



ひろと

7月号

2024.7.1
No.680

「青い海・青い空・白い灯台」のGW！

※20ページ「今月の表紙」をご覧ください



防災行政無線で放送された内容が分からないときやもう一度聞きたい場合は、

◆防災行政無線
電話応答サービス

通話料
無 料

しきゅう

むろと

0120-49-6610 をご利用ください。

カラー版QRコード
※掲載が間に合わない
場合があります



～主な内容～

- ◆室戸市地域振興券 5,000円分を交付します 2 P
- ◆第34回土佐室戸鯨舟競漕大会の開催について 4 P
- ◆健康大学脳卒中検査の参加者を募集しています！ 14 P
- ◆室戸市老朽住宅除却事業費補助金のお知らせ 19 P
- ◆不要になったリチウムイオンバッテリー等
搭載製品の捨て方について 20 P

～人口の動き～

〈令和6年5月31日現在〉	〈5月1日～5月31日届出〉
世帯数 .. 6,821 世帯	出生 3 人
総人口 ... 11,444 人	死亡 20 人
男 5,530 人	転入他 18 人
女 5,914 人	転出他 22 人

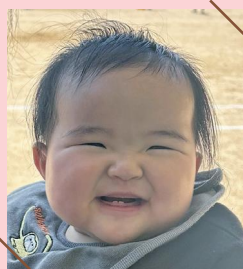
この数値（人口）は室戸市住民基本台帳を基にしています
（※令和5年5月31日現在の総人口は11,812人）

わが家のたからっ子



しらひげ ほのか (領家)
白髪 穂乃樺 ちゃん

●令和5年6月8日生まれ
●白髪優太さん、彩可さんの次女
「これからもニコニコ笑顔で元気に大きく育ってね。」父・母より



やました のあ (浮津)
山下 乃愛 ちゃん

●令和5年7月28日生まれ
●山下勇登さん、優花さんの長女
「笑顔いっぱい元気に育ってね。」父・母より

1歳の誕生日を迎える室戸市在住のお子さんで、誕生月の広報に掲載する写真を募集しています。

- 9月号募集締切り日／7月25日(木)
(令和5年9月生まれの子どもさん)
- 募集締切りは原則発行月号の2ヵ月前の25日前後となります。

※お申し込みが多くなった場合は、翌月号への掲載となる場合がありますのでご了承ください。



電子申請用QRコード

お知らせ

「わが家のたからっ子」にお申し込みいただいた方に図書カード5,000円分を進呈しています。どしどしご応募ください。

■【お問い合わせ先】

総務課 総務班 ☎22-5114

おらんくの室戸大学 ～サマーセミナー～

入場無料

今年も開催！



「サマーセミナー(略称:サマセミ)」は、誰でもセンセイ、誰でもセイトになれる学校ごっこ。昨年、四国初の学びの夏祭りを室戸高校で開催しました。ご好評いただき、今年も室戸高校で開催します！あなたの街の面白いセンセイが集まって、楽しい学びの場が始まります！

8月18日(日)開催！ ※8月号に時間割を折り込み予定。

8:30 登校開始 / 9:30~15:30 朝礼~5時間授業~帰りの会

場 所▶ 室戸高等学校

持ち物▶ 筆記用具、うわばき

主催：サマーセミナー実行委員会

共催：室戸市、室戸市教育委員会、高知大学希望創発センター

■【お問い合わせ先】まちづくり推進課 ☎22-51147



室戸市地域振興券5,000円分を交付します

エネルギー、食料品価格等の物価高騰の影響を受けた市民の皆さんの負担の軽減および市内での消費喚起を図るため、「室戸市地域振興券」5,000円分を交付します。

- 交付対象者
- ①基準日(令和6年5月31日)時点において、室戸市住民基本台帳に記録されている方
 - ②基準日以前に本市に転入し、住民基本台帳法第22条第1項に定める期間内(14日以内)に同項に定める届出(転入届)をした方
 - ③基準日以前に出生し、戸籍法第49条第1項に定める期間内(14日以内)に同項に定める届出(出生届)をし、室戸市住民基本台帳に記録された方

交付の方法等 7月上旬から順次 ゆうパックで送付予定

利用期間 令和6年8月1日から令和6年10月31日まで

※利用可能店舗等については、事業開始時のポスターおよび室戸市ホームページ等に掲載予定です。

■【お問い合わせ先】産業振興課 商工水産振興班 ☎22-5116

市長の部屋

室戸市長
植田 壯一郎

戻ってきてもらいたい家族と戻りたい家族!!

先般、井戸端会議で人口減少対策として最も有効的な対策は、市民の皆さんにUターンの推進をお願いすることです、とのご意見を頂きました。私も同様の考えです。

本市でも、市内に希望する職種がないなどの理由で市外に職を求め転出され、そのまま生活をされている若者が多くおります。

市内に残されたご家族としては、いつかは室戸へ戻ってきてほしいと思いついても、「職種が少なく収入を確保するのも困難であることから、戻したくても戻せない」と言った状況のご家族も少なくないとのご意見を聞きました。特に子育て中の家族であれば、なおさらのことです。戻って来てもらいたい家族と戻りたい家族がいながら接点が合わない、何か行政が出来ることはないかとの思いに立つて議論が深まりました。

近年室戸市では、親和性が高く住居確保も比較的容易なUターン移住を推進しており、移住相談等があった場合は、市内事業所のご紹介とあわせて※「地域おこし協力隊」制度についてもご案内をさせていただいております。

この「地域おこし協力隊」制度を活用すれば、最長で3年間地域支援や地域振興など、地域の方々といっしょになって室戸を元気にする活動に従事することができ、また隊員卒業後の起業支援制度も利用できます。

お知り合いで、子育てをするご家族が

「室戸に戻りたいが仕事がない」とお悩みの方々があられましたら、ぜひ、この「地域おこし協力隊」制度のご案内にご協力いただければ幸いです。

また、関東室戸会や関西室戸会などの席で、既にお仕事を退職された方々からも、親がいるうちに室戸に帰りたいといったご意見も伺います。

既に退職された方であれば、共に働いた仲間や身につけた技術や情報は大きな財産です。そうした方々が室戸にUターンしていただけたら室戸の財産が増えることとなります。いつもふるさと室戸を想って頑張ってきた方々がUターンされることで、新たな生きがいを見出す機会にはならないでしょうか。何よりも、私たち市民が今なお見出せない室戸市の魅力や活性化への力にもなってくれる存在になると受け止めています。

子育て世帯を含め、多くの方々にごこの室戸を選び移住してもらえよう、今後においても様々な移住施策を講じてまいりますので、忌憚（きたん）のないご意見を賜りますようお願い申し上げます。

移住および地域おこし協力隊に関する窓口は、室戸市役所まちづくり推進課（22-5147）です。ご遠慮なくお問い合わせください。よろしく願いいたします。

※地域おこし協力隊制度は、主に都市部にお住いの方が対象です。
詳細はお問い合わせください。

「レッツ “郷” 夏祭り」

- 場 所 室津八幡宮（室戸市室津3298-2）
※八幡宮への車の乗り入れ、駐車はできません。
- 日 時 7月27日（土）15:00～19:00
【イベント】16:00～
 - 室戸高校軽音楽部演奏
 - “いそもん”ウクレレ演奏

【屋台出店】

- 飲食ブース（焼きそば／フランクフルト／焼き鳥／フライドポテト／チキンナゲット／ボン菓子／アイスクリン／ジュース／生ビールなど）
 - 遊戯ブース（ダーツ／ヨーヨー釣り／輪投げなど）
 - 体験ブース（コンボ／トラクターの試乗）
 - ★★★★餅投げもあるよ！★★★★
- 主催／地域活性化委員会レッツ郷 後援／室戸市

■【お問い合わせ先】地域活性化委員会レッツ郷 ☎090-1575-3643（久保）

KUMON 夏の無料体験受付中!

広告

室戸浮津教室 （水・土）

室戸市浮津816
TEL 090-8978-4162（宮田）



室戸岬教室 （火・金）

室戸市室戸岬町
東河原町5374
TEL 090-5148-1926（福岡）



算数・数学 英語 国語

幼児から高校生まで
学習できます！
詳細は教室まで♪

メゾ・ソプラノ^{たにくちむつみ}谷口睦美と みんなのむろと音楽祭 2024

～ MUROTO MUSIC FESTIVAL ～

室戸市出身でメゾ・ソプラノ、オペラ歌手の谷口睦美さんが、素敵な歌声を披露してくれます。そして、室戸市民合唱団、室戸中学校・高校吹奏楽部が共演！

この機会にぜひ、ご来場ください。

※派遣助成 公益財団法人 よんでん文化振興財団

●開 催 9月1日(日) 開場13:30
開演14:00

●会 場 室戸市保健福祉センターやすらぎ
夢ひろば

●入 場 料 無料(入場チケットが必要です)
※全席自由、未就学児は入場不可

●プロフィール

^{たにくちむつみ}
谷口睦美 メゾ・ソプラノ歌手

室戸市出身。東京藝術大学卒業。同大学院、二期会研修所修了。第19回出光音楽賞受賞。新国立劇場をはじめ数々の舞台で活躍。二期会会員。



今回は合唱団、吹奏楽部も参加。「室戸で音楽を楽しむ会」第1弾として記憶に残る演奏会になるように皆さんと頑張ります。お問い合わせのうえ、ぜひお越しください！

■【お問い合わせ・お申し込み先】

〒781-7185 室戸市浮津25番地1 室戸市教育委員会事務局 生涯学習課

E-メール: mr-060200@city.muroto.lg.jp ☎22-5142 (平日8:30～17:15)

第34回土佐室戸鯨舟競漕大会の開催について

土佐室戸鯨舟競漕大会について、昨年度開催した「C. W. ニコル追悼記念杯」をもって終了となる予定でしたが、これまで長年にわたり開催されてきた、歴史ある大会の存続を望む熱い意見が多く寄せられたことを受け、本年度も開催することとなりました。

捕鯨で栄えた室戸ならではの、素晴らしいイベントを今後も継続するためにも、皆さんのご協力をよろしくお願いします。

大会と一緒に盛り上げてくれる参加チームを大募集しています。ふるってご参加ください！

イベントの詳細は折込チラシをご覧ください。

【イベント概要】

●日 時 8月24日(土) 9:00～(荒天の場合は中止とします)

