:30
場所/十市高齢者多世代
交流プラザ 1階和室



子育て支援センター ひよこルーム

1/6 から時間が変わります。
 ※ランチタイムなし



未就園児と保護者が対象です。

おもちゃや遊具・絵本もあり、お子さんと一緒に遊べる場所ですので、親子で気軽にお越しください。

ひよこひろば (未就園児と保護者)	月・金 (9:00～12:00) (13:00～15:00) 火・水 (13:00～15:00)
よちよちひよこ (主に生後6カ月から歩き始めるまで)	火・木 (9:00～12:00)
マタニティ&ベビーひよこ (主に妊婦さんと生後6カ月まで)	水 (9:00～12:00)
育児相談 (電話、来所でも個別相談できます。)	月～金 (9:00～16:00)

★よちよちひよこ・マタニティ&ベビーひよこへのきょうだいを連れての参加は、スタッフにご相談ください。

計測日 1/7(火) よちよちひよこ
 (9:30～11:30) 1/8(水) マタニティ&ベビーひよこ

計測される場合は、**バスタオル**をご持参ください。

出張 お出かけひよこ

西部児童館 1/21(火) 10:00～12:00 13:00～15:00
 ※この日はこども家庭センターでのひよこルームはありません。



子育て講座



申し込みは、本人のみでお願いします

「ミュージック・ケア」

～音楽に合わせて親子で体を動かそう～

- 日時／1月28日(火)
10:00～11:30(受付9:30～)
- 講師／岩城 美喜江氏
(ミュージック・ケア認定指導者)
- 対象／10か月～2歳までの
お子さんと保護者
- 定員／先着10組
- 申込開始日／1月6日(月)～



『パパ講座』

～パパと一緒に運動遊び～

- 日時／1月19日(日)
10:00～11:30(受付9:30～)
- 講師／笹岡 真氏
(ピーススポーツ代表)
- 対象／10か月～未就園児
までのお子さんとパパ
(おじいちゃんも可)
- 定員／先着10組
- 申込開始日／1月6日(月)～



乳幼児健診

要予約

※対象の方には通知書でお知らせします。

4カ月児健診	1月23日(木)	1歳8カ月児健診	1月30日(木)
10カ月児健診	1月16日(木)	3歳6カ月児健診	1月 9日(木)

■ 受付時間／乳児健診12:45～ 幼児健診12:40～

ファミサポワークショップ第13弾

水引の基本をマスターしよう♪

ファミサポに興味のある方や登録をお考えの方は、遊びに来ませんか？心なごむ手作りの作品を作って、ファミサポの輪を広げましょう。お子さん連れも大歓迎です♪

- 日時／1月8日(水) 10:00～12:00
- 場所／なんこくファミリーサポートセンター
- 定員／5名
- 参加費／無料
- 託児／あり(要予約)※生後6カ月～託児が可能

■ 申し込み・問い合わせ／なんこくファミリーサポートセンター (南国市立西部児童館 2階)
 ☎088-802-5665 (9:00～17:00) 日・月・祝休み (月曜日が祝日の場合は翌火曜日も休み)

保健福祉センターからのお知らせ

■ 申し込み・問い合わせ ☎ 088-863-7373

〒783-0004 南国市大桶甲320

子宮頸がん検診



要予約

※聴覚・言語障害のある方など、電話での申し込みが困難な方は、希望する健診(検診)の申込開始日より前にご相談ください。

実施日時	場 所	申込開始日	対象	料金
2月7日(金) 13:30~15:00	保健福祉センター	1月7日(火)	20歳以上	600円



※今年度の南国市集団健診の日程はすべて終了しました。

まだ受診されていない方は、広域がん検診をご検討ください。詳しくは、広報12月号19ページをご覧ください。

麻しん・風しん混合定期予防接種はもうお済みですか

対象期間内に受けると、保護者の自己負担はありませんが、対象期間を過ぎて受けようとする、1万円前後の自己負担が必要になります。この機会に予防接種を受けるよう、お勧めします。

	対象年齢	接種期限
1期	1歳児	2歳の誕生日の前日まで
2期	保育園・幼稚園の年長児に相当する間 (平成30年4月2日~平成31年4月1日生まれの方)	令和7年3月31日まで

