

2025年
夏祭り&花火大会情報

暮らしの情報社
 高知市愛宕町4-9-1
 電話088-873-5066(代)
 「暮らしの情報社」の検索で
 パックナンバーを読めます

磁界の向きはN→S
Nagasaki→Shizuoka

抽選で正解者1名に図書カード2千円分プレゼント!!
暮らしの情報社まで住所・氏名・年齢・電話番号を記載の上、ハガキで応募下さい。(7月末必着)当選は発送をもって代えさせていただきます。

今年も一人ひとりの頑張りが実を結びました!

2025年度入試合格実績

国公立大 2,146名

東大31、京大27、岡大124、高知大25、
私立大7,148名 大阪公立大・神戸市外大・広大
香大・高知工科大・高知鳳立大ほか

高校は16,698名
土佐高・道手前高・国際高ほか

中学は6,197名
学芸中・土佐塾中ほか

2025年4月1日現在
合格者数増減率(2024年対2023年)
全体の2.5%増の合格者です。
2.5%増 合格者は増えました。

2025年度 32,189名
2024年度 30,792名
2023年度 30,792名

**大学・高校・中学入試
過去最高を更新!!**

第一志望校合格・成績アップに向けて、夏からのスタートを応援します!!

夏の入会キャンペーン
夏得 8/19 火

入会金	授業料	夏期講習
無料	通年ゼミ 4回 無料	5回 9,900円
通常 22,000円 → 0円	個別指導(1時/11名2コマライン) 個別指導専科学習塾KitsPLUS	個別指導(1時/11名2コマライン) 5回1コマで最大6人までで平均0.6人

※ 夏期講習は2025年6月1日より実施予定です。入会申込から6月1日までの申し込みが対象となります。6月1日からの申し込みは別途料金となります。また、個別指導は11名2コマラインで実施いたします。5人1コマで最大6人までで平均0.6人となります。個別指導の申し込みは入会後となります。※ 5人1コマラインは11名2コマラインとなります。また、個別指導は11名2コマラインで実施いたします。5人1コマで最大6人までで平均0.6人となります。個別指導の申し込みは入会後となります。

【受付時間】
4:30~20:00(火)→
3:30~20:00(土)

スマホ・ケータイの方はこちらから

はりまや橋校 愛宕校 万々校
☎088-802-2066 ☎088-820-1611 ☎088-826-7721
高知市はりまや町3-1-1 2階 高知市愛宕町3-9-14 14ミール湾1階 高知市八幡町2-12-15 2階

ヘルメットをかぶろう!!!

②製造事業者、輸入事業者や販売元が確かな製品を購入する。インターネット通販で購入する際は、不具合などが発生した時のために、国内の問い合わせ先が表示されている製品を選ぶ。

自転車用ヘルメットは、自転車運転時に頭部を保護するための製品です。頭の大きさに合い、視界も確保できるものを選びましょう。製品に問題があった場合は高知市消費生活センター（☎088-8263-9433）にご相談ください。



生前整理
遺品整理のことなら
大原質店 よくいくしちや ☎0120-491978

掛水 雅彦(元高知新聞編集委員)

か続けて休むと足が遠のくんです。病氣になった足が弱った、配偶者の介護とか、事情はいろいろみたいです。高齢者の労働人口増加は関係ないような。う

人選は役員や班長、副班
らが探して決めるのだが
なかなか案がそろわず、
原さんの提案で何とか
のいでいる状況。現役時
の人脈で出演依頼も慣

ちば女性が多いんで、募集は口コミかチラシの手廻しぐらいだから、PR不足もあるんですよねえ。今年になって下げ止まり感も出てきたが、安心できないという。

今の最大の心配事は、次の会長を担う人材が簡単には現れないこと。講師の



ているし、新聞やテレビでチェックしながら、会長職も余念はないが、会長職も入目。3年後には後期高齢者入り。「そろそろバトンをタッチできればねえ」と出た交渉はいろいろな人と知合いになれるし、結構やがいもあるし。まあ、とこあえず入会して、ちょっとの活性化に行ってみようかな、ぐらいの感じに留めていただけたら、1講討論算なら200円。絶対お得なんです」

講座は文学館で第1、金曜の10時20分と13時から。60歳以上。問い合わせは品原さん（0900・276・0827）へ。

高知県知事免許(14)第862号(仲介) 有限会社 毎日不動産 ☎(088)824-3800 高知市一ツ橋町1丁目23番地		唐人町 3.3㎡ 50万 土地189.99㎡(57.47坪) 鏡川沿い 緑きのある古民家あり	南国市 440万 土地345.61㎡(104.5坪) 調整 黒潮ライン200m	鏡川コーポ 880万 専有面積70.76㎡ 8洋・6和・6和・LDK8 利便性高い、条件相談可	比島(4) 1890万 土地179.4㎡ (54.26坪)古家付き 児童公園すぐ近く	一ツ橋 8.8万 ⑥6洋×2・6和 ⑦DK9・6和 エアコン
新本町 3.2万 8・2K 駅近く、利便性高い	吉田町 3.3万 6・6・4・5K エアコン・照明付 一ツ橋小東	加賀野井 4.0万 ④4.5・6、⑥4.5・6DK、 耐震、エアコン完備 きれい	西素泉寺 5.0万 6洋・6和・DK6 東角部屋 使いやすい部屋 西素泉寺バス徒歩7分	相模町 5.0万 ④4.5・4.5、⑥4.5・4.5 南向き、P2台 愛宕中西	万々 6.0万 平家、庭付、6・6・6・6DK、 南向き、P1台 万々公民館	宝町 6.0万 平家、庭・倉庫付 6・4・5・3K

