

暮らしの情報

四万十町 8月24日(日)

夏の思い出に四万十川の鮎と火振り漁 第21回 四万十大正あゆまつり



四万十町大正では、清流四万十川を舞台にした恒例の「四万十大正あゆまつり」が近くの川原で開催される。

地元の鮎をテーマにした大正地区の住民主体の参加型イベント。地域ら

しさが出ていて町外からの参加者も多い。自慢の鮎料理がずらりと並び、天然鮎の味を堪能できる。大正地域の団体による太鼓の演奏や「四万十夢」のよさこい囃子踊り、子ども限定のアユ・アメゴ・ウナギのつかみどり、お楽しみ抽選会などの楽しい企画が盛りだくさん。会場はすぐ近くで見られる四万十川の夏の風物詩・伝統の火振り漁の光景は幻想的。フィナーレの花火も間近で行われ

迫力満点。四万十川の空や川面を華やかに彩る。開催日時 8月24日(日) 14時~20時30分。※延期(8月31日(日))

開催場所 四万十町大正(大正新橋の下(川原))
交通 JR土佐大正駅下車徒歩15分
問い合わせ 四万十大正あゆまつり実行委員会
0880-270111



8月号
高知市全域
8万部発行
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」の編集で
バックナンバーを読めます

南国市 8月11日(月・祝)・23日(土) れきみんサマーミュージアム ～化け化けパケーション～



岡豊山の歴史民俗資料館では、今年も夏にぴったりのテーマで「れきみんサマーミュージアム」が開催される。

企画展「妖怪集」に関する楽しいイベントが盛りだくさん。作品作りの体験や紙芝

居すろく・かるた大会など楽しいメニューが揃っている。※館内で実施するプログラムへの参加には観覧券が必要。参加費の記載のないものは参加無料。

◆8月11日(月・祝)

参加者にプレゼントのある「判じ絵ラリー」・昔懐かしい「れきみんの駄菓子屋さん」・妖怪ぬりえ・音声で楽しむ「れきみん断片屋」・紙芝居ビデオ上映や県立文学館出張おはなしキャラバンに

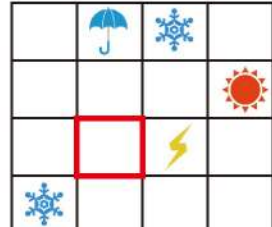
よる紙芝居・ちぎって!はって!妖怪マグネット! (先着50名)・「ストロートと糸でくくく!妖怪ハンド」(先着50名)

参加者にプレゼントのある「判じ絵ラリー」・妖怪ぬりえ・妖怪すろく・妖怪かるた大会・音声で楽しむ「れきみん断片屋」・「紙粘土で妖怪ペーパーウェイトをつくろう!」(先着50名)・紙コップでおはけちようちん作り(先着30名・参加費100円)・「れきみんバックヤードツアー」(小学生以上10名/要事前予約) ④高知県立歴史民俗資料館 088-866-2221

今月のわくわくクイズ

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。(8月末必着)当選は発送をもって代えさせていただきます。

問. 次の□にあてはまるのは?



ヒント
ナンプレと同じ方法で考えてね

〈先月号の答え〉
②秋の夜
〈解説〉
これらはトランプのカード意味を表している。

医療衛生材料、介護用品のレンタル・販売
住宅改修はお任せください。

福祉用具レンタル
介護用具販売
衛生材料販売

お気軽にご相談ください

ミニパック株式会社
TEL:088-866-6789
FAX:088-866-7888
http://minipack.co.jp
〒788-0041 南国市岡豊町定林寺57-3

太陽光発電・蓄電池・エコキュートは 当社にお任せください!
地域で最も安心できる販売店を目指しています

高知市補助金 第2弾開始! 受付期間 2025 7/28~8/29

太陽光のみ 上限 35万円
蓄電池のみ 上限 40万円
太陽光+蓄電池 上限 60万円
※期間中に予算に達した場合は抽選となります。

お客様への4つの約束
1 導入シミュレーション作成
2 最適な製品の選定
3 3ヶ月ごとの定期点検実施
4 補助金の無料代行申請

お気軽にお問合せください
高知通信機 受付時間 9:00~17:30(月~金)
TEL.088-844-4220 担当:大庭・浜田

個別指導 Axis
志望校別・目的別・科目別に最適な選べる個別指導
国公立大入試で2000名を超える合格実績 / 効率よく学習できる多様な学習スタイル

9月スタート生募集!
無料体験

志望校別対策 / 内申アップ対策 / 定期テスト対策

小学生 中学生 高校生
やり方次第でこれから伸びる。

0120-500-222

成績アップ応援マン
10/25 全学年 対象 受験生応援 小6・中3・高3 限定 入会特典 1対1/1対2 個別指導 オンライン 通学 22,000円 無料 4回無料

