

8万部 届け続けて42年

暮らしの情報

6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」の検索で
バックナンバーを読めます

高知市だけの月刊フリーペーパー「暮らしの情報」が、今月で創刊500号を迎えた。誰が出しているのかわからない謎の情報紙、その舞台裏を初紹介する。

誕生は1985年(昭和60)年8月。B5判、白黒8ページだった。チラシのような薄さなのに広告が6ページも情報紙というより広告紙、先行き不透明、不安の船出だったが、1度も休まず今年で足掛け42年。毎月8万部を家庭に届け続けている。なぜ8万部？

当時の高知新聞の高知市

そんなわけで、配達コストもかかるし、取材費、印刷費も要る。経営は成り立っていないのか。聞くところ、紙面の広告収入だけでは無理。折り込みチラシの手数料で補うが、それでも厳しく、ふだんのチラシ配達で何とかカバーできているという。

創刊したのは三谷登(2010年、88歳で死去。高知新聞、高知放送で18年ずつ勤め、放送の専務取締役を最後に59歳で退職。「人を喜ばせることをしたい」と奮起し、オレ流の「情報紙」を立ち上げた。「誌」ではな

本紙500号

1985年8月創刊



5坪の事務所から始まった「暮らしの情報社」と三谷登(1989年、高知市一ツ橋町)

「紙」。新聞出身の思い入れがあった。

目指したのは、読者の声を紙面に生かす双方向のメディア。そして、田舎と街の交流促進。その2つを追い、読者のニーズをヒントに紙面は進化す。農産物産地直送の「ふるさと」を誕生させ、旅行会社もあきれような無料のレジャー提案まで始めた。300号を区切り紙面一新。A4判のフルカラーに。だが、新たな羽ばたきを始めた直後にまさかの急死。存続が危ぶまれたが、遺族が受け継ぎ今日に至る。その波乱の物語を本号から連載する。

(本紙ライター・掛水雅彦)

内の購読部数と横並びを意識したのだをうた。

一見、チラシだが、違う。新聞の本体と同じ役割を担い、その中にチラシを挟んで配達している。特徴は戸配へのこだわり。街角には置いてない。アルバイトの配達人の手配りのみ。高知市の世帯数は15万余だから、手元に届く確率は単純計算で5割強だ。

個別指導 **AXIS**

受験 対応力 | 進める スタイル | 充実した サポート

受験に強くなる!
個別の夏期講習

7/1(土) 8/29(土)

勝負の夏は個人別・志望校別の対策で差をつける

0120-500-222

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!!

夏期講習のお申し込みと同時に入会されると断然お得!

個別指導 5回 **9,900円**

入会金 無料 | 授業料 通年 4回 無料

合格実績 国公立大入試 **2,050名**

東大15名 京大26名 阪大55名

私立大入試 **6,746名** 大阪公立大・関大 高知大・工科大ほか

高校入試 **16,308名** 中学位入試 **6,042名**

088-802-2066 | 088-820-1611 | 088-826-7721

「昼間にわかつエコキュート」を設置して、電気を使う時間を「昼間」にシフトするだけ!

昼間の電気を賢く使おう!

「エコでおトクな暮らし方」はじめませんか?

太陽光発電が増えたから、電気が昼間にたくさん作られています。「昼間にわかつエコキュート」で、昼間の電気を優先して使う。そんなエコでおトクな暮らしには、昼トクeプランがおすすめです!

※「昼間にわかつエコキュート」とは、おひさまエコキュートや、機器の設定等により、主なわき上げ時間を昼間時間(9時~15時)に設定できるエコキュートを指します。

「昼トクeプラン」の料金設定について

春(3月~6月)や秋(10月~11月)の昼間時間帯(9時~15時)の単価を割安に設定しているため、電気のご使用を昼間へシフトしていただくことで、おトクに電気をご使用いただけます。

夏・冬は一日中 31.80円/kWh

夜間は31.80円/kWh

夏・秋は一日中 27.60円/kWh

夜間(18時~6時)は4円/kWhおトク!

