



こうなん ワーキングホリデー



香南暮らしを体験!
平成30年度から実施しているこうなんワーキングホリデーは、関係人口の拡大や香南市への移住・定住の促進を目的としたものです。実際に「仕事」や「暮らし」を体験しながら一定期間香南市に定住することにより、移住・定住後の暮らしを具体的にイメージすることが容易になります。今年度は3名がワーキングホリデーに参加。井上ワイナリーでワインの醸造作業のお手伝いや、山北みらいでみかんの収穫作業のお手伝いなどを通して、リアルな香南暮らしを体験できたようで、香南市の関係人口の増加や市の産業のPRに繋がりました。

住みたいまち ナンバーワン!



かわむら るいこ
川村 留以子さん(東京都)

分からないことだらけの私を、地域おこし協力隊の方や山北みらいの方が温かく迎え入れてくださり、毎日楽しくて期間が終了してしまうのが辛かったです。香南市はすぐに海にも山にも行ける、ちょっと出かければ高知市内の賑やかな所にも行けるちよい田舎。でもとっても素敵な人・街・空気・自然があります。他に替えられない経験をさせていただきました。ありがとうございます。これからの人生の住みたいまちナンバーワンになりました。

体験していろいろなことを学びたい!



いしぐろ しん
石黒 信さん(東京都)

今回の経験を通して、長期の滞在でないと見えてこない高知・香南の魅力や農業の実態を体感することができ、高い満足感を得ることができました。地域の生活の一部に携わり、地域の方々と双方向のやりとりを通してより深く地域の魅力を発見できることはワーキングホリデーでしか体験できない意義だと感じています。このような貴重な体験を楽しめたのも市役所の方や関わってくださった多くの人々の支えがあってこそだと感じています。本当にありがとうございました。

■地域支援課
☎57-8503

香南市は来年度もワーキングホリデー事業を実施予定です。ご協力いただける受入事業所がありましたら、地域支援課までお問い合わせください。

募集
します
市内事業者の
みなさんへ



■交通費
上限15,000円

■宿泊費
上限3,000円/日
(最大30日)

ワーキングホリデー補助制度のご紹介

市内滞在中の宿泊費と公共交通機関利用時の交通費を補助します。

受けよう!
HPVワクチン接種
子宮頸がん予防接種

20歳からの
検診も!

こうなん
元気

問い合わせ
健康対策課
☎50-3011

子宮頸がんって?

子宮の入り口である頸部にできるがんのことで、ヒトパピローマウイルス (HPV) の感染が原因とされています。日本では毎年約1.1万人がかかり、約2,900人が亡くなっています。若い世代に多く、20代から増加し、30代までにがんの治療で子宮を失い、妊娠できなくなってしまう人もいます。そのため、20歳から子宮頸がん検診を受けることが推奨されています。



香南市では集団検診と個別検診(協力医療機関での検診)で受診できます!

HPVワクチンって?

- 効果** HPVの感染を50~70%の確率で防ぎます。
- 副反応** 接種部位の痛みや腫れ、赤みなど。接種者1万人あたり約5~7人の割合で、呼吸困難やアナフィラキシー、手足の力の入りにくさ、頭痛、嘔吐などが起こることがあります。
- 対象年齢**
- 小学6年生~高校1年生相当の女子(令和5年度は、平成19年4月2日~平成24年4月1日生まれ)
 - 積極的な接種を差し控えていた年代の女子に対するキャッチアップ接種(令和5年度は、平成9年4月2日~平成19年4月1日生まれ)
- 予診票の再発行を希望の方は健康対策課へご連絡ください

接種状況 (小学6年生~高校1年生)

香南市	R1年度 (716人中)	R2年度 (711人中)	R3年度 (694人中)	R4年度 (711人中)	R5年度(673人中) ※4月~10月	最新の全国 接種状況 (R3年度)
1回目	0人(0%)	35人(4.9%)	36人(5.1%)	77人(11.2%)	141人(20.9%)	37.4%
2回目	0人(0%)	21人(2.9%)	40人(5.7%)	65人(9.4%)	78人(11.5%)	34.4%
3回目	0人(0%)	9人(1.2%)	34人(4.8%)	51人(7.4%)	56人(8.3%)	26.2%

今年度の 特定健診は受けましたか??



今年度の受診は令和6年3月31日まで。
年に1回は必ず受けましょう!

特定健診は糖尿病等の生活習慣病を予防するため内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)やその予備群の方を早期に発見し、生活習慣を改善することを目的とした健康診査です。

- 対象** 40歳~74歳の香南市国民健康保険加入者
- 費用** 無料(自費で受ける場合は約8,000円)
- 受診方法**
医療機関に直接お問い合わせください。できるだけ、かかりつけ医での受診をお勧めします。
- こちらから実施医療機関を
検索できます
- 持参するもの** 受診券(黄色)・保険証・問診票
※受診券についてのお問い合わせは市民保険課 ☎57-8506まで