

# こうなん NOW

令和7年度香南市広報誌

## 今月のNOW情報

確定申告が始まります！ 2・3  
消防団入団説明会 7  
香南市長選挙のお知らせ 8  
子育ての心強い味方をご紹介します 23  
こうなんワーキングホリデー 26・27

広報がスマホで読める！

マチイロ

アプリダウンロードで最新号の配信を通知！

Kochi ebooks

高知県の情報ポータルサイト

表紙を募集しています！



# 迎春

高知県立のいち動物公園  
野間馬の「葉世（はせ）」



## 申告に必要なもの

- ▶ 利用者識別番号（お持ちの場合）
- ▶ 申告者本人のマイナンバーカードまたは免許証等
- ▶ 被扶養者・専従者のマイナンバーがわかるもの
- ▶ 還付申告の場合は、還付金振込先の金融機関・支店・口座がわかるもの（本人名義）
- ▶ 代理人（家族以外）が申告する場合は委任状

- ▶ 収入が証明できるもの  
給与・年金の源泉徴収票、個人年金等の支払証明書等、農業・営業・不動産収入の収支内訳書（※1）
- ▶ 控除が証明できるもの  
生命保険、地震保険の控除証明書、寄付金の受領書等、配偶者の所得が分かる資料、障害者手帳、医療費控除の明細書（※2）または医療費通知

**注意** 「収支内訳書（※1）」、「医療費控除の明細書（※2）」は事前に作成してお越しください。  
（様式は市ホームページにあります）

## 市役所への来庁が困難な方は…

事業・不動産の所得がある方で、自動車等の運転ができず、本庁への来庁が困難な方（おおむね75歳以上の高齢の方、障害のある方など）は以下の日程にて支所で受け付けます。

- 夜須支所 2月25日（水）、2月26日（木）の午前
- 香我美支所 3月3日（火）
- 吉川支所 3月6日（金）の午後
- 赤岡支所 3月9日（月）

**NEW** 令和7年分から個人住民税の電子申告ができるようになりました。  
詳しくは特設ページをご覧ください。



特設ページ

## e-Taxならスマホ、パソコンから申告できます！

確定申告書等作成コーナー（右記QR）から金額を入力するだけで、自動計算で申告書を作成できます。



確定申告書等作成コーナー（国税庁ホームページ）

必要なもの

- ▶ **マイナンバーカード**  
※マイナンバーカードおよび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み取り対応のスマホ**（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）

メリット

- 自宅から申請可能
- 確定申告期間 24時間利用可能  
※メンテナンス時間を除く
- 申告書をデータで取得可能
- 添付書類 提出不要  
※一部の書類を除く
- 早期還付（3週間程度で還付）  
（書面提出の場合は1か月～1か月半程度で還付）

## 南国税務署 確定申告会場の開設期間

**2/16日 ▶ 3/16日**  
（土・日・祝を除く）

受付時間  
**8:30～16:00**

※入場整理券が必要です  
詳しくは南国税務署にお問い合わせください  
**☎088-863-3215**

次の申告は市役所ではできません  
南国税務署で申告をお願いします

- ✕ 分離課税所得（不動産や株式の譲渡など）
- ✕ 令和6年分以前の確定申告
- ✕ 死亡した方の確定申告
- ✕ 住宅借入金控除1年目
- ✕ 暗号資産
- ✕ 青色申告

# 所得税の確定申告 市・県民税の申告

**が始まります！**  
■ 税務収納課 ☎57-8504

還付のみの申告

**2/5日 ▶ 2/13日**

すべての申告・相談

**2/16日 ▶ 3/16日**

■ 受付時間：9:00～11:00、13:00～16:00（土・日・祝を除く）

■ 受付場所：市役所3階303～305会議室

各支所（給与・年金・雑所得・一時所得の申告、および所得のない方）

当日の待ち人数を市HPなどでお知らせします。

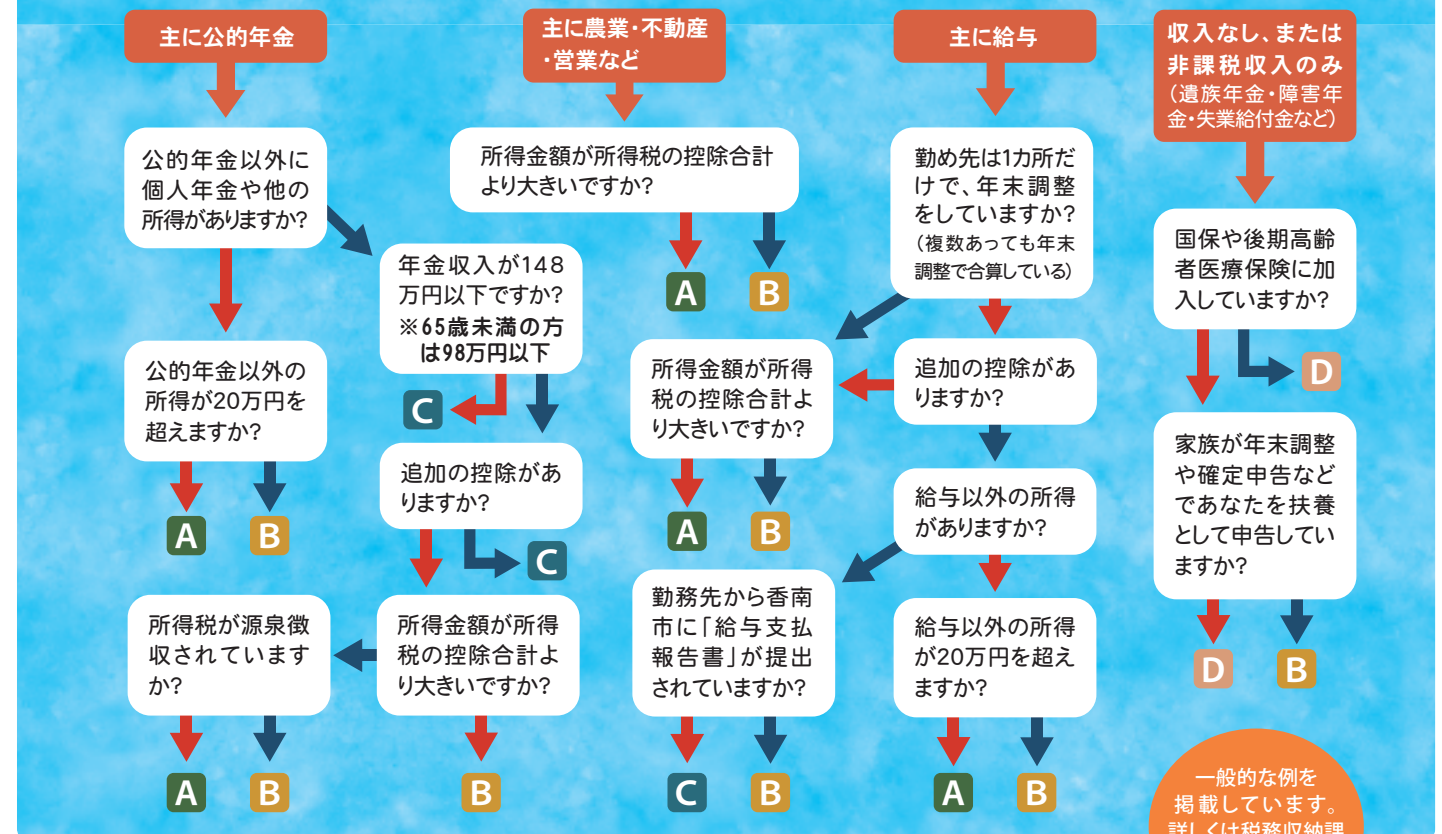


あなたは申告が **要る？要らない？**

令和7年中の主な収入からチェックしてみましょう！

※令和8年1月1日時点で市内在住の方が対象です

はい → いいえ →



**A** 所得税の確定申告が**必要**です  
（市・県民税の申告も兼ねます）

**B** 市・県民税の申告が**必要**です

**C** 確定申告、市・県民税の申告は**不要**です

**D** 確定申告、市・県民税の申告は**不要**です

※市・県営住宅、子どもの保育園・幼稚園、ひとり親医療、障害者医療等サービスを利用する場合や所得証明書等が必要な場合は「収入0」の申告が必要です

一般的なお例を掲載しています。  
詳しくは税務収納課へお問い合わせください。





▲食べているときの表情やコメントが審査基準に

## や・シィ秋の風物詩

11月23日(日)、夜須町のや・シィパークでや・シィの秋まつりが開催されました。会場では、名物のトラックいっぱいに積まれた大根・カブの販売やステージイベントが行われ、多くの人でにぎわいました。

今年初開催となった『夜須町特産品うまいコンテスト』は、夜須町の食材をいかにおいしく食べられるかを競う企画。出場者は夜須産のトマトやスイカ・メロンを頬張り、「みずみずしい!」「今まで食べた中で一番おいしい」と感想を言いながら、審査員を務めた生産者らにアピールし、会場は大盛り上がりでした。

うまいコンテスト  
優勝しました!