2学期から挽回!
英語・数学 苦手克服講座
英語2回+数学2回

2025年度 合格実績
国公立大 私立大
入試 2,146名 入試 7,148名

高校は16,698名
土佐高・追手前高・国際高ほか
中学は6,197名
学芸中・土佐豊中ほか

2025年度 大学・高校・中学入試 過去最高を更新!!
2025年度 大学入試 32,189名

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ミール愛宕1階 高知市八反町2-12-15 2階

南国市 締め切り11月末

第22回 ハガキで「ごめんない」



町の名前が後免(ごめん)町で駅の名前も後免(ごめん)駅。全国的にユニークな地名を活かして、南国市では、「ごめんない」を全国から募集しています。

この事業は、ごめん町で育った漫画家のやなせたかしさんの提案から始まりました。

毎年、県内外から多く

の応募があり、入賞者には賞金等が贈呈されます。

人によっては必ずと言ってよいほど、言ひそびれた「ごめんない」があります。胸の奥でチクリと痛む、そんな想いをハガキに書いて送ってみませんか。

ホロリとする「ごめんない」や思わず笑ってしまう「ごめんない」の応募をお待ちしています。

今回の特別賞は、NH

香南市のいち動物公園夏休み企画展



カブ・クワ展2025 世界一周カブ・クワの旅

リークイズに挑戦でき、楽しみながら学べる。7月27日(日)には「第9回デカフト選手権」を開催! 国産カブトムシのオスは全長を、メスは重量を競い、年齢制限なしで1人オスメス各1匹まで参加可能。

優勝者には賞状と賞品、参加者全員に記録証と記念品をプレゼント。家族で楽しめる夏の思い出にぴったりのイベント!

◎日時 7月19日(土) 8月31日(日) 9時30分~16時45分

◎場所 のいち動物公園 どんづつ科学館1階

◎ ☎0887-561350

のいち動物公園では、夏休み企画展「カブ・クワ展2025 世界一周カブ・クワの旅」を開催! アメリカ、オセアニア、アジアなど世界各地の珍しいカブトムシやクワガタムシの、生体や標本を地域ごとに展示紹介している。

会場では「カブ・クワスポーツ」でスタンプパ

ていねいなサービス、低料金で生活サポートいたします

家財整理や引越し等のお手伝い、お安く出来る色々な方法があります。お気軽にご相談下さい。

◆草刈りやお墓の掃除 ◆買物サポート ◆お部屋の掃除 ◆家具等の移動 ◆病院内付き添い ◆安否確認

見積無料 よろずやサポート 高知市宝永町2-27 ☎090-4338-8311(担当:徳弘)

カビ対策に



カビはリビングや寝室、浴室・トイレ・押入れ、車のエアコンの中まで、私達の気づかない場所にも発生しています。

近年の住宅は、昔ながらの通気性の良いものから、機密性の高いものに変化したために、カビの発生しやすい条件が増えています。

アトピー性皮膚炎・喘息や鼻炎・肺炎、人体に様々な影響を及ぼします。

今回はカビ対策のすぐれものを紹介いたします。「カビ」を増やさない「安全性が高いカビ防止スプレー」。「カビ」がなくなった「しよ!!」は401種類の菌と5種類のウイルスの生育阻止効果が確認されており、成分は食塩の10倍くらい安全であることも確認されています。エスノールタイプ1本で12畳まで対応、6か月以上効果が続くので、口・目・肌に安心のものです。3080円(税込)。

暮らしの情報 ☎8735066

ゼロコ高知公演「フラッグ」



一本の旗を手にあらゆる所を進んでいく。ゼロコと共に、想像の旅に出かけませんか?

◆9月26日(金) 18時30分開場 19時開演

◎場所 県民文化ホール

◆全席自由2500円

※整理番号付(番号順に入場いただきます)

※2歳以下膝上無料

◎場所 県民文化ホール

◆全席自由2500円

※整理番号付(番号順に入場いただきます)

※2歳以下膝上無料

◎場所 県民文化ホール

◆全席自由2500円

※整理番号付(番号順に入場いただきます)

※2歳以下膝上無料

◎場所 県民文化ホール

しめんげき「幽霊塔」へ舞台上舞台



高知県出身の文豪・黒岩涙香が明治時代に翻案した傑作ミステリー「幽霊塔」。

怪美人の登場をきっかけに、時計塔に秘められた過去が静かに動き出す。かつてこの塔で起きた悲惨な事件、封じられた財宝、そして誰にも明かせ

◆9月5日(金) 18時30分開場 19時開演

◎場所 県民文化ホール

◆全席自由3500円

※未就学児入場不可

◎場所 県民文化ホール

◆全席自由3500円

※未就学児入場不可

◎場所 県民文化ホール

今月のプレゼント

■応募方法: 希望商品・住所・氏名・年齢・職業・電話番号を記入の上ハガキでどうぞ。

〒780-0051 高知市豊町4丁目9-11 暮らしの情報社 までお送り下さい。

※締切: 8月25日

※当選のご連絡は、賞品の直接のお渡し、又は発送をもってかえさせていただきます。

■県民文化ホールより しめんげき「幽霊塔」(舞台上舞台) 各日2枚・計4名様

■県民文化ホールより 「フラッグ」 2名様

■しめんげき「幽霊塔」へ舞台上舞台 JACKAL タイラバ小物セット 2名様

無料調停手続相談会!