Fun gardening 楽庭 by 庭や山もと ☎847-5453



姿勢セラピスト専門学院 受付事務局 ☎090-8283-8732
〒781-0842 岡山県倉敷市吉岡378

買取店「わかば」
店員花子の話

「大丸で買取相談会開催
久しぶりに7月9
(水)・15日(日)、高知
丸の本館5階催会場
「買取相談会」を開催し
す。

遺品整理や生前整理
古家の処分・自宅の改
や引っ越しに伴う整理
ご相談を、最近よく
だきます。昔は家を基
してモノは次の代に引
継がれたものですが、
活様式ほか様々な変化
に伴い不要なお荷物とな
っているのが現状です。
た、空き家に対する法
正や廃棄処分の煩雑さ
もあり、少しでも容易
と、処分費用の足し
と考えられる方も多く

PRITEE

らっしゃいます。
まずは遺品整理士の常駐するWAKABAに相談ください。

この期間、スタッフを増員してお応えいたします。7日間限定キャンペーン

買取相談会
7/9・7/15
高知大丸 本館5階 催会場
時間 10:00-18:00

7日間限定キャンペーン

ご成約特典

買取金額の全額を7月15日の土曜日まで有効に使用できます！
お申し込みから即日、ぜひともご利用ください！
1,000円分プレゼント！
※最大利用可能額：1万円

生計費品・雑品廃棄などの相談も無料です。



Reuse Shop
WAKABA
あなたのモノを、誰かのデザインに

【フリーダイヤル】
サニーアクシスの店
0120-614-999

高知大丸店
0120-567-862

サンシャインカルディア南国店
(店舗改装のため7月23日まで休業)




で買い取ります。

また、ご成約特典として買取額3万円以上の方には千円の商品券プレゼントを用意しております。

もちろん、ご相談だけでも構いません。お気軽にお越しください。一同でお待ちしております。

人口:3,567人
世帯数:1,785世帯
(令和7年5月31日現在)

わたしたちの
ふるさと

芸西村

観光・特産品のお問い合わせは
芸西村企画振興課
☎0887-33-2114
〒781-5792 芸西村和食甲1262

約4kmもの海岸線に沿って延々と続く松林。NHK朝ドラ「あまちゃん」のロケ地にもなった海岸は、広い砂浜と松林のコントラストが素晴らしい。
県立自然公園であり、「日本の白砂青松百選」や「日本百景」に選ばれた美しい風景で、月の名所としても知られる。



琴ヶ浜海岸

朝ドラ「あまちゃん」ロケ地
【琴ヶ浜海岸】

芸西村探訪

周辺には野外劇場などの施設がある。

【琴ヶ浜松原野外劇場】



琴ヶ浜松原野外劇場

ごめん・なはり線と食駅から徒歩7分。
太平洋を一望する野外ステージは今年1月にリニューアル。周辺の環境を活かし、自然と一体になったイベントが楽しめる。

芸西村「竹灯りの宵」な



小さくても元気で輝くむら

芸西村は高知県の東部に位置する。
南は雄大な太平洋に面し、その海岸線は、県東部では珍しく広大な砂浜が続き、松原との調和の美しい琴ヶ浜がある。北には豊かな平野が広がり、四季を通して温暖で穏やかな気候に恵まれている。地の利を生かした施設園芸が盛んで、高知県屈指のピーマン・ナス・花弁などの産地である。

特色のある観光資源と技術をもつ芸西村には、太平洋を一望する琴ヶ浜の野外劇場や、製糖などの伝統産業の技術を後世に伝える伝承館、天体観測を楽しめる天文学習館など幅広く、村内の人々が観光に訪れる。そして基幹産業である施設園芸では、天敵を駆除する環境保全型農業を推進し、安心安全の栽培を行っている。

伝承館では、今その生産技術を引き継いできた黒砂糖の「精糖作業(11月中旬〜12月末、地域等の人々によって伝承されている竹の子祭(まんじゅう等の作製(随時)などを行っている。

伝承館での施設の活用・技術指導・精糖体験などの受け入れをしている。芸西村伝承館
☎0887-33-2188

【文化資料館】
・簡井美術館
農業と漁業を中心に栄えた村で、その移り変わり、人々の暮らしや暮末の偉人の活躍など、芸西村の歴史を、この資料館にまとめ、後世に伝えようとした施設で、当時の古民具なども、そのままの形で残っており、2階は芸西村が生んだ画家、簡井広道氏の絵画を企画展に合わせて展示している。教育委員会
☎0887-33-2400

