

# 広報すくも

2026.4月号

P23

きまり宿毛人

P24

第13回 宿毛まるごと産業祭



# キラリ宿毛人

## ～高知県あったか観光マインド表彰受賞～

### 高知県あったか観光マインド表彰 金澤 暁美

「だるま夕日」の名付け親として知られる金澤 暁美 さんが、「高知県あったか観光マインド表彰」を受賞しました。

金澤 さんは昭和 48 年頃から宿毛湾の夕日を撮り続け、その名を全国に広めました。

NHK ドラマ『ダルマさんが笑った。』のモデルや映画出演など、文化面でも大きく貢献しています。現在も咸陽島公園などで、国内外の観光客を温かく案内する姿は、まさに「おもてなしの心」そのもの。

長年の活動が高く評価され、今回の受賞に繋がりました。金澤 さん、誠におめでとうございます。

問 商工観光課 ☎ 62-1242



### 金澤 さんからの直筆メッセージ

だるま夕日に魅せられて  
大昔から有る自然現象の夕日に私が「だるま夕日」と名前をつけた  
昔の漁師の話をよみますと、あの現象が起ると不吉で何か悪い事が起ると言っていた  
マケスのイメージだったそうです  
年に何回か見えない、それも冬の寒い日の出来  
ぬ、この美しい現象の夕日に名前をつけたマケスからプラス思考になる様に幸せの「だるま夕日」と名前つけ全国の写真コンテストに出品したり、テレビや新聞本、ポスターなどには、と上げて頂きました。

## ～ふるさとづくり大賞受賞～

問 企画課 ☎ 62-1255

公益財団法人 HATA 様が、総務省の「令和 7 年度ふるさとづくり大賞」を受賞しました。県内唯一の快挙です。

この賞は、全国各地で「ふるさと」をより良くしようと取り組む団体や個人を表彰するものです。公益財団法人 HATA 様は、「ワクワクする幡多地域の未来をみんなで作ろう」を合言葉に、住民の皆さんの寄付や出資を地域の挑戦者へとつないできました。この「想いと資金が循環するしくみ」が高く評価されました。

誠におめでとうございます。

### ふるさとづくり大賞 公益財団法人 HATA



# キラリ宿毛人

## ～令和7年度 宿毛市スポーツ賞表彰～

2月24日（火）に、宿毛市役所にて令和7年度宿毛市スポーツ賞表彰式を行いました。

この賞は、市のスポーツ振興に功績のあった個人や団体を表彰するものです。今年度は、各種大会で優秀な成績を収めた27人が受賞しました。受賞された皆さん、おめでとうございます。

<順不同・敬称略>

### 奨励賞（小学生以下の個人・団体）

レスリング

頼田 菜々子 小島 琉愛  
小嶋 七海 濱田 虎大郎

柔道

占部 泰成 結城 道史

空手

濱田 歩那 松岡 都氣

ソフトテニス

弘瀬 千奈弥



### 優秀賞（中学生以上の個人・団体）

陸上

上岡 桜士朗 浦尻 悠正  
澤田 敏 嵐 花  
村田 百花

ソフトテニス

弘瀬 葵 弘瀬 美咲  
岡本 逢那

サッカー

徳田 結大 坂田 陸

レスリング

宮本 彩羽 大串 一央



空手

濱田 侑来 蒲原 結愛

柔道

島崎 望生

ソフトボール

濱口 奏心

カヌー

濱場 楽人

相撲

吉村 珠那

問 生涯学習課 ☎ 62-1245

## ご寄付のお礼

問 商工観光課 ☎ 62-1242



早稲田大学総長 田中 愛治 様からご寄付をいただきました。  
この寄付金は、宿毛市出身の偉人であり、早稲田大学の「建学の母」と称えられる小野梓を顕彰するために3月1日（日）に開催された「第21回梓立祭」に関連するもので、小野 梓 先生およびゆかりの地である小野梓記念公園等を紹介するために大切に活用させていただきます。

## ご寄付のお礼

問 商工観光課 ☎ 62-1242

宿毛ロータリークラブ 様からご寄付をいただき、2月24日（火）に市役所にて寄付金贈呈式を行い、西岡弘徳会長から市長へ目録が手渡され、市長が感謝の意を表しました。

この寄付金は、1月25日（土）開催の「大島桜公園チャリティーコンサート」の収益金によるもので、市民の憩いの場である大島桜公園の維持管理や

環境保全のために大切に活用させていただきます。



## 民生委員感謝状授与式

問 福祉事務所 ☎ 62-1240



### 厚生労働大臣・高知県知事感謝状贈呈者

吉松 邦男 さん 松田 民男 さん 川村 貴美子 さん  
岡崎 美江 さん 有田 直育 さん 宮崎 義久 さん  
高木 重信 さん 伊與田 至孝 さん 沖 久美子 さん  
山陸 勝一 さん（主任児童委員）

※在籍年数6年以上

### 高知県知事感謝状贈呈者

仲上 千代美 さん 岡村 充俊 さん  
※在籍年数3年以上

# 令和8年度 行政方針 (抜粋)

3月2日(月)開会の宿毛市議会定例会において市長が行政方針を表明しました。抜粋してお知らせします。

## 第1の理念 産業振興

本市が直面する人口減少に対し、基幹産業である「二次産業」を対策の要に位置づけ、若者や地域おこし協力隊の受け入れを進め、一次産業を軸とした定住・交流人口の拡大に取り組んでいきます。

農業では新規研修生受入や有害鳥獣対策、林業では白伐型林家の育成や、森林環境譲与税を活用した未整備森林の整備、水産業では「すくも湾中央市場」のDX化や養殖漁場の再編を支援していきます。

「宿毛まるごと産業祭」は第

13回の開催を予定し魅力発信に努めます。

「ふるさと納税事業」では、

新規返礼品開発により1月末時点で寄附金額5億3千万円を超えました。いただいたご寄附は、「保育料完全無償化事業」をはじめとする持続可能なまちづくりの推進に活用するとともに、既存商品の高付加価値化や、事業者と連携したより選ばれる返礼品づくりへの支援を今後も進めます。



## 第2の理念 観光振興

か、来訪者の購買機会の創出を通じて、地域経済の活性化につなげていきます。

また、インバウンド需要の高まりに対し、幡多広域観光協議会と連携して受入体制の整備を行っていきます。

あわせて、四国百名山「妹背山」など魅力ある自然が残る沖の島地域では「グリーンスローモビリティ」の活用や滞在時間を重視した観光イベントの推進など、これまでの取り組みを最大限に活かし、観光振興を推し進めていきます。