## 野 令和7年度 坂本教育賞 市中学校が最優秀校に!

11月29日(土)、優れた教育を実践する県内の小・中学校をたたえる「坂本教育賞」(高知県文教協会主催)の授賞式が行われ、野市中学校が最優秀校に選ばれました。

野市中学校は、生徒指導と学力向上を研究の2本柱に位置付け、教育DXを活用した学習者主体の授業づくりに取り組んでいます。今回の表彰では、これらの取り組みを全教職員が意図的・組織的に推進したことにより、不登校生徒数の減少や各種学力調査での改善が図られたことが成果として評価されました。



▲表彰状を受け取る野市中学校の森田真弘 校長先生(右)



▲一生懸命に木を切る子どもを見守る高橋成樹さん(右)

## 自 親子森林教室 きのこの原木作り 然と触れ合い学ぶ体験

11月30日(日)、香我美町にある山で親子森林教室が開催され、4組の親子が参加して、きのこの原木作りに挑戦しました。

香南市出身・在住の山師である高橋成樹さんの指導のもと、クヌギの木を90cmに切る作業からスタート。クヌギの木は想像以上に硬かったようで、親子で交代しながら四苦八苦していました。子どもたちは「自然の中での作業は楽しい!」「体がポカポカ温まった!」と満面の笑みで話していました。今回切ったクヌギの木を数か月間乾燥させたあと、参加者たちは「きのこの駒打ち」を行います。

オブジェの向こう側には  
レトロで不思議な世界が!

## 30 第30回 赤岡 冬の夏祭り 年間ありがとう!

12月6日(土)・7日(日)、赤岡町の横町商店街で、香南市の風物詩「冬の夏祭り」が開催されました。

1995年に始まった「冬の夏祭り」。実行委員の高齢化や人手不足などの理由から、30回の節目を迎えた今回が最後の開催となりました。「赤岡へ帰ろう」が今年のテーマ。横町のゆるやかな坂道には、テーマに合せた手作りのダンボールアートなどが並び、例年以上の人出でにぎわいました。仮装した人も多く、最後の「ふゆなつ」を名残惜しみながら満喫していました。



▲仮装コンテストの参加者たち。古くからの「ふゆなつ」ファンも!

## 演 「濱田が参りました」 田知事、絵金蔵・弁天座を訪問

高知県では、濱田知事自らが市町村を訪れての視察や意見交換を行っています。10月31日(金)に赤岡町を訪問。絵金蔵で学芸員から芝居絵屏風の解説を受けたのち、弁天座で廻り舞台など仕掛けを見学、衣装を身にまとっての歌舞伎も体験しました。

その後、現状と課題等について両施設の関係者らと意見交換を行いました。知事と直接話ができる貴重な機会とあって、参加者からは絵金蔵を通じた地域の魅力などについて、積極的に声があがっていました。



▲歌舞伎体験を楽しむ濱田知事(左)と清水総務部長(右)

## 受 浅上王子宮「山北棒踊り」 け継がれる伝統芸能

11月18日(火)、香我美町山北にある浅上王子宮で神祭が行われ、地域の伝統芸能が次々と奉納されました。

最大の魅力は、県保護無形民俗文化財にも指定されている「山北棒踊り」。土佐藩主に仕えた山内規重(のりいず)が山北に蟄居(ちつきよ)※を命じられた際、家臣が暇つぶしに披露した棒術が始まりと言われており、300年を超える歴史があります。

当日は、市内外から多くの人が訪れ、圧巻の棒術に感嘆の声があがっていました。

※蟄居…江戸時代の刑罰。居宅にこもることを命じられ、外出を禁じられた



▲「サイ!サイ!」という掛け声のもと披露される棒踊り

## 健 第20回香南市高齢者クラブ体育大会 健康増進、仲間づくり、そして生きがいを!

11月19日(水)、野市総合体育館で第20回香南市高齢者クラブ体育大会が開催され、市内の各高齢者クラブから100人を超える参加者が集まり、競技を行いました。

高齢者の健康増進や、地域でのつながりを深めることなどを目的に開催されたこの体育大会。バドミントンラケットにテニスボールを乗せて走る「スプーンリレー」や、スリッパを片足で飛ばして飛距離を競う「とばしの達人」など、高齢者の体力に合わせた無理のない9つの競技が行われ、参加者たちはいい汗を流していました。



▲「スプーンリレー」。順位を競う場面では手に汗握る場面も

## 狐 赤岡町 狐の嫁入り行列 たちが赤岡のまちを練り歩く

11月22日(土)、狐に扮した人々がちょうちんを片手に赤岡のまちを練り歩く「狐の嫁入り行列」が行われました。

この行事は、平成8年から赤岡町の本町通りで不定期に開催されているもので、今回は第9回目(2年ぶり)となります。同日のイベント「狐の夜市」の一環として、実行委員会により開催されました。

夜道をゆっくりと進む、顔を真っ白に塗った和装姿の狐たち。時折、狐の本性を現すかのように、一斉に身をかがめ、前足を曲げて立ち止まる姿は、見物人の心を妖しく惹き付けていました。



▲赤岡のまちが幻想的な雰囲気にも包まれました





## 消防団入団説明会

2/8 日 2026  
10:00~12:00

消防団の活動や魅力、入団についての説明会を開催します

**対象** 市内在住または在勤の18歳以上の方  
※男女問わず(子ども同伴可)

**場所** 香南市消防本部(赤岡町2032-2)

参加者には  
1,000円分の  
QUOカードをプレゼント!

### ●申し込み方法

#### ①QRから申し込み



必要事項を  
入力してください

#### ②電話で申し込み

消防本部 ☎55-4155

### 消防団員ってなに?

消防団員はそれぞれの職業の傍ら災害発生時に消防署と連携して火災の消火や救助・救援活動を行う非常勤特別職の地方公務員です。その他にもさまざまな活動があります。

### 消防団員の報酬は?

#### 出動報酬

火災等の災害:8,000円/回  
その他の活動:5,600円/回  
年額報酬(階級により変動)  
44,500円~84,800円

たくさんの方のご参加  
お待ちしております!



▲昨年度の説明会の様子

令和7年度

香南市人権作品  
(作文の部)

最優秀・優秀受賞作品

先月号に引き続き、応募作品の中から作文の部の最優秀・優秀受賞作品と11/23(日)に開催した人権啓発フェスティバルの様子をご紹介します。フェスティバルでは最優秀を受賞した作文の朗読も行われました。

■人権課 ☎57-8507

### 小学生の部



▲最優秀に選ばれた信吉しずくさん

#### 最優秀

赤岡小 6年 のぶよし 信吉 しずく 『元気が出る魔法の言葉』

#### 優秀

香我美小 6年 りっせん みとあ 立仙 珠彩 『サヨナラ過去の私』  
香我美小 6年 たけだ ひろと 武田 裕人 『ありのままの自分であるために』  
野市東小 6年 くにつね みちた 國常 道太 『言葉の重み』

### 中学生の部



▲最優秀に選ばれた北川歩果さん

#### 最優秀

香我美中 1年 きたがわ あゆか 北川 歩果 『どう考える?』

#### 優秀

香我美中 3年 のぐち はるま 野口 東馬 『それぞれの個性を』  
野市中 2年 なかむら れあ 仲村 玲咲 『看護師の差別』  
夜須中 2年 うえまつ ちさき 上松 千彩希 『心の雨』に気づけるように』



2025  
11.23  
sun  
人権啓発フェスティバル  
を開催しました!