【天文学習館】
黒潮コースの9ホールと太平洋コースはプロトーナメント開催コースとして全国に知られている。トーナメントコースでは太平洋をバックナイン、黒潮コース1番〜5番15番〜18番がフロントナインで使われる。初めてプレーする人には、広々としたフェアウェイの先に太平洋が見える太平洋コース、暖流コースを、上級者の人2回目を以降の来場の人には黒潮コーススループレイがお勧め。
☎0887-33-4455

【芸西村の家】
レストラン併設された泊施設「芸西村の家」があり、これらの施設とあわせて、これらによって、さまざまな体験を味わえるとともに便利で有益な利用ができる。スポーツ施設・宿泊施設の申し込み・お問い合わせは☎0887-33-2894

【芸西村の家】
レストラン併設された泊施設「芸西村の家」があり、これらの施設とあわせて、これらによって、さまざまな体験を味わえるとともに便利で有益な利用ができる。スポーツ施設・宿泊施設の申し込み・お問い合わせは☎0887-33-2894



憩ヶ丘運動公園

海の見える小高い丘に陸上競技場(ナイター可)・体育館・柔道場・テニスコートなどの各施設がある。

同じ位置に「伝承館・



天文学習館



ピュアブルー

花弁園芸も盛んな芸西村では、ブルースター・トルコギキョウ・タリヤなどの多種類の花を育てている。

それぞれの花がバリエ

【芸西村の花】

古くからさとうきびの産地でもあり、天保時代から製造も行われていた。一般の黒砂糖より白っぽいのが特徴で、まろやかで独特の甘みを持つ。料理・菓子づくり、コーヒーや紅茶にも最適。この伝統の味は11〜12月に作られ、出荷は一期だけの希少品。

【地酒・仙頭酒造】
創業1903年。仙頭酒造場は、日本酒、焼酎リキュールを製造。日本酒「土佐のり」は、フレッシュでフルーティーな味わいが特徴。
新銘柄「美潮」、世界初の深層水酒「土佐深海」も人気。
国内外の品評会では、多数の受賞歴がある。

【芸西村納涼祭】
「夏の夜に憩いと潤い」をテーマに毎年開催される夏祭り。
芸西村吹奏楽団の演奏や鳴子踊り、ゲストを招いてのステージなど様々な催しが行われ、祭りの最後には近くの浜辺から打ち上げられる大迫力の花火を楽しむことができる。

【芸西村のイベント】
毎年11月中旬頃に行われるイベント。産業祭・健康福祉まつり・伝承館まつり・芸西フレンドパークが一堂に会して開催される。お楽しみ抽選会や餅投げ、JAや商工会の出店など様々な催しが行われる。
◎日程 11月中旬
◎場所 芸西村憩ヶ丘運動公園
☎0887-33-2114

【竹灯りの宵】
毎年冬恒例の竹灯りイベント。
世界初の竹あかり総合プロデュース集団「CHIKAKA KEN」による竹灯りのオブジェが琴ヶ浜に並び、幻想的な空間を築く。
◎日程 10月25日(土)
◎場所 琴ヶ浜
☎0887-33-2114

【芸西村の家】
レストラン併設された泊施設「芸西村の家」があり、これらの施設とあわせて、これらによって、さまざまな体験を味わえるとともに便利で有益な利用ができる。スポーツ施設・宿泊施設の申し込み・お問い合わせは☎0887-33-2894

【芸西村の家】
レストラン併設された泊施設「芸西村の家」があり、これらの施設とあわせて、これらによって、さまざまな体験を味わえるとともに便利で有益な利用ができる。スポーツ施設・宿泊施設の申し込み・お問い合わせは☎0887-33-2894

【芸西村の家】
レストラン併設された泊施設「芸西村の家」があり、これらの施設とあわせて、これらによって、さまざまな体験を味わえるとともに便利で有益な利用ができる。スポーツ施設・宿泊施設の申し込み・お問い合わせは☎0887-33-2894

【芸西村の家】
レストラン併設された泊施設「芸西村の家」があり、これらの施設とあわせて、これらによって、さまざまな体験を味わえるとともに便利で有益な利用ができる。スポーツ施設・宿泊施設の申し込み・お問い合わせは☎0887-33-2894

【芸西村の家】
レストラン併設された泊施設「芸西村の家」があり、これらの施設とあわせて、これらによって、さまざまな体験を味わえるとともに便利で有益な利用ができる。スポーツ施設・宿泊施設の申し込み・お問い合わせは☎0887-33-2894

【芸西村の家】
レストラン併設された泊施設「芸西村の家」があり、これらの施設とあわせて、これらによって、さまざまな体験を味わえるとともに便利で有益な利用ができる。スポーツ施設・宿泊施設の申し込み・お問い合わせは☎0887-33-2894

【芸西村の家】
レストラン併設された泊施設「芸西村の家」があり、これらの施設とあわせて、これらによって、さまざまな体験を味わえるとともに便利で有益な利用ができる。スポーツ施設・宿泊施設の申し込み・お問い合わせは☎0887-33-2894

【芸西村の家】
レストラン併設された泊施設「芸西村の家」があり、これらの施設とあわせて、これらによって、さまざまな体験を味わえるとともに便利で有益な利用ができる。スポーツ施設・宿泊施設の申し込み・お問い合わせは☎0887-33-2894

