暮らしの情報
11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

奈半利町　11月7日(土)～21日(土)

歴史的建造物と現代アートのコラボレーション
なはり古民家・ART&LIVE2026


椎名誠さんも登場

奈半利町にて11月7日から約2週間、町に残る国登録有形文化財の古民家などを会場としたアートイベントを開催する。
古民家など5会場にて立体・絵画などの展示や、トークショー、音楽ライブが行われる。歴史的建造物と現代アートがコラボレーションする特別な2週間。
主催はなはり浦の会。
【11月14日(土)】
◎椎名誠トークショー
開場14時／開演15時。会場＝濱田典彌住宅。料金＝1000円（小学生以下無料）☎090-3246-2112（土日のみ）
【期間中毎日10時～17時】
◎Art展
会場＝高田屋・林家の蔵・なはりの郷・森家住宅。料金＝無料。出展＝都築房子・蒲原秀一
◎第21回お宝を描こう展
会場＝なはりの郷。料金＝無料。
なはり浦の会
☎090-1570-2225
【11月21日(土)】
◎アン・サリーLive（Gu：小池龍平）
開場16時30分／開演17時。会場＝濱田典彌住宅。料金＝3000円（小学生以下無料）
㊟☎090-3246-2112（土日のみ）

秋の産業祭情報



【安芸市】11月14日(土)
あき・あい・あい収穫祭
地域の農特産品や手作り加工品の田舎寿司、特産のナスを使ったナスの料理など、安芸のグルメが満載。
また、米の袋を釣り上げる「米釣りゲーム」、もち投げ、お子様向けのお菓子拾いや野菜の詰め放題など楽しいイベントも予定されている。
10時～15時※雨天決行
㊎JA高知県あき支所周辺
㊐安芸地区本部企画組合員課☎0887-34-1515

【本山町】11月15日(日)
第47回 本山町産業文化祭
本山町特産のしそジュース、ゆずジュースの販売は勿論、地元産そば粉を使用した手打ちそばや、米粉ラーメン等の米粉製品も出店予定。
友好都市である北海道浦臼町からの出店もある。土佐あかうしの子牛の展示や、人気の土佐あかうしの肉が当たる体重当てなど、面白い企画も。
9時30分～15時30分
㊎吉野川ふれあい広場
㊐本山町産業文化祭実行委員会事務局☎0887-76-3916

【黒潮町】11月23日(月)
第14回黒潮町 まるごと産業祭
あらゆる産業からの出店があり、カツオたたきバーガーやかりんとうまんじゅうといった話題の町内グルメも出店。33店舗ほどが並ぶ。ふるさと総合センター周辺では、8日～9日に大方の秋まつりも開催される。
10時～15時　※荒天時中止
㊎土佐西南大規模公園、ふるさと総合センター周辺
㊐黒潮町まるごと産業祭実行委員会☎0880-43-2113

【土佐町】11月23日(月)
第47回土佐町 産業文化祭
土佐あかうし肉の抽選や先着1000名のお楽しみ福引きなども開催。
土佐あかうしの牛串、焼きそば、温かい米粉うどん等、地域の味覚、文化・林業等も一堂に会し盛りだくさん。

（2頁へ続く）







(1頁より続き)

多数の飲食店が並び、楽しい餅投げもある。文化広場では、木材まつりや、健康まつりなど各産業や団体による出店もある。

10時～15時

◎JA高知県れいほく支所駐車場

◎土佐町産業文化祭実行委員会☎0887-82-0484

【土佐清水市】12月5日(土)

第43回産業祭

当日は宗田節まつりと同時開催される。

毎年大好評の大鍋汁の無料ふるまいがある。

今年も土佐清水の美味しい海産物を使った料理や、餅投げを予定。

宗田鰹やメジカといった特産品グルメも出店予定。漁獲によっては伊勢海老汁もお目見えするかも。土佐清水周辺の海の幸をこの機会にぜひ。

9時30分～15時

◎旧県合同庁舎前

◎土佐清水市役所観光商工課☎0880-82-1212

お終活3　幸春！人生メモリーズ



笑って、泣けて、役に立つ「お終活」シリーズ第3弾。映画も、人生も、クライマックスが一番オモシロイ！

大原家の長女の結婚をめぐる騒動と、認知症が進む母を支える親子の姿を通して、老いと別れ、家族で記憶を分かち合う幸せを温かく描く。高畑淳子、橋爪功、三田佳子、小日向文世ら名優が競演する感動作。

◆12月7日(月)①14時～15時55分、②19時～20時55分※各回30分前開場

◆新来島高知重工ホール(県民文化ホール・グリーン)

◆料金　全席自由1500円※当日300円UP※2歳以下膝上無料※チケット1枚につき、お一人様1回限り有効[問]088-824-5321

ひざ痛の方に　みもみ明治はりまや橋整体院(はりまや橋商店街西側)



変形性膝関節症の痛みをあきらめている方、ラジオニング等でひざが痛くなった方のために、「ひざ痛無料施術券2500円分」をプレゼント。

みもみ整体院では東洋医学やカイロ、関節包・筋膜リリース等の技術を応用した気持ちいい施術を国家免許保持者が行うので安心。鍼灸指圧整骨院を併設しているので、交通事故保険等にも対応。営業時間10時半～18時半(予約で延長可)。土日も営業。水曜休診。☎088-874-0117

今月のプレゼント

■新来島高知重工ホール(県民文化ホール)より

お終活3　幸春！人生メモリーズ



2名様

■みもみ整体院より

ひざ痛施術券または美容鍼＋小顔矯正券(女性のみ)



3名様

■応募方法…希望商品・住所・氏名・年齢・職業・電話番号をご意見等をご記入の上ハガキでどうぞ。

〒780-0051　高知市愛宕町4丁目9－1　㈱暮らしの情報社　までお送り下さい。

■締　切…11月30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頂きます。

今月のわくわクイズ

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。(11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.「丶」は、1～4のうち、どこに分類される？