のいちふれあいセンターで、人権作品の表彰・展示を始め、パネル展示、こども食堂、映画「窓ぎわのトットちゃん」の上映会を行いました。





# 健康も医療費も守る！ かしこい薬の使い方

■市民保険課 ☎57-8506

## 1 ジェネリック医薬品を ご活用ください！

ジェネリック医薬品は、新薬の特許が切れた後に販売される医薬品です。

### ✓ 新薬より安価で経済的です

開発費を低く抑えることができるため、そのほとんどが低価格で販売され、患者さんの自己負担額の軽減だけでなく、医療保険財政の改善にも繋がります。

### ✓ 効き目や安全性は新薬と同等です

形や色、味などが新薬と異なりますが、新薬と効き目や安全性が同等であると厚生労働省の承認を得ている医薬品です。

薬と上手に  
つきあっていく  
ためのお知らせです！



## 2 「ポリファーマシー」を ご存じですか？

ポリファーマシーとは、「多くの医薬品を服用しているために、副作用を起こしたり、きちんと医薬品が飲めなくなったりしている状態」をいいます。薬の分解・排泄がうまくできなかつたり、医薬品同士が相互に影響し合うことで起こります。



### ✓ お薬手帳は1冊にまとめておきましょう

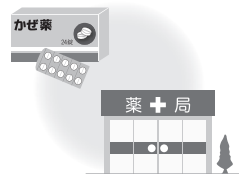
日頃から、かかりつけの医師や薬局（薬剤師）を持って、処方されている医薬品の情報を把握してもらっておくのが安心です。自分に処方されている医薬品が分かるように、お薬手帳を持ちましょう。マイナ保険証をお持ちの方は、同意のうえ過去のお薬情報等を医療機関等が確認できるようになります。



## 3 セルフメディケーションと OTC医薬品

セルフメディケーションとは、「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」です。

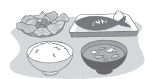
また、OTC医薬品とは、処方箋なしで薬局やドラッグストアなどで購入できる市販薬のことです。



### ✓ 日頃の健康管理を大切に

適度な運動・バランスの取れた食事・十分な休息を心がけ、日頃から健康を意識し、体調管理をすることで、結果的に医療費の節約につながる場合もあります。

より適切なアドバイスが受けられるよう、かかりつけの薬局（薬剤師）を決めて、OTC医薬品を上手に利用しましょう。



あたしたちの未来を  
想ってくれるのなら。

## 投票に行こう！ 香南市長選挙 1月25日(日)

■香南市選挙管理委員会 ☎57-8525

### ■投票時間

午前7時から午後6時まで（夜須町羽尾地区は午後4時まで）

### 投票所入場券

有権者1人に1枚のハガキで、選挙の告示日以降郵送します。投票所入場券がない場合（紛失、未配達等）でも、選挙人名簿に登録されており、選挙権があれば投票できます。投票所で係員にお申し出ください。

※郵便事情によっては同一世帯でも届く日が異なる場合があります

### 不在者投票

▶ 指定された病院や老人ホーム等に入院・入所されている方はその施設内で投票できます。指定施設かどうかは施設にお尋ねください。

▶ 出張・旅行等で香南市以外の市区町村に滞在されている方は、滞在先の選挙管理委員会にて投票することができます。

※投票用紙等の事前請求必須

▶ 身体に重度の障害がある方等、一定の要件に該当する場合は郵便等投票ができます。※投票用紙等の請求期限は1月21日まで

### 期日前投票

仕事や旅行などで投票日当日に投票に行けない場合は、期日前投票ができますのでご活用ください。住んでいる地区にかかわらず、どの期日前投票所でも投票できます。

1月19日(月)～1月24日(土)

#### ■市役所本庁

午前8時30分～午後8時

#### ■吉川防災コミュニティセンター

夜須公民館・赤岡市民館

香我美支所

午前8時30分～午後5時



パン2種類と  
(パーコンエビ・ミル7)  
ソフトフランス  
野菜たっぷりスープ  
を作ります!

## 料理教室

日時 1/17(土)10:00~13:00

場所 のいちふれあいセンター  
1階 調理室

- 講師／大住 恵美さん (Douce kitchen)
- 定員／先着12人 ●参加費／2,000円
- 持ち物／エプロン、三角巾、手拭きタオル  
※食べきれなかった分は持ち帰りできます
- 申し込み受付期間／  
1月5日(月)～1月14日(水)
- 申し込み・問い合わせ／  
香南市中央公民館 ☎56-1056

『声の広報』音声訳  
ボランティア養成講座

NPO法人たびびとでは、視  
覚障害のある方のために広報  
などの文字情報を音声訳して  
お届けする活動をしています。  
講座を受講し、『声の広報』  
の音声訳ボランティアをして  
いただける方を募集します。

■日時 2月11日(水)、2月14  
日(土)、2月21日(土)、2月28  
日(土) 10時～12時

■場所 アクトファクトリー  
野市町大谷九二二一  
☎50-3131

■対象 4日間すべて受講可能  
で簡単なパソコン操作ができ、  
ボランティア活動が可能な方

■講師 塩田正興(元RKC高  
知放送アナウンサー)ほか

※塩田正興さんは2月11日(水)のみ  
定員 10人  
※応募者多数の場合は抽選

■資料代 1,000円

■申し込み方法 「香南市音声  
訳ボランティア養成講座申込」  
と記載の上、次の内容を記入  
し、郵送またはメールで提出

①郵便番号 ②住所 ③氏名  
④年齢 ⑤音声訳経験の有無  
⑥居間連絡がとれる電話番号  
⑦メールアドレス

■申し込み締め切り  
1月23日(金) 必着

■申し込み・問い合わせ  
〒780-1002  
高知市中秦泉寺三六五二  
NPO法人たびびと  
☎090-5912-7113  
メール t9n9se@bn  
a.biglobe.ne.jp

## 親子de健康サイクリング スノードームを作ろう!



親子でサイク  
リングとスノ  
ードーム作りを  
楽しもう!

今回は講師になかひらじゅんこ  
さんをお招きし、スノードーム  
を作ります。親子で作ったかわ  
いらしいスノードームはきつと  
家族の宝物になること間違い  
なし。ぜひご参加ください!

■日時  
1月24日(土) 9時～12時

■集合場所 香南市サイクリ  
ングターミナル

■目的地 ヤ・シイパーク

■参加費 700円(ワークショッ  
プ材料費)

■対象 ひとりりで自転車に乗  
れる小学生以上の方

※中学生以上の方は1人でも参加可

■定員 先着16人程度

■申し込み方法 電子申請サ  
ービスから申し込み

■電子申請  
サービスOR

■申し込み締め切り  
1月16日(金)

※詳細は問い合わせいただくか、市  
ホームページをご覧ください

■申し込み・問い合わせ  
市役所商工観光課

## 香南市職員募集

【募集No】職種	【k0001】保育士・幼稚園教諭(フルタイム職員)	【k0002】保育士・幼稚園教諭(パート職員)
業務内容	公立保育所・幼稚園・こども園での幼児教育・保育業務	公立保育所・幼稚園・こども園での幼児教育・保育業務
必要な資格	保育士免許 幼稚園教諭免許 保育士および 幼稚園教諭免許	有資格者望む(無資格可)
勤務地	市内5保育所いずれか 市内2幼稚園いずれか 市内9公立園いずれか	市内9公立園いずれか
勤務時間	1日/7時間45分(7:00～18:45の内)	1日/6時間以内(7:00～18:45の内)
給与	206,700円～ 香南市会計年度任用職員の給与および、費用弁償に関する条例等に基づき支給 ※上記の金額は国家公務員人事院勧告をもとにした予定金額です	●有資格/160,025円 ●無資格/151,587円 (1日6時間の場合)
賞与	あり(6月・12月)	
通勤手当	片道2km以上(上限66,400円)	
加入保険等	雇用保険・労災・健康保険・厚生年金(勤務時間による)	
雇用期間	令和8年4月1日～令和9年3月31日	

- 必要書類 ①履歴書(任意様式で可)1部、右上欄外に募集Noを記載 ②資格証の写しを添付または資格取得見込みの記載
- 選考方法 履歴書到達後、書類選考の上、個別面接を行います(別途お知らせします)
- 応募締め切り 2月6日(金) ※募集人数に達しない場合は延長することがあります
- 応募・お問い合わせ 〒781-5292 野市町西野2706 市教育委員会 こども課 ☎50-3021(持参または郵送)

楽しく学べるスマホ教室

「スマホって、使ってみたくい  
ど難しそう…」と感じていませ  
んか? そんな方も大歓迎の体  
験教室です。お気軽にご参加  
ください。

教室で貸し出すスマートフォ  
ンを使い、画面のさわり方と  
いった基本操作から、暮らしが  
豊かになる便利なアプリの楽  
しみ方まで、講師とスタッフが  
丁寧にお手伝いします。「なる  
ほど、こんなに簡単に楽しいん  
だ!」がきくと見つかりますよ。