高効率給湯器導入促進による家庭部門の省エネルギー推進事業費補助金

主な条件 令和7年11月28日以降に工事に着手したもの

対象のエコキュート導入で あわせて温水器撤去の場合

7~10万円補助 + 2万円加算

補助内容

- 補助金の詳細や対象機種、予算に対する補助金申請の状況については、経済産業省資源エネルギー庁「給湯省エネ2026事業」をご確認いただくか、販売店等へお問い合わせください。
- 補助金の申請は、お客さまと工事店や販売店等の間でお手続きください。

あなたの遺言を残してみませんか 自筆証書遺言書保管制度



あなたが作成した自筆証書遺言書を法務局で大切に保管します。法務局に保管していたら、遺言書の紛失、改ざん等を防止できるほか、家庭裁判所での検認手続も不要となります。遺産分割での争い等を防ぐために自筆証書遺言書を検討される際には、ぜひ本制度をご活用ください。

【法務局】
高知地方法務局供託課
088-8822-3458
(出張説明会問合せ先)
kyoutaku@kouchi.mof.go.jp (事前チェック先URL)

一部の法務局では、保管申請の提出書類について電子メールによる事前チェックを試行しています。詳しくは、高知地方方法務局ホームページをご覧ください。お近くの法務局へお問い合わせください。

また、企業・各種団体・

【高知地方法務局ホームページ】
https://houkoku.mof.go.jp/ukuyoku.mof.go.jp/ukuyoku.html
【法務省ホームページ】
http://www.mof.go.jp/MINJI/mini03/0061.html



消費生活センター

これだけは知っておきたい

お得に見えても要注意!!

スマホで見た広告に「1回限り」とあった化粧クリームを注文したのに、2回目の商品が届き、定期購入だど気がついた。定期購入に関する相談が多く寄せられています。

申し込みの途中で「さらにお得」にお得な案内や別の商品を提供するなどの意図せず定期購入や購入回数縛りのあるプランへ誘導されるケースもあります。注文する際は次のことに注意してください。

①「定期縛りなし」と表示されていても定期購入の契約がもしもありません。

②「定期縛りなし」は「最低購入回数」の指定がない限り、購入時に「さらにお得」などの表示が出て、より高価な商品が勧められたり、関連商品の追加購入を案内されたりするケースがあります。注文完了後に、消費者が意図していない定期購入や購入回数の縛りがあるコースが表示されたら、注文内容の変更を勧められることがあります。

③ 注文確定前には、販売サイトや「最終確認画面」の

生前整理 遺品整理のことなら

よくいくしちや

大原質店 ☎0120-491978



表示をよく確認しましょう。

広告内容だけで判断せず、注文確定前に、必ず「最終確認画面」で定期購入が条件となっていないか、最低購入回数(指定「縛り」)がないか、2回目以降の代金などの販売条件や解約条件を確認しましょう。

④ 契約条件に関する記載内容はスクリーンショットで必ず保存しておきましょう。

ご相談は高知市消費生活センターまで
(☎088-8822-3043)

「悩みの本」 高橋佳子氏が新著

壁「仕事での失敗」「職場の人間関係」「職場での評価」「夫婦の危機」「後悔の連鎖」「運命への絶望」「病の不安」「死の恐怖」といった、誰もが抱く「悩み」を取り上げ、その中に眠る新たな自分、新たな人生への道を示します。本書を読み終えたとき、「この悩みには大切な意味がある」と感じていただけると思います。そこから、あなたの新しい人生の旅路が始まります。5月発刊最新版「悩みの本」を5名様にプレゼント。



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、140種以上の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。数千年にも及ぶ使用経験から安全性が確認された健康食品です。伝承的適用の疾患や健康状態のみならず、ダイエット、美白、抗がん作用など様々な効能が報告されている。

◆オーガニック認定
ハンスノニは、有機JAS認定、無農薬無添加の健康飲料。果実の栽培から完成品まで、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。900ml 4104円(税込)。暮らしの情報社 ☎873-5066

今月のプレゼント

あなたが本気で生きている証
高橋佳子 著「悩みの本」 5名様

悩みの本は人生が動き出す前ぶれ

■大規模コインランドリー マンマチャオより

家庭では洗えない大物洗濯ができる最新設備の大型コインランドリー。身体にも地球にもやさしい自然素材の洗剤と仕上げ剤を使って、毛布・羽毛ふとん・カーペットもきれいに洗える。タニ・花科・生乾き臭対策もされている。それぞれのご家庭で上手に利用されると、とても便利でクリーニングコストもおさえられる。

土佐道路店 高知市河ノ瀬42-1
一宮店 高知市一宮西町330

※締切：6月30日
※当選のご連絡は、書封の直接のお渡し、又は発送をもってかえさせていただきます。

応募方法：希望商品・住所・氏名・年齢・職業・電話番号
ご意見等を記入の上ハガキで応募。
〒780-0051 高知市豊町4丁目9-1
暮らしの情報社までお送り下さい。

プリペイドカード 1000円分 5名様

令和8年度 厚生労働省・高知労働局委託事業 地域雇用活性化推進事業

合同企業面談会

しごとと縁結びフェスタ

パート 契約社員 正社員 集まれ!