令和7年度においても本市の観光の拠点となる「道の駅すくもサニーサイドパーク」と「宿毛まちのえき林邸」では、それぞれの指定管理者による創意工夫に満ちたイベントが行われ、交流人口の拡大および市街地活性化につながっています。このような観光需要の高まりが見られる中で、令和8年度は、集客力が着実に向上している道の駅敷地内において、本市の特産品や一次産品等を一体的に発信・販売する拠点として「宿毛物産館」の建設に取り組んでいきます。この物産館では、本市の特産品や一次産品、ふるさと納税の返礼品にもなっている魅力的な商品などを一体的に発信・販売する拠点として整備するほ

### 第3の理念 防災対策

南海トラフ地震の発生が懸念される中、発災前の備えから発災後の復旧・復興まで防災対策の強化に取り組んでいきます。

「自助」として、各家庭の備蓄の充実、的確な避難行動など、市民の皆さまが主体的に取り組む防災対策の定着に向け、啓発と支援を進めます。住宅耐震化は、補助制度の活用を促進し、未耐震住宅の解消に取り組みます。

地域で支え合う「共助」として自主防災組織の活動の充実を図り、訓練や研修、資機材整備などを通じて、災害時に機能する体制づくりを進めます。また、避難所運営マニュアルに基づく避難所開設訓練を実施し、地域主体の防災体制の強化に取り組みます。

、市が担う「公助」としては、

防災拠点の整備や防災訓練の実施など、ハード・ソフト両面から対策を進めていきます。あわせて発災後の復旧・復興を迅速に進めるため「宿毛市事前復興まちづくり計画」を策定しました。

令和8年度は、本計画の周知や見直しを行い、「よりよい復興」を実現するため実効性の確保に努めるほか、この計画を基礎として、津波浸水想定区域外である平田・山奈・橋上地域等まで対象地域を拡大し、更なるブラッシュアップを行っていきます。

そのほか、高砂から市役所庁舎等が所在する希望ヶ丘を結ぶアクセス道路として、大規模災害発生時にも重要な路線となる「市道高砂小深浦線」の整備に着手するとともに、「宿毛市消防団再編計画」に基づく消防詰所等の集約移転にも引き続き取り組んでいきます。

### 第4の理念 人口減少対策

令和7年度におきましては、SNS等を活用した情報発信の強化や、Uターン促進奨学金の返還支援助成事業、子育て世帯移住支援事業等の各種支援制度により、移住後の定住支援に取り組んできました。また、婚姻数の増加を目指した若年層交流イベントでは、延べ150名を超える方々が交流する機会を創出しました。

令和8年度は、これらの取り組みを土台に、移住定住の促進と少子化対策を両輪として人口減少対策を一層進めていきます。

まず、出産後のお母さんの心身の回復や安心して子育てを始めるられるよう、宿毛1Dを活用した「宿毛愛デ、ママサポ」により、市内事業者と連携した出産後の支援を継続します。

次に、地域で安定して働ける環境を整えることが重要であることから、一次産業の担い手確保に向け、幡多郡外からの若年層等を対象とした、移住・就業支援を強化します。さらに、不妊治療の助成や、男性の育児休業取得の促進など、こどもを生ま育てやすい環境づくりを進めます。若年層交流イベントにつきましても、参加しやすい形での継続実施と丁寧なアフターフォローにより、交際成立から婚姻へとつながる支援を強化していきます。

### 第5の理念 子育て支援対策

子育て支援の取り組みとして、子育て家庭のニーズを踏まえ、令和7年3月に「第3期宿毛市子ども・子育て支援事業計画」を策定しました。この計画に基づき、妊娠期から子育て期

にわたる母子保健事業や子ども・子育て支援を推進し、幼児期の教育・保育の質の向上やニーズに沿ったサービスの充実に努めていきます。

令和8年度からは保育所等に通っていない生後6カ月から3歳未満の子どもを月10時間まで預かるサービスを宿毛保育園および宿毛幼稚園で開始し、保護者のライフスタイルに配慮した支援を行います。また、宿毛駅前への幼児用遊具新設や、人工芝やゴムチップ舗装を施した安全で快適な遊び場づくりを進めます。さらに、天候に左右されず利用できる天候型の遊戯施設、仮称「子どもの国」の整備検討を進め、令和9年度中の供用開始を目指すとともに、津波浸水区域にある保育園の対策に取り組み、安心・安全な子育て環境の充実に努めます。

児童生徒の学習環境の向上を図るため、特別教室等へのエア

コン設置や、中学校の一人一台端末の更新を行っています。さらに、令和7年9月に改行した給食センターを新たな食育の拠点として活用するとともに、小学生給食費の完全無償化および、中学生給食費についても値上げ相当額への独自支援を継続し、魅力ある学校給食の提供に努めます。



## 第6の理念 高齢化社会対策

要介護認定者数が増加し続ける中、住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう、まちづくりを強化してきま

した。

令和8年度も「地域包括ケアシステム」の構築・深化に向け、「地域元気クラブ」や「あったかふれあいセンター」などを軸に「自助」「互助」を育む事業を推進します。「元氣ましまし運動教室」受講終了者を「いきいきサロン」へつなげるなど一人ひとりに応じた支援を進め、あわせて次期「高齢者福祉計画および介護保険事業計画」の策定を進めていきます。

## 第7の理念 文化芸術と スポーツ振興

文化芸術は、市民の暮らしにゆとりと潤いをもたらす大切な活動です。本市では、よさこい高知文化祭2026の開催を見据え、文化芸術に親しむ機会

の充実と、市民主体の文化活動の活性化を進めていきます。

スポーツ振興では、「宿毛マラソン」やサイクルフェスティバル等のイベント実施や社会体育施設の維持管理に取り組み、中学校部活動の地域クラブへの移行に向け指導体制や環境整備を進めていきます。

大きく変化する時代の中、過去の慣習を見直し、「選ばれる宿毛市」であり続ける挑戦を続けます。官民一体で本市の「未来予想図」を描き、「不断前進」の精神で市政運営に取り組みしていきます。

