

ゆとりすと

数字にみるわがまち

(令和元年7月31日現在)

人口	合計	3,592人(-150)
	男	1,680人(-59)
	女	1,912人(-91)
	年少[15歳未満]	178人(-7)4.96%
	老年[65歳以上]	2,071人(-38)57.66%
	世帯数	2,109人(-50)
		()は、前年同月比較

8月10日 よさこいチームおおとよ本番を待つ

まちのできごと



消防団夏季演習操法大会結果

【1位】大田口分団 大田口部



【2位】大杉分団 穴内部

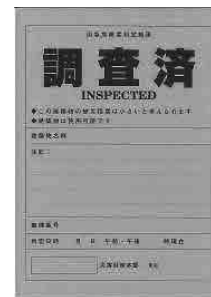


【3位】落合分団 落合部



判定結果は3種類のステッカーを建物の出入口などに貼り付けて表示します。
ステッカーはそれぞれA3サイズです。

(緑)



この建物は使用可能です

(黄)



この建物に立ち入る場合は
十分に注意してください

(赤)



この建物に立ち入ることは
危険です

なお、地震発生後の建物の判定には次のようなものもあります。これらは判定の目的や基準がそれぞれ異なります。

■ 被災度区分判定

建物の復旧対策を検討する目的で応急危険度判定後に建物の被災度を詳細に判定するもの

■ 住家被害認定

「り災証明書」を発行する目的で被害程度を認定するもの

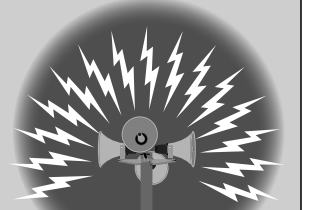
■ 被災宅地危険度判定 ※降雨災害にも対応するところが「被災建築物」と違います。

広範囲の地震や降雨などによる宅地災害が発生後、二次災害を防ぐ目的で被害の状況を把握して宅地の危険度を判定するもの

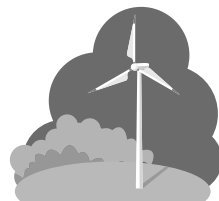
ゆとりすと放送では地震の際「緊急地震速報」が流れます！

大雨など災害時にはゆとりすと放送で防災情報をお知らせしていますが、地震の際も、「緊急地震速報」を流すようにしています。

また、弾道ミサイルやテロ情報などの「国民保護情報」もゆとりすと放送でお知らせします。



風力発電所が竣工！
7月30日、杖立山（ゆとりすとパーク付近）で建設が進められていた風力発電所「ユラス大豊ウインドファーム」が完成し、竣工式が行われました。
今回建設されたのは計8基。1基当たり2,300kW、総出力18,370kWの発電が可能で、これは一般家庭の約10,000世帯相当の電力となります。
既に営業運転も開始されており、発電した電力は四国電力㈱へ全量売電されています。



体育会柔道部 結果報告

① 第73回県中学校総合体育大会

場所…高知県立武道館
日時…7月22日

《結果》

- ◆ 女子個人57kg級…第3位…秋山愛音
 - ◆ 女子個人63kg級…第3位…秋山尊華
 - ◆ 女子個人70kg超級…優勝…山中優希
- それぞれ四国大会出場 ベスト16

② 四国中学総体

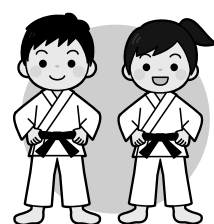
場所…高松市総合体育館
日時…8月4日



て練習を続けてきました。

香川県1位の選手と戦い、今回も結果が出ませんでした。敗因が分かった時は悔しくて涙が出ました。「瞬のスキも見逃さないよう、もっと練習すべきだったと感じました。」

中学校生活も残り少なくなってきましたが、不利な体勢でも技を出せるよう稽古に励み、またそれを後輩にも伝えていきたいです。



大豊町中学校3年 秋山愛音さん
2回目にして最後の四国大会。そして中学校で最後の大きな大会でした。1年生の時に初めて出場した時は数秒しか相手と戦えなかったことが悔しくて、頑張