●場 所 室戸岬漁港新港(海の駅とろむ)

【レース募集内容】

●レース種目 古式・一般

●参加人数 古式 17人以内(1チーム)

一般 20人以内(1チーム)

●参加費 1人500円(当日の保険料を含む)

●申込先 一般社団法人室戸市観光協会

●締 切 令和6年7月31日(水)まで



▲室戸市観光協会
ホームページ

■【お問い合わせ先】一般社団法人室戸市観光協会

☎22-0574

令和6年度 室戸市一斉 清掃のお礼

令和6年度室戸市一斉清掃を6月2日(日)に行いました。清掃にご参加いただきました市民の皆さん、高知県建設業協会室戸支部および関係業者を含む事業者様のご協力があり、まちをきれいにすることができました。ありがとうございました。きれいなまちを保てるよう、日ごろからみんなで心がけていきましょう！

■【お問い合わせ先】市民課 環境政策室 ☎22-5126

令和6年度版 室戸市「くらしの便利帳」を作成します！

令和4年に発行した「くらしの便利帳」の令和6年度版を作成します。この「くらしの便利帳」は、市役所での各種手続きや生活に役立つ行政情報・地域情報を満載した便利なガイドブックとなっており、今回も㈱サイネックスと共同で製作し、令和6年12月初旬をメドに配布を予定しています。

また、印刷・製本・配布費用等は広告料で賄われることから、㈱サイネックス担当者が広告主募集のために市内の事業所などを訪問しますので、ご協力をお願いします。

■【お問い合わせ先】まちづくり推進課 ☎22-5147
(株)サイネックス徳島支店 ☎088-623-0530



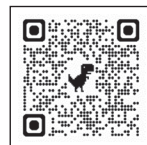
統合中学校あり方検討委員会を発足しました！

室戸市では、令和6年1月に策定しました「室戸市保育所及び小中学校適正規模・適正配置実施計画」に基づき、令和10年4月の新たな中学校開校をめざした「第1回室戸市統合中学校あり方検討委員会」を令和6年5月30日（木）に開催し、話し合いがスタートしました。

検討委員会は、学識経験者、学校関係者、保護者、住民の代表者、行政関係者の24人で構成し、令和7年3月までの全10回にわたって、【統合中学校の目指す子ども像・学校像】、【学校の歴史や伝統・文化の継承】、【防災対策】、【施設整備】、【その他統合に伴い配慮を要する事項】などについて協議してまいります。

検討委員会で協議された内容等につきましては、随時、教育委員会ホームページにてお知らせします。

統合中学校あり方検討委員会は、
こちらのQRコードからご覧になれます▶



■【お問い合わせ先】学校教育課 ☎22-5141

移動献血のお知らせ

献血バスがやってきます！400ml 献血にご協力をお願いします。

男性17歳～69歳、女性18歳～69歳で体重は男女とも50kg以上の方が献血可能です。

※65歳以上の方は健康を考慮し、60～64歳の間に献血経験がある方に限ります。

●令和6年度の予定

7月11日（木）	16:00～17:15	室戸警察署
7月12日（金）	9:00～12:30	室戸市役所
	13:45～15:45	
11月20日（水）	10:00～12:30	室戸市役所
	13:45～15:45	
3月14日（金）	10:00～12:30	室戸市役所
	13:45～15:45	

※日程が変更となる場合があります。ご了承ください。

■【お問い合わせ先】保健介護課 健康推進班（室戸市献血推進協議会事務局）☎22-3100

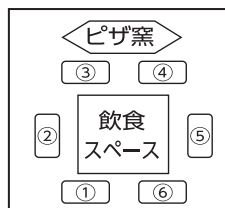


「椎名集落活動センターたのしいな」よりお知らせ

「ふれあい体験交流スペース」 8月の出店者大募集

- 募集日 8月の土・日・祝（利用時間 9:00～17:00）
- 出店数 1日最大6店舗（※応募多数の場合、抽選となります。）※希望場所とは異なる場合がありますのでご了承ください。
- 対象者 室戸市内の事業所および団体・個人
- 出店料 出店料は徴収しませんが、電源利用者は1日360円徴収します。
- 締切り 7月19日（金）（8月利用分）

お隣は「むろと廃校
水族館」です。
たくさんのご応募
お待ちしております。



※イベント開催時に出店数を制限する場合があります。
※出店中の事故等については出店者の責任となります。
ご了承ください。

応募方法等、詳しくは
下記までお問い合わせください！

■【お問い合わせ先】まちづくり推進課 まちづくり推進班 ☎ 22-5147 または
椎名集落活動センターたのしいな ☎ 98-7020 まで

室戸市産後ケア事業のお知らせ

『産後ケアとは？』

出産は女性にとって一生の中で一番とていいほどの大仕事。新しい命を授かることで心とからだの状態は大きく変化します。

産後ケアでは、不安定になりがちな産後のお母さんの心身のケアや赤ちゃんのお世話についてのご相談をお受けし、支援します。

★室戸市に住民票のある、産後1年未満のお母さんと赤ちゃんはみなさん対象です！

★特別な悩み事等がなくても、少し話を聞いてもらいたい！でも大丈夫です♡

ケア内容《例》

＊お母さんのケア

乳房ケア、授乳方法についての助言や支援

産後の体調についての相談

赤ちゃんのお世話の仕方、関わり方についての助言や支援

＊赤ちゃんのケア

発育・発達の確認

★ご自宅にお伺いする訪問型に加えて、昨年8月より県立あき総合病院での通所型を開始しました。

※詳しくは下記までお問い合わせください。

また、妊娠8ヵ月ごろの訪問時にはチラシをお渡ししています。



■【お問い合わせ先】保健介護課 健康推進班 ☎ 22-3100



7月

むろと保育園 地域子育て支援センター

クローバー行事予定



開設時間 毎週（月曜日～金曜日） 9:30～12:00 13:00～15:30

「クローバー」はご家庭で子育てしておられる皆さんに、無料で利用していただける子育て支援センターです。月曜日～金曜日まで開いていますので友達と一緒に・・・パパやおじいちゃん、おばあちゃんもお気軽にどうぞ。初めての方、妊婦さんも大歓迎です。少しの時間でもかまいません。お待ちしております。

月曜日、水曜日（毎週2回）
水遊びを楽しみましょう！



◆ 7月 2日（火）・・・救急救命士さんによる講演

※講演の準備の都合上、6月28日（金）までにお申し込みください。

◆ 7月10日（水）・・・ウクレレ演奏&夏祭りごっこ

◆ 7月24日（水）・・・製作（何を作るかは楽しみに♡）

◆ 7月26日（金）・・・香りの教室帆南、濱渦先生によるアロマセラピーについての講演会・天然アロマの虫よけミスト作り

※材料費500円となります。講演の準備の都合上、7月19日（金）までにお申し込みください。

◆ 7月29日（月）・・・よつばカフェ（10:45～11:45）

※予定を変更する場合があります。
ご了承ください。



■【お申し込み・お問い合わせ先】

むろと保育園地域子育て支援センター「クローバー」
☎ 22-0587（担当：濱口・久保・武井）

図書館だより

ご利用案内

- 開館時間 火～金 10:00～18:00
土・日 10:00～17:00
- 休館日 月曜日・祝日・館内整理日
年末年始・特別整理期間 等
- 貸出冊数 1人5冊
- 貸出期間 2週間

☆休館日でも返却ができます。図書館右側の緑色の返却ポスト
をご利用ください。

平日は市内公民館、佐喜浜出張所でも返却できます。

7月カレンダー

□…休館日

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

館内整理日

※オーテピア高知図書館で借りた資料、他館から取寄せた資料、CD等はポストに入れないでください。



室戸市立市民図書館では、市民の方をはじめ市内にお勤めの方、通学の方にも貸し出しを行っています。利用者カードは、新生児から作ることができ、団体貸し出しも行っています。

ぜひ、知りたいこと、興味があること、何でもさがしに図書館においでください！

図書館にない本は、貸し出しの予約を入れたり、高知県内の他の図書館から取り寄せたりすることもできます。リクエストもお待ちしております。



7月の新着図書案内 (一部紹介)

【児童書】



『ミライノイチニチ』

コマツシンヤ／作

未来の小学生ミライ
朝はランドセル型ロボに起こされ、
移動型教室のおむかえで登校。
無重力遊泳をしたり、銀河が頭の上
を飛んでいたり…
未来への希望をこめて描く少年の
一日！

『ヤング・シャーロック・ホームズ 4 炎の嵐』

アンドリュー・レーン／作

『つかめ！理科ダマン 1』

「科学のキホン」が身につく編

シン・テフン／作

『気を付けよう 海賊版・違法ダウンロード』

①なぜ海賊版ができるようになったの？

うえめましの
上沼紫野／監

『日本防災ずかん』

2 地震・火山噴火・津波・人為災害

おおつかのりこ／著

【一般書】



『10分パスタ』

パスタワークス
PastaWorks たかし／著

ラクしたい人へ朗報です!!
時間がない、疲れたー。そんな
時でも作れるパスタがあるんで
す。
面倒な計量もなく、少ない材料
を使ってなんとパスタが10分
で出来る!?