1	2	3	4
愛	囮	黄	丶
夢	屏	黒	丫
嬉	絆	線	亼

ヒント
1～4の数字にも意味があるよ

<先月号の答え>
ひょうきぎょっこつ
氷肌玉骨
<解説>
姿の美しい女性のこと

巨大地震に備えよう。

新型コロナウイルス早期収束祈願・厄除け、疫病退散を願う柴燈護摩供養会

日時…令和八年十二月六日(日)
午後一時より　柴燈護摩厳修・火渡り修行
場所…弘法寺道場に於
導師…当山　三谷住職
※火渡りの後、参拝戴きました方には、手渡しでお餅を差し上げます。餅投げもあります。

【柴燈護摩について】

柴燈護摩は、大地に炉を作り、薪を積み、柴を焚いて修する護摩法です。

本尊様の知恵の火を以って災いを福にし、悩みを喜びに変える転禍為福の功徳があり、この柴燈護摩に結縁される皆様方は、本尊様の霊火によっておのれの欲、汚れを焚き清め、清浄なる心を以ってお不動様の広大無辺の大慈悲とご加護のもと、安らぎと光明に満ちた日々をお過ごし戴き、無病息災、家内安全、因縁消滅、無事故を叶えてくださると云われております。

招福除災を祈願され御仏様のご加護を戴きますようご案内申し上げます。



柴燈護摩

権現霊場　新四国八十八ヶ所霊場
七福神霊場　十三佛霊場

◆柴燈護摩

午後一時よりは大護摩です。秋の豊作、神仏のお陰で生かされて居ると云う事の感謝、一年間の厄払、新しい年を迎えるに当たっての祈願祭を神職さん、県下の住職さん、修験者、山伏の行者さん、大和流御詠歌、一体に成っての祈願で御座います。

◆神職の祓い

道場を始め全体のお祓いをして戴き、全ての諸神諸菩薩をお迎えして、行事所願の成就を祈願して戴く作法です。



神職の祓い

信仰は、お釈迦様の感得された大自然の法則、自らの行動、行い、体験によって宇宙の中の私達のこの体を通して仏様と一体になれる教えです。そうした大自然の霊気を身心に一杯に受け止めて戴き、日々無病息災、身体堅固、家庭円満でお過ごし戴きたいと存じます。

◆御　幣

皆様方の各お家の東西南北・中央を神様、仏様が守ってくれて居りますので、此のお札をお受け戴き、神前又は高い所でお祭りして戴くことによって家内安全、無病息災で明るい家庭を築き、幸福な日々が過ごせますようにご祈願をした有難いお札で御座います。



〈問い合わせ先〉
三寶山
弘法寺
新四国八十八ヶ所霊場
高知市北秦泉寺737
☎872-3121(住職)三谷祥元



■弘法寺へのアクセス
当日は、駐車場がありません。
公共の交通機関等でおいで下さい。
★イオンモール高知より徒歩で約15分。

三谷登　突っ走った人生

暮らしの情報500号物語　（6）

前回の「合鴨米」に限らず、この「暮らしの情報」はいろんな健康志向商品を載せている。それには理由がある。創刊者、三谷登（元高知放送専務、故人）の健康への思いが強烈だったのだ。

命の危機を2度乗り越えた。最初は1950（昭和25）年、28歳の時。結核を患った。右肺に大きな空洞、左肺にも浸潤。余命6カ月の宣告。高知新聞社に入って4年。結婚し、2歳の娘もいた。

医師は空洞を合成樹脂で埋める手術を提案した。覚悟を決めて病院を後にし、とぼとぼ歩いていたら看護師が追い掛けてきた。

命の危機、我流で克服

「先生の言うことを聞き入れたらダメ。どうぞ手術はしないで！」。その言葉を信じて手術を断念、通院治療を始めたが、健康保険の期間制限で特効薬は2カ月間しか使えない。保険が失効すると、病院へも行けなくなった。打つ手なし。悩んでいると会社の上司が「ヤギの乳を飲んだらどうか。牛は結核になるが、ヤギはならん。効果があるかもしれん」。その言葉に賭けた。

実家（現大豊町）の母に頼んで雌ヤギを1匹送ってもらい、乳を搾って飲んだ。だが、飲むと下痢になる。体が弱って乳を吸収できないのだ。必死で考え、消化剤「ジアスターゼ」を一緒に飲むことにした。下痢を止められるかも。説明書通りに4錠飲んだ。だが、効かない。徐々に増やし12錠にした時、下痢が止まった。飲み続けて40日目、体重が増加に転じた。〈これで生きられる。ようやった、と自分に言った〉と自伝「天与の山羊」に書いてある。



三谷登の自伝「天与の山羊」

2度目は78歳の時、前立腺ガンになった。検査数値が正常値の70倍。医師から「今度はヤギの乳では治りませんよ」と釘を刺された。

自伝は語る。〈それだけ重いということだ。しかし、自分が「暮らしの情報」で毎号、ガンに有効な健康食品の解説記事を掲載してきたことから、免疫力が高まり、心理作用を伴って体質改善が起き、病気が治るというメカニズムを知っていた。だから、治せる自信があった。免疫力を飛躍的に高めるため「超ミネラル」「大山アガリクス」「ノニ」の3食品を選び、利用基準の2・5倍の量をとった。病院の本格治療が始まるまで1カ月。それまでに好転させておきたかった。病院の投薬も始まり、そこから2週間後に最初の血液検査をすると、ドクターが「すごく良くなってますよ」。短期でガン撲滅という奇跡的な効果を生み出したのだ〉