毎年、高知調停協会連合会では、無料相談を行っている。5日は午前9時30分~午後3時30分、29日は午後1時~4時受付は30分前まで相談無料。予約不要。

場所は、高知県民文化ホール1階第11多目的室。 ☎884(直通)

「悩まずに話してみよう 調停で!」

交通事故 金銭トラブル 土地建物 相続 家庭問題

調停手続相談 無料

1) 令和7年 9月 5日(金) 9:30~12:30 (受付: 9時)

2) 令和7年 9月 29日(月) 13:00~16:00 (受付: 12時)

高知調停協会連合会 事務局 月・水・金 9時~16時 ☎088-87217

これ以上進行してほしくない... 認知症に苦しむ家族のために

【無料体験会開催】

当施設では、認知症改善に向けて、脳だけでなく内臓・筋肉の施術、食事やメンタルケアなど、トータルサポートをしています。

全国12店舗で展開し、9年間2600人以上が利用。多くの人が症状の改善を実感しています。

「お薬を飲んでいないけどよくならない」「認知症介護にストレスを感じている」「あれ?何かおかしいな」とお感じの方はぜひ無料体験してみてください。

ご本人・ご家族・介護者など、なたでも構いません。

無料体験の記事を見ましたと言った電話をおかけください。

2回無料体験会開催 90分

8/31日 参加無料

HPはこちら

認知症リハビリセンター ☎088-879-9143 高知市竹島町72(東の端)

消費生活センター

これだけは知っておきたいその①
怪しい通販サイトに注意

自宅等で簡単に商品を購入することができる通信販売ですが、通販サイトをj見て注文して「代金を支払ったのに商品が届かない」「注文したものと違う商品が届いた」等の相談が寄せられています。

【事例1】ネットの広告から子大型ロボットを注文したが、広告とは違う粗悪品が届いた。返品したいが、連絡先はメールアドレスのみで、メールを送ったが返信がない。

【事例2】スマホの動画から国内企業の正規品と書かれたフラインパンを代金引換で注文した。届いた商品は海外製だったの

・サイト内の日本語表記が不自然

・支払方法が限定されている。振込先の銀行口座が個人名義になっている。

・キャンセル、返品、返金ルールの記載がない。

・事業者の名称、住所、電話番号が明記されていない。

・問合せ先のメールアドレスがフリーメールになっている。

・問合せ先の電話番号が通じない。

・少しでも怪しいと感じたら利用はやめましょう。被害にあった場合は、すぐにクレジットカード会社や振込先銀行に相談しましょう。

不安な時は、高知市消費生活センターにご相談ください。(☎088-8230433)

人生いろいろ

掛水

難産(元高知新聞編集委員)

(47)

高知市追手筋の日曜市。ひろめ市場のすぐ近くに、片山農園の園主、片山文裕さん(32)の写真。収穫の秋に向けて楽しさが膨らむ半面、落ち着かない日も始まるという。果物泥棒だ。そんな話を人づてに知り、実情を聞いた。

日曜市と果物泥棒

イチジク泥棒を初めて捕まえたのは昨年8月下旬。月半ばかり摘み取りを始めていた。5、6年前からちよいちよいなくなり、「鳥が食べているのか」と思っていたが、昨年は激減。「絶対、おかしい!」犯人に気付いたのは母親だった。早朝、車で畑の近くを走っていると、膨らんだ手提げ袋を持つ老人

とすれ違った。帰宅後、ドラレコの録画を再生してみると、300mほど離れた場所から車を停め、そこから散歩の振りをし、盗んでいるように警察に相談すると、「現認が必要と言われた。翌日未明に張り込んだ。2時間半待ち、いつ

「ここから取ったがで!」。「そこから取ったわ!」。80歳を超えていたが、意外と力が強い。手こずっている。と、近所の人が飛び出してきて警察に通報してくれた。後日談では、高齢でもあ

と、以前から盗んだイチジクを近所で売り歩いていた。その秋、今度は柿畑に泥棒がおぼあんだ。早朝、防犯カメラからスマホへの連動通知で分かった。夏にもイチジク畑に入っている姿が映っていた。張り込んだところ、柿畑近くでおぼあさんを見逃し、実行すると、別の農家の畑で野菜を引抜き、さらに別農家の柿に別農家の柿を盗んだので警察に通報した。