■内容  
電話、カメラを使おう、地図  
アプリを使おう、インターネット  
トを使ってみよう、メッセージ  
アプリを使おう

■日時  
①2月18日(水) 10時～15時30分  
②2月25日(水) 10時～15時30分

■場所 のいちふれあいセン  
ター2階 第1・2研修室

■対象 市内在住または在勤者

■定員 各回20人

※応募者多数の場合は抽選

■参加費 無料

■持ち物 筆記用具

※貸し出しのスマートフォンを使います

■申し込み方法  
電話、またはホームページの  
電子申請サービスから申し込み  
※電子申請サービスは24時間申し込  
みを受け付けています

■電子申請  
サービスOR

■申込受付期間  
1月5日(月)～2月6日(金)  
※平日9時から17時受け付け

■申し込み・問い合わせ  
市役所情報政策課  
☎57-8526



## 職業訓練を受けませんか

就職・転職をお考えの方の  
ために職業訓練コースを開講  
します。

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。受講料無料  
(テキスト代等別途必要)。詳  
細はお問い合わせください。

■訓練コース名

①訓練期間②募集期間

▼基礎から実践まで幅広く  
Webデザイン養成科(eラー  
ニングA)

①2月25日(水)～8月24日(月)  
②1月6日(火)～1月26日(月)

▼基礎から学べるデジタルマー  
ケティング/デザイン/サイ  
ト制作科(eラーニングA)

①2月25日(水)～8月24日(月)  
②1月6日(火)～1月26日(月)

▼ビューティアロマ・メディカ  
ルハープ科(短時間)

## 安岡家住宅 一般公開

国の重要文化財「安岡家住  
宅」を、ボランティアガイドさん  
の案内で見学してみませんか?

■日時 1月24日(土)、1月25  
日(日)、3月28日(土)、3月29  
日(日)、5月23日(土)、5月24  
日(日) ①10時～②14時  
※雨天中止

■会場 香我美町山北九七九  
重要文化財 安岡家住宅

■集合場所  
香南市文化財センター  
※集合場所から現地までは徒歩移動

①2月26日(木)～5月25日(月)  
②1月7日(水)～1月27日(火)

▼美容セラピー・エステティク  
養成科(短時間)

①3月12日(木)～6月11日(木)  
②1月21日(水)～2月10日(火)

■問い合わせ  
ポリテクセンター高知  
☎088-833-1324

## 市県民税第4期 国民健康保険税第7期 介護保険料第7期 後期高齢者医療保険料第7期

の納期限は**2月2日(月)**です。  
期限内の納付をお願いします。

■集合時間  
①9時20分 ②13時20分

■定員 ①・② 各10人程度  
※希望者多数の場合は抽選(小学生  
以下は保護者同伴)

■参加費 無料

■申し込み方法 いずれも開  
催月の13日から各開催日の3  
日前まで電話でのみ受け付け。

■申し込み・問い合わせ  
香南市文化財センター  
☎54-2296

# お知らせ

お問い合わせはこちらまで!

<b>市役所(本庁)</b> ☎56-0511	
市役所代表	☎56-0576
総務課	☎57-8500
防災対策課	☎57-8501
企画財政課	☎57-8502
地域支援課	☎57-8503
税務収納課	☎57-8504
市民保険課	☎57-8506
人権課	☎57-8507
環境対策課	☎57-8508
福祉事務所	☎57-8509
高齢者介護課	☎57-8510
上下水道課	☎57-8512
議会事務局	☎57-8513
監査委員会	☎57-8514
会計課	☎57-8515
情報政策課	☎57-8526
住宅政策課	☎57-7536
契約管財課	☎50-3029
健康対策課	☎50-3011
商工観光課	☎50-3013
農林水産課	☎50-3015
建設課	☎50-3016
農業委員会	☎50-3018
<b>【教育委員会】</b>	
学校教育課	☎50-3019
こども課	☎50-3021
生涯学習課	☎50-3022
<b>赤岡支所</b> ☎55-3111	
赤岡市民館	☎55-3600
<b>吉川支所</b> ☎55-3121	
吉川市民館	☎54-4218
<b>香我美支所</b> ☎55-2111	
香我美市民館	☎55-2143
<b>夜須支所</b> ☎55-3141	
夜須公民館	☎54-2121
<b>その他施設</b>	
香南市中央公民館	☎56-1056 (のいちふれあいセンター)
こうなん学校給食センター	☎57-7524
総合子育て支援センター (にこなん)	☎50-5257
文化財センター	☎54-2296
<b>香南消防</b> ☎55-4141	



## 催し・イベント INFORMATION

皆さまの参加をお待ちしています!

### 香南文化の祭典 まちの文化祭

文化協会主催の文化祭を開催します。絵画や工芸、文芸などの展示や、日ごろ練習してきた踊り、歌、演奏などを披露します。ぜひご来場ください!

日程	イベント名	場所	時間
1/17(土)~18(日)	香我美町文化祭 ～展示～	香我美市民館	10:00～16:00 ※1/18は15:00まで
2/15(日)	香我美町文化祭 ～舞台～	弁天座	13:00～

■問い合わせ／市教育委員会 生涯学習課 ☎50-3022

## マルシェこうなん

ガラポン抽選会  
もあるよ♪

日時 1/31(土) 10:00～16:00(予定)

### 場所 高知蔦屋書店テラス (高知市南御座6-10)

「マルシェこうなん」は、「香南市中心市街地活性化計画」推進のため、市内事業者の皆さんが中心となって進めている取り組みの一つです。

香南市の美味しい食べ物やお菓子、オリジナル雑貨など、今回も香南市のお店が大集合しますので、ぜひ遊びに来てください♪ 参加店舗等、詳細はホームページをご覧ください。

ホームページQR▼

■問い合わせ／市役所商工観光課 ☎50-3013

## 第3回 物部川フォーラム ～山と物部川～

参加無料!

日時 2/5(木) 〈開場〉12:30 〈開演〉13:00

### 場所 南国市地域交流センター MIARE!「みあーれ!」ホール (南国市大そね甲2117)

山の姿が変われば、川の流れも変わります。今回のフォーラムでは、人と山について振り返り、川の未来について考えます。★ご来場の方に物部川オリジナルグッズをプレゼント!

■内容／基調講演「森林の公益的機能と山地崩壊 土佐人が守ってきた山の役割」(講師／高知大学准教授 赤池慎吾さん)、現地映像上映と解説、事例発表など

■問い合わせ／香美市役所 定住推進課 ☎53-1061

## 年金

### 新成人の皆さんへ 20歳になったら国民年金

国民年金は、年をとったとき、病気や事故で障害が残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、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。

20歳以上60歳未満の方は加

入することが義務付けられており、20歳になると日本年金機構から国民年金加入のお知らせが届きます。

※厚生年金保険に加入している方を除く

#### ★国民年金のポイント

▼将来の大きな支えになります  
国民年金は20歳から60歳までの方が加入し、保険料を納める制度です。

▼国が責任をもって運営している制度であり、年金の給付は生涯にわたって保障されます。

▼老後のためだけのものではありません

国民年金は年をとったときの老齢年金のほか、障害年金や遺族年金もあります。障害年金は、病気や事故で障害が残ったときに受け取れます。

また遺族年金は、加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族(「子のある配偶者」や「子」)が受け取れます。

#### ★「学生納付特例制度」と「納付猶予制度」

▼学生納付特例制度  
学生の方で、本人の所得が

一定額以下の場合、世帯の所得にかかわらず保険料の納付が猶予される制度です。

対象となる学生は、学校教育法に規定する大学、大学院、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校および各種学校(修業年限1年以上ある課程)、一部の海外大学の日本分校に在学する方です。また、夜間・定時制や通信制課程の方も含まれます。

▼納付猶予制度  
学生でない50歳未満の方で、本人および配偶者の所得が一定額以下の

場合に、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

国民年金のご相談・手続きについてはお問い合わせください。

■問い合わせ  
南国年金事務所  
☎088-864-1111  
市役所市民保険課  
■日本年金機構  
ホームページQR

## マッチングサポーター

独身の方をサポートしていただけるボランティアとして、マッチングサポーターを養成する講座を開催します。

### ◆マッチングサポーターとは?

- ・出会いイベントでの独身者の交流促進、および進行フォロー
- ・マッチングシステムでの独身者のお引合せ(婚姻歴のある方のみ)
- ・交際成立となった独身者のフォロー