当時のことを娘の矢野結子（現社長）はこう話す。

「宣告を受けた帰りにバイクで私の家に寄ったんです。『これは面白いことになった。自分の体で実験できる』と手をたたいたんです。悲壮感なし。私はびっくりです。あれもこれもミックスして何杯も飲むので注意したら、『普通に飲んでいたら効くわけない。余計な事言うな！』と。そしたら、肌がスベスベ、ほっぺたもピカピカに。そのことを私が言うと、父も『すごいことになった』と。ネガティブなことは全く考えなかった人なんです。だから治るんでしょうねえ。否定的なことには一切、耳を貸さない人でしたから」

（掛水雅彦）

人生いろいろ　（62）



掛水　雅彦（元高知新聞編集委員）

写真の金属製容器は「ビスケットバレル」というらしい。ビスケットやクッキーのお菓子入れ。28年前、香港へ招待旅行で行った時、宴会の福引き一等賞でもらった。高さ33㎝、胴回り66㎝。蓋と胴体、受け皿に4分割できる。傷付かないように持ち帰ったが、年月とともに黒ずみが。捨てるのも気が引けるので先日、買取店に持ち込んだ。

1軒目。スーパーの中に、県外から出張買い取りで来ていた業者。切手を額面通りで買い取ってくれる破格の気前良さ（合計5千円まで）だったので期待したが、「これは銀メッキ。値が付きませんね」と空振り。

2軒目。気を取り直して別の大型スーパー内の常設店へ行くと、「これは何ですか」と言って奥の部屋へ。待つこと5分余り。「イギリスや香港では日常的に使われているらしいけど、日本では需要がないようです。ただ、アンティークな置き物として人気もあるらしいので、欲しい人は欲しいかも。3千円か4千円ですね。4千円でいいですよ」

買取店いろいろ

本来ならここで手を打つのだろうけど、記者時代の習性がムクムクと。「参考に他の店の評価も聞いてみてかまいませんか？」と了解をもらった。

3軒目。全国チェーンの店を訪ねると、悩んだ末に「千円でどうでしょう」。

4軒目も全国チェーン。「多分メッキですね。うちは買い取り専門なので期待に応えられませんが、リサイクル店なら買い取ったら店内に並べて売るので、値段を付けてくれるかも」

ということで、5軒目はリサイクル店。期待したが、スタッフは見た瞬間、「ちょっと状態が悪いですね」。私が「磨けば光りますよ。ビスケットバレルっていうんです」と言うと、査定担当者を呼んでくれた。数分後に「これです」と見せてくれた紙には「180円」。申し訳なさそうな顔をしていた。


28年前、香港から持ち帰ったお菓子入れ

6軒目もリサイクル店。「ビスケットバレルって…」と言い掛けると、「ああ、分かりますよ」とすぐ見てくれて「2千円」。店によって得意、不得意の分野があるようだ。

買い取り後の流通ルートを持っていれば、それなりの評価をしてくれるのだろう。勉強になった。

ところで、フリマサイトに出したらどうなのか。AIに調べてもらうと、意外にも高い評価が出てきた。

「胴体部分にこれだけ立派で立体的なドラゴンの浮き彫り細工が施された、受け皿付きのバレルは大変珍しく、銀メッキ製品でも十分に価値があります。経年による黒ずみ（硫化）が見られますが、アンティークとしてはこの風合い自体が歴史を物語る魅力になってます。蓋の持ち手部分も非常に精巧な彫金技術が見られます。まずは3万～3万5千円で強気に出品して、様子を見ながら徐々に値下げしていく方法がおすすめです」

試してみたい気もしたが、フリマサイトは未経験。それに個人情報の流出も怖い。「欲張ると、ろくなことがない」と思い直して「4千円」のお店で買い取っていただいた。

金・プラチナ高価買取中

創業60年の鑑定力

大原質店

生前整理



手数料は一切かかりません

ホームページを見てね!!

よくいくしちや

☎0120-491978

生前整理・遺品整理のお手伝い

近年、生前整理に関するご相談が確実に増えております。特にご年配の方からは、使用しなくなったジュエリー・高級腕時計・ブランドバッグなどを適正価格で換金し、お孫さまの大学進学費用や家族旅行の資金に充てたいというご要望が多く寄せられています。これらの品物は市場相場の変動が大きく、素材・ブランド・製造年式によって価値が大きく異なるため、専門的な査定が不可欠です。

遺品整理の現場では、価値を把握しないまま処分してしまったり、形見分けの際に「高価な品を受け取った方とそうでない方」でトラブルが生じるケースも少なくありません。こうした不公平感を避けるため、一度すべての品物を査定し現金化したうえで、平等に分配したいというご相談が増えております。

資産価値の正確な把握は、ご家族間の円満な整理と将来の安心につながります。専門知識を持つ鑑定士が丁寧に確認し、適正な評価をご提示いたしますので、どうぞ安心してご相談ください。

生前整理・遺品整理をお考えの方は

是非、一度「大原質店」に

ご相談ください！



人　口：4,187人
世帯数：2,488世帯
（令和8年9月30日現在）

わたしたちのふるさと

仁淀川町

観光・特産品のお問い合せは
仁淀川町観光協会
☎0889-35-1333
〒781-1501　吾川郡仁淀川町大崎460-1

自然美と文化の町



お茶の産地で知られる仁淀川町は高知県北西部に位置し、高知市と愛媛県松山市のほぼ中間地点にある。北に四国山地、東西に仁淀川が横断する自然豊かな町。

町自慢の樹齢500年のひょうたん桜や、日本一の水質を誇る仁淀川の支流に点在する県立自然公園中津渓谷、安居渓谷、岩屋川渓谷の渓谷美は四季折々に姿や色を変え、見る人を魅了する。

また、仁淀川町の山村の集落には、町の宝物とも言える、有形無形の文化財や伝説が数多く残されている。秘境中の秘境と言われる集落に伝わる平家落人伝説や伝統の舞、地域の神社などに見られる名工の建築や彫刻。