※原則、麻しん風しん混合ワクチン(MR)を使用します。麻しんまたは風しんのどちらか一方にかかったことのある方も接種できます。

※予診票は対象の方には送付していますが、転入された方、予診票を紛失された方はご連絡ください。

抽選応募開始

2025南国市健康ポイント賞品



- 対象／高知家健康パスポートアプリのヘルシーポイントまたは南国市健康ポイントを5ポイント以上お持ちの方
- 賞品／クオカード(1,000円分) 150名 ※申込多数の場合は抽選
- 申込期間／1月6日(月)~2月28日(金)
- 申込方法

① 窓口(保健福祉センターまたは市民課国保係)

高知家健康パスポートアプリを表示できるスマートフォンまたはがんばり記録表(みんなアデ歩こう、みんなアデ測ろう血圧測定 ※)を提示し、申込用紙に記入する。※申込用紙は保健福祉センターで配布

② Web申込(スマートフォンでも可能)

市のホームページまたは右の二次元コードから申込フォームへ。

※抽選に外れても、翌年度に南国市が実施するがん検診(肺がん、胃がん、大腸がん)の無料券が当たるチャンスがあります。抽選結果発表は、当選者への発送をもって代えさせていただきます。



休日当番医

※変更する場合や専門外の疾病は十分診察できない場合があります。

日	当 番 医	場 所	電 話
1月 1日(水)	JA高知病院	明 見	863-2181
1月 2日(木)	南国中央病院	後免町	864-0001
1月 3日(金)	岡豊病院	岡豊町	866-2345
1月 5日(日)	小栗医院	十 市	865-8405
1月12日(日)	にしかわクリニック	後免町	855-7676
1月13日(月)	いちほら内科小児科	大桶甲	863-3915
1月19日(日)	田村こどもクリニック	篠 原	863-0723
1月26日(日)	南国中央病院	後免町	864-0001
2月 2日(日)	山本循環器内科・眼科	駅前町	864-2575

心の悩み、相談してみませんか?

「心の健康に関する様々な悩み」について、精神科嘱託医師が無料で相談に応じます。

プライバシーに配慮し、秘密は厳守します。



- 日時／1月24日(金) 13:30~16:30
2月12日(水) 13:30~16:30

- 場所／中央東福祉保健所
香美市土佐山田町山田1128-1

- 定員／各回3名(1名につき1時間程度)

- 申し込み／1週間前までに保健福祉センターへ電話でお申し込みください。

※精神保健担当職員による相談は随時行っています。相談される場合は、事前にご連絡ください。



この印の事業は高知家健康パスポートのヘルシーポイントの対象事業です。



この印の事業は南国市健康ポイントの対象事業です。

南国市子育てアプリが変わります

予防接種モ！ 成長記録モ！ 市の育児情報モ！
地域とつながる、安心の子育てアプリです！

市では、子育て中の方への応援アプリとして、南国市子育てアプリ「母子モ」を導入します。令和7年度から電子版の母子手帳としてご活用ください。
(現在運用中のOYACoplus健康手帳アプリは令和7年3月までとなります。)

■ 予防接種をカンタン管理

- ・自動スケジュール機能で最適な接種日を表示！
- ・接種予定日が近付くとプッシュ通知でお知らせ！

■ 南国市からさまざまな情報が届く

育児情報や子育てイベント、乳幼児健診のお知らせも配信中！

■ お子さまの成長をカンタンに記録

日々の成長記録や健診の記録など、大切な情報をまとめて管理できます。

■ 記録したデータは家族で共有ができる

お子さんの成長記録や写真など、記録したデータは家族にも共有できます。おじいちゃん、おばあちゃんにも共有して家族みんなで成長を見守りましょう。



▲アプリストアから
取得して簡単登録！



■ 問い合わせ／こども家庭センター ☎088-863-7374

無料で学べる！

ヘルシー・フッキング教室



この印の事業は南国市健康
ポイントの対象事業です。

健康で長生きするためには、食事への心配りが欠かせません。塩分控えめ、野菜たっぷりバランスの取れたメニューを一緒に作ってみませんか。

- 日時／2月19日(木)10:00～12:30
- 場所／保健福祉センター
- 講師／南国市食生活改善推進員
- 定員／24名
- 申込締切／2月12日(木)
- 持ち物／筆記用具・マスク・エプロン・三角巾
- 献立／しらたきチャプチェ・かぼちゃとブロッコリーの味噌マヨ・里芋の豆乳スープ・デザート (予定)