2026年 6月26日(金) 13:00~16:00

仕事内容を聞くだけでもOK! (受付12:45)

参加料 無料 服装 自由 就職相談 コーナー併設

申込方法
●参加申込書にてFAX(088-873-5717)または郵送で協議会に送付、もしくは直接ご持参ください。
●お電話でもお受けします。
●協議会ホームページからもお申込みいただけます。

6月23日(火)

市内への就職希望者(UIJターン希望者含む)

高知県ワークライフバランス推進認証企業等 20社程度

会場 高知市文化プラザかるぼーと 7F第1・2展示室 高知市九反田2-1

高知市雇用創出促進協議会 TEL:088-873-5716
高知市本町5丁目1-45 高知市役所第二庁舎2階
https://www.kochi-koyo-kyogikai.jp

三谷登 突っ走った人生

暮らしの情報500号物語

(1)

62歳で「暮らしの情報」を創刊した三谷登。マスコミ歴は長いが文章は素人。しかし、発想力と行動力は抜群だった。

1922年、東豊永村(現大豊町)の出身。出征を経て46年2月、運良高知新聞社に入社。雑用ばかり。

「無謀だ」、周囲は反対した

2年が過ぎた時、労働組合ができることになり、労働法を勉強していたことから労務担当に推される。組合の規則を整備すると労働課長に任命された。

64年1月、人事部長だった時、高知放送へ出向を命ぜられた。41歳、肩書は総務局長。労使関係の正常化



高知放送専務時代の三谷登(右、1980年)

ヒントとなった。非常事態のラジオオスダジオに、ある母親から電話が入った。「避難の途中に息子を失った。捜してほしい。スタップは電波法違反を恐れて反対したが、三谷は、非常時は別だ。自分が責任を負う」と一言。情報提供を呼び掛

けると5分で見つかった。会社に貢献できた。一方の報道ではいかにのだと気付かされた。と自伝「天与の山羊」に書いてある。82年12月、59歳で退職。人生第2幕が始まった。半年間の休養中に今後を考

人生いろいろ

掛水 雅彦(元高知新聞編集委員)

(57)

マルチタレント、大泉洋さんと縁がある高知市の居酒屋「お着の国」が今月、32年間の歴史に終止符を打つ。2023年2月の本欄で明石家さんまさんの「ホンマでっか!?TV」に登場した真話を取り上げ、「つらやましい」と書いた。それからまだ3年半なのだが...

「さくかけは股関節を痛めたことですよ」と店主の谷内みどりさん。厨房内で転ぶことが続き、2月初めに病院へ行く。股関節を痛めてます。骨粗鬆症ではないけれどヘルニアになる恐れも。気を付けてください。

2週間ほど静養。その間に確定申告の準備をした。

旧香北町出身。高知割烹学校で高橋光さん(故人)に習い、料理コンクールで次々入賞。1994年5月、高知大丸のすぐ北に店を出した。パブル崩壊の直後

ケーションを取って一額に作る『街のメテア』を立ち上げたいと思った。『情報』を思っていた。バンドバックの留め金のフラスナーや、こうもり傘の骨の修理屋さん、警報機を取り付けてくれる業者。こうした情報の必要度は高いはず。タイムリーに提供できれば人々は便利になる。そう思ってます。情報集めに奔走した」と自

とほ、北海道テレビの「おむすびあたまますか」の高知ロケで付き合いが始まった。「振り返ると、かなりいい思い出をさせてもらいました。ドーンと舞台上げてください。会えない人に会えて、人生の宝物をどうさりたいたい。王貞治さんやベギー、葉山さんとの記念写真も並んでいる。にもかかわらず、閉店。話題性はすぐ出たけど一人でもやってきたから、接客が行き届かなかつたところがあったでしょう。ただ、引退ではない。調理は捨てられないので、条件が合えばどこかでもう1回、チャレンジできれば」。閉店は6月18日。連絡がつかない人もおり、「キーアのポトル、処分させていたんだけど、処分できない」と心配している。

こんなお悩み、抱えていませんか?

- ◆相続した実家が「海・山・田舎」近くにあり、なかなか買い手が見つからない
- ◆不動産屋に相談したら「うちでは扱えない」と断られてしまった
- ◆雑草や建物の老朽化が進み、近所トラブルにならないか心配

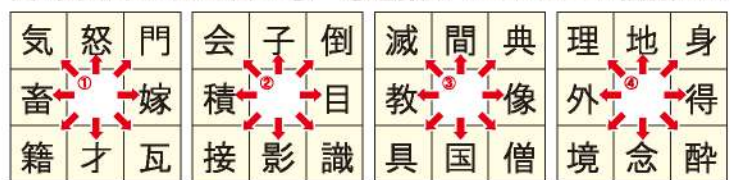
「荷物そのまま、ポロポロでもOK!面倒な手続き不要で空き家を買取ります。」
「まずは現在の価値を知るだけでも構いません。秘密厳守で【無料査定】いたします」

マルカ不動産株式会社 高知市北高見町257番地1
TEL.088-854-7847 FAX.088-854-7848

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。(6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. 真ん中に入る漢字①~④を繋げてできる四字熟語は?