役場からのお知らせ

骨髄・末梢血幹細胞移植促進事業 開始

骨髄バンクに登録され、骨髄末梢血幹細胞の提供をされた方と提供主を雇用している事業所に対する補助制度ができました。

【対象】

- ① 骨髄等提供者(すべての条件を満たしている方)
- 町民で、ドナー休暇制度のない事業所に勤務する方
- 令和元年7月1日以降に骨髄などを提供された方
- 骨髄バンクに発行した証明書を持っている方
- 町民税などの滞納がない方
- 同様の他の補助制度を受けていない方

補助内容

骨髄などの提供時に要した通院・入院日数の内、最大7日間、1日当たり20,000円を補助

② 事業所

- ①の方を雇用している事業所
- 税金などの滞納がない事業所
- 同様の他の補助制度を受けていない事業所

補助内容

骨髄などの提供時に要した通院・入院日数の内、最大7日間、1日当たり10,000円を補助

問い合わせ先

住民課 健康づくり班 村岡

町民文化祭 開催

第46回大豊町民文化祭を、大豊町総合ふれあいセンターで開催します。日頃の文化芸術活動の成果を出展発表しませんか？

【参加基準】

大豊町在住・在学または勤務されている方
大豊町に所属している団体

【開催日】

11月3日(日)

【募集期間】

9月2日(月)～30日(月)

【展示の部】

絵画・写真・書道文化活動(生け花俳句など)

【舞台発表の部】

楽器演奏・詩吟・民俗芸能・舞踊など(15分程度)

問い合わせ先

教育委員会 人づくり班 森本

今年も「高知家手帳」はいかがですか

来年の高知家手帳(2020年版)の購入予約を受け付けています。毎日の暮らしやビジネスにぜひ活用ください。

【内容】

行政区画図、行事表、日記、県内主要統計表、官庁関係資料、暮らしの各種資料など

【価格】

ポケット版(9×14.5cm) 550円

デスク版(13×21cm) 800円

【申し込み期限】

9月13日(金)

問い合わせ先

総務課 企画財政班 三谷

健康ウォーキング教室 参加者募集

ウォーキングは、身体に負担がかかりにくく、運動が苦手な人でも手軽にできる有酸素運動です。まずは、体験してみませんか？普段歩いていない人大歓迎です！お気軽にご参加ください。

【実施日】

第1回 10月5日(土)(黒石～上東往復)

第2回 10月19日(土)(川口～川口南往復)

第3回 11月6日(土)(落合～栗生)



【参加人数】各日とも先着30人

【集合場所】大豊町総合ふれあいセンター1階ロビー

【集合時間】午前8時半

【参加料】100円(傷害保険代など、当日集金)

【申し込み】電話で住民課健康づくり班へ(各実施日の1週間前まで)

【教室内容】

前田郁運動指導士を講師に迎え、各回ともに5km前後のコースを自分に合ったペースで歩きます。ウォーキングの後には、管理栄養士が減塩などについてアドバイスいたします。(雨天の場合は、総合ふれあいセンターでボールウォーキングとなります。)

【各自用意するもの】

運動できる服装・汗拭きタオル・お茶など・体育館シューズ(雨天の場合)

※この教室は、高知家健康パスポートのシール配布対象事業です。都合により行先が変わる場合があります。

問い合わせ先

住民課 健康づくり班 宮岡

オンライン相談をご利用ください

県が設置している若者の就職支援機関「ジョブカフェこつち」では、これまでの来所・電話・メールでの相談に加え、スマートフォンやパソコンを使った「オンライン相談」を始めました。

遠方の方には利便性の向上を、来所の相談に心理的なハードルのある方には自宅などから相談できるよう、無料で相談員とテレビ電話のイメージで就職相談をすることが出来ます。

オンライン相談では、相談全般のほかウェブ面接の練習も可能です。ぜひご利用ください。

ジョブカフェホームページより予約受付します。
<https://www.jobcate-kochi.jp/4749/>

年金相談・お手続きの際は

予約相談

をご利用ください。

ご予約いただくと…

- ① お客様のご都合に合わせて、スムーズに相談できます！
- ② 相談内容にあったスタッフが事前に準備のうえ、丁寧に対応します。



予約相談の実施時間帯

月曜日：午前8時30分～午後6時
火～金曜日：午前8時30分～午後4時
第2土曜日：午前9時30分～午後3時

※月曜日が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日に午後6時まで予約相談を実施しています。

予約の申し込みは「予約受付専用電話へ！」

0570-05-4890(ナビダイヤル)

午前8時30分～午後5時15分(土日祝および年末年始を除く)