郷土の誇る観光資源

【安居渓谷】



水晶淵

仁淀川町の最深部にある「県立自然公園安居渓谷」は仁淀川エリア随一の「仁淀ブルー」スポット。1287haにも及ぶ原生林に囲まれた神秘的な森と渓谷。

みかえりの滝・飛龍の滝・千仞峡などがあり、多くの伝説の残る神秘的な渓谷。

【中津渓谷】

標高1541mという中津明神山の頂きから、急斜面を落ちる谷川がすそ野へと広がっている。

その永々の流れが滝や渕を形成し、周りの巨岩や美しい樹木と調和して、素晴らしい渓谷美を創出している。国道33号の名野川から徒歩7分。



雨竜の滝

【中津渓谷 ゆの森】

中津渓谷入口にあり、湯と美味で知られ、この地域の観光基地的存在。

星を眺める露天風呂や料理長自慢の料理が味わえる。今年3月に別館がオープン。静けさを味わうプライベートな空間。専用内風呂もついている。

人気抜群のゆの森は、日帰り入浴・食事のみも可能。入浴時間11時～21時30分、休業日火曜日。水曜日、木曜日は不定休。
☎0889-36-0680

【岩屋川渓谷】

土佐の名水40選にも選ばれた清流で、近くには平家落人伝説を伝える都の集落や、しだれ桜や秋葉まつりで有名な中越家や市川家、秋葉神社が点在し、上流部には国の天然記念物「大引割・小引割」も見られる。



岩屋川渓谷

【大渡ダム公園】

多目的ダムで仁淀の玄関口にあたり「茶霧湖」と名付け、周辺を含めレジャーゾーンとして整備されている。湖面に映る仁淀の山並みが印象的。

公園内には、江戸時代末期の古民家もある。



大渡ダム

【秋葉の宿】

桜の名所、大渡ダム公園の中心施設。

大渡ダム、茶霧湖を一望できる高台にあり、中津渓谷、安居渓谷、四国カルストなど観光名所へのアクセスも良い。

アウトドアも楽しめる秋葉の宿は、併設のグラウンドでのキャンプやBBQ、ホール、広間を利用したイベントや宴会にも利用できる。また、レストランでは、仁淀川流域自慢のアメゴの塩焼き、その他海の幸、山の幸を味わうことができる。

レストラン㊡月・火曜日
☎0889-32-2771

【鳥形山森林植物公園】

藩政時代から土佐藩の御留山として伐採が禁じられていた鳥形山。

山に自生する植物や群生林を保護するために作られた「鳥形山森林植物公園」は自然林ならではの姿を残す。遊歩道はなだらかなブナ林や笹原を抜ける30分ほどのコース。

標高1346mにある展望台は視界360度の大パノラマ、流れる雲の中に山々が浮かぶ。

【花の里公園】



花の里公園

休校となった寺村小学校の跡地の奥にあり、仁淀川を見下ろす絶景が広がる。地域の人々が「人が集まる場所にしたい」と少しずつ整備してきた公園。春には桜や花桃などが咲き、花と仁淀川を一望できる。

【ひょうたん桜】

桜公園にある樹齢500年、樹高21m、根元周り6mのエドヒガンの巨木。県の天然記念物に指定されている。

つぼみの形がひょうたんに似ていることから、この名がついたという。花期は4月上旬頃。

【秋葉まつり】

別枝の秋葉神社の祭神は火産大神、火の神様として知られている。

秋葉祭りは毎年2月11日で、夜も明けやらぬうちから、山々に響きわたるホラ貝を合図にはじまる。鼻高面の先払いを先頭に、総勢200人の役者が続き、笛や太鼓、手拍子に導かれて鳥毛棒が進む。長さ7m、重さ8kg。

火事装束姿の若者が、この鳥毛棒を10数m先の相方に投げ渡す。これが秋葉の練りの圧巻。

【神楽】



四天の舞

仁淀川町には400年もの歴史をもつ、池川神楽、名野川磐門神楽、安居神楽があり、いずれも国の無形文化財。演目は13～16もあり、数時間にわたって演じられる。

平家の伝承と言われる舞や剣舞など多彩。

スポット

【そば処 宝来荘】

清流仁淀ブルーや安居渓谷の絶景に囲まれた自然豊かな施設。

ここでは、清流の水と仁淀川産茶葉を使用し、丹精込めて打った3種類の手打ちそばと、清流で育まれた天然鮎の塩焼きなども提供できる時がある。バンガローやBBQ施設もあり、秋には紅葉で染まる景色も楽しめる。そば処宝来荘11時～14時㊡木曜日・宿泊・バンガロー要予約
☎0889-34-3719

【ニヨフラ】（仁淀川ジップライン）

岩屋川渓谷の上空約30mに設けられた、絶叫吊り橋とジップラインを楽しめるアクティビティ。足場が変化する吊り橋や、渓谷を一気に滑り抜けるコースがあり、スリルと爽快感を味わえる。
☎090-4546-0855



ジップライン

【茶畑プリン】

お茶どころ仁淀川町の「池川茶園」は地元のお茶を使ったお茶スイーツ専門店。人気の「茶畑プリン」は、かぶせ茶のプリンとほうじ茶のプリンの2種。茶畑ソフトクリームとプリンを合わせた「茶畑プリンシェイク」も大好評。

その他「茶畑ロール」や「茶畑ティラミス」などこだわりのスイーツばかり。
☎0889-34-3100

【茶農家の店・あすなろ】



沢渡の茶畑から車で数分。仁淀川の風景を楽しみながら、沢渡茶と地の物が盛りだくさんのランチやお茶の香りを味わえるスイーツ・ドリンクを味わえるカフェ。

お店で人気の「茶うどん」と「だしつゆ」を自宅で楽しみたいというお客様の声から生み出した冬限定の特別な鍋セット。発送もしていて家族の人数分注文できる。（汁・茶つみれ・うどん・茶パウダー）芽が出るお茶は縁起が良く、年末年始に家族で福を呼び込みたい。

