



健康テレホンサービス

※同じテーマのテープを朝9時～翌朝9時まで流しています(祝日は前日と同じテーマ)

▼問い合わせ
高知保険医協会
☎088-832-5231

24時間 ☎088-832-5266

月	歯磨きが必要な理由と磨き方
火	なかなか歩かない子ども
水	寝違えが起きたら
木	膀胱がんについて
金	皮膚基底細胞がんとは
土・日	糖尿病の早期発見

2月の番組表

■日時 3月11日(木) 13時～16時

■場所 のいちふれあいセンター 2階 第3研修室

■問い合わせ 公益社団法人 高知県宅地建物取引業協会 ☎088-8223-2001

四国財務局には、借金を抱え悩んでいる方々のための相談窓口があります。一人で悩まず、ご相談ください。必要に応じて、弁護士・司法書士などの法律専門家への引き継ぎも行っていきます。

多重債務者のお悩みの方に



相談は無料ですので、まずお電話ください。こちらから電話をかけ直します。秘密は厳守しますので、安心してご相談ください。

■受付時間 月～金曜日9時～12時、13時～17時 ※祝日・12月29日～1月3日を除く

お問い合わせ

四国財務局 多重債務者相談窓口 ☎087-811-7801

不動産に関する無料相談

一般消費者を対象に、不動産(土地・住まい)に関する問題等について専門の相談員がお答えする、無料相談を実施します。

お問い合わせ

のいちふれあいセンター 2階 第3研修室 公益社団法人 高知県宅地建物取引業協会 ☎088-8223-2001

香南市会計年度任用職員募集

職種	特別支援教育支援員	生活学習支援員	校務支援員	事務補助員	事務補助員
業務内容	発達障害や不登校傾向など特別な支援を要する児童生徒への支援	学習活動や生活指導の支援および、放課後の加力学習	教職員の事務補助や新型コロナウイルス対策として、施設の消毒作業等	事務補助	学校のICT環境および機器の管理・対応
必要な資格	教員免許	なし 教育関係の業務をしてきた方尚良	なし パソコンの基本操作ができること 教育関係の業務をしてきた方尚良	なし パソコンの基本操作ができること	なし パソコン等の基本的な知識を有すること
給与	128,438円～	123,920円～	113,109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)		
勤務時間	1日/6時間 週5日 (8:00～17:00の内)	1日/7時間45分 週4日 (8:00～17:00の内)	1日/6時間 週5日 (8:00～18:00の内)	1日/6時間 週5日 (9:00～16:00)	
勤務地	市内小中学校のいずれか			学校教育課	
雇用期間	令和3年4月1日～令和4年3月31日 (内1カ月は勤務を割り振らない日有り)	令和3年4月5日～令和4年3月24日 (内1カ月は勤務を割り振らない日有り)	令和3年4月1日～令和4年3月31日		
■通勤手当 片道2km以上(上限31,600円) ■加入保険等 雇用保険・労災・健康保険・厚生年金 ■賞与 有り(6月・12月) ■必要書類 ①履歴書(市販のもの) ②教員免許の写し(特別支援教育支援員のみ) ■選考方法 履歴書到着後、書類選考のうえ個別面接(別途お知らせします) ■応募・お問い合わせ 〒781-5292 野市町西野2706 市教育委員会 学校教育課 ☎50-3019 ※必要書類を持参または郵送					



(香我美中駅伝部の皆さん) 入賞おめでとうございます。コロナの影響で十分な練習もできなかったと思います。↓(13ページへ)

この冬季 コロナ禍でもひと工夫

ご家庭でも省エネに 取り組みましょう

寒い冬は、エネルギーの使用が増える季節です。この冬は特に感染症予防の影響で、ご自宅で過ごす時間が多くなると思われます。少しの工夫でできる省エネへの具体的な取り組みをご紹介します。ぜひご家族みんなで取り組んでください!

冷蔵庫 冷蔵庫の温度設定を中や弱にし、隙間を空けて食品を入れましょう。

テレビ 見ない時はこまめに消し、画面設定を確認して部屋の明るさに合わせた適切な明るさで視聴しましょう。

照明 不要な照明はこまめに消灯したり、LEDに変えることも考えてみましょう。

パソコン 「ディスプレイの電源を切る」や「PCをスリープ状態にする」の設定時間を短くしたり、画面の輝度を下げるなど、設定を確認しましょう。

暖房 暖まった空気を循環させたり、厚手のカーテンなどで暖房効果を高めましょう。また、フィルターの清掃も有効です。

■問い合わせ 四国経済産業局 エネルギー対策課 ☎087-811-8535

のいち動物公園 ボランティア募集

のいち動物公園では、皆さんに自然や動物に親しんでいただくために、さまざまな活動を行っています。その活動への協力や園内情報、また動物たちのことを来園される多くの方に伝えていただくためのボランティアを募集します。

次の内容をご理解いただき活動に賛同できる方は、説明会・研修にぜひお越しください。

■活動内容 動物公園の案内や展示動物の解説、動物公園内で行うイベントへの協力、ふれあいコーナー・リスの小道への協力、ボランティアが自主的に行うイベントの企画運営等。

※動物公園でボランティア保険に入ります

■応募条件

- ①活動の趣旨に賛同できる方
- ②令和3年4月1日時点で15歳以上の方
- ③自然環境に興味があり、学習意欲のある方
- ④無償で参加できる方
- ⑤説明会・研修に参加できる方
- ⑥土・日曜日、祝日に概ね月1回以上活動できる方

⑦のいち動物公園ボランティアへの入会が可能な方

■説明会日時 3月7日(日) 13時～15時

■研修日時 3月14日(日)、21日(日)、いずれも10時～15時

■申込み方法 説明会・研修に参加希望の方は、受付期間内に電話でお申し込みください。なお、当日は、あらかじめ加入申込書に必要事項を記入し、持参してください。入口ゲートで受け付けのうえ、名札をつけてご入園ください。

※18歳未満の方は、保護者の署名・捺印を必ずお願います

■申込受付期間 2月1日(月)～28日(日)

■活動開始日 4月4日(日)

※この日はボランティア認定証授与式および総会があります

■申込み・問い合わせ 高知県立のいち動物公園 ☎56-3509

認知症高齢者を考える「明日葉会」

認知症の方を介護するご家族や認知症について関心のある方が集まり、介護の仕方を学んだり、悩みを共有したり支えあいながら「明日葉会」として活動を行っています。

2月は口腔衛生について市の保健師が講座を行います。受講料無料、申し込み不要ですので、ぜひご参加ください。

※新型コロナウイルスの感染を防ぐため、マスク着用でご参加ください

■日時 2月12日(金) 13時30分～14時30分

■講座内容 「口腔衛生について」

■講師 香南市地域包括支援センター 古谷知佐子 保健師

■場所 のいちふれあいセンター 2階 第1・2研修室

■問い合わせ 香南市社会福祉協議会 ☎57-7300

市役所高齢者介護課 地域包括支援センター ☎57-8511

関連情報は こちら 省エネポータルサイト 「無理のない省エネ節約」