

### 健康

禁煙教室に参加してみませんか？

たばこの害は、吸う人はもちろん、吸わない人にも及びます。

最近では、たばこをやめたくてもやめられない、たばこ依存症の人が増えているそうです。

香南市では、たばこをやめたいと思っている人のために禁煙をサポートしたいと禁煙教室を企画しました。

日時 19年1月29日(月) 午後1時30分～3時

場所 香南市役所北庁舎3階会議室

対象者 性別、年齢問わず禁煙したい人で、連続5日間の講座に出席可能な人

参加費 無料

講師 吉田浩行(日本禁煙協会高知支部部長)

申込み締切り

19年1月15日(月)

申込み・問い合わせ先

市役所健康対策課保健衛生係

献血にご協力を！

毎年一割を県外から助けられている血液が、今年は二

割にも達しています。今後、冬場にかけて益々の血液不足が見込まれます。

皆さんの献血への協力をお願いします。

県民の生命は県民自身の善意で守りましょう。

問い合わせ先

高知県赤十字血液センター

088-833-6666

献血バス

日時・場所 12月21日(木)

赤岡支所：午前9時30分

11時30分

夜須支所：午後1時30分

3時30分

問い合わせ先

市役所健康対策課

### 年金

国民年金保険料は忘れず納めましょう

年末です。国民年金保険料の納め忘れはありませんか？

お手持ちの納付案内書や口座振替の通帳を今一度ご確認ください。

老齢基礎年金を受けるためには、保険料納付済期間と保険料免除期間を合わせて原則25年以上必要です。(第

3号被保険者期間、厚生年金・共済組合などの加入期間も含む)

なお、国民年金保険料は、後でまとめて納めたいと思

つても、2年を超すとそれ以前の保険料は納めることができなくなってしまう

納め忘れを防ぐためにもお得で便利、確実な「口座振替」のご利用をお勧めします。

納めた国民年金の保険料は、全額社会保険料控除の対象になります。

控除の対象 平成18年1

月から12月までに納めた保

険料の全額です。年末調整ま

たは確定申告の手続の際には、

控除証明書や領収書を申告

書に添えて提出してください。

家族の分の保険料を納めた

場合も控除の対象となります。

国民年金への加入と保険

料の納付は法律で義務付け

られています。

国民年金保険料の負担能

力があるにもかかわらず納

付しない人に対しては、財産

の差し押さえを行うことも

あります。

問い合わせ先

南国社会保険事務所

088-864-1111

### 催し

県民介護講座

基礎講座2日間コース

日時

19年1月16日(火)・17日(水)

午前10時～午後3時30分

テーマ

「介護にあたって」

「車椅子で生活を広げよう」

「身の回りの介護」

「高齢者の服薬について」

「介護者の健康管理」

場所 安芸市総合社会福祉センター

定員 30名

参加費 無料

香南市成人式典

平成19年香南市成人式典を開催します。

日時 19年1月4日(木)

午後1時30分(受付)

場所 夜須中央公民館

(マリノホール)

対象者 昭和61年4月2

日から昭和62年4月1日ま

でに生まれた人で香南市在

住者または香南市出身者11

月1日現在の住民基本台帳

を基に案内文書を送付します)

### 排水結果

(平成18年10月分)

市と株式会社カワノとの間で締結している公害防止協定書による、工場の排水検査結果を報告します。

項目	単位	目標値	測定値
排出量	m <sup>3</sup> /D	-	2,346 2,426 2,405 2,767
水温	-	-	28.0 27.8 26.4 26.1
水素イオン	PH	5.8~8.6	7.3 6.9 6.9 7.2
生物学的酸素要求量(BOD)	mg/l	20以下	1.2
浮遊物質(SS)	"	25以下	0.8
ノルマルヘキサノ抽出物質含有量	"	5以下	0.5 未満
銅含有量	"	1以下	0.005未満
弗素含有量	"	8以下	2.9
シアン化合物	"	(1以下)	0.01未満
鉛及びその化合物	"	0.1以下	0.005未満
ヒ素及びその化合物	"	(0.1以下)	0.005未満
クロム含有量	"	(2以下)	0.04 未満

排出量、水温、水素イオン濃度は、第1～第4週の水曜日に検査した数値です。目標値とは、公害防止協定書による目標値です。目標値( )内は、国の基準です。この水質検査は毎月行われています。結果については紙面の都合上3カ月に一度掲載致します。



### 香南警察署から (☎55-0110)

#### 年末年始の交通安全運動

12月20日(水)～19年1月9日(火)まで、年末年始の交通安全運動が実施されます。

年末年始は、忘年会・新年会など飲酒の機会が多く、また

帰省ラッシュによる交通量の増加のため、飲酒運転や高速

運転などによる重大事故が多発します。

なにかと気ぜわしい時期ですが、

心にゆとりと思いやりをもって行動

し、飲酒運転をしない・させないを徹底させ、無事故で明

るい新年を迎えください。



高齢者アドバイザ 谷間由美

### 年末年始の業務案内

【市役所の業務】12月29日(金)から1月3日(水)まで休み  
但し、戸籍に関する届出書につきましては本庁舎受付にてお預かりします。  
1月4日(木)から平常どおり

#### 【ごみ収集業務】

燃えるごみ  
12月30日(土)～1月3日(水)まで休み  
1月4日(木)から平常どおり回収

資源ごみ(カン・ビンその他金属ペットボトル・プラスチック製容器包装)  
12月30日(土)～1月4日(木)まで休み  
1月5日(金)から平常どおり回収  
夜須地区南部・羽尾その他の毎月第1水曜日(1月1日)は、第2水曜日(1月8日)に変更  
夜須地区北部・国光・細川の毎月第1水曜日(1月3日)は、第2水曜日(1月10日)に変更

古紙・布類  
1月1日(月)～3日(水)まで休み  
1月4日(木)から平常どおり回収  
持ち込みは、12月31日(日)午後4時30分まで

#### 【し尿処理業務】

12月23日(土)8:30～17:00  
12月24日(日)休み  
12月25日(月)～28日(木)8:30～17:00  
12月29日(金)～1月4日(木)休み  
1月5日(金)～平常どおり



#### 香我美町文化祭

日時

19年1月13日(土)

午前9時～午後4時

19年1月14日(日)

午前9時～午後3時

場所 香我美市民館

内容 文化活動発表展示、駅伝、バザー等

問い合わせ先

香我美市民館 ☎55-2143

#### 『ふるさと自慢った自慢』公開録音

日時

19年1月19日(金)午後5時

40分～午後8時(予定)

開場午後5時

場所

のいちふれあいセンター

(サンホール)

出演

地元出演者6人

ゲスト…三沢あけみ・鳥羽一郎

観覧の申し込みの際、いただいた情報は、NHKの受信料のお願いに使用させていただきます。

問い合わせ先(観覧の申込み等)

NHK高知放送局

☎088-823-2300

(平日 午前10時～午後6時)

北朝鮮当局による人権侵害問題に対する認識を深めよう！

北朝鮮当局による人権侵害問題に関する国民の認識を深めるとともに、国際社会と連携

しつつ北朝鮮当局による人権侵害問題の実態を解明し、その

抑止を図ることを目的として、平成18年6月に、拉致問題そ

の他北朝鮮当局による人権侵害問題への対処に関する法律

が施行され、毎年12月10日から16日までを、北朝鮮人権侵害問

題啓発週間とすることとされました。

わが国の緊急の国民的課題である拉致問題の解決や北朝

鮮当局による人権侵害問題について

の関心と認識を深めていくことが大切です。