## お花おもてなし事業活動団体募集 問 環境課 ☎ 62-1252

きれいな街づくりなどのため、植栽ボランティアを募集します。

**対象** 市内拠点の3名以上で継続活動できる  
団体（営利・政治・宗教目的を除く）

**場所** 市道の植え込みなど公共性があり、管  
理者などの承諾を得た場所

※県道は要許可 ※プランター不可

※重点は宿毛駅前付近（市道桜町藻津線）



**支援内容** 種苗（樹木除く）・土・肥料・ご  
み袋などの資材提供やごみ回収  
（1団体50,000円まで）

**支援期間** 4月1日（水）  
～令和9年3月31日（水）

**申込方法** 申請書を環境課へ提出

## 5月連休中の家庭ごみ収集 問 環境課 ☎ 62-1252

5月連休中、次の施設へのごみの持ち込みは、受け入れを行っていませんのでご注意ください。

**閉鎖期間** 5月2日（土）～6日（水・振休）

**対象施設** ● 幡多クリーンセンター

（☎ 0880-31-2600）

● 宿毛市環境管理センター

（☎ 66-0052）

● 紙ごみリサイクルステーション

（☎ 62-1252）

● 宿毛市清掃公社

（☎ 63-1833）



宿毛市清掃公社は次の日時は持ち込み可  
能です。

**日時** 5月4日（月・祝）～6日（水・振休）  
8時30分～13時

**種類** ● 普通ごみ（指定ごみ袋のみ）

● 粗大ごみ ● 資源ごみ

● 家庭用使用済小型家電

● 水銀含有ごみ

※受入れ基準量などは平日と同様です。

## し尿汲み取り業務休止 問 環境課 ☎ 62-1252

ゴールデンウィーク中のし尿汲み取り業務は次のとおりです。

日程	休業
4月29日（水・祝）	終日休業
4月30日（木）～5月2日（土）	午後休業
5月3日（日・祝）～6日（水・振休）	終日休業

**対象業者** ●（株）井上衛生サービス（☎ 63-1324）

● 宿毛衛生社（☎ 63-2734）

● 宮崎クリーン（同）（☎ 63-3059）

# 資源ごみの収集回数の変更

問 環境課 ☎ 62-1252

4月1日から

カンの収集回数とペットボトルの収集回数が変わりました！



カン  
毎週1回

→ 月2回



ペットボトル  
月2回

→ 毎週1回

※草木藪、都賀川、舟ノ川（坂井峠地区）、楠山、出井、沖の島地区は変更ありません。

# ごみ袋・ごみ処理券の価格改定

問 環境課 ☎ 62-1252

7月1日から

ごみ袋・ごみ処理券の価格が変わります！



ごみ袋（10枚）  
（大）520円 （小）310円

→ （大）600円  
（小）300円



ごみ処理券（5枚）  
260円

→ 300円

現在のごみ袋・ごみ処理券が使えるのは **8月31日（月）** までです。

買いすぎると期限後に使えなくなり、無駄になります。必要な分だけ購入しましょう。

# 家庭用生ごみ処理機購入補助金

問 環境課 ☎ 62-1252

生ごみの減量化などのため、家庭用生ごみ処理機の購入費を補助します。

購入前に申請手続きが必要です。



受付 5月11日（月）  
～令和9年2月26日（金）

※予算に達し次第終了

- 条件
- 市内に住民登録があり居住していること
  - 市税滞納がないこと など

補助内容 ※1世帯1基まで

対象	補助額	限度額
電気式生ごみ処理機	購入価格の 2分の1以内	40,000円
コンポスト容器		4,000円
生ごみ発酵用密閉容器		

受付場所 環境課

## 不登校の子どものご家族・経験者の会

大丈夫！1人じゃない。思いを共有しませんか？「不登校について情報交換がしたい」「幡多地域で気軽に話せる仲間や場所がほしい」そんな方々が集うコミュニティです。大変さも喜びも私たちと分かち合いましょう。

**日時** 4月12日(日)  
13時30分～15時

**場所** 宿毛文教センター2階 会議室3

**定員** 10人

後援 宿毛市教育委員会

**問** 虹の会

代表 中川茉莉

副代表 小谷絢弓

☎ 090-2820-614

**問** 中央公民館 ☎ 63-2618



Instagram



LINE

## 女性防災プロジェクト2026 受講生募集

防災分野で活躍する女性人材の育成を目的とした「女性防災プロジェクト2026」が開催されます。多彩な講義やグループワーク・フィールドワークも行われます。

**期間** 4月～8月(全5回)

※フィールドワーク含む

**受講料** 無料

**会場** サテライト会場  
(四万十市役所ほか)

※フィールドワークは宿毛市大島でも実施

**定員** サテライト15名

※詳細はこうち男女共同参画センター「ソーレ」HPをご確認ください。

**問** こうち男女共同参画センター「ソーレ」

☎ 088-873-9100



ソーレHP

## 土地価格等縦覧帳簿・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧

**日時** 4月1日(水)～6月1日(月)  
8時30分～17時15分  
(土・日・祝日を除く)

**場所** 税務課

**対象者** 土地・家屋の固定資産税納税者

**持参物** 本人確認ができるもの(マイナンバーカード・運転免許証等)

※代理人の場合は、委任状も必要です。

**問** 税務課 ☎ 62-1237

## ペットボトルのラベル剥がし

ペットボトルの軽量化により機械選別が難しくなっています。リサイクル品質向上のため、ラベルを剥がしてから、ステーションに出すか幡多クリーンセンターへ持ち込むよう、ご協力をお願いします。

**適用日** 4月1日(水)～

**問** 幡多クリーンセンター

☎ 0880-31-2600

## 消防設備の点検をしましょう

アパートや店舗、飲食店などの所有者・管理者の皆さん、消防用設備の点検と報告は済んでいますか。消防法により、定期的な点検と消防署への報告が義務付けられています。

**点検** ●機器点検(6カ月に1回)

●総合点検(1年に1回)

**報告** 特定防火対象物(飲食店、店舗、病院など不特定多数が入り出す施設)は1年に1回、それ以外(非特定)は3年に1回、消防署へ提出

未実施の場合は速やかに点検を行い、報告書を提出してください。

**問** 宿毛消防署 ☎ 63-3111(代表)

# Information

## 情報コーナー

## 高知県長寿手帳

65歳以上の方に、健康と長寿を願って高知県長寿手帳をお渡ししています。県立施設等で長寿手帳を提示すると、入場料の免除や割引などの特典が受けられます。

**必要な物** 年齢の確認ができる身分証明書(例:マイナンバーカード、運転免許証等)

**問** 長寿政策課 ☎ 62-1234



## 農業委員および農地利用最適化推進委員募集

農業委員・農地利用最適化推進委員を募集します。

**募集** ●農業委員 11名

●農地利用最適化推進委員 7名

**期間** 4月1日(水)

～30日(木)必着

**申込** 申込書等を農業委員会事務局へ持参郵送

※詳細は宿毛市HPをご確認ください。

**問** 農業委員会事務局

☎ 62-1244

## 愛館日の清掃活動

宿毛文教センター周辺の清掃活動を行っています。清掃道具は準備していますので、ご協力いただける方はぜひご参加ください。【宿毛ID】ポイント対象事業です。

**時間** 8時30分から2時間程度

**実施日** ●4月22日(水) ●5月27日(水)

●6月24日(水) ●8月26日(水)

●9月16日(水)

●10月21日(水)

●令和9年3月31日(水)

**問** 中央公民館 ☎ 63-2618

有料広告

住まいのこと、暮らしのこと、すべて私たちにお任せください!

## 株式会社 大野建築

☎ 090-6288-5448

・トイレ  
・お風呂  
・台所  
・水廻り全般  
・内窓〈補助金あり〉

見積り無料!  
お気軽に  
ご相談ください!