#### 講座内容

マッチングサポーターについて、個人情報保護、システム操作

#### ■対象

県内在住、20歳以上でスマートフォンもしくはパソコン操作ができる方

#### ■参加費

無料

#### ■日程・場所

・1月23日(金) 安芸会場  
・1月24日(土) 高知会場

#### ■申し込み・問い合わせ

こち出会いサポートセンター  
☎088-821-8080

申し込みQR

## 相談

### 相続登記無料相談会

高知県司法書士会では、2月を「相続登記はお済みですか月間」として、2月中は県内各会員事務所で相続登記に

相談

■メール soumu@city.kochi-konan.lg.jp

■ホームページQR

■FAX 56-0576

■電話 57-8500

香南市役所 3階 総務課

■お問い合わせ ☎781-5292

野市町西野二七〇六

## 教育

### 国の教育ローン

「ご家庭の教育費の負担を軽減し、お子さまの進学・在学を応援するために設けられている「国の教育ローン」。

制度創設以来40年以上の歴史を持つ、高校や大学等に入学・在学するお子さまをお持ちのご家庭を対象とした、公的な融資制度です。今後1年間に必要な費用が融資の対

■返済方法  
毎月元利均等返済  
(ボーナス月増額返済も可能)

■問い合わせ  
教育ローンコールセンター  
☎0570-008656  
☎03-5321-8656 (ナビダイヤル)

■ホームページQR

## 令和7年度 趣味・教養

こんにゃく芋から「田舎こんにゃく」をつくってみませんか! 味噌だれもつくります! 手作り「田舎こんにゃく」に味噌だれをつけて、お楽しみください。

## 田舎こんにゃく作り教室

日時 1月24日(土) 9:30～12:00

場所 香我美市民館 調理室 申し込みQR▶

- 対象／市内在住・在勤の方
- 講師／別役 自由さん、別役 博子さん
- 定員／12人程度 ※希望者多数の場合は抽選
- 持ち物／エプロン・三角巾・手拭タオル・マスク・こんにゃくを持ち帰るビニール袋・味噌だれ用密封容器
- 申し込み方法／電話またはQRから申し込み
- 申し込み締め切り／1月19日(月)
- 申し込み・問い合わせ／香我美市民館 ☎55-2143

### 香南市情報公開条例の改正(案)への意見募集

香南市情報公開条例の改正(案)への意見を募集します。

#### ■意見募集期間

12月15日(月)～1月16日(金)

#### ■改正(案)の閲覧場所

総務課、各支所、市ホームページ

#### ■ご意見の提出方法

総務課、各支所または市ホームページ内にある意見募集用紙に必要事項を記入し、持参・郵送・FAX・メールのいずれかで提出してください。電子申請サービスからの提出も可。

■お問い合わせ ☎781-5292

野市町西野二七〇六

#### 相談日時

1月31日(土) 10時～13時

#### ■相談場所

日章福祉交流センター  
(南国市田村乙二二〇七)

#### ■お問い合わせ

高知県司法書士会  
☎088-825-3143

#### ■3つのポイント

- ・固定金利、最長20年の長期返済
- ・金利の低減や保証料の低減などの、ご家庭の状況に応じた優遇制度
- ・教育資金融資保証基金による保証

#### ■融資額

お子さま一人につき350万円以内

#### ■利率

※奨学金との併用が可能です  
年3.15%(固定金利)  
※母子家庭の方などは年2.75%(令和7年12月1日現在)

#### ■返済期間

20年以内

#### ■融資資金の使いみち

入学金、授業料、教科書代、塾代、自宅外通学に必要な住居費用など



## ちゃんとチェック! 最低賃金

高知労働局では、県内すべての労働者に適用される「高知県最低賃金」を改正し、12月1日から施行することとしました。

この決定により、令和7年12月1日以降分として労働者に支払う賃金は、1時間1,023円以上としなければなりません。

働く人も、雇う人も確認を忘れずに。



**71円UP!**

令和7年12月1日から  
高知県最低賃金は  
《1時間》  
**1,023円**です。

▶問い合わせ／  
高知労働局 賃金室 ☎088-885-6024  
安芸労働基準監督署 ☎0887-35-2128

### 火入れの許可について

火入れを行う際は、許可が必要です。田畑や畦畔などで「面的」に火入れを行う際には事前に市の許可が必要です。森林法第21条に基づき、本市では「香南市火入れに関する条例」を制定しています。火入れを申請する方は、火入れを開始する7日前までに農林水産課に許可申請等を提出してください。面積や火入れ従事者数などの要件もありますので、火入れを計画する際は事前に「相談ください」。

### 問い合わせ

市役所農林水産課

### 香南市火災予防条例一部改正について

令和7年2月26日に岩手県大船渡市で発生した大規模林野火災を受け、林野火災の予防を目的とするために香南市火災予防条例の一部が改正されます(令和8年1月1日施行)。それに伴い、一定の気象条件が揃った場合、「林野火災注意報」および「林野火災警報」が発令されることとなります。

また、林野火災警報発令時において上記「火の使用制限」に従わなかった者については、30万円以下の罰金または拘留に処することが消防法で定められています。

併せて、たき火をする際には、火災と紛らわしい煙または火災を発するおそれのある行為の届出が必要になります。その他詳細は、市ホームページをご覧ください。

### 問い合わせ

香南市消防本部予防課  
☎55-4143

### 第三者の行為が原因で国保を使って治療する時には届け出を!

交通事故や傷害事件などでけがをした場合の治療費は、本来、加害者(第三者)といいますが、届け出をすることで、国保を使って治療を受けることができます。この場合、香南市国保が一時的に医療費の立替払いを行い、あとから加害者に費用を請求します。



### 届け出に必要なもの

- 交通事故の場合は「事故証明書」
  - 「印かん」
  - 「第三者行為による傷病届」
- ※市役所窓口またはホームページからもダウンロード可

### 次のような場合、国保は使えません

- 労災事故、故意の事故、法令違反の事故の場合
- けんかや泥酔による負傷の場合
- 届け出をする前に加害者と示談をしていた場合

### 示談の前には相談を!

加害者側と示談をする前に、国保の窓口にご相談ください。示談が成立すると、場合によっては加害者側へ医療費の請求ができなくなり、国保を使用して治療を受けられなくなることがあります。

●問い合わせ ●市役所市民保険課 ☎57-8506

### 鳥インフルエンザの発生を防ぎましょう!

鳥インフルエンザの発生予防には、次のような対策をとりましょう。

- ①衛生管理区域に入る時は、専用の服やはき物を身に付けましょう。
- ②飼育施設やその周囲を清潔

### その他

に保ちましょう。

- ③飼育施設には、野鳥や野生動物が侵入しないように金網やネット(2cm角目以下が目安)をかけましょう。
- ④飼育施設の出入り口では専用の靴に履き替え、専用手袋を着用するか、アルコールスプレー等による手指の消毒を行います。消毒液は、薬局・薬店等で市販されているもので十分に効果があります。

飼育している家さんが連続して死亡する等の異状がみ

### 問い合わせ

中央家畜保健衛生所  
香長支所  
☎52-3069  
■夜間・休日の問い合わせ  
高知県庁(代表)  
☎088-823-1111

### 知っていますか? 建設業退職金共済制度

建設共済制度は、建設現場で働く労働者のために「中小企業退職金共済法」という法律により国が作った退職金制度です。事業主の方々が、建設現場で働く労働者の働いた日数に応じて掛金を充当し、その労働者が建設業界で働くことをやめたときに建設共から退職金を支払うという、業界全体での退職金制度です。

### 問い合わせ

建設業退職金共済事業  
高知県支部  
☎088-822-6181



## 帯状疱疹定期予防接種

対象者①	令和8年3月31日までに下表の各年齢になる方	
	年齢	生年月日
	65歳	昭和35年4月2日～昭和36年4月1日
	70歳	昭和30年4月2日～昭和31年4月1日
	75歳	昭和25年4月2日～昭和26年4月1日
	80歳	昭和20年4月2日～昭和21年4月1日
	85歳	昭和15年4月2日～昭和16年4月1日
	90歳	昭和10年4月2日～昭和11年4月1日
対象者②	95歳	昭和5年4月2日～昭和6年4月1日
	100歳	大正14年4月2日～大正15年4月1日
	101歳以上	大正14年4月1日以前生まれ
対象者③	接種時に60歳以上64歳以下で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害があり、日常生活がほとんど不可能な方(身体障害者手帳1級相当) ※予診票を発行しますので事前にご連絡ください	
実施期間	令和7年4月1日(火)～令和8年3月31日(火)	
実施場所	高知県内の委託医療機関 ※要予約	
接種回数・助成後の自己負担金	▼接種は生ワクチン、組換えワクチンどちらか一方 ・生ワクチン(接種回数:1回のみ) 3,000円 ・組換えワクチン(接種回数:2回) 7,000円/1回  ※生活保護を受給している方は自己負担金の免除制度があります。接種前に申請が必要です	
医療機関に持参するもの	・予診票 (対象者①の方には令和7年4月ごろに郵送済み) ※紛失した方は健康対策課にお問い合わせください ・本人を確認できるもの (運転免許証、マイナンバーカード、資格確認書等)	