文裕さんは農家の3代目。大学を出て会社勤めし、25歳で家業を継いだ。今年で8年目。両親と二緒にフンタン、小夏、ミカン、次郎柿、スモモなどの果物を

姿勢セラピスト職業説明会

腰痛・肩こり・膝痛の原因となる姿勢を直す専門技術職です。

日時: 8月6日(水)10時~12時

場所: こうち男女共同参画センター「ソーレ」研修室1

- ◆2年制で専門教育期間でしっかり学べる
- ◆将来開業で月収100万円以上も可能
- ◆インターン中でも収入が得られる

【参加費無料】

仕事や開業を目指す方はぜひご参加ください。

一般社団法人姿勢科学研究機構 (高知担当野口)

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

生前整理 遺品整理のことなら

大原質店 ☎0120-491978

笑顔になる庭、美しい庭、ずっといたい庭、癒しの庭 etc

お庭が雑草だらけになっていませんか?
美しい庭、楽しい庭に変えていきませんか?
お忙しい方のガーテニング、維持管理の代行をいたします。

草花、野菜、果樹、庭木、芝、防草マット、ジャリ、草刈り、剪定、芝刈り、庭づくりなど、お気軽にお問い合わせください。

Fun gardening 楽庭 by 庭や山もと ☎847-5453

買取店「わかば」

店員花子の話⑦

「リユースを身近に」

7月に開催した「買取相談会」少しゆつたりとしたスペースでいつもより多くのお客様の相談をお受けすることができました。「家がすっきりした」「片付けのモチベーションが上がる」「思いのほかの高値で嬉しい」などのお声を聞くことができた。そして1週間の期間中、2回3回来てくださった方もいらっしゃり、リユースを知っていただけた機会になったのではと嬉しく思っております。

「売るかどうかわからない。とりあえず査定だけ」とおっしゃるお客様、お

PRコーナー

を売って今欲しいものを手に入れる。これがリユースの妙味です。使わなくなった眼鏡フレーム、壊れた万年筆、金歯等々。思わぬところに今高騰している金が施さ

待ちたいだく間に大丸で欲しい商品があった。このこと。査定額がご期待を下がってしまっています。是非、身の回りのいろいろなモノを、ご検討ください。そして遺品整理士が常駐するWAKABAにお気軽にご相談ください。出張買取のご相談もお受けしております。

よきこの8月到来。猛暑の中、くれぐれもお身体にご留意ください。

Reuse Shop WAKABA

あなたのモノも、誰かのライフに

【フリーダイヤル】サニーアークシステムの店 ☎0120-614-999

高知大丸店 ☎0120-567-862

サンシャインカルディア南店 ☎0120-807-877

人口:1,337人
世帯数:717世帯
(令和7年6月30日現在)

わたしたちのふるさと

三原村



観光・特産品のお問い合わせは
三原村役場 地域振興課
☎0880-46-2111
〒787-0892 幡多郡三原村来栖野346



下ノ加江川

【下ノ加江川】
下ノ加江川は、ダムがなく、自然の流れが水々と続いている。もちろん水質に恵まれ、流れは緩急のバランスに富み、魚類も多くアユ・うなぎ・ツガニ・川エビなどが泳いでいて、シーズンには子どもたちにとって絶好の遊び場所となる。
流域は風情があり、ピクニックやキャンプには最高の場所。

ヒメノボタンは、草地に生える多年草で、日本では唯一のノボタン科の草本植物。白と薄紫の花びらが可憐で、9月頃から一面に咲く。「四万十かいどう推進協議会三原支部」では、タネを探り、苗を作り、多種類の草花の世話をし、美しい自然が保護されている。



星ヶ丘公園

【ヒメノボタンの里 星ヶ丘公園】

郷土の誇る観光資源

三原村は高知県西部にあり、周知の四万十市、宿毛市、土佐清水市に囲まれた標高1200mの高原地帯に位置する。
南に主峰今ノ山と源流とする下ノ加江川、北に貝ヶ森を源流とする四万十川の流域にある自然豊かな山村。
森と清浄な水に育くまれたこの地は、古くから米どころとして知られ、良質な「みはら米」が実り、村の自然を満喫できる。

また、山間を流れる清らかな川には、アユやエビ・ツガニなどが泳ぎ、川での楽しい体験ができる。景色や植物を楽しみながらのウォーキングコースや、木の樹齢百年以上の古木巡りのコースなど、三原村の自然を満喫できる。



星降る緑と水の村

その米から伝統の酒「ぶろく」も生まれている。四季折々の美しい風景や旬の食文化を大切に自然に逆らわない営みを守り続けている三原村には日本の原風景が残っていて、そこに住む人や、訪れた人を癒してくれる。村には巡ってみたい場所が各所にあり、四季折々に山野草が咲き誇る星ヶ丘公園では、他では見られないような満点の星空を眺めることができる。