【芸西村の家】
レストラン併設された泊施設「芸西村の家」があり、これらの施設とあわせて、これらによって、さまざまな体験を味わえるとともに便利で有益な利用ができる。スポーツ施設・宿泊施設の申し込み・お問い合わせは☎0887-33-2894

【芸西村の家】
レストラン併設された泊施設「芸西村の家」があり、これらの施設とあわせて、これらによって、さまざまな体験を味わえるとともに便利で有益な利用ができる。スポーツ施設・宿泊施設の申し込み・お問い合わせは☎0887-33-2894

地場野菜・鮮魚
かっぱ市
安芸郡芸西村和食甲452-1
TEL.0887-33-2990

有限会社 有光電設
安芸郡芸西村和食甲2166-13
TEL.0887-33-2265 FAX.0887-33-4232
名刺・チラシ・伝票・封筒・ハガキ印刷
デジタルプリント
高知市本町1丁目4番14号
TEL.088-800-7003 FAX.088-800-7004

芸西村の家 レストランサザンクロス
JPT・Tours・Japan株式会社
代表取締役 米元一泰
高知県高岡郡中土佐町大野見神野652
Tel 0887-33-2894

庭水廻り修理
(MYM・KVK等)
太陽光発電
大工
家族葬

ガーテニング・お庭づくりお手伝いします。
庭のリフォーム、草花、木、移植、消毒、剪定
庭や山もと ☎ 847-5453 携帯 090-9772-3814

引越し・不用品処分のお手伝い・草刈
お掃除・枝切・害虫駆除・墓清掃等
ベントリー石立十字路店 ☎ 0120-925-650
マイエックリーニング

販売・施工・保守・一貫体制で安心です
設置についてのご相談・お問い合わせ
太陽光発電専門店の
わせ等、お気軽にお電話下さい。 南サントップ ☎ 872-1122

確かな技術でまかせて安心！
小さな修理から大工工事全般(アルミ・エクステリア工事他)まで、
トータルに良心的なお仕事をさせていただきます。
お気軽にご相談下さい。見積りにお伺いいたします。
大工の中越 ☎ 090-3783-6076 南国市相生2551-1

お金のかからない葬儀 検索
高知市生活福祉課で
お世話になっている方、ご相談ください。
高知市令和3年度
実績・信用 桜坂本葬儀社 ☎ 882-6860
高知市桜井町1-4-4
ご利用・見学随時受付中 高知市 7/17 9:30~17:00
毎週月曜日・日曜日、祝日休業
ディサービスおとも ☎ 881-3292

タイル雨漏り
低料金で
生活サポート

タイルの修理・貼り替え 見積り無料！
風呂場へ踏み出す1歩目の“冷やっとする床の冷たさ、
冷やっとならない床タイル(カーモタイル)”に貼り替えませんか
☎ 088-866-2856
桜井タイル 携帯 090-3783-6856

雨漏りを速攻解決
無料調査・徹底修理 15,000円~
ファーストルーフ ☎ 0120-802-586
☎ 088-802-5867

雨どい・屋根・外壁の修理
見積り無料・お気軽にお問い合わせください。
☎ 090-8978-5995
(株)石田板金 ☎ 088-881-6227

ガラス割替・アミ戸張替
サッシ戸車・錠取替
古田サッシ 北御座12-16 ☎ 884-3277

不登校・ひきこもり等の相談 電話・訪問
対応も可能
ひとりで悩まないで！心理カウンセラーが相談に応じます！
心を支えるスキルを学びませんか？
アドラー流メンタルトレーナー
資格取得講座の受講生受付中
メンタルケア ☎ 088-881-6659
オフィス岡林 (受付時間：10時~17時まで)

ゆずります 取りに来て下さる方
★ブリヂストン電動アシスト自転車26インチ
¥20,000 (新品ヘルメット ¥7000 相当付)
★富士通デスクトップパソコン+机付
¥15,000 (特価の好きな人)
☎ 088-824-6679 伊藤 林

終活
も国産
カビスプレー

大麦β-グルカン含有
食物繊維たっぷり白米の19倍
食べやすい米粉タイプ 630g ¥594 (税込)
暮らしの情報社 ☎ 873-5066

安心安全なカビ防止スプレー
安全性が評価され、大手食品工場や医療施設、衣
服などに利用されている。リビング・寝室・浴室・トイレ・
押入れ・エアコン内部・車のエアコンまで使用できる。
エアゾールタイプ1本で12畳まで対応。
6ヶ月以上効果が持続。 ¥3,080 (税込)
暮らしの情報社 ☎ 873-5066

暮らしの情報
暮らしの情報社 ☎ 873-5066

**暮らしの
掲示板**

**遺品
便利屋**
高知の便利屋実さん
どんな些細な事でも承ります。
1時間 3,500円~
お見積り無料
お見積りにお伺い
ご相談下さい。
☎ 090-9284-1329

水回りリフォーム
高知市漏水検査指定店
パイプつまり・洗浄
トイレ・洗面・キッチン・浴室
7フロア・洗面・キッチン・浴室
浴室床タイル・ぼろが床で温かく
下水切替工事・申請・施工
サッシ・玄関ドア・エクステリア取替
小松住工(有) Googleで検索
百石町1-2-7 ☎ 832-8823