〈先月号の答え〉ね(⋮は点字で「ね」を表す)

解説

- ①砂糖は燃える
- ②月は光っていない
- ③富士山は私有地
- ④イルカは魚類
- ⑤宇宙は音がない
- ⑥虹は触れる

マルにだけ印

①	②
③	④
⑤	⑥

なぜ? 腰の痛みがぶり返すのか わかる60分

毎日の子育てや仕事で肩はコリコリ身体はくたくた! また、腰がぎっくり! いろいろやってみただけ...

《講習内容》
10:00 自己紹介・会社紹介 10:40 『姿勢チェック』
10:15 目から鱗の姿勢の話 10:50 『姿勢調整体験』

【痛みの原因がわかる姿勢講座】
6月21日(日)10時~11時半(研修室3)
7月19日(日)10時~11時半(研修室1)
場所: こうち男女参画センター「ソーレ」

お申込みはこちら

厚生労働大臣認可JFCP登録校 (高知担当野口)
KCSセンター 東城
広島県庄原市東城町川東B22-2
090-8283-8732

身体バランスが整った! 鉱物ミネラル抽出液「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なはず。しかし農業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、炭水化物は過剰に摂取し、それらを代謝するミネラルが不足しているといつ、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ます。

「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ですぐ身体バランスが整った実感の声が上がっています。500ml 3240円、1ℓ 6480円(全て税込) 詳しいお問い合わせやお求めは、暮らしの情報社まで。0873-15066

観光・特産品のお問い合わせは
ゆすはら雲の上観光協会
☎0889-65-1187

〒785-0610 高岡郡栲原町栲原1426-2

わたしたちのふるさと

栲原町

人口:2,946人
世帯数:1,627世帯
(令和8年3月31日現在)

日本三大カルストのひとつ「四国カルスト高原」。標高1485mの天狗森を最高峰に、東西25kmにわたる尾根は見事な大地を形成している。晴れた日には南に太平洋、北に瀬戸内海を望むことができ、笹原には白い石灰岩が延々と続き、里から登ってきた放牧の牛たちが、その間でのどかに草を食んでいる。



四国カルスト

栲原町は国道197号線沿いの高知県と愛媛県との県境にある。別名「雲の上の町」とも呼ばれ、町面積の9割を森林が占め、標高1485mの雄大な四国カルストに抱かれた町である。国の環境モデル都市に認定されている栲原町は「生きものに優しい低炭素なまちづくり」を宣言



自然と共生する雲の上のまち

し、光・風・土・森・水の自然資源を活かし、エネルギー自給率100%を目指す。地域や地球を守る為の素晴らしい取り組みをしている。

町の各所には、歴史を伝える史跡や景勝地があり、また町全体を「森林セラピー基地」として認定を受けている栲原町。四国にある3本のセラピーロードの内、2本のロード「久保谷森林セラピーロード」「OAAOロード」もあり、この癒しの道をもとめて多くの人々が訪れている。

須俣平と信吾父子の家に泊まり、父子の道案内により宮野々番所を抜け、葎ヶ峠から伊予の国へと脱藩していった。栲原学園近くの「維新の門」は脱藩の志士達の迫力ある銅像に圧倒される。

高知県唯一の木造芝居小屋。1948年に北町に建てられ、1995年に東町に移転・復元された。大正時代の和洋折衷の様式を取り入れた建物で、棧敷席や花道も設けられている。栲原町の有形文化財に指定。☎0889-65-1350

【ゆすはら座】

建築家・隈研吾氏の設計。文化と交流の拠点として開館。地元産の木材をふんだんに使い、森の中をイメージした館内は、温かな木の感触や香を染しめるくつろぎの空間。広い館内の本棚には、幅広いジャンルの本がたぐいさん並び、ラウンジや多目的ルーム、ボルダリングコーナーも併設されている。☎0889-65-1900

【雲の上の図書館】

「防災の拠点機能」、「住民の利便性」、「環境と栲原町産材の利用」を熟慮して2006年に誕生した。建築家の隈研吾氏の設計。四万十川源流域の豊かな自然環境に恵まれた栲原産の杉材をふんだんに使った建物。一階ホールには、茶室が設けられ、町の歴史と風土の資材が融合した建物。