※予約相談希望日の1カ月前から前日まで受付しています。

※ご連絡の際は、基礎年金番号の分かる年金手帳や年金証書をご準備ください。

※お近くの年金事務所でも受付しています。〈南国年金事務所〉☎088-864-1111

役場からのお知らせ

骨髄・末梢血幹細胞移植促進事業 開始

骨髄バンクに登録され、骨髄末梢血幹細胞の提供をされた方と提供主を雇用している事業所に対する補助制度ができました。

【対象】

- ① 骨髄等提供者(すべての条件を満たしている方)
- 町民で、ドナー休暇制度のない事業所に勤務する方
- 令和元年7月1日以降に骨髄などを提供された方
- 骨髄バンクに発行した証明書を持っている方
- 町民税などの滞納がない方
- 同様の他の補助制度を受けていない方

補助内容

骨髄などの提供時に要した通院・入院日数の内、最大7日間、1日当たり20,000円を補助

② 事業所

- ①の方を雇用している事業所
- 税金などの滞納がない事業所
- 同様の他の補助制度を受けていない事業所

補助内容

骨髄などの提供時に要した通院・入院日数の内、最大7日間、1日当たり10,000円を補助

問い合わせ先

住民課 健康づくり班 村岡

町民文化祭 開催

第46回大豊町民文化祭を、大豊町総合ふれあいセンターで開催します。日頃の文化芸術活動の成果を出展発表しませんか？

【参加基準】

大豊町在住・在学または勤務されている方
大豊町に所属している団体

【開催日】

11月3日(日)

【募集期間】

9月2日(月)～30日(月)

【展示の部】

絵画・写真・書道文化活動(生け花俳句など)

【舞台発表の部】

楽器演奏・詩吟・民俗芸能・舞踊など(15分程度)

問い合わせ先

教育委員会 人づくり班 森本

今年も「高知家手帳」はいかがですか

来年の高知家手帳(2020年版)の購入予約を受け付けています。毎日の暮らしやビジネスにぜひ活用ください。

【内容】

行政区画図、行事表、日記、県内主要統計表、官庁関係資料、暮らしの各種資料など

【価格】

ポケット版(9×14.5cm) 550円

デスク版(13×21cm) 800円

【申し込み期限】

9月13日(金)

問い合わせ先

総務課 企画財政班 三谷

健康ウォーキング教室 参加者募集

ウォーキングは、身体に負担がかかりにくく、運動が苦手な人でも手軽にできる有酸素運動です。まずは、体験してみませんか？普段歩いていない人大歓迎です！お気軽にご参加ください。

【実施日】

第1回 10月5日(土)(黒石～上東往復)

第2回 10月19日(土)(川口～川口南往復)

第3回 11月6日(土)(落合～栗生)



【参加人数】各日とも先着30人

【集合場所】大豊町総合ふれあいセンター1階ロビー

【集合時間】午前8時半

【参加料】100円(傷害保険代など、当日集金)

【申し込み】電話で住民課健康づくり班へ(各実施日の1週間前まで)

【教室内容】

前田郁運動指導士を講師に迎え、各回ともに5km前後のコースを自分に合ったペースで歩きます。ウォーキングの後には、管理栄養士が減塩などについてアドバイスいたします。(雨天の場合は、総合ふれあいセンターでボールウォーキングとなります。)

【各自用意するもの】

運動できる服装・汗拭きタオル・お茶など・体育館シューズ(雨天の場合)

※この教室は、高知家健康パスポートのシール配布対象事業です。都合により行先が変わる場合があります。

問い合わせ先

住民課 健康づくり班 宮岡

オンライン相談をご利用ください

県が設置している若者の就職支援機関「ジョブカフェこつち」では、これまでの来所・電話・メールでの相談に加え、スマートフォンやパソコンを使った「オンライン相談」を始めました。

遠方の方には利便性の向上を、来所の相談に心理的なハードルのある方には自宅などから相談できるよう、無料で相談員とテレビ電話のイメージで就職相談をすることが出来ます。

オンライン相談では、相談全般のほかウェブ面接の練習も可能です。ぜひご利用ください。

ジョブカフェホームページより予約受付します。
<https://www.jobcate-kochi.jp/4749/>

～新しいALTの先生をご紹介～
ジョナサン先生の後任で、8月から着任♪



ホン先生

おおとよEnglish Class 生徒募集♪

あなたも英会話教室に来てみませんか？
講師はALTのホン先生とCIRのガリック先生です。
お申し込みは、教育委員会まで。

【日 時】

日曜日(月2回程度)