☎0880-317839

【古木巡りコース】

希少な野草の植生や樹齢百年以上の古木を巡るコース。三原村の食文化をふんだんに活かした美味しい田舎料理も味わえる。完全予約制となっており、催されている。

【散策ウォーキング】

タンノ他、山野草の自然公園で四季折々に訪れる人を魅了して止まない。



さざんかの巨木

【土佐硯】

三原村伊与野川沿いにある「源合」で昭和41年に発見した硯石は、中国の「端溪石」に優るといふ石質をもち、土佐端溪石として硯の生産が行われ、書家や愛好家の評価では、黒の粒子が細く文字に光沢があるとして「土佐硯」の名は全国に広まり、広く知られるようになった。



土佐硯

【みはら米】

特別栽培米「水源のしずく」

標高1200mの高原地帯は、清流に恵まれ、昼夜の寒暖差が厳しく、霧がかかるという、米づくりに最適な環境。この土地で栽培された「みはら米」は、

【みはらのじまんや】
将来にわたる地域で安心・安全に暮らしていく環境を維持していくため、住民の協力のもと立ちあげた「みはらのじまんや」。

【トマトで挑戦】
トマトの加工で有名な「カゴメ」のトマトを栽培している「四万十みはら菜園」は別会社「ベストクロー」を立ち上げ、おいしく実ったトマトを独自で販売と、新しい事業に挑戦。

【6月 ほたる祭り】
上長谷の川沿い約700mの道にあじさいが咲き、村外からもたくさんの人が訪れる初夏の風物詩。

【7月 清流まつり】
鮎釣り・うなぎつかみ・釣りなどの他、誰でも参加できる釣り堀形式のあじさい祭りなど様々なイベントが開催される。

【8月 みはらまつり】
三原村恒例の夏まつり。地元の特産品などが当たるお楽しみ抽選会や屋台、盆踊り、子ども腕相撲などが行われ、フィナーレには花火大会も開催される。

【9月 ヒメノボタンの里めぐり】
三原村に自生する可憐な絶滅危惧植物「ヒメノボタン」が一面に咲く丘。期間中は各地から植物愛好家なども訪れる。

【10月 雑草祭】
三原村の各地域から、みこしが集まり、各地域の伝統芸能を披露する秋祭り。400年以上もの歴史をもつ。

【11月 どぶろく・農林文化祭】
三原にとぶろくが誕生した記念日を祝うイベント。

【年間行事】
6月 ほたる祭り
6月 あじさい祭り
7月 清流まつり
8月 みはらまつり
9月 ヒメノボタンの里めぐり
10月 雑草祭
11月 どぶろく・農林文化祭

三原村商工会
幡多郡三原村来栖野346番地
TEL.0880-46-2437

四万十かいどう推進協議会 三原支部
幡多郡三原村来栖野346
TEL.0880-46-2437

三原村 土地開発公社
幡多郡三原村来栖野346
TEL.0880-46-2111
FAX.0880-46-2114



庭水廻り修理
(MYM・KVK等)
太陽光発電
大工
家族葬

ガーデニング・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 **見積無料**
お掃除・枝切・害虫駆除・墓清掃等 **見積無料**
ベントリー石立十字路店 ☎ 0120-925-650
☎ 0120-925-650

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
わけ等、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。
高知市生活福祉課 ☎ 882-6860
高知市相生町1-4-4
高知市生活福祉課 ☎ 882-6860
高知市相生町1-4-4
高知市生活福祉課 ☎ 882-6860
高知市相生町1-4-4

タイル
雨漏り
低料金で
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
☎ 088-866-2856
☎ 088-866-2856
☎ 088-866-2856

雨漏り
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
見積無料・お気軽にお問い合わせください。
☎ 090-8978-5995
☎ 088-881-6227

サッシ
ガラス
サッシ
サッシ
サッシ

サッシ
ガラス
サッシ
サッシ
サッシ

サッシ
ガラス
サッシ
サッシ
サッシ

サッシ
ガラス
サッシ
サッシ
サッシ

サッシ
ガラス
サッシ
サッシ
サッシ

サッシ
ガラス
サッシ
サッシ
サッシ

サッシ
ガラス
サッシ
サッシ
サッシ

サッシ
ガラス
サッシ
サッシ
サッシ

**暮らしの
掲示板**

遺品
高知の便利屋さん
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
お見積り無料
お見積り無料
お見積り無料

水回り
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
浴室床タイル・浴室床・浴室床
浴室床・浴室床・浴室床
浴室床・浴室床・浴室床