『牧野富太郎の植物学』

たなかのふゆき
田中伸幸／著

『この村にとどまる』

マルコ・バツァーノ／著

『最新版イラストもう迷わない庭木の剪定』

うちだひし
内田均／監

『老いを楽しむ人生の言葉』

わだひでき
和田秀樹／著

■【お問い合わせ先】室戸市立市民図書館 ☎22-0161

介護予防教室のご案内

※対象：65歳以上の室戸市に住民登録のある方

教室名	開催日	曜	時 間	場 所	内 容	備 考	お申し込み・お問い合わせ先
 水中体操教室	7月3日	水	13:30	シレストむろと	【講 師】 健康運動指導士 ^{はまだ やすゆき} 濱田 泰行 氏 イスやマットを使った体幹の筋力・バランス 体操とリラックス水中体操 多くの皆様のご参加をお待ちしています！	●参加料 無料 (ただし、あらかじめ シレスト市民会員 に加入要)	シレストむろと ☎22-6610
	7月17日	水					
 いきいきらくらく 体操教室	7月4日	木	16:00～17:00	室戸勤労者 体育センター	【講 師】 健康運動指導士 ^{なかもら みほ} 中村 美帆 氏 ストレッチや自宅でもできる体操です。 女性に人気！毎回好評です！	●参加料 無料 40人程度 (お持ちいただくもの) ヨガマットまたは バスタオル	室戸勤労者 体育センター ☎22-1181
	7月11日	木	16:00～17:00				
	7月18日	木	16:00～17:00				
	7月25日	木	16:00～17:00				

陶芸教室のご案内

※対象：室戸市に住民登録のある方（成人）

陶芸教室	開催日	曜	時 間	場 所	内 容	備 考	お申し込み・お問い合わせ先
	7月8日	月	10:00	室戸市 保健福祉 センター やすらぎ 陶芸室	【講 師】 室戸市美術展覧会 無鑑査作家 ^{やまもと かつひこ} 山本 克彦 氏 初心者向けの陶芸教室です。 コップやお皿をつくっています。	粘土代等実費が 必要です。	保健介護課 健康推進班 ☎22-3100 生涯学習課 生涯学習班 ☎22-5142
	7月22日						
	7月29日						

※65歳以上の方は、従来どおり「介護予防」として、65歳未満の方は「生涯学習」として参加できます。

健康教室のご案内

※対象：室戸市民（成人）

教室名	開催日	曜	時 間	場 所	内 容	備 考	お申し込み・お問い合わせ先
 トレーニングセンター 利用講習会	7月10日	水	18:30～19:45	室戸市保健 福祉センター やすらぎ トレーニング センター	【講 師】 健康運動指導士 ^{はまだ やすゆき} 濱田 泰行 氏 【内 容】 トレーニングマシン利用のための 講習会	●参加料 無料 ※お申し込み予約必要 締切日 7月8日(月)	室戸勤労者 体育センター ☎22-1181
 エクササイズ	7月17日	水	18:30～19:30	室戸市保健 福祉センター やすらぎ きらきらひろば	【講 師】 健康運動指導士 ^{はまだ やすゆき} 濱田 泰行 氏 【内 容】 代謝アップエクササイズ	●参加料 無料 ※お申し込み予約必要 締切日 7月16日(火) (お持ちいただくもの) ヨガマットまたは バスタオル	室戸勤労者 体育センター ☎22-1181



この深ちゃんマークが付いている教室は運動習慣動機づけ事業「水中運動で元気にならしましょう！」シレスト400円×5回分利用券配布の対象事業です。

第27期 第1回 室戸健康大学 開催

*この事業は、「高知家健康パスポート事業」の対象事業です。

- 日時 7月21日(日) 10:00～14:00
- 場所 ニューサンパレスむろと ジョン万ホール ※駐車場あり

10:00～10:30	入学式
10:30～11:00	室戸市長のお話
11:00～12:00	「いきいき生きる」 内田脳神経外科 理事長 ^{うちだ やすみ} 内田 泰史 氏
12:00～12:45	昼食
12:45～13:00	「脳トレ体操」 内田脳神経外科 スポーツインストラクター ^{まつもと りゅうせい} 松本 隆誠 氏
13:00～14:00	「認知症予防体操 ～紙飛行機を折って飛ばそう！～」 健康運動指導士 ^{おはら たえこ} 小原 妙子 氏

●お申し込み締切日 7月12日(金)

■【お申し込み・お問い合わせ先】ニューサンパレスむろと ☎22-0012・FAX 22-0168 (担当：門田)

※入学金無料でご参加いただけます。

※今後の新型コロナウイルスの感染状況等によっては、講義内容の変更や「室戸健康大学」の延期または中止になる場合がございます。ご了承ください。

※当日の昼食代600円をお支払いください。なお、コロナウイルス感染症対策のため、昼食の持ち込みはお控えください。

(注意) 申し込み後の当日キャンセルは、キャンセル料として600円いただきます。

※自家用車で来られない方のための送迎があります。ご希望の方は事前にご連絡ください。

A コース吉良川～ニューサンパレスむろと
B コース椎名～室戸岬経由～ニューサンパレスむろと

③注自家用車の方は、直接ニューサンパレスむろとへお越しください。

7月健康推進事業予定表

日	曜	事業名	時間	場所
2	火	特定健診（健康診査・30歳代健診） 【元地区】	9:00～11:30	室戸市保健福祉センター やすらぎ
		胃がん検診【元地区】	8:30～9:30	
12	金	乳がん検診【吉良川地区】	9:00～12:00 13:30～14:30	吉良川市民館
25	木	特定健診（健康診査・30歳代健診） 【吉良川地区】	9:00～10:30 13:00～14:00	吉良川公民館
		乳がん検診【室戸岬地区】	9:00～12:00 13:30～14:30	室戸市保健福祉センター やすらぎ
26	金	特定健診（健康診査・30歳代健診） 【吉良川地区】	9:00～11:00	吉良川公民館
		胃がん検診【吉良川地区】	8:30～10:30	吉良川小学校

〈健（検）診のお知らせ〉

お持ちいただくもの ●特定健診（健康診査）：保険証、受診券、問診票、過去の健診結果票
●30歳代検診：案内ハガキ、保険証
●がん検診：受診票、検査料500円

1. 送迎サービスがあります。 ●会場への送迎車があります。
（※要予約。予約締切り日は受診票に記載されている送迎案内をご確認ください。）
2. 高知家健康パスポートの対象事業です。
3. シレストむろとの5回券・パスポートは健診当日、会場でのみお渡ししています。
ご希望の方はお忘れないうちお願いします。



4	木	市民交流広場（みんないるか）	10:00～13:00	室戸市保健福祉センター やすらぎ
11	木	子育て&プレママひろば	10:00～11:30	
		市民交流広場（みんないるか）	10:00～13:00	
16	火	乳幼児健診 （4・7・10、1歳9か月）	対象者へ個別案内	
18	木	市民交流広場（みんないるか）	10:00～13:00	
25	木	市民交流広場（みんないるか）	10:00～13:00	

※検診等の日程は変更する場合があります。変更の際は対象となる方へ別途通知させていただきます。

■【お問い合わせ先】保健介護課 健康推進班 ☎22-3100

室戸市あったかふれあいセンター 7月プログラム

月	火	水	木	金
1	2	3	4 吉良川サテライト	5
コミュカフェ 脳トレ教室	趣味の部屋	ドライブへ行こう ふまねっと運動	体操 レクリエーション	趣味の部屋 ふまねっと運動
8	9	10	11 吉良川サテライト	12
音楽 レクリエーション 脳トレ教室	棒体操	ちょっと寄り道 ふまねっと運動	脳リハのススめ	体操レクリエーション ふまねっと運動
15 海の日	16	17	18 サテライト休み	19
	脳リハのススめ	デイキャンプ ふまねっと運動	卓球を 楽しもう	ふれあい食堂 ふまねっと運動
22	23	24	25 吉良川サテライト	26
ミニ講座 脳トレ教室	ミステリーデイ	”音”を楽しもう ふまねっと運動	音楽の部屋	音楽レクリエーション ふまねっと運動
29	30	31	「あったかふれあいセンター」は、 見学や一日体験も自由にできます。 ぜひお気軽にお立ち寄りください。	
リハビリ ショッピング 脳トレ教室	学びの日	世代間交流 ふまねっと運動		



お知らせ 《ふれあい食堂》

（テーマ）
土佐のおきやくを楽しもう！
「土佐のおきやく」を
体験してみませんか。
メニューは、当日の
お楽しみです。

【今月のプログラム】

7月19日（金）

12:00～

【場 所】 室戸市
あったかふれあいセンター 内
【費 用】 材料費として1000円
【対象者】 どなたでも
【申し込み締切り】
7月16日（火）

※参加希望の方は下記の連絡先まで
お問い合わせください。

■【お問い合わせ先】
NPO 法人ぐりと ☎23-1551
■Instagramやってます！
@attakagreet

【活動場所】 室戸市元甲1902番地1（旧元保育所跡） NPO法人ぐりと内
月曜日～金曜日（9:00～15:00）

☆利用料は無料。ただし、ランチなどイベントの参加費（材料費）は実費負担となります。

☆この事業は 令和6年度室戸市あったかふれあいセンター事業の委託事業です。

「むろと じんけん の つどい」 室戸市人権教育研究大会 を開催します。

誰もが自分らしく生きられるまちづくり。それは誰かがつくってくれるものではなく、一人ひとりが関わりあってつくりだすもの。「むろと じんけん の つどい」ではそれぞれの立場で取り組んでいることの発表や、元気の出るお話、和太鼓の生演奏もあります。

たくさんの皆様のご来場をお待ちしています。

1. 日時 8月2日(金) 13:00～17:00
(受付12:30～)

※途中参加・退出も可能

2. 場所 室戸市保健福祉センターやすらぎ

3. 内容

①人権標語優秀賞の紹介

市内保育年長児から高校生まで約600人の応募作品の中から選ばれた10作品を紹介します。

②人権教育・啓発の実践報告(室戸高校、市保健介護課)

人権を守るための教育や、その人らしい生き方をサポートする行政の活動報告

③交流(はまゆう園、うみがめの会、NPO むろとスポーツクラブ)

市内の障害者施設の日々の営みなどの紹介と、野菜・スイーツ販売。誰もができるニュースポーツの体験もできます。

④講演・和太鼓演奏

長岡西部スマイルファクトリー(南国市)

「大好きなこのまちのために」～笑顔あふれるまちづくり～(仮)と題して、子ども食堂などを運営する団体の、地域の笑顔づくり活動のお話と和太鼓生演奏です。

4. その他 入場無料

(ただし、交流の際はお小遣いが必要です。)

主催/室戸市人権教育研究協議会 共催/室戸市・室戸市教育委員会

■【お問い合わせ先】室戸市人権教育研究協議会(市教育委員会事務局内) ☎22-5142

漏水の見つけかた ～使用水量が急に増えた場合は水漏れの可能性があります～

①すべての蛇口を締めてメーターの蓋を開けてください。

②パイロット(小さな回転盤)を確認してください。

パイロットが回っている→漏水している可能性があります→③へ

パイロットが回っていない→漏水していません

③市が指定している水道工事事業者に連絡し、漏水箇所を修理してください。

水道メーターより宅内側はお客様の管理となりますので、修理費用は自己負担となります。



漏水による水道使用料の減額について

減額の対象となるもの	減額の対象とならないもの
・地中の配管 ・温水器の配管 ・浄化槽の配管およびバルブ破損 ・受水槽本体および配管 ・屋外の水栓柱内部配管	・蛇口のパッキン ・浄化槽のバルブの閉め忘れ ・トイレのボールタップ ・露出配管からの漏水