※今年度対象となる方は、今後の助成対象にはなりません

■組換えワクチンは1回目接種後、通常2か月～6か月経過後までに2回目を接種します。2回目が実施期間を超えないよう、1回目は令和8年1月31日(土)までに接種してください。

問い合わせ/市役所健康対策課 ☎50-3011







5

職員手当の状況

詳しくは、市のホームページに掲載を予定しています。

②時間外勤務手当

令和6年度 決算	支給実績	148,611千円
	職員一人当り 平均支給年額	336千円
令和5年度 決算	支給実績	149,548千円
	職員一人当り 平均支給年額	346千円

③主なその他の手当  
令和6年度 普通会計決算

手当名(令和6年度支給実績)	内容および支給単価	
扶養手当(37,363千円)	配偶者	6,500円/月
	配偶者以外の扶養親族	6,500円/月
	※16歳から22歳までの子の場合	10,000円/月 加算5,000円/月
通勤手当(18,534千円)	2km～5km未満	2,000円/月
	5km～10km未満	4,200円/月
	その他通勤距離に応じて(最高限度)	31,600円/月
住居手当(34,094千円)	借家など家賃額に応じて(最高限度)	28,000円/月

①期末手当・勤勉手当

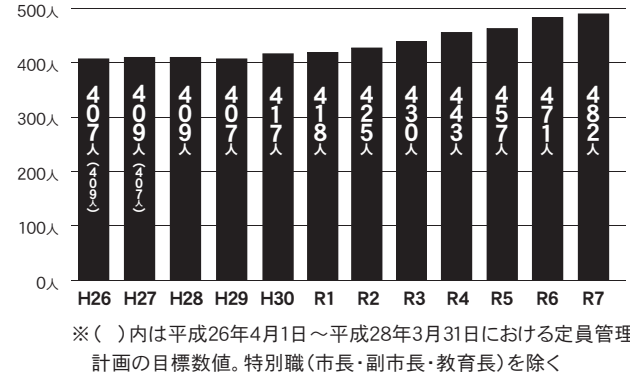
一人当たり平均支給額(令和6年度)			
1,402千円			
令和6年度 支給割合			
支給期	期末手当	勤勉手当	計
6月期	1.225月分	0.995月分	2.22月分
12月期	1.275月分	1.045月分	2.32月分
計	2.5月分	2.04月分	4.54月分

②部門別職員数の状況と主な増減数  
各年4月1日時点

部門		一般行政職 部門	特別行政 部門	公営企業等 会計部門	合計
職員数	令和7年	318人	124人	40人	482人
	令和6年	306人	126人	39人	471人
対前年増減数		12人	△2人	1人	11人

※職員数は一般職に属する職員数です

①職員数の推移  
令和7年4月1日現在



6

職員に関する状況

7

その他の勤務条件等  
(令和6年度)

④部勤務条件に関する措置の要求  
および不利益処分に関する  
不服申し立ての状況

措置要求・不服申し立て	0件
-------------	----

⑤職員研修の状況

外部研修	38研修	357人受講
内部研修	12研修	619人受講

⑥職員の公務(通勤)災害の発生状況

公務(通勤)災害認定件数	5件(1件)
--------------	--------

②職育児休業・  
介護休暇取得状況

取得者数	
育児休業	20人
介護休暇	1人

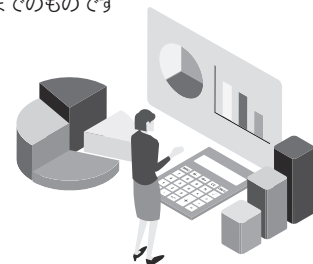
③職員の分限および  
懲戒処分状況

分限処分者	11人
懲戒処分者	6人

①一般職の勤務時間および  
有給休暇取得状況

開始時間(基本)	8時30分
終了時間(基本)	17時15分
有給休暇 平均使用日数	14.3日

※有給休暇の平均使用日数は、令和6年1月1日から令和6年12月31日までのものです



香南市における普通会計  
は一般会計にあたります



1

普通会計における  
人件費等の状況

①人件費の状況  
令和6年度 普通会計決算

住民基本台帳人口 (令和7.3.31現在)	32,414人
歳出額(A)	21,347,026千円
実質収支	49,436千円
人件費(B)	5,117,581千円
人件費率(B/A)	23.9%
令和5年度の人件費率	19.9%

※人件費には、特別職等に支給される給料、報酬などを含みます

②職員給与費の状況  
令和6年度 普通会計決算

職員数(A)		442人
給与費	給料	1,504,112千円
	職員手当	278,110千円
	期末・勤勉手当	619,850千円
	計(B)	2,402,072千円
一人当たりの給与費(B/A)		5,435千円

※職員手当には退職手当・児童手当を含みません

2

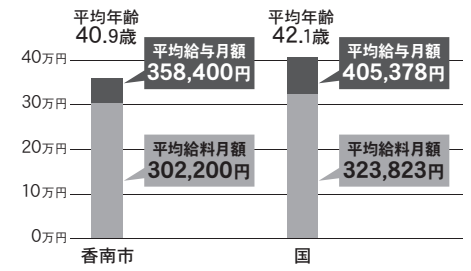
職員の平均給与月額  
初任給等の状況

②職員の初任給月額  
令和6年4月1日現在

行政事務	
大学卒	196,200円
高校卒	166,000円

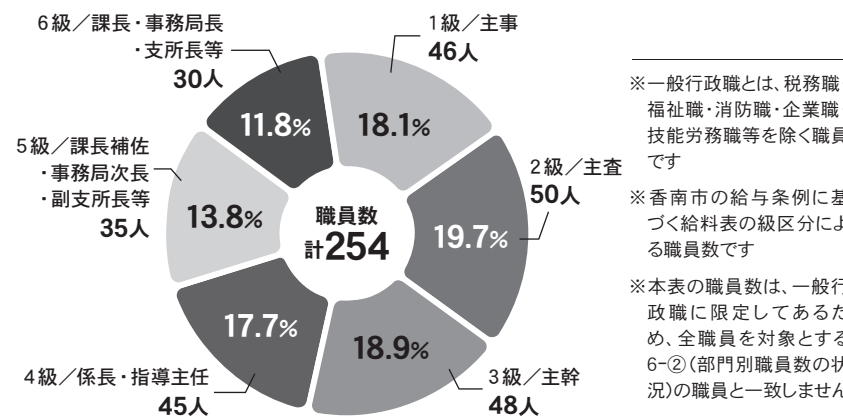


①職員の平均給与月額と  
平均年齢の状況  
令和6年4月1日現在



3

一般行政職の  
級別職員数の状況  
(令和7年4月1日現在)



4

特別職の報酬等の状況  
(令和6年4月1日現在)

	給料等月額	期末手当
給料	市長	765,000円
	副市長	655,000円
	教育長	605,000円
報酬	議長	390,000円
	副議長	350,000円
	議会運営委員長	310,000円
	常任委員長	310,000円
	議員	290,000円

(令和6年度支給割合)  
6月期 1.60月分  
12月期 1.65月分  
計 3.25月分  
給料(報酬)月額に加算

# 市職員の 給与等状況を お知らせします



香南市には482人(令和7年4月1日現在・特別職、再任用職員、任期付短時間勤務職員および会計年度任用職員を含まない)の職員が庁舎内や保育所、幼稚園、公民館、図書館、給食センター、消防署などで勤務しています。職員の給与は、国の人事院勧告などを参考に、市議会で議決された給与条例に基づき規則によって支給されています。今後も効率的な行政運営と住民ニーズに対応できる組織づくりに努めて参りますので、ご理解とご協力をよろしくお願い致します。

■問い合わせ／総務課 ☎57-8500



『ゆたんぽさんです。』  
とよたかずひこ/さく・え

外は木枯らし。ゆたんぽさんは自分にお湯を入れて、セーターを着てお出かけです。「ゆたんぽ ぽか ぽか いかがですか～」おさるさん親子がやって来て、ぎゅっ。ぽかぽかぽかぽか…。



香

『じゃがりこ30周年公式ファンブック』  
じゃがりこブランドチーム・じゃがりこ探検隊/監修

30周年を迎えた大人気スナック「じゃがりこ」が、とうとう本に！今まで発売された商品200種類以上も公開。スナックとして食べるだけでなく、アレンジしたレシピ、開発秘話なども掲載された公式ファンブックです。



香

『遍路つれづれ二人連れ 読み遍路八十八話』  
富田 茂・富田 彰乃/著

退職した夫婦の1年8カ月にわたる歩き遍路の記録です。旅の出来事とその時々心に浮かんだことを書き留めた一冊。ガイドブックを買い、遍路道具をそろえ、始めた遍路。読んでみませんか？