■ 問い合わせ／保健福祉センター ☎088-863-7373



南国市食育キャラクターこめおくん

NANKOKU 給食だよ！

南国市食育キャラクターまいちゃん

キャラクター
デザイン／
高知東工業高校
美術マンガ部



◀ 中学校給食の献立を南国市公式Facebookに掲載しています。

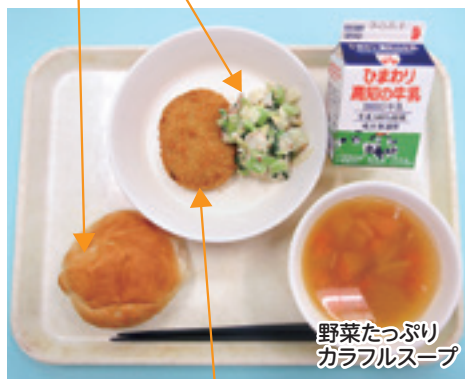
児童が給食メニューを開発！



①ジンハニーパン
(令和5年度長岡小5年生)



③小松菜のかつマヨあえ
(平成25年度大篠小6年生)



野菜たっぷり
カラフルスープ



②海と大地のなかよしコロッケ
(平成13年度三和小【令和4年度大篠小6年生により復活】)

小学校給食には、児童が考案・開発したメニューも登場します！11月15日は盛りだくさんの献立となりました。

①ジンハニーパン

社会科の学習でお米の消費量が減少していることを知った長岡小学校の5年生が、「なんとかお米の消費量を上げたい！」と開発した米粉パン。高知の特色を生かして「しょうが」を使用しています。

②海と大地のなかよしコロッケ

食材交流のある北海道千歳市のジャガイモと南国市のちりめんじゃこを入れて開発されたコロッケ。三和小学校の児童が名付けました。製造停止でしばらく給食には出なくなりましたが、大篠小学校の6年生が復活させました。

③小松菜のかつマヨあえ

大篠小学校の児童が、総合的な学習の時間に「南国市の野菜をもりあげよう！」と考えたメニュー。

どのメニューも、児童が自分たちの地域や食の課題に向き合いながら考えました。子どもたちの思いが形になった給食を通じて、食をとりまく現状について関心を持ってもらえたらうれしいです。

■ 問い合わせ／学校教育課学校給食係 ☎088-863-2566

631 親子クイズ

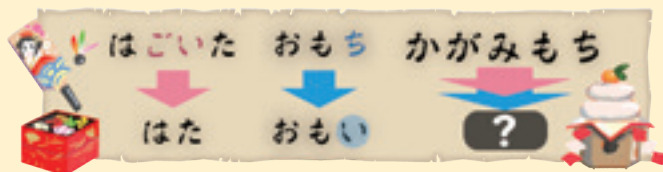


① 前回の答え

② ふたご座流星群

応募数56通 正解率96%

Q 正月ナゾキ! かがみもちは何になる?



- 応募締切/1月7日(火) 消印有効
- 応募方法/答え・住所・氏名・紙面への意見・感想を記入し、ハガキまたはメールでご応募ください。
- あて先/〒783-8501
南国市大堀甲2301
南国市企画課「親子クイズ係」
n-kouhou@city.nankoku.lg.jp
(※応募は1人1通まで)
- ※当選の発表は、プレゼントの引換券の発送をもって代えさせていただきます。

応募は
こちらから↓



今月のプレゼント(5名様)

高知ヤクルト販売株式会社

薬用アパコートS.E (歯磨き剤)