※室戸市水道指定給水装置工事事業者による修繕が水道料金の減額対象です。個人で修理をした場合は減額対象にはなりません。指定業者等については、市ホームページで確認いただくか、水道局までお問い合わせください。

■【お問い合わせ先】水道局 ☎22-5139

市政意見箱より

市役所正面玄関前に「市政意見箱」を設置し、市民の皆さんから広くご意見・ご提案を求め、また市民ニーズを的確に捉え、市政運営・政策決定に反映することにしています。

このたび、市民の方から、「室戸岬漁港沿いの市道にかかる転落防護柵が腐食しており危険である」といったご意見をいただきました。

転落防護柵など交通安全施設については要望も多く順次整備しているところです。室戸岬町津呂地区(室戸岬漁港沿いの市道)の転落防護柵につきましては、補正予算などで早期の整備を行う予定です。

7月の各市民館教室予定

室戸市内にある市民館では、毎月いろいろな教室を開催しています。どなたでも興味のある教室に自由に参加できます。豊かな時間を見つけるきっかけづくりとしてもぜひ参加してみませんか！

日	曜	羽根	吉良川	行当	大谷	菜生	佐喜浜
1	月		編物 10:00	パッチワーク 13:30			百歳体操 10:00
2	火		610体操 & 百歳体操 10:00	デイサービス 10:00	布ぞうり 13:15	百歳・610体操 10:00	おりがみ 9:00
3	水	デイサービス 10:00 硬筆 13:00 パッチワーク 13:30		カラオケ教室 13:30	高齢者学級 9:00 創作(編物) 13:15		手芸 9:00 カラオケ 13:30
4	木	610体操 13:30 パソコン 19:00		610体操 & 百歳体操 10:00	創作(手芸) 9:00	デイサービス 9:30	刺しゅう 9:00
5	金	百歳体操 10:00	はたおり・洋裁 10:00 パッチワーク 13:30	創作 9:30	ピアノ 17:15	手芸クラブ 13:30	
8	月	料理教室 9:30	編物 10:00	パッチワーク 13:30		カラオケ 13:30	百歳体操 10:00
9	火		今日子ちゃん 体操 10:00			百歳・610体操 10:00	デイサービス 10:00
10	水	硬筆 13:00 パッチワーク 13:30				洋裁 13:30	おりがみ 9:00 カラオケ 13:30
11	木	高齢者学級 9:45 610体操 13:30		今日子ちゃん 体操 10:00	創作(手芸) 9:00	ビーズ 13:00	手芸 9:00
12	金	百歳体操 10:00			ピアノ 17:15	手芸クラブ 13:30	
16	火	カラオケ 13:30	610体操 & 百歳体操 10:00		布ぞうり 13:15	百歳・610体操 10:00	刺しゅう 9:00
17	水	デイサービス 10:00 パッチワーク 13:30	デイサービス 10:00 はたおり・洋裁 12:00	カラオケ教室 13:30	百歳体操 9:00 デイサービス 9:30 創作(編物) 13:15	ペーパークラフト 13:00	おりがみ 9:00 カラオケ 13:30
18	木	610体操 13:30 パソコン 19:00		610体操 & 百歳体操 10:00	創作(手芸) 9:00	デイサービス 9:30	手芸 9:00
19	金	百歳体操 10:00	パッチワーク 13:30		ピアノ 17:15		
22	月		編物 10:00			カラオケ 13:30	百歳体操 10:00
23	火		610体操 & 百歳体操 10:00			百歳・610体操 10:00	デイサービス 10:00
24	水			世代間交流 こども会 9:30	百歳体操 9:00 デイサービス 9:30	洋裁 13:30	刺しゅう 9:00
25	木	610体操 13:30		610体操 & 百歳体操 10:00			エコクラフト 9:00
26	金	百歳体操 10:00	はたおり・洋裁 10:00 パッチワーク 13:30	創作 9:30	ピアノ 17:15	料理 9:00	
29	月						百歳体操 10:00
30	火		610体操 & 百歳体操 10:00	デイサービス 10:00		百歳・610体操 10:00	
31	水		デイサービス 10:00 はたおり・洋裁 12:00				

注) 日程については
予定であり、変
更になる可能性
があります。参
加を希望される
方は、各市民館
にお問い合わせせ
ください。

●羽根市民館 ☎26-1813 ●吉良川市民館 ☎25-2300 ●行当市民館 ☎22-1149
●大谷市民館 ☎22-0819 ●菜生市民館 ☎22-2370 ●佐喜浜市民館 ☎27-2803

◆各種相談

※相談は無料 秘密は厳守されます

法律相談 法律上のトラブル・心配ごとなど

- 日 時 7月4日(木)・18日(木)
13:00~16:00
 - 場 所 室戸市保健福祉センターやすらぎ
2階 第1会議室
 - 相談員 高知弁護士会所属弁護士
- ※相談は、原則予約制となっておりますので、
弁護士会(☎088-822-4867)に、月曜日から金曜日
(10:00~16:00)までの間に電話で予約してください。

行政相談 役所の仕事やサービスで困っていることなど

- 日 時 7月17日(水)
13:00~15:00
- 場 所 室戸市保健福祉センターやすらぎ
2階 第1会議室
- 相談員 なかの中野 かなお金夫 ☎22-2415
やまもと山本 きみこ君子 ☎25-2104

人権相談 いじめ・差別など人権に関すること

- 日 時 7月8日(月)
10:00~15:00
(12:00~13:00は昼休み)
 - 場 所 市役所 地下会議室
 - 相談員 室戸市人権擁護委員
- 【お問い合わせ先】 人権啓発課 ☎22-5115

年金相談 加入記録・見込み額など

- 日 時 7月18日(木)
11:00~15:00
(12:00~13:00は昼休み)
 - 場 所 市役所2階 第1会議室
 - 相談員 社会保険労務士
- ※相談は、原則予約制となっておりますので、南国年金事務所
(☎088-864-1111)に月曜日から金曜日(8:30~17:15)ま
での間に電話で予約してください。

消費生活相談 訪問販売・架空請求などのトラブル

- 日 時 7月18日(木)
13:30~15:30
 - 場 所 市役所2階 第3会議室
 - 相談員 室戸市消費生活相談員 いけだ池田 たみこ多美子
- 【お問い合わせ先】 産業振興課 商工水産振興班 ☎22-5116

巡回ハローワーク 職業相談・職業紹介・求人受付など

- 日 時 7月12日(金)
10:00~12:00
(受付は11:45まで)
 - 場 所 室戸市保健福祉センターやすらぎ
2階 第1・第2会議室
 - 相談員 ハローワーク安芸職員
- ※雇用保険受給中の方は求職活動実績となりますので雇用保
険受給資格者証を、ハローワークを利用されている方は、ハ
ローワークカード(登録票)をお持ちください。
- 【お問い合わせ先】
産業振興課 商工水産振興班 ☎22-5116

経営相談 事業拡大や資金繰りなど経営に関すること

- 日 時 7月17日(水)
13:00~17:00
 - 場 所 市役所2階 第3会議室
 - 相談員 高知県よろず支援拠点スタッフ
- ※相談は、原則予約制となっておりますので、高知県よろず
支援拠点スタッフ(☎088-846-0175)に、月曜日から金
曜日(8:30~17:15)までの間に電話で予約してください。

電 話 相 談

こころの悩み相談 ☎088-824-6300

- ・いのちの電話 毎日9:00~21:00(年末年始は10:00~18:00まで)
- ・もしもあなたが悩みをかかえていたらぜひ相談してください。

こうちこども救急ダイヤル

☎#8000 ☎088-873-3090

- ・夜間にお子さんの急病で心配になったときに!
- ・夜8時~深夜1時まで365日対応 看護師に相談できます!

救急医療情報センター ☎088-825-1299

- ・今すぐ受診できる病院が知りたいときに!
- ・24時間365日対応!

7月夢ひろば催し物

日 曜	催し物名	開演時間
7 日	令和6年度 「部落差別をなくする運動」 強調旬間記念事業 記念講演会	開場 13:00 開演 13:30

【お問い合わせ先】 人権啓発課 ☎22-5115

市立診療所 7月の診療予定

●室戸岬診療所

住所：室戸市室戸岬町5368番地3 ☎23-3610

診療科目：内科（一般診療、特定健診）※電話予約できます。

※発熱、呼吸器症状（せき・鼻づまり・のどの痛みなど）、頭痛、倦怠感、下痢、嘔吐、味・臭いがわからないなどの症状がある方で受診をされたい方は、必ず電話予約のうえ受診してください。この場合、来院時間は診療所が指定します。到着した際にインターホンを鳴らし、職員が対応するまで院外で待機してください。

●診療日時について

曜日	月曜日	第2・第4水曜日 (10日、24日)	木曜日
医師（診療科目）	伊奈院長（内科）	宮野医師（内科）	伊奈院長（内科）
診療時間	9:00～17:00	16:00 ころ～17:00	9:00～17:00
受付時間	8:45～11:00 12:45～16:00	14:00～16:30 ころ	8:45～11:00 12:45～16:00
お知らせ	—	※往診を行うため、診療は往診終了後の16:00 ころからが目安となります。	—

●室戸診療所

住所：室戸市領家85番地 ☎22-6608

●診療日時について

診療科目	曜日等	時間帯（括弧内は受付時間）
内科・リハビリテーション科	月曜日～金曜日	9:00～12:00（8:30～11:30）
		14:00～17:00（13:30～16:30）
内科	第4土曜日	9:00～12:00（8:30～11:30）
整形外科	第3土曜日	9:00～12:00（8:30～11:30）
眼科	毎週水曜日	9:00～11:30（8:30～11:00）
		13:00～14:30（12:30～14:00）

●担当医師

診療科目	時間帯	月	火	水	木	金	土
内科・リハビリテーション科	午前	船戸院長	船戸院長 伊奈医師	三宮医師	船戸院長	船戸院長	
	午後						
内科	午前						☆ (7/27)
整形外科	午前						☆ (7/20)
	午後						
眼科	午前			◇			
	午後						