【栲原町役場】

【久保谷渓谷】

こもった料理が味わえる。民俗「いちよの樹」は木の香りに包まれた和室で農家の暮らしと地域の食材でのおもてなし。魚釣り・収穫など体験ができる。くさぶき☎0889-65-0500。いちよの樹☎0889-65-0418

【津野山神楽】

【まちなか ゆすはら】

【山屋のパン工房 D'apan】

【津野山神楽の奉納、紅白餅まきが行われる地域最大の春祭り】

【千枚田】

【龍馬脱藩の道】

【茶室】



茶室

【津野山神楽】

【太郎川公園】

【農家レストラン&農家民宿】

【チムシルバンレストラン】

【年中行事】

【鷹取】

【鷹取】

【鷹取】

栲原建設協会
高岡郡栲原町栲原1420-1
TEL. 0889-65-0248

株式会社 南国ミロク栲原工場
高岡郡栲原町飯母2890
TEL. 0889-65-1101(代)

チムシルバン・レストラン 鷹取
(チムシルバン)10:00~18:00(最終受付18:00)
(レストラン)11:00~14:00, 17:30~21:00
高岡郡栲原町下折渡206 月曜定休
TEL.0889-62-3308, 080-1994-0439(矢野)

森林と共生する FSC森林認証の町

栲原町森林組合
高岡郡栲原町広野647
TEL. 0889-65-0121 FAX. 0889-65-0788
http://www.yusuhara.or.jp

農家民宿

いちよの樹
高岡郡栲原町川西路1921
TEL. 0889-65-0418

農家レストラン 山菜・そば処

くさぶき
代表者 上田知子
太郎川公園内 TEL. 0889-65-0500

日本道路株式会社
四国支店高知営業所 所長 藤原将徳
高知市長浜3102番地3
TEL.088-821-8306 FAX.088-821-8309

株式会社 四万川 雑生産部
代表取締役 空岡則明
高岡郡栲原町富永438-3 TEL.0889-67-0831

D'apan 屋
(営業)木・金・土・日・祝日の11:30~15:00
休業日も2名様~10名様の団体ご予約受付しております
栲原町茶や谷666 TEL.050-3591-4591

株式会社 グローバル住宅
(公社)高知県宅地建物取引業協会会員 高知県知事免許(第)第1952号【特1】
〒780-0064 高知市和泉町1-16 フリーダイヤル:0120-150-203

創業36年
不動産を売る・買う専門

住みたいところからグローバル住宅で検索!!
グローバル住宅
http://www.global-jutaku.com/

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。

虫歯の予防や喉の痛み、便秘や下痢、ピロリ菌への抗菌作用、美肌やダイエットにも安心して使用できます。250g 3348円(税込)。

お問い合わせ・お申し込みは暮らしの情報社 ☎873-5066

哲ちゃんの鳥語り (その30)

前回はタカの間「サシバ」の渡りをご紹介しましたが、観察できました。今回はサシバの大好物のヘビについて、最近遭遇したエピソードをご紹介します。ヘビといえは鳥や子育て中の巣が襲われ悔しい思いをしたことは数知れず。しかし野鳥に食べられるヘビを見たこともありません。写真のヘビはハリを撮影中に出くわした「アオダイショウ」です。密かに接近し、ハリを襲おうとしていたところ、撮影中の私に気づいた瞬間すくっと起き上がりキョッと体を細めて周囲の草の色や茎に擬態させたのです。そしてこちらをじっと見つめる姿が実に滑稽

で思わず苦笑しながら撮ったのがこの一枚です。しばし見つめていたまじろが気づけば、お目当てのハリはとくに飛び去ってしまいお互い残念な気持ちでその場を離れたものでした。

日本野鳥の会高知支部では高知県で毎月第一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。http://www.asahi-net.or.jp/~hf8k-nsmt/ 濱田哲 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



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。

東京農大醸造学教授の黒豆を無添加発酵すること成功、商品化し、国内三例目の「日本健康医学会賞」を受賞しました。

アミノ酸・ポリフェノール・ミネラル・イソフラボンのバランスと濃度で便秘や冷え性・骨密度・血糖値・血圧などが気になる方から喜びの声が届いております。

720ml 4104円、3本セットで10800円(全て税込)。

お問い合わせ・お申し込みは暮らしの情報社 ☎873-5066

奇跡のフレンド 健康ハーブティ

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・ウィンターズは、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、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、アジアそれぞれ地で数千年にわたる受け継がれてきた、3種類の貴重なハーブにやっと出会った。しかし必死の思いで手にしたそ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、このハーブティと健康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た。マルタ騎士団から授与されたナイトの称号を授与された。彼は「サー・ジェイソン・ウィンターズ」と呼ばれるようになった。