- ・初心者クラス:午後5時～6時
(簡単な英語が分かる人が対象で初心者歓迎)
- ・中級クラス:午後6時～8時
(初心者クラスで上達してきたらレベルアップ)

【下半期の日程】

- ◆9月1日・29日 ◆10月6日・27日
- ◆11月24日 ◆12月15日

【場 所】

大豊町総合ふれあいセンター 会議室
問い合わせ先 教育委員会人づくり班 小松



オーストラリアから来ました。
よろしくお願いします！

10月1日～

年金生活者支援給付金制度が始まります！

公的年金などの収入や所得額が一定基準額以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されます。

受け取りには、**請求書の提出が必要**です。ご案内や事務手続きは、日本年金機構(年金事務所)が実施します。

■ 対象となる方

◆ 老齢基礎年金受給者

(下記要件を全て満たす方)

- ・65歳以上
- ・世帯員全員が町民税非課税
- ・年金収入とその他所得額合計が約88万円以下

◆ 障害基礎年金・遺族基礎年金受給者

(下記要件を満たす方)

- ・前年の所得額が約462万円以下



請求手続きは
お早めに！

■ 請求手続き

①平成31年4月1日以前から年金を受給している方

対象となる方には、日本年金機構から請求手続きのご案内が**9月上旬から順次届きます**ので、同封のがき(年金生活者支援給付金請求書)を記入し提出してください。

②平成31年4月2日以降に年金を受給しはじめた方

年金の請求手続きと併せて年金事務所または役場で請求手続きをしてください。

■ 日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内に注意！

日本年金機構や厚生労働省から、口座番号をお聞きしたり、手数料などの金銭を求めることはありません。

▶ 年金生活者支援給付金のご請求でお困りになったときには、お電話ください。
『給付金専用ダイヤル』:0570-05-4092(ナビダイヤル)

教育委員会だより

租税教室

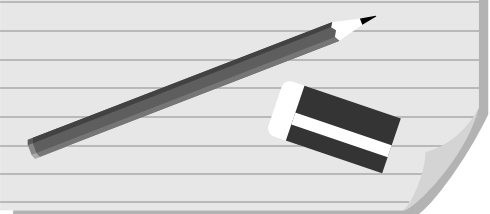
7月11日、大豊町中学校で中学3年生を対象に岩崎町長が行いました。



3年 佐々木 悠羽さん
租税教室で気づいたことは、2つあります。

1つ目は、僕たち中学生や小学生に使っていただいているお金です。僕たちに何億というお金を使っているということに驚きました。他の所では、こんなに中学生や小学生にお金を使っている所はないので恵まれているなと改めて感じました。

2つ目は大豊町の資源です。大豊町にはたくさんの木があり、これを伐採し、2020年の東京オリンピックの選手村の建物に使われるということがわかりました。木は地球温暖化の対策にもなるので、大豊町の木を大切にしていきたいです。



3年 北村 萌絵さん

今回の租税教室で学んだことは2つあります。

1つ目は、「目的税」です。目的税の中の森林環境税は、山を手入れするためにみんなが出す税で、山をしっかりと守るために大切だとわかりました。大豊町はたくさんの雨が降り、災害が起きやすいので、しっかり対策をしてほしいと思いました。

2つ目は、私たち中学生や小学生の教育費にたくさんのお金を使っていることです。たくさんのお金を使っていることが分かったので、しっかりと学習をしていきたいです。

また、地域に恩返しができるようにしていきたいです。

「高知家」児童会・生徒会地区別交流集会に行ってきました

7月28日に南国市立スポーツセンターで行われ、小中学校の代表各2名が参加しました。

「いじめ問題に対して取り組んでいること」「いじめをなくしていくために今後私たちにできること」について事前に各校で話し合い、取り組んでいることをグループ協議で出し合い、お互いの取り組みを知った後、より良い学校にするために、どんな取り組みをすればよいかを共に考えました。