☆…高知県立あき総合病院より派遣 ◇…高知大学医学部附属病院より派遣

※都合により、診療時間の変更や代診、休診等になる場合がありますので、受診の際は上記連絡先にお問い合わせのうえ、受診をお願いします。

令和6年度 日曜祝日当番医

●日曜・祝日に急に具合が悪くなり受診が必要な場合に対応します。

* 次の点に十分ご理解いただき、ご協力をお願いいたします。

●原則として当番医は往診をいたしません。

●診療時間は原則として9:00から17:00までとします。

安芸郡医師会芸東支部

医療機関名	電 話
田野病院	(0887) 38-7111

7月から令和6年度国民年金保険料の 免除・納付猶予申請が可能です！

保険料を納めることが困難な場合、ご本人からの申請によって保険料の納付猶予または、全額、もしくは一部が免除になる制度があります。

メリット①

免除の割合に応じて一定の年金額が保証されます！

例えば、全額免除の期間は保険料を納めなくても、年金額が2分の1保証されます。

※納付猶予は年金の受給資格期間には含まれますが、年金額には計算されません。

メリット②

万が一の際にも保障を確保！

病気や事故で障害が残ったときの障害年金や、一家の働き手が亡くなったときの遺族年金を受け取ることができます。

次に該当する方は、特例免除を申請できます！

退職（失業等）により納付が困難な方

対象となる方	申請者本人、世帯主または配偶者のいずれかが退職（失業等）された方
保険料の納付が免除される期間	失業等のあった月の前月から翌々年6月まで ※免除申請ができる期間 ・ 過去期間 申請書が受理された月から2年1ヵ月前（すでに保険料が納付済の月を除く）まで ・ 将来期間 翌年6月（1月～6月に申請したときは、その年の6月）分まで

■【お問い合わせ先】 南国年金事務所 ☎088-864-1111
市民課 保険年金班 ☎22-5133

健康大学脳卒中検査の参加者を 募集しています！

令和6年度 第1回 健康大学脳卒中検査の募集をします。
脳卒中予防のため脳卒中検査を受けてみませんか？



日時

7月25日（木）

場所

内田脳神経外科（定員）9人

- 対象条件 室戸市民の方
令和5年度に脳卒中検査を受診していない方
- 参加費用 6,000円
（室戸市が助成した後の金額です。）
- 持ってきていただくもの
保険証をお持ちください。
- 検査申込先 ニューサンパレスむろと
☎22-0012
（受付時間8:30～17:30）
- 受付
7月8日（月）～7月18日（木）

- 当日の予定
6:55 ニューサンパレスむろと出発
7:00 保健福祉センターやすらぎ駐車場
7:10 吉良川町並み駐車場
7:20 J A羽根出張所
9:30 内田脳神経外科到着（検査）
13:00 内田脳神経外科出発
13:30 昼食（自己負担）
17:00 室戸着



■【お問い合わせ先】 室戸市保健介護課 健康推進班 ☎22-3100

新しい国保の保険証（青色）の有効期限は、令和6年8月1日から令和7年7月31日までとなります。

※保険証の郵送を希望されない方は、市民課窓口や各出張所での交付も可能ですので、7月5日（金）までに市民課 保険年金班（22-5133）までご連絡ください。

高知県国民健康保険被保険者証送付のご案内

有効期限	
高知県 国民健康保険 被保険者証	記号番号 (柱書き)
氏名	
生 年 月 日	
適用開始年月日	
交 付 年 月 日	
世帯主名	
住所	
保険者番号	交付番号

[大切なお知らせ]

お領紙に書かれている、お住いの保健所が「うたがは、国保連合会事務所の一角から」運営されています。その保健所で受付、マイナンバーカードの申請も受け付けている施設となっています。

マイナンバーカードをお持ちの方は、「おと、お母様ご本人」。

また、国保連合会の保健所が「サービス」で提供しているのはお住まいのインターネット、以下のおつくり、万が一受ける場合は、OCHIMORI保健所の事務所までご連絡ください。

(お住いの個人番号)：***** 5678)

(公社)室戸市シルバー人材センター



国保の「限度額適用・標準負担額減額認定証」、 「限度額適用認定証」について

医療機関で1ヵ月に支払った医療費が下記の自己負担限度額を超えた場合、超えた分は後から申請により高額療養費として払い戻されますが、あらかじめ「限度額適用・標準負担額減額認定証」または「限度額適用認定証」を医療機関の窓口に提示するか、オンライン資格確認等システムを導入している医療機関で保険証またはマイナンバーカードを医療機関に提示し、電子的証明を受けることで、医療費（保険適用分）の支払いを自己負担額までにとどめることができます。

●オンライン資格確認システムが導入されていない医療機関等にかかる場合等は、申請が必要になります。

保険証をお持ちのうえ、市民課保険年金班または各出張所へお越しください。

ただし、国民健康保険税の滞納がある場合など、認定証の交付が受けられない場合があります。

◆現在、認定証をお持ちの方は、有効期限が7月31日までとなっています。

8月1日以降、令和6年度（令和5年中）の所得で区分判定を行いますので、新たに申請が必要となります。

申請受付は7月19日（金）から開始しますので、市民課保険年金班または各出張所で申請してください。

●自己負担限度額

【69歳以下の方】

所得区分 ※1	判定 区分	証の種類	自己負担限度額（月額）	多数該当 ※2
901万円超	ア	限度額 適用認定証	252,600円 + (医療費が842,000円を超えた場合は超えた金額の1%を加算)	140,100円
600万円超～ 901万円以下	イ		167,400円 + (医療費が558,000円を超えた場合は超えた金額の1%を加算)	93,000円
210万円超～ 600万円以下	ウ		80,100円 + (医療費が267,000円を超えた場合は超えた金額の1%を加算)	44,400円
210万円以下	エ		57,600円	44,400円
住民税 非課税世帯	オ	限度額適用・ 標準負担額 減額認定証	35,400円	24,600円

※1 所得区分とは、世帯に属するすべての国保被保険者の基礎控除後の所得を合算した額
未申告者のいる世帯は901万円超の世帯とみなされることがあります。

※2 多数該当とは、同じ世帯で過去12ヵ月以内に、3回自己負担限度額に達する診療月があった場合の4回目以降の限度額

【70歳以上74歳以下の方】

所得区分		負担割合	証の種類	自己負担限度額（月額）	
				外来（個人ごと）	外来＋入院（世帯ごと）
課税所得 690万円以上（現役並Ⅲ）		3割	手続き不要	252,600円＋ （医療費が842,000円を超えた場合は超えた金額の1%を加算） 多数該当※2の場合、140,100円	
課税所得 380万円以上 690万円未満（現役並Ⅱ）			限度額適用認定証	167,400円＋ （医療費が558,000円を超えた場合は超えた金額の1%を加算） 多数該当※2の場合、93,000円	
課税所得 145万円以上 380万円未満（現役並Ⅰ）				80,100円＋ （医療費が267,000円を超えた場合は超えた金額の1%を加算） 多数該当※2の場合、44,400円	
一 般		2割	手続き不要	18,000円	57,600円 多数該当※2の場合、44,400円
住民税非課税世帯	区分Ⅱ ※3		限度額適用・標準負担額減額認定証	8,000円	24,600円
	区分Ⅰ ※4				15,000円

※3 世帯主および国保の被保険者全員が住民税非課税である世帯の方

※4 世帯主および国保被保険者全員が住民税非課税で、かつ各所得が必要経費（年金の所得は控除額を80万円として計算）を差し引いたときに0円となる世帯の方

■【お問い合わせ先】市民課 保険年金班 ☎22-5133

国保・後期高齢者医療にご加入の皆さんへ大切なお知らせ

～入院時食事代減額について～

※ 6月1日より入院時の食事代が変更となっています。

○『限度額適用・標準負担額減額認定証』、または『食事療養兼生活療養標準負担額減額認定証』を、入院時に医療機関の窓口で提示するか、オンライン資格確認等システムを導入している医療機関で保険証またはマイナンバーカードを医療機関に提示し、電子的証明を受けることで、食事代が下記のとおり減額されます。

ただし、※1の食事代を適用するためには申請が必要になりますので、90日を超える入院の期間が分かるもの（領収書、入院証明書等）をお持ちのうえ、市民課保険年金班または各出張所へお越しください。

◆住民税非課税世帯の方が対象です。

入院したときの食事代 ～標準負担額（1食当たり）～

		変更前（R6年5月31日まで）	変更後（R6年6月1日から）
一般（住民税課税世帯の方）		460円	490円
住民税非課税世帯の方	90日までの入院	210円	230円
	過去12ヵ月で90日を超える入院	160円	180円 ※1
	70歳以上の方で区分Ⅰの方	100円	110円

■【お問い合わせ先】市民課 保険年金班 ☎22-5133

後期高齢者医療制度にご加入の皆さんへ 必ず開封して、ご確認をお願いいたします

7月中旬までに下記の封筒を送付します。

①白色の封筒

保険料の決定通知書と対象者には納付書が入っています。

7月下旬までに下記の封筒を送付します。

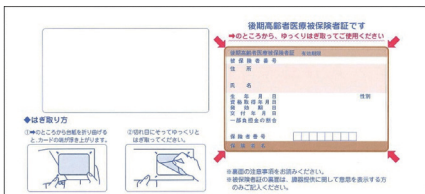
②黄緑色の封筒

8月からの新しい被保険者証（茶色）と

対象者には

限度額適用・標準負担額減額認定証（うす黄色）、

限度額適用認定証（紫色）も同封しております。



後期高齢者医療制度適用・標準負担額減額認定証	
有効期限 2024年5月31日	
被保険者番号	
姓 名	
生年月日	
住 居 地	
通 用 区 分	
保 険 者 印	
保 険 者 番号	
保 険 者 印	

後期高齢者医療制度適用認定証	
有効期限 2024年5月31日	
被保険者番号	
姓 名	
生年月日	
住 居 地	
通 用 区 分	
保 険 者 印	
保 険 者 番号	
保 険 者 印	

なお、有効期限を過ぎた被保険者証、限度額適用・標準負担額減額認定証もしくは限度額適用認定証は使用できませんので、ご自身で破棄いただくか、市役所またはお近くの出張所へご返却いただきますようお願いいたします。

7月31日（水）は第1期の納期限です。

納期限を過ぎると督促状が送付されたり、延滞金の発生につながりますので、納め忘れがないか今一度ご確認をお願いします。

納付が困難な場合や納期限内の納付が難しい場合は、下記問い合わせ先までご相談ください。

納付書でのお支払いの方は口座振替が便利です

通帳、通帳の届出印、納付書をお持ちのうえ、金融機関または郵便局の窓口にてお手続きをお願いします。

■【お問い合わせ先】市民課 保険年金班 ☎22-5133

市営住宅に
入居している
皆さんへ

毎月の市営住宅家賃は、
納期限までに必ず納付してください。
滞納があれば、早急に納付してください。



- ・納期限までにお支払いが難しい場合は、必ず連絡してください。
 - ・家賃を滞納したまま転居・退去した方にも調査などを行い、お支払いを求めています。
- また、単身世帯で入居されている方が亡くなられた場合、退去の手続きが遅れ家賃の滞納が発生すると、相続人となる方も請求の対象となってしまいますので、早急に手続きをお願いします。

7月分の家賃の納期限は7月31日（水）です

■【お問い合わせ先】納付に関するご相談 税務課 債権管理班 ☎22-5153
そのほか住宅のご相談 財産管理課 建築住宅班 ☎22-5122

納期内納付を守りましょう!!