【武田伝説・大崎八幡宮】

武田信義公は、大崎八幡宮の御本尊の1人。天正10年、武田家滅亡時、勝頼（武田信玄の四男）は仁淀川町大崎に落ち延び、大崎玄蕃と変名。64歳まで生存したと言い伝えられている。土佐に逃げる際、武田八幡宮（山梨県韮崎市）から武田家始祖の御正体12体を持ち出し、大崎八幡宮に奉納したと云われている。

【高知ウイスキー 仁淀川蒸溜所】

ウイスキーとジンを製造する県内初の蒸留所が清流仁淀川の流れる仁淀川町に今年3月に開業。

2020年、世界的コンペティションで最優秀賞を受賞し、国内外で高い評価を受けている男性がUターンし、最高の蒸留酒を作っている。

高知でしか買えない46度のクラフトウイスキー「凱」やジンを発売。

仁淀川の伏流水を使った独特の製法で酒を造り、仁淀川町の魅力を発信している。
☎0889-20-9795

金額1620円（税込）
☎0889-36-0188

仁淀川町商工会
会長　大原　哲夫
本　　所　仁淀川町大崎460-1　TEL.0889-35-0202
池川出張所　仁淀川町土居甲916-3　TEL.0889-34-2525
仁淀出張所　仁淀川町森2554-1　TEL.0889-32-1064

yunomori
吾川郡仁淀川町名野川258-1
TEL.0889-36-0680 FAX.0889-36-0190

食事　宿泊　キャンプ　宴会
秋葉の宿
仁淀川町高瀬3869
TEL.0889-32-2771 FAX.0889-32-2780

県立自然公園（安居渓谷）
みどりの清流に囲まれた渓谷の別荘
そば処 宝来荘
仁淀川町大量1627-4　TEL・FAX.0889-34-3719（代）

株式会社 ビバ沢渡
吾川郡仁淀川町別枝606
TEL.0889-32-1234

仁淀川蒸溜所
吾川郡仁淀川町竹ノ谷18-2
TEL.0889-20-9795
HP：http://kochi-whisky.com

プレミアム茶畑プリン
株式会社 池川茶園
吾川郡仁淀川町土居甲695-4
TEL・FAX.0889-34-3100

かつよりくん
武田勝頼土佐の会
会長　岡林　昭喜
吾川郡仁淀川町大崎340-1　TEL.0889-20-2003

国土交通省認定 Hグレード
金光鉄工株式会社
吾川郡仁淀川町大崎263番地
TEL.0889-35-0109 FAX.0889-35-0443

全日本ロータス同友会
株式会社 掛水自動車整備工場
代表取締役　掛水　万亀
吾川郡仁淀川町森山237
TEL 0889-36-0326

庭 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

水廻り修理(MYM・KVK等) 引越し・不用品処分のお手伝い・草刈 蛇口の水もれ
お掃除・枝切・害虫駆除・墓清掃等 トイレ・排水つまりなど エアコンクリーニング
ベンリー石立十字路店 ☎090-8283-1445

太陽光発電 見積無料 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・お問い合わせ等、お気軽にお電話下さい。 太陽光発電専門店 ㈱サントップ☎872-1122

大工 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 南国市稲生2551-1

家族葬 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。
創業昭和34年 実績と信用 ㈱坂本葬儀社 ☎882-6860 高知市桜井町1-4-4

デイサービス ご利用・見学随時体験受付中 桟橋通1-7-17 9:30~17:00 毎週月~土曜日、祝日営業
デイサービスおとも ☎881-3292

タイル 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、冷やっとしない床タイル(サーモタイル)"に貼り替えませんか
桜井タイル ☎088-866-2856 携帯 090-3783-6856

雨漏り 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

低料金で生活サポート 空家の片付けや管理、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
高知県労働者協同組合 よろずやサポート 高知市宝永町 ☎090-4338-8311

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

希望の命水 鉱物ミネラル抽出液・身体のバランスを整える!!
500mℓ 3,240円(税込) 1ℓ 6,480円(税込) 暮らしの情報社 ☎873-5066

ランドリーコインランドリー 年中無休24時間営業
マンマチャオ土佐道路店 高知市河ノ瀬42-1
パート募集 ☎080-1994-1557 (PM5:00以降)

出張撮影 生前遺影、プロフィール写真etc
ご自宅まで伺い撮影いたします
高知市近郊出張料込み13,200円~(税込)
LienPhoto(リアンフォト)090-1574-1316

暮らしの掲示板

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
㈲和田 ☎088-803-7666

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

便利屋 相談無料 1時間2,980円~ あなたの困りごと、一緒に解決します! 不用品引取・草刈り・遺品整理など
便利屋TAKU ☎070-4768-2752 benriya.taku2752@gmail.com

おおとよ合鴨米 完全無農薬 注文受付中!
暮らしの情報社 ☎873-5066

小顔矯正 美容鍼+小顔矯正=3,000円・ひざ痛施術2,500円
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 はりまや橋商店街
みもみ明治はりまや橋整体院 ☎088-874-0117

掲示板掲載料金 一枠3,500円 お問い合わせ ☎873-5066

産業廃棄物収集運搬処理 創業44年 信頼と実績、しかも低料金!
どこに持って行けばいいかわからない、そんな時。
産廃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。
中間処理場稼動中!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 南国市岡豊町八幡860-1
大前田商店
高知県産業廃棄物処分業許可番号3920006754S号
高知県産業廃棄物収集運搬業許可番号3900006754号
高知市産業廃棄物収集運搬業許可番号9200006754S号

引越 不用品処理・引越しからなんでも屋
お引越をサポートします。 見積無料
エース引越センター ☎833-8600 高知市神田2261-2

大木切り 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。
西秦泉寺モリタ TEL(夜)(088)875-7662 (昼)090-8692-4330