墓じまい
墓掃除・改修
補修・墓じまい
お墓・樹木葬
のことなら
(有)和田 ☎ 088-803-7666

暮らしの情報
暮らしの情報社 ☎ 873-5066

ハチミツ
高知県佐川産
純粋ハチミツ
(600g) ¥2,376 (税込)
暮らしの情報社 ☎ 873-5066

水道
水まわりのトラブル解消!!
三里水道サービス
☎ 080-2398-0848 見積り無料
(市県)
営業時間 8:30~17:30 (不定休)

美容鍼・小顔矯正 ¥3,000/回・びく矯正 ¥2,500/回
交通事故無料相談 (鍼灸指圧整骨院併設)
(10:30~18:30 (延長可) 水曜休診) はりま鍼灸院
みもみ明治はりまや矯正院
☎ 088-874-0117

**産業廃棄物
収集運搬処理**
産業廃棄物
収集運搬処理
どこに持って行けばいいかわからない、そんな時。
産業処理のエキスパート、大前田商店が
あなたに代わって処分いたします。
中間処理場稼働中！ 営業時間 AM8:00~PM5:30 日曜日定休
廃プラスチック類、ゴムくず、金属くず、ガラスくず、陶磁器くず
コンクリートくず及びがれき類、紙くず、木くず、繊維くず
多少にかかわらずお気軽にお申し付け下さい。
☎ 862-1555 南国市岡岡町八幡 860-1
大前田商店
高知県産業廃棄物処理業許可番号 3900067545号
高知県産業廃棄物収集運搬業許可番号 3900067545号
高知県産業廃棄物収集運搬業許可番号 3900067545号

**引越
大木切り**
お引越をサポートします 見積り無料
エース引越センター ☎ 833-8600
高知市神田 2261-2
家回りや墓地周辺の大木で 伐採
お困りの方、お気軽にご相談下さい。
西桑泉寺モリタ TEL ☎ (088) 875-7662
☎ 090-8692-4330

**たたみ
造成**
新畳・表替 古味畳店
畳工事全般 ☎ 884-5020 若松町9-27
土木工事の事ならおまかせください。
確かな技術・豊かな実績が
お客様のニーズにお応えします。
☎ 863-3005 有限会社 西内土建

**水回り
リフォーム**
水回りの修理や移設、雨漏り屋根瓦
塗装etc.お家の事ならお任せ下さい!!
高知プラス ☎ (088) 802-6191
携帯 080-2971-7467

**引越
足場組立**
引越・不用品・遺品 見積り
無料
その他なんでもお手伝いします
(株)みやざき ☎ 080-3929-7786
南国市相生 934-2

**醤油
無添加**
瀬戸内小豆島産、丸大豆仕込みの純正醤油
醤油作り400年の
伝統を誇る
小豆島醤油
・濃口 900ml ¥820 (税込)
・薄口 900ml ¥788 (税込)
暮らしの情報社 ☎ 873-5066

暮らしの情報
暮らしの情報社 ☎ 873-5066

暮らしの情報
暮らしの情報社 ☎ 873-5066

暮らしの情報
暮らしの情報社 ☎ 873-5066

香北町 7月23日(水)〜30日(水)
豊かな水と緑のまちの期間限定カフェ

フラワーティール



野川ナツコ初個展「開催。パステル調の伸びやかな親しみやすい作品が並び、26日(土)は、第二回みんなの音楽会(レナあり)を開催。参加者を募集している。※個展、音楽会共に1オーダー以上お願いしている。

この夏も香美市香北町の古民家で年間3回営業している期間限定のカフェ「フラワーティール」が開店する。

メニューは、香北産無農薬野菜使用海と山のカレーランチ、日替りパウンドケーキなどのスイーツを香り豊かな珈琲と共に楽しめる。

期間中、香美市在住小

高知市 森のお手入れ&流しそうめん

アジロ山を綺麗にしよう 7/20日



高知市朝倉のアジロ山では、今年も森を綺麗にするイベントの参加者を募集。

不法投棄やごみを無くす活動を始めて20年近く。ゴミの山から「宝の山」になったアジロ山の森には子どもたちの声が毎日響きわたる。

当日は周辺のゴミ拾い、木の手入れ、草刈りなどの作業を行い、綺麗になった森で遊ぶことができます。また、子どもたちの「流しそうめん体験」の予定。冷たいそうめんが疲れを癒してくれる。



ハーブティールで

奇跡の生還

高知でも利用増

家族とともに平穏な日々を送っていた、あるイギリス人の元冒険家「ジェイソン・ウィンタース」は、46歳となったある日、その幸せをすべて奪い取るような突然の試練を受ける。

余命1年の宣告を受けた彼は、聖書や仏典に救いを求め、ハーブについて、貴重な記述を見つけた。これだ！と確信し、そのハーブを探し旅に出る。

アメリカ・ヨーロッパ・アジアそれぞれの地で数千年にわたり受け継がれてきた、3種類の貴重なハーブにやっとう会おう。しかし必死の思いで手に入れたこれらのハーブを煎じてみると、落胆するばかり。自暴自棄になった彼は3つのハーブを一箱に煎じてみたところ、運命を変える「奇跡のフレンド」ができた。