このハーブティは日本でも2003年から流通し、全国の愛用者から沢山の喜びの声が届けられている。

お問い合わせ・お申し込みは暮らしの情報社 ☎873-5066



無料掲載 イベント関連情報の 掲示板

【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☎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 ●		● イベント ●	
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)	月・木・金限定 献血キャンペーン	6/1~8/31月・木・金限定(祝日除く)で献血できた方に「日焼け止めorハンドソープ」をプレゼント 献血ルームハートピアやまもも 822-5454
国際交流ボランティア	受付及び活動随時、県内で活動できる満18才以上の方 (公財)高知県国際交流協会 875-0022	いのちのあかりを見つめよう 第8回 いのち	6/14 13:00開演16:00終了予定 入場無料 高知市文化プラザかるぼーと 0887-35-3519
● イベント ●		マルク・ジャガール ラ・フォンテーヌの「寓話」	~7/18 9:00~17:00 一般400円、大学生280円 高校生以下無料 高知県立美術館 866-8000
随筆をかく ~鎌倉通信より~	~6/21 一般600円、高校生以下無料 横山隆一記念まんが館 883-5029	ソーレ相談室 女性のための相談	一般相談 平日電話873-9555 法律相談、こころの相談(予約制)873-9100
レオ・レナーニと仲間たち	~7/2 9:00~17:00 一般400円、高校生以下無料 高知県立美術館 866-8000	幕末行列 ~光と影の世界~展	7/4~8/31 一般900円、高校生以下無料 高知県立坂本龍馬記念館 841-0001
しごと縁結びフェスタ (合同企業面談会)	6/26 13:00~16:00 高知企業と直接話せる場 高知市雇用創出促進協議会 088-873-5716	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 875-0110 高知県社会福祉協議会
生誕100年記念 宮尾登美子展 ~生きてゆく力~	~6/28 9:00~17:00 観覧料600円、高校生以下無料 高知県立文学館 822-0231	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 高知県のいのち動物公園 0887-56-3500
情景作家 金子辰也 "ストーリー"ジオラマの世界	~6/29 海洋堂ホビエ館四万十館内ステージ 0880-29-3355	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
大川村さめうら 遊覧船	現在運行中(土・日・祝) 大人1000円、中学生未満500円 0887-84-2201	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
森の国ガラス工房 ~ガラスの花の器展~	~6/17 無料 四万十町茂申町古民家カフェ半平 0880-22-2101	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
武家社会における名前 -本姓・苗字・通称を中心に-	~6/21 9:00~17:00 大人18才以上900円 高校生以下無料 高知県立坂本龍馬記念館 841-0001	● 講演会・教室 ●	
名野川響門神楽 ~今も伝承される庄巻の舞~	無料 仁淀川町菜野川神社 仁淀川町教育委員会 0889-35-0019	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
ゆりフェスタ2026 inとさのさと	6/21 切り花、球根販売、育て方アドバイス フラワーアレンジメント教室(要予約) とさのさと&アグリコレット	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)

遺品整理士・遺品査定士 常駐

遺品整理、生前整理は 買取店わかば

出張買取 **無料査定** **店頭即現金**

Reuse Shop **WAKABA**
あなたのモノを、誰かの幸せに

サニーアクシスイの店
0120-614-999
10:00~19:00(最終受付18:00まで)

高知大丸店
0120-567-862
10:00~18:00(最終受付17:00まで)

サンシャインカルディア南国店
0120-807-877
10:00~18:00(最終受付17:00まで)

査定申し込み時に、暮らしの情報をご持参いただければ、買取金額を**500円UP**させていただきます。*但し、おひとり様一回限り

店員花子の話 ⑩

「古美術品買取相談会」開催します!

みなさんのお宅に床の間はありますか? 床の間のルーツは、室町時代に中国から伝来した美術品を飾る押板説、武家社会の中で身分の高い人が座る場所を一段高くした上段の間説、宗教画や仏像、仏具を飾るための仏壇起源説等諸説あるようです。昔の家には必ずと言っていいほどあり、季節ごとの掛け軸や花、壺や人形を飾り、「おもてなしの部屋」としていつも整然としていたものです。花子は35年前に小宅を持ったのですが、その折「床の間のない家はいかに」と親に反対され、しぶしぶ追加で設えたことでした。新築当初は、実家から持ってきた花台や花入、掛け軸などを飾っていか開かずの間(水くま)の6日間つづのまにか開かずの間を生活様式の変化で近年は開けたいと増員して床の間のない家も多いと聞きます。