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
☎ 088-803-7666

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
☎ 088-803-7666

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
☎ 088-803-7666

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
☎ 088-803-7666

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
☎ 088-803-7666

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
☎ 088-803-7666

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
☎ 088-803-7666

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
☎ 088-803-7666

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
☎ 088-803-7666

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
☎ 088-803-7666

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。

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。

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。

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。

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。

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。

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。

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。

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。

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。

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。

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。

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。

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。

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。

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。

汗見川 そばの収穫祭



自分たちで、昔ながらの作り方で育てるそばの風味は格別。

【第1回】 8月17日(日)
10時～14時 そばの種まきとそば打ち体験

【第2回】 10月26日(日)
10時～14時 そばの収穫とそば打ち体験

【第3回】 11月23日(日)
10時～14時 そばの脱穀とそば打ち体験

【第4回】 12月21日(日)
10時～14時 年越しそばづくりと門松づくり体験

◆代金 各回大人3300円、小中学生2200円。

◆定員各10名(要予約・先着順)

◎集落活動センター・汗見川

0887-8211231

哲ちゃんの鳥語り（その25）

8月に入ると鳥達の繁殖も一段落し、目立った行動が減少するため観察しづらくなります。そのような時に突然刺激的な鳥見の機会が訪れることがあります。それは遠くの地に棲む鳥が台風に巻き込まれ飛来した時です。特に台風が東南アジアや南西諸島を通過した場合、

沉を確認しながらどのような鳥が迷い込むのか想像するのが日課となっています。

日本野鳥の会高知支部では高知城で毎月第二日曜日に野鳥の観察会（無料、申込不要を開催しています。詳細は左記のウェブサイトでご確認ください。



河川に飛来したオニアジサシ

http://www.asahi-net.
or.jp/~hf8k-nsmr/ 濱
田哲暁 四国自然史科学
研究センター理事長、日
本野鳥の会高知支部幹事

ハーブティーで
—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險家「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験を受ける。

余命1年の宣告を受け、彼は聖書や仏典に救いを求め、ハーブについて、その貴重な記述を見つげ、

哲学を広げる活動に人生を捧げる。人々の健康への貢献により世界各国から数多くの褒賞を受け、英国のチャールズ皇太子から協力を求める親書を贈られ、マルタ騎士団から最高位のナイトの称号を授与され、ついに彼は「サー・ジェイソン・ウィンタース」と呼ばれるように。

【高知市でも朗報】

のハーブを探す旅に出る。
アメリカ・ヨーロッパ・アジアそれぞれ別の地で数千年にわたって受け継がれてきた、3種類の貴重なハーブにやつと出会う。しかし必死の思いで手にしたこれらのハーブを煎じてみても、落胆するばかり。自暴自棄になった彼は3つのハーブを一運命に変える「奇跡のブレンド」ができた。

健康を取り戻した彼は、このハーブティーツと健康ハーブティーツを利用され、その結果が次々と伝わってゆくうちに、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。

ハーブティーツ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。

詳しいお問い合わせは
暮らしの情報社 ☎873
15066



イベント関連情報の

揭 示 板

【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TEL.873-5066
---	--------	--

↑ ↑
タイトル 案内文(句読点含む40字以内)
アドレス event@i-kurashi.co.jp

FAX (088)873-5091

● 募集 ●

	● 募集 ●
高知おもちゃ図書館 ボランティア募集	開館日は毎月第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 木曜休休【団体名】公益社団法人生態系トラスト協会 (周)四万十や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
タイムカプセル郵便 龍馬へ贈る手紙	11/15まで募集中 参加費350円(専用ポストカードが必要) 高知県立坂本龍馬記念館841-0001

● イベント ●

木・金限定献血大作戦！	9/26まで献血できた方に生活必需品をプレゼント 献血ルームハートピアやまもも 822-5454
お金がないから落札・私札 -土佐と四国の地域通貨-	～8/31 9:00～18:00 観覧料800円、高校生以下無料 高知城歴史博物館 871-1600
世にも不思議なリリックワールド 見る・聴く・触れるアートの秘密	～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」 週末全一日全日本妖怪博物館セクション	～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

● イベント ●

● イベント ●	
デジタルスポーツ ミュージアム	～8/24 10:00～17:00 一般700円、小学生以下500円 イオンモール高知イオンホール 825-4328
トピアノコンサート inものべ弁天座	9/28 14:00開演 大人1800円、小中学生・障がい者1000円 トピアノコンサート実行委員会 090-6568-3484
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
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「ソール」 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)

ミス&ミスターオブザヤー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
セス&
ミスタ
ーオブ
ザヤー
2025」
高知大会が開催！
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
する場を設けましょう！
【優勝賞金】30万円！
感動の瞬間を手にしな
がら、夢の実現に向けた
一歩を踏み出しましょう！
【エントリ締切】