2級建築士  
代表:大野純也  
高岡郡佐川町加茂  
1411

イベント

# すくも マルシェ

4

18 (土)

## しげちゃんち

～障害のある子どもと

その家族みんなで楽しもう～

障害のある子どもやきょうだい児が遊びを通して体験や交流ができ、保護者も情報交換できる場です。

**日時** 4月18日(土) 10時～11時30分

**場所** 正和隣保館

**参加費** 子ども1人100円

※16日(木)17時以降のキャンセルは参加費をいただきます。

LINEでの申し込みも受け付けます。



**内容** オカリナ演奏や物作り、運動などいろいろな遊びをしましょう！

**対象** 18歳未満の障害のある子どもやそのきょうだい児・保護者

**申込** 必須 **定員** 20名程度

※子どもだけの参加はできません。

**主催**(特非) じんけんネットすくも  
**後援** 宿毛市

**問** 手代岡児童館 ☎66-0756

(土・日・祝日を除く9時～17時)

5

1 (金)

## 第26回 桜墨会サークル展

墨彩画サークル「桜墨会」による作品展を開催します。

**期間** 5月1日(金)～6日(水・振休)

**時間** 9時～17時 ※最終日は16時まで

**場所** 宿毛文教センター1階  
ホワイエ

**入場料** 無料

**問** 中央公民館 ☎63-2618

お誕生おめでとう  
(令和8年2月受付分)

住所	赤ちゃん	保護者
小深浦	はたけやま 畠山 じょうたろう 承太郎	淳

ご冥福をお祈りします  
(令和8年2月受付分)

住所	氏名	享年
橋上町橋上	岡井 満子	100
小深浦	市村 マサ子	101
中央1丁目	森 昭子	100
和田	吉岡 糸江	106
平田町戸内	佐藤 三生	79
平田町戸内	藤岡 和得	83
中央4丁目	山本 敏雄	74

※本コーナーの記事は、家族などからの申し込みにより掲載しています。(敬称略)

**問** 市民課 ☎62-1233

# 高知県所得向上総合補助金

問 高知県産業政策課  
☎ 088-823-9049

持続的な賃上げを可能にする、高付加価値型経営への転換に挑戦する県内事業者の取り組みを、総合的に支援します。

**対象** 賃金等を支払っている従業員がいる県内中堅企業・中小企業・個人事業主など

- 対象事業**
- 高付加価値化
  - 生産能力の向上
  - 販路拡大 など

**補助率** 3分の2以内



高知県  
産業政策課 HP

**補助上限** 1,000万円

※条件により最大7,500万円まで引き上げ

**公募期間** 4月20日(月)

～5月20日(水) 17時必着

## 説明会

補助金のオンライン説明会を開催します。

**日時** 4月10日(金) 13時30分～

**場所** 宿毛文教センター1階 多目的ホール

説明会の問い合わせは高知県幡多地域本部 (☎ 0880-35-8616) まで

# スクールバス 料金改定 (住民利用)

問 学校教育課 ☎ 62-1246

スクールバスの一部区間で実施している住民利用時の料金が変わります。

**変更日** 4月1日(水)～

**料金** 100円または200円

※利用する区間によって異なります。

詳細は宿毛市HPをご確認いただくか、お問い合わせください。



宿毛市HP



# 坂本図書館新刊だより

問 坂本図書館 ☎ 63-2654  
(内容紹介は、(株)図書館流通センターTRC MARCより)

## ●きょうおかいものについたらね

マイケル・ローゼン 文 / ヘレン・オクセンバリー 絵  
当麻 ゆか 訳  
徳間書店



ニンジンをかいにいったのに、やおやさんがくれたのはオウム!? 帽子をかいにいったのに、帽子屋さんがくれたのはネコ!? きょうのおかいものは、ちっとも思いどおりにいなくて…。リズムカルでゆかいな絵本。

## ●ずかん色

見ながら学習調べてなっとく

東京工芸大学色の国際科学芸術研究センター 監修  
技術評論社

## ●今日、地震がおきたら

If an earthquake happens today



アベナオミ 著  
KADOKAWA

東日本大震災で、突然、日常を奪われた幼子と20代の夫婦。夜泣きやアレルギーで避難所生活をあきらめ、自宅で乗り越えた2011年3月11日から4月1日までの生活をつまびらかに描くコミックエッセイ。

## ●子どもに習い事をさせたいと思ったら

知りたいことが全部のってる本

石田 勝紀 監修 / 主婦の友社 編  
主婦の友社

# 公民館サークルの紹介

問 中央公民館 ☎ 63-2618

## ～令和8年度受講者募集～

川柳・生け花・フラダンス・コーラス・絵画・書道・絵手紙・フラワーアレンジメントなど様々な団体が活動しています。興味のある方はご連絡ください。

No.	区分	サークル名	実施日	時間	講師	代表者
1	コーラス	宿毛市民合唱団	毎週木曜	19:30～21:00	佐竹 佳子	吉松 邦男
2	コーラス	ゆりかごの会	第1・3水曜	9:30～11:30	柿本 朱美	江口 純子
3	太極拳	宿毛市 太極拳クラブ	月曜(月3回)	9:30～11:30	山本 尚美 山本 俊江	三好 須美子
4	フラダンス	ポーハイすくも	第1・3・4木曜	10:00～12:00	倉島 宣子	岡井 和美
5	フラダンス	コモハナすくも	第2・4金曜	19:30～21:00	奥川 陽子	柴岡 由美子
6	詩吟	高知岳風会 宿毛教場	毎週火曜	13:30～15:30	野々下 美恵子 秋田 コハミ	田丸 和子
7	川柳	宿毛川柳会	第2土曜	12:30～16:00	谷本 忠良	山崎 多加至
8	書道	墨雅書道会	第2・4火曜	13:00～15:00	武山 順子 (松翠)	武山 順子
9	書道	墨雲書道会	第1・2金曜	19:00～21:00	兵頭 幸與	兵頭 律子
10	書道	かな書道蒼明会	第2・4日曜	10:00～12:00	助村 明美	山崎 初恵
11	洋裁	手作りサークル	第1・3火曜	13:00～16:30	(無)	宮崎 正子
12	墨彩画	桜墨会	第2・4月曜	13:00～15:00	(無)	岡花 眞由美
13	俳句	すくも俳句会	第1・3土曜	14:00～17:00	篠田 猛	篠田 猛
14	日本舞踊	宿毛胡蝶会	第1・3日曜	9:30～12:00	岡村 真弓 (慶祥 芳蝶)	山下 量子
15	洋画	宿毛絵をかく会	第2土曜	12:00～17:00	(無)	藤岡 久仁雄
16	日本画	「美」の会	第1火曜 第3木曜	9:30～16:30	上田 明德	植 京子
17	日本画	萌の会	第1・3土曜	13:30～15:30	(無)	大谷 玲子
18	絵手紙	絵手紙 遊会	第1水曜	10:00～12:00 13:30～15:30	西尾 美早香	西尾 美早香
19	いけばな	いけばなサークル	第2水曜	19:00～20:00	山沖 郁代	山沖 郁代
20	フラワー アレンジメント	Hiyokomame	第4火曜	19:00～20:30	原田 由美	原田 由美
			第4水曜	13:30～15:00		
小筑紫老人憩いの家で活動するサークル						
21	習字	筑紫習字グループ	7日・17日・ 27日	13:00～14:30	(無)	柿本 光代