最近、ご実家や空き家になった古い家を整理する方も増え、掛け軸や壺、茶道具等のご相談をよくいただきます。代々大切

にされてきたものもあり、捨てるには忍びないという方がほとんどです。WAKABAでは6月10日(水)~15日(月)の6日間「古美術品買取相談会」を高知大丸本館5階催事場にてスタッフを増員して開催いたします。行き場を失って押し入れや蔵に眠ったままの古美術品たちをこの機会にお持ちください。もちろんご相談だけでも構いません。6日間の限定特典として、ご成約金額30万以上の方には1万円、3万円以上の方には1千円の全国百貨店共通商品券をプレゼントします。詳しくは最寄りのWAKABAまでお問い合わせください。お待ちしております。

古美術品買取相談会
6/10(水)6/15(月)
高知大丸本館5階催事場
2025.5.20(水)開催

白銀記念キャンペーン
買取保証 1,000円

ご成約特典
成約金額別
10,000円以上
10,000円
5,000円以上
5,000円

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	南国市 400万 土地345.61㎡(104.5坪) 倉庫、建物有り 黒潮ライン200m入り	口細山 550万 土地105.43㎡ ④4.5和・6洋・7洋 ⑥6洋・8K P1台 高台リフォーム済	加賀野井 760万 土地97.54㎡、建物79.06㎡ 駐車場1台付 高台で学校近く	比島(4) 1890万 土地179.4㎡(54.26坪) 古家解体後渡し 児童公園すぐ近く	上町二丁目 2300万 土地87.39㎡、建物216.3㎡ 収益鉄骨4階建 全7室満室時288万
幸町 3.0万 6和・3DK エアコン、南向き、ベランダ フローリングもあり	洞ヶ島 3.3万 6洋・3K 女子学生専用 エアコン、モニターホン ネット無料	三園町 4.7万 9洋・6DK モニターホン ウォッシュレット、コンロ、エアコン付 南にベランダ有	一ツ橋 5.0万 事務所向き物件 週日対応 駐車場もご相談	岡豊町 5.5万 8和・6和・8洋・10LDK カーポート付 駐車スペース有	一ツ橋 18.9万 面積160㎡ 環状線沿い房抜き物件 エアコン付き

PRコーナー

「イボに効く」で評判 おみろくさま・春の祭り

6月21日(日)午後4時半~5時

土佐市中島・弥勒大明神

も願掛けのお参りがある。正式名称は「弥勒大明神」。場所は仁淀川大橋の南詰の西側。体の表面のでき物や皮膚病だけでなく、内臓のイボ、つまり「腫瘍」にも恩恵があるという話も。カエルは、「イボガエル」に引つけて誰かが置いたのが始まりでは」と言われている。

氏子自治会は毎年、夏と秋に祭りを開催。今年は6月21日と10月26日。午後4時半から30分間。神官のお祓いがあり、参拝客は神前に捧げた玉串を持ち帰ることができ。問い合わせは氏子の國則さん(☎0990-3396-0714)へ。

お願ほどきで供えられた大量のカエルの置物

高知市春野町 仁淀川 土佐市中島
仁淀川大橋 土佐中島郵便局
国道56号

カツオのわら 焼きタタキ

電話一本後払い

フローラバイオシールド ミストウォーター

肌のトラブルをなくし、良好な肌にする

私たちの身体には生まれる時に母親から受け継いださまざまな種類の微生物が健康と美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菌バランスが良好な肌は、常に自ら強く美しくなるようにする力が備わり、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なり、肌老化の加速に大きく影響してしまいます。

同製品のボディソープもあり、保湿力が高い

フルトンウォーター

ボディソープ

詳しくお問い合わせは、暮らしの情報社 ☎088-873-5066



今日は旬の食材を求めての釣行だ。毎年初夏にハイシーズンを迎えるイサキだが、今年は春から各地で好釣果が聞こえており、高知沖の船釣りでも100匹超の釣果も聞かれた。そこで大好きな磯フカセで狙おうと、今回は初めてのエリアとなる武者泊と中泊への2日間の釣行へと出掛けた。お世話になったのは、武者泊港のほいで渡船さんと、中泊港のひので渡船さん。釣り仲間である和田さんに同行してもらった釣行となった。

初日の武者泊は、名礁として名高いヤツカンへと渡礁する。この礁は足場が鉄パイプで組まれており、高所恐怖症の私は少しビビっていたのだが、いざ上がってみると釣りはし易く以外と快適な釣りとなった。潮流は激しく刻々と変化する潮の動きに対応すべく、仕掛けの調整を行いながらの釣り、これをフカセ釣りといった釣行となった。

開始早々にあと数ミリで50センチの大型の口太グレを和田さんがHITさせ、イサキも40センチ前後の良型揃い。MAXは44センチの大型イサキも上がり、上々の釣果となった。