8月10日(日) エン
トリー詳細は公式サイト
をご確認ください！
◆観覧チケットも好評販
売中！
感動の瞬間を間近で見
居るこの特別な機会を
お見逃しなく！ホーム
ページからお買い求めい
ただけます。
◎開催日時 9月6日
(土) 14時~17時
◎会場 高知県立美術館
ホール
詳しくはミセスオブザ
ヤー・四国公式サイトま
で。皆様の参加を心よ
りお待ちしております！
【QRコード】
Mrs of the Year 2025
Mr of the Year 2025

くらしワンポイント 夏の紫外線対策



気象庁発表のデータに
よると、高知の紫外線量
は4月から増え始め、8
月にピークを迎えます。
美容面や健康面から、紫
外線対策が重要です。
紫外線には肌の奥まで
届きシワやたるみの原因
になるA波。また肌表面
に赤く炎症を起こしシミ
やそばかすの原因となる
B波があります。日焼け
止めクリームに表示され
ているPAはA波を、S
PFはB波を防ぎます。
多くの方が注目するS
PFの数値は、紫外線を起
こすまでの時間を何倍遅
らせることができるか？
というものです。SPF



カツオのわら焼きタタキ 全国発送

電話一本後払い



県漁連が推奨する嘴多
郡黒潮町の「特製わら焼
きタタキ」。
電話一本で注文が可
能。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。
送料は後日振込用紙
を郵送し、振り込みで
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)。
「身が厚くて旨みが出
る」「自家製のタレが
美味しい」「わら焼きの
香りにビックリ」など、県
外の方からも大好評。お
好みの薬味を添えて、高
知自慢のカ
ツオのわら
焼きタタキ
を召し上が
れ。
◎注文後、
配送希望日をご連絡下さ
い。(※最短で翌日発送も
可)。
申し込先「暮らしの情報
社」 ☎873-5066



黒豆力

日本古来の伝統食品で
ある黒豆の優れた栄養バ
ランスは、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。
東京農大農造学科学科
教授は世界で初めて黒大
豆を無添加発酵すること
に成功、商品化し、国内
三例目の「日本健康医学
会賞」を受賞しました。
☎873-5066



身体バランスが整った！ 鮎物ミネラル抽出液「希望の命水」

ミネラルは身体の調子
を整えるために非常に大
切な栄養素です。野菜や果
物、食塩などに含まれ、本
来はバランスの良い食生
活を送ることで摂取が可
能でした。しかし農薬や化
学肥料が普及した現代の
野菜に含まれるミネラル
やビタミンは戦前のほん
の十分の一程度です。現代
人はエネルギー源である
タンパク質や脂質、炭水化
物を過剰に摂取し、それら
を代謝するミネラルが不
足しているという、まさに
飽食時代の栄養失調の状
態です。
全国で人気急上昇中の
生体ミネラル「希望の命
水」は多種類のミネラル
がバランス良く豊富に含
まれているので、キャップ一杯(30
cc)を飲むことで一日に
消耗するミネラル分を摂
取することができ、
「爪の伸びるのが早くな
った」「朝起きた時に疲れ
を感じなくなった」など多
くの方から飲んだすぐに
身体バランスが整った実
感の声が上がっています。
500ml3240円、1
ℓ6480円(全て税込)
詳しいお問い合わせはお
求めは暮らしの情報社ま
で。☎873-5066



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
れた場所しか生存しま
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、
現地では、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。



ローライオシルドミストウォーター 肌のトラブルをなくし、良好な肌に

私たちの身体には生ま
れた時に母親から受け継
いださまざまな種類の微
生物が生息し、生涯にお
たって健康と美容を守る
存在となります。
全身の肌に生息する
「皮膚マイクロバイオー
タ」もそのひとつ。皮膚マ
イクロバイオータの関パ
ランスが良好な肌は、常
に自ら強く美しくなろう
とする力が備わり、逆に
加齢や生活習慣などで菌
バランスが崩れた肌は、
トラブルを抱え込みやす
く、肌老化の加速に大き
く影響してしまいます。
「ローライオシル」
クロバイオータと肌状態
の関係を着目。顔、身体
頭皮など全身の肌に生息
する皮膚マイクロバイ
オータの菌バランスを意
識した「整菌習慣」によ
り、年齢を感じさせない
若々しく、美しい肌へ導
きます。長年続いた頑固
な湿疹やアトピーでお困
りの方にも大変喜ばれて
います。使用法は、洗顔
やお風呂上がりの肌にあ
んわりと吹きかけて使用
していただくだけです。
全身に使用できます。
ミストウォーター20
0ml4070円(税込)
暮らしの情報社 ☎8
73-5066



クックアイランド産 半長熟熟成ノニ140種以上の栄養素 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
に仕上げたプレミアム
品まで、すべての工程を有
機JAS認定機関が、責任
を持って行っている。90
0ml4040円(税込)。
暮らしの情報社 ☎8
73-5066