## お詫びと訂正

広報すくも 2026.3月号の表紙にて、高知県市町村対抗駅伝大会が「初開催」とありましたが、正しくは「2回目の開催」でした。お詫びして訂正します。

問 企画課 ☎ 62-1255

# オンラインで口座登録が便利に

問 税務課 ☎ 62-1239

公金の引き落とし口座をインターネットから登録・変更できるサービスに「**高知県農業協同組合**」が追加されました。

窓口への来店や書類記入、届出印も不要で、手軽に新規申込や口座変更が可能です。

**追加日** 4月1日(水)～

**手続き** ●新規申し込み ●振替口座の変更

※解約は金融機関窓口での手続きが必要です。

- 金融機関**
- 四国銀行 ●愛媛銀行
  - 高知銀行 ●宿毛商銀信用組合
  - 高知県農業協同組合 **New**

対象公金など詳細は宿毛市 HP でご確認ください。



Webで  
便利に!



宿毛市 HP

# マイナンバーカード 夜間・休日窓口

問 市民課 ☎ 62-1233

## 4月 夜間窓口

**開設日** 9日(木)

**時間** 17時15分～19時

## 4月 休日窓口

**開設日** 26日(日)

**時間** 9時～12時

- 取扱業務**
- カードの交付・申請
  - 電子証明書の更新・発行
  - 暗証番号の変更 など

**場所** 市民課

- 持参物**
- 申請：公的な身分証明書（運転免許証等）
  - カード交付：交付通知書（はがき）の記載内容を確認し必要書類
  - 電子証明書の暗証番号不明時：カードと公的な身分証明書（運転免許証等）

交付予約システムでの予約優先のため、予約なしの場合はお待ちいただくことがあります。



交付予約  
システム

# マイナンバーカードに係る手続きは支所でも可能です!

問 市民課 ☎ 62-1233

- 受付場所**
- 中央支所 ●東部支所
  - 小筑紫支所 ●沖の島支所

- 取扱業務**
- カードの交付（来所日の2日前までに要予約）
  - 電子証明書の更新・発行 ●カードの交付申請
  - 暗証番号の変更 など



ぜひお近くの  
支所をご利用  
ください!

## 令和8年度 国民年金保険料

問 幡多年金事務所  
☎ 0880-34-1616 (自動音声案内)

国民年金第1号被保険者および任意加入被保険者の4月～令和9年3月の月額保険料は17,920円(納期限は翌月末)です。

### お得な前納制度！

保険料をまとめて前払い(前納)すると割引が適用されます。特に口座振替での前納は割引額が大きく、手間も省けておすすめです。

	口座振替(割引額)	現金・クレジットカード納付(割引額)
2年前納	417,150円(17,370円)	418,510円(16,010円)
1年前納	210,530円(4,510円)	211,220円(3,820円)
6カ月前納	106,300円(1,220円)	106,650円(870円)
当日末振替(早割)	17,860円(60円)	-

### 年金を増やす「付加保険料」

月額400円を上乗せ納付で、将来の年金額が増やせます。

※例：20歳～60歳の40年間付加保険料を納めると、年額96,000円上乗せして受給できます。

## 年金の切り替えを忘れずに

問 幡多年金事務所  
☎ 0880-34-1616 (自動音声案内)

退職や配偶者の扶養から外れたときは、国民年金第1号被保険者への切り替え手続きが必要です。

未納期間を作らないよう早めの届出をお願いします。

- 必要な物
- 基礎年金番号が分かるもの(年金手帳等)
  - 退職日が確認できる書類(離職票等)
  - 本人確認書類(マイナンバーカード等)

- 手続方法
- 窓口
  - 郵送
  - マイナポータル(電子申請)
- 24時間受付



日本年金機構 HP

## 年金相談(予約制)

問 幡多年金事務所  
☎ 0880-34-1616 (自動音声案内)

日程 ● 4月21日(火) ● 5月19日(火) ● 6月16日(火)

※毎月第3火曜日

時間 9時30分～12時、13時～15時 場所 市役所 受付 市民課年金係

### 必要な物 本人が相談する場合

- 基礎年金番号が分かるもの(年金手帳等)
- 送られてきた書類一式(年金手続きの場合)
- 本人確認書類(マイナンバーカード等)
- マイナンバーのわかるもの

### 必要な物 代理人が相談する場合

- 委任状
- 委任者と代理人の本人確認ができるもの

※詳細は予約の際にお尋ねください。

予約方法 基礎年金番号が分かるもの(年金手帳等)を用意のうえ、幡多年金事務所へ電話

## 特別児童児童手当等の改定

問 福祉事務所 ☎ 62-1240

物価変動に伴い、4月分から障害にかかる各種手当の月額が引き上げられます。

各種手当は、日常生活で常に介護を必要とする「重度の障害」があり、在宅で生活されている方が対象です。

新たに受給するためには申請が必要となります。

詳しくはお問い合わせください。

手当種類		金額 (月額)
特別児童扶養手当	1級	58,450円
	2級	38,930円
特別障害者手当		30,450円
障害児福祉手当・経過的福祉手当		16,560円

※1人あたりの金額です。

※所得制限があります。



宿毛市 HP

## 国保の切替手続き

問 市民課 ☎ 62-1233

就職や退職などで保険の切り替えがあった場合は、14日以内に届け出てください。マイナ保険証を持つ方も手続きが必要です。

- 持参物**
- 加入（退職時）：資格喪失証明書など
  - 脱退（就職時）：職場の健康保険・国保の資格確認書または資格情報のお知らせ

※届出が遅れると医療費全額自己負担や国保税の遡及納付、二重払いが生じます。

### 離職された方

特定の離職理由に該当する方は、申請により国保税の軽減を受けられる場合があります。

詳細は税務課（☎ 62-1238）までお問い合わせください。



宿毛市 HP

## 後期高齢者の保険料

問 市民課 ☎ 62-1233

### 納め忘れにご注意を！

後期高齢者医療保険料が未納の方へ督促状等を送っていますので、至急納付をお願いします。

納付書を紛失した方はご連絡ください。



### 「仮徴収」が始まります

4・6・8月の年金から仮算定額が天引きされ、年間保険料決定後（7月）に仮徴収分を差し引いた額を納めていただきます。

#### ●新たに天引きとなる方

令和7年6月24日(火)～10月2日(木)に加入し、年金年額180,000円以上で、介護保険料と合わせた1期あたりの保険料額が年金受給額の半分以上の方

#### ●すでに天引きの方

原則、2月と同額が天引きされます。

# 赤ちゃん広場へ行ってみよう

問 健康推進課 ☎ 62-1235

身体計測や育児相談、講話を行い、お子さんの成長と一緒に喜びながら楽しく子育てできるように応援しています。  
気軽にお越しください。

場所 和田集会所

持ち物 ● 母子健康手帳  
● バスタオル

参加費 無料

申込 不要



- 令和8年度の日程
- 4月16日(木)
  - 5月14日(木)
  - 6月18日(木)
  - 7月16日(木)
  - 8月13日(木)
  - 9月17日(木)
  - 10月15日(木)
  - 11月19日(木)
  - 12月17日(木)
- 令和9年
- 1月14日(木)
  - 2月18日(木)
  - 3月18日(木)