初対面での話し合いでしたが、小学生の二人も相談しながら、しっかりと取り組みについて話していました。

中学生はグループ協議の進行を担当し、協議を進めてくれました。緊張したと思いますが、一つ一つ丁寧に話していました。

参加した児童生徒にとって、たいへん貴重な経験ができました。今回話し合ったことを学校に持ち帰り、2学期からの学校生活をより充実したものにしてけると期待しています。



9月は 食生活改善普及 運動月間です

「食事をおいしく、 バランスよく」

ヘルスメイトの
おしゃべり
コーナー

生活習慣病の特性や運動・食事・禁煙など個人の生活習慣の改善の重要性について国民一人ひとりが理解し、健康づくりに取り組むために9月を食生活改善普及月間とし全国的な運動を実施しています。主食、主菜、副菜を揃えて食べる人の割合は国民の約6割で、特に若い世代を中心に低い状況です。また、野菜や食塩の摂取量は現状値と目標値の差が縮まらず、継続して食生活の改善を推進する必要があります。町民一人ひとりが自分の食生活を見直し目標達成に向けて取り組みましょう！

◆食生活改善普及運動の重点目標

基本テーマ「食事をおいしく、バランスよく」

「毎日プラス1皿の野菜」「おいしく減塩1日マイナス2g」

「毎日のくらしにwithミルク」

交通安全ニュース

秋の全国交通安全運動

令和元年9月21日(土)～9月30日(月)

運動重点

- ①子供と高齢者の安全な通行の確保
- ②高齢運転者の交通事故防止
- ③夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止
- ④全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- ⑤飲酒運転の根絶

交通事故死をめざす日です

高知県東警察署本山警察庁舎
高齢者交通安全アドバイザー 上池
TEL 0887-76-0110

「県下の高齢ドライバー交通死亡事故の特徴」

■車両運転中(乗車中)の事故状況 (車両運転中などの死者9人)	
車両単独	4人
違反あり	8人
シートベルト非着用	1人
75歳以上	5人

■車両運転中などの事故防止

- *体調の優れない時は、運転を控える
- *シートベルトは正しい方法で着用
- *前をしっかりと見て、安全な速度で走行
- *暗くなる前に、早めのライト点灯
- *交差点では一時停止、徐行、安全確認を確実に

■車両運転中などの事故防止

- *体調の優れない時は、運転を控える
- *シートベルトは正しい方法で着用
- *前をしっかりと見て、安全な速度で走行
- *暗くなる前に、早めのライト点灯
- *交差点では一時停止、徐行、安全確認を確実に

あらゆる視点から事故を防ぐ

第27巻 地域包括支援センター通信

「やせ」は寝たきりなどのリスクを高めます

高齢期に「やせ」の状態になると、心身の機能が少しずつ低下し、フレイルとなつていきます。そして、要介護状態や寝たきりなど健康に悪影響を及ぼす危険度が高まります。

高年齢期はメタボ対策よりも低栄養対策

中年期にメタボ対策をしてきた人の中には、高齢になつても肉や卵、脂っこいものは避けた方がよいと考えている人も多いようです。高齢期は食欲が落ちたり胃腸の消化吸収力が衰えたりすることで、健康維持に必要な栄養が十分にとれなくなり、がちで、むしろ栄養不足の方が心配です。このため、75歳を過ぎたらメタボ対策から低栄養(やせ)対策へと徐々に切り替えていく必要があります。

衰弱(フレイル)の悪循環の例

```

graph TD
    A[食欲・栄養状態  
社会活動  
の低下] --> B[筋力・体力  
判断力  
認知機能  
の低下]
    B --> C[外出の機会  
身体活動量  
の低下]
    C --> A
    
```

「低栄養」が「やせ」の大きな原因

低栄養に陥る最大の原因は、たんぱく質の不足です。たんぱく質が不足すると、筋肉をつくる力も低下し、筋肉量が減少します。食事の量が減つてエネルギー源となる食べ物が入つてこない、体は筋肉を分解して必要なエネルギーを得ようとするため、さらに筋肉が減少し、「やせ」状態につながってしまいます。たんぱく質は記憶力や思考力にも関係しているので、不足させないことが大切です。

「年をとると食が細くなるのは、当たり前」のことではありません。低栄養につながる要因をきちんと把握し、低栄養を防いで「やせ」を食い止めます。

毎日の食事を大切にして低栄養を予防

加齢とともに食欲が落ちやすくなりますが、食事を抜いたり、偏った食事をしていると必要な栄養を十分にとれない危険性があります。1日3食、しっかりと食べるように心がけましょう。