たたみ 新畳・表替 古味畳店
畳工事全般 ☎884-5020 若松町9-27

造成 土木工事の事ならおまかせください。
確かな技術・豊かな実績からお客様のニーズにお応えします。
☎863-3005 有限会社西内土建

塗装・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!! 見積り無料
株式会社高知プラス ☎(088)802-6191 携帯080-2971-7467

足場組立 見積無料 お家のリフォーム検討中の方 足場組立いたします。
必要ございましたら、親切で良心的な業者さんご紹介します。
【塗装・板金・瓦屋・大工・左官・電気など…】
足場工事・高知 ☎0887-53-5437

無添加醤油 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

桑の葉茶 特選桑葉採念仕上げ
ノンカフェイン、スチーミング茶葉100%
ティーバッグ40g×50袋 ¥4,536(税込)
暮らしの情報社 ☎873-5066

希望の命水 鉱物ミネラル抽出液・身体のバランスを整える!!
500mℓ 3,240円(税込) 1ℓ 6,480円(税込) 暮らしの情報社 ☎873-5066

不用品引越し 引越し、不用品片付け 小さなお困り事、お手伝いします
アクティブライフ☆ターザン ☎080-5662-0924 見積無料

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。

今は天然の蜜蜂は全滅に近く、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ません。"マヌカ"とは、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。



年間を通して12月の4週間でしか採ることができないその希少性と高い効果からハチミツの王様として愛されてきました。

食物メチルグリオキサール(MGO)という天然の殺菌成分が多く含まれており、人に有害な菌だけを殺菌し、有益な菌は殺菌しない非常に安全な成分です。

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。250g3348円(税込)。

お問い合わせ・お申し込みは暮らしの情報社☎873-5066

"奇跡のブレンド" 健康ハーブティー

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、ハーブについての貴重な記述を見つけ、「これだ!」と確信し、そ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で出会う。

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つのハーブを一緒に煎じてみたところ、運命を変える「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、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・ウィンターズ」と呼ばれるように。

このハーブティーは日本でも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



「税に関する作品展」の開催

税務署では、国民の皆様に租税の意義や役割、税務行政に対する知識と理解を深めていただくため、1年を通じて租税に関する啓発活動を行っていますが、毎年11月11日から17日を「税を考える週間」として、集中的に様々な広報広聴施策を実施しています。

その一環として、「税に関する作品展」を次のとおり開催しますので、是非ご来場ください。

◆日時
11月7日（土）
午前10時～午後5時
11月8日（日）
午前10時～午後5時

◆場所
イオンモール高知1階
セントラルコート

◆内容
・高知市、土佐町、大川村の小中学生から応募のあった税に関するまんがや習字などの展示
・「1億円」の重さ体験コーナー
・租税教育用ビデオ（アニメ）の放映　など

◆同時開催「税理士会無料相談」主催＝四国税理士会高知支部
11月7日（土）午前10時30分～午後4時（受付＝午後3時30分まで）
11月8日（日）午前10時30分～午後4時（受付＝午後3時30分まで）

☎088-822-1123（自動音声案内「2」を選択）
問合せ先　高知税務署

香南市 楽しいみかん狩り

10/1～12月下旬

みかんの産地、山北みかんは甘くて美味しいと評判のブランド。

「土佐の高知のくだもの畑」は8haの畑に約18000本のみかんの木が植えられ、園内はバリアフリー。子どもから障がいのある方まで楽しめる。遊具や休憩所も設置。

みかんは入園料だけで食べ放題。ハサミやカゴも無料で貸出している。

11月下旬までは極早生の日南品種。11月下旬から（予定）は普通早生の興津早生品種が収穫できる。期間中は無休。大人700円・子供600円・幼児400円。

香南市香我美町山北松ヶ畝4-2012 ☎0887-55-4332

香北町 11月21日（土）～29日（日） 豊かな水と緑のまちの期間限定カフェ Flower tail（フラワーテイル）

大荒の滝もみじ祭りに合わせて「大荒の滝もみじ峡」の木馬茶屋で期間限定オープンする。秋の味覚弁当（要予約）や地元食材を使ったメニューは大好評。店内では現代風俗画家・椎名寛氏の絵画も展示販売されている。

★時間　10時～16時
★場所　香美市香北町大屋敷「木馬茶屋」（香美市香北町大束）駐車場あり
★お弁当予約☎090-1036-9186（高木）※17時以降対応可

問☎090-3503-8888（黒岩）



お子さまの教育資金を「国の教育ローン」（日本政策金融公庫）がサポート!

高校、大学等への入学時・在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度です。

【ご融資額】お子さま1人あたり**350万円以内**
【金　　利】年4.6%固定金利
※「母子家庭」、「父子家庭」、「交通遺児家庭」、「世帯年収200万円（所得132万円）以内の方」または「子ども3人以上の世帯かつ世帯年収500万円（所得356万円）以内の方」は年4.2%（令和8年11月2日現在）
【ご返済期間】**20年以内**
【お使いみち】入学金、授業料、教科書代、塾代、自宅外通学に必要な住居費用賃など
【ご返済方法】毎月元利均等返済（ボーナス時増額返済も可能）
【保　　証】（公財）教育資金融資保証基金（連帯保証人による保証も可能）

詳しくは、HP（「国の教育ローン」で検索）または教育ローンコールセンター（0570-008656（ナビダイヤル）または（03）5321-8656）までお問い合わせください。

禅をきく会

入場無料



（第1部）講演

「なみだのラブレター」
講師　橋本昌人（はしもとまさと）

（第2部）挿話

「道標（みちしるべ）-仏の教えに導かれて-」
講師　渡邊祥文（わたなべしょうぶん）

日時　令和8年　12月1日（火）
■開場/13：00（開会予定16：10）
■開会/13：30
※都合により講演予定時刻が変更されることもございます。あらかじめご了承ください。