健康推進課でも随時、計測や相談ができます。事前にご連絡ください。



宿毛市 HP

# 血圧管理しませんか

問 健康推進課 ☎ 62-1235

血圧は常に変動します。値の変化に一喜一憂せず、毎日同じ時間に測って平均を知ることが大切です。

目標血圧値

病院	家庭
130/80 未満	125/75 未満

家庭での血圧測定方法

朝	夜
起床後1時間以内 (朝食・服薬前、排尿後)	就寝直前

椅子に座り1～2分安静後、週5日以上を目安に記録しましょう。

## 血圧管理支援

● 家庭用血圧計の貸し出し

期間 3カ月間

● 血圧記録表の配布

期間 3週間分

申請 健康推進課窓口

毎日の測定で、体調の変化に気付けるようになりましょう。



## 心の健康相談

保健師・相談員等による電話・面接相談を随時お受けしています。

### 相談窓口

● 健康推進課 健康指導係 ☎ 62-1235

● 高知県幡多福祉保健所健康障害課 精神保健福祉担当 ☎ 0880-34-5124 (直通)

● 高知県立精神保健福祉センター ☎ 088-821-4966

● お酒の悩みごと相談 幡多断酒会 大江 拓 ☎ 090-1173-4672

## 特定健診受診券の発送

問 健康推進課 ☎ 62-1235

令和8年度特定健診が4月1日（水）から始まりました。

### 【受診に必要な物】

- マイナ保険証または資格確認書
- 受診券
- 問診票



### 受診券の発送

令和7年度の受診状況により次のとおり異なります。

- 個別受診 前年の受診月までに郵送します。健診時期変更や、後期高齢者で4月受診希望の場合はご連絡ください。
- セット・施設型 郵送しません。受診日の3週間前までにインターネットか電話で予約してください。
- 未受診 申し込み後に郵送します。
- 社保被扶養者 各保険団体へお問い合わせください。



申込

## 歯科健診を受けましょう

問 健康推進課 ☎ 62-1235

歯周病は全身に悪影響を及ぼします。この機会に健診を受け、かかりつけ医を持ちましょう。

**対象** 令和8年度20・30・40・50・60・70歳になる方

**申込** 対象者には3月下旬に案内はがきを送付しています。届いたはがきを持って、健康推進課までお越しください。



## 5月の保健事業

問 健康推進課 ☎ 62-1235

### 母子保健

**乳児健康診査** 詳細は対象児に個人通知します。

日	場所	実施時間
12 火	宿毛文教センター	午前

**赤ちゃん広場**

日	場所	実施時間
14 木	和田集会所	9:30 ~ 11:30

## RS ウイルス感染症の定期接種（母子免疫ワクチン）

問 健康推進課  
☎ 62-1235

RS ウイルスは特に小児や高齢者に呼吸器症状を引き起こすウイルスで、1歳までに50%以上が、2歳までにほぼ100%の乳幼児が、少なくとも1度は感染するとされています。初回感染時には、より重症化しやすいと言われており、特に生後6か月以内に感染した場合には、細気管支炎や肺炎など重症化することがあります。

母子免疫ワクチンとは、妊婦が接種すると、母体内で作られた抗体が胎盤を通じて胎児に移行し、生まれた乳児が出生時から病原体に対する予防効果を得ることができるワクチンです。

4月1日（水）から妊婦の方を対象とした定期接種が始まります。

**対象者** 妊娠28週0日～36週6日（妊娠ごとに1回） **費用** 無料

※母子手帳交付時に必要書類をお渡します。 ※高知県外で接種される場合は、事前に手続きが必要です。  
※高齢者に対するRSウイルス感染症ワクチンや、子どもに接種する「抗体製剤」は定期接種の対象とならず、全額自己負担となりますので、ご注意ください。



宿毛市 HP

## 带状疱疹定期予防接種

問 健康推進課 ☎ 62-1235

带状疱疹は、過去に水痘にかかった時に体の中に潜伏した水痘带状疱疹ウイルスが再活性化することにより、神経支配領域に沿って、典型的には体の左右どちらかに帯状に、時に痛みを伴う水泡が出現する病気です。合併症の一つに皮膚の症状が治った後にも痛みが残る「带状疱疹後神経痛」があり、日常生活に支障をきたすことがあります。

令和7年4月1日より定期接種が開始となり、年度によって対象者が異なるため、接種の機会を逃さないようご注意ください。年齢で対象となられる方には、3月末に個別通知しています。



**対象者** ●年度内に65歳を迎える方\*

- 60～64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な方

\*令和7年度から5年間の経過措置として、その年度に70・75・80・85・90・95・100歳になる方も対象となります。

【令和8年度対象者】

年齢	生年月日	年齢	生年月日
65歳	S36.4.2～S37.4.1	70歳	S31.4.2～S32.4.1
75歳	S26.4.2～S27.4.1	80歳	S21.4.2～S22.4.1
85歳	S16.4.2～S17.4.1	90歳	S11.4.2～S12.4.1
95歳	S6.4.2～S7.4.1	100歳	T15.4.2～S2.4.1

宿毛市 HP

**自己負担** ●生ワクチン 3,000円 ●組換えワクチン 7,000円（2回必要で計14,000円）

詳細は個別通知を確認してください。

## 高齢者肺炎球菌定期予防接種の変更

問 健康推進課 ☎ 62-1235

肺炎球菌感染症とは、肺炎球菌によって引き起こされる病気です。この菌は、主に気道の分泌物に含まれ、咳やくしゃみなどを通じて飛沫感染します。日本人の約5～10%の高齢者では鼻や喉の奥に菌が常在しているとされます。これらの菌が増殖し、下気道や血流中へ侵入することで、気管支炎、肺炎、敗血症などの重い合併症を起こすことがあります。