健康を取り戻した彼は、このハーブティールと健康を授けられた。

【高知市でも朗報】ハーブティールを利用された結果が次々と伝わってゆくに、利用者のアイデアで、新たな利用者を生み出し、それが見事に成功するなど、高知市内の人びとから利用について驚くほどの情報が寄せられています。

ハーブティールの情報を希望される方は、110円切手2枚を郵送すれば資料を提供します。詳しくお問い合わせは、暮らしの情報社 873-5066

イベント関連情報の

掲示板

無料掲載



【利用方法】

内容作成のうえ、下記アドレスまでメールで送付、またはFAXにて送付して下さい。

例 草野球チーム 新たに結成します。20〜40歳までの方。希望者は問い合わせを873-5066
タイトル 案内文(句読点含む40字以内)
アドレス event@j-kurashi.co.jp
FAX (088)873-5091

● 募集 ●

高知おもちゃ図書館 ボランティア募集	開催日は毎月第1・2・3・4土曜日10時〜12時(祝日・第5土曜は休館)。月1回2時間程度。男女不問。お子さんと一緒に可。(090-8284-2180 浜田)
高知少年少女合唱団 団員募集	毎週土曜日14:00〜16:00 小学1年生から入団可 いつでも見学、大歓迎 080-5663-8740(和田15時以降)
いの町小野、成山地区 美しい農村の景観づくり	活動希望日1週間前に申込 高校生以上 ボランティア保険各自加入 棚田再生&耕作放棄地再生プロジェクト 090-1003-3419(伊藤)
生態系保全活動のお手伝い (ボランティア)	随時受付 木曜休み【団体名】公益社団法人生態系トラスト協会 (問)四万十ヤイロチョウの森ネイチャーセンター 0880-29-4011
トンボ自然公園の 「池の手入れ」お手伝い	トンボ自然公園の整備作業、随時受付(都合の良い日時を事前連絡) トンボと自然を考える会 0880-37-4110
高知社会福祉協議会 ポランティア募集	話し相手、趣味や特技を生かし、「できる人が、できる時に、できること」を 行ってみませんか? 高知市社会福祉協議会ボランティアセンター 856-5539
モネの庭カレンダー フォトコンテスト2025作品募集	11/30まで募集中 「モネの庭」マルモッタン 0887-32-1233
残していこう四国のかたち 四国に道フォトコンテスト	〜7/31 入賞発表8月下旬 四国の道路を考える会 821-3510

● イベント ●

保護猫譲渡会 とぎにゃん祭り&うわさのマルシェ	7/20 11:00〜15:00 荒天中止 龍河洞(旧山繁屋1階) 香美市土佐山田町逆川1424 090-4784-6830
世にも不思議なドックワールド 見る・聴く・触れるアートの秘密	7/25〜8/31 9:30〜16:30 一般1200円、高校生以下600円 未就学児無料 高知県立美術館・県民ギャラリー-825-4328
企画展「妖怪果実」 湯本豪一記念日本妖怪博物館セクション	7/4〜9/7 9:00〜17:00 大人700円、高校生以下無料 高知県立歴史民俗資料館 862-2211
やなせたかしの時代 大正の夢は続く	〜7/21 香美市立美術館 0887-53-5110

● イベント ●

とびこめ! 絵図の世界	〜7/13 9:00〜17:00 大人550円、学生160円、児童80円 安芸市立歴史民俗資料館 0887-34-3706
のぶと崇のおらんく展	〜2026/2/8 10:00〜18:00 大人900円、小中学生700円 海洋堂SpaceFactoryなんこく 864-6777
やすだの百年展	〜7/13 9:00〜17:00 観覧料200円、高校生以下無料 安田まちなみ交流館・和 0887-38-3047
伝「やなせたかしと 横山隆一」展	〜8/31 9:30〜17:30 一般500円、中高生300円 小学生200円 横山隆一記念まんが館 883-5029
園長と散歩	毎月第1日曜日 13:20〜(受付12:30〜)先着20名 一般470円 18歳未満高校生以下無料 高知県立のいち動物公園 0887-56-3500
高齢者総合相談 法律相談	(総合相談)平日9:00〜16:00(法律相談)要予約 第1・第3 木曜日 ふくし交流プラザ 088-875-0110 高知県社会福祉協議会
高知県教育相談研究会 はまゆう教育相談所	月・火・木・金 9:30〜16:00 子育て、子どもの悩みに関する相談 高知県教育相談研究会 824-5058
高知オーガニック マーケット	池公園の土曜日 毎週土曜日8:00〜14:00 高知市池2311-1(高知県立池公園)
高知家の女性しごと応援室 働きたい!	月9:00〜17:00、火・木9:00〜18:00、金9:00〜17:00 土10:00〜17:00 高知男女共同参画センター「ソーレ」873-4510
職場体験講習	49歳までの求職者で最長5日間企業で体験、手当支給 講習回数2回 ジョブカフェこうち 802-1533

● 講演会・教室 ●

文学マイスター講座	第4土曜14:00〜 参加料無料 事前申し込みが必要 高知県立文学館 822-0231
超写経のすすめ 教室	写経を超えた写経を体験されませんか? 詳細は浜崎宏まで(090-8978-5893)

子育て世帯を応援

離乳食やおしりふきの入った「わくわくバッグ」をプレゼント



イラストのエコバッグには、こうち生協の離乳食やおしりふきなど9種類11点の商品が詰められており、商品の説明も生協職員による手書きの心のこもった温かいもの。

高知市とこうち生活協同組合による、子育て世帯の支援をする取り組みが開始された。子育て世帯のニーズを把握することで人口減少対策にも生かす目的。

今年4月1日以降に子どもが生まれた世帯を対象に「こうち子育て見守り便くわくバッグ」が贈られる。県内在住の絵本作家、柴田ケイコさんが手がけた可愛いソウのシが渡される。



預けて安心!