税務課債権管理班では税金の納期内納付を呼びかけています。
納期限に注意し、払い忘れのないようにしてください。
今年度（現年分）の税金についても、納期が過ぎると滞納となり、
督促後10日経過で滞納処分（差押等）の対象となります。
納期内納付が困難な場合は、必ず相談してください。

Q. 税金を滞納するとどうなるの？

納期を過ぎている税金については「督促後10日を経過した日までに完納しないときは、財産を差押えなければならない」（国税徴収法第47条）と定められており、滞納処分を進めることとなります。

Q. 滞納処分の前に電話連絡や自宅訪問はしないの？

滞納処分を執行するにあたり、事前に電話で通知したり、自宅訪問して納付を催告することは原則として行っておりません。税金は納期限内の自主納付が大原則です。

Q. 滞納処分ってなにされるの？

滞納処分にはいろいろありますが、給与や車、不動産といったものの差押も含まれており、大切な財産や社会的信用を失うおそれがあります。

■【お問い合わせ先】

納付に関するご相談
税務課 債権管理班 ☎22-5153
課税に関するご相談
税務課 市民税班 ☎22-5127
資産税班 ☎22-5130

7月31日（水）は国民健康保険税第1期および 固定資産税第2期の納期限です。 ※口座振替日は7月29日（月）

●令和6年度 室戸市税・国保税の納期表

納付月		令和 6 年									令和 7 年		
		4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	1 0 月	1 1 月	1 2 月	1 月	2 月	3 月
指定納期限	軽自動車税		全期 5月31日										
	固定資産税		全期・1期 5月31日		2期 7月31日		3期 9月30日			4期 12月25日			
	市・県民税 (普通徴収)			全期・1期 7月1日		2期 9月2日		3期 10月31日			4期 1月31日		
	国保税 (普通徴収)				全期・1期 7月31日	2期 9月2日	3期 9月30日	4期 10月31日	5期 12月2日	6期 12月25日	7期 1月31日	8期 2月28日	9期 3月31日
	口座振替日		5月28日	6月28日	7月29日	8月28日	9月30日	10月28日	11月28日	12月25日	1月28日	2月28日	3月28日

■【お問い合わせ先】税務課 債権管理班 ☎22-5153

室戸市老朽住宅除却事業費補助金のお知らせ

～令和6年度は4月1日から申請書の受付を行っています～

令和6年度の申請書の受付は4月1日から12月27日までの期間募集しております。

なお、予算に達し次第、受付を終了とさせていただきます。

補助対象者などにつきましては、下表のとおりですのでご確認をお願いします。

補助の目的	●老朽化した建築物を取り壊すことによって、住環境の整備改善及び地域の活性化を促進することを目的としています。	
補助対象者	●本市の固定資産名寄帳兼課税台帳に登録されている老朽住宅の所有者、または所有者と相続関係にある方 ●市税および県税を滞納していない方	
補助要件	対象住宅	●主として居住の用に供される建築物で「住宅の老朽度等の測定基準」による評点が100点以上となるもの
	工事施工者	●建設業法第3条第1項の許可を受けて建設業を営むもの ●建設工事に係る資材の再資源化等に関する法律第21条第1項の登録を受けて解体工事を営むもの
補助金額	●除却工事に要する補助対象経費の80% または、国が示す「標準除却費（木造 32,000 円、非木造 46,000 円）」×床面積の80% 上記のどちらか少ない額。ただし、補助上限額は「164 万 5 千円」	
受付期間	令和6年4月1日～12月27日（金）必着 各曜日 8：30～17：15 ※土日祝日除く。 ※予算に達し次第、受付を終了いたします。	
その他注意事項	●令和7年2月下旬までに解体工事を完了し、必ず3月中旬までに実績報告書を提出してください。 ●住宅の一部取り壊しや店舗・倉庫・工場・車庫等の除却は、原則補助対象外となります。 ●詳細につきましては、下記までご連絡ください。	

■【お申込み・お問い合わせ先】財産管理課 建築住宅班 ☎22-5122

移住促進室からのお知らせ ～家族の思い出が残る空き家の未来～

市民の皆さん、ここ数年、毎年100人を超える方が、この室戸に移住してくれていることをご存じでしょうか。私たち、移住促進室では移住希望者の受け入れや定住のための支援を行っており、令和5年度の移住者数は、95組111人で、高知県内で第4位となりました。

多くの人が室戸を選んでくれることは大変ありがたいことですが、年々、住居として紹介できる空き家が不足しており大変困っています。

人が住まなくなった家は、どんどん老朽化が進み、色々な思い出がつまった家を壊さないといけなくなることもあります。移住者に貸し出し「活用」することで、「家族の思い出」も残すことができます。

まずは、一度、私たちにご相談ください！！空き家になる前のご相談でももちろん OK！

空き家バンクに登録して、ぜひ、思い出のつまった家を残しましょう。

また、アパートなどの集合住宅を経営されているみなさま、空室がある場合には、ぜひ移住促進室まで情報をお寄せください。

なお、高知県では、空き家対策のイベントとして「こうち空き家カレッジ～みんなで学べる！相談できる！～」を開催します。スペシャルセミナーでは、著書『実家じまい終わらせました！』を出版されたタレントの松本明子さんと宿毛市出身の元相撲力士でタレントの豊ノ島さんをゲストに迎え、空き家放置のリスクや家の行く末の早期決断の重要性などについて楽しくお話しいたします。その他、専門家によるミニセミナーや空き家大相談会も開催します。多くの皆さんのご参加をお待ちしております。

- 日時 7月13日（土）10：00～16：00
- 会場 高知市文化プラザかるぼーと（高知市九反田2-1）
- 申込方法 ①ホームページ ②FAX ③郵送
- 申込締切 7月5日（金）17：00まで

※松本さん、豊ノ島さんが登壇するスペシャルセミナーのみ事前予約制です。

（ミニセミナーや空き家大相談会は予約不要）

■【イベントに関する問い合わせ先】

こうち空き家カレッジ運営事務局（株式会社ユーエスケー内）☎088-883-6788

■【空き家バンクに関するお問い合わせ】まちづくり推進課 移住促進室 ☎22-5167

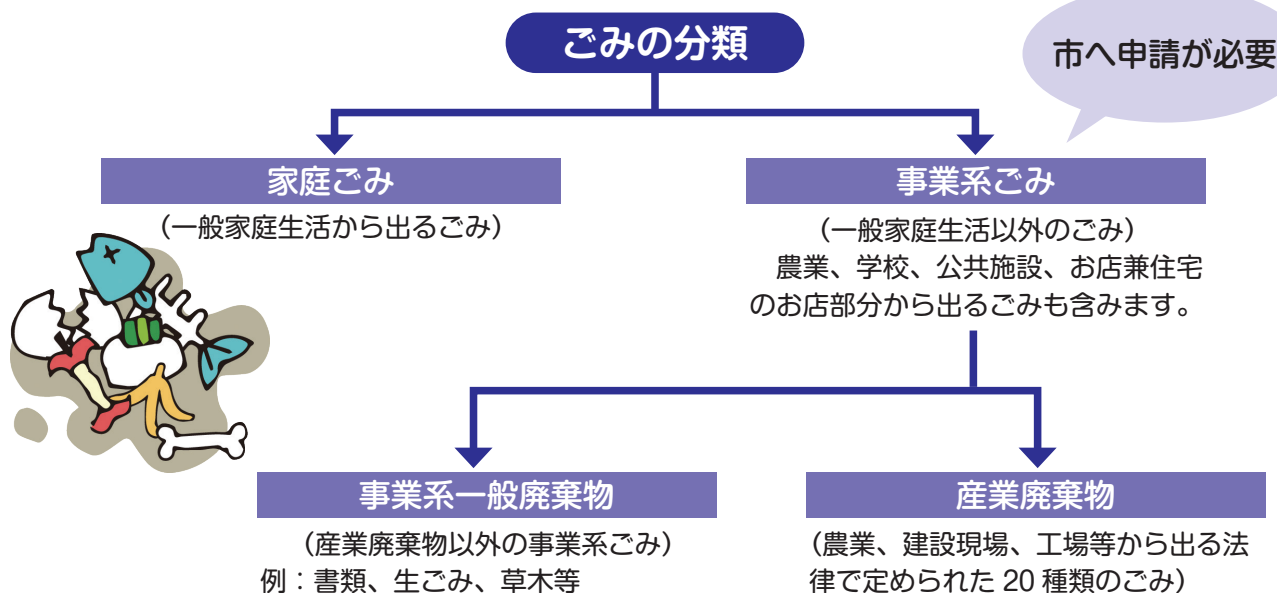


▲セミナー参加申込フォーム・
チラシのダウンロードはこちら

事業系一般廃棄物の処理について

廃棄物(ごみ)は発生する場所によって区分されています。事業活動によって生じたごみは「事業系ごみ」、家庭の日常生活に伴って生じたごみは「家庭ごみ」に区分されており、分別・処理方法が異なります。