会場　かるぽーと
高知市九反田2-1
龍馬学園イベントホール（小ホール）



主催：曹洞宗四国管区教化センター　後援：高知新聞社、RKC高知放送、曹洞宗高知県・香川県宗務所、高知県曹洞宗青年会

お問い合わせ　曹洞宗四国管区教化センター　愛媛県新居浜市山根町5-67　Tel.(0897)41-4177

SOTO ZEN

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

Reuse Shop WAKABA
あなたのモノを、誰かのダイセツに

出張買取
無料査定
店頭即現金

サニーアクシスいの店
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）

サンシャインクロバ福井店
0120-381-380
10:00~18:00（最終受付17:00まで）
定休日／月曜日

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 ㊷

「おかたづけのサポート」

気が付けば今年もあと2か月。猛暑の夏もやっと終わり過ごしやすい日々が戻ってまいりました。年末に向けてお片付けされる方も多いのでしょう。最近、WAKABA A4店舗にも、いろいろなモノをたくさんお持ちいただいております。家や部屋がスッキリとする気持ちよさに、お片付けの拍車がかかるようで、二度三度、繰り返しご来店される方がほとんどです。

タンスや押し入れの中、サイドボードや飾り棚に何年もそのままになっていて、存在を忘れてしまっているモノはありませんか？

お土産でいただいた洋酒や香水。お祖母様やお母様からいただいた、少し時代遅れのアクセサリーやバッグ。子ども時代に遊んだミニカーやお人形、フィギュア類。使わなくなったカメラや時計。お考えの方は当社オリジナル「LIFE BOOK」（エンディングノート）をご活用ください。お気軽に各店窓口にてご用命ください。



また、生前整理を「必要なモノ」「大切なモノ」を選別する。きっと心にも時間にも余裕ができ前向きな自分と出会えると思います。

「おかたづけのサポート」は当社（株）ディープエコロジーの一番の企業方針です。是非お気軽にご相談ください。不要なモノは幅広くお買取りさせていただきます。"思わぬお小遣い"と喜んでいただくこともよくあります。

たち。一度、棚卸してみませんか？そして本当に

認知症の専門家に伺いました
MCI(軽度認知障害)を恐れないで!



高知市「菜の花診療所」　北村ゆり医師

早期発見で備える認知症

「MCI」(エム・シー・アイ)ってご存じですか。「軽度認知障害」。認知症の一歩手前の状況のことです。でも、新薬の開発で早期発見し、MCIの段階で治療を始めれば進行を抑え、回復の可能性もある、とも言われています。MCI事情について認知症治療37年間のベテラン、「菜の花診療所」(高知市東雲町)の北村ゆり院長(62)に伺いました。

―どんな症状が出たらMCIなのでしょう。

「物や人の名前がすぐ思い出せなくなったとか、非常に鋭敏な方は『以前と違って段取りがうまくいかなくなった』とか、ご自分で気付かれます。家族からすると『同じことを何度も言う』とか、『言っておいたことを忘れている』とかですね。半年とか1年前と違っていたら受診をお勧めします」

●60歳頃からご用心●

―何歳ぐらいから気を付ければ良いのでしょう。

「60歳以上ですね。90歳の方も来られますよ。100歳まで生きる方はたくさんおられますからね。『これ以上、生きんでもええ』と言っておられても、早期発見や治療で進行を抑えられる可能性もあるわけです。認知機能が改善して、生きていることがしんどく思わなくなれば、それにこしたことはないでしょう」

―高知は高齢と過疎の先進県。郡部は病院も少ないし、気付く機会が遅れるような気もしますが。

「高知は比較的、認知症がオープンに語られやすい地域なんですよ。隠したり、恥ずかしいとかっていうのが、そんなにない県民性。認知症への認識は皆さんすごくあるんです。高齢の方は、一番なっては困る病気と思ってますから。介護保険制度も高知市内に関しては十分な量のサービスがあるから、ケアマネさんの勧めで受診する人も結構多いんですよ」

●保険適用で関心●

―なるほど。意外です。

「最近はちょっとおかしいかなと思ったら、半年とか1年で来られます。薬物治療の保険適用が始まって、動くスピードが速くなったんです。うちの場合、去年で言えば6割の方が、薬物療法の適応可能な非常に軽い段階で来られているんです」

―なるほど。ところで、「MCIの患者さんのうち、1年内に認知機能が戻る人が約20%」と学会資料にあります。結構、良くなるんですね。

「えーと、MCIといってもいろいろあって、うつとかフレイル(虚弱状態)が原因の人もいるわけです。そういう人は運動や知的活動で正常に戻ることもできます。そのあたりが、『認知機能が戻る』ということになるんです。アルツハイマー病由来の認知症の場合は、正確に言えば病気は治りません。治療をすればMCIの状態でとどまることができる可能性があるということなんです。いずれは発症するけど、それが例えば、10年先延ばしできるとか。となると、寿命のあるうちに認知症にならずに済む人もいる、ということです。だから、恐れずにMCIの間に頑張りましょうというのが本当のところ。早いほど効果はあると思います」

●手遅れは家族も困る●

―そうは言っても、消極的な人もいるんでしょう。

「ええ、怒り出す人とか、『もう、かまん!』とかね。だから、しつこく言うんです。でも、酒飲みの方だけはあまり聞いてくれないかなあ。高知県人アルアル、みたいな」

―それと、平均寿命が近付くと、「放っておいてくれ」とあきらめがちになるのでは。

「います、います。でも、ご家族、子供さんらにすれば、87~88歳まで寿命があるのが分かっていて、80歳から好き勝手されて、数年後に認知症になられたら、あと5、6年、自分らが見ないといけないわけですよ。それは困るから、とにかく検査だけは行ってくれと言いだしますね。頑張って、叱咤激励するしかないと思います」