現在次の方を対象に定期予防接種を実施していますが、4月1日（水）より、使用するワクチンおよび自己負担額等が変更となります。



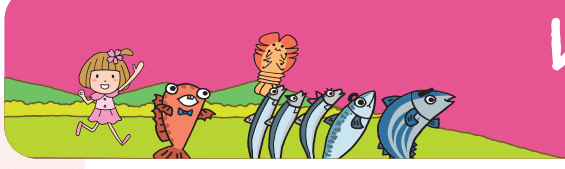
宿毛市 HP

**対象者** ●満65歳の方

- 60～64歳で、心臓、腎臓若しくは呼吸器の機能の障害又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な方

**変更点**

	使用するワクチン	自己負担額
～3月31日	23価肺炎球菌莢膜ポリサッカライドワクチン	2,000円
4月1日～	沈降20価肺炎球菌結合型ワクチン	3,900円



# はなちゃんバス だより



4月1日(水)～

はなちゃんバスの料金が **65歳以上は半額に**  
変わります！

### これまでの割引は継続

- 運賃割引(半額)※重複不可
- ・身体障害者手帳の所持者とその介護者
  - ・療育手帳の所持者とその介護者
  - ・精神障害者保健福祉手帳の所持者とその介護者
  - ・運転経歴証明書の所持者
  - ・小学生
- ※中学生以上は通常運賃です。  
※小学生未満は保護者同伴で無料です。

**まちぐる線** ▶ どこでも **100円**  
(割引後 50円)

2つの区間をまたぐと  
**200円** (割引後 100円)

## 栄喜線

## 石原線

郊外区間 栄喜住吉神社  
**100円** (割引後 50円)  
↕  
坂ノ下集会所

郊外区間 旧石原小学校  
**100円** (割引後 50円)  
↕  
内外ノ浦

**100円** (割引後 50円)

**100円** (割引後 50円)

**市街地区間  
区間内全ての停留所**

**市街地区間  
区間内全ての停留所**

## 橋上線

## 藻津線

郊外区間 楠山多目的集会所  
**100円** (割引後 50円)  
↕  
平井地区集会所

郊外区間 藻津  
**100円** (割引後 50円)  
↕  
自由ヶ丘コミュニティーセンター

**100円** (割引後 50円)

**100円** (割引後 50円)

**市街地区間  
区間内全ての停留所**

**市街地区間  
区間内全ての停留所**

### 【時刻表配布場所】

- ・はなちゃんバス車内 (運転手にお声かけください)
- ・市役所および各支所
- ・宿毛文教センター
- ・いなげ胃腸科内科
- ・宿毛駅
- ・沖の島定期船乗り場
- ・大井田病院
- ・椰子の湯

詳細は宿毛市HPをご確認いただくか、  
お気軽にお問い合わせください。



問 企画課 ☎ 62-1255

## 4月の行事予定

♥が付いているイベントで「宿毛ID」のポイントが貯まります。

日	曜	行事名	時間	場所	問い合わせ先
1	水	無料人権相談	10:00	小筑紫老人憩の家	人権推進課 ☎ 62-1258
4	土	♥子ども将棋教室	9:30	宿毛文教センター	中央公民館 ☎ -63-2618
9	木	マイナンバーカード交付・ 電子証明書更新夜間窓口開設日	17:15	市民課	市民課 ☎ 62-1233
16	木	通学路安全の日「三木の日」	7:00	市内全域	青少年育成センター ☎ 63-4197
		♥赤ちゃん広場	9:30	和田集会所	健康推進課 ☎ 62-1235
18	土	♥しげちゃんち	10:00	正和隣保館	手代岡児童館 ☎ 66-0756
20	月	あいさつ・声かけ運動	7:00	市内全域	青少年育成センター ☎ 63-4197
21	火	出張年金相談（予約制） ※予約は幡多年金事務所へ	9:30 13:00	市役所	幡多年金事務所 ☎ 0880-34-1616
		♥離乳食講習会	13:15	宿毛市地域子育て 支援センター	健康推進課 ☎ 62-1235
22	水	♥宿毛文教センター愛館日（清掃活動）	8:30	宿毛文教センター	中央公民館 ☎ 63-2618
26	日	マイナンバーカード交付・ 電子証明書更新休日窓口開設日	9:00	市民課	市民課 ☎ 62-1233
28	火	一日行政相談所	13:00	宿毛文教センター	高知行政監視行政相談センター ☎ 088-824-4100
29	水	♥第13回宿毛まるごと産業祭	9:00	宿毛市総合運動公園	産業振興課 ☎ 62-1243

### 指定水道業者当番店

月	日	業者名	電話番号
4	1～5	(有)水道屋かきもと	☎ 65-5011
	6～12	(有)アクア・サワダ	☎ 63-2541
	13～19	(有)上岡水道工事	☎ 66-0643
	20～26	関西水道工事店	☎ 65-5840
	27～30	(有)宿毛水道工業	☎ 66-1930
5	1	(有)宿毛水道工業	☎ 66-1930
	2	高田水道工業	☎ 63-2425
	3	(有)伊与田設備	☎ 79-5500
	4	所谷建設(株)	☎ 63-1695
	5	幡西道路建設(株)	☎ 65-8681
	6	有田建設(株)	☎ 63-5226
	7～10	(有)水道屋かきもと	☎ 65-5011
	11～17	(有)アクア・サワダ	☎ 63-2541
	18～24	(有)上岡水道工事	☎ 66-0643
	25～31	関西水道工事店	☎ 65-5840

※指定水道業者当番店では、水道の利用開始・中止の申し込みはできません。申し込みは水道課（☎ 62-1248）までご連絡ください。

### 休日当番医（救急患者のみ）

月	日	医療機関	電話番号
4	5	奥谷整形外科	☎ 63-1202
	12	大井田病院	☎ 63-2101
	19	幡多けんみん病院	☎ 66-2222
	26	聖ヶ丘病院	☎ 63-2146
	29	筒井病院	☎ 66-0013
5	3	いなげ胃腸科内科	☎ 62-1113
	4	大井田病院	☎ 63-2101
	5	川村内科クリニック	☎ 66-2911
	6	幡多けんみん病院	☎ 66-2222
	10	聖ヶ丘病院	☎ 63-2146
	17	国保大月病院	☎ 0880-73-1300
	24	筒井病院	☎ 66-0013
31	奥谷整形外科	☎ 63-1202	