高齢期に低栄養になる主な要因

- ・食が細くなり、食事からとる栄養が不足する
- ・足腰の衰えなどから買い物、食事づくりがおっくうになる
- ・身体活動量が減り、食欲が落ちる
- ・病気やけがなどにより食欲が減退
- ・歯が抜けたりすることで「かむ力」が弱くなる
- ・「飲み込む力」が低下する
- ・うつ状態による食欲の低下

主食と主菜をしっかりとる

主食にはエネルギー(糖質)が多く含まれ、主菜にはたんぱく質が多く含まれています。エネルギーはからだを動かす動力源として、たんぱく質は筋肉や内臓の機能を維持するために欠かせないため、しっかりととりましょう。

主食(エネルギー源) ごはん、パン、めん類など	主菜(たんぱく質) 肉、魚、大豆食品、卵など
----------------------------	---------------------------

食欲がないときは好きなものを

食が進まないときは、おかずだけでも食べましょう。どうしても食欲がないときは、好きなものを食べたいときに食べましょう。

主食・主菜・副菜をそろえる

自然とバランスよく栄養がとれるので、できれば「一汁三菜」になるよう工夫しましょう。

牛乳や間食などで不足分を補給

牛乳はたんぱく質やカルシウムが豊富。1日にコップ1杯程度(200ml)飲みましょう。ヨーグルト、チーズなどの乳製品も牛乳と同様です。

間食も果物などを選び、栄養を補給する工夫をしましょう。

令和元年
2019

ゆとりすと
Yutorisuto
Calendar

カレンダー

9

長月
September

1	日		防災の日
2	月	町県民税・国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料② 納付期限 行政相談（ふれあいセンター）10:00～12:00	
3	火		
4	水		
5	木		
6	金		
7	土		
8	日		白露
9	月		救急の日
10	火		
11	水	立川無医地区診療 ポールウォーキング教室（ふれあいセンター）14:30～15:30	
12	木		
13	金	よちよち（ふれあいセンター）10:00～	十五夜
14	土		
15	日		
16	月	● 敬老の日	
17	火	久寿軒無医地区診療	
18	水	無料法律相談（ふれあいセンター）10:00～12:00	
19	木		
20	金		彼岸入り
21	土	子宮がん検診（東豊永公民館）9:00～9:30 （ふれあいセンター）10:30～11:00・13:00～13:30 （大豊町役場）15:00～15:30 第9回岩原灯りの里（岩原集会所）	秋の全国交通安全運動
22	日		
23	月	● 秋分の日 カジガモリヒルクライム（梶ヶ森周辺）	
24	火	西峰無医地区診療	
25	水		
26	木	はつらつ健康運動教室（農工センター）18:30～20:00	彼岸明け
27	金		
28	土		
29	日		
30	月	国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料③ 納付期限	

10

神無月
October

1	火	ヘルスメイト推進教室（ふれあいセンター）
2	水	人権相談（ふれあいセンター）10:00～15:00
3	木	
4	金	
5	土	健康ウォーキング（黒石～上東）8:30～
6	日	
7	月	行政相談（ふれあいセンター）10:00～12:00