野

『ともだちは102さい』  
松田 もとこ/文 菅野 由貴子/絵

となりの家には、102さいのおばあちゃんが一人で住んでいる。おばあちゃんから子どもとの話を聞いたり、ハーモニカを吹いてもらったり、一緒にテレビを見たり。ぽくとおばあちゃん は友だちです。



夜

『あそんでまなぶ はじめてのきせつえほん』  
柊原 礼士/監修 松本 麻希/絵



野

春の花は？夏の生き物は？端午の節句って？七夕って？冬至って？おせちってどんなもの？迷路やクイズ、まちがいさがしなどで遊びながら四季や行事について学ぶことができる一冊です。

『弱った心臓を守るおかずレパートリー』  
佐藤 直樹/病態監修

メインのおかずから副菜、汁物、間食、病院の人気レシピまで。心疾患の治療を受けている人に向けて、おいしくて続けやすい、心臓を守るレシピを多数掲載。心臓の病気の基礎知識も収録。



夜

## 1月のおはなし会

行事	絵本のよみかせ	おはなしの会 なんじゃもんじゃ
場所	野市図書館	香我美図書館
日にち	第2・3・4・5土曜日	第2・3・4・5土曜日
時間	10:00～11:30	10:30～11:00
協力	のいち子ども図書館クラブ (もこもこ)	かがみ読書の会

香我美町文化祭のため、  
17日(土)は  
10:00～11:00です！

## 問い合わせ

- 野 野市図書館 ☎56-3434
- 香 香我美図書館 ☎55-0022
- 夜 夜須図書室 ☎54-2121

★休館(室)日は17ページのカレンダーを参照

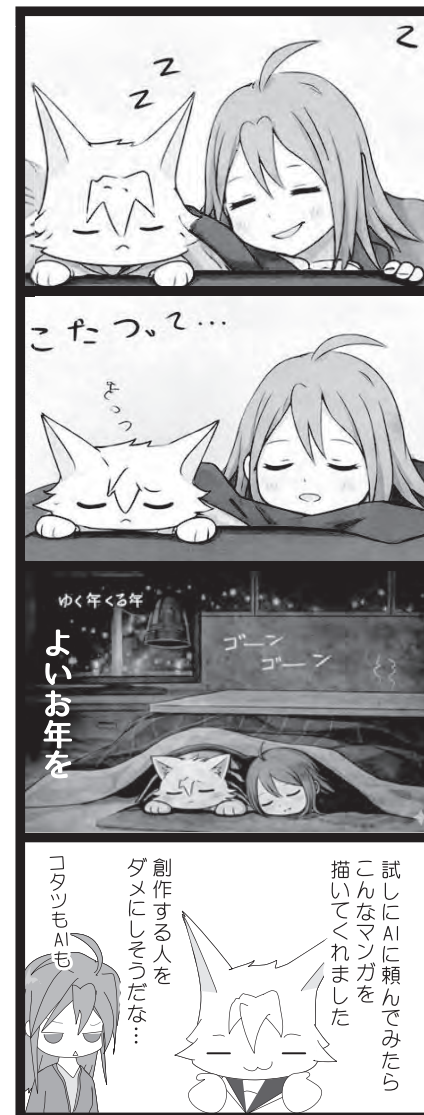
## 文芸

### 花野句会

猫と話して老婆の元日暮れてゆく 森武司  
酢漿の花の丈にてももの思う 尾崎百代  
通り雨ピアノ途切れて秋の昼 影山公子  
髪切った分だけ淋しい竜の玉 井上育子  
いわしぐも漫画の国は不滅です 山本房

問合せ 代表者 福田 ☎54-5403

立ち止まる野仏の前虫集く 高橋栄子  
石路日和初代仁助の酒の蔵 岸田房子  
冬眠の習い乱るる熊悲し 瀬川千津子  
触れてゆく檨古木にある淑氣 福田光子



### 市職員の不祥事について

令和7年9月21日、本市保育所の会計年度任用職員が、酒気を帯びた状態で自動車を運転した事案が発生しました。

日頃より保育所を信頼し、大切なお子さまをお預けくださっている保護者の皆さまはもとより、市民の皆さまの信頼を著しく損なう結果となりましたことを、深くお詫び申し上げます。

本事案は、市民の模範となるべき公務員が、飲酒運転という社会全体で断固として撲滅すべき危険かつ悪質な行為に及んだものであり、また、秋の全国交通安全運動期間中という、交通安全意識の高揚と交通法規の遵守を社会全体で推進する時期に発生した点においても、その非違行為は極めて重大であると認識し、厳粛に受け止めております。

今後は、二度とこのような事態を招くことのないよう服務規律の厳守と交通法令の遵守を強く指導し、再発防止のための教育を一層徹底してまいります。

香南市教育長 三木守







# 学校等の／ 規模適正化の検討状況をお知らせします

■学校教育課 ☎50-3019



## これまでの取り組み

**香** 南市では、児童生徒数の減少や学校施設の老朽化など、学校施設を巡るさまざまな課題に向きあい解決を目指し、将来の学校の在り方を検討してきました。

しかし、財政面や防災に対する現状と課題を今まで以上に学習し、学校等の規模適正化を進めていくことが最も大切であることから、令和6年12月に進め方を見直し、より慎重に時間をかけてしっかりと進めることとしました。

## 令和7年度の取り組み

**今** 年度は、再検討を進めるにあたり、現場の状況や声を把握するため、児童生徒および教職員を対象にアンケートを実施しました。

アンケートでは、学校生活の満足度や学級(学校)規模に関すること、学校の良さや地域との関わりなどについてお聞きし、多くのご意見をいただきました。現在、結果の整理を進めています。

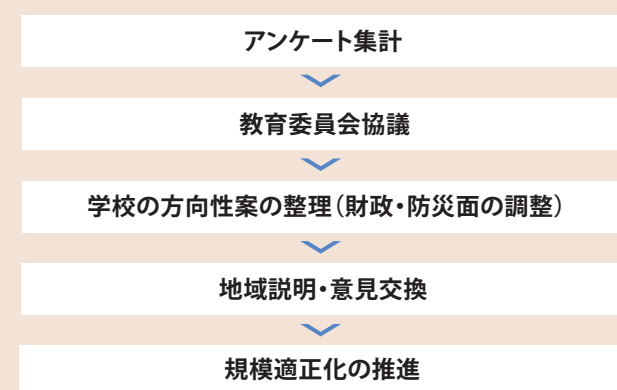
アンケート項目(抜粋)	
児童・生徒	教職員
▶学校の良さ、満足度	▶学校の規模、校区
▶学年に関して(学級数・人数など)	▶学校と地域の関わり
▶進学での不安	

- 平成29年6月27日  
香南市学校等の規模適正化等検討委員会条例制定
- 平成29年10月10日～令和2年3月31日  
検討委員会開始  
学校等の規模適正化等について(答申)
- 令和3年11月29日～令和6年11月1日  
検討会議開始  
(基本方針の策定、意見聴取など)
- 令和6年12月  
規模適正化の取り組みの進め方を見直し

## 今後の検討について

**ア** ンケート結果がまとまり次第、教育委員会で協議を行い、地域の皆さまへの説明や意見交換を実施する予定です。

具体的な検討内容や日程については、決まり次第、広報紙や市ホームページでお知らせします。



## 市民の皆さまへ

香南市では、子どもたちが安心して学び、健やかに過ごせる環境づくりを最優先に、慎重に検討を進めています。

地域の皆さまには、今後も随時情報をお知らせしますので、ご理解とご協力をお願いいたします。



▲市ホームページ



詳しくは市のホームページに掲載しています。



## ～食を楽しむ 食から元気 食でつながる～ しっかり食べよう朝ごはん

毎日朝ごはんは食べていますか？

1日のスタートに欠かせないのが朝ごはんです。脳を動かすエネルギー源であるブドウ糖は、体内で大量に貯蔵することができません。朝ごはんを抜くと、脳のエネルギー不足により、集中力の低下などを起こす恐れがあるため、毎朝しっかり食べましょう。

## こんな 元気



問い合わせ  
▼  
健康対策課  
☎50-3011

### 朝ごはんを食べると…

- ▶身体と脳へエネルギーを補給し、やる気と集中力をアップします。
- ▶眠っている間に下がっていた体温を上昇させます。
- ▶身体のリズムを整えます。
- ▶胃腸の働きが活発になり、スムーズな排便リズムが作られます。