自筆証書遺言書保管制度

「自身で作成した自筆証書遺言書を法務局で保管する」「自筆証書遺言書保管制度」が、令和2年7月10日から開始しています。

自筆証書遺言書は、遺言者本人が作成できる、手軽で自由度の高いもので、ご自宅等で保管することでもできますが、法務局に保管していただくことにより、遺言書の紛失や改ざん等を防止、死亡後の家庭裁判所での検認手続も不要となるほか、遺産分割の争い等を防ぐためにも大変有効な手段となりますので、ぜひ、本制度をご利用ください。

また、企業・各種団体・グループを対象として、本

【法務省ホームページ】
http://www.mof.go.jp/nijimin/1103.0001.html



ミス&ミスターオブザイヤー2025高知大会

エントリ&観覧チケット販売のお知らせ



個性と挑戦が交錯する「ミス&ミスターオブザイヤー」高知地区の皆さま、それぞれの個性と夢をこの特別な舞台で輝かせませんか?

女性も男性も、この機会を活かして自分を表現する場を広げましょう! 【優勝賞金】30万円! 感動の瞬間を手にした一歩を踏み出しましょう! 【エントリ締切】



体を動かして心も躍る!

第28回 スポーツ鬼ごっこ体験DAY

健康増進と運動への意欲を高め、日頃の運動不足解消や生活習慣病の予防につなげることを目的に「スポーツ鬼ごっこ」が開催される。このイベントは、スポーツを楽しむ体験し、継続的な運動習慣を身につけるきっかけづくりとして、多くの参加者に親しまれている。

第28回となる今回は「スポーツ鬼ごっこ体験DAY」として、チーム対抗形式のトレジャーハン

トゲームを実施。制限時間内に相手チームの「トレジャー(宝)」をより多く奪取(ハント)したチームが勝利となる。相手陣に攻め込みトレジャーを奪う一方、自陣のトレ

カツオのわら焼きタタキ

全国発送 電話一本後払い

県漁連が推奨する晴多郡黒潮町の「特製わら焼きタタキ」。

電話一本で注文が可能。ご自宅や贈答品として本場のわら焼きタタキを楽しむことができます。料金は後日振込用紙を郵送し、振り込んでいただきます。タタキ二節(700g)に調味料を添え、食べ方説明書を付けて5940円(送料・税込)。



世界中で大絶賛

ハチミツの王様「マヌカハニー」



古くから薬としても使われてきたハチミツ。今は天然の蜜は全滅に近く、アマゾンやニュージーランドのごく限られた場所にしか生存していません。マヌカハニーは、ニュージーランドのみに自生し、白やピンクの可憐な花を咲かせる木です。

マヌカの花や樹液には強い薬効があるとして、現地で、怪我をしたり風邪をひいた時などに薬代わりに使用していたそうです。

このマヌカの花から現地の蜜蜂が集めた「マヌカハニー」は他のハチミツとは比較できないほど強力な力を秘めています。

黒豆力

日本古来の伝統食品である黒豆の優れた栄養成分は、抗酸化作用や脂肪の吸収を抑制したり、血管や腸をきれいにしてくれるなど、さまざまな作用があります。

東京農大醸造学科教授は世界で初めて黒大豆を無添加発酵すること成功、商品化し、国内三例目の「日本健康医学賞」を受賞しました。



クックアイランド産

有機ノニ発酵果汁100%果汁プレミアム

自然の楽園クックアイランドで有機栽培されたノニをじっくり半年間熟成させて、栄養素を壊さずに伝統製法で仕上げたノニジュース。

他国のノニジュースより飲みやすく、まろやか仕上げたプレミアム品質。JAS認定機関が、責任を持って行っている。900ml(404円(税込))。

数千年にも及ぶ使用経験から安全性が確認された医薬品に匹敵する健康食品です。伝承の適用の疾患や健康状態のみならず、ダイエット、美白、抗





6月に入り、梅雨入りでジメジメと鬱陶しい季節となってきた。前回の釣行では、産卵後の荒食いで活性の上がる梅雨グレを狙いつけてきたが、今回はこの時期に旬を迎えるイサギも釣りたいと沖の島エリアへ2日釣りに行ってきた。