次にリール。ひとつテ
ンヤの特徴として細ライ
ンでの釣り。メインライ
ンはPEの0.4〜0.8号程度

りをして、疲れにくく
 アタリも取りやすい。また
 アタリを取る際に重要と
 なるロッドティップだが
 目で見てわかりやすいソ
 リッドと、手にアタリが伝
 わりやすいチューブラー
 とがあるので、自分に合っ
 たものを選びたい。

まずロッドだが、各メーカーから専用ロッドが発売されており、人それぞれ好みもあると思う。選ぶポイントとしては、実際に持つてみて、あまり持ち重りを感じない物が1日釣

れからが本番というこの『ひとつテンヤ』釣りに興味がある方は、是非とも挑戦してもらいたい釣りで比較的道具なども手軽なのが特徴。今回はそのタツクレについての紹介をし

度々紹介させてもらっている、メインターゲットをマダイとする「ひととつてんヤ」釣法。春のノックミシーヤを経て、夏本番を向えた今、本命の気配が濃くなってきた。水温も適水温となり、夏が旬の魚たちも顔をみせてくれたしなそことは言ってもまだまだだ。



今月の
フィッシング

— 夏 — **親子**

親子で船釣り体験
—夏休みに桂浜沖で
真鯛を釣ろう!!—

ダーと呼ばれるハリスを直結し、その先にテンヤを結ぶだけである。リーダーはフロロカーボンの物がオススメで、2〜3

A photograph of two men on a boat, proudly displaying a large red drum fish they have caught. The man on the left is wearing a red and white baseball cap and a red jacket. The man on the right is wearing a white shirt and a black cap. The fish is large and pinkish-red, with a prominent head and a long tail. The background shows the calm water of a lake or bay.



を使っている方が多くこれを1500~2000メートル程巻けるものであれば良く、2500番クラスのものとなつてやる。ポイントとしてはやはり重さは軽く、そしてラインが細いこともありドラク性能良いものがオススメだ。

そして仕掛けはいたつて簡単で、前段でも紹介

号程度。テンヤは水深や潮流によって変えていくので、3号から20号くらいを準備すると良い。あとはエサと当たるエギがあればOKで、本当に手軽に楽しめる釣りなのだ！

私が船長を務めるフィッシング今井のロマン号では、年間を通してこの釣りを楽しんでもらっているが、近年では

る。これは初心者の場合
通常乗船料6500円
(平日便)に、エサ・レン
タルタックル・レンタル
ライフジャケットなどを
合わせるで10000円
ちよいかかるのだが、手
ぶらで1人5000円でい
楽しめる企画となってい
る。出港6時で11時納竿

ダーと呼ばれるハリスを直結し、その先にテンヤを結ぶだけである。リーダーはフロロカーボンの物がオススメで、2〜3

A photograph of two men on a boat, proudly displaying a large red drum fish they have caught. The man on the left is wearing a red and white baseball cap and a red jacket. The man on the right is wearing a white shirt and a black cap. The fish is large and pinkish-red, with a prominent head and a long tail. The background shows the calm water of a lake or bay.

女性や子供たちのアングラーも増えてきた。手帳さが故に、家族や友達同士で楽しみ易いのだろう。そこでロマン号では8月の夏休み期間中の中の土・日限定で、「親子でテニヤ釣り体験」を実施す

と暑い時期ではあるが短時間で楽しめるのもポイントのひとつだ。この機会に、家族で釣りへ出掛けてみられては？

詳しくはフィッシングイマイ **☎831-7904** までお電話を。



コシなぶり 鶏肉団子

① とうもろこしの実を包丁でそぎ、大きめのボウルで分量外の片栗粉を全体にまぶしておく。

② 鶏挽肉と片栗粉を①に加え、とうもろこしがボロボロ離れない程度までスプーンで混ぜ合わせる。

③ ☆印を鍋に煮立たせスプーンで②をすくい静かに落とし入れ、煮汁が少なくなるまで中火以下で煮込んで完成。

今日から
使える

肩
レ



ウムと大事な栄養素が豊富。とうもろこしの実を包む皮には腸をきれいにするセルロースという食物繊維がさつま芋の約4倍も含まれる。不飽和脂肪酸も多く含み動脈硬化の予防にも効果的。

とうもろこしは外皮の緑色が濃いものが新鮮。

とうもろこし 2本
鶏挽肉 450g
片栗粉 大さじ3
水 400ml
☆醤油 80ml
砂糖 大さじ3
※分量外の片栗粉、適量

材料
(4人前)

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



電話による相談窓口
みんなの人権110番 ☎ **0570-003-110**
 →高齢者、障害のある人、職場のバウハラなど、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
 高知市栄田町三丁目2番10号 高知さよこい咲都合同庁舎

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

安! 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！

安! 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。

★ 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)

揭載

「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 **3.0円**
A4サイズ
(折ってA4でもOK)

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