愛媛県愛南町
磯フカセでイサキ釣り
— 武者泊 & 中泊 —



2日目の中泊は、七十バ工周りの黒八工南へと渡礁。海を観察すると沖には良い潮筋がみえるが、手前はほほ潮がない。それでも和田さんの正面には撒き餌に群れるイサキが確認出来るよう、ポツポツと釣り上げていく。次第に潮流が変わり、私の釣り座付近も潮の動きが良くなくなってきた。するとすぐ反応が出る。今回本命のイサキだ！素直な潮である事から、同じ釣り方で連チャンする事が出来た。前日の武者泊程ではないものの、潮通しが良いエリアだけに、変化する潮の動きを的確に捉えていく必要があり、フカセ釣りの醍醐味を味わう事が出来た。この日もMAX41センチを頭にグレ6枚と良型イサキを多数GETする事が出来た。

2日間2人で本命のイサキ約60枚と満足のいく釣果。そして何よりこの海域のイサキは上質の脂をまとい非常に美味で、帰ってから楽しませてくれた。今後もまだまだ旬のイサキ。暑い季節ははなるが、もう一度は狙いに行ってみたいものだ。



2日目の中泊は、七十バ工周りの黒八工南へと渡礁。海を観察すると沖には良い潮筋がみえるが、手前はほほ潮がない。それでも和田さんの正面には撒き餌に群れるイサキが確認出来るよう、ポツポツと釣り上げていく。次第に潮流が変わり、私の釣り座付近も潮の動きが良くなくなってきた。するとすぐ反応が出る。今回本命のイサキだ！素直な潮である事から、同じ釣り方で連チャンする事が出来た。前日の武者泊程ではないものの、潮通しが良いエリアだけに、変化する潮の動きを的確に捉えていく必要があり、フカセ釣りの醍醐味を味わう事が出来た。この日もMAX41センチを頭にグレ6枚と良型イサキを多数GETする事が出来た。



① ジャガイモは皮を剥き5mm程度の半月切り。
② 鍋に①、ひたひたになる程度の水を入れ、柔らかくなるまで茹でたらザルにあげ、熱いうちに裏ごしをする。
③ 鍋に②と牛乳、生クリームを入れ、中火にかけてゴムベラで練る。
④ バターと塩、ホワイトベーパーも加えて更に練り、滑らかにもったりとした状態になったら完成。

皮が薄く、水分をたっぷり含んでみずみずしい味わいが特徴の「新じゃが」。

今日から使える
旨レシピ

新じゃが
マッシュポテト

材料 1人前
新じゃが.....500g
牛乳.....100ml
生クリーム.....50ml
バター.....50g
塩.....小さじ1/2程度
ホワイトベーパー.....適量



1997年に、暮らしの情報社が高知市北泰泉寺に開設した「レジャー農園」は、土壌の横には小川が流れ、初夏にはホタルも飛ぶ、市内では珍しい豊かな自然環境の中にあります。利用者の熱心さと努力によって、たいへん盛況ぶりを見せており、利用者の技能は向上して、栽培作物もスイカ・メロンなどをはじめ、四季折々の作物を立派に育て上げるようになっています。

今回、数区画が空きとなり利用者を募集しています。

利用条件は面積(約5坪)当り年間1万円から

レジャー農園貸します
暮らしの情報社
初年度に限り管理料3千円。
さまざまな作物の植え付けに適した土地です。この機会に一度挑戦してみませんか？
契約申込み・詳しい場所や条件などのお問合せはお電話で。☎873-5066(暮らしの情報社)

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)

家族みんなの安心に 県民共済

県民共済は、お子様から熟年世代まで幅広い保障が揃っています。ご案内のコースは、すべての病気が保障の対象となるので安心です。掛金も手頃で、お子様は月掛金1,000円、大人は月掛金2,000円から備えられます。ぜひご家族揃って県民共済をご検討ください。

高知県民共済 088(821)2020(代)
【営業時間】9:00~17:00 【休日】土・日・祝日
共済取扱団体 高知県民共済生活協同組合 7780-0870 高知市本町2-2-29 畑山ビル5F
共済元受団体 全国生活協同組合連合会 https://www.kyosai-cc.or.jp

保障内容についてはホームページをご覧ください。

高知県民共済 検索

この共済は生協法に基づき厚生労働省の認可を受けた事業で、ご加入者の暮らしの安心を守ることを使命としています。

お申し込みは 0歳~満17歳の健康なお子様 こども型 月掛金1,000円・2,000円	お申し込みは 満18歳~満64歳の健康な方 総合保障型 月掛金2,000円・4,000円 入院保障型 月掛金2,000円	お申し込みは 満65歳~満69歳の健康な方 熟年型 月掛金2,000円・4,000円 熟年入院型 月掛金2,000円
----------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------