百歳体操でいきいき

―MCIは予防できるんですか。

まず、生活習慣病の管理です。高血圧、糖尿病、脂質異常の全てが、良好なコントロール下にある人はMCIになりにくいといわれている。5)あと、難聴があると非常にMCIとか認知症が起こりやすいといわれています。5)聞こえづらいと思ったら早めに耳鼻科へ。聴覚的な刺激は大切。必要なら補聴器を装着された方が良いです。目も見えにくかったら早めに眼科へ。

あとは、運動と人との交流がすごく大事なんだけど、高知は百歳体操があるので、「なるべく参加しましょうね」と。それだけでも十分です。

それと、過剰飲酒は認知機能を非常に下げます。5)休肝日が必要。外で人と飲むのはいいとして、家の中でもはやめましょうと。ノンアルコールビールもおいしいのが出ているし。実はMCIとかアルツハイマー型認知症ということになれば、すべて禁酒になんですよ。MCIが治ったとしても、飲んだらまたMCIに。だからMCIにならないうちに節酒された方がいいということです。



きたむら・ゆり　高知医大(現高知大医学部)卒。同大神経精神医学教室入局。高知県内の老人病院、老人保健施設などの勤務を経て2000年、菜の花診療所開設。14年から院長。認知症診療を専門的に行う。



(3)中島健二ほか編:認知症ハンドブック第2版(医学書院)2020:p487-489を元に岩田淳先生(東京都健康長寿医療センター副院長)が作成

難聴と飲み過ぎ要注意!



2)日本神経学会監修:認知症疾患診療ガイドライン2026(医学書院)2026;p143をもとに作成

PR特集

ヒューマン・ヘルスケア
Eisai エーザイ株式会社



MCI疾患啓発TVCM
「見逃さないで、MCI」篇
CM本編動画を
YouTube 公開中
動画はこちらから➡

4)Yang M et al.:Front Aging Neurosci. 2023;15:1203920
5)Livingston G, et al.:Lancet 2024;404(10452):572-628 Figure 9:Population attributable fraction of potentially modifiable risk factors for dementia

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、ボロボロでもOK！面倒な手続き不要で空き家を買い取ります。」
「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

消費生活センター
これだけは知っておきたい　その1
旅行予約サイトのトラブルにご注意を!!!

最近では航空券や高速バス、宿泊施設の手配に旅行予約サイトを利用する方も多いと思います。この方法は便利な反面トラブルも多く、消費生活センターにも相談が寄せられます。

【事例】旅行サイトでホテルを予約した。直後に日付を間違えたことに気づき、サイト内でキャンセルしたが、返金できないと表示された。確認すると販売ページに小さく「返金不可」と表示があった。返金されないのは困る。

予約サイトを利用する際は、つぎのことに注意してください。

・同じ宿でもキャンセル条件や契約内容はプランごとに異なります。「キャンセル料100％」のプランは予約確定後に変更できず、キャンセルしても全額請求されます。予約サイトでの契約はインターネット通販にあたり、クーリングオフはできません。予約サイトのキャンセルの条件や、契約内容に従うことになるので、予約確定前にしっかり確認しましょう。

・サイト運営事業者の情報を確認しましょう。

サイトの運営事業者が日本企業なのか、海外企業なのか確認しましょう。海外事業者の場合、日本語対応されない場合や、日本の法律を用いた交渉が難しい場合もあります。連絡方法や対応時間についてもよく調べましょう。

・予約確認メールは大切に保管しましょう。

予約確認メールは契約内容が明記された大切な情報です。旅行終了まで大切に保管しましょう。

予約サイトのトラブルについての相談は、高知市消費生活センターまで（☎088-823-9433）



その肩こり、首のこり
もしかして姿勢のせいかも？
20代、30代女性のためのやさしい健康講座
肩や首のこり、姿勢の歪みは、放っておくと不調の原因にも。
正しい知識と簡単なチェックで、今の自分の体を見直してみましょう。



《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】
11月21日(土)10時～11時半(研修室2)
場所：こうち男女参画センター「ソーレ」
11月25日(水)10時～11時(会議室B)
場所：南国市地域交流センター「みあーれ」

お申込みはこちら

厚生労働大臣認可JFCP登録院
KCSセンター東城
広島県庄原市東城町川東822-2
（高知担当野口）
☎090-8283-8732

レジャー農園　貸します
暮らしの情報社



1997年に、暮らしの情報社が高知市北秦泉寺に開設した「レジャー農園」は、土地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、たいへんな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りました。

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、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ては？

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）



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。

東京農大醸造学科穂坂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。

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。

720㎖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

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）

高知市斎場へ車で2分!　高知南河ノ瀬町に
高知市民直葬センターopen！

入会金　積立金　一切不要　365日24時間対応



フリーコール　0120-982-954

火葬場と直葬センターの違い

項目	高知市斎場	高知市民直葬センター
24時間受入れ対応	△（24時間の受入れはできません）	○（24時間受入れ可能）
シャワー・アメニティ	×（設備がありません）	○（シャワー・アメニティ完備）
寝具・宿泊	△（自分たちで手配が必要）	○（宿泊セットあり・手配不要）※プランによります
個別控室・プライバシー	—	○（個別控室でくつろげます）
火葬場までの距離	—	○（高知市火葬場まで車で2分）
小さなお見送り（15人以内）	○	○（15名以内のお見送りに最適）
買い物など利便性	—	○（目前にスーパー・徒歩圏内にコンビニがあります）

火葬式プラン一例　お通夜・告別式を行わないプランです
ご逝去後、お迎えから収骨まで含みます。
事前相談割引適用なら　通常価格134,800円が　129,800円より　142,780円(税込)

「事前相談」で後悔のないお得な割引対応できます
事前相談会随時受付中！
もしもの時のために事前相談を！
事前相談・資料請求の方に葬儀費用5,000円の割引券を進呈いたします



※当会館は高知市と関係ございません

右記、二次元バーコードよりホームページをご覧いただけます

高知市民直葬センター　高知市南河ノ瀬町1番2号
https://kochi-chokuso.jp/