6月11日大潮、今回は岡崎渡船さんにお世話になり片島港を4時半に出港する。日替わりで磯回りの島だが、この日は一つバ工回り。釣り仲間の和田さん・西さんと3人組の私たちは、名礁一つバエと渡船準備となった。朝からボツボツと雨に打たれながら釣スタートすると開始早々和田さんがHIT。上がってきたのは40センチ弱の口太グレだ！幸先の良いスタートにこの日の好釣果を期待する。私にもすぐにアタリが！しかしながらイサミ。よく引いて楽しませてくれる魚ではあるが狙いではない。普段は良く潮の動く場所なのだが、ほとんど動かない。そのせいか、一面にエサ取りが居る。棚まで刺し餌が居る。たまに針掛かりするのやばいイサミが多く、たまに得体的に切れない強敵に仕掛けを切られる状況が続いた。そんな中、和田さんが狙



宿毛市沖の島 名礁一つバエ

イサギ狙いのはずが……



いイサギを早くさせる。しかしこれも後が続かなかった。実釣開始から約3時間が経過した頃、潮の動きが変わってきた。それを察知した和田さんは、すぐに立ち位置を変えて仕掛けを投入し、仕掛けを流していく。するとすぐには答えは帰って来なかった。潮の中で食わせた事もあり重量感のある引き。上が



つてきたのは44センチの良型の口太グレだった。未だクローラーに入る魚に出会えていない私に、和田さんがポイントに誘ってくれたのでお言葉に甘えてみる事に。仕掛けは流せるのに、磯際付近の撒き餌に反応している魚の中に、グレの姿も確認出来るのでハリスを矢引ほどにカットし、ウキを少し沈ませた状態で張って刺し餌に合わせるとHIT！やつとの想いで手にしたのは、30センチ強と小ぶりではあるが尾長グレ。この作戦で3枚の尾長グレをキャッチ。



MAX37センチとサイズは満足ではないものの、パターンを掴めたのは満足いく結果であった。底物狙いで同行されていた西さんも終日アタリはあったようで、小型のイシガキダイをキャッチした。しかし本命であったであろう獲物は、根に入られたのか仕掛けが引っ掛かったかで、惜しくもキャッチとは至らなかった。潮の複雑な磯は攻略が難しい分、1枚を手にするまでのプロセスが楽しめる。また腕を磨きに行ってみよう。



☆印の調味料とオクラを入れて、10分程味をなじませる。

① オクラは水洗いし、水分をふき取り、ヘタとガクを取り、3cm幅に切る。

② ジップロックなどに☆印の調味料とオクラを入れて、10分程味をなじませる。

③ 片栗粉を満遍なくまぶし、170度の油で色よく揚げる。

④ 器に盛り付け完成。お好みでレモンを添えても。

大人も子どもも大好きな止まらない美味しさ。夏の健康野菜「オクラ」。

その特徴であるネバネバ成分が悪玉コレステロールを抑制し、大腸がん予防に効果的。

β-カロテン、葉酸、ミネラル類、カリウム、カルシウム、マグネシウム、食物繊維が豊富。熱い夏を乗り切るために積極的に摂りたい食材。

オクラは色鮮やかでツヤのあるものを選ぶ。

材料 4人前

オクラ	2袋
にんにく(すりおろし)	1片
生姜(すりおろし)	1片
醤油	大さじ2
酒・みりん	各大さじ1.5
片栗粉	適量
揚げ油	適量

今月の旬 オクラ

配布スタッフ大募集

情報紙やチラシを各ご家庭のポストに配布するお仕事です。

- ご自分の余暇を利用して配れます。
- 希望の部数・地域を限定することが可能です。
- 健康づくりのウォーキングを兼ねて配れます。
- 未経験・主婦の方・学生の方、歓迎いたします。

暮らしの情報社 ☎873-5066 (090-7142-4482)

ひとりで悩まず相談してください



みんなの人権110番 ☎0570-003-110
→高齢者、障害のある人、職場のパワハラなど、人権に関する全般的な相談
子どもの人権110番 ☎0120-007-110
→学校でのいじめ、虐待など、子どもの人権に関する相談
女性の人権ホットライン ☎0570-070-810
→夫・パートナーからの暴力、セクハラなど、女性の人権に関する相談
インターネットによる相談窓口 インターネット人権相談 🔍検索
高知地方法務局・高知県人権擁護委員連合会
高知市栄町二丁目2番10号 高知よさこい咲都合同庁舎

デザインから配布まで、広告作りを完全サポート

チラシ作りのフローチャート

① **デザイン**
説得力のあるデザイン作りを応援・代理制作をします！綿密な打ち合わせでよりよい広告作りをサポートします！

② **印刷**
少ロットから大ロットまで、高品質のオフセット印刷で、スピーディーに仕上げます。

③ **ポスティング**
高知市民の手にベテランの配布スタッフが手配りでお届けします！「暮らしの情報」への折り込み
高知市内 1,000部～ **80,000部**
(細かなエリアで指定できます)

掲載
「暮らしの情報」本紙内への掲載！発行部数8万部だから1世帯当りの費用が安い！
デザイン料 無料
16,000円

折込料金
A4サイズ (折ってA4でもOK)
3.0円

もちろん完成したチラシの持ち込みでもこの値段！
折り込みでない、単独チラシも受付中！

お問い合わせ

■8万部発行「暮らしの情報」 ■企業や商品のPR・宣伝
株式会社 暮らしの情報社
高知市愛宕町4丁目9-1
☎088-873-5066
✉top@j-kurashi.co.jp