また、事業系ごみの処理方法については自己搬入もしくは回収業者への委託等により処理を行います。委託による場合は、室戸市役所を通して申請手続きが必要になります。詳細につきましては市民課・環境政策室までお問い合わせください。



■【お問い合わせ先】市民課 環境政策室 ☎ 22-5126

不要になったリチウムイオンバッテリー等 搭載製品の捨て方について

近年、充電式小型家電(ハンディ扇風機、携帯ゲーム機、電子タバコなど)など、リチウムイオンバッテリー搭載製品によるごみ収集車やごみ処理施設での火災事故が増えてきています。

リチウムイオンバッテリーは衝撃や高温によって破損し、不具合が生じると爆発を起こす可能性があり、回収や移送をしている作業員がけがをしまう可能性もあります。

室戸市では従来、このようなごみの大半を粗大ごみとして収集しておりましたが、予期せぬ衝撃や焼却炉への混入による事故を防止するため、令和6年7月の収集分より、リチウムイオンバッテリー搭載製品を有害ごみとして収集することといたしました。

安全にごみ処理を実施するため、市民の皆様のご協力をよろしくお願いします。

■【お問い合わせ先】市民課 環境政策室 ☎ 22-5126

今月の表紙

一般社団法人室戸市観光協会は、高知海上保安部より室戸岬灯台の維持管理や知識の普及および啓発等を自発的に行う団体である航路標識協力団体の指定を受けたことに伴い、GW 期間の5月3日～5日の3日間、灯台敷地内および旧官舎前の一般開放を実施し、多くの観光客に「青い海・青い空・白い灯台」の景観を堪能していただきました。

今後も長期休暇等の機会に一般開放を計画するとともに、将来的には、灯台ガイドの養成により、灯台内部の見学にも対応できる体制づくりを行うなど、室戸岬灯台を活かした観光振興に努めてまいりますので、ご理解とご協力のほどをお願いいたします。

ファミリー・サポート・センター立ち上げに向けて まかせて会員を募集します！

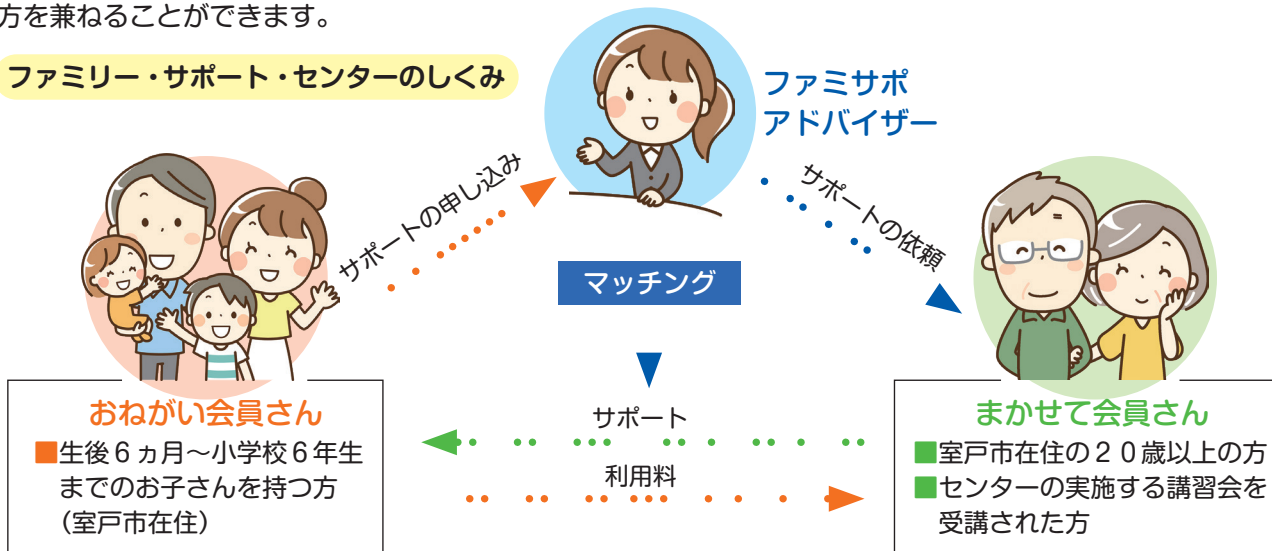
10月から、むろとファミリー・サポート・センター「すくすく」の活動開始に向けて、まかせて会員を募集します。まかせて会員は登録制で、市指定の講習を終了後、子育ての援助を求めている方（おねがい会員）を支援します。

●ファミリー・サポート・センター（ファミサポ）とは

ファミリー・サポート・センターとは、子育ての手助けをしてほしい方（おねがい会員）と子育て支援をしたい方（まかせて会員）がお互いに助け合う会員組織です。

おねがい会員とまかせて会員になるためには、会員登録が必要です。おねがい会員とまかせて会員の両方を兼ねることができます。

ファミリー・サポート・センターのしくみ



- 募集対象 20歳以上で、子どもが好き・子育て支援に興味がある・地域のために活動できる方
- 申込方法 窓口または、お電話にて室戸市役所 こども子育て支援課までご連絡をお願いいたします。
- 活動時間・報酬
月曜日から金曜日 7:00～19:00 1時間あたり600円
(上記以外の曜日・時間 1時間あたり700円)

NEW



QRコード
読み込んでね！

MUROTOKODOMOKOSODATE

■【お申し込み・お問い合わせ先】こども子育て支援課 ☎22-5171

▲こども子育て支援課
公式Instagram開設！

夏だ！

室戸高等学校定時制・開放講座

受講者
募集！

室戸高等学校定時制では、地域の方々を対象とした開放講座を毎年実施しています。
今年は6講座（講座1～6）を開講します。市民の皆さんぜひご参加ください。

〔講師：本校（定時制、全日制）教員〕

月	日・曜	講座名	定員	開講時間
7月	22日(月)	講座1 古典文学「源氏物語」「大鏡」	20人	18:00～20:00
	23日(火)	講座2 おもしろサイエンスショー	20人	18:00～19:00
	24日(水)	講座3 「正義」とは何か？	10人	18:00～20:00
	25日(木)	講座4 Jリーグ観戦の極意	20人	18:00～19:00
		講座5 暑い夏を乗り切るために（熱中症予防）	20人	19:00～20:00
	26日(金)	講座6 防災グッズづくり	10人	18:00～19:00

- ・下記まで電話にて申し込んでください。〔締切 7月17日(水) 17:00〕(先着順)
- ・当日は、正面玄関から入り、案内表示に従いお進みください。
- ・筆記用具を持参してください。

■【お問い合わせ・申し込み先】室戸高校定時制 開放講座担当 小川・松田
☎22-1155 【受付時間 13:00～17:00】

地域おこし協力隊より

椎名集落活動センターたのしいな 地域おこし協力隊
いしはら ひかる
石原 光



「もうすぐ卒業！こんな活動してきました！」

地域おこし協力隊としての活動も3年目に突入し、現在在籍中の室戸市地域おこし協力隊の着任順では1番の古株となりました。卒業までの任期も半年を切り、活動を始めた頃を最近のことのように思い出し月日の流れる早さを感じます。地域おこし協力隊の活動では、多くの貴重な経験をさせていただきました。

1年目は椎名集落活動センターたのしいな（以下“たのしいな”）の活動に携わりながら自身で挑戦してみたいことを探しました。2年目は“たのしいな”の運営と並行してイベントの企画・運営や外部イベントへの出店なども行ってきました。以前こちらで紹介したビーチコーミングに関する活動については、イベントを開催しながら2022年の12月に“じゃらんネット”経由で初めて個人のお客を迎えたという報告をしましたが、それから1年半の間に個人の受入れやイベント出店等で体験した方が200人を超えました。昨年の3月には、受講していた土佐の観光創生塾（高知県が開催していた観光商品造成に関わる事業）の成果発表会で事例発表者に選んでいただき、ビーチコーミング・クラフト体験の造成について発表しました。開始した際には集客ゼロで始まった企画が、ここまで成長したのは周りの方々のご協力はもちろん、自然豊かな室戸という舞台があったからこそだと思っております。

地域おこし協力隊という立場では多くのメディアにも取り上げていただきました。昨年2月には室戸市で開催された「まるっとおもと体験博」の一環としてビーチコーミング・クラフト体験を開催し、その様子がテレビ高知「がんばれ高知！！eco応援団」という番組で放送されアナウンサーにも体験し

ていただきました。昨年5月には高知放送「こうちeye」の「おしえ隊」という高知県内各地の地域おこし協力隊を紹介するコーナーでスタジオ出演し、“たのしいな”の活動を紹介しました。また、室戸市のホームページでは移住促進のページと地域おこし協力隊のページにインタビュー記事に掲載していただき、総務省のホームページでは地域おこし協力隊事例集に“たのしいな”での活動内容が掲載されています。これまでメディアへの出演とは無縁でご依頼を受ける度に戸惑いましたが、室戸や椎名に少しでも多くの方が興味を持ってくれたらと思い引き受けてきました。室戸市の方にもご覧いただけると幸いです。

昨年の7月には体験や飲食の販売と作品展示を合わせた「サマーオーシャンマーケット」というイベントを開催しました。今年は7月の3連休にビーチコーミングや体験・飲食販売のイベントを連日開催予定です（13日（土）～15日（月）を予定）。子どもから大人まで楽しむことができるイベントですのでお気軽にご参加ください。室戸でビーチコーミングしている方もお待ちしております。「集落活動センターは何をしている所なの？」という方もいらっしゃいます。「たのしいな」へ来たことがない方もぜひお越しいただけたらと思います。

地域おこし協力隊卒業が少しずつ近づいてきていますが、室戸へ少しでも貢献できるよう最後まで精一杯走り続けます！！

■【お問い合わせ先】まちづくり推進課 ☎22-5147



退任のあいさつ

集落支援員 よねおか だい き 米岡大樹（5月31日付け退職）

皆様にはアドバイスをいただいたり、日南のイベント等に参加してくださったりと大変お世話になりました。今後もひなたぼっこのメンバーとして残るかたちで、お手伝い等をしていきます。ご縁がありましたら、またよろしくをお願いします。