募集

イベント情報

募集スタート！高知県地場産業大賞

県内で製造、加工された優れた地場産品、地場産業に貢献のあった活動を募集します。

応募の中から地場産業大賞はじめ、産業振興計画賞、地場産業賞、地場産業奨励賞、高校生対象の高知県次世代賞を決定します。皆さまのご応募をお待ちしています。

募集対象 高知県内で製造または加工されたすぐれた地場産品（概ね過去2年以内に製品化されたもの）、地場産業に貢献のあった活動。

募集期間 9月2日（月）～10月31日（木）
※「次世代賞」は12月13日（金）まで

申請・問い合わせ先
（公財）高知県産業振興センター ☎088-845-6600
※センターHPから申請用紙のダウンロードもできます。

無料調停相談会 開催

交通事故、金銭貸借、損害賠償などの民事問題、離婚、財産分与、相続、親権などの家事問題などを手軽に、早く安く解決します。予約不要です。

日時 9月6日（金）午前9時30分～午後3時30分
9月27日（金）午後1時～4時

場所 高知県民文化ホール1階 第11多目的室

相談担当者 民事・家事調停委員

問い合わせ先 高知調停協会連合会事務局
（高知家裁内）☎088-872-7884

自衛官募集案内

種目		資格	受付期間
防衛 大学校	推薦	下記要件に該当し、成績優秀かつ生徒会活動などに顕著な実績を納め、学校長が推薦できる者	9月5日 ～ 9月9日
	総合選抜	18～21歳未満の高卒または高専3年次修了者（見込含）	9月5日 ～ 9月30日
	一般		
防衛医科大学校 医学科		18歳以上33歳未満	年間を通じて実施
防衛医科大学校 看護学科			
自衛官候補生		18歳以上33歳未満	年間を通じて実施
陸上 自衛隊 高等工科 学校	推薦	下記要件に該当し、成績優秀かつ生徒会活動などに顕著な実績を納め、学校長が推薦できる者	11月1日 ～ 11月29日
	総合選抜	男子で中卒（見込含）17歳未満	11月1日～ 来年1月6日

問い合わせ先

総務課 庶務班 永野
自衛隊高知地方協力本部高知募集案内所
☎088-823-2006

公証相談会 開催

「公証制度」とは、不動産の売買・金銭の貸し借りなど重要な契約を交わしたり遺言をされたりする際、「公証人」が法的に特別な証拠力が認められている文書を作成することにより、後日のトラブルを防止するものです。

10月1日からの公証週間行事として、下記のとおり相談会を開催します。

日時 10月5日（土）受付：午前10時～午後4時

場所 高知合同公証役場

（高知市本町1-1-3 朝日生命高知本町ビル）
問い合わせ先 高知地方・家庭裁判所事務局 総務課
☎088-822-0576（ダイヤルイン）

放送大学 10月入学生募集！

心理学・福祉・経済・情報・自然科学など、約300の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。全国に学習センターが設置されており、学士を取得できるほか、サークル活動などの学生交流も行われています。

資料は無料ですので、お気軽にご請求ください。

授業料 11,000円／授業1科目（入学金は別、半年ごとに学ぶ科目分だけの授業料を払うシステム）

出願締め切り 第1回：8月31日 第2回：9月20日

問い合わせ先 放送大学高知学習センター
☎088-843-4864

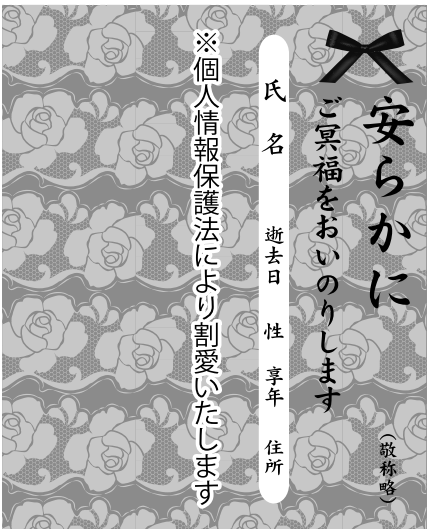
全国一斉法務局休日相談所 開催

事前予約制です。詳しくはお問い合わせください。

日時 10月6日（日）午前10時～午後3時

場所 高知よさこい咲都合同庁舎
（高知市栄田町2-2-10）

問い合わせ先 高知地方法務局 総務課
☎088-822-3331（自動音声案内）



Happy Birthday

1歳になったよ!

平成30年1月から
6月生まれの
子どもさんです♪



こうの あきと
河野 彰人 (1月生まれ)



はやしだ ひまり (1月生まれ)



よしだ ゆう
吉田 侑生 (2月生まれ)



みたに みさき
三谷 美佐希 (3月生まれ)



やまもと ふうが
山本 楓賀 (4月生まれ)



やまさき りお
山崎 梨央 (5月生まれ)

子育て支援サークル

よちよち

身体
計測

親子の
交流

リフレ
ッシュ

「よちよち」は、毎月1回、金曜日の10時からふれあいセンターで開催!子育てに関する情報もお届けします。子育て世帯同士で楽しくリフレッシュしましょう!

★今後の予定★

日時	内容
9月13日	絵手紙教室
10月11日	ママのためのエクササイズ教室 ～ママビクス～
11月8日	親子でダンシング♪ 3B体操
12月6日	よちよちクリスマス会 ※昼食が出ますので参加希望者は 事前申し込みを。



問い合わせ 住民課 健康づくり班



妊婦、子育てに関心のある方
もお気軽に越しください♪

高知県内の情報
ポータルサイト

Kochi ebooks

高知イーブックス 検索