### バランスのいい朝食

主食・主菜・副菜に汁物を加えた4つのお皿をそろえると、バランスの取れた朝ごはんになります。

<b>主食</b>	身体や脳のエネルギー源となります ご飯やパンなど	
<b>主菜</b>	筋肉や血液など身体の構成成分となります 肉・魚・卵・大豆製品など	
<b>副菜</b>	食物繊維を取ることができ、身体の調子を整えます 野菜・いも・海藻など	
<b>汁物</b>	ミネラルやビタミンを取ることができます 野菜や海藻をたくさん使いましょう	

### 食欲がわかない時は？

- ▶乳製品や果物など、すぐに用意できて食べやすいものを口に入れ、身体を目覚めさせましょう。
- ▶食べやすいものに慣れてきたら、おにぎりやパンにステップアップ！

### 🐰 オススメ

### 朝ごはんを作ってみましょう！

子どもの頃からの食生活は、将来の食生活や健康につながります。香南市では、市内全ての小学5年生を対象に「朝食作り教室」を、中学2年生を対象に「コツ骨青春講座」を行っています。香南市公式YouTubeでは、「朝食作り教室」のレシピをアップしていますので、参考にしてみてください。



▲公式YouTube

動画を参考に  
作ってみましょう！



## 香南市以外でもがん検診を受診できるんです ～広域がん検診のお知らせ～



香南市の  
けんしんキャラクター  
「けんしんいくちゃん」

今年度、検診をまだ受診  
されていない方はこの機  
会にぜひ受けましょう！

**検診料 無料**  
大腸がん検診は予約後  
に健康対策課で容器を  
購入してください(300円)

- ▶40歳以上の方…  
肺がん・胃がん(バリウム)・大腸がん・乳がん
- ▶20歳以上の方…子宮頸がん  
※希望の検診をお申し込みください  
※乳がん・子宮頸がん検診は2年に1回の検診です

### スケジュール・会場(検診受付時間 8:30～10:30)

2/11(水・祝)、2/23(月・祝)	高知県総合保健協会中央健診センター(高知市)
2/14(土)、2/21(土)	南国市保健福祉センター(南国市)
2/28(土)	高知県総合保健協会幡多健診センター(宿毛市)

### 予約方法

- 1/8(木)から各検診日の3週間前まで可能(ただし、先着順)
- 電話予約  
平日 8:30～11:30、12:30～16:30  
☎088-831-4351(高知県総合保健協会)
- Web予約  
終日可能



▲予約フォーム



働きながら こうなん暮らし！

# こうなんワーキングホリデー

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滞在することにより、移住・定住後の暮らしを具体的にイメージしやすくなります。  
今年度は、10人の方がワーキングホリデーに参加されました。井上ワイナリーでの醸造作業や、山北みらいでのみかんの収穫作業に加え、今年は新たに川村農園、アスタ農園、高橋農園にも受け入れていただきました。リアルな香南暮らしを体験してもらい、香南市の関係人口の創出と市の産業のPRに繋がりました。



アスタ農園

いのうえさとえ  
井上 聖恵さん（東京都）

アスタ農園の方に温かく迎えていただき、さつま芋の収穫やその後の作業の体験をさせていただきました。おいしいお店の案内もしていただきました。香南市は詳しくない地域でしたが、ワーキングホリデーに参加して、ニラ、みかんなどの名産、名物とそれを支える自然にあふれる素敵な地域だと思いました。



井上ワイナリー

つげ よしこ  
柘植 佳子さん（香川県）

ワイナリーの方が街のことをたくさん教えてくれて、離れたくないと思うほど好きになりました。



山北みらい

みずたにけいじろう  
水谷 慧次郎さん（茨城県）

参加して、知らなかった地域や職種のことを知れたのは、とても貴重な経験でした。



アスタ農園

なかがわ りか  
中川 莉榎さん（静岡県）

皆さんに優しくしていただき、楽しむことができました。



山北みらい

いわした こたろう  
岩下 虎太郎さん（東京都）

地域活性化についての理解が深まる機会になりました。



山北みらい

やの はると  
矢野 晴登さん（埼玉県）

収穫や袋詰め作業をしたり、たくさんの方からお話を聞いたりして、貴重な経験をすることができました。



川村農園

ひるた いおん  
蛭田 衣音さん（埼玉県）

農業に興味があり、別の自治体からご紹介を受け参加しました。期間中はとても充実した生活を送ることができました。



高橋農園

いしき さおり  
石木 沙織さん（岐阜県）

香南市の人は穏やかでとてもやさしく感じました。



アスタ農園

やまがたりひと  
山形 理仁さん（神奈川県）

市役所の方々も農園の方々もゲストハウスの方も優しく、満喫できました。来てよかったです。



井上ワイナリー

たかき たえこ  
高木 妙子さん（兵庫県）

畑とワイナリーの両方を経験できたことは得がたいことでした。



## こうなんワーキングホリデー補助金制度のご紹介

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。

### ■宿泊費

上限3,000円/日  
(最大30日)

■交通費（県内の対象機関のみ）  
上限15,000円

## 募集します 市内事業者の皆さんへ

香南市は来年度もこうなんワーキングホリデーを実施する予定です。この事業を通して、香南市のファンを増やし、将来ここで働いてみたいという人を生み出すきっかけづくりになれば、高齢化や過疎化に悩む香南市にとって大きなメリットがあります。

また受入事業者様としても、繁忙期の人手不足解消や、技術の担い手不足解消が期待されます。ぜひ活用をご検討ください！

■地域支援課 ☎57・8503



# このまちで

店内に入ると目に飛び込んでくるカラフルな紙の箱や文房具たち。文具好きならきつとワクワクが止まらないこの店を切り盛りしているのが、香我美町岸本で生まれ育った曾我友歌さんです。

友歌さんは、東京で写真関連の仕事をしていましたが、両親からの声掛けもあり、Uターン。カメラマンとして活動しながらお店に立っています。

お店に並んでいるのはすべてオリジナル商品。製作しているのは、「紙箱」を70年ほど手作りしてきた全国有数の技術を持つ実家の工場です。「だから、お店に名前は付いています。が実家が展開するブランド名のようなものなんです」と説明してくれました。元々、インターネット販売や、県内のイベントで販売していましたが、商品も増えてきたこともあり実家の工場移転をきっかけに実店舗として誕生したそうです。

女性向けの日本最大の文具イベント



## 「紙と色で織りなすここにだけあるモノ」

そが ゆうか  
曾我 友歌さん  
(香我美町)



Instagram

トへも参加してきたとのこと、「大企業から個人事業者までが出店していて、何が流行っているのか、どんなものが人気があるのか？」を実際に見て触れられたことがとても勉強になりましたね」と友歌さん。

商品づくりは「こんなアイテムがあつたらいいよね」という会話から始まり、色や紙の質感、サイズなどを話し合いながら形にしていきます。必要に応じて外部デザイナーの力も借りてイラストやパッケージのデザインを相談することもあつたそう。「色合わせやアイデアを皆で考える時間がとても楽しい」とのことです。

幼い頃から家業に触れ、文具が好きになつて見ているだけでもワクワクしていたという原点が、今に生きていいる友歌さん。リングノート作り体験などができるワークショップも開催していて、地域に根ざした老舗の新しい取り組みとしてもこれからが楽しみです。

### 今月のプレゼント

「このまちで」の曾我さんのお店からです！

### リングノート(A7)・・・5名様

※来店時にお好きなデザインからお選びください

提供

Shop

ハコイロカミ

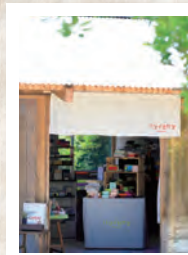
住所／香我美町岸本884

電話／0887-55-2200

営業時間／11:00～16:00

定休日／不定休

※営業日、その他お店の情報はInstagramを参照



ホームページ



Instagram

### 今月のクイズ

### 11月に野市中学校が最優秀校となったのは〇〇教育賞

(〇に入る文字をお答えください)

#### 応募方法

◎住所の記入がない応募があります。必ず記入を！

①答え ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥広報誌への意見・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 〒781-5292

香南市役所 総務課 秘書広報係まで  
kouhou@city.kochi-konan.lg.jp



◀QRからも応募できます。

※メーカーや機種により表示できない場合もあります

### 締め切り 1/19(月)必着

※当選された方には引換券をお送りしますので、店舗でご利用ください

プレゼントコーナーでお店や商品を紹介しませんか？詳しくは総務課秘書広報係まで。

紙マニアの心をくすぐる、箱と紙のブランド「ハコイロカミ」。伝統の技術で生み出される美しい仕上がりは、使うだけでなくコレクションや贈り物としても最適です。開ける楽しさと、使う喜びを同時に提供。上質な和紙と職人技が詰まった、他にはないステーションナリーをどうぞ。