体験の風をおこそう

国立室戸青少年自然の家 ～職員だより～

皆さんこんにちは。国立室戸青少年自然の家の中居敬仁（キャンプネーム：しげさん）です。昨年4月に広島県の施設から室戸にやって来て早や1年。見るたびに違う景色で楽しませてくれる太平洋と絶品の海の幸にすっかり魅了された日々を過ごしています。

新年度になり、今年もたくさん子どもたちの団体が自然の家にやって来ており、海や山での体験活動を楽しんでいます。

今日は自然の家の利用についてお知らせしようと思います。よく地元の皆さんから「自然の家は泊まらないと利用できないと思っていた。」と聞くことがあります。もちろん「宿泊を伴う研修施設」で正解なのですが、実は「日帰り」でも自然の家の施設を利用できることはあまり知られていません。ミニサイクリング場での「おもしろ自転車」は子どもたちに大人気です。昨年は、野外炊事を体験されたグループもありました。他にも気軽に楽しめるプログラムがありますので、まずは気軽にお問い合わせいただければ幸いです。

また、自然の家では、年間を通じて多様なイベントを行っており、高知や徳島方面からたくさんの方の応募があります。子どもたちは自然の家に来て初めて顔を合いますが、半日もすればとても仲良くなり、普段の生活にはない自然の中での体験活動に夢中になります。1泊2日の短い期間ではありますが、体験を通じて成長する姿を見るととても嬉しくなります。

現在、夏休み期間中の計画をしています。室戸の子どもたちにももっと参加して欲しいので、イベント開催のお知らせが届きましたら、ぜひ子どもたちの参加申し込みをご検討してみてください。

自然の家は、地域の皆さんにもっともっとお越しいただきたいと思っています。ご不明な点などございましたら、いつでもお気軽にお問い合わせください。どうぞよろしくお願いいたします。



■【お問い合わせ先】国立室戸青少年自然の家 ☎23-2313 生涯学習課 生涯学習班 ☎22-5142



室高に Come On!!

～ Let's try Japanese culture ～



Instagram
毎日更新中!

4月15日(月)に、姉妹都市であるポートリンカーン市から、市長・交流会員・高校の教員の計4人が室戸高校を訪問し、校内見学や書道の授業体験等を行いました。書道体験中は、室高生が隣でお手本を見せたり、英語で書き順等の説明をしたりと楽しそうにコミュニケーションをとっていました。以下、3年1ホーム前田楓馬くんの感想です。

「外国の方々と交流する経験はこれまでもありましたが、何かを教えることは初めてで、とても良い経験になりました。授業の中で【桜】を書くことになり、私はポートリンカーンのダイアナ市長さんと一緒に体験しました。ダイアナ市長さんは、文字の形をじっくり見ながら書かれていましたが、書き順について知らないということだったので、『One, Two, ...』と英語で話しながら手で文字をなぞるように伝えました。英語で会話することに少し緊張しましたが、私が書いてみせると喜んでくれたり、感謝の言葉をたくさんくれたりして、とても嬉しい気持ちになりました。少しの英単語しか話せていないと感じる場面もありましたが、それでも、『コミュニケーションをとることはできる!』と前向きに考えることができました。この貴重な経験は、とてもいい思い出になりました。」

その時間に書いた作品はプレゼント!とても満足していただきました。生徒たちにとって、英語でのコミュニケーションを通して、気持ちが通じるワクワク感やもっと話したい・伝えたいという学習に対するポジティブなエネルギーを感じられたのではないのでしょうか。



■【お問い合わせ先】高知県立室戸高等学校 ☎22-1155

室戸とSDGs No.26

Muroto Voice 第7弾『鯨舟の唄』を公開しました



まちづくり推進課
地域プロジェクトマネージャー
とおえた 遠枝 すみと 澄人



室戸の水産業のおこり、鯨漁にまつわる「鯨舟の唄」の取材映像を公開しました。Muroto Voice シリーズの最新作です。今回は、ジオパーク専門員による映像の視聴コメントを紹介します。映像やコメント全文は、右下QRコード、またはインターネット検索「Muroto Voice」でご覧ください。

■ 柿崎喜宏 (室戸ジオパーク推進協議会 地質専門員)

今回の動画は、鯨舟の唄の継承に関わる、浮津西町地区の様々な世代の群像を映している。浮津はかつて捕鯨で賑わった漁師町である。周辺にはそれを示すように、鯨ばえなどの地名も残る。土地が狭く、農産物の収穫も限られる室戸の人々は、クジラを含めた海の食糧に依存せざるを得なかった。(… 中略 …)

動画の冒頭では、一人の青年、平井辰樹さんが少年たちに鯨舟の唄を指導する様子が映る。彼は「ちょっと現実的には、今の状況じゃ『いずれは』っていうところも考えますね」「どうやって残していくもんなのか、わからん」と、鯨舟の唄の継承に不安を吐露する。

かつて浮津には伝統捕鯨を中心とした生活があり、文化があり、地域のコミュニティがあった。令和の現在は伝統捕鯨が消えて100年以上経った。日本は豊かな国となり、人々が食糧に困ることもない。一方、地方から

は若い世代の流出が続き、伝統的なコミュニティの再生産と継承も困難になりつつある。100年以上前にリアルタイムで伝統捕鯨に従事していた人々と、現代に生きる私たちは時間も価値観も状況も遠く隔たってしまった。正直、現代の私たちが鯨舟の唄に込められた人々の切ない思いにそのまま感情移入することは難しいのかもしれない。これは時代の流れで仕方のないことなのだろうか。

平井さんは語る。「室戸って出ていく子の方が多いと思う。なんかこう1年に1回でも帰ってこれる、なんかきっかけがみんなできたらいいなって」地域の仲間と鯨舟の唄を一緒に歌ったという思い出や絆は100年以上の昔も現代もそんなに変わっていないのではないだろうか。鯨舟の唄が浮津地区を巣立っていった子ども達の集まる拠り所になればよいと思う。

映像はこちら▶



■【お問い合わせ先】まちづくり推進課 ☎22-5147

室戸ジオパークだより Vol.112



新緑が眩しい季節、室戸ジオパークもより自然の息吹を感じるようになってきました。

今月のジオパークだよりでは、ゴールデンウィーク室戸岬灯台ハイキングガイドについて紹介します！

■ゴールデンウィーク特別企画：室戸岬灯台ハイキングガイドの振り返り

室戸ジオパーク推進協議会は、ゴールデンウィークの5月3～5日の3日間、室戸岬灯台ハイキングガイドをはじめて開催しました。この期間は室戸市観光協会が灯台でイベントを開催しています。それに合わせて室戸岬を訪れた人に、室戸岬や灯台をいつもと違った形で、ジオパーク的視点から楽しんでいただくために企画されたものです。

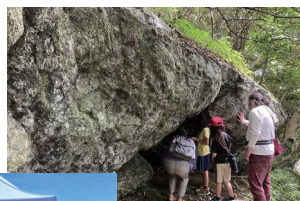
ハイキングでは園地休憩所から遍路道を登って灯台を目指しました。遍路道の周囲にはクワズイモ、ねじり岩、一夜建立の岩屋、明星石など空海の逸話が残るスポットが多く残されています。これらは「空海の七不思議」と呼ばれ、古くは江戸時代から続く伝承が残っています。空海が修行した室戸岬は、お遍路さんにとっては聖地でした。室戸岬にある不思議なものや珍しいものの多くが空海的事象と結びつけられ、語り継がれてきました。

ガイドの解説を通じて、参加者にはジオパークのハイキングならではの自然の不思議と歴史のロマンを伝えました。

ハイキングには県内外から12人、小学生から60歳以上と幅広い世代に参加いただきました。

アンケートでは、「遍路道の風が気持ち良かった」「地球の丸さを体感できた」といった感想が寄せられました。

3つの札所がある室戸には、昔からお遍路で多くの人々がやってきました。その文化交流が室戸の歴史や文化に大きな影響を与えています。自動車のない時代、人々は空海への信仰を胸に、お遍路道をひたすら歩きました。今回のハイキングは、距離は短いながらも、それを追体験するツアーとなりました。今後、室戸ジオパーク推進協議会ではお遍路文化にも注目し、さまざまな機会を取り上げていきたいと考えています。



■室戸の自然を感じる草花ガイド 7月シーズンが始まります

四十寺山と室津郷地区では、「四十寺山 桜美人の会」の皆さんが一般の方向けに草花ガイドを行っています。

室戸の夏の自然や、室津郷地区の歴史を感じることができる絶好の機会ですので、興味のある方はぜひお申込みください。



草花ガイド HP

【室戸の自然を感じる草花ガイド】

●コース（昼食代・保険代込み）

四十寺山ハイキングコース 4,000円／ユーカリの大木、睡蓮、蓮散策コース 3,000円

●開催時期（期間中の土日） 7月6日（土）～9月1日（日）／11月2日（土）～12月1日（日）

●時 間 10:00～14:00

●集合場所 室津郷公会堂（高知県室戸市室津1489）※駐車場あり

●定 員 20人（最小催行人数3人）※要事前予約 締切りは3日前まで

●予約お問い合わせ 四十寺山 桜美人の会（9:00～17:00）☎090-5144-8711（武井）

ジオパークTシャツ (kids)

※ドライメッシュ素材（ポリエステル100%）に変更可

¥1,800

※左胸にジオロゴが入ります。

サイズ 100～160

※他のサイズは問合せ

カラー8色

ライトブルー・ライトイエロー・ライトグリーン・

オレンジ・ライトピンク・ライトパープル・インディゴ・オリーブ

※プリントカラー・ホワイト



総100%

子ども用ジオパークTシャツ販売終了のお知らせ

子ども用ジオパークTシャツの注文は2024年7月31日をもって終了いたします。

お求めの場合、お早めにご注文ください。また、在庫販売も無くなり次第終了です。

【注文に関する電話番号】0887-23-1610

■【お問い合わせ先】

室戸ジオパーク推進協議会事務局 ☎22-5161

メール info@muroto-geo.jp



Youtube



Facebook



X (旧 Twitter)



Instagram

広報むろとへのご意見・ご要望をお寄せください

【総務課 総務班 ☎(0887)22-5114・FAX(0887)22-1120】

ご案内

健康推進事業予定表は9ページ、各種相談、電話相談は12ページ、日曜・祝日当番医のご案内は13ページに掲載しています。