休日当番医



指定水道業者当番店

### 高知けいば パルス宿毛

**4月** 4・5・11・12・18・  
19・25・26  
**5月** 2・3・9・10・16・17・  
23・24・30・31

4月  
12日  
日曜日

9:00 >> 14:00

宿毛の食と文化とあそび

すくも

# 令和8年 宿毛市 観光びらき

祝！今年もひらきます。

場所

宿毛  
まちのえき  
林邸

宿毛市中央3-1-3

イベントたくさん

宝探し

はし芋 勝抜き選手権

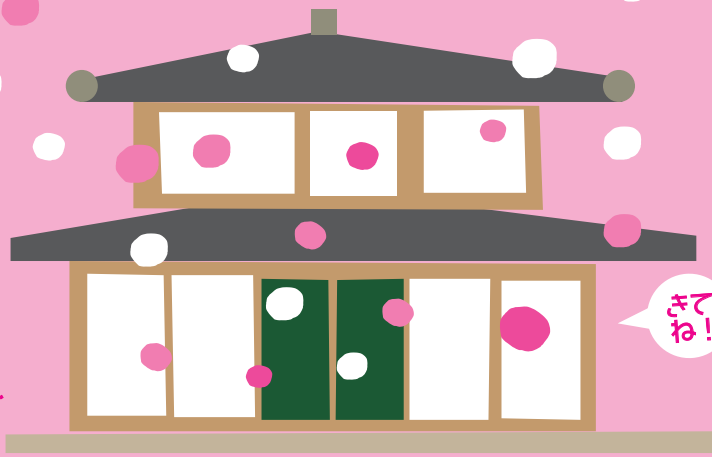
お餅投げ

スポーツ体験

ワークショップ  
など

おいしいもの

たくさん



SUKUMO CITY  
TOURISM ASSOCIATION

主催 宿毛市観光協会 問い合わせ ☎ 63-0801

後援 宿毛市

ホーム  
ページ  
>>>



## 宿毛マイナンバーカードサービス【宿毛ID】

問 企画課

☎ 62-1255

宿毛マイナンバーカードサービス【宿毛ID】とはマイナンバーカードを活用した宿毛市独自のサービスです。

### 【宿毛ID】ポイントが貯まるイベント一覧

月	日	曜	イベント名	場所	P
4	4	土	子ども将棋教室	宿毛文教センター	10
	7	火	乳児健康診査	宿毛文教センター	50
	8	水	1歳6カ月・3歳児健康診査	宿毛文教センター	50
	16	木	赤ちゃん広場	和田集会所	10
	18	土	しげちゃんち	正和隣保館	10
	21	火	離乳食講演会	宿毛市地域子育て支援センター	10
	22	水	宿毛文教センター愛館日（清掃活動）	宿毛文教センター	100
	29	水	第13回宿毛まるごと産業祭 すくもサイクルフェスティバル	宿毛市総合運動公園	80 50



宿毛ID詳細

～宿毛愛デ、ママサポの申請はお済みですか？～

【宿毛ID】ママサポとは出産後のお母さんが心も体も元気になるための新事業です。



ママサポ詳細

# SUKUMO CYCLING FESTIVAL 2026

宿毛市総合運動公園  
4.29(水・祝) メイン会場  
陸上競技場

宿毛まるごと産業祭と同時開催



宿毛大使  
竹之内 悠

全日本シクロクロス選手権大会5連覇を達成するなど、国内外で活躍するトップアスリート。シクロクロス日本代表チーム監督に就任、立命館大学自転車競技部監督など後進の育成も積極的に行っている。2020年から宿毛大使に任命。



宿毛大使  
松田 千裕

北海道を拠点としながら、全国のレースやサイクルイベントに参加するサイクリスト。自転車を活用した地方創生支援活動にも積極的に参加している。2020年から宿毛大使に任命。



10:00~10:45、11:00~11:45

**マウンテンバイク塾**  
大人はE-MTB、子どもはMTBでMTBの楽しさを体験する

**対象** 小学生以上  
※小学生は保護者同伴

**講師** 竹之内 悠、松田 千裕



10:00~14:00

**補助輪はすし**  
補助輪なしで自転車に乗る事を手助け

**対象** 年長以上5名まで

保育園・小学校を通じて案内いたします

12:00~12:20

**お菓子投げ**  
ゲストがお菓子を投げ振る舞う

**対象** 子ども

## ウィーラースクール

**対象** 自転車に乗れる方



ウィーラースクールジャパン代表  
**ブラッキー中島**  
自転車を中心とする幼児教育、イベント開催、地域振興などの活動をしている。

10:00~11:00  
**フリー走行** 特設コースをフリー走行

11:00~12:00  
**自転車安全教室**  
日本で一番楽しい自転車安全教室

12:00~13:00  
**フリー走行** 特設コースをフリー走行

13:00~14:00  
**タイムトライアル大会**  
特設タイムトライアルコースにチャレンジ



## 常設イベント 大人も子どもも楽しめるイベントブース

9:30~14:30



**ワットバイク体験ブース**  
たのしく乗って色々な数値を計ってみよう!



**キックバイクに挑戦**  
特設タイムトライアル  
キックバイクコースを体験!

参加賞  
木製メダル  
(数量限定)



**キッズコーナー**  
モルックなどのニュースポーツを体験できる!



**色々な自転車試乗体験**  
E-MTBやロードバイクなどが試乗できる!

## すくもサイクルフェスティバル イベントスケジュール

9:30		
10:00	マウンテンバイク塾 (10:00~10:45)	補助輪はすし (10:00~14:00)
10:30		
11:00	マウンテンバイク塾 (11:00~11:45)	
11:30		
12:00	お菓子投げ (12:00~12:20)	
12:30		
13:00		
13:30		
14:00		
14:30		

常設イベント

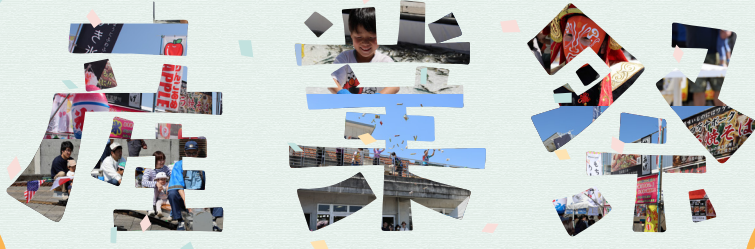


## イベント詳細

主催:宿毛市、宿毛市教育委員会

お問い合わせ:宿毛市教育委員会 生涯学習課 スポーツ振興室  
TEL:0880-62-1245 FAX:0880-62-1272  
mail:tailiku-z@city.sukumo.lg.jp

# 第13回 春の旬が大集合!! 宿毛まるごと



## 4月29日 (水・祝) 宿毛市総合運動公園

**会場駐車場** 宿毛市総合運動公園 多目的グラウンド  
**臨時駐車場** 高知県立幡多けんみん病院 外来駐車場

**無料循環バス** マイクロバス (平田駅~臨時駐車場~会場)

今年もサイクルフェスティバル同時開催!

## イベントスケジュール

9:00 オープニングセレモニー  
もち投げ

9:30 鮮魚等即売会

10:00 木のワークショップ  
園児、児童対象  
土佐はし拳体験&大会

11:30 小夏詰め放題

13:00 魚のつかみ取り  
園児、児童対象  
参加費無料

14:30 もち投げ

15:00 イベント終了



問 産業振興課 ☎ 62-1243