虫歯・歯周病予防・再石灰化



薬用ハイドロキシアパタイトが歯垢を除去し、歯の表面のミクロの傷を充填。初期虫歯を再石灰化します。マイルドな使用感で幅広い年齢の方にお使いいただけます。

- 住所/南国市明見928番地
- 営業時間/8:30~17:00
- 定休日/土日
- ☎088-863-8960



※当選者には引換券を送りますので、高知ヤクルト販売(株)で引き換えてください。



親子クイズのプレゼントを提供していただけるお店を募集しています。詳しくはお問い合わせください。

- 申し込み・問い合わせ/企画課秘書広報係 ☎088-880-6553

イベントインフォメーション

こんにちは! 地域おこし協力隊の藤井です。今月は「ごめんteteマルシェ」のご紹介です♪

恒例となった当イベントも、おかげさまで18回目。今回は特別にクラフト雑貨の販売会場を南国市商工会館3階へと移しての開催です! フードは通常通り海洋堂SpaceFactory横の広場で販売していますので、お間違いないようにお楽しみください☆
2025年もどうぞよろしくお願いいたします😊



ごめんteteマルシェvol.18

ハンドメイド雑貨・アクセサリや、キッチンカーによるテイクアウトグルメなど盛りだくさん! クラフト・グルメが多数出店予定! また、会場近接の後免町商店街では、【地産地消ごめんの軽トラ市】も同日開催! ぜひお誘い合わせの上ご来場ください♪

- ◆ 場 所 ◆ クラフト 南国市商工会館3階
フード 海洋堂SpaceFactoryなんこく横広場
- ◆ 日 時 ◆ 1月26日(日)10:00~15:00
- ◆ 入場料 ◆ 無 料
- ◆ 備 考 ◆ テイクアウトのみの販売です。施設内、会場内での飲食はお控えください。ごみ箱は設置していません。ごみはお持ち帰りください。



(主催/問い合わせ) ごめんteteマルシェ実行委員会

☎088-881-2675(水~日 9:15~17:00)

✉ gometete.marche@gmail.com



こばやし ちなつ
小林 千夏ちゃん
令和5年8月生まれ

好奇心いっぱいの千夏ちゃん。大好きな歌や踊りで、みんなを明るくしてくれます。生まれてきてくれてありがとう。

みんなの赤ちゃん+

市内在住の2歳の誕生日までの赤ちゃん(応募時)の写真を募集中!

詳細は市ホームページまたはお問い合わせください。

問/企画課秘書広報係

☎088-880-6553

✉n-hisho@city.nankoku.lg.jp

詳細はこちらから⇒



こまつ かなで
小松 奏くん
令和6年5月生まれ

いつも癒しをくれてありがとう♡
これからもすくすく元気に育ってね!



かみむら ゆうま
上村 悠真くん
令和6年7月生まれ

約2カ月早く産まれてきたとは思えないくらい元気いっぱい!お喋り大好き悠真♡これからたくさんお喋りしようね!



たにもと すい
谷本 澄衣ちゃん
令和6年7月生まれ

生まれてきてくれてありがとう!毎日たくさん幸せをもらってるよ。これからも可愛い笑顔を見せてね。



たかさき りゅうご
高崎 隆伍くん
令和5年1月生まれ

産まれてきてくれてありがとう♪お姉ちゃんと一緒に、いつも笑顔で、大きくなってね!いっぱい遊ぼうね☆

土佐のまほろば風景街道 ~健康散歩~

2/4 (火) 坂本龍馬ゆかりの地と梅を楽しむ



詳細はこちらから▲

- 開催時間/9:00~12:00(受付8:50~)
- 集合・解散/道の駅南国風良里
- 申込期間/1月15日(水)~29日(水) ■ 定員/先着20名
- 参加費/1,000円(あんぱん付き)
- コース/約9km: 道の駅南国→坂本龍馬先祖の墓→才谷龍馬公園→道の駅南国

■ 申し込み・問い合わせ/南国市観光協会
☎088-855-3985 (平日8:30~17:15)

第64回南国市 美術展覧会 【一般の部】開催



- 日時
1月29日(水)~2月2日(日)
・開会日は10時開場
・閉会日は16時閉場
- 場所・問い合わせ
地域交流センター
みあーれ
☎088-878-6070

南国市
防災行政無線
放送内容確認
フリーダイヤル



0120-7 5 9 1 3 1

※24時間以内の放送が確認できます

「広報なんこく」は、地区連絡員さんたちのご協力で皆さんの家庭にお届けしています。

高知県内の情報ポータルサイト

Kochi books

南国市の広